











## अंतरिक्ष की खास सैद्धांशु

अंतरिक्ष विज्ञान की दुनिया में एक नई क्रांति हुई है, जिसका स्वागत होना चाहिए। एक निजी कंपनी एप्सिसोम ने अभियान चलाया था, जिसके तहत चार अंतरिक्ष यात्री अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन से होकर लौटे हैं। सबसे खास यह कि इस अंतरिक्ष यात्रा में तीन सीटों के लिए भुगतान किया गया था। बार भी खास कि यह भुगतान दुनिया के अंतर्में ने नहीं, बल्कि तीन दोस्तों की राष्ट्रीय अंतरिक्ष एजेंसियों ने किया था। पहली बार तुक्रिए के बीच एक अंतरिक्ष यात्री को सफर का मौका मिला और वह तुक्रिए के लिए बड़ी कामयाबी है। दरअसल, जिन दोस्तों की अंतरिक्ष एजेंसियां छोटी हैं, वैसे देश निजी अंतरिक्ष कंपनियों की मदद से अपनी इच्छाओं और अध्ययन को पूरा करना चाहते हैं। अंतरिक्ष यात्रियों की एक अखिल यूरोपीय चौकटी शुक्रवार की सुबह फलोंदाता तट पर अंतरिक्ष से नीचे उतरी और अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए निजी कंपनी एप्सिसोम खेस का तीसरा मिशन पूरा हो गया। अभियान का नेतृत्व करने वाले एप्सिसोम के मुख्य अंतरिक्ष यात्री माइकल लोपेज-एलियरा, एक संसाधन-अमेरिकी नामिक है और 65 की उम्र में भी एक सक्रिय अंतरिक्ष यात्री हैं। उन्हें नासा के साथ काम करने का भी लंबा अनुभव है। एप्सिसोम के नेतृत्व में वह अभियान अंतरिक्ष भ्रमण का कार्यक्रम नहीं है, बल्कि इस अध्ययन के तहत विभिन्न प्रकार के विज्ञानिक प्रयोग किए गए हैं, जिनमें सभी अंतरिक्ष यात्रियों ने भाग लिया है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन में यात्रियों को अंतरिक्ष 18 दिन रुकना पड़ा। लोपेज-एलियरा के साथ तुक्रिए के पालटट और वायु सुना के कर्नल अल्पव गेरेवायी, एक स्टीवीन के विकास के कर्नल वालर विलोंडे और स्टीवीन के मर्केस वॉइट ने सदा के लिए एक इतिहास रच दिया है। अंतरिक्ष विज्ञान में निजी क्षेत्र के लिए यह बहुत उत्साह बढ़ाने वाली बात है। एप्सिसोम खेस की स्थापना 2016 में नासा के पूर्व वैज्ञानिक माइकल सुफ्रेडिनी और उद्यमी गणराज्यने की थी। यह कंपनी ने केवल अंतरिक्ष यात्रा को संभव बना रही है, बल्कि वह स्पेससूट व स्पेस स्टेशन के विकास में भी लायी है और दुनिया की सर्वसेवक कुशल अंतरिक्ष एजेंसी नासा की भी मदद कर रही है। वह उन तमाम स्टार्टअप के लिए प्रेरणादाती है, जो अंतरिक्ष के क्षेत्र में काम करना चाहते हैं। यह भविष्यत में एक बहुत बड़ा व्यवसाय हो सकता है।

## ANALYSIS



जी. किशन रनौत

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने इन आठ राज्यों को भारत की अष्टलक्ष्मी, विकास और समृद्धि का अमृतूत कहा, तो पहली बार इनकी अंतर्निहित क्षमताओं को स्वीकार किया गया। इस क्षेत्र में तेज गति से स्थापित हो रहे सड़क, रेल और हवाई कंपनियों के जरिए इनका अवधारणा व्यापार और पर्यटन मानचित्र पर उभर आया है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने इन आठ राज्यों को भारत की अग्रवर्ती उदाहरण है कि कैसे वह यह सुदूरवर्ती इनाका अब अंतरराष्ट्रीय व्यापार और पर्यटन मानचित्र पर उभर आया है। जीवंत संस्कृतियों और प्रचुर संसाधनों से लैस भारत का यह उत्तर-पूर्वी क्षेत्र, एक ऐसा इलाका है जिसमें काफी लंबे समय तक राजनीतिक उदासीनता का दृश्य बनता रहा है, तो ये अवसरणों की सहायता भारत में उत्तरव्यापी विवरणों के लिए अक्सर हिस्सा और अस्थिरता को एक सुविधाजनक ओट के रूप में इस्तेमाल किया जाता था। अब उनके सामने पहले से कहीं ज्यादा सच हो रहे हैं। व्यापार को आसान बनाया गया है और पर्यटकों के लिए अंतरिक्ष यात्रा का प्रश्न है, तो ये अवसरणों के लिए एक अंतरराष्ट्रीय शेष भारत में उपलब्ध विश्वस्तरीय भ्रमण का कार्यक्रम है। जहां तक युग्मता का प्रश्न है, तो ये अवसरणों के लिए एक अंतरराष्ट्रीय यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए निजी कंपनी एप्सिसोम खेस का तीसरा मिशन पूरा हो गया। अभियान का नेतृत्व करने वाले एप्सिसोम के मुख्य अंतरिक्ष यात्री माइकल लोपेज-एलियरा, एक संसाधन-अमेरिकी नामिक है और 65 की उम्र में भी एक सक्रिय अंतरिक्ष यात्री हैं। उन्हें नासा के साथ काम करने का भी लंबा अनुभव है। एप्सिसोम के नेतृत्व में वह अभियान अंतरिक्ष भ्रमण का कार्यक्रम नहीं है, बल्कि इस अध्ययन के तहत विभिन्न प्रकार के विज्ञानिक प्रयोग किए गए हैं, जिनमें सभी अंतरिक्ष यात्रियों ने भाग लिया है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी यात्रियों ने पेशेवर अंतरिक्ष यात्रियों जैसा प्रदर्शन किया है। ध्यान रहे, अभियान शुरू में दो सप्ताह तक चलने वाला था, पर खराब मौसम की वजह से वापसी यात्रा में कई दिनों की देरी हुई। अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन के लिए एक अंतरिक्ष यात्रियों को भारत की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के जरिए इनकी लंबी अनुभव है। एप्सिसोम के अनुसार, अंतरिक्ष यात्रियों ने परस्पर सहयोग से 30 से ज्यादा प्रकार के शोध-अध्ययन को अंजाम दिया है। सभी य

# सोने में सुरती, चांदी की कीमत में तेजी

नई दिल्ली ।

इस सप्ताह सोमवार को सोने के वायदा भाव की शुरुआत सुस्ती के साथ हुई, जबकि चांदी के वायदा भाव तेजी के साथ खुले। इस तेजी के साथ चांदी के वायदा भाव पर कारोबार कर रहा था। एसटीएक्स पर चांदी का बैंचमार्क मार्च कॉर्डेक्ट 71 हजार रुपये पर कार गए हैं। जबकि सोने के वायदा भाव के बायदा भाव 62,200 रुपये के बायदा कारोबार कर रहे हैं। वैश्विक बाजार में सोने और चांदी के वायदा भाव की शुरुआत तेजी के साथ हुई। हालांकि बाद में सोने के भाव सुस्त पड़ गए, जबकि चांदी के वायदा भाव तेजी के साथ हुई। लेकिन बाद में सोने के भाव सुस्त पड़ गए, जबकि चांदी के वायदा भाव में तेजी बरकरार एक सचेत ज



(एसटीएक्स) पर सोने का बैंचमार्क अप्रैल कॉर्डेक्ट 54 रुपये की गिरावट के साथ 62,240 रुपये के भाव पर खुलकर 69 रुपये की गिरावट के साथ 62,225 रुपये के भाव पर कारोबार कर रहा था। एसटीएक्स पर चांदी का बैंचमार्क मार्च कॉर्डेक्ट 249 रुपये की तेजी के साथ 71,023 रुपये के भाव पर खुलकर 263 रुपये की तेजी के साथ 71,037 रुपये के भाव पर कारोबार कर रहा था। वैश्विक बाजार में सोने और चांदी के वायदा भाव की शुरुआत तेजी के साथ हुई। हालांकि बाद में सोने के भाव सुस्त पड़ गए, जबकि चांदी के वायदा भाव तेजी के साथ हुई। लेकिन बाद में सोने के भाव सुस्त पड़ गए, जबकि चांदी के वायदा भाव में तेजी बरकरार



**अगर**  
**आप भी उन पेरेंट्स में से हैं,**  
**जो यह मान कर बैठे हैं कि बच्चों को**  
**सब कुछ सिखाने की जिम्मेदारी स्कूल की**  
**है, तो अपने को थोड़ा दुरुस्त कर लें। अगर**  
**बच्चों को सुनहरे कल के लिए तैयार**  
**करना है, तो कुछ बातें आपको भी**  
**उन्हें सिखानी होंगी...**

#### सवाल पूछना

हम बच्चों से क्या चाहते हैं? यही न कि वे चीजों को खुद ब खुद सीखना और समझना जाने। इसके बाद हमें उन्हें दूर चीज सिखाने की जरूरत नहीं होगी। जो कुछ उन्हें दूर चीज सिखाने की जरूरत नहीं होगी, वे अपने आप उन चीजों को कर पायें। बच्चे ऐसा कर सकें, इसका सबसे बहतर तरीका यही है कि आप उन्हें सवाल पूछना सिखाएं। हालांकि ज्यादातर बच्चे ऐसा करते भी हैं, ऐसे में पेरेंट्स होने के नाते आपकी यह जिम्मेदारी है कि आप बच्चों के दूर सवाल का जवाब यथा-संभव दें की कोशिश करें। वैसे भी बच्चों की आदत होती है कि वे जब भी कुछ नया देखते हैं, उनके बारे में सवाल पूछना शुरू कर देते हैं। लिहाजा जब बच्चे सवाल पूछते उन्हें डंडने या दुकानें नहीं, बल्कि इनाम दें।

#### पैशन खोजना

आपको क्या चीज आगे बढ़ाती है? आपका लक्ष्य, अनुशासन, बारी प्रेरणा, इनाम? नहीं, इसमें से एक भी चीज आपको आगे नहीं बढ़ाती। आपको आगे बढ़ाता है आपका पैशन। आप किसी चीज को लेकर इतने उत्साहित रहते हैं, कि वह वक्त उसी के बारे में सोचते रहते हैं। आपको कोई भी चीज करने में मजा आता है और जब वह चीज करने लेती है तो आपको भीतर से खुशी होती है, यह है आपका किसी भी काम को करने का पैशन। अपने बच्चों की मदद उसका पैशन खोजने में कीजिए। किस काम को करने में उसे बहुत मजा आता

है। उसकी रुचियों, उसके काम को होतसाहित मत कीजिए और न ही किसी चीज का मजाक उड़ाइए।

#### प्रोजेक्ट संभालना

एक किताब लिखना, उसे बेचना, घर का कोई भी काम करना एक प्रोजेक्ट जैसा ही है। आप किसी भी एक प्रोजेक्ट पर अपने बच्चे के साथ काम कीजिए और उसे देखते दीजिए कि कोई भी चीज कैसे पूरी की जाती है। इसके बाद वक्त कोई भी काम उसे अपने-आप ज्यादा से ज्यादा करने दीजिए। उसमें आत्मविश्वास बढ़ेगा। उसके बाद उसके सीखने की प्रक्रिया एक प्रोजेक्ट के समान ही होगी।

#### समस्याएं सुलझाना

यदि एक बच्चा कोई समस्या सुलझा सकता है तो वह दुनिया का कोई भी काम करने वाला ही सकता है, लेकिन देखा जाए तो वह महज एक समस्या है, जिसका हल होना है। एक नई समस्या, नया वातावरण, एक नई जरूरत किसी भी समस्या की वजह बन सकती है। इसलिए अपने बच्चे को समस्याएं सुलझाना सिखाइए। आप बच्चे के सामने साधारण समस्याएं रखिए और उसे कहिए कि वह इन्हें अपने दिल्लाब से सुलझाए। अगर वह उस समस्या को सुलझा नहीं पा रहा है तो आप तुरंत उसका हल मत बताएं, उसे थोड़ा जुझाने दीजिए और उसके प्रयासों के लिए उसे पुरुषकृत भी कीजिए। थोड़े-धीरे बच्चे में

## बहुत जरूरी है बच्चों को यह सिखाना



आप किसी चीज को लेकर इतने उत्साहित रहते हैं, कि हर वक्त उसी के बारे में सोचते रहते हैं। आपको कोई भी चीज करने में मजा आता है और जब वह चीज आकार लेती है तो आपको भीतर से खुशी होती है....



## कैसे सजाएं आशियाना



अपने घर को ज्यादा सजाने के चक्र में हम कभी-कभी इतना मशगूल हो जाते हैं कि वह बनावटी लगने लगता है। हमें लगता है कि हम हर तरह के सामान से अपने घर को सजाएं, परंतु वह सही नहीं है। कोई एक थीम लें और उसी पर कायम रह कर अपने घर को संवारें। हम आपको बता रहे हैं कि बच्चे सामान्य गतियां जो हम अपने नए घर को सजाने के लिए करते हैं।

#### कमरे को हद से ज्यादा ना सजाएं

एक कमरे को फर्नीचर और दूसरे सामानों से भरने में वक्त नहीं लगता, वक्त लगता है। उसके सही लेसमेंट में। कमरे को खत्ताखाच नहीं है। उसमें आराम से अनेजाने की और कुछ खाली जाह हो। साज-सज्जा सोल्वर रखें और सफाई पर ध्यान दें, क्योंकि कमरा भरा-भरा होगा तो साफ सफाई नहीं हो पाएगी।

#### जगह न होने पर जबरदस्ती सामान जमाना

इसके लिए सबसे पहले अपनी बेकर की खरीदारी पर गेक लगाएं। बाजार में जो अच्छी दिख गया खरीद लाए, वह आदत गलत है। अगर कोई सामान कमरे के लिए फिट नहीं है तो उसे जमाने की कोशिश में समय ना बरबाद करें। एक व्यवस्थित और साफ कमरा ही दिखने में सुन्दर लगता है।

#### अव्यवस्था फैलाना

घर में अधिक अव्यवस्था की जरूरत नहीं है। अव्यवस्था से आसानी से बचा जा सकता है, इसके लिए तीन बातें याद रखें -

- चीजें जो महत्वपूर्ण हैं
- चीजें जिनके बिना काम नहीं चल सकता

- अनावश्यक चीजों को बाहर निकाल दें

#### ये तीन बातें अव्यवस्था को रोक देंगी

#### कमरों में रोशनी के स्रोत कम होना

प्रकाश एक जरूरत है। यह सजावट के सबसे महत्वपूर्ण तत्वों में से एक है। सबसे पहले तो घर में प्राकृतिक प्रकाश आना चाहिए। पर्दे और सामान के गलत लेसमेंट से प्राकृतिक प्रकाश स्रोतों को ब्लॉक मत होने दें। अपने कमरे में एक से अधिक प्रकाश के स्रोत लगाएं।

#### वेराइटी पर ध्यान ना देना

एक ही दुकान से अपना सारा सामान ना खरीदें। अलग-अलग दुकानों पर जाएं, इससे आपको भाव भी समझ आएगा और सामान की वेराइटी भी मिलेगी।

#### बजट के महत्व को कम समझना

बहुत उत्सुक ना बनें और बहुत ज्यादा खरीदी ना करें। थोड़ा-थोड़ा कर के खरीदारी करें। सबकुछ एक बार में खरीदें की जट्टाजी सही नहीं है। वही खरीदें जिसकी हाल-फिलहाल मैं जरूरत हो। एक बजट बनाएं और उस पर कायम रहें।

किसी भी समस्या को लेकर आत्मविश्वास बैदा हो जाए। और फिर शायद ऐसा कुछ नहीं बचेगा, जिसे वह हल नहीं कर सकता है और आपका समस्या भी बड़ी आसानी से हल हो जाएगी।

#### अपने आप में खुश रहना

सभी पेरेंट्स अपने बच्चों को बहुत लाड करते हैं और यह मानकर चलते हैं कि बच्चों की खुशी के लिए उनका बच्चों के साथ होना बहुत जरूरी है। जब बच्चे बड़े हो जाते हैं तो उन्हें पता ही नहीं होता कि खुश कैसे रहा जाए और वे दोस्तों, शायिं, वीडियो गेम्स, इंटरनेट जैसी बाही चीजों में अपनी खुशी ढूँढ़ते हैं। जबकि एक बच्चे को खुशी देते हैं, वे जिंदगी में बहुत ज्यादा आगे नहीं बढ़ पाते। चालस्स डार्विन का दिल्लाज भी यही कहता है। किसी चीज पर अड़िग होना अच्छा है, लेकिन उस पर अड़ जाना खराब है, जिंदगी में चीजों को लेकर थोड़ी नरमाई या लोच होना चाहिए। यदि आप बदलाव के अनुकूल जाते हैं तो आपको नहीं अवसर मिलता है। ये नहीं अवसर आपकी प्रायोगिकता बन जाते हैं, जबकि ये पहले आपके आस-पास भी नहीं थे। तो बच्चों को सिखाएं कि यदि वे किसी भी तरह के बदलाव को स्वीकार करें तो जिंदगी रोमांच से भरा होता है।

#### सहनशक्ति

घर में बच्चों के चारों ओर सुरक्षित वातावरण होता है, लेकिन जब वाही दुनिया के संपर्क में आते हैं तो कई बाय यह अनुभव उके लिए डाने वाला, तकलीफदेह हो सकता है। इसलिए अपने बच्चों को शुरू से ही हर तरह के लिए मिलाने की आदत डालें। उन्हें बताएं कि दुनिया में अलग-अलग तरह के लोग होते हैं और अलग होना कई बुरी बात नहीं है।

#### बदलाव स्वीकार करना

दुनिया हर क्षण बदलती रहती है और जो इस बदलाव को स्वीकार करके उनके साथ-साथ चलता है, वह हमें शुरू होता है। जो लोग बदलाव नहीं चाहते या उससे डरते हैं, वे जिंदगी में बहुत ज्यादा आगे नहीं बढ़ पाते। चालस्स डार्विन का दिल्लाज भी यही कहता है। किसी चीज पर अड़िग होना अच्छा है, लेकिन उस पर अड़ जाना खराब है, जिंदगी में चीजों को लेकर थोड़ी नरमाई या लोच होना चाहिए। यदि आप बदलाव के अनुकूल जाते हैं तो आपको नहीं अवसर मिलता है। ये नहीं अवसर आपकी प्रायोगिकता बन जाते हैं, जबकि ये पहले आपके आस-पास भी नहीं थे। तो बच्चों को सिखाएं कि यदि वे किसी भी तरह के बदलाव को स्वीकार करें तो जिंदगी रोमांच से भरा होता है।

## चेहरे की झाइयों का कैसे होता है उपचार

झाइयों एक ऐसी अवस्था है जिसमें चेहरे पर भूरे वर्क काले रंग के धब्बे पड़ जाते हैं। यह दोनों गालों से शुरू होकर, बाद में बटर प्लाय शेप में होने लगते हैं। कभी-कभी यह नाक और आंख के ऊपरी हिस्से (भौंह) में भी होते हैं।





# ऑस्ट्रेलिया ने फिर तोड़ा भारत का दिल, चौथी बार अंडर-19 विश्व कप जीता

बेनोनी (एजेंसी)। ऑस्ट्रेलिया ने तीन महीने के अंदर दूसरी बार भारतीय क्रिकेट प्रैमियों का दिल तोड़कर रखिवार को यहाँ फाइनल में 79 रन से जीत दर्ज करके चौथी बार अंडर-19 विश्व कप जीता। ऑस्ट्रेलिया ने पहले बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 50 ओवर में सात विकेट पर 253 रन चुनौतीपूर्ण स्कोर खड़ा किया भारतीय टीम इसके जबाब में 43.5 ओवर में 174 रन बनाकर आउट हो गई।

ऑस्ट्रेलिया की सीनीयर टीम ने पिछले साल 19 नवंबर को अमृतवाल में खेले गए वर्डे विश्व कप के फाइनल में भारत को हराकर उसका आईसीसी ट्रॉफी जीतने का इन्तजार बढ़ा दिया था। अब उसकी जूनियर टीम ने पिछली बार के चैपियन भारत को छोड़ी बार अंडर-19 विश्व कप नहीं जीतने दिया। यह पहली अवसर है जबकि भारत को फाइनल में ऑस्ट्रेलिया से

हार का सामना करना पड़ा।

ऑस्ट्रेलिया ने टास जीत कर पहले बल्लेबाजी की। उसकी तरफ से हरजस खिंच (64 गेंद पर 55 रन, तीन छूके, दो छूके), हीने डिक्सन (56 गेंद पर 42 रन), कसान ह्यू वीबोन (66 गेंद पर 48 रन) और ऑलिवर पीक (43 गेंद पर नाबद 46) ने उत्तरोगी योद्धाओं दिया। भारत की तरफ से तेज गेंदबाज राज लिम्बानी ने 33 रन देकर तीन विकेट के बल्लेबाज बाएं हाथ के तेज गेंदबाज ने भी दो विकेट लिए। ऑप्प स्प्रिन्ट रैफ मैकमिलन ने 43 रन देकर तीन विकेट लेकर अच्छे योगदान दिया। भारत की शुरुआत अच्छी नहीं रही और उसने तीसरे ओवर में ही सतानी बल्लेबाज जॉनान कॉर्किंग (03) का विकेट नांगा दिया। जिन्होंने कैलम विडलर की गेंद पर विकेट के पैशें के चिह्न।

उत्तरोगी बल्लेबाज परिस्थितियों से सामनजाय नहीं बिहार पाए। भारत के केंद्र चार बल्लेबाज दोहरे अंक में पहुंच जिसमें सलामी बल्लेबाज आरान्ड सिंह (47) और निचें ऋषि

गोपनीय के बल्लेबाज



सेमी फाइनल में भारत की जीत के नायक रहे बल्लेबाज अरावेल्ली अवनीश (00) ने भी कानान उदय सहवान (08) और सचिन धास (09) दोहरे अंक में भी नहीं पहुंच पाए जबकि प्रियंशु मोलिया (09) और विकेटकीपर

पुरुष एकल के टॉप 100 में शामिल हुए सुमित नागल, ऐसा करने वाले 10वें भारतीय खिलाड़ी बने।



भारतीय हैं।

नागल ने रविवार को चेन्नई में सीमावार को 23 पायदान की छतांग लगाकर अपने करियर में पहली बार एटीए एकल रैंकिंग के शीर्ष 100 में पहुंचना होता है। जैसा कि मैंने पहले कहा अवधि के अंतर्वेदी एकल रैंकिंग के शीर्ष 100 में प्रवेश किया। रविवार को चेन्नई ओपन चैलेंजर में मिली जीत से नागल ताजा जारी एकल रैंकिंग में 93वें स्थान पर पहुंच गये जिसमें शीर्ष पर सर्वियार्थ स्टार कोहा है। इसके लिए इस्से बेहतर जगह नहीं हो सकती थी।

पिछले महीने नागल ग्रैंडस्टेम में 35 साल में बेहतर प्राप्त खिलाड़ी को हाजर होने वाले पहले भारतीय बने थे। उन्होंने पहले दौर में दुकान के 27वें नंबर के काजाक्षर उत्तरपर किया था, हालांकि दूसरे दौर में बहु चीन के जुनियर शांग से हार गये थे। 2019 में इसे जिसमें शीर्ष पर सर्वियार्थ स्टार कोहा है। जैसे भारतीय खिलाड़ी ने शीर्ष 100 में जगह बनाने वाले पहले

## अश्विन के पास राजकोट में तीसरे टेस्ट में कौन होगा प्लेइंग इलेवन में इन 500वां विकेट लेने का अवसर



नई दिल्ली (एजेंसी)। भारतीय क्रिकेट टीम के अनुभवी स्पिनर आर अश्विन इंडिया के खिलाफ 15 फरवरी से राजकोट में होने वाले तीसरे क्रिकेट टेस्ट मैच में अपना 500वां विकेट ले लिए। अश्विन ने 9 मैचों में अपने 50 टेस्ट विकेट लिए थे वहीं 100 विकेट तक हुन्हें के लिए उन्होंने 29 टेस्ट मैचों खेले। अश्विन ने 150 विकेट पूरे किये वहीं 37 टेस्ट में 200 विकेट लिए। अश्विन ने 45 मैचों में अपना 250वां टेस्ट विकेट लिया। वहीं 300 विकेट के लिए उन्होंने 54 टेस्ट खेलने पढ़े। 350 विकेट के लिए उन्होंने 77 मैचों में 66 टेस्ट मैचों खेले। अश्विन ने 400 विकेट लिए। उन्होंने अपने 80 टेस्ट मैचों में 450 विकेट लिया। अश्विन यदि राजकोट में 500 विकेट हासिल करते हैं तो वह श्रीलंका के मूर्यामुर्याधरन के बाद 100 से कम टेस्ट मैच खेलकर यह उपलब्ध हासिल करने वाले दूसरे गेंदबाज बन जाएगे। सुरक्षाधरन ने अपने 500 या इससे ज्यादा विकेट 87 टेस्ट मैचों में पूरे किए।

अश्विन यदि राजकोट में एक विकेट और ले लेते हैं तो वह टेस्ट क्रिकेट में 500 या इससे ज्यादा विकेट 87 टेस्ट मैचों में पूरे किए।

## तीसरे टेस्ट में कौन होगा प्लेइंग इलेवन में इन इन 500वां विकेट लेने का अवसर

तीसरे टेस्ट में कौन होगा प्लेइंग इलेवन में इन 500वां विकेट लेने का अवसर



मुर्बाई (एजेंसी)। भारत और इंडिलैंड के बीच सीरीज का तीसरा टेस्ट राजकोट में 15 फरवरी से खेला जाएगा। बता दें कि बाकी के बीच तीन टेस्ट के लिए उत्तरीय टीम का एप्लान कर दिया गया है। वहीं सबल ये उत्तर है कि इंडिलैंड के खिलाफ तीसरे टेस्ट में किसे लेइंग इलेवन में मौका मिलेगा? वहीं कहा जा रहा है कि ध्रुव जुरेल को केंप्स भरत की जगह डेव्ह्यू का मौका मिल सकता है। ऐसे मैं ये देखना दिलचस्प होगा कि सरफराज खान, ध्रुव जुरेल या केंप्स भरत में से कौन तीसरा टेस्ट खेलेगा।

जहां ध्रुव जुरेल की बात करें तो वह टीम में बैलैंड के विकेटकीपर बल्लेबाज के तौर पर शामिल है। जूनी नाम प्रदर्शन की ओर से खेलने वाले में ध्रुव जुरेल को डेव्ह्यू का मौका मिल सकता है। ध्रुव ने अपना पहला फर्स्ट क्रिकेट मैच साल 2022 में उत्तर प्रदेश की ओर से खेलने वाले डेव्ह्यू का नाम लिया था। उन्होंने नाम प्रदर्शन की ओर से खेलने वाले 2029 में उत्तर प्रदेश की ओर से खेलने वाले डेव्ह्यू का नाम लिया था। उन्होंने अपने 4 के बीच और 5 अंशीकार शामिल है। इसके अलावा 34 के बीच और 2 स्टेप भी अपने नाम प्रदर्शन की ओर पर करने में सफल रहे हैं। वहीं वो 10 लिस्ट ए मैच खेल चुके हैं जिसमें 189 रन बनाए हैं।

सरफराज खान एक ऐसा नाम है जो धेरूलू क्रिकेट में लालाराव बहेतरीन परफॉर्मेंस के कारण सोनीयर टीम में आगे में सफल रहे हैं। लॉकन अब तक उक्त उम्मीद रख रहा है कि जिसमें उनके नाम 14 शतक और 3912 रन बनाए हैं जिसमें उनके नाम 14 शतक और 11 अंधीशक शामिल हैं। इसके अलावा टीस्ट में 629 रन बनाए हैं। केलूल भरत ने अब तक भारत के लिए 7 टेस्ट मैच खेले हैं। कुल 221 रन 20 की औसत के साथ बनाने में वह सफल रहे हैं। बल्लेबाजी में भरत ने अबतक कोई बड़ा क्रिकेटर को खेलने वाले भी नहीं हैं और केलूल राहुल के लिए 7 टेस्ट में 100 रन बनाए हैं। उन्होंने अपने 8 एकल रैंकिंग के 27वें नंबर के बाकी उत्तरपर किया था। वह मरमज औपर खिलाड़ी के लिए धूम रुका है। मैकाना ने अंडर-19 विश्व कप में एक अनुठा रिकॉर्ड भी अपने नाम किया है। वह टिक्के के लिए एक अनुठा रिकॉर्ड है। अब टीम मैनेजमेंट तीसरे टेस्ट की लेइंग में उत्तर पर करने के लिए जारी किया गया है। अब टीम मैनेजमेंट तीसरे टेस्ट की लेइंग के लिए गेंदबाज बन जाएगा।

लॉकन जगह धरेगा वह अपने नाम लिया गया है।

लॉकन जगह धरेगा वह अपने नाम लिया गया है।

मुर्बाई (एजेंसी)। थॉमस कप चैम्पियन भारत अपने खिलाड़ियों के प्रदर्शन के बूत बैडिंगिंग एशिया टीम चैम्पियनशिप (बीएसी) का खिलाफ जीतने की कोशिश कराया जिसमें दो बाय की ओलंपिक पदक विकेटों पांची सिंधु की चोट से सपायी होगी। भारतीय पुरुष टीम ने 2022 में थॉमस कप जीत और पिछले साल के एशियाई खेलों में पहला जगह देखा।

टीम की कोशिश इस महाद्वीपीय प्रतियोगिता के फाइनल तक पहुंचने की होगी। उन्होंने अपने 2016 और 2018 में कास्ट्रिंग पक्की जीत थी। भारतीय पुरुष टीम को ग्रुप ए के लिए लीग खेलने वाले जारी हैं। एक टेस्ट मैच में अंग्रेज और फिलिपीन के बीच खेलने वाले दो बाय की ओलंपिक पदक विकेटों पांची सिंधु की चोट से सपायी होगी। भारतीय टीम का एप्पल राज ने अपने 80 टेस्ट मैचों में 100 विकेट लिए। उन्होंने अपने 80 टेस्ट मैचों में 100 विकेट लिए।

सिंधु के नेतृत्व वाली महिला टीम को 'प्लॉट्ट्यू' में सिंधु की चोट से बेहतर प्रदर्शन करने की ओर धूम रुका है। एक टेस्ट मैच में 100 विकेट लिए। उन्होंने अपने 80 टेस्ट मैचों में 100 विकेट लिए।

सिंधु की चोट से बेहतर प्रदर्शन करने की ओर धूम रुका है।

इस 28 साल की खिलाड़ी को फेंच ओपन में घुटेंगे और लॉकन जिसमें उनके बाद वह अपने नाम लिया गया है।

लॉकन जगह धरेगा वह अपने नाम लिया गया है।



## खतरनाक स्टंट करने के चलते विद्युत जामवाल हिरासत में

मुंबई में बॉलीवुड एक्शन स्टार विद्युत जामवाल को शनिवार को कथित तौर पर जॉखिम भरे स्टंट करने के चलते रेलवे पुलिस ने हिरासत में ले लिया। हेलो मुंबई न्यूज डॉट कॉम वेबसाइट पर रेलवे सुरक्षा बल के बांद्रा ऑफिस में जामवाल की एक तस्वीर सामने आई है, जिसमें वह पुलिस स्टेशन में बैठे नजर आ रहे हैं। वेबसाइट के मुताबिक, आपीएफ ऑफिस बांद्रा रेलवे स्टेशन के प्लेटफॉर्म नंबर

1 पर स्थित है। सूत्रों के मुताबिक, एक्टर को कथित तौर पर जॉखिम भरे स्टंट करने के चलते हिरासत में लिया गया था, लेकिन अभी तक आरोप की कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है।



## एनिमल के समर्थन में आई भूमि पेड़नेकर

अभिनेत्री भूमि पेड़नेकर इन अपनी फिल्म भक्षक को लेकर चर्चा में हैं। क्रांति भिलर भक्षक में एक पत्रकार की भूमिका में नजर आ रही है। सच्ची घटना पर आधारित इस फिल्म को दर्शक भी पसंद कर रहे हैं, वही समीक्षकों ने भी इस फिल्म को सराहा है। मंकर्स ने फिल्म को ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफिल्म्स पर रिलीज किया है। हाल ही में फिल्म के प्रमोशन के दौरान भूमि ने साल 2023 की लॉकबर्स्ट फिल्म परिवर्तन को लेकर अपनी प्रतिक्रिया दी। इस दौरान उन्होंने एनिमल का बवाव किया। गौरतलब है कि रणवीर कूरूर स्टारर एनिमल ने बॉक्स ऑफिस पर धमाकेदार प्रदर्शन किया। ए सर्टिफिकेट मिलने के बावजूद एनिमल ने रिकार्ड तोड़ कर्माई की। फिल्म को

दर्शकों ने खूब पसंद किया। हालांकि, अपनी सफलता के साथ-साथ यह फिल्म ग्रिलर भक्षकों के फ्रेंड में भी रही। मुख्य रूप से फिल्म में महिलाओं के किरदार को लेकर कई सावाल उठे। हालांकि, कई स्टार्स ने इस फिल्म का समर्थन भी किया। अब इस लिस्ट में भूमि का नाम भी शामिल हो गया है। एक साक्षात्कार में भूमि ने कहा, मैंने एनिमल देखी, लेकिन मुझे अति पुरुष प्रियांशु को मजा ही नहीं आता और ये अभी से नहीं, बहुपहले से हैं। हालींवुड की एक एक्शन फिल्मों में भी हैं। मुझे ना रोम-कॉम फिल्में ज्यादा पसंद आती हैं। इस दौरान भूमि ने एनिमल निर्देशक संदीप रेडी वांग का समर्थन किया। उन्होंने कहा, मैं मानती हूं कि एक फिल्म निर्माता की आत्म-अभियक्ति होती है और वह महत्वपूर्ण भी है। लेकिन एक दर्शक के रूप में, आप उससे बचा सीखते हैं, यह चुनौती है।



मिथुन चक्रवर्ती के बेटे नमाशी चक्रवर्ती को दुख है कि एक बड़े स्टार के बेटे होने के बावजूद वो फेमस नहीं हैं। नमाशी ने कहा कि उन्होंने इतने सालों तक मेहनत की। लगातार ऑडिशन दिए, तब जाकर कहीं एक फिल्म में काम करने का मौका मिला।

नमाशी ने कहा कि उन्हें यह देख कर अजीब लगता है कि इस बहुत उनसे ज्यादा फेमस ओरी जैसे लोग हैं। नमाशी ने कहा कि एक इंसान बस लोगों के साथ सेलिफ्या लेता है और उसे पोस्ट करता है, इनमें से ही कोई पॉलर हो गया है। बता दे कि आरी का पूरा नाम आरहान अवतामणि है। आरी आए दिन स्टार किड्स के साथ पार्टी करते था किसी बड़े सेलेब के कंधे पर हाथ रखकर तस्वीरें लिंक करता दिखते हैं। आरी के मुताबिक, उन्हें इन प्रिंसिप्स को पोस्ट करने के पैसे भी मिलते हैं।

मैंने भी एक महीने तक पैपराजी के सामने एक्सपोज किया

नमाशी चक्रवर्ती ने बॉलीवुड टिकाना से बात करते हुए कहा, 'मैंने एक महीने तक पैपराजी के सामने एक्सपोज करने की पूरी कोशिश की। मैं काढ़े किराए पर लेकर फोटो लिंक कराता था, लेकिन इसका काफी फायदा नहीं मिलता था।'



## नवजौत गुलाटी की फिल्म हिस्सा बनी वाणी कपूर

नवजौत गुलाटी एक और पारिवारिक ड्रामा पर काम कर रहे हैं। इस में वाणी कपूर और अपारशक्ति खुराना भाई-बहन के बिंदास रावत में नजर आये। साथ ही इसमें परेश रावत भी होंगे। आगामी प्रोजेक्ट का निर्माण, निकी भगवानी और विक्की भगवानी ने अंतर तकरानी के साथ की थी। एक मीडिया रिपोर्ट में सूत्र के हवाले से कहा गया है, यह आधुनिक समय में खराब रिस्तों की पृष्ठभूमि पर आधारित एक पारिवारिक ड्रामा है। निर्माता परियोजना का नेतृत्व करने के लिए विश्वसनीय अभिनेताओं को शामिल करने के इच्छुक थे। फिल्म के लिए वाणी कपूर, परेश रावत और अपारशक्ति खुराना साथ आए हैं।

### कैसी होगी फिल्म की कहानी?

रिपोर्ट के अनुसार, वाणी और अपारशक्ति फिल्म में भाई-बहन की भूमिका निभा रहे हैं, जो कहानी में एक दिलचस्प गतिशीलता लाते हैं। हमेशा की तरह परेश रावत की इस पारिवारिक ड्रामा में लेखक-सम्बोधी भूमिका है। नवजौत गुलाटी के जरिए लिखित और निर्दिष्ट आगामी पारिवारिक ड्रामा, नाटक और कॉमेडी का एक लोकप्रिय मिश्रण होगी। फिल्म हल्के-फुल्के हास्य और गम्भीर नाटकीय क्षणों के साथ परिवर्त के महत्व को दर्शाएगी।

### पारिवारिक ड्रामा की बढ़ती डिमांड

बीते कुछ समय में पारिवारिक ड्रामा को दर्शकों के जरिए खूब सराहा गया है। सत्यप्रेम की कथा से लेकर रोंकी और रानी की प्रेम कहानी जैसी फिल्मों ने बॉक्स ऑफिस पर अपना लोकांगन भी दर्शाया है। इस शैली की बढ़ती लोकप्रियता को देखकर फिल्म निर्माता और निर्देशक ऐसी फिल्में बनाने पर जोर दे रहे हैं।

### वाणी कपूर का वर्कफॉट

काम के मोर्चे पर, वाणी कूरू जल्द ही अजय देवगन के साथ रेड 2 में नजर आयीं। यह फिल्म 15 नवंबर, 2024 को बड़े पर्दे पर रिलीज होगी। उनकी महिला केंद्रित मैडक फिल्म सर्वगुण संपर्क भी इस साल के अंत में रिलीज होगी।



## रामायण में इस अहम किरदार नजर आएंगी रकुल प्रीत सिंह

अभिनेता रणवीर कपूर की अपनी फिल्म रामायण की चर्चा जरिए खूब सराहा गया है। सत्यप्रेम की कथा से लेकर रोंकी और रानी की

प्रेम कहानी जैसी फिल्मों ने बॉक्स ऑफिस पर अपना लोकांगन भी जटे हुए हैं।

निरेश तिवारी की यह फिल्म को लेकर रोंकी और रानी की भूमिका निभाते नजर आये। खबर है कि अभिनेता ने अपनी तिवारी शूरू कर दी है।

अब खबर ही है कि इस फिल्म में रकुल प्रीत डिमांड अनुसार आई है। रकुल प्रीत फिल्म में भगवान राम की भूमिका निभाने के लिए बातचीत कर रही है।

शूर्णघाणा की भूमिका निभाने के लिए बातचीत कर रही है।

रकुल! मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, रकुल और निरेश तिवारी के बीच पिछले कई समय से विशेषज्ञ से मिलता है और दोनों आब रणवीर के उच्चारण कर रहे हैं और अब जाकर इस फिल्म में रकुल प्रीत सिंह को कास्ट कर लिया गया है। रिपोर्ट्स की निराम तिवारी की माने तो निरेश तिवारी की



## तलाक की अफवाहों पर भड़की अकिता लोखंडे

बिंग बॉस 17 के फिल्मों को खत्म हुए काफी दिन हो गए हैं, लेकिन बिंग बॉस के प्रतियोगियों से जड़ी सबरों लगातार सर्कियों बढ़ते ही हैं। टेलीविजन की मशहूर अभिनेत्री अकिता लोखंडे और उनके पति विक्की जैन शो के बाद भी लगातार घर्षणों में बने हुए हैं। बिंग बॉस 17 के बैड फिल्मों के लगाने वाले व्हायर और अकिता लोखंडे ने अब खुलासा किया है कि वे बातें जैसी जड़ी खड़ी पर लगातार अपील की जाएं। अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों पर अपार आइपी दी है।

बिंग बॉस 17 के खत्म होने के काफी दिनों के बाद अकिता लोखंडे ने अपने दिलेटों के बारे में बातचीत कर रही है।

कैफियत विक्की जैन ने अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है। अभिनेत्री ने अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

बिंग बॉस 17 के खत्म होने के काफी दिनों के बाद अकिता लोखंडे ने अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

कैफियत विक्की जैन ने अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।

अभिनेत्री ने अब अपने दिलेटों को लेकर बातचीत कर रही है।