

**आयुर्वेद का खजाना है
ये काली लकड़ी, कट-
कट कर भरे हैं इसमें
औषधीय गुण, किडनी
रखे हेल्दी, पेशाब की
समस्या में रामबाण**



**कोविड-19 के दौरान आयुर्वेदिक औषधियों में पिपली को इयूनिटी बस्टर माना
गया, पिपली कैंपोर, अस्था, तोकार्टिस, सुन आदि समस्याओं में
फायदेमंद है। हालांकि, इसका सेवन विशेषज्ञों की सलाह से ही करना चाहिए।**

कोविड-19 से जब लोग ढेर हुए थे, तब लोग तरह-तरह के उपचार आजमा रहे थे। आयुर्वेद में मौजूद कई तरह की जड़ी खट्टियों का उपचार करके लोग खुद की इयूनिटी बस्टर कर रहे थे, ताकि इस खतरनाक कोरोनावायरस से खुद को बचा सकें। आयुर्वेदिक डॉक्टर तरह-तरह के उपचार में लोग हुए थे। तब आयुष मंत्रालय ने स्वास्थ्य मंत्रालय के साथ मिलकर एक अध्ययन किया था। इस कर्तीनिक स्टर्चिंस स्टडी में आयुर्वेदिक औषधियों के जरूर उपचार के तरवरी को दी गई थी। इनमें चार औषधियों को रिसर्च के कावली माना गया और इनमें से एक थी पिपली। चाहिए जाते हैं कि पिपली के फायदों के बारे में।

पिपली के फायदे (Pippoli ke fayde)

-इस स्टडी में पिपली, अश्रुगंधि, यजिमधु, गुडुची को मुख्य रूप से शामिल किया गया था। पिपली की बात की तो यह एक वेद ही पिपले द्वारा की है। पिपली कोई अम मसाला नहीं, बल्कि एक अद्युत का खजाना है। इसमें कट-कट करके औषधीय गुण भरे हुए हैं।

-पिपली इसके संबंधित कई समस्याओं को दूर करती है। हालांकि, इसका सेवन बिना एस्पर्ट से सलाह लिए जानी करना चाहिए। पैसनलेनिया यूनिवर्सिटी के पैरेंसेन स्कूल ऑफ मैडिसन में हुए एक शोध में कहा गया है कि भास्म एवं पाई जाने वाली पिपली में पायमलूकुमान नामक एक कैमिस्ट्री कंपाउन्ड होता है। ये कम्पाउन्ड के साथ को मार्गिकाओं को मारने में मदद करता है।

पायमलूकुमान कई तरह के दृस्मार की कोशिकाओं को बड़ने से रोकता है। इसमें ब्रेन ट्यूमर भी शामिल है। शोध में कहा गया है कि पिपली ब्रेन कैंसर के सबसे खतरनाक रूप न्यूओलोक्सिटोमा पर भी असरदार है।

-पिपली के फायदे के बारे में जांचों ने भी अनेक जांचों ने भी अम मसाला नहीं, बल्कि एक अद्युत का खजाना है। इसकी तासार गर्म होती है, इसलिए इसे सर्विंग में सेवन करने से शरीर गर्म रहता है। हालांकि, प्रेनेनी में इसका सेवन करने के बाबत चाहिए।

-आयुर्वेद के मुताबिक, पिपली अस्था, ब्रोकार्टिस और सांस की समस्या में भी कारगर सहित हो सकती है। जिन लोगों को कफ और बलात्म की समस्या रहती है उनमें भी इसका सेवन करना चाहिए। एंटो-इफ्लेमेट्री गुण होने के कारण ये दर्द निवारक के तौर पर काम करती है। ज्वाइट में हानि बाले दर्द, सूजन कम कर सकती है।

-सुख नहिं में इसे दून उक्कण के तौर पर जाना जाता है यानी ये एक ऐसी औषधि है जो त्वचा संबंधी तकलीफों को कम करता है। ये खुन को साफ करता है, जिससे कील मुर्जियों, खुजली की समस्या कम होती है। इसकी पिपली की लोकान्तरिक व्यवस्था ही छोड़ती है। इसमें देश की सबसे पाठी पाठी क्रिएस सहित बहुत समाज पाठी, समाजवादी पाठी, राष्ट्रीय जनता दल, बीजु, जनता दल, उद्धव ठाकरे की शिवसेना, शरद पवार की एनसीपी, ममता बनजी की तुम्हारा कांग्रेस जैवी पाठी की लाली चौड़ी लिस्ट है। अब इसमें नया नाम कट्टर इमानदार 'आम आदमी पार्टी' का भी जुड़ गया है। हालांकि आम आदमी पार्टी के संघीय के जरूरी बदलाव ने दिल्ली हार के लिये देश से दूरी रखता है। इसके चूंका को हेतुरी रखता है। यूरोप डिस्ट्रीब्यूटर दूर करता है। इसके शहद या गर्म पानी के साथ लेने से लाभ होता है। खांसी-जुकाम में कई बार चूंका पान करने से खुली लोगों का परेशानी हो सकती है। ऐसे में पिपलू का उबलकर पीने से लाभ होता है।

देश की राजनीति में भारतीय जनता पाठी का उभा और कांग्रेस सहित कई क्षेत्रीय दलों का काम की कुछ कहता है। भले ही राह से बोखालए मौदी और जीजेपी विरोधी नेता चुनाव में धार्थी का आरोप लगा रहे हों ? सकारी मशीनरी के द्रुपयोग की बात करते हों ? लेकिन ऐसा नहीं है कि विरोधियों को अपनी राजनैतिक कम्पोजी और सियासी अपरिकृता का अहसास नहीं है, लेकिन बार-बार प्रारंजित हो रहे हैं। जबकि जीजेपी को छोड़कर देश की किसी भी राजनैतिक दल में लोकान्तरिक व्यवस्था ही छोड़ती है। इसमें देश की सबसे पाठी क्रिएस के सहित बहुत समाज पाठी, समाजवादी पाठी, राष्ट्रीय जनता दल, बीजु, जनता दल, उद्धव ठाकरे की शिवसेना, शरद पवार की एनसीपी, ममता बनजी की तुम्हारा कांग्रेस जैवी पाठी की लाली चौड़ी लिस्ट है। अब इसमें नया नाम कट्टर इमानदार 'आम आदमी पार्टी' का भी जुड़ गया है। हालांकि आम आदमी पार्टी की लोकान्तरिक व्यवस्था ही छोड़ती है। इसमें देश की सबसे पाठी पाठी क्रिएस के तमाम नेता भी करते होते हैं। हालांकि यह है कि हार से बोखाल कर मौदी की जीवी विरोधी नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास निकालते रहते हैं। यह नेता मौदी की नीचा दिखाने के लिये देश की जीवी खारी करने से नहीं चूकते हैं। इसमें विदेश से पढ़ाई करके आपने वाले टेक्नोटेक सप्लाई एक्सिलेस यादव और आईआईएस रुद्र चूंका अरविंद के जरीवाल ने तिथे नेता उद्धव-मौदी) और जीजेपी को ही नहीं चुनाव आयोग, सीबीआई, ईडीजी जैसे एजेंसियों के खिलाफ भी भड़ास



आगर

आप भी उन पेरेंट्स में से हैं, जो यह मान कर बैठे हैं कि बच्चों को सब कुछ सिखाने की जिम्मेदारी स्कूल की है, तो अपने को थोड़ा दुरुस्त कर लें। अगर बच्चों को सुनहरे कल के लिए तैयार करना है, तो कुछ बातें आपको भी उन्हें सिखानी होंगी...

सवाल पूछना

हम बच्चों से क्या चाहते हैं? यही न कि वे चीजों को खुट ब खुट सीखना और समझना जानें। इसके बाद हमें उन्हें हर चीज सिखाने की ज़रूरत नहीं होगी, जो कुछ उन्हें भविष्य में जानना-सीखना होगा, वे अपने आप उन चीजों को कर पाएंगे। बच्चे ऐसा कर सकें, इसका सबसे बेतर तरीका यही है कि आप उन्हें सवाल पूछना सिखाएं। हालांकि ज्यादातर बच्चे ऐसा करते भी हैं, ऐसे में पेरेंट्स होने के नाते आपको यह जिम्मेदारी है कि आप बच्चों के हर सवाल का जवाब यथा-संभव दें। की कोशिश करें, वैसे भी बच्चों की आतं होती है कि वे जब भी कुछ नया देखते हैं, उसके बारे में सवाल पूछना शुरू कर देते हैं। तिहारा जब बच्चे सवाल पूछते हों तो उन्हें डंकरें नहीं, बल्कि इनाम दें।

पैशन खोजना

आपको क्या चीज आगे बढ़ाती है? आपका लक्ष्य, अनुसासन, बाहरी प्रेरणा, इतना? नहीं, इनमें से एक भी चीज आपको आगे नहीं बढ़ाती। आपको आगे बढ़ाता है आपका पैशन। आप किसी चीज को लेकर इतने उत्साहित रहते हैं, कि वह चीज करने दीजिए। उसमें आत्मविश्वास बढ़ेगा। उसके बाद उसके सीखने की प्रक्रिया एक प्रोजेक्ट के समान ही होगी।

समस्याएं सुलझाना

यदि एक बच्चा कोई समस्या सुलझा सकता है तो वह उन्हिंना का कोई भी काम कर सकता है। कोई भी काम हमें डराने वाला हो सकता है, लेकिन देखा जाए तो वह महज एक समस्या है, जिसका हल होना है। एक नई सिक्कल, नया वातावरण, एक नई ज़रूरत किसी भी समस्या की बजह बन सकती है। इसलिए अपने बच्चे को समस्याएं सुलझाना सिखाइए। आप बच्चे के सामने साधारण समस्याएं रखिए और उपरे कोहिए कि वह इन्हें अपने हिसाब से सुलझाए। अगर वह उस समस्या को सुलझा नहीं पा रहा है तो आप तुरंत उसका हल मत बताइए, उसे थोड़ा ज़ड़िने दीजिए। उसे उस समस्या के सभी संभावित हल निकालने दीजिए और उसके प्रयासों के लिए उसे पुरस्कृत भी कीजिए। धीरे-धीरे बच्चे में

कैसे सजाएं आशियाना



अपने घर को ज्यादा सजाने के चक्र में हम कभी-कभी इतना मशगूल हो जाते हैं कि वह बनावटी लगाने लगता है। हमें लगता है कि हम हर तरह के सामान से अपने घर को सजाएं, परंतु वह सही नहीं है। कोई एक थीम लें और उसी पर कायम रह कर अपने घर को संगरें। हम आपको बता रहे हैं कि हमें कुछ सामान्य गलियां जो हम अपने नए घर को सजाने के लिए हैं।

कमरे को हट से ज्यादा ना सजाएं

एक कमरे को फर्नीचर और दूसरे सामानों से भरने में वक्त नहीं लगता, बकत लगता है उसके सभी स्लेसमेंट में। कमरे को खाचाखचा ना भरें। उसमें आराम से आने-जाने की ओर कुछ खाली जाग हो। साज-सज्जा सोबत रखें और सफाई पर ध्यान दें, क्योंकि कमरा भरा-भरा होगा तो साफ सफाई नहीं हो पाएगी।

जगह ना होने पर जबरदस्ती सामान जमाना

इसके लिए सबसे पहले अपनी बेकार की खरीदारी पर रोक लगाएं। बाजार में जो अच्छा दिख गया खरीद लाए, वह आदत गलत है। अगर कोई सामान कमरे के लिए फिट नहीं है तो उसे जमाने की कोशिश में समय ना बरबाद करें। एक अव्यवस्थित और साफ कमरा ही दिखने में सुन्दर लगता है।

अव्यवस्था फैलाना

घर में अधिक अव्यवस्था की ज़रूरत नहीं है। अव्यवस्था से आसानी से बचा जा सकता है, इसके लिए तीन बातें याद रखें -

- चीजें जो महत्वपूर्ण हैं

- चीजें जिनके बिना काम नहीं चल सकता

- अनावश्यक चीजों को बाहर निकाल दें

ये तीन बातें अत्यवस्था को रोक देंगी

कमरों में रोशनी के स्रोत कम होना

प्रकाश एक ज़रूरत है। यह सजावट के समान से महत्वपूर्ण तत्वों में से एक है। सबसे पहले तो घर में प्राकृतिक प्रकाश आना चाहिए। परेंट्स और सामान के गलत स्लेसमेंट से प्राकृतिक प्रकाश स्रोतों को ब्लॉक मत होने दें। अपने कमरे में एक से अधिक प्रकाश के स्रोत लाएं।

देराइटी पर ध्यान ना देना

एक ही दुकान से अपना सारा सामान ना खरीदें। अलग-अलग दुकानों पर जाएं, इससे आपको भाव भी समझ आएगा और सामान की बेराइटी भी मिलेगी।

बजट के महत्व को कम समझना

बहुत उत्सुक ना बनें और बहुत ज्यादा खरीदी ना करें। थोड़ा-थोड़ा कर के खरीदारी करें। सबकछ एक बार में खरीदने की जल्दाबाजी सही नहीं है। वही खरीदें जिसकी हाल-फिलहाल मैं ज़रूरत है। एक बजट बनाएं और उस पर कायम रहें।

किसी भी समस्या को लेकर आत्मविश्वास पैदा हो जाएगा

और फिर शायद ऐसा कुछ नहीं बचेगा, जिसे वह हल नहीं सकता है और आपको समस्या भी बढ़ा आसानी से हल हो जाएगा।

अपने आप में खुश रहना

सभी पेरेंट्स अपने बच्चों को बहुत लाड करते हैं और यह मानकर चलते हैं कि बच्चों की खुशी के लिए उनका बच्चों के साथ होना बहुत ज़रूरी है। जब बच्चे बड़े हो जाते हैं तो उन्हें पता ही नहीं होता कि खुश कैसे रहा जाए और वे दोस्त, शायिंग, वीडियो गेम्स, इंस्टरेट जैसी बारी-चीजों में अपनी खुशी ढूँढ़ते हैं। जबकि एक बच्चे को साथ काम कीजिए और उसे देखने दीजिए कि कोई भी चीज कैसे पूरी की जाती है। इसके बाद कोई भी काम उसे अपने आप ज्यादा से ज्यादा करने दीजिए। उसमें आत्मविश्वास बढ़ेगा। उसके बाद उसके सीखने की प्रक्रिया एक प्रोजेक्ट के समान ही होगी।

..बहुत ज़रूरी है बच्चों को यह सिखाना

आप किसी चीज को लेकर इतने उत्साहित रहते हैं, कि हर वक्त उसी के बारे में सोचते रहते हैं। आपको कोई भी चीज करने में मजा आता है और जब वह चीज आकार लेती है तो आपको भीतर से खुशी होती है....



चेहरे की झाइयों का कैसे होता है उपचार

झाइयां एक ऐसी अवस्था है जिसमें चेहरे पर भ्रूव काले रंग के धब्बे पड़ जाते हैं। यह दोनों गालों से सुरु होकर, बाद में बट्टा फॉले शेप में लेने लाते हैं। इसलिए अपने बच्चे को समस्याएं सुलझाना सिखाइए। आप बच्चे के सामने साधारण समस्याएं रखिए और उपरे कोहिए कि वह इन्हें अपने हिसाब से सुलझाए। अगर वह उस समस्या को सुलझा नहीं पा रहा है तो आप तुरंत उसका हल मत बताइए, उसे थोड़ा ज़ड़िने दीजिए। उसे उस समस्या के सभी संभावित हल निकालने दीजिए और उसके प्रयासों के लिए उसे पुरस्कृत भी कीजिए। धीरे-धीरे बच्चे में

रेटिनोइड्स, कोजिक एसिड और विटामिन-सी आदि कई तरह की औषधियां जिनके अनुसार उपयोग किया जाता है।

लेजर उपचार-

लेजर उपचार से भी काफी मदद मिलती है। लेसर में बहु-प्रिव्यूल लेजर का उपयोग करते हैं जिससे मिनी-गोली तक है, उसके अनुसार झाइयों को चार भागों में विभाजित किया गया है, परेंट्स जारी करने में मिलता है।

एपीडर्मल झाइयां

इस अवस्था में केवल ऊपरी सतह ही प्रभावित होती है। इस तरह की झाइयों को ठीक करना आसान होता है।

डर्मल झाइयां

इसमें पिमोटेशन त्वचा की गहराई तक होता है।

पिंग्रिट - इस तरह की झाइयों को ट्रीटमेंट काफी करना होता है। इसमें लेजर और पील उपचार लेने के लिए कई बार क्लिनिक पर जाना पड़ता है यानी यह कई सीटिंग्स में किया जाता है। यह सीटिंग्स महीने में एक बार होती है।

क्रिमिकल पील उपचार-

इसमें ग्लाकोपील, टीपीए पील, मेडेलिक एसिड पील आदि विभिन्न पील का उपयोग होता है।

पील उपचार लेने के लिए कई सीटिंग्स होती हैं, इनमें 10 दिनों का अंतराल होता है।

इसके लिए ग्लाकोपील, टीपीए पील, मेडेलिक एसिड पील का उपयोग होता है।

पील उपचार के लिए कई सीटिंग्स होती हैं,

इनमें 10 दिनों का अंतराल होता है।

इसमें ग्लाकोपील, टीपीए पील, मेडेलिक एसिड पील का उपयोग होता है।

पील उपचार के लिए कई सीटिंग्स होती हैं,

इनमें 10 दिनों का अंतराल होता है।

इसमें ग्लाकोपील, टीपीए पील, मेडेलिक एसिड पील का उपयोग होता है।

नियम से ही भोजन करें

हेल्थ प्लान

- प्रातः का नाश्ता भारी, दिन का खाना सही और रात को हल्का भोजन करना चाहिए।
- यदि दिन का भोजन रसि तक पचा हआ महसुस न हो तो ऐसे में रात्रि में केवल खिचड़ी या फल और द्रूष लें।
- भोजन करने से हल्के अच्छे हाथ, मुँह और भोजन करें।
- जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।
- प्रयास करें कि भोजन नियमित समय पर ही खाएं।
- दोपहर के भोजन में दही, मट्टा और लसी लेना उचित है। रात्रि के भोजन में इन चीजों से परहेज करना चाहिए।
- बासी और जला हुआ खाना स्वास्थ्य को लाभ के स्थान पर हानि पहुँचाता है। ताजा भोजन स्वास्थ्य के लिए अति उत्तम माना जाता है।



कौमी भोजन की अधिक मात्रा शरीर में चली जाती है।

● भोजन के तुरंत पश्चात व्यायाम न करें।

सेहत के लिए वरदान हैं पत्तियां

प्राचीन काल से पेढ़-पौधे मानव जीवन का महत्वपूर्ण अंग रहे हैं। पेढ़ों के फल व फूल जहां मानव का पेढ़ भरने व मानसिक शारीरिक प्रदान करने में सहायक हैं, वर्ती पत्तियों की भी हमरे जीवन में विशेष भूमिका है। ये मानव के स्वास्थ्य के लिए किसी वरदान से कम नहीं हैं। अधिकांश लोग इस बात से अपरिचित हैं कि पत्तियों का प्रयोग औषधि के रूप में भी किया जाता है।

● नीम की पत्तियों से साबुत व ट्रॉफेस्ट बनाए जाते हैं।

इसकी पत्तियों को पानी में उबालकर उस पानी से



नहाने से खुजली आदि में आराम मिलता है। नीम की पत्तियों को सुबह चाव कर खाने से खुबी साफ होता है व कीटों-मुँहसे नहीं निकलते हैं। यांत्रों व दाग-धब्बे दूर करने में नीम की पत्तियों का लेप लाभप्रद है।

● मुँह के छाले होने पर मेंदोरी के पत्तों को पानी में उबालकर उस पानी से गरमे करें ताकि पत्तों को पीस कर सिर पर मलने से सिरदर्द व अंखों की जलन में राहत मिलती है।

● पालक के पत्ते को साफ रखने में सहायक हैं। इसके पानी से गरमे करने के दौर में आराम मिलता है। पालक के पत्तों में मैंजूबू कैलियम दातों व मसड़ों को मजबूत बनाता है। इसके नियमित प्रयोग से कब्ज की बीमारी से मुक्ति मिलती है। पालक में विटामिन-ए विशेष यांत्रों की जलन में होती है। इससे अंखों की ज्योति बढ़ती है।

● पेंथिया रोग होने पर अमरुद के पत्तों का रस उबाल कर पिए।

● दांत के दर्द में अमरुद की पत्तियां चबाने से आराम मिलता है।

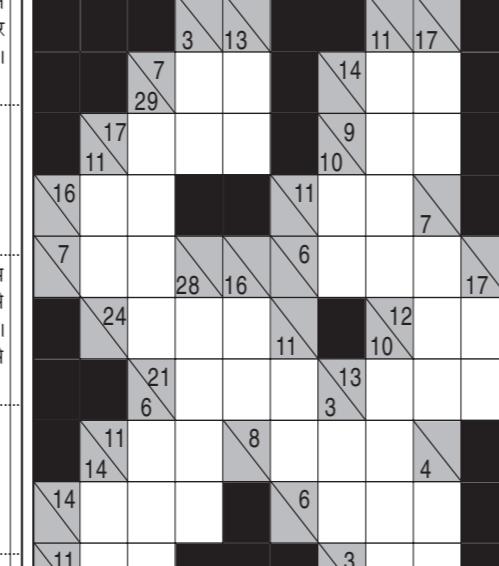
● नेत्र-ज्योति में चुद्धि करने हेतु बंदोगी के पत्तों को

टाईम पास

आज का साशिकल

छोड़ वू चे ला ला ले ला औ ला

काकुरो पहेली - 1986

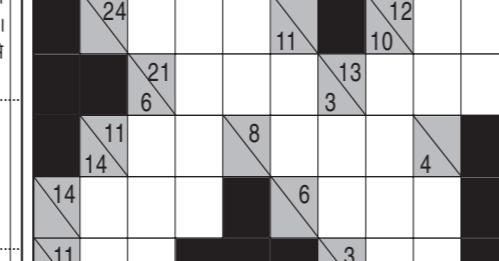


काकुरो - 1985 का हल



मिथुन का ची कू घ ड छ के को हो

हंसी के फूल्वारे



कामकाज में आ रहा अवधि दूरी होकर प्रगति का गता मिल जाएगा। अच्छे कार्य के लिए राते वनों में अपने अधीनसत लोगों व कान सहयोग मिलेगा।

काकुरो - 1986 का हल



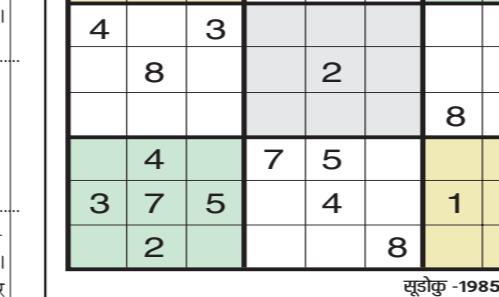
कामकाज सीमित बनी हो जाएगी। अपने काम में सुविधा देने के लिए राते वनों में अपने अधीनसत लोगों व कान सहयोग मिलेगा।

सूडोकु - 1986



कामकाज की व्यवस्था से सुधू-चैन प्राप्त करेंगे। अधीनसत की साथीय कानों की साथीय वर्ती वर्ती हो जाएगी। अपने काम में सुविधा देने के लिए राते वनों में अपने अधीनसत लोगों व कान सहयोग मिलेगा।

काकुरो - 1985 का हल



कामकाज की व्यवस्था से सुधू-चैन प्राप्त करेंगे। अधीनसत की साथीय कानों की साथीय वर्ती वर्ती हो जाएगी। अपने काम में सुविधा देने के लिए राते वनों में अपने अधीनसत लोगों व कान सहयोग मिलेगा।

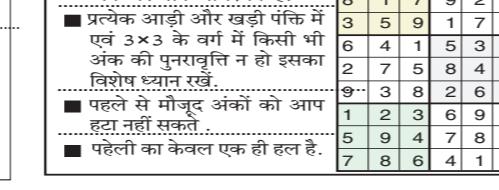
व्यापार में स्थिति नम सहें। शूरुभय, चिता, संतान को कट्टा अपरिव्यय के बारे बनें। संतोष रखने से साधारणता मिलेगी।

शब्द पहेली - 1986



नीकरी में स्थिति सामान ही होंगी। कामकाज की पर्याप्ति को दर्शाएं। लाभांश दूर होंगे। अपने काम पर पैंची नजर रखें।

सूडोकु - 1985 का हल



कामकाज की व्यवस्था से सुधू-चैन प्राप्त करेंगे। अधीनसत की साथीय कानों की साथीय वर्ती वर्ती हो जाएगी। अपने काम में सुविधा देने के लिए राते वनों में अपने अधीनसत लोगों व कान सहयोग मिलेगा।

परिव्राम प्रयोग से काम बनाने की कारोबारी लाभ देंगे। पर प्रयोग में नापड़ने के काम बनाने की कारोबारी और अंदर्नी सहयोग मिलाने का गता होगा। लेन-देन में आ रही बातों को दूर करने के प्रयोग से काम बनाने की कारोबारी लाभ देंगे।

परिव्राम आपने काम पर धन दीजिए। कल का प्रयोग आपने काम बनाने की कारोबारी लाभ देंगे।

शब्द पहेली - 1986



भाई-बहनों का प्रेम बढ़ेगा। शूरुपक-1-3-5

कूंब

यांत्रों की व्यवस्था में नवाने तालिम और समन्वय बन जाएगा। यांत्रों दोनों के साथ सहायता की जलन लगेगी। अपने काम के लिए राते वनों में अपने अधीनसत लोगों व कान सहयोग मिलेगा।

शब्द पहेली का एक ही हल है।

टाईम पास

मेथीदाना ठोटा मत समझो

● भोजन शांत मन से बनाएं, खिलाएं और खाएं।

भोजनोपरांत क्रोध करना स्वास्थ्य पर दुष्प्रभाव डालता

है।

● अपने पेट को 'डस्टीन' समझ कर उसमें सब कुछ मत ठूंसें। खूब से कम भोजन खाना चाहिए।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।

● जब खूब जौं और से लगी हो, उस समय खाली जल पीना भी नुकसान पहुँचाता है। ऐसे में यदि खाना उपलब्ध होने में देर लगता है तो एक बिल्डर के साथ एक गिलास पानी पी लें।</p

मन से हो जाएं मुक्त



इस दुनिया के किसी भी व्यक्ति या वस्तु से पीछा छुड़ाने की हमें कोई ज़रूरत नहीं है, हमें सिर्फ़ अपने मन से मुक्त होने की ज़रूरत है। जैसे ही आप अपने मन से मुक्त हो जाते हैं, उत्तम्यस्थलप परमात्मा का प्रकाश आपके जीवन के भाव देता है।

मैं आपके हाथ जीवनभर सुखी रहने की चाबी थमा देती हूं अगर आप उसे ठीक से संभाल सको, तो कृपया संभाल लेना। चाबी यही है कि जब-जब आपका मन ठहर जाएगा, वहीं पर आपको सच्चा सुख और मन मनाने की मौका मिलता है। और जब भी आपका मन अस्थिर रहेगा, आपको दुख, तनाव और विताएं धेर लेती हैं। तब आप उन चीजों की तलाश में दर-दर भटकते फिरते हैं, जिन चीजों से आपको लगता है कि सुख मिलेगा। जब आपको अनी मराही चीज मिल जाती है, तब अचानक थोड़ी देर के लिए आपका मन ठहर जाता है। जैसे ही आपका मन ठहर जाता है, आप अपने ही आनंद में मन ठोकते हैं। थोड़ा देर बाद वह चीज तो वहीं पर पड़ी रह जाती है, और आपका मन सुख की तलाश में किसी और चीज की तरफ

आकर्षित हो जाता है। पर जब आपको थोड़ी देर सुख मिला था, वह इसलिए कि आपका मन उस समय ठहर गया था।

हर क्षण जब आपका मन ठहर जाता है,

आप अपने ही भीतर सुख का अनुभव करते हैं। इस मन को ठहराने का तरीका है आपकी श्वसन किया में। जैसे ही आप अपी श्वसन किया ठहराने का शांत करते हैं, आपका मन ठहराने लगता है और जब भी मन ठहर जाता है, आप स्वतः सुख का अनुभव करते हैं।

बाह्य जगत में हमें सुख पाने के लिए वस्तुओं और व्यक्तियों का गुलाम बनाना पड़ता है।

लेकिन ज्ञान के शांत करके अपने भीतर मिलने वाले असीम आनंद को पाने में हम अत्यंत स्वतंत्र महसूस कर सकते हैं।

श्वासों को शांत करने से वहीं और उसी क्षण जैसे



- अनंदधृति गुरुमा

मुक्त हो जाते हैं, चैतन्यस्वरूप परमात्मा का प्रकाश आपके जीवन को भर देता है। पर अपने ही भीतर के इस चैतन्य के प्रकाश को आप कैसे देख पाएंगे? सब तो यह है कि जैसे ही आप

आपने भीतर उस देखने में कामयाब हो जाएंगे, जल्दी ही आप बाहर भी उसे देखने लग जाएंगे। लेकिन ज्ञान के बिना आप इस प्रकाश को नहीं देख सकेंगे। प्राण यह उठता है कि अगर परमात्मा मेरे ही हृदय में परमात्मा हैं, तो उसके लिए मैं व्याप्ति या स्वास हूं?

इस मन के अधिष्ठान में परमात्मा ही है, परमात्मा ही आपके मन का सर्वर्व तड़पता है। फिर भी आपका मन उसके लिये तड़पता है।

परमात्मा का व्याप्ति का व्याप्ति है। जल विच मीन पियारी, मोहे देखत आप हासीं यानी पानी में रह कर भी मछली पानी के बिना प्यारी है। आपके मन का अधिष्ठान परमात्मा है। आप परमात्मा में ही रहते हैं, फिर भी तुरत मिल जाता है। उसके लिए इस दुनिया के किंसी भी व्यक्ति या वस्तु से पीछा छुड़ाने की हमें जब आपका मन ठहर जाता है, उसी क्षण उस प्यारे कोई ज़रूरत नहीं है, हमें सिर्फ़ अपने मन से मुक्त होने की ज़रूरत है। जैसे ही आप अपने मन से

कबीर कहते हैं, 'जल विच मीन पियारी, मोहे देखत आप हासीं' यानी पानी में रह कर भी मछली पानी के बिना प्यारी है। आपके मन का अधिष्ठान परमात्मा है। आप परमात्मा में ही रहते हैं, फिर भी तुरत मिल जाता है। उसके लिए इस दुनिया के किंसी भी व्यक्ति या वस्तु से पीछा छुड़ाने की हमें अपने आपको हासा देती चीजों में उड़ानाये रखते हैं।

जब आपका मन ठहर जाता है, उसी क्षण उस प्यारे के प्रकाश की बरसात आपके दिल में होने लगती है। तड़पता है।

मन को श्वसन किया की अलग-अलग विधियों

मात्र 11 दिन में खुशी से झोली भर देंगे गणेशजी के यह 3 मंत्र

गणेशजी के यह 3 विलक्षण अनोद्य मंत्र



भगवान् श्री गणेश आप ने हर रूप में प्रसन्नता और खुशियों का वरदान देते हैं। उनकी हां प्राणिना फलदायक होती है। वह सौभाग्य और निंवान के प्रदाता हैं। आइए जानते हैं उनके 3 ऐसे घण्टाकारी मंत्र जो विधित करने पर मात्र 11 दिन में जीवन बदल देने की क्षमता रखते हैं।

मंत्र 1 : गणेश गायत्री मंत्र
ॐ एकदन्ताय विश्वाय वक्तुंजय धीमाह तत्रो बुद्धि प्रवोदयत।

यह गणेश गायत्री मंत्र है। इस मंत्र का 11 दिन शांत मन से 108 बार जाप करने से गणेशजी की विशिष्ट कृपा होती है। गणेश गायत्री मंत्र के जप से व्यक्ति का भग्य घमक जाता है और हर कार्य अनुकूल सिद्ध होने लगता है।

मंत्र 2 : तात्रिक गणेश मंत्र
ॐ ग्लोम गोरी पुत्र, वक्तुंतु, गणपति गुरु गणेश। ग्लोम गणपति, ऋषि पृथ्वी पति। कर्त्ता द्वार वक्तेश।

11 दिन तक इस मंत्र का 108 बार जाप करने व्यक्ति के जीवन के सारे वक्ते समाप्त होते हैं। धन, धार्य, संपत्ति, समझि, खुशियां, बैधव, पराक्रम, विद्या और शाति की प्राप्ति होती है। लेकिन इस मंत्र के प्रयोग के समय व्यक्ति को पूर्ण सातिकता रखनी होती है और क्रोध, मांस, मदिरा, परस्त्री संबंधों से दूर रहना होता है।

मंत्र 3 : गणेश कुबेर मंत्र
ॐ नमः गणपतये कुबेरे यंकदिको फट् स्वाहा।

यह मंत्र आपार लक्ष्मी देने वाला है। गणेशजी की पूजा करने के बाद गणेश कुबेर मंत्र का 11 दिन तक नियमित रूप से जप करने से व्यक्ति को धन के नवीन स्तोत्र मिलना आसंभव होते हैं। जीवन में खुशियां दस्तक देने लगती हैं।

वेद, विज्ञान और पुराणों से जानिए शंख की महिमा



ब्रह्मवैर्वत पुराण में उल्लेख मिलता है कि 'शंख' चंद्रमा और सूर्य के समान ही देव हैं। शंख के मध्य में दूरण, पीछे के भाग में ब्रह्मा और आगे के भाग में गंगा और सरसवी का निवास है।

शंख निधि (धन का खजाना) का प्रतीक है। ऐसा माना जाता है कि इस मंगलविद्वि को घर के पूजास्थल में रखने से अनिष्टों का नाश होता है और सोभाग्य की प्राप्ति होती है।

शंख का महत्व जिनका धार्मिक है उनका ही वैज्ञानिक, वैदिकों का मानना है कि शंख-धनि के प्रभाव में सूर्य की किरणें बाधक होती हैं। इससे आपास का वातावरण तता पर्यावरण शुद्ध रहता है।

आयुर्वेद के अनुसार शंखोदक भस्म से पेट की बीमारियों अमूमन पीलिया, यकृत के रोग, पथरी आदि रोग ठीक होते हैं।

पुराणों में उल्लेख मिलता है कि मुक्त एवं शास रोगी हमेशा शंख बजाये तो बोलने की शक्ति वाले सकते हैं। ऋषि शृग के विद्युत अंतर्मित करके पिलाने से वाणी-दोष नहीं होते हैं।

प्राकृत होता है कि ग्रहों तो शंख-धनि के परोक्ष लोगों के बीच भी बोलने की शक्ति वाले होते हैं। शंख बांधने तथा शंख में धन लगाने की शक्ति वाले होते हैं। यह भावना शंखविद्वि को धन के निवास के बारे में बोलती है।

युग्मल का विद्वि जिनका शंखविद्वि तो शंख-धनि का आवाहन होता है। यह भावना शंखविद्वि को धन के निवास के बारे में बोलती है।

मुगल काल के मशहूर सारीजन तानसेन ने अपने आर्थिक दौर में शंख बजाकर हांग जाना शक्ति वाला देखा। शंख की महिमा का वर्णन मिलता है।

गोक्षा संहिता विद्वि के शंख की महिमा का वर्णन मिलता है। शंख के मध्य में दूरण, पीछे के भाग में ब्रह्मा और आगे के भाग में गंगा और सरसवी का निवास है।

अथवाद के अनुसार शंखोदक भस्म से पेट की बीमारियों अमूमन पीलिया, यकृत के रोग, पथरी आदि रोग ठीक होते हैं।

पुराणों में उल्लेख मिलता है कि मुक्त एवं शास रोगी हमेशा शंख बजाये तो बोलने की शक्ति वाले सकते हैं। ऋषि शृग की मान्यता है कि छोटे-छोटे बच्चों के शरीर पर एक बालक बांधने तथा शंख में धन लगाने की शक्ति वाले होते हैं।

युग्मल देवता है कि ग्रहों तो शंख-धनि का आवाहन होता है। उसके बारे में पाप नहीं जाते हैं। और वह भावना विद्वि का आवाहन होता है।

मुगल काल के मशहूर सारीजन तानसेन ने अपने आर्थिक दौर में शंख बजाकर हांग जाना शक्ति वाला देखा।

विद्वि विद्वि के अनुसार माता लक्ष्मी समूद्र राज की पुत्री हैं तथा

शंख की उपति भी समूद्र से हूँ है, इसलिए शंख उनके भाई हैं।

विद्वि विद्वि के अनुसार माता लक्ष्मी समूद्र राज की पुत्री हैं।

विद्वि विद्वि की जाह जाह शक्ति वाली जी का वास होता है।

विद्वि विद्वि की जाह जाह शक्ति वाली जी का वास होता है।



**ये एक गलती नहीं करती तो...मां श्रीदेवी
के निधन के बाद अब भी पछताती हैं**

ଜାନକୀ କବ୍ରି



जान्हवी कपूर न सिर्फ अपने लुक्स से बल्कि अपनी एक्टिंग से भी फैन्स को दीवाना बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ती हैं। वो सोशल मीडिया पर खूब एक्टिव रहती हैं और अपनी लाइफ से जुड़ी हर अपडेट को फैन्स से शेयर करती रहती हैं। कुछ दिन पहले जूनियर एनटीआर के साथ एक्ट्रेस को फिल्म 'देवरा' में देखा गया था। हालांकि फिल्म तो कुछ खास कर्माई नहीं कर पाई थी, लेकिन इसका गाना Chuttamalle पर लोग अभी भी डांस करना पसंद करते हैं। जान्हवी ने अपने करियर की शुरूआत 'धड़क' के जरिए की थी। जान्हवी की मां श्रीदेवी इस फिल्म की शूटिंग के बक्स सेट पर आया करती थीं, लेकिन फिर कुछ ऐसा हुआ कि उन्होंने आना बंद कर दिया। हालांकि मां के चले जाने के बाद बेटी को एक बात का बहुत पछतावा होता है, जिसका उन्होंने कुछ साल पहले खुलासा किया था। इंटरव्यू के दौरान जान्हवी कपूर ने अपनी मां श्रीदेवी के साथ रिश्ते को लेकर खुलासे बात की थी। इस दौरान उन्होंने अपनी पहली फिल्म 'धड़क' से जुड़े तमाम किस्से शेयर किए थे। जान्हवी ने ये भी बताया था। आखिर उनकी मां की ऐसी कौन सी बात थी, जिसको लेकर आज भी एक्ट्रेस को बहुत पछतावा दिया जाता है।

जान्हवी नहीं चाहती थीं कि श्रीदेवी सेट पर आएं

जान्हवी ने कहा था, जिस वक्त मैं धड़क की शूटिंग कर रही थी, तो उस वक्त मेरी मां सेट पर मेरे साथ आना चाहती थीं। कई बार वो खुद से आ भी जाती थीं। लेकिन फिर मैंने उनको सेट पर आने से रोकना शुरू कर दिया था, क्योंकि मैं नहीं चाहती थी कि सबको ये लगे कि मैं श्रीदेवी की बेटी हूं तो इस बात का फायदा उठा रही हूं, और वैसे भी सभी को ये लगता था कि मुझे मेरी डेव्यू फिल्म इसीलिए मिली क्योंकि मैं श्रीदेवी की बेटी हूं। लेकिन अब मुझे इस बात का पछतावा होता है कि आखिर क्यों मैंने मां को सेट पर आने से रोका। मुझे लगता है कि मैंने क्यों लोगों की बातों पर इतना ध्यान दिया। अब मैं श्रीदेवी की बेटी हूं, तो इसमें कछु नहीं किया जा सकता है।

इसलिए होता है पछतावा
जान्हवी ने आगे कहा था, वो भारत की टॉप एक्ट्रेस में से एक थीं। काश उस वक्त मैंने उनको सेट पर आने दिया होता और उनसे कुछ अच्छे टिप्प ले पाती। अब जब मैं पीछे मुड़कर देखती हूँ तो ऐसा लगता है कि आखिर मैंने मॉम की बात क्यों नहीं सुनी और लोगों की बातों पर इतना ध्यान क्यों दिया।

अपनी बात खत्म करते हुए एक्ट्रेस ने कहा था, कभी-कभी लगता है कि मॉम को कॉल करूँ और कहूँ कि ये फिल्म शूट हो रही है, सेट पर आ जाइए। जब जान्हवी की मां का निधन हुआ, उसी साल उनकी फिल्म 'धड़क' रिलीज हुई थी। एक्ट्रेस अपनी मां को

अमिताभ बच्चन

-एजनीकांत को नहीं आती एविटंग...’ साथ काम करने वाले एकटर का बड़ा बयान

पिछले साल 'वेट्रैयन' नाम की एक फिल्म रिलीज हुई। इस फिल्म में भारत के दो बड़े किएकिटंग कैसे करते हैं। सुपरस्टार्स अमिताभ बच्चन और रजनीकांत एक साथ नजर आए। इस फिल्म में दोनों एलेंसियर ले लोपेज को नहीं मिले पैसे



कि उन दोनों को एक्टिंग नहीं आती है। उस एक्टर का नाम एलेसियर ले लोपेज है, जो मलयालम सिनेमा में काम करते हैं। 'वेट्रैयन' में एक कोर्ट रूम का सीक्रेंट है। एलेसियर लोपेज जज के किरदार में नजर आए हैं। मैडिया से बातचीत करते हुए उन्होंने कहा, मुझे ये एहसास हुआ कि रजनीकांत और अमिताभ बच्चन नहीं जानते हैं

मुकाबल पर कहा य बात
एलोसियर ने आगे कहा, मुझे ये एहसास हुआ कि मैं
उन दोनों के साथ मुकाबल नहीं कर सकता, क्योंकि न मेरा स्टाइल है और
न गहरी आवाज है, मैं सिर्फ परफॉर्म कर सकता हूँ। मुझे ये भी एहसास हुआ कि
उन लोगों को एक्टिंग नहीं आती।



जो मैंने कहा, नहीं कहना चाहिए था, मुझे
माफ कर दीजिए...बवाल के बाद रणवीर
इलाहाबादिया ने मांगी माफी



भद्रे कमेंट के चलते देशभर में लोगों के निशाने पर आए यूट्यूबर रणवीर इलाहाबादिया ने माफी मांग ली है। उन्होंने सोमवार को अपने एक्स पर एक वीडियो शेयर किया, जिसमें उन्होंने कहा कि मेरा कमेंट सही नहीं था और न ही वो फनी थी, इसलिए मैं आप सभी से माफी मांगता हूं। रणवीर इलाहाबादिया हाल ही में कॉमेडियन समय रैना के शो इंडियाज गॉट लेटेंट पर पहुंचे थे, जहां उन्होंने पैरेंट को लेकर बेहद आपत्तिजनक बात कही थी। इसके बाद उनका वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो गया था और उनके खिलाफ कार्रवाई की मांग उन्हें लगी थी।

रणवीर ने एक्स पर वीडियो शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, मैंने जो इंडियाज गॉट लेटेंट में कहा, वो नहीं कहना चाहिए था, मुझे माफ कर दीजिए, इसके साथ उन्होंने वीडियो में कहा, मेरा कमेंट सही नहीं था, न वो फनी था, कॉमेडी में मैं माहिर नहीं हूं, मैं यहां बस माफी मांगने के लिए आया हूं, आप लोगों में से कइयों ने पूछा कि क्या मैं इस तरह अपने प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल करना चाहता हूं, नहीं, मैं इस तरह बिल्कुल भी इस्तेमाल नहीं करना चाहता हूं, जो मैंने कहा उसको लेकर मैं कोई बहाना नहीं बनाऊंगा, मैं बस माफी मांगता हूं.

रणवीर ने कहा कि परिवार एक ऐसी चीज़ है, जिसकी मैं कभी भी बेइज्जती नहीं करना चाहूँगा, मैंने इस पूरे माले से ये सीखा है कि इस प्लेटफॉर्म को और बेहतर तरीके से इस्तेमाल करने की जरूरत है। उन्होंने बाद किया कि वो और बेहतर होंगे। इसके साथ ही रणवीर ने बताया कि उन्होंने शो के मेरक्स से कहा है कि वो विवादित किलप को बीड़ियों से हटा लें। उन्होंने कहा कि मुझे उम्मीद है कि आप मुझे माफ़ कर देंगे।

दिल्ली से मुंबई तक शिकायत दर्ज़

रणवीर और समय समेत शो में मौजूद तमाम लोगों के खिलाफ पहले मुंबई और फिर दिल्ली में शिकायत दर्ज कराई गई। दिल्ली के एक वकील ने तो समय रैना के शो इंडियाज गॉट लेटेंट के खिलाफ सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय में भी शिकायत की और इस शो को बैन करने की मांग कर दी।

12 महीने के इंतजार के बाद विक्रांत मैसी ने दिखाई बेटे की पहली झालक, जन्हें वरदान की वयूटनेस पर हो जाएंगे फिरा



बॉलीवुड एक्टर विक्रांत मैसी का बेटा वरदान एक साल का हो गया है, एक्टर पिछले साल बेटे के पिता बने थे और उन्होंने अपने बच्चे का नाम वरदान रखा था। हालांकि पिछले एक साल से उन्होंने अपने बच्चे को दुनिया की नजरों से बचाकर रखा था, लेकिन अब बेटे के पहले बर्थडे पर एक्टर ने दुनिया के लिए अपने छोटे से राजकुमारी की मुंह दिखाई कर दी है। फोटोज देखने के बाद फैन्स नहें से बच्चे पर खूब प्यार बरसा रहे हैं और उसकी जमकर तारीफ कर रहे हैं।

विक्रांत की पत्नी शीतल टाकुर ने 7 फरवरी 2024 को एक बेटे को जन्म दिया था, इसके कुछ दिन बाद ही एक्टर ने अपनी प्रोफेशनल लाइफ से कुछ वक्त का ब्रेक ले लिया था, ताकि वो अपना पूरा ध्यान परिवार पर दे सकें और उनके साथ ज्यादा से ज्यादा समय बिता पाएं। हाल ही में एक्टर ने अपने बच्चे का पहला बर्थडे सेलिब्रेट किया और इस दौरान उन्होंने छोटी सी पार्टी होस्ट की थी।

विक्रांत ने इंस्टा पर शेयर की बच्चे की फोटोज़

विक्रांत ने बर्थडे पार्टी की कुछ झलकियां सोशल मीडिया पर भी शेयर की थीं और इसी दौरान उन्होंने लोगों को बेटे का चेहरा भी दिखा दिया। विक्रांत ने इंस्टाग्राम हैंडल पर जो फोटोज शेयर की हैं उनमें वो अपनी पत्नी और बेटे के साथ नजर आ रहे हैं। ये फोटोज उनके बच्चे के पहले बर्थडे की हैं। फोटोज में एक्टर को अपने बेटे को गोद में लिए हुए देखा जा सकता है। विक्रांत का छोटा सा बेटा क्यूट सा लग रहा है। वहीं शीतल ठाकुर भी बहुत प्यारी लग रही हैं। फोटोज शेयर करते हुए एक्टर ने कैप्शन में लिखा, हमारे प्यारे से बदरान को हेलो कहाए, इन फोटोज पर फैन्स के जमकर कमेंट्स भी आ रहे हैं।

फोटो पर फैन्स ने लटाया प्याज़।

विक्रांत की पोस्ट पर एक यूजर ने उनके बेटे के लिए लिखा, ओह माई गॉड बेबी वरदान कितना क्यूट है. वर्हीं दूसरे ने कहा, आखिरकार वरदान का चेहरा सामने आ गया. एक और शख्स ने कहा, ये तो विक्रांत की कार्बन कॉपी है. एक अन्य शख्स ने कहा, ये तो विक्रांत से भी ज्यादा क्यूट दिख रहा है. विक्रांत और शीतल की लव स्टोरी की बात करें तो दोनों ने साल 2015 में एक-दूसरे को डेट करना शुरू किया था. उन्होंने 2018 में 'ब्रोकेन विद ब्यूटीफुल' सीरीज में एक साथ काम किया था. यार परवान चढ़ा तो उन्होंने 2019 में सगाई कर ली और फिर 18 फरवरी 2022 को हमेशा-हमेशा के लिए एक-दूसरे के हो गए.