शनिवार, 2 मई 2020

नवोदय टाइम्स बाल टाइम्स

www.navodayatimes.in







आज कोरोना वायरस को फैलने से रोकने के लिए सभी अपने घरों में समय गुजार रहे हैं। इस माहौल में भी तनाव को दूर करने में अगर कोई चीज सबसे अधिक मदद कर रही है तो वह है हमारी हंसी। बेशक कोरोना से बचाव को लेकर गम्भीरता आवश्यक है परंतु यह भी सच है कि हंसी हमें इस दौर में भी निराश नहीं होने देती। हंसी के स्वास्थ्य लाभ भी कम नहीं। इससे इम्युनिटी भी मजबूत होती है तो हंसी और खुशियां फैलाना जारी रखो।

हंसी को रोको ना



विश्व हास्य दिवस 3 मई

हर साल मई के पहले रविवार को 'वर्ल्ड लाफ्टर डे' मनाया जाता है। इसकी शुरूआत मुंबई से हुई थी। इस दिन को सबसे पहले 10 मई, 1998 को डा. मदन कटारिया ने मनाया था। आज दुनियाभर के अनेक देशों में मई के पहले रविवार को 'वर्ल्ड लाफ्टर डे' मनाया जाता है। इस दिन को मनाने का उद्देश्य लोगों को हंसने के फायदों के बारे में जागरूक करना और संसार में खुशियां फैलाना है। इस साल यह दिन 3 मई को मनाया जा रहा है।

हंसने के फायदे

इम्यून सिस्टम मजबूत होता है। हंसने से एंटीबॉडी बनाने वाली कोशिकाओं की संख्या बढ़ जाती है। साथ ही टी-कोशिकाओं की प्रभावशीलता बढ़ जाती है। इससे सर्दी-जुकाम जैसी कई समस्याओं से बचाव होता है। वहीं, इम्यून सिस्टम मजबूत होने से कई प्रकार की एलर्जी और संक्रमण से भी सुरक्षित रहा जा सकता है।

हंसने से तनाव कम होता है। साथ ही करीब 45 मिनट के लिए मांसपेशियां रिलैक्स हो जाती हैं जिससे आप खुद को ताजा महसूस करते हैं।

रात को सोने से पहले खुलकर हंसने से बेचैनी और तनाव दोनों ही कम होते हैं। दिमाग को शांति का एहसास होता है जिससे एक थकान भरे दिन के बाद नींद अच्छी आती है।

खुलकर हंसना चेहरे के लिए सबसे बैस्ट एक्सरसाइज होती है। हंसते समय चेहरे की करीब 15 मांसपेशियां एक साथ आती हैं जिससे चेहरे की रौनक बढ़ जाती है। हंसने से चेहरे की मांसपेशियों में रक्त संचार भी बेहतर तरीके से होता है जिससे चेहरे पर निखार आता है और आप जवां और आकर्षक दिखने लगते हैं।

खुलकर हंसने से शरीर में ज्यादा मात्रा में ऑक्सीजन पहुंचती हैं जो दिल को दुरुस्त रखने में मदद करती है।

क्या है 'लाफ्टर थैरेपी'

हंसी एक प्रकार की प्रक्रिया है जो भावनाओं को संतुलित करती है। जापान के जैनेटिक विशेषज्ञ काजुओ मुराकामी ने शोध में पाया कि लाफ्टर थैरेपी एक प्रभावशाली, कम खर्च वाला मैडीकल ट्रीटमैंट है जो सेहत पर होने वाले खर्च को कम कर सकता है।

न्यूरोसाईंटिस्ट जोडी डेलूसा के अनुसार इस बात से कोई अंतर नहीं पड़ता कि आप क्यों हंसते हैं। आप दिन भर में कई बार छोटे-छोटे टुकड़ों में भी



हंस लेते हैं तो आपके जीवन की गुणवता में सुधार आ जाता है। आप हंसी के माध्यम से लोगों के मन में पॉजिटिव अहसास ला सकते हैं।

हंसी दिमाग को खोलती है और सृजनात्मकता को बढ़ावा देती है। अमेरिकी मनोवैज्ञानिक और दार्शनिक विलियम जेम्स ने कहा था कि हम सब इसलिए नहीं हंसते क्योंकि हम खुश हैं बल्कि हम इसलिए खुश हैं क्योंकि हम हंसते हैं।

सबसे आम मजाक

ब्रिटेन की यूनिवर्सिटी ऑफ रीडिंग के समाजशास्त्री क्रिस्टी डेविस बताते हैं कि दुनिया भर में सबसे आम मजाक है दूसरों की गलती पर हंसना। किसी के मुंह से कोई गलत बात निकल जाने पर उसका मजाक बनाने की आदत दुनिया भर के लोगों में पाई जाती है।

अमेरिका की यूनिवर्सिटी ऑफ कोलोराडो में ह्यूमर रिसर्च लैब के निदेशक और चर्चित लेखक पीटर मैकग्रा कहते हैं, ''स्लैपस्टिक यानी दूसरे की मिमिक्री अथवा नकल करना, उसके बोलने-चालने के तरीके में कमी ढूंढना आदि दुनिया भर में सबसे ज्यादा प्रचलित और लोकप्रिय मजाक का तरीका है। बस, आपको इसके लिए सही शिकार तलाशने की जरूरत है, जिसका आप मजाक उड़ा सकें।

सबसे मजाकिया देश

इंगलैंड के लोगों को काफी मजाकिया माना जाता है। यहां दुनिया की कई मशहूर और लोकप्रिय कॉमेडी रची गई हैं और कॉमेडियंस हुए हैं। भारत के कुछ राज्यों में मजाक की आदत ज्यादा पाई जाती है जिनमें पश्चिम बंगाल, पंजाब और केरल का नाम शीर्ष पर आता है। स्पेन वासी भी मजाक के मास्टर माने जाते हैं। ग्रीस के लोगों को इस मामले में बेहद सुस्त माना गया है।



हंसी का विज्ञान

हंसी विचित्र है और हम बहुत हंसते हैं। एक अध्ययन में पाया गया है कि प्रत्येक 10 मिनट की बातचीत में लोग 7 बार हंसते हैं।

यह पाया गया है कि यदि आप लोगों से यह पूछें कि किस चीज से आपको हंसी आती है तो वे चुटकुलों व मजाकिया बातों की बात करेंगे मगर हम तब बार-बार हंसते हैं जब अन्य लोगों के साथ होते हैं और चुटकुलों पर शायद ही कभी।

यह एक सामाजिक भावना है और हम इसका इस्तेमाल सामाजिक संबंध बनाने के लिए करते हैं।

इसके साथ ही हंसते समय हम बड़ी अजीब आवाजें भी निकालते हैं- घरघराहट से लेकर चीख जैसी और हांफने व खर्राटों जैसी आवाजें तथा प्रत्येक आवाज हमारी छाती में मौजूद मांसपेशियों द्वारा हवा को अत्यंत दबाव के साथ पिंजर से बाहर फैंकने को दर्शाती है।

प्रोफैसर सोफी स्कॉट बताती हैं कि कैसे हमारे शरीर हंसी की आवाज पैदा करते हैं। एम.आर.आई. टैस्ट दिखाते हैं कि जब कोई व्यक्ति हंसता है तो जीभ, जबड़े, तालु तथा होंठों में वास्तव में कोई क्रिया नहीं होती, सारी कार्रवाई छाती के पिंजर में होती है।

हंसी एक गैर-मौखिक भावनात्मक अभिव्यक्ति है और इसकी आवाजें हमारी भवनाओं के स्तर को अभिव्यक्त करती हैं। हम इन्हें (बोलने के विपरीत) बहुत साधारण तरीके से पैदा करते हैं और इनको दिमाग की एक 'पुरानी' विकासात्मक प्रणाली नियंत्रित करती है।

यही कारण है कि स्ट्रोक हमारी बोलने की क्षमता को छीन सकता है, लेकिन हंसने तथा रोने की नहीं। स्ट्रोक से दिमाग के उन हिस्सों को नुक्सान पहुंचता है, जो बोलना सक्षम बनाते हैं लेकिन पुरानी भावनात्मक प्रणाली अभी भी सुरक्षित रहती है।



संभवतः हंसी एक ऐसा संकेत है, जो हमें बताता है कि हम मजा कर रहे हैं, किसी को कोई चोट नहीं पहुंचेगी और यह सब एक खेल है।

एक सिद्धांत के मुताबिक कॉमेडी में ऐसा ही होता है- लोग एक चंचलतापूर्ण तरीके से आपस में संचार करते हैं और इसी कारण हम हंसते हैं।

संभवतः हर तरह की हंसी की जड़ें अभी भी सामाजिक संपर्कों में निहित हैं।



मेरे संग हंस लो

☺☺☺

बगीचे में सैर कर रहे बाबू से एक बाबा ने कहा, ''बेटा दस रुपए दे दो।''

बाबू ने दस रुपए निकाल कर दे दिए तो बाबा बोले, ''मैं खुश हुआ बेटा। मांगो क्या मांगते हो?''

''मेरे दस रुपए वापस कर दीजिए।'' बाबू ने कहा।

☺☺☺

डाक्टर रोगी के कमरे में गया और कुछ देर बाद बाहर आकर कैंची मांगी। पांच मिनट बाद फिर बाहर आया और पेचकस लेकर अंदर चला गया। थोड़ी देर बाद फिर लौटा और इस बार हथौड़ा लेकर जैसे ही अंदर जाने को मुड़ा तो रोगी के घर वालों ने पूछा, ''डाक्टर साहब आखिर उसे बीमारी क्या है?''

''पता नहीं। अभी तो मैं अपना बैग ही नहीं खोल पाया हूं।'' डाक्टर ने उत्तर दिया।



☺☺☺

आंटी ने मधु से कहा, ''बेटी, तुम मेजपोश से चम्मच क्यों पोंछ रही हो? क्या तुम्हारे घर में सब ऐसा ही करते हैं?''

मधु, ''नहीं आंटी, दरअसल हमारे घर के चम्मच आपके घर की तरह गंदे नहीं होते।''

☺☺☺

नेता जी के पास जा कर गंगाराम नौकरी के लिए गिड़गिड़ाने लगा। नेता जी बोले, ''नौकरी तो मैं तुम्हारी अभी लगवा दूं लेकिन तुम कर नहीं पाओगे।''

गंगाराम, ''नेता जी आप मुझे किसी भी काम पर लगवा दें मैं खुशी-खुशी कर लूंगा।''

नेता जी, ''तो फिर ठीक है। कल से सरकारी अनाज के गोदाम में जाकर चूहों की गिनती करना शुरू कर दो।''

☺☺☺

अध्यापक ने बच्चों से पूछा, ''जानवर और आदमी के बच्चों में क्या अंतर है?''

कमल, ''सर गधे का बच्चा गधा ही बनेगा, उल्लू का बच्चा उल्लू ही रहेगा, मुर्गे का बच्चा मुर्गा ही बनेगा लेकिन आदमी का बच्चा गधा, उल्लू और मुर्गा कुछ भी बन सकता है।''

☺☺☺

मनी ने अपनी मां से कहा, ''मां, सफाई करना अच्छी बात है न?''

मां, ''बहुत अच्छी बात है बेटे।''

मनी, ''तो ठीक है, मैंने फ्रिज में रखे सारे रसगुल्ले साफ कर दिए हैं।''

☺☺☺

भिखारी, ''बाबू जी, भगवान के नाम पर कुछ दीजिए।''

बाबू जी, ''तुम्हारे पास 10 रुपए तो होंगे?''

भिखारी, ''जी हैं।''

बाबू जी, ''ठीक है पहले उन्हें खर्च कर लो फिर मेरे पास मांगने आना।'' -कृष्ण सेठी, जालन्धर



नौका में स्कूल



उत्तर-पूर्वी बंगलादेश का हाऊर इलाका साल के 8 महीने बाढ़ के पानी से घिरा रहता है। ऐसे में सभी जरूरी काम ठप्प हो जाते हैं। इसके लिए लोग पहले ही जरूरी चीजें जुटा लेते हैं। इनमें सबसे ज्यादा नुक्सान होता है स्कूली बच्चों का।

लिहाजा सरकार और ब्राक, शिधुलाई स्वनिर्वार संस्था जैसे सामाजिक संगठनों ने मिल कर तय किया कि अगर बच्चे स्कूल नहीं जा पा रहे तो स्कूल उन तक पहुंचेंगे।

इसका जरिया बोट स्कूल को बनाया गया। नतीजा हुआ कि बंगलादेश के स्कूलों में बच्चों की संख्या बढ़कर 97 प्रतिशत हो गई है। यह तब हुआ है जब इलाके की 1 प्रतिशत से भी कम आबादी ने प्राथमिक शिक्षा पूरी की है। इस क्षेत्र में कोमिला, पबना, फरीदपुर, सुनामगंज, हाबीगंज, ढाका और सिलहट जिलों के ज्यादातर इलाके आते हैं।

'हाऊर' एक सिलहटी शब्द है जो संस्कृत शब्द 'सागर' या 'समुद्र' से लिया गया है। 2012 में एक स्कूल बोट से शुरू हुई यह पहल आज 500 से ज्यादा बोट स्कूल तक पहुंच गई है और 14000 से ज्यादा बच्चे इनमें पढ़ाई कर रहे हैं।

सबसे बड़ी उपलब्धि यह है कि 8 साल में 80 हजार से ज्यादा बच्चे इन स्कूलों में पढ़ाई पूरी कर चुके हैं और दूसरे शहरों के स्कूल-कालेजों में आगे की पढ़ाई कर रहे हैं। इनमें से एक तो राष्ट्रीय स्तर की परीक्षाएं पास कर और स्कॉलरशिप हासिल कर पढ़ाई कर रहे हैं जो बच्चे दिन के वक्त स्कूल नहीं जा पाते उन्हें रात में पढ़ाया जाता है।

इतना ही नहीं, यहां महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने के लिए सिलाई, कढ़ाई और अन्य उत्पाद बनाना भी सिखाया जाता है।

इन बोट पर रोशनी के लिए सौर ऊर्जा का इस्तेमाल किया जाता है।

तारे क्यों टिमटिमाते हैं



सभी को रात में टिमटिमाते तारे देखना बहुत अच्छा लगता है पर ये टिमटिमाते हुए ही क्यों नजर आते हैं। वास्तव में तारे एक समान प्रकाश के साथ चमकते हैं लेकिन इस प्रकाश को हमारी आखों तक पहुंचने के लिए वायुमंडल की परतों से होकर गुजरना पड़ता है और जब तारों का प्रकाश इन वायुमंडल की परतों से टकराता है तो प्रकाश अवरोध उत्पन्न होता है, इसी अवरोध के कारण हमें तारे टिमटिमाते से नजर आते हैं।

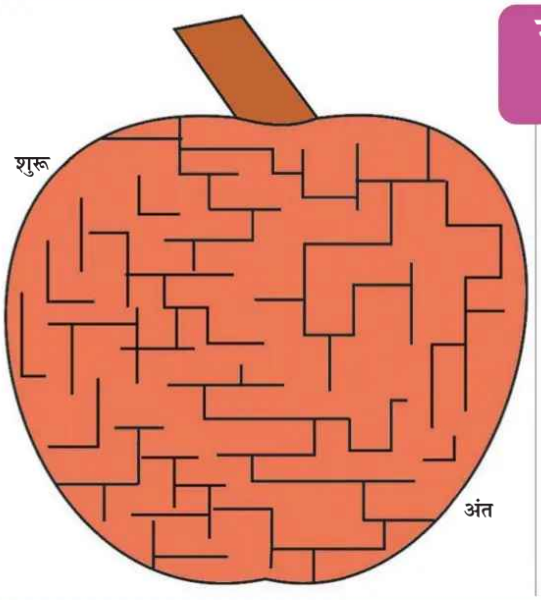
यूरोप की शान आल्प्स

मध्य यूरोप में स्थित पर्वतमाला को आल्प्स कहते हैं। इन पर्वतमालाओं का फैलाव फ्रांस से स्विट्जरलैंड तथा इटली से आस्ट्रिया तक है। माऊंट ब्लैंक इसकी सबसे ऊंची चोटी है। इसकी ऊंचाई 4810



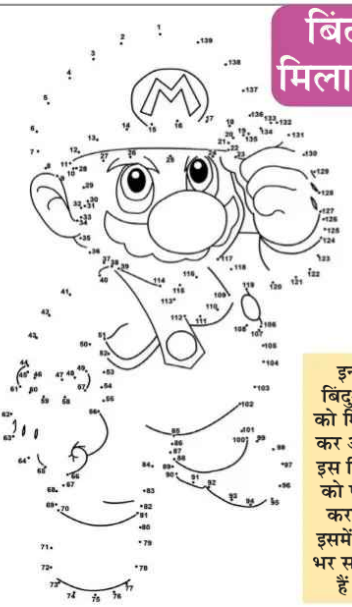
मीटर है। इसके पहाड़ों की ऊपर की चोटियां हमेशा हिम से ढंकी रहती हैं। यही स्कीइंग-प्रेमी पर्यटक दिखाई देते हैं। इसकी तलहटी में वन तथा चरागाह हैं। अधिकांश लोग नीचे घाटियों में ही रहते हैं। गांव, कस्बे तथा फैक्टरियां भी यही हैं।

रास्ता ढूंढो



क्या आप शुरू से लेकर अंत तक पहुंचने का रास्ता तलाश सकते हैं?

बिंदू मिलाओ



इन बिंदुओं को मिला कर आप इस चित्र को पूरा करके इसमें रंग भर सकते हैं।

बाल कविताएं



एक्वेरियम

कभी मुम्बई जाने का
अवसर आए,
तो वहां का एक्वेरियम जरूर
देख आना।
एक अनोखी तिलिस्मी
दुनिया होगी,
सब कुछ वहां होगा तुम्हारे
लिए अनजाना।
भांति-भांति की
रंग-बिरंगी मछलियां,
पानी के अंदर टहलती-खेलती
मिलेंगी।
छोटे से छोटे और बड़े
से बड़े कछुए,
तथा पानी के हर प्रकार के जीव
वहां होंगे।
उन्हें देख तुम्हें आश्चर्य और
खुशी होगी,
तुम्हारी मुम्बई की यात्रा
हर प्रकार से सफल होगी।
मुम्बई में यूं तो तुम्हें बहुत
कुछ देखने को मिलेगा,
पर यह एक्वेरियम तुम्हें
हमेशा याद रहेगा।



पार्क

तुम्हारे घर के आस-पास
कोई पार्क तो होगा,
तुम उसमें घूमने भी जाते ही होगे।
घनी बसी आबादी में ऐसे ही
कुछ पार्क,
लोगों को थोड़ी-बहुत साफ
हवा पहुंचाते हैं।
इन पार्कों में कुछ पेड़ कुछ
पौधे कुछ घास,
देखने को मिल जाती है ठंडक
पहुंचाती है।
धूल, धुएं, पैट्रोल और डीजल
की बास से,
थोड़ा-सा बचाव करती
राहत पहुंचाती है।
फूल, पत्ते, तितलियां, भंवरे
मन को भाते हैं
कुछ देर के लिए एक
अद्भुत एहसास कराते हैं।
पार्क में घूमो, खेलो, योग करो,
आनंद लो
किंतु पार्क को न गंदा करो न
हानि पहुंचाओ।

—ओमप्रकाश बजाज

एक और एक ग्यारह

एक बार की बात है कि बनगिरी के घने जंगल में एक हाथी ने भारी उत्पात मचा रखा था। वह अपनी ताकत के नशे में चूर होने के कारण किसी को कुछ नहीं समझता था।

बनगिरी में ही एक पेड़ पर एक चिड़िया व चिड़े का छोटा-सा सुखी संसार था। चिड़िया अंडों पर बैठी नन्हे-नन्हे प्यारे बच्चों के निकलने के सुनहरे सपने देखती रहती। एक दिन क्रूर हाथी गरजता, चिंघाड़ता, पेड़ों को तोड़ता-मरोड़ता उसी ओर आया। देखते ही देखते उसने चिड़िया के घोंसले वाला पेड़ भी तोड़ डाला। घोंसला नीचे आ गिरा। अंडे टूट गए और ऊपर से हाथी का पैर उस पर पड़ा।

चिड़िया और चिड़ा चीखने-चिल्लाने के सिवा और कुछ न कर सके। हाथी के जाने के बाद चिड़िया छाती पीट-पीटकर रोने लगी, तभी वहां कठफोड़वी आई। वह चिड़िया की अच्छी मित्र थी। कठफोड़वी ने उनके रोने का कारण पूछा तो चिड़िया ने अपनी सारी कहानी कह डाली।

कठफोड़वी बोली, ''इस प्रकार गम में डूबे रहने से कुछ नहीं होगा। उस हाथी को सबक सिखाने के लिए हमें कुछ करना होगा।''

चिड़िया ने निराशा दिखाते हुए कहा, ''हम छोटे-मोटे जीव उस बलशाली हाथी से कैसे टक्कर ले सकते हैं?''

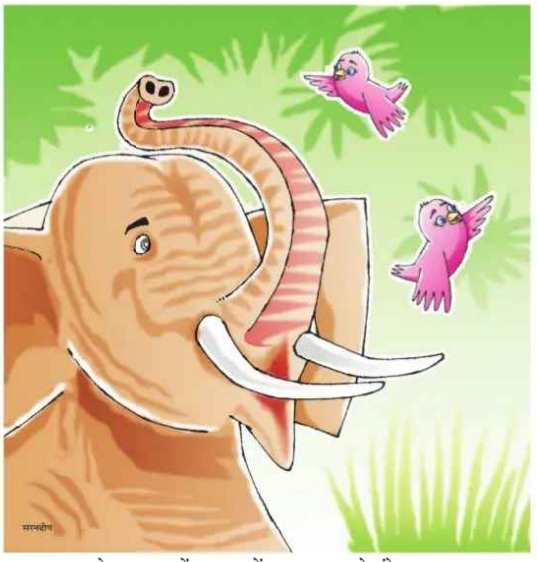
कठफोड़वी ने समझाया, ''एक और एक मिलकर ग्यारह बनते हैं। हम अपनी शक्तियां जोड़ेंगे।''

''कैसे?'' चिड़िया ने पूछा।

मेरा एक मित्र विआंख नामक भंवरा है। हमें उससे सलाह लेनी चाहिए। चिड़िया और कठफोड़वी भंवरे से मिलीं। भंवरा गुनगुनाया, ''यह तो बहुत बुरा हुआ। मेरा एक मेंढक मित्र है, आओ, उससे सहायता मांगें।''

अब तीनों उस सरोवर के किनारे पहुंचे जहां वह मेंढक रहता था। भंवरे ने सारी समस्या बताई। मेंढक भर्राए स्वर में बोला, ''आप लोग धैर्य से जरा यहीं मेरी प्रतीक्षा करें। मैं गहरे पानी में बैठकर सोचता हूं।''

मेरा एक मित्र विआंख नामक भंवरा है। हमें उससे सलाह लेनी चाहिए। चिड़िया और कठफोड़वी भंवरे से मिलीं। भंवरा गुनगुनाया, ''यह तो बहुत बुरा हुआ। मेरा एक मेंढक मित्र है, आओ, उससे सहायता मांगें।''



ऐसा कहकर मेंढक जल में कूद गया। आधे घंटे बाद वह पानी से बाहर आया तो उसकी आंखें चमक रही थीं। वह बोला, ''दोस्तों! उस हत्यारे हाथी को नष्ट करने की मेरे दिमाग में एक बड़ी अच्छी योजना आई है। उसमें सभी का योगदान होगा।''

मेंढक ने जैसे ही अपनी योजना बताई, सब खुशी से उछल पड़े। योजना सचमुच अद्भुत थी। मेंढक ने दोबारा बारी-बारी सबको अपना-अपना रोल समझाया।''

कुछ ही दूर वह उत्पाती हाथी तोड़-फोड़ मचाकर, पेट भरकर कोंपलों वाली शाखाएं खाकर मस्ती में खड़ा झूम रहा था। पहला काम भंवरे का था। वह हाथी के कानों के पास जाकर मधुर राग गुंजाने लगा। राग सुनकर हाथी मस्त होकर आंखें बंद करके झूमने लगा।

तभी कठफोड़वी ने अपना काम कर दिखाया। वह आई और अपनी सुई जैसी नुकीली चोंच से उसने तेजी से हाथी की दोनों आंखें बींध डालीं। हाथी की आंखें फूट गईं। वह तड़पता हुआ अंधा होकर इधर-उधर भागने लगा।

जैसे-जैसे समय बीतता जा रहा था, हाथी का क्रोध बढ़ता जा रहा था। आंखों से नजर न आने के कारण ठोकरों और टक्करों से शरीर जख्मी होता जा रहा था। जख्म उसे और चिल्लाने पर मजबूर कर रहे थे।

एक तो आंखों में जलन और ऊपर से चिल्लाते-चिंघाड़ते हाथी का गला सूख गया। उसे तेज प्यास लगने लगी। अब उसे एक ही चीज की तलाश थी, पानी।

मेंढक ने अपने बहुत से बंधु-बांधवों को इकट्ठा किया और उन्हें ले जाकर दूर बहुत बड़े गड्ढे के किनारे बैठकर टर्राने के लिए कहा। सारे मेंढक टर्राने लगे।

मेंढकों की टर्राहट सुनकर हाथी के कान खड़े हो गए। वह यह जानता था कि मेंढक जल स्त्रोत के निकट ही वास करते हैं। वह उसी दिशा में चल पड़ा।

टर्राहट और तेज होती जा रही थी। प्यासा हाथी और तेज भागने लगा।

जैसे ही हाथी गड्ढे के निकट पहुंचा, मेंढकों ने पूरा जोर लगाकर टर्राना शुरू किया। हाथी आगे बढ़ा और विशाल पत्थर की तरह गड्ढे में गिर पड़ा जहां उसके प्राण पखेरु उड़ते देर न लगी। इस प्रकार उस अहंकार में डूबे हाथी का अंत हुआ।

पंचतंत्र की कहानी



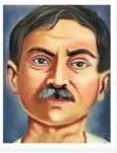
क्या आप जानते हैं

सोने के बारे में इनमें से कौन की बात सही नहीं है?



1. सोना ही एकमात्र धातु है जिसका कुदरती रंग पीला होता है।
2. सोना इतना लचीला होता है कि एक आऊंस सोने (28 ग्राम) से 8 किलोमीटर लम्बा सोने का धागा बनाया जा सकता है।
3. सोने को खाने में भी उपयोग किया जा सकता है?
4. धरती पर पाया जाने वाला अधिकतर सोना धरती के भीतर ही बना है।

उत्तर: 4 (धरती पर पाया जाने वाला अधिकतर सोना उन धूमकेतुओं से आया है जो हजारों-लाखों वर्षों के दौरान धरती पर गिरे)।

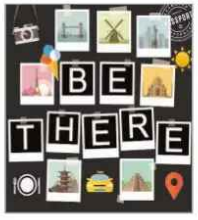


बुद्धि परीक्षण

प्रेमचंद

1. 'गोदान' उपन्यास के रचियता कौन हैं?
2. 'भोरतल' किस राज्य का लोक नृत्य है?
3. 'राग हिंडोली' किस ऋतु में गाया जाता है ?
4. बास्केटबॉल के खेल में एक टीम में खिलाड़ियों की संख्या कितनी होती है?
5. विश्व का सबसे बड़ा स्तनपायी जीव कौन-सा है?
6. बबलगम में रबड़ होती है। सही या गलत?
7. अम्मान किस देश की राजधानी है?
8. एक और को झुके विश्व प्रसिद्ध टावर पीसा की मीनार का निर्माण पूरा होने में कितने वर्ष लगे थे?
9. विश्व में सबसे अधिक लोकप्रिय खेल कौन-सा है?
10. पाब्लो पिकासो किस कला के क्षेत्र में विख्यात हुए?

उत्तर:
1. मुंशी प्रेमचंद, 2. असम, 3. वसंत ऋतु, 4. 5, 5. ब्ल्यू व्हेल, 6. सही, 7. जोर्डन, 8. 199 वर्ष (सन् 1173 में नींव रखी गई और निर्माण कार्य सन् 1372 में पूरा हुआ), 9. फुटबॉल, 10. चित्रकारी।





क्रिकेट ज्ञान

क्या आप जानते हैं कि एक ओवर में सर्वाधिक कितने रन बनाने का रिकॉर्ड है। आमतौर पर एक ओवर में 6 छक्के भी लगें तो अधिकतम 36 रन बनने ही सम्भव हैं परंतु 1990 को फर्स्ट क्लास मैच के दौरान बर्ट वैंस ने एक ही ओवर में 77 रन दिए थे।


बर्ट वैंस

न्यूजीलैंड में वेलिंग्टन तथा कैंटरबरी की टीमों के बीच हो रहे मैच में कप्तान ने बल्लेबाज बर्ट को गेंदबाजी सौंपी थीं। दरअसल, उन्होंने इतने रन जानबूझ कर दिए ताकि रन बटोरने की जल्दी में विरोधी टीम के बल्लेबाल आऊट किए जा सकें।

रेडियम की खोज



महान वैज्ञानिक 23
मैरी क्यूरी (1867-1934)

दो बार नोबेल पुरस्कार जीतने वाली अब तक की एकमात्र महिला हैं मैरी क्यूरी। उन्हें 1903 में भौतिकी और 1911 में कैमिस्ट्री के क्षेत्र में यह सम्मान मिला था। 1901 से लेकर 2018 तक 52 बार महिलाओं को नोबेल पुरस्कार मिल चुका है। हालांकि, केवल मैरी क्यूरी को ही दो बार इस पुरस्कार से सम्मानित किया गया। वह उन शख्सियतों में से एक थीं जिनके लिए कुछ भी असंभव नहीं था। मैडम क्यूरी समस्त विश्व के लिए एक आर्दश उदाहरण हैं।

कड़ी मेहनत तथा लगन से पाई कामयाबी

उनके बचपन का नाम मानिया स्कलोडोव्स्का था। वह पढ़ाई में बहुत कुशाग्र बुद्धि की थीं। स्कूल का अध्ययन समाप्त करने पर अपनी योग्यता पर उन्हें स्वर्णपदक से सम्मानित किया गया। परिवार की खराब आर्थिक स्थिति ने आगे की शिक्षा में बाधा खड़ी कर दी।



हालांकि, कठिनाइयों के बीच उन्होंने आगे पढ़ने का निर्णय लिया। भविष्य उज्ज्वल बनाने के लिए मानिया ने अपने नाम को फ्रैंच भाषा के अनुसार बदलते हुए मैरी नाम से सोर्बोन विश्वविद्यालय के विज्ञान विभाग में प्रवेश ले लिया। भविष्य में इसी नाम से वह दुनिया भर में जानी-पहचानी गईं। मैरी ने 4 साल तक लगन एवं निष्ठापूर्वक पढ़ाई पूरी की। इस दौरान उन्होंने गणित, रसायन, भौतिकी, कविता, संगीत एवं गृह विज्ञान विषयों का गहन अध्ययन किया।

जब वह 27 वर्ष की थीं तो उनकी मुलाकात पियरे क्यूरी से हुई। पियरे क्यूरी बहुत ही कुशाग्र मेधावी छात्र थे। पियरे की गणना तब विज्ञान के अग्रगणियों में होती थी। मैरी पियरे से काफी प्रभावित हुईं। पियरे ने भी मेरी की असाधारण योग्यता और प्रतिभा को पहचान लिया था। 1895 में अंततः दोनों ने विवाह कर लिया। अब वह अपने पति के साथ ही एक मेज पर आमने-सामने बैठकर साथ-साथ काम करने लगी।

उन्होंने और उनके पति पियरे ने संयुक्त रूप से मिलकर रेडियोएक्टिविटी की अद्भुत खोज की। इस खोज के लिए मैरी और पियरे को 1903 में नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

1906 में मैरी को झटका तब लगा जब उनके पति की एक्सीडैंट में मृत्यु हो गई। पति के जाने के बाद दोनों बच्चों की जिम्मेदारी मैरी पर थी।

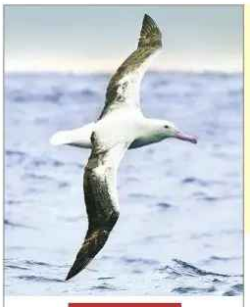
उन्होंने अपने बच्चों को अच्छी शिक्षा दी और यही कारण है कि उनकी बेटी आइरिन को रसायन विज्ञान में 1935 में नोबेल मिला था।

पैरिस यूनिवर्सिटी में पहली महिला प्रोफैसर बनीं मैरी क्यूरी को दूसरा नोबेल पुरस्कार 1911 में कैमिस्ट्री में रेडियम के शुद्धिकरण और पोलोनियम की खोज के लिए मिला था। अपनी ही खोज रेडिएशन के सम्पर्क में आने के चलते मैरी अपलास्टिक एनीमिया की शिकार हो गई थीं जिसके चलते 4 जुलाई, 1934 को उनकी मौत हो गई थी।

प्रारम्भिक जीवन

मेरी क्यूरी का जन्म 7 नवम्बर, 1867 में पोलैंड के वारसा शहर में हुआ था। वह पांच भाई-बहनों में सबसे छोटी थीं। पिता वारसा में हाईस्कूल में गणित व भौतिकशास्त्र के अध्यापक थे तथा माता महिला विद्यालय की प्रिंसिपल थीं। मानिया महज 10 वर्ष की थीं तब उनकी माता का टायफॉयड से आकस्मिक निधन हो गया।

उन दिनों पोलैंड पर रूस का राज था। अपने आधिपत्य वाली सरकार के खिलाफ मानिया के पिता ने स्वाधीनता के लिए खुलकर समर्थन किया। परिणामस्वरूप पिता को अपनी नौकरी से हाथ धोना पड़ा। परिवार आर्थिक कठिनाइयों से घिर गया। पिता ने अपना स्वयं का स्कूल खोल लिया। परिवार की जीविका किसी तरह चलने लगी।



एल्बेट्रॉस

समुद्र के ऊपर पंखों को हिलाए-डुलाए बिना घंटों उड़ते हुए झिल्लीदार पंजों वाले पक्षी यानी एल्बेट्रॉस को देखा जा सकता है। ये विशालकाय एल्बेट्रॉस सम्पूर्ण अंटार्कटिक (दक्षिणी ध्रुव) का चक्कर काटते हुए उड़ते हैं तथा समुद्र के एकाकी द्वीपों में अपने घोंसले बनाते हैं। डैनों के एक छोर से दूसरे छोर तक एक बड़ा ऐल्बेट्रॉस 3 मीटर का हो सकता है।

शैवाल

पानी अथवा नम स्थानों पर उगने वाली वनस्पतियों को शैवाल कहते हैं। कुछ शैवाल अचल होते हैं तथा कुछ चल। इनमें से कुछ बहुत छोटे और कुछ कई मीटर लम्बे होते हैं। समुद्र तल में उससे जुड़े बड़े-बड़े शैवालों को समुद्री वनस्पति या समुद्री शैवाल कहते हैं। छोटे शैवाल छोटी-छोटी झींगा मछलियों तथा विशालकाय व्हेल मछलियों के पोषण के लिए महत्वपूर्ण है।



एल्सेशियन

एल्सेशियन मूलतः जर्मनी से आई कुत्तों की एक नस्ल है। शुरू में इन कुत्तों को भेड़ों की रखवाली के लिए काम में लाया जाता था। ये भेड़ों के बड़े-बड़े ढोरों की भेड़ियों से रक्षा करते थे। अब प्रायः इनका इस्तेमाल पुलिस अथवा अंधे लोगों की मदद के लिए ही किया जाता है।



एलर्जी क्यों होती है

कभी-कभी बच्चों को 'परागज ज्वर' हो जाता है। जब वे कुछ विशेष पौधों के पराग-कण सूंघ लेते हैं, तो उनकी नाक-आंख बहने लगती है। यही परागज ज्वर है तथा एक प्रकार की एलर्जी भी। किसी चीज से एलर्जी होने का अर्थ है, उस चीज के प्रति अति संवेदनशील होना। कुछ लोगों को खास किस्म का भोजन लेने से खुजली होने लगती है, छींक आने लगती है, शरीर पर दाने निकल आते हैं या बुखार हो जाता है। धूल से या पशु-फर या रासायनिक पदार्थों से भी एलर्जी हो सकती है।

