

सम्पादकीय

एक संकट यह भी है कि देश में बड़ी आबादी ऐसी है जो खांसी-जुकाम को सामान्य पलू मानकर जांच करने से बचती है। फिर गांव-देहात में कोरोना जांच की पर्याप्त चिकित्सा सुविधा न होने की बात कही जाती है। यही वजह है कि विशेषज्ञ कह रहे हैं कि यदि अमेरिका में रोज दस लाख मामले आ रहे हैं तो उनकी जांच प्रक्रिया में ...

ऐसे वक्त में जब कोरोना संक्रमण की तीसरी लहर में संक्रमितों का आंकड़ा ढाई लाख पार कर गया है, प्रधानमंत्री का विभिन्न मुख्यमंत्रियों के साथ महामारी से लड़ाई के लिये बैठक करना तार्किक नजर आता है। एक सप्ताह में यह प्रधानमंत्री की दूसरी बैठक थी, जिसमें कहा गया कि संक्रमण से बचाव हेतु प्रतिबंधों व उपायों को लागू करते वक्त ध्यान रहे कि स्थानीय स्तर पर लोगों की जीविका पर प्रतिकूल असर न पड़े। स्मरण रहे कि पहली लहर के दौरान लगे सख्त लॉकडाउन से नयी तरह का मानवीय संकट पैदा हुआ था। देश ने विभाजन के बाद पलायन की सबसे बड़ी त्रासदी को देखा। अब तक भी आर्थिक दृष्टि से स्थिति पूरी तरह सामान्य नहीं हो पायी है। तीसरी लहर के दौरान राज्य सरकारों को स्थानीय प्रशासन को निर्देश देने होंगे कि संक्रमण की कड़ी तोड़ने के लिये एहतियाती उपाय जरूरी हैं, लेकिन जान के साथ जहान की रक्षा भी जरूरी है। देर-सवेर संक्रमण का दायरा सिमटेगा, लेकिन अर्थव्यवस्था को लगी चोट से उबरने में लंबा वक्त लग सकता है। मगर नये संक्रमण को लेकर जैसी दुविधा शासन-प्रशासन के सामने है वैसी ही दुविधा देश की श्रमशील आबादी के सामने है। हालांकि, केंद्र व राज्य सरकारें आश्वासन दे रही हैं कि पूरा व सख्त लॉकडाउन नहीं लगाया जायेगा, लेकिन दूध का जला छाछ भी फूंक-फूंक कर पीता है। पहली लहर की सख्त बंदिशों से महानगरों में श्रमिकों की त्रासदी की कसक अभी मिटी नहीं है। यही वजह है कि देश के कई राज्यों से श्रमिकों के पलायन की खबरें मीडिया में तैरती रही हैं। जाहिर है असुरक्षा बोध को दूर करने का आश्वासन उन उद्योगों की तरफ से श्रमिकों को नहीं मिल पाया, जहां वे काम करते हैं। ऐसे संकट के दौर में उद्योग व

जान और जहान

श्रमिकों के रिश्ते महज आर्थिक आधार पर न देखे जायें और उन्हें मानवीय संकट के संदर्भ में देखकर ऐसे आश्वासन दिये जाएं कि वे ऊहापोह की स्थिति से निकल सकें। निस्संदेह, कोरोना की तीसरी लहर ने देश के सामने नये सिरे से बड़ी चुनौती पैदा की है, अच्छी बात यह है कि तेज संक्रमण के बावजूद अस्पताल में भर्ती होने वाले लोगों की संख्या में कमी आई है। निस्संदेह, इसके मूल में देश में चला सफल टीकाकरण अभियान भी है। आंकड़े बता रहे हैं कि मरने व अस्पताल में भर्ती होने वाले लोगों में बड़ी संख्या उन लोगों की है जिन्होंने वैक्सीन नहीं लगवाई थी। अब वे लोग भी टीका लगवा रहे हैं, जिन्होंने पहले इसकी अनदेखी की। सुखद है कि देश की पंद्रह से 18 साल तक की किशोर आबादी का टीकाकरण शुरू हो गया है और किशोरों ने उत्साह के साथ टीकाकरण अभियान में भागीदारी की है। इसके बावजूद जैसा कि प्रधानमंत्री ने कहा है कि टेस्टिंग, ट्रैकिंग और ट्रीटमेंट की व्यवस्था जितनी बेहतर होगी, लोगों को अस्पताल में भर्ती करवाने की जरूरत उतनी ही कम पड़ेगी। उन्होंने अधिक संक्रमण वाले इलाकों में निषेध क्षेत्र घोषित करने तथा घरों में पृथक्कवास पर जोर दिया। दरअसल, जब से विशेषज्ञों ने कहा कि नया वेरिएंट कम धातक है, तो लोग इस संकट को गंभीरता से नहीं ले रहे हैं। भीड़भाड़ वाले इलाकों में कोरोना प्रोटोकॉल का पालन न करने की खबरें हैं। पूरी दुनिया कह रही है कि मास्क, सुरक्षित दूरी और बार-बार हाथ धोने से बचाव संभव है। विडंबना ही है कि जब तक प्रशासन सख्ती नहीं करता, हम नियम-कानूनों का पालन स्वेच्छा से नहीं करते। जबकि हमने पहली व दूसरी लहर में बड़ी कीमत चुकायी है।

कविता आदमी

बन कर मशीन कर रहा हर काम आदमी,
पता कहाँ है एक पल आराम आदमी ॥

डर— डर के हर कदम पे बिताता है जिन्दगी,
मर— मर के जी रहा है, सुबह— शाम आदमी ।

कीमत हर एक चीज की बढ़ती गई मगर,
माटी के मोल ही रहा, बे-दाम आदमी ॥

देता नहीं है रोटियां भूखे गरीब को,
कुत्तों को खिला देता है बादाम आदमी ॥

आता है जब भी मुल्क में, मौसम चुनाव का,
पाता है सुर्खियों में जगह, आम आदमी ॥

दुनिया को याद रहते हैं लाखों में एक, दो !
मरते तो बेशुमार हैं गुमनाम आदमी ॥



सिद्धार्थनगर ।

अकादमी का लक्ष्य है कि इन पाठ्यक्रमों के माध्यम से एक सत्य एवं श्रेष्ठ समाज का निर्माण हो सके और मनुष्य में भौतिक, आध्यात्मिक एवं भावात्मक पक्षों का सुन्दर समन्वय हो। इस अकादमी में सकारात्मक चिन्तन, तनावमुक्ति, आत्म उत्थान, आध्यात्मिकता का अनुप्रयोग, स्वप्रबन्धन व नेतृत्व प्रशिक्षण पाठ्यक्रम 3 से 30 दिन तक की समय सीमा में पूरे कराये जाते हैं। शिव शक्तियों के केन्द्र...

2020 年度

रथानान्तरित हुई यह संस्था अब प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के रूप में भारत भूमि से संसार भर को शान्ति का पैगाम देने का काम कर रही है। यह संस्था एक जीवन्त सामाजिक एवं नैतिक मूल्यों की प्रयोगशाला कही जा सकती है। जिसके माध्यम से विश्व के नवनिर्माण व चरित्र निर्माण का कार्य बड़ी तेजी के साथ हो रहा है। आज भी मधुरता व वैराग्य के इस अनूठे संगम स्थल पर आकर देश विदेश के आध्यात्मिक जिज्ञासु सहज ही आकर्षित हो जाते हैं। ब्रह्माकुमारीज संस्था की सोच है कि महान आत्मा बनने के लिए आत्मिक शक्तियों को पहचानने की आवश्यकता है, चूंकि जितना आत्मिक स्थिति का अभ्यास होगा उतनी ही बुद्धिशिर और शुद्ध होगी। आत्मिक व आणविक शक्तियों के समन्वय से एक सुखमय व शान्तिमय दुनिया की स्थापना ही ईश्वरीय विश्वविद्यालय का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। तभी तो आत्मा की शक्ति को पहचानने और उसके आत्म शान्त स्वरूप को समझने की सीख यहां बार-बार दी जाती है। यहां आध्यात्मिक लग्नानन्द में बहाया जाता है कि अब्राहम, पैगम्बर, क्राइस्ट, बुद्ध, महावीर स्वामी और शंकराचार्य धर्मात्माएं तो हैं किन्तु परमात्मनहीं। क्योंकि परमात्मा वही है जो अजन्म हो, निराकार हो, ज्योति स्वरूप हो। मुस्लिम धर्म में भी अल्लाह को नूर कहा गया है। तर्भव तो अल्लाह को नूर ए इलाही भी कहते हैं जो हिन्दूओं के लिए दिव्य ज्योतिबिंदु है इसी तरह क्राइस्टों के लिए लाईट ऑफ गॉड है। जो एक प्रकाश पुंज की तरह है। हजरत मूसा ने भी परमात्मा को ज्योति स्वरूप स्थीकारण है। तो गुरुनानक ने भी परमात्मा को एक औंकार निराकार माना है। यानि धर्म कोई भी हो सबका मानना यही है कि ईश्वर, अल्लाह है, गौड़, वाहे गुरु सतनाम, रूप ज्योति बिंदु हैं जो गुणों का सिन्धु है जो सत्यम शिवम सुन्दरम् है और जो पतित से हमें पावन बनाता है उसी परमात्मा से आत्मबोध कराने के लिए राजयोग का श्रेष्ठ मार्ग बताया गया है। शपरमात्मत्य शब्द की व्याख्या करते हुए बताया गया कि जो सर्वमान्य हो, जन्म मरण से परे हो, जिनके माता—पिता—गुरु न हों जो स्थिति, गुण, कर्तव्य में सदा परम हो और सर्वज्ञाता व सर्वदाता हो। दारा लेखनामा

सीमा पर रोबोट आर्मी, अनमेंड लाइफ

चीन ने तिब्बत में स्वचालित म्यूल-200 अनमैन्ड हीकल्स भी तैनात कर दिए हैं। ये वाहन मुश्किल पहाड़ी इलाकों में शाश्रु की निगरानी करने के साथ-साथ 50 किलोमीटर की दूरी तक आक्रमण करने में भी सक्षम हैं। इस क्षमता के अलावा इनकी मदद से एक बार में 200 किलोग्राम से ज्यादा वजन का गोला बारूद और हथियारों को ले जाया जा सकता है। वायरलेस से भी कंट्रोल की जाने वाली ये गाडियां ...

लक्ष्मी शंकर यादव
अभी हाल ही में चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने अपने सशस्त्र बलों के अत्यधिक प्रशिक्षण के लिए नया आदेश जारी कर दिया है। उद्देश्य है कि युद्ध लड़ने एवं उसे जीतने में सक्षम विशिष्ट चीनी बल तैयार रहने चाहिए। शी जिनपिंग ने अपने आदेश में कहा है कि सशस्त्र बलों को प्रौद्योगिकी तथा युद्ध तकनीकों के साथ अपने प्रतिद्वंद्वियों पर नजदीक से नजर रखनी चाहिए। इसके लिए क्रमबद्ध प्रशिक्षण को मजबूती प्रदान करनी चाहिए और विशिष्ट बलों के गठन के लिए नवीनतम प्रौद्योगिकियों का विकास करना चाहिए जो युद्ध लड़ने में सक्षम हों। ज्ञातव्य है कि चीनी सेना का वार्षिक रक्षा बजट 200 अरब डॉलर अर्थात् 14908 अरब रुपये है। चीन की इस अत्याधुनिक सेना से निपटने की तैयारी भारत को करनी होगी।

सेंट्रल मिलिटरी कमीशन के प्रमुख के तौर पर पीएलए को 2022 में दिया गया राष्ट्रपति शी जिनपिंग का यह पहला आदेश है। यह आदेश हिन्दू-प्रशान्त महासागर क्षेत्र, अमेरिका, जापान एवं अन्य पड़ोसी देशों के मध्यनजर सेना को आधुनिक बनाने के लिए है। दक्षिण चीन सागर और उसके बाद एशिया-प्रशान्त क्षेत्र में अमेरिका तथा

था। गौरतलब है कि हाल ही के वर्षों में इन क्षेत्रों को लेकर चीन के खिलाफ दो रणनीतिक गठबंधन क्वाड और ऑक्स बने हैं, जिनमें अमेरिका व भारत की मौजूदगी है। इसलिए चीन का चिन्तित होना स्वाभाविक है। भारत पर दबाव बनाने के उद्देश्य से चीनी सेना पूर्वी लद्धाख में एलएसी के पास पैंगोंग त्सो झील के अपने बाले हिस्से में एक पुल बना रही है। इस पुल के बन जाने से चीनी सेना किसी भी यौद्धिक स्थिति के उत्पन्न होने पर वह भारतीय सीमा के निकट शीघ्रता के साथ पहुंच जाएगी। अभी तक इस हिस्से में पहुंचने में चीनी सेना को 200 किलोमीटर का रास्ता तय करना पड़ता है। इस पुल के बन जाने से यह दूरी 40 से 50 किलोमीटर ही रह जाएगी। विदित हो कि पैंगोंग त्सो लेक की लम्बाई 135 किलोमीटर है। स्थलीय सीमा से घिरी हुई इस झील का कुछ हिस्सा लद्धाख और बाकी हिस्सा तिब्बत में है। झील के उत्तरी तट पर फिंगर आठ से 20 किलोमीटर पूर्व में ब्रिज का निर्माण किया जा रहा है। ब्रिज साइट रुतोग काउंटी में खुर्नक जिले के ठीक पूर्व में है जहां पर पीएलए के अनेक सीमावर्ती ठिकाने हैं।

विदित हो कि अगस्त, 2020 में चीनी

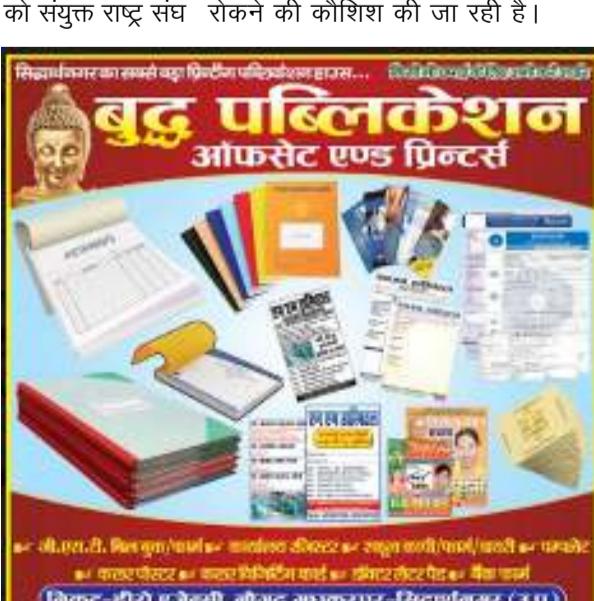
उसने अपनी तरफ पुल बनाना शुरू कर दिया है। सामरिक दृष्टिकोण से चीन इस पुल से भारतीय सेना की गतिविधियों पर निगरानी कर सकेगा। पीएलए ने इस पुल से आने-जाने के लिए सड़क बनाने की प्रक्रिया भी शुरू कर दी है। पूर्वी लद्धाख में पैंगोंग त्सो झील पर चीन द्वारा पुल बनाए जाने पर भारत ने स्पष्ट किया है कि यह निर्माण झील के उस हिस्से में किया जा रहा है जो एलएसी के पार बीते 60 सालों से चीन के अवैध कब्जे में है लेकिन भारत ने इस अवैध कब्जे को कभी स्वीकार नहीं किया है। भारत इस पर नजर बनाए हुए है और इस स्थिति से निपटने के लिए आवश्यक उपाय कर रहा है।

लद्धाख में अब भारतीय सेना के जवानों का सामना ठण्ड से कांपते चीनी सैनिकों के बजाय उसकी रोबोट आर्मी और अनमैड व्हीकल्स से होगा क्योंकि चीन ने लद्धाख से लगती सीमा पर इनकी तैनाती कर दी है। चीन ने यह कार्य तिब्बत की कड़कड़ती ठण्ड नहीं झेल पा रहे अपने सैनिकों के बचाव के लिए किया है। विदित हो कि चीनी सैनिकों को ठण्डे इलाकों में लड़ाई का अनुभव नहीं है जिस वजह से उन्हें भारतीय सैनिकों के हाथों मुंह की खानी पड़ती है। लद्धाख तनाव को कम करने के

ऑटोमैटिक रूप से चलने वाली 88 शॉर्प क्लॉ व्हीकल्स को तैनात कर दिया है। इसमें से 38 शॉर्प क्लॉ व्हीकल्स को लद्धाख सीमा पर लगाया गया है। इन गाड़ियों को चीन की हथियार निर्माता कम्पनी नोरेनको ने तैयार किया है। इन वाहनों का इस्तेमाल सीमा क्षेत्रों में शत्रु की निगरानी या अन्य क्षेत्रों में निगरानी के लिए किया जाता है। इसके अलावा इन गाड़ियों का उपयोग हथियार व अन्य आवश्यक सैन्य साजों-सामान की आपूर्ति के लिए किया जाता है।

चीन ने तिब्बत में स्वचालित म्यूल-200 अनमैड व्हीकल्स भी तैनात कर दिए हैं। ये वाहन मुश्किल पहाड़ी इलाकों में शत्रु की निगरानी करने के साथ-साथ 50 किलोमीटर की दूरी तक आक्रमण करने में भी सक्षम हैं। इस क्षमता के अलावा इनकी मदद से एक बार में 200 किलोग्राम से ज्यादा वजन का गोला बारूद और हथियारों को ले जाया जा सकता है। वायरलेस से भी कंट्रोल की जाने वाली ये गाड़ियां रोबोट की तरह युद्ध लड़ने में सक्षम हैं। तिब्बत के इलाके में 200 लिंक्स ऑल टेरेन व्हीकल्स मौजूद हैं। इनमें से तकरीबन 150 लद्धाख सीमा क्षेत्र में हैं। इसके अलावा ये वाहन भारी वजन वाले

यानि प्रजापिता ब्रह्मा बाबा शिव परमात्मा के साकार माध्यम ब्रह्मा द्वारा उच्चारे हुए महावाक्यों के आधार पर जिनका आलैकिक और आध्यात्मिक पुनर्जन्म हुआ थे ही ब्रह्मा कुमारी और ब्रह्माकुमार कहलाये गए और उनके द्वारा स्थापित आध्यात्म आधारित शैक्षणिक संस्था को प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय नाम दिया गया सन् 1936 में शुरू हुई इस संस्था ने 1937 में आध्यात्मिक ज्ञान, मूल्य आधारित शिक्षा व सहज राजयोग की शिक्षा देने की दुनियाभर में शुरूआत की थी। इस संस्था की प्रथम मुख्य प्रशासिका ब्रह्माकुमारी जगदम्बा सरस्वती थी। उनके बाद दादी प्रकाशमणि मुख्य प्रशासिका रही और फिर दादी जानकी के 104वर्षीय कन्धों पर इस विशाल संस्था की मुख्य प्रशासिका की जिम्मेदारी का भार तब तक टिका रहा जब तक कि उन्होंने शरीर नहीं छोड़ दिया वर्तमान में दादी रत्नमोहिनी इस संस्था की मुख्य प्रशासिका है ब्रह्माबाबा के समय ब्रह्माकुमारी और ब्रह्माकुमार की संख्या सैकड़ों में हुआ करती थी परन्तु आज यह संख्या लाखों में पहुंच गई है। दुनिया के 140देशों में अपनी साढ़े आठ हजार से भी अधिक शाखाओं में करीब 15 लाख विद्यार्थी प्रतिदिन आध्यात्मिक व नैतिक मूल्यों की शिक्षा ग्रहण करते हुए राजयोग का अभ्यास करते हैं। इस संस्था व यहां के राजयोगियों की स्वीकार्यता है कि परमात्मा एक है और वह निराकार एवं अनादि है। जो विश्व की सर्वशक्तिमान सत्ता है और ज्ञान का सागर है। परमात्मा विश्व की सर्व आत्माओं का निराकार माता-पिता है। परमात्मा के साथ सम्बन्ध की स्मृति और परमात्मा के प्रति प्रेम को राजयोग कहा जाता है। संस्था का मन्त्रेण है कि राजयोग का अभ्यास साधक को आध्यात्मिक परिवर्तन की शक्ति प्रदान कर संस्कारायान बनाता है तथा उसका चारित्रारिक उत्थान होता है जिससे साधक को आध्यात्मिक परिवर्तन की शक्ति व सकारात्मक ऊर्जा मिलती है। जिससे साधक को आध्यात्मिक व शारीरिक लाभ मिलता है जैसे मानसिक तनाव से मुक्ति-नकारात्मक संकल्पों की समाप्ति और शिव बाबा में समर्पण की शक्ति प्राप्त होती है। यह संस्था साधक को सहनशीलता, धैर्य, नम्रता, मधुरता व संतुष्टि का पाठ पढ़ाती है और पुरुषार्थ की शिक्षा देती है। ईश्वरीय विश्वविद्यालय की इस शिक्षा को वैशिक स्थीकृति तो मिलने के साथ ही संस्था की अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर मान्यता भी प्राप्त हुई। तभी तो प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय को संयुक्त राष्ट्र संघ ने एनजीओ के रूप में मान्यता देते हुए यूनीसेफ एवं आर्थिक व सामाजिक परिषद का परामर्शदाता सदस्य बनाया हुआ है। साथ ही संस्था को अन्तर्राष्ट्रीय शान्ति पदक पुरस्कार समेत विभिन्न देशों के पांच राष्ट्रीय स्तर के शांति दूत पुरस्कार प्राप्त हो चुके हैं। जो इस बात का प्रमाण है कि संस्था का शशोउम शान्तियथ मन्त्र दुनिया भर को शान्ति का मन्त्रेण देने में सफल सिद्ध हो रहा है बेहतर विश्व के लिए संस्था ने अकादमी नाम से उच्च शिक्षा प्राप्ति का आधुनिक संस्थान भी विकसित किया है। मूल्य-निष्ठ शिक्षा के लिए यहां 20 प्रभाग बनाये गए हैं। जिनमें शिक्षा, समाजसेवा, व्यवसाय एवं उद्योग, कला एवं संस्कृति, खेल, ग्राम्य विकास, जनसंचार माध्यम, कानून, चिकित्सा, यातायात, सुरक्षा, धार्मिक, वैज्ञानिक एवं अभियन्ता, महिला, राजनीतिज्ञ, युवा विकास व प्रशासक सेवा प्रभाग शामिल हैं। जीवनकला, वैशिक दृष्टिकोण, समकालीन नैतिक और सांस्कृतिक अभियन्ता संरचना के प्रगतिशील तत्वों पर आधारित अकादमी के पाठ्यक्रम बनाये गए हैं। जिसके माध्यम से समाज में हो रही गिरावट को रोकने की कौशिश की जा रही है।



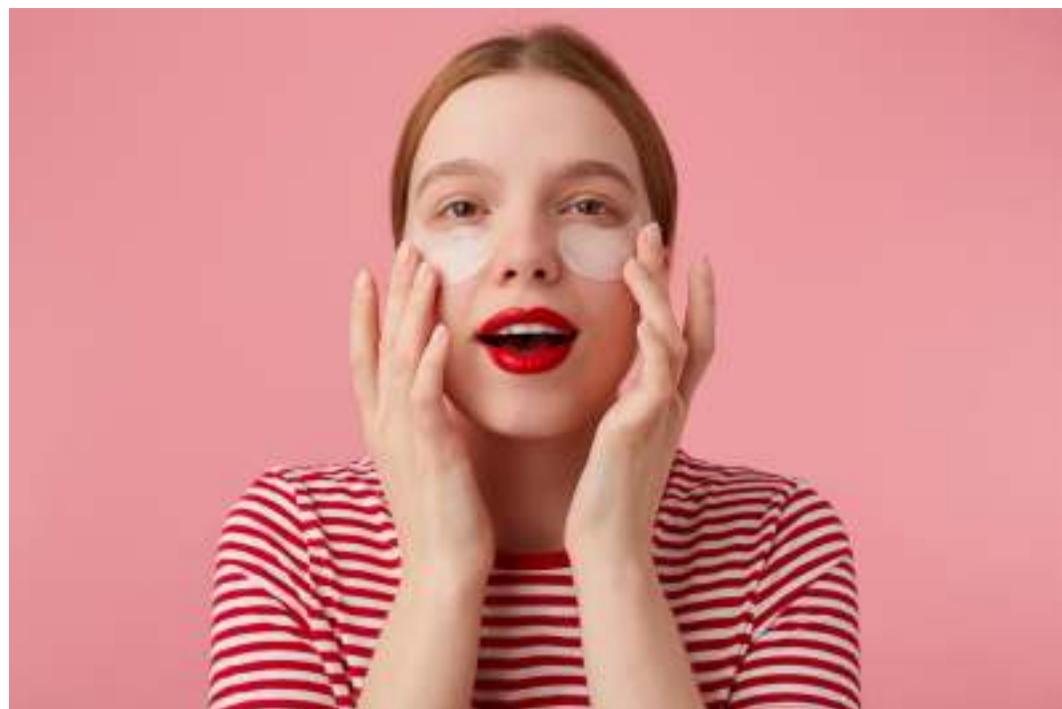
प्रधान प्रतिनिधि व उनके सहयोगी की दबंगयी से ग्रामीण परेशन

साण्डा (सीतापुर)। प्रधान नीरज और सहयोगी प्रेम बिकासखण्ड सकरन के ग्राम के द्वारा अभद्र भाषा का प्रयोग पंचायत दुगाना में आवारा पशुओं करके उसको भगा दिया जाता। से क्षेत्र के किसान काफी परेशन जबकि कुछ दिन पहले आवारा हैं। जबकि ग्राम पंचायत में पशुओं से परेशन होकर ग्रामीणों लगभग दो सौ ढाई सौ आवारा ने जानवरों एकत्रित करके पशु घूम रहे हैं। शासन के बिदालय में बंद कर दिया गया आदेशानुसार ग्राम प्रधान था।

राजकुमारी और ग्राम विकास अधिकारी पर्याप्त खण्ड विकास अधिकारी में जगह विनियुक्त कर बांसों का रजनीश शुकला को दी थी। मौके धेरा बनाकर बाड़ा तो नियुक्त पर पहुंचे खण्ड विकास अधिकारी कर दिया लेकिन प्रधान प्रतिनिधि नीरज ने ग्रामवासियों को आश्वसन दिया। नीरज और उनके सहयोगी प्रेम यादव की दबंगई के चलते पशुओं से आप लोगों को निजात दिलाया जायेगा। इसके बावजूद खण्ड विकास अधिकारी रजनीश शुकला का सकरन ब्लाक से में छोड़ने जाता तो उसको ग्राम

तबादला हो गया था और सकरन ब्लाक की कमान आत्मप्रकाश रस्तोंगी ने सम्हाली शानिवार को मीडियाकर्मी ग्राम पंचायत दुगाना के किसानों की समस्याओं को देखते हुए ग्राम पंचायत दुगाना के निजानों की गये थे। जहां ग्रामीणों ने अपना दर्द मीडियाकर्मियों को बताया

कि ग्राम पंचायत में बाड़ा तो ग्राम विकास अधिकारी और प्रधान के द्वारा बना दिया गया लेकिन ग्राम प्रधान प्रतिनिधि नीरज ने ग्रामवासियों को आश्वसन दिया। नीरज और उनके सहयोगी प्रेम यादव की दबंगई के चलते पशुओं से आप लोगों को निजात दिलाया जायेगा। इसके बावजूद पशुओं को एकत्रित कर के बाडे में छोड़ने जाता तो उसको ग्राम



**डार्क सर्कल छुपाने के लिए लगा रही हैं कंसीलर
तो जानिए कैसे करना है सही इस्तेमाल?**

आज के समय में लड़कियों के लिए सबसे बड़ी समस्या है डार्क सर्कल। इन्हे छुपाने के लिए लोग तरह-तरह के जतन करते हैं और खासकर लड़कियां। हालाँकि कई बार कई जतन करने के बाद भी सफलता हाथ नहीं लगती। ऐसे में आज हम आपको कुछ ब्यूटी टिप्स देने जा रहे हैं जो आपकी इस समस्या को कम कर देंगे और आपको खबसरत दिखाएंगे।

पूरे चेहरे पर न लगाएं कंसीलर— जी दरअसल कंसीलर बहुत जरूरी है डार्क सर्कल और झाइयों को छुपाने के लिए, हालाँकि इसे पूरे चेहरे पर लगाने की जरूरत भी नहीं है। जी दरअसल यह आपको सिर्फ उसी जगह पर लगाना चाहिए जहां आपके चेहरे में दिक्कत है। सबसे खास तौर पर आंखों के नीचे और होठों के आस-पास। आप वाहे तो इसके अलावा अगर आपके चेहरे पर कोई डार्क एरिया है तो वहां भी आप इसे लगा सकते हैं। क्या सही तरीका है इस्टेमाल का?— मेकअप आर्टिस्ट के अनुसार थोड़ा सा कंसीलर अपने हाथों पर लगाकर छोटे-छोटे डॉट्स के आकार में अपनी आंखों के नीचे लगाएं और उसके बाद व्यटी ब्लेंडर की मदद से इसे स्किन में डैब करें।

आखों का नाच लगाए आर उसके बाद ब्यूटा ब्लडर का मदद से इस्कन में डब कर। बाहर अधिक ना लगाए— अगर आप बहुत कंसीलर का इस्तेमाल करती हैं तो यह आपके चेहरे को खराब कर सकता है। ऐसे में आपके डार्क सर्कल छुपाने के लिए थोड़ा सा कंसीलर काम आ जाएगा तो बहुत ज्यादा की जरूरत नहीं है। जी दरअसल बहुत ज्यादा कंसीलर इस्तेमाल करने पर आपकी स्किन ज्यादा डार्क दिखेगी और इसके अलावा आप अपने चेहरे पर सेकअप करने के बाद सेटिंग स्प्रे जरूर लगाएं।

कब लगाए — मैकअप करना शुरू करने से पहले अच्छे फेसवॉश से अपने चेहरे को धोएं और उसके बाद मॉइश्चराइज करें। अब इसके बाद इसमें प्राइमर लगाएं और उसके बाद अगला स्टेप होगा कंसीलर लगाने का। जी दरअसल कंसीलर आपकी आंखों के नीचे और चेहरे के उन हिस्सों पर लगाएं जहां ज्यादा कालापन दिखता है और इसके बाद थोड़ा सा फाउंडेशन लेकर व्यटी ब्लैंडर से स्किन टोन को एक जैसा करने की कोशिश करें।

जहाँ ज्यादा कालापन दिखता है और इसके बाद थांड़ा सा फाउंडेशन लकर ब्लूटो ब्लडर से स्कन टान का एक जसा करने का काशश कर।

सुभाष घई के साथ
काम करने को लेकर
उत्साहित हैं फलोरा सैनी

फलोरा सैनी आगामी फिल्म 36 फार्महाउस में सुभाष घई के साथ काम करने को लेकर उत्साहित हैं। अपने अनुभव को साझा करते हुए, फलोरा ने कहा कि यह एक सपना के सच होने जैसा है। कोई भी मंबई आता है वह बड़े लोगों और ऐसे लोगों के साथ



काम करना चाहता है जिनकी फिल्में देखकर वह बड़ा हुआ है। सुभाष घई सर उन नामों में से एक है। मैं हमेशा चाहती थी कि मैं उनके साथ काम कर सकूँ।

फलोरा ने कहा कि घर्डून केवल अपनी नायिकाओं को खूबसूरत बनाते हैं, बल्कि अपने अभिनेताओं के लिए उश्य भी बनाते हैं और इससे उन्हें अपने अभिनय कौशल को सुधारने में मदद मिलती है। उनका यह तरीका हमारे काम को बहुत आसान बनाता है। हाल के दिनों में फलोरा जिन कुछ परियोजनाओं का हिस्सा रही हैं, उनमें फरहान अख्तर की इनसाइड एज 2, नागेश कुकुनूर की राजनीतिक ड्रामा वेब सीरीज सिटी ऑफ ड्रीम्स, उत्तरव की फिल्म माया (जहां पलोरा ने एक मिस्ट्री वुमन की भूमिका निभाई है) शामिल हैं। चरित्र) और मातृभूमि नामक एक लघु फिल्म में भी उन्होंने काम किया है।

फलोरा ने कहा कि यह उद्योग में काम करने का सबसे अच्छा समय है क्योंकि विभिन्न फिल्म निर्माता विभिन्न विषयों पर फिल्में बना रहे हैं और हमारी भारतीय फिल्में विश्व सिनेमा के साथ प्रतिस्पर्धा कर रही हैं। मैं बहुत भाग्यशाली हूं कि मेरे पास ऐसे लोग हैं जो विभिन्न प्रकार की भूमिकाओं के लिए मुझ पर भरोसा करते हैं, जो मेरे व्यक्तित्व से बहुत अलग हैं। 36 फार्महाउस की स्टार कास्ट में संजय मिश्रा, विजय राज, अमोल पाराशर, बरखा सिध्घ, फलोरा सैनी, अश्विनी कालसेकर, लीजा सिंह, के.के. गौतम और प्रदीप वाजपेयी। राम रमेश शर्मा द्वारा निर्देशित, यह 21 जनवरी दोपहर 12 बजे रिलीज़ हो रहा है।



**सर्दी में गाजर खाने से बच्चे, भविष्य के लिए हमारी इच्छा
होते हैं चौकाने वाले फायदे का बहुत बड़ा हिस्सा:प्रियंका चौपड़ा**

A woman with blonde hair, wearing a bright yellow sleeveless top and dark pants, is shown from the waist up. She is looking upwards with her head tilted back, her eyes closed, and her hands clasped together near her chest. The background is plain white.



बालीबुड एक्ट्रेस प्रियंका चोपड़ा ने अपनी फैमिली प्लानिंग पर बड़ी बात कही है। प्रियंका चोपड़ा और निक जोनास 2018 में शादी के बाने में बंधे थे। ऐसे में कई बार इनके फैमिली शुरू करने पर सवाल उठ चुके हैं। कपल ने भी कई बार फैमिली प्लानिंग पर अपनी बात रखी है।

प्रियंका चोपड़ा ने भविष्य में मां बनने के अपने प्लान के बारे में बात की है। बच्चों को लेकर अपनी प्लानिंग पर बात करते हुए प्रियंका चोपड़ा कहती हैं— शब्दों, भविष्य के लिए हमारी इच्छा का बहुत बड़ा हिस्सा हैं। भगवान की वृत्ति पा से जब जो होता है, होता है यह लेकिन, जब उनसे कहा कि वह और निक जोनास बहुत ही व्यस्त लाइफस्टाइल जीते हैं। तो प्रियंका कहती हैं— शनहीं, हम प्रेक्टिस करने में बहुत व्यस्त नहीं हैं यह प्रियंका चोपड़ा ने बताया कि कैसे वह और पति निक जोनास जब भी ऐसा होता है तो अपनी जिंदगी में बदलाव लाने के लिए तैयार रहते हैं। इससे पहले 2019 में भी प्रियंका चोपड़ा ने अपना परिवार आगे बढ़ाने पर बात की थी। एकट्रेस पहले ही बोल चुकी है कि घर से खरीदना और बच्चे मेरी टू-डू लिस्ट में हैं। मेरे हिसाब से घर वहीं है, जहां आप खुश हैं। जब तक मेरे अगले-बगल वे लोग हैं, जिन्हें मैं प्यास करती हूं। यही नहीं, निक जोनास ने भी बच्चों को लेकर अपना लगाव जाहिर किया था और कहा था कि शमुझे उम्मीद है कि हमारे भी बच्चे होंगे। यह मालूम हो गया कि प्रियंका चोपड़ा और निक जोनास इन दिनों अपने—अपने काम को लेकर बेहतर व्यस्त चल रहे हैं, लेकिन इतनी व्यस्तता के बावजूद भी दोनों एक—दूसरे को टाइम देना नहीं भूलते। अक्सर दोनों की लवी—डवी तरसीरें सोशल मीडिया पर छाई रहती हैं। खास मौकों पर यह प्रियंका और निक हमेशा साथ होते हैं। लेकिन, बीते दिनों प्रियंका चोपड़ा और निक जोनास की तलाक की खबर चर्चाएं रहीं। ये सब प्रियंका चोपड़ा के अपने इंस्टाग्राम बायो में बदलाव करने के बाद हुआ हालांकि, अफवाहों पर बाद में प्रियंका चोपड़ा की मां मधु चोपड़ा ने प्रतिक्रिया दी थी और इन खबरों को गलत बताया था।

आर्या के लिए मेकर्स की पहली पसंद थीं रवीना

रणवीर ने अपनी

फिल्म की तुलना कभी खुशी कभी गम से की

सुष्प्रिता सन का सोराज आया का काफा पसद किया गया था । ल में सीरीज का दूसरा सीजन रिलीज हुआ है । आर्या 2 में भी अष्टमा के अभिनय को अच्छी प्रतिक्रिया मिली । अब इस सीरीज को कर एक दिलचस्प जानकारी सामने आ रही है । खबरों की मानें तो आर्या के लिए सुष्प्रिता नहीं, बल्कि दिग्गज अभिनेत्री रवीना टंडन ली पसंद थीं । यह सीरीज पहले रवीना को ऑफर की गई थी, जिसे होने रिजेक्ट कर दिया था । रिपोर्ट में दावा किया गया है कि आर्या लिए रवीना मेकर्स की पहली पसंद थीं । एक सूत्र ने बताया, यह य है । नेटफिलक्स और राम माधवानी आर्या के लिए रवीना को लेना हते थे । इसको लेकर बातचीत तब चली थी, जब ऑरिजनल स्क्रिप्ट एक फीचर फिल्म से एक वेब सीरीज में तब्दील कर दिया गया । निर्देशक माधवानी और नेटफिलक्स रवीना को आर्या सरीन की मेका देने के लिए उत्सुक थे ।

रिपोर्ट के मुताबिक, माधवानी ने सुभिता को आर्या ऑफर करने से ले अभिनेत्री काजोल को भी अप्रोच किया था। उन्होंने काजोल को सीरीज की कहानी भी सुनाई थी। खबरों की मार्ने तो अभिनेत्री ने सीरीज में काम करने के लिए अपनी हासी भी भर दी थी। हालांकि, खिरी मौके पर काजोल ने इस सीरीज में काम करने से मना कर गया था। काजोल ने यह ऑफर टकराने का काण्डा जिजी बताया था।

आर्या से सुषिता ने डिजिटल प्लेटफॉर्म पर अपना डेव्यू किया था। न सीरीज में अभिनय के लिए सुषिता को सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का लम्फेयर का ओटीटी अवॉर्ड भी दिया गया था। आर्या एक डच ड्रामा सीरीज पेनोजा का हिन्दी रूपांतरण है। इसके पहले सीजन में कुल नौ ऐप्सोड थे। पहले सीजन में सुषिता ने एक खुशहाल शादीशुदा देहला आर्या सरीन की भूमिका निभाई थी। उसकी दुनिया तब बदल दी गई।

ती है, जब उसके पति की गोली मारकर हत्या कर दी जाती है। आर्या 2 10 दिसंबर को डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर आई है। आठ ऐसोड की यह सीरीज वर्षी से शुरू हुई, जहां से पहला सीजन खत्म हो गया था। सीरीज में अंकुर भाटिया, जयंत कृपलानी, विकास कुमार, इश्वरजीत प्रधान और सिकंदर खेर जैसे कलाकार नजर आए हैं। रवीना ने हाल में ओटीटी प्लेटफॉर्म पर अपना डेब्यू किया है। वह एक नई पहली वेब सीरीज अरण्यक में नजर आई है। जल्द ही इसका सेकंड सीजन आने वाला है। रवीना के फिल्मी करियर की बात करें तो वह 90 के दशक की सदाबहार अदाकारा रही हैं। मोहरा, दिलवाले, डला, जिह्वी, अंदाज अपना अपना, शूल, दमन और सत्ता जैसी फ़िल्मों में उन्होंने अपने अभिनय का जादू बिखेरा है। उन्हें कई अकेली एक्शन में भी देखा जा सकता है।



खूब दिल जीतते आए हैं। हाल ही में रणवीर ने अपनी आने वाली
मूर्खिल्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी की तुलना शक्ति खुशी से
कभी गमत्य से कर दी है। रणवीर सिंह ने कहा है कि मूर्खी रॉकी
और रानी की प्रेम कहानी एकदम करण जौहर स्टाइल की मूर्खिल्म
होने वाली है। जैसे कि कभी खुशी कभी गम। जिसमें सब कुछ
देखने को मिलने वाला है। करण जौहर स्टाइल के गाने, ग्लैमर
बेहतरीन दिखने वाले कैरेकट्स, फैमिली, ड्रामा और ह्यूमर
वाला है। मूर्खी पर अभी तक काफी अमेजिंग काम हुआ है और
फिल्म 60 फीसद तक पूरी हो गई है। रिपोर्ट्स के अनुसार करण
जौहर के निर्देशन में बन रही मूर्खी रॉकी और रानी की प्रेम कहानी
में रणवीर सिंह, आलिया भट्ट, शाबाना आजमी, जया बच्चन और
रम्जन्द्र दिखाई देने वाले हैं। इस मूर्खी के माध्यम से करण जौहर
कंवे स्प्रिंग के जाग्रत्त निर्णयान में कमबैक कर जाएंगे।