



## CLASSIFIED

For all kinds of  
classified  
advertisements  
please contact

97070-14771  
86382-00107

## MURTI AVAILABLE

Available all kinds of  
Marble & White Metal  
Murties, Ganesh Laxmi,  
Radha Krishna, Bishnu-  
Laxmi, Hanuman, Maa  
Durga, Saraswati,  
Shivling, Nandi etc.  
**ARTICLE WORLD**, S-  
29, 2nd Floor, Shoppers  
Point, Fancy Bazar,  
Guwahati-01, Ph. :  
94350-48866,  
94018-06952

धुबड़ी से भारी  
मात्रा में बर्मीज  
सुपारी जब्त

**धुबड़ी (हिंस)**। धुबड़ी जिले के छागलया में पुलिस छापामारी में बर्मीज (म्यांमार) सुपारी से लदे एक कंटेनर को जब्त किया गया। पुलिस ने गुवाहाटी को बताया कि सुपारी के साथ एक व्यक्ति को गिरफतार किया गया। जब्त कंटेनर (एनएल-01 एपी- 8523) से भारी मात्रा में बर्मीज सुपारी बरामद की गई। मणिपुर की राजधानी इफाल से परिचम बंगाल जा रहे थे। धुबड़ी को पुलिस ने छागलया में नेशन राहीं 17 पर जब्त कर लिया। ड्रक चालक को भी पुलिस ने इस दौरान गिरफतार कर लिया। चालक को पहचान दिलाओर हुसैन के रूप में हुई है। पुलिस ने बताया कि दिलावर हुसैन का नाम भारी जाती है।

# सड़क हादसों के गंदे रिकॉर्ड के चलते विश्व सम्मेलनों में मुंह छिपाना पड़ता है: गडकरी

नई दिल्ली। केंद्रीय सड़क परिवहन मंत्री नितिन गडकरी ने गुवाहाटी के लोकसभा में कहा कि सड़क दुर्घटनाओं को लेकर भारत का रिकॉर्ड इतना गंदा है कि उन्हें सदन में मुंह छिपाना पड़ता है। उन्होंने सदन में प्रश्नकाल के दौरान पूक प्रश्नों का उत्तर देते हुए कहा कि उनके मतावाले के तमाम प्रश्नों के बावजूद सड़क हादसों में कमी नहीं आई, बल्कि इसमें वृद्धि हो गई। गडकरी ने कहा कि जब तक समाज का सहयोग नहीं मिलेगा, मानवीय व्यवहार नहीं बदलेगा कोई कानून का डर नहीं होगा, तब तक हादसों पर अंशुक नहीं लगेगा। उनके अनुसार, देश में सड़क हादसों की संख्या लगातार बढ़ रही है और हर साल 1.7 लाख से अधिक लोगों की मौत ऐसी दुर्घटनाओं में हो जाती है। गडकरी ने



## बाइडेन ने एक दिन में 39 लोगों को माफी दी, लगभग 1500 लोगों की सजा कम की

**वाशिंगटन**। अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडेन ने कोरोना वायरस वैश्विक महामारी के दौरान जैल से रिहा कर घर में नज़रबंद किए गए लगभग 1.5 करोड़ की सजा कम की प्रदान की।



अमेरिका के विवर्तनमें एक दिन में कोई गई यह सबसे बड़ी क्षमादान कार्रवाई वर्क वर्क था। बाइडेन ने गुवाहाटी को सजा कम करने की घोषणा की और यह आदेश उन लोगों पर लगा होगा, जिन्होंने रिहा होने के बाद कम से कम एक साल तक घर में नज़रबंद रहने की सजा काटी है। एसेसिएटेड प्रेस के पास मोंजूद आंकड़ों के अनुसार, जैल में वायरस फैलने का खतरा बहुत ज्यादा था और वायरस के प्रसार

इतिहास में क्षमादान की दूसरी सबसे बड़ी क्षमादान कार्रवाई वर्क वर्क था। एक समय ऐसा था जब पांच में से एक केंद्रीय को कोरोनावायरस से कमाने के लिए कुछ कैदियों को रिहा कर रहा था। बाइडेन ने कहा कि वर्तमान घर और अन्य सभी कार्रवाई वर्क वर्क को बढ़ावा देने के लिए एक बड़ी चुनौती है। हमारे प्रधानमंत्री ने उन्होंने कहा कि यह ग्राहपति के रूप में मुझे उन लोगों पर दया दिखाने का सोभायग्य मिला है, जिन्होंने पश्चाताप और पुनर्वास की क्षमता दिखाई है।

## एक देश, एक चुनाव ...

विधेयक के लिए व्यापक समर्थन हासिल किया जाए। हालांकि, इस प्रस्ताव को लेकर राजनीतिक बहस तेज होने की संभावना है। विधेयक दल इस विधेयक की व्यवहारीया और इसके प्रभावों पर सवाल खड़ा कर सकते हैं। इसपर पहले बुधवार को भारत के पूर्व राष्ट्रपति राम नाथ कोविंद ने कहा कि केंद्र सरकार को एक राष्ट्र, एक चुनाव पहल पर आम सहमति बनानी चाहिए, उन्होंने बात पर जो दिया कि यह मुद्दा राजनीतिक हितों से पैदा हो और पूरे देश की सेवा करते हैं। मुद्दे पर सहमति की अधिकता कर हो जाएगी। अमेरिका के लिए व्यापक वर्क वर्क है। बाइडेन ने गुवाहाटी को सजा कम करने की घोषणा की और यह आदेश उन लोगों पर लगा होगा, जिन्होंने रिहा होने के बाद कम से कम एक साल तक घर में नज़रबंद रहने की सजा काटी है। एसेसिएटेड प्रेस के पास मोंजूद आंकड़ों के अनुसार, जैल में वायरस की घोषणा की राह पर जो मानोंका हो जाएगा। यह मुद्दा कसी पार्टी के हित में नहीं बल्कि राष्ट्र के हित में है। यह (एक राष्ट्र, एक चुनाव) गेम चेंजर साभित होता - यह मेरी राय नहीं, बल्कि अर्थसासियों की राय है। यह मानोंका हो जाएगा। यह मानोंका हो जाएगा। एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। पूर्व राष्ट्रपति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ़ा जाएंगी। एक राष्ट्र, एक चुनाव को प्रस्ताव को मोंजूदी दी जाएगी, जिसका उद्देश्य 100 दिनों के भीतर शरीर निकाल और पंचायत चुनावों के साथ-साथ लोकसभा और विधानसभा चुनाव एक साथ करना है। अपर्याप्ति कोविंद की अधिकता वाली एक उच्च स्तरीय समिति की रिपोर्ट में ये सिफारिशें की जाएंगी। 1.5 प्रतिशत बढ











दैसे तो अपने चमगाड़ों को देखा होगा, लेकिन बिहार के वैशाली जिले के राजापाकर पट्टुड के सरसर चमगाड़ (रामपुर राजाकर) गांव में चमगाड़ों की न केल पूजा होती है, बल्कि लोग मानते हैं कि चमगाड़ उनकी रक्षा भी करते हैं। इन चमगाड़ों की देखने के लिए पट्टों की भी लगी रहती है। यहां लोगों की मान्यता है कि चमगाड़ समुद्र की प्रतीक देवी लक्ष्मी के समान है। सरसरी गांव के एक बुरुर्मा गणेश

## यहां होती है चमगाड़ों की पूजा

सिंह का मानना है कि चमगाड़ों का जहां वास होता है, वहां कभी धन की कमी नहीं होती। ये चमगाड़ यहां कब से हैं, इसकी सही जानकारी किसी को भी नहीं है। सरसरी पंचायत के सरपंच और

प्रेशे सरपंच संघ के अध्यक्ष आईएएनएस को बताते हैं कि गांव के एक प्राचीन तालाब (सरोवर) के पास लग पीपल, सेमर तथा बुधा के पेड़ों पर ये चमगाड़ बसेरा बना चुके हैं। उन्होंने बताया कि इस तालाब का निर्माण तिरुत के राजा शिव सिंह ने वर्ष 1402 में करवाया था। करीब 50 एकड़ में फैले इस भूभाग में कई मंदिर भी स्थापित हैं।

## प्राकृतिक गुणों से भरपूर अनानास



अनानास सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है। इसमें कैल्शियम, फाइबर तथा विटामिन सी भरपूर मात्रा पाया जाता है और फैट बहुत कम होता है। गर्भावस्था में होने वाली व्यार्थिया सिक्कनेस की समस्या को कम करने में अनानास की अपूर्णी की मदद कर सकता है। इसमें समस्याओं को कम करने के लिए खानी पेट अनानास को सेवन करना चाहिए। इसमें ब्रोमिलिन नामक एंजाइम खानी पेट अनानास को सेवन करना चाहिए। इसमें ब्रोमिलिन नामक एंजाइम फायदेमंद होता है और आइए इसका प्रयोग कैसे होता है और इसके विभिन्न तरीके क्या-क्या हैं।

### प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाएं

अनानास के सेवन से प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और इससे किसी भी तरह की अल्जी का खतरा कम हो जाता है।

### हड्डियां को बनाए मजबूत

इसमें मैपीशियम वहां प्रवृत्त मात्रा में पाया जाता है जो हड्डियों को मजबूत और शरीर में एनजी को बनाए रखने में मदद करता है।

### आंखों के लिए फायदेमंद

हर रोज अनानास खाने से बढ़ती उम्र के साथ कम होती आंखों की रोशनी का खतरा कम हो जाता है।

### दिल की व्यामिरियों से बचाव

यह कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में मदद करता है। जिससे दातों व्यामिरियों को रोकने में मदद मिलती है।

### कैंसर की रोकथाम

इसका एंटीऑक्सीडेंट आपको हृदय रोग, गठिया, विभिन्न तरह के कैंसर जैसी व्यामिरियों से बचाने में मदद करते हैं।

### कैविटी से रखे दूर

यह मुँह के किसी भी प्रकार के बैक्टीरिया को बढ़ने से रोकता है। जिससे दातों में कैविटी की समस्या नहीं होती है।

### उच्च रक्तचाप

अगर आप उच्च रक्तचाप से पीड़ित हैं तो अनानास आपके लिए फायदेमंद साबित हो सकता है। इसमें पॉटेशियम की उच्च मात्रा और सोडियम की कम मात्रा रक्तचाप के स्तर को सामान्य बनाए रखने में मदद करती है।



## सुख-सुविधाओं के जाल में फँसते जा रहे हैं लोग

# सफलता की होड़ में उधड़ते मानवीय रिश्ते

### सिर्फ सांसारिक शिक्षा काफी नहीं



देते हैं या फिर वह व्यवसाय के सिलिसार्स के ऊपर उन्हें दूर हो जाते हैं। अथवा उनकी देखभाल नहीं करते। इसके दो कारण होते हैं एक तो यह कि नए सामाजिक परिवेश से तालाबेल निवारण पाने के कारण लोग अपने माता-पिता के ल्याङ्ग अपने माता-पिता के ल्याङ्ग से उन्हें ही रिश्तों का व्यवसेषण करने देखते हैं और केवल सांसारिक शिक्षा तक ही अपने बच्चों को सीमित रखते हैं। किसी तरह अपना पेट पालों यहीं सिखाते हुए वह ऐसा अनुभव करते हैं कि जैसे कि वह दुनिया का कोई विशेष ज्ञान नहीं है। यह तो एक सामान्य चुतुराहि है, जिसे सब जानते हैं।

पश्चिमी संस्कृति के प्रभाव ने हमारे देश में भौतिकवाद को प्रोत्साहन दिया है और अब तो पढ़े लिखे हों या नहीं सभी सुख-सुविधाओं के जाल में फँसते जा रहे हैं। भारतीय अध्यात्म ज्ञान के बारे में जानते सभी हैं पर उसे धारण करना लोगों को अब पिछड़ापान दिखाई देता है। नतीजा यह है कि समाज में आपसी रिश्ते एक औपचारिकता बनकर रह गए हैं।

## प्राणघातक हो सकती है कैलिशियम की कमी

### शरीर होता है कमजोर



कई रोगों पर भी पड़ता है असर... यदि व्यक्ति के भजन में लगातार कैलिशियम या विटामिन 'डी' की कमी चलती रहे तो उसकी हड्डियों कमजोर हो जाएंगी। नए शोधों के अनुसार कैलिशियम की कमी का कई रोगों पर भी प्रभाव पड़ता है।

### अपने आहार को करें संयोजित...

हम अपने आहार को इस प्रतिविनियोग मिलाने और हड्डियों से शरीर को कैलिशियम मिलाने की प्रक्रिया के लिए विटामिन 'डी' की उपर्युक्त अनिवार्य है। विटेनियों के अनुप्रयोग है। वर्षाक के सहयोग से विटामिन 'डी' के सहयोग से हड्डियों से रक्त का कैलिशियम स्थानान्तरित कर देता है। जिससे हमारे शरीर में कमजोरी की शिकायत आने लगती है।

### पेट के कैंसर से करता है बचाव...

हमारे शरीर में बहुत से रोल बनते रहते हैं और समाप्त होते रहते हैं। पेट के अंदर ऐसे सेल प्रायः 3 से 10 दिन में बदल जाते हैं पर कभी-कभी ये सेल तीव्र गति से बदलते रहते हैं, जिससे पेट के कैंसर की सेभावना हो सकती है। अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन जर्नल में प्रकाशित एक लेख के अनुसार किसी लोग के पेट के कैंसर की सेभावना थी, उन्हें 1500 मिग्रा कैलिशियम प्रतिविनियोग दिया जाने पर सेलों में बदलारी ठीक हो गई।

## विविध

### बीमारियों का खतरा कम करता है अखरोट

अखरोट में जितनी कैलोरी होने की बात कही है, असल में, अखरोट में उससे 21 फीसदी कम कैलोरी होती है। अखरोट खाने के कई फायदों को भी बता सकते हैं जिनमें कैंसर, दूषण और कुछ अन्य बीमारियों के खतरे को कम करना शामिल है। उन्होंने कहा कि हमारे शोध से लोगों की कैलोरी संवर्धित जिताओं को कम करने में मदद मिल सकती है और वे अपनी रोज की खाना में खाए रखने के लिए शामिल कर सकते हैं।



## कीटनाशकों के प्रयोग से फैलता है नोरोवायरस



नोरोवायरस एक प्रकार का कीटांडा होता है जिसका वायरस यदि व्यक्ति के लिए बहुत फायदेमंद है। इसमें कैंसर, दूषण और कुछ अन्य बीमारियों के खतरे को कम करना शामिल होता है। नोरोवायरस की तरह नोरोवायरस एक प्रकार का कीटांडा होता है जिसका वायरस यदि व्यक्ति के लिए बहुत फायदेमंद है। इसमें कैंसर, दूषण और कुछ अन्य बीमारियों के खतरे को कम करना शामिल होता है।

### कैसे फैलता है नोरोवायरस

किसानों द्वारा कीटांडाओं के मिश्रण को पताका करने के लिए प्रयोग किए जाने वाला गंदा पानी नोरोवायरस फैला सकता है। दरअसल किसान कीटनाशकों के मिश्रण को पताका करने के लिए कुछों, सिंचाई होंदियों, नदियों, और झीलों से जाते होते हैं। और इन सभी पानी के स्रोतों में नोरोवायरस भी होता है।

**भोजन के माध्यम से भी फैलता है नोरोवायरस** नोरोवायरस अपके भोजन के माध्यम से भी फैल सकता है। नोरोवायरस रेस्टरां में बनाए गए और डिब्बों बन्द खाद्य पदार्थों में हो सकता है। क्योंकि इन खाद्य पदार्थों में कई सारी अलग-अलग सामग्री होती है, नोरोवायरस किस खाद्य पदार्थ से शरीर में पाया है, पाता लगाना मुश्किल होता है। कई प्रकार के तैयार खाने वा खाद्य पदार्थों जैसे, सलाद, सैंडविच, बर्फ, कूकीज, और फल भी इसे लिए एक जोखिम कारन बन सकते हैं। यदि खाने के बाद उच्च अस्थायी अस्थायी अप्राप्यता होती है। जूसी नहीं होती है इसके लक्षण तुरत दिखाते हैं, हो सकता है कि कुछ दिनों बाद आपको इसके लक्षणों का अनुभव हो।

ज्यादा होने के लिए जोखिम कारन करना सहज है। नोरोवायरस 140 डिग्री फैरहॉट तक ताप पर जीवित रह सकते हैं। यह वायरस ठंडे से जानाने पर भी जीवित रह सकता है।

**टॉयलेट सीट से भी ज्यादा गंदी पानी की बोतल!**

एक पानी की बोतल को बार-बार इस्तेमाल न करें। ये आपकी टॉयलेट सीट से भी ज्यादा गंदी हो सकती है और कई तरह से आपको नुकसान पहुंचा सकती है। टैपेटों के जालियों से ज्यादा शोध में याह