











# खाते वक्त बंद कर दें अपना फोन, वरना शरीर में आ सकती हैं कई खतरनाक बीमारियां



हर पल साथ रहने वाला फोन ही नहीं बीमार बना रहा है, इसके वजह से कई तरह की समस्याएं हो रही हैं, इनका ही नहीं पर्यटन में भी एक खतरनाक बीमारी फैल रही है, एक्सपर्ट्स के मुताबिक, आजकल हम अपने गैजेट्स हर जगह लेकर जाते हैं, यहाँ तक कि बाथरूम में भी इसे नहीं छोड़ते हैं, जिसकी वजह से गैजेट्स पर कई बैक्टीरिया पाए गए हैं, जिससे बीमारियां फैल सकती हैं।

फोन से हमेशा हीट निकलती है, ऐसे में यह बैक्टीरिया के लिए सबसे सुरुजित जगह होती है, स्किन पर बैक्टीरिया के अलावा आयरन, कॉपर और ओटोजीओ भी जम जाते हैं, जिससे स्किन पर, फूड पॉइजनिंग, सांस की बीमारी और फिकस इन्फेक्शन का खतरा हो सकता है।

इन्फेक्शन, टॉक्सिक शॉक सिंड्रोम, ब्लड लॉस में निर्माण या अन्य अंगों में इन्फेक्शन और हस्त की वजह बन सकते हैं, ऐसे लोग जिनकी इम्यूनिटी कमजोर है, उन्हें सबसे ज्यादा नुकसान पहुँचता है, कई-कई घंटों तक इंटरफोन या इंटरपीड पहने रहने से कान का तापमान और नमी बढ़ जाती है, जिससे संक्रमण का रिस्क रहता है।

फूड इन्फेक्शन होने का डर स्मार्टफोन की सतह पर स्टैफिलोकोकस ऑरियस नाम का जीवाणु मिलता है, इसे स्टैफ भी कहा जाता है, जो फिकस इन्फेक्शन को बढ़ा सकता है।

इस बैक्टीरिया के संर्भों में आने से फूड पॉइजनिंग का खतरा भी रहता है, इसलिए खाने के समय गैजेट्स का इस्तेमाल बिल्कुल भी न करें, क्योंकि गैजेट्स के जरिए बैक्टीरिया हाथ, चेहरे और मुँह तक आसानी से पहुँच सकता है।

चेहरे और सूटीआईई के लिए जोखिम भरा फोन या गैजेट्स पर एक्सपोजिचर कोर्टाईड या ई-कोर्टाईड नाम के बैक्टीरिया भी पाए जाते हैं, जो भीभी संक्रमण पैदा कर सकते हैं, इसकी वजह से गंधीर दस्त, यूरिनरी ट्रेट इन्फेक्शन और किडनी की बीमारी हो सकती है, स्ट्रेप्टोकोकस पायोजेनस बैक्टीरिया गले और फिकस इन्फेक्शन को बढ़ा सकता है।

ये फोन की सतहों पर लंबे समय तक बिना रहते हैं, इससे उनके फैलने का खतरा भी ज्यादा होता है, फोन पर स्ट्रेप्टोमोस एरिथ्रोगेनस बैक्टीरिया भी पाया जाता है, जो सांस में इन्फेक्शन, यूरिनरी ट्रेट इन्फेक्शन और ब्लड इन्फेक्शन का कारण बन सकता है।

फोन को लेकर क्या सावधानी बरतें एक रिसेच के मुताबिक, 26 मोबाइल फोन पर 11,163 माइक्रो जीव पाए गए हैं, जो खतरनाक तरह की बीमारियों का कारण बन सकते हैं, इससे बचने के लिए कुछ सावधानियाँ बरतनी चाहिए, फेब्रिल को स्क्रीन और बॉक्स कवर को माइक्रोफाइबर कपड़े या अलकोहल स्वाइप से रोजाना सही तरह से साफ करें।

बाथरूम या नदी जहाँ भी फोन का इस्तेमाल न करें, स्मार्ट की साफ-सफाई का प्रयास दें, मोबाइल इस्तेमाल करने के बाद फोन, नाक, आँख या हाथ होने वाले बचें, अपना फोन किसी से साथ शेयर न करें, इंटरफोन का यूज 1 घंटे से ज्यादा समय तक लगातार न करें।

# टीनएजर्स पर कितनी रोक-टोक लगाना सही, जानें उन्हें कैसे दिया जाए स्पेस?



बच्चा जब टीनएज में पहुँच जाता है तो वह अक्सर अपनी प्राइवसी और स्पेस को लेकर नाराज़गी जताने लगता है, अगर आप भी टीनएजर्स के पेरेंट्स हैं तो आपने भी तयाम ऐसी सिचुएशंस का सामना किया होगा, जिसमें बच्चा अपने कमरे को बंद करके रहने लगे, ऐसे में पेरेंट्स को बच्चे को स्पेस देना चाहिए, बच्चे को स्पेस देना चाहिए, बच्चों को एक वक पर हर समय उनको जबरन होती थी, ये अब अजादी जैसी बातें क्यों करने लगे हैं? आइए आपको कुछ ऐसे तरीके बताते हैं, जिससे आप समझ पाएंगे कि टीनएज में पहुँच चुके बच्चों को कैसे समझा जाए, प्राइवसी को जबरन को समझना जरूरी

बच्चों को भलाई के लिए सभी पेरेंट्स सोचते हैं, जो कि एक नॉर्मल प्रक्रिया है, हालाँकि, उन्हें कभी इस बात से भी इनकार नहीं करना चाहिए कि प्राइवसी का अधिकार हर किसी के लिए है, जब बच्चा टीनएज में पहुँच जाता है तो उसके पास अपने दोस्तों से बातचीत करने के लिए तयाम टॉपिक हो सकते हैं, इनमें न्यू क्लब पर चर्चा से लेकर करियर गोल्स तक शामिल हो सकते हैं, ऐसे में पेरेंट्स को यह समझना जरूरी है कि अब बच्चे अपनी हर बात आपसे शेयर नहीं कर सकते हैं, ऐसे में उनको पहचान का सम्मान करना जरूरी हो जाता है, अगर हम उनकी बातों को सम्मान करेंगे तो वे खुद ही अपने सीक्रेट्स पेरेंट्स को बताने के लिए तैयार होंगे, बच्चों को जबरन के हिस्साम से कई बच्चों की प्राइवसी जरूरी है, लेकिन इसका यह मतलब नहीं

होता कि उन्हें आपको जबरन नहीं है, हर बच्चा अलग हो सकते हैं और अलग तरीके से काम करता है, अगर पेरेंट्स उन पर ध्यान नहीं देते हैं तो बच्चा अक्सर पछुल लेता है कि मैंने तो आपको बताया था, क्या आपने मेरे बच्चे को अज्ञानता में रहने की परवाह नहीं की, पेरेंट्स को हमेशा इस तरह की सिचुएशंस से बचना चाहिए, बच्चों में आ रहे बदलाव को समझें

डिजिटल युग के दौरान बच्चों में भी कन्ट्रोल बदलना भी आ रहा है, जैसे वे देर रात में बाहर जा सकते हैं।

जाने के लिए बड़ों से परामर्श लेना परसर्न नहीं करते हैं, फते हो यह आपके परिवार में कामन न हो, ऐसे में आपको बच्चों के साथ बेटेस बनाने की जरूरत होती है, जिससे आपके बच्चे अकॉन्ट्रोलबल मरुसु न करे, क्या आपने मेरे बच्चे को अज्ञानता में रहने की परवाह नहीं की, पेरेंट्स को हमेशा इस तरह की सिचुएशंस से बचना चाहिए, बच्चों में आ रहे बदलाव को समझें डिजिटल युग के दौरान बच्चों में भी कन्ट्रोल बदलना भी आ रहा है, जैसे वे देर रात में बाहर जा सकते हैं।

# कंगना रनौत की इमरजेंसी की नए रिलीज डेट आई सामने, 6 सितंबर को बड़े पर्दे पर दस्तक देगी फिल्म



एक्ट्रेस कंगना रनौत की अपकॉमिंग पॉलिटीकल ड्रामा फिल्म इमरजेंसी की लेकर नया अपडेट सामने आया है। लोकप्रियता जमाने वाले के बाद एक्ट्रेस कंगना रनौत अब अपने फिल्मी करियर पर भी धोकाकर कर रही हैं। उनकी अपकॉमिंग पॉलिटीकल ड्रामा फिल्म इमरजेंसी को लेकर नया अपडेट सामने आया है। कई बार रिलीज डेट टलने के बाद अब यह फिल्म 6 सितंबर को रिलीज होने वाली है। एक्ट्रेस ने ऑफिशियल इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक पोस्टर शेयर कर रिलीज डेट की घोषणा की। इस बारे में बात करते हुए, कंगना ने कहा, मैं विलियम शेक्सपियर के मैकबेथ से प्रेरित हूँ। इमरजेंसी भारतीय लोकतंत्र का सबसे ससम्पन्न खेज पेक्टर है, और मैं 6 सितंबर, 2024 को दुनिया भर



में इसकी रिलीज का बेसरी से इंतजार कर रही हूँ। पोस्टर शेयर करते हुए कंगना ने कैप्शन में लिखा, आजकल भारत के सबसे लोकप्रिय के 50वाँ साल को पूरुषावा, इमरजेंसी 6 सितंबर 2024 को निर्माणपर में दस्तक देगा। भारतीय लोकतंत्र के इतिहास के सबसे कंट्रोवर्शियल एपिसोड को विस्मोदक गया। फिल्म में कंगना रनौत भारत की पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी का रोल निभाती हुई दिखाई देंगी। बता दें कि देश में आंतरिक और बाहरी खतरों के चलते 25 जून 1975 को भारत में 21 महीने के लिए इमरजेंसी लागू की गई थी। कंगना के अलावा, फिल्म में अनुपम खेर, मिलिंद सोमन, श्रेयस तलपड़े, महिमा चौधरी और दिवंगत सतीश कोशिक जैसे कलाकार नजर आएंगे।

जो स्टूडियो और माफिकर्णिका फिल्मस द्वारा निर्मित, फिल्म का प्रोजेक्ट लॉन्च करतारा ने शैलप फिल्म है, जहाँ कंगना और सपनालि रिजल बाने ने लिखे हैं। गौरवलेह है कि इमरजेंसी की रिलीज डेट दो बार टल चुकी है। पहले यह 24 नवंबर 2023 में रिलीज होनी थी, लेकिन किसी वजह से यह थिएटर में नहीं जा पाई। बाद में फिल्म को रिलीज डेट 7 महीने आगे बढ़ा दी गई और कहा गया कि इसे 14 जून 2024 को रिलीज किया जाएगा, लेकिन कंगना रनौत ने लोकप्रियता के चलते इसे भी पोस्टपोन कर दिया। ऐसे में फैंस इस फिल्म का बेसरी से इंतजार कर रहे हैं। अब यह फिल्म को नई रिलीज डेट को ऐलान किया गया है, तो लोगों में खुशी है।

# सोनाक्षी सिन्हा की फिल्म ककुड़ा की रिलीज तारीख से उठा पर्दा, पहला पोस्टर भी आया सामने

प्रभास व महेश बाबू के साथ काम करना चाहती हैं राशि खन्ना

साम्ब और हिंदी सिनेमा की फेमस एक्ट्रेस राशि खन्ना अपनी सुपरहिट फिल्मों के लिए जानी जाती हैं। उन्होंने अपने करियर की शुरुआत जिन अनामस की फिल्म मद्रास कैफे से की थी, जो 2013 में रिलीज हुई। फिल्म में उनके काम को काफी पसंद किया गया। उन्हें इंडस्ट्री में आए एक दमक नुरा हो चुका है। एक्ट्रेस ने अपने टॉलीवुड रिज लिस्ट के बारे में बात की। उनकी रिज लिस्ट में प्रभास और महेश बाबू जैसे स्टार्स के नाम शामिल हैं, जिनके साथ वह काम करना चाहती हैं। राशि ने कहा, मैं महेश बाबू के साथ काम करना चाहती हूँ, मैंने यह कई बार कहा है। वृद्धे लगता है कि हमारी जोड़ी ऑन स्क्रीन काफी अच्छी होगी। एक्ट्रेस ने कहा कि वह प्रभास के साथ भी काम करना परसर्न करेगी। उन्होंने कहा, वह बहुत बढ़िया काम कर रहे हैं। मुझे कालि 2098 एड्री का ट्रेजर बहुत पसंद आया। मैं इसका बेसरी से इंतजार कर रही हूँ। फिलहाल, राशि के पास कई फिल्में हैं, इनमें द सावंपती रिपोर्ट और तलाशों में एक शामिल हैं। दोनों फिल्मों में उनकी जोड़ी एक्ट्रेस रिक्वांट मैसी के साथ नजर आएंगी। इसके अलावा, उनकी एक तेजगु फिल्म तेजगु कड़ा भी पाइपलाइन में है। द सावंपती रिपोर्ट को बात करें, तो यह ड्रामा थ्रिलर फिल्म 2002 में सावंपती एक्सप्रेस पर हुई सच्ची घटनाओं से प्रेरित है। यह फिल्म 2 अगस्त को रिलीज होने वाली है। राशि को पिछले कुछ सूर सो द्वारा निर्देशित कॉमेडी हॉरर फिल्म अराममर्द 4 में देखा गया था। उन्होंने डेविडर माया का फिलर भी बनाया। इस फिल्म में प्रभास भाटिनर भी लीड रोल में थी। फिल्म में रामचंद्र गजु, संतोष प्रताप, कोर्टाईद सूरत, योगी बाबू, चोटोनी गोप्य और इस्वी गोपी भी हैं। इसका निर्देशन सूरत से किया। राशि ने 2014 में तेजगु फिल्म कल्लु गुप्तागुल्लाई से रोमांटिक ड्रामा में काम रखा। गीतबय अक्सराला द्वारा निर्देशित इस रोमांटिक ड्रामा में कंगना रनौत भी लीड रोल में थे। इसे एमडीटी रोटीड के फ्रेंच वें सारुलानो डे बॉयके से संपातित किया गया है। उनको एक्टिंग को लोगों ने काफी पसंद किया।

हिंदी सिनेमा में हॉर कॉमेडी मूवीज को काफी पसंद किया जा रहा है। हाल ही में रिलीज हुई मूल्या बाँस ऑफिस पर अनील कर्माई से हर रोज धमाका मचा रही है। इसी शैली में अब सुपरनेचुरल कॉमेडी ककुड़ा की चर्चाएं हो रही हैं। मेकर्स ने फिल्म का फर्स्ट लुक जारी किया है, साथ ही रिलीज डेट से भी पर्दा उठया है। फिल्म में सोनाक्षी सिन्हा, रितेश देशमुख और साहबज सलीम लीड रोल में हैं। सोशल मीडिया पर मेकर्स ने एक ड्रावना पोस्टर शेयर किया। इस पोस्टर में रितेश बीच में खड़े हैं और उनके हाथ में एक डिवाइस है। उनके बाएँ हाथ पर टैग है और आँखों में काजल लगा हुआ है। उनके पैरों में सोनाक्षी हैं, जो इतनी-सहमी नजर आ रही हैं। उन्होंने टॉप पकड़ी हुई हैं। रितेश के दूसरी तरफ साहबज हैं, जो गुंडे की तरह दिख रहे हैं और टॉप पकड़े हुए हैं। तीनों के पीछे ड्रावनी परछाई है, जो उन्हें कतरे से रोक रही है। मेकर्स ने पोस्ट को शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, पुरवों के हिल में जाते। ककुड़ा आ रहा है।



12 जुलाई को घर पर रहे और डेक 7:15 बजे दरवाजा खुला रहना ना भूलें। अब मई खरों में है। ककुड़ा की कहानी उर प्रदेश के मधुगु जिन के शापित रालीधे गाँव के ईद-गिर्द घुमती है। यहाँ हर घर में दो दरवाजे होते हैं, एक सामान्य आकार का और दूसरा उससे छोटा। फिल्म में अजीबोगरीब अनुभवा होते हैं, जिसके तहत हर मंगलवार को रात 7:15 बजे हर किसी को अपने घर के छोटे दरवाजे को खुला रहना होता है, जो ऐसा नहीं करता, उस पर ककुड़ा अपना प्रकोप बरसाता है। यह घर के मुखिया को पत्थरक सजा देता है। ककुड़ कौन है और यह गाँव के पुरवों को क्या क्यों दिना है, गाँव वालों को अधिभार से कैसे मुक्ति मिलेगी?, यह सब फिल्म रिलीज होने पर बात चलेगा। फिल्म रीलेटे खड़े कर देने वाले पर्तों के साथ-साथ हॉनी-माजक से परधर भी है। इसमें आतिश खान भी हैं। आदिपु सपोतदार द्वारा निर्देशित और रीलेटे स्क्रिप्टाला द्वारा निर्मित यह फिल्म 12 जुलाई को जी5 पर रिलीज होगी।

कार्तिक अर्ध की चंद्र चैप्टियन की कर्माई में मामूली बढत

कबीर खान के निर्देशन में बनी फिल्म चंद्र चैप्टियन में कार्तिक अर्ध की उन्मा अदकारी की चारों ओर खुब तारीफ हो रही है। हालाँकि, बाँस ऑफिस पर फिल्म को कर्माई के आंकड़े निराशाजनक हैं। 14 जून को रिलीज हुई यह फिल्म टिकट सिड्डीकी पर उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर सकी। पिछले कुछ दिनों से चंद्र चैप्टियन को कर्माई में उता-चढाव देखने को मिल रही है, लेकिन 12वें दिन फिल्म के कारोबार में मामूली उछाल आया है। बाँस ऑफिस ट्रेकर सैकानलक के मुताबिक, जहाँ चंद्र चैप्टियन ने 11वें दिन 1.75 करोड़ रुपये का कारोबार किया, वहीं अपनी रिलीज के 12वें दिन यह फिल्म 2 करोड़ रुपये कर्माई में सकल रही। इसी के साथ अब इसका कुल बाँस ऑफिस कलेक्शन 5.3 करोड़ रुपये हो गया है। फिल्म में रितेश खान और सपनालि रावत ने भी अहम भूमिका निभाई है।

# शब्द सागरथर्य - 101

- 1. बोधधर, लीलेधर (अर्द्ध), 5. सुप्रसू, लयाक सुप्र, 7. साकल्यर, बलसालनी 9. खुलवाय, सुप्रिभ, सुप्रिभ 10. अलका, ज्यय, बेकजय 12. मर्ग लेख, आदि के साक्षर वस्तु 13. सुप्रसू, सुप्रसू 13. यावत 15. गुण, जो सर गया सो 16. उदित कद का, बामन, भीना 16. साँप का फिर, गुण, कला, कालिदा 20. निरुकर, जेमिसाल 23. गौर पर दानों जाला 24. माला, 25. साँप, 25. साँप, 26. अरुण, अरुणोत्तर, आना, बलमन आदि का बाहर करपायरी। 27. चिदिचय, खग रतपयरी। उभर से नीचे 1. यानी ये दुबा हुआ, जल फालित 2. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर, पर, औपधालय 7. उदरके 8. मुँह से आभाय के साथ हवा बाहर आना 14. पुरा, इतपद 15. क्ती, यानी, अजला 17. एक और एक चिदिचय 19. आदरकार 21. सुप्रिभ, संसार, उज 22. यर्ष की कर, जालुओं 23. पोस्टकार, जेब कालेन चाला 3. मं एकर खुलु जिसमें मोहम सुलताना समाधान, खेत जोतने का चर्च 4. औपधालय 6. युक्ति, उभारय 6. गौर



