

संपादकीय

आज के दौर में अपेक्षित प्रतिक्रियाएं

रिपोर्ट शैक्षिक स्वतंत्रता के बारे में है, इसलिए संभवतः इसकी भारत में ज्यादा चर्चा नहीं होगी। रिपोर्ट चर्चित हो, तो सरकार उसे ठुकरा देगी। सत्ता पक्ष का जवाब आगमि कि यह पूर्वाग्रह से ग्रस्त रिपोर्ट है। ये सब आज के दौर में अपेक्षित प्रतिक्रियाएं हैं।

जिन समाजों में आविष्कार होते हैं और जिनकी निगाह भविष्य पर टिकी होती है, वहां दिमागी आजादी पर सीमाएं लगाने की कोशिश सामान्यतः नहीं होती। बल्कि यह मान्यता प्रचलित है कि दिमागी नियंत्रण से बेहतर है, दिमागी नटखटपन को सहना। जबकि एक ताजा अंतरराष्ट्रीय रिपोर्ट का निष्कर्ष है कि पिछले दस साल में भारत में शैक्षिक स्वतंत्रताएं बहुत सिमट गई हैं। स्कॉलर्स एट रिस्क (एसएआर) नाम की अंतरराष्ट्रीय संस्था ने अपना ताजा शैक्षिक स्वतंत्रता सूचकांक जारी किया है। एसएआर 665 विश्वविद्यालयों का नेटवर्क है, जिसने विभिन्न देशों में शैक्षिक स्वतंत्रता की स्थिति मापने का एक पैमाना विकसित किया है।

ताजा रिपोर्ट 'फ्री टू थिंक- 2024' शीर्षक से जारी की गई है। इसमें बताया गया है कि एक जुलाई 2023 से 30 जून 2024 के बीच 51 देशों में उच्चतर शिक्षा से जुड़े समुदायों की आजादी पर 391 प्रहार किए गए। इन देशों में भारत का खास उल्लेख है। 2013 में एसएआर के सूचकांक पर भारत को 0.6 अंक प्राप्त हुए थे। 2024 में इस पर भारत को सिर्फ 0.2 अंक मिले हैं। इस तरह भारत को एसएआर ने 'पूर्णतः नियंत्रित' देशों की श्रेणी में डाल दिया है। इस संस्था ने एक ऐतिहासिक डेटाबेस भी तैयार किया है। उसकी रेशनी में इसने कहा है कि भारत में आज शैक्षिक स्वतंत्रता की स्थिति 1940 के दशक के मध्य के बाद से सबसे निचले स्तर पर है।

रिपोर्ट में भारत पर शैक्षिक स्वतंत्रता पर प्रहार की कई मिसालों का जिक्र है। कहा गया है- 'भारत में छात्रों और विद्वानों की शैक्षिक स्वतंत्रता के सामने जो सबसे बड़े खतरें दृश्य हैं, उनमें विश्वविद्यालयों, विश्वविद्यालयों की राजनीति, एवं छात्र प्रतियोगी को नियंत्रित करने और हिंदुत्व का एजेंडा थोपने के भारतीय जनता पार्टी के प्रयास भी शामिल हैं।' चूंकि यह रिपोर्ट शैक्षिक स्वतंत्रता के बारे में है, इसलिए संभवतः इसकी भारत में ज्यादा चर्चा नहीं होगी। रिपोर्ट चर्चित हो, तो सरकार उसे ठुकरा देगी। सत्ता पक्ष का जवाब आगमि कि यह पूर्वाग्रह से ग्रस्त रिपोर्ट है। ये सब आज के दौर में अपेक्षित प्रतिक्रियाएं हैं। मगर उनसे इस रिपोर्ट से उठे मूलभूत प्रश्नों के उत्तर नहीं मिलेंगे।

बड़ी गिरावट के साथ खुला शेयर बाजार, सेंसेक्स 257 और निफ्टी ने 86 अंकों के नुकसान के साथ शुरू किया कारोबार

मुंबई

हफ्ते के आखिरी दिन शेयर बाजार एक बार फिर लाल निशान में खुला। शुक्रवार को बाजार में बड़े नुकसान के साथ कारोबार शुरू हुआ। आज बीएसई सेंसेक्स 257.35 अंकों की गिरावट के साथ 80,749.26 अंकों पर खुला तो वहीं दूसरी ओर निफ्टी 50 भी 86.70 अंकों की गिरावट के साथ 24,664.95 अंकों पर शुरू हुआ। जबकि गुरुवार को शेयर बाजार हरे निशान में खुला था लेकिन अंत में ये बड़ी गिरावट के साथ बंद हुआ था। बताते चलें कि ये हफ्ता भी शेयर बाजार और इसके निवेशकों के लिए अच्छा नहीं रहा और नुकसान हावी रहा। भयानक नुकसान से लाल हुआ बीएसई का सेंसेक्स इंडेक्स

आज सुबह 9.20 बजे तक सेंसेक्स की 30 में से 28 कंपनियों के शेयर लाल निशान में थे जबकि सिर्फ 2 कंपनियों के शेयर ही हरे निशान में कारोबार कर रहे थे। इसी तरह, निफ्टी 50 की भी 50 में से 35 कंपनियों के शेयर नुकसान में थे और सिर्फ 15 कंपनियों के शेयर ही हरे निशान में थे।

इंफोसिस के शेयरों में सबसे ज्यादा गिरावट

सुबह 9.20 बजे तक सेंसेक्स की कंपनियों में शामिल इंफोसिस के शेयर सबसे ज्यादा 2.01 प्रतिशत की गिरावट के साथ कारोबार कर रहे थे। इसके अलावा, टाइटन 1.80 प्रतिशत, मासि सुजुकी 1.65 प्रतिशत, इंडसइंड बैंक 1.17 प्रतिशत, टेक महिंद्रा 1.02 प्रतिशत, एचडीएफसी बैंक 1.00, अडानी पोर्ट्स 0.96 प्रतिशत, बजाज फाइनेंस 0.95 प्रतिशत, महिंद्रा एंड महिंद्रा 0.92 प्रतिशत, नेस्ले इंडिया के शेयर 0.91 प्रतिशत की गिरावट के साथ कारोबार कर रहे थे।

इन कंपनियों के शेयर में भी नुकसान

इस समय तक रिलायंस इंडस्ट्रीज, भारतीय स्टेट बैंक, कोटक महिंद्रा बैंक, अल्ट्राटेक सीमेंट, पावरग्रिड, बजाज फिनसर्व, हिंदुस्तान यूनिटीवर, टाटा स्टील, आईटीसी, जेएसडब्ल्यू स्टील, लार्सन एंड टुब्रो, भारतीय एयरलाइंस, एशियन पेंट्स, आईसीआईसीआई बैंक, एनटीपीसी, सनफार्मा, टाटा मोटर्स और एसीएल टेक के शेयर भी लाल निशान में ट्रेड कर रहे थे।

एक्सिस बैंक के शेयर में जोरदार तेजी

वहीं दूसरी ओर, इस बड़ी गिरावट के बीच एक्सिस बैंक के शेयर सबसे ज्यादा 2.58 प्रतिशत की तेजी के साथ कारोबार कर रहे थे। एक्सिस बैंक के साथ-साथ टीसीएस के शेयर में 0.56 प्रतिशत की बढ़त के साथ कारोबार कर रहे थे।



चिन्नास्वामी में भारतीय गेंदबाजों की हुई जमकर कुटाई, 402 रन बनाकर ऑलआउट न्यूजीलैंड टीम

बेंगलुरु

टेस्ट में बेहतरीन बल्लेबाजी की पहली पारी में कीवी टीम 402 रन बनाकर ऑलआउट हुई। न्यूजीलैंड के लिए रचिन रविंद्र ने 134 रनों की सबसे बड़ी पारी खेली।

वहीं, सलामी बल्लेबाज डेवोन कॉन्वे 91 और टिम साउथी 65 रनों की पारी खेलकर आउट हुए। भारत ने शुरूआती विकेट्स तो निकाल लिए थे, लेकिन फिर 7वें विकेट के लिए डेवोन कॉन्वे और टिम साउथी के बीच शतकीय साझेदारी हुई, जिसने न्यूजीलैंड के स्कोर को इस मुकाम तक पहुंचाने में अहम भूमिका निभाई।

प्रॉफिट के लिए चीन के बाजार में जाना चाहते हैं निवेशक, लॉन्ग टर्म के लिए

मुंबई

दुनियाभर के बाजार इस समय ग्लोबल सेल-ऑफ का सामना कर रहे हैं। भारतीय शेयर बाजार पर भी इस ग्लोबल सेल-ऑफ का असर साफ-साफ देखा जा सकता है। भारी गिरावट का सामना कर रहे भारतीय बाजार में आज एक बार फिर बड़ी गिरावट देखने को मिल रही है। इसी बीच चीन के शेयर बाजारों में हालिया उछाल को देखते हुए निवेशकों के मन तरह-तरह की प्लानिंग चल रही है। निवेशक प्रॉफिट कमाने के लिए चीन के बाजार में पैसा



जिस पिच पर टीम इंडिया हुई 46 पर ऑलआउट, वहीं रचिन रविंद्र ने लगा दिया शतक

बेंगलुरु

भारत और न्यूजीलैंड के बीच खेले जा रहे बेंगलुरु टेस्ट मैच में कीवी बल्लेबाज रचिन रविंद्र ने शानदार बल्लेबाजी करते हुए शतक लगा दिया है। इसी के साथ वह 2012 में रॉस टेलर के बाद भारतीय सरजमीं पर टेस्ट शतक लगाने वाले पहले बल्लेबाज बन गए हैं। रचिन रविंद्र ने तेज बल्लेबाजी की और भारतीय गेंदबाज कोशिश करते रहे, लेकिन उनका विकेट नहीं ले पाए।

न्यूजीलैंड क्रिकेट टीम के स्टार बल्लेबाज रचिन रविंद्र ने कमाल की बल्लेबाजी करते हुए



की इसी पिच पर पहली पारी में पूरी भारतीय टीम 46 रन के स्कोर पर ऑलआउट हो गई थी, जबकि रचिन रविंद्र ने शतक लगा दिया है। आपको बता दें, 24 वर्षीय रचिन की ये दूसरी टेस्ट सेंचुरी है।

रचिन रविंद्र ने शतक लगाकर एक बड़ा कारनामा कर दिया है। वह भारतीय सरजमीं पर 12 साल बाद सेंचुरी लगाने वाले कीवी बल्लेबाज बन गए हैं। न्यूजीलैंड की ओर से भारत में पिछला शतक रॉस टेलर ने 2012 में बनाया था, जब वह 113 रन बनाकर पवेलियन लौटे

थे, दोनों ही शतकों में कॉमन बात ये है कि टेलर ने भी चिन्नास्वामी में ही शतक लगाया था और अब रचिन रविंद्र ने भी इसी मैदान पर सेंचुरी पूरी की है।

भारत को पहली पारी में 46 पर समेटने के बाद न्यूजीलैंड की टीम लगातार शानदार बल्लेबाजी करते हुए आगे बढ़ रही है। कीवी टीम की ओर से रचिन रविंद्र ने शतक लगाया है और डेवोन कॉन्वे भी 91 रन बनाकर आउट हुए थे, वहीं, 7वें विकेट के लिए रचिन रविंद्र और टिम साउथी के बीच शतकीय साझेदारी हो चुकी है। तीसरे दिन के लंच तक न्यूजीलैंड का स्कोर 345/7 रनों का रहा।

कार्तिक आर्यन की फिल्म भूल भुलैया 3 का मुख्य गाना जारी, दिलजीत दोसांझ ने दी आवाज

पिछले लंबे समय से अभिनेता कार्तिक आर्यन अपनी आगामी फिल्म भूल भुलैया 3 को लेकर सुर्खियां बटोर रहे हैं। इस फिल्म में कार्तिक की जोड़ी पहली बार अभिनेत्री तुषि डिमरी के साथ बनी है। इस फिल्म में कार्तिक अलावा विद्या बालन और माधुरी दीक्षित भी इस फिल्म में अपनी अदाकारी का तड़का लगाती हुईं नजर आएंगी। अब निर्माताओं ने भूल भुलैया 3 का मुख्य गाना जारी



विनीत कुमार सिंह की फिल्म मैच फिक्सिंग की रिलीज तारीख से उठा पर्दा, मोशन पोस्टर जारी

अभिनेता विनीत कुमार सिंह का नाम बॉलीवुड के उन अभिनेताओं की सूची में शामिल है, जिन्होंने अलग-अलग किरदार निभाकर प्रशंसकों के बीच खास जगह बनाई है। पिछली बार उन्हें वेब सीरीज गंगाबाज: डर की राजनीति में देखा गया था, जिसमें उनके काम को खूब सराहा गया। यह जी5 पर उपलब्ध है। मीजुदा वक्त में विनीत अपनी आगामी फिल्म मैच फिक्सिंग को लेकर चर्चा में हैं। अब इस फिल्म की रिलीज तारीख से पर्दा उठ गया है।

राजनीतिक थ्रिलर फिल्म मैच फिक्सिंग 15 नवंबर, 2024 को सिनेमाघरों में दस्तक देने को तैयार है। फिल्म से विनीत की पहली

डेनियल कोलिंस ने ताला रिटायरमेंट, कहा-मैं 2025 में टूर पर वापस आऊंगी

नई दिल्ली

विश्व नंबर-9 टेनिस खिलाड़ी डेनियल कोलिंस ने अपनी रिटायरमेंट की योजना को स्थगित कर दिया है, और अमेरिकी खिलाड़ी ने घोषणा की है कि वह अगले साल फिर से टूर पर लौटेंगी।

इस वर्ष की शुरुआत में, कोलिंस ने कहा था कि 2024 उनके टूर का अंतिम सीजन होगा लेकिन अब उन्होंने 2025 में टूर पर लौटने का फैसला किया है।

कोलिंस ने इंस्टाग्राम पर पोस्ट किया, तो, डेनियल स्टोरी अपने निष्कर्ष पर नहीं पहुंची है। मैं 2025 में फिर से टूर पर आऊंगी।

पोस्ट में लिखा गया है, हालांकि जीवन में कोई गारंटी नहीं है, लेकिन मैं 2024 के अपने सफर को बनाए रखने और तब तक खेलना जारी रखने की उम्मीद करती हूँ जब तक कि मैं ऐसा कर सकूँ। अभी के लिए एकमात्र गारंटी कुछ और रोमांचक मैच होंगे।

इसमें आगे कहा गया है, मैं अपने सभी प्रशंसकों को धन्यवाद देती हूँ, जो इस दौरान मुझे प्रोत्साहित करते रहे हैं। साथ ही, मैं अपने टूर के सबसे



आज का राशिफल

मेघ- आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। ऑफिस में आज काम का बोझ अधिक हो सकता है। आज आप पारिवारिक जिम्मेदारियां अच्छे से निभाएंगे। आपके भविष्य के लिए आज निवेश करना फायदेमंद साबित होगा।

वृष- आज का दिन आपके लिए सुनहरा रहने वाला है। आज अधिकांश वर्ग से आपको पॉजिटिव रिस्पॉन्स प्राप्त होगा। आज मित्रों के साथ मुलाकात के अवसर बनेंगे साथ ही मनोरंजन भरा वातावरण बना रहेगा।

मिथुन- आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। आज किसी पुरानी जमीन से आपको धन लाभ होगा। आज आप खुद के कामों को स्वयं ही निपटाने का प्रयास करें।

कर्क- आज कारोबार में अचानक आपके फायदा होगा। आज संतान के करियर से संबंधित किसी चिंता का समाधान मिलने से राहत मिलेगी। तथा आप अपने व्यक्तिगत कामों पर भी ध्यान दे पाएंगे। आपका अपने कर्म के प्रति अधिक विश्वास रखना आपके लिए हितकारी ही रहेगा।

सिंह- आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहने वाला है। आज आपको घर की कुछ नयी जिम्मेदारियां संभालनी पड़ेंगी। आज आलस की वजह से काम को टालना उचित नहीं है।

कन्या- आज कार्यालय में अधिकांश वर्ग आपकी ऊपर काम को लेकर थोड़ा दबाव बनाएंगे। आज आपकी ऑफिशियल यात्रा आपके लिए फायदेमंद रहेगी। आज सामाजिक संघर्षों के माध्यम से कुछ नई जानकारियां हासिल होंगी।

तुला- आज आप उत्साह से भरे रहेंगे 7 आज आपका आत्मविश्वास और मेहनत आपको अपने कार्यों में सफलता देगी। समाज में आपका मान-सम्मान व चर्च बनना रहेगा। आप किसी भी कार्य को पूरा करने में सक्षम रहेंगे।

वृश्चिक- आज का दिन आपके लिए शानदार रहने वाला है। आज आप अपने कार्यों को जल्दी पूरा करने के लिये पूरी मेहनत करेंगे, जिसमें आप सफल भी होंगे। आज समय आपके लिए बेहतरीन उपलब्धियों का निर्माण कर रहा है।

धनु- आज किसी नई योजना को बनाने में आप सफल होंगे। आज मौजूदा समय उपलब्धियों वाला रहेगा। योजना बनाकर अच्छे से दिनचर्या व्यवस्थित करेंगे साथ ही अपने सहयोगी तथा कर्मचारियों के साथ अच्छा ताल मेल बनाकर खना आवश्यक है।

मकर- आज आपको अचानक धन लाभ के अवसर प्राप्त होंगे। आपने अपने लक्ष्य और उम्मीदों संबंधी जो सपने संजोए थे, उन्हें आज पूरा करने का समय आ गया है। इसलिए पूरे जोश और मेहनत के साथ अपने कामों के प्रति प्रयासरत रहें।

कुंभ- आज आप दोस्तों के लिए मददगार साबित होंगे। आज आपके पास कई इम्पोर्टेंट काम हैं, इसलिए दोस्तों के साथ व आलस में अपना समय ना गवाएं। आज इगो व जिद्दीपन रखना भी नुकसानदायक साबित हो सकता है।

मीन- आज आप सकारात्मक विचारों के साथ अपने काम को आसानी से पूरा कर लेंगे। आज पारिवारिक माहौल अच्छा रहेगा। आज दिल की बजाए दिमाग से काम लेंगे तो आप बेहतर निर्णय लेने में सफल होंगे।

रोजाना कुछ मिनट करें स्लेज पुश एक्सरसाइज, मिलेंगे स्वास्थ्य से जुड़े कई लाभ

स्लेज पुश एक बेहतरीन एक्सरसाइज है, जो पूरे शरीर की ताकत और सहनशक्ति को बढ़ाने में मदद करता है। यह न केवल आपके पैरों और कंधों को मजबूत बनाता है, बल्कि आपके हृदय स्वास्थ्य को भी सुधाराता है। स्लेज पुश का उपयोग अक्सर एथलीट्स और फिटनेस प्रेमियों द्वारा किया जाता है क्योंकि यह एक उच्च तीव्रता वाली एक्सरसाइज है, जो कम समय में अधिक परिणाम देती है और शरीर की कई मांसपेशियों को सक्रिय करती है।

पैरों की मजबूती बढ़ाने में है सहायक- स्लेज पुश करते समय आपके पैर सबसे ज्यादा काम करते हैं। इस एक्सरसाइज से आपकी जांघों, पिंडिलियों और ग्लूट्स की मांसपेशियां मजबूत होती हैं। इसमें जब आप स्लेज को धक्का देते हैं तो आपको अपने पैरों से जोर लगाना पड़ता है, जिससे उनकी ताकत बढ़ती है। नियमित रूप से इस एक्सरसाइज को करने से आपकी लोडने और कूदने की क्षमता भी बेहतर होती है। इसके अलावा यह एक्सरसाइज आपके पैरों की सहनशक्ति को भी बढ़ाता है।

कंधों और बांहों का विकास में है मददगार- स्लेज पुश न केवल पैरों के लिए बल्कि कंधों और बांहों के लिए भी बहुत फायदेमंद होते हैं। जब आप स्लेज को धक्का

देते हैं तो आपके कंधे और बांहें भी सक्रिय रहती हैं। इससे उनकी मांसपेशियां मजबूत होती हैं और सहनशक्ति बढ़ती है। यह एक्सरसाइज उन लोगों के लिए खास तौर पर अच्छा होता है, जो अपने ऊपरी शरीर की ताकत बढ़ाना चाहते हैं और अपनी फिटनेस को एक नए स्तर पर ले जाना चाहते हैं।

हृदय स्वास्थ्य को सुधारने में है प्रभावी- स्लेज पुश एक कार्डियोस्कुलर एक्सरसाइज भी मानी जाती है क्योंकि इसे करने से आपका दिल तेजी से धड़कने लगता है। इससे आपका हृदय स्वास्थ्य सुधाराता है और कैलोरी बर्न होती है। नियमित रूप से इस एक्सरसाइज को करने से आपका स्टैमिना बढ़ता है, जिससे आप अन्य शारीरिक गतिविधियों में भी बेहतर प्रदर्शन कर सकते हैं। यह एक्सरसाइज आपकी सहनशक्ति को भी बढ़ाती है और आपको फिट रहने में मदद करता है।

शरीर के संतुलन और स्थिरता में कर सकती है सुधार- स्लेज पुश करते समय आपको अपने शरीर का संतुलन बनाए रखना पड़ता है, जिससे आपकी स्थिरता सुधारी जाती है। इसके अलावा यह एक्सरसाइज कोर मसल को भी सक्रिय रखते हैं, जो संतुलन बनाए रखने में मदद करते हैं।

शब्द सामर्थ्य- 211

बाएं से दाएं	नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण	4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5.
1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, शक्ति (उ.) 18. एक रंग, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, छोड़े की तेज चाल, तेज गति की प्रास करना, शिक्षा लेना 7. विवश, आवभगत 23. सर्प, साँप, लकड़ों दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. लाचार 8. अत्याधिक ठंडा, सुस्त 9. आदि की मूर्ति बनाना।	आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. बर्बादी, तबाही 14. नासिका, श्वसन इंद्रिय 17. आखेटक, अरेही गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र 1. हृदय, उर 2. शिष्टता, भद्रता, योग्य, काबिल 20. कामदेव की आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।	
ऊपर से नीचे	शब्द सामर्थ्य क्रमांक 210 का हल	
1 2 3 4 5	चु स्त मु सं स्था न	
6 7 8 9 10	ग म र्दा न गी त म	
11 12 13 14 15	ली प ना त न	
16 17 18 19 20	ना ना ज	
21 22 23 24 25	मा ह रा सा ज न	
26 27 28 29 30	न स ह दे व म द	
31 32 33 34 35	व म व न ज ल	
36 37 38 39 40	ता क त व र मी द	
41 42 43 44 45	ल ल क क र त ल	

सू-दोक्- 211

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

नियम

सू-दोक् क्र.210 का हल

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