

न्यूकैसल यूनाइटेड ने 70 साल बाद जीता घरेलू खिताब, लिवरपूल को 2-1 से हराकर जीता कप

दो साल पहले न्यूकैसल को लीग कप फाइनल में मैनचेस्टर यूनाइटेड के खिलाफ हार का सामना करना पड़ा था

एजेंसी (हि.स.)
लंदन

न्यूकैसल यूनाइटेड ने 70 वर्षों का घरेलू ट्रॉफी सूखा समाप्त करते हुए रविवार को वेम्बली स्टेडियम में लीग कप (जिसे काराबाओ कप भी कहा जाता है) के फाइनल में मौजूद चैंपियन लिवरपूल को 2-1 से हरा दिया। डैन बर्न और अलेक्जेंडर इसाक के गोलों ने न्यूकैसल को ऐतिहासिक जीत दिलाई और जिओर्डी प्रशंसकों के लिए जश्न का माहौल बना दिया। यह न्यूकैसल के लोकल हीरो डैन बर्न के लिए भी खास दिन रहा, जिन्होंने 45वें मिनट में दमदार हेडर के जरिए अपनी टीम को बढ़त दिलाई। न्यूकैसल के प्रशंसकों के जबरदस्त समर्थन के बीच टीम ने सात मिनट बाद ही दूसरा गोल दाग दिया, जब स्वीडिश स्ट्राइजर अलेक्जेंडर इसाक ने लिवरपूल के गोलकीपर काओईमिन केलहर को छकाते हुए गोल दागा।



दार्ज कराना चाहता हूँ, और अब हम कह सकते हैं कि हम चैंपियन हैं।

दूसरी ओर, लिवरपूल की टीम इस मैच में फैंकी नजर आई और पेरिस सेंट-जर्मेन से चैंपियंस लीग में पेनल्टी शूटआउट में हारने के बाद पूरी तरह थकी हुई दिखी। लिवरपूल के स्टार खिलाड़ी मोहम्मद सालाह पहली बार 90 मिनट तक खेलने के बावजूद न तो कोई शॉट ले सके और न ही कोई मौका बना सके।

नेपोस्ट के पास से एक तेज शॉट लगाया। लिवरपूल की टीम पहले हाफ को 0-0 से खत्म करने की कोशिश में थी, लेकिन 45वें मिनट में डैन बर्न ने कौरन ट्रिपियर के कॉर्नर पर शानदार हेडर लगाकर न्यूकैसल के प्रशंसकों को खुशी से झूमने पर मजबूर कर दिया।

दूसरे हाफ की शुरुआत में ही न्यूकैसल ने फिर से दबाव बनाया और 52वें मिनट में जैकब इंग्लैंड और बेल्लिजियम क्रमशः 16 अंकों के साथ पहले और दूसरे स्थान पर हैं। कैंप को लेकर मुख्य कोच फ्रेंग फुल्टन ने कहा, खिलाड़ियों के लिए यह काफी व्यस्त सत्र रहा है, जिसमें लगातार प्रतियोगिताएं और उच्च स्तरीय मैच शामिल रहे। इस कैंप में हमारा फोकस फिटनेस और कंडीशनिंग पर रहेगा, साथ ही हालिया प्रदर्शन का विश्लेषण भी किया जाएगा। हमारा ध्यान प्रो लीग के अगले चरण के लिए टीम को तैयार करने पर रहेगा और



इंटर मियामी ने अटलांटा यूनाइटेड से लिया बदला, मेसी के गोल से 2-1 की हासिल की जीत

एजेंसी (हि.स.)
नई दिल्ली

अर्जेंटीना के दिग्गज फुटबॉलर लियोनेल मेसी ने एक बार फिर शानदार प्रदर्शन किया, जिसकी बदौलत इंटर मियामी ने रविवार को मेजर लीग सॉकर (एमएलएस) के ईस्टर्न कॉन्फ्रेंस की तालिका में शीर्ष स्थान हासिल कर लिया। इंटर मियामी ने अटलांटा यूनाइटेड को 2-1 से हराकर पिछले सत्र के प्लेऑफ में मिली हार का बदला ले लिया। वेटरन हेटी इंटरनेशनल फाफाफिको ने 89वें मिनट में हेडर के जरिए निर्णायक गोल दागा, जिससे मियामी ने इस सत्र में अपनी अजेय लय को बरकरार रखा। अटलांटा ने मैच की शुरुआत में ही इंटर मियामी पर दबाव बना दिया और 11वें मिनट में आइवरी कोस्ट के इमैन्युएल लाटे लाथ ने गोल कर टीम को बढ़त दिलाई। यह गोल मिगुएल अल्मिरोन के एक शानदार पास से बना, जिसे ब्रूक्स लेनन ने तब्दील किया और लाथ ने हेडर के जरिए गेंद को नेट में डाल दिया।

दक्षिण अफ्रीकी ऑलराउंडर कॉर्बिन बॉश को पीसीबी ने भेजा कानूनी नोटिस

नई दिल्ली। दक्षिण अफ्रीका के 30 वर्षीय ऑलराउंडर कॉर्बिन बॉश को पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) ने अनुबंध उल्लंघन के मामले में कानूनी नोटिस भेजा है। बॉश ने पाकिस्तान सुपर लीग (पीसीएल) 2025 से अपना नाम वापस ले लिया था, जिसके बाद डेडवुड ने यह कदम उठाया। कॉर्बिन बॉश को आगामी आईपीएल 2025 के लिए मुंबई इंडियंस ने लिजाड विलियम्स की जगह टीम में शामिल किया है। लिजाड विलियम्स वोट के कारण टूर्नामेंट से बाहर हो गए हैं। बॉश पहले पीसीएल 2025 में पेशावर जल्मी के लिए खेल रहे थे, लेकिन आईपीएल में अवसर मिलने के बाद उन्होंने पीसीएल से नाम वापस ले लिया। पीसीबी ने रिविजोर को जारी किए गए बयान में कहा, खिलाड़ी को उसके एजेंट के माध्यम से कानूनी नोटिस भेजा गया है और उससे अनुबंधित प्रतिबद्धताओं से पीछे हटने की वजह स्पष्ट करने के लिए कहा गया है। पीसीबी ने यह भी स्पष्ट किया कि बॉश के इस कदम से लीग पर क्या असर पड़ेगा, यह भी नोटिस में उल्लेख किया गया है।

युवाओं के लिए आगे बढ़ने का बड़ा अवसर है खेलो इंडिया पैरा गेम्स : नवदीप सिंह

एजेंसी (हि.स.)
नई दिल्ली

पैरालिंपिक खेल 2024 में स्वर्ण पदक जीतने वाले भाला फेंकर खिलाड़ी नवदीप सिंह का मानना है कि खेलो इंडिया पैरा गेम्स पैरा एथलीटों के निरंतर विकास के लिए एक महत्वपूर्ण मंच है, और यह देश में पैरा खेलों को बढ़ावा देने में सरकार की गहरी दिलचस्पी को दर्शाता है। खेलो इंडिया पैरा गेम्स (केआईपीजी 2025) का दूसरा संस्करण गुरुवार (20 मार्च) से शुरू होने वाला है। अर्जुन पुरस्कार विजेता एथलीट ने बताया कि कैसे यह टूर्नामेंट पैरा एथलीटों के लिए खेल इकोसिस्टम विकसित करने में मदद कर रहा है।

नवदीप ने साईं मंडिया से कहा, केआईपीजी 2025 वरिष्ठ एथलीटों के लिए एक-दूसरे के खिलाफ प्रतिस्पर्धा करने का एक बेहतरीन मंच है। हम हर समय एक-दूसरे को प्रेरित भी करते हैं। यह हमें अपने प्रशिक्षण मॉड्यूल का परीक्षण करने और अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं से पहले अपनी ताकत और कमजोरियों का अभ्यास करने में मदद करता है। हमें नवोदित एथलीटों से मिलने और प्रतियोगिताओं पर अलग-अलग विचारों और विचारों का आदान-प्रदान करने का भी मौका मिलता है। उल्लेखनीय है कि नई दिल्ली में तीन स्थानों - जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम, इंदिरा गांधी स्टेडियम और डॉ. कर्णाली सिंह स्टेडियम - में सात दिवसीय टूर्नामेंट में 1200 से अधिक एथलीट भाग लेंगे।

खेलो इंडिया पैरा गेम्स का उद्घाटन संस्करण दिसंबर 2023 में हुआ और सफल साबित हुआ। केआईपीजी के पहले संस्करण में भाग लेने वाले कम से कम 25 एथलीट पेरिस में 2024 पैरालिंपिक के लिए भारत के 84 सदस्यीय दल में शामिल थे। नवदीप सिंह ने केआईपीजी 2023 में भी भाग लिया था और रजत पदक जीता था। पेरिस में, उन्होंने एफ41 श्रेणी में भाला फेंक में स्वर्ण पदक जीता। पैरा भाला फेंक खिलाड़ी ने बताया कि कैसे घरेलू स्तर के टूर्नामेंट देश में प्रतिभाओं को सामने लाने में मदद करते हैं और कई खेलों में भारत के लिए पैरा एथलीटों की एक पाइपलाइन बनाते हैं। 124 वर्षीय खिलाड़ी ने कहा, पेरिस पैरालिंपिक में भारत के प्रदर्शन के बाद पैरा खेलों में रुचि बढ़ रही है, जिसमें कई युवा खिलाड़ी शामिल हो रहे हैं। मुझे विश्वास है कि खेलो इंडिया पैरा गेम्स 2025 में भी कई नए एथलीट भाग लेंगे। मुझे उम्मीद है कि देश को नई प्रतिभाएं देखने को मिलेंगी, जिससे भविष्य की संभावनाओं को पहचानने में मदद मिलेगी।

नवदीप ने आगे कहा, घरेलू टूर्नामेंट पैरा एथलेटिक्स के विकास के लिए महत्वपूर्ण हैं। हाल ही में संपन्न विश्व पैरा एथलेटिक्स ग्रैंड प्रिक्स 2025 में कई नए एथलीटों को भी शामिल किया गया और उन्हें अवसर मिले। केआईपीजी 2025 देश में प्रतिभाओं को सामने लाने में मदद करेगा।

संभावित कोर गुप

गोलकीपर: कृष्ण बहादुर पाठक, पवन, सूरज करकेरा, मोहित होब्लेनहॉल्लि शशि कुमार। डिफेंडर्स: जर्मनप्रीत सिंह, अमित रोहिदास, सुमित, संजय, जुगराज सिंह, अमनदीप लकड़ा, नीलम संजीव, वरुण कुमार, यशदीप सिवाव। मिडफील्डर्स: राजकुमार पाल, शमशेर सिंह, मनप्रीत सिंह, हार्दिक सिंह, विवेक सागर प्रसाद, नीलकांत शर्मा, मोइरंगथेम रबीचंद्र सिंह, मोहम्मद रहील मौसीन, विष्णुकांत सिंह, राजेंद्र सिंह, पूतब्बा सीबी। फॉरवर्ड्स: अभिषेक, सुखजीत सिंह, ललित कुमार उपाध्याय, गुरजंत सिंह, अंगद बीर सिंह, आदित्य अर्जुन लालगे, बाँबी सिंह धामी, सुदीप चिरमाको, सेल्चम कार्ति, शिलाबंद लकड़ा, दिलीप्रीत सिंह, उत्तम सिंह।



दर्पण

शुरु करना चाहते हैं मंगलवार का व्रत तो जानें कुछ जरूरी बातें

मंगलवार के व्रत को लेकर ऐसी मान्यता है यह बल, साहस, सम्मान और पुरुषार्थ को बढ़ाने वाला माना जाता है। इस व्रत को करने से हनुमानजी की प्रसन्न होकर हमारे जीवन के सभी संकटों को दूर करते हैं। साथ ही यह भी माना जाता है कि इस व्रत करने से हम सभी प्रकार की बुरी शक्तियों और नेगेटिव एनर्जी से दूर रहते हैं। कभी सोचा है कि हनुमानजी की व्रत मंगल को ही क्यों किया जाता है ? आज हम आपको बता रहे हैं कि किस वजह से हनुमानजी की पूजा मंगलवार को की जाती है।

व्रत के दौरान इन नियमों का करें पालन

- मंगलवार के व्रत में सबसे ज्यादा ध्यान पवित्रता का रखा जाता है।
- पूजा के वक्त मन को झंझर-उधर न भटकने दें। शांत मन से प्रभु का ध्यान करें।
- मंगलवार के दिन व्रत रखते हैं तो नमक का सेवन न करें। इसके साथ ही अगर किसी मीठी वस्तु का दान करते हैं तो उसे स्वयं ग्रहण न करें।
- मंगलवार के व्रत में भूलकर काले या सफेद वस्त्र पहनकर हनुमानजी की पूजा न करें। इस दिन लाल कपड़े पहनना सबसे अच्छा होता है।
- व्रत रखने वाले व्यक्ति को दिन भर में केवल एक बार भोजन करना चाहिए।

व्रत का आरंभ कब से करें

यदि आप रखना चाहते हैं मंगलवार का व्रत तो इसका आरंभ किसी भी महीने के शुक्ल पक्ष के पहले मंगलवार से करना सबसे अच्छा माना जाता है। यदि मन में कोई मनोकामना लेकर आप यह व्रत शुरू करना चाहते हैं तो 21 या 45 मंगलवार व्रत करने का संकल्प लेना चाहिए। ऐसा करने से आपके मनवांछित फल की प्राप्ति होती है। 21 या 45 मंगल व्रत करने के बाद आपको उद्यापन करना चाहिए। इस दिन ब्राह्मणों को भोजन करवाने के साथ ही दान पुण्य भी करना चाहिए।

क्या महिलाएं कर सकती हैं यह व्रत

महिलाओं के मन में हनुमानजी की पूजा को लेकर अक्सर संदेह बना रहता है। लेकिन पुराणों में बताया गया है कि महिलाएं भी बजरंगबली की पूजा कर सकती हैं और व्रत रख सकती हैं। किसी ग्रंथ में यह नहीं लिखा है कि महिलाओं को हनुमानजी की पूजा नहीं करना चाहिए। बस महिलाओं द्वारा हनुमानजी को लाल वस्त्र या फिर चोला नहीं चढ़ाया जाना चाहिए, क्योंकि वह आजीवन ब्रह्मचारी थे। महिलाओं को मासिक धर्म के बीच में मंगलवार पड़े तो व्रत नहीं करना चाहिए।

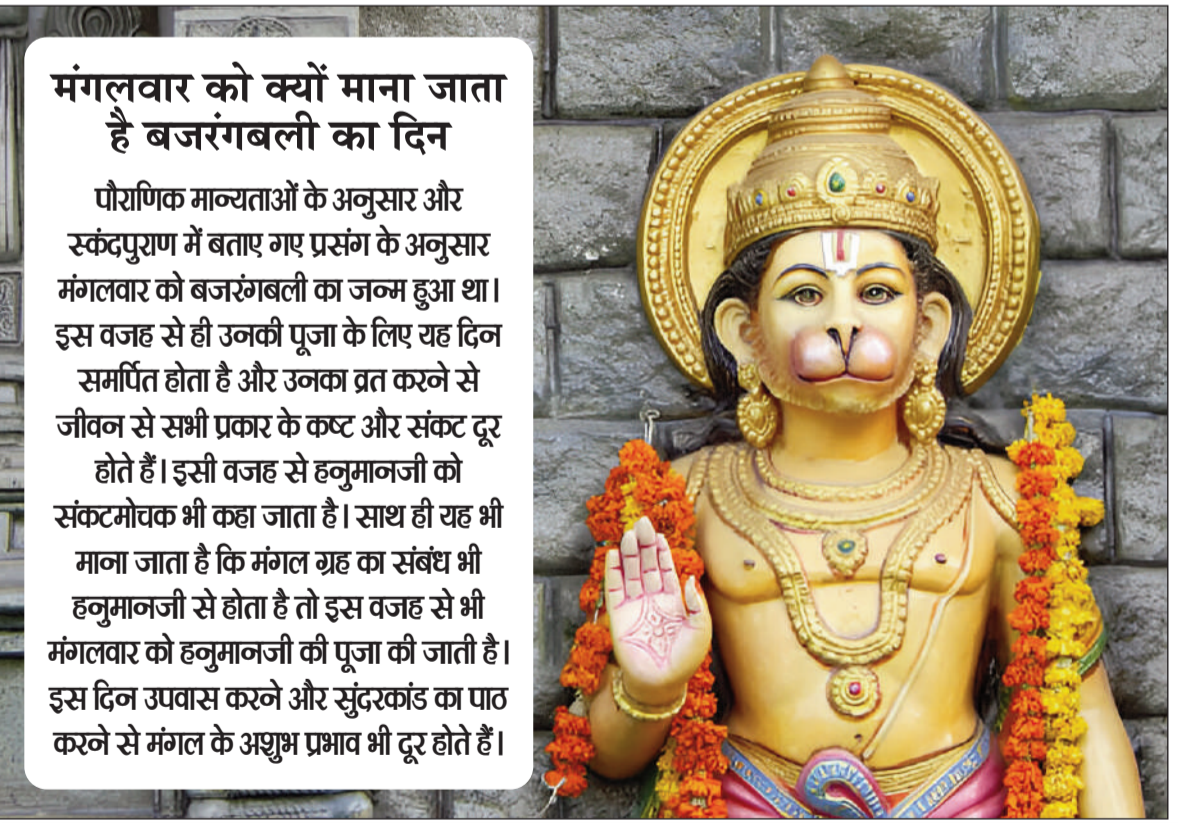
हनुमानजी की आरती

आरती कीजे हनुमान लला की। दुध दलन रघुनाथ कला की।
जाके बल से गिरिवर कापे। रोग दोष जाके निकट न झांके।
अंजलि पुत्र महाबलदायी। संतान के प्रभु सदा सहाई।।
दे बीरा रघुनाथ पढाए। लंका जारी सिया सुध लाए।।
लंका सो कोट समुद्र सी खाई। जात पवनसुत बार न लाई।।
लंका जारी असुर संहारे। सियारामजी के काज संवारे।।
लक्ष्मण मूर्छित पड़े सकारे। आणि संजीवन प्राण उबारे।।
पैठी पताल तोरि जमकारे। अहिरावण की भुजा उखाड़े।।
बाएं भुजा असुर दल मारे। दाहिने भुजा संतजन तारे।।
सुर-नर-मुनि जन आरती उतारे। जै जै जै हनुमान उचारे।।
कंचन धार कपूर् लौ छाई। आरती करत अंजना माई।।
लंकविध्वंस कीन्ह रघुराई। तुलसीदास प्रभु कीरति गाई।।
जो हनुमानजी की आरती गावे। बसी बैकुंठ परमपद पावे।।

आज के दिन करें ये काम, समस्याएं होंगी दूर

सप्ताह में मंगलवार का दिन हनुमान जी की पूजा अर्चना को समर्पित है। इस दिन उनकी उपासना करने से भक्तों को कई तरह के लाभ प्राप्त होते हैं। माना जाता है कि यदि सच्चे प्रेम भाव से मंगलवार के दिन पवन पुत्र हनुमान जी आराधना की जाए तो भक्तों के सभी दुख-दर्द दूर होते हैं और करियर से जुड़ी मनोकामनाएं भी पूरी होती हैं। धार्मिक ग्रंथों में बजरंगबली को शक्ति, शांति, बुद्धि, और भक्ति का देवता माना जाता है। वहीं ज्योतिष में उन्हें मंगल ग्रह का देवता कहा जाता है। उनके शुभ प्रभाव से व्यक्ति को नौकरी, व्यापार और निवेश में अच्छे परिणाम प्राप्त होते हैं। इस दौरान हनुमान जी की विशेष कृपा पाने के लिए कुछ उपाय करना लाभकारी हो सकता है, आइए इनके बारे में जानते हैं।

- **राम रक्षा स्तोत्र**
धार्मिक मान्यताओं के अनुसार मंगलवार के दिन राम परिवार संग बजरंगबली की पूजा करें। पूजा के दौरान राम रक्षा स्तोत्र का पाठ करें। ऐसा करने पर हनुमान जी की कृपा प्राप्त होती है और सभी बिगड़े काम भी बनने लगते हैं।
- **वृद्धी का प्रसाद**
ऐसा माना जाता है कि मंगलवार के दिन हनुमान जी को वृद्धी का प्रसाद चढ़ाने से वह प्रसन्न होते हैं, और भक्तों पर अपनी कृपा बरसाते हैं। मान्यता है कि लगातार 5-6 मंगलवार को इस उपाय को करने से धन वृद्धि के योग बनते हैं, साथ ही सभी प्रकार के दोष से छुटकारा मिलता है।
- **इस मंत्र का 108 बार जाप**
मंगलवार के दिन ३ उँ ३० क्रों क्रों स-



- **मंगलवार को क्यों माना जाता है बजरंगबली का दिन**
पौराणिक मान्यताओं के अनुसार स्कंदपुराण में बताए गए प्रसंग के अनुसार मंगलवार को बजरंगबली का जन्म हुआ था। इस वजह से ही उनकी पूजा के लिए यह दिन समर्पित होता है और उनका व्रत करने से जीवन से सभी प्रकार के कष्ट और संकट दूर होते हैं। इसी वजह से हनुमानजी को संकटमोचक भी कहा जाता है। साथ ही यह भी माना जाता है कि मंगल ग्रह का संबंध भी हनुमानजी से होता है तो इस वजह से भी मंगलवार को हनुमानजी की पूजा की जाती है। इस दिन उपावास करने और सुंदरकांड का पाठ करने से मंगल के अशुभ प्रभाव भी दूर होते हैं।
- **हनुमान जी को प्रसन्न करने के उपाय**
- राम नाम का जाप - हनुमान जी के परम भक्त होने के नाते, मंगलवार को हनुमान मंदिर जाकर राम नाम का जाप करना अत्यंत प्रभावी माना जाता है। इससे हनुमान जी प्रसन्न होते हैं और जीवन के सभी संकटों का निवारण होता है।
- राम रक्षा स्तोत्र का पाठ - इस दिन राम रक्षा स्तोत्र का पाठ करना अत्यधिक लाभकारी होता है। इसके साथ ही हनुमान जी को गुड़ और चने का भोग अर्पित करें, ताकि उनकी कृपा बनी रहे और जीवन में समृद्धि आए।
- मंगलवार का व्रत - यदि संभव हो तो मंगलवार का व्रत रखें और इस दिन गरीबों को भोजन कराने का कार्य करें। ऐसा करने से न केवल हनुमान जी की कृपा प्राप्त होती है, बल्कि जीवन में धन और अन्न की कभी कमी नहीं होती। इसके अलावा, यह उपाय कुंडली में मंगल ग्रह को भी मजबूत करता है।
- हनुमान जी को चोला चढ़ाना और सुंदरकांड का पाठ - मंगलवार को हनुमान मंदिर में जाकर हनुमान जी को चोला चढ़ाएं और साथ ही सुंदरकांड का पाठ करें। यह उपाय हनुमान जी की विशेष कृपा प्राप्त करने का एक उत्तम तरीका है।
- वट वृक्ष से पत्ते का उपाय - ब्रह्म मुहूर्त में उठकर एक वट वृक्ष का पत्ता लाएं, उसे गंगाजल से धोकर उस पत्ते पर लाल रंग से अपनी इच्छा लिखें और हनुमान जी के चरणों में अर्पित करें। ऐसा करने से आपकी सभी इच्छाएं पूरी होती हैं।
- रोजगार और धन प्राप्ति के उपाय - यदि आप रोजगार की तलाश में हैं, तो हनुमान जी को पान का बीड़ा अर्पित करें। इससे जल्द ही सफलता मिलती है। वहीं, धन प्राप्ति के लिए हनुमान जी को केवड़े का इत्र और गुलाब के फूलों की माला अर्पित करें।

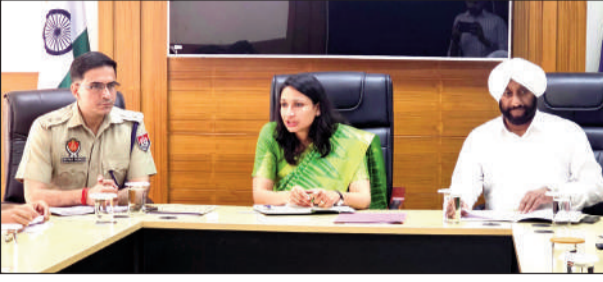
निगरानी और यातायात प्रबंधन प्रणाली के लिए आवश्यक यातायात संकेत और गति सीमा सुनिश्चित करने के निर्देश

नगर निगम और गमाडा को पुलिस के सहयोग से सड़कों पर जेब्रा क्रॉसिंग, स्टॉप लाइन और गति सीमा के संकेत लगाने को कहा

संवाददाता
मोहाली

साहिबजादा अजीत सिंह नगर (मोहाली) शहर में नए शुरू किए गए सिटी सर्विलांस एंड ट्रैफिक मैनेजमेंट सिस्टम में आवश्यक यातायात संकेतों और बुनियादी जरूरतों की कमी के बारे में शहर निवासियों की शिकायत के बाद विधायक कुलवंत सिंह ने सोमवार को जिला प्रशासन के साथ एक आपातकालीन बैठक की और नगर निगम और गमाडा को पुलिस के सहयोग से सड़कों पर यातायात संकेत तुरंत सुनिश्चित करने का निर्देश दिया।

सोमवार को जिला प्रशासनिक परिसर में डिप्टी कमिश्नर कोमल मिश्र, एसएसपी दीपक पारीक तथा नगर निगम कमिश्नर परमिंदर पाल सिंह व अन्य अधिकारियों के साथ बैठक करते हुए उन्होंने स्पष्ट किया कि सीसीटीवी निगरानी केवल राजस्व वसूली का जरिया नहीं होनी चाहिए, बल्कि इसका उद्देश्य आम लोगों को आरामदायक



एक सप्ताह के भीतर तथा गमाडा को दो सप्ताह के भीतर उपरोक्त सभी कमियों को दूर करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जेब्रा क्रॉसिंग दोनों तरफ खुली होनी चाहिए और किसी फुटपाथ, खर्बे या अन्य संरचना के कारण पैदल चलने वालों को कोई बाधा नहीं होनी चाहिए। उन्होंने स्टॉप लाइनों को पुनः चिह्नित करने के लिए भी कहा ताकि धुंधली रेखाएं जनता को स्पष्ट रूप से दिखाई दे सकें। डीसी ने चंडीगढ़ की तर्ज पर गति सीमा संबंधी साइनबोर्ड लगाने के भी निर्देश दिए ताकि हल्के व भारी वाहनों की गति सीमा

पीएम विश्वकर्मा योजना के कार्यान्वयन पर समीक्षा बैठक का हुआ आयोजन



संवाददाता
चंडीगढ़

सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम मंत्रालय (एमएसएमडी) भारत सरकार के सचिव की चंडीगढ़ में मंगलवार को आगामी यात्रा से पहले सोमवार को उपायुक्त-सह-सचिव उद्योग, चंडीगढ़ निशांत यादव की अध्यक्षता में एक पूर्णवर्ती समीक्षा बैठक बुलाई गई थी। केंद्र शासित चंडीगढ़ में पीएम विश्वकर्मा योजना की प्रगति का आकलन करने के लिए एस्टेट कार्यालय, सेक्टर 17 में बैठक आयोजित की गई थी। निदेशक, उद्योग विभाग, चंडीगढ़ ने हितधारक विभागों के प्रमुख अधिकारियों के साथ बैठक में सक्रिय रूप से भाग लिया। एमएसएमडी-

योगासन एम्. चंडीगढ़ द्वारा अस्मिता योगासन सिटी लीग आयोजित

चंडीगढ़। योगासन एसोसिएशन चण्डीगढ़, जो योगासन भारत (एनवाईएसएफ) से संबद्ध है, ने अस्मिता योगासन सिटी लीग 2024-25 का आयोजन गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ योग एजुकेशन एंड हेल्थ, सेक्टर 23-ए में हुआ। एसोसिएशन के सचिव रोशन लाल ने बताया कि भारतीय खेल प्राधिकरण (एसएआई) द्वारा शुरू की गई अस्मिता योगासन सिटी लीग में दो आयु वर्गों (12-18 वर्ष और 18-55 वर्ष) में पारंपरिक योगासन और कलात्मक योगासन एकल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया था। पारंपरिक योगासन प्रतियोगिता के आयु वर्ग 12-18 वर्ष में गुरुकिरत कौर प्रथम, कृतिक्या द्वितीय, कुसकुम तृतीय तथा आयु वर्ग 18-55 वर्ष में पूनम प्रथम, सिमरन द्वितीय, काजल तृतीय रही। कलात्मक योगासन एकल प्रतियोगिता के आयु वर्ग 12-18 वर्ष में अग्रिमा उनियाल प्रथम, गुरुकिरत कौर द्वितीय, कृतिक्या तृतीय तथा आयु वर्ग 18-55 वर्ष में सिमरन शर्मा प्रथम, मनीषा शर्मा द्वितीय, डॉ. प्राची मान तृतीय रही।

योगोत्सव कार्यक्रम का आयोजन

दैनिक जीवन में योग अच्छे स्वास्थ्य के लिए जरूरी

संवाददाता
पंचकूला

राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान पंचकूला में आयुष मंत्रालय के दिशानिर्देशों के अनुसार, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 के लिए 'योगोत्सव' नामक काउन्डडाउन इवेंट 17 मार्च 2025 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, नई दिल्ली के सहयोग से सफलतापूर्वक आयोजित किया गया। इस आयोजन के माध्यम से आईडीवाई 2025 के लिए 96 दिन शेष रहने का संकेत दिया गया और योग के दैनिक जीवन में महत्व को बढ़ावा दिया गया। यह आयोजन कुलपति प्रो. संजीव शर्मा, डीन प्रो. गुलाब चंद पम्पानी, एवं डीन-इन-चार्ज प्रो. सतीश गंधर्व के कुशल नेतृत्व में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में अतिथि के रूप में अश्विनी शर्मा, सह राज्य प्रभारी एवं योग शिक्षक, युवा भारत इकाई, चंडीगढ़, पतंजलि योगपीठ,



हरिद्वार, और डॉ. गौरव कुमार गर्ग, डीएमएस, की गरिमापूर्ण उपस्थिति रही। कार्यक्रम की शुरुआत दीप प्रज्वलन से हुई, जिसके बाद डॉ. शिखा पी, मेडिकल ऑफिसर द्वारा पतंजलि वंदना का सस्वर गायन किया गया। डॉ. पूजा हसन जो, सहायक प्रोफेसर, स्वस्थवृत्त एवं योग विभाग, ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। प्रो. सतीश गंधर्व ने कार्यक्रम की पृष्ठभूमि और योग के महत्व पर प्रकाश डाला। सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) का अभ्यास अश्विनी शर्मा के नेतृत्व में किया गया, जिसमें ईश्वर दत्त जोशी, योग शिक्षक एवं सदस्य, युवा भारत इकाई, पंचकूला, और जितेंद्र, राष्ट्रीय स्तर के योग खिलाड़ी, ने योग

लालडू डेराबस्सी ब्लॉक के एक गांव की 32 वर्षीय महिला के साथ दुष्कर्म व उसे ब्लैकमेलिंग के आरोप में 35 वर्षीय एक अविवाहित युवक के खिलाफ दर्ज किया गया है। पीड़िता एक विधवा और तीन बच्चों की मां है जो इंस्टाग्राम के जरिए उक्त युवक के संपर्क में आई थी। उसका आरोप है कि युवक ने शादी का झांसा देकर उसे कई बार दुष्कर्म का शिकार बनाया। लालडू पुलिस ने जीरो एफआईआर दर्ज कर अगली कार्रवाई के लिए अंबाला कैंट पुलिस थाने भेज दी है। जानकारी मुताबिक शिकायकर्ता महिला तीन बच्चों की मां है जिसके पति की अप्रैल 2021 में देहांत हो गया था। अपनी शिकायत में उसने बताया कि इंस्टाग्राम के जरिए विशाल वासी तेलीपुरा जिला यमुनानगर उसके संपर्क में आया और शादी का झांसा देकर उसे कई बार अंबाला कैंट के बस स्टैंड के साथ होटल ले जाता रहा और उसे अपनी हवस का शिकार बनाया। इस दौरान आरोपी विशाल ने उसके कुछ आपतिजनक तस्वीरें भी खींची थीं जो जिनके दम पर वह पीड़िता को ब्लैकमेल करने लगा था।

भारत में वस्त्र क्षेत्र की क्रांति: एक उदीयमान उपभोक्ता पावरहाउस की गाथा

परिचय का एक दशक - समृद्ध भारत का उदय

एक दशक पूर्व भारत की जनसंख्या लगभग 125 करोड़ थी। उपभोक्ताओं का खर्च मुख्य रूप से इच्छा के बजाय आवश्यकता से प्रेरित होता था। खरीदारी का पूर्णतः प्रशासन बहुत ही आसान था। इच्छाओं के लिए बने कपड़े, सावधानीपूर्वक योजना आधारित खर्च और फिजूलखर्ची की बजाय बचत पर ध्यान केंद्रित किया जाता था। लक्जरी ब्रांडों की दूर से प्रशंसा की जाती थी। उच्च श्रेणी का फैशन अभिजात वर्ग तक ही सीमित था। आज देश की जनसंख्या लगभग 142 करोड़ हो गई है। मध्यम वर्ग तेजी से बढ़त की ओर है। वही परिवार वर्ग आत्मविश्वास से प्रीमियम स्टोर में कदम रखता है। वहीं परिवार आसानी से ऑनलाइन खरीदारी करता है। इच्छा ही नहीं, अपने जीवन में अनेक अवसरों को उत्सव के तौर पर देखता है। भारत अब न केवल आगे बढ़ रहा है, बल्कि यह समृद्ध भी हो रहा है।

(पीएलआई) योजना और पीएम मित्र टेक्सटाइल पार्क द्वारा और सशक्त किया गया। जैसे-जैसे विनिर्माण में उछाल आया, रोजगार सृजन हुआ और इसके साथ ही डिस्पोजिबल आय में वृद्धि हुई। इसके परिणामस्वरूप भारतीयों के खर्च करने के तरीके बदल गए। उपभोग अब भारत के विकास की गाथा के केंद्र में है, जो कपड़ा क्षेत्र को स्वर्ण युग में ले जाने के लिए तैयार है।

एक सशक्त भारत झ आत्मविश्वास से परिपूर्ण, साहसी और आकांक्षी

पिछले कई वर्षों में, आकांक्षारं सवमुच वास्तविकता से आगे निकल गई। लोगों ने कड़ी मेहनत की, बड़े सपने देखे, फिर भी अक्सर पहुंच से बाहर लगे। फिर नीति-संचालित परिवर्तन के एक दशक ने महत्वाकांक्षा को उमलधि में बदल दिया। इन्फ्रास्ट्रक्चर का विस्तार हुआ, डिजिटल इंडिया ने आकार लिया और आर्थिक सुधार मूर्त विकास का इंसान बन गए। इसके प्रभाव से भारत एक युगवता, शैली और सुविधा को अपनाने के लिए तैयार आत्मविश्वासी उपभोक्ताओं वाले देश के रूप में विकसित हो गया।

दोस्तों से भी अधिक है। यह बदलती समृद्धि फैशन, कपड़ा और जीवन शैली वाले उत्पादों की अभूतपूर्व मांग को बढ़ावा दे रही है। 2027 तक, भारत चौथा सबसे बड़ा उपभोक्ता टिकाऊ बाजार होगा, जो न केवल सामर्थ्य बल्कि आकांक्षाओं से प्रेरित होगा।

भारत की फैशन क्रांति - परिचय का महत्वाकांक्षा से मिलन

कभी पश्चिमी अवधारणा, फास्ट फैशन अब युवा भारतीयों के लिए जीवन का एक तरीका है। जो कभी अनजान था, वह अब पहुंच के भीतर है। इसका श्रेय जूटियो, रिलायंस ट्रेड्स और शीन जैसे ब्रांडों को जाता है। वे ब्रांड 10 बिलियन डॉलर के उद्योग को बढ़ावा दे रहे हैं। यह कारोबार 2030 तक 50 बिलियन डॉलर तक पहुंचने के लिए तैयार है। लेकिन यह बदलाव



गिरिराज सिंह केन्द्रीय वस्त्र मंत्री

है। यह सरकार द्वारा संचालित पहलों का प्रत्यक्ष परिणाम है। बिचौलियों को खत्म करके कारीगरों के प्लेटफॉर्म को डिजिटल बनाकर और सीधे शाहक-से-कारिगर कनेक्शन को सक्षम करके, डिजिटल इंडिया ने फैशन को शक्ति देकर उसे बेचने के तरीके को बदल दिया है। महाराष्ट्र की पैठणी, कश्मीर की पश्मीना - अब एक बटन के क्लिक पर उपलब्ध है। फैशन का यह लोकतंत्रीकरण कारीगरों को सशक्त बना रहा है। इससे विरासत शिल्प को पुनर्जीवन मिल रहा है। और भारत की वस्त्र विरासत को वैश्विक मंच पर सबसे आगे आ रहा है।

केवल सामर्थ्य के बारे में नहीं है - लक्जरी और विरासत वाले वस्त्र फास्ट फैशन के साथ-साथ फल-फूल रहे हैं। जैसे-जैसे आकांक्षी परिवार 2027 तक 100 मिलियन का आंकड़ा पार कर रहे हैं, हस्तनिर्मित कपड़े, रेशम की साड़ियां और उच्च श्रेणी के डिजाइनर परिधान फिर से उभर रहे हैं।

यह क्रांति कोई संयोग भर नहीं है। यह सरकार द्वारा संचालित पहलों का प्रत्यक्ष परिणाम है। बिचौलियों को खत्म करके कारीगरों के प्लेटफॉर्म को डिजिटल बनाकर और सीधे शाहक-से-कारिगर कनेक्शन को सक्षम करके, डिजिटल इंडिया ने फैशन को शक्ति देकर उसे बेचने के तरीके को बदल दिया है। महाराष्ट्र की पैठणी, कश्मीर की पश्मीना - अब एक बटन के क्लिक पर उपलब्ध है। फैशन का यह लोकतंत्रीकरण कारीगरों को सशक्त बना रहा है। इससे विरासत शिल्प को पुनर्जीवन मिल रहा है। और भारत की वस्त्र विरासत को वैश्विक मंच पर सबसे आगे आ रहा है।

विलासिता और विरासत - पहले की तुलना में अतिरिक्त सुलभ

भारतीय शायित्स हमेशा भव्य रही हैं। किंतु, आज वे अरबों-खरबों डॉलर की आर्थिक शक्ति हैं। 45 बिलियन डॉलर का विवाद उद्योग पारंपरिक बुनाई क्लस्टरों में नई जान फूंक रहा

है। इसमें परिवार बढ़ पैमाने पर उत्पादन का बजाय कलात्मकता को चुन रहे हैं। विलासिता अब लेबर के बारे में नहीं है, वैसे-वैसे इसकी विकल्प चुन रहे हैं। वे हाथ से बुने हुए बनारसी रेशम, जटिल कांजीवरम और भारत की समृद्ध वस्त्र विरासत का जश्न मनाने वाले डिजाइनर का चयन कर रहे हैं।

लेकिन परिवर्तन केवल परिधान तक ही सीमित नहीं है। जैसे-जैसे भारत की अर्थव्यवस्था बढ़ रही है, वैसे-वैसे इसकी सुंदरता की चाहत भी बढ़ रही है। पित वर्ष 2019-23 के बीच रियल एस्टेट की कीमतों में 30 प्रतिशत की वृद्धि हुई है, और बढ़े, अधिक परिष्कृत घरों के साथ हस्तनिर्मित साज-सज्जा, डिजाइनर असबाब और विरासत सजावट की मांग बढ़ गई है। आधुनिक घर अब भारतीय शिल्प कोशला का प्रदर्शन बन गए हैं। इसके परिणाम स्वरूप हाथ से बने वस्त्रों की मांग फैशन से परे इंटीरियर और लक्जरी लिविंग बढ़ रही है।

भारत के वैश्विक फैशन नेतृत्व की शुरुआत

भारत का कपड़ा उद्योग अकेला विश्व के बारे में नहीं है। यह नवाचार, डिजाइन और वैश्विक प्रभाव के बारे में है। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में, 'मेक इन इंडिया' डिजाइन इन इंडिया' में विकसित हुआ है, जहां भारतीय रचनात्मकता अंतरराष्ट्रीय क्रांति को आकार

देती है। अनुसंधान और विकास पर सरकार का ध्यान और एक संपन्न स्टार्टअप इको-सिस्टम का बढ़ावा देने से बेजोड़ आर्थिक विकास का मार्ग प्रशस्त हुआ है। तीन टी झू टेक्सटाइल (वस्त्र), दूरिष्म (पर्यटन) और टेकोलॉजी (प्रौद्योगिकी) - पर काम करते हुए अपना देश अब एक विकसित भारत की नींव रख रहा है।

हाल ही में बजट में वस्त्र उद्योग को प्राथमिकता दिए जाने के साथ, 136 बिलियन डॉलर का परेल् उद्योग 2030 से पहले ही 250 बिलियन डॉलर को पार कर जाएगा। इससे वैश्विक अग्रणी के रूप में भारत के स्थान की पुष्टि होती है। निजी खपत 2013 में 87 लाख करोड़ रुपये से बढ़कर 2024 में 183 लाख करोड़ रुपये हो गई है। 2030 तक सकल परेल् उत्पाद 635 लाख करोड़ रुपये को सूंने का अनुमान है। निजी खपत सकल परेल् उत्पाद का लगभग 60 प्रतिशत हिस्सा होगी। यह बदलाव भारत को वैश्विक खपत शक्ति बना देगा, जो अमेरिका, चीन और जर्मनी जैसे विकसित देशों से भी आगे निकल जाएगा।

लेकिन भारत का उदय केवल इस बारे में नहीं है कि कितना उपभोग किया जा रहा है। यह इस बारे में है कि इसे क्या महत्व दिया जा रहा है। भारतीय कपड़ा उद्योग को कभी उत्पादन केंद्र के रूप में देखा जाता था। अब इसे वैश्विक फैशन ट्रेड तय कर रहा है। दुनिया भर के लोग फैशन इसके शिल्प कोशला के लिए, बल्कि इसकी दूरदर्शिता, लालित्य और विरासत के