जयपुर (राजस्थान) से प्रकाशित एवं दिल्ली, महाराष्ट्र, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, हरियाणा, पंजाब, गुजरात, उत्तराखंड, छत्तीसगढ़, बिहार, हिमाचल प्रदेश और झारखण्ड राज्यों में प्रसारित

साप्ताहिक

(DAVP-CODE No. 120390) भारत सरकार का रजि. नं. 10311/1965

हमारा वतन

देश का अपना अखबार

संस्थापित 1965

ہمارا وطن ہفت روزہ

www.hamarawatan.com

FOLLOW US:- Hamarawatan | Hamarawatan65 | Hamarawatan3 | YouTube Hamarawatan

संस्थापक
स्व. श्री राजेन्द्र कुमार 'अजेय'
स्वतंत्रता सेनानी

संरक्षक
स्व. श्री बाबू लाल सैनी

सम्पादक
राम गोपाल सैनी

वर्ष- 60 अंक-46 जयपुर, सोमवार, 9 दिसम्बर, 2024 वार्षिक शुल्क 200 रुपये (एक प्रति 4 रु.) पृष्ठ संख्या 4

'राइजिंग राजस्थान' ग्लोबल इन्वेस्टमेंट समिट 2024 का उद्घाटन आज,पीएम मोदी करेंगे शुभारम्भ

सीएम भजनलाल शर्मा देंगे स्वागत भाषण ! 32 देश लेंगे भाग,17 देश होंगे 'पार्टनर कंट्री'

जयपुर (हमारा वतन)। देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी आज राजधानी जयपुर में 'राइजिंग राजस्थान' ग्लोबल इन्वेस्टमेंट समिट 2024 का शुभारम्भ करेंगे । प्रधानमंत्री इन्वेस्टमेंट समिट में मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद लोगों को सम्बोधित करेंगे। इस अवसर पर मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा, केंद्रीय मंत्रिमंडल और राज्य मंत्रिमंडल के कई सदस्य, 5000 से अधिक निवेशक, कारोबार और व्यापार जगत के अधिकारी, डेलीगेट्स और अन्य प्रतिभागी मौजूद रहेंगे। प्रधानमंत्री राजस्थान ग्लोबल बिजनेस एक्सपो का भी उद्घाटन करेंगे।

कार्यक्रम की शुरूआत मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के स्वागत भाषण से होगी । 'राइजिंग राजस्थान' ग्लोबल इन्वेस्टमेंट समिट 2024 से पहले 30 लाख करोड़ रुपये के निवेश प्रस्तावों के लिए एमओयू किये जा चुके हैं।

उद्घाटन सत्र में कुमार मंगलम बिड़ला,अनिल अग्रवाल, गौतम अडानी, आनंद महिंद्रा, संजीव पुरी, अजय एस.

श्रीराम जैसे शीर्ष उद्योगपति और जापान के राजदूत केइची ओएनओ सहित कई व्यापारिक समूहों के शीर्ष अधिकारी और राजनयिक भी शामिल होंगे । इस इन्वेस्टमेंट समिट में 32 देशों के प्रतिनिधि शामिल हो रहे हैं, जिनमें 17 देशों की भागीदारी 'पार्टनर कंट्री' के रूप में होने जा रही है।

इस तीन दिवसीय इन्वेस्टमेंट समिट के दौरान प्रतिभागी देशों और राजस्थान के बीच सहयोग और साझेदारी को बढ़ावा देने के लिए कुल 8 देशों के लिए कंट्री सेशन्स और राउंडटेबल का आयोजन भी किया जा रहा है। भाग लेने वाले 34 देशों में, 17 देश इन्वेस्टमेंट समिट के 'पार्टनर कंट्री' हैं, जिनमें डेनमार्क, जापान, दक्षिण कोरिया, सिंगापुर, स्विट्जरलैंड, मलेशिया, स्पेन, क्यूबा, वेनेजुएला, मोरक्को, अर्जेंटीना, ब्राजील, कोस्टा रिका, नेपाल, ओमान, पोलैंड और थाईलैंड शामिल हैं। बांकी देश, जो विभिन्न क्षमताओं में इस इन्वेस्टमेंट समिट में भाग ले रहे हैं, उनमें अमेरिका, यूके, जर्मनी, ऑस्ट्रेलिया, इंडोनेशिया, मिस्त्र, फिनलैंड, रूस, सेशेल्स, चाड, इक्वाडोर, घाना, इराक, मेडागास्कर, पैराग्वे और जिम्बाब्वे शामिल हैं।

'राइजिंग राजस्थान' ग्लोबल इन्वेस्टमेंट समिट का एक प्रमुख आकर्षण राजस्थान ग्लोबल बिजनेस एक्सपो भी है, जिसमें राजस्थान पैवेलियन, कंट्री पैवेलियन, स्टार्टअप पैवेलियन और प्रमुख सार्वजनिक क्षेत्र के उद्यमों (पीएसई) सहित प्रमुख भारतीय और वैश्विक व्यापार समूहों द्वारा प्रदर्शनी लगायी जाएगी।

खादी ग्रामोद्योग प्रदर्शनी 2024-25

खादी उत्पादों को खरीदने को उमड़ी भीड़

50प्रतिशत की मिल रही बम्पर छूट

जयपुर (हमारा वतन)। गुलाबी नगर जयपुर के बजाज नगर में राजस्थान खादी ग्रामोद्योग संस्था संघ की ओर से खादी ग्रामोद्योग प्रदर्शनी 2024-25 का आयोजन किया जा रहा है । सर्दी बढ़ते ही खादी के उत्पादों को खरीदने के लिए ग्राहकों की भीड़ उमड़ रही है। संस्था संघ के मंत्री एवं खादी प्रदर्शनी के संयोजक अनिल शर्मा ने बताया कि 21 नवम्बर से प्रारंभ हुई यह प्रदर्शनी 13 जनवरी 2025 तक चलेगी। प्रदर्शनी में कुल 200 स्टाल लगाई गई हैं, जिनमें से 120 स्टॉल खादी व 80 स्टॉल ग्रामोद्योग उत्पाद की हैं। प्रांतीय उत्पादित खादी वस्त्रों पर ग्राहकों को 50 प्रतिशत की छूट और पर प्रांतीय उत्पादित खादी वस्त्रों पर 25 प्रतिशत की छूट मिल रही है । प्रदर्शनी दोपहर 12 बजे से रात्रि 8:30 बजे तक खुली रहती है।

खादी स्टाल पर- खादी वस्त्र, ऊनी वस्त्र, पॉलिस्टर वस्त्र,रजाई ,गद्दे ,साड़ी,शर्ट, कुर्ते, पजामे, लेडीज सूट, जेकेट, शाल, कम्बल, टॉवल,दरी, फर्श आदि मौजूद हैं ।

खादी ग्रामोद्योग स्टाल पर -तिलकुटा, नारियल तेल, तिल्ली तेल, मूंगफली तेल, सरसों तेल, देशी गुड़, हींग, शैम्पू, चमड़े के उत्पाद, सजावटी सामान, ऑर्गेनिक उत्पाद, नमकीन, सूखे मेवे, चूर्ण, आयुर्वेदिक दवाईयां आदि मौजूद हैं ।

भारती जयंती के अवसर पर आयोजित हो रहा भारतीय भाषा उत्सव

उत्तराखंड (हमारा वतन)। राजकीय उच्चतर माद्यमिक विद्यालय बिझौली जनपद हरिद्वार में महाकवि सुब्रमण्यम भारती जयंती के अवसर पर भारतीय भाषा उत्सव 4 दिसंबर से 11 दिसंबर तक मनाया जा रहा है। भाषा शिक्षक अशोक पाल सिंह ने छात्र छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि भारत में सांस्कृतिक एवं भाषाई विविधता है। राष्टीय शिक्षा नीति-2020 भाषाओं (मातृभाषा आधारित शिक्षा और बहुभाषिकता) से व्यक्तित्व एवं समाज को समृद्ध किया जा सकता है।

इस दौरान भारतीय भाषा को लेकर पर्यावरण, प्राकृतिक (वृक्ष) के माध्यम से भारतीय भाषाओं के बारे में चर्चा की। भारतीय भाषा और डिजिटल युग को लेकर चर्चा हुई । तृतीय दिवस को भाषा और साहित्य पर विचार विमर्श हुआ। इस अवसर

पर आफरीन, गोपी, अक्षय, आर्यन, अरमान शहीद, कृष्णा, वंश, शिवा, दीपक, शादिक , प्रिंस कुमार, आकिफ, उजेफ, कादिर, क्रिष कुमार, आरती, पायल, खुशी, वरिष्ठ शिक्षक सुधीर सैनी, डॉक्टर कमल कांत बरुआ, इसराना खातून, जीतीं शर्मा आदि ने भाग लिया ।

कागजों को एक साथ जोड़े रखने वाली पिन ही कागजों को चुभती है, उसी प्रकार परिवार को भी वहीं व्यक्ती चुभता है जो परिवार को जोड़ के रखता है!

साहिबा एंटरटेनमेंट के बैनर तले भगवान भोलेनाथ के गाने की शूटिंग जोरों पर

जयपुर (हमारा वतन)। साहिबा एंटरटेनमेंट के बैनर तले भगवान भोलेनाथ के गाने की शूटिंग जयपुर शहर में जोरों पर चल रही है। इस गाने की निर्माता मीनाक्षी परमार वासवानी ने बताया कि देवों के देव भगवान शिव के इस गाने की सबसे बड़ी खासियत यह है कि इस गाने के लिरिक्स आज की जनरेशन के हिसाब से हैं । गाने के ऑडियो का काम हरि सेठ फिल्म्स द्वारा किया गया है।

इस गाने में मीनाक्षी परमार वासवानी, पलक गुप्ता, संतोष गुप्ता, बृजबाला गुप्ता, देवांगना, अनुराधा कुमावत, मीना श्रीवास्तव कलाकार की भूमिका में नजर आएंगे। इस गाने को बन्टी कुमार मित्तल द्वारा निर्देशित किया गया है। डीओपी एवं एडिटिंग का कार्य पलक गुप्ता द्वारा किया जा रहा है। जल्द ही इस गाने को साहिबा एंटरटेनमेंट के यूट्यूब चैनल पर रिलीज किया जाएगा।

Khadi India

खादी ग्रामोद्योग प्रदर्शनी 2024-25

राजस्थान खादी ग्रामोद्योग संस्था संघ, बजाज नगर, जयपुर

(राजस्थान की प्रमाणित खादी एवं ग्रामोद्योग संस्थाओं का मध्यवर्ती संगठन)

21 नवम्बर 2024 से प्रारम्भ

प्रवेश नि:शुल्क | समय दोपहर 12 बजे से रात्रि 8:30 बजे तक | पार्किंग नि:शुल्क

प्रान्तीय उत्पादित खादी वस्त्रों पर — 50% की छूट

परप्रान्तीय उत्पादित खादी वस्त्रों पर — 25% की छूट

प्रदर्शनी स्थल: राजस्थान खादी ग्रामोद्योग संस्था संघ, बजाज नगर, गांधी नगर रेलवे स्टेशन के सामने, जयपुर

(खादी और ग्रामोद्योग आयोग भारत सरकार, द्वारा प्रसारित)

सौ दिवसीय टीबी मुक्त अभियान का हुआ शुभारम्भ

प्रदेश के 5 जिलों में आयोजित होंगे निक्षय शिविर

जयपुर (हमारा वतन)। चिकित्सा एवं स्वास्थ्य विभाग की प्रमुख शासन सचिव गायत्री राठौड़ ने शनिवार को एसएमएस अस्पताल के अकादमिक सभागार में आयोजित राज्य स्तरीय समारोह में टीबी मुक्त भारत के लिए 100 दिवसीय अभियान का शुभारम्भ किया। यह अभियान राज्य के 5 जिलों बारां, कोटा, झालावाड़, हनुमानगढ़ और राजसन्द जिलों में संचालित किया जाएगा। इसके तहत 100 दिवस तक निक्षय शिविरों का आयोजन किया जाएगा। राठौड़ ने इस अवसर पर कहा कि यह अभियान देश एवं प्रदेश को टीबी मुक्त करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। टीबी मुक्त राजस्थान के लक्ष्य की प्राप्ति हेतु आगामी साढ़े तीन माह तक प्रदेशभर में सघन अभियान चलाकर राज्य में सर्वे से छूटे रोगियों को चिन्हित कर उपचारित किया जाएगा। साथ ही, 15 दिसम्बर से आयोजित किए जा रहे मुख्यमंत्री आयुष्मान आरोग्य शिविर में भी टीबी मुक्त भारत से संबंधित गतिविधियां आयोजित की जाएंगी।

प्रमुख शासन सचिव ने कहा कि टीबी मुक्ति के कार्यक्रम से संबंधित सभी अधिकारी-कार्मिक एवं निक्षय मित्र जनभागीदारी के साथ इस अभियान को सफल बनाएं। एनजीओ एवं स्वयं सेवी संगठनों की भी इस कार्य में अहम भूमिका है।

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन की मिशन निदेशक भारती दीक्षित ने कहा कि हम सब एकजुट होकर प्रयास करेंगे तो टीबी उन्मूलन का लक्ष्य निश्चित रूप से हासिल कर सकेंगे।

कार्यक्रम में क्षय उन्मूलन जागरूकता हेतु पोस्टर का विमोचन किया गया एवं नि-क्षय मित्रों द्वारा क्षय रोगियों को पौष्टिक आहार वितरण किया गया। नि-क्षय मित्रों को सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया एवं टीबी रोग उन्मूलन की शपथ दिलाई गई।

उल्लेखनीय है कि यह अभियान भारत के 347 जिलों में आयोजित किया जा रहा है, जिसका राष्ट्रीय स्तर पर शुभारम्भ केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा द्वारा पंचकूला, हरियाणा में किया गया। राज्य स्तरीय समारोह में उपस्थित सभी अधिकारियों/प्रतिभागियों ने ऑनलाइन वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से राष्ट्रीय समारोह में भाग लिया।

सरपंच मंगल चंद सैनी ने नन्हे बच्चे को पोलियो की खुराख पिलाकर की अभियान की शुरुआत

चौमूं (हमारा वतन)। चौमूं तहसील की ग्राम पंचायत मोरीजा स्थित राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में सरपंच मंगल चंद सैनी ने अपने हाथों से नन्हे बच्चे को पोलियो की खुराख पिलाकर अभियान की शुरुआत की।

इस दौरान पूर्व पंचायत समिति सदस्य सुरेश कुमार जांगिड़, संस्कृत महाविद्यालय पूर्व अध्यक्ष अनुपम आत्रेय, पूर्व कृषि मंडी सदस्य अशोक कुमार मीणा, एएनएम सुमित्रा शर्मा, आशा सहयोगिनी सुनीता सैनी, रेखा खटीक, सहायिका चंदा सेन, सीताराम पारीक, विष्णु दत शर्मा सहित कई लोग मौजूद रहे ।

स्वीट वॉइस वेलफेयर एवं शिक्षा समिति ने मनाया विश्व दिव्यांगजन दिवस

जयपुर (हमारा वतन)। स्वीट वॉइस वेलफेयर एवं शिक्षा समिति चारणवास संस्थान के द्वारा विश्व दिव्यांगजन दिवस के अवसर पर गोविंदगढ़ में जन जागरूकता रैली का आयोजन किया गया। रैली को पंचायत समिति गोविंदगढ़ से मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी, खण्ड विकास अधिकारी, उप तहसीलदार,सामाजिक विकास अधिकारी, पंचायत समिति प्रधान के द्वारा हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया।

रैली ग्राम के मुख्य मार्ग से होते हुए रेलवे स्टेशन गोविंदगढ़ पहुंची। इस अवसर पर संस्थान में चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया। जिसमें स्कूल और कॉलेज के छात्र-छात्राओं ने दिव्यांगजन जागरूकता पर अपने अपने भावों को कागज पर उकेरा।

इस अवसर पर विजेता छात्र छात्राओं को पारितोषिक दिया गया। संस्थान के निदेशक अजीत सिंह पालावत व सह निदेशक प्रदीप सिंह पालावत ने सभी का धन्यवाद ज्ञापित किया। इस अवसर पर विद्यालय प्राचार्य भागीरथ सिंह ,जेपी गुर्जर ,विजय सिंह, गिरिराज ,प्रदीप ,सीताराम ,बृजराज ,राकेश ,सरजीत ,रमेश ,कृष्ण ,शिवलाल ,रविन्द्र ,हंसराज ,मंगला ,किरण ,रश्मि ,मोनिका ,तुलसी ,अनीता सैन ,सीमा आदि अध्यापकगण मौजूद रहे। कार्यक्रम का संचालन महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अम्बुज कुमार शर्मा ने किया।

जैविक खेती के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले किसानों का होगा सम्मान

जयपुर (हमारा वतन)। राज्य में जैविक खेती प्रोत्साहन हेतु उत्कृष्ट कार्य करने वाले 03 कृषकों को एक लाख रुपये की राशि का राज्य स्तरीय पुरस्कार दिया जावेगा। संयुक्त निदेशक कृषि राकेश कुमार पाटनी ने बताया कि राज्य स्तरीय पुरस्कार के लिए गत 05 वर्षों में कृषि/उद्यानिकी फसलों के उत्पादन तथा 02 वर्षों से जैविक प्रमाणीकरण का कार्य करने वाले कृषक पात्र होंगे। जैविक खेती के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य यथा जैविक खेती आधारित गतिविधियां, जैविक उत्पाद प्रसंस्करण एवं संवर्धन, वर्मी कम्पोस्ट इकाई, हरीखाद,फसल चक्र आदि करने वाले कृषक दिनांक 31 दिसंबर 2024 तक निर्धारित प्रपत्र में आवेदन करेंगे। जैविक खेती पुरस्कार आवेदन प्रपत्र संबंधित कृषि विभाग कार्यालय पर ऑनलाइन आवेदित किए जावेंगे। जिला कलेक्टर की अध्यक्षता में गठित कमेटी द्वारा एक उत्कृष्ट कृषक प्रति जिला अंतिम रूप से चयन कर अनुमोदित किया जावेगा। अनुमोदित कृषक का नाम कृषि आयुक्तालय को राज्य स्तर पर सम्मान के लिए भेजा जावेगा।

यूथ आइकॉन अवार्ड के लिए आवेदन पत्र आमंत्रित

जयपुर (हमारा वतन)। प्रदेश में 12 जनवरी 2025 को यूथ डे के अवसर पर विभिन्न क्षेत्रों में उल्लेखनीय कार्य करने वाले प्रतिभाशाली युवाओं को राजस्थान यूथ आइकॉन अवॉर्ड प्रदान किया जाएगा। अवार्ड के लिए विभाग द्वारा आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। युवा मामले एवं खेल विभाग के शासन सचिव डॉ. नीरज कुमार पवन ने बताया कि अवार्ड के लिए प्रदेश के 15 वर्ष से 29 वर्ष की आयु वर्ग के युवा, जो कला व संस्कृति, सामाजिक कार्य, विज्ञान तकनीकी, संचार एवं प्रौद्योगिकी, नवाचार, शिक्षा, उच्च शिक्षा, तकनीकी शिक्षा, कृषि, पर्यावरण, उद्यमिता, महिला सशक्तिकरण तथा स्वच्छता में कार्य कर रहे हैं। वे वेबसाइट https://youthboard.rajasthan.gov.in पर जाकर आवेदन कर सकते हैं।

बांग्लादेश में हिंदुओं पर अत्याचार और दुर्दशा को देखकर भारत में खामोशी क्यों-सुरेश चंद शर्मा

जयपुर (हमारा वतन)। सर्व समाज जागृति संघ के संस्थापक अध्यक्ष सुरेश चंद शर्मा ने प्रधानमंत्री भारत सरकार को स्पीड पोस्ट पत्र के माध्यम से अवगत कराया है कि बांग्लादेश में रहने वाले हिंदू नारकीय जैसा जीवन जी रहे हैं, बांग्लादेश में लगातार हिंदुओं पर हमले हो रहे हैं। हिंदुओं के घर जलाए जा रहे हैं, हिंदू महिलाओं को उनके घर से उठा लिया जा रहा है, उनके साथ दुष्कर्म हो रहे हैं। हिंदुओं के व्यापारिक प्रतिष्ठानों में लूट हो रही है, मंदिरों को जलाया जा रहा है। भारतवर्ष का प्रत्येक हिंदू बांग्लादेश में हो रही इस घटनाओं से चिंतित है। समस्त भारत में बांग्लादेश में हिंदू उत्पीड़न व नरसंहार के विरोध में प्रदर्शन व रैली निकालकर विरोध प्रदर्शन कर रहे हैं । पत्र में बताया कि आप अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त भारत के प्रधानमंत्री के सामने इस तरह की घटनाएं शोभा नहीं दे रही है। अब समय आ गया है कि आपको तुरंत ही अंतरराष्ट्रीय मंच पर मुद्दा उठाना चाहिए कूटनीतिक दबाव बनाना चाहिए, इस समय मानवतावादी मानवीय आवश्यकता जरूरी है। आपसे निवेदन है कि बांग्लादेश में बसे हुए सभी हिंदुओं की रक्षा करने का उचित समाधान निकालकर हमें तथा भारतवासियों को कृतज्ञ करें।

रोम रोम में राम

(इकराम सतसई)

कड़ी 12

भगवान राम, हमारी आस्था के विश्वास हैं, इस समस्त सृष्टि की श्वांस हैं !
सारे जगत के हैं!
जिन मुस्लिम कवियों और शायरों ने राम और कृष्ण पर लेखनी चलाई है।
उन राष्ट्र भक्त महान व्यक्तियों की परंपरा में , आज के युग में इकराम राजस्थानी राष्ट्र रत्न का नाम अग्रणी है !

प्रस्तुत है उनकी लेखनी का ये साप्ताहिक धारावाहिक

56. सौतेली मां के लिए, बनवास जाए तो सही?
राम सा बेटा कोई,बनकर दिखाए तो सही?
57. सृष्टि रचते है वही, जीवन के दाता राम हैं!
वो ही घट घट में बसे,सब के विधाता राम हैं!!
58. पुत्र, भाई,और पिता के रूप में,अनुपम हैं राम!
स्नेह,श्रद्धा ,सहृदयता के,स्वयं ,संगम हैं राम!!
59. हर युग में राम,दुनिया में,जिंदा मिसाल हैं !
संसार के अंधियारे में, जलती मशाल हैं !!
60. हर महिमा से महान महिमा,उनके नाम की!!
ये सृष्टि तो,पर छाई है,भगवान राम की!!

इकराम राजस्थानी

Khadi For Nation
खादी भारत
Khadi India
Khadi For Fashion

जॉब्स

1. इंडियन कोस्ट गार्ड, पद जीडी, पद संख्या 140, अंतिम तिथि 24 दिसंबर 2024
2. आरपीएससी, पद सब इंस्पेक्टर टेलीकॉम, पद संख्या 98, अंतिम तिथि 27 दिसंबर 2024
3. आइटीबीपी, पद एसआई, हेड कांस्टेबल, कांस्टेबल टेलीकम्युनिकेशन, पद संख्या 526, अंतिम तिथि 14 दिसंबर 2024
4. इंडियन एयर फोर्स, पद एएफसीएटी, पद संख्या 336, अंतिम तिथि 31 दिसंबर 2024
5. बॉर्डर सिक्योरिटी फोर्स, पद कांस्टेबल जीडी, पद संख्या 275, अंतिम तिथि 30 दिसंबर 2024
6. आईआईएफसीएल, पद असिस्टेंट मैनेजर ग्रेड ए, पद संख्या 40, अंतिम तिथि 23 दिसंबर 2024
7. सुप्रीम कोर्ट ऑफ़ इंडिया, पद कोर्ट मास्टर शॉर्ट हैंड/एसपीए/पीए, पद संख्या 107, अंतिम तिथि 25 दिसंबर 2024
8. आरएसएमएसएसबी, पद जूनियर इंजीनियर, पद संख्या 1226, अंतिम तिथि 27 दिसंबर 2024

थोड़ी सी लापरवाही बन सकती है त्वचा के जलने का कारण

कभी जल्दबाजी में रसोई में खाना बनाते हुए, तो कभी मोमबत्ती या पटाखे जलाते हुए, त्वचा जल सकती है। पर जले के ये निशान लंबे समय तक न रहें, इसके लिए इन घरेलू नुस्खों की मदद ले सकती हैं। अपनी त्वचा पर दाग-धब्बे और निशान किसी को भी पसंद नहीं होते। हम में से कोई भी नहीं चाहता कि उसकी त्वचा पर किसी भी तरह का निशान हो। ऐसे में बर्न मार्क्स आपकी परेशानी का कारण बन सकते हैं। रसोई में काम करते हुए छोटी सी भूल या दिवाली में हटी थोड़ी सी सावधानी से आपके हाथ- पांव जल सकते हैं। दिवाली में यह काफी आम होता है क्योंकि त्योहार की मस्ती में पटाखे जलाते समय कब ध्यान बंट जाता है पता नहीं चलता है। यह आपके लिए काफी घातक भी साबित हो सकता है और आपकी खूबसूरती पर भी असर डाल सकता है। यहां हम बात कर रहे हैं बर्न मार्क्स की जो आपके चेहरे पर भद्दे निशान डाल सकते हैं और जल्दी हटने का नाम नहीं लेते हैं। यह निशान त्वचा की बाहरी और अंदरूनी दोनों परत को प्रभावित कर सकते हैं।बर्न मार्क्स समय के साथ फीके पड़ जाते हैं, लेकिन कई घरेलू उपाय भी हैं जो इन्हें हटाने में आपकी मदद कर सकते हैं। तो चलिये जानते हैं कुछ घरेलू उपाय के बारे में जो बर्न मार्क्स को हटाने में आपकी मदद कर सकते हैं । मगर उससे पहले जानते हैं कि आप खुद को बचाने के लिए क्या कर सकती हैं।

खुद को जलने से बचाने के लिए आप क्या कर सकती हैं- कहीं भी जलने पर आपकी सबसे पहले इसे बहते ठंडे पानी के नीचे रखना चाहिए। इसके बाद बेहतर राहत के लिए एक साफ गीले कपड़े से एक कोल्ड सेक तैयार करें और इसे लगभग 15 से 20 मिनट के लिए जले हुए स्थान पर रखें। और फिर प्रभावित क्षेत्र को और पानी से धो लें।इस चरण को पूरा करने के बाद डॉक्टर द्वारा बताया गया बर्न ओइंटमेंट लगाएं। यह दर्द और सूजन को कम करने में मदद कर सकता है।

नारियल का तेल-अगर नारियल को अपने दैनिक आहार का हिस्सा बनाया जाए तो यह मुंहासों के निशान को दूर करने में मदद कर सकता है।

क्या आपकी ओरल हेल्थ के लिए फायदेमंद है बबल गम चबाना?

शुगर फ्री बबल गम का इस्तेमाल न केवल आपके दांतों के आसपास प्लाक बनने से रोकता है, बल्कि ये दांतों पर कॉफी या चॉकलेट के निशान भी हटा देता है। कुछ लोग जॉलाइंस, तो कुछ लोग माउथ फ्रेशनर के तौर पर बबल गम चबाते हैं। हालांकि, इस दौरान सभी के मन में यह सवाल रहता है कि क्या यह हमारी ओरल हेल्थ के लिए अच्छा है या नहीं! हालांकि, कई ऐसे च्यूइंगगम हैं जो आपकी ओरल हेल्थ के लिए अच्छे होते हैं। परंतु यदि आप अधिक मात्रा में शुगर युक्त गम का इस्तेमाल कर रही हैं। तो यह आपकी ओरल हेल्थ के लिए खतरनाक हो सकता है। सही गम आपके ओरल हाइजीन को बनाए रखने में आपकी मदद करेगा। तो चलिए जानते हैं, ऐसे ही कुछ गम के बारे में साथ ही जानेंगे यह किस तरह हमारे ओरल हाइजीन को प्रभावित करते हैं।

ओरल हाइजीन के लिए फायदेमंद होता है शुगर फ्री गम-सालों से गम का प्रयोग कई रूपों में होता चला आ रहा है। इसे ओरल हाइजीन के लिए होम रेमेडी के तौर पर इस्तेमाल कर सकती हैं। यह दांतो को साफ करता है और इसे हार्मफुल बैक्टीरिया से प्रोटेक्ट करता है।अमेरिकन डेंटल एसोसिएशन के अनुसार ओरल हाइजीन के लिए हमेशा शुगर फ्री गम का इस्तेमाल करना चाहिए। यह आपके दांतो को कैविटी से प्रोडक्ट करता है।

जाइलिटोल गम हैं काफी प्रभावी-नेशनल लाइब्रेरी ऑफ़ मेडिसिन द्वारा प्रकाशित एक स्टडी की मानें तो वह गम जिसमें शुगर अल्कोहल जाइलिटोल मौजूद होते हैं, वह अन्य शुगर फ्री गम्स की तुलना में दांतों की सड़न को रोकने में ज्यादा प्रभावी होते हैं।पब मेड सेंट्रल द्वारा की गई एक स्टडी के अनुसार जाइलिटोल दांतो को सड़ाने वाले बैक्टीरिया और सांसों की बदबू से लड़ता है और दांतो को प्रोटेक्ट करता है। वहीं जाइलिटोल स्वीटएंड गम मुंह में गंदगी फैलाने वाले बैड बैक्टीरिया को खत्म करते हैं। इसी के साथ ओवरऑल ओरल हेल्थ के लिए काफी फायदेमंद होते हैं।

दांतो को सफेद बनाए-कई कारणों से दांतो का रंग पीला पड़ने लगता है जैसे कि स्मोकिंग और कॉफी का अधिक सेवन। खाने के बाद गम चबाने से दांतों में फसे रह गए फूड पार्टिकल्स और फ़ूड कलर हट जाते हैं। ऐसे में यह दातों पर स्टेन का कारण नहीं बनते।

बदलता मौसम बढ़ा सकता है बेबी के लिए परेशानी

पहली गर्मी, पहली बरसात या पहली सर्दी, नवजात शिशु के पहले साल में मौसम का हर बदलाव उसके लिए चुनौतियां बढ़ा देता है। अगर आप अभी हाल ही में मां बनीं हैं तो जानिए कैसे रखना है अपने बेबी का ख्याल। आपने अपने बड़े बुजुर्गो को कहते सुना होगा कि मौसम में बदलाव आने पर नवजात शिशु की देखभाल पर खास ध्यान देना चाहिए। दरअसल मौसम में बदलाव आने पर वातावरण का तापमान गिरने लगता है। आपके बेबी के शरीर को इसके अनुसार ढलने में समय लगता है। ऐसे में आपकी जिम्मेदारी और भी ज्यादा बढ़ जाती है। छोटे बच्चों की इम्युनिटी बड़ों के मुकाबले बेहद कमजोर होती है। जिससे मौसम में बदलाव आने पर बच्चों के बीमार पड़ने का जोखिम बढ़ जाता है। यहां वे टिप्स दिए जा रहे हैं, जो नवजात शिशु की देखभाल में आपकी मदद कर सकते हैं। तो चलिए जानते हैं कि बदलते मौसम में कैसे करनी है नन्हें शिशु की देखभाल

1. **मौसम के अनुसार कपड़े पहनाएं-**वातावरण में तापमान गिरते ही बच्चों की देखभाल में खास ध्यान देना बहुत जरूरी है। बच्चों का शरीर वातावरण के अनुसार अपना तापमान रेगुलेट नहीं कर पाता। इसमें कपड़ों का सही चुनाव बहुत जरूरी है। इसके साथ ही ध्यान रखें कि आप उन्हें ओवर ड्रेस नहीं करें। क्योंकि इससे उन्हें ओवर हीटिंग की समस्या भी हो सकती है। विशेषज्ञों का मानना है कि ओवर हीटिंग भी बच्चों में सिड्स का कारण बना सकता है।

2. **इम्युनिटी का रखें ख्याल-**मौसम में बदलाव आने पर संक्रमण और बीमारियों का खतरा बढ़ने लगता है। इसलिए ध्यान रखें कि आप अपने बच्चों को समय से वेक्सिनेशन जरूर करवाएं। वायरल और बैक्टीरियल इंफेक्शन बच्चों की इम्युनिटी पर सबसे पहले असर डालते हैं। लेकिन समय से सभी वेक्सिनेशन लेने से बच्चों को संक्रमण के खतरों से बचाया जा सकता है।

3. **सनलाइट है बहुत जरूरी-**बच्चों को सनलाइट थेरेपी देना भी जरूरी है, क्योंकि इससे उनके शरीर को विटामिन डी के साथ सभी आवश्यक पोषक तत्व मिल पाते है। इसलिए ठंडे होते मौसम में बच्चों को कुछ देर सनलाइट में ले जाना फायदेमंद माना जाता है।इसके साथ ही ध्यान रखें कि आप उनकी त्वचा पर सन्सक्रीन न लगाएं।

बॉलीवुड चटकारा

तृप्ति डिमरी

बनीं 2024 की सबसे लोकप्रिय भारतीय स्टार

अभिनेत्री तृप्ति डिमरी ने दीपिका पादुकोण और शाहरुख खान सहित इंडस्ट्री के कुछ सबसे बड़े नामों को पीछे छोड़ते हुए IMDb की 2024 की सबसे लोकप्रिय भारतीय स्टार की सूची में शीर्ष स्थान हासिल किया है। यह उल्लेखनीय उपलब्धि डिमरी की बढ़ती लोकप्रियता का प्रमाण है। रणबीर कपूर के साथ फिल्म एनिमल में काम करने के बाद तृप्ति डिमरी की लोकप्रियता आसमान छू गई। उन्होंने इस साल तीन फिल्मों में काम किया, बैड न्यूज़, विक्की विद्या का वो वाला वीडियो और भूल भुलैया 3।अपने प्रशंसकों का धन्यवाद करते हुए, तृप्ति डिमरी ने एक बयान में कहा, "IMDb की 2024 की सबसे लोकप्रिय भारतीय सितारों की सूची में नंबर 1 स्थान पर आना वास्तव में एक बहुत बड़ा सम्मान है। यह मान्यता मेरे प्रशंसकों के अविश्वसनीय समर्थन और उन सभी की कड़ी मेहनत का प्रमाण है जिनके साथ मुझे सहयोग करने का सौभाग्य मिला है। रोमांचक परियोजनाओं पर काम करने से लेकर भूल भुलैया 3 के साथ 2024 को समेटने तक, यह मेरे लिए एक यादगार साल रहा है। मैं इस प्रेरक उद्योग का हिस्सा बने रहने के साथ आगे क्या होता है, इसका बेसब्री से इंतजार कर रही हूं। जहां तृप्ति ने शीर्ष स्थान हासिल किया, वहीं हाल ही में मां बनीं दीपिका पादुकोण सूची में दूसरे स्थान पर रहीं। इस साल उनकी तीन बड़ी फ़िल्में रिलीज़ हुई फ़ाइटर, सिंघम अगेन और कल्कि 2898 AD, जो उनकी तेलुगु फ़िल्मों में पहली फ़िल्म थी।

पैसे के लिए टीवी पर रचा स्वयंवर, दो शादियां और तलाक, गिरफ्तारी के डर से अब दुबई में रह रही है राखी सावंत

टीवी इंडस्ट्री की ड्रामा क्वीन कही जाने वाली राखी सावंत की निजी जिंदगी एक खुली किताब की तरह है। उनकी जिंदगी में जो भी विवाद हुए वो छुपे नहीं हैं। कई बार वह खुद इसकी जिम्मेदारी ले चुकी हैं और इसे स्वीकार भी कर चुकी हैं।

राखी सावंत की दो बार शादी हो चुकी है

रितेश सिंह-2019 में शादी और 2022 में तलाक

आदिल खान दुर्रानी-2022 में शादी

इलेश परुजनवाला-2009 में राखी का स्वयंवर शो में चुने गए

दो बार शादी की, धर्म परिवर्तन किया, तलाक लिया, अब दुबई में है-राखी सावंत ने अपने जीवन में पहली बार रितेश सिंह से शादी की। ये उनकी सीक्रेट शादी थी। दोनों को बिग बॉस में साथ देखा गया था। शो छोड़ने के कुछ समय बाद ही उन्होंने आधिकारिक तौर पर तलाक ले लिया। इसके बाद उनकी दूसरी शादी आदिल खान दुर्रानी से हुई। उसने उससे शादी की और इस्लाम कबूल कर लिया। उसने अपना नाम फातिमा रखा। लेकिन उनके रिश्ते भी इस हद तक खराब हो गए कि आज वह कोर्ट के समन और गिरफ्तारी के डर से दुबई में छुपी हुई हैं।

कुंडली भाग्य फेम श्रद्धा आर्या बनीं मां, जुड़वां बच्चों के साथ वीडियो शेयर कर लिखा

कुंडली भाग्य एक्ट्रेस श्रद्धा आर्या के घर एक नहीं बल्कि दो नन्हे मेहमान आए हैं। उन्होंने जुड़वां बच्चों को जन्म दिया है। श्रद्धा ने वीडियो शेयर करके ये खुशखबरी अपने फैन्स के साथ साझा की है। श्रद्धा ने एक बेटी और एक बेटे को जन्म दिया है। साथ में लिखा है कि उनका परिवार पूरा हो गया। उनके करीबी श्रद्धा और उनके बच्चों पर प्यार लुटा रहे हैं। श्रद्धा ने वीडियो के कैप्शन में लिखा है कि है कि दो खुशियों से भरे नन्हे मेहमानों के आने के बाद उनका परिवार पूरा हो गया। श्रद्धा की डिलीवरी 29 नवंबर को हुई थी। वीडियो में श्रद्धा के हाथ में दो बच्चे दिख रहे हैं। एक ने नीला और एक ने पिंक ब्लैंकेट ओढ़ा है। श्रद्धा के पीछे डेकोरेशन है जिसमें नीले और पिंक कलर के गुब्बारे हैं। इनमें बॉय और गर्ल लिखा है।श्रद्धा के इस वीडियो पर उनके फैन्स और इंडस्ट्री के दोस्त बधाइयां दे रहे हैं। अंकिता लोखंडे ने ढेर सारे हार्ट इमोजी के साथ लिखा है, बेबी बधाई हो। माही विज ने भी हार्ट इमोजी बनाए हैं। दीपिका सिंह, पूजा बनर्जी और कृष्णा मुखर्जी सहित कई लोगों ने श्रद्धा को बधाई दी है।

टिकिट

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

अति आवश्यक सूचना

पाठकों व विज्ञापनदाताओं से निवेदन है कि जिनका सालाना सदस्यता शुल्क व विज्ञापनों का भुगतान नहीं हो पाया है वे अपना शुल्क 'हमारा वतन के नाम से खाता संख्या 61079058819' एसबीआई (IFSC Code- SBIN0004227) में या 9214996258 पर फोन-पे, पेटीएम, गुगल-पे पर जमा कराकर सूचित करें।

– सम्पादक

पुनीत प्रतिष्ठा में :-

क्या खाक़ लिखे कोई, बरगश्ता ज़माना है,
कांटों पै भी चलना है, दामन भी बचाना है।

सम्पादकीय.....

कम नहीं हैं दुश्वारियां,नई दिशा की जरूरत

कई बार बाहरी सैलानियों की हुड़दंगबाजी के किस्से कहानियां अखबारों की सुर्खियां बनती हैं तो कई दफा शरारती एवं शराबी तत्वों द्वारा पर्यटक वाहनों के साथ तोडफ़ोड़ की घटनाएं पर्यटकों के दिलों में भय उत्पन्न करती हैं। ऐसे में पर्यटक स्थलों पर सैलानियों और स्थानीय लोगों के मन में सुरक्षा की भावना का संचार करने के लिए हथियारबंद पुलिस कर्मियों एवं पुलिस की नियमित गश्त की व्यवस्था होनी चाहिए। हिमाचल प्रदेश को प्रकृति ने भरपूर प्राकृतिक सुंदरता, स्वच्छ जल, जंगल, पहाड़, नदियों और स्वच्छ परिवेश से नवाजा है। हिमाचल प्रदेश में पर्यटन से रोजगार की अपार संभावनाएं हैं जिसके लिए प्रदेश में पिछले 50 वर्षों से इस दिशा में सभी सरकारें प्रयासरत रहती आई हैं। हिमाचल के सकल घरेलू उत्पाद में पर्यटन का 7.5 फीसदी योगदान है, इसमें बढ़ोतरी की दरकार है। हिमाचल प्रदेश पर्यटन विभाग के पास इस समय कुल 4662 होटल और 4146 होमस्टे पंजीकृत हैं। पंजीकृत गाइड्स की संख्या 1314 और ट्रैवल एजेंसियों की संख्या 3297 है। वर्तमान समय में हिमाचल के होटलों में 154448 बिस्तरों की व्यवस्था है। वर्ष 2023 में हिमाचल प्रदेश में 15942118 भारतीय पर्यटक आए थे, जबकि 62806 विदेशी पर्यटकों ने भी हिमाचल की प्रकृति एवं वादियों को निहारा। इस प्रकार 2023 में हिमाचल प्रदेश में कुल 16004924 पर्यटक आए थे। इस साल दिसंबर 2024 तक हिमाचल प्रदेश में 1.16 करोड़ से ज्यादा पर्यटक आ चुके हैं। इनमें से 49523 पर्यटक विदेश से आए हैं। इस हिसाब से, साल 2024 में हिमाचल आने वाले पर्यटकों का आंकड़ा मार्च 2025 तक दो करोड़ पार करने की उम्मीद है। सुक्खू सरकार ने पर्यटकों के आंकड़े को पांच करोड़ तक पहुंचाने का लक्ष्य रखा है। पिछले दो महीनों से हिमाचल प्रदेश में पर्यटन विस्तार के दृष्टिकोण से कुछ अच्छी खबरें सुनने को नहीं मिल रही हैं। एक तो हिमाचल प्रदेश को टूरिज्म सेक्टर में बड़ा झटका लगा है। केंद्र ने स्पेशल असिस्टेंट टू स्टेट्स फॉर कैपिटल इन्वेस्टमेंट स्कीम के तहत 23 राज्यों को 3296 करोड़ जारी किए हैं, लेकिन इसमें हिमाचल प्रदेश का नाम ही नहीं है। इस पर मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू ने अपने फेसबुक वॉल पर लिखा है कि केंद्र सरकार की भेदभावपूर्ण राजनीति ने हिमाचल की जनता को एक बार फिर शिकार बनाया है। उनके अनुसार केंद्र सरकार हिमाचल प्रदेश के विकास की यात्रा को अवरुद्ध करने की कोशिशें कर रही है। दूसरे हिमाचल सरकार ने पर्यटन निगम के घाटे में चल रहे कुछ होटलों को लेकर पूर्व आईएएस अधिकारी तरुण श्रीधर की एक सदस्यीय कमेटी गठित की थी, ताकि निगम के होटलों को लेकर छह महीनों में कमेटी की सिफारिशों की रोशनी में कुछ सुधार किया जा सके, परंतु तरुण श्रीधर ने मात्र एक महीने के भीतर अपनी रिपोर्ट प्रदेश सरकार को सौंप दी है। पर्यटन विकास निगम के कुल 56 होटल चल रहे हैं, लेकिन ज्यादातर होटल घाटे में हैं। इससे निगम अपने कर्मचारियों की सैलरी और पेंशनर को पेंशन नहीं दे पा रहा है। पेंशनर के सेवा लाभ का मामला भी कोर्ट में विचाराधीन है। मामले की सुनवाई करते हुए अदालत ने घाटे के होटल बंद करने का फैसला सुनाया था और वहां के स्टाफ को दूसरे होटलों में शिफ्ट करने के लिए आदेश दिए थे।

राम गोपाल सैनी

नाम वापसी के बाद दी बार एसोसिएशन के अध्यक्ष पद हेतु चार उम्मीदवार मैदान में

चौमूं (हमारा वतन)। दी बार एसोसिएशन चौमूं के वार्षिक आम चुनाव 2024-25 की नामांकन प्रक्रिया के दौरान नाम वापसी के उपरांत चुनावी उम्मीदवारों की सूची जारी कर दी गई है ।

मुख्य चुनाव अधिकारी हेमाराम चौधरी, विनोद कुमार शर्मा, पवन कुमार प्रजापति और नानूराम जाट ने बताया कि अध्यक्ष पद के लिए महेंद्र कुमार सैनी, राजेंद्र कुमार शर्मा, श्रवण कुमार चोपड़ा और धीरेंद्र सैनी, उपाध्यक्ष पद के लिए अजय कुमार शर्मा, अजय सिंह शेखावत और जटाशंकर यादव, महासचिव पद हेतु कुंज बिहारी कुमावत और अश्विनी कुमार मैदान में हैं ।

वहीं सहायक चुनाव अधिकारी आरएस भदाला और प्रवीण कुमार तंवर ने बताया कि नाम वापसी के उपरांत कोषाध्यक्ष पद पर रोहित यादव, संयुक्त सचिव पद पर गौरीशंकर गुर्जर, सांस्कृतिक सचिव पद पर अभिषेक भदाला, पुस्तकालय सचिव पद पर संजय नटवाड़िया और कार्यकारिणी सदस्य पद पर कमल राज, सुरेंद्र कुमार घील, अरुण यादव और राजेश कुमार गोरा को निर्विरोध निर्वाचित किया गया।

राजस्थान कृषि अनुसंधान संस्थान में दो दिवसीय राष्ट्रीय सेमिनार

राष्ट्रीय सेमिनार के माध्यम से नए रिसर्च आर्टिकल ढूंढने में स्टूडेंट्स को मदद मिलेगीः डॉ बलराज सिंह

जयपुर(नि.सं.)। कर्ण नरेंद्र कृषि विश्वविद्यालय जोबनेर के अधीन राजस्थान कृषि अनुसंधान संस्थान रारी दुर्गापुरा में श्री कर्ण नरेंद्र कृषि विश्वविद्यालय और राजा राममोहन राय लाइब्रेरी फाउंडेशन के सहयोग से डिजिटल वातावरण में सूचना और ज्ञान प्रणाली में उभरते रुझान पर दो दिवसीय राष्टीय सेमिनार का आयोजन किया गया । कार्यक्रम में विश्वविद्यालय कुलपति डॉ बलराज सिंह मुख्य अतिथि तथा डॉ डी.के गुप्ता विभागाध्यक्ष पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान विभाग केंद्रीय विश्वविद्यालय हरियाणा विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। विश्वविद्यालय कुलपति डॉ बलराज सिंह ने प्रतिभागियों को संबोधित किया और कहा कि जिस प्रकार कोशिका का शक्ति गृह माइटोकांड्रिया है ठीक उसी प्रकार किसी भी विश्वविद्यालय का शक्ति गृह उसकी लाइब्रेरी है । डॉ बलराज सिंह ने लाइब्रेरी का महत्व बताते हुए कहा कि किसी भी विषय से संबंधित जानकारी के लिए तथा विद्यार्थियों के ज्ञानार्जन में वृद्धि के लिए लाइब्रेरी महत्वपूर्ण स्थान है।

साथ ही उन्होंने बताया कि कृषि वैज्ञानिकों और विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों के लिए किए गए शोध अब नए विद्यार्थी, किसान तथा अन्य वैज्ञानिक ई लाइब्रेरी के जरिए कहीं पर भी देख और पढ़ सकेंगे और ई लाइब्रेरी में न केवल रिसर्च पेपर मिलेंगे बल्कि कृषि से जुड़े अन्य साहित्य और योजनाओं की जानकारी भी मिलेगी, साथ ही इस सेमिनार के माध्यम से नए रिसर्च आर्टिकल ढूंढने में स्टूडेंट्स को मदद मिलेगी।

(कविता)

रिश्ते

रिश्ते उँगलियों पर सवार होकर
खुद को काट रहें है तलवार होकर

हैसियत हिस्साकसी का हिस्सा है
कौन फिरता है असल प्यार लेकर

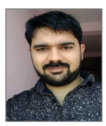
मददगार बन के मदद मांगता है अदद
मुफलिसी में है तो होगा
न कुछ यार होकर

जिनको अता किया था
अहले चमन चाँद चौकश ,
वही उखाड़ देतें है
शजर-ए - उम्मीद को बयार होकर

अब तो जाना,सुना, समझा न समझे
होता क्या ही है समझदार होकर

वक्त खुद के लिए खुदाई
करने का है सिद्धार्थ,
खुद के लिए खुद खड़े
रहो खबरदार होकर

-सिद्धार्थ गोरखपुरी



ज़िंदगी एक परीक्षा (कविता)

ज़िन्दगी एक परीक्षा है, इसे मुस्कुराते हुए गुज़ारेंगे।
राह में आई मुश्किलों से, हम हरगिज़ न घबराएंगे।
ठोकरों को सबक जो समझ, कदम आगे बढ़ायेंगे।
गिर कर उठना सीख लिया, कभी हार नहीं मानेंगे।

तेज़ आंधी तूफ़ानों में भी, दीप नये जलाते जाएंगे।
चट्टानों से टकरा कर सदा, मार्ग अभिनव बनायेंगे।
हरेक अँधियारा मिटाने को, ज्योति हम बन जाएंगे।
निज हौसलों की आग से, सितारे नभ के छू जाएंगे।

मेहनत की क़लम से, सदैव तकदीर अपनी लिखेंगे।
शक्ति और सामर्थ्य के बल से, हर सपना पूरा करेंगे।
निर्भय होकर विश्वास के साथ, कदम आगे बढ़ाएंगे।
जीवन के इस इम्तिहान में, हम फ़तह को अपनाएंगे।

सपने सारे सच करने है, हरदम यह ज़िद लिए चलेंगे।
स्वयं पर रखते भरोसा, मंजिल अपनी गले लगाएंगे।
जीवंतता की इस कड़ी में, सीख हर वक्त नई पाएंगे।
परीक्षा है यह जीवन की, मुस्कराते हुए इसे निभाएंगे।

-महेन्द्र सिंह कटारिया,नीमकाथाना, राजस्थान

RNI No. 10311/1965
स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक, सम्पादक राम गोपाल सैनी के लिए उदय प्रिन्टर्स 43 ए, माली कॉलोनी, चांदपोल बाहर, जयपुर से मुद्रित तथा वार्ड नं.1, सामोद रोड़ नीमड़ी, ग्राम-मोरीजा, तहसील-चौमूँ, जिला-जयपुर से प्रकाशित , मो. 9214996258, 7014468512
उप सम्पादकः सुरेन्द्र कुमार सैनी
E mail-hamarawatan65@gmail.com
प्रबंध सम्पादक : वली मोहम्मद कुरैशी, मो. 9929610759
सभी प्रकार के वाद-विवादों का न्याय क्षेत्र चौमूं शहर होगा।