

चीनी व्यवसायों का प्राथमिकता के आधार पर समर्थन करेगी पाकिस्तान सरकार: इमरान खान

इस्लामाबाद। पाकिस्तान के प्रधानमंत्री इमरान खान ने कहा है कि उनकी सरकार प्राथमिकता के आधार पर देश में चीनी व्यवसायों का समर्थन करेगी। उन्होंने अधिकारियों को सड़क संपर्क से संबंधित मुद्दों और चीन के निवेशकों के सामने आ रही दिक्कतों को तुरंत हल करने का निर्देश दिया खान ने चैलेज फैशन (प्राइवेट) लिमिटेड के चेन नाम के निवेशकों में एक व्यापारी प्रतिनिधिमंडल के साथ बैठक के दौरान यह टिप्पणी की।

सरकार द्वारा संचालित एसोसिएटेड प्रेस ऑफ पाकिस्तान (एपीपी) ने प्रधानमंत्री खान के बवाले से कहा, «हम प्राथमिकता के आधार पर पाकिस्तान में चीनी व्यवसायों का समर्थन करेंगे और व्यापक अधिकारियों में निवेश में तेजी लाने में उनकी गहरी रुचि के लिए उनके आभारी हैं।» खान ने सूचित किया गया कि चीनी व्यवसायी ग्रास, सिरेमिक और आईटी क्षेत्रों में परिचालन शुरू करने के लिए तैयार हैं। इसके अलावा प्रमुख चीनी उभोकों इंजिनियरिंग और मोबाइल कंपनी ओपों पाकिस्तान में एक मोबाइल सेट निर्माण इकाइ तथा एक अनुसंधान एवं विकास कंपनी 'ओपो' के फैसले से देश को एपोनोफोन के आधार पर खಚ होने वाला बहुत सारा विदेशी मुद्दा भंडार बचाने तथा तकनीकी स्नाक्षरों के लिए रोजगार पैदा करने में मदद मिलेगी। बैठक में ऊर्जा मंत्री मोहम्मद हम्माद अजहर, वाणिज्य सलाहकार अब्दुल रजक दाऊद, पाकिस्तान में चीनी राजदूत नोग रोंग और अन्य अधिकारियों ने भाग लिया।

ऑस्ट्रेलिया: भारतीय छात्रों के लिए खुशखबरी, एक दिसंबर से कर सकेंगे यात्रा, प्रतिबंधों में ढील की घोषणा

सिडनी। ऑस्ट्रेलिया ने सोमवार को कोरोना महामारी के कारण लगे यात्रा प्रतिबंधों में अगले महीने से ढील देने की घोषणा की। इस फैसले से हजारों भारतीय छात्रों को ऑस्ट्रेलिया लौटने में मदद मिलने की उम्मीद है।

कौन लोग जा सकते हैं?
ऑस्ट्रेलिया सरकार की तरफ से जारी एक बयान में कहा गया है कि एक दिसंबर से, छात्रों और कूशल श्रमिकों सहित पूरी तरह से टाइकारकरण करा चुके थाया वीजा धारक, यात्रा के लिए आवेदन करने की आवश्यकता के बिना ऑस्ट्रेलिया आ सकते हैं।
निगेटिव रिपोर्ट देनी होगी

इसमें कहा गया है कि आगुंक को ऑस्ट्रेलिया के चिकित्सीय सामान प्रशासन (टीजीए) से अनुमोदित या मात्रा प्राप्त टीके की सभी खुराकों में साथ पूर्ण टीकारकरण करना होगा और पात्र वीजा उपवार्षीयों में से एक के लिए वैध वीजा होना चाहिए। यात्रियों को अपने टाइकारकरण की स्थिति का प्रमाण भी देना होगा और ऑस्ट्रेलिया के लिए प्रस्थान करने से पहले तीन दिनों के भीतर करार गई कोरोना 'पोसीमरेज चेन रिपोर्ट' देनी होगी।

तालिबानी फरमान: अब बंद कराए महिला एक्ट्रेस वाले टीवी सीरियल, एंकरिंग के समय हिंजाब पहनना हुआ अनिवार्य

काबुल। सत्ता में अगले बाद तालिबान ने महिलाओं को काम की आजानी देने की बात की थी लेकिन अब एक बार भी पिछे लिया जाता रहा है कि सोमवार ने अपनी पुनर्जी परंपरा को बदल रखा है। दरअसल, तालिबान प्रशासन ने रविवार को नए 'इस्लामिक धार्मिक दिशानिर्देश' जारी किया है, जिसके मुताबिक देश में टेलीविजन चैनलों पर सीरियल या डेटी सोप में महिला एक्ट्रेस के साथ बनें सारे पुनर्जीलयन के प्रसारण को बढ़ाव देने के आदेश दिए हैं। तालिबानी टीवी जर्नलिस्ट एंकरिंग करते समय हिंजाब पहनना हुआ अनिवार्य।

दो राजनीतिकों ने बताया कि सोमवार को बैठक में आसियान सदस्य स्पांसर की तरफ से प्रतिनिधित्व नहीं हुआ व्यक्तिकरण से थाया गया था। जिनल मिन आंग हलिंग को भी पिछले आसियान शिखर सम्मेलन में अपने देश का प्रतिनिधित्व करने से रोक दिया गया था। चीन ने अपनी बढ़ती शक्ति और प्रभाव के बारे में चिंताओं को दूर करने के आदेश दिए हैं। तालिबानी मंत्रालय ने उन फिल्मों या कार्यक्रमों पर प्रतिबंध लगाने का आह्वान किया जो इस्लामी और अफगान मूल्यों के खिलाफ हैं। मंत्रालय के प्रवक्ता हफ्फत मोहम्मजिन ने समाज के अधिकारियों के बताया कि ये नियम नहीं बल्कि धार्मिक दिशानिर्देश हैं। नए दिशानिर्देश रविवार देर रात सोशल मीडिया नेटवर्क पर व्यापक रूप से प्रसारित किए गए। बता दें कि तालिबान ने पहले ही नियम लागू कर दिए हैं कि महिलाएं विश्वविद्यालय में काम पहनती हैं और बायानी है।

अमेरिका में क्रिसमस परेड में शामिल लोगों को कुपलती हुई निकल गई एसयूवी

मिल्बौकी। मिल्बौकी के उपनगर वीकेश में तेज स्तरार से आ रही गाड़ी अवरोधक तोड़ कर किसमस परेड में चुम्प गई। इस घटना में पांच लोगों की मौत हो गई तथा 40 से अधिक लोग घायल हो गए। वीकेश के अधिकारियों ने रविवार देर रात एक वक्तव्य में पुष्टि की कि घटना में कुछ लोगों की मौत हुई है। पुलिस ने कहा कि मने वालों तथा घायलों की संख्या अधिक हो सकती है। व्यक्तिकृत कुछ लोग स्वयं भी अस्पताल पहुंचे थे।

मने वाले के नाम अभी सार्वजनिक नहीं किए गए हैं। एक संघीय व्यक्ति पुलिस की दिवासी में है इस घटना का वीडियो भी सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है।



सोवियत संघ की राह पर चीन: हांगकांग में लागू हुआ नया कानून, निजी स्कूलों में फहराया जाएगा चीनी झांडा, गाया जाएगा राष्ट्रगान

नई दिल्ली। हांगकांग पर अपनी पकड़ और मजबूत करने के लिए चीन ने अब नई चाल चलती है। अब हांगकांग के निजी स्कूलों के लिए नया कानून पारित किया गया है। इस कानून के तहत निजी स्कूलों के चीन की झांडा फहराना और चीन का राष्ट्रगान गाना अनिवार्य होगा। अमेरिका के वैसरप्रेस ऑफ पाकिस्तान ने एक व्यापक क्षेत्रों में निवेश में तेजी लाने में उनकी गहरी रुचि के लिए उनके आभारी हैं। खान ने सूचित किया गया कि चीनी व्यवसायी ग्रास, सिरेमिक और आईटी क्षेत्रों में परिचालन शुरू करने के लिए तैयार हैं। इसके अलावा प्रमुख चीनी उभोकों इंजिनियरिंग और मोबाइल कंपनी ओपों पाकिस्तान में एक मोबाइल सेट निर्माण इकाइ तथा एक अनुसंधान एवं विकास कंपने के लिए चीनी 'ओपो' के फैसले से देश को एपोनोफोन के लिए रोजगार पैदा करने में मदद मिलेगी। बैठक में ऊर्जा मंत्री मोहम्मद हम्माद अजहर, वाणिज्य सलाहकार अब्दुल रजक दाऊद, पाकिस्तान में चीनी राजदूत नोग रोंग और अन्य अधिकारियों ने भाग लिया।



जुड़े नियम के जरिए छात्रों में चीनी लोगों के प्रति लगाव और राष्ट्र भावना को बढ़ाया जाएगा। वहीं विशेषज्ञों का होना है कि चीनी अव्याचरितों के खिलाफ हांगकांग में उत्तर खतरनाक बताया है।

क्या है नया कानून

नए कानून के तहत सभी किंडगार्डेन, प्राथमिक व माध्यमिक स्कूलों को आदेश दिया गया है कि प्रत्येक दिन स्कूलों के चीन का राष्ट्रीय ध्वज फहराना होगा और खाली सहायता में कम से कम एक बार चीन का राष्ट्रगान गाना होगा। कानून के तहत कहा गया है कि ऐसा न करने वालों को अपराध के रूप में देखा जाएगा।

पाकिस्तान में तीन कोयला खदान कर्मियों की गोली मारकर हत्या

पेशावर। पाकिस्तान के असांत बलूचिस्तान प्रांत स्थित एक कोयला खदान के पास अज्ञात हथियारबद्ध व्यक्तियों ने गोलीबारी की, जिसमें तीन खनिकों की मौत हो गई। सरकारी प्रवक्ता ने कहा, «हथियारबद्ध लोगों ने हसाइ डिजिले जिले में शायरा के सुदूर धेनीपुर स्थित एक कोयला खदान के पास यात्री श्रमिकों पर हाली देखा।



थे। इस घटना के बाद सुशाखालों ने इलाके की धेनीपुरी की तरफ लोगों को धेनीपुर स्थित एक कोयला खदान के पास यात्री श्रमिकों पर हाली देखा।

इस साल जनवरी में, सुदूर माछ कल फैल्ड से 11 कोयला खनिकों का अपहरण कर दिया गया था और उन्हें व्यापक निर्दारण की जिम्मेदारी नहीं ली गई।

अंतर्राष्ट्रीय उड़ानों के लिए सभी तकनीकी और सुरक्षा इंतजाम किए गए हैं। पिछले 20 वर्षों में पहली नागरिक उड़ान का संचालन हुआ है। गवर्नर कार्यालय ने यह जानकारी दी। प्रांतीय अधिकारियों ने बताया कि जिलालाबाद में घेरू और

विशेष प्रतिनिधि तालिबान द्वारा नियुक्त अंतर्राष्ट्रीय अफगान सरकार के अधिकारियों के साथ बैठक करने के लिए जारी बालू पहुंचे। दोनों पक्षों ने मानवीय सहायता के साथ यहां उतरा है।

इससे पहले सोमवार को अफगानिस्तान के लिए ईरानी

प्रांतीय सिंह की चेतावनी पर पाक

को लगी मिर्ची, बोला-किसी भी आक्रमण से

अपना बचाव करने में हम सक्षम

हैं।

इस्लामाबाद। केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कुछ दिन पहले

चेतावनी दी थी कि अगर पड़ोसी देश बाज नहीं आया तो नया भारत मुहूर्तेड जबाब देगा। राजनाथ सिंह की इस चेतावनी से पाकिस्तान को चिर्ची लगी है। पाकिस्तान ने कहा कि भारतीय रक्षा मंत्री के बताया को गैर-जिम्मेदार, भड

सुविचार

संपादकीय

स्वस्थ मन के लिए

कोरेना महामारी ने हमारी दुनिया को तरह-तरह से प्रभावित किया है। इसका व्यापक असर मानव मरिटाक्ष पर भी पड़ा है, जिस पर लगातार अध्ययन व शोध का क्रम चल रहा है। एक व्यापक अध्ययन में 19 देशों के हेल्पलाइन नंबरों पर की गई 80 लाख टेलीफोन कॉल का अध्ययन किया गया है। इसमें यह पाया गया कि पहली लहर के दौरान लोग मानसिक रुप से ज्यादा परशन थे और लोगों ने मदद मांगने के लिए खुब कॉल किए। आत्महत्या के विचार का दुर्घटनाहर जैसे आसान खतरों के बजाय अकेले व महामारी के बारे में चिंताओं ने अधिकांश कॉल करने वालों को फोन करने के लिए प्रेरित किया। विज्ञान प्रक्रिया ने वर में प्रकाशित विश्लेषण महामारी के दौरान मानसिक स्वास्थ्य की चुनौतियों का समाधान करने के लिए कियागया सबसे बड़ा प्रयास था। बीमारी के दौरान लोगों को अकेलापन अधिक सता रहा था और वे सवालों से भरे हुए थे, जिनका समाधान खोजने की कोशिश के तहत उत्थान हुआ था। जहां भी संभव हुआ, हेल्पलाइन नंबरों पर फोन किया। शोध करने वालों ने बताया है कि कोरेना सक्रमण की प्रारंभिक लहर के पहले छह हप्तों में हेल्पलाइन पर कॉल में ज्यादातर वृद्धि हुई थी। हेल्पलाइन नंबरों पर सामान्य दिनों की तुलना में 35 प्रतिशत अधिक कॉल आई थी। स्विटजरलैंड में लॉजेन विश्वविद्यालय के एक अर्थशास्त्री और शोध पत्र के एक सह-लेखक मारियस ब्रुलहर्ट कहते हैं, 'धेरूतु हिंसा या आत्महत्या के कारण कॉल में वृद्धि संकेत होता है।' लोग किसी न किसी से बात करना चाहते थे, महामारी संबंधी अपनी चिंताओं का इंजहार करना चाहते थे। इसके अलावा शोधकर्ताओं ने यह भी पाया कि फास और जर्मनी में लॉकडाउन के अधिक सख्त होने पर हेल्पलाइन पर आत्महत्या से संबंधित कॉल में वृद्धि हुई थी, लेकिन जब सरकार ने जरूरतमदाओं को वित्तीय सहायता का प्रस्ताव किया, तब खुदकुशी संबंधी चिंता कम हो गई। भारत जैसे देश में यह गौर करने लायक तथ्य है, जहां तानाव के दौर में किसानों व छोटे कारोबारियों ने बड़ी सख्ती में अत्महत्या की है। संकेत साफ है, अगर किसी भी संकट या महामारी के समय ऐसे लोगों का तब अधिक सहायता पहुंच दी जाए तो उन्हें अधिक जीवन दिया जाएगा।

ता अमृन्धरा के मामला का कम किया जा सकता है। पश्चिमी देशों में ऐसे मिस्रियों व व्यवसायियों की पर्याप्त मदद की गई है, जो महामारी व लॉकडाउन के समय लावार हो गए थे। शोध की यह परियोजना 2020 में महामारी के शुरुआती दिनों से ही जारी थी, जब शोधकर्ता मानसिक स्वास्थ्य पर महामारी व लॉकडाउन के प्रभाव की निगरानी के लिए रास्ता तलाश रहे थे। शोध के आंकड़े अनेवाले समय में बहुत काम आएंगे। शोध दल ने अमेरिका, चीन, लेबनान व 14 यूरोपीय देशों सहित 19 देशों व क्षेत्रों से आंकड़े जुटाए। काश! यह अध्ययन और बड़े पैमाने पर किया जाता। वैज्ञानिक मानते हैं कि कूल मिलाकर यह शोध मानसिक स्वास्थ्य में बदलाव की निगरानी के लिए एक रोमांचक तरीका प्रदान करता है। यह सब है कि मानव समाज में आम तौर पर मानसिक स्वास्थ्य की उंगली होती है और बदलते समय के साथ मानसिक स्वास्थ्य को समझना और समझाना लजरी होता जा रहा है। संकट के समय मानव मदद और सामाजिकता की तलाश करने लगता है। मतलब सरकार के स्तर पर भी ऐसी नीतियों को बढ़ावा देना चाहिए, जो प्रत्यक्ष सामाजिकता बढ़ाए।



परमानंद

जगी वासुदेव / आज तो भ्रमित करने वाले नशे की दवाएं भी लिस
(परमानंद) के नाम से बैची जाती हैं। अगर आप पाष्ठम में 'ब्लिस' कहेंगे तो उन्हें लगेगा कि आप नशे की किसी खास गोली की बात कर रहे हैं। सच्चा परमानंद और छाता परमानंद जैसा कुछ नहीं होता। जब आप सत्य में होते हैं तभी परमानंद में होते हैं। जब आप वास्तव में सत्य से जुड़ेंगे तब ही परमानंद में होंगे। परमानंद की अनुभूति होना अथवा न होना, ये आप के लिए एकम सटीक परिक्षण की तरह है जो आप को बताता है कि आप सत्य में हैं अथवा नहीं हैं। ये प्रश्न शायद इस खास दिमागी सोच में से आ रहा है, 'अगर मैं सुर्योदय देख रहा हूँ और एकदम आनंद में हूँ तो क्या यह सच्चा परमानंद है? या मैं अगर उन्हें देख रहा हूँ तो क्या यह सच्चा परमानंद है?' ये आप के लिए हमेशा के लिए टिका कर नहीं रख सकते। लेकिन परमानंद की अवस्था का अर्थ है 'वो अवस्था जो किसी पर भी आधारित नहीं है।' सुख हमेशा किसी व्यक्ति या वस्तु या परिस्थिति पर आधारित होता है। परमानंद की अवस्था किसी पर भी आधारित नहीं होती। आप के स्वभाव के कारण होती है। एक बार आप इसके सच्चे जुड़ जाते हैं तो आप इससे ही होते हैं, बढ़ बस यही है। परमानंद की अवस्था कोई ऐसी नहीं है जो आपकी कहीं बाहर से कोई कर लाएं। ये वो हैं जो आप अपने ही अंदर गहराई में उत्तर कर पाते हैं। यह कुआ़ खोदने जैसा है। आप मुँह खोल कर प्रतीक्षा करें कि जब बरसात होगी तब उसकी बूँदें आपके मुँह में गिरेंगी तो उनमें से कुछ बूँदें आपके मुँह में गिर भी सकती हैं। लेकिन अपनी ध्यास बुझाने का यह तरीका हताशाजनक है। और बारिश हमेशा नहीं होती। दो-एक घंटे होती और फिर बंद हो जाएगी। यही कारण है कि आप अपना कुआ़ खोदते हैं कि जिससे साल भर पानी मिलता रहे। आप जिसे सच्चा परमानंद कह रहे हैं, वो बस यही है। अपने अपने अंदर अपना कुआ़ खो दिया है, और वो पानी प्राप्त कर लिया है जो आप के लिये हमेशा कर सकता है। यह वो पानी नहीं है जो आप के लिये हमेशा कर सकता है।

जो प्राणिमात्र के लिये अत्यन्त हितकर हो, मैं इसी को सत्य कहता हूँ। - वेदव्यास

मरुस्कम उत्पादन बना रहा है आत्मनिर्भर

- ફૂલદેવ પટેલ

कोरेना के बाद बेरोजगारों की तादाद बढ़ गई है। युवा आर्थिक तंती का सामना कर रहे हैं। दरअसल कोरेना की भवावहाता ने उन्हें स्थानीय स्तर पर ही रोजगार और मजदूरी करने के लिए बाध्य कर दिया है। कुछ युवा तो अपने राज्य में उचित अवसर नहीं मिलने की वजह से दूसरे प्रांत में पुनः जाने का मजबूर है। हालांकि प्रत्येक राज्य में भौगोलिक वातावरण के अनुसार कृषि आधारित रोजगार की भी अपार संभावनाएँ हैं। बावजूद इसके युवा उचित मार्गांदर्शन और योजनाओं की सही योजनाओं की सही राज्यपाल तथा प्रशिक्षण नहीं मिलने की कारण असंरचनाएँ की स्थिति में हैं। वह चाहते हैं कि मत्स्य उत्पादन, पशुपालन, डेयरी उद्योग, मशरूम की खेती, उत्तर और नन्हीं खेती बाढ़ी करके अपने जीवन को नई दिशा दें। यदि सरकारी स्तर पर युवाओं को योजनाओं का लाभ मिले तो निःसंदेह युवा अपने ही राज्य में वैकल्पिक कृषि आधारित काम से कींतिमान स्थापित कर सकते हैं। हर युवाओं की तरह शशि भूषण तिवारी भी पदाई-लिखाई के बाद रोजगार के लिए अच्युत प्रदेशी में रोजगार तलाशते रहे। अंततः दिल्ली, मुंबई आदि महानगरों से निराश-हताश लौटरह मशरूम का उत्पादन शुरू किया और ब्रॉडबैंड मशरूम मेन। जान अपने जिले के साथ-साथ अन्य राज्यों में बटन मशरूम के उत्पाद और सालाने से लाखों कमाई करके युवाओं के चर्चे बन गए हैं। शशि भूषण ने जीविकापार्जन के लिए जीमीं लीज पर लेकर मशरूम का उत्पादन आरंभ किया। इसकी खेती करके न केवल अपने जीवन को संवारा बल्कि दर्जनों लोगों के जीवन में उम्मीद की नई किरण भी जगाई। बेरोजगारों को प्रशिक्षित करके अपने ही युनिट में रोजगार से लैस किया। बिहार के मुजफ्फरपुर जिले के मोरीपुर प्रखण्ड अंतर्गत जयोती पंचायत के गोहा धनवती गांव के शशि भूषण तिवारी मशरूम की खेती (उत्पादन) के लिए एवं इलाकाओं में काफी चर्चित हैं। वह घोरे पास करने के बाद घर को आर्थिक स्थिति को सुडूर करने के उद्देश्य से दिल्ली चले गए, वहाँ आजतपुर मंडी स्थित एक प्राइवेट कम्पनी में नौकरी करने लगे। पर्यावार स्थानीय स्तर पर उहें एक भोज में आमतौर पर किया गया, वहीं मशरूम की सब्जी पर उनकी नजर पड़ी। उहोंने मशरूम की विशेष जानकारी प्राप्त करने के लिए काफी प्रयास किये, पता चला कि यह दिल्ली के किसी भी सब्जी मट्ठी में आसानी से मिलता है। इसके बाद उहोंने इसके उत्पादन से संबंधित जानकारिया एकत्रित की। उहोंने मशरूम की खेती (उत्पादन) के बारे में दिल्ली के आसपास हरियाणा, पंजाब, चंडीगढ़ आदि जगहों से

जाना, कहते हैं कि अगर मम में लग हो तो मजिल आसान हो जाती है। शशि भूषण ने भी मन में दान लिया कि अब अपने राज्य में ही मशरूम का उत्पादन करना है। इसके लिए सबसे पहले मशरूम उत्पादन के बढ़े में काम करना शुरू किया। नौकरी करने के दौरान मशरूम उत्पादन के बारे में पूरी जानकारी प्राप्त की। बड़ी मरीने बाद नई ऊर्मा, नया जोश के साथ बिहार में ही मशरूम की खेती (यूनिट) करने का मन बनाया। वह अपने गुरु जिला लौट आए और गांव में ही तकरीबन एक एकड़ से अधिक की जमीन चालीस वर्ग के लीज पर लेकर मशरूम का उत्पादन शुरू किया। उन्होंने जून 2021 में मशरूम उत्पादन की बीड़ रखी। आज इस यूनिट से महज दो माह बाद से प्रतिदिन 1400-1500 किलो मशरूम का उत्पादन हो रहा है। इस संबंध में स्वयं शशि भूषण तिवारी बताते हैं कि बाजार में मशरूम की मांग बढ़ती ही रही है। वर्तमान में इसकी कीमत लगभग 150-200 प्रति किलो है। इसकी सलानी नेपाल, असम, बंगाल के अलावा अन्य राज्यों में भी तेजी से बढ़ रहा है। स्थानीय स्तर पर मुजफ्फरपुर के अतिरिक्त बैतिया, मोतिहारी, बैशाही और राजधानी पटना में भी इसकी मांग हो रही है। वर्तमान में शशि भूषण के साथ नुड कर 75 महिलाएं और 50 पुरुष रोजगार प्राप्त कर रहे हैं। यानी इस यूनिट से लगभग 600-700 परिवारों का भरपा-पौधा हो रहा है। मशरूम को उगाने में तीस दिन एवं उसके खाद तेयार करने में 20-25 दिन का समय लगता है। खाद सामग्री में गेंहूं की भूसी, नारियल का बुरादा, मिट्टी आदि से बड़ी तेजी की जाती है। इसका उत्पादन 30 दिनों में पूरा हो जाता है। वह बताते हैं कि उन्हें मशरूम यूनिट को शुरू करने में चार करोड़ पच्चीस लाख रुपए की लगत आई। जिसमें बैक ऑफ इंडिया द्वारा ऋण के रूप में दो करोड़ पच्चीस लाख मिले। उन्होंने बताया कि उनके यूनिट को शुरू करने में उत्तम विभाग, पटना के डायरेक्टर नंद किशोर एवं कृषि सचिव एवं नृ श्रवण का विशेष योगदान है। वर्तमान में शशि भूषण केवल यूनिट में ही उत्पादन नहीं करते हैं, बल्कि आसपास के लोगों को भी प्रशिक्षित करके रोजगार से जोड़ने में दिलचस्पी रखते हैं। परम्पराजीत, सजीत, अखिलेश, प्रकाश लम्हा, माला देवी, रिकू देवी, रोनाली कुमारी, आरती कुमारी, खात्रन, अफसा खात्रन, मोमिना बैगम आदि छोटे जिलावान व बैरोजगार उन्होंने प्रशिक्षित होकर न केवल मशरूम से जीविकाप्राप्ति कर रहे हैं बल्कि आधिक स्थानवान के साथ-साथ उनके परिवार के बच्चे उच्च शिक्षा प्राप्त कर रहे हैं। स्वयं शशि भूषण का प्रुण बीएससी एपीकल्चर तथा पुस्ती डेंटल की पढ़ाई पूरी कर रही है। आज पूरा परिवार मशरूम उत्पादन के सहारे आनंदमय जीवन जी रहा है। वह कहते हैं कि कम पूँजी से भी इस कार्य को पूरा किया जा सकता है। आहिस्ता-आहिस्ते पूँजी और नियत बढ़ाकर आमदानी बढ़ाई जा सकती है। वह युवाओं का सलाह देते हुए कहते हैं कि इस काम को शुरू करने वाले लिया भी कृपि विश्वविद्यालय या कैंपस के मशरूम उत्पादन एवं पिण्डाकारी प्राप्त कर लिया जाविए। साथ ही इस संबंध में स्कूलर की योजनाओं की जानकारी कृपि विभाग से प्राप्त कर लिया जाविए। तक विभाग की प्रशिक्षण प्राप्त कर लिया जाविए। तक विभाग से प्राप्त करनी चाहिए। बैरो प्रशिक्षण के उत्पादन और मार्केटिंग की समस्या उत्पन्न हो सकती है। इस संबंध में मशरूम यूनिट के प्रोजेक्ट मैनेजर रवि शंकर बताते हैं कि मशरूम के लिए तापमान कम-से-कम 20 डिग्री एवं अधिकतम 22 डिग्री तक होनी चाहिए। वह कहते हैं कि मशरूम उत्पादन के संबंध में बिहार में जागरूकता की कमी है। यदि युवाओं को बच्चों के फायदे बताएं जाए तो निःसंदेह बहु घर से ही छोटे बच्चों पर इसकी शुरूआत कर जीविकाप्राप्ति करने में सामर्थ्य हो सकते हैं। उन्हें अन्न प्रदानों में भूकंप की नीबूत जीवन आपांगी। रवि शंकर कहते हैं कि आज एक बड़ी आवादी मानसिक और शारीरिक रूप से रुग्ण होते जा रही है। अनियमित खानपान, रसन-सहन, अवसाद और अपर्याप्त पोषक तत्वों की वजह से शरीर रोग ग्रस्त होता जा रहा है। गर्भवती मां को गर्भवत्सा के दौरान उपयुक्त देखभाल व पौष्टिक आहार उपलब्ध न होने के कारण कृपृष्ठांकी की समस्या बढ़ रही है। परिणामतः नवजात शिशु को जन्म लेते ही पापाण के लिए आईसीयू में रखना पड़ रहा है। ऐसे में मशरूम में मौजूद तत्व के जरिए बच्चों का सार्पण पोषण किया जा सकता है। मशरूम पाउडर को दूध में मिलाकर पिलाने से आवश्यक तत्वों की कमी जा सकती है। यानी कम पेसी लागत से सभी तत्वों की पूर्ति की जा सकती है। क्षेत्र की जिला पार्षद पूर्वांदेवी कहती है कि यह बड़ी ही खुशी की बात है कि मेरे जिला पार्षद क्षेत्र-1 में लुप्त उद्योग के रूप में मशरूम की खेती हो रही है। इससे लोगों को रोजगार भी मिल रहा है और पोषक तत्व भी प्राप्त हो रहे हैं। उन्होंने आधासन दिया कि वह बिहार स्कूलर से मार्ग करेंगी कि इसी तरह के उद्योग जिला में अधिक से अधिक लायारा जाए ताकि न केवल रामेश क्षेत्रों की गरीबी एवं खुम्खरी मिटे बल्कि लोगों को रोजगार के लिए प्रपर्देस भी ज्ञारत न हो। बहराह, शशि भूषण का यह उत्पादन केवल लिया जाए जो काफी चार्चित हो रहा है। अब दिन युवाओं की लोली प्रशिक्षण प्राप्त उत्पादन के तरीके से लोली आरंभ ही है। यदि इस तरह की यूनिट छोटे स्तर पर भी शुरू हो जाए तो, सेहत के साथ-साथ कमाने के लिए भी लोगों का पालायन रुक सकता है।

एफडीआई की तेज आवक बदलेगी भारत की तस्वीर

- आर.के. सिन्हा

इकबाल का एक शेर है— कुछ बात है कि हस्ती मिट्टी नहीं हमारी/ सदियों रहा है दुश्मन दोर-ए-ज़म्मू हमारा। कोरोना जैसे भीषण वैश्विक महामारी से जुड़ते भारत को लेकर दुनिया भर के निवेशकों का रुख सकारात्मक बना हुआ है। उन्हें भारत में अपने पैसा निवेश करने पर बेहतर रिटर्न की उम्मीद बढ़ी रही है। यह गवाही है कि हमारी अर्थव्यवस्था चबूत्र की तरह मजबूत हो चुकी है अगर यह बात सच न होती तो अप्रैल से दिसंबर, 2020 के दौरान 67.54 अरब अमेरिकी डॉलर का प्रत्यक्ष पूँजी निवेश (एफडीआई) देश में ना आया होता। यह विद्युती वित्ती वर्ष के पहले 9 महीनों में आया सबसे अधिक एफडीआई है। वित्त वर्ष 2020-21 के पहले 9 महीनों के दौरान, एफडीआई में 40 फॉसटों की बढ़ोत्तरी हुई है। जो कि इस अवधि में 51.47 अरब अमेरिकी डॉलर था। बहुत ज्यादा आंकड़ों के सहारे बहुत नीचे करेंगे। दरअसल भारत में एफडीआई सरकार की नीतियाँ और कुछ सेक्टरों के बेहतर प्रदर्शन करने के कारण आ रहा है। यह दिन निर्विवाद है। पहले जान लेते हैं कि एफडीआई व्या है? इसका मतलब व्या होता है? दरअसल किसी विदेशी व्यक्ति या कंपनी द्वारा किसी भारतीय कंपनी में लाना चाहिए पैसे को विदेशी निवेश कहा जाता है। विदेशी निवेशक उस कंपनी के शेयर या बांद खरीद सकता है या अपना कार्ड उद्योग लगा सकता है। यद्य पर ऐसे कि विदेशी निवेशक अपने पैसे को स्वदेश बापस ले जाने के लिए आजाद है। मतलब किसी भी दूसरे देश की परियोजना या कंपनी में किया जाने वाला निवेश एफडीआई है। यह सीधा निवेश होता है और लंबी अवधि के लिए होता है। भारत के चौतरा विकास में एफडीआई का अहम रोल रहता है। इसके आने से देश का चौतरा विकास होता है। यह बिना कर्ज लिए पूँजी जुटाने का एक

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

सु-दोकू -1968 का हल								
5	9	4	2	3	6	1	8	7
8	7	3	1	4	5	2	9	6
6	1	2	8	7	9	3	5	4
1	6	7	9	8	2	4	3	5
3	8	5	4	1	7	6	2	9
2	4	9	6	5	3	7	1	8
7	5	6	3	9	1	8	4	2
4	2	1	5	6	8	9	7	3
9	3	8	7	2	4	5	6	1

સ-દોક નવતાલ -1969

-

खार से नीतों

ਫਿਲਮ ਵਰਗ ਪਹੇਲੀ-196

- | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | |
| 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| | 6 | | 7 | 8 | | |
| 9 | 10 | 11 | | | 12 | 13 |
| | | | 15 | | | |
| | | | 16 | | | 17 |
| 18 | | 19 | | 20 | 21 | |
| | | | 23 | | | |
| | 24 | | | 25 | | |
| | 26 | | 27 | 28 | | 29 |
| 30 | | 31 | | | 32 | |

ऊपर से नीचे:-

 - ऋषि, अनिल, श्रीदेवी की फिल्म-4
 - 'जीत गगन में डड़ल बादल आ' गीत वाली फिल्म-4
 - फिल्म 'मि. चॉट्ट' में अशयकुमार के साथ नायिका की भूमि-2
 - जोतेंद्र, रंगीन, मंसुधरी को 'धक धक से धड़कना' गीत वाली फिल्म-2
 - 'मस्पनों जहाँ हो' गीत वाली अशद वासी, महिमा चौधरी की फिल्म-3
 - सुमित्रा की पहली फिल्म-2
 - 'चुड़े वाली छिप्पी मिला नैनेरे' गीत वाली सनी, जयादा की फिल्म-3
 - 'विनोद खाली' गीत करने लगा है याहाँ' गीत वाली फिल्म-3
 - 'जीना तेरी वाहाँ' गीत वाली सुनील शेष्ठी,

इंद्रिकुमार, नम्रता की फिल्म-3

 - प्रदीपकुमार, नर्सिंह की 'दिल की गिरह खाली दो' गीत वाली फिल्म-2,2,2
 - नंद के सामने जिग्न' गीत वाली गुलल गय, अन अग्रवाल की फिल्म-3
 - आशिकुमार, जयादा की 'दृष्टली बाले दृष्टली बजा' गीत वाली फिल्म-4
 - 'मंगे जो मटके वालों' गीत वाली सुनील, खीना, सोनानी की फिल्म-3
 - गणेश कुमार, गयी की 'तुम मेरी हो मेरे सिला किसी' गीत वाली फिल्म-2,2
 - 'हाँ एक घर में दिवा' गीत वाली संजय सूरी, रेखा, गुल पनानी की फिल्म-2
 - सनी, सलमान, करिश्मा, तत्वजी की 'अपी सौंस लेने की' गीत वाली फिल्म-2

श्रीगार

आपके व्यक्तित्व में लगाए चार चाँद

आजकल के बच्चों को भी तुरंत गुस्सा आता है। छोटी-छोटी बातें पर कहान्युनी तक तो तीक हैं, पर अगर आपका बच्चा मारपीट करके घर आ रहा है तो आपको इस बात को गंभीरा से लेना होगा। यह जानना होगा कि इस व्यवहार के पीछे क्या कारण है और उसमें सुधार कैसे संभव है। अगर समय पर आपने सही कदम नहीं उठाया तो भविष्य में आपकी पेशानी बद सकती है।



ਬਚੇ ਕਾ ਗੁਰਸਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਥਾ

आई यू आई तकनीक उन दप्तियों के लिए वरदान है जो गर्भधारण न कर पाने की समस्या से परेशान हैं। यह न केवल एक आसान प्रक्रिया है, बल्कि इसका कोई दुष्प्रभाव नहीं है।

हर महिला मां बन कर ही खुद को संपूर्ण महसूस करती है। घर में बच्चे की किलकारी सुनकर एक मां का दिल गुलजार हो डरता है। लेकिन कुछ महिलाएं ऐसी भी हैं, जिनका मां बनने का सपना पूरा नहीं हो पाता। ऐसी ही कुछ महिलाओं में से एक है मीता, जो शादी के बाद किसी बजह से गर्भधारण नहीं कर पा रही थी। ऐसे में बताना, गुस्सा और अकेलापन महसूस करने लगी, साथ ही समझ के तानों से बचने के लिए वह रिश्तेदारों से भी दूर होने लगी। जब उसके डॉक्टर ने उसे इंट्रोविंडो डिसीनेशन (आई यू आई) नाम के एक तनाकीक वारे में बताया, तो उसे अपनी समस्या का ही दिखाना नजर आया।

आजकल तनाव, व्यस्त जीवनशैली और प्रदृष्टित वातावरण के कारण कई दर्पणियों को प्राकृतिक तरीके से गर्भधारण करने में दिक्षा होती है। कई युवा आजकल शादी देर से करते हैं और कई बार गर्भधारण जैसे विषयों को गोभीरा से नहीं लेते। जब बच्चे की मां मध्यम सूझ लाती है तो काफी उम्र निकल जाती है, जिससे गर्भधारण में काफी जटिलता आ जाती है। वहीं नहीं, इससे दर्पणी को बहुत मानसिक तनाव हो जाता है, जिसका सीधा असर उनके गर्भधारण पर पड़ता है।

पर, ऐसा नहीं है कि इसका कोई हल नहीं है। आजकल कई युवा दर्पणी गर्भधारण तकीयों के जरिए अपने मां-बाप बनने का सपना पूरा कर रहे हैं। आई-

यू आई भी इन्हों कृत्रिम गर्भधारण के तर्था क्या है आई या आई?

पवा ह आज़ पू जाँ !
 आई यु आई तकनीक के तहत तेजी से बढ़ रहे शुक्राणुओं को सीधे ही महिला के गर्भाशय में रख दिया जाता है, जिससे गर्भधारणा की सम्भावना बहुत ज्यादा बढ़ जाती है, तरोंके शुक्राणुओं को अंडे के करीब रखा जाता है। इस प्रक्रिया में क्षीतिकरण और गतिहीन शुक्राणुओं को अग्र तरके स्थाय शुक्राणुओं को महिला के गर्भ में डाला जाता है। वेहरतन गुणवत्ता के शुक्राणुओं को 36 से 40 घंटे के बाद एक छोटी निलिका (एक वेहर नरम लवीयी टियूब) की मदद से गर्भशयी विवा (गर्भ का द्वार) में रखा जाता है।

आई यु आई तकनीक अपनाने से पहले फैलोपियन टट्व की जांच की जाती है। फैलोपियन टियूब में किसी भी तरह की रुकावट का देखन के लिए लेप्रोस्कोपी और डाई टेस्टिंग दोनों बहुत अचम प्रक्रिया हैं। लेप्रोस्कोपी के द्वारान बहुत ही बारीक टेली-रुकावप को यूद्स की कैविटी में डाला जाता है। आगे यूद्स की कैविटी में किसी रुकावट का पता चलता है तो पहले उस रुकावट को हटाया जाता है।

ब चे तो शाररती होते ही हैं। पर ये जिना शाररत में तेज होते हैं उतना ही पदार्ड और दूसरे कामों में भी हो सकते हैं, बशर्ते उन्हें सही दिशा मिले। आप उनकी ऊँकों को सही दिशा में लगा सकें। अगर उन्हें कहीं से भी सही प्रोत्साहन न मिले और हमें उनकी विकासी गति पर टोका-टोकी या ढंग-फंगरांक ही लाइड जाय तो ऐसे बच्चे अति उत्पात कभी-भी गलत काम भी कर बैठते हैं। एक छोटी-सी बात पर कई बार बच्चे झगड़ा एवं मार-हांट करते हैं और एक-दूसरे को हाथ निहुणा देते हैं जब इस काम की धृतांत्र बढ़ने लाती है तो बच्चे का व्यवहार की आक्रमणीयता होता जाता है। दरअसल, बचपन में मा-बाप और शिक्षक बच्चे को कुम्हार की तरह उनके विवारों को रचते हैं। इसलिए मा-बाप और शिक्षकों का समय-समय पर सही और गलत काम के ज्ञान के साथ-साथ हर परिस्थिति में सामजिक्य बैठाना सिखाना चाहिए। बच्चों में रुकून, घर और बाहर में कई कारणों से झगड़े होते हैं तो कई बार उग्र रूप से लेते हैं। इन झगड़ों में किंवदं बच्चे की यींजी बोली लेना, सामाजिकों का मजाक उडाना, बदूर शरारत करके दूसरे बच्चे का नाम लगा देना, सहायता या दोस्त को थप्पड़ मार देना आदि आम है। पर, अगर सही समय पर इन गलत आदानों को न रोका जाए तो ये बच्चे के व्यक्तित्व का हिस्सा बन जाती है। कई बार बच्चा घर के सदर्यों को छोटी-छोटी बात पर झगड़े देखता है तो वो बातें उसके दिमाग में घर कर जाती हैं उसके व्यवहार में भी वो बातें आ जाती हैं। अगर घर में एक बच्चे को दूसरे बच्चे से ज्यादा तबज्जुल मिले तो या फिर घर में बड़े-बुजुर्ग अधिक लाइ-यार में बच्चों के गलत बातों को नजरअंदाज कर दें, तो भी ऐसा होता है।

मैं नहीं हूँ लड़ाकू

बच्चों को छोटी-छोटी बातें सिखानी चाहिए। जैसे गलती करने पर सौंरी बोलना या गलती मानना। किसी दूसरे का समाज इस्तमाल करने से पहले उससे बातें बोलना। ऊँकी आवाज में बात नहीं करना आदि। उनके गलत व्यवहार को इस तरह से समझाना चाहिए। आपको अपने बच्चे को वह सिखाना होगा कि नकारात्मक परिस्थिति में उसे कैसा व्यवहार करना चाहिए। अगर वह बहुत नराज है तो उसे समझाना चाहिए कि वह अपने गुरुसे पर कैसे काबू रखे, जैसे थोड़ी देर तुप रुकना, कहीं देरेखना, पानी पानी या थोड़ी देर के लिए डांडा से बोल जाना, उत्तीर्णीति गिनना इत्यादि। अप उपके लिए स्वयं को उत्तराध्यन बनाकर पेश करें। बच्चों की अपनी बुराई सुनना सिखाना चाहिए। इससे भावित में अप उपके लिए स्वयं को उत्तराध्यन कराया जाए। तो वह उत्तराध्यन नहीं होगा और उत्तराध्यन सकारात्मक तौर पर लेगा। संभव है कि अपनी बुराई सुनकर वह खुद में सकारात्मक बदलता लाने के कांशिका भी कर। बच्चा विडिओपैन या झगड़ालू व्यवहार का ना हो इसके लिए घर में हर समय खुशी का माहिल होना चाहिए। घर में ज्यादा से ज्यादा समय एक दूसरे के साथ गुजारें। हर छोटी-सी खुशिया शेयर करें। बच्चों को मारी-पीट से दूर रहने की सलाह दें। झगड़ालू या दबग बच्चों से दोस्ती न रखने की सलाह दें। उनकी संगत पर नजर रखें।

आपके आंगन खिलखिलाएगा बचपन

दवाओं की मदद भी ली जाती है।

आई यु आई का सफलता सुनिश्चित करने के लिए दवाओं का इस्तेमाल भी किया जाता है। दवा के द्वारा अड़ो के प्रोडक्शन में सुधार किया जाता है। आई यु आई में ज्यादा सफलता पाने के लिए इस प्रक्रिया को उस दिन किया जाता है, जिस दिन से महिला को पीरियडस शुरू होती है। महिला को पीरियड शुरू होने का सही दिन पता चल सके, इसके लिए उसे ऑब्यूलेशन किट दी जाता है। इसके अलावा पीरियडस के दौरान महिला का योनि मर्म द्वारा अल्ट्रासाउंड या किए रख जंघ की जाती है जिस दिन इस प्रक्रिया को किया जाता है, उस दिन शुक्राणुओं को इकट्ठा कर उनमें से क्षतिग्रस्त और गतिहान शुक्राणुओं को अलग करके स्वस्थ शुक्राणुओं की अलग जाता है। इसके बाद लगभग 36 से 40 घण्टे बाद एक छोटी ट्यूब की मदद से शुक्राणुओं को गर्भ में रखा जाता है। इस पूरी प्रक्रिया को करने में कुछ ही मिनट का समय लगत है और आमतौर पर यह दर्दरहित प्रक्रिया होती है।

कब लें इस तकनीक का सहारा

- गम्भीरांश न होने का अप्पत कारण ● ओयलेशन में समस्या
 - शुक्राणुओं की सख्ती कम होना ● शुक्राणुओं की गतिशीलता कम होना
 - गर्भाशय ग्रीव की रिस्ट्रिक्शन शुक्राणुओं के अनुकूल न होना
 - शैश्वपन होना ● काफी सरल है यह प्रक्रिया

आमतौर पर एक नहीं होता। लेकिन इक महिलाओं को माहारी के दौरान होने वाला एक महसूस हो सकता है

 - कुछ ही बंदों में महिला घर जा सकती है
 - आई यू आई की प्रक्रिया के बाद कोई दिवा लेने की जरूरत नहीं पड़ती
 - इस प्रक्रिया में व्यक्ति को बोहोच करने की जरूरत नहीं पड़ती
 - इस प्रक्रिया में काफ़ि मिनटों का ही लंबा लगता है

A photograph showing the lower half of a person from the waist down. They are wearing a light green, textured poncho or shawl with a pink scalloped hem at the bottom. Underneath, they have on dark grey leggings and dark green New Balance sneakers with white stripes. The background is a blurred indoor setting.

**ਜਥੁਂ ਸਦੀ ਮੌਜੂਦਾ
ਏਕ ਸਾਡਾ ਵਿਖਨ ਹੋ
ਲਾਏ ਸਟੋਲ**

जब लगने लगे हल्की सर्दी या ठंडी हवाओं से बचाना हो कान और सिर को या फिर देना हो स्टेटर्श के साथ स्टाइलिश लुक तो नजर डालें स्टाइलिश स्टोल्स व मफतर्स पर।

कैसे-कैसे स्टोल्स

टंडी पुरावाई रखने लगी है। अब बिना गरम कपड़ा औंदें भला कैसे रहा जा सकता है। ये बात और ही कि इस मोसाम में किसी को जेकेट लुपती है तो किसी को हाई नेक वर रेस्टर परवंद आते हैं। सर्दियों की ड्रेसिंगों की बात करते तो एक ऐसी ड्रेस भी है, जो शान बढ़ाती है। जो लंग, रह वर्टोल व मफलर्स रेस्टोल न खिप्प जूनी, टाप, ड्राइवर व कोट पर अच्छे लगते हैं, बल्कि सूट और साड़ी के साथ भी जंजेरे हैं और आयी नहीं, टंडी वेटर्न आउटफिट्स जैसे इविनग गारंड्स और सिंगल पीस ड्रेसेस पर भी खूब लगते हैं स्टोल्स। जितना पोशाक की शान बढ़ती है, उससे कहीं ज्यादा वैरायटी इके आकार, रूप, डिजाइन और स्टाइल से भी उपरब्ध है। पौंछे स्टाइल, मफलर स्टाइल, चोकोर आकार वाले, शाल-मुद्रा ट्राईल आदि। विभिन्न फैशिंग जैसे सिल्क, एप्सीन, शीलन, बुलन, नेट आदि प्योंग व मिर्क, सभी तरस के फैशिंग में प्रिंटेड तथा एप्सोंडेड, दोनों प्रकार के उपलब्ध हैं। ये बुने हुए, हैंडवर्क, मशीन वर्क वाले अनेक रंगों में उपलब्ध हैं।

कीमत भी अधिक नहीं

स्टोल का इस फैशनेबल युग में दिनाना ज्यादा चलन है कि यह हर तरह के बाजार की जान है। यह सरोजनी नगर, जनपथ से लेकर ब्रॉडेंड शॉप्स, डिजाइनर शॉर्स रूम्स, यहाँ तक कि रेस्ट एंपोरियम, फैयर आदि में भी खूब मिलते हैं। स्टोल के बारे में आपको बजट को लेकर ज्यादा सचेन की आशयकानी नहीं, याकीं यह कम बजट में भी उपलब्ध है। एक साथ 2000 रुपये से लेकर 1500 रुपये तक काफी विवरणी में मिल जाता है। स्टोल के संबंध में डिजाइनर अनुभवी रामान कहती है कि गले में डालने वाले वे स्टोल बहुत खुबसूरत लगते हैं, जो सामने ट्राई-एंगल शैफ देते हैं। वैसे इस साल नए डिजाइन में आप मर्टी डाइंग, मल्टी पैचिंग वाले बोल्ड कलर्स में स्टोल ट्राई कर सकते हैं।

मफलर स्टाइल

लड़कों में तो मफलर का चलन काफी समय से है। समय के साथ इनके रॉपेर्ट और डिजाइन में बदलाव आता रहा है। आजकल चौक, भारियों, एस्ट्रोवर्ट आदि के विभिन्न डिजाइन गवाए मफलर युवाओं को कॉट के साथ भी डेशिंग लगू देते हैं। लड़कों के मफलर साइज के स्टोल युवा लड़कियों के लिए भी ड्रेंड में हैं। इनमें पारस्परी युवा हैं। नेट का आजकल काफी फैशन है, परं यह सूट हो, साली हो या टापू ही क्यों न हो। बाल स्टोल इससे अछूते केरसे हर सकते हैं। इनमें नेट पा वेबरेट या वेलटेट मिसायारी वेबरेलिन और तुलन के सामंजस्य से बैंड आकर्क टोल आज की शान बने हुए हैं। इनमें सिक्कुइस और बीड वर्क या स्पार्कल वर्क ही हो तो ये पार्टी की काफी उत्तमता होते हैं। हाँ मफलर स्टाइल में कूच ऐसे ही होते हैं, जिन्हें युवा लड़के-लड़कियां, दोनों ओढ़ सकते हैं। खाली तुलन के बुने हुए शॉलोव वर्ग शॉल और जोड़े आकार के होते हैं। इनकी लवाई और याखार की बॉडी थोड़ी कम होती है। शॉल का ओढ़ान पर यीन फाल्ट आते हैं, जबकि इनमें दो ही फोल्ड आते हैं। यह प्रिंटेड से लेकर हैरी वर्क तक सभी तरह के स्टाइल में मिलते हैं। इस बार पलावर प्रिंट और फिर प्रिंट वाले स्टोल ड्रेंड में हैं। इनमें करोशिएं या तुलन विंयंग पर बीड़स वर्क तो बहुत ही जवता है।

पौंचो स्टाइल

इनमें नैक काफी आकर्षक होता है। जैसे स्टाइलिश फॉलिंग नैक या राडर नैक आदि। यह फंट औपन भी होते हैं। इनके गोले से पहना जाता है और इनमें काफी शांती नहीं होती। यह गोले से लेकर हाथ तक कवर कर लेते हैं। इनके अधिक स्टाइलिश हात देने के लिए फंट औपन भी मिलने लगे हैं। यह बीड़ी पर सामने यु. डार्केपाल या डाइनल कट में आते हैं। इनके किनारों पर लगे विषय ज्ञालर, बीड़स, लैस, फुटने आदि इसे और आकर्षक बनाते हैं। यह मालतर रस्ताइल से थोड़े ज्यादा रेज के होते हैं।

ग्रिल्ड टोमैटो एंड ब्री सैंडविच

सामग्री - 8 स्लाइस आटा ब्रेड, 1 टेबलस्पून अंडीव
 1 लहसुन की तुरी बीच से कटी हुक्के
 1 टेबलस्पून सरसों के दाने, 4 ग्री चीका की पतली परत, 1
 1/3 का घोणद बीची शाक (हरी पेस्टर साथियां) तथा
 पालक 8 स्लाइस टमाटर पालनी कटी हुक्कु छुक्कियां से
 विधि - इलां तो तक ताप पर तेयर कराएँ, प्रत्येक ब्रेड
 स्लाइस की एक तरफ ब्रश से ऑयल लगाएँ। ब्रेड पर
 लगे तेल पर लहसुन को रखाएँ ब्रेड स्लाइस के तेल लगे
 हिस्से को नीचे की ओर ख्रप्टेक स्लाइस पर सरसों
 विखराएँ और चीका, 1/3 का पालक तथा टमाटर
 स्लाइस रखें। बाकी बीचे ब्रेड स्लाइस
 ऑयल साइड कठप कर इसके ऊपर
 रख दें। अब सैंडविच का ग्रिल में
 रखें तथा कुकिंग से करें और कम
 से कम 2 मिनट के लिए ग्रिल करें
 ताकि सैंडविच अच्छी तरह रोस्ट हो
 जाए और चीका फैल हो जाए। अप
 के सैंडविच तेयर हो गए हैं, उन्हें आप 4
 लोगों में सर्व कर सकती हैं।

