

हैल्थ संवाददाता
स्वास्थ्य ही धन है, ऐसे में आप किस तरह के आहार का सेवन करते हैं, उसपर आपका स्वास्थ्य निर्भर करता है।

शाकाहारी भोजन आपको न केवल स्वस्थ रखता है, बल्कि कई गंभीर बीमारियों से बचाता है। शाकाहारी भोजन के सेवन से स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों के विभिन्न पहलुओं की पढ़ताल करता आलेख। सच में यह कहा जाये, तो बिल्कुल गलत नहीं होगा, कि व्यक्ति का शरीर केवल शाकाहार भोजन खाने के लिए बना है। शाकाहार में शरीर के लिए जरूरी आयरन, प्रोटीन, फैट्स, विटामिन्स आदि होते हैं। लेकिन लोगों को यह लगता है कि ननवेज में प्रोटीन ज्यादा होता है, इसलिए ननवेज खाना चाहिए, लेकिन यह सही नहीं है। शाकाहार के सेवन से भी प्रोटीन की जरूरत को पूरा किया जा सकता है।

संतुष्ट वसा व कोलेस्ट्रॉल की मात्रा कम



शाक से मिलता है प्रोटीन

शाकाहारी होना कर्तव्य हानिकारक नहीं है। मांसाहारियों को शरीर के लिए जरूरी तत्व जो मांस से मिलते हैं, वही जरूरी तत्व शाकाहारियों को कई प्रकार के शाक से मिलते हैं। प्रोटीन जो मछली, मांस और अंडे से प्राप्त होता है, वह बनस्पति से भी प्राप्त होता है।

बनो शाकाहारी हो जाओ दीर्घायु

मानव शरीर के कार्य करने के लिए ऐसा कई पौष्टिक व जरूरी तत्व नहीं है, जो बनस्पतियों से प्राप्त नहीं किया जा सकता। फोलेट के अत्यधिक मात्र में होने के कारण और न्यून मात्र में सैचुरेटेड फैट, कोलेस्ट्रॉल व एनिमल प्रोटीन मात्र के कारण शाकाहारी भोजन हमें खतरनाक और सामान्य रोगों से बचाता है।

जिससे मोटापा कम होता है। मांसाहार की तुलना में शाकाहारी भोजन में संतुष्ट वसा व कोलेस्ट्रॉल की मात्र भी अपेक्षाकृत ज्यादा होती है। शाकाहारी भोजन में पानी की मात्र भी ज्यादा होती है, जिससे मोटापा कम होता है। मांसाहार की तुलना में रेशे यानी फाइबर बहुतायत में पाये जाते हैं। इसमें विटामिन व लवण्यों की मात्र भी अपेक्षाकृत ज्यादा होती है। शाकाहारी भोजन में पानी की मात्र भी ज्यादा होती है, जिससे योग्यता की आशंका को कम करता है। अनाज, फली, फल व सब्जियों में रेशे व एंटीऑक्सीडेंट ज्यादा होते हैं, जो कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी को दूर रखने में सहायक होते हैं।

लेकिन लोगों को यह लगता है कि ननवेज में प्रोटीन ज्यादा होता है, इसलिए ननवेज खाना चाहिए, लेकिन यह सही नहीं है। शाकाहार के सेवन से भी प्रोटीन की जरूरत को पूरा किया जा सकता है।

1977 से अमेरिका में विश्व शाकाहार दिवस मनाने की शुरूआत की

शाकाहार पूर्ण पौष्टिक भोजन है

आज की भौतिक दौड़ में हमने अपने खान-पान को भुला दिया है। आज कई लोग मांसाहारी हो गये हैं। संभवतः यही कारण है कि नवी-नवी बीमारियों का जन्म हो गया है। हमारा शरीर प्राकृतिक तत्वों से मिलकर बना है। अतः मनुष्य को वही जन करना चाहिए, जिसमें सात्त्विक गुण हो, क्योंकि शरीर किसी बाह्य तत्व का बोझ सहन नहीं कर सकता। अब हमारा पौष्टिक भोजन क्या हो? विशेषज्ञों के अनुसार शाकाहार ही पौष्टिक भोजन है।



शाकाहार से रक्तचाप रहता है सामान्य

इस संख्या के शोधकर्ताओं का मानना है कि शाकाहारियों के रक्त में यूरिक एसिड का मात्रा कम होती है। इससे रक्तचाप सामान्य रहता है, जबकि मांसाहारियों में इसकी अधिकता पायी जाती है। शाकाहार के बारे में कुछ जाने-माने सितारों का भी मत सकारात्मक है।

विश्व प्रसिद्ध शाकाहारी

विश्व के प्रसिद्ध महापुरुष शाकाहारी थे, जिनमें सर आईजक न्यूटन, टॉलस्टाय, मिल्टन, अरस्टु, बनार्ड शा आदि के नाम प्रमुख हैं। शाकाहार ने ही उनके बंद जान की पंखुड़ियों को खोलने में मदद की। महान वैज्ञानिक एलवर्ट आइस्टर्टाइन का कथन आज भी सत्य है। शाकाहार का हमारा प्रकृति पर गरो प्रभाव पड़ता है। इससे तो इसान का भाग्य पलट सकता है। कैंसर एंड अदर डिसीज फाम मीट कर्जम्पन पुस्तक के लेखक लियोनार्ड ब्लानचे ने कैंसर के अनेक मरीजों का इलाज किया है। उन्होंने पाया कि कुल संख्या का एक तिहाई भाग जिस कैसर से पीड़ित मिला है, वह पेट का कैंसर ही था। उनके अनुसार, पेट में पूरी तरह न पचने राते खाए पदार्थों से एसा संभव हुआ है। मांस ऐसा भोजन है जो देर से पचता है, जबकि शाकाहार करने वाले ऐसी शिकायतें कम करते हैं।

शाकाहार, मांसाहार की अपेक्षा अधिक सस्ता

आर्थिक दृष्टि से शाकाहार, मांसाहार की अपेक्षा अधिक सस्ता पड़ता है। शाकाहारी भोजन चाहे जितना ही भारी हो, लेकिन मांस से वहले पचता है। यह भूख को पूर्ण रूप से तृप्त करता है। इससे मोटापा आने के आसार बहुत कम होते हैं। शाकाहारी के शरीर में रक्त के संचार की गति तेज होती है। शाकाहार की महत्व को गास्पल आफ जीसस क्राइस्ट में भी बताया गया है कि यदि तुम शाकाहारी भोजन को नियमित अपनाओगे तो तुम्हें या लोगन व क्षाकिली मिलेंगी।

मांसाहारी जिन मांस को खाते हैं, वह न जाने कैसे पशुओं का होता है। शहर में घूमते इन आवारा पशुओं को अनेक बीमारियां धेरे रहती हैं। जब इन्हें काटा जाता है तो क्या इनके शरीर की जाँच की जाती है?

मांसाहार मानव शरीर को करता विकृत

मांसाहार अवश्य ही मानव शरीर को विकृत करता है। शाकाहार वास्तव में मनुष्य के मन और शरीर को सुदृढ़ बनाता है। अतः निष्कर्ष के तौर पर कहा जा सकता है कि हर हाल में शाकाहार मांसाहार की अपेक्षा अत्यन्त लाभदायक होता है, फिर मनुष्य को प्रकृति में रहने की आदत है तो उसी के अनुरूप आवरण भी करना चाहिए।

लहसुन उच्च रक्तचाप में सहत देता है

लहसुन सर्विंगों से दुनिया भर में अनेक लोगों के भोजन का अंग रहा है, जो लोग इसे पसंद करते हैं, उनका कहना है कि लहसुन से खाने का मजा बढ़ जाता है, लेकिन दुनिया के कई स्पायज इसे खाना अच्छा नहीं समझता, शायद तीखी गंभीर के कारण। आयुर्वेद में लहसुन का गुण-गान किया गया है। अब तो आधुनिक चिकित्सा प्रधानी भी कई बीमारियों में इसे कागरा मानने लगे हैं। लहसुन, बहेरेपन, खांसी-जूकी, पेट में कोडे आदि में लहसुन लेने की सलाह दी जाती है। छाती के रोगों में और सर्दी लग जाने पर लहसुन की दूध में उबाल कर लेना चाहिए। तपीटक के मरीजों के लिए भी लहसुन लेने की दूध में उबाल कर लेना चाहिए। लहसुन की कली को पीसकर 250 ग्राम दूध में भीमी आंच पर उबालिये। एक चौथाई दूध रह जाने पर यह दवा बन जाएगी। इसे दिन में तीन बार लेना चाहिए। सुबह-सबेरे खाली पेट लहसुन की एक-दो कलियों को जय-सा कट कर पानी में निगल जाइए। उच्च रक्तचाप और पेट की बीमारियों में फायदा होगा। आंत में जमा विषेला तत्व नष्ट हो जाता है।

लहसुन का सबसे बड़ा अवगुण इसकी बूबू है, जो लोग लहसुन नहीं ले सकते, वे लहसुन के कैप्सूल ले सकते हैं, जो बाजार में उपलब्ध हैं। लहसुन गुणों का भंडार है, लेकिन कुछ लोगों को नुकसान कर सकता है। इसकी तासीर गर्म होती है। जिनकी पाचन शक्ति कुछ ज्यादा ही गड़बड़ हो, गर्म चीजें खाने से जिनको तकलीफ बढ़ जाती है, उन्हें लहसुन से परहेज करना चाहिए।

लहसुन का सबसे बड़ा अवगुण इसकी बूबू है, जो लोग लहसुन नहीं ले सकते, वे लहसुन के कैप्सूल ले सकते हैं, जो बाजार में उपलब्ध हैं। लहसुन गुणों का भंडार है, लेकिन कुछ लोगों को नुकसान कर सकता है। इसकी तासीर गर्म होती है। जिनकी पाचन शक्ति कुछ ज्यादा ही गड़बड़ हो, गर्म चीजें खाने से जिनको तकलीफ बढ़ जाती हैं। शाकाहार में अंगूर, पपीते व हरी पेटेवर सब्जियों का सेवन करने वालों को भोजन ननी को कैंसर बढ़त करने का खतरा रहता है। शाकाहार के संबंध में जर्मनी की इंस्टीट्यूट आफ सोशियल मेडिसन एंड एपिडेमियोलोजी द्वारा भी प्राप्त होती है।

हरी सब्जियां में हैं

विटामिन्स की खान

अब देखें फाइबर मांस में बिल्कुल नहीं है, जबकि रोगों से लड़ने की ताकत वही जुटाता है। इसके विपरीत हर शाकाहारी भोजन में फाइबर की उपस्थिति निश्चित है। इसके अतिरिक्त हरी सब्जियां तो विटामिन्स की खान हैं अगर कुछ विटामिन्स रह भी जाएं तो इसकी पूर्ति, दूध, दही व मक्कन से की जा सकती है। शाकाहार के संबंध में अमेरिका में हुए एक अध्ययन से पता चला है कि जो अमेरिका महिलाएं शाकाहारी होते हैं उन्हें छाती का कैंसर कभी न होने की जांबाजी होती है। शाकाहार में अंगूर, पपीते व हरी पेटेवर सब्जियों का सेवन करने वालों को भोजन ननी को कैंसर बढ़त करने का खतरा रहता है। शाकाहार के संबंध में जर्मनी की इंस्टीट्यूट आफ सोशियल मेडिसन एंड एपिडेमियोलोजी द्वारा भी प्राप्त होती है।

पौष्टिकता का खजाना है शाकाहार

खबर संक्षेप

रुपया चार पैसा मजबूत

83.95 प्रति डॉलर पर बंद



मंबई। घरेलू शेयर बाजार में तेजी की रुख और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ 83.95 (अस्थायी) प्रति डॉलर पर बंद हुआ।

हाजिर बाजार में मजबूत मांग से चांदी वायदा में तेजी



नई दिल्ली। वायदा बाजार में चांदी की कीमत 379 रुपये प्रति किलो रही।

हाजिर बाजार में मजबूत मांग के बीच प्रतिभागियों के सौदा बढ़ाये

जाने से चांदी के भाव में तेजी आई।

मल्टी कमोडिटी एक्सचेंज में दिसंबर महीने की डिलीवरी के लिए चांदी 379 रुपये वार्नी .45 प्रतिशत की बढ़त के साथ 84,829 रुपये प्रति किलो रही।

छद्मानों से कंपनियां थुरू करें उत्पादन : सरकार



नई दिल्ली। केंद्र ने कोयला ब्लॉक्स आवंटिंगों से हाल में नीलामी में खरीदी गई खदानों से उत्पादन शुरू करने के लिए जरूरी कदम उठाने को कहा है। कोयला खदानों की स्थिति की समीक्षा की जिनकी नीलामी की गई थी और जो प्रक्रिया पूरी होने के विभिन्न चरणों में है। '71 कोयला ब्लॉक्स नियामकीय मंजूरी प्राप्त करने के विभिन्न चरणों में हैं।

मजबूत हाजिर मांग से जस्ता कीमतों में उछाल



नई दिल्ली। हाजिर बाजार की मांग में तेजी ज्ञाने के बीच वायदा कारोबार में बहस्पतिवार को जस्ता कीमत 3.15 रुपये की तेजी के साथ 263.30 रुपये प्रति किलोग्राम हो गई। मल्टी कमोडिटी एक्सचेंज में अक्टूबर माह की डिलीवरी वाले अनुभव के लिए जस्ता का भाव 3.15 रुपये की तेजी के साथ 263.30 रुपये प्रति किलोग्राम हो गई।

मध्यमीकोंसे-संचालित समाधान पेश करने के लिए शेर-ए-कश्मीर की ओर विवेश कीमत 3.15 रुपये की तेजी के साथ 263.30 रुपये प्रति किलोग्राम हो गई।

मध्यमीकोंसे-संचालित समाधान पेश करने के लिए शेर-ए-कश्मीर की ओर विवेश कीमत 3.15 रुपये की तेजी के साथ 263.30 रुपये प्रति किलोग्राम हो गई।

जैन इरिगेशन का 'थेर-ए-कर्मी' विवि के साथ करार



नई दिल्ली। जैन इरिगेशन सिस्टम्स ने कहा कि उसने जम्मू-कश्मीर में किसानों को स्मार्ट और प्रौद्योगिकी-संचालित समाधान पेश करने के लिए शेर-ए-कश्मीर कृषि विज्ञान और प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कश्मीर के साथ समझौता किया है। नियेशक अंती जैन और एस-क्यू-एस-टी-कश्मीर के कुलपति नजार अहमद गईने ने हस्ताक्षर किए।

जैन इरिगेशन का 'थेर-ए-

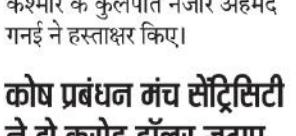
कर्मी' विवि के साथ करार

JAIN Irrigation Systems Ltd.

Small Ideas, Big Revolutions.

नई दिल्ली। जैन इरिगेशन सिस्टम्स ने कहा कि उसने जम्मू-कश्मीर में किसानों को स्मार्ट और प्रौद्योगिकी-संचालित समाधान पेश करने के लिए शेर-ए-कश्मीर कृषि विज्ञान और प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कश्मीर के साथ समझौता किया है। नियेशक अंती जैन और एस-क्यू-एस-टी-कश्मीर के कुलपति नजार अहमद गईने ने हस्ताक्षर किए।

कोष प्रबंधन मंच सेंट्रिस्टी ने दो करोड़ डॉलर जुटाए



नई दिल्ली। डिजिटल कोष प्रबंधन मंच सेंट्रिस्टी ने शुरुआती वित्तीयोग्य चरण में दो करोड़ डॉलर लगभग 168 करोड़ रुपये जुटाए हैं।

इससे कंपनी का मूल्यांकन 12.5 करोड़ डॉलर हो गया है।

लाइफस्प्यूस के नेतृत्व में वित्त जुटाए

के लिए चरण में कोरियाई वैचर कैपिटल फंड पारामार्क वीसी,

ओयो के संस्थापक रितेश

अग्रवाल, एनवीडिया के एमडी

विश्वाल धूपर और एपएस थोनी,

एनवी वैचर्स, एपएस थोनी,

परिवारिक कार्यालयों और एक्सन

टेसा ने भाग लिया।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। और विदेशी कोषों का निवेश बढ़ने के बीच अंतर्राष्ट्रीय विवेशों मुद्रा विनियम बाजार में बहस्पतिवार को रुपया सीमित दायर में कारोबार के बाद अंत में अमेरिकी मुद्रा के मुकाबले चार पैसे को तेजी के साथ आई है।

सीनियर सिटीजंस के लिए बेतहर

स्पॉटर पर सिनियर सिटीजंस यांत्रिक वैचर करते हैं और इस नियाम से निवेश करने के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है। ऐसे में अनेक

अनेक बैंक और विदेशी बैंकों के लिए एफडी एक अच्छा विकल्प है।

नई दिल्ली। एसबीआई की अमृत कलश बने रहता है। औ

संजीवनी टुडे

भाजपा प्रवक्ता पात्रा ने
किया विपक्ष पर
पलटवार

मनमोहन सरकार के दौरान 'इफ्तार' में जाते थे सीजेआई

1 पीएम मोदी के सीजेआई चंद्रचूड़ के घर जाने पर सियासत तेज 2 संजय समेत विपक्ष ने घेरा तो मिलिं-पात्रा ने किया पलटवार

एजेंसी॥ नई दिल्ली



देशभर में गणेश उत्सव की धूम है। इस बीच पीएम नरेंद्र मोदी बुधवार को सुप्रीम कोर्ट के मुख्य न्यायाधीश डॉवाईं चंद्रचूड़ के आवास पर पहुंचे। उन्होंने गणपति बपा का दर्शन-पूजन किया। इसी पर सियासत शुरू हो गई है। भाजपा और उसके सहयोगी दलों ने विपक्षी दलों पर निशाना साथे हुए उनकी प्रतिक्रियाओं को लापवाही भरा बताया।

उन्होंने कहा कि शीर्ष अदालत पर नियधार आक्षेप न्यायाधीश एक मिसाल करता है। बपा पीएम और सीजेआई एक-दस्ते मिल भी नहीं सकते? भाजपा प्रवक्ता सांबंध पात्रा ने कहा कि मिलना किसी भी तरह गलत नहीं है। उन्होंने कहा कि पूर्व प्रधानमंत्री मनमोहन सिंह की सरकार के दौरान इफ्तार पार्टी आयोजित की थी थी, इसमें तलकालीन पूर्व मुख्य न्यायाधीश शामिल भी होते थे। ऐसा लगता है कि वे गणपति पूजा का विरोध कर रहे हैं।

देवड़ा का पलटवार- यह गैरेजिङ्गेट्रियन



शिवसेना गैरेजिङ्गेट्रियन है। जब फैसले उके पास ने कहा कि ऐसी टिप्पणियां द्विमत्योपूण हैं। जब फैसले उके पास ने कहा कि यह शुल्क स्पष्ट नहीं है तो विपक्ष मोदी कोर्ट की विश्वसनीयता की प्रश्ना करता है। वीजे उके अनुकूल होती है तो समझौत बलाते हैं। सुप्रीम कोर्ट पर नियधार आयोग लगाना खतरनाक है। यह न केवल एक गैरेजिङ्गेट्रियन है।

कांग्रेस-कम्युनिस्टों को हिंदू त्योहारों से दिवकर



भाजपा के सूक्ष्मा और प्रौद्योगिकी विभाग के प्रमुख अमित मालिनी ने कहा कि निर्यातीक हल्लाल मध्य गढ़ है। इन्होंने सिद्धियों ने द्विमत्योपूण की विश्वसनीयता को पर्याप्त माना जा रहा है। मनमोहन सिंह ने इफ्तार पार्टीओं के मेजबाजों और तकालीन सीजेआई दलों में शिवित हुए कांबेस और कम्युनिस्टों को हमेशा हिंदू त्योहारों से दिवकर रही है।

संव्यता, एकजुटता विपक्ष के लिए अभियाप्त



पलटवार करते हुए मानपा के राष्ट्रीय महासंघित (संगठन) बीला सूतीषे को कहा कि यह शुल्क स्पष्ट नहीं है। जयसिंह की टिप्पणियों पर एक एक परेट में कहा गया है। सरकार आयोग लगाना खतरनाक है। एकजुटता देश की यात्रा में सहयोगी, सभी हुए वामपांची उद्धरणाविदों के लिए अभियाप्त है।

राजत ने कहा- हमें न्याय पर संदेह होने लगा



संजय राजत ने कहा कि अगर सरकार के उद्धरणाविदों से संदेह होता है तो लोगों के मित्रों के बीच संदेह पैदा हो सकता है। हमारे मामले की सुनवाई सीजेआई चंद्रचूड़ कर रहे हैं, इसलिए हमें संदेह है कि हमें न्याय विवेदिया या नहीं। क्योंकि पीएम मांदी दूसरी पार्टी में है। सीजेआई को हमें मामले से बुद्धि को अलग कर लेना चाहिए, क्योंकि दूसरी पार्टी के साथ समझौतों की स्वतंत्रता से बाबूगांधी विवेदियों के लिए अभियाप्त है।

जयसिंह बोलीं- शक्तियों के पृथक्करण के सिद्धांत से



संमझौता किया दरअसल वरिष्ठ वर्किल द्विवारा जारी किया गया है। एक संदेह पर एक पोर्ट में कहा गया है कि भारत के प्रधान न्यायाधीश की स्वतंत्रता पर से सारा भारत उठ गया। सीजेआई एक सिविल को हमें न्यायाधीश की स्वतंत्रता से बाबूगांधी विवेदियों के पृथक्करण के सिद्धांत से समझौतों की निंदा करनी चाहिए।

शर्तें न मानने पर ममता से मिलने नहीं पहुंचे हड़ताली डॉक्टर्स

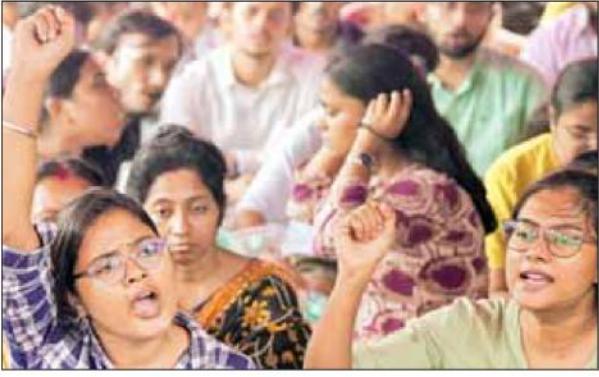
ममता बोलीं- माफी मांगती हूं, कुर्सी की भूखी नहीं हूं, मैं इस्तीफा दे दूंगी

एजेंसी॥ कोलकाता

प्रदर्शनकारी डॉक्टरों और सरकार के बीच फिलहाल गतिरोध जारी



डॉक्टर्स 2 प्रस्ताव कर चुके थे एवं ममता ने उन पर नियमित कांग्रेसी मिलने का आरोप मढ़ा



डॉक्टर्स की शर्तें

चिकित्सकों ने शर्यार सरकार को एक प्रतिक्रिया देते हुए नियमित कांग्रेसी मिलनों के बीच फिलहाल गतिरोध जारी किया। इन्होंने बताया कि हमने जननियर डॉक्टरों से मिलने के लिए दो घंटे तक इंतजार किया, लेकिन वे बैठक

स्थल पर नहीं आए।

ममता ने इसके बाद कहा कि वे पश्चिम बंगाल के मुख्यमंत्री पद से इस्तीफा देने के लिए तैयार हैं। मुझे पद की चिंता नहीं है। मैं कुर्सी की भूखी नहीं। मैं माफी मांगती हूं। मुझे चुनाव चाहिए, मुझे केवल चुनाव मिलने की चिंता है। उन्होंने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए मैंने जननियर डॉक्टरों से बातचीत करने की तीन बार कोशिश की। हालांकि वे अपनी चुनावी में नेतृत्व वाली एवं एकांशीयी की चिंता है।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए। उन्होंने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए। उन्होंने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए। उन्होंने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए। उन्होंने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए। उन्होंने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा कि आरजी कर मामले में गतिरोध को समाप्त करने के लिए जननियर डॉक्टरों को बैठक में शिवित की जानी चाहिए।

ममता ने अपने कहा क