आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक

MEERUT RISING

आवाज आप की

जन-जन के विकास और शांति की एकलव्य भावधारा

वर्ष 34, अंक 23
विक्रम संवत् 2082,
मार्गशीर्ष शुक्ल एकादशी से
पौष कृष्ण एकादशी तक
01 से 15 दिसम्बर 2025

कुल पृष्ठ-10 (यह अंक निः शुल्क)

श्रीकृष्ण भवन (गली अपोजिट शिवलोक कॉम्पलेक्स), 283 वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ । फोन न. 0121-2641338

ई-पेपर पायें अपना नाम, फोन न. पता, ई-मेल के माध्यम हमें भेजें या व्हॉटसऐप करें। मो. 9690331338 E-mail : rrbulletin@gmail.com

PREM HOSPITAL
Inspiring Healing, Empowering Lives

सभी नये आईवीएफ रजिस्ट्रेशन पर 20,000/-* तक की छूट
*(31 दिसम्बर तक)

निःशुल्क निःसंतानता परामर्श प्रतिदिन
सायं 3:00 से 6:00 बजे तक (पूर्व अपॉइंटमेंट आवश्यक है)

मॉड्यूलर टेस्ट ट्यूब बेबी सेंटर
First Fully Modular Test Tube Baby Centre at Meerut

पुरूष एवं महिला बाझपन परामर्श | लेप्रोस्कोपी | हिस्टेरोस्कोपी | इनफर्टिलिटी सर्जरी | एग डोनर

प्रेम हॉस्पिटल – एल–5, मेन रोड़, शास्त्री नगर, मेरठ ।
निकट शॉपरिक्स मॉल, बिजली बम्बा बाईपास, मेरठ ।
9456667777, 9627887955 हेल्पलाइन – 7080908010

FRIZZON
TRAVEL | EVENTS | FILMS

Flight Hotel
Cruise Car-Rental
Domestic & International Booking
Tour and Travel Agency in Meerut

BOOKING NOW
0121-2641338
8266023450
www.frizzontravel.com
booking@frizzontravel.com

Print | Outdoor | Signage | Film | Event | Magazine | Digital Media | Media International | Awareness Program | All News Paper

R- Reliable R-Reas onable
Estd. 1979

ADVERTISING SERVICES

Ph. 0121-2641338, 9412203620, 9690331338 | Email: rradvertisingmeerut@gmail.com

सद्भावना समिति (पंजी०)

के द्वारा दी जा रही महत्वपूर्ण जानकारियाँ

मेरठ राइजिंग

संदेश-पत्र

सर्वांगीण विकास के विभिन्न रूपों में, विकसित दृष्टिकोण की जरूरत है। **सद्भावना समिति द्वारा मेरठ विकास के लिए किये जा रहे प्रयासः–**
प्रेरणापूर्वक कार्य–समाजिक एवं राष्ट्र विकास के लिए जन–जन सहयोग, सुझाव, भागीदारी आवश्यक है। सामाजिक व राष्ट्र के विकास के लिए आप हमें सुझाव मन की बात संभावनाओं की विडियो बनाकर भेज सकते हैं, जिससे राष्ट्र, समाज के विकास में आप, अपनी भूमिका निभा सकें।

सद्भावना समिति द्वारा जनहित विकास के लिए सद्भावना समिति द्वारा पुलिस विभाग के लिए प्रयास के संबंध में – सद्भावना समिति वर्षो से लगातार जनहित व शहर के विकास के लिए लगातार कार्य करती आ रही है। इसी संबंध में जनहित विकास के लिए पुलिस विभाग से पत्राचार द्वारा विकास के लिए प्रयास कर रही है।

सद्भावना समिति द्वारा 04.10.2023 मे सभी थानों में मालखानों में जमा रकम व उसकी देखरेख व 2000/रु के नोट बदलने के लिए संबंधित अधिकारियों को पत्र लिखें गये। इसके जवाब में नवम्बर माह 2023 में सभी थानों व सीओ, एसएसपी से पत्र प्राप्त हुए। जिसमें बताया गया की सभी मालखानों में जमा रकम की कोर्ट के अनुसार निगरानी की जाती है, और किसी भी मालखानों में 2000/रु के नोट उपलब्ध नही है। जन–जन का भी पूरा सहयोग किया जाता है।

जनहित को ही देखते हुए 01.02.2024 में ऑनलाइन चल रहे जुएं व कैसिनो द्वारा पड़ रहे समाज पर दुष्प्रभाव के विषय में पत्र लिखें गये और इस पर तत्काल रोक लगाने को कहा गया। सबन्धित विषय पर 13.03.2024 में हमें सभी थानों, पुलिस अधिकारियों द्वारा जवाबी पत्र प्राप्त हुए, जिसमें कहा गया है कि, हमारी जानकारी में कोई ऐसी घटना सूचित नही हुई है। अगर ऐसी कोई घटना की सूचना मिलती है, तो उस पर तुरंत कार्यवाही की जाएगी, अन्यथा आप भी हमें ऐसे स्थानों को चिन्हित कर सूचना दे सकते है। जनहित में शहर के मुख्य बाजार सर्राफा की सफाई व्यवस्था व शहर की सुरक्षा के लिए संबन्धित अधिकारियों को पत्र लिखें, जिन्हें 19.10.2024 में संबन्धित अधिकारियों को भेजें गये। इसका जवाब हमें 14.11.2024 में प्राप्त हुए जिसमें बताया गया की शहर सर्राफा की सुरक्षा व्यवस्था के हर संभव प्रयास किए जा रहे है, और वहां अब पुलिस चौकी भी खोली गयी है, और सफाई भी करा दी गयी है। जिसका पत्र भी हमें मिला।

जनहित विकास व अपराध को रोकने के लिए सभी थानों क्षेत्र के नागरिको के अपग्रेडशन जिसमें आधार कार्ड, पैन कार्ड, वोटर आईडी कार्ड, राशन कार्ड अन्य का प्रति वर्ष अपग्रेडशन किया जाना चाहिए। जिसे 01.08.2024 में संबन्धित विभागों को भेजा गया, इसके जवाब में हमें बताया गया कि निम्न कार्य संबन्धित विभागों द्वारा समय–समय पर निरीक्षण किया जाता है, इसका जवाब पत्र हमें 16.08.2024 एसएसपी ऑफिस द्वारा मिला, जिसमें आगे के लिए इस योजना सहमति बन सकती है। सभी पत्र जो हमारे द्वारा दिये गये उनके जवाब में हम केवल एसएसपी ऑफिस का पत्र ही सलंग्न कर रहें है, क्योंकि सभी थानों की रिपोर्ट के आधार पर ही एसएसपी ऑफिस रिपोर्ट बनाता है। सद्भावना समिति द्वारा शहर में बच्चें, महिला, बुर्जुग सभी प्रकार की भिक्षावृत्ति पर रोक लगाने के संबंध में 08.07.2024 में पत्र दिये गये, जिसमें इनके जीवन स्तर को सुधारने का भी जिक्र किया गया है, जिसमें इनके जीवन स्तर को सुधारने का भी जिक्र किया गया है। इसी संबंध में सरकारी योजनाओं के लाभी दिलाने की बात कही गयी है, और सद्भावना समिति को भी इसके लिए हमेशा तत्पर रहने का भी जिक्र किया गया। इस पत्र के जवाब में जो सभी थानों से समाज कल्याण कार्यालय से पत्र मिलें, जो 30.08.2024 में प्राप्त किया, उसमें वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक द्वारा सभी थानों को इस पर एक रिपोर्ट बनाने को कहा गया, और नियमनुसार कार्यवाही पर अमल में लाने को कहा गया।

सद्भावना समिति द्वारा जनहित सामूदायिक विकास के साथ शहर के विकास के लिए भी लगातार कार्य कर रही है '' शहर में पिंक शौचालयों बनाने के लिए प्रयास'' – सद्भावना समिति द्वारा 04.12.2024 में उ०प्र० राज्य में बंद पड़े पिंक शौचालयों को पुनः शुरू करवाने हेतु माननीय मुख्यमंत्री महोदय, उ०प्र० अध्यक्ष राज्य महिला आयोग व प्रमुख सचिव को पत्र दिये गये। 03.01.2025 में सचिव नगर विकास /पंचायत राज द्वारा रिसीविंग पत्र प्राप्त हुआ, जिसमें पत्र पर कार्य करने हेतु सूचित किया गया। 23.01.2025 में राज्य मिशन निदेशक (स्वच्छ भारत मिशन) राज्य मिशन निदेशालय द्वारा के माध्यम से बताया गया कि, इस परकार्य प्रारम्भ हो चुका है। जिसमें सामूदायिक/सार्वजनिक/यूरिनल एवं महिला हेतु पिंक शौचालयों का साफ सफाई संबंधी दिशा–निर्देश जारी किए जा चुके है। इस पर हमारे द्वारा दिये गये पत्र के प्रयास देखने को मिला कि, महिला थाना मेरठ के सामने फरवरी माह 2025 में पिंक शौचालयों का निर्माण किया जा चुका है। साथ ही जिसका फोटों सलग्न किया जा चुका है। **– रवि कुमार एडवोकेट**

संयोजक–सद्भावना समिति
मो० 9675834737

हमारे प्रयास व उपलब्धियों की अधिक जानकारी हमारी वेबसाइट पर देखें।

दिये गये QR कोड के माध्यम से स्कैन करके देख सकते है।

घर–घर में बागवानी (आर्गेनिक, हाइड्रोपोनिक्स)

- ★ पार्को में, घर/परिवार/संबन्धियों /मित्रों के नाम के पौधे लगाइये।
- ★ बोतलों, डिब्बों को गमले के रूप में प्रयोग करें । इन्हें पेंटिगं क्राफ्ट के उपयोग से और भी सुन्दरता दे सकते है ।
- ★ दीवारो, छत, खुली जमीन, हैगिंग स्थिति का प्रयोग करें ।
- ★ प्रकृति से जुड़े । ★ पौधे परिवारजन को गिफ्ट दें ।
- ★ इसके फोटो/विडियों भेजें, इन्हें डिजिटल प्लेटफार्म पर प्रसारित किया जा सकता है। इससे आपको पहचान, अनुभव मिलेगा ।

दीवारों, छतों पर खेती

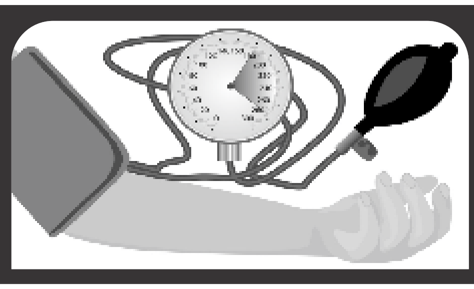
- ★ किचन फार्मिंग
- ★ सुन्दरता
- ★ प्रकृति की नजदीकी
- ★ ऑक्सीजन बढ़ायें
- ★ सब्जियां उगायें
- ★ वर्टिकल गार्डन (आर्गेनिक खेती)
- ★ हाइड्रोपोनिक्स (पानी की खेती)
- ★ इन्डोर फार्मिंग

श्री धनीराम (संरक्षक एवं मार्गदर्शक)
अवकाश प्राप्त वरिष्ठ उद्यान अधिकारी
वरिष्ठ योग शिक्षक, योग विज्ञान संस्थान
मो. 7817080979

हर्ष गर्ग (छात्र बी.एससी. एग्रीकल्चर)
शोभित विश्वविद्यालय
मो. 9259666580

सम्पर्क– स्वामी आत्मोकामरान
मो0 9412843670
सद्भावना समिति (पंजी.)
कार्यालय– श्रीकृष्ण भवन, 283, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान
आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
CITY MEERUT CLASSIFIED
rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in



+HEALTH+
स्वास्थ्य संबन्धित जानकारियां और विभिन्न रोगों के उपचार विज्ञापन के हेतु आवश्यकता/उपलब्धता

सद्भावना समिति (पंजी०)

के द्वारा दी जा रही महत्वपूर्ण जानकारियाँ

मेरठ राइजिंग

आमन्त्रण

सद्भावना अर्थ सहयोग अभियान

* प्रियजनों के जन्मदिन, पुण्यतिथि, वैवाहिक वर्षगांठ या हर खास मौके की तिथि विशेष पर अपनी इच्छानुसार सहयोग राशि दें सकते हैं, प्राप्त राशि आपके विवरण के साथ प्रकाशित की जायेगी। अपना फोटो विवरण प्रकाशनार्थ भेज सकते हैं।
* युनियन बैंक ऑफ इण्डिया- सद्भावना समिति खाता संख्या- 396502010065233, IFSC Code— UBIN0539651 में कही से भी जमा की जा सकती हैं, राशि जमा कराने के बाद अपना नाम, पता, ईमेल, मोबाइल, पैन नम्बर सूचित करें, जिस पर रसीद भेजी जायेगी यह राशि आयकर 12A, 80-G के अंतर्गत छूट प्राप्त है।
* अपनी राशि ड्राफ्ट/चैक/मनीऑर्डर से भी भेंज सकते है।

अधिक जानकारी के लिए दिये गये, QR कोड को स्केन करें।

सद्भावना समिति (पंजी.)

श्रीकृष्ण भवन 283, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ

@Sadbhavna Waves | @Shram Shikhar

9219660359 9675834737

www.sadbhavnasamiti.in

अपनी कलम को दें, नया मंच!

जन–जन आमन्त्रित है
अगर आपके पास है।
शानदार विचार, अनुभव या
कोई प्रेरक कहानी तो,
हमारा ब्लॉग आपका स्वागत करता है।
◦ ब्लॉग लिखें ◦हमें भेजें।
और बने हमारे ब्लॉग का हिस्सा!
◦ सभी आयु वर्ग के लिए आमन्त्रण।
आपका लेख किसी की सोच बदल सकता है,
आज ही अपना लेख साझा करें।

https://sadbhavnasamiti.in/Blog.html

सद्भावना समिति पंजीकृत

अधिक जानकारी के लिए विजिट करें।
www.sadbhavnasamiti.in

सदभावना वात्सल्य

15 वर्ष तक के बच्चें अपना टैलेंट कविता, लेख, तस्वीर को लिखकर या विडियों रंगीन फोटो, नाम, उम्र पता व फोन न. आदि आधार कार्ड की छायाप्रति के साथ भेजें

अध्यक्ष :- निशा अग्रवाल
महामंत्री :- मेघा अग्रवाल

सद्भावना समिति (पजी०)

(श्रीकृष्ण भवन, 283, वैस्टर्न कचहरी रोड़, मेरठ- 250001)
Mob- 9219660359
Website- Sadbhavnasamiti.in
E-mail- sadbhavnasamitimeerut@gmail.com

हमारे यहां पर ऑनलाइन, ऑफलाइन कार्यक्रम कवरेज लाईव रिकॉर्डिगं सेवा उपलब्ध है।

Sadbhavna Waves | Shram Shikhar

LIKE, SHARE & SUBSCRIBE for any query this comment box...

चुटकुले, क्या बोलते है, और इशारा भी करते है

- एक दर्जी बस पर चढ़ा ही था,
और तभी उसका फोन बजा,,
उसने फोन उठाया और बस.....
इतना बोला तुम हाथ काटो
गला मैं आकर काटूंगा...
बस इतना कहते ही
लोग खिड़की से बाहर कूद गए।

- राजीव सिंघल

लेख आमंत्रित

इस चित्र पर अपने विचार, प्रस्तुति भेजें
इस प्रकार के लेख पर आपको पुरस्कार
द्वारा सम्मानित किया जायेगा। अवसर से शिखर तक

अपना फोटो, नाम, पता अवश्य लिखें।

rrbulletin@gmail.com 9219660359
आर. आर. बुलेटिन - श्रीकृष्ण भवन, 283, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ - 250001

आर.आर. बुलेटिन टीम

सद्भावना प्रकृति संदेश

"धरती पर हर बीज उम्मीद का प्रतीक है– बस उसे संभालने वाला चाहिए, जो प्रकृति से जुड़ा है, वही सच्चे सुख का अनुभव करता है।,,

सद्भावना समिति (पंजी०)

के द्वारा दी जा रही महत्वपूर्ण जानकारियाँ

मेरठ राईजिंग

ब्लू पेज (नीला पृष्ठ)

शासकीय जानकारियां एवं संदेश-पत्र

उत्तर प्रदेश पुलिस ने जारी की सोशल मीडिया के उपयोग हेतु विस्तृत जानकारी

देवेन्द्र सिंह चौहान, आई.पी.एस. डीजी परिपत्र सं०–05/2023 पुलिस महानिदेशक, उत्तर प्रदेश। पुलिस मुख्यालय, गोमती नगर विस्तार, लखनऊ–220010

विषयः **उ०प्र० पुलिस सोशल मीडिया पॉलिसी–2023**

प्रिय महोदया/ महोदय,

कृपया अवगत कराना है कि उ०प्र० पुलिस द्वारा विगत कई वर्षों से सोशल मीडिया का सार्थक प्रयोग करके जनशिकायत का निस्तारण एवं सराहनीय कार्यों का प्रचार–प्रसार सफलतापूर्वक किया जा रहा है। सोशल मीडिया पर डाली गई प्रत्येक सामग्री पब्लिक प्लेटफॉर्म पर सबके लिए सुलभता से उपलब्ध है, अतएव विभागीय गरिमा के दृष्टिकोण से पुलिस अधिकारियों/कर्मचारियों के द्वारा व्यक्तिगत रूप से सोशल मीडिया के प्रयोगार्थ पुलिस महानिदेशक उत्तर प्रदेश द्वारा दिनांक 28 मार्च, 2017 को परिपत्र संख्या–08/2017 एवं दिनांक 04 अक्टूबर 2018 को परिपत्र संख्या–53/2018 के माध्यम से पुलिस कार्मिकों के लिए विस्तृत सोशल मीडिया पॉलिसी निर्गत की गयी है। विगत कई दिनों से ऐसे दृष्टान्त सामने आ रहे है, जहाँ पर पुलिस कार्मिकों द्वारा सोशल मीडिया पॉलिसी एवं उ०प्र० सरकारी कर्मचारी आचरण नियमावली का उल्लंघन करते हुए कार्य सरकार के दौरान सोशल मीडिया के प्रयोग एवं बावर्दी अशोभनीय रूप से वीडियो बनाकर उनको सोशल मीडिया के विभिन्न प्लेटफार्म पर अपलोड किया गया है, जिससे पुलिस विभाग की छवि धूमिल हुई है। इस प्रकार के कई प्रकरणों में सम्बंधित पुलिस कार्मिकों के विरुद्ध सख्त कार्यवाही भी की गयी है। भविष्य में इस प्रकार के कृत्यों की पुनरावृत्ति न हो इस हेतु गृह मंत्रालय भारत सरकार, BPR&D एवं इलेक्ट्रानिकी और सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय (MIEITY) की गाईड लाइन, उत्तर प्रदेश सरकारी सेवक आचरण नियमावली, 1956 (यथा संशोधित 1999, 2002), उत्तर प्रदेश पुलिस वर्दी विनियम ऑफिशियल सीक्रेट एक्ट तथा अन्य सुसंगत नियमों के अन्तर्गत उ०प्र० पुलिस के समस्त कार्मिकों हेतु निम्नलिखित निर्देश जारी किये जा रहे हैं:– सोशल मीडिया के प्लेटफार्म पर प्रतिबन्धित गतिविधियाँ–

अधिक जानकारी नीचे दिये गये बटन पर क्लिक करें।

यहाँ क्लिक करें

मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह कार्यक्रम

मुख्यमंत्री विवाह कार्यक्रम आयोजन कर 106 हिन्दू एवं 64 मुस्लिम कुल 170 जोड़ो को विवाह/निकाह उनके रीति–रिवाज के अनुसार कराते हुए लाभन्वित किया गया। कार्यक्रम में विकास खण्ड जानीखुर्द के 31, रोहटा के 19, मेरठ के 18, रजपुरा के 10, हस्तिनापुर के 6, नगर निगम मेरठ के 50, नगर पंचायत सिवालखास के 10 व मेरठ के अन्य विकास खण्डों व नगर निकायों के 26 जोड़ो का विवाह सम्पन्न कराया गया।

मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह कार्यक्रम का शुभाम्भ गौरव चौधरी, अध्यक्ष जिला पंचायत द्वारा मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना को गरीब व्यक्तियों के लिए कल्याणकारी बताते हुए वर–वधू को शुभ आशीर्वाद के साथ उनके गृहस्थ जीवन के सुखमय हेतु आशीर्वाद दिया एवं बताया कि सभी को मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ को धन्यावाद देना चाहिए कि उनके नेतृत्व में उत्तर प्रदेश के गरीब परिवार की बेटी अब वैवाहिक बन्धन से वंचित नही रहेगी इसके लिए मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना संचालित है, जिसका लाभ प्रदेश में गरीब परिवारों को मिल रहा है। कार्यक्रम में गौरव चौधरी, ब्लॉक प्रमुख जानी के साथ अनय मिश्रा, उपायुक्त स्वतः रोजगार मेरठ, सुनील कुमार सिंह जिला समाज कल्याण अधिकारी अनुपम यादव, जिला प्रोबेशन अधिकारी बिरेन्द्र सिंह, खण्ड विकास अधिकारी मेरठ व रोहटा, मुकेश कुमार, जानीखुर्द एवं सहायक विकास अधिकारी/ग्राम विकास अधिकारी व समाज कल्याण विभाग के समस्त कार्यालय व क्षेत्रीय कर्मचारी उपस्थित रहें।

सुनील कुमार सिंह जिला समाज कल्याण अधिकारी, मेरठ द्वारा बताया गया कि मुख्यमंत्री द्वारा उक्त योजना में धनराशि रूपये 51000/– से बढ़ाकर 1 लाख रूपये किया गया है। जिसके अंतर्गत कन्या के बैंक खाते में 60000/– रूपये एवं 25000/– की वैवाहिक उपहार सामग्री तथा 15000/– विवाह कार्यक्रम में आयोजन पर व्यय होंगे। इच्छुक व पात्र व्यक्ति योजना की वेबासाइट **https://cmsvy.upsdc.gov.in/** पर जाकर अपना आवेदन ऑनलाइन कर सकते है।

.............आर. आर. बुलेटिन टीम

त्रिस्तरीय पंचायतों की निर्वाचक नामावली के वृहद पुनरीक्षण हेतु जारी की गई सार्वजनिक सूचना

जिला मजिस्ट्रेट/जिला निर्वाचन अधिकारी (पं0) डा0 वी0के0 सिंह ने बताया कि मा0 राज्य निर्वाचन आयोग लखनऊ की अधिसूचना के क्रम में जनपद मेरठ से पूर्व में निर्गत सार्वजनिक सूचना (संशोधन) – 13 अक्टूबर 2025 को संशोधित करते हुए त्रिस्तरीय पंचायतों की निर्वाचक नामावली का निम्नांकित समय सारिणी के अनुसार वृहद पुनरीक्षण किया जाएगा।

उन्होने बताया कि किसी ग्राम पंचायत के आंशिक भाग के किसी अन्य ग्राम पंचायत अथवा नगरीय निकाय में अनाहित होने की स्थिति में विलोपन एवं मतदाता सूची के प्रिन्ट करने की कार्यवाही, बीएलओ एवं पर्यवेक्षकों को उनके कार्यक्षेत्र का आवंटन उन्हें तत्संबंधी जानकारी देना प्रशिक्षण तथा स्टेशनरी आदि का वितरण उपर्युक्त दोनों कार्यवाही पृथक–पृथक तथा समानान्तर चलेगी दिनांक 18 जुलाई 2025 से 18 अगस्त 2025 तक, बी०एल०ओ० द्वारा घर–घर जाकर गणना और सर्वेक्षण एवं हस्तलिखित पाण्डुलिपि तैयार करने की अवधि (01 जनवरी, 2025 को 18 वर्ष की आयु पूर्ण करने वाले सभी अर्ह व्यक्तियों के नाम सम्मिलित किये जाएंगे) दिनांक 19 अगस्त 2025 से 29 अगस्त 2025 तक, ऑनलाइन आवेदन करने की अवधि दिनांक 19 अगस्त 2025 से 22 सितम्बर 2025 तक, ऑनलाइन प्राप्त आवेदन पत्रों की घर–घर जाकर जाँच करने की अवधि दिनांक 23 सितम्बर 2025 से 29 सितम्बर 2025 तक, निर्वाचक गणना पत्रक के आधार पर परिवर्धन, संशोधन एवं विलोपन की तैयार हस्तलिखित पाण्डुलिपि सहायक निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारी कार्यालय में जमा करने की अवधि दिनांक 30 सितम्बर 2025 से 13 अक्टूबर 2025 तक, ड्राफ्ट नामावलियों की कम्प्यूटरीकरण पाण्डुलिपि तैयार करना (निर्वाचक नामावलियों के कम्प्यूटीकरण की कार्यवाही) दिनांक 14 अक्टूबर 2025 से 10 दिसम्बर 2025 तक, निर्वाचक नामावलियों के कम्प्यूटीकरण के उपरान्त मतदान केन्द्र स्थलो के वार्डो की मैपिंग, मतदाता सूची की डाउनलोडिंग, फोटोप्रतियां कराने आदि दिनांक 11 दिसम्बर 2025 से 22 दिसम्बर 2025 तक, अनन्तिम मतदाता सूची के आलेख का प्रकाशन दिनांक 23 दिसम्बर 2025, आलेख्य के रूप में प्रकाशित अन्तिम मतदाता सूची का निरीक्षण दिनांक 24 दिसम्बर 2025 से 30 दिसम्बर 2025 तक, दावे एवं आपत्तियां प्राप्त करना (01 जनवरी, 2026 को 18 वर्ष की आयु पूर्ण करने वाले सभी निर्वाचकों के भी स्वीकार किए जाएंगे) दिनांक 24 दिसम्बर 2025 से 30 दिसम्बर 2025 तक, दावे एवं आपत्तियों का निस्तारण दिनांक 31 दिसम्बर 2025 से 06 जनवरी 2026 तक, दावे एवं आपत्तियों के निस्तारण के उपरान्त हस्तलिखित पाण्डुलिपियां तैयार करना, सहायक निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारी के कार्यालय में जमा करने की अवधि दिनांक 07 जनवरी 2026 से 12 जनवरी 2026 तक, दावे एवं आपत्तियों के निस्तारण के उपरान्त पूरक सूचियों की कम्प्यूटीकरण की तैयारी तथा उन्हें मूल सूची में यथा स्थल समाहित करने की कार्यवाही दिनांक 13 जनवरी 2026 से 29 जनवरी 2026 तक, पूरक सूचियों के कम्प्यूटरीकरण के उपरान्त मतदान केन्द्रध्स्थलों का क्रमांकान, मतदाता क्रमांकन, मतदेय स्थलों के वार्डो की मैपिंग, मतदाता सूची की डाउनलोडिंग, फोटो प्रतियां कराने आदि दिनांक 30 जनवरी 2026 से 05 फरवरी 2026 तक तथा निर्वाचक नामावलियों का जनसामान्य के लिये अंतिम प्रकाशन दिनांक 06 फरवरी 2026 तक।

उन्होने बताया कि निर्वाचक नामावली के वृहद पुनरीक्षण के दौरान पड़ने वाले सार्वजनिक अवकाश दिवसों में सम्बन्धित कार्यालय खुले रहेंगे तथा निर्धारित समय सारिणी के अनुसार निर्वाचक नामावली के वृहद पुनरीक्षण का कार्य पूर्ण कराया जाएगा। किसी भी परिस्थिति में समय सीमा नहीं बढायी जायेगी।

.............आर. आर. बुलेटिन टीम

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक

CITY MEERUT CLASSIFIED

rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

JOBS

अवसरो की दुनिया- जॉब संबन्धित जानकारियों और सभी श्रेणी के विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें।

सिटी गाइड

सेंट्रल मार्केट प्रकरण

SADBHAVNA SAMITI
our work for every citizen

इसमें मूल मुद्दे से हटकर अवमानना कारण से व्यापारियों की मरने-जीने की घटना हो गई है। सद्भावना समिति इस प्रकरण में घटना के पीछे के प्राकृतिक कारण/भाव क्रियायों की ओर ध्यान आकर्षित करते हैं।

जन-जन का विकास ही मानवता/राष्ट्र/समाज को सम्बल देता हैं। क्या इस प्रकरण में शासन की नाक के बाल के कारण कुछ व्यापारियों का व्यक्तिगत हानि एवं राष्ट्र हानि का क्या समाधान सही है ? समाधान क्या होना चाहिए ? हर भारतीय नागरिक संविधान अनुसार कार्य कर रहा है इस प्रकरण में आवासीय स्थल में व्यवसाय करने पर सभी व्यवसाईक कर संबंधित विभागों को व्यापारीगण दे रहे हैं।

स्पष्ट है कि उसे प्रॉपर्टी का आवासीय-व्यवसाईक कर लेने वाले विभागों की क्या भूमिका है ? क्या होनी चाहिए ?

यह समस्या पूरे देश में है अर्थात शासन व्यवस्था में विकास की आवश्यकता है ? जन-जन को विशेष रूप से क्रांति भूमि मेरठी व्यापारियों को चिंतन/चनचर्चा करके समाधान शासन को प्रस्तुत करना चाहिए |

क्यूंकि प्रजातंत्र में जन जन ही शासक हैं शासन तंत्र,जन सेवा- सुरक्षा- विकास के लिए जिम्मेदार एवं समाज में समरस होना चाहिए। समस्या में ही समाधान निहित होता है जरूरत है उसे पहचान करके क्रिया का रूप देना है

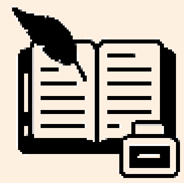
सहज ही परिणाम दिखता है प्रजातंत्र में तन मन धन के साथ स्वयं विकसित हों समाज एवं राजतंत्र को विकसित करने में सहयोगी हों |

यदि आपके विचार चुने गए तो आपको कीमत 5000/–रुपये विज्ञापन आकार 10x10 (100 वर्ग सेंटीमीटर) व्यवसायिक या व्यक्तिगत (शुभकामना, स्मृति अन्य) कूपन मिलने का मौका मिलेगा इसे आर.आर. बुलेटिन सद्भावना पृष्ठ पर प्रकाशित एवं सद्भावना वेव्स यूटयूब चैनल पर प्रसारित किया जाएगा। (यह कूपन तीन माह के अंदर इस्तेमाल करना आवश्यक है।)

रामकृष्ण परमहंस, माँ शारदा, स्वामी विवेकानन्द

भावधारा से स्वयं का सद्भावना विकास कार्यक्रम

- फैन्सी ड्रेस
- ड्राइंग (घर से बनाकर लायें)
- अपने विचार प्रस्तुत करें।



ऑफलाइन – 11 दिसम्बर प्रातः 10:00 से 11:15 तक
स्थल – रामकृष्ण आश्रम, तिलक रोड, मेरठ

zoom ऑनलाइन – 5 दिसम्बर प्रातः 11:00 से 12:15 तक

*पूर्व पंजीकरण के लिए फार्म भरें। https://sadbhavnasamiti.in/contact.html

www.sadbhavnasamiti.in Sadbhavna Waves

सद्भावना समिति पंजीकृत गैर सरकारी संगठन

''बेरोजगार युवक व युवतियों को निःशुल्क प्रशिक्षण एंव रोजगार पाने का सुनहरा अवसर'' केनरा बैंक ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण, मेरठ
(अर्न्तगत ग्रामीण विकास मंत्रालय, भारत सरकार)
केनरा बैंक द्वारा प्रायोजित

रोजगारपरक लघु अवधि कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम
आयु सीमा– 18 से 45 वर्ष प्रशिक्षण के दौरान
नाश्ता और लंच की निःशुल्क सुविधा प्रशिक्षण कार्यक्रम

उपलब्ध प्रशिक्षण कोर्स व समय अवधि

पशु मित्र	– 60 दिन	कम्प्यूटर हाडवेयर नेटवर्किगं	– 45 दिन
मत्सय मित्र	– 60 दिन	फॉस्ट फूड स्टॉल उद्यमी	– 10 दिन
ब्यूटी पार्लर मैनेजमेन्ट	– 30 दिन	फोटोग्राफी व विडियोग्राफी	– 30 दिन
कास्ट्रिम ज्वैलरी उद्यमी	– 13 दिन	पेपर कवर, लिफाफे व फाइल मेकिंग	– 10 दिन
पापड़ मसाला पाउडर मेकिंग	– 30 दिन	डेरी फार्मिगं एंव वर्मीकम्पोस्ट	– 10 दिन
फेशन डिजाईनिंग/वुमैन ट्रेलर	– 30 दिन	रेफिजरेशन एंव ए.सी.	– 30 दिन
टू-विलर मकैनिक	– 30 दिन	एल्यूमिनियम फेब्रिकेशन	– 30 दिन
जनरल ई.डी.पी.	– 06 दिन	मोमबत्ती मेकिंग	– 10 दिन
सेलकोन रिपेयरिंग	– 30 दिन	घरेलू विद्युत उपकरण सेवा उद्यमी	– 30 दिन
कम्प्यूटर एकाउटिंग	– 30 दिन	कृषि उद्यमी	– 30 दिन

अधिक जानकारी एंव प्रवेश सहायता के लिए शीघ्र सम्पर्क करें।

श्रीकृष्ण भवन, 283 वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ । सम्पर्क सूत्र- 0121-2341338, 9675834737

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

आर.आर. पाक्षिक RRबुलेटिन CITY MEERUT CLASSIFIED

rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

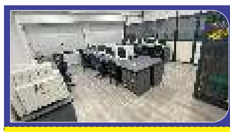
MATROMONIAL

वैवाहिक परिचय:- वैवाहिक विज्ञापन में कार्य समूह और यह जन्मपत्री के साथ विज्ञानिक दृष्टि से महत्वपूर्ण मिलान है

आर.आर. RRबुलेटिन पाक्षिक inter ACT

समाधान उपलब्ध

अपने अनुसार किसी भी उत्पाद, वस्तु के लिए अपना शीर्षक चुनें।



आर. आर. बुलेटिन ट्रेड गाइड

उपलब्ध शीर्षक ट्रेड के अनुसार अपने संस्थान का नाम लिखें।

आर. आर. बुलेटिन बाजार गाइड

उपलब्ध शीर्षक बाजार के अनुसार बाजार/कॉम्पलैक्स का नाम लिखें।

आर.आर. RRबुलेटिन पाक्षिक

YOU CAN BOOK NOW OVER PHONE IN MEERUT

CLASSIFIED ADVERTISEMENT

Minimum Price ₹100

FOR MORE DETAILS CONTACT

0121-2641338

9690331338

rrbulletin@gmail.com

- उत्पाद/वस्तु
- जैवलरी
- हियरिंग ऐड
- गारमेन्टस्
- आर.ओ.
- बैट्री
- इनवर्टर
- आटा–चक्की
- सी.सी.टी.वी.
- कम्प्यूटर
- फर्नीचर
- स्टेशनरी
- किचन–उपकरण
- मोबाइल
- इलैक्ट्रोनिक–गुडस
- पानी

टूर एण्ड ट्रैवल्स
FRIZZON TRAVEL
☎ 0121-2641338
8266023450
booking@frizzontravel.com
www.frizzontravel.com

एडवरटाइजिंग
R.R. ADVERTISING SERVICES
☎ 0121-2641338
9690331338
www.rradvertisingmeerut.com

हियरिंग ऐड
मूर्ति हियरिंग ऐड सेंटर
सुनने की मशीन
ब्रिकी, रिपेयर एवं पार्टस
9837169137, 8126143194

हॉस्पिटल
PREM HOSPITAL
Inspiring Healing, Empowering Lives
☎ 7080908010

ज्योतिष
ज्योतिषाचार्य मोहित, सरधना
M. 989757573188
ज्योतिषचार्य मनोज, मेरठ
M. 9837028526

प्रकाशन
भारत भारती प्रकाशन एण्ड क.
(प्रमुख पाठ्य-पुस्तक प्रकाशक)
☎ 2663698, 2654567
2664000, 2668000
info@bbpc.in | www.bbpc.in

अरविन्द प्रकाशन प्रा.लि.
(पाठ्य-पुस्तक प्रकाशक)
☎ 0121-2521607
0121-2533607

फर्निशिंग
OM FURNISHING & HOME DECOR
☎ 0121-4000087

आबूलेन
BHAGAT JEWELLERS Since 1955
For Trust 'n' Elegance
Abu Plaza, Abulane, Meerut

RAGHUNANDAN JEWELLERS
G-17-22 ABU PLAZA, MEERUT
☎ 0121-2657125

गढ़ रोड
ORAM JEWELLERS
ORAM JEWELLERS
140C, Garh Road, Meerut
+91-9412046132, 0121-4002211

किले वाले
कमला ज्वैलर्स
☎ 7906716330, 9972842632
निकट नन्दन सिनेमा, गढ़ रोड, मेरठ

अपने मन की बात! व्यक्तिगत भी, व्यवसाय भी
YouTube पर लाइव रहें! @Sadbhavna Waves @Shram Shikhar

2025-26 offer — लघु वर्गीकृत

अपनी आवश्यकतायें, खरीदना-बेचना, खोया-पाया, नोटिस/सूचना शुभ कार्य, मैट्रिमॉनियल, व्यक्तिगत भी, व्यावसायिक भी, जॉब चाहिए प्रकाशित करायें, अपना विवरण rrbulletin@gmail.com पर अपना परिचय के साथ भेजें। इच्छानुसार, स्वयं निर्धारित राशि। आप अपना विज्ञापन अपनी इच्छाओं के अनुसार प्रकाशित करायें, और इस सेवा का अत्याधिक लाभ उठायें।

आर.आर. RRबुलेटिन पाक्षिक

आवश्यकता

सेल्स एग्जीक्यूटिव

कार्य हेतु लड़के/लड़कियां
बायोडाटा साथ लायें
(समय- 11 से 12 बजे दोपहर)
शिक्षा: इण्टर/ग्रेजुएट/एम.बी.ए.
पार्ट टाइम/फूल टाइम मीडिया जॉब
सैलरी: कार्य, समय अनुसार + इंसेंटिव
फोन, वाहन आवश्यक है।

श्रीकृष्ण भवन,
(शिवलोक कॉम्पलैक्स के सामने वाली गली)
283, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ - 250001
मो. 9219660359

आर.आर. RRबुलेटिन पाक्षिक Inter Act

वैवाहिक साथ-साथ

4 हफ्ते (1+3) — 5 से 10 शब्दों तक Rs. 50/- अतिरिक्त 10 Rs /PW — 5x3=15 सेमी 50 Rs /वर्ग सेमी Rs. 750/-

Book at Email: rrbulletin@gmail.com 9690331338

Shri Krishan Bhawan, 283, Western Kutchery Road, Meerut

RRबुलेटिन Inter Act

आवश्यकता/रोजगार

4 हफ्ते (2+2)

5 से 10 शब्दों तक Rs. 50/- अतिरिक्त 10 Rs /PW — 5x3=15 सेमी 50 Rs /वर्ग सेमी Rs. 750/-

JOB

Book at Email: rrbulletin@gmail.com 9690331338

Shri Krishan Bhawan, 283, Western Kutchery Road, Meerut

RRबुलेटिन Inter Act

स्मृति फोटो सहित छपवायें

साइज सेमी. में
8x5 = 100/-
8x8= 200/-
8x15= 500/-
अन्य साइज
25/- /वर्ग सेमी

Book at Email: rrbulletin@gmail.com 9690331338

Shri Krishan Bhawan, 283, Western Kutchery Road, Meerut

RRबुलेटिन Inter Act

बधाई /जन्मदिन/वर्षगाँठ

5 से 10 शब्दों तक Rs. 50/- अतिरिक्त 10 Rs /PW फोटो 100 Rs

फोटो सहित छपवायें स्पेशल ऑफर पायें

Book at Email: rrbulletin@gmail.com 9690331338

Shri Krishan Bhawan, 283, Western Kutchery Road, Meerut

आर. आर. बुलेटिन औद्योगिक गाइड

उपलब्ध शीर्षक औद्योगिक क्षेत्र के अनुसार अपने संस्थान का नाम लिखें।

परतापुर

भल्ला स्पोर्टस प्रा.लि.
बी–16,17 परतापुर II एस्टेट, दिल्ली रोड, मेरठ।
मो. 9720472062,
vixenindia.in

सन्स पर्सिलस ग्रीनलैण्ड
एयरपोर्ट गंगोल रोड के सामने परतापुर मेरठ।
M. 8001800123

सरधना रोड

सारू कॉनकास्ट एलोएस प्रा.लि.
सारू नगर, सरधना रोड, मेरठ– 250001
मो. – 0121–2555734

सारू कॉनकास्ट एलोएस सिमेस प्रा.लि.
सारू नगर, कंकरखेड़ा, मेरठ– 25000
www.sarucopper.com

आर. आर. बुलेटिन निवास गाइड

उपलब्ध शीर्षक अपने मोहल्ले आवास, सोसाइटी का नाम लिखें।

- वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ
- ईस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ
- पल्लवपुरम, मोदीपुरम
- सैनिक विहार, कंकरखेड़ा

अपना आवास, नाम, पता प्रकाशित कराने हेतु सम्पर्क करें।

क्लासीफाइड ऐड फोन पर घर बैठे बुक करायें।

rrbulletin@gmail.com
9690331338
STAY HOME STAY SAFE

आर.आर. RRबुलेटिन पाक्षिक Classifieds

नोटः– ऊपर दिये गये वेबसाइट लिंक के माध्यम से और अधिक जानकारी के लिए सीधें वेबसाइट पर जा सकते है।

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

आर.आर. RRबुलेटिन पाक्षिक CITY MEERUT CLASSIFIED

rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

EDUCATION

शिक्षा कार्य- शिक्षा संबन्धित जानकारियों और विभिन्न कोर्सो के विज्ञापन हेतु आवश्यकता/उपलब्धता

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक CLASSIFIED

अवसर ढूंढ़ रहे है · जरूरत पूरी करें · पायें समाधान!

Mini CLASSIFIED

आवश्यकता

Vinex bhalla international

REQUIRED

1. SUPERVISOR (NICKLE, ZINC & PAINTSHOP)
B. Tech/B.sc in chemical with 2-5 yrs. relevant exp. in a Mfg. unit.

2. STORE-KEEPER
Graduation with 3-5 yrs exp. in a Mfg. unit.

3. GUNMAN
Having license of double barrel gun, (Ex-Ser.man will be prefer)

BHALLA INTERNATIONAL
A-1/1, UDYOG PURAM, PARTAPUR, MEERUT
PH: 0121-7196667, 2441111
Email: jobs@vinex.co.in

आवश्यकता है-अनुभवी सेल्स मैन की व दुकान पर कार्य करने हेतु लड़की की। योगेश लाला का बाजार मेरठ शहर संपर्क करें- 8077545941

HR CUM Supervisor (3 Year Experience), एवं Security Guard (3 Year Experience) साऊ प्रिसिशन वायर्स प्रा0 लि0 9837004069

उपलब्धता

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
क्या आप भी ढूढ़ रहे है या आपके पास उपलब्ध हैं, आपनी आवश्यकता के अनुसार आज ही अपना विज्ञापन प्रकाशित करायें। अधिक जानकारी कॉल करें।
9690331338
9219660359

NOTICE

I disinherit my son Shalabh Sharma from all my movable and immovable properties and break all relations with him for the future. Srigopal Sharma Son of Late Shri Brahamanand Sharma, R/o 119, First Floor, Green Paradise, A to Z Colony, Modipuram, Roorkee Road, Meerut.

नाम-परिवर्तन

मेरे पति वेदपाल सिंह आर्मी नं. 9501806H हवलदार ग्राम छछरपुर (बागपत) के सर्विस रिकॉर्ड में मेरा नाम Choto Devi गलत दर्जी है भविष्य के सभी उद्देश्य हेतु सही नाम Choti है।

मैंने अपना नाम विनोद कुमार गर्ग से बदलकर विनोद कुमार रख लिया है भविष्य के सभी उद्देश्य हेतु ,पुत्र श्री सेवाराम गर्ग निवासी 427/43 आदर्श कॉलोनी ,रोहटा रोड,कंकरखेड़ा,मेरठ

मेरे पुत्र के जन्म प्रमाण पत्र में उसका नाम निकुंज कुमार गलत अंकित हो गया है, जबकि उसका सही नाम निकुंज कुमार सिंह पुत्र संजीव कुमार। संजीव कुमार पुत्र श्री धर्मपाल सिंह निवासी बास्टा, बीबीपुरा, चांदपुर, बिजनौर, उत्तर प्रदेश

सम्बन्ध-विच्छेद

मैं अपने पुत्र लोकेश व पुत्रवधू वर्षा को अपनी चल-अचल संपत्ति से बेदखल कर पारिवारिक सम्बन्ध बिच्छेद करता हु। सतपाल सिंह पुत्र थुल्लेराम रसूलपुर धोल्ड़ी जानी, मेरठ

वैवाहिक

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
वैवाहिक के लिए आप भी वर/वधू ढूढ़ रहें, तो आज ही अपना विज्ञापन प्रकाशित करायें। अधिक जानकारी कॉल करें।
9690331338
9219660359

वधू चाहिए

B'ful PQM 4 H'some Gupta Boy 34/ 5' 7"/ 2+ Cr MBA, Own film contant Production Business, well settled in Mumbai. NCR affluant Family. Share BHP 9219660359, 897373736

खरीदना-बेचना

प्रवेश बिहार में मकान बिकाऊ है ढाई मंज़िल चार कमरे, चार बाथरूम, एक ड्राइंग/ डाइनिंग, पूजा रूम, दो किचन गाड़ी पोर्च वास्तविक खरीदार ही संपर्क करें 7453069 547

पत्रकारिता

10 वी./12 वीं है हिन्दी/अंग्रेजी अच्छी है तो, पत्रकार बनिएं, कैरियर बनाइए, फ्री टेनिंग लीजिए, रोजगार पाइए, बायोडाटा भेजें- श्रीकृष्ण भवन, 281 शिवलोक कॉम्पलैक्स के सामने, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ

खोया-पाया

मेरी हाई स्कूल वर्ष 2016 अनुक्रमांक 0607415 व इंटर 2018 अनुक्रमांक 0488882 की मार्कशीट व सनद वास्तव में खो गए हैं शिवानी पुत्री श्री पुष्पेंद्र कुमार शिवपुरम, मेरठ।

मेरी हाईस्कूल वर्ष 1980, 81, अनुक्रमांक 099148 की मार्कशीट व सनद खो गई है नसरीन फात्मा पुत्री श्री सैय्यद गुलाम मुजतबा नि0, 148/ ए, फ्रेंड्स कॉलोनी ब्रह्मपुरी मेरठ।

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
Mini CLASSIFIED
अपने प्रोपर्टीज, मकान, दुकान, प्लॉट आदि के मुफ्त विज्ञापन प्रकाशित तथा डायरेक्ट पार्टी से
सम्पर्क सूत्र
मो. 9219660359

R.R. ADVERTISING SERVICES MEERUT
YOUR CONVENIENCE IS OUR PRIORITY
We value your time and Book Advertisement at
For More Details Contact
E-mail & Call Us
rradvertisingmeerut.com
rradvertisingmeerut@gmail.com
9690331338
9219660359

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक

विज्ञापन बुकिंग हेतु विभिन्न प्रकार

- बुटीक
- एकेडमिक
- हॉबी क्लासेस
- मोटर ड्राइविंग
- बवासीर/फिश्चर
- चिकित्सा
- नशा छुडवायें
- गैर रिहायशी
- भूमि/भूखण्ड
- वाहन संबंधी
- मशीनरी
- पालतू जानवर
- बालों का झड़ना
- कद बढाएं
- व्यक्तिगत सूचना
- इन्वर्टर/बैट्री
- मोबाइल/सेलफोन
- वैवाहिक सेवाएं
- लघु उद्योग
- टीचर्स/शिक्षक
- वर्कर/रोजगार
- सेल्स/मार्केटिंग
- ऑफिस जॉब्स
- सिक्योरिटी
- कम्प्यूटर ऑपरेटर
- कॉल सेंटर
- फिल्म इंडस्ट्री
- तकनीकी
- मेडिकल
- होटल/रेस्त्रां
- अकाउंटेंट
- हाउसकीपिंग
- ड्राइवर

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
M. 92196 60359

आर.आर RR बुलेटिन पाक्षिक

City Classifieds

(Solution of Desire & Needs)

Small Classified	6 Point	Free
Normal Classified Min. 6 Word	7 Point	Rs. 10 /P.W. Max. 50 Word
Bold Classified Min. 6 Word	7 Point	Rs. 30 /P.W. Max. 50 Word

Display Classified 40/P.S.C.M. (5cm x 3cm =Rs. 600/-)	Display Classified 50/P.S.C.M. (5cm x 3cm =Rs. 750/-)

For More Details Contact

rrbulletin@gmail.com

9690331338
9219660359

Shri Krishan Bhawan, 283, Westurn Kutchery Road, Meerut

हमारे चैनल के माध्यम से जन जन का विकास हेतु स्कूल, योग, और स्वास्थ्य या कोई विशेष अवसर पर होने वाले प्रोग्राम का वीडियों को हम यूटयूब चैनल पर प्रसारित करते है

Sadbhavna Waves

SUBSCRIBE · LIKE · SHARE · COMMENT

वीडियों देखने के लिए सद्भावना वेव्स चैनल बटन पर क्लिक करें और अनुभव हमें भेजें

यदि आपके विचार चुने गए तो आपको कीमत 5000/-रूपये विज्ञापन आकार 10x10 (100 वर्ग सेंटीमीटर) व्यवसायिक या व्यक्तिगत (शुभकामना, स्मृति अन्य) कूपन मिलने का मौका मिलेगा इसे आर. आर. बुलेटिन सद्भावना पृष्ठ पर प्रकाशित एवं सद्भावना वेव्स यूटयूब चैनल पर प्रसारित किया जाएगा।
(यह कूपन तीन माह के अंदर इस्तेमाल करना आवश्यक है।)

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान
आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक CITY MEERUT CLASSIFIED
rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

business
व्यापार परिचय: व्यापारिक विज्ञापन के हेतु आवश्यकता/उपलब्धता

आर.आर. बुलेटिन SERVICES

चुनिये उन्हें, जिन्हे, ढुंढ रहे हैं, जरूरत पूरी करें।

डॉ. शिवाली गोयल

20 Year EXPERIENCE

M.B.B.S., M.S. (Obst. Gynae), Gold Medalist

गायनी लेप्रोस्कोपी सर्जन

उपलब्ध सुविधाएं

- पूर्णतया दूरबीन विधि के द्वारा बच्चेदानी निकालना (TLH)
- बच्चेदानी के रोगों से सम्बन्धित सभी तरह के ऑपरेशन
- गर्भाशय व नलों की रसौली का उपचार (FIBROID & OVARIAN CYST)
- दूरबीन द्वारा बच्चेदानी के अन्दर की जाँच एवं उससे सम्बन्धित ऑपरेशन (OPERATIVE HYSTEROSCOPY)

YOUR HEALTH IS OUR PRIORITY

हमारे यहाँ पर टीपीए की सुविधा भी उपलब्ध है

यशलोक हॉस्पिटल एण्ड नर्सिंग होम प्रा. लि.

ईस्टर्न कचहरी रोड़, शिवाजी मार्ग, मेरठ 0121-4026000, 6397444742

The Vaastu Zone by Rajan Swami

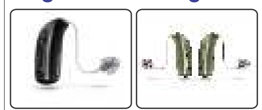
वास्तु दोष से उत्पन्न समस्याएँ?
नव निर्माण हेतु वास्तु सम्मत मानचित्र?
वास्तु यंत्र एवं वास्तु पूजन?
बिना तोड़-फोड़ वास्तु समाधान?
वास्तु संबंधी स्थल निरीक्षण?

सम्पर्क करें -
श्री राजन स्वामी
वास्तु शास्त्र एवं रेमेडियल वास्तु सलाहकार
सी-7, पांडव नगर, मेरठ फोन : 7017589577, 9897101938
e-mail : superbghazals@gmail.com

हियरिंग सर्विस

मूर्ति हियरिंग एड सेंटर

100% Computerized Digital Hearing Aid



निकट कचहरी पुल, 229, वेस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ (जिला सहकारी बैंक के बराबर वाली गली के अन्दर)
7017397893, 9837169137

ब्यूटी पार्लर

ब्यूटी पार्लर

विशेषताओं के साथ उपभोक्ताओं तक पहुंचे

योग संबंधी

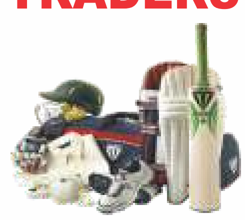
YOGA CLASSES

For more information Helpline No. M. 8449345555

स्पोटर्स संबंधी

PALLAV GARG
9910075517
9897203612

SKT SHRI KRISHNA TRADERS



Baijnath Complex Bansipura Suraj Kund Road, Meerut

टूर एण्ड ट्रैवल्स्

FRIZZON TRAVEL | EVENTS | FILMS
Worldwide Travel
BOOKING NOW!

Flight, Hotel Car, Cruise Booking

DOMESTIC ALL INDIA & INTERNATIONAL TOURS AND TRAVELS

Meerut | Mumbai | Delhi
0121-2641338, 8266023450
www.frizzontravel.com
booking@frizzontravel.com

व्यक्तिगत-सूचना

INTERACT समाधान उपलब्ध

100 रु प्रति दस शब्दों में छपवायें अतिरिक्त 10 रु प्रति शब्द जैसे- नाम परिवर्तन बेदखल सूचना खोया-पाया नोटिस विज्ञापन आदि.......

To Place an adv. in this section Contact us more information please call Book Now! 9690331338

विज्ञापन सेवाएं

सभी समाचार-पत्रों में विज्ञापन बुकिंग हेतु

R.R. ADVERTISING SERVICES

All India & International All Media Agency
Outdoor | Print
Signage | Magazine
Event Promotion
Newspaper | Film
Point Of Purchase
Digital Media
Awareness Program

rradvertisingmeerut.com
rradvertisingmeerut@gmail.com
Mob. 0121-2641338, 9690331338, 9219660359
SHRI KRISHAN BHAWAN, 283, WESTERN KUTCHERY ROAD, MEERUT

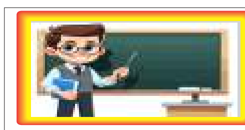
मेडिकल सुविधाएं

शकुन डेन्टल हैल्थ क्लीनिक

डॉ. विवेक मित्तल
(Mob. 9997153212)
ज्वालापुरी नाला रोड निकट माधवपुरम क्रासिंग हनुमान मन्दिर दिल्ली रोड, मेरठ

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
पाठक प्रीविलेज
इच्छाओं और जरूरतों का समाधान उपलब्ध
जाँच शुल्क में 50% लाभ
पूरे विज्ञापन की कटिंग लाने पर दो माह तक प्रभावी

टीचर्स/शिक्षक



टीचर्स, टूटर्स उपलब्ध है। आप अपना विज्ञापन छपवायें, और लोगो तक अपनी पहचान पहुँचाए और लाभ पाएं।

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
औद्योगिक गाइड

रहे ग्राहक के पास
We Are Open 24/7 Always Support
पहुँचिए ग्राहक तक
RR Bulletin Solution

पेस्ट कन्ट्रोल

इंश्योरेंस सेवाएं

लक्ष्मी चन्द त्यागी वरिष्ठ इंश्योरेंस सलाहकार 172 नन्दन गार्ड गली न. 1 वैस्टर्न कचहरी रोड , मेरठ-250001
9719034677, 8077856156
ictyagi007@gmail.com

Ashwani M. 9358402356, 9897540136 For LIC, Health Insurance, Post Office, RD TD, NSC, KVP, MIS Vehicle Insurance etc....

TM ट्रेड मार्क

इस अंक में प्रकाशित समस्त विज्ञापन समाचारो एवं लेख के वचन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी समस्त विवाद मेरठ न्यायलय के अधीन ही होंगें।

Print | Outdoor | Signage | Film | Event | Magazine | Digital Media | Media International | Awareness Program | All News Paper

R- Reliable R-Reas on able
Estd. 1979

ADVERTISING SERVICES

Ph. 0121-2641338, 9412203620, 9219660360 | Email: rradvertisingmeerut@gmail.com

ओशो...

आज और अभी से

नए मनुष्य का युग-दर्शन

जीवन एक यात्रा है... ओशो

न जाने कौन है गुमराह
कौन आगाहे—मंजिल है
हजारों कारवां हैं
जिंदगी की शाहराहों में
रहे—मंजिल में सब गुम हैं
मगर अफसोस तो यह है
अमीरे—कारवां भी है
उन्हीं गुमकरदा राहों में

जीवन एक यात्रा है। यात्रा है—मृत्यु से अमृत की ओरय अंधकार से प्रकाश की ओरय व्यर्थ से सार्थक की ओर। एक शब्द मेंरू पदार्थ से परमात्मा की ओर। इस यात्रा में वे सारे लोग जो बाहर तलाश रहे हैं, भटके हुए हैं। लाख तलाशें, कुछ पाएंगे नहींदृन काशी में, न काबा मेंय न कुरान में, न गीता में। यहां तो केवल वे ही पाने में समर्थ हो पाते हैं जो स्वयं के भीतर छिपे हुए सत्य को पहचानते हैं।

यह यात्रा अनूठी है। यह यात्रा कहीं जाने की नहीं, कहीं से लौट आने की है। जा तो हम बहुत दूर चुके हैंदृअपने से दूर। वापस लौटना है अपने पर। जा तो हम बहुत दूर चुके हैंदृअपने सपनों में, वासनाओं में, विचारों में। छोड़ देने हैं सारे स्वप्न, छोड़ देने हैं सारे विचार, सारी वासनाएं, ताकि अपने पर आना हो जाए। संसार नहीं छोड़ना है, स्वप्न छोड़ने हैंय क्योंकि स्वप्न ही संसार है। तुमने बार—बार सुना होगा पंडितों को, पुरोहितों को कहते हुए, कि संसार स्वप्न है। मैं तुमसे कहना चाहता हूंरू स्वप्न संसार है। तुम्हारे भीतर जो स्वप्नों का जाल है वही संसार है। उसे छोड़ देना है। ये बाहर बोलते हुए पक्षी तो फिर भी बोलेंगेदृऐसे ही बोलेंगे, और भी मधुरतर बोलेंगे। इनके कंठों में और भी संगीत आ जाएगा, क्योंकि तुम्हारे पास सुनने वाले कान होंगे। और जिसके पास सुनने वाले कान हैं उससे पत्थर भी बोलने लगते हैं। ये वृक्ष तो ऐसे ही हरे होंगे, और हरे हो जाएंगे। क्योंकि जिसके पास देखने वाली आंख है उसके लिए रंगों में रंग, गहराइयों में गहराइयां, रूप में अरूप दिखाई पड़ने लगता है। यह संसार जो तुम्हारे बाहर फैला हुआ है, यह तो और मधुर, और प्रीतिकर होकर प्रकट होगा। काश, तुम जाग जाओ! तुम सोए हो तो भी यह मधुर है और प्रीतिकर है। तुम जाग जाओ तब तो अकूत खजाना है यह। साम्राज्य है

......परमात्मा ✍ ओशो
https://oshoworld.com/

वह आदमी व्यर्थ जी रहा है, जिसके पास एक घंटा भी अपने लिए नहीं है.. ओशो

प्रेम हो, कि प्रार्थना हो, कि ध्यान हो, सभी उस अदृश्य की खोज हैं, जो सभी दृश्य के भीतर छिपा हुआ है। और जब तक व्यक्ति उसे खोजने नहीं चल पड़ा है, तब तक वह क्षेत्र के जगत में कितना ही इकट्ठा कर ले, दरिद्र ही रहेगा। और कितने ही बड़े महल बना ले, और कितनी ही बड़ी सख्त दीवालें सुरक्षा की तैयार कर ले, असुरक्षित ही रहेगा। और कुछ भी पा ले, आखिर में मरेगा, तब वह पाएगा कि गरीब, दीन, दुखी, भिखारी मर रहा है। क्योंकि असली संपदा का स्रोत क्षेत्र में नहीं है। असली संपदा का स्रोत उसमें है, जो इस क्षेत्र के भीतर छिपा है और जानता है।

ज्ञान मनुष्य की गरिमा है। और ज्ञान का जो तत्व है, वह इस बात में, इस विश्लेषण में, इस भेद—विज्ञान में है कि मैं अपने को पृथक करके देख लूं उससे, जिसमें मैं हूं। जैसे फूल की सुगंध उड़ जाती है दूर, ऐसे ही व्यक्ति को सीखना पड़ता है अपने शरीर से दूर उड़ने की कला। जैसे सुगंध अदृश्य में खो जाती है और दृश्य फूल खड़ा रह जाता है, ऐसे ही स्वयं के ज्ञान के फूल में निचोड़ करना है और धीरे—धीरे उस ज्ञान को ही बचा लेना है,

जो शुद्ध है! एक घड़ीभर के लिए रोज चौबीस घड़ी में से, इस भीतर की खोज के लिए निकाल लें। तेईस घंटे दे दें शरीर के लिए और एक घंटा बचा लें अपने लिए। वह आदमी व्यर्थ जी रहा है, जिसके पास एक घंटा भी अपने लिए नहीं है। वह आदमी जी ही नहीं रहा, जो एक घंटा भी अपनी इस भीतर की खोज के लिए नहीं लगा रहा है। क्योंकि आखिर में जब सारा हिसाब होता है, तो जो भी हमने शरीर के तल पर कमाया है, वह तो मौत छीन लेती हैय और जो हमने भीतर के तल पर कमाया है, वही केवल मौत नहीं छीन पाती। वही हमारे साथ होता है।

इसे ख्याल रखें कि मौत आपसे कुछ छीनेगी, उस समय आपके पास बचाने योग्य है, कुछ भी? अगर नहीं है, तो जल्दी करें। और एक घंटा कम से कम रोज क्षेत्रज्ञ की तलाश में लगा दें।

नींद निशानी मौत की,
उठ नव संन्यासी जाग।
अंह रसायन छांडि के,
ओशो रसायन लाग।।

---ओशो
गीता दर्शन
भाग- 06, अध्याय -13
प्रवचन-01दुख से मुक्ति का मार्गः तादात्म्य का विसर्जन

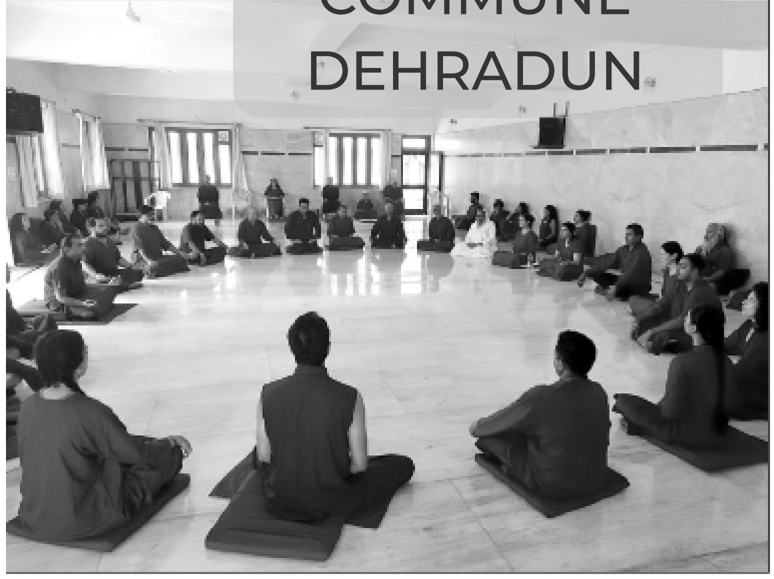
पारमात्मा की हवाएं, लहरो के उस पार ले जायेगी

ओशो ने कई प्रवचन दिए पर कुछ लोगों ने उनकी इस बात को पकड़ लिया कि कुछ नहीं करने से परमात्मा मिलता है। कुछ नहीं करने से परमात्मा की लहरें उस पार ले जायेगी। यही काम तो सांसारिक व्यक्ति भी कर रहा है। सांसारिक व्यक्ति मंदिर में दिया जलाता है और सांसारिक सुखों के पीछे भागता है। उसको चीजे अधिक स्पष्ट है और वह अधिक ईमानदार है। वो द्वंद में नहीं है। कुछ न करने वाले सन्यासी बीच में फंस गए है। न इधर के न उधर के। सांसारिक व्यक्ति की नाव भी किनारे बंधी है और कुछ न करने वाले सन्यासी की भी।

ओशो ने कहा कि अगर आपको सागर के उस पास की यात्रा करनी है तो आपको नाव पानी में डालनी ही होगी, चप्पू चलाना ही पड़ेगा। लहरों से संघर्ष और परिश्रम करना ही पड़ेगा, और जब आप की नाव गहरे पानी में आ जाती है तब पतवार खोल देनी होती है और नाव को हवाओं के सहारे छोड़ देना होता है फिर हवाएं मंजिल की और ले जाती है। ऐसे ही आपको साधना पथ पे संघर्ष और परिश्रम करना है। एक निश्चित स्तर तक आपको अपनी साधना ले के जानी है। तब जब आपका अहंकार वासनाएं छूट जाती है तब परमात्मा की हवाएं आपको आपकी मंजिल की तरफ ले जाती है। सबसे बड़ी बात तब अगर आप चप्पू चलाने का प्रयास करते है तब वह कदम हवाओं के विपरीत हो जाता है। ऐसे ही जब परमात्मा का आपके जीवन में प्रवेश हो जाता है तब कुछ नहीं करना होता। तब उसकी मर्जी से राजी हो जाना होता है। उसकी मर्जी ही वो हवाएं है जो आपको उस पार ले जायेगी। अभी तो आपकी मर्जी चल रही है।

संचालक— स्वामी रुद्र चौतन्य
9646044494

OSHO -OM BODHISATTVA COMMUNE DEHRADUN



इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक | CITY MEERUT CLASSIFIED

rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

OBITUARY

प्रियजनों को श्रद्धांजलि देने का एक सादगीपूर्ण माध्यम, हम आपकी भावनाओं को शब्दों में प्रकाशित करते है।

आज और अभी से

नए मनुष्य का युग-दर्शन

सुंदर स्त्री गहनो से मुक्त नही हो सकती है... ओशो

सुंदर स्त्री गहनों से मुक्त होती है।
कुरूप स्त्री कभी गहनों से मुक्त नहीं हो पाती। सुंदर स्त्री सरल हो जाती हैय
कुरूप स्त्री कभी नहीं हो सकती।
क्योंकि वह जानती है –यदि गहने हटा दिए जाएँ, कीमती वस्त्र उतर जाएँ,
सोना–चाँदी सब हटा दिए जाएँ,
तो उसकी कुरूपता प्रकट हो जाएगी।
जो कुछ बचा रहेगा, वह वही होगा –
और कुछ शेष न रहेगा।
गहने सुंदर स्त्री को नहीं सजाते,
बल्कि उसके सौंदर्य में थोड़ी–सी हत्या कर देते हैं। क्योंकि जहाँ सजीव सौंदर्य मौजूद है, वहाँ इन चमकदार वस्तुओं का क्या मूल्य? हीरे–जवाहरात तो चमकेंगे ही,
पर सजीव सुंदर आँखों के आगे
उनकी क्या तुलना?
जैसे ही स्त्री वास्तव में सुंदर होती है,
वैसे ही गहनों और वस्त्रों का आकर्षण घट जाता है। प्रदर्शन की वृत्ति कम हो जाती है। वास्तव में, यही सुंदर स्त्री की पहचान है – कि उसमें दिखावे की इच्छा नहीं होती। जब तक दिखावे की इच्छा है,
तब तक भीतर यह बोध है
कि कहीं कुछ कुरूप है,
जिसे ढाँपना है, छिपाना है, उजागर नहीं करना है। स्त्रियाँ घंटों आईने के सामने क्यों खड़ी रहती हैं? वे अपनी कुरूपता को छिपाने की कोशिश करती हैं। सुंदर स्त्री तो दिखावे पर हँसती है। ठीक यही बात जीवन के सभी संबंधों में लागू होती है।
नाम दिया, प्रसिद्धि दी३
लेकिन आनंद नहीं दिया।
आनंद पुरस्कार नहीं है,
वह तो जागरूकता का प्रसाद है।"
यह सुनकर विनोद खन्ना की
आँखों में हल्की नमी आ गई।
उन्होंने सिर झुका लिया।
मानो भीतर कोई दरवाजा खुल गया हो।
अज्ञानी व्यक्ति अपने ज्ञान का प्रदर्शन करता है, हर अवसर खोजता है कि जहाँ भी मौका मिले, अपना ज्ञान झाड़ दे।
ज्ञानी व्यक्ति अवसर नहीं खोजताय
उसे बताने की कोई इच्छा नहीं होती।
जब कोई स्थिति ऐसी आती है
जहाँ उसके ज्ञान की आवश्यकता होती है
जैसे कोई प्यासा हो और उसे पानी चाहिए
तभी वह देता है। पर भीतर का प्रदर्शनभाव मिट जाता है। अज्ञानी व्यक्ति उपाधियाँ जुटाता है – वह एम.ए. है, पी.एच.डी. है, डी.लिट. है, उसके पास कितनी मानद उपाधियाँ हैं! यदि तुम अज्ञानी के घर जाओ, तो दीवार पर प्रमाणपत्र टंगे मिलेंगे वह दिखा रहा है कि "मैं जानता हूँ।"
पर यह दिखावा ही प्रमाण है
कि भीतर वह स्वयं भी जानता है
कि वह वास्तव में कुछ नहीं जानता।
उसने परीक्षाएँ पास की हैं, प्रमाणपत्र इकट्ठे किए हैं, परंतु "जानने" का न परीक्षाओं से कोई संबंध है, न प्रमाणपत्रों से।
जानना जीवन से जुड़ा है – जीकर, अनुभव करके, जानना जीवन से होता है, परीक्षा से नहीं। परीक्षा केवल यह दिखाती है, कि तुम्हारी स्मरण–शक्ति अच्छी है।
तुम वही कर सकते हो
जो एक कम्प्यूटर कर सकता है।
पर बुद्धि इससे नहीं मिलती।
बुद्धिमत्ता एक और ही बात है कृ
वह न कॉलेजों में मिलती है,
न विद्यालयों में, न विश्वविद्यालयों में।
उसकी एक ही विश्वविद्यालय है –
यह समूचा अस्तित्व।
यहीं जीते हुए, गिरते–पड़ते,
दुख–सुख से गुजरते हुए,
कष्टों और प्रकाश में जलते हुए
मनुष्य धीरे–धीरे परिष्कृत होता है,
परिपक्व होता है,
अंतर से प्रकाशमान हो उठता है।

– ओशो

खताओ उपनिषद, भाग 6 ,

प्राणो की ऊर्जा फैली है जीवन में

प्राणों की जो ऊर्जा फैली हुई है जीवन की, वह सिकुड़ती है, वापस लौटती है अपने केंद्र पर। नई यात्रा के लिए फिर बीज बनती है, फिर अणु बनती है। यह जो सिकुड़ाव है, इसी सिकुडाव से, इसी संकुचन से पता चलता है कि मरा! मैं मरा! क्योंकि जिसे मैं जीवन समझता था, वह जा रहा है, सब छूट रहा है। हाथकृपैर शिथिल होने लगे, श्वास खोने लगी, आंखों ने देखना बंद कर दिया, कानों ने सुनना बंद कर दिया। ये सारी इंद्रियां, यह सारा शरीर तो किसी ऊर्जा के साथ संयुक्त होने के कारण जीवंत था। ऊर्जा वापस लौटने लगी है। देह तो मुर्दा है, वह फिर मुर्दा रह गई। घर का मालिक घर छोड़ने की तैयारी करने लगा, घर उदास हो गया, निर्जन हो गया। लगता है कि मरा मैं। मृत्यु के इस क्षण में पता चलता है कि जा रहा हूं? डूब रहा हूं? समाप्त हो रहा हूं।

और इस घबराहट के कारण कि मैं मर रहा हूं, इस चिंता और उदासी के कारण, इस पीड़ा, इस एंग्विश के कारण, यह एंग्झायटी कि मैं मर रहा हूं, समाप्त हो रहा हूं यह इतनी ज्यादा चिंता पैदा कर देती है मन में कि वह उस मृत्यु के अनुभव को भी जानने से वंचित रह जाता है। जानने के लिए चाहिए शांति। हो जाता है इतना अशात कि मृत्यु को जान नहीं पाता।

बहुत बार हम मर चुके हैं, अनंत बार, लेकिन हम अभी तक मृत्यु को जान नहीं पाए। क्योंकि हर बार जब मरने की घड़ी आई है, तब फिर हम इतने व्याकुल और बेचौन और परेशान हो गए हैं कि उस बेचौनी और परेशानी में कैसा जानना, कैसा ज्ञान? हर बार मौत आकर गुजर गई है हमारे आस पास से, लेकिन हम फिर भी अपरिचित रह गए हैं उससे. –– **ओशो**

उनका मन स्थिर नहीं, लगातार बदलता

अब तक तुम सोचते थे दूसरों को बदल दें। पत्नी सोचती थी, पति बदल जाए तो सब शांति होगी। पति सोचता था, पत्नी बदल जाए, तब सब शांति होगी। बेटा सोचता था बाप बदल जाए, बाप सोचता था बेटा बदल जाए। अभी तक का तर्क यह था कि सारी दुनिया बदल जाए तो हम शांत होंगे। और यह होनेवाला नहींय इसलिए तुम शांत होने के लिए कोई उपाय ही न पाते थे।
अब सारा तर्क यह होगा, कि अब मुझ को ही को बदलना है। किसी को बदलने का सवाल नहीं। संसार को नहीं बदलना है, स्वयं को बदलना है।
जिसे ऐसा दिखाई पड़ गया, वह मंदिर के बिलकुल द्वार पर खड़ा हो गया। भाग सकता है मंदिर के द्वार से। क्योंकि पुरानी दुनिया ज्यादा राहतपूर्ण मालूम होती थी। दूसरे को दोष दे लेते थे। चित्त को राहत मिल जाती थी।
अब यह बड़ी पीड़ा मालूम होगी। पीड़ा सघन होगी। हम ही दुख हैं, इसे झेलना मुश्किल होगा। लेकिन अगर तुम झेल गए तो इसी झेलने से क्रांति पैदा होती है। जब तुम देख लेते हो, मैं ही कारण हूं। तो अब तुम्हारे हाथ में है। दुखी होना हो, तो जैसे हो वैसे ही बने रहो। दुखी न होना हो, रूपांतरित हो जाओ। और दुनिया में कोई किसी दूसरे को नहीं बदल सकता, सिर्फ स्वयं को बदल सकता है। एक ही बदलाहट संभव है, वह तुम्हारी अपनी। किसी दूसरे को बदलने का कोई भी उपाय नहीं है। जितने जल्दी तुम समझ लो उतना अच्छा, कि कोई किसी को कभी नहीं बदल पाया है। ज्यादा से ज्यादा कोई अपने को बदल लेता है। लेकिन अपने को बदलते ही सारी दुनिया बदल जाती है। तब एक नया जन्म होता है तुम्हारा। और जैसे कल तक तुम पीड़ा के घाव थे, अब तुम भीतर एक आनंद के नृत्य हो जाते हो। और अब एक दूसरी यात्रा शुरू होती है कि हर कोई कारण बन जाता है तुम्हारे आनंद के बहने के लिए।
एक बच्चा मुस्कुराता हुआ निकल जाता है और तुम अपूर्व पुलक से भर जाते हो। एक फूल खिलता है और तुम्हारे भीतर कुछ नाचने लगता है। आकाश में तारे उगते हैं और तुम मग्न हो जाते हो। कोई वीणा बजाता है और तुम्हारे भीतर के तार छिड़ जाते हैं। झरने में कलकल का नाद होता है और तुम्हारा ह्रदय आकंठ भर जाता है किसी अपूर्व आनंद से। अब सब तरफ आनंद के कारण मिलने लगते हैं। जैसे कल सब तरफ दुख के कारण मिलते थे, अब सब तरफ आनंद के कारण मिलने लगते हैं।

.... ओशो

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान
आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक
CITY MEERUT CLASSIFIED
rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

OBITUARY
प्रियजनों को श्रद्धांजलि देने का एक सादगीपूर्ण माध्यम,
हम आपकी भावनाओं को शब्दों में प्रकाशित करते है।

सद्भावना वैलनेस

स्वास्थ्य जीवन का संतुलन ही खुशहाल जीवन का आधार है।
आज स्वस्थ रहें, कल समृद्ध बनें-स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा धन है।।

जीवन भर स्वस्थ रहने के लिए क्या खाएं, क्या ना खाएं?

• **क्या खाएं?** सादा, प्राकृतिक भोजन

▫ **सुबह उठकर :** 1 लीटर गुनगुना पानी, नींबू मिलाकर पिएं और हल्की वॉक करें। (यदि पेट में गैस बनती है, या अपच या कब्ज है तो साथ में एक चम्मच खाना सोडा भी लें) इसके एक घंटे बाद एसीडिटी क्लींज के अंतर्गत 250 मिली. (1बड़ा गिलास) ग्रीन वेजिटेबल जूस पीए। (गैस, कब्ज के शिकार व्यक्ति शाम को भी ग्रीन वेजिटेबल जूस पिएं)

▫ **नाश्ता :** विभिन्न फलों का सेवन के साथ पोहा, दलिया, इडली जैसे सुपाच्य व्यंजन भी ले सकते हैं। दोपहर भोजन (2 बजे से पहले) एक प्लेट सलाद (खीरा, गाजर, मूली, टमाटर, चुकंदर आदि) पहले खाएं। भोजन में दाल, हरी पत्तेदार सब्जियां, हरी चटनी, प्याज, लहसुन 2 रोटी शामिल करें। भोजन के बाद एक गिलास छाछ लें। शाम का भोजन (सूर्यास्त से पहले) : दोपहर भोजन के समान रखें, लेकिन दही और खट्टे पदार्थ न लें।

▫ **तेल और घी:** रिफाइंड की जगह सरसों, तिल, मूंगफली का तेल या देसी गाय का शुद्ध घी (कम मात्रा में) उपयोग करें।

▫ **मीठा विकल्प :** चीनी की बजाय देशी खांड, शक्कर या बिना केमिकल का गुड़ लें। नमकः केवल सेंधा नमक का उपयोग करें।

• **क्या न खाएं?**

तले-भुने, फास्ट फूड और पैकेज्ड फूड से बचें। पूरी, कचौड़ी, समोसा, बर्गर, पिज्जा, मोमोज, नूडल्स आदि न खाएं।

▫ दूध और दूध से बनी चीजें, बेकरी प्रोडक्ट्स से दूर रहें।

▫ Preservative mix और केमिकल युक्त प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ न लें।

▫ उड़द दाल और अधिक कार्ब युक्त सब्जियां (जैसे आलू, अरबी) न खाएं या बहुत कम मात्रा में लें।

▫ रिफाइंड तेल और सफेद चीनी खाना छोड़ दें।

• **इसके अद्भुत लाभ!**

▫ इम्युनिटी चमत्कारिक रूप से बढ़ेगी।

▫ ऊर्जा स्तर में जबरदस्त वृद्धि होगी।

▫ चेहरे की आभा और त्वचा की चमक अप्रत्याशित रूप से निखरेगी।

▫ स्वस्थ जीवनशैली से गंभीर बीमारियों से बचाव संभव।

• **स्वास्थ्य की ओर कदम :** इसे आजमा कर देखें! क्लींजिंग थेरेपी अपनाकर आप अपने जीवन का भरपूर आनंद ले सकते हैं। साथ ही, महंगी दवाओं और उनके रासायनिक दुष्प्रभावों से भी बच सकते हैं।

▫ हृदय, लिवर, किडनी, रक्त और पुरानी, क्रोनिक बीमारियों की रोकथाम हेतु संपर्क करें!

''स्वास्थ्य भी, धन भी, खुशियां भी!
खाओ पियो मस्त रहो!''

आपका शुभेच्छु – डॉ. यशपाल गुप्ता (सम्पर्क – 8800695356,8595659995)
विशेषज्ञः क्लींजिग थेरेपी चेयरमैन, हॉलिस्टिक जीवनधारा फाउंडेशन

घर पर बनाएं 'आंवला कांजी' – सेहत का स्वादिष्ट राज

खाया-पिया सब हजम हो जाए,
जब घर पर बनाएं आंवला कांजी!
सर्दियों में यह न सिर्फ स्वाद बढ़ाती है,
बल्कि पाचन भी दुरुस्त रखती है।

सामग्रीः– नमक – स्वाद अनुसार
आंवला– 500 ग्राम, कच्ची हल्दी – 250 ग्राम
पीली सरसों– 2 बड़े चम्मच, तुलसी के पत्ते 5–6
पुदीना के पत्ते 4–5, हरी मिर्च – 5 से 6 मिर्च
अजवायन– 2 चमच,1 बड़ी गाजर, 1 चुकंदर

विधिः

1. सबसे पहले आंवले को धोकर छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें।
2. कच्ची हल्दी को छीलकर पतले टुकड़ों में काट लें।
3. सरसों को हल्का दरदरा पीस लें।
4. अब एक काँच के जार में सबसे पहले कटे हुए आंवले और हल्दी डालें। गाजर चुकंदर सब डाल दे तुलसी पुदीना
5. फिर डालें हरी मिर्च, पीसी हुई सरसों और स्वादानुसार नमक।
6. इसके बाद जार को साफ पानी से भर दें
7. ऊपर से सूती कपड़ा बाँधकर जार को 2–3 दिन के लिए धूप में या किसी गर्म जगह पर रख दें।

बस! 2–3 दिन में आपकी आंवला कांजी तैयार हो जाएगी – हल्की खट्टी, हल्दी की खुशबू और सरसों का स्वाद लिए हुए।

इसे रोजाना एक कफ पिएं कृ सेहत भी निखरेगी और स्वाद भी बढ़ेगा

डाइजेशन ठीक होगा गुड बैक्टीरिया बढ़ेगा तो विटामिन ई–12 बढ़ेगा और आपको न्यूरो अच्छे से कार्य करेगी।

वैध सुरेश कुमार
मो. 7060404073

धरती की सबसे शक्तिशाली प्राचीन औषधि- तुलसी

तुलसीः– धरती की सबसे शक्तिशाली लेकिन उपेक्षित प्राचीन औषधि' तुलसी वह जड़ी–बूटी है जिसे आयुर्वेद ने जारों वर्षों पहले "तुलना रहित" कहा था, लेकिन आज भी बहुत से लोग इसकी वास्तविक शक्ति को नहीं पहचानते।

यह क्या करती है?

• तनाव और चिंता को कम करती है
• कॉर्टिसोल (तनाव हार्मोन) को घटाती है
• पाचन तंत्र की रक्षा करती है
• मस्तिष्क और आंतों के बीच संबंध को फिर से सक्रिय करती है
• नर्वस सिस्टम को रीसेट करती है

आजकल लोग अश्वगंधा के पीछे जा रहे हैं, तुलसी एक पूर्ण और संतुलित जड़ी–बूटी है, जो आपको सिर्फ शांत नहीं करती, बल्कि भीतर से पुर्नस्थापित करती है।

•प्राचीन आयुर्वेद में तुलसी का महत्व

करीब 3,000 साल पहले, आयुर्वेदिक वैद्यों

तुलसी का सुरक्षित उपयोग कैसे करें?

अगर आप तनाव, थकान या मानसिक पुनर्प्राप्ति के लिए तुलसी लेना चाहते हैंरू रूप (Form)– कैप्सूल या चाय खुराक (Dose)– 300–600mg प्रतिदिन समय (Timing)– सुबह या दोपहर अवधि (Duration)– कम से कम 10–14 दिन नियमित रूप से लें।

आइए एक तुलसी का पौधा आज ही अपने आंगन में लगाएं।

•प्राचीन आयुर्वेद में तुलसी का महत्व

करीब 3,000 साल पहले, आयुर्वेदिक वैद्यों ने तुलसी को "अतुलनीय" कहा था।

वे इसे स्पष्टता (clarity), मानसिक संतुलन, और शारीरिक पुनःस्थापन के लिए उपयोग करते थे। जब दुनिया को तनाव हार्मोन का नाम तक नहीं पता था। अब आधुनिक विज्ञान भी इसे स्वीकार करने लगा है।

तुलसी कैसे काम करती है?

तुलसी की विशेष बात ये है किः यह नींद की दवा जैसी नींद नहीं लाती, यह आपके मस्तिष्क और आंत के बीच संवाद को बेहतर करती है, वैगस नर्व (vagus nerve) के माध्यम से इसी कारण तुलसीः मूड, पाचन और मानसिक स्पष्टता – सभी को एक साथ सुधारती है

•तुलसी कैसे काम करती है– वैज्ञानिक दृष्टिकोण से

1. तनाव प्रबंधन– HPA Axis (हाइपोथैलेमिक–पिट्यूटरी–एड्रेनल सिस्टम) के माध्यम से कॉर्टिसोल को संतुलित करती है
2. पाचन सुरक्षा– आंतों की सूजन को कम कर पेट को मजबूत बनाती है
3. डिटॉक्स समर्थन–लिवर एंजाइम्स को सक्रिय करके तनाव से बने विषैले तत्वों को बाहर निकालती है
4. मस्तिष्क पर प्रभाव– न्यूरोइन्फलेमेशन (Neuroinflammation) कम करती है जो कि ब्रेन फॉग, थकान और मूड स्विंग्स से जुड़ा होता है

डोपामिन और GABA जैसे न्यूरोट्रांसमीटर को संतुलित करती है, जो मानसिक शांति, ध्यान और प्रेरणा के लिए जरूरी हैं

वैज्ञानिक शोध क्या कहते हैं?

क्लिनिकल स्टडीज के अनुसार तुलसी–
•चिंता और तनाव को घटाती है।
•सुबह कॉर्टिसोल लेवल को कम करती है।
•मानसिक क्षमता (कॉग्निटिव फंक्शन) को बेहतर करती है।
•नींद की गुणवत्ता में सुधार करती है। एक स्टडी में तो 39ः तक तनाव लक्षणों में कमी देखी गई।

क्या आप तुलसी से लाभ ले सकते हैं?

अगर आपको अक्सर ऐसा महसूस होता है–

•बिना कारण चिंता तनाव तो है पर शरीर खाने के बाद मानसिक थकावट थका हुआ
• रात को तो अलर्ट रहते हैं, पर दिन में फोकस नहीं कर पाते, तो तुलसी आपके लिए फायदेमंद हो सकती है।

व्यक्तिगत अनुभव

मैंने खुद तुलसी का उपयोग उन मरीजों पर किया है जो लंबे समय तक बर्नआउट से जूझ रहा थे।

• नींद गायब • एकाग्रता शून्य
• तनाव चरम पर
• सिर्फ 2 हफ्तों में–गहरी नींद आने लगी
• अनहेल्दी चीजों की क्रेविंग बंद मन शांत लेकिन शरीर सुस्त नहीं रहेगा।

तुलसी का सुरक्षित उपयोग कैसे करें?

अगर आप तनाव, थकान या मानसिक पुनर्प्राप्ति के लिए तुलसी लेना चाहते हैंरू रूप (Form)– कैप्सूल या चाय खुराक (Dose)– 300–600 mg प्रतिदिन समय (Timing)– सुबह या दोपहर अवधि (Duration)– कम से कम 10–14 दिन नियमित रूप से लें।

आइए एक तुलसी का पौधा आज ही अपने आंगन में लगाएं।

465 Days with HFN Story

RR GROUP | Estd. 1979 | FRIZZON TRAVEL | EVENTS | FILMS | SADBHAVNA SAMITI (BFC) Our work for every citizen | आर.आर. पाक्षिक बुलेटिन | साप्ताहिक अखबार श्रम शिखर डी.ए.वी.पी. से मान्यता प्राप्त
@Sadbhavna Waves | Shram Shikhar | RR Advertising Services
SUBSCRIBE LIKE & SHARE देखियें, जुड़ियें- अपने कार्यक्रम रिकार्ड करके भेजें

सद्भावना शिक्षा

स्कूल/शिक्षा, कॉलेज, कोचिंग

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक | सद्भावना समिति (पंजी.) स्कूल/कॉलिज | मेरठ राइजिंग

स्कूलों से संबन्धित विभिन्न कार्यक्रम यहाँ प्रकाशित किये जाते है। स्कूलों से निवेदन है अपने स्कूल की विशेषताएं और कार्यक्रम की विडियों अपने मोबाइल से बनाकर हमें अपना नाम, पता, कक्षा, और अपने स्कूल का नाम आदि के साथ हमें भेजे। इन्हें डिजिटल प्लेटफार्म पर प्रसारित किया जा सकता है, और बच्चों एवं अभिभावको को भी अभियान से परिचित कराएं।

मौका है, अवसर है– छात्र एवं अभिभावक

विषय:– वरिष्ठ छात्र रूप में अपने विद्यालय में क्या विकास करना चाहते है? कैसे करेगें? – पुरातन छात्र संवाद/स्पोटर्स संवाद कराने का अवसर मिलें तो अपने टैलेन्ट का प्रयोग करते हुये यह कार्य कैसे करेंगे।

भविष्य की तैयारी और अनुभव

बच्चों के सोचने, दुनिया को देखने और राय देने का तरीका, आशाओं, सपनों और भविष्य को लेकर उनके ``विजन'' को सुनने/सहभागिता उनके अधिकारो को बढावा देने के लिए अपने मोबाइल से उनका वीडियों बनायें। अभिभावक, बच्चें और स्कूल के अनुभव, मोबाइल से वीडियों बनाकर शेयर करें।

परमहंस रामकृष्ण, माँ शारदा देवी एवं स्वामी विवेकानन्द का रूप बनायें, और उनके उदेदश्य आज के परिवेश में महत्व पर अपने विचारो का विडियों बनाकर भेजें

www.sadbavnasamiti.in | Sadbhavna Waves | 9219660359

आर.आर. बुलेटिन पाक्षिक सुलेख

लिखें मन की बात, देखेंगी दुनिया

लिखावट आपको दिशा देती है, मन की बात सुलेख करें।
आर.आर. बुलेटिन अखबार में जगह मिलेगी। साथ ही प्रशस्ति-पत्र भी मिलेगा

नाम..उम्र.......... पिता का नाम................
मोबाइल न.............................पता...
स्कूल का नाम.................................... विषय......................................

यह करना आवश्यक होगा

1. आपको किसी भी विषय पर साफ-सुथरे अक्षरों में खाली हिस्से पर लिखना है।
2. लिखने के बाद इस हिस्से को हमारे पते पर भेज दें या फोटो खींचकर व्हाट्सऐप करे दें।

अपने लेख हमें सोमवार तक भेज दें

ध्यान योग्य मुख्य बातें

1. हाथ से ही लिखें। हम इसकी जांच कर सकते है।
2. सामान्य नीले या काले पेन का उपयोग करें।
3. फोटो क्वालिटी अच्छी होनी चाहिए।
4. खबर के साथ अपना नाम, मोबा. पता, जरूर लिखें।
5. इसमें कोई भी हिस्सा लें सकता है।
6. सुलेख पर आखिरी फैसला हमारे सम्पादकों का होगा।

इस कटिंग की फोटो लेकर निम्न मोबाइल पर व्हाटसऐप कर दें। 9219660359, 9675834737

पोस्ट के माध्यम से भी इस पतें पर भेज सकते है आर.आर. बुलेटिन कार्यालय- श्रीकृष्ण भवन, 283, वैस्टर्न कचहरी रोड, मेरठ - 250001

आर.आर. बुलेटिन

आप भी आमन्त्रित है

सप्तरंग

मानवता के विकास हेतु जन-जन एवं छात्र-छात्राओं का विकास

सभी स्कूलों/अभिभावको से निवेदन है कि, छात्र-छात्राओं के स्वलिखित काव्य, लेख प्रकाशनार्थ भेजें। हम आपके द्वारा भेजें गये काव्य, लेख को अपने यूट्यूब चैनल सद्भावना वेव्स के माध्यम वीडियों के लिए भी आप आमन्त्रित करते है।

गुनगुन, जे.पी. एकेडमी (कक्षा-3) — आर.आर. बुलेटिन टीम

जन-जन के लिए अवसर

रखें ख्याल, अपने दांतो का

- दिन में दो बार ब्रश करें, सोने से पूर्व एवं उठने पर । • पानी पीते रहें।
- कुछ भी खाने के बाद कुल्ला अवश्य करें। • समय-समय पर डॉक्टर से जांच करवायें।
- दांतो से स्वास्थ्य प्रभावित होता है। प्रत्येक बृहस्पतिवार को फोन पर पूर्व निर्धारित समय पर मिलें। • 2025 में प्रभावित है।
- छात्र/छात्राओं एंव अध्यापकों को फीस में 75 प्रतिशत की छूट ।
- अभिभावक परिवारजन को फीस में 50 प्रतिशत की छूट।
- सभी छूट आर.आर. बुलेटिन में प्रकाशित विज्ञापन या विद्यालय के आईडी कार्ड पर

(आधार कार्ड या स्कूल का आईडी कार्ड की फोटो कॉपी साथ लेकर आयें)

सद्भावना वैलनेस की ओर से ऑफर ....

डॉ. विवेक मित्तल बी.डी.एस., एस. आई. एम. एस.
शकुन डेन्टल हैल्थ क्लीनिक समय पूर्व निर्धारित के लिए मो. 9997153212
615, ज्वालापुरी, नाला रोड़, माधवपुरम क्रांसिग हनुमान मंदिर, दिल्ली रोड़, मेरठ

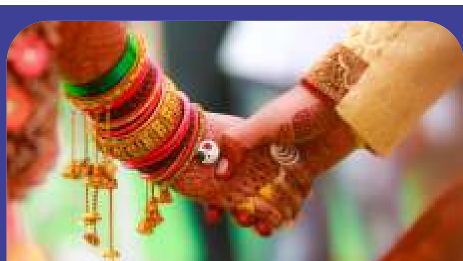
डॉ. नीरजा सिंह Dental Surgeon, Ex President I.D.A. Meerut
डेन्टल केयर सैन्टर समय पूर्व निर्धारित के लिए मो. 8899293720
जिला सहाकरी बैंक के बराबर में, वैस्टर्न कचहरी रोड़, मेरठ

नोटः अपने दांतो का महत्व उपयोग अनुभव पर लेख लिखें । गुणवत्ता के आधार पर सभी को पुरस्कृत किया जायेगा। www.sadbhavnasamitimeerut@gmail.com

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान

आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक — CITY MEERUT CLASSIFIED

rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in



MATROMONIAL

वैवाहिक परिचयः- वैवाहिक विज्ञापन में कार्य समूह और यह जन्मपत्री के साथ विज्ञानिक दृष्टि से महत्वपूर्ण मिलान है

वरिष्ठ नागरिक सद्भावना फोरम

हमारे बुज़ुर्ग- हमारी सम्पदा (मार्ग-दर्शक हमारे वरिष्ठ नागरिक)

हमारे बुज़ुर्ग-हमारी सम्पदा (मार्ग -दर्शक हमारे वरिष्ठ नागरिक)

वरिष्ठ नागरिक परिचय पुष्प है जिसकी सुगंध से समाज को उनके अनुभवों द्वारा लाभन्वित किया जा सकता हैं। क्योकि प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक एक स्वयं संस्थान है। जिसके द्वारा युवा पीढ़ी मार्गदर्शन प्राप्त कर विकास के पथ पर अग्रसर होगी। वरिष्ठ नागरिक फोरम सद्भावनाा समिति मेरठ का मिशन है। कि मेरठ के सभी वरिष्ठ नागरिकों की रचनात्मकता का सदुपयोग हो इसके लिए प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक का परिचय पत्र बनायें जायेगा तथा प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक को आर.आर. बुलेटिन समाचार पत्र (सा.) की वर्षिक सदस्यता प्रदान की जायेगी।जिससे वे अपने अनुभव, रचनाएं (कविता, कहानी, लेख आदि) आर आर बुलेटिन में प्रकाशन हेतू भेज सके।

कितनी खूबसूरत है जिंदगी

गुलज़ार साहब ने कितनी खूबसूरती से बता
दिया कि जिंदगी क्या है।
कभी तानों में कटेगी, कभी तारीफों में
ये जिंदगी है यारों, पल पल घटेगी !!
पाने को कुछ नहीं, ले जाने को कुछ नहींय
फिर भी क्यों चिंता करते हो,
इससे सिर्फ खूबसूरती घटेगी,
ये जिंदगी है यारों पल-पल घटेगी!
बार बार रफू करता रहता हूँ,
जिन्दगी की जेब !!
कम्बखत फिर भी, निकल जाते हैं...,
खुशियों के कुछ लम्हें !!
जिन्दगी में सारा झगड़ा ही...
ख्वाहिशों का है !!
ना तो किसी को गम चाहिए,
ना ही किसी को कम चाहिए !!
खटखटाते रहिए दरवाजा...,
एक दूसरे के मन काय मुलाकातें ना सही,
आहटें आती रहनी चाहिए !!
उड़ जाएंगे एक दिन, तस्वीर से रंगों की तरह !
हम वक्त की टहनी पर...
बेठे हैं परिंदों की तरह !!

.... गुलजार साहब

मोह क्या है ??

मोह क्या है ??
कौनसी चीज तुम्हें रुलाती है, वही तुम्हारा मोह हैं। कौन सी चीज के खो जाने से तुम अभाव अनुभव करते हों
वही तुम्हारा मोह हैं। सोचना, कौन सी चीज खो जाए कि तुम एकदम दीन दीन हो जाओगे वह तुम्हारे मोह का बिंदु हैं और, इसके पहले कि वह खोए,
तुम उस पर से अपनी पकड़ छोड़ना, क्योंकि वह खोएगी। इस संसार में कोई भी चीज स्थिर नहीं है। न मित्रता न प्रेम कोई भी चीज स्थिर नहीं हैं। यहां सब बदलता हुआ हैं। संसार का स्वभाव प्रतिक्षण परिवर्तन हैं। यह एक बहाव है नदी की तरह बह रहा हैं। यहां कुछ भी ठहरा हुआ नहीं। तुम लाख उपाय करो, तो भी कुछ ठहरा हुआ नहीं हो सकता। तुम्हारे उपाय के कारण ही तुम परेशान हो। जो सदा चल रहा हैं, उसको तुम ठहरना चाहते हो, जो बह रहा हैं, उसे तुम रोकना चाहते हो, जमाना चाहते हो वह जमनेवाला नहीं हैं। वह उसका स्वभाव नहीं है। परिवर्तन संसार हैं

......स्वामी जीतू।

हमारे साथ जुड़ने के लिए दिये गयें पर जायें https://forms.gle/eZ24Sg3Xh64nuRKZ6

सदभावना वरिष्ठ नागरिक फोरम

दादा-दादी, नाना-नानी प्रेरक अभियान

परिवार के विकास में बड़ो/अग्रजो का योगदान है इसमें वरिष्ठजन अपना अनुभव, संदेश परिचय के साथ यूट्यूब पर प्रसारित करने के लिए आमंत्रित है। आपका प्रयास भविष्य के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभायेगा।

हमारे साथ जुड़ने के लिए दिये गयें पर जायें https://forms.gle/AMDzm7bokGXPtMPF6

इच्छाओं और जरूरतों का समाधान
आर.आर. RR बुलेटिन पाक्षिक CITY MEERUT CLASSIFIED
rrbulletin@gmail.com | www.rradvertisingmeerut.com | www.shramshikhar.in | sadbhavnasamiti.in

MATROMONIAL
वैवाहिक परिचय:- वैवाहिक विज्ञापन में कार्य समूह और यह जन्मपत्री के साथ विज्ञानिक दृष्टि से महत्वपूर्ण मिलान है