कार्तिक, पक्ष - कृष्ण, तिथि - चतुर्दशी, संवत 2081 जयपुर, बुधवार वर्ष-10, अंक-35, 30 अक्टूबर - 5 नवम्बर, 2024 मूल्य ₹ 5/- वार्षिक मूल्य : ₹ 250/- पृष्ठ : 8+8 jagrukjanta.net

भारत सरकार एवं राजस्थान सरकार से सरकारी विज्ञापनों के लिए स्वीकृत

सकारात्मक साप्ताहिक हिन्दी अखबार

जागरूक जनता

पद्मानने पद्मिनी पद्मपत्रे पद्मप्रिये पद्मदलायताक्षि विश्वप्रिये विश्वमनोनुकूले त्वत्पादपद्मं मयि सन्निधत्स्व।।
हिरण्यवर्णां हरिणीं, सुवर्णरजतस्त्रजाम्। चन्द्रां हिरण्मयीं लक्ष्मीं, जातवेदो म आ वह।

राजस्थान, गुजरात, हरियाणा, उत्तर प्रदेश में प्रसारित | जागरूक जनता www.jagrukjanta.net | बी-132, जे.पी. कॉलोनी, सैक्टर-4, विद्याधर नगर, जयपुर-302039 फोन : 0141-3587886 | सम्पर्क करें | विज्ञापन प्रकाशित करवाने के लिए 9829329070 jagrukjantanews@gmail.com | समाचार प्रकाशित करवाने के लिए 9928022718 jagrukjantanews@gmail.com

धन्वन्तरि जयंती पर उत्कृष्ट कार्य करने वाले 37 चिकित्सक व कार्मिक सम्मानित

» **जागरूक जनता @ जयपुर।।** धन्वन्तरि जयंती के अवसर पर मंगलवार को हरिशचंद्र माथुर लोक प्रशिक्षण संस्थान में नवम् आयुर्वेद दिवस समारोह आयोजित किया गया। इस अवसर पर प्रदेश में उत्कृष्ट कार्य करने वाले 37 चिकित्सक व कार्मिकों को सम्मानित किया गया। इस दौरान आयुर्वेद एवं भारतीय चिकित्सा पद्धति विभाग के प्रमुख शासन सचिव श्री भवानी सिंह देथा ने कहा कि आयुर्वेद न केवल रोगों के उपचार में सहायक है, बल्कि समग्र स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देता है। उन्होंने आयुर्वेद को आधुनिक चिकित्सा पद्वतियों के साथ एकीकृत करने की आवश्यकता पर भी बल दिया।

शुभ मुहूर्त

रूप चतुर्दशी
30.10.2024

इस दिन 4 बत्तियों से युक्त दीपक को प्रज्जवलित करते हैं।
दीपदान का समय - 17:43 से 20:16 तक
इस दिन उड़द के पत्तों का भक्षण करना विशेष फलप्रद लिंग पुराण में बताया गया है।

दीपावली पूजन
31.10.24

इस दिन प्रदोष काल के समय 05.42 से 20:18 तक दीपदान करने का महत्व है। यह मंदिरों, घरों के दरवाजों पर होता है।

पूजन का श्रेष्ठ समय

स्थिर लग्न वृष में स्थिर नवमांश कुंभ का समय 18:46 से 18:59 तक है।

पूजन हेतु चौघड़िया अनुसार मुहूर्त

वृष लग्न : 18:31 से 20:28 - 31/10/2024
सिंह लगन : 01:01 से 3:17 - 1/11/2024
वृश्चिक लग्न - 7:51 से 10:09 - 31/10/24
कुंभ लग्न - 13:57 से 15:27 - 31/10/24

पूजन हेतु श्रेष्ठ चौघड़िये
शुभ - सूर्योदय 6:40 से 08:03 (प्रातः)
लाभ-अमृत- 12:10 से 14:55 (दोपहर)
शुभ - 16:14 से 17:38 (सांय)

दीपावली पूजन
01.11.24

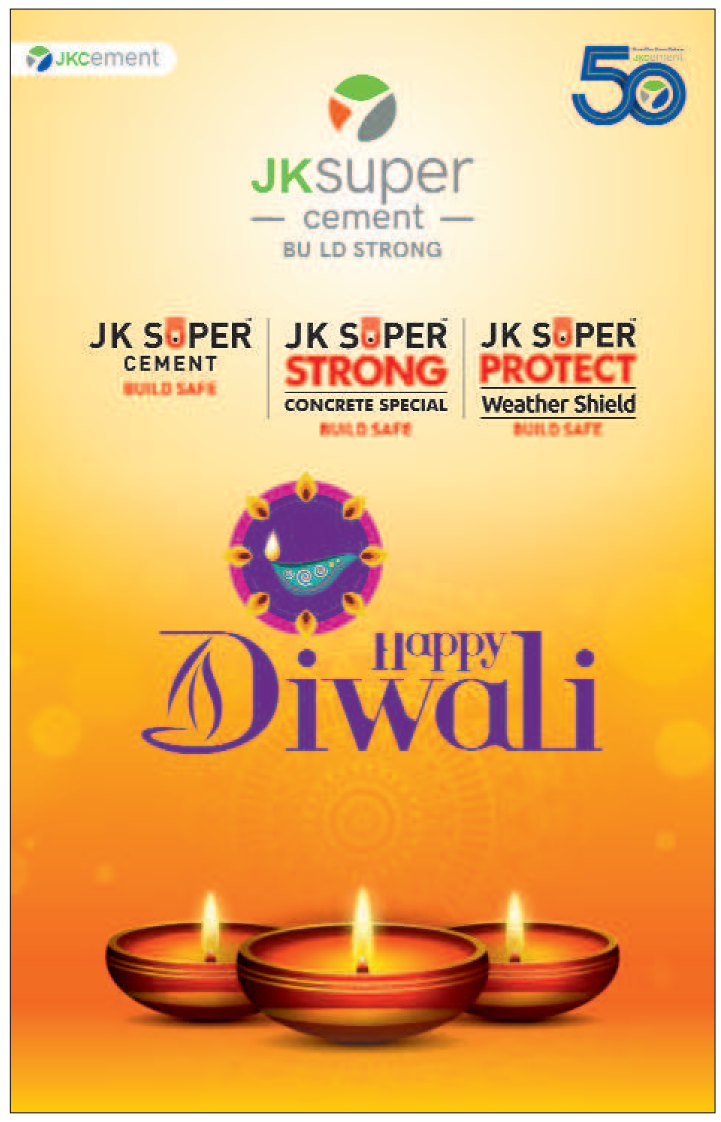
प्रदोष काल : शाम- 05.40 से 08.16 तक
प्रदोष काल स्थिर वर्ष लग्न (कुंभ का नमांश)-
शाम 06.41 से 06.53 तक
वर्ष लग्न: शाम 06.31 से रात्रि 08.28 तक
सिंह लग्न : मध्यरात्रि 01.01 से अंतरात्रि 03.17 तक।

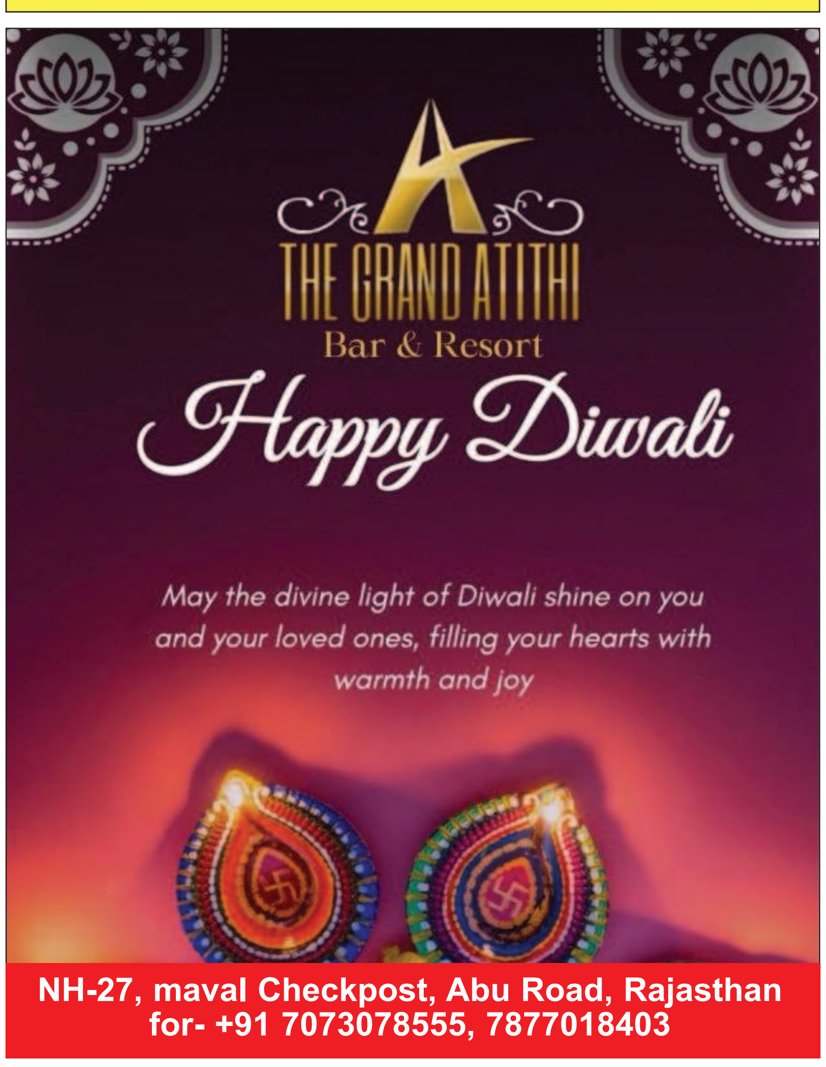
गौवर्धन पूजा
02.11.24

प्रातः शुभ चौघड़िया - 08:03 से 9:00
सांयकाल : प्रदोष काल (लाभ का चौघड़िया)
19:15 से 20:00 बजे तक

भैया दूज 03.11.24

लाभ व अमृत के चौघड़िये - 9:26 से 12:10
(प्रातः) (दोपहर)





जागरूक जनता
ऑन लाइन पढ़ने के लिए स्कैन करें
ई-पेपर देखें
jagrukjanta.net

अष्टलक्ष्मी: आठ प्रकार के धन और समृद्धि की प्रतीक माँ लक्ष्मी के आठ रूप

वीरा लक्ष्मी

माँ वीरा लक्ष्मी भक्तों को वीरता ओज और साहस प्रदान करती है। इनकी आठ भुजाएं है। वीरा लक्ष्मी व्यक्ति को सौभाग्य और समृद्धि की प्राप्ति कराती है।

आदि लक्ष्मी

महालक्ष्मी ने ही त्रिदेवों को प्रकट किया है। आदि लक्ष्मी का दूसरा नाम महालक्ष्मी है, जो कि ऋषि भृगु की बेटी है। भगवान विष्णु के साथ जगत का संचालन करती है।

धन लक्ष्मी

धन लक्ष्मी की आराधना से आर्थिक परेशानियां दूर होती है। माँ का यह रूप भगवान विष्णु को कुबेर के कर्ज से मुक्ति दिलाने के लिए हुआ था। एक हाथ में कमल है।

विद्या लक्ष्मी

ज्ञान, कला व कौशल प्रदान करती है। विद्या लक्ष्मी के कमल पर विराजमान रहती है। इनकी भक्ति करने से शिक्षा के क्षेत्र में सफलता और ज्ञान की प्राप्ति होती है।

गज लक्ष्मी

गज लक्ष्मी कमल पुष्प के ऊपर हाथी पर विराजमान है। पशुधन दात्री की देवी को गज लक्ष्मी कहा जाता है। इन्हें कृषि व उर्वरता की देवी के रूप में पूजा जाता है।

धन्य लक्ष्मी

धन्य लक्ष्मी को माँ अन्नपूर्णा का ही एक रूप माना जाता है। धन्य लक्ष्मी को प्रसन्न करने का सबसे आसान तरीका है कि कभी अन्न की बर्बादी नहीं करें।

विजय लक्ष्मी

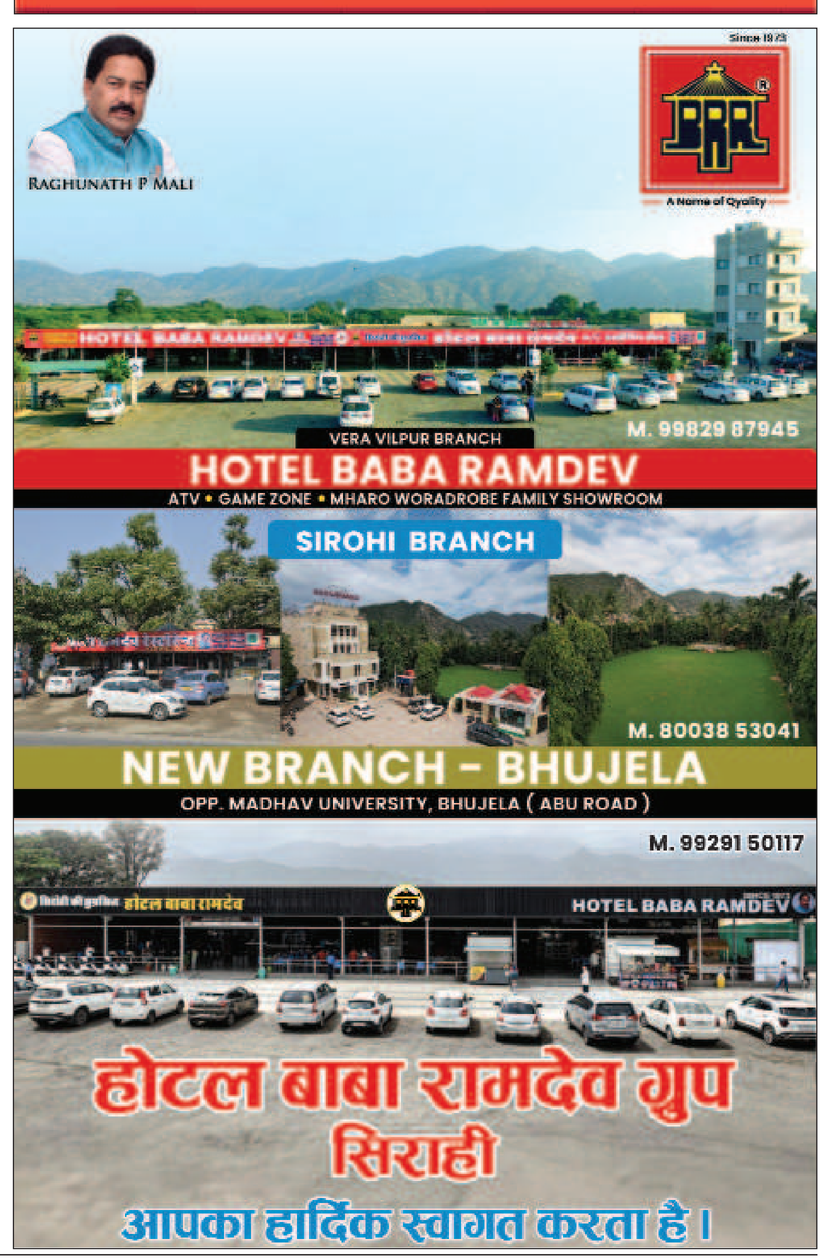
विजय या जया लक्ष्मी जीत का प्रतीक है। माँ के इस रूप की साधना से भक्तों को जीवन के हर क्षेत्र में जय-विजय की प्राप्ति होती है।

संतान लक्ष्मी

बच्चों और अपने भक्तों को लंबी उम्र प्रदान करने का रूप है। इनकी चार भुजाएं है जिनमें दो भुजाओं में कलश धारण और दो भुजाओं में तलवार और ढाल है।

एकता दिवस पर हुआ शपथ ग्रहण कार्यक्रम आयोजित

» **जागरूक जनता @ जयपुर।** राष्ट्रीय एकता दिवस के तहत मंगलवार को जिला कलेक्ट्रेट परिसर स्थित पार्क में शपथ ग्रहण समारोह का आयोजन किया गया। जिला कलेक्टर डॉ जितेन्द्र कुमार सोनी ने सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को राष्ट्रीय एकता एवं अखंडता तथा सुरक्षा को बनाये रखने के लिये शपथ दिलाई। साथ ही सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने सरदार वल्लभभाई पटेल की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी।



सम्पादकीय

शांति की संभावना

यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलिंस्की ने दिए एक इंटरव्यू में भारत और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को संभावित मध्यस्थ के रूप में रेखांकित किया, लेकिन रूस और यूक्रेन के बीच शांति समझौते की बुनियादी शर्तों पर कोई लचीलापन नहीं दिखा है।

जेलिंस्की ने स्पष्ट शब्दों में शांति की जरूरत स्वीकार करते हुए भारत और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को संभावित मध्यस्थ के रूप में रेखांकित किया, वह महत्वपूर्ण है। हालांकि दोनों पक्षों- यूक्रेन और रूस ङ्क के रवैये में उस तरह के लचीलेपन का संकेत अभी नहीं मिला है, जो शांति समझौते की बुनियादी शर्त है।

वैसे, जेलिंस्की अपने देश की तरफ से शांति सम्मेलन भी आयोजित कर चुके हैं, लेकिन उसे शांति की इच्छा से ज्यादा अपने अनुकूल माहौल बनाने की कोशिश के रूप में लिया गया। संभवतः इसीलिए उस सम्मेलन में शिरकत करने के बावजूद भारत ने संयुक्त वक्तव्य पर हस्ताक्षर तक नहीं किया। उसका साफ कहना था कि शांति का कोई भी समझौता दोनों पक्षों को शामिल किए बगैर संभव नहीं है।

इस बार वह इस रूप में एक कदम आगे बढ़े हुए दिख रहे हैं कि उन्होंने भारत जैसी संभावित मध्यस्थ शक्तियों की भूमिका पर ज्यादा जोर दिया है। हालांकि अभी भी भारत से उनकी सबसे बड़ी शिकायत यही है कि वह इस युद्ध में निष्पक्ष रुख अपनाए हुए है जबकि उसे पीड़ित यानी यूक्रेन के साथ खड़ा होना चाहिए। इसे युद्ध की ही विसंगति कहेंगे कि युद्धरत पक्ष मध्यस्थता की उम्मीद करते हुए भी मध्यस्थों के लिए जमीन उपलब्ध कराने को तैयार नहीं होते। वे यह नहीं समझते कि अगर कोई देश उनके साथ खड़ा होगा तो दूसरे पक्ष की नजर में दुश्मन हो जाएगा। फिर उस पर दूसरा पक्ष विश्वास नहीं करेगा और उसके मध्यस्थता करने की गुंजाइश समाप्त हो जाएगी।

फिर भी यह पॉजिटिव डिवेलपमेंट कहा जाएगा कि नाराजगी को दरकिनार करते हुए जेलिंस्की ने भारत से मध्यस्थता की अपेक्षा जताई है। इसके पीछे जहां हाल के महीनों में रूसी फौज का बढ़ता दबाव है, वहीं अमेरिका के राष्ट्रपति चुनाव के मद्देनजर पैदा हो रही अनिश्चितता की भी भूमिका है। माना जा रहा है कि अगर डॉनल्ड ट्रंप फिर से वाइट हाउस में वापसी करते हैं तो यूक्रेन को मिल रही मदद पर रोक लग सकती है। यह निश्चित रूप से जेलिंस्की के लिए चिंता की बड़ी वजह है।

युद्ध में एक पक्ष की चिंता अक्सर दूसरे पक्ष की उम्मीद बढ़ा दिया करती है। आश्चर्य नहीं कि रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पूतिन ने दो दिन पहले फिर कहा कि वह शांति समझौते के लिए यूक्रेन को किसी तरह की छूट नहीं देने जा रहे। मगर शांति की राह अक्सर ऐसी मुश्किलों के बीच से ही निकलती है। इसलिए परदे के पीछे शांति प्रयास तेज किए जाने की जरूरत से इनकार नहीं किया जा सकता।

समझना होगा कि हमारी महान सनातन संस्कृति में श्री तत्व की महत्ता को प्रतिपादित करने के लिए कोई एक-दो नहीं अपितु पूरे पांच दिवसीय प्रकाशपर्व की परम्परा हमारे मनीषियों ने यूं ही नहीं डाली थी। वैदिक भारत की यह ज्ञान गामिनी धरोहर इस दीपोत्सव का मूल उत्स है।

दीप हमारी आस्था के सबसे सनातन प्रमाण

» जागरूक जनता
jagrukjanta.net

श्याम माथुर
वरिष्ठ पत्रकार
@jagrukjanta.net

हमारा प्रत्येक आचरण, कर्म और चरित्र आदर्शों से जुड़ा हो, तभी लक्ष्मी की वैभव-विभूति, उनकी श्री संपत्ति से हम परिपूर्ण हो सकेंगे। आइए इस दीप पर्व पर हम सब भारतवासी सामूहिक रूप से राष्ट्रोत्थान में सच्ची निष्ठा से संकल्पित हों तभी इस दीपपर्व को मनाना सार्थक होगा।

दीपावली की पांच दिवसीय पर्व शृंखला हमारे देश की स्वर्णिम सभ्यता व संस्कृति की विभिन्न धाराओं को ठौर देती है। वैदिक काल में यह प्रकाश यज्ञ अग्नि के रूप में था जो बाद में मंदिर के आरती-दीप के रूप में प्रतिष्ठित हो गया। दीप हमारी आस्था के सबसे सनातन प्रमाण हैं। वैदिक काल से वर्तमान तक दीपकों के दिव्य आलोक में हम इस उत्सव का अनुष्ठान करते आए हैं। पद्म पुराण के अनुसार वामन रूपधारी भगवान विष्णु ने जब दैत्यराज बलि से संपूर्ण धरती लेकर उसे पाताल लोक जाने को विवश दिया तो भक्त बलि ने उनसे निवेदन किया कि भगवन! धरती लोक के कल्याण के लिए मेरी आपसे यह विनती है कि कार्तिक कृष्ण त्रयोदशी से लेकर अमावस्या के तीन दिनों तक जो प्राणि मृत्यु के देवता यमराज तथा श्री-संपदा की अधिष्ठात्री मां लक्ष्मी के नाम से दीपदान करें; उसे यम की यातना कभी न मिले और उसका घर श्री-संपदा से सदैव आपूरित रहे। दीपोत्सव की परम्परा का शुभारम्भ तभी से माना जाता है।

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार मृत्यु के देवता यमराज ने नन्हें से जिज्ञासु बालक नचिकेता को ब्रह्मविद्या का ज्ञान इसी दिन दिया था। कालान्तर में त्रेतायुग में इस पर्व से 14 साल के वनवास और रावण वध के उपरांत श्रीराम की अयोध्या वापसी तथा द्वापर में श्रीकृष्ण द्वारा नरकासुर वध का प्रसंग भी जुड़ गया। महाभारत के अनुसार 12 वर्षों का वनवास व एक वर्ष का अज्ञातवास पूरा होने पर दीपोत्सव मनाया गया था। कुछ अन्य पौराणिक विवरणों के मुताबिक भगवान विष्णु ने नरसिंह रूप धारणकर इसी दिन आततायी हिरण्यकश्यप का वध किया था। महासती सावित्री ने भी इसी दिन अपने अपराजेय संकल्प द्वारा यमराज के मृत्युपाश से पति को मुक्त कराया था। ज्योतिपर्व के साथ जुड़े पावन प्रसंगों की एक सुदीर्घ शृंखला है जो अज्ञान के अंधकार से लड़ने की हमारी अभिलाषा और जिजीविषा की परिचायक है।

ऐतिहासिक साक्ष्यों के मुताबिक जैन तीर्थंकर भगवान महावीर ने इसी दिन निर्वाण प्राप्त किया था और देवो ं ने दीप जलाकर उनकी स्तुति की थी। सिखों के लिए भी दिवाली की पवन तिथि अत्यंत महत्त्वपूर्ण है क्योंकि इसी दिन अमृतसर में 1577 में स्वर्ण मन्दिर का शिलान्यास हुआ था। इसके अलावा 1619 में दिवाली के दिन ही सिखों के छठे गुरु हरगोबिन्द सिंह जी को कारागार से रिहा किया गया था। स्वामी रामतीर्थ का जन्म व महाप्रयाण दोनों ही दीपावली के दिन ही हुआ था। भारतीय संस्कृति के महान जननायक व आर्य समाज के संस्थापक महर्षि दयानन्द का देहावसान भी दीपावली के दिन हुआ था। यही नहीं, प्राचीन भारत के यशश्वी सम्राट राजा वीर विक्रमादित्य का राज्याभिषेक भी दीपावली के दिन ही हुआ था।

दीपावली की पांच दिवसीय पर्व शृंखला के पहले पर्व त्रयोदशी को आयुर्वेद के जनक आचार्य धन्वंतरि की जयंती मनाई जाती है। सागर मंथन के दौरान इसी दिन अमृत घट लेकर आयुर्वेद के जनक आचार्य धन्वंतरि प्रकट हुए थे। स्कंद पुराण के अनुसार त्रयोदशी की संध्या में यमदीप दान के उपरान्त मां लक्ष्मी व कुबेर की पूजा के साथ आचार्य धन्वंतरि का पूजन अनुष्ठान किया जाता है। वैद्यगण इस दिन उनसे प्रार्थना करते हैं ताकि उनकी औषधियां आरोग्य प्रदायक हो सकें। इसके अगले दिन नरक-चतुर्दशी को पितरों को दीपदान दिया जाता है। तीसरे दिन महानिशा यानी अमावस्या की रात्रि में दीपोत्सव मनाया जाता है, दीपोत्सव के बाद आने वाली प्रतिपदा प्रारंभ में नवान्न-पूजा का पर्व थी जो बाद में अन्नकूट-पूजा में परिवर्तित हो गई।

इसके अगले दिन कार्तिक शुक्ल को भाईदूज के दिन बहनें भाई को मंगल तिलक कर उनके कल्याण और दीर्घायु की प्रार्थना करती हैं। लोक परम्परा में दीपावली की रात को मुख्य रूप से लक्ष्मी व गणेश के संयुक्त पूजा का विधान है। इसके पीछे मूलतः समृद्धि एवं सद्बुद्धि दोनों की आराधना के साथ श्रेष्ठ मूल्यों एवं आदर्शों की स्थापना का दिव्य भाव निहित है। लक्ष्मी समृद्धि, विभूति एवं सम्पत्ति की देवी हैं और गणपति सदबुद्धि एवं सद्ज्ञान के सर्वसमर्थ देवता। अनेकानेक प्रेरक प्रसंगों से जुड़ा दीपावली का महापर्व श्रेष्ठ जीवनमूल्यों एवं आदर्शों के प्रति संकल्पित होने का शुभ अवसर प्रदान करता है। मगर आत्म आलोक का यह महापर्व आज मात्र देवपूजन के वाह्य कर्मकांड तथा वैभव के प्रदर्शन तक सिमट गया है। पर्व की आलोकपूर्ण प्रेरणाएं लोगों के अंतस को जागृत नहीं करतीं। इस ज्योतिपर्व पर आत्मावलोकन करें तो पाएंगे कि ऋषियों की अमूल्य परंपराओं को विस्मृत करने का खमियाजा हम सब भुगत रहे हैं। हम हंसना भूल गए हैं।

स्वतंत्रता प्राप्ति के सात दशक बाद भी आज भारतीय जनमानस की जो स्थिति है, वह एक व्यापक मोहभंग एवं एक भयंकर मनोवैज्ञानिक संघात की है। समझना होगा कि हमारी महान सनातन संस्कृति में श्री तत्व की महत्ता को प्रतिपादित करने के लिए कोई एक-दो नहीं अपितु पूरे पांच दिवसीय प्रकाशपर्व की परम्परा हमारे मनीषियों ने यूं ही नहीं डाली थी। वैदिक भारत की यह ज्ञान गामिनी धरोहर इस दीपोत्सव का मूल उत्स है। हमारा प्रत्येक आचरण, कर्म और चरित्र आदर्शों से जुड़ा हो, तभी लक्ष्मी की वैभव-विभूति, उनकी श्री संपत्ति से हम परिपूर्ण हो सकेंगे। आइए इस दीप पर्व पर हम सब भारतवासी सामूहिक रूप से राष्ट्रोत्थान में सच्ची निष्ठा से संकल्पित हों तभी इस दीपपर्व को मनाना सार्थक होगा।

नई परंपराओं के साथ एक सांस्कृतिक पुनर्जागरण और पर्यावरण संरक्षण का संदेश: दीपावली 2024

» जागरूक जनता
jagrukjanta.net

डॉ.अमित वर्मा
स्वतंत्र पत्रकार
@jagrukjanta.net

दीपावली, जिसे 'प्रकाश पर्व' के रूप में भी जाना जाता है, भारत में सबसे महत्वपूर्ण और व्यापक रूप से मनाया जाने वाला त्यौहार है। यह न केवल हमारे सांस्कृतिक धरोहर को समेटे हुए है बल्कि समय के साथ इसमें अनेक बदलाव भी देखे गए हैं। भारत में दीपावली का पर्व साल का सबसे महत्वपूर्ण और प्रतीक्षित त्योहार है। दीपों का यह पर्व न केवल खुशियों का प्रतीक है बल्कि हमारी सांस्कृतिक और धार्मिक धरोहर का महत्वपूर्ण हिस्सा भी है। दीपावली का यह त्यौहार कई लोगों के लिए भौतिक समृद्धि, आध्यात्मिक उन्नति, और आपसी स्नेह को बढ़ाने का अवसर होता है। लेकिन, जैसे-जैसे समय के साथ हमारा जीवन आधुनिकता की ओर बढ़ता गया है, वैसे-वैसे इस पर्व का स्वरूप भी बदलता गया है। इस पर्व को मनाने में जहां एक ओर नई-नई परंपराएं जुड़ती गईं, वहीं दूसरी ओर इससे जुड़े कुछ पर्यावरणीय पहलुओं पर भी ध्यान आकर्षित हुआ है। इस वर्ष दीपावली में नई परंपराओं का समावेश देखा जा रहा है जो आधुनिकता, पर्यावरणीय चेतना और सामाजिक मूल्यों को जोड़ते हैं।

दीपावली का उल्लेख हमारे पुराणों और महाकाव्यों में मिलता है। रामायण के अनुसार भगवान राम, माता सीता और लक्ष्मण के 14 वर्षों के वनवास के बाद अयोध्या लौटने पर अयोध्यावासियों ने दीप जलाकर उनका स्वागत किया। इस पर्व के साथ माता लक्ष्मी की पूजा का विशेष महत्व है, जो धन और समृद्धि की देवी मानी जाती हैं। व्यापारियों के लिए यह वर्ष के नए वित्तीय सत्र की शुरुआत का प्रतीक है, और किसान फसल के त्योहार के रूप में इसे मनाते हैं। आज के समय में, पर्यावरणीय चिंताएँ बढ़ती जा रही हैं। पिछले कुछ वर्षों में पटाखों के कारण प्रदूषण और ध्वनि-प्रदूषण पर बहुत बहस हुई है। इस बार 'ग्रीन दिवाली' का विचार व्यापक रूप से अपनाया जा रहा है। कई राज्य सरकारें और गैर-सरकारी संस्थाएँ लोगों को पटाखों से दूर रहने और पर्यावरण के अनुकूल दीयों और सजावट का उपयोग करने के लिए प्रेरित कर रही हैं। हरित दीपावली का यह कदम लोगों को पर्यावरण के प्रति संवेदनशील बनाता है। इसके अंतर्गत मिट्टी के दीयों का उपयोग, जैविक रंगों से रंगोली बनाना, और पौधारोपण जैसे विचार शामिल हैं।

सोशल मीडिया का बढ़ता प्रभाव दीपावली के उत्सव पर भी दिखता है। लोग अपने उत्सव को साझा करने के लिए विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफार्मों का उपयोग कर रहे हैं। जहाँ पहले परिजन और मित्र सिर्फ अपने घरों में मिलते थे, वहीं अब डिजिटल माध्यम से दुनियाभर में बसे भारतीय एक-दूसरे को वीडियो कॉल के माध्यम से दीपावली की बधाई दे सकते हैं। इंस्टाग्राम पर दिवाली 2024 ट्रेंडिंग है, जहाँ लोग अपने पारंपरिक परिधानों में तस्वीरें और साज-सज्जा की तस्वीरें साझा कर रहे हैं। महामारी के बाद, हस्तकला उद्योग को बहुत धक्का लगा। इस साल, लोगों में स्थानीय हस्तशिल्पियों के समर्थन का एक विशेष उत्साह देखा जा रहा है। दीपावली के सजावट से लेकर मिठाइयों तक, लोग बड़े पैमाने पर स्थानीय कारीगरों द्वारा बनाए गए सामानों को प्राथमिकता दे रहे हैं। इससे न केवल स्थानीय व्यापार को बढ़ावा मिलता है, बल्कि यह एक आत्मनिर्भर भारत की दिशा में भी एक कदम है। कुम्हारों द्वारा बनाए गए दीये, स्थानीय व्यापारियों से खरीदी गई सजावटी वस्तुएँ और हस्तनिर्मित गहनों का आकर्षण इस बार की दीपावली को अनोखा बना रहा है। दीपावली पर उपहार देने की परंपरा वर्षों से चली आ रही है। लेकिन समय के साथ इसमें भी बदलाव आ रहा है। अब लोग एक-दूसरे को मिष्टान्न और मिठाइयों के अलावा स्वास्थ्य संबंधी उपहार, जैसे फिटनेस ट्रैकर्स, आर्गेनिक स्नेक्स, और होम डेकोर देने लगे हैं। लोग चाहते हैं कि उनके दिए गए उपहार न केवल सुंदर हों बल्कि व्यावहारिक भी हों।

दीपावली का त्यौहार केवल खुशियाँ मनाने का पर्व नहीं है, बल्कि यह दूसरों के प्रति करुणा और उदारता का प्रतीक भी है। कई संस्थाएँ और व्यक्ति इस मौके पर ज़रूरतमंदों की सहायता के लिए आगे आते हैं। अनाथालयों, वृद्धाश्रमों और बेसहारा बच्चों के बीच जाकर लोग मिठाई और कपड़े बाँट रहे हैं। इस प्रकार, दीपावली आज केवल एक व्यक्तिगत उत्सव नहीं, बल्कि समाज के हर वर्ग के लिए खुशी लाने का पर्व बन गया है। दीपावली के समय में लोग बड़े पैमाने पर सोने, चांदी और अन्य आभूषण खरीदते हैं। आजकल डिजिटल भुगतान का चलन बढ़ गया है, लेकिन इसके साथ ही साइबर सुरक्षा की चिंता भी बढ़ी है। इस बार त्योहार के अवसर पर बैंकों और वित्तीय संस्थानों ने लोगों को सतर्कता बरतने के लिए जागरूकता अभियान चलाए हैं ताकि ऑनलाइन धोखाधड़ी से बचा जा सके। दीपावली पर घरों को सजाने की परंपरा वर्षों से चली आ रही है। हर साल, लोग विभिन्न तरीकों से अपने घरों को सजाते हैं, जिसमें रंग-बिरंगी लाइट्स, फूलों की माला, और दीये शामिल होते हैं। इस बार लोग दीयों को खास अहमियत दे रहे हैं क्योंकि यह स्वदेशी वस्त्रों और उत्पादों का समर्थन करने का प्रतीक बन गया है। मिट्टी के दीयों का उपयोग न केवल पर्यावरण के लिए बेहतर है, बल्कि यह हमारे कुम्हारों और ग्रामीण कारीगरों के लिए भी एक सहारा है। दीपावली केवल बाहरी चमक-धमक का पर्व नहीं है, बल्कि यह आत्ममंथन और आत्मशुद्धि का समय भी है। इस मौके पर लोग पुरानी गलतियों को सुधारने का संकल्प लेते हैं और अपने जीवन में नई दिशा और ऊर्जा का संचार करते हैं। दीपावली का यह संदेश आज के आधुनिक युग में भी प्रासंगिक है जहाँ आत्म-शांति और संतुलन की आवश्यकता सबसे अधिक है।

सत्य दर्शन

।।श्री सद्गुरुदेव गोवर्धन पीठाधीश्वर श्री कृष्णदास कंचन महाराज।।

सत्य दर्शन के आधार श्रीसद्गुरु देव

भगवान शब्द में-समग्र ऐश्वर्य, धर्म, यश, लक्ष्मी, ज्ञान और वैराग्य इन 6 प्रकार की माशक्तियों का नाम 'भग' है। इन्हें भगवान का षड् ऐश्वर्य कहा गया है। इनमें समन्वित जो सच्चिदानंदधन विग्रह है वहीं भगवान है। भगवान में ये दिव्य गुण चिन्मय हैं। वे प्राकृत गुण सम्बन्ध विहीन हैं।

आत्मा का स्वरूप: परमात्मा के व्यष्टि रूप में विभक्त हुए अंश को आत्मा कहते हैं। आत्मा के बारह लक्षण हैं-नित्य, अविनाशी, शुद्ध, एक, क्षेत्रज्ञ, आश्रय, निर्विकार, स्वयं प्रकाश, सबका कारण, व्यापक, असंग व आवरण रहित। आत्मा, नित्य, अविनाशी, शुद्ध, सर्वगत, सर्वज्ञ और देह इन्द्रिय आदि से पृथक है। वह अपनी अविद्या से ही देह आदि की सृष्टि करके भोगों के साधन शूक्ष्म शरीर को स्वीकार करता है। जैसे हिलते हुए पानी के साथ उसमें प्रतिबिम्बित होने वाले वृक्ष भी हिलते से जान पड़ते हैं और घुमायी जाती हुई आंख के साथ सारी पृथ्वी ही घूमती सी दिखाई देती है। वैसे ही विषयों के कारण मन भटकने लगता है और वास्तव में निर्विकार होने पर भी उसी के समान आत्मा भी भटकता हुआ सा जान पड़ता है। उसका स्थूल और सूक्ष्म शरीर से कोई सम्बन्ध नहीं है। सब प्रकार से शरीर रहित आत्मा को शरीर समझ लेना अज्ञान है। अज्ञान से ही कर्मों के साथ सम्बन्ध हो जाने के कारण संसार में आना-जाना यानि जन्म-मरण होता है। **क्रमशः**

ओपिनियन

प्रभु श्रीराम के चरित्र को आत्मसात कर अद्भुत, विशिष्ट बनाये दिवाली

» जागरूक जनता
jagrukjanta.net

संतोष मिश्रा
पत्रकार
@jagrukjanta.net

सर्वप्रथम संपूर्ण देशवासियों दीपावली की अनंत बधाइयां एवं हार्दिक शुभकामनाएं।आइये इस बार दीपावली पर्व प्रभु श्रीराम के विराट चरित्र का अनुशरण कर दीवाली पर्व को विशिष्ट तरीके से मनाने का प्रयास करें।इस बार दीवाली को तमाम समाजिक बुराइयों,विंसगतियों से बचाते हुए वायु प्रदूषण से मुक्त रखकर धुआं फैलाने वाले पटाखों से परहेज करें और साप्रदायिक भाईचारे के साथ सर्व-धर्म सर्व-भाव की भावना के एक साथ मिल जुल कर इसे विशेष बनाएं।

दीपावली पर्व के आते-आते संसार में फैला तमस (गहन अंधकार) स्वमेव छटने लगता है, दीपावली के दिवस पर ना सिर्फ सुबह, दोपहर सूरज की रोशनी से दीप्त होते हैं, बल्कि दीपोत्सव की रात्रि भी मां धरती की सोंधी गंध से लिप्त पवित्र माटी से बने दीपको की रोशनी से आच्छादित होकर जगमगाने लगती है। पौराणिक कथाओं के अनुसार दीपावली भगवान श्री रामचंद्र जी 14 वर्षों के वनवास के बाद समस्त बुराइयों के प्रतीक रावण के वध के पश्चात अयोध्या लौटने पर इनका अयोध्या वासियों द्वारा घी की दीपमालाओं को नगर में कतार में लगाकर स्वागत किया गया था। राजा रामचंद्र जी सद्गुणों,अच्छाइयों, धैर्य,संयम और देव तुल्य सद्गुणों के न सिर्फ प्रतीक माने जाते हैं बल्कि स्वयं सिद्ध देवता भी हैं, जिन्होंने संपूर्ण जगत को रावण जैसी अनंत बुराइयों से मुक्त कराया था। आज उसी परंपरा पारीपाटी कों शिरोधार्य करते हुए मेहनतकश कुम्हारों और मां धरती की मिट्टी से बने पवित्र दीपों से उद्दीप्त करके समस्त सद्गुणों को द्विगुणित करने के लिए यह त्यौहार समस्त ऊर्जा और उत्साह से मनाते हैं। जगत वासी एक दूसरे से मिलकर बुराइयों के प्रतीकों को नष्ट करने का संकल्प लेकर एक दूसरे का मुंह मीठा भी कराते हैं, एवं औपचारिक तौर पर एक-दूसरे को उपहार देने का उपक्रम भी किया जाता है। गहन तमस पर उजाले की जीत का पर्व ही दीपावली है। सही मायने में दीपावली में हमें अपने घरों को माटी के दीपों से उज्जवल इत कर अपने व्यक्तित्व को ज्ञान के दीप से उद्दीप्त करना चाहिए। ऋषि मुनि ऐसा कह गए हैं कि शरीर को एक दिन इसी माटी में मिल जाना है और व्यक्तित्व तथा मस्तिष्क के ज्ञान की जो अविरल धारा आपके जीवन में बहेगी वह अनवरत कई पीढ़ियों तक सुदीप्त होती रहेगी, मनुष्य का जीवन अत्यंत अनमोल है इसी तरह जीवन में प्रकाश भी चाहे वह दीपों से हो या ज्ञान से हो जीवन को प्रकाशमान करते रहना होगा। दीपावली मूलतः प्रकाश का त्यौहार है। पौराणिक कथाओं के अनुसार धन, समृद्धि, विघ्न हरण एवं ऐश्वर्य के प्रतीक भगवान गणेश एवं माता लक्ष्मी की श्रद्धा पूर्वक पूजा करते हैं एवं दीपावली के एक दिन पूर्व धनत्रयोदशी या धनतेरस अति शुभ माना जाता है। इस दिन लोग स्वर्ण अथवा रजत के आभूषण खरीदना अत्यंत शुभ लक्षण मानते हैं। इसके पीछे भी एक पौराणिक कथा है माना जाता है कि समुद्र मंथन के पश्चात लक्ष्मी जी की इसी दिन से उत्पत्ति हुई थी, इसीलिए इस दिन माता लक्ष्मी की पूजा धूमधाम से की जाती है। समुद्र मंथन से ही धनवंतरी जिन्हें औषधि विज्ञान का अविष्कारक माना जाता है की उत्पत्ति कार्तिक मास की त्रयोदशी मुहूर्त में हुई थी, इसीलिए धनवंतरी के नाम पर धनतेरस पर्व रखा गया है। पश्चिम बंगाल के लोग दीपावली को काली पूजा के रूप में मानते हैं वहां बड़े-बड़े एवं भव्य पंडालों के भीतर मां काली की प्रतिमा स्थापित की जाती है काली की पूजा के बाद वहां लक्ष्मी जी की पूजा की जाती है। सही मायने में दीपावली का अपना धार्मिक सामाजिक एवं सांस्कृतिक महत्व है। किंतु दीपावली के इस परंपरागत पवित्र त्यौहार में कुछ लोग अपने ऐश्वर्या का प्रदर्शन करने के लिए हजारों, लाखों रुपए के पटाखे छोड़कर वायु को प्रदूषित करते हैं, जो वायुमंडल के लिए अत्यंत खतरनाक होती है।

जागरूक जनता Selfie विद डॉटर

वंशिका डॉटर कैलाश बिजारणियां, रींगस, सीकर

हमे भेजें

आप भी हमें अपने विचार, लेख, कविता, जन्मदिन की फोटो, सेल्फी विद् सन/डॉटर भेज सकते हैं।

jagrukjantanews@gmail.com

सम्पर्क करें : 9829329070, 9928022718

स्वात्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक ज्ञानेन्द्र मिश्रा के लिए जैमन प्रिन्टर्स प्राइवेट लिमिटेड, जी-1-68, रोड नम्बर-14, वीकेआई, जयपुर से मुद्रित एवं प्रशासनिक और विज्ञापन कार्यालय : बी-132, जे.पी. कॉलोनी, सैक्टर-4, विद्याधर नगर, जयपुर-302039 से प्रकाशित। फोन : 0141-3587886

पंचांग

ज्योतिर्विद् अक्षय शास्त्री

साकेत पंचांग, अन्तरराष्ट्रीय स्वर्ण पदक विजेता

जागरूक जनता पंचांग, नक्षत्र, तिथि, चौघड़िया

सूर्योदय-सूर्यास्त, तिथि

बुधवार, 30/10/2024

सूर्योदय : 06:39 **सूर्यास्त** : 17:41 **चन्द्रोदय** : 04:32 **चन्द्रास्त** : 16:29 **शक सम्वत** : 1946 क्रोधी **अमान्ता महीना** : आश्विन **पूर्णिमांत:** कार्तिक **सूर्य राशि** : तुला **चन्द्र राशि** : कन्या **पक्ष** : कृष्ण **तिथि** : चतुर्दशी, 13:15 तक **वार** : बुधवार **चन्द्रमास कार्तिक** : पूर्णिमान्त **विक्रम सम्वत** : 2081 पिङ्गल **आश्विन** : अमान्त **गुजराती सम्वत** : 2080 राक्षस

नक्षत्र, योग, करण

नक्षत्र: हस्त, 21:36 तक
योग : वैधृति, 08:40 तक
प्रथम करण : वणिजा, 13:15 तक
द्वितिय करण : विष्टि, 26:34 तक

शुभ समय

ब्रह्म मुहूर्त	04:49 ए एम से
प्रातः सन्ध्या	05:14 ए एम से
अभिजित मुहूर्त	कोई नहीं
विजय मुहूर्त	01:55 पी एम से
गोधूलि मुहूर्त	05:37 पी एम से
सायाह्न सन्ध्या	05:37 पी एम से
अमृत काल	02:56 पी एम से
निशिता मुहूर्त	11:39 पी एम से
सर्वार्थ सिद्धि योग	06:32 ए एम से

निवास और शूल

दिशा शूल : उत्तर में

राहु काल वास दक्षिण-पश्चिम में

होमाहुति : केतु

कुंभ चक्र: कण्ठ

चौघड़िया

दिन का चौघड़िया		रात का चौघड़िया	
लाभ	06:38 - 08:01	उद्वेग	17:40 - 19:17
अमृत	08:01 - 09:24	शुभ	19:17 - 20:55
काल काल वेला	09:24 - 10:46	अमृत	20:55 - 22:32
शुभ	10:46 - 12:09	चर	22:32 - 00:09
रोग वार वेला	12:09 - 13:32	रोग	00:09 - 01:47
उद्वेग	13:32 - 14:54	काल	01:47 - 03:24
चर	14:54 - 16:17	लाभ	03:24 - 05:01
लाभ	16:17 - 17:40	उद्वेग	05:01 - 06:39

अमृत, शुभ, लाभ और चर को शुभ चौघडिया माना जाता है एवं उदवेग, काल एवं रोग को अशुभ चौघडिया माना जाता है।

आज त्रयोदशी

आज कौन सा कार्य करें

राज संबंधी कार्य (सरकारी कार्य), व्रतबंध, प्रतिष्ठा, विवाह, यात्रा, भूषणादि के लिए शुभ होते हैं। यात्रा, शिल्प, चूड़ा कर्म, अन्नप्राशन व गृह प्रवेश शुभ है। ऋण नहीं देना चाहिए।

बुधवार को क्या करें

बुधवार की प्रकृति चर और सौम्य मानी गई है। यह भगवान गणेश और दुर्गा का दिन है। कमजोर मस्तिष्क वालों को बुधवार के दिन उपवास रखना चाहिए।

ये कार्य करें :- सूखे सिंदूर का तिलक लगाएं। बुधवार को दुर्गा के मंदिर जाना चाहिए। पूर्व, दक्षिण और नैऋत्य दिशा में यात्रा कर सकते हैं। इस दिन जमा किए गए धन में बरकत रहती है। मंत्रणा, मंथन और लेखन कार्य के लिए भी यह दिन उचित है। ज्योतिष, शेयर, दलाली जैसे कार्यों के लिए भी यह दिन शुभ माना गया है।

यह कार्य न करें:- उत्तर, पश्चिम और ईशान में यात्रा न करें। बुधवार को धन का लेन-देन नहीं करना चाहिए। बुधवार को लड़की की माता को सिर नहीं धोना चाहिए, ऐसा करने से लड़की का स्वास्थ्य बिगड़ता है या उसके समक्ष कोई कष्ट आता है।

नोट : शुक्ल पक्ष में एक से पंचमी तक तिथियां अशुभ कही गई हैं, क्योंकि इन तिथियों में चंद्रमा क्षीण बल होता है और चंद्र बल उन दिनों नहीं रहने से कार्य सफल नहीं होते हैं। इसी प्रकार कृष्ण पक्ष की एकादशी से अमावस्या तक तिथियों में चंद्र बल क्षीण होने से शुभ कार्य नहीं करने चाहिए।

राशिफल

कार्तिक, कृष्ण, चतुर्दशी, 2081 बुधवार, 30 अक्टूबर - 05 नवम्बर, 2024

मेष [चू, चे, चो, ला, ली, लू, ले, लो, अ]
लम्बित मामलों के परिणाम आपके पक्ष में होने की सम्भावना है। व्यवसाय में सहयोगी आपके कार्यों से प्रसन्न रहेंगे। निर्माण कार्यों में आपको सफलता मिलेगी। कार्यक्षेत्र में कुछ बदलाव कर सकते हैं।

तुला [रा, री, रू, रे, रो, ता, ती, तू, ते]
संतान से पुराने मतभेद उभरने से पारिवारिक वातावरण अशान्त होगा। आर्थिक स्थिति बिगड़ने से कर्ज लेना पड़ सकता है। कार्य क्षेत्र पर आरंभिक बिक्री के बाद आज उदासीनता छायी रहेगी।

वृषभ [ई, उ, ए, ओ, वा, वी, वु, वे, वो]
व्यापार में जिम्मेदारियाँ बढ़ सकती है। आपकी कर्तव्यनिष्ठा की प्रशन्सा होगी। मित्रों का सहयोग लेना हितकारी होगा। जो लोग आपके विरुद्ध थे, वे अचानक आपके पक्ष में आ सकते हैं।

वृश्चिक [तो, ना, नी, नू, या, यी, यू]
नौकरी पेशाओ को अतिरिक्त कार्य मिलने से असुविधा होगी काम लापरवाही से करेंगे। मित्रो के साथ बाहर घूमने का अवसर मिलेगा। ससुराल से लाभ होगा। पारिवारिक दायित्व बढ़ने से व्यस्तता रहेगी।

मिथुन [क, की, कु, घ, ड, छ, के, को, ह]
विदेश में कार्यरत लोगों को सम्मान मिल सकता है। व्यवसाय में रुके हुये कार्यों में सफलता मिलेगी। जॉब में बदलाव करने का विचार बनायेंगे। प्रेम सम्बन्धों में कुछ प्रतिकूलता रहेगी।

धनु [ये, यो, भा, भी, भू, धा, फ, ढ, भे]
नौकरीपेशा जातको को मेहनत का फल मिलेगा। विरोधियो पर विजय प्राप्त करेंगे। शुभ समाचार मिलने से मन प्रसन्न रहेगा। साहित्यकार, लेखक एवं पत्रकारों के लिए सप्ताह विशेष लाभदायक रहेगा।

कर्क [हि, हू, हे, हो, डा, डी, डू, डे, डो]
कार्य क्षेत्र या घर में परिवर्तन अथवा साज सज्जा में बदलाव भी कर सकते है समाज के प्रतिष्ठित लोगो से सम्मान मिलेगा लेकिन आर्थिक लाभ थोड़ा विलम्ब से होगा। दाम्पत्य सुख उत्तम रहेगा।

मकर [भो, जा, जी, जू, खा, खू, गा, गी,]
परिजनों के साथ मित्रवत व्यवहार रहेगा। पारिवारिक दायित्वों की पूर्ति के कारण खर्च बढ़ने से असहज अनुभव करेंगे। उधार से बचे। सेहत ठीक रहेगी। आलस्य का वातावरण रहेगा।

सिंह [मा, मी, मू, मे, मो, टा, टी, टु, टे]
व्यवहार कुशलता व संतोषि स्वभाव से सम्मानित होंगे। उधारी वसूलने में परेशानी आ सकती है। घर में मेहमानों के आने से वातावरण आनंदित होगा। पारिवारिक खर्च बढ़ने से परेशानी भी होगी।

कुंभ [गू, गे, गो, सा, सी, सू, से, सो, दा]
नए कार्यो का आरंभ आज ना करें ना ही किसी को उधार दें। इसके बाद परिवार के सदस्यों का सहयोग मिलने लगेगा लेकिन घरेलू आवश्यकताओं को नजरअंदाज करने से अशांति बढ़ेगी।

कन्या [टो, पा, पी, पू, ष, ण, ठ, पे, पो]
मित्र परिजनों के साथ ज्यादा समय बिताना पसंद करेंगे। फिजूल खर्ची से बचें। शारीरिक स्वास्थ्य अच्छा रहने से सप्ताह उत्साह पूर्ण रहेगा।

मीन [दी, दू, थे, झ, ञ, दे, दो, चा, चि]
आर्थिक लाभ के लिए अधिक प्रयत्न करना पड़ेगा मध्यान के समय किसी मनोकामना की पूर्ति होने से प्रसन्न रहेंगे।

आचार्य राजेश शास्त्री, जयपुर

मुख्यमंत्री ने 'रन फॉर यूनिटी' मैराथन को दिखाई हरी झण्डी

सरदार वल्लभ भाई पटेल दृढ़ संकल्प और साहस के प्रतीक-मुख्यमंत्री शर्मा

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा ने कहा कि लौह पुरूष सरदार वल्लभ भाई पटेल ने भारतीय रियासतों का एकीकरण कर एक सशक्त भारत का निर्माण किया। उनकी जयंती पर आयोजित रन फॉर यूनिटी मैराथन हमें विविधता में एकता के महत्व का संदेश देते हुए उनके अतुलनीय साहस और संकल्प का स्मरण कराती है।

शर्मा ने मंगलवार को अमर जवान ज्योति पर 'रन फॉर यूनिटी -एक भारत, श्रेष्ठ भारत' मैराथन को हरी झण्डी दिखाकर रवाना किया और उपस्थित जन समूह से राष्ट्रीय एकता दिवस की शपथ का वाचन कराया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि आजादी के बाद जिस तरह सरदार पटेल ने अपनी दृढ़ शक्ति के बल पर देश को एकता के सूत्र में पिरोया, उससे नई पीढ़ी को प्रेरणा लेनी चाहिए और राष्ट्रीय एकता के लिए समर्पित होकर कार्य करना चाहिए। शर्मा ने कहा कि सरदार पटेल के विराट व्यक्तित्व को दर्शाने के लिए प्रधानमंत्री ने गुजरात में विश्व की सबसे ऊंची प्रतिमा स्टेच्यू ऑफ यूनिटी का निर्माण कराया है। इस मूर्ति के निर्माण के लिए राजस्थान सहित पूरे देश के लोगों ने लोहा देकर अपना योगदान दिया। यह एक मूर्ति नहीं है, बल्कि भारत की एकता और अखंडता का प्रतीक है।

जम्मू कश्मीर से हटाई धारा 370, दिया एकता का अहम संदेश

मुख्यमंत्री ने कहा कि सरदार पटेल ने जिस संकल्प के साथ देश को एकजुट किया उसी पथ पर चलते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने जम्मू-कश्मीर से धारा 370 समाप्त कर 'एक देश, एक विधान और एक निशान' के संकल्प को और मजबूत करने का काम किया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री की पहल पर सरदार पटेल की जयंती राष्ट्रीय एकता दिवस के रूप में प्रतिवर्ष 31 अक्टूबर को पूरे जज्बे और जोश के साथ सम्पूर्ण भारत वर्ष में मनायी जाती है। इस वर्ष 31 अक्टूबर को दीपावली पर्व होने के कारण प्रधानमंत्री ने देशवासियों को इसे 29 अक्टूबर को आयोजित करने का आग्रह किया था।

नौ दिवसीय श्रीराम कथा का वाचन करेंगे जगद्गुरु रामभद्राचार्य महाराज

नौ दिवसीय श्रीराम कथा का 15 नवंबर तक होगा आयोजन

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। नौ दिवसीय श्रीराम कथा 7 से 15 नवंबर तक होगी। रामकथा का आयोजन श्री बालाजी गौशाला संस्थान सालासर और विद्याधर नगर स्टेडियम आयोजन समिति की ओर से किया जा रहा है। विद्याधर नगर स्टेडियम में रामकथा का वाचन पद्म विभूषण जगद्गुरु रामभद्राचार्य महाराज करेंगे।

कार्यक्रम समन्वयक अनिल संत ने बताया कि जयपुर पहुंचने पर महाराज का एयरपोर्ट से कथा स्थल तक स्वागत किया जएगा। एयरपोर्ट से विद्याधर नगर तक के मार्ग में सौ तोरण द्वार बनाए जाएंगे। मार्ग में हेलीकॉप्टर से पुष्प वर्षा की जाएगी। छह नवंबर को शाही लवाजमे और बैंड बाजे के साथ कलश यात्रा निकाली जाएगी। कलश यात्रा में 51 सौ महिलाएं पारंपरिक परिधान में सिर पर कलश धारण किए चलेंगी। कलश यात्रा क्षेत्र के मुख्य मार्गों से होते हुए कथा स्थल पहुंचेगी। कलश यात्रा का मार्ग में अनेक स्थानों पर पुष्पवर्षा कर स्वागत किया जाएगा। महाराज की कथा के लिए बनने वाला स्टेज अयोध्या के श्री राम मंदिर का प्रतिरूप होगा। स्टेज को बंगाल के कारीगर तैयार करेंगे। संपूर्ण भारत के साधु-संतों को कथा में आने का निमंत्रण दिया जा रहा है। प्रतिदिन करीब पचास हजार लोगों के कथा में आने की उम्मीद है। कथा श्रवण को आने वाले श्रद्धालुओं का तथा स्थल में प्रवेश पास के आधार पर निशुल्क होगा। इसके लिए विद्याधर नगर स्टेडियम में अनेक द्वार बनाए गए है।

स्वस्थ व सुखी समाज के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण मीडिया की भूमिका

रामराज्य आना नहीं लाना होगा-बहन हेमा

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज के अंतर्राष्ट्रीय हेडक्वार्टर माउंट आबू जहां हर वर्ग के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण के कार्यक्रम निरंतर चलते हैं उसकी ही एक शाखा मुरलीपुरा में पीस पैलेस में भी हर वर्ग की आध्यात्मिक उन्नति अर्थ ज्ञान चर्चा की श्रृंखला प्रारंभ की गई है। जिसके अंतर्गत युवा, मिलिट्री, धार्मिक प्रभाग के कार्यक्रम कर चुके हैं व अनेकों ने इनका लाभ उठाया है। इस श्रृंखला में पत्रकारों की उन्नति अर्थ एक कार्यक्रम रखा गया। जिसमें चर्चा का विषय 'स्वस्थ व सुखी समाज के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण में मीडिया की भूमिका' था।

सेवा केंद्र संचालिका ब्रह्म कुमारी हेमा बहन ने कहा कि तन, मन, धन संबंध से स्वस्थ होना ही सुखी बनना है। तन को स्वस्थ रखने के लिए व्यायाम आवश्यक है। मन को स्वस्थ रखने के लिए ईश्वर का ध्यान प्रतिदिन आवश्यक है, धन कमाने के साथ-साथ यह देखें कि क्या हमने दुआ भी कमाई या सिर्फ धन। गलत तरीके से आया हुआ धन हमारे घर की सुख और शांति को छीन लेता है इसलिए तरीके से धन कमाए। जब मन और धन ठीक हो गया तो संबंध अपने आप ठीक हो जाएंगे। रामराज्य जिसकी कल्पना की जाती है, वह आना नहीं लाना होगा और हमें नहीं मुझे लाना है। उसके लिए नियमित कुछ समय मेडिटेशन व परमात्म ज्ञान सुन अपने मन को स्वस्थ और खुश रखें तो हमारा विवेक, निर्णय परख शक्ति सही कार्य करेगी और हम सफल व्यक्तित्व वाले बन समाज के अच्छे कार्यों में सहयोगी बन सकेंगे। साथ ही ब्र.कु कविता बहन ने सभी को दीपावली की शुभकामनाएं देते दीपावली का आध्यात्मिक रहस्य बताया और परमात्मा व स्वयं आत्मा का परिचय दे मेडिटेशन करा मन की सच्ची शांति व सकारात्मक प्रकम्पनो का अनुभव कराया।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में पधारे डॉक्टर अमित वर्मा जर्नलिस्ट और वरिष्ठ संपादक ने कार्यक्रम को सराहते हुए कहा कि आज वैल्यू बेस्ड मीडिया की आवश्यकता है तथा हर एक के जीवन में एक केवट चाहिए ए ब्रह्माकुमारीज एक केवट की भांति हमारे जीवन नैया को इस पार से उस पार ले जा सकती है। ब्र.कु बसंत द्वारा व्यवस्थित मंच संचालन किया गया।

आकाश दर्शन कार्यक्रम में देखा शुक्र और शनि ग्रह

» **जागरूक जनता @ जयपुर।** विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग और कला एवं संस्कृति विभाग राजस्थान सरकार जयपुर के संयुक्त तत्वाधान में एस्ट्रोनाइट स्काई टूरिज्म कार्यक्रम के अंतर्गत दिनांक 27 अक्टूबर 2024 को शाम 6 बजे से रात 8 बजे तक आकाश दर्शन कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें आम जनों व पर्यटकों को अल्बर्ट हॉल म्यूजियम के प्रांगण से शुक्र और शनि ग्रह दिखाया गया। काफी संख्या में अल्बर्ट हॉल घूमने आए स्कूल के बच्चों व जयपुर वासियों ने ग्रहों के बारे में विषय विशेषज्ञों द्वारा जानकारी भी दी गई । इसी के साथ विज्ञान वार्ता के अंतर्गत ए3 एटलस धूमकेतु के विषय में भी जानकारी दी गई जो की क्षितिज से कुछ ऊपर सूर्यास्त के समय दिखाई दे रहा है यह सभी नजारे उच्च क्षमता वाले टेलिस्कोप के माध्यम से अवलोकन किए गए। यह कार्यक्रम आम जनों के लिए निशुल्क था। ज्ञतव्य हो कि एस्ट्रोनॉट स्काई टूरिज्म कार्यक्रम विभाग द्वारा आकाशीय पिंडों की अवलोकन की दिशा में एक महत्वपूर्ण गतिविधि है।

उत्साह से मनाई धन्वंतरि जयंती

» **जागरूक जनता @ जयपुर।** राजकीय आयुर्वेद औषधालय मुरलीपुरा में धन्वंतरि जयंती के उपलक्ष में आरोग्य के प्रदाता भगवान धन्वंतरि जी का विधि विधान से पूजा अर्चन किया गया। इस अवसर पर चिकित्साधिकारी वैद्य महेश प्रकाश शर्मा ने बताया कि आयुर्वेद चिकित्सा पदत्ति एक निरापद चिकित्सा पदत्ति हैं।आयुर्वेद को अपनाते हुए लंबे समय तक स्वस्थ व निरोगी तथा दीर्घायु रहा जा सकता हैं। औषधालय में समय समय पर विशेष चिकित्सा शिविर भी लगाए जाते हैं। इस अवसर पर डॉ महेश प्रकाश शर्मा, नगेन्द्र वषिष्ठ, गोपाल शर्मा, लोकचन्द हरिरामानी, ग्यारसीलाल पटवारी,रमेश करमचंदानी,काशी दीक्षित, सुभाष शर्मा, डॉ मुकुल शर्मा, यश पटवारी आदि गणमान्य लोग उपस्थित थे।

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-ओर
अपील
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
मनोहर कुंवर उपसरपंच
बर्फी देवी सरपंच
नरेन्द्र गौतम ग्रा.वि. अधिकारी
समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

दस लाख रिक्तियों का संकल्प हो रहा है पूरा-शेखावत

» जागरूक जनता @ जोधपुर। केंद्रीय संस्कृति एवं पर्यटन मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत ने कहा है कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 2022 में विभिन्न विभागों में 10 लाख रिक्तियों को भरने का जो संकल्प लिया था, वह पूरा होता जा रहा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मंगलवार को आयोजित वर्चुअल नियुक्ति-पत्र वितरण समारोह के तहत राजस्थान परिमंडल के डाक विभाग द्वारा जोधपुर में आयोजित रोजगार मेले में शामिल हुये शेखावत ने कहा कि अब तक देशभर में आयोजित हो चुके 13 रोजगार मेलों के माध्यम से साढ़े आठ लाख लोगों को रोजगार मिल चुका है।

आप सभी को दीपावली
के पावन पर्व की समस्त क्षेत्रवासियों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं
Arbuddha Sonography and laboratory

डॉ. ललित कुमार
8890638077

कन्सल्टेंट रेडियोलॉजिस्ट (सवाई मान सिंह मेडिकल कॉलेज व हॉस्पिटल, जयपुर)
अर्बुद्धा डायग्नोस्टिक्स, मयूर प्लाजा, बगीखाना के सामने, पैलेस रोड़, सिरोही- 307001
+919983312223, 8854072695, 9166452695 | arbuddhadiagnostics@gmail.com

चौधरी मावा वाला
लच्छाराम चौधरी

फीका मावा
लाल कलाकन
मीठा मावा
पनीर ताजा
मीठा कलाकन
क्रिम ताजा
09414154198, 09784554802
ज्योति कॉम्पलेक्स के पास, मानपुर, आबूरोड, सिरोही- (राज.) 307026

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-वराड़ा
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
तगाराम हीरागर सरपंच
नारायण भारती उपसरपंच
गोविन्द कुमार ग्रा.वि. अधिकारी

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
कार्यालय ग्राम पंचायत मालप
अपील
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
सीता देवी सरपंच
नाथूराम गरासिया उपसरपंच
फानाराम ग्राम विकास अधिकारी
व समस्त वार्ड पंच, ग्रामवासी

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-भारजा
अपील
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
सरपंच पुखराज प्रजापत
रघुनाथ देवासी उपसरपंच
महेन्द्र सिंह ग्रा.वि. अधिकारी
एवं समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-वाटेरा
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
खेताराम भील उपसरपंच
श्रीमती सविता देवी सरपंच
राजेश कुमार ग्रा.वि. अधिकारी

9414910504
9413822533
मूलाराम सुथार
9413373627
M.r. Tours & Travells
Contact for : Bus, Tempo Traveller, Innova, Etios, Swift Dzire

Near Ambika Hotel, Talheti, Abu Road, Sirohi
Visit us: www.mrtoursabu.com, E-mail: khusalsuthar123@gmail.com

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-ऊंदरा
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
नरपत सिंह उपसरपंच
महेन्द्र कुमार सरपंच
जोर सिंह काबा ग्रा.वि. अधिकारी
एवं समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-वासा
अपील
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
लीला देवी गमेती उपसरपंच
प्रभुराम हीरागर सरपंच
पंकज गोस्वामी ग्रा.वि. अधिकारी

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-मांडवाड़ा देव
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
भीमाराम सरपंच
गुलाबराम उपसरपंच
संतोष कलबी ग्रा.वि. अधिकारी

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-रोहिड़ा
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
पवन राठौड़ सरपंच
भारत शंकर रावल उपसरपंच
सुरेश पुरोहित ग्रा.वि. अधिकारी
एवं समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-भावरी
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
मगनी देवी कलबी सरपंच
प्रवीण कुमार बंसल उपसरपंच
जितेन्द्र सिंह ग्रा.वि. अधिकारी

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-काछौली
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
कालू सिंह देवड़ा सरपंच
अरविंद सुथार उपसरपंच
हंसाराम कुम्हार ग्रा.वि. अधिकारी
एवं समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-सिवेरा
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
कन्हैया लाल मीणा सरपंच
मौकाराम मीणा उपसरपंच
विक्रम सिंह राणावत ग्रा.वि. अधिकारी
एवं समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत- मांडवाड़ा खालसा
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
शारदा देवी ग्रासिया सरपंच
पीराराम देवासी उपसरपंच
पंकज मीणा ग्रा.वि. अधिकारी
एवं समस्त वार्ड पंच एवं ग्रामवासी

क्षेत्रवासियों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ
ग्राम पंचायत-जनापुर
अपील : पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
लता देवी रावल सरपंच
सुमित्रा कँवर उपसरपंच
दिनेश मीणा ग्रा.वि. अधिकारी

ग्राम पंचायत क्यारियां
तहसील आबूरोड, जिला सिरोही
अपील :
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
लीला देवी सरपंच ग्राम पंचायत क्यारियां
दमयंती कुमारी ग्राम विकास अधिकारी ग्राम पंचायत क्यारियां
समस्त वार्ड एवं ग्रामवासी, क्यारियां

ग्राम पंचायत मोरस
तहसील आबूरोड, जिला सिरोही
अपील :
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
सकी बाई गरासिया सरपंच ग्राम पंचायत मोरस
श्रवण कुमार उपसरपंच
बलवंत सिंह देवड़ा ग्राम विकास अधिकारी ग्राम पंचायत मोरस
समस्त वार्ड एवं ग्रामवासी, मोरस

ग्राम पंचायत देलदर
तहसील देलदर, जिला सिरोही
अपील :
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
गीगाराम सरपंच ग्राम पंचायत देलदर
मधुबाला ग्राम विकास अधिकारी ग्राम पंचायत देलदर
समस्त वार्ड एवं ग्रामवासी, देलदर

ग्राम पंचायत आमली
तहसील पिंडवाड़ा, जिला सिरोही
अपील :
पॉलीथीन का उपयोग न करें। वृक्षारोपण करें। ग्राम पंचायत क्षेत्र में अतिक्रमण नहीं करें। पानी की बचत करें। डेंगू के प्रकोप से बचने के लिए ग्राम को स्वच्छ रखें। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं। सरकारी योजनाओं का लाभ उठाएं। वोटर आईडी से आधार नम्बर लिंक, जनआधार से बैंक खाता लिंक, जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र अवश्य बनायें।
वीराराम सरपंच ग्राम पंचायत आमली
मुकेश कुमार ग्राम विकास अधिकारी ग्राम पंचायत आमली
समस्त वार्ड एवं ग्रामवासी, आमली

मदन गुप्ता चैरीटेबल ट्रस्ट द्वारा संचालित
दीपावली की सभी प्रदेशवासियों को हार्दिक शुभकामनाएँ
श्रीमती चन्द्रावल गुप्ता बी.एड व एस.टी.सी. कॉलेज आबूरोड
श्रीमती चन्द्रावल गुप्ता बी.एड व एस.टी.सी. कॉलेज रेवदर
चन्द्रावल हॉस्पिटल मानपुर आबूरोड, चन्द्रावल मेमोरियल स्कूल रेवदर
मो.- 9610274633, 9610275495

देश के नं.1 सीमेंट की ओर से
दिवाली की शुभकामनाएं
UltraTech CEMENT The Engineer's Choice
INDIA'S NO.1 CEMENT
अल्ट्रेक सीमेंट लिमिटेड
युनिट:—नाथद्वारा सीमेंट वर्क्स
आदित्य नगर पिण्डवाड़ा

दीपावली की शुभकामनाएँ
डॉ. सुनंदा जैन
अथर्व
आयुर्वेद पाइल्स हॉस्पिटल
पंचकर्म एवं एलर्जी सेंटर
सेवा सदन पंचकर्म केन्द्र
शांति नगर कॉलोनी, आदर्श बैंक के पास, तीन बत्ती चौराहा, बीएसएनएल ऑफिस के सामने वाली गली, सिरोही
मो.- 8890160142, 8003650718

दीपावली की प्रदेशवासियों को हार्दिक शुभकामनाएँ
होटल
Mo-9414995339, 02974-228056
अंबिका रेस्टोरेंट
AC & Non AC, Deluxe Room
अशोक सोनी
Mount Road, Talheti Chouraha, Shantivan, Abu Road, 307510

9वें आयुर्वेद दिवस पर राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान में कार्यक्रम आयोजित

एनसीआईएसएम द्वारा एनआईए 'ए-ग्रेड' से सम्मानित

एकदिवसीय निशुल्क चिकित्सा शिविर में 800 से अधिक लोगो ने लाभ लिया

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। 9वें आयुर्वेद दिवस के उपलक्ष्य पर जोरावर सिंह गेट स्थित राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान मानद विश्वविद्यालय में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कुलपति प्रो. संजीव शर्मा ने भगवान धन्वंतरि की पूजा की। देश मे राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान जयपुर को एनसीआईएसएम द्वारा ए ग्रेड मिलने पर चिकित्सकों, अधिकारियों, कर्मचारियों को कुलपति प्रो. संजीव शर्मा ने सम्मानित किया। राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान जयपुर के सभागार भवन में माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के ऑल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ आयुर्वेद, नई दिल्ली में आयोजित कार्यक्रम को ऑनलाइन माध्यम से लाइव देखा गया। 9वें आयुर्वेद दिवस के अवसर पर कुलपति प्रो. संजीव शर्मा संस्थान के विद्यार्थी, चिकित्सक, शिक्षक, अधिकारी एवं कर्मचारियों को संबोधित किया। कुलपति प्रो. संजीव शर्मा ने कहा आज भारत सहित दुनिया के कई देशों में 9वां आयुर्वेद दिवस मनाया जा रहा है। भारत सरकार द्वारा 2016 से प्रति वर्ष धनतेरस धनवन्तरी जयन्ती के दिन राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस मनाने का संकल्प लिया गया। यह आयुर्वेद दिवस भगवान धन्वंतरि त्रयोदशी के दिन मनाया जाता है। आयुर्वेद दिवस समाज में विश्व कल्याण के लिए, जनकल्याण के लिए प्रत्येक व्यक्ति के कल्याण के लिए आयुर्वेद की चेतना जागृत करने के लिए यह दिवस मनाया जाता है। आज माननीय प्रधानमंत्री जी ने आयुर्वेद दिवस पर ऑल इंडिया इंस्टीट्यूट ऑफ आयुर्वेद, नई दिल्ली में आयोजित कार्यक्रम में आयुर्वेद आयुर्वेद और स्वास्थ्य से जुड़ी परियोजनाओं का शुभारंभ किया और हमारे देश के 70 वर्ष से अधिक उम्र आए अधिक सम्मानीय वरिष्ठजनों के स्वास्थ्य कल्याण के लिए 5 लाख तक के निशुल्क इलाज के लिये आयुष्मान व्यय वंदना कार्ड परियोजना का शुभारंभ किया, आज का यह दिवस और भी महत्वपूर्ण हो जाता है। 9वें आयुर्वेद दिवस के अवसर पर राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान द्वारा आमजन में आयुर्वेद एवं स्वस्थ जीवनशैली की जागरूकता हेतु विभिन्न गतिविधि एवं कार्यक्रम आयोजित किए गए।

Sun Hotel & Resort
Relax, revive and rejuvenate.
शुभ दीपावली
की आप सभी को
हार्दिक शुभकामनाएँ
Property Management – Hotel Industry
The leading and reputed Sun Hotel & Resort in Rajasthan is seeking property management in Gujrat & Rajasthan.
About Us-
We are an international hotel management company with extensive experience in setting up and operating hotels and resorts. We have worked with finest architects, interior designers and consultants from around the globe in setting up Hotels and Resorts.
We offer a strong team of seasoned professionals Corporate chefs, Housekeepers, Training Resources, Engineers, Sales & Marketing experts etc, to help setup and operate the Hotels and Resorts.
Our target would be to position your hotel as the finest in your category and to combine our goal distribution reach to achieve high average room rate.
We are keen to explore this further. Interested Owners/ Partners please contact us.
Contact Us: +91 88249 08815, +91 88249 08818
Email:- sunmiddleeast@gmail.com Web:- www.sunhotelandresort.com

पुष्कर में पर्यटकों को लुभाएगा जयपुर का हवामहल

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

अजमेर। राजस्थान के अजमेर में अंतरराष्ट्रीय पुष्कर मेला 2024 2 नवम्बर से शरू होने वाला है। मेले की तैयारियां जोर-शोर से की जा रही है। मेले के दौरान सैंड आर्ट फेस्टिवल का भी आयोजन किया जाएगा। पुष्कर मेले में आने-वाले पर्यटकों को आकर्षित करने के लिए सैंड आर्टिस्ट अजय रावत ने नेशनल सैंड पार्क में जयपुर के हवामहल की आकर्षक तस्वीर बनाई है। पुष्कर के निकटवर्ती ग्राम गनाहेड़ा में जन्मे सैंड आर्टिस्ट अजय रावत बताया कि पुष्कर मेले में नेशनल सैंड आर्ट फेस्टिवल में राजस्थान की संस्कृति और इतिहास को बालू रेत पर बनाता हूं जो कि मुख्य आकर्षण होता है। यह सैंड आर्ट बनाने में 7 दिन का समय लगा है। इस तस्वीर में 100 टन बालू मिट्टी का उपयोग किया गया है। उन्होंने बताया कि यह हवामहल की अब तक की सबसे बड़ी बालू रेत की कलाकृति है।

MP BIRLA GROUP
MP BIRLA CEMENT
सीमेंट से घर तक
रोशनी के त्योहार
दीपावली
की हार्दिक शुभकामनाएं
PERFECT PLUS
चेतक
Expert Advice: 1800 123 1117 98315 19191
www.mpbirlacement.com

जगद्गुरु श्री कृपालु जी महाराज के दिव्य प्रवचन
एवं मधुर संकीर्तन निम्न TV चैनल्स पर अवश्य श्रवण करें
संस्कार
YouTube JagadguruKripaluJiMaharaj
YouTube ShreedhariDidi

श्री चामुण्डा लाईट डेकोरेशन
Happy Diwali
आप सभी को दीपावली की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं
सुरेन्द्र सिंह देवेन्द्र सिंह
मो.- 9461642264, 9829972128
निम्बाहेडा

घर मंगवाये जागरूक जनता
हमें कहें.....

सदस्यता फार्म
दिनांक ....

जागरूक जनता हिन्दी अखबार एक उद्देश्य, एक मिशन, एक विश्वास के साथ आमजन की समस्याएं, वर्तमान राजनीतिक परिदृश्य, सांस्कृतिक गलियारा, भौगोलिक दृष्टिकोण को एक-दूसरे से साझा करने के लिए एक सेतु का काम कर रहा है। शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों में आधुनिकतम एवं तकनीकी जानकारी पहुंचाकर शहरी एवं ग्रामीण विकास को प्रोत्साहित कर रहा है। जागरूक जनता समय-समय पर भिन्न-भिन्न विषयों के साथ- अपने पाठकों के बीच उपस्थित रहता है।

सदस्यता राशि
☐ एक वर्ष रु. 250/- ☐ दो वर्ष रु. 450/- ☐ तीन वर्ष रु. 600/- ☐ पांच वर्ष रु. 1000/-

डाक से नियमित रुप से निम्न पते पर जागरूक जनता भेजने के लिए डिमान्ड ड्राफ्ट/मनीऑर्डर जागरूक जनता के नाम भेज रहा हूं। फोन-पे, पेटीएम-9829329070

नाम / संस्था का नाम ....
पता : ....
....
फोन .... पिन कोड
राशि (रुपए) .... बैंक का नाम ....
डिमान्ड ड्राफ्ट / मनीऑर्डर क्रमांक (डीडी/एमओ जागरूक जनता के नाम भेजें)

• सदस्यता रजिस्ट्रेशन क्रं. ....रसीद क्रं. ....
दिनांक .... हस्ताक्षर

सदस्यता हेतु लिखे प्रसार प्रभारी →
जागरूक जनता
विश्वसनीय हिन्दी अखबार
बी-132, जे.पी. कॉलोनी, सैक्टर-4, विद्याधर नगर, जयपुर (राज.) मो.- 9829329070, 9928022718

JETHI TECH SOLUTIONS
Follow Us: @jethitech
ADDING WINGS TO YOUR BUSINESS
BULK SMS - Lowest Price
Buy 1 Lakh SMS @ Rs.12000/-
With FREE Control Panel
@ 12 Paisa Per SMS
LIFETIME VALIDITY
WEDDING INVITATION
1 Invitation Video for Whatsapp
10,000 Bulk SMS
1 Social HashTag Creation
1 Whatsapp Direct Chat Link
1 Landing Page
Send Digital Invitations At One Click
START-UP PACKAGE
Dynamic Website
+ Domain & Hosting(1 Year)
+ Social Media Profile Creation
+ Social Media Management* (1 Year)
+ 3 WhatsApp Stickers
+ WhatsApp Chat Direct Link
+ Local Business Listing
+ Logo Design
All For Just Rs.35,000/- + GST
Digital Branding/Marketing
★ Youtube Marketing ★ Website Development
★ Digital Marketing ★ Android Development
★ Whatsapp Marketing ★ Software Development
★ Bulk SMS Marketing ★ Social Media Management
MSGJET
SCHOOL
Corporate Branding/Identity
★ Visiting Cards ★ ID Cards ★ Letterhead ★ Calendars ★ Pen Stand ★ Mugs
★ Pamphlets ★ Banners ★ Envelope ★ Diary ★ Paper Weights ★ T-Shirts
★ Bill Book ★ Brochure ★ Signages ★ Bags ★ Pen ★ Many More...
Financial Services: Business Loan, Home Loan, CC Limit, Mortgage Loan
WE ARE Google Partner Facebook Marketing Partner Bing ads
DIGITAL MARKETING | CORPORATE BRANDING | PRINT MEDIA
WEBSITE DESIGN/DEVELOPMENT | SOFTWARE DEVELOPMENT
ANDROID/iOS APPS | BULK SMS | CRM/ERP SOFTWARE
INIDIA: 1C, Rajputana Marg, Kalyanpuri, Jhotwara, Jaipur-12
USA: 11923 NE Summer St. Portland, Oregon, 97220, USA
+91-7976625313, +1(503) 8788224 || www.jethitech.com || sales@jethitech.com

FeesPe
+91 820-910-0012
India's 1st FREE Fees
Collection Portal
Best User for All type - School | College | Institute | University
Accepted All Mode - Cash | Cheque | UPI | Credit-Debit Card | Net Banking | Wallet
REGISTER NOW
www.feespe.com

आयुर्वेद संस्थान में हुआ धन्वन्तरी पूजन

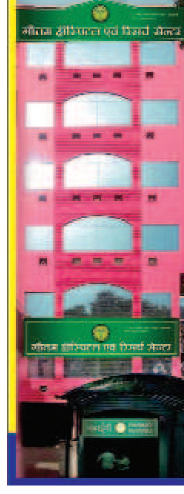
जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। झोटवाडा रोड, बनीपार्क स्थित महाराव शेखाजी क्षेत्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, आयुष मंत्रालय भारत सरकार में आयुर्वेद दिवस के अवसर पर आयुर्वेद के जनक भगवान धन्वन्तरी की पूजा अर्चना के साथ बडे धूम-धाम के साथ धन्वन्तरी जयंती एवं आयुर्वेद दिवस मनाया गया। जिसमें संस्थान प्रभारी डॉ. बी.आर.मीणा के साथ संस्थान के सभी अधिकारी/कर्मचारियों, चिकित्सालय में आये हुए आमजन एवं रोगियों ने पूजन में भाग लिया। इस मौके पर संस्थान में हवन पूजन भी करवाया गया। पूजा के बाद सभी को संस्थान द्वारा बनाये गये मिलेटस् के लडडुओं का वितरण किया गया। संस्थान द्वारा एसओएस बालग्राम में भी बच्चों को आयुर्वेद दिवस पर पोषण लड्डुओं का वितरण किया गया। संस्थान प्रभारी डॉ. बी.आर.मीणा ने अवगत करवाया कि संस्थारन में 9वें आयुर्वेद दिवस के दौरान विभिन्न प्रकार की गतिविधियां आयोजित की जा रही है। जिसके अन्तर्गत प्रदर्शनी लगाई गयी है जिसमें संस्थान की गतिविधियों से सम्बन्धित एवं रोगानुसार विभिन्न प्रकार के ब्रोसर्स का निःशुल्क वितरण किया जा रहा है एवं विभिन्न प्रकार के पीपीटी स्लाईड व शार्ट विडियों के माध्यम से भी जनता को जागरूक किया जा रहा है। इसके लिये विभिन्न स्थानों पर सेल्फी पाइंट भी लगाये गये है। रेडियों, दूरदर्शन के माध्यम से भी जनता को जागरूक किया जा रहा है। इसके लिये उप मुख्यमंत्री एवं अन्य गणमान्य व्यक्तियों के शॉर्ट विडियों संदेश के माध्यम से भी आमजनता को आयुर्वेद के प्रति बढ़ावा देने हेतु प्रयास किया गया है। इसी कार्यक्रम के अन्तर्गत संस्थान के द्वारा शहर की विभिन्न कॉलोनियों एवं आदिवासी क्षेत्रो में स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया जा रहा है।

'आपके गैर-जिम्मेदाराना आरोप अशांति और अराजकता पैदा कर सकते हैं', हरियाणा चुनाव को लेकर EC ने कांग्रेस को दी नसीहत

» **जागरूक जनता @ नई दिल्ली।** चुनाव आयोग ने मंगलवार को कांग्रेस के आरोपों को निराधार, गलत और तथ्यहीन बताते हुए खारिज कर दिया। इलेक्शन कमीशन ने कहा कि कांग्रेस ने हरियाणा चुनाव को लेकर जिस तरह के आरोप लगाए हैं, उनमें किसी तरह का दम नहीं है। इतना ही नहीं आयोग ने कांग्रेस पार्टी को चुनाव दर चुनाव निराधार आरोप लगाने से बचने के लिए पत्र भी लिखा है। चुनाव आयोग ने कांग्रेस पार्टी को 'सामान्य' संदेह फैलाने के लिए आड़े हाथों लिया। ईसी ने कांग्रेस से इस तरह की प्रवृत्ति को रोकने के लिए दृढ़ और ठोस कदम उठाने की अपील की। चुनाव आयोग ने कांग्रेस पार्टी से अपील करते हुए कहा कि मतदान और मतगणना के दिनों जैसे संवेदनशील समय पर गैर-जिम्मेदाराना आरोप लगाने से सार्वजनिक अशांति, अराजकता पैदा हो सकती है।

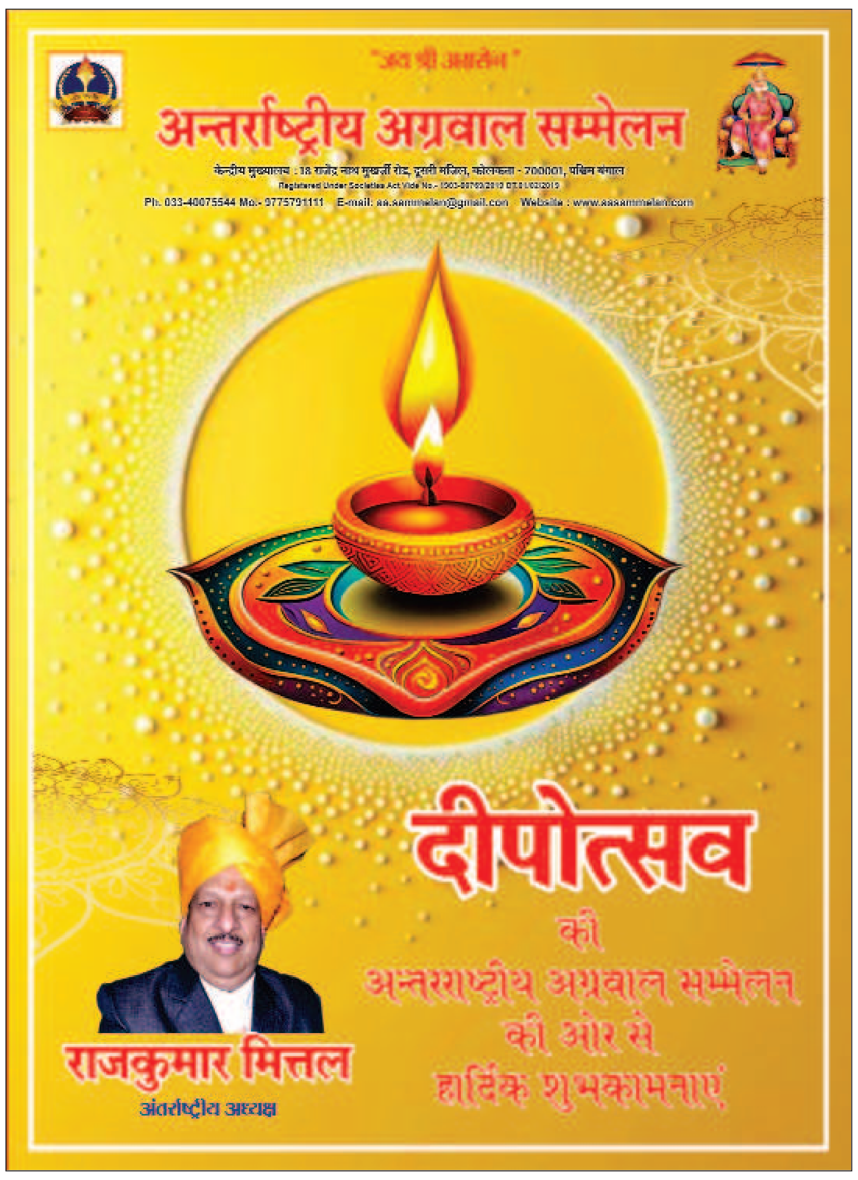
दीपोत्सव की हार्दिक शुभकामनाएँ
Gautam Hospital & Research Centre, Jaipur
A Centre for Cost Effective and Quality Mental Health Care



50 Beded Teaching Hospital
Psychiatric Facilities
- Facilities for hospitalization and inpatient care with
- Emergency Psychiatric Care (9 AM to 9PM)
- Memory clinic
- Headache clinic
- Sleep Clinic
- De Addiction clinic
- Psycho sexual clinic
- Geriatric psychiatric clinic
- Child and Adolescent Mental Health Clinic
- Computerized EEG and Biofeed Back
- Psychological tests and counseling
- Repetitive Transcranial Magnetic Stimulation – rTMS
- Sleep Lab

Rajyashree Diagnoses and Fitness Center
Nishant Fertility Center Dental Clinic

1, Jacob Road, Civil Lines, Jaipur 302006. Ph- 0141-2222111, Fax- 0141-2222630
E-mail:- ghrc.jaipur@gmail.com, Web: www.gautamhospital.com



साहू ने पुलिस अधिकारियों और कार्मिकों को दिलाई एकता की शपथ

» **जागरूक जनता @ जयुपर।** राजस्थान के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) उत्कल रंजन साहू ने मंगलवार को पुलिस मुख्यालय में लौह पुरूष सरदार वल्लभ भाई पटेल की जयंती 'राष्ट्रीय एकता दिवस' के उपलक्ष्य में पुलिस अधिकारियों और पुलिसकर्मियों को राष्ट्र की एकता, अखंडता और सुरक्षा में स्वयं को समर्पित करने की शपथ दिलाई।

साहू ने पुलिस मुख्यालय के अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक, पुलिस महानिरीक्षक, उपमहानिरीक्षक और पुलिस अधीक्षक स्तर के अधिकारियों और अन्य अधिकारियों और कार्मिकों को शपथ दिलाते हुये देशवासियों के बीच भी राष्ट्रीय एकता के संदेश के प्रसार का आह्वान किया। समस्त अधिकारियों और कार्मिकों ने देश में एकता की भावना की शपथ ली, जिसे सरदार वल्लभ भाई पटेल की दूरदर्शिता और कार्यों से सम्भव बनाया जा सका। इस अवसर पर सभी ने देश की आंतरिक सुरक्षा सुनिश्चित करने में योगदान करने का संकल्प व्यक्त किया।

भर्ती परीक्षाओं में 154 अभ्यर्थी अपात्र घोषित

» **जागरूक जनता @ जयपुर।** सरकार ने एसआई सहित अन्य परीक्षाओं में फर्जीवाड़े के बाद अब एक और भर्ती परीक्षा को लेकर सख्त रवैया अपनाया है। इस परीक्षा में 154 अभ्यथियों को अपात्र मान लिया गया है। इन अपात्रों की सूची भी अब धनतेरस के दिन जारी कर दी है। राजस्थान कर्मचारी चयन बोर्ड के अध्यक्ष आलोक राज ने एक दिन पहले ही फायरमैन परीक्षा पर कार्रवाई के संकेत दे दिए थे। अब 29 अक्टूबर को बोर्ड ने लिखित में इस संबंध में आदेश जारी किए हैं। आदेश के अनुसार फायरमैन सीधी भर्ती परीक्षा-2001 में पूर्व में प्रोवीजनल रहे अभ्यर्थियों को अपात्र घोषित किया गया है। बोर्ड ने इनके रोल नम्बर भी जारी किए हैं। राजस्थान कर्मचारी चयन बोर्ड के अध्यक्ष आलोक राज ने बताया कि फायरमेन भर्ती के 154 कैंडिडेट्स को एनओसी, डिटेल्स मिसमैच, यूनिवर्सिटी या कॉलेज से मांगे गए डॉक्यूमेंट्स में कमी और कुछ अन्य कारणों की वजह से अपात्र घोषित कर दिया गया। जो कैंडिडेट्स पहले सेलेक्ट होकर ज्वाइन कर चुके हैं उनकी भी जांच करवाई जाएगी।

दीपोत्सव की हार्दिक शुभकामनाएँ
HBOT जीवन रक्षक प्रणाली द्वारा इलाज
ऑक्सीजन (प्राणवायु) ट्रीटमेंट

» मस्तिष्क चोट, पक्षाघात/लकवा
» सेरेब्रल पाल्सी, ऑटिज्म
» असाध्य घाव/शुगर के घाव
» कैंसर (रेडियो थेरेपी) के साईड इफेक्ट
» अचानक बहरापन (Hearing Loss)
» डाईबेटिक फुट में अम्पुटेशन (पैर कटने) से बचाव

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें:-
98290-17133, 70737-77133
9983317133
डॉ. हिमांशु अग्रवाल M.B.B.S. M.D.

नेशनल हायपरबैरिक रिसर्च सेन्टर
594-B-C, जेम्स कॉलोनी, सैक्टर-3, मंदिर मोड, विद्याधर नगर, जयपुर

Dept. of Hyperbaric Medicine
Fortis Escorts Hospital
JLN Marg, Malviya Nagar, Jaipur

E-mail : hbotjaipur@gmail.com
www.nationalhbot.in

सत्यमेव जयते
Ministry of Ayush
Government of India

9वें आयुर्वेद दिवस (29 अक्टूबर, 2024 धनत्रयोदशी)
की
हार्दिक शुभकामनाएं

Ayurveda Day
आयुर्वेद दिवस

आयुर्वेद प्राचीन ज्ञान : एक स्वस्थ और सुखी जीवन की कुंजी।
आओ हम सब आयुर्वेद अपनाएं, मानव जीवन से रोग भगाएं।।

" वैश्विक स्वास्थ्य के लिए आयुर्वेद नवाचार"

संस्थान के NABH मान्यता प्राप्त चिकित्सालय तथा NABL लैब में निम्न सेवाएं आमजन को दी जा रही है।

- बहिरंग विभाग (OPD)
- अंतरंग विभाग (IPD)
- पंचकर्म चिकित्सा
- प्रयोगशालीय जाँच
- डिजिटल एक्स-रे

अधिक जानकारी एवं चिकित्सा परामर्श हेतु सम्पर्क करें:

म.शे. क्षेत्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान
इन्दिरा कॉलोनी, झोटवाड़ा रोड, बनीपार्क, जयपुर (राजस्थान) - 302016
(अधीनस्थ केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद, आयुष मंत्रालय, भारत सरकार)
फोन नं.- 0141-2281812, 2282618 ईमेल: acri.jaipur@gmail.com

जय धन्वन्तरि
जय आयुर्वेद

संपादक : **ज्ञानेन्द्र मिश्रा** मो.-9829329070, फोन : 0141-3587886, ईमेल : jagrukjantanews@gmail.com (सभी मामलों का न्याय क्षेत्र जयपुर) * पीआरबी एक्ट के तहत खबर चयन के जिम्मेदार। **संपादकीय कार्यालय** : 180, जे.पी. कॉलोनी, मैन आपीए रोड, 16 नं. बस स्टैण्ड, विद्याधर नगर, जयपुर (राजस्थान)-302039

कार्तिक, पक्ष - कृष्ण, तिथि - चतुर्दशी, संवत 2081 जयपुर, बुधवार वर्ष-10, अंक-35, 30 अक्टूबर - 5 नवम्बर, 2024

जागरूक जनता

शुभ दीपोत्सव

jagrukjanta.net

जगमगा उठी गुलाबी नगरी

दीपोत्सव पर 65 हजार करोड़ का होगा व्यापार!

तेरस पर बरसा धन

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। बाजारों में धनतेरस के पूर्व ही राम मन्दिर की तर्ज पर, रिसर्जेन्ट राजस्थान की तर्ज पर, विभिन्न प्रकार के हेरिटेज महलों की तर्ज पर बाजार सजाये जा रहे हैं। बाजारों में उजाला नजर आता है। दुकानों में ग्राहक नजर आने लगे हैं। यातायात की समस्या बाजारों में बढ़ती जा रही है। शहरों के मुख्य बाजार तथा चारदीवारी के बाहर के बाजारों की सजावट भी अद्वितीय है। जयपुर तथा जोधपुर में टयूरिस्टों का आगमन तेजी से बढ़ रहा है। अजमेर का पुष्कर मेला पास आने के कारण पुष्कर में पशुधन का आना प्रारम्भ हो गया है। बाजारों में देखा गया है कि ऑटोमोबाइल्स, ज्वैलरी, फर्नीचर, लाईट्स, मिठाईयां, कैडबरी टॉफी, ड्राईफरूट्स, गारमेन्ट्स, टैक्सटाईल्स, होम फर्नीशिंग, ईलेक्ट्रोनिक्स सामान, अन्य होम अप्लायन्सेज, बही-खाते, स्टेशनरी, जूते, बच्चों के खिलौने बाजार की सभी दुकाने सजधजकर तैयार है। सभी वस्तुओं के बिकने का अनुमान इस प्रकार लगाया जा सकता है कि स्टील के बर्तन की बिक्री 3500 करोड़ तथा अन्य मैटैरियल के बर्तनों की बिक्री 2 हजार करोड़, जूतों एवं चप्पलों की बिक्री 2500 करोड़, बच्चों के खिलौने 2 हजार करोड़, कलर-पेन्ट 2 हजार करोड़, डेकोरेशन लाईट्स 200 करोड़, इलेक्ट्रोनिक्स 2 हजार करोड़, होम अप्लायन्सेज 2 हजार करोड़, पूजा सामग्री 400 करोड़, मिट्टी के दीपक-महंगा-सराय आदि 200 करोड़, ड्रायफरूट्स 2 हजार करोड़, टैण्ट-इवेन्ट-कैटरिंग 6 हजार करोड़, फूलमाला-डेकोरेशन आईटम्स आदि 2 हजार करोड़, कार-बस, ट्रेक्टर-ट्रॉली, पशुओं की चारा काटने की मशीन 15 हजार करोड़, गोल्ड-सिल्वर, जैम एण्ड ज्वैलरी 2 हजार करोड़, होम फर्नीशिंग एण्ड फर्नीचर 3 हजार करोड़, सुपारी-मुखवास एक हजार करोड़, इलैक्ट्रोनिक्स 3 हजार करोड़, दूध निकालने की मशीन तथा घी निकालने की मशीन एक हजार करोड़, फ्लैट्स, विला, भूखण्ड, चूना, बजरी-रोड़ी, ईंट, बिरला-पुट्टी, एल्ड्रीन, फविकोल आदि 13 हजार करोड़, चूड़ियों का कारोबार भी जयपुर में बढ़ा है जो कि 500 करोड़ रुपये तक का कारोबार होने का अनुमान है। इस प्रकार बिक्री में 35 प्रतिशत ऑनलाईन बिक्री आंकी जा रही है। विभिन्न प्रकार के डिस्काउण्ट्स, कैशबैक आदि के लालच के कारण ऑनलाईन बिक्री बढ़ती जा रही है। इस कारण बाजारों में मायूसी है।

भारतीय उद्योग व्यापार मण्डल के राष्ट्रीय अध्यक्ष बाबूलाल गुप्ता ने बताया कि ऑनलाईन ट्रेडिंग के बावजूद बाजारों में बैठे व्यापारियों के प्रति ग्राहक का विश्वास बढ़ने लगा है। धनतेरस और पुष्य नक्षत्र की खरीददारी व्यापारी की प्रसन्नता बढ़ा रही है। पूरे राजस्थान में विशेषकर जयपुर, जोधपुर, कोटा, बीकानेर, अजमेर आदि शहरों के साथ धनतेरस की बिक्री 22 हजार करोड़ होने का अनुमान है। शादियों की खरीददारी निरन्तर चालू रहेगी। देशी और विदेशी टयूरिस्ट भी दीवाली के मौके पर डेस्टीनेशन मैरिज के हब बने जयपुर और उदयपुर के व्यापारियों की बिक्री में योगदान दे रहे हैं। हाथी, घोड़े और लवाजमा उपलब्ध कराने वाले दुकानदार भी उत्साहित है।

सर्व शिक्षा अभियान विशेष शिक्षक संघ भामस ने दी दिवाली शुभकामना

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। सर्व शिक्षा अभियान विशेष शिक्षक संघ भामस के प्रदेशाध्यक्ष जुगलकिशोर अवस्थी के नेतृत्व में स्कूल शिक्षा परिषद जयपुर में राज्य परियोजना निदेशक अविचल चतुर्वेदी उपायुक्त सहायक निदेशक एवं भामस के प्रदेश महामंत्री हरिमोहन शर्मा को जयपुर कार्यालय में जाकर दिपावली की हार्दिक शुभकामनाएँ दी गई एवं संघटन की समस्याओं से अवगत कराया गया। जिससे शीघ्रता से हल करने का भरोसा दिया गया। इस अवसर पर नरेश मीणा कोषाध्यक्ष सुनील बैरवा गंगानगर राजेन्द्र शर्मा बारा शिवदयाल वर्मा दौसा अभीषेक शर्मा दौसा मोजूद रहे।

बिहार समाज संगठन की कार्यकारिणी भंग

» जागरूक जनता @ जयपुर। बिहार समाज संगठन की ओर से वैशाली नगर स्थित होटल रितु पैलेस पर साधारण सभा की बैठक आयोजित किया गया। बैठक मध्यान्ह 3 बजे से शुरू हुई। बैठक की अध्यक्षता राष्ट्रीय अध्यक्ष पवन कुमार शर्मा ने किया। साधारण सभा की बैठक में प्रदेश स्तर के कार्यकारिणी समेत जयपुर के सभी विधानसभा क्षेत्र के अध्यक्ष, कोर कमेटी एवं सलाहकार मंडल के सदस्य मुख्य रूप से उपस्थित हुए। लंबे समय से प्रदेश कार्यकारिणी के कुछ सदस्य ने सदस्यता अभियान में रुचि नहीं दिखाया और नहीं किसी से संपर्क रखने के कारण पद से मुक्त किया गया है। जयपुर में भी कुछ ऐसे ही सदस्य है जो सदस्यता अभियान में सहयोग नहीं करने एवं समाज से काफी लंबे समय से दूरी बनाए रखने के कारण जयपुर के सभी विधानसभा क्षेत्र के अध्यक्ष समेत सभी कार्यकारी को भंग किया गया है जिसमें राष्ट्रीय अध्यक्ष पवन शर्मा ने अपनी सहमति दी। इसके पश्चात कोर कमेटी एवं सलाहकार मंडल से अनुमति लेने के बाद यह कदम उठाया गया है। सभी सदस्यों को कहा गया कि समाज से संबंधित जो भी कागजात है वह अतिशीघ्र राष्ट्रीय महामंत्री के पास जमा करवाया। राष्ट्रीय महामंत्री चंदन कुमार ने कहा की सदस्यों में उत्सुकता की कमी थी। राष्ट्रीय मीडिया प्रभारी सुरेश पंडित ने बताया कि व्हाट्सएप एवं फोन करने के बावजूद भी सदस्यों को नही आना वजह भी नही बताते। सभी पहलु व बिन्दुयो पर गंभीरता से विचार विमर्श करने के बाद भंग की निर्णय लिया गया है। राष्ट्रीय प्रवक्ता सुभाष बिहारी ने बताया कि अब सूर्य उपासना का महापर्व डाला छठ के बाद सभी सदस्यों से विचार विमर्श करने के बाद नये सिरे से एवं नये लोगो जिम्मेदारी दी जाएगी।

प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र रावतसर का उद्घाटन

एक ही छत के नीचे मिलेगी स्वास्थ्य सुविधाएं-चौधरी

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

रावतसर। ग्राम पंचायत रावतसर में शनिवार को प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र का उद्घाटन समारोह संपन्न हुआ। मुख्य अतिथि बायतु विधायक हरीश चौधरी ने कहा कि अब रावतसर वासियों को एक ही छत के नीचे सभी स्वास्थ्य सुविधाएं मिल सकेगी। उन्होंने कहा कि आज के समय में युवा नशे की प्रवृति में जा रहे हैं ये घातक है युवाओं को नशें से दूर रहना चाहिए। उन्होंने कहा कि आज का युग बदल गया है। शिक्षा ही सबकुछ है। उन्होंने कहा कि कुछ ताकतें हैं जो एक जाति से दूसरी जाति और भाई से भाई को लड़ा रही है उन ताकतों से बचकर रहना पड़ेगा।

इस मौके पर रावतसर सरपंच टीकूराम गोदारा,जिला प्रमुख महेंद्र चौधरी, भामाशाह सुनीता चौधरी, बेरीवाला तला सरपंच खरथाराम चौधरी,साजटा सरपंच देवाराम आसू ने भी विचार व्यक्त किए। रावतसर सरपंच प्रतिनिधि करण गोदारा ने स्वागत भाषण दिया। इस अवसर पर ग्रामीण प्रधान जेठी देवी, रामसर कुआं सरपंच विशनाराम कड़वासरा, खारिया तला सरपंच पवन सारण, आदर्श चवा सरपंच प्रतिनिधि रुगनाथसिह पोटलिया, डाबलीसरा सरपंच प्रतिनिधि मोति सिंह सारण,डूडियो की ढाणी सरपंच दीपाराम मेगवाल, प्रधानाचार्य गौतम गोदारा, चिकित्सा प्रभारी विकास पुनिया, ग्राम विकास अधिकारी नरेश गोदारा, कृष्ण कुमार भुकर, भलाराम भूकर, नवीन गोदारा सहित कई गणमान्य लोग मौजूद रहे। धन्नाराम चौहान ने धन्यवाद ज्ञापित किया। कार्यक्रम का सफल मंच संचालन रमेश मिर्धा ने किया।

प्रतिभाओं का सम्मान

इस मौके पर सरकारी सेवा में नवनियुक्त प्रतिभाओं तिलोक जाखड़, प्रियंका जाखड़, शांति पोटलिया, भरत मेगवाल, राजूराम मेगवाल और रिपोर्टर डालू जाखड़ का हरीश चौधरी द्वारा साफा पहनाकर सम्मानित किया गया। इस मौके पर पोकरराम डूडी, पिरागाराम सुथार, तगाराम मेगवाल, भारमलसिह जाखड़, सुरजीत सिंह पंवार, भवरगिरी गोस्वामी, मोहनगिरी गोस्वामी, रुपाराम सारण, नवलाराम सोनी, प्रताप सोनी, शेराराम सारण,भारुराम नाई, लखदास संत, शंकरलाल जैन, गोमाराम लौहार मोहनसिंह डूडी, ठाकरदास संत सहित ग्रामीण मौजूद रहे।

राज्य स्तरीय धन्वन्तरि जयंती एवं नवम् आयुर्वेद दिवस समारोह आयोजित

उत्कृष्ट कार्य करने वाले 37 चिकित्सक व कार्मिक सम्मानित

जागरूक जनता
jagrukjanta.net

जयपुर। धन्वन्तरि जयंती के अवसर पर मंगलवार को हरिशचंद्र माथुर लोक प्रशिक्षण संस्थान में नवम् आयुर्वेद दिवस समारोह आयोजित किया गया। इस अवसर पर प्रदेश में उत्कृष्ट कार्य करने वाले 37 चिकित्सक व कार्मिकों को सम्मानित किया गया। इस दौरान आयुर्वेद एवं भारतीय चिकित्सा पद्धति विभाग के प्रमुख शासन सचिव भवानी सिंह देथा ने कहा कि आयुर्वेद न केवल रोगों के उपचार में सहायक है, बल्कि समग्र स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देता है। उन्होंने आयुर्वेद को आधुनिक चिकित्सा पद्धतियों के साथ एकीकृत करने की आवश्यकता पर भी बल दिया। देथा ने कहा कि आयुर्वेद भारत की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है और हमारे स्वास्थ्य व कल्याण के लिए एक अनमोल उपहार है। उन्होंने सभी से गाँव के अंतिम व्यक्ति तक गुणवत्ता पूर्ण आयुष चिकित्सा सेवाए उपलब्ध करवाने की दिशा में कार्य करने का आह्वान किया।

अंतर्राष्ट्रीय वैदिक वैलनेस यूनिवर्सिटी, शिकागो (यू.एस.ए.) के कुलपति एवं उपाध्यक्ष प्रो. डॉ. अभिमन्यु कुमार ने आयुर्वेद में विश्वस्तरीय नवाचारों एवं आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जैसी विश्वस्तरीय तकनीकों के प्रयोग को समाहित करने की आवश्कता पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि यह प्राचीन पद्दति सदियों से मानव के स्वास्थ्य को संवर्धित करती आई है इसलिए हम सभी को आयुष चिकित्सा में अनुसन्धान, गुणवत्ता और शिक्षा, प्रशिक्षण के क्षेत्र में सकारात्मक कार्य कर इसे नई ऊचाईयों पर ले जाना होगा। आयुर्वेद विभाग के उपशासन सचिव श्री सावन कुमार चायल एवं आयुर्वेद निदेशालय अजमेर के निदेशक डॉक्टर आनंद कुमार शर्मा ने स्वस्थ जीवन शैली के लिए सभी से आयुर्वेद को अपनाने का आह्वान किया। इस उपलक्ष्य में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सभी देशवासियों को अपना संबोधन दिया और स्वास्थ्य क्षेत्र से सम्बंधित विभिन्न योजनाओं का शुभारंभ किया। ऑनलाइन मोड में आयोजित इस कार्यक्रम में उपस्थित सभी चिकित्सकों व कार्मिकों ने भाग लिया। इससे पूर्व मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा ने अपने वीडियो संदेश में कहा कि राज्य सरकार चिकित्सा सुविधाओं के सुदृढ़ीकरण तथा हर जरूरतमंद को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएं देने के लक्ष्य के साथ कार्य कर रही है। उपमुख्यमंत्री एवं आयुर्वेद योग व प्राकृतिक चिकित्सा मंत्री डॉ. प्रेम चंद बैरवा ने अपने वीडियो सन्देश में आयुर्वेद को घर-घर पहुंचा कर समुचित लाभ देने का आह्वान किया। अति. निदेशक प्रशासन मेघना चौधरी ने पधारे सभी अधिकारियों चिकित्सकों एवं कार्मिकों का आभार प्रकट कर कार्यक्रम की सफलता के लिए धन्यवाद ज्ञापित किया। कार्यक्रम में, अति.निदेशक जयपुर डॉ. बत्ती लाल बैरवा, विशेषाधिकारी डॉ. राम तिवारी, विशेषाधिकारी प्रो. राजेश भारद्वाज, निदेशक होमियोपैथी एवं यूनानी सहित विभाग के अधिकारी व आयुष चिकित्सक उपस्थित रहें।

ट्रेडिंग योजनाओ के जरिये धोखाधडी के संबंध में भारतीय प्रतिभूति एवं विनिमय बोर्ड (सेबी) ने जारी की एडवाइजरी

» जागरूक जनता @ जयपुर। ट्रेडिंग योजनाओ के जरिये आमजन से धोखाधड़ी के संबंध में भारतीय प्रतिभूति एवं विनिमय बोर्ड (सेबी) ने एडवाइजरी जारी की है। एडवाइजरी के द्वारा धोखाधड़ी व्यवहारों की पहचान व निवेशकों के लिए स्पष्टीकरण देकर निवेशकों से ऑनलाइन ट्रेडिंग कोर्स, सेमिनार और शेयर बाजार में मेंटरशिप प्रोग्राम के जरिए लुभाने वाले सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म से सावधानी बरतने की सलाह दी गई है।

महानिदेशक पुलिस, साइबर क्राइम हेमंत प्रियदर्शी द्वारा साइबर अपराधों पर अंकुश लगानें एवं आमजन में साइबर अपराधो के प्रति जागरूकता लाने के उद्देश्य से राज्य मे लगातार प्रयास किये जा रहे है। भारतीय प्रतिभूति एवं विनिमय बोर्ड (सेबी) को धोखाधड़ी वाली ट्रेडिंग प्लेटफॉर्मो के संबंध में अनेक शिकायतें प्राप्त हो रही है, जो सेबी-पंजीकृत विदेशी पोर्टफोलियों निवेशको के साथ संबद्धता का झुठा दावा करते है या सुझाव देते है तथा विशेषाधिकारो के साथ एफपीआई या विदेशी संस्थागत निवेशको (एफआईआई) के उप-खातो या संस्थागत खातो के माध्यम से ट्रेडिंग के अवसर प्रदान करने का दावा करते हैं। ऑनलाईन ट्रेडिंग कोर्स, सेमीनार और शेयर बाजार में मेंटरशिप प्रोग्राम के जरिये ठगों द्वारा पीड़ितों को लुभाया जा रहा है। इसके लिए वे व्हाटसएप या टेलिग्राम जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के साथ-साथ लाइव प्रसारण का भी इस्तेमाल कर रहे है। सेबी-पंजीकृत एफपीआई के कर्मचारी या सहयोगी बनकर वे लोगो को ऐसे एप्लीकेशन डाउनलोड करने के लिए प्रेरित करते है, जो कथित तौर पर उन्हे शेयर खरीदने, आईपीओ में सदस्यता लेने के लिए अनुमति देते हैं व साइबर अपराध की योजनाओ को अंजाम देने के लिए झूठे नामो से पंजीकृत मोबाइल नंबरो का उपयोग करते है।

दूध के साथ नहीं खाएं ये चीजें

शरीर के तीन मुख्य तत्व वात, पित्त और कफ का बिगड़ सकता है संतुलन

आयुर्वेद चिकित्सा के अनुसार एक अच्छी सेहत बनाए रखने के लिए व्यक्ति को खाने पीने से जुड़े कुछ नियमों का सख्ती से पालन करना चाहिए. खानपान की गलत आदतों की वजह से शरीर के तीन मुख्य तत्व वात, पित्त और कफ का संतुलन बिगड़ सकता है. जिससे व्यक्ति की सेहत खराब होने की वजह से वो बीमार पड़ सकता है. आयुर्वेद का एक ऐसा ही नियम दूध और उसके साथ खाए जाने वाले खाद्य पदार्थों को लेकर भी बताया गया है. आयुर्वेद के अनुसार कुछ खाद्य पदार्थ ऐसे होते हैं, जिनका सेवन अगर दूध के साथ किया जाए तो दूध के पोषण मूल्य कम हो सकते हैं या फिर व्यक्ति का पेट खराब हो सकता है.

पत्तेदार हरी सब्जियां

पालक जैसी पत्तेदार सब्जियों में मौजूद ऑक्सालिक एसिड, दूध में मौजूद कैल्शियम के साथ मिलकर कैल्शियम ऑक्सालेट क्रिस्टल बनाता है. यह क्रिस्टल गुर्दे या मूत्र पथ में रुकावट पैदा कर सकता है.

खट्टे फल

आयुर्वेद के अनुसार कभी भी संतरा, नींबू और अंगूर जैसे खट्टे फलों का सेवन दूध के साथ नहीं करना चाहिए. दूध के साथ खट्टे फलों को खाने से खट्टे फलों की अम्लता व्यक्ति के लिए पाचन संबंधी परेशानियां पैदा कर सकती हैं. इसके अलावा ये फूड कॉम्बिनेशन दूध के पोषण मूल्यों को कम करके कैल्शियम और अन्य आवश्यक पोषक तत्वों के अवशोषण में भी बाधा डाल सकता है.

सी फूड

दूध के साथ मछली जैसे सी फूड को खाने से बचना चाहिए. ऐसा इसलिए क्योंकि मछली और दूध की तासीर अलग-अलग होती है. इन दोनों को एक साथ खाने से शरीर में केमिकल असंतुलन पैदा हो सकता है, जिससे अपच और पेट खराब होने के साथ स्वास्थ्य पर भी बुरा असर पड़ सकता है.

स्पाइसी फूड

मसालेदार भोजन करने के बाद दूध पीने से पाचन तंत्र में गड़बड़ी पैदा हो सकती है. दूध में पाए जाने वाले प्रोटीन कैसिइन, पाचन से जुड़े एंजाइम को पतला करके पाचन को धीमा कर सकते हैं. जिससेदूध का प्रोटीन अच्छी तरह पच नहीं पाता है. जबकि मसालेदार भोजन से शरीर में एसिड बनता है और पेट की आंतों में जलन होती है. दूध पीने से ये समस्या और बढ़ सकती है.

दूध के साथ हाई फाइबर फूड

दूध के साथ हाई फाइबर फूड खाने से यह दूध के पाचन की प्रकिया को धीमा कर सकता है, जिससे संभावित रूप से सूजन, गैस और असुविधा पैदा हो सकती है. फाइबर युक्त खाद्य पदार्थों को दूध के साथ खाने से ना सिर्फ पेट में भारीपन महसूस हो सकता है बल्कि पाचन संबंधी समस्याएं भी परेशान कर सकती हैं.

बॉस लेडी लुक में प्रियंका चोपड़ा

प्रियंका चोपड़ा हाल ही में लंदन के क्वीन एलिजाबेथ हॉल में प्राइम वीडियो प्रेजेंट्स ट्रेलब्लेजर्स शोकेस में भाग लेने पहुंचीं. उनके साथ इवेंट में ऑक्टेविया स्पेंसर, ब्राइस डलास हॉवर्ड, एमी पास्कल, लिंडसे वेबर सहित अन्य हस्तियां भी शामिल थीं. प्रियंका चोपड़ा हमेशा की तरह इस बार भी अपने ड्रेसअप से अलग छाप छोड़ गईं. उन्होंने पैंटसूट और ब्लेजर पहना था. प्रियंका तीन-पीस पैंटसूट में बॉस लेडी की तरह लग रही थीं.

काफी कंफर्टेबल

प्रियंका ने लूज-फिट, डबल-ब्रेस्टेड ब्लेजर पहना था, जो काफी कंफर्टेबल कपड़े से बना था. इसमें शार्प पीक लैपल्स और फ्रंट बटन थे. स्ट्रक्चर्ड शोल्डर पैड, वेल्ट चेस्ट पॉकेट और फ्लैप्स के साथ जेटेड फ्रंट पॉकेट्स ने ब्लेजर को अच्छा लुक दिया था.

मोनोक्रोम लुक पसंद आया

उन्होंने अपने लुक को वेस्टकोट के साथ पेयर किया था जो डीप वी-नेकलाइन वाला था. अपने ड्रेसअप को पूरा करते हुए प्रियंका ने स्ट्रेट-फिट ट्राउजर पहना था और उनका यह मोनोक्रोम लुक लोगों को काफी पसंद आया.

पैंटसूट के साथ एसेसरीज

एसेसरीज में प्रियंका ने काफी कम चीजें कैरी की थीं. उन्होंने अपने लुक को सिल्वर हूप ईयररिंग्स, स्लीक डायमंड चेन नेकलेस, अपनी कलाई पर सजे क्वर्की गोल्डन ब्रेसलेट और क्लासिक ब्लैक पंप हाई हील्स के साथ स्टाइल किया था.

मेकअप और हेयर स्टाइल

मेकअप में न्यूड आईशैडो, मस्कारा-कोटेड लैशेज, डिफाइन्ड ब्रो, ब्लश्ड गाल, ग्लोइंग हाइलाइटर और सॉफ्ट पिंक लिपस्टिक को शामिल किया था. अपने बालों को सॉफ्ट कर्ल में स्टाइल किया गया था और फिर उन्हें बीच से खुला छोड़ दिया था.

कॉफी और सोडा ड्रिंक बन सकते हैं स्ट्रोक का कारण

जब बात दिल के स्वास्थ्य की आती है तो इसका खास ध्यान रखना जरूरी है कि हम क्या खा रहे हैं और क्या पी रहे हैं. क्या आप जानते हैं कि कार्बोनेटेड बेवरेज और फ्रूट जूस का सेवन हमारे शरीर में स्ट्रोक के रिस्क को बढ़ा सकता है. वहीं दूसरी स्टडी में सामने आया है कि एक इंसान अगर रोज चार कप कॉफी पीता है तो इससे भी हमें स्ट्रोक आ सकता है. ये रिसर्च चौंकाने वाली है क्योंकि चार कप कॉफी हम नॉर्मली पी जाते हैं और अगर इससे ज्यादा कॉफी पी जाए को स्ट्रोक का खतरा कई गुना बढ़ जाता है. इसके अलावा लोग कोल्ड ड्रिंक्स और फिजी ड्रिंक्स को पीने के भी शौकीन हैं. चलिए आपको बताते हैं कि कैसे ये सेहत के लिए खतरा साबित हो सकते हैं.

क्या कहती है रिसर्च

मैकमास्टर यूनिवर्सिटी कनाडा और यूनिवर्सिटी ऑफ गैलवे ने कॉफी या दूसरी शुगरी ड्रिंक्स पर रिसर्च की है. इसके मुताबिक बार-बार कार्बोनेटेड पेय या फलों का रस पीने से भी स्ट्रोक का खतरा 37 फीसदी तक बढ़ जाता है. वहीं दूसरे अध्ययन के मुताबिक शुगर से बने कार्बोनेटेड बेवरेज से स्ट्रोक का खतरा 22 फीसदी तक बढ़ जाता है. ये रिसर्च जनरल ऑफ स्ट्रोक और इंटरनेशनल जनरल ऑफ स्ट्रोक में छपी है. इसमें प्रोजेक्ट में 27 देशों के 27 हजार लोगों को शामिल किया गया. इसमें 13500 ऐसे लोग थे जिन्होंने स्ट्रोक का खतरा पहली बार झेला था. ऐसे में सवाल उठता है कि आखिर इन ड्रिंक्स में ऐसा क्या है जिसकी वजह से स्ट्रोक का रिस्क इतना ज्यादा बढ़ जाता है?

इन ड्रिंक्स से बढ़ जाता है स्ट्रोक का खतरा

- बार-बार कॉफी पीने या फिजी ड्रिंक्स पीने से स्ट्रोक क्यों होता है? विशेषज्ञों के मुताबिक किसी भी व्यक्ति को स्ट्रोक तब होता है जब ब्रेन के किसी भाग में रक्त की आपूर्ति बंद हो जाती है या ब्रेन की कोशिकाएं को नुकसान पहुंचता है.
- ऐसे में इस्केमिक स्ट्रोक हो सकता है, जो आमतौर पर ब्लड क्लॉट के कारण होता है. इसमें ब्रेन में इंटरनल ब्लीडिंग होती है. इस रिसर्च में ये जानकारी सामने आई है कि ऐसे फिजी ड्रिंक्स या पैकेज्ड फ्रूट ड्रिंक्स में एक्स्ट्रा शुगर एवं प्रिजर्वेटिव्स होते हैं.
- इन्हें ज्यादा पीने से शुगर का लेवल बढ़ जाता है. इस वजह से भी स्ट्रोक का खतरा काफी बढ़ जाता है. महिलाओं में और ऐसे लोग जो मोटापे के शिकार हैं या किसी अन्य बीमारी से ग्रसित हैं उनमें स्ट्रोक की संभावना और ज्यादा बढ़ जाती है.

कौन से ड्रिंक पी सकते हैं

एक्सपर्ट्स का कहना है कि आप कॉफी या चाय जैसी चीजों को नजरअंदाज नहीं कर सकते हैं. हालांकि इनका सेवन कम जरूर किया जा सकता है. वैसे कहा जाता है कि आप ग्रीन टी और हर्बल टी का उपयोग कर सकते हैं क्योंकि ये उतना हानिकारक नहीं है. आप दूध के अलावा दूसरे विकल्पों को भी तलाश सकते हैं. आप दूध की जगह बादाम, सोया या ओट्स से बनने वाले फोर्टिफाइड मिल्क को पी सकते हैं.

ऑनलाइन फूड के डिब्बों से कैंसर का खतरा!

ऑनलाइन फूड की आदत लोगों को इस कदर पड़ गई है कि वे घरों में खाना बनाने से बचते हैं. बच्चा हो या बड़ा हर किसी को मिनटों में घर पहुंच जाने वाले फू की लत लग गई है. ये हमारे बिगड़े हुए लाइफस्टाइल का एक हिस्सा है जो शरीर को बीमारियों का घर बना रहा है. जोमैटो, स्विगी के अलावा दूसरे ऑनलाइन फूड प्लेटफॉर्म के जरिए खाने पीने की चीजों को काले और सफेद डिब्बे में भी डिलीवर किया जाता है. इन डिब्बों से भी हमें गंभीर बीमारियों के होने का डर बना रहता है. दरअसल, प्लास्टिक में गर्म खाना डालने से इसमें केमिकल रिलीज होता है जो हमारे शरीर में जाकर गंभीर नुकसान पहुंचाता है. कहा जाता है कि ये खाना जितना ज्यादा गर्म होगा इससे हमारे स्वास्थ्य को उतना ही नुकसान होगा. एक्सपर्ट्स का कहना है कि प्लास्टिक में मौजूद बीपिए खाने में मिलता है. इस वजह से खाने की चीजों में ही एंडोक्राइन डिस्ट्रक्टिंग जहर बनता है.

प्लास्टिक से निकलते हैं कई रसायन

आज ये असंभव है कि हम अपनी लाइफ से प्लास्टिक को पूरी तरह से खत्म कर दें. अब मुद्दा ये है कि हम इसके इस्तेमाल को कितना कम कर सकते हैं. सबसे पहले, हमें यह समझना होगा कि प्लास्टिक इतनी खतरनाक क्यों है. FDA ने माना है कि गर्म होने पर प्लास्टिक से 55 से 60 अलग-अलग रसायन निकलते हैं. इसलिए, जब आप प्लास्टिक को गर्म करते हैं चाहे वह आपके माइक्रोवेव में प्लास्टिक के कंटेनर में खाना गर्म करना हो या प्लास्टिक की प्लेट या कंटेनर में गर्म खाना डालना हो तो वह गर्मी उसी भोजन में रसायन छोड़ना शुरू कर देती है जिसे आप खाने वाले हैं. ये विषाक्त पदार्थ और रसायन एस्ट्रोजन और कई अन्य हार्मोन की नकल करते हैं, जिससे हार्मोनल असंतुलन होता है.

इसलिए उस स्तर पर भी यह समझा जाता है कि आपके हार्मोन को संतुलित रखना महत्वपूर्ण है. हालांकि रिसर्च और एक्सपर्ट की सलाह के अनुसार प्लास्टिक पैकेजिंग में भोजन की डिलीवरी को बंद करने का आग्रह किया जा रहा है. इसके पीछे कई स्वास्थ्य संबंधी चिंताएं हैं.

हार्मोन को संतुलित रखना महत्वपूर्ण

इसके परिणामस्वरूप पीसीओडी, डिम्बग्रंथि संबंधी समस्याएं, स्तन कैंसर, कोलन कैंसर, प्रोस्टेट कैंसर और बहुत कुछ जैसी स्थितियां पैदा हो जाती हैं. यही कारण है कि कुछ कैंसर के उपचार में हार्मोन थेरेपी शामिल होती है. जब आप जीवनशैली या पारंपरिक उपचारों के कारण हार्मोनल असंतुलन का सामना करते हैं तो आप हार्मोन थेरेपी करवाते हैं.

प्लास्टिक पैकेट्स में 143 रासायनिक पदार्थ मौजूद

प्लास्टिक पैकेट्स में 143 रासायनिक पदार्थ मौजूद हैं जो महिलाओं में ब्रेस्ट कैंसर के जोखिम को बढ़ा सकते हैं. इसके अलावा का गजया कार्डबोर्ड पैकेट्स में भी 89 कैंसर कारी रसायन पाए गए हैं. यह अध्ययन बताया गया है कि इन रसायनों में से कई न केवल कैंसर बल्कि इनफर्टिलिटी और जेनेटिक म्यूटेशन का कारण भी बन सकते हैं. भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण ने भी खाद्य सामग्री की पैकेजिंग में प्लास्टिक के उपयोग पर सख्त निर्देश जारी किए हैं.

इस तरह से इसे करें इग्नोर

अगर आप इन डिब्बों से होने वाले नुकसान से खुद को बचा सकते हैं तो आपको पॉलीप्रोपाइलीन से बने प्लास्टिक का यूज करना चाहिए. इस मटेरियल नेस स्ट्रा और बोतल के ढक्कन बनाए जाते हैं. इसमें केमिकल रेजिस्टेंस होता है जो किसी भी तरह के एसिड से रिएक्ट नहीं करता है. वैसे आप प्लास्टिक कंटेनर की जगह कांच, स्टील, नेचुरल फाइबर क्लॉथ, बैंबू, लकड़ी और पेपर का यूज कर सकते हैं.

स्किन के लिए वरदान साबित होगा कच्चा दूध

दमकती हुई त्वचा पाने के लिए पार्लर जाकर पैसे खर्च करने की क्या जरूरत है, जब आप घर पर बैठे-बैठे आसानी से अपनी त्वचा के खोए हुए निखार को वापस पा सकते हैं. यकीन मानिए ये नेचुरल फेस पैक्स केमिकल बेस्ड फेस पैक्स से कई गुना बेहतर साबित हो सकते हैं. ग्लोइंग स्किन के लिए फेस पैक्स बनाना न केवल आसान है बल्कि सस्ता भी है. किचन में मिल जाने वाली कुछ चीजों की मदद से आप अपनी स्किन हेल्थ को काफी हद तक इम्प्रूव कर सकते हैं.

दूध-हल्दी

कच्चा दूध और हल्दी, दोनों ही चीजों में पाए जाने वाले औषधीय गुण, आपकी स्किन के लिए वरदान साबित हो सकते हैं. नेचुरल फेस पैक बनाने के लिए आपको एक कटोरी में दो स्पून कच्चा दूध, एक स्पून हल्दी, एक स्पून नींबू का रस और एक स्पून मुल्तानी मिट्टी पाउडर डालकर इन सभी चीजों को अच्छी तरह से मिला लेना है. इस फेस पैक की मदद से आप अपने चेहरे के जिद्दी कील-मुंहासे, दाग-धब्बे और कालेपन से छुटकारा पा सकते हैं.

दूध-बेसन

इस फेस पैक को बनाने के लिए आपको दो स्पून कच्चा दूध, एक स्पून बेसन और एक स्पून नींबू के रस को मिक्स कर एक पेस्ट तैयार कर लेना है. इस पेस्ट को एक हफ्ते में दो बार इस्तेमाल किया जा सकता है. इस फेस पैक की मदद से आप अपनी त्वचा की रंगत सुधार सकते हैं. दाग-धब्बे और पिगमेंटेशन जैसी स्किन से जुड़ी समस्याओं से छुटकारा पाने के लिए भी इस फेस पैक को अपने स्किन केयर रूटीन का हिस्सा बनाया जा सकता है.

दूध-शहद

एक कटोरी में 2 स्पून कच्चा दूध, दो स्पून शहद और एक स्पून नींबू का रस डालकर इन सभी चीजों को अच्छी तरह से मिक्स कर लीजिए. इस फेस पैक की कंसिस्टेंसी के लिए आप इसमें कॉफी भी मिला सकते हैं. अब आप इस नेचुरल फेस पैक को अपने चेहरे पर अप्लाई करके थोड़ी देर के लिए छोड़ दीजिए. फेस वॉश करने के बाद आप खुद-ब-खुद पॉजिटिव असर महसूस कर पाएंगे.

शरीर को लचीला और एनर्जेटिक बनाए योगासन

रोजाना घंटों एक जगह पर बैठे रहकर काम करना, गलत पोजीशन में सोना और इनएक्टिव लाइफस्टाइल के कारण सेहत से जुड़ी कई तरह की समस्या का सामना करना पड़ सकता है. जिसमें कमर और गर्दन में दर्द के अलावा शरीर में अकड़न की समस्या होना भी काफी सामान्य है. लेकिन ये आगे चलकर काफी समस्याओं का कारण बन सकती हैं. इसलिए जकड़न को कम करने और शरीर को लचीला बनाने के लिए कई तरह की एक्सरसाइज, स्ट्रेचिंग और योगासन किए जाते हैं.

योग हमें फिजिकली और मेंटली हेल्दी रहने में मदद करता है. साथ ही ये शरीर को लचीलापन प्रदान करता है. सेलिब्रिटी योगा ट्रेनर ने अपने सोशल मीडिया पर एक वीडियो शेयर की है. जिसमें उन्होंने अकड़ने से छुटकारा पाने और शरीर को लचीला बनाने के लिए कुछ आसान योगासन बनाते हैं. जो लोग योग की शुरुआत पहली बार करने जा रहे हैं वो भी इन योगासन को आसानी से कर सकते हैं. आइए जानते हैं उन योगासन के बारे में

चाइल्ड पोज से लेकर कोबरा पोज इस योगासन को करने के लिए चाइल्ड पोज में आ जाएं और फिर कोबरा पोज में आ जाएं. चाइल्ड पोज कूल्हों के दर्द को कम करने में मदद करता है, इसका अलावा इसे करने में रीढ़ की हड्डी और पीठ की मांसपेशियों को आराम मिलता है. वहीं कोबरा पोज पाचन को सही करने, रीढ़ की हड्डियों को मजबूत और लचीलापन बढ़ाने में मददगार साबित हो सकता है.

स्ट्रेच पल्स : स्ट्रेचिंग शरीर को एक्टिव और लचीला बनाने में बहुत मदद करती है. किसी भी तरह की एक्सरसाइज या रनिंग करने से पहले स्ट्रेचिंग करने की सलाह दी जाती है.

लेटरल स्ट्रेच पल्स कमर, रीढ़ की हड्डी की के लिए फायदेमंद माना जाता है. साथ ही ये जांघों और कंधों को फैलाते हैं.

साइड ट्विस्ट : साइड ट्विस्ट करने के कई फायदे होते हैं. इस ट्विस्ट को करना पेट की लिए फायदेमंद होता है. इसके साथ ही ये गर्दन, कंधे और हाथों के लिए फायदेमंद साबित हो सकती है.

जगह है इतनी खूबसूरत, 'एक बार जाना तो बनता है'

दिवाली का त्योहार पूरे देश में धूमधाम के साथ मनाया जाता है और दिवाली की रात हर जगह जबरदस्त रौनक देखने को मिलती है. छोटी दिवाली और बड़ी दिवाली के बारे में तो आप भी जानते होंगे, लेकिन क्या आप एक ऐसी जगह के बारे में जानते हैं जहां पर 'बूढ़ी दिवाली' मनाई जाती है. इसे 'इगास' पर्व के नाम से भी जाना जाता है. जहां पर बूढ़ी दिवाली सेलिब्रेट की जाती है वह जगह भी इतनी खूबसूरत है कि जिंदगी में एक बार तो विजिट करना ही चाहिए और अगर आप एक बार यहां पर चले गए तो बार-बार यहां की ट्रिप प्लान करना चाहेंगे.

दिवाली की रात सभी अपने घर पर सेलिब्रेट करना चाहते हैं, लेकिन एक जगह ऐसी भी है, जहां की दिवाली सेलिब्रेट करना आपके लिए यादगार रहेगा और आपको अपने घर की दिवाली भी नहीं छोड़नी पड़ेगी. दरअसल 'बूढ़ी दिवाली' हिमाचल में सेलिब्रेट होती है और इसे मुख्य दीपावली पर्व के एक महीने बाद सेलिब्रेट किया जाता है. तो चलिए जान लेते हैं इसके बारे में डिटेल में.

कुल्लू में घूमने की जगहें

हिमाचल प्रदेश के कुल्लू में आप पहाड़ों की खूबसूरती तो निहार ही सकते हैं और यहां पर शांति-सुकून से वक्त बिता सकते हैं, जिसेस आपका सारा स्ट्रेस दूर हो जाएगा. इसके अलावा कुल्लू में श्री हनोगी मंदिर जा सकते हैं. ये मंदिर ब्यास नदी के किनारे पर बना हुआ है और यहां के दृश्य भी मनोरम होते हैं. इसके अलावा कुल्लू में आप गुरुद्वारा मणिकर्ण साहिब, रघुनाथ टेम्पल, बिजली महादेव मंदिर, कैसरघर, भृगु झील, खीर गंगा जैसी खूबसूरत जगहों को भी एक्सप्लोर कर सकते हैं.

हिमाचल के कुल्लू में मनाते हैं बूढ़ी दिवाली : पहाड़ी राज्य हिमाचल की खूबसूरती, यहां की संस्कृति और शांति भरा वातावरण पर्यटकों को खासा आकर्षित करता है, तो वहीं यहां का शहर 'कुल्लू' लोगों के बीच एक लोकप्रिय पर्यटन स्थल है. यहां पर आप आकर आप 'बूढ़ी दिवाली' के फेस्टिवल को एंजॉय कर सकते हैं.

बूढ़ी दिवाली क्यों होती है खास

दरअसल हिमाचल में मनाई जाने वाली बूढ़ी दिवाली में दीपक जलाने के साथ ही हाथों में जलती हुई मशाल लेकर उत्सव मनाया जाता है. इस दिन लोक गीत गाए जाते हैं ऐर पारंपरिक नृत्य किया जाता है. इसके अलावा भी यहां पर कई प्रोग्राम आयोजित होते हैं, जिन्हें देखना आपके लिए एक बढ़िया एक्सपीरियंस रहेगा.

क्या होती है मेनिनजाइटिस बीमारी

इस साल 5 अक्टूबर को वर्ल्ड मेनिनजाइटिस डे मनाया जा रहा है. इसका मकसद लोगों को मेनिनजाइटिस बीमारी के बारे में जागरूक करना होता है. इस बीमारी की शुरुआत में पहचान और इलाज जरूरी है नहीं तो यह दिव्यांगता का कारण बन सकती है. इस साल इस बीमारी को लेकर थीम 'लाइट द रोड अहेड' रखी गई है. WHO का लक्ष्य 2030 तक मेनिनजाइटिस को खत्म करने का है. WHO के आंकड़ों के मुताबिक, दुनियाभर में हर साल 25 लाख लोगों को मेनिनजाइटिस होता है. लेकिन फिर भी लोगों में इसको लेकर जागरूकता का अभाव है.

एक्सपर्ट्स के मुताबिक, दिमाग और रीढ़ की हड्डी को प्रोटेक्ट करने वाली झिल्लियों में आई सूजन को मेनिनजाइटिस कहते. यह बीमारी बच्चों और किसी भी उम्र के लोगों को हो सकती है. लेकिन नवजात शिशु और छोटे बच्चों में इसका रिस्क अधिक होता है. डॉक्टर बताते हैं किमेनिनजाइटिस एक गंभीर बीमारी है जो कुछ घंटों के अंदर ही खतरनाक हो सकती है. इसके लक्षण भी फ्लू की तरह ही होते हैं. इससे लोगों को कंफ्यूजन होता है कि ये फ्लू हो सकता

है. हालांकि मेननिनजाइटिस में मरीजों को अचानक तेज बुखार आना, गर्दन में अकड़न, मतली या उल्टी या कंफ्यूजन भी हो जाता है. अगर समय पर इन लक्षणों की पहचान और इलाज न हो तो मरीज को दिव्यांगता हो सकती है.

बहरापन भी हो जाता है

मैरिंगो एशिया हॉस्पिटल्स गुरुग्राम में न्यूरोलॉजी विभाग के क्लिनिकल डायरेक्टर व एचओडी डॉक्टर कपिल अग्रवाल बताते हैं कि बैक्टीरियल मैनिंजाइटिस का अगर इलाज न हो तो बहरापन हो सकता है. कुछ मामलों में ब्रेन की सूजन के कारण मिर्गी हो सकती है. गंभीर मामलों में ऑप्टिक नर्व डैमेज हो सकती हैं, जिससे अंधापन भी होने का खतरा रहता है इसके अलावा कुछ मामलों में लोगों को मनोवैज्ञानिक समस्याएं जैसे एंग्जायटी, डिप्रेशन का भी रिस्क होता है. हालांकि मेनिजाइटिस से आसानी से बचाव हो जाता है. जागरूकता बढ़ाने और टीकाकरण से इस बीमारी को काबू में किया जा सकता है.

कैसे करें इससे बचाव

ये है वैक्सीन

एमएमआर वैक्सीन से खसरा, कण्ठमाला, और रूबेला जैसी बीमारियों से बचाव होता है. यह टीका यह कुछ तरह के वायरल मैनिंजाइटिस से बचाता है. बच्चों को एक साल की उम्र में एमआर वैक्सीन की पहली खुराक देनी चाहिए और फिर तीन साल की उम्र दूसरी डोज लगवा सकते हैं.

जागरूक जनता
www.jagrukjanta.net
विश्वसनीय समाचार पत्र

जी हाँ,यदि आपको अपने प्रतिष्ठान का व्यापार का विज्ञापन देना है तो जागरूक जनता समाचार पत्र द्वारा पूरे राजस्थान के साथ-साथ 4 अन्य राज्यों में आपका विज्ञापन प्रसारित किया जायेगा।

जो दिखेगा वही बिकेगा

दीपोत्सव की शुभकामनायें

आपके व्यापार की तरक्की जागरूक जनता के साथ

विज्ञापन क्लासीफाइड डिस्पले प्रॉपर्टी वैवाहिक

विज्ञापन बुक करें : 9928022718 9829329070