दैनिक
न्याय साक्षी

संपादकीय-खेल-व्यापार-धर्म-सेहत-फीचर-खाना खजाना-राशिफल

रायगढ़, शनिवार 03 जून 2023

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

एवरेस्ट भी जलवायु परिवर्तन का मारा!

इंसान ने 70पहले दुनिया की सबसे ऊंची चोटी पर विजय पताका फहराई थी। लेकिन अब वहा भी जलवायु परिवर्तन का संकट है। गुजरे 60 वर्षों में एवरेस्ट के चारों तरफ मौजूद 79 ग्लेशियरों की मोटाई 100 मीटर घट चुकी है।

इस हफ्ते दुनिया ने दुनिया की सबसे ऊंची चोटी माउंट एवरेस्ट पर इनसान के पहुंचने की 70वीं सालगिरह मनाई। न्यूजीलैंड के एडमंड हिलेरी और नेपाल के तेंजिंग नोर्गे 29 मई 1953 को ऐसे पहले मनुष्य बने थे, जिन्होंने दुनिया के सर्वोच्च शिखर पर चढ़ने का गौरव प्राप्त किया था। लेकिन 70वीं सालगिरह पर लोगों ने जितना गर्व महसूस किया, उतनी ही चिंता ने भी उन्हें सताया। इस मौके पर उचित ही इस चोटी को प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन से हो रहे नुकसान पर दुनिया का ध्यान गया है। एवरेस्ट और हिंदुकुश हिमालय के अन्य पर्वत साढ़े तीन हजार किलोमीटर इलाके में फैले हुए हैं। ये पर्वत आठ देशों की सीमा से गुजरते हैं। इन सब पर ग्लोबल वॉर्मिंग का भारी असर देखने को मिल रहा है। इंटरनेशनल सेंटर फॉर इंटीग्रेटेड माउंटेन डेवलपमेंट नाम की एक विशेषज्ञ संस्था ने कहा है कि अगर कार्बन गैसों का उत्सर्जन अपने मौजूदा स्तर पर ही बना रहा, तो अगले 70 साल में इस क्षेत्र के दो तिहाई ग्लेशियर पिघल चुके होंगे। गुजरे 60 वर्षों में एवरेस्ट के चारों तरफ मौजूद 79 ग्लेशियरों की मोटाई 100 मीटर घट चुकी है।

साल 2009 के बाद उनका आकार घटने की रफ्तार दो गुनी हो गई है। विशेषज्ञों के मुताबिक पूरे हिंदुकुश क्षेत्र में जलवायु परिवर्तन का असर तेजी से बढ़ा है। वहां ग्लोबल वॉर्मिंग के खतरनाक प्रभाव काफी समय महसूस हो रहे हैं। गर्म हवाओं, सूखे, प्राकृतिक आपदाओं, अचानक बर्फबारी और ग्लेशियरों के पिघलने का रिकॉर्ड बनता जा रहा है। इससे इस क्षेत्र में रहने वाले दो अरब लोगों की जिंदगी और आजीविका के लिए चुनौतियां बढ़ती जा रही हैं। 70वीं सालगिरह के मौके पर पर्वतारोहियों ने अपनी आंखों देखी सुनाई। उन्होंने बताया कि माउंट एवरेस्ट बहुत तेजी से बदल रहा है और जलवायु परिवर्तन का पहाड़ों पर कितना गहरा असर हुआ है। दरअसल, ग्लेशियरों के पिघलने के कारण पहाड़पर्वतारोहियों के लिए अधिक खतरनाक होते जा रहे हैं। इस अवसर पर उचित ही याद किया गया कि इनसान ने 70 साल पहले एक ऊंची मंजिल तय की थी। लेकिन अब जलवायु परिवर्तन रोकने की उससे भी ऊंचा लक्ष्य उसके सामने है।

इंटरनेशनल जंपिंग मीट टूर्नामेंट में मेरा लक्ष्य 8.20 मीटर की दूरी को हासिल करना था : मुरली श्रीशंकर

ग्रीस। इस महीने की शुरुआत में ग्रीस के कालिथिया में आयोजित इंटरनेशनल जंपिंग मीट 2023 में 8.18 मीटर की छलांग के साथ स्वर्ण पदक जीतने के बाद, मुरली श्रीशंकर ने कहा कि इस टूर्नामेंट में उनका लक्ष्य 8.20 मीटर की दूरी को हासिल करना था।उन्होंने कहा, मेरा इरादा इतनी मेहनत करने का नहीं था, लेकिन निश्चित रूप से, इस प्रतियोगिता के लिए मेरा लक्ष्य 8.20 मीटर था। मैंने प्रारंभिक प्रतियोगिताओं के रूप में दो मुकाबलों में भाग लिया था ताकि यह जांचा जा सके कि उस समय मेरा शरीर कहां खड़ा था। सीजन का प्रतिस्पर्धी चरण अभी शुरू हुआ है। इसलिए, मैं ज्यादा मेहनत नहीं करना चाहता था, लेकिन निश्चित रूप से, इस प्रतियोगिता के लिए 8.20 मीटर मेरा लक्ष्य था, मैं अपने लक्ष्य को हिट करना चाहता था।

उन्होंने इस बारे में बात की कि ग्रीस के लिए उन्होंने खुद के लिए जो लक्ष्य बनाया था, उसे हासिल करने के लिए उन्हें संघर्ष क्यों करना पड़ा। मुरली ने कहा, हवा ने उस दिन एक प्रमुख भूमिका निभाई और कालिथिया में यह पहली बार था जब हमने एक हेडविंड का सामना किया। आमतौर पर, हमारे पास एक अच्छा टेलविंड होता है और एक दिन पहले जब हमने वार्म-अप किया था, तो स्थितियाँ काफी आदर्श थीं। मैं अपनी लय में आने में सक्षम नहीं था, इसलिए मुझे अपना दृष्टिकोण अधिक सामने रखना पड़ा क्योंकि मुझमें गति की भी कमी थी।ग्रीस में आयोजित इंटरनेशनल जंपिंग मीट 2023 इंस्पायर इंस्टीट्यूट ऑफ स्पोर्ट के एथलीट मुरली की चोट के बाद पहली प्रतिस्पर्धी मीट थी।

श्रीशंकर ने अपनी फिटनेस और कंडीशनिंग के बारे में बात करते हुए कहा, यह सत्र की मेरी दूसरी अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिता थी लेकिन मेरा पहला प्रतिस्पर्धी टूर्नामेंट था। हम जिस तरह से योजना बना रहे थे, मैं ठीक से अमल नहीं कर पाया। आमतौर पर प्रतियोगिताओं के दौरान, मेरा दृष्टिकोण लगभग 30 या 40 सेंटीमीटर पीछे चला जाता था, लेकिन इस बार यह 20-30 सेंटीमीटर की तरह सामने आ गया क्योंकि मेरे पास गति की कमी थी। मुझे लय में आने के लिए और अधिक प्रयास करने होंगे। इसलिए, अगली कुछ प्रतियोगिताओं में, मुझे लगता है कि मैं बेहतर लय में आने और बड़ी छलांग लगाने में सक्षम हो जाऊंगा क्योंकि मैं अपने शरीर और दिमाग को एक प्रतिस्पर्धी मोड में ले आ पाऊंगा।मुरली, जो जेसविन एल्ड्रिन के बहुत अच्छे दोस्त हैं, जिनके साथ वह एक बहुत ही स्वस्थ प्रतिस्पर्धी भावना साझा करते हैं, ने बताया कि कैसे वे ट्रैक पर एक-दूसरे का उत्साहवर्धन करते हैं।

उन्होंने कहा, जेसविन ने 8.42 मीटर की अविश्वसनीय छलांग लगाई, जिसने न केवल भारतीय जंपर्स के लिए बल्कि दुनिया के सभी जंपर्स के लिए टोन सेट किया। यह स्वस्थ प्रतियोगिता निश्चित रूप से अन्य सभी कूदने वालों को ऊपर उठने और हमारे अपने प्रदर्शन में सुधार करने में मदद करेगी। यह बहुत महत्वपूर्ण है कि इस अवधि के दौरान हम दुनिया भर के शीर्ष एथलीटों के साथ अधिक अंतरराष्ट्रीय प्रदर्शन हासिल करने के लिए अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में एक-दूसरे के साथ प्रतिस्पर्धा करें। हम विश्व चैंपियनशिप और एशियाई खेलों जैसे बड़े मंच के आयोजनों के लिए तैयार रहना चाहते हैं जो इस साल होने वाले हैं।

श्रीशंकर 9 जून 2023 को आयोजित होने वाली पेरिस डायमंड लीग में प्रतिस्पर्धा करेंगे, जहां वह दुनिया भर के सर्वश्रेष्ठ एथलीटों के खिलाफ उतरेंगे।

उन्होंने कहा, यह सीजन काफी चुनौतीपूर्ण है क्योंकि एशियाई खेल अक्टूबर के पहले सप्ताह में होंगे और एशियाई खेलों के क्वालीफायर जून के पहले सप्ताह में होंगे। इसलिए, हमें सीजन की योजना बहुत सावधानी से बनानी होगी ताकि हम एशियाई खेलों तक फॉर्म और प्रदर्शन को बनाए रख सकें। हमारे पास अगस्त में विश्व चैंपियनशिप है, जुलाई में एशियाई चैंपियनशिप है, इसलिए हमें उस तरह की घटनाओं को प्राथमिकता देनी होगी, जिस पर हमें ध्यान केंद्रित करना है और मुख्य प्रतियोगिता के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ देना है, जो कि विश्व चैंपियनशिप होगी।

भारत आईसीसी राजस्व के 38 प्रतिशत का हकदार, कहा ईसीबी सीईओ ने

दुबई। इंग्लैंड और वेल्स क्रिकेट बोर्ड के मुख्य कार्यकारी अधिकारी रिचर्ड गूड का मानना हे कि विश्व क्रिकेट के विकास और राजस्व के सृजन में भारत का बड़ा योगदान है और वह 2024 से 2027 के बीच आईसीसी के प्रस्तावित वित्तीय मॉडल के तहत 230 मिलियन डॉलर सालाना पाने का हकदार है । नये प्रस्तावित मॉडल के तहत भारतीय क्रिकेट बोर्ड को 600 मिलियन डॉलर राजस्व में से 38 . 5 प्रतिशत मिल सकता है जबकि ईसीबी को 41 . 33 मिलियन और क्रिकेट आस्ट्रेलिया को 37 . 53 मिलियन डॉलर मिलेगा। पीसीबी को 34 . 51 मिलियन (5.75 प्रतिशत) मिलेगा जबकि बाकी की रकम शेष पूर्णकालिक सदस्यों में बांट दी जायेगी । कुल 12 पूर्णकालिक सदस्यों को 532 . 84 मिलियन (88.81 प्रतिशत) और बाकी को 67 . 16 मिलियन डॉलर (11 . 19 प्रतिशत) मिलेगा । आईसीसी से अभी इस प्रस्ताव को मंजूरी मिलनी बाकी है । इस मॉडल की यह कहकर आलोचना हो रही है कि इससे वित्तीय असमानता बढेगी ।

यूपीआई के नाम एक और रिकॉर्ड, मई में हुआ 14.3 लाख करोड़ का ट्रांजेक्शन

नई दिल्ली

भारत में ऑनलाइन लेनदेने हर दिन एक नए रिकॉर्ड कायम कर रहा है। इन लेनदेन को आसान और फास्ट बनाने वाली यूनिफाइड पेमेंट्स इंटरफेस (UPI) ने एक बार फिर से अपने नाम एक रिकॉर्ड बनाया है। यूपीआई की पेरेंट कंपनी नेशनल पेमेंट्स कोरपोरेशन ऑफ इंडिया (NPCI) ने यह डेटा जारी किया है।

900 करोड़ के पार पहुंचा आंकड़ा- एनपीसीआई ने आंकड़े जारी करते हुए बताया कि बिते महीने मई में यूपीआई के माध्यम से कुल 941 करोड़ (9.41 बिलियन) ट्रांजैक्शन हुए हैं। अगर इन ट्रांजैक्शन की वैल्यू की बात करें तो पिछले महीने 14.3 लाख करोड़ रुपये का लेनदेन हुआ है जो एक साल पहले के मुकाबले में 37 प्रतिशत ज्यादा है।

सालाना 58 फीसदी की ग्रोथ- एनपीसीआई ने बताया कि डिजिटल ट्रांजेक्शंस के टोटल वॉल्यूम में साल-दर-साल के आधार पर 58 प्रतिशत की ग्रोथ देखने को मिली है। वहीं नए वित्त वर्ष के पहले महीने यानी अप्रैल में यूपीआई से कुल 386 करोड़ पर्सन टू पर्सन पेमेंट किया गया था। वहीं अगर पर्सन टू मर्चेंट ट्रांजेक्शन्स की बात करें तो यह संख्या 503 करोड़ रही। आपको बता दें की वित्त वर्ष 23 में कुल 8,300 करोड़ ट्रांजैक्शन हुए हैं, जिसकी वैल्यू 139 लाख करोड़ रुपये थी।

यूपीआई फ्रॉड की संख्या भी बढ़ी- जैसे-जैसे यूपीआई ट्रांजैक्शन की संख्या बढ़ रही है वैसे-वैसे इससे जुड़े धोखाधड़ी के मामले भी बढ़ रहे हैं। वित्त मंत्रालय की रिपोर्ट के अनुसार वित्त वर्ष 23 में यूपीआई लेनदेन के 95,000 से अधिक धोखाधड़ी के मामले सामने आए हैं।

जालसाज आपको अब पेमेंट ऐप पर लिंक भेज कर यूपीआई फ्रॉड करने लगे हैं। जालसाज फिशिंग स्कैम, पेमेंट रिक्वेस्ट लिंक, और फर्जी लिंक के जरिए फ्रॉड कर आपको चूना लगा रहे हैं।

कब शुरू हुई UPI- सरकार के अंतर्गत आने वाली नेशनल पेमेंट्स कोरपोरेशन ऑफ इंडिया (NPCI) ने यूपीआई को बनाया है जिसे अगस्त 2016 में लॉन्च किया गया था। UPI का लाभ उठाने के लिए आपको एक वर्चुअल पेमेंट एड्रेस बनाना होता है जिसे आपको अपने बैंक अकाउंट से लिंक करना होता है। यूपीआई से पेमेंट करने के लिए आपके फोन नंबर को आपके बैंक अकाउंट से लिंक होना जरूरी है।

जियोसिनेमा पर 12 करोड़ से अधिक लोगों ने देखा आईपीएल 2023 का खिताबी मुकाबला

नई दिल्ली। इंडियन प्रीमियर लीग 2023 के खिताबी मुकाबले को जियोसिनेमा पर 12 करोड़ से अधिक लोगों ने देखा। इसी के साथ आईपीएल 2023 विश्व स्तर पर सबसे ज्यादा देखा जाने वाला डिजिटल इवेंट बन गया।

जियोसिनेमा के रिकॉर्ड तोड़ कंज्यूमर इंगेजमेंट के पीछे का कारण यह था कि टाटा आईपीएल के इस आधिकारिक डिजिटल स्ट्रीमिंग पार्टनर ने 2023 सीजन को 12 भाषाओं में फैंस के सामने पेश किया, जिसमें 17 फीड्स थे। ये प्रसारण दर्शकों को एआर-वीआर और 360 डिग्री व्यूइंग के साथ मैच को हर कोण से देखने की आजादी देते थे। इस कारण आईपीएल देखने का फैंस का अनुभव पहले से अधिक रोचक और एक्शन भरपूर बन गया। इसी कारण प्रति मैच हर मैच में दर्शकों द्वारा इस प्लेटफार्म पर औसतन 60 मिनट समय बिताया गया।

जियोसिनेमा 2.5 करोड़ से अधिक डाउनलोड रजिस्टर हुए। यह एक ही दिन में सबसे अधिक इंस्टॉल किए गए किसी भी ऐप की रिकॉर्ड संख्या है। पहले चार हफ्तों के दौरान इसे अभूतपूर्व प्रतिक्रिया मिली और उसके बाद, जियोसिनेमा ने फैंस को प्रसन्न करने के लिए 360-डिग्री व्यूइंग फीचर जारी किया, जो डिजिटल पर इमर्सिव फैन इंगेजमेंट की शक्ति को प्रदर्शित करता है। जियोसिनेमा ने -जीतो धन धना धन- की शुरुआत करके और 30 से अधिक शहरों में फैंस को टाटा आईपीएल फैन पार्कों में आमंत्रित करके अपने डिजिटल-फर्स्ट आफरिंग का विस्तार किया।

वायाकॉम 18 स्पोर्ट्स के सीईओ अनिल जयराज ने कहा, जियोसिनेमा ने टाटा आईपीएल के दौरान अपने प्रायोजकों और विज्ञापनदाताओं को कई ऑफर दिए। इनमें टारगेटिंग, फ्लेक्सिबिलिटी ऑफ कास्ट, मेजरमेंट, इंटरेक्टिविटी, रीच और इंट्रीगेशन शामिल हैं। डिजिटल पर उल्लेखनीय इन्गेजमेंट और पार्टिसिपेशन इस उद्योग में एक महत्वपूर्ण मोड़ है जहां दर्शकों और विज्ञापनदाताओं दोनों ने अपनी पसंद और प्राथमिकता स्पष्ट कर दी है। इससे दर्शकों की संख्या के साथ-साथ ऐड एक्स को आगे बढने के लिए एक महत्वपूर्ण रास्ता मिल गया है।

इसके अलावा जियोसिनेमा ने इस मैच के साथ 3.21 करोड़ की पीक कॉनकरेंसी के रूप में एक नया विश्व रिकॉर्ड बनाया। टाटा आईपीएल के आधिकारिक डिजिटल स्ट्रीमिंग पार्टनर ने 16वें संस्करण के दौरान 1700 करोड़ से अधिक वीडियो व्यूज रजिस्टर किए।

बीसीसीआई ने एसीसी इमर्जिंग महिला एशिया कप के लिए भारत ए टीम का ऐलान किया

नई दिल्ली

बल्लेबाजी हरफनमौला श्वेता सहरावत हांगकांग में 12 जून से होने वाले एसीसी इमर्जिंग महिला एशिया कप में 14 सदस्यीय भारतीय क्रिकेट टीम की कप्तान होंगी।

भारत ए टीम 13 जून को पहला मैच हांगकांग से खेलेगी।

बीसीसीआई ने एक विज्ञप्ति में कहा , अखिल भारतीय महिला चयन समिति ने शुक्रवार को आगामी एसीसी इमर्जिंग महिला एशिया कप के लिये भारत ए टीम का चयन किया है।

टूर्नामेंट में आठ टीमों को दो समूहों में बांटा जायेगा। भारत समूह ए में हांगकांग, थाईलैंड ए, पाकिस्तान ए के साथ है जबकि बांग्लादेश ए, श्रीलंका ए , मलेशिया और संयुक्त अरब अमीरात ग्रुप बी में हैं।

फाइनल 21 जून को खेला जायेगा।

भारत ए (इमर्जिंग टीम): श्वेता सहरावत (कप्तान), सौम्या तिवारी, तृषा गोंगाडी, मुस्कान मलिक, श्रेयांका पाटिल, कनिका आहूजा, उमा छेत्री, ममता मडीवाला, टिटास संधू, यशश्री एस, काशवी गौतम, पार्श्वी चोपड़ा, मन्नत कश्यप, बी अनुषा।

मुख्य कोच : नूशिन अल खादीर

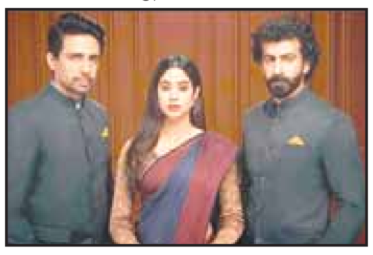
भारत ए का कार्यक्रम :

12 जून बनाम हांगकांग

15 जून बनाम थाईलैंड ए

17 जून बनाम पाकिस्तान ए।

जल्द शुरू होगी जाह्नवी कपूर की फिल्म उलझ की शूटिंग



फिल्ममेकर बोनी कपूर और दिवंगत अभिनेत्री श्रीदेवी की बेटी-अभिनेत्री जाह्नवी कपूर आने वाले वक्त में एक से बढक़र एक फिल्मों में नजर आएंगी। उलझ उनकी बहुप्रतीक्षित फिल्मों में शुमार है। इसमें जाह्नवी के साथ गुलशन देवैया और रोशन मैथ्यू मुख्य भूमिकाओं में हैं। अब फिल्म की शूटिंग से जुड़ी एक अहम जानकारी सामने आ रही है। रिपोर्ट के मुताबिक, जाह्नवी अगले हफ्ते उलझ की शूटिंग के सिलसिल में लंदन के लिए रवाना होंगी।

फिल्म उलझ का निर्देशन राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता सुधांशु सरिया द्वारा किया जा रहा है, जबकि इसकी कहानी परवेज शेख और सुधांशु सरिया ने लिखी है। इसमें जाह्नवी के अलावा राजेश तैलंग, मियांग चांग, सचिन खेडेकर, राजेंद्र गुप्ता और जितेंद्र जोशी जैसे कलाकार भी मुख्य भूमिकाओं में हैं। इस फिल्म में जाह्नवी आईएफएस (भारतीय विदेश सेवा) अधिकारी की भूमिका निभाएंगी।

फिल्म के बारे में बात करते हुए जान्हवी कपूर ने कहा कि जब मुझे उलझ की स्क्रिप्ट के साथ अप्रोच किया गया तो इसने मुझे तुरंत आकर्षित कर लिया। एक एक्ट्रेस के रूप में मैं लगातार ऐसी स्क्रिप्ट्स की तलाश में रहती हूं, जो मुझे मेरे कम्फर्ट जोन से बाहर करे और कुछ अलग करने का मौका मिले।

अरशद वारसी और बरुण सोबती स्टारर 'असुर 2' जियो सिनेमा पर हुई रिलीज

हिंदी वेब सीरीज में असुर का कोई मैच नहीं हैज्। ये कहना है फैंस का। अरशद वारसी और बरुण सोबती की वेब सीरीज असुर का दूसरा सीजन असुर 2 रिलीज हो गया है। इसे जियो सिनेमा पर देखा जा सकता है। इसके दो एपिसोड स्ट्रीम हुए हैं, जिसे देखने के बाद पब्लिक के होश उड़ गए हैं। उनका कहना है कि ये पहले सीजन से भी ज्यादा दमदार है। इसमें सस्पेंस, थ्रिलर, एआई टेक्नोलॉजी का गलत इस्तेमाल, माइथोलॉजी, कलयुग, विष्णु के 10वें अवतार और आखिरी में एक ऐसा सवाल, जो आपका सिर घुमा देगाज् ये सबकुछ देखने को मिलेगा।

असुर 2 में अरशद और बरुण के अलावा रिद्धी डोगरा, मियांग चेंग, गौरव अरोड़ा, अनुप्रिया गोयनका और एमी वाघ भी हैं।

आज का राशिफल

मेष: गणेशजी कहते हैं कि आप अपने काम में व्यस्त हो सकते हैं और अपने साथी के लिए अधिक समय नहीं निकाल पाएंगे। लेकिन कुछ रोमांटिक मैसेज आपके पार्टनर को याद दिलाने का काम कर सकते हैं।

वृषभ: गणेशजी कहते हैं कि आज अपने विश्लेषणात्मक दिमाग को अलग रखना चाहिए। अपने साथी के साथ व्यवहार करते हुए अपने दिल को काम करने देना चाहिए। अपने व्यस्त कार्यक्रम से कुछ समय निकालें और अपने जीवन साथी को सरप्राइज दें।

मिथुन :गणेशजी कहते हैं कि आपके घर में होने वाले किसी शुभ कार्य के बारे में आपके साथी के साथ आपकी स्वतंत्र और खुली चर्चा होगी। यह आपके प्रिय के साथ बेहतर समझ का मार्ग प्रशस्त करेगा।

कर्क :गणेशजी कहते हैं कि आप अपने साथी को अपनी भावनात्मक भावनाओं को दिखाने के लिए प्रवृत्त होते हैं। इस तरह की भावनाओं से बचना जरूरी है क्योंकि इससे सद्भाव बनाए रखने में मदद नहीं मिल सकती है।

सिंह :गणेशजी कहते हैं कि सब कुछ सुचारू और शांतिपूर्ण चल रहा है, इसलिए हावी होकर अनावश्यक परेशानी पैदा करने से बचें। खुले दिमाग से सुनने और काम करने की कोशिश करें।

कन्या :गणेशजी कहते हैं कि कार्यस्थल पर मिली प्रशंसा की वजह से आप पूरा दिन खुशनुमा महसूस करेंगे। अपने प्रिय के साथ खुशियां बांटने के लिए आप कुछ अतिरिक्त प्रयास करेंगे। पार्टनर के साथ मतभेद के कारण गलतफहमी दूर होंगी।

तुला :गणेशजी कहते हैं कि अपने रिश्ते और अपने पार्टनर को हल्के में लेना बंद करें। आपके साथी ने आपकी सभी कठिनाइयों में आपका पूरा साथ दिया है, यही समय है कि आप अपनी सफलता और खुशियां भी उनके साथ साझा करें।

वृश्चिक :गणेशजी कहते हैं कि आज आपको अपने पार्टनर से काफी प्रोत्साहन मिलने की संभावना है । वे आपके सपनों का समर्थन करेंगे और उन्हें हासिल करने के लिए कड़ी मेहनत करने के लिए आपका मनोबल बढ़ाएंगे ।

धनु :गणेशजी कहते हैं कि अहंकार दिखाने का यह सही समय नहीं है। आपको अपने प्रियजन के लिए कई त्याग करने के लिए खुद को तैयार करना होगा। किसी भी तरह की विश्वासघाती गतिविधियों में लिप्त होने से बचें क्योंकि इससे आपका रिश्ता खत्म हो सकता है।

मकर :गणेशजी कहते हैं कि अपने प्रिय से मिलने का समय आने पर आप अपने सभी तनावों को दूर कर सकते हैं। आपका साथी भावनात्मक रूप से थका हुआ महसूस कर सकता है ।

कुंभ :गणेशजी कहते हैं कि अपने साथी के साथ एक छोटी छुट्टी की योजना बनाने और उनके साथ कुछ गुणवत्तापूर्ण समय बिताने का यह सबसे पर्याप्त समय है। पार्टनर की तरफ से आपको शादी का प्रस्ताव मिल सकता है।

मीन :गणेशजी कहते हैं कि आपके रिश्ते में आज कुछ उतार- चढ़ाव आ सकते हैं। आपको अपने साथी के साथ अपनी सच्ची भावनाओं को साझा करने की आवश्यकता है।

सावधान! ईयरफोन का ज्यादा इस्तेमाल खतरनाक

ईयरफोन का ज्यादा इस्तेमाल... 100 करोड़ युवाओं पर बुरा असर डालेगा. ये अनुमान है वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन (ड्ख।।ह) का. दरअसल आजकल चाहे लोकल ट्रेन हो या फिर बस, या फिर हवाई जहाज. ईयरफोन-हेडफोन का इस्तेमाल करने वाले लोग आपको आसानी से दिख जाएंगे. चाहे मूवी हो या फिर अपने फेवरेट गाने सुनना, या चाहे फोनकॉल पर बात करना, ईयरफोन कान में ठूसे लोग, हमें नजर आ ही जाते हैं, लिहाजा आजकल के दौर में ईयरफोन हमारी लाइफस्टाइल का एक बहुत महत्वपूर्ण हिस्सा बन चुका है.

पर क्या कभी आपने ये सोचा है कि ईयरफोन हमारे लिए कितना खतरनाक हो सकता है! ईयरफोन का अत्याधिक इस्तेमाल, न सिर्फ हमारी सुनने की क्षमता पर बुरा प्रभाव डालता है, बल्कि कान के पर्दे खराब होने की भी संभावना पैदा करता है, ऐसे में इससे बचने के लिए किया क्या जाए? आइये समझते हैं...

दरअसल वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन के हालिया अनुमान के मुताबिक हेडफोन या ईयरफोन का ज्यादा इस्तेमाल, दुनिया भर में लगभग 100 करोड़ युवाओं की सुनने की क्षमता प्रभावित कर सकता है. वहीं अगर पिछले 10 सालों में देखा जाए तो, पोर्टेबल इयरफोन से आने वाले लाउड म्यूजिक के कई तरह के साइड इफेक्ट्स सामने उभर कर आएं हैं. ऐसे में लोगों की घंटों तक हेडफोन या ईयरफोन लगाने की आदत कई तरह के बुरे प्रभाव शरीर पर डालेगी. डॉक्टरों के मुताबिक ईयरफोन से निकलने वाला लाउड म्यूजिक, ईयरड्रम से टकराता है, जिससे ईयरड्रम को नुकसान पहुंचता है, जिससे लोगों में बहरेपन का खतरा बढने के आसार पैदा होते हैं.

ये हैं नुकसान

*सिर दर्द

*बहरापन

*कान में दर्द

ये हैं बचाव के तरीके

अगर आप खुद को और अपने सुनने की क्षमता को बरकरार रखना चाहते हैं, तो कोशिश करें की जरूरत पडऩे पर ही ईयरफोन का उपयोग करें. बेहतर होगा कि आपकी कोशिश ईयरफोन न इस्तेमाल करने की हो. एक और चीज का ध्यान रखें कि आप जो ईयरफोन या फिर हेडफोन का उपयोग कर रहे हैं, वो अच्छी क्वालिटी का हो, जिससे कुछ भी सुनते वक्त आपके कानों को सुरक्षा मिलेगी.

शब्द सामर्थ्य- 83

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. ह्दर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 082 का हल

चु	स्त		मु		सं	स्था	न	
ग		म	र्दा	न	गी		त	म
ली	प	ना			त	न		
	ना	ना					ज	
मा	ह		रा		सा	ज	न	
न		स	ह	दे	व		म	द
व		म		व	न	ज		ल
ता	क	त	व	र		मी		द
	ल	ल	क		क	र	त	ल

सू-दोकू- 83

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते है।
3. बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.082 का हल

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