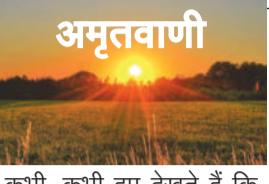


पेज 3 : गिरीश मंच में नाटक के वक्त...



कभी-कभी हम देखते हैं कि किसी व्यक्ति का व्यवहार अचानक बदल जाता है, लेकिन कोई भी व्यक्ति ऐसे ही अपने आप नहीं बदलता। जीवन में कुछ घटनाएँ ऐसी घटती हैं जो इंसान को बदलने पर मजबूर कर देती हैं।

तन्दुरुस्ती

यदि आप किसी भी दीज जो जरूरत से ज्यादा स्ट्रेस ले तो आप बीमार हो जायें। कोशिश करें कि अपने आहार में एक अनार जरूर शामिल करें। अनार खाने से आप फिट भी रहेंगे और यह आपके तनाव को बढ़ाने नहीं देगा।



एक नज़र
सुशांत की एक्स मैनेजर की नहीं हुई हत्या, 14वीं मंजिल से गिरकर हुई थी मौत: सीबीआई

मुंबई: सुशांत सिंह राजपूत की एक्स मैनेजर दिशा सालियान की मौत पर ने बड़ा खुलासा किया है। जांच एजेंसी का दावा कि दिशा की हत्या नहीं हुई थी। वे नेश की हालत में बैलेंस बिंगड़ने से 14वीं मंजिल से गिर गई थीं। उनकी हत्या को कोई बदलत नहीं मिले हैं। ये महज एक हादसा था। दिशा की मौत 8 जून 2020 की रात को बिलिंग की छत से गिरने से हुई थी। इस घटना के छह दिन बाद 14 जून को सुशांत सिंह राजपूत ने भी आत्महत्या कर ली थी।

टी 20 में सूर्यो पहले स्थान पर बरकरार

नवी दिल्ली: टी 20 इंडिया के स्टार सूर्योकुमार यादव ताजा आईसीसी रैंकिंग में दुनिया के नंबर-1 टी-20 बल्लेबाज बने हुए हैं। वे पिछले हफ्ते भी टी 20 में चौथे थे। इस बार उनके रेटिंग अंकों को बढ़ावा दिया गया है। सूर्यो के 890 रेटिंग पॉर्टेंस हैं। पिछले सप्ताह उनके 859 पॉर्टेंस थे। विराट कोहली को दो स्थान का नुकसान हुआ है। उनकी रैंकिंग के बारे में आगे जानें।

भारत ने मध्यम दूरी की बैलिस्टिक मिसाइल अन्नि-3 का सफल परीक्षण किया

नवी दिल्ली: भारत ने बुधवार को इंटरफ़ेलिट एंटर बैलिस्टिक मिसाइल की परीक्षण की जून का त्वायवधान में किए गए रेतुर यून ट्रेनिंग कंडक्ट का हिस्सा था। लॉन्च एक पूर्व निर्धारित सीमा के लिए किया गया है। यह नाकारी के मुताबिक प्रतीक्षा के समी परिचालन का मापदंडों का मान्य किया गया था।

यूरोई आने-जाने के लिए पासपोर्ट पर फस्ट नेम और सरनेम दोनों जरूरी

दुर्बल: यूरोई आने जाने वाले ट्रॉस्टर के लिए किया गया है। यह नियम उन लोगों पर लागू होगा जो डूरियां, यात्रा या अन्य स्थानों की जांच पर देवल कर रहे हैं। यह नियम 21 नवंबर से लागू कर दिया गया है।

अधिकारियों ने ट्रेड पार्टनर इंडिगो एयरलाइंस को यह जानकारी दी।

अंदर के पन्नों में

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

► भाजपा पहले डर फैलाती है पिर हिंसा: राहुल गांधी पेज-9

► कुलपति के इस्तेवे की मांग पर राजीव बन गये पेज-2

► हावडा विज के सिवार पर जा बैठा विदेशी पुरुष पेज-4

► देश को बांधने के लिए कुछ भी करें: आत्मविद्या पेज-7

► अडानी को मिला 7 हजार करोड़ का देवा पेज-8

