पेज. 4 सीएम राइज विद्यालय नीमच में श्री कृष्णजन्माष्टमी

मालवा फर्स्ट

MALWA FIRST

स्वाभिमान ही हमारा अभिमान है

Periodicity- Weekly

RNI NO. MPHIN38290 (TC)

संपादक : ऐश्वर्य शर्मा

नीमच, बुधवार

28 अगस्त 2024

वर्ष 02, अंक 21, - मूल्य 02 रूपए

E-mail: nmh.pawan@gmail.com

Contact: 9407423966, 8770664866

Commodity: Gold 71,850 Silver 87,030 Crude Oil 6,279 Natural Gas 235.90 Aluminium 230.30 Copper 813.20

खास खबर

जन्माष्टमी पर मांसाहार विक्रय पाये जाने पर 4 संस्थानों के चालान बनाये

नीमच। शासन के निर्देशानुसार नगरपालिका परिषद्, द्वारा श्री कृष्ण जन्माष्टमी पर्व पर मटन, चिकन, मुर्गा, अंडा सहित समस्त मांसाहारी सामग्री व उनसे बनी सामग्री का विक्रय प्रतिबंधित किये जाने व वधशालाएं बंद रखने संबंधी सूचना प्रकाशित करवाये जाने के बावजूद जष्माष्टमी के दिन को कुछ संस्थान पर आदेश का उल्लंघन पाये जाने की सूचना पर मुख्य नगरपालिका अधिकारी महेन्द्र वशिष्ठ के निर्देश पर नपा कर्मचारी हेमन्त कलोसिया, संदीप चौहान अन्य कर्मचारियों के साथ निरीक्षण करने पहुँचे तो किंगफीशर होटल, तैय्यबी स्कूल के पास स्थित बोहराजी का ढाबा व रानी होटल के पास ढाबे पर ग्राहकों को मांसाहार परोसते पाये जाने व शाहिद मटन पर मांसाहार की बिक्री पाये जाने पर चारो संस्थानों के चालान बनाकर जुर्माना वसूला गया।

पीएम मोदी ने पुतिन से फोन पर की बात, यूक्रेन युद्ध को लेकर हुई बातचीत

प्रधामंत्री नरेंद्र मोदी ने रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से फोन पर बातचीत की है। रूसी-यूक्रेन युद्ध को लेकर दोनों नेताओं ने एक दूसरे के साथ बात की है। कुछ दिनों पहले पीएम मोदी ने यूक्रेन का दौरा किया था। बता दें कि यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमिर

जेलेंस्की ने दूसरे यूक्रेन शांति शिखर सम्मेलन की मेजबानी के लिए भारत के नाम का प्रस्ताव दिया है।

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से फोन पर बातचीत की है। उन्होंने अपने यूक्रेन दौरे के अनुभव को राष्ट्रपति पुतिन के साथ शेयर किया। इसके अलावा दोनों नेताओं के बीच रूस-यूक्रेन युद्ध को लेकर बातचीत हुई। हाल ही में प्रधानमंत्री ने यूक्रेन की यात्रा की थी। पीएम मोदी ने एक्स पर एक पोस्ट में कहा कि दोनों नेताओं ने दोनों देशों के बीच विशेष और विशेषाधिकार प्राप्त रणनीतिक साझेदारी को और मजबूत करने के उपायों पर भी चर्चा की। उन्होंने राष्ट्रपति वोलोदिमिर जेलेंस्की से मुलाकात की और यूक्रेन को हरसंभव मदद पहुंचाने की बात कही है। पीएम मोदी ने अलग-अलग मंचों से इस बात को दोहराया है कि संघर्ष का समाधान बातचीत के जरिए ही निकाला जा सकता है।

शांति शिखर सम्मेलन की मेजबानी करे भारत- जेलेंस्की

बता दें कि यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमिर जेलेंस्की ने दूसरे यूक्रेन शांति शिखर सम्मेलन की मेजबानी के लिए भारत के नाम का प्रस्ताव दिया है। पीएम मोदी की यूक्रेन यात्रा के दौरान जेलेंस्की ने पीएम मोदी के समक्ष भी यह प्रस्ताव रखा था।

जेलेंस्की चाहते हैं कि शांति शिखर सम्मेलन की मेजबानी भारत करे। जेलेंस्की का यह बयान कूटनीतिक रूप से महत्वपूर्ण माना जा रहा है। प्रथम यूक्रेन शांति शिखर सम्मेलन जून में स्विट्जरलैंड में आयोजित किया गया था, जिसमें 90 से अधिक देशों ने भाग लिया था।

भारतीय किसान संघ ने महानिदेशक भारतीय कृषि अनुसंधान के नाम सौंपा ज्ञापन

नीमच। भारतीय किसान संघ ने मंगलवार को भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद महानिदेशक के नाम एक ज्ञापन नीमच प्रबंधक सी पी पचौरी को सोपा। जिसमें भारतीय किसान संघ अखिल भारतीय प्रबंध समिति की बैठक जो कि उड़ीसा ,भुवनेश्वर में हुई , में लिए गए प्रस्ताव के अनुसार केंद्र सरकार के अधीन भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद द्वारा किसान हित के आड़ में कई देसी, विदेशी कंपनियों के साथ ऐसे समझौते किए जा रहे हैं जिससे हमारे आईसीएआर के वैज्ञानिक अपनी प्रतिभा ,योग्यता व कौशल को ताक में रखते हुए इन्हीं शोध पत्रों को स्वीकृति दे ,जबकि हमारे देश का वैज्ञानिक वर्षों से शोध कार्य करते हुए खेती को आगे बढ़ा रहा है वह सक्षम है, उनकी प्रतिभा योग्यता को ताक पर रखा जा रहा है ।भारत का किसान आईसीएआर के ऊपर विश्वास और भरोसा करता था । यह भरोसा आईसीएआर क्यों तोड़ना चाहता है ऐसे कई प्रश्न किसानों के मन में है भारत सरकार से आग्रह है कि आईसीएआर व संबंधित शोध केंद्रों को पर्याप्त वित्तीय प्रावधान करें तथा बजट में उल्लेखित निजी कंपनियों को शोध के लिए जो प्रावधान किए गए हैं उनको भी शासकीय शोध संस्थानों को उपलब्ध करावे। आईसीएआर द्वारा लिए गए उपरोक्त संदिग्ध समझोतों को निरस्त करें ,उपरोक्त विषय में विस्तृत जांच की जाकर इसमें लिप्त देश विरोधी अधिकारियों पर कड़ी कार्रवाई की जाए ।

व्यापक बहस के बिना भविष्य में ऐसा समझौता करना बंद करें। केंद्र सरकार कृषि क्षेत्र में सार्वजनिक शोध संस्थानों के लिए पर्याप्त वित्तीय प्रावधान करें ,इन सभी बातों को लेकर एक ज्ञापन दिया गया ।

ज्ञापन के दौरान संभागीय उपाध्यक्ष राधेश्याम धनगर ,जिला अध्यक्ष सुरेशचंद्र धाकड, जिला मंत्री विष्णु प्रसाद नागदा ,जिला कोषाध्यक्ष निलेश पाटीदार, जिला उपाध्यक्ष जमनालाल पाटीदार, हरी विलास पाटीदार ,पशुपालन प्रमुख नंदकिशोर नागदा ,जिला सह मंत्री दिनेश पाटीदार ,तहसील अध्यक्ष कैलाशचंद पाटीदार ,तहसील मंत्री बाबूलाल धाकड़,नंदलाल पाटीदार आदि कई किसान उपस्थित थे।

महेश धाकड़ की हत्या का पर्दाफाश, नीमच सिटी पुलिस न 48 घंटों में हत्या का खुलासा, इंदिरा नगर और बरूखेड़ा के आरोपी गिरफ्तार

नीमच। एसपी अंकित जायसवाल के निर्देशन, एएसपी नवलसिंह सिसौदिया, सीएसपी अभिषेक रंजन (भापुसे) के मार्गदर्शन एवं थाना प्रभारी नीमच सिटी निरीक्षक विकास पटेल एवं प्रभारी सायबर सेल प्रआर प्रदीप शिन्दें के नेतृत्व में पुलिस टीम द्वारा दिनांक- 23 अगस्त को बोरखेडी कलां पुलिया के पास नदी के नीचे मिले अज्ञात व्यक्ति के शव (अंधे कत्ल प्रकरण) का पर्दाफाश करते हुए हत्या करने वाले दोनों आरोपियों को गिरफ्तार करने में सफलता प्राप्त की।

जानकारी के अनुसार, नीमच सिटी थाने पर दिनांक- 23 अगस्त को ग्राम बोरखेडी कलां के कोटवार श्रवण सिंह ने रिपोर्ट किया कि, गांव की नदी में किसी अज्ञात व्यक्ति की लाश तैर रही है। सूचना मिलते ही थाने पर मर्ग क्र. 61/24 धारा- 194 बीएनएसएस का पंजीबद्ध कर जांच में लिया। जांच में घटना स्थल की तस्दीक करते हुए नदी के नीचे से अज्ञात व्यक्ति के शव को ग्रामीणों की मदद से बाहर निकाला। मृतक के दोनों हाथ रस्सी से बंधे होकर हाथ पैर तथा सीर पर चोट के निशान थे और गले में लाल रंग का कपड़ा डला था। जिसके बाद शव को जिला चिकित्सालय भिजवाया जाकर मृतक के शव पोस्टमार्टम डाक्टरो की पैनल से कराया गया। मृतक की पहचान महेश पिता खेमराज धाकड़ (50) निवासी खेड़ी मोहल्ला नीमच के रूप में भाई सुशील कुमार धाकड़ द्वारा की गई। फिर मृतक की पत्नी श्यामबाई तथा पुत्री अंजली से पुछताछ कर कथन लेते उनके द्वारा कथनों में अज्ञात व्यक्तियों के द्वारा उनकी हत्या कर उनके दोनों हाथ बांधकर उनकी लाश नदी में फेंकना बताया। महेश धाकड़ की प्राप्त पोस्ट मार्टम रिपोर्ट में मृतक की मृत्यु का कारण सामुहिक रूप से सीर पर गंभीर चोंट और गर्दन पर दबाव के कारण होना लेख किया।

साक्षीयों के कथन तथा पोस्टमार्टम रिपोर्ट से मृतक महेश धाकड़ की हत्या अज्ञात आरोपी के द्वारा की जाकर साक्ष्य छुपाने के आशय से उसकी लाश को बोरखेडी कलां की नदी में हाथ बांधकर फेंकना पाया गया, जो मर्ग जांच से अज्ञात आरोपी के विरूद्ध अपराध धारा 103 (1) 238 बी.एन.एस. 2023 का घटित करना पाया जाने से अज्ञात आरोपी के विरूद्ध अपराध पंजीबद्ध कर विवेचना में लिया। घटना की गंभीरता को देखते हुए एसपी अंकित जायसवाल द्वारा एएसपी नवल सिंह सिसोदिया, सीएसपी अभिषेक रंजन के मार्गदर्शन में अंधे कत्ल प्रकरण की पतारसी एवं आरोपियों की शीघ्र गिरफ्तारी करने हेतु थाना प्रभारी नीमच सिटी निरीक्षक विकास पटेल एवं प्रभारी सायबर सेल प्रदीप शिन्दें के नेतृत्व में टीम गठीत की। विवेचना के दौरान और तकनिकी साक्ष्यों तथा मुखबीर तंत्र से पतारसी करते मृतक महेश पिता खेमराज धाकड़ (50) की मृत्यु में संदिग्ध गिरधारीलाल पिता मोती लाल ग्वाला निवासी इन्द्रानगर विस्तार व भेरुलाल जाटव पिता मोडीराम जाटव निवासी बरुखेडा द्वारा करने की सुचना पर उक्त दोनो संद्गिध की तलाश करते उक्त दोनो व्यक्ति अपने अपने निवास स्थान पर नही होना पाये गये। दिनांक- 26 अगस्त को इन्द्रा नगर मांगलिक भवन के पास से गिरफ्तार किया जाकर सदर अपराध के सबंध में पुछताछ करते गिरधारी ग्वाला व भेरुलाल जाटव ने पैसे के लेनदेन की बात पर दिनांक- 22 व 23 अगस्त की रात मृतक महेश धाकड़ को आरोपी गिरधारी ग्वाला के घर बुलाया व अपने साथ भेरुलाल जाटव के साथ मिलकर लट्ठ से सिर में वार कर व तकियें से मुह दबाकर मार डाला। फिर मृतक महेश की लाश के दोनों हाथ बांध कर महेश की बाइक पर ही बैठाकर बरुखेडा होते हुये बोरखेडी कला नदी की पुलिया पर पहुंचें व मृतक महेश की लाश को उपर से पानी में फेंक दिया। बाद मृतक महेश की बाइक को रावतखेडा रोड़ में फेंककर अपने अपने घर वापस आ गयें। दोनो आरोपीयो गिरधारी ग्वाला व भेरुलाल जाटव की निशांदेही से घटना में प्रयुक्त एक लट्ठ व एक तकिया आरोपी गिरधारी के घर से बरामद कर जप्त किया।

गिरफ्तार आरोपी- उक्त कार्यवाही के दौरान पुलिस ने आरोपी गिरधारी लाल पिता मोतीलाल ग्वाला (50) निवासी इन्द्रा नगर विस्तार और भेरुलाल पिता मोडीराम जाटव (28) निवासी ग्राम बरुखेडा को गिरफ्तार किया है।

कलेक्टर चंद्रा ने जनसुनवाई में वृद्धा के भरण पोषण की पुख्ता व्यवस्था कह दिया निर्देश

नीमच। मनासा वार्ड नम्बर एक भाट खेडी नाका निवासी वृद्ध महिला कमलाबाई पति रामलाल के साथ धोखाधडी कर, जबरन मकान विक्रय करने वालों के विरूद्ध तत्काल कार्यवाही करें। भरण पोषण अधिनियम के तहत प्रकरण दर्ज कर, कलाबाई के भरण पोषण की पुख्ता व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। यह निर्देश कलेक्टर हिमांशु चंद्रा ने मंगलवार को कलेक्टोरेट नीमच में मनासा की कलाबाई पति रामलाल के आवेदन पर जनसुनवाई के दौरान एसडीएम मनासा को दिए । जनसुनवाई में एडीएम श्रीमती लक्ष्मी गामड़ एवं अन्य विभागों के जिला अधिकारी उपस्थित थे।

झगडा करने वालों के विरूद्ध कार्यवाही करने, इंदिरा नगर की श्रीमती मधु राठौर के जमीन का कब्जा दिलाने संबंधी आवेदन पर भी कलेक्टर ने तत्काल कार्यवाही करने के निर्देश संबंधित अधिकारियों को दिए। जनसुनवाई में 52 आवेदकों ने अपनी समस्याओं से संबंधित आवेदन प्रस्तुत किए।

ज्ञानोदय इंटरनेशनलमे मनाया गया श्रीकृष्ण जन्माष्टमी महोत्सव

नीमच । शनिवार को जन्माष्टमी पर्व के मौके पर ज्ञानोदय इंटरनेशनल स्कूल मे श्रीकृष्ण जन्मोत्सवे ही हर्षोल्लास एवं धूमधाम से मनाया गया। कार्यक्रम की शुरुआत लड्डू गोपाल की पूजा व पालना झूला कर की गई जिसमे मुख्य अतिथि के रूप मैं श्रीमती चंद्रकांता दनगर एवं श्रीमती प्रियंका रगणेकर उपस्थित रही। जिसमें नन्हें.मुन्ने बच्चे नटखट नंद गोपाल की भूमिका में नजर आए। कोई कृष्ण कन्हैया बना तो कोई बनी राधा। बच्चों न ेराधा.कृष्ण के अलावा वासुदेव देवकी ग्वाले और गोपियों की वेशभूषा में आए साथ ही टीचर्स ने माँ यशोदा की भूमिका निभाते हुए माहोल ममतामई कर दिया।

बच्चों को मुरली मोरपंख माखन मिश्री के शब्दों से परिचित कराया गया तथा कृष्ण के विभिन्न नाम कृष्णागोपाल लल्ला जी मुरलीधर मधुसूदन माधव कान्हा मोहन के बारे में बताया गया। इस मौके पर बच्चों ने दही हांडी का भी आनन्द लिया साथ ही नन्हें बच्चों ने मटकी प्रतियोगिता व अन्य सांस्कृतिक कार्यक्रम जैसे राधाकृष्ण लीला पर आधारित बच्चों द्वारा नृत्य की प्रस्तुतियां दी गई।

जिसमें नन्हें बच्चों ने मनमोहक प्रस्तुतियां दी। बच्चों ने फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता में भी हिस्सा लिया और जन्माष्टमी की झांकी भी सजायी। संस्था की निर्देशिका डॉ. गरिमा चौरसिया ने इस पर्व की बधाई देते हुए कहा कि कृष्ण के जीवन से सदा कुछ सीखते रहना चाहिये। हमें प्रण लेना चाहिए कि बिना किसी फ्ल की चिन्ता किये इमानदारी के साथ अपना कार्य करना चाहिये। तभी हम जीवन में सफ्ल रहेंगें। कार्यक्रम के सफ्ल आयोजन पर विद्यालय के प्राचार्य श्री प्रदीप कुमार पांडे नेहर्ष व्यक्त किया और सभी को श्रीकृष्ण जन्मोत्सव की बधाईदी सकार्यक्रम काआभार मोहिनी पंचोली ने व्यक्त किया ।

तन मन से हमने ठाना है, प्रथ्वी पर हरियाली लाना है

पर्यावरण मित्रों ने संजीवनी संकल्प पर्यावरण वाटिका में किया पौधरोपण

नीमच । धरती हमारी माता है मां ने इस धरा पर हमें जीवन जीने के लिए जल जंगल और जमीन ही नहीं बल्कि फल फुल ओषधि के साथ वातावरण को शुद्ध बनाने वाले हरे भरे लहलहाते वृक्ष भी दिए हैं जो हमें शुद्ध वायु आक्सीजन प्रदान करते हैं, यह संदेश देते हुए संस्था अध्यक्ष किशोर बागड़ी ने बताया कि पेड़ पौधे हमारे जीवन मित्र हैं ,इनके बिना हम एक सांस भी नहीं ले सकते हैं,हम सभी का भी दायित्व बनता है कि इस धरा को संवारने के लिए, आओ चलो एक पोधा लगाएं धरती मां के नाम, इसी उद्देश्य को लेकर संकल्प पर्यावरण मित्र संस्था नीमच विगत 10 वर्षो से निरन्तर अभियान चला कर शहर से गांव तक चहुंओर पोंधे रोपित कर पेड़ बनाने के कार्य में जुटी हुई है, अभियान के तहत संस्था सदस्यों द्वारा सोमवार दिनांक 27 अगस्त 2024 को कलेक्टर चोराहा स्थित संजीवनी संकल्प पर्यावरण वाटिका में विभिन्न प्रजातियों के फलदार छायादार फुलदार ओषधि युक्त 21 पोंधे रोपित कर पेड़ बनाने का संकल्प लिया, संस्था संरक्षक इंजि. नवीन कुमार अग्रवाल ने बताया कि संस्था द्वारा इस वर्षाकाल में अबतक 1500 से अधिक पोंधे विभिन्न क्षेत्रों में रोपित किए गए हैं, अभियान निरन्तर जारी है, संस्था का मुख्य उद्देश्य चहुंओर हरियाली के साथ आमजन एवं शहरवासियों को शुद्ध वातावरण शुद्ध वायु आक्सीजन प्राप्त हो, वर्तमान में कई प्रजातियों के पेड़ पौधे विलुप्तप्राय है ऐसे पेड़ पौधों को अधिक से अधिक रोपित कर प्रकृति को संवारना है

वर्तमान वर्षाकाल पेड़ पौधे रोपित करने का एक अवसर हरियाली महोत्सव के रूप में चल रहा है हम सभी को एक पोधा मां के नाम रोपित कर पेड़ बनाने का संकल्प लेना चाहिए, संस्था सचिव डॉ राकेश वर्मा ने बताया कि अभियान में संस्था संरक्षक नवीन अग्रवाल, अध्यक्ष किशोर बागड़ी, सचिव डॉ राकेश वर्मा, कोषाध्यक्ष रमेश मोरे, उपाध्यक्ष राजकुमार सिन्हा आदि ने संजीवनी वाटिका में प्रात: 7 से 9 बजे तक 2 घंटे श्रमदान कर अशोक,खिरनी, (टिमरू) तेंदु,महुआ आदि विभिन्न प्रजातियों के 21 पोंधे रोपित कर सहभागिता निभाई है, उक्त जानकारी संस्था उपाध्यक्ष राजकुमार सिन्हा द्वारा दी गई है, डॉ राकेश वर्मा प्रवक्ता संकल्प पर्यावरण मित्र संस्था नीमच

ग्राम बोरखेड़ी पानेरी में दुकान में आग लगाकर मारपीट के विरोध में पीड़ित व खरोल समाज जन ने सोपा ज्ञापन

नीमच। नीमच जिले के ग्राम बोरखेड़ी पानेरी में अर्जुन खारोल पिता जगदीश खारोल की दुकान में आग लगाकर मारपीट करने के विरोध में मंगलवार को पीड़ित अर्जुन खारोल के साथ खारोल समाज जनों ने मंगल वार को कलेक्टर के नाम ज्ञापन सोपा जिसमें बताया गया कि अर्जुन खारोल जो कि विकलांग होकर ग्राम बोरखेड़ी पानेरी में कपड़ा सिलाई की दुकान चलाता है ओर चाय पत्ती का व्यापार भी करता है 24 अगस्त को वह अपनी दुकान में काम कर रहा था इसी दौरान उसके भाई समरथ खारोल के खाली प्लाट पर बहुत भीड़ जमा हो गई जब अर्जुन खारोल ने उक्त प्लाट पर जाकर देखा तो वहां महेश गुर्जर पिता कन्हैया लाल गुर्जर देवेंद्र गुर्जर पिता कन्हैया लाल गुर्जर करण पिता कन्हैया लाल गुर्जर व उनके अन्य साथी अर्जुन खारोल के भाई समरथ खारोल के साथ गाली गलौज कर मारपीट कर रहे थे इस दौरान अर्जुन खारोल द्वारा बीच बचाव किया गया तो उपरोक्त लोगों ने अर्जुन खारोल के साथ भी मारपीट की ग्रामीणों के बीच बचाव के बाद मामला शांत हुआ इसके बाद जाते-जाते वह लोग अर्जुन खरोल की दुकान में घुस गए और दुकान का शो केस तोड़कर गल्ले में रखें 1 लाख 25000 रु अपने साथ ले गए और दुकान में आग लग गए इसके बाद फायर ब्रिगेड मौके पर पहुंची और आग पर काबू पाया गया।

उपरोक्त लोगों द्वारा अर्जुन खारोल को आर्थिक नुकसान पहुंचाया गया है दिए गए ज्ञापन में पीड़ित व समाज जनों ने मांग की है कि अर्जुन खारोल को उक्त घटना में हुए नुकसान की भरपाई आरोपियों से करवाई जाकर आरोपियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाए।

श्री राधा कृष्ण मंदिर पर यादव समाज ने धूमधाम से मनाई कृष्णा जन्माष्टमी

नीमच। श्री कृष्णा जन्माष्टमी के अवसर पर यादव समाज नीमच सिटी द्वारा श्री राधा कृष्णा मंदिर पर बड़े हर्षोल्लास के साथ श्री कृष्णा जन्माष्टमी महोत्सव मनाया गया जिसमें छोटे बच्चों ने राधा कृष्ण रूप धारण किया साथ ही भजन संध्या का आयोजन भी हुवा जिसमें श्री राधा कृष्ण के भक्तिमय भजनों पर यादव समाज की महिलाओं ने नृत्य कर भजनों का आनंद लिया ।

उसके पश्चात कृष्ण जन्मोत्सव के समय महाआरती का आयोजन कर सभी भक्तजनों को प्रसादी का वितरण किया गया है ।

इस अवसर पर यादव समाज नीमच सिटी के समाज अध्यक्ष विशाल यादव (कांग्रेस पार्षद प्रतिनिधि), भाजपा अनुसूचित जाति मोर्चा मंडल अध्यक्ष मोहन यादव, कमलेश यादव, गिरधारी यादव, गजेंद्र यादव, गौरव, अक्षय,बिट्टू, धर्मेंद्र, और बड़ी संख्या में यादव समाज जन एवं मातृ शक्तियों व छोटे-छोटे बच्चे उपस्थित रहे हैं।

झूठा सौदा कर ट्रेलर बेचने के नाम पर हुई लाखों की ठगी,पीड़ित ने सोपा ज्ञापन,रुपए दिलाने व आरोपी पर कार्यवाही की मांग

नीमच। जिले के ग्राम चम्पी निवासी तेजुबाई पति रामचन्द्र जाति भामि ने अमरसिंह पिता गणपत सिंह जाति गुजर आयु 60 वर्ष निवासी बरखेड़ा हाड़ा पर ट्रेलर बेचने के नाम पर झूठा सौदा कर 4 लाख रुपए की धोखा दड़ी करने के आरोप लगाते हुवे कलेक्टर के समक्ष एक शिकायती आवेदन प्रस्तुत किया है ।

जिसमे उसने बताया की वह ग्राम चंपी पोस्ट भाटखेड़ा तहसील व जिला नीमच की निवासी है तथा उसका पति गाड़ी चलाने का काम करता है,उसका पति पुर्व में अमर सिंह की गाड़ी चलाता था तथा इसी जान पहचान की वजह से मेरे पति ने अमर सिंह से एक गाडी ट्रेलर जिसका रजिस्ट्रेशन न. ऋ्छ 09त्र्ष्ट1943 टाटा 2016 माडल मल्टी एक्सल ट्रेलर को रूपया 17,50,000 /- रूपये में क्रय किया तथा विक्रय सोदे के पेटे रूपया 4,00,000 अक्षरे चार लाख रूपया नगद अमर सिंह को दिये ।

तथा बाकी शेष विक्रय मुल्य की रकम फायनेंस कराकर देने का करार हुआ,ओर पूरी रकम मिलने पर गाड़ी क्रेता को सौंप देने का मोखिक करार हुआ तथा प्रार्थीया के पति को गाड़ी की ओरीजनल कागज प्रार्थी को फायनेंस कराने हेतु दे दिये।

करार अनुसार मुझ प्रार्थीया के पति ने टाटा कम्पनी इन्दोर से फायनेंस करवाया तथा कागज तेयार करवाया तथा प्रार्थीया के पति के द्वारा विपक्षी से हस्ताक्षर करने को कहा जिस पर विपक्षी ने गाड़ी बेचने से व हस्ताक्षर करने से मना कर दिया, इस पर प्रार्थीया के पति ने साई में दी रकम 4,00,000 रूपया रकम वापस करने को कहा तो विपक्षी ने लड़ाई झगड़ा किया दादागिरी करने लगा तथा गाड़ी के ओरिजनल कागज छिन लिये,ओर रूपया देने से साफ मना कर दिया ओर जान से मारने की धमकी दी जा रही है

भील आदिवासी विधवा महिला की जमीन पर पटवारी ने किया कब्जा,कलेक्टर की जन सुनवाई में हुई शिकायत

नीमच। नीमच जिले की सिंगोली तहसील के अंतर्गत आने वाले ग्राम कछाला निवासी भील आदिवासी विधवा महिला संतोष बाई पति स्व पप्पू लाल भील ने पटवारी बाल किशन धाकड़ पर जमीन पर कब्जा कर संतरे की खेती करने के आरोप लगाए है पीड़ित महिला संतोष बाई ने ज्ञापन में बताया कि उसकी जमीन सिंगोली तहसील के ग्राम दौलतपुरा खुर्द हल्का नंबर 11 में कृषि भूमि स्थित है जिस पर पटवारी बालकिशन धाकड़ निवासी काकरिया तलाई द्वारा कब्जा कर संतरे के पेड़ लगा दिए गए हैं और मुझे खेत पर आने-जाने नहीं दिया जा रहा है साथ ही धमकी दी जा रही है और कहां जा रहा है कि इस हलके की सभी जमीन है मेरे भाई रामेश्वर लाल पिता घीसालाल धाकड़ निवासी काकरिया तलाई के नाम करा ली है पीड़ित महिला संतोष बाई ने बताया कि उसके द्वारा उक्त भूमि का किसी भी प्रकार का कोई विक्रय पत्र तैयार नहीं किया गया है और उक्त भूमि का सीमांकन कराकर कब्जा देने के लिए 181 पर शिकायत की गई है परंतु अब तक कोई कार्रवाई नहीं हो रही है दिए गए ज्ञापन में संतोष बाई द्वारा मांग की गई है कि उक्त भूमि से पटवारी का कब्जा हटाकर उसे दिलाई जाए और पटवारी पर वैधानिक कार्रवाई की जाए।

Email: nmh.pawan@gmail.com
Contact: 9407423966, 8770664886

DPL: हैट्रिक लेकर प्रिंस यादव ने रचा इतिहास, ऐसा काम करने वाले बने पहले खिलाड़ी

दिल्ली प्रीमियर लीग में प्रिंस यादव ने हैट्रिक लेकर इतिहास रच दिया है। प्रिंस डीपीएल में हैट्रिक लेने वाले पहले गेंदबाज बन गए हैं। पुरानी दिल्ली-6 से खेलने वाले प्रिंस ने सेंट्रल दिल्ली किंग्स के खिलाफ खेले गए मैच में ये काम किया। हालांकि वह अपनी टीम को जीत नहीं दिला पाए और पुरानी दिल्ली तो 109 रनों से करारी हार का सामना करना पड़ा।

नई दिल्ली। दिल्ली प्रीमियर लीग की पहली हैट्रिक का इंतजार आज खत्म हो गया है। पुरानी दिल्ली-6 के गेंदबाज प्रिस यादव ने डीपीएल की पहली हैट्रिक अपने नाम की है। प्रिंस ने सेंट्रल दिल्ली किंग्स के खिलाफ दमदार गेंदबाजी की और लगातार तीन विकेट लेकर हैट्रिक पूरी की। राष्ट्रीय राजधानी के अरुण जेटली स्टेडियम में खेले गए मैच में प्रिंस ने ये काम किया। सेंट्रल दिल्ली की पारी के 18वें ओवर में प्रिंस ने हैट्रिक ली। प्रिंस ने पहले केशव डबास को डीप में कैच आउट करवाया। इसके बाद अगली ही गेंद पर दाएं हाथ के इस तेज गेंदबाज ने सुमित कुमार को बोल्ड कर दिया। इसके बाद तीसरी गेंद पर हरीश डागर को अपना शिकार बनाया, जो फुलटॉस पर चूक गए और गेंद स्टंप के सामने पैड पर जा लगी। अपील करने पर उन्हें एलबीडब्ल्यू आउट दे दिया गया।

मेरे लिए खास पल

डीपीएल में पहली हैट्रिक लेने के बाद प्रिंस ने कहा कि ये उनके लिए खास पल है। प्रिंस ने कहा, हैट्रिक लेना किसी भी गेंदबाज के एक बड़ी उपलब्धि है। मेरे लिए भी खास पल है, हालांकि ऐसे में अगर हम मैच भी जीत जाते तो यह सोने पर सुहागा होता। उन्होंने कहा, डेथ ओवर में गेंदबाजी करना कभी भी आसान नहीं होता। अंत में ओवरों में यॉर्कर लैंग्थ और धीमी गति की गेंदें एक अच्छा विकल्प होता है इसलिए मैं नेट्स पर इनका निरंतर अभ्यास करता हूं।

109 रनों से जीती सेंट्रल दिल्ली

सेंट्रल दिल्ली ने इस मैच में पहले बल्लेबाजी करते हुए सात विकेट खोकर 217 रन बनाए थे। पुरानी दिल्ली की टीम 12.1 ओवरों में 108 रनों पर ही ढेर हो गई।

सेंट्रल दिल्ली के लिए आर्यन राणा ने नाबाद 75 रनों की पारी खेली। कप्तान जोंटी सिद्धू ने 50 रन बनाए। राणा ने 38 गेंदों का सामना करते हुए नौ चौके और तीन छक्कों की मदद से ये पारी खेली। जोंटी ने 22 गेंदों पर 50 रन बनाए।

पुरानी दिल्ली की तरफ से कोई भी बल्लेबाज अर्धशतक तक नहीं बना सका। सनत सांगवान ने 18 गेंदों पर छह चौके और एक छक्के की मदद से 33 रन बनाए। शिवम शर्मा ने 36 रनों की पारी खेली।

लगातार तीन दिन बंद रहेंगे कई शहरों के बैंक, RBI ने पहले ही कर दिया था छुट्टी का ऐलान

Krishna Janmashtami Bank Holiday नेशनल फेस्टिवल या फिर कल्चरल फेस्टिवल के दिन बैंक बंद रहता है। सोमवार को कृष्ण जन्माष्टमी (Krishna Janmashtami) है ऐसे में लोगों के मन में सवाल है कि क्या बैंकों में छुट्टी रहेगी या नहीं। आइए जानते हैं कि आरबीआई बैंक हॉलिडे लिस्ट के अनुसार किन शहरों के बैंक बंद रहेंगे और किन शहरों के बैंक खुलें रहेंगे।

नई दिल्ली। 26 अगस्त 2024 (सोमवार) को कृष्ण जन्माष्टमी का त्योहार धूमधाम से मनाया जाएगा। इस दिन कई राज्यों में ऑफिस और स्कूलों की छुट्टी रहेगी। कई शहरों में कृष्ण जन्माष्टमी की वजह से बैंक लगातार तीन दिन बंद हैं।

दरअसल, 24 अगस्त को चौथे शनिवार और 25 अगस्त को रविवार की वजह से पूरे देश के बैंक बंद रहेंगे। वहीं, सोमवार को कृष्ण जन्माष्टमी के अवसर पर कई शहर के बैंक बंद रहेंगे। अगर आप भी सोमवार को बैंक जाने का सोच रहे हैं तो आपको एक बार बैंक हॉलिडे लिस्ट चेक कर लेना चाहिए। बता दें कि भारतीय रिजर्व बैंक (RBI) द्वारा बैंक हॉलिडे लिस्ट जारी किया जाता है।

सोमवार को बंद हैं इन शहरों के बैंक 26 अगस्त (सोमवार) को गुजरात, उड़ीसा, चंडीगढ़, तमिलनाडु, उत्तराखंड, सिक्किम, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, राजस्थान, जम्मू, उत्तर प्रदेश, पश्चिम बंगाल, बिहार, छत्तीसगढ़, झारखंड, मेघालय, हिमाचल प्रदेश और श्रीनगर के बैंक बंद रहेंगे। इसका मतलब है कि त्रिपुरा, मिजोरम, महाराष्ट्र, कर्नाटक, असम, मणिपुर, अरुणाचल प्रदेश, केरल, नागालैंड, नई दिल्ली और गोवा के बैंक खुले रहेंगे।

भारतीय बैंकों का साप्ताहिक अवकाश भारतीय रिजर्व बैंक के अनुसार देश के सभी बैंक हर रविवार को बंद रहते हैं। इसके अलावा महीने के चौथे और दूसरे शनिवार को भी बैंक बंद रहते हैं। इसका मतलब है कि हर वीकेंड पर बैंक बंद नहीं रहता है।

चालू रहती है ये सर्विस

बैंक बंद रहने के बावजूद कस्टमर के लिए कई सर्विस ओपन रहती है। जी हां, बैंक हॉलिडे वाले दिन ग्राहक आसानी से नेट बैंकिंग और ऑनलाइन बैंकिंग का लाभ उठा सकते हैं। इसके अलावा बैंक हॉलिडे वाले दिन एटीएम सर्विस भी चालू रहती है।

ओडिशा की महिलाओं को मिली सौगात, राज्य कैबिनेट ने सुभद्रा योजना को दिखाई हरी झंडी

Subhadra Yojana महिलाओं को आर्थिक लाभ देने के लिए ओडिशा के राज्य कैबिनेट ने सुभद्रा योजना को मंजूरी दे दी है। इस योजना में महिलाओं को सालाना 10000 रुपये की राशि दी जाती है। यह राशि दो किस्तों में मिलेगी। कैबिनेट ने योजना के लिए 55825 करोड़ का बजट तय किया है। आइए इस आर्टिकल में सुभद्रा योजना के बारे में विस्तार से जानते हैं।

नई दिल्ली। महिलाओं के विकास के लिए केंद्र सरकार के साथ राज्य सरकार द्वारा कई तरह की योजना चलाई जा रही है। अब ओडिशा सरकार ने महिलाओं के सुभद्रा योजना को मंजूरी दे दी है। इस योजना का लाभ केवल ओडिशा की महिलाओं को मिलेगा।

सुभद्रा योजना के बारे में

सुभद्रा योजना में महिलाओं को आगामी पांच साल तक हर साल 10 हजार रुपये मिलता है। यह राशि दो किस्तों में मिलती है। इसका मतलब है कि हर किस्त में महिलाओं को 5 हजार रुपये मिलेगा। यह राशि राखी पूर्णिमा और महिला दिवस के मौके पर महिलाओं को मिलेगी। इस स्कीम में भी महिलाओं के अकाउंट में डायरेक्ट किस्त की राशि आएगी।

सुभद्रा योजना का लाभ 21 वर्ष से अधिक और 60 वर्ष से कम आयु वाली महिलाओं को मिलेगा।

योजना का लाभ केवल उन महिलाओं को मिलेगा जो आर्थिक रूप से मजबूत श्रेणी में शामिल नहीं हैं। इस स्कीम में सरकारी नौकरी और आयकर देने वाली महिलाएं शामिल नहीं है। वहीं, अगर किसी महिला को किसी दूसरी सरकारी स्कीम्स से हर साल 15,000 रुपये या उससे ज्यादा का लाभ मिलता है तब वह इस स्कीम में शामिल नहीं होगी। चालू वित्त वर्ष में एक करोड़ से ज्यादा महिलाओं को योजना का लाभ मिलेगा।

कैबिनेट से मिल गई मंजूरी

राज्य कैबिनेट से मंजूरी मिलने के बाद ओडिशा के मुख्यमंत्री मोहन चरण मांझी ने विधानसभा में योजना की घोषणा की। मोहन चरण मांझी ने कहा कि 22 अगस्त 2024 को राज्य के कैबिनेट ने सुभद्रा योजना को मंजूरी दे दी। कैबिनेट ने फैसला लिया है कि 'सुभद्रा' योजना चालू वित्तीय वर्ष 2024-25 से वित्तीय वर्ष 2028-29 तक लागू होगी।

कैबिनेट ने इस योजना के लिए 55825 करोड़ का बजट निर्धारित किया है।

सुभद्रा डेबिट कार्ड

मुख्यमंत्री मांझी ने बताया कि ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में डिजिटल लेन-देन को बढ़ावा देने के लिए महिलाओं को 'सुभद्रा डेबिट कार्ड' भी मिलेगा। इस स्कीम के लाभार्थी में से डिजिटल लेनदेन करने वाली 100 लाभार्थियों की पहचान की जाएगी और उन्हें 500 रुपये का अतिरिक्त प्रोत्साहन राशि भी दी जाएगी।

इसके अलावा योजना के लिए कॉल सेंटर भी चालू किया जाएगा। योजना के कार्यान्वयन की निगरानी महिला एवं बाल विकास विभाग के तहत होगी।

घर के मंदिर में रखेंगे वास्तु नियमों का ध्यान, तो आपका कुछ नहीं बिगाड़ पाएगी नेगेटिव एनर्जी

हिंदू धर्म में पूजा-पाठ को ईश्वर के प्रति आभार प्रकट करने का एक माध्यमा माना गया है। लोग अपनी मान्यताओं के अनुसार अपने आराध्य देव की पूजा-अर्चना करते हैं। ऐसे में यदि आप अपने मंदिर में वास्तु नियमों का ध्यान रखते हैं तो इससे आपको लाभ देखने को मिल सकता है। चलिए जानते हैं मंदिर से जुड़े कुछ जरूरी वास्तु नियम।

नई दिल्ली। हिंदू धर्म में विशेष महत्व रखने वाले वास्तु शास्त्र के नियमों का यदि आप पालन करते हैं, तो इससे घर में सुख-समृद्धि बनी रहती है। घर के मंदिर में भी वास्तु नियमों का ध्यान रखना जरूरी है, जिससे आपको काफी लाभ देखने को मिल सकते हैं। साथ ही इससे घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार भी बना रहता है।

ये होनी चाहिए दिशा

वास्तु में मंदिर के लिए घर का उत्तर-पूर्वी कोना जिसे ईशान कोण भी कहा जाता है, सबसे बेहतर माना गया है। साथ ही मंदिर का मुख पूर्व की ओर होना चाहिए। इससे घर-परिवार में सुख-समृद्धि और शांति का वास बना रहता है।

इस बात का विशेष रूप से ध्यान रखें कि मंदिर कभी भी बेडरूम या बाथरूम के पास नहीं होना चाहिए। वरना आपको नकारात्मक परिणाम भी मिल सकते हैं।

इन बातों का रखें ध्यान

घर के मंदिर में साफ-सफाई का विशेष रूप से ध्यान रखना चाहिए। साथ ही इस बात का ध्यान रखें कि मंदिर का सीधे फर्श पर रखना उचित नहीं माना जाता। ऐसे में इसे थोड़ी ऊंचाई पर किसी मेज या स्टैंड पर रख सकते हैं। साथ ही आपका मंदिर हवादार होना चाहिए और उसमें प्रकाश की पर्याप्त व्यवस्था होनी चाहिए।

इससे सकारात्मक ऊर्जा का संचार बना रहता है। मंदिर शांत जगह पर होना चाहिए, जिससे पवित्रता बनाए रखने में मदद मिलती है।

कैसा होना चाहिए मंदिर

घर में लकड़ी या फिर संगमरमर का मंदिर बनवाना शुभ माना जाता है। अपने मंदिर में जितना हो सके सफेद, क्रीम या हल्के पीले रंग का इस्तेमाल करें और गहरे रंगों के प्रयोग से बचें। आप अपने मंदिर में घंटी भी लगा सकते हैं। साथ ही घर के मंदिर में मंगल कलश और गंगाजल भी रखना शुभ माना जाता है।

फिर तेजी की राह पर सोना, डिमांड में भी बड़ा उछाल; क्या ये है निवेश का सही मौका

वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने बजट 2024 में सोने पर आयात शुल्क घटाने का एलान किया। इससे सोने की कीमतों में करीब 6 हजार रुपये तक गिरावट आई। इसका फायदा उठाने के लिए लोगों ने सोने की खरीद बढ़ा दी। फेस्टिव और वेडिंग सीजन से पहले गोल्ड की डिमांड में बड़ा उछाल आया है। इस साल सोने ने करीब 22 फीसदी का रिटर्न दिया है।

नई दिल्ली। देश में सोने की कीमतें (Gold Price) 2024 की पहली छमाही में सालाना आधार पर 10 फीसदी बढ़ी हैं। वर्ल्ड गोल्ड काउंसिल के मुताबिक, दुनियाभर के केंद्रीय बैंकों ने सोने की खरीद बढ़ाई है और भू-राजनीतिक तनाव के चलते भी गोल्ड डिमांड में इजाफा हुआ है। साथ ही, अमेरिकी फेड रिजर्व से मौद्रिक नीति में बदलाव की भी उम्मीद है। सोने के लिए ये भी सकारात्मक संकेत हैं और इसके चलते सोने की कीमतों में सालाना आधार पर 18 फीसदी का उछाल आया है।

इंपोर्ट ड्यूटी घटने से बढ़ी मांग

भारत में बजट 2024 से पहले सोने की डिमांड काफी सुस्त थी। खासकर, ज्वेलरी सेगमेंट में। सोने के अधिकतर खरीदार शादी-विवाह वाले थे। बाकी लोग जेवरात ख़रीदने से बच रहे थे। लेकिन, वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने बजट में सोने पर आयात शुल्क घटाने का एलान किया और इससे पूरे देश में गोल्ड की डिमांड ने फिर से जोर पकड़ लिया।

इंडिया इंटरनेशनल ज्वेलरी शो की रिपोर्ट बताती है कि खुदरा विक्रेताओं ने गोल्ड ऑर्डर बढ़ाया है, खासकर आगामी फेस्टिव और वेडिंग सीजन को देखते हुए। कुछ मामलों में तो गोल्ड ऑर्डर ने पिछले कई वर्षों का रिकॉर्ड तोड़ दिया है। इससे जाहिर होता है कि उपभोक्ताओं की सोने में दिलचस्पी फिर से बढ़ गई है।

अब भी है निवेश का मौका?

जेवरात के साथ बार और सिक्कों की खरीद बढ़ी है। इससे पता चलता है कि निवेश के लिए भी सोने की डिमांड बढ़ी है। दरअसल, उपभोक्ताओं से लेकर जौहरी और निवेशक तक हर कोई सोने की घटी कीमतों का लाभ उठाना चाहता है। अमेरिका के केंद्रीय बैंक ने ब्याज दरों में कटौती का संकेत दिया है। इससे भी सोने में तेजी आने की उम्मीद है। इस साल सोने ने करीब 22 फीसदी का रिटर्न दिया है। भू-राजनीतिक तनाव, आर्थिक अनिश्चितता और दूसरे फैक्टर को देखते हुए इसमें आगे भी तेजी का अनुमान है। आप अपने पोर्टफोलियो में विविधता लाने और जोखिम कम करने के लिए सोने में निवेश पर विचार कर सकते हैं। आदर्श स्थिति में आपके पोर्टफोलियो का 10-15 फीसदी निवेश गोल्ड में होना चाहिए।

पूर्व क्रिकेटर प्रभाकर और बेटे पर हल्द्वानी में धोखाधड़ी की प्राथमिकी दर्ज

कंपनी नेचुरेंस हर्बल के नाम से भी काम करती थी। इसके प्रबंध निदेशक पूर्व क्रिकेटर मनोज प्रभाकर थे। अनुबंध के तहत उसे उत्तर प्रदेश में झांसी से लेकर गोरखपुर क्षेत्र तक का सुपर डिस्ट्रीब्यूटर नामित किया गया। मुख्य स्टाकिस्ट के रूप में कंपनी के निर्देशानुसार उसे केवल बताई जगहों पर माल भिजवाना था। मार्केटिंह डिमांड लाना और पेमेंट निकलवाने का काम कंपनी के प्रतिनिधियों का था।

लखनऊ। निवासी कारोबारी ने भारतीय टीम के पूर्व ऑलराउंडर मनोज प्रभाकर और उनके बेटे के खिलाफ हल्द्वानी कोतवाली में धोखाधड़ी के मामले में प्राथमिकी दर्ज कराई है। कारोबारी का कहना है कि वह उत्तर प्रदेश में पूर्व क्रिकेटर की कंपनी के हर्बल उत्पादों की मांग के हिसाब से आपूर्ति करता था।

बिक्री पर उसे कमीशन मिलता था, लेकिन कंपनी के अचानक बंद होने की वजह से उसकी 11 लाख से अधिक की रकम फंस गई। अब कई बार कोशिश के बावजूद प्रभाकर और उसके बेटे से संपर्क नहीं हो पा रहा। लखनऊ के पुरानी सब्जी मंडी चौक निवासी नीरज कुमार शुक्ल की एनएस सेल्स नाम से फर्म है। नीरज के अनुसार, जुलाई 2017 में हल्द्वानी स्थित नेचुरेंस रिसर्च लैब प्राइवेट लिमिटेड नाम की कंपनी के साथ अनुबंध किया।

नेचुरेंस हर्बल के नाम भी कंपनी करती है काम

कंपनी नेचुरेंस हर्बल के नाम से भी काम करती थी। इसके प्रबंध निदेशक पूर्व क्रिकेटर मनोज प्रभाकर थे। अनुबंध के तहत उसे उत्तर प्रदेश में झांसी से लेकर गोरखपुर क्षेत्र तक का सुपर डिस्ट्रीब्यूटर नामित किया गया। मुख्य स्टाकिस्ट के रूप में कंपनी के निर्देशानुसार उसे केवल बताई जगहों पर माल भिजवाना था। मार्केटिंह, डिमांड लाना और पेमेंट निकलवाने का काम कंपनी के प्रतिनिधियों का था।

पुलिस ने दर्ज की शिकायत

शिकायतकर्ता ने पुलिस को सौंपी तहरीर में कहा कि दिसंबर 2023 में सेल्स से जुड़े अधिकांश स्टाफ को बाहर का रास्ता दिखा दिया गया। जिस वजह से कारोबार प्रभावित होने लगा। इस पर उसने कई बार मनोज प्रभाकर और उनके बेटे रोहन से संपर्क करने की कोशिश की, लेकिन कोई जवाब नहीं मिला। वर्तमान में उसके पास नेचुरेंस हर्बल का 3,21,601 रुपये, नेचुरेंस रिसर्च लैब का 2,78,938 और रिप्लेसमेंट स्टाक के तौर पर 1,53,920 के उत्पाद डंप पड़े हैं।

जबकि अलग-अलग डिस्ट्रीब्यूटर के ऊपर 3,90,227 रुपये की उधारी चढ़ चुकी है। दूसरी ओर बाजार में कंपनी के बंद होने की बात फैलने की वजह से न माल बिक रहा और न उधारी के रुपये मिल रहे हैं। सीओ नितिन लोहनी का कहना है कि मामले की जांच की जा रही है।

प्रदोष व्रत पर जरूर आजमाएं विशेष उपाय, वैवाहिक रिश्ते में आएगी मिठास

त्रयोदशी तिथि पर प्रदोष व्रत करने का विधान है। धार्मिक ग्रंथों के अनुसार प्रदोष व्रत के दिन भगवान शिव की पूजा करने से सभी मनोकामनाएं पूर्ण होती हैं। अगर आप जीवन में किसी समस्या का सामना कर रहे हैं तो इस लेख में बताए गए उपाय प्रदोष व्रत पर जरूर करें। इससे शादी में कोई रुकावट दूर होगी और वैवाहिक रिश्ते में मिठास आएगी।

नई दिल्ली। सनातन धर्म में प्रदोष व्रत का विशेष महत्व है। हर माह के कृष्ण और शुक्ल पक्ष की त्रयोदशी तिथि को प्रदोष व्रत किया जाता है। इस दिन महादेव और मां पार्वती की पूजा-अर्चना संध्याकाल में होती है। पंचांग के अनुसार, भादों का पहला प्रदोष व्रत 31 अगस्त (Pradosh Vrat 2024 Date) को किया जाएगा। इस दिन किए गए उपाय साधक के जीवन के लिए बेहद फलदायी माने जाते हैं। आइए जानते हैं इन उपायों के बारे में।

प्रदोष व्रत के दिन सफेद वस्त्र धारण करना बहुत शुभ माना जाता है। अगर आप करियर में सफलता प्राप्त करना चाहते हैं, तो प्रदोष व्रत पर गरीब लोगों में वस्त्र का दान करें। मान्यता है कि यह उपाय करने से साधक को करियर के क्षेत्र में उन्नति मिलती है। इसके अलावा चंद्र दोष से भी मुक्ति मिलती है।

यदि आपकी शादी में कोई रुकावट आ रही है, तो ऐसे में प्रदोष व्रत की पूजा के दौरान 108 बेलपत्र लें और उनपर चंदन से %श्री राम% लिखकर महादेव को चढ़ाएं। मान्यता के अनुसार, इस टोटके को करने से साधक के विवाह में आ रही बाधा दूर होती है और मनचाहे वर की प्राप्ति होती है। साथ ही जल्द शादी के योग बनते हैं।

माना जाता है कि प्रदोष व्रत पर किए गए उपाय वैवाहिक जीवन के लिए शुभ माने जाते हैं। इस दिन महादेव का पंचामृत से अभिषेक करें और मां पार्वती को सोलह श्रृंगार की चढ़ाएं। ऐसा करने से वैवाहिक रिश्ते में मिठास आती है और वैवाहिक जीवन की सभी समस्या दूर होती है।

पूजा के दौरान करें इन मंत्रों का जप

शिव प्रार्थना मंत्र

करचरणकृतं वाक् कायजं कर्मजं
श्रावण वाणंजं वा मानसंवापराधं ।
विहितं विहितं वा सर्व मेतत् क्षमस्व
जय जय करुणाब्धे श्री महादेव शम्भो
॥

शिव नमस्कार मंत्र

शम्भवाय च मयोभवाय च नमः
शंकराय च मयस्कराय च नमः शिवाय
च शिवतराय च।।
ईशानः सर्वविध्यानामीश्वरः सर्वभूतानां
ब्रम्हाधिपतिमहिर्बम्हणोधपतिर्बम्हा
शिवो मे अस्तु सदाशिवोम।।

मेगा बिजली ट्रांसफॉर्मर बनाएंगे भारत और अमेरिका, दोनों देशों के बीच ग्रिड व ट्रांसमिशन सेक्टर पर चर्चा

अमेरिका इसके लिए आवश्यक प्रौद्योगिकी के साथ ही वित्त सुविधा देने को भी तैयार है। दोनों देशों के बीच हाल के महीनों में पर्यावरण सुरक्षा के संदर्भ में कई स्तरों पर बातचीत शुरू हुई है। भारत व अमेरिका मिलकर कम ऊर्जा खपत से चलने वाले एयर-कंडीशनरों के निर्माण पर काम कर रहे हैं। मेगा बिजली ट्रांसफॉर्मर भी इसी तरह का क्षेत्र है।

नई दिल्ली। भारत में बिजली की खपत जिस तेजी से बढ़ रही है, उसे देखते हुए यहां मेगा बिजली ट्रांसफॉर्मर की जरूरत महसूस हो रही है। लेकिन, भारत के पास इस तरह के ट्रांसफॉर्मर बनाने की तकनीक नहीं है। अब अमेरिका ने इस क्षेत्र में मदद करने की पहल की है। अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडन के वरिष्ठ सलाहकार (अंतरराष्ट्रीय पर्यावरण नीति) जान पेडेस्टा ने पिछले दो दिनों के दौरान भारत के बिजली मंत्री मनोहर लाल और वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण के साथ हुई मुलाकात में इस बारे में विस्तार से विमर्श किया।

अमेरिका इसके लिए आवश्यक प्रौद्योगिकी के साथ ही वित्त सुविधा देने को भी तैयार है। दोनों देशों के बीच हाल के महीनों में पर्यावरण सुरक्षा के संदर्भ में कई स्तरों पर बातचीत शुरू हुई है। दैनिक जागरण ने कुछ सप्ताह पहले यह खबर प्रकाशित की थी कि किस तरह से भारत व अमेरिका मिलकर कम ऊर्जा खपत से चलने वाले एयर-कंडीशनरों के निर्माण पर काम कर रहे हैं। मेगा बिजली ट्रांसफार्मर भी इसी तरह का क्षेत्र है।

दोनों देशों के बीच ग्रिड व ट्रांसमिशन सेक्टर को अत्याधुनिक बनाने पर भी बात हुई है। इससे भारत के मौजूदा ग्रिड ढांचे को अत्याधुनिक बनाना उद्देश्य होगा, जिससे भविष्य की मांग के मुताबिक यह काम कर सके। भारत व अमेरिका बैट्री स्टोरेज में भी विमर्श कर रहे हैं।

सीमेंट की तगड़ी डिमांड, पूंजीगत व्यय बढ़ाएंगी कंपनियां; क्या शेयरों में बनेगा कमाई का मौका

नई दिल्ली। भारत की सीमेंट कंपनियां अपना कारोबार बढ़ाने पर काफी ज्यादा फोकस कर रही हैं। वे वित्त वर्ष 2025-27 के दौरान 1,25,000 करोड़ रुपये का कैपिटल एक्सपेंडिचर यानी पूंजीगत व्यय कर सकती हैं। यह अनुमान देश की प्रतिष्ठित रेटिंग एजेंसी केयर रेटिंग्स ने लगाया है।

केयर रेटिंग्स का कहना है कि सीमेंट की अच्छी डिमांड रहने की उम्मीद है, जिसे पूरा करने और अपनी बाजार हिस्सेदारी बढ़ाने के लिए कंपनियां पूंजीगत व्यय बढ़ा सकती हैं। पूंजीगत व्यय या कैपेक्स का इस्तेमाल लंबी अवधि के असेट को स्थापित करने में किया जाता है, जैसे कि नए कारखाने।

सीमेंट की डिमांड में तगड़ा उछाल

पिछले तीन साल में सीमेंट की डिमांड में भारी उछाल आया है। एक तो सरकार इन्फ्रास्ट्रक्चर पर काफी जोर दे रही है, दूसरे आवास योजनाओं से भी सीमेंट की बिक्री को बूस्ट मिला है। इसके वित्त वर्ष 2023-24 में इंडस्ट्री की प्रोडक्शन कैपेसिटी दशक के उच्चतम स्तर पर पहुंच गई और मैन्युफैक्चरर्स को डिमांड पूरी करने के लिए कैपेक्स बढ़ाने की जरूरत पड़ गई। वित्त वर्ष 2025-2029 में 7 प्रतिशत की चक्रवृद्धि वार्षिक वृद्धि दर के साथ सीमेंट की मांग का परिदृश्य स्वस्थ बना हुआ है। अगले तीन वित्त वर्षों में पूंजीगत व्यय बढ़ाकर सीमेंट कंपनियां बढ़ती मांग को पूरा करेंगी। साथ ही, अपने कारोबार का नए क्षेत्रों में विस्तार भी करेंगी। इस दौरान इंडस्ट्री कुल 130 मिलियन टन सीमेंट पीसने की क्षमता जोड़ सकती है, जो मौजूदा क्षमता का लगभग एक चौथाई है। मनीष गुप्ता, क्रिसिल रेटिंग्स के वरिष्ठ निदेशक

पिछली तिमाहियों में सुस्त रही मांग

पिछली कुछ तिमाहियों में सीमेंट की डिमांड में सुस्ती दिखी। ब्रोकरेज का कहना है कि लोकसभा चुनाव के चलते निर्माण गतिविधियां धीमी पड़ गई थीं। साथ ही, कुछ क्षेत्रों में भयंकर गर्मी थी, तो कुछ जगहों पर मानसून समय से पहले आ गया था। श्रमिकों भी किल्लत थी। इन सब फैक्टर के चलते सीमेंट की डिमांड सुस्त रही। इसका सीमेंट कंपनियों के तिमाही नतीजे पर भी दिखा। कुछ को छोड़कर ज्यादातर कंपनियां का प्रदर्शन निराशाजनक रहा।

सीमेंट कंपनियों के शेयरों का हाल

सीमेंट कंपनियों के शेयरों में फिलहाल करेक्शन देखने को मिल रहा है। पिछले एक महीने के दौरान एनएसई पर सीमेंट कंपनियों के स्टॉक्स में 23 फीसदी की गिरावट आई है, जबकि इस दौरान निफ्टी-50 सूचकांक सिर्फ 1.2 फीसदी फिसला है। पिछले चार हफ्तों में बर्नपुर सीमेंट 23.3 फीसदी, एसीसी 10.8 फीसदी, श्री सीमेंट 10.5 फीसदी और उदयपुर सीमेंट वर्क्स में 9.5 फीसदी की गिरावट आई। श्री दिग्विजय सीमेंट, अंबुजा सीमेंट्स, जेके लक्ष्मी सीमेंट, बराक वैली सीमेंट्स और सांघी इंडस्ट्रीज में इस दौरान 5 से 8 प्रतिशत के बीच गिरावट आई।

सीमेंट पर क्या है एक्सपर्ट की राय

एक्सपर्ट का मानना है कि मौजूदा करेक्शन को देखते हुए सीमेंट कंपनियों के शेयरों में निवेश करने का यह अच्छा अवसर हो सकता है। चुनाव और मानसून सीजन खत्म होने के बाद निर्माण गतिविधियों में दोबारा तेजी आ सकती है, जिसका असर डिमांड पर दिख सकता है। साथ ही, सीमेंट के दाम में भी इजाफे का अनुमान है। सीमेंट निर्माण प्रक्रिया में इस्तेमाल होने वाले पेटकोक का दाम भी 130 डॉलर से घटकर 100 डॉलर के आसपास आ गया है। सीमेंट कंपनियों को इसका भी फायदा मिल सकता है ।

इनकम टैक्स रिफंड में क्यों हो रही देरी, कहीं आपने तो नहीं की हैं ऐसी गलतियां

नई दिल्ली। आईटीआर फाइल करने की आखिरी तारीख 31 जुलाई थी। इनकम टैक्स डिपार्टमेंट की ओर से दी गई जानकारी के मुताबिक, आखिरी तारीख तक 7.28 करोड़ रिटर्न फाइल किए गए हैं। आईटीआर फाइल करने के बाद टैक्स पेयर्स को अपने रिफंड का इंतजार होता है। क्योंकि अब जुलाई के बाद अगस्त का महीना भी खत्म होने जा रहा है तो रिफंड को लेकर हर किसी को बेसब्री से इंतजार है। आईटीआर समय से फाइल करने के बाद ही अभी तक रिफंड का इंतजार ही कर रहे हैं तो ये जानकारी आपके काम की होने वाली है। यहां आपको समझने की जरूरत है कि इनकम टैक्स रिफंड आने में देरी की कई वजहें हो सकती हैं। इन वजहों को यहां लिस्ट कर रहे हैं-

इनकम टैक्स रिफंड आने में क्यों हो रही है देर

आईटीआर का वेरिफाई न होना

आईटीआर फाइल करना ही नहीं, बल्कि आईटीआर वेरिफाई करना भी जरूरी है। आधार ओटीपी का इस्तेमाल कर आईटीआर वेरिफाई करना जरूरी है। ऐसा नहीं किया जाता है तो रिफंड में देरी हो सकती है।

अकाउंट की डिटेल्स में गलती

अगर आपने अपने बैंक अकाउंट की गलत जानकारियां दी हैं तो यह भी रिफंड की देरी की वजह हो सकती है। बैंक अकाउंट नंबर, आईएफएससी कोड, माइक्रो कोड या गलत नाम की वजह से ऐसा हो सकता है।

गलत रिटर्न दाखिल करना

आईटीआर रिटर्न फाइल कर चुके हैं लेकिन रिटर्न में किसी तरह की कोई जानकारी अधूरी या गलत होती है तो धारा 139 (9) के तहत नोटिस मिलता है। इस गलती को सुधारने के लिए 15 दिन का समय भी दिया जाता है। ऐसे में यह भी रिफंड में देरी की वजह हो सकता है।

मन की स्थिरता मंदराचल पर्वत और प्रेम की डोर शेषनाग हैं

ऋषिकेश। समुद्र मंथन के तीसरे क्रम में श्वेत वर्ण का उच्चैश्रवा अश्व निकला, जिसे राजा बलि ने अपने पास रख लिया। लोक में जिस व्यक्ति को अपने मान-सम्मान का बहुत ध्यान रहता है, उसके पुण्य कर्मों का क्षय हो जाता है। मन की हलचल का शांत हो जाना ही भगवत्साधना की निधि है। जैसे ही मन शांत हो जाता है, उसमें सकारात्मक और परमार्थिक विचार उठने लगते हैं, जिससे लोक-परलोक दोनों का कल्याण होता है।

अश्व मन की गति का प्रतीक है। मन की गति को सबसे तेज माना गया है। यदि हमें अमृत रूपी परमात्मा को प्राप्त करना है, तो अपने मन की गति को नियंत्रित करना होगा। यह मन ही मनुष्य को संसार के मोह सागर में डुबा देता है और यही मोक्ष के मार्ग को प्रशस्त करता है। %मन एव मनुष्याणां कारणं बंधमोक्ष्यो:%। मन की स्थिरता ही मंदराचल पर्वत है, प्रेम की डोर ही शेषनाग हैं और कच्छप रूप भगवान ही उसके आधार हैं। जो व्यक्ति प्रत्येक इंद्रिय से भगवान की भक्ति करता है, उसे ही भक्तिरूपी अमृत प्राप्त होता है। धर्मग्रंथों में अश्व को इंद्रियों का रूपक दिया गया है। मन का निरोध ही शम है। इंद्रियों का निरोध ही दम है। देह-गेह में आसक्ति ही मन है। देह-गेह से उपराम भक्ति है। भक्ति ही सत्य है और सत्य ही ईश्वर है। जब तक व्यक्ति इंद्रियों का दास रहेगा, तब तक वह भगवद्भक्ति रूपी अमृतपान से वंचित रहेगा।

उच्चैश्रवा अश्व को असुराधिपति बलि ने तो ले लिया, किंतु वह अमृत से वंचित रह गए। अमृत है आत्मबोध की उपलब्धि। संसार में जो लोग-कीर्ति-वैभव आदि को ही प्रमुख मानकर जीवन जीते हैं, वे शाश्वत शांति को नहीं प्राप्त कर सकते।मानव जीवन भोग भोगने के लिए नहीं, अपितु भगवद्भक्ति रूपी अमृत पान कर मोक्ष के लिए है। इंद्रियां भोग भोगते हुए कभी तृप्त नहीं होती हैं। विषयभोग जीवन को विनष्ट कर देता है। महाराज भर्तृहरि भोग से जब योग की ओर चले तो उन्होंने लिखा-%भोगा न भुक्ता वयमेव भुक्ता:% अर्थात हमने भोगों को नहीं भोगा अपितु भोगों ने हमें भोग लिया। ह्य

Email: nmh.pawan@gmail.com
Contact: 9407423966, 8770664886

इन देसी भरवां सब्जियों को एक बार जरूर करें ट्राई, स्वाद ऐसा कि ऊंगलियां भी चाट जाएंगे आप

त्योहार और खास अवसरों पर विशेष व्यंजन बनाए जाते हैं। इन्हीं में भरवां सब्जियां भी शामिल हैं। इन्हें अलग अलग सब्जियों में मसाले भरकर बनाया जाता है जो खाने के स्वाद को दोगुना बना देते हैं। इन्हें बनाने की सही विधि पता हो तो इन्हें आसानी से बनाया जा सकता है।

नई दिल्ली। भरवा सब्जियां, भारतीय खानपान का एक महत्वपूर्ण हिस्सा हैं, क्योंकि ये पारंपरिक मसालों और टेस्टी सामग्री से भरी जाती हैं, जो खाने को न केवल स्वादिष्ट बनाती हैं, बल्कि पोषण भी प्रदान करती हैं। ये आमतौर पर घर में विशेष अवसरों या कभी-कभी रोजमर्रा के खाने में भी शामिल की जाती है। इन्हें बनाना भी एक कला है, जिसमें सब्जियों के अनुसार मसाले और अन्य सामग्रियों को भरकर पकाया जाता है,जो खाने का स्वाद दोगुना कर देती है। तो आइए जानते हैं आज ऐसे ही कुछ भरवा सब्जियों के बारे में।

भरवां बैंगन

छोटे बैंगन को लहसुन, मिर्ची, आमचूर जैसे अनेक मसालों के पेस्ट से भरकर भूनने और पकाने से यह बेहद स्वादिष्ट बनती है। मसाले में तले हुए बैंगन की लाजवाब खुशबू और स्वाद लगभग सभी को अपनी तरफ आकर्षित करती है।

भरवां आलू- छोटे छोटे आलुओं को मसालों लहसुन, हरी मिर्च और धनिया से बने पेस्ट से भरकर पकाना, इसे एक कुरकुरी और स्वादिष्ट डिश बनाता है। इसे दाल-चावल या रोटी के साथ सर्व किया जा सकता है।

भरवां शिमला मिर्च

इसे बनाने के लिए शिमला मिर्च को पनीर, सूखे मेवे, और मसालों से भरकर तेल में कुरकुरा पकाया जाता है। इसका स्वाद और सुगंध इसे एक खास डिश बनाता है।

भरवां लौकी- लौकी को मसाले, नारियल, और हरी मिर्च से भरकर पकाना, इसे एक पौष्टिक और स्वादिष्ट व्यंजन बनाता है। यह विशेष रूप से हल्का और स्वादिष्ट होता है।

भरवां टिंडे- मसाले और हरी चटनी से भरे हुए टिंडे को पकाना, इसे एक खास भारतीय डिश बनाता है। इससे टिंडों का स्वाद दोगुना हो जाता है।

भरवां भिंडी

भिंडी को मसाले, नारियल, और अन्य सामग्री से भरकर तला जाता है, जिससे यह एक स्वादिष्ट और कुरकुरी डिश बनती है।

भरवां कद्दू

कद्दू को मसाले और सूखे मेवों से भरकर पकाने से यह एक अनोखा स्वाद और समृद्ध बनावट प्राप्त करता है। इसे विशेष अवसरों पर परोसा जाता है।

भरवां परवल

परवल को कुछ खड़े मसाले और हरी चटनी से भरकर पकाने से इसका स्वाद और भी बढ़ जाता है। लोग इसे विशेष अवसरों पर बनाते हैं।

फिल्म प्रोड्यूसर और स्टारडस्ट मैगजीन ओनर नारी हीरा का निधन, उर्मिला मातोंडकर को किया था लॉन्च

फिल्म निर्माता और स्टारडस्ट एंड सोसाइटी मैगजीन के ओनर रहे नारी हीरा का निधन हो चुका है। वह इस पत्रिका के संस्थापक और प्रकाशक थे। उन्होंने पत्रकार के तौर पर करियर की शुरुआत की थी लेकिन बाद में उन्होंने मैगजीन पब्लिशिंग में अपना करियर बनाया। इसके अलावा उन्होंने प्रोडक्शन हिबा बैनर के तले कई फिल्मों का निर्माण किया था जिसमें उर्मिला मातोंडकर की स्कैंडल भी शामिल है।

नई दिल्ली। फिल्ममेकर और मशहूर गॉसिप मैगजीन स्टारडस्ट के फाउंडर नारी हीरा का निधन हो गया है। शुक्रवार 23 अगस्त को उन्होंने 86 वर्ष की आयु में आखिरी सांस ली। शनिवार दोपहर बाणगंगा श्मशानघाट, वर्ली मे उनका अंतिम संस्कार किया जाएगा।

एक्सचेंज फॉर मीडिया के अनुसार, नारी हीरा के परिवार की ओर से जारी किए गए बयान में कहा गया, हम बड़े दुख के साथ उनके निधन की खबर को साझा कर रहे हैं। वह प्रिंट मीडिया के अग्रणी, पारिवारिक व्यक्ति और पिता थे। उनका इस दुनिया को छोड़कर चले जाना हम सबको खलेगा।

विज्ञापन से शुरू किया था करियर

1938 में कराची में जन्में नारी हीरा का परिवार विभाजन के बाद भारत आ गया था। उन्होंने विज्ञापन से अपने करियर की शुरुआत की। लेकिन बाद में पब्लिशिंग की दुनिया में कदम रखा और मैग्ना पब्लिशिंग शुरू कर दी। उन्हें पहली और सबसे बड़ी सफलता 1971 में शुरू की गई स्टारडस्टमैगजीन से मिली।

इस मैगजीन के तहत मशहूर हस्तियों से संबंधित कई चौंकाने वाले खुलासे किए गए। इसी कारण स्टारडस्ट मैगजीन कई बार कानूनी पचड़ों में भी पड़ी। पत्रिका को अमिताभ बच्चन और शाह रुख खान सहित कई मशहूर हस्तियों से मानहानि के कई मामलों का सामना करना पड़ा। यह मैजगीन अपने गॉसिप कंटेंट को लेकर कई बार लोगों की आलोचनाओं का भी शिकार हुई।

कई फिल्मों का भी किया निर्माण

नारी हीरा फिल्म उद्योग की दुनिया में भी जाना माना नाम रहे हैं। 1980 में उन्होंने हिबा बैनर फिल्म्स की शुरुआत की, जिसके अंतर्गत एक दर्जन से ज्यादा वीडियो फिल्मों का निर्माण किया। वह आदित्य पंचोली और उर्मिला मातोंडकर जैसे सितारों को लॉन्च करने के लिए जाने जाते थे।

लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड से किए गए थे सम्मानित

पब्लिशिंग फील्ड में अहम योगदान के लिए नारी हीरा को लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड से सम्मानित किया जा चुका गया था।

नहीं करता सुबह जल्दी उठने का मन, छाया रहता है आलस, तो छुटकारा पाने के लिए अपनाएं 5 टिप्स

रोज सुबह उठने के बाद आप कैसा रुटीन फॉलो करते हैं इसका असर आपके पूरे दिन पर पड़ता है। इसलिए एक हेल्दी और प्रोडक्टिव मॉर्निंग रुटीन फॉलो करना जरूरी है। इसलिए अपने दिन को और प्रोडक्टिव बनाने के लिए कुछ टिप्स अपना सकते हैं। इस आर्टिकल में बताए 5 टिप्स की मदद से आप अपने दिन को और बेहतर बना सकते हैं।

नई दिल्ली। सुबह की शुरुआत कैसी होती है, उस पर आपका पूरा दिन निर्भर करता है। इसलिए सुबह की शुरुआत कैसे करनी है, इस बारे में सोचना जरूरी है। अगर आप सुबह ऐसे ही उठकर बिना कुछ सोचे-समझे तैयार होकर काम पर जा रहे हैं, तो हो सकता है कि आपकी प्रोडक्टिविटी भी कम हो जाए।

कई लोगों का ध्यान इस ओर जाता भी नहीं है कि दिन की शुरुआत एक फिक्स रुटीन से करने के कितने फायदे हो सकते हैं।

अगर आप भी इस बारे में नहीं जानते, तो इतना समझ लीजिए कि मॉर्निंग रुटीन होने से प्रोडक्टिविटी बढ़ाने, तनाव कम करने और एनर्जेटिक रहने में मदद मिलती है। इसलिए इस आर्टिकल में हम ऐसी 5 टिप्स के बारे में जानेंगे, जिनसे आपकी प्रोडक्टिविटी बढ़ेगी और आप भी बेहतर भी महसूस करेंगे।

पानी पिएं

सुबह उठने के बाद सबसे पहला काम खुद को हाइड्रेट करने का करें। सुबह उठकर पानी पिएं। इससे रातभर में जो शरीर में पानी की कमी आई होगी, उसे पूरा करने में मदद मिलेगी। आप चाहें, तो हल्का गुनगुना पानी भी पी सकते हैं, जिससे आपकी बाउल मूवमेंट में भी सुधार होगा।

हल्की स्ट्रेचिंग करें

सुबह उठने के बाद बॉडी अकड़ी हुई महसूस होती है। इसलिए सुबह के समय हल्की स्ट्रेचिंग करने से भी आपको काफी बेहतर महसूस होगा। स्ट्रेचिंग करने से आपकी मांसपेशियों की अकड़न दूर होने के साथ-साथ फील गुड हार्मोन भी रिलीज होता है। इससे आपका मूड अच्छा होता है, जिससे आपके दिन की शुरुआत अच्छी होती है।

मेडिटेशन करें

सुबह उठकर थोड़ी देर एक शांत जगह पर बैठकर मेडिटेशन करें। मेडिटेशन करने से आपका फोकस बढ़ेगा और तनाव भी कम होता है। इससे भी आपकी प्रोडक्टिविटी बढ़ती है और आप बेहतर महसूस करते हैं। इसके अलावा, मेडिटेशन मेंटल हेल्थ के लिए भी काफी फायदेमंद होता है।

दिन प्लान करें

आप दिन में क्या-क्या काम करने वाले हैं, इसकी लिस्ट बनाएं और प्रायोरिटी सेट करें। इससे आपको ये पता रहेगा कि किस काम को पहले करना है और कितनी देर में करना है। इससे आपका काम भी समय से पूरा हो जाएगा और आपको बेहतर महसूस होगा।

हेल्दी ब्रेकफास्ट करें

रोज सुबह हेल्दी ब्रेकफास्ट करें। ये आपकी सेहत के लिए अच्छा है और आप एनर्जी से भरपूर भी महसूस करेंगे। इतना ही नहीं, ब्रेकफास्ट करने से आपको गैस और एसिडिटी की समस्या भी नहीं होती और दिन बेहतर बीतता है।

सुबह उठते ही गढ़ा लेते हैं मोबाइल पर अपनी आंखें, तो तुरंत सुधार लें अपनी ये आदत; मिलेंगे बेमिसाल फायदे

मोबाइल हमारे लाइफस्टाइल का अहम हिस्सा बन चुका है। इसके बिना गुजारा करना लगभग नामुमकिन है। बच्चे हो या बड़े हर कोई इन दिनों अपना ज्यादातर समय स्क्रीन के सामने ही गुजारते हैं। आलम यह है कि सुबह उठने के साथ ही लोग सबसे पहले मोबाइल स्क्रीन का ही दीदार करते हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल में हम आपको बताएं सुबह मोबाइल यूज न करने के फायदे।

नई दिल्ली। इन दिनों लोगों का ज्यादातर समय टेक्नोलॉजी के बीच ही गुजरता है। सुबह-शाम लोग अपने काम को आसान और सुविधाजनक बनाने के लिए तरह-तरह की टेक्नोलॉजी का इस्तेमाल करते हैं। मोबाइल इन्हीं में से एक है, जिसका इस्तेमाल इन दिनों हर कोई करता है। बच्चे से लेकर बड़े तक, आजकल लोगों का ज्यादातर समय स्क्रीन के सामने ही गुजरता है। लोगों को मोबाइल की इतनी आदत लग चुकी है कि सुबह उठते और रात में सोते समय भी वह सिर्फ स्क्रीन ही निहारते रहते हैं।

हालांकि, सुबह उठते ही मोबाइल स्क्रीन का इस्तेमाल आपकी सेहत के लिए हानिकारक होता है। अगर आप भी उन लोगों में से हैं, जिन्हें सुबह उठते ही मोबाइल देखने की आदत है, तो आज हम जानेंगे 5 ऐसे कारण, जो आपको बताएंगे कि सुबह उठते ही मोबाइल स्क्रीन का इस्तेमाल न करना आपके कैसे फायदेमंद हो सकता है।

फोकस रखने में मददगार

सुबह-सुबह स्क्रीन से दूर रहने से आपका दिमाग एक साथ आने वाले नोटिफिकेशन से भी दूर रहता है, जिससे आपका फोकस बिगड़ता नहीं है और आपको पूरे दिन बेहतर फोकस और मेंटल क्लेरिटी बनाए रखने में मदद मिलती है।

तनाव कम होता है सुबह का स्क्रीन टाइम, विशेष रूप से सोशल मीडिया स्क्रॉल करने या ईमेल पढ़ने से आपको नकारात्मक समाचार या काम से जुड़े तनाव का स्तर बढ़ सकता है।

ऐसे में सुबह स्क्रीन अवॉयड करने से आपको तनाव मैनेज करने में मदद मिल सकती है।

आई हेल्थ के लिए फायदेमंद

अगर आप अपने दिन की शुरुआत स्क्रीन के बिना करते हैं, तो इससे आपकी आंखें हानिकारक ब्लू लाइट के संपर्क में आने से बची रहती है। इससे आंखों पर तनाव कम होता है और डिजिटल आई फैटीग से बचाव होता है।

स्लीपिंग पैटर्न में सुधार

आप सुबह सबसे पहले स्क्रीन देखने से बचते हैं, तो इससे आपका स्लीप पैर्टन यानी सोने- और जागने की हेल्दी साइकिल को बनाए रखने में ज्यादा मदद मिलती है। यह ज्यादा असरदार होता है, अगर आप सोने से पहले भी स्क्रीन टाइम कम कर देते हैं।

प्रोडक्टिविटी में सुधार

सुबह-सुबह मोबाइल स्क्रीन का इस्तेमाल न करने से आपकी प्रोडक्टिविटी में सुधार होता है। ऐसा करने से आपको अपने दिमाग को फोकस रखने में मदद मिलती है, जिससे प्रोडक्टिविटी बेहतर हो सकती है।

शाका लाका बूम बूम के संजू किंशुक वैद्य ने की सगाई, सामने आई पहली फोटो, देखें कौन है उनकी मंगेतर

पॉपुलर चाइल्ड आर्टिस्ट रहे किंशुक वैद्य बचपन में क्यूट लुक्स के कारण लोगों के फेवरेट हुआ करते थे। वहीं आज भी वह गुड लुक्स के कारण फीमेल फैंस के चहेते हैं। किंशुक ने शाका लाका बूम बूम में लीड एक्टर संजू का रोल प्ले किया था जिससे उन्हें काफी लोकप्रियता और शोहरत मिली। किंशुक वैद्य इन दिनों अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर सुर्खियों में हैं।

नई दिल्ली। टीवी के हिट शो शाका लाका बूम बूम में संजू का रोल प्ले कर मशहूर हुए किंशुक वैद्य को आज भी फैंस भूले नहीं हैं। क्यूट लुक्स और हैंडसम पर्सनालिटी के मालिक किंशुक फेमस चाइल्ड आर्टिस्ट रहे हैं। वहीं, बड़े होने के बाद बतौर लीड एक्टर उन्होंने और भी शो में काम किया, जिसके लिए उन्हें शाका लाका बूम बूम% जितना ही प्यार मिला। एक्टर एक बार फिर सुर्खियों में हैं।

किंशुक वैद्य की हो गई सगाई

किंशुक वैद्य इस बार अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर लाइमलाइट में बने हुए हैं। उन्होंने सगाई कर ली है। 33 साल के किंशुक ने ग्लैमर वर्ल्ड की जानी मानी कोरियोग्राफ से इंटीमेट सेरेमनी में सगाई की है। एक्टर ने इसकी खूबसूरत तस्वीर शेयर की है, जिसके बाद उन्हें फैंस और सेलिब्रिटी फ्रेंड्स की ओर से ढेर सारी बधाइयां मिली हैं।

किंशुक वैद्य ने सोशल मीडिया पर सगाई की फोटो शेयर की है, जिसमें वह और उनकी मंगेतर अंगूठी को फ्लॉन्ट करते नजर आ रहे हैं। एक्टर ब्लू कलर के कुर्ते पयजामे में नजर आए। वहीं, उनकी होने वाली दुल्हन ने ब्लू-रेड के कॉम्बिनेशन की साड़ी पहनी थी।

कौन हैं किंशुक की मंगेतर

किंशुक ने जिनसे सगाई की है, उनका नाम दीक्षा नागपाल है। वह जानी मानी कोरियोग्राफर हैं। दीक्षा ने %पंचायत 2 2% के एक आइटम नंबर की कोरियोग्राफ की थी। इसके पहले उनके शिव्या पठानिया को डेट करने की खबरें सामने आई थीं।

सेलेब्स ने दी बधाई

सगाई की फोटो सामने आने के बाद किंशुक को शहीर शेख, दिशा परमान, हिबा नवाब सहित कई एक्टर्स ने बधाई दी है।

किंशुक वैद्य टीवी शो

शाका लाका बूम बूम के अलावा किंशुक ने एक रिश्ता साझेदारी का, वो अपना सा, कर्ण संगिनी जैसे कई और हिट शो में काम किया है।

शरीर की जिद्दी चर्बी पिघलाने के लिए रोज पिएं 5 ड्रिंक्स, अंदर हो जाएगा मोटा पेट

खराब लाइफस्टाइल और कम फिजिकल एक्टिविटी की वजह से बेली फैट बढ़ने लगता है। पेट की चर्बी बढ़ने की वजह से आपकी सेहत को भी नुकसान हो सकता है। इसलिए बेली फैट कम करने के लिए आप कुछ ड्रिंक्स पी सकते हैं जिनसे चर्बी भी कम होती है और आप हेल्दी रहते हैं। आइए जानें बेली फैट घटाने के लिए किन ड्रिंक्स को पीना चाहिए।

नई दिल्ली। काम के लिए अब हमें कई घंटों तक एक ही जगह बैठे रहना पड़ता है। 9-10 घंटे एक ही जगह बैठे रहने के कारण हमारी सेहत को कितना नुकसान पहुंचता है, इसका कुछ अंदाजा आप अंग्रेजी की इस कहावत- से लगा सकते हैं। इसके कारण होने वाली सबसे आम परेशानियों में पेट निकलना शामिल है। खाना और देर तक बैठे रहने की वजह से लोगों की पेट की चर्बी बढ़ने लगती है और तोंद लटक जाती है। आपको बता दें कि पेट पर इकट्ठा होती चर्बी के कारण सिर्फ आपके लुक्स ही नहीं, बल्कि आपकी सेहत को भी बिगाड़ सकती है। इसलिए बेली फैट कम करना बेहद जरूरी है। इसे कम करने के लिए आप कुछ ड्रिंक्स की मदद ले सकते हैं।

गर्म पानी और सेब का सिरका

गर्म पानी में सेब का सिरका मिलाकर पीने से पेट की चर्बी को कम किया जा सकता है। इसे पीने से पाचन दुरुस्त होता है और भूख कंट्रोल करने में भी मदद मिलती है। इससे आप ओवरईट नहीं करते और फैट बर्न करने में मदद मिलती है। इसलिए सुबह के समय सेब का सिरका पीने से बेली फैट कम करने में मदद मिलती है।

पेपरमिंट टी

पेपरमिंट टी पाचन के लिए काफी फायदेमंद होता है। इसे पीने से ब्लोटिंग की समस्या से भी राहत मिलती है और फैट भी जमा नहीं होता। इसलिए पेपरमिंट टी पीने से बेली फैट कम होता है और खराब पाचन की वजह से होने वाली परेशानियों का भी सामना करना पड़ता है।

सेलेरी जूस

सेलेरी जूस भी पाचन के लिए काफी फायदेमंद होते हैं। इससे ब्लोटिंग और अपच जैसी समस्याएं दूर होती हैं। साथ ही, सेलेरी जूस से वॉटर रिटेंशन कम करने में भी मदद मिलती है। वॉटर रिटेंशन की वजह से भी पेट निकलने की समस्या हो सकती है। इसलिए सेलेरी जूस को डाइट में शामिल करना फायदेमंद होता है।

वेजिटेबल जूस

वेजिटेबल जूस में कैलोरी कम होती है और अन्य पोषक तत्व पाए जाते हैं। इसलिए वेजिटेबल जूस पीने से पोषण भी मिलता है और आपका वजन भी नहीं बढ़ता। कम कैलोरी होने की वजह से ये फैट बर्न करने में भी मदद करते हैं। इसलिए बेली फैट से छुटकारा पाने के लिए वेजिटेबल जूस पिएं।

शहद और दालचीनी का पानी

पानी में शहद और दालचीनी मिलाकर पीने से भी बेली फैट कम करने में मदद मिलती है। दालचीनी मेटाबॉलिज्म तेज करने में मदद करता है। इसलिए इसे पीने से बेली फैट कम होता है।

शाहरुख खान से लेकर आमिर खान तक, प्रदीप बांदेकर की प्रेयर मीट में पहुंचे बॉलीवुड स्टार्स

कुछ दिन पहले बॉलीवुड के नामी फोटोग्राफर प्रदीप बांदेकर का निधन हो गया था। प्रदीप के निधन पर बॉलीवुड के कई सेलिब्रिटीज ने दुख जाहिर किया था। बीते दिन मुंबई में दिवंगत फोटोग्राफर के लिए एक प्रेयर मीट रखी गई थी। प्रदीप बांदेकर की प्रेयर मीट में सिनेमा से जुड़े कई दिग्गज कलाकार उन्हें श्रद्धांजलि देने के लिए आए।

नई दिल्ली। बीते दिनों जाने-माने सेलिब्रिटी फोटोग्राफर प्रदीप बांदेकर का निधन हो गया था। वह लंबे समय से बी-टाउन में बतौर फोटोग्राफर एक्टिव थे। बॉलीवुड के कई दिग्गज सितारों के साथ उनकी अच्छी बॉन्डिंग थी। 11 अगस्त को 70 साल की उम्र में प्रदीप बांदेकर का हार्ट अटैक से निधन हो गया था।

प्रदीप बांदेकर के निधन से इंडस्ट्री को बड़ा झटका लगा था। अजय देवगन से लेकर बिपाशा बसु समेत कई सितारों ने प्रदीप बांदेकर के निधन पर दुख जताया था और सोशल मीडिया पर उनके लिए भावुक पोस्ट किया था। अजय देवगन ने प्रदीप के निधन को इंडस्ट्री का बहुत बड़ा नुकसान भी बताया था। शुक्रवार को प्रेयर मीट में भी सितारों ने उन्हें श्रद्धांजलि दी।

शाह रुख ने दी श्रद्धांजलि

बी-टाउन के किंग शाह रुख खान प्रेयर मीट में प्रदीप बांदेकर को श्रद्धांजलि देने पहुंचे। वह अपनी मैनेजर पूजा ददलानी और बाकी टीम के साथ पहुंचे। वह व्हाइट शर्ट और डेनिम जींस में नजर आए।

प्रेयर मीट में पहुंचे आमिर खान

मिस्टर परफेक्शनिस्ट आमिर खान प्रेयर मीट में पहुंचे। उनके चेहरे पर उदासी साफ दिख रही थी।

आमिर और शाह रुख के अलावा बॉलीवुड के भेड़िया वरुण धवन ने भी दिग्गज फोटोग्राफर को श्रद्धांजलि दी। वह शाम में प्रेयर मीट से निकलते हुए नजर आए।

पिता के साथ पहुंचे छावा एक्टर

छावा मूवी के एक्टर विक्की कौशल ने भी प्रदीप के लिए आयोजित प्रेयर मीट में मौजूदगी दर्ज कराई। वह अपने पिता शाम कौशल के लिए प्रेयर मीट में पहुंचे।

ये सितारे भी आए नजर

शाह रुख, आमिर और विक्की के अलावा प्रदीप बांदेकर को श्रद्धांजलि देने प्रेयर मीट में विद्या बालन , जैकी श्रॉफ, पूनम ढिल्लों, गुलशन ग्रोवर, अशोक पंडित, अनिल कपूर, सोनाली कुलकर्णी, समेत कलाकार प्रेयर मीट में पहुंचे।

रोज सुबह चबाएं तुलसी के 3-4 पत्ते, पाचन की समस्याओं के साथ तनाव भी हो जाएगा दूर

तुलसी लगभग हर घर में पाया जाने वाला पौधा है जो अपने औषधीय गुणों के कारण जाना जाता है। वैसे तो हिंदू धर्म में इसका इस्तेमाल पूजा-पाठ में भी किया जाता है लेकिन ये आपकी सेहत के लिए भी काफी फायदेमंद होता है। रोज तुलसी के 3-4 पत्ते खाना आपकी सेहत के लिए काफी फायदेमंद हो सकता है।

नई दिल्ली। अपनी दादी या नानी से आपने ये जरूर सुना होगा कि तुलसी के पत्ते खाने चाहिए। हो सकता है, तब आपने उनकी बात पर ध्यान न दिया हो, लेकिन आपको बता दें कि वो सही कहती थीं। रोज 2-4 तुलसी के पत्ते चबाने से आपकी सेहत में काफी सुधार हो सकता है। तुलसी के पत्ते कई तरह के विटामिन, फाइबर और मिनरल से भरपूर होते हैं, जो स्वास्थ्य के लिए काफी फायदेमंद हैं। इतना ही नहीं, आयुर्वेद में भी तुलसी का इस्तेमाल दवा की तरह किया जाता आया है। इसलिए बड़े-बुजुर्गों की तुलसी के पत्ते खाने की सलाह मान लेने में ही फायदा है। आइए जानते हैं रोज सुबह तुलसी के पत्ते खाने से आपको क्या-क्या फायदे मिल सकते हैं।

पाचन के लिए फायदेमंद

तुलसी के पत्ते खाने से पाचन तंत्र दुरुस्त रहता है। इसमें फाइबर पाया जाता है, जो पाचन को बेहतर बनाता है, जिससे कब्ज और गैस जैसी समस्या नहीं होती। साथ ही, ये पेट का पीएच लेवल भी संतुलित रखता है, जिससे एसिडिटी जैसी परेशानियां नहीं होतीं।

इम्युनिटी मजबूत होती है

तुलसी के पत्तों में एंटी-माइक्रोबियल और एंटी-ऑक्सीडेंट गुण पाए जाते हैं। ये इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में मदद करते हैं। इसलिए तुलसी के पत्ते खाने से इन्फेक्शन से लड़ने में मदद मिलती है और आप कम बीमार पड़ते हैं।

खांसी-जुकाम का रामबाण इलाज

खांसी-जुकाम होने पर तुलसी के पत्ते खाने से जल्दी आराम मिलता है। ऐसा इसमें पाए जाने वाले एंटी-माइक्रोबियल गुणों की वजह से होता है। इसलिए बदलते मौसम में तो तुलसी के पत्तों को रोज खाना चाहिए।

तनाव कम होता है

आजकल की लाइफस्टाइल में हमें सबसे ज्यादा जरूरत तनाव मुक्त रहने की है। तुलसी के पत्ते खाने से तनाव कम करने में मदद मिल सकती है। दरअसल, इसमें एडेप्टोजेन पाए जाते हैं, जो तनाव कम करने में मदद करते हैं। इससे नर्वस सिस्टम रिलैक्स होता है, जिसके कारण बेचैनी और तनाव कम होते हैं।

मुंह की बदबू से छुटकारा

तुलसी के पत्ते खाने से आपके मुंह की बदबू कम होती है। सुबह खाने से आपको फ्रेश महसूस होगा और आप अच्छा महसूस करेंगे, क्योंकि जब अच्छे दिखते हैं, अच्छा स्मेल करते हैं, तो आप अच्छा महसूस करते हैं।

ब्लड शुगर कंट्रोल होता है

तुलसी के पत्ते पैनक्रियाज के लिए काफी फायदेमंद होते हैं। इसलिए इन्हें खाने से इंसुलिन बनाने में मदद मिलती है, जो ब्लड शुगर कंट्रोल करने के लिए जरूरी है। इसलिए तुलसी के पत्ते खाने से ब्लड शुगर लेवल भी कंट्रोल होता है।

Stree 2 की धुआंधार कमाई के बीच मिस मत कीजिए चियान विक्रम की तंगलान, जल्द हिंदी में रिलीज होगी फिल्म

चियान विक्रम साउथ सिनेमा के बड़े हीरो हैं। आखिरी बार उन्हें मणि रत्नम निर्देशित फिल्म पोन्नियन सेल्वन में देखा गया था। फिल्म ने कमाई के मामले में कई रिकॉर्ड हासिल किए थे। अब लेटेस्ट में उन्हें पा रंजीत की फिल्म तंगलान में देखा गया। एक्टर की जबरदस्त एक्टिंग की वजह से फिल्म ने साउथ इंडियन सिनेमाघरों में कमाई के नए झंडे गाड़े।

नई दिल्ली। साउथ में धूम मचाने के बाद तमिल स्टार चियान विक्रम की फिल्म तंगलान अब बहुत जल्द हिंदी में रिलीज होने वाली है। फिल्म को साउथ में ऑडियंस से जबरदस्त रिस्पांस मिला है। बॉक्स ऑफिस पर ये हिट साबित हुई है।

कब रिलीज होगी फिल्म?

पा. रंजीत द्वारा डायरेक्टेड और चियान विक्रम की फिल्म 30 अगस्त को हिंदी ऑडियंस के लिए सिनेमाघरों में रिलीज होगी। मेकर्स ने नए पोस्टर के जरिए इसकी घोषणा की।इससे पहले फिल्म 15 अगस्त को साउथ इंडियन सिनेमाघरों में तमिल, तेलुगु, कन्नड़ और मलयालम भाषाओं में रिलीज हुई थी। तंगलान के मेकर्स ने अपने सोशल मीडिया पर एक नए पोस्टर के साथ रिलीज की डेट की घोषणा की है।

रोज वही रोटी-पराठा खाकर आप भी हो गए हैं बोर, तो इस आसान रेसिपी से डिनर में बनाएं मसाला मिस्सी रोटी

मिस्सी रोटी का मजा शादी-पार्टी या ढाबे पर आप भी खूब लेते होंगे लेकिन अगर इसे घर पर बनाने का सही तरीका आपको भी नहीं मालूम है तो ये आर्टिकल आपके लिए ही है। यहां हम आपको बताएंगे कि कैसे यह स्वादिष्ट और चटपटी रोटी आप आसानी से अपनी रसोई में तैयार कर सकते हैं। आइए जानें डिनर के लिए सभी की पसंद मसाला मिस्सी रोटी की आसान रेसिपी।

नई दिल्ली। रोजाना गेहूं की रोटी या पराठा खाते-खाते हर किसी का मन ऊब जाता है। अगर आप भी कुछ ऐसा ही फील कर रहे हैं, तो आज हम आपके टेस्ट को थोड़ा ट्विस्ट करने जा रहे हैं। यहां हम आपको बताएंगे, मसाला मिस्सी रोटी बनाने की सबसे आसान रेसिपी, जिसे बच्चों से लेकर बड़े सभी बड़े चाव से खाएंगे।

मसाला मिस्सी रोटी बनाने के लिए सामग्री

बेसन- एक कप
गेहूं का आटा- आधा कप
लाल मिर्च पाउडर- एक टीस्पून
हरी मिर्च- 3-4
पिसा जीरा- एक टीस्पून
हल्दी- आधा टीस्पून
हरा धनिया- इच्छानुसार
नमक- स्वादानुसार
बारीक कटा प्याज- ऑप्शनल

मसाला मिस्सी रोटी बनाने की विधि

मसाला मिस्सी रोटी बनाने के लिए सबसे पहले गेहूं के आटे को बेसन के साथ मिक्स लें।

फिर इसमें नमक, हल्दी, कटा धनिया, प्याज, हरी मिर्च और हल्दी डालें और मिला लें।

इसके बाद इस आटे को अच्छी तरह गूंथ लें। फिर इसको थोड़ी देर के लिए सेट होने के लिए रख दें। इसके बाद इस आटे की लोईयां बना लें। फिर हाथ को थोड़ा सा गीला या चिकना करके लोई को गोल घुमाएं।

इसके बाद इसकी गोल रोटी बेल लें। फिर तवा लेकर गैस पर गर्म होने के लिए रख दें।

इसके बाद इस पर बेली रोटी डालें और दोनों तरफ से सेंक लें।

बस तैयार है आपकी स्वादिष्ट मसाला मिस्सी रोटी। इसपर देसी घी लगाकर गर्मागर्म दाल या पनीर की सब्जी के साथ सर्व करें।

लंच के पहले खाएं कच्चे लहसुन की तीन कलियां, सेहत से जुड़ी कई परेशानियां हो जाएंगी छूमंतर

नई दिल्ली। हमारे किचन में ही इतने बेहतरीन सुपरफूड मौजूद होते हैं जिनका रोजाना सेवन करने से हम दवाइयों से कोसों दूर रह सकते हैं। लहसुन ऐसे ही सुपरफूड्स में से एक है। बता दें, यह एक ऐसी औषधि है जो लगभग हर घर में रोजाना किसी न किसी रूप में इस्तेमाल की जाती है। इसकी तेज और तीखी महक खाने में एक अलग स्वाद तो लाती ही है, लेकिन यह सेहत के लिहाज से भी काफी फायदेमंद होता है।

आपको जानकर हौरानी होगी कि अगर रोजाना सुबह लंच से पहले लहसुन की 2-3 कली चबाकर खा ली जाएं, तो इससे सेहत को कई बेमिसाल फायदे मिल सकते हैं। ऐसे में, अगर आप भी सेहतमंद रहने के नेचुरल तरीके खोजते रहते हैं तो लहसुन एक बेहद फायदेमंद और हेल्दी विकल्प है। आइए जानें।

लंच से पहले लहसुन खाने के फायदे

लहसुन में एलिसिन नाम का एक सल्फर कंपाउंड पाया जाता है जो कि एक फाइटोकेमिकल है। ये बीमारियों से बचाव करने में मदद करता है। एलिसिन सूजन कम करने में भी मदद करता है और मुंहांसे पैदा करने वाले बैक्टीरिया को भी नष्ट करता है जिससे स्किन साफ़ होती है। इसलिए स्किन के लिए लहसुन एक बेहतरीन एंटी ऑक्सीडेंट है। लहसुन को एक बेहतरीन एंटी वायरल, एंटी बैक्टिरियल, एंटी फंगल, एंटी पैरासिटिक होने के साथ एंटी मोल्ड भी कहा जा सकता है। लहसुन बैक्टीरिया और वायरस जैसे पैथोजेन को मारता है जिससे तमाम बैक्टिरियल और वायरल बीमारियों से बचाव होता है। लहसुन कोलोन में से टॉक्सिक हैवी मेटल को निकालता है और शरीर को डिटॉक्सिफाई कर के इम्यूनिटी बूस्ट करने में मदद करता है।

Email: nmh.pawan@gmail.com
Contact: 9407423966, 70664886

महर्षि श्री अरविन्द जिला स्तरीय व्याख्यानमाला आयोजित

नीमच। म.प्र.जन अभियान परिषद जिला नीमच द्वारा महर्षि अरविन्द जी के जन्म जयंति महोत्सव अंतर्गत हम भारतीय बने विषय पर जिला स्तरीय व्याख्यानमाला का आयोजन स्वामी विवेकानंद शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय नीमच में किया गया। आयोजन के मुख्य अतिथि महाविद्यालय के प्राध्यापक डॉ संजय जोशी, वक्ता नगर पालिका के सिटी मिशन मैनेजर श्री प्रवीण आर्य, जिला समन्वयक वीरेंद्र सिंह ठाकुर ने कार्यक्रम का शुभारंभ महर्षि अरविन्द के चित्र के समक्ष दीप प्रज्जवलन कर किया। अतिथियों का स्वागत व स्वागत उदबोधन एवं व्याख्यमाला आयोजन उदेश्य जिला समन्वयक वीरेन्द्र सिंह ठाकुर ने किया प्रो.डॉ. संजय जोशी ने महर्षि श्री अरविन्द के जीवन दर्शन से परिचय करवाते हुए कहा कि राष्ट्र की सेवा में जिस प्रकार सुभाषचंद्र बोस एंव चंद्रशेखर आजाद ने अपना योगदान दिया है उसी प्रकार महर्षि ने भी आईसीएस जैसी परीक्षा उत्तीर्ण कर अंग्रेजी पद और प्रतिष्ठा को ठुकरा कर राष्ट्र के लिए अपना समर्पण किया है। श्री अरविन्द भारतीय ओर विदेशी 16 भाषाओं में निपुण थे उन्होने राष्ट्रवादी क्रांतिकारी विचारधारा से ही नहीं बल्की धर्म, दर्शन एवं अध्यात्म से भी समाज कल्याण किया है। उनके लिखे हुये लेख लोगो में एक अलग ही अनूभूति उत्पन्न करते थे एवं आज भी उनका जीवन दर्शन लोगो का जीवन बदल रहा है, श्री अरविन्द एक ऐसा महान व्यक्तिव है जो देश ही नहीं वरन पूरी दुनियॉं में आज भी लोगो के हृदय में बसा हुआ है एव महर्षि श्री अरविन्द के जीवन से प्रेरणा लेकर भारत देश के वैभव को पूर्णतः विश्वगुरू के रूप में स्थापित करने के लिए मार्गदर्शन दिय। वक्ता श्री प्रवीण आर्य ने योग प्राणायाम से सभी में अधायत्मीय उर्जा का संचरण किया एव प्राचीन वेदिक शिक्षा पद्धति एवं पाश्चात्य शिक्षा पद्धति के अंतर एवं इससे हमारे देश में आये परिवतनों से अवगत कराते हुए भारत की वसुधैव कुटुंबकम के ध्येय से समाज में सामाजिक समरसता स्थापित करने के लिए, तेरा मेरा, अपना, पराया, धर्म, जाति, वर्ण, सबकुछ भूलकर केवल एक श्रेष्ठ मनुष्य के रूप में जीवन जीने और राष्ट्र के परम वैभव और विश्व कल्याण के लिए प्रेरणास्पद मार्गदर्शन दिया आयोजन में मुख्यमंत्री सामुदायिक नेतृत्व क्षमता विकास पाठयक्रम के विद्यार्थी, नवांकुर एव सामाजिक संस्थाओं के प्रतिनिधि, परामर्शदाता उपस्थित रहे संचालन श्री पवन कुमरावत ने एवं आभार परामर्शदाता पुनिता मेहरा ने किया।

ग्राम पटवारी की अनियमितता के खिलाफ बीते 4 दिन से भूख हड़ताल पर बैठे ग्रामीणों में से एक व्यक्ति की बिगड़ी तबीयत

हड़ताल स्थान पर ही हुआ उपचार, प्रशासनिक अधिकारी नहीं दे रहे ध्यान

नीमच। जिले की मनासा तहसील के आंतरी माता में हल्का पटवारी द्वारा की गई अनियमितता से आक्रोशित ग्रामीण बीते 22 अगस्त से आंतरी ग्राम पंचायत भवन के सामने भूख हड़ताल पर बैठे है। भूख हड़ताल को 4 दिन बीत जाने के बाद भी कोई जिम्मेदार अधिकारी मौके पर नहीं पहुंचा ना ही स्थानीय गांव प्रधान द्वारा इस संदर्भ में आवाज उठाई गई। शासन की योजना का फायदा उठाते हुए हल्का पटवारी ने कई घपले किए है जिसको लेकर अपने हक लड़ाई में ग्रामीण भूख हड़ताल पर बैठे है।इस बीच आज सोमवार को एक व्यक्ति दिनेश धनगर की तबियत बिगड़ गई जिसकी सूचना मिलने पर इमरजेंसी सुविधा 108 मौके पर पहुंची जिसमे आए चिकित्सक द्वारा व्यक्ति का उपचार हड़ताल स्थान पर ही किया गया।फिलहाल दिनेश स्वस्थ है। अब देखना है कि जिम्मेदार अधिकारी या जनप्रतिनिधि इस और कब तक अपना ध्यान आकर्षित करते है।

इंद्रियों का नियंत्रण ही तपस्या होता है - वैराग्य सागर जी महाराज

दिगम्बर जैन समाज में चातुर्मास प्रवचन श्रृंखला प्रवाहित

नीमच। धर्म का पालन करने से शरीर पवित्र होता है। पवित्र शरीर से पवित्र विचार आते हैं। पवित्र विचार से आत्मा पवित्र होती है। पवित्र आत्मा से मोक्ष की प्राप्ति होती है। मानव जन्म में तपस्या कर सकते हैं ।त्रियंच(पशु) देव योनि में से मनुष्य जन्म श्रेष्ठ है। तपस्या करने का अवसर मनुष्य योनि में ही मिल सकता है ।अन्य योनि में नहीं मिलता है इसलिए हमें भक्ति तपस्या कर अपनी आत्मा के कल्याण का मार्ग प्रशस्त करना चाहिए ताकि हमारे जीवन का मोक्ष हो सके ।यह बात वैराग्य सागर जी महाराज साहब ने कही। वे पार्श्वनाथ दिगंबर जैन समाज नीमच द्वारा दिगम्बर जैन मंदिर में आयोजित धर्म सभा में बोल रहे थे ।उन्होंने कहा कि साधु संतों की सेवा अन्न दान उपवास करना चाहिए इससे आत्म कल्याण होता है उपवास से आत्मा भी पवित्र होती है और शरीर भी निरोगी होता है। बरसात के मौसम में शुद्ध आहार का ध्यान रखना चाहिए नहीं तो हम रोगी बन सकते हैं। ट्रक ड्राइवर रात दिन धूप सर्दी बरसात में परिश्रम कर पुरुषार्थ करता है तब कहीं जाकर उसे दो वक्त की रोटी मिलती है। हमें सब कुछ सुख सुविधा मिली हुई उसके बावजूद भी हम धर्म-कर्म के लिए समय नहीं निकल पा रहे हैं चिंतन का विषय है।

आईएएस अधिकारी अपने कर्तव्य के दौरान अधिक कार्य करने के कारण अधिकतर तनाव सहन करते हैं और परिवार को समय नहीं दे पाते हैं चिंतन का विषय है। प्राचीन काल में बीमार होते थे तो तपस्या और उपवास करने के बाद मूंग की दाल का पानी आहार के रूप में ग्रहण करते थे तो सभी रोग दूर हो जाते थे।

सुप्रभ सागर जी महाराज साहब ने कहा कि जीवन में यदि सच्चा सुख पाना है तो दूसरों को नहीं स्वयं को देखो, स्वयं को देखेंगे तो सदैव सुखी रहेंगे। मानवअभाव में जी रहा है व्यक्ति के पास जो है उसमें सुखी नहीं है। जबकि व्यक्ति के पास जो है उसी में संतुष्ट होना चाहिए। मानव शरीर अनमोल है इसलिए मनुष्य को पुरुषार्थ और पवित्रता के साथ परिश्रम करना चाहिए। जीवन में यदि दुर्गति से बचना है तो देवगुरु शास्त्र के पुण्य मार्ग पर आगे बढ़ना चाहिए। मंदिरों में चमक दमक फैशन वाले कपड़े पहन कर नहीं जाना चाहिए। यह दिखावा नहीं करना चाहिए। इससे पाप कर्म बढ़ते हैं। पर्युषण पर्व में सादगी वाले कपड़े ही पहनना चाहिए, 10 दिन त्याग और सादगी के लिए होते हैं इसलिए इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिए। पर्युषण पर्व में प्राचीन काल में राजा महाराजा भी शाही राजसी ठाठ छोड़कर साधारण कपड़े पहन कर भक्ति तपस्या करते थे वह कभी दिखावा नहीं करते थे। भगवान के मंदिर में जाए तो कभी दिखावा नहीं करना चाहिए ।

अन्यथा पाप कर्म बढ़ते हैं। ध्यान करेंगे तो निश्चित रूप से सुख मिलता है । चारों गति के दुखों का जाने इसका चिंतन करें तो सुख वह मोक्ष मार्ग मिलता है।

तीर्थंकर चक्रवर्ती को भी सुख धर्म के माध्यम से ही मिला था।धर्म सभा में जितेंद्र जैन हॉट पिपलिया, सुनील बज डूंगरपुर ,राजू बज, स्नेह लता जैन भीलवाड़ा ,श्रीमती गोधा विजयनगरआदिअतिथियों का सम्मान जैन समाज अध्यक्ष विजय विनायका, जयकुमार बज, जंबू कुमार सरावगी, राकेश शाह ,विशाल विनायका लाड बज, विद्या शाह, द्वारा किया गया।

परम पूज्य चारित्र चक्रवर्ती 108 शांति सागर जी महामुनि राज के पदारोहण के शताब्दी वर्ष मे परम पूज्य मुनि 108 श्री वैराग्य सागर जी महाराज एवं परम पूज्य मुनि 108 श्री सुप्रभ सागर जी महाराज जी का पावन सानिध्य मिला।

उक्त जानकारी दिगम्बर जैन चातुर्मास समिति के उपाध्यक्ष राकेश शाह , मिडिया प्रभारी अमन विनायका ने दी।

नीमच फुटकर किराना व्यापारी संघ के रितेश नांगलिया 2 वर्ष के लिए निर्विरोध अध्यक्ष निर्वाचित

सचिव रितेश तालरेजा एवं कोषाध्यक्ष अनिल गोयल मनोनीत हुए

नीमच। शहर की प्रतिष्ठित संस्था फुटकर किराना व्यापारी संघ की साधारण सभा एवं निर्वाचन सभा का आयोजन 25 अगस्त को नीलकण्ठ पर किया गया। जिसमें अध्यक्ष कमल मित्तल ने संगठन की प्रगति पर अपने विचार व्यक्त करते हुए आगामी 2 वर्षो के लिए नवीन कार्यकारिणी का गठन किया। सभा को पूर्व अध्यक्ष दिनेश गुलाटी राजू भैया, हीरानंद अर्जनानी, अशोक मंगल, पंकज गांधी, अनिल गोयल, रितेश तलरेजा, सचिव रितेश नांगलिया, कोषाध्यक्ष राहुल गर्ग ने भी संबोधित किया। इस अवसर पर निर्वाचन अधिकारी प्रोफेसर डॉक्टर एलएन शर्मा एंवप्रो.मनावत द्वारा निर्विरोध निर्वाचन संपन्न किया गया जिसमें आगामी 2 वर्षो के लिए अध्यक्ष रितेश नांगलिया को निर्विरोध निर्वाचित घोषित किया एवं उपाध्यक्ष मनोज लोढ़ा, राहुल गर्ग, विजय गर्ग को बनाया गया। सचिव रितेश तलरेजा, कोषाध्यक्ष अनिल गोयल एवं सहसचिव रितेश आहूजा और विकास गोयल को मनोनीत किया गया। वार्षिक सभा में सभी सदस्य गण उपस्थित रहे एवं संघ के विकास एवं उन्नति को लेकर चर्चा की गई। निवृत्तमान अध्यक्ष कमल मित्तल ने सभी पदाधिकारी को बधाई दी एवं उन्हें पूर्ण सहयोग का वादा किया। तत्पश्चात नीलकंठ महादेव मंदिर परिसर में सभी का स्नेह भोज आयोजित किया गया। आभार नवनिर्वाचित अध्यक्ष रितेश नागलिया ने माना एवं सभी से सहयोग की अपील की।

सीएम राइज विद्यालय नीमच में श्री कृष्ण जन्माष्टमी पर्व हर्षोल्लास के साथ मनाया

नीमच। देश प्रदेश एवं नीमच जिले में श्री कृष्ण जन्माष्टमी का पर्व सोमवार को हर्ष उल्लास के साथ मनाया। विभिन्न विद्यालयों में कार्यक्रम आयोजित किए गए ।नीमच के सीएम राइज विद्यालय में भी सोमवार को जन्माष्टमी का पर्व हर्षोल्लास के साथ मनाया। इसमें बड़ीसंख्या विद्यार्थियों ने उत्साह पूर्वक भाग लिया।

नन्हे,नन्हे छात्र-छात्राओं ने राधा कृष्ण की वेशभूषा पहन कर फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता में भाग लिया। साथ ही मटकी फोड़ प्रतियोगिता भी हुई। जिसमें कक्षा 6 से 8 की बालक बालिकाओं ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की ।कक्षा 9 से 12 की बालिकाओं ने भगवान श्रीकृष्ण और राधा के ऊपर मनमोहक नृत्य के साथ सुंदर गीत प्रस्तुत किए।

विद्यालय में पूर्व प्राचार्या श्रीमती निर्मला अग्रवाल और अग्रवाल बाल संस्कार शिविर की संस्थापक श्रीमती लता अग्रवाल ने श्री कृष्ण के जीवन चरित्र की ऐतिहासिक घटनाओं का उल्लेख किया और विद्यार्थियों को उनके जीवन से प्रेरणा लेने का संदेश दिया ।प्रारम्भ में विद्यालय प्राचार्य श्री केएस जैन एवं उप प्राचार्य श्री महेश शर्मा ने अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम के अंत मे आभार महेश शर्मा ने व्यक्त किया और संचालन श्रीमती विनीता अग्रवाल ने किया।

शहर सहित अंचल के मंदिरों में हर्ष उल्लास के साथ मनाया गया श्री कृष्ण जन्माष्टमी

आर्कषक विधुत साज सज्जा के साथ हुआ शाही श्रंगार,लगा छप्पन भोग

नीमच। देशभर के साथ आज नीमच जिले में भगवान श्री कृष्ण का जन्मोत्सव उत्साह व उमंग के साथ मनाया गया,नीमच शहर के मंदिरों में भी आज सुबह से ही भक्तों की भीड़ दिखाई दी,नीमच सिटी स्थित सांवरिया सेठ मंदिर बावड़ी वाले बालाजी,बुडा गोपाल,बिचला गोपाल,मुरली मनोहर मंदिर सहित शहर के अन्य मंदिरों में भगवान का शाही श्रृंगार किया गया,मंदिरों को आकर्षक विद्युत साज सज्जा से सजाया गया,ओर भगवान लड्डू गोपाल व राधे कृष्ण को छप्पन भोग का नैवेद्य चढ़ाया गया ।देर रात 12 बजे श्रीकृष्ण के जन्मोत्सव के साथ ही मंदिरों में महाआरती का आयोजन किया गया, इसके बाद भगवान को माखन-मिश्री का भोग लगाकर प्रसादी का वितरण किया। बता दें कि श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के उपलक्ष्य में श्रद्धालुओं ने आज व्रत रख भगवान की विशेष पूजा-आराधना की।

सनातन संस्कृति की रक्षा से ही राष्ट का विकास हो सकता है- ओम भाटी

नीमच। सनातन संस्कृति सामाजिक एकता का परीचायक है। सनातन संस्कृति का हर संदेश देश भक्ति का संदेश देता है। सनातन संस्कृति की भक्ति निराश्रित गरीबों की सेवा का संदेश देती है।

सनातन संस्कृति के पालन से ही व्यक्तित्व का विकास हो सकता है। सनातन संस्कृति की रक्षा से ही राष्ट की रक्षा हो सकती है। यह बात शिवसेना जिला प्रमुख ओमप्रकाश भाटी ने कही। वे अन्नपूर्णा मंदिर मनासा में आयोजित कार्यकर्ताओं की बैठक में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि कार्यकर्ता की शक्ति ही पार्टी की शक्ति होती है। कार्यकर्ता संगठित होकर सनातन हिंदुत्व के लिए कार्य करें।

गौ सेवा के माध्यम से समाज की सेवा का लक्ष्य पूरा करें तो वह दिन दूर नहीं जब भारत हिंदू राष्ट बनेगा।

इस अवसर पर शिव सेना कार्यकर्ताओं ने उनका सम्मान किया। श्री भाटी ने कहा संगठन में ही अपारशक्ति है और संगठित होकर बड़े से बड़े प्रतिद्वंद्वी पर विजय हासिल कर सकते हैं पूर्व शिव सैनिकों से भी उनकी गर्मजोशी से सम्मान किया। राजेश गोविंद सेन गौतम सेन बंटी गोस्वामी अनिल कछावा कमल सिंह चंद्रावत गोकुल सिंह गुर्जर अमर सिंह राजपूत कमल विश्वकर्मा सहित सैकड़ो सदस्य उपस्थित थे।

उसके बाद भाटखेड़ी , पड़दा , कंर्जाडा के कार्यकर्ताओं से भी उनका परिचय किया फिर शाम को 5 बजे कंर्जाडा से कुकड़ेश्वर पहुंचे जहां पर राजू उपाध्याय द्वारा जिला प्रमुख ओमप्रकाश भाटी का सम्मान किया श्री भाटी संगठन के पुराने शिव सैनिकों से मिले और संगठन को मजबूत करने के लिए विचार विमर्श किया और संगठन को जोड़ना गठन करना उनका पहला लक्ष्य रहेगा। श्री भाटी ने कहा कि कार्यकर्ता से हर रोज कम से कम 5 से 10 गांव में प्रतिदिन मोबाइल वीडियो कांफ्रेंसिंग पर भेंट वार्ता की जाती है कार्यकर्ताओं से मिल विकास के लिए आगामी रणनीति की जाती है और संगठन को मजबूत करने हमेशा तत्पर पर रहने का संकल्प दिलाया गया।

निर्माणधीन मकान में मंडराती मौत, खेलते समय मासूम बालिका की मौत

मनासा। थाना क्षेत्र अंतर्गत आने वाले ग्राम पड़दा में एक दर्दनाक हादसा हो गया। यह निर्माणाधीन मकान में पानी के लिए खोदे गए टैंक में गिर कर डूबने से एक 4 वर्षीय बालिका की मौत हो गई। हादसा सोमवार का बताया जा रहा है।

जानकारी के अनुसार, जब चार वर्षीय अर्शीन शाह पिता इरफान हुसैन खेल रही थी। इसी दौरान उसका पैर फिसल गया। जिससे वह पानी के टैंक मे जा गिरी।

जिस समय यह हादसा हुआ। उस समय वहां कोई मौजूद नहीं था। घटना की जानकारी परिजनों को तब हुई, जब बालिका का शव पानी पर तैरता हुआ दिखाई दिया। इसके बाद परिजन उसे लेकर मनासा शासकीय अस्पताल लेकर पहुँचे, मगर डॉक्टरो ने उसे मृत घोषित कर दिया।

बताया जा रहा है कि, मृतका के ही मकान का निर्माण कार्य चल रहा था। टैंक मे बारिश का पानी जमा था। इसके घर वालों पता नही चला।

मृतक बालिका के शव को परिजनों की सुपुर्द कर दिया गया। मनासा थाना पुलिस ने मर्ग कायम कर जांच शुरू कर दी है।

मोन साधना आत्मा को पवित्र करने का सशक्त माध्यम होता है- आचार्य जिन सुंदर सुरीश्वर जी महाराज साहब जी मसा

नीमच। मानव का स्वभाव जब शांत रहता है तो वह आत्म चिंतन सही ढंग से कर पाता है। मोन साधना से व्यक्ति का मन पवित्र होता है। मोन साधना करने से मन पवित्र होता है। मौन साधना आत्मा को पवित्र करने का सशक्त माध्यम होता है ।यह बात आचार्य जिन सुंदर सुरी श्री जी महाराज ने कहीं ।वे जैन श्वेतांबर श्री भीड़ भंजन पार्श्वनाथ मंदिर श्री संघ ट्रस्ट पुस्तक बाजार के तत्वावधान में मिडिल स्कूल मैदान स्थित जैन भवन में आयोजित धर्म सभा में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि जितना ज्यादा हम परिश्रम पुरुषार्थ करेंगे उतना ही पुण्य ज्यादा पुण्य मिलेगा।

पाप को त्याग देंगे तो मोन साधना कर आत्मा कल्याण कर सकते हैं। गुरु के मार्गदर्शन बिना आत्म कल्याण का मोक्ष मार्ग नहीं मिलता है।

देवगुरु कृपा से ही हर साधना सफल होती है। पर्यूषण पर्व में होने वाले विभिन्न धार्मिक अनुष्ठानों के चढ़ावे विभिन्न बोलिया लगाई गई जिसमें समाज जनों ने अपार उत्साह के साथ भाग लिया। पूज्य आचार्य भगवंत श्री जिनसुंदर सुरिजी मसा , धर्म बोधी सुरी श्री जी महाराज आदि ठाणा 8 का सानिध्य मिला। प्रवचन एवं धर्मसभा हुई।

प्रतिदिन सुबह 9.15 बजे प्रवचन करने के व साध्वी वृंद के दर्शन वंदन का लाभ नीमच नगर वासियों को मिला प्रवचन का धर्म लाभ लिया।

दो दिवसीय जन्माष्टमी महोत्सव का हुआ शुभारंभ, कल होंगे सांस्कृतिक कार्यक्रम

नीमच। जाजू कन्या महाविद्यालय में जन्माष्टमी पर्व सोमवार को धूमधाम से मनाया गया ।लड्डू गोपाल की प्रतिमा के समक्ष झांकी सजाई गई और पुष्प समर्पित कर अभिनंदन किया गया ।इस अवसर पर मुख्य वक्ता के रूप में जनभागीदारी समिति के अध्यक्ष विजय बाफना ने कहा कि हमारे मुख्यमंत्री मोहन यादव के आह्वान पर महाविद्यालय में कृष्ण जन्माष्टमी पर्व धूमधाम से मनाया जा रहा है। यह अवसर आनंद का अवसर है, जो सभी भारतीयों के हृदयों को भक्ति के आनंद में मग्न करता है।

कृष्ण का जीवन ही संदेश है ।कृष्ण ने हर कदम पर कुछ ना कुछ त्याग किया है, लेकिन संसार को प्रसन्नता और आनंद से रहने का संदेश दिया है ।विशेष वक्ता के रूप में महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ.एन के डबकरा ने कहा कि आज श्री कृष्ण जन्मोत्सव के इस अवसर पर मन में आनंद का भाव है।

श्रीकृष्ण प्रेम और समर्पण के प्रतीक हैं। वे हमें जीवन को जीने का सही दिशा निर्देश देते हैं। उनके द्वारा गीता के उपदेश में भी कर्म का संदेश छुपा हुआ है। हम सभी को सतत् अपने-अपने कर्मों में रत रहकर समाज और राष्ट की प्रगति में अपने-अपने हिस्से का योगदान देना चाहिए ।वक्ता के रूप में बोलते हुए डॉ.बीना चौधरी ने कहा कि कृष्ण का बाल रूप हमें आनंद से सराबोर करता है। सूरदास द्वारा चित्रित बाल वर्णन सभी के हृदयों को वात्सल्य भाव से ओतप्रोत करता है और भक्ति का एक विशेष संदेश देता है।

हमारे संतो ने कृष्ण का जो स्वरूप बताया है वह मानव जीवन को सही राह दिखाने वाला है उनके द्वारा बताए गए कर्म के पथ पर चलकर ही हमारी मुक्ति हो सकती है निष्काम कर्म का जो संदेश कृष्ण देते हैं, वह सभी के लिए अनिवार्य है। वर्तमान धधकती हुई परिस्थितियों में कृष्ण का यह निष्काम कर्म का संदेश ही एकमेव परित्राण है।

इस अवसर पर महाविद्यालय की छात्राओं के साथ ही डॉ.अलकेश जयसवाल, डॉ. रश्मि हरित, डॉ रश्मि वर्मा, प्रो.सुनील कुमावत, प्रो. हीरसिंह राजपूत, डॉ. अंकिता दीक्षित, अक्षय पुरोहित,हंसराज समीर और सभी अधिकारी कर्मचारी उपस्थित थे। सभी ने भक्ति भाव से आनंदित होकर कृष्ण जन्म पर्व मनाया और भक्ति का आनंद लिया। कार्यक्रम के समापन पर पंजेरी के प्रसाद का वितरण किया गया ।प्राचार्य डॉ.एन के डबकरा ने बताया कि इस पर्व के दूसरे दिन कल छात्राओं द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम के साथ जन्माष्टमी पर्व मनाया जाएगा।

भक्ति रस की बही धारा, मंदसौर की धरती पर बरसा बृज का प्रेम

श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के पवित्र अवसर पर प्रदेश के 16 स्थानों पर हुआ श्रीकृष्ण पर्व

मंदसौर। मध्यप्रदेश शासन, संस्कृति विभाग द्वारा श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के पवित्र अवसर पर भोपाल सहित मध्यप्रदेश के 16 स्थानों पर श्रीकृष्ण पर्व का आयोजन किया गया। मंदसौर के कुशाभाऊ ठाकरे सभागार में आयोजित एक दिवसीय समारोह में बैतूल के अर्जुन बाघमारे एवं साथी कलाकारों ने गोंड जनजाति ठाठ्या नृत्य की प्रस्तुति दी, तो जबलपुर की संजो बघेल एवं साथी कलाकारों ने भक्ति संगीत की प्रस्तुति दी। भक्ति पर्व के दौरान लोक सभा सांसद श्री सुधीर गुप्ता, राज्य सभा सांसद श्री बंशीलाल गुर्जर, विधायक श्री विपिन जैन, नगर पालिका अध्यक्ष श्रीमती रमादेवी बंशीलाल गुर्जर, पूर्व विधायक श्री यशपाल सिंह सिसौदिया सहित अन्य सभी जनप्रतिनिधि, प्रशासनिक अधिकारी में कलेक्टर श्रीमती अदिती गर्ग, सीईओ जिला पंचायत श्री कुमार सत्यम, सयुक्त कलेक्टर श्री राहुल चौहान, मंदसौर एसडीएम श्री शाक्य अन्य सभी अधिकारी, बड़ी संख्या में दर्शक मौजूद थे। अर्जुन ने अपने साथी कलाकारों के साथ गोंड जनजाति का ठाठ्या नृत्य प्रस्तुत किया। इस नृत्य को दीपावली के समय गोवर्धन पूजा के दिन से लगभग एक माह तक किया जाता है।

इस नृत्य में मवेशियों का सम्मान और उनकी पूजा ही लक्ष्य होता है। गोवर्धन पूजा की रात्रि में गाय-बैलों को उड़द, चावल को मिलाकर बनाई गई खिचड़ी खिलाई जाती है। इसी समय गीत-नृत्य किया जाता है। ग्रामीण दीवारों पर गेरू के रंग से रोंगन करते हैं। अगले दिन सुबह बैलों का श्रृंगार कर गांव के मुठुआ बाबा और बजरंग बली मंदिर में पूजा कर परिक्रमा की जाती है। इसके बाद दो बार गांव में बैलों को दौड़ाया जाता है। इस प्रस्तुति में अर्जुन बागमारे का साथ लगभग 14 कलाकारों ने दिया। इसके बाद संजो बघेल ने पारंपरिक स्वर लहरी में जनजातीय गीतों की प्रस्तुति देकर श्रोताओं को मंत्रमुग्ध कर दिया। उन्होंने गणेश वंदना से प्रस्तुति का आगाज किया।

इसके बाद बंसी वाले तेरी हो रही जैजैकार..., रात श्याम सपने में आए..., पशुपतिनाथ जी का आल्हा..., भोला नई माने रे... और कृष्ण जन्म आल्हा... जैसे भक्ति गीतों को अपनी मधुर आवाज में पिरोया। अगली कड़ी में श्री राम के दीवाने... और सखी मथुरा की में ग्वालनिया... गीतों की प्रस्तुति दी।

ग्वालटोली में भव्य रूप से मनाया गया श्री कृष्ण जन्माष्टमी महोत्सव

निकली विशाल वाहन रैली,चल समारोह में उमड़ा आस्था का सैलाब

नीमच। प्रति वर्ष अनुसात इस वर्ष भी श्रीचन्द्रवंशी ग्वाला(गवली)समाज,ग्वालटोली के तत्वावधान में श्री राधा-कृष्ण मंदिर पर श्री कृष्ण जन्माष्टमी महोत्सव के अंतर्गत आज सोमवार को विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए। जिसमें सोमवार सुबह ग्वालटोली राधाकृष्णन मंदिर से विशाल वाहन रैली निकली गई जो ग्वालटोली से प्रारंभ होकर नीमच सिटी फवारा चौक विजय टॉकीज चौराहा बघाना से स्टेशन रोड़,कमल चौक गायत्री मंदिर रोड टीवीएस चौराहा होते हुवे ग्वाल टोली राधा कृष्ण मंदिर पहुंची जहां रैली का समापन किया गया रैली में बड़ी संख्या में युवा व बुजुर्ग शामिल रहे ।इसके बाद भव्य चल समारोह निकाला गया,जिसमे सबसे आगे घोड़ो पर समाज जन ध्वजा लिए बैठे थे,पीछे डीजे पर युवक युवतियां व महिलाए बड़ी संख्या में शामिल थे जो नृत्य करते हुवे चल रहे थे पीछे ढोल की थाप पर समाज के युवा व बुजुर्ग पारम्परिक गरबा डांडिया नृत्य कर रहे थे,बग्गी में लड्डू गोपाल सवार थे तो पीछे टेक्टर ट्राली में बाहु बाली हनुमान ओर राधा कृष्ण की सजीव झांकी भी सजाई गई थी ।समाज के वरिष्ठ धन्नालाल पटेल,नवयुवक मण्डल अध्यक्ष दिलीप ग्वाला व प्रवक्ता रवि दीवान ने जानकारी देते हुवे बताया कि चंद्रवंशी ग्वाला गवली समाज द्वारा प्रतिवर्ष अनुसार इस वर्ष भी श्री कृष्ण जन्माष्टमी महोत्सव बड़े ही हर्षोल्लास एवं धूमधाम के साथ मनाया गया जिसमें सोमवार प्रात: 9 बजे से विशाल वाहन रैली,12 बजे से भव्य चल समारोह निकाला गया,चल समारोह में ढोल ढमाके, बैण्ड,घोड़े,आकर्षक झाँकी के साथ लड्डू गोपाल नगर का भ्रमण पर निकले ।इसके पश्चात् शाम 4 बजे से मंदिर परिसर में प्रतिभा सम्मान समारोह आयोजित किया गया रात्रि में 8 बजे से भजन कीर्तन 56भोग, रात 12 बजे जन्म की आरती एवं महा प्रसाद वितरण किया गया।

स्व सहायता समूह से जीवन में आया बदलाव- आमदनी बढ़ी

पशुपालन, मनिहारी, दुकान, आटा चक्की का संचालन कर बनी गुड्डीकुंवर लखपति दीदी

नीमच। स्व-सहायता समूह से जुड़कर आर्थिक गतिविधियां संचालित कर पिपलिया रावजी के जीवन ज्योति स्व सहायता समूह की सदस्य श्रीमती गुड्डी कुंवर चौहान के जीवन में काफी बदलाव आया है।

अब वे पशुपालन के साथ ही मनिहारी दुकान एवं आटा चक्कीका सफलतापूर्वक संचालन कर आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बन गई है।

गुड्डी कुंवर चौहान प्रतिमाह तीस हजार और वार्षिक 3.60 लाख रूपये की आमदनी प्राप्त कर आज लखपति दीदी के नाम से पहचानी जाने लगी है।

स्व सहायता समूह से जुडने के बाद श्रीमती गुड्डी कुंवर चौहान ने मजदूरी करना छोड दिया है। अब वह मनिहारी की दुकान एवं आटा चक्की का सफलतापूर्वक संचालन कर आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बन गई है। अन्य महिलाएं भी गुड्डी कुंवर चौहान से प्रेरित होकर समूह से जुडकर स्वरोजगार स्थापित कर रही है।

सरस्वती शिशु मंदिर में मनाया जन्माष्टमी पर्व

सिंगोली। सिंगोली नगर की शिक्षण संस्था सरस्वती शिशु मंदिर सिंगोली में जन्माष्टमी पर्व हर्षोल्लास के साथ मनाया गया ।जन्माष्टमी के इस पावन पर्व पर विद्यालय के प्राचार्य धर्मचंद गहलोत ने मां सरस्वती,श्रीकृष्ण की पूजन अर्चन कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया ।विद्यालय के आचार्य दिलीप शर्मा,शंकरलाल धाकड़ ने श्रीकृष्ण के जीवन व्यक्तित्व पर प्रकाश डाला ।उन्होंने कहा कि भगवान श्रीकृष्ण के गुणों को हमें जीवन में उतारने की आवश्यकता है।

इस अवसर पर विद्यालय की शिक्षिका वैशाली शर्मा,प्राची तिवारी,निर्मला शर्मा,आचार्य शंकरलाल धाकड़,अनिल चौबे,विनोद धाकड़ और विद्यालय के विद्यार्थियों सुमन,अमीषा,आरती,अक्षरा,नेहा,डिंपल ने कृष्ण जन्मोत्सव के अवसर पर गीत,भजन की प्रस्तुति दी ।कृष्ण और राधा बनकर आई मुस्कान एवं भावना ने मनमोहन प्रस्तुती दी उसके बाद विद्यालय में मटकी फोड़ प्रतियोगिता,नृत्य प्रतियोगिता का आयोजन किया गया ।कार्यक्रम का समापन प्रसाद वितरण के साथ हुआ ।कार्यक्रम संचालन वैशाली शर्मा ने किया।

स्वत्वाधिकारी, सम्पादक, प्रकाशक एवं मुद्रक ऐश्वर्य शर्मा के लिए माँ भगवती प्रिन्टर्स बंगला-23, आईडीबीआई बैंक के सामने, नीमच, जिला-नीमच, मध्यप्रदेश से मुद्रित एवं प्रकाशित। सम्पर्कः 9407423966। सभी विवादों का न्याय क्षेत्र नीमच होगा।