हिन्दी पाक्षिक

सेमन्या कण्वघाटी

RNI No.: UTTHIN/2013/54659

वर्ष-12 अंक-11 हरिद्वार, मंगलवार,15 अप्रैल, 2025 मूल्य-दो रूपया मात्र पृष्ठ-8

संविधान निर्माता डॉ.अंबेडकर की 135वीं जयंती पर हरिद्वार में किया गया सम्मानित

हरिद्वार । मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी को उत्तराखंड में समान नागरिक संहिता (UCC) लागू करने के लिए डॉ. बी.आर. अंबेडकर महामंच द्वारा हरिद्वार में आयोजित कार्यक्रम में सम्मानित किया गया। संविधान निर्माता डॉ. भीमराव अंबेडकर की 135वीं जयंती पर हरिद्वार में बी.एच.ई.एल मैदान में यह कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें कि चिलचिलाती धूप में बडी संख्या में स्थानीय जनता की जोशपूर्ण मौजूदगी रही।

सीएम पुष्कर सिंह धामी ने सम्मान के लिए आभार जताते हुए कहा कि इतनी बडी संख्या में उमडी जनता से जाहिर है कि जनता ने इस साहसिक फैसले पर अपना भरोसा जता दिया है। उन्होंने कहा कि यह सम्मान सिर्फ एक व्यक्ति को नहीं, बल्कि उस विचारधारा को था जिसने वर्षों से भारतीय समाज में न्याय और समानता की आवाज़ बुलंद की है। अपने संबोधन में मुख्यमंत्री धामी ने बाबा साहेब को एक युगदृष्टा बताया। उन्होंने कहा कि डॉ. अंबेडकर इस बात में विश्वास रखते थे कि जब तक देश के प्रत्येक नागरिक को समान अधिकार प्राप्त नहीं होते, तब तक समाज में सच्ची समानता संभव नहीं है। यही सोच थी, जिसने उन्हें समान नागरिक संहिता जैसी क्रांतिकारी अवधारणा को संविधान में स्थान देने के लिए प्रेरित किया। मुख्यमंत्री ने स्पष्ट किया कि उत्तराखंड सरकार ने सिर्फ एक कानून नहीं लागू किया, बल्कि सामाजिक न्याय और समानता की दिशा में एक बड़ा कदम उठाया है। मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि वर्षों तक बाबा साहेब की उपेक्षा की गई, उनके विचारों को हाशिए पर रखा गया, जबकि आज का भारत उनके सपनों को अपनाने की ओर अग्रसर है। यह नया भारत है — जो न सिर्फ अपनी विरासत को सम्मान देता है, बल्कि साहसिक निर्णय लेकर नए मानदंड भी स्थापित करता है।

सीएम ने कहा कि हरिद्वार में उमड़ी यह भीड़ केवल उपस्थित लोगों का जमावड़ा

नहीं है— यह एक जनआवाज़ है, जो कह रही है कि मुख्यमंत्री धामी के फैसलों पर जनता का भरोसा है और अब यह गूंज उत्तराखंड से निकलकर पूरे देश में सुनाई दे रही है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मार्गदर्शन और हमारी दृढ़ इच्छाशक्ति ने मिलकर यह ऐतिहासिक निर्णय संभव किया है।

उत्तराखंड आज एक बार फिर देश को दिशा दिखा रहा है — जहां समानता अब सिर्फ किताबों में नहीं, बल्कि कानून की शक्ल में ज़मीन पर उतर चुकी है। यह सिर्फ एक कानून लागू करने की बात नहीं, यह एक नए भारत की ओर बढ़ाया गया निर्णायक कदम है। मुख्यमंत्री धामी ने आने वाले पीढ़ी को अनुसूचित समाज का उद्धार करने वाले समाजसेवकों के जीवन चरित्र और इतिहास के साथ-साथ भारतीय संविधान के बारे में जानकारी देने के लिए हरिद्वार में बाबा साहब समरसता स्थल का निर्माण किए जाने। समाज कल्याण विभाग द्वारा संचालित की जाने वाली एससीपी/टीएसपी योजनाओं के अन्तर्गत अनुसूचित समाज की बाहुल्यता वाले क्षेत्रों में उत्तराखण्ड के दलित/अनुसूचित वर्ग/अनुसूचित जनजाति वर्ग के समाज सुधारकों के नाम पर बहुद्देशीय भवन बनाये जाने एवं अनुसूचित समाज के कल्याण संबंधी योजनाओं व अधिकारों के प्रति हमारी आने वाली पीढ़ी को जागरूक करने के उद्देश्य से विभिन्न स्कूलों और कॉलेजों में विशेष जन-जागरुकता कार्यक्रम अनुसूचित जाति आयोग के माध्यम से आयोजित किए जाने की घोषणा की। कार्यक्रम से पूर्व बीएचईएल मैदान से केंद्रीय विद्यालय परिसर तक आयोजित रैली में हजारों की संख्या में लोगों ने मुख्यमंत्री पर पुष्प वर्षा कर उनका आभार व्यक्त किया।

मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने डॉ बी.आर अम्बेडकर को नमन करते हुए कहा कि डॉ बी.आर अम्बेडकर ने हमारे समाज को समानता, समरसता और न्याय का मार्ग दिखाया। आज भी बाबा साहेब हमारी सामूहिक चेतना का अभिन्न हिस्सा हैं। उनका संपूर्ण जीवन ही हमारे लिए एक संदेश है। उन्होंने गुलाम भारत में जन्म लेकर अपने ज्ञान और संकल्प से स्वयं के साथ करोड़ों लोगों के जीवन को भी बलदने का काम किया है। उन्होंने अन्य लोगों को न्याय की राह दिखाई। उन्होंने कहा समाज के वंचित वर्ग को मुख्य धारा में लाने के लिए बाबा साहेब का संघर्ष हम सभी के लिए प्रेरणा है।

मुख्यमंत्री ने कहा भारतीय संविधान के निर्माण में बाबा साहेब के योगदान के लिए हर देशवासी सदैव उनका आभारी रहेगा। उन्होंने संविधान की प्रस्तावना में न्याय, स्वतंत्रता, समानता भारतीय गणराज्य के मूल स्तंभ को रखा। बाबा साहब ने ऐसे भारत की परिकल्पना की जिसमें सभी वर्गों को समान अधिकार, समान अवसर और समान गरिमा प्राप्त हो। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में राज्य सरकार ने आजादी के बाद उत्तराखंड में सबसे पहले समान नागरिक संहिता लागू कर बाबा साहेब के सपनों के भारत के निर्माण की दिशा में ऐतिहासिक कदम उठाया है और उन्हें सच्ची श्रद्धांजलि अर्पित की है।

मुख्यमंत्री ने कहा बाबा साहेब भीमराव अंबेडकर जी ने संविधान निर्माता के रूप में समान नागरिक संहिता को संविधान के अनुच्छेद 44 के तहत राज्य के नीति निदेशक सिद्धांतों में सम्मिलित किया था। वो भली भांति जानते थे कि भारत और भारतीय समाज के लिए समान नागरिक संहिता बेहद आवश्यक है। उन्होंने समान नागरिक संहिता को कानूनी, सामाजिक आवश्यकता के साथ नैतिक आवश्यकता भी माना। बाबा साहेब ने हमेशा सभी जाति, धर्म के लोगों के लिए एक समान कानून की बात को प्राथमिकता दी थी। मुख्यमंत्री ने कहा समान नागरिक संहिता का उद्देश्य समाज में समुदायों के लिए अलग-अलग व्यक्तिगत कानूनों के कारण भेदभाव, असमानता और अन्याय की स्थिति खत्म करना है। मुख्यमंत्री ने कहा कि बाबा साहब ने हमेशा समाज की प्रगति में महिलाओं की भागीदारी पर जोर दिया। उन्होंने कहा राज्य में यूसीसी लागू होने के बाद महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में नए युग की शुरुआत हुई है। उन्होंने कहा यूसीसी के माध्यम से उत्तराखंड की मुस्लिम बहन-बेटियों को इद्दत, बहुविवाह, बाल विवाह और तीन तलाक जैसी कुरीतियों से मुक्ति मिली है। अब किसी भी महिला को उत्तराधिकार या संपत्ति के अधिकार में भेदभाव का सामना नहीं करना पड़ेगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी की नीतियों और कार्यशैली में बाबा साहब के विचार दिखाई देते हैं। बाबा साहेब की जयंती पर राष्ट्रीय अवकाश घोषित कर प्रधानमंत्री ने उन्हें सच्ची श्रद्धांजलि अर्पित की है। सरकार द्वारा बाबा साहेब की स्मृतियों से जुड़े प्रमुख स्थलों को राष्ट्र चेतना के पंच तीर्थ के रूप में विकसित किया जा रहा है। उन्होंने कहा आज़ादी के बाद पहली बार प्रधानमंत्री श्री मोदी ने ही सच्चे मन से दलितों और वंचितों के उत्थान के साथ उन्हें समाज की मुख्यधारा में जोड़ने का कार्य किया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार ने अनुसूचित वर्ग के कल्याण हेतु आम बजट में वृद्धि की है। आर्थिक, शैक्षणिक और सामाजिक स्थिति को मजबूत करने के लिए कई महत्वपूर्ण निर्णय लिए गए हैं। दलित उत्पीड़न कानून 1989 को केंद्र सरकार ने संशोधित कर और सख्त बनाया है। स्टैंडअप इंडिया योजना, प्रधानमंत्री आवास योजना, उज्ज्वला योजना, हर घर नल से जल, आयुष्मान भारत जैसी अनेकों योजनाओं में भी गरीबों, शोषितों, वंचितों, आदिवासियों और दलितों को प्राथमिकता देते हुए उनका समग्र विकास सुनिश्चित किया जा रहा है।

लोगों ने पुष्प वर्षा कर सीएम का किया स्वागत

हरिद्वार । कार्यक्रम से पूर्व बीएचईएल मैदान से केंद्रीय विद्यालय परिसर तक आयोजित रैली में हजारों की संख्या में लोगों ने मुख्यमंत्री पर पुष्प वर्षा कर उनका आभार व्यक्त किया। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने डॉ बी.आर अम्बेडकर को नमन करते हुए कहा कि डॉ बी.आर अम्बेडकर ने हमारे समाज को समानता, समरसता और न्याय का मार्ग दिखाया। आज भी बाबा साहेब हमारी सामूहिक चेतना का अभिन्न हिस्सा हैं। उनका संपूर्ण जीवन ही हमारे लिए एक संदेश है।

उन्होंने गुलाम भारत में जन्म लेकर अपने ज्ञान और संकल्प से स्वयं के साथ करोड़ों लोगों के जीवन को भी बलदने का काम किया है। उन्होंने अन्य लोगों को न्याय की राह दिखाई।

उन्होंने कहा समाज के वंचित वर्ग को मुख्य धारा में लाने के लिए बाबा साहेब का संघर्ष हम सभी के लिए प्रेरणा है। मुख्यमंत्री ने कहा भारतीय संविधान के निर्माण में बाबा साहेब के योगदान के लिए हर देशवासी सदैव उनका आभारी रहेगा। उन्होंने संविधान की प्रस्तावना में न्याय, स्वतंत्रता, समानता भारतीय गणराज्य के मूल स्तंभ को रखा। बाबा साहब ने ऐसे भारत की परिकल्पना की जिसमें सभी वर्गों को समान अधिकार, समान अवसर और समान गरिमा प्राप्त हो। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में राज्य सरकार ने आजादी के बाद उत्तराखंड में सबसे पहले समान नागरिक संहिता लागू कर बाबा साहेब के सपनों के भारत के निर्माण की दिशा में ऐतिहासिक कदम उठाया है और उन्हें सच्ची श्रद्धांजलि अर्पित की है।

परिजनों की डांट से नाराज बच्चा नई दिल्ली से बरामद

हरिद्वार । श्यामपुर थाना पुलिस ने तेरह वर्षीय गुमशुदा बच्चे को मात्र छह घंटे के भीतर नई दिल्ली से सकुशल बरामद कर लिया। एक दिन पहले यह बच्चा परिजनों की डांट से नाराज होकर घर से निकल गया था। पुलिस ने बच्चे को चंद घंटों में ही खोजकर परिजनों के सुपुर्द कर दिया गया। पुलिस के अनुसार श्यामपुर थाना क्षेत्र के गाजीवाली गांव निवासी यशोदा देवी ने रविवार को शिकायत देकर बताया कि उनका 13 वर्षीय पुत्र गौरव रविवार दोपहर में घर से बिना बताए कहीं चला गया। पढ़ाई को लेकर डांट-फटकार के बाद गौरव नाराज़ होकर घर से चला गया था। गंभीरता को देखते हुए एसएसपी प्रमेंद्र सिंह डोबाल द्वारा तत्काल कार्रवाई के निर्देश दिए गए।

आर्य समाज में पढ़ने वाले बच्चे सौभाग्य शाली: कुलपति

हरिद्वार । उत्तराखंड संस्कृत विवि के कुलपति दिनेश चंद शास्त्री ने कहा कि आर्य समाज में पढ़ने वाले बच्चे सौभाग्य शाली हैं। महृषि दयानंद ने स्वालम्बन जीने का रास्ता दिखलाया है। यह बातें उन्होंने समापन अवसर पर कही। आर्य इंटर कालेज और आर्य कन्या इंटर कालेज बहादराबाद का वार्षिकोत्सव सोमवार को शांति पाठ के साथ संपन्न हुआ। रानीपुर विधायक आदेश चौहान ने कहा हिंदू समाज का अहित चाहने वाले के खिलाफ समाज को एकजुट होना पड़ेगा। उन्होंने कहा कि भारत वर्ष में 100 करोड़ से ज्यादा हिंदू है, जो भी हिंदुत्व की ओर गलत नजर से कार्य कर रहा है उसके खिलाफ एकजुट हो। इस दौरान कक्षा 6 से 12 कक्षा तक उत्कृष्ट कार्य करने वाले बच्चों को भी सम्मानित किया गया।

सम्पादकीय

ऐतिहासिक पहल

केंद्र सरकार ने एक महत्त्वपूर्ण फैसला के तहत एल्युमीनियम फॉयल सहित पांच चीनी वस्तुओं पर एंटी डंपिंग ड्यूटी लगाया है। बताया जा रहा है कि यह निर्णय घरेलू उद्योगों को चीन से सस्ते आयात के निगेटिव असर से बचाने के लिए की गई है। वाणिज्य मंत्रालय की जांच शाखा डीजीटीआर (व्यापार उपचार महानिदेशालय) की सिफारिश के आधार पर व्यापार कार्रवाई की गई है। डीजीटीआर डंपिंग और सब्सिडी जैसे मामलों की जांच करती है। दरअसल, एंटी-डंपिंग ड्यूटी आयातित वस्तुओं पर लगाए जाने वाले टैक्स हैं, जो उनके निर्यात मूल्य और उनके सामान्य मूल्य के बीच के अंतर की भरपाई के लिए लगाए जाते हैं, अगर डंपिंग के कारण आयात करने वाले देश में प्रतिस्पर्धी उत्पादों के उत्पादकों को नुकसान होता है। केंद्र सरकार के संज्ञान में यह बात लंबे अरसे से थी कि चीन भारत के घरेलू उद्योग को बर्बाद करने की साजिश में लगा हुआ है। आखिरकार सरकार को यह कदम उठाना पड़ा। स्वाभाविक तौर पर सरकार के इस फैसले से भारतीय उद्योगों को राहत मिलने की उम्मीद है। सरकार को भी यह भरोसा है कि ऐसी सख्ती से भारतीय उद्योगों को मदद मिलेगी। इससे वे चीन से आने वाले सस्ते आयात से मुकाबला कर पाएंगे। भारत ने पहले ही चीन सहित विभिन्न देशों से सस्ते आयात से निपटने के लिए कई उत्पादों पर डंपिंग रोधी शुल्क लगाया है। इन सब तथ्यों से इतना तो साफ होता है कि चीन की नीयत में खोट है। वह भारत से मिलने वाली तमाम रियायतों और सुविधाओं को दरकिनार कर उसी का नुकसान पहुंचाने की जुगत में लगी रहती है। हो सकता है इस कदम के बाद चीन इस बात की संवेदनशीलता को समझेगा। ऐसे भी भारत के बाजार पर चीन के सामानों की बहुतायत है। कोई भी त्योहार मसलन दीपावली हो या होली; चीन किफायती कीमत के उत्पाद भारत में भेजता है। उसके इस कदम से भारत में काम कर रहीं कंपनियों की सेहत पर काफी बुरा प्रभाव पड़ता है। निश्चित तौर पर केंद्र की नरेन्द्र मोदी सरकार के फैसले की सराहना की जानी चाहिए। घरेलू उद्योगों को जीवनदान देने के लिए यह एहतियाती कदम उठाना लाजिमी था। इस बात में कोई शक नहीं कि चीन सिर्फ अपना फायदा देखता है। उसके शब्दकोष में न तो संवेदना की जगह है और न नैतिकता की। इस नाते मोदी सरकार की यह पहल ऐतिहासिक मानी जाएगी।

दतिया, जहां विराजमान हैं देवी पीताम्बरा

मध्य प्रदेश में स्थित दतिया शहर का महत्व सम्पूर्ण भारत वर्ष की आध्यात्म की विरासत में अद्भुत व अतुलनीय है। ब्रह्मास्त्र शक्ति की अधिष्ठात्री देवी माई पीताम्बरा का दरबार होने के कारण दतिया को पावन धाम का दर्जा प्राप्त है।महाभारत काल की स्मृतियों को अपने आंचल में समेटे दतिया धाम में माई पीताम्बरा के दर्शनों हेतु देश व विदेश से भक्तजनों की आवाजाही निरंतर लगी रहती है इस दरबार के प्रति उत्तराखण्डवासियों की भी गहरी आस्था है। देहरादून,हल्द्वानी, के अलावा दिल्ली,लखनऊ,मुंबई आदि महानगरों में प्रवास कर रहे पहाड़वासी समय समय पर दतिया पहुंचकर माई पीताम्बरा के दर्शन कर अपना जीवन धन्य करते है। भगवान श्री कृष्ण की आराध्या होने के कारण ये केशवस्तुता भी कही जाती है। अनेक प्राचीन वैदिक संहिताओं तथा धर्म ग्रन्थों में महाविद्या बगलामुखी देवी के स्वरूप, शक्ति व लीलाओं का अत्यन्त विषद वर्णन मिलता है। दश महाविद्याओं में भगवती बगलामुखी को पंचम शक्ति के रूप में प्रतिष्ठा प्राप्त है। भारतवर्ष के मध्य प्रदेश राज्य अन्तर्गत दतिया नगर में स्थित पीताम्बरा शक्ति पीठ, भगवती बगलामुखी देवी के प्रमुख शक्ति पीठों में से एक है। इसकी नींव वर्ष 1920 में तत्कालीन महान सन्त पूज्यपाद राष्ट्रगुरु अनन्त श्री स्वामी जी महाराज द्वारा लोक कल्याण के पावन संकल्प के साथ रखी गयी थी। यहीं से बगलामुखी देवी की साधना एवं पूजा-अर्चना पीताम्बरा स्वरूप में आरम्भ हुई और देखते ही देखते इस शक्तिपीठ की कीर्ति पूरे भारतवर्ष में फैल गयी और वर्तमान में तो माँ का यह प्रसिद्ध शक्तिपीठ दुनिया भर के समर्पित साधकों के लिए एक महातीर्थ के रूप में लोक प्रसिद्ध है। दतिया स्थित भगवती पीताम्बरा माई के इस शक्तिपीठ का पुरातन स्वरूप बड़ा ही आकर्षक, मनोहारी एवं परम शान्तिदायक था। नैसर्गिक वातावरण के बीच स्थित यह शक्तिपीठ तब चारों ओर से सघन वनों से घिरा हुआ था। आश्रम से लगे वन क्षेत्र में दिन के समय में भी अनेक वन्य जीव यत्र-तत्र निर्भय होकर विचरते रहते थे। ऐसे भी प्रसंग मिलते हैं जब हिंसक वन्य जीव आश्रम परिसर में आ कर शान्त भाव से घंटों बैठे रहते थे और महाराज के सानिध्य में मानो भक्ति का लाभ उठाते थे। हरे-भरे वृक्षों से आच्छादित आश्रम में नाना प्रकार के पक्षियों का मधुर कलरव यहां के दिव्य एवं मनोहारी वातावरण को और भी मोहक बना देता था। मन्द पवन के बीच रंग-बिरंगे फूलों पर मंडराते भंवरों की गुंजन समूचे वातावरण में संगीत का अनुभव कराती प्रतीत होती थी। आश्रम में दूर-दूर से आकर सन्त-महात्मा एवं साधकगण नित्य ही शोभा पाते थे और पूज्यपाद अनन्त श्री महाराज जी के स्नेह,सानिध्य एवं मार्गदर्शन में माँ भगवती पीताम्बरा देवी की कठोर व पवित्र साधना में रत रह कर अनेकानेक सिद्धियां अर्जित करते थे। सभी तरह की सिद्धियों में लोक कल्याण की पुनीत भावना सर्वोपरि रहती थी।आज भी शान्ति का यह स्वरुप यहां कायम है। महाभारत कालीन दंतवक्र के नाम पर दतिया का नाम जगत में प्रसिद्ध हुआ दंतवक्र राजा शिशुपाल के परम मित्रों में एक थे। पीठ में स्थित वनखंडेश्वर मंदिर अश्वत्थामा की तपोस्थली के रुप में प्रसिद्ध है। कहा जाता है माई पीताम्बरा के दरबार में स्थित इस देव दरबार में झूठी कसम खाना महाअनर्थ का सूचक माना जाता है। मध्यप्रदेश के प्रमुख नगर ग्वालियर से कुछ ही किमी. की दूरी पर उत्तरप्रदेश की सीमा पर स्थित दतिया मध्य प्रदेश के लोकप्रिय तीर्थस्थलों में से एक है। झांसी से यहां की दूरी पन्द्रह किलोमीटर है।इस मन्दिर के आसपास तीर्थ स्थलों की लम्बी श्रृंखला मौजूद है। यहां का किला भी अपनी पुरातन ऐतिहासिकता का प्रमाण देता है। **(रमाकांत पंत)**

व्रतधारियों पर मिलावट का क़हर

कल मिला वक्त तो सुलझाऊंगा जुल्फ़ें तेरी

निर्मल रानी

उत्तराखंड की राजधानी देहरादून में कुट्टू का मिलावटी व विषाक्त आटा इस्तेमाल करने के कारण 100 से अधिक लोग फूड पॉइज़निंग का शिकार हो गये। नवरात्रि के व्रत रखने वाले इन व्रत धारियों को अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा। जिस समय राजधानी देहरादून में यह विषाक्त आटा बेचा जा रहा था और लोग इसे ख़रीद रहे थे ठीक उसी समय मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी देहरादून,हरिद्वार,उधम सिंह नगर व नैनीताल ज़िलों में अनेक शहरों व क़स्बों के प्राचीन नाम बदलने में व्यस्त थे। इसे संयोग कहें या प्रयोग कि ईद के दिन जब मुसलमानों को कोई सौगात दिया जाना चाहिये था ठीक उसी दिन मुख्यमंत्री धामी मुग़ल काल या ब्रिटिशकाल में रखे गये या उर्दू फ़ारसी भाषा के नामों को बदलकर अपने %संस्कारित दूरगामी एजेंडे % को लागू कर रहे थे और उसी समय बड़े गर्व से नाम बदलने की अपनी इस क़वायद को जनभावनाओं के मद्देनज़र और भारतीय संस्कृति और विरासत के अनुरूप बता रहे थे। धामी ने ख़ान पुर,मुहम्मदपुर व नवाबी रोड जैसे नामों को भी बदल डाला। बहरहाल,कथित तौर पर जिन लोगों की भावनाओं के मद्देनज़र मुख्यमंत्री धामी नाम बदल रहे थे उसी समय वही उत्तराखंड निवासी देहरादून में सरे आम बिक रहा ज़हरीला कुट्टू का आटा खाने के लिये मजबूर थे। साफ़ है कि सरकार की प्राथमिकताओं में शुद्ध,स्वच्छ व पौष्टिक खाद्य सामग्री की बिक्री सुनिश्चित करना नहीं बल्कि नफ़रती एजेंडे को लागू करना था। इसी तरह हरियाणा के यमुनानगर,सढौरा व आसपास के कई गांव के सैकड़ों लोग कुट्टू का मिलावटी व विषाक्त आटा इस्तेमाल करने के कारण बीमार पड़ गये। राज्य के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का नाम भी ईद के पहले उस समय सुर्ख़ियों में आया जब उन्होंने ईद की छुट्टी को राजपत्रित अवकाश की सूची से हटाकर इसे प्रतिबंधित अवकाश के रूप में घोषित कर दिया। बहाना था वित्त वर्ष 2024-25 के समापन का समय ईद के दिन यानी 31 मार्च को पड़ना। उत्तराखंड की ही तरह हरियाणा में भी नवरात्रों जैसे पवित्र पर्व के दौरान धड़ल्ले से कुट्टू का मिलावटी व विषाक्त आटा बिक रहा था परन्तु यहाँ भी एजेंडा सरकार की प्राथमिकतायें चूँकि कुछ और हैं शायद इसलिये राज्य के लोगों को शुद्ध,स्वच्छ व पौष्टिक खाद्य सामग्री उपलब्ध नहीं हो सकी परिणामस्वरूप यहाँ भी सैकड़ों लोग फूड पॉइज़निंग का शिकार हो गये। उधर उत्तर प्रदेश सरकार ने भी नवरात्रों के दौरान अवैध बूचड़ख़ानों को बंद करने और धार्मिक स्थलों के 500 मीटर के दायरे में मांस की बिक्री पर प्रतिबंध लगाने का सख़्त आदेश जारी किया है। जबकि 6 अप्रैल 2025 को राम नवमी के दिन मांस बिक्री पर विशेष प्रतिबंध लागू होगा। इस दिन पशु वध और मांस की बिक्री दोनों पूरी तरह बंद रहेगी। इसतरह के फ़ैसले भी जनभावनाओं का हवाला देते हुये लिये जाते हैं। सवाल यह है कि जब सरकार इस तरह केफ़ैसलों से स्वयं को जन भावनाओं का पक्षधर दिखाने की कोशिश करती है तो क्या आम जनता को विशेषकर नवरात्रों का व्रत रखने वाले व्रतधारियों को शुद्ध,स्वच्छ व पौष्टिक खाद्य सामग्री उपलब्ध कराना जनभावनाओं का आदर सम्मान नहीं?

यह हिन्दू राष्ट्र निर्माण के शगूफ़े,विश्व महाशक्ति बनने का सपना,दो देशों के बीच छिड़े युद्ध रुकवाने की क्षमता जैसा प्रोपेगंडा,बुलेट ट्रेन के सपने,हवाई चप्पल वालों को हवाई यात्रा कराने जैसी लफ़्फ़ाज़ी,नाले की गैस से चाय बनाने की तकनीक, बादलों में रडार की कार्यक्षमता निष्प्रभावी होने जैसे अवैज्ञानिक दावे और इसतरह की अनेक फ़ालतू बातों को सुनसुनकर देश की जनता का कान पक चुका है। हक़ीक़त यही है कि स्वयं सरकारी दावों के मुताबिक़ आज देश के 80 करोड़ लोग सरकार के रहमो करम पर मिलने वाले मुफ़्त राशन के लिये मोहताज हैं। परन्तु सरकार है कि मिलावटख़ोरी जैसी बुनियादी चीज़ों पर नियंत्रण करने के बजाये कहीं बुलडोज़र चलवाकर लोगों के घर गिरवाने में व्यस्त है, भले ही उसे इसकेलिए बार बार अदालत की डांट फटकार क्यों न पड़ती रहे। कहीं मदरसे बंद करने में ख़ुश है,कहीं नमाज़ पर पाबंदी तो कहीं मस्जिदों व क़ब्रों की खुदाई इनकी प्राथमिकता, कहीं रेलवे स्टेशन,ज़िलों,शहरों व मार्गों के नाम बदलना ज़्यादा ज़रूरी? गोया साम्प्रदायिकता पूर्ण व विवादित फ़ैसलों व कामों में पूरी दिलचस्पी दिखाने वाली सरकार की नज़रों में बाज़ारों में खुले आम बिकने वाली मिलावटी व ज़हरीली सामग्री पर नियंत्रण पाना और भ्रष्टाचारियों द्वारा इनका संरक्षण किया जाना कोई मुद्दा ही नहीं? बेशक मिलावट ख़ोरी कोई नई समस्या नहीं, परन्तु जो सरकार देश बदलने के दावे कर रही हो,जो धर्मध्वजा के ही सहारे अपनी सत्ता की नाव चला रही हो,देशवासियों को विकसित राष्ट्र बनाने के सपने दिखा रही हो,हिन्दू जागरण का दंभ भर रही हो, कम से कम उस सरकार का मिलावटख़ोरी व ज़हरीले खाद्य सामग्री के सरेआम उत्पादन व बिक्री पर तो नियंत्रण पाना पहली प्राथमिकता तो होनी ही चाहिये। जो भी व्रतधारी कुट्टू का मिलावटी व विषाक्त आटा इस्तेमाल करने की वजह से मौत के मुंह तक पहुँच गये वे भी तो हिन्दू ही हैं ? और रोज़मर्रा के इस्तेमाल में आने वाली खाद्य सामग्री में होने वाली मिलावट का उपभोग करने वाले भी देश के बहुसंख्य हिन्दू ही हैं? लिहाज़ा इसतरह के अपराध को केवल अपराध की नज़रों से देखने की ज़रुरत है। ऐसा अपराध किसी का धर्म नहीं देखता। ऐसा अपराध जब पनपता है तो इसे संरक्षित करने वाले लोग भी भ्रष्ट व रिश्वतख़ोर लोग होते हैं। सरकार यदि यह दावे कि करती है कि उसका शासन अपराधमुक्त हो गया है या अपराध पर नियंत्रण के दावे करती है तो क्या खाद्य सामग्री में मिलावटख़ोरी करने पर भी नियंत्रण हो चुका है ? ऐसे धंधे में लिप्त लोगों को सरकार का भय क्यों नहीं ? आख़िर कब तक आम लोगों व भक्त व्रतधारियों पर मिलावट का क़हर यूँही टूटता रहेगा ? कब तक सरकार यह बहाना करती रहेगी कि -कल मिला वक़्त तो सुलझाऊंगा जुल्फ़ें तेरी -आज उलझा हूँ मैं हालात को सुलझाने में?

यूसीसी में हर धर्म व वर्ग का रखा गया ख्याल

हरिद्वार । मुख्यमंत्री ने कहा बाबा साहेब भीमराव अंबेडकर जी ने संविधान निर्माता के रूप में समान नागरिक संहिता को संविधान के अनुच्छेद 44 के तहत राज्य के नीति निदेशक सिद्धांतों में सम्मिलित किया था। वो भली भांति जानते थे कि भारत और भारतीय समाज के लिए समान नागरिक संहिता बेहद आवश्यक है। उन्होंने समान नागरिक संहिता को कानूनी, सामाजिक आवश्यकता के साथ नैतिक आवश्यकता भी माना। बाबा साहेब ने हमेशा सभी जाति, धर्म के लोगों के लिए एक समान कानून की बात को प्राथमिकता दी थी। मुख्यमंत्री ने कहा समान नागरिक संहिता का उद्देश्य समाज में समुदायों के लिए अलग-अलग व्यक्तिगत कानूनों के कारण भेदभाव, असमानता और अन्याय की स्थिति खत्म करना है। मुख्यमंत्री ने कहा कि बाबा साहब ने हमेशा समाज की प्रगति में महिलाओं की भागीदारी पर जोर दिया। उन्होंने कहा राज्य में यूसीसी लागू होने के बाद महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में नए युग की शुरुआत हुई है। उन्होंने कहा यूसीसी के माध्यम से उत्तराखंड की मुस्लिम बहन-बेटियों को इद्दत, बहुविवाह, बाल विवाह और तीन तलाक जैसी कुरीतियों से मुक्ति मिली है। अब किसी भी महिला को उत्तराधिकार या संपत्ति के अधिकार में भेदभाव का सामना नहीं करना पड़ेगा।

निर्बाध पेयजल आपूर्ति रखने के लिए विभागों को मिलेगा पर्याप्त बजट-डीएम

गर्मियों में पेयजल स्त्रोत वितरण और सप्लाई बाबत डीएम ने की समीक्षा बैठक

देहरादून । ग्रीष्म ऋतु में पेयजल और विद्युत समस्याओं का त्वरित समाधान और नियमित आपूर्ति को लेकर जिलाधिकारी सविन बंसल ने बुधवार को ऋषिपर्णा सभागार में जल संस्थान एवं यूपीसीएल के वरिष्ठ अधिकारियों की बैठक ली। उन्होंने निर्देशित किया कि ग्रीष्मकाल में निर्बाध रूप से पेयजल एवं विद्युत आपूर्ति हेतु सभी व्यवस्थाएं सुनिश्चित की जाए।

जिलाधिकारी ने कहा कि प्रत्येक नागरिक तक निर्बाध और सुरक्षित पेयजल पहुंचाना जिला प्रशासन की प्राथमिकता है। उन्होंने निर्बाध पेयजल आपूर्ति रखने के लिए विभागों को मिलेगा पर्याप्त बजट है।

डीएम ने स्पष्ट निर्देश दिए कि ग्रीष्म पेयजल तनाव में मंथर प्रतिक्रिया की कोई गुंजाइश नहीं है, उन्होंने ग्रीष्मकाल में पेयजल व विद्युत समस्याओं के त्वरित निदान हेतु जिले के कंट्रोल रूम में जल संस्थान, जल निगम, विद्युत स्मार्ट सिटी, यूयूएसडीए प्रत्येक अधिष्ठान से एक-एक जेई रहेंगे अनिवार्यतः तैनात करने के निर्देश दिए। विभागों के जिम्मेदार अधिकारी अपनेð contingency plans व संपर्क सूची सहित पेयजल के हर डिविजन से रोस्टरवार तैनाती रहेंगे तथा

प्रत्येक दिवस प्राप्त होने वाली पेयजल, विद्युत समस्या सम्बन्धी डिस्ट्रेस कॉल्स का समाधान करेगे। उन्होंने टैंकर्स टेंडर्स किए फाइनल, स्त्रोतों की सफाई संपन्न के सख्त निर्देश दिए। उन्होंने जल संस्थान , पेयजल निगम, विद्युत के प्रत्येक डिवीजन विंग के हेल्पलाइन नंबर को बार-बार सार्वजनिक किया जाए। डीएम ने पेयजल संकट एरिया में वैकल्पिक व्यवस्था, ट्यूबवैल पर अतिरिक्त पंप व मोटर रखने के निर्देश।

जिलाधिकारी ने सभी अधीक्षण अभियंताओं को निर्देश दिए कि पेयजल संकट वाले क्षेत्रों को चिन्हित करते हुए उन क्षेत्रों में वैकल्पिक रूप से नियमित पेयजल आपूर्ति की समुचित व्यवस्था की जाए। पेयजल लीकेज ठीक करने और लाइनों के रखरखाव हेतु पर्याप्त संख्या में लाइनमैन, ट्यूबवेल ऑपरेटर तैनात किए जाए। जहां पर आवश्यकता है, वहां पर मैनपावर बढ़ाई जाए। कहा कि इसके लिए विभाग को पर्याप्त बजट भी उपलब्ध कराया जाएगा। हिदायत दी कि मैनपावर की वजह से कही पर दिक्कत नहीं आनी चाहिए। जिलाधिकारी ने कहा कि पेयजल एवं विद्युत आपूर्ति की समस्याओं के त्वरित समाधान हेतु जिले स्तर पर कंट्रोल रूम स्थापित किया जाएगा। उन्होंने सभी अधीक्षण अभियंताओं को निर्देश दिए कि ग्रीष्मकाल के लिए अपने सभी डिविजनों से एक सक्षम अधिकारी/कार्मिक को कंट्रोल में तैनात रखें। पेयजल संकट वाले क्षेत्रों का नाम, संबंधित क्षेत्र के एई, जेई का नाम, टैंकरों के फिलिंग प्वाइंट्स, पेयजल लाइन, पपिंग स्कीम, हैंड पंप, वैकल्पिक व्यवस्था, मैनपावर की तैनाती के संबंध में विस्तृत रिपोर्ट तत्काल कंट्रोल रूम को उपलब्ध करें। सभी ट्यूबवैल पर निर्बाध विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित की जाए। साथ ही सभी डिवजनों के टोल फ्री नंबर का प्रचार प्रसार किया जाए। ताकि पेयजल एवं विद्युत आपूर्ति से जुड़ी समस्याओं का त्वरित समाधान किया सके। जिलाधिकारी ने अपर जिलाधिकारी को सभी डिविजनों के साथ बैठक करते हुए ग्राउंड लेवल की समस्याओं का निस्तारण करने के निर्देश भी दिए। इस दौरान जिलाधिकारी ने यूयूएसडीए, जल निगम, जल संस्थान, ईएनएम, डीडब्लूएसएम, यूपीसीएल, स्मार्ट सिटी, यूपीसीएल आदि विभागों के माध्यम से ग्रीष्म काल में नियमित आपूर्ति को लेकर किए जा रहे कार्यों की विस्तार से समीक्षा की।

बैठक में पेयजल के अधीक्षण अभियंताओं ने अपने डिवीजन से संबंधित जानकारी से अवगत कराया गया। बताया कि जल संकटग्रस्त क्षेत्रों में टैंकरों के माध्यम से जलापूर्ति व जनरेटर स्थापित करने हेतु निविदा कर ली गई है। नलकूपों पर किराए के जनरेटर स्थापित कर विद्युत आपूर्ति की व्यवस्था की जाएगी। सभी डिविजनों में समस्याओं के निस्तारण के लिए टोल फ्री नंबर भी प्रचारित किए गए है। इस दौरान मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह, अपर जिलाधिकारी केके मिश्रा, एसडीएम कुमकुम जोशी, अधीक्षण अभियंता पेयजल निगम निशा सिन्हा, अधीक्षण अभियंता जल संस्थान नमित रमोला, अधीक्षण अभियंता प्रवीण, अधीक्षण अभियंता राजीव सैनी सहित सभी डिवीजनों के अधिशासी अभियंता उपस्थित थे।

एमपीसी ने 25 आधार अंकों की कटौती की

देहरादून । एमपीसी ने आज 25 आधार अंकों की कटौती की, जिससे रेपो दर 6 प्रतिशत पर आ गई। इसके अलावा, तटस्थ से उदार रुख में बदलाव (जैसा कि हमने उम्मीद की थी) आरबीआई की ओर से एक निर्णायक संकेत है कि आगे भी दरों में कटौती की जाएगी। नीति वक्तव्य का समग्र स्वर नरम था, जिसमें बढ़ती वैश्विक चुनौतियों के बीच विकास को समर्थन देने पर स्पष्ट जोर दिया गया था। हम 2025 में दो और दरों में कटौती की उम्मीद करते हैं, जिसमें नीति दर 5.5 प्रतिशत (पहले 5.75-5.5 प्रतिशत रेंज की उम्मीद) होने की उम्मीद है, अगली दर में कटौती जून की नीति में होने की संभावना है। ऐसा कहा जाता है कि, यदि वैश्विक व्यापार तनाव बढ़ता रहता है, तो भविष्य की नीति दर प्रक्षेपवक्र का झुकाव अब ष्छोटी और उथलीष् से अधिक दर कटौती चक्र की ओर बढ़ रहा है। अगली तीन तिमाहियों के लिए 4 प्रतिशत से कम मुद्रास्फीति अनुमान आरबीआई को दरों में कटौती करने के लिए पर्याप्त जगह प्रदान करते हैं, यदि आवश्यक हो तो 5.5 प्रतिशत से भी कम। टैरिफ तनाव के कारण वैश्विक स्तर पर बढ़ती चुनौतियों को देखते हुए, आरबीआई ने अपने जीडीपी वृद्धि पूर्वानुमान को 20 आधार अंकों से घटाकर 6.5 प्रतिशत कर दिया है। पश्चिम के विपरीत, जहाँ टैरिफ के प्रभाव के कारण मुद्रास्फीति जोखिम बढ़ रहे हैं, भारत में मुद्रास्फीति का दृष्टिकोण बहुत अधिक सौम्य है। परिणामस्वरूप, आरबीआई ने खाद्य कीमतों में व्यापक सुधार और कमोडिटी की कीमतों में कमी के कारण एफवाई26 के लिए अपने पूर्वानुमान को घटाकर 4.0 प्रतिशत (पहले के 4.2 प्रतिशत से) कर दिया। इसके अलावा, एमपीसी ने महसूस किया कि टैरिफ का प्रभाव मुद्रास्फीति के लिए कोई बड़ी चिंता का विषय नहीं है।

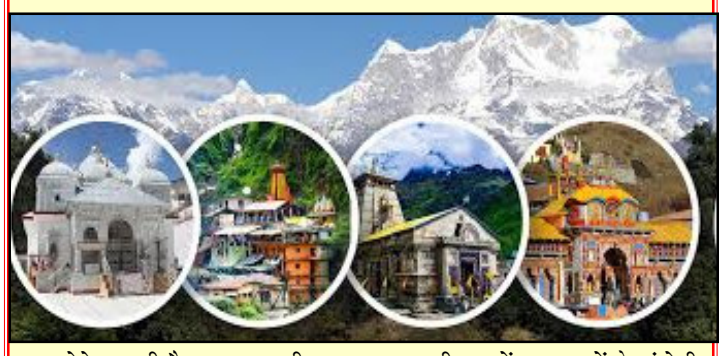
मा0 सीएम के आधुनिक राज्य के संकल्प को साकार करते डीएम सविन

देहरादून । मा0 मुख्यमंत्री की के मार्गदर्शन जिलाधिकारी सविन बंसल के विजन ऑटोमेटेड मैकेनिकल पार्किंग कार्य युद्धस्तर पर गतिमान है। तिब्बती मार्केट 132 वाहनों की क्षमता, परेड ग्राउंड में 96वाहन, कोरोनेशन अस्पताल 18 वाहनों, की क्षमता वाली पार्किंग विकसित की जा रही है।

मा0 सीएम के आधुनिक राज्य के संकल्प को डीएम सविन बंसल अपने नए आइडिया और सोच से धरातल पर उतारने में जुटे हैं। इसी का परिणाम है कि राज्य की प्रथम ऑटोमेटेड मैकेनिक पार्किंग निर्माण अपने अंतिम चरण में है, जो जल्द ही जनमानस को समर्पित की जाएगी। इस पार्किंग निर्माण से जहां शहर में आए दिन लगने वाले जाम से निजात दिलाने में कारगर साबित होगा वहीं जनमानस को सुगम सुविधा प्राप्त होगी। यह ऑटोमेटेड मैकेनिक पार्किंग,कम स्थान पर तैयार हो जाती है, जिसे शिफ्ट करने की है सुविधा भी है, आवश्यकता पड़ने पर इसे अन्यत्र स्थान पर भी शिफ्ट किया जा सकता है। शुरुआती चरण में तिब्बती मार्केट, परेड ग्राउंड और कोरोनेशन चिकित्सालय में गतिमान है। परेड ग्राउंड एवं तिब्बती मार्केट की पार्किंग जल्द ही जनमानस को समर्पित की जाएगी तथा कोरोनेशन ऑटोमेटेड मैकेनिक पार्किंग कार्य भी तेजी से गतिमान है। कम निवेश, अधिक लाभ का कांसेप्ट है आधुनिक तकनीक से लैस ऑटोमेटेड मैकेनिकल पार्किंग, जिसका माह दिसम्बर में मा0 मुख्यमंत्री ने शिलान्यास किया था , और जल्द ही तैयार होकर पब्लिक को समर्पित कर दी जाएगी।

इस तारीख से होगी चारधाम यात्रा की शुरुआत, अलर्ट पर सरकार, एडवाइजरी की गई जारी

देहरादून । उत्तराखंड की विश्व प्रसिद्ध चारधाम यात्रा इस वर्ष 30 अप्रैल से



शुरू होने जा रही है। हर साल की तरह इस बार भी लाखों श्रद्धालुओं के गंगोत्री, यमुनोत्री, केदारनाथ और बद्रीनाथ धाम के दर्शन के लिए पहुंचने का अनुमान है। यात्रा को सुगम, सुरक्षित और व्यवस्थित बनाने के लिए शासन और प्रशासन ने तैयारियां तेज कर दी हैं। इसी कड़ी में परिवहन विभाग ने चारधाम यात्रा के लिए एक विस्तृत एडवाइजरी जारी की है, जिसमें यात्रा मार्गों पर वाहन संचालन से लेकर चालकों के लिए विशेष नियम शामिल किए गए हैं। परिवहन विभाग की एडवाइजरी के अनुसार, पर्वतीय मार्गों पर रात के समय व्यवसायिक वाहनों के संचालन पर पूरी तरह से रोक लगा दी गई है। रात 10 से सुबह 4 बजे तक कोई भी व्यवसायिक वाहन चारधाम यात्रा मार्गों पर नहीं चल सकेगा। यह निर्णय पहाड़ी रास्तों पर रात के समय होने वाली दुर्घटनाओं को रोकने और यात्रियों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए लिया गया है। क्षेत्रीय परिवहन अधिकारी (एआरटीओ) चक्रपाणि मिश्रा ने बताया कि पहाड़ी मार्गों पर ड्राइविंग एक चुनौतीपूर्ण कार्य है, जिसमें चालकों की दक्षता और सावधानी बेहद जरूरी है। उन्होंने कहा कि इस नियम का सख्ती से पालन कराया जाएगा।

एडवाइजरी में व्यवसायिक वाहन चालकों के लिए कई अन्य महत्वपूर्ण दिशा-निर्देश भी जारी किए गए हैं। चालकों को विशेष प्रशिक्षण का प्रमाणपत्र, फिटनेस सर्टिफिकेट और वाहन के सभी दस्तावेज पूरे रखने होंगे। इसके अलावा, चालकों की वेशभूषा, व्यवहार और स्वास्थ्य पर भी विशेष ध्यान दिया जाएगा। एआरटीओ चक्रपाणि मिश्रा ने बताया कि यात्रा के दौरान चालकों को चप्पल या सैंडल पहनकर वाहन चलाने की अनुमति नहीं होगी। इसके बजाय उन्हें बंद जूते या मजबूत ट्रैकिंग शूज पहनना अनिवार्य होगा। यह नियम इसलिए लागू किया गया है ताकि पहाड़ी रास्तों पर वाहन संचालन के दौरान चालकों को सुरक्षा मिल सके। यात्रा के दौरान वाहनों की तकनीकी स्थिति पर भी कड़ी नजर रखी जाएगी। सभी व्यवसायिक वाहनों का फिटनेस सर्टिफिकेट और प्रदूषण जांच प्रमाणपत्र होना जरूरी है। इसके साथ ही चालकों को नशे से दूर रहने और यात्रियों के साथ शिष्ट व्यवहार करने की हिदायत दी गई है। परिवहन विभाग ने यह भी स्पष्ट किया है कि नियमों का उल्लंघन करने वाले चालकों और वाहन मालिकों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। चारधाम यात्रा उत्तराखंड के लिए धार्मिक और आर्थिक दोनों दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण है। हर साल इस यात्रा से राज्य को करोड़ों रुपए का राजस्व प्राप्त होता है और हजारों लोगों को रोजगार मिलता है। प्रशासन का दावा है कि इस बार यात्रा को पहले से अधिक व्यवस्थित और सुरक्षित बनाने के लिए सभी जरूरी कदम उठाए जा रहे हैं। यात्रियों से भी अपील की गई है कि वे एडवाइजरी का पालन करें और यात्रा के दौरान प्रशासन का सहयोग करें।

अंबेडकर का राजनीतिक दर्शन

दलों,दलितों और देश के अंबेडकर

डॉ0 घनश्याम बादल

अंबेडकर का राजनीतिक दर्शन भारतीय राजनीति और समाज में क्रांतिकारी परिवर्तन लाने वाला रहा है। उनका दर्शन सामाजिक न्याय, समानता, स्वतंत्रता और बंधुत्व के सिद्धांतों पर आधारित था।

अंबेडकर का मानना था कि जब तक समाज में छुआछूत, जातिवाद और असमानता बनी रहेगी, तब तक लोकतंत्र केवल एक दिखावा होगा। उन्होंने सामाजिक समानता को राजनीतिक स्वतंत्रता से भी ज़्यादा महत्वपूर्ण माना।

संविधान के शिल्पकार अंबेडकर भारतीय संविधान के शिल्पकार ने संविधान में नागरिकों को समान अधिकार, स्वतंत्रता, शिक्षा, रोजगार और न्याय की गारंटी प्रदान करवाई। उनका विश्वास था कि संविधान के जरिए सामाजिक परिवर्तन लाया जा सकता है।

अंबेडकर ने लोकतंत्र को केवल राजनीतिक प्रणाली ही नहीं, बल्कि सामाजिक जीवन का तरीका माना। उनके अनुसार, लोकतंत्र का अर्थ जीने का वह तरीका है जो समानता, स्वतंत्रता और बंधुत्व को आत्मसात करता है।

अंबेडकर राज्य को समाज में सकारात्मक हस्तक्षेप करने वाला मानते थे। उनका मानना था कि राज्य को शोषित वर्गों के उत्थान के लिए आरक्षण, शिक्षा और सामाजिक सुधार जैसे मुद्दों पर सक्रिय भूमिका निभानी चाहिए । अंबेडकर के लिए धर्म व्यक्तिगत आस्था रही लेकिन सामाजिक न्याय के विरोध में खड़े धर्म का वें विरोध करते थे। उन्होंने अंतत: बौद्ध धर्म को अपनाया, जो उनके राजनीतिक और सामाजिक दृष्टिकोण से मेल खाता था।

उनका अंतिम लक्ष्य ऐसा भारत था जहाँ जाति के आधार पर कोई भेदभाव न हो और हर व्यक्ति को समान अवसर मिले आज भी अंबेडकर का नाम दलित वोटों को किसी चुंबक की तरह खींचता है और दलित, दमित वर्ग वोट बैंक पर कब्जा करने का एक अमोघ अस्त्र है । अंबेडकर के बाद कितने ही दलित नेता आए लेकिन अंबेडकर जैसा तिलिस्म कोई नहीं खड़ा कर पाया न जगजीवन राम और न काशीराम या रामविलास पासवान और न ही मायावती स्वयं को अंबेडकर में बदल पाए।

अंबेडकर जयंती मनाने वह उनकी जयंती पर सार्वजनिक अवकाश घोषित कर देने से से दलित वर्ग भले ही खुश हो मगर अंबेडकर के साथ जीते जी जो व्यवहार हुआ और मृत्यु के पश्चात भी उन पर जिस तरह उंगलियां उठाई गई उससे अंबेडकर के प्रति राजनीतिक दलों एवं सरकारों के रवैया एवं उनकी कथनी करनी के अंतर का साफ पता चलता है । गरीब दलित परिवार में पैदा हो, फर्श से अर्श का सफर तय करने वाले अंबेडकर भारतीय संविधान के जनक तो हैं ही आज भी सोशल इंजीनियरिंग की धुरी हैं । भीमराव अम्बेडकर के चिंतन पर भी बहस की पर्याप्त गुंजाइश है । अंबेडकर की उंगली उठाए हुए लगाई गई प्रतिमाएं जहां समाज एवं सरकारों की मंशा पर उंगली उठा रही लगती हैं वहीं स्वयं उन पर भी आजीवन उंगलियां उठती रही । तब भी जब अंबेडकर का चुनाव संविधान सभा के अध्यक्ष के रूप में किया जा रहा था और तब भी जब उनके बनाए कानूनों को दुनिया अचरज भरी नज़र से देख रही थी और तब भी जब उन्हे देश में आरक्षण के नाम पर चल रहे दंगों के लिए सबसे बड़ा गुनहगार बताया जा रहा था और तब भी जब उन्हे देश के दलित वर्ग का 'मसीहा' कहा जा रहा था और तब भी जब उन्हे पैर की जूती कह लांछित किए जाने वाले दलित वर्ग को सर माथे पर बिठाने का दोषी माना जा रहा था । इतना ही नहीं जब उन्होंने हिंदू धर्म को त्याग कर बौद्ध धर्म स्वीकार किया तब भी उनके इस निर्णय पर बहुत पैनी एवं कठोर मुद्रा वाली उंगलियां उठीं थी। दलितों के मसीहा भीमराव, आज़ाद हिंदुस्तान के गरीब,वंचित व दलित समाज के श्रद्धापात्र 'भीम' भारत के साथ ऐसे जुड़े हैं कि भीम और भारत को अलग करना संभव ही नहीं लगता है ।

आज अंबेड़कर और उनके चिंतन पर सवाल उठते हैं, राजनीतिक रूप से उनके गढ़े संविधान पर भी प्रश्नचिह्न खड़े किए जाते हैं । अब यें सवाल कितने सही , गलत हैं यह तो अलग बात है मगर यह सच है कि आज भी अंबेडकर लाखों दिलों में बसे हैं । आज डा0 अम्बेडकर के नाम से वोटों की फसल काटने वाले तो बहुत हैं पर उनके दिखाए रास्ते पर कम ही चलते हैं। इसी वजह से अंबेड़कर का दलित-पिछड़ों के समन्वय का अंबेडर का सपना आज भी अधूरा है । दलित अभी भी त्रस्त हैं और जब तक उन्हे गरीबी की रेखा से ऊपर नही लाया जाता, उनके लिए समाज के दूसरे वर्गों में सम्मान व बराबरी का भाव नहीं आ जाता तब तक अंबेडकर का %मिशन बराबरी% का स्वप्न पूरा नहीं होगा ।

भीमराव सिर्फ दलित समस्याओं पर नहीं सोचते थे अपितु ऐसे भारत का निर्माण करना चाहते जिसमें सभी को न्याय मिले । आज चिंतन की आवश्यकता है कि अंबेड़कर को हम केवल दलितों तक ही सीमित रखकर उनका स्थान तय न करें क्योंकि अम्बेडकर ऐसे भारत के बारे में सोचते थे जिसमें जातिगत व आर्थिक तथा सामाजिक विषमताएं न हों । अंबेडकर सामाजिक एकरूपता के पक्षधर थे और वर्गभेद व जाति तथा संप्रदाय रहित भारत के सपने देखते थे ।भीम भारत को जडों तक जानते थे । अंतिम समय में उन्होने जातिगत आरक्षण का विरोध भी किया था । वे मानते थे एक बार आरक्षण की बैसाखी पर चलने की आदत होने पर दलित व पिछड़ा समाज हमेशा के लिए उसका आदी हो जाएगा और उसकी उन्नति की जमीन चालाक वर्ग हथिया लेगा और आज ऐसा ही हो रहा है । भीमराव ने बहुत पहले ही ताड़ लिया था कि राजनैतिक दल आरक्षण से वोट बैंक बनाने का लाभ लेंगें और भारतीय समाज और भी ज्यादा टूटन का शिकार हो जाएगा इसीलिए उन्होंने आरक्षण की अवधि केवल 15 वर्ष रखी थी लेकिन यह 15 वर्ष आने वाले अगले 15 वर्षों में भी पूरे होते नहीं दिखते खैर इन्हीं सीमाओं आलोचनाओं एवं सराहनाओं के बीच अंबेडकर के प्रति आज श्रद्धांजलि का दिन है इसलिए उन्हें श्रद्धांजलि दबी ही जानी चाहिए।

साइबर युग में फंसती जा रही आने वाली पीढ़ी

नृपेंद्र अभिषेक नृप

आज के समय में डिजिटल मीडिया हमारी जिंदगी का एक अभिन्न अंग बन चुका है। बच्चों और किशोरों के लिए इंटरनेट केवल एक मनोरंजन का माध्यम नहीं रहा, बल्कि यह उनके मानसिक विकास, सामाजिक पहचान और मूल्यों को आकार देने में एक महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है, लेकिन सवाल यह उठता है कि क्या यह डिजिटल युग हमारे बच्चों के लिए सुरक्षित है?

क्या सोशल मीडिया कंपनियां मुनाफे की दौड़ में बच्चों की सुरक्षा को नजरअंदाज कर रही हैं? हाल के वर्षो में कई घटनाओं और शोध ने इस चिंता को और प्रबल कर दिया है कि किस प्रकार सोशल मीडिया के प्रभाव से किशोरों की मानसिकता और उनके व्यवहार पर नकारात्मक असर पड़ रहा है।

फिक्की-ईवाई की हालिया रिपोर्ट के अनुसार, 2024 में डिजिटल मीडिया ने टेलीविजन को पछाड़कर मनोरंजन उद्योग में सबसे अधिक राजस्व अर्जित करने वाला माध्यम बन गया है। भारत में 40 फीसद से अधिक मोबाइल फोन उपयोग का समय सोशल मीडिया पर बिताया जाता है। यह आंकड़ा बताता है कि इंटरनेट अब न केवल संचार का साधन है, बल्कि यह बच्चों की दुनिया का एक बड़ा हिस्सा बन चुका है। किशोरों के लिए सोशल मीडिया एक ऐसा मंच बन गया है जहां वे अपनी पहचान बनाते हैं, दोस्त बनाते हैं और खुद को अभिव्यक्त करते हैं, लेकिन इस जुड़ाव के गंभीर परिणाम भी सामने आ रहे हैं।

नेटिफ्लक्स की चार-भागों वाली डॉक्यूमेंट्री %किशोरावस्था % ने इस मुद्दे को और गहराई से उजागर किया है। इसमें एक 13 वर्षीय लड़के द्वारा अपनी सहपाठी की हत्या की घटना को दिखाया गया है। यह एक चरम मामला हो सकता है, लेकिन इससे यह स्पष्ट होता है कि ऑनलाइन प्रभाव किस हद तक किशोर मन को प्रभावित कर सकता है। इंटरनेट पर मौजूद %टॉक्सिक मैस्कुलिनिटी', घृणास्पद विचारधाराएं, और चरमपंथी विचारधाराएं किशोरों के मन में गहरी पैठ बना सकती हैं। सोशल मीडिया प्लेटफार्म्स का एल्गोरिदम उपयोगकर्ताओं की रुचि के अनुसार कंटेंट प्रदर्शित करता है। इस एल्गोरिदम का उद्देश्य अधिक से अधिक उपयोगकर्ताओं को प्लेटफार्म पर बनाए रखना है, भले ही इसके परिणाम किशोरों की मानसिकता पर नकारात्मक हों।

एक बार अगर कोई किशोर किसी विशेष प्रकार की सामग्री देखने लगता है, तो एल्गोरिदम उसे लगातार उसी तरह की सामग्री दिखाने लगता है। यह प्रक्रिया किशोरों को %रेबिट होल' में धकेल सकती है, जहां वे खुद को एक अंधकारमय और हानिकारक डिजिटल दुनिया में फंसा पाते हैं। जब भी किशोरों के गलत कार्य की बात होती है, तो स्वाभाविक रूप से माता-पिता पर जिम्मेदारी आती है, लेकिन सवाल यह भी उठता है कि क्या माता-पिता अकेले ही इस समस्या को हल कर सकते हैं?

ऑनलाइन प्लेटफार्म्स पर बच्चों की गतिविधियों पर निगरानी रखना आज के दौर में अत्यंत कठिन हो गया है। बच्चे अक्सर अपने माता-पिता से छुपाकर सोशल मीडिया का उपयोग करते हैं और कई बार वे अपने वास्तविक उम्र से बड़ी उम्र का प्रमाण देकर प्रतिबंधों को पार कर लेते हैं। ऑस्ट्रेलिया जैसे कुछ देशों में 16 वर्ष से कम आयु के बच्चों के सोशल मीडिया उपयोग पर प्रतिबंध लगाने का प्रस्ताव लाया गया है, लेकिन विशेषज्ञों का मानना है कि ऐसे नियम व्यावहारिक रूप से प्रभावी नहीं हो सकते, क्योंकि किशोर अक्सर तकनीकी उपायों से इन प्रतिबंधों को दरकिनार कर सकते हैं। यह समस्या केवल परिवार तक सीमित नहीं है, बल्कि व्यापक स्तर पर नीति-निर्माण और सामाजिक चेतना का भी विषय है। फेसबुक की पूर्व कर्मचारी फ्रांसेस हॉगन ने 2021 में इस बात का खुलासा किया था कि कंपनी के आंतरिक अध्ययन से यह सामने आया कि सोशल मीडिया पर मौजूद चरमपंथी विचारधाराएं, आत्मघाती प्रवृत्तियां, और अवसादग्रस्त करने वाली सामग्री किशोरों के लिए हानिकारक साबित हो रही हैं। इसके बावजूद, कंपनी ने अपने मुनाफे को प्राथमिकता दी और इन खतरों को रोकने के लिए पर्याप्त कदम नहीं उठाए।

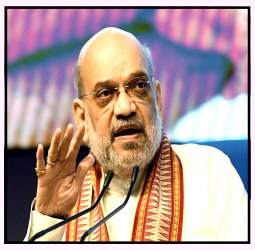
इसलिए यह आवश्यक हो गया है कि इन प्लेटफार्मोकी जवाबदेही तय की जाए। इस गंभीर समस्या का समाधान केवल व्यक्तिगत प्रयासों से संभव नहीं है, बल्कि इसके लिए व्यापक सामाजिक और सरकारी हस्तक्षेप की आवश्यकता है। सबसे पहले, कानूनी नियमन के तहत सरकारों को सोशल मीडिया प्लेटफार्म्स के लिए सख्त नियम लागू करने होंगे, ताकि वे बच्चों की सुरक्षा सुनिश्चित कर सकें। उदाहरण के लिए, आयु सत्यापन प्रणाली को अधिक प्रभावी बनाना आवश्यक है, जिससे नाबालिगों को अनुचित सामग्री से बचाया जा सके और उनकी ऑनलाइन गतिविधियों पर बेहतर नियंत्रण रखा जा सके। इसके साथ ही, शिक्षा और जागरूकता भी इस समस्या के समाधान में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है।

माफिया अतीक के करीबियों पर पुलिस का 'ऑपरेशन हंटर', लग्जरी कारों समेत 11 गाडियां सीज

प्रयागराज । माफिया डॉन अतीक अहमद के करीबियों और उसके गिरोह के सदस्यों के खिलाफ प्रयागराज कमिश्नरेट पुलिस ने एक बार फिर शिकंजा कस दिया है। 'ऑपरेशन हंटर' के तहत गुरुवार देर रात पुलिस की कई टीमों ने अतीक से जुड़े अपराधियों के ठिकानों पर ताबड़तोड़ छापेमारी की। इस सघन अभियान के दौरान लग्जरी कार समेत कुल 11 गाडियों को सीज किया गया, जिससे गैंग से जुड़े लोगों में खलबली मची रही। पुलिस सूत्रों के अनुसार, पिछले कुछ समय से शहर में अतीक गैंग से जुड़े अपराधियों और अन्य हिस्ट्रीशीटरों की सक्रियता काफी बढ़ गई थी। ये अपराधी न केवल शहर की शांति व्यवस्था में खलल डाल रहे थे, बल्कि लग्जरी गाडियों से सडक़ों पर आतंक मचाते थे। तेज रफ्तार और लापरवाही से गाड़ी चलाते हुए दूसरे वाहनों को टक्कर मारने और विरोध करने पर आम लोगों को डराने-धमकाने की कई शिकायतें पुलिस को मिल रही थीं। इन शिकायतों का संज्ञान लेते हुए डीसीपी सिटी अभिषेक भारती ने शहर जोन में 'ऑपरेशन हंटर' शुरू करने का निर्देश दिया। इसके लिए एसओजी, सर्विलांस सेल और विभिन्न थानों के तेज-तर्रार पुलिसकर्मियों की कुल 10 विशेष टीमें गठित की गई हैं। डीसीपी ने इन टीमों को वांछित अपराधियों की धरपकड़, हिस्ट्रीशीटरों की निगरानी और अन्य सक्रिय अपराधियों के खिलाफ कड़ी निरोधात्मक कार्रवाई करने का लक्ष्य दिया। इसी कड़ी में, गुरुवार रात पुलिस टीमों ने मरियाडीह, सिलना, नसीरपुर, भीटी, कसारी-मसारी, चकिया, झूंसी, करेली समेत शहर के कई इलाकों में एक साथ छापेमारी शुरू की। कई घंटों तक चले इस सर्च ऑपरेशन में संदिग्ध व्यक्तियों और वाहनों की गहन जांच की गई। इस दौरान कई गाडियों पर नंबर प्लेट नहीं मिली, जबकि कुछ पर अवैध हूटर और काली फिल्म लगी पाई गई। नियमों का उल्लंघन करने वाली ऐसी 11 गाडियों को पुलिस ने मौके पर ही सीज कर दिया। पुलिस का कहना है कि अपराधियों के खिलाफ यह अभियान आगे भी जारी रहेगा।

केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह का चेन्नई दौरा, एआईएडीएमके नेताओं से करेंगे मुलाकात

चेन्नई । तमिलनाडु में साल 2026 में होने वाले विधानसभा चुनाव के मद्देनजर



केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह शुक्रवार सुबह चेन्नई पहुंचे। उनके इस दौरे का उद्देश्य तमिलनाडु विधानसभा चुनाव से पहले भाजपा और एआईएडीएमके के गठबंधन को फिर से मजबूत करने के लिए अहम चर्चा करना है। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह का भाजपा के तमिलनाडु अध्यक्ष के. अन्नामलाई, केंद्रीय राज्य मंत्री एल. मुरुगन और वरिष्ठ नेता तमिलिसाई सुंदरराजन, नैनार नागेंद्रन और पोन राधाकृष्णन ने चेन्नई हवाई अड्डे पर स्वागत किया। अमित शाह द्वारा शुक्रवार दोपहर में गिंडी के एक निजी होटल में मीडिया को संबोधित करने की भी उम्मीद है। सूत्रों ने पुष्टि की है कि भाजपा नेता अमित शाह, एआईएडीएमके के महासचिव और पूर्व मुख्यमंत्री एडप्पादी के. पलानीस्वामी और द्रविड़ पार्टी के वरिष्ठ नेताओं से मुलाकात करेंगे। इन चर्चाओं से गठबंधन को औपचारिक रूप देने में निर्णायक भूमिका निभाने की उम्मीद है। अपनी यात्रा के दौरान गृह मंत्री अमित शाह भाजपा और आरएसएस के नेताओं के साथ कई उच्च स्तरीय बैठक भी करेंगे। जिन प्रमुख हस्तियों से अमित शाह की मुलाकात की संभावना है, उनमें से एक आरएसएस के जाने-माने विचारक और 'तुगलक' पत्रिका के संपादक एस. गुरुमूर्ति हैं। यह यात्रा शाह की हाल ही में नई दिल्ली में ईपीएस के साथ हुई बैठक के बाद हो रही है। उस बैठक में ईपीएस के साथ एआईएडीएमके के वरिष्ठ नेता और पूर्व मंत्री एस.पी. वेलुमणि और के.पी. मुनुसामी भी थे। इस मुलाकात ने दोनों दलों के फिर से एक होने की अटकलों को हवा दी थी। भाजपा-एआईएडीएमके गठबंधन सितंबर **2023** में टूट गया था। इसका मुख्य कारण के. अन्नामलाई द्वारा सी.एन. अन्नादुरई (अन्ना) और जे. जयललिता जैसे प्रतिष्ठित द्रविड़ नेताओं के खिलाफ दिए गए विवादास्पद बयानों से उपजे तनाव को माना जा रहा है। इन टिप्पणियों ने एआईएडीएमके नेतृत्व को बहुत परेशान किया और गठबंधन टूटने का कारण बना। उल्लेखनीय रूप से गठबंधन ने **2021** के विधानसभा चुनावों में महत्वपूर्ण परिणाम दिए थे। भाजपा ने चार सीटें जीती थीं और एआईएडीएमके ने 66 सीटें हासिल की थीं। हालांकि, अन्नामलाई को राज्य भाजपा अध्यक्ष नियुक्त किए जाने के बाद संबंध खराब हो गए। गठबंधन टूटने का असर **2024** के लोकसभा चुनावों में भी दिखाई दिया, जहां दोनों दलों को बड़ी असफलताओं का सामना करना पड़ा। अंदरूनी सूत्रों के अनुसार, आरएसएस पदाधिकारियों ने जमीनी स्तर पर समन्वय और अभियान रणनीतियों के लिए पर्याप्त समय सुनिश्चित करने को लेकर साल **2026** के चुनावों से पहले किसी भी गठबंधन को औपचारिक रूप देने की तत्काल आवश्यकता पर जोर दिया है।

अमेठी : गेहूं काटने गई बुजुर्ग महिला की आकाशीय बिजली गिरने से मौत, परिजनों में मचा कोहराम

अमेठी । अमेठी थाना क्षेत्र के इमरती गांव मजरा जंगलराम में बुधवार को एक दर्दनाक हादसे में एक बुजुर्ग महिला की मौत हो गई। खेत में गेहूं काटने गई महिला पर अचानक आकाशीय बिजली गिरने से उसकी मौके पर ही मौत हो गई। जानकारी के अनुसार मृतका की पहचान 64 वर्षीय प्रभावती पत्नी जसवंत सिंह के रूप में हुई है। बताया जा रहा है कि वह सुबह खेत में फसल काटने गई थीं, लेकिन देर शाम तक जब वह घर नहीं लौटीं तो परिजनों ने उनकी तलाश शुरू की। करीब तीन घंटे की खोजबीन के बाद परिजन खेत पहुंचे, जहां प्रभावती का शव पड़ा मिला। शव को देखकर परिजनों में हडक़ंप मच गया और तुरंत अमेठी पुलिस को सूचना दी गई। सूचना मिलने पर अमेठी पुलिस और क्षेत्रीय लेखपाल प्रभात सिंह मौके पर पहुंचे।

पीएम मोदी ने काशी को दी सौगात

वाराणसी । प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एक दिवसीय दौरे पर आज अपने संसदीय क्षेत्र वाराणसी पहुंचे। यहां उन्होंने 3884.18 करोड़ की परियोजनाओं की सौगात दी। साथ ही तीन बुजुर्गों को आयुष्मान कार्ड प्रदान किए। इस दौरान उन्होंने विपक्षी दलों पर निशाना साधा और कहा कि जो लोग सत्ता हथियाने के लिए दिन-रात खेल खेलते रहते हैं, उनका सिद्धांत है, परिवार का साथ-परिवार का विकास।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि महात्मा ज्योतिबा फुले जी जैसे त्यागी, तपस्वी, महापुरुषों की प्रेरणा से ही देशसेवा का हमारा मंत्र रहा है- सबका साथ-सबका विकास। हम देश के लिए उस विचार को लेकर चलते हैं, जिसका समर्पित भाव है- सबका साथ-सबका विकास। जो लोग सत्ता हथियाने के लिए दिन-रात खेल खेलते रहते हैं, उनका सिद्धांत है, परिवार का साथ-परिवार का विकास। उन्होंने कहा कि बीते 10 वर्षों में बनारस के विकास ने एक नई गति पकड़ी है। काशी ने आधुनिक समय को साधा है, विरासत को संजोया है और भविष्य को उज्जवल बनाने की दिशा में मजबूत कदम रखे हैं। आज काशी सिर्फ पुरातन नहीं, प्रगतिशील भी है। पीएम मोदी ने कहा कि आज सामाजिक चेतना के प्रतीक महात्मा ज्योतिबा फुले की जयंती भी है। महात्मा ज्योतिबा फुले और सावित्रीबाई फुले जी ने जीवन भर नारी शक्ति के हित, उनके आत्मविश्वास और समाज कल्याण के लिए काम किया। आज हम उनके विचारों को, उनके संकल्पों को, नारी सशक्तिकरण के उनके आंदोलन को आगे बढ़ा रहे हैं, नई ऊर्जा दे रहे हैं। पीएम मोदी ने कहा कि कल हनुमान जन्मोत्सव का पावन दिन है और आज मुझे संकटमोचन महाराज की काशी में आपके दर्शन का सौभाग्य मिला है। हनुमान जन्मोत्सव से पहले काशी की जनता आज विकास का उत्सव मनाने यहां एकत्र हुई है। उन्होंने कहा कि पूर्वांचल के आर्थिक नक्शे के केंद्र में काशी है। काशी के स्वयं महादेव रखवाले हैं।

पीएम मोदी ने कहा कि पूर्वांचल के अनेक हिस्सों में जुड़ी ढेर सारी परियोजनाओं का लोकार्पण और शिलान्यास हुआ है। कनेक्टिविटी को मजबूती देने वाले अनेक इंफ्रास्ट्रक्चर प्रोजेक्ट, गांव-गांव, हर घर नल से जल पहुंचने का अभियान, शिक्षा, स्वास्थ्य और खेल सुविधाओं का विस्तार और हर क्षेत्र, हर परिवार, हर युवा को बेहतर सुविधाएं देने का संकल्प।

पीएम मोदी ने कहा कि हमने पशुपालकों को किसान क्रेडिट कार्ड की सुविधा दी है, उनके लिए लोन की सीमा बढ़ाई है, सब्सिडी की व्यवस्था की है और खुरपका और मुंहपका (एफएमडी) से पशुधन को बचाने के लिए मुफ्त वैक्सीन प्रोग्राम चलाया जा रहा है। आज भारत, दुनिया का सबसे बड़ा दूध उत्पादक देश है। 10 साल में, दूध के उत्पादन में करीब 65 प्रतिशत वृद्धि हुई है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि ये सफलता देश के करोड़ों किसानों की है, देश के पशुपालक भाइयों की है। ये सफलता एक दिन में नहीं मिली है, बीते 10 वर्षों से हम देश के पूरे डेयरी सेक्टर को मिशन मोड से आगे बढ़ा रहे हैं। 10-11 साल पहले, पूरे पूर्वांचल में इलाज को लेकर जो परेशानियां थीं, वो भी हम जानते हैं। आज स्थितियां अलग हैं, मेरी काशी अब आरोग्य की राजधानी भी बन रही है। दिल्ली-मुंबई के बड़े-बड़े अस्पताल आज आपके घर के पास आ गए हैं। यही तो विकास है, जहां सुविधाएं लोगों के पास आती हैं।

सीएम योगी ने पीएम मोदी का जताया आभार, बोले 11 साल में काफी बदली काशी

वाराणसी । उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने प्रधानमंत्री मोदी को धन्यवाद दिया। उन्होंने कहा कि 11 साल में काशी काफी बदली है। मुख्यमंत्री योगी ने वाराणसी में शुक्रवार को एक कार्यक्रम के दौरान कहा कि महाकुंभ के दौरान वाराणसी में हरियाणा, महाराष्ट्र और दिल्ली के ऐतिहासिक विजय और दिव्य भव्य कुंभ के आयोजन के उपरांत पीएम की यह काशी यात्रा है। उन्होंने कहा कि कुंभ के आयोजन में काशी भी इसका साक्षी बना। देश और दुनिया से आने वाला श्रद्धालु पिछले 11 वर्ष में प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व और मार्गदर्शन में इस नई काशी और बाबा विश्वनाथ की धरा को नए कलेवर के रूप में देखने को उतावला दिखाई दे रहा था। 45 दिनों के आयोजन के इस अवसर पर काशी में भी एक श्रद्धालुओं और बाबा के भक्तों का दृश्य दिखाई दे रहा था। इस दौरान तीन करोड़ से अधिक श्रद्धालु यहां आकर बाबा विश्वनाथ के पावन धाम में दर्शन करके पुण्य के भागीदार बने थे। उन्होंने कहा कि पीएम मोदी के मार्गदर्शन और नेतृत्व में काशी एक नई ऊंचाई को छूता दिखाई दिया है। स्वच्छता के प्रति पीएम द्वारा जो पहले दिन से दी गई गाइडलाइन थी, सुरक्षा के प्रति सतर्कता के बारे में पीएम के निर्देशों का पालन करके और नमामि गंगे परियोजना के बाद वह हर श्रद्धालु जिसने मां गंगा, यमुना और सरस्वती की त्रिवेणी में डुबकी लगाई, अपने आपको अभिभूत पा रहा था। नमामि गंगे परियोजना की सफलता के कारण महाकुंभ आज सफल हुआ है। इसके लिए हृदय से आभार व्यक्त करता हूं। मुख्यमंत्री योगी ने कहा कि काशी ने पिछले 11 वर्षों में अपने को बदलते हुए देखा है। यह वही काशी है जो अपनी संकरी गलियों के लिए जानी जाती थी, अपने जाम के लिए जानी जाती थी। काशी शिक्षा का सबसे प्राचीन केंद्र थी, लेकिन यह पहले बहुत अस्त-व्यस्त थी। अब स्वास्थ्य, शिक्षा और पर्यटन क्षेत्र में कनेक्टिविटी बढ़ी है। पिछले 11 वर्षों में आपके नेतृत्व में 50 हजार करोड़ से अधिक की परियोजना काशी के लिए आई हैं। काशी में आज आपके कर कमलों से लगभग चार हजार करोड़ की परियोजना का लोकार्पण और शिलान्यास होगा। काशी में यूपी के प्रोडक्ट को मान्यता प्रदान करने के लिए काशी और उसके आसपास के जिले को सर्वाधिक जीआई टैग प्राप्त हुआ है। यूपी इस मामले में नंबर एक पर है। इसके पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को अपने वाराणसी दौरे के दौरान शहर में कुछ दिन पूर्व घटी सामूहिक बलात्कार की घटना पर गंभीर चिंता जताते हुए त्वरित और कड़ा रुख अपनाया है। वाराणसी एयरपोर्ट पर उतरते ही उन्होंने पुलिस आयुक्त, मंडलायुक्त और जिलाधिकारी से इस मामले में विस्तृत जानकारी ली। प्रधानमंत्री मोदी ने अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिए कि इस जघन्य अपराध के सभी दोषियों को चिन्हित कर उन पर कड़ी से कड़ी कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। इसके साथ ही, उन्होंने भविष्य में ऐसी घटनाओं की पुनरावृत्ति रोकने के लिए व्यापक और प्रभावी व्यवस्थाएं करने पर जोर दिया। बता दें कि बीते दिनों वाराणसी में 19 वर्षीय युवती के साथ सामूहिक दुष्कर्म का मामला सामने आया है। इस मामले में पुलिस ने 12 नामजद सहित 11 अज्ञात युवकों के खिलाफ मामला दर्ज किया है।

सलमान खान की सिकंदर की बॉक्स ऑफिस पर हालत खराब

सलमान खान फिल्म सिकंदर को लेकर सुर्खियों में हैं और चर्चा इसलिए हो रही है, क्योंकि उनकी इस फिल्म का बॉक्स ऑफिस पर हाल-बेहाल है। पहले ही दिन से दर्शकों के लिए संघर्ष कर रही जब यह फिल्म रिलीज नहीं हुई थी तो लग रहा था कि ये छावा के रिकॉर्ड भी तोड़ देगी, लेकिन फिल्म के बॉक्स ऑफिस पर इतने निराशाजनक प्रदर्शन ने सलमान के साथ-साथ उनके प्रशंसकों को भी हैरान कर दिया।

आइए इसकी कुल कमाई जान लें।

इस फिल्म ने पहले दिन 26 करोड़ रुपये की ओपनिंग की, जो सलमान की स्टार पावर के हिसाब से कम मानी गई। दूसरे दिन ईद की छुट्टी के बावजूद फिल्म ने सिर्फ 29 करोड़ रुपये कमाए।

तीसरे दिन फिल्म 19.5 करोड़ रुपये पर सिमट गई। चौथे दिन 9.75 करोड़, पांचवें दिन 6 करोड़ रुपये की कमाई के बाद फिल्म की रफ्तार और धीमी हो गई और 7वें दिन यह महज 3.75 करोड़ रुपये अपने खाते से जोड़ सकी। सिकंदर को वीकेंड का भी फायदा नहीं मिला। किसी तरह अब ये 100 करोड़ कमा ले, यही बहुत है, क्योंकि शनिवार के आंकड़े देखकर लगता नहीं कि फिल्म कुछ ज्यादा दम दिखा पाएगी।

सिकंदर ने 7वें दिन 3.75 करोड़ रुपये कमाए, जिससे इसकी कुल कमाई 97.50 करोड़ रुपये हो गई है। सलमान की पिछली फिल्म टाइगर 3 ने 7वें दिन भारत में 219.4 करोड़ का कारोबार किया था, जबकि सिकंदर 100 करोड़ के आंकड़े को छू तक नहीं पाई है।

लगभग 200 करोड़ रुपये के बजट में बनी सिकंदर बॉक्स ऑफिस पर अपनी आधी लागत तक वसूल नहीं कर पाई है।

इसक हालत देख कई सिनेमाघरों ने इसके शो घटा दिए हैं। कुछ जगहों पर तो इसे हटाकर दूसरी फिल्में जैसे एल2 एम्पुरान या दूसरी दक्षिण भारतीय फिल्में लगाई जा रही हैं।

एआर मुरुगदॉस फिल्म के निर्देशक तो साजिद नाडियाडवाला इसके निर्माता हैं।

फिल्म में रश्मिका मंदाना, सत्यराज, काजल अग्रवाल, शरमन जोशी और प्रतीक बब्बर जैसे कलाकार भी हैं।

छावा बॉक्स ऑफिस पर अपनी शानदार पारी जारी रखे हुए है।

शनिवार यानी 5 अप्रैल को फिल्म ने 90 लाख रुपये की कमाई की। इसके साथ ही छावा का कुल कारोबार अब 597.15 करोड़ रुपये हो गया है। रिलीज के 7 हफ्तों बाद भी फिल्म दर्शकों के बीच अपनी पकड़ बनाए हुए है और लगातार बेहतर प्रदर्शन कर रही है।

इस फिल्म के हीरो विक्की कौशल तो हीरोइन रश्मिका मंदाना हैं, वहीं अक्षय खन्ना विलेन की भूमिका में दिखे हैं।

सिंगर, सॉन्ग-राइटर और अब अभिनेत्री, बहु-प्रतिभाशाली पर्सनालिटी के रूप में देखते हैं दर्शक : कावेरी कपूर

कावेरी कपूर ने अपनी पहली फ़िल्म बॉबी और ऋषि की लव स्टोरी से इंडस्ट्री में अपनी पहचान बनाई। हालांकि यह फ़िल्म कावेरी की पहली फ़िल्म थी, लेकिन यह पहली बार नहीं था जब उन्होंने कैमरे का सामना किया। जो लोग नहीं जानते, उन्हें बता दें कि कावेरी एक प्रतिभाशाली गायिका, गीतकार और संगीतकार हैं, जिनके नाम चार म्यूजिक वीडियो दर्ज हैं। हाल ही में उन्होंने अपना पाँचवाँ गाना एक धागा तोड़ा मैंने रिलीज़ किया, जिसे उन्होंने महज 15 साल की उम्र में अंग्रेज़ी में लिखा था। उनकी इस प्रतिभा को पहचानते हुए ए.आर. रहमान, जिन्होंने इस ट्रैक को प्रोड्यूस किया, और उन्होंने ने कावेरी की खूब सराहना की। इतनी उपलब्धियों के साथ, कावेरी को रचनात्मकता, जुनून और प्रतिभा का प्रतीक मानना स्वाभाविक है। एक गीतकार, गायिका और अभिनेत्री के रूप में उनकी यात्रा मेहनत, लगन, धैर्य और समर्पण का प्रमाण है। जो कावेरी ने हमेशा व्यक्त किए हैं। कावेरी को प्रदर्शन कला के प्रति अपने प्यार को विरासत में मिला, क्योंकि वह बेहद लेजेंड्री माता-पिता, सुचित्रा कृष्णमूर्ति और शेखर कपूर की बेटी हैं। और उनके संगीत वीडियो इस बात का सबूत हैं कि उन्हें अपने शानदार प्रतिभा माता-पिता से विरासत में मिला है। जीवन के शुरुआती दौर से ही गीत लेखन और गायन में महारत हासिल करने वाली कावेरी अब अभिनय के क्षेत्र में अपना नाम बना रही हैं। अभिनेत्री के पास अपने पिता की बहुप्रतीक्षित फिल्म मासूम 2 है, जिसकी तैयारी शुरू हो चुकी है। शेखर कपूर और अपने अभिनेताओं से प्रभावशाली अभिनय निकलवाने की उनकी प्रतिभा को जानते हुए, हम इस फिल्म में कावेरी को अभिनय करते देखने के लिए इंतजार कर रहे हैं।

फिल्म पेद्दी से सामने आया हिंदी में पहला शॉट, दमदार अंदाज में राम चरण ने मारी एंट्री

तेलुगु सुपरस्टार राम चरण की आगामी फिल्म 'पेद्दी' का पहला शॉट या पहली झलक कल रामनवमी के अवसर पर मेकर्स की ओर से जारी की गई। जिसको देखने के बाद दर्शकों में फिल्म को लेकर और भी उत्साह है। हालांकि, मेकर्स की ओर से जारी किया गया फिल्म का पहला शॉट हिंदी को छोडक़र बाकी भाषाओं में रिलीज किया गया था। अब आज मेकर्स ने पेद्दी की हिंदी में भी पहली झलक रिवील कर दी है। जिसके बाद फिल्म को लेकर हिंदी भाषी दर्शकों में भी गजब का उत्साह देखने को मिल रहा है।

रामनवमी के मौके पर हिंदी को छोडक़र बाकी भाषाओं में फिल्म की पहली झलक सामने आने के बाद हिंदी दर्शकों के मन में ये संदेह था कि आखिर हिंदी में 'पेद्दी' की पहली झलक सामने क्यों नहीं आई और ये कब आएगी? जिसके बाद अब मेकर्स ने आज हिंदी में इस बहुप्रतीक्षित फिल्म की पहली झलक जारी की है। ये टीजर जारी होते ही वायरल हो गया और लोगों इसे काफी पसंद भी कर रहे हैं। हिंदी में भी अन्य भाषाओं की तरह राम चरण की अपनी ही आवाज है, यानी किसी और की डबिंग वाली आवाज नहीं है। इस टीजर को राम चरण ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर साझा किया है। 'पेद्दी' एक गांव की पृष्ठभूमि पर आधारित एक स्पोर्ट्स एक्शन ड्रामा फिल्म है। जो पहली झलक फिल्म की सामने आई है, उसमें राम चरण का दमदार अंदाज देखने को मिला है। पहली झलक की शुरूआत में राम चरण का किरदार क्रिकेट मैदान में कदम रखता है। कंधे पर बैट टांगे, बीड़ी पीते हुए और भीड़ की तालियों के बीच उसकी जोरदार एंट्री होती है। इसके बाद वह विशाल खेतों को पार करता है, अपनी तेज रफ्तार और ताकत दिखाता नजर आता है। टीजर के अंत में राम चरण का किरदार मैदान पर पहुंचते ही एक जोरदार शॉट मारता है और गेंद आसमान छूती नजर आती है।

'पेद्दी' में राम चरण के साथ जान्हवी कपूर, दिव्येंदु शर्मा और जगपति बाबू भी अहम भमिकाओं में नजर आएंगे। बुची बाबू सना द्वारा निर्देशित यह फिल्म अगले साल यानी 27 मार्च 2026 को राम चरण के जन्मदिन के मौके पर रिलीज होगी। फिल्म में एआर रहमान का संगीत है, जो फिल्म को लेकर लोगों का उत्साह और भी बढ़ाता है।

अजित कुमार की गुड बैड अग्ली का ट्रेलर जारी, हिंदी समेत इन भाषाओं में 10 अप्रैल को रिलीज होगी फिल्म

साउथ स्टार अजित कुमार की बहुप्रतीक्षित फिल्म 'गुड बैड अग्ली' का ट्रेलर रिलीज हो चुका है। ट्रेलर में अजित मास मोमेंट्स, स्वैग और शानदार डायलॉग डिलीवरी देखने को मिल रही है। निर्माताओं ने फिल्म का ट्रेलर तमिल में रिलीज किया है।

सामने आए ट्रेलर में अभिनेता अजित कुमार अपनी पहली फिल्मों की ही तरह एक्शन करते हुए नजर आए हैं। दो मिनट के ट्रेलर से अंदाजा लगाया जा सकता है कि कहानी गैंगस्टर वर्सेस गैंगस्टर है। आमतौर पर आजकल की फिल्मों में गुड गैंगस्टर बनाम बैड गैंगस्टर वाली थीम से मिलता-जुलता हुआ। ट्रेलर में फिल्म में मौजूद बेहतरीन कलाकारों की भी झलक मिली है। हमेशा की तरह अजित की स्क्रीन प्रजेंस काफी अच्छी दिखी। बाकी तो फिल्म देखने के बाद ही पता चलेगा कि अजित कुमार क्या नया लेकर आए हैं? यह फिल्म पहले पोंगल पर रिलीज होने वाली थी, लेकिन विदामुयार्ची के लिए इसे टाल दिया गया। हालांकि, उसकी रिलीज डेट को भी आगे खिसका दिया गया था। 'गुड बैड अग्ली' की बात करें तो फिल्म 10 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इस फिल्म के बारे में बात करें तो इसमें अजित के तीन किरदार फिल्म के नाम गुड बैड अग्ली को दिखाएंगे। ऐसा कहा जा रहा है कि अजित एक नकारात्मक किरदार भी निभा सकते हैं या वह तीन अलग-अलग किरदारों में भी नजर आ सकते हैं।

शहद से जुड़े इन भ्रमों पर कई लोग करते हैं विश्वास

शहद को अक्सर एक प्राकृतिक और सेहतमंद विकल्प के रूप में देखा जाता है, लेकिन इसके बारे में कई गलतफहमियां भी प्रचलित हैं, जिन पर लोग आंख मूंदकर विश्वास कर लेते हैं।

इस लेख में हम शहद से जुड़े पांच ऐसे भ्रमों की चर्चा करेंगे, जो वास्तव में सच नहीं हैं। इन भ्रमों की सच्चाई जानकर आप शहद का सही उपयोग कर सकते हैं और अपनी सेहत का बेहतर ख्याल रख सकते हैं।

भ्रम- शहद चीनी का स्वस्थ विकल्प है

कई लोग मानते हैं कि शहद चीनी का सेहतमंद विकल्प है, लेकिन यह पूरी तरह सही नहीं है।

शहद और चीनी दोनों में ग्लूकोज और फ्रक्टोज होते हैं, जो शरीर को समान ऊर्जा देते हैं। शहद में कुछ विटामिन और मिनरल्स होते हैं, लेकिन ये इतनी कम मात्रा में होते हैं कि सेहत पर खास असर नहीं डालते।

इसलिए वजन घटाने या मधुमेह के लिए चीनी की जगह शहद का उपयोग करने वाले सोच-समझकर इसका इस्तेमाल करें।

भ्रम- गर्म पानी में शहद मिलाकर पीने से वजन घटाता है

सुबह-सुबह खाली पेट गर्म पानी में शहद मिलाकर पीने को वजन घटाने का रामबाण उपाय माना जाता है, लेकिन सच्चाई यह है कि केवल गर्म पानी और शहद पीने भर से वजन कम नहीं होता है।

वजन घटाने के लिए संतुलित आहार और नियमित एक्सरसाइज जरूरी होता है।

हां, गर्म पानी आपके पाचन तंत्र को सक्रिय करता है और आपको दिनभर तरोताजा महसूस करने में मदद करता है, लेकिन इसका सीधा संबंध वजन घटाने से नहीं होता।

भ्रम- हर प्रकार की खांसी-जुकाम के लिए शहद फायदेमंद होता है

शहद को खांसी-जुकाम के घरेलू इलाज के रूप में देखा जाता है, लेकिन यह हर प्रकार की खांसी-जुकाम पर असरदार नहीं होता है।

कुछ मामलों में जहां बैक्टीरियल संक्रमण हो सकता है या एलर्जी हो सकती है वहां केवल शहद काम नहीं करेगा।

हालांकि, हल्की-फुल्की सर्दी-खांसी या गले की खराश जैसी समस्याओं में यह राहत दे सकता है क्योंकि इसमें एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो गले को आराम पहुंचाते हैं।

भ्रम- शहद बच्चों के लिए पूरी तरह सुरक्षित होता है

अक्सर माता-पिता अपने छोटे बच्चों को भी बिना सोचे-समझे शहद दे देते हैं क्योंकि उन्हें लगता है कि यह प्राकृतिक चीज होने के कारण सुरक्षित होगा।

हालांकि, एक साल से कम उम्र के बच्चों को कभी भी शहद नहीं देना चाहिए क्योंकि इसमें बोटुलिज्म नामक बैक्टीरिया हो सकता है, जो छोटे बच्चों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होने पर गंभीर समस्या पैदा कर सकता है।

भ्रम- शहद को त्वचा पर लगाने मात्र से चमक आएगी

शुद्धता और प्राकृतिक गुणों की वजह से कई लोग मानते हैं कि सिर्फ चेहरे पर लगाने भर से त्वचा चमक उठेगी, जबकि असलियत ये होती कि त्वचा की देखभाल सिर्फ बाहरी उपचार तक सीमित न होकर अंदरूनी पोषण भी मांगती होती है।

हालांकि, शुद्धता और मॉइस्चराइजिंग गुणों वाली सामग्री जैसे नींबू, दही आदि मिलाकर मास्क बनाकर इस्तेमाल करने पर फायदा जरूर मिल सकता है।

त्वचा की देखभाल के लिए इस्तेमाल करें आर्गन ऑयल, मिलेगा भरपूर फायदा

आर्गन ऑयल एक ऐसा प्राकृतिक तेल है, जो त्वचा की देखभाल के लिए बहुत फायदेमंद है।

यह तेल मोरक्को के आर्गन पेड़ के बीजों से निकाला जाता है और इसमें विटामिन-श्व, फैटी एसिड और एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। इन गुणों के कारण यह तेल त्वचा को नमी देता है, झुर्रियों को कम करता है और त्वचा को स्वस्थ बनाए रखता है।

आइए जानते हैं कि आर्गन ऑयल का इस्तेमाल कैसे किया जा सकता है।

त्वचा को नमी देने के लिए इस्तेमाल करें

आर्गन ऑयल एक बेहतरीन तरीका है, जो आपकी त्वचा को गहराई से नमी देता है। इसे रोजाना नहाने के बाद या जब आपकी त्वचा सूखी लगे, तब लगाएं।

इसके लिए बस कुछ बूंदें अपने हाथों पर लेकर हल्के हाथों से चेहरे और हाथों पर मालिश करें। यह तेल त्वचा में तेजी से समा जाता है और इसे मुलायम और चमकदार बनाता है।

नियमित उपयोग से आपकी त्वचा की नमी बनी रहती है।

मेकअप हटाने के लिए करें इस्तेमाल

मेकअप हटाना कभी-कभी त्वचा के लिए कठोर हो सकता है, लेकिन आर्गन ऑयल इसका एक अच्छा विकल्प हो सकता है।

इसके लिए थोड़ा सा आर्गन ऑयल रूई पर लेकर अपने चेहरे पर हल्के हाथों से मालिश करें। इससे आपका सारा मेकअप आसानी से हट जाएगा और आपकी त्वचा कोमल और साफ महसूस होगी।

यह तरीका न केवल असरदार है, बल्कि आपकी त्वचा को पोषण भी देता है और उसे नमी भी प्रदान करता है।

सनबर्न से मिल सकता है छुटकारा

अगर आपको सनबर्न का डर है तो आर्गन ऑयल आपकी मदद कर सकता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स और विटामिन-ई त्वचा को ठंडक पहुंचाते हैं और जलन कम करते हैं।

इसके लिए थोड़ी मात्रा में आर्गन ऑयल प्रभावित क्षेत्र पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें।

यह तरीका न केवल आपकी त्वचा को आराम देता है, बल्कि उसे पोषण भी प्रदान करता है और उसे नमी भी प्रदान करता है।

स्ट्रेच मार्क्स के निशान को कम करने में है कारगर

स्ट्रेच मार्क्स अक्सर गर्भावस्था या वजन बढ़ने-घटने के कारण होते हैं। इनसे छुटकारा पाने के लिए आर्गन ऑयल का नियमित उपयोग फायदेमंद हो सकता है।

इसके लिए प्रभावित क्षेत्र पर रोजाना कुछ बूंदें लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। इससे स्ट्रेच मार्क्स धीरे-धीरे कम होते जाएंगे और आपकी त्वचा मुलायम और चमकदार बनी रहेगी।

आर्गन ऑयल में मौजूद विटामिन-ई और फैटी एसिड त्वचा को पोषण देते हैं और उसे नमी भी प्रदान करते हैं।

क्या आप अंकुरित सही खा रहे हैं? इन 5 बातों का रखें खास ध्यान

अंकुरित को कई लोग सलाद की तरह खाते हैं, लेकिन क्या आप इसे सही तरीके से खा रहे हैं? अंकुरित में मौजूद पोषक तत्वों का सही तरीके से सेवन करना जरूरी है ताकि आपको इसका पूरा स्वास्थ्य लाभ मिल सके।

आइए हम आपको अंकुरित खाने से संबंधित पांच ऐसी बातें बताते हैं, जिनका आपको हमेशा ध्यान रखना चाहिए ताकि आप इसे सही तरीके से खा सकें और इसके फायदे भी आपको मिलें।

अंकुरित को खाने से पहले पानी में भिगोएं

अंकुरित को खाने से पहले उन्हें पानी में भिगोना जरूरी है। यह प्रक्रिया अंकुरित के पाचन को आसान बनाती है और उन्हें खाने योग्य बनाती है।

इसके लिए अंकुरित को कम से कम 4-6 घंटे तक पानी में भिगोएं। इससे वे नरम हो जाते हैं और उनका स्वाद भी बढ़ जाता है।

इसके अलावा यह तरीका उनके पोषक तत्वों को भी सुरक्षित रखता है। इसलिए अंकुरित को हमेशा पानी में भिगोकर ही खाएं।

कच्चे अंकुरित का सेवन न करें

कच्चे अंकुरित खाने से सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है।

इनमें मौजूद कुछ तत्व शरीर में पोषक तत्वों के अवशोषण को रोक सकते हैं, जिससे पोषण की कमी हो सकती है। इसलिए कच्चे अंकुरित खाने से बचें और इन्हें हल्का सा भूनकर या उबालकर खाएं।

इससे ये आसानी से पच जाते हैं और इनके पोषक तत्व भी शरीर द्वारा अच्छे से अवशोषित होते हैं। इस तरह आप अंकुरित का पूरा स्वास्थ्य लाभ ले सकते हैं।

सीमित मात्रा में खाएं

अंकुरित खाने की मात्रा पर ध्यान देना बहुत जरूरी है।

अधिक मात्रा में अंकुरित खाने से पेट में गैस या अपच जैसी समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए इन्हें सीमित मात्रा में ही खाएं।

एक समय में लगभग 50 ग्राम अंकुरित खाना पर्याप्त होता है। इसे आप नाश्ते या शाम की चाय के साथ खा सकते हैं। इससे आपको सभी पोषक तत्व मिलेंगे और कोई भी परेशानी नहीं होगी।

अन्य खाद्य पदार्थों के साथ मिश्रण बनाएं

अंकुरित को अकेले खाने की बजाय अन्य खाने की चीजों के साथ मिलाकर खाएं। इससे इसका स्वाद बढ़ेगा और यह अधिक पौष्टिक बनेगा।

आप इसे सलाद में मिला सकते हैं या सूप आदि में भी डाल सकते हैं।

इसके अलावा आप इसे दही या छाछ के साथ भी खा सकते हैं। इससे न केवल इसका स्वाद बढ़ेगा बल्कि इसके पोषक तत्वों का अवशोषण भी बेहतर होगा।

इस तरह आप अंकुरित का पूरा स्वास्थ्य लाभ ले सकते हैं।

अंकुरित को लंबे समय तक स्टोर करने से बचें

अंकुरित को लंबे समय तक रखने से उनके पोषक तत्व कम हो जाते हैं और वे सेहत के लिए हानिकारक हो सकते हैं। इसलिए इन्हें ताजा ही बनाकर खाएं। अगर आपके पास अधिक मात्रा में अंकुरित बच जाएं तो उन्हें ठंडे स्थान पर रख दें ताकि उनकी ताजगी बनी रहे।

इस तरह आप अंकुरित का सही तरीके से सेवन करके इसके सभी लाभ पा सकते हैं और अपनी सेहत को बेहतर बना सकते हैं।

दून विश्वविद्यालय में आरम्भ होगा सेंटर फॉर हिंदू स्टडीज : सीएम

हरिद्वार । मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मानव सेवा उत्थान समिति द्वारा रविवार को हरिद्वार में बैसाखी महापर्व के अवसर पर आयोजित सद्भावना सम्मेलन एवं राष्ट्रीय एकता शिविर में प्रतिभाग किया।

कैबिनेट मंत्री श्री सतपाल महाराज को इस भव्य आयोजन के लिए बधाई देते हुए सीएम श्री पुष्कर सिंह धामी ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी मानव कल्याण के उद्देश्य से आयोजित ये विशाल सम्मेलन न केवल समाज में एकता और सद्भावना का संदेश देगा बल्कि मानव सेवा के लिए भी जन-जन को प्रेरित करेगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्राचीन सनातन हिंदू संस्कृति हमें वसुधैव कुटुम्बकम'' अर्थात संपूर्ण पृथ्वी को अपना परिवार मानने की प्रेरणा देती है। हमारे ऋषियों-मुनियों ने समाज में अध्यात्म और ज्ञान द्वारा लोगों को सद्भावना का मार्ग दिखाया है। उसी मार्ग पर चलते हुए, आदरणीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में आज हमारा देश "वसुधैव कुटुम्बकम" की भावना पर आधारित "एक पृथ्वी - एक परिवार - एक भविष्य" की अवधारणा को वैश्विक मंचों पर साकार कर रहा है।

मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि कोरोना काल में विश्व के लगभग 100 देशों को कोविड की वैक्सीन देना हो, योग एवं आयुर्वेद को वैश्विक स्तर पर ले जाना हो या अनेकों छोटे देशों को आर्थिक सहायता देनी हो, आदरणीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने सदैव पूरी पृथ्वी को मानवता के एक सूत्र में पिरोने का प्रयास किया है। आज विश्व में कहीं भी कोई आपदा आती है तो भारत तत्काल पीड़ित देश को राहत सामग्री पहुँचाने का कार्य करता है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि अभी हाल ही में जब म्यांमार में विनाशकारी भूकंप आया था तो भारत ने 'ऑपरेशन ब्रह्मा' के अंतर्गत वहां 625 टन राहत सामग्री भेजने के साथ ही डॉक्टरों की टीम को भी भेजा, जिसने वहां पर सैकड़ों लोगों का उपचार किया। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय एकता किसी भी देश की शक्ति और स्थिरता का आधार होती है। यदि देश के नागरिकों में आपसी सद्भावना होगी, तो वे मिलकर देश की उन्नति के लिए कार्य करेंगे। इसी को ध्यान में रखकर आज देश में प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में नागरिकों में एकता की भावना को मजबूत करने की दिशा में निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। आदरणीय प्रधानमंत्री जी के मार्गदर्शन एवं सहयोग से हमारी राज्य सरकार भी प्रदेश में एकता, समानता और सामाजिक सौहार्द को मजबूत करने की दिशा में लगातार प्रयास कर रही है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि अभी हाल ही में, हमनें प्रदेश में समान नागरिक संहिता को लागू करने जैसा ऐतिहासिक कार्य किया है। इसके माध्यम से जाति, धर्म और लिंग आदि के आधार पर कानूनी मामलों में होने वाले भेदभाव को पूर्ण रूप से खत्म कर प्रदेश के सभी नागरिकों को समान अधिकार देने का प्रयास किया गया है।

इसके साथ ही, हमारी सरकार प्रदेश की सांस्कृतिक धरोहरों का संरक्षण एवं संवर्धन की दिशा में भी पूरी प्रतिबद्धता के साथ कार्य कर रही है। आज एक ओर जहां, केदारनाथ धाम एवं बद्रीनाथ धाम में वृहद स्तर पर पुनर्निर्माण के कार्य किए जा हैं वहीं, हरिद्वार-ऋषिकेश कॉरीडोर के निर्माण की दिशा में भी हम कार्य कर रहे हैं।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारी सरकार ने दून विश्वविद्यालय में सेंटर फॉर हिंदू स्टडीज की पढ़ाई प्रारंभ करने का निर्णय लिया है। इस सेंटर में हिंदू सभ्यता और संस्कृति से जुड़े विभिन्न विषयों पर शिक्षण और शोध-कार्य किए जाएंगे।

इस अवसर पर कैबिनेट मंत्री श्री सतपाल महाराज ने कहा कि सनातन संस्कृति सर्वे भवन्तु सुखिन: सर्वे सन्तु निरामया की रही है 7 इस विचार के साथ ही प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में भारत विश्व गुरु बनने की दिशा में अग्रसर है ।

विधायक आदेश चौहान, जिलाध्यक्ष आशुतोष शर्मा, विनय रोहिल्ला, जिलाधिकारी कर्मेंद्र सिंह,एसएसपी प्रमेंद्र सिंह डोभाल सहित सभी जनपद स्तरीय अधिकारी मौजूद रहें ।

प्रदेश में ई पाश मशीन से राशन वितरण शुरू

मंगलौर/हरिद्वार । प्रदेश में नई ई पाश मशीनों से राशन वितरण के पायलट प्रोजेक्ट की लॉन्चिंग कर दी गई है। बुधवार को मंगलौर मंडी परिसर में खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति मंत्री रेखा आर्या ने हरिद्वार और उधम सिंह नगर जनपद के लिए इसकी शुरुआत की।

ई पाश मशीन की लांचिंग करते हुए कैबिनेट मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि इस आधुनिक मशीन के चलते अब वे लोग भी राशन ले सकेंगे जिनके फिंगरप्रिंट और आई कॉर्निया मैचिंग नहीं हो पाती थी।

नई मशीन से राशन वितरण का प्रबंधन बेहतर तरीके से हो सकेगा। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि प्रदेश के सभी गोदाम में इलेक्ट्रॉनिक कांटे स्थापित किए गए हैं जिससे राशन विक्रेताओं को अब तोल कर पूरा राशन मिलेगा।

कैबिनेट मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपने अब तक के कार्यकाल में सरकारी योजनाओं का लाभ समाज के अंतिम छोर पर खड़े व्यक्ति तक पहुंचाने का काम किया है। राशन वितरण प्रणाली में यह बदलाव भी इसी दिशा में एक पहल है। यह शुरुआत डिजिटल इंडिया की कल्पना को साकार करने की दिशा में एक और मील का पत्थर साबित होगी। कैबिनेट मंत्री रेखा आर्या ने कार्यक्रम में मौजूद राशन डीलरों से कहा कि उनका लाभांश जल्द खातों में पहुंचने वाला है। उन्होंने कहा कि भविष्य में राज्य खाद्य योजना से भी राशन विक्रेताओं को 180 प्रति क्विंटल लाभांश मिले, इसका प्रस्ताव विभाग ने शासन को भेज दिया है। कार्यक्रम में कैबिनेट मंत्री ने दर्जनों राशन विक्रेताओं को नई मशीनों का वितरण भी किया। इस अवसर पर भाजपा रुड़की जिला अध्यक्ष डॉक्टर मधु सिंह,खाद्य आयुक्त हरिश्चंद्र सेमवाल, राशन डीलर संघ अध्यक्ष रेवाधर बृजवासी, अपर आयुक्त पीएस पांगती, मंगलौर मंडल अध्यक्ष शोभित गुप्ता, मंगलौर ग्रामीण मंडल अध्यक्ष राजीव, सहकारी गन्ना समिति अध्यक्ष सुशील राठी आदि मौजूद रहे।

एसएसपी ने किया बहादराबाद का वार्षिक निरीक्षण

हरिद्वार । वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रमेन्द्र सिंह डोबाल ने बहादराबाद का वार्षिक निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने थाने की विभिन्न शाखाओं का निरीक्षण किया और आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।एसएसपी के निरीक्षण में साफ-सफाई साफ-सफाई संतोषजनक पाई गई। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक ने थाने के सभी हिस्सों का निरीक्षण किया और साफ-सफाई के उच्च मानकों को बनाए रखने के निर्देश दिए। मालखाने में मुकदमों से संबंधित माल को सुव्यवस्थित तरीके से रखने और संबंधित मुकदमों का स्पष्ट अंकन करने के निर्देश दिए गए। लम्बित विवेचनाओं और शिकायती प्रार्थना पत्रों की जांच के निर्देश दिए गए। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक ने विवेचनाओं की प्रगति की समीक्षा की और आवश्यक कार्रवाई के लिए निर्देश दिए।

आज पाकिस्तानी हिन्दू तीर्थ यात्री पहुंचेंगे हरिद्वार

हरिद्वार । सप्त सरोवर स्थित प्राचीन संत शदाणी देवस्थानम् में आज गुरुवार को पाकिस्तानी हिन्दू तीर्थ यात्रियों का जत्था पहुंचेगा। दरबार के सेवादार अमर लाल शदाणी ने बताया कि शदाणी पीठ के सातवें संत राजाराम साहिब के वार्षिक महोत्सव में भाग लेने के लिए पाक हिन्दू श्रद्धालुओं का जत्था पहुंच रहा है। पाकिस्तानी हिन्दू तीर्थ यात्री माँ गंगा के दर्शन कर अपने पूर्वजों की आत्मा की शांति हेतु पिंड तर्पण व मंदिरों के दर्शन करेंगे। 12 अप्रैल को पाक से आए हुए हिन्दू तीर्थ यात्री पतंजलि योगपीठ, और कनखल स्थित मंदिरों का दर्शन कर अमृतसर के लिए प्रस्थान करेगा।

राज्यपाल ने महावीर जयंती के पावन अवसर पर प्रदेशवासियों को हार्दिक शुभकामनाएं दी हैं।

देहरादून । राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) ने महावीर जयंती के पावन अवसर पर प्रदेशवासियों को हार्दिक शुभकामनाएं दी हैं।उन्होंने अपने संदेश में कहा कि भगवान महावीर की शिक्षाएं एवं जीवन दर्शन संपूर्ण मानवता के लिए अनुकरणीय हैं। उनके द्वारा अहिंसा, सत्य, त्याग, करुणा और लोक कल्याण के जिन सिद्धांतों का प्रतिपादन किया, वे आज भी अत्यंत प्रासंगिक हैं।

मुख्य सचिव ने किया सभी विभागों में बायोमैट्रिक को अनिवार्य

देहरादून । मुख्य सचिव श्री आनन्द बर्द्धन की अध्यक्षता में मंगलवार को सचिवालय में सचिव समिति की बैठक आयोजित हुयी। बैठक के दौरान मुख्य सचिव ने निर्देश दिए कि 1 मई, 2025 से सभी विभागों में अधिकारियों-कर्मचारियों की उपस्थिति अनिवार्य रूप से बायोमैट्रिक से किये जाने की व्यवस्था सुनिश्चित की जाय। यदि विभाग में बायोमैट्रिक मशीनें स्थापित नहीं हैं अथवा पर्याप्त संख्या में नहीं है, इस हेतु समय से आवश्यक तैयारियां पूर्ण कर ली जाय। पूर्व में स्थापित बायोमैट्रिक मशीनों में यदि कोई कमी है तो उसे ठीक करा लिया जाय। उन्होंने सभी विभागों को निर्देश दिए कि विभागों द्वारा जनहित एवं राज्यहित में आवश्यक, महत्त्वपूर्ण एवं प्राथमिकता वाली योजनाओं की सूची तैयार किये जाने के निर्देश दिये गये, ताकि व्यापक जनहित में इन योजनाओं हेतु धनराशि की व्यवस्था की जा सके तथा इनकी स्वीकृति हेतु समुचित कार्यवाही की जा सके। इन योजनाओं की सूची नियोजन विभाग को तथा उसकी प्रतिलिपि मुख्य सचिव कार्यालय को उपलब्ध कराये जाने के निर्देश दिये गये। मुख्य सचिव ने एक करोड़ से अधिक लागत की परियोजनाओं की समीक्षा पीएम गतिशक्ति पोर्टल के माध्यम से किए जाने के भी निर्देश दिए हैं। इसके लिये सभी विभागों को आवश्यक तैयारी किये जाने के निर्देश दिये गये। भविष्य में मुख्य सचिव की अध्यक्षता में होने वाली ई0एफ0सी0 पी0एम0 गतिशक्ति पोर्टल के माध्यम से की जायेगी। विभागीय सचिवगणों से भी विभागीय ई0एफ0सी0 पी0एम0 गतिशक्ति पोर्टल के माध्यम से कराये जाने हेतु निर्देश दिये गये। साथ ही, उन्होंने सभी विभागों द्वारा तैयार की जाने वाली विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (डीपीआर) को ई-डीपीआर के रूप में तैयार किए जाने के निर्देश दिए।

स्वामी,मुद्रक व प्रकाशक अवनीश कुमार द्वारा भगवती प्रिंटर्स,इण्डस्ट्रियल एरिया, हरिद्वार से छपवाकर ग्रा. बसवाखेड़ी पो. मंगलौर, हरिद्वार (उत्तराखण्ड़) से प्रकाशित किया।
सम्पादक: अवनीश कुमार, मो० 9410553400
ई-मेल: liveskgnews@gmail.com
(सभी विवादों का न्याय क्षेत्र हरिद्वार न्यायालय में ही होगा)
सभी लेखों में सम्पादक की सहमति जरूरी नही है।