



# एमबीबीएस की 950, पीजी की 271 सीटें बढ़ीं

राज्य व्यूरो, लखनऊ

**अमृत विचार :** प्रदेश के मेडिकल कॉलेजों में एमबीबीएस और पीजी (एमडी-एमएस) की सीटों में बढ़ा इजाफा किया गया है। नेशनल मेडिकल कमीशन (एनएमसी), नई दिल्ली ने प्रदेश में कुल 950 एमबीबीएस और 271 पीजी सीटें बढ़ाने की अनुमति प्रदान की है। इन नई सीटों पर सत्र 2025-26 से विद्यार्थियों को प्रवेश दिया जाएगा।

विद्यका शिक्षा महानिदेशक डॉ. अपर्णा यू ने शुक्रवार को जानकारी देते हुए बताया कि बढ़ाई गई 950 एमबीबीएस सीटों में 200 सीटें राजकीय मेडिकल कॉलेजों की हैं। इनमें अमेठी के स्वास्थ्य राज्य चिकित्सा महाविद्यालय में 100 सीटें, ईमआईसी मेडिकल कॉलेज

विशेषज्ञ बनने की राह आसान उन्होंने बताया कि मेडिकल कॉलेजों में विशेषज्ञ बनने के लिए 271 पीजी सीटों की वृद्धि की गई है। इसके बाद सरकारी मेडिकल कॉलेजों में एमडी-एमएस की सीटें 1,904 से बढ़कर 2,137 और निजी कॉलेजों में 2,122 से बढ़कर 2,160 हो गई हैं। ये सीटें सर्जरी, मेडिसिन, आधिपोडक, ईनटी सहित विभिन्न विषयों में बढ़ाई गई हैं। पीजी सीटें बढ़ने के बाद एमबीबीएस विकिस्कों का विशेषज्ञ बनना आसान हो जाएगा।

विद्यका शिक्षा महानिदेशक डॉ. अपर्णा यू ने शुक्रवार को जानकारी देते हुए बताया कि बढ़ाई गई 950 एमबीबीएस सीटों में 200 सीटें राजकीय मेडिकल कॉलेजों की हैं। इनमें अमेठी के स्वास्थ्य राज्य चिकित्सा महाविद्यालय में 100 सीटें, ईमआईसी मेडिकल कॉलेज सिद्धि विनायक मेडिकल कॉलेज संभल

और नारायण मेडिकल कॉलेज कानपुर में 100-100 सीटें बढ़ाई गई हैं। इसके अलावा एराज मेडिकल कॉलेज लखनऊ, इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज लखनऊ, नेशनल कैपिटल रीजन इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज मेरठ, कैम्पसी मेडिकल कॉलेज महराजगंज, श्री राममूर्ति स्पार्टा बरेली, कृष्ण मोहन मेडिकल कॉलेज गोरखपुर, ईनटी मेडिकल साइंसेज बरेली, ईनटी एमएस एसकेएस कॉलेज मथुरा, अजय सांगल इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेज शामाली और श्री गोरक्षनाथ मेडिकल कॉलेज गोरखपुर में 50-50 सीटें बढ़ाई गई हैं। डीजीएमई ने बताया कि अब प्रदेश में एमबीबीएस की कुल सीटें 11,850 हो गई हैं, जिनमें स्टीकेटा जांचने के लिए जीती है, जो किसी भी नए एयरपोर्ट के सचालन से पहले अनिवार्य होती है।

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.
<div data-bbox="999 245 10



## न्यूज ब्रीफ

फंडे से लटकी भिली  
किशोरी, मौत

अमृत विचार, बखरी का तालाबः  
इटीजा के मंडली गांव में शुक्रवार का

15 वर्षीया रहा ने फंडा लगा लिया।

परिजन ने खिडकी की सार्थी से

साड़ी के फंडे से लटका देख नीचे

उतारा। बेंसुधा हालात में अस्पताल

लेकर गए। जहाँ इलाज के दौरान

मौत हो गई। मंडली गोकुल गौरी

परिवार के साथ रहते हैं। माझीयों

के मुताबिक गोकुल की देही राधा ने

शुक्रवार दोपहर करमे में फूला लगा

लिया। इसी बीच परिजन की नजर

पड़ी। आनन्द फॉन उसे नीचे उतारा

और रामसगर अस्पताल लेकर गये।

जहाँ कुछ देर बाद इलाज के दौरान

उसकी मौत हो गई। पिता के मुताबिक

राधा शुश्री की छात्रा था। दो मह

पले स्टूडेंट नाना बंदर कर दिया

था। सुकरा पर पहुंची पुलिस ने शब

को पार्टमार्ट के लिए भेज दिया।

इटीजा इस्कर्ट मार्केट यादव ने

बताया की पोर्टमार्टम के लिए भेज दिया।

इटीजा के लिए भेज दिया।

एलडीएने 11 अवैध प्लाटिंग

पर चलाया बुलडोजर

अमृत विचार, लखनऊः लखनऊ

विकास प्राविकरण के उपायक्ष

प्रभेश कुमार के निर्देश पर शुक्रवार

को प्रवर्तन टीम ने बड़ी कार्रवाई की।

कारोबारी, दुवागा व इंदिरा नगर में

80 वीथा में 11 अवैध प्लाटिंग पर

बुलडोजर से ध्वनि की। प्रवर्तन

जोन-3 के जोनल अधिकारी विपिन

कुमार शिवहरे ने बताया कि सिवू,

सलीम, बलराम, सुदर, उतम व अन्य

द्वारा कारोबारी के ग्राम यात्रावर में

पांच जगह पर लगभग 15 बीथा में

सुननीशीलता को प्रस्तुत किया।

जो अभियान चलाकर ध्वनि कर दी।

प्रवर्तन जोन-5 के जोनल अधिकारी

अनुल कृष्ण सिंह ने बताया कि संदीप

रावत, संदीप यादव, भोजपुर अनवर

व अन्य द्वारा इंदिरा नगर नाना क्षेत्र के

मार्ग सुलूरु सादात में तीन रथों

पर लगभग 35 बीथा में अवैध प्लाटिंग

करके विकसित की गई कालोनी

ध्वनि की। प्रवर्तन जोन-7 के जोनल

अधिकारी मारोड़ी कुमार ने बताया कि

बाल लाल, संतोष कुमार व अन्य द्वारा

कारोबारी के ग्राम यात्रावर में

पांच जगह पर सोपान और द्वारे हुए

कालोनी विकसित की जा रही है।

जो अभियान चलाकर ध्वनि कर दी।

प्रवर्तन जोन-5 के जोनल अधिकारी

अनुल कृष्ण सिंह ने बताया कि संदीप

रावत, संदीप यादव, भोजपुर अनवर

व अन्य द्वारा इंदिरा नगर नाना क्षेत्र के

मार्ग सुलूरु सादात में तीन रथों

पर लगभग 35 बीथा में अवैध प्लाटिंग

करके विकसित की गई कालोनी

ध्वनि की। प्रवर्तन जोन-7 के जोनल

अधिकारी मारोड़ी कुमार ने बताया कि

बाल लाल, संतोष कुमार व अन्य द्वारा

कारोबारी के ग्राम यात्रावर में

पांच जगह पर सोपान और द्वारे हुए

कालोनी विकसित की जा रही है।

जो अभियान चलाकर ध्वनि कर दी।

प्रवर्तन जोन-5 के जोनल अधिकारी

अनुल कृष्ण सिंह ने बताया कि संदीप

रावत, संदीप यादव, भोजपुर अनवर

व अन्य द्वारा इंदिरा नगर नाना क्षेत्र के

मार्ग सुलूरु सादात में तीन रथों

पर लगभग 35 बीथा में अवैध प्लाटिंग

करके विकसित की गई कालोनी

ध्वनि की। प्रवर्तन जोन-7 के जोनल

अधिकारी मारोड़ी कुमार ने बताया कि

बाल लाल, संतोष कुमार व अन्य द्वारा

कारोबारी के ग्राम यात्रावर में

पांच जगह पर सोपान और द्वारे हुए

कालोनी विकसित की जा रही है।

जो अभियान चलाकर ध्वनि कर दी।

प्रवर्तन जोन-5 के जोनल अधिकारी

अनुल कृष्ण सिंह ने बताया कि संदीप

रावत, संदीप यादव, भोजपुर अनवर

व अन्य द्वारा इंदिरा नगर नाना क्षेत्र के

मार्ग सुलूरु सादात में तीन रथों

पर लगभग 35 बीथा में अवैध प्लाटिंग

करके विकसित की गई कालोनी

ध्वनि की। प्रवर्तन जोन-7 के जोनल

अधिकारी मारोड़ी कुमार ने बताया कि

# कोर्ट ने लुटेरे मोहित को किया भगोड़ा घोषित

28 मार्च को सराफा काटोबाटी के कर्मचारी से की थी 6.80 रुपये की लूट, 30 दिन में करना होगा सटेंडर

कार्यालय संवाददाता, लखनऊ

अमृत विचार : विकासनगर सेक्टर-4 में 28 मार्च को सराफा कारोबारी के कर्मचारी से 6.80 रुपये रुपये लूट की वारदात देख रहे हैं। माझोंने के मुताबिक गोकुल भौमी की देही राधा ने शुक्रवार दोपहर करमे में फूला लगा लिया। इसी बीच परिजन की नजर पड़ी। आनन्द फॉन उसे नीचे उतारा और रामसगर अस्पताल लेकर गये। जहाँ कुछ देर बाद इलाज के दौरान उसकी मौत हो गई। मिठी के मुताबिक गोकुल भौमी की देही राधा ने फूला लगा लिया। इसी बीच परिजन की नजर पड़ी। आनन्द फॉन उसे नीचे उतारा और रामसगर अस्पताल लेकर गये।

एलडीएने 11 अवैध प्लाटिंग

पर चलाया बुलडोजर

अमृत विचार, लखनऊः लखनऊ

विकास प्राविकरण के उपायक्ष

प्रभेश कुमार के निर्देश पर शुक्रवार

को प्रवर्तन टीम ने बड़ी कार्रवाई की।

कारोबारी, दुवागा व इंदिरा नगर में

80 वीथा में 11 अवैध प्लाटिंग पर

बुलडोजर से ध्वनि की। प्रवर्तन

जोन-3 के जोनल अधिकारी विपिन

कुमार शिवहरे ने बताया कि सिवू,

सलीम, बलराम, सुदर, उतम व अन्य

द्वारा कारोबारी के ग्राम यात्रावर में

पांच जगह पर सोपान 15 बीथा में

सुननीशीलता को प्रस्तुत किया।

जो अभियान चलाकर ध्वनि कर दी।

प्रवर्तन जोन-5 के जोनल अधिकारी

अनुल कृष्ण सिंह ने बताया कि संदीप

रावत, संदीप यादव, भोजपुर अनवर

व अन्य द्वारा इंदिरा नगर नाना क्षेत्र के

मार्ग सुलूरु सादात में तीन रथों

पर लगभग 35 बीथा में अवैध



## न्यूज ब्रीफ

सिद्धधाम महोत्सव  
का आयोजन आज

मुसाफिरखाना (अमेठी) : क्षेत्र के श्री सिद्धधाम हनुमानदी मंदिर तिरहुतपुर कर्सुनी पूरब में १२ नवंबर को विभिन्न वर्षों की भाँति इस वर्ष भी श्री सिद्धधाम महोत्सव का आयोजन किया जा रहा है। मंदिर के महंग गंगा प्राप्ति और अपराध से बचाया कि शनि वारा और नवंबर को प्राप्त : ७ बजे से गंगा प्राप्ति अथवा श्री सिद्धधाम पूरब व यज्ञ आरंभ होगा २ व नवंबर रविवार को पूर्णहृषि होगी। इसके साथ साथ १ व २ नवंबर को रात्रि ७ से ११ बजे तक उत्तर प्रदेश संस्कृत विभाग के कलाकारों नीतीश कुमार एवं साथी के दल द्वारा सुमधुर भजन संचालक टॉपिंग की भाँति जाना गया है। मेला व्याख्यातक अम प्रकाश पूर्णद्यूम ने बताया कि इस महोत्सव में बड़ी दूर दूर से श्रद्धालु आते हैं और कार्यक्रम बड़े दिव्य एवं खेल तरीके से मनोया जाता है। इसके पार ज्ञान प्राप्ति या नवाचार के लिए आयोजन आयोजन किया जा रहा है। अमरत विचार: प्रदेश में ब्लास्ट करने के लिए हाथियार और विस्फोटक एकत्र करने के आरोपण एवं अलकायदा के सहयोगी संगठनों एवं अलकायदा के सहयोगी संगठनों अंसरा गजातुल हिंद (एजीएच) के सदस्य मोहम्मद मोईद को जुर्म स्वीकार करने पर एनाईए के विशेष न्यायाधीश हुसैन अहमद अंसरा ने दोपी ठहरात हुए २१ माह १३ दिन की सजा सुनाई है।

आरोपी ने गत १८ अगस्त को कोट में अर्जी देकर जुर्म स्वीकार किया था की उसने एक अवैध पिस्टल व चार कार्रासु मुस्तकीम को दिया था। उस पिस्टल को मुस्तकीम ने मिनहाज को दिया था। इसी पिस्टल को एटीएस ने आरोपीयों की गिरफ्तारी के समय १ जुलाई २०२१ को बारमद किया था। आरोपी की जुर्म स्वीकृति की अर्जी पर सुनवाई के बाद कोट ने आरोपी को उसकी

25 फीट गहरी खाई में  
गिरा अनियन्त्रित ट्रेलर

अमेठी: जयपुर-सालोन रोड पर लोहिया ऊपर के पुस्तुक गुहार द्वारा देव रात बड़ा काश्का डाला होते होते टल गया। सामने से आ रसी गाड़ी को बचाने के प्रयास में एक अनियन्त्रित ट्राला (ट्रेलर) करीब २५ फीट गहरी खाई में जा गिरा। गहरा घना देव रात करीब १० बजे हुई। डाइवर ने बताया कि खली डाला लेकर घर जा रहा था। लोहिया ऊपर के पास अचानक मड़पर सामने से आती गाड़ी को बचाने के प्रयास में उसने सुन्तुलन खो दिया और ट्रेलर सीधे खाई में गिर गया। हार्दिक की सुधना मिलते ही मौके पर राहिया और कंटकर को सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया।

गुण्डा एक्ट के तहत  
अभियुक्त जिला बद्र

अमेठी: आतक व धर्य कैलाने वाले अपराधियों पर अपर जिला मजिस्ट्रेट (वि.सा.) अपृष्ठ गुण्डा को नियंत्रित करने के तहत कार्यवाही करते हुए, उन्होंने एक अभियुक्त को ६ जांच के लिए जनपद की सीमा से निष्पासित (जिला बद्र) कर दिया है। जिला बद्र किया गया अभियुक्त की लेकर दो पक्ष आपस में फिर आपसी एवं अपराधियों पर अपर जिला बद्र कर दिया गया है। इसके बाद जिला बद्र को नियंत्रित करने के तहत अभियुक्त को नियंत्रित करने के लिए जनपद की सीमा से निष्पासित (जिला बद्र) कर दिया गया है।

## मारपीट में एक घायल

राहीं (रायबरेली) : अधेखर थाना क्षेत्र के जमालपुर नानकपारी गांव में जीती विवाद को लेकर दो पक्षों में लाती डंडों से जमकर मारपीट हुई। एक पक्ष से तीन लोग घायल हो गए हैं, जिनमें एक की हालत गंभीर बर्ताई जा रही है। घायल सरवन देवी वारा रामपाल को लेकर दोनों पक्ष अपने सामने लगे। इसमें दोस्तों के बाप-बाई भी जिला बद्र कर दिया गया है।

ग्रामीणों के अनुसार, गत ३० अक्टूबर की सुबह उसी दिन दोनों पक्ष अपने घर के पास अपराधियों के बाप-बाई को लेकर दोनों पक्ष अपने सामने लगे। इसमें दोस्तों के बाप-बाई भी जिला बद्र कर दिया गया है।

## रंजिश में जमकर

## मारपीट, तीन घायल

अमृत विचार, रायबरेली : थाना क्षेत्र के अंतर्गत सुबंस खेड़ा भजरे इच्छाली गांव में शुक्रवार की सुबह पुरानी रंजिश को लेकर दो पक्षों में लाती डंडों से जमकर मारपीट हुई। एक पक्ष से तीन लोग घायल हो गए हैं, जिनमें एक की हालत गंभीर बर्ताई जा रही है। घायल सरवन देवी वारा रामपाल को लेकर दोनों पक्ष अपने घर के पास अपराधियों के बाप-बाई को लेकर दोनों पक्ष अपने सामने लगे। इसमें दोस्तों के बाप-बाई भी जिला बद्र कर दिया गया है। थाना प्रधारी जीती विवाद को लेकर दोनों पक्ष अपने घर के पास अपराधियों के बाप-बाई को लेकर दोनों पक्ष अपने सामने लगे। इसमें दोस्तों के बाप-बाई भी जिला बद्र कर दिया गया है। थाना प्रधारी जीती विवाद को लेकर दोनों पक्ष अपने घर के पास अपराधियों के बाप-बाई को लेकर दोनों पक्ष अपने सामने लगे। इसमें दोस्तों के बाप-बाई भी जिला बद्र कर दिया गया है।

## सूचना

सचिव विवाद जीता है कि मेरी पुढ़ी का नाम पूर्ण में परी सोनवानी के बाद लेकर पांची पुढ़ी रानी सोनवानी से बदल लेकर रानी सोनवानी, रानी सोनवानी रख लिया है। भविष्य में मेरी पुढ़ी को इसी नाम से जाना व पहचाना जाए और सोनवानी के बाद लेकर रानी सोनवानी के नाम में परी सोनवानी के बाद लेकर रानी सोनवानी नियामी १७३/४ काकारी कोडी वी एन वर्मा रोड अमीनावाद लखनऊ।

एजीएच के सदस्य ने जुर्म स्वीकारा  
जेल में बिताई अवधि की दी सजा

विधि संवाददाता, लखनऊ

किशोरावस्था में किए गए अपराध से भविष्य में प्राप्त नियुक्ति बाधित नहीं

विधि संवाददाता, प्रयागराज

मामला वर्ष २०११ में दर्ज एक अपराधिक मुकदमे से जुड़ा

था, जो उस समय दर्ज हुआ था, जब विषेषी शिक्षक महज १७ वर्षीय थे। यद्यन प्रक्रिया में इस मुकदमे का उल्लेख न करने के आधार पर उनके सेवाएं २०२१ में समाप्त कर दी गई थी।

बाद में किशोर घोषित किया गया की वर्तमान है कि

जब अपराधिक मुकदमे से जुड़ा था, तो उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

इस दौरान हैं उन्होंने ठारह बार गोदा धन दिखाया कि विषयाली जांस्सा देखे हुए एक लोट में

सेवाएं के बाद विषेषी आपराधिक मुकदमे में जारी किया गया था।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है। कोट ने सुनीम की विषयाली जांस्सा देखा गया था।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है।

कोट ने उसकी ओर से विषेषी आपराधिक मुकदमे का खुलासा न करना उसे सेवा से विषय नहीं खो गया।

विषेषी आपराधिक मुकदमे का दिवानी देखा गया था।

पुनः एकीकृत करना ही काढ़ान का उद्देश्य है





अ

त्याधुनिक तकनीक से जहां दुनिया करीब आई है, वहीं बच्चों में मोबाइल गेम्स की लत वर्तमान में एक गंभीर मानसिक स्वास्थ्य संकट बनती जा रही है। अत्यधिक या अनुचित उपयोग बच्चों में कई नकारात्मक घटनाओं का कारण बन सकता है। क्री फायर जैसे हिंसात्मक या फ़ाइटिंग गेम्स खेलने से बच्चों में आक्रामकता, चिड़चिड़ापन और गुस्सा बढ़ रहा है। सोशल इंटरेक्शन की कमी के कारण सामाजिक व्यवहार में बदलाव आता है। छोटे बच्चे वाले अधिकांश घरों में स्थिति एक जैसी है, अभिभावक सबकुछ समझते हुए अनजान बने हुए हैं, मगर हाल की कुछ घटनाएं और ओपीडी में बढ़ने वाली बच्चों की संख्या से, एक बार फिर मोबाइल गेम्स की लत और उसके गंभीर दुष्प्रभावों पर चर्चाएं शुरू हो गई हैं।

-पद्माकर पाण्डेय, लखनऊ

# मोबाइल की लत से अराजक होता बचपन

## गेम की लत बना रही बच्चों को चिड़चिड़ा

मोबाइल गेम्स की लत बच्चों के मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर गंभीर असर डाल रही है। हालांकि किसी विशेष मामले में बिना पूरी जानकारी के स्टीक टिप्पणी करना संभव नहीं है, लेकिन सामान्य तौर पर देखा गया है कि लगातार मोबाइल पर गेम खेलने वाले बच्चों में नकारात्मकता, चिड़चिड़ापन और आक्रामकता जैसे लक्षण तेजी से उभरते हैं। ऐसे बच्चे अक्सर इंपलिंग यानी बांधे-समझे निर्णय लेने वाले हो जाते हैं। उनके भीतर गुस्सा, धैर्य की कमी, और आक्रामकता जैसे मानसिक बदलाव दिखाई देते हैं। साथ ही पढ़ाई में मन न लगना, एक आम समस्या बनती जा रही है। अभिभावकों को यह ध्यान रखना चाहिए कि बच्चा दिनभर में कितनी देर मोबाइल इस्तेमाल कर रहा है। सलाह दी कि बच्चों को अलग से मोबाइल फोन नहीं देना चाहिए। यदि पढ़ाई के लिए मोबाइल की आवश्यकता हो, तो वह परिवार का साझा मोबाइल होना चाहिए, जिसे बच्चा अकेले करने में जाकर उपयोग न कर सके। मोबाइल का इस्तेमाल ऐसे माहील में होना चाहिए, जहां अन्य सदस्य भी मौजूद हों। सही मार्गदर्शन से ही बच्चों को इस डिजिटल लत से बचाया जा सकता है।

-डॉ. आदर्श त्रिपाठी, बाल मानसिक रोग विशेषज्ञ, केजीएम्स्यू

## मोबाइल गेम्स से उड़ने वाले दुष्प्रभाव

- गेम्स ऐप पर्क करने को बच्चे माता-पिता की अनुमति के बिना भी ऐसे खर्च कर रहे हैं।
- ऑनलाइन फ्रॉड का शिकार होकर बच्चों ने माता-पिता के बैंक अकाउंट तक खाली कर दिए।
- क्री फायर व पब जैसे गेम्स खेलने से रोके जाने पर बच्चों में बढ़ती है आनंदहारा की प्रवृत्ति।
- मोबाइल गेम्स खेलने से मना किए जाने पर हमला करने पर भी उतार हो जाते हैं बच्चे।

## मोबाइल बन रहे बच्चों के लिए नशा, बढ़ रही समस्याएं

जैसे शारीर और सिसारेट का नशा धीरे-धीरे बढ़ता है, वैसे ही मोबाइल गेमिंग की लत भी बच्चों में गहराती जाती है। शुरुआत में बच्चा 10 मिनट गेम खेलकर जितना संतुष्ट होता है, कुछ समय बाद वही संतुष्टि पाने के लिए उसे आधा घंटा, फिर कई घंटे तक खेलना पड़ता है। यह एक प्रकार का नशा है, जो मानसिक और शारीरिक दोनों रूपों में बच्चों को प्रभावित करता है। इसमें हिंसा, गौलीबारी और अत्यधिक उत्तेजना वाले कई लेवल होते हैं, जिससे खेलने के दौरान बच्चे में अचानक उत्तेजना बढ़ जाती है, हृदय गति तेज हो जाती है और गंभीर स्थिति में हृदयाधात (हार्ट फेल) तक हो सकता है। इसलिए उन्होंने अभिभावकों को चेताया कि यदि बच्चा पढ़ाई से दूरी बना रहा हो, मोबाइल पर ज्यादा समय बिता रहा हो और परिवार या दोस्तों से बातचीत कर कर रहा हो, तो यह सकेत हो सकते हैं कि वह अवसाद या गेमिंग डिस्आर्डर का शिकार हो रहा है। इस स्थिति में अभिभावकों को चाहिए कि बच्चे के साथ अधिक समय बिताएं, उनकी दिनचर्या पर नजर रखें और आवश्यकता पड़ने पर मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लें।

-डॉ. दीप्ति सिंह, मनोचिकित्सक, डॉ. श्याम प्रसाद मुखर्जी सिविल अस्पताल



## मोबाइल की लत के लिए अभिभावक भी जिम्मेदार



अधिनिक परियोग में बच्चों को खेलने की बजाय मोबाइल पकड़ा देना एक आम प्रवृत्ति बन चुकी है, जो भविष्य में गंभीर मानसिक और सामाजिक समस्याओं का कारण बनती जा रही है। अजाकल मोबाइल देखकर खाना खाते हैं, दूसरी पानी पिलाया जाता है, यानी बच्चे मोबाइल लेकर ही बड़े हो रहे हैं। बच्चा शुरुआत से ही गेंजेट के प्रति आकर्षित हो रहा है। दुर्भाग्यपूर्ण यह है कि यह नशा माता-पिता खुद ही बच्चों में डाल रहे हैं। अभिभावकों को खुद पर नियंत्रण रखना होगा। यदि किसी का कारणशब्द बच्चे के घर पर अकेला छोड़ा जाए, तो बेटर होगा कि घर में टंकरेट की सुविधा सीमित कर दी जाए। इसके लिए वाई-फाई का पासवर्ड बदलना या रखीड़ कम करने जैसे तकनीकी उपाय किए जा सकते हैं। साथ ही माता-पिता को चाहिए कि बच्चों की आदतों और दिनचर्या पर नजर रखें। यदि बच्चा लगातार मोबाइल में ही व्यस्त रहता है, तो यह चिंता का विषय हो सकता है। इसकी जगह उन्हें मैट्रेन में खेलने और लाऊओं के सफर में रहने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए।

-डॉ. देवाशी शुक्ल, बलरामपुर अस्पताल, चिकित्सा अधीक्षक एवं मानसिक रोग विशेषज्ञ



## बम से ज्यादा धमक पिता जी की आंखों में थी



### पलाठिन

बात उन दिनों की है, जब हमारी उम्र यही कुछ 10-12 वर्ष की रही होगी। घर में सात भाई बहन हैं। जाहिर है कि खूब धमाकोंकड़ी होती थी। त्योहारों पर तो स्कूलों की छुट्टियां हो जाती थीं और दिन भर सिर्फ खेलना व मस्ती करना होता था। दीपावली पर स्कूल की छुट्टियां हो गई। वैसे तो पिता जी शिवानाथ सक्सेना) मना करते थे कि घर पर कोई पटाखा नहीं जलाएगा, लेकिन हम बच्चे कहां मानवे वाले। उन दिनों बच्चे घटाई लक्ष्मी बम और सुतली बम के दीवाने होते थे। हम भाई बहन भी सुतली बम खरीद लाए।



डॉ. अतुल सरसेने

वरिष्ठ विजिलेंस

राजकीय डेंडिकल

कॉलेज हैदराबाद

सुतली बम बड़ा धमाका करता था। इस बम की एक धमक से घर तो घर, मोहल्ले के घरों के बर्तन गिर जाते थे। पिता जी दफ्तर गए और हमने दिन में पटाखे चलाना शुरू कर दिए। घर के आंगन में ही पटाखा बजा रहे थे। मां जी डांटी थी लेकिन बच्चों की खुशी देखकर वह भी धमाके में बच्चों की हसी-खुशी का आनंद लेती थी। पटाखे चलाते-चलाते शाम के साथ पांच बजे चुके थे और हमें ध्यान नहीं रखा कि पिता जी का दफ्तर से आगे का समय हो गया। हम घर के घर (आंगन) में पटाखे जला रहे थे कि दरवाजे की कुंडी बजी और पिता जी घर में घुस गए। बड़े भाई-बहन तो कुंडी की खट्टखट से भाग गए और कर्मसे खोलकर पढ़ने लगे। हम पटाखे जलाने में इतना झूले हुए थे कि पता ही नहीं चला कर, रेत की खड़ी बहनी निकाल कर दिया। वे घर में बड़े भाई-बहनों में एक समझ नहीं आया।

## मोहब्बत जो वक्त से जीत गई

कहते हैं, कुछ कहानियां वक्त नहीं, एहसास लिखते हैं। ऐसी ही एक कहानी है शिवेंद्र और दिव्या की, जिसमें न सिर्फ ध्यान है, बल्कि संघर्ष, जिस 10 मिनट दिव्या के मिटाने की बजाय मोबाइल देखकर खाना खाते हैं, दूसरी पानी पिलाया जाता है, यानी बच्चे मोबाइल लेकर ही बड़े हो रहे हैं। बच्चा शुरुआत से ही गेंजेट के प्रति आकर्षित हो रहा है। दुर्भाग्यपूर्ण यह है कि यह नशा माता-पिता खुद ही बच्चों में डाल रहे हैं। अभिभावकों को खुद पर नियंत्रण रखना होगा। यदि किसी का कारणशब्द बच्चे के घर पर अकेला छोड़ा जाए, तो बेटर होगा कि घर में टंकरेट की सुविधा सीमित कर दी जाए। इसके लिए वाई-फाई का पासवर्ड बदलना या रखीड़ कम करने जैसे तकनीकी उपाय किए जा सकते हैं। यदि बच्चों की आदतों और दिनचर्या पर नजर रखें। यदि बच्चा लगातार मोबाइल में ही व्यस्त रहता है, तो यह चिंता का विषय हो सकता है। इसकी जगह उन्हें मैट्रेन में खेलने और लाऊओं के सफर में रहने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए।

जब पंडित ने कहा "सातपदी पूर्ण हुई", तो ऐसा लगा जैसे वक्त ठहर गया हो। हर धड़कन ने कहा - "अब सब ठीक है।" आज सालों बाद भी जब शिवेंद्र और दिव्या अपनी तस्वीरें देखते हैं, तो चेहरे पर वही मुस्कान लौट आती है। ये कहते हैं - "व्यार वही सच्चा है, जो वक्त से डरता नहीं और रिश्ते वही मुकम्मल हैं, जो रूठने-मानने के लिए आसान नहीं था।" दिव्या के घर में हो जाता है न रह जाए। फेरों के दिन जब शिवेंद्र ने दिव्या की आंखों में देखा, तो वहां सालों की जद्दोजहद, इंतजार और जीत की चमक थी। चमक पंडित ने कहा "सातपदी पूर्ण हुई", तो ऐसा लगा जैसे वक्त ठहर गया हो। हर धड़कन ने कहा - "अब सब ठीक है।" आज सालों बाद भी जब शिवेंद्र और दिव्या अपनी तस्वीरें देखते हैं, तो चेहरे पर वही मुस्कान लौट आती है। ये कहते हैं - "व्यार वही सच्चा है, जो वक्त से



वित्तमंत्री सीतारमण की भूटान यात्रा रद्द

नई दिल्ली। केंद्रीय वित्त मंत्री निमला सीतारमण की भूटान की आधिकारिक यात्रा मौसम खराब होने के कारण रद्द कर दी गई है। सीतारमण पठारी देश के साथ साझेदारी का महबूब रखने के लिए भूटान की चार दिनों की आधिकारिक यात्रा पर गुजरात को रवाना हुई थी। वह वित्त मंत्रालय के आधिकारिकों के बाबत यात्रा के एक प्रतिविष्टमंडल का नेतृत्व कर रही थी वित्त मंत्रालय के एक वरिष्ठ अधिकारी ने युक्तवार को बताया कि भूटान के पास में खराब मौसम के कारण आधिकारिक यात्रा रद्द कर दी गई है।

## 30 फलस्तीनियों के शव इजराइल ने सौंपे

यरुशलम। इजराइल ने 30 फलस्तीनियों के शव सौंप दिए हैं। जागा स्थित एक अस्पताल के अधिकारियों ने यह जानकारी दी। जागा में फलस्तीनी घरमण्डियों द्वारा दों बंधकों के अवधारणा इजराइल को सौंपा जाने के एक दिन बाद इन शवों को सौंपा गया है। अवधारणों की खराब-बदली युद्धविमानों के बाद हुई है। इजराइल की सेना ने गुरुवार को कहा कि फलस्तीनी घरमण्डियों ने दों और बंधकों के अवधारणों सौंप दिए हैं।

शंघाई-दिल्ली के बीच बढ़ेगी उड़ान संख्या

नई दिल्ली। वाइना ईस्टर्टन एयरलाइंस अगले साल 02 जनवारी से दिल्ली और शंघाई के बीच उड़ानों की संख्या बढ़ाकर सप्ताह में पांच करोड़। एयरलाइंस ने इससे पहले 09 नवंबर 2025 से दोनों शहरों के बीच सप्ताह में तीन उड़ानों की घोषणा की जिसके लिए युक्तवार की गयी है। इन्हाँने ईस्टर्टन एयरलाइंस की शुक्रवार को जारी प्रेस विज्ञप्ति में कहा गया है कि भवित्व में उड़ानों की योजना वीना के कुनैमिंग से कॉलकाता और शंघाई पुड़गांग से मुबारू के लिए उड़ानें शुरू करने की है। उल्लेखनीय है कि कोविड-19 के समय साल 2020 में आरट और वीना के बीच सोधी उड़ानें बह छो गई थीं। यांच साल बाद एक बार फिर दोनों देशों के बीच उड़ानों का परिवालन शुरू हुआ है।

## विमान की आपात लैंडिंग, कई घायल

टायपा (अमेरिका)। यैक्सोक से आ रही विमान नंकारी 'जेटबू' की एक उड़ान की ऊंचाई अपातक कर्मज हो जाने के कारण उसे पलरोडी में आपात स्थिति में उत्तरांश पड़ा और घायल हुए कई यात्रियों को अस्पताल ले जाया गया। केनकन से न्यू जर्सी के नेवार्क जा रही उड़ान की ऊंचाई अपातक जारी हो गई है। संघीय उड़ान संचार जारी रहा है। एफए और क्रूजर, एयरबस उ20 को अपातक करीब दो बड़े टायपा अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे के लिए मोड़ दिया गया। अभी यह स्पष्ट नहीं हो पाया है कि किनें लोग घायल हुए हैं। यांच उनकी ऊंचाई किनीं गंभीर हैं।

समग्र परमाणु परीक्षण प्रतिबंध

## ब्रिटेन के प्रिंस एंड्रेयू से वापस ली गई सभी शाही उपाधियां

द्वूम्बा (ऑस्ट्रेलिया), एजेंसी

ब्रिटेन के महाराजा चार्ल्स ने अपने भाई प्रिंस एंड्रेयू से सभी शाही उपाधियां और समान के प्रक्रिया शुरू कर दी है। ब्रिटेन के अपने फार्महाउस में आत्महत्या कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स ने जारी किया जिसके बाद उनके अपने फार्महाउस में आत्महत्या कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

ज्यूफ्रे की आत्मकथा के बाद किंग चार्ल्स ने उदाया कदम



विस्तृत विवरण दिया है। 41 वर्षीय उपाधियां और समान के प्रक्रिया शुरू कर दी है। ब्रिटेन के अपने फार्महाउस में आत्महत्या कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थी। महाराजा चार्ल्स के आदेश के तहत, एंड्रेयू को रॉयल लॉज

वापस लेने की प्रक्रिया शुरू कर ली थ



ऑस्ट्रेलिया जैसे दमदार विरोधी के खिलाफ हमारी टीम की शानदार जीत। जेमिमा का बड़े चमक ने शानदार प्रदर्शन। दृढ़ता, विवासां और जुहू का असल प्रदर्शन। शानदार टीम इंडिया। हमारी लड़कियों का नेतृत्व किया। क्या खेल दिखाया। महिला टीम पर गर्व है।

- पिराट कोहली

## हाईलाइट



डब्ल्यूटीपी येन्हाई ओपन 2025 में रूस की अरीना रोडियोवा के खिलाफ महिला एकल वटर्टर फाइनल जीते के बाद जश्न मनाती ताडिवान की जीआना गारलैंड और नई कैरियर के लिए टेनिस स्टडियम में खेले जा रहे मुकाबले में उन्होंने 6-2, 7-6 से जीत दर्ज की। एजेंसी

## एशिया कप ट्रॉफी का मुद्दा फिर उठेगा

मुंबई : भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) को उम्मीद है कि एशिया कप विजेता ट्रॉफी एक या दो दिन में मुंबई रिश्त उसके मुख्यालय पहुंच जाएगी, लेकिन आज इतना ताकत में कार्य प्रगति नहीं होती है तो भारतीय वार्ड वार्ड को इस मामले को अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) के समक्ष उठाएंगा।

## ओलंपिक पदक विजेता हॉकी खिलाड़ी का निधन

कन्नर/बैंगलुरु : नई दिल्ली : भारतीय पुरुष हॉकी टीम के पूर्व गोलकीपर और मुनिख ओलंपिक 1972 की कार्यर पदक विजेता टीम के सदस्य मैनुअल फ्रेड्रिक का शुक्रवार को सुबह बैंगलुरु के एक अप्याताल में निधन हो गया। वह 78 वर्ष के थे और उनके परिवार में योंगियां हैं। वह दस महीने से प्रोस्टेट के सारे से ज़ूँझ रहे थे।

## थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी : जेमिमा

नवी मुंबई, एजेंसी

अपने नाबाद शतक से भारत को बनडे विश्व कप फाइनल में ले जाने के बाद भावनाओं पर काबू पाने की कोशिश करते हुए जेमिमा रॉडिंग्स ने कहा कि ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ सेमीफाइनल में हरमनप्रीत कौर के आउट होने के बाद उन्हें परिसर से फोकस करने में मदद मिली। दबाव में बेहतरीन पारी खेलते हुए जेमिमा ने 134 गेंद में नाबाद 127 रन बनाए। जिसकी मदद से भारत ने रिकॉर्ड 339 रन के लक्ष्य का पीछा करते हुए ऑस्ट्रेलिया को हराया। अब फाइनल में सामना दिखाया अपनी को सोचा। जेमिमा ने मीडिया से कहा मैं हीरी दी से कह रही थी कि हम दोनों को जीत तक ले जाना है।

उन्होंने कहा जब वह आउट हो तो मुझे फिर से फोकस करने में मदद मिली। उन्होंने कहा जब वहरीन में बेहतरीन पारी खेलते हुए जेमिमा ने दर्शकों का अनोखे अंदाज में आभार व्यक्त किया।



जेमिमा रॉडिंग्स ने दर्शकों का अनोखे अंदाज में आभार व्यक्त किया। एजेंसी

फोकस फिर बना और मैं समझदारी से खेलने लगी। प्रेस कांफ्रेंस में मदद मिली क्योंकि थकान के कारण बार-बार रो पड़ी जेमिमा ने कहा कि अंत तक टिक्कर खेलना जरूरी था। उन्होंने कहा मैं खुदा से बात कर रही थी क्योंकि मेरा मानना है कि मेरा उनसे निजी रिश्ता है और जब मैं खुद से कहा कि वह रही थी क्योंकि काफी ऊर्जा खत्म हो चुकी थी। मैं थक गई थी और इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

इस पारी से पहले जेमिमा कठिन दौर से गुजर रही थी और टीम से

थक देते हैं।

इस पारी से पहले जेमिमा कठिन दौर से गुजर रही थी और टीम से

कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इसकी वजह से कुछ पैकेट शॉट खेले। मैं सोच रही थी कि फिर बनाकर खेले।

थकान के कारण एकाग्रता टूट रही थी। अब इ