

क्रांति समय

सुरत गुजरात से प्रकाशित, मुंबई, उत्तरप्रदेश, बिहार, राजस्थान, मध्यप्रदेश, उत्तरांचल, उत्तराखण्ड, दिल्ली, हरियाणा में प्रसारीत

सुरत-गुजरात, संस्करण शुक्रवार, 7 जनवरी-2022 वर्ष-4, अंक-345 पृष्ठ-08 मूल्य-01 रुपये

Web site : www.krantisamay.com & epaper.krantisamay.com www.facebook.com/krantisamay1 www.twitter.com/krantisamay1

अचानक से बदबू आई और एक-एक कर लोग नीचे गिरने लगे.

जहरीली गैस लीक होने से 6 लोगों ने गंवाई जान,
अस्पताल में भर्ती 23 में से सात की हालत गंभीर



क्रांति समय, सुरत

www.krantisamay.com

www.epaper.krantisamay.com

सूरत, सचिन जीआईडीसी

क्षेत्र में सुबह जहरीली गैस

के रिसाव से 6 लोगों की

मौत हो गई। आंखों में जलन

और दम घुटने की वजह से

बेहोश हुए 23 लोगों को

अस्पताल में भर्ती कराया

गया है। जिसमें 7 लोगों

की हालत गंभीर बताई जा

रही है। यह घटना उस समय हुई जब सचिन जीआईडीसी क्षेत्र की खाड़ी में जहरीले कैमिकल का निपटारा किया जा रहा था। पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू की है। जानकारी के मुताबिक गुस्तार की सुबह करीब चार बजे सूरत के सचिन जीआईडीसी वातावरण में मिलने से मिल में कार्यरत कर्मचारियों में भगड़ मच गई। आंखों में जल, चक्कर आने और दम घुटने से कर्मचारी मिल के बाहर आ गए। हालांकि वातावरण में घुल चुकी गैस इतनी तीव्र था कि एक के

गुजरती खाड़ी में एक टैकर से अत्यंत ज्वलनशील और जहरीला कैमिकल का निपटारा किया जा रहा था। जिसकी गैस वातावरण में मिलने से मिल में कार्यरत कर्मचारियों में भगड़ मच गई। आंखों में जल, चक्कर आने और दम घुटने से कर्मचारी मिल के बाहर आ गए। हालांकि वातावरण में घुल चुकी गैस इतनी तीव्र था कि एक के

बाद एक कर्मचारी जमीन पर गिरने लगे। अचानक हुई इस घटना से लोग चीखने-चिल्लाने लगे। घटनास्थल पर एम्बुलेंस के पहुंचने से पहले एक के बाद एक 6 कर्मचारियों ने दम तोड़ दिया। जबकि 23 लोगों को एम्बुलेंस और पुलिस वैन में अस्पताल पहुंचाया गया। घायलों में 7 को वेनीलेट पर और 4 को ऑक्सीजन

पर रखा गया है। इस घटना से सचिन जीआईडीसी ही नहीं पूरे शहर में हाहाकार मच गया। इस घटना में 30 वर्षीय अशोक तिवारी, 45 वर्षीय गरीबनदास, 45 वर्षीय गजेन्द्रसिंह, 35 वर्षीय रमतीर्थ मिश्रा, 35 वर्षीय राजनाथ यादव, 44 वर्षीय अज्ञात समेत 6 लोगों की मौत हो गई। जबकि 38 वर्षीय उमेश दशरथ प्रसाद, 34 वर्षीय मनोज रामा विश्वकर्मा, 20

वर्षीय छोटेलाल यादव, 35 वर्षीय पुनित सिंग, 34 वर्षीय अशोक तिवारी, 45 वर्षीय गरीबनदास, 45 वर्षीय गजेन्द्रसिंह, 35 वर्षीय रमतीर्थ मिश्रा, 35 वर्षीय राजनाथ यादव, 18 वर्षीय रवि, 40 वर्षीय महावीर, 20 वर्षीय सुनील, 30 वर्षीय अवधेश प्रजापति, 23 वर्षीय रविन्द्र, 30 वर्षीय श्याम भगवत्

शमा, 50 वर्षीय राधेश्याम, 19 वर्षीय राजकुमार और 6 अज्ञात समेत लोग शामिल हैं। घटना के बाद पुलिस प्रशासन के आला अफसरों कालीबेन, 30 वर्षीय सुरेश के अलावा 30, 50 और 44 वर्षीय अज्ञात समेत 6 लोगों की मौत हो गई। जबकि 38 वर्षीय उमेश दशरथ प्रसाद, 34 वर्षीय रविन्द्र, 30 वर्षीय श्याम भगवत्

कैमिकल के सैंपल लेने के लिए भेज दिए थे। जीपीसीबी के अधिकारी परग दवे ने बताया कि छह महीने पहले इसके साथ ही तीन शिकायतें मिली थीं। इससे पहले सचिन और जांची टीम एम्बुलेंस पर पहुंच गई थीं और उसके आधार कानूनी कार्रवाई भी की गई थी। मामले में एफआईआर दर्ज करवाई गई है।

चश्मदीद ने कहा,
‘मेरी आंखों के सामने 3 मजदूरों की मौत हो गई,
कई बेहोश हो गए।

क्रांति समय, सुरत

www.krantisamay.com

www.epaper.krantisamay.com

सूरत में सचिन जीआईडीसी

में गैस कांड देखने वाले एक

हेल्पर की मौत हो गई है।” तीनों को अचानक सांस लेने में तकलीफ हुई और वे बेहोश हो गए। गेट नंबर 3 के पास पानी

बने झोपड़ियों की ओर भागे। कुछ लोग अपनी जान बचाने के लिए झोपड़ी में भी आ गए। मैं बॉयलर में कोयला डालने वाली मिल में काम करता हूं। घटना के समय हम में से 7 लोग घटनास्थल पर मौजूद थे। बदबू के कारण छोटे बच्चों के साथ रहने वाले परिवारों की स्थिति विकट हो गई है।

मैं बूम्बू को देखने गया और अचानक बेहोश हो गया। मैं विश्रेष्म डाइंग-प्रिंटिंग मिल में काम करता हूं। मलस्क में एक टैकर खाली किया जा रहा था। मजदूरों की चीख-पुकार सुनकर मैं गेट की तरफ देखने गया और गर्से में ही बेहोश हो गया। कुछ देर पहले मुझे होश आया।

खुले में फेंके जाते हैं टैकर -

चोरासी तालुके के मामलातदार मामलातदार

भरत सक्सेना ने कहा कि इस क्षेत्र में टैकरों

को खुले में डंप किया जाता है। जीपीसीबी

स्टाफ उपलब्ध नहीं है। हम वह नहीं कर रहे हैं

जो हमें करना चाहिए। यह क्षेत्र बहुत बड़ा है।

इसलिए हम पर्याप्त काम तीक से नहीं कर रहे हैं,

मामलातदार ने आगे स्वीकार किया।

पीने आए कारीगर भी बेहोश में होने लगे, जिससे कारीगरों में आंखों की खाड़ी दर्जा हो गई है। शिकायतें प्राप्त होती हैं और जीपीसीबी द्वारा कार्रवाई की जाती है।

इससे पहले 3 शिकायतें मिली थीं- जीपीसीबी के अधिकारी परग दवे ने कहा कि पिछले छह महीने में यह तीसरी शिकायत मिली है। इससे पहले सचिन और जहरीली पुलिस में शिकायत दर्ज कर कानूनी कार्रवाई की गई है। इस सायरन को प्रारंभिक अवस्था में एक अस्थीय घटक कहा जा सकता है। इस सायरन में भी प्रारंभिक अवस्था में एक अस्थीय घटक कहा जा सकता है। इसके बारे में आगे कहा जाता है कि सिस्टम की घोर लापरवाही के चलते जहरीले सायरनों को डंप करने का

हादसा उस वक्त हुआ जब सचिन जीआईडीसी में सड़क पर खड़े एक कैमिकल टैकर ने कैमिकल को ड्रेनेज लाइन डालते समय

घटना की सूचना मिलते ही दमकल विभाग ने दौड़ना शुरू कर दिया। सभी घटना के बाद एक कैमिकल से एक टैकर को खुले में फेंके जाने के बाद दम घटने से कम से कम 50 लोगों की मौत हो गई है। और 23 लोगों को जांच कराया जा रहा है।

हादसा उस वक्त हुआ जब सचिन जीआईडीसी में सड़क पर खड़े एक कैमिकल टैकर को ड्रेनेज लाइन डालते समय हत्या का मामला दर्ज कर आगे की जांच की जा रही है। पुलिस ने दूरी के बाद एक कैमिकल के साथ हुए हादसे के लिए हाइड्रोजन सल्फाइट ने कहा कि सचिन के साथ हुए हादसे के लिए हाइड्रोजन सल्फाइट नामक रसायन को जिम्मेदार कहा जा सकता है। इतना ही नहीं यह कैमिकल सांस और दिमाग पर सीधा असर डालता है। यह सांस लेने की प्रक्रिया को धीमा कर सकता है और अस्तित्व को काम करने से बंधु भूमिगत हो गए थे।

डॉ. वसावा अश्विन वसावा (चिकित्सा विभाग के वरिष्ठ चिकित्सक) ने कहा कि सचिन के साथ हुए हादसे के लिए हाइड्रोजन सल्फाइट नामक रसायन को जिम्मेदार कहा जा सकता है। इतना ही नहीं यह कैमिकल सांस और दिमाग पर सीधा असर डालता है।

प्रकाश मारवाड़ी सहित आठ से 10 लोगों के शामिल होने की बात कही जा रही है।

घटना की सूचना मिलते ही दमकल विभाग ने दौड़ना शुरू कर दिया। सभी घटना के बाद एक कैमिकल टैकर को ड्रेनेज लाइन डालते समय हत्या का मामला दर्ज कर आगे की जांच की जा रही है। यह कैमिकल टैकर को ड्रेनेज लाइन डालते समय हुए हादसे के लिए सचिन जीआईडीसी में विश्व प्रेम मिल में विश्व प्रेम के 10 कारीगर और अन्य मजदूर प्रभावित हुए। घटना की सूचना मिलते ही दमकल विभाग ने दौड़ना शुरू कर दिया। सभी घटना के बाद एक कैमिकल टैकर को ड्रेनेज लाइन डालते समय हुए हादसे के लिए सचिन जीआईडीसी के भीतर इलाज यानि एंटी-डॉट दें दिया जाए तो मरीजों को बचाया जा सकता है। यह जहरीला द्रव सांस लेने के बाद मस्तिष्क की मृत्यु का कारण बन सकता है। छह मौतों का ब्र

संपादकीय

सुरक्षा से समझौता

प्रधानमंत्री का काफिला अगर किसी पलाईओवर पर 15-20 मिनट के लिए रुक जाए, तो यह न सिर्फ चिंता की बात, बल्कि गंभीर लापरवाही का प्रदर्शन है। प्रधानमंत्री का कार्यक्रम पूर्व निर्धारित था, उर्वे फिरोजपुर में एक रैली को संबोधित करना था, लेकिन जब काफिला रुक गया, तो उन्हें लौटना पड़ा। विशेषज्ञ इसे सुरक्षा में भारी चूक मान रहे हैं। पंजाब पहले आतंकवादी की जमीन रह चुका है, अतः वहाँ विशिष्ट लोगों की सुरक्षा चाक-चौबंद होनी चाहिए। प्रधानमंत्री की सुरक्षा तो विशेष रूप से सुनिश्चित होनी चाहिए, लेकिन पंजाब में यह शायद सरकार के स्तर पर हुई बड़ी चूक है। कंद्रीय गृह मंत्रालय ने पंजाब सरकार से रिपोर्ट मार्गी है और राज्य सरकार ने भी तत्काल कदम उठाते हुए फिरोजपुर के एसएसपी को तत्काल प्रभाव से निलंबित कर दिया है। पंजाब सरकार को इस चूक की तह में जाना चाहिए। अगर यह चूक प्रशासन के स्तर पर हुई है, तो ऐसे लापरवाह अधिकारियों के लिए सेवा में कोई जगह नहीं होनी चाहिए और यदि इसके पीछे कोई सियासत है, तो इससे घृणित कुछ नहीं हो सकता। प्रदर्शनकारियों को पता था कि प्रधानमंत्री का काफिला गुजरने वाला है, लेकिन क्या यह बात सुरक्षा अधिकारियों को नहीं पता थी कि प्रधानमंत्री का रास्ता प्रदर्शनकारी रोकने वाले हैं? यह बात कर्तव्य छिपी नहीं है कि हम एक ऐसे देश में रहते हैं, जहाँ दुश्मन तत्वों की सक्रियता अक्सर सामने आती रहती है। ऐसे तत्वों के साथ अपराधी तत्वों का घालमेल हमें पहले भी मुसीबत में डाल चुका है। बेशक, इस देश के लोगों को प्रधानमंत्री से कुछ मांगने का पूरा हक है, लेकिन उनका रास्ता रोकने की हिमाकत किसी अपराध से कम नहीं है। गया वह जमाना, जब प्रधानमंत्री की लोगों के बीच सहज उपस्थिति संभव थी, अब पहले जैसा खतरा हम नहीं उठा सकते। क्या हमने एक प्रधानमंत्री और एक पूर्व प्रधानमंत्री को खोकर कुछ सीखा है? दिल्ली की सीमाओं पर महीनों तक बैठने और पंजाब में सीधे प्रधानमंत्री का रास्ता रोकने के बीच जमीन-आकाश का फासला है। अब इसमें शक नहीं कि राजनीति तेज हो

जाएगी, क्योंकि पंजाब में हुई इस चूक ने मौका दे दिया है। बताया जाता है कि प्रधानमंत्री ने भी इस चूक पर नाराजगी जताई है। अतः इस चूक को पूरी गंभीरता से लेते हुए पंजाब सरकार को सुनिश्चित करना चाहिए कि उस राज्य में रास्ता रोकने की राजनीति अपनी हादों में रहे। ऐसे रास्ता रोकने की दुष्प्रवृत्ति पर तत्काल प्रहार की जरूरत है, ताकि आगे के लिए एक मिसाल बन जाए। आशंका है कि ऐसे रास्ता रोकने वालों को किसी प्रकार की कार्रवाई से बचाने के लिए भी पंजाब में राजनीति होगी। कोई आश्वर्य नहीं, पंजाब के पूर्व मुख्यमंत्री अमरिंदर सिंह ने प्रधानमंत्री की सुझा में संधि की खबर के बाद वहां राष्ट्रपति शासन लगाने की मांग कर दी है। गंभीर राजनीतिको ठोस समाधान के बारे में सोचना व बताना चाहिए, राष्ट्रपति शासन समाधान नहीं है। यह दुखद है कि अपने देश में राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोप के बीच अक्सर समस्या जस की तस बनी रह जाती है। अपना तात्कालिक राजनीतिक मकसद हल करने के बाद नेता भी ऐसी मूलभूत चूक या समस्या को भुला देते हैं। इस बार ऐसा न हो, यह सुनिश्चित करने की जिम्मेदारी पंजाब सरकार और केंद्रीय गृह मंत्रालय की है। उम्मीद कीजिए, पूरा सच और समाधान सामने आएगा।



किसानी

जग्गी वासुदेव

भारत में 50 फीसद से ज्यादा जमीन पर खेती- होती है। इसका अर्थ ये है कि हम 50 फीसद से ज्यादा जमीन को लगातार जोत रहे हैं, बिना किसी विराम के। लेकिन यदि हम खेती में ज्यादा वैज्ञानिक प्रक्रिया लाएं, तो केवल 30 फीसद जमीन ही समस्त भारतीयों को खिलाने के लिए पर्याप्त है। यह संस्कृत खास तौर पर दक्षिण भारत में कर्नाटक में थी कि उन पेड़ों को वे अपने बेटों, बेटियों के नाम दे देते थे। जब एक बेटी के विवाह का अवसर आता था तो वे एक पेड़ का टालाते और उससे सारा खर्च निकल जाता था। अभी हम जिस ढंग से खेती कर रहे हैं वह पिछले 1000 साल से वैसा ही है, कुछ भी नहीं बदला। बाहर से दिखने वाले तमाम आधुनिक उपकरणों के बावजूद। ये बहुत ही अकुशल ढंग से की जा रही है। उदाहरण के लिए, भारत में 1 किंगाचावल उगाने के लिए 3500 लीटर पानी खर्च होता है। चीन में इससे आधे में काम चल जाता है और उनकी उत्पादकता हमारी उत्पादकता से दोगुनी है। हमें अपनी खेती में आधुनिक विज्ञान का ज्यादा उपयोग करना चाहिए। हमारे विश्वविद्यालयों में बहुत सारे वैज्ञानिक हैं, बहुत ज्ञान उपलब्ध है, बहुत तकनीकें हैं लेकिन वह खेती की जमीन तक नहीं पहुंच रहा। हमने अपने अभियान 'रैली फॉर रिरिवर्स' के दौरान तीन वियतनामी विशेषज्ञों को बुलाया था क्योंकि वियतनाम फलों का एक बड़ा निर्यातक देश है। जब हमने उनसे बात करनी शुरू की तो वे हम पर हंस रहे थे। उन्होंने कहा, '22 साल पहले, हम तीनों दिल्ली के एग्रीकल्चर कॉलेज में पढ़ते थे। हमने वहां से सब कुछ सीखा और वो सारी बातें हमनें अपनी जमीन पर आजमाई। आप के पास सब ज्ञान है पर आप लोग बस रिसर्च पेपर लिखते हैं और अंतर्राष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस में जाते हैं। आप वो चीजें जमीन पर नहीं करते। यहीं आप की समरया है।' उसने आंखें खोलने वाली सच्चाई से मुझे रुबरु करया था। इससे शायद ही कोई इंकार करे। यह त्रासदी है हमारे कृषि अनुसंधान क्षेत्र की। इसीलिए हम तमिलनाडु एग्रीकल्चर यूनिवर्सिटी और कोयम्बटूर के फारेस्ट कॉलेज के साथ मिल कर काम कर रहे हैं, जिससे हमारे विश्वविद्यालयों में उपलब्ध ज्ञान, तकनीकी जानकारी का इस्तेमाल खेती की जमीनों पर किया जा सके। इसके बेहतर रिजल्ट आने की उमीद है।

संपादकोत्तम

କ୍ରାନ୍ତି ସମୟ

उसका कार्य सर्व स्थीकृत होकर अनुकरणीय बन जाता है। - स्वामी विवेकानन्द

ओमीक्रॉन संकट के बीच चिंता बढ़ाता डेल्मिक्रॉन

(लेखक- योगेश कुमार गोयल)

दुनियाभर में जनवरी 2020 में शुरू हुआ कोरोना संक्रमण के प्रकार थमने का नाम ही नहीं ले रहा है। आए दिन सामने आते इसके विभिन्न रूपों से पूरी दुनिया चित्तित है। दक्षिण अफ्रीका से लेकर ब्रिटेन तक तबाही मचा रहे कोरोना के नए वेरिएंट 'ओमिक्रॉन' का प्रभाव अब भारत सहित दुनिया के तमाम हिस्सों में तेजी से बढ़ता जा रहा है। देश में ओमिक्रॉन से संक्रमितों की संख्या चंद दिनों में ही 1500 के पार पहुंच गई है और तमाम विशेषज्ञों द्वारा इसी वजह से फरवरी माह में तीसरी लहर की भविष्यवाणी की जा रही है। ओमिक्रॉन के निरन्तर बढ़ते खतरे के बीच अब कोरोना वायरस के नए वेरिएंट 'डेल्मिक्रॉन' पर बहस शुरू हो गई है। इस बहस के बीच चिंता बढ़ाने वाली बात यह है कि जहां अभी तक के अध्ययनों में पता चला है कि ओमिक्रॉन कोरोना के डेल्टा वेरिएंट से कई गुना अधिक संक्रामक होने के बावजूद ज्यादा खतरनाक नहीं है, वहीं वैज्ञानिकों के मुताबिक डेल्मिक्रॉन लोगों में कोरोना की गंभीर जटिलताओं का कारण बन सकता है। यूरोप तथा अमेरिका में कोरोना के बढ़ते मामलों के लिए डेल्मिक्रॉन को ही जिम्मेदार माना जा रहा है। यही कारण है कि भारत में भी इसे लेकर चिंता का माहौल बनने लगा है। भारत में डेल्मिक्रॉन शब्द का उल्लेख सबसे पहले महाराष्ट्र कोविड-19 टास्क फोर्स के अधिकारी डा. शशांक जोशी ने किया था। उन्होंने अपनी एक रिपोर्ट में बताया है कि यूरोप तथा अमेरिका में डेल्टा और ओमिक्रॉन के ट्रिवन स्पाइरस से उपर्युक्त डेल्मिक्रॉन ने लोगों के लिए मुसीबतें बढ़ा दी हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक कोरोना के ओमिक्रॉन और डेल्टा वैरिएंट का संयोजन है डेल्मिक्रॉन, जिसे कोरोना का 'सुपर रस्टेन' भी कहा जा रहा है हालांकि डेल्मिक्रॉन कोरोना का काई नया वेरिएंट या म्यूटेशन नहीं है बल्कि यह डेल्टा और ओमिक्रॉन, इन दोनों के प्रोटीन का एक संयोजन है और डेल्मिक्रॉन शब्द तभी उपयोग किया जा रहा है, जब कोई व्यक्ति कोरोना के डेल्टा और ओमिक्रॉन दोनों वेरिएंट से संक्रमित होता है। डेल्टा और ओमिक्रॉन संक्रमण एक साथ हो जाने की स्थिति को ही 'डेल्मिक्रॉन' नाम दिया गया है अर्थात् जब कोई व्यक्ति डेल्टा और ओमिक्रॉन दोनों से संक्रमित हो जाता है, तब उसे डेल्मिक्रॉन का संक्रमण कहते हैं। विशेषज्ञ मान रहे हैं कि डेल्टा और ओमिक्रॉन के मिलने से दुनिया के कई हिस्सों में एक नई लहर

आ सकती है। कोरोना के डेल्टा वेरिएंट के संक्रमण के कारण भारत में दूसरी लहर के दौरान लोगों में बहुत गंभीर स्वास्थ्य संबंधित जटिलताएं देखने को मिली थी जबकि ओमिक्रॉन को अभी तक क्षमता संक्रमण के वेरिएंट माना जा रहा है, इसीलिए विशेषज्ञों का कहना है कि दोनों वेरिएंट के संयोजन से बना डेल्मिक्रॉन गंभीर समस्याओं का कारण बन सकता है। विशेषज्ञों के मुताबिक कमजोर प्रतिरोधक क्षमता वाले व्यक्ति, बुजुर्ग तथा कोमर्सिडिटी (एक नियन्त्रित अधिक बीमारियों से ग्रसित) व्यक्ति डेल्टा और ओमिक्रॉन दोनों हैं वेरिएंट से एक साथ संक्रमित हो सकते हैं और ऐसे ही लोगों द्वारा अंदर इन दोनों वेरिएंट के वायरस मिलकर नया सुपर स्ट्रेंड डेल्मिक्रॉन बना रहे हैं। कोरोना वायरस स्पाइक प्रोटीन से ही मान शरीर की कोशिका में प्रवेश करने के रास्ते खोलता है और चूंकि डेल्मिक्रॉन में डेल्टा तथा ओमिक्रॉन के जुड़वां स्पाइक प्रोटीन हैं इसीलिए डेल्मिक्रॉन में कोरोना के इन दोनों वेरिएंट के स्पाइक प्रोटीन होने के कारण ही यह ज्यादा धातक असर दिखा रहा है अमेरिका के सेंटर्स फॉर डिजीज कट्रोल एंड प्रिवेशन के अनुसार नवम्बर माह तक अमेरिका के कुल कोरोना मामलों में 99 फीसदी के लिए डेल्टा वेरिएंट जिम्मेदार था लेकिन दिसंबर के तीसरे सप्ताह तक वहां कोरोना के 73 फीसदी से भी ज्यादा मामले ओमिक्रॉन द्वारा थे जबकि 27 फीसदी से कम डेल्टा के मामले थे। ब्रिटेन का ५ कुछ ऐसा ही हाल है, जहां ओमिक्रॉन के फैलते ही प्रतिदिन कोरोना के एक लाख से ज्यादा मामले सामने आ रहे हैं। ऐसे में विशेषज्ञों का मानना है अमेरिका तथा ब्रिटेन में कोरोना की तेज रफ्तार द्वारा पीछे डेल्टा या ओमिक्रॉन के बजाय डेल्टा और ओमिक्रॉन दोनों मिलकर बना सुपर स्ट्रेंड डेल्मिक्रॉन जिम्मेदार हो सकता है, जो डेल्टा संक्रमण से उत्तरने वाले व्यक्ति ओमिक्रॉन वेरिएंट से पुनर्जीवन करके संक्रमित हो जाए। हालांकि ऐसे संक्रमण को दुर्लभ माना गया लेकिन भीड़-भाड़ वाली जगहों के सम्पर्क में आने पर ऐसा संभव है। हालांकि कुछ विशेषज्ञ डेल्टा तथा ओमिक्रॉन के मिलने से सुपर स्ट्रेंड बनने की बात को लेकर सहमत नहीं हैं लेकिन कुछ शोधकर्ताओं का कहना है कि भले ही डेल्टा और ओमिक्रॉन का संयोजन होना दुर्लभ है लेकिन सही परिस्थितियां मिलने पर ऐसा संभव है। दक्षिण अफ्रीका से कई ऐसी रिपोर्टें सामने आई हैं, जिनमें कमजोर बताया गया है कि वहां कई ऐसे मामले सामने आए, जिनमें कमजोर

प्रतिरोधक क्षमता वाले लोगों में दोनों वैरिएंट होने की आशंका थी। यूनिवर्सिटी ऑफ न्यू साउथ वेल्स के महामारी विशेषज्ञ पीटर छाड़त भी सुपर स्ट्रेन की ऐसी संभावना को लेकर खेतावी दे चुके हैं। वहाँ, कोरोना वैक्सीन बनाने वाली कम्पनी 'मॉर्डन' के चीफ मेडिकल ऑफिसर डा. पॉल बर्टन का भी कहना है कि यह संभव है कि डेल्टा और ओमिक्रॉन दोनों वैरिएंट जीन की अदला-बदली करके एक नया खतरनाक वैरिएंट बना चुके हों। भारत में डेल्मिक्रॉन संक्रमण बढ़ने की आशंका को लेकर चिंता गहराने का कारण यह भी है क्योंकि ज्यादातर विशेषज्ञों का मानना है कि यदि यह सुपर स्ट्रेन दुनिया के अन्य हिस्सों में अपना असर दिखा रहा है तो यह भारत के लिए भी बड़ा खतरा हो सकता है। हालांकि अभी भी भारत में डेल्टा ही प्रमुख रूप से प्रभावी वैरिएंट है लेकिन ओमिक्रॉन धीरे-धीरे दुनिया के अन्य देशों की भाँति जिस प्रकार डेल्टा की जगह ले रहा है, उससे चिंता बढ़ना स्वाभाविक है। वैसे अभी इसकी भविष्यावाणी करना संभव नहीं है कि हमारे यहां डेल्टा तथा ओमिक्रॉन मिलकर सुपर स्ट्रेन 'डेल्मिक्रॉन' जैसा व्यवहार करेंगे या नहीं लेकिन दुनिया के अन्य देशों की स्थिति को देखते हुए इसका खतरा बरकरार है। जहाँ तक डेल्मिक्रॉन के प्रमुख लक्षणों की बात है तो इसके कोई विशेष लक्षण नहीं हैं। अभी तक डेल्टा और ओमिक्रॉन रोगियों में बुखार, खांसी, नाक बहना, सिरदर्द, गंध या स्वाद चले जाना सहित कुछ अन्य लक्षण देखे गए हैं और कुछ अध्ययनों में यह तथ्य सामने आया है कि डेल्मिक्रॉन का प्रभाव डेल्टा की तुलना में हल्का होता है, ऐसे में मौत का खतरा कम रहता है। हालांकि विशेषज्ञों का मानना है कि ऐसे इलाके, जहाँ वैक्सीनेशन कम हुआ है, वहाँ के लोगों पर डेल्मिक्रॉन कहर बरपा सकता है। वैसे ओमिक्रॉन की संक्रामकता कम करने में कोरोना वैक्सीन कितनी कारगर है, इसे लेकर अध्ययन किए जा रहे हैं, उसी आधार पर पता चलेगा कि डेल्टा और ओमिक्रॉन के संयोजन से वैक्सीन किस हद तक सुरक्षा दे सकती है। डेल्मिक्रॉन के प्रभावों को लेकर विस्तृत जानकारी आने वाले दिनों में इस पर किए जा रहे अध्ययनों के निष्कर्षों के आधार पर ही आएगी लेकिन फिलहाल तो तमाम विशेषज्ञों का यही कहना है कि वैक्सीनेशन इससे बचाव का प्रमुख हथियार है। इसके अलावा इसकी चपेट में आने से बचने के लिए कोविड-उपयुक्त व्यवहार जैसे मास्क पहनना, सोशल डिस्टेंसिंग और अनावश्यक भीड़ से बचना जरूरी है।

ਭ੍ਰਮ ਵ ਦੋਹਦੇਪਨ ਕੇ ਬੀਚ ਫਿਰ ਕੋਈਨਾ ਕੀ ਦਹਸਤ

(लेखिका- निर्मल रानी)

स्वरास्थ दैज़ानिकों व विशेषज्ञों के अनुसार कोरोना कार्ड तीसरी लहर विश्वव्यापी स्तर पर आ चुकी है। अमेरिका जैसे साधन व सुविधा संपत्र देश में एक ही दिन में दस लाख रुपये अधिक के दर से कोरोना के नये मामले सामने आने लगे हैं। इसके विश्वव्यापी प्रसार को नियंत्रित करने हेतु पूरे विश्व कर्म अब तक हजारों उड़ानें स्थगित की जा चुकी हैं। भारत में भी कोरोना व ओमिक्रोन के तेज़ी से बढ़ते प्रभाव के मद्देनज़र आवश्यकतानुसार राज्य स्तर पर अलग अलग तरह के फ़ैसले लिये जा रहे हैं। भारत में गत एक सप्ताह में लगभग तीन गुना तेज़ी से संक्रमण फैल रहा है। सरकार व प्रशासन द्वारा एक बार फिर जनता को कोरोना गार्ड लाइंस का सख़्ती से पालन करने की चेतावनी दी जा रही है। इनमें वर्हां दो गज़ की दूरी-मास्क है ज़रूरी का सबसे अधिक पार पढ़ाया जा रहा है। कई जगहों से तो यह ख़बरें कोरोना कार्ड प्रथम व द्वितीय लहर में भी आई थीं और फिर आने लगी हैं कि मास्क न लगाने पर आम लोगों से जुर्माना वसूला जा रहा है। परन्तु मास्क लगाने अथवा न लगाने को लेकर अभी भी आप लोगों में भ्रम बना दुआ है। तमाम लोग मास्क लगाने असहज महसूस करते हैं। ख़ासकर सांस फूलने व दमा जैसे मर्ज़ के लोगों के लिये तो मास्क लगा पाना बिल्कुल ही संभव नहीं हो पाता। तमाम स्वरास्थ लोग भी मास्क लगाने की थोरी को पचा नहीं पाते। यहाँ तक कि डॉक्टर्स का भी एक वग़ैरह ऐसा है जो मास्क लगाकर कोरोना से बचाव करने जैसे थोरी से सहमत नहीं है। उनका मानना है कि मास्क लगाना बाला व्यक्ति सॉस द्वारा अपनी ही छोटी गधी कार्बन डाइऑक्साइड का 30 से 40 प्रतिशत भाग सांस लेने के साथ-

સ્ટૂ-ડોક્યુ નવતાલ -2012								
2	5				3			9
		6	5				7	1
1		9			8		2	
	7		3			1		
6			9		5		3	
		4			7		8	
	2		7			9		8
9	4				6	2		
7			2				4	3

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

प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं। इनका क्रमवार होना आवश्यक नहीं है। आड़ी और खट्टी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो।

वापस खींच लेता है। तो क्या यही वजह है कि हमारे देश में प्रायः प्रधानमंत्री सहित अनेक 'आर्द्ध पुरुष' बिना मास्क लगाये बड़े से बड़े आयोजन की शोभा बढ़ाते देखे जा सकते हैं? पिछले दिनों शिव सेना के सांसद संजय राऊत नाशिक वें एक सर्वजनिक कार्यक्रम में जब बिना मास्क लगाये दिखाया दिये तो मीडिया ने उनसे मास्क न लगाने की वजह पूछी। उन्होंने साफ तौर पर कहा कि 'मैं पी एम मोदी को फॉलॉन करता हूँ।' राऊत ने यह भी कहा कि पी एम दूसरों से तो मास्क लगाने को कहते हैं परन्तु वे स्वयं मास्क नहीं लगाते। इस भ्रमपूर्ण स्थिति में यहाँ यह सवाल ज़रूरी है कि जब एक सांसद प्रधानमंत्री का हवाला देकर अपने मास्क न पहनने का न्यायोचित बताता हो ऐसे में केवल आम जनता को ही मास्क लगाने के लिये बाध्य करना यहाँ तक कि मास्क न लगाने वालों से जुर्माना तक वसूल करना भ्रम के साथ साथ साथ सरकार व प्रशासन की दोहरेपन की नीति का परिणाम है यह नहीं? इसी प्रकार देश में बड़े बड़े धार्मिक सामिजिक व राजनैतिक आयोजन हो रहे हैं। समुदाय विशेष तथा गाँधी की गरियाने वाले कार्यक्रमों को 'शायद' अति आवश्यक समझकर आयोजित किया जा रहा है। उत्तर प्रदेश, पंजाब, उत्तराखण्ड, गोवा व मणिपुर जैसे चुनावी राज्यों में संभवतः दस जनवरी तक चुनाव की तारीख भी घोषित हो जायेगी। निश्चित रूप से चुनाव तिथि घोषित होन के बाद इन राज्यों में चुनावी गहमागहमी और अधिक बढ़ जाएगी। इसीलिये जनता भ्रमित भी है और सरकार के दोहरेपन की भी देख व समझ रही है जब विभिन्न राज्यों में कहीं रात का कपर्यूट लग चुका है तो कहीं वीकेन्ड कपर्यूट लग चुका है कहीं मॉल, शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, बाजार जिम, पार्क आदि या तो बैंक करवा दिए गये हैं या कहीं आशिक रूप से बंद कराये जा रहे हैं।

बायें से दायें:-		फिल्म वर्ग पहेली-2012				
1. 'ये दिल तुम बिन कहाँ लगता नहीं' गीत वाली फिल्म-3	टंडन की 'जीती थी जिसके लिए' गीतवाली फिल्म-4	1	2	3	4	5
3. अमिताभ, माला सिन्हा की फिल्म-3	17. 'आज मदहोश हुआ जाये रे' गीत वाली शशिकपूर, राखी की फिल्म-3		6		7	
5. फिल्म 'संचासी' में मोज कुमार के साथ नायिका कौन थी? -2	18. दिलोप कुमार, रेखा, अरशद वारसी, ममता कुलकर्णी की फिल्म-2	8		9		10 11
6. गोविंदा, रवीन की 'सासजी थारो लल्ला' गीत वाली फिल्म-3	19. 'लड़की दीवानी देखो लड़का दीवाना' गीत वाली फिल्म-2		12		13	
7. 'जाने कैसे बीरेंगी ये बरसते' गीत वाली शशि कपूर, रेखा, राखी की फिल्म-3	20. मोज कुमार, बबीता की 'वो परी कहाँ से लाऊं गीत वाली फिल्म-4	14		15		16
8. 'आजा ये माही तेरा रस्ता' गीत वाली फिल्म-2	22. 'ये शाम की तन्हाइयाँ' गीत वाली राज कपूर, नर्सिंह की फिल्म-2		17			18
9. 'जब लिया हाथ में हाथ' गीत वाली राजेंद्र कुमार, गीता वाली की फिल्म-3	26. 'तेरे इश्क का मुझ पे हुआ ये असर है' गीत वाली फिल्म-3	22		23		24
10. फिल्म 'रोजा' में अरविंद स्वामी की नायिका कौन थी? -2	27. 'दुनिया का मेला मेले में लड़की' गीत वाली धर्मेन्द्र, हेमा की फिल्म-2, 2	25	26		27	28
12. फिल्म 'हम तुम' में सैफ अली के साथ नायिका कौन थी? -2	29. मिथुन, आदित्य पंचोली, रेखा, डिपल, मदाकिनी की 'हर मर्द की तीन कमज़ोरियाँ' गीत वाली फिल्म-3	29		30		
14. 'जो उनकी तमना है बरबाद हो जा' गीत वाली संजय, साधना की फिल्म-4	30. फिल्म 'पथर के सनम' में वहींदा रघुमान के साथ नायक कौन था? -3					
15. अजय देवगन, रवीना						
फिल्म वर्ग पहेली-2011		उपर से नीचे:-				
बाँ बी बा फा गु न स	डं ते जा ब इडी क्रो ध	1. अजय देवगन, आमिर खान, काजोल, जुही चावला की 'नीट चुराइ मेरी' गीत वाली फिल्म-2				
र वि र च ना कै ना	द ग प जा न म	2. 'गुच्छे लगे हैं कहने' गीत वाली मिथुन चक्रवर्ती, रजीत की फिल्म-3				
भा इ ध न वा न म दं	भी क म सु दा ता	3. फिल्म 'करीबी' के गीत 'चुरा लो न दिल मेरा' की गायिका-4				
गै वी रु सौ दा दे	गै वी रु सौ दा दे	4. सुनील दत्त, साधना की 'मैंने देखा था सपनों में' गीत वाली फिल्म-3				
आ र पा र दा म स	वा कि चि ग ग हि	5. 'चाहे पंडित हो चाहे काजी हो' गीत वाली कमल हासन, शाहरुख खान, रानी की फिल्म-1, 2				
वा कि चि ग ग हि	गु म जा ने र ह म न	8. सनील देओल, तब्बू, सिल्वा शेट्टी की 'साथिया बिन तेरे दिल' गीत वाली फिल्म-3				
		11. मिथुन चक्रवर्ती, रजीत, राजीव की दुलाल गुहा निर्देशिका एक सर्सेमें फिल्म-2				
		12. 'तेरा चेहरा न देखूं अगर' गीत वाली जैकी श्रौफ, दीपि भट्टनगर, मनोषा कोइराला की फिल्म-4				
		13. राज बब्बर, राजीव कपूर, डिपल कपाडिया की 'कल लोगों पालतू करते' गीत वाली मिथुन चक्रवर्ती, मंदिर की फिल्म-2				
		14. 'बाराना दे बाराना' गीत वाली अक्षय कुमार, शिल्पा शेट्टी की फिल्म-3				
		15. फिल्म 'जागेन' में नर्सिंह के साथ नायक कौन-3				
		16. बिनोद खाना, डिपल की 'झुठे नैना बोले सांची बातियाँ' गीत वाली फिल्म-3				
		19. 'न झटके जुलकसे पानी' गीत वाली विश्वाजीत, राजश्री अभिनीत फिल्म-4				
		21. बॉबी देओल, अक्षय खाना, अमीषा परेल की 'दिल ने कर लिया ऐतबार' गीत वाली फिल्म-4				
		23. 'खुदा करे मोहब्बत में' गीत वाली फिल्म-3				
		24. 'अंग ब्या हाथ-द-वफा होते हैं' गीत वाली सनील देओल, अमृता सिंह की फिल्म-2				
		25. मोजो वाजपेयी, रवीना टंडन की 'भैया मेरे पापा को गुस्सा' गीत वाली फिल्म-2				
		28. 'तू मेरी जंगल की' गीत वाली मिथुन चक्रवर्ती, मंदिर की फिल्म-2				

۱۸۳

- न, काजोल, जूही चावला
तो याती फिल्म-2
वाली मिथुन चक्रवर्ती,

चुरा लो न दिल मेरा'
मैंने देखा था सपरों में

जी हो' गीत वाली कमल
गानी की फिल्म-1,2
या शेठी की 'साधिया बिन
लम्ब-3

या तो याती की दुलाल गुहा
लम्ब-2

'गीत वाली जैकी श्रौफ
कोइलाला की फिल्म-4
या, डिंपल कपाडिया की
फिल्म-5 'मीरी ताजी मिस्टिक-2

14. 'बाराना दे बाराना' गीत वाली अक्षय कुमार,
शिल्प शेट्टी की फिल्म-3
15. फिल्म 'जोगन' में नर्गिस के साथ नायक
जॉन-3
16. विंगेट खरा, डिंपल की 'झूटे नैना बोले सांची
बतिया' गीत वाली फिल्म-3
19. 'न इटको जुलक्से मैं' गीत वाली
विष्णुजीत, राजश्री अभिनेता फिल्म-4
21. बॉवी देओल, अक्षय खरा, अमीरा पटेल की
'दिल ने कर लिया ऐतबार' गीत वाली
फिल्म-4
23. 'खुदा करे मोहब्बत में' गीत वाली फिल्म-3
24. 'ओर त्वा अहद-ए-वका होते हैं' गीत वाली
सनी देओल, अमरता सिंह की फिल्म-2
25. मनोज बाजपेयी, रवीना टंडन की 'ध्या मेरे
पापा को गुस्सा' गीत वाली फिल्म-2
28. 'तु मरोनी जंगल की' गीत वाली मिथुन
चक्रवर्ती पंसंगीत की फिल्म-2



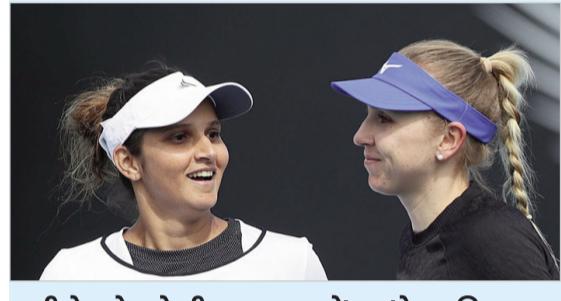
हालात नियंत्रण में आते ही घरेलू टूर्नामेंटों को आयोजित किया जाएगा : गांगुली



मुवई (एंजेसी)। भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) अध्यक्ष सौरव

गांगुली ने सभी राज्य इकाईयों को लिखा है कि कोविड-19 के हालात नियंत्रण में आते ही घरेलू क्रिकेट कार्यक्रमों को शुरू किया जाएगा। गांगुली ने कहा कि देश भर में कोविड-19 संक्रमण के मामले बढ़ने के कारण बीसीसीआई मजबूत राज्यी ट्राफी कुछ बड़े टूर्नामेंट को स्थगित करना पड़ा है। राज्यी ट्राफी इस महीने के अंत में शुरू होगी थी। गांगुली ने राज्य संघों को लिखे एक पत्र में कहा, “आप इस बात को जानते ही हैं कि हमें कोविड-

19 हालात के खराब होने के कारण हमें मौजूदा घरेलू सत्र को रोकना पड़ा है।” राज्यी ट्राफी और सिवेन नायुदू ट्राफी इस महीने शुरू होनी थी जबकि सिवेन अधिकार करना चाहोगा कि जैसे ही कोविड-19 हालात नियंत्रण में आते हैं, बोर्ड घरेलू सत्र को दोबारा शुरू करने के लिये सबकुछ करेगा।” गांगुली ने कहा कि, “हम इस सत्र के बचे हुए टूर्नामेंट आयोजित करने के लिए पूरी तरस से प्रतिबद्ध हैं। इसी लिए बोर्ड घरेलू सत्र को चलाने से संबंधित अन्य लोगों के स्वास्थ्य के लिये खतरा पैदा हो गया था, इसी कारण इन्हें स्थगित किया गया है।



एडीलेड के सेमीफाइनल में पहुंचे सानिया और नाडिया

एडीलेड (एंजेसी)।

भारत की महिला टेनिस स्टार सानिया मिजां और उनकी जोड़दार उक्फेन की नाडिया की चेनोक, एडीलेड इंटरनेशनल डब्ल्यूटीए टेनिस टूर्नामेंट के महिला युगल के सेमीफाइनल में पहुंच गये हैं। सानिया और नाडिया ने क्रार्टर फाइनल में हुए एक संघर्षपूर्ण मुकाबले में अमेरिका की शेल्सी रोजस्ट और ब्रिटेन की हीथर वाटसन को 6-0 1-6 10-5 से हराया। यह मुकाबला करीब 55 मिनट तक चला। अब सानिया-नाडिया की जोड़ी का मुकाबला सेमीफाइनल में ऐस्ले बाटी और स्टोर्म सैंडस्ट की जोड़ी से होगा। सानिया ने अपने पहले दौर के मुकाबले में गीविलान बल्लेबाजी और गियर्लियना आमोस की जोड़ी को 1-6 6-3 10-8 से हराया था। एडीलेड टूर्नामेंट से खिलाड़ियों को साल के पहले ग्रैंडस्ट्रॉप और स्ट्रीलियाई ओपन से पहले अपनी तैयारियों के अंकलन का भी अवसर मिला है। ऑस्ट्रेलियाई ओपन 17 जनवरी से शुरू होंगे।

ख्वाजा ने वापसी पर लगाया शतक, ऑस्ट्रेलिया ने 416 रनों पर घोषित की पारी

सिडनी (एंजेसी)।

उमसान ख्वाजा के शानदार शतक से ऑस्ट्रेलिया ने इंग्लैंड के खिलाक सिडनी में जारी एशेज सीरीज के दूसरे दिन अपनी पहली पारी आठ बदलत पर 416 रनों पर घोषित कर दी। इसके बाद बल्लेबाजी करते हुए 60 गेंद में 34 रन बनाए। उन्होंने टीम इंग्लैंड ने दूसरे दिन का खेल समाप्त होने के समय तक बिना बिकेट के छोड़ दिया ने दूसरे दिन के लिए 67 रन बनाए। इससे पहले सबूह ऑस्ट्रेलिया ने दूसरे दिन के 13 रन बना लिए थे। हस्पी बीमार 2 और जारी 2 रनों पर खेल रहे थे। ऑस्ट्रेलिया की ओर गेंदबाजों ने जमकर पीटा। ख्वाजा और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे बल्लेबाज ख्वाजा ने 137 रन की

अच्छी पारी खेली। इसी के साथ ख्वाजा ने अपने करियर का 9वां और सिडनी में दूसरा शतक लगाया है। ख्वाजा के अलावा अनुभवी बल्लेबाज स्टीव स्मिथ ने भी 67 रन बनाए हैं। इनके बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी आठ बदलत पर 416 रनों पर घोषित कर दी। इसके बाद बल्लेबाजी करते हुए 60 गेंद में 34 रन बनाए। उन्होंने टीम इंग्लैंड ने दूसरे दिन का खेल समाप्त होने के समय तक बिना बिकेट के छोड़ दिया ने दूसरे दिन के लिए 67 रन बनाए। इससे पहले सबूह ऑस्ट्रेलिया ने दूसरे दिन के 13 रन बना लिए थे। हस्पी बीमार 2 और जारी 2 रनों पर खेल रहे थे। ऑस्ट्रेलिया की ओर गेंदबाजों ने जमकर पीटा। ख्वाजा और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे बल्लेबाज ख्वाजा ने 137 रन की



स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया। ख्वाजा के अलावा अनुभवी बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स केरी के साथ 43 और फिर पैट एमिस के साथ 46 रन की पारी घोषित कर दी। इंग्लैंड की ओर से स्टुअर्ट ब्रॉड ने सबसे अधिक 5 विकेट लिए। ब्रॉड के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और जो रूट ने भी एक-एक विकेट लिया। ख्वाजा के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। उसका कोर्नर ने 393 रन के स्ट्रोक पर खेल रहा था। ऑस्ट्रेलिया की ओर गेंदबाजों ने जमकर पीटा। ख्वाजा और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन 263 गेंद में 115

रन बनाए। इसी दौरान स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया।

232 रन के स्ट्रोक पर खेल रहे थे।

ख्वाजा ने अपना अर्धशतक करने के बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स केरी के साथ 43 और फिर पैट एमिस के साथ 46 रन की पारी घोषित कर दी। इंग्लैंड की ओर से स्टुअर्ट ब्रॉड ने सबसे अधिक 5 विकेट लिए। ब्रॉड के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और जो रूट ने भी एक-एक विकेट लिया। ख्वाजा के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन 263 गेंद में 115

रन बनाए। इसी दौरान स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया।

232 रन के स्ट्रोक पर खेल रहे थे।

ख्वाजा ने अपना अर्धशतक करने के बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स केरी के साथ 43 और फिर पैट एमिस के साथ 46 रन की पारी घोषित कर दी। इंग्लैंड की ओर से स्टुअर्ट ब्रॉड ने सबसे अधिक 5 विकेट लिए। ब्रॉड के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और जो रूट ने भी एक-एक विकेट लिया। ख्वाजा के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन 263 गेंद में 115

रन बनाए। इसी दौरान स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया।

232 रन के स्ट्रोक पर खेल रहे थे।

ख्वाजा ने अपना अर्धशतक करने के बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स केरी के साथ 43 और फिर पैट एमिस के साथ 46 रन की पारी घोषित कर दी। इंग्लैंड की ओर से स्टुअर्ट ब्रॉड ने सबसे अधिक 5 विकेट लिए। ब्रॉड के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और जो रूट ने भी एक-एक विकेट लिया। ख्वाजा के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन 263 गेंद में 115

रन बनाए। इसी दौरान स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया।

232 रन के स्ट्रोक पर खेल रहे थे।

ख्वाजा ने अपना अर्धशतक करने के बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स केरी के साथ 43 और फिर पैट एमिस के साथ 46 रन की पारी घोषित कर दी। इंग्लैंड की ओर से स्टुअर्ट ब्रॉड ने सबसे अधिक 5 विकेट लिए। ब्रॉड के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और जो रूट ने भी एक-एक विकेट लिया। ख्वाजा के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन 263 गेंद में 115

रन बनाए। इसी दौरान स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया।

232 रन के स्ट्रोक पर खेल रहे थे।

ख्वाजा ने अपना अर्धशतक करने के बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स केरी के साथ 43 और फिर पैट एमिस के साथ 46 रन की पारी घोषित कर दी। इंग्लैंड की ओर से स्टुअर्ट ब्रॉड ने सबसे अधिक 5 विकेट लिए। ब्रॉड के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और जो रूट ने भी एक-एक विकेट लिया। ख्वाजा के अलावा जेम्स एंडरसन, मार्क बुड और स्मिथ की जोड़ी ने चौथे विकेट के दूसरे दिन 263 गेंद में 115

रन बनाए। इसी दौरान स्मिथ ने अपना अर्धशतक पूरा किया।

232 रन के स्ट्रोक पर खेल रहे थे।

ख्वाजा ने अपना अर्धशतक करने के बाद बल्लेबाजी के निचले क्रम के बल्लेबाजों ने बिल्ड स्ट्रक्चर के दूसरे दिन अपनी पहली पारी में दूसरा शतक लगाया। ख्वाजा ने पहले एलेक्स क

शर्करा आंखों की कैसे करें सुरक्षा

आधुनिकता के बढ़ते दौर के कारण
आज रोज-मरा की जिंदगी में कई
मरीजों ने जगह बना ली है और इन
सबमें सबसे आम है कम्प्यूटर।
आज अधिकांश लोग दिन के 24
घंटों में से 10-12 घंटे कम्प्यूटर के
सामने ही बिता रहे हैं।

दिनभर ऑफिस में काम करते हुए तो कम्प्यूटर रुकाव की आंखों के सामने रहती ही है और घर में इसका स्थान टीवी ले लेती है। ऑफिस जाने वाले लोगों में तो मजबूरी है कि उन्हें इन्हें इन्हें समय कम्प्यूटर पर काम करना पड़ता है क्योंकि आज अधिकांश कारबोलीयों में बिना कम्प्यूटर के काम ही नहीं होता, लेकिन स्क्रूल, कॉलेज जाने वाले विद्यार्थियों के लिए तो यह इन्हाँ अहम हो गया है कि इसके बिना वे अपने आप को असहाय हमस्फूर करने लगते हैं। अगर वे कम्प्यूटर से हटते तो मोबाइल में लग जाते।

स्वाधीनिक सी बात है कि इन्हाँ समय कम्प्यूटर, टीवी, मोबाइल के सामने बिताना आपकी आंखों के लिए अच्छा नहीं है। आपकी आंखों पर इसका बुरा असर पड़ना लाभमी है। लेकिन अपनी आदतों में सुधार कर आप आंखों को इसके प्रभावों से बचा सकते हैं। नीचे दिए कुछ उपयोगी टिप्पण अपनाएं और आंखों को स्वस्थ रखें।

► आपकी आंखों की सेहत के लिए जरूरी है कि आपके कम्प्यूटर की जमावट सही हो। मॉनीटर, कॉम्प्यूटर का सही जगह होना बेहतु जरूरी है। व्याधि रहे मॉनीटर की आपकी आंखों से दूरी एक हाथ बरकरार हो और वह आंखों के लेवल से 20 डिग्री नीचे हो। कीबोर्ड भी ऐसी जगह होना जाहिं जहां आपको टाइप

करने में कोई भी दुश्खिया न हो।

► आप जहां बैठे हैं उस कमरे का प्रकाश फैला हुआ होना चाहिए। आपके सिस्टम पर प्रकाश सीधे नहीं पड़ना चाहिए। अपने सिस्टम के कलर, कॉटास और ब्राइटनेस को अपने अनुसार सेट करें जो आपकी आंखों के लिए सहज हो।

► आप अपने चश्मे के लिए लेस पर एंटी-रिफलेक्टिव पर्ट लगावा सकते हैं जो आपकी आंखों को कम्प्यूटर से निकलने वाली हानिकारक किरणों से बचाएगा। इसके अलावा आप आंखों के डाक्टर से कस्टम कर एक खास चश्मा बनाए सकते हैं जो विशेषकर उन लोगों के लिए बनाया जाता है जो कम्प्यूटर पर काम करते हैं तो एक मिनिट में सिर्फ 5 बार ही पलते जाएं जाएं।

► हमेशा 20-20-20 नियम वाले रखें। इन तीन स्टेप्स को अपनाकर आप आंखों की हिपोजात बचायी कर सकते हैं।

● कम्प्यूटर पर काम करते हुए हर 20 मिनिट बाद अपने सिर को बुझाएं और ऐसी किसी वस्तु पर नजर डालें जो कम से कम आप से 20 फीट दूर हो। ऐसा करने से आपकी आंखों की फोकस दूरी बदलनी जो आंखों को स्वस्थ रखने में मदद करेगी।

● छोटा-सा ब्रेक लें और उसमें अपनी पलकों को लगातार 20 बार छापकाए। ऐसा करने से आंखों की नमी बरकरार रहेगी।

● एक ही पोजीशन में बैठे रहने से अच्छा है कि आप हर 20 मिनिट में उड़कर 20 कदम चलें। ऐसा करना आपकी आंखों के साथ-साथ पूरे शरीर

के लिए लाभप्रद है। इससे आपके पूरे शरीर में रक्त का प्रवाह आसानी से होगा।

अन्यथा एक ही जगह बैठे रहने से रक्त प्रवाह में रुकावट आ जाती है।

► हम औसतन एक मिनिट में 12 बार पलक झापकाते हैं, लेकिन क्या आपको पता है जब हम कम्प्यूटर पर काम करते हैं तो एक मिनिट में सिर्फ 5 बार ही पलते जाएं जाएं।

► जिस कारण हमारी आंखों की नमी कम हो जाती है। और यही कमी हमारी असहजता का कारण बन जाती है। इससे बचने के लिए जरूरी है कि आप पलक झापकाना न भूलें और आंखों को नम बनाए रखने के लिए जेल या कृत्रिम अंसुओं का उपयोग करें।

► काम करते समय हमेशा तनकर बैठे ताकि आपका मेरुदंड सीधा रहे। अपनी हथेलिया आपस में तब तक रगड़े जब तक कि वे थोड़ी गर्म न हों। हथेलियों की यह गर्माईट आपकी थकी हुई आंखों को आराम पहुंचाएगी। अपनी इन गर्म हथेलियों को हल्के से आंखों पर रखें और 60 सेकेण्ट तक आराम करें। अपने माने में ये 60 सेकेण्ट गिनें और जब भी आपकी आंखे थक जाएं तब कम से कम दो से तीन बार इस एक्सरसाइज को करें।

► ब्रेक के दौरान अपने चेहरे और आंखों को सारे पानी से धोएं। ऐसा करने से आप फेफड़ करेंगे।

► सुबह ऑफिस अने से पहले उपयोग किए गए दो टी-बैग्स फिज में रखना न भूलें और जब आप घर जाएं तो इन टी-बैग्स को आंखों पर कुछ मिनिटों के लिए रखें। यह आपकी थकी हुई आंखों को आराम देने के साथ-साथ उनकी सूजन भी कम करेगा।

► आंखों को स्वस्थ रखने के लिए जरूरी है उचित खान-पान। अपने रोजाना के खाने में विटामिन ए, सी और ई से भरपूर खाद्य पदार्थों को शामिल करें। हरी पत्तेदार सब्जियां, टमाटर, किनारे और दुध उत्पादों को आप अपने आहार में शामिल करें। अगर आप अपनी आंखों को स्वस्थ रखना चाहते हैं तो इन टिप्पण को अपनाने के साथ-साथ समय-समय पर आंखों की जांच करना न भूलें।



सर्द मौसम में महिलाएं रखें सावधानी

बदलते मौसम का अर्थ देंगे बीमारियों को बलावा। ऐसे में महिलाओं को संबंधी परेशानियों का सामना करना पड़ता है। बीमारी उड़ें जब तक पूरी तरह से न पड़े ले, वे चिकित्सक के पास जाना पसंद नहीं करती है। लापवाही के कारण कभी-कभी बीमारियों की जाती है कि इलाज असंभव हो जाता है। पहले महिलाएं अज्ञानता के चलते ऐसा करती थीं। आज महिलाएं शक्तिशाली और समझदार हैं, लेकिन आज भी सिर्फ ध्यान न देने की बजह से बीमारियों ने गंभीर रूप ले ली है। महिलाओं को चाहिए कि अपनी सेहत की विशेष ध्यान रखें और समय-समय पर डॉक्टर परामर्श लेते रहें। * व्यायाम को अपनी पसंद का म्यूजिक सुनना बहुत जरूरी होता है। इससे मन प्रसन्न होता है, और शरीर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। * खाने में हरी सब्जी, फल, सलाद और जूस का नियमित सेवन करें। तेल-धूप की ज्यादा उपयोग न करें। महिलाएं एक गिलास दूध प्रतिदिन पिए। कैलिश्यम और सोयायुक खाद्य पदार्थों का सेवन करें। * बदलते मौसम में मॉइश्यूराइजर का ज्यादा प्रकाशन के लिए एक्सरसाइज आदि। * व्यायाम करना समय अपनी पसंद का म्यूजिक सुनना बहुत जरूरी होता है। इससे मन प्रसन्न होता है, और शरीर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।

* जो भी कार्बो-हाई की जांच आंखों के लिए दूरी की जाए, उसके बारे में आंखों की जांच आंखों के लिए दूरी की जाए।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* सीधे आंखों के लिए दूरी की जांच आंखों के लिए दूरी की जाए।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

* जो भी खाने-पीने का दौर ही नहीं, जाड़े की जिरुन भी घातक साबित होती है।

सार समाचार

उत्तर कोरिया ने हाइपरसोनिक मिसाइल का परीक्षण, अमेरिका और द.कोरियाई ने जाहिर की चिंता

प्रयोगें। उत्तर कोरिया ने हाइपरसोनिक मिसाइल का परीक्षण किया है रिपोर्ट के मुताबिक यह परीक्षण बुधवार, 5 जनवरी को किया गया मिसाइल ने सफलतापूर्वक 700 किलोमीटर दूर अपने लक्ष्य पर निशाना लगाया। रिपोर्ट के मुताबिक, वीरे साल अवृद्ध के बाद उत्तर कोरिया ने पहला मिसाइल परीक्षण किया है। अमेरिका, दक्षिण कोरिया, जापान ने भी इसकी पुष्टि कर उत्तर कोरिया की आलोचना भी की है। वैसे, उत्तर कोरिया ने पहली बार वीरे साल सितंबर में हाइपरसोनिक मिसाइल का परीक्षण किया था। परीक्षण के साथ ही वह ये क्षमता हासिल करने वाले दुनिया के चुनिंदे देशों में शामिल हो गया था हालांकि उत्तर कोरिया के आकामक परमाणु और मिसाइल कार्यक्रम की पूरी दुनिया में आलोचना भी होती रही है। हाइपरसोनिक मिसाइल की रफ़ात आजां से 5 युना ज्यादा है वीरे साल देश में व्यापक दूसरे के कान तक पहुंचे, उसके एक-दोषीदंश से भी कम समय में पहुंच सकती है। इसकी रकम करो 6,200 किलोमीटर प्रतिघंटा है। यानी, नई दिल्ली से न्यूयॉर्क की लागभग 11,747 किलोमीटर की दूरी 2 घंटे से कम में नाप सकती है। इसके एक और खासियत ये है कि यह बैठक कम ऊर्जा पर उड़ान भर सकती है। इस परीक्षण के जरिए परख दिया गया है कि ये मिसाइल तेज ठंड के मौसम भी सफलतापूर्वक दारी जा सकती है। वरिष्ठज्ञ कहते हैं, 3. कोरिया ने हाइपरसोनिक मिसाइल की उपयोगिता को अचूक तरह समझ लिया है। अमेरिका और दक्षिण कोरिया जैसे देशों के पास मौजूद मिसाइल डिफेंस प्रारंभिकों का मुकाबले करने के लिए जाहज से उत्तर कोरिया के लिए हाइपरसोनिक मिसाइल-सिस्टम बहुत काम आने वाला है। वह इस दूसरे दो साल की हाइपरसोनिक मिसाइल-सिस्टम बहुत काम आने वाला है। जिसका परीक्षण वीरे साल सितंबर में किया था। जिसका परीक्षण अभी बुधवार, 5 जनवरी को हुआ है नई मिसाइल छालोंग-8 का ही उत्तरा बुधवार हुआ सरकरण है।

अमेरिका के फिलाडेलिफ्ट्या में मकान में लगी भीषण आग, आठ बच्चों समेत 12 लोगों की मौत

फिलाडेलिफ्ट्या (अमेरिका)। अमेरिका के फिलाडेलिफ्ट्या में दो मजिला मकान में लगी आग में अब बच्चे समेत 12 लोगों की मौत हो गई। दमकल अधिकारियों ने यह हाइपरसोनिक मिसाइल की रफ़ात आजां से 5 युना ज्यादा है वीरे साल देश में व्यापक दूसरे के कान तक पहुंचे, उसके एक-दोषीदंश से भी कम समय में पहुंच सकती है। इसकी रकम 6,200 किलोमीटर प्रतिघंटा है। यानी, नई दिल्ली से न्यूयॉर्क की लागभग 11,747 किलोमीटर की दूरी 2 घंटे से कम में नाप सकती है। इसके एक और खासियत ये है कि यह बैठक कम ऊर्जा पर उड़ान भर सकती है। इस परीक्षण के जरिए परख दिया गया है कि ये मिसाइल तेज ठंड के मौसम भी सफलतापूर्वक दारी जा सकती है। वरिष्ठज्ञ कहते हैं, 3. कोरिया ने हाइपरसोनिक मिसाइल की उपयोगिता को अचूक तरह समझ लिया है। अमेरिका और दक्षिण कोरिया जैसे देशों के पास मौजूद मिसाइल डिफेंस प्रारंभिकों का मुकाबले करने के लिए जाहज से उत्तर कोरिया के लिए हाइपरसोनिक मिसाइल-सिस्टम बहुत काम आने वाला है। वह इस दूसरे दो साल की हाइपरसोनिक मिसाइल-सिस्टम बहुत काम आने वाला है। जिसका परीक्षण वीरे साल सितंबर में किया था। जिसका परीक्षण अभी बुधवार, 5 जनवरी को हुआ है नई मिसाइल छालोंग-8 का ही उत्तरा बुधवार हुआ सरकरण है।

भ्रष्टाचार प्रतियोगिता में
भाग लो इनाम जीतो

&

भ्रष्टाचार की जानकारी देने
पर इनाम जीतो

krantisamay@gmail.com



9879141480

fight against corruption india

**भारत में भ्रष्टाचार
के खिलाफ लड़ाई**