ISSN 2349-6614

जून 2024

मूल्य 50 रु

प्रत्यूष

हिन्दी मासिक पत्रिका

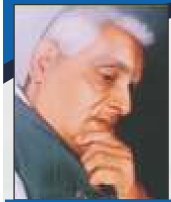
श्रीलंका में निर्मित भव्य
सीता अम्मन मंदिर

Janardan Rai Nagar Rajasthan Vidyapeeth (Deemed To Be University)
जनार्दन राय नागर राजस्थान विद्यापीठ (डीम्ड टू बी विश्वविद्यालय)

1937
सरस्वती देवयन्तो हवन्ते

Pratap Nagar, Udaipur – 313001 (Raj.) Ph. & Fax : 0294-2492440, Email: admissions@jrnrvu.edu.in

समस्त पाठ्यक्रम विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (UGC) से मान्यता प्राप्त



ADMISSIONS OPEN - 2024-25

Manikyalal Verma Shramjeevi College

Faculty of Social Sciences and Humanities : Mob. : 9413263428, 9414353154

B.A. : English, Hindi, Sanskrit, History, Sociology, Geography, Economics, Political Science, Environmental Science, Jyotish
M.A. : English, Hindi, Sanskrit, History, Sociology, Geography, Economics, Political Science
Diploma Course : Diploma in Panchgavya, Diploma in Acupressure, P.G. Diploma in GIS & Remote Sensing, Bachelor of Journalism and Mass Communication **Certificate Course** : Spoken English, Proficiency in English and Communication Skills, Culture of Rajasthan, Research Methods and Data Analyst, Human Rights, Acupressure, Sanitation and Modern Society, Health Awareness

Faculty of Commerce : Mobile No. : 9460492196, 9460372183, 9461180053

B.Com., B.B.A., M.Com. (Accounting, Business Administration), Master of NGO Management, P.G. Diploma in Training & Development Certificate Course: Plastic Processing and Manufacturing Skills, Tally ERP-9.0, Goods and Service Tax (GST)

Faculty of Science : Ph. 7852803736, 9828072488

B.Sc. : Physics, Mathematics, Chemistry, Statistics, Computer Science, Botany, Zoology, Biotechnology, Environmental Science, Geology
M.Sc. Chemistry (Inorganic, Organic, Physical, Industrial)
M.Sc. : Mathematics, Physics, Botany, Zoology, Environmental Science, Statistics, Bioinformatics, Biotechnology

Faculty of Education - 9460693771

B.A.B.Ed. & B.Sc.B.Ed. (Four Year Integrated Course)

Jyotish and Vastu Sansthan - 9460030605

M.A. (ज्योतिर्विज्ञान), **Diploma and Certificate Courses in Astrology** (ज्योतिष), Vastu (वास्तु), Palmistry (हस्तरेखा), Worship System (पूजा पद्धति), Rituals (अनुष्ठान), Vedic Culture (वैदिक संस्कार संस्कृति).

महाराणा कुम्भा कला केंद्र - 6376147607

भूषण, प्रभाकर प्रथम, द्वितीय (शिक्षा विभाग बीकानेर द्वारा संचालित)
प्रमाणपत्र: तबला, ढोलक, बांसुरी, ड्रम, कांगो, गिटार, हारमोनियम, केसियो

Manikyalal Verma Shramjeevi Evening College
Mob. - 9414291078, 8209630249

B.A, BA (Additional), B.Lib MA (All Subjects), MA (Music)MA Education, M.Com, M.Sc (Chemistry/Botany /Zoology/Physics/Maths), MA/M.Sc (Psychology), M.Lib PG Diploma in Guidance counseling, PG Diploma in Mental Health Counselling, B.Ed in Special Education (ID), B.Ed Special Education (HI) D.Ed. Special Education (IDD) D.Ed. Special Education (HI), D.Ed. Special Education (VI), (BA/B.Com/B.Sc Integrated BEd special Education Eligibility 10+2), DCBR (Diploma in Community Based Rehabilitation), DISLI (Diploma in Indian sign language interpretation (subject to RCI approval), D.Lib, Diploma in Music

Department of Physical And Yoga Education
M.V. Shramjeevi Collage Campus, Ph.: 9352500445

PhD. Yoga, M.A.Yoga, P.G. Diploma In Yoga, PhD. Physical Education, M.A. Physical Education, Bachelor of Physical Education & Sports, (B.P.E.S), Diploma In Gym Instructor, Diploma in Sports Coaching (NIS) - 1 Year(Wrestling, Judo, Powerlifting, Yoga, Weight Lifting, Boxing, Wusu)

Department of Physical Education, Pratap Nagar Campus - 9829943205

Diploma in Sports Coaching (NIS) - 1 Year (Hockey, Football, Kabaddi, Volleyball, Basketball, Badminton), PG Diploma in Yoga, M.P.Ed.

Department of Law - 9414343363, 9887214600

B.A.LL.B. (5 Year Integrated Course), LL.B. (3 Year Degree Course), LL.M. (2 Years), Ph.D., PG Diploma (1 Year Course) in Labour Law (PGDLL). Cyber Law (PGDCL), Law & Forensic Science (PGDLFS). Accountancy & Taxation (PGDLTA) and Intellectual Property Laws (PGDIPL). LLM 2 years (Criminal and Business Law)
Diploma in Criminal Psychology

Department of Pharmacy - 9414869044

D. Pharma (Diploma in Pharmacy)

Faculty of Engineering - Rajasthan Vidyapeeth Technology College
Ph. : 0294-2490210, 9829009878, 9950304204

Diploma in Engineering- Civil Engineering, Electrical Engineering, Mechanical Engineering. Electronics & Communication Engineering, Computer Science. BCA (AICTE APPROVED)

Faculty of Computer Science and Information Technology
Ph. 2494227, 2494217, 9414737125

B.C.A. (AICTE APPROVED), M.C.A.(AICTE APPROVED), M.Sc.(CS), P.G.D.C.A., B.Voc in Software Development, DCA (Diploma in Computer Applications).

Department of Physiotherapy - Ph. : 0294-2656271, 9414234293

Bachelor of Physiotherapy (B.P.T.). Master of Physiotherapy (M.P.T.). Master of Hospital Management. Fellowship in Palliative Care and Oncology Rehabilitation, Fellowship in Neurological Rehabilitation, MBA in Health Care Management. Fellowship in Geriatric Care and Rehabilitation, Fellowship in Sports Rehabilitation, M.Sc. Osteopathy

Department of Nursing - Ph. 9460322351, 9828045854, 9928544749, 9887574613

B.Sc. Nursing
G.N.M. Nursing

Udaipur School of Social Work - Ph. 8118806319, 9829445889

Master of Social Work (MSW). PG Diploma in HRM, PG Diploma in CSR
Master of Social Work (MSW - Self Finance Evening Batch)

Sahitya Sansthan (Institute of Rajasthan Studies)
Ph. : 8003636352

M A in Ancient Indian History, Culture and Archaeology; PG Diploma in Archaeology.

School of Agricultural Sciences, Dabok - 9460728763

B.Sc. (Hons.) Agriculture, B.Sc. Horticulture, B.Tech. Food Technology,
M.Sc. in Agronomy, Horticulture, Plant Pathology and Genetics & Plant Breeding

Manikyalal Verma Shramjeevi Girls College, Dabok
Ph. : 0294-2655327, 9694881447, 9079919960, 8209568068,9166157526

B.A., B.Com., B.Sc., M.A. (English, Hindi, Sanskrit, Pol. Sc., History. Geography, Sociology, Economics), M.Com (Accountancy), M.Com in Business Adm., Special Classes for English Speaking and Computer Basics. Special classes for competition exams (free of charges)

R.V. Homeopathic Medical College and Hospital, Dabok
Ph. : 0294-2655974, 2655975, 9414156701, 9351343740, 8769746883

Bachelor of Homoeopathic Medicine and Surgery (BHMS) - 5 1/2 Course (ADMISSION FROM ALL INDIA QUOTA)

Faculty of Management Studies (FMS)
MBA - 9001056151,9414758184,9001556306,9782049628, BBA- 9950489333

B.B.A, M.B.A (H.R / Marketing / Finance / Production & Operation Management / I.B / I.T / Tourism and Travel / Retail Management / Agri-Business / Family Business Management), M.H.R.M.

Department of Travel, Tourism & Hotel Management
Faculty of Management Studies - 9950489333

BBA (Bachelor of Business Administration) BBA (Travel & Tourism) Specialisation in Hotel Management (AICTE approved)
Diploma in Hotel Management (Food & Beverage Service)
Diploma in Hotel Management (Food Production)
Diploma in Hotel Management (Housekeeping)

Manikyalal Verma Shramjeevi Girls College, Pratapnagar, Udaipur
Mob. : 9799693124,9929939963,9461658932,9461956134,6377836714,9636877910, 7976501619

B.A., B.Com, B.Sc. , M.A.(Hindi Literature, Geography,Political Science), M.Com.(Banking, Business Administration), Regular special classes for competitive exams(free of charges)

Lokmanya Tilak Teachers Training College, Dabok
Faculty of Education - Ph. : 8306182436, 0294-2655327

B.Ed., M.Ed., M.A. Education, B.A.B.Ed., B.Sc.B.Ed. (4 Year Integrated), B.Ed.-M.Ed. (3 Year Integrated), B.Ed. (Child Development), D.El.Ed., PG Diploma in Yoga

Note :
For more information about the admission in various courses like minimum percentage, fee structure etc. please go through our website : www.jrnrvu.edu.in, respective prospectus or contact concerned department

REGISTRAR

जून-2024 वर्ष 22 अंक 02

प्रत्यूष

मूल्य 50 रू
वार्षिक 600 रू

'प्रत्यूष' के प्रेरणा स्रोत मात श्रीमती प्रमिला देवी शर्मा एवं तात श्री आनन्दी लाल जी शर्मा
प्रत्यूष परिवार का शत्-शत् नमन चरणों में पुष्प समर्पण

प्रधान सम्पादक विष्णु शर्मा हितैषी

सम्पादक रेणु शर्मा

विपणन प्रबंधक नितेश कुमार, नंदकिशोर मदन, भूमिका, उषा चन्द्रप्रभा, संगीता

टाइप सेटिंग जगदीश सालवी

सलाहकार मण्डल
गोपाल शर्मा (गोपजी), वैभव गहलोत
पवन खेड़ा, नीरज डांगी
कुलदीप इंदौरा, कृष्णकुमार हरितवाल
धीरज गुर्जर, अभय जैन
लालसिंह झाला, ओम शर्मा
अजय गुर्जर, आदित्य नाग
हेमंत भागवानी, डॉ. राव कल्याणसिंह
अशोक तम्बोली, सुंदरदेवी सालवी

चीफ रिपोर्टर : उमेश शर्मा

जिला संवाददाता
बांसवाड़ा - अनुराग चेलावत
चित्तौड़गढ़ - संदीप शर्मा
नाथद्वारा - लोकेश दवे
डूंगरपुर - सारिका राज
राजसमंद - कोमल पालीवाल
जयपुर - राव संजय सिंह
मोहसिन खान

प्रत्यूष में प्रकाशित सामग्री में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, इनसे संस्थापक-प्रकाशक का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

सर्व विवादों का न्याय क्षेत्र उदयपुर होगा।

प्रत्यूष
हिन्दी मासिक पत्रिका
प्रकाशक - संस्थापक :
Pankaj Kumar Sharrma
''रक्षाबंधन'', धानमण्डी, उदयपुर-313 001

अंदर के पृष्ठों पर...

प्रतिस्पर्द्धा

रोबोटिज्म के शिकार हैं हमारे युवा
पेज 08

तन-मन

खतरनाक है गर्म हवा का झोका
पेज 14

चिंतनीय

अजन्मे बच्चे पर भी बिगड़े पर्यावरण का बुरा असर
पेज 18

ज्योतिष

हर परेशानी का हल रुद्राक्ष
पेज 24

बागवानी

कलम से फूले-फले घर की बगिया
पेज 38

कार्यालय पता : 2, 'रक्षाबन्धन' धानमण्डी, उदयपुर (राज)
दूरभाष एवं फैक्सः 0294-2427703 वाट्सएप 9414077697
मोबाइल : 94141-57703(विज्ञापन), वाट्सएप 75979-11992(समाचार-आलेख), 98290-42499(वाट्सएप), 94141-66737
Email:pankajkumarsharma2013@gmail.com, Visit us at: www.pratyushpatrika.com

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, संस्थापक, स्वामी पंकज शर्मा की ओर से मुद्रक आशीष बापना द्वारा मैसर्स पायोराइट प्रिन्ट मीडिया प्रा. लि. एम.आई.ए., उदयपुर से मुद्रित तथा 'रक्षाबन्धन' धानमण्डी उदयपुर से प्रकाशित।

WWW.TECHNONJR.ORG

Techno NJR Launches

BCA- Bachelor of Computer Application

आर्ट्स, कॉमर्स एवं बायोलॉजी के विद्यार्थियों के लिए कम्प्यूटर साइंस में कैरियर बनाने का सुनहरा अवसर

BCA @ Techno NJR

BCA भारत सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त तीन साल का स्नातक स्तर का एक तकनीकी कोर्स है जो छात्रों के कंप्यूटर सॉफ़्टवेयर कौशल को विकसित कर उन्हें आईटी कंपनी में एक अच्छे जॉब पाने के योग्य बनाता है। इसमें कंप्यूटर फंडामेंटल्स, प्रोग्रामिंग भाषाएँ जैसे C , C++ , Java, Python, डेटाबेस सिस्टम, साइबर सिक्योरिटी, और वेब डेवलपमेंट में व्यापक ज्ञान प्रदान किया जाता है।

Techno students placed in IT jobs

Following global companies recruit regularly from Techno NJR

American Express at a Package of 18.96 Lacs per Annum

Arzoo Bapna

Sonakshi Negi

Somya Champawat

IBM | Infosys Navigate your next | tcs TATA CONSULTANCY SERVICES | SECURE | SAP | Google | AMERICAN EXPRESS | ARCGATE

Affiliated to MLSU | Accredited by NAAC | Approved by AICTE

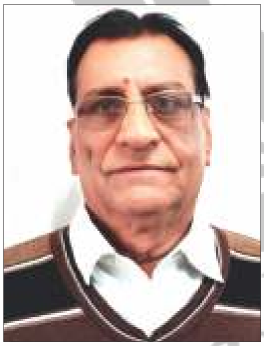
NAAC NATIONAL ASSESSMENT AND ACCREDITATION COUNCIL

Phone: 8696932729/ 8696932730/ 8696932800 | Mail: admission@technonjr.org | Apply On : www.technonjr.org
Plot-SPL-T, Bhamashah (RIICO) Industrial Area,Kaladwas, Udaipur 313003 (Rajasthan) India

/TechnoIndiaNJR | /TechnoNJROfficial | WWW.TECHNONJR.ORG

अब हमारा भी लक्ष्य चांद

लगभग 50 साल पहले अमेरिका और तत्कालीन सोवियत संघ में चांद पर जाने की होड़ शुरू हुई थी। अमेरिका पहला देश है, जो चांद पर इंसान को भेजने में सफल रहा। सोवियत संघ ने भी अपना लैंडर चांद पर उतारा। भारत इस क्षेत्र में अपेक्षाकृत नया खिलाड़ी है। चंद्रयान-तीन मिशन के जरिये वह अपनी ताकत पूरी दुनिया को दिखा चुका है। अब वह गगनयान के जरिये अपने चार अंतरिक्ष यात्रियों को पृथ्वी की कक्षा में भेजेगा। उसका लक्ष्य अंतरिक्ष में एक स्टेशन बनाने का भी है। जो भारत के अंतरिक्ष बुनियादी ढांचे में एक 'एसेट' के रूप में कार्य करेगा। इस महत्वपूर्ण प्रयास के साल 2035 तक साकार होने की उम्मीद है। अनुमान है कि वर्ष 2030 तक अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन, जिसे वर्तमान में अमेरिका, रूस, कनाडा, जापान और यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसियों द्वारा प्रबंधित किया जा रहा है, बंद हो जाएगा। बहरहाल, पांच दशक बाद अब भारत ने भी अपना लक्ष्य चांद को बना लिया है। चांद पर लैंडर उतारकर हमने वह कर दिखाया, जो आज तक कोई न कर सका था। मगर क्या कभी भारत भी चांद पर इंसानों को पहुंचा सकेगा? इसका जवाब अहमदाबाद में स्पेस एप्लीकेशन सेंटर के निदेशक नीलेश देसाई ने दिया। उन्होंने कहा कि चंद्रमा पर मानव मिशन भेजने में कम से कम दो-तीन दशक लग सकते हैं।



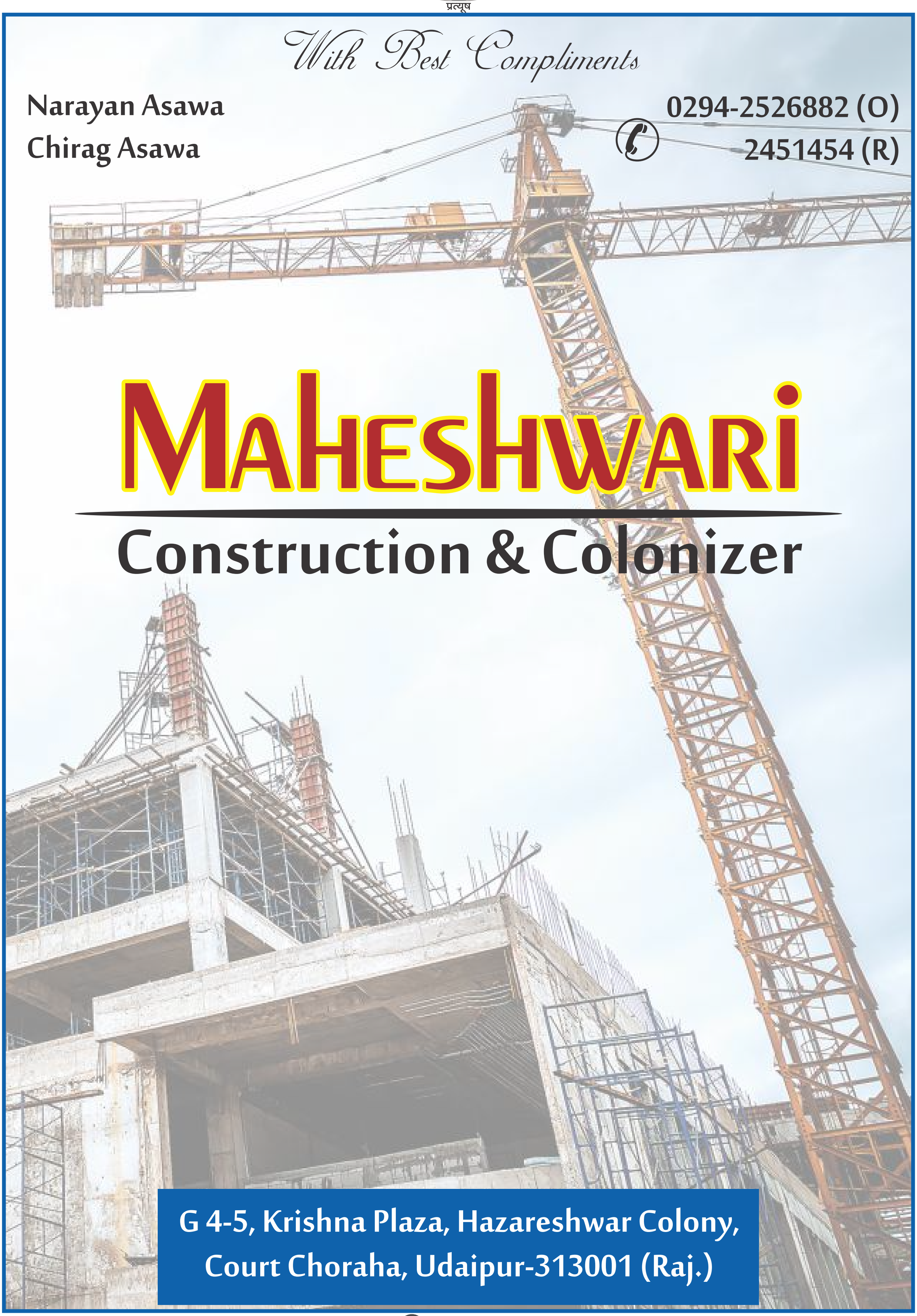
चालीस वर्ष पहले सन् 1984 में वायुसेना के स्क्वाड्रन लीडर राकेश शर्मा अंतरिक्ष में जाने वाले पहले भारतीय थे। अब वायुसेना के ग्रुप, कैप्टन प्रशांत बालकृष्णन नायर, ग्रुप कैप्टन अजीत कृष्णन, ग्रुप कैप्टन अंगद प्रताप सिंह और विंग कमांडर शुभांषु शुक्ला अंतरिक्ष में जाने वाली ऐसी चार और शख्सियत होंगी जो अंतरिक्ष इतिहास में एक नया अध्याय जोड़ेंगी। एक अर्से तक अज्ञात स्थान पर इन्हें कड़ा प्रशिक्षण दिया गया था। तब जाकर इन चारों का चयन देश के महत्वाकांक्षी 'गगनयान मिशन' के लिए किया गया। मिशन अंतरिक्ष अनुसंधान में आत्मनिर्भरता हासिल करना भारत का पुराना सपना रहा है। इसे पूरा करने के लिए एक लंबे समय तक कड़ा संघर्ष करना पड़ा है। भारतीय वैज्ञानिकों ने अपनी कड़ी मेहनत और लगन से स्वदेशी तकनीक विकसित की। अंतरिक्ष यान और उपग्रह प्रक्षेपण यानों के लिए जरूरी क्रायोजनिक इंजिन विकसित किया। तब से लेकर इस दिशा में उल्लेखनीय सफलताएं मिली हैं। चंद्रयान और आदित्य-वन की सफ्लताओं से अंतरिक्ष वैज्ञानिकों के हौसले परवान पर हैं। अब स्वदेशी तकनीक से बने इस गगनयान को इस तरह से तैयार किया गया है, ताकि यात्रियों को पृथ्वी जैसे वातावरण का अहसास हो और उन्हें सुरक्षित ढंग से उतारा जा सके। इस क्रम में पहले तीन मिशन भेजे जाएंगे। जिनमें दो मानव रहित होंगे। तीसरे मिशन में यात्रियों को तीन दिन के लिए अंतरिक्ष में भेजा जाएगा। बाद में उन्हें समुद्र या पृथ्वी की सतह पर सुरक्षित उतारा जाएगा। इस क्रम में गगनयान का परीक्षण सफल रहा है। मिशन की तैयारियां पूरी हैं। केवल इसके उड़ान का समय तय होना शेष है। प्रत्येक भारतीय इस मिशन की सफलता की कामना करता हुआ प्रतीक्षा कर रहा है।

यूपी तय करेगा दिग्गजों का सियासी कद

राजवीर

क्या प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जादू 18वीं लोकसभा के चुनाव में उत्तर प्रदेश की सभी 80 लोकसभा सीटों पर चलेगा? क्या राहुल गांधी कांग्रेस के कभी गढ़ रहे इस प्रदेश में इकाई पर पहुंच गई पार्टी की सीट में इजाफा कर पाने में कामयाब हो पाएंगे? क्या अखिलेश यादव समाजवादी पार्टी की सीटों की संख्या को दहाई तक पहुंचा पाने में कामयाब होंगे? और क्या मायावती बहुजन समाज पार्टी की अपनी सीटों की संख्या में दहाई से अधिक इजाफा कर पाएंगी? क्या बुलडोज़र बाबा अपनी धाक कायम रख पाएंगे? इन सब सवालों का जवाब उत्तर प्रदेश की जनता 4 जून को दे देगी। उनके जवाब से ही इन राजनेताओं का सियासी कद राष्ट्रीय स्तर पर तय होगा। सन् 2014 की 16वीं लोकसभा के चुनाव में जब नरेंद्र मोदी ने गुजरात को छोड़ यूपी को अपनी राजनैतिक कर्म स्थली बनाने के लिए वाराणसी से चुनाव मैदान में उतरने का फैसला किया था तो उस वक्त यह कहा गया था कि उनके वाराणसी से चुनाव लड़ने का असर उत्तर प्रदेश की सभी 80 सीटों पर पड़ेगा। ऐसा हुआ भी। 16वीं लोकसभा के चुनाव में भारतीय जनता पार्टी ने प्रदेश की 80 में से 71 सीटें जीतीं और अपने सहयोगी दलों के साथ प्रदेश की 75 सीटों पर जीत का परचम लहराया। जबकि यूपी में क्रमवार सत्ता के इर्द गिर्द ही रहते आए गैर भाजपा दलों के नेताओं का मानना था कि इस गुजराती को यूपी का सियासी मिजाज स्वीकार नहीं करेगा, लेकिन परिणामों ने उनके हाथ के तोते उड़ा दिए। 2019 में 17वीं लोकसभा के चुनाव में प्रधानमंत्री के वाराणसी से दूसरी बार चुनाव लड़ने पर भाजपा को प्रदेश की 80 में से 61 सीटों पर विजय मिली। इस बार, यानी 18वीं लोकसभा के चुनाव में नरेंद्र मोदी तीसरी बार

वाराणसी से चुनाव मैदान में हैं। ऐसे में देखना दिलचस्प होगा कि उनके 80 में से 80 के नारे को उत्तर प्रदेश की जनता किस अंदाज में लेती है? और भाजपा को वहां की कितनी लोकसभा सीटों पर विजय का स्वाद चखने को मिलता है। कांग्रेस को उत्तर प्रदेश में क्या राहुल गांधी संजीवनी दे पाएंगे? संजीवनी इसलिए क्योंकि 2014 के लोकसभा चुनाव में कांग्रेस को उत्तर प्रदेश में अमेठी और रायबरेली सीट पर जीत हासिल हुई थी। अमेठी से राहुल गांधी ने स्मृति ईरानी को एक लाख मतों से अधिक के अंतर से पराजित किया था। जबकि रायबरेली से सोनिया गांधी जीत कर संसद पहुंची थीं। 2019 के चुनाव में राहुल गांधी को अमेठी से हाथ धोना पड़ा था। बस रायबरेली सीट सोनिया गांधी ने जीत कर पार्टी की साख उत्तर प्रदेश में जाने से बचा ली थी। हाल ही में सम्पन्न लोकसभा चुनाव में राहुल गांधी रायबरेली से चुनाव मैदान में हैं। यदि भौगोलिक आधार पर देखा जाए तो रायबरेली को उत्तर प्रदेश का केंद्र माना जा सकता है क्योंकि यह सीट उत्तर प्रदेश के मध्य में आती है। ऐसे में देखने वाली बात यह होगी कि रायबरेली में राहुल गांधी कमाल दिखा पाते हैं या भाजपा के दिनेश प्रताप सिंह? उधर अखिलेश यादव कन्नौज से चुनाव मैदान में हैं। 2014 और 2019 के लोकसभा चुनाव में वे प्रदेश में अपने 5 सांसदों से अधिक जीता कर संसद तक नहीं पहुंचा पाए थे। इस बार उनके समक्ष सपा को उत्तर प्रदेश में बड़ी जीत की तरफ ले जाने की चुनौती है। कांग्रेस के साथ गठबंधन कर अखिलेश यादव किसी चमत्कार की आस लगाए सियासी मैदान में हैं। जबकि बहुजन समाज पार्टी की प्रमुख मायावती 2014 के लोकसभा चुनाव में खाता न खोल पाने के बाद भी 2019 के लोकसभा चुनाव में समाजवादी पार्टी के साथ गठबंधन कर 10 सांसदों को जीत की दहलीज तक पहुंचा पाने में कामयाब हुई थीं। 18वीं लोकसभा का चुनाव वे अकेले लड़ी हैं। ऐसे में देखना दिलचस्प होगा कि इस बार वो अपने दहाई के आंकड़े को बचा पाने में कामयाब होती हैं या इस संख्या में इजाफा करती हैं।


With Best Compliments
Narayan Asawa
Chirag Asawa
0294-2526882 (O)
2451454 (R)
MAHESHWARI
Construction & Colonizer
G 4-5, Krishna Plaza, Hazareshwar Colony,
Court Choraha, Udaipur-313001 (Raj.)

रोबोटिज्म के शिकार हैं हमारे युवा

पिछले दिनों लंबे प्रवास के दौरान बेंगलुरु शहर को नजदीक से देखने और समझने का अवसर मिला। फूलों, मंदिरों और झीलों के नाम से विख्यात यह शहर आजकल आईटी हब (सूचना तकनीक)के नाम से भी पहचाना जाने लगा है। भारत के कोने-कोने से हमारे युवा रोजगार के लिए यहां आते हैं और अपना भाग्य आजमाते हैं। मैंने अपने प्रवास के दौरान युवाओं की जीवनशैली का बारीकी से अध्ययन किया, तो पाया कि सूचना तकनीक के क्षेत्र में कार्यरत हमारे युवा रोबोटिज्म के शिकार हो रहे हैं।

सनत जोशी

कमाई और करियर

यह सच है कि हमारे प्रतिभाशाली युवा अच्छे

वेतन पैकेज और बेहतर भविष्य के लिए 15 से 20 घंटे कड़ी मेहनत कर रहे हैं और इसके परिणाम भी सामने आ रहे हैं। आज बहुराष्टीय कंपनियां यथा एप्पल,माइक्रोसॉफ्ट, गूगल, वर्ल्ड बैंक आदि बड़े-बड़े प्रतिष्ठानों में हमारे युवाओं की धाक है। कंप्यूटर, कम्युनिकेशन, सिविल, ऑटोमोबाइल्स, इलेक्ट्रिक इंजीनियरिंग, मेडिकल और शिक्षा क्षेत्र में विश्व स्तर पर हमारे युवाओं की तूती बोल रही है। हमारे युवाओं द्वारा दी जा रही सेवाओं से अंतरराष्टीय कंपनियां अरबों-खरबों डॉलर कमा रही है और उसमें से चांदी के चंद टुकड़े देकर, रोजगार का तमगा भी ले रही हैं। दूसरी और कई मामलों में तेज रफ्तार जिंदगी और प्रतिस्पर्धा ने कमाई और करियर को लेकर हमारे युवाओं में एक तरह से असुरक्षा का भाव भी भर दिया है। इसलिए जहां हमारे युवा क्षण प्रति क्षण कंपनियां बदलते रहते हैं वहीं कंपनियां भी युवाओं की सेवाएं कभी भी अचानक समाप्त कर देती हैं।

युवाओं को चाहिए कि क्षमता के अनुसार कठोर परिश्रम करें। सोच-समझकर काम करें, फल की इच्छा ना करें। समय का आनंद उठाएं। भरपूर स्वस्थ जीवन जीएं। **बुरे वक्त के लिए खुद को तैयार रखें।** समय कभी स्थिर नहीं रहता। किसी कवि ने कहा है- **ना रहे सुख के दिन तो कट जाएंगे दुख के दिन भी।**

कोविड महामारी के बाद औरेकन के एक सर्वे में यह तथ्य उभर कर सामने आया कि जहां 44% युवा सार्थक नौकरी की तलाश में रहते हैं, वहीं 46% युवा काम में लचीलापन चाहते हैं।

स्वास्थ्य और सेवाएं

बेहतर सेवाएं देने और आगे बढ़ने के लिए हमारे युवा अनवरत कड़ी मेहनत कर रहे हैं, इस कारण वे खान-पान रहन-सहन और नींद की ओर पर्याप्त ध्यान नहीं दे पा रहे हैं। मनोरंजन के लिए समय नहीं है। ऐसी स्थिति में उनका स्वास्थ्य खराब हो रहा है। हमारे युवा ऐसी बीमारियों में जकड़ते जा रहे हैं जो साठोत्तरी या बुढ़ापे की बीमारियां कही जाती

हैं। अपर्याप्त नींद के चलते उनका मानसिक संतुलन भी गड़बड़ाने लगा है। कभी-कभी वे चिड़चिड़े ,झगड़ालू और क्रोधी भी हो जाते हैं। युवाओं की वर्क लाइफ को लेकर किए गए एक सर्वे में कहा गया है कि 44% युवा कार्य के दौरान मानसिक स्वास्थ्य को महत्व देते हैं तथा 52% युवा वर्क लाइफ में बैलेंस चाहते हैं।

रिश्तो में दरारें

कार्य क्षेत्र में अत्यधिक दबाव और आगे बढ़ने की महत्वाकांक्षा के कारण हमारे युवाओं की दैनिक जीवनचर्या प्रभावित हो रही है, इसी कारण रिश्तों में भी दरारें पैदा हो रही हैं। अपने माता-पिता,भाई- बहन, रिश्तेदारों से बातचीत करने के लिए उनके पास समय ही नहीं होता। पारिवारिक - सामाजिक दायित्वों का निर्वहन नहीं कर पाने से, उनके मन और मस्तिष्क पर विपरीत प्रभाव पड़ रहा है, जो कभी-कभी आत्मग्लानि का भाव पैदा करता है। कई स्थानों पर दाम्पत्य जीवन में भी मधुरता का ह्रास देखा गया है। ऐसे वाकिये भी सामने आए हैं, जिनमें गृहस्थ जीवन का पालन नहीं कर पाने के कारण, तलाक तक की स्थितियां पैदा हो गई। जहां पति-पत्नी दोनों कॉर्पोरेट में कार्यरत हैं वहां पर स्थितियों में कुछ भिन्नता भी देखी गई है। अब संयुक्त परिवार और एकल परिवार की धारणाएं नहीं रही,अब यूनिट है इकाई है - जिसमें सिर्फ पत्नी है, बच्चे नहीं। यदि है तो सिर्फ एक।

बदल गई आदतें

तकनीकी क्षेत्र में कार्य करते-करते हमारे युवा खुद एक मशीन बन गए हैं। उनमें प्रेम, संवेदनाएं,मोहब्बत, आस्था,विश्वास आदि शब्दों का प्रभाव नहीं के बराबर रह गया है। युवाओं का स्वभाव बदल रहा है। वह रोबोट की तरह कार्य और व्यवहार करने लगे हैं। कहा भी है- जब पैसा आता है तो संवेदनाएं खिसक जाती हैं और अहंकार आ जाता है। इन परिस्थितियों में हमारे युवा घमंड से ग्रसित हैं। अपने आप को श्रेष्ठ समझते हैं, उन्हें अब गांव की चौपाल, कुएं की मेड़ और मां के हाथों की रोटी याद नहीं आती।

पर्याप्तता का विचार

युवाओं पर अभिभावकों द्वारा लादी गई, आगे बढ़ने की हिदायत खतरनाक मोड़ पर पहुंच गई है। यह प्रवृत्ति भेड़चाल बन गई है। यदि आप टॉप पर नहीं पहुंच पा रहे हैं, तो आप कमजोर हैं। आप गलत हैं। यह कौन सी अवधारणा है? हर इंसान की अलग क्षमता और प्रतिभा है। सभी को सब कुछ आता हो, यह जरूरी नहीं। आगे बढ़ना अच्छी बात है लेकिन उसके लिए सब कुछ (स्वास्थ्य, धन रिश्ते) दांव पर लगा देना कौन सी बुद्धिमानी है? बहुत कम समय में सब कुछ पा लेने की लालसा और जिंदगी की दौड़ में पीछे रह जाने का दबाव युवाओं के लिए आत्मघाती हो रहा है। एक सर्वे के अनुसार 96% युवाओं ने सफलता के पैमाने और मायने बदलने की बात कही है।

आगे बढ़ना अच्छी बात है। परिवार, समाज और देश के विकास के लिए जरूरी भी है, लेकिन युवाओं को अपनी शारीरिक, मानसिक क्षमता के अनुसार एक सीमा तय करनी चाहिए। पर्याप्तता की अवधारणा जरूरी है, अन्यथा रोबोटिज्म की जिंदगी कहीं का नहीं छोड़ेगी।

(लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं)

आसान नहीं बच्चों को समझना

श्रुति शर्मा

छोटे बच्चे बोल नहीं पाते और बड़े उन्हें समझ नहीं पा रहे, इसलिए वे रो रोकर घर सिर पर उठा लेते हैं और बड़े उन्हें जबरन चुप कराते हैं, अपनी सुविधा के लिए। हालांकि अगर बच्चे बोल भी पाते हैं तो उन्हें डांट-डपट कर या पिटाई करके एक जगह बैठा दिया जाता है।

बच्चों को जानना समुद्र की गहराई में उतरने जैसा है। स्कूलों में शिक्षकों के बर्ताव को लेकर हम सबने बहुत कुछ पढ़ा है, इस पर बहुत कुछ लिखा गया है। लेकिन घर में अपने ही बच्चों के साथ हमारा बर्ताव कैसा होता है और वह कितना गलत है या सही है, इस पर हम सोचने की जरूरत नहीं समझते। बच्चों को सिर्फ जन्म देने भर से माता-पिता का दायित्व खत्म नहीं हो जाता, बल्कि इसके साथ ही शुरू होता है। बच्चों के साथ पूरी जिंदगी जूझना पड़ता है। जीवन के हर उन पहलुओं को अनुभव करके सीखना होता है जो हम सबको किसी किताब को पढ़ कर नहीं मिल सकते ।

बच्चों की इच्छा के विरूद्ध कोई भी काम उनसे करवाना उनके साथ नाइंसाफी है। ऐसे बहुत से घर देखे जा सकते हैं, जहां बड़ों ने बच्चों की इच्छाओं से ज्यादा अहमियत घर की साज-सज्जा को दे रखी है। अगर हमारे घर में बच्चा है और पूरा दिन हमारा घर एकदम व्यवस्थित है तो बच्चा निश्चित तौर पर वह सब कर रहा है, जो हमें पसंद है और जो हम उससे उम्मीद कर रहे हैं। बच्चा वह तो कतई नहीं कर पा रहा है जो उसे अच्छा लगता है। जबकि बच्चे के समग्र विकास के लिए जरूरी है कि उसको वह सब करने दिया जाए जो वह करना चाहे। बच्चे घर में अगर तोड़-फोड़ कर रहे हैं, पानी ढो रहे हैं, आटा घोल रहे हैं, सब्जियां फैला रहे हैं तो उसमें उन्हें मजा आ रहा है। वे इससे ज्यादा करेंगे भी क्या!

बेशक ये सब हरकतें हमसे देखी नहीं जाती लेकिन कुछ हरकतें कर भी लेने देनी चाहिए। बच्चों को और कई मर्तबा हमको भी मजा आता है। मसलन, एक बच्ची के नाना दोपहर में अच्छी नींद में सो रहे थे। चार साल की बच्ची उनके ऊपर जाकर बैठ गई और बोली कि नाना चलो उठो आपको गीला करना है। नाना एकदम से उठे और उन्होंने सिर्फ शर्त रखी कि रूक जाओ, मैं आंगन में बैठ जाता हूं। फिर तुम जो मर्जी करना। बच्ची ने हामी भरी और तबीयत से उनको पूरा गीला किया। इस बीच हंसी-खेल का माहौल रहा। उसके बाद नाना और बच्ची, दोनों ने कपड़े बदले, नाना ने एक कप चाय पी और सब पहले जैसा ही हंसते-खेलते।

हम अंदाजा लगा सकते हैं कि इस दौरान बच्ची को कितना सुकून मिला होगा। उसके बचपने के किस्सों में यह एक और किस्सा शुमार हो चुका होगा, जिसे वह खुद भी बड़ी होकर याद करेगी और औरों को भी बता सकेगी। हम चाहे कितने भी महंगे खिलौने बाजार से लाकर बच्चों को दे दें, जो मजा उन्हें घर के सामान से खेलने में आता है, वह सुख किसी महंगे खिलौने से नहीं मिलता। यह सब करके जो खुशी उनको मिलती है, मानसिक रूप से उनको कितना स्वस्थ और मजबूत बनाए रखती है, ये समझना हम बड़ों के लिए बेहद जरूरी है। बच्चे यह सब करते हुए क्या-क्या खोजबीन कर रहे होते हैं, इसकी तह तक जाना जरूरी है। लेकिन इस ओर हमारा ध्यान नहीं जाता और इसीलिए हम उन्हें वह सब करने से पूरे दिन रोकते ही रहते हैं। बल्कि उससे वह सब करवाते हैं जो उनके लिए बोरियत भरा होता है। छोटे बच्चे बोल नहीं पाते कि उन्हें बड़े क्यों नहीं समझ पा रहे, इसलिए रो रोकर घर सिर पर उठा लेते हैं और बड़े उन्हें जबरन चुप कराते हैं, अपनी सुविधा

के लिए। हालांकि अगर बच्चे बोल भी पाते हैं तो उन्हें डांट-डपट कर या पिटाई करके एक जगह बैठा दिया जाता है। बच्चों की परवरिश आसन नहीं है। अच्छी परवरिश बच्चों पर खूब पैसा लुटाना नहीं है, बल्कि उनको समझना, उनके साथ समय बिताना उनको वह सब अपने मार्गदर्शन में करने की आजादी देना है, जिससे उनके दिमाग खुल सकें, न कि वे संकीर्ण होते चले जाएं। उनको एक दिशा देना चाहिए, ताकि वे दुनिया को अपने इर्द-गिर्द हर उस चीज को अपने अनुभव और अवलोकन से समझ सकें। दरअसल, बच्चों की एक अलग दुनिया होती है। उस दुनिया में उनको दिन और रात का भी भान नहीं होता। अगर बच्चों की परवरिश के दौरान उन्हें बारीकी से समझे जाने की थोड़ी-सी कोशिश की जाए तो यही सामने आएगा कि बच्चों को सिर्फ वह काम करने में मजा आता हैं, जिन्हें करना वे खुद तय करते हैं। बच्चे कोई भी काम करते वक्त क्या सोच रहे होते हैं, यह समझने के लिए उनके स्तर तक जाकर समझना होगा। बस हम मां-बाप बच्चों को पैदा करने का गुरूर और एहसान उन पर न थोपते हुए उनके मार्गदर्शक साथी की तरह अपने बच्चों के साथ पेश आएं। कोमल मन-मस्तिष्क पर थोपी गई बातें बोझ बन जाती हैं और आगे चलकर वही बातें बच्चों के व्यक्तित्व को कई तरह की नकारात्मक प्रवृत्तियों का शिकार बना देती हैं। यह मनोविज्ञान से जुड़ा ऐसा पहलू है, जिस पर सोचना हमारे समाज में शायद ही कभी जरूरी समझा जाता है। जबकि यह पहलू हमारे व्यक्तित्व के निर्माण को गहरे प्रभावित करता है।

Jinendra Vanawat
Director

RS-CIT

Mob. No. 8003699621

Everest Technical
EDUCATION PVT. LTD.

(A Company Dedicated for Skill Development)
Corp. Off.: 229, IInd Floor, Anand Plaza
University Road, Udaipur (Raj.) 313 001
Ph.: (0294) 5101501 E-mail.: j_vanawat@hotmail.com

Authorised Service Provider

RKCL
IT shapes future
(Rajasthan Knowledge Corporation Limited)

RAJASTHAN KNOWLEDGE CORPORATION LIMITED
(A Public Limited Company Promoted by Govt. of Raj.)
Head off.: 7 A, Jhalana Institutional Area, Jaipur - 302004 www.rkcl.in

'रामलीला' से शुरू की अभिनय यात्रा

रंगमंच ने सिनेमा जगत को एक से बढ़कर एक कलाकार दिए हैं, जिनमें पृथ्वीराजकपूर ओम शिवपुरी, नसीरुद्दीन शाह, ओम पुरी, मनोज बाजपेई, इरफान खान और आशुतोष राणा जैसे चोटी के अभिनेता शामिल हैं। रंगमंच को लेकर नेशनल स्कूल ऑफड्रामा से पास आउट अभिनेता आशुतोष राणा से बात की। प्रस्तुत हैं उनसे हुई चर्चा के प्रमुख अंश :

रंगमंच और सिने जगत के मशहूर कलाकार आसुतोष राणा से बातचीत

सवाल – सिनेमा में अत्यधिक व्यस्त होते हुए भी, आप आज तक रंगमंच में सक्रिय हैं। इस लगाव का कारण ?

आशुतोष राणा – क्योंकि रंगमंच को मैं प्रशिक्षण स्थली मानता हूं और सिनेमा को प्रदर्शन स्थली। किसी भी प्रशिक्षण का आनंद तभी होता है, जब उसे प्रदर्शन का अवसर मिले और किसी भी प्रदर्शन का महत्व भी तभी होता है, जब उसके पीछे प्रशिक्षण की परंपरा हो। या दूसरे शब्दों में कहें तो कुछ लोग होते हैं जो सीख के काम करते हैं और कुछ लोग काम करते-करते सीखते हैं। इन सब गतिविधियों के लिए रंगमंच वह संस्थान है जहां रह कर आप अपनी कला का परिष्कार करते हैं। कला का परिष्करण हर कलाकार के लिए आवश्यक है, इसलिए मैं आज भी रंगमंच से जुड़ा हूं।

सवाल– इन दिनों रंगमंच की दुनिया में रामायण पर आधारित नाटक 'हमारे राम' में आपके द्वारा अभिनीत रावण के किरदार की काफ़ी चर्चा हो रही है। क्या यह आपकी भी पसंदीदा भूमिका है ?

आशुतोष राणा– देखिए मेरे अभिनय की शुरुआत गांव में होने वाली रामलीला से हुई है। बचपन से ही मैं रावण के चरित्र से बहुत प्रभावित था और मेरी प्रबल इच्छा थी कि मैं रावण की भूमिका करूं। लेकिन बाल्यावस्था में रावण जैसी सशक्त भूमिका किसी नए कलाकार को नहीं दी जा सकती थी। किंतु मैं स्वयं को भाग्यशाली मानता हूं कि करियर के इस दौर में आकर मुझे यह भूमिका निभाने का सुअवसर मिला है।

सवाल– एक अभिनेता की दृष्टि से आप रावण को कैसे देखते हैं ?

आशुतोष राणा– रावण वो है जिसके नाश के लिए परमात्मा को स्वयं जन्म लेना पड़ा। रावण इस सृष्टि का ऐसा भक्त भी है जिसने शिव को मित्र के रूप में साध रखा है और विष्णु को शत्रु के रूप में। यानी रावण शैव और वैष्णव दोनों ही मतों को मानने वाले भक्तों के लिए ये एक अनोखा योग है।

सवाल – एक अभिनेता के रूप में आपको रंगमंच या सिनेमा, कहां ज्यादा सुकून मिलता है ?

आशुतोष राणा– एक अभिनेता को सदैव अभिनय में ही सुख मिलता है, फिर चाहे वह नाटक का मंच हो या सिनेमा की दुनिया। दर्शकों को प्रभावित करने वाला तथा चुनौतियों से भरा प्रत्येक चरित्र मुझे सुकून देता है। इतना ही नहीं, चाहे मैं कविताओं का सृजन करूं, व्यंग्य लिखूं अथवा पुस्तक लेखन करूं, यह सभी कार्य मेरे सुख में वृद्धि करते हैं। एक अभिनेता के लिए अभिव्यक्ति का प्रत्येक माध्यम सुखदाई होता है।

सवाल – एक कलाकार के लिए कला की परिभाषा क्या है ?

आशुतोष राणा– कला मनुष्य की मूल प्रकृति होती है। कला के माध्यम से जो जीविका कमाने लगते हैं, वे कलाजीवी कहलाते हैं। जो बीते हुए कल को ग्लानि मुक्त तथा आने वाले कल को चिंता मुक्त कर दे, उस विधा का नाम कला और उस विधा को साधने वाला व्यक्ति ही कलाकार होता है। माता-पिता और मित्रों के साथ संबंध बनाना भी कला है और प्रतिकूल परिस्थितियों को अनुकूल परिस्थितियों में रूपांतरित कर देना भी कला ही है।

सवाल – नई पीढ़ी के कलाकारों को क्या संदेश देना चाहेंगे ?

आशुतोष – रंगमंच निरंतर अभ्यास की प्रक्रिया है। इसलिए अपनी अभिनय क्षमता को प्रभावी करने के लिए समर्पित भाव से रंगमंच के साथ जुड़ें। यदि प्रशिक्षण और प्रदर्शन के मध्य सामंजस्य बनाकर चलेंगे तो जीवन में अवसाद नहीं, आनंद ही आनंद होगा।

प्रस्तुति : ओमपाल सीलन

!! Shri Sanwaliya Seth Ki Jai !!
ABHINAV
Senior Secondary School
Spreading Education Since 1989
ABHINAV SCHOOL
Play Group to XII
Science
Commerce
Arts
Agriculture
Computer Science available in ALL STREAMS
'अभिनव' एक नाम जिस पर 35 वर्षों से हजारों अभिभावकों ने किया विश्वास ... और सफलता की बुलंदियों पर पहुँचाए अपने सपने
NCC
Sports
Adventure
Scout /Guide
Innovation
Main Branch : 9, Adarsh Nagar, Behind Police Line, Udaipur (Raj.) 7048741704
Branch 2 : Near CM Mega Housing, 100 Ft. Road, Rakampura, Udaipur 9828584598

खतरनाक है गर्म हवा का झोका

गर्मियों में बढ़ते तापमान के साथ कई प्रकार की स्वास्थ्य समस्याओं का भी सामना करना पड़ता है। ऐसी ही एक गंभीर समस्या है हीट स्ट्रोक। इससे बचाव जरूरी है। इसे ही लू लगना भी कहते हैं।

ममता अग्रवाल

हीट स्ट्रोक को आम बोलचाल की भाषा में लू लगना कहा जाता है। यह एक गंभीर शारीरिक अवस्था है, जिसमें शरीर, तापमान को नियंत्रित करने की क्षमता खो देता है और शरीर का तापमान भी अधिक हो सकता है। हीट स्ट्रोक में शरीर के तापमान का बढ़ना साधारण बुखार की स्थिति से भिन्न होता है। हीट स्ट्रोक की समस्या बेहद घातक सिद्ध हो सकती है। इसके कारण मस्तिष्क और शरीर के आंतरिक अंगों को क्षति पहुंच सकती है और सही उपचार न मिलने की स्थिति में रोगी को जान तक गंवानी पड़ सकती है।

हीट स्ट्रोक की शुरुआती अवस्थाएं

हीट स्ट्रोक में गंभीर स्थिति से पहले आमतौर पर कुछ शुरुआती अवस्थाएं होती है, जिनके लगातार बढ़ने के कारण स्थिति बिगड़ जाती है। इन्हें जान कर और समय रहते सही उपचार करके गंभीर स्थिति तक पहुंचने से बचा जा सकता है।

हीट क्रैम्प

गर्मी में अधिक शारीरिक गतिविधि के साथ अगर शरीर को पर्याप्त मात्रा में पानी न मिले तो हीट क्रैम्प की समस्या हो सकती है। इस अवस्था में मांसपेशियों में ऐठन, खासकर पेट, हाथों और पैरों में दर्द होता है। ऐसा शरीर से पसीने के साथ सोडियम निकल जाने के कारण होता है। इसलिए कम सोडियम डाइट लेने वाले लोागें और दिल के रोगियों के इससे पीड़ित होने की आशंका ज्यादा होती है। समस्या के काबू में न आने पर अगली अवस्था यानी हीट इग्जॉस्शन का खतरा बढ़ जाता है। इसलिए इस स्थिति में भरपूर मात्रा में तरल पदार्थ लें और कुछ घंटे बाहर न निकलें।

क्या है कारण

अल्कोहल का सेवन, हृदय रोग, गर्मी में अत्यधिक कपड़े पहनना, गर्म दिनों में शारीरिक रूप से अधिक सक्रिय होने के बावजूद पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थों का सेवन न करना, गर्मी में अत्यधिक व्यायाम, तेज धूप के समय फील्ड वर्क करना स्ट्रोक के खतरे को बढ़ा सकते हैं। अवसाद के इलाज के दौरान ली जाने वाली दवाएं भी इसके खतरे को बढ़ा देती है।

प्रारंभिक इलाज

- रोगी को ठंडे स्थान पर ले जाएं। उसके शरीर पर ठंडे पानी की पट्टियां रखे या सीधे ठंडा पानी डालें।
- तापमान को नियंत्रित करने के लिए पर्याप्त हवा दें।
- रोगी पेय लेने की स्थिति में है तो उसे ठंडे शीतल पेय पिलाएं।
- रोगी की बगलों, गर्दन, पीठ आदि में बर्फ का पैक लगाएं।

हीट इंग्जॉक्शन

तेज गर्मी और डिहाइड्रेशन के कारण हीट इग्जॉक्शन की समस्या हो सकती है। कमजोरी, तेज पसीना, तेज प्यास, जी मिचलाना, सिरदर्द, थकान, मांसपेशियों में ऐंठन और दर्द, चक्कर आना जैसे लक्षण हीट इग्जॉक्शन का इशारा हैं। समय पर उपचार न मिलने पर समस्या बिगड़ सकती है।

घरेलू उपचार

- धनिए को कुछ देर पानी में भिगोकर रखें। उसे अच्छी तरह मसल कर छान कर उसमें थोड़ी चीनी

मिला कर पीने से गर्मी के कारण होने वाली समस्याओं की आशंका कम हो जाती है।

■ कच्चे आम को उबाल कर छान लें। इसमें चीनी, नमक और भुना जीरा मिलाकर पेय बनाकर पिएं। गर्मी से बचाव के लिए यह रामबाण है।

■ ठंडे पानी में आलू बुखारे को मसलकर पीने से भी हीट स्ट्रोक से बचाव जा सकता है।

■ बेल के रस में चीनी मिलाकर पिएं। शरीर को गर्मी की समस्या से राहत मिलेगी।

■ मेथी की सूखी पत्तियों को रातभर पानी में भिगोकर रखें और अगले दिन इसे हाथ से मसलकर छान लें और इसमें थोड़ा शहद मिलाएं। थोड़ा-थोड़ा दो-दो घंटे के अंतराल में पिएं।

■ प्याज हीट स्ट्रोक से शरीर की रक्षा करती है। प्याज, चीनी और जीरे को भून लें। इसे थोड़ा-थोड़ा नियमित रूप से खाएं, गर्मी से राहत मिलेगी।

इन बातों का रखें ध्यान

- जब तापमान ज्यादा हो तो हीट स्ट्रोक के खतरे से बचे रहने के लिए बेहतर हैं कि बाहर न निकले। ठंडी जगहों पर ही रहने की कोशिश करें। बाहर जाना जरूरी हो तो कुछ सावधानियां जरूर बरतें।
- कम से कम एसपीएफ 30 वाली सन्स्क्रीन का प्रयोग करें।
- पर्याप्त पानी पिएं। व्यायाम के समय या किसी भी काम के लिए बाहर जाने पर पानी पीने में बिल्कुल लापरवाही न बरतें।
- अधिक शारीरिक श्रम वाली बाहरी गतिविधयां सुबह 10 से 11 बजे से पहले और शाम को 4-5 बजे के बाद करें।
- बाहर रहने पर थोड़े अंतराल में पानी पीते रहें, भले ही आपको प्यास न लगी हो।
- हल्के रंगों के ढीले, सूती कपड़े पहनें।
- धूप में निकलें तो सनग्लास अवश्य लगाएं।
- छाते, चौड़े किनारे वाला हैट या स्कार्फ का प्रयोग करें।
- दिन में घर को ठंडा रखने के लिए पर्दों और सन कंट्रोल फिल्म का प्रयोग कर सकते हैं।

कैसा लगा यह अंक

प्रत्यूष

इस अंक में कौन सा आलेख आपको ज्यादा पसंद आया। आप किन विषयों पर आलेख पढ़ना ज्यादा पसंद करेंगे? किस विषय पर आप हमें अपना मौलिक आलेख, शोध, कविता, कहानी भेजना चाहेंगे। कृपया हमें लिखें। आपके रचनात्मक सुझावों का सदैव स्वागत होगा।

मनोज दक

Mo. 9414169689

परस्परोपग्रहो जीवानाम्

DAK PAKESRS & MOVERS ALL OVER INDIA

बांसवाड़ा गोल्डन ट्रांसपोर्ट कं.

नेहरू बाजार, उदयपुर (राज.)

डेली सर्विस : उदयपुर से बांसवाड़ा, सागवाड़ा, परतापुर, सलुम्बर आसपुर, साबला, तलावड़ा, घाटोल, कलिंजरा, बागीदौरा, कुशलगढ़, सज्जनगढ़, पालोदा, आसपुर, बड़गी, चीतरी, गलियाकोट

फेफड़ों की ताकत बढ़ाने से बनेगी बात

श्वसन संबंधी रोगों के बढ़ते मामले दुनियाभर में चिंता का विषय हैं। आलस भरी जीवनशैली, बढ़ता प्रदूषण और कोविड के बाद के प्रभाव का असर, फेफड़े लगातार निशाने पर हैं। विशेषज्ञों के अनुसार लंबे समय तक फेफड़ों का दम बना रहे, इसके लिए कई पहलुओं पर अभी से ध्यान देना होगा।

शमीम खान

फेफड़ों से जुड़ी समस्याएं विश्वभर में मृत्यु के दस प्रमुख कारणों में से एक है। उस पर हम फेफड़ों की सेहत पर उतना ध्यान नहीं देते, जितना देना चाहिए। विभिन्न अध्ययनों के मुताबिक, कोरोना से ठीक हो चुके लोगों के फेफड़ों पर अब तक प्रभाव देखने को मिल रहा है। कमजोर इम्युनिटी के कारण बार-बार संक्रमण की चपेट में आना भी फेफड़ों को जल्दी बूढ़ा बना रहा है। हमारे फेफड़े सांस के जरिये ऑक्सीजन लेते हैं और खून में मिलाते हैं। शरीर को जब पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं मिलती तो असर श्वसन तंत्र पर ही नहीं, सभी अंगों पर पड़ता है। फेफड़े शरीर से कार्बनडाई आक्साइड बाहर निकालने में मदद करते हैं। धूम्रपान के कारण लंबे समय तक खांसी, दमा व सीओपीडी की समस्याएं लगातार बढ़ रही हैं। हालांकि, विशेषज्ञ मानते हैं कि फेफड़ों की देखभाल करना इतना मुश्किल नहीं है।

कोविड का असर भी रहा है दिख

कोविड ने यूरोपीय और चीन के लोगों की तुलना में भारतीयों के फेफड़ों को अधिक प्रभावित किया है। कोविड से ठीक हो चुके लोगों में भी फेफड़ों की कार्यप्रणाली बहुत अधिक प्रभावित हुई है।

बढ़ रही है फेफड़ों संबंधी परेशानी

- थोड़ा-सा काम करने पर सांस लेने में परेशानी होना या सांस फूलना, विशेषकार शारीरिक गतिविधियां करते समय,
- लगातार खांसी का बना रहना, गला खराब रहना
- छाती में दर्द व जकड़न महसूस करना
- थकान, पोस्ट कोविड लंग डैमेज का प्रमुख लक्षण है। थकान के कारण व्यायाम करने की क्षमता भी कम हो जाती है
- शारीरिक सक्रियता में कमी आना। थोड़ा-सा परिश्रम करने पर थकान या सांस फूलना
- फफड़ों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होने के कारण बार-बार संक्रमण होना।

ये बातें डालती हैं बुरा असर

- धूम्रपान करना या धूम्रपान करने वालों के आसपास रहना
- प्रदूषित वायु में सांस लेना
- स्तन कैंसर के उपचार के लिए ली जाने वाली रेडिएशन थेरेपी
- कैंसर और अनियमित धड़कनों के उपचार के लिए ली जाने वाली दवाओं और एंटीबायोटिक्स का बुरा असर
- उम्र बढ़ने के साथ मांसपेशियों का कमजोर होना, इससे श्वास नलिका और फेफड़ों का स्वास्थ्य भी प्रभावित होता है
- एसिडिटी और अपच; इससे पीड़ित लोगों में फेफड़ों से जुड़े रोगों का खतरा बढ़ जाता है
- दांतों व मसूढ़ो को साफ न रखना
- विटामिन डी की कमी।

टीबी के मरीजों में कोरोना संक्रमण की आशंका सामान्य लोगों जितनी ही है, लेकिन कोराना होने पर केवल मुश्किल हो जाता है बल्कि मरीज की मृत्यु की आशंका तीन गुना अधिक हो जाती, सावधानी आवश्यक है।

–डॉ राजेन्द्र प्रसाद, वाइस चेयरमैन, नरेशनल टास्कफोर्स एनटीइपी, इंडिया

समझें फेफड़ों की क्षमता

हमारी लंग कैपिसिटी यानी फेफड़ों की क्षमता हवा की वो मात्रा होती है, जो हमारे फेफड़े रोक कर सकते हैं। उम्र बढ़ने के साथ फेफड़ों की क्षमता में कमी आने लगती है। यह शुरुआत 25 के बाद हो जाती है। उम्र के अलावा फेफड़ों से जुड़ी समस्याएं जैसे दमा, सीओपीडी, प्रदूषण, शारीरिक सक्रियता की कमी भी फेफड़ों की क्षमता को कम कर देती हैं। फेफड़ों की क्षमता हर व्यक्ति की अलग होती है। वायु की अधिकतम मात्रा जो फेफड़े होल्ड कर सकते हैं, वह लगभग 6 लीटर होती है। फेफड़ों की क्षमता मापने के लिए जो टेस्ट

किया जाता है उसे स्पाइरोमेट्री कहते हैं।

खाएं संतुलित भोजन

पोषक व संतुलित भोजन खाएं। एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर चीजें खाएं। विशेषज्ञों के अनुसार, ब्रोकली, फूलगोभी और पत्ता गोभी का अधिक सेवन फेफड़ों का कैंसर होने की आशंका 50 प्रतिशत तक कम करता है। ब्रिटेन में हुए एक शोध में सामने आया कि जो लोग हफ्ते में तीन बार टमाटर खाते हैं, उनके फेफड़ों की कार्यप्रणाली सुधर जाती है।

नमक, कैफीन और एल्कोहल का सेवन कम करें। पानी के अलावा भी पर्याप्त तरल चीजें लें। इससे फेफडों की अंदरूनी पतली परत

म्युकोसल लाइनिंग स्वस्थ रहती है।

इनकी अनदेखी न करें

♦ धूम्रपान न करें व धूम्रपान करने वालों से दूर रहें।

♦ घर के अंदर और बाहर प्रदूषण से बचें।

♦ पालतु जानवरों के फर के संपर्क से बचें।

♦ खिड़कियां व दरवाजे हमेशा बंद न रखें।

♦ वजन नियंत्रित रखें। सही पॉस्चर रखें।

♦ खुलकर हंसे, इससे बासी हवा बाहर निकलती है।

♦ रोजाना 30 मिनट व्यायाम, योग या पैदल चलें। इसी तरह सप्ताह में पांच दिन कोई मनपसंद वर्क आउट जैसे दौड़ना तैराकी व साइकिल चलाएं।

(यह आलेख डॉ. दीपक प्रजापत, सीनियर कंसल्टेंट, पल्मोनरी एंड क्रिटिकल केयर, मेट्रो हॉस्पिटल एंड हार्ट इंस्टीटयूट, नोएडा, तथा डॉ. गुरमीत नागदा : सीनियर कंसल्टेंट, रेसपिरेटरी मेडिसीन क्युआरजी हेल्थसिटी, फरीदाबाद के मार्गदर्शन में तैयार किया गया है।)

प्रत्यूष
समाज में समरसता और भातृत्व भाव की पोषक पत्रिका
प्रत्यूष (बहुरंगी हिन्दी मासिक)
के आज ही सदस्य बनें। मात्र 600 रुपए वार्षिक।
पता: 2, रक्षाबंधन, मेहतों का पाड़ा, धानमण्डी, उदयपुर (राज.) 313 001

अजन्मे बच्चे पर भी बिगड़े पर्यावरण का बुरा असर

रेणु शर्मा

जलवायु परिवर्तन से संबंधित प्राकृतिक आपदाएं लाखों लोगों को विस्थापित तो कर ही रही हैं। वहीं, इसके कारण बिगड़ता पर्यावरण स्वास्थ्य पर व्यापक प्रभाव भी डाल रहा है। दुनिया में आने से पहले ही बच्चों की सेहत पर इसका बुरा असर हो रहा है। डब्ल्यूएचओ, यूनिसेफ और मातृ नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य की ओर से हाल ही में जारी रिपोर्ट में यह दावा किया गया है।

'बोर्न टू सून: डिकेड ऑफ एक्शन ऑन प्रीटरम बर्थ' नाम से इस संयुक्त रिपोर्ट को जारी किया गया है। इसमें जलवायु परिवर्तन के प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष दोनों प्रभावों पर प्रकाश डाला गया है। रिपोर्ट के अनुसार मीथेन और ब्लैक कार्बन से न सिर्फ हवा खराब हो रही है बल्कि इससे नवजातों की मौत के मामले बढ़ रहे हैं। साल 2020 में दुनिया भर में 20 फीसदी नवजात शिशुओं की मौत का कारण वायु प्रदूषण था। रिपोर्ट में यह भी बताया गया है कि कम और मध्य आय वाले देशों में वायु प्रदूषण के कारण समय से पहले पैदा होने वाले 91 प्रतिशत शिशुओं की मौतें होती हैं।

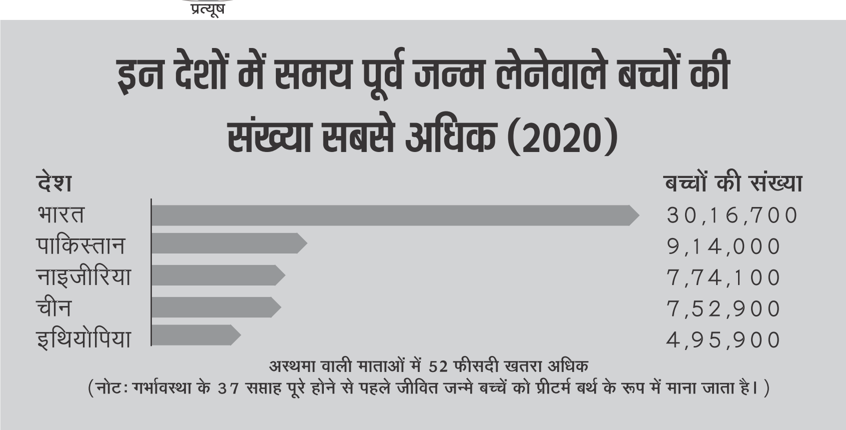
भारत में समय से पहले सबसे ज्यादा बच्चे पैदा हुए

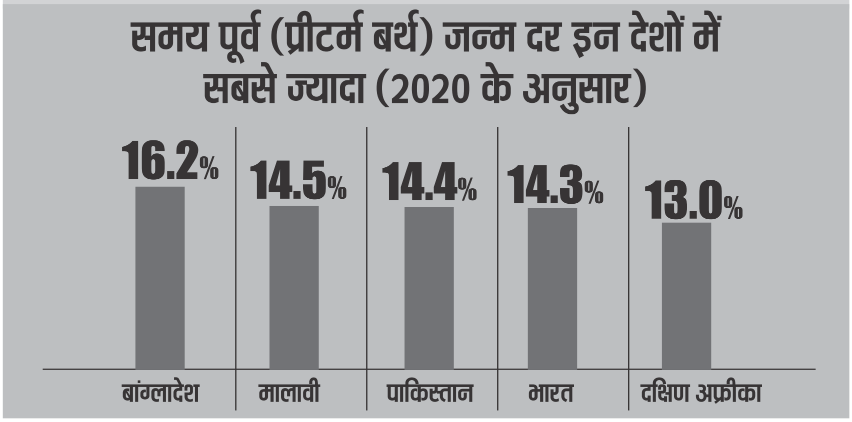
ज्यादातर नवजातों की मौत समय से पहले जन्म और जन्म के समय कम वजन के कारण हुई है। अत्यधिक गर्मी के कारण भी समय से पहले जन्म और मृत बच्चों का जन्म लेने की घटनाएं तेजी से बढ़ रही हैं। भारत में 2020 में समय से पहले जन्म लेनेवाले बच्चों की संख्या सबसे अधिक थी । वहीं पाकिस्तान, नाइजीरिया और चीन में 2020 में तीन चौथाई से अधिक अपरिपक्व बच्चों ने जन्म लिया।

अत्यधिक गर्मी के कारण फीसदी 16 बच्चों के समय से पहले पैदा होने की आशंका: रिपोर्ट के अनुसार, प्रसव काल के दौरान जलवायु परिवर्तन का हानिकारक प्रभाव पड़ता है। यह समय से पहले जन्म के खतरे को बढ़ाता है, जैसे जीवाश्म ईंधन को जलाने से होने वाला वायु प्रदूषण दमा वाली माताओं में खतरे को 52 प्रतिशत तक बढ़ा देता है। अत्यधिक गर्मी के कारण 16 फीसदी बच्चों के समय से पहले जन्म लेने की संभावना होती है।

घरेलू वायु प्रदूषण से 15.6 फीसदी कम वजनी पैदा हुए

घरेलू वायु प्रदूषण के कारण 15.6 फीसदी बच्चे कम वजन तथा 35.7 फीसदी बच्चे समयपूर्व पैदा हुए। गाम्बिया में 92 गर्भवती महिलाओं पर किए गए एक अध्ययन से पता चला कि अत्यधिक गर्मी के तनाव में प्रत्येक अतिरिक्त डिग्री सेल्सियस के कारण भ्रूण पर तनाव में 17 प्रतिशत की वृद्धि हुई है, विशेष रूप से भ्रूण की हृदय गति बढ़ने और गर्भनाल के माध्यम से रक्त प्रवाह धीमा होने लगा। विशेषज्ञों के अनुसार, जलवायु परिवर्तन, तूफान, बाढ़, सूखा, जंगल की आग और वायु प्रदूषण के अलावा खाद्य असुरक्षा, जल या खाद्य जनित बीमारियों के कारण गर्भावस्था पर असर पड़ रहा है।





दस में से एक समय से पहले पैदा हुआ

दुनियाभर वर्ष 2020 में 1.34 करोड़ अपरिपक्व बच्चों का जन्म हुआ। हर 10 में से 1 बच्चा समय से पहले पैदा हुआ, जो सभी जीवित जन्मों का 9.9त्न है। समयपूर्व जन्म दर दक्षिणी एशिया में सबसे अधिक है। यहां 2020 में 13.2त्न बच्चे समय से पहले पैदा हुए थे, जबकि पूर्वी एशिया, दक्षिणपूर्वी एशिया, उत्तरी अमेरिया, यूरोप, ऑस्ट्रेलिया में 8त्न से कम समय पहले पैदा हो गए। 2020 में समय से पहले 45त्न बच्चे सिर्फ पांच देशों में पैदा हुए हैं। इनमें भारत, पाकिस्तान, नाइजीरिया, चीन और इथियोपिया जैसे देश शामिल हैं।

Rameshchandra Menaria
Akshat Menaria
99299 77482
BALAJI PROPERTIES
BALAJI PROPERTY
Sec. No 6, Main Road, Opposite Police Station,
Panerion Ki Madri, Udaipur (Raj)
SHREE BALAJI FUEL STATION
Bharat Petroleum
BALAJI FILLING STATION
100 Feet Road, New Swami Nagar, Near Parhuram Choraya, Panerio Ki Madri, Udaipur
Jhamar Kotada Road, Near Matun Mines, Lakadwar, Udaipur (Raj.)
E-mail: balajifilling@gmail.com

सच कहने का जोखिम तो उठाना होगा!

वेदव्यास

हम भारतवासी, सदियों से सत्ता और व्यवस्था की देशी-विदेशी लड़ाई लड़ते आ रहे हैं। लेकिन 1947 में आजादी के बाद और संविधान का संरक्षण पाकर आज भी हमें लग रहा है कि लोकतंत्र को मजबूत और सुरक्षित बनाए रखने के लिए सत्य के प्रयोग निरंतर और निर्भीकता से जारी रहने चाहिए। मनुष्य की सभ्यता और संस्कृति का पूरा संघर्ष इस एक सत्य पर आधारित है कि सच के लिए आवाज उठाते रहो, गरीबों और बेजुबान लोगों के लिए लिखते रहो और आप जहां भी हैं, जैसे भी हैं, सच के साथ खड़े रहो। पूरी दुनिया आज झूठ की आंधी में फंसी हुई है क्योंकि समाज और समय, लगातार राजा और प्रजा की मानसिकता में बंटा हुआ है।

याद करिए कि त्रेता में भगवान राम और द्वापर युग में भगवान कृष्ण भी, रावण और कौरवों के अन्याय का प्रतिरोध करते हुए रामायण और महाभारत के नायक बने थे तो इस कलयुग में महात्मा गांधी भी सत्य और अहिंसा के प्रयोग करते हुए लोकतंत्र के महानायक बने। जिस तरह अमेरिका ने सत्य की खोज करते हुए अब्राहम लिंकन को, सोवियत संघ ने मार्क्स एवं लेनिन को, वियतनाम ने होची मिन्ह को, चीन ने माओत्से तुंग को, दक्षिण अफ्रीका ने नेल्सन मंडेला को, क्यूबा ने एक फीडेल कास्त्रो को और बंगलादेश ने एक शेख मुजीब रहमान को अपना मुक्तिदाता चुना था, वैसे ही मनुष्य को न्याय दिलाने की हमारी परम्परा भी प्रकृति के सच को स्थापित करने की हमारी जिद से जुड़ी हुई है। हर युग में साहित्य को भी इसीलिए मानव सभ्यता के सत्य का अन्वेषी माना गया है।

वर्तमान में सत्य की सर्वोच्च स्थापना का अभियान और दायित्व लेखक और पत्रकार सबसे अधिक निभा रहे हैं। 19वीं शताब्दी में आए वैज्ञानिक और औद्योगिक विकास से जिस प्रेस का जन्म हुआ वही आज 21वीं शताब्दी में व्यापक मीडिया बन गया है और अब तो सोशल मीडिया का तकनीकी सूचना आंदोलन हो गया है। अपने समय की हर ताकत एक सच को साम, दाम दंड, भेद से दबाती आई है और हमारे सामंती के समाज में भी राजनीति धनपति, मीडिया और पुलिस प्रशासन का जन विरोधी गठबंधन ही आम नागरिक को सच बोलने-कहने और लिखने से अधिक रोक रहा है और अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता को अधिक कुचल रहा है।

आज भारत की प्रेस (मीडिया) की आजादी बहुत दयनीय स्थिति में है। मीडिया सत्ता की पक्षधर बना हुआ है। आजादी के 76 साल बाद भी हम इस सत्य के संघर्ष को कहते हुए भयभीत हैं कि देश में भय, भूख, गरीबी, भ्रष्टाचार, गैर बराबरी, किसान, मजदूर की बदहाली और अशिक्षा, चिकित्सा अभाव और धर्म, जाति, संप्रदाय की राजनीति के पाखंड में बर्बाद हो रहा है। 1975 के आपातकाल और 2014 के बाद भारत का मीडिया, पत्रकार सरकार और मीडिया मालिक की दोहरी गुलामी में फंसा हुआ है। उसमें जोखिम उठाने का साहस नहीं है। वह चौतरफा असुरक्षित है।

मैं भी 1960 से साहित्य और पत्रकारिता से जुड़ा हूं और सच बोलने-लिखने का जुनून लेकर सत्ता व्यवस्था से पीड़ित और प्रताड़ित रहते हुए भी ऐसा अनुभव करता हूं कि 21वीं शताब्दी का वर्तमान मीडिया-पत्रकार अब कलम का सिपाही नहीं रह गया है अपितु कलम का मजदूर बन गया है। कुछ गिने-चुने लोग ही अब पत्रकारिता और मीडिया में बचे हैं जो अपना घर फूंक कर तमाशा देख रहे है। हम मशीन नहीं है और केवल मशीने के पुर्जे हैं। सरकार और सेठ की पालकी ढोते-ढोते हमें अब समय और समाज के सच को उजागर करने से डर लगता है। लेकिन फिर भी हम कहेंगे कि शब्द की विश्वसनीयता सच में ही होती है।

आने वाला समय इस बात का गवाह बनेगा कि देश की गरीब जनता का सच ही राजा के झूठ और कपट से भरी मन की बातों को हराता है और स्वतंत्रता, संविधान और लोकतंत्र को बचाता है। जब एक ठीकरी घड़ा फोड़ सकती है और एक गांधी का सत्य का प्रयोग भी सात समंदर पार से आए साम्राज्यवाद को भारत से भगा सकता है तो फिर एक कलम का सिपाही बनकर हम सामाजिक, आर्थिक अन्याय के चक्रव्यूह से अपने लोकतंत्र को क्यों नहीं बचा सकते। हिम्मत से कोई एक कंकरी तो इस ठहरे हुए तालाब में फेंके? सरकार, बाजार, प्रचार और दुखों के महासागर में कोई पत्रकार कबीर दास बनकर ये तो कहे कि मैं केवल सच के साथ हूं।

(लेखक वरिष्ठ साहित्यकार एवं पत्रकार हैं)

हार्दिक शुभकामनाओं सहित

कांतिलाल जैन
(ब्रह्मचारी)

0294-2410444
09414155797 (M)

श्री नाकोड़ा पार्श्वनाथ ज्योतिष कार्यालय

जैन साधनानुसार हस्तरेखा, तंत्र–मंत्र के विशेषज्ञ

नाकोड़ा रूप भवन

167, रोड नं. 11, अशोक नगर, माया मिष्ठान के पास, उदयपुर–313001 (राज.)
मिलने का समय : दोपहर 3 से सायं 7 बजे तक

नाकोड़ा रूप भवन

Ph: 022-24123857, 093220-90220 (M)

ब्लॉक नं. 10, केलकर बिल्डिंग,
नयागांव के.ए. हाउसिंग सोसायटी,
प्लॉट नं. 60–बी,एस.एम. जाधव मार्ग,
कृष्णा हॉल के सामने, दादर (ईस्ट) मुम्बई–14

रविवार चौकी
एवं आरती

मिलने का समय :
दोपहर 3 से
सायं 7 बजे तक

'पद्म विभूषण' से विभूषित हुई वैजयंतीमाला

अमित शर्मा

भारतीय सिनेमा की बेहतरीन अभिनेत्रियों में से एक वैजयंतीमाला बाली (90)को 9 मई को राष्ट्रपति भवन में आयोजित नागरिक अलंकरण समारोह में फिल्मों में उनके उत्कृष्ट योगदान के लिए राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू ने देश का दूसरा सबसे बड़ा नागरिक सम्मान पद्म विभूषण प्रदान किया।

समारोह में उपराष्ट्रपति जगदीप धनकड़ और प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी भी मौजूद थे। वैजयंतीमाला के सम्मान ग्रहण करने के दौरान समारोह स्थल तालियों से गूंज उठा।

वैजयंतीमाला ने 1950-60 के दशक तक सिनेमा के पर्दे पर राज किया। देवदास, मधुमती, कठपुतली, नयादौर, आशा, साधना, गंगा-जमना, संगम और ज्वेल थीफ समेत कई हिट फिल्मों से अपने प्रशंसकों को प्रभावित किया। उन्होंने कुछ विशेष तमिल, तेलूगू, कन्नड़, और बांग्ला फिल्मों में भी अभिनय किया।

वैजयंतीमाला का जन्म 13 अगस्त 1933 को चेन्नई के ट्रिप्लिकेन क्षेत्र में तमिल अयंगर, ब्राह्मण परिवार में मांड्यम धाती रमन और वसुंधरा देवी के घर हुआ। उनकी माँ भी 1940 के दशक में तमिल सिनेमा की एक अग्रणी अभीनेत्री रही।

वैजयंतीमाला ने सेक्रेड हार्ट हायर सेकेंडरी स्कूल प्रेजेंटेशन कॉन्वेंट में पढाई की। उन्होंने गुरू वझुवूर रमैया पिल्लई से भरतनाट्यम और मनक्कल शिवराज अय्यर से कर्नाटक संगीत की शिक्षा ली। उनका विवाह 1968 में डॉ. चमनलाल बाली से हुआ। जिनकी मृत्यु 1986 में हुई। उनके सुचिन्द्र बाली नाम का एक पुत्र है।

वैजयंतीमाला 1954 से 1967 तक बॉक्स ऑफिस इंडिया की शीर्ष अभिनेत्रियों की सूची में शामिल रहीं। वे अपने समय की सर्वाधिक फीस लेने वाली अभिनेत्री थी।

उन्होंने 2007 में अपने जीवन के संस्मरण 'बॉन्डिंग... ए मेमॉयर' नाम से जारी किए।

1949 में जब एवीएम प्रोडक्शंस के एमवी रमन अपनी फिल्म 'वाज़्कई' के लिए किसी नए चेहरे की तलाश में थे। तभी उन्होंने चेन्नई के गोखले हॉल में वैजयंतीमाला को भरत नाट्यम का प्रदर्शन करते देखा और उसे अपनी फिल्म के लिए चुन लिया। तब इनकी उम्र मात्र 13 वर्ष थी। यह फिल्म बड़ी सफल रही, और इसके एक साल बाद ही उन्हें तेलुगु फिल्म जीविथम (1950) में काम करने का प्रस्ताव मिला। यह फिल्म भी बॉक्स ऑफिस पर सफल रही।

इनकी तमिल और तेलगु फिल्मों की सफलता ने निर्माता निर्देशकों को इन फिल्मों की हिन्दी रिमेक तैयार करने के लिए मजबूर कर दिया। हिन्दी फिल्म जगत ने भी वैजयंतीमाला के अभिनय को काफी सराहा और उन्हें तब के जाने-माने अभिनेता प्रदीप कुमार, दिलीप कुमार, देवानंद, बलराज साहनी, किशोर कुमार, राज कपूर, राजेन्द्र कुमार भारत भूषण आदि के साथ हिन्दी फिल्मों में काम करने के लिए प्रस्तावों की होड़ लग गई। उनकी हिन्दी फिल्म 'नागिन' (1954) ने रिकार्ड तोड़ कमाई की। इस फिल्म के नायक प्रदीप कुमार थे।

इस फिल्म में लतामंगेशकर द्वारा गाए और हेमन्त कुमार के संगीत में ढला गीत 'मन डोले मेरा तन डोले दिल का गया करार' की गूंज पूरे देश में सूनाई पड़ी और बरातों में तो यह गीत गली-गली में गूंजने लगा।

इस फिल्म ने वैजयंतीमाला को हिन्दी सिने जगत की सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री के रूप में स्थापित कर दिया। वैजयंतीमाला को फिल्म फेयर सहित अनेक प्रतिष्ठित पुरस्कार मिले। उनके राजनैतिक करियर की शुरूआत भी 1984 के लोकसभा चुनाव के दौरान तब हुई जब इलाहाबाद से जानेमाने अभिनेता अमिताभ बच्चन और महाराष्ट्र के मुंबई लोकसभा क्षेत्र से चुनाव में उतर कर सुनील दत्त ने राजनीति में दस्तक दी। वैजयंतीमाला को कांग्रेस पार्टी ने दक्षिण मद्रास (चेन्नई) से अपना उम्मीदवार बनाया। यहां उनका मुकाबला लेखक और जेएनपी के प्रत्याशी इरा शेजियान सहित 13 प्रत्याशियों से था। इस चुनाव में वैजयंतीमाला 3,36,353 वोट पाकर संसद पहुंचने में कामयाब हुई। शेजियान को 2,88,336 वोट मिले थे। वैजयंतीमाला ने 1989 का लोकसभा चुनाव भी इसी सीट से लड़ा, इस बार उनका मुकाबला डीएमके के अलादी अरूणा से था। इस चुनाव में भी वे विजयी रहीं। 1993 में उन्हें राज्यसभा में भेजा गया। छह साल बाद 1999 में उन्होंने कांग्रेस से इस्तीफा दे दिया और भाजपा में शामिल हो गई।

A.L. Menaria
MENARIA
GUEST HOUSE
Home Away From Home
Well equipped Conference & Party venue available
ACCOMMODATION :
Well Appointed AC/Non AC Guest Rooms.
All rooms in suite with hot & cold water,
Elevator (Lift), telephone, satellite TV etc.
A.L. Menaria
Mob. : 8003763838
P.S. Menaria
Mob. : 9414233164
J.P. Menaria
Mob. :9414263411
Off. : Opp. Akashwani Colony, Hiran Magri, Sec.5,
UDAIPUR 313002 (Raj.) Ph. : 2461976, 2467411 (O)

हर परेशानी का हल रुद्राक्ष

रुद्राक्ष को बहुत ही पवित्र माना जाता है कहते हैं इसे धारण करने से मनुष्य सकारात्मक ऊर्जा से भरपूर रहता है और हर तरह की हानिकारक ऊर्जा उससे दूर रहती है। रुद्राक्ष से मनुष्य को शारीरिक ही नहीं बल्कि मानसिक लाभ भी मिलता है। ऐसी मान्यता है कि रुद्राक्ष भोलेनाथ की कृपा का प्रतीक है। रुद्राक्ष की माला न सिर्फ नकारात्मक ऊर्जा से बचाती है, इसका प्रयोग पवित्र मंत्रों के जाप के लिए भी होता है।

गौरीशंकर

एक मुखी: एक मुखी रुद्राक्ष को सबसे चमत्कारी माना गया है। इसे धारण करने से मनुष्य को शक्ति और सुख प्राप्ति होती है।

दो मुखी: दो मुखी रुद्राक्ष को माता पार्वती और शिवजी का रूप माना जाता है। इसमें दो दाने एक साथ जुड़े होते हैं। इसकी पूजा से परिवार में सुख-शांति रहती है।

तीन मुखी: यह रुद्राक्ष त्रिदेव रूप माना जाता है जो विद्या और सिद्धि प्रदान करता है।

चार मुखी: इस रुद्राक्ष को ब्रह्मरूप कहा गया है। यह चतुर्विध फल प्रदान करता है।

पांच मुखी: इसे पंचमुख शिव स्वरूप कहते हैं जिसे धारण करने से समस्त पापों का नाश हो जाता है।

छह मुखी: इसे भगवान कार्तिकेय का रूप माना गया है। यह हर प्रकार की बुराई का अंत करता है।

सप्त मुखी: सात मुखी रुद्राक्ष को अनंत कहा जाता है। यह मनुष्य के जीवन से सभी प्रकार के दुखः और दारिद्य को दूर करता है।

आठ मुखी: इसे अष्टमूर्ति भैरव रूप माना जाता है। इसे धारण करने से मनुष्य के सभी कष्ट दूर होते हैं।

नौ मुखी: यह मनुष्य को सर्वेश्वर की ओर ले जाता है। इसे धारण करने से मनुष्य को शिवजी की कृपा प्राप्त होती है।

दस मुखी: इस रुद्राक्ष में भगवान श्री विष्णु का वास होता है। समस्त इच्छाओं की पूर्ति हो जाती है।

ग्यारह मुखी: इस रुद्राक्ष को धारण करने से व्यक्ति को सफलता और जीत हासिल होती है।

बारह मुखी: इसे धारण करने से व्यक्ति की कीर्ति और यश सूर्य की तरह बढ़ती है।

चौदह मुखी: इसे परम शिव रूप माना गया है। जिसे धारण करने से शांति और सभी पापों से मुक्ति मिलती है।

पंद्रह मुखी: इसमें भगवान पशुपति का वास होता है। इसे धारण करने से स्वास्थ्य लाभ मिलता है।

सोलह मुखी: जिस भी घर में यह रुद्राक्ष होता है वह घर हमेशा सुरक्षित रहता है।

सत्रह मुखी: इसे धारण करने से भगवान विश्वकर्मा का आशीर्वाद प्राप्त होता है।

अठारह मुखी: इसे धारण करने से व्यक्ति के जीवन में सुख, शांति और समृद्धि आती है।

उन्नीस मुखी : इसे धारण करने से मनुष्य के सभी कष्ट दूर हो जाते हैं और उसका जीवन सुखमय बन जाता है।

बीस मुखी: इसे धारण करने से शिवजी का आशीर्वाद प्राप्त होता है और मनुष्य की सभी इच्छाएं पूर्ण होती हैं।

इक्कीस मुखी: कहा जाता है कि इस रुद्राक्ष में सभी देवी-देवताओं का वास होता है।

हार्दिक शुभकामनाओं सहित
VNP
vijeta
Namkeen
Perfect rising snacks.
VNP
VIJETA NAMKEEN PRODUCTS
Main Road Bhupalpura, Udaipur-313001, Rajasthan INDIA, Contact No. : 0294-2415817, Mob. : 09828555227
E-mail ID. : vijetanamkeen@gmail.com

With Best Compliments from
NAHAR
COLOURS & COATING LTD.
Certified ISO 9001 by
BVQi
UKAS
QUALITY MANAGEMENT
NCCL, House, G-1, 90-93, Sukher Industrial Park
Udaipur-313004 INDIA
Tel. : +91-294-2440307-309 | Fax : +91-294-2440310
E-mail : ramesh@naharcolours.net

श्री श्री रविशंकर के सानिध्य में प्राण प्रतिष्ठा समारोह

श्रीलंका में माता सीता का भव्य मंदिर

अयोध्या में 22 जनवरी को भव्य श्री राम मंदिर के उद्घाटन के बाद अब श्रीलंका के एलिया गांव में विशाल सीता अम्मन मंदिर का निर्माण एवं कुंभाभिषेक समारोह संपन्न हुआ। इसका उद्घाटन 19 मई को अशोक वाटिका में भारत के आध्यात्मिक गुरू श्री श्रीरविशंकर ने किया। यह मंदिर भारत और श्रीलंका के मध्य आध्यात्मिक और सांस्कृतिक संबंधों के महत्व को दर्शाता है। सीता अम्मन मंदिर के प्राण प्रतिष्ठा (कुंभाभिषेकम)समारोह में भारत, नेपाल और श्रीलंका सहित विभिन्न देशों के भक्त बड़ी संख्या में शामिल हुए। जिसमें अयोध्या की सरयू और गंगा नदियों के पवित्र जल का उपयोग किया गया। यह वही स्थान है जहां रावण ने माता सीता का अपहरण कर बंदी बना रखा था। जिसे अशोक वाटिका कहा जाता है। तिरूमाला - तिरूपति मंदिर से भेजे गए 5000 लड्डू भक्तों में वितरित किए गए। इस अवसर पर माता सीता की जन्म स्थली जनकपुर (नेपाल), श्री राम की जन्म स्थली अयोध्या व श्री हनुमान की जन्म स्थली किष्किंधा आदि से भी उपहार भेजे गए। प्राण प्रतिष्ठा समारोह में 15 सदस्यीय भारतीय प्रतिनिधि मंडल ने भाग लिया। उपहारों में ग्रेनाइट का वह टुकड़ा भी था। जिसका उपयोग अयोध्या में श्रीराम की मूर्ति को तराशने में किया गया। उद्घाटन करते हुए श्री श्रीरविशंकर ने कहा कि 'माता सीता करूणा, मातृत्व और धैर्य की प्रतिमूर्ति हैं।' उन्होंने कहा कि राम राज्य वह समाज है जहां हम प्रकृति के नियमों के अनुसार सद्भाव समृद्धि और आनंद का जीवन जीते है। यह मंदिर संपूर्ण विश्व की महिलाओं में पीड़ा मुक्त जीवन और न्यायपूर्ण एवं समृद्ध समाज की आशा जगाएगा। श्री रविशंकर का स्वागत श्रीलंका के प्रधानमंत्री श्री दिनेश गुणवर्धने व रक्षा राज्य मंत्री प्रेमिता बंडारा ने किया।

प्रस्तुतिः दुर्गाशंकर मेनारिया

युद्ध व विदेश नीति के महानायक प्रताप

महाराणा प्रताप की छवि हर देशवासी के दिलो-दिमाग में हल्दीघाटी और दीवेर के सूरमा के रूप में तो बसी ही है, लेकिन यह भी नहीं भूलना चाहिए कि वे अपने दौर में हरित और पर्यावरण क्रांति के अग्रदूत भी रहे।

डॉ. श्रीकृष्ण जुगनू

9 जून जयंती विशेष

मेवाड़ के जिन सूरमाओं ने देश को अपने अवदान से चकित विस्मित किया, उनमें महाराणा प्रताप का नाम शीर्ष पर है। न केवल वीरता और मूल्यनिष्ठ संघर्ष बल्कि भारतीय युद्धनीति और विदेश नीति के आधार को प्रस्तुत या प्रभावित करने वाले महानायक के रूप में प्रताप की देन को देखा जा सकता है।

प्रताप की छवि सबके दिलो दिमाग में हल्दीघाटी और दीवेर के सूरमा के रूप में बसी है, लेकिन यह नहीं भूलना चाहिए कि वे अपने दौर में हरित और पर्यावरण क्रांति के अग्रदूत भी रहे। वे देश के विभिन्न हिस्सों के उन शासकों के भी आश्रयदाता के रूप में रहे जो एक विदेशी वंश के सामने हरगिज हथियार नहीं डालना चाहते थे। प्रताप उन सभी ताकतों को अपने साथ लेकर मुगल शहंशाही से भिड़ जाना चाहते थे। उसे उखाड़ फैंकना चाहते थे, सिर्फ इसलिए कि भारत को उसी की भूमि का नेतृत्व मिल सके। उस समय ग्वालियर, गुजरात, वागड़, बूंदी आदि रियासतों ने ऐसी उम्मीद कतई नहीं छोड़ी थी कि भारत एक बार फिर केन्द्रीय ताकत बने। महाराणा सांगा के बाद सबको मेवाड़ से बहुत आशाएं थीं और इसलिए मेवाड़ को नेतृत्व देने में न केवल राजपूत, वरन हकीम खां सूर जैसे अफगानी लड़ाकों ने भी प्रताप के पक्ष में खड़े होने का साहस किया। जो स्थानीय शासक प्रताप के पक्ष में नहीं आया, स्वयं प्रताप ने उसे समझाने और पराजित कर अपनी ओर से खड़ा होने का सबक भी दिया। तत्कालीन कुछ रियासतों ने प्रताप को बेटी देकर उनके राष्ट्रीय नेतृत्व को संबल देने का प्रयास भी किया। उस काल में प्रताप के प्रति ऐसा विश्वास अन्यत्र दिखाई नहीं देता। चावंड 1582 ई. से लेकर महाराणा प्रताप ही नहीं, अमरसिंह के काल तक मेवाड़ की राजधानी रहा। इसको राजधानी के रूप में विकसित करने का सबसे बड़ा कारण यही था कि जावर जैसे खदान बहुल और राजस्व देने वाले क्षेत्र पर मेवाड़ का एकाधिकार बने रहना। फिर लोह उत्पादक नठारापाल जैसी खानें भी इधर थीं। जावर के व्यापारियों का गुजरात आदि से बहुत व्यापार था। वे जावरिया कहे जाते थे। चावंड में सुरक्षा की दृष्टि से महल बना किंतु असुरक्षा की स्थिति में पहाड़ियों पर भी किले बनवाए गए। टीकम बावजी, उदय की पहाड़ियां प्रताप की बहुत स्मृतियां लिए हैं। चावंड में ही प्रताप ने 19 जनवरी 1597ई. को अंतिम सांस ली और यहां बहने वाली बांडोली नदी के तट पर ही उनका अंतिम संस्कार हुआ। हालांकि चावंड को छप्पन क्षेत्र का केन्द्र रहने का सौभाग्य मिला, कितु यह बड़ा सच है कि यहीं से मेवाड़ शैली के चित्रों का प्रचलन भी हुआ। प्रताप के जीवन की यह सबसे बड़ी देन है कि मध्यकाल में शांति के दौर में उन्होंने कला को प्रश्रय दिया और महाराणा कुंभा ने अपने जिस बृहत्संगीराज ग्रंथ में राग-रागिनियों का बर्णन किया, उन पर आधारित पदावलियों का सचित्र लेखन, आरेखन आरंभ करवाया। गोपीकृष्ण कानोड़िया के संग्रह में रागमाला के जो चित्र मिले हैं, वे निसारदी के बनाए हुए हैं। वह निसारदी मुस्लिम चित्रकार था। तलवार के धनी हकीम खां सूर के बाद, निसारदी प्रताप का आश्रय पाने वाला वह तुलिकाकर्मी था जिसने राजस्थानी और मेवाड़ कलम को पहचान दी। यह बहुत कम को ही ज्ञात होगा कि रागमाला नामक रचना तानसेन की थी और वह अकबर के दरबार में लिखी गई। तानसेन ग्वालियर का था और चूंकि ग्वालियर के शासक तंवर रामशाह प्रताप के बहुत निकट रहे, लिहाजा प्रताप पर कहीं कोई प्रभाव तानसेन का रहा हो। इस बारे में शोध संभावनाएं हैं। यहीं रहते हुए प्रताप ने विश्ववल्लभ जैसे कालजयी कृति के अनुसंधानों, प्रयोगों को अंतिम रूप देते हुए पर्यावरण रक्षा के लिए उद्यानों, वाटिकाओं के विकास का मार्ग प्रशस्त करते हुए जंगल के दहाने पर शांति के सुमन खिलाने का प्रयास किया। मेवाड़ में इसी काल में सर्वाधिक वाटिकाओं और जलस्रोतों का विकास कार्य आरंभ होता है और कम से कम खर्च में अधिकाधिक जल संसाधन सृजित करने का विचार जागा, भूगोल, विज्ञान, पारिस्थितिकीय अध्ययन और नवीनीकृत कृषि की दिशा में यह एक नए युग का सूत्रपात कहा जा सकता है। मेवाड़ से ही इसका आगाज हुआ और जिसने कुछ वक्त बाद मुगल राजकुमार दारा शिकोह को नुस्खा दर फन्नी फलाहत जैसी कृति लिखने को प्रेरित किया। जयपुर में वाटिका विनोद का काव्यानुवाद हुआ। राज्याश्रय में ज्योतिष को प्रश्रय प्रताप के व्यक्तित्व की खास देन है। प्रताप के नाम पर मेवाड़ में तलवारों का नामकरण भी हुआ।

नए अवतार में रॉयल मोटर्स 2.0

उदयपुर। हीरो मोटो कॉर्प लि. के अधिकृत विक्रेता पंचवटी स्थित रॉयल मोटर्स का नए इनोवेशन के बाद रॉयल मोटर्स 2.0 के नये अवतार का हीरो मोटो कॉर्प लि. के नेशनल हेड अखिलेश विजय, जोनल हेड नीरज तिवारी, जोनल हेड सेल्स सीजेड गौरव शर्मा, जोनल हेड सीई सीजेड निलेश बोराडे, जोनल केड हेड नवनीत कौर ने उद्घाटन किया। रॉयल मोटर्स के प्रबंध निदेशक शेख शब्बीर के मुस्तफा ने बताया कि रॉयल मोटर्स के नए अवतार के उद्घाटन के मौके पर कंपनी के अधिकारियों ने पन्द्रह ग्राहकों को हीरो मोटरसाइकिल की डिलीवरी दी। इस अवसर पर अखिलेश विजय ने कहा कि हीरो कंपनी आज तक अपने ग्राहकों के विश्वास पर खरा उतरी है और यही कारण है कि वह समय-समय पर ग्राहकों की जरूरतों के अनुसार नयी-नयी गाड़ियों को लॉंच एवं बाजार में गाडियों को नए फीचर्स के साथ बाजार में लाती है। इससे पूर्व रॉयल मोटर्स के पदाधिकारियों, मनामा मोटर्स के हुसैन मुस्तफा एवं अन्य ने कम्पनी के अधिकारियों का भावभीना स्वागत किया।

डॉ. चांगवाल को पीएचडी

उदयपुर। डॉ. रवि चांगवाल को पेसिफिक यूनिवर्सिटी उदयपुर ने डॉक्टरेट उपाधि प्रदान की। उन्होंने अपना शोध कार्य प्रो. सुरेश अमेता के मार्गदर्शन में शोध विषय कुछ एल्को-हॉली का धातु फैराइटों से उत्प्रेरित आणविक ऑक्सीजन द्वारा ऑक्सीकरण में अद्वितीय योगदान पर किया। डॉ. चांगवाल रसायन शास्त्री है। वर्तमान में वे ग्रीन रसायन में डॉक्टरेट कर रहे हैं और पर्यावरण के पक्षधर है।

विद्यापीठ में दइया फैलोशिप की शुरुआत

उदयपुर। जनार्दनरा नागर राजस्थान विद्यापीठ डीम्ड टू बी विश्वविद्यालय के प्रतापनगर स्थित कुलपति सचिवालय में डॉ. पूनमकृष्णा दइया फैलोशिप की शुरुआत की गई। कुलपति प्रो. एसएस सारंगदेवोत, कुल प्रमुख भंवरलाल गुर्जर, ट्रस्टी डॉ. सुनील दईया, मीता दईया, पीठ स्थविर डॉ. कौशल नागदा ने सरस्वती प्रतिमा के सम्मुख दीप प्रज्जवलित किया। अध्यक्षता कर रहे प्रो. सारंगदेवोत ने कहा कि पूनम दईया का शोध कार्य भारत के उल्लेखनीय शोध कार्यों में से एक है।

अग्रवाल पुनः बने सचिव

उदयपुर। शहर की स्काई मरीना रेजिडेंट वेलफेयर सोसायटी के चुनाव में अध्यक्ष पद पर संदीप भार्गव निर्विरोध चुने गए, जबकि अचल अग्रवाल लगातार दूसरी बार सचिव निर्वाचित हुए। उपाध्यक्ष पद पर नारायणलाल असावा, सहसचिव पद पर प्रमोद कुमार बड़ोला, कोषाध्यक्ष पद पर प्रकाश माहेश्वरी व सहसचिव पद पर लूलूआ रहीम चुने गए।

मावली प्रधान ने पदभार संभाला

मावली। मावली पंचायत समिति प्रधान पद पर उप प्रधान नरेन्द्र कुमार जैन ने पदभार ग्रहण किया। इस अवसर पर पंचायत समिति में विधायक पुष्करलाल डांगी, प्रदेश महासचिव नरेश सुथार, ब्लॉक अध्यक्ष राजेन्द्र गोखरू, खेमली ब्लॉक अध्यक्ष महेन्द्रसिंह राणावत, युवा कांग्रेस जिलाध्यक्ष रौनक गर्ग, सोहनलाल गायरी, लवकुमार पुरोहित, नगरपालिका अध्यक्ष भूपेन्द्र गुर्जर, नुरड़ा सरपंच मनोहरलाल गुर्जर, पूरणसिंह राव, महीन खान सहित कई लोग मौजूद थे। पुष्करलाल डांगीके विधायक बन जाने पर प्रधान पद खाली था।

शर्मा राष्ट्रीय महामंत्री, पालीवाल प्रदेशाध्यक्ष

उदयपुर। सूरत में आयोजित विप्र फाउंडेशन के राष्ट्रीय अधिवेशन में विप्र समाज के विभिन्न मुद्दों पर चर्चा हुई। अधिवेशन में गठित विप्र फाण्डेशन की नवीन कार्यकारिणी में उदयपुर से धर्मनारायण जाशी को पुनः राष्ट्रीय संरक्षक, केके शर्मा को राष्ट्रीय महामंत्री तथा नरेन्द्र पालीवाल को विप्र फाण्डेशन जोन-1 प्रदेश अध्यक्ष मनोनीत किया गया। इनके अलावा राकेश जोशी को प्रदेश महामंत्री विप्र फाउंडेशन जोन-1, राधेश्याम सिखवाल को राष्ट्रीय उपाध्यक्ष, प्रमोद पालीवाल को राष्ट्रीय सचिव, लक्ष्मीकांत वैष्णव को राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य मनोनीत किया गया।

नंदावत अध्यक्ष, नागौरी महामंत्री

उदयपुर। सुभाषनगर जैन सोसायटी के चुनाव महावीर भवन में संपन्न हुए। साधारण सभा की बैठक में चुनाव अधिकारी डी.सी. कोठारी, डूंगरसिंह कोठारी एवं एस.एल. मांडोत के सानिध्य में नव निर्वाचित कार्यकारिणी का गठन किया गया। इसमें राकेश नंदावत अध्यक्ष दिनेश मुनेत उपाध्यक्ष, मनीष नागोरी महामंत्री, शांतिलाल कदमालिया कोषाध्यक्ष, हेमंत कोठारी मंत्री, गगन तलेसरा संगठन मंत्री एंव सहवृत सदस्य चन्द्रप्रकाश मारू, लक्ष्मीलाल जारोली, अमित लोढ़ा, प्रकाश जैन, निर्मल भंडारी को चुनाव अधिकारी ने शपथ दिलाई।

डीपी आभूषण लिमिटेड अब बीएसई में सूचीबद्ध

उदयपुर। डीपी आभूषण लिमिटेड बॉम्बे स्टॉक एक्सचेंज (बीएसई) में सूचीबद्ध हुआ है। लिस्टिंग समारोह मुंबई स्थित बीएसई कन्वेंशन हॉल में हुआ। इसमें कैपिटल मार्केट की प्रमुख हस्तियों ने भाग लिया। मुख्य अतिथि महाराष्ट्र के आवास मंत्री अतुल सावे थे। इंडियन बुलियन एवं ज्वेलरी एसोसिएशन के अध्यक्ष पृथ्वीराज चौहान, जेम एंड ज्वेलरी एक्सपर्ट प्रमोशन काउंसिल के अध्यक्ष विपुल शाह और ऑल इंडिया जेम एंड ज्वेलरी एसोसिएशन के अध्यक्ष पृथ्वीराज चौहान, जेम एंड ज्वेलरी एक्सपोर्ट डोमेस्टिक काउंसिल के चेयरपर्सन संयम मेहरा विशेष अतिथि थे। बीएसई लिस्टिंग और ट्रेडिंग डवलपमेंट के प्रमुख गिरीश जोशी, प्रभुदास लीलाधर समूह की चेयरपर्सन और एमडी अमीषा वोरा भी मौजूद थे।

दिल्ली में दुनिया का सबसे बड़ा संग्रहालय 'युगे युगीन'

दिल्ली में युगे युगीन भारत राष्ट्रीय संग्रहालय दुनिया का सबसे बड़ा संग्रहालय होगा। राष्ट्रीय राजधानी के नार्थ ब्लॉक और साउथ ब्लॉक में बनने वाला यह नया संग्रहालय 1.17 लाख वर्गमीटर क्षेत्र में फैला होगा, जिसमें एक भूमिगत तल और तीन मंजिलों पर 950 कमरे होंगे। फ्रांस की सरकार दिल्ली में बनने वाले इस संग्रहालय के लिए भारत के साथ साझेदारी करेगी।

फ्रांस के शीर्ष अधिकारी तथा विशेषज्ञों की टीम ने इस दिशा में चर्चा की। 'युगे युगीन' भारत राष्ट्रीय संग्रहालय में आठ विषयगत खंड होंगे, जो भारत की पांच हजार वर्षों की कहानी बताएंगे।

इनमें प्राचीन भारतीय ज्ञान, प्राचीन से मध्यकाल, मध्यकालीन से बदलाव का दौर, आधुनिक भारत, औपनिवेशिक शासन (ब्रिटिश, डच, पुर्तगाली और अन्य के शासन का ब्योरा), स्वतंत्रता संग्राम और 1947 के बाद से अब तक के भारत के बारे में बताया जाएगा। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने गत वर्ष 26 जुलाई को दिल्ली के एक समारोह में युगे-युगीन भारत राष्ट्रीय म्युजियम निर्माण की घोषणा की थी।

अपनी परीक्षा

1. विश्व पर्यावरण दिवस मनाया जाता है।
(अ) 5 जून (ब) 7 जून
(स) 8 जून (द) 10 जून

2. राजस्थान के राज्य पक्षी का नाम है।
(अ) मयूर (ब) गोडावण
(स) गौरया (द) बया

3. भारतीय टेस्ट क्रिकेट टीम के कप्तान हैं।
(अ) विराट कोहली (ब) हार्दिक पण्ड्या
(स) रोहित शर्मा (द) ऋषभ पन्त

4. अयोध्या में राम मंदिर का उद्धाटन हुआ ।
(अ) 22 जनवरी 2023 (ब) 22 फरवरी 2024
(स) 22 जनवरी 2024 (द) 23 जनवरी 2024

5. निम्न में से नहरों का शहर है।
(अ) रोम (ब) एथेन्स
(स) इंडोनेशिया (द) वेनिस

6. सोहगीबरवा अभयारण्य स्थित है।
(अ) उत्तरप्रदेश (ब) प. बंगाल
(स) उड़ीसा (द) बिहार

7. उज्जवला योजना का सम्बंध है।
(अ) बेटी बचाओ (ब) खेती बचाओ
(स) नि: शुल्क शिक्षा (द) गैस कनेक्शन

8. भारतीय गणितज्ञ ने दशमलव स्थानिक मानक की खोज की ।
(अ) भास्कर (ब) आर्यभट्ट
(स) ब्रम्हगुप्त (द) वराह मिहिर

9. नरेन्द्र मोदी ने वाराणसी से चुनाव लड़ा।
(अ) चौथी बार (ब) दूसरी बार
(स) पहली बार (द) तीसरी बार

10. भारत के प्रथम राष्ट्रपति थे।
(अ) सी. राजगोपालचारी (ब) डॉ. राजेन्द्र प्रसाद
(स) डॉ. जाकिर हुसेन (द) नीलम संजीव रेड्डी

-उत्तर अन्य पृष्ठ पर देखें

मुखौटा

चुनाव खत्म होते ही बिजली महंगी

उत्तराखंड में बिजली दरों में 6.92 प्रतिशत की बढ़ोतरी की गई है। बीपीएल श्रेणी के अलावा हर श्रेणी पर बिजली दरों को बढ़ाया गया है। उत्तराखंड विद्युत नियामक आयोग ने 26 अप्रेल को नई दरों का ऐलान किया और वे एक अप्रेल से लागू की गई। राज्य में लोकसभा चुनाव के मतदान के बाद बढ़ोतरी से उपभोक्ताओं को महंगाई का बड़ा झटका लगा है। विद्युत नियामक आयोग 12562.27 करोड़ का खर्चा बताते हुए उसी अनुरूप दरों में बढ़ोतरी की मांग की थी। आयोग ने खर्चों को सीमित करते हुए 10690.03 करोड़ का खर्चा स्वीकार किया है। आयोग ने ऊर्जा निगम के 1872.24 करोड़ के खर्चों को खारिज किया है। घरेलू श्रेणी के ऐसे उपभोक्ता, जो सिर्फ 100 यूनिट तक ही बिजली खर्च करते हैं, उनकी दरों में 25 पैसे प्रति यूनिट की वृद्धि की गई है।

घर हो या ऑफिस खास है- ब्रह्मस्थान

किसी भी भवन में, चाहे व घर हो या ऑफिस, गोदाम हो अथवा फैक्ट्री, ब्रह्म स्थान ही उसमें महत्वपूर्ण होता है। ब्रम्हस्थान अर्थात भवन का केन्द्र बिंदु। वास्तु में क्या है, इसका महत्व बता रहे हैं- डॉ. ज्योति वर्धन साहनी।

मानव शरीर में पेट का मध्य भाग यानी नाभि का जो महत्व है, वही महत्व किसी भवन में ब्रह्म स्थान का है। जिस प्रकार पेट सही रहने पर सारा शरीर स्वस्थ रहता है, इसी प्रकार ब्रह्म स्थान का वास्तु सही होने पर भवन में सब स्वस्थ रहते हैं और अच्छी तरक्की कर जीवन खुशकाल बनाते हैं।

व्यवसायिक भवन हो या आवासीय भवन, दोनों में ब्रह्म स्थान का दोष प्रभावी होता है। जैसे पेट भारी होने से व्यक्ति भाग-दौड़ नहीं सकता है, ऐसे ही भवन में ब्रह्म स्थान में दोष होने से व्यक्ति की उन्नति / तरक्की रुक जाती है। इस स्थान पर सीढ़ी कभी न बनाएं, क्योकि सबसे ज्यादा भार उसी में होता है। भारी फर्नीचर, बीम आदि ब्रहम स्थान में बिल्कुल नहीं होने चाहिए। बेहतर है कि इस जगह को खाली व खुला स्थान रखें। यहां से भवन के सदस्यों का बार-बार गुजरना होता है और ऐसा होने से उनमें बेहतर तालमेल व मधुर संबंध रहते हैं। यदि कमरा ब्रह्म स्थान में ही बनाना है तो ड्राइंग रूप, लिविंग रूम, डाइनिंग रूम बना सकते हैं।

व्यावहारिक रूप से यहां गड्ढा भी नहीं होना चाहिए अर्थात हमारी लिफ्ट भी कभी ब्रह्म स्थान में नहीं हो, क्योंकि लिफ्ट की जगह पर पांच फुट का गहरा गड्ढा कम से कम तो अवश्य होगा ही। ब्रह्म स्थान पर टॉयलेट सीट होने की भी सर्वथा मनाही है, क्योंकि वो भी गड्ढे के रूप में होती है। कई जगहों पर ऐसा पाया गया है कि ब्रह्म स्थान में अंडरग्राउंड पानी संग्रह करने वाले अथवा स्विमिंग पूल बनाने वाले लोगों को मृत्युयोग व कुलनाश की परिस्थितियों का व रातोंरात आर्थिक रूप से उजड़ जाने का सामना करना पड़ा है। और ऐसा भी देखने में आता है कि ब्रह्म स्थान में गड्ढा होने की स्थिति में घर में संतोनोत्पति नहीं हो पाती है। याद रखें, ब्रह्म स्थान का फर्श ऊचा-नीचा न होकर समतल होना चाहिए। यदि किसी प्लाट में ब्रह्म स्थान में गड्ढा बना दिया जाता है तो ऐसे प्लाट के मध्य भाग में बने गड्ढे को तुरंत मिट्टी से भरवा दें। अगर प्लाट में गंगाजल, पंचामृत अथवा गौमूत्र का 7 दिनों तक छिड़काव करें और तीन-चार बार किसी नए बछड़े को जन्म देने वाली गाय को घुमा दें तो मकान / भवन बनना शुरू हो जाएगा और बाधाएं भी नहीं आएंगी।

यदि ब्रह्म स्थान छत तक खुला हो और वहां से आकाश दिखता हो तो ऐसे पूरे भवन को आकाश तत्व व वायु तत्व का भी विशेष लाभ मिलता है और भवन की सकारात्मक ऊर्जा कई गुना बढ़ जाती है।

(लेखक वरिष्ठ वास्तु शास्त्री हैं)

एस. एस. पॉलिटेक्निक कॉलेज, उदयपुर

अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद् (AICTE) से मान्यता प्राप्त
(उमरड़ा, उदयपुर) ईमेल –sscollege2013@gmail.com

SS Polytechnic College, Udaipur — Shanti Suri — Pride of Knowledge

1st Polytechnic College of Rajasthan Accredited by NBA

NBA — NATIONAL BOARD OF ACCREDITATION

NATIONAL BOARD OF ACCREDITATION — ACCREDITED BY — NBA

तीन वर्षीय इंजीनियरिंग डिप्लोमा पाठ्यक्रम, सत्र 2024–25

प्रवेश प्रारम्भ सत्र 2024–25

क.स.	ब्रांच का नाम	प्रवेश क्षमता प्रथम वर्ष	
1.	सिविल अभियांत्रिकी (Civil)	120	द्वितीय वर्ष (पार्श्व प्रवेश)
2.	विद्युत अभियांत्रिकी (Electrical)	180	
3.	यांत्रिकी अभियांत्रिकी (Mechanical)	120	

प्रवेश हेतु न्युनतम योग्यता

प्रथम वर्ष हेतु	10 वीं उत्तीण
द्वितीय वर्ष हेतु	आई.टी.आई. अथवा 12 वीं विज्ञान (PCM) उत्तीर्ण

फीस

Rs. 30,000/- प्रति वर्ष
नोटः फीस किस्तो में ली जा सकती है।

10 वीं के बाद सीधे तकनीकी शिक्षा Diploma(Polytechnic) में प्रवेश।
11 वीं तथा 12 वीं Arts/Commerce छात्रों के लिए सुनहरा मौका।

सीधे इंजिनीयर बनें | हमारा उद्देश्य-रोजगारोन्मुख विशिष्ट प्रशिक्षण

रोजगार के अवसर

सरकारी व गैर सरकारी उपक्रम जैसे रेलवे, हिन्दुस्तान जिंक, RSMML, दूरसंचार कंपनी (Airtel, Vodafone, BSNL) सिमेंट प्लांट, बिड़ला, जे के व अन्य, सिक्योर मीटर्स, माइंस, विद्युत वितरण (RSEB), उत्पादन, प्लास्टिक उद्योग, आदि तकनीकी कंपनियों में रोजगार के स्वर्णिम अवसर।

डिप्लोमा उत्तीर्ण विद्यार्थी **PWD, PHED, NIC, RTO, RAILWAY,** विद्युत विभाग में कनिष्ठ अभियन्ता, सूचना सहायक, **Technician, ITI** अनुदेशक, परिवहन निरिक्षक आदि पदों के लिये योग्य है।

SPECIAL TRAININGS

- PLC-SCADA
- SURVEYING
- 3D-PRINTER
- ENGINE LAB
- WEB DESIGN
- PC HARWARE
- PCB DESIGN
- CAD DESIGN

and many more...

✦डिप्लोमा उत्तीर्ण विद्यार्थी 12वीं उत्तीर्ण के समकक्ष मान्य है।
✦डिप्लोमा उत्तीण विद्यार्थी बी. टेक. द्वितीय वर्ष में सीधे प्रवेश के लिये योग्य है।

प्रवेश से पूर्व एक बार संस्था visit अवश्य करें।

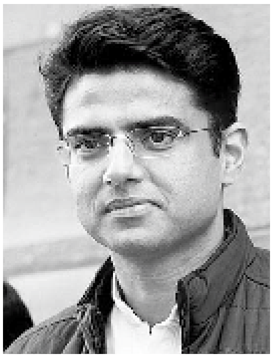
प्रवेश संबंधित जानकारी संस्था में सीधे मिलकर प्राप्त की जा सकती है।

मोबाईल नं
98291 79662

प्रदेश कांग्रेस में बदलाव की बयार

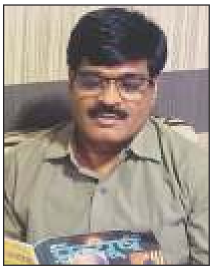
उमेश शर्मा

राजस्थान में पिछले वर्ष नवम्बर में विधान सभा चुनावों में सत्ता से बाहर होने के बाद प्रदेश कांग्रेस में बड़े बदलाव की हलचल शुरू हो चुकी है। इसी साल स्थानीय निकाय और पंचायत राज चुनावों से पहले ब्लॉक और मंडल से लेकर प्रदेश स्तर तक हाईकमान बदलाव का मन बना चुका है। इसके लिए लोकसभा चुनाव के दौरान पर्यवेक्षकों की रिपोर्टस् को भी आधार बनाया जा रहा है। बदलाव की भनक लगते ही चर्चा शुरू हो गई है कि अब अगला पीसीसी चीफ कौन होगा? क्या वर्तमान अध्यक्ष को एक्सटेंशन मिलेगा? या किसी नए चेहरे को कमान सौंपी जाएगी। अधिकतर नेताओं का मानना है कि मौजूदा अध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा को दूसरी पारी की इजाजत शायद मिल जाए। वे 2022 से इस पद पर हैं। उन्होंने संगठन को जीवंत रखने की भरपूर कोशिश की। पीसीसी चीफ के लिए जादूगर कहे जाने वाले अशोक गहलोत का नाम भी एक बार फिर सुर्खियों में है। गहलोत तीन बार के प्रदेश अध्यक्ष, तीन बार के मुख्यमंत्री और राष्ट्रीय कांग्रेस के महासचिव रह चुके हैं। ऐसे में पीसीसी के अध्यक्ष पद के लिए उनका नाम भी मजबूत है। यह अलग बात है कि



गहलोत इस पर राजी होते हैं या नहीं, क्योंकि पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष पद पर प्रस्ताव को भी उन्होंने दर किनार कर दिया था। उनके प्रशंसकों का मानना है, उनका यह निर्णय दूरदृष्टि से परिपूर्ण था। इसके अलावा भी सचिन पायलट, हरीश चौधरी, मुरारी लाल मीणा, रघु शर्मा, प्रताप सिंह खाचरियावास के नाम भी चर्चा में हैं। लोकसभा चुनाव के दौरान प्रदेश में प्रत्येक लोकसभा सीट पर नियुक्त पर्यवेक्षकों और प्रचार के लिए आने वाले नेताओं की रिपोर्टस् को हाईकमान ने गंभीरता से लिया है और वह उन ब्लॉक, मंडल अध्यक्ष प्रदेश पदाधिकारियों और तथाकथित वरिष्ठ नेताओं को पद से हटाने अथवा संगठन से बाहर का रास्ता दिखाने का मन बना चुका है। जो विधानसभा चुनाव और उसके बाद लोकसभा चुनाव में निष्क्रिय रहे अथवा पार्टी प्रत्याशी के लिए समस्याएं खड़ी करते रहे। लोकसभा चुनाव के 4 जून को परिणामों के कुछ ही दिनों बाद से बदलाव की यह बयार दिखाई देगी। इसके साथ ही उन पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं को तवज्जों दी जाएगी जिन्होंने सम्पूर्ण निष्ठा और बिना किसी दिखावे के प्रचार के संगठन को मज़बूत बनाने और विधान सभा व लोकसभा चुनाव में पार्टी प्रत्याशियों के लिए रात-दिन एक किया।

पाठक पीठ

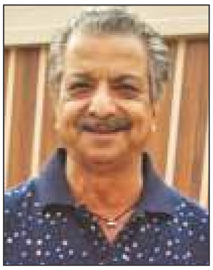


'प्रत्यूष' का मई-24 का अंक मिला। बाबूलाल नागा का महिलाओं को लोकतांत्रिक सदनों में उचित प्रतिनिधित्व को लेकर लिखा गया आलेख अच्छा लगा। महिला आरक्षण विधेयक जिसे संसद ने पारित किया है, उसका लाभ भी उन्हे 2029 से मिलेगा। तब तक राजनैतिक दल महिलाओं को पर्याप्त प्रतिनिधित्व देना सुनिश्चित करें।

धीरेन्द्र सच्चान,
उद्योगपति

'जब अनपढ़ थे, ज्यादा जागरूक थे,' डॉ अशोक कुमार गदिया का आलेख सच्चाई और परम्परा से रूबरू कराने वाला है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के स्वच्छता सम्बंधी आव्हान के बाद स्वच्छता व सफाई व्यवस्था व्यवहार में आने लगी है, लेकिन अभी हमें और जागरूक बनने की जरूरत है, क्योंकि इसका सीधा सम्बंध स्वास्थ्य से भी है।

आर.एस. व्यास,
चेयरमैन, टेक्नो इंडिया
एनजेआर इंजि. कॉलेज



'प्रत्यूष' के मई-2024 के अंक में कुपोषण के कारण बच्चों के शारीरिक विकास में ठहराव सम्बंधी अजीत प्रतापसिंह का आलेख पढ़ा जिसमें उत्तरप्रदेश के बाल विकास विभाग, संयुक्त राष्ट्र बाल कोष, विश्व स्वास्थ्य संगठन, वर्ल्ड बैंक आदि की रिपोर्टस का हवाला देते हुए बताया गया है कि कुपोषण के कारण बच्चों की ऊंचाई नहीं बढ़ पा रही और नाटापन हावी है। सरकारों को इस दिशा में गंभीर होकर सोचना व कदम बढ़ाना चाहिए।

हेमंत छाजेड़,
उद्योगपति

मई-24 के अंक में रेणु शर्मा का आलेख 'अहं के अस्तित्व को बुद्ध ने कभी स्वीकार नहीं किया।' अच्छा लगा। बुद्ध के अनुसार भविष्य की चिंता में डूबे रहना ही दु:ख का कारण है, व्यक्ति को चाहिए की वर्तमान को संवारे। बुद्ध ने अहं के अस्तित्व को कभी स्वीकार ही नहीं किया, क्योंकि उसे अपने सद्विचारों और सत्कर्मों से गलाया जा सकता है।

रमेशचन्द्र शर्मा,
सीएमडी,
टेक्नोमिन इंजि.

प्रश्नोत्तरी : अपनी परीक्षा

1(अ) 2(ब) 3(स) 4(स) 5(द) 6(अ) 7(द) 8(ब) 9(द) 10(ब)

अधूरी ख्वाहिश

प्रिया देवांगन 'प्रियू'

मम्मी....मम्मी..... सुनिए न ! क्या हुआ मेरी गुड़िया ? सुबह-सुबह शोर क्यों मचा रही हो ? मम्मी.....मिन्नी स्वरबद्ध होकर बोली और आ कर पीछे से लिपट गई। अच्छा बताओ क्या बात है ? मिन्न बोली मम्मी मेरे दिमाग में बहुत अच्छा आइडिया आया है, आज के लिए। ओह! ऐसा आज कुछ खास दिन है क्या ? मिन्नी अपनी आँखें बड़ी-बड़ी कर हैरान नज़रों से मम्मी को देखने लगी; तभी किचन में पापा जी भी आ गए और दोनों से पूछने लगे- क्या बात है ? माँ-बेटी में क्या खुसुर-फुसुर हो रही है भई.... ! पापा जी थोड़ा मजाकिया अंदाज में बोले। 'नहीं... नहीं...ऐसी कोई बात नहीं है पापाजी'- कह कर मिन्नी किचन से चली गई। पापा जी के ऑफिस जाने के बाद मिन्नी बोली- 'क्या मम्मी आप भी न...' ऐसा बोलते ही शांत बैठ गई। ओह...हो ! ठीक है बाबा बताओ , क्या-क्या करना है ? मिन्नी ने अपनी मम्मी को पूरी योजना बताई। मम्मी बहुत खुश हुई और बोली - 'एक बिटिया ही तो होती है, जो पापा के जीवन का हर छोटा-बड़ा सपना साकार करने में लगी रहती है और बिल्कुल माँ जैसा ख्याल रखती है, भाव-विभोर हो मम्मी की आँखें भर आई।

शाम होते ही पापा जी ऑफिस से घर लौटे, थोड़ी देर बाद मिन्नी पापा जी से बोली- पापा जी चलिए न मेरे कमरे में; क्यों ?पापा जी बोले। ऐसे ही....कुछ दिखाना है आपको। अच्छा चलो; मम्मी पापा और मिन्नी तीनों कमरे में गए। कमरे में बहुत अंधेरा था। बिटिया लाइट तो जलाओ। धैर्य रखिए बाबा.... ।

इतनी भी क्या जल्दी है! मिन्नी पापा की लाडली जो थी। ओके बिटिया... ।

लाइट जलाते ही पापा जी विस्मित भाव से देखने लगे। सहसा फूलों की वर्षा होने लगी, छोटे-छोटे बल्ब जुगनुओं से चमकने लगे, नीचे धरती पर मखमली घास बिछी थी, कोयल की सुमधुर आवाज की तरह धीमे स्वर में गाना चल रहा था, एक प्यार का नगमा है........... ! टी-टेबल में बहुत सारी मिठाईयाँ, फल-फूल, केक वगैरह.... वगैरह.... । केक कट करते ही मिन्नी पापा जी को एक गिफ्ट पैकिंग आहिस्ता से खोलने के लिए बोली। पापा जी भी मुस्कुराते हुए आहिस्ता-आहिस्ता खोलने लगे। खोलते ही उनकी आँखें नम हो गईं और मिन्नी को गले से लगा लिया। पिता, बेटी को प्यार भरी नज़रों से देखने लगे। उन्होंने देखा पापा की एक फेवरेट लैपटॉप उनके सामने रखी हुई है।जिसकी पापा जी को बरसों से अभिलाषा थी। बेटा ये लैपटॉप !! ना...ना...पापा जी कुछ न कहिए ये आपके बहुत काम की है, आप दिन-रात, जाग-जाग कर मोबाइल में ही अपनी कविताएं टाइप करते रहते हैं। सो..... मैंने और मम्मी ने सोचा क्यों न पापा जी को सरप्राइज दे दें। पापा जी बोले- आज मेरी बेटी इतनी बड़ी हो गई की पापा की ख्वाहिश पूरी कर रही है ! मिन्नी पापा को गले लगा कर जन्मदिवस की बधाई देती हुई, हैप्पी बर्थडे पापा...हैप्पी बर्थ डे माई डियर पापा जी... !

तभी कानों में मम्मी की आवाज सुनाई देने लगी.......मिन्नी अरी ओ गुड़िया, उठो ! बेटा भोर हो गई। कितनी देर तक सोयेगी, ये लड़की भी न, पता नहीं आज इसे क्या हो गया ? मिन्नी की आँखें खुलीं, चहुँओर सन्नाटा छाया था। जो कुछ भी हुआ एक स्वप्न था। मिन्नी, मम्मी को गले लगाती हुई अपने पापा को याद कर सिसकियाँ भर रोने लगी।

इंसानियत

पाकिस्तानी किशोरी में धड़का भारत का 'दिल'

भारत और पाकिस्तान के बीच तनाव आए दिन सुर्खियां बनतीं हैं। पर, इस बार खबर एक भारतीय दिल की है जो पाकिस्तान में धड़केगा। ऐसा संभव हुआ है भारतीय चिकित्सकों द्वारा कराची की एक किशोरी के हृदय प्रत्यारोपण से। 2019 से बीमार चल रही इस किशोरी को दिल्ली के 69 वर्षीय ब्रेन डेड दाता से हृदय मिलने के बाद नया जीवन मिला है। चेन्नई के एक अस्पताल में हृदय प्रत्यारोपण करने वाली डॉक्टरों ने कहा कि कराची की 19 वर्षीय किशोरी की सर्जरी सफलतापूर्वक हुई और उसे पिछले दिनों छुट्टी दे दी गई। अस्पताल ने बताया कि इस साल जनवरी में किशेरी को ब्रेन डेड व्यक्ति से हृदय मिला। किशोरी 2019 में कार्डियक अरेस्ट के बाद से अपने जीवन के लिए संघर्ष कर रही थी। उसके हृदय के पंप में रिसाव हो गया था।

भारत को धन्यवाद: प्रत्यारोपण के बाद किशोरी ने कहा कि मैं अब ठीक महसूस कर रही हूं। उसने इलाज के लिए वीजा देने पर भारत सरकार और खुद को बचाने वाले चिकित्सकों को धन्यवाद दिया। किशोरी की मां सनोबर ने कहा कि उनकी बेटी बहुत बीमार थी और बहुत ही कठिन परिस्थितियों में उन्हें वीजा मिला। भारत का शुक्रिया।

सर्वधर्म समभाव के प्रखर पैरोकार गुरू अर्जन देव

उदय प्रजापत

सिख धर्म के पांचवे गुरू श्री गुरू अर्जन देव साहिब है। वे शिरोमणि, सर्वधर्म समभाव के प्रखर पैरोकार होने के साथ-साथ मानवीय आदर्शों को कायम रखने के लिए आत्म बलिदान करने वाले एक महान आत्मा थे। उनका जन्म सिख धर्म के चौथे गुरू, गुरू रामदासजी व माता भानीजी के घर 15 अप्रैल 1563 को गोइंदवाल (अमृतसर) में हुआ।

गुरू अर्जन देवजी की निर्मल प्रवृत्ति, सहृदयता, कर्तव्यनिष्ठता तथा धार्मिक एवं मानवीय मूल्यों के प्रति समर्पण भावना को देखते हुए गुरू रामदासजी ने 1581 में पांचवें गुरू के रूप में उन्हें गुरू गद्दी पर सुशोभित किया। इस दौरान उन्होंने गुरूग्रंथ साहिब का संपादन किया, जो मानव जाति को सबसे बड़ी देन है। संपूर्ण मानवता में धार्मिक सौहार्द पैदा करने के लिए अपने पूर्ववर्ती गुरूओं की वाणी को जगह-जगह से एकत्र कर उसे धार्मिक ग्रंथ में बांटकर परिष्कृत किया। गुरूजी ने स्वयं की उच्चारित 30 रागों में 2,218 शब्दों को भी श्री गुरूग्रंथ साहिब में दर्ज किया है।

एक समय की बात है। उन दिनों बाला और कृष्णा पंडित सुंदरकथा करके लोगों को खुश किया करते थे। और सबके मन को शांति प्रदान करते थे। एक दिन वे। गुरू अर्जन देव जी के दरबार में उपस्थित हुए और - प्रार्थना करने लगे- महाराज... । हमारे मन में शांति नहीं है। आप ऐसा कोई उपाय बताएं जिससे हमें शांति प्राप्त होगी ? तब गुरू अर्जन देवजी ने कहा- अगर आप मन की शांति चाहते हो तो जैसे आप लोगों को कहते हो उसी प्रकार आप भी करो, अपनी कथनी पर अमल किया करो। परमात्मा को संग जानकर उसे याद रखा करो। अगर आप सिर्फ धन इकट्ठा करने के लालच -से कथा करोगे तो आपके मन को शांति कदापि प्रास नहीं होगी। बल्कि उलटा आपके मन का लालच बढ़ता जाएगा और पहले से भी ज्यादा दुखी हो जाओगे।

अपने कथा करने के तरीके में बदलाव कर निष्काम भाव से कथा करो, त्तभी तुम्हारे मन में सच्ची शांति महसूस होगी। अपने ऐसे पवित्र वचनों से दुनिया - को उपदेश देने वाले गुरूजी का मात्र 43 वर्ष का जीवनकाल अत्यंत प्रेरणादायी रहा। वे आध्यात्मिक चिंतक एवं उपदेशक के साथ ही समाज सुधारक भी थे। अपने जीवन काल में गुरूजी ने धर्म के नाम पर -आडंबरों और अंधविश्वास पर कड़ा प्रहार किया। सती प्रथा जैसी सामाजिक कुरीतियों के खिलाफ भी वे इंटकर खड़े रहे। गुरू अर्जन देव जी ने 'तेरा कोआ मीठा लागे / हरि नाम पदारथ नानक मागें' शब्द का उच्चारण करते हुए सन् 1606 में अमर शहीदी प्राप्त की। आध्यात्मिक जगत में गुरू जी को सर्वोच्च स्थान प्राप्त है।

हार्दिक श्रद्धांजलि

जन्म 23.10.1930 देवलोकगमन 14.06.2003

परम श्रद्धेय आदरणीया

श्रीमती प्रमिला देवी शर्मा

|| श्रद्धानवत ||

पंकज-रेणु, नीरज-डॉ. अनिता (पुत्र-पुत्रवधु), अभिजय, मेघांश (पौत्र), आर्षेयी, प्रिशा (पौत्री)
शोभा-सुरेन्द्र, सुधा-ओम, डॉ.वीणा-स्व. गौरव, अरुणा-पद्म, रश्मि-अनिल (पुत्री-दामाद)
दोहित्र-दोहित्री :- प्रत्यूष, मोहित, स्व. चिन्मय, तन्मय, भार्गवि,
नयन नारायण, पूर्वा, हार्दिक, चिर्कीषु, जिगिषा

रक्षाबन्धन, धानमण्डी,उदयपुर

'मन चंगा तो कठौती में गंगा'

जनक दुलारी जोशी

लुगायाँ रो झूमको त्यार व्यो। कोई तो बेना-बेना कोई गाँव में गंगा जी जावा सास-बहूआ, कोई देराणी-जेठाणी ने कोई माँ बेटियाँ। रामी बाई भी आपणी बेन लारे जावा ने त्यार व्या। वणा री बहू कमली पाछे पड़ी के 'सासू माँ मनेई लेई जाओ पण वणा वीने हमजाई ने कियो के-आपी दोई परा जावाँगा तो घर-बार कूण हमालेगा? आगली जातरा में थूं परी जाजे तो म्हूँ घर हमाल लूगाँ।

सासू जी रे तीरथ जाया केड़े कमली काम धन्धे लागी, पण गंगा स्नान रो उमावो मन में घुमड़तो रियो। चार दन वीत ग्या। परबाते (प्रभात) कठौती (तगारी) में पाणी भर न्हावा लागी तो अचानक सासू माँ रो ध्यान आयो के आज वी गंगा जी में स्नान करी रिया वेगा। वा भी माथा पे पाणी कूड़ती जाती ने बोलती जाती। 'जय गंगा मैया, हर-हर गंगा मैया, म्हारो भी जनम सफल करो मोक्षदायी माँ। 'पाणी भरता, कठौती में लोट्या कणी चीज़ सू टकरायो देख्यो तो सासू माँ रो होना रो काँकण। कमली री आख्याँ देखती रेईगी- जदी पाणी भर्यो जदी तो यो नी हो। भोली कमली वीने हमाल ने रख दी दो। मईना क पछे सासू माँ आया। आखो दन मिलवा वाला आता रिया ने कमली परसाद रा पड़कि वार-वार ने वणा ने देती री। राते हँगला एक साथे रोटी जीमवा बैठा। रामी बाई जातरा री वाता वताता बोल्या. जातरा में एक नुकसान वेइग्यो, जदी म्हू गंगा में न्हायी री ही कजाणो किंकर एक कंगन गंगा में पड़ ग्यो। या वात हुणताई कमली बावली रे ज्यूँ उठी वी ने कंगन लाई ने सासू माँ ने दी दो अर् बोली- ' आपरे जणी दन गंगा स्नान करवा री ही वणी दन आपने याद करती जाई री ने जय गंगा, हर.हर गंगा बोलती जाती ने न्हाती जाती। अचानक कठौती में आपरो या कंगन हाथ में आयो। झट सासू माँ उठा वेई ने बहू रे गले लागा। वणां रा मूंडां सू निकल्यो- 'ऐ कमली-थारो मन हांचो हो, गंगा साक्षात अटे आयी धन थूं अर् धन थारी भगति ! मन चंगा तो कठौती में गंगा। जदी सूं निष्पाप भोला मिनखा रे वाते या केवत (कहावत) वणगी।

ग्रह-नक्षत्र

शादियों पर ब्रेक

गुरु 8 मई से अस्त है, यह स्थिति 5 जून तक रहेगी। वहीं शुक्र 4 मई से अस्त है और 27 जून तक अस्त ही रहेगा। इस कारण मई और जून में विवाह सहित किसी भी मांगलिक काम के लिए मुहूर्त नहीं होंगे। 9 जुलाई से पुन: विवाह मुहूर्त आरंभ होंगे। जुलाई में भी शादियों के लिए सिर्फ 6 मुहूर्त हैं। 15 जुलाई को सीजन का आखिरी विवाह मुहूर्त रहेगा और 17 जुलाई को देवशयनी एकादशी से चातुर्मास शुरू हो जाएगा। इस कारण दोबारा शादियों पर ब्रेक लगेगा और 16 जुलाई से 11 नवम्बर तक कोई मुहूर्त नहीं रहेगा।

गुरु और शुक्र अस्त होने पर क्यों नहीं रहते शादी के मुहूर्त

सनातन परम्परा में ज्योतिषी शादी के मुहूर्त निकालने के लिए गुरु और शुक्र की गणना को बेहद खास मानते हैं। उनके मुताबिक ये दोनों ग्रह शुभ होते हैं और अच्छी शादीशुदा जिंदगी के लिए जिम्मेदार होते हैं। जब ये दोनों ग्रह सूर्य के नजदीक आ जाते हैं तो इनका असर कम हो जाता है। गुरु और सूर्य के बीच जब 11 डिग्री का फासला रहता है तो गुरु अस्त हो जाता है। वहीं शुक्र में यह फासला 10 डिग्री का होने पर इस ग्रह को अस्त माना जाता है।

चाइना मोबाइल चित्त

भारत में धाक जमाने के बाद रिलायंस जियो ने डाटा खपत के मामले में भी एक नया वैश्विक रिकॉर्ड कायम किया है। डाटा ट्रैफिक के मामले में वह नंबर एक सेवा प्रदाता बन गई है। टेलीकॉम कंपनियों के डाटा ट्रैफिक, ग्राहक आधार पर नजर रखने वाली फर्म टीएफिशियंट की रिपोर्ट के अनुसार पिछले तिमाही में रिलायंस जियो के नेटवर्क पर कुल डाटा ट्रैफिक 40.9 एक्साबाइट रहा। इससे जियो ने चाइना मोबाइल को पीछे छोड़ दिया है। दूसरे पायदान पर खिसक कर आने वाली चाइना मोबाइल के नेटवर्क पर इस अवधि में डाटा खपत 40 एक्साबाइट से भी कम रही। चीन की एक और कम्पनी चाइना टेलीकॉम डाटा खपत के मामले में तीसरे नंबर पर, तो भारत की एयरटेल चौथे नंबर पर रही। जियो नेटवर्क पर प्रति ग्राहक मासिक डाटा खपत बढ़कर 28.7 जीबी हो गई है, जो तीन साल पहले केवल 13.3 जीबी थी।

सुनों! कथा विक्रम-बेताल की

डॉ. श्याम मनोहर व्यास

बेताल राजा विक्रमादित्य के कन्धे से उचक कर फिर पेड़ पर जा बैठा। हठी विक्रम भी नहीं माना और उसने बेताल का शव पुन: पेड़ से उतारा और कन्धे पर डाल आगे चल पड़ा।

मार्ग में बेताल ने कहा :- 'राजा विक्रम तुम बड़े ही हठी स्वभाव के हो। अब क्या चाहते हो, बोलो।' विक्रमादित्य ने कहा :- 'बेताल। तुम्हारी बातें मुझे बहुत अच्छी लगती हैं। तुम्हारी समस्याएं सुनने में मुझे आनंदानुभूति होती है। अब और कोई प्रश्न है, तुम्हारा ?

बेताल ने कुछ सोच कर कहा :- 'विक्रम। तुम्हारे सामने दो सामान्य प्रसंग रख रहा हूँ। इन्हें सुलझाओ। सन्तोषप्रद उत्तर नहीं मिलने पर तुम्हारे सिर के तीन टुकड़े हो जाएंगे।'

'पूछो क्या पूछना चाहते हो ?' राजा विक्रम ने कहा।

बेताल बोला :- 'काफी पुरानी बात है। रामनगर में केसू नाम का एक व्यक्ति रहता था। वह घरों में पूजा-अनुष्ठान कर जीवन यापन करता था। पर इससे वह सन्तुष्ट नहीं था। उसने भगवान विष्णु की तपस्या की। कठोर तपोसाधना से भगवान प्रसन्न हुए।

एक दिन विष्णु प्रकट होकर बोले :- वत्स। तुम्हारी भक्ति-साधना से बहुत प्रसन्न हूँ। बोलों, क्या चाहते हो ?' धन, वैभव, पद... ?'

केसूर बोला :- नहीं भगवन मुझे यह नहीं चाहिए।

तब भगवान पुन: बाले :- 'तो क्या चाहिए, सेना और सोना चाहिए ?'

केसू धीमे स्वर में बोला :- हे, प्रभो! मैं एक ही वरदान आपसे मांगता हूँ। वह मिल जाने पर मेरी सभी इच्छाएं पूर्ण हो जाएंगी।

'अच्छा, तो बोलो क्या चाहते हो। भगवान बोले।'

केसू बोला :- 'भगवान। मुझे शातिर राजनेता और तदनन्तर मंत्री पद पाने का वरदान दें।'

'तथास्तु।' कह कर भगवान विष्णु अर्न्तध्यान हो गए। बेताल ने यह कथा सुना कर राजा विक्रम से पूछा :- 'विक्रम बताओ, केसू ने राजनेता व मंत्री बनना ही क्यों पसंद किया।'

विक्रम ने कहा :- 'बेताल ! यह तो सामान्य बात है कि राजनेता का लोहा सब मानते हैं। तुमने भी देखा होगा कि जो व्यक्ति फटेहाल घूमा करता था, नेता बनने के पश्चात उसके घर वैभव का अम्बार लगा है। यदि चुनाव जीत कर वह मंत्री पद पा लेता है तब तो सोने में सुहागा। मंत्री पद कल्पवृक्ष के समान है जो व्यक्ति को सारी सुख-सुविधाएं उपलब्ध करा देता है।'

व्रिकम का उत्तर सुनकर बेताल बोला :- 'विक्रम। तुम्हारा उत्तर सटीक व सही है। अब में एक समस्या और रखता हूँ। सुनों' गोविन्दपुर गांव में रामधन नाम का एक साहूकार था। उसका एक मेधावी पुत्र था, उसका नाम चन्द्रधर था। वह सरल व शान्त चित्त था। वह ऐसा व्यवसाय करना चाहता था। जो ईमानदारी से किया जा सके। एम.ए. प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण किया था। परिणामस्वरूप वह एक कॉलेज में प्राध्यापक हो गया। तीन-चार वर्ष शिक्षा क्षेत्र में सेवाएं (नौकरी) दी।

एक दिन प्रशासनिक अधिकारी बनने के लिए समाचार पत्र में लिखित परीक्षा होने का विज्ञापन छपा। वह प्रतियोगिता में शामिल हुआ और सफल भी हो गया। बाद में एक इन्टरव्यू का सामना कर उसमें भी उसने बाजी मार ली। यद्यपि प्राध्यापक की ग्रेड से वह पद कम मानदेय वाला था। फिर भी उसने वर्तमान पद से इस्तीफा दे दिया और प्रशासनिक पद ग्रहण कर लिया। विक्रम। बताओं चन्द्रधर ने प्राध्यापकी जैसा बौद्धिक, सम्मान जनक व ईमानदार पेशा क्यों छोड़ा जबकि उसमें वेतन भी नये पद से अधिक था। सटीक व सही उत्तर देना नहीं तो तुम्हारी भी मेरे जैसी गत हो जायगी।

राजा विक्रमार्क ने सोच कर कहा :- 'बेताल। आज का युग अर्थ प्रधान है, हर व्यक्ति चाहता है कि वह येन-केन प्रकारेण अधिकाधिक धन अर्जित करे। साधन कैसा भी हो साध्य धन कमाना है। चन्द्रधर ने सोचा-अध्यापकी में क्या धरा है, ईमानदारी का पेशा हुआ तो क्या।

शिक्षा प्रदान करने वाला यह पुनीत कार्य जीवन की मूल भूत आवश्यकताओं को पूरी नहीं कर सकता। ट्यूशन का धन्धा अपना कर वह शिक्षा का व्यापारी नहीं बन सकता। प्रशासनिक अधिकारी बन कर वह सभी सुविधायें पा लेगा जो इस पेशे में नहीं है। अध्यापकी की नौकरी में वह छोटा-सा घर भी शहर में नहीं बना सकता। जबकि ऊपरी आमदनी से नया मकान, स्कूटर, टी.वी, फ्रीज आदि सभी वस्तुयें उसे इस पद की बदौलत मिल जाएगी। उसने हिसाब लगा कर नया पद ग्रहण करना ही अधिक श्रेष्ठ समझा। समय के अनुसार उसने अपने आपको ढाल लिया।'

तब बेताल ने कहा :- 'विक्रमार्क। तुम्हारे दोनों उत्तर से मैं संतुष्ट हूँ। अब थोड़ा विश्राम करना चाहता हूँ।' यह कह कर बेताल फिर पेड़ पर जा बैठा। विक्रमादित्य देखता ही रह गया।

कलम से फूले-फले घर की बगिया

आर.एस. यादव

बगिया को फूलों और पौधों से सजाने के लिए हम बीज मिट्टी में बोते हैं या फिर नर्सरी से पौधा खरीद लेते हैं। आप कलम के ज़रिए भी पौधे बगिया में लगा सकते हैं। आपके घर के पड़ोस या आसपास पसंदीदा फूल के पौधे लगे हों तो उनकी कलम से आप नया पौधा बना सकते हैं।

दो तरह की होती हैं कलम

1. सख्त कलम – ये कलम तब ली जाती है जब पौधा सुषुप्तावस्था में हो यानी जब फूलने के बाद अपने आराम की अवधि समाप्त करने वाला हो और अपने नए विकास के चरण में प्रवेश करने वाला हो।

2. नरम कलम – जब पौधा सक्रिय रूप से विकास कर रहा हो यानी फूल आने के तत्काल बाद।

दोनों अवस्था में कलम परिपक्व होनी चाहिए।

कलम से ऐसे पौधे तैयार करें

बारिश के मौसम के अलावा फरवरी माह में भी पौधों की कटिंग लगा सकते हैं। ऐसी क़लम चुनें जिसमें थोड़ी-बहुत पत्तियां हों। इसे तेज धार वाले प्रूनिंग कटर से काटें। क़लम तोड़ें नहीं। आप जिस मिट्टी में कटिंग लगा रहे हैं उसका मिश्रण अच्छा होना चाहिए। इसके लिए भुरभुरी मिट्टी अच्छी मानी जाती है।

फाइकस बेंजामिना

यह पौधा बहुत पसंद किया जाता है। इसकी 6 से 8 इंच कटिंग अच्छी मिट्टी में लगाकर नए पौधे तैयार कर सकते हैं।

इन्हें कलम से लगाएं

जेड प्लांट, फाइकस की कई क़िस्में,पीपल, कटहल, गूलर आदि की कटिंग आसानी से लग जाती है। गुडहल, सेवंती, गुलाब, मोगरा, कलांचू, चम्पा, रबर प्लांट, गुलदाउदी, डहेलिया, कैक्टस, पोर्टुलाका, ड्रायसीना, डेफनबेकिया, एग्लोनिमा, सिंगोनियम, अरेलिया, मनीप्लांट, कनेर, गार्डेनिया, क्रोटन आदि की कटिंग लगा सकते हैं। बोगनवेलिया की कटिंग के लिए यह समय उपयुक्त नहीं है। इसकी कटिंग फरवरी–मार्च में लगाई जाती है।

गुलाब की कटिंग

गुलाब की सभी किस्मों की कटिंग नहीं लगती है। फ्लोरीबंडा, मिनिएचर और क्रीपर पौधों की कटिंग आसानी से लग जाती है। गुलाब की 9 इंच की कटिंग लेकर उसके नीचे के भाग को तिरछा काटकर तिरछा ही मिट्टी में लगा दें।

कटिंग पर गोबर लगाएं

गुलाब के पौधे की कटिंग लगाने के बाद उसके ऊपर गाय का गोबर लगाया जाता है। करीब 10 दिन बाद जहां पर गोबर, लगाया है, उसके पास से कटिंग में वृद्धि शुरू हो जाती है। इस कटिंग को धूप-छांव वाली जगह पर रखें और जब पत्तियां निकल आएं तब ही कटिंग को दूसरे गमले में लगाएं।

तैयार करें गमला

- छोटे गमले में अच्छी जल निकासी वाली मिट्टी भरें।
- मिट्टी में कटिंग के आकार से थोड़ा ज़्यादा गड्ढा करें।
- अब तने की कटिंग के आधे भाग (2-3 इंच) को गड्ढे में लगा दें और मिट्टी को अच्छी तरह दबा दें।
- कटिंग लगाते समय ध्यान रखें कि इसमें लगी हुई पत्तियां मिट्टी को स्पर्श न करें।
- मिट्टी पर पानी से स्प्रे करें ताकि मिट्टी नम हो जाए। कलम में जड़ें आने तक मिट्टी में नमी बनाए रखना ज़रूरी है।
- कटिंग के गमले को हल्की धूप वाले स्थान पर रखें।
- पौधे की किस्म और कटिंग के अनुसार लगभग 15 से 45 दिन के अंदर कटिंग में नई पत्तियां दिखनी शुरू हो जाएंगी।

- अच्छी तरह जड़ें विकसित हो जाने के बाद आप कटिंग को बड़े गमले में लगा सकते हैं।
- कलम में जड़ें निकलने का समय कलम के प्रकार और पर्यावरणीय परिस्थितियों के साथ बदलता रहता है।

(लेखक वरिष्ठ उद्यानिकी विशेषज्ञ हैं।)

प्रत्यूष

समाज में समरसता और भातृत्व भाव की पोषक पत्रिका

प्रत्यूष (बहुरंगी हिन्दी मासिक)

के आज ही सदस्य बनें। मात्र 600 रुपए वार्षिक।

पताः 2, रक्षाबंधन, मेहतों का पाड़ा, धानमण्डी, उदयपुर (राज.) 313 001

SHRI SANWALIYA PROPERTY

Tulsiram Manawat +91 98290 42511

Hiran Magri, Sec-6, Opp. Petrol Pump,
Udaipur (Raj.) - 313 002

7 Rays

7 Rays Hotel

17,18 Block C Central area Parshuram
Chouraha, 100 ft Road, Udaipur,
Mo.: 9828940511

7rayshotel@gmail.com
www.7rayshotel.com

नाश्ते में लें सेहतमंद प्रोटीन

रोज एक से नाश्ते से मन ऊब जाता है। कभी-कभी कुछ नया आजमाने का मन करता है, जो स्वादिष्ट होने के साथ सेहतमंद भी हो ताकि दिनभर ऊर्जा और ताजगी बनी रहे। इस बार कुछ ऐसे ही शेक आपके लिए पेश हैं, जिन्हें सुबह पीने के साथ ही व्यायाम के बाद लेना भी फायदेमंद है।

केसर शर्मा

सेब-ओट्स शेक

यह शेक कॉलेज और ऑफिस जाने वालों के लिए एक अच्छा और पोषक नाश्ता साबित हो सकता है।

सामग्री: ओट्स–3 बड़े चम्मच, सेब–1 (छिला और बारीक कटा), दूध–2 कप, आमंड बटर–3 बड़े चम्मच, कोको पाउडर–सजाने के लिए

विधि: ब्लेंडर में सेब, दूध, बटर, ओट्स को डालें। इन्हें तब तक चलाएं जब तक कि सभी चीजें अच्छी तरह से मिल न जाएं। जब गाढ़े रूप में आ जाए तो गिलास में डालकर ऊपर से कोको पाउडर बुरक कर पीएं और पिलाएं।

पीनट बटर शेक

इसमें पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन होता है। इसे पीने का सबसे बेहतर समय वर्कआउट के बाद का है।

सामग्री: केले – 2 मध्यम आकार के, पीनट बटर–2 बड़े चम्मच, ग्रीक योगर्ट–2 कप, गाढ़ा दूध– 100 मिली, चियां सीड्स– 1 बड़ा चम्मच, कोको पाउडर–बुरकने के लिए

विधि– ब्लेंडर में दूध, केले, योगर्ट, पीनट बटर को डालकर अच्छी तरह से शेक बना लें। स्मूदी जैसा बनाने के लिए महीन न पीसें। गिलास में शेक डालें ऊपर से चिया सीड्स और कोको पाउडर डालकर सर्व करें।

बादाम नारियल शेक

बादाम प्रोटीन का बेहतर स्रोत है। दूध के साथ इसका सेवन शरीर में प्रोटीन की कमी को पूरा करता है।

सामग्री: बादाम–10, सूखा नारियल 1/2 कप, पानी–ढाई कप, दालचीनी पाउडर–1 छोटा चम्मच, शहद–1 बड़ा चम्मच, अलसी के बीज–2 बड़े चम्मच, दूध–2 कप।

विधि– बादाम और नारियल को रातभर के लिए पानी में भिगोकर रख दें। सुबह निकालकर मिक्सी में पीस लें। इनके ब्लेंड हो जाने पर दूध मिलाकर एक बार और मिक्सी में पीस लें। जब तक कि गाढ़ा शेक न बन जाए। इसमें दाल चीनी का पाउडर, अलसी के बीज और शहद डालकर अच्छी तरह से मिला लें। दालचीनी पाउडर मिलाकर सर्व करें।

चॉकलेट प्रोटीन शेक

ये बहुत ज्यादा मीठापन लिए नहीं है। इसमें डाली गई सामग्री इसे स्वादिष्ट और प्रोटीन से भरपूर बनाती है।

सामग्री: सेब–1 (बारीक टुकड़ों में कटा), आमंड बटर–1 बड़ा चम्मच, डार्क चॉकलेट–1 बड़ा चम्मच, दूध–1 कप, दही–1/2 कप, खजूर–2 (बीज निकाले हुए)।

विधि – एक बाउल में सेब, बटर कोको पाउडर, दूध–दही और खजूर डालकर हल्का सा उलट–पलट लें। इस सामग्री को ब्लेंडर में डालकर गाढ़ा शेक बना लें। गिलास में डालकर ऊपर से डार्क चॉकलेट से सजाकर सर्व करें।

Puneet Jain
95494 40999

Gajendra Mandot
94138 12280

DIVA

THE HOUSE OF SAREES

Sister Concern :- LAAJO SAREES

229, (5), Sardarpura,
Opp. Central Academy School, Udaipur (Raj.)

इस माह आपके सितारे

पं. शोभालाल शर्मा

मेष

आत्म निरीक्षण करें, जो आपको भविष्य की गलतियों से बचने में मदद करेगा, पारिवारिक जीवन में वरिष्ठजन की राय का सम्मान करें, वाद–विवाद और प्रस्तिस्पर्द्धा में सफलता की उम्मीद नहीं रखनी चाहिए। अर्थिक पक्ष लाभप्रद है, मानसिक रूप से अस्वस्थ रह सकते हैं, पद लाभ मिल सकता है।

वृषभ

सफलता प्राप्ति के लिए आपको थोड़ा इंतजार करना होगा। कार्य क्षेत्र में शत्रुओं को हावी न होने दें, जब तक आप अपना काम पूरा नहीं कर लेते तब तक किसी से उस बारे में चर्चा न करें, धार्मिक कार्यों में मन लगा रहेगा। पैतृक मामले पक्ष में रहेंगे, उच्च शिक्षा में नये अवसर मिलेंगे।

मिथुन

पारिवारिक मामलों में गलतफहमी से बचने की कोशिश करें, माह के अन्त में बच्चों की प्रगति अच्छी रहेगी, कोई भी निर्णय घर के बड़ों की सलाह से ही लें, स्वास्थ्य की दृष्टि से उथल–पुथल सम्भव है, क्रोध पर नियंत्रण रखें, दाम्पत्य जीवन में मिठास रहेगी, नौकरी पेशा जातकों को कार्य में प्रसंशा मिलेगी।

कर्क

माह की शुरूआत में आर्थिक लाभ तो होगा, फिर भी चिंताए खत्म नहीं होगी, उचित योजना और जिद से किये गये काम में महिने के अंत तक सफलता मिल सकती है, विद्यार्थी वर्ग को मनचाहा परिणाम प्राप्त होगा, पहले से व्याधिग्रस्त जातक सचेत रहें।

सिंह

अप्रत्याशित सफलता के कारण अतिप्रसन्न न हों, जल्दबाजी में कोई निर्णय न लें, कार्य क्षेत्र में आप कुछ नयी योजनाएं आरंभ कर पायेंगे, विलंबित कार्य चल पड़ेगें। परिवार में मतभेद सम्भव, विद्यार्थी वर्ग पूर्ण रूप से उत्साहित रहेगा, स्वास्थ्य की दृष्टि से कमजोर महसूस करेंगे।

कन्या

अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए कठोर परिश्रम एवं प्रयासों को बनाए रखना होगा, नये परिचितों से लाभ मिलेगा, मन किंकर्तव्य विभूढ की स्थिति में रहेगा, साझेदारी में धोखा सम्भव, विद्यार्थी वर्ग कड़े परिश्रम से गुजरेंगे, स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, भाग्य के सहारे नैया पार लग सकती है।

तुला

महिने की शुरूआत में विरोधी आप पर हावी होने की कोशिश करेंगे, शासकीय कार्यों को नियमानुसार ही करें, कार्य प्रभार के कारण यात्राएं करनी पड़ सकती हैं, व्यर्थ की गलतफहमी मन को प्रताड़ित करेगी, स्वास्थ्य के प्रति सजग रहें, खर्चों में वृद्धि सम्भव है।

इस माह के पर्व/त्योहार

1 जून	ज्येष्ठ कृष्णा नवमी + दशमी	बाल सुरक्षा दिवस
5 जून	ज्येष्ठ कृष्णा चर्तुदशी	विश्व पर्यावरण दिवस
6 जून	ज्येष्ठ अमावस्या	संत ज्ञानेश्वर जयंती
9 जून	ज्येष्ठ शुक्ल तृतीया	महाराणा प्रताप जयंती
10 जून	ज्येष्ठ शुक्ल चतुर्थी	गुरू अर्जुन देव शहीद दिवस
12 जून	ज्येष्ठ शुक्ल षष्ठी	महारानी लक्ष्मी बाई निर्वाण दिवस
15 जून	ज्येष्ठ शुक्ल नवमी	महेश जयंती
16 जून	ज्येष्ठ शुक्ल दशमी	गंगा दशहरा मेला (हरिद्वार)
17 जून	ज्येष्ठ शुक्ल एकादशी	निर्जला एकादशी व्रता इदुलजुहा /गायत्री जयंती
1 जून	ज्येष्ठ शुक्ल चर्तुदशी	अंतराष्ट्रीय योग दिवस / संतकबीर जयंती

वृश्चिक

सम्बन्धियों से विवाद हमेशा मानसिक तनाव पैदा करेगा, फिलहाल ऐसी स्थिति को मन के धैर्य के साथ संभाले। अगर आपकी बातो का सम्मान नहीं है तो कोई बातचीत न करे, संतान पक्ष से चिन्ता बनी रहेगी, कार्य क्षेत्र में नयी ऊर्जा मिलेगी, स्वास्थ्य उत्तम।

धनु

किसी भी महत्वपूर्ण निर्णय में कार्य पूरा होने तक किसी से चर्चा ना करें, विरोधियों को चुनौती देने के लिए नई योजनाएं बनानी होंगी, कार्य क्षेत्र में उठा–पटक सम्भव। भाई–बहिनों का पूर्ण सहयोग मिलेगा, संतान पक्ष में हर्षोल्लास, स्वास्थ्य सामान्य रहेगा।

मकर

लम्बी अवधि के निवेश के लिए अपने विरोधियों से सलाह लें, अपने नाते–रिश्ते दारों के साथ किसी भी अनावश्यक चर्चा में भाग न लेवे, व्यवसाय एवं कार्य क्षेत्र में नयापन आयेगा, भौतिक सुख–सुविधाओं में वृद्धि सम्भव, भाई–बहिनों से मतभेद बन सकते है, आय पक्ष उत्तम रहेगा।

कुम्भ

सेहत का ध्यान रखना जरूरी है, अपने खर्चों पर नियंन्त्रण रखें, छोटे–बड़े अपमान एवं सम्मान को नजरअंदाज करें, घरेलु समस्याओं को आपको धैर्य के साथ हल करना होगा, परिवार में धार्मिक आयोजन सम्भव, स्थाई एवं महत्वपूर्ण कार्यों पर ध्यान दें।

मीन

महिने की शुरूआत में आपको कुछ अप्रत्याशित समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है, ऐसी समस्याओं का डटकर सामना करें, मित्र मंडली से आवश्यक समर्थन मिलेगा, वाणी में कड़वाहट से बचे, क्रोध पर नियन्त्रण रखें, परिवार से वैचारिक सामंजस्य न बिठा पाने से परेशानी होगी।

जैन सोशल ग्रुप संस्कार का शपथ समारोह

उदयपुर। जैन सोशल ग्रुप इंटरनेशनल फैडरेशन मेवाड़ रीजन का नवगठित ग्रुप जैन सोशल ग्रुप संस्कार का पहला शपथ ग्रहण समारोह गत दिनों हुआ। मुख्य अतिथि सहकारिता मंत्री गौतम दक, मेवाड़ रीजन चेयरमैन अनिल नाहर, आईएफएस मुख्य वन संरक्षक जोधपुर आरके जैन, चेयरमैन इलेक्ट अरुण मांडोत, पूर्व चेयरमैन आरसी मेहता, सचिव महेश पोरवाल, कोऑर्डिनेटर राकेश नंदावत, हिमांशु राय नागौरी, महेन्द्र कुमार मेहता थे।

इन्हें मिली जिम्मेदारी: कार्यकारिणी में संस्थापक अध्यक्ष प्रकाश कोठारी, उपाध्यक्ष विनोद कुमार लसोड़, सचिव जितेन्द्र धाकड़, सहसचिव राजेन्द्र कुमार चोरड़िया, कोषाध्यक्ष किरण पोखरना एवं सांस्कृतिक सचिव चन्द्रकांता मेहता को बनाया गया। नवगठित ग्रुप के 85 दंपती सदस्यों को रीजन चेयरमैन नाहर ने और कार्यकारिणी को सहकारिता मंत्री दक ने शपथ दिलाई।

गन्ना चरखी में बाल फंसने से जख्मी युवती का सफल ऑपरेशन

उदयपुर। पिछले दिनों गन्ने की चरखी में बाल फंसने से जख्मी हुई युवती का जीबीएच अमेरिकन हॉस्पिटल ने सफल ऑपरेशन किया। वह स्वस्थ है। जीबीएच के ग्रुप डायरेक्टर डॉ. आनंद झा ने बताया कि युवती को परिजन जब हॉस्पिटल लाए, बाल के साथ निकली चमड़ी क्षत-विक्षत होने से वापस ग्राफ्ट करना संभव नहीं हुआ। यह चुनौतीपूर्ण और जटिल मामला होने से हॉस्पिटल में प्लास्टिक सर्जन डॉ. विमल मित्तल, न्यूरो सर्जन डॉ. शंकरराम चौधरी व टीम ने सभी जांचों के बाद ऑपरेशन करना तय किया। न्यूरो सर्जन ने रिपोर्ट के बाद पाया कि युवती के सिर के अंदर कोई नुकसान नहीं हुआ है। इस पर ऑपरेशन के दौरान युवती के पैरों से चमड़ी लेकर सिर पर ग्राफ्ट की गई। ऑपरेशन के चार दिन बाद युवती के स्वस्थ होने पर डिस्चार्ज कर दिया गया। यह जटिल सर्जरी करीब तीन घंटे चली।

पशु चिकित्सक संघ की डॉ. अनुपमा अध्यक्ष

उदयपुर। राजस्थान पशु चिकित्सक संघ की उदयपुर इकाई की कार्यकारिणी का गठन पशु चिकित्सालय परिसर में हुआ। संघ के प्रदेश महासचिव डॉ. बीआर बॉयल, निर्वाचन अधिकारी डॉ. लोकेश जैमन एवं डॉ. धर्मेन्द्र सोन की मौजूदगी में अध्यक्ष पद पर डॉ. अनुपमा दीक्षित को निर्विरोध अध्यक्ष चुना गया। कार्यकारिणी में वरिष्ठ उपाध्यक्ष डॉ. फारूख अमीन, महासचिव डॉ. सुदेश शर्मा, संयुक्त सचिव डॉ. प्रवीण डामोर और कोषाध्यक्ष विजय गुर्जर को नियुक्त किया है।

पल्लव की पुस्तक मां शबरी का विमोचन

उदयपुर। राजस्थान भाषा एवं संस्कृति अकादमी के पूर्व अध्यक्ष डॉ. देव कोठारी ने कहा कि राजस्थानी साहित्य जगत में मां शबरी पुस्तक तत्कालीन जनजाति परिवेश, कला एवं संस्कृति का जीवंत प्रतिरूप है और इस प्रकार का साहित्य सृजन राजस्थानी साहित्य जगत को और अधिक परिपूर्ण कर रहा है। डॉ. कोठारी साहित्यकार पुरुषोत्तम पल्लव की पुस्तक मां शबरी के विमोचन समारोह को बतौर मुख्य अतिथि संबोधित कर रहे थे। अध्यक्षता सुविवि के राजस्थानी विभागाध्यक्ष डॉ. सुरेश सालवी ने की। यूआईटी के पूर्व अध्यक्ष रविन्द्र श्रीमाली ने पल्लव के साहित्य सृजन की सराहना की। युगधारा संस्थापक जयप्रकोश पंड्या ज्योतिपुंज ने काव्यपाठ किया। आरंभ में साहित्यकार पल्लव ने पुस्तक की विषयवस्तु के बारे में जानकारी दी।

डॉ. लुहाड़िया चेस्ट सम्मेलन में बने विशिष्ट वक्ता

उदयपुर। दिल्ली में आयोजित अंतरराष्ट्रीय चेस्ट सम्मेलन में गीतांजलि मेडिकल कॉलेज एंड हॉस्पिटल के टीबी एवं चेस्ट रोग विशेषज्ञ डॉ. अतुल लुहाड़िया को उदयपुर से विशिष्ट वक्ता के रूप में चुना गया। उन्होंने गर्भवती महिलाएं, स्तनपान कराने वाली माताएं, लीवर एवं किडनी संबंधित बीमारियों के मरीज आदि विशेष परिस्थितियों में टीबी के इलाज के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी दी। डॉ. लुहाड़िया ने एलर्जी एवं एबीपीए सेशन की अध्यक्षता भी की। उन्हें बेस्ट ओरल पेपर और ई पोस्टर प्रेजेंटेशन सत्रों में जज भी बनाया गया।

आदि शंकराचार्य आविर्भाव दिवस पर संगोष्ठी

उदयपुर। शांति पीठ संस्थान की ओर से गत दिनों आदि शंकराचार्य के आविर्भाव दिवस पर संगोष्ठी हुई। जिसमें वक्ताओं ने कहा कि आदि शंकराचार्य जैसे सद्गुरु की आज आवश्यकता है, जो अज्ञान जनित दूषित अवधारणाओं से समाज को मुक्त कर सके और परम अभीष्ट को उपलब्ध करा पाए। डॉ. सुरेन्द्र द्विवेदी ने कहा कि शंकराचार्य साक्षात शिव स्वरूप हैं। जिन्होंने अद्वैत दर्शन से समाज को प्रकाशित करते हुए आत्मानुभूति से ब्रह्म प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त किया। शांतिपीठ के अनंत गणेश त्रिवेदी ने कहा कि आदि शंकराचार्य ने तत्कालीन भ्रामक परिस्थितियों में उपस्थित विडंबनाओं से मुक्ति का मार्ग प्रशस्त किया। शिवरती शोध संस्थान के तत्वावधान में भी शंकराचार्य की जयंती पर संगोष्ठी तितरड़ी में हुई।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि पूर्व लोक सेवा आयोग के सदस्य प्रो. परमेन्द्र दशोरा ने कहा कि आदि शंकराचार्य ने सनातन धर्म में संकटों का निवारण करने हेतु पैदल भारत भ्रमण करते हुए चार धाम की स्थापना की। इतिहासकार डॉ. अजात शत्रु सिंह शिवरती ने बताया कि ब्रह्मसूत्र पर भाष्य व अनेक उपनिषदों पर प्रबोधन देते हुए शंकराचार्य ने भारतीय दर्शन की विभिन्न धाराओं में समन्वय का आधार प्रदान किया। शंकराचार्यजी ने शंकर कृष्णा इत्यादि विभिन्न देवताओं की बहुत ही सुंदर स्तुतियों की रचना की।

व्यापार में निगोशिएशन महत्वपूर्णः डॉ. अरविंदर सिंह

उदयपुर। अर्थ के सीईओ तथा डबल वर्ल्ड रिकॉर्ड होल्डर डॉ. अरविंदर सिंह ने निगोशिएशन पर रोटरी मींस बिजनेस पर कार्यशाला में व्याख्यान दिया। डॉ. सिंह ने बताया कि निशोशिएशन स्किल बिजनेस डील करने के लिए रीढ़ की हड्डी के समान है और सफलता के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। डॉ. सिंह ने कहा कि निगोशिएशन में दोनों पक्षों की सहमति व संतुष्टि आवश्यक है। इसके लिए जब भी निगोशिएशन करने जाएं तो सामने वाले की आवश्यकताओं का भी ध्यान रखें अन्यथा डील हो भी गई तो भी बाद में उसमें जटिलताएं आ सकती हैं। आरएमबी के प्रेसिडेंट मुकेश गुरानी, वाइस प्रेसिडेंट डॉ. रेखा सोनी एवं सचिव भास्कर डी गर्ग ने डॉ. सिंह को मोमेंटो प्रदान कर आभार व्यक्त किया।

हिंदुस्तान जिंक में चांदी उत्पादन बढ़ा

उदयपुर। जिंक, सीसा व चांदी उत्पादन में अग्रणी वेदांता समूह की कम्पनी हिंदुस्तान जिंक लिमिटेड द सिल्वर इंस्टीटयूट, यूएसए के वर्ल्ड सिल्वर सर्वे 2024 के अनुसार विश्व स्तर पर तीसरी सबसे बड़ी चांदी उत्पादक बन गई है। कंपनी की सिंदेसर खुर्द खदान अब विश्व की दूसरी सबसे बड़ी चांदी उत्पादक खदान बन गई है, जो गत वर्ष चौथे स्थान पर थी। कम्पनी की चेयरपर्सन प्रिया अग्रवाल हेब्बर ने कहा कि चांदी वैश्विक ऊर्जा परिवर्तन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है और हाल ही हमारा रिकॉर्ड 746 मैट्रिक टन चांदी उत्पादन आत्मनिर्भर भारत का मार्ग प्रशस्त करता है। कम्पनी के उत्पादन में साल-दर-साल 5 प्रतिशत की वृद्धि का श्रेय अयस्क उत्पादन में वृद्धि और उनकी उन्नत ग्रेड को जाता है।

विप्र चैम्बर नवीन कार्यकारिणी

उदयपुर। विप्र चैम्बर ऑफ कॉमर्स एण्ड इण्डस्ट्रीज की एक बैठक विप्र फाउंडेशन जोन-1ए के प्रदेश अध्यक्ष केके शर्मा के मुख्य आतिथ्य में हुई। इसमें राष्ट्रीय महासचिव कृष्णकांत शर्मा ने उदयपुर चेप्टर की नवीन कार्यकारिणी की घोषणा की। संरक्षक ललित पानेरी, लोकेश त्रिवेदी, डीएस पानेरी, सत्यनारायण मेनारिया, अध्यक्ष गिरीश शर्मा, वरिष्ठ उपाध्यक्ष कुलदीप जोशी, उपाध्यक्ष अभिजीत शर्मा, राकेश जोशी, प्रिंस चौबीसा, सुनील जोशी, महासिचव दिनेश चौबीसा, अभिषेक पालीवाल, कोषाध्यक्ष विशाल चौबीसा, सचिव विकास दाधीच, सुरेश पालीवाल, गोपाल मेनारिया, विनोद पारीख, संयुक्त सचिव जनक चौबीसा, भूपेन्द्र पालीवाल, मीडिया प्रभारी प्रकाश जोशी के अलावा कार्यकारिणी सदस्य बनाए गए।

प्याऊ का उद्घाटन

उदयपुर। प्रचण्ड गर्मी में राहगीरों के लिए जैन सोशयल ग्रुप भामाशाह की ओर से देहलीगेट-धानमंडी मार्ग पर प्याऊ का शुभारंभ किया गया। अध्यक्ष देशबंधु जैन व सचिव ललित हिंगड़ के नेतृत्व में जैन सोशयल ग्रुप इंटरनेशनल फेडरेशन के मेवाड़ रीजन चेयरमैन अनिल नाहर ने उद्घाटन किया।

डॉ. शर्मा को बिजनेस आइकन अवार्ड मिला

उदयपुर। सीपीएस व रॉकवुड्स स्कूल उदयपुर के निदेशक डॉ. दीपक शर्मा को भास्कर ने सिंगापुर में साउथ इस्ट एशिया, बिजनेस आइकन पुरस्कार से सम्मानित किया। डॉ. दीपक शर्मा को यह पुरस्कार शिक्षा के क्षेत्र में नवीन प्रयोगों के माध्यम से विद्यार्थियों की शैक्षिक उन्नति के साथ-साथ उनके सर्वांगीण विकास के लिए किए जा रहे उत्कृष्ट कार्यो के लिए दिया गया।

रघुनंदन सभागार का उद्घाटन

उदयपुर। दिल्ली निवासी अनिल गोयल धर्मपत्नी श्रीमती इला गोयल व बड़े भाई अशोक गोयल ने तारा संस्थान में अपने पिता की पुण्य स्मृति में रघुनंदन सभागार का उद्घाटन किया। उन्होंने मां द्रोपदी आनंद वृद्धाश्रम व कृष्णा शर्मा आनंद वृद्धाश्रम का भी अवलोकन किया। स्वागत अध्यक्ष कल्पना गोयल, दीपेश मित्तल व विजय चौहान ने किया।

पांच शहीदों सहित 21 को उदयपुर रत्न सम्मान

उदयपुर। उदयपुर में शिल्प, शिक्षा, साहित्य, स्वरोजगार, प्रशिक्षण और सामाजिक सरोकारों से जुड़ी शख्सियतों को गत दिनों सम्मानित किया गया। मौका था सुखाड़िया विश्वविद्यालय अतिथि सभागार में राजस्थान संस्कृति एवं साहित्य संस्थान द्वारा आयोजित उदयपुर रत्न समारोह की चौथी कड़ी का। जहां कैप्टन कनिका भारद्वाज (दिल्ली) स्क्वाड्रन लीडर समीर अबरोल (दिल्ली) लेफ्टिनेंट कर्नल राजेश गुलाटी (दिल्ली) लेफ्टिनेंट कर्नल रिशुभ शर्मा (दिल्ली) मेजर रोहित कुमार (दिल्ली) सहित कुल पांच शहीदों को मरणोपरांत सम्मानित कर गौरव प्रदान किया गया।

इन्हें भी मिला सम्मान: गिरीश पालीवाल विद्रोही, स्व. डॉ. विष्णु प्रकाश माली, नूर शेखावत (ट्रांसजेंडर), यशवंती पटेल (ट्रांसजेंडर) समायरा त्यागी, सानवी अग्रवाल, शरद भारद्वाज, राजेन्द्र सिकलीगर, मेजर डॉ. अनिला राठौड़, काजल कुंवर, ईशा उड़ावत, मेजर सरबजीत सिंह, चुनौती शर्मा, मिथुन गमेती, नरेश लौहार, ऋषि राज राठौड़, यश कोठारी, डॉ. पुष्पा खमेसरा, वर्षा राव, राखी पालीवाल व डॉ. फरजाना छीपा। मुख्य अतिथि मेजर जनरल राजपाल पूनिया विशिष्ट अतिथि प्रो. कर्नल एसएस सारंगदेवोत, अतिविशिष्ट अतिथि पद्मश्री डॉ. श्यामसुंदर पालीवाल थे। अध्यक्षता डॉ. विजया लक्ष्मी चौहान ने की।

जेंडर का डर मिटाएं, शोषण मुक्त समाज बनाएं: भारती

जोधपुर। सारथी ट्रस्ट की मैनेजिंग ट्रस्टी और पुनर्वास मनोवैज्ञानिक डॉ. कृति भारती ने गत दिनों एमएनआईआईटी इलाहाबाद के टेक्नो फेस्ट को संबोधित करते हुए युवाओं से जेंडर का भय और भेद मिटाकर शोषण मुक्त समाज के निर्माण का आह्वान किया। डॉ. भारती ने देश के विभिन्न आईआईटी प्रतिभागियों की मौजूदगी में कार्यक्रम को बतौर विशिष्ट अतिथि संबोधित करते हुए कहा कि बच्चियों के जन्म के साथ ही जेंडर का डर जन्म ले लेता है। फिर जैसे-जैसे बच्चियां बड़ी होती है ये डर बढ़ता जाता है। बाद में जेंडर का यही डर छेड़छाड़, यौन शोषण, बाल विवाह, दहेज का विकराल रूप ले लेता है। उन्होंने एमएनआईआईटी के स्पेशल सेगमेंट जीएनओ टॉक में खुद के बचपन के संघर्ष से बाहर निकल कर सेवियर बनने तक का सफर बताया। उनकी खास पहचान बाल विवाह रुकवाने की अनूठी मुहिम के लिए हैं। उन्होंने 50 बाल विवाह निरस्त करवाए और 2100 से अधिक बाल विवाह रूकवाए हैं। इस दौरान कई धमकियां मिली और हमले हुए, फिर भी बिना घबराए मुहिम पर अडिग रहीं।

चिकित्सक में मानवीयता जरूरी: डॉ. मंगल

उदयपुर। पेसिफिक मेडिकल विवि, पेसिफिक विवि, यूनिवर्सिटी एसोसिएशन ऑफ इंडियर यूनिवर्सिटीज, राजकीय आयुर्विज्ञान संस्थान ग्रेटर के तत्वावधान में सुसंस्कारित नैतिकता पर संपन्न चार दिवसीय ओरिएंटेशन कार्यक्रम में पीएमयू के प्रेसिडेंट डॉ. एमएम मंगल ने सर्जिकल एथिक्स पर अपना व्याख्यान दिया। उन्होंने कहा एक सफल चिकित्सक का व्यवहार उसके चरित्र निर्माण को परिलक्षित करता है। मरीज को बिना नुकसान चिकित्सकीय सेवाओं का प्रदाता बनकर उसका स्वागत हंसते हुए करना चाहिए, जिससे स्वत: आधी से ज्यादा बीमारी का इलाज हो जाता है। जिन बीमारियों का इलाज दवाइयों से संभव हैं, वहां आवश्यक जांचें ही कराकर बेवजह ऑपरेशन के लिए बाध्य नहीं करें। न्यूरो साइसेंस विभाग के प्रोफेसर एवं हैड डॉ. अतुलाभ वाजपेयी ने कार्यक्रम में अध्यात्म के न्यूरोलॉजिकल एवं वैज्ञानिक आधार पर जानकारी दी। एथिक्स फॉर पैरामेडिकल पर्सनल पर डॉ. हरीश कुमावत, एथिक्स इन मेडिकल इन्वेस्टिगेशन पर डॉ. ऋतु भटनागर ने व्याख्यान दिया।

बाल विनय मंदिर स्कूल में स्काउट-गाइड प्रशिक्षण

उदयपुर। बाल विनय मंदिर उ.मा विद्यालय हरिदास की मगरी में गत दिनों हिन्दुस्तान स्काउट एवं गाइड राजस्थान का त्रिदिवसीय कोमल पद प्रशिक्षण शिविर संपन्न हुआ। इसमें 50 से अधिक विद्यार्थियों ने भाग लिया। विद्यालय प्रधान एवं संस्थापक शंकरलाल मेनारिया ने बताया कि प्रशिक्षण सुनील माहेश्वरी, अनुराधा सोलंकी व दीपिका सोलंकी द्वारा दिया गया। उपप्रधानाचार्य नितिन मेनारिया ने बताया कि शिविर में विद्यालय के शिक्षक कैलाश पालीवाल, इन्द्रा पारगी, सुरभि भाणावत, दीपक शर्मा, प्रेमसिंह राजपूत का सहयोग उल्लेखनीय रहा।

नर्सिंग अध्यक्ष संपतलाल का सम्मान

उदयपुर। आरएनटी मेडिकल कॉलेज के प्रधानाचर्य डॉ. विपिन माथुर एवं राजस्थान नर्सिंग एसोसिएशन के जिलाध्यक्ष पवनकुमार दानाध्यक्ष ने एमबी के नवनियुक्त मुख्य नर्सिंग अधीक्षक संपतलाल बराला का स्वागत अभिनंदन किया। संभागीय अध्यक्ष नरेश पूर्बिया ने बताया कि कार्यक्रम में कार्डियोलॉजी के नर्सिंग अध्यक्षक हरिलता गंधर्व का भी अभिनंदन किया गया।

सीडलिंग ने मनाया विश्व विरासत दिवस

उदयपुर। सीडलिंग स्कूल के छात्रों ने गत दिनों विश्व विरासत दिवस मनाया। इस अवसर पर हुई स्पर्द्धा में छात्रों ने दादी व नानी के स्वास्थ्य संबंधी नुस्खे और पुराने खेल जो कि अब अप्रचलित हैं, उनका प्रदर्शन किया गया। मुख्य अतिथि सीडलिंग ग्रुप ऑफ स्कूल के चेयरमैन हरदीप बख्शी थे। प्राचार्य कीर्ति माकन ने छात्रों को प्रोत्साहित किया।

निम्बाहेड़ा में राधाकृष्ण मंदिर का पाटोत्सव

निम्बाहेड़ा। जेके सीमेंट परिसर में श्री राधा कृष्ण मंदिर का 34वां पाटोत्सव गत दिनों धूमधाम से मनाया गया। श्री राधाकृष्ण सेवा समिति के प्रबंधक विकास सरावगी ने बताया कि जेके सीमेंट के यूनिट हेड आरबीएम त्रिपाठी के मार्गदर्शन में पाटोत्सव के अवसर पर मंदिर परिसर में भव्य एवं आकर्षक रोशनी और फूलों की सजावट की गई। मंदिर परिसर से शोभायात्रा का आयोजन भी किया गया, जो जेके कॉलोनी से होती हुई पुन: मंदिर परिसर में पहुंची और शाम को भजन संध्या का आयोजन हुआ। भजन संध्या के पश्चात प्रसाद वितरण किया गया। इस अवसर पर जेके सीमेंट के कॉरपोरेट हेड माइंस मनीष तोषनीवाल, कमर्शियल हेड अजय गर्ग, टेक्निकल हेड राजेश सोनी, मुरली मनोहर लढ़ा, माइंस हेड यतेन्द्र शर्मा, श्रमिक नेता कल्याणसिंह, सत्यनारायण मेनारिया, कमलेश शर्मा, तुलसीदास सनाढ्य, रमेश व्यास, मनीष शर्मा, सत्यदेव पानेरी, अजय दशोरा, शिवपाल सिंह शेखावत सहित बड़ी संख्या में जेके सीमेंट के अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित थे।

कहानी संग्रह वास्तव का विमोचन

उदयपुर। लोकजन सेवा संस्थान द्वारा उदयपुर स्थापना दिवस पर महाराणा उदयसिंह के प्रतिमा स्थल पर आयोजित कार्यक्रम में डॉ. ममता पानेरी के कहानी संग्रह वास्तव का विमोचन किया गया। अध्यक्षता राजस्थान विद्यापीठ कुलपति कर्नल प्रो. एसएस सारंगदेवोत ने की। विशिष्ट अतिथि प्रो.उमाशंकर शर्मा, प्रो. के.के. दवे, उप महापौर पारस सिंघवी, लोकजन सेवा संस्थान के अध्यक्ष प्रो. विमल शर्मा थे। डॉ. सुरेन्द्र पालीवाल ने पुस्तक की समीक्षा की। लेखिका डॉ. ममता पानेरी ने बताया कि संग्रह की कहानियां सामाजिक विसंगतियों को दर्शाती हुई जीवन की वास्तविकताओं से रूबरू कराती है।

संगीतकारों को किया याद

उदयपुर। अर्बुदा कला मंदिर संगीत प्रशिक्षण संस्थान में विश्व नृत्य दिवस पर आयोजित तीन दिवसीय समारोह का समापन मुख्य वक्ता शास्त्रीय संगीत विशेषज्ञ महेन्द्रकुमार वर्मा और लेखक कवि कपिल पालीवाल के व्याख्यान के साथ हुआ। संस्थान निदेशक विवेक अग्रवाल ने बताया कि अर्बुदा वरिष्ठ नागरिक क्लब की ओर से कार्यक्रम में शमशाद बेगम, शकील बदायूंनी, हसरत जयपुरी, संगीतकार शंकरसिंह रघुवंशी और भारतीय शास्त्रीय गायक कुमार गंधर्व को उनकी जयंती और पुण्यतिथि पर उनके ही गीतों को गाकर याद किया गया।

रश्मि अध्यक्ष, अनिता सचिव मनोनीत

उदयपुर। जैन सोशल ग्रुप अर्हम् की साधारण सभा की वार्षिक बैठक शोभागपुरा स्थित होटल योईस के सभागार में आयोजित की गई। इस अवसर पर संस्थापक अध्यक्ष आलोक पगारिया ने अर्हम् संगिनी के गठन की घोषणा करते हुए प्रथम अध्यक्ष के रपू में रश्मि पगारिया व सचिव के रूप में अनिता पोखरना को मनोनीत किया। अर्हम् के अध्यक्ष महेन्द्र सिंघवी के स्वागत उद्बोधन के पश्चात मंत्री विनोद चंडालिया ने वर्ष भर के कार्यक्रमों से अवगत कराया। कोषाध्यक्ष भगवती सुराणा ने विगत वर्ग का लेखा प्रस्तुत किया।

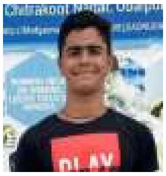
सम्पत नर्सिंग अधीक्षक, हरिलता को कार्डियोलॉजी का जिम्मा

उदयपुर। एमबी हॉस्पिटल में नर्सिंग अधीक्षक की जिम्मेदारी अब सम्पतलाल बड़ाला को दी गई है। वे ओीी तक कार्डियोलॉजी में नर्सिंग अधिकारी थे। उनकी जगह कार्डियोलॉजी विभाग में हरिलता गंधर्व को बतौर कार्यवाहक नर्सिंग अधीक्षक की जिम्मेदारी दी गई है।

वैष्णव प्रदेश महासचिव नियुक्त

उदयपुर। कांग्रेस विधि मानवाधिकार एवं आरटीआई विभाग के प्रदेश अध्यक्ष कुलदीप सिंह पूनिया ने बार एसोसिएशन उदयपुर के पूर्व अध्यक्ष भरत वैष्णव को प्रदेश महासचिव नियुक्त किया है। जिलाध्यक्ष डॉ. गिरधारी शर्मा ने बताया कि जिला कार्यकारिणी उदयपुर के अधिवक्ताओं ने बार एसोसिएशन सभागार में वैष्णव का सम्मान किया।

युग को तीसरा अंतरराष्ट्रीय पदक



उदयपुर। 59वीं मलेशिया इनविटेशनल एज ग्रुप प्रतियोगिता में 16-18 आयु वर्ग में भारत की ओर से खेलते हुए शहर के युग चेलानी ने एक और पदक हासिल किया। चेलानी ने 200 मीटर व्यक्तिगत मेडले में 2:11:08 का समय निकालते हुए कांस्य पदक प्राप्त किया। युग का यह इस वर्ष का तीसरा अंतरराष्ट्रीय पदक है।

प्रेस दिवस पर सूक्ष्म पुस्तिका

उदयपुर। सूक्ष्म पुस्तिका कलाकार चन्द्रप्रकाश चित्तौड़ा ने गत दिनों प्रेस स्वतंत्रता दिवस पर 40 पृष्ठीय सूक्ष्म पुस्तिका बनाई। जिसका विमोचन सुविवि में पत्रकारिता विभाग के अध्यक्ष डॉ. कुंजन आचार्य ने किया। पुस्तक में पत्रकारिता के इतिहास, पत्रकारों के अधिकार एवं कर्तव्यों को शामिल किया गया। इस अवसर पर राजस्थानी भाषा प्रभाग के अध्यक्ष डॉ. सुरेश सालवी भी मौजूद थे।

सोडानी सर्च कमेटी के सदस्य

उदयपुर। कोटा विवि में प्रबंध मंडल (बॉम) की बैठक कुलपति प्रोफेसर नीलिमा सिंह की अध्यक्षता में हुई। जिसमें वर्धमान महावीर खुला विवि कोटा के कुलपति प्रोफेसर कैलाश सोडाणी को कुलपति सर्च कमेटी के प्रबंध मंडल नॉमिनी के तौर पर सर्वसम्मति से चयनित किया गया।

एक जिंदगी भी बचा लें तो सबसे बड़ी मानवता: डॉ. गुप्ता

उदयपुर। अरावली फाउंडेशन की ओर से कलड़वास चैम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज (केसीसीआई) के संयुक्त तत्वावधान में एक दिवसीय फर्स्ट एड ट्रेनिंग सेशन का आयोजन हुआ। फाउण्डेशन के चेयरमैन डॉ. आनंद गुप्ता ने कहा कि औद्योगिक क्षेत्र में काम करना जोखिमपूर्ण होता है। यदि हमें प्राथमिक चिकित्सा के बारे में जानकारी हो और हम आपात समय से लड़ने के लिए प्रशिक्षित हो तो न केवल स्वयं की जान को बचा सकते हैं, बल्कि अन्य को भी मौत के मुंह से निकाल सकते हैं। फाउंडेशन का उद्देश्य ऐसे कार्यक्रमों के जरिये यह संदेश हर जन तक है कि हम अपने प्रयासों से किसी एक की भी जान बचा पाए, तो मानवता की सबसे बड़ी सेवा कर पाएंगे। डॉ. शुभांगी पालीवाल ने प्राथमिक चिकित्सा पर वार्ता प्रस्तुत की। कार्यक्रम के समन्वयक अजय खंडेलवाल थे। इस दौरान आयोजक केसीसीआई अध्यक्ष हेमंत जैन, सचिव अनिल जैन, कोषाध्यक्ष प्रभुलाल डांगी आदि मौजूद रहे।

गोविंद विप्र सेना के प्रदेश महामंत्री

उदयपुर। ब्राह्मण समाज के प्रगतिशील संगठन विप्र सेना के राष्ट्रीय प्रमुख सुनील तिवाड़ी की अनुशंसा पर प्रदेश अध्यक्ष दिनेश शर्मा ने गोविंद दीक्षित को प्रदेश महामंत्री नियुक्त किया है।

माली अध्यक्ष, पांडे सचिव नियुक्त

उदयपुर। लायंस क्लब उदयपुर श्रीजी की वर्ष 2024-25 की नवीन कार्यकारिणी का गठन किया गया। बोर्ड बैठक में चुनाव अधिकारी पूर्व क्लब अध्यक्ष, आदित्य पांडे को सचिव तथा राकेश अरोड़ा को कोषाध्यक्ष सर्वसम्मति से नियुक्त किया गया।

रीना व अमृता को पीएचडी

उदयपुर। जनार्दनराय नागर राजस्थान विद्यापीठ से रीना मेनारिया ने मीरा के काव्य का सामाजिक और सांस्कृतिक अध्ययन पर शोध कार्य पूरा कर पीएचडी की उपाधि प्राप्त की। उन्होंने यह शोध कार्य डॉ. राजेश शर्मा के निर्देशन में पूरा किया।

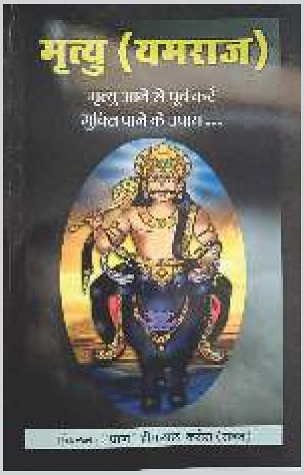
उदयपुर। सुविवि ने अमृता पांडे को पीएचडी दी है। पांडे ने अपना शोध उदयपुर जिले के माध्यमिक विद्यालयों में विज्ञान विषय के शिक्षण पर कक्षा के माहौल के प्रभाव का अध्ययन विषय पर डॉ. आदेश भटनागर के निर्देशन में किया है।

ऑल न्यू कॉम्पैक्ट एक्स यूवी 3 एक्सओ लॉन्च

उदयपुर। महिंद्रा ने नए कॉम्पैक्ट एक्सयूवी 3 एक्सओ को स्थानीय डीलरशिप केएस ऑटोमोबाइल्स पर लॉंच किया। इस अवसर पर केएस ऑटोमोबाइल्स प्रा.लि. के निदेशक सुनील कुमार परिहार, आकाश परिहार, कस्टमर केयर मैनेजर गुलशन और एरिया ऑफिस ट्रेनर कुणाल साखला मौजूद रहे। निदेशक आकाश परिहार ने बताया कि एक्सओ पेट्रोल व डीजल इंजन के साथ मैन्यूअल और ऑटोमैटिक ट्रांसमिशन में उपलब्ध है।

नई किताब

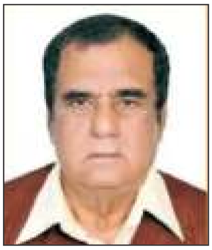
जिसका जन्म हुआ है, एक दिन मरण भी निश्चित है। यही सत्य है। मनुष्य ही एक ऐसा प्राणी है, जिसे बुद्धि और विवेक प्राप्त है। बावजूद इसके यदि वह संसार में आकर अपने जन्म को सार्थक नहीं कर पाया तो समझना चाहिए कि उसने मृत्यु के सत्य को झुठला दिया और उसका मानव देह में आना व्यर्थ ही रहा। मानव योनि में अपने कर्मों की निर्जरा कर यदि मोक्षद्वार तक नहीं पहुंचा गया तो फिर उसे कई यानियों में भटकना ही पड़ेगा और उस दौरान उसे क्या नहीं सहना पड़ेगा, इसकी कल्पना मात्र से ही कंपकपी छूटने लगती है। इसलिए मनुष्य को जीवन में ऐसे कर्म करने चाहिए, जिससे वह मुक्ति की ओर अग्रसर हो सके। मुक्ति के ऐसे ही कुछ उपायों को लेकर हाल ही में प्राण पब्लिसिटी के संस्थापक हीरालाल कसेरा (75)की एक पुस्तक 'मृत्यु-(यमराज)' प्रकाशित हुई है। जिसमें उद्देश्य और सार्थकपरक जीवन निर्माण के लिए विभिन्न शास्त्रों, पुराणों और उपनिषदों के उद्धरण समाहित किए गए हैं।



इसमें जन्म-मरण, पुनर्जन्म, योनियों में भटकाव, माता-पिता, परिवार के प्रति दायित्व, ईश-कृपा का मार्ग, अहंकार के दुष्परिणाम, भाग्य और कर्म, गुरू वंदना, रिश्ते-नाते, परमार्थ, श्राद्ध, दान-पुण्य, सेवा-धर्म, हर कदम पर परीक्षा, सकारात्मक सोच की शक्ति, दया, करूणा, संवेदना,-मानसिक सन्ताप और द्वंद्व जैसे अनेक विषयों पर लेखक ने उदाहरणों सहित अपनी कलम चलाई है। निश्चित रूप से इस पुस्तक को पढ़ने से व्यक्ति इस निष्कर्ष पर अवश्य पहुंचेगा कि उसे क्या करना है और क्या नहीं। उसके जीवन के कल्याण के वे पद-चिह्न कौनसे हैं, जिनका अनुसरण कर वह मुक्ति पा सके। अठ्ठावन पृष्ठीय इस पुस्तक के आवरण पर ही उन्होंने जीवन के सत्य (यमराज) को प्रतिष्ठित किया है। इस प्रेरणादायी पुस्तक के लिए कसेरा जी बधाई के पात्र हैं।

-विष्णु शर्मा हितैषी

संवेदना/श्रद्धांजलि



उदयपुर। श्री हरीश जी कालरा का 17 अप्रेल को आकस्मिक निधन हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त धर्मपत्नी श्रीमती राधिका, पुत्र समीर, पुत्रियां शैली माटा व रीमा मलकानी तथा भाई-भतीजों, बहिनों, पौत्री, दोहित्री-दोहित्र का भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री अमृतमल जी माथुर का 16 अप्रेल को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पिता श्री जतनमल जी माथुर, पुत्र श्री अनिल माथुर, पुत्रियां, श्रीमती उमादेवी, रेनु देवी, नीरूदेवी, भाई-भतीजों, पौत्र-पौत्रियों दोहित्र-दोहित्रियों का समृद्ध परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री गणेश लाल जी सिघंवी का 17 अप्रेल को देवलोकगमन हो गया। वे अपने पीछे शोकाकुल धर्मपत्नी श्रीमती नीना देवी, पुत्री-दामाद निकिता-नितिन बुरड़, विधि-दीपेश जैन, भाई-भतीजों एवं दोहित्र-दोहित्रियों का सम्पन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्रीमती पुष्पा जी सिरोहिया का 28 अप्रेल को आकस्मिक देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोकसन्तप्त पति प्रेमसिंह जी सिरोहिया, पुत्र विवेक, विपुल व रोनक सिरोहिया, देवर-देवरानियों एवं भाई-भतीजों का वृहद एवं सम्पन्न परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। सेवा निवृत्त प्रोफेसर श्री जीवन सिंह जी पोरवाल (सिंघट वाड़िया) का 18 अप्रेल को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोक विह्वल धर्म पत्नी श्रीमती विद्या पोरवाल, पुत्र मनीष, सीए राकेश पोरवाल, पुत्री डॉ. अनुज्ञा पोरवाल, भाई-भतीजों, पौत्र-पौत्री, एवं दोहित्र-दोहित्रियों का भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्रीमती गीता देवी जी धाभाई (धर्मपत्नी स्व. श्री रामपालजी धाभाई) का 24 अप्रेल को निधन हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पुत्र जगदीश धाभाई, पुत्री श्रीमती विद्या धाभाई, पौत्र-पौत्री व दोहित्री का भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।

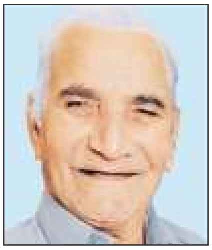
उदयपुर। श्रीमती सावित्री देवी जी गोयल (धर्मपत्नी स्व. श्री प्यारेलाल जी गोयल) का 19 अप्रेल को स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पुत्र नरेन्द्र, डॉ. सुनील व राकेश गोयल तथा प्रपौत्र-प्रपौत्रियों का भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्रीमती प्रताबीदेवी मेनारिया पत्नी श्री भंवरलाल जी मेनारिया का स्वर्गवास 22 मई को हो गया। वे अपने पीछे शोक संतप्त पुत्र रमेशचन्द्र, पुत्री पुष्पा, दुर्गा, राधा, गिरिजा तथा जेठ-जेठानी, देवर-देवरानी, दोहित्र-दोहित्रियों का भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्री शांतिलाल जी मेहता (बड़ी सादड़ी वाले) का अरिहंत शरण 12 मई को हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पुत्र राजकुमार मेहता, पुत्रियां श्रीमती सुनीता चौधरी, संगीता भाणावत, इन्दु बया, पौत्र-पौत्रियों व दोहित्र-दोहित्रियों का भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। समाजसेवी श्रीमती सज्जन देवी जी कटारिया का 11 मई को देवलोकगमन हो गया। वे अपने पीछे शोकाकुल पति श्री हीरालाल जी कटारिया (पूर्व उपसमापति, नगर निगम-उदयपुर) पुत्र शरत, राजेश, प्रवीण व संजय कटारिया, पुत्रियां श्रीमती सुमन भंडारी, रेणु बाबेल, ललिता बापना, पौत्र-पौत्रियों दोहित्र-दोहित्रियों व भाई-भतीजों का सम्पन्न एवं समृद्ध परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। समाजसेवी स्व. श्री भीमशंकरजी नागदा की धर्मपत्नी श्रीमती तुलसीदेवी जी (80) का 14 मई को उनके सेक्टर 11 स्थित आवास पर देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोक संतप्त पुत्र बालमुकुंद, दामोदरलाल, कांतिलाल नागदा, पुत्री केसरदेवी पुरोहित (पूर्व पार्षद) तथा पौत्र-पौत्रियों, दोहित्र-दोहित्रियों एवं भाई-भतीजों का संपन्न परिवार छोड़ गई हैं।



उदयपुर। समाजसेवी कानोड़ निवासी श्री शांतिलाल जी मल्हारा (83) का 10 मई को न्यू फतहपुरा स्थित उनके आवास पर स्वर्गवास हो गया। परिजनों ने उनकी इच्छानुसार आरएनटी मेडिकल कॉलेज को देहदान एवं आई बैंक सोसायटी को नेत्रदान कर दिया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पुत्र ललित व लोकेश मल्हारा पुत्रियां श्रीमती लता वया, रेखा चौधरी तथा पौत्र-पौत्रियों, दोहित्र-दोहित्रियों का सम्पन्न परिवार छोड़ गए हैं।

प्रत्यूष परिवार की हार्दिक श्रद्धांजलि

St. Xavier Sec. School

(A Unit of St. Xavier Educational Society)
Co-Educational, English Medium School

Our success lies in your child's progress

Contact No.
9414163479
9610843479

Add: H-7, Haridas Ji Ki Magri, Krishna Complex, Udaipur (Raj.)

Kuldeep Durgawat
Director, 97721-13555

TAPASYA CONSTRUCTION

Manufacture & Supplers
Cement Bricks & Pavers Block, CC Road
Work & All Construction Materials

64, Manglam Complex, Shoubhagpura, Udaipur (Raj.)

SHREEJI EXOTICA

Amenities

Temple
Aroma Floral Garden
Guest Room
GYM/Indoor Games
Kid's Play Area

MTR GROUP

M.T.R. INFRAPROJECTS

(ENGINEERS & CONTRACTORS)

ISO 9001:2008
Email: mtr.udaipur@gmail.com
web: www.MTR-CONSTRUCTION.COM

Head Off:
49, Tirupati Vihar, Pulla
Udaipur (Raj.) 313 001

Branch Office:
19, Roopmadhuban, Shobhagpura Circle, 100 Feet Road, Udaipur (Raj.)

RK GROUP
वंडर लाइए,
फर्क नज़र
आएगा
RK GROUP
WONDER CEMENT
FARQ NAZAR AAYEGA
वंडर सीमेंट
Toll-free No.: 1800 31 31 31 | wondercement.com

प्रकाशन की तिथि प्रत्येक माह की 23 तारीख वर्ष 22 अंक 2, Postal Registration No. RJ/UD/29-62/2021-23 Posting Date: 27th-28th of Every Month RNI No. RAJHIN/2003/9297 Posting Office: Chetak Circle, Udaipur
'प्रत्यूष' पत्रिका डिलिवर्ड न होने की स्थिति में इस पते पर लौटाएं: पंकज कुमार शर्मा, 2, रक्षाबंधन, मेहतों का पाड़ा, धानमण्डी, उदयपुर (राज.) 313 001