

# राजस्थान पत्रिकाSUNDAY

य एषु सुतेषु जागति | **नई दिल्ली, रविवार, 09 जून, 2024** | ज्येष्ठ शुक्ल पक्ष तृतीया संवत् 2081

दिल्ली, राजस्थान, मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़, कर्नाटक, गुजरात, तमिलनाडु और पश्चिम बंगाल से प्रकाशित

पत्रिका अखबार हर दिन लोगों के घर के दरवाजे खोलता है और पढ़ने के बाद मन के दरवाजे खोलता है।

**SUNDAY GUEST EDITOR**  
**संडे गेस्ट एडिटर**  
**@ बुमन**

**जीवन में हर पथ पर जीत मिलेगी, खुद पर रखें भरोसा**

आधी आबादी की सोच को अखबार में उतारने के लिए पत्रिका की पहल संडे बुमन गेस्ट एडिटर के तहत आज की गेस्ट एडिटर किरण राव हैं। आप फिल्म निर्माता-निर्देशक व पटकथा लेखिका हैं। आप महाराष्ट्र में अकालग्रस्त क्षेत्रों के लिए काम कर रहे 'पानी फाउंडेशन' की को-फाउंडर भी हैं। आपका मानना है कि महिलाओं को खुलकर सोचने और निडर होकर जीवन जीने का पूरा अधिकार है। आप मानती हैं कि महिलाओं को खुलकर अपनी बात रखने की भी आजादी मिलनी चाहिए। उनके अंदर आत्मविश्वास पैदा होना चाहिए क्योंकि खुद पर भरोसा ही हर महिला को जीत दिला सकता है।

संडे बुमन गेस्ट एडिटर की पहल आपको कैसी लगी। अपने सुझाव हमें बताएं। वॉट्सऐप नंबर/ई-मेल पर भेजें- **8955003879** / sunday@in.patrika.com



f /rajasthanpatrika t /rpbreakingnews i /rajasthan\_patrika

**patrika.com**

□ **असिस्टेंट**  
डायरेक्टर से  
की शुरुआत

□ **महिला** प्रधान विषय और उनके सशक्तिकरण पर फिल्मों का निर्माण और निर्देशन करने के लिए जानी जाती हैं।

□ **पत्रिका में संडे गेस्ट एडिटर** के रूप में उन महिलाओं की कहानियाँ को चुना है जिन्होंने जीवन में लीक से हटकर काम किए और न केवल सफलता पाई बल्कि दूसरों की मददगार भी बनीं।

—**किरण राव**, फिल्म निर्माता-निर्देशक, मुंबई

संडे गेस्ट एडिटर की थीम स्टोरीज पढ़ें अंदर के पेजों पर

**अलविदा**  
**रामोजी गुप के**  
**चेयरमैन रामोजी**  
**राव का निधन**

पत्रिका न्यूज नेटवर्क  
patrika.com

**हैदराबाद.** रामोजी गुप ऑफ कंपनीज के चेयरमैन रामोजी राव का शनिवार को 87 साल की उम्र में निधन हो गया। उन्होंने हैदराबाद के अस्पताल में अंतिम सांस ली। उन्हें सांस लेने में समस्या होने पर अस्पताल में भर्ती कराया गया था। रामोजी राव मीडिया जगत की बड़ी हस्ती थे। वह रामोजी फिल्म सिटी और ईटीवी के मालिक थे। उन्हें 2016 में पद्म विभूषण से सम्मानित किया गया था। पीएम मोदी ने भी उनके निधन पर दुख जताते हुए कहा, रामोजी ने मीडिया व मनोरंजन जगत में नवाचार और उत्कृष्टता के नए मानक स्थापित किए।

**24 केंटर खरे रामोजी**  
**@ इंडिया&वर्ल्ड**

**न्यूज बीफ**

**सीवर टैंक में उतरे**  
**तीन लोगों की मौत**

**मथुरा @ पत्रिका.** मथुरा के बूंदवान कोलवाली इलाके में बीकानेर रेस्टोरेंट पर शनिवार दोपहर सीवर टैंक में उतरे 3 मजदूरों की मौत हो गई। बताया जा रहा है कि मजदूरों को करंट लगा था। परिवार वालों का कहना है कि रेस्टोरेंट संचालक और उनके साथी बिना सेफ्टी उनसे सफाई करा रहे थे। मरने वालों में चाचा-भतीजे शामिल हैं।

**मध्यप्रदेश : दो ट्रकों में**  
**आग, चार जिंदा जले**

**रीवा @पत्रिका.** मध्यप्रदेश के रीवा में बाढ़पास के निकट दो ट्रकों में आगने-सामने की टक्कर के बाद भीषण आग लग गई। हादसे में चार लोगों की मौत हो गई।

**झरोखा**



**ट्रेंडिंग न्यूज**

**तीसरी बार एनडीए सरकार : राष्ट्रपति भवन में शाम 7.15 बजे समारोह**  
**मोदी आज लेंगे उम्मीदों की शपथ**  
**3.0 शामिल होंगे 50-55 मंत्री**

**नवनिर्वाचित सांसदों की धड़कनें बढ़ाती रही मोबाइल की घंटियां**

नवनीत मिश्र  
patrika.com

**नई दिल्ली.** भाजपा नीत एनडीए संसदीय दल के नेता नरेंद्र मोदी रविवार को तीसरी बार प्रधानमंत्री पद की शपथ लेंगे। राष्ट्रपति भवन में शाम 7.15 बजे आयोजित एक सादे समारोह में मोदी 50 से 55 मंत्रियों के साथ शपथ ले सकते हैं। इनमें दो वर्जन कैबिनेट मंत्री होंगे, अन्य स्वतंत्र प्रभार और राज्य मंत्री हो सकते हैं।

नई सरकार में जातीय, क्षेत्रीय, सामाजिक संतुलन स्थापित करने वाला मंत्रिमंडल होगा। योग्यता को भरपूर तवज्जी मिलेगी। मंत्रियों के चयन में अनुभव और शिक्षा दीक्षा का भी ख्याल रखा जाएगा। यह मंत्रिमंडल उत्तर, दक्षिण, पूर्व और पश्चिम को साधने वाला होगा। सूत्रों के मुताबिक, भाजपा सीसीएस में शामिल गृह, वि्त, रक्षा और विदेश मंत्रालय अपने पास रखेगी।

**शेष @पेज04**

**दक्षिण से इनके नाम चर्चा में :** कर्नाटक से प्रहलाद जोशी, शोभा करंदलाजे, पीसी मोहन तेलंगाना से संजय बंडी या जी. किशन रेड्डी, केरल से सुरेश गोपी, तमिलनाडु से अन्नामलै, त्रिपुरा से विप्लव देव, असम से सर्वानंद सोनोवाल भी मंत्री बनाए जाने की रस में हैं।

**कांग्रेस कार्यसमिति : लोकसभा में नेता बनने का प्रस्ताव किया पारित**  
**नेता प्रतिपक्ष बनने पर राहुल बोले... सोचूंगा**

**कार्यकर्ता 24x365 दिन जुट जाएं: खरगे**

शाबाब अहमद  
patrika.com

**नई दिल्ली.** लोकसभा चुनाव में 2009 के बाद अच्छे प्रदर्शन को कांग्रेस खुद के लिए महाबूटलर डोज मान रही है। इससे उत्साहित कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा कि चाहे हम सत्ता में हों या नहीं। हमें 24 घंटे, 365 दिन लोगों के बीच रहना होगा, जनता के मुद्दों को उठाना होगा।

दूसरी ओर, संसद में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से सीधे मुकाबले के लिए राहुल गांधी को लोकसभा में कांग्रेस संसदीय दल का नेता बनने का प्रस्ताव कांग्रेस कार्यसमिति (सीडब्ल्यूसी) ने पारित किया। राहुल ने सीडब्ल्यूसी से इस पर फैसला लेने के लिए थोड़ा वक्त मांगा है। बाद में संसदीय दल की बैठक में भी राहुल पर लोकसभा में कांग्रेस के नेता बनाने का दबाव डाला गया।

**शेष @पेज04**



**राष्ट्रपति भवन के प्रांगण (फोरकोर्ट) को भव्य तरीके से सजाया गया है।** फोरकोर्ट में ही तैयार हुए विशेष मंच पर मोदी शपथ लेंगे।

**राज्यों से ये सांसद मंत्री पद की रस में**

**उत्तर प्रदेश** से राजनाथ सिंह, जितिन प्रसाद, एसपी सिंह बघेल और पंकज चौधरी तो मध्यप्रदेश से ज्योतिरादित्य सिंधिया, शिवराज सिंह चौहान, गणेश सिंह, बीडी शर्मा मंत्री पद की रस में हैं। महाराष्ट्र से निनिम गडकरी, पीयूष गोेल और नारायण राणे, हरियाणा से

राव इंद्रजीत, कृष्णपाल गुर्जर और मनोहर लाल खट्टर, राजस्थान से अर्जुन मेघवाल, भूपेंद्र यादव, गर्जद सिंह, ओडिशा से धर्मद प्रधान, सांख्त पात्रा, वैजयंत पांडा, अपराजिता सारंगी व गुजरात से सीआर पाटिल मंत्री बन सकते हैं।

**दक्षिण से इनके नाम चर्चा में :** कर्नाटक से प्रहलाद जोशी, शोभा करंदलाजे, पीसी मोहन तेलंगाना से संजय बंडी या जी. किशन रेड्डी, केरल से सुरेश गोपी, तमिलनाडु से अन्नामलै, त्रिपुरा से विप्लव देव, असम से सर्वानंद सोनोवाल भी मंत्री बनाए जाने की रस में हैं।

**कांग्रेस कार्यसमिति : लोकसभा में नेता बनने का प्रस्ताव किया पारित**  
**नेता प्रतिपक्ष बनने पर राहुल बोले... सोचूंगा**



**दो उपनेता बनाने पर भी विचार**

**कांग्रेस** संसदीय दल की बैठक में राहुल गांधी पर नेता प्रतिपक्ष बनने का दबाव डाला जा रहा है। इसके सहयोग के लिए एक या दो उपनेता भी बनाए जा सकते हैं। इसमें वर्तमान उपनेता गौरव गोरोई का नाम सबसे ऊपर

बताया जा रहा है। गोरोई का पिछले कार्यकाल में अच्छा प्रदर्शन रहा है और कई मुद्दों पर कांग्रेस की बात रखी। इसके अलावा के.सी. वेणुगोपाल, मनीष तिवारी, कुमार शैलजा का नाम भी सामने आ रहे हैं।

**नई दिल्ली** में शनिवार को आयोजित कांग्रेस कार्यसमिति की बैठक में पहुंचे कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे का हाथ पकड़कर सहारा देते राहुल गांधी।

**एलन मस्क ने दी मोदी को बधाई**

**नई दिल्ली.** लोकसभा चुनाव जीतने पर पीएम नरेंद्र मोदी को टेस्ला और स्पेसएक्स के सीईओ एलन मस्क ने बधाई दी। मस्क ने एक्स पर पोस्ट किया कि मैं अपनी कंपनियों द्वारा भारत में रोमांचक काम करने की उम्मीद करता हूं।



**अमरनाथ यात्रा: 20 हजार जवान तैनात होंगे**

**श्रीनगर.** कश्मीर में श्री अमरनाथ यात्रा के दौरान 20 हजार सुरक्षाकर्मियों को और तैनात किया जाएगा। प्रदेश में पहले से ही 50 हजार अर्धसैनिक बलों के जवान मौजूद हैं। इनके अतिरिक्त देशभर से 20 हजार जवान अगले हफ्ते तक कश्मीर पहुंच जाएंगे।



**महाराष्ट्र: जरंगे फिर भूख हड़ताल पर बैठे**

**जालना.** मराठा आरक्षण की मांग कर रहे शिक्का संगठन के नेता मनोज जरंगे पाटिल ने शनिवार को फिर भूख हड़ताल शुरू कर दी। उन्होंने सरकार से जनवरी में किए गए वादों को लागू करने की मांग की है। उन्होंने कहा कि उनकी मांगें नहीं मानी गईं तो वे विधानसभा चुनाव लड़ेंगे।

**यादों में अमर : अपोलो-8 मिशन में भरी थी उड़ान दुनिया को ‘अर्थराइज’ दिखाने वाले एंडर्स की प्लेन हादसे में मौत**

पत्रिका न्यूज नेटवर्क  
patrika.com

**न्यूयॉर्क.** अपोलो-8 मिशन के जरिए पहली बार चांद की परिक्रमा करने वाले तीन अंतरिक्ष यात्रियों में शामिल विलियम एंडर्स की विमान हादसे में मौत हो गई। 90 वर्षीय एंडर्स छोटे विमान को खुद उड़ा रहे थे। जोन्स द्वीप के तट के निकट विमान दुर्घटनाग्रस्त होकर पानी में गिर गया। एंडर्स 1963 में नासा में शामिल हुए और 21 दिसंबर, 1968 को अपोलो-8 मिशन के तहत पहली बार चंद्रमा की कक्षा में पहुंचे थे। तीन अंतरिक्ष यात्रियों में एंडर्स सबसे कम अनुभवी थी। लेकिन एक तस्वीर ने



उन्हें रातों रात मशहूर कर दिया। ये तस्वीर थी चांद के क्षितिज से अर्थराइज अर्थात पृथ्वी उदय का नजारा। टाइम मैगजीन ने उस वर्ष उन्हें ‘मैन ऑफ द ईयर’ से सम्मानित किया। इस मिशन के सात महीने बाद ही अपोलो-11 लॉन्च किया, जिसमें पहली बार अमरीका ने इंसानों को चांद पर उतारने में कामयाबी पाई।

**पहल: महाराष्ट्र मेडिकल काउंसिल का कदम अस्पतालों में क्यूआर कोड से होगी फर्जी डॉक्टरों की पहचान**

पत्रिका न्यूज नेटवर्क  
patrika.com

**मुंबई.** कई बार बिना योग्यता और डिग्री के फर्जी डॉक्टर मरीजों का इलाज करते पकड़े जाते हैं। इसकी कीमत मरीजों को चुकानी पड़ती है। ऐसे फर्जीवाड़े पर रोक लगाने के लिए महाराष्ट्र मेडिकल काउंसिल (एमएमसी) ने नई शुरुआत की है। इसके तहत डॉक्टरों को अपनी क्लिनिक और अस्पतालों में ऐसा क्यूआर कोड लगाना होगा, जिसे रकने कर मरीज डॉक्टर की प्रामाणिकता जांच पाएंगे। फर्जी डॉक्टरों पर निगरानी रखने और उन्हें मरीजों का इलाज करने से रोकने



के लिए यह फैसला लिया गया है। जल्द ही इसे लागू कर दिया जाएगा। एमएमसी के प्रशासक डॉ. विकी रुचवानी ने बताया कि मरीज क्यूआर कोड को स्कैन कर डॉक्टर के बारे में सभी जरूरी बातें जान सकेगा। इससे मरीजों की सेहत से खिलवाड़ भी नहीं होगा और फर्जी डॉक्टरों की धरपकड़ में भी मदद मिलेगी।

**बंधन प्यार का : पूर्व सैनिक हैं हेरोल्ड टेरेंस 100 साल के टेरेंस ने 96 वर्ष की स्वेरलिन से शादी रचाई**

पत्रिका न्यूज नेटवर्क  
patrika.com

**पेरिस.** द्वितीय विश्व युद्ध का हिस्सा रहे पूर्व फ्रांसीसी सैनिक हेरोल्ड टेरेंस ने 100 साल की उम्र में शनिवार को 96 वर्षीय जीन स्वेरलिन के साथ शादी रचाई। नॉर्मंडी समुद्र तट पर दोनों ने एक-दूसरे को अंगूठी पहनाई। शादी के बाद टेरेंस ने इसे जीवन का सबसे अच्छा दिन कहा तो स्वेरलिन ने कहा, प्यार सिर्फ युवाओं के लिए नहीं है। टेरेंस की पहली पत्नी थेल्मा से उनके तीन बच्चे हैं। टेरेंस और थेल्मा की शादी 70 सालों तक चली, लेकिन 2011 में थेल्मा का देहांत हो गया। 2021 में एक



मित्र के जरिए टेरेंस की स्वेरलिन से मुलाकात हुई और कुछ ही समय में दोनों एक-दूसरे को चाहने लगे। पिछले दिनों टेरेंस को द्वितीय विश्व युद्ध के खास अभियान डी-डे की 80वीं वर्षगांठ पर सम्मानित किया गया था। टेरेंस को राष्ट्रपति इमोन्युएल मैक्रॉन भी लीजन ऑफ ऑनर से सम्मानित कर चुके हैं।

**गनीमत : भोजन नली में किनारे पर अटका था बच्चे के गले में सात साल से फंसा सिक्का निकाला**

पत्रिका न्यूज नेटवर्क  
patrika.com

**लखनऊ.** उत्तर प्रदेश के हरदोई में डॉक्टरों ने पेघीदा सर्जरी कर 12 साल के बच्चे के गले में फंसे सिक्के को निकालने में सफलता हासिल की। हैरानी की बात ये है कि यह सिक्का बच्चे के गले में सात साल से फंसा हुआ था। हरदोई के जिला अस्पताल में ईरनटी सर्जन डॉ. विवेक सिंह और उनकी टीम ने यह सर्जरी की। बच्चीली के पुरलीपुरवा गांव के अंकुल को अप्रेल में पेट में दर्द हुआ, तब दवाओं से वह ठीक हो गया। 4 जून को उसे गले में दर्द होने लगा तो परिजन उसे



जिला अस्पताल ले गए। एक्स-रे जांच में डॉक्टर ने पाया कि लड़के के गले में एक रुपए का सिक्का फंसा हुआ है। सिक्का उसकी भोजन नली के किनारे पर अटका था और यह इस तरह से अटका हुआ था कि ज्वादा परेशानी नहीं हुई। डॉक्टरों की टीम ने दूरबीन विधि से सर्जरी कर सिक्के को निकाला।



## एग्जिट पोल की जांच के लिए याचिका

नई दिल्ली @ पत्रिका. सुप्रीम कोर्ट में एक याचिका दायर कर एग्जिट पोल से कथित रूप से निवेशकों को प्रभावित कर उन्हें शेयर बाजार में 31 लाख करोड़ रुपए के नुकसान की जांच की मांग की गई है। एडवोकेट बीएल जैन ने याचिका में कहा है कि एग्जिट पोल व वारस्तविक परिणामों में अंतर के कारण बाजारों में भारी गिरावट से 31 लाख करोड़ रुपये का नुकसान समग्र भारतीय अर्थव्यवस्था और वैश्विक स्तर पर भारत की प्रतिष्ठा को प्रभावित करेगा। याचिका में पूर्वानुमान-एग्जिट पोल को जनप्रतिनिधित्व कानून और चुनाव आयोग के दिशा-निर्देशों का उल्लंघन बताते हुए इन्हें प्रसारित करने वाले मीडिया घरानों और सर्वे एजेंसियों के खिलाफ सीबीआइ, ईडी, एसएफआईओ और सेबी से जांच की मांग की गई है।

## पूर्व मंत्री विश्वेंद्र सिंह ने पत्नी व बेटे के खिलाफ कराया चोरी का मामला दर्ज

भरतपुर @ पत्रिका. पूर्व राजपरिवार के बीच उपजा विवाद एसडीएम कोर्ट के बाद शुरूवार देर रात थाने तक जा पहुंचा। पूर्व कैबिनेट मंत्री विश्वेंद्र सिंह ने पूर्व सांसद पत्नी दिव्या सिंह व पुत्र अनिरुद्ध के खिलाफ मथुरा गेट थाने में एफआईआर दर्ज कराई है। इसमें दिल्ली की एक बैंक के लॉकर से बगैर स्वीकृति 10 किलो सोने के आभूषणों के अलावा पूर्व राजपरिवार के पुराने आभूषण निकाल कर हड़पने का आरोप लगाया है।

# संभावना: राजस्थान कोटे से दो या तीन सांसद बनाए जा सकते हैं मंत्री मोदी के साथ राज्य के कितने मंत्री लेंगे शपथ, 6 सांसद प्रबल दावेदार

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

जयपुर/नई दिल्ली । नरेन्द्र मोदी रविवार को तीसरी बार प्रधानमंत्री पद की शपथ लेने जा रहे हैं। उनके साथ ही मंत्रिमंडल के सदस्य भी शपथ लेंगे। इस बार राजस्थान कोटे से कितने मंत्री बनेंगे? प्रदेश में सभी की नजरें इस पर टिकी हुई हैं। पिछली बार की तरह राजस्थान में सभी सीटों पर तो भाजपा जीत नहीं पाई है, लेकिन पिछली सरकार में लोकसभा अध्यक्ष और चार मंत्री राजस्थान से थे। इनमें से एक को छोड़ सभी चुनाव जीत गए हैं। राजस्थान में भाजपा के 14 सांसद ही चुनाव जीत पाए हैं। चर्चा है कि मोदी के तीसरे कार्यकाल के पहले मंत्रिमंडल गठन में राजस्थान कोटे से दो या तीन मंत्री बनाए जा सकते हैं।

निवर्तमान लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला कोटा से, केन्द्रीय मंत्री भूपेन्द्र यादव अलवर से, गजेन्द्र सिंह शेखावत जोधपुर से और अर्जुन राम मेघवाल बीकानेर लोकसभा सीट से फिर से चुनाव जीते हैं, जबकि कैलाश चौधरी बाड़मेर से चुनाव हार चुके हैं। मोदी के दूसरे कार्यकाल में जो मंत्रिमंडल में शामिल थे, उन्हें मंत्री पद का प्रबल दावेदार माना जा रहा है। सबसे प्रबल दावेदारी कोटा सांसद ओम बिरला की मानी जा रही है। 1999 के बाद एकमात्र बिरला ही ऐसे लोकसभा अध्यक्ष हैं, जो फिर से चुनाव जीत कर संसद पहुंचे हैं।



नई दिल्ली । बीकानेर हाउस में मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा और नव निर्वाचित लोकसभा सांसद।

## 1 जातिगत समीकरण साधना सबसे बड़ी चुनौती

भाजपा के लिए मंत्रिमंडल गठन में राजस्थान के जातिगत समीकरण साधना सबसे बड़ी चुनौती है। जातिगत समीकरण पूरी तरह से साध नहीं पाने के कारण राजस्थान में भाजपा 25 में से 11 सीटों पर चुनाव हार गई। भाजपा के सामने सबसे बड़ी चुनौती यही है कि इस बार बड़ी जातियों को मंत्रिमंडल से दूर रखा जाए या नहीं?

## 2 नए चेहरों में इनकी भी चर्चा

नए सांसदों में से किसी को जगह मिलती है तो इसमें सबसे ज्यादा चर्चा राजसमंद सांसद महिमा कुमारी, उदयपुर सांसद मन्ना लाल रावत और अजमेर सांसद भागीरथ चौधरी की है। महिमा कुमारी को टिकट दिलाने में भी आलाकमान की भूमिका रही है। इसलिए उनका नाम नए चेहरों में सबसे ज्यादा चर्चा में है।

## 3 ये छह सांसद सबसे ज्यादा प्रबल दावेदार

भाजपा के जो 14 सांसद जीते हैं, इनमें झालावाड़ सांसद दुष्यंत सिंह पांचवी बार और बीकानेर सांसद अर्जुन राम मेघवाल चौथी बार चुनाव जीते हैं। इनके अलावा ओम बिरला, गजेन्द्र सिंह शेखावत, सीपी जोशी और पीपी चौधरी लगातार तीसरी बार चुनाव जीते हैं। इन सभी के नाम प्रमुखता से सियासी गलियारों में मंत्रिमंडल में शामिल होने के लिए चल रहे हैं।

## कोर्ट ने कहा ऐसे अपराध में नहीं कर सकते नरमी आतंकी मामलों में दो सजाएं साथ चलाने की याचिका खारिज

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

नई दिल्ली. दिल्ली हाईकोर्ट ने गैरकानूनी गतिविधि (यूएपीए) के दो मामलों में दोषी ठहराए गए आतंकी संगठन आइएसआइएस के एक सदस्य की उस उस याचिका को खारिज कर दिया जिसमें उसने दोनों केसों की सजा एक साथ चलाने जाने की मांग की थी। जस्टिस स्वर्णकांत शर्मा मोहसिन इब्नाहिम सैयद की याचिका खारिज करते हुए शीर्ष अदालत के एक फैसले का हवाला दिया कि सुप्रीम कोर्ट ने एनडीपीएस मामलों में सजाओं को एक साथ चलाने की अनुमति नहीं देने को कहा है जबकि याचिकाकर्ता तो आतंकवाद के मामले में दोषी हैं। आतंकवाद के मामलों से और भी अधिक कठोरता से निपटा जाना चाहिए।

कोर्ट ने कहा कि याचिकाकर्ता कुंभ मेले के दौरान हरिद्वार में आतंकवादी हमले करने की योजना बनाने और हिंदू महासभा के एक नेता की हत्या की साजिश रचने के लिए दोषी था, उसका मुख्य उद्देश्य देश में सांप्रदायिक सद्भाव को नुकसान पहुंचाना था। ट्रायल कोर्ट कम सजा देकर पहले ही नरम रुख अपना चुका है इसलिए गेटर बांधें और दिल्ली की अदालतों की ओर से दी गई सजा एक साथ चलाकर और नरमी नहीं दी जा सकती।

## पृथ्वीराज चौहान जयंती धूमधाम से मनाई



पत्रिका ब्यूरो patrika.com

नई दिल्ली. अखिल भारतीय रावत राजपूत महासभा और भारतीय रावत महासभा की राजधानी सर्कल सभा और प्रवासी राजस्थानियों ने लड़ो सराय स्थित पथोरगढ़ प्रांगण में सम्राट पृथ्वीराज चौहान की 879 वीं जयंती धूमधाम से मनाई गई।

इस अवसर पर मौजूद श्रद्धालुओं ने पृथ्वीराज चौहान की प्रतिमा की पूजा अर्चना की गई। इस मौके पर विशेष आमंत्रित रक्षा मंत्रालय के ब्रिगेडियर जितेंद्र सिंह चौहान और उनकी पत्नी रेणु चौहान ने भी विचार रखे।

## उपराष्ट्रपति से शिष्टाचार भेंट



नई दिल्ली. राजस्थान के उपमुख्यमंत्री डॉ प्रेमचंद बैरवा की उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ से शिष्टाचार भेंट।

## बेनीवाल से बात हो गई है, वो खुश हैं: वेणुगोपाल

पत्रिका ब्यूरो patrika.com

नई दिल्ली. कांग्रेस महासचिव संगठन के सी वेणुगोपाल ने कहा कि आरएलपी प्रमुख और नागौर सांसद हनुमान बेनीवाल से बात हो गई है। वो खुश हैं। दरअसल, सीडब्ल्यूसी की बैठक के बाद पत्रकार वार्ता में वेणुगोपाल से बेनीवाल के नाराज होकर इंडिया गठबंधन से अलग होने को लेकर सवाल किया गया। इस पर वेणुगोपाल ने कहा कि बेनीवाल से बात हुई है। अब कोई मुद्दा नहीं है। वहीं महासचिव जयराम रमेश ने कहा कि बेनीवाल के इंडिया गठबंधन से बाहर जाने की खबरें भ्रामक हैं।



यह है मामला लोकसभा चुनाव के मतदान समाप्त होने से नतीजों के बाद इंडिया गठबंधन की दो बैठकें हो चुकी हैं। बेनीवाल ने गठबंधन में शामिल होकर चुनाव लड़ा और जीता, लेकिन बैठकों में उन्हें नहीं बुलाया। इस पर बेनीवाल ने नाराजगी जताई थी। इसके बाद कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे के कार्यालय ने बेनीवाल से खेद भी जताया था।

## शपथ ग्रहण समारोह: पहुंचने लगे मेहमान



नई दिल्ली. भारत के प्रधानमंत्री और मंत्रिमंडल के शपथ ग्रहण समारोह में भाग लेने के लिए आए सेशेल्स गणराज्य के उपराष्ट्रपति अहमद अफिक का आईजीआई टी-3 में गर्मजोशी से स्वागत किया गया।

## 14 लड़कियों सहित 21 बच्चों को बाल श्रम से मुक्त कराया गया

पत्रिका ब्यूरो patrika.com

नई दिल्ली. राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग (एनसीपीसीआर) की अगुआई में टीम ने दो ब्लेसमेट एजेंसियों पर छापे मारकर 14 लड़कियों सहित 21 बच्चों को बाल श्रम से मुक्त कराया गया।

यह कार्रवाई एनसीपीसीआर ने श्रम विभाग, जिला बाल संरक्षण इकाई (डीसीपीबी), मानव दुर्व्यापार (ट्रैफिकिंग)

रोधी इकाई, स्थानीय एसडीएम और एसोसिएशन फॉर वालंटरी एक्शन (एवीए) ने बचपन बचाओ आंदोलन (बीबीए) को मिली एक शिकायत के आधार पर की। संयुक्त टीम ने पश्चिमी दिल्ली और उत्तर पश्चिमी दिल्ली जिलों में 10 ठिकानों पर छापे मारे। इस दौरान 8 से 17 वर्ष के बीच के कुल 21 बच्चों को मुक्त कराया गया, जिन्हें पढ़ाई और बेहतर जीवन का झांसा देकर यहां लाया गया था। ये बच्चे पश्चिम बंगाल, ओड़ीशा, असम, उत्तर प्रदेश, बिहार,

झारखंड और छत्तीसगढ़ जैसे देश के विभिन्न राज्यों के थे। इस दौरान 10.5 लाख रुपए की नगदी और सोने के आभूषणों की बरामदगी के साथ ही ऐसे हजारों और बच्चों के बारे में दस्तावेजी जानकारी मिली। बचपन बचाओ आंदोलन के निदेशक मनीष शर्मा ने कहा कि इस कार्रवाई से गरीब परिवारों के बच्चों की सुरक्षा और उन्हें शोषण से बचाने के लिए तत्काल कड़े कानूनों और उन पर सख्ती से अमल की जरूरत महसूस हुई है।

## साप्ताहिक फलादेश 09 से 15 जून, 2024

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>गोष</div><div>(चू, च, ओ, ला, ली, लू, ले, लो, को, हा)</div><div>पुनर्वसु</div><div>नक्षत्र में आरंभ यह सप्ताह सम्पत्ति में वृद्धि का संकेत कर रहा है। संयुक्त उपक्रम से कोई बड़ी भूमि या भवन का सौदा संभावित है। आर्थिक पक्ष अनुकूल रहेगा। व्यापार में भागीदारी से अपेक्षाएं बढ़ेंगी। नौकरी में प्रशासनिक विभाग में कार्य अवसर। छात्रवर्ग को प्रशासन से जुड़े क्षेत्र के मौके।</div><div>शुभ दिन : बुधवार शुभ अंक : 3, 9</div><div>शुभ रंग : गहरा गुलाबी दिशा: उत्तर, पूर्व</div><div>विशेष सलाह : योजनाओं को क्रमानुसार आगे बढ़ाएं।</div></div> | <div><div>मिथुन</div><div>(का, की, कू, घ, ड, छ, के, को, हा)</div><div>राशि</div><div>पर चन्द्रमा का गोचर नए विचारों से अवगत करवाएगा। दूसरे या तीसरे दिन बाहरी यात्रा का शेड्यूल बन सकता है।। व्यवसायिक विषयों को हल करने का प्रयास करें। व्यापार में संबंधित इकाइयों में लाभ मिलने की संभावना है।। नौकरी में प्रादेशिक स्तर पर पद की प्राप्ति का योग।</div><div>शुभ दिन : रविवार शुभ अंक : 3, 6</div><div>शुभ रंग : गहरा लाल दिशा: उत्तर, दक्षिण</div><div>विशेष सलाह : निरंतर विचारों को प्रवाहमान रहने दें।</div></div>                                     | <div><div>सिंह</div><div>(मा, मी, मू, मे, मो, टा, टी, टू, टे)</div><div>ग्रहों</div><div>की अनुकूलता नए कार्यों में आगे बढ़ाएगी।। लोक से हटकर नए प्रोजेक्टों में ध्यान देंगे।। आर्थिक मजबूती के लिए बाहरी यात्रा भी संभव है।। प्रयासों में तेजी लाएं। व्यापार में सोयाबीन से जुड़े स्टॉक का लाभ मिल सकता है।। नौकरी में वरिष्ठ वर्ग का सहयोग मिलने से पदोन्नति।</div><div>शुभ दिन : सोमवार शुभ अंक : 1, 5</div><div>शुभ रंग : हल्दी पीला दिशा: वायव्य</div><div>विशेष सलाह : संबंधों तथा योग्यताओं का समानुपात लाभ देगा।।</div></div>        | <div><div>तुला</div><div>(रा, री, रू, रे, री, टा, ती, तू, ते)</div><div>सप्ताह</div><div>के आरंभ में सफलता का अनुभव होगा।। मंगल, बुध सोचनीय है।। हड़बड़हट या शीघ्रता में कोई भी निर्णय लेने से बचने की आवश्यकता है।। आर्थिक पक्ष अनुकूल रहेगा।। व्यापार में चांदी से जुड़े बाजार का लाभ मिलेगा।। नौकरी में कार्यशैली सम्मानित करवाएगी।</div><div>शुभ दिन : गुरुवार शुभ अंक : 2, 8</div><div>शुभ रंग : खरबूजी पीला दिशा: दक्षिण</div><div>विशेष सलाह : संचार साधनों का लाभ लेना आरंभ करें।</div></div>                               | <div><div>धनु</div><div>(या, यो, भा, भी, भू, घा, फा, बा, भे)</div><div>दोपहर</div><div>तक जरूरी काम निपटाए जा सकते हैं।। शाम से कुछ विपरीत स्थिति आ सकती है।। हालांकि बहुत ज्यादा तनाव वाला समय नहीं है। किन्तु निर्णय के लिए धैर्य रखें। व्यापार में बुधवार का दिन नए कॉन्ट्रैक्ट का काम दिलावा सकता है।। नौकरी में बदलती परिस्थितियां आश्चर्य में डालेंगी।</div><div>शुभ दिन : बुधवार शुभ अंक : 3, 7</div><div>शुभ रंग : कलथई दिशा: उत्तर, ईशान</div><div>विशेष सलाह : दूरदर्शी रहकर धैर्य से आगे बढ़ें।</div></div>        | <div><div>कुंभ</div><div>(यू, री, गो, सा, सी, सू, से, सो, दा)</div><div>आकस्मिक</div><div>लाभ के अवसर मिलेंगे।। पारिवारिक कार्यों में अहम भूमिका मिल सकती है।। व्यावसायिक दृष्टिकोण से भी समय तथा अवसर लाभकारी हो सकते हैं, प्रयास करें। व्यापार में प्लारिस्टिक से जुड़े सभी फैंकल्टी के कार्य लाभ वे सकते हैं।। नौकरी में परिश्रम के अच्छे परिणाम मिलेंगे।</div><div>शुभ दिन : शुक्रवार शुभ अंक : 4, 8</div><div>शुभ रंग : गहरा नीला दिशा: वायव्य</div><div>विशेष सलाह : अवसरों का अन्वेषण कर आगे बढ़ें।</div></div>              |
| <div><div>वृषभ</div><div>(इ, उ, ए, ओ, वा, वि, वू, वे, वो)</div><div>धीरे-धीरे</div><div>स्थितियों में अनुकूलता अनुभव होगी।। पारिवारिक समस्याओं का निराकरण होगा।। कुछ मामले आपसी समझदारी से सुलझाने होंगे।। आर्थिक पक्ष उत्तम रहेगा। व्यापार में माईंस से जुड़े सभी प्रकार के क्षेत्र में लाभ के अवसर।। नौकरी में योग्यताओं को बढ़ाने की आवश्यकता अनुभव होगी।</div><div>शुभ दिन : मंगलवार शुभ अंक : 1, 8</div><div>शुभ रंग : नारंगी दिशा: दक्षिण, पश्चिम</div><div>विशेष सलाह : सकारात्मक ऊर्जा को निरंतर प्रवाहमान रखें।</div></div>                      | <div><div>कर्क</div><div>(ही, हू, हे, हो, डा, डी, डू, डे, डो)</div><div>दोपहर</div><div>के बाद खर्च की अधिकता हैरत में डालेगी।। मंगलवार से कोई आर्थिक प्रपोजल होगा से जुड़ा हुआ मिल सकता है।। परिवार में बाहरी यात्रा पर खर्च होगा।। व्यापार में डिपोजिटल से जुड़े मेडिकल सेक्टर के लाभ मिलेंगे।। नौकरी में कार्यक्षेत्र बढ़ेगा।। महिला तथा छात्रवर्ग को तकनीकी क्षेत्रों में अवसर।</div><div>शुभ दिन : गुरुवार शुभ अंक : 2, 4</div><div>शुभ रंग : हल्का काला दिशा: मध्यपूर्व</div><div>विशेष सलाह : कार्य प्रणाली का विस्तार करते हुए आगे बढ़ें।</div></div> | <div><div>कन्या</div><div>(टो, पा, पी, पू, घ, ण, ट, पे, पो)</div><div>गुरु</div><div>के राशि परिवर्तन का लाभ मिलेगा।। कुछ मित्र व सहयोगी आर्थिक पक्ष की मजबूती दिलवा सकते हैं।। संतान की ओर से भी शिक्षा से जुड़े क्षेत्र में अनुकूल समाचार मिलेंगे। व्यापार में धान से जुड़े बाजार का श्रेष्ठतम लाभ मिलने का योग है।। नौकरी में मनोवांछित पद व स्थान की प्राप्ति हो सकती है।</div><div>शुभ दिन : शुक्रवार शुभ अंक : 4, 9</div><div>शुभ रंग : समुद्री हरा दिशा: नैऋत्य</div><div>विशेष सलाह : सुसंगठित योजना सफलता का अवसर देगी।</div></div> | <div><div>वृश्चिक</div><div>(तो, ना, नी, नू, ने, नो, या, यी, यू)</div><div>दोपहर</div><div>के बाद स्थितियों में सुधार आएगा।। विवादित जमीन जायदाद के मामलों में मार्ग निकलेगा।। आर्थिक पक्ष की श्रेष्ठता के लिए छोटे-छोटे निवेश किए जा सकते हैं।। व्यापार में मंगल, बुध बड़े भागीदारियों से लाभ दिला सकते हैं।। नौकरी में प्रशासकीय विभाग में अवसर मिल सकता है।</div><div>शुभ दिन : मंगलवार शुभ अंक : 4, 5</div><div>शुभ रंग : सिंदूरिया दिशा: दक्षिण, पूर्व</div><div>विशेष सलाह : समस्याओं का निराकरण किया जा सकता है।</div></div> | <div><div>मकर</div><div>(भो, जा, जी, खी, खू, खे, खो, गा, गी)</div><div>शाम</div><div>को कोई विशेष कार्य होने की संभावना है।। प्रयासों को छोड़ें नहीं।। कुछ स्थानों पर वैचारिकता को समझौते के तौर पर चलाने की आवश्यकता है।। व्यापार में परिस्थितियां अनुकूल होंगी।। नौकरी में अवसरों की अनुकूलता बढ़ेगी।। महिला तथा छात्रवर्ग को मैकेनिकल सेक्टर में सेवा के अवसर।</div><div>शुभ दिन : बुधवार शुभ अंक : 1, 9</div><div>शुभ रंग : तरबूजी लाल दिशा: दक्षिण</div><div>विशेष सलाह : अनुभवों के साथ संबंधों का लाभ लें।</div></div> | <div><div>मीन</div><div>(वी, दु, थ, ज, वे, दो, चा, ची)</div><div>समय</div><div>की अनुकूलता अवसरों को बढ़ाएगी।। संबंध तथा विशेष कार्य के माध्यम से कोई बड़ा प्रोजेक्ट हल हो सकता है।। अपने आर्थिक मामलों में गति बढ़ाने का प्रयास करें। व्यापार में औषधि तथा वनस्पति से जुड़े खुले बाजार का लाभ मिलेगा।। नौकरी में पुनः कोई विशिष्ट पद की प्राप्ति का योग बन रहा है।</div><div>शुभ दिन : बुधवार शुभ अंक : 5, 6</div><div>शुभ रंग : फिरोजी दिशा : मध्यउत्तर</div><div>विशेष सलाह : रणनीतिक मामलों में गंभीरता सफलता देगी।</div></div> |





justeen 13 से 19 साल बेमिसाल

Young Prodigy

That's The Spirit

16 वर्षीय पर्वतारोही काम्या ने हाल ही में माउंट एवरेस्ट की चोटी पर सफलतापूर्वक चढ़ाई की।

कौन हैं ये

नाम : काम्या कातिक्यन

उम्र : 16 वर्ष

उपलब्धि: माउंट एवरेस्ट कांगरी और माउंट एवरेस्ट कांगरी पर भी जा चुकी हैं।

माउंट एवरेस्ट के शिखर से स्की करके नीचे उतरने का भी कीर्तिमान।

एवरेस्ट फातेह करने वाली सबसे कम उम्र की भारतीय

सिर्फ 16 साल की उम्र में काम्या पांच महाद्वीपों की सबसे ऊंची चोटियों पर चढ़ाई कर चुकी हैं। अब वह नेपाल की ओर से माउंट एवरेस्ट पर चढ़ने वाली सबसे कम उम्र की भारतीय और दुनिया की दूसरी सबसे कम उम्र की व्यक्ति बन गई हैं। उन्हें प्रधानमंत्री राष्ट्रीय बाल शक्ति पुरस्कार भी मिल चुका है। उनके पिता भारतीय नौसेना के कमांडर एस कातिक्यन उनके जुनून को पूरा करने में हर वक्त उनके साथ होते हैं।

TRICKS of MEMORY IMPROVEMENT by

कृष्ण चहल निजी तौर पर वर्ल्ड रिकार्ड

विद्यार्थियों को फोकस बढ़ाने के लिए इच्छाओं को नियंत्रित करना चाहिए।

जल्द और इच्छा के बीच चयन करना सीखें

छात्रों और अभिभावकों के बीच नया संघर्ष देखने को मिल रहा है- जल्द और इच्छाओं के बीच का चुनाव। जल्द और दैनिक कार्यों के लिए अनिवार्य होती है, जबकि इच्छाएं वे गैर-जल्द चीजें होती हैं जो आराम और आनंद को बढ़ाती हैं।

DO IT YOURSELF

पेपर से बनाएं एंटीस्ट्रेस टॉय

क्या आप पेपर की मदद से एंटीस्ट्रेस टॉय बनाना चाहते हैं? इसके लिए आपको एक ए4 पेपर या प्लास्टिक की शीट की जरूरत होगी। फिर इसे आप कैची की मदद से पट्टियों में काटकर आसानी से गोंद या पिन से जोड़ सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए यह वीडियो देख सकते हैं- [bit.ly/fursat549](https://bit.ly/fursat549)

बनाएं हमें अपना BFF

अंग्रेज लेखक जॉन एबलिन का कहना है, 'दोस्ती वह सुनहरा धागा है, जो पूरी दुनिया के दिलों को बांधता है।' आप भी हमारे ऐसे ही सच्चे दोस्त बन सकते हैं। हमसे जुड़ने के लिए और अपने मन की बात हमसे शेयर करने के लिए आप इस मेल पते पर संपर्क कर सकते हैं-

मेल आईडी [sunday@in.patrika.com](mailto:sunday@in.patrika.com)

विश्व रक्तदाता दिवस विशेष- 14 जून

खून के अभाव में जाने वाली हर जान को बचाना है मकसद

रक्तदान जागरूकता के लिए 21 हजार किमी की पैदल यात्रा

दिल्ली में रहने वाले केरल के किरण वर्मा ने अपना जीवन रक्तदान को ही समर्पित किया है। उन्होंने 28 दिसंबर, 2021 को तिरुवनंतपुरम से 21000 किलोमीटर की अनोखी पैदल यात्रा शुरू की और इसका अधिकांश हिस्सा वे पूरा कर चुके हैं। किरण चाहते हैं कि दिसंबर 2025 तक 50 ब्लाड डोनर्स तैयार हो जाएं, जिससे खून के अभाव में कोई

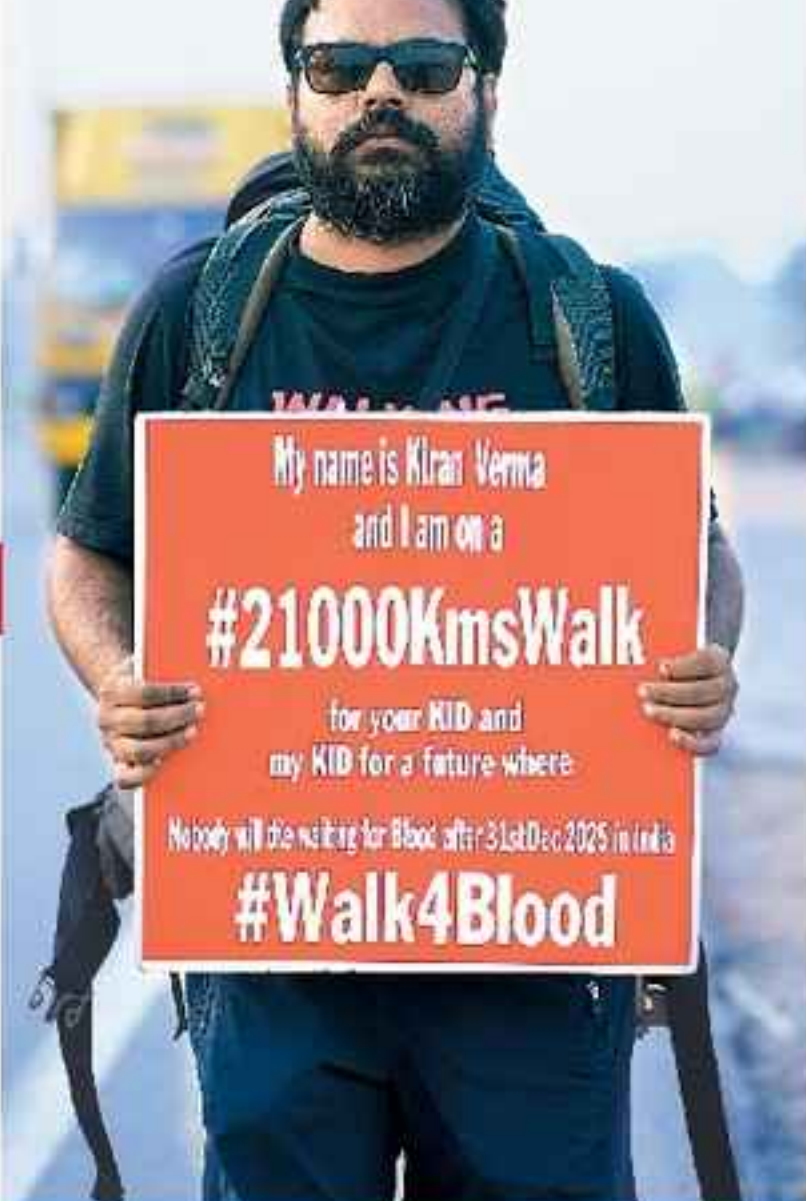
जान नहीं जाए। वे कहते हैं कि वे पैदल चलकर लोगों को रक्तदान करने के लिए प्रेरित करते हैं। किरण ने 2016 में रायपुर की एक महिला को अपने पति के लिए ब्लाड की व्यवस्था की गुहार करते देखा था। ऐसे में उन्होंने ब्लाड डोनेट किया। जब महिला से बातचीत की तो पता चला कि उसे पति के इलाज व ब्लाड को अरेंज करने के लिए शरीर बेचना पड़ा।

इसके बाद 2017 में दिल्ली के एम्स में 14 साल के एक बच्चे ने प्लेटलेट्स नहीं मिल पाने की वजह से अपने पिता के सामने ही तड़प-तड़पकर दम तोड़ दिया। किरण के घर भी पहला बच्चा आने वाला था। तब उन्हें लगा कि ऐसा किसी के साथ भी हो सकता है। इसके बाद उन्होंने नौकरी छोड़कर सिंपली ब्लाड नाम के एनजीओ की शुरुआत की।

अजनबी फोन कॉल पर 1600 किमी का सफर तय कर किया प्लाज्मा डोनेट

कोविडकाल में जब लोग अगमों का साथ छोड़ रहे थे, ऐसे में प्रयागराज के रहने वाले राजीव मिश्रा ऐसे प्लाज्मा वीर थे, जो एक अजनबी कॉल पर प्रयागराज से 1600 किलोमीटर हरियाणा की यात्रा कर वेदांता हॉस्पिटल में कोरोना रोगी के लिए प्लाज्मा डोनेट करने के लिए गए।

राजीव ऐसे रक्त और प्लाज्मा दाता हैं जो 55 हजार किलोमीटर से अधिक की यात्रा कर कई राज्यों में जाकर 100 से अधिक बार रक्तदान कर चुके हैं। बलिया के रहने वाले राजीव मिश्रा प्रयागराज में रहकर प्राइवेट काम कर रहे हैं। वे लोगों को ब्लाड और प्लाज्मा देने के लिए जागरूक करते हैं। उनकी इस उपलब्धि के लिए कनाडा की बॉम्बेन यूनिवर्सिटी ने उन्हें डॉक्टरेट की मानद उपाधि से नवाजा है। राजीव के भाई की मौत ऑपरेशन के बाद खून की कमी से हुई थी, जिसके बाद वे दूट चुके थे। इस घटना के बाद उन्होंने रक्तदान कर लोगों की जिंदगी बचाने का फैसला लिया।



रक्तदान में ट्रांसजेंडर्स के साथ भेदभाव का किया विरोध

मणिपुर की सांता खुरई ट्रांसजेंडर अधिकार कार्यकर्ता और लेखिका हैं। जब उन्हें पता चला कि ट्रांसजेंडर्स नियमों के तहत रक्तदान नहीं

रेफरल, 2017 के दिशानिर्देशों के खंड 12 और 51 की संवैधानिक वैधता को चुनौती दी और सुप्रीम कोर्ट में एक जनहित याचिका (पीआईएल) दायर की। उन्होंने तर्क दिया कि स्थायी प्रतिबंध के आधार मनमाने, भेदभावपूर्ण और अवैधानिक हैं। उस वक्त कोविड के विकट दौर में ट्रांसजेंडर व्यक्ति आपात स्थिति के दौरान अपने समुदाय के अन्य सदस्यों को रक्तदान करने में असमर्थ थे। इसके अलावा खुरई ने सितंबर 2021 में जिनेवा में आयोजित 48वें संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार परिषद सत्र में भी ट्रांसजेंडर्स के साथ भेदभाव पर बयान प्रस्तुत किया। खुरई ने विभिन्न क्षेत्रों में ट्रांसजेंडर लोगों के अनुभवों की खोज करते हुए कई लेख प्रकाशित किए हैं।

चर्चा में

वान गॉंग की तारों वाली रात का रिक्रिएशन

कलाकारों ने फ्रांस के लुमा आल्स में क्रिएटिविटी दिखाते हुए ड्रोन प्रदर्शन के साथ वान गॉंग की स्टारी नाइट को फिर से जीवंत किया है।

लुमा आल्स में समकालीन कलाकार जोड़ी डिफ्ट ने दो इमर्सिव और इंटरैक्टिव कलाकृतियों की प्रदर्शनी लिविंग लैंडस्केप प्रस्तुत की हैं। प्रदर्शनी के उद्घाटन के अवसर पर उन्होंने संग्रहालय के फ्रैंक गेहरी द्वारा डिजाइन किए गए टॉवर के ऊपर एक ड्रोन प्रदर्शन किया, जिसमें वान गॉंग के चित्रों को दर्शाया गया। डिफ्ट की इमर्सिव कलाकृतियां दर्शकों को प्रकृति और प्रौद्योगिकी के बीच संबंधों पर विचार करने के लिए आमंत्रित करती हैं। लिविंग लैंडस्केप विशाल, इंटरैक्टिव स्थापना है, जो दर्शकों को आभासी परिदृश्य दिखाती है। डिफ्ट्स फील्ड छोटी स्थापना है, जो प्रकाश और ध्वनि का इस्तेमाल कर खास अनुभव बनाती है।

वॉ

कर एस नाम के ये रोबोट यूबीटेक कंपनी द्वारा विकसित किए गए हैं और इन्हें कारों के निर्माण में दक्षता और सटीकता लाने के लिए डिजाइन किया गया है। ये रोबोट पारंपरिक मशीनरी के साथ इंटीग्रेट किए गए हैं और अपने काम को पूरा करने के लिए एआई का इस्तेमाल करते हैं। वे सीट बेल्ट, दरवाजे और बांडी

क्वालिटी का निरीक्षण कर सकते हैं। तेल भर सकते हैं और लेबल लगा सकते हैं। यूबीटेक का दावा है कि वॉकर एस रोबोट का इस्तेमाल करने से कार निर्माण प्रोसेस तेज होगा। ये मनुष्यों की तुलना में तेजी से और अधिक सटीक रूप से काम कर सकते हैं, जिससे उत्पादन समय कम हो जाता है और लागत में कमी आती है।

{ हास्य } humour

ठहाका

हाथी और घोड़ा शतरंज में बिजी

पिछले अंक में पूछा था कि जिसकी लाठी उसकी भैंस। भैंस ही क्यों, घोड़ा या हाथी क्यों नहीं?

■ क्योंकि भैंस दूध देती है और घास-चारा खाकर खुश रहती है। घोड़े बेचकर सोती नहीं और हाथी जैसे खाने और दिखाने के अलग-अलग दांत नहीं हैं।

- उबा खाती, बेंगलूर

■ जिसकी लाठी उसकी भैंस, क्योंकि हाथी और घोड़ा तो शतरंज खेलने में बिजी हैं। - किरण टी. राजक, बेंगलूर

■ घोड़ा चले चाबुक से, हाथी अंकुश धाय। बेल चले टक्कर से, भैंस तो लाठी खाय। - बृजेश गौतम, मंडावरी

अगले सप्ताह का सवाल

अब आया ऊंट पहाड़ के नीचे। पहाड़ के नीचे ही क्यों, कहीं और क्यों नहीं?

पाठक अपने फनी जवाब वॉट्सऐप नंबर 8955003879 पर गुरुवार तक भेज दें।

बतकही

वाह रे गुरुघंताल, देखा तेरा जमाल। तू निकला माया चोर। हम रोवे घनघोर।

महाठगिनी माया की दीवानी दुनिया

माया को भी कमसिन नादान समझने की भूल न कर बैठना। माया भी जब अपना चक्कर चलाती है, जाल बिछाती है तो अच्छे-अच्छे फने खां उसके चंगुल में ऐसे जा फंसे हैं, जैसे सोलह साल का युवा सेल्फी के चक्कर में फंस जाता है। वर्तमान में कुछ पवित्र शरीरधारियों को माया सर्वाधिक सताती है।

जमाल। तू निकला माया चोर। हम रोवे घनघोर।

मोरल ऑफ द स्टोरी यह है कि माया का मामला हो तो अपने सगे बाप पर भी भरोसा न करो।

अब आप हमारे ऊपर समाज को भ्रमित करने का इल्जाम न लगा दें। वरना हम इतिहास में घुसकर ऐसे ऐसे उदाहरण पेश करेंगे कि आप चिल्लाकर कहेंगे, देखो! ये आदमी संस्कृति खतरे में डाल रहा है।

अब आप माया को भी कमसिन नादान समझने की भूल न कर बैठना। माया भी जब अपना चक्कर चलाती है, जाल बिछाती है तो अच्छे-अच्छे फने खां उसके चंगुल में ऐसे जा फंसे हैं, जैसे कोई सोलह साल का युवा सेल्फी के चक्कर में फंस जाता है।

लेकिन शैतान माया अपना जाल बुनती है और पवित्र नेताजी को तुरंत भ्रष्ट कर डालती है।

देखते-देखते सूखे गालों पर लाल लाल सुखी छा

जाती है और तोंद के घेरे में सलवटें पड़ जाती हैं।

बेचारे नेताजी ना चाहते हुए भी माया के चक्कर में अपनी सेवाभावी आत्मा को बेच डालते हैं।

आत्मा घरवाली की तरह रोती रहती है और माया बाहरवाली की माफिक गुलछरें उड़ती हैं। इधर

वर्तमान में कुछ पवित्र शरीरधारियों को माया सर्वाधिक सताती है। जिसमें प्रमुख हैं हमारे प्यारे नेता और हाकिम। नेताजी से पूछो कि आप राजनीति में क्यों घुसे तो वे कहेंगे जनकल्याण को।

जमाल। तू निकला माया चोर। हम रोवे घनघोर।

मोरल ऑफ द स्टोरी यह है कि माया का मामला हो तो अपने सगे बाप पर भी भरोसा न करो।

अब आप हमारे ऊपर समाज को भ्रमित करने का इल्जाम न लगा दें। वरना हम इतिहास में घुसकर ऐसे ऐसे उदाहरण पेश करेंगे कि आप चिल्लाकर कहेंगे, देखो! ये आदमी संस्कृति खतरे में डाल रहा है।

अब आप माया को भी कमसिन नादान समझने की भूल न कर बैठना। माया भी जब अपना चक्कर चलाती है, जाल बिछाती है तो अच्छे-अच्छे फने खां उसके चंगुल में ऐसे जा फंसे हैं, जैसे कोई सोलह साल का युवा सेल्फी के चक्कर में फंस जाता है।

लेकिन शैतान माया अपना जाल बुनती है और पवित्र नेताजी को तुरंत भ्रष्ट कर डालती है।

देखते-देखते सूखे गालों पर लाल लाल सुखी छा

जाती है और तोंद के घेरे में सलवटें पड़ जाती हैं।

बेचारे नेताजी ना चाहते हुए भी माया के चक्कर में अपनी सेवाभावी आत्मा को बेच डालते हैं।

आत्मा घरवाली की तरह रोती रहती है और माया बाहरवाली की माफिक गुलछरें उड़ती हैं। इधर

वर्तमान में कुछ पवित्र शरीरधारियों को माया सर्वाधिक सताती है। जिसमें प्रमुख हैं हमारे प्यारे नेता और हाकिम। नेताजी से पूछो कि आप राजनीति में क्यों घुसे तो वे कहेंगे जनकल्याण को।

लोट-पोट

सत्ता के साथी

इलेक्शन लड़ना आप लोगों का काम है। सरकार बनाना हमारा!

एसएमएस- पाठकों की तरफ से सोशल मीडिया शेयरिंग

इस फोटो को देखकर आपके मन में ताजा घटनाओं से संबंधी कोई मजेदार कमेंट आता है तो लिखकर हमें वॉट्सऐप नंबर 8955003879 पर भेजें। बेहतर और चयनित कमेंट को 'हास्यम्' के अगले अंक में प्रकाशित करेंगे।

रीडर्स रिएक्शन

■ शुक्रिया ईश्वर! इस गर्मी में कम से कम हवालात में हवा तो मिलेगी। - शिवानी खोवाल, जयपुर

■ काट लिया पैड़, लगावा लिया एसी.. मिल गई कलेजे को डंडक-मिटिका अवसरिया, छत्तीसगढ़

■ शाहरुख- खून में मेरे गर्मी, गर्मी में मेरा खून। इंस्पेक्टर- गाड़ी साइड में लगा, वर्ना नंगे पैर चलवा दूंगा.. क्योंकि ये है तपता जून। -विजेन्द्र पाराशर, बांदीकुई

पाठक-पाती

■ हास्यम् पेज में सभी अपने-अपने हिसाब से विचार प्रस्तुत करते हैं, जो इस पेज के ह्यूमर को और बढ़ा देता है। -सतीश कुमार पटेल, खिलासपुर

■ आज के समय चेहरे पर मुस्कान आ जाना बड़ी बात है, मगर हास्यम् में विक्षलिताकर हंसने का मौका दिया। इंतजार रहता है रविवार का। - साजिव अली, इंदौर

■ हास्यम् पृष्ठ अनुज है। इसमें फनी सवाल-जवाब, हास्य कविता, कार्टून कोना सभी में उच्च स्तरीय हास्य है। -अमृता राजेन्द्र प्रसाद, जगदलपुर

कार्टून कॉर्नर

गर्मी के साइट इफेक्ट

सूधीर हालानाचंदी

50 डिग्री तापमान साथ AC स्टोर में क्या आ गया, तुमने तो जेरी जेबे खाली करवा दी...

पाठक द्वारा प्रेषित

फनी पहेली

■ पहेली: यदि आप लाल सागर में एक पीली टोपी गिराते हैं, तो वह हो जाती है? जवाब: गीली।

■ पहेली: में पंख की तरह हल्की हूँ, फिर भी सबसे ताकतवर व्यक्ति मुझे पांच मिनट तक नहीं रोक सकता। में क्या हूँ? जवाब: सांता।

■ पहेली: कौन सा जानवर इमारत से भी ऊंची छलांग लगा सकता है? जवाब: हर जानवर, क्योंकि इमारत स्थिर रहती है।

गुदगुदाते रहें

आलसी बेटी- पापा एक गिलास पानी दे दीजिए। पापा- अगर पानी मांगा तो थपड़ मारूंगा। बेटी- थपड़ मारने आओ तो पानी लेते आना। टीचर क्लास में- दिल्ली में कुतुब मीनार है। चिट्ठे क्लास में से रहा था। टीचर ने उसे जगाया और पूछ- मैंने अभी क्या बोला? चिट्ठे- दिल्ली में कुता बीमार है।

अध्यापक - ताजमहल किसने बनाया? मोंद - जी, कारीगर ने! अध्यापक - मेरा मतलब, बनाया किसने था? मोंद - जी, ठेकेदार ने!

सुबह- पत्नी नींद से उठते ही बोली, अजी सुनते हो? पति- बोली! क्या हुआ? पत्नी- मुझे सपना आया कि आप हीरो का हार लाए हो। पति- ठीक है! तो पहनकर सो जाओ!

राजनीति में शासन का, खेलों में अनुशासन का, अलग-अलग मंत्र होता है, खेल और राजनीति में बड़ा अंतर होता है। दोनों में नहीं है कोई मेल, राजनीति करना नहीं है कोई हंसी-खेल, राजनीति की पिछ पर अच्छे अच्छे खिलाड़ी हो जाते हैं फेल।

द्वयं बाण

अंतर

बड़े-बड़े दिग्गज पल में हो जाते हैं पिछू से, कोई इमरान खान तो कोई सिद्धू से। एक ही क्षेत्र में लक्ष्य साधकर सफलता का स्वाद चखें, खेलों से राजनीति, राजनीति से खेलों को सर्वथा अलग रखें। -पीयूष पावक

**सड़क हादसा**  
ट्यूशन से घर लौट रही छात्रा को ट्रक ने कुचला, मौत



पत्रिका ब्यूरो  
patrika.com

**दुर्ग.** ट्यूशन से घर लौट रही साइकिल सवार छात्रा को ट्रक ने कुचल दिया। घटना शनिवार को सुबह करीब 8 बजे की है। कक्षा आठवीं की छात्रा ओजस्वी पारकर (13 वर्ष) अपने गांव चंगोरी से समीप के गांव अंजोरा में ट्यूशन पढ़ने गई थी। लौटते समय भूसे से लोड ट्रक ने उसकी साइकिल को पीछे से ठोकर मार दिया। वह साइकिल समेत सड़क पर गिर गई। ट्रक का पिछला पहिया उसे कुचलता हुआ निकल गया।

छात्रा की मौके पर ही मौत हो गई। पुलगांव थाना टीआई घुस्ते भट्ट ने बताया कि इस घटना से आक्रोशित ग्रामीणों ने चक्काजाम कर दिया था। करीब चार घंटे सड़क जाम रहा। एसडीएम समेत अन्य अधिकारी मौके पर पहुंचे। उचित मुआवजा दिलवाने के आश्वासन के बाद ग्रामीण शांत हुए।

**सांप ने डसा तो युवक ने पकड़कर सिर चबा डाला, दोनों की मौत**

**प्रतापपुर @ पत्रिका.** प्रतापपुर विकासखंड अंतर्गत ग्राम पंचायत भेड़िया में एक अजीबोगरीब घटना सामने आई जिसमें युवक व सांप दोनों की जान चली गई। दरअसल सांप द्वारा डसे जाने से आक्रोशित युवक उसका सिर चबा गया, इससे सांप की तो मौत हो गई, लेकिन तेजी से जहर फैलने के कारण युवक की भी मौत हो गई। इस घटना को लेकर क्षेत्र में तरह-तरह की चर्चाएं जारी हैं।

**यात्रीगण ध्यान दें : कटनी लाइन पर 12 से 20 जून के बीच तीसरी लाइन का काम चलेगा**  
**चुनाव के बाद पहला बड़ा ब्लॉक, गरीबरथ व गोंदिया समेत 24 एक्सप्रेस ट्रेनें कैसिल**

पत्रिका ब्यूरो  
patrika.com

**रायपुर.** रेलवे चुनाव खत्म अब कटनी लाइन पर 12 से 20 जून तक रेलवे बड़ा ब्लॉक लेने जा रहा है क्योंकि अभी तीसरी और चौथी रेलवे लाइन तैयार करने का काम बाकी है। 18 दिनों के इस ब्लॉक से गोंदिया तक के यात्री परेशानी में घिर गए हैं। इस दौरान दुर्ग से चलने वाली अजमेर एक्सप्रेस, रायपुर से लखनऊ गरीब रथ समेत 24 ट्रेनें कैसिल होंगी। जबकि गोंदिया से चलने वाली बरोनी एक्सप्रेस दुर्ग, रायपुर, बिलासपुर होकर नहीं चलेगी। इस ब्लॉक के अलावा सिकंदराबाद रेलवे में 17 जून से लगने वाले ब्लॉक से 16 एक्सप्रेस ट्रेनें अलग-अलग तारीखों में रद्द करने की सूची जारी की गई है।

**इतनी ट्रेनें लगातार रद्द**

- 13 जून से 20 जून तक ट्रेन नंबर 08269 चिरमिरी-चंदिया रोड पैसंजर स्पेशल रद्द।
- 13 से 20 जून तक चंदिया रोड से ट्रेन नंबर 08270 चंदिया रोड-चिरमिरी पैसंजर रद्द।
- 12 जून से 19 जून तक कटनी से ट्रेन नंबर 06617 कटनी-चिरमिरी पैसंजर रद्द।
- 13 जून से 20 जून तक चिरमिरी से ट्रेन नंबर 06618 चिरमिरी-कटनी पैसंजर रद्द।
- 12 जून से 19 जून तक बिलासपुर से ट्रेन नंबर 18247 बिलासपुर-रीवा एक्सप्रेस रद्द।
- 12 जून से 19 जून तक रीवा से 18248 रीवा-बिलासपुर एक्सप्रेस रद्द रहेगी।
- 13 जून से 20 जून तक बिलासपुर से 18234 बिलासपुर-इंदौर नर्मदा एक्सप्रेस रद्द रहेगी।
- 12 जून से 19 जून तक इंदौर

**लापरवाही : सरगुजा में नवानगर दरिमा उप स्वास्थ्य केंद्र का मामला, प्रसव का वीडियो हो रहा वायरल**  
**डॉक्टर-नर्स गायब, फर्श पर असहनीय पीड़ा के बीच महिला का प्रसव**

**पत्रिका ब्यूरो @ अंबिकापुर.** सरगुजा में डॉक्टरों व स्टाफ नर्सों की मनमानी रुकने का नाम नहीं ले रही है। ग्रामीण क्षेत्रों के स्वास्थ्य केंद्रों से अक्सर डॉक्टर व नर्स इयूटी से गायब रहते हैं। इस स्थिति में मरीजों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। जिला मुख्यालय से लगे नवानगर दरिमा उप स्वास्थ्य केंद्र में शनिवार की सुबह डॉक्टर वीरेंद्र पटेल और स्टाफ नर्स कम्या पैकार ड्यूटी से गायब थे। मजबूरन मितानिन को एक गर्भवती महिला को अस्पताल के फर्श पर लिटाकर असुरक्षित प्रसव कराना पड़ा। प्रसव के दौरान समुचित इलाज नहीं मिलने के कारण महिला को काफी पीड़ा



झेलनी पड़ी। इस लापरवाही को लेकर परिजन में आक्रोश है। वहीं स्वास्थ्य केंद्र परिसर में फर्श पर प्रसव कराने का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। सवाल है कि वीडियो में प्रसूता की निजता का भी ध्यान नहीं रखा गया।



**परिजन गर्भवती को लेकर सुबह पहुंचे थे अस्पताल**  
ग्राम पंचायत नवानगर निवासी प्रियावती पैकार (25) नौ माह की गर्भवती थी। शनिवार की सुबह प्रसव पीड़ा होने पर परिजन मितानिन की मदद से उसका प्रसव कराने नवानगर उप स्वास्थ्य केंद्र पहुंचे, लेकिन यहां डॉक्टर व नर्स इयूटी से गायब थे। इधर महिला प्रसव पीड़ा से तड़प रही थी। परिजन व मितानिन ने कई बार डॉक्टर व नर्स को फोन लगाया पर किसी ने नहीं उठाया। फिर मितानिन ने फर्श पर लिटाकर महिला का असुरक्षित प्रसव कराया। इस दौरान डॉक्टर व नर्स नहीं होने से स्वास्थ्य सुविधा नहीं मिल सकी। इससे महिला की स्थिति काफी गंभीर हो गई थी।

**अक्सर नदारद रहते हैं डॉक्टर व नर्स**  
ग्रामीणों ने बताया कि यह कोई पहली घटना नहीं है। मितानिन ने कहा कि अक्सर हमलोग यहां केस लेकर आते हैं तो नर्स डांटती हैं। अक्सर उप स्वास्थ्य केंद्र से डॉक्टर व नर्स गायब रहते हैं।

**वीडियो में निजता का नहीं रखा गया ख्याल**  
अस्पताल परिसर के अंदर फर्श पर महिला के प्रसव कराने का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। वीडियो बनाने वाले व्यक्ति द्वारा प्रसूता की निजता का ख्याल नहीं रखा गया है। सीएमएचओ आरएन गुप्ता ने कहा कि इस पर भी संज्ञान लेते हुए उच्चाधिकारियों की सलाह पर आगे की कार्रवाई की जाएगी।

मामले की जानकारी मिली है। लापरवाही हुई है। सुबह जिस नर्स की इयूटी लगी थी, स्वास्थ्य केंद्र आने के दौरान घुस्तेना हो गई थी, इस कारण वह सवा घंटे लेंट से पहुंची थी। स्वास्थ्य केंद्र में डॉक्टर के न रहने के मामले में बीएमओ को मामले की जांच के लिए बोला गया है। जांच के बाद दोषियों पर कार्रवाई की जाएगी। -**डॉ. आरएन गुप्ता**, सीएमएचओ, सरगुजा

**मौसम हल्की बारिश के साथ समय से दो दिन पहले पहुंचा मानसून**

**सुकमा के रास्ते छत्तीसगढ़ में मानसून की दस्तक**

**रायपुर समेत कई इलाकों में आज अंधड़ के साथ हो सकती है बारिश**

पत्रिका ब्यूरो  
patrika.com

**रायपुर.** सुकमा के रास्ते मानसून ने शनिवार को छत्तीसगढ़ में दस्तक दे दी है। इस बार मानसून तय समय से दो दिन पहले पहुंच गया है। सामान्यतः बस्तर में मानसून की एंटी 10 जून तक होती रही है। रायपुर में मानसून पहुंचने में तीन से चार दिनों की देरी हो सकती है, क्योंकि मानसून आगे बढ़ने के लिए अनुकूल सिरस्टम नहीं बना है। मौसम विभाग के अनुसार, अगले 24 घंटे में प्रदेश के एक-दो स्थानों पर हल्की से मध्यम वर्षा हो सकती है। अंधड़ चलने व कजपात होने की भी संभावना है। अभी मानसून बस्तर संभाग के निचले जिले सुकमा व बीजापुर में ही प्रवेश किया है। बाकी जिलों में मानसून नहीं पहुंचा है। इसलिए बारिश भी नहीं हो रही है। इसे मानसून की सुस्त दस्तक कहा जा सकता है। पिछले 24



रायगढ़ के ग्रामीण इलाके में तेज आंधी के दौरान विशाल पेड़ गिर पड़ा।

घंटे में गुंडरदेही, महासुंद, मगरलौड व लैलूगं में ही एक-एक सेमी बारिश हुई है। इसके बाद 1 से दो डिग्री तक तापमान बढ़ सकता है। दिन में उमस ने लोगों को हलकाउन किया। रायपुर जिले में तो प्री मानसूनी बारिश बारिश भी नहीं हो रही है। इसलिए उमस बढ़ गई है। रायपुर में अधिकतम तापमान 40.5 डिग्री व न्यूनतम तापमान 27.7 डिग्री रहा। रविवार को गरज-चमक के साथ बारिश हो सकती है।

| वर्ष           | तारीख  | बारिश  |
|----------------|--------|--------|
| 2023           | 23 जून | 1061.3 |
| 2022           | 18 जून | 1071.5 |
| 2021           | 11 जून | 1107.7 |
| 2020           | 12 जून | 1101.0 |
| 2019           | 22 जून | 1095.0 |
| 2018           | 26 जून | 1005.0 |
| 2017           | 21 जून | 842.9  |
| 2016           | 17 जून | 1112.1 |
| 2015           | 14 जून | 959.6  |
| 2014           | 19 जून | 1129.9 |
| 2013           | 09 जून | 1229.0 |
| 2012           | 18 जून | 1230.7 |
| 2011           | 17 जून | 1212.2 |
| 2010           | 17 जून | 1060.6 |
| वर्षा मिमी में |        |        |

**भिलाई में कारोबारी के घर डकैती : दरवाजा तोड़कर घर में घुसे आरोपी पांच नकाबपोश पति-पत्नी को बांधकर 35 तोला सोना व 25 हजार नकदी ले भागे**



भिलाई के रसमड़ा स्थित कारोबारी का मकान, जहां डकैती पड़ी।

पत्रिका ब्यूरो  
patrika.com

**भिलाई.** रसमड़ा के पास हाइवे किनारे स्थित बिजनेसमैन दिलीप मिश्रा के घर में बीती रात पांच नकाबपोश डकैतों ने धावा बोला। सब्बल से घर का दरवाजा तोड़कर भीतर घुसे और दिलीप मिश्रा और उनकी पत्नी का हाथ पैर बांध दिया। जरा भी आवाज करने पर जान से मारने की धमकी दी। डकैत आलमारी को तोड़कर 35 तोला सोना 25 हजार रुपए नकद लेकर भाग गए।

सूचना पर दुर्ग पुलिस के आला

अधिकारी मौके पर पहुंचे और मामले में जांच शुरू की। पुलगांव टीआई पुष्पेन्द्र भट्ट ने बताया कि घटना शुक्रवार देर रात 2.30 बजे की है। रसमड़ा में दिलीप टिम्बर के संचालक दिलीप मिश्रा का फर्नीचर शौ रुम भी है। दुकान से लगा घर नेशनल हाइवे के किनारे है। डीएसपी हेमप्रकाश नायक ने बताया कि दिलीप मिश्रा ने लकड़ी की देखरेख के लिए सीसीटीवी कैमरा लगवाया है। पांच नकाबपोश कैमरे में कैद हुए हैं। आरोपियों की फुटेज के आधार पर खोजबीन की जा रही है।

**हाईकोर्ट का फैसला : न्यायाधिकरण को मुआवजे का फैसला करने का अधिकार |**  
**जिन कंस्ट्रक्शन प्रोजेक्ट को एक्ट से पूर्व पूर्णता प्रमाण-पत्र नहीं, वो भी रेरा के दायरे में**  
**जिला उपभोक्ता विवाद प्रतिरोष आयोग ने सुनाया फैसला**

**कंस्ट्रक्शन कंपनी की याचिकाएं खारिज**

पत्रिका ब्यूरो  
patrika.com

**बिलासपुर.** हाईकोर्ट ने एक प्रकरण में महत्वपूर्ण आदेश दिया है कि रेरा के प्रावधान ऐसे प्रोजेक्ट पर भी लागू होंगे, जो एक्ट लागू होने से पहले शुरू हुए हैं, और जिनमें पूर्णता प्रमाणपत्र जारी नहीं किया गया है। कोर्ट ने गोल्ड ब्लिक्स और तनु कंस्ट्रक्शन नाम की बिल्डर कंपनियों की याचिका खारिज करते हुए यह फैसला दिया है।

डिवीजन बेंच ने यह भी कहा कि रियल एस्टेट विनियमन और विकास अधिनियम 2016 (रेरा) की धारा 71 (1) के तहत न्यायनिर्णायक प्राधिकारी अकेले मुआवजे का फैसला कर सकता है। जस्टिस गौतम भादुड़ी और जस्टिस संजय एस अग्रवाल की बेंच ने कहा कि फ्लैट- मकान बुक कराने के बाद कई किस्त देने वाले लोग प्रोजेक्ट के पूरा होने का इंतजार करते हुए मूकदर्शक बनकर नहीं रह सकते।

**कंपनी के तर्कों से असहमति**

**यह है मामला**  
रायपुर समेत अन्य जगहों पर रहने वाले अतीत अग्रवाल, नंदकिशोर पटेल, चंद्रकिरण ओंगर, आरटी वानखेड़े, मनोज लहरे, संजय, सुविदा दास, प्रियंका सिंह, मनोषा सिंह आदि ने रायपुर में कंस्ट्रक्शन कंपनियों में फ्लैट बुक कराया था। कुछ लोगों ने फ्लैट लिए, जहां कंपनी को मकान बनाकर देना था। कुछ ने एग्रीमेंट के बाद कई किस्त का और कुछ ने पूरा भुगतान भी कर दिया है। लेकिन कंपनी ने काम ही

**जताई हाईकोर्ट ने :** कंपनियों ने इसके खिलाफ हाईकोर्ट में याचिका दायर कर तर्क दिया कि रेरा के प्राधिकारी ने अधिकार क्षेत्र का उल्लंघन करते हुए आदेश जारी किया है। पूरा भुगतान किए बगैर रेरा में मामला नहीं प्रस्तुत किया जा सकता, कंपनी ने रेरा के आदेश को निरस्त करने की मांग की थी। कोर्ट ने कहा है कि रेरा के प्रावधान ऐसे प्रोजेक्ट पर भी लागू होंगे जो एक्ट लागू होने से पहले शुरू किए गए थे और जिसमें पूर्णता प्रमाण पत्र जारी नहीं किया गया है।

देख रहे लोगों से यह उम्मीद नहीं की जा सकती कि वे प्रोजेक्ट के नाकाम होने तक निष्क्रिय रहेंगे। प्रमोटर कंपनी ने अपना काम पूरा करने के बजाय यह तर्क दिया कि रेरा के पास अधिकार क्षेत्र ही नहीं है। कोर्ट ने कहा है कि रेरा के प्रावधान ऐसे प्रोजेक्ट पर भी लागू होंगे जो एक्ट लागू होने से पहले शुरू किए गए थे और जिसमें पूर्णता प्रमाण पत्र जारी नहीं किया गया है।

**पैसा लेने के बाद भी मकान न सौंपने वाले बिल्डर को देना होगा ब्याज सहित 8.52 लाख**

**रायपुर.** दो मजदूरों के भरोसे 2 मंजिला मकान बनाने वाले बिल्डर को जिला फोरम ने ब्याज सहित 8.52 लाख रुपए लौटाने का आदेश दिया है। यह राशि 45 दिन के भीतर देने का फैसला जिला उपभोक्ता विवाद प्रतिरोष आयोग अध्यक्ष ने सुनाया है। साथ ही बिल्डर के इस कृत्य को सेवा में निम्नता माना है।

आयोग अध्यक्ष डाकेश्वर प्रसाद शर्मा ने रकम का भुगतान करने के बाद भी काम बंद करने और अतिरिक्त रकम का तकादा करने पर नाराजगी जताई। इसके दस्तावेजों की जांच करने के बाद समझौते का पालन करने और दूसरे ठेकेदार से काम कराने पर सवाल उठाया। अधिवक्ता रुचिर झंवर ने बताया कि उरकुरा बीरगांव निवासी महिला आंचल दुबे ने चौधरी डेवलपर्स की संचालक प्रीति चौधरी के जरिए कुम्हारी स्थित एक बिल्डर से 1500 वर्गफीट जमीन खरीदा। इसका नक्शा 24 जून 2022

को होने के बाद 2942 वर्गफीट में मकान बनाने के लिए चौधरी डेवलपर्स के साथ इकरारनामा किया। इसमें भूतल, प्रथम तल के साथ ही द्वीतीय वल का निर्माण 8 महीने में किया जाना था। इसके एवज में कुल 19 लाख 37250 रुपए किस्तों में रकम ली गई थी। इसमें मजदूर और भवन निर्माण की सामग्री शामिल थी। लेकिन, रकम का भुगतान होने के बाद भी निर्धारित अवधि में मकान नहीं बनाया। उल्टे अतिरिक्त राशि देने की मांग की गई। जबकि नियमानुसार भुगतान की गई रकम में मकान का निर्माण किया जाना था। अतिरिक्त राशि नहीं देने पर काम बंद करने की सूचना दी गई।

**दो मजदूरों के भरोसे निर्माण :** इकरारनामा के अनुसार रकम का भुगतान करने के बाद कुछ दिनों तक चौधरी डेवलपर्स द्वारा प्लॉट में निर्माण कार्य शुरू किया गया। लेकिन कुछ दिनों बाद केवल 2-3 मजदूरों के जरिए 2 मंजिला मकान का काम

कराया जा रहा था। इसकी जानकारी मिलने पर जमीन खरीददार में आपत्ति दर्ज कराई। साथ ही कहा कि इस तरह काम करने पर सालों बाद भी निर्माण पूरा नहीं हो पाएगा। वहीं निर्माण कार्य का अधिकृत इंजीनियर से जांच कराने पर पता चला कि निम्नस्तरीय काम किया जा रहा है। वहीं किसी दूसरे ठेकेदार से काम कराया जा रहा है। उसे निर्माण सामग्री और रकम का भुगतान नहीं करने पर काम बंद कर दिया था। भवन में 19 लाख 37250 रुपए के स्थान पर केवल 11 लाख 47690 रुपए का काम ही किया गया था। इसकी जानकारी मिलने पर बकाया रकम देने की मांग खरीदार द्वारा की गई। कोई रिस्पांस नहीं मिलने पर जिला उपभोक्ता विवाद प्रतिरोष आयोग में शिकायत की। साथ ही दस्तावेज साक्ष्य, रजिस्ट्री पेपर, इकरारनामा, भवन का फोटोग्राफ और बैंक स्टेटमेंट का ब्यौरा दिया गया।

**पत्रिका ब्यूरो @ जगदलपुर.** अबुझमाड़ के मुठभेड़ और गोबेल में हुए मुठभेड़ में सात नहीं छह नक्सली मारे गए हैं। शनिवार को जगदलपुर में बस्तर आईजीपी सुंदरराज समेत दत्तेवाड़ा, नारायणपुर, जगदलपुर और कोण्डगांव के एसपी ने संयुक्त रूप से प्रेस कांफ्रेंस कर मुठभेड़ के संक्षेप में जानकारी दी। बस्तर आईजी के मुताबिक मुठभेड़ में मारे गए 6 नक्सलियों पर कुल 38 लाख रुपए का इनाम था। आईजी सुंदरराज ने बताया कि दत्तेवाड़ा, नारायणपुर, जगदलपुर और कोण्डगांव जिले के डीआरजी और आईटीबीपी के जवान 6 जून को ऑपरेशन के लिए निकले थे। पूर्व बस्तर डिविजन के नक्सलियों की मौजूदगी की सूचना पर ऑपरेशन

**मुठभेड़ के बाद बरामद हथियार**  
मुठभेड़ के बाद जवानों ने सर्चिंग की तो उन्हें चार पुरुष और दो महिला नक्सलियों के शव के साथ 2 श्री नॉट श्री राइफल, 1 315 बोर राइफल, 1 बीजीएल लांचर, 3 12 बोर राइफल, 10 बीजीएल सेल, 12 बोर का पोच, जिंदा कुकर बम बरामद हुआ है।

**लांच किया गया था। इस मुठभेड़ में एसएसआई कवरू राम कोराम, आरक्षक मंगलू राम कुमेठी और आरक्षक भारत सिंह धरल घायल हुए हैं।**

**शायी से लौट रहे युवक को नक्सलियों ने गोली मारी, मौत**

**कोण्डगांव/केशकाल.** केशकाल ब्लॉक के धनोरा थाना क्षेत्र के ग्राम तिमड़ी में शुक्रवार रात 12.30 बजे शायी समारोह से लौट रहे एक युवक को नक्सलियों ने मुखबिरी के शक में मार डाला। नक्सलियों ने युवक दिनेश मंडावी (35) को उसके घर के सामने ही घेर कर गोली मारी। युवक को उपचार के लिए तत्काल केशकाल अस्पताल लाया गया, लेकिन तब तक



उसकी मौत हो चुकी थी। इस घटना के बाद से पूरे क्षेत्र में दहशत का माहौल है। केशकाल इलाके में लंबे वक्त के बाद इस तरह की नक्सल गतिविधि हुई है।

किया गया, जहां जवानों ने एक-दूसरे को गले लगाकर बधाई दी।

## खाद्य सुरक्षा है आवश्यक

तथा खाद्य पदार्थ खरीदते समय चेक करते हैं लेबल और लोगो?

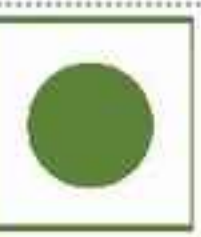
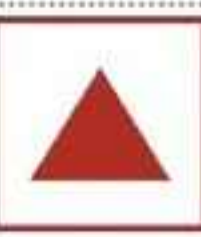
## सेहत के प्रति बनें जागरूक, खाने की चीजों को लेकर रहें सतर्क

खाद्य सुरक्षा एवं मानक अधिनियम तथा अन्य कानूनों के नियमानुसार बाजार में उपलब्ध खाद्य पदार्थों के पैकेट्स के लेबल पर कुछ जानकारीयों अंकित होना अनिवार्य है। कोई भी खाद्य पदार्थ खरीदते समय लेबल पर क्या लिखा है, इसके बारे में लोगों का जागरूक होना बेहद जरूरी है। उनके लेबल पढ़कर ही खाद्य पदार्थ को खरीदना चाहिए।

### लेबल की जानकारी

- सामग्री की सूची:** यह महत्वपूर्ण सूची है, जिसमें उन सभी एडिटिव्स व सामग्री की जानकारी दी होती है जिससे अमुक खाद्य पदार्थ तैयार किया गया होता है जैसे उस खाद्य पदार्थ को लंबे समय तक सुरक्षित रखने के लिए एडिटिव्स के रूप में अनेक प्रकार के केमिकल जिनका उपयोग फूड कलर, झम्लीफायर, फ्रिजर्वेटिव्स की तरह होता है।
- पोषण की जानकारी:** इसमें प्रति सौ ग्राम खाद्य में विभिन्न प्रकार के कार्बोहाइड्रेट, फैट (ट्रांस फैट, मोनोसैचुरेटेड, पॉलीसैचुरेटेड आदि) एनर्जी कैलोरी, डायटी फाइबर आदि किन्ती मात्रा में उपस्थित हैं, इसकी जानकारी दी होती है।
- खाद्य की अवधि:** एकसपायरी, बेस्ट बिफोर अवधि, कुल मात्रा, एमआरपी, कस्टमर केयर नंबर, मैनुफैक्चरर का नाम, पता आदि की जानकारी कर लेनी चाहिए।

### लोगो और सिंबल

- ग्रीन सिंबल**  
  
जो खाद्य केवल शाकाहारी सामग्री और प्रोसेसिंग से तैयार किया जाता है उसके पैकेट पर ब्रांड के ठीक ऊपर आयत आकृति में हरे रंग का सकिंल बना होता है।
- ब्राउन सिंबल**  
  
जिस खाद्य पदार्थ में कोई मांसाहारी सामग्री या प्रोसेसिंग में कोई मांसाहारी पदार्थ लिया गया है तो उसके ऊपर आयत आकृति में भूरे रंग में ही त्रिभुज होता है।

- वीगन लोगो**  
  
अब वीगन फूड का प्रचलन बढ़ा है। ऐसे फूड सिर्फ पेड़ पौधों व नससति से तैयार किए जाते हैं। इनके पैकेट्स के लेबल पर 'वी' अंकित होता है जिसके अन्दर पौधा लगा होता है।

- FSSAI लोगो**  
  
यह खाद्य पदार्थ के पैकेट पर लाइसेंस नम्बर के साथ लगा होना अनिवार्य है, जो प्रमाणित करता है कि उस खाद्य को बनाने के लिए एफएसएआइ द्वारा फूड लाइसेंस दिया गया है।

- 5. + F लोगो**  
  
जिनमें कुपोषण से बचाने के लिए आयोडीन, विटामिन ए, विटामिन डी, आयर्जन को नमक, चावल, दूध, आटा, खाद्य तेल में मिलाया जाता है। उन्हें फोर्टिफाइड फूड कहते हैं।

- ग्लूटेन फ्री**  
  
बच्चों को ग्लूटेन से एलर्जी होती है। उनके लिए बाजार में ग्लूटेन फ्री खाद्य उत्पाद जैसे आटा, बिस्किट, नुडल्स आदि उपलब्ध हैं। इनके पैकेट्स पर ग्लूटेन फ्री का यह लोगो लगा होता है।

- जैविक भारत**  
  
आजकल ऑर्गेनिक फूड का चलन है जिसके प्रमाणीकरण के लिए ऐसे फूड, जो ऑर्गेनिक तरीके से तैयार किए जाते हैं उनके पैकेट्स पर यह लोगो लगा होता है।

- एगमार्क लोगो**  
  
यह लोगो कृषि मंत्रालय की संस्था द्वारा फूड प्रोडक्ट्स जैसे घी, खाद्य तेल, मसालों आदि के लिए जारी किया जाता है जिनकी विशेष गुणवत्ता होती है।

- क्रॉस-जो चीजें मानव उपयोग के लिए न हों जैसे कुछ घी-तेल की पैकिंग पूजन के लिए होती है। - सुशील चोपानी, फूड सेफ्टी ऑफिसर, अजमेर**

## योग विज्ञान: सीरीज-17

# पैन्क्रियाज की क्रियाशीलता और कार्यक्षमता को बढ़ाता आसन

अतुल व्यास

सिलिबिटी योग प्रशिक्षक

patrika.com



मधुमेह रोग दो प्रकार का होता है। डायबिटीज टाइप वन और दूसरा डायबिटीज टाइप टू। इंसुलिन, जो एक हार्मोन है, रक्त में शर्करा की मात्रा को संतुलित रखता है और पैन्क्रियाज में बनता है। टाइप वन में वह बनना बंद हो जाता है। टाइप टू डायबिटीज में गलत खानपान, अत्यधिक तनाव से इंसुलिन बनाने वाली ग्रंथि पैन्क्रियाज कमजोर हो जाती है जिससे इंसुलिन बनना कम हो जाता है और रक्त में शर्करा की मात्रा बढ़ जाती है या अनियंत्रित हो जाती है।

मयथां टाइप टू डायबिटीज की बात करेंगे। इस बीमारी में योग को बहुत सहायक पाया गया है। एक रिसर्च जो 1980 में एक जर्नल 'जर्नल ऑफ डायबिटीज एसोसिएशन ऑफ इंडिया' में प्रकाशित हुई थी। उसमें यह पाया गया कि जब टाइप टू डायबिटीज के मरीजों को बिना खानपान बदले, योग 40 मिनट प्रतिदिन छह माह तक कराया गया तो उनके रक्त में शर्करा की मात्रा में खाना खाने के बाद कमी पाई गई। यही नहीं, बल्कि उनके मूत्र में भी शर्करा की मात्रा कम पाई गई। ज्यादातर मरीजों की 40 प्रतिशत दवाएं भी कम करनी पड़ीं। योग में इस बीमारी को लेकर एक नहीं अनेक आसन हैं पर उनमें से एक है पादहस्तासन। इसका पैन्क्रियाज और किडनी पर अच्छा असर पड़ता है। पादहस्तासन एडिडल ग्रंथि को भी स्वस्थ रखने का कार्य करता है। यह शूगर कंट्रोल में सहायक होता है।



### करने का तरीका

- इस आसन में पैरों को हाथ से पकड़ते हैं इसलिए इसे पादहस्तासन कहते हैं।
- दोनों पैरों को आपस में मिलाकर सीधे खड़े हो जाएं और दोनों हाथों को ऊपर सीधा रखें।
- अब धीरे-धीरे श्वास को छोड़ते हुए आगे झुके और हथेलियों से पांवों के पंजों को पकड़ने का प्रयास करें। अगर नहीं पकड़ सकें तो हाथ घुटनों पर भी रख सकते हैं और सिर को घुटनों के पास स्पर्श कराने का प्रयत्न करें और श्वास-प्रश्वास जारी रखें।
- अपने सामर्थ्यनुसार इस अवस्था में रुकें। फिर वापस श्वास भरते हुए सीधे खड़े हो जाएं। इसे दो-तीन बार दोहराएं।

### फायदा

- यह उदर रोगों को दूर करता है।
- यह पैन्क्रियाज की क्रियाशीलता एवं कार्यक्षमता को बढ़ाता है, इसलिए मधुमेह के लिए यह उत्तम आसन है।
- यह गर्भाशय की स्थिति को ठीक करता है।
- यह किडनी की क्रियाशीलता को भी बढ़ाता है।
- पीठ के रोमियों को यह आसन योग गुरु की देखरेख में करना चाहिए या चिकित्सक की राय लेकर ही करें।

## वेल-बीइंग

स्लीप पैरालिसिस ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति जागने या सोने के दौरान अस्थायी रूप से अपनी मांसपेशियों को हिलाने या बोलने में असमर्थ होता है। इसमें व्यक्ति अक्सर जागरूक रहता है पर मांसपेशियां कुछ समय के लिए निष्क्रिय हो जाती हैं। यह नींद के रेपिड आइ मूवमेंट चक्र के दौरान होता है, इस समय ब्लड प्रेशर और हार्ट बीट बढ़ती हैं।

## अपने आप ठीक होती

स्लीप पैरालिसिस में व्यक्ति को डरावना दिखना या आवाजें महसूस होती हैं। यह स्थिति कुछ सेकंड से लेकर कुछ मिनटों तक रहती है। फिर अपने आप ही ठीक हो जाती है। इसका कारण पूरी तरह से स्पष्ट नहीं है, पर नींद के चक्र में गड़बड़ी, नींद की कमी, अनियमित नींद की आदतें अक्सर डाल सकती हैं।



## करें ये उपाय

- रोजाना एक ही समय पर सोने और जागने की आदत डालें।
- हर रात कम से कम 7-9 घंटे की नींद लें।
- सोने के दौरान शांत, अंधेरा और ठंडा वातावरण बनाए रखें।
- तनाव और चिंता को कम करने के लिए योग व ध्यान करें।
- कैफीन और शराब की आदत से बचें, सोने से पहले सेवन न करें।

नियमित व्यायाम करें, इससे नींद की गुणवत्ता में सुधार हो सकता है। सोने से पहले फोन, कंप्यूटर और टीवी का उपयोग न करें। इस सबके बावजूद अगर बार-बार स्लीप पैरालिसिस होता है, तो डॉक्टर से परामर्श करें। - डॉ. सुनील शर्मा, वरिष्ठ मनोचिकित्सा विशेषज्ञ

## यदि बेचैनी महसूस करें...

स्लीप पैरालिसिस के कारण बेचैनी या थका हुआ महसूस करते हैं, तो डॉक्टर से बात करें व उनके निर्देशों का पालन करें। यह आमतौर पर हानिकारक नहीं होता है।

## ब्रेन हैल्थ विशेष : यदि समय रहते संकेतों से पहचान लें तो रोग का निदान होता आसान

# ब्रेन में सभी ट्यूमर कैंसर नहीं होते, पर लक्षणों के प्रति गंभीरता जरूरी

चिकित्सा जगत के लिए ब्रेन ट्यूमर हमेशा से चुनौती बने रहे हैं। यह ब्रेन और उसके आवरण उत्तकों के अंदर सहायक कोशिकाओं की असामान्य वृद्धि के कारण होते हैं। यदि समय रहते इसके लक्षणों को न समझा जाए तो यह गंभीर स्थिति पैदा कर सकते हैं। ब्रेन ट्यूमर्स बच्चों से लेकर वयस्कों तक सभी को प्रभावित करते हैं। इस रोग के प्रति जागरूकता बेहद जरूरी है।



ब्रेन ट्यूमर कैंसर कोशिकाओं युक्त (मेलिगेनेंट) और कैंसर कोशिकाओं रहित (बिनाइन) दोनों तरह के होते हैं। कुछ तेजी से और कुछ धीरे-धीरे बढ़ते हैं। अधिकतर ब्रेन ट्यूमर मस्तिष्क में ही फैलते हैं। शरीर के अन्य भागों में उत्पन्न होने वाले ट्यूमर रक्तप्रवाह के जरिए ब्रेन में फैल सकते हैं। इन्हें मेटास्टेटिक ट्यूमर्स कहा जाता है।

## मस्तिष्क में ट्यूमर बनने का कारण

ब्रेन ट्यूमर के वैसे सटीक कारण अक्सर अज्ञात होते हैं। लेकिन कुछ वंशानुगत विकारों की वजह से भी ब्रेन ट्यूमर हो सकते हैं। उसके अलावा कुछ अध्ययनों में रेडिएशन के अधिक सम्पर्क को ट्यूमर का कारण माना गया है लेकिन यह पुष्ट नहीं है।

## ऐसे पहचानें

- सुबह के समय तेज सिरदर्द व उल्टी आना
- सिरदर्द, जो बार-बार होता है और अधिक गंभीर लगता है।
- आंखों की समस्याएं जैसे दोहरी दृष्टि, धुंधली दृष्टि, या दृष्टि के क्षेत्र के किनारों पर दृष्टि खोना।
- बैरे आना।

10 शीर्ष ट्यूमर्स, जो भारतीय आबादी को प्रभावित करते हैं उनमें से एक है, ब्रेन ट्यूमर (नेशनल लाइब्रेरी ऑफ साइंस)

01 लक्ष में से 5-10 को केंद्रीय तंत्रिका तंत्र का ट्यूमर डायग्नोस होता है, भारत में (नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ)

70 ब्रेन ट्यूमर्स जो वयस्कों में डायग्नोस किए जाते हैं, वे बिनाइन होते हैं और शेष 30% मेलिगेनेंट होते हैं। (नेशनल ब्रेन ट्यूमर सोसायटी)

## इसका डायग्नोसिस

ब्रेन ट्यूमर के डायग्नोसिस में आमतौर पर इमेजिंग परीक्षण शामिल होते हैं, जैसे कि एमआरआई, सीटी स्कैन और ट्यूमर कोशिकाओं की जांच करने के लिए बायोप्सी। ट्यूमर की सीमा का अकलन करने और उपचार का सबसे अच्छा तरीका निर्धारित करने के लिए न्यूरोलॉजिकल परीक्षण और रक्त परीक्षण जैसे अन्य परीक्षणों का भी उपयोग किया जा सकता है।

## ये दो तरह के होते हैं

1. गैर कैंसर कोशिका युक्त (बिनाइन) ट्यूमर : ये गंभीर समस्या का कारण बन सकते हैं पर इनमें कैंसर कोशिकाएं नहीं होती। वे धीरे-धीरे बढ़ते हैं और आमतौर पर अन्य उत्तकों में नहीं फैलते। उन्हें सर्जरी से निकालना आसान है। हटाने के बाद वापस नहीं आते।

2. कैंसरयुक्त कोशिकाओं वाले (मेलिगेनेंट) ट्यूमर : तेजी से बढ़ते हैं और ब्रेन या सेंट्रल नर्वस सिस्टम के अन्य भागों में फैल सकते हैं जो जीवन के लिए खतरा पैदा कर सकते हैं।

अपनी ब्रेन हैल्थ पर ध्यान दें। अच्छी नींद लें। नियमित व्यायाम करें, शारीरिक रूप से सक्रिय रहें। ब्रेन हैल्थ से जुड़ी कोई समस्या हो तो तुरंत डॉक्टरों परामर्श लें। डॉ. रश्मि कटारिया वरिष्ठ न्यूरोसर्जन

## महिला स्वास्थ्य यदि महिलाओं को हार्मोन असंतुलन की समस्या है तो...

# पंचकर्म से शरीर को करें डिटॉक्स, पाएं राहत

बदलती जीवनशैली में महिलाओं में हार्मोन असंतुलन एक आम समस्या है। उसकी वजह से उन्हें कई अन्य समस्याओं का सामना करना पड़ता है। मूड रिजेंस, तनाव, अनिद्रा जैसी समस्याएं भी हार्मोन असंतुलन के कारण हो सकती हैं। अगर आप हार्मोन असंतुलन से पीड़ित हैं, तो आयुर्वेद में कुछ आसान उपाय हैं। जिससे आप इस समस्या से राहत पा सकते हैं।

## यह है हार्मोन असंतुलन

हार्मोन असंतुलन शरीर द्वारा अपने स्वयं के हार्मोन को पचाने में असमर्थता के कारण होता है। यदि पहले से ही हार्मोन असंतुलित हैं तो मांस, समुद्री भोजन, अंडे व डेयरी उत्पादों का सेवन न करें। इनमें एस्ट्रोजन, टेस्टोस्टेरोन, कोर्टिसोल और पशु द्वारा वध के दौरान छोड़े गए मवाद जैसे हार्मोन होते हैं। ये लाभ के बजाय अधिक नुकसान पहुंचाएंगे।



पंचकर्म से जुड़े आयुर्वेदिक तरीके शरीर को डिटॉक्स करने, दोषों को संतुलित करने और पाचन में सुधार करने और समग्र जीवन

शरीर में जमा विषाक्त को निकालता शरीर के अंदर जमा अतिरिक्त हार्मोन को साफ करने के लिए आयुर्वेदिक पंचकर्म उपचार ले सकते हैं। वमन शरीर में जमा अतिरिक्त बलगम से श्वसन पथ, पेट को साफ करने के लिए उल्टी को प्रेरित करता है। यह कफ असंतुलन को कम करने में मदद करता है। नास्यम दूसरी डिटॉक्स विधि है, जिसमें हार्मोनल स्वास्थ्य को नियंत्रित करने वाली पिट्यूटरी ग्रंथि को उत्तेजित करने के लिए नाक के माध्यम से औषधीय तेलों को शामिल करना शामिल है। यह नाक के मार्ग से किसी भी अशुद्धता और अतिरिक्त बलगम को साफ करने में भी मदद करता है।

## आंत स्वस्थ रहना है जरूरी

हार्मोन और रज्जी रोग संबंधी स्वास्थ्य के लिए सबसे महत्वपूर्ण कारक आंत होती है। गट हैल्थ अच्छी रहेगी तो शरीर गर्भाशय और अंतः स्त्री ग्रंथियों को ठीक करना शुरू कर देता है, जो हार्मोन का उत्पादन करते हैं।

## त्रिफला, अश्वगंधा लें

आहार में शतावरी, अश्वगंधा, त्रिफला जैसी प्राकृतिक जड़ी-बूटियां भी शामिल कर सकते हैं जो हार्मोन को संतुलित करने में मदद करती हैं। इन्हें लेने पहले आयुर्वेदिक चिकित्सक से सलाह अवश्य लेनी चाहिए।

## तितली आसन करें

गर्भाशय में रक्त के प्रवाह को बेहतर बनाने के लिए हल मुद्रा, ऊंट मुद्रा, तितली आसन जैसे योग आसन कर सकते हैं। कम से कम 30 मिनट व्यायाम करें। - डॉ. हिमाल जगंडा, आयुर्वेदिक कोच व गट थेरेपिस्ट

## विश्व रक्तदाता दिवस : 14 जून

# शरीर स्वस्थ रखता व दूसरों की जान भी बचाता रक्तदान

रक्तदान को महादान कहा गया है। इससे किसी जरूरतमंद मरीज की जान बचाई जा सकती है। इससे स्वयं का शरीर भी स्वस्थ रहता है। स्वस्थ व्यक्ति 90 दिनों के बाद फिर से रक्तदान कर सकता है। वहीं महिला रक्तदान करती हैं तो उसे कम से कम 120 दिनों के बाद ही पुनः रक्तदान करना चाहिए।



## ब्लड डोनेट करें तो ये बातें ध्यान रखें

रक्तदान करने से शरीर स्वस्थ रहता है क्योंकि इससे शरीर के अंदर वसा का जमाव नहीं हो पाता। यदि किसी को ब्लड प्रेशर, डायबिटीज, खून की कमी, हेपेटाइटिस, सिकल सेल, हीमोफीलिया इत्यादि में से कोई भी बीमारी हो तो उन्हें रक्तदान नहीं करना चाहिए। जिस दिन रक्तदान करते हैं उस दिन व्यायाम या अन्य कोई हवी काम न करें। हल्का भोजन करें। पानी पर्याप्त मात्रा में पीएं व तरल की कमी न होने दें। पॉलीसिथेमिया के मरीजों को नियमित रूप से दो-तीन माह में एक बार रक्तदान अवश्य करना चाहिए। क्योंकि इस रोग में हीमोग्लोबिन का स्तर 18-20 ग्राम तक हो जाता है।

रक्तदान करते समय बुखार या सर्दी-जुकाम हो तो भी ब्लड डोनेट नहीं करना चाहिए। रक्तदान के 15 दिन से लेकर तीन महीने तक की अवधि में शरीर रक्त की पूर्ति हो जाती है। - डॉ. सुधीर गोयेल, फिजिशियन

## 50 वर्ष से अधिक उम्र वाले न करें

रक्तदाता के शरीर में हीमोग्लोबिन का स्तर कम से कम 13 ग्राम होना चाहिए। साथ ही 50 वर्ष से ज्यादा उम्र वाले लोगों को रक्तदान नहीं करना चाहिए। अगर उनका ब्लड ग्रुप दुर्लभ हो तो ही रक्तदान करना चाहिए। अगर किसी को

रक्तदान करते समय बुखार या सर्दी-जुकाम हो तो भी ब्लड डोनेट नहीं करना चाहिए। रक्तदान के 15 दिन से लेकर तीन महीने तक की अवधि में शरीर रक्त की पूर्ति हो जाती है। - डॉ. सुधीर गोयेल, फिजिशियन

## लाइव लाइन हैलो डॉक्टर

# बाहर का बना भोजन न खाएं डिब्बाबंद चीजों से दूरी बनाएं

पत्रिका की घर बैठे निशुल्क डॉक्टर सलाह से जुड़ी पहल लाइफलाइन के तहत विभिन्न राज्यों से पाठकों ने आहार पर सवाल भेजे हैं। हैलो डॉक्टर

एक दर्शक, इस मौसम में किस प्रकार का खानपान लेना चाहिए। जिसके कारण गर्मी के प्रभाव से बच सकें?



गर्मियों में पानी की मात्रा कम न होने दें। क्योंकि इन दिनों में शरीर को हाइड्रेट रखना बहुत जरूरी होता है। इसलिए थोड़े-थोड़े अंतराल पर पानी पीते रहें। आप छाछ, नारियल पानी, नींबू पानी या जूस पी सकते हैं। जब भी घर से बाहर जा रहे हों तो अपने साथ पानी की बोतल जरूर रखें। खाली पेट घर से बाहर न निकलें। गर्मियों में घर का बना खाना और जूस पीना चाहिए। आप सत्तू, जौ की राबड़ी,

पोहा, दलिया खा सकते हैं। अपने खाने में सत्तू का पानी या कोकम भी शामिल करें। आप वे फल और सब्जियां खा सकते हैं जिनमें पानी की मात्रा अधिक होती है। बाजार का भोजन व डिब्बाबंद चीजें न खाएं।

## सुनीता, गर्मी में मुझे बहुत थकान महसूस होती है। मैं बहुत सादा पानी पीती हूँ, फिर भी पूरे दिन थकान रहती है। इससे निपटने के लिए मुझे खानपान कैसा रखना चाहिए?

गर्मियों में बहुत ज्यादा पसीना आने या पानी की कमी की वजह से आपको थकान महसूस हो सकती है या सिर दर्द हो सकता है। बहुत ज्यादा गर्म जगह पर न रहें। तेज धूप आने से पहले ज्यादा थकान वाले काम निपटा लें। दोपहर में बाहर न निकलें। आपको अपनी डाइट में कोकम और आम पना शामिल करना चाहिए। इससे आपके शरीर को ऊर्जा मिलेगी और काम करने के बाद भी आपको थकान महसूस नहीं होगी।

## अभिषेक, मेरी उम्र 30 साल है और मुझे गर्मियों में सिरदर्द होता है। हमेशा माइग्रेन जैसी समस्या रहती है। अपने आहार में पानी की मात्रा अधिक रखें। इससे रक्तसंचार सही रहेगा और माइग्रेन जैसी समस्या नहीं होगी। आहार में मैग्नीशियम भी शामिल करें। हरी पत्तेदार सब्जियों में भरपूर मात्रा में मैग्नीशियम पाया जाता है। आहार में दूध और दूध से बनी चीजों को शामिल करना चाहिए। आप सभी तरह के ज़ई भूटस खा सकते हैं। इन्हें भिगोकर खाने से अच्छे परिणाम मिलते हैं। विटामिन ए, सी और ई को भी अपने आहार का हिस्सा बनाना चाहिए। पपीता, केला, आम, कीवी, संतरा और मौसमी फल खाएं।

शामिल करें। आप इसका पानी भी पी सकते हैं। आपको ऐसे फल खाने चाहिए जिनमें पानी की मात्रा अधिक हो। भोजन से पहले तरबूज, लीची, खरबूज और आम आदि खाएं। दही, छाछ और दूध के साथ आम खाना चाहिए ताकि कब्ज की समस्या न हो। ऐसी सब्जियां खाएं जिनमें पानी की मात्रा अधिक हो।

## विजय, इस मौसम में मुझे भूख कम लगती है और उसकी वजह से कई बार कब्ज की समस्या हो जाती है? मुझे क्या करना चाहिए?

इस समस्या में आपको अपने खाने में मसालों को शामिल करना चाहिए। जौरे या सौंफ का पानी पीएं। यह पाचन तंत्र को मजबूत करेगा। सब्जी बीज या चिया बीज

## इस सप्ताह पृष्ठें योगासनो से जुड़े सवाल

पत्रिका लाइफलाइन में इस सप्ताह योगासनो से जुड़े सवाल पृष्ठें। आपके सवालों के जवाब 16 जून के अंक में एकसपट देंगे।

जवाब 14 जून को पत्रिका टीवी के 'हैलो डॉक्टर' शो में दोहरा दें। वीडियो पर जवाब नहीं दिए जाते हैं। यह मंडिको लॉगल के लिए मान्य नहीं है।

## पाठकों के शेष सवालों के जवाब को लिंक से भी देख सकते हैं-shorturl.re/7e1yp

## इस क्यूआर कोड को स्कैन करें।



## संपदन



गुलाब कोठारी

लेखक पत्रिका समूह  
के प्रधान संपादक हैं

आत्मा के दो कार्य हैं-ज्ञान और दर्शन। जानना और देखना। करना कुछ नहीं। ब्रह्म का अंश होता है, अतः साक्षी होता है। कार्य सारा माया का क्षेत्र है। भारतीय दर्शन, योग, यज्ञादि का लक्ष्य उन शक्तियों को प्राप्त करने का है, जिनसे व्यक्ति अपने जीवन में साक्षी भाव को उपलब्ध हो सके। फिर आगे का मार्ग स्वतः ही प्रशस्त होता जाता है। साक्षी का अर्थ भी द्रष्टा ही होता है। द्रष्टा भी तटस्थता का सूचक माना जाता है।

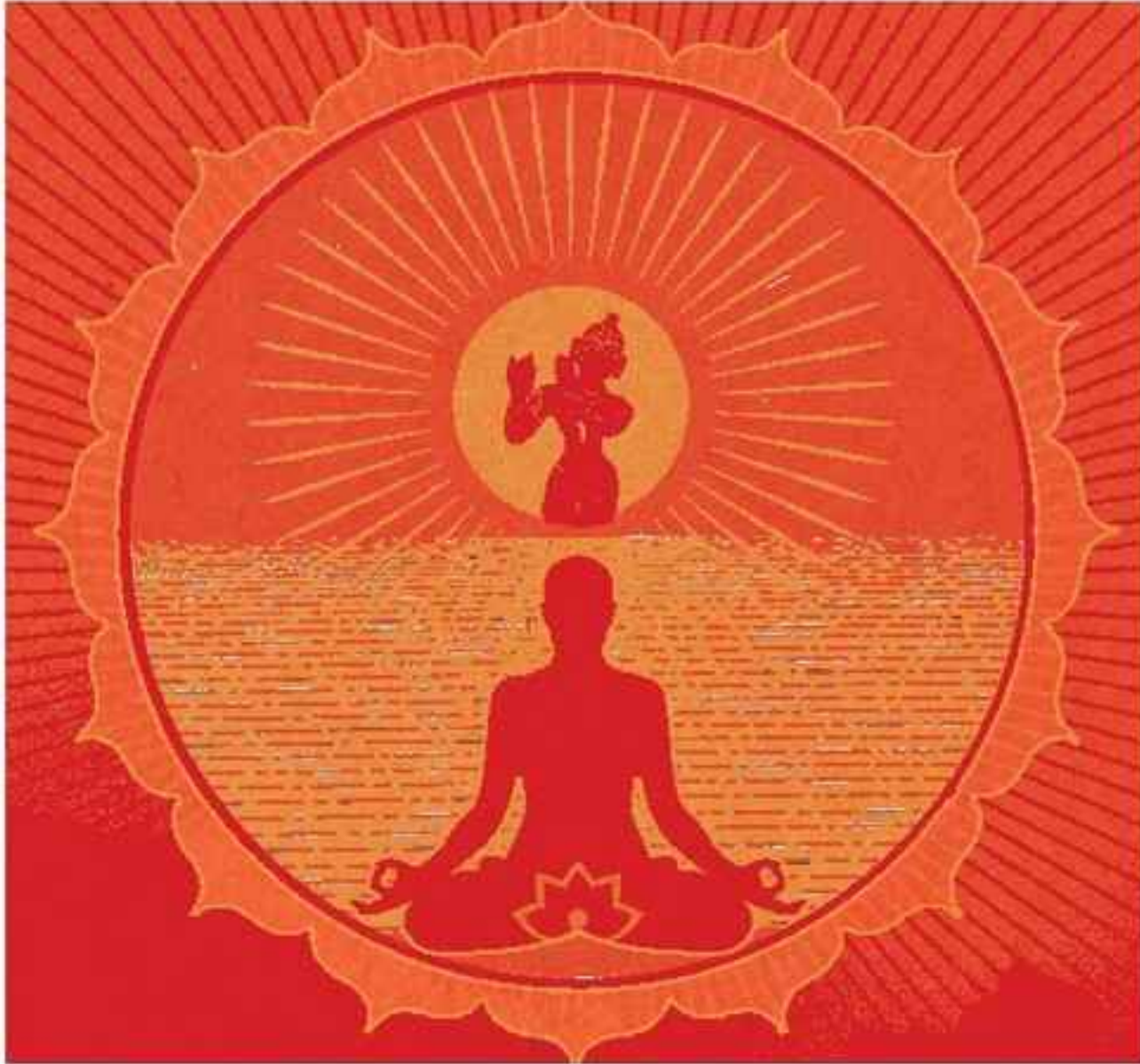
हमारा जीवन ब्रह्म और माया अथवा ज्ञान और कर्म रूप ही है। ज्ञान बिना कोई कर्म नहीं होता, मन में इच्छा नहीं होती। अतः ये भी अलग-अलग नहीं हैं। कृष्ण ने तो ज्ञान, ज्ञाता और ज्ञेय का अविनाभाव सिद्ध किया है। ज्ञान तथा ज्ञान का विषय व्यक्ति सापेक्ष होता है। विज्ञान में ज्ञान का आधार उपकरण होने से व्यक्ति सापेक्ष नहीं होता। ऐसा ज्ञान हितकारी भी हो सकता है तथा अहितकारी भी हो सकता है। जबकि ज्ञाता से जुड़ा ज्ञान हितकारी ही होगा। यही तो अन्तर है पश्चिम और पूर्व में।

मन की चंचलता को ही तो दुःखों का आधार माना गया है। सभी इन्द्रियां मन के अधीन होती हैं। इन्द्रियों के माध्यम से विषय आ-आकर मन पर पड़ते जाते हैं। मन में अनेक प्रकार की इच्छाओं का एक समुद्र हिलोरे लेता रहता है। कभी कान कुछ सुनने को प्रेरित करते हैं, तो कभी आंख कुछ देखने को। कभी जीभ

बार-बार किसी स्वाद की मांग करती है। कभी दृष्टान्त स्पर्श के लिए इंगित करती है। अर्थात् मन की आंखों पर जहां पहले ही सत-रज-तम के पर्दे पड़े होते हैं, वहीं इतनी इच्छाएं मन को कहाँ तटस्थ रहने देंगी! विचार रुकने का नाम ही लेते। मन में टकराने वाला हर शब्द बार-बार गुंजता रहता है। यह शब्द भी मन का निर्माण करने वाला तत्त्व ही है। तब मन कैसे तटस्थ हो सकता है? मन शब्दों की तरंगों पर थिरकता है। इच्छा की तरंगें भी स्पन्दन रूप में एक के ऊपर एक चढ़ती जाती हैं। मन की चिनाई करती जाती हैं। इच्छाओं का उद्गम होने से मन ही जीवन की गतिविधियों का केन्द्र है। जहां इतनी हलचल हो, वहां साक्षी भाव की संभावना कैसे हो सकती है? मन की सारी इच्छाओं की अभिव्यक्ति एवं इच्छापूर्ति की क्रियाएं सभी शरीर में अभिव्यक्त होती रहती हैं। शरीर भी शान्त दिखाई नहीं पड़ता।

शरीर हमारे अस्तित्व का सबसे स्थूल भाग है। दृश्य अंग भी यही है। शेष मन, बुद्धि और आत्मा तीनों ही अदृश्य हैं। अतः अदृश्य की यात्रा का माध्यम शरीर ही है। इसी के सहारे व्यक्ति भीतर प्रवेश कर सकता है। 'शरीर माघं खलु धर्म साधनम्।' शरीर की चंचलता को रोकना हमारी अनिवार्यता है। इसका निर्माण अन्न से होता है। इसीलिए 'अन्नमय कोश' कहलाता है। शरीर का निर्माण अन्न से होता है। अतः अन्न की शुद्धि शरीर शुद्धि के लिए अतीव महत्वपूर्ण है। शाकाहार

## साक्षी-1



अथवा मांसाहार का भेद शरीर रचना के आधार पर समझा जा सकता है। हमारा अन्न ही रस, रक्त, मांस, मेद, अस्थि और मज्जा का निर्माण करता हुआ शुक्र का निर्माण करता है। इसी शुक्र से हमारा निर्माण होता है। बीज रूप शुक्र जो पिता से प्राप्त होता है, उसमें मेरे अन्नमय कोश का इतिहास होता है। पितरों के अंश का प्रमाण रहता है।

शुक्र से ही मन का निर्माण होता है। चूंकि अन्न के पैदा होने में, जीवात्मा के विश्रान्ति काल में आश्रय देने में चन्द्रमा की भूमिका है। अतः मन का निर्माण भी चन्द्रमा से ही होता है। क्योंकि मन के

साथ पिछले जन्मों की स्मृति भी होती है। जब तक शरीर पर व्यक्ति का नियंत्रण नहीं होता, भीतर की यात्रा संभव नहीं है। अतः सात्त्विक अन्न से इस शरीर को पूरा परिष्कृत करने की हमको सलाह दी गई है। तब जाकर यह आसन-प्रत्याहार आदि से स्थिर हो पाता है।

शरीर में जितनी भी गतिविधियां हैं, सब मन की ओर से प्रेरित होती हैं। बुद्धि के नियंत्रण में होती हैं। और ये सारे प्रकृति के नियंत्रण में रहते हैं। शरीर को शिथिल रखने में अत्यन्त कठिनाई होती है। शरीर को साधना, शरीर की भाषा का ज्ञान होना, शरीर को स्वस्थ रख पाना, मन की शरीर में होने वाली अभिव्यक्ति को नियंत्रित कर पाना आदि का अभ्यास अनिवार्य है। शरीर स्वयं निष्क्रिय है। इसे चलाया जाता है। इसके भीतर का प्राणमय कोश इसको अन्तर के मनोमय कोश के साथ जोड़े रहता है।

प्राणमय कोश में दस स्थूल प्राण होते हैं। इनमें भी पांच मुख्य तथा पांच गौण होते हैं। सृष्टि की सारी गतिविधियां प्राणों पर आधारित हैं।

सभी प्राणों का उद्गम स्वयंभू लोक के ऋषि प्राण है। प्राण निकलते ही देह का भीतर का सम्पर्क टूट जाता है। जब शरीर को शिथिल किया जाता है, तब श्वास भी मन्द होने लगती है। प्राणों की शिथिलता भीतर के अंगों का शरीर से सम्पर्क काट देती है। अब मन की हलचल शरीर तक नहीं पहुंच पाती। मन के भाव अभिव्यक्त नहीं हो पाते। मन का

इधर का रास्ता बन्द होते ही वह दूसरी ओर, भीतर की ओर, मुड़ जाता है। शान्त तो फिर भी नहीं होता। किन्तु, भीतर के विज्ञानमय कोश से जुड़कर गहनता में उतरने लगता है। उसकी सोई हुई आत्मा जाग्रत होने लगती है। जब मन की अभिव्यक्ति शरीर तक नहीं पहुंचती, तब भावों की कमी या अभाव दिखाई देने लगता है। राग-द्वेष, अहंकार, ममकार, मोह, ईर्ष्या आदि की अभिव्यक्ति शरीर में नहीं हो पाती। लगता है जैसे व्यक्ति पथराने लगा हो। यांत्रिक स्वर जान पड़ता है। जैसे-जैसे विज्ञानमय कोश का ज्ञान मन के धरातल को उपलब्ध होता है, उसके साथ केन्द्रीभूत आनन्दमय कोश का रस भी प्रभावित होने लगता है। साक्षी भाव अब रस पूर्ण होने लगता है। रस को ब्रह्म का पर्याय कहा है। ब्रह्म स्वयं भी निष्क्रिय है। साक्षी है। व्यक्ति भी साक्षी भाव को ग्रहण कर लेता है।

साक्षी भाव से जीवन चलचित्र बन जाता है। व्यक्ति के चारों ओर एक सिनेमा का पर्दा बन जाता है। हर एक व्यक्ति या वस्तु पर्दे पर रहती है। व्यक्ति इसके मिथ्या भाव को जानता है। किसी अच्छे शरीर को पकड़ने के लिए पर्दे की ओर नहीं लपकता। साक्षी हो कर देखा रहता है। अतः आसक्ति से सदा मुक्त रहता है। मोह, अहंकार छू नहीं पाते। मन की दुनिया भी रहती है और साक्षी भाव के भाव-व्यक्ति मन के पार भी निकल जाता है। (क्रमशः)

gulabkothari@epatrika.com

सामाजिक संस्कारों से जुड़ा यह स्तंभ नई पीढ़ी को भी पढ़ाएँ।

## पुस्तक चर्चा

BOOK REVIEW

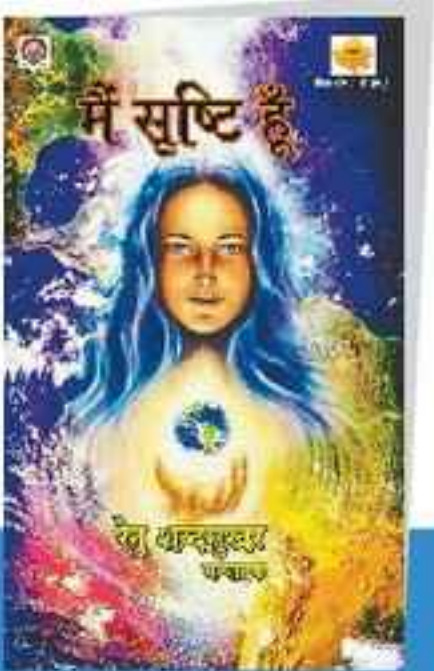
## आधी आबादी को बयां करतीं कविताएं

पुस्तक में देश विदेश के एक सौ ग्यारह पारिजात पुष्प रुपी कविताओं को 'मैं सृष्टि हूं' की माला में गूँथ कर प्रस्तुत किया गया है।

‘ते’ दो का, उपनिषदों का ज्ञान हूँ। मैं ही मेनका, रम्भा, रावी, मैं ही पविनी कनूप्रिया, मणिकर्णिका, मैं ही फना माई हूँ। मैं भगिनी जीवन सिंगिनी, उमा, लक्ष्मी, सरस्वती, मैं ही मीरां बाई हूँ। कुछ इसी प्रकार के भावों को दर्शाती एक सौ ग्यारह कवयित्रियों के हृदय उद्गारों से सुसज्जित करती पुस्तक है- 'मैं सृष्टि हूँ'। इसका संपादन लेखिका रेनू शब्द मुखर ने किया है।

यह पुस्तक केवल एक पुस्तक भर नहीं है अपितु उस आधी आबादी का सम्पूर्ण प्रतिनिधित्व करती है जिसको सहस्राब्दियों से पुरुष ने अपने अहंकार के बोझ तले दबा रखा था। पुस्तक में देश विदेश के उन एक सौ ग्यारह पारिजात पुष्पों को 'मैं सृष्टि हूँ' की एक माला में गूँथ कर सबके समक्ष प्रस्तुत किया है जो सुरभित हैं, औषध है, राग है, विराग है, बसंत है, बिहाग है, रंग है, उमंग है, उल्लास है पहास है, मन की पीड़ा है, चेतना का बीड़ा है।

आज की नारी घर की देहरी में बांधकर रखने की पुरुष की मानसिकता को चुनौती देकर पुरुष के भ्रामक अहंकार को ललकारती है तो वहीं आवश्यकता पड़ने पर उसी को पुचकारती भी है। इन कवयित्रियों ने जीवन की सार्थकता को समझा है। समय की कसौटी पर परखा है इसीलिए

मैं सृष्टि हूँ  
(कविता संग्रह)संपादक  
रेनू शब्द मुखर

जो अपने अधिकार को लड़ती भी हैं तो दूसरों के अधिकार पर अतिक्रमण का तिरस्कार भी करती हैं। वो रमा हैं तो चंडिका भी हैं, वो ब्रह्मबोधिनी हैं तो शिव सिंगिनी भी हैं, कमलासन हैं तो वीरगंगा भी हैं। वो परिवार को जोड़ना जानती हैं तो बेड़ियों को तोड़ना भी जानती हैं।

कुल मिलाकर यह एक बेहतरीन और संग्रहणीय, पठनीय पुस्तक है जिसमें बसरा सदृश एक सौ ग्यारह बेहतरीन अनमोल मौलियों को पिरोने का जिम्मा लेकर रेनू शब्द मुखर ने एक सराहनीय कार्य किया है। हर पृष्ठ पर अंकित कविता निश्चय ही एक भाव और एक सार को प्रदर्शित करती है।

- योगेश कानवा

## सीख

SHORT STORIES

## ताला



## अर्चना मंडलोई

कबाड़ खाने में जोरदार बहस छिड़ी हुई थी।

कुछ साल पहले तक घर के मुख्य दरवाजे पर लगा होता था पूरे घर की सुरक्षा मुझ पर थी।

कोने में पड़ा जंग लगा ताला बोला।

रहने भी दो मुझे सब संभाल कर रखते थे, मेरे बिना तुम्हारी कोई औकात नहीं...। चाबी भी दुनक कर बोली। छाता भी कहाँ चुप रहने वाला था...धूप

गर्मी से मैं ही तो बचाता था, मेरे शरीर पर एक छेद क्या हुआ..... मैं यहाँ पड़ा हूँ जालों के बीच।

तभी बगल वाले कमरे से दादाजी के खाने की आवाज सुन सिलार्ड मशीन बोली, एक समय था जब मुझ पर सिलार्ड कर दादाजी पूरे घर का भरण-पोषण करते थे।

अब बूढ़े हो चले दादाजी, कार्य करने में अक्षम दादाजी भी तो हमारी तरह उपेक्षित हैं, तो हम किस खेत की मूली।

यह सुनकर अब कबाड़ में पड़ी सारी वस्तुएं चुप हो गईं।

## संजय दुबे

रायगढ़ न्यायालय के परिसर में रामनाथ जाने पहचाने अर्जुन नवीस थे। सारे वकील उन्हें मुद्दे दे बेफिक्र हो जाते। क्या शपथ, क्या वकालतनामा, क्या याचिका, बस विषय बता दो, अंगुलियां टाइप राइटर पर दौड़ने लगतीं। बदले में रामनाथ पैसे पूरे लेते। दस साल में इतना पैसा हो गया कि शहर से लगे एक गांव में दो एकड़ जमीन खरीद ली।

रामनाथ का परिवार भी छोटा न था। पांच लड़के दो लड़कियां थीं। समय रहते लड़कियां ब्याह दीं। दो लड़के रमेश और महेश इंजीनियर बने, एक लड़का विवेक ग्राम सहायक बन गया। मनोज और महेंद्र पढ़ नहीं पाए तो मनोज को साथ में कचहरी में सहायक बना लिया। महेंद्र कम दिमाग का था सो घर में ही रहता। वक तेजी से बीत रहा था। चारों लड़कों की शादी के बाद लगा कि संपत्ति का जीते जी बंटवारा कर देना चाहिए। शहर के पास जिस गांव में दो एकड़ जमीन ली थी, वो गांव शहर में आ गया था। चार लड़कों को पांच पांच हजार फुट जमीन दूर दूर देकर बाकी जमीन बेच सबके घर बनवा दिए। कुछ पैसे बचे तो लड़कियों को दे दिए।

सरकारी नौकरी में रहने वाले तीनों बेटे रिटायर होकर अपने-अपने घर में रहने लगे। मनोज, कचहरी में सहयोगी था, उसके साथ रामनाथ रहने लगे। महेंद्र भी मनोज के ही साथ रहता। एक दिन रामनाथ, कचहरी में अर्जुन लिखते लिखते अचेत हो गए। आनन फानन अस्पताल ले जाया गया तो दिल का दौरा पड़ने के कारण एक तरफ लकवा मार गया था।

'उमले चौबीस घंटे का समय कठिन है। हम लोग पूरी कोशिश करेंगे। सब ठीक रहा तो कल घर ले जाइएगा, लेकिन इनकी पूरे समय देखभाल करनी पड़ेगी।' डॉ. साहब ने अस्पताल के वार्ड के बाहर खड़े चारों भाइयों को समझाया। मनोज बोला, 'गुड़िया का एक सप्ताह बाद बारहवीं का पेपर है, मुझे कचहरी का काम देखना है, आप तीनों रिटायर हो गए हो, बाबू जी को कौन रखेगा ये तय कर लीजिए। वैसे भी महेंद्र को मैं ही देख रहा हूँ।'

भाइयों में सबसे बड़ा रमेश था। बाकी भाइयों ने रमेश की तरफ देखा

'मेरी तरफ क्यों देख रहे हो? मुझे तो बाबू जी ने सबसे पीछे का प्लॉट दिया है, वो भी दक्षिण मुखी, जब से रह रहा हूँ परेशान हूँ। तुम्हारी भाभी को कुछ सुनाई नहीं पड़ता। हम दो लोग नहीं संभाल पाएंगे। महेश और मनोज, तुम दोनों में कोई भी बाबू जी को रख लो।' इतना कह रमेश निकल लिया।

'मेरे घर में जगह ही कहाँ है। दो कमरे



ही बनवाए हैं। एक में हर्षित एम टेक की तैयारी कर रहा है। दूसरे कमरे में हम लोग रह रहे हैं। हाँ, सात आठ महीने में एक कमरा बनवा लेता हूँ तब तक मनोज तुम बाबू जी को अपने पास रख लो।' अपना पक्का झाड़ू महेश भी चला गया।

'विवेक, बाबू जी को कल अस्पताल से छुड़ी मिलेगी। तुम घर जाकर इंतजाम कर लो।' मनोज इतना कह कर कचहरी चला गया।

विवेक ने घर आकर पत्नी को सारी बात बताई तो पत्नी झल्ला पड़ी, 'क्यों दोनो इंजीनियर बेटों की पढ़ाई पर बाबू जी ने ज्यादा पैसा खर्च किया है तो रखने की जिम्मेदारी उनकी है। तुम खुद दमा के मरीज हो। मैं अपने घर में बाबू जी को नहीं रखूँगी। तुम रात को मेरे घर अकलतरा चले जाओ। जब बाबू जी की व्यवस्था हो जाएगी तब आ जाना।'

विवेक को सलाह बेहतरीन लगी। रात ही में विवेक अकलतरा चला गया। अस्पताल में रात भर मनोज बाबू जी के पास रहा।

सुबह कोई भी भाई नहीं आए तो नर्स को नहाकर वापस आने की बात कह घर चला गया। 'क्यों बाबू जी कैसे हैं? किसके घर में रहेंगे बाबू जी?' मनोज की पत्नी कीर्ति ने पूछा

किस-किस घर में नहीं रहेंगे? ये पूछो। रमेश और महेश भैया तो मुसीबत गिना कर चले गए। विवेक को बोला लेकिन लगता नहीं कि वो भी रखेगा। मैंने गुड़िया की परीक्षा की बात बता कर साफ बोल दिया है कि बाबू जी को मैं नहीं रख पाऊँगा।

'ये बोले कि नहीं कि महेंद्र को हम लोग रख रहे हैं।' कीर्ति ने पूछा 'हां बता दिया। सुनो मैं कचहरी जाऊँगा। बाबू जी का बहुत सा काम अधूरा है उसे पूरा करना है।'

'एक बात बताओ, बाबू जी को अस्पताल में भर्ती किसने करवाया था?' कीर्ति ने पूछा

'लेकर तो मैं गया था लेकिन अस्पताल में कागजी कार्यवाही रमेश भैया ने करवाई

थी।'

'मतलब फोन नंबर उन्हीं का लिखा होगा?'

'फोन नंबर से क्या मतलब कीर्ति तुम्हारा'

'भगवान न करे बाबू जी को कुछ हो, अगर हो गया तो बड़े भैया को ही खबर मिलेगी।'

'शुभ-शुभ बोलो, अटैंक आया था एक तरफ लकवा मार दिया है। ठीक हो जाएगी।'

मनोज कचहरी चला गया। एक घंटे बाद, मनोज के घर की कॉल बेल बजी। कीर्ति बाहर निकली तो रमेश भैया खड़े थे, 'बाबू जी नहीं रहे। उनको अटैंक आया और देथ हो गई। मनोज कचहरी गया है क्या?'

'जी'

'डेड बॉडी का कैसे, क्या करें, ये पूछने आया था।'

'भैया, एक सप्ताह बाद गुड़िया का पेपर है।'

'मैं देखता हूँ।' कहकर रमेश चला गया। अस्पताल में दो घंटे इंतजार करने के बाद कोई नहीं आया तो रामनाथ की डेड बॉडी को एंबुलेंस में रख कर रमेश के पते पर भेज दिया गया।

एंबुलेंस चालक रमेश के घर पहुंचा तो रमेश की पत्नी ने रमेश के घर में न होने की बात कह महेश के घर की तरफ इशारा कर दिया।

एंबुलेंस महेश के घर के सामने पहुंची महेश ने विवेक के घर का पता बता दिया। विवेक के घर एंबुलेंस पहुंची तो विवेक की पत्नी ने अकलतरा जाने की बात बता मनोज के घर की ओर इशारा कर दिया। एंबुलेंस मनोज के घर के सामने खड़ी हो गई। चालक ने घंटी बजाई। कीर्ति बाहर निकली।

'जी बताइए?'

'ये चौथा घर है। पीछे के तीन घर वाले एक के बाद एक पता दे रहे हैं। आपके घर छोड़ें या आप भी कोई नया पता बताएंगी?'

चालक की बातों में झल्लाहट थी।

'आपको कोई फोन नंबर और पता तो मिला होगा न। उसी पते पर छोड़िए। और हाँ न माने तो भी छोड़ दीजिएगा। आखिर आपको किसी पते पर छोड़ने की जिम्मेदारी दी गई है ना।'

'मैं समझ गया बाई जी, अच्छा हुआ ये आदमी बिना सच जाने मर गया। ये बीमार रहता और जीता तो पता नहीं क्या हाल हुआ होता। मैं कहीं नहीं जा रहा। सीधे अस्पताल ले जाकर लावारिश बता देता हूँ। कुछ समाजसेवी संस्था ऐसे लोगों का अंतिम संस्कार करती हैं।' दशगान, तेरहवीं, पिंड दान, बरसी सब करवाती हैं।' चालक एंबुलेंस लेकर खाना हो गया।

## काव्यांजलि

POEM

## संघर्ष

डॉ. राजीव जैन

समग कोलाहल  
जब थमता है,  
एक हलहल  
भीतर जगता है।  
सत्य के अन्वेषी होंगे  
हजारों यहां,  
पर सत्य कब  
मुखर होता है !!!  
यह जीवन है,  
यहां ऐसा ही  
होता है !!!

तू खुद को क्यों  
निराश करें,  
कुंठित हो क्यों  
हथियार धरे !!!  
इन लहरों से  
जो तू घबराएगा,  
तो इन लहरों में ही  
खो जाएगा।

क्या बन अर्जुन  
तू इस सारे चक्रव्यूह के,  
सारे दुर्ग  
ढहा जाएगा !!  
या बन एक  
क्षणिक मेघ,  
दो पल में ही  
झड़ जाएगा।

दीप जला संघर्ष के,  
सुरिकल का  
तू प्रतिकार कर !!  
खुला आसमान,  
चांद, तारे हैं  
मंजिल तेरी,  
अग्नि जिगीषा को  
तू अंगीकार कर !!!!

## भान्त रूढ़ियां और वास्तविक तथ्य

## मेज चौकोर थी तो नाम गोलमेज सम्मेलन क्यों?

भारत के स्वतंत्रता आंदोलन के इतिहास की एक सुप्रसिद्ध घटना गलत अनुवाद के बावजूद इतनी प्रसिद्ध हो गई कि उसका वही नाम आज तक चल रहा है। और उसकी ओर विद्वानों का ध्यान आज तक नहीं जा पाया, यह और भी दिलचस्प है। वह घटना है- 'गोलमेज कॉन्फ्रेंस'। सभी जानते हैं कि गांधीजी ने ब्रिटिश सरकार के विरुद्ध सविनय अवज्ञा आंदोलन 1930 ई. में शुरू किया था। उस समय ब्रिटिश इरविन भारत का वायसराय था। 1926 में वह नियुक्त हुआ था। उसने समझौते की भी प्रयत्न किया था। 1928 में साइमन कमीशन भारत भेजा था पर उसका विरोध हुआ था। समझौता नहीं हो पाया। 1929 में जतिन दास की 64 दिन की भूख हड़ताल के बाद जेल में भरो हो गई। गांधी जी का सविनय अवज्ञा आंदोलन चल ही रहा था, तभी समझौते के लिए इरविन ने 1930 में गांधी



गोलमेज सम्मेलन का चित्र मैंने देखा तो उसमें स्पष्ट था कि जिस मेज के चारों ओर नेता बैठे थे वह गोल नहीं चौकोर थी। किसी भी सम्मेलन में मेज गोल नहीं थी।

देवर्षि कलानाथ शास्त्री

जी तथा अन्य नेताओं को शांति से बैठकर चर्चा करने के लिए लंदन बुलाया। गांधी जी के नेतृत्व में नेताओं से वायसराय की बात हुई। इसे प्रथम गोलमेज सम्मेलन कहा जाता है। इसके बाद गांधी-इरविन पैक्ट पर हस्ताक्षर भी हुए थे।

1931 में लॉर्ड विलिंगटन वायसराय बना। उसके समय में भी 1931 में द्वितीय गोलमेज सम्मेलन तथा दिसंबर 1932 में तृतीय गोलमेज सम्मेलन आयोजित किया गया। गोलमेज सम्मेलन का यह इतिहास जब

मैंने पढ़ा तो इस दिलचस्प नाम का क्या कारण रहा, यह जानना चाहता। सम्मेलन का चित्र मैंने देखा तो उसमें स्पष्ट था कि जिस मेज के चारों ओर नेता बैठे थे वह गोल नहीं चौकोर थी। किसी भी सम्मेलन में मेज गोल नहीं थी। तब यह नाम क्यों पड़ा? इसकी छानबीन की तो दिलचस्प जानकारी मिली कि अंग्रेजी से हिंदी अनुवाद ने यह 'करिश्मा' पैदा किया था। वायसराय ने एक राउंड टेबल टॉक का आमंत्रण दिया था। 'वी शुड-सिट राउंड द टेबल

एण्ड टॉक'। अंग्रेजी में 'राउंड टेबल टॉक' यह मुहावरा टेबल के चारों ओर बैठकर बात करने के लिए आता है। राउंड द टेबल यानि टेबल पर बात करना। किसी हिंदी वाले ने राउंड का अर्थ 'चारों ओर' न समझकर डिक्शनरी का मॉनिंग देखकर अनुवाद कर दिया 'गोल'। राउंड टेबल हो गई गोलमेज। तब से मेज पर बैठकर की गई यह बात गोलमेज सम्मेलन हो गई। जो आज तक गोल ही है। किसी ने भी यह जानने का प्रयास नहीं किया कि यह गोलमेज सम्मेलन क्या बला थी? मेज हरगिज गोल नहीं थी, यह तथ्य है पर लोगों के बीच जो शब्द चल निकला वह चलता ही गया। है न कुएं में पड़ी भांग वाली कहावत को चरितार्थ करने वाली यह इतिहास प्रसिद्ध पावन घटना।

नोट:- पिछली कड़ी में सीधा शब्द के प्रसंग में सिद्धांत शब्द के स्थान पर सिद्धांत शब्द पढ़ें।

ध्यान रखें कहानी-1000 और लघुकथा-250 शब्दों से अधिक नहीं हो।

## टी-20 विश्व कप : गुप-सी के मैच में अफगान टीम ने 84 रन से शानदार जीत दर्ज की, कीवी टीम को इस प्रारूप में पहली शिकस्त दी

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

**प्रोविडेंस (गयाना).** अफगानिस्तान ने टी-20 विश्व कप में उलटफेर करते हुए रविवार को गुप-सी मुकाबले में न्यूजीलैंड को 84 रन से शिकस्त दे दी, जो उसकी कीवी टीम के खिलाफ पहली जीत है। वहीं, न्यूजीलैंड की टी-20 विश्व कप में रनों के लिहाज से यह सबसे बड़ी हार है। अफगानिस्तान ने छह विकेट पर 159 बानाने के बाद न्यूजीलैंड को 15.2 ओवर में 75 रन पर ढेर कर दिया, जो विश्व कप में उसका दूसरा न्यूतम स्कोर है। कीवी टीम 2014 विश्व कप में श्रीलंका के खिलाफ 60 रन पर सिमट गई थी।



कीवी बल्लेबाज के खिलाफ अपील करते अफगान खिलाड़ी।

03 टी-20 मैच अब तक अफगान टीम ने न्यूजीलैंड से खेले 01 मैच जीता, एक हारा और एक बेनतीजा

**प्लेयर ऑफ द मैच:** गुरबाज ने 80 रन ठोके

अफगानिस्तान टीम के सलामी बल्लेबाज रहमानुल्लाह गुरबाज ने 56 गेंदों में 80 रन की ताबड़तोड़ पारी खेली। प्लेयर ऑफ द मैच बने गुरबाज ने अपनी पारी के दौरान पांच चौके और पांच छक्के लगाए। उन्होंने अपने टी-20 करियर का कुल नौवां अर्धशतक लगाया।

**गेंद से चमके:** फारूकी और राशिद ने बरपाया कहर मीडियम पेसर फजलहक फारूकी और स्पिनर राशिद खान ने बेहतरीन गेंदबाजी की। फारूकी ने 3.2 ओवर में 17 रन देकर चार विकेट चटकाए। वहीं, राशिद खान ने चार ओवर में 17 रन देकर चार विकेट झटकें।

**कीवी टीम के सिर्फ दो बल्लेबाज दोहरे अंक तक पहुंचे:** न्यूजीलैंड की बल्लेबाजी बेहद निराशाजनक रही और सिर्फ दो बल्लेबाज ही दोहरे अंक तक पहुंचे। रलन फिलिप्स ने दो चौकों के साथ 18 और मैट हेनरी ने एक छक्के के साथ 12 रन बनाए।

## जबरदस्त प्रदर्शन : गुप-डी का मैच दो विकेट से जीता बांग्लादेश ने श्रीलंका को पहली बार विश्व कप में हराया

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

**डलास.** गेंदबाजों के शानदार प्रदर्शन से बांग्लादेश ने रविवार को आइसीसी टी-20 विश्व कप के गुप-डी मैच में श्रीलंका को दो विकेट से मात दी। यह विश्व कप इतिहास में बांग्लादेश की श्रीलंका पर तीन मैचों में पहली जीत है। टॉस जीतकर बांग्लादेश ने गेंदबाजी चुनी और श्रीलंका को नौ विकेट पर 124 रन ही बनाने दिए। जवाब में बांग्लादेश ने 19 ओवर में आठ विकेट पर 125 रन बनाकर जीत हासिल कर ली।



रिशद हुसैन। प्लेयर ऑफ द मैच: स्पिनर रिशद हुसैन ने 3 विकेट झटके बांग्लादेश के 21 वर्षीय स्पिनर रिशद हुसैन ने चार ओवर में 22 रन देकर तीन विकेट चटकाए और प्लेयर ऑफ द मैच बने।

## टी-20 विश्व कप : नीदरलैंड्स को 4 विकेट से हराया मिलर और ओटनील के दम पर दक्षिण अफ्रीका जीता



विकेट लेने के बाद खुशी मनाते हुए दक्षिण अफ्रीका के खिलाड़ी।

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

**न्यूयॉर्क.** दक्षिण अफ्रीका ने तेज गेंदबाज ओटनील बार्टमैन और बल्लेबाज डेविड मिलर के दम पर शनिवार को यहां खेले गए टी-20 विश्व कप मैच में नीदरलैंड्स को चार विकेट से शिकस्त दी। पहले बल्लेबाजी करते हुए नीदरलैंड्स ने नौ विकेट पर सिर्फ 103 रन बनाए। जवाब में दक्षिण अफ्रीका ने 18.5 ओवर में छह विकेट पर 106 रन बनाकर जीत हासिल कर ली।

**मिलर प्लेयर ऑफ द मैच :** लक्ष्य का पीछा करते हुए दक्षिण अफ्रीकी टीम ने 12 रन तक चार विकेट गंवा दिए थे। लेकिन डेविड मिलर ने तीन चौकों और चार छक्कों के साथ 59 रन की नाबाद पारी खेली और टीम को जीत दिला दी।

**आज के मुकाबले**  
**वेस्टइंडीज vs युगांडा**  
प्रसारण: सुबह 6.00 बजे से स्थान: प्रोविडेंस, गयाना  
**भारत vs पाकिस्तान**  
प्रसारण: रात 8.00 बजे से स्थान: न्यूयॉर्क  
**स्कॉटलैंड vs ओमान**  
प्रसारण: रात 10.30 बजे से स्थान: न्यूयॉर्क

**ओटनील ने झटके चार विकेट:** दक्षिण अफ्रीका के तेज गेंदबाज ओटनील बार्टमैन ने चार विकेट हासिल किए। उन्होंने चार ओवर में सिर्फ 11 रन दिए। वहीं, मार्को जॅसन और केगिसो रबाडा ने दो-दो विकेट लिए।

## आइसीसी टी-20 विश्व कप : न्यूयॉर्क के नासाउ क्रिकेट स्टेडियम में आज खेला जाएगा मैच महामुकाबला : पाकिस्तान पर सातवीं जीत दर्ज करने उतरेगी टीम इंडिया



जसप्रीत बुमराह

रोहित शर्मा, कप्तान

बाबर आजम, कप्तान

शाहीन शाह अफरीदी

**न्यूयॉर्क @ पत्रिका.** आइसीसी टी-20 विश्व कप का सबसे बड़ा मुकाबला रविवार को नासाउ काउंटी अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम में खेला जाएगा, जब भारत और पाकिस्तान एक-दूसरे के खिलाफ मैदान पर उतरेगी। इस मैच में सभी की नजरें दोनों टीमों के तेज गेंदबाजों पर रहेगी, क्योंकि नासाउ की पिच तेज गेंदबाजों की मददगार मानी जाती है। यदि रेकॉर्ड पर नजर डालें तो भारतीय टीम का पलड़ा भारी नजर आता है। दोनों टीमों के बीच विश्व कप में कुल सात मुकाबले खेले गए हैं, जिसमें छह भारतीय टीम ने जीते हैं...

**टीम इंडिया**

**जीते तो सुपर-8 में जगह पक्की**

**हारे तो अगले दौर में पहुंचना मुश्किल**

**पाकिस्तान**

भारतीय टीम ने पहले मैच में आयरलैंड को शिकस्त दी थी। टीम इंडिया यदि पाकिस्तान को भी हरा देती है तो उसकी सुपर-8 में जगह लगभग पक्की हो जाएगी। इसके बाद भारतीय टीम का मुकाबला कनाडा और अमरीका की टीम से होगा, जिसके खिलाफ जीत हासिल करना ज्यादा मुश्किल नहीं होगा।

अमरीका के खिलाफ पहले मैच में उलटफेर का शिकार होने वाली पाक टीम के लिए भारत के खिलाफ करी या मरो वाला मुकाबला होगा। पाकिस्तान को यदि सुपर-8 में जगह बनानी है तो उसे हर हाल में भारतीय टीम को हराना होगा। पाक टीम ने भारत को टी-20 विश्व कप में एकमात्र बार 2021 में शिकस्त दी है।

**गुरुग्राम** पहले गेंदबाजी करने वाली टीम का पलड़ा भारी

भारत-पाक के बीच खेले गए कुल सात मैचों में पहले गेंदबाजी करने वाली टीम ने पांच मैच जीते हैं। वहीं, नासाउ स्टेडियम की विकेट भी गेंदबाजों की मददगार है। यहां पेसरों को शुरुआत में सिंग और उछाल मिलता है।

## इन दिग्गजों पर रहेंगी नजरें

**विराट-रोहित से अच्छी ओपनिंग की आस:** आयरलैंड के खिलाफ रोहित और विराट कोहली ने पारी की शुरुआत की थी, पर विराट जल्द आउट हो गए थे। पाक के मजबूत पेस आक्रमण के खिलाफ दोनों के आगे तेज गति से रन बनाने की चुनौती है।

**बुमराह-सिराज को विकेट चटकाने होंगे:** भारतीय टीम की तेज गेंदबाजी की बागडोर जसप्रीत बुमराह और मोहम्मद सिराज के कंधों पर रहेगी। यदि बुमराह और सिराज जल्द विकेट लेने में सफल हुए तो पाक टीम पर दबाव बन सकता है।

**कुलदीप को मिल सकता है मौका:** भारतीय टीम अंतिम एकादश में बदलाव कर सकती है और स्पिनर कुलदीप यादव को मौका मिल सकता है क्योंकि पाकिस्तान के खिलाफ उनका रेकॉर्ड बेहतरीन रहा है। ऐसे में अक्षर पटेल बाहर हो सकते हैं।

## कब-कब हुई भिड़ंत

| साल  | परिणाम                     | स्थान       |
|------|----------------------------|-------------|
| 2022 | भारत 4 विकेट से जीता       | मेलबर्न     |
| 2021 | पाकिस्तान 10 विकेट से जीता | दुबई        |
| 2016 | भारत 06 विकेट से जीता      | कोलकाता     |
| 2014 | भारत 07 विकेट से जीता      | मीरपुर      |
| 2012 | भारत 08 विकेट से जीता      | कोलंबो      |
| 2007 | भारत 05 रन से जीता         | जोहानिसबर्ग |
| 2007 | भारत बॉल आउट में जीता      | डरबन        |

**टॉस हो सकता है बॉस** नासाउ क्रिकेट स्टेडियम की पिच तेज गेंदबाजों की मददगार रहेगी। ऐसे में जो टीम इस मैच में टॉस जीतेगी, वो यहाँ पहले गेंदबाजी करना पसंद करेगी।

## टीम इंडिया को इनसे बचना होगा...

**रिजवान-फखर को जल्द करना होगा आउट:** पहले मुकाबले में ओपनर मोहम्मद रिजवान और मध्यक्रम के बल्लेबाज फखर जमान भले ही सस्ते में आउट हो गए, लेकिन भारत के खिलाफ इन दोनों का प्रदर्शन बेहद शानदार रहा है।

**पाक पेस बैटरी से रहना होगा सावधान:** पाक के पास नसीम शाह, शाहीन शाह अफरीदी, हारिफ रऊफ और मोहम्मद अमिर के रूप में जोरदार पेस आक्रमण है। अफरीदी और अमिर लेफ्ट आर्म पेसर हैं, जो घातक हो सकते हैं।

**कप्तान बाबर पर दबाव:** अमरीका से मिली हार के बाद पाक कप्तान बाबर आजम पर दबाव रहेगा। पहले मैच में उन्होंने 43 गेंदों में 44 रन की धीमी पारी खेली थी, जिसके लिए उनकी आलोचना हो रही है। उनकी कप्तानी पर भी सवालिया निशान हैं।

## नार्वे शतरंज 2024 : नाकामुरा को अंतिम दौर में हरा तीसरे स्थान पर रहे प्रगनानंदा कार्लसन और जू वेनजुन ने जीता खिताब

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

**स्टवेंजर.** दुनिया के नंबर-एक खिलाड़ी मैग्नुस कार्लसन और चीन की जू वेनजुन ने अपने ख्याति के मुताबिक प्रदर्शन करते हुए नार्वे शतरंज में क्रमशः पुरुष और महिला वर्ग का खिताब जीता। 65 हजार डॉलर इनामी राशि वाली प्रतियोगिता में नार्वे के कार्लसन ने कुल 17.5 अंक के साथ अपने अभियान का समापन किया।

वहीं, भारत के 19 वर्षीय खिलाड़ी आर प्रगनानंदा से आखिरी दौर में हारने वाले हिका रुनाकामुरा 15.5 अंकों के साथ दूसरे स्थान पर रहे। वहीं, प्रगनानंदा 14.5 अंक संग तीसरे स्थान पर रहे। फ्रांस के अलैरेजा फिरोजा (13.5 अंक) को चौथा स्थान मिला।



**महिला वर्ग में चीनी खिलाड़ी शीर्ष पर:** चीन की जू वेनजुन ने हमवतन टिंग्गो लोई को हराकर शीर्ष स्थान हासिल किया। उन्होंने 19 अंक अर्जित किए। भारत की आर वैशाली 12.5 अंक के साथ चौथे व कोनरू हंपी 10 अंकों संग 5वें नंबर पर रहीं।

**शीर्ष-3 खिलाड़ियों को हराने वाले प्रगनानंदा पहले गेंड मास्टर:** टूर्नामेंट में शीर्ष-3 खिलाड़ियों को हराने वाले पहले भारतीय बने। उन्होंने मैग्नुस कार्लसन और फेबियानो कारुआना के अलावा अंतिम राउंड में नाकामुरा को शिकस्त दी।

## फ्रेंच ओपन टेनिस : पोलैंड की दिग्गज खिलाड़ी ने महिला एकल के फाइनल में इटालियन खिलाड़ी जैस्मीन पाउलोनी को दी शिकस्त

## रौलां गैरो पर नंबर-1 स्विटेक की खिताबी हैट्रिक

पत्रिका न्यूज नेटवर्क patrika.com

**पेरिस.** दुनिया की नंबर-एक खिलाड़ी इग्ना स्विटेक ने शनिवार रात फ्रेंच ओपन में अपनी बादशाहत कायम रखते हुए महिला एकल का खिताब जीत लिया। पोलैंड की टॉप सीड खिलाड़ी ने फाइनल में इटली की 12वीं वरीय जैस्मीन पाउलोनी को सीधे सेटों में 6-2, 6-1 से शिकस्त दी और रौलां गैरो पर खिताबी हैट्रिक पूरी कर ली।

**पांचवां गेंड स्लेम खिताब :** स्विटेक ने फ्रेंच ओपन में चौथा और करियर का कुल पांचवां गेंड स्लेम खिताब अपने नाम किया। वह 2020, 2022, 2023 और 2024 में फ्रेंच ओपन और 2022 में यूएस ओपन चैंपियन बनीं। इसके अलावा, स्विटेक 2021 से रौलां गैरो पर अजेय हैं।



शनिवार को ट्रॉफी जीतने के बाद इग्ना स्विटेक ने बॉल किड्स के साथ पोज दिया।

**दबदबा** 21 मैच लगातार फ्रेंच ओपन में स्विटेक ने जीते 35 मैच जीते फ्रेंच ओपन में 37 मुकाबलों में

**सर्वाधिक खिताब जीतने वाली चौथी खिलाड़ी:** स्विटेक फ्रेंच ओपन में सर्वाधिक महिला एकल खिताब जीतने वाली चौथी खिलाड़ी बन गई हैं। इस सूची में सात खिताब के साथ क्रिस एवर्ट पहले स्थान पर हैं। छह खिताब स्टेफी ग्राफ और सुजेन लेंगलेन जबकि पांच खिताब मार्गट कोर्ट और एडेन मेसन ने जीते हैं।

## निर्णायक जंग : आज पुरुष एकल का फाइनल मिलेगा नया बादशाह



**पेरिस @ पत्रिका.** साल के दूसरे गेंड स्लेम फ्रेंच में रविवार को पुरुष एकल का खिताबी मुकाबला स्पेन के तीसरी वरीय खिलाड़ी कार्लोस अल्कारेज और जर्मनी के चौथी एलेक्जेंडर ज़्वेरेव के बीच खेला जाएगा। खास बात यह है कि रौलां गैरो को नया बादशाह मिलेगा क्योंकि अल्कारेज और ज़्वेरेव पहली बार यहां फाइनल में पहुंचे हैं। 27 वर्षीय ज़्वेरेव की नजरें करियर का पहला गेंड स्लेम खिताब जीतने पर हैं। वह दूसरी बार किसी गेंड स्लेम के फाइनल में पहुंचे हैं। वहीं, अल्कारेज करियर में दो गेंड स्लेम जीत चुके हैं। उन्होंने 2022 में यूएस ओपन और 2023 में विम्बलडन जीता था।

**CROSSWORD 7009...**

|    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |
| 6  |    | 7  |    | 8  |
| 9  |    | 10 |    | 11 |
|    |    | 12 |    | 13 |
|    | 15 |    | 16 |    |
| 17 |    | 18 | 19 |    |
| 20 |    | 21 |    | 22 |
|    | 23 |    | 24 | 25 |
| 26 |    | 27 |    | 28 |

**बाएं से बाएं...** 1. स्वादिष्ट, सुस्वादु, मीठा (3), 3. रुचि का, अच्छा लगने वाला (4), 6. धूल, गर्द (2), 7. नमूना (3), 8. जंगल, अरण्य (2), 9. अभाग, भाग्यहीन, बदकिस्मत (4), 11. अंतर्गत (3), 12. जानकार, वाकिफ (2), 13. गर्व, अदा (2), 15. तरबूज (3), 16. बराबर, जैसा, सदृश (3), 17. अविधि, वक्ता, बेला (3), 18. कामना (3), 20. रिश्ता, सम्बन्ध (2), 21. भाग्य, किस्मत (3), 22. चर्बी (2), 23. मुद्दे, घाटी, फरियादी (2), 24. भगिनी (3), 26. अक्काश, गगन (2), 27. रोग, बीमारी (2), 28. अंजन, काजल (3)

**ऊपर से नीचे...**

1. देश/ राज्य की सीमा (4), 2. चांदी (3), 3. पानी, जल (2), 4. मौशीकार, गायनाचार्य (4), 5. निमंत्रण-पत्र (3-2), 7. विद्रोही, किलवी (2), 10. हिन्दुस्तानी (4), 14. बरात उहराने का स्थान (4), 15. मोह, वात्सल्य (3), 16. स्तुति, वंदना, प्रशंसा (2), 17. शाश्वत, परंपरागत, अनादि (4), 18. रहने वाला (2), 19. कारण, हेतु (3), 21. सखा, मित्र (3), 22. जंगल में उत्पन्न (3), 23. अधिकार (2)

**SUDOKU 6744...**

|   |   |   |   |   |   |  |   |   |
|---|---|---|---|---|---|--|---|---|
| 1 | 7 |   |   |   | 8 |  |   |   |
| 8 |   |   |   | 2 |   |  |   |   |
|   |   | 6 | 1 | 4 | 9 |  |   |   |
| 9 |   | 1 | 8 | 4 |   |  | 3 |   |
|   | 3 |   |   |   | 1 |  | 5 |   |
| 6 |   |   |   |   |   |  |   | 4 |
| 3 |   | 7 |   |   |   |  |   | 8 |

**हल 6743**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 2 | 4 | 6 | 3 | 1 | 7 | 8 | 9 |
| 1 | 6 | 9 | 7 | 4 | 8 | 2 | 5 | 3 |
| 8 | 3 | 7 | 9 | 5 | 2 | 1 | 6 | 4 |
| 9 | 4 | 8 | 2 | 6 | 3 | 5 | 7 | 1 |
| 3 | 1 | 2 | 5 | 8 | 7 | 4 | 9 | 6 |
| 7 | 5 | 6 | 4 | 1 | 9 | 3 | 2 | 8 |
| 2 | 8 | 1 | 3 | 7 | 6 | 9 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 5 | 1 | 9 | 4 | 8 | 3 | 2 |
| 4 | 9 | 3 | 8 | 2 | 5 | 6 | 1 | 7 |

**कैसे खेलें:** वर्ग को 1 से 9 तक अंकों से ऐसे भरें कि आड़ी व खड़ी पंक्ति के साथ ही 3 गुणा 3 के बॉक्स में 1 से 9 तक अंक आएँ। कोई अंक दुबारा नहीं आए।

