







## संपादकीय

# स्वस्थ चिन्तन

संसार विविधताओं का संगम है और धर्म जीवन की शाश्वत अपेक्षा है। जोश और होश हमेशा जीवन में रहे और दिमाग़ की खिड़कियाँ खुली रहे। पर आज की आबो हवा में डर लगता है। मस्तिष्क को भी जब आप नकारात्मक चिन्तन करते हैं। एक सुखद जीवन के लिए मस्तिष्क में सत्यता, होठों पर प्रसन्नता और हृदय में पवित्रता जरूरी हैं। आप अपने तन के कल्पुर्जों का पूरा-पूरा ख्याल रखें और इन्हें मत डारें। ये सभी कल्पुर्जों बाजार में उपलब्ध नहीं हैं। जो उपलब्ध हैं वे बहुत महँगे हैं और शायद आपके शरीर में एडजस्ट भी न हो सकें। इसलिए अपने शरीर के कल्पुर्जों को स्वस्थ रखे क्लिप्पिंग करो और स्वस्थ रहो। प्राकृतिक खाओं पियो—मस्त रहो। हम योजनाबद्ध तरीके से अपने दिन की शुरुआत करें, अपने इह का स्मरण प्रसन्नतित होकर करें देव, गुरु और धर्म में हमारी आस्था को पृथु रखते हुए। अपने आत्महित के साथ साथ दूसरों के भी हित चिंतन करते हुए अपने सभी किर्ता कलाप के शुद्धभाव से करें हम सही से विवेकपूर्वक हिस्सा के अल्पीकरण के द्वारा जीने का प्रयास करें।

आधुनिक जीवन की व्यस्त शैती में अनंदमय जीवन जीने का सिद्धांत भूल रहे हैं। अनंद महसूस करने की अदभ्य शक्ति हमारे भीतर ही है। जीवन का वास्तविक अनंद स्वयं को जानने से ही मिलता है। जिस तरह अपने शरीर को स्वस्थ और तंतुरस्त रखने के लिए भोजन, शयन और जागरण के नियमों के साथ-साथ व्यायाम भी करना जरूरी है। इसी तरह आध्यात्मिक पथ पर बढ़ते हुए यथासंभव दूसरों की निस्वार्थ मदद करना, बदले की भावना की जगह माफ करने का गुण विकसित करना, एक सीमा तक धन अवश्य रखना परंतु फिजूल खर्च ना करना, पाप-धर्म का बोध होना, समता, करुणा, प्रेम, विद्या और आदर रखना तथा प्रतिकूल परिस्थिति में भी सम भाव में रहना आनंदमय जीवन के लिए जरूरी है।



प्रदीप छाऊड़ (बोरावड़)

## आज का राशीफल

<b>मेष</b>	जीवन साथी का सहयोग व सानिध्य मिलेगा। धन, पद, प्रतिशोध में चुंदि होगी। राजनीतिक महात्माकांड की पर्ची होगी। रुपए पैसे के लेन-देन में सावधानी अपेक्षित है। बाहर प्रयाग में सावधानी अपेक्षित है।
<b>वृषभ</b>	आधिक पक्ष मजबूत होगा। उपहार व सम्मान का लाभ मिलेगा। वाणी की सौन्दर्या बढ़ाव रखें। समुद्रीन पक्ष से लाभ होगा। इसरों से सहयोग लेने में आप सफल रहेंगे। ईश्वर के प्रति आस्था बढ़ोगी।
<b>मिथुन</b>	आधिक पक्ष मजबूत होगा। उपहार व सम्मान का लाभ मिलेगा। वाणी की सौन्दर्या बढ़ाव रखें। समुद्रीन पक्ष से लाभ होगा। इसरों से सहयोग लेने में आप सफल रहेंगे। ईश्वर के प्रति आस्था बढ़ोगी।
<b>कर्क</b>	राजनीतिक महात्माकांड की पर्ची होगी। इका हुआ कार्य सफल होगा। स्वास्थ्य के प्रति संचेत हैं। वाणी देवान की स्थिति सुखद व लाभप्रद होगी। मनोरंजन के अवश्य प्राप्त होंगे।
<b>सिंह</b>	पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। स्वास्थ्य के प्रति संचेत हैं। कोठे व भायुकारा में तिया गया निर्णय काटकारी होगा। जीवन साथी का सहयोग व सानिध्य मिलेगा। प्रतियोगी प्रतिकारों में सफलता के बोग होगा।
<b>कन्या</b>	बायासायिक योजना सफल होगी। आर्थिक दिवा में किए गए प्रयासों में सफलता मिलेगी। वाणी की सौन्दर्यता बनारा रखना आवश्यक है। पिता या उत्तराधिकारी का सहयोग मिलेगा।
<b>तुला</b>	बायासायिक व परिवारिक समस्याएं रहेंगी। अधीनस्थ कमचारी से तनाव मिलेगा। धन, पद, प्रतिशोध में चुंदि होगी। आयोव्याक कुछ ऐसे होता है कि जीवन का विकास आपको बाल भाव देता है।
<b>वृश्चिक</b>	शिशा प्रतियोगिता के क्षेत्र में आशांति सफलता मिलेगी। विशेषज्ञों का परामर्श होगा। मकान सम्पति व बाहर की दिवा में किया गया प्रयास सफल होगा। प्रणय संबंध प्रगत होंगे।
<b>धनु</b>	पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। उपहार व सम्मान का लाभ मिलेगा। सामाजिक प्रतिशोध में चुंदि होगी। किया गया परिवार साथक होगा। पड़ोसियों से अकारण विवाद हो सकता है।
<b>मकर</b>	रोजी रोजगार की दिवा में सफलता मिलेगी। नए अनुवर्त प्राप्त होगी। आये के नवीन स्तर बढ़ने के अधिकारों के बहुतायी का समाना करना पड़ेगा। वाणी पर नियन्त्रण रखने की आवश्यकता है।
<b>कुम्भ</b>	दायर्य जीवन सुखमय होगा। स्वास्थ्य के प्रति संचेत हैं। यात्रा देशान्तर की विशेष सुखद व लाभप्रद होगी। मन प्रसन्न रखना चाहिए। संसार के संबंध में सुखद समाचार मिलेगा। वाहन प्रयोग में सावधानी अपेक्षित है।
<b>मीन</b>	गृहपालों व बस्तुओं में चुंदि होगी। किसी अधिक प्रियता का समाना करना पड़ेगा। व्यर्थ के विवाद में न चढ़ें।

# समाज में अपराध के खिलाफ सशक्त सोच बने

## विश्वास चर्चादेव

पिछले देह साल में पहली बार बिलकिस बानो के बेहरे पर मुस्कान आयी है। सामूहिक बलात्कार और हृदय के अपराधियों को सजा में मिली छूट के खिलाफ बिलकिस बानो की याचिका पर निर्णय देते हुए उच्चतम न्यायालय ने स्पष्ट शब्दों में 11 अपराधियों को मिली छूट की धोखाड़ी (फॉड) कहा है। और गुजरात सरकार की इस कार्रवाई को अनिवार्य चौका भी है। उच्चतम न्यायालय के निर्णय के अनुसार बलात्कार और हृदय के इन गुराहक दोषियों को यदि सजा में कोई छूट मिलती भी है तो वह गुजरात सरकार के नवीनी, महाराष्ट्र सरकार के अधिकार क्षेत्र में आती, जहां न्यायालय ने सजा सुनाई थी। ज्ञातव्य है कि आजीवन कारावास की सजा भुगत रहे इन अपराधियों को सन 2002 के गुजरात दोंगों के द्वारा 'अमानुष' अपराधिक अपराध' करने के लिए उनके द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर अपराध करने के लिए बोगी वायर के अपराधिक अपराध' करने के लिए बोगी वायर का आधारीक अपराधिक अपराध' करने के लिए देखें हुए अब यह अपराधी महाराष्ट्र सरकार से सजा की छूट पाने की कोशिश करें। ज्ञातव्य यह भी है कि देह साल में पहले जब इन अपराधियों को गुजरात सरकार के उच्चतम न्यायालय के निर्णय के अनुसार 'मनुष्यता के खिलाफ अपराध' माना गया है। किसी भी साथ समाज में ऐसे अपराध के लिए जाती है कि यह गुराहक दोषियों को साझें अपराध के लिए बोगी वायर के अपराधिक अपराधियों को साझें अपराध के लिए बोगी वायर का आधारीक अपराध। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है। ऐसे लोग हमारे देश में जो अन्याय के विरुद्ध खड़ा होंगे में गर्व का अनुभव करते हैं। पर उनका क्या योग्य कारण है? यह गुराहक दोषियों को अपराध के लिए बोगी वायर के अपराधिक अपराधियों को अपराध के लिए बोगी वायर का आधारीक अपराध। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है।



कानून भल ही ऐसे तत्वों को अपराधी न मानता है, पर क्या यह भी सही नहीं है कि कुछ अपराध ऐसे भी होते हैं जिनमें सजा में इस तरह की छूट नहीं होनी चाहिए? बलात्कार अपने आप में ज्यन्य अपराध है, सामूहिक बलात्कार और भी बड़ा अपराध है, और बलात्कार करके हत्या करना इस बड़ी लड़ाई में उसके साथ खड़े रहे। वह देश के उन कराड़ों लोगों की भी आधारी हैं जिनको सहानुभूति उसे मिलती है। ऐसे लोग हमारे देश में जो अन्याय के विरुद्ध खड़ा होंगे में गर्व का अनुभव करते हैं। पर उनका क्या योग्य कारण है? यह गुराहक दोषियों को अपराध के लिए बोगी वायर के अपराधिक अपराधियों को अपराध के लिए बोगी वायर का आधारीक अपराध। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है। जेल की सजा के द्वारा 'सद व्यवहार' के नाम पर ऐसे अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है तो यह अपराधिक अपराधियों को यदि कोई छूट मिलती है।

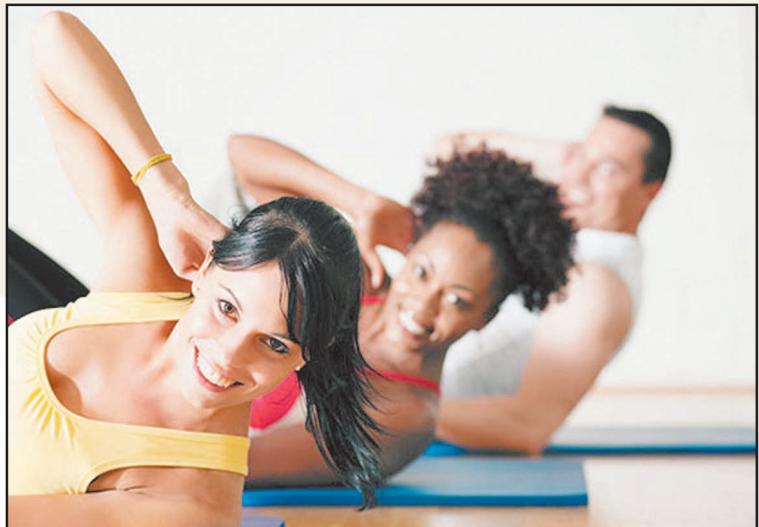
केंद्रीय ब्रिक्स का विपरीत रूप भी आपसी कलह का केन्द्र न बन जाए। यह सावल इस्तेमाल अहम हो जाता है कि विकेंट ब्रिक्स की दो बड़ी शक्तियों वीन और भारत के बीच संबंध हमेशा से उत्तर-चढ़ाव वाले रहे हैं। इस सावल के बड़े होने का एक कारण यह भी है कि अमेरिका के कथित आर्थिक अधिकार द्वारा इस्तेमाल को भेदकर जो देश ब्रिक्स का इस्तेमा वाले से कम हो सकता है। इस सावल के बड़े होने का एक कारण यह भी है कि अमेरिका के कथित आर्थिक अधिकार द्वारा इस्तेमाल को भेदकर जो देश ब्रिक्स का इस्तेमा वाले से कम हो सकता है। इस सावल के बड़े होने का एक कारण यह भी है कि अमेरिका के कथित आर्थिक अधिकार द्वारा इस्तेमाल को भेदकर जो देश ब्रिक

# जिम है जरूरी पर बरतें सावधानियां

सर्दियों का मौसम जोर पकड़ रहा है। ऐसे मौसम में आमतौर पर शरीर में आलर्य बढ़ने लगता है, जबकि इसे खौलने में जिम में व्यायाम करना अधिक आवश्यक हो जाता है। इस मौसम में परीक्षा कम आता है, हम फटों भी ज्यादा हो जाते हैं, भूख बढ़ जाती है। यहीं नहीं हमारी मूर्मट पर भी फर्क पड़ता है। इन सभी से बचने भी बढ़ने लगता है। ऐसे में जिम जाने वालों के लिए उसे नज़रअंदाज करना या पूरी तरह से बद करना चीज़ ही है। हाँ, यह बात है कि कुछ बातों का ध्यान रख कर जिम में व्यायाम के समय वर्तमान जलवायु के दुष्प्रभावों से बचते हुए उसे नियमित रखा जा सकता है।

## यह कितना जरूरी है

इयोल्यूशन फिटनेस जिम के ऑनर और फिटनेस ट्रेनर मंजीत



सोलंकी बताते हैं कि कुछ लोग सर्दियों शुरू होने पर जिम में व्यायाम करना बद कर देते हैं और जब सर्दियों खूब होने लगती हैं, तब फिर से वर्कआउट शुरू कर देते हैं। आगे आप जिम जाने रहे हैं तो वर्कआउट पूरी तरह बद करना बिल्कुल सही नहीं।

सर्दियों में भी जिम में वर्कआउट नियमित रूप से करना चाहिए।

अगर आप ज्यादा जिम नहीं जा रहे हैं तो भी हमें कम से कम चार दिन और करीब छेड़ घेटे जिम में व्यायाम नियमित तौर पर करें।

## अनिवार्य है व्यायाम

सर्द मौसम में कैलोरी बढ़ने लगती है और हम फेटी होने लगते हैं, इसलिए हमें अपने व्यायाम में नियंत्रण, वेट ट्रेनिंग और कार्डिओ

शामिल रहना चाहिए। खासकर कार्डिओ व्यायाम तो ज्यादा से ज्यादा करने चाहिए। नियंत्रण के लिए ध्यान रखना चाहिए कि शीत

ऋण में सुवह-सुवह खुले इलाके जैसे पार्क आदि में रनिंग न करें, वर्षोंके बाहर के तपामान का शरीर पर बुरा प्रभाव पड़ सकता है। यहीं नहीं, दिवारों में भी चलने-फिरने और घूमने वाली गतिविधियां शामिल होनी चाहिए।

## पहनावे के प्रति सावधानी

हम आकर्षक दिखने के लिए पार्टी आदि में तो पहनावे के प्रति सज़ज़ रहते हैं, लेकिन व्यायाम के समय नहीं। खासकर आजकल के मौसम में व्यायाम के लिए भी हमें पहनावे का ध्यान रखना चाहिए। वर्कआउट के समय हमारा शरीर गर्भ हो जाता है, इसलिए उस दौरान या उससे पहले और बाद में हमारी कार्डिओ उचित होनी चाहिए। बकौल

फिटनेस ट्रेनर मंजीत सोलंकी, जिम में व्यायाम के लिए जाते समय इन्टलाइन से आउटलाइन तरफ हमें अपने कपड़ों पर ध्यान देना चाहिए। प्रोपर कपड़े पहनने के लिए जापानी व्यायाम करने में सहायता हो और तपामान की बजह से शरीर को भी परेशानी न हो। यह मौसम सिर पर सबसे ज्यादा प्रभाव डालता है, इसलिए जिम आते-जाते समय सिरे अच्छी तरह से ढका होना चाहिए।

इसके लिए विटर कैप का इस्तेमाल करें। इससे आप

सर्दियों में होने वाली बीमारियां जैसे खांसी, जुकाम, सिर दर्द, नाक व कान दर्द आदि की परेशानियों से बच सकेंगे।

अबसर लोग कार खुले में खड़ी करने उसी में जैकेट, कोट आदि छोड़ कर जिम जाते हैं और जिम में व्यायाम करने के बाद ठंडे में बाहर निकलकर अपने लाईकल तक पहुंचने के बाद जैकेट

अदा पहनते हैं। इससे उन्हें सर्दियों संबंधी रोगों की घोट में आने का खतरा रहता है। शरीर पर अन्य तरीकों से भी बुरा असर पड़ता है। इसलिए जिम में पहुंच कर ही जैकेट आदि उतारें और व्यायाम के बाद जिम से निकलने से पहले अपनी जैकेट, कैप आदि पहन कर ही बाहर निकलें।



## जिम जाने का समय

इस मौसम में जिम जाने के लिए कोई निश्चित समय नहीं है।

आपने अपनी सहायिता के अनुसार जिम जा सकते हैं। जरूरी है कि आपका शरीर रिटेन्शन हो। खासकर सर्दियों में पूरा आराम करने के बाद ही वर्कआउट के लिए जाएं। अबसर समय कम होने पर हम जिम में वर्कआउट के उपरान्त तुरत बाहर निकल जाते हैं। यह आपकी सेवन को काफी क्षति पहुंचाता है। हैवी वर्कआउट के बाद खोटी होने के बाद ही जिम जाने के बाद ही जिम जाने के बाद रिटेन्शन करें।

## आहार के प्रति सज़ज़ रहें

जब फिट रहने की बात हो तो खान-पान का जिक्र होना मुनासिब ही है। सर्दियों में आपने आहार में सूप अधिक शामिल करें। जिम में व्यायाम करने के बाद जूस पी सकते हैं तथा प्रोटीन से भरपूर डाइट लें। अमूमन सर्दियों में ठंडी वीजें जैसे आइसक्रीम, ठंडे पेय पदार्थ आदि के सेवन के लिए मना ही किया जाता है। ध्यान रखें कि जिम के तुरत बाद ऐसे ठंडे पदार्थों का सेवन बिल्कुल न करें। जिम में व्यायाम करने के पश्चात अपने शरीर का तपामान काफी बढ़ा हुआ होता है, इसलिए करीब एक घंटे बाद ही ठंडी वीजें का सेवन करें। ऐसा नहीं करने से आपको गले संबंधी समस्या या नज़ते, जुकाम आदि की शिकायत हो सकती है।



# मूँगफली हरे मौसम में खास ठंड का टाइम पास

मूँगफली में सभी पौष्टिक तत्व पाए जाते हैं। भारत में इसे गरीबों का काजू के नाम से भी जाना जाता है। भारत में सिकी हुई मूँगफली खाना काफी प्रतिक्रिया है, इसे टाइम पास के नाम से भी जानते हैं। जो लोग टाइम पास के नाम पर मूँगफली का सेवन करते हैं, उनमें से अधिकतर इसके गुणों के बारे में नहीं जानते और अनजाने में ही कई पौष्टिक तत्व ग्रहण कर लेते हैं, जो उनके शरीर के लिए काफी फायदेमंद रहते हैं। मूँगफली में प्रोटीन, विकान्स, विटामिन

प्रोटीन और विटामिन के अलावा नियत खाना चाहिए। मूँगफली में तेल का अंश होने से यह वायु की बीमारियों को भी नष्ट करती है। मुँगफली भूमीभूत मूँगफलिया निष्पत्ति ही पौष्टिक तत्वों की दृष्टि से लाभकारी है। मूँगफली में प्रोटीन, केलोरिज और विटामिन के, ई, तथा वी होते हैं, ये अच्छा पोषण प्रदान करते हैं। मूँगफली पान शक्ति को बढ़ाती है, रुचिकर होती है, लेकिन गरम प्रकृति के व्यक्तियों को हानिकारक भी है। मूँगफली खाना सेवन से पित बढ़ाता है अतः सावधानी रखें।

## अदरक सर्दियों में गुणकारी

अदरक व सौंठ हर मौसम में, हर घर के सौर्योदय में प्रायः रहते ही हैं। इनका उपयोग घरेलू, इलाज में किया जा सकता है।

- भोजन से पहले अदरक को चिस्प की तरह बारीक करते हैं। इन चिस्प पर पिसा काला नमक बुरक कर खुब चबा-चबाकर खा लें फिर भोजन करें। इससे अच्छा दूर होती है, पेट हलका रहता है और भूख खुलती है।
- अदरक का एक छोटा टुकड़ा छीले बिना (छिलके सहित) आग में गर्म करके छिलका उतार दें। इसे मूँह में रख कर आहिसा-



## एंटीबायोटिक से नहीं रुकता जुकाम

ब्रिटेन के रॉयल कॉलेज ऑफ जनरल प्रैविशनर्स और वहां के स्वास्थ्य विभाग द्वारा किए गए एक ताजा अध्ययन के अनुसार सर्दी-जुकाम के मासूमी सक्रमण के लिए एंटीबायोटिक्स से व्यक्ति के शरीर के वाली खांसी की समस्या वायरस की वजह से होती है, जो थोड़े समय बाद अपने आप ठीक हो जाती है। एंटीबायोटिक्स के लगातार सेवन से जहां एक और शरीर में मौजूद फायदेमंद जीवाणु नष्ट हो जाते हैं, वहीं नुकसानदाह वायरस पर इन दवाओं का असर कम हो जाता है। व्यक्तियों के वायरस एंटीबायोटिक्स के खिलाफ लड़ने के लिए अपनी

## हड्डियां मजबूत करता है टमाटर

लाल टमाटर को सलाद और सब्जी से लेकर फल की तरह भी खाने के उपयोग में लाया जाता है। पौष्टिक तत्वों से भरपूर यह फल आपकी ऑस्ट्रियोपोरेसिस जैसे रोग से बचने में सहायता कर सकता है। एक नया अध्ययन भी इस बात की पुष्टि करता है कि टमाटर के जूस का सेवन इस रोग से आपको दूर रख सकता है। इसका कारण है टमाटर में पाया जाने वाला एंटीऑक्सीडेंट केरटोनोइड लाइकोपेन जो लाल रंग भी देता है। इस तरह से मजबूत हड्डियों को पाने की राह में यह बेहद आसान और बनिस्तर सस्ता रहता है।





## आईटी की ईड पड़ते ही धड़ाम से गिरे पॉलीकैब इंडिया के थेयर

**स्थानीय 500 रुपये गिरकर शुरुआती कारोबार 22 फीसदी नीचे आया**

नई दिल्ली। आईटी की रेड पड़ते ही पॉलीकैब इंडिया के शेयर धड़ाम हो गए। जानकारी के अनुसार पॉलीकैब इंडिया के शेयर आज 11 जनवरी को शुरुआती कारोबार में 22 प्रतिशत तक गिर गए। जबकि कि कल 10 जनवरी को इनकम टेक्स डिटार्मेंट ने कहा था कि कंपनी के ऑफिस में सर्च करने पर 1,000 करोड़ रुपये बेहिसाब कैश सेल पकड़ा है। इसी के असर आज की ट्रेडिंग में देखा गया और भाव सेल पकड़ा है। इसी के असर आज की ट्रेडिंग में 200 रुपये नीचे खुला। कल एनएसई पर 4,911.85 रुपये पर कोरेजिंग दी थी, मगर आज 4,420.70 पर खुला। एक मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक एक्सचेंज पर 1,293 करोड़ रुपये की अलग-अलग बैंक छुट्टे हुए हैं। लाभगत 33 लाख शेयरों की खरीद-बेच हुई है, जोकि कुल शेयरों का 2.2 प्रतिशत है। हालांकि यह पाता नहीं चलता कि यह किस दौरान में कौन खरीद रहे और कौन बेचते रहते हैं। लाभगत 10 बजकर 56 मिन में पॉलीकैब का शेयर 4,020 रुपये पर ट्रेड कर रहा था। हालांकि आज ही के दैन 3,801 रुपये पर था, उस समय तक कंपनी को एक ही बड़ा समान था, जिसमें गिरावट रिस्क रहा। एस एस एस अपनी कंपनी के बारे में संदेश बार्ड टैक्स के पदाधिकारियों को कहा, लाभगत 1,000 करोड़ रुपये के कैश लेन-देन का पाता लगा है, जिनका लेखा-जोखा कंपनी के पास नहीं है।

## ओजोन फार्मा का तीन साल में 1,000 करोड़ के कारोबार का लक्ष्य

नई दिल्ली। ओजोन फार्मास्यूटिकल्स ने कहा कि वह अगले तीन साल में 1,000 करोड़ रुपये का कारोबार हो सिल करने का लक्ष्य लेकर चल रहा है। इसके अलावा कंपनी ने लाइफस्टाइल पहल की पेशकश की है और इसका दुनिया की प्रधान दर्द ब्रह्मन कंपनियों में शो मिल होने का लक्ष्य है। कंपनी ने कहा कि उनके अगले तीन साल में खुद को भारत की शीर्ष 20 औषधि कंपनियों में शामिल करने का लक्ष्य है। अभी यह 56वें स्थान पर है। बयान के अनुसार ओजोन ने दुनिया की अपनी दर्द प्रबंधन कंपनी बनने के लक्ष्य के साथ अपनी मालिकायुक्त पहल शुरू की। कंपनी के चेयरमैन एवं प्रबंधन निदेशक एसपी महाना ने उद्घोषित कराया है। पिछले चार साल में हम 84 से 56वें स्थान पर आ गए हैं।

## मेडी असिस्ट का अगले हृपते खुलेगा आईपीओ

मुंबई। मेडी असिस्ट हेल्थकेयर सर्विसेज अपना आईपीओ को अगले हफ्ते बाजार में लाने वाली है। यह बीमा कंपनियों को थर्ड पार्टी एडमिनिस्ट्रेशन सर्विसेज देने वाली कंपनी है। बता दें कि साल 2024 का यह दुर्घात सबसे बड़ा आईपीओ होगा। इसमें पहले ज्ञानी सी-एनजी को आईपीओ सब्सक्रिप्शन के लिए खुला था। जनवरी का दूसरा सबसे बड़ा आईपीओ 15 जनवरी से 17 जनवरी को इनकम टेक्स के सब्सक्रिप्शन के लिए खुलेगा। वहाँ एक निवेशकों के लिए यह 12 जनवरी को खुल जाएगा। मेडी असिस्ट आईपीओ का प्राइवेट बैंड 397-418 रुपये प्रति ईक्या शेयर तय किया गया है। बोनसुरु स्थित कंपनी के 2,80,28,168 ईक्यी शेयरों के सार्वजनिक निर्गम के माध्यम से लोअर प्राइवेट बैंड पर 1,12,7 करोड़ रुपये और अपर प्राइवेट बैंड पर 1,17,1 करोड़ रुपये जुटाने की योजना बन रही है। यह पूरी तरह से ऑफ-फॉन-सेल (ऑफएस) द्वारा है और इसमें कोई नया इश्यू घटक नहीं है।

## सिटी नेटवर्क खरीदने रिलायंस जियो सहित 14 कंपनियां सामने आई - कंपनियां 17 जनवरी तक जमा कर सकती हैं अपने प्रस्ताव

मुंबई।

एस्पेल सप्ली की संकटग्रस्त प्रियो नेटवर्क को खरीदने के लिए रिलायंस जियो की हैथवे डिजिटल और हिंदूजा समूह की इंडस्ट्रील मीडिया एंड कम्पनिक्षण से हित 14 कंपनियों में होड मची हुई है। संपर्कसंचयन समाधान प्रस्ताव (पैपरेज) देने वाली को कंपनी 17 जनवरी तक अपने प्रस्ताव जमा कर सकती है। हैथवे और इंडस्ट्रील ने इस मामले में कोई टिप्पणी करने से इनकार कर दिया। सिटी नेटवर्क मल्टी-सिस्टम अपरेटर और तार से ब्रॉडबैंड पहुंचने वाली कंपनी है, जिसके पास 33,000 किलोमीटर से अधिक एप्टिक फाइबर और एक्सिसल केबल ट्रैक ब्रैंड नेटवर्क है। यह देश में 580 स्थानों पर 1.15 करोड़ से अधिक दस्तकों को केबल सेवाएं देती है। एक वर्ष की कंपनी को देखते ही योजना के साथ-साथ सोंआई आरपी संबंधी मुद्रा पर

पैठ को देखते ही एस्पेल कंपनियों के लिए निवेशकों के बल मिलेगा। कंपनी का फाइबर अधिक कारोबार भी बढ़ा जाएगा। 30 नवंबर, 2022 को सिटी नेटवर्क ने एक बयान जारी कर कहा था कि उसके ऊपर सात ऋणदाताओं के 1,173 करोड़ रुपये बकावा है। इनमें एचडीएफसी के 279 करोड़ रुपये, एक्सीस बैंक के 156 करोड़ रुपये और ईडसंडैल बैंक के 147 करोड़ रुपये हैं। इनके बैंकों ने कंपनी को 9 से 13 प्रतिशत ब्याज दर के साथ सार्वजनिक ब्रैंड पर ऐसीस बैंक एवं बैंकों के सूचित किया था कि उनके ऋणदाताओं को सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन लालू उद्यम ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से लालू करने चुनितीपूर्ण काम है। पंजाब ड्राइव मैरियूफ़िकर्स एसोसिएशन का कहना है कि इससे एनएलईएम में शामिल जरूरी दवाओं को बनाना मुश्किल हो जाएगा। नए नियमों के कारण इन दवाओं को बनाने की लागत उनकी सीलिंग प्राइस ऊपर चढ़ती जा रही है। उन्होंने कहा कि बायोपीटी के 24 नुकसान के साथ-साथ ऋणदाता को अपने दायरे का लालू करने का लक्ष्य है।

## देश के कुछ राज्यों में बदली पेट्रोल और डीजल की कीमत

नई दिल्ली।

वैश्विक बाजार में कच्चे तेल की कीमतों में गिरावट नजर आ रही है। गुजरात को डब्ल्यूआई और प्रति बैरल पर कारोबार कर रहा है। वहाँ बैंटर कूट 76.80 प्रति बैरल और प्रति बैरल 35 पैसे और डीजल 34 पैसे सस्ता हुआ है। वहाँ देखी गयी है। गुजरात में पेट्रोल 96.72 रुपये और डीजल 90.08 रुपये प्रति लीटर, मुंबई में पेट्रोल 106.31 रुपये प्रति लीटर और डीजल 94.27 रुपये प्रति

पैठ को देखते ही सिटी नेटवर्क के अधिग्रहण से कंपनियों के लिए निवेशकों को बल मिलेगा। कंपनी का फाइबर अधिक कारोबार भी बढ़ा जाएगा। 30 नवंबर, 2022 को सिटी नेटवर्क ने एक बयान जारी कर कहा था कि उसके ऊपर सात ऋणदाताओं के 1,173 करोड़ रुपये बकावा है। इनमें एचडीएफसी के 279 करोड़ रुपये, एक्सीस बैंक के 156 करोड़ रुपये और ईडसंडैल बैंक के 147 करोड़ रुपये हैं। इनके बैंकों ने कंपनी को 9 से 13 प्रतिशत ब्याज दर के साथ सार्वजनिक ब्रैंड पर ऐसीस बैंक एवं बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों के सूचित किया था कि उनके ब्रैंड विनियों की समिति की चौथी बैंक बोर्ड द्वारा देव ने कहा कि ओडिशा में बैंकों से प्राथमिकता बाले क्षेत्र में ऋण प्रवाह अब तक अच्छा रहा है, लेकिन इसमें अब भी बहुत सुधार तथा अधिक व्यापार देव ने कहा कि आवश्यकता है। आवश्यकता है। इनके बैंकों के साथ-साथ सार्वजनिक ब्रैंड द



