

हमारा वतन

देश का अपना अखबार

हमारा وطن हस्त रोशनी

संस्थापित 1965

www.hamarawatan.com FOLLOW US:- Hamarawatan Hamarawatan65 Hamarawatan3 Hamarawatan

वर्ष- 59

अंक-6

जयपुर, सोमवार, 13 फरवरी, 2023

वार्षिक शुल्क 200 रुपये (एक प्रति 4 रु.)

पृष्ठ संख्या 4



संस्थापक
स्व. श्री राजेंद्र
कुमार 'अजेय'
स्वतंत्रता सेनानी



संरक्षक
स्व. श्री बाबू लाल सैनी



सम्पादक
राम गोपाल सैनी

सीएम गहलोत ने चलाया बचत, राहत और बढ़त के बजट का ब्रह्मास्त्र



- » चिरंजीवी योजना में अब 25 लाख का इलाज
- » घरेलू गैस सिलेंडर 500 रुपए में
- » रोड़वेज में महिलाओं को किराए में 50 प्रतिशत की छूट
- » घरेलू बिजली में 100 यूनिट तो कृषि में 2000 यूनिट फ्री
- » युवाओं के लिए भर्ती परीक्षा निशुल्क

जयपुर (नि.सं.)। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने अपना दसवां बजट पेश किया। आगामी विधानसभा चुनावों को ध्यान में रखते हुए उन्होंने मुक्त योजनाओं की बाढ़ ला दी। हालांकि सबसे ज्यादा उम्मीदें नए जिलों की घोषणा की थी, लेकिन गहलोत ने साफ कर दिया है कि रामलुभाया कमेटी की रिपोर्ट आने के बाद उस पर विचार करेंगे। यह बजट 2028 को टारगेट रखकर पेश किया गया है। अशोक गहलोत ने तीन घंटे बीस मिनट तक बजट भाषण दिया। यह अब तक का सबसे लंबा बजट भाषण है। सबसे लंबे बजट भाषण का रिकॉर्ड अब अशोक गहलोत के नाम है। उन्होंने करीब 12 बजटकर 26 मिनट पर भाषण शुरू किया और 3 बजटकर 46 मिनट पर खतम किया।

सीएम गहलोत ने पिछले साल का बजट भाषण पढ़ा: कुछ देर पुरानी लाइवें पढ़ते रहें, बाद में सड़क में माफ़ी मांगी

जयपुर। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने आज विधानसभा में पुराना बजट भाषण पढ़ दिया। कुछ देर तक वह पुराना बजट पढ़ते रहे, तभी जलदाय मंत्री महेश जोशी ने आकर सीएम के कान में कुछ कहा और जो टिप्पणी की। गहलोत का भाषण रुका, तो विपक्ष ने हंगामा शुरू कर दिया। इतिहास में पहली बार ऐसा हुआ है, जब किसी विधानसभा में पुराना बजट भाषण पढ़ा गया हो और इस पर जोरदार हंगामे के चलते सदन की कार्यवाही दो बार रोकनी पड़ी। सीएम गहलोत बजट भाषण के लिए जब तीसरी

बार खड़े हुए तो माफ़ी मांगी। उन्होंने कहा- जो कुछ हुआ उसके लिए सारी फील करता हूँ। विपक्षी सदस्य भारी हंगामा करते हुए सदन के वेल में आ गए थे। विपक्ष ने यह भी आरोप लगाया कि मुख्यमंत्री ने पुराना बजट पढ़ा है। भारी हंगामे के कारण कार्यवाही स्थगित कर दी गई। इसके बाद मुख्यमंत्री ने मुख्य सचिव ऊषा शर्मा को तलब किया और अफसरों की लापरवाही पर नाराजगी व्यक्त की। दोबारा सदन की कार्यवाही शुरू हुई तो सीएम अशोक गहलोत ने सफाई दी। कहा, बजट भाषण की इस कॉपी में फर्क हो तो बताइए।

बजट प्रतिक्रिया

सिर्फ जनता को सपने दिखाने वाला बजट: विधायक रामलाल शर्मा

चौमूं (हमारा वतन) राजस्थान सरकार द्वारा पेश किए गए बजट को लेकर विधायक रामलाल शर्मा ने अपनी प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि यह बजट लोकलुभावना और चुनावी बजट है। यह बजट सिर्फ जनता को सपने दिखाने वाला है। इस बजट की क्रियान्वित धरातल पर एक प्रतिशत भी नहीं होने वाली है। किसानों का फसल खराबा और बेरोजगार युवाओं को निराश करने वाला बजट है। बजट में चौमूं विधानसभा की पूर्णतः उपेक्षा की गई है। मेट्रो, बिसलपुर का पानी, सीवरेज अति महत्वपूर्ण आवश्यकता थी। इस बजट में उनके लिये एक शब्द भी नहीं लिया गया है। जिससे चौमूं की जनता का अपमान हुआ है। पिछले बजट में सामोद वीर हनुमान जी तक एक लाज्जरी बस चलाने की घोषणा की गई थी जो घोषणा आज तक भी अधूरी है।

मुख्यमंत्री ने बजट में रखी सभी वर्गों का ध्यान: पूर्व विधायक सैनी

बजट पर प्रतिक्रिया देते हुए पूर्व विधायक भगवान सहाय सैनी ने कहा कि बजट में सभी वर्गों का ध्यान रखा गया है। बजट में मुख्यमंत्री अशोक गहलोत द्वारा ऐतिहासिक घोषणाएं की हैं। जिसमें मुख्यमंत्री चिरंजीवी योजना को 10 लाख से बढ़ाकर 25 लाख तक करने का ऐलान, चिरंजीवी दुर्घटना बीमा राशि 5 लाख से बढ़ाकर 10 लाख करना, 30 हज़ार सफाई कर्मचारियों की भर्ती, उच्चवला योजना वाले 76 लाख परिवारों को 500 रुपए में गैस सिलेंडर, 100 यूनिट तक बिजली फ्री, पेंशन 500, 750 से बढ़ाकर 1000 रुपए करने की घोषणा, छात्रों के साथ ही छात्रों को भी आरटीई के तहत प्राइवेट स्कूलों में 1 से 12वीं बलास तक निःशुल्क शिक्षा उपलब्ध कराने व सविद्याकर्मी को नियमित करने की घोषणाएं हैं।

सूरज का बड़ा हिस्सा टूटा: नासा के जेम्स वेब टेलीस्कोप में कैद हुई वीडियो

नई दिल्ली (एजेंसी)। सूर्य का एक बड़ा हिस्सा अपनी सतह से टूट गया है और अब एक बवंडर की तरह उसके चारों ओर चक्कर लगा रहा है। इससे साइटिस्ट हेरान हैं। वह पता लगाने की कोशिश कर रहे हैं कि यह कैसे हुआ। इस घटना को नासा के जेम्स वेब टेलीस्कोप ने रिकॉर्ड किया है। इस वीडियो को पिछले हफ्ते स्पेस वेदर फोरकास्टर डॉ. तमिता स्कोव ने ट्विटर पर शेयर किया था।

स्वतंत्रता सेनानी और पत्रकार स्वर्गीय श्री राजेंद्र कुमार 'अजेय' जी की 107वीं जयंती विशेष



राष्ट्रीय विचारधारा की सर्वोत्तम अभिव्यक्ति का प्रतीक हमारा वतन साप्ताहिक समाचार पत्र के संस्थापक स्वतंत्रता सेनानी स्वर्गीय श्री राजेंद्र कुमार अजेय की 14 फरवरी 2023 को 107 वीं जयंती है। राजेंद्र कुमार 'अजेय' प्रदेश के वरिष्ठ और प्रथम पत्रकार थे जिन्होंने 16 फरवरी 2016 को 100 वें वर्ष में प्रवेश किया और मृत्यु से 1 महीने पहले तक हमारा वतन को संपादित किया।

देशभक्ति के जोशोंले लेखों के कलमकार, स्वतंत्रता सेनानी राजेंद्र कुमार 'अजेय' का नाम आजादी के क्रांतिकारियों में दर्ज है, जिन्होंने न केवल अंग्रेजों से लड़ाई लड़ी बल्कि राजशाही सामंतों की भी खिलाफत की। देश की आजादी की लड़ाई में उनका जीवन किन कठिनाइयों से गुजरा उनकी चर्चा से ही रंगते खड़े हो जाते हैं। आक्रामक व तीखी लेखनी के साथ अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के संरक्षण हेतु संपादकीय कॉलेम के ऊपर छनने वाली चार लाइनें इस संदर्भ को आज भी स्पष्ट करती हैं कि - क्या खाक लिखे कोई, बरागशा जमाना है, कांटे पे भी चलना है, दामन भी बचाना है। सन 1965 में हमारा वतन साप्ताहिक समाचार पत्र की स्थापना की। 29 नवंबर को प्रथम अंक का प्रकाशन हुआ। जो आज 59 वें साल में प्रवेश कर निरंतर प्रकाशित हो रहा है। राजेंद्र कुमार 'अजेय' उस शक्तिमयत का नाम है जिसका नाम लेते ही धर्मनिरपेक्ष में बहने वाला लहू तत्काल खौलने लगता है। जिसका सिर न कभी अंग्रेजों के सामने झुका, न राजा - महाराजा, ठाकुर, सामंतों के सामने समर्पण भाव प्रकट किया। और तो और अपनों के सामने भी यातना के स्वर नहीं निकाले। यही तो 'अजेय' जी की जीवन शैली की उत्कृष्टता थी कि सर कटा सकते हैं लेकिन, सर झुका सकते नहीं!

107 वें जन्मदिवस पर हमारा वतन समाचार पत्र परिवार साष्टांग प्रणाम करता है।

जल जीवन मिशन की अवधि मार्च 2026 तक बढ़ाई जाए: नीरज डांगी

जयपुर (नि.सं.)। राज्यसभा सांसद श्री नीरज डांगी ने सदन में विशेष उद्देश्य के जरिये "जल जीवन मिशन" की अवधि को बढ़ाकर 31 मार्च 2026 तक किये जाने की मांग करते हुए कहा कि 'जल जीवन मिशन' के तहत केन्द्र सरकार द्वारा फोरकास्टर डॉ. तमिता स्कोव के कार्यदेश जारी करने की समय-सीमा 30 सितम्बर, 2022 तक बढ़ाई गई है, बशर्ते यह कार्य 2024 तक पूर्ण कर लिये जायें। राजस्थान सरकार द्वारा वर्तमान में लगभग 45 लाख feasible house tap connection (FHTC) के कार्यदेश दिया जाना शेष है, जिन्हें से 31 लाख FHTC, 49 सतही स्रोतों पर आधारित परियोजनाओं से उपलब्ध करवाये जायेंगे।

Happy Wedding Anniversary

14वीं वैवाहिक वर्षगांठ की हार्दिक शुभकामनाएं (14 फरवरी)

बाबूलाल सैनी - फूली देवी,
राजेंद्र तंवर - विजयलक्ष्मी तंवर,
पुष्पेंद्र तंवर, हृदय तंवर
और हमारा वतन समाचार पत्र की
ओर से हार्दिक शुभकामनाएं !

गुंजन सैनी - भूपेंद्र तंवर

आपकी जोड़ी हमेशा सलामत रहे !



ब्राह्मण समाज के 101 बटुकों ने हजारों लोगों के बीच में की जनेऊ धारण

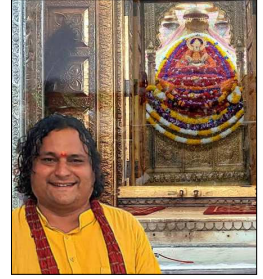
जयपुर (हमारा वतन) ब्राह्मण समाज राजस्थान जयपुर जिला देहात के तत्वावधान में शहर के मोरीजा रोड, कागलिया वाले हनुमान मंदिर में 101 बटुको का पंचम उपनयन संस्कार आयोजित हुआ। साथ ही 11 कुंडीय यज्ञ भी किया गया। यजमानों ने वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ आहुतियां दी। अतिथियों व संतों ने मां गायत्री के समक्ष दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम का विधिवत शुभारंभ किया। जिलाध्यक्ष धुवनेश तिवारी के नेतृत्व में कार्यक्रम हुआ। जिलाध्यक्ष तिवारी व पदाधिकारियों ने संतों व अतिथियों का माल्यार्पण कर साफा शॉल व अभिनंदन पत्र भेंट कर स्वागत किया। जिला महासचिव बनवारी लाल शर्मा ने बताया कि कार्यक्रम में सानिध्य श्री श्री 108 गिरधारी दास जी महाराज (पान वाले बाबा)

व मुख्य अतिथि विप्र कल्याण बोर्ड उपाध्यक्ष मंजू शर्मा एवं कार्यक्रम की अध्यक्षता पं. अंबिका प्रकाश पाठक ने की। कार्यक्रम के मुख्य यजमान गोपाल शर्मा रहे। कार्यक्रम में विधायक रामलाल शर्मा, साई मंदिर महंत के.एन. सिंह नाथावत, उद्योगपति प्रदीप शर्मा, उद्योगपति सत्य प्रकाश शर्मा, कृपा शंकर शर्मा, प्रदेशाध्यक्ष डॉ. शारदा शर्मा, प्रदेश विधि मंत्री एडवोकेट सुप्रभा शर्मा, पूनम आचार्य आदि ने शिरकत की। इस दौरान कार्यक्रम की मुख्य अतिथि विप्र कल्याण बोर्ड उपाध्यक्ष मंजू शर्मा ने बताया कि सनातन संस्कारों के 16 संस्कारों में से यज्ञोपवीत संस्कार सबसे बड़ा संस्कार माना गया है जो कि ब्राह्मण कुल के बच्चों के लिए अनिवार्य है। बटुकों को गुरु दीक्षा दी गई है। इससे और गायत्री की मंत्र शक्ति से तप व तेज बढ़ता है, उसे विद्या अध्ययन

में भी सफलता मिलती है। आचार्य पं. छोटी लाल शर्मा, पं. रामस्वरूप शर्मा, पं. रेवती रमण प्रधान, पं. श्रीराम शर्मा, पं. विजय जोशी, पं. आशीष शर्मा के द्वारा 31 विद्वानों ने शास्त्रीय विधि से संतों द्वारा गायत्री मंत्र की दीक्षा देते हुए समाज के हजारों लोगों की मौजूदगी में 101 बटुको का यज्ञोपवीत संस्कार व 11 कुंडीय यज्ञ करवाया। इस दौरान कार्यक्रम में जिला उपाध्यक्ष अशोक रेवडका, जिला महामंत्री संदीप शर्मा, चौमू तहसील अध्यक्ष डॉ. राम प्रकाश शर्मा, चंद्र प्रकाश शर्मा, नारायण लाल शर्मा, मुकेश दीक्षित, भवानी शंकर शर्मा, बनवारीलाल भातरा, देव आनंद शर्मा, महिपाल शर्मा, कृष्ण भारद्वाज, डॉ. ओम प्रकाश शर्मा, डॉ. बंशीधर शर्मा, ममता शर्मा, आशा शर्मा, सुमन शर्मा आदि पदाधिकारी उपस्थित रहे।

पंडित रविन्द्राचार्य ने किए खाटूश्यामजी के दर्शन

सोकर (हमारा वतन) तारा ज्योतिष साधना केंद्र के अध्यक्ष और अंतर्राष्ट्रीय भविष्यवक्ता पंडित रविन्द्राचार्य ने खाटूश्याम जी के दर्शन किए। पंडित रविन्द्राचार्य ने सभी के लिए मंगल कामना की और खाटूश्याम जी दर्शन करने की व्यवस्था अच्छी करने पर खाटूश्याम जी मंदिर के कमेटी को और प्रशासन को धन्यवाद दिया। इस दौरान श्याम प्रेमी शशांक बंसल, पंडित राहुल दधीच, पंडित राकेश शर्मा, अशोक अग्रवाल आदि गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



पूजन पर भारी महंगाई: पंचामृत के दूध, शहद, घी के दाम 35 से 50% बढ़े, कपूर की लौ भी हुई तेज

जयपुर (नि.सं.)। महादेव के विवाह के 5 प्रतिशत जीएसटी लगा दिया है, तो दूध उसका पत्तं महेशिवरात्रि 18 फरवरी को है। कोरोना के कारण पिछले तीन साल से हर वर्ग को महंगाई की मार झेलनी पड़ रही है। महादेव की पूजन सामग्री भी इससे अछूती नहीं रही। पिछले तीन साल की बात करें तो महादेव की पूजन सामग्री करीब 35 प्रतिशत महंगी हो गई है। पूजन में काम आने वाली कई वस्तुओं के मूल्य में 50 प्रतिशत से भी अधिक की वृद्धि हो गई है। पंचामृत में काम आने वाले दही

चढ़ने वाली भांग का भाव यथावत है। महादेव के पंचामृत अभिषेक के साथ काम आने वाले दूध, दही, बुरा, शहद, घी सहित गन्ने के रस, गंगाजल, नारियल पानी (दबब), झड़फूट, विभिन्न तरह के शरबत, बिल्व रस से अभिषेक और रोली, मोली, चावल, बिल्व पत्र, धतूरा आदि से पूजन और फूलों का श्रृंगार करने का विधान है।



बलाई समाज के विशाल प्रतिभा सम्मान समारोह में हुआ 400 प्रतिभाओं का सम्मान



जयपुर (हमारा वतन) मोरीजा रोड कागलिया हनुमान मंदिर के सामने स्थित बलाई समाज सभा पर बलाई विकास समिति जयपुर के तत्वावधान में समाज के मेधावी छात्र-छात्राओं, नवनियुक्त अधिकारी, कर्मचारी, भामाशाह सम्मान, आमसभा एवं नववर्ष स्नेह मिलन समारोह हुआ। समारोह के मुख्य अतिथि पंचायत समिति जालसू पूर्व प्रधान बदाय देवी थीं एवं अध्यक्षता जयपुर यातायात पुलिस निरीक्षक सोनचंद लाडना ने की। विशिष्ट अतिथि विधायक रामलाल शर्मा, पूर्व विधायक भगवान सहाय सैनी, सेवानिवृत्त एडोएम् के आर बुनकर, बीएसएनएल के पूर्व पर्यवेक्षक रामकिशोर राय, विद्युत चीफ इंजिनियर सुरेशचंद्र बुनकर, समिति के पूर्व अध्यक्ष भवरलाल हरसोलिया, नेमीचंद पवार, अनिल बुगालिया, पीसी बलाई, बद्रीनारायण कादिला, फूलचंद लाखीवाल, जिला पार्षद जितू बुनकर, विकास अधिकारी सुरेश महरिया, भवरलाल सरावता, महेंद्र खंडेलवाल, राजू बांयला, सरपंच मनोहर सरावता आदि अतिथियों का समिति के पदाधिकारियों द्वारा माल्यार्पण एवं स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। इससे पूर्व अतिथियों ने डॉ. भीमराव अंबेडकर, गरीब साहब एवं संत रविदास महाराज की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित कर पुष्पांजलि अर्पित की। समिति के महासचिव हनुमान सहाय

झांटीवाल ने प्रतिवेदन प्रस्तुत किया। समिति के कोषाध्यक्ष गंगाराम परिहार ने आय-व्यय का व्यौरा प्रस्तुत किया। समिति के अध्यक्ष धर्मेश कुमार घसिया ने अतिथियों का एवं समाज बंधुओं का धन्यवाद ज्ञापित किया। पूर्व प्रधान बदाय देवी ने मंच के माध्यम से समाज के लोग एक दूसरे का टांग खिंचाई का काम न करें क्योंकि सविधान में डॉ. भीमराव अंबेडकर ने एक दूसरे का टांग खिंचाई का जिम्मा नहीं किया है। सभी समाज बंधु एकजुट होकर कार्य करें एवं जब भी समाज में अत्याचार होता है तो ये समाज एकजुट होकर सामना करती है। सोनचंद लाडना ने कहा कि प्रतिभा सम्मान से नवाजे गए हुए छात्र-छात्राओं, अधिकारी, कर्मचारियों को धन्यवाद देते हुए उन्हें बाबा साहब डॉ. भीमराव अंबेडकर के सपनों को साकार करने का आह्वान किया एवं कठोर मेहनत करने, प्रगति पथ पर आगे बढ़ने का आह्वान किया। मंच संचालन कैलाशचंद्र मोरदिया ने किया। 400 प्रतिभाओं का सम्मान हुआ। इस दौरान समिति के उपाध्यक्ष गिरधारी लाल चौहान, शंकरलाल सरावता, सुन्दर सिंह हरसोलिया, रामावतार बांयला, गोपाल सोणण, सुरेश कुमार रागेरा, गजानंद परिहार, रामकरण गोठवाल, फूलचंद सिंघल, नरेश कुमार रोखडा, गोपाल देवठिया, गोपाल लाल हरसोलिया, एसएम गांधी, राहुल घसिया सहित हजारों समाज बंधु मौजूद रहे।

राधेश्याम मीणा बने हिन्द सेना के राजस्थान प्रदेशाध्यक्ष

जयपुर (हमारा वतन) देशहित के प्रति समर्पित भावना एवं समाजसेवा के क्षेत्र में किए गए सरहनीय योगदान को देखते हुए हिन्द सेना समाज सेवी संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं पूर्व सदस्य केंद्रीय मंत्रालय भारत सरकार मंगेश वैद्य ने ओबीसी सेल कार्यकारी राष्ट्रीय अध्यक्ष अधिवक्ता बोया मेडुलेटी की अनुशंसा पर जयपुर के वरिष्ठ समाजसेवी राधेश्याम मीणा को राजस्थान प्रदेशाध्यक्ष पद पर नियुक्त किया है। वैद्य ने नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष राधेश्याम मीणा को देशहित में समाजसेवा के क्षेत्र में अग्रसर रहने के निर्देश दिए। प्रदेशाध्यक्ष राधेश्याम मीणा ने नियुक्त



किये जाने पर राष्ट्रीय अध्यक्ष मंगेश वैद्य एवं ओबीसी सेल कार्यकारी राष्ट्रीय अध्यक्ष अधिवक्ता बोया मेडुलेटी का आभार व्यक्त किया है। राधेश्याम मीणा को पर्यावरण संरक्षण विभाग राष्ट्रीय अध्यक्ष रामदयाल मीणा, युवा कार्यकारी राष्ट्रीय अध्यक्ष निरजन सिंह चौधरी, छात्र राष्ट्रीय अध्यक्ष कमलजीत जुनेजा, मानवाधिकार सेल राष्ट्रीय अध्यक्ष लक्ष्मण सिंह, भ्रष्टाचार निरोधक सेल राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉक्टर गोपालकृष्णन, कार्यकारी राष्ट्रीय अध्यक्ष देवेन्द्र महाराण, आईटी सेल कार्यकारी राष्ट्रीय अध्यक्ष आशीष शर्मा ने बधाईयां दी हैं।

लोनिया हॉस्पिटल एंड फर्टिलिटी सेंटर

कचौलिया रोड, मगध नगर, बचपन स्कूल के पास चौमू, जयपुर

क्या आप अभी तक मातृत्व सुख से वंचित हैं ? तो हमसे मिलें !

सुरक्षित नॉर्मल, सिजेरियन डिलीवरी

निदेशक
डॉ.धर्मराज सिंह लोनिया

24 घंटे इमरजेंसी सुविधा

निःसंतानता अब अभिशाप नहीं, पाएँ मातृत्व का सुख !

संपर्क - 9636247286, 9928747286

फ्री परामर्श

सभी प्रकार की जांच और दवाइयों पर 20 प्रतिशत की छूट

जॉब्स

- संघ लोक सेवा आयोग (क्रेड), पद आई ए एस, आई एफ ए एस, पद संख्या 1255, अंतिम तिथि 21 फरवरी 2023
- स्टाफ सिलेक्शन कमीशन (स्स), पद एमटीएस और हिमालय, पद संख्या 12523, अंतिम तिथि 17 फरवरी 2023
- ए.ओ.सी, पद ट्रेड्समैन मेट और फायरमैन पद संख्या 1793, अंतिम तिथि 26 फरवरी 2023
- मिनिस्ट्री ऑफ होम अफैयर्स (ड्यूक), पद सिन्थेटिक अडिस्ट्रेट एग्जीक्यूटिव और एमटीएस, पद संख्या 1675, अंतिम तिथि 17 फरवरी 2023
- राजस्थान कर्मचारी चयन आयोग (रूस्स्स्क), पद सूचना सहायक, पद संख्या 2730, अंतिम तिथि 25 फरवरी 2023
- राजस्थान गृह विभाग, पद अर्बन होमगार्ड, और बॉर्डर होमगार्ड, पद संख्या 3842, अंतिम तिथि 28 फरवरी 2023
- सीआईएसएफ, पद जिला कांस्टेबल इंड्रवर और पंप ऑपरेटर, पद संख्या 451, अंतिम तिथि 22 फरवरी 2023
- माध्यमिक शिक्षा विभाग राजस्थान बीकानेर, पद सहायक अध्यापक, पद संख्या 9712, अंतिम तिथि 1 मार्च 2023



तो किसी पार्टी की नेता होतीं नोरा फतेही? कॉलेज में कर चुकी हैं इस विषय की पढ़ाई



बॉलीवुड डॉस-एक्सेस नोरा फतेही को ज्यादातर लोग उनकी टोट फिजीक और खूबसूरत लुक से लिए जानते हैं। नोरा फतेही आज जिस मुकाम पर हैं वहां तक पहुंचने में उन्हें काफी वक्त लगा। कनाडा में जन्मीं नोरा फतेही ने बॉलीवुड में पहचान कमाने से पहले साउथ की कई फिल्मों में छोटे-मोटे किरदार किए। इस बीच वह कई म्यूजिक वीडियो में भी नजर आती रहीं।

टीचर्स डे पर दिशा पाटनी ने दिया था नोरा को गिफ्ट-नोरा फतेही के बारे में कम लोग यह बात जानते हैं कि वह एक्ट्रेस होने से पहले एक डॉसर हैं और उनका मुख्य काम डॉस ही रहा है। नोरा फतेही ने ऑफ स्क्रीन और ऑन स्क्रीन भी कई दिग्गज सितारों को डॉस सिखाया है। नोरा फतेही ने एक बार दिशा पाटनी के साथ अपनी एक फोटो पोस्ट की थी जिसमें उन्होंने दिखाया था कि कैसे दिशा पाटनी ने उन्हें टीचर्स डे पर एक खूबसूरत गिफ्ट दिया था।

माधुरी और गोविंदा तक को सिखाए हैं डॉस स्टैप!

इतना ही नहीं, स्टार बनने के बाद नोरा फतेही कई रियलिटी शो और डॉस शो में गोविंदा और माधुरी दीक्षित जैसे दिग्गज कलाकारों को डॉस स्टैप सिखाती नजर आईं। मालूम हो कि नोरा फतेही का परिवार मोरको से है और वह खुद कनाडा में जन्मी हैं, लेकिन वह खुद एक इंटरव्यू में यह बात कह चुकी हैं कि वह दिल से खुद को भारतीय मानती हैं और यहां की संस्कृति का काफी सम्मान करती हैं।



सपना चौधरी पर दहेज प्रताड़ना का केस दर्ज, उनके भाई पर अप्राकृतिक यौन संबंध बनाने का भी आरोप

सपना चौधरी एक बार फिर से कानूनी पचड़े में फंस गई हैं। उन पर दहेज प्रताड़ना का मुकदमा दर्ज हुआ है। सपना चौधरी के अलावा उनकी मां नीलम और भाई कर्ण के खिलाफ दहेज प्रताड़ना का मुकदमा दर्ज हुआ है। उन पर मारपीट और दहेज में ज़ेटा गाड़ी मारने का आरोप है। सपना की भाभी ने यह केस दर्ज कराया है। हरियाणवी डॉसर के भाई पर अप्राकृतिक यौन शोषण का गंभीर आरोप भी है। यह मामला फरीदाबाद के पलवल महिला थाने में पुलिस ने दर्ज किया है।

तारा सुतारिया की ये हॉट फोटोज चुरा लेंगी आपके दिल का चैन, देखने से पहले थाम लें दिल



एक्सेस तारा सुतारिया इंस्टाग्राम पर काफी एक्टिव रहती हैं और वो अपनी लेटेस्ट फोटोज से फंस को ट्रेटो नजर आती हैं। आइए आपको दिखाते हैं तारा सुतारिया की कुछ ऐसी तस्वीरें जिन्हें देखने के बाद आप उनकी हॉटनेस और खूबसूरती के दीवाने हो जाएंगे। इस तस्वीर में, तारा सुतारिया किसी बीच पर ब्लैक एंड व्हाइट मोनोकिनी में अपना कर्वा फिंगर फ्लॉट करती नजर आ रही हैं। इससे पहले तारा सुतारिया ने एक आइलैंड पर अपनी कुछ तस्वीरें शेयर की थीं, इन तस्वीरों में तारा व्हाइट ब्रालेट और लोअर में नजर आई थीं। इन तस्वीरों को शेयर करते हुए तारा सुतारिया ने इन्हें कैप्शन दिया - आइलैंड बेबी। इस तस्वीर में तारा सुतारिया व्हाइट ब्रालेट में सैल्फी लेती नजर आ रही हैं साथ ही उन्होंने अपनी जींस के बटन को खोल रखा है। इससे पहले तारा सुतारिया इस हॉट लुक में पार्टी करती नजर आई थीं। आपको बता दें कि, तारा सुतारिया फिटनेस फ्रीक हैं और वो खुद को फिट एंड फाइन रखने के लिए हेल्टी लाइफस्टाइल को फॉलो करती हैं।

थकान भरे दिन के बाद राहत देने में मददगार हो सकती है पोटली मसाज

लंबे काम के घंटे या हैवी वर्कआउट-आपकी कमर, कंधे, एकल या मांसपेशियों में दर्द का कारण बन सकता है। पर इसके लिए पेन किलर लेने से बेहतर है कि आप पोटली मसाज थैरेपी ट्राई करें। पोटली मसाज भारत की प्राचीन औषधीय परंपराओं में से एक है। इसे बनाने के लिए सूखी और ताजी दोनों प्रकार



पोटली के तेल को बनाने की विधि- पोटली में 10 से लेकर 15 जड़ी बूटियों का इस्तेमाल किया जाता है। इस आयुर्वेदिक ऑयल को तैयार करने के लिए तिल या नारियल के तेल को किसी बर्तन में निकाल लें। उसके बाद उसमें जड़ी बूटियों को मिला दें। इन जड़ी बूटियों को धीमी आंच पर कुछ देर पकने दें। इसके बाद ठंड होने पर तेल को बोलत में निकाल लें। कुछ दिनों तक इस तेल को धूप में रखें, ताकि सूरज की किरणों से तेल में एनर्जी प्रवाहित हो सके। जड़ी बूटियों न होने की सूरत में तेल को तैयार करने के लिए थोड़ा सा लहसुन और अजवाइन को तेल में गर्म

की जड़ी बूटियों को पोटली में बांधने का काम किया जाता है। शरीर के किसी भी हिस्से पर पोटली मसाज करने से मांसपेशियों को आराम मिलता है। आइए जानते हैं योग व प्राकृतिक चिकित्साक अमिल बंसल से कि पोटली मसाज के फायदे और ये किस प्रकार से काम करती है।

पोटली मसाज किस तरह से काम करती है-पोटली मसाज एक पेशी पांपरिक चिकित्सा पद्धति है, जो कुछ खास जड़ी बूटियों के साथ फायर और वॉटर एलिमेंट्स को मिलाकर तैयार किया जाता है। शरीर पर की जाने वाले गर्म पोटली को मालिश बंद पोस का आपन करने का काम करती है। इसके अलावा मसलस को रिलैक्स रखती है। इस आरामदायक प्रक्रिया से तन के साथ साथ मन भी रिलैक्सिंग मॉड पर चला जाता है।

कसे तैयार कर ले। इससे भी बहुत फायदा मिलता है।

यहां जानिए आपके लिए कैसे फायदेमंद हो सकती है पोटली मसाज

1 जोड़ों के दर्द से राहत-जड़ी बूटियों और तेल को मिलाकर मलमल के कपड़े को बांधकर बनाई गई पोटली दर्द से राहत पहुंचाती है। इसे घुटनों पर रखें, जिससे ह्यूंस की गमाहट घुटनों के दर्द से राहत पहुंचाने का काम करती है। इस प्रक्रिया का तीन से चार बार दोहराने शरीर में रक्त का प्रवाह नियमित हो जाता है।

2 एकल टविस्ट-अगर आपका पैर हील पहनने से मुड़ गया है या फिर आप चलते चलते गिर गई हैं। ऐसे में इस पोटली को एड़ी पर रखें और थोड़ा प्रेशर दें। तीन से चार बार एड़ी को हल्के हाथ से दबाने और कुछ देर पोटली को रखने से राहत मिलेगी।



क्या आप जानते हैं पानी पीने का सही तरीका

क्या कभी आपने सोचा है कि दूध और पानी को पीने का भी एक तरीका होता है। कुछ लोग खड़े होकर पीते हैं, तो कुछ बैठकर। आइए जानते हैं दूध और पानी को पीने का सही पोस्वर। घर पहुंचते ही सबसे पहले रसोई में इना और पानी से घ्यास बुझाना अधिकतर लोगों के डेली रूटीन में शामिल है। शायद हमने कभी इस बात की तरफ ध्यान नहीं दिया कि पानी पीते वक हम खड़े हैं या बैठे हैं। इसके अलावा पानी ठंड है या गरम ये भी नहीं सोचते। हेरान करने वाली बात ये है कि पानी पीने का एक तरीका होता है। अगर आप उसे फॉलो करते हैं, तो बहुत सी समस्याओं से दूर रह सकते हैं। ठीक इसी तरह से दूध को पीने का भी एक रूल है। आइए जानते हैं इस लेख में कि पानी और दूध को पीते वक किन खास बातों का रखें ख्याल और जाने, इन्हें पीने का सही तरीका। अक्सर मम्मी हमें इस बात के लिए कई बार टोकती भी हैं कि पानी धीरे धीरे पिया करो, बाहर से एक दम आते ही ठंडा पानी पीने से परहेज करो। पानी बैठकर नहीं पीना चाहिए, वगैरह वगैरह। हम में से ज्यादातर लोग इन सभी हदियातों को एक कान से सुनकर दूसरे कान से निकाल देते हैं। सबसे पहले जानते हैं कि अगर हम पानी खड़े होकर और दूध बैठकर पीते हैं, तो किन बीमारियों से बिर सकते हैं।

हो सकता है अर्थाइडिस का खतरा-बेलआर्डी के मुताबिक खड़े होकर पानी पीना हमें सामान्य लाता है। अगर आप भी इसी तरह पानी पीते हैं, तो ये आगे चलकर गठिया यात्रि अर्थाइडिस का कारण बन सकता है।

धर्म दर्शन

इन टिप्स से आप जी सकते हैं खुशी और आनंद भरा जीवन, परिवार होगा मजबूत

किसी भी समस्या के आ जाने पर उसके समाधान के लिए विवेकपूर्ण निर्णय ही चिंतन है। उसके पास विवेक है और वह समस्या के आगे से हटता नहीं बल्कि उठता है। समस्या के आगे डटना यानी समस्या का उटक मुकाबला करना, आधी सफलता प्राप्त कर लेना है। फलां इंसान सही है, फलां गलत है। यह काम सही है, वह गलत है। इस उधेड़बुन में फंसकर हम अपने अंदर की शांति खो देते हैं। सही-गलत के तर्क-कृतक में खुशी कहीं पीछे छूट जाती है। कई तरीकों से हम अपने आपको खुश रख सकते हैं। दिन की शुरुआत पॉजिटिव सोच से करें अपने आप पर फोकस करें। हर चीज में अच्छे-बुरे पहलु होते हैं। यह हम पर निर्भर करता है कि हम क्या करना चाहते हैं।



पूरे दिन की आपा-धापी के बीच कुछ पल अपने साथ जुड़ने का सरल और सहज तरीका है डीप ब्रीथिंग यानी अपनी सांसों के साथ चैतन्य होते हुए प्राणायाम करना। सहज तरीके से बैठकर धीरे-धीरे एक, दो, तीन, चार, पांच तक गहरी सांस लें। फिर एक, दो, तीन, चार, पांच तक सांस रोके फिर इसी क्रम में सांस को बाहर निकालें। ऐसा एक बार में चार-पांच मर्तबा करें और यह प्रक्रिया सुबह, शाम, रात समय निकाल कर दोहराएं। इससे जीवन में शांति मिलती है। कभी तनाव या बेचैनी महसूस हो तो यह सांसों की प्रक्रिया जरूर आजमाएं। हल्का महसूस करेंगे और कुछ पल अपने साथ बिता पाएंगे। सुबह का उठलना कई मायनों में लाभकारी है। इसे अपनी जीवन-चर्या में अवश्य स्थान देना चाहिए। इससे पूरे दिन तरोताजा रहती है। एक्सरसाइज करना भी जरूरी है। साथ ही आहार ऐसा हो जो पाचन तंत्र की सेहत खराब न करे। कहा जाता है कि शरीर स्वस्थ रहेगा तो खुशी और आनंद में कभी कमी नहीं होगी। चूंकि हम आनंद के अंश हैं। हमारे अंदर आनंद स्वरूप परमात्मा विराजमान है। इसलिए हर समय खुशी-आनंद की चाहत बनी रहती है। लेकिन उस खुशी के खोर से जुड़ नहीं पाते। दिन भर भाग-दौड़ बनी रहती है। समाधान तो होना ही है, पर चिंता हमें तब तक कमजोर बना देती है। ईश्वर स्मरण करने के कई तरीके हैं। सबसे सरल तरीका है सांसों के साथ जुड़ने का। सांसों के साथ जुड़ने से हम इन सांसों को बनाने वाले से भी जुड़ते चले जाते हैं। अपने जीवन के लिए ईश्वर के प्रति आभार जताना चाहिए। जीवन को गहराई से समझना का अवसर प्राप्त हो, क्योंकि यह जीवन अनमोल है। ईश्वर को शुक्रिया अदा करने का कोई मौका छोड़ना नहीं चाहिए। आभार जताने से खुशी का अहसास होता है। आभार जताने का अहसास दिलोदिमा में स्मृति और आनंददायक होता है। लेकिन ऐसा करना हम भूल चुके हैं। तो मित्रो, खुशी और आनंद से जीने के कुछ टिप्स हैं यहां। जो कि बहुत ही सहज, सरल और सुगम हैं। इसके लिए ज्यादा परिश्रम करने की भी जरूरत नहीं, सिर्फ अपनी सोच-समझ के तरीके में कुछ बदलाव करना है। अपने ही अंदर हमेशा विराजमान खुशी को प्राप्त कर जीवन को धन्य बनाया जा सकता है।



जिह्वा देखती नहीं और आंखें बोलती नहीं

कौशल देश में देवदत्त नाम का एक विद्वान ब्राह्मण रहता था। उसके पास सब कुछ था, लेकिन कोई संतान नहीं थी इसलिए वह उदास रहता था। उसने कई तरह की पूजा-पाठ किए, लेकिन उसे संतान का सुख नहीं मिल पाया। अंत में उन्होंने संतान प्राप्ति के लिए किए जाने वाले यज्ञ का आयोजन किया। यज्ञ में अनेक विद्वान ऋषियों ने हिस्सा लिया। उन्हीं में से एक ऋषि गोभिल थे। यज्ञ की पूर्णवृत्ति के समय ऋषि गोभिल से कुछ जूट हो गई। यह देख कर देवदत्त को बहुत क्रोध आया और उन्होंने ऋषि को बहुत बुरा-भला कहा। इससे ऋषि ने क्रोधित होकर देवदत्त को श्राप देते हुए कहा कि उनके यहां जो पुत्र जन्म लेगा, वह अत्यंत मूर्ख होगा। ऋषि के क्रोध भरे वचन सुनकर देवदत्त को अपनी भूल का अहसास हुआ। वे अपने अपराध के लिए ऋषि से क्षमा मांगते हुए पश्चाताप करने लगे। ब्राह्मण को इस तरह पश्चाताप करते देखकर मुनि को उन पर दया आ गई और कहा कि भरे श्रावण शुक्ल पुत्र मूर्ख होते हुए भी आगे चलकर देव कुषा से विद्वान हो जाएंगे। कुछ समय पश्चात देवदत्त के यहां पुत्र ने जन्म लिया। उसका नाम 'उतव्य' रखा गया। बालक जैसे-जैसे बड़ा होता गया, ऋषि के वचन के अनुसार वज्रमूर्ख निकला।

हमारा वतन
खबरों, विज्ञापन एवं सदस्यता के लिए सम्पर्क करें ।
Email-
hamarawatan65@gmail.com
9214996258, 7014468512

