

सुखी जीवन की संजीवनी है प्यार में संतुलन

'प्यार' शब्द का संबंध केवल दो युवा दिलों से ही नहीं बल्कि संपूर्ण प्राणी जगत से है। प्रत्येक रिश्ते को सुचारु रूप से चलायमान रख उसमें जीवंतता और सरसता बनाए रखने के लिए प्यार की भूमिका बहुत महत्वपूर्ण है।



हमें पर हम पाएंगे कि यही सुख को संपूर्ण परिभाषा है। जहाँ प्यार नहीं, वहाँ करोड़ों की बाधाएँ भी सुख का थोड़ा अहसास नुष्टा पाने में स्वयं को असमर्थ पाती हैं और रिश्तों में प्यार के बिना सरसता नामुमकिन है।

हर दिल में प्यार की उपस्थिति प्रत्येक के लिए प्रकृतिप्रद एक विशिष्ट उपहार है। प्रकृति ने किसी को भी इससे वंचित नहीं

के सर्वांगीण सुख को प्राप्त करना चाहते हैं तो प्राणीमात्र से प्यार तो करें ही लेकिन जिससे हमारे करीबी संबंध हैं, जिनके बीच हमारा जीवन चलनाम्मान है उनके प्रति प्यार में विशेष उदारता बेहद जरूरी है।

वर्तमान में कलेश, तनाव, कलह, पारिवारिक विघटन आदि की बहुतायत आपसी समझ और प्यार में कमी की ही परिणति हैं। जिन संबंधों में प्यार नहीं वे करीबी होते हुए भी कबाड़ हैं और जहाँ प्यार है समझो जंगल में भी बहार है, क्योंकि प्यार में समाहित है कुछ अतिमहत्वपूर्ण गुण-

● जहाँ प्यार है, वहाँ एक-दूसरे के लिए उत्तम से अति उत्तम सोचने का आभास है और प्रायः व्यक्ति को सोच ही कार्य में परिणत होती है।

● प्यार के चलते व्यक्ति स्वयं से ज्यादा सामने वाले को महत्व देता है, इसी स्वभाव के कारण कई बार वह आवश्यकता पड़ने पर अपने व्यक्तिगत कार्यों को अधूरा छोड़ अन्य के कार्य में स्वेच्छ से खुशी-खुशी अपनी सहभागिता प्रदान करता है। यह प्रक्रिया दोनों को असौम्य सुख देने वाली होती है।

● सुख-दुःख बिना किसी प्रवास के यहाँ से वहाँ, वहाँ से यहाँ स्वयंसे हस्तांतरित होते रहते हैं। खुशी बँटती है तो बढ़ती है, दुःख बँटता है तो कम होता है।

● प्यार हमेशा देने में विश्वास रखता है, लेने में नहीं। यह प्रवृत्ति सुख-शांति और सम्मान को जनक है।

● कर्तव्य निर्वहन में यदि प्यार समाहित है तो अधिकारों से कहीं ज्यादा खुशी और संतुष्टि का अनुभव कर्तव्य निर्वहन से होगा।

● जहाँ प्यार होता है, वहाँ कलेश और कलह का वास असंभव है। स्वाभाविक है तनाव से मुक्ति।

● प्यार के सहारे मुश्किल से मुश्किल कार्य भी सहजता से संपन्ना हो जाते हैं।

● आत्मीयता की गहन अनुभूति का माध्यम भी प्यार ही है।

● ईशान ताठप्र सुखमय जीवन के लिए लालायित रहता है और इस लालसा की पूर्ति भी प्यार से ही संभव है।

● अनेक मायव्यों में देखा गया है कि प्यार की गहराई कई बार संबंधित व्यक्ति को अनिष्टकारी घटनाओं से बचाने में भी सक्षम रही है।

● प्यार छल-कपट, झूठ आदि दुप्रवृत्तियों से भी व्यक्ति को बचाता है।

प्यार के ऐसे और भी कई अच्छे प्रभाव परोक्ष रूप से हमारी दिनचर्या में सम्मिलित हैं। कुल मिलाकर प्यार मानवता का परिधान और सुखमय जीवन का आधार है, फिर इससे दूरी कैसे?

रौनक लौटाएं बालों की

पौष्टिक तत्वों की कमी और खानपान की गलत आदतों का प्रभाव आपके बालों पर सीधा पड़ता है। विटमिन की कमी के कारण बाल कमजोर होकर गिरने लगते हैं। हेयर एक्सपर्ट जावेद हबीब को मानें तो बालों को पचास प्रतिशत समन्वयपूर्वक गलत आहार के कारण ही है। आप अपने बालों को स्वस्थ और मजबूत कैसे बनाएं, जानें।

● बालों के गिरने का एक अहम कारण डेंड्रफ है। अगर आपको रूसी की समस्या है तो उसमें निपटने के लिए एंटी डेंड्रफ शैंपू का इस्तेमाल करें। बालों को सही ढंग से सफाई करें। रूसी धूल, शैंपू केमिकल्स और अतिरिक्त सोबम फॉलिकल ऑयल के कारण पैदा होती है। यह सभी सिर की त्वचा पर एक फिल्म की तरह चढ़ जाते हैं और हेयर फॉलिकल्स को बंद कर देते हैं। इस कारण फॉलिकल्स बालों को विकसित नहीं कर पाते। सिर की त्वचा के छिद्र बंद होने और ऑक्सीजन भीतर न जाने के कारण बाल कमजोर होकर टूटने लगते हैं। इसलिए हर दूसरे दिन शैंपू के बाद अच्छी तरह धुलाई बेहद जरूरी है।

● धूप, गर्मी और लू के कारण भी बाल कमजोर होते हैं। इसलिए बालों में हेयर सीरम और सनस्क्रीन जरूर लगाएं। बाहर जब भी निकलें तो सिर ढक कर निकलें ताकि सूर्य की नुकसानदेह अल्ट्रावायलेट

किरणों सीधे बालों पर न पड़ें। हफ्ते में एक बार हॉट ऑयल मसाज करें। फिर कुछ देर गर्म पानी में तीलियों को भिगोकर निचोड़कर सिर पर लपेटें। इसके बाद मैशी दाना पैक लगाएं और आधे घंटे बाद शैंपू कर लें। यह बालों को मजबूती प्रदान करेगा और चमक भी। अपने आहार में हरी सब्जियां, अंडा, दूध और फल शामिल करें। अधिक से अधिक तरल पदार्थ लें। ताकि शरीर में पानी की कमी न हो।



टाईम पास

आज का राशिफल

Meer, Dush, Mishun, Kark, Rih, Mani, Kanya, Tulu, Durik, Dhanu, Makar, Kunj, Mani. Daily horoscope section with icons and text for each zodiac sign.

काकुरो पहेली - 2023

Crossword puzzle grid with numbers and clues in Hindi.

लॉफिंग जूठ

एक साधु बाजार में घूम रहा था। रास्ते में वह एक दुकानदार से बोला-बच्चन! साधु बाबा को कुछ दक्षिण दे दें। प्रभु की लीला हुई तो तेरी किस्मत पूरी तरह बदल जाएगी।

फिल्म वर्ग पहेली - 2023

Word search puzzle grid with a list of movie titles to find.

उपर से नीचे -

- List of 25 numbered clues for a 'top to bottom' word search puzzle.

काकुरो - 2022 का हल

Solution grid for the 2022 Kakuro puzzle.

पति-पत्नी खुरा होकर नाटक

देखने गए। जब आधी रात को घर लौटते तो देखा कि घर की सभी वस्तुओं का सामना हो चुका था। भेज पर कागज का एक पर्चा पड़ा था, जिस पर लिखा था- अब पता चला टिकट किसने भेजे थे?

वायें से दायें-

- List of 25 numbered clues for a 'left to right' word search puzzle.

फिल्म वर्ग पहेली - 2022

Word search puzzle grid with a list of movie titles to find.

सूडोकू - 2023

Sudoku puzzle grid with numbers and clues.

शब्द पहेली - 2023

Word search puzzle grid with a list of words to find.

वायें से दायें

- List of 39 numbered clues for a 'left to right' word search puzzle.

शब्द पहेली - 2022 का हल

Solution grid for the 2022 word search puzzle.

मजलिस पार्क अग्रवाल सभा ने धूमधाम से मनाया होली मंगल मिलन उत्सव



टीम एक्शन इंडिया नई दिल्ली: दिल्ली के मजलिस पार्क इलाके के गली नम्बर-7 स्थित बारात घर में मजलिस पार्क अग्रवाल सभा द्वारा होली मंगल मिलन समारोह का भव्य आयोजन किया गया। हर वर्ष की तरह, इस साल भी अग्रवाल सभा ने होली मिलन उत्सव का आयोजन किया। आपको बता दें कि क्षेत्र की प्रमुख सामाजिक संस्था होने के नाते मजलिस पार्क अग्रवाल सभा सालभर में आने वाले सभी बड़े त्योहारों पर भव्य कार्यक्रमों का आयोजन करती है। इससे पहले दिवाली मिलन उत्सव का भी आयोजन किया गया था।

होली मिलन उत्सव में क्या रहा खास : इस बार सभा की ओर से हरियाणा के प्रसिद्ध हास्य कलाकार झंडू एंड पार्टी को स्टेज शो के लिए आमंत्रित किया गया। इस दौरान झंडू एंड पार्टी ने अपने चुटकीले अंदाज से ऐसा समा बांधा कि सभागार में मौजूद हर कोई लोटपोट होती दिखा। इस



जगदीश गर्ग, प्रधान : कार्यक्रम में आये हुए सभी गणमान्य लोगों का मैं बहुत-बहुत धन्यवाद करता हूँ और सभी को होली पर्व की हार्दिक शुभकामनाएं देता हूँ।



शिव नारायण बंसल, संस्थापक : मजलिस पार्क अग्रवाल सभा द्वारा आयोजित कार्यक्रम में आये हुए सभी गणमान्य लोगों का मैं बहुत-बहुत धन्यवाद करता हूँ। ईश्वर सभी के जीवन में खुशियाँ लायें।



लक्ष्मी नारायण गोयल, चेयरमैन : मैं सभी को रंगों के त्योहार होली पर्व की शुभकामनाएं देता हूँ और ईश्वर से प्रार्थना करता हूँ ईश्वर सभी के जीवन में खुशियाँ लाये।



मजलिस पार्क: वरिष्ठ नागरिक संस्था ने धूमधाम से मनाया रंगोत्सव



टीम एक्शन इंडिया नई दिल्ली: दिल्ली के मजलिस पार्क स्थित बारात घर में वरिष्ठ नागरिक संस्था के द्वारा होली मंगल मिलन कार्यक्रम का बहुत भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में समाज के मार्गदर्शक वरिष्ठजनों ने होली के उत्सव पर एक-दूसरे को बधाई तो दी ही। साथ ही अपनी सुमधुर प्रस्तुतियों से सभी का मन मोह लिया। संस्था के चेयरमैन देवराज सेठी ने आये हुए सभी मेहमानों का स्वागत सत्कार किया। बताया गया कि वरिष्ठ नागरिक संस्था की नई



मंगत राम सिंघल, पूर्व मंत्री दिल्ली सरकार : मैं सभी को रंगों के त्योहार होली की बहुत-बहुत बधाई देता हूँ। आज बड़े ही भव्य रूप में वरिष्ठ नागरिक संस्था ने कार्यक्रम आयोजित किया है।

पवन शर्मा, विधायक आदर्श नगर विधानसभा क्षेत्र : आज बड़े ही भव्य रूप में वरिष्ठ नागरिक संस्था के द्वारा होली मिलन समारोह का आयोजन किया गया है, मैं सभी को होली की शुभकामनाएं देता हूँ।



संस्था की नई कार्यकारिणी का किया गया गठन

टीम एक्शन इंडिया नई दिल्ली: दिल्ली के मजलिस पार्क स्थित बारात घर में वरिष्ठ नागरिक संस्था के द्वारा होली मंगल मिलन कार्यक्रम का बहुत भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में समाज के मार्गदर्शक वरिष्ठजनों ने होली के उत्सव पर एक-दूसरे को बधाई तो दी ही। साथ ही अपनी सुमधुर प्रस्तुतियों से सभी का मन मोह लिया। संस्था के चेयरमैन देवराज सेठी ने आये हुए सभी मेहमानों का स्वागत सत्कार किया। बताया गया कि वरिष्ठ नागरिक संस्था की नई

कार्यकारिणी का भी गठन किया गया है। नई समिति के प्रधान शशि राज चौहान ने अपनी पूरी कार्यकारिणी को सभी के समझ प्रस्तुत किया। **क्या रहा खास :** कार्यक्रम में कलाकारों द्वारा गीत प्रस्तुत किए गए। बुजुर्गों ने भी अपनी प्रस्तुति दी। सभी नाचते-गाते दिखाई दिये। सभी के चेहरों पर एक अलग सा ही उत्साह देखने को मिला। इस दौरान किसी ने भजन गाकर अपनी प्रस्तुति दी तो किसी ने चुटकुले सुनाकर। **पूर्व पार्षद नीलम बुद्धिराजा ने सुनाया भजन :** इलाके की

पूर्व निगम पार्षद नीलम बुद्धिराजा ने 'राम आयेगे' भजन गाकर सबका मन मोह लिया। इस भजन पर लोग मंत्रमुग्ध होकर नाचते गाते दिखे। सभी के चेहरे खिल उठे। **ये लोग रहे मौजूद :** कार्यक्रम में आदर्श नगर विधानसभा क्षेत्र के विधायक पवन शर्मा, पूर्व मंत्री मंगत राम सिंघल, पूर्व जिलाध्यक्ष राज कुमार भाटिया, पूर्व पार्षद नीलम बुद्धिराजा, पूर्व पार्षद गरिमा गुप्ता, पूर्व निगम प्रत्याशी अनुभव धीर, मजलिस पार्क के प्रधान सुभाष दीक्षित,

संयोजक सुरेंद्र चौधरी, कोषाध्यक्ष नीरज कपूर, एक्शन इंडिया के समूह संपादक रवि भारद्वाज के अलावा कई गणमान्य लोग मौजूद रहे। कार्यक्रम में आये हुए गणमान्य लोगों का वरिष्ठ नागरिक संस्था के पदाधिकारियों ने भव्य रूप में स्वागत किया और होली की बधाई दी। इस अवसर पर वरिष्ठ नागरिक संस्था के देवराज सेठी चेयरमैन, प्रधान शशि राज चौहान, महासचिव अशोक जैन, जीपी सिंह कोषाध्यक्ष, गुरुदयाल छाबडा संरक्षक सहित कई गणमान्य लोग मौजूद रहे।

नीलम बुद्धिराजा, पूर्व निगम पार्षद आदर्श नगर : वरिष्ठ नागरिक संस्था के द्वारा आज बड़े भव्य रूप में होली उत्सव का आयोजन किया गया है। मैं वरिष्ठ नागरिक संस्था की पूरी टीम को इस कार्यक्रम के लिए बधाई देती हूँ।

सुभाष दीक्षित, प्रधान, मजलिस पार्क आरडब्ल्यूए : होली रंगों का त्योहार है, इसे सभी प्रेम भाव से मनायें। मैं सभी को इस पर्व की ढ़ेरो शुभकामनाएं देता हूँ और ईश्वर से प्रार्थना करता हूँ ईश्वर सभी के जीवन में खुशियाँ लाये।

रवि भारद्वाज, समूह संपादक, एक्शन इंडिया : वरिष्ठ नागरिक संस्था के द्वारा आज बड़े ही भव्य रूप में रंगों के त्योहार होली पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया है, मैं पूरी टीम को इसके लिए बहुत-बहुत बधाई देता हूँ।

अनुभव धीर, पूर्व निगम प्रत्याशी, भाजपा : वरिष्ठ नागरिक संस्था ने आज मजलिस पार्क के बारात घर में बड़े ही भव्य रूप में कार्यक्रम का आयोजन किया गया है, मैं सभी को होली की बधाई देता हूँ।

