



RGS Gurukulam
(An Unit of Shantanu Ashram)

Bright Future for your Kids

For More Detail : www.rgsgurukulam.com, Email - gurukulamrgs@gmail.com

Dhadhkhia, Dumka, Mob. - 8409399342 (Principal), 7903712653 (Vice Principal)

UDISE Code- 20110108005, JEPC Code- RTE/20/2021-22
Affiliated By Jharkhand Education Project Council

Class Nursery to VIII
Medium Hindi & English Admission Open
For More Detail : www.rgsgurukulam.com

School Ven Facility Available

Opening Shortly IX to X I.M.C World

Drawing Class **Volleyball** **Computer Class** **Yoga Class** **Science Lab** **Smart Class**

दिल्ली-यूपी सहित 21 राज्यों में भारी बारिश का अलर्ट

राजस्थान में ऐल लाइन धंसी, भूख्यलन से बदरीनाथ हाइवे बंद

नई दिल्ली/एजेंसी

राजधानी दिल्ली समेत देश के 21 राज्यों में मौसम का प्रभाव बढ़ाया गया। दिल्ली, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश समेत पश्चिम से लेकर पूर्व और उत्तर से लेकर दक्षिण भारत तक भारी बारिश हुई। इस दौरान यूपी में रेत और सड़क यातायात बुरी तरह प्रभावित हुआ। रेलवे ने दो पैसेंजर ट्रेनों को रद्द कर दिया। वहीं, उत्तराखण्ड में भूख्यलन से बदरीनाथ राष्ट्रीय राजमार्ग बढ़ गया। इसके अलावा राजस्थान

में जांसी मंडल के हेटमपुर-धौलपुर के बीच झासी-दिल्ली ट्रैक धंस गया। ट्रैक के नीचे से गिरी और भिंडी धंस जाने के बाद ट्रेनों को जहां-तहां रोक दिया गया। इसके चलते करीब साढ़े चार घंटे तक रेल यातायात प्रभावित हुआ। वहीं, वैद्यभारत, शताब्दी, गिरिमान और राजधानी समेत 20 ट्रेनों धंसे ले रहे हैं। रेलवे ने दो पैसेंजर ट्रेनों को रद्द कर दिया। वहीं, मुख्यालय के अलावा बदरीनाथ धाम के नीलकंठ, नर नारायण पर्वत सहित अन्य चोटियों पर हिमात तुहाएँ हैं।



भविष्य में नहीं रहेगा हिंदुत्व

विदेशी पैनल पर आईआईटी दिल्ली की प्रोफेसर के विनाय से गगा हंगामा

नई दिल्ली/एजेंसी

आईआईटी दिल्ली की एक प्रोफेसर के हितुल को लेकर आपातकानक बोल सामने आए हैं। आईआईटी दिल्ली की प्रोफेसर ने एक विदेशी न्यूज चैनल के साथ बातचीत में कहा है कि भविष्य का भारत हिंदुविहीन होगा। प्रोफेसर का वीडियो वायरल होने के बाद इस

पर विवाद बढ़ गया है। आईआईटी दिल्ली में सोशल साइंस डिपार्टमेंट की अपोसिट एप्रोफेसर विद्या द्विवेदी ने जी 20 से जुहू एक चर्चा इंजिनियर कर रहा है, दुनिया को अपने रूप दिखाने की चाहत है। उन्होंने प्रांस-24 से कहा, 'दो भारत की आर्थिक प्रगति की बात की और कहा कि एक रिक्षाचालन वाले को भुवनेश्वर के आवासी को दबाने वाली जीवादी शोषण और हिंदुत्व नहीं होगा। यह वह भारत है जिस अभी तक प्रस्तुत नहीं किया गया था। लेकिन इंजिनियर के दौरान यह विवादित बातें कहीं हैं, एक भारत पुराना है, जिसमें बहुपंचक आवासी को दबाने वाली जीवादी शोषण की गया है। इसके बाद विवाद बढ़ गया है।

चेन्नई/एजेंसी

तमिल सुपर स्टार कमल हासन की मवकल हासन की मवकल नीधि मत्यम (एप्पनप्प) 2024 के आम चुनावों से पहले भाजपा विरोधी पार्टियों के साथ राजनीतिक गठबंधन बनाने की योजना बना रही है। सूत्रों के मुताबिक, पार्टी तीन लोकसभा सीटों को जीतना चाहती है।

सीटों को जीतना चाहती है। गैर-वर्तमान केंद्रित राजनीतिक कमियों के बारे में जानकारी दी गई है। 2021 के लोकसभा चुनाव और 2021 के विधानसभा चुनावों में, एमएनएस ने राज्य में कुल तीन लोकसभा सीटों में अच्छा प्रदर्शन किया। पार्टी के सूत्रों ने बताया कि कमल हासन ने अपनी पार्टी के

पार्टी 2024 के चुनावों में कम से कम तीन लोकसभा सीटों का लक्ष्य रख रही है और इसके आधार पर चुनावी गठबंधन की योजना बना रही है। हालांकि, पार्टी पदाधिकारियों ने पुष्ट कि एप्पनप्प अगले चुनाव में भाजपा के साथ कभी गठबंधन नहीं करेगी।

I.N.D.I.A ने दिया! : जी-20 राजिभोज में ममता बनर्जी के शामिल होने से कांग्रेस ने तिलगिलाहट

नई दिल्ली। जी-20 राजिभोज में पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी के शामिल होने के बाद से इडिया गढ़बंधन में विवाद खड़ा हो गया है। ममते में कांग्रेस ने सवाल खड़े कर दिए हैं। आंग्रेस के वरिष्ठ नेता अधीर रजन वौधारी ने नई दिल्ली में जी-20 बैठक के अवसर पर राष्ट्रपति द्वायें मुर्मू द्वारा आयोजित राजिभोज में शामिल होने के ममता बनर्जी के फैसले पर सवाल उठाया और पूछा कि वया इससे नरेंद्र मोदी सरकार के खिलाफ उनका रुख कमज़ोर नहीं है।

प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष ने इस बात पर भी आश्वर्य जताया कि वया तुण्डुल कांग्रेस (टीएमसी) सुधीरों का कार्यक्रम में भाग लेने का कोई अन्य कारण था। अधीर रजन वौधारी के बयान पर टीएमसी ने भी पलटार किया। कहा कि बनर्जी विपक्षी गढ़बंधन इडिया के अस्तित्व में आने के लिए प्रमुख सुरक्षारों में से एक हैं और कांग्रेस नेता को प्रशासनिक दृष्टिकोण से लालन किया जाने वाले कुछ प्रोटोकॉल के बारे में उन्हें व्याख्या देने की आवश्यकता नहीं है। अधीर रजन वौधारी ने प्रतिक्रिया के बाद एप्रेल के अंत तक विवादित विषयों पर आयोजित कार्यक्रम में वह केंद्रीय गृह मंत्री अमित शह और उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के साथ मीटूद थी। उन्होंने कहा कि वया इस बात पर जोर दे रहा है कि एप्पनप्प अगले चुनाव में भाजपा के साथ कभी गठबंधन नहीं करेगी।

दुनिया में मनेगा टीपोत्तम

रामलला की प्राण प्रतिष्ठा का पूरे विश्व में होगा लाइव प्रसारण

अयोध्या/एजेंसी

विश्वहिंदू परिषद के देश भर के शीर्ष पदाधिकारी दो दिन से अयोध्या में जुटे हैं। विविष्य की केंद्रीय टीलों की बैठक में रविवार को रामलला की प्राण प्रतिष्ठा को लेकर अपातकानक बोल सामने आए हैं। आईआईटी दिल्ली की प्रोफेसर ने एक विदेशी न्यूज चैनल के साथ बातचीत में कहा है कि भविष्य का भारत हिंदुविहीन होगा। प्रोफेसर का वीडियो वायरल होने के बाद इस



से बात करते हुए विविष्य के कार्यकारी नेता बताया कि श्रीराम प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम को संपूर्ण विश्व में आनंदोत्सव के रूप में होगा।

मनाया जाएगा। देश ही नहीं विदेशों में निवास करने वाले भी इस महोसूलवाले सहभागी होंगे। बैठक में संघ के पूर्व सह सर कार्यवाह भैयाजी जोशी, विविष्य के महामंत्री मिलिद परां, श्रीरामनमध्यमि तीर्थ क्षेत्र ट्रास्ट के महासचिव चंपत राय, डॉ अनिल मिश्र, कामरुल चौपाल, विविष्य के उपाध्यक्ष जीवेश राय, संवर्त मंत्री केटेश्वर समेत कई प्रतीकों के पदाधिकारियों की मौजूदगी रही है। संघ के पूर्व सह सर कार्यवाह भैयाजी जोशी ने कहा, राममंदिर के ऊट्टान पर रामराज्याभिषेक जैसा माहौल में आलोक कुमार ने बताया कि जीवादी अवधारणा की जाएगी। बैठक के बाद प्रत्यक्षां

ASHOKA LIFE CARE
YOUR WAY TO BETTER HEALTH

1st Private Setup in Sambhal Paraganha

Modular OT Oxygen Plant

Ashoka Life Care

DR. TUSHAN JYOTI
MBBS, M.D., DNB
Senior Consultant, Consultant

OUR FACILITY

- 1. OT Room
- 2. Infusion Room
- 3. Diagnostic Room
- 4. Treatment Room
- 5. ECG
- 6. DR System 3, 400
- 7. Laboratory Services (Home Collection Centre)
- 8. Pharmacy

आयुर्विज्ञान भारत
मुख्यमंत्री जीन जारी विवरण

5 लाइसेंस लकड़ी वर्टिकल स्ट्राउट्स
का सुन्दर स्वास्थ्य लीना

KUMHAR PARA DUMKA, JHARKHAND

DIKSHA
EYE CARE

टॉ. दिवाकर रत्न
Post Graduate Ophthalmology
MOMS CHANDIGARH

- क्रम्यूटर गैरीन द्वारा ऑप्टिक जॉग की सुविधा
- फैक्टोरी लाईन द्वारा नोटिशिविट ऑप्टेशन की सुविधा
- एडिक्टिव द्वारा कान, नाक, गला इलाज की सुविधा

पता : दुर्गा ट्यून के गाँव, जिला के बगल में दुनका
मो. : 8709418963

देश के नाम पर अनावश्यक विवाद, इंडिया शब्द से किसी सांस्कृतिक परंपरा या अर्थवता का परिचय नहीं मिलता

संविधान के अंगें जी संस्करण में स्पष्ट है कि इंडिया यानी भारत राज्यों का सघ होगा। हिंदी प्रति में लिखा गया है कि भारत अर्थात् इंडिया राज्यों का संघ होगा। संविधान सभा में 'भारत बनाम इंडिया' पर जो बोलाए वह सब चली थी। कई लोगों का कहना था कि 'इंडिया' शब्द में गुलामी की गंध है लेकिन भारत के साथ-साथ इंडिया शब्द को भी अपना लिया गया।

'बहुत साल पहले हमने नियति के साथ बाबा किया था और अब समय आ गया है जब हम अपनी प्रतिज्ञा को पूरा करें...एक क्षण आता है, जो इतिहास में बहुत ही दुर्लभ होता है, जब हम पुनः से नए की ओर कदम बढ़ाते हैं, जब एक युग समाप्त होता है और जब लंबे समय से दबे हुए एक राष्ट्र के आत्मा को अधिकृत मिलती है।' यह संस्कृत 14 अगस्त, 1947 की मध्य रात्रि को दिए गए भाषण का एक अंश है, जो भारत के प्रथम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने दिया था।

» देश के नाम पर अनावश्यक विवाद, इंडिया शब्द से किसी सांस्कृतिक परंपरा या अर्थवता का परिचय नहीं मिलता

संविधान के अंगें जी संस्करण में स्पष्ट है कि इंडिया यानी भारत राज्यों का सघ होगा। हिंदी प्रति में लिखा गया है कि भारत अर्थात् इंडिया राज्यों का संघ होगा। संविधान सभा में 'भारत बनाम इंडिया' पर जो बोलाए वह सब चली थी। कई लोगों का कहना था कि 'इंडिया' शब्द में गुलामी की गंध है लेकिन भारत के साथ-साथ इंडिया शब्द को भी अपना लिया गया।

देश के नाम पर अनावश्यक विवाद, इंडिया शब्द से किसी सांस्कृतिक परंपरा या अर्थवता का परिचय नहीं मिलता

'बहुत साल पहले हमने नियति के साथ बाबा किया था और अब समय आ गया है जब हम अपनी प्रतिज्ञा को पूरा करें...एक क्षण आता है, जो इतिहास में बहुत ही दुर्लभ होता है, जब हम पुनः से नए की ओर कदम बढ़ाते हैं, जब एक युग समाप्त होता है और जब लंबे समय से दबे हुए एक राष्ट्र के आत्मा को अधिकृत मिलती है।' यह संस्कृत 14 अगस्त, 1947 की मध्य रात्रि को दिए गए भाषण का एक अंश है, जो भारत के प्रथम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने दिया था।

» देश के नाम पर अनावश्यक विवाद, इंडिया शब्द से किसी सांस्कृतिक परंपरा या अर्थवता का परिचय नहीं मिलता

संविधान के अंगें जी संस्करण में स्पष्ट है कि इंडिया यानी भारत राज्यों का सघ होगा। हिंदी प्रति में लिखा गया है कि भारत अर्थात् इंडिया राज्यों का संघ होगा। संविधान सभा में 'भारत बनाम इंडिया' पर जो बोलाए वह सब चली थी। कई लोगों का कहना था कि 'इंडिया' शब्द में गुलामी की गंध है लेकिन भारत के साथ-साथ इंडिया शब्द को भी अपना लिया गया।

देश के नाम पर अनावश्यक विवाद, इंडिया शब्द से किसी सांस्कृतिक परंपरा या अर्थवता का परिचय नहीं मिलता

'बहुत साल पहले हमने नियति के साथ बाबा किया था और अब समय आ गया है जब हम अपनी प्रतिज्ञा को पूरा करें...एक क्षण आता है, जो इतिहास में बहुत ही दुर्लभ होता है, जब हम पुनः से नए की ओर कदम बढ़ाते हैं, जब एक युग समाप्त होता है और जब लंबे समय से दबे हुए एक राष्ट्र के आत्मा को अधिकृत मिलती है।' यह संस्कृत 14 अगस्त, 1947 की मध्य रात्रि को दिए गए भाषण का एक अंश है, जो भारत के प्रथम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने दिया था।

यह कितना कठिन है, इसे ममता बनर्जी से मिसाल से समझिए। वह कागेस से लड़ी, फिर अलग होकर प्रथम बंगाल की राजनीति में दबदबा कायम किया। इसके बाद, मार्क्सवादी उपचुनाव पार्टी की अगुआई बनाम बोल्डर के बाद, स्टालिन के सीआर समेत तमाम विधायिक नेताओं से मिलते होते हैं। लेकिन पश्चिम बंगाल और उत्तर प्रदेश दो ऐसे राज्य हैं, जहाँ नीतीश कुमार के बन दु वन फॉर्म्युले का लिटमप्स टेस्ट है। यह फॉर्म्युला है लोकसभा की अधिकृतम सौटों पर वीजेपी के लिए फिलाफ़ इंडिया का कोई आमाजनिक नहीं है।

यह कितना कठिन है, इसे ममता बनर्जी की प्रतिक्रिया थी, जो स्वामी विवेकानन्द, बाल गणधर तिलक, महर्षि अरविंद, रवीनानन्द टॉम, महात्मा गांधी, संसदर पटेल और डा. अंबेडकर जैसे महीनोंने देखा था। उन विभिन्नों का समान ऐसे स्वरूप भारत भारत के साथ-साथ इंडिया शब्द को भी अपना लिया गया। इसके पीछे शायद अपनिवेशिक शासन का अवयव मनवैज्ञानिक दबाव रहा हो।

जिस इंडिया शब्द के संर्थन में इनी हायतीवा मच रही, वह ग्रीष्म भाषा से आया है इसा पूर्व पांचवीं सदी में ग्रीष्म लोगों ने सिंधु नदी के लिए 'इंडस' और इस क्षेत्र के लोगों ने 'इडी' या 'इडो' कहा। युनानी विद्वान हेरोडोटस ने 'इडी' का इसी सम्प्रेषण किया है। यही 'इंडो' शब्द दूसरी-तीसरी सदी में लैटिन भाषा में 'इंडिया' शब्द का प्रयोग करना शुरू कर दिया था।

जिस इंडिया शब्द के संर्थन में इनी हायतीवा मच रही, वह ग्रीष्म भाषा से आया है इसा पूर्व पांचवीं सदी में ग्रीष्म लोगों ने सिंधु नदी के लिए 'इंडस' और इस क्षेत्र के लोगों ने 'इडी' या 'इडो' कहा।

संविधान सभा में 'भारत बनाम इंडिया' पर जो बोलाए वह सब चली थी। कई लोगों का कहना था कि 'इंडिया' शब्द में गुलामी की गंध है, लेकिन भारत के साथ-साथ इंडिया शब्द को भी अपना लिया गया। इसके पीछे शायद अपनिवेशिक शासन का अवयव मनवैज्ञानिक दबाव रहा हो।

जिस इंडिया शब्द के संर्थन में इनी हायतीवा पार्टी की आत्मा करना नहीं होता है। मध्य रात्रि के लिए इंडिया शब्द का प्रयोग करना शुरू कर दिया था।

» मार्ग-दर्शन

संत को परेशान करने की सजा

सूफी संत हमने एक दिन नियति को तरह सुवह अपने गुस्तलखोन में नहोने गए। उहोने अपने कपड़े बाहर लगी एक खूटी पर लटका दिए। स्नान के बाद जब वे बाहर आए तब उहोने अपने कपड़े दिखाई नहीं दिए।

हसन सोचने लगे कि मैंने यहाँ कपड़े लटका थे या कहीं और। बहुत यार करने पर उहोने लगा कि कपड़े लटका थे या बांदी लटका थे। वे सोचने लगे कि कपड़े देखा जाएंगे तो यहाँ लटका थे। यह किसी लोगों के लिए यह कहकर मार्गी ही मार्गी कि कपड़े रहे हैं कि उत्तर से लोगों के लिए यह कहकर मार्गी ही मार्गी कि कपड़े रहे हैं।

उपस्तुक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। जहाँ से निकलने वाले लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह कपड़े लटका रहे हैं।

पुस्तक प्रेम के उदाहरण वैसे में बचपन से देखता रहा हूं। पटना के पुआइचक मोहल्ले में यहोंस के एक भैया ने हाथ सोचा रखा है कि कपड़े लटका रहे हैं। यह एक युवा लोगों के लिए यह



आंखें मन का आईना होती हैं, जो बिन बोले बहुत कुछ बता देती हैं। हर स्त्री की अंखें तो 'मृहनरनी' सी नहीं होतीं परन्तु कुछ कोशिश व सुधृता से अपने ननों में निखार लाया जा सकता है। अगर आप भी अपनी अंखों में निखार लाना चाहती हैं तो अजमाइए इन उपायों को-

● आंखों के ऊपरी मेकअप से पहले आप अपनी अंखों की नियमित देखभाल, सुरक्षा तथा पोषण पर ध्यान अख्यांस के लिए 24 घंटे में कम से कम 6 घंटे की सुकून भरी नींद, मंद प्रकाश में अंखों पर जरूर न पड़ने देना, स्वच्छता रखना तथा पौष्टिक आहार का-

आंखें बनें सुरमझ

आंखों पर कालिमा हो तो कंसीलर का प्रयोग करें परन्तु ध्यान रहे कि यह भाग शेष चैहरे से मेल खाता हो।

सेवन करना, ये अति महत्वपूर्ण बिन्दू हैं, जो नेत्रों की ज्योति व जीवन में सहायता है।

- आंखों के मेकअप से पहले फांडेशन की एक हल्की पतल भली-भाली-फैलाकर एकसार कर लें। यदि आंखों पर कालिमा हो तो कंसीलर का प्रयोग करें परन्तु ध्यान रहे कि यह भाग शेष चैहरे से मेल खाता हो।
- गर्मी के मौसम में प्रसाधन सामग्री पाउडर बाली हो लें। लाइनर का प्रयोग दिन में ऊपरी पलक पर बहुत पलली रेखा के रूप में करें। निचली पलक को ऐसे ही रखने दें। आजकल यही प्रत्यक्षन ही है। और ये दोनों तो लाइनर लगाएं। यदि आंखों अधिक दूर हों तो लाइनर पलकों के एकदम अंदर कोरे की भी अंदर से शुरू करें ताकि दूरी कम लगे। अधिक निकट स्थित आंखों के माध्यम से शुरू करें। छोटी अंखों पर लाइनर मध्य में थोड़ी मोटी रेखा के रूप में बनाएं। सदी के दिनों में दिन में भी लाइनर दोनों ओर लगाया जा सकता है।
- सर्दियों में ब्रीम, फ्रोस्टेड प्रसाधन व गहरे रंग का ही शैडो प्रयोग करें।
- बारिश के मौसम में अंखों का मेकअप बहुत सावधानी से करें। लाइनर का तरल व पाउडर दोनों रूप में प्रयोग

करें जो कई रंगों में उपलब्ध हैं। आई शैडो भी 'क्रीमी' प्रयोग करें। मर्कारा उच्च कोटि का रंगहीन अथवा 'वाटरप्रूफ' ही प्रयोग करें वर्ना चैहरे पर फैल जाता है। अधिक हो तो कॉल्ड ब्रीम की अंगुली पर फैला कर 'आई लैश ब्रश' से पलकों को संवराव दें।

- गर्मी के बजाए पाउडर, आई शैडो जो 'फ्रोस्टेड' हो, का प्रयोग करें। गीले या सुखे शैडो ब्रश की मदद से स्तनपान कराएं या आहार दें।
- उसके नैपकिन देखना न भले। हो सकता बच्चे का नैपी/विस्तर गीला हो, जिसकी वजह से वह रो रहा हो।
- शिशु को अपनी मां का सामिन्द्र वसन्द होता है। अतः उसे ऐसी जगह लियाएं, जहाँ से वह आपको निहालता रहे।
- ठंडे लगाने पर वह रो सकता है। अतः उसे ठंडे से बचाएं।
- बच्चे को ऐसे स्थान पर लियाएं, जहाँ उसे स्वच्छ हवा और ठंडक

बच्चा रोए तो

मिल सके।

- कपी-कभार बच्चे ज्यादा थकने, चुरू कपड़े पहनने, शोर-शराबा या भीड़-भाड़ देखकर रो-पड़ते हैं। ऐसे वातावरण से बच्चे को दूर रखें।
- बच्चों का रोना कई खतरनाक बीमारियों का लक्षण भी है, जैसे-दिमारी बुखार (मेनिजाइटिस), दिल का टीके से कायद नहीं करना (कन्जेरिट्व हार्ट फ्ल्यूर), अनजाने में चोट लग जाना, कान में दर्द (साथारण); बच्चे की यह जुकाम लगने से होती है। उसके लारटपक्ने माह की उम्र में शिशुओं के दांत निकलना शुरू हो जाते हैं। दांत शिशु के मसूड़ों में भीतर ही भोतर बढ़ते रहते हैं। यह एक सामान्य प्रक्रिया है। दांत निकलते समय शिशु को परशानी होती है। उसके लारटपक्ने दांत आने पर: सामान्यता छह लगती है।



अखरस्थ केशों का उत्तम उपचार मालिश

आज के प्रदूषित और तनावग्रस्त वातावरण में शरीर इस्तेमाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

कनपटियों के दोनों ओर तथा गरदन के पिछों हिस्से में हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

कनपटियों के दोनों ओर तथा गरदन के पिछों हिस्से में हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंपन महसूस होने के साथ करना अत्यंत अवश्यक है। हम शरीर के लिए जो भोजन सिर में हल्काकान भी महसूस हो। मालिश करते समय सिर को जोरजोर से हिलाना व राझना एकदम गलत है।

हेयर लाइन के पास दोनों हाथों के अंगूठे से दबाव देने से रसायन द्वारा देखभाल करना चाहिए। उंगलियों की गति और लय इस के प्रत्येक अंग को व्यस्थ दखाना व उत्तर की उचित देखभाल प्रकार होनी चाहिए कि लवचा में कंप