होली परिशिष्ट 2026

JVC

# जनमुख

व्यापार चक्र

खुशियों के रंग पीताम्बरी के संग

पीताम्बरी

Since 1988

बनारस का सर्वश्रेष्ठ
लोकप्रिय शो-रूम

बनारसी हैण्डलूम कलमकारी साड़ीयाँ
कतान सिल्क हैण्डलूम जामावार साड़ीयाँ
हैण्डलूम जॉरजेट खड्डी साड़ीयाँ
बनारसी दुपट्टे
वैवाहिक लहंगा-चुन्नी बनारसी डिजाइनर निर्मित
बनारसी सलवार-सुट व कुर्तीयां

9721333376

pitambari.vns
pitambari.vns

SUNDAY OPEN

**नमस्कार,**

होली का पर्व हमें अहंकार, द्वेष और कटुता को जलाकर प्रेम, सद्भाव और भाईचारे को अपनाने की प्रेरणा देता है। होलिका दहन बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है, जबकि रंगों की होली जीवन में उमंग और नई शुरुआत का संकेत देती है। आइए, इस होली पर हम सिर्फ चेहरों पर नहीं, बल्कि दिलों पर भी खुशियों के रंग लगाएं। रंगों का यह त्योहार आपके जीवन में सुख, शांति और समृद्धि के नए रंग भर दे। आप सभी को रंगों से भरी होली की बहुत-बहुत शुभकामनाएं।

**Stay healthy, stay happy**

Dr. Pooja Sharma Pandey
(MBBS, DNB) Consultant Physician

# Dr. Pooja Sharma Pandey

**M.B.B.S., DNB (Consultant Physician)**
**Fellowship Clinical Cardiology & Pulmonology**
**Ex. Senior Resident Apollo, Delhi**
**Fortis Hospital**

**Ex. Senior Consultant in Ram Kishan Mission Hospital (Kodia) Varanasi**

## OUR SERVICES

- Diabetes Speciality
- Blood Pressure (B.P.)
- Cholesterol Related Disease
- Fever
- Stomach Relat8ed Diseases
- Diet Counselling
- Nebulizer/ECG/PFT Facility
- Asthma

## सेवाएँ

- मधुमेह विशेषज्ञ
- रक्तचाप (बी.पी.)
- कोलेस्ट्राल संबंधी रोग
- बुखार
- पेट संबंधी रोग
- आहार संबंधी जानकारी
- नेबुलाइजर/ई.सी.जी/पी.एफ.टी. सुविधा
- अस्थमा

**NO MEDICINE DAY**

## FREE OPD

**Every 3rd Monday, Time - 10am to 2pm**

## जाँच (PFT) - FREE

**EVERY 3rd MONDAY CAMP**

# NIHIRA HEALTH CARE CLINIC

**Monday To Saturday Timing 9.30 am to 10.30am**
**( prior appointment) NIHIRA HEALTH CARE CLINIC ( SONIA ROAD)**

**11AM to 2PM medwin hospital ( maidagin)**
**4 PM TO 6PM ( NIHIRA HEALTH CARE CLINIC )**

## Mob.: 9935892226

## सम्पादकीय

# होली भाईचारे का महापर्व

सरोज सिनहा
समाचार सम्पादक

होली केवल रंगों का त्योहार नहीं, बल्कि प्रेम, एकता और भाईचारे का महापर्व है। यह आस्था, श्रद्धा और सनातन संस्कृति की ज्योति का महापर्व है। यह वह अवसर है जब लोग पुराने गिले-शिकवे भुलाकर एक दूसरे को गले लगाते हैं और समाज में सौहार्द का रंग भरते हैं। देखा जाए तो यह पर्व शीत ऋतु को विदा कर वसंत ऋतु का स्वागत करता है। इस दौरान प्रकृति भी परिवर्तन करती है और धरती चारों तरफ रंग-बिरंगे खूबसूरत फूलों से सज जाती है। वहीं पेड़-पौधे भी अपने पुराने लिबास को उतार कर नये परिधान धारण कर रंगोली की तैयारी करने लगते हैं। कुल मिलाकर रंगोत्सव का त्योहार एकजुटता के बंधन में बंधकर होली पर्व का एहसास दिलाता है। होली की शुरूआत होलिका दहन से हो जाती है। जहां भक्त प्रह्लाद और होलिका से जुड़ी लोककथाएं प्रचलित हैं। भक्त प्रह्लाद की भक्ति और सत्य की अंततः विजय होती है। इसी के अगले दिन रंगों की होली खेली जाती है। लेकिन समय के साथ अब हर त्योहार बाजारवाद की भेंट चढ़ गया है। अब उस तरह का नैसर्गिक उत्साह देखने को नहीं मिलता। इसकी वजह तकनीकी प्रभाव और हमारी बदलती जीवन शैली है। हर व्यक्ति का तनाव ग्रस्त होना तो उन्मुक्त भाव से होली कोई कैसे मनाएं? लेकिन इस रंगोत्सव के भाव को सकारात्मक दिशा में ले जाना हम सबकी जिम्मेदारी है। रंगोत्सव पर जाति-धर्म, भाषा, वर्ग भेद मिटाकर जब समाज एक साथ उत्सव मनाएंगे तभी सच्चे अर्थों में भाईचारा स्थापित होगा। हालांकि देखा जाए तो प्रेम और भाईचारे के प्रतीक होली के त्योहार की प्रासंगिकता इस भौतिकवादी युग में ज्यादा बढ़ गयी है। आज के समय में व्यक्ति का दायरा संकुचित होता जा रहा है। ऐसे में होली प्यार, प्रेम और भाईचारे का संदेश देती है। आज इस पर्व को मूल अर्थों में मनाना ज्यादा प्रासंगिक है। आइए हम सब मिलकर इस पावन होली में मन के विकारों को अग्नि में समर्पित करें और प्रेम, सद्भाव तथा धर्म के रंग से जीवन को आलोकित करें।

**आप सभी को होली की हार्दिक शुभकामनाएं।**

सरोज सिन्हा

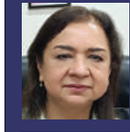
## जनमुख परामर्श मंडल

**एस. कुमार,** अध्यक्ष
सिंधी काउंसिल ऑफ इंडिया

**संतोष अग्रवाल,**
सभापति
श्री काशी अग्रवाल समाज

**श्रीनारायण खेमका**
अध्यक्ष
अखिल भारतीय मारवाड़ी सम्मेलन

**वी.के.जैन,** अध्यक्ष
जैन मिलन, वाराणसी



**डा. नीलम ओहरी**
स्त्री रोग विशेषज्ञ

**डा. एस.के.पाठक**
वरिष्ठ चिकित्सक

प्रधान सम्पादक
ब्रजेश कुमार राय 'शर्मा'
समाचार सम्पादक
सरोज सिन्हा
फोन : 0542-2500324 9336929544
Email : janmukh.vns@gmail.com
जनमुख हिन्दी दैनिक के लिए निःशुल्क प्रकाशित

# बाइनॉरल हियरिंग एड

दोनों कानों में सुनने की मशीन (बाइनॉरल हियरिंग एड) लगाना इसलिए जरूरी है क्योंकि यह प्राकृतिक सुनने की प्रक्रिया की नकल करती है, जिससे ध्वनि की स्पष्टता, दिशा का सही ज्ञान और शोर में भी बातचीत समझने की क्षमता बेहतर होती है। यह मस्तिष्क को संतुलित सिग्नल प्रदान करता है, कान की नसों को सक्रिय रखता है और सुनने के मानसिक तनाव को कम करता है।

**दोनों कानों में मशीन लगाने के मुख्य कारण:**

**आवाज़ की दिशा और दूरी का पता लगाना ( Localization ):** दो मशीनों से यह समझना आसान होता है कि आवाज़ दाईं ओर से आ रही है, बाईं ओर से या पीछे से।

**शोर में बेहतर समझ:** शोर-शराबे वाली जगहों (जैसे- रेस्टोरेंट या भीड़) में बातचीत को स्पष्ट रूप से समझने के लिए दोनों कान जरूरी हैं, इसे 'बाइनॉरल समेशन' कहते हैं।

**प्राकृतिक आवाज़ ( Natural Sound ):** एक कान की तुलना में दो मशीनें लगाने से आवाज़ अधिक स्वाभाविक और संतुलित महसूस होती है।

**कान की नसों को सक्रिय रखना:** यदि एक कान में मशीन नहीं लगाई जाती है, तो उस कान की सुनने की क्षमता समय के साथ और कम हो सकती है (जिसे 'ऑडिटरी डेप्रिवेशन' कहते हैं)।

**कम थकान:** दोनों कानों से सुनने से मस्तिष्क को समझने में कम मेहनत करनी पड़ती है, जिससे सुनने में होने वाली थकान कम होती है।

**बेहतर संतुलन:** दोनों कान संतुलित होने से व्यक्तिगत सुरक्षा और मानसिक संतुलन बेहतर रहता है।

इसलिए, यदि दोनों कानों में सुनने की समस्या है, तो बेहतर सुनने के अनुभव और कानों के स्वास्थ्य के लिए दो मशीनें लगवाना ही बेहतर विकल्प माना जाता है।

# ... होली आ गई

फागुनी रस में हवाओं में खुमारी छा गई।
लो चुनर केसर ने लहराई, कि होली आ गई।।

गुलमोहर धरती के मन पर दे रहे दस्तक इधर ।
कोंपलें टेसू की शर्माईं, कि होली आ गई।।

गांठ कलियों की खुली, खुशबू के पाखी उड़ चले।
बात भंवरों की है बन आई, कि होली आ गई।।

आ गईं हुरियारनें ले लट्ठ होली खेलने।
रंग बरसाने में बरसाईं, कि होली आ गई।।

सबकी पेशानी गुलाबी हो, लगाओ यूं गुलाल।
बज उठे उल्फ़त की शहनाई, कि होली आ गई।।

दर्द बीते वक्त के, आओ, दहन कर दें सभी।
ज़िन्दगी हर दिल में मुस्काई, कि होली आ गई।।

रंग छूटे ना कभी अपने वतन का जोगिया।
हो हरी उजले में अंगनाई, कि होली आ गई।।

डॉ. एस. बाला

होली के शुभ अवसर पर हार्दिक शुभकामनाएं

के. के. सिंह
BASLP, MISHA-MYSORE, Audiologist and Speech Therapist
Ex. Speech Therapist GS Memorial Hospital Varanasi
Ex. Speech Therapist Smayan Hospital Varanasi
Consultant Audiologist E.N.T. Clinic Varanasi
वाक एवं श्रवण रोग विशेषज्ञ
RCI-Reg-N0-A37878

शिवम् स्पीच थेरेपी एण्ड हियरींग एड सेन्टर

ज्योति राय
DHLS
Assistant Audiologist
Speech Therapist

उपलब्ध सुविधाएं
• कम्प्यूटर द्वारा कान के सुनने की जाँच।
• कम्प्यूटर द्वारा कान की मशीन संबंधित जाँच एवं सलाह गूंगे/बहरेपन की जाँच एवं इलाज।
• हकलाना, तुतलाना, मंदबुद्धि इत्यादि का इलाज।
• Ear Mould (कान की माप) बनना।
• Cochlear implant मरीजों का स्पीच थेरेपी।

प्रातः 10 से 6 बजे तक
रविवार बन्द

Introducing
Sound Lens

100 % डिजिटल एवं प्रोग्रामिंग इनविजिबल हियरिंग एड उपलब्ध

मो. 6392115532

पता : D 59/105-18 चंद्रिका नगर कालोनी, सिगरा, वाराणसी

# बाजारवाद से बदलते होली के रंग...

जनमुख टीम

**होली कभी सिर्फ रंगों, गुलाल, अबीर और आपसी प्रेम का पर्व हुआ करती थी। गांव की चौपाल, ढोलक की थाप, घर की बनी गुझिया और टेसू के फूलों से तैयार प्राकृतिक रंग इसकी पहचान थे। लेकिन बदलते दौर में बाजारवाद ने होली के स्वरूप और रंग दोनों को बदल दिया है। पहले होली सामूहिक उत्सव था–लोग एक-दूसरे के घर जाकर मिलते, फाग गाते और रिश्तों को मजबूत करते थे। आज बाजार में तरह-तरह के केमिकल रंग, पिचकारी के नए-नए डिज़ाइन, थीम पार्टी, डीजे नाइट और इवेंट मैनेजमेंट कंपनियों के पैकेज ने त्योहार को 'इवेंट' में बदल दिया है। सोशल मीडिया और ब्रांडेड उत्पादों के प्रभाव से होली अब 'सेल्फी फेस्टिवल' बनती जा रही है। सफेद कुर्ता-पायजामा, ऑर्गेनिक गुलाल, रेन डांस और टिकट आधारित होली पार्टियां शहरी संस्कृति का हिस्सा बन चुकी हैं। बड़े शहरों में होली मिलन समारोह अब प्रायोजित कार्यक्रमों के रूप में आयोजित होते हैं।**

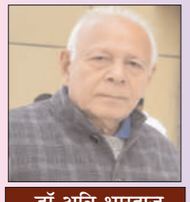
**ऐसे में आइए काशी के प्रबुद्ध लोगों से जानते हैं कि उनकी नजर में बाजारवाद के चलते कितना बदलाव होली के त्योहार में आया है।**

## *होली पर्व ही नहीं हमारी सांस्कृतिक विरासत भी है*

डॉ मुक्ता
वरिष्ठ साहित्यकार

होली नाम सुनते ही उल्लास और रंग की तरंगे कौंध जाती हैं। जन मानस पर होली का इतना गहरा प्रभाव है कि हर प्रांत में होली अलग तरीके से मनाई जाती है। होली की लोकप्रियता इसी से सिद्ध होती है कि शास्त्रीय गायन और लोक गायन दोनों में ही होरी गाई जाती है। ब्रज में होली की छटा निराली है' **रसिया ! मस्त महीना फागुन को रे । कोई गावे सो खेले होली फाग।** बनारस में होली से जुड़ा है 'बुढ़वा मंगल' और' 'गुलाब बाड़ी' का आयोजन। होली और संगीत का रिश्ता अभिन्न है। आज होली में संगीत का शालीन पक्ष मिटता जा रहा है और फूहड़पन हावी होता जा रहा है। गाली गलौज और शराब की लत इतनी बढ़ गई है की महिलाओं ने खुद को घर तक सीमित कर लिया है। पहले पुरुष और महिलाओं की अलग-अलग टोलियां मोहल्ले में होली खेलने निकलती थीं। अब वह सद्भाव समाप्त हो रहा है। होली मिलन और संगीत के कार्यक्रम भी बहुत कम होते जा रहे हैं ।आजकल बाजार में प्राकृतिक रंग का चलन बढ़ना सुखद है । होली के अवसर पर शास्त्रीय और लोक गायकी को प्रोत्साहन मिलना चाहिए। होली पर्व ही नहीं हमारी सांस्कृतिक विरासत भी है।

## होली पर अब सिर्फ औपचारिकता



डॉ अत्रि भारद्वाज
( साहित्यकार और पत्रकार )

समय परिवर्तनशील है और होली का स्वरूप भी बदला है। होली का स्वरूप अब पारंपरिक प्रेम और भाईचारे से बदल कर आधुनिकता और डिजिटल उत्सव की तरफ तेजी से बढ़ रहा है। पहले होली पर सामूहिक रूप से गीत गाये जाते थे, फाग गाया जाता था। अब इसकी जगह लाउडस्पीकरों पर बजने वाले फिल्मी गानों और फूहड़ भोजपुरी गीतों ने ले ली हैं। पहले लोग मिलजुल कर फाग गाते थे तो उसका आनंद ही कुछ और होता था। अब वृंदावन की फूलों की होली, वेस्ट बंगाल का डोल जात्रा और महाराष्ट्र की रंगपंचमी जैसे विभिन्न रूप सभी तरह की होली के मिश्रण के रूप में उभर रहे हैं। त्योहार के मायने बदल गए हैं। वह भाईचारा नहीं रहा, बस! औपचारिकता रह गई है। नई पीढ़ी को परंपराओं से कुछ लेना-देना नहीं है। भले ही होली का स्वरूप बदला है परन्तु आज भी बुजुर्गों के दिल में उसी पुरानी होली की यादें बसी हुई हैं। मशीनीकरण के दौर में जज़्बातों की जगह नहीं रहती है।

**'फिजूल खर्चों से बचकर होली के रंगों से खुशियां बिखेरे'**

आज के समाज में बाजार बाद एक ऐसी विचारधारा या व्यवस्था है जिसमें वस्तुओं की खरीदारी ही समाज का मुख्य केंद्र बन गई है। होली जो रंगों, खुशियों और उत्साह का त्यौहार है। वर्तमान समय में धार्मिक सांस्कृतिक न रहकर व्यवसायिक उपभोग का जरिया बन गया है। हर्षोल्लास के जगह आज के पीढ़ी में प्रदर्शन की भावना ज्यादा बढ़ गई है दिखावे के चलते महंगे-महंगे ब्रांड के समान ज्यादा खरीदे जा रहे हैं हमारे युवा पीढ़ी को समझना होगा कि होली जो रंगों का, आनंद का,समानता का और आत्मीय प्रेम का त्यौहार है वह सिर्फ दिखावे के लिए नहीं बनी बल्कि आपसी प्रेम सहयोग और मानवता का त्यौहार है।आज महंगाई इतनी बढ़ गई है कि अब त्योहार भी महंगे लगने लगे हैं। आज की पीढ़ी को मैं यह संदेश देना चाहती हूं की फिजूल खर्चों से बचकर होली के रंगों से खुशियां बिखेरे।

डॉ मीनू वर्मा
शिक्षिका, लखनऊ

## होली के रंग हुए पहले से फीके

प्रज्ञा मिश्रा ( लेखिका )

पहले की होली परंपरागत तरीके से खेली जाती थी। हफ्ता-दस दिन पहले से ही होलियाना मूड और माहौल रहता था। घर में तरह -तरह के पकवानों की तैयारी शुरू हो जाती थी। राह चलते लोगों पर बच्चे गुब्बारे में पानी भर -भर कर निशाना साधते थे। फिज़ा में प्रकृति के उत्सव की खुशबू तैर जाती थी। उस तरह का नैसर्गिक उत्साह अब देखने को नहीं मिलता है। पहले बनारस की होली का एक अलग ही रंग देखने को मिलता था। प्रमुख गलियों और चौराहों पर हास्य -व्यंग्य के कवि सम्मेलन होते थे। बच्चों और बड़ों की टोलियां निकल पड़ती थीं, मगर अब एक टीके भर से काम चला लिया जाता है। औपचारिकता ही तो निभानी है। कौन अपने कपड़े खराब करें। सामाजिक एकता और आनंद के प्रतीक इस होली पर्व पर समय के साथ -साथ नीरसता का साया गहराता जा रहा है। इसकी वज़ह तकनीकी प्रभाव और जीवनशैली में बदलाव हैं। जब हर कोई तनावग्रस्त हैं तो उन्मुक्त भाव से होली कैसे मना पायेगा? होली अब पारंपरिक गीतों से हट कर आधुनिक डीजे और पार्टियों के साथ मनाई जाती है।बदलाव स्वाभाविक प्रक्रिया है लेकिन इस रंगोत्सव के भाव को सकारात्मक दिशा में ले जाना हमारी जिम्मेदारी है। पर्व हमें अपनी संस्कृति और परंपरा से जोड़ते हैं।

## होली पर हावी बाजारवाद

होली क्या? अब तो हर त्यौहार बाजारवाद की भेंट चढ़ गया है। औरों की क्या कहूँ? मैं अपनी ही बात करती हूँ। 'आलू 50 के 5 किलो।' सामने ठेले वाला चिल्ला रहा था। आलू लेने निकली कि थोड़े चिप्स और थोड़े पापड़ 5 किलो आलू लेकर बनाए जाएं। आँखों में वह पुरानी चारपाइयां, उन पर बिछी साफ चादरों पर चिप्स डालने जाती अपनी बाल्य काल वाली छवि ने मुझे थोड़ा और उत्साहित कर दिया। पैसे पर्स से निकाल बाहर निकली ही थी, कि 'चिप्स ले लो, आलू के पापड़ ले लो' दूसरा ठेले वाला भी सामने था। 'कैसे दी भैया?' अनायास पूछ लिया। उत्तर मिला 'रू.40 की पाव भर, पापड़ भी वही भाव हैं।'

मन ने दलील दी 50 के आलू खरीदो, दिनभर उनकी उलट पलट करो, वैसे भी तेल में तले चिप्स पापड़ ज्यादा खाने भी नहीं चाहिए। छोड़ो यार। पाव पाव भर ले लेती हूँ। काम बन जाएगा।' खुद ब खुद कदम दूसरे ठेले की ओर चल पड़े। बाजारवाद पूरी तरह हावी हो चुका था, उन उम्र दराजों पर, जिन्होंने वह होली देखी है, जिसे आप विशुद्ध होली कह सकते हैं। महीनों पूर्व से तैयारी। बसंत पंचमी के दिन चौराहों पर होलिका हेतु पहली लकड़ी का ढेर लग जाता और घरों में चिप्स, पापड़ कांजी, गुझिया, मिठाई बनाने की शुरुआत हो जाती। दादी इन्हें बनाने हेतु सामग्री लाने के लिए बेटों - पोतों को कसना शुरू कर देती । माँ, हम बेटियों को अपने साथ लगाकर नित्य प्रति सामान बना- बनाकर डब्बे, अरे, नहीं-नहीं! कनस्तर भरना शुरू कर देतीं। अपने घर के साथ-साथ,सभी बहन बेटियों के ससुराल, पड़ोसी, मित्र सभी को यह व्यंजन भेजे जाते। पड़ोसिने, जो मदद कराने के लिए साथ आकर बैठतीं या हम भी जिनके घर उनका हाथ। बंटाने जाते, चाय पार्टी के साथ-साथ गृहस्थी पालन के गुण, आम पारिवारिक समस्याओं के निदान स्वतः ही निर्माता समूह की गप्पों, हँसी ठिठोली में हमें कब मिल जाते, पता ही ना लगता था। वह सामाजिक ताना-बाना, कब छिन्न भिन्न हो गया, एकाकीपन ने हमें कब अपनी गिरफ्त में ले लिया, पता ही नहीं चला। इसका फायदा उठाया बाजारवाद ने। सब कुछ रेडीमेड तैयार है। गाँठ से पैसे निकालो और ले जाओ। क्या चाहिए आपको? ले भी क्या जाओ, हम पहुँचा देंगे जी आपके द्वार। ब्लिंकिट, जोमैटो, स्विग्गी सब हाजिर हैं। हुकुम तो दीजिए आधी रात, देर- सवेर। बताइए आपको क्या चाहिए? कब चाहिए?

बृजबाला दौलतानी
आगरा

रंग तो हम छूते नहीं, वह तो कच्ची बस्तियों तक ही सीमित रह गया है। हम आधुनिक, धनाढ्य लोग, कई पारंपरिक चीजों से परहेज करते हैं। चौराहे पर जल रही होलिका से आग् लाकर, अपने घर की होली कौन जलाता है। चने और जौ की वो भुनी बालियाँ, होलिका के रूप में बनी वह मीठी रोटी घर की होलिका में पकाना, बाजार इसकी व्यवस्था नहीं करता तो हमने इन परंपराओं को अपने आप ही छोड़ दिया है। गिने चुने घरों में ही इनका निर्वहन होता है अब तो। हमसे भी पूछ लो सबसे अच्छी गुझिया कौन सा हलवाई बनाता है और शहर में कहाँ मिलती है? यूँ ही थोड़े ही। पूरे 10 साल का अनुभव है हमें भी। और करें भी क्या? दो दिन का नौकरी का अवकाश, उसमें तमाम काम, गर्म कपड़े भी संभाल कर अंदर रखने होते हैं। तो लो भाई। महिलाऐं अब नौकरी करें, बच्चे पालें या वो पुरानी वाली होली खेलें। ना- बाबा- ना! हमसे ना होगा।

**बाजारवाद जिंदाबाद! होली की राम-राम जी।**

## कितने बदल गए हैं होली के रंग

डॉ. पूनम सिंह
संत अतुलानंद रेजिडेंसियल एकेडमी , होलापुर

भारत जैसे सांस्कृतिक रूप से समृद्ध देश में पर्व केवल उत्सव नहीं, बल्कि आस्था, परंपरा और सामाजिक एकता के प्रतीक रहे हैं। दीपावली, होली, ईद, क्रिसमस जैसे त्योहार परिवार और समाज को जोड़ने का माध्यम होते हैं। किंतु वर्तमान समय में इन पर्वों पर बाजारवाद का प्रभाव स्पष्ट रूप से दिखाई देने लगा है। आज त्योहारों की पहचान पूजा-पाठ और पारंपरिक रीति-रिवाजों से अधिक महंगे उपहारों, ब्रांडेड कपड़ों, ऑनलाइन सेल और आकर्षक ऑफ़रों से जुड़ गई है। बड़े-बड़े शॉपिंग मॉल और ई-कॉमर्स कंपनियाँ त्योहारों को 'फेस्टिव सेल' में बदल देती हैं। परिणामस्वरूप, त्योहारों की आत्मीयता और सादगी कहीं न कहीं कम होती जा रही है। होली का पर्व आने से पंद्रह दिन पहले घर-घर में महिलाएं चिप्स, पापड़, नमकीन बनाना प्रारम्भ कर देतीं. ये पूरे वर्ष की तैयारी होती थी. वर्षा के दिनों में चिप्स और पापड़ तल कर खाते हुए बारिश का आनंद लेना किसी स्वर्ग के सुख से कम नहीं था. एक दिन पहले हर घर में गुझिया, शकरपारे बनना अनिवार्य था। आजकल महिलाएं नौकरी करने लगी तो अब सभी बाज़ार पर निर्भर हो गए. चाहे दहीबड़े हों या गुलाब जामुन या पन्नाबड़ा हम सबसामान के लिए बाज़ार पर आश्रित हैं। होलिका के दिन उबटन की तो परंपरा ही समाप्त होती जा रही हैं। स्वाद नहीं समाप्त हुआ लेकिन प्यार और अपनापन कम होता जा रहा है। शाम को होली मिलनकार ग भी फीका हो गयी पहले तो बच्चों, लड़कियों, महिलाओ और बुजुर्गो का अलग-अलग समूह मोहल्ले की रौनक़ बढ़ाता था, आज वो बात नहीं रह गई। बाजारवाद का प्रभाव यह भी है कि लोग अपनी आर्थिक क्षमता से अधिक खर्च करने लगते हैं। सामाजिक प्रतिस्पर्धा और दिखावे की प्रवृत्ति बढ़ती है। त्योहार, जो पहले सादगी और सामूहिक आनंद के प्रतीक थे, अब उपभोग और प्रदर्शन का माध्यम बनते जा रहे हैं। हालाँकि बाजारवाद पूरी तरह नकारात्मक नहीं है। इससे व्यापार को बढ़ावा मिलता है, रोजगार के अवसर बढ़ते हैं और कारीगरों को भी काम मिलता है। यदि संतुलन बनाए रखा जाए तो त्योहारों की परंपरा और आर्थिक गतिविधि दोनों साथ चल सकती हैं। अतः आवश्यकता इस बात की है कि हम पर्वों के मूल उद्देश्य—प्रेम, सौहार्द और आध्यात्मिकता—को प्राथमिकता दें और बाजारवाद को सीमित रखें। तभी त्योहारों का वास्तविक आनंद और गरिमा बनी रह सकेगी।

PROUD BNI MEMBER
HAPPY HOLI
9795946525
Anand Furnishers
◆FURNITURE Showroom ◆Anand Trading Company ◆Playwood Wholesaler & Retailer
9305063702 9415868111 9453224029
D.59/43,MAHMOORGANJ VARANASI-221010 E-mail: anand.Furnishers84@gmail.com

# होली पर चढ़ गए हैं दिखावे के रंग!

वरुण सिंह

इस दौर में यूँ तो बाजारवाद का प्रभाव शिक्षा, स्वास्थ्य, चिकित्सा, व्यापार,धार्मिक आयोजनों, घरेलू कार्यक्रमों तथा विवाह आदि के समारोहों पर भी भरपूर मात्रा में दिखाई पड़ने लगा है, किन्तु अब तो सांस्कृतिक आयोजन यानि होली, दीवाली, ईद, क्रिसमस जैसे त्योहार भी इससे अछूते नहीं रहे। एक तरफ पटाखों ने तेवर दिखा रहे हैं, तो दूसरी तरफ रंगों ने भी क्या खूब रंग बदले हैं- होली के। अपनत्व और सादगी की सजावट व दिखावे ने ले ली है। थान के थान कपड़े आते थे और पूरा घर नप जाया करता था। जब सड़क पर निकलते तो लगता, कि हाँ भाई पूरा परिवार एक साथ जा रहा है, पर अब तो छोटे बाबू, नन्हीं गुड़िया से लेकर बड़े भैया- दीदी तक ब्रांड देखकर पोशाक चूज करते हैं। ऋतिक से रणवीर सिंह और श्रद्धा-दीपिका से सारा तक फिल्मी ड्रेस सेंस ने युवा पीढ़ी को इस कदर प्रभावित किया है, कि सब उसी किरदार में जीना चाहते हैं। सिंदूर, बिंदी, जूते-चप्पल, घड़ियां, प्रसाधन सामग्री सब ब्रांड देख कर ऑनलाइन तय होते है, आदान-प्रदान भी ऑनलाइन होता है। पिचकारियों की भी एक अपनी शान है। कौन सा फेस मार्केट में चल रहा है, क्या ट्रेंड है, सब जांच-पड़ताल करके ही पिचकारियाँ खरीदी जा रही है। बैलून्स भी स्टाइलिश आ रहे हैं। तरह-तरह के रंगों का सॉलिड स्टॉक है, अबीर-गुलाल भी परंपरागत से अलग नई छटां में उपलब्ध है। खान-पकवान की तो कहानी ही जुदा है। गुझिया बनाने में कमर तोड़ने की क्या जरूरत हल्दीराम, बिकानो, राजश्री, राजबंधु, क्षीरसागर, सिंधु तरंग ढेरों ब्रांड बाजार में बिखरे पड़े हैं। पापड़ों की कई किस्में, चिप्स, चावल की जलेबी, सेव, नमकपारे, गुजराती नमकीन, शकरपारे, माल पुआ, दहीबड़ा, मिक्स, कचौड़ी मसाला, सब प्रकार के व्यंजन खरीदो और फटाफट बनाओं, खाओ, बिना थके मौज उड़ाओं। चलते-चलते हथेली में मुड़े-तुड़े नोट नानी-दादी-चाची-मामी-मौसी-मम्मी का चुपके से दबाकर वो प्यार भरी मुस्कान से ममता और आत्मीयता बरसाना, बाजार के रंगों को फीका कर दिया करता था। वक्त बदला, बाजार बदले होली के रंग भी भले ही बदल गए हों, मनाने का तरीका, खुशी, अपनापन, दोस्ती, प्यार जताने का ढंग और शायद माध्यम भी काफी कुछ बदल गए हैं, लोग सिमट गए है, अपने आप में, रिश्तों में दूरियाँ, शहरीपन, बाजारवाद हावी होता जा रहा है, लेकिन जब होली के करीब आते ही लोग गले मिलते हैं, तो सारे गिले-शिकवे भूल जाते हैं अब भी। होली का उन्माद और स्नेह का गुलाल सब पर ऐसा छा जाता है, कि बाजारवाद से बदलते होली के रंग भी खिलखिला उठते है। ये बंधुत्व की डोर इतनी मजबूत है, कि हमारी भारतीय संस्कृति के रंगोत्सव की मूल आत्मा

को एक बार फिर कसकर बाँध देती है मानवता और राष्ट्रीय एकता से ''सबकी पेशानी गुलाबी हो हमारे वतन में''। दिल से फिर दिल को मिला लो यार, होली आ गई।

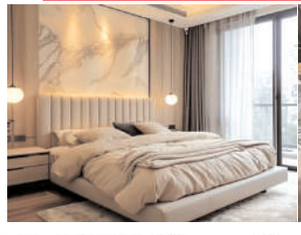

समस्त काशीवासियों को रंगों के परंपरागत पर्व 'होली' की बहुत-बहुत बधाई एवं हार्दिक शुभकामनाएं।।

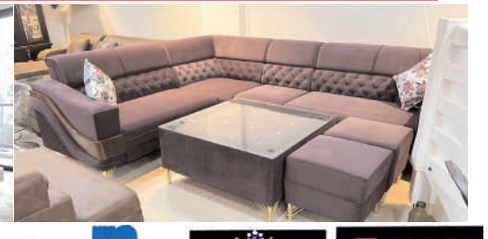
डॉ. मानस उपाध्याय
फीजियोथेरेपिस्ट
वाराणसी।

अबीर- गुलाल की महक से स्पंदित रंगोत्सव का महापर्व 'होली' स्नेह और मैत्री का सेतु सभी काशीवासियों में बंधुत्व का संचार करे।
होली की हार्दिक बधाई एवं अनेकशः शुभकामनाएं।।

श्री वरूण सिंह
ओनर, मसाला बाइट, वाराणसी।

HAPPY HOLI
RAMESH FURNITURE
9453306506 JANGAMBARI ROAD, VARANASI





Triveni Libramattres Jaag Uthi Zindgi! Nilkamal ASHIRWAD ELTOP a smart way of living
DEAL IN: BED | OFFICE & HOME FURNITURE | SOFA SET
BARBER CHAIR | STEEL ALMIRAH

होली के शुभ अवसर पर समस्त काशीवासियों को हार्दिक शुभकामनाएं
शरद पाण्डेय
पार्षद, जोल्हा उत्तरी

# प्रोग्रेसिव लेंस : स्टाइल और विज़न का संयोजन

**कॉस्मेटिक रंगीन लेंस ( Colored Contact Lenses )-** आंखों के प्राकृतिक रंग को बदलने या उसे और निखारने के लिए उपयोग किए जाते हैं। ये लेंस उन लोगों के लिए लोकप्रिय विकल्प हैं जो अपनी पर्सनैलिटी में नया लुक जोड़ना चाहते हैं।

इनका उपयोग केवल सौंदर्य के लिए ही नहीं, बल्कि दृष्टि सुधार (पावर) के साथ भी किया जा सकता है। यानी अगर किसी व्यक्ति को नजर की समस्या है, तो वह नंबर वाले रंगीन लेंस भी लगवा सकता है। वहीं, बिना पावर के लेंस सिर्फ फैशन या विशेष अवसरों के लिए इस्तेमाल किए जाते हैं।

हालांकि, इनका उपयोग करते समय स्वच्छता और विशेषज्ञ की सलाह बेहद जरूरी है, ताकि आंखों में संक्रमण या अन्य समस्याओं से बचा जा सके।

**प्रोग्रेसिव लेंसः हर दूरी पर साफ और सहज दृष्टि**

प्रोग्रेसिव लेंस आधुनिक मल्टीफोकल लेंस हैं, जो खासतौर पर प्रेसबायोपिया (उम्र के साथ पास की नजर कमजोर होना) से पीड़ित लोगों के लिए बनाए गए हैं। ये लेंस यूनिफोकल लेंस की तरह बिना किसी दिखाई देने वाली रेखा के होते हैं, जिससे चश्मा अधिक आकर्षक और युवा लुक देता है।

प्रोग्रेसिव लेंस की सबसे बड़ी खासियत यह है कि ये दूर, मध्य (इंटरमीडिएट) और पास—तीनों दूरियों के लिए निरंतर और स्पष्ट दृष्टि प्रदान करते हैं। इनमें पावर का परिवर्तन क्रमिक और सहज होता है, जिससे आंखों को अलग-अलग चश्मा बदलने की जरूरत नहीं पड़ती।

**मुख्य लाभः**

-दूर और पास दोनों के लिए अलग चश्मे की आवश्यकता नहीं

-पढ़ना, ड्राइविंग और कंप्यूटर पर काम करना आसान

-बाइफोकल लेंस की तरह बीच में लाइन नहीं होती

-अधिक प्राकृतिक और लगातार दृष्टि अनुभव

-युवा और स्मार्ट लुक

प्रोग्रेसिव लेंस दैनिक उपयोग के लिए आदर्श माने जाते हैं। यह उन लोगों के लिए बेहद उपयुक्त हैं जिनकी जीवनशैली में ड्राइविंग, मोबाइल और कंप्यूटर का अधिक उपयोग शामिल है।

जहां कॉस्मेटिक रंगीन लेंस आपकी आंखों को आकर्षक और अलग पहचान देते हैं, वहीं प्रोग्रेसिव लेंस एक ही चश्मे में हर दूरी के लिए स्पष्ट दृष्टि प्रदान करते हैं। आधुनिक तकनीक के ये दोनों विकल्प आंखों की खूबसूरती और आरामदायक विज़न के बेहतरीन समाधान हैं।

डॉ. शशिबाला

# ...बुरा ना मानो होली है

तो भैय्ये! होली आ गई और एक बार फिर हम आमने-सामने हैं ।तो विशुद्ध भारतीय परंपरा के रंगीन त्यौहार होली का कलेवर बाज़ार के तड़के से वर्तमान में इतना चटक हो चुका है, कि लाल, हरे, नीले, पीले, बैंगनी, गुलाबी रंगों की छबीली छटा धूमिल- सी पड़ती जा रही है। चेहरे, पहनावे से लगायत खान-पान, बात- व्यवहार, साज- सज्जा सब लपालप, ग्लैमर से भरपूर दिख रहे हैं। गुझिया, नमकीन, पापड़, चिप्स सब के सब रेडीमेड। वो पसीने में डूबे थकान भरे चेहरों पर मुस्कुराहट लादे अतिथि -सत्कार की दिखावे बाज़ी से बाहर निकल कर बस पैसा फेंको, तमाशा देखो ।खाना भी ऑनलाइन ऑर्डर करो, पकाने की झंझट भी खत्म। किसी पुराने नग़मे को रीमिक्स में जिंदा रखना कमाल ही है ।बस इस दौर में मूल आत्मा यानि बोल तो वही है, जैसे नई बोतल में पुरानी शराब, वैसे ही नए कलेवर में पुराने परंपरागत सांस्कृतिक त्योहार। अभी भी वही खुशी की खुमारी। बात तो एक ही है।

मनाओ जी भरकर फिल्मी होली, सफेद कपड़ों पर रंग, अबीर -गुलाल उड़ेल कर थिरको फिल्मी तर्ज़ पर लेट अस प्ले होली 'और भैय्ये! काशी में तो वैसे भी ठंडई के बहाने मज़े ही मज़े हैं। दही -बड़ा मिक्स भी पैकेट में लाओ, बनाओ, खाओ- खिलाओ!

नेताओं के मुखौटे चेहरे पर चिपकाओ, खूब बकैती करो-' बुरा ना मानो होली है 'के आगे सब माफ़। अड़भंगी काशी की बहुरंगी होली। देसी त्योहारी अब बाज़ारी खुमारी में ढल गई है। आस्था, विश्वास, अध्यात्म, प्यार के रंग -गुलाल, गुझिया, अपनत्व, भाई-चारा, दोस्ती, सब ऑनलाइन हैं। इमोजी और व्हाट्सएप, एफ.बी, इंस्टा, कितने सारे पुल हैं, रिश्तों के बीच।

आओ, मनाएं! मिल-जुल कर होली ऑनलाइन।' डू मी अ फेवर लेट्स प्ले होली।' करो वीडियो कॉल, देखो मुखड़े लाल -पीले -रंग- बिरंगे! विविध भारती से तो अभी भी 'होली आई रे कन्हाई रंग छलके' ही सुनाई दे रहा है! भूली- बिसरी सदाबहार यादों की भीगी, छलकी होली के साथ इस बार फिर मनाते हैं-होली, 2026 'होली के दिन दिल खिल जाते हैं , रंगों में रंग मिल जाते हैं 'तो भैय्ये, रंग जाने दो, दिलों को फिर से एक ही रंग में, सब कुछ भुला कर। यही तो इस पर्व का असली संदेशा है।

**हर हर महादेव!!**


HAPPY HOLI

Mahashweta Hospital Pvt Ltd

The facility of Ayushman Card and Health Insurance Card are available

Dr. Vidya Sagar Pandey,
MBBS MS (Surgeon)

**जनरल व लेप्रोस्कोपिक**
- पित्त की थैली का आपरेशन
- हार्निया का ऑपरेशन
- हाइड्रोसिल का ऑपरेशन

**यूरोलॉजी आपरेशन**
- गुर्दे की पथरी का ऑपरेशन
- नली की पथरी का ऑपरेशन
- प्रोस्टेट का ऑपरेशन
- पेशाब के सिकुड़न का ऑपरेशन
- पेशाब थैली की पथरी का ऑपरेशन

**आर्थोपेडिक आपरेशन**
- हड्डियों के फ्रैक्चर ऑपरेशन
- घुटने एवं कूल्हे का प्रत्यारोप

**लेजर सर्जरी**
- पाइल्स, फिशर, फिस्टुला और पायलोनिडल साइनस
- वेरीकोज वेंस

नाक, कान, गला, रोग
स्त्री एवं प्रसूति रोग
स्वाश एवं छाती रोग
कैंसर रोग
मस्तिष्क रोग
प्लास्टिक सर्जरी

अधिक जानकारी व इलाज के लिए संपर्क करें - 9415685220 / 9169798284

mahashwetahospital.com / Follow on -

मकबूल आलम रोड ,जिला जेल के पास ,चौकाघाट, वाराणसी 221002


# होलाष्टक में करें घर की विशेष सफाई, होली से पहले बाहर करें ये 6 अशुभ चीजें

***रंगों का पर्व होली न केवल उत्सव और उमंग का प्रतीक है, बल्कि इसे नई शुरुआत का भी संकेत माना जाता है। वर्ष 2026 में रंगों वाली होली 4 मार्च 2026 को मनाई जाएगी। होली से पहले घरों में साफ-सफाई की परंपरा सदियों से चली आ रही है। धार्मिक मान्यताओं और वास्तु शास्त्र के अनुसार, घर से नकारात्मक ऊर्जा को दूर करने के लिए कुछ विशेष वस्तुओं को हटाना बेहद जरूरी माना जाता है। मान्यता है कि घर में पड़ी बेकार और टूटी-फूटी चीजें नकारात्मक ऊर्जा को आकर्षित करती हैं, जिससे जीवन में आर्थिक, मानसिक और पारिवारिक परेशानियां बढ़ सकती हैं। ऐसे में होली से पहले इन 6 वस्तुओं को घर से बाहर कर देना शुभ माना जाता है।***

***पुराने और फटे जूते-चप्पल-*** *घर में लंबे समय से पड़े टूटे या अनुपयोगी जूते-चप्पल दरिद्रता और नकारात्मकता का प्रतीक माने जाते हैं। वास्तु के अनुसार, ऐसी वस्तुएं आर्थिक स्थिति को प्रभावित कर सकती हैं और मानसिक तनाव बढ़ा सकती हैं। होली से पहले इन्हें घर से बाहर करना बेहतर होता है।*

***सूखा हुआ तुलसी का पौधा-*** *सनातन परंपरा में तुलसी का पौधा घर में सुख-समृद्धि और सकारात्मक ऊर्जा का प्रतीक माना जाता है। लेकिन यदि तुलसी का पौधा सूख जाए, तो उसे घर में रखना शुभ नहीं माना जाता। सूखी तुलसी नकारात्मकता को बढ़ा सकती है। ऐसे में उसे सम्मानपूर्वक हटाकर नया पौधा लगाना चाहिए।*

***पुराने कपड़े और खराब रंग-*** *घर में रखे पुराने, अनुपयोगी कपड़ों को जरूरतमंदों को दान करना शुभ माना गया है। इससे घर में बरकत बनी रहती है और सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। साथ ही होली खेलने के लिए पुराने या केमिकल युक्त खराब रंगों का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। ये त्वचा और स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकते हैं।*

***टूटे शीशे और खंडित तस्वीरें-*** *वास्तु शास्त्र के अनुसार, घर में रखा टूटा हुआ शीशा नकारात्मक ऊर्जा फैलाता है और जीवन में बाधाएं ला सकता है। यदि घर में कहीं भी टूटा कांच या शीशा हो तो उसे तुरंत हटाना चाहिए। इसके अलावा, देवी-देवताओं की टूटी या खंडित तस्वीरें घर में रखना भी अशुभ माना जाता है। इन्हें सम्मानपूर्वक विसर्जित कर देना चाहिए।*

***खराब इलेक्ट्रॉनिक सामान-*** *घर में पड़ा खराब या बेकार इलेक्ट्रॉनिक सामान न केवल जगह घेरता है, बल्कि वास्तु के अनुसार यह नकारात्मक प्रभाव भी बढ़ा सकता है। इससे स्वास्थ्य और आर्थिक स्थिति पर प्रतिकूल असर पड़ सकता है। होली से पहले ऐसे सामान को ठीक करवा लें या हटा दें।*

***खंडित मूर्तियां-*** *घर में रखी टूटी-फूटी या खंडित मूर्तियों को रखना अशुभ माना जाता है। धार्मिक मान्यता है कि ऐसी मूर्तियों को सम्मानपूर्वक बहते जल में प्रवाहित कर देना चाहिए। इससे घर में शांति और सकारात्मक ऊर्जा बनी रहती है।*

***क्यों जरूरी है होली से पहले सफाई?***

*होलिका दहन को बुराई पर अच्छाई की विजय का प्रतीक माना जाता है। ऐसे में घर की सफाई केवल भौतिक नहीं, बल्कि ऊर्जा स्तर पर भी शुद्धि का प्रतीक है। नकारात्मक वस्तुओं को हटाकर व्यक्ति अपने जीवन में नई शुरुआत और सकारात्मकता का स्वागत करता है। यह न केवल वास्तु के दृष्टिकोण से लाभकारी है, बल्कि मानसिक और आध्यात्मिक रूप से भी सकारात्मक प्रभाव डालता है। होली केवल रंगों का त्योहार नहीं, बल्कि जीवन में नई ऊर्जा और नई शुरुआत का अवसर भी है।*

# होलाष्टक के दौरान दिखें ऐसे सपने तो समझें ये है दैवीय संकेत

रंगों का पर्व होली जहां उल्लास और उत्सव का प्रतीक है, वहीं उससे पहले आने वाले आठ दिनों को सनातन परंपरा में होलाष्टक कहा जाता है। वर्ष 2026 में होलाष्टक की शुरुआत 24 फरवरी 2026 से होगी और यह 3 मार्च 2026 तक रहेगा। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार इस अवधि में विवाह, सगाई या अन्य मांगलिक कार्यों से परहेज किया जाता है, लेकिन पूजा-पाठ, जप-तप और भक्ति के लिए यह समय अत्यंत शुभ माना गया है। स्वप्न शास्त्र के अनुसार होलाष्टक के दौरान देखे गए कुछ विशेष सपने दैवीय संकेत माने जाते हैं। आइए जानते हैं ऐसे सपनों के बारे में, जो शुभ भविष्य का संकेत दे सकते हैं।

**भगवान विष्णु या भक्त प्रह्लाद के दर्शन-** होलाष्टक की पौराणिक कथा का संबंध भक्त प्रह्लाद और भगवान विष्णु से जुड़ा है। यदि इस दौरान किसी व्यक्ति को सपने में श्री हरि विष्णु या भक्त प्रह्लाद के दर्शन होते हैं, तो इसे अत्यंत शुभ माना जाता है। धार्मिक मान्यता है कि ऐसा सपना दैवीय कृपा और संरक्षण का संकेत देता है। यह दर्शाता है कि जीवन में चल रही परेशानियां समाप्त होने वाली हैं और ईश्वर की विशेष कृपा प्राप्त होने वाली है। आने वाले समय में बाधाएं दूर होंगी और कार्यों में सफलता मिलने लगेगी।

**पीले रंग से होली खेलना-** पीला रंग भगवान विष्णु को अति प्रिय माना जाता है और इसे समृद्धि, ज्ञान और सकारात्मक ऊर्जा का प्रतीक समझा जाता है। यदि आप सपने में स्वयं को पीले गुलाल से होली खेलते देखते हैं, तो यह शुभ संकेत माना जाता है। स्वप्न शास्त्र के अनुसार ऐसा सपना स्वास्थ्य में सुधार, मानसिक शांति और आर्थिक स्थिति में मजबूती का संकेत देता है। यह इस बात का प्रतीक भी हो सकता है कि जीवन में सुखद परिवर्तन आने वाले हैं।

**परिवार या मित्रों को आनंद से होली खेलते देखना-** यदि होलाष्टक के दौरान सपने में आप अपने परिवार, रिश्तेदारों या मित्रों को हंसी-खुशी होली खेलते देखते हैं, तो यह पारिवारिक सौहार्द और सामाजिक सम्मान का प्रतीक माना जाता है। यह संकेत देता है कि घर में चल रही अनबन या गलतफहमियां समाप्त होंगी। रिश्तों में प्रेम और सामंजस्य बढ़ेगा। सामाजिक जीवन में भी प्रतिष्ठा में वृद्धि संभव है।

**मंदिर या पूजा का दृश्य देखना-** होलाष्टक के दौरान सपने में मंदिर, दीपक या पूजा का दृश्य देखना भी शुभ माना जाता है। ऐसा सपना आध्यात्मिक उन्नति और सकारात्मक ऊर्जा के आगमन का संकेत देता है। यह दर्शाता है कि आपके जीवन में ईश्वरीय मार्गदर्शन मिलने वाला है और कठिन परिस्थितियों से उबरने का मार्ग खुलेगा।

**धार्मिक और ज्योतिषीय महत्व-** होलाष्टक को आत्मशुद्धि और साधना का समय माना जाता है। इन आठ दिनों में ग्रहों की स्थिति उग्र मानी जाती है, लेकिन भक्ति और साधना करने वालों के लिए यह समय विशेष फलदायी होता है। स्वप्न शास्त्र के अनुसार इस अवधि में देखे गए सपनों का प्रभाव शीघ्र दिखाई दे सकता है। 24 फरवरी से 3 मार्च

2026 तक चलने वाला होलाष्टक केवल वर्जनाओं का समय नहीं है, बल्कि यह आध्यात्मिक संकेतों को समझने का भी अवसर है। यदि इस दौरान उपरोक्त में से कोई सपना दिखाई दे, तो इसे सकारात्मक संकेत मान सकते हैं। हालांकि, किसी भी स्वप्न का फल व्यक्ति की व्यक्तिगत परिस्थितियों और मानसिक स्थिति पर भी निर्भर करता है।

# होलिका दहन के दौरान भूलकर भी न जलाएं इन पेड़ों की लकड़ियां

**शास्त्रों के अनुसार, होलिका की अग्नि को अत्यंत पवित्र माना गया है, जिसमें हम अपनी नकारात्मकता और अहंकार की आहुति देते हैं। अक्सर लोग होलिका दहन के लिए किसी भी पेड़ की लकड़ियां इकट्ठा कर लेते हैं, लेकिन शास्त्रों और वास्तु विज्ञान के अनुसार, सभी पेड़ों की लकड़ियां जलाना शुभ नहीं माना जाता। कुछ विशेष पेड़ों की लकड़ियों को जलाने से न केवल वास्तु दोष लगता है, बल्कि देवी-देवताओं की नाराजगी का भी सामना करना पड़ सकता है। आइए विस्तार से जानते हैं कि होलिका दहन में किन पेड़ों की लकड़ियों का उपयोग भूलकर भी नहीं करना चाहिए और इसके पीछे के धार्मिक व वैज्ञानिक कारण क्या हैं। होलिका दहन के लिए लकड़ियों का चुनाव करते समय निम्नलिखित पेड़ों से बचना अनिवार्य है:**

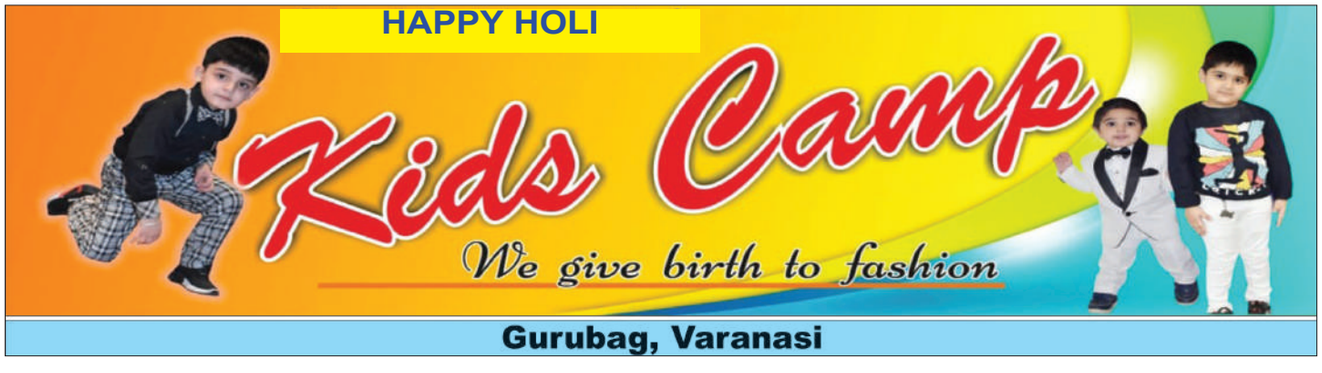
**पीपल-** पीपल को हिंदू धर्म में देव वृक्ष माना जाता है। श्रीमद्भगवद्गीता में स्वयं भगवान कृष्ण ने कहा है कि वृक्षों में मैं पीपल हूं। पीपल में ब्रह्मा, विष्णु और महेश के साथ-साथ पितरों का वास माना जाता है। इसे जलाने से पितृ दोष लगता है और वंश वृद्धि में बाधा आ सकती है।

**बरगद-** बरगद के पेड़ को वट वृक्ष कहा जाता है और यह दीर्घायु व स्थिरता का प्रतीक है। वट सावित्री जैसे व्रतों में इसकी पूजा की जाती है। इसकी लकड़ियां जलाने से परिवार की सुख-शांति भंग हो सकती है। इसे शिव का स्वरूप माना जाता है, अतः इसे अग्नि के हवाले करना वर्जित है।

**शमी-** शमी का पेड़ शनि देव और भगवान गणेश को अत्यंत प्रिय है। शमी की लकड़ी का उपयोग यज्ञ की समिधा के रूप में किया जाता है न कि कूड़े-कचरे के साथ जलाने के लिए। इसे जलाने से शनि देव का प्रकोप झेलना पड़ सकता है और घर में आर्थिक तंगी आ सकती है।

**आम-** भले ही आम की लकड़ियों का उपयोग हवन में किया जाता है लेकिन होलिका दहन के समय हरी भरी आम की टहनियां काटना वर्जित है। फाल्गुन मास में आम के पेड़ों पर मंजर आने लगते हैं। इस समय पेड़ को काटना उसकी संतान को नष्ट करने जैसा माना जाता है।

**नीम और केला-** नीम का उपयोग औषधि के रूप में होता है और केले को भगवान विष्णु का प्रतीक माना जाता है। इन दोनों की लकड़ियों को होलिका की अग्नि में जलाना अशुभ माना गया है।



# पूर्णिमा

## मां लक्ष्मी को प्रिय हैं ये ५ चीजें, जरूर लगाएं भोग

हिंदू पंचांग के अनुसार, फाल्गुन मास की पूर्णिमा तिथि का आध्यात्मिक और धार्मिक दृष्टिकोण से अत्यंत विशेष महत्व है। वर्ष 2026 में 3 मार्च को फाल्गुन पूर्णिमा मनाई जाएगी। यह वही पावन तिथि है जब बुराई पर अच्छाई की जीत के प्रतीक स्वरूप होलिका दहन किया जाता है और अगले दिन रंगों का त्योहार होली मनाया जाता है। शास्त्रों के अनुसार, पूर्णिमा तिथि माता लक्ष्मी को अत्यंत प्रिय है। मान्यता है कि इस दिन समुद्र मंथन के दौरान मां लक्ष्मी का प्राकट्य हुआ था। यदि फाल्गुन पूर्णिमा के दिन मां लक्ष्मी को उनकी प्रिय वस्तुओं का भोग लगाया जाए तो घर में सुख-समृद्धि, धन और वैभव का वास होता है। आइए जानते हैं उन 5 विशेष चीजों के बारे में, जिनका भोग लगाने से मां लक्ष्मी प्रसन्न होकर अपनी कृपा बरसाती हैं।

**केसर युक्त खीर-** मां लक्ष्मी को सफेद रंग और दूध से बनी वस्तुएं अत्यधिक प्रिय हैं। खीर को अमृत के समान माना गया है। फाल्गुन पूर्णिमा की रात को केसर और ड्राई फ्रूट्स डालकर बनाई गई खीर का भोग लगाने से कुंडली में चंद्रमा की स्थिति मजबूत होती है और मानसिक शांति मिलती है। यदि संभव हो तो खीर को चांदी के पात्र में अर्पित करें। भोग लगाने के बाद इस खीर को परिवार के सदस्यों में प्रसाद के रूप में बांटें। इससे परिवार के बीच प्रेम बढ़ता है।

**मखाना-** मखाने का संबंध सीधे तौर पर जल और कमल से है। चूंकि मां लक्ष्मी कमला हैं और कमल के पुष्प पर विराजमान रहती हैं इसलिए मखाना उन्हें प्रिय है। मखाने को घी में भूनकर या खीर में डालकर माता को अर्पित करें। वास्तु और ज्योतिष के अनुसार, मखाने का भोग लगाने से घर की दरिद्रता दूर होती है और आय के नए स्रोत बनते हैं।

**पीला फल और केला-** पीला रंग श्री हरि विष्णु और माता लक्ष्मी दोनों को प्रिय है। फाल्गुन पूर्णिमा पर फलों का भोग लगाना सात्विकता का प्रतीक है। केले का फल विष्णु प्रिया को बहुत प्रिय है। ध्यान रहे कि हमेशा केले का जोड़ा ही अर्पित करना चाहिए। आप पीले रंग के अन्य मीठे फल भी चढ़ा सकते हैं। यह जीवन में मिठास और सकारात्मकता का संचार करता है।

**बताशा और मिश्री-** चंद्रमा का संबंध शीतलता और मिठास से है। पूर्णिमा की रात जब चंद्रमा अपनी पूर्ण कलाओं के साथ उदित होता है, तब बताशा और मिश्री का भोग अत्यंत शुभ माना जाता है। बताशे शुक्र ग्रह का प्रतीक माने जाते हैं, जो वैभव और विलासिता के कारक हैं। मां लक्ष्मी को सफेद बताशे चढ़ाने से शुक्र दोष दूर होता है और आर्थिक तंगी से राहत मिलती है।

**नारियल-** संस्कृत में नारियल को श्रीफल कहा जाता है, जिसका अर्थ है लक्ष्मी का फल। फाल्गुन पूर्णिमा की पूजा बिना नारियल के अधूरी मानी जाती है। मां लक्ष्मी को जटा वाला नारियल या पानी वाला नारियल अर्पित करना चाहिए। पूजा के बाद इस नारियल को तिजोरी में रखने या प्रसाद स्वरूप ग्रहण करने से घर में संचित धन की वृद्धि होती है।

# होली पर केमिकल वाले रंगों से त्वचा को कैसे बचाएं?

**होली रंगों का खूबसूरत त्योहार है। इस दिन हर कोई रंगों में सराबोर होना चाहता है। लेकिन आजकल बाजार में मिलने वाले कई रंगों में भारी मात्रा में केमिकल मिलाए जाते हैं, जो त्वचा और सेहत के लिए नुकसानदायक हो सकते हैं। कुछ रंगों में लेड (सीसा) जैसे हानिकारक तत्व भी पाए जाते हैं, जिससे त्वचा छिलना, जलन, खुजली, दाने, रैशेज और एलर्जी जैसी समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए जरूरी है कि होली खेलने से पहले कुछ सावधानियां जरूर अपनाई जाएं। आइए जानते हैं कि होली पर त्वचा और सेहत का कैसे ध्यान रखें।**

**ऑर्गेनिक रंगों का करें इस्तेमाल-** सबसे अच्छा तरीका है कि आप प्राकृतिक (ऑर्गेनिक) रंगों से ही होली खेलें। बाजार से ऑर्गेनिक गुलाल खरीदें (विश्वसनीय ब्रांड से)। या फिर घर

पर ही फूलों, हल्दी, चंदन आदि से रंग तैयार करें।

**चेहरे पर पहले से तेल लगाएं-** होली खेलने से पहले सुबह उठकर चेहरे पर अच्छी तरह तेल लगा लें। सरसों का तेल या नारियल का तेल लगाएं। यह त्वचा पर एक परत बना देता है, जिससे रंग सीधे त्वचा में नहीं घुसते।

**पेट्रोलियम जेली या सनस्क्रीन लगाएं-** अगर तेल नहीं लगाना चाहते तो पेट्रोलियम जेली की मोटी परत चेहरे और गर्दन पर लगाएं। अगर बाहर धूप में होली खेल रहे हैं तो SPF वाली सनस्क्रीन जरूर लगाएं।

**होंठों और नाखूनों का खास ध्यान रखें**

होंठों की सुरक्षा होंठों की त्वचा बहुत नाजुक होती है। होली खेलने से पहले अच्छा लिप बाम जरूर लगाएं। इससे रंगों से होने वाली जलन और घाव से बचाव होता है।

**नाखूनों की सुरक्षा**

नाखूनों पर नेल पेंट लगाएं।लड़कियां रंगीन नेल पेंट लगा सकती हैं। लड़के ट्रांसपेरेंट (पारदर्शी) नेल पेंट लगा सकते हैं।

**पूरे शरीर को ढकने वाले कपड़े पहनें**

सिर्फ चेहरे की नहीं, पूरे शरीर की त्वचा को बचाना जरूरी है। फुल स्लीव्स के कपड़े पहनें। फुल पैंट या लेगिंग पहनें।

**सही फुटवियर चुनें-** ऐसे जूते या सैंडल पहनें जो पैर को पूरी तरह कवर करें। फिसलन से बचने के लिए अच्छी ग्रिप वाले फुटवियर पहनें।

**होली के बाद क्या करें?-** तुरंत तेज रगड़कर रंग हटाने की कोशिश न करें। पहले हल्के गुनगुने पानी से रंग धो लें। माइल्ड साबुन या फेस वॉश का इस्तेमाल करें।

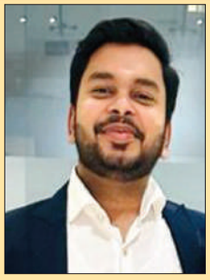
**ध्यान रखने वाली जरूरी बातें-** आंखों में रंग जाने से बचाएं। अगर त्वचा पर जलन या एलर्जी हो तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। बच्चों की त्वचा का खास ध्यान रखें। होली खुशी और रंगों का त्योहार है, लेकिन सेहत और त्वचा की सुरक्षा भी उतनी ही जरूरी है। अगर आप पहले से थोड़ी सावधानी रखेंगे, तो बिना किसी नुकसान के होली का पूरा आनंद उठा पाएंगे।

## किड्स कैम्प में आकर्षक कलेक्शन

मनोज लखमानी

किड्स कैम्प के अधिष्ठाता मनोज लखमानी ने बताया है कि होली फेस्टिवल के लिए हम फुल वेरायटी लेकर आए है। लेडिज- जेन्ट्स, बच्चों के लिए सारी वैरायटी है। बच्चों के लिए गर्ल्स टॉप, जीन्स, डिजाइनर कपड़े ब्लाउज के लिए अच्छे टी-शर्ट, जींस, हॉफ शर्ट, लेडिज शूट- (500-5000) तक कुर्तिया, गाउन, लहंगे, नाइटी, नाइट शूट, जींस-टॉप आदि उपलब्ध है। मेंस वीयर में टी-शर्ट, लोअर, हाफ फैंट, कुर्ता पायजामा (600-3000) जींस आदि उपलब्ध है।

## 'सुमंगल' ज्वेलर्स में होली पर खास आफॅर


नमन लोहिया

सभी को होली की हार्दिक शुभकामनाएं। सुमंगल के अधिष्ठाता नमन लोहिया ने बताया है कि इस बार विभिन्न प्रकार की ज्वेलरी खास तौर से होली के लिए बनवाएं गए हैं। जो कलर स्टोन से बने हैं। 22 कैरेट, 18 कैरेट, 14 कैरेट, 9 कैरेट और मार्क गोल्ड साथ ही 100 सर्टिफाइड ज्वेलरी ग्राहकों के लिए उपलब्ध है। 'सुमंगल' के अधिष्ठाता 'नमन लोहिया' बताते हैं कि इस बार गोल्ड ज्वेलरी की मेकिंग पर अप टू 50 प्रतिशत सीधी छूट मिलेगी एवं डायमंड ज्वेलरी पर 100 प्रतिशत फ्लैट मेकिंग छूट दी जा रही है। इसके अलावा होली के अवसर पर सुमंगल ने नई और आकर्षण डिजाइनों की रेंज भी ग्राहकों को उपलब्ध करायी है।

## होली, ईद और वैवाहिक सीजन पर ऐशा में डिजाइनर कपड़ों का खास कलेक्शन

अदिति शाह

रथयात्रा स्थित ऐशा में होली के अवसर पर हर रेंज के डिजाइनर कपड़े उपलब्ध हैं। शॉप की अधिष्ठाता अदिति शाह ने बताया कि लेडिज आयटम में साड़ियां कुर्ती, लाइट लहंगे, ब्लासम सूट, ब्राइडल लहंगे, एंकल सूट, साड़ीज हर रेंज और लेटेस्ट डिजाइन में उपलब्ध है। होली के साथ-साथ ईद और वैवाहिक सीजन के लिए हमारे यहां भरपूर कलेक्शन मिलेगा।

## आन्नद फर्नीचर में सही कीमत और उच्च क्वालिटी के फर्निचर उपलब्ध

आन्नद फर्नीचर में सभी प्रकार के ब्रांडेड कम्पनियों के प्लाईवुड, माइका और सभी प्रकार के एचडीएमआर व फर्नीचर सही कीमत व उच्च गुणवत्तायुक्त के साथ उपलब्ध हैं। **आशीष मिश्रा**

## तरंग साड़ीज में बनारसी साड़ीज और ड्रेस मेटेरियल उपलब्ध

होली साल का सबसे बड़ा त्योहार है, जिसको बुराई पर सच्चाई की जीत माना जाता है, इस उपलक्ष्य में समाज का हर वर्ग नये कपड़े एवं रंग-बिरंगे परिधान पहनता है और एक दूसरे को त्योहार की शुभकामनाएं देता है। होली के अवसर पर तरंग साड़ीज में हर वर्ग के लिए साड़ी उपलब्ध है। साथ ही बनारसी साड़ी, बनारसी ड्रेस मेटेरियल और बनारसी दुपट्टे की भी पूरी रेंज उपलब्ध है। **-कमल किशोर**

## 'पीताम्बरी' में होली पर साड़ियों का नया कलेक्शन हर रेंज में मौजूद

उमंग लोहिया

होली न सिर्फ रंगों का त्यौहार बल्कि नए परिधानों के साथ उल्लास के साथ मनाने का भी एक अवसर है। रथयात्रा स्थित 'पीताम्बरी' अधिष्ठान में होली के अवसर साड़ी, सूट और लहंगे के साथ वैवाहिक सीजन के लिए भी साड़ियों के नए कलेक्शन उपलब्ध कराये गये हैं। शॉप के अधिष्ठाता उमंग लोहिया के अनुसार होली व लगन के अवसर पर सूट, लहंगा, दुपट्टा आदि के अलग-अलग वैरायटी के साथ ही बनारसी साड़ी, सिल्क सेफान, जारजेट, ग्रेप, मसलीन, ब्राइडल, लहंगा, जामावार, जामदानी, पचिमपली, बालुचेरी आदि साड़िया भी उपलब्ध हैं। उमंग लोहिया ने बताया कि पीताम्बरी में हर रेंज के साड़ी सूट और लहंगे ग्राहकों को मिलेंगे। इसलिए इस त्योहार के अवसर पर आए और खरीददारी करें।

## बाला जी फैशन में होली पर खास तैयारी

अमित लोहिया

चेतमणि चौराहा, भेलूपुर स्थित बालाजी फैशन ने होली के लिए खास तैयारियां कर रखी हैं। शॉप अधिष्ठाता अमित लोहिया और अंकित लोहिया बताते हैं कि होली के अवसर पर महिलाओं और युवतियों के लिए साड़ी, सूट, लहंगे और ड्रेस मैटेरियल का नया कलेक्शन मंगाया गया है। अधिष्ठाताद्वव ने जनमुख से बातचीत में बताया कि हमारे यहां बनारसी सिल्क, कतान, कांजीवरम, डिजाइनर साडियां, ब्राइडल लहंगे, फैंसी लहंगे, डिजाइनर लहंगे, डिजाइनर गाउन, सिल्क सूट, इंडो वेस्टर्न और फैब्रिक्स की पूरी रेंज होली के त्योहार को देखते हुए ग्राहकों के लिए उपलब्ध करायी गयी है।

## न्यू जनरेशन में होली और गर्मी के सीजन का नया स्टॉक

मन्नू जैशवानी

न्यू जनरेशन के अधिष्ठाता मन्नू जैशवानी के अनुसार इस समय में हमारे यहाँ होली व गर्मी का नया स्टॉक उपलब्ध है। जिसमें जिंस पैट शर्ट, टी-शर्ट, ट्राउजर पैट, हॉफ पैट, कैफ्री, स्पुज बच्चों की लोअर जिंस पैंट-टी शर्ट कारबो पैंट, लेडिज की जिंस व लेडिज पैंट, कैफ्री व टी-शर्ट उपलब्ध है। आपका प्रतिष्ठान में स्वागत है और मार्केट से कम मूल्य में खरीददारी करें। सभी ग्राहकों को न्यू जनरेशन की ओर से हार्दिक शुभकामनाएं।

## अंजली में सबसे सस्ता-सबसे बढ़िया

संजय चांगरानी

'अंजली' परिवार की ओर से सभी नगरवासियों को होली की हार्दिक शुभकामनाएं। होली पर्व पर हमारे यहां रेडीमेड सूट, ड्रेस मैटेरियल, क्रॉप टॉप, कुर्ती, लहंगा, गाउन, साड़ी बढ़िया क्वालिटी व सस्ते दर में सभी वर्ग के लिए हर डिजाइन में उपलब्ध है। हमारा सिर्फ एक ही नारा है 'सबसे सस्ता- सबसे बढ़िया' ताकि हर व्यक्ति हमसे सामान खरीदें। मीडियम क्लास हो, हाईक्लास हो अथवा लोअर क्लास के हमारे यहाँ सभी के हिसाब के कपड़े मिलेंगे।

## होली के अवसर पर हार्दिक शुभकामनाओं सहित भारत सरकार के द्वारा निकाले गये संयुक्त डाक टिकट

विजय कुमार जैन

भारत और इजराइल के बीच ऐतिहासिक संबंध सदियों पुराने है। भारत में रहने वाले यहुदी समुदाय एवं इजराइल में रहने वाले भारतीय समुदाय के लोग एक मजबूत कड़ी के रूप में कार्य करते हैं। इसीलिये भारत सरकार के डाक विभाग द्वारा एक मिनी सीट के रूप में दो डाक टिकटों को 11 फरवरी 2025 को जारी किया जो दोनों समाजों के बीच की वैचारिक समानताओं का परिचायक है। पुरिम यहूदियों का त्योहार है, जो फारसी साम्राज्य में यहूदियों के संहार हेतु फारसी राजा अहसेरूस के मुख्यमंत्री हामान की शैतानी साजिश के खिलाफ, एस्तेर के प्रयासों के फलस्वरूप यहूदियों के जिवित बच पाने की याद में मनाया जाता हैजबकि होली एक हिंदू त्योहार है, जो राजकुमार प्रहलाद की ईश्वर के प्रति अटूट आस्था के बल पर उनके पिता हिरण्यकश्यप द्वारा अपनी बहन होलिका के साथ मिलकर उन्हें मारने के लिए की गई साजिश से राजकुमार के सुरक्षित बच निकलने की खुशी में मनाया जाता है।

## होली पर मायके वाली रस्म!

शादी के बाद पहली होली को लेकर भारतीय समाज में एक बहुत ही दिलचस्प और अटूट रिवाज है- नई नवेली दुल्हन का मायके जाना। रंगों के इस उत्सव में जब हर कोई अपनों के साथ होने की चाहत रखता है, तब एक नवविवाहिता को उसके ससुराल से दूर उसके माता-पिता के घर भेज दिया जाता है। यह केवल एक विदाई नहीं है, बल्कि इसके पीछे सदियों पुरानी पौराणिक मान्यताएं, रिश्तों की मर्यादा और कुछ अनकहे रहस्य छिपे हैं। कई लोग इसे महज एक परंपरा मानते हैं, तो कुछ इसे सास-बहू के रिश्तों से जुड़ा एक शुभ संकेत। आखिर क्यों नई दुल्हन के लिए ससुराल की पहली होली की अग्नि देखना वर्जित माना गया है। क्या यह सिर्फ एक अंधविश्वास है या इसके पीछे कोई गहरा मनोवैज्ञानिक आधार? तो आइए जानते हैं इस रस्म के पीछे छुपी कथा के बारे में-

**क्यों माना जाता है इसे अशुभ ?**

इस परंपरा के पीछे एक प्रमुख धार्मिक मान्यता यह है कि शादी के बाद सास और बहू को एक साथ जलती हुई होलिका नहीं देखनी चाहिए। शास्त्रों और लोक मान्यताओं के अनुसार, यदि सास और बहू एक साथ पहली होली की अग्नि को देखती हैं, तो उनके रिश्तों में भविष्य में कड़वाहट आ सकती है या घर की शांति भंग हो सकती है। जलती हुई होलिका विनाश और दहन का प्रतीक है। पुराने समय के विद्वानों का मानना था कि नई दुल्हन के लिए ससुराल की पहली होली 'अग्नि परीक्षा' की तरह न हो, इसलिए उसे प्रेम और शीतलता के प्रतीक अपने मायके भेज दिया जाता है।

**सामाजिक और मनोवैज्ञानिक कारण**

पौराणिक कथाओं के अलावा, इस परंपरा के पीछे कुछ व्यवहारिक कारण भी हैं।

**भावनात्मक जुड़ावः** शादी के शुरुआती महीनों में एक लड़की के लिए नए घर में ढलना चुनौतीपूर्ण होता है। होली जैसे बड़े त्योहार पर उसे मायके भेजने से उसे अपने माता-पिता के साथ समय बिताने का मौका मिलता है, जिससे उसका मानसिक तनाव कम होता है।

**रिश्तों में नयापनः** कुछ समय मायके में बिताकर जब दुल्हन वापस ससुराल आती है, तो रिश्तों में एक नया उत्साह और प्रेम बना रहता है। विदाई का उत्सवः इसे एक तरह से कन्या के विवाह के बाद का पहला बड़ा 'पुनर्मिलन' उत्सव माना जाता है, जहाँ वह अपने पुराने सगे-संबंधियों से मिल पाती है।

**क्या यह अंधविश्वास है ?**

आज के आधुनिक दौर में कई लोग इसे अंधविश्वास मान सकते हैं, क्योंकि विज्ञान ऐसी किसी भी घटना से नुकसान होने की पुष्टि नहीं करता। हालांकि, इसे एक 'पारिवारिक परंपरा' के रूप में देखा जाना चाहिए जो रिश्तों को जोड़ने और खुशियां बांटने का एक माध्यम है।

# गरीबी और बीमारी होगी दूर

## बस राशि अनुसार होलिका दहन में अर्पित करें ये लकड़ी

सनातन धर्म में होलिका दहन का खास महत्व माना जाता है। यह पर्व केवल बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक नहीं है, बल्कि नकारात्मक शक्तियों और अशुभ प्रभावों से मुक्ति पाने का भी अवसर होता है। ज्योतिष शास्त्र के अनुसार, अगर व्यक्ति अपनी राशि के अनुसार विशेष लकड़ी होलिका में अर्पित करे, तो उसे रुके हुए कार्यों में सफलता, आर्थिक उन्नति और मानसिक शांति प्राप्त होती है। प्रत्येक राशि के लिए अलग लकड़ी शुभ मानी जाती है और इसका सही चयन जीवन में सकारात्मक ऊर्जा लाने में मदद करता है।

**मेष और वृश्चिक-** मेष और वृश्चिक राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में खैर या खादिर की लकड़ी अर्पित करना शुभ माना जाता है। इन राशियों पर मंगल ग्रह का प्रभाव होता है, जो साहस और ऊर्जा प्रदान करता है। खैर की लकड़ी अग्नि तत्व से जुड़ी मानी जाती है और इसे अर्पित करने से नकारात्मक ऊर्जा का नाश होता है, जिससे रुके हुए कार्य पूरे होने में मदद मिलती है।

**वृष और तुला-** वृष और तुला राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में गूलर की लकड़ी अर्पित करना शुभ माना जाता है। इन राशियों पर शुक्र ग्रह का प्रभाव होता है, जो आर्थिक स्थिरता, पारिवारिक सुख और वैभव का प्रतीक है। गूलर का उपयोग करने से जीवन में समृद्धि बढ़ती है और परिवार में खुशहाली आती है।

**मिथुन और कन्या-** मिथुन और कन्या राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में अपामार्ग की लकड़ी अर्पित करना शुभ होता है। इन राशियों पर बुध ग्रह का प्रभाव होता है, जो बुद्धि और वाणी में निपुणता का प्रतीक है। अपामार्ग अर्पित करने से करियर और व्यापार में नए अवसर प्राप्त होते हैं और मानसिक उलझनें दूर होती हैं।

**धनु और मीन-** धनु और मीन राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में पीपल की लकड़ी अर्पित करना शुभ माना जाता है। इन राशियों पर बृहस्पति ग्रह का प्रभाव होता है, जो ज्ञान और धर्म में प्रगति का संकेत देता है। पीपल अर्पित करने से गुरु दोष शांत होता है और भाग्य में वृद्धि होती है।

**मकर और कुंभ-** मकर और कुंभ राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में शमी की लकड़ी अर्पित करना शुभ माना जाता है। इन राशियों पर शनि ग्रह का प्रभाव रहता है। शमी अर्पित करने से कार्य में आ रही बाधाएं दूर होती हैं और न्याय संबंधी मामलों में राहत मिलती है।

**कर्क-** कर्क राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में पलाश की लकड़ी अर्पित करना शुभ माना जाता है। इस राशि पर चंद्रमा का प्रभाव होता है। पलाश अर्पित करने से मानसिक शांति मिलती है और पारिवारिक सुख में वृद्धि होती है।

**सिंह-** सिंह राशि के जातकों के लिए होलिका दहन में मदार की लकड़ी अर्पित करना शुभ माना जाता है। इस राशि पर सूर्य का प्रभाव होता है। मदार अर्पित करने से आत्मविश्वास बढ़ता है और प्रतिष्ठा में वृद्धि होती है।

**होलिका दहन में शुभ उपाय**

-लकड़ी को होलिका में अर्पित करते समय श्रद्धा भाव रखें।

-सात फेरे लेते समय लकड़ी अर्पित करना सर्वोत्तम माना जाता है।

-सही लकड़ी का चयन करने से ग्रहों के अशुभ प्रभाव कम होते हैं और सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।

**असरदार उपाय**

ज्योतिषी के अनुसार, होलिका दहन केवल उत्सव नहीं है, बल्कि यह जीवन में रुके कार्यों में सफलता और मानसिक संतुलन पाने का अवसर भी है। सही लकड़ी का चयन करके आप नकारात्मक प्रभावों से बच सकते हैं और अपने कार्यों में सफलता पा सकते हैं। इस बार होलिका जलाते समय अपनी राशि के अनुसार लकड़ी चुनें और लाभ उठाएं।

# भांग पेड़ा ठंडाई

होली का त्योहार रंगों, मस्ती और पारंपरिक स्वादों के बिना अधूरा माना जाता है। इस खास मौके पर ठंडाई पीना एक पुरानी और लोकप्रिय परंपरा है। लेकिन अगर आप इस बार कुछ खास, रिच और अलग ट्राई करना चाहते हैं, तो भांग पेड़ा ठंडाई एक बेहतरीन विकल्प है। यह रेसिपी पारंपरिक भांग ठंडाई और मलाईदार पेड़े का अनोखा मेल है, जो स्वाद में बेहद शाही और खुशबू में लाजवाब होती है। इलायची, गुलाब और पिस्ता की खुशबू के साथ बनी यह ठंडाई न सिर्फ शरीर को ठंडक देती है, बल्कि त्योहार की मस्ती को भी दोगुना कर देती है।

**सामग्री**

घी–1 बड़ा चम्मच
कद्दूकस किया हुआ पनीर–50 ग्राम
मिल्क पाउडर–60 ग्राम
दूध–250 मिलीलीटर
चीनी–2 बड़े चम्मच
सूखी भांग पत्तियों का पाउडर–1 बड़ा चम्मच
इलायची पाउडर–1/4 छोटा चम्मच
बर्फ के टुकड़े
ठंडाई के लिए
भांग की ताजी पत्तियां – 40 ग्राम
चीनी–2 बड़े चम्मच
ठंडाई पाउडर–2छ्ठ बड़े चम्मच
दूध–350 मिलीलीटर
पिस्ता–सजाने के लिए
गुलाब की पंखुड़ियां–सजाने के लिए

# फिल्मी सितारें कैसे मनाते हैं होली

**देशभर में होली के त्योहार का कई लोग बेसब्री से इंतजार करते हैं। ऐसे ही कुछ फिल्मी सितारे भी हैं जो होली बड़े ही घूमधाम से मनाते हैं। होली के खास मौके पर आज हम आपको बताते हैं बॉलीवुड की एक्ट्रेस कैसे मनाती हैं होली।**

**विद्या बालन सादगी और पारंपरिक अंदाज़ के लिए जानी जाती हैं। उनकी होली आमतौर पर परिवार और करीबी दोस्तों के साथ शांत माहौल में होती है।**

-ऑर्गेनिक गुलाल और सूखी होली को प्राथमिकता
-ट्रेडिशनल आउटफिट (अक्सर कॉटन या हैंडलूम साड़ी)
-सोशल मीडिया पर कम लेकिन अर्थपूर्ण शुभकामना संदेश
-उनका फोकस शोर-शराबे से दूर, सांस्कृतिक और पारिवारिक उत्सव पर रहता है।

.....

**आलिया भट्ट की होली अक्सर बॉलीवुड फ्रेंड सर्कल के साथ रंगीन और मस्तीभरी होती है।**

-दोस्तों संग प्राइवेट होली पार्टी
-हल्के, पेस्टल या सफेद आउटफिट में रंगों की झलक
-इंस्टाग्राम पर क्यूट और कैंडिड तस्वीरें
-कभी-कभी वे शूटिंग शेड्यूल के कारण सिंपल फैमिली होली भी मनाती हैं।

.....

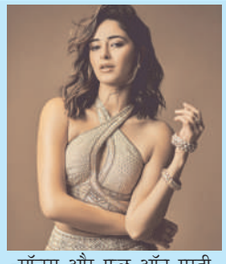
**जान्हवी कपूर की होली ग्लैमरस लेकिन सीमित दायरे में होती है।**

-क्लोज फ्रेंड्स के साथ हाउस पार्टी
-ट्रेंडी लुक और स्लो-मोशन रंगों वाले वीडियो
-'ड्राई होली' और स्किन-फ्रेंडली कलर्स
-वे सोशल मीडिया पर होली की झलकियां शेयर कर फैंस से जुड़ी रहती हैं।

.....

**अनन्या पांडेय की होली यूथफुल और हाई-एनर्जी होती है।**

-बॉलीवुड यंग गैंग के साथ पूल या टैरेस पार्टी
-डीजे, बॉलीवुड होली



-सॉन्ग्स और फुल ऑन मस्ती
-इंस्टाग्राम रील्स और ग्रुप फोटो
उनकी होली में फैशन और फन दोनों बराबर नजर आते हैं।

.....

**सारा अली खान पारंपरिक और मॉडर्न स्टाइल का सुंदर मिश्रण दिखाती हैं।**

-परिवार संग पूजा और गुलाल से शुरुआत
-बाद में दोस्तों संग मस्ती
-अक्सर सफेद कुर्ता या सूट में नजर आती हैं
-वे होली के साथ सकारात्मक संदेश भी साझा करती हैं।

HAPPY HOLI
Kamal Kishore
Amit Kumar
Mob.: 9336922960
9170140158
Tarang Sarees
Email : tarangsareevns@gmail.com
Follow us
• Banarasi Sarees,
• Banarasi Dress Materials
• Banarasi Dupatta &
• Pashmina Shawl's etc.
Courier Facility Available
All Over India
D. 14/1-2-B, (Opp. Hotel Sahu)
Dashaswamedh Road, Varanasi-221001 (U.P.)

With Best wishes
Proud to care
ANANDI
HEART & MATERNITY CLINIC
Dr. VIKAS AGARWAL
MD.(Internal Medicine)
DM. (Interventional Cardiologist) (FELLOW SCAI)
KGMU, Lucknow
e-mail:drvikasmed@gmail.com. Reg.54167
Dr. SHILU GOEL
MD.(OBS/GYNAE)
KGMU, Lucknow
E-mail:shiluvikas@ gmail.com.
Reg.53702
SERVICES AVAILABLE
- Cardiac Cath-Lab
- Coronary Angiography
- Coroary Angioplasty
- CRT (Cardiac Resynchronization Therapy)
- ICD (Implantable Cardioverter-Defibrillator)
- BMV (Balloon Mitral Valvuloplasty)
- TPI (Temporary Pacemaker Implant)
- PPI (Permanent Pacemaker Implant)
- ECG (Electrocardiogram)
- TMT (Treadmill Test)
- 2D ECHO COLOUR DOPPLER
- Holter
- ABPM
- Lab Services
- PFT (Pulmonary Function Test)
-Ultrasound
-X-Ray
Lane no.11. B-27/70B-4A,Ravindrapuri, Opp. Gopi Radha School, Varanasi. Mobile: 8318497332,8840167261
10.30 to 2.00 AM 5.00 to 7.00 PM

# होली के अवसर पर हार्दिक शुभकामनाएं

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

# SUPERCON

Durable, Hygienic, Strong Quality Products

MAKE IN INDIA

**Water Tanks** **Septic Tank** **WPC Chaukhat**

**Dustbins** **Plastic Crates** **WPC Doors**

## Sintex Upvc Doors

Sierra Doors Indiana Doors

## prayag

Zero Water Waste, Zero Drops

## Contact Us

+91 94512 25395
+91 88404 61145

Distributors

## Jain Agencies

17 A Neel Cottage, Maldahiya Varanasi 221002

# सुमंगल ज्वैलर्स

डायमंड, गोल्ड, सिल्वर, कुंदन और जेम्स

## होली की मंगलमय शुभकामनाएँ

रंग खुशियों के, चमक स्वर्ण की

*नियम एवं शर्तें लागू

**गोल्ड एवं डायमंड ज्वेलरी**

22KT | 18KT | 14KT | 9KT में उपलब्ध

**100% हॉलमार्क्ड गोल्ड | 100% नेचुरल, सर्टिफाइड डायमंड्स**

गोल्ड ज्वेलरी मेकिंग चार्जेस और डायमंड वैल्यू पर

**20%**

तक की छूट*

मेकिंग चार्जेस

**4.9%***

से शुरू

ओल्ड गोल्ड पर

**100%**

एक्सचेंज वैल्यू*

सुमंगल एकम के बगल में, सिगरा, वाराणसी | +91 7521999404