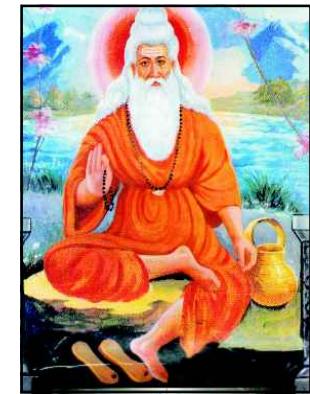




प्रकाशक/स्वामीत
रजनी (पुत्री-महेश धावनिया)

डाक पंजियन संख्या : JaipurCity/423/2017-19



ग्रधान कार्यालय-सी-57, महेश नगर, जयपुर-15, मो.-9928260244

हिन्दी मासिक समाचार पत्र



7073909291 E-mail:shreebaba_2008@yahoo.com

वर्ष : 12 अंक : 5 आर.एन.आई. नं. : RAJHIN/2008/24962



जयपुर, 5 जुलाई, 2019

मूल्य : 5 रुपए प्रति

पृष्ठ : 4

कसान दुर्गाप्रसाद चौधरी पत्रकारिता पुरस्कार समारोह हमारी सरकार का एकमात्र उद्देश्य है गुड गवर्नेंसः गहलोत

जयपुर। मुख्यमंत्री श्री अशोक गहलोत ने कहा कि गुड गवर्नेंस हमारी सरकार का एकमात्र उद्देश्य है। आमजन को

पुरस्कार समारोह को सम्बोधित कर रहे थे। उन्होंने इस अवसर पर दैनिक नवज्योति के प्रधान सम्पादक श्री दीनबंधु चौधरी के व्यक्तित्व एवं कृतित्व पर लिखित 'गैरव ग्रंथ' का भी विमोचन किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि कसान दुर्गाप्रसाद चौधरी ने सिटीजन कॉसिल के माध्यम से अजमेर के विकास में बड़ी भूमिका निभाई।

महान नेताओं के योगदान को कभी नहीं भुलाया जा सकता: मुख्यमंत्री ने कहा कि पं. जवाहर लाल नेहरू, सरदार पटेल, डॉ. भीमराव अम्बेडकर, मौलाना अबुल कलाम आजाद, इंदिरा गांधी जैसे महान नेताओं के त्याग और बलिदान के कारण ही भारत में 70 साल बाद भी आज मजबूत लोकतंत्र कायम है। देश के विकास और लोकतंत्र की मजबूती के लिए इनके

संवेदनशील, पारदर्शी और जवाबदेह शासन देना हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता है। इसमें मूडिया की भूमिका महत्वपूर्ण होने के साथ ही सबका सहयोग बेहद जरूरी है। श्री गहलोत दैनिक नवज्योति समाचार पत्र के संस्थापक एवं स्वतंत्र सेनानी स्व. कसान दुर्गाप्रसाद चौधरी पत्रकारिता

अखिल भारतीय बैरवा महासभा की राष्ट्रीय बैठक सम्पन्न



जयपुर। अखिल भारतीय बैरवा महासभा राजि. 277 की राष्ट्रीय बैठक का आयोजन एम पी क्लब नार्थ एवेन्यू नई दिल्ली पर रखा गया जिसकी अध्यक्षता श्री हरिनारायण बैरवा साहब राष्ट्रीय अध्यक्ष जी ने की। स्वागत भाषण श्री रतन लाल बैरवा राष्ट्रीय महामंत्री जी ने की राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में सभी प्रदेशों के कार्यकारिणी सदस्यों ने बढ़ चढ़कर अपनी अपनी भूमिका अपने विचारों के द्वारा कराई, सभी के सुझावों को आखिर में सभी

4. संस्था को आर्थिक लाभ और समाज को फायदा कैसे हो इस विषय पर गम्भीर विचार हुआ। 5. समाज में शिक्षा का अभाव बहुत है बच्चों को कैसे शिक्षा के लिये जागरूक किया जाए। 6. महिलाओं की हिस्सेदारी और उनके संगठन को कैसे बढ़ाया जाए उस पर भी सभी के विचार लिये गए। बाकी सभी मुद्दों पर अध्यक्ष जी ने एक एक कर सभी विचारों पर अपनी राय देकर सभी को एक छत एक झटे के नीचे लाकर साबित कर दिया कि वह सच में एक बुद्धिजीवी, ऊर्जावान, धृति लिखे सज्जन है जो समाज का सही नेतृत्व करना जानते हैं। इन्ही शब्दों के साथ अपनी वाडी को विराम देता हूँ कोई भूल चुक हुई हो तो छमा करना। कार्यक्रम के अन्त में हेमन्त गाँगिया बैरवा राष्ट्रीय संगठन मंत्री दिल्ली ने सभी का धन्यवाद ज्ञापित किया।

समाचार विज्ञापन संकलन

श्री बाबा समाचार पत्र की प्रकाशन तिथि प्रत्येक माह की 5 तारीख है। अतः समाचार एवं विज्ञापन आदि के प्रकाशन के लिए विज्ञप्ति, फोटो आदि सामग्री माह की 20 तारीख तक पूर्ण विवरण के साथ भिजवा दें। सम्पर्क करें:

श्री बाबा whatsapp 7073909291

सी-57, महेश नगर, 80 फीट रोड, जयपुर-15

मो.-9928260244 E-mail : shreebaba_2008@yahoo.com

श्री बाबा

हिन्दी मासिक समाचार पत्र



7073909291 E-mail:shreebaba_2008@yahoo.com

अगस्त से नहीं होगा बिना हाई सिक्युरिटी नंबर प्लेट के वाहनों का रजिस्ट्रेशन

योगदान को कभी नहीं भुलाया जा सकता, लेकिन दुर्भाग्य की बात है कि राजनीतिक स्वार्थों के चलते आज दुष्प्रचार किया जा रहा है। यह दुष्प्रचार हमारे देश को गलत दिशा में ले जाएगा।

भावनात्मक मुद्दों की जगह सिद्धान्त और नीतियों पर बात हो: श्री गहलोत ने कहा कि भावनात्मक मुद्दों पर अनर्गत बहस के बजाय सिद्धान्त और नीतियों पर बात होनी चाहिए तभी यह देश सही दिशा में आगे बढ़ सकेगा। उन्होंने कहा कि इतिहास से से छेड़छाड़ उचित नहीं है, क्योंकि सच्चाई को कभी नहीं बदला जा सकता। जो लोग गैरवशाली इतिहास को बदलना चाहते हैं, वे कभी अपना इतिहास नहीं बना सकते। उन्होंने कहा कि कुछ लोग धर्म के नाम पर देश को बांटने का प्रयास करते हैं, (शेष पृष्ठ 2 पर)

विशाल सम्मान समारोह 11 अगस्त को

जयपुर। श्री नारायण मानव सेवा समिति (रजि.), राजस्थान प्रदेश द्वारा विपाल सम्मान समारोह का आयोजन किया जा रहा है इस आयोजन में प्रमुख समाज सेवी, उद्योगपति एवं उत्कृष्ट व्यक्तियों को "सांगनेर गैरव" एवं "सांगनेर श्री" व आर्थिक सहयोग करने वाले भामाशाहों को सम्मान पत्र देकर सम्मानित किया जायेगा इस मौके पर राजस्थान के सभी विद्यालयों में मेरिट आये विद्यार्थियों का सम्मान समारोह रखा गया है। यह समारोह रविवार, 11 अगस्त 2019 को सुबह 10.30 बजे से दोपहर 2 बजे तक सांगानेर के स्टेडियम में आयोजित किया जायेगा समिति के संस्था अध्यक्ष चन्द्रमोहन चहेता ने बताया कि समान हेतु आवेदन पत्र रविवार, 21 जुलाई 2019 तक जमा किये जा सकते हैं, इस समारोह में मानव हित और लोगों का जुड़ाव विशय पर विचार गोश्ठी भी रखी जायेगी। इस आयोजन में अधिक से अधिक संख्या में लोग पहुंचे इसके लिये विभिन्न प्रकार से प्रचार प्रसार किया जा रहा है, सम्मान समारोह से सम्बन्धित किसी भी प्रकार की जानकारी के लिये 8619336330 पर सम्पर्क करें।

सर्वधर्म सामूहिक विवाह सम्मेलन 10 जुलाई को

जयपुर। न्यू जागृति सामाजिक सेवा संस्थान की ओर से सर्वधर्म सामूहिक विवाह सम्मेलन 10 जुलाई, 2019 को शीतला माता चाकसू में होने जा रहा है ऐसे परिवार जो अपनी बेटी की शादी का खर्च उठाने में असमर्थ हैं वह अपनी मर्जी से बेटी का रिश्ता करने के बाद निचे दिए गए हैं नंबर पर सम्पर्क करे शादी पुरा खर्च न्यू जागृति सामाजिक सेवा संस्थान की ओर

चुका है। इससे संबंधित नोटिफिकेशन जारी हुए तीन माह बीत चुके हैं। इसके बावजूद कई आरटीओ सामान्य नंबर प्लेट के साथ नए वाहनों का रजिस्ट्रेशन कर रहे थे। इसे देखते हुए मंत्रालय ने यह फैसला किया है। अधिकारी ने बताया, सड़क परिवहन मंत्रालय ने वाहनों की चोरी और वाहनों के दुरुपयोग पर अंकश के लिए नए वाहनों के लिए एचएसआरपी को अनिवार्य किया है। यह नंबर प्लेट मैन्युफैक्चरर को ही लगा कर देनी है। इस तरह की नंबर प्लेटों में किसी भी तरह से छेड़छाड़ नहीं की जा सकती है।

विश्व शांति कार रैली को डीजीपी ने दिखाई हरी झंडी

जयपुर। साबरमती से लंदन तक निकाली जाने वाली 17 हजार किलोमीटर लंबी विश्व शांति कार रैली को जयपुर में



जिएलएन मार्ग स्थित होटल में राजस्थान पुलिस के डीजीपी भूपेन्द्र सिंह यादव ने हरी झंडी दिखाकर आगे के लिए रवाना सिंह, संजय अग्रवाल, मालिनी अग्रवाल, सुनील दत्त व हेमन्त प्रियदर्शी अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

बैरवा छात्रावास प्रबंधन समिति एवं छात्रावास निर्माण समिति की संयुक्त बैठक सम्पन्न

जयपुर। बैरवा शिक्षा प्रचार एवं सहायतार्थ समिति की कार्यकारिणी समिति, बैरवा छात्रावास प्रबंधन समिति एवं छात्रावास निर्माण समिति की संयुक्त बैठक बैरवा छात्रावास के सभागार श्रीकिशनपुरा, जगतपुरा, जयपुर में श्री दीपचंद बैरवा की अध्यक्षता में आयोजित की गई। जिसमें निम्न बिंदुओं पर चर्चा हुई पूर्व बैठक कार्यवाही का अनुमोदन, वर्ष 2018-19 की ऑडिट रिपोर्ट एवं आय व्यय का ब्योरा, संस्था की स्मारिका का प्रकाशन पर चर्चा

हुई स्मारिका के विज्ञापन के लिए पीछे का पेज 21000/-, अंदर का लास्ट व प्रथम पेज के पीछे 15000-15000/- अन्य पूरा पेज 11000/- आधा पेज 5500/- चोथाई पेज 2750/- का होगा, छात्रावास के द्वितीय तल का निर्माण पर चर्चा, आदि कई मुद्दों पर चर्चा की गई। जिसमें उपस्थित बैरवा विश्व विद्यालय के अध्यक्ष समिति के अध्यक्ष श्री दीपचंद बैरवा, वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री जे पी बैरवा, उपाध्यक्ष श्री एस के बैरवा, श्री ओमप्रकाश मूर्तिकार, महामंत्री श्री हरिराम नागरवाल, स. सचिव श्री दोलत माल्या, कांगाली श्री बाबूलाल महुआ, श्री रोड़ाम सुलनिया संगठन सचिव व सचिव बैरवा छात्रावास

सम्पादकीय जल-चेतना का काल

देश में सुखाड़ की स्थिति से निपटने के लिए जल को जनचेतना का विषय बनाने पर केंद्रीय मंत्री का जोर देना बिल्कुल सही विचार है। मोदी सरकार की महत्वाकांक्षी ‘‘जल शक्ति अभियान’’ की शुरुआत के मौके पर केंद्रीय जल शक्ति मंत्री गणेश शेखावत ने दो टूक कहा कि देश पर आसन्न जल संकट से निपटने की जिम्मेदारी जितनी सरकार की है, उतनी जनता की भी है। और जनता को इस अभियान से जोड़कर ही इस समस्या पर जीत हासिल की जा सकती है। जाहिर तौर पर देश के अधिकांश हिस्सों खासकर दक्षिण भारत, पश्चिम भारत और उत्तर भारत के कई शहर पानी के अभूतपूर्व संकट से दो-चार हैं। पानी के इस्तेमाल और अपने बर्तनों में भरने के जिस तरह के दृश्य हम देखते हैं, उससे पानी को लेकर आने वाले समय में हालात और कितने दुरुह होंगे, इसकी कल्पना से सिहरन होती है। ठीक है कि जनता को जल के उचित इस्तेमाल के लिए तैयार करने और उन्हें सही मार्गदर्शन देने से इस चिंता को पाटा जा सकता है, मगर सरकार को भी कई स्तर पर पानी के बेजा इस्तेमाल और ऊंची बिल्डिंगों के लिए पहले से बने नियमों को सख्ती से लागू करने के लिए कमर कसनी होगी। और यह उतना आसान नहीं है, जितनी आसानी से मोदी सरकार ने अपने पहले कार्यकाल में स्वच्छता अभियान को जन-जन तक पहुंचाकर उसे सफल बना दिया। नियम है कि सरकार से टोकन राशि पर मिली जमीन पर बने स्कूल, अस्पताल और अन्य बड़ी इमारतों को जल संचयन की ठोस परिकल्पना अमल में लानी होगी। मगर ईमानदारी से इसे कितने स्कूल, अस्पताल और बड़े भवन के मालिक अमल में लाते हैं, यह सबको पता है। इस बात में कोई दो-राय नहीं कि जल संकट राष्ट्रीय चिंता का विषय है। और सभी को मिलकर इसका हल निकालना होगा। ‘‘पानी बनाया नहीं जा सकता है, बचाया जा सकता है’’, सो जल का उपयोग समझदारी के साथ कैसे और किस रूप में किया जाए, इसमें सरकार और पानी के मसले पर काम कर रही एजेंसी और विशेषज्ञों की मदद ली जा सकती है। हो सके तो स्कूल लेवल से ही पानी के महत्व को बताने वाले पाठ्यक्रम शामिल किए जाएं, हर नागरिक को कम-से-कम एक पेड़ लगाने का नियम आवश्यक किया जाए। कुल मिलाकर जल संकट से फिलक नहीं चुराने का नहीं बल्कि कार्यस्तर पर डटकर मुकाबला करने का समय है।

सदस्यता शुल्क

वार्षिक सदस्यता

100 रुपए

विशिष्ट द्विवार्षिक सदस्यता

500 रुपए

साथ में पाएं दो वैवाहिक एवं एक क्लासीफ़िड डिस्प्ले

विज्ञापन

बिल्कुल मुफ्त

आजीवन सदस्यता

2100 रुपए

संरक्षक सदस्यता

5100 रुपए

डॉ. अम्बेडकर ने ऐसा संविधान बनाया जो सबको साथ जोड़कर रख सके

गतांक से आगे

राजनीतिक मुद्दों से परेशान अम्बेडकर का स्वास्थ्य बिगड़ा चला गया। 6 दिसम्बर 1956 को अम्बेडकर की नींद में ही दिल्ली बाबासाहेब डॉ. अम्बेडकर को 1990 में स्थित उनके घर में मृत्यु हो गई। 7 दिसम्बर को बम्बई में चौपाटी समुद्र तट पर बौद्ध शैली में उनका अंतिम संस्कार किया गया। सरकार ने बाबा साहेब को बहुत देर से भारत रत्न सम्मान प्रदान किया जिसके बाहरे हकदार थे।

डॉ. अम्बेडकर की सामाजिक और राजनीतिक सुधारक की विरासत का आधुनिक भारत पर गहरा प्रभाव पड़ा है। स्वतंत्रता के बाद के भारत में उनकी सामाजिक और राजनीतिक सोच को सम्मान हासिल हुआ। उनकी यह सोच आज की सामाजिक, अर्थात् नीतियों, शिक्षा, कानून और सकारात्मक कार्रवाई के माध्यम से प्रदर्शित होती है।

भारतीय संविधान के रचयिता डॉ.

वैवाहिक

वर चाहिए

- * जयपुर निवासी, 29 वर्ष, शिक्षा-एम.ए., अंग्रेजी, वर्तमान में जयपुर यू.को. बैंक में एसिस्टेंट, पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-सुलाणिया, लकवाल, बैण्डवाल।
- * जयपुर निवासी (तलाक सुदा), 36 वर्ष, शिक्षा-एम.ए., बी.एड., पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-कुण्डारा, डेरवाल, बैण्डवाल व सामने देवतवाल न हो।
- * जयपुर निवासी, 29 वर्ष, शिक्षा-बी.टेक., एम.बी.ए., स्वयं का व्यवसाय, पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-गोमलाडू, बुहाड़िया, बेथाड़िया।
- * जयपुर निवासी, 23 वर्ष, शिक्षा-बी.कॉम., एम.कॉम. प्रथम वर्ष, पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-नागरवाल, कुण्डारा, बुआ, सामने आकोदिया न हो, मो. 9414052846
- * जयपुर निवासी (तलाकशुदा), 31 वर्ष, शिक्षा-बी.ए., बी.एड., एल.एल.बी. पिता-बैंक सेवा, गौत्र-मेहर, लोदवाल, बंशीवाल।
- * जयपुर निवासी (तलाकशुदा), 31 वर्ष, शिक्षा-बी.ए.सी., बी.एड., पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-भियाणा, बंशीवाल, गंगवाल, जोनवाल।
- * जयपुर निवासी, 28 वर्ष, शिक्षा-एम.बी.बी.एस., वर्तमान में राजकीय चिकित्सक चित्रकुट मेडिकल कॉलेज, पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-उच्चैनिया, भीमवाल, रसगानिया।
- * जयपुर निवासी, 21 वर्ष, शिक्षा-बी.कॉम., पिता-प्राइवेट जॉब, गौत्र-मीमोरोट, लोदवाल, बैण्डवाल, नंगवाड़ी, बंशीवाल व सामने जीवाल न हो।
- * जयपुर निवासी, 25 वर्ष, शिक्षा-एम.कॉम., पिता-राजकीय सेवा, गौत्र-नंगवाड़ा, कुण्डारा, जोनवाल, सामने महर न हो, मो. 8302594945
- * जयपुर निवासी, 30 वर्ष, शिक्षा-एम.सी.ए., वर्तमान में ज.वी.वी.एन.लि. कोमखील एसिस्टेंट, पिता राजकीय सेवा, गौत्र मरमट, मिमरोट, कुण्डारा, मो. 7820889367
- * जयपुर निवासी, 27 वर्ष, शिक्षा-बी.टेक., वर्तमान में ज.वी.वी.एन.लि. कनिष्ठ अभियन्ता, पिता राजकीय सेवा, गौत्र डोरिया, देवतवाल, मिमरोट।
- * टोंक निवासी, 22 वर्ष, शिक्षा-बी.टेक., एम.एस.सी. तैयारी, वर्तमान में स्वयं को कोचिंग सेन्टर, पिता राजकीय सेवा, गौत्र आकोदिया, मेहर, गोमलाडू, मो. 9414639864
- * टोंक निवासी (विधुर), 27 वर्ष, शिक्षा-बी.टेक., एम.कॉम., वर्तमान में सरकारी एसिस्टेंट प्रोफेसर, पिता राजकीय सेवा, गौत्र सिशोदिया, गजरानिया, नंगवाड़ा।
- * जयपुर निवासी, 31 वर्ष, शिक्षा-बी.एस.सी., बी.एड., एम.ए., पिता-निजी कार्य, गौत्र-धब्बन, नागरवाल, ढंडेरवाल, बान्दरवाल व सामने मुरारिया न हो।
- * अजमेर निवासी, 28 वर्ष, शिक्षा-बी.ए., बी.एड., एम.ए., पिता-निजी कार्य, गौत्र-धब्बन, नागरवाल, ढंडेरवाल, बान्दरवाल व सामने मुरारिया न हो।
- * अजमेर निवासी, 31 वर्ष, शिक्षा-बी.ए.सी., बी.एड., एम.ए.सी., पी.एच.डी. अध्ययनरत, पिता-निजी कार्य, गौत्र-धब्बन, नागरवाल, ढंडेरवाल, बान्दरवाल व सामने मुरारिया न हो। मो. 9024707422

अप्रैल व 6 दिसम्बर को मुंबई स्थित उनके स्मारक पर काफी लोग उन्हें अपनी श्रद्धांजलि अर्पित करने के लिए आते हैं।

बीमराव अम्बेडकर के कई सपने थे। भारत जाति-मुक्त हो, औद्योगिक राष्ट्र बने, सदैव लोकतांत्रिक बना रहे। अम्बेडकर विपुल प्रतिभाशाली छात्र थे। उन्होंने कोलंबिया विश्वविद्यालय और लन्दन स्कूल ऑफ

था। लोग अम्बेडकर को एक दलित नेता के रूप में जानते हैं जबकि उन्होंने बचपन से ही जाति प्रथा का खुलकर विरोध किया था। उन्होंने जातिवाद से मुक्त आर्थिक दृष्टि से सुदृढ़ भारत का सपना देखा था मगर देश की गंदी राजनीति ने उन्हें सर्वसमाज के नेता की बजाय दलित समाज के नेता के रूप में स्थापित कर दिया।

डॉ. अम्बेडकर का एक और सपना भी था कि दलित धनवान बनें। वे हमेशा नौकरी मांगने वाले ही न बने रहें अपितु नौकरी देने वाले भी बनें। अम्बेडकर के दलित धनवान बनने के सपने को साकार कर रही है डिक्की। पुणे के दलित उद्यमियों ने दलित इंडियन चैंबर्स ऑफ इंडस्ट्री (डीआईसीआई) नामक एक ट्रेड बॉडी बना ली है। जो दलित उद्यमियों को आगे बढ़ाने में सहयोग करती है।

भारत सरकार ने डॉ. भीमराव अंबेडकर का लंदन स्थित वह तीन मंजिला बंगला भी खरीद लिया है, जिसमें वह 1920 के दशक में एक छात्र के तौर पर रहे थे। अब इस भवन को एक अंतर्राष्ट्रीय स्मारक में तब्दील किया जाएगा जहां दुनिया भर के लोग डॉ. अम्बेडकर के विचारों को जान व समझ सकेंगे।



हमारी सरकार का एकमात्र.... (पृष्ठ 1 का शेष)

- यह किसी भी दृष्टि से ठीक नहीं। धर्म के नाम पर जो मुल्क बने आज उनकी स्थिति किसी से छुपी नहीं है। जनस्वास्थ्य एवं अर्थशास्त्र के प्रोफेसर रहे एवं वकालत की। वो देश के एक बहुत बड़े अर्थशास्त्री थे। मगर देश उनके अर्थशास्त्री होने का उतना लाभ नहीं उठा पाया जितना उठाना चाहिये।
- है। समारोह में मुख्यमंत्री ने इस वर्ष का कसान दुर्गाप्रसाद चौधरी पत्रकारिता पुस्तकार वरिष्ठ पत्रकार विनोद वाजपेयी को प्रदान किया। साथ ही सुधा कावड़िया, श्री काशीनाथ जैन, रामभजन कुमावत, श्री प्रदीप कुमार शर्मा, हेमराज पारीक तथा भागीरथ को प्रोत्साहन पुस्तकार से सम्मानित किया। इससे पहले दैनिक नवज्योति के प्रधान सम्पादक दीनबंधु चौधरी ने स्व. कसान दुर्गाप्रसाद चौधरी के व्यक्तित्व के विवरण लेनी चाहिए। सूचना एवं जनसम्पर्क मंत्री डॉ. रघु शर्मा ने कहा कि कसान दुर्गाप्रसाद चौधरी द्वारा शुरू किया गया दैनिक नवज्योति अखबार आज भी सबसे प्रेरणा लेनी चाहिए। सूचना एवं जनसम

फर्स्ट टाइम योग करने जा रही हैं तो जान लें ये बातें

तन-मन को स्वस्थ रखने के लिए योग सबसे बेहतरीन ज़रिया है, तभी तो आजकल हर कोई योग का दीवाना हुआ जा रहा है।

नेता से लेकर अभिनेता तक हर कोई योग किया जाता है वैसे ही योग करने से पहले भी वार्मअप करना बहुत जरूरी होता है। इससे मांसपेशियां सक्रिय होंगी और शरीर लचीला बनेगा जिससे आप हर तरह के आसन कर पाएंगे।

मुश्किल आसन से न करें शुरुआत

योग की शुरुआत हमेशा सबसे आसान आसन से करनी चाहिए। प्रैक्टिस के बाद भी शुरुआत में इंजी आसन करें फिर धीरे-धीरे मुश्किल आसन की तरफ जाएं इससे किसी तरह का ध्यान रखें। खासतोर पर पहली बार योग करने वालों को ये बातें ज़रूर पता होनी चाहिए।



फायदे गिनाते नज़र आ रहे हैं और देखा जाए तो यह बिल्कुल सच है। योग से आपका शरीर लचीला बनता है, एकाग्रता आती है, टेंशन दूर होती है यानी योग आपके संपूर्ण स्वास्थ्य का ध्यान रखता है, लेकिन यह सब तभी होगा जब आप इससे जुड़ी कुछ बातों का ध्यान रखें। खासतोर पर पहली बार योग करने वालों को ये बातें ज़रूर पता होनी चाहिए।

वार्मअप है ज़रूरी

जिस तरह वर्कआउट से पहले वार्मअप

ठंडा पानी न पीएं

योग के दौरान ठंडा पानी पीना आपकी सेहत के लिए खतरनाक हो सकता है। क्योंकि योग करने से शरीर गर्म हो जाता है और ऐसे में यदि ठंडा पानी पिया जाए तो जुकाम, कफ और एलर्जी की शिकायत हो सकती हैं। इसलिए योग करने के दौरान और बाद में नार्मल पानी ही पीएं।

बीमारी में नो योग

जिन लोगों को जोड़ें, कमर, घुटनों में अधिक दर्द है तो डॉक्टर की सलाह पर ही

योग करना चाहिए। साथ ही योगसन करने के दौरान बाथरूम नहीं जाना चाहिए बल्कि अपने शरीर का पानी पसंनें के जरिए बाहर निकलना चाहिए।

गलत पोज न करें

योग का फायदा तभी होगा जब आप इसे सही तरीके से करेंगे। यदि आप गलत आसन में बैठते हैं तो इससे कमर दर्द, घुटनों में तकलीफ या मसल्स में खिंचाव हो सकता है। इसलिए योग करने से पहले ट्रेनर से सलाह लें।

तुरंत बाद न नहाएं

योग करने के तुरंत बाद न नहाने की गलती न करें, क्योंकि शरीर गर्म रहता है। तुरंत नहाने से सर्दी-जुकाम, बदन दर्द जैसी समस्या हो सकती है। इसलिए योग करने के एक घंटे बाद ही नहाएं।

खाने के बाद न करें योग

खाना खाने के तुरंत बाद कभी योग नहीं करना चाहिए। भोजन और योग में कुछ घंटों का अंतराल होना चाहिए। खाने के करीब 3 घंटे बाद योगासन करना ठीक होता है। वैसे सुबह के समय खाली पेट भी कुछ हल्के फुल्के योग किए जा सकते हैं। खाना खाने के बाद आप सिर्फ बजासन कर सकते हैं कुछ देर के लिए।

गर्भवती महिलाएं न करें योग

गर्भवती महिलाओं को इस अवस्था में योग के सारे आसन नहीं करने चाहिए। वह गर्भावस्था के लिए अलग से हल्के फुल्के बताए गए योग ही करें जिससे शरीर को अराम मिलेगा और बच्चे को भी नुकसान नहीं पहुंचेगा।

शांत और एकांत जगह

योग हमेशा एकांत करना चाहिए इससे ध्यान केंद्रित करने में आसानी होगी। तेज म्यूजिक और हँसी मजाक के माहौल में किया गया योग फायदेमंद नहीं होता।

राजस्व रिकॉर्ड में मूल जाति नाम को संशोधित

जाति नाम अँकन करना है अनिवार्य

लगता है जैसे किसी ने गाली देदी हो। नवयुवकों को तो यह कर्तव्य बदाशित नहीं है।

अनुसूचित जाति के मूल नाम को सरकार ने अनुसूचित जाति जनजाति अत्याचार निवारण अधिनियम 1989 लागू करने के बाद मूल जाति नाम को अस्पृश्यता की परिभाषा में मानते हुए गाली माना गया है, जो दंडनीय अपराध की परिभाषा में आता है। राजस्व रिकॉर्ड की जमांबंदी में दर्ज अनुसूचित जाति (चमार) को प्रचलित जाति के नाम से प्रतिस्थापित करने के संबंध में माननीय उच्चतम न्यायालय ने अपने निर्णय दिनांक 19/4/2011 स्वर्ण सिंह एवं अन्य बनाम भारत सरकार में उक्त जाति शब्द चमार को De-rogatory/Insulting/Abusing अर्थात् गाली माना गया है।

अखिल भारतीय बैरवा महासभा के बुद्धिजीवी समाज सुधारकर्त्ता यथा श्री विवेकदास जी महाराज, श्री मुनीश्वरनन्द जी महाराज, स्वामी हीरादास जी महाराज, श्री हरिशंकर सिद्धांतशास्त्री, मास्टर झूथालालजी, श्री हरिहरानन्द त्यागीजी महाराज, शिव प्रसाद मरमठ, एवं मधुकर मरमठ द्वारा समाज की मूल जाति नाम में संशोधन करवा कर बैरवा नाम दिलवाने में सामूहिक सफल प्रयास रहा।

राजस्वान सरकार एवं मध्य प्रदेश सरकार द्वारा बैरवा नाम को अनुसूचित जाति की सूची में 1950 के बाद ही मान्यता प्रदान कर दी गई थी परंतु, दिल्ली प्रदेश में काफी प्रयासों के बावजूद भी आज दिनांक तक भी बैरवा समाज को अनुसूचित जाति की सूची में शामिल नहीं किया जाना बैरवा समाज के लिए एक बहुत बड़ी कमज़ोरी रही है। दिल्ली में आज भी बैरवा समाज के छात्र-छात्राओं का जाति प्रमाण पत्र बलाई जाति के नाम से बनाया जाता है। जिसके लिए बैरवा समाज के पूर्व सांसद, वर्तमान सांसद, विधायक तथा गत 73 वर्षों से अखिल भारतीय बैरवा महासभा के अब तक रहे सभी राष्ट्रीय अध्यक्ष भी जिम्मेदार हैं। संभवत, निरंतर एवं ठोस प्रयास का अभाव रहा है।

ग्रामीण परिवेश में राजस्व रिकॉर्ड में खातेदारों के नाम के साथ मूल जाति का नाम आज भी अंकित किया हुआ है। जबकि, आजादी से पूर्व ही दिनांक 29/4/1946 को ही बैरवा समाज के नाम का पंजीयन भारत सरकार से आदेश कराया गया था। जिससे स्पष्ट है कि हमारे समाज के मूल नाम में संशोधन करवा कर बैरवा नाम दिये हुए 73 वर्ष पूर्ण हो चुके हैं।

कुंठित मानसिकता वाले स्वर्ण समाज के अधिकारी, पटवारी, अपीन आदि अभी भी मूल जाति का नाम ही राज्य सरकार के राजस्व रिकॉर्ड में अंकित करते आ रहे हैं। जिला, तहसील, पटवार कार्यालय एवं ग्राम पंचायत कार्यालय आदि में रिकॉर्ड का वाचन करते हुए अँकित मूल जाति के नाम से ही पुकारा जाता है, जिसे सुनते ही स्वाभिमान को ठेस का आभास होता है।

-विचारक

बाबूलाल महुआ

सेवानिवृत लेखाधिकारी एवं समाजसेवी

योग करना चाहिए। साथ ही योगसन करने के दौरान बाथरूम नहीं जाना चाहिए बल्कि अपने शरीर का पानी पसंनें के जरिए बाहर निकलना चाहिए।

गलत पोज न करें

योग का फायदा तभी होगा जब आप इसे सही तरीके से करेंगे। यदि आप गलत आसन में बैठते हैं तो इससे कमर दर्द, घुटनों में तकलीफ या मसल्स में खिंचाव हो सकता है। इसलिए योग करने से पहले ट्रेनर से सलाह लें।

तुरंत बाद न नहाएं

योग करने के तुरंत बाद न नहाने की गलती न करें, क्योंकि शरीर गर्म रहता है। तुरंत नहाने से सर्दी-जुकाम, बदन दर्द जैसी समस्या हो सकती है। इसलिए योग करने के एक घंटे बाद ही नहाएं।

खाने के बाद न करें योग

खाना खाने के तुरंत बाद कभी योग नहीं करना चाहिए। भोजन और योग में कुछ घंटों का अंतराल होना चाहिए। खाने के करीब 3 घंटे बाद योगासन करना ठीक होता है। वैसे सुबह के समय खाली पेट भी कुछ हल्के फुल्के योग किए जा सकते हैं। खाना खाने के बाद आप सिर्फ बजासन कर सकते हैं कुछ देर के लिए।

गर्भवती महिलाएं न करें योग

गर्भवती महिलाओं को इस अवस्था में योग के सारे आसन नहीं करने चाहिए। वह गर्भावस्था के लिए अलग से हल्के फुल्के बताए गए योग ही करें जिससे शरीर को अराम मिलेगा और बच्चे को भी नुकसान नहीं पहुंचेगा।

शांत और एकांत जगह

योग हमेशा एकांत करना चाहिए इससे ध्यान केंद्रित करने में आसानी होगी। तेज म्यूजिक और हँसी मजाक के माहौल में किया गया योग फायदेमंद नहीं होता।

आर्टिकल- 15 को शेयर व उसको एक सुपरहिट फ़िल्म व इसके लिए विशेष अभियान

जयपुर। अम्बेडकरादियों से सविनय के खिलाफ आवाज उठाती हैं।

निवेदन यह हैं की हमारे बहुजन समाज पर आधारित फ़िल्म। जिसने बाबा साहब व भारतीय संविधान पर अपनी फ़िल्म में पूर्ण देखनी चाहिये। मेरा आप सभी साथियों से



जोर दिया हैं जिसके निर्देशक अनुभव सिन्हा व भीम आर्मी से पूर्ण अनुरोध हैं की इस फ़िल्म के लिए अभ

कांग्रेस ने जिला परिषद की 9 में से 7, पंचायत की 75 में से 39 सीटें जीतीं

लोकसभा चुनाव में हार के बाद उपचुनाव में राहत

जयपुर। लोकसभा चुनाव में मिली करारी हार के बाद मंगलवार को पंचायत समिति और जिला परिषद के लिए हुए उपचुनाव के नीतीजे कांग्रेस के लिए राहत देने वाले हैं।

उपचुनाव में कांग्रेस ने भाजपा को बढ़े अंतर से हराया है। जिला परिषद सदस्य के लिए नौ सीटों के लिए हुए उपचुनाव में कांग्रेस ने सात सीटों पर और पंचायत

मां. तब. भी. रोती थी. जब. बेटा. पेट. मे. लात. मारता. था.
मां. तब. भी. रोती. थी. जब. बेटे. को. चोट. लग. जाती. थी. मां. तब. भी. रोती. थी. जब. बेटा. बुखार. मे. तडपता. था. मां. तब. भी. रोती. थी. जब. बेटा. खाना. नहिं. खाता. था. और. मां. आज. भी. रोती. है. जब. बेटा. खाना. नहिं. देता. है।

रात्रिकालीन आयुर्वेद चिकित्सा चौपाल रेनवाल मांजी में हुआ संपन्न

रेनवाल मांजी (फागी)। कस्बे के कल्याण कॉलोनी स्थित गोठवाल भवन प्रांगण में Asclepius Wellness आयुर्वेदिक संस्था जयपुर द्वारा दिनांक 28 जून 2019 को शाम 8 बजे से 10 बजे तक रात्रिकालीन आयुर्वेद चौपाल का आयोजन हुआ। जिसमें आयुर्वेद के बारे में, वर्तमान में हो रही बीमारियों से बचाव, रोगों में ध्यान रखने योग्य नुस्खे, बचाव व उपचार के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। इस अवसर पर अतिथि के रूप में व चौपाल में आयुर्वेद के बारे में विस्तार से जानकारी देने के लिए श्री राजेन्द्र जांगिड़, श्री शिवनारायण सैनी अध्यापक जयपुर, डॉ लालचन्द्र सैनी, रामनारायण चौधरी पथरे संचालन त्रिलोकराज बैनिवाल ने किया। इस अवसर पर शंकर लाल गोठवाल, कानाराम गोठवाल, रामलाल बैरवा, घासीराम बैरवा, हुमान रैगर, शक्ति भाई मंसूरी सहित मौहल्ले के स्त्री पुरुषों ने बढ़ चढ़कर भाग लिया। सभी ने भरपूर आयुर्वेदिक जानकारी ग्रहण किया।

आठ जुलाई से बनेंगे हाथकरघा बुनकरों के फोटोयुक्त परिचय पत्र

जयपुर। राज्य में 8 जुलाई से शिविर आयोजित कर हाथकरघा बुनकरों के फोटोयुक्त परिचय पत्र निःशुल्क बनाए जाएंगे। उद्योग आयुक्त एवं सचिव सीएसआर डॉ. कृष्णा कांत पाठक ने बताया कि सभी जिला उद्योग केन्द्रों पर 8 जुलाई से 19 जुलाई तक शिविर आयोजित कर हाथकरघा बुनकरों के परिचय पत्र बनाए जाएंगे। उन्होंने कहा कि इसके लिए जिला उद्योग केन्द्रों को आवश्यक निर्देश जारी कर दिए गए हैं। महाप्रबंधक जिला उद्योग केन्द्रों को निर्देशित किया गया है कि उद्योग केन्द्र परिसर में करघा लगाया जाए और शिविर में आने वाले बुनकरों से करघा संचालित करवा कर परिचय पत्र बनाए जाए। बुनकर परिचय पत्र केन्द्र व राज्य सरकार की योजनाओं में उपयोगी होंगे।

समिति के 75 में से 39 सीटों पर कांग्रेस को विजय मिली है। भाजपा को जिला परिषद में महज एक सीट से संतोष करना पड़ा है। प्रदेश में 75 पंचायत समिति के सदस्यों और 9 जिला परिषद सदस्यों के 30 जून को उपचुनाव हुए थे। इसमें कांग्रेस ने बाजी मारते हुए पंचायत समिति में 75 में से 39 सीटें जीती हैं तो वहीं भाजपा के हाथ केवल 29 सीटें आई हैं। छह सीटों पर

निर्दलीयों ने भी जीत दर्ज की है तो एक सीट पर चुनाव नहीं हुआ। जिला परिषद सदस्यों के 9 सीटों पर उपचुनाव हुए।

भाजपा के अलावा एक सीट रालोपा ने जीती है। कांग्रेस ने बागं, भीलवाड़ा, दौसा, बीकानेर, अलवर और नागौर में जीत दर्ज की है।

भाजपा को केवल झालावाड़ में सीट पर विजय मिली है। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने मतदाताओं का आभार और कांग्रेस कार्यकर्ताओं, पदाधिकारियों और विजयी उम्मीदवारों को बधाई दी। उधर, उपमुख्यमंत्री सचिन पायलट ने मतदाताओं का आभार जताया। उन्होंने कहा— जनता ने कांग्रेस में विश्वास जताया है।

सपना चौधरी के कार्यक्रम को मंजूरी क्यों नहीं दी थी हाईकोर्ट ने कमिशनर सहित अन्य से मांग जवाब

जयपुर। हाईकोर्ट ने डांसर सपना चौधरी के सांस्कृतिक कार्यक्रम के आयोजन की मंजूरी नहीं देने पर पुलिस कमिशनर, अतिरिक्त पुलिस आयुक्त लॉ एंड आर्डर, डीसीपी वेस्ट, एसीपी वेस्ट व करणी विहार पुलिस थानाधिकारी को नोटिस जारी कर जवाब मांगा है।

जस्टिस वीएस सिराधना ने यह अंतिम निर्देश राहुल तिमोली की याचिका पर दिया। याचिका में कहा कि उसने 30 जून को डांसर सपना चौधरी के सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजन के लिए 14 जून को डीसीपी से और 22 जून को पुलिस कमिशनर से अनुमति मांगी थी। लेकिन उन्होंने कार्यक्रम आयोजित करने की मंजूरी

नहीं दी और उसका प्रार्थना पत्र लंबित है। याचिका में कहा कि प्रार्थी को कार्यक्रम करवाई जाए जिससे कि वह उसे आयोजित कर सके।



महिला एवं बाल विकास मंत्री श्रीमती ममता भूपेश बैरवा को जन्म दिन की बधाई एवं शुभकामनाएं देते श्री संजय जोनवाल।

श्री बाबा समाचार पत्र के आजीवन सदस्य बनने पर हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं



श्री शंकर लाल बैरवा
एडवोकेट
राज. उच्च न्यायालय, जयपुर
निवास:
9-ए, अग्रसेन नगर, जयपुर
मो. 9413502868

अशोक बैरवा पूर्व कैबिनेट मंत्री व वर्तमान खण्डार विधायक को जन्मदिन हार्दिक बधाई व शुभकामनाएं दी



इस अवसर पर अखिल भारतीय बैरवा महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष हरिनारायण बैरवा जी, रोड्रगम सुलानियाँ जी, एडवोकेट मोहन प्रकाश बैरवा, बाबूलाल महुवा जी, प्रेम चन्द्र बैरवा जी, ओम प्रकाश कुवाल जी, शान्ति स्वरूप जी, ललित लोदिया जी, विनोद कुमार जी आदि सभी ने जन्मदिन की बधाई दी।

कर्मचारी बीमा निगम की योजनाओं को बताया

जयपुर। श्रम राज्यमंत्री टीकराम जूली आयुक्त डॉ समिति शर्मा सहित अन्य ने कर्मचारी राज्य बीमा निगम के क्षेत्रीय परिषद की बैठक ली।

बैठक में मंत्री को निगम एवं कराबी योजना के माध्यम से बीमितों को दी जा रही सुविधाओं के बारे में अवगत कराया। बैठक में शासन सचिव श्रम एवं नियोजन नवीन जैन, अधिकारियों ने भाग लिया।



छह माह की ट्रेनिंग के बाद ही पढ़ा पाएंगे इंजीनियर शिक्षक

ट्रेनिंग के बाद टेस्ट भी पास करना होगा, तभी नौकरी

नई दिल्ली। इंजीनियरिंग कॉलेजों के नए शिक्षक अब भर्ती होते ही सीधे छात्रों को नहीं पढ़ा सकेंगे।

पहले उन्हें 6 माह का ट्रेनिंग प्रोग्राम पूरा करना होगा। ऑल इंडिया कार्डिसिल ऑफ ट्रेनिंग कल एजुकेशन (एआईसीटीई) से जुड़े इंजीनियरिंग कॉलेजों के नए शिक्षकों को यह ट्रेनिंग करनी होगी। इस ऑनलाइन ट्रेनिंग के बाद टेस्ट में पास होने के बाद ही

शिक्षकों की नौकरी पक्की होगी। अगस्त से शुरू होने वाली ट्रेनिंग में इस बार 30 हजार शिक्षक शामिल होंगे।

अभी एआईसीटीई से जुड़े साढ़े तीन हजार कॉलेजों में इंजीनियरिंग की पढ़ाई होती है। यह ट्रेनिंग 8 विषयों— कला, रिसर्च, लीडरशिप, एडवांस्ड टेक्नोलॉजी, कम्प्यूटर व प्रयोगशाला से संबंधित विषयों की होगी।

श्री बाबा समाचार पत्र के विशिष्ट सदस्य बनने पर हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं



श्री प्रेमचन्द्र जोनवाल आई.ई.एस. (एम.ई.एस.), जयपुर



श्री बी.एल. शर्मा

सेनि. अति. मुख्य अधियन्ता



श्री सोहन लाल नागर

सेनि. उप शासन सचिव, जयपुर



श्री चाँद बिहारी बंशीवाला
सी. हैड मेसेनजर, एस.बी.आई.