

कई मायनों में विधानसभा चुनाव का यह चरण सबसे महत्वपूर्ण था। सोमवार को उत्तराखण्ड और गोवा विधानसभा की सभी सीटों के लिए तो मतदान हुआ ही, साथ ही उत्तर प्रदेश विधानसभा के लिए दूसरे चरण की 55 सीटों पर भी लोगों ने वोट डाले। उत्तर प्रदेश में अभी मतदान के पांच चरण बाकी हैं, लेकिन उत्तराखण्ड और गोवा में अगली राज्य सरकारों के लिए लोगों का फैसला ईवीएम में बंद हो गया। सोमवार को जिन 165 सीटों के लिए मतदान हुआ, वे देश के तीन प्रदेशों में तो बंटी हैं ही, उनका भूगोल भी अलग है, भाषाएं भी अलग हैं और स्थानीय समस्याएं भी। लेकिन कुछ चीजें समान हैं, जो इन तीनों को जोड़ती भी हैं। जैसे, तीनों ही जगह इस समय भारतीय जनता पार्टी का शासन है, सभी जगह अपनी सत्ता बचाने के लिए उसे एड़ी-चोटी का जोर लगाना पड़ रहा है। कुछ समस्याएं समान हैं, जिन्हें विषय सभी जगह चुनावी मुद्दा बनाने की कोशिश कर रहा है। खासकर महंगाई और बेरोजगारी। सरकार से लोगों की नाराजगी का सारा नेरेटिव इन्हीं के आस-पास बुनने की कोशिश हो रही है। इनमें अगर गोवा को छोड़ दें, तो बाकी जगह भाजपा का ग्राफ दो लोकसभा और एक विधानसभा चुनाव, यानी पिछले तीन चुनावों में लगातार ऊपर ही बढ़ा है। इन सभी जगहों पर भाजपा के सामने पुराने आधार को बचाने की चुनौती है, वह भी तब, जब महामारी के लंबे दौर से गुजर चुके देश में बहुत सी चीजें ठीक ढंग से नहीं चल रहीं। इस लिहाज से देखें, तो उत्तराखण्ड की लड़ाई सबसे रोचक है। राज्य के मतदाता बारी-बारी से कांग्रेस और भाजपा को सत्ता सौंपते रहे हैं। इस बार भी चुनावी स्पर्द्धा मूल रूप से इन्हीं दोनों पार्टियों के बीच है। उत्तराखण्ड देश के उन राज्यों में एक है, जहां बेरोजगारी की दर सबसे ज्यादा है। दूसरी तरफ, वहां के पर्वतीय क्षेत्रों के गांव बड़े पैमाने पर पलायन की समस्या से भी जूझ रहे हैं। सबसे बड़ी बात है पर्यावरण में हो रहा बदलाव, जो पूरे प्रदेश के लिए लगातर खतरा बना हुआ है। बाकी मसलों का तो यदा-कदा जिक्र होता भी है, लेकिन यही एक ऐसा मुद्दा है, जो सभी राजनीतिक दलों की प्राथमिकता सूची से गायब है। गोवा में लड़ाई इस बार बहुकोणीय है। भाजपा, कांग्रेस तो मैदान में हैं ही, आम आदमी पार्टी भी पूरी ताकत के साथ इस बार ताल ठोक रही है, दूसरी तरफ तृणमूल कांग्रेस है, जो पहली बार पश्चिम बंगाल से बाहर बड़े स्तर पर अपना चुनावी भाग्य आजमा रही है। कुछ स्थानीय

दल भी हैं। स्पष्ट बहुमत न आ पाने की स्थिति में ये दल हमेशा महत्वपूर्ण हो जाते हैं। पिछली बार यही हुआ था। भाजपा की दिक्षित यह है कि उसके सबसे लोकप्रिय नेता मनोहर पर्रिकर इस बार नहीं हैं। उत्तर प्रदेश में जिन 55 सीटों के लिए मतदान हुआ है, उनमें से ज्यादातर पिछली बार भाजपा ने जीती थी, लेकिन इस बार उसे नाकों चने चबाने पड़ रहे हैं। प्रदेश का यह वह इलाका है, जहाँ अल्पसंख्यकों का घोट सबसे महत्वपूर्ण होता है। सोमवार को तीनों राज्यों में हुए चुनाव में अगर हम उत्तर प्रदेश के पिछले चरण के मतदान को भी जोड़ लें, तो इस बार पहले के मुकाबले चुनावी हिंसा की कम घटनाएं रिपोर्ट हुई। मतदान में गडबड़ी के आरोप भी कम सुनाई दिए। इससे हमारे लोकतंत्र की परिपक्तता और चुनाव आयोग के अच्छे प्रबंधन का पता चलता है।

आज के कार्टून



सर्व पर संयम

आचार्य रजनीश ओशो/ बाहर के सूर्य की भाँति मनुष्य के भीतर भी सूर्य छिपा हुआ है, बाहर के चांद की ही भाँति मनुष्य के भीतर भी चांद छिपा हुआ है। और पतंजलि का रस इसी में है कि वे अतर्जगत के आंतरिक व्यक्तित्व का संपूर्ण भूगोल हमें दे देना चाहते हैं। इसलिए जब वे कहते हैं- 'भूगन ज्ञानम्? सूर्य संयमात् ।' - सूर्य पर संयम संपन्न करने से सौर ज्ञान की उपलब्धि होती है।' तो उनका संकेत उस सूर्य की ओर नहीं है, जो बाहर है। उनका मतलब उस सूर्य से है जो हमारे भीतर है। हमारे भीतर का सूर्य प्रजनन-तंत्र की गहनता में छिपा हुआ है। इसीलिए कामवासना में एक प्रकार की ऊँचाता, एक प्रकार की गर्मी होती है। कामवासना का केंद्र सूर्य होता है। इसीलिए तो कामवासना व्यक्ति को इन्हना ऊष और उत्तेजित कर देती है। जब कार्ड व्यक्ति कामवासना में उत्तरता है तो वह उत्स से उत्स होता चला जाता है। जब व्यक्ति कामवासना से थक जाता है तो तुरंत भीतर चंद्र ऊर्जा सक्रिय हो जाती है। जब सूर्य छिप जाता है तब चंद्र का उदय होता है। इसलिए तो काम-क्रीड़ा के तुरंत बाद व्यक्ति को नींद आने लगती है। सूर्य ऊर्जा का काम समाप्त हो चुका, अब चंद्र ऊर्जा का कार्य प्रारंभ होता है। भीतर की सूर्य ऊर्जा काम-केंद्र है। उस सूर्य ऊर्जा पर संयम केंद्रित करने से, व्यक्ति भीतर के संपूर्ण सौर-तंत्र को जान ले सकता है। काम-केंद्र पर संयम करने से व्यक्ति काम के पार जाने में सक्षम हो जाता है। लेकिन अगर कोई व्यक्ति भीतर के सूर्य को जान लेता है तो उसके प्रतिबिंब से वह बाहर के सूर्य को भी जान सकता है। सूर्य इस अस्तित्व के सौर-मंडल का काम-केंद्र है। इसी कारण जिसमें भी जीवन है, प्राण है, उसको सूर्य की रोशनी, सूर्य की गर्मी को आवश्यकता है। काम भीतर का सूर्य है, और सूर्य सौर-मंडल का काम-केंद्र है। इस पृथ्वी के लोगों को दो भागों में विभक्त किया जा सकता है, सूर्य-व्यक्ति और चंद्र-व्यक्ति, या हम उन्हें यांग और यिन भी कह सकते हैं। सूर्य पुरुष का गुण है; स्त्री चंद्र का गुण है। सूर्य आक्रामक होता है, सूर्य सकारात्मक है; चंद्र ग्रहणशील होता है, निष्क्रिय होता है। हम अपने शरीर को भी सूर्य और चंद्र में विभक्त कर सकते हैं। योग ने इसे इसी भाँति विभक्त किया है। योग म तो संपूर्ण शरीर को ही विभक्त कर दिया गया है - मन का एक हिस्सा पुरुष है, मन का दूसरा हिस्सा स्त्री है। और व्यक्ति को सूर्य से चंद्र की ओर बढ़ना है, और अत में दोनों के भी पार जाना है, दोनों का अतिरिक्तमण करना है।

अच्छा निर्णय अनुभव से प्राप्त होता है लेकिन दुर्भाग्यवश अनुभव का जन्म गलत निर्णयों से होता है - दीटा माए ब्राउन

संपादकीय

क्रांति समय

जैविक खेती में देश में अवृण्णि है मध्यप्रदेश

- सुरेश गुप्ता

देश के अन्य प्रदेशों आज जब जैविक खेती की दिशा में कार्य शुरू कर रहे हैं तो मध्यप्रदेश की तारीफ करनी होगी जहाँ मुख्यमंत्री श्री शिवाराज सिंह ने वर्ष 2011 में ही जैविक कृषि नीति तैयार कर उस पर अमल शुरू कर दिया था। इसी का परिणाम है कि मध्यप्रदेश को न केवल जैविक कृषि लागू करने वाला देश के पहले प्रदेश बल्कि देश में सर्वाधिक प्रमाणित जैविक कृषि क्षेत्र वाले प्रदेश होने का गौरव भी हासिल है। कृषि के क्षेत्र में मध्यप्रदेश की अपनी विशेषताएँ हैं और यह पिछले डेढ़ दशक में प्रमाणित भी हुआ है। इस अरसे में प्रदेश की कृषि विकास दर में उल्लेखनीय वृद्धि हुई। खेती-किसानी नुकसान के जाल से बाहर निकली। अन्नदाताओं को उनकी मेहनत का फल वाजिब दामों के रूप में मिला। प्राकृतिक आपदाओं और मानसून की बेरुखी से होने वाले नुकसान के समय में सरकार के किसानों के साथ खड़े होने से प्रदेश का कृषि परिवृद्धि लगातार बेहतर हुआ। आर्गेनिक वर्ल्ड रिपोर्ट 2021 के आधार पर वर्ष 2019 में विश्व का 72.3 मिलियन हेक्टरयर क्षेत्र जैविक खेती होते उपयोग में लिया गया है। इसमें एशिया का 5.1 मिलियन हेक्टरयर क्षेत्र भी शामिल है। भारत में भी पिछले कुछ वर्षों में जैविक खेती में वृद्धि हुई है जिसमें मध्यप्रदेश जैसे राज्यों का विशेष योगदान है। इसका मुख्य कारण अधिक रासायनिक खादों एवं कीटनाशकों से होने वाला दुष्प्रभाव है, जिसने सरकार को इस दिशा में विचार करने के लिए प्रेरित किया। जैविक खेती के अंतर्गत मुख्यतः खाद्यान्त्र फसलों, दलहन, तिलहन, सब्जियाँ तथा बागान वाली वाली फसलों का उत्पादन किया जा रहा है। इन सब फसलों में जैविक खेती का बढ़ता प्रचलन मुख्यतः उपभोक्ता की माँग पर आधारित है। उपभोक्ता की माँग मुख्यतः खाद्य उत्पाद की गुणवत्ता पर निर्भर करती है। पारम्परिक खेती में बढ़ते रसायनों का उपयोग तथा उनके कुप्रभाव, दूरगमी स्तर पर उपभोक्ता में अविश्वास का कारण बन रहे हैं। जैविक खेती से उत्पन्न खाद्य उत्पादों की विदेशों में बढ़ती माँग भी इसके महत्व को प्रदर्शित करती है। मुख्यतः ऑस्ट्रेलिया, जापान, कनाडा, न्यूजीलैंड, स्विट्जरलैंड, इंडिया, संयुक्त अरब अमीरात तथा वियतनाम जैसे देशों में निर्यात की संभावनाएँ बनी हैं। मुख्यमंत्री ने कृषि निर्यात पर विशेष ध्यान देने के लिये कहा है। इस दृष्टि से

मध्यप्रदेश के लिये भी भविष्य में जैविक उत्पाद के निर्यात की नई संभावनाएँ बनेंगी। जैविक खेती प्रदेश में जैविक खेती का कुल क्षेत्र लगभग 16 लाख 37 हजार हेक्टेयर है, जो देश में सर्वाधिक है। जैविक उत्पाद का उत्पादन 14 लाख 2 हजार मीटन रहा, जो क्षेत्रफल की भाँति ही देश में सर्वाधिक है। जैविक खेती को प्रोत्साहन स्वरूप प्रदेश में कुल 17 लाख 31 हजार क्षेत्र हेक्टेयर जैविक प्रमाणिक है, जिसमें से 16 लाख 38 हजार एपीडा से और 93 हजार हेक्टेयर क्षेत्र, पी.जी.एस. से पंजीकृत है। इस तरह पंजीकृत जैविक क्षेत्र के मामले में भी मध्यप्रदेश देश में अग्रणी है। प्रदेश ने पिछले वित वर्ष में 2 हजार 683 करोड़ रुपये के मूल्य के 5 लाख मीटन से अधिक के जैविक उत्पाद निर्यात किये हैं। प्रदेश का जैविक उत्पाद निर्यात लगातार तेजी से बढ़ रहा है। वर्ष 2020-21 में प्रदेश में 5 लाख 41 हेक्टेयर में जैविक फसलों की बोनी की गई। अब भारत सरकार की सहायता से प्रदेश में प्राकृतिक कृषि पद्धति के अंतर्गत वलस्टर आधारित कार्यक्रम लिया गया है। इस वर्ष प्रदेश में 99 हजार हेक्टेयर क्षेत्र में प्राकृतिक खेती का लक्ष्य है। प्रदेश जैविक खेती की अपार संभावनाओं से पूरित है। यहाँ सभी धान्य फसल, सब्जियाँ, फल, मसाले, सुगंधित एवं औषधीय फसलें न्यूनतम रासायनिक इनपुट के उपयोग से ली जाती हैं। प्रदेश के पास प्राकृतिक चारागाहों, प्राकृतिक उपवनों, सुदूर जनजातीय जिलों में अप्रूपित कृषि भूमि का बड़ा क्षेत्र और नर्मदा धाटी के उपजाऊ क्षेत्र उपलब्ध है। साथ ही प्रदेश के प्राकृतिक एवं घने वनों में पचुरू मात्रा में पलाश, रोहिणी, इत्यादि के पुष्प भी उपलब्ध हैं। प्रदेश में कई जिले, ग्राम, विकासखण्ड और ग्राम पंचायत क्षेत्र ऐसे हैं, जो राज्य औसत से कम से कम 50 से 60 प्रतिशत कम बाह्य आदान जैसे रासायनिक उर्वरक, कृषि रसायन आदि का उपयोग कर रहे हैं। इस दृष्टि से अधिकांश जनजातीय जिले जैसे मंडला, डिंडोरी, बैतूल, झाबुआ, अलीराजपुर आदि जैविक कृषि विकास के अनुकूल हैं। गो-वंश आधारित ग्रामीण अर्थ-व्यवस्था प्रदेश में प्राकृतिक/जैविक खेती के विस्तार को मिशन मोड में गति देने में मददगार प्रमाणित होने वाली है। जैविक खेती में प्रदेश को देश में अग्रणी बनाने में परम्परागत कृषि विकास योजना का भी योगदान रहा है। योजना में भारत सरकार द्वारा अभी तक 3,728 वलस्टर अनुमोदित किये गये हैं। इन वलस्टरों में करीब एक लाख 16 हजार कृषक शामिल हैं, जो सभी पीजीएस पोर्टल पर पंजीकृत हैं। पंजीकृत कृषकों के जैविक उत्पादों की स्थानीय स्तर पर तथा जैविक केन्द्र, मंडला और जबलपुर के माध्यम से मार्केटिंग में मदद की जा रही है। प्रदेश में जैविक खेती को बढ़ावा देने के लिए वर्ष 2008 से अब तक के अरसे में राष्ट्रीय विकास योजना में भी 20 परियोजनाएँ स्वीकृत की गई हैं। प्रमुख रूप से नाडेप एवं बर्म कम्पोस्ट पिट निर्माण, जैव उर्वरक एवं पोषक तत्व वितरण, जैविक खेती जागरूकता अभियान, नर्मदा नदी के किनारों के सभी जिलों के सभी विकासखण्डों में जैविक खेती कार्यक्रम, जैविक प्रक्षेत्रों की स्थापना, हरी खाद के लिए सहायता, जैव उर्वरकों की निर्माण इकाइयों की स्थापना, नर्मदा किनारे के गाँवों में बायोगेस प्लाट का निर्माण और जैव उर्वरकों के परीक्षण के लिए प्रयोगशालाओं के निर्माण की इन परियोजनाओं से जैविक खेती को प्रदेश में गति मिली है। मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान के निर्देश पर प्राकृतिक और जैविक कृषि की विस्तृत कार्य-योजना तैयार की जा रही है। नर्मदा के किनारे के सिंचित परन्तु अधिक रसायन के उपयोग वाले कृषि क्षेत्रों का चिन्हित कर प्रांरभिक तौर पर किसानों के कुल रक्खे में से कुछ क्षेत्र में जैविक कृषि को प्रोत्साहन देने पर काम किया जायेगा। राज्य जैविक खेती विकास परिषद का पंजीयन भी किया गया है। प्रदेश के कृषि विश्वविद्यालयों के पाठ्यक्रम में जैविक/प्राकृतिक खेती को शामिल करने की योजना है। दोनों कृषि विश्वविद्यालय में कम से कम 25 हेक्टेयर भूमि को प्राकृतिक खेती प्रदर्शन क्षेत्र में बदला जायेगा। कृषि अनुसंधान परिषद द्वारा निर्मित पाठ्यक्रम को प्रदेश के कृषि विश्वविद्यालयों- गोविंद वल्लभ पाट कृषि विश्वविद्यालय जबलपुर और राजमाता विजयाराजे कृषि विश्वविद्यालय, गवालियर के पाठ्यक्रम में शामिल करने की तैयारी है। स्नातक उपाधि के चतुर्वर्ष वर्ष के प्रथम सत्र में ग्रामीण कृषि कार्य अनुभव कार्यक्रम में एक तिहायी विद्यार्थियों को विशेष रूप से प्राकृतिक कृषि में प्रशिक्षण दिया जायेगा। प्रदेश के दोनों कृषि विश्वविद्यालयों के कृषि फार्म में कम से कम 25 हेक्टेयर भूमि को प्राकृतिक कृषि प्रदर्शन क्षेत्र में बदला जायेगा। पाठ्यक्रम में सख्त विज्ञान, मृदाविज्ञान, पौध संरक्षण, समेकित पोषक तत्व प्रबंधन, पशुपालन, गारंशेड प्रबंधन तथा विस्तार शिक्षा आधारित विषयों में प्राकृतिक कृषि अध्याय का समावेश किया गया है।

© 2013 Pearson Education, Inc.

समाज सुधारक थे संत रविदास !

(लेखक- डॉ श्रीगोपाल नारसन एडवोकेट)

परमात्मा भी जब जब धरा पर पाप बढ़ते हैं तो भारत में ही साधारण तन में आकर जगत का कल्याण करते हैं। अवतरित संतों में एक महान संत हुए हैं गुरु रविदास जिनका जन्म उत्तर प्रदेश के वाराणसी के निकट सीर गोवर्धनगाँव में हुआ था। इनकी माता कलसा देवी व पिता संतोख दास थे, बहुत ही गरीबी में अपना जीवन यापन करते थे लेकिन एक सरपंच के रूप में उनकी बहुत ख्याति भी थी मुरु रविदास का जन्म सन 1376-77 के आस पास हुआ था, ऐसा बताते हैं कुछ लोग सन 1399 में तो कुछ दस्तावेजों के अनुसार संत रविदास ने सन 1450 से 1520 के बीच अपना जीवन इस धरा पर बिताया। गुरु रविदास के पिता जूते बनाने व पुराने जूते ठीक करने का काम करते थे। रविदास बचपन में बहुत कुशाग्र व भगवान् को मानने वाले एक अच्छे बालक रहे। उन्हें उच्च कुल वालों के कारण हीन भावना का शिकार होना पड़ता था, गुरु रविदास ने समाज को बदलने के लिए अपनी कलम का सहारा लिया, वे अपनी रचनाओं में अच्छे जीवन के बारे में लोगों को समझाते थे लोगों को शिक्षा भी देते थे कि व्यक्ति को बिना भेदभाव के सबसे अपने समान प्रेम करना चाहिए। रविदास ने गुरु पंडित शारदा नन्द की पाठशाला में शिक्षा प्राप्त की। पंडित शारदा नन्द ने रविदास की प्रतिभा से प्रभावित होकर उन्हें भगवान द्वारा भेजा हुआ एक बच्चा बताया और उन्हें शिक्षा दी। रविदास एक प्रतिभाशाली और मेहनती छात्र थे, उनके गुरु जितना उन्हें पढ़ते थे, उससे ज्यादा वे अपनी समझ से शिक्षा गृहण कर लेते थे पंडित शारदा नन्द अपने शिष्य रविदास से बहुत खुश रहते थे, उनके आचरण और प्रतिभा को देख वे सोच करते थे कि रविदास एक दिन उच्चकोटि का आध्यात्मिक गुरु और महान समाज सुधारक बनेगा। उनके गुरु की यह सोच संत रविदास के प्रतिष्ठित होने पर चरितार्थी भी हुई। रविदास के साथ पाठशाला में पंडित शारदा नन्द का बेटा भी पढ़ता था, वे दोनों अच्छे मित्र थे। एक बार वे दोनों छुपने छुपाई

सू-दोकू नवताल ·2047								
	1	6		3	7	4		
8			4				6	
	5	7		6		3		
5						9		4
			9	8	3			
2	9							7
	1		9			6	2	
3					1			9
	2	3	7			5	8	

सू-दोकृ -2046 का हल								
3	6	9	2	7	1	5	4	8
4	2	8	5	3	9	1	6	7
1	7	5	6	4	8	2	3	9
5	9	7	1	2	3	6	8	4
6	4	3	8	5	7	9	1	2
8	1	2	9	6	4	3	7	5
9	3	1	7	8	2	4	5	6
7	5	4	3	9	6	8	2	1

बारों से दरों

- ‘राह बनी खुद मंजिल’
गीत वाली विवरजीत,
वहीदा की फिल्म-3
 - संजीवकुमार, सुचित्रासेन
की ‘तेरे बिना जिंदगी से
कोई’ गीत वाली फिल्म-
2
 - ‘मैं ने तेरे लिए ही’ गीत
वाली अमिताभ, राजेश
खन्ना, शर्मिला की
फिल्म-3
 - गोविंदा, आदित्य, नीलम,
मंदाकिनी की अजय
कश्यप निर्देशित फिल्म-4
 - ‘कितना मजा आ रहा है’
गीत वाली धर्मेन्द्र, हेमा
मालिनी की फिल्म-2,2
 - राजेंद्रकुमार, वहीदा की ‘ये
मौसम भीगा भीगा है’
गीत वाली फिल्म-3
 - ‘ना जड़ीये परदेस’ गीत
वाली दिलोपीकुमार,
अनिलकपूर, जैकी श्रॉफ,
श्रद्धेवी, पुनम छिंडों की
फिल्म-2
 - जॉन अब्राहम, तारा शर्मा
की ‘हर तरफ हर जगह’
गीत वाली फिल्म-2
 - मरोजकुमार, साधना व
फिल्म-3
 - जीतेंद्र, रेखा की ‘गोकु
की गलियों का’ गीत
वाली फिल्म-2,2,1
 - ‘जाओ जाओ हम से
क्या’ गीत वाली जैकी
श्रॉफ, अमृता सिंह की
फिल्म-2,3
 - अरविंद, प्रभुदेवा,
काजोल की ‘चंदा रे चं
दे कपी’ गीत वाली
फिल्म-3
 - ‘सिलसिला शुरू हुआ
यहाँ से’ गीत वाली
फिल्म-3
 - राजकपूर, नर्सिंह की
‘राजा की आएगी बार
गीत वाली फिल्म-2
 - शशि, संजीवकुमार,
वहीदा, पूनम की फिल्म-
3
 - राहुलराय, शीवा की ‘
दोस्ती में मिला है’ गीत
वाली फिल्म-2,1,2
 - ‘देखो मेरा दिल मच्चल
गीत वाली राजेंद्रकुमार
वैजयंती की फिल्म-3

14. 'ऐ मेरे मेहरबां ऐ मेरे हमनशी' गीत वाली

ਫਿਲਮ	ਵਰ्ग	ਪਹੇਲੀ	2046
ਵਿ	ਵਾ	ਣ	ਝ
ਦਿਆ	ਮੇ	ਖ	ਧਾ
ਵਾ	ਦ	ਸ਼ਾ	ਤਾ
ਲ		ਸੀ	ਕਾ
ਨ	ਜ	ਰਾ	ਵਾ
	ਮੀ	ਨਾ	ਦਾ
ਆ	ਨ	ਕਾ	ਵਾ
ਸ਼ਿ	ਯੋ	ਸੀ	ਦਾ
ਕ	ਸ਼ਿ	ਥ	ਹੂ
		ਕਿ	
		ਲਾ	
			ਧ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ

ਮਿਲਕ ਤਰ੍ਹਾ ਪਾਹੇਲੀ- 2047

১		২		৩		৪	৫
					৭		
৮					৯		
			১০			১১	
১২		১৩				১৪	
১৫					১৬		
				১৭			১৮
১৯			২০			২১	
			২২			২৩	

1. अमिताभ, नाना पाटेकर, तब्बू की 'हम हैं बनारस के भैया' गीत वाली फिल्म-4
 2. शाहरुख, विवेक, जूही की फिल्म-4
 3. धर्मेन्द्र, माला सिन्धा की 'गैंगों पे करम अपनों पे सिराम' गीत वाली फिल्म-2
 4. 'कपी तो मिलेगी कहाँ' गीत वाली अशोक, प्रदीप, मीना की फिल्म-3
 5. फिल्म 'परिवार' में जीवंद्र के साथ नायिका कौन थी-2
 6. शाहबाद, किरण, तब्बू, रीता की फिल्म-5
 7. सनी, सुमित्रा सेन की 'कोई देख रहा छुप छुप' के गीत वाली फिल्म-2
 9. 'तेर चहों में मैं' गीत वाली फिरोज खान, टोमोंडो डेस्टीनी फिल्म-2
 12. 'इक तुम पास ना आना' गीत वाली अमिताभ, लक्ष्मी छाया की फिल्म-2,1,3
 13. अक्षयकुमार, माधुरी दीक्षित की 'दुर्निया से ढू जा रहा हूँ' गीत वाली फिल्म-3
 16. राजकुमार, शशीत्रिसिंह, हेमा मालिनी, मिथुन चक्रवर्ती की फिल्म-3
 17. आमिर खान, फैजलखान, दिवंकल की 'कमरिया लचके रे' गीत वाली फिल्म-2
 18. 'ये दुर्निया वाले पूछेंगे' गीत वाली देव आनंद, आशा पारेख की फिल्म-3
 22. 'आज सजन मोहे अंग लालातो' गीत वाली फिल्म-2
 23. रामी विलासन अक्षय कुमारसेही एक



राष्ट्रमंडल खेल 2022

राष्ट्रमंडल खेल 2022 के लिए मीराबाई ने ग्राहाया वजन, इस नई कैटागिरी में खेलेंगी



नई दिली।

भारोतोलक मीराबाई चानू अगले राष्ट्रमंडल खेलों में 55 किग्रा भार ओलिंपिक रजत पदक विजेता वर्ग में उत्तरेंगी। हालांकि चानू ने

जी ट्रॉफी को लेकर बीसीसीआई ने जारी ए नए नियम, गेंदबाज नहीं कर पाएंगे न चीज का इस्टेमेल



नई दिली। रणजी ट्रॉफी टूर्नामेंट में गेंदबाज इस बार गेंदबाजी हाथ पर टेप लगा कर गेंदबाजी नहीं कर पाएंगे। भारतीय क्रिकेट कंट कंटल बोर्ड (बीसीसीआई) की ओर से इस संबंध में नया म बनाया है। बीसीसीआई के इस नए नियम के मुताबिक गेंदबाज को भी अनुमति नहीं दी जाएगी। गेंदबाज को गेंदबाजी करने के लिए अपने आजी हाथ से सभी प्रकार की टेप को हटाना होगा। इसमें कोई कूट दी जाएगी। वहीं अगर उसके हाथ पर कोई प्लास्टर लगा है तो वह न या उसके जैसे रंग का होना चाहिए। या ऐसा होना चाहिए जो गेंदबाज को परेशान न करे। बीसीसीआई ने इसके अलावा इजराय ब्रेक समय सीधी भी चार मिनट तक सीमित कर दी है। इस संबंध में नया प कहता है कि अगर कोई भी खिलाड़ी गेंदबाज पर गंभीर रूप से ल हो जाता है तो उस खिलाड़ी को चोट से उबरने मैच में भाग लेने के लिए तैयार होने के लिए अधिकतम चार मिनट समय दिया जाएगा। अगर उसे इससे ज्यादा समय चाहिए तो उसे न छोड़ना होगा।

रा खेल सामान्य है, आक्रामक बल्लेबाजी करो और फिर एक रन लो: रिचा घोष



क्रीस्टाइन।

न्यूजीलैंड के खिलाफ दूसरे दिवसीय अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट में भारत की हार के दौरान रन की तेजतरीय पारी खेलने वाली थी। युवा विकेटकीपर बल्लेबाज वा घोष ने कहा कि वह क्रामक खेल खेलने और स्कोर को आगे बढ़ाते रहने को प्रियतरी है। इस 18 वर्षीय 54 गेंद में छह चौकों और एक 3 की मदद से 65 रन की पारी नी जिससे भारत छ विकेट 270 रन बनाने में सफल रहा। जान मिताली राज ने भी नावाद रन बनाए लेकिन न्यूजीलैंड ने ओवर शेष रहते तीन विकेट

ऐसा ही किया। मेरा खेल सामान्य था, आक्रमण करो और एक रन लो तथा खेलना जारी रखो। उहोने कहा, 'पिछले मैच में मैं 20 रन (22 रन) के आसपास बनाकर आउट हो गई, मेरी मानसिकता यही है कि टीम के बाद प्रत्येक से मैं बल्लेबाजों को अच्छे स्कोर करने के लिए एक रन लेने के लिए अच्छे स्कोर करने के लिए जारी रहते हैं। भारी यारी पारी का आक्रमण मिताली और रिचा को चौकों के साथ काम करने की हूं और फिर विकेटकीपिंग करती हूं और फिर विकेटकीपिंग करती हूं और फिर हाय बाट करते हैं कि मैं कैसे सुधार कर सकती हूं।

रिचा ने साथ ही कहा कि आस्ट्रेलिया और महिला बिंग बैश लीग में प्रदर्शन से उन्हें मदद 11.1 ओवर में 61 रन मिताली को अच्छी शुआत दिलाई। रिचा ने कहा, 'विकेट अच्छा था और हमें अच्छी शुआत मिली तथा मैंने इसे आगे बढ़ाने के बारे में सोचा। विकेट पिस्ते के बाद मेरी मानसिकता असाधेय करने की थी, हमने एक लक्ष्य हासिल करने का प्रयास किया जो हम अंततः हासिल करने में सफल रहे। बांगल की इस खिलाड़ी ने कहा कि टी20 विश्व कप के बाद उहोने अपने विकेटकीपिंग कौशल पर अधिक ध्यान देना चाहिए। उहोने कहा कि उहोने अपनी विकेटकीपिंग पर बल्लेबाजों से अधिक ध्यान दिया। रिचा ने कहा, 'मैं अपने विकेटकीपिंग कौशल पर अधिक ध्यान देना चाहिए। उहोने कहा कि उहोने अपनी विकेटकीपिंग पर बल्लेबाजों को अच्छे स्कोर करने के लिए जारी रहते हैं। भारी यारी पारी का आक्रमण मिताली और रिचा के बाद प्रत्येक से छह चौकों और एक 3 की मदद से 65 रन की पारी नी जिससे भारत छ विकेट 270 रन बनाने में सफल रहा। जान मिताली राज ने भी नावाद रन बनाए लेकिन न्यूजीलैंड ने ओवर शेष रहते तीन विकेट

ब्रांगलादेश दौरे पर गई अफगानिस्तान की टीम कोरोना की घपेट में



दाका।

अफगानिस्तान के आठ खिलाड़ी जो नेटेटिव पाए गए हैं, ने मंगलवार को सिलहट इंटरनेशनल किंकेर स्टेडियम में सात दिनों में अध्यास शुरू कर दिया है। बीसीसीआई के एक अधिकारी ने मंगलवार को कहा कि अब वे खिलाड़ी हमारे प्रोटोकॉल के तहत नहीं हैं, यह देखते हुए कि सीरीज 19 फरवरी से शुरू कर सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक अफगानिस्तान टीम ने कोरोना पार्जिटिव मामले से शुरू होगी, लेकिन अब वे जो भी समर्थन चाहते हैं, हम वह प्रदान करेंगे। अगर लक्षण हल्के हैं तो उन्हें आइसोलेशन में रखा

खुद ही अपनी देखभाल कर रहे हैं। समझा जाता है कि कोरोना पार्जिटिव पाए गए सदस्यों के साथ अध्यास शुरू कर दिया है। बीसीसीआई के एक अधिकारी ने मंगलवार को कहा कि अब वे खिलाड़ी हमारे प्रोटोकॉल के तहत नहीं हैं, यह देखते हुए कि सीरीज 19 फरवरी से शुरू कर सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक अफगानिस्तान टीम ने कोरोना पार्जिटिव मामले सामने आने से पहले 14 फरवरी को अध्यास किया था, लेकिन वे अध्यास किया था, लेकिन अब वे जो भी समर्थन चाहते हैं, हम वह प्रदान करेंगे। अगर लक्षण हल्के हैं तो उन्हें आइसोलेशन में रखा

खुद ही अपनी देखभाल कर रहे हैं। समझा जाता है कि कोरोना पार्जिटिव पाए गए सदस्यों के साथ अध्यास शुरू कर दिया है। बीसीसीआई के एक अधिकारी ने मंगलवार को कहा कि अब वे खिलाड़ी हमारे प्रोटोकॉल के तहत नहीं हैं, यह देखते हुए कि सीरीज 19 फरवरी से शुरू कर सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक अफगानिस्तान टीम ने कोरोना पार्जिटिव मामले सामने आने से पहले 14 फरवरी को अध्यास किया था, लेकिन वे अध्यास किया था, लेकिन अब वे जो भी समर्थन चाहते हैं, हम वह प्रदान करेंगे। अगर लक्षण हल्के हैं तो उन्हें आइसोलेशन में रखा

खेल

क्रांति समाय

मुड़ा। भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बासासआई) ने मंगलवार को श्रीलंका के आगामा भारत दौरे के पुनरान्वारत होने का घोषणा का बीसीसीआई के मुताबिक दोनों दीमें अब पहले तीन मैचों की टी-20 सीरीज खेलेंगी और उसके बाद दो मैचों की टेस्ट सीरीज खेलेंगी जाएंगी। लखनऊ 24 फरवरी को पहले टी-20 मैच की मेजबानी करेगा, जबकि शेष दो टी-20 मैच 26 और 27 फरवरी को धर्मशाला में खेले जाएंगा। उल्लेखनीय है कि मूल शेड्यूल के मुताबिक श्रीलंका को भारत के खिलाफ पहले दो टेस्ट मैच खेलने थे जो क्रमशः 25 फरवरी से एक मार्च तक बैंगलुरु और पांच मार्च से 9 मार्च तक माहात्मा गांधी से होने थे। वहीं तीन मैचों की टी-20 सीरीज मोहाली में 13 मार्च से शुरू होनी थी। दूसरा मैच 15 तारीख को धर्मशाला और तीसरा 18 मार्च को लखनऊ में खेले जाना था।

ऑक्शन पर बोले रोहित शर्मा- मेरा ध्या आईपीएल पर नहीं, टीम इंडिया पर है

कोलकाता।

इंशान किशन या श्रेयस अव्य

को इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) में अपनी टीमों में अब तक बीमारी है। अब नीलामी समाप्त हो चुकी है और ध्यान मोटी रकम देकर खीरीदा गया लेकिन इस राष्ट्रमंडल चैम्पियनशिप में रजत पदक जीतना था।

चानू का 49 किग्रा में स्वर्ण पदक जीत सके। हमवतन सोरेखेनाम विद्यार्थी ने कहा कि जीत चुकी है। उन्हें 2014 और 2018 राष्ट्रमंडल खेलों में इसी विश्वयनशिप में रजत पदक जीता था। चानू ने कहा कि हमरी (कोच और मासांघ) भारत के लिए 49 किग्रा वर्ग में खेले जाएंगे। चानू का 49 किग्रा में स्वर्ण पदक जीतना तय माना जा रहा था लेकिन 55 किग्रा में सोने का तमामा जीतने के लिए उन्हें कोच की महेत्तर करनी होगी। अपने फैसले पर हमरी विश्वयनशिप में रजत पदक जीतना था। लेकिन 50 से 51 किग्रा तक ही रहा। चानू का राष्ट्रमंडल खेलों में खेलने के बाद वह अपनी विश्वयनशिप में रजत पदक जीतना था।

ज्वार से गुजरे होंगे। रोहित ने बेस्टइंडीज के खिलाफ पहले दी20 अंतर्राष्ट्रीय मैच पर कहा कि सभी जीत हैं उन पर भावनाएं मुबर्द के लिए पारी का 3 हावी रही होंगी। अब नीलामी समाप्त हो चुकी है और ध्यान मोटी रकम देकर खीरीदा गया लेकिन इस राष्ट्रमंडल चैम्पियनशिप में रजत पदक जीतना था। ज्वार से बता दिया है। रोहित ने कहा कि इस साल आस्ट्रेलिया में होने वाले विश्व कप को ध्यान में रखने के लिए यही ध्यान लेकिन इस राष्ट्रमंडल खेलों में स्पैसल रोहित के लिए तो यह रुप से बता दिया है। रोहित ने कहा कि कल हमारी प्रत्येक खिलाड़ी के साथ बहुत अच्छी बातचीत हुई है। और हमने उनसे 'नीले रंग (भारतीय टीम की जर्सी का रंग)' पर ध्यान केंद्रित करने के लिए किया जाएगा। जबकि भारत के लिए यह अंदराओं के लिए तो यह अंदराओं के लिए नहीं है। रोहित ने कहा कि इंडियन टीम की जर्सी का रंग अंदराओं के लिए नहीं है। उन्होंने कहा कि इंडियन टीम की जर्सी का रंग अंदराओं के लिए नहीं है। उन्होंने कहा कि इंडियन टीम की जर्सी का रंग अंदराओं के लिए नहीं है। उन्होंने कहा कि इंडियन टीम की जर्सी का रंग अंदराओं के लिए नहीं है। उन

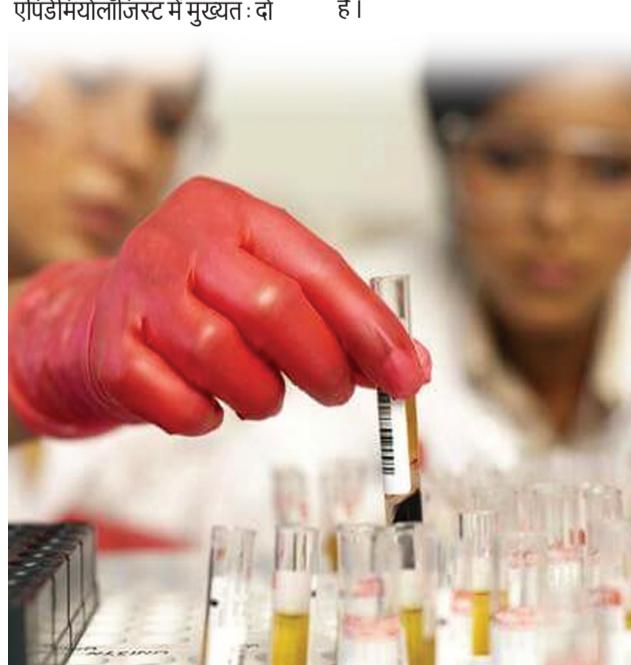


जिस तरीके से कोविड-19 ने विश्व भर में विस्तार पाया है, कम से कम उस स्तर पर किसी बीमारी का तीव्र विस्तार ना हो सके। जाहिर तौर पर इस स्थिति को पहचानने और महामारी के भिन्न लक्षणों का स्तर, कोई एपिडेमियोलॉजिस्ट ही समझ सकता है।

पैनडेमिक सिचुएशन से उबायने के बने विशेषज्ञ

कोविड-19 ने जिस प्रकार से समृद्धी द्विनिया को हिला कर रख दिया है। इससे लोग एक बार फिर सोचने को मजबूर हो गए हैं कि क्या हमारे पास महामारी से संबंधित ढेर सारे विशेषज्ञ होने चाहिए, जो ऐसी स्थिति आने पर अपने ज्ञान और अपने जज्जे से हमें इस मुश्खियत में फ़ंसने से बचा लें। खुदा न खास्ता अगर मुश्खियत में कोई फ़ंस भी जाता है, तो जिस तरीके से कोविड-19 ने विश्व भर में विस्तार पाया है, कम से कम उस स्तर पर किसी बीमारी का तीव्र विस्तार ना हो सके। जाहिर तौर पर इस स्थिति को पहचानने और महामारी के भिन्न लक्षणों का स्तर, कोई एपिडेमियोलॉजिस्ट ही समझ सकता है। ऐसे में आपके सामने एपिडेमियोलॉजिस्ट बनने हेतु कैरियर में आप संभानाएं हैं। इसके लिए क्या योग्यता होनी चाहिए, आइये जानते हैं।

वास्तव में देखें तो द्विनिया भर में पब्लिक हेल्थ से बढ़कर काइदूसी चीज़ नहीं है। हमारे शास्त्रों में भी कहा गया है कि 'पहाना सुख, निरापी काया'। कल्पना कीजिए कि किस स्तर का डर फैल जाता है, अगर रवास्था पर संकंट आ जाए। बात और भी गंभीर हो जाती है अगर कोई एक बीमारी सम्में विश्व पर एक महामारी की शक्ति में आये। ऐसे में कुछ भी कहना नहीं रह जाता, वर्त्योंकि तब स्थिति कहीं ज्यादा गंभीर हो जाती है। इसके अवश्यक है कि किसी किसी बीमारी की रोकथाम के फुलप्रूफ इंतजाम होने चाहिए। ऐसे में एपिडेमियोलॉजिस्ट का प्रोफ़ाइल यहां बेहद कामयाब दिखता है। इसमें किसी बीमारी की पहचान और वह कितनी तेजी से फैल सकती है और उसे प्रभावी ढंग से कैसे रोक सकते हैं, यह कार्य अपने रिसर्च के द्वारा एक एपिडेमियोलॉजिस्ट ही कर सकता है। एपिडेमियोलॉजिस्ट में मुख्यतः दो



टीचर, गृप स्टडी और दोस्तों के साथ पढ़ाई से आप एक तरह से विचित हो चुके हैं, इसलिए समय प्रबंधन आवश्यक ही नहीं, अति आवश्यक है। अब टाइम टेबल के अनुसार विषय वाइज पढ़ाई कीजिए और इससे निर्धित रूप से पर्याप्त हाल में आपको बेहतर परिणाम दिखेगा।

को

रोना महामारी ने जिन सेक्टर्स को संबंधित किया है, उनमें से एजकेशन सेक्टर प्रमुख है। अगर यह कहा जाए कि पूरे साल को कोविड-19 ने, एजकेशन के लिहाजे से बदल कर दिया, तो वह अतिव्योक्ति नहीं होगी। अन्नलाइन विलासेज के माध्यम से कुछ स्कूल और दूसरी शैक्षणिक संस्थाएं बच्चों को पढ़ाने की कोशिश जरूर करती दिखी, परन्तु स्कूलों में होने वाली पढ़ाई और वहां मिलने वाली पढ़ाई का माहिल, अगर घर पर ही मिल जाए, तो किस स्कूल की जरूरत ही क्यों पड़े? परन्तु हमें कोकत यह है कि बाबजूद तमाम मुसीबों के 10 वीं और 12 वीं की बोर्ड परीक्षाओं की तिथि सीधीएसई द्वारा घोषित हो चुकी है। 4 मई से 10 जून तक यह परीक्षाएं चलेंगी और इसका परिणाम जुलाई में घोषित करने के लिए कंद्रीय शिक्षा मंत्रालय ने तैयारी कर ली है। कमोबेश इसी से मिलने जुलते डेट्स तमाम राज्यों के बोर्ड भी जल्द ही घोषित कर लेंगे।

टाइम टेबल

जी हाँ! कहते हैं कि संसार में एक समय ही ऐसी चीज़ है, जो कभी रुकता नहीं है!

अगर आपने भी आर.चॉपडा द्वारा

निर्मित महाभारत के एपिसोड देखे हैं, तो

उसमें 'मैं समय हूँ' का महारु सवाद

अवश्य ही मुना होगा। सच यह है कि

अगर आप समय की कोस्त नहीं

करते हैं।

स्कूल की बात करें तो दिल्ली का

जवाहरलाल नेहरू, मुबई विश्व विद्यालय है।

ऐसे ही चंगी में नेशनल इंस्टीट्यूट

आप एपिडेमियोलॉजी स्थापित है।

इसके अलावा आईआईटी के विभिन्न

संस्थान इसकी ट्रेनिंग देते हैं। जैसे

आईआईटी गांधीनगर, टाटा

इंस्टीट्यूट आप सोशल साइंसेज

मुबई, कृश्चियन डीडिकल कॉलेज,

तमिलनाडु, राजेंद्र मेमोरियल रिसर्च

इंस्टीट्यूट आप मेडिकल साइंसेज,

पटना, जिसके नाम से भी जाना जाता

है।

तपश्चात पीजी डिप्लोमा और अंत में

आप एपिडेमियोलॉजिस्ट के संबंधि-

त विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

पीजी डिप्लोमा और कोविड-19 के

विशेषज्ञ पीजी डिप्लोमा और

भ्रष्टाचार प्रतियोगिता में

&

भ्रष्टाचार की जानकारी देने

**National Rights Group
Youtube Channel**

krantisamay@gmail.com



9879141480

fight against corruption india

**भारत में भ्रष्टाचार
के खिलाफ लड़ाई**