संपादकीय

खतरा बढ़ा या घटा?

आईसीएमआर के मुताबिक कोविड-19 के बाद दिल के मरीजों में 14 फीसदी तक की बढ़ोतरी हुई है। अगर इसकी वजह सिर्फ संक्रमण का दीर्घकालिक प्रभाव है, तो फिर वैक्सीन से खतरा घटा, ऐसा कहने का क्या आधार बनता है, इसे आईसीएमआर को स्पष्ट करना चाहिए।

चूंकि मामला लोगों की जिंदगी और सेहत से जुड़ा है, इसलिए इस पर समाज में बहस खड़ी हो जाना उचित ही है। बहस की पृष्ठभूमि नवरात्रि के दौरान गुजरात में गरबा के दौरान हार्ट अटैक होने की कई घटनाएं रोशनी में आने से बनी। खबरों में बताया गया कि इस वर्ष गरबा के दौरान 473 लोगों को दिल के दौरे पड़े, जिनमें से अनेक की मौत हो गई। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मांडविया ने इन दुखद घटनाओं का संबंध कोरोना संक्रमण से बताया। उन्होंने आईसीएमआर का हवाला देते हुए कहा कि जिन लोगों को गंभीर कोविड संक्रमण का शिकार हुए अभी ज्यादा वक्त ना गुजरा हो, उन्हें ज्यादा शारीरिक मेहनत नहीं करनी चाहिए। ऐसे लोगों को तेज दौड़ने या श्रमसाध्य व्यायाम से बचना चाहिए। गौरतलब है कि दुनिया में कोविड महामारी के बाद दिल का दौरा पड़ने के मामलों में उछाल आया है। बहुत से विशेषज्ञ इसकी वजह कोविड वैक्सीन को बताते हैं। आरोप है कि जल्दबाजी में कंपनियों ने वैक्सीन की सुरक्षा संबंधी पूरी जांच नहीं की, जिसके दीर्घकालिक साइड इफेक्ट्स अब लोगों को भुगतने पड़ रहे हैं।

हालांकि भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) ने अपनी शोध रिपोर्ट में वैक्सीन का बचाव किया है। उसने कहा है कि कोरोना के टीके से युवाओं में अचानक मौत का खतरा नहीं बढ़ा है, बल्कि वैक्सीन के प्रभाव से ऐसा खतरा घटा है। चूंकि हार्ट अटैक से युवाओं की मौत के मामले भारत में भी बढ़े हैं, इसलिए आईसीएमआर ने यह अध्ययन किया था। उसकी रिपोर्ट में कहा गया कि जिन लोगों को गंभीर संक्रमण का सामना करना पड़ा है, उन्हें एक या दो साल तक अत्यधिक परिश्रम नहीं करना चाहिए। यह शोध रिपोर्ट अभी तक कहीं प्रकाशित नहीं हुई है। लेकिन स्वास्थ्य मंत्री ने इसका सार्वजनिक रूप से हवाला दे दिया। इसीलिए इस पर विवाद खड़ा हुआ है। खुद आईसीएमआर की रिपोर्ट के मुताबिक कोविड-19 के बाद दिल के मरीजों में 14 फीसदी तक की बढ़ोतरी हुई है। अगर इसकी वजह सिर्फ संक्रमण का दीर्घकालिक प्रभाव है, तो फिर वैक्सीन से खतरा घटा, ऐसा कहने का क्या आधार बनता है, इसे भी आईसीएमआर को स्पष्ट करना चाहिए।

इलेक्ट्रॉनिक्स की तरह फार्मा सेक्टर भी बढ़ोतरी की राह पर

विदेश में लगातार बढ़ रही भारत में बनी दवाइयों की मांग

नई दिल्ली । इलेक्ट्रानिक्स की तरह भारत की दवाइयों की मांग भी लगातार बढ़ती जा रही है। यही वजह है कि चालू वित्त वर्ष 2023-24 में वस्तुओं के कुल निर्यात में लगातार गिरावट के बावजूद फार्मा निर्यात में बढ़ोतरी हो रही है। दूसरी तरफ, एक्टिव फार्मास्यूटिकल्स इंग्रेडिएंट्स (एपीआई) के घरेलू निर्माण के प्रोत्साहन के लिए प्रोडक्शन लिंक्ड इंसेंटिव (पीएलआइ) स्कीम के शुरू होने के बाद फार्मा के आयात की बढ़ोतरी दर कम होती जा रही है। वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय के आंकड़ों के मुताबिक, चालू वित्त वर्ष 2023-24 में अप्रैल-सितंबर में वस्तुओं के कुल निर्यात में पिछले वित्त वर्ष की समान अवधि के मुकाबले 8.77 प्रतिशत की गिरावट रही, लेकिन फार्मा के निर्यात में इस अवधि में पांच प्रतिशत की बढ़ोतरी दर्ज की गई। इस साल अप्रैल-सितंबर में 13.3 अरब डालर का फार्मा निर्यात रहा जबकि पिछले साल इस अवधि

में 12.7 अरब डालर फार्मा निर्यात किया गया था। इस साल सितंबर में फार्मा निर्यात में 9.01 प्रतिशत की बढ़ोतरी दर्ज की गई।

तीन साल पहले एपीआई के लिए आयात पर थे निर्भर

कोरोना काल में दवा निर्माण के लिए जरूरी एपीआई के निर्माण की कवायद के साथ पीएलआइ स्कीम शुरू हुई और दो से ढाई साल में 38 मोलिक्यूल्स का निर्माण भारत में होने लगा है। इंडिया ड्रग मैन्यूफैक्चरिंग एसोसिएशन के कार्यकारी निदेशक अशोक कुमार मदान कहते हैं, कई मोलिक्यूल्स ऐसे हैं, जिनका निर्माण हम बिल्कुल नहीं करते थे। तीन साल पहले तक इन मोलिक्यूल्स के लिए हम पूरी तरह से आयात पर निर्भर थे। उन्होंने बताया कि निर्यात बढ़ाने के लिए दवा के क्वालिटी कंट्रोल पर ध्यान दिया जा रहा है और मैन्यूफैक्चरिंग के वैश्विक स्तर को पूरी तरह से अपनाने की तैयारी चल रही है। भारत इन दिनों सबसे अधिक दवा निर्यात अमेरिका को कर रहा है। दूसरा नंबर ब्रिटेन का है।

एफटीए होने से आस्ट्रेलिया में बनीं निर्यात की संभावनाएं

अफ्रीकी देशों को होने वाले दवा निर्यात में लगातार बढ़ोतरी हो रही है। इन देशों में भारत की जेनरिक दवा की मांग लगातार बढ़ रही है। दुनिया के शीर्ष 20 जेनेरिक दवा निर्माताओं में आठ कंपनियां भारत की हैं। आस्ट्रेलिया के साथ मुक्त व्यापार समझौता (एफटीए) होने के बाद वहां भी दवा निर्यात की नई संभावनाएं निकल रही हैं

कई तरह के स्टार्टिंग मैटेरियल अब भी देश में नहीं बन रहे

एक चिंताजनक पहलू यह है कि दवा बनाने के लिए जरूरी कई तरह के स्टार्टिंग मैटेरियल (केएसएम) का निर्माण अब भी देश में नहीं हो रहा है। इसलिए उनका आयात बढ़ रहा है। हालांकि कई एपीआई का उत्पादन घरेलू स्तर पर शुरू होने से उनके आयात में कमी आई है। इसलिए फार्मा आयात की बढ़ोतरी दर कम हो रही है। वित्त वर्ष 2021-22 में फार्मा के आयात में 20 प्रतिशत की बढ़ोतरी दर्ज की गई थी। वित्त वर्ष 2022-23 में यह बढ़ोतरी दर घटकर दो प्रतिशत रह गई।

वाणिज्य मंत्रालय के आंकड़ों के मुताबिक चालू वित्त वर्ष के अप्रैल-सितंबर में फार्मा आयात में पिछले वित्त वर्ष की समान अवधि के मुकाबले सिर्फ 0.25 प्रतिशत की बढ़ोतरी हुई। निर्यात में पांच प्रतिशत की बढ़ोतरी के साथ घरेलू स्तर पर भी दवा के कारोबार में पिछले साल के मुकाबले 8-9 प्रतिशत की बढ़ोतरी दिख रही है। इसलिए दवा का निर्माण भी बढ़ रहा है।

7 महीने के निचले स्तर पर पहुंचा देश का सर्विस सेक्टर, प्रोडक्शन और नए बिजनेस में आई नरमी है इसकी वजह

नई दिल्ली । सर्विस पीएमआई बताने वाली एजेंसी ने अक्टूबर 2023 के पीएमआई इंडेक्स के आंकड़े जारी कर दिये हैं। इस बार सितंबर

महीने के मुकाबले अक्टूबर में पीएमआई 61 से गिरकर 58.4 हो गया है। एक्सपर्ट के अनुसार इसकी वजह मैन्युफैक्चरिंग में आई कमी है।

आपको बता दें कि एसएंडपी की ओर से जारी आंकड़ों के अनुसार अक्टूबर में मैन्युफैक्चरिंग पिछले 7 महीने के निचले स्तर पर पहुंच गया है। पीएमआई इंडेक्स द्वारा जारा आंकड़ों के आधार पर ही भारतीय रिजर्व बैंक ब्याज दरें तय करता है। अगर मैन्यूफैक्चरिंग सेक्टर में तेजी दर्ज होती है तो यह देश के आर्थिक विकास की ओर ले जाता है। पीएमआई इंडेक्स की दरें देश के रोजगार स्थिति को भी बताती है। एसएंडपी ग्लोबल इंडिया सर्विसेज पीएमआई बिजनेस एक्टिविटी इंडेक्स अक्टूबर में गिरकर 58.4 पर आ गया, जो सितंबर में 13 साल के उच्चतम 61 पर था। यह मार्च के बाद से विस्तार की सबसे धीमी दर का संकेत है। आपको बता दें कि परचेजिंग मैनेजर्स इंडेक्स की भाषा में, 50 से ऊपर प्रिंट का मतलब विस्तार है जबकि 50 से नीचे का स्कोर संकुचन को दर्शाता है।

भारतीय वस्तुओं और सेवाओं के लिए ली जाने वाली कीमतें अक्टूबर में और बढ़ गईं, जिससे मुद्रास्फीति का मौजूदा क्रम लगभग तीन साल तक बढ़ गया। भारत में सर्विस कंपनियों ने अक्टूबर में अपने खर्चों में वृद्धि दर्ज की, जिसके लिए उन्होंने भोजन, ईंधन और कर्मचारियों की उच्च लागत को जिम्मेदार ठहराया।

वनडे विश्व कप 2023: न्यूजीलैंड को लगा झटका, मैट हेनरी बचे हुए टूर्नामेंट से बाहर

बेंगलुरु। न्यूजीलैंड क्रिकेट टीम को बड़ा झटका लगा है। कीवी टीम के तेज गेंदबाज मैट हेनरी बचे हुए विश्व कप से बाहर हो गए हैं।न्यूजीलैंड क्रिकेट बोर्ड ने आधिकारिक तौर पर ये जानकारी दी है। उनकी जगह पर काइल जैमिसन को दल में शामिल कर लिया गया है।बता दें कि हेनरी को 1 नवंबर को पुणे में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ मैच के दौरान चोट लगी थी। पुणे में दक्षिण अफ्रीका क्रिकेट टीम के खिलाफ पिछले मैच के दौरान हेनरी की दाहिनी हैमस्ट्रिंग में चोट लग गई थी।वह अपने छठे ओवर के बीच में ही मैदान छोडक़र चले गए थे। हालांकि, वह 11वें नंबर पर बल्लेबाजी करने उतरे थे। न्यूजीलैंड क्रिकेट बोर्ड ने जानकारी दी है कि उनकी चोट ग्रेड-2 स्तर की है।उन्होंने इस विश्व कप में 7 मैचों में 28.63 की औसत के साथ 11 विकेट अपने नाम किए थे। हेनरी को चोट से वापसी करने में कम से कम 2 से 4 सप्ताह का समय लगेगा।टीम के कोच गैरी स्टीड ने कहा, मैट लंबे समय से हमारी वनडे टीम का अहम हिस्सा रहे हैं और इस टूर्नामेंट के अंत तक पहुंचते-पहुंचते उन्हें बाहर होते देखना बेहद निराशाजनक है।

महिला एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी: भारत ने कोरिया को 5-0 से हराकर जारी रखा अपना अजेय क्रम

रांची। भारतीय महिला हॉकी टीम ने झारखंड महिला एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी में अपना अजेय क्रम जारी रखते हुए गुरुवार को अपने आखिरी पूल मैच में कोरिया के खिलाफ 5-0 से शानदार जीत हासिल की। भारत के लिए सलीमा टेटे (6, 36), नवनीत कौर (36), वंदना कटारिया (49) और नेहा (60) ने गोल किए और प्रतियोगिता में अपना अजेय क्रम बरकरार रखा।

इस जीत के साथ भारतीय टीम ने पांच मैचों से 15 अंक अर्जित करते हुए अंक तालिका में शीर्ष स्थान हासिल किया। इस बीच, कोरिया ने

पांच मैचों में सात अंक हासिल कर ग्रुप चरण में अपना अभियान चौथे स्थान पर खत्?म किया। स्टैंडिंग के अनुसार, दोनों टीमें सेमीफाइनल में एक बार फिर भिड़ेंगी।

टूर्नामेंट के दूसरे सेमीफाइनल में 4 नवंबर को भारत का मुकाबला कोरिया से होगा।

अपने पिछले मैचों की तरह भारत ने आक्रामक उच्च-दबाव वाली रणनीति और लगातार आक्रमण के साथ खेल की शुरुआत की, जिससे शुरुआती लाभ मिला।

मैच के शुरुआती क्षणों में सलीमा टेटे (6) ने, जो सर्कल के भीतर बिना निशान छोड़े गए थे, खूबसूरती से एक गोल किया, जिससे मेजबान टीम को शुरुआती बढ़त मिल गई।

भारत ने लगातार सर्कल में प्रवेश करके आक्रामक आक्रमण जारी रखा। हालांकि टीम कई मौकों पर दूसरा गोल करने के करीब पहुंची, लेकिन उन अवसरों को भुनाने में असफल रही। शुरुआती क्वार्टर पूरा होने तक भारत ने 1-0 की बढ़त बनाए रखी।

दूसरे क्वार्टर में पहले क्वार्टर की तरह ही भारत ने अपना दबदबा बनाए रखा और कोरिया को रक्षात्मक बनाए रखने के लिए तेजी से पास दिए। भारत इस अवधि में दो पेनल्टी कॉर्नर हासिल करने में भी कामयाब रहा, लेकिन उनका फायदा नहीं उठा सका, क्योंकि हाफ टाइम ब्रेक तक टीमें मेजबान टीम से 1-0 से आगे थीं।

व्हाटसएप ने एक ही महीने में बैन किए 71 लाख भारतीयों के अकाउंट

नई दिल्ली । मेटा के स्वामित्व वाले व्हाट्सएप ने नए आईटी नियम 2021 के अनुपालन में सितंबर महीने में भारत में रिकॉर्ड 71 लाख से अधिक खराब खातों पर प्रतिबंध लगा दिया। कंपनी ने 1 से 30 सितंबर के बीच 71,11,000 खातों पर प्रतिबंध लगा दिया। व्हाट्सएप ने अपनी मासिक अनुपालन रिपोर्ट में कहा कि उपयोगकर्ताओं की किसी भी रिपोर्ट से पहले इनमें से लगभग 25,71,000 खातों पर सक्रिय रूप से प्रतिबंध लगा दिया गया।

सबसे लोकप्रिय मैसेजिंग प्लेटफॉर्म, जिसके देश में 50 करोड़ से अधिक उपयोगकर्ता हैं,

को सितंबर में देश में रिकॉर्ड 10,442 शिकायत रिपोर्ट प्राप्त हुईं, जिनमें से 85 पर कार्रवाई की गई। एकाउंट्स एक्शनड उन रिपोर्टों को दर्शाता है, जहां व्हाट्सएप ने रिपोर्ट के आधार पर उपचारात्मक कार्रवाई की और कार्रवाई करने का मतलब या तो किसी खाते पर प्रतिबंध लगाना है या परिणामस्वरूप पहले से प्रतिबंधित खाते को बहाल करना है।

कंपनी के अनुसार, इस उपयोगकर्ता-सुरक्षा रिपोर्ट में प्राप्त उपयोगकर्ता शिकायतों और व्हाट्सएप द्वारा की गई कार्रवाई के साथ-साथ हमारे प्लेटफॉर्म पर दुरुपयोग से निपटने के लिए व्हाट्सएप की अपनी निवारक कार्रवाइयों का विवरण शामिल है। इसके अलावा, कंपनी को सितंबर में देश में शिकायत अपीलीय समिति से छह आदेश मिले और उन्होंने इसका अनुपालन किया।

लाखों भारतीय सोशल मीडिया उपयोगकर्ताओं को सशक्त बनाने के लिए केंद्र ने हाल ही में शिकायत अपीलीय समिति (जीएसी) लॉन्च की है जो सामग्री और अन्य मुद्दों के संबंध में उनकी चिंताओं को देखती है। नवगठित पैनल, बिग टेक कंपनियों पर लगाम लगाने के लिए देश के डिजिटल कानूनों को मजबूत करने की दिशा में एक कदम है, जो सोशल मीडिया प्लेटफार्मों के फैसलों के खिलाफ उपयोगकर्ताओं द्वारा की गई अपील पर गौर करेगा।

वनडे विश्व कप 2023

अफगानिस्तान के खिलाफ नीदरलैंड ने टॉस जीतकर चुनी बल्लेबाजी

लखनऊ। वनडे विश्व कप 2023 के 34वें मैच के लिए नीदरलैंड क्रिकेट टीम और अफगानिस्तान क्रिकेट टीम आमने-सामने हैं।नीदरलैंड ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने का फैसला किया है।अफगानिस्तान ने अपने 6 में से 3 मैच जीते हैं और सेमीफाइनल की दौड़ में बने रहने के लिए उन्हें हर हाल में जीत जरूरी है।डच टीम ने अपने 6 में से 2 मैच जीते हुए हैं।

नीदरलैंड और अफगानिस्तान के बीच वनडे क्रिकेट में 9 मुकाबले खेले गए हैं। 7 मुकाबलों में अफगानिस्तान की टीम को जीत मिली है। 2 मैच नीदरलैंड ने अपने नाम किए हैं।दोनों टीमों के बीच वनडे विश्व कप में अभी तक एक भी मुकाबला नहीं खेला गया है।मोहम्मद शहजाद नीदरलैंड के खिलाफ सबसे ज्यादा 312 रन बनाने वाले खिलाड़ी हैं। मुजीब उर रहमान ने 3 मैच में नीदरलैंड के खिलाफ 7 विकेट झटके हैं।

इकाना स्टेडियम पर पहला वनडे मैच 6 नवंबर, 2019 में अफगानिस्तान और वेस्टइंडीज के बीच खेला गया था।इस मैदान पर 8 वनडे मैच खेले जा चुके हैं। 4 पहले बल्लेबाजी करने वाली टीम ने जीते हैं और 4 ही मैच बाद में बल्लेबाजी करने वाली टीम ने जीते हैं।यहां सर्वोच्च स्कोर का रिकॉर्ड दक्षिण अफ्रीका (311/7, खिलाफ ऑस्ट्रेलिया, 2023) के नाम दर्ज है। यहां न्यूनतम स्कोर इंग्लैंड क्रिकेट टीम (129, खिलाफ भारत, 2023) के नाम दर्ज है। यहां की पिच को आमतौर पर स्पिनर्स की मददगार माना जाता है। काली और लाल मिट्टी के मिश्रण से बनी इस पिच पर अफगानिस्तान के स्पिनर्स कमाल कर सकते हैं।वैसे तेज गेंदबाज भी इन परिस्थितियों का फायदा उठाने में सक्षम हो सकते हैं। पिच की प्रकृति दोनों पारियों में लगभग समान रहती है। ऐसे में टॉस का विशेष महत्व नहीं है।यहां पहली पारी का औसत स्कोर 243 रन और दूसरी पारी का औसत स्कोर 209 रन है।रहमानुल्लाह गुरबाज पिछले 10 मुकाबलों में 38.5 की औसत से 385 रन बनाने में सफल रहे हैं।इब्राहिम जादरान ने पिछले 10 मुकाबलों में 37.4 की औसत से 374 रन बनाए हैं।स्कॉट एडवर्ड्स ने पिछले 10 मैच में 43.00 की औसत से 301 रन बनाए हैं।

आज का राशिफल

मेष: आज आपकी दिनचर्या अच्छी रहेगी। आपके अंदर पॉजिटिविटी बनी रहेगी। आज आपका मन रचनात्मक कार्यों में लगेगा। आपको जूनियर्स का पूरा सपोर्ट मिलेगा इस बात का ध्यान रखें कि किसी काम में आप जितना समय देंगे उतना ही ज्यादा अच्छा होगा।

वृष: आपके लिए आज का दिन बेहद खास रहने वाला है। आपके करियर में महत्वपूर्ण बदलाव आ सकते हैं। कारोबार अथवा नौकरी से संबंधित यात्राएं होंगी जो आपके लिए लाभदायक होगी।

मिथुन: आज आपको कोई सरप्राइज़ मिल सकता है। आप जीवन में कुछ नया हासिल करेंगे। अगर आप सिंगल हैं, तो आज आपके विवाह की चर्चा होगी। लवमेट्स के साथ आपको रिश्ते में ईमानदार और पारदर्शी होना होगा।

कर्क: आपके लिए आज का दिन बहुत शुभ है। करियर व व्यापार के लिहाज से आज का दिन फेवरेबल है। इसलिए कार्यस्थल पर सीनियर्स के साथ वाद-विवाद से बचें। आज काम में थोड़ी बाधाएं आ सकती हैं लेकिन धीरे:धीरे मामला सुलझ जायेगा।

सिंह: आज का दिन आपके लिए सकारात्मक रहने वाला है। आज आपको व्यापार में तरक्की देखने को मिलेगी। नए:नए ग्राहक जुड़ेंगे। आपका बिजनेस आगे बढ़ेगा। आर्थिक स्थिति में बढ़ोतरी होगी।

कन्या: आपके लिए आज का दिन लाभदायक रहेगा। आप के वेतन में वृद्धि होने की संभावना बन रही है। यदि नौकरी बदलना चाहते हैं तो यह इच्छा आपकी पूरी हो सकती है। आय के स्रोत बढ़ेंगे। कारपोरेट नौकरी से जुड़े लोगों को आज कार्यस्थल पर सहकर्मियों से बहस करने से बचना चाहिए।

तुला: आपको आज नये अवसर मिलेंगे। अचानक धन लाभ के योग हैं। किसी पुरानी बात को लेकर प्रसन्नता बनी रहेगी। आप अपने घर के साथ मिलकर किसी धार्मिक यात्रा पर जाने का मन बना सकते हैं।

वृश्चिक: आज आप मानसिक रूप से शांति का अनुभव करेंगे। आज पारिवारिक माहौल आध्यात्मिक रहेगा। सभी सदस्यों के बीच आपसी समझ में बढ़ोतरी देखने को मिलेगी। यदि आपकी किसी से निजी शत्रुता है तो उनसे सावधान रहें।

धनु: आपके लिए प्रसन्नता लाने वाला दिन है। पारिवारिक जीवन उत्तम रहेगा सभी आपसे प्रसन्न रहेंगे, और आपके लिए कुछ स्पेशल करने का प्रयास भी करेंगे। आप परिवार के साथ कहीं घूमने जाने का प्लान कर सकते हैं।

मकर: आज आपका दिन प्रसन्नता पूर्वक बीतेगा। यदि आपके बच्चे छोटे हैं स्कूल जाते है तो उनकी किसी बात से आज आपको बहुत खुशी मिलेगी, और आप उनके लिए कुछ नया करने का प्रयास करेंगे।

कुंभ: आज आप ऊर्जावान महसूस करेंगे। गवर्नमेंट जॉब के लिए परीक्षा की तैयारी कर रहे है तो खुश हो जाइए आपको अच्छे परिणाम मिल सकते हैं। आप मार्केटिंग से रिलेटेड काम करते हैं तो नए नए ग्राहक मिलेंगे और आपको इसमें सफलता मिलेगी।

मीन: आज का दिन आपके लिए फायदेमंद रहेगा। करियर में अच्छे परिणाम मिलेंगे। कार्यक्षेत्र में आपके काम देखते हुए पदोन्नति मिलेगी और आपकी सराहना भी हो सकती है।

फिल्म डंकी का टीजर रिलीज, भावनात्मक सफर पर निकले शाहरुख ने लूटी महफिल

शाहरुख खान की फिल्म डंकी का इंतजार दुनियाभर के दर्शकों को है और अपने 58वां जन्मदिन के मौके पर प्रशंसकों को फिल्म डंकी के टीजर की सौगात भी मिल गई है, जिसकी राह बड़ी बेसब्री से देखी जा रही थी। यह फिल्म लंबे समय से चर्चा में है और अब टीजर आने के बाद यह फिर सोशल मीडिया पर ट्रेंड कर रही है। टीजर की शुरुआत एक गाने निकले थे कभी हम घर से, घर दिल से मगर नहीं निकला... से होती है, जहां शाहरुख रेगिस्तान में भागते हुए नजर आ रहे हैं। उनके साथ कुछ लोग भी हैं। हार्डी बने शाहरुख हंसाने के साथ-साथ भावुक भी करते हैं, वहीं सूट-सलवार पहने तापसी उर्फ मन्नू सीधे-सादे अवतार में नजर आई हैं।वास्तविक जीवन के अनुभवों और कहानियों पर आधारित डंकी प्यार और दोस्ती की एक खूबसूरत और भावनात्मक दास्तां बयां कर रही है।

शाहरुख ने टीजर साझा कर लिखा, सपनों और इच्छाओं को पूरा करने की कोशिश कर रहे सरल और वास्तविक लोगों की कहानी।

एक हृदयस्पर्शी कहानीकार की हृदयस्पर्शी कहानी। इस यात्रा का हिस्सा बनना सम्मान की बात है। उम्मीद है कि आप सभी हमारे साथ आएंगे। डंकी शाहरुख की फिल्म जवान और पठान से बिल्कुल अलग होने वाली है। इसमें उनका एक्शन अवतार देखने को नहीं मिलेगा, लेकिन फिल्म में दर्शकों को एक ऐसी चीज दिखाई जाएगी, जो पहले किसी भी फिल्म में देखने को नहीं मिली।

चियान विक्रम की फिल्म थंगालान का टीजर रिलीज, खूंखार अवतार में आ रहे नजर

चियान विक्रम की फिल्म थंगालान का टीजर रिलीज हो गया है. फिल्म के टीजर में विक्रम का खूंखार अवतार देखने को मिला है जो अपने हाथों से ही जहरीले किंग कोबरा के दो टुकड़े करते दिख रहे हैं. तलवार के साथ एक्टर का एक्शन मोड भी नजर आ रहा है. बता दें कि फिल्म थंगालान अगले साल 26 जनवरी 2024 को थिएटर्स में रिलीज की जाएगी.

पोन्नियिन सेलवन 2 के बाद अब चियान विक्रम थंगालान में नजर

आने वाले हैं. पा रंजीत के डायरेक्शन में बनी इस फिल्म में विक्रम एकदम हटके वाले अवतार में दिखाई देने वाले हैं. फिल्म के टीजर से उनका अवतार रिवील हो गया है और अब फैंस को फिल्म का बेसब्री से इंतजार है. हालांकि अभी एक्साइटमेंट बढ़ाने के लिए ट्रेलर का आना बाकी है.

एवोकाडो तेल कई पोषक तत्वों से है भरपूर

एवोकाडो फल कई पौष्टिक गुणों से भरपूर होता है और समग्र स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इसके गूदे से निकाला गया तेल भी विभिन्न लाभों के लिए जाना जाता है।एवोकाडो तेल में फैटी एसिड, एंटी-ऑक्सीडेंट और विटामिन्स जैसे कई गुण होते हैं, जो सेहत से लेकर त्वचा तक के लिए लाभकारी होते हैं।इस तेल को पर्सिया अमरीकाना भी कहते हैं।आइये आज स्वास्थ्य टिप्स में एवोकाडो तेल के 5 प्रमुख फायदे जानते हैं।

खराब कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने में कारगर- उच्च कोलेस्ट्रॉल कई तरह की गंभीर बीमारियों का कारण बन सकता है। इससे बचाव के लिए एवोकाडो के तेल का इस्तेमाल किया जा सकता है।इस तेल में ओलिक एसिड जैसे मोनोअनसैचुरेटेड फैटी एसिड और एंटी-ऑक्सीडेंट गुण होते हैं। ये अच्छे कोलेस्ट्रॉल यानी एचडीएल के स्तर को कम किए बिना खराब कोलेस्ट्रॉल यानी एलडीए को कम करने में मदद करते हैं।इसके साथ ही यह हृदय रोग के जोखिम को कम करने में भी मददगार है।

आंखों के लिए है लाभकारी- आंखों को कई तरह की समस्याओं से बचाए रखने में भी एवोकाडो का तेल अहम भूमिका अदा कर सकता है।एवोकाडो तेल में ल्यूटिन और जेक्सैन्थिन नामक यौगिक पाए जाते हैं, जो आंखों के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं।ये यौगिक मोतियाबिंद और उम्र के साथ होने वाली आंखों की कई समस्याओं से बचाए रखने में मदद कर सकते हैं।नेत्र विशेषज्ञ भी एवोकाडो तेल को पौष्टिक सप्लीमेंट के रूप में डाइट में शामिल करने की सलाह देते हैं।

पाचन क्रिया में करता है सुधार - पाचन तंत्र हमारे समग्र स्वास्थ्य में अहम भूमिका निभाता है, इसलिए स्वस्थ रहने के लिए पाचन क्रिया ठीक होनी चाहिए। इसके लिए एवोकाडो का तेल लाभकारी है।इस तेल में फाइबर मौजूद होता है, जो पाचन क्रिया में सुधार करता है।इसके साथ ही यह कब्ज और गैस जैसी कई स्वास्थ्य समस्याएं से राहत दिलाने में मदद करता है।

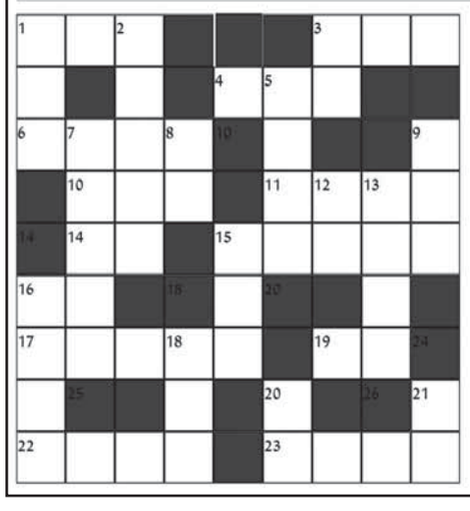
शब्द सामर्थ्य- 231

बाएं से दाएं :

1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 3. बेवजह, बिनाकारण, व्यर्थ 4. हल्कीनींद, चकमा, धोखा 6. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल 10. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना 11. चरमसीमा, सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. मृतप्राय, मृत्यु के करीब 19. जल, अम्बु 22. उपहार, भेंट 23. खबर, संदेश।

ऊपर से नीचे

1. गणपतिजी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रीवाज, 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का धड़ा जहां से शाखाएं निकलती है, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज 12. शासन, गुप्तबात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभागा 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्वाब 20. करीब, नज़दीक, समीप 21. सुबह, प्रातः, सबेरा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 230 का हल

अ	भि	षे	क		प	स		
जा	त		थ	प	थ	पा	ना	
य	र	का	नी		भ्र		र	शिम
ब	घा	र		क	ष्ट	प्र	द	
	त	ना	त	नी		र्व		ब
अ		मा		ज	मा	त		ल
स	जा					क	ज	रा
बा		बे	स	हा	रा		ग	म
ब	गु	ला		रा	ज	दू	त	

सू-दोकू- 231

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

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 रख 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.230 का हल

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