सभी अखबारों में विज्ञापन छपवाने के लिए सम्पर्क करें
PAAVAN ADVERTISER
9311288839
9811288839
डी-4, सेफ्वे हाऊस, प्रथम मंजिल, डी-ब्लॉक, सैन्ट्रल मार्किट, प्रशांत विहार, दिल्ली-85

राष्ट्रीय साप्ताहिक समाचारपत्र

पावन संसार

सच का आगाज़

संस्थापक : श्री संतोष कुमार RNI No. DELHIN/2011/40220 Postal No. G-3/DL(N)/267/2024-26 Date of Publication:- 17-07-2025
E-mail : paavansansar@gmail.com | paavansansar@yahoo.com www.paavansansar.com

शालीमार बाग, रोहिणी, पीतमपुरा, पंजाबी बाग से विज्ञापन लाने हेतु मार्केटिंग एग्जीक्यूटिव चाहिए
पावन संसार
डी-4, सेफ्वे हाऊस, प्रथम मंजिल, डी-ब्लॉक, सैन्ट्रल मार्किट, प्रशांत विहार, दिल्ली-85
9311288839

वर्ष 14, अंक 48 नई दिल्ली, 17 से 23 जुलाई 2025, संपादक - वीरेन्द्र कुमार अग्रवाल - 09811288839, सह संपादक - आर.पी. चौहान - 9213513590, कुल पृष्ठ संख्या-8 ₹ 5

!! श्री महावीराय नमः !!
!! श्रीमत् सुदर्शन गुरवे नमः !!
संघशास्ता शासन प्रभावक पूज्य गुरुदेव श्री सुदर्शन लाल जी म. के जन्म शताब्दी वर्ष (04 अप्रैल 2022-23) को समर्पित
JIWO Eye Care & Multispeciality Hospital
(Run By : Adhayatamik Sanskriti Sewa Mission)
पूर्णतः अत्याधुनिक सुविधाओं से सम्पन्न वातानुकूलित हॉस्पिटल
नेत्र - चिकित्सा
आँखों की जाँच एवं परामर्श
मोतियाबिन्द की सर्जरी
(जरूरतमन्द लोगों के लिए निःशुल्क सर्जरी)
फिजियोथैरेपी
हर प्रकार के अधरंग, स्ट्रोक, जोड़ों के दर्द, खिचांव आदि रोगों का अत्याधुनिक मशीनों द्वारा ईलाज
पक्षी - हॉस्पिटल
लगभग 450 घायल पक्षियों का आजीवन पालन - पोषण एवं निःशुल्क उपचार
अतिरिक्त सुविधाएं
दन्त चिकित्सा, आयुर्वेद, होम्योपैथी, डाइट एण्ड न्यूट्रीशन योग व ध्यान-साधना
आप भी यथा-शक्ति सहयोग-राशि प्रदान करके महान् पुण्य के भागी बन सकते हैं।
एक पक्षी के पालन - पोषण एवं उपचार की सहयोग-राशि :- 1100/- रु.
एक मोतियाबिन्द सर्जरी करवाने की सहयोग-राशि :- 11000/- रु. (बाजार रेट 20000/- रु.)
CSC-10, Swastik Enclave, Block-H, Sector-15, Rohini, Delhi-110089
9416695133, 9267984548-49
@jiwohospital
jiwohospital@gmail.com
www.jiwohospital.com

Mukul Aggarwal 9810099403
Prem Aggarwal 9810211880
PREM AGGARWAL PROPERTIES
(Since 1988) (Regd.)
Deals in : RESIDENTIAL | COMMERCIAL INDUSTRIAL | PRE RENTED
Specialized in New Sectors Rohini
27 to 38 (26 Mtr to 400 Yds)
Deals in Haryana - Residential & Industrial Land
Office Address : Prashant Vihar, D-Block, Central Market & Sector-29, Rohini

Ankit Goyal
9811924645
9873246969
Well Decovel Interiors
Architect | Interior Designer
Furniture Mfr. | Project Mgt. Consultant
(AS PER VAASTU)
Residential & Commercial
Office Cum Factory:
Ashok Vihar, Phase-1, New Delhi-110052
Follow ankitgoyal_interiordesigner

श्रावण मास के पावन पर्व पर
नवम् श्री शिव महापुराण कथा
महारुद्राभिषेक एवं हवनात्मक विराट पार्थिवेश्वर पूजन
लक्ष्य सवा लाख शिवलिंग पूजन
कथा दिनांक 20 से 27 जुलाई 2025
कथा समय- सांय 4 बजे से सांय 7 बजे तक
कृपया दान देने के लिए QR CODE स्कैन करें
कलश यात्रा
रविवार 20 जुलाई 2025
प्रातः 9:00 बजे से
कथा व्यास
श्रीमद् जगद्गुरु ललिताम्बा पीठाधीश्वर
श्री जयराम जी महाराज
पवन गुप्ता 9811654587
विजय अग्रवाल 9313103844
वीना बहन जी 9911396912
दिनेश गर्ग 9811381878
नरेश गोयल 9999995421
आयोजक एवं कथा स्थल
नीलकण्ठ महादेव मन्दिर सेवा समिति
G-3, सेक्टर-11, रोहिणी (रजि.) दिल्ली

उत्तर प्रदेश मित्र मण्डल ट्रस्ट (रजी.) द्वारा विशाल निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर का आयोजन सफलतापूर्वक सम्पन्न

नई दिल्ली (अविनाश गर्ग)। उत्तर प्रदेश मित्र मण्डल ट्रस्ट (रजी.) द्वारा फोर्टिज हॉस्पिटल, शालीमार बाग के सहयोग से दिनांक 13 जुलाई 2025, रविवार को वात्सल्य सेवा सदन, पॉकेट ए-3, सैक्टर-7, रोहिणी (सैक्टर-7 एवं 8 के डिवाइडिंग रोड पर) एक निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर का आयोजन सफलतापूर्वक संपन्न हुआ।

यह कार्यक्रम प्रातः 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक चला, जिसमें सैंकड़ों लोगों ने स्वास्थ्य जाँच करवाई और विशेषज्ञ डॉक्टरों से परामर्श लिया। शिविर में जनरल फिजिशियन परामर्श, रक्तचाप, रक्त शर्करा, नेत्र परीक्षण, न्यूरोपैथी टेस्ट, कोलेस्ट्रॉल व कैल्शियम टेस्ट, दंत परीक्षण, पीएफटी टेस्ट, बीएमआई, फिजियोथैरेपी एवं ईसीजी जैसी अनेक सेवाएँ निःशुल्क प्रदान की गईं।

शिविर में प्रातः 11 बजे से भण्डारे का आयोजन भी किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में लोगों ने प्रसाद ग्रहण किया और व्यवस्था की सराहना की। कार्यक्रम में क्षेत्र के कई गणमान्य व्यक्तियों ने भी उपस्थित होकर आयोजन की भूरि-भूरि प्रशंसा की।

इस भव्य कार्यक्रम का सफल संयोजन प्रमोद अग्रवाल एवं राजकुमार अग्रवाल ने अपने सभी ट्रस्टी भाईयों के साथ मिलकर किया। ट्रस्ट द्वारा समाज सेवा के अंतर्गत इस प्रकार की सेवाओं को निरंतर जारी रखने का संकल्प भी दोहराया गया।

पार्टी में लगें कुछ अलग

कहीं भी पार्टी में जाना हो, हर महिला उस पार्टी में सुंदर दिखना चाहती है। वैसे भी पार्टी में सुंदर महिलाएं अधिक हों तो पार्टी में जान आ जाती है। यदि आप भी पार्टी में चिक लगना चाहती हैं और प्लैन्ड पार्टी है तो कुछ दिन पहले से ही तैयारी शुरू कर दें।

तैयारी जो पहले करनी है :– पार्टी से एक सप्ताह पहले कुछ तैयारी शुरू करें ताकि आखिरी समय पर भागा दौड़ी न करनी पड़े। इसके लिए फेशियल, पेडिक्योर, मेनीक्योर एक सप्ताह पूर्व ही करा लें। यदि बालों की ट्रिमिंग या कटिंग करवानी हो वो भी एक सप्ताह पहले करवा लें। बालों पर कलर कराना हो या मेंहदी, वो भी एक सप्ताह पहले करवा लें ताकि आखिर में पछताना न पड़े।

एक दिन पूर्व :– किसी शादी, वैडिंग एनिवर्सरी, मुंडन समारोह में जाना हो तो हाथों पर लगी मेंहदी पारंपरिक लुक देती है। हाथों पर मेंहदी एक दिन पहले लगवा लें। वैसे तो किसी भी पार्टी में हाथों पर मेंहदी, बाजूबंद और गर्दन के पीछे लगी मेंहदी अच्छी लगती है।

उसी दिन :– पार्टी वाले दिन हाथों और पैरों के नाखूनों पर नेल पेंट लगाना न भूलें। नेल पेंट सूख जाने पर स्वार्कल फेलिश का एक टच दें। पार्टी रात की है तो स्पार्किंग नेल्स और अच्छे लगेंगे। चाहें तो दो कलर के नेल पेंट आधे-आधे नाखून पर लगाकर बीच में स्पार्क लगाएं।

पार्टी पर जाने से पूर्व :– आई मेकअप करना न भूलें। रात्रि में गोल्डन आई शैडो आपको एक अलग लुक देगा। पलकों के ऊपर से आई ब्रो बोन तक लगाएं। पलकों से थोड़ा हैवी आई शैडो और ऊपर जाते हुए हल्का करें। आंखों के ऊपर चॉकलेट ब्राउन कलर का आई लाइन लगाएं।

गालों पर पहले त्वचा से मेल खाता फाउंडेशन लगाएं। फाउंडेशन चेहरे और गर्दन पर अच्छी तरह लगाएं। गालों को ब्लश करें और उस पर थोड़ा सा शिमर पाउडर लगाएं। ब्लश करते समय चीक बोन से ऊपर की ओर बालों की हेयर लाइन तक लगाएं।

अब बारी है होंठों के सजने की। होंठों पर ड्रेस और चेहरे पर फबने वाली लिपस्टिक लगाएं। रात्रि की पार्टी पर लिपस्टिक ग्लासी और डार्क लगाएं। इवनिंग पार्टी में शेड कुछ हल्का रखें। बहुत भारी ड्रेस हो तो लिपस्टिक और मेकअप लाइट रखें।

अंत में, मैचिंग ज्वैलरी पहनना न भूलें। ज्वैलरी अपनी ड्रेस के साथ मेल खाती मेटल, पर्ल्स, स्टोन्स वाली पहनें। भारी पोशाक के साथ ज्वैलरी थोड़ी हल्की रखें नहीं तो बहुत हैवी लगेगी। यदि पोशाक प्लेन या कम चमकदार है तो ज्वैलरी कुछ भारी पहनें।

अब आप पार्टी पर चिक लगने के लिए तैयार हैं।

– सुनीता गाबा

– चुटकुले –

एक महिला दूसरी महिला से बोली– मैं पड़ोसी के घर में आई लव यू
वाला लेटर डाल कर आयी हूं
दूसरी महिला– अब क्या होगा?
पहली महिला– अब वो जाने और उसकी वाइफ जाने
सुबह टमाटर नहीं दिया था न, डायन ने मुझे.....

....

पति– पता है सुबह जब मेरी आंखें खुलती हैं तो प्रार्थना करता हूं कि
भगवान तुम्हारे जैसी पत्नी सबको दे
पत्नी– खुशी से झूमते हुए, सच में?
पति– हां, सोचता हूं अकेले मैं ही क्यों दुखी रहूं....

....

पति (पत्नी से)– मेरी शर्ट को उल्टी करके प्रेस करना
पत्नी– ठीक है, कुछ देर बाद
पति– मेरी शर्ट को प्रेस कर दिया क्या?
पत्नी– नहीं अभी नहीं
पति– क्यों?
पत्नी– अभी मुझे उल्टी ही नहीं आ रही तो उल्टी करके कैसे प्रेस करूं?
पति बेहोश...

....

पप्पू को एक बार मुगलों के सैनिकों ने बेअदबी के जुर्म में पकड़ लिया
और उसे अपने बादशाह के पास ले गए
बादशाह– इसने अपराध किया है तो इसे बंदी बना दिया जाए
पप्पू – नहीं, नहीं जहां पनाह.. रहम फरमाइए
मुझे बंदा ही रहने दिया जाए....

....

चिंटू– मां और बीवी में सबसे बड़ा फर्क क्या होता है?
मिंटू– पता नहीं, तुम बताओ?
चिंटू– मां बोलना सिखाती है और बीवी चुप रहना....

....

टीचर– अगर रात में मच्छर काटे तो क्या करना चाहिए?
छात्र– चुपचाप खुजाकर सो जाना चाहिए, क्योंकि आप कोई रजनीकांत तो हो नहीं कि मच्छर से सॉरी बुलवा लोगे....

....

दोस्त पहली बार घर आया और बोला,
ये तेरा बेटा तो बिल्कुल तेरे जैसा दिखता है
अबे यार धीरे बोल बाजुवाली का है, खेलने के लिए आया है....

....

जीजा बालकनी में खड़ा-खड़ा मस्ती से गा रहा था
पंछी बनूं उड़ता फिरूं मस्त गगन में...आज मैं आजाद हूं दुनिया के चमन में
इतने में पास में खड़ी साली बोली– घर में ही उड़ो जीजा जी, सामने वाली भाभी मायके गई है..

....

मटरू– आपने नर्स बहुत अच्छी रखी है, उसके हाथ लगाते ही मैं ठीक हो गया
डॉक्टर– मैं जानता हूं, थप्पड़ की आवाज बाहर तक आई थी....

....

टिकट चेकर– टिकट दिखाएं बाबा, बाबा– नहीं है
टिकट चेकर– जाना किधर है?
बाबा– जहां मर्यादा पुरषोत्तम भगवान श्रीराम का जन्म हुआ है
टिकट चेकर– चलिए अब मैं आपको पहुंचा देता हूं
बाबा– कहां?
टिकट चेकर– जहां बांसुरीवाले का जन्म हुआ है.....

....

चिंटू– मम्मी प्लीज ये रस्सी अपनी जीभ से काट दो
मम्मी– बेवकूफ रस्सी जीभ से कैसे कट सकती है?
चिंटू– क्यों? कल ही तो पापा कह रहे थे कि आपकी जुबान कैंची की तरह चलती है.....

....

एक लड़की का फोन टॉयलेट में गिर गया
टॉयलेट से जिन्न प्रकट हुआ
जिन्न ने लड़की को गोल्ड का फोन दिया और कहा ये लो तुम्हारा फोन
लड़की ने कुल्हाड़ी वाली कहानी सुन रखी थी
इसलिए ईमानदारी का परिचय देते हुए कहा– ये सोने का फोन मेरा नहीं है
जिन्न– पगली रुलाएगी क्या? धो के देख तेरा ही है.....

....

बॉयफ्रेंड– तुझमें रब दिखता है, यारा मैं क्या करूं?
गर्लफ्रेंड– करना क्या है पैसा फेको, माथा टेको और चलते बनो
और भी भक्त लाइन में हैं.....

....

सुरेश– सर कुछ दिनों की छुट्टी चाहिए?
बॉस– छुट्टी एक शर्त पर मिलेगी पहले ये बताओ कि कटप्पा ने बाहुबली को क्यों मारा?
सुरेश– सर, हो सकता है बाहुबली ने कटप्पा को छुट्टी न दी हो, बॉस– बताओ कितने दिन की छुट्टी चाहिए?

वैवाहिक सुरक्षा के लिये प्रशंसा टॉनिक है

पति पत्नी दोनों ही मन ही मन चाहते हैं कि उन्हें यह तो पता रहे कि उनका जीवन साथी उनके बारे में कैसी राय रखता है। यह राय निस्संदेह कर्णप्रिय होगी, तभी अच्छी भी लगेगी यानी दोनों ही यह चाहते हैं कि उनके अच्छे कामों की जब तब तारीफ हो। इससे मन को ठहराव व खुशी तो मिलती ही है साथ ही जीवन के प्रति आशा व उत्साह का लगातार संचार भी बना रहता है।

पर प्रायः आम जीवन में ऐसा कम ही होता है कि पत्नी पति के घर जल्दी आने को विशेष नोटिस में ले, उसकी तारीफ कर दे या पति पत्नी द्वारा बढ़िया खाना बनाने पर मुक्त कण्ठ से प्रशंसा करे। समय पर भले लगने वाले काम की तारीफ कर पाना ही वह सुखद प्रतिक्रिया है जो सामान्य व्यवहार को, वातावरण को विशिष्ट बना मन को सुख से सराबोर कर देती है।

चाहत के दो सच्चे बोल पूरे तन मन में उमंग की लहर दौड़ा देते हैं और जीवन के हर क्षेत्र में, हर रिश्ते में यह तथ्य पूरा उतरता है पर दांपत्य के क्षेत्र में तो इसकी विशेष महत्ता है। वैवाहिक जीवन सांझे का जीवन है जो दो विभिन्न परिवेशों में पले बढ़े लोगों का संग साथ तो है ही, भिन्न विचारों का मेल भी है। इस मेल को बराबर बनाये रखने के लिये वे पति पत्नी जो सराहना के किसी छोटे से अवसर को भी नहीं है, नजर-अंदाज नहीं करते, वे सही मायनों में लम्बा, सुखी व संतुष्ट जीवन बिता पाने में सफल होते हैं।

बहुत सम्भव है कि दांपत्य में लंबे वर्षों तक संग साथ दिन रात रहने पर पति व पत्नी एक दूसरे के गुणों को तो स्वाभाविक प्रक्रिया जान बैठते हैं पर दोषों को सदैव याद रखते हैं। फलतः साथी का कोई भी प्रशंसा योग्य काम उन्हें विशिष्टता भरा नहीं लगता पर दोष चुभ जाता है। संभवतः वे नहीं सोचते कि उनके जीवन साथी को यह भूल करनी चाहिये।

परिणामतः गुणों पर जुबान चुप रहती है क्योंकि बुद्धि इसे सामान्य व्यवहार में स्वीकारती है पर गलती चूंकि होनी नहीं चाहिये अतः खल जाती है। परिणामतः कटु टिप्पणी भी दी जाती है पर यह व्यवहार जिसके संग होता है उसे अटपटा ही नहीं लगता वरन् उसका उत्साह भी क्षीण करता है। उसे लगता है-क्या उसमें दोष ही दोष हैं जो स द व बखाने जाते हैं? गुण तो कभी नहीं सराहे जाते?

यही बात दांपत्य में आपसी व्यवहार व संबंध में कटुता घोलने को पर्याप्त रहती है व शिकायतों को जन्म देती है जबकि कई अवगुणों के बखान के बाद यदि सही गुण की तारीफ भी संग संग की जाये तो व्यक्ति हतोत्साहित नहीं होता व जीवन शक्ति बनी रहती है।

प्रशंसा सरसरी या अस्पष्ट नहीं होकर स्पष्ट व साफ होनी चाहिये। जो बात विशेष पसंद आई हो, उसकी ही तारीफ होनी चाहिए, जैसे पत्नी सुंदर लग रही हो तो मात्र 'सुंदर लग रही हो' कहने की बजाय 'यह रंग तो तुम पर खूब फब रहा है, वाह' कहना ज्यादा सही व प्रभावशाली रहेगा।

सुदृढ़ वैवाहिक जीवन का गुर है- अपने जीवन साथी की भली प्रतीत होने वाली किसी भी बात व व्यवहार की खुली सार्वजनिक प्रशंसा करना। प्रशंसा न तो ठकुरसुहाती है न ही चापलूसी। यह तो पसंद आने वाले काम की हृदय से निकली निश्छल प्रतिक्रिया है।

समय समय पर अपने जीवन साथी की तारीफ करना उसकी चमचागिरी करना कदापि नहीं है वरन यह तो उसके उत्साह को बढ़ाने का काम करना है ताकि वह उत्साहित हो कर पहले से भी ज्यादा सतर्कता से अच्छे व भले लगने वाले काम कर सके।

वैवाहिक जीवन को पेचीदा वे दंपति बना लेते हैं जो हर गलत बात पर तो सार्वजनिक तौर पर तीखी व कटु टिप्पणी अधिकार भावना के कारण देते हैं पर अच्छे काम की तारीफ महज इसलिये नहीं करते कि कहीं सुनने वाले का दिमाग न खराब हो जाये।

वास्तव में दो का विवाह एक रिश्ता भर है जिसमें हर पक्ष दूसरे के सहयोग से अपने अधूरे व्यक्तित्व की पूर्ति व सुख संतोष चाहता है। यह अपेक्षा छोटी भले ही हो पर है महत्त्वपूर्ण। ऐसे में इस संबंध को स्थायित्व देने के लिये सदैव इस अपेक्षा का ख्याल रखना जरूरी है। सही अवसर पर कहा सही वाक्य जीवन में गहरा असर डालता है। प्रशंसा जीवन दायिनी ताकत है जो व्यक्ति को उत्साह से भर उसका जीवन जीने लायक बना देती है।

– मंजु

कच्ची हल्दी का अचार

कच्ची हल्दी का अचार खाने में तो स्वादिष्ट होता ही है, इसमें अनेकों औषधीय गुण भी हैं। स्वाद में एकदम तीखे हल्दी के अचार का बस एक चौथाई चम्मच आपके खाने को एक नया स्वाद देगा।

आवश्यक सामग्री –

कच्ची हल्दी – 250 ग्राम (कद्दूकस की हुई एक कप)
सरसों का तेल – 100 ग्राम (आधा कप)
नमक – 2) छोटा चम्मच
लाल मिर्च – आधा छोटा चम्मच
दाना मैथी – 2) छोटा चम्मच दरदरी पिसी
सरसों पाउडर – 2) छोटा चम्मच
अदरक पाउडर – 1 छोटा चम्मच
हींग – 2-3 पिंच
नींबू – 250 ग्राम ( ) कप का रस)

विधि – हल्दी को छीलिये और धोकर पानी सुखाने के लिये थोड़ी देर के लिये धूप में रख दीजिये या सूती कपड़े से पोंछ कर पानी हटा दीजिये।

अब इस छिली हल्दी को कद्दूकस कर लीजिये या बारीक काट लीजिये. चूंकि हल्दी का अचार एकदम कम मात्रा में खाया जाता है इसलिये छोटे टुकड़ों के अचार के बजाय कद्दूकस की गई हल्दी का अचार अधिक सुविधाजनक होता है।

सरसों का तेल कढ़ाई में डाल कर अच्छी तरह गरम करके, थोड़ा सा ठंडा कर लीजिये। तेल में हींग, मैथी और सारे मसाले और कद्दूकस की गई हल्दी डाल कर अच्छी तरह मिलाइये।

हल्दी के अचार को प्याले में निकालिये और अचार में नींबू का रस डालकर अच्छी तरह मिलाकर हल्दी के अचार को ढककर रख दीजिये। 4-5 घंटे बाद अचार चमचे से फिर से ऊपर नीचे करके मिला दीजिये।

हल्दी का अचार बन चुका है। हल्दी के अचार को एकदम सूखे कांच या चीनी मिट्टी के कन्टेनर में भर कर रख लीजिये। सम्भव हो तो अचार के कन्टेनर को 2 दिन धूप में रख दें। धूप में रखने से अचार की शैल्फ लाइफ बढ़ जाती है और अचार स्वादिष्ट भी हो जाते हैं।

हल्दी का अचार यदि तेल में डुबा हुआ रखा हो तब यह अचार 6 महीने से भी ज्यादा अच्छा रहेगा।

सावधानी :

अचार को निकालते समय हमेशा साफ और सूखा चम्मच प्रयोग में लाइये।

– पूजा सारस्वत

अग्रोहा क्लब द्वारा तीज एवं राखी बाजार का भव्य आयोजन, प्रशांत विहार में उमड़ा जनसैलाब

प्रशांत विहार (अविनाश गर्ग)। अग्रोहा क्लब, प्रशांत विहार द्वारा 11 जुलाई 2025 को सुबह 11 बजे से शाम 8 बजे तक अग्रवाल भवन, प्रशांत विहार, दिल्ली में तीज एवं राखी बाजार का भव्य आयोजन किया गया। क्लब के सदस्यों द्वारा आयोजित यह कार्यक्रम न केवल खरीदारी का एक सुनहरा अवसर साबित हुआ, बल्कि त्योहारों की रौनक से सराबोर एक रंगारंग मेले जैसा अनुभव भी रहा।

क्लब की अध्यक्ष श्रीमती अंजू मित्तल ने बताया कि अग्रोहा क्लब समय–समय पर इस प्रकार के भव्य कार्यक्रमों का आयोजन करता रहता है, जो न केवल महिलाओं को सशक्त बनाने का माध्यम बनते हैं, बल्कि छोटे व्यापारियों व स्टॉल धारकों के लिए भी एक लाभदायक मंच प्रदान करते हैं। क्लब के प्रत्येक आयोजन में विभिन्न स्टॉल्स की भरपूर विविधता देखने को मिलती है – परिधानों, आभूषणों, सजावटी सामानों, राखियों और तीज के सामान के साथ–साथ स्वादिष्ट व्यंजनों की भरमार रहती है, जिससे ग्राहकों को एक ही स्थान पर संपूर्ण खरीदारी का आनंद मिलता है।

इस बार भी बाजार में स्टॉल लगाने वाले विक्रेताओं को बेहतरीन फुटफॉल मिला, जिससे उनकी बिक्री में जबरदस्त बढ़ोतरी देखने को मिली। खास बात यह रही कि बाजार में आए सभी लोग क्लब की साज–सज्जा, प्रबंधन और आयोजन की भूरी–भूरी प्रशंसा करते नजर आए। पूर्व निगम पार्षद श्रीमती चित्रा अग्रवाल ने भी कार्यक्रम में सहभागिता की और आयोजन की गरिमा को और अधिक बढ़ाया। उनके द्वारा एक लकी ड्रा भी निकाला गया, जिसे उपस्थित जनसमूह ने बड़े उत्साह से सराहा।

कार्यक्रम को सफल बनाने में क्लब की सदस्यगण– शिखा मित्तल, पूनम गुप्ता, उमा गुप्ता, शशि मित्तल, गरिमा जैन, अंजू बंसल, सुनीता गुप्ता, रीटा भालोटिया, रूचि गुप्ता, रितू जैन, वीना जैन, अलका गोयल, सीमा बंसल, रचना गोयल, सुनीता गोयल सहित संपूर्ण कार्यकारिणी का विशेष योगदान रहा। सभी ने कार्यक्रम की सफलता पर प्रसन्नता व्यक्त की और भविष्य में ऐसे और भी बड़े आयोजन करने का संकल्प लिया।

अग्रोहा क्लब आज नारी शक्ति, सामाजिक समर्पण और सामूहिक प्रयासों का जीवंत उदाहरण बन चुका है, जिसकी प्रेरणादायक कार्यशैली के चर्चे क्षेत्र भर में हो रहे हैं।

श्री रामायण प्रचार समिति ट्रस्ट
पंजीकृत कार्यालय : 18/14, डब्लू.ई.ए. पूसा रोड, करोल बाग, नई दिल्ली-110005
श्री रामायण प्रचार समिति ट्रस्ट हिन्दु धर्म और संस्कृति उत्थान के उद्देश्य से सांस्कृतिक अनुष्ठानो का आयोजन करती आई है।
भजन संध्या मासिक कार्यक्रम
शनिवार, 19 जुलाई 2025 को राम वाटिका, 53 ब्लॉक, रामजस रोड पर होना निश्चित हुआ है।
सायं 7.00 बजे से सायं 9.30 बजे तक।
जिसमें भजन प्रवाह श्री अभि वासन जी अपनी मधुर वाणी से बाबा श्री श्याम के भजनों से भक्तों को मंत्रमुग्ध करेंगे।
आप सभी परिवारों से अनुरोध है कि इस पुनीत अवसर पर अधिक से अधिक संख्या में सहभागी बनें।
कृपया समय पर पहुँच कर कार्यक्रम की शोभा बढ़ाए।
ततोपरांत आरती
(आरती के उपरान्त भोजन प्रसाद अवश्य ग्रहण करें) धन्यवाद।
9654884715 9818398846 9810053956 9811082926 9810032754

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
SHREE RADHEY RADHEY PROPERTY & MOTORS
Lalit Arora M: 9811097968
Amar Arora M: 8860505057
G-3, Plot No.5, CD-Block, Vardhman Kristal Plaza, Pitampura, Delhi-110034

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
Shital Kapoor
D-293, Parshant Vihar
9312334919
KAPOOR TENT CATERERS & DECORATORS

LAXMI BOOKS & STATIONERY
Office: 144, Pocket-3, Sector-24, Rohini Delhi-110085
M: 8800930525, 9871859898, 981076319, 9868060472
Deals in : Children Books, NCERT Books, Reference Books, Guide, Gift Items, Photo Copy, Print Out & All Stationery Item.
PARKASH BOOK DEPOT
Office: Ashok Vihar Deep Market, Delhi - 110052
Vimla Gupta

आप सभी क्षेत्रवासियों को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
Vijay Jindal
14, Sharda Niketan, Pitampura, Delhi-34
M: 9810138969

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
PRNB
Pandit Ram Niwas Bhagmal Caterers
Spice Sea Restaurant
C-19, 20, 21, CC Block DDA Market, Shalimar Bagh, Delhi-110088
Tel.: 91-11-27493434, 27493535 +91-9811166444
The Sial Kitchen
Restaurant Banquet Chaat House
R-1 CSC-5, DDA Market, Sector-14, Rohini, Delhi-110085
Tel.: +91-11-27863434, 27863535, +91-9319019393, 9319029393
La Maurya Banquet
42, Rajasthani Udyog Nagar, Opp. Metro Pillar-123, Block A, Delhi-110033
9355444750 / 751 / 752
Pt. Ram Niwas 9811079262 9311079262 | Pt. Bhagmal 9350970046 | Pt. Ram Swaroop (Pappu Ji) 9811523122

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
SINCE 1980
JAI BHARAT ASSOCIATES®
Real Estate Agent & Finance Advisor
An ISO 9001:2015 Certified Co.
Also Deals in : Plots, Factory, HSIIDC, Kundli, Rai, IMT Manesar, Kharkoda & Noida
Dinesh Kumar Jain : Cell : +91-9811160255
Shubham Jain, B.E. (Mech.) Cell : +91-8383885801
E: info@jaibharatassociates.com ; www.jaibharatassociates.com

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
Pawan Goyal
Managing Director
प्रसिद्ध समाजसेवी
Res: 134-135, Vaishali, Pitampura, Delhi-34
M: 9810195733
JRG HOLDINGS PVT. LTD.
Regd. Office- DSM 410-411, DLF Towers, Shivaji Marg, New Delhi-15
Ph. : 011-49488500

3D-SPACE interiors
We shape your dreams
Ar./ Er. Shiv Shankar Bansal
M.Plan, B.Arch., B-Tech (Civil), AMIE (India), A.I.I.A, (Registered Valuer)
DELDGIAJNPB6323P
INCOME TAX, CYBER FORENSIC LAB
Assistant Professor in C.C.L.S, Sampla
9891390186, 7701825341
• ARCHITECTS
• CONSTRUCTION
• STRUCTURE CONSULTANTS
• TURNKEY SOLUTIONS
• INTERIOR DESIGNERS
• PROJECT MANAGEMENT CONSULTANCY
• REGISTERED VALUER
• VASTU
• 3D-VISULISER
C-8/49, Sector-8, Rohini, Near Metro Pillar No.380, Delhi-85
011-47071494, 46063516, 9211963244 (O)
3dspaceinteriors17@gmail.com www.3dspaceinteriors.com

Bhutan tuff
#AbTuffKaHaiZamana
आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
Corporate Office:

अंजनी महल
मेहंदीपुर बालाजी राजस्थान में ठहरने का उत्तम स्थान
अंजनी माता मन्दिर के सामने, घाटा मेहन्दीपुर बालाजी, राजस्थान
फोन नं. 01420–247850, 294862, 992956750
Em: info.anjanimahal@gmail.com Web.: anjanimahals.com
सुविधायें: शुद्ध शाकाहारी भोजन, 40 वातानुकूलित कमरे, LED TV, Wi-fi, 24 घंटे बिजली पानी, पार्किंग, भंडारा, कथा, किर्तन, सवामनी की सुविधा
श्री बालाजी सेवा ट्रस्ट द्वारा संचालित
रजि. ऑफिसः ए–53, प्रशांत विहार, नई दिल्ली–110085, फोनः 011–27553681, 9711200965

विश्व की विशाल संस्था रेकी हीलिंग फाउण्डेशन में सीखें
रेकी एंड माइंड पॉवर
हर स्वप्न को साकार करने वाली ब्रह्मांड की दो चमत्कारी शक्तियाँ
विश्वविख्यात अध्यात्मिक दंपत्ति डॉ. एन. के. शर्मा एवं डॉ. सविता शर्मा के साथ
रेकी फर्स्ट लेवल (फ्री) (ऑन लाईन)
6 अप्रैल 2025
◆ रेकी ◆ टेलीपेथी ◆ आभामंडल ◆ अचेतन मन की शक्तियाँ ◆ ब्रह्मांड के अटल नियमों को जानें ◆ मनचाहा आकर्षित करें ◆ मुक्ति पाएँ असाध्य रोग, दुर्भाग्य एवं समस्याओं से ◆ बचे रहें जीवन भर संकटों से ◆ रेकी से पाएं कैरियर और व्यवसाय में आश्चर्यजनक सफलता।
विस्तृत जानकारी के लिए संपर्क करें।
Call : 9818570079, 9811179047
www.reikihealingfoundation.net Email: info@rhfglobal.net

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
DUBEY G 9873133191
DUBEY PRINTER
A Complete House of Printers Solution
DEALS IN : ALL TYPE OF PRINTERS REPAIR & SPARE PARTS
Servicing & Repairing : HP LASER PRINTER, TSC, Scanner All in One, Toner Refilling
B-31, Indra Deep Tower, Wazirpur Comm. Complex, Delhi-110052
E-mail: finepointb9@gmail.com
Off. : 011-45564936 9821513191

आप सभी को शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं
KAMDHENU STEEL
IS Expecting To See
RAJAN DUA 9811083110
Kay2 STEEL TMT BARS
Steel for modern Engineering
R. S. STEELS PVT. LTD.
Distributor of :
KAMDHENU TMT, STRUCTURE PIPES, SHEETS
A-1/31, Sector-15, Rohini, Delhi-110085

पावन वचन
नेत्र दान करें

सम्पादकीय

सावन शिवरात्रि श्रद्धा, साधना और सांस्कृतिक चेतना का पर्व

वी.के. अग्रवाल
संपादक

भारतीय संस्कृति में सावन माह का विशेष महत्व है। यह केवल वर्षा ऋतु का प्रतीक नहीं, बल्कि अध्यात्म, भक्ति और लोक आस्था का उत्सव भी है। इस मास में आने वाली सावन शिवरात्रि, जो इस वर्ष 23 जुलाई 2025, बुधवार को मनाई जाएगी, शिवभक्तों के लिए विशेष आध्यात्मिक ऊर्जा और आस्था का केंद्र बन जाती है। यह पर्व न केवल धार्मिक दृष्टि से महत्वपूर्ण है, बल्कि यह हमारी सांस्कृतिक विरासत और सामाजिक एकता का भी प्रतीक है।

शिवरात्रि का महत्व और सावन का संयोग – हर महीने कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी तिथि को शिवरात्रि मनाई जाती है, लेकिन श्रावण मास की शिवरात्रि का महत्व कहीं अधिक होता है। यह वह दिन होता है जब भक्तजन भगवान शंकर की विशेष पूजा–अर्चना करके उनसे कृपा की कामना करते हैं। मान्यता है कि इसी दिन माता पार्वती ने भगवान शिव को पति रूप में प्राप्त करने के लिए कठिन तप किया था, और शिव ने प्रसन्न होकर उन्हें स्वीकार किया। अतः यह दिन विशेष रूप से विवाह की इच्छुक कन्याओं, वैवाहिक जीवन की सुख–समृद्धि, और आध्यात्मिक उन्नति के लिए अत्यंत प्रभावशाली माना जाता है।

श्रद्धा और भक्ति की अनूठी मिसाल – सावन शिवरात्रि के दिन देशभर के शिवालयों में विशेष आयोजन होते हैं। रात्रि भर जागरण, रुद्राभिषेक, शिव चालीसा और भजन–कीर्तन का आयोजन होता है। लाखों श्रद्धालु उपवास रखते हैं और भगवान भोलेनाथ का जल, दूध, बेलपत्र, धतूरा, भस्म आदि से अभिषेक करते हैं। कुछ जगहों पर कांवड़ यात्रा का भी आयोजन होता है, जिसमें श्रद्धालु गंगाजल लाकर शिवलिंग का अभिषेक करते हैं।

इस दिन शिवलिंग पर चढ़ाया गया प्रत्येक घटक गहरी प्रतीकात्मकता लिए होता है दूध शुद्धता का, बेलपत्र समर्पण का, धतूरा बुराइयों को समाप्त करने का, और भस्म जीवन के क्षणभंगुर स्वरूप का प्रतीक होता है। यह पूजा केवल कर्मकांड नहीं, बल्कि आत्ममंथन और आत्म–शुद्धि का माध्यम बनती है।

आधुनिक युग में सावन शिवरात्रि की प्रासंगिकता – आज जब आधुनिक जीवनशैली ने हमें भागदौड़, तनाव और स्वार्थ के घेरे में जकड़ लिया है, तब ऐसे पर्व हमें आत्मचिंतन, संयम और अध्यात्म की ओर लौटने की प्रेरणा देते हैं। सावन शिवरात्रि केवल एक धार्मिक पर्व नहीं, बल्कि यह हमें प्रकृति से जुड़ने, परिवार के साथ समय बिताने, और समाज में एकता और भाईचारे को बढ़ाने का अवसर प्रदान करता है।

शिव का स्वरूप ही समग्रता का प्रतीक है वह विनाशक हैं, परंतु सृजन का भी आधार हैं। वे योगी भी हैं और गृहस्थ भी। उनके चरित्र से हम जीवन के हर पहलू को संतुलित करने की प्रेरणा ले सकते हैं। इस शिवरात्रि पर हमें भी शिव के समान क्षमा, करुणा, धैर्य और विवेक को अपनाने का संकल्प लेना चाहिए।

नारी शक्ति के जागरण का पर्व – यह पर्व विशेष रूप से नारी शक्ति को भी प्रेरणा देता है। माता पार्वती के दृढ़ निश्चय, तप और भक्ति ने उन्हें शिव जैसे विराट स्वरूप को पति रूप में प्राप्त करने में सक्षम बनाया। यह संदेश देता है कि संकल्प और श्रद्धा से कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं होता। आज की नारी को पार्वती की तरह आत्मविश्वासी, धैर्यवान और आस्थावान बनने की आवश्यकता है, ताकि वह जीवन के हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सके।

उपसंहार – सावन शिवरात्रि केवल पूजा–पाठ का पर्व नहीं है, यह हमारी सांस्कृतिक जड़ों से जुड़ने का अवसर है। यह पर्व हमें सिखाता है कि जीवन में भक्ति, त्याग और अनुशासन से हम किसी भी लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं। इस शुभ अवसर पर समाज को भी एकत्र होकर पर्यावरण संरक्षण, जल संरक्षण, सामाजिक सद्भाव और नैतिक मूल्यों की रक्षा का संकल्प लेना चाहिए।

भगवान शिव सभी को शुभबुद्धि, शांति और समृद्धि प्रदान करेंकृइसी मंगलकामना के साथ,
हर हर महादेव!

paavansansar@gmail.com

सभी अखबारों में विज्ञापन छपवाने के लिए सम्पर्क करें
Matrimonial | Property / To-let | Education
Situation Vacant | Change of Name | Lost
Business | Public Notice | बेदखल सूचना
The Hindustan Times | नवभारत टाइम्स, हिन्दुस्तान
The Times of India | दैनिक जागरण, पंजाब केसरी
Indian Express | दैनिक भास्कर, संदेश, DLA
The Hindu | आज समाज, विराट वैभव
Statesman | राज एक्सप्रेस, जनसत्ता
Woman's Era | अमर उजाला, राष्ट्रीय सहारा
Tribune | गृहशोभा, गृहलक्ष्मी
Femina | सरिता, राजस्थान पत्रिका
PAAVAN ADVERTISER
D-4, Office No.3 & 4, Safeway House 1st Floor, Central Market, Prashant Vihar, Rohini (Opp. PVR) Delhi-85
E-mail:- paavanad@yahoo.com

V.K. Aggarwal
9311288839,9811288839

भारत में पोल्ट्री फीड : वास्तव में क्या है इस उद्योग का ईंधन

भारत का पोल्ट्री उद्योग आज अत्यंत तेजी से आगे बढ़ रहा है। हर वर्ष करोड़ों अंडे और लाखों टन चिकन मांस का उत्पादन हो रहा है। इस प्रगति के पीछे जो अदृश्य लेकिन निर्णायक शक्ति कार्य कर रही है, वह है – पोल्ट्री फीड, अर्थात वह आहार जिसे मुर्गियों को इस उद्देश्य से खिलाया जाता है कि वे जल्दी मोटी हों, अधिक अंडे दें और कम उम्र में ही मांस उत्पादन के लिए तैयार हो जाएँ।

यह फीड पोषण से अधिक एक योजनाबद्ध रासायनिक मिश्रण है, जिसे इस प्रकार तैयार किया जाता है कि मुर्गियों से अधिकतम उत्पादन लिया जा सके – भले ही इसका उनके स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव ही क्यों न पड़े।

भारत में बनने वाली अधिकतर पोल्ट्री फीड का मुख्य घटक मक्का (कॉर्न) होता है, जिसकी मात्रा 55 से 65 प्रतिशत तक रहती है। यह कार्बोहाइड्रेट का प्रमुख स्रोत होता है और मुर्गियों को तेजी से मोटा करने के लिए दिया जाता है। इसके बाद आता है सोया बीन खली, जो लगभग 20 से 30 प्रतिशत तक डाली जाती है। यह प्रोटीन का मुख्य स्रोत है, लेकिन इसका उद्देश्य भी मुर्गी के स्वास्थ्य से अधिक मांस उत्पादन को बढ़ाना होता है।

लागत कम करने के लिए इसमें चावल की भूसी, तेल निकाली गई भूसी, सूरजमुखी खली, मूंगफली खली जैसे घटकों को मिलाया जाता है। ये भले ही पौधों से प्राप्त हों, लेकिन इनकी गुणवत्ता असंतुलित होती है और कई बार ये पाचन संबंधी समस्याएँ उत्पन्न कर सकती हैं। सस्ते विकल्पों के रूप में सरसों खली और कपास खली का भी उपयोग किया जाता है, जो पशुओं के लिए सुरक्षित नहीं माने जाते।

सबसे गंभीर पक्ष यह है कि इन फीड में फिश मील और मीट–ऑन मील जैसे पशु–उत्पत्ति वाले अवयवों का भी उपयोग किया जाता है, जो मरे हुए जानवरों के अवशेषों से बनाए जाते हैं। इन्हें पाउडर बनाकर फिर से जीवित पक्षियों को खिलाया जाता है – यह न केवल अमानवीय है, बल्कि नैतिकता और प्रकृति के नियमों के भी विरुद्ध है।

इन फीड में कृत्रिम पोषक तत्वों के साथ–साथ भारी मात्रा में रसायन भी मिलाए जाते हैं – जैसे विटामिन–खनिज मिश्रण, डाई कैल्शियम फॉस्फेट, एंटीबायोटिक, हार्मोन, पाचक ए ंजाइम, अ ौर कॉक्सीडियोस्टेट्स। इनका उद्देश्य पशु को स्वस्थ बनाए रखना नहीं, बल्कि केवल बीमारी को नियंत्रित रखना होता है।

इन रासायनिक फीड के प्रभाव से मुर्गियाँ इतनी तेजी से बढ़ती हैं कि वे ठीक से चल भी नहीं पातीं। अंडा देने वाली मुर्गियाँ कुछ ही महीनों में थककर गिर जाती हैं और अंततः कसाई के चक्रव्यूह में समा जाती हैं।

यह पूरा तंत्र गति और लालच पर आधारित है। पोल्ट्री फीड अब केवल एक आहार नहीं, बल्कि एक उत्पादन उपकरण बन चुका है– जिसमें संवेदना और जीवन का मूल्य गौण होता जा रहा है। जब भोजन उत्पादन के नाम पर जीवन को एक वस्तु बना दिया जाए, तो हमें सोचने की आवश्यकता है कि हम किस दिशा में जा रहे हैं।

– कु. अक्षिता जैन, शालीमार बाग, दिल्ली, मो.: 9625503373

कार पार्किंग शुल्क दिया लेकिन पार्किंग नहीं बनी

पूर्वी दिल्ली। गांधी नगर की रामनगर रेडीमेड गारमेंट्स मर्चेंट एसोसिएशन आज 55 साल बाद भी मूलभूत सुविधाओं के लिए लड़ाई लड़ रहा है। मार्केट में जलभराव, पार्किंग, सफाई, सीवर और शौचालय की व्यवस्था नहीं है। ऐसे में व्यापारियों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। इसके अलावा व्यापारियों का कहना है कि वह सरकार को कर का भुगतान करते हैं, लेकिन फिर भी टैक्स से जुड़ी कंपनियां उन्हें बेवजह परेशान करती हैं। यह कंपनियां उन्हें सिर्फ सुविधाओं के लिए आश्वासन ही देती हैं। उन्होंने बताया कि कन्वर्जन शुल्क के साथ कार पार्किंग शुल्क भी जमा कराया गया था लेकिन पार्किंग अब तक नहीं बनी। व्यापारियों ने इन समस्याओं को बृहस्पतिवार को आयोजित संवाद कार्यक्रम में रखीं।

जोगिंद्र पाल, मनोज कुमार व अन्य व्यापारियों ने बताया कि मार्केट की नालियों में गाद भरी है, जिस कारण जलनिकासी नहीं होती है। कई घंटों तक पानी सड़कों पर भरा रहता है और कई बार दुकानों के अंदर भी चला जाता है। अगर किसी दिन नाली की सफाई हो जाए तो कर्मचारी नालियों की गाद दुकानों के सामने डाल देते हैं। इससे दुकानों पर आने–जाने का रास्ता बंद हो जाता है। इसके अलावा सीवर की लाइन छोटी होने की वजह से और सफाई न होने से सीवर ओवरफ्लो हो जाते हैं, जिस कारण सीवर का पानी सड़कों पर बहता रहता है।मार्केट में पुरुषों और महिलाओं के लिए एक भी शौचालय नहीं है। इससे व्यापारियों और ग्राहकों को परेशानी होती है।

व्यापारियों से बातचीत – व्यापारियों ने सरकार को कन्वर्जन शुल्क देते समय कार पार्किंग का शुल्क भी जमा किया था, लेकिन हमारे वाहनों को पार्क करने के लिए पार्किंग नहीं बनाई गई है। – श्याम सोनी, महामंत्री

दुकानदार जब लोन लेने जाते हैं, तो बैंक उनकी दुकानों को अवैध बताकर लोन देने से मना कर देते हैं, जिससे उनके व्यापार में गिरावट आ रही है। – श्रीकृष्ण गोयल, अध्यक्ष

मार्केट में बिजली की तारों का जाल बना हुआ है। ऐसे में कई बार हादसे हो चुके हैं लेकिन इन तारों को हटाने का इंतजाम नहीं किए गए हैं। – आशीष गुप्ता, सदस्य

मार्केट की गलियों की सड़कों में बड़े–बड़े गड्ढे हो गए हैं। ऐसे में लोगों को आने–जाने में भारी परेशानी होती है। यहां कई बार हादसे भी हो चुके हैं। – जगदीश सुनेजा, सदस्य

दिल्ली के लाखों बस यात्रियों को होना पड़ सकता है परेशान, सरकार ने एक साथ सड़क से हटाईं 533 बसें

नई दिल्ली (सं.)। दिल्ली के लाखों बस पैसेंजर्स को एक बार फिर बसों की कमी के चलते परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है। कारण यह है कि क्लस्टर स्कीम के तहत तीन डिपो से चलने वाली 533 बसें बुधवार से एक साथ सड़कों से हट गई हैं। ये सभी ऑरेंज कलर की स्टैंडर्ड फ्लोर बसें थीं और सीएनजी से चलती थीं। 10 साल से ज्यादा पुरानी होने की वजह से इन्हें हटाया गया है। इनकी जगह नई इलेक्ट्रिक बसें आनी हैं, लेकिन फिलहाल एक साथ इतनी बड़ी तादाद में बसों के ऑफ रोड होने से यात्रियों को परेशानी झेलनी पड़ सकती है।

परिवहन विभाग से जुड़े सूत्रों के मुताबिक, डिम्ट्स की ओर से संचालित इन बसों को अप्रैल में ही सड़कों से हटाने का आदेश जारी कर दिया गया था, जिसके बाद इन्हें ऑपरेट करने वाली कुछ कंपनियों ने आर्बिट्रेशन कोर्ट का रुख किया था। कोर्ट ने दिल्ली सरकार को आदेश जारी किया था कि वह इन बसों के संचालन के संबंध में जल्द से जल्द कोई फैसला ले। चूंकि, उस समय तक श्देवीश बस स्कीम भी लॉन्च नहीं हुई थी और गर्मी का मौसम था, ऐसे में बस यात्रियों को ज्यादा परेशानी से बचाने के लिए मई में सरकार ने इन बसों का परिचालन जारी रखने की अनुमति देते हुए 15 जुलाई तक का एक्सटेंशन दे दिया था। वह समय सीमा मंगलवार को खत्म होते ही बुधवार से बसें खड़ी हो गईं।

दिल्ली सरकार कर रही अलग दावा – सूत्रों से मिली जानकारी के मुताबिक, कैर डिपो से 295, सीमापुरी डिपो से 129 और राजघाट – 3 डिपो से 109 क्लस्टर बसें दिल्ली के 56 अलग–अलग रूटों पर चलाई जा रही थीं। इनमें कई रूट दिल्ली के दूरदराज के ग्रामीण इलाकों को जोड़ते थे, जहां के लोगों को अब बसों की कमी झेलनी पड़ सकती है। हालांकि, दिल्ली सरकार का दावा है कि डीटीसी और क्लस्टर स्कीम के बेड़े के लिए अब लगातार नई इलेक्ट्रिक बसें आ रही हैं। साथ ही अब 600 से ज्यादा देवी बसें भी चल रही हैं। तो ऐसे में यात्रियों को ज्यादा दिक्कत नहीं होगी।

कुछ रूटों को किया जा सकता है मॉडिफाई – वहीं, परिवहन विभाग के अधिकारियों ने बताया कि यात्रियों को परेशानी से बचाने के लिए वर्तमान में संचालित कुछ बस रूटों को एक्सटेंड या मॉडिफाई किया जा सकता है, ताकि जिन रूटों पर क्लस्टर स्कीम की बसें बंद हुई हैं, वहां सुबह और शाम के पीक आवर्स के दौरान पैसेंजर्स को बसों की कमी का सामना न करना पड़े।

श्रावण मास पर शोधात्मक आलेख श्रद्धासुमन भगवान् शिव को अर्पित हैं

श्रावण मासः शिव को समर्पित मास एक त्रिआयामी, त्रिगुणात्मक, त्रिभाषीय विश्लेषण

प्रस्तावना – नमः शिवाय शान्ताय, पंचवक्त्राय शंभवे।

मैं सतीश भारद्वाज, वैदिक साहित्य, योग और पंचभौतिक विज्ञान का साधक, इस आलेख में श्रावण मास के आध्यात्मिक, जैविक, योगिक और सामाजिक महत्व का विश्लेषण प्रस्तुत कर रहा हूँ।

श्रावण मास एक ऐसा अवसर है जिसमें ध्वनि (श्रवण), जल (अभिषेक), ध्यान (धारणा), और तप (उपवास) जैसे साधनों से व्यक्ति शिव के समीप पहुँचता है।

शिव स्तोत्र 1 –1. श्रावण मास का वैदिक एवं पौराणिक परिचय

त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम्।
उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्॥

हिन्दी– हम उस त्रिनेत्रधारी शिव की उपासना करते हैं जो सुगंधित है, पोषणकर्ता है;
जैसे ककड़ी बेल से अलग होती है, वैसे ही वह हमें मृत्यु के बंधन से मुक्त करें।

English: We worship the three&eyed Lord Shiva] fragrant] nourisher of life-
May He liberate us from the bondage of death] like a cucumber from its stem, into immortality-

यह महामृत्युञ्जय मंत्र श्रावण मास में जाप हेतु सबसे उपयुक्त है।

2.त्रिगुणात्मक विश्लेषण (सत्त्व, रज, तम)
गुणप्रभावशिव से संबंध सत्त्वध्यान, व्रत, जप में वृद्धिध्यानमग्न शिव, शांतरजपूजा, अभिषेक, कर्म में रुचिता ंडव शिव, क्रियाशीलतातमनिद्रा, आलस्यशिव तम का संहार करते हैं

शिव स्तोत्र 2–
शिवो भूतेश्वरः साक्षात् स्वात्मारामो विरागवित्।
पश्यन्ति योगिनः नित्यं यस्य भावं समाधिना॥

शिव सभी प्राणियों के स्वामी हैं, जो स्वयं में स्थित होकर विरक्त रहते हैं।
योगीजन उन्हें सदा समाधि में देख पाते हैं।

English: Shiva] Lord of beings] ever immersed in His own blissful Self—
is beheld eternally by Yogis in deep meditation-

3.पंचभौतिक एवं जैविक विश्लेषण

तत्वश्रावण प्रभावशिव से संबंधआकाशश्रवण शक्तिशिवः नादब्रह्मवायुश्वास प्रबलशिवरू प्राणरूपअग्निमंद जठराग्निशिवरू नियंत्रणकर्ताजलअत्यधिक वर्षाशिवरू गंगाधरपृथ्वीवनस्पति चरम परशिवरू भूमिपालक

शिव स्तोत्र 3 (शिव पंचाक्षर स्तोत्र)

स ंस्कृत –
नागेन्द्रहाराय त्रिलोचनाय, भस्माङ्गरागाय महेश्वराय।
नित्याय शुद्धाय दिगम्बराय, तस्मै नकाराय नमः शिवाय॥

हिन्दी – जो नागों की माला धारण करते हैं, त्रिनेत्रधारी हैं, भस्म से विभूषित हैं,
सदा शुद्ध और वस्त्रहीन (आकाशवासी) हैं कृ उन शिव को नमस्कार है।

English: Salutations to the letter "Na" of Namah Shivaya—
the bearer of serpent&garland] the three&eyed one] adorned in ash] eternally pure and sky&clad- यह स्तोत्र पंचभौतिक शरीर की शुद्धि हेतु आदर्श है।

4.योगिक विश्लेषण

चक्र– विशुद्धि – जप, मंत्र, वाणी
आज्ञा – ध्यान केंद्र
सहस्रार – सोम तत्व जागरण

शिव स्तोत्र 4 (दक्षिणामूर्ति स्तोत्र)

संस्कृत–मौनव्याख्या प्रकटित परब्रह्मतत्त्वं युवानं,
वर्षिष्ठान्ते वसदृषिगणैः आवृतं ब्रह्मनिष्ठैः।

हिन्दी– जो मौन से ब्रह्मतत्व का उपदेश करते हैं, ब्रह्मनिष्ठ ऋषियों से घिरे रहते हैं – वे शिव दक्षिणामूर्ति रूप में योग का प्रत्यक्ष स्वरूप हैं।

English:&
The youthful sage who reveals the Supreme Truth through silence]
surrounded by seers devoted to Brahman — is Dakshinamurti, the yogic form of Shiva-

सतीश भारद्वाज
योग साधक
भारतीय योग संस्थान, प्रशांत विहार

5.वेद और उपनिषदों में शिव
नमः शिवाय च शंकराय च (यजुर्वेद)
शिवसंकल्पमस्तु (ऋग्वेद)

शिव स्तोत्र 5 (रुद्राष्टकम्)
नमामीशमीशान निर्वाणरूपं, विभुं व्यापकं ब्रह्मवेदस्वरूपम्।

हिन्दी – मैं उस ईश्वर को नमस्कार करता हूँ जो मोक्षस्वरूप, व्यापक, सर्वज्ञ और वेदों के ब्रह्मस्वरूप हैं।

English:
I bow to that Lord of Lords] the embodiment of liberation] all&pervading] the essence of the Vedas and Brahman itself-

यह स्तोत्र वेदांत–शिव एकता का प्रतीक है।

6.वैश्विक तुलनात्मक विश्लेषण
परंपरासमांतर तत्त्वबौद्धकरुणा–अवलोकितेश्वरयूनानीक्पवदलेने दृ तांडव व नृत्यईसाईपसमदबम वि ध्ंजीमत – आत्मा में शिवताओल्पद–ल्दह – शिव–पार्वती समत्व

7.शिव उपासना की वैज्ञानिकता– साधनावैज्ञानिक लाभजलाभिषेकन्यूरोलॉजिकल शीतलतारुद्रजपध्वनि कंपन से मन नियंत्रणव्रतमेटाबोलिक रीसेटजटा–धारण, भस्मइन्सुलेशन और ऊर्जा संरक्षणबेलपत्र अर्पणजल जीवाणु शमन

शिव स्तोत्र 6 (शिव तांडव स्तोत्र)

स ंस्कृत –
जटाटवीगलज्जलप्रवाहपावितस्थले
गलेऽवलम्ब्य लम्बितां भुजङ्गतुङ्गमालिकाम्॥

हिन्दी–जिनकी जटाओं से बहती गंगा का जल स्थल को पवित्र करता है, और गले में ऊँचे फन वाले सर्प की माला धारण है कृ उन शिव को प्रणाम है।

English: He whose matted locks release the sacred Ganga purifying the ground]
whose neck bears the lofty garland of coiled serpents — salutations to Him-

इस स्तोत्र के उच्चारण से मस्तिष्कीय तरंगों में गहरी लयबद्धता उत्पन्न होती है।

8.निष्कर्ष, अनुभव व शोध संभावनाएँ

श्रावण मास में शिव साधना से न केवल धार्मिक लाभ बल्कि तंत्रिका प्रणाली, पाचन शक्ति, मानसिक संतुलन और ध्यान–संवेदनाओं में अत्यधिक सुधार होता है।

यह एक चेतना–संरचना का विज्ञान है जो केवल आस्था नहीं, अपितु विज्ञान, योग और आत्मा का संगम है।

9. त्रिभाषीय सारांश
संस्कृत– श्रावणमासे शिवपूजनं शरीर–मन–आत्मशुद्धये अत्युत्तमः कालः अस्ति।

हिन्दी–
श्रावण मास शिवत्व प्राप्ति, शरीर शुद्धि और मन के संतुलन का योगिक एवं वैज्ञानिक अवसर है।

English: "Shravan is the sacred intersection of devotion] biology] and yogic stillness — a natural window to awaken the Shiva within-"

लेखक परिचय–श्री सतीश भारद्वाज, भारतीय योग, वेद, पंचमहाभूत तत्वज्ञान, तथा वैश्विक चिकित्सा पद्धतियों पर तुलनात्मक अनुसंधानकर्ता।

लेखक का ध्येय है–
अज्ञात से ज्ञात की ओर, और लेखन के माध्यम से जनमानस को स्वास्थ्य, आध्यात्म और चेतना की दिशा में जागरूक करना।

सह लेखक– श्रीमती मंजरी भारद्वाज धर्मपत्नी श्री नवनीत भारद्वाज

आदर्श नगर, मॉडल टाऊन पीतमपुरा, रोहिणी, शालीमार बाग
पावन संसार अखबार को इन क्षेत्रों के लिए रिपोर्टर, मार्केटिंग एक्जीक्यूटिव, अखबार वितरक (हॉकर्स), फील्ड एक्जीक्यूटिव चाहिए
सम्पर्क करें अविनाश गर्ग
9311288839

ऊंचाई पर वे ही पहुंचते हैं जो बदला नहीं बदलाव लाने की सोच रखते हैं !
गणपत गोयल
सुप्रसिद्ध समाजसेवी
पंजाबी बाग

जागरूक पाठकों के लिए
आप अपने आप–पास होने वाली घटनाओं की जानकारी, स्थानीय समस्याओं पर प्रशासन का ध्यान आकर्षित कराना चाहते हैं, इसके लिए साप्ताहिक समाचार पत्र "पावन संसार" आपका स्वागत करता है। हमें लिख भेजें अपने विचार उन्हें आम और खास आदमी तक पहुंचाने का प्रयास करेंगे।
सम्पादक – वीरेन्द्र कुमार
फोन : 9311288839, 9811288839
ई–मेल : paavansansar@gmail.com
पता – पावन संसार : डी–4, फर्स्ट फ्लोर, ऑफिस नं. 4, सैन्ट्रल मार्किट, प्रशान्त विहार (रोहिणी), नजदिक पीवीआर सिनेमा, दिल्ली–110085

मोटापाः एक वैश्विक समस्या

खुशी जैन
9999352880
सेक्टर–4, रोहिणी

मोटापे का मतलब है शरीर में अत्यधिक चर्बी का जमा होना, जिससे व्यक्ति अत्यधिक वजनदार हो जाता है। यह कई स्वास्थ्य समस्याओं जैसे मधुमेह, ह्रदय रोग, उच्च रक्तचाप साँस फूलना और जोड़ों के दर्द का कारणबन सकता है। यह सिर्फ एक सौंदर्य संबंधी समस्या नहीं है, बल्कि एक जटिल चिकित्सीय स्थिति है जो गंभीर बीमारियों का जोखिम बढ़ाती है। इसे आमतौर पर बॉडी मास इंडेक्स (BMI) 30 या उससे अधिक के रूप में परिभाषित किया जाता है।

कारण – मोटापा अक्सर अधिक खाने और कम शारीरिक गतिविधियों के कारण होता है। हालांकि, कुछ मामलों में यह आनुवंशिक कारणों, मानसिक बीमारियों या अन्य स्वास्थ्य समस्याओं की वजह से भी हो सकता है। स्वादिष्ट खाद्य पदार्थों की आसान उपलब्धता, कार का ज़्यादा इस्तेमाल और कम शारीरिक मेहनत भी इसके कारण हैं। नींद की कमी, अनावश्यक दवाइयाँ, प्रदूषण, धूम्रपान , अधिक उम्र में मातृत्व, और सामाजिक दबाव भी इसके अन्य कारण हैं। विशेषज्ञ अब मानते हैं कि यह केवल ज़्यादा खाने से नहीं, बल्कि शरीर के ऊर्जा संतुलन को नियंत्रित करने की प्रणाली में समस्या के कारण भी हो सकता है।

मोटापे के प्रकार

–1. सामान्य मोटापा – शरीर के सभी हिस्सों में चर्बी का अधिक जमाव। BMI 30 या उससे अधिक हो, तो व्यक्ति मोटापे का शिकार माना जाता है।

2. पेट के आसपास का मोटापा – पेट और कमर के चारों ओर चर्बी का अधिक जमाव। यह दिल की बीमारियों और मधुमेह जैसी गंभीर समस्याओं से जुड़ा है।

3. बचपन का मोटापा – इसके पीछे जंक फूड, कम शारीरिकश्रम, टीवी, मोबाइल अधिक देखना और आनुवंशिक कारण हो सकते हैं।

4. वयस्कों का मोटापा – खराब खानपान,धूम्रपान, शराब का सेवन, तनाव, उम्र बढ़ना और व्यायाम की कमी से होता है।

5. आनुवंशिक मोटापा – कुछ लोगों के जीन मोटापे के लिए जिम्मेदार होते हैं।

6. अत्यधिक मोटापा (मॉर्बिड ओबेसिटी) – BMI 40 या उससे अधिक होने पर यह स्थिति होती है। इसमें सामान्य काम करना भी कठिन हो जाता है और विशेष इलाज या सर्जरी की ज़रूरत पड़ सकती है।

मोटापा बनाम अधिक वज़न – अधिक वज़न (Overweight)– BMI 25–29-9

– मोटापा (Obesity): BMI 30 या उससे अधिक

अधिक वज़न वाले लोगों में कुछ जोखिम हो सकते हैं, लेकिन मोटे लोगों में गंभीर बीमारियों का खतरा ज़्यादा होता है।

वैश्विक आँकड़े (2022–2025):

–– 2022 में 2.5 अरब वयस्क अधिक वज़न वाले थे, जिनमें 89 करोड़ मोटे थे।

– 2025 तक पुरुषों में 18% और महिलाओं में 21% मोटापे की दर पहुंचने की संभावना है।

भारत के आँकड़ेः

– 2019–21 में 15–49 आयु वर्ग की 24% महिलाएं और 23% पुरुष अधिक वज़न या मोटापे से ग्रस्त थे।

– 5 वर्ष से कम उम्र के बच्चों में मोटापा 2.1% से बढ़कर 3.4% हो गया है।

– 1/5 घरों में सभी वयस्क अधिक वज़न वाले या मोटे हैं।

– 71% भारतीय वयस्क जैविक रूप से अस्वस्थ हैं, भले ही वे पतले दिखते हों।

क्यों महत्वपूर्ण है–

– मोटापे से हर साल समय से पहले 16 लाख मौतें होती हैं –उच्च रक्तचाप ह्रदय रोग, मधुमेह, कैंसर और स्ट्रोक के कारण।

– यह स्वास्थ्य प्रणालियों पर बोझ डालता है और करोड़ों लोगों की ज़िंदगियों को नुकसान पहुँचाता है।

– मोटे लोग अक्सर चिंता, तनाव और उदासी महसूस करते हैं। उन्हें समाज में तिरस्कार और उपहास का सामना करना पड़ता है, जिससे आत्म–सम्मान घटता है।

– यह अकेलेपन, अवसाद और चिंता का कारण बन सकता है।

मोटापा नियंत्रन– कुछ उपाय – संतुलित और पौष्टिक भोजन लें – जंक फूड, मिठाइयाँ और तली–भुनी चीज़ें टालें।

– फल, सब्जियाँ, साबुत अनाज और घर का बना खाना खाएं।

– रोज़ाना कम से कम 30 मिनट की शारीरिक गतिविधि करें – जैसे चलना, दौड़ना, साइकिल चलाना, नाचना या खेलना।

– भरपूर पानी पिएं। मीठे पेय जैसे सोडा से बचें।

– पर्याप्त नींद लें, स्क्रीन समय कम करें।

– सकारात्मक सोच रखें और धीरे–धीरे बदलाव करें।

– जरूरत हो तो डॉक्टर या डाइटीशियन से सलाह लें।

कुल मिलाकर मोटापा एक बढ़ती हुई वैश्विक समस्या है, लेकिन इसे जीवनशैली में बदलाव करके रोका और नियंत्रित किया जा सकता है। स्वस्थ भोजन, नियमित व्यायाम और सकारात्मक सोच से हम लंबा, स्वस्थ और खुशहाल जीवन जी सकते हैं।

वृद्धावस्था में भी कुछ सीखिए - कुछ कीजिए

आर.पी. चौहान
सह–संपादक

मेरे एक सत्तर वर्षीय मित्र हैं जिनके साथ मिल बैठकर दुःख सुख की चर्चा होती रहती है। अभी मैं उनके निवास पर गया तो वे नहीं मिले। मैंने फोन लगाकर पूछा- आजकल कहां रहते हो। मिल क्यों नहीं रहे। उन्होंने जो बताया उसे सुनकर मुझे अच्छा लगा। उन्होंने कहा, 'आजकल मैं कंप्यूटर सीख रहा हूं। इस समय मैं कोचिंग क्लास जाता हूं। इसलिए मिल नहीं पाता।

उनसे भेंट होने पर उन्होंने बताया कि आजकल कंप्यूटर ज्ञान विज्ञान का केंद्र बन गया है। बिना कंप्यूटर सीखे ऐसा लगता है जैसे हम अशिक्षित हों। कंप्यूटर सीखना समय की आवश्यकता है। फालतू समय बर्बाद करने से अच्छा है कुछ सीखा जाए।

मैं उनकी इस राय से सहमत हूं। वृद्धावस्था में व्यर्थ की गपशप में समय बर्बाद करना तनाव का कारण होता है। इस समय का उपयोग अच्छे कामों को सीखने में लगाना न केवल हमारे लिए, देश के हित में भी है। सीखने के लिए कोई विशेष उम्र नहीं होती। हर उम्र में कुछ सीखा जा सकता है।

वृद्धावस्था को जीवन का अंतिम पड़ाव माना जाता है। इसलिए वृद्धावस्था की मानसिकता कुछ नया सीखने की नहीं होती। इस अवस्था में कुछ सीखने का निर्णय लेना अत्यंत कठिन कार्य है। अधिकांश व्यक्ति सिखाए जाने के लिए तैयार नहीं होते। उनका तर्क होता है कि अब सीखने से क्या फायदा। जब पैर कब्र में लटके हैं और शमशान जाने की तैयारी है तब कुछ नये शिक्षण प्राप्त करने का क्या अर्थ है। उससे क्या फायदा?

एक बात और है। हर नई शिक्षा एक नया विचार देती है। यह नया विचार जीवन में बदलाव लाता है। इस उम्र में सामान्यतः कोई बदलाव नहीं चाहता। यह बदलाव वृद्ध को तो अजीब लगता ही है, हमारे परिजनों और परिचितों को भी अजीब लगता है। इसे वे स्वीकार करने को तत्पर नहीं होते। इसलिए इस वातावरण में यदि कोई वृद्ध कुछ नया करने को तत्पर हो भी तो संकोच करता है।

भारतीय दर्शन एवं शास्त्रों में वृद्धावस्था का बड़ा सम्मान है पर हमें स्मरण रखना चाहिए कि यह सम्मान उम्र का नहीं है। यह सम्मान उनके ज्ञान और अनुभव का होता है। छोटे बड़े का निर्णय त्याग, तपस्या और विद्या से होता है। अवस्था के कारण सम्मान तो अन्तिम कारण है।

हमारे ऋषियों मुनियों का सम्मान उनकी उम्र के कारण नहीं, उनके तपस्या और ज्ञान के कारण ही रहा है। वे अपने जीवन के अन्तिम समय तक ज्ञान प्राप्त करते रहे इसलिए प्राचीन ग्रंथ आचारांग में कहा गया है 'हे आत्मविद साधक, जो बीत गया सो बीत गया। शेष रहे जीवन को ही लक्ष्य में रखते हुए प्राप्त अवसर को परख, समय का मूल्य परख'। यह एक स्पष्ट संदेश है जो कहता है बीती ताही बिसार दे, आगे की सुध ले।' हमारे जीवन में वृद्धावस्था तक हम जो न कर सकें, उसे यदि वृद्धावस्था में कर गुजरें तो यह समय का सदुपयोग है।

आज का युग विज्ञान व तकनीक का युग है। इसमें बदलाव बहुत तेजी से आते हैं। पिछले एक सौ पचास वर्षों में जो बदलाव आए हैं उसने दुनिया की जीवन शैली बदल ली। पिछले एक सौ पचास वर्ष में जितने बदलाव आए, उससे अधिक अब प्रतिवर्ष आ रहे हैं।

दुनियां में बदलाव की हवा चली है। इस वातावरण में यदि वृद्ध व्यक्ति खाली बैठा रहा और निकम्मी बातों में समय खर्च करता रहा तो सोचिए उसका सम्मान किस आधार पर होगा। इसलिए आज के इस परिवर्तनकारी युग में सबके साथ वृद्ध को भी बदलना होगा और बदलते समय में अपने अनुभव के आधार पर मार्गदर्शन की मशाल को जलाए रखना होगा।

सीखना किसी भी कार्य में बहुत महत्व रखता है। वृद्धावस्था में शरीर भले ही कठिन श्रम न कर सके पर सीख वह जल्दी जाता है क्योंकि उसके साथ अनुभव होता है।

याद कीजिए महात्मा गांधी और बिनोवा भावे को जो अपनी वृद्धावस्था में भी उर्दू और संस्कृत सीखते रहे। इतना ही नहीं, महात्मा गांधी तो जेल यात्र में अपने सहयोगियों को नई भाषा, चरखा चलाना, गीता पढ़ाने का कार्य करते रहे। ये दोनों संत महात्मा अपने जीवन के अंतिम क्षण तक क्रियाशील रहे। वे सीखते भी रहे, सिखाते भी रहे। यही है जीवन का आनंद अंग्रेज निबंधकार बेकन इसको समय चुनना कहते हैं। वे कहते हैं - समय चुनना समय बचाना है।

सीखने के लाभ – वास्तव में कुछ भी सीखना हमारी रूचि पर निर्भर करता है। मनौवैज्ञानिक कहते हैं कि हमारी रूचि के अनुसार यदि कुछ सीखा जाए तो उत्साह, उमंग बना रहता है। वृद्धावस्था में यह उत्साह और उमंग ही हमारे स्वास्थ्य का रक्षक होता है। यदि हम लगन के साथ कुछ भी करते हैं तो वृद्धावस्था भले ही बनी रहे, वह हमें परेशानी नहीं करती। हम तनाव में नहीं रहते। हमारे परिजन हमारा अधिक सम्मान करते हैं। हम प्रेरणा के केंद्र बनते हैं।

नया न सीखने की हानि – यदि हम वृद्धावस्था को केवल विश्राम के लिए सुरक्षित समझते हैं तो उसके बड़े खतरे हैं। भगवतगीता में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं कि हम एक क्षण भी बिना कुछ किए रह नहीं सकते। हमें हमारी प्रकृति के अनुसार कुछ न कुछ करने को बाध्य होना ही पड़ेगा।

जब हम कुछ उपयोगी कार्य की ओर प्रवृत नहीं होते तो हम निठल्ले समझे जाते हैं और टूटने लगते हैं। एक जगह देर तक बैठे रहने, लेटे रहने और कारण की मन्दता के कारण वृद्ध की कूल्हे की हड्डी टूट सकती है। अक्सर हम ऐसा देखते भी हैं। निष्क्रिय व्यक्ति के पास न तो स्वस्थ शरीर रहता है न संपत्ति।

इसलिए सदा सक्रि य बने रहिए। कुछ न कुछ सीखिए। अपनी रूचि के अनुसार कुछ कीजिए। ध्यान सीखिए, योग सीखिए, प्रार्थना कीजिए। बीमारी से छुटकारा पाने और प्रसन्न रहने का यही एक मार्ग है। वृद्धावस्था में भी कुछ कीजिए।

नींबू में गुण बहुत हैं

नींबू विटामिन - सी का महत्त्वपूर्ण स्रोत है। वैसे तो सभी प्रकार के नींबू गुणों से भरपूर होते हैं किन्तु कागजी नींबू सबसे अच्छा माना जाता है। प्रस्तुत हैं नींबू के औषधीय गुण और घरेलू नुस्खें। आप भी इन्हें आज़माइए।

– चावल बनाते समय नींबू के रस की कुछ बूंदें डाल देने से चावल एक दूसरे से जुड़ते नहीं हैं और खिले-खिले तैयार होते हैं।

– नींबू के रस में काली मिर्च, धनिया और भुना हुआ जीरा मिलाकर सेवन करने से पेट का विकार दूर होता है।

– नारियल के तेल में नींबू का रस मिलाकर लगाने से खुजली में आराम मिलता है।

– नींबू के छिलकों को दांत पर रगड़ने से दांत स्वच्छ सुंदर तथा चमकीले हो जाते हैं।

– नींबू के रस में लौंग पीसकर लगाने से दांत के दर्द में आराम मिलता है।

– पानी में नींबू का रस मिलाकर कुल्ला करने से मुंह की बदबू दूर हो जाती है।

– मोटापा दूर करने के लिए प्रातः काल उठते ही एक गिलास पानी में नींबू का रस दो चम्मच शहद मिलाकर नियमित पीने से लाभ होता है।

जे.के. शास्त्री

नोट– पावन संसार में स्वास्थ्य संबंधी बताए गये तरीकों को अपनाने से पहले किसी योग्य चिकित्सक/वैद्य की सलाह अवश्य लें। इनको उपयोग में लाने से किसी भी प्रकार की क्षति के लिए पावन संसार जिम्मेदार नहीं होगा।
संपादक

13 देशों में कारोबार लेकिन भारत से बिजनेस समेट रही ये एनर्जी कंपनी, JSW से किया संपर्क जानें कौन करा रहा इतनी बड़ी डील?

स्पेन की मल्टीनेशनल एनर्जी कंपनी भारत से अपना बिजनेस समेटने जा रही है। जेलेस्ट्रा एनर्जी ने इंडिया यूनिट को 400–500 मिलियन डॉलर यानी करीब 4,300 करोड़ रुपए में बेचने की योजना बनाई है। इसके लिए उसने ब्रूकफील्ड, जेएसडब्ल्यू ग्रुप, सेमकॉप, सेरेंटिका और मैक्वेरी जैसी बड़ी कंपनियों से कॉन्टैक्ट किया है। जेपी मॉर्गन इस डील में जेलेस्ट्रा एनर्जी की मदद कर रहा है। जल्द ही इस बिक्री की प्रक्रिया शुरू होगी, जिसमें अगले कुछ हफ्तों में सूचना पत्र (इन्फॉर्मेशन मेमोरेंडम) भेजा जाएगा।

13 देशों में कारोबार करती है Zelestra Energy & जेलेस्ट्रा स्पेन की एक निजी कंपनी है, जिसका स्वामित्व मुक्य रूप से स्वीडन के EQT AB Group (लगभग 92 हिस्सेदारी) के पास है। यह कंपनी भारत में 140 मेगावाट की सौर और पवन ऊर्जा परियोजनाएं संचालित करती है।

इसके अलावा, कंपनी की 450 मेगावाट की परियोजनाएं निर्माणाधीन हैं और इतनी ही क्षमता के लिए बिजली खरीद समझौते हो चुके हैं। ये कंपनी 13 देशों में 29 गीगावाट की परियोजनाओं का प्रबंध करती है। कंपनी ने हाल ही में भारत और लैटिन अमेरिका में कई परियोजनाओं को बंद करने का ऐलान किया है।

Renewable Energy Sector में बढ़ रहा निवेश – भारत में Renewable energy sector में तेजी से निवेश बढ़ रहा है। क्योंकि देश 2030 तक 500 गीगावाट रिन्यूएबल एनर्जी का टारगेट लेकर चल रहा है। इस लक्ष्य के तहत हर साल 50 गीगावाट क्षमता जोड़ी जाएगी। ऐसे में अगर इसे भारत की कोई कंपनी खरीदती है तो उसे शेयरों में बड़ा उछाल देखा जा सकता है।

भारत से बिजनेस क्यों समेट रहीं ये कंपनियां?– जेलेस्ट्रा एनर्जी की तरह कई वैश्विक कंपनियां जैसे वाइब्रेंट एनर्जी और स्टेटक्राफ्ट भी भारत में अपनी संपत्तियां बेच रही हैं। इसका कारण भारत में ऊर्जा क्षेत्र की ऊंची कीमतें और कंपनियों का कर्ज कम करने की रणनीति है। विशेषज्ञों का कहना है कि आने वाले समय में इस क्षेत्र में और सौदे, निजी इक्विटी निवेश, और एकीकरण देखने को मिलेगा।

हर महीने 50000 रुपये से कम कमाने वाले 93% वेतनभोगी क्रेडिट कार्ड पर निर्भर, स्वरोजगार वाले 85 फीसदी

नई दिल्ली (सं.)। कम कमाई करने वाले लोगों की क्रेडिट कार्ड पर निर्भरता बढ़ रही है। थिंक 360 डॉट एआई के एक अध्ययन में कहा गया है, हर महीने 50,000 रुपये से कम कमाने वाले लगभग 93 फीसदी वेतनभोगी इस प्लास्टिक मनी पर निर्भर हैं। वहीं, स्वरोजगार वाले 85 फीसदी व्यक्ति भी क्रेडिट कार्ड पर निर्भर हैं।

अभी खरीदें और बाद में भुगतान करें' (बीएनपीएल) सेवाओं का इस्तेमाल 18 फीसदी स्वरोजगार और 15 फीसदी वेतनभोगी व्यक्ति करते हैं। यह अध्ययन 20,000 से अधिक वेतनभोगी और स्वरोजगार वाले व्यक्तियों के वित्तीय व्यवहार के विश्लेषण पर आधारित है।

थिंक 360 डॉट एआई के संस्थापक एवं मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ) अमित दास ने कहा, भारत के विकसित होते कर्ज परिदृश्य में क्रेडिट कार्ड और बीएनपीएल अब वेतनभोगी पेशेवरों से लेकर अस्थायी कर्मियों तक सभी के लिए जरूरत बन गए हैं।

फिनटेक कंपनियों के बढ़ते प्रभाव का उल्लेख करते हुए अध्ययन में कहा गया है कि ये कंपनियां भारत की डिजिटल ऋण क्रांति का नेतृत्व कर रही हैं। फिनटेक कंपनियों ने वित्त वर्ष 2022–23 में 92,000 करोड़ रुपये से अधिक के व्यक्तिगत कर्ज वितरित किए, जो मात्रा के हिसाब से सभी नए कर्ज का 76 फीसदी है।

भारत में पेट्रोल पंप कैसे खोलेंः जानिए डीलरशिप प्राप्त करने की पूरी प्रक्रिया

नई दिल्ली (सं.)। आज के समय में बहुत से लोग नौकरी के बजाय अपना खुद का व्यवसाय शुरू करना चाहते हैं। लेकिन कई बार पूंजी की कमी या उचित जानकारी न होने के कारण वे ऐसा नहीं कर पाते। ऐसे में हम आपको एक ऐसे व्यवसाय के बारे में जानकारी दे रहे हैं, जिसमें अच्छी आमदनी की संभावना होती है कृ पेट्रोल पंप खोलना। इस लेख में बताया गया है कि भारत में पेट्रोल पंप कैसे खोला जा सकता है और उसकी डीलरशिप कैसे प्राप्त की जा सकती है।

कौन–कौन सी कंपनियां देती हैं डीलरशिप – भारत में कई तेल विपणन कंपनियां पेट्रोल पंप की डीलरशिप प्रदान करती हैं। इनमें प्रमुख हैं – इंडियन ऑयल, भारत पेट्रोलियम, हिंदुस्तान पेट्रोलियम

कितना निवेश करना होता है – पेट्रोल पंप खोलने के लिए कम से कम १५ लाख रुपये का निवेश आवश्यक होता है। यह राशि अधिकतम ३५ लाख रुपये तक जा सकती है। शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों के अनुसार निवेश राशि में अंतर होता है।

ध्यान रहे– इसमें भूमि का मूल्य शामिल नहीं होता। जमीन की व्यवस्था आपको अलग से करनी होगी।

भूमि की आवश्यकता – पेट्रोल पंप खोलने के लिए ८०० से १२०० वर्ग मीटर तक जमीन की आवश्यकता होती है।

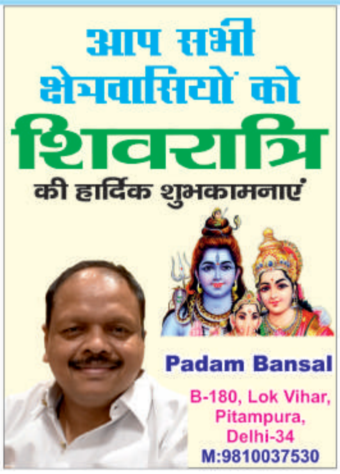
यदि आपके पास खुद की जमीन नहीं है तो आप पट्टे (लीज) पर जमीन लेकर भी आवेदन कर सकते हैं।

आवेदन कैसे करें – यदि आप इंडियन ऑयल की डीलरशिप लेना चाहते हैं तो उनकी आधिकारिक वेबसाइट पर जाकर ष्हम आपकी सुन रहे हैंष् खंड में जाकर ष्संपर्क करेंष् विकल्प चुनें। वहां ष्व्यवसाय संबंधी पूछताछष् में पूरी जानकारी उपलब्ध होती है।

भारत पेट्रोलियम या हिंदुस्तान पेट्रोलियम की डीलरशिप के लिए ष्पेट्रोल पंप डीलर चयनष् नामक सरकारी पोर्टल पर जाकर आवेदन से जुड़ी जानकारी ली जा सकती है।

आवश्यक दस्तावेज – पेट्रोल पंप की डीलरशिप लेने के लिए निम्नलिखित दस्तावेज आवश्यक हैं – आधार कार्ड या मतदाता पहचान पत्र, जन्म प्रमाण पत्र या आयु प्रमाण, अपनी भूमि के कागज़ या पट्टे का अनुबंध, नगरपालिका या अन्य प्राधिकरणों से अनुमतियाँ, बैंक विवरण, आयकर से संबंधित दस्तावेज़, पर्यावरण स्वीकृति प्रमाण पत्र

आमदनी कैसे होती है – पेट्रोल पंप से होने वाली आमदनी ईंधन की बिक्री पर आधारित होती है। प्रत्येक लीटर पेट्रोल या डीज़ल बेचने पर लगभग ३ से ५ रुपये तक कमीशन प्राप्त होता है। यही आपका लाभ होता है।



सावन शिवरात्रिः शिवभक्ति का परम पर्व

श्रावण मास का पावन महीना भगवान शिव की आराधना के लिए विशेष रूप से समर्पित होता है। इस मास में आने वाली शिवरात्रि को सावन शिवरात्रि कहते हैं, जो इस वर्ष 23 जुलाई 2025, बुधवार को मनाई जाएगी। यह दिन शिवभक्तों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण होता है, क्योंकि इस दिन की गई पूजा और उपवास से भगवान शिव अत्यंत प्रसन्न होते हैं।

सावन शिवरात्रि का महत्व – सावन शिवरात्रि का धार्मिक महत्व अत्यंत गहरा है। मान्यता है कि इसी दिन भगवान शिव और माता पार्वती का दिव्य मिलन हुआ था। इसलिए यह दिन वैवाहिक सुख, सौभाग्य और आरोग्यता की कामना करने वालों के लिए अत्यंत फलदायी होता है।

श्रद्धालु इस दिन व्रत रखते हैं, शिवलिंग पर जल, दूध, बेलपत्र, धतूरा, शहद व गंगाजल चढ़ाते हैं और पूरे दिन 'ओम नमः शिवाय' मंत्र का जाप करते हैं। शिवपुराण के अनुसार, सावन मास में की गई शिव आराधना से जन्म–जन्मांतर के पाप भी नष्ट हो जाते हैं।

विशेषताएं और परंपराएं – रात्रि जागरणः शिवरात्रि की रात को भक्त मंदिरों में या घर पर जागरण करते हैं। भजन–कीर्तन करते हुए पूरी रात शिव का स्मरण करते हैं।

कांवड़ यात्राः सावन के महीने में देशभर से लाखों श्रद्धालु गंगाजल लाकर शिवलिंग का अभिषेक करते हैं। सावन शिवरात्रि पर इसका विशेष महत्व होता है।

उपवास और व्रत कथाः भक्त उपवास रखते हैं और शिवरात्रि व्रत कथा का श्रवण करते हैं, जिससे जीवन में सुख–शांति और समृद्धि आती है।

शिव मंदिरों में विशेष आयोजनः इस दिन भारत के सभी प्रमुख शिव मंदिरों में विशेष पूजा–अर्चना, रुद्राभिषेक व शिव महाआरती का आयोजन होता है।

आध्यात्मिक संदेश – सावन शिवरात्रि केवल एक धार्मिक पर्व नहीं, बल्कि आत्मशुद्धि, संयम और भक्ति का प्रतीक है। यह दिन हमें सिखाता है कि सच्ची श्रद्धा और भक्ति से भगवान को पाया जा सकता है। शिव केवल संहार के देवता नहीं, वे कल्याणकारी हैं – 'शिवं करोति इति शिवः'।

इस शुभ अवसर पर हमें अपने जीवन में अच्छाई को अपनाने, बुराई से दूर रहने और संयमित जीवन जीने का संकल्प लेना चाहिए।

शुभकामनाएं : सभी श्रद्धालुओं को सावन शिवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं। भोलेनाथ की कृपा से सभी का जीवन सुखमय, स्वस्थ और समृद्ध हो।

दिल्ली को नए लंग्स और नई पावर उपराष्ट्रपति ने यमुना पार्क का किया दौरा, LG की जमकर की तारीफ

नई दिल्ली (सं.)। उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने पत्नी सुदेश धनखड़ और दिल्ली के उपराज्यपाल विनय कुमार सक्सेना के साथ गुरुवार को यमुना वाटिका और बांसेरा पार्क का दौरा किया। इस दौरान उन्होंने दिल्ली में विकास कार्यों और भारत की तेज आर्थिक वृद्धि की सराहना की। उपराष्ट्रपति ने दिल्ली में लेफ्टिनेंट गवर्नर वीके सक्सेना के प्रयासों को श्गेम–चेंजिंगश बताया। उन्होंने कहा कि यमुना नदी का किनारा एक बड़ा वैश्विक आकर्षण बनेगा।

मीडिया से बात करते हुए धनखड़ ने कहा श्दिल्ली भारत की राजधानी है। राजधानी में एलजी विनय सक्सेना के काम गेम चेंजर है। दिल्ली के लोग हमेशा याद रखेंगे कि उनके प्रयासों का फल मिल रहा है। दिल्ली को नए लंग्स और नई पावर मिल रही है। मुझे यकीन है कि दिल्ली के अधिक से अधिक लोग सुंदर नजारों, पर्यावरण के अनुकूल सुंदरता का आनंद लेंगे। मुझे यकीन है कि यमुना नदी का किनारा दुनिया में सबसे अच्छा होगा।श साथ ही उन्होंने कहा, कि मुझे कोई संदेह नहीं है कि जब यह काम पूरा हो जाएगा तो यह वैश्विक आकर्षण का केंद्र बनेगा।

भारत ने एक दशक में की उल्लेखनीय वृद्धिः उपराष्ट्रपति – धनखड़ ने कहा कि भारत ने पिछले एक दशक में एक उल्लेखनीय वृद्धि देखी है। यह 11वें से चौथे सबसे बड़े अर्थव्यवस्था बन गया है और तीसरे स्थान पर पहुंचने की ओर बढ़ रहा है। देश में तेजी से विकास हुआ है। बेहतर सड़कें, बिजली, गैस, शौचालय, इंटरनेट और स्वास्थ्य और शिक्षा सेवाएं हर घर तक पहुंच रही हैं।

उपराष्ट्रपति ने कहा, श्देश में कुछ अद्भुत हुआ है। मानवता के 1/6 हिस्से वाले भारत में अभूतपूर्व आर्थिक उछाल हुआ है। भारत अब दुनिया की चौथी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन गया है, साथ ही तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बनने की ओर अग्रसर है। सरकार की जन–केंद्रित नीतियों के परिणामस्वरूप हर घर में बिजली, शौचालय, गैस कनेक्शन और इंटरनेट उपलब्ध है। शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाएं लगभग हर घर में उपलब्ध हैं। पिछले दशक में जो विकास हुआ है, वह बेजोड़ है।

दिल्लीवासियों को मिलेंगी सुविधाएं और समस्याओं से निजात

नई दिल्ली (सं.)। एमसीडी की स्थायी समिति ने बुधवार को बैठक में राजधानी की प्रमुख समस्याओं से निजात और बेहतर सुविधाएं दिलवाने के लिए कई प्रस्ताव पास किए। समिति की अध्यक्ष सत्या शर्मा ने पश्चिमी दिल्ली के भारत दर्शन पार्क के पास अत्याधुनिक स्वचालित बहुस्तरीय पार्किंग, पूर्वी दिल्ली के गाजीपुर स्लॉटर हाउस में गोबर और जैविक कचरे के निस्तारण के लिए संयंत्र और मध्य क्षेत्र में कूड़ा उठाने व लावारिस कुत्तों की समस्या से निपटने के लिए विस्तृत योजनाओं को स्वीकृति दी गई है।

समिति ने पश्चिमी दिल्ली में पार्किंग की भारी समस्या को देखते हुए भारत दर्शन पार्क में 181 कारों की क्षमता वाली स्वचालित बहुस्तरीय पजल पार्किंग की योजना को मंजूरी दी गई। 1500 वर्ग मीटर में बनने वाली यह पार्किंग 34.39 करोड़ रुपये की लागत से तैयार होगी। सत्या शर्मा ने बताया कि रिंग रोड की सर्विस लेन पर अव्यवस्थित पार्किंग से निजात मिलने से ट्रैफिक भी बेहतर होगा।

वहीं, पूर्वी दिल्ली की बड़ी समस्या गोबर व जैविक कचरे से निपटने के लिए गाजीपुर स्थित स्लॉटर हाउस में 90 मीट्रिक टन क्षमता वाला संयंत्र स्थापित किया जाएगा। संयंत्र से निकले कचरे को ओवरहेड कन्वेयर के माध्यम से ग्रीन वेस्ट मैनेजमेंट सेंटर पहुंचाकर जैविक खाद में बदला जाएगा। मध्य जोन में कूड़ा उठाने में आई समस्या को दूर करने के लिए भी एक प्रस्ताव को भी मंजूरी दी गई। यहां एक कंपनी जल्द ही कूड़ा उठाना शुरू कर देगी। इसके साथ ही पार्षद राजपाल सिंह की ओर से उठाए गए लावारिस कुत्तों के आतंक के मुद्दे पर कार्य योजना तैयार करने का फैसला किया गया।

धार्मिक स्थलों के पास सिंगल यूज प्लास्टिक पर सख्ती – बैठक में निर्णय लिया गया कि धार्मिक स्थलों से 100 मीटर के दायरे में नॉनवेज दुकानों को बंद किया जाएगा और सफाई की विशेष व्यवस्था की जाएगी। साथ ही एमसीडी मुख्यालय में सिंगल यूज प्लास्टिक के उपयोग पर पूरी तरह रोक लगाने के निर्देश भी दिए गए। सत्या शर्मा ने कहा कि इन सभी फैसलों का उद्देश्य राजधानी को स्वच्छ, सुरक्षित और सुचारु शहरी व्यवस्था देने की दिशा में ठोस और दूरदर्शी कदम बढ़ाना है।

फिल्मी तड़का

फिल्म 'कुली' की स्टोरी हुई लीक, रजनीकांत फिल्म में निभाएंगे ये दमदार किरदार, फैंस हुए उत्साहित

निर्देशक लोकेश कनगराज की फिल्म 'कुली' के अब तक जो लुक सामने आए हैं, उनमें रजनीकांत के किरदार के बारे में ज्यादा जानकारी हासिल नहीं होती है। लेकिन हाल ही में इस फिल्म की कहानी और रजनीकांत के किरदार से जुड़ी डिटेल्स लीक हुईं। लेटरबॉक्स्ड, फैंडेंगो नाम के कुछ प्लेटफॉर्म पर 'कुली' की स्टोरी लाइन का जिक्र है।

रजनीकांत बने हैं स्मगलर – लेटरबॉक्स्ड (फिल्म रेटिंग प्लेटफॉर्म) नाम के एक प्लेटफॉर्म के अनुसार फिल्म 'कुली' में रजनीकांत के किरदार का नाम देवा है। वह एक स्मगलर का रोल निभा रहे हैं, जो सोने की घड़ियों की तस्करी करता है। देवा अपने गैंग को फिर से एक करना चाहता है। फिल्म के प्रमोशन मटीरियल में भी सोने की घड़ी और सोने का इस्तेमाल दिखाया गया है।

उथल–पुथल से भरी होगी कहानी – एक अन्य प्लेटफॉर्म फैंडेंगो (अमेरिकी टिकटिंग प्लेटफॉर्म) में 'कुली' की कहानी की ज्यादा डिटेल दी गई है। फैंडेंगो के अनुसार देवा अपनी अतीत की गलतियों को सुधारने की कोशिश करेगा। जवानी में जहां वह बदला लेने पर जोर देता है, वहीं उम्रदराज होने पर अपनी गलतियों को सुधारने के लिए मोटिवेट होता है। देवा की जर्नी फिल्म में काफी उथल–पुथल से भरी होगी। इस फिल्म में एक्शन भी काफी देखने को मिलेगा। इस फिल्म की कहानी को जानकर रजनीकांत के फैंस काफी खुश हैं।

आमिर खान भी आएंगे नजर – फिल्म 'कुली' में रजनीकांत जहां लीड रोल कर रहे हैं, वहीं इस फिल्म में आमिर खान भी एक कैमियो कर रहे हैं। हाल ही में फिल्म के मेकर्स ने आमिर खान का लुक भी रिवील किया है। वह फिल्म में दाहा नाम का एक किरदार निभाएंगे।

जलभराव से मुक्त होगी दिल्लीः 60 दिन में तैमूर नगर नाले की बदलेगी सूरत, रेखा सरकार ने बनाया है ये खास प्लान

नई दिल्ली (सं.)। राजधानी में यमुना को साफ करने की दिशा में दिल्ली सरकार ने महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं। सरकार ने तैमूर नगर नाले को चौड़ा और गहरा करने की परियोजना शुरू कर दी है।

ये नाला मुंबई–बड़ौदा हाईवे से यमुना नदी तक जाता है। इसके रखरखाव से पानी का प्रवाह बेहतर होगा। न केवल आसपास के इलाके जलभराव से मुक्त होंगे, बल्कि यमुना की स्वच्छता में मदद मिलेगी।

दिल्ली सरकार के सिंचाई और बाढ़ नियंत्रण विभाग ने तैमूर नगर नाले के कायाकल्प के लिए ई–टेंडर जारी किया है। विभाग के कार्यकारी अभियंता ने बताया कि यह काम मुंबई–बड़ौदा हाईवे से यमुना तक नाले को चौड़ा और गहरा करने का है। इसकी अनुमानित लागत 66.29 लाख है और 60 दिन में पूरा करना लक्ष्य है।

कई इलाकों से होकर गुजरता है नाला – तैमूर नगर नाला पूर्वी महारानी बाग एवेन्यू रोड से शुरू होकर खिजराबाद मेन रोड तक जाता है। यह नाला तैमूर नगर, श्रीनिवासपुरी, गढ़ी, कालिंदी, न्यू फ्रेंड्स कॉलोनी और फ्रेंड्स कॉलोनी जैसे इलाकों से गुजरता है। लंबाई 800 मीटर है।

विभाग ने कहा कि ये परियोजना यमुना की सफाई और बाढ़ नियंत्रण के लिहाज से महत्वपूर्ण है। टेंडर प्रक्रिया में चुने गए ठेकेदार 5: परफॉर्मेंस गारंटी जमा करने के बाद काम शुरू करेंगे, जो काम पूरा होने और रखरखाव अवधि के बाद इन्हें वापस कर दिया जाएगा।

सिर्फ सैयारा ही नहीं, 18 जुलाई को सिनेमाघरों में ये फिल्में भी होंगी रिलीज

इस बार का शुक्रवार सिनेमा लवर्स के काफी शानदार साबित होने वाला है। 18 जुलाई को एक–दो नहीं, बल्कि 5 फिल्में सिनेमाघरों में रिलीज हो रही हैं। इन फिल्मों में श्सैयाराश के अलावा भी कई शानदार नाम शामिल हैं। इस बार दर्शकों को रोमांटिक से लेकर इमोशनल जॉनर तक की फिल्में देखने को मिलेंगी। चलिए जानते हैं उन फिल्मों के बारे में।

सैयारा' एक इमोशनल रोमांटिक ड्रामा फिल्म है, जिसे यशराज फिल्म्स के बैनर तले बनाया जा रहा है। इस फिल्म में नए चेहरों को लॉन्च किया जा रहा है, जिनमें अहान पांडे और अनीत पड्डा नजर आएंगे। फिल्म का निर्देशन मोहित सूरी ने किया है। इस फिल्म को लेकर काफी बज बना हुआ है।

तन्वी द ग्रेट – अनुपम खेर के निर्देशन में 'तन्वी द ग्रेट' फिल्म 18 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इस फिल्म की कहानी की बात करें, तो इसमें 21 वर्षीय तन्वी रैना की कहानी है, जो ऑटिज्म डिसऑर्डर का शिकार है। तन्वी अपने साहस और हौसले के दम पर सबको चौंका देती है। फिल्म में मुख्य भूमिका में शुभांगी दत्त नजर आएंगी। शुभांगी के अलावा इस फिल्म में अरविंद स्वामी, बोमन ईरानी, जैकी श्रॉफ, पल्लवी जोशी, इयान ग्लेन, अनुपम खेर जैसे सितारे मौजूद हैं।

निकिता रॉय एक सुपरनैचुरल थ्रिलर फिल्म है। फिल्म में सोनाक्षी सिन्हा मुख्य भूमिका में हैं। इसमें अभिनेत्री के अलावा अर्जुन रामपाल, परेश रावल और सुहैल नय्यर भी नजर आएंगे। इस फिल्म का निर्देशन कुश सिन्हा ने किया है।

मर्डराबाद – मर्डराबाद एक मर्डर मिस्ट्री फिल्म है। इस फिल्म में शारिब हाशमी, अमोल गुप्ते, मनाष चौधरी, नकुल रोशन सहदेव और कनिका कपूर जैसे कलाकार नजर आएंगे। यह फिल्म 18 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

संत तुकाराम – यह फिल्म 17वीं सदी के संत तुकाराम की जिंदगी पर बनी है, जिन्होंने अपनी भक्ति और कविताओं से समाज में बदलाव लाए थे। इस फिल्म को भी सिनेमाघरों में शुक्रवार को रिलीज किया जाएगा।

2 मिनट में मिलेगी दांतों की रिपोर्टः मरीज खुद कर सकेंगे बीमारी की जांच, दिल्ली के इस अस्पताल में लगी पहली मशीन

नई दिल्ली (सं.)। मौलाना आजाद इंस्टीट्यूट ऑफ डेंटल साइंस में मरीज खुद दांतों को स्कैन कर बीमारी के बारे में दो मिनट में जान सकेंगे। पायलट परियोजना के तहत इंस्टीट्यूट में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंसी (एआई) की सुविधा से सुसज्जित स्कैनो एयर मशीन लगाई गई है।

बुधवार को दिल्ली सरकार के स्वास्थ्य मंत्री डॉ. पंकज कुमार सिंह ने इसका उद्घाटन किया। भविष्य में इस मशीन की मदद से प्री ओरल कैंसर के बारे में भी जाना जा सकेगा। मशीन की मदद से एक्सरे रिपोर्ट का मूल्यांकन भी किया जा सकेगा। सीएसआर फंड के तहत तीन मशीन इंस्टीट्यूट में लगाई गई है।

इंस्टीट्यूट के कंप्रिहेंसिव डेंटिस्ट्री विभाग प्रमुख और प्रो. डॉ. ज्ञानेंद्र कुमार ने बताया कि पहली बार देश के किसी सरकारी अस्पताल में स्कैनर मशीन से दांत संबंधी बीमारियों की जांच की सुविधा मरीजों को उपलब्ध कराई गई है।

रिपोर्ट के आधार पर मरीज उपचार के लिए डॉक्टर से परामर्श ले सकेंगे। रिपोर्ट में मरीज के दांतों की स्थिति के आधार पर उपचार और अगले छह महीने बाद दांतों की कैसी स्थिति होगी इसकी सूचना मिलेगी। डेढ़ महीने के अंदर मशीन से प्री ओरल कैंसर जांच की सुविधा के शुरु होने की उम्मीद है।

व्हाट्सअप पर आएगी रिपोर्ट – उन्होंने कहा कि स्कैन हुई तस्वीरों के आधार पर आपके दांतों की स्थिति को लेकर हेल्थ स्क्रीनिंग रिपोर्ट जारी होगी। यह रिपोर्ट मरीज को उसके व्हाट्सअप नंबर पर उपलब्ध होगी। इस पूरी प्रक्रिया में करीब दो मिनट का समय लगेगा।

समय से उपचार में मिलेगी मदद – स्कैनो एयर मशीन को लेकर डॉ. श्रेया ने कहा कि जांच से अस्पताल की ओपोडी में चिकित्सीय जांच का समय घटेगा। डॉक्टर को सटीक रिपोर्ट मिलेगी और मरीज का समय से उपचार मिलेगा। घर बैठ जांच के लिए स्कैनो ऐप डाउनलोड करना होगा।

नावी रोबोट जांच में करेगा मदद – एआई आधारित नावी नाम का रोबोट मरीजों की जांच में मदद करेगा। मरीज को मशीन के पास खड़ा होना होगा। उसमें अपना मोबाइल नंबर, नाम, लिंग और उम्र का ब्योरा देना होगा। नावी मरीज को हर चरण के बारे में हिंदी और अंग्रेजी भाषा में जानकारी देगा। फिर जांच का पहला चरण शुरू होगा उसमें मशीन के बाहर लगा कैमरा खुद से आपके सामने के दांतों को स्कैन कर तस्वीर लेगा। दूसरे चरण में नीचे के दांत और फिर आखिरी तीसरे चरण में ऊपर के दांतों को स्कैन किया जाएगा।

लेखकों से प्रार्थना

अपनी छोटी–छोटी रचनाएं **पावन संसार** में प्रकाशनार्थ भेजें। रचनाएं घर–परिवार एवं समाज की समस्याओं से संबंधित, धार्मिक, नैतिक, सहयोग, प्यार, सम्मान, आदि पर आधारित होनी चाहिए। बच्चों के लिए छोटी–छोटी रचनाएं हम सहर्ष प्रकाशित करेंगे। लेखक अपना नाम व मोबाईल अवश्य लिखें।

संपादक

RNI No. DELHIN/2011/40220. Postal No. G-3/DL(N)/267/2024-26. Date of Publication:- 17-07-2025

नीलकण्ठ महादेव मंदिर सेवा समिति द्वारा श्रावण मास में श्री शिव महापुराण कथा का भव्य आयोजन 20 से 27 जुलाई तक

नई दिल्ली (संवाददाता)। रोहिणी, दिल्ली स्थित **नीलकण्ठ महादेव मंदिर सेवा समिति**, जी–3 ब्लॉक, सैक्टर–11 द्वारा श्रावण मास के पावन अवसर पर नवम श्री शिव महापुराण कथा का दिव्य एवं भव्य आयोजन 20 जुलाई से 27 जुलाई 2025 तक किया जा रहा है। यह कथा प्रतिदिन सायं 4 बजे से 7 बजे तक आयोजित होगी, जिसमें श्रद्धालु भगवान शिव की लीलाओं और महिमा का श्रवण कर आध्यात्मिक लाभ प्राप्त करेंगे।

कथा से पूर्व 20 जुलाई को प्रातः 9 बजे से भव्य कलश यात्रा निकाली जाएगी, जिसमें बड़ी संख्या में श्रद्धालु भाग लेंगे। आयोजन में महामृत्युंजय रुद्राभिषेक, हवनात्मक विराट पार्थिवेश्वर पूजन तथा लक्ष्य सहस्त्र लिंग पूजन जैसे विशेष अनुष्ठानों का भी आयोजन किया जाएगा।

कथा वाचन श्रीमद् जगद्गुरू ललिताम्या पीठाधीश्वर श्री जयराम जी महाराज के श्रीमुख से होगा, जिनकी वाणी और व्याख्या श्रद्धालुओं को भक्ति और संस्कारों से जोड़ने का कार्य करेगी।

इस आयोजन के मुख्य यजमान श्रीमती उमा–राकेश गुप्ता एवं प्रतीक गर्ग हैं, जबकि **मुख्य सहयोगी यजमान की भूमिका में श्रीमती संगीता–नरेश गोयल हैं।**

पवन गुप्ता
संस्थापक प्रधान

इस प्रेरणादायी कार्यक्रम के **प्रेरणास्त्रोत व मार्गदर्शक हैं शिव साधक श्री पवन गुप्ता जी**, जो मंदिर समिति के **संस्थापक–प्रधान** हैं। उन्होंने वर्ष 2008 में अपने साथियों के सहयोग से मंदिर निर्माण कराया था और तब से अब तक समाज सेवा एवं धर्म प्रचार में निरंतर सक्रिय हैं।

उनकी समर्पित **टीम में श्री विजय अग्रवाल (संस्थापक कोषाध्यक्ष), श्री दिनेश गर्ग (संस्थापक महामंत्री), श्रीमती वीणा बहन जी व श्री साधु राम बंसल (संस्थापक उप–प्रधान), श्री नरेश गोयल, श्री घनश्याम गोयल (उप–प्रधान), श्री संजय सिंघल (प्रसाद मंत्री), श्री जयभगवान बंसल (संस्थापक सह–सचिव), श्री संजय गोयल (कार्यालय प्रभारी), श्री नरेंद्र तलवार (स्वास्थ्य मंत्री)** जैसे अनेक सेवाभावी सदस्य शामिल हैं, जो आयोजन की सफलता में सक्रिय भूमिका निभा रहे हैं।

श्री पवन गुप्ता जी की धर्म, सेवा और समाज के प्रति निष्ठा अत्यंत अनुकरणीय है। इससे पूर्व वे श्रीराम कथा, निःशुल्क चिकित्सा शिविर, और अन्य कई धार्मिक–सामाजिक आयोजनों द्वारा समाज में आध्यात्मिक चेतना जागृत कर चुके हैं।यह शिवमहापुराण कथा केवल धार्मिक आयोजन नहीं, बल्कि समाज को जोड़ने, संस्कार देने और सेवा भाव को प्रोत्साहित करने का एक अदभुत प्रयास है। समस्त श्रद्धालुओं से आग्रह है कि अधिकाधिक संख्या में पधारकर पुण्य लाभ प्राप्त करें।

माँ ज्वाला धाम वृंदावन एवं श्रीराम शिव कृपा धाम अयोध्या के संयुक्त तत्वावधान में श्री शिवमहापुराण कथा 31 जुलाई से

नई दिल्ली (सं.)। माँ ज्वाला धाम, श्रीकृष्णा आश्रम, वृंदावन एवं श्रीराम शिव कृपा धाम, अयोध्या के संयुक्त तत्वावधान में एक भव्य श्री शिवमहापुराण कथा यज्ञ का आयोजन दिनांक 31 जुलाई से 7 अगस्त 2025 तक किया जा रहा है।

यह आयोजन महाराजा अग्रसेन भवन, डी ब्लॉक, अशोक विहार फेस–1, नई दिल्ली में प्रतिदिन सायं 3 बजे से 7 बजे तक संपन्न होगा।

इस आयोजन में अयोध्या धाम से पधारे संत–महात्मा शिव पुराण की दिव्य कथाएं सुनाएंगे। कथा के माध्यम से श्रद्धालु शिव महिमा, धर्म, भक्ति एवं भारतीय संस्कारों से गहराई से जुड़ सकेंगे।

आयोजन में क्षेत्र के कई गणमान्य नागरिकों, समाजसेवियों और श्रद्धालु परिवारों का सहयोग प्राप्त हो रहा है।

इस आयोजन की जानकारी देते हुए **बालकिशन अग्रवाल जी** ने **'पावन संसार'** को बताया,

"यह शिवमहापुराण कथा केवल धार्मिक आयोजन नहीं है, यह समाज को जोड़ने, संस्कार देने और परम शिव भक्ति से सराबोर करने का एक प्रयास है। सभी श्रद्धालु इस पावन अवसर का लाभ लें और सपरिवार अवश्य पधारें।

साथ ही उन्होंने यह भी बताया कि इस अवसर पर भक्तगण अयोध्या में निर्माणाधीन 'श्रीराम शिव कृपा धाम' के 12 ज्योतिर्लिंग मंदिर निर्माण में ट्रस्टी बनकर अथवा सहयोग देकर पुण्य के भागी बन सकते हैं।

22 जुलाई को होगा आल्या राखी तीज बाजार का भव्य आयोजन, पार्षद मीना गोयल की अध्यक्षता में सजेगा सांस्कृतिक समागम

नई दिल्ली (संवाददाता)। अग्रवाल महिला समाज, त्रिनगर (पंजी.) द्वारा पारंपरिक त्योहारों को समर्पित "आल्या राखी तीज बाजार" का भव्य आयोजन आगामी मंगलवार, 22 जुलाई 2025 को किया जा रहा है। यह रंगारंग सांस्कृतिक उत्सव वेडिंग ओपेरा, लारेंस रोड, इंडस्ट्रियल एरिया, ब्रिटानिया चौक के समीप दोपहर 12 बजे से शाम 7 बजे तक आयोजित होगा।

यह आयोजन त्रिनगर की निगम पार्षद एवं अग्रवाल महिला समाज त्रिनगर की अध्यक्ष श्रीमती मीनू गोयल की अध्यक्षता में संपन्न होगा। श्रीमती मीनू गोयल जनप्रतिनिधि होने के साथ–साथ सामाजिक एवं धार्मिक गतिविधियों में भी सदैव सक्रिय रहती हैं। समाजसेवा, महिला सशक्तिकरण और सांस्कृतिक आयोजनों में उनका योगदान प्रशंसनीय है। उन्होंने अपने कार्यकाल में महिलाओं के उत्थान हेतु अनेक प्रेरणादायक कार्य किए हैं, जिससे समाज में उनकी एक अलग पहचान बनी है।

मीनू गोयल
अध्यक्ष–अग्रवाल महिला समाज
निगम पार्षद, त्रिनगर

कार्यक्रम के दौरान महिलाओं और बच्चों के लिए विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा, जिनमें प्रमुख हैं: रैम्प शो प्रतियोगिता (आयु 21 वर्ष से अधिक), महिला डांस प्रतियोगिता, बच्चों की डांस प्रतियोगिता (आयु 10 से 15 वर्ष)।

कार्यक्रम में प्रवेश पूर्णतः निःशुल्क रहेगा, ताकि हर वर्ग का व्यक्ति इस आयोजन में सहभागी बन सके और तीज एवं रक्षाबंधन के उत्सव का आनंद ले सके।

अग्रवाल महिला समाज, त्रिनगर (पंजी.) ने समस्त क्षेत्रवासियों से आग्रह किया है कि वे इस सांस्कृतिक उत्सव में परिवार सहित पधारें और आयोजन को सफल बनाएं।

राजौरी गार्डन रेजिडेंट क्लब के चुनाव 20 जुलाई को, अध्यक्ष पद के लिए दो टीमें आमने–सामने

राजौरी गार्डन (अविनाश गर्ग)। राजौरी गार्डन रेजिडेंट क्लब के आगामी चुनाव 20 जुलाई 2025 (रविवार) को आयोजित होने जा रहे हैं। यह चुनाव सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे तक स्वामी श्रद्धानंद कम्युनिटी सेंटर, एमकेडब्ल्यू हॉस्पिटल के सामने संपन्न होगा। क्लब के सदस्यगण इस चुनाव को लेकर काफी उत्साहित हैं, क्योंकि इस बार मुकाबला बेहद दिलचस्प है। दो प्रमुख टीमें आमने–सामने हैं और दोनों ने अपने–अपने उम्मीदवारों की सूची जारी कर दी है।

कमलजीत सिंह
प्रत्याशी – प्रधान

रमेश खन्ना
प्रत्याशी – प्रधान

डा. राम कुमार गुप्ता
प्रत्याशी – महासचिव

टीम रमेश खन्ना – इस टीम की अगुवाई कर रहे हैं राजौरी गार्डन मेन मार्केट के प्रतिष्ठित चेहरा श्री रमेश खन्ना, जो अध्यक्ष पद के लिए मैदान में हैं। उनके साथ अन्य प्रमुख पदों पर खड़े उम्मीदवार इस प्रकार हैं: राजीव चानना – सीनियर उपाध्यक्ष, सुनील बरूता – उपाध्यक्ष, डॉ. राम कुमार गुप्ता – महासचिव, जसप्रीत सिंह – संयुक्त सचिव, किशन कुमार अग्रवाल – कोषाध्यक्ष, कार्यकारिणी सदस्यः विमल भ्याना, सुनील खत्री, मिक्की सचदेवा, विनीत गिरोत्रा, धर्मिंदर सिंह भाटिया, नवीन सुनेजा, अशोक मैग्गो, विजय अग्रवाल, संजय सेठी व भरत कटयाल।

टीम कमलजीत सिंह – दूसरी टीम की कमान संभाल रहे हैं श्री कमलजीत सिंह, जो अध्यक्ष पद के प्रबल दावेदार हैं। उनके साथ खड़े अन्य पदाधिकारियों के नाम निम्नलिखित हैं: हरजीत सिंह (राजा बख्शी) – सीनियर उपाध्यक्ष, सरबजीत सिंह (लक्की) – उपाध्यक्ष, दर्शन सचदेवा – महासचिव, अपिंदर पाल सिंह – संयुक्त सचिव, डॉ. बजरंग गर्ग – कोषाध्यक्ष, कार्यकारिणी सदस्यः सतनाम सिंह बजाज, राजेश गुप्ता, डॉ. राजकुमार भारद्वाज, बलविंदर मोहन सिंह, राजकुमार ढल, रत्तनजीत सिंह, सुनील कुमार मित्तल, बलविंदर सिंह साहनी, त्रिलोक सिंह, करनैल सिंह।

इन चुनावों को लेकर क्लब के सदस्यों में जबरदस्त उत्साह देखा जा रहा है। दोनों टीमें क्लब को नई दिशा देने और बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराने का वादा कर रही हैं। उन्होंने अपने अनुभव और समाजिक विश्वास का हवाला देते हुए क्लब की बेहतरी के लिए पूर्ण निष्ठा से कार्य करने का भरोसा दिलाया है।

अब देखना यह होगा कि 20 जुलाई को कौन सी टीम सदस्यों का विश्वास जीतती है और क्लब को एक नई ऊंचाई तक पहुंचाने की जिम्मेदारी संभालती है।

स्वामी मुद्रक प्रकाशक एवम सम्पादक : वीरेन्द्र कुमार द्वारा आर.डी प्रिंटर एंड पब्लिशर्स प्राइवेट लिमिटेड, ए–41, सैक्टर–8, नोएडा, यू.पी.–201301 से मुद्रित तथा डी–4, प्रथम तल, सैफवे हाऊस, सेन्ट्रल मार्किट, प्रशान्त विहार, दिल्ली–85 से प्रकाशित। नोट : न्यायालय सम्बन्धित सभी मामले दिल्ली में ही निपटाये जाएंगे। और लेखकों द्वारा व्यक्त किये गये विचारों से सम्पादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है।