ISSN 2349-6614

जनवरी 2026

मूल्य 50 रु

प्रत्यूष

हिन्दी मासिक पत्रिका

आया वसंत, आया वसंत
छाई जग में शोभा अनंत
खेतों में सरसों उठी फूल
बौरें आमों में उठी झूल

टीएनएआई राजस्थान के नवनिर्वाचित अध्यक्ष डॉ. जोगेन्द्र शर्मा

चैम्बर ऑफ कॉमर्स भवन का उद्घाटन

सानिध्यः ओम बिरला व डॉ. लक्ष्यराजसिंह मेवाड़

STEP BY STEP HIGH SCHOOL

30 YEARS of Excellence in Education

ADMISSIONS OPEN 2026-2027

At Step by Step High School, we believe education is not just about grades — it is about confidence, character, and competence.

Why choose us?

- Holistic & child-centric education
- Experienced and dedicated faculty
- Focus on academics, skills & values
- Emphasis on innovation, technology & creativity
- Strong foundation for higher education & life
- Safe, inclusive, and nurturing campus

CLASSES FROM PLAY GROUP TO 12th

STEP BY STEP HIGH SCHOOL
FOR PLAY GROUP TO HKG
Online Admissions Accepted Here
Scan QR Code and Apply

Sector-11, Udaipur-313002
Phone: 0294-2483932,2481567
Email : contact@stepbystephighschool.org

STEP BY STEP HIGH SCHOOL
FOR CLASS I TO VII
Online Admissions Accepted Here
Scan QR Code and Apply

Jogi ka talab, sector 14, Udaipur -313002
Phone: 9680520421
Email : contact@stepbystephighschool.org

www.stepbystephighschool.org

जनवरी 2026 वर्ष: 23 अंक: 09

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...

चुनाव

तमिलनाडु: नहीं कोई लहर
पेज 08

प्रतिस्पर्द्धा

रूस की समुद्री चिड़िया को रोक पाएगा कोई?
पेज 12

सुबह की सहेली

महलों की राजदार रही फिर आई हमारे घर
पेज 22

कॅरियर

कॅरियर में उभरता विकल्प रोबोटिक इंजीनियरिंग
पेज 30

Happy New Year 2026

कार्यालय पता : 2, 'रक्षाबन्धन' धानमण्डी, उदयपुर (राज)
दूरभाष एवं फैक्स: 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 पायोनाइट प्रिन्ट मीडिया प्रा. लि. एम.आई.ए., उदयपुर से मुद्रित तथा 'रक्षाबन्धन' धानमण्डी उदयपुर से प्रकाशित।

Rama
Building Trust Together

गिरनार

नई पीढ़ी के उर्वरक

50 सालों से किसानों का भरोसा

रामा फॉस्फेट्स लिमिटेड

इकाईयाँ : इन्दौर • उदयपुर • पुणे • निंबाहेड़ा

४८०७/११, उम्दा झामर खेटड़ा रोड, तहसील गिरवा, जिला उदयपुर – ३१३९०१ (राजस्थान)

हेल्पलाइन नंबर – 74608-36083 E-mail: customercare@ramagroup.co.in

हर दिन नया और रोज नव वर्ष हो

'आ ....गया....नया....साल' हर किसी के मुंह पर यही शब्द हैं। शुभकामनाओं के आदान-प्रदान के कारण फोन की लाइनें व्यस्त हैं। सोशल मीडिया की स्क्रीन भी इन्हीं से भरी पड़ी है। वर्ष 2025 की अन्तिम रात्रि हर शहर की सितारा होटलों और सामाजिक संगठनों के रंगीन माहौल में मने जश्न ने 12 बजते ही नए साल से गलबहियां की। हर गली-मुहल्ले में भी कान फोडू पटाखों का शोर मच गया। यह परिपाटी अलग-अलग रूपों में देखते न जाने कितनी पीढ़ियां बीत गई। बीते साल की गलतियों को दोबारा न दोहराने का संकल्प और नए वर्ष में दामन खुशियों से भरने की प्रार्थना की जाती है, लेकिन ये भाव टिक कहां पाते हैं, कुछ ही दिन बाद जीवन की गाड़ी फिर से पुरानी पटरी पर दौड़ पड़ती है।

नए वर्ष के परिप्रेक्ष्य में ओशो (आचार्य रजनीश) की कुछ पक्तियों का यहां उल्लेख करना समीचीन होगा। वे कहते हैं-'आपने न मालूम कितने वर्ष पुराने कर दिए। पुराना करने में आप इतने कुशल हैं कि नया वर्ष बच पाएगा, इसकी उम्मीद बहुत कम है। आप इसको भी पुराना कर ही देंगे। एक वर्ष बाद फिर सोचेंगे, नया वर्ष। ऐसा आप और हम कितनी बार सोच चुके? लेकिन नया आया नहीं। क्यों कि आपका ढंग पुराना पैदा करने का है। सभी अपने-पराए एक वर्ष बाद फिर जमा होंगे, एक दूसरे को शुभकामनाएं देंगे। नए वर्ष की फिक्र न करें। नए का जन्म कैसे हो सकता है, इस पर विचार करें। मैं तो एक ही बात कह सकता हूं कि आपने न जाने कितने ही वर्ष पुराने कर डाले। इस नए वर्ष पर तो वही न करना, जो अब तक किया। इसे सचमुच नया करने की कोशिश करना। यह नया हो सकता है। अगर यह नया हो गया तो हर दिन नया हो जाएगा, पुराना टिक नहीं पाएगा, बचेगा नहीं, बह जाएगा।' आशो का अभिप्राय यही है कि नया वर्ष हमें बीते वर्ष से सबक लेने का आग्रह करता है। वह समझा रहा है, अब भी तुम्हारे पास समय शेष है, संभल जाओ। जश्न मनाना और शुभकामनाओं का आदान-प्रदान ही काफी नहीं है, पुरानी सोच, काम और कमियों को याद कर उन्हें तिलांजलि देना भी जरूरी है।

बंधुओं। वर्ष समय ही होता है। एक-एक दिन से महीना और बारह महीने लिए एक साल हो जाता है। इसके प्रारंभ में एक दिन में चौबीस घंटे और एक घंटे में साठ मिनट। और इससे भी आगे एक मिनट में साठ सेकंड। पल-पल से ही समय बनता है। जाने क्यों समय की यात्रा के साथ हम चल नहीं पा रहे या फिर अपने घोड़े अपने ही मैदान में दौड़ाते रहना चाहते हैं। आसपास, आगे-पीछे ऊपर-नीचे, दाएं-बाएं दृष्टि डालते हुए सोच की किसी नई कोंपल को सींचने में पिछड़ क्यों रहे हैं? पिछड़ने से तो नये का निर्माण असंभव ही होगा।

यदि हम चाहते हैं कि नए वर्ष में हमारी सभी कोशिशें कामयाब हों, सपने सच हों तो जरूरत है दृढ़ निश्चय की। किसी भी कार्य के निष्पादन अथवा लक्ष्य तक पहुंचने में मुश्किलें तो आती ही हैं। ऐसे में मन को उत्साहित रखना आवश्यक है। कई बार ऐसी परिस्थितियां उत्पन्न हो जाती हैं कि समझ नहीं आता कि क्या करें? ऐसे में शांत भाव से विचार करें हमारे बड़े-बूढे इसीलिए कहते हैं: कि धैर्य से काम लें। परिणाम पर नज़र अवश्य रखें। कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती। समस्या के समाधान में किसी अन्य से मदद अथवा परामर्श में भी संकोच न करें। रूकावटें तो जीवन का अहम हिस्सा हैं, उनमें से सफलता की राह निकालने के लिए दृढ़ संकल्पी बनें। इसके लिए स्वयं पर विश्वास करें। जिसे अपने ऊपर विश्वास होता है, वह कभी असफल हो नहीं सकता।

बदलाव तो प्रकृति का नियम है। हर ऋतु अपने नये रूप-रंग में निखरती है। देशकाल और परिस्थितियों के अनुसार साल-दर साल बदलाव होते ही रहेंगे। उम्र बढ़ने के साथ शारीरिक संरचना भी प्रभावित होती है? परिवर्तन को स्वीकार करें। क्यों कि ये बढ़ते कदम का सूचक है। प्रगति और खुशहाली का द्योतक है। ठहरा पानी और ठहरा जीवन वैसे भी किसी काम का नहीं। समय के साथ चलें। परिवार, समाज और राष्ट्र के प्रति अपने दायित्वों को समझें और निर्वाह करें। समय तो कटता ही है, यदि सचेत नहीं रहे तो वह काट भी देगा। नये साल का जश्न एक दिन ही नहीं, साल के सभी दिन हो और खुशियों से आपकी झोली भरता रहे। इन्हीं शुभकामनाओं के साथ .....।

कठघरे में सियासत विधायक निधि या वसूली निधि?

राजस्थान के एक प्रतिष्ठित दैनिक समाचार पत्र में पिछले दिनों विधायक निधि में भ्रष्टाचार का खुलासा चौंकाने वाला है। जन प्रतिनिधियों के इस कृत्य से लोकतंत्र की गरिमा को गहरा धक्का लगा है। भ्रष्टाचार का यह खेल न जाने कब से चला रहा है? जन कल्याण और विकास के प्रावधान को निजी लाभ का माध्यम बना देना शर्मनाक है। माननीयों के इस भ्रष्टाचार को जांच की भूलभुलैया में डाले जाने की बजाय तत्काल कार्यवाही कर उनकी सदस्यता समाप्त की जाय। विधायक निधि प्रावधान को खत्म किया जाय अथवा उस पर निगरानी की मज़बूत चेन बने। इस खुलासे के बाद विधायकों का सम्मान और उन पर विश्वास कोई क्यों करेगा?

बाबूलाल नागा

राजस्थान की राजनीति एक बार फिर उस सवाल के कठघरे में खड़ी है, जो भारतीय लोकतंत्र को भीतर से खोखला करता रहा है- क्या जनप्रतिनिधि जनता की सेवा के लिए चुने जाते हैं या सत्ता को निजी कमाई का साधन बनाने के लिए? जनता के विकास के लिए बनी विधायक स्थानीय क्षेत्र विकास निधि अब सवालों के घेरे में नहीं, बल्कि सीधे आरोपों के कठघरे में है। राजस्थान के एक प्रतिष्ठित दैनिक समाचार पत्र से जुड़े रिपोर्टर द्वारा किए गए स्टिंग ऑपरेशन में प्रदेश के तीन विधायकों की कथित बातचीत सामने आने के बाद यह बहस बेमानी हो चुकी है कि भ्रष्टाचार है या नहीं। असली सवाल अब यह है कि क्या यह पहली बार उजागर हुआ है या पहली बार कैमरे में कैद हुआ है।

यह मामला केवल तीन विधायकों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह पूरी राजनीतिक व्यवस्था, प्रशासनिक निगरानी और जवाबदेही तंत्र पर सवाल खड़े करता है। जिस निधि का उद्देश्य स्थानीय विकास, बुनियादी सुविधाओं और जनकल्याणकारी कार्यों को गति देना था, वही निधि यदि भ्रष्टाचार का माध्यम बन जाए, तो यह लोकतंत्र के लिए खतरनाक संकेत है।

विधायक निधि की मंशा साफ थी। गांवों की सड़कें सुधरें, कस्बों में नालियां बनें, स्कूलों और अस्पतालों की जरूरतें पूरी हों। लेकिन समय के साथ यह निधि विकास से ज्यादा प्रभाव और नियंत्रण का हथियार बनती चली गई। वर्षों से यह आरोप लगता रहा है कि- ठेकेदार तय होते हैं, कार्यों के एस्टीमेट जानबूझकर बढ़ाए जाते हैं, बिना काम हुए भुगतान हो जाता है, और सबसे अहम, कमीशन संस्कृति फलती-फूलती है। अब जब उसी निधि से जुड़े कामों के बदले कमीशन मांगने की बातें सामने आई हैं, तो यह मानने में हिचक नहीं होनी चाहिए कि सिस्टम कहीं न कहीं सड़ चुका है। यह केवल तीन नामों का मामला नहीं है, यह उस सोच का मामला है, जिसमें जनता के पैसे को निजी मोलभाव का जरिया समझ लिया गया है।

स्टिंग ऑपरेशन पर सवाल उठाना आसान है, लेकिन सवाल यह भी है कि अगर कैमरा न होता तो क्या यह बातचीत कभी बाहर आती। बंद कमरों में होने वाली सौदेबाजी वर्षों से चलती रही है, फर्क सिर्फ इतना है कि इस बार रिकॉर्ड बटन दबा हुआ था। इसीलिए इस पूरे प्रकरण को मीडिया ट्रायल कहकर खारिज करना भी उतना ही सुविधाजनक है, जितना खुद को पाक-साफ घोषित कर देना। सच यह है कि स्टिंग ने व्यवस्था के उस चेहरे को दिखाया है, जिसे जनता रोज महसूस करती है लेकिन साबित नहीं कर पाती।

इस पूरे घटनाक्रम का सबसे बड़ा नुकसान उस भरोसे को होता है, जिस पर लोकतंत्र टिका है। चुनाव के वक्त जिन विधायकों को जनता अपना प्रतिनिधि मानकर भेजती है, उन्हीं पर अगर वसूली के आरोप लगें तो यह विश्वास टूटता है। यह टूटन खामोश होती है, लेकिन गहरी होती है। लोग राजनीति से दूरी बनाने लगते हैं, व्यवस्था से उम्मीद छोड़ देते हैं और यही लोकतंत्र की सबसे बड़ी हार होती है।

राजस्थान में यह सवाल और भी चुभता है, क्योंकि राज्य के कई इलाकों में आज भी बुनियादी सुविधाएं अधूरी हैं। राजस्थान जैसे राज्य, जहां शिक्षा, स्वास्थ्य, पानी और रोजगार जैसे बुनियादी मुद्दे आज भी चुनौती हैं, ऐसे में अगर विकास के लिए तय पैसा भी कमीशन की भेंट चढ़ जाए, तो यह केवल भ्रष्टाचार नहीं, बल्कि सामाजिक अन्याय है। यह सीधे तौर पर उस गरीब नागरिक के हक पर चोट है, जो सरकार की योजनाओं पर निर्भर है। विकास निधि में भ्रष्टाचार गरीब और हाशिए पर खड़े व्यक्ति से उसका हक छीनने जैसा है।

राजनीतिक दलों की भूमिका इस मामले में सबसे ज्यादा संदेह के घेरे में है। विपक्ष का काम आरोप लगाना है, सत्ता पक्ष का बचाव करना। लेकिन जनता अब इस खेल को पहचानने लगी है। क्योंकि इस मामले में पक्ष व विपक्ष दोनों की तरफ के विधायकों पर कमीशन मांगने के आरोप लगे हैं। सवाल यह नहीं है कि विधायक किस पार्टी का है, सवाल यह है कि क्या पार्टी अपने ही लोगों पर कार्रवाई करने की हिम्मत रखती है। अगर जांच के नाम पर फाइलें चलती रहीं और आरोपी संरक्षण में रहे, तो यह मान लेना चाहिए कि राजनीति ने आत्मशुद्धि का मौका गंवा दिया। कानून के स्तर पर भी यह मामला हल्का नहीं है। विधायक निधि से जुड़े मामलों में जनप्रतिनिधि लोक सेवक माने जाते हैं। कमीशन मांगना कोई नैतिक चूक नहीं, बल्कि सीधा अपराध है। ऐसे में जांच एजेंसियों की स्वतंत्रता और निष्पक्षता की परीक्षा भी इसी मामले से होगी। अगर जांच धीमी हुई, दिशाहीन हुई या दबाव में बदली गई, तो यह संदेश जाएगा कि कानून केवल कमजोर के लिए है। यह स्टिंग ऑपरेशन केवल सनसनीखेज खबर बनकर खत्म नहीं होना चाहिए। यह समय है यह तय करने का कि विधायक निधि पारदर्शिता का उदाहरण बनेगी या भ्रष्टाचार का स्थायी स्रोत। जब तक हर काम की जानकारी सार्वजनिक नहीं होगी, जब तक निगरानी व्यवस्था मजबूत नहीं होगी, तब तक ऐसे मामले सामने आते रहेंगे और हर बार भरोसा थोड़ा और टूटेगा। राजस्थान की राजनीति आज एक निर्णायक मोड़ पर खड़ी है। यह तय करना होगा कि सत्ता सेवा का माध्यम बनेगी या सौदेबाजी का। विधायक निधि जनता के विकास के लिए है या नेताओं की सुविधा के लिए-इस सवाल का जवाब अब शब्दों से नहीं, कार्रवाई से दिया जाना चाहिए। अगर इस बार भी मामला दब गया, तो यह सिर्फ तीन विधायकों की कहानी नहीं रहेगी, बल्कि पूरे सिस्टम पर लगे एक स्थायी दाग के रूप में दर्ज हो जाएगी। जनता अब देख रही है और शायद पहले से ज्यादा जागरूक होकर सवाल भी पूछ रही है। अब जवाब देने की बारी सत्ता की है।

(लेखक भारत अपडेट के सम्पादक 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।

नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं

R.C. Financial

EMKAY GLOBAL FINANCIAL SERVICES LTD.

Road No. 3,House No.80 Ashok Nagar,Udaipur- 313001
Ph.: 0294-2428733-36, e-mail: rc@emkayglobal.com

गोपाल काबरा **हेमेन्द्र दामावत** **अंकित पारीख**

तमिलनाडुः नहीं कोई लहर

तमिलनाडु में तीन माह बाद विधानसभा चुनाव होने हैं, लेकिन विपक्षी और सत्ताधारी दल अभी आपसी कलह में ही उलझे हैं। राजनैतिक सरगर्मी दिखाई तो पड़ रही है किंतु न सत्तापक्ष और न विपक्ष की कोई लहर है। हालांकि भाजपा ने अन्नाद्रमुक से तो कांग्रेस ने द्रमुक से गठबंधन जरूर किया है।

आर. राजगोपालन

तमिलनाडु विधानसभा का अप्रेल में संभावित चुनाव राजनीतिक पार्टियों को डरा रहा हैं। चुनाव के मद्देनजर राजनीतिक सरगर्मी तो दिखने है, लेकिन न तो सत्ता पक्ष और न ही विपक्ष के पक्ष में कोई लहर दिख रही है। ऑल इंडिया अन्ना द्रविड़ मुनेत्र कड़गम (अन्नाद्रमुक) और अन्य छोटी विपक्षी पार्टियां अब तक मजबूत विपक्षी गठबंधन नहीं बना सकी हैं। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने निश्चित ही अन्नाद्रमुक के साथ गठबंधन कर अपनी कुछ पैठ बनाई है। मुख्यमंत्री एमके स्टालिन के बेटे उदयनिधि को बढ़ावा मिलने की वजह से सत्ताधारी दल द्रविड़ मुनेत्र कड़गम (द्रमुक) में आपसी कलह मची है। राज्य के विवादास्पद मुद्दों में बिगड़ी कानून व्यवस्था, नशीले पदार्थों का खतरा, शराब घोटाला और रेत माफिया का बोलबाला प्रमुख हैं। राज्य के राजनीतिक परिदृश्य में अभिनेता से नेता बने तमिल वेत्री कड़गम के विजय जोसेफ जैसे नए खिलाड़ी हैं, तो पट्टाली मक्कल काची में फूट पड़ी है। तमिल राष्ट्रवाद की राजनीति करने वाली पार्टियों, जैसे विजयकांत की द्रविड़ मुर्पोक्कू मुनेत्र कड़गम और सीमान के नेतृत्व वाली नाम तमिलार काची, टीटीवी दिनाकरण की अम्मा मक्कल मुनेत्र कड़गम (एएमएमके), इनमें से किसी ने भी अब तक कोई ठोस गठबंधन नहीं किया है।

खास मुद्देः राज्य में आर्थिक, राजकोषीय, औद्योगिक और कृषि जैसे कारक महत्वपूर्ण हैं।

राज्य के पास धन का अभाव है। वित्तीय व्यवस्था बाहरी कर्जे पर निर्भर है। बैंकों का ओवरड्राफ्ट बढ़ गया है। नीति निर्माण के उच्च स्तर पर कटौती और कमीशनखोरी की वजह से प्रत्यक्ष विदेशी निवेश (एफडीआई) न्यूनतम स्तर पर है।

राहुल गांधी फैक्टरः कांग्रेस के पास अपना खुद का अच्छा-खासा वोट बैंक था, लेकिन पार्टी पूरी तरह द्रमुक पर निर्भर है। नतीजतन, कांग्रेस युवाओं को अपने साथ नहीं जोड़ पाई। कांग्रेस के जनाधार को बरकरार रखने में पार्टी का राज्य नेतृत्व विफल रहा।

अन्य पार्टियांः तमिलनाडु में छह करोड़ से अधिक मतदाता 234 विधानसभा सदस्यों को चुनेंगे। राज्य में लोकप्रिय पार्टियां हैं, जो चुनाव में अपना भाग्य आजमाएंगी। कुछ नए दल भी बन रहे हैं। ऐसे में द्रविड़ विचारधारा का परीक्षण लाजिमी है। कहने की जरूरत नहीं है कि आध्यात्मवाद के चलते एक सौम्य हिंदुत्व की भावना पहले से ही राज्य में विद्यमान थी, जो अब उभरकर सामने आ रही है। इसके अलावा, तमिलनाडु के चुनाव में जातियां भी अहम भूमिका निभाती रही है।

अन्नाद्रमुक की गुटबंदीः मुख्य विपक्षी दल अन्नाद्रमुक में गुटबंदी अहम समस्या है। एडापडी के पलानीस्वामी (ईपीएस) ने कानूनी लड़ाई के जरिये नीति निर्माण के लिए संगठन के महासचिव का पद और सबसे बड़ी बात पार्टी का दो पत्ती का चुनाव चिह्न अपने पास रखा है।

तूफानी दौरेः द्रमुक एवं अन्नाद्रमुक के नेताओं ने रोड शो शुरू कर दिए हैं। एमके स्टालिन का ध्यान द्रमुक सरकार की समाज कल्याण योजनाओं पर है। विपक्षी अन्नाद्रमुक नेता एडापडी पलानीस्वामी 125 विधानसभा क्षेत्रों में रोड शो कर चुके हैं और शेष 109 क्षेत्रों में आने वाले महीनों में करेंगे।

पानी से अंतिम संस्कार

ओटावा। दुनिया में जलवायु परिवर्तन और पर्यावरण संरक्षण के बढ़ते महत्व के बीच अब पारंपरिक दाह संस्कार की जगह एक्वामेशन नाम की नई प्रक्रिया लोकप्रिय हो रही है। इसे जल दाह संस्कार कहा जाता है। यह पारंपरिक लकड़ी या गैस से किए जाने वाले दाह संस्कार का पर्यावरण-अनुकूल विकल्प है। इस प्रक्रिया में पार्थिव देह को स्टेनलेस स्टील के पात्र में रखा जाता है, जिसमें 95 फीसदी पानी व 5 फीसदी पोटेशियम हाइड्रॉक्साइड का घोल होता है।

दसवीं पुण्यतिथि

जन्म
2 फरवरी, 1931

देवलोक
30 जनवरी, 2016

युग पुरूष एवं जन-जन के प्रेरणा स्त्रोत

पं. जीवतराम शर्मा (बाबूजी)

संस्थापक - राजस्थान बाल कल्याण समिति

की दसवीं पुण्यतिथिपर हम श्रद्धासुमन अर्पित करते हैं।

श्रद्धानवत

गिरजा शंकर शर्मा, प्रबन्ध निदेशक

राजस्थान बाल कल्याण समिति परिवार

E-mail : jhadolrbks1@rediffmail.com I website : www.rbks.org

राजस्थान बाल कल्याण झाड़ोल द्वारा संचालित प्रकल्प

क्रम	विद्यालय प्रकल्प	क्रम	महाविद्यालय/उच्च शिक्षा प्रकल्प
1	रा.बा.वि.म. सीनियर सैकण्डरी विद्यालय, झाड़ोल	1	जे.आर. शर्मा पी.जी. महाविद्यालय, झाड़ोल
2	रा.बा.वि.म. उच्च प्राथमिक विद्यालय, झाड़ोल	2	गुरू पुष्कर जैन महाविद्यालय, झाड़ोल
3	रा.बा.वि.म. उच्च प्राथमिक विद्यालय, गोराणा	3	जे.आर. महाविद्यालय, रेलमगरा, राजसमन्द
4	राजस्थान पब्लिक मा.वि., झाड़ोल	4	जे.आर. महाविद्यालय, पिण्डवाड़ा, सिरोही
5	शैक्षणिक परिसर सीनियर सैकण्डरी विद्यालय, बीड़ा	5	जे.आर. बी.एड महाविद्यालय, झाड़ोल
6	हुनर घर उच्च प्राथमिक वि. बाखेल, कोटड़ा	6	जे.आर. शर्मा महाविद्यालय, ऋषभदेव, उदयपुर
7	ग्रामीण शिक्षा कार्यक्रम संस्था कार्यक्षेत्र	7	जे.आर. महाविद्यालय, माउण्ट आबु, सिरोही
8	शिशु पालना गृह एवं बालवाड़ी कार्यक्षेत्र	8	जे.आर. नर्सिंग संस्थान, सागवाड़ा, डुंगरपुर
9	हिंदुजा फाउंडेशन स्कूल शिक्षा कार्यक्रम	9	जे.आर. शर्मा पी जी महाविद्यालय, फलासिया
10	जे.आर.शर्मा कौशल विकास कार्यक्रम	10	जे. आर. औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान, झाड़ोल
11	जे.आ. शर्मा छात्रवृत्ति कार्यक्रम	11	जे. आर. पी जी महाविद्यालय, प्रतापगढ़
12	विद्यालय विकास कार्यक्रम	12	जे. आर. कॉलेज, उदयपुर
13	बाल कल्याण शिक्षा कार्यक्रम	13	जे.आर. शर्मा पत्राचार एवं स्वयंपाठी शिक्षण कार्यक्रम
14	विद्यालय कम्प्युटर शिक्षा कार्यक्रम	14	हिंदुजा फाउंडेशन उच्च शिक्षा कार्यक्रम

आवासीय शिक्षा प्रकल्प

क्रम		क्रम	
1	अनु.जनजाति कन्या छात्रावास-प्रथम इकाई झाड़ोल, उदयपुर	10	जे.आर. शर्मा बी.एड महिला छात्रावास झाड़ोल, उदयपुर
2	अनु. जनजाति कन्या छात्रावास -द्वितीय इकाई, झाड़ोल, उदयपुर	11	निराश्रित बालगृह झाड़ोल, उदयपुर
3	अनु. जनजाति कन्या स्नातकोत्तर छात्रावास, झाड़ोल, उदयपुर	12	निराश्रित बालिकागृह झाड़ोल, उदयपुर
4	अनुदानित कन्या छात्रावास रेलमगरा, राजसमन्द	13	गुरूकुल बोर्डिंग हॉस्टल-बालक, झाड़ोल, उदयपुर
5	अनु. जनजाति कन्या छात्रावास-सागवाड़ा, डुंगरपुर	14	हंसराज बालिका गृह, देवाली, उदयपुर
6	अनु. जनजाति कन्या छात्रावास डुंगरपुर	15	जे. आर. शर्मा नर्सिंग हॉस्टल, सागवाड़ा, डुंगरपुर
7	शैक्षणिक परिसर आवासीय कन्या छात्रावास बीड़ा, झाड़ोल, उदयपुर	16	जे. आर. शर्मा हॉस्टल, प्रतापगढ़
8	निराश्रित बालिका गृह, सागवाड़ा, डुंगरपुर	17	कौशल विकास छात्रावास, सागवाड़ा
9	अनु. जनजाति कन्या छात्रावास, सीसवाड़	18	अनु. जनजाति कन्या छात्रावास, सागवाड़ा

समस्त ग्रामीण सामुदायिक विकास इकाईयां (लाभान्वित गाँव 875)

राजस्थान, मध्यप्रदेश एवं गुजरात के जनजाति बाहुल्य 22 जिलों में जलग्रहण, वाड़ी परियोजना, आजीविका विकास, शिक्षा, स्वास्थ्य, जागरूकता कार्यक्रम, कौशल विकास, आय संवर्धन एवं अन्य सामाजिक उत्थान कार्यक्रम, इन्दिरा रसोई, शेलटर होम आदि

क्रम	संस्था द्वारा स्थापित गौशालायें एवं फाउण्डेशन	क्रम	संस्था द्वारा स्थापित कम्पनीयां
1	सुरभि गौशाला धाम, वाड़ा, उदयपुर	1	वागड प्रोड्युसर कम्पनी लिमिटेड, डुंगरपुर
2	ब्रह्मानंद कपिल गौशाला, हंडिया, मध्यप्रदेश	2	झाड़ोल प्रोड्युसर कम्पनी लिमिटेड, उदयपुर
3	जे.आर. शर्मा फाउण्डेशन, उदयपुर	3	मोरवाल प्रोड्युसर कम्पनी लिमिटेड, उदयपुर
4	गोगुन्दा पॉटरी फाउण्डेशन	4	मेवाड़ पॉटरी प्रोड्युसर कम्पनी लिमिटेड
5	6 इन्दिरा रसोई उदयपुर एवं डुंगरपुर	5	2 आश्रय स्थल डुंगरपुर
6	2 शहरी आजीविका केन्द्र उदयपुर एवं जोधपुर	6	31 कृषि एवं गैर कृषि उत्पादन प्रा.लि. कम्पनीज

प्रतिष्ठान

ऋषिराज एण्ड ब्रदर्स, मगवास	कमलेश्वर फर्निचर एण्ड वेल्डिंग वर्क्स, मगवास	जे.आर. शर्मा बिल्डर्स मगवास

गृह, मग, वन में आया वसंत
सुलगा फागुन का सूनापन

हवा हूं, हवा मैं / वसंती हवा हूं।/ सुनो बात मेरी-/ अनोखी हवा हूं।/ बड़ी बावली हूं,/ बड़ी मस्तमौला।/ नहीं कुछ फिकर है,/ बड़ी ही निडर हूं।/ जिधर चाहती हूं,/ उधर घूमती हूं,/मुसाफिर अजब हूं।

प्रयाग शुक्ल

कवि केदारनाथ अग्रवाल की कविता की उक्त पंक्तियां अक्सर याद आ जाती है, पर वसंत पंचमी के दिन तो अवश्य याद आती हैं। ऐसी मदमस्त हवा के साथ ही रंग भी याद आते हैं और फिर याद आता है वह प्रसिद्ध गीत-मेरा रंग दे बसंती चोला... । वसंत प्रेम, शौर्य और उमंग की भी ऋतु है। यह अकारण नहीं है कि सुभद्रा कुमारी चौहान जैसी कवयित्री ने जलियांवाला बाग में वसंत, वीरों का कैसा हो वसंत शीर्षक से कविताएं लिखी है। यह माघ शुक्ल पंचमी (23 जनवरी)का जो दिन है, यह वसंत पंचमी का दिन है। इस दिन विद्या की देवी सरस्वती की भी याद आती है। परंपरा रही है हमारे देश में, जिसे पहली बार अक्षर ज्ञान कराया जा रहा है, तो वसंत पंचमी से श्रीगणेश किया जा सकता है। सोचिए कि यह परंपरा क्यों बनी ? वसंत में कुछ ऐसा है कि अक्षर तो है ही, इसमें अमरता का भी एक बोध है। अनेक राज्यों में विद्यालयों व शिक्षा संस्थानों में सरस्वती पूजा का आयोजन होता है। इस ऋतु में शिक्षा और ज्ञान का महत्व भी ध्यान में आता है, जब महाकवि सूर्यकांत त्रिपाठी निराला की पंक्तियां गूंज उठती हैं-

वर दे वीणावादिनी वर दे।

अद्भुत सौंदर्य से सराबोर अनंत वसंत आता नहीं है, अवतरित होता है। जलवायु परिवर्तन की वजह से थोड़ा अंतर आया है। मैं घूमता रहता हूं, मुझे महसूस होता है। वंसत पंचमी पर सुंदर धूप खिल उठती थी और उसका ताप शरीर में स्फूर्ति ला देता था। हालांकि, अभी भी कुछ जगहों पर अच्छी धूप खिली है और उसके साथ ही फगुनाहट का भी अनुभव होने लगा है। अर्थात वसंत पंचमी से फागुन अर्थात होली की भी आहट हो गई है। अनेक स्थानों पर वसंत पंचमी से ही रंगोत्सव की शुरुआत हो जाती है।

वसंतोत्सव को कलाओं से भी जोड़ा जाता है, यह शांतिनिकेतन में भी धूमधाम से मनाया जाता है। वसंतोत्सव मनाने की परंपरा कालिदास के समय से ही चली आ रही है। आज के दिन बहुत से लोग पीले वस्त्र पहनते हैं। देश के खेतों में सरसों के पीले फूल भी वसंत की गवाही देने लगते हैं। यह ऋतु एक ऐसे स्थान पर खड़ी है, जहां न गरमी ज्यादा है, न शीत ज्यादा, एक समभाव है। इस सुंदर समभाव पर आप मुग्ध हो जाते हैं। वसंत की जो स्मृति हमारे मन पर बनती है, वह बहुत गहरी होती है और इसी कारण से सबसे ज्यादा वसंत पर ही लिखा गया है। संभव है, कल शायद कभी जलवायु परिवर्तन की वजह से वसंत पहले जैसा नहीं रहेगा, पर उसे तब भी याद रखा जाएगा। यह ऋतु ही अपने आप में अनुष्ठान है, हममें से कोई भूल भी जाए, तो प्रकृति इस अनुष्ठान को मनाने के तमाम यत्न स्वत: करने लगती है। ऐसे में, यह ऋतु हमें सहज सौंदर्य का बोध कराती है। इस ऋतु में भारतीय गांवों-खेतों का सौंदर्य निखर उठता है। यहां कवि पंत जी भी याद आते हैं, *चंचल पग दीप-शिखा-से धर / गृह, मग, वन में आया वसंत! / सुलगा फाल्गुन का सूनापन / सौन्दर्य-शिखाओं में अनंत!* अनेक जगह परंपरा रही है कि वसंत पंचमी के दिन हम वृक्षों, वनस्पतियों के बीच भी जाएंगे, कुछ बजाएंगे, कुछ गाएंगे, अपनी सुंदर प्रकृति को भी सुनाएंगे। जब हम वसंत को महसूस करते हैं, तो मन स्वयं नृत्य करने को मचल उठता है, कुछ गाने को जी करने लगता है। इतनी चीजों के साथ यह जो वसंत का इतना जुड़ना है, उसकी कोई तुलना नहीं है। आज के दिन अपने आसपास जरूर देखना चाहिए। देखिए, दिल्ली कितनी प्रदूषित हो गई है, अपने हिस्से के वसंत या अपने हिस्से की तितलियों से हाथ धोने लगी है। फिर भी यह देश संभावनाओं से भरपूर है। मैं पूरे देश में घूमता रहता हूं, एक से बढ़कर एक सुंदर स्थान हैं, अरुणाचल प्रदेश तो विशेष है, जहां साल भर वसंत ठहरा सा लगता है। हमें सोचना चाहिए, कुछ करना चाहिए कि वसंत हमारे आसपास ही डेरा डाल रह जाए।

Happy New Year

Rajesh B. Choudhary
Director
Mob. : 98872 42220

Sharda Medical Store

शारदा मेडिकल स्टोर

Ph.: 0294-2429289, 2413372 (S)

शॉप नं. 1-2, श्रीनाथ प्लाजा, हॉस्पीटल रोड, उदयपुर (राज.)

प्रत्यूष

रूस की समुद्री चिड़िया को रोक पाएगा कोई?

रूस ने दुनिया की सबसे खतरनाक न्यूक्लियर पावर वाली बुरेवेस्तानिक क्रूज मिसाइल का पिछले महीनों परीक्षण किया। दावा किया जा रहा है कि यह मिसाइल किसी भी डिफेंस सिस्टम से बच सकती है। यह इतनी खतरनाक है कि दुश्मन देश के सैन्य और नागरिक इंफ्रास्ट्रक्चर को पूरी तरह से तबाह कर देगी। यह रूस के किसी भी हिस्से से अमरीका को निशाना बना सकती है। ये मिसाइल डोनाल्ड ट्रम्प को सीधा संदेश है कि रूस वैश्विक सैन्य प्रतिस्पर्द्धा में बना हुआ है।

अमित शर्मा

रूस ने परमाणु ऊर्जा से चलते वाली क्रूज मिसाइल बना ली है। बुरेवेस्तनिक मिसाइल परमाणु हथियार ले जाने में भी सक्षम है। ये मिसाइल असीमित दूरी तय कर सकती है और किसी भी रक्षा प्रणाली को भेदने में पूर्णत: समर्थ है। किसी अन्य परमाणु शक्ति से ज्यादा उन्नत और शक्तिशाली है और रक्षा प्रणालियों को मात देने में सक्षम है। पिछले वर्ष 21 अक्टूबर को परीक्षण के दौरान बुरेवेस्त्निक मिसाइल 15 घंटे तक हवा में रही और उसने 14000 किलोमीटर की दूरी तय की।

तूफानी चिड़िया

रूस की 9एम730 बुरेवेस्तनिक क्रूज मिसाइल बहुत ही खतरनाक है। इसका नाम रूसी भाषा में स्टॉर्मपेट्रेल (समुद्री तूफानी चिड़िया) है। यह एक छोटी चिड़िया का नाम है। नाटो (पश्चिम देशों का सैन्य गठबंधन) इसे एसएससी-एक्स-9 स्काईफॉल कहता है। यह जमीन से लॉंच होने वाली क्रूज मिसाइल है, जो बहुत नीचे उड़ती है और परमाणु हथियार ले जा सकती है। पुतिन ने मार्च 2018 में इस प्रोजेक्ट के बारे में बताया था।

हम कहां-वो कहां

भारत: भारत के पास अग्नि-5 जैसे मिसाइल है, जिससे एशिया-यूरोप तक कवरेज हो सकती है। ब्रह्मोस सबसे तेज क्रूज मिसाइल है। हाइपरसोनिक में यूएस, रूस, चीन के क्लब में शामिल है।

अमेरिका: 1950-60 के दशक में प्लूटो प्रोजेक्ट के तहत ऐसी ही मिसाइल बनाई थी। यह परमाणु रिक्टर से चलती थी, लेकिन आईसीबीएम मिसाइलों के आने से 1964 में इसे बंद कर दिया।

चीन: चीन हाइपरसोनिक और न्यूक्लियर डिलीवरी सिस्टम पर काम कर रहा है, लेकिन बुरेवेस्टनिक जैसी स्पेसिफिक परमाणु पावर्ड क्रूज मिसाइल नहीं है।

उत्तर कोरिया: हाल ही में दो हाइपरसोनिक मिसाइलों का परीक्षण किया। ये ध्वनि की गति से पांच गुना तेज उड़ती है और मोड़ लेने की क्षमता रखती है, जिससे दुश्मन की मिसाइल डिफेंस चकमा खा जाएगी।

विशेषताएं

- यह मिसाइल कई दिनों तक हवा में रह सकती है।
- कम ऊंचाईपर दुनिया के चक्कर लगाने में सक्षम।
- सामान्य मिसाइलें ईंधन की सीमा के कारण कम दूर जाती हैं, लेकिन यह परमाणु रिएक्टर से चलती है। इससे इसकी रेंज असीमित हो जाती है।
- यह सिर्फ 50-100 मीटर ऊंचाई पर उड़ती है, इसलिए रडार को पकड़ना मुश्किल होता है। यह परमाणु बम ले जा सकती है और टारगेट पर गिरा सकती है। यह रूस के किसी भी कोने से अमेरिका पर हमला कर सकती है।

तुलनात्मक विवरण

रूस	अमेरिका	चीन	भारत
कुल आईसीबीएम **306** समरत मिसाइल रेंज 18000 किलोमीटर	**कुल आईसीबीएम** **400** मिनटमैन III रेंज 13000 किलोमीटर	**कुल आईसीबीएम** **350** डीएफ-41 रेंज 12000 से 15000 किलोमीटर	**कुल आईसीबीएम** **10-15** अग्नि-5 (अग्नि-4 डवलपमेंट में) रेंज 5000 से 8000 किलोमीटर
क्रूज मिसाइल कलिबर रेंज 2500 किलोमीटर किं झाल (हाइपरसोनिक, एयर लॉंच)	**क्रूज मिसाइल** टॉमहॉक रेंज 1600 किलोमीटर	**क्रूज मिसाइल** सीजे-10 रेंज 2000 किलोमीटर वाइजे-12 (एंटी शिप)	**क्रूज मिसाइल** ब्रह्मोस (सुपरसोनिक) रेंज 300-800 किलोमीटर दुनिया की सबसे तेज

2 साल
नव उत्थान - नई पहचान
बढ़ता राजस्थान - हमारा राजस्थान
किसान सम्मान निधि योजनान्तर्गत 76.18 लाख किसानों को ₹10,432 करोड़ से अधिक की राशि हस्तान्तरित
राइजिंग राजस्थान ग्लोबल इन्वेस्टमेंट समिट में ₹35 लाख करोड़ के एमओयू
₹8 लाख करोड़ के निवेश के कार्य प्रारंभ
प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण में 1.36 लाख एवं शहरी में 68,738 आवास कार्य पूर्ण
17 जिलों में राम जल सेतु लिंक परियोजना (संशोधित पीकेसी) के लिए ₹26 हज़ार करोड़ के कार्यादेश जारी
3.96 लाख पशुपालकों को किसान क्रेडिट कार्ड
5 लाख दुग्ध उत्पादकों को ₹1,172 करोड़ की सहायता
मुख्यमंत्री आयुष्मान आरोग्य योजना में 35 लाख रोगियों को ₹6,860 करोड़ से अधिक का कैशलेस उपचार
92 हज़ार पदों पर नियुक्तियां, 1.53 लाख पदों पर नई भर्तियां
प्रधानमंत्री फसल बीमा योजनान्तर्गत ₹6,207 करोड़ के बीमा क्लेम वितरित
पीएम कुसुम कम्पोनेन्ट-बी के तहत 53,571 सोलर पम्प सेट की स्थापित
10,430 किमी. नई सड़कें बनी, प्रतिदिन 23 किमी. सड़क का निर्माण
1,754 खिलाड़ियों को ₹39.57 करोड़ सहायता
658 स्टार्टअप्स को ₹22.48 करोड़ की सहायता
महिला सुरक्षा के लिए 500 कालिका पेट्रोलिंग यूनिट का गठन
महिला अपराधों में 12 प्रतिशत की कमी
ऊर्जा उत्पादन को 28 प्रतिशत (6,839 मेगावाट) बढ़ाया
428.18 मेगावाट क्षमता के 1.05 लाख रूफटॉप सोलर संयंत्र स्थापित
13.89 लाख स्वामित्व कार्ड जारी
कुशल श्रमिकों की न्यूनतम मजदूरी में ₹26 प्रतिदिन की वृद्धि
मुख्यमंत्री वृक्षारोपण महाभियान और एक पेड़ माँ के नाम के तहत 19 करोड़ वृक्षारोपण
मेधावी विद्यार्थियों को 88,724 टैबलेट वितरित
छात्राओं को 10.51 लाख साइकिलें एवं 39,664 स्कूटियां वितरित
धरती आबा जनजातीय ग्राम उत्कर्ष अभियान में चहुंमुखी विकास के लिए 6,019 ग्राम चयनित
गरीब परिवार की महिलाओं को रसोई गैस सिलेण्डर ₹450 में उपलब्ध
लाडो प्रोत्साहन योजना में ₹1.50 लाख सेवा बॉण्ड से 4.60 लाख बालिकाओं को लाभ
नव उत्थान - नई पहचान
सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, राजस्थान

यदि आज महात्मा गांधी होते?

वेदव्यास

महात्मा गांधी भारत में लोकतंत्र के ऐसे देवता हैं कि संसद से लेकर सड़क तक, कर्तव्य पथ से लेकर जनपथ तक, व्यक्ति से लेकर विचार बनने तक, जीवन की हर एक प्रयोगशाला में अनिवार्य विषय के रूप में याद किए जाते हैं। भारत का स्वतंत्रता संग्राम हो या फिर सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक और राजनीतिक परिवर्तन का युद्ध विराम हो, हमारी समस्त ज्ञान चेतना में वे पंचतत्व की तरह प्रकृति और मनुष्य के बीच एक सेतु का काम करते हैं।

पिछले कुछ वर्षों से महात्मा गांधी भारत में स्वच्छता मिशन के राजदूत की भूमिका निभा रहे हैं तो इससे पहले भी राष्ट्रीय रोजगार गारंटी योजना (मनरेगा) से जुड़े रहे हैं। भारतीय मुद्रा से लेकर शासन-प्रशासन के हर कार्यस्थल पर इनका चित्र मौजूद है और शांति तथा युद्ध के हर मौसम में इन्हें याद किए बिना डिजिटल इंडिया का प्रत्येक कार्य अधूरा माना जाता है। विकास और परिवर्तन की, राष्ट्रवाद और लोकवाद की, भ्रम और यथार्थ की प्रत्येक दशा, दिशा और संभावना में गांधीजी के नाम का ताबीज बांधना देशवासियों की नित्य, क्रिया बन गई है। बहरहाल, महात्मा गांधी आज जीवित होते तो उन्हें पता चलता कि आजाद भारत के पुनर्निर्माण में वह एक भूमिपूजा से लेकर श्रीगणेश की भूमिका तक कैसे-कैसे व्याप्त है ?

महात्मा गांधी के नाम की इस ताकत को देखने-समझने से पता चलता है कि गांधीजी का अधिकतम उपयोग इस कालखंड में और भूमंडलीकरण के आर्थिक सुधारों में एक ऐसा जुमला और टोटका बना दिया गया है ताकि उसका असल प्रभाव ही मजाक का विषय बन जाए। भारत में एक तरफ महात्मा गांधी, डॉ. भीमराव अंबेडकर और जवाहरलाल नेहरू की तो दूसरी तरफ दीनदयाल उपाध्याय, स्वामी विवेकानंद, सरदार पटेल, शिवाजी, महाराणा प्रताप और सुभाषचंद्र बोस जैसी प्रेरणाओं की ऐसी मुक्तिवाहिनी सैनिक टुकड़ियां तैनात कर दी गई हैं कि राजनीति के हर दंगल में भारत की अंतरचेतना का आधार ही बदलता जा रहा है। भारत के इन निर्माताओं की जनता के मन में और खासकर युवा आबादी के दिल और दिमाग में शेष रहा-सहा प्रभाव, आदर्श और अनुसरण ही समाप्त होता जा रहा है। 1947 के बाद हमने भगत सिंह, सुखदेव, राजगुरु, चंद्रशेखर और अशफाकउल्ला जैसे सभी क्रांतिकारियों की परंपरा और योगदान को धीरे-धीरे भुला दिया तो महात्मा गांधी की सत्य और अहिंसा, अंबेडकर का सामाजिक आर्थिक न्याय, जवाहरलाल नेहरू का वैज्ञानिक समाजवाद और कबीर, रैदास, नानक और अरविंद जैसों की विविधता में एकता की विरासत से भी दूर होते जा रहे हैं। इसका दुष्परिणाम यह हो रहा है कि आज हम संवाद और सहिष्णुता की जगह परस्पर मुठभेड़ का अभ्यास कर रहे हैं। दलित-आदिवासियों को न्याय और सम्मान से वंचित कर रहे हैं तो महिलाओं को सांस्कृतिक उत्पीड़न की दीवारों में कैद कर रहे हैं। यानी की जिसका जितना महिमामंडन हो रहा है वहां उसी का उतना ही खंडन और अवमूल्यन भी हो रहा है। हम महात्मा गांधी की मूल अवधारणा को ही नकारते हुए आज गांव, गरीब और स्वराज को ही नष्ट कर रहे हैं। महात्मा गांधी, अंबेडकर और जवाहरलाल नेहरू आज भारत निर्माण की नई व्याख्याओं में हाशिए पर धकेले जा रहे हैं ताकि लोकतंत्र को एकाधिकारवादी, एकात्मवादी, और केवल संकीर्णवादी वर्ग और वर्ण चेतना में बदला जा सके।

वो मनहूस दिन...

शुक्रवार 30 जनवरी 1948 का दिन। बापू हमेशा की तरह तड़के साढ़े तीन बजे उठे। प्रार्थना की। दो घंटे कांग्रेस की नई जिम्मेदारियों के मसौदे पर काम किया और आभा और मनुबेन का तैयार किया हुआ नीबू और शहद मिला एक गिलास गरम पानी पीया। फिर सो गये। दोबारा आठ बजे उठे। स्नान किया अखबार देखे। उबली हुई सब्जियां, टमाटर-मूली और सन्तरे का रस लिया। उसके बाद लोगों से मिले-जुले। शाम 4 बजे सरदार पटेल उनसे मिलने आए। करीब एक घंटा उनसे मत्रंणा हुई। इस दौरान बापू चरखे पर सूत कातते रहे। इसके बाद वे मनु और आभा के साथ नियमित प्रार्थना के लिए बिरला मंदिर पहुंचे। आज उन्हे करीब 10-15 मिनट की देरी हो गई थी। वहां जमा लोगों ने उनका अभिवाद ना किया। तभी तेजी से एक नौजवान आया। मनु को लगा कि यह बापू के पांच घूने की कोशिश कर रहा है, आभा ने चिढ़ते हुए कहा कि प्रार्थना में पहले ही बापू को देर हो चुकी है, कृपया वह अब और व्यवधान न डाले। लेकिन उसने मनु को धक्का दिया। तभी उसके हाथ से पुस्तक और माला नीचे गिरपड़ी, मनु उन्हे उठाने के लिए नीचे झुरी ही थी कि युवक ने अपने कपड़ों में दबाई पिस्टल निकाली और एक-एक कर तीन गोलियां बापू के सीने और पेट में उतार दी। यह युवक था नाथूराम गौड़ से। बापू के मुंह से निकला, हे राम। रा.....म। गिरते उनके जीवन हीन शरीर आभा ने हाथों का सहारा दिया। चारों तरफ सन्नाटा था और गांधी जी के अभिभावन को आई भीड़ थी स्तब्ध।

-पंकज कुमार शर्मा

Rohit Panday
CMD
Mobile: 98280 74221

PANDAY GROUP
Pure Perfection Since 1952

Happy New Year

PANDAY MINERALS

Mine Owners & Manufacturers

DEALS IN

- *Soap Stone*
- *Talc*
- *Chemosil-3*
- *Dolomite*
- *Calcite*
- *Quartz*
- *Feldspar*
- *Marble*
- *Granite*

Panday Estate, Outside Surajpole,
Udaipur - 313001 (Raj.)
91-294-2524861, 2425358, 2417365
pandaygroup@gmail.com
www.pandayminerals.com

अलविदा! यमला जट

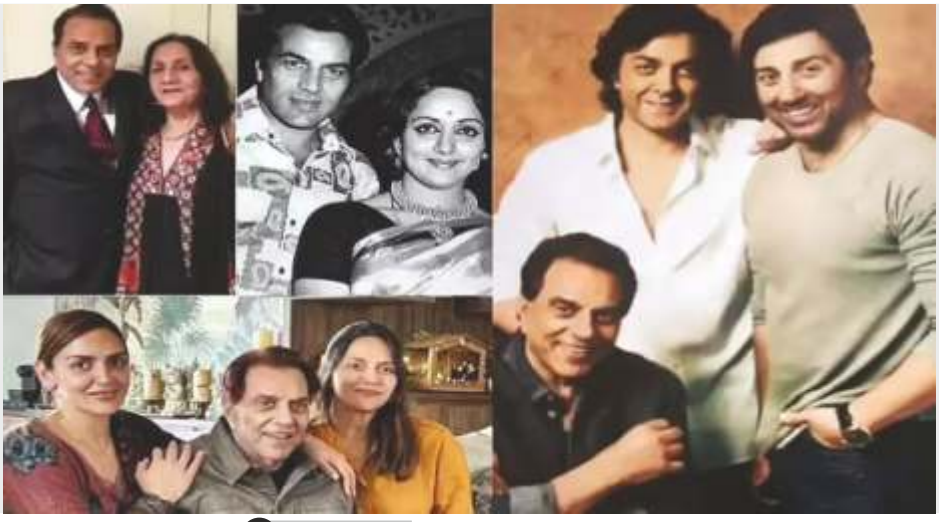
धर्मेंद्र ने हिंदी सिनेमा में ऐसी छाप छोड़ी है, जो आने वाली पीढ़ियों के दिलों में भी रहेगी। बॉलीवुड में कम ही अभिनेता ऐसे हुए हैं, जो उम्र के आखिरी पड़ाव तक सक्रिय रहे हों। उनकी आखिरी फिल्म 'इक्कीस' मृत्यु के ठीक एक माह बाद 25 दिसंबर को रिलीज हुई। उनका जीवन संघर्ष प्रेम और असाधारण प्रतिभा की कहानी है। धर्मेंद्र अक्सर कहते थे कि 'मेरी ओर कोई देखे तो मैं हाथ बढ़ा देता हूं, कोई हाथ बढ़ाए तो मैं गले लगा लेता हूं। अगर कोई गले लग जाए तो मैं दिल में बसा लेता हूं।'

विष्णु शर्मा हितैषी

हिंदी सिनेमा के ही-मैन और कई पीढ़ियों के चहेते कलाकार धर्मेंद्र (89) का पिछले वर्ष 24 नवंबर की सुबह मुम्बई के जुहू स्थित घर में निधन हो गया। वे लंबे समय से अस्वस्थ थे और कई दिनों से अस्पताल और घर में उनका इलाज चल रहा था। अंतिम संस्कार पवन हंस श्मशान घाट में किया गया। इस दौरान परिजनों के अलावा फिल्म जगत की सहित कई हस्तियां अंतिम विदाई देने पहुंची। धर्मेंद्र का जाना सिनेमा के एक युग का अंत है। अपने अल्हड़ और सरल अंदाज से जादू बिखेरने वाले धर्मेंद्र जितना पर्दे पर हिट हुए, उतने ही कमाल का उनका सेवाभाव था। कुछ माह पहले तक अपने फॉर्महाउस पर उन्होंने जरूरतमंदों और पंजाब से आने वाले लोगों के लिए खाने और ठहरने तक की व्यवस्था कर रखी थी। 60 के दशक में जब भारतीय सिनेमा आम आदमी के जमीनी संघर्ष, प्रेम-विरह और भक्ति के कथानक बुन रहा था, तभी बॉलीवुड को ऐसा चेहरा मिला, जो एक्शन हीरो के रूप में स्थापित हुआ। मजबूत कद काठी वाले धर्मेंद्र ने इंडस्ट्री में उस दौर में कदम रखा, जब ट्रेजडी किंग दिलीप कुमार, शो मेन राजकपूर और सदाबहार देवानंद की मजबूत तिकड़ी लोकप्रियता के चरम पर थी। इनके वर्चस्व को चुनौती देना आसान नहीं था। ये बात और है कि 1969 में आई ऋषिकेश मुखर्जी की 'सत्यकाम' और 1972 में प्रकाश मेहरा की 'समाधि' में धर्मेंद्र ने जो अभिनय किया, शायद ही कोई और कर पाता। ट्रेजेडी किंग दिलीप कुमार को अपना आदर्श मानने वाले धर्मेंद्र की 'शोले' फिल्म के दौरान अमिताभ बच्चन से हुई दोस्ती अंत तक गर्म जोशी से निभती रही। हिंदी सिनेमा को अपने लंबे दौर में धर्मेंद्र ने जितना दिया है, उसके बूते वे आने वाले समय में उसी शिद्दत से याद किए जाते रहेंगे। यह कहा जा सकता है कि फिल्मी दुनिया के ज्यादातर कलाकरों की अपनी शैली रही है, मगर धर्मेंद्र ने अपनी एक खास तरह की अदायगी के बूते सिनेमा में जो जगह बनाई, उसमें वे लोगों के दिल में बसने लगे। आमतौर पर उन्हें एक्शन फिल्मों में 'ही-मैन' यानी मजबूत कद-काठी की आकर्षक छवि वाले अभिनेता के तौर पर देखा गया है, लेकिन सच यह है कि उनका दायरा इससे काफी बड़ा था। वह चाहे सामाजिक सरोकार वाले मुद्दे पर बनी फिल्म 'सत्यकाम' में अपने आदर्श को लेकर एक जिद्दी नौजवान हो या 'अनुपमा' के संवेदनशील लेखक का किरदार, या फिर इससे इतर 'चुपके-चुपके' में अपने हास्य से दर्शकों के बीच एक अलग छवि में सामने आना, वे किसी खास बंधन वाली छवि में कैद नहीं रहे। अलग-अलग भूमिकाओं वाली उनकी फिल्मों की एक लंबी श्रृंखला है। पंजाब के लुधियाना जिले के नसरली (डागो) गांव में 8 दिसंबर, 1935 को किसान परिवार में एक आदर्शवादी स्कूल टीचर किशन सिंह देओल के घर जन्मे धर्मेंद्र अक्सर दिलीप कुमार की फिल्में देखते थे। धीरे-धीरे, एक सपना पैदा हुआ कि अपने पसंदीदा अभिनेता की तरह पोस्टरों पर अपना

खुद स्टंट करते थे, चीते से भी लड़े

धर्मेंद्र बॉलीवुड के पहले ऐसे हीरो थे जो अपने स्टंट खुद ही करते थे। उन्होंने कभी स्टंट दृश्य के लिए डुप्लीकेट की मदद नहीं ली। इसी का परिणाम है कि धर्मेंद्र ने चिनप्पा देवर की फिल्म 'मां' में चीते के साथ लड़ाई की थी। कई बार उनको गंभीर चोटें भी आईं। कई बार डायरेक्टरर्स ने इसके लिए उन्हें मना किया, लेकिन वे नहीं माने।



नाम देखें। फिल्मों से उनका रिश्ता 1958 में शुरू हुआ जब 'फिल्मफेयर' पत्रिका ने देश भर में 'टैलेंट हंट' की घोषणा की। युवा धरम का संघर्ष का दौर शुरू हुआ। मुंबई में गुजारा करने के लिए एक ड्रिलिंग फर्म में 200 रुपए महीने पर काम किया। पहला ब्रेक 1960 में अर्जुन हिंगोरानी की फिल्म 'दिल भी तेरा, हम भी तेरे' से मिला। फिल्मों में उनका पदार्पण सफल नहीं रहा, लेकिन उन्हें पहचान मिलनी शुरू हो गई बिमल राय ने उन्हें नूतन और अशोक कुमार के साथ अपनी फिल्म 'बंदिनी' में लिया। 'आई मिलन की बेला' और 'हकीकत' तथा 'काजल' जैसी कई फिल्मों के बाद, मीना कुमारी के साथ 1966 की फिल्म 'फूल और पत्थर' से उन्हें एक सितारा पहचान मिली। उसी साल उन्हें ऋषिकेश मुखर्जी की पहली फिल्म 'अनुपम' में देखा गया। मुखर्जी को धर्मेंद्र में अपनी फिल्म की अभिनेत्री शर्मिला टैगोर के लिए एक नरम, मददगार नायक दिखाई दिया। मुखर्जी ने धर्मेंद्र की पर्दे पर बन गई पहचान से अलग 'मझली दीदी', 'सत्यकाम', 'गुड्डी', 'चैताली' और बेशक, 'चुपके-चुपके' जैसी फिल्मों में कास्ट किया। धर्मेंद्र ने अपने दोनों बेटों के साथ पहली बार 2007 में आई फिल्म 'अपने' में काम किया था। इसके बाद तीनों 'यमला पगला दीवाना' में भी एक साथ दिखे। 65 वर्ष के अपने फिल्मी कॅरियर में उन्होंने करीब 300 फिल्मों में काम किया। उनकी आखिरी फिल्म 'इक्कीस' 25 दिसंबर 2025 को प्रदर्शित हुई। इस फिल्म से अमिताभ बच्चन के नाती अगत्स्य नंदा ने डेब्यू किया है।

बीकानेर से रहे सांसद

राजस्थान के बीकानेर से भारतीय जनता पार्टी के उम्मीदवार के रूप में लोकसभा चुनाव लड़ा और जीत भी हासिल की। उनके प्रचार अभियान में भारी भीड़ उमड़ती थी। उन्होंने कांग्रेस उम्मीदवार रामेश्वर डूडी को लगभग 60,000 मतों से हराया। हालांकि, संसद में पहुंचने के बाद उनका राजनीति से जल्द ही मोहभंग हो गया। धर्मेंद्र जब 19 साल के थे तो उन्होंने पहली शादी प्रकाश कौर से की। धर्मेंद्र और प्रकाश कौर ने चार बच्चों सनी देओल, बॉबी देओल, विजेता और अजीता को जन्म दिया। धर्मेंद्र ने दूसरी शादी हेमा मालिनी से की। हेमा मालिनी और धर्मेंद्र की भी दो बेटियां ईशा देओल और अहाना देओल हैं।

दिग्गज अभिनेता और पूर्व सांसद धर्मेंद्र जी का निधन भारतीय सिनेमा के लिए एक बड़ी क्षति है। सबसे लोकप्रिय अभिनेताओं में शुमार धर्मेंद्र ने अपने दशकों लंबे शानदार करिअर के दौरान कई यादगार फिल्में दीं। भारतीय सिनेमा की एक महान हस्ती के रूप में वह अपने पीछे एक ऐसी विरासत छोड़ गए हैं जो कलाकारों की युवा पीढ़ी को प्रेरित करती रहेगी। उनके परिवार, दोस्तों और प्रशंसकों के प्रति मेरी गहरी संवेदना।

–द्रोपदी मुर्मू, राष्ट्रपति

धर्मेंद्र के जाने से एक युग का अंत हो गया। धर्मेंद्र सादगी, विनम्रता और गर्मजोशी के लिए भी जाने जाते थे। उन्होंने अपने हर किरदार में आकर्षण और गहराई पैदा की। वे अद्भुत अभिनेता थे। इस दुख की घड़ी में मेरी संवेदनाएं उनके परिवार, दोस्तों और प्रशंसकों के साथ हैं। ओम शांति।

–नरेंद्र मोदी, प्रधानमंत्री

महान अभिनेता धर्मेंद्र के निधन का समाचार अत्यंत दुखद है और भारतीय कला जगत के लिए अपूरणीय क्षति है। उन्हें अपनी भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित करता हूं।

–राहुल गांधी, लोकसभा में विपक्ष के नेता

नत्थे खान
Mob.: 94141 56980

नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं

सईद खान पठान (रानु खान)
Mob.: 94141 59980

दातार मोटर्स | दीवान ट्रेडर्स

बिल्डिंग मेटेरियल सप्लायर्स एण्ड कंस्ट्रक्शन

ब्रांच ऑफिस: कुराबड़
सिटी ऑफिस: हिन्दुस्तान जिंक, देबारी

प्रत्यूष

गणतंत्र की चुनौतियां और संवैधानिक दायित्व

बाबूलाल नागा

भारतीय गणतंत्र को स्थापित हुए 75 साल पूरे हो गए। 26 जनवरी को देश गणतंत्र की 76 वीं सालगिरह मनाएगा। गणतंत्र का अर्थ है हमारा संविधान, हमारी सरकार, हमारे कर्तव्य और हमारा अधिकार। गणतंत्र में जनता की ताकत ही सबसे बड़ी है। जनता ही सर्वोपरि है।

15 अगस्त 1947 को देश आजाद हुआ और 26 जनवरी 1950 को भारत एक संप्रभु लोकतांत्रिक गणराज्य घोषित हुआ।

इस दिन का महत्व इस अधिक कारण है क्योंकि हमारा संविधान जनता को ताकत देता है। जनता की आवाज या उसके शांतिपूर्ण विरोध को कोई सरकार दबा नहीं सकती चुनाव में बहुमत प्राप्त कर सत्ता पर काबिज होना ही जनतंत्र या गणतंत्र नहीं। हर कदम पर जनता की राय का आदर भी जरूरी है।

यह हमारी खुशनसीबी है कि हम एक ऐसे गणतांत्रिक देश के नागरिक हैं, जिसका लोहा दुनिया के बड़े मुल्क भी मानते हैं। लेकिन हम गणतांत्रिक मूल्यों की कसौटी पर खरे उतरे हैं, यह आज भी नहीं कह सकते। संविधान लागू होने के साढे सात दशक बाद भी हमारे संविधान के तीन आधारभूत स्तम्भों विधायिका, कार्यपालिका और न्यायपालिका पर भ्रष्टाचार का साया मंडरा ही रहा है। व्यवस्था का अभी प्रदूषण से मुक्त होना शेष है। आजादी के बाद हमने बहुत कुछ हासिल किया है, तो हमारे संकल्पों में बहुत कुछ आज भी आधे-अधूरे सपनों की तरह हैं। भूख, गरीबी, भ्रष्टाचार, बेरोजगारी, सांप्रदायिकता, कानून-व्यवस्था, शिक्षा, कृषि और स्वास्थ्य जैसे क्षेत्रों में हम आज भी अपेक्षित सफलता प्राप्त नहीं कर

पाए हैं। हमारी ज्यादातर प्रतिबद्धताएं व्यापक नहीं हो पा रही हैं। राजनैतिक मतभेद भी नीतिगत न रह कर व्यक्तिगत होते जा रहे हैं। जनतंत्र-गणतंत्र के प्रौढ़ता प्राप्त करने पर भी आम जनता उसके अधिकार, से वंचित है और राजनीतिक पार्टियां और उनके नेता स्वयं ही कर्तव्य बोध से अछूते हैं। इसलिए असमानता की खाई गहराती जा रही है। असमानता बढ़ रही है। जबकि बराबरी के आधार पर ही समाज की उत्पत्ति हुई थी। गणतंत्र के सूरज को राजनीतिक अपराधों, घोटालों और भ्रष्टाचार के बादलों से बाहर लाना होगा। इसके लिए जनता में जागरूकता जरूरी है। गणतंत्र दिवस मनाते हुए हमें समझना होगा कि संविधान बचेगा तो हम बचेंगे।

अभिव्यक्ति की आजादी कुचल दी जाएगी तो हम गणतंत्र से तानाशाही की तरफ बढ़ जाएंगे। ऐसा न हो अत: जरूरी है की हम मिलजुलकर इन चुनौतियों का सामना करें। हमें इसका संकल्प लेकर हमें आगे बढ़ना होगा।

माइंड गेम

गणतंत्र से जुड़े सवाल

1) 26 जनवरी पर्व का नाम।
2) इसके प्रारंभ की तिथि वर्ष सहित।
3) गणतंत्र का अर्थ
4) भारत गणतंत्र का अध्यक्ष।
5) भारत के प्रथम राष्ट्रपति का नाम।
6) भारत के प्रथम उप राष्ट्रपति का नाम।
7) राष्ट्रीय ध्वज की तीन पट्टियों के रंग।
8) राष्ट्र ध्वज के आकार का अनुपात।
9) तीनों रंगों के प्रतीक।
10) ध्वज की मध्य की रचना में क्या है।
11) यह रचना कहां से ली गई है।
12) कितनी डंडियां हैं।
13) राष्ट्र ध्वज फहराने का स्थल।
14) यह समारोह कहां होता है।
15) प्रथम गणतंत्र दिवस पर मुख्य अतिथि कौन थे।
16) झंडा फहराने के बाद का गान।

(उत्तर अन्य पृष्ठ पर देखें)

Happy New Year

Sandeep Kalra, Director
Rahul Kalra, Director

9001076789
9929022680

G.S. TRADERS

Bairathi
BOSCO
BORN FOR SPORTS AND COMFORT
G&D
Lakhani SHOES
Kats
Mozza
SCHOOL PLUS

24-25 Dhanmandi School Road, Udaipur 313001

लोक कल्याणकारी मकर संक्रांति

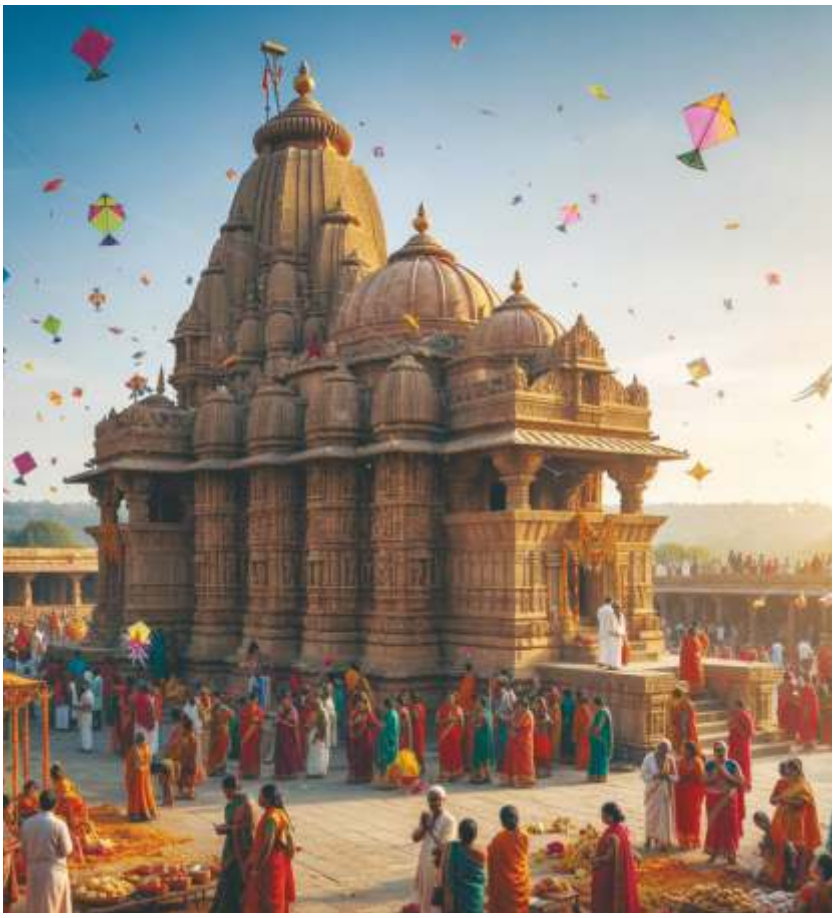
सूर्यदेव जब-जब अपनी राशि बदलते हैं, तब-तब संक्रांति होती है। सूर्य हर माह अपनी राशि परिवर्तन करते हैं। इस तरह से साल में कुल 12 संक्रांतियां मनाई जाती हैं। इन सभी में मकर संक्रांति का ही विशेष महत्व है, जो 14 जनवरी को मनाई जाती है। शास्त्रों में तीर्थ स्नान जप, पूजा-पाठ, दान-तर्पण, व यज्ञ के लिए मकर संक्रांति सबसे उत्तम दिन है।

पंकज कुमार शर्मा

श्रद्धा, उल्लास और उमंग के साथ मनाए जाने वाले मकर संक्रांति का त्योहार हमारी शास्त्र परंपरा और सुदृढ़ सभ्यता को प्रकट करता है। ज्योतिषीय आधार व धर्मशास्त्र की मान्यतानुसार मकर संक्रांति के दिन ही भगवान सूर्य दक्षिणायन से उत्तरायण में प्रवेश करते हैं। इस कारण अनेक अंचलों में मकर संक्रांति को 'उदय पर्व' या 'उत्तरायणी' भी कहा जाता है। शिशिर ऋतु में भगवान सूर्य के दर्शन-पूजन व वंदन के लिए सबसे महत्वपूर्ण दिन है- मकर संक्रांति। भारतीय परंपरा में यह अत्यंत प्रशस्त धार्मिक परम्परा व उत्सव है। शास्त्रों में तीर्थ स्नान, जप, पूजा, पाठ, दान, तर्पण व श्राद्ध तथा यज्ञ करने के लिए मकर संक्रांति को सबसे उत्तम दिन कहा गया है। यहां तक कि गोदान, भूदान व स्वर्णदान करने के लिए भी इसे सर्वोत्तम दिन माना गया है।

राजस्थान में मकर संक्रांति पर्व सुहागन महिलाओं के लिए विशेष महत्व रखता है। इस दिन वे अपनी सास को वायना देकर उनका आशीर्वाद प्राप्त करती हैं। इस दिन महिलाओं द्वारा किसी भी सौभाग्यसूचक वस्तु का चौदह की संख्या में पूजन व संकल्प कर चौदह ब्राह्मणों को दान देने की भी प्रथा है। इस दिन यहां फेनी और तिल से बने लड्डुओं के साथ गजक-रेवड़ी भी दान देने की प्रथा है। पौराणिक मान्यतानुसार मकर संक्रांति के दिन से ही दिव्य लोकों में विराजमान देवताओं के दिन का प्रारंभ भी होता है। क्योंकि उत्तरायण के काल को देवताओं का दिन तो दक्षिणायान को देवताओं का रात्रि काल माना जाता है।

धार्मिक मान्यतानुसार देवताओं का एक दिन हमारे छह महीनों के बराबर होता है, इसलिए मकर संक्रांति को देवताओं के दिन का प्रभात काल कहा गया है।



कर्नाटक में नवान्न पूजा

कर्नाटक में इसे एक फसल के त्योहार के रूप में देखा जाता है। वहां पर लोग मकर संक्रांति के दिन बैलों और गायों को सजा-धजाकर शोभा यात्रा निकालते हैं। साथ ही खुद भी नए कपड़े पहनकर एक-दूसरे को ईख, सूखा नारियल और भुने चने का आदान-प्रदान करते हैं। इतना ही नहीं, गुजरात की ही तरह कर्नाटक में भी मकर संक्रांति के दिन पतंगबाजी का आनंद लिया जाता है।

असम में बिहू

असम में मकर संक्रांति को बिहू पर्व के रूप में मनाया जाता है। वहां भी स्नान-दान की परंपरा है। इस दिन वहां कई शुभकार्य होते हैं। पारंपरिक नृत्य विशेष रूप से होते हैं।

तमिलनाडु में पोंगल

तमिलनाडु में इस त्योहार को बेहद अलग तरीके से मनाया जाता है। यहां पर लोग इसे पोंगल के रूप में मनाते हैं। यह एक चार दिवसीय अवसर है। जिसमें पहले दिन भोगी-पोंगल, दूसरे दिन सूर्य-पोंगल, तीसरे दिन मट्टू-पोंगल अथवा केनू-पोंगल, चौथे व अंतिम दिन कन्या-पोंगल मनाया जाता है। पोंगल मनाने के लिए सबसे पहले स्नान करके खुले आंगन में मिट्टी के बर्तन में खीर बनाई जाती है, जिसे पोंगल कहा जाता है।

पंजाब में लोहड़ी

पंजाब में इस समय फसल काटने का काम होता है। इसलिए किसानों के लिए यह पर्व एक खास महत्व रखता है। पंजाब में मकर संक्रांति के पर्व को लोहड़ी कहकर पुकारा जाता है। मकर संक्रांति की पूर्वसंध्या पर लोग खुले स्थान में आग जलाते हैं। और परिवार व आस-पड़ोस के लोग अग्नि की परिक्रमा करते हुए रेवड़ी व मक्की के भुने दानों को उसमें भेंट करते हैं। साथ ही आग के चारों ओर भंगड़ा करते हैं।

उत्तर प्रदेश में माघ मेला

उत्तर प्रदेश और बिहार में मकर संक्रांति को खिचड़ी के नाम से पुकारा जाता है। इस दिन को दान के पर्व के रूप में देखा जाता है। प्रयागराज में तो मकर संक्रांति के दिन से ही माघ मेले की शुरुआत होती है। और माघ मेले का पहला नहान मकर संक्रांति के दिन ही किया जाता है। इस खास दिन लोग स्नान के अतिरिक्त दान को भी महत्ता देते हैं। जिसमें खिचड़ी को मुख्य रूप से शामिल किया जाता है। इतना ही नहीं, लोग खिचड़ी को दान करने के साथ-साथ उसका सेवन भी अवश्य करते है। समीपवर्ती उत्तराखंड राज्य में भी इस दिन कई जगहों पर मेले लगते हैं। लोग गंगा स्नान के बाद ब्राम्हणों व गरीबों को दान व तिल के मिष्ठान भेंट करते हैं।

महाराष्ट्र में तिल-गुड़ दान

महाराष्ट्र में मकर-संक्रांति के दिन दान अवश्य किया जाता है। खास तौर से विवाहित महिलाएं अपनी पहली मकर संक्रांति पर कपास, तेल, नमक, गुड़, तिल, रोली आदि चीजें अन्य सुहागिन महिलाओं को दान करती हैं। महाराष्ट्र में माना जाता है कि मकर संक्रांति से सूर्य की गति तिल-तिल बढ़ती है और इसलिए लोग इस दिन एक दूसरे को तिल-गुड़ देते हैं।

पश्चिम बंगाल में गंगासागर मेला

चूंकि गंगा अपने अंतिम छोर में बंगाल की खाड़ी में मिल जाती है। इसलिए पश्चिम बंगाल में इस दिन गंगासागर मेले के नाम से धार्मिक मेला लगता है और सभी लोग इस संगम में स्नान अवश्य करते हैं। कहा जाता है कि मकर संक्रांति के दिन ही पतित पावन गंगाजी राजा भगीरथ के पीछे-पीछे चलकर कपिल मुनि के आश्रम से होकर सागर में जा मिली थीं और इसलिए मान्यता है कि मकर संक्रांति के दिन अगर इस संगम में डुबकी लगाई जाए तो सारे पाप धुल जाते हैं।

गुजरात में पतंगोत्सव

गुजरात में मकर संक्रांति को उत्तरायण कहकर पुकारा जाता है। यहां इस दिन पतंग उड़ाने की प्रथा है। पतंगोत्सव का भी आयोजन किया जाता है। गुजराती लोगों के लिए यह एक बेहद शुभ दिन है और इसलिए किसी भी शुभ कार्य की शुरुआत के लिए इसे सबसे उचित दिन माना जाता है।

माइंड गेम के उत्तर

(1) गणतंत्र दिवस (2) 26 जनवरी 1950 (3) जनता के लिए, जनता द्वारा, जनता की सरकार (4) राष्ट्रपति (5) डॉक्टर राजेंद्र प्रसाद (6) डॉक्टर सर्वपल्ली राधाकृष्णन। (7) केसरिया, श्वेत, हरा (8) 3.2 (9) 9 केसरिया बलिदान का, श्वेत पवित्रता, हरा, भूमि की उर्वरता का (10) नीले रंग का चक्र। (11) सारनाथ के अशोक स्तंभ का अशोक चक्र (12) 24 (13) लाल किला प्राचीर। (14) कर्तव्य पथ (15) इंडोनेशिया के राष्ट्रपति सुकर्णो (16) राष्ट्रगान, जन गण मन।

Sadhana Mahatma
Director
+91 97993 94391

Wonder View Palace

6, Panch Dewari Marg, Hanuman Ghat
O/s. Chandpole, Udaipur - 313001 (Raj.) India

+91 294 2432494/317
info@wonderviewpalace.com
www.wonderviewpalace.com

महलों की राजदार रही फिर आई हमारे घर

सुबह-सुबह होंठों तक पहुंचने वाली चाय का इंसान की जिंदगी में पेठ बनाने का सफर बेहद दिलचस्प है। यह चाय हमारे दिलों-दिमाग तक घर कर चुकी है। चाय के शौकीन लोगों के लिए पेश है तरह-तरह की चाय के स्वाद।

दिनेश मिश्र

कोई साढ़े चार हजार साल पहले चीन में एक नकचढ़ा राजा था, शिन नोंग। उसे शिकार की लत थी। एक बार वह सर्दियों के मौसम में शिकार पर गया और थक कर एक पेड़ के नीचे आराम करने लगा। पास में ही उसके कारिंदे बादशाह के पीने के लिए पानी उबाल रहे थे। तभी पास ही के पौधों की कुछ पत्तियां उड़ती हुई उसमें आ गिरीं। उस उबले पानी को ज्यों ही राजा ने पिया, उसकी सारी थकान दूर हो गई। उसने कारिंदों को बुलवाया और पूछा, इसमें क्या मिलाया था, कारिंदों ने बताया कि उन्होंने तो कुछ नहीं मिलाया हालांकि उबलते हुए पानी में पास के पौधों की सूखी पत्तियां जरूर गिर गई थीं। तब राजा ने कहा, ये पत्तियां थकान उतारने वाली हैं इन्हें अपने साथ ले चलो। फिर तो चीन में चाय की खेती ही शुरू हो गई। हालांकि चीन में पहले इसे राजघरानों में इलाज के काम में गुपचुप इस्तेमाल किया जाता रहा, मगर धीरे-धीरे यह आम लोगों में लोकप्रिय होती गई। यहीं से चाय यूरोप और एशिया पहुंची। भारत में चाय से 200 साल पहले तक बहुत कम लोग वाकिफ थे। आज भारत की तीन-चौथाई आबादी की सुबह शुरू होती है एक प्याली चाय से। वर्ष 1830 तक एशिया में चाय पर चीन का दबदबा था। अंग्रेज चीन की चाय के बड़े खरीदारों में से एक थे। यह वह वक्त था, जब हिंदुस्तान में ब्रिटिश ईस्ट इंडिया कंपनी का शासन था। ब्रिटिश हुकूमत ने असम में चीन की चाय को उगाने की बहुत कोशिश की, मगर वे विफल हुए। कहते हैं कि एक स्कॉटिश शख्स रॉबर्ट बुस ने 1823 में असम में चाय की मूल प्रजाति का पता लगाया था। उसे वहां के कारोबारी मणिराम दीवान ने स्थानीय सिंगफो लोगों से मिलवाया, जो चाय की तरह का ही एक खास पेय पिया करते थे। इसे असमिया चाय नाम दिया गया।ऊपरी असम में पहली बार 1837 में चाय की खेती शुरू हुई। दार्जिलिंग में 1841 में भी चाय की बागानी खेती शुरू हुई। 1881 में भारतीय चाय बोर्ड गठित हुआ। इसमें 1919 के पहले विश्व युद्ध के दौरान ही मजदूरों में चाय का प्रचार करने के लिए फैक्ट्रियों के पास चाय के स्टॉल लगाए गए। धीरे-धीरे चाय भारतीयों की जुबान पर चढ़ गई।

चाय से अमरीकी क्रांति का आगाज

ब्रिटेन ने 1773 में अपने उपनिवेश अमरीका में चाय के व्यापार पर नया कानून बनाया था। विरोध में बोस्टन बंदरगाह में नागरिकों ने 342 चाय के बक्सों को समुद्र में फेंक दिया। इसे इतिहास में बोस्टन चाय पार्टी कहा जाता है। अमरीकी क्रांति हुई और 4 जुलाई 1776 को अमरीका ने अपनी आजादी का ऐलान कर दिया।

भूटान की बटर टी

सामग्री: पानी–एक कप, ब्लैक टी – एक छोटा चम्मच, इलायची पाउडर – आधा छोटा चम्मच, मक्खन–एक छोटा चम्मच, चीनी – स्वादानुसार

बनाने का तरीका: पानी में इलायची पाउडर व चायपत्ती डालकर गैस पर रखें। दो–चार उबाल आने पर चीनी मिलाएं और गैस बंद कर दें। अब इसे पहले से ही मक्खन डले एक कप में डाल दें। इसमें गर्म दूध मिलाकर तुरंत सर्व करें।

कश्मीरी केसर कहवा

सामग्री: ग्रीन टी–आधा छोटा चम्मच, हरी इलायची– दो–तीन, केसर–एक छोटा चम्मच, दालचीनी– एक छोटा टुकड़ा, भीगे बादाम– 8–10, शहद या चीनी – स्वादानुसार

बनाने का तरीका: चार कप पानी में दालचीनी, लौंग व इलाचयी तोड़कर डालें। उबलने दें। दो–तीन मिनट बाद चायपत्ती मिलाएं। 5–7 मिनट धीमी आंच पर उबालें। आधे कप गर्म पानी में केसर घोलें। चाय वाले मिश्रण को छानकर केसर वाला गर्म पानी और कटे बादाम मिलाएं। शहद या चीनी मिलाकर सर्व करें।

सुलेमानी लेमन टी

सामग्री: दालचीनी–दो छोटे टुकड़े, चायपत्ती एक छोटा चम्मच, नींबू और चीनी या शहद–स्वादानुसार

बनाने के तरीका: पैन में दो कप पानी और दालचीनी के टुकड़े डालकर पांच से सात मिनट के लिए अच्छी तरह उबालें। अंत में इसमें चायपत्ती और चीनी या शहद मिलाकर गैस बंद कर दें। अब इसे छान लें और इसमें आवश्यकतानुसार नींबू का रस मिलाएं। अरब में यह खूब प्रचलित है।

L.SOLDIERS'
SR. SEC. SCHOOL

बोर्ड परीक्षाओं में विगत 15 वर्षों से शत-प्रतिशत परिणाम

खेलकूद प्रतियोगिता में कई विद्यार्थियों ने राज्य स्तर पर उदयपुर जिले का प्रतिनिधित्व किया

MERTA ROAD, DABOK, UDAIPUR
0294-2655177, 2941272
WWW.LSOLDIERSCHOOL.COM

Happy New Year

PATEL
Properties & Developers

Vagat Ram Dangi
Director

PATEL PROPERTIES
& DEVELOPERS

19, Roopsagar Main Road. Udaipur (Raj.) Mob.: 94142-35645, 99294-77998

87 करोड़ की लागत से हो रहे विकास कार्य, रेलवे स्टेशन भी मंदिर की थीम पर बनेगा

अयोध्या-काशी सा भव्य बनेगा खाटूश्याम कॉरिडोर

पंकज कुमार शर्मा

आज से दो-ढाई दशक पूर्व तक खाटू श्यामजी का नाम केवल राजस्थान में ही प्रसिद्ध था। मगर कुछ वर्षों में खाटू श्यामजी की ख्याति न केवल समूचे भारत अपितु पूरे विश्व में फैल चुकी है। राजस्थान के सीकर जिले के खाटू नामक स्थान में स्थित श्याम बाबा का अति प्राचीन पौराणिक मंदिर लाखों लोगों की प्रगाढ़ आस्था का अनूठा केंद्र है। मान्यता है कि खाटू श्याम बाबा ने ही द्वापर युग में हुए महाभारत के युद्ध में बर्बरीक नामक धनुर्धर के रूप में अहम भूमिका निभाई थी। श्याम बाबा के इस लोकप्रिय मंदिर की सबसे खास बात यह है कि इन्हें भगवान कृष्ण का कलियुगीन अवतार माना जाता है और यहां उनके धड़ विहीन शीश की ही पूजा होती है। बाबा के दर्शन के लिए यहां प्रतिवर्ष 3-4 करोड़ श्रद्धालु आते हैं। वे यहां खाटू नरेश को गुलाब, गजरा, इत्र, नारियल, प्रसाद व पुष्पमालाएं अर्पित कर परिवार की सुख-समृद्धि की कामना करते हैं।

खाटूश्यामजी का आस्थाधामा अब भव्य आध्यात्मिक अनुभव बनने जा रहा है। केंद्र सरकार की स्वदेश दर्शन 2.0 योजना के तहत 87 करोड़ के बजट से राजस्थान सरकार खाटू को अयोध्या और काशी की तर्ज पर विकसित करने में जुटी है। 250 बीघा भूमि पर कथा पांडाल, ओपन थिएटर, फूडकोर्ट, थ्री-लेयर पार्किंग और डिजिटल दर्शन जैसी 19 सुविधाएं श्रद्धालुओं को एक नया अध्यात्मिक संसार देंगी। इस योजना की उपमुख्यमंत्री स्तर पर मॉनिटरिंग हो रही है ताकि मार्च 2026 तक यह सपना साकार हो सके। पर्यटन विभाग और राज्य सड़क विकास निगम ने मंदिर व परिसर का कायाकल्प शुरू कर दिया है। यहां अयोध्या और काशी विश्वनाथ की तर्ज पर भव्य कॉरिडोर का भी निर्माण होगा।

खाटूश्याम रेलवे स्टेशन का निर्माण भी खाटूश्याम मंदिर की तर्ज पर कराया जाएगा। वहीं खाटूश्याम की पौराणिक महत्व की गाथाओं का डिजिटल प्रसारण भी यहां आने वाले भक्त देख व सुन सकेंगे। वाहनों की पार्किंग की समस्या को देखते हुए यहां थ्री लेयर पार्किंग सुविधा भी विकसित की जा रही है।

खाटू श्याम धाम का फाल्गुन मेला राजस्थान के प्रमुख मेलों में गिना जाता है। इस अवसर पर बड़ी संख्या में श्रद्धालु यहां आकर बाबा का दर्शन पूजन कर मनौतियां मांगते हैं और इच्छा पूरी होने पर अगले साल पुनः आकर बाबा के दरबार में माथा टेक आभार जताते हैं। फाल्गुन माह में शुक्ल पक्ष की एकादशी इस मेले की सबसे महत्वपूर्ण तिथि होती है। इस दिन खाटू बाबा का दर्शन पूजन अत्यंत शुभ व फलदायी माना जाता है।

Sunil Jain,
Director

Happy New Year

Mo.: 8852936449
8104854301

ALL KINDS OF EXCLUSIVE WEDDING DRESS & SAREE MANUFACTURING OUTLET

विवाह

THE WEDDING

Rajputi Poshak | Bridal Lehanga | Lehanga-Chunni | Designer Sarees

14, TOWN HALL ROAD, UDAIPUR M.: 7340627772

THE LUXURY NEST

3 & 4 BHK PREMIUM FLATS

Amenities:

- Two Elevators
- Reception Area
- Gym
- Club House
- Swimming Pool
- Gazebo
- Smart Door Lock
- Video Door Phone
- Play Area for kids
- Solar & DG Power Backup
- Water Softner
- Water Recycling
- Control Access Entry
- AC Pipeline
- Fire & Safety
- CCTV
- GAS Pipeline
- Parking
- Security Guard

Possession: Ready

CONTACT US : 97827 95383
SITE ADDRESS : MEERA NAGAR, BLOCK-B, SHOBHAGPURA

Builder :
Mogra Group
Office Address :
"A-Square", 3rd Floor, 1 Shobhagpura, 100 Feet Main Road, Udaipur

प्रत्यूष

उदयपुर चैम्बर ऑफ कॉमर्स के भव्य भवन का लोकार्पण

व्यापार में आधुनिक मॉडल और नवाचार आवश्यक: बिरला

रिपोर्ट: पारस सिंघवी

उदयपुर के सेक्टर 14 स्थित चैंबर ऑफ कॉमर्स उदयपुर डिवीजन के नवनिर्मित बहुमंजिला भवन का लोकार्पण गत 24 नवम्बर को लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला ने किया.इस मौके पर सैकड़ों व्यापारी, समाजसेवी और जनप्रतिनिधि मौजूद रहे। बिरला ने उदयपुर के व्यापारियों की एकता और सहयोग भावना की खुलकर प्रशंसा करते हुए कहा, इतना विशाल व आकर्षक भवन सक्षम नेतृत्व और एकजुट व्यापारी समाज की प्रतिबद्धता के बिना संभव नहीं है। उदयपुर के व्यापारिक संगठन ने जो उदाहरण प्रस्तुत किया है, वह पूरे देश के लिए प्रेरणादायक है। उन्होंने व्यापारियों से कहा कि वे अपने व्यापार में नए-नए इनोवेशन करें , ताकि देश-दुनिया के साथ कदम से कदम मिलाकर अपना व्यवसाय कर सकें। नए इनोवेशन और प्रयोग अपनाने की सलाह देते हुए उन्होंने कहा कि बदलते समय के साथ व्यापार जगत को भी आगे बढ़ाना चाहिए। बिरला ने अपनी व्यापारिक पृष्ठभूमि का उल्लेख करते हुए राष्ट्रहित में योगदान देने का आह्वान किया।

चेंबर अध्यक्ष पारस सिंघवी ने भूमि आवंटन से लेकर निर्माण तक की चुनौतियों का जिक्र करते हुए का यह भवन सिर्फ ईंटों और सीमेंट से नहीं, बल्कि हजारों व्यापारियों की भावनाओं, सहयोग और समर्पण से बना है। उन्होंने भवन की मध्य मंजिल स्थित विशाल सभागार को धरनेन्द्र सभागार देने की घोषणा की। जिसे भामाशाह इंदर सिंह मेहता परिवार ने चेंबर को समर्पित किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए पूर्व राजपरिवार के सदस्य डॉ. लक्ष्यराज सिंह मेवाड़ ने कहा कि दान कुछ रुपए का हो या करोड़ों का, मायने नहीं रखता। दान आस्था से किया जाए तो समाज उसका सम्मान करता है। व्यापारी समाज को मेवाड़ की ईमानदार, परिश्रम और सत्यनिष्ठा की परम्परा बनाए रखनी चाहिए। उन्होंने कहा कि मेवाड़ का हर व्यापारी अपनी भीतर भामाशाह की छवि है। इस मौके पर चित्तौड़गढ़ सांसद सीपी जोशी, राज्यसभा सांसद चुन्नीलाल गरासिया, शहर विधायक ताराचंद जैन, ग्रामीण विधायक फूलसिंह मीणा, प्रमुख उद्यमी विनोद फांदोत, भाजपा जिलाध्यक्ष गजपाल सिंह राठौड़, भाजपा सहकारिता प्रकोठ के संयोजक प्रमोद सामर, भाजपा देहात जिलाध्यक्ष पुष्कर तेली, कांग्रेस जिलाध्यक्ष फतेहसिंह राठौड़ भी मंचासीन थे।

भामाशाहों का सम्मान

कार्यक्रम में भामाशाह विकास सुराणा, पारस सिंघवी, शब्बीर मुस्तफा, इंदरसिंह मेहता व परिवार, धीरेन्द्र सचान, आलोक पगारिया आदि का सम्मान किया गया। इस अवसर पर संरक्षक अम्बालाल बोहरा, जानकीलाल मूंदड़ा, हिम्मत सिंह बड़ाला, दिनेश चावत, सुखलाल साहू, यशवंत आंचलिया, राजमल जैन, भंवरलाल सुहालका, सुरेन्द्र बाबेल, अजय पोरवाल, खूबीलाल पालीवाल, बृजलाल सोनी, जयेश चम्पावत, सूर्य प्रकाश खमेसरा, राकेश जैन, अशोक शाह, राकेश जैन, कुंदनमल सामोता सहित कई व्यापारी मौजूद थे।

कार्यक्रम की झलकियां

धरनेन्द्र सभागार

चिड़िया चोंच भर ले गई, घट्यो न नदी को नीर
दान दिए धन ना घटे, कह गए दास कबीर

अपने पिता द्वारा बार-बार गुनगुनाई जाने वाली उक्त पंक्तियों को चरितार्थ किया है, उदयपुर के जाने-माने सर्राफा व्यवसायी, सर्राफा एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष एवं उदयपुर चैम्बर ऑफ कॉमर्स के संरक्षक इंदर सिंह मेहता ने। अपने पिता धनपतसिंह जी व माताश्री नवलदेवी जी मेहता की स्मृति में उदयपुर चैम्बर ऑफ कॉमर्स के नव निर्मित भवन में उन्होंने अपना व अपनी धर्मपत्नी श्रीमती रंजना मेहता का नाम भी शामिल करते हुए भव्य सभागार का निर्माण करवाया है। (ध-धनपत, र- रंजना, न-नवल व न्द्र से इन्द्र) वे कहते हैं कि इस वातानुकूलित सभागार में 400 व्यापारी बंधु एक साथ बैठ सकेंगे। ग्लोबलाइजेशन के इस प्रतिस्पर्द्धात्मक युग में व्यापारियों को शिक्षण-प्रशिक्षण और नवाचार की दिशा में सजग रहना ही होगा।

प्रत्यूष

'वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी' का लोकार्पण'

उदयपुर। दिव्यांगजन की सेवा, उपचार और पुनर्वास के क्षेत्र में चार दशकों से निरंतर कार्यरत नारायण सेवा संस्थान के माली कॉलोनी स्थित नवनिर्मित विशाल सेवा परिसर - 'वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी ' का 7 दिसम्बर को लोकार्पण हो गया। यह केवल एक भवन नहीं, बल्कि संवेदना, समर्पण और मानवीय कर्तव्य बोध का मूर्त रूप है। 'वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी' का भूमि पूजन - 8 फरवरी 2020 को संस्थापक- चेयरमैन पद्मश्री कैलाश 'मानव', सहसंस्थापिका श्रीमती कमला देवी अग्रवाल, अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल व संस्थान सहयोगियों के सानिध्य में हुआ था। विशालता, आधुनिकता और संवेदना का अद्वितीय संगम - यह भवन 11 मंजिला है और 2 लाख 40 हजार वर्ग फीट में बना है।

अवसरों का द्वार: अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि - 'यह भवन मात्र एक इमारत ही नहीं, यह अवसरों का भी द्वार है। यहाँ आने वाला हर निर्धन एवं दिव्यांग यह विश्वास लेकर वापस जाएगा कि वह सक्षम और समर्थ है, यहाँ उन्हें स्वरोजगार आधारित प्रशिक्षण देकर उनकी आर्थिक आत्मनिर्भरता सुनिश्चित की जाएगी। विशेष योग्य बच्चों को एक ही स्थान पर शिक्षा, उपचार, सुरक्षा और कौशल विकास मिलेगा। निर्धन एवं दिव्यांग युवक-युवतियों को रोजगार से जोड़ कर

उनकी खुशहाल गृहस्थी भी बसाई जाएगी। यहाँ दिव्यांगजन की चिकित्सा के 450 बेड का अस्पताल भी है, जो अत्याधुनिक सुविधाओं से युक्त है। उद्घाटन से पूर्व 27 नवम्बर को वास्तु पूजन एवं शांति यज्ञ में जनजाति विकास मंत्री बाबू लाल खराड़ी, सांसद चुन्नीलाल गरासिया, विधायक ताराचंद जैन, पूर्व विधायक प्रीति शक्तावत, पूर्व विधान सभा अध्यक्ष शांतिलाल चपलोत ने भी भाग लिया। स्वागत कैलाश 'मानव', प्रशांत अग्रवाल, निदेशक वंदना अग्रवाल व पलक अग्रवाल ने किया।

डॉ. जोगेन्द्र शर्मा बने ट्रेंड नर्सेज एसो.ऑफ इंडिया के अध्यक्ष

उदयपुर। ट्रेंड नर्सेज़ एसोसिएशन ऑफ इंडिया (टीएनएआई) राजस्थान शाखा के चुनाव में डॉ. जोगेन्द्र कुमार शर्मा अध्यक्ष पद पर विजयी हुए। उनके नेतृत्व वाले पैनल की भारी जीत हुई। चुनाव में 2623 वोट डाले गए जिनमें से डॉ. शर्मा को 1795 वोट मिले। पैनल में डॉ. जोगेन्द्र शर्मा अध्यक्ष, डॉ. गिर्राज सोनी अध्यक्ष, डॉ. मीनाक्षी सचिव, मुकेश तेतरवाल संयुक्त सचिव, रेणु नागर कोषाध्यक्ष, अनिल चौधरी एसएनए सलाहकार, मनोज गोस्वामी चेयरपर्सन नर्सिंग शिक्षा व रिसर्च कमेटी, संदीप बुडानिया चेयरपर्सन प्रोग्राम कमेटी, रवींद्र शर्मा चेयरपर्सन मेम्बरशिप कमेटी, डॉ. प्रदीप शर्मा चेयरपर्सन नर्सिंग सर्विस, डॉ. राहुल व्यास चेयरपर्सन सामाजिक-कल्याण समिति एवं निर्मला शर्मा चेयरपर्सन एएनएम पद पर विजयी हुए।

आदमी की कीमत खुद से नहीं संगति से : पुलकसागर

उदयपुर। राष्ट्रसंत पुलक सागर का चित्रकूट नगर स्थित पूजा प्रीतम बिंदायका के निवास पर मंगल प्रवेश हुआ। बिंदायका परिवार ने शोभायात्रा और नृत्य के साथ मुनि का स्वागत किया। रास्ते में श्रद्धालुओं ने स्वागत-द्वार लगाकर आचार्य श्री की आरती की। निवास पर महिलाओं ने सिर पर मंगल कलश लेकर स्वागत किया। आचार्य ने कहा कि आदमी की कीमत खुद से नहीं, संगति से होती है। अच्छी संगति और संतों के साथ रहने से व्यक्ति की प्रतिष्ठा बढ़ती है। संतों के दर्शन से पाप नष्ट होते हैं। योग्यता और तकदीर गुरू के हाथ में होती है। पुलक सागर जी के गुरूदेव आचार्य पुष्पदंत सागर जी के चित्र का अनावरण और दीप प्रज्वलन समाज के श्रेष्ठीजन ने किया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में श्रावक-श्राविकाएं और समाजजन उपस्थित थे।

राष्ट्रसंत का पाद प्रक्षालन

चैम्बर ऑफ कॉमर्स, उदयपुर के अध्यक्ष पारस सिंघवी के आवास पर राष्ट्रसंत पुलकसागर जी महाराज के पाद प्रक्षालन करते डॉ. लक्ष्यराजसिंह मेवाड़, साथ में पारस सिंघवी। इस अवसर पर सिंघवी की धर्मपत्नी मंजू सिंघवी, पुत्र अंकित, विधायक फूलसिंह मीणा व भाजपा के शहर जिलाध्यक्ष गजपालसिंह राठौड़ भी उपस्थित थे।

मिरांडा स्कूल में संविधान दिवस

उदयपुर। मिरांडा स्कूल में संविधान दिवस पर सांस्कृतिक कार्यक्रम, प्रस्तावना वाचन और नाट्य प्रस्तुति हुई। मुख्य अतिथि एडिशनल जिला एवं सत्र न्यायाधीश कुलदीप शर्मा ने छात्रों से कहा- 'संविधान को सम्मान दें और अपने कर्तव्यों को ईमानदारी से निभाएं। ' डॉ. शैलेंद्र पंड्या ने बच्चों से बाल अधिकार और सुरक्षा पर चर्चा की। विद्यालय निदेशक डॉ. दिलीप सिंह यादव ने संविधान को राष्ट्र का मार्गदर्शक बताया।

कई रोगों की एक दवा शकरकंद

स्वीट पोटेटो के नाम से पहचाने जाने वाले शकरकंद को ऊर्जा से भरपूर माना जाता है। इसमें फाइबर, एंटी ऑक्सीडेंट्स और विटामिन भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। सर्दियों में इसे खाने से व्यक्ति फिट रहता है।

मोहन गौड़

शकरकंद विटामिन-डी का बेहतर विकल्प माना जाता है। इसके खाने से हड्डियों, दांतों और नसों में मजबूती आती है। गठिया या आर्थराइटिस के मरीजों के लिए यह काफी फायदेमंद है।

एनीमिया में मददगार : इसमें भरपूर मात्रा में आयरन होता है। आयरन की कमी से हमारे शरीर में एनर्जी नहीं रहती। रोग प्रतिरोधक क्षमता प्रभावित होती है और ब्लड सेल्स का निर्माण भी ठीक से नहीं होता। शकरकंद आयरन की कमी को दूर करने में मददगार है। एनीमिया से ग्रसित लोगों के लिए यह काफी फायदेमंद है।

हृदय रोगों से बचाव : इसमें मौजूद कैरोटीनॉयड ब्लड शुगर नियंत्रित करता है। वहीं विटामिन-बी 6 डायबिटीज व हृदय रोग से बचाता है। हार्ट अटैक की आशंका को कम करता है। इसमें मौजूद आयरन, कॉपर, मैग्नीशियम आदि हमारे प्रतिरोधक तंत्र को मजबूत बनाते हैं। इसे खाने से त्वचा में चमक आती है।

फेफड़ों को रखे फिट: शकरकंद शरीर को गर्म भी रखता है। इसमें मौजूद विटामिन-सी ब्रोंकाइटिस व फेफड़ों की परेशानी में लाभदायक है।

शुगर स्तर पर नियंत्रण : इसे डायबिटीज के मरीज भी खा सकते हैं। इससे रक्त में शुगर का स्तर ठीक रहता है और इंसुलिन की मात्रा भी नियंत्रित रहती है। इसे भूनकर या उबालकर खा सकते हैं। इसमें विटामिन-ए प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। सर्दियों में शकरकंद रोजाना खाने से शरीर में 90 प्रतिशत तक विटामिन-ए की पूर्ति हो जाती है।

कैंसर से बचाव : हसमें मैग्नीशियम, जिंक, व बीटा कैरोटीन होने के कारण शकरकंद को कैंसर रोगियों के लिए भी लाभकारी माना जाता है। यह आंतों के कैंसर से बचाता है।

तनाव कम करे: पोटेशियम भरपूर मात्रा में होता है। यह नर्वस सिस्टम सक्रिय बनाए रखने में मददगार है। तनाव कम करता है। शरीर की सूजन घटाता है व किडनी स्वस्थ रखता है।

पाठक पीठ

'प्रत्यूष' मासिक का दिसंबर अंक मिला। इस बार आवरण पर आपने विश्व विजेता (क्रिकेट) बेटियों को स्थान देकर बहुत अच्छा किया। उनकी इस उपलब्धि पर पूरा देश गौरवान्वित है। इसी अंक में राजवीर का आलेख 'तालीम का बड़ा इदारा आतंक की पनाहगाह' भी सामयिक था। देश में कट्टरपंथियों के खूनी होसले बढ़ते ही जा रहे हैं, सरकार को इनसे सख्ती से निपटने के लिए बिना किसी झिझक के कार्रवाई करनी होगी। कैसे शिक्षा की आड़ में राष्ट्रद्रोहियों को तैयार किया जा रहा था, इस इदारे की मंजूरी देने वालों की भी पड़ताल होनी चाहिए। **सलीम सिद्दिकी,** डायरेक्टर, द डिवाइन हिल्स रिसोर्ट

बंगला देश में कट्टरपंथी ताकतों द्वारा प्रधान मंत्री शेख हसीना को अपदस्थ करने के बाद हिंदू और भारत विरोधी कार्रवाई में तेजी आई है। इस देश को पाकिस्तान के शोषण में मुक्त करवाने और लोगों की बेहतर जिंदगी के लिए भारत द्वारा दिए गए योगदान को भी भुला दिया गया है। अब भारत को कड़ा रूख अपनाना चाहिए। यह नहीं हो सकता कि वे अपने यहां अल्प संख्यकों को प्रताड़ित करते रहें और हम टुकुर-टुकर देखते रहें। तुष्टिकरण की नीति ने देश के बहुसंख्यक नागरिकों को हमेशा हाशिये पर रखा है। भगवान प्रसाद गौड़ का आलेख 'वजूद खोने पर आमादा बंगलादेश' एक आकलन हो सकता है, उसके वजूद में रहने या न रहने से हमें कोई मतलब नहीं होना चाहिए। हमारा मतलब सिर्फ वहां के अल्पसंख्यकों की रक्षा का है, उसी तरह जैसे अल्पसंख्यक समुदायों की भारत में हो रही है।

शिवराजसिंह गौड़,
डायरेक्टर, केजी फार्मा

प्रत्यूष दिसंबर के अंक में काफी अच्छी और पठनीय सामग्री मिली। अटल बिहारी वाजपेयी के जीवन और आदर्शों पर आधारित अवधेश जी का और अजहर हाशमी का ईसा मसीह के क्षमा, करूणा और निश्छलता से पूरित जीवन पर प्रकाश डालते आलेख काफी अच्छे थे। अटल बिहारी वाजपेयी सचमुच भारतीय राजनीति के शलाका पुरूष थे और ईसा मसीह ने दुनिया को सिखाया कि प्रेम अगर हृदय है तो क्षमा उसकी धड़कन है। सलीब पर चढ़ाए जाने के बावजूद उन्होंने अपने विरोधियों को ईश्वर से क्षमा प्रदान करने की प्रार्थना की।

नरेन्द्र कुमार मेहता, *सीएमडी,*
नवरूप रजत इंफ्रा प्रोजेक्ट्स

प्रत्यूष के दिसंबर अंक में 'सांसारिक जीवन में गीता मार्गदर्शक, बच्चे को न बनाएं विद्रोही, बिहार चुनाव पर विश्लेषण' सहित सम्पूर्ण सामग्री अच्छी थी। भारत की महिला क्रिकेट टीम द्वारा वनडे विश्व कप जीतने पर अभिजय शर्मा का आलेख 'जिद ने लिखी जीत की कहानी' विशेष उल्लेखनीय है। अन्ता में राजस्थान विधान सभा उप चुनाव भाजपा द्वारा हारा जाना मौजूदा सरकार के लिए मंथन योग्य है। राज्य सरकार को अपने लोक कल्याण कार्यों पर ज्यादा ध्यान देने की जरूरत है, वहीं कांग्रेस को एक सुदृढ़ और विश्वसनीय विपक्ष की भूमिका में सतत् सचेत रहना चाहिए। ***कमल व्यास,*** डायरेक्टर, नेक्स्ट्जन इंजीनियरिंग

कॅरियर में उभरता विकल्प

रोबोटिक इंजीनियरिंग

रोहित कुमार

मैकेनिकल इंजीनियरिंग की उप-शाखा के रूप में रोबोटिक्स इंजीनियरिंग को शुरुआती पहचान मिली लेकिन अब इंजीनियरिंग की दुनिया में इस विधा का अलग मुकाम है। इसके जरिए स्वचालित मशीनों के विकास पर काम किया जाता है, जो इंसानों जैसी कार्यक्षमता के साथ उनके काम कर सके। ऐसी मशीनों के निर्माण का ध्येय जोखिमभरे कामों से इंसानों को बचाना है। नौकरी और मुनाफे के लिहाज से भी इस कोर्स की काफी अहमियत है। ऐसे में यह जानना भी ज़रूरी है कि आखिर इस कोर्स को करने के लिए क्या योग्यता होनी चाहिए और इसमें कैसे करिअर बना सकते हैं।

कई प्रकार के रोबोट

अगर आप इस क्षेत्र में करिअर बनाना चाहते हैं तो रोबोट के प्रकारों की जानकारी होनी चाहिए। औद्योगिक रोबोट, घरेलू उपयोग रोबोट, मेडिकल रोबोट, सेना रोबोट, मनोरंजन रोबोट, अंतरिक्ष रोबोट आदि रोबोट के प्रमुख प्रकार हैं। इनमें से कोई भी क्षेत्र चुना जा सकता है।

वांछित योग्यता

रोबोटिक्स के क्षेत्र में अगर अपना करिअर बनाना चाहते हैं तो विज्ञान वर्ग से 12वीं करना होगा। इसके बाद आप मैकेनिकल, इलेक्ट्रिकल, बीई या कंप्यूटर साइंस जैसे पाठ्यक्रम में प्रवेश ले सकते हैं। वहीं, स्नातक की डिग्री पूरी करने के बाद आप परास्नातक डिग्री प्राप्त कर सकते हैं। इस क्षेत्र में अच्छा करिअर बनाने के लिए आपको इलेक्ट्रिकल, मैकेनिकल और कंप्यूटर साइंस में जुड़ी अच्छी जानकारी होनी चाहिए। इस क्षेत्र से जुड़े कुछ शार्ट टर्म कोर्स जैसे आर्टिफिशल इंटेलिजेंस, रोबोटिक्स, एडवांस रोबोटिक्स सिस्टम करके भी करिअर बनाया जा सकता है।

प्रमुख कोर्स

- डिप्लोमा इन रोबोटिक्स
- बीई इन रोबोटिक्स इंजीनियरिंग
- बीटेक इन रोबोटिक्स
- बीई इन एडवांस्ड रोबोटिक्स
- बीई इन रोबोटिक्स एंड आटोमेशन इंजीनियरिंग
- बीटेक इन मेक्ट्रोनिक्स इंजीनियरिंग
- एमई/एमटेक इन आटोमेशन एंड रोबोटिक्स
- एमई/एमटेक इन रोबोटिक्स इंजीनियरिंग

कहां मिलेंगे अवसर

12वीं के बाद जैसे ही आप अपना ये कोर्स किसी अच्छे कॉलेज से पूरा करेंगे आपको

इसरो, नासा, डीआरडीओ हिंदुस्तान एरोनाटिक्स लिमिटेड सरीखे सरकारी संगठनों में काम करने के अलावा रोबोटिक्स क्षेत्र में निर्माण और शोध गतिविधियों में लगी निजी कंपनियों में भी नौकरी मिल सकती है। टाटा एडवांस्ड सिस्टम्स, कूका रोबोटिक्स, हाई-टेक रोबोटिक सिस्टम्स लिमिटेड और पेरी लिमिटेड सहित देश में कई निजी रोबोटिक्स कंपनियां हैं, जो हर साल रोबोटिक्स पेशेवरों को नियुक्त करती हैं।

प्रारंभिक वेतन

रोबोटिक्स इंजीनियरिंग में स्नातक धारकों को शुरुआत में 30 से 35 हजार रुपए प्रतिमाह वेतन पर निजी कंपनियां नियुक्त करती हैं। परास्नातक करने या अनुभव बढ़ने के बाद इसमें आसानी से पच्चीस फीसद का इजाफा हो जाता है। सरकारी क्षेत्र के शोध संस्थानों में नियुक्ति मिलने पर मासिक वेतन के साथ-साथ कई प्रकार के भत्तों का भी लाभ मिलता है।

मांग में तेजी

रोबोटिक इंजीनियरिंग करने वाले कंप्यूटर प्रोग्रामिंग की भाषा की सहायता से हाइटेक रोबोट बनाते हैं। दरअसल, रोबोट एक तरह के मैकेनिकल डिवाइस होते हैं, जिनमें सेंसर, पावर सप्लाई, साफ्टवेयर और कंट्रोल सिस्टम जैसी चीजें एक साथ काम करती हैं। इस समय दुनिया में रोबोट की मांग तेजी से बढ़ रही है। ऐसे में इस क्षेत्र में अगर आप प्रवेश करते हैं तो आने वाला समय आपके ही नाम होगा।

(लेखक करिअर परामर्शदाता हैं)

प्रत्यूष

निरंकुश निजी विश्वविद्यालयों पर शिकंजा कसने की तैयारी

नई दिल्ली। आतंक का अड्डा बनकर उभरे अल फलाह निजी विश्वविद्यालय का मामला सामने आने के बाद शिक्षा मंत्रालय ने देशभर में बेलगाम चल रहे निजी विश्वविद्यालयों पर शिकंजा कसने की तैयारी शुरू कर दी है। इसके तहत मंत्रालय ने विश्वविद्यालय अनुदान - आयोग (यूजीसी) और राष्ट्रीय मूल्यांकन व प्रत्यायन परिषद (नैक) से निजी विश्वविद्यालयों पर कड़ी निगरानी रखने के लिए एक मजबूत तंत्र बनाने को लेकर एक मसौदा तैयार करने को कहा है। साथ ही निजी विश्वविद्यालय से जुड़े नियमन की समीक्षा और उसमें सुधार की पहल भी की है। शिक्षा मंत्रालय से जुड़े उच्च पदस्थ सूत्रों के अनुसार, निजी विश्वविद्यालय को लेकर यह पहल इससे जुड़े मौजूदा नियमन के लचीले होने के मद्देनजर शुरू की गई है। इसमें इनके कामकाज और गतिविधियों पर नियमित रूप से निगरानी की कोई व्यवस्था नहीं थी। यही वजह है कि अल फलाह विश्वविद्यालय में यूजीसी व नैकनियमों की खुले तौर पर धज्जियां उड़ाई जा रही थीं। इसके चलते उसने दूसरे संस्थानों से बर्खास्त व दागी व्यक्तियों को अपने यहां बगैर किसी जांच-पड़ताल के नौकरी दी। साथ ही नैक की फर्जी रैंकिंग का दुरुपयोग कर छात्रों को अपने यहां दाखिला दिया। मंत्रालय से जुड़े सूत्रों के अनुसार, अल फलाह की घटना उनके लिए भी आंख खोलने वाली है। यही वजह है कि अब लगाम कसने की हलचल शुरू हो गई है और नए सिरे से निजी विश्वविद्यालयों से जुड़े नियमन की समीक्षा के निर्देश दिए गए हैं। साथ ही इसे अब और कड़ा बनाया जाएगा, ताकि इनकी बेहतर तरीके से कड़ी और नियमित निगरानी हो सके। गौरतलब है कि देश में मौजूदा समय में 540 निजी विश्वविद्यालय काम कर रहे हैं। इन सभी को खोलने की अनुमति वैसे तो राज्य सरकार ने दी है लेकिन ये यूजीसी और नैक के शैक्षणिक नियम-कायदों से संचालित होते हैं।

2030 के राष्ट्रमंडल खेलों की मेज़बानी करेगा भारत

'मुझे खुशी है कि हम राष्ट्रमंडल खेलों की शताब्दी का आयोजन भारत में पूर्ण सकारात्मकता के साथ करेंगे। इस आयोजन के पैमाने पर भारत एक दम खरा है।'

-डोनाल्ड रूकारे

गौरव शर्मा

भारत 2030 में राष्ट्रमंडल खेलों की मेज़बानी करेगा। इस संबंध में राष्ट्रमंडल खेल बोर्ड की मूल्यांकन समिति ने निर्धारित प्रक्रिया पूरी करते हुए पूर्व में इसकी अनुशंसा की थी। पिछले वर्ष 26 नवंबर को ग्लास्गो में संपन्न राष्ट्रमंडल खेल महासभा की बैठक में भारत को शताब्दी वर्ष के खेलों की मेजबानी गर्म जोशी से सौंपी गई। राष्ट्रमंडल खेल महासभा के अध्यक्ष डोनाल्ड रूकारे ने कहा कि 'मुझे खुशी है कि हम राष्ट्रमंडल खेलों की शताब्दी का आयोजन भारत में पूर्ण सकारात्मकता के साथ करेंगे। भारत इस आयोजन के पैमाने पर एकदम खरा है।' महासभा में उपस्थित 74 राष्ट्रमंडल सदस्य देशों और क्षेत्रों के प्रतिनिधियों ने भारत की 2030 की दावेदारी का अनुमोदन किया। उल्लेखनीय है कि इससे पूर्व 2010 में भारत (दिल्ली)में यह खेल कुंभ हुआ था।

ग्लास्गो में 99वां आयोजन

राष्ट्रमंडल खेलों का 99वां संस्करण ग्लास्गों में इसी वर्ष होगा। जिसमें 10 खेल शामिल किए जाएंगे और उन पर मात्र 300 करोड़ रुपए खर्च किए जाएंगे जबकि भारत में होने वाले आयोजन पर करीब 43000 करोड़ रुपए खर्च का अनुमान है। अहमदाबाद में ये प्रस्तावित खेल सरदार वल्लभ भाई पटेल स्पोर्टस् एन्क्लेव और नरेंद्र मोदी स्टेडियम में होंगे। इसके अलावा करीब 3 हजार लोगों के लिए खेल गांव भी बनाया जाएगा। आईएओ का कहना है कि भारत में होने वाले खेल भव्य होंगे, इसके साथ दुनिया को भारतीय कला, संस्कृति के अलावा आधुनिकता का संगम भी देखने को मिलेगा।

खेलों के नाम तय

भारत में आयोजित होने वाले कॉमनवेल्थ गेम्स में तीरंदाजी, बैडमिंटन, 3 गुणा 3 बास्केटबॉल, 3 गुणा तीन व्हीलचेयर बास्केटबॉल, बीच बॉलीवॉल, टी-20 क्रिकेट, साइक्लिंग, डाइविंग (तैराकी), हॉकी, जूडो, रिदमिक जिम्नास्टिक, रग्बी सेवंस, शूटिंग, स्क्वैश, ट्राइथलॉन, कुश्ती और पैरा ट्राइथॉलन जैसे खेल शामिए किए जाना तय है।

दो नए व पारंपरिक खेल भी शामिल होंगे

मेजबान होने के कारण भारत के पास अपनी पसंद के दो नए खेल शामिल करने का मौका होगा। माना जा रहा है कि योगा, कबड्डी और खो-खो जैसे पारंपरिक खेलों को शामिल किया जा सकता है। पैरा खिलाड़ियों के खेल भी शामिल है।

अहमदाबाद में होंगे खेल

राष्ट्रमंडल खेल अहमदाबाद में होंगे। इन खेलों की मेजबानी की दौड़ में अबुजा (नाइजीरिया) भी था लेकिन अक्टूबर में राष्ट्रमंडल खेल कार्यकारी बोर्ड ने अहमदाबाद (भारत) में ये खेल कराए जाने की सिफारिश की। हालांकि महासभा ने 2034 के खेलों की मेजबानी के लिए अफ्रीका के शहर

(अबुजा) के नाम पर विचार करने का फैसला किया है।

दिल्ली में 70,000 करोड़ हुए खर्च

2010 में दिल्ली में हुए राष्ट्र मंडल खेलों के लिए भारत में लगभग 70,000 करोड़ रुपए खर्च किए गए थे जो 1820 करोड़ रुपए के प्रारंभिक अनुमान से कही अधिक थे। इन खेलों के दौरान शीला दीक्षित के नेतृत्व वाली तत्कालीन दिल्ली सरकार के खेल प्रबंधकों पर भ्रष्टाचार के गंभीर आरोप भी लगे थे। जिन्होंने देशवासियों की चेतना को झकझोर दिया था। उम्मीद है कि 2030 के ये खेल इस बुराई से ग्रसित नहीं होने दिए जाएंगे। यह केंद्र और राज्य सरकार के लिए एक गंभीर चुनौती भी है।

भारत के लिए महत्वपूर्ण

भारत के लिए राष्ट्रमंडल खेलों की मेज़बानी हासिल करना इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्यों कि देश 2036 में होने वाले ओलम्पिक खेलों की मेज़बानी हासिल करने की दौड़ में भी है।

उभरा अहमदाबाद

पिछले राष्ट्रमंडल खेलों के 20 वर्ष के

अन्तराल के बाद इन खेलों के लिए भारत में विश्वस्तरीय खेल आयोजनों के लिए ढांचा पूरी तरह समर्थ और सक्षम होगा। पिछले एक दशक मे ही इस दिशा में काफी प्रगति हुई है। विशेष रूप से अहमदाबाद शहर इस मेज़बानी के लिए पूरी तरह तैयार है और जो कमियां अथवा अपेक्षाएं हैं, वे पूरी कर ली जाएंगी। आईपीएल और विश्व कप क्रिकेट के फाइनल के लिए पहली पसंद रहे अहमदाबाद में सभी तरह के खेलों के लिए मैदान सहित आवश्यक सुविधाएं उपलब्ध हैं। दर्शक दीर्धाएं भी पर्याप्त क्षमता वाली हैं। अहमदाबाद ने हाल के महीनों में राष्ट्रमंडल भारोत्तोलन चैम्पियनशिप, एशियाई एक्वेटिक्स चैम्पियनशिप और फुटबॉल के एएफसी अंडर-17 एशियाई कप 2026 क्वालिफायर की मेज़बानी की है। इतना ही नहीं यह शहर अगले साल एशियाई भारोत्तोलन चैम्पियनशिप और एशिया पैरा तीरंदाजी कप की मेज़बानी करेगा। इसके अलावा 2029 में विश्व पुलिस और अग्निशमन खेल भी इसी शहर में होंगे।

राजू भाई, डायरेक्टर
Mo.: 9828040680

।। जय माँ ईडाणा रानी ।।

विशाल वलेचा, डायरेक्टर
Mo.: 9828356599

कृष्णा कलेक्शन

हमारे यहां शीशफूल, बाजु, आड़, हार, कंदोरा जोधपुरी के सभी आईटम होलसेल भाव से मिलते हैं।

हमारे यहां सभी प्रकार की ज्वेलरी, लेडिज अंडर गारमेंट्स, हेयर एसेसरीज, रजवाड़ी, मारवाड़ी एवं सभी प्रकार की फैंसी चूड़ियाँ होलसेल भाव से मिलती हैं।

72-नेहरू बाजार, सरदार बेंट्री के पास, उदयपुर 313 001

सांस नली में सूजन की बीमारी है अस्थमा

डॉ. सुनील शर्मा

अस्थमा (दमा) फेफड़ों में सूजन से जुड़ी बीमारी हैं। इसमें सांस लेने में परेशानी होती है। कई तरह की शारीरिक समस्याएं भी होने लगती हैं। अस्थमा के लक्षण तब दिखते हैं, जब वायुमार्ग की परत में सूजन आ जाती है और आसपास की मांसपेशियों में तनाव बढ़ जाता है। इसके बाद बलगम इन वायुमार्गों में भर जाता है, जिससे यहां से गुजरने वाली हवा की मात्रा कम हो जाती है। ठंड के मौसम में यह बीमारी ज्यादा हावी होती है। इन स्थितियों के चलते अस्थमा का अटैक आता है। सावधानी ही इसमें बचाव है।

संभावित लक्षण

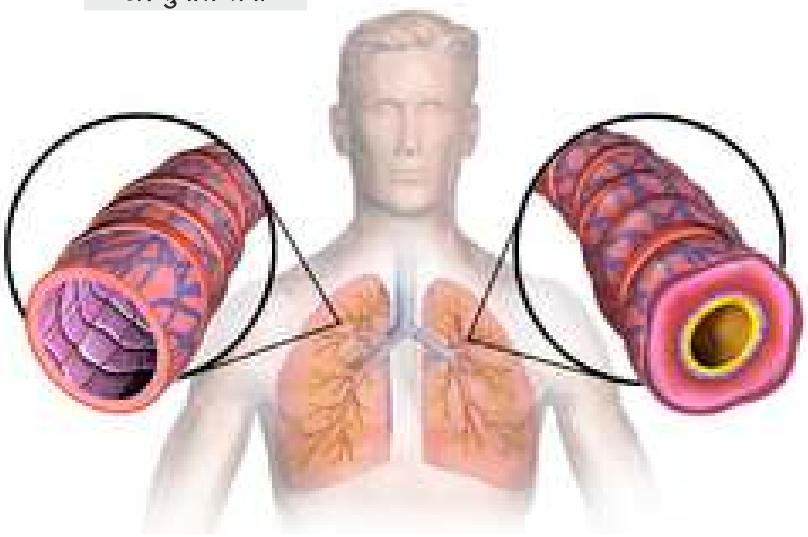
सांस लेने में घरघराहट, कर्कश या सीटी जैसी आवाजें, रात में या हंसते, व्यायाम करते समय खांसी आना, सीने में जकड़न, बेचैनी, थकान, छाती में दर्द, तेज-तेज सांस लेना किसी भी काम में मन न लगना, बार-बार इंफेक्शन, नींद न आना आदि।

कारण

अस्थमा के लक्षण बच्चों में भी दिखते हैं। इनमें से ज्यादातर का उम्र बढ़ने के साथ ठीक हो जाता है। जेनेटिक यानी आनुवांशिक, बचपन में किसी प्रकार का वायरल संक्रमण, किसी प्रकार की एलर्जी, बदलता हुआ मौसम, किसी जानवर का फर, पराग कण आदि।

अटैक के कारण

कुछ लोगों की एलर्जी भी अस्थमा अटैक का



कारण बन सकती है। फफूंदी, पराग कण और पालतू जानवरों की रूसी जैसी चीजें शामिल हैं। अन्य कारणों में ज्यादा व्यायाम, तनाव, कोई बीमारी आदि।

इसके प्रकार

अस्थमा भी कई तरह के होते हैं जैसे कि बच्चों में होने वाला, वयस्कों को होने वाला, एलर्जी से या फिर रात्रि में होने वाला आदि।

पहचान कैसे हो

वैसे तो चिकित्सक बीमारी के लक्षण देखकर ही पता कर लेते हैं लेकिन कुछ फेफड़ों की जांचें भी होती हैं। इनमें स्पायरोमेट्री, पीक फ्लो और फेफड़ों के कार्य का परीक्षण शामिल है। थाकोलिन चैलेंज, नाइट्रिक ऑक्साइड टेस्ट, इमेजिंग टेस्ट, एलर्जी टेस्ट, बलगम आदि की भी जांच डॉक्टर सलाह से कराते हैं।

इलाज

इसके इलाज में कई दवाइएं कारगर हैं। आमतौर पर इन्हेलर और एंटी इंफ्लामेटरी दवाएं ज्यादा प्रभावी हैं। इन दवाइयों से ब्रॉकॉडायलेटर्स यानी वायुमार्ग के चारों तरफ कसी हुई मांसपेशियों को आराम मिलता है। इसमें नेब्यूलाइजर का उपयोग भी फायदेमंद रहता है। अस्थमा में गंभीर अटैक आने पर डॉक्टर को दिखाकर ही दवाइयां लें।

क्या खाएं

हरी पत्तेदार सब्जियां ज्यादा खाएं। विटामिन ए, सी और ई और एंटीऑक्सीडेंट्स वाली चीजें ज्यादा मात्रा में लें। लहसुन, अदरक,

हल्दी और काली मिर्च अनिवार्य रूप से लेना चाहिए। हमेशा फ्रेश फल-सब्जियां ही खाएं।

कारगर अलसी

अलसी में कैल्शियम, फास्फोरस, आयरन, केरोटिन, थायमिन, राइबोफ्लेविन और नियासिन पाए जाते हैं। यह गनोरिया, नेफ्राइटिस, अस्थमा, सिस्टाइटिस, कैंसर, हृदय रोग, मधुमेह, कब्ज, बवासीर, एक्जिमा के उपचार में उपयोगी है। अलसी को धीमी आँच पर हल्का भून लें। रोज सुबह-शाम एक-एक चम्मच पाउडर पानी के साथ लें। इसे सब्जी या दाल में मिलाकर भी लिया जा सकता है। इसे अधिक मात्रा में पीस कर नहीं रखना चाहिए, क्योंकि यह खराब होने लगती है। इसलिए थोड़ा-थोड़ा ही पीस कर रखें। अलसी सेवन के दौरान पानी खूब पीना चाहिए। इसमें फायबर अधिक होता है, जो पानी ज्यादा मांगता है। एक चम्मच अलसी पाउडर को 360 मिलीलीटर पानी में तब तक धीमी आंच पर पकाएं जब तक कि यह पानी आधा न रह जाए। थोड़ा ठंडा होने पर शहद या शक्कर मिलाकर सेवन करें। सर्दी, खांसी, जुकाम में यह चाय दिन में दो-तीन बार सेवन की जा सकती है। अस्थमा में भी यह चाय बड़ी उपयोगी है। अस्थमा वालों के लिए एक और नुस्खा भी है। एक चम्मच अलसी पाउडर आधा गिलास पानी में सुबह भिगो दें। शाम को इसे छानकर पी लें। शाम को भिगोकर सुबह सेवन करें। गिलास कांच या चांदी का होना चाहिए।

जनवरी-2026

इस माह के तीज-त्योहार

1 जनवरी	पौष शुक्ला त्रयोदशी	विश्व शांति दिवस
3 जनवरी	पौष शुक्ला पूर्णिमा	सावित्री बाई फूले जयंती
9 जनवरी	माघ कृष्णा सप्तमी	रामानंदाचार्य जयंती
11 जनवरी	माघ कृष्णा अष्टमी	लाल बहादुर शास्त्री पुण्य तिथि
12 जनवरी	माघ कृष्णा नवमी	स्वामी विवेकानन्द जयंती (राष्ट्रीय युवा दिवस)
13 जनवरी	माघ कृष्णा दशमी	लोहड़ी पर्व
14 जनवरी	माघ कृष्णा एकादशी	मकर संक्रांति
18 जनवरी	माघ अमावस्या	प्रयागराज स्नान मेला
23 जनवरी	माघ शुक्ला पंचमी	नेताजी सुभाष जयंती / बसंत पंचमी (सरस्वती पूजा)
24 जनवरी	माघ शुक्ला षष्ठी	राष्ट्रीय बालिका दिवस
25 जनवरी	माघ शुक्ला सप्तमी	श्री देवनारायण जयंती
26 जनवरी	माघ शुक्ला अष्टमी	77 वां गणतंत्र दिवस
28 जनवरी	माघ शुक्ला दशमी	लाला लाजपत राय जयंती
29 जनवरी	माघ शुक्ला एकादशी	वेणेश्वर मेला
30 जनवरी	माघ शुक्ला द्वादशी	महात्मा गांधी पुण्य तिथि
31 जनवरी	माघ शुक्ला त्रयोदशी चतुर्दशी	गुरू गोरखनाथ जयंती / गुरू हरराय जयंती / विश्वकर्मा जयंती

JAIDEEP
SENIOR SECONDARY SCHOOL
PROVIDING INCLUSIVE EDUCATION SINCE 1985

NURSERY TO 12th
SCIENCE
COMMERCE
ARTS

- Structured syllabus for strong foundations
- Passionate educators, proven results.
- Safe & Reliable Transport Network
- CCTV Surveillance
- Safe, positive, and nurturing space.

INFO : 9901584571, 7891445401
Head Office - Modern Complex, Bhuwana, Udaipur
Branches - Modern Complex | Dagliyo ki Magri | Chitrakoot Nagar

डिप्रेशन समय न गंवाएं इलाज तुरंत कराएं

केवल खुश और पॉजिटिव रहने भर से डिप्रेशन से घिरा व्यक्ति स्वस्थ नहीं हो सकता। डिप्रेशन का सही समय पर सही इलाज भी जरूरी है।

डॉ. अव्यक्त अग्रवाल

आप कभी खुश तो कभी दुखी भी होते होंगे। लेकिन, अगर दुख, तकलीफ, हताशा लंबे समय तक साथ ही न छोड़े तो यह डिप्रेशन है। डिप्रेशन (अवसाद) काम की थकान, रिलेशनशिप में टेंशन या चिड़चिड़ेपन से कहीं आगे है। अवसादग्रस्त व्यक्ति अकेला रहता है, आत्महत्या के बारे में सोचता है, सामाजिक रूप से कटा-कटा रहता है। कई बार डिप्रेशन में घिरे व्यक्ति के बारे में मान लिया जाता है कि उसका नेचर ही इस तरह का है। उसे सोशल होने, लोगों से बात करने, पॉजिटिव रहने की सलाह दी जाती है। लेकिन यह सलाह कारगर नहीं होती। दुनिया में करीब 5 फिसदी से ज्यादा लोग डिप्रेशन से लड़ रहे हैं। यानी करीब 35 करोड़ से ज्यादा लोग इसके शिकार हैं। दुनिया में सर्वाधिक मौतों में दूसरा कारण यह अवसाद ही है।

डिप्रेशन आनुवंशिक जेनेटिक कोडिंग, दिमाग की रासायनिक प्रक्रिया और बाहरी माहौल के जटिल तालमेल से उत्पन्न एक स्वास्थ्य समस्या है। यूं तो डिप्रेशन किसी को भी और किसी भी उम्र में हो सकता है, लेकिन आमतौर पर किशोरावस्था या 30 की उम्र के बाद यह ज्यादा देखने को मिलता है। किसी सगे-संबंधी की मौत, नौकरी चले जाने, फेल हो जाने या व्यापार में घाटा होने के बाद कुछ लोग डिप्रेशन का शिकार हो जाते हैं। तो मोटापा, क्रोनिक बीमारियां जैसे आर्थराइटिस, डायबिटीज, किडनी, लिवर की समस्या में भी अवसाद होने की आशंका अधिक होती है। कुछ दवाएं जैसे स्टेरॉइड, इंटरफेरॉन (हेपेटाइटिस बी, हेपेटाइटिस सी में दी जाने वाली दवा) इत्यादि के बाद लोगों में डिप्रेशन होने की आशंका बढ़ जाती है। कोई-कोई दुर्घटना आदि का शिकार होने पर डिप्रेशन में चले जाते हैं। डिलीवरी के बाद कुछ महिलाओं को पोस्टपार्टम डिप्रेशन हो जाता है। अल्कोहल के आदी लोग भी डिप्रेशन में चले जाते हैं।

डिप्रेशन के लक्षण

- मूड स्विंग होना, कोई बात बुरी लगना, दुःख होना स्वाभाविक है। लेकिन इन लक्षणों में से कोई एक या अधिक भी दो हफ्तों से हों, तो डिप्रेशन हो सकता है।
- नींद नहीं आना। अथवा सुबह-सुबह जल्दी नींद खुल जाना।
- ऊर्जा में कमी महसूस करना। लगातार थकावट बने रहना।
- आत्महत्या के विचार बार-बार आना।
- अकेले रहने पर जोर देना। संबंधों का खराब होते जाना।
- अपराध बोध, हेल्पलेसनेस और स्वयं को असफल मानना।
- मनोरंजन, मेल-मिलाप, खेल, अच्छे कपड़े इत्यादि में अरूचि होना।
- स्वयं का इलाज कराने से भी मना करना अनेकों बार होता है।
- भूख कम या ज्यादा लगना। वजन भी बेतहाशा कम होना या बढ़ना।
- भावनाओं पर नियंत्रण न होना। बिलावजह परेशान-हताश रहना।

इसके अलावा बाइपोलर डिसऑर्डर, सायकोसिस, ओसीडी जैसी मानसिक बीमारियों के साथ भी अवसाद देखने मिलता है। माता-पिता के अवसादग्रस्त होने पर जेनेटिक कारणों से संतान में इसके होने की आशंका भी बढ़ जाती है। महिलाओं में पुरुषों की तुलना में डिप्रेशन अधिक होता है।

डिप्रेशन में जाने के बाद ठीक समय पर इसका पता न चले और उचित इलाज न करवाया जाय, तो यह धीरे-धीरे शरीर पर असर करने लगता है। डिप्रेशन में व्यक्ति की सोशल-पर्सनल लाइफ तो खत्म हो ही जाती है। हेल्थ पर भी इसका विपरीत असर देखने को मिलता है। डिप्रेस्ड व्यक्ति को स्ट्रोक के साथ दिल संबंधी बीमारी आदि की आशंका कई गुना बढ़ जाती है।

इलाज और रोकथाम :- डिप्रेशन से लड़ना बेहद आसान है। जरूरत सिर्फ इस बात की है कि लक्षणों को पहचानकर मनोचिकित्सक से परामर्श लिया जाए। अपने आसपास किसी सगे-संबंधी या मित्र के व्यवहार में भी लंबे समय तक डिप्रेशन के लक्षण दिख रहे हों, तो उसकी मदद करें। एंटीडिप्रेसेंट दवाएं इलाज में काफी कारगर हैं। कुछ लोगों को यह देर में असर करती हैं। लेकिन इन्हें डॉक्टर्स की सलाह पर ही लेना चाहिए। कई बार सिर्फ दवाएं स्थाई इलाज नहीं होतीं। इसके साथ-साथ कुछ बिहेवियरल थैरेपीज और लाइफस्टाइल में बदलाव भी करने होते हैं। ये थैरेपीज भी डॉक्टर की देखरेख में की जानी चाहिए। अच्छी दिनचर्या, पर्याप्त नींद और अच्छे खानपान के साथ अवसाद होने की आशंका कम रहती है। अपने शौक जैसे पेंटिंग, संगीत, खेल, लेखन आदि को जारी रखने से भी इससे बचा जा सकता है। परिवार-मित्रों से जुड़े रहना भी डिप्रेस्ड होने से बचाता है। सोशल मीडिया के बजाय मित्रों-परिजनों से आमने-सामने मेलमिलाप कारगर है। अल्कोहल-स्मोकिंग या किसी भी तरह का ड्रग या नशा डिप्रेशन को बढ़ाता है। कुछ लोगों को लगता है कि एल्कोहल तनाव कम करता है, किंतु अल्कोहल का आदी होना डिप्रेशन का कारण बन सकता है।

डब्ल्यूएचओ व यूनिसेफ की नई रिपोर्ट

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) और संयुक्त राष्ट्र बाल कोष (यूनिसेफ) ने अपनी रपट में खुलासा किया है कि दुनिया में दस से 19 वर्ष का हर सातवां बच्चा मानसिक समस्याओं से जूझ रहा है। इन समस्याओं में अवसाद, बेचैनी और व्यवहार से जुड़ी समस्याएं शामिल हैं। ऐसे में बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए रपट में समुदाय को ध्यान में रखते हुए माडल तैयार करने की वकालत की है। एक अनुमान के मुताबिक मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी करीब एक तिहाई समस्याएं 14 साल की उम्र से पहले शुरू होती हैं, जबकि आधी 18 वर्ष से पहले सामने आने लगती हैं। मतलब साफ है मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं के लक्षण काफी हद तक किशोरावस्था में दिखने लगते हैं। मेंटल हेल्थ आफ चिल्ड्रन एंड यंग पीपल नामक रपट का लक्ष्य बच्चों के लिए मौजूदा मानसिक सेवाओं में सुधार करना है।

Happy New Year

Pavan Roat, Director
94141 69583

नए गैस कनेक्शन तुरन्त उपलब्ध है

HP GAS

19 K.G. गैस सिलेण्डर मांगलिक कार्यक्रम एवं व्यवसायिक उपयोग हेतु सम्पर्क करें।

HP GAS
SURYA GAS AGENCY

12, Vinayak Complex, Opp. Mahasatiya
Dainik Bhaskar Road,
Ayad, Udaipur

प्रत्यूष

गमलों से बाग तक बहार

बागवानी करना केवल पौधे उगाने की कला नहीं है, बल्कि यह जीवन को संतुलित करने, शांत और स्वस्थ बनाने का एक प्रभावी तरीका भी है। चाहे किचन गार्डनिंग हो या टैरेस गार्डनिंग, हर किसी को बागवानी सीखनी ही चाहिए।

प्रो. एस.के. सिंह

भागदौड़ भरी आधुनिक जीवनशैली और बढ़ते मानसिक तनाव ने इंसान को प्रकृति से दूर कर दिया है। इसे ठीक करने के लिए हम अक्सर तनाव कम करने के तरीके जैसे कि ध्यान, योग या छुट्टियों पर जाने के बारे में सोचते हैं। वहीं, एक सरल और प्राकृतिक तरीका भी है, जो हमें सुकून दे सकता है और वह है- बागवानी करना। यह केवल एक शौक नहीं, बल्कि मानसिक शांति, शारीरिक सक्रियता व पर्यावरण संरक्षण का एक प्रभावी माध्यम भी है।

घर में भी हो हरियाली

हरियाली न केवल सौंदर्य बढ़ाती है, बल्कि घर के आसपास के वातावरण में ताजगी और सकारात्मक ऊर्जा भी भरती है। जब आप किसी घर में जाते हैं, तो वहां लगे पेड़-पौधे यह संकेत दे देते हैं कि इस घर में रहने वाले लोग कितना प्रकृति-प्रेमी, खुशमिजाज व संतुलित जीवन जीने वाले हैं। सच तो यह है कि हरियाली घर को जीवंत बनाती है और उसमें रहने वालों के मन को भी प्रसन्न करती है।

इतना करना तो आना ही चाहिए

हर किसी को बागवानी की थोड़ी बहुत तो जानकारी होनी चाहिए। इसमें पौधों की उचित सिंचाई, खाद व उर्वरक प्रबंधन, मिट्टी को ढीला रखने की तकनीक साथ ही समय-समय पर छंटाई व कटाई जैसी गतिविधियां शामिल हैं। यह जानकारी न सिर्फ आत्म निर्भरता देती है, बल्कि घर को प्राकृतिक सौंदर्य और ताजगी से भर देती है। आज शहरी क्षेत्रों में टैरेस और किचन गार्डन की बढ़ती लोकप्रियता इस बात का प्रमाण है कि लोग सीमित स्थान में भी सब्जियां, फल, औषधीय पौधे उगा रहे हैं।

पौधों से जुड़ाव का मतलब

पौधों से जुड़ाव केवल सौंदर्य या शौक तक सीमित नहीं है, बल्कि यह जीवन और पर्यावरण के बीच एक गहरा संबंध है। पौधे और पेड़ पारिस्थितिकी तंत्र के मूल स्तंभ हैं। ये न केवल हमें ऑक्सीजन देते हैं, बल्कि भोजन, औषधि, रेशा और छाया भी देते हैं। वैज्ञानिक शोधों की मानें तो शहरी हरियाली वायु प्रदूषण को कम करने और स्थानीय जलवायु को संतुलित करने में मददगार हो सकती है। हर घर में तुलसी, एलोवेरा और गिलोय जैसे औषधीय पौधों को गमलों में उगाना न सिर्फ आसान है, बल्कि सेहत की दृष्टि से भी लाभकारी है। कम-से-कम अपने इस्तेमाल के लिए इन पौधों को अपने घर में उगाना एक सकारात्मक कदम हो सकता है हर किसी के लिए।

बागवानी और मानसिक स्वास्थ्य

वैज्ञानिक अध्ययनों से यह भी सिद्ध हुआ है कि मिट्टी से जुड़ाव तनाव को कम करता है। इस तरह बागवानी एक प्रकार की थेरेपी है, जिसे 'हॉर्टीकल्चर थेरेपी' कहा जाता है। मिट्टी में प्रत्यक्ष रूप से काम करना, पौधों के विकास को देखना व पुष्पन/फलन का अनुभव करना मनुष्य को आत्मसंतोष व मानसिक शांति देता है। हर ओर हरियाली की मौजूदगी मस्तिष्क में सकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है।

(लेखक आरपीसीएयू, पूसा में कृषि वैज्ञानिक हैं)

बच्चों में जगाएं पौधें के प्रति प्रेम

बच्चों में प्रकृति और पर्यावरण के प्रति संवेदनशीलता विकसित करना जरूरी है और बागवानी इसमें सबसे कारगर साधनों में से एक है। यह बच्चों के शारीरिक–मानसिक विकास के साथ उनमें वैज्ञानिक चेतना को भी बढ़ती है।

- बच्चों को पौधे की देखभाल की जिम्मेदारी देने से वे उत्तरदायित्व, अनुशासन, समर्पण की भावना सीखते है।
- बागवानी में शामिल होने वाले बच्चों में विज्ञान के स्कोर बेहतर होते हैं, क्योंकि बीज बोने व पौधों की अंकुरण, पुष्पन व फलन की प्रक्रिया का प्रत्यक्ष अनुभव उनमें जिज्ञासा व वैज्ञानिक दृष्टिकोण को मजबूत करता है।
- पौधों को दोस्त के रूप में प्रस्तुत करने से उनमें गहरा भावनात्मक जुड़ाव पैदा होगा।

Happy New Year

JBPL

JAI BUILDCON PVT. LTD.

Opp. Telephone Exchange, Bapu Bazar,
Rishabhdev - 313802, Dist. udaipur (Raj.)
Ph.: 02907-231193 E-mail.: alpeshjain.2008@gmail.com

वर्ष 2026 का राशियों पर संभावित प्रभाव

पं. शोभालाल शर्मा

मेष :–चू–चे–चो–ला, ली–लू–ले–लो, अ

वर्ष 2026 में आपकी राशि में शनि की साढ़े साती है। अधिकांश ग्रह लाभ भाव एवं व्यय भाव में विचरण करने से आर्थिक स्थिति उतार चढ़ाव पूर्ण रहेगी। जिससे आमदनी कम, खर्च में अधिकता रहेगी। ट्रेडिंग का कार्य करते हैं तो निवेश में सावधानी रखें। यदि शेयर बाजार में काम करते हैं तो विद्युत पॉवर, गैस, पेट्रोरसायन एवं धातुओं के शेयर में सावधानी से निवेश लाभकारी हो सकता है। आपकी राशि में पंचम भाव में केतु होने से प्रायः मन अशांत रहेगा तथा नकारात्मकता की भावना में वृद्धि होगी। जिससे समय–समय पर आर्थिक स्थिति को लेकर चिंतित रहेगें। सूर्य–शुक्र शनि की प्रतियुति के कारण तनाव विवाद, चोट–चपेट जनित समस्याओं से ग्रसित रह सकते हैं। भौतिक सुख–सुविधाओं के के लिए विशेष प्रयास करना पड़ सकता है। कोई भी महत्वपूर्ण निर्णय लेने से पूर्व विशेष सोच–विचार अवश्य करें। शिक्षा परीक्षा प्रतियोगिता के क्षेत्र में गतिरोध पूर्ण सफ़लता मिल सकती है। राजनैतिक क्षेत्र से जुडे व्यक्ति को मंगल राहु की शान्ति उपरान्त सफलता के आसार बन सकते हैं। लाभ भाव में मंगल राहु बुध का संयोग इस वर्ष आपको अचानक राजयोग या उच्च पद दे सकता है। यदि आप खिलाड़ी, कलाकार हों तो यह वर्ष आपके लिए अनुकूल हैं। किसी भी वाद–विवाद में उलझना आपके लिए अहितकर हो सकता है। पुत्र व स्त्रीके स्वास्थ्य को लेकर अचानक अपव्यय भी हो सकता है। क्रय विक्रय के व्यापार में सूझबूझ के अभाव एवं लापरवाही से आर्थिक स्थिति के मार्ग में बाधाएं महसूस हो सकती हैं।

वृषभ :–ई–उ–ए, ओ–वा–वी–वू, वे–वो

इस वर्ष आपकी राशि में लग्नेश शुक्र लग्न एवं षष्ठ भाव के स्वामी होकर शुक्र लाभ भाव में गुरू की राशि मीन में सूर्य शनि के साथ प्रतियुति होने के साथ ही गुरू धन भाव में विचरण करने से इस वर्ष के प्रारंभ में आर्थिक हालात सामान्य बने रहेगें। कार्य व्यवसाय में सूझबूझ से किए प्रयास सार्थक होंगे। दाम्पत्य जीवन में सुख–शान्ति मधुरता समरसता बनी रहेगी। परंतु जीवन साथी के स्वास्थ्य को लेकर यदा कदा चिंता भी रहेगी। स्वास्थ्य की दृष्टि से यह वर्ष सामान्य रहेगा। अविवाहितों को विवाह सम्पादन से संबन्धित प्रयासों में सफलता मिल सकती है। यदि कार्य–व्यवसाय के विस्तार की योजना हो तो पूर्ण मंथन अवश्य करें। राजनैतिक क्षेत्र में अचानक कोई विशेष पदमान की प्राप्ति हो सकती है। शिक्षा परीक्षा प्रतियोगिता में सामान्य सफलता के आसार हैं। यदि आप किसी ट्रेडिंग के कारोबारी हैं तो समय–समय पर अनुकूलता का ध्यान रखते हुए दूर संचार मीडिया, सूचना प्रोद्यौगिकी क्षेत्र की कम्पनियों, फार्मा, बैंक, ऑटो मोबाईल, सीमेंट, ईस्पात, विद्युत एवं धातुओं के शेयरों में दीर्घकालिक निवेश पर सोच सकते हैं। आर्थिक स्थिति अनुकूल रहेगी। विविध स्त्रोत से अर्थ लाभ के अवसर प्राप्त होगें। नौकरी क्षेत्र में उच्चअधिकारियों का सहयोग समर्थन प्राप्त रहेगा। पारिवारिक दायित्व निर्वहन में सहजता के साथ ही आपसी मधुरता बढ़ेगी, परिवार में पुत्र रत्न, वाहन, भूमि भवन प्राप्ति योग भी संभव है।

मिथुन :–का–की, कु–घ–ङ–छ, के–को–ह

इस वर्ष आपकी राशि में लग्नेश बुध लग्न एवं सुख भाव के स्वामी होकर, बुध शनि की राशि कुंभ में, भाग्य भाव में यह मंगल राहु के साथ प्रतियुति करेगें। गुरू लग्न में तथा दशम भाव के गुरू मीन राशि के अन्तर्गत यह सूर्य, शुक्र, शनि के साथ सुफल स्थिति में चलेगें। जिससे इस वर्ष स्वास्थ्य की दृष्टि से यह समय फलकारक रहेगा। कार्य व्यवसाय में आशानुरूप धन की प्राप्ति होती रहेगी। व्यापार विस्तार की यदि योजना हो तो इसमें सफलता मिल सकती है। नकारात्मक सोच विचार त्याग सकें तो सामयिक कार्यों में सफलता की ओर अग्रसर होंगे। महत्वपूर्ण निर्णयों के पूर्व गहन विचार आवश्यक है। भौतिक सुख संसाधनों की उपलब्धता भी बढ़ेगी। सामाजिक–राजनैतिक व्यक्तियों के लिए यह वर्ष प्रभावपूर्ण रहेगा। लोक सेवा को ध्यान में रखकर किया गया कार्य आपके लिए सुखपूर्ण रहेगा। नौकरी करने वालों को अपने निकटतम अधिकारियों से समय–समय पर समर्थन प्राप्त होता रहेगा। संतान के स्वास्थ्य की दृष्टि से सावधान रहना होगा।

कर्क :– ही, हू–हे–हो–डा, डी–डू–डे–डो

इस वर्ष आपकी राशि में लग्नेश चन्द्रमा अपनी राशि कर्कमें मंगल बुध राहु अष्टम भाव में तथा भाग्य भाव में सूर्य शुक्र शनि मीन राशि में भ्रमणशील रहेंगे। जबकि गुरू षष्ठ एवं भाग्य भाव के स्वामी होकर व्यय भाव में बुध की राशि मिथुन में भ्रमणशील रहेंगे। जो शुभाशुभ फल कारक रहेंगे। जिससे यह वर्ष मिला जुला प्रभावकारी रहेगा। स्वास्थ्य के प्रति सावधानी अपेक्षित है। मंगल बुध राहु के कूप्रभाव से समय–समय पर शारीरिक स्वास्थ्य एवं मानसिक उलझनों के कारण परेशानी अनुभव करेंगे। गंभीर बीमारियों से ग्रस्त व्यक्तियों को विशेष सतर्क रहना चाहिये। वैवाहिक जीवन के साथ ही परिवारिक जीवन दायित्व निर्वहन में कठिनाई महसूस होंगी। आर्थिक हालात अस्थिर और अशान्त बन सकते हैं। आमदनी कम और खर्च में अधिकता से परेशान रहेंगे। सामाजिक, राजनैतिक व्यक्तियों के लिए असहयोग की भावना मुखर हो सकती है। यदि आप ट्रेडिंग में निवेश करते हैं तो इसमें अधिकतर सौदे अहितकर हो सकते हैं। नौकरी पेशा लोगों को अपने दायित्व का ईमानदारी से निर्वहन करना होगा। महिलाओं के लिए यह वर्ष सामान्यतः उत्साह वर्धक रहेगा। मंगल बुध राहु की प्रतियुति के कुप्रभाव से समय–समय पर शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक उलझनों के कारण परेशानी भी होगी। मंगल बुध राहु की प्रतियुति के कुप्रभाव से घटना–दुर्घटना हो सकती है। बेवजह की भाग दौड़ और भोजन की अनियमितता से उदर विकार, अनिद्रा, रक्तचाप, वात पित्त से संबन्धित कष्ट हो सकते हैं। यदि आप खिलाड़ी, संगीतकार, वादक, फिल्म कलाकार है तो परिश्रम के अनुरूप सफलता नहीं मिल पायेगी। आर्थिक लेन देन में विश्वास घात हो सकता है। राज्य कर्मचारी एवं राजनेताओं को दायित्व निर्वहन में लापरवाही हानि का कारण बन सकती है।

सिंह :– मा–मी–मू–मे, मो–टा–टी–टू, टे

इस वर्ष शनि की ढैय्या चल रही है। इस राशि के लग्नेश अष्टम भाव में गुरू की राशि मीन में शुक्र शनि के साथ प्रतियुति करेंगे। जबकि मंगल बुध राहु सप्तमभाव में प्रतियुति करेंगे। गुरू पंचम एवं अष्टम भाव के स्वामी होकर लाभ भाव में विचरण करेंगे। जिससे वर्ष शुभाशुभ मिश्रित फल कारक रहेगा। स्वास्थ्य कमजोर रहेगा। रक्तचाप, प्रमेह, कमरदर्द, नस नाड़ी, वात पित्त आदि रोगों से कष्ट हो सकता है। कार्य व्यवसाय में सामान्य लाभ की अपेक्षा की जा सकती है। वैवाहिक जीवन में समरसता, मधुरता स्वयं के विवेक पर निर्भर होगी। अविवाहितों के विवाह में कुछ बाधाएं रहेंगी। फिर भी मंगलागौरी की आराधना से सफलता मिल सकती है। शिक्षा, परीक्षा, प्रतियोगिता के प्रयासों में विशेष परिश्रम से सफलता प्राप्त हो सकती है। व्यापार एवं राजकार्य सुचारू रूप से चलते रहेंगे। अधूरे कार्य पूरे हो सकते है। अचानक दूर दराज की यात्रा भी हो सकती है। कला प्रेमी, अभिनेता, राजनेता या कुशल खिलाड़ी हैं तो इस वर्ष आपको सफलता अवश्य प्राप्त हो सकती है। भूमि भवन, वाहन आदि से संबन्धित क्रय–विक्रय में सावधानी रखें। सामाजिक, राजनैतिक व्यक्ति गुटबाजी से बचते हुए अपनी पृष्ठभूमि को मजबूत करने का प्रयास जारी रखें। उच्च शिक्षा विशेषतः तकनीकि क्षेत्र में जुडे जातकों को सुअवसर प्राप्त होंगे। माता–पिता की बीमारी में धन खर्च हो सकता है।

कन्या :– टो–प (प्र)–पी,पू–ष–ण–ठ, पे–पो

इस वर्ष आपकी राशि में बुध लग्न और दशम भाव के स्वामी होकर लग्नेश बुध षष्ठम भाव में मंगल राहु के साथ कुंभ राशि में प्रतियुति करेंगे। जो शुभाशुभ फलकारक रहेगें। गुरू चतुर्थ भाव एवं सप्तम भाव के स्वामी होकर गुरू दशम भाव में विचरण करेंगे। जो शुभफल कारक रहेंगे। वही शुक्र द्वितीय भाव एवं भाग्य भाव के स्वामी होकर शुक्र शत्रु गुरू की राशि मीन में सप्तम भाव में यह सूर्य शनि के साथ प्रतियुति करेगें। राहु केतु षष्ठ भाव एवं व्यय भाव में विचरण से इस वर्ष आपको सावधानी पूर्वक काम करना होगा। स्वास्थ्य अनुकूल होते हुए भी समय समय पर आँख, नाक, गला, उदर विकार, वायु विकार, नस नाड़ी एवं रक्त चाप, प्रमेह आदि रोगों का प्रकोप शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करेगा। अच्छा व्यवहार एवं कार्य कुशलता आपकी जीवन शैली को निर्धारित करेगा। हालांकि कार्य व्यवसाय में बुद्धि, चातुर्य से धन की प्राप्ति होती रहेगी। सामाजिक, राजनैतिक अनुकूल रहेगी, राजनैतिक क्षेत्र में कोई पद प्रयास में गतिरोध पूर्ण सफलता मिल सकती है। सप्तम भाव सूर्य शुक्र शनि की प्रतियुति वैवाहिक जीवन केलिए शुभाशुभ फलकारक रहेंगे। कभी कभी जीवन साथी के स्वास्थ्य को लेकर कुछ चिंता जनक स्थिति बन सकती है। विद्यार्थियों को अपने लक्ष्य की प्राप्ति के विशेष प्रयास करने चाहिये। संतान पक्ष से सुखद अनुभूति प्राप्त होगी। अनावश्यक वाद विवाद से बचें। आधे–अधूरे कार्य पूरे हो सकते हैं। अचानक दूरस्थ यात्रा भी संभावित है।

तुला :– रा–री, रू–रे–रो–ता, ती–तू–ते

इस वर्ष आपकी राशि में शुक्र लग्न एवं अष्टम भाव के स्वामी होकर शुक्र षष्ठ भाव में मीन राशि में यह सूर्य शनि के साथ प्रतियुति करेंगे। जबकि मंगल, बुध, राहु पंचम भाव में शनि की राशि में विचरण करेगें। जो शुभाशुभ फल कारक रहेगें। गुरू तृतीय एवं षष्ठ भाव के स्वामी होकर यह बुध की राशि मिथुन में भाग्य भाव में भ्रमणशील रहेगें। जिससे यह वर्ष मिश्रित फलकारक रहेगा। प्रमेह, रक्त चाप, – मूत्र विकार, नस नाडी, वात पित्त रोग या हृदय रोग के साथ–साथ पेट से संबन्धित छोटा–बड़ा कष्ट हो सकता है। मंगल कुछ अमंगल स्थिति में चलने से कुछ घटना–दुर्घटना भी हो सकती है। कार्य व्यवसाय में सामान्य लाभ की अपेक्षा की जा सकती है। यदि आप किसी ट्रेडिंग के कारोबारी है तो इस वर्ष सावधानी से काम करने पर कुछ लाभ की अपेक्षा की जा सकती है। दाम्पत्य जीवन में सुख शान्ति मधुरता समरसता स्वयं विवेक पर निर्भर होगी। शिक्षा परीक्षा प्रतियोगिता के प्रयासों में विशेष परिश्रम के अल्प सफलता की सम्भावना रहेगी। वैचारिक दृढता यदा कदा निर्णय को प्रभावित करेगा। सामाजिक, राजनैतिक व्यक्तियों की लोकप्रियता बढ़ेगी। अपवाद जनक स्थितियों से बचने का प्रयास करना चाहियें अन्यथा स्थितियां तिल का ताड़ बन सकती है। मानसिक शारीरिक अथवा कार्य व्यवसाय में शिथिलता को जन्म देती रहेगी। अत: किसी भी आर्थिक निवेश में सूझबूझ की आवश्यकता होगी। महिलाओं के लिए यह वर्ष सामान्य रूप से मिला जुला प्रभावकारी रहेगा। वर्ष के उत्तरार्द्ध में स्त्री–संतान के अकार्य से मान हानि भी हो सकती है।

वृश्चिक :– तो, ना–नी–नू–ने, नो–या–यी–यू

इस वर्ष आपकी राशि में लग्नेश मंगल लग्न एवं षष्ठ भाव के स्वामी होकर चतुर्थ भाव में शत्रु शनि की राशि कुंभ में यह बुध राहु के साथ प्रतियुति करेगें। वहीं गुरू धन भाव एवं पंचम भाव के स्वामी होकर गुरू बुध की राशि मिथुन में अष्टमभाव में शुभाशुभ फल कारक रहेगें। शुक्र सप्तम भाव एवं व्यय भाव के स्वामी होकर सूर्य शनि के साथ प्रतियुति जिससे आर्थिक हालात अस्थिर स्थिति में चलेगी। जिससे कार्य व्यवसाय में गतिरोध पूर्ण सफलता मिलती रहेगी। ट्रेडिंग निवेश अहितकर हो सकता है। जीवन साथी के स्वास्थ्य को लेकर चिंता हो सकती है। जीवन चर्या में अनियमितता अनेक रोगों से ग्रस्त कर सकती है। सामाजिक व्यक्तियों को व्यवहारिक पक्ष को मजबूत बनाकर चलना पड़ेगा। पारिवारिक अपेक्षाओं की पूर्ति हेतु यदा कदा व्यय अधिक होने से मानसिक परेशानियों में वृद्धि हो सकती है। समय समय पर धार्मिक अनुष्ठान पूजा पाठ अवश्य करवाते रहें। किसी भी वाद विवाद में उलझना अहितकर हो सकता है। कार्य व्यवसाय में आमदनी – कम एवं खर्च अधिक रहेगा। नौकरी–व्यवसाय में गतिरोध रहेगा। स्वास्थ्य के प्रति सावधानी अपेक्षित है। निरर्थक भाग दौड से परेशानी अनुभव करेगें। पारिवारिक मतभेद भी उत्पन्न हो सकते है। नौकरी में अचानक स्थानान्तरण भी हो सकता है। शिक्षा परीक्षा–प्रतियोगिता में भी परिश्रम के अनुकूल सफलता की संभावना कम रहेगी।

धनु :– ये–यो–भ–भी, भू–ध–फ–ढ, भे

वर्षारम्भ से आपकी राशि पर शनि की ढैय्या चल रही है। आपकी राशि में लग्नेश गुरू लग्न एवं चतुर्थ भाव के स्वामी होकर गुरू बुध की राशि मिथुन में सप्तम भाव में विचरण करेगें। जो शुभ फलदायी रहेगें। शुक्र षष्ठ एवं लाभ भाव के स्वामी होकर चतुर्थ – भाव सूर्य शनि के साथ प्रतियुति करेगे। बुध सप्तम एवं दशम भाव के स्वामी होकर इस लग्न कुण्डली में तृतीय भाव कुंभ में यह मंगल राहु के साथ प्रतियुति करेगें। जो शुभा शुभ फल कारक रहेंगे। फलत: ग्रहीय चाल के अनुसार इस वर्ष स्वास्थ्य दृष्टि से सामान्य शुभफल कारक रहेगा। कार्य व्यवसाय की दृष्टि से भी यह वर्ष लाभकारी रहेगा। आर्थिक स्थिति में स्थिरता दिखाई देगी। कार्य व्यवसाय विस्तार योजना में भी प्रयास करने पर सफलता मिल सकती है। परिवार में मंगल कार्य होंगे। जीवन साथी से सुख सहयोग की भावना मुखर होगी। विद्यार्थियों के लिए यह वर्ष सफलता सूचक रहेगा। अनैतिक कार्य या सट्टे लॉटरी, अन्य जोखिम पूर्ण कार्य से धन की प्राप्ति हो सकती है। संतान की ओर से अचानक वैचारिक मतभेद जैसी स्थिति पैदा हो सकती है। नौकरी में अचानक पदोन्नति के साथ साथ अनुकूल स्थानांतरण का लाभ भी प्राप्त हो सकता है। यदि आप राजनेता या अभिनेता, कलाकार हैं तो इस वर्ष अपने प्रयासों में सफलता होंगे। यदि आप प्रशासनिक अधिकारी है तो आपके कार्य कुशलता से प्रभावित होकर संभावित मंत्रालय द्वारा प्रशंसा या पद वृद्धि की अनुशंसा की जा सकती है। अचानक परिवार सहित दूर दराज की तीर्थयात्रा भी संभव है। इस वर्ष कुण्डली में मंगल पंचम व्यय भाव के स्वामी होकर मंगल अमंगल कारक स्थिति में चलने से वाहन शत्रु से कुछ परेशानी अनुभव करेंगे। आध्यात्म के प्रति आस्थावान बनने से सकारात्मक स्थिति बन सकती है।

मकर:– भो–जा–जी, खी–खू–खे, खो,ग–गी

इस वर्ष लग्नेश शनि लग्न एवं धन भाव के स्वामी होकर शनि तृतीय भाव गुरू की राशि मीन में यह सूर्य शुक्र के साथ प्रतियुति शुभाशुभ फलकारक रहेगे। गुरू तृतीय एवं व्यय भाव के स्वामी होकर षष्ठ भाव में मिथुन राशि में विचरण करेगें। जो शुभाशुभ फलकारक रहेगें। शुक्र पंचमी एवं दशम भाव के स्वामी होकर तृतीय भाव गुरू की राशि मीन में सूर्य शनि के साथ शुभाशुभ फल कारक रहेंगे। मंगल चतुर्थ एवं लाभ भाव के स्वामी होकर धन भाव में बुध राहु के साथ प्रतियुति शुभाशुभ फल कारक रहेगें। ग्रहों की स्थिति इस वर्ष आपकी राशि कमजोर स्थिति में चलने से इस वर्ष पर्यन्त संचरण आपकी कुछ न कुछ समस्याओं को जन्म देता रहेगा। अपने कार्य का तौर तरीकों में बदलाव करके समस्याओं का समाधान करें। स्वास्थ्य की दृष्टि से भी यह वर्ष कुछ कमजोर प्रतीत हो रहा है। जिससे पाचन तंत्र, बवासीर, नस नाड़ी, आंख, नाक, गला या चर्म रोग संबंधित छोटी बडी बीमारियां हो सकती हैं। सामाजिक कार्यो में गतिरोध पूर्ण सामान्य सफलता प्राप्त हो सकती है। आर्थिक हालात अस्थिर एवं अशांत बनी रहेंगे। आमदनी के स्त्रोत कमजोर होगें तथा व्यय की अधिकता रहेगी। भूमि–भवन, वाहन आदि का क्रय विक्रय सावधानी से करें। वैवाहिक जीवन में सामान्य सुख सहयोग की अपेक्षा की जा सकती है। अविवाहितों को विवाह के अनुकूल अवसर प्राप्त हो सकते हैं। परिवार में पुत्र रत्न की प्राप्ति हो सकती है। सामाजिक, राजनैतिक क्षेत्र में लोकप्रियता बढ़ेगी। भौतिक तथा आध्यात्मिक अनुसारण से विपरीत परिस्थियों में भी सत्य मार्ग की प्राप्ति हो सकती है।

कुंभ :– गु–गे, गो–सा–सी–सू, से–सो–द

ग्रहीय गणना के अनुसार शनि की साढ़ेसाती चल रही है। इस वर्ष लग्नेश शनि लग्न एवं व्यय भाव के स्वामी होकर धन भाव में गुरू की राशि मीन में शनि सूर्य शुक्र के साथ प्रतियुति होने से शुभा शुभफल कारक रहेगें। वही मंगल तृतीय एवं दशम भाव के स्वामी होकर लग्न में यह चन्द्र, बुध, राहु के साथ प्रतियुति करेगे। गुरू धन भाव एवं लाभ भाव के स्वामी होकर गुरू पंचम भाव में मिथुन राशि में शुभाशुभ फलकारक रहेगें। जिससे इस वर्ष स्वास्थ्य की दृष्टि से सामान्य शुभफल कारक रहेगा। कार्य व्यवसाय की दृष्टि में सफलता के आसार अनकूल रह सकते हैं। आर्थिक स्थिति में थोड़ा उतार चढ़ाव पूर्ण संतोष जनक रहेगी। परंतु व्यय भाव के स्वामी शनि होने से माता–पिता या जीवन साथी के स्वास्थ्य को लेकर कुछ धन अपव्यय भी हो सकता है। वैवाहिक जीवन में हांलाकि सुख सहयोग का अभाव महसूस होगा। अविवाहितों के विवाह सम्पादन में सप्तम भाव गतिरोध उत्पन्न करेगा। जिससे जीवन साथी के चुनाव में विलम्ब हो सकता है। शिक्षा, परीक्षा, प्रतियोगिता के क्षेत्र में इस वर्ष प्रयास करने पर सफलता मिल सकती है। परिवार में वैचारिक मतभदे की स्थिति बन सकती है। संतान प्राप्ति की प्रबल संभावना है। राजनेता, अभिनेता, कलाप्रेमी, कलाकार हैं तो इस वर्ष उच्चस्तरीय सफलता प्राप्त हो सकती है। साथ ही प्रतिष्ठित अवार्ड भी प्राप्त हो सकते हैं। संतान द्वारा समाज में प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। नौकरी में पद वृद्धि की संभावना भी बन सकती है। इस वर्ष सुदूर धार्मिक एवं व्यापारिक यात्रा लाभकारी हो सकती है।

मीन :– दी, दू–थ–झ ञ, दे–दो–चा–ची

ग्रहीय गणना अनुसार शनि की साढ़ेसाती चल रही है। लग्नेश गुरू लग्न एवं दशम भाव के स्वामी होकर चतुर्थ भाव में मिथुन राशि में शुभफल स्थिति में चलेगें। शुक्र तृतीय एवं अष्टम भाव के स्वामी होकर लग्न में सूर्य शनि के साथ प्रतियुति शुभाशुभ फल कारक रहेगें। शनि लाभ भाव एवं व्यय भाव के स्वामी होकर लग्न में यह सूर्य शुक्र के साथ प्रतियुति होने से शुभाशुभ फलकारक रहेंगे। बुध चतुर्थ एवं सप्तम भाव के स्वामी होकर व्यय भाव में शुभाशुभ फल कारक रहेगें। मंगल धन भाव एवं नवम भाव के स्वामी होकर व्यय भाव में बुध राहु के साथ प्रतियुति शुभाशुभ फल करक रहेगें। अचानक व्यापार विस्तार की योजना भी फलीभूत हो सकती है। नौकरी पेशा को संबन्धित अधिकारियों की अनुकूलता एवं सहयोग प्राप्त होगा। भौतिक सुख प्राप्ति हेतु अनावश्यक धन खर्च भी हो सकता है। वैवाहिक जीवन में सुख शान्ति सहयोग मधुरता समरसता स्वयं के विवेक पर निर्भर करेगी। अविवाहितों के विवाह सम्पादन में अनायास गतिरोध है। संतान पक्ष से कुछ सुखद समाचार तथा शिक्षा, परीक्षा, प्रतियोगिता में सफलता से परिवार में खुशी का वातावरण रहेगा। भूमि, भवन, वाहन, संतान से संबन्धित प्रयासों में भी सफलता मिल सकती है। माता पिता एवं पत्नि के स्वास्थ्य के प्रति सावधानी अपेक्षित है।

प्रत्यूष

बाजरे के लड्डू-बाटी और मिर्च टिपोरे

राजस्थान की दाल-बाटी और चूरमा का तो स्वाद ही निराला। सर्दी के सीजन में यदि बाजरे के लड्डू-बाटी, चटपटी दाल और मिर्च टिपोरे के साथ थाली में सजकर आए तो कहना ही क्या? आप भी घर में बनाएं। इसका जायका कभी भूल नहीं पाएंगे।

ऋतु दुग्गल

बाजरा बाटी

क्या चाहिए– बाटी के लिए–बाजरे का आटा–3 कटोरी, बेसन–1 कटोरी, नमक 1/4 चम्मच, पापड़ खार 1/4 छोटा चम्मच, अजवायन–1/2 चम्मच, गुनगुना घी–3 छोटे चम्मच।

ऐसे बनाए: एक बर्तन में बाजरे का आटा, बेसन, नमक, अजवायन, पापड़ खार और घी डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। आवश्यकता के अनुसार पानी डालते हुए आटा गूंध लें। आटे की 8 लोइयां बना लें। बाटी ओवन को पहले से गर्म कर लें। बाटी को 20–25 मिनट तक सेकें। गर्म बाटी को तोड़कर ऊपर से घी डालें।

चटपटी दाल

क्या चाहिए– दाल के लिए मिली–जुली दाल–1 कटोरी, नमक–स्वादानुसार, हल्दी पाउडर–1/4 छोटा चम्मच, पानी–4 कटोरी।

तड़के के लिए

घी–1 बड़ा चम्मच, जीरा–1/2 छोटा चम्मच, लहसुन का पेस्ट–2 छोटे चम्मच, टमाटर – 3 कटे हुए, हरी मिर्च–1 कटी हुई, कीसी हुई अदरक 1/2 छोटा चम्मच, प्यार–1 छोटे आकार का कटा हुआ, लाल मिर्च पाउडर 3/4 छोटा चम्मच, धनिया पाउडर–2 छोटे चम्मच, धनिया पाउडर–2 छोटे चम्मच, नींबू का रस–2 बड़े चम्मच।

ऐसे बनाएं: दाल को आधे घंटे के लिए पानी में भिगोकर रखें। इसमें नमक और हल्दी पाडउर मिलाकर कुकर में 3 सीटी आने तक पकाएं। तड़के के लिए कड़ाही में घी, गर्म करके जीरा तड़काएं। प्याज डालकर हल्का भूनें। अब लहसुन, हरी मिर्च, टमाटर, अदरक, लाल मिर्च पाउडर और धनिया पाउडर डालकर मसाला भूनें। इसमें दाल मिलाएं और उबाल आने तक पकाएं। अंत में गैस बंद करके नीबूं का रस मिलाएं। गर्मागर्म दाल के साथ बाजरा बाटी परोसें।

बाजरा लड्डू

क्या चाहिए– बाजरे का आटा 1 कटोरी, बेसन 1/2 कटोरी, गुड पाउडर 1/4 कटोरी, घी 3 छोटे चम्मच।

ऐसे बनाएं– बाजरे के आटे और बेसन में घी डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। पानी डालकर आटे को गूंध लें। फिर दो लोई बनाकर बाटी के साथ हीओवन में सकें लें। बाटी सेंकने के बाद इसे पीस लें। फिर इसमें गुड़ पाउडर मिलाकर लड्डू बना लें।

मिर्च टिपोरे

क्या चाहिए– बड़ी–मोटी हरी मिर्च–10, लाल मिर्च पाउडर 1/2 छोटा चम्मच, सौंफ–1/2 छोटा चम्मच, हींग 1/4 छोटा चम्मच, हल्दी पाउडर 1/4 छोटा चम्मच, नींबू का रस – 2 छोटे चम्मच, तेल–1 छोटा चम्मच।

ऐसे बनाएं: मिर्च का गोल काट लें। कड़ाही में तेल गर्म करके सौंफ और हींग भूनें। फिर कटी हुई मिर्च, नमक, हल्दी पाउडर और लाल मिर्च पाउडर मिलाएं। एक मिनट पकाएं और फिर नींबू का रस मिलाएं। मिर्चके टिपोरे तैयार हैं। दाल और बाटी के साथ मिर्च के टिपोरे और चूरमा लड्डू रखें।

बाजरे की खोबा रोटी और पालक भुरजी

क्या चाहिए: खोबा रोटी– बाजरे का आटा जरुरत के मुताबिक, लाल मिर्च आटे के अनुपात में, जीरा, हरी मिर्च, हरा धनिया, घी, पालक

भुरजी– पालक बारीक कटा 2–3 कप, प्याज मोटे टुकड़ों में कटा 1 कप, बारीक कटे अदरक, हरी मिर्च, टमाटर लाल मिर्च, हल्दी, धनिया पाउडर, गरम मसाला, हींग, मिर्च कुट्टा–हरी मिर्च 5–6, लाल मिर्च 2–3, कलौंजी, जीरा, राई, सौंफ, दानामैथी, हींग, धनिया, हल्दी, गरम मसाला, दही, नींबू का रस।

ऐसे बनाएं: बाजरे के आटे में घी छोड़कर अन्य सामग्री मिला गुनगुने पानी से आटा गूंथ लें। भारी तवे को गर्म कर रोटी सेंके। पलटकर एक ओर से गोंद दें। गोदने वाली तरफ अच्छी तरह घी लगा दें।

भुरजी: कढ़ाही में घी गरम कर हींग, जीरे का छोंक देकर टमाटर डालकर भूनें। अदरक, हरी मिर्च, नमक, प्याज डालकर भूनें। दो मिनट बाद पालक डालें। पालक के नरम होने पर सब मसाले डालकर पका लें।

सलाह: इस राजस्थानी बाजरा थाली में छाछ शामिल करें, जिससे खाना पचाने में आसानी होगी।

प्रत्यूष समाचार

डीपीएस की अनन्या राज्य स्तर पर पुरस्कृत

उदयपुर। पावर ग्रिड कॉरपोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड के निर्देशन में ऊर्जा मंत्रालय भारत सरकार द्वारा विद्यालयी छात्रों को ऊर्जा संरक्षण के प्रति संवेदनशील और जागरूक बनाने के उद्धेश्य से ऊर्जा संरक्षण 2025 पेंटिंग प्रतियोगिता का आयोजन जयपुर में किया गया। जिसमें दिल्ली पब्लिक स्कूल, उदयपुर की कक्षा 5 से 7 के ग्रुप ए में कक्षा 6 की अनन्या अग्रवाल व

लविषा लोहाड़िया का तथा कक्षा 8 से 10 के ग्रुप बी में कक्षा 8 की अलीशा मोंडण्ल व पुलकित आमेटा का राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में चयन हुआ। इस प्रतियोगिता में अनन्या अग्रवाल को सुंदर कलाकृति में सांत्वना पुरस्कार प्राप्त हुआ। प्राचार्य संजय नरवरिया तथा उपप्राचार्य राजेश धाभाई ने सभी प्रतियोगियों तथा विजेता को बधाई दीं।

जितेन्द्र जैन बार एसोसिएशन के अध्यक्ष निर्वाचित

उदयपुर। बार एसोसिएशन उदयपुर की नई कार्यकारिणी के चुनाव संपन्न हुए। जिसमें अध्यक्ष पद पर एडवोकेट जीतेंद्र जैन ने 733 मतों से जीत हासिल की । जैन ने अपने निकटतम प्रतिद्वंदी सत्येन्द्र सिंह सांखला को हराया। जैन को निर्वाचित होते ही अधिवक्ताओं ने फूलों की मालाओं से लाद दिया। उपाध्यक्ष पद पर महेंद्र मेनारिया ने 694 वोटों से जीत दर्ज की। महासचिव लोकेश गुर्जर 471 वोटों, सचिव पद पर आशीष कोठारी ने 287 वोटों, पुस्तकालय सचिव पद पर विनोद औदीच्य ने 380 वोटों और वित्त सचिव पद पर धर्मेंद्र सोनी ने कांटे की टक्कर में 4 वोटों से जीत दर्ज की है। सभी विजेताओं का अधिवक्ताओं ने स्वागत किया। मिठाइयां बांटकर खुशी जाहिर की।

बसन्तीलाल धींग अतिथि निवास का लोकार्पण

उदयपुर, उदयपुर मार्बल एसोसिएशन परिसर में नव निर्मित बसन्तीलाल धींग अतिथि भवन का लोकार्पण गत दिनों सम्पन्न हुआ। अध्यक्ष पंकज गंगावत ने बताया कि एमएसएमई सिडबी, जिला उद्योग केन्द्र, रीको व श्रम विभाग के अधिकारियों के साथ नियमित बैठकों तथा व्यापारियों के सामाजिक कार्यक्रमों के लिए अलग सभागार की आवश्यकता को देखते हुए यह भवन तैयार किया गया है। भवन का लोकार्पण कनक धींग, डॉ. अमित धींग और आशीष धींग ने किया, जिन्होंने निर्माण में आंशिक आर्थिक सहयोग दिया। इस अवसर पर डॉ. अमित धींग ने घोषणा की कि उदयपुर मार्बल मंडी के निर्धन मजदूरों का नि:शुल्क उपचार और मार्बल व्यापारियों का उपचार प्राथमिकता से किया जाएगा।

प्रेरणा दिवस पर रक्तदान

उदयपुर। दैनिक भास्कर समूह ने गत दिनों अपने चेयरमैन स्व. रमेशचन्द्र अग्रवाल का 81 वां जन्म दिन प्रेरणा दिवस के रूप में मनाया। उदयपुर सहित देश के 210 शहरों में रक्तदान शिविर लगाए गए। उदयपुर में रक्तदान शिविर फील्ड क्लब परिसर में लगा। जिसमें 145 यूनिट रक्त संग्रहित किया गया। इस रक्तदान शिविर में पं. जनार्दन राय नागर डीम्ड टू-बी यूनिवर्सिटी के कुलपति व बीएन संस्थान के कार्यकारी अध्यक्ष प्रो. (कर्नल) एसएस सारंगदेवोत, राजस्थान सिंधी अकादमी के पूर्व अध्यक्ष हरीश राजानी, फील्ड क्लब के सचिव उमेश मनवानी, उपाध्यक्ष भूपेंद्र श्रीमाली, सिंघानिया लॉ कॉलेज के निदेशक डॉ. अशोक आचार्य, सरस्वती कॉलेज ऑफ नर्सिंग के निदेशक गिरीश शर्मा, जैकब आबाद सिंधी पंचायत के महासचिव, राजेश चुघ, राजस्थान विद्यापीठ के पीआरओ के.के. कुमावत की विशेष सक्रियता रही।

पानेरी को डॉ. रामप्रसाद दाधीच साहित्य सम्मान

उदयपुर। अंतर प्रांतीय कुमार साहित्य परिषद की ओर से युवा कथाकार डॉ. ममता पानेरी को उनके कहानी-संग्रह वास्तव पर डॉ. रामप्रसाद दाधीच प्रसाद साहित्य सम्मान प्रदान किया गया। उन्हें सम्मान राशि 11 हजार नकद, प्रशस्ति पत्र, शॉल एवं श्रीफल भेंट किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता कथाकार हबीब कैफी ने की। उन्होंने कहा कि पहली ही पुस्तक पर मिला सम्मान किसी भी लेखक के लिए बड़ी उपलब्धि है। मुख्य अतिथि वरिष्ठ कथाकार सुषमा चौहान ने वास्तव की कहानियों को समाज की विद्रूपताओं और संवादहीनता के प्रभाव को प्रभावशाली ढंग से उठाने वाला बताया। डॉ. ममता पानेरी ने कहानी लेखन प्रक्रिया पर बात करते हुए अपनी कहानी नवधा का वाचन किया।

पारस हेल्थ के ऑर्थोपेडिक्स विभाग का विस्तार

उदयपुर। दक्षिणी राजस्थान में पारस हेल्थ उदयपुर ने एडवांस्ड मस्कुलोस्केलेटल केयर को मजबूत करने के लिए ऑर्थोपेडिक्स विभाग का विस्तार किया। इन नई सेवाओं का नेतृत्व वरिष्ठ ऑर्थोपेडिक विशेषज्ञ डॉ. सी.के.आमेटा करेंगे, जिन्हें डायरेक्टर और हेड ऑफ डिपार्टमेंट के रूप में नियुक्त किया गया है। फैसिलिटी डायरेक्टर डॉ. प्रसून कुमार ने कहा कि इस पहल का उद्धेश्य उदयपुर और आसपास के क्षेत्रों के मरीजों को एडवांस्ड, प्रोटोकॉल ड्रिवन मस्कुलोस्केलेटल केयर उपलब्ध कराना है। इसके

तहत अस्पताल ने ऑर्थोपेडिक इलाज को अधिक स्ट्रक्चर्ड, मल्टी डिसिप्लिनरी और टेक्नोलॉजी-इनेबल्ड मॉडल पर पुनर्संगठित किया है। डॉ. आमेटा के नेतृत्व में मौजूदा सिस्टम को अपग्रेड किया जा रहा है, सेवाओं की क्षमता बढ़ाई जा रही है और रूटीन से लेकर जटिल ऑर्थोपेडिक मामलों तक के इलाज को अधिक प्रभावी बनाया जा रहा है। विभाग में डॉ. राहुल खन्ना, डॉ. आशीष सिंघल सहित अनुभवी विशेषज्ञों की टीम निरंतर सेवाएं दे रही है, जिससे जॉइंट रिप्लेसमेंट, ट्रोमा मैनेजमेंट, आर्थोस्कोपी, स्पोर्ट्स इंजरी केयर और स्पाइन सर्जरी जैसी सुविधाएं और मानकीकृत हो रही हैं।

पावर लिफ्टिंग इंडिया के उपाध्यक्ष बने विनोद साहू

उदयपुर। केरल के अलप्पुझा में पॉवर लिफ्टिंग इंडिया की हुई वार्षिक साधारण सभा में वर्ष 2025 से 2029 तक के लिए निर्विरोध चुनाव संपन्न हुए। इसमें राजस्थान पॉवर लिफ्टिंग संघ के आयोजन सचिव विनोद साहू को निर्विरोध उपाध्यक्ष चुना गया। राजस्थान पॉवर लिफ्टिंग संघ के अध्यक्ष दिनेश श्रीमाली ने बताया चुनाव में कर्नाटक के सतीशकुमार कुदरोली अध्यक्ष, केरल के अर्जुन अवार्डी पीजे जोसेफ महासचिव तथा छतीसगढ़ के कृष्णा साहू पुन: कोषाध्यक्ष चुने गए। सभा में विभिन्न समितियों का गठन हुआ, जिसमें विनोद साहू को वित्त समिति तथा रेफरी समिति का चेयरमैन नियुक्त किया गया।

श्रीमाली को दी भावांजलि

उदयपुर। प्रसंग संस्थान और वर्धमान महावीर खुला विश्व विद्यालय क्षेत्रीय केन्द्र की ओर से आयोजित कार्यक्रम में आकाशवाणी के पूर्व निदेशक इन्द्र प्रकाश श्रीमाली को भावांजलि दी गई। उनकी पुस्तक 'आकाशवाणी की अनुभव यात्रा' का लोकार्पण किया गया। मुख्य अतिथि गीतकार किशन दाधीच थे। अध्यक्षता वीएमओयू क्षेत्रीय निदेशक डॉ. रश्मि बोहरा ने की। आकाशवाणी कार्यक्रम अधिकारी विनोद शर्मा ने कहा कि श्रीमाली ने आदर्श उपस्थिति दर्ज की थी। रवि चतुर्वेदी ने पुस्तक को युवाओं के लिए महत्वपूर्ण बताया। रीना श्रीमाली की पुस्तक डॉ. प्रकाश आतुर के कृतित्व का अनुशीलन का भी लोकार्पण हुआ। प्रो. अरूण चतुर्वेदी, मंजू चतुर्वेदी, चन्द्रकान्ता बंसल, मधु अग्रवाल, मंजु त्रिपाठी, कौस्तुभ प्रकाश, कविता आतुर आदि भी उपस्थित थे।

एशियन पावरलिफ्टिंग में साहू ने जीते 2 रजत

उदयपुर। तुर्की के इस्तांबुल में एशियन सीनियर पावरलिफ्टिंग चैंपियनशिप में उदयपुर के अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ी गौरव साहू ने 59 किलोग्राम भार वर्ग में शानदार प्रदर्शन करते हुए दो रजत और एक ओवरऑल कांस्य पदक जीतकर भारत व राजस्थान का नाम रोशन किया। आयोजन सचिव विनोद साहू ने बताया कि गौरव ने स्क्वाट में 230 किग्रा में रजत, बेंच प्रेस में 112.5 किग्रा में रजत, डेडलिफ्ट में 232.5 किग्रा उठाते हुए कुल 575 किग्रा प्रदर्शन कर ओवरऑल कांस्य जीता। इस वर्ग में मंगोलिया ने स्वर्ण और रूस ने रजत जीता। गौरव इससे पहले एशियन सब.जूनियर व एशियन जूनियर प्रतियोगिताओं में भी पदक जीत चुके हैं।

चंडालिया की कविता नाइजीरिया में पुरस्कृत

उदयपुर। प्रो.हेमेंद्र चंडालिया की अंग्रेजी कविता एचिबे -द सोल ऑफ़ अफ्रीका को सोसाइटी ऑफ़ यंग नाइजीरियन राइटर्स ने पुरस्कृत किया है। नाइजीरिया के जाने माने लेखक चिनुआ एचिबे की स्मृति में सोसाइटी ऑफ़ यंग नाइजीरियन राइटर्स ने विश्व भर से कविता, निबंध और कहानियां आमंत्रित की थी। चिनुआ एचिबे लिटरेरी फेस्टिवल एंड मेमोरियल लेक्चर का आयोजन किया गया जिसमें दसवें चिनुआ एचिबे कविता एवं निबंध संग्रह एचिबे - एरोज ऑफ़ विजडम का चिनुआ एचिबे के गृह नगर अनाब्रा, नाइजीरिया में लोकार्पण किया गया। प्रो. चंडालिया की कविता का इस पुस्तक के लिए आउटस्टैंडिंग श्रेणी में चयन किया गया और आयोजकों द्वारा विशेष प्रमाण पत्र से सम्मानित किया गया।

विश्व दिव्यांग दिवस पर जागरूकता संदेश

उदयपुर। विद्या भवन स्कूल में विश्व दिव्यांग दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम हुआ। जिसमें अभिलाषा स्कूल, उदयपुर के छात्र अपनी प्रभारी रेखा सिंह एवं शिक्षकों के साथ शामिल हुए। मुख्य अतिथि विद्या भवन संस्थान के मुख्य संचालक राजेन्द्र भट्ट थे। प्रधानाचार्या विजयश्री यादव ने स्वागत किया। विद्या भवन सोसायटी के बोर्ड मेंबर पुष्पा शर्मा, गोपाल बम्ब और अरूण चतुर्वेदी भी उपस्थित रहे।

आमेटा समाज धर्मशाला का लोकार्पण

उदयपुर। शहर के समीप स्थित श्री झामेश्वर महादेव स्थित अखिल भारतीय आमेटा ब्राह्मण समाज धर्मशाला का लोकार्पण समारोह धूमधाम से हुआ। अध्यक्षता लाड आमेटा ब्रह्म संस्था उदयपुर के अध्यक्ष राजेश आमेटा ने की तथा मुख्य अतिथि गुप्तेश्वर महादेव मंदिर के तन्मय बन महाराज उपस्थित रहे। विशिष्ट अतिथियों में कृष्ण दत्त आमेटा, भंवरलाल गरडा, ललित शंकर, श्री भेरूलाल पाठक, श्याम लाल आमेटा, सोहनलाल चावंड, गिरीश उपाध्याय एवं अन्य सम्माननीय जन शामिल हुए। अतिथियों ने भगवान परशुराम की प्रतिमा पर माल्यार्पण व दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम की शुरूआत की। स्वागत उद्बोधन मुकेश आमेटा बंबोरी ने दिया।

कांग्रेस जिलाध्यक्ष मीणा, राठौड़ ने पदभार संभाला

उदयपुर। पिछले दिनों प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गोविन्द सिंह डोटासरा द्वारा पार्टी हाईकमान के निर्देशानुसार मनोनीत देहात जिलाध्यक्ष पूर्व सांसद रघुवीर सिंह मीणा एवं शहर जिलाध्यक्ष फतह सिंह राठौड़ ने समारोह पूर्वक कार्यभार संभाला। मीणा को पूर्व अध्यक्ष कचरूलाल चौधरी ने कार्यभार सौंपा जबकि राठौड़ दूसरी बार पद पर मनोनीत किए गए हैं। मीणा ने अपने राजनीतिक सफर का उल्लेख करते हुए कहा कि वे सरपंच विधायक, मंत्री, युवा कांग्रेस अध्यक्ष, पीसीसी उपाध्यक्ष, सांसद सदस्य और सीडब्ल्यूसी सदस्य जैसे विभिन्न दायित्वों का निर्वाह कर चुके हैं। उन्होंने कहा कि संगठन सृजन अभियान के तहत शीर्ष नेतृत्व ने यह स्पष्ट कर दिया है कि कांग्रेस में कोई भी पद बड़ा या छोटा नहीं होता। हर जिम्मेदारी को पूरी निष्ठा से निभाना ही संगठन धर्म है। शहर जिलाध्यक्ष राठौड़ के पद भार कार्यक्रम में अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के प्रवक्ता पवन खेड़ा ने कहा कि पूरे राजस्थान में 50 जिलाध्यक्षों में से सिर्फ तीन को दोबारा मौका मिला है, जिनमें फतह सिंह राठौड़ भी शामिल हैं। शीर्ष नेतृत्व का यह विश्वास उनकी कार्यशैली का प्रमाण है। नवनियुक्त अध्यक्ष राठौड़ ने कहा कि यह नियुक्ति पूरे संगठन की है और मिलकर बूथ स्तर तक पार्टी को मजबूत किया जाएगा।

देबारी-अंबेरी मार्ग पर अंडरपास की मांग

उदयपुर। देबारी-काया बायपास पर सर्विस रोड और अंडरपास की मांग को लेकर आंदोलनरत किसान संघर्ष समिति के समर्थन में पैराफेरी जिला संघर्ष समिति भी उतर आई है। दोनों समितियों ने एनएचएआई के प्रोजेक्ट डायरेक्टर अनिल चौधरी को ज्ञापन देकर देबारी से अंबेरी तक सर्विस रोड सहित 3 अंडरपास की मांग की। इसमें देबारी स्थित माताजी का खेड़ा-नला फला मार्ग, बेड़वास से वाड़ा ढीकली प्रेस कॉलोनी 100 फीट रोड कनेक्टिविटी प्वाइंट और मेहरों का गुड़ा-ढीकली मार्ग शामिल है। रानी जी की बावड़ी, पारा खेत समेत आसपास की आबादी को जोड़ने के लिए सर्विस रोड की जरूरत भी बताई। एनएचएआई पीडी चौधरी ने जल्द सर्वे करवाकर रिपोर्ट आरओ ऑफिस भेजने का आश्वासन दिया। मुलाकात के दौरान पैराफेरी संघर्ष समिति संयोजक चंदन सिंह देवड़ा, पूर्व देबारी मंडल अध्यक्ष नंदलाल वेद, मोहन सिंह, अक्षय प्रजापत, ढीकली सरपंच भूरीलाल गमेती, अंबेरी सरपंच बाबूलाल गमेती सहित ग्रामीण मौजूद रहे।

बाल कल्याण की विकास यात्रा पर मंथन

उदयपुर। राजस्थान बाल कल्याण समिति की प्रबंध कार्यकारिणी एवं राजस्थान-एमपी-गुजरात के समस्त पदाधिकारियों की बैठक में वर्ष 2025-26 की अर्धवार्षिक प्रगति, आगामी नई परियोजनाओं और संस्था द्वारा संचालित 12 महाविद्यालय व 7 विद्यालयों की उपलब्धियों पर विस्तृत चर्चा हुई। संस्था के मुख्य महाप्रबंधक निदेशक डॉ. गिरजा शंकर शर्मा के दीर्घ संघर्ष, उपलब्धियों और उनकी 44 साल की सेवायात्रा को लेकर पदाधिकारियों एवं बोर्ड मेंबर्स ने अनुभव साझा किए। डॉ. गिरजा शंकर के 61वें जन्मदिवस पर दूर-दराज से संत-महात्मा, सरकारी-गैर सरकारी अधिकारी और संस्था के वरिष्ठ पदाधिकारी उपस्थित रहे। जनजाति क्षेत्र में शिक्षा, महिला विकास और सामाजिक सेवा में डॉ. शर्मा की भूमिका पर विस्तार से बातचीत की गई।

डॉ. राजोरा निर्णायक नियुक्त

उदयपुर। भारतीय कुश्ती महासंघ के द्वारा पांचवें खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स में भारतीय खेल प्राधिकरण के कुश्ती प्रशिक्षक डॉ. हरीश राजोरा को निर्णायक नियुक्त किया गया है।

शांतिराज हॉस्पिटल में मरीज को मिला नया जीवन

उदयपुर। शांतिराज हॉस्पिटल की आईसीयू टीम ने 48 वर्षीय गंभीर मरीज मंजू बाई की जान बचाकर एक और बड़ी सफलता दर्ज की। 24 अक्टूबर भर्ती होने के बाद मरीज को 31 अक्टूबर को ट्रेकियास्टोमी की गई तथा 14 नवंबर को सफलतापूर्वक डिकैन्यूलेशन कर दिया गया। 17 नवंबर को मरीज को पूरी तहर स्टेबल होने पर डिस्चार्ज किया गया। हॉस्पिटल निदेशक नरेश शर्मा ने कहा कि यह सफलता टीमवर्क, निरंतर मॉनिटरिंग और एडवांस आईसीयू सुविधाओं का परिणाम है। परिवार ने डॉक्टरों को जीवनदाता बताते हुए आभार व्यक्त किया।

लवी दिगम्बर जैन समाज की प्रथम महिला पायलट

उदयपुर। दिगम्बर जैन समाज उदयपुर के पीयूष सुनिता जैन की पुत्री 22 वर्षीय लवी जैन ने केन्द्रीय सरकार के उपक्रम इन्दिरा गांधी राष्ट्रीय उड़ान अकादमी, रायबरेली से प्रशिक्षण प्राप्त कर पायलट बननें का गौरव हासिल किया। दशा हुमड़ दिगम्बर जैन समाज के अशोक शाह ने बताया कि समाज के निर्वतमान महामंत्री अमृतलाल बोहरा की सुपौत्री लवी जैन ने भारतवर्षीय दिगम्बर जैन हुमड़ समाज की प्रथम महिला पायलट बनने का सौभाग्य प्राप्त किया है।

डॉ. अलका भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष

उदयपुर। भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मदन राठौड़ ने अपनी कार्यकारिणी में उदयपुर जिले से डॉ. अलका मूंदड़ा को प्रदेश उपाध्यक्ष मनोनीत किया है। डॉ. मूंदड़ा ने इससे पहले भाजपा महिला मोर्चा की प्रदेश अध्यक्ष के रूप में 2020 से 2023 तक जिम्मेदारी निभाई थी। उनका का राजनीतिक सफर छात्र राजनीति से शुरू हुआ । वे जयपुर के महारानी कॉलेज में (1991 बैच) की महासचिव भी रह चुकी हैं।

भूषण श्रीमाली राष्ट्रीय उपाध्यक्ष नियुक्त

उदयपुर। अखिल भारत वर्षीय श्रीमाली ब्राह्मण समाज संस्था पुष्कर की राष्ट्रीय कार्यकारिणी की घोषणा की गई। पूर्व युवा महामंत्री गिरीश श्रीमाली ने बताया कि समाज के नव निर्वाचित राष्ट्रीय अध्यक्ष महेन्द्र बोहरा ने अपनी कार्यकारिणी में उदयपुर के भूषण श्रीमाली को उपाध्यक्ष नियुक्त किया है।

रईस खान और फारूक कुरैशी का सम्मान

उदयपुर। शहर कांग्रेस अल्पसंख्यक जिला अध्यक्ष मोहम्मद रईस खान तथा देहात अल्पसंख्यक जिला अध्यक्ष फारूक कुरैशी की नियुक्ति पर अंजुमन तालीमुल इस्लाम के सदर मुख्तार कुरैशी ने दोनों का स्वागत कर बधाई दी। मुख्तार कुरैशी ने विश्वास व्यक्त किया कि नई टीम अल्पसंख्यक समाज के हितों में रचनात्मक भूमिका निभाते हुए संगठन को नई दिशा प्रदान करेगी। इस मौके पर पूर्व पार्षद फिरोज अहमद शेख, वक्फ बोर्ड उदयपुर अध्यक्ष मोहम्मद सलीम शेख, मुस्लिम मुसाफिर खाना के सदर दिल अफरोज खान, सचिव शराफ खान तथा कांग्रेस के वरिष्ठ नेता नासिर खान शामिल रहे।

डॉ. लुहाड़िया को राष्ट्रीय फेलोशिप अवॉर्ड

उदयपुर। पेसिफिक मेडिकल कॉलेज एवं हॉस्पिटल के प्रमुख टीबी एवं चेस्ट रोग विशेषज्ञ और इंटरवेंशनल पल्मोनोलॉजिस्ट डॉ. अतुल लुहाड़िया को इंडियन कॉलेज ऑफ एलर्जी, अस्थमा एंड एप्लाइड इम्यूनोलॉजी (आईसीएएआई) द्वारा उनकी उत्कृष्ट सेवाओं के लिए प्रतिष्ठित ''फेलोशिप अवार्ड'' से सम्मानित किया गया। एलर्जी, अस्थमा और इम्यूनोलॉजी के क्षेत्र में उनके अप्रतिम योगदान के लिए डॉ. लुहाड़िया को यह सम्मान लखनऊ में आयोजित नेशनल एलर्जी एंड अस्थमा कॉन्फ्रेंस में प्रदान किया गया।

शीतल जल मन्दिर का उद्घाटन

उदयपुर। महावीर इंटरनेशनल की नई कार्यकारिणी की ओर से फतहसागर की पाल के देवाली छोर पर निर्मित शीतल जल मंदिर का पंजाब के राज्यपाल गुलाबचंद कटारिया एवं शहर विधायक ताराचंद जैन ने उद्घाटन किया। महावीर इंटरनेशनल के अध्यक्ष रविंद्र सुराणा ने बताया कि इस कार्य में भामाशाह गणेश डागलिया ने सहयोग किया। इस दौरान गौतम राठौड़, राज लोढ़ा, प्रसन्न खमेसरा, अशोक खुर्दिया, सुरेश बड़ीवाल, हंसा हिंगड़, राजकुमार नलवाया, एन.एस. खमेसरा आदि मौजूद थे।

बंशीलाल आदिवासी कांग्रेस के राष्ट्रीय काऑर्डिनेटर

उदयपुर। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के संगठन महासचिव के.सी.वेणुगोपाल ने आदिवासी कांग्रेस राष्ट्रीय कोऑर्डिनेटर के नियुक्तियों के आदेश जारी किए हैं। इनमें खेरवाड़ा से सहवर्ती प्रदेश कांग्रेस सदस्य बंसी लाल मीणा को आदिवासी कांग्रेस का राष्ट्रीय कोऑर्डिनेटर नियुक्त किया है। यह जानकारी प्रवक्ता उदयपुर देहात जिला कांग्रेस डॉ. संजीव राजपुरोहित ने दी।

डॉ. तलेसरा बने आरओएसए के अध्यक्ष

उदयपुर। राजस्थान सर्जन्स एसोसिएशन (आरओएसए) के अध्यक्ष (2027-2028) पद के लिए प्रसिद्ध ऑर्थापेडिक विशेषज्ञ डॉ. अनुराग तलेसरा का चयन किया गया है। चुनाव अधिकारी डॉ. डी.एस. मीणा, एसएमएस मेडिकल कॉलेज, जयपुर द्वारा परिणाम घोषित किया गया। 1300 से अधिक अस्थि रोग विशेषज्ञों की प्रतिनिधि संस्था आरओएसए पूरे राजस्थान के ऑर्थापेडिक सर्जनों की प्रमुख इकाई है। डॉ. तलेसरा आगामी कार्यकाल में इंडियन ऑर्थापेडिक एसोसिएशन - नई दिल्ली में राजस्थान का प्रतिनिधित्व करेंगे।

प्रो. शर्मा को मेवाड़ लोक रत्न सम्मान

उदयपुर। राष्ट्रीय लोक अधिकार मंच की ओर से वीर शिरोमणि महाराणा प्रताप मेवाड़ लोक रत्न सम्मान प्रोफेसर विमल शर्मा को प्रदान किया गया। यह सम्मान संविधान दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित समारोह में प्रदान किया गया।

सहस्त्र औदिच्य समाज चुनाव, इंदिरा अध्यक्ष

उदयपुर। सहस्त्र औदीच्य समाज की उदयपुर कार्यकारिणी के चुनाव में इन्दिरा शर्मा अध्यक्ष निर्वाचित हुई। चुनाव अधिकारी एडवोकेट सुरेश द्विवेदी और सहायक चुनाव अधिकारी राजेश उपाध्याय थे। क्षेत्रीय प्रतिनिधियों में दिनेश दवे, राहुल व्यास, प्रतीक व्यास, दिलीप व्यास, प्रमोद शर्मा, अरूण शुक्ला, भुवन रावल, कमल किशोर रावल, किशन व्यास, संजीव जानी, आशीष जानी और विजय याग्निक चुने गए।

डॉ. ऋतु वैष्णव, डिप्टी सेक्रेटरी नियुक्त

उदयपुरः रोटरी क्लब उदय की पूर्वाध्यक्ष डॉ. ऋतु वैष्णव को रोटरी इंटरनेशनल डिस्ट्रिक्ट 3056 के लिए सत्र 2026-27 हेतु डिप्टी डिस्ट्रिक्ट सेक्रेटरी नियुक्त किया गया है। डिस्ट्रिक्ट गवर्नर अरूण बगड़िया ने अपनी टीम की घोषणा करते हुए कहा कि डॉ. वैष्णव ने रोटरी सेवा में निरंतर उत्कृष्ट योगदान दिया है और वे आगामी वर्ष में डिस्ट्रिक्ट के लिए प्रभावी भूमिका निभाएंगी।

साहू प्रदेश सचिव मनोनीत

उदयपुर। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के ओबीसी विभाग अध्यक्ष डॉ. अनिल जयहिंद ने सुखलाल साहू को प्रदेश सचिव नियुक्त किया है। वे अभी साहू समाज के राष्ट्रीय संयुक्त सचिव व चैंबर ऑफ कॉमर्स उदयपुर संभाग के उपाध्यक्ष, राजस्थान नमकीन व्यापार महासंघ के महासचिव भी हैं।

राजस्थान एमेच्योर बॉक्सिंग संघ के डॉ. चौहान अध्यक्ष

उदयपुर। राजस्थान एमेच्योर बॉक्सिंग एसोसिएशन सोसायटी की वार्षिक साधारण सभा में अगले चार वर्षों के लिए संगठन के चुनाव आईएबीएफ पर्यवेक्षक प्रीति बारिया (गुजरात) की मौजूदगी में तथा वरिष्ठ अधिवक्ता डॉ. क्षेत्रपाल सिंह चौहान की देखरेख में कराए गए। नई कार्यकारिणी में डॉ. दीपेंद्रसिंह चौहान अध्यक्ष और डॉ. हेमराज चौधरी सचिव चुने गए।

गोपाल अग्रवाल संरक्षक सदस्य मनोनीत

उदयपुर। प्रमुख समाजसेवी एवं उद्योगपति गोपाल अग्रवाल अखिल भारतीय अग्रवाल महासभा के संरक्षक मनोनीत किए गए हैं। प्रदेश अध्यक्ष ओमप्रकाश अग्रवाल ने बताया कि गोपाल अग्रवाल उदयपुर जिला इकाई के भी संरक्षक बने रहेंगे।

यशोदा एससी प्रकोष्ठ की सचिव

उदयपुर। ऑल इण्डिया कांग्रेस कमेटी के एससी प्रकोष्ठ के राष्ट्रीय अध्यक्ष राजेन्द्र पाल गौतम ने राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी के एससी प्रकोष्ठ में यशोदा सालवी को प्रदेश सचिव नियुक्त किया।

शर्मा प्रेस परिषद के सदस्य मनोनीत

जयपुर। भारत सरकार ने भारतीय प्रेस परिषद का पुनर्गठन करते हुए वरिष्ठ पत्रकार बी.एम.शर्मा को तीन वर्ष के लिए भारतीय प्रेस परिषद का सदस्य मनोनीत किया है। शर्मा तीसरी बार प्रेस परिषद के सदस्य मनोनीत हुए हैं।

अर्थ डायग्नोस्टिक्स को डबल क्वालिटी सर्टिफिकेशन

उदयपुर। चिकित्सा गुणवत्ता की नई ऊँचाइयों को छूते हुए अर्थ डायग्नोस्टिक्स ने एक साथ एनएबीएल और एनएबीएच दोनों प्रतिष्ठित प्रमाणन हासिल किए हैं। दक्षिण राजस्थान में यह सम्मान प्राप्त करने वाला पहला और एकमात्र डायग्नोस्टिक सेंटर बनकर अर्थ ने हेल्थकेयर क्षेत्र में नया मानक स्थापित किया है। इस अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह में उदयपुर विधायक ताराचंद जैन और आरएनटी मेडिकल कॉलेज के अधीक्षक डॉ. आर.एल.सुमन ने अर्थ टीम को प्रमाणपत्र प्रदान किए। प्रमाण पत्र ग्रहण करने वाली टीम में अर्थ ग्रुप के सीईओ एवं सीएमडी डॉ.अरविंदर सिंह, क्वालिटी मैनेजर डॉ.दीपा सिंह, डायरेक्टर सत्येन्द्र पंवार, लैब मैनेजर प्रवीन कुमार शामिल रहे।

रात में तेज रोशनी से दिल-दिमाग को खतरा

जो लोग रात में ज्यादा रोशनी में रहते हैं, उन्हें यह नहीं पता कि इसका असर उनके दिल और दिमाग पर गंभीर असर डाल सकता है। जो लोग रात में तेज रोशनी के संपर्क में रहते हैं, उन्हें दिल की बीमारी का खतरा 32 फीसदी, दिल के दौरे का जोखिम 56 फीसदी ज्यादा और स्ट्रोक का खतरा 30 फीसदी अधिक पाया गया। जो लोग कम रोशनी में रहते हैं, उनमें ये कम पाया गया है। यह अध्ययन ऑस्ट्रेलिया के फ्लिंडर्स स्वास्थ्य और चिकित्सा अनुसंधान संस्थान ने किया है। जो जामा नेटवर्क में प्रकाशित हुआ है। इसमें डाटा यूके बायोबैंक से लिया है। इसमें लगभग 88,905 वयस्क (उम्र 40 साल से अधिक) शामिल थे। खतरे के कारण, वैज्ञानिकों ने बताया कि हमारे शरीर में एक नेचुरल क्लॉक होती है, जो दिन और रात के हिसाब से शरीर को काम करने का समय बताती है। रात में अंधेरा होते ही शरीर मेलाटोमिन नाम का हार्मोन बनाता है जो हमें नींद और आराम के लिए तैयार करता है, यदि रात में बहुत रोशनी होती है (जैसे मोबाइल की स्क्रीन, बल्ब,

स्ट्रीटलाइट) तो शरीर को लगता है कि अभी दिन है। इससे दिल की धड़कन, ब्लड प्रेशर और तनाव बढ़ जाता है। जिससे शरीर को आराम नहीं मिल पाता। धीरे-धीरे ये सब दिल की बीमारी का खतरा बढ़ा देते हैं।

शहरी ज्यादा प्रभावित

- रात्रि में काम करने वाले लोग
- मोबाइल पर देर रात स्क्रॉल करने वाले
- जो लाइट जलाकर सोते हैं
- शहरों में रहने वाले लोगों पर अधिक प्रभाव

लाइटें हल्की करें

1. सूर्यास्त के बाद घर की लाइटें हल्की कर लें। पीली लाइट बेहतर होती है, सफेद या नीली नहीं।
2. ब्लैकआउट परदे लगाएं ताकि बाहर की स्ट्रीटलाइट अंदर न आए।
3. सोने से एक घंटे पहले मोबाइल, टीवी या लैपटॉप बंद कर दें।

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

संवेदना/श्रद्धांजलि

उदयपुर। हाजी फिदा हुसैन जी भालम वाला का 2 दिसंबर को इन्तेकाल हो गया। वे अपने पीछे गमज़दा धर्मपत्नी हजियानी सुगराबाई, पुत्र अब्बास अली भालमवाला, पुत्रियां हजानी खातून कुतब व फातिमा होटलवाला, पौत्र, दोहित्र-दोहित्रियां सहित भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री उदयलाल जी गुर्जर निवासी गोरेला का 3 दिसंबर को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पुत्र शंकरलाल, देवीलाल (हलवाई) पुत्री पुष्पा देवी सहित दोहित्र-दोहित्रियों, पौत्र-पौत्रियों का भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री नरेंद्र कुमार जी वागरेचा का 1 नवंबर को आकस्मिक देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोकसन्तप्त माता श्रीमती प्रेमदेवी, धर्मपत्नी श्रीमती संगीता देवी, पुत्र मयंक एवं भाई-भतीजों, चाचा-ताऊ एवं बहिन-बहनोई का भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्रीमती कमला कंवर जी सिसोदिया का 23 नवंबर को स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पति श्री बलदेव सिंह जी सिसोदिया, पुत्र प्रंजय सिंह, पुत्रियां श्रीमती ज्योत्सना चौहान, निधि चौहान, मीनल सिंह गौड़, पौत्र, दोहित्र-दोहित्रियों सहित भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्री सुनील कुमार जी गुप्ता का 23 नवंबर को आकस्मिक स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय धर्मपत्नी श्रीमती राजकुमारी जी, पुत्र राजित, भ्राता अनिल गुप्ता सहित ताऊजी, चाचाजी, बहन-बहनोई एवं बुआ-फूफाजी का संपन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। पूर्व पार्षद एवं उद्यमी श्री पुरूषोत्तम जी कंधारी (80) का 26 नवंबर को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पुत्र-पुत्रवधू सचिन-ज्योति, पुत्री दामाद अनुभूति-लक्ष्य ग्रोवर, पौत्र-पौत्री, दोहित्र एवं भाई-भतीजों का समृद्ध परिवार छोड़ गए है।

उदयपुर। श्रीमान देवकीनंदन जी पालीवाल (83) का 27 नवंबर को देवलोक गमन हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पुत्र गिरीश, राजेश, महेंद्र एवं हेमेंद्र, पौत्र-पौत्रियां, एवं भाई हरिहर विष्णु शंकर पालीवाल, प्रभाष एवं भतीजों का वृहद व संपन्न परिवार छोड़ गए हैं। इनके निधन के कुछ ही दिवस पूर्व इनके भाई अमरीका प्रवासी श्री सुभाष जी का स्वर्गवास हो गया था।

उदयपुर। श्रीमती शांता देवी जी हिरन पत्नी स्व. खड़क सिंह जी हिरन का 26 नवंबर को स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पुत्र डॉ. शैलेंद्र हिरन, सीए योगेश हिरन, पुत्री श्रीमती वंदना बाबेल, पौत्र-पौत्री, दोहित्र-दोहित्री का भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्री मोहनलाल जी कुम्हार (बेदला) का 18 नवंबर को आकस्मिक स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पुत्र विष्णु कुमार, मुकेश कुमार, पुत्री श्रीमती मंजूदेवी, पौत्र-पौत्री एवं भाई-भतीजों सहित भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री कमला शंकर जी दशोरा का 8 दिसंबर को स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे शोकाकुल पत्नी श्रीमती इन्दुबाला, पुत्र योगेश व गोपेश दशोरा, पुत्री भारती, पौत्र, पौत्री, दोहित्री एवं भाई-भतीजों का समृद्ध परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री देवेंद्र कुमार जी सहीवाला का 20 नवंबर को असामयिक देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पत्नी श्रीमती महिमा देवी, पुत्र अभिनव, पुत्रियां नेहा, पूजा व कृतिका, पौत्री, दोहित्र-दोहित्री एवं भाई-भतीजों का संपन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री अशोक जी भारद्वाज का 5 दिसंबर को स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त पत्नी श्रीमती नीलम देवी, पुत्र हिमांशु, पुत्री दिव्या एवं पौत्री-दोहित्री एवं भाई-भतीजों का संपन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री सत्य प्रकाश जी सनाढ्य का आकस्मिक स्वर्गवास 8 दिसंबर को हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पत्नी श्रीमती मंजू देवी, पुत्र आशीष, पुत्री रानी देवी व पौत्र सहित भाई-भतीजों का संपन्न परिवार छोड़ गए हैं।

प्रत्यूष परिवार की ओर से हार्दिक श्रद्धांजलि

Rakesh Kumawat, CMD
94141 62686

Shubham Kumawat
+91 9001161614 (M)

ER. Rajat Kumawat
+91 7568347991 (M)
+ 91 7230051822 (O)

Wholesaler

Retailer

- *Bathroom Tiles*
- *Elevation Tiles*
- *Kitchen Tiles*
- *Poster Tiles*
- *Sanitary ware*
- *Imported Ceramic Tiles*
- *Table Tops*
- *SS Kitchen Sink*
- *Bathroom Mirror*
- *Bathroom Basins*
- *PVC Pipe & Fitting*
- *Decorated Wall and Floor Tiles*

CERA · Alient · MULTISTONE TILES · ACURA BATH FITTINGS · UltraTech CEMENT · LV GRANITO

SHUBHAM TILES

18, 120 Feet Main Road, H.M. Sector-5, Udaipur- 313001, Rajasthan
10, R.M.V. Compound Road, Surajpole, Udaipur - 313001, Rajasthan
Email: shubhamtilesudaipur@gmail.com

Happy New Year

Prakash Jain,
Director

PTI

Mobile.:
9829054731

PRAKASH

TIMBER INDUSTRIES

Plywood & Board

Whole Saler

C.P. TEAK, SAL, CHEED, BABOOL,
MANGO WOOD
PACKING BOXES
CRATE, SOFA, FURNITURE
& FIRE WOODS

Garden Road, Sarvritu Vilas, Udaipur-313001 (Raj.)
e-mail: prakashtimber.jain226@gmail.com

H-2012-0140 | think ... GBH First | AIIMS.UDR | C.No.-H-2023-1119 | MC-3548

जीबीएच ग्रुप ऑफ हॉस्पिटल्स

(NABH प्रमाणित हॉस्पिटल्स)

3 हॉस्पिटल, 1 लक्ष्य

गुणवत्तापूर्ण सर्वोत्तम इलाज

90+ आईसीयू बेड | 2 कैथलेब

Most Advance TF Laser द्वारा प्रोस्टेट व स्टोन का उपचार

24 x 7 इमरजेन्सी सेवाएं

ट्रोमा । एम्बुलेन्स । पैथोलॉजी । फार्मेसी । ब्लड बैंक

हर पल परिवार जैसा ख़याल !

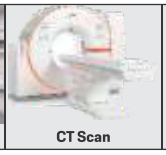
सुपर स्पेशियलिटी सुविधाएं

कार्डियोलॉजी	कार्डियक सर्जरी	न्यूरोलॉजी
पीडियाट्रिक न्यूरोलॉजी	न्यूरो सर्जरी	कैंसर रोग
ज्वाइंट रिप्लेसमेंट	पेट एवं उदर रोग	मूत्र रोग
किडनी ट्रांसप्लांट	एंडोक्राइनोलॉजी	बर्न और प्लास्टिक सर्जरी

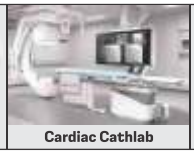
स्पेशियलिटी सुविधाएं

जनरल मेडिसिन	जनरल सर्जरी	अस्थि रोग
स्त्री व प्रसूति रोग	टी.बी. एवं श्वास रोग	नवजात एवं शिशु रोग
मानसिक रोग	नैत्र रोग	नाक/कान/गला रोग
चर्म रोग	दंत	

Neuro Lab


CT Scan

MRI


Cardiac Cathlab

LINAC Radiation Machine

TomoTherapy

PET-CT (शीघ्र प्रारम्भ)

RGHS | मुख्यमंत्री आयुष्मान आरोग्य योजना | ECHS | ESIC | NWR | RSMM | जननी सुरक्षा योजना | TPA व इंश्योरेंस में कैशलेस इलाज

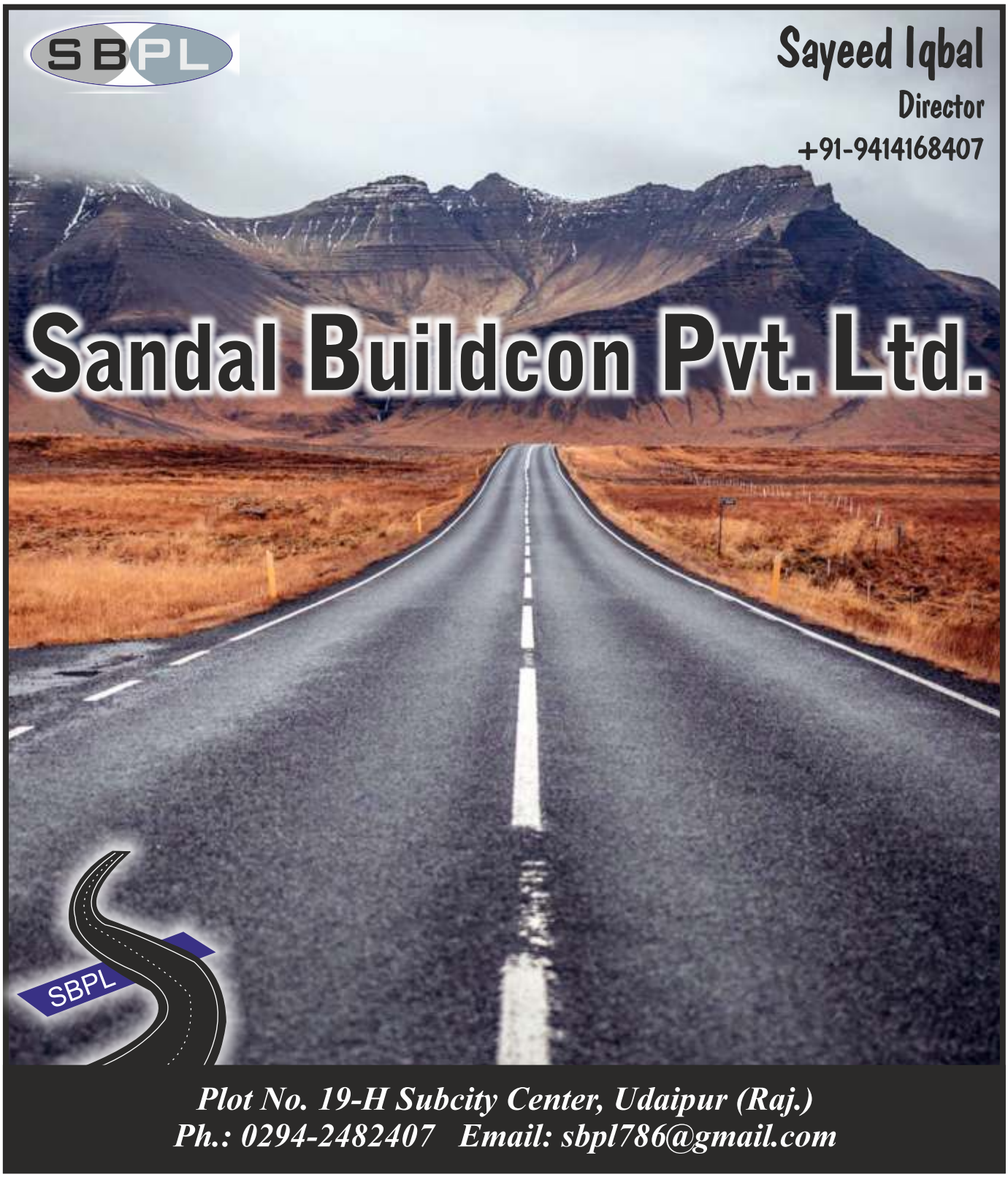
अमेरिकन हॉस्पिटल

भट्ट जी की बाड़ी, Ph. 0294-3535000

जनरल हॉस्पिटल

ट्रांसपोर्ट नगर के पास, बेड़वास, Ph. 0294-3536000

कैंसर हॉस्पिटल



प्रकाशन की तिथि प्रत्येक माह की 23 तारीख वर्ष 23 अंक 9, Postal Registration No. RJ/UD/29-62/2024-26 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