



दैनिक

सीहोर जिले का प्रथम दैनिक

K K

RNI No.MPHIN/2003/10309

# दिनिंज किरण

त्वदीय पाद पंकजम् नमामि देवी नर्मदे | सीहोर जिले, होशंगाबाद संभाग एवं जबलपुर से एक साथ प्रकाशित एकमात्र समाचार-पत्र

प्रेरणापुंज -विचित्र कुमार सिन्हा

वर्ष-21 अंक-300 सीहोर, गुरुवार 23 जनवरी 2025

पृष्ठ-8 मूल्य -1 रुपये

सम्पादक- कृष्णकान्त सक्सेना

-आग की अफवाह-

## चैन खींचकर ट्रेन से कूद गए लोग 10 से ज्यादा की मौत



जलगांव (ए.)। महाराष्ट्र के जलगांव जिले के पांडा रेलवे स्टेशन पर अचानक से अफरा-तफरी का माहौल हो गया। यहां एक अफवाह की वजह से बड़ा हादसा हो गया। इसकी वजह से आग लगने की अफवाह फैल गई। इस अफवाह के बाद ट्रेन में लोग अपनी जान बचाने के लिए ट्रेन से कूदने लगे। इसी बीच यात्रियों ने ट्रेन की चेन खींच दी और ट्रेन रुक गई। यह ट्रेन लखनऊ से मुंबई जा रही थी। ठीक उसी वक्त मनमाड से भुसावल जा रही कर्नाटक एक्सप्रेस दूसरे ट्रेन से गुजर रही थी।

### पहियों से निकली चिंगारी को समझ लिया आग

बताया जा रहा है कि पुष्टक एक्सप्रेस परांडा रेलवे स्टेशन के पास आ रही थी। तभी ट्रेन के मोटरमैन ने ब्रेक लगाया तो पहियों से चिंगारीया निकलने लगी। इसी दौरान यात्रियों में अफवाह फैल गई कि ट्रेन में आग लग गई है और डरे सहमे लोगों ने कोच से कूदना शुरू कर दिया। हालांकि, जलगांव के जिला कलेक्टर ने कहा कि आग लगने की अफवाह की अभी पुष्टि नहीं हो पाई है। उन्होंने कहा कि तीन अस्पतालों को सक्रिय कर दिया गया है और सभी आवश्यक उपयोग किए जा रहे हैं। उधर रेलवे अधिकारियों ने भी पुष्टक एक्सप्रेस में अलाम चेन खींचने की पुष्टि की है। उन्होंने कहा कि ऐसी संभावना है कि (हाँट एक्सप्रेस से) धूंध के कारण लोगों ने चेन खींची होगी और उसी समय ट्रेन से कूदना शुरू कर दिया होगा।



मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने पुणे में दगड़ सेठ गणपति मंदिर पुणे में दर्शन कर पूजा-अर्चना की।



### श्रीरामलला के मंदिर में उमड़ा जनसैलाब, जयकारों से गूंजी अयोध्या

अयोध्या (आरएनएस)। रामनगरी में बुधवार को फिर से ऋद्धालुओं का हुजूम उमड़ पड़ा। सुबह कोहोरा और बेतहाशा ठंड के बावजूद बड़ी संख्या में ऋद्धालुओं ने दर्शन-पूजन किए। हर तरफ जय श्रीराम के जयकारे लगते रहे। मारों एक बार फिर से ब्रेता युग लौट आया हो। श्री रामचंद्र के दर्शन के लिए ऋद्धालु देश शाम तक जन्मभूमि पथ पर कारबद्ध दिखे। इस दौरान सुरक्षा व्यवस्था के भी पुखा इंतजाम किए गए थे। व्य्वहार मंदिर में 22 जनवरी 2024 में ही रामलला विराजमान हुए थे। अंग्रेजों कैलेंडर के मुताबिक बुधवार को राम मंदिर की पहली वर्षगांठ पर ऋद्धालुओं का सैलाब नजर आया इससे पहले श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट ज्योतिषाचार्यों के मुताबिक 11 जनवरी को ही पहली वर्षगांठ मना चुका है। तीन दिन आयोजन भी हुए। उस दौरान भी लाखों की संख्या में ऋद्धालुओं ने अयोध्या पहुंचकर रामलला के दर्शन किए थे। अब जब बारी आई 22 जनवरी की तो बड़ी संख्या में ऋद्धालु अपनी श्रद्धा निवेदित करने पहुंच गए। प्रदेश की योगी सरकार ने दर्शनार्थियों के लिए स्वच्छता और सुरक्षा व्यवस्था पुखा करने के निर्देश दिए हैं। जिता प्रशासन मुख्यमंत्री के साथ जुटा दिया।

## चीन के बाद भारत के इस शहर में फैली खतरनाक बीमारी, अब तक 17 की मौत



रही जांच के बीच अधिकारियों ने प्रावित क्षेत्र में एक झरने की सील कर दिया। फिलहाल, झरने (बावली) से लिए गए पानी में कुछ कीटनाशकों की मौजूदाई की पुष्टि हुई है। इस वजह से इलाके के लोगों में दहशत का माहौल है।

केंद्रीय टीम रहस्यमयी बीमारी से मौतों के कारणों का पता लगाने के लिए जांच कर रही है। इस अंतर-मंत्रालयी टीम की जम्म-कश्मीर के फॉर्मैसियों साइंस, पश्चालन और खाड़ी सुरक्षा विभाग भी मदद कर रहे हैं। टीम रविवार को ही बुधवार पहुंच गई थी।



### यूसीसी मुसलमानों के खिलाफ नहीं बल्कि विवाह सुधार के लिए : शाहनवाज हुसैन

नई दिल्ली (आरएनएस)। भारतीय जनता पार्टी के दिग्गज नेता एवं पूर्व केंद्रीय मंत्री शाहनवाज हुसैन बुधवार को आईएएनएस खास बातचीत की। इस दौरान उन्होंने समाज नारायण संस्थान (यूसीसी) तो मुसलमानों के खिलाफ बताए जाने के एआईएएमआईएप्रमुख असदुद्दीन ओवैसी को सिसे से खारिज किया। उन्होंने कहा कि यूसीसी मुसलमानों के खिलाफ नहीं बल्कि विवाह सुधार के लिए है। असदुद्दीन ओवैसी के बयान कि यूसीसी को सिस्फ मुसलमानों को परेशान करने के लिए बनाया जा रहा है, इस पर भाजपा नेता शाहनवाज हुसैन ने कहा, देश में संविधान है, क्रियमिल लों को सभी मानने हैं, लेकिन जब सिविल लों में बाबराजी की बात आती है, तो उस पर ऐराज हो जाता है। जो मुसलमान यूरोप और इंडिया में रहते हैं, वे वहां के कानून, सिविल लों को मानते हैं कि नहीं, अपने देश गोवा में भी मानते हैं। उन्होंने आगे कहा, मुसलमानों को तंग करने को कोई इरादा नहीं है। बल्कि विवाह सुधार के लिए ये कानून लाया जा रहा है। संविधान निर्माताओं ने भी कहा था कि विवाह सुधार और यूसीसी होना चाहिए, जिसके लिए हम प्रयास कर रहे हैं।

## सर्दी के मौसम में गर्मी का अहसास

एकदम से बदला मौसम का

मिजाज



28.03 डिग्री सेल्सियस सामान्य से 3 डिग्री अधिक दर्ज किया गया, वहां न्यूनतम तापमान 11.4 डिग्री सेल्सियस सामान्य से 1 डिग्री अधिक दर्ज किया गया। हवा में नमी प्राप्त काल 89 प्रतिशत और सायंकाल 40 प्रतिशत दर्ज की गई। घूमायदान 6.53 बजे और सूर्यास्त शाम 5.52 बजे हुआ।

उत्तरी हवाओं 2 से 3 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से चलती हैं। गर्त वर्ष आज के दिन का अधिकतम तापमान 23.8 डिग्री सेल्सियस व न्यूनतम तापमान 6.8 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया था। प्रदेश में सभी ट्रेन और साइर्कल बालों को जाम की समस्या से राहत दिलाने के उद्देश्य से बनाया गया है। जो जीवांग और लोकार्पण से क्षेत्र के निवासियों को न केवल समय की बचत होगी, बल्कि यातायत में होने वाली असुविधा भी स्थानीय रूप से दूर होगी।

मौसम कार्यालय के मूत्रात्मक पिछले 24 घंटों के दौरान नगर का अधिकतम तापमान रहने की संभावना है।

### 9 साल की बच्ची के पेट से निकले डेढ़ किलो बाल, डॉक्टरों ने बताई इसके पीछे की वजह

मुजफ्फरपुर (आरएनएस)। बिहार के मुजफ्फरपुर में एक दुर्घटना मामले में, श्री कृष्ण मेडिकल कॉलेज एंड हॉस्पिटल (एसकेएमसीएच) के डॉक्टरों ने एक 9 वर्षीय बच्ची के पेट से सफलतापूर्वक डेढ़ किलो बालों का गुच्छा निकाला। बच्ची के पेट से बाल खाने की आदत से पीड़ित थी, जो कि ड्राइकॉलिटोमेनिया नामक एक मनोरोग का लक्षण है।

सोबांगज की रहने वाली इस बच्ची को पेट में लगातार दर्द और भूख न लगने की शिकायत थी, जिसके बाद उसके परिवार बाले उसे एसकेएमसीएच के सुपर स्पेशलियटिक ब्लॉक में ले गया। जाँच के दौरान, एक्स-रेंजरी स्कैन में बच्ची के पेट में बालों का एक बड़ा गुच्छा खाय गया। पेंडियाटिक सर्जरी विभाग द्वारा बच्ची के नेतृत्व में डॉक्टरों की एक टीम ने बच्ची का अपेक्षण किया और सफलतापूर्वक बालों के गुच्छे को निकाला। डॉक्टरों ने बताया कि बच्ची ड्राइकॉलिटोमेनिया से पीड़ित है, एक ऐसी स्थिति जिसमें व्यक्ति अनियंत्रित रूप से अपने बाल खाने लगता है।

## मोदी सरकार ने किसानों को दिया बड़ा तोहफा, बढ़ाई गई एमएसपी



नई दिल्ली (आरएनएस)। पीएम मोदी के नेतृत्व में बुधवार को एक बड़ा तोहफा दिया गया। केविनेट ने केवल जब्तू की लेनदेन से एक लाख रुपये की राशि दिया गई है। केविनेट ने केवल जब्तू के लिए एमएसपी 5,650 रुपये प्रति किंटल (विपणन सीजन 2025-26 के लिए) को मंजुरी दे दी है। पीएम गोवा में आगे कहा गया है कि मोदी सरकार सीएसपी को सिर्फ आधार पर लगातार एमएसपी बढ़ा रही है।

### दिल्ली दंगों के आरोपी ताहिर हुसैन को सुप्रीम कोर्ट से राहत नहीं, अंतरिम जमानत पर एकमत नहीं पीठ

नई दिल्ली (आरएनएस)। सुप्रीम कोर्ट ने बुधवार को 2020 के दिल्ली दंगों के आरोपी ताहिर हुसैन की अंतरिम जमानत याचिका पर सुनवाई हुई। कोर्ट ने पूर्व आप नेता ताहिर हुसैन की जमानत याचिका पर विवाहित फैसला सुनाया।

ताहिर हुसैन की अंतरिम जमानत याचिका पर सुप्रीम कोर्ट की दो जजों की पीठ एकमत नहीं है। दो जजों की पीठ में से एक न्यायमूर्ति पंकज मितल ने पूर्व आप नेता की याचिका खारिज कर दी थी तो वहीं न्यायमूर्ति अहसानुद्दीन अमानुल्लाह ने याचिका को स्वीक











## करण जौहर ने की नए म्यूजिक ट्रैक स्नेक की तारीफ

बालीवुड एक्ट्रेस नोरा फतेही और जेसन डेरुलो के नए म्यूजिक ट्रैक स्नेक की बालीवुड फिल्म निर्माता करण जौहर ने जमकर तारीफ की है। इस गाने का वीडियो शेयर करते हुए करण ने अपने इंस्ट्राग्राम पर लिखा, शानदार लग रहे हो दोस्तों।

बैट्स्टर्न और मिडिल ईंस्ट के प्रबालों का अनूठा मिश्रण यह गाना न केवल भारत में, बल्कि अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर भी सुखियों बटोर रहा है। इस गाने ने अपनी अनोखी धून और आकर्षक विजुअल्स के चलते दर्शकों और म्यूजिक प्रेमियों को मोहित कर लिया है। स्नेक में नोरा फतेही के बेहतरीन डांस मूस्य और गवर के जेसन डेरुलो की सिनेमा एंटरटेनमेंट म्यूजिकल स्टाइल के साथ मिलाकर एक क्रॉस-कल्चर म्यूजिपीसी मास्टरपीस तैयार की गई है। यह ट्रैक ग्लोबल म्यूजिक इंडस्ट्री में तेज़ी से अपनी घबचान बना रहा है और इसे बड़े स्तर पर साहस्रनाम मिल रही है। करण जौहर समेत कई अन्य बालीवुड हस्तियों ने भी इस गाने की तारीफ की है।

इस गाने को लेकर नोरा फतेही ने बताया, मैं हमेशा से ऐसा कुछ करना चाहती थी, जो अलग-अलग संस्कृतियों को जोड़ सके और इसे ग्लोबल ऑफिशियल तक पहुंचाया जा सके। हमारा फोकस एक ऐसा हुक किएट करने पर था, जो सिंपल और यादगार हो। गाने के वीडियो को खब्बसूरत मोरक्कन शहर मराकेश में फिल्माया गया है। इसे रोनोरो के निर्देशक अद्वैत किया एवं अद्वैत ने निर्देशित किया है, जबकि इसकी कोरियोग्राफी भारत के रमजान देव ने की है। गाने के प्रोडक्शन में नोरा फतेही और टॉमी ब्राउन ने मिलकर काम किया है।

## रोज़लिन ने हिना की बातों को गुमराह करने वाला बताया



अभिनेत्री और कैंसर सर्वाइवर रोज़लिन खान ने कैंसर का इलाज करा रही अभिनेत्री हिना खान के बयानों पर गंभीर सवाल खड़े किए हैं। रोज़लिन खान, जो स्टेज 4 कैंसर से उत्तर चुकी हैं, ने हिना खान के कैंसर से जुड़ी बातों को अतिरिक्त और गुमराह करने वाल बताया।

उन्होंने हिना के इलाज और उनकी कैंसर रिकवरी के विवरण पर सवाल उठाते हुए कहा कि स्टेज 3 कैंसर में पहले सर्जरी, फिर कीमोथेरेपी और बाद में रेडिएशन होता है। उन्होंने हिना के 15 घंटे की सर्जरी और सर्जरी के तुरंत बाद मुस्कराते हुए बाहर आने की बात को झूट कराया। रोज़लिन ने कहा, मास्टेकॉर्टी के बाद मरीज को लंबे समय तक नशे में रखा जाता है। मेरी अपनी सर्जरी तीन दिनों तक रिकवरी के लिए नशे में थी। हिना खान के दावों से लगता है कि वह सिर्फ सुखियों में बने रहने के लिए यह सब कर रही है। उन्होंने यह भी सवाल उठाया कि हिना अपनी कीमोथेरेपी के दौरान यात्राएं कैसे कर रही थीं। कीमोथेरेपी के बाद, यात्रा करना कैंसर प्रोटोकॉल के खिलाफ है। साथ ही, वह अपने गंजे सिर को छिपा रही है। यदि यह कैंसर जागरूकता को लेकर गंभीर हैं, तो अपनी रिपोर्ट्स सार्वजनिक करें, रोज़लिन ने कहा। हिना खान ने इन बयानों पर कोई प्रतिक्रिया नहीं दी है। वह वर्तमान में यह लक्ष्मी नायक सीरीज़ में नजर आ रही हैं। यह सीरीज़ एक गुहाणी लक्ष्मी की कहानी है, जो अपने परिवार को बचाने के लिए इम्स और अपराध की दुनिया में कदम रखती है। रुमान किरदार द्वारा निर्देशित इस सीरीज़ में हिना के साथ चंकी पांडे, राहुल देव और दिव्यों भूष्णार्च जैसे सितारे भी अमृत भूमिका निभा रहे हैं। फिल्माल, हिना खान और रोज़लिन खान के बीच यह बयानबाज़ी कैंसर से जुड़े सवेदनशील मुद्रे को नई बहस का रूप दे रही है। दर्शक और प्रशंसक इस पर हिना की प्रतिक्रिया का इंतजार कर रहे हैं।

## वर्कआउट के तुरंत बाद पानी चाहिए या नहीं? जानिए जिम से पहले कितनी मात्रा में पीना सही

फिट रहने के लिए ज्यादातर लोग रोजाना नियमित वर्कआउट करना पसंद करते हैं। वर्कआउट करना कई लोगों के लिए जीवन का हिस्सा बनता जा रहा है। वर्कआउट करने के बाद हमें खूब पसीना आता है। साथ ही गला भी सूखने लगता है। इस बजह से, कई लोग खुद को हाइड्रेट रखने के लिए वर्कआउट के तुरंत बाद ठंडा या सादा पानी पीते हैं। लेकिन, सवाल उठता है कि क्या वर्कआउट के तुरंत बाद पानी पीना अच्छा है? वर्कआउट के तुरंत बाद पानी सही है।

विशेषज्ञों के मुताबिक वर्कआउट के बाद खुद को हाइड्रेट रखना बहुत जरूरी है। ऐसा इसलिए है क्योंकि वर्कआउट के कारण निकलने वाला पसीना हमारे शरीर में तरल पदार्थ और इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी कर देता है। इसके तुरंत बाद ठंडा पानी पीना जरूरी है। हालांकि, वर्कआउट के तुरंत बाद ठंडा पानी पीना हानिकारक हो सकता है। क्योंकि वर्कआउट करने से शरीर का तापमान बढ़ जाता है। ऐसे में ठंडा पानी पीने से सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है।

वर्कआउट के बाद ठंडा पानी पीने के नुकसान वर्कआउट के तुरंत बाद ठंडा पानी पीने से शरीर का तापमान कम हो सकता है। इससे आपको सर्दी लगने की बहुत अधिक संभावना है। ठंडा पानी पीने से बजन बढ़ सकता है। इसलिए विशेषज्ञ वर्कआउट के बाद सामान्य पानी पीने की सलाह देते हैं। इससे न सिर्फ बजन कम होता है, बल्कि अन्य संभावित खतरे भी दूर होते हैं। वर्कआउट के तुरंत बाद पानी पीने से हृदय गति पर भी असर पड़ता है। क्योंकि वर्कआउट करने से ब्लड सर्क्सेशन तेज होता है। इसी तरह ठंडा पानी पीने से हृदय गति और रक्त संचार कम हो जाता है।

## वर्कआउट से पहले कितना और कितना पानी पिएं-

रिपोर्ट के मुताबिक, वर्कआउट शुरू करने से दो घंटे पहले 2 से 3 कप पानी पिएं। इसके अलावा, वर्कआउट के 20 मिनट बाद 7 से 10 ऑस पानी पिएं। 30 मिनट बाद एक जगह आराम से बैठ जाएं और आधा लीटर पानी पीं। एक बार में बहुत अधिक पानी पीने की जल्दबाजी न करें।

## परम सुंदरी में साथ नजर आएंगे सिद्धार्थ और जाह्नवी

पहली बार बालीवुड एक्टर सिद्धार्थ मल्होत्रा और जाह्नवी कपूर साथ में फिल्म परम सुंदरी में नजर आने वाले हैं। हाल ही में निर्माताओं ने फिल्म का मोशन पोस्टर रिलीज किया है, जिसमें दोनों के पहले लुक्स को दिखाया गया है।

यह फिल्म एक रोमांटिक कॉमेडी-ड्रामा होगी, जिसका निर्देशन तुमा जलोता कर रहे हैं। पोस्टर में सिद्धार्थ एक उत्तर भारतीय लड़की की प्रेम कहानी पर आधारित है। निर्माताओं के अनुसार, यह फिल्म हास्य, रोमांस और भावनाओं का एक अनोखा मिश्रण होगी, जिसमें दर्शकों को कई दिलचस्प दिव्यता देखने को मिलेंगे।

फिल्म परम सुंदरी की कहानी एक उत्तर भारतीय लड़के और दर्शक भारतीय लड़की की प्रेम कहानी पर आधारित है। निर्माताओं के अनुसार, यह फिल्म हास्य, रोमांस और भावनाओं का एक अनोखा मिश्रण होगी, जिसमें दर्शकों को कई दिलचस्प दिव्यता देखने को मिलेंगे।

फिल्म की शूटिंग केरल के ख्वबसूरत बैकवार्ट में होगी, जहां सिद्धार्थ और जाह्नवी की बैकवार नहीं तक रहती थीं। इसमें दिल को छू लेने वाली प्रेम कहानी के साथ शानदार संगीत और संस्कृति का ख्वबसूरत समावेश है।

फिल्म वैसी ही है, जैसी मणितम सर की फिल्में हुआ करती थीं। इसमें दिल को छू लेने वाली प्रेम कहानी के साथ शानदार संगीत और संस्कृति का ख्वबसूरत समावेश है।



जाह्नवी का दक्षिण भारतीय किरदार और सिद्धार्थ का उत्तर भारतीय अंदाज दर्शकों को जहर पसंद आया। जाह्नवी कपूर फिल्म में एक पारंपरिक दर्शक भारतीय लड़की की भूमिका निभा रही हैं, जबकि सिद्धार्थ मल्होत्रा एक उत्तर भारतीय लड़के का किरदार निभा रहे हैं। दोनों के बीच की संस्कृति और सोच का टकराव फिल्म का मुख्य आकर्षण होगा।

मोशन पोस्टर में लिखा गया है, नवं र्थ का स्वैग, साउथ की गेस - दो दुनिया टकराती हैं और चिंगारी उड़ती है। फिल्म परम सुंदरी 25 जुलाई 2025 को सिनेमाखाड़ों में रिलीज होगी। यह मैडॉक फिल्म है जिसन कहा था कि पुष्पा 2 के बॉक्स ऑफिस पर 80 करोड़ पार करने के बाद मुबाइ लूटने के लिए साड़थ का डाकू महाराज 24 जनवरी के दिन हिंदी में दस्तक देते आ रहा है। डाकू महाराज उसी प्रोड्यूसर की फिल्म है जिसन कहा था कि पुष्पा 2 के बॉक्स ऑफिस पर 80 करोड़ के बाद मुबाइ में कहाँ लौटे।

जाह्नवी कपूर की पिछली फिल्म देवरा - पार्ट 1 थी, जिसमें उन्होंने साउथ इंडस्ट्री में डेव्यू किया। इसके अलावा, वह जल्द ही बैकवार आंचल मूंजाल भी नहीं रही। एक बार जाह्नवी ने अन्य फिल्मों की भूमिका निभाई थीं। अक्षय कुमार की स्काई फोर्स की लिंग, साउथ का बैनर तले बन रही है।

जाह्नवी कपूर की पिछली फिल्म देवरा - पार्ट 2 के बॉक्स ऑफिस पर 80 करोड़ के बाद मुबाइ में कहाँ लौटे।

जाह्नवी कपूर के लिए जाह्नवी की रिलीज डेट अब कुमार की मौका। इससे बेहतर और क्या हो सकता था। इस दिन हिंदी में कोई फिल्म रिलीज भी नहीं हो रही थी। अक्षय कुमार की जिरदार भारतीय लड़के का जिरदार निभा रहा रहे हैं, लेकिन ये दब्या अब अक्षय कुमार की स्काई फोर्स की लिंग से लौटने के लिए साड़थ का डाकू महाराज 24 जनवरी के दिन हिंदी में दस्तक देते आ रहा है। डाकू महाराज उसी प्रोड्यूसर की फिल्म है जिसन भारत की बैनर तले बन रही है।



