हिन्दी पाक्षिक

सेमन्या कण्वघाटी

RNI No.: UTTHIN/2013/54659

वर्ष-13 अंक-06 हरिद्वार, रविवार, 01 फरवरी, 2026 मूल्य-दो रूपया मात्र पृष्ठ-8

गणतंत्र दिवस पर राज्यपाल ने परेड ग्राउंड में फहराया राष्ट्रीय ध्वज

देहरादून, संवाददाता। गणतंत्र दिवस के अवसर पर राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) ने सोमवार को परेड ग्राउंड में आयोजित गणतंत्र दिवस के मुख्य समारोह में राष्ट्रीय ध्वज फहराया और भव्य परेड की सलामी ली। कार्यक्रम में राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले पुलिस अधिकारियों को पदक अलंकरण कर सम्मानित किया गया साथ विभिन्न अधिकारियों को भी उनकी सराहनीय सेवाओं के लिए सम्मानित किया।

परेड ग्राउंड में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम के दौरान सूचना विभाग द्वारा ''उत्तराखण्ड रजत जयंती और शीतकालीन धार्मिक यात्रा व पर्यटन'' पर आधारित झांकी के अलावा महिला सशक्तीकरण एवं बाल विकास विभाग, ग्राम्य विकास विभाग, पर्यटन विभाग, उद्यान विभाग, विद्यालयी शिक्षा विभाग, उत्तराखण्ड अक्षय ऊर्जा विकास अभिकरण(उरेड़ा), वन विभाग, उद्योग विभाग एवं संस्कृत शिक्षा विभाग द्वारा विभिन्न कार्यक्रमों, योजनाओं तथा नीतियों पर आधारित मनमोहक झाँकियों का भी प्रदर्शन किया गया। इस प्रदर्शन में सूचना विभाग की झांकी को प्रथम, संस्कृत शिक्षा विभाग को द्वितीय तथा विद्यालयी शिक्षा विभाग की झांकी को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ, जिन्हें राज्यपाल और मुख्यमंत्री द्वारा सम्मानित किया गया। समारोह में सेना 14वीं डोगरा रेजीमेंट आर्मी, सी0आर0पी0एफ0, आई0टी 0बी0पी0, हिमाचल पुलिस, 40वीं वाहिनी पीएसी, 40वीं वाहिनी महिला दल, उत्तराखण्ड होमगार्ड्स, प्रान्तीय रक्षक दल, एन0सी0सी बॉयज, एन0सी0सी गर्ल्स, अश्व दल, पुलिस संचार, अग्निशमन, सी0पी0यू0 ने भव्य परेड में प्रतिभाग किया। परेड करने वाली टुकड़ियों में प्रथम स्थान पर सीआरपीएफ, द्वितीय स्थान पर आईटीबीपी और तृतीय स्थान पर 14वीं डोगरा रेजीमेंट आर्मी रहीं, जिन्हें राज्यपाल और मुख्यमंत्री द्वारा सम्मानित किया गया।

परेड ग्राउंड में आयोजित गणतंत्र दिवस के कार्यक्रम में राज्य के लोक कलाकारों ने सांस्कृतिक लोक नृत्य का मनमोहक प्रदर्शन किया, जिसमें राज्य की समृद्ध संस्कृति की झलक देखने को मिली। विभिन्न सांस्कृतिक दलों द्वारा छोलिया नृत्य, गढ़वाली नृत्य, पाइप बैंड आदि का महमोहक प्रदर्शन किया गया, जिसका उपस्थित लोगों ने खूब आनंद लिया।

कार्यक्रम में मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने लोकतंत्र सेनानियों, शहीद राज्य आंदोलनकारियों के परिजनों और राज्य आंदोलनकारियों को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित भी किया। परेड ग्राउंड में आयोजित इस समारोह में पूर्व राज्यपाल महाराष्ट्र एवं पूर्व मुख्यमंत्री उत्तराखण्ड श्री भगत सिंह कोश्यारी, पूर्व मुख्यमंत्री उत्तराखण्ड डॉ. रमेश पोखरियाल 'निशंक', मुख्यमंत्री की धर्मपत्नी श्रीमती गीता धामी, कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल, सांसद नरेश बंसल, सांसद महेन्द्र भट्ट, विधायक खजान दास, मेयर देहरादून श्री सौरभ थपलियाल, मुख्य सचिव श्री आनन्द बर्द्धन, पुलिस महानिदेशक श्री दीपम सेठ, सचिव श्री राज्यपाल श्री रविनाथ रामन, जिलाधिकारी देहरादून सविन बंसल, एसएसपी अजय सिंह सहित पुलिस तथा प्रशासन के वरिष्ठअधिकारीगण, जनप्रतिनिधि गण एवं जनसामान्य लोग भी उपस्थित रहे।

राज्यपाल ने लोक भवन में राष्ट्रीय ध्वज फहराया

राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) ने गणतंत्र दिवस के अवसर पर लोक भवन में राष्ट्रीय ध्वज फहराया और समस्त प्रदेशवासियों को हार्दिक शुभकामनाएँ एवं बधाई दी। मीडिया से वार्ता करते हुए राज्यपाल ने भारतीय संविधान के शिल्पकार बाबासाहेब डॉ. भीमराव आंबेडकर सहित सभी संविधान निर्माताओं को नमन करते हुए लोकतंत्र की सुदृढ़ नींव रखने के लिए उनका आभार व्यक्त किया। उन्होंने देश की स्वतंत्रता हेतु बलिदान देने वाले स्वतंत्रता सेनानियों, वीर शहीदों तथा सीमाओं एवं तटों पर तैनात सशस्त्र बलों के जवानों को नमन किया। राज्यपाल ने कहा कि गणतंत्र दिवस हमें अपने संविधान और लोकतांत्रिक मूल्यों को और अधिक सशक्त बनाने का संकल्प लेने का अवसर प्रदान करता है। उन्होंने प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में 'विकसित भारत 2047', 'आत्मनिर्भर भारत' और 'विश्व गुरु भारत' के संकल्प को साकार करने में सभी नागरिकों की सहभागिता पर बल दिया। राज्यपाल ने कहा कि 21वीं सदी की चुनौतियों का सामना करने हेतु आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एवं आधुनिक तकनीकों का सकारात्मक उपयोग राष्ट्र निर्माण के लिए आवश्यक है। उन्होंने उत्तराखण्ड की नारी शक्ति और युवाओं द्वारा नवाचार, स्टार्टअप और उद्यमिता के क्षेत्र में किए जा रहे प्रयासों की सराहना की।

यूसीसी के एक साल होने पर संतों ने सीएम धामी को दी बधाई

देश में सभी नागरिकों के लिए एक विधान होना जरूरी: संत समाज

हरिद्वार । उत्तराखंड में समान नागरिक संहिता यानी यूसीसी लागू हुए 1 साल हो गया है। 27 जनवरी को सरकार यूसीसी दिवस के रूप में मना रही है। हरिद्वार में साधु संत भी सरकार के इस कदम की सराहना कर रहे हैं। संतों का कहना है कि मुख्यमंत्री पुष्कर सीधा में के नेतृत्व में उत्तराखंड सरकार ने देश में सबसे पहले सभी धर्म और पंथ के नागरिकों के लिए एक समान कानून लागू किया है। अन्य राज्यों को भी इसका अनुसरण करना चाहिए। साधु संतों का कहना है कि देश में सभी नागरिकों के लिए एक विधान होना जरूरी है। यूसीसी कानून के लागू होने से उत्तराखंड में किसी भी नागरिक के साथ भेदभाव नहीं होगा। विशेष तौर पर मुस्लिम महिलाओं के साथ हो रहे अत्याचार और लव जिहाद जैसी घटनाओं पर भी रोक लगेगी। इसके साथ ही हरिद्वार जिला मुख्यालय ने भी यूसीसी दिवस मनाया। ऋषिकुल ऑडिटोरियम में आयोजित कार्यक्रम में नगर विधायक मदन कौशिक, मेयर किरन जैसल और डीएम मयूर दीक्षित समेत कई अधिकारी और छात्र छात्राएं उपस्थित रही। इस दौरान यूसीसी की उपलब्धियां बताई गईं।

महानिर्वाणी अखाड़े के सचिव महंत रविंद्रपुरी महाराज ने कहा 27 जनवरी को उत्तराखंड में यूसीसी लागू कर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने इतिहास रचने का काम किया। उन्होंने कहा देश में सबसे पहले यूसीसी लागू कर यह स्पष्ट संदेश दिया गया कि धामी सरकार के लिए सभी नागरिक समान हैं। श्रीमहंत रविंद्रपुरी महाराज ने कहा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में जनहित से जुड़े अनेक महत्वपूर्ण कानून बनाए हैं।

योग गुरु स्वामी रामदेव ने भी यूसीसी के एक वर्ष पूर्ण होने पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी को शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि एक देश, एक विधान और एक संविधान की भावना के अनुरूप उत्तराखंड में सबसे पहले यूसीसी लागू किया गया है। उन्होंने इसके लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, गृहमंत्री अमित शाह और पूरी राष्ट्रवादी सरकार को भी बधाई दी।

जूना अखाड़े के आचार्य महामंडलेश्वर स्वामी अवधेशानंद गिरी ने कहा कि देश इस समय बड़े बदलावों के दौर से गुजर रहा है। विशेषकर शिक्षा और पर्यावरण के क्षेत्र में सकारात्मक परिवर्तन हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि देश का युवा जागरूक हो रहा है। एक बड़े राजनीतिक दल का मुखिया भी युवा ही चुना गया है। ऐसे में उत्तराखंड में मुख्यमंत्री के प्रचंड संकल्प के चलते ही यूसीसी जैसे ऐतिहासिक कानून को लागू किया जा सका। समान नागरिक संहिता के तहत कराए जा रहे शादियों के रजिस्ट्रेशन में हरिद्वार जिला अव्वल है। यूसीसी दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में जिला प्रशासन ने यूसीसी के रजिस्ट्रेशन में लगी टीम को सम्मानित किया। हरिद्वार के ऋषिकुल ऑडिटोरियम में आयोजित कार्यक्रम में डीएम और जनप्रतिनिधियों ने रजिस्ट्रार, सब रजिस्टार और यूसीसी के काम को आगे बढ़ा रहे स्वयं सहायता समूह के सदस्यों को सम्मानित किया। हरिद्वार जिले में यूसीसी के तहत 1 लाख से ज्यादा रजिस्ट्रेशन हो चुके हैं।

नेहरू युवा केंद्र में पुस्तक मेले का शुभारंभ

हरिद्वार । नेहरू युवा केंद्र में बुधवार को आयोजित चार दिवसीय पुस्तक मेले का शुभारंभ नगर विधायक मदन कौशिक ने किया। मेले में विद्यार्थियों और युवाओं के लिए शैक्षणिक, प्रतियोगी और ज्ञानवर्धक पुस्तकों की व्यापक श्रृंखला उपलब्ध कराई गई है। उद्घाटन के अवसर पर विधायक मदन कौशिक ने कहा कि पुस्तक मेले का आयोजन एक अत्यंत सराहनीय पहल है। उन्होंने कहा कि हरिद्वार में इतने बड़े स्तर पर पुस्तक मेले का आयोजन पहली बार किया गया है, जो अपने आप में एक बड़ी उपलब्धि है। यह आयोजन न केवल बच्चों और युवाओं के लिए बल्कि समूचे नगर के लिए ज्ञानवर्धक सिद्ध होगा। उन्होंने कहा कि यह पहल नेहरू युवा केंद्र के अध्यक्ष पदम प्रकाश शर्मा की दूरदर्शी सोच का परिणाम है। नेहरू युवा केंद्र के अध्यक्ष पदम प्रकाश शर्मा ने बताया कि पुस्तक मेले में कॉमिक्स, उपन्यास, सामान्य ज्ञान, प्रतियोगी परीक्षाओं से संबंधित पुस्तकें, शैक्षणिक एवं मनोरंजन से जुड़ी अनेक उपयोगी किताबें उपलब्ध कराई गई हैं। उन्होंने कहा कि यह पुस्तक मेला विशेष रूप से विद्यार्थियों और युवाओं के लिए लाभकारी रहेगा। साथ ही मेले के दौरान शहर के विभिन्न स्कूलों के छात्र प्रतिदिन शैक्षणिक भ्रमण के लिए पहुंचेंगे, जिससे बच्चों में पठन-पाठन के प्रति रुचि बढ़ेगी। इस अवसर पर पुस्तक मेले के आयोजक सतीश रावत, धर्म रावत, योग शिक्षिका मोनिका राय, जया भूषण कंप्यूटर केंद्र के प्रधानाचार्य विभोर चौधरी, ओपी चौहान सहित कई अन्य लोग मौजूद रहे।

सम्पादकीय

विकास के नाम पर सिर्फ बढ़ता प्रदूषण

एक पुरानी कहावत है, 'खाया पिया कुछ नहीं गिलास फोड़ा बारह आना।' प्रदूषण के मामले में वही हाल भारत का है। लंदन से लेकर बीजिंग तक दुनिया भर के देशों की राजधानियों और दूसरे शहरों में एक समय प्रदूषण का साया रहा लेकिन वह इसलिए रहा क्योंकि उन देशों और शहरों में औद्योगिक विकास हो रहा था। लंदन में प्रदूषण का संकट पहली औद्योगिक क्रांति के बाई प्रोडक्ट की तरह आया। बाद में इन शहरों ने प्रदूषण दूर भी कर लिया। लेकिन भारत में कोई औद्योगिकीरण नहीं हुआ लेकिन प्रदूषण चौतरफा फैल गया। अगर उद्योग धंधे लगते, औद्योगिक विकास हो रहा होता, चीन की तरह भारत दुनिया की फैक्टरी बन रहा होता, लोगों की आमदनी बढ़ रही होती और उसी अनुपात में बुनियादी सुविधाओं का विकास हो रहा होता तो हवा के प्रदूषण को समझा जा सकता था। माना जाता है कि देश विकास कर रहा है इसलिए प्रदूषण की समस्या बढ़ रही है। और तब यकीन भी होता कि एक दिन भारत प्रदूषण की समस्या से निजात पा जाएगा। लेकिन भारत में प्रदूषण की समस्या विकास का बाई प्रोडक्ट नहीं है, बल्कि अव्यवस्था का मुख्य उत्पाद है। भारत में अगर ठीक से सफाई हो जाए तो प्रदूषण की समस्या 20 फीसदी कम हो जाएगी। इसके लिए सड़कों पर सफाई और कचरा उठाने का बंदोबस्त करना होगा। लेकिन वह भी नहीं हो पाता है। स्थानीय प्राधिकरण सफाई नहीं करा पाता है और उलटे अनियमित निर्माण की अनुमति देता है, जिसकी कोई निगरानी नहीं होती है। देश में योजनाबद्ध तरीके से बसे शहरों की गिनती की जाए तो संख्या दो अंकों में नहीं पहुंचेगी। बाकी ऐसे ही गांवों, कस्बों में या सड़कों के किनारे शहर उग आए हैं या शहर फैल कर गांवों और कस्बों तक पहुंच गए हैं, जहां शहर की कोई व्यवस्था नहीं है। चारों तरफ बेतरतीब तरीके से निर्माण हो रहा है। नदियों और तालाबों को भर कर मकान और दुकान बनाए जा रहे हैं। इसी तरह बेहिसाब गाड़ियों के रजिस्ट्रेशन हो रहे हैं। शहरों में फैली गंदगी और गाड़ियों का धुआं प्रदूषण का मुख्य कारण है। पिछले दिनों केंद्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी ने स्वीकार किया कि देश के प्रदूषण में बड़ा योगदान गाड़ियों का है। लेकिन वे क्या कर सकते हैं? सरकार इलेक्ट्रिक गाड़ियों पर सब्सिडी दे रही है लेकिन पेट्रोल व डीजल की गाड़ियां ज्यादा सस्ती हैं तो लोग उसे खरीद रहे हैं। दोनों तरह की गाड़ियों की संख्या बढ़ती जा रही है। गाड़ियों के चलने के लिए सड़क नहीं है और न ट्रैफिक मैनेजमेंट का कोई उपाय है। हर साल सर्दियों में कहा जाता है कि अगर ट्रैफिक रेगुलेट कर दिया जाए और जाम लगना कम हो जाए तो प्रदूषण में कितनी कमी आ सकती है। लेकिन हर साल सर्दियों के साथ जाम भी बढ़ता जाता है और प्रदूषण भी बढ़ता जाता है। राजधानी दिल्ली या वित्तीय राजधानी मुंबई की बात समझ में भी आती है लेकिन बिहार के बेगूसराय या मुजफ्फरपुर में प्रदूषण का कोई कारण नहीं है। ये शहर हर साल देश के सबसे प्रदूषित शहरों में जगह पाते हैं। सरकार टियर टू और टियर थ्री के शहरों का विकास करने की बात करती है लेकिन विकास के नाम पर सिर्फ ट्रैफिक बढ़ता है और प्रदूषण बढ़ता है। बिहार में बिना उद्योग लगे हर शहर में औसत वायु गुणवत्ता सूचकांक यानी एक्यूआई तीन सौ से ऊपर रहता है। सरकार मान चुकी है कि इस समस्या का कोई समाधान नहीं है। और लोग भी सर्दियों के बाद भूल जाते हैं।

भारतीय गणतंत्र में आम आदमी कहाँ है ?

(डॉ. सुधाकर आशावादी)

भारत अपना सतहत्तर वां गणतंत्र दिवस मना रहा है। भारतीय संविधान के लागू होने के स्मृति दिवस के रूप में इस दिवस देश की समृद्धि का परिचय कर्तव्य पथ पर दिया जाता है। जिसमें देश की सैन्य क्षमता से लेकर विभिन्न प्रान्तों की विशेषताओं से देश को अवगत कराया जाता है। बहु संस्कृति को व्यक्त करती हुई सांस्कृतिक विविधता प्रदर्शित करने वाली प्रस्तुतियों से देश की अनेकता में एकता की छवि प्रस्तुत की जाती है। गणतंत्र दिवस के राष्ट्रीय पर्व पर देश की उपलब्धियों एवं विकास यात्रा का यह अद्भुत दृश्य प्रत्येक भारतवासी को गौरव की अनुभूति कराता है।

अब भारत गणराज्य की वास्तविक संवैधानिक स्थिति का अध्ययन करें, कि क्या वास्तव में गणतंत्र में गण ही सर्वोच्च शक्ति है ? क्या लोकतान्त्रिक मूल्यों का अनुपालन समानता के आधार पर किया जा रहा है ? क्या सभी नागरिकों के लिए समान न्याय व्यवस्था लागू है ? क्या आम नागरिक को समान नागरिक अधिकार प्राप्त हैं ? क्या देश में समान नागरिक संहिता लागू है ? भले ही राष्ट्राध्यक्ष वंशानुगत नहीं, बल्कि प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से निर्वाचित होता हो तथा शासन की शक्ति जनता में निहित होती हो, मगर क्या जनता को समान लोकतांत्रिक अधिकार प्राप्त हैं ? यह प्रश्न भारत को संवैधानिक व्यवस्था एवं गणतंत्र पर सवाल खड़े करते हैं। विचारणीय बिंदु यह भी है कि किसी भी राष्ट्र का सर्वांगीण विकास राष्ट्र के नागरिकों की राष्ट्र के प्रति समर्पण भावना से ही संभव होता है, यदि नागरिकों में राष्ट्र सर्वोपरि की भावना नहीं होगी, तो राष्ट्र से पहले व्यक्तिगत स्वार्थ का बोलबाला होना स्वाभाविक ही है। देश का दुर्भाग्य यही है, कि पंथ निरपेक्षता के नाम पर कुछ लोग राष्ट्र की अपेक्षा अपने धर्म को प्राथमिकता पर रखते हैं,, कुछ नागरिक जातीय संकीर्णता से ग्रस्त हैं। अनेक राजनीतिक दलों का अस्तित्व ही जातीय गठजोड़ पर निर्भर है। कुछ वंशवादी परिवारों ने राजनीति की पारिवारिक दुकानें खोल रखी हैं, विधायक और सांसद जैसे पदों पर परिवार के सदस्यों का ही कब्जा है। विडंबना यह भी है कि देश में गण गौण हो गया है। वह समान नागरिक अधिकारों से वंचित है। जातीय संकीर्णता के चलते आम आदमी की पहचान ही उसके जातीय अस्तित्व से होती है। जातियों में बंटे समाज में सरकारी स्तर पर जाति प्रमाण पत्र बाँट कर उसे दलित, पिछड़ा में बांटकर समाज का बंटवारा संवैधानिक आधार पर किया जाता है। तथाकथित अगड़ी जातियों के नागरिकों को न तो जाति प्रमाणपत्र प्रदान किया जाता है, न ही उसके अगड़े होने का कोई कारण स्पष्ट किया जाता है, कि दुर्बल आय वर्ग का व्यक्ति अगड़ा किस आधार पर है। सबसे दुखद एवं अमानवीय स्थिति तो तब होती है, जब जातीयता को निशाना बनाकर समाज में तथाकथित अगड़ी जातियों के नागरिकों के विरूद्ध दलित व पिछड़ी जातियों के नागरिकों को झूठी शिकायत करने के अधिकार दे दिए जाते हैं, जिस अधिकार का दुरूपयोग बड़े पैमाने पर किया जाता है। सीधा सा अभिप्राय यही है कि गणों को आपस में ही उलझा कर राजनीति के दिग्गज मूल मुद्दों से जनता का ध्यान भटकाने में कोई कसर बाकी नहीं छोड़ते। वर्तमान वैश्विक परिवेश में भारत उभरती हुई शक्ति है, जिसके लिए देश में आंतरिक लोकतंत्र की सुदृढ़ता अपेक्षित है। जिसके लिए प्रत्येक नागरिक का योगदान अपेक्षित होता है, किन्तु जाति, धर्म और संप्रदाय की संकीर्ण सोच में सिमटे नागरिकों को व्यापक रूप से सोचने का अवसर ही नहीं मिलता। शिक्षण तथा रोजगार के क्षेत्र में आरक्षण की व्यवस्था, चिकित्सा क्षेत्र में विशिष्ट पाठ्यक्रमों में निर्धारित मानकों की अनदेखी करके अयोग्यता को प्रवेश देने की नीति, शिक्षा क्षेत्र में जातीय आरक्षण को प्राथमिकता स्वस्थ लोकतंत्र को बैसाखियों पर धकेलने तक सीमित है। ऐसे में किस आधार पर भारत वैश्विक चुनौतियों का सामना कर सकेगा ? यह गंभीर चिंता का विषय है। अब भारत की अंतर्राष्ट्रीय सीमाओं की सुरक्षा की चर्चा करें, तो स्पष्ट होगा, कि सीमा सुरक्षा बलों की चाक चौबंद निगरानी के उपरांत भी रोहिंग्या और बांग्लादेशी घुसपैठियों की देश में भरमार है। देश के शायद ही कुछ जिले ऐसे हों, जिनमें घुसपैठियों की उपस्थिति न हो। देश में मुफ्तखोरी की सुविधाओं का लाभ येन केन प्रकारेण ऐसे तत्व भी ले रहे हैं। पश्चिमी बंगाल तथा सीमावर्ती राज्यों में यह समस्या कम नहीं है। यहाँ तक कि घुसपैठियों के आधार कार्ड और मताधिकार पत्र भी बने हुए हैं। ऐसे में सुदृढ़ गणतंत्र की कल्पना किस आधार पर की जा सकती है, यह भी विचारणीय प्रश्न है। देश में संवैधानिक आधार पर पृथक पृथक विशेषाधिकार समान नागरिक अधिकारों का मखौल उड़ाते प्रतीत होते हैं। नागरिकता पंजीकरण न होने के कारण अवैध घुसपैठियों की संख्या बढ़ गई है। कठोर जनसंख्या नीति न होने के कारण विभिन्न क्षेत्रों में भौगोलिक परिदृश्य बदल रहा है, जो राष्ट्रीय एकता व अखंडता के लिए घातक है। धार्मिक आधार पर वैमनस्यता बढ़ रही है। जब तक समान नागरिक संहिता, नागरिकता पंजीकरण, समान व कठोर जनसंख्या नीति तथा शिक्षा व स्वास्थ्य के क्षेत्र में आरक्षण मुक्त व्यवस्था को संवैधानिक संरक्षण प्राप्त नहीं होता, तब तक स्वस्थ एवं समृद्ध गणतंत्र का सपना साकार नहीं हो सकता। सो समय की मांग है कि लोकतान्त्रिक मूल्यों की पुनर्स्थापना हेतु समाज को बाँटने वाले प्रावधानों को समाप्त किया जाए, ताकि गणतंत्र स्वस्थ लोकतंत्र का प्रतिबिम्ब बनकर सामाजिक समरसता और न्याय में समानता के अवसरों का लाभ जनमानस के लिए समान रूप से उपलब्ध करा सके।

रासायनिक उर्वरकों का बढ़ता जाल

पद्मश्री राम सरन वर्मा

भारत एक कृषि प्रधान देश है, जहाँ की एक बड़ी आबादी अपनी आजीविका के लिए सीधे तौर पर खेती पर निर्भर है।देश की बढ़ती खाद्य माँग को पूरा करने के उद्देश्य से पिछले कई दशकों से रासायनिक उर्वरकों का उपयोग निरंतर बढ़ाया गया है।शुरुआती दौर में इन उर्वरकों ने उत्पादन बढ़ाने में निश्चित रूप से मदद की, लेकिन आज इनके अंधाधुंध और अनियंत्रित उपयोग के कारण कृषि, पर्यावरण और मानव स्वास्थ्य पर गंभीर संकट मंडराने लगा है।

उर्वरकों की खपत के भयावह आंकड़े

देश में रासायनिक उर्वरकों के बढ़ते उपयोग का अंदाज़ा इस तथ्य से लगाया जा सकता है कि वर्ष 2018-2019 में जहाँ 115 करोड़ बैग की खपत हुई थी, वहीं 2024-25 के दौरान यह आंकड़ा 150 करोड़ बैग को पार कर गया है।गौर करने वाली बात यह है कि भारत की जनसंख्या लगभग 143 करोड़ है, जबकि उर्वरकों की खपत 150 करोड़ बैग से भी अधिक हो चुकी है।यह असंतुलन न केवल चिंताजनक है, बल्कि भविष्य के लिए एक बड़े खतरे का संकेत भी है।

सेहत और मिट्टी पर दोहरी मार

रासायनिक उर्वरकों का असर अब हमारे थाल तक पहुँच चुका है।गेहूँ, चावल, दालें, सब्जियाँ, फल और यहाँ तक कि दूध, दही और घी भी इनके रसायनों से अछूते नहीं रहे हैं।इसके परिणामस्वरूप देश में कैंसर, हृदय घात, एलर्जी और मधुमेह जैसी गंभीर बीमारियों के मामले दिन-प्रतिदिन बढ़ रहे हैं।

खेतों की स्थिति भी कम सोचनीय नहीं है।नियमानुसार, उर्वरकों का उपयोग केवल पौधों की जड़ों के पास होना चाहिए, लेकिन पूरे खेत में इनके छिड़काव से खरपतवार की समस्या बढ़ जाती है।इस खरपतवार को खत्म करने के लिए फिर भारी मात्रा में खरपतवार-नाशक दवाओं का उपयोग होता है, जो मिट्टी की उर्वरता को नष्ट कर देती हैं।मिट्टी की खोई हुई शक्ति वापस पाने के लिए किसान और अधिक खाद डालता है, और यह दुष्चक्र हर साल मिट्टी को और अधिक बंजर बनाता जा रहा है।

अर्थव्यवस्था पर बोझ और कालाबाजारी

उर्वरक क्षेत्र में बढ़ता निवेश देश की अर्थव्यवस्था पर भी भारी पड़ रहा है।वर्तमान में देश में प्रतिवर्ष लगभग 3 लाख करोड़ रुपये (सब्सिडी सहित) के रासायनिक उर्वरकों का उपयोग हो रहा है।विडंबना यह है कि हमारा उर्वरक उद्योग 80 प्रतिशत तक विदेशी कच्चे माल या आयातित उर्वरकों पर निर्भर है।कुल 3 लाख करोड़ रुपये में से 2.5 लाख करोड़ रुपये केवल आयात में खर्च हो जाते हैं।इस प्रकार, एक ओर हमारी भूमि बंजर हो रही है, तो दूसरी ओर देश की बड़ी पूंजी विदेशों में जा रही है।

विमर्श श्रृंखला की आठवीं बैठक हरिद्वार में सम्पन्न

हरिद्वार । कुंभ नगरी हरिद्वार में मा0 अटल बिहारी वाजपाई जी के नाम पर भीमगोड़ा स्थित राज्य अथिति गृह सभागार में सम्पन्न हुई विमर्श श्रृंखला की आठवीं बैठक में हरिद्वार जनपद से परम पूज्य मातृ सदन के शीर्ष आचार्य स्वामी शिवानंद जी महाराज, मातृ सदन के ब्रह्मचारी आत्मबोद्यानंद, ब्रह्मचारी सुधानंद , प्रख्यात कलमकार डॉ राधिका नागरथ, न्यूज 24 के संपादक श्री अभय कुमार, समाज सेविका नेहा मलिक, समाजसेवी वरुण बालियान, अंतरराष्ट्रीय विषयों के विशेषज्ञ श्री देवेंद्र कैंथोला, युवा समाजसेवी आकाश ऋतुराज भारतीय, आंदोलनकारी चिंतन सकलानी, ऋषिकेश से संयुक्त राष्ट्र संघ से पुरस्कृत एवं नमामि गंगे परियोजना में सलाहकार रहे डॉ विनोद जुगलाण, वरिष्ठ राज्य आंदोलनकारी डॉ धीरेंद्र रांगड, शिक्षा विद श्री लक्ष्मण सिंह चौहान, उद्यमी विशाल गौरव, मद्य निषेध की कार्यकर्त्री श्रीमती कुसुम जोशी, राज्य आंदोलनकारी राजेश शर्मा, श्रीमती संध्या जोशी, देहरादून से अवकाश प्राप्त मेजर जनरल कुंवर दिग्विजय सिंह, लाल बहादुर शास्त्री अकादमी के पूर्व प्रशासनिक अधिकारी श्री बलवंत सिंह नेगी, वृक्षाबंधन अभियान के संस्थापक विचारक 'सैनिक शिरोमणि' एवं 'उत्तराखंड रत्न' से सम्मानित श्री मनोज ध्यानी, युवा समाज सेविका कु0 अर्चना नेगी, तकनीकी क्षेत्र के विशेषज्ञ श्री अरूणादित्य ध्यानी, सखा ट्रस्ट के संस्थापक अध्यक्ष देवयक्ष सिंह, अर्थशास्त्र की शोधार्थी कु0 दिया इंदिरा ध्यानी एवं कु0 सुदीक्षा शाह समेत स्थानीय श्रोतागण उपस्थित रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता अवकाश प्राप्त मेजर जनरल कुंवर दिग्विजय सिंह, मुख्य वक्ता स्वामी श्री शिवानंद जी महाराज, विशिष्ट वक्ता (01) डॉ विनोद जुगलाण, (02) श्री देवेंद्र कैंथोला (03) डॉ राधिका नागरथ एवं (04) श्री लक्ष्मण सिंह चौहान रहे। एवं कार्यक्रम का संचालन वृक्षाबंधन अभियान के संस्थापक विचारक श्री मनोज ध्यानी द्वारा किया गया। हरिद्वार में सम्पन्न हुई विमर्श श्रृंखला की आठवीं बैठक के मुख्य संयोजनकर्ता युवा समाजकर्मी श्री आकाश ऋतुराज भारतीय, श्री अरुणादित्य ध्यानी (सचिव 'वृक्षाबंधन अभियान'), सामाजिक कार्यकर्त्री कु0 अर्चना नेगी रहे।

धर्मनगरी हरिद्वार में टेंट गोदाम में लगी भीषण आग

हरिद्वार । धर्मनगरी हरिद्वार में बुधवार को बड़ा हादसा हो गया। बैरागी कैंप के पास बजरी वाला में स्थित टेंट गोदाम में अचानक भीषण आग लग गई। आग इतनी तेजी से फैली कि कुछ ही देर में ही आग ने विकराल रूप धारण कर लिया, जिससे इलाके में अफरा-तफरी सी मच गई थी। घटना की सूचना मिलते ही फायर ब्रिगेड की तीन गाड़ियां तुरंत मौके पर पहुंचीं और आग पर काबू पाने का प्रयास शुरू किया। गोदाम में रखे टेंट, कपड़े, फर्नीचर, गद्दे और अन्य ज्वलनशील सामान के कारण आग लगातार फैलती रही, जिससे धुएं का गुबार दूर दूर तक दिखाई देने लगा। स्थिति की गंभीरता को देखते हुए कनखल पुलिस भी तत्काल मौके पर पहुंची और क्षेत्र को घेराबंदी कर सुरक्षित किया गया। आग बुझाने के लिए सिडकुल फायर स्टेशन से भी एक अतिरिक्त गाड़ी बुलानी पड़ी। फिलहाल आग लगने के कारणों का पता नहीं चल पाया है। राहत की बात यह रही कि हादसे में किसी के हताहत होने की सूचना नहीं है, हालांकि गोदाम में रखा लाखों रुपये का सामान जलकर खाक हो गया। बताया जा रहा है कि चार गाड़ियों की मदद से साढ़े तीन घंटे में आग पर काबू पाया गया। प्रशासन द्वारा नुकसान का आकलन और आग लगने के कारणों की जांच की जा रही है स्थानीय पार्षद सचिन अग्रवाल ने बताया कि करीब छह महीने पहले प्रकाश टेंट हाउस के मालिक ने बैरागी कैंप के पास बजरी वाला में एक खाली प्लाट में गोदाम बनाया था। गोदाम में टेंट के पर्दे, गद्दे और अन्य कई सामान रखे थे। शादी सीजन कम होने के चलते गोदाम में अधिक सामान रखा हुआ था। पार्षद सचिन अग्रवाल के मुताबिक बुधवार दोपहर साढ़े बारह बजे अचानक गोदाम से आग की लपटे देखकर लोगों में अफरा तफरी मच गई। देखते ही देखते गोदाम में आग लपटें निकलने लगी। फायर ब्रिगेड की टीम को सूचना दी गई। सूचना मिलते ही मायापुर फायर स्टेशन से तीन गाड़ियां मौके पर पहुंची और आग बुझाने का प्रयास शुरू किया। आग की लपटें कम होने का नाम ही नहीं ले रही थी। आसमान में दूर तक धुएं का गुबार दिखाई दिया, जिसे देखकर मौके पर लोगों की भीड़ जुटने लगी। आग की लपटें इतनी विकराल थी कि उसके पास भी खड़ा होना मुश्किल था, लेकिन फायर ब्रिगेड के कर्मचारी मौके पर ही डटे रहे। टैंट मालिक वीरेंद्र भाटिया समेत अन्य कर्मचारी भी मौके पर पहुंचे। अपने सामने सामान जलता देख कर्मचारी बिलख बिलख कर रोने लगे। इस बीच आसपास खड़े लोग कर्मचारियों को सांत्वना देते नजर आए। बैरागी कैंप में आग की सूचना मिलते फायर ब्रिगेड की टीम मौके पर पहुंचीं। मायापुर फायर स्टेशन से तीन गाड़ियां मौके पर बुलाई गई।

हरिद्वार में भूमि विवाद को लेकर हुई जबरदस्त फायरिंग

हरिद्वार । कनखल थाना क्षेत्र के पंजनहेड़ी गांव में गोली चलने से अफरा तफरी मच गई है। बताया जा रहा है कि सरकारी जमीन पर कब्जे की शिकायत की जांच के लिए पहुंची प्रशासनिक टीम के सामने गोली चली है। इस दौरान हरिद्वार जिला पंचायत उपाध्यक्ष अमित चौहान के भाई सचिन चौहान को संदिग्ध परिस्थितियों में गोली मार दी गई। गोलीकांड के थोड़ी देर बाद इसके आरोपी ने वीडियो जारी किया। गोली लगने से सचिन चौहान गंभीर रूप से घायल हो गए, जिन्हें तत्काल उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। इसके अलावा एक अन्य ग्रामीण को भी गोली लगी है। उन्हें भी जिला अस्पताल भेजा गया और जिला अस्पताल से हायर सेंटर रेफर कर दिया गया है। जहां एसपी सिटी समेत अन्य पुलिस अधिकारी मौके पर पहुंच गए हैं। प्राथमिक उपचार के बाद सचिन को हायर सेंटर रेफर कर दिया है। सचिन के पेट में गोली लगी है। पुलिस के मुताबिक बुधवार सुबह प्रशासन की टीम सरकारी भूमि पर अवैध कब्जे की शिकायतों के मद्देनजर जांच करने मौके पर पहुंची थी। इसी दौरान दो पक्षों के बीच विवाद गहरा गया। एक पक्ष के अतुल चौहान और भाजयुमो के प्रदेश मंत्री तरुण चौहान के बीच कहासुनी के बाद हाथापाई हो गई। दोनों पक्षों के बीच बढ़ते तनाव के बीच अचानक फायरिंग की घटना हुई, जिसमें सचिन चौहान और किशनपाल को गोली लग गई।

घटना के बाद मौके पर मौजूद लोगों में अफरा तफरी मच गई। सूचना मिलते ही कनखल थाना पुलिस और उच्चाधिकारी मौके पर पहुंचे और स्थिति को नियंत्रित किया। घायल सचिन चौहान और किशनपाल को तत्काल अस्पताल भेजा गया, जहां उनकी हालत गंभीर बताई गई। दोनों की गंभीर हालत देखते हुए उन्हें ऋषिकेश एम्स रेफर कर दिया गया है।

एसपी सिटी अभय प्रताप सिंह ने बताया कि पंजनहेड़ी गांव में जमीन को लेकर दो पक्षों में विवाद हुआ था, जिसमें दो लोगों को गोली लगी है. गोली लगने के बाद दोनों को जिला अस्पताल भेजा गया, जहां से उन्हें हायर सेंटर रेफर कर दिया गया है। पुलिस टीम को मौके पर भेजा गया है। गहनता से मामले की जांच की जा रही है। घटना के थोड़ी देर बाद ही गोलीकांड के आरोपी अतुल चौहान ने वीडियो जारी किया। इस वीडियो में उसने सफाई दी। अतुल चौहान ने कहा कि उसेन सेल्फ डिफेंस में गोली चलाई। उसने लाइसेंसी हथियार से गोली चलाने का दावा किया।

सब रजिस्ट्रार कार्यालय में खुली लापरवाही की परतें

ऋषिकेश । जिलाधिकारी सविन बसंल ने तहसील परिसर में संचालित सब रजिस्ट्रार कार्यालय में छापा मारा। इस दौरान उन्हें गंभीर अनियमितताएं मिली। मौके पर सब रजिस्ट्रार की गैर मौजूदगी में रजिस्ट्री की जा रही थी। वहीं, लोगों को निर्धारित समय में रजिस्ट्री की नकल तक नहीं दी जा रही थी। इस लापरवाही पर डीएम ने कार्यालय से कम्प्यूटर और दस्तावेज कब्जे में लेते हुए कहा कि जिम्मेदार अधिकारियों के खिलाफ कार्रवाई की जाएगी। बुधवार दोपहर करीब 12:55 बजे डीएम सविन बसंल सब रजिस्ट्रार कार्यालय पहुंचे। उनके आते ही वहां हड़कंप मच गया। उन्होंने कार्यालय में सबसे पहले उपस्थिति रजिस्ट्रर चेक किया। पूछताछ में पता चला कि सब रजिस्ट्रार देहरादून में हो रही किसी मीटिंग में हैं। उनकी गैर मौजूदगी में कार्यालय में रजिस्ट्रियां की जा रही थीं। अभिलेखों की जांच में डीएम को जानकारी मिली कि जो नकलें अधिकतम चार दिन के भीतर आवेदन को उपलब्ध करानी थी, वह एक-एक महीने तक नहीं दी गई हैं। ऐसी 100 से ज्यादा एंट्री उन्हें अभिलेखों की जांच में मिली। यही नहीं, लोगों के छह-छह माह पुराने मूल दस्तावेज भी कार्यालय में ही पड़े मिले। इस पर डीएम ने अधीनस्थ अधिकारियों को कम्प्यूटर और अन्य जरूरी अभिलेख कब्जे में लेने के निर्देश दिए। कार्यालय में स्टांप शुल्क को लेकर को भी स्पष्ट जानकारी नहीं मिली। डीएम ने बताया कि कई लोगों से लिखित में उनकी शिकायत कार्यालय में ही ली गई है। विस्तृत जांच के साथ ही इसमें दोषी अधिकारियों के खिलाफ भी जल्द कड़ी कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। निरीक्षण में एसडीएम योगेश मेहरा और तहसीलदार चमन सिंह आदि शामिल रहे। सर्दी में भी कर्मचारियों के छूटे पसीने: डीएम सविन बसंल के सब रजिस्ट्रार कार्यालय में छापे से कर्मचारियों में हड़कंप की स्थिति रही। सर्द मौसम के बावजूद कार्यालय में सीलिंग फैन तक चलाने की नौबत आ गई। डीएम को निरीक्षण करते देख वहां आए लोग भी हैरान दिखे। कार्यालय के बाहर भी डीएम के निरीक्षण को लेकर न सिर्फ आम लोगों बल्कि अधिकारियों में भी उनकी कार्यशैली की चर्चाएं रही। ---चारधाम ट्रांजिट केंद्र भी पहुंचे डीएम: चारधाम ट्रांजिट केंद्र में अव्यवस्थाओं की शिकायत पर डीएम सविन बसंल ने वहां भी निरीक्षण किया। उन्होंने केंद्र में तैनात यात्रा प्रशासन संगठन के ओएसडी डॉ. प्रजापति नौटियाल से जानकारी ली। उन्हें केंद्र में यात्री सुविधाओं को व्यवस्थित रखने के निर्देश दिए। बताया कि चारधाम यात्रा की तैयारियों को देहरादून प्रशासन ने भी शुरू कर दिया है। यहीं से यात्रा का संचालन किया जाता है। उन्होंने विभागीय अधिकारियों को यात्रियों से जुड़ी व्यवस्थाओं को समय रहते चाक-चौबंद करने के भी निर्देश दिए गए हैं।

पुरानी रंजिश में युवक पर बोतल से हमला

हरिद्वार । कनखल थाना क्षेत्र के जमालपुर कलां में पुरानी रंजिश के चलते एक युवक पर कांच की बोतल से जानलेवा हमला करने का मामला सामने आया है। हमले में युवक गंभीर रूप से घायल हो गया, जिसे पहले जिला अस्पताल हरिद्वार ले जाया गया, जहां से हालत गंभीर होने पर एम्स ऋषिकेश रेफर कर दिया गया। जानकारी के अनुसार 22 जनवरी की रात गुलजार अपने दोस्त को तलाशते हुए चौधरी कॉलोनी, जमालपुर कलां में वसीम के घर के पास पहुंचा था। इसी दौरान वहां मौजूद आरिफ पुत्र शहीद हसन उर्फ भोलू निवासी जमालपुर कलां ने पुरानी रंजिश के चलते गुलजार के साथ गाली-गलौज शुरू कर दी। विरोध करने पर आरोपी ने वहां पड़ी कांच की बोतल तोड़कर गुलजार पर जान से मारने की नीयत से वार किया। बताया जा रहा है कि बोतल का वार गुलजार के पेट की ओर किया गया, लेकिन उसने हाथ आगे कर लिया, जिससे उसके हाथ की नसें कट गईं और काफी खून बह गया। गुलजार के चिल्लाने की आवाज सुनकर आसपास के लोग मौके पर पहुंचे, जिन्हें देखकर आरोपी जान से मारने की धमकी देता हुआ मौके से फरार हो गया। सूचना मिलने पर गुलजार का भाई गुलनाम उसे उपचार के लिए सरकारी अस्पताल हरिद्वार ले गया, जहां से चिकित्सकों ने उसकी गंभीर स्थिति को देखते हुए एम्स ऋषिकेश रेफर कर दिया। पीड़ित पक्ष के अनुसार वह इलाज में व्यस्त होने के कारण पहले तहरीर नहीं दे सका। पीड़ित गुलनाम की शिकायत पर कनखल पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। इसकी पुष्टि एसओ मनोहर रावत ने की है।

युवाओं से निर्भीक तरीके से मतदान का आह्वान

हरिद्वार । राष्ट्रीय मतदाता दिवस के उपलक्ष्य में रोशनाबाद में 18 से 19 आयु वर्ग के युवा मतदाताओं को पहचान पत्र देकर सम्मानित किया गया। इसके साथ ही, युवाओं से निर्भीक तरीके से मतदान का आह्वान किया गया। रविवार को जिला कार्यालय सभागार रोशनाबाद में बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे एडीएम दीपेंद्र नेगी ने विशेष कार्यक्रम का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा कि लोकतंत्र को सशक्त बनाने के लिए हर नागरिक को भय, प्रलोभन और भेदभाव के बिना मताधिकार का प्रयोग करना चाहिए। प्रभारी-स्वीप प्रकोष्ठ डॉ. संतोष कुमार चमोला ने राष्ट्रीय मतदाता दिवस का इतिहास और इस वर्ष की थीम 'माई इंडिया, माई वोट' से रूबरू कराया। इस दौरान जिला स्तर पर आयोजित जागरूकता प्रतियोगिता के विजेता भी नवाजे गए। स्लोगन लेखन में जिया प्रथम, सारिका द्वितीय और सुहाना तृतीय रहीं। निबंध में तस्मीना प्रथम, कशिश द्वितीय और आसना अंसारी तृतीय रहीं। चित्रकला में जेबा खान प्रथम, राखी द्वितीय और संध्या सैनी तृतीय एवं रील निर्माण में पारुल वर्मा प्रथम रहीं। मतदाता जागरूकता के लिए नामित आईकॉन और स्वीप प्रकोष्ठ के सदस्य भी सम्मानित किए गए। सहायक जिला निर्वाचन अधिकारी अरुणेश पैन्यूली ने सबका आभार जताया।

अलौकिक शक्तियों, आत्मबल व मानसिक ऊर्जा के जाग्रति का काल गुप्त नवरात्रि

-अशोक 'प्रवृद्ध'

भगवती श्रीदुर्गा के भक्ति, पूजन-अर्चा, अराधना -उपासना का शुभ पवित्र काल नवरात्रि का पर्व वर्ष में चार बार- चैत्र, आषाढ़, आश्विन और माघ मास में शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा से नवमी तिथि तक मनाये जाने की पौराणिक व शाक्तिक परंपरा है। नौ दिनों तक चलने वाली भगवती दुर्गा के इस उत्सव को नवरात्रि कहा जाता है। यह चारों ही नवरात्रि (नवरात्र) ऋतु परिवर्तन के समय मनाये जाते हैं। इस विशेष अवसर पर अपनी विभिन्न मनोकामनाओं की पूर्ति के लिए पूजा-पाठ आदि किये जाते हैं। देवी भागवत पुराण के अनुसार चैत्र व आश्विन मास में क्रमश: वासंतीय व शारदीय नवरात्रि के नाम से मनाई जाने वाली नवरात्रि प्रकट नवरात्रि अथवा उदय नवरात्रि के नाम से जाना जाता है और आषाढ़ व माघ मास में मनाई जाने वाली नवरात्रि गुप्त नवरात्रि के नाम से जाना जाता है। शक्ति साधना और तंत्र साधना के लिए विशेष मानी जाने वाली नवरात्र काल के इन नौ दिनों में देवी दुर्गा के विभिन्न रूपों की पूजा कर विशेष सिद्धि और आशीर्वाद प्राप्त करने की परिपाटी है। नवरात्रि समर्पण, नवीनीकरण और आनंद के साथ ऋतुओं के परिवर्तन का उत्सव मनाने का अवसर है। शक्ति की भक्ति और बुराई पर अच्छाई, असत्य पर सत्य की जीत का संदेश देने वाली उदय अर्थात प्रकट नवरात्रि को भारत में उत्तर से दक्षिण और पूर्व से पश्चिम तक बड़े उत्साह और जोश के साथ समारोह पूर्वक विधि- विधान से मनाई जाती है, जो सामुदायिक कार्यक्रमों का प्रतीक होती हैं। वहीं, गुप्त नवरात्रि कम प्रसिद्ध नवरात्रि है, जिसमें भगवती दुर्गा की पूजा के लिए आध्यात्मिक और रहस्यमय रीति-रिवाज होते हैं, जिन्हें मुख्यत: तांत्रिक, अघोरियों और अन्य साधकों द्वारा गुप्त रूप से आयोजित किया जाता है। वासंतिक नवरात्र में भगवान विष्णु की पूजा और शारदीय नवरात्र में देवी शक्ति की नौ स्वरूपों की पूजा की प्रधानता रहने की भांति ही गुप्त नवरात्र में दस महाविद्याओं की प्रधानता होती है। इस वर्ष 2026 में माघ मास के शुक्ल पक्ष में आने वाली गुप्त नवरात्रि माघ शुक्ल पक्ष प्रतिपदा 19 जनवरी दिन सोमवार से प्रारंभ हो रही है। और माघ शुक्ल पक्ष नवमी 27 जनवरी दिन मंगलवार को समाप्त होगी। इसलिए इस काल में माघ मास के गुप्त नवरात्रि से संबंधित समस्त विधि- विधान सम्पन्न किये जाएंगे।

उल्लेखनीय है कि आषाढ़ और माघ मास में की जाने वाली गुप्त नवरात्रि के पर्व में देवी की पूजा खुलेआम नहीं होती, बल्कि गुप्त और तांत्रिक विधियों से की जाती है। बहुत कम लोगों को ही इस नवरात्रि के बारे में ज्ञान, जानकारी होने अथवा इसका रहस्य छिपे हुए होने के कारण इसे गुप्त नवरात्र कहा जाता है। गुप्त नवरात्र मनाने और इनकी साधना का विधान देवी सप्तशती, देवी भागवत पुराण एवं अन्य शाक्त व पौराणिक ग्रंथों में अंकित है। इसमें देवी दुर्गा के नौ रूपों- शैलपुत्री, ब्रह्मचारिणी, चंद्रघंटा, कूष्माण्डा, स्कंदमाता, कात्यायनी, कालरात्रि, महागौरी और सिद्धिदात्री स्वरूप के साथ-साथ दस महाविद्याओं -काली, तारा, त्रिपुर सुंदरी, भुवनेश्वरी, छिन्नमस्ता, त्रिपुर भैरवी, धूमावती, बगलामुखी, मातंगी और कमला की गुप्त रूप से साधना की जाती है। इसमें की जाने वाली पूजा, मंत्र साधना व अनुष्ठान साधारण भक्तों के लिए नहीं, अपितु साधकों व तांत्रिकों के लिए अत्यंत गोपनीय और प्रभावशाली मानी जाती है। इसीलिए इसे गुप्त नवरात्रि कहा जाता है। ऐसी मान्यता है कि गुप्त नवरात्रि में इन सभी देवियों की गुप्त रूप से आराधना करने पर साधक की समस्त मनोकामनाएं पूर्ण होती हैं। गुप्त नवरात्रि तंत्र साधना के लिए श्रेष्ठ मानी जाती है। और भारत में अत्यंत प्राचीन काल से ही इस नवरात्रि के समय दस महाविद्या की साधना करने की परिपाटी रही है। गुप्त नवरात्रि सार्वजनिक भक्ति से हटकर अंतरात्मा से जुड़ने और साधना में लीन होने का समय होता है। यह काल उन लोगों के लिए विशेष होता है, जो आध्यात्मिक ऊंचाई, मनोकामना सिद्धि अथवा आत्मबल की प्राप्ति के मार्ग पर अग्रसर होते हैं। तंत्र, मंत्र और सिद्धि की दिशा में बढ़ने वाले साधकों के लिए यह काल बड़ा उत्तम, पवित्र व स्वर्णकाल होता है। पौराणिक व शाक्तिक मान्यतानुसार मानव के समस्त रोग-दोष व कष्टों के निवारण के लिए गुप्त नवरात्र से बढ़कर कोई साधना काल नहीं हैं। श्री, वर्चस्व, आयु, आरोग्य और धन प्राप्ति के साथ ही शत्रु संहार के लिए गुप्त नवरात्र में अनेक प्रकार के अनुष्ठान व व्रत-उपवास के विधान शाक्त ग्रंथों में अंकित हैं। इन अनुष्ठानों के प्रभाव से मानव को सहज ही सुख व अक्षय ?श्वर्य की प्राप्ति होती है। गुप्त नवरात्रि मानव को न केवल आध्यात्मिक बल ही प्रदान करते हैं, बल्कि इन दिनों में संयम-नियम व श्रद्धा के साथ माता दुर्गा की उपासना करने वाले व्यक्ति को अनेक सुख व साम्राज्य भी प्राप्त होते हैं। शिवसंहिता के अनुसार ये नवरात्र भगवान शंकर और आदिशक्ति माता पार्वती की उपासना के लिए भी श्रेष्ठ हैं। गुप्त नवरात्रि में काली माता की साधना भय नाश व शत्रु निवारण के लिए, बगलामुखी साधना शत्रुओं की वाणी बंद करने और न्याय में विजय हेतु त्रिपुर सुंदरी की साधना, सौंदर्य, प्रेम और आकर्षण के लिए, धूमावती पूजन रोग व दरिद्रता से मुक्ति के लिए किये जाने का विधान है। पौराणिक ग्रंथों के अनुसार ऋषि विश्वामित्र और वशिष्ठ ने दस महाविद्याओं को सिद्ध करने के लिए गहन साधना की, लेकिन उन्हें इसमें सफलता गुप्त नवरात्रि में ही मिली। विश्वामित्र ने गुप्त नवरात्रि में साधना कर एक नई सृष्टि की रचना तक की थी, जो उनकी सिद्धियों की प्रबलता को दर्शाता है। समय और ग्रहों की गति का अद्वितीय गणितीय विश्लेषण प्रस्तुत करने वाला प्राचीन भारतीय खगोलीय ग्रंथ सूर्य सिद्धांत के अनुसार माघ और आषाढ़ मास में शुक्ल पक्ष की प्रथम नौ तिथियों में आने वाली गुप्त नवरात्रि का समय सूर्य और चंद्र की स्थिति के आधार पर निर्धारित होता है। माघ मास में सूर्य मकर राशि में और आषाढ़ मास में मिथुन अथवा कर्क राशि में होता है, जो शक्ति साधना के लिए अनुकूल माना जाता है। गुप्त नवरात्रि का समय ग्रहों के विशेष संयोगों से प्रभावित होता है। आषाढ़ मास में जब भगवान विष्णु शयन काल में होते हैं देव शक्तियां कमजोर हो सकती हैं, और रुद्र, यम, वरुण आदि का प्रभाव बढ़ता है। इस दौरान दस महाविद्याओं की साधना से साधक इन विपत्तियों से रक्षा पाता है। ज्योतिष के अनुसार माघ और आषाढ़ मास में शुक्ल पक्ष की तिथियां साधना के लिए शुभ होती हैं, क्योंकि इनका संबंध सूर्य और चंद्र की ऊर्जा से है। माघ मास की शुक्ल पक्ष की पंचमी तिथि को सरस्वती प्रकट हुई थीं, जिससे इस समय की साधना को वैदिक और तांत्रिक दोनों दृष्टिकोणों से महत्वपूर्ण माना जाता है। पौराणिक ग्रंथों के अनुसार माघी नवरात्र में पंचमी तिथि विशिष्ट व सर्वप्रमुख मानी जाती है। इसे श्रीपंचमी, वसंत पंचमी, सरस्वती पूजा, सरस्वती महोत्सव आदि अनेक नामों से जाना जाता है। प्राचीन काल से ही इस दिन माता सरस्वती के विशेष पूजन-अर्चन की परिपाटी है। त्रिदेवियों अर्थात त्रिशक्ति में से एक सरस्वती की आराधना के लिए यह दिवस विशिष्ट, उत्तम व लाभकारी माना जाता है। पढ़ाई में कमजोर और पढाई में रुचि न रखने वाले विद्यार्थियों के लिए के लिए इस दिवस पर माता सरस्वती का पूजन करने की सलाह कई ग्रंथों में भी दी गई है। इस दिन देववाणी संस्कृत भाषा में निबद्ध शास्त्रीय ग्रंथों का दान संकल्प पूर्वक विद्वान ब्राह्मणों को देना पुण्यदायी माना गया है। तंत्र साधना में गोपनीयता अनिवार्य है। साधक श्मशान अथवा एकांत गुप्त स्थान का चयन साधना के लिए करते हैं, ताकि बाहरी विघ्न- बाधाएं न आएं। गुप्त नवरात्रि में मंत्र, यंत्र, और तंत्र की साधना से साधक को चमत्कारिक शक्तियां प्राप्त होती हैं। मेघनाद ने गुप्त नवरात्रि में निकुम्बाला देवी की साधना कर अजेय शक्तियां प्राप्त की थीं। गुप्त नवरात्र में संपूर्ण फल की प्राप्ति के लिए अष्टमी और नवमी तिथि को आवश्यक रूप से देवी के पूजन का विधान है। माता के सम्मुख जोत दर्शन एवं कन्या भोजन करवाना उत्तम माना गया है। पौराणिक ग्रंथों में युवक-युवतियों के विवाह में आने वाली बाधाओं को दूर करने, उनके समाप्ति के लिए भी गुप्त नवरात्रों उत्तम, शुभ फलदायिनी बताया गया है। विवाह में बाधा आने वाली अथवा विलंब होने वाली कुंवारी कन्याओं के लिए गुप्त नवरात्रि का काल अत्यंत महत्वपूर्ण माना गया है। कुंवारी कन्याओं को अच्छे वर की प्राप्ति के लिए इन नौ दिनों में माता कात्यायनी की पूजा-उपासना करने का विधान पौराणिक ग्रंथों में बताया गया है। दुर्गास्तवनम् नामक ग्रंथ में विवाह में बाधा आने वाली कुंवारी कन्याओं के शीघ्र ही योग्य वर से विवाह सम्पन्न हो जाने के लिए एक मंत्र का उल्लेख है, जिस मंत्र का कन्या के द्वारा 108 बार जप करने का विधान बताया गया है-

कात्यायनि महामाये
महायोगिन्यधीश्वरि।
नन्दगोपसुतं देवि पतिं मे कुरू ते
नम:।।

इसी प्रकार, पुरुषों के विवाह में होने वाली विलंब को दूर करने के लिए भी मंत्र बताया गया है, जिसे पुरुष के द्वारा लाल रंग के पुष्पों की माला देवी को चढ़ाकर निम्न मंत्र का 108 बार जप पूरे नौ दिन तक करने का विधान बताया गया है -

देहि सौभाग्यमारोग्यं देहि मे परमं
सुखम्।
रूपं देहि जयं देहि यशो देहि द्विषो
जहि।

मान्यतानुसार दस महाविद्याओं की विधि- विधान पूर्वक उपासना से व्यक्ति अलौकिक शक्तियों, आत्मबल और मानसिक ऊर्जा को जागृत कर सकता है। इससे भक्त को गुप्त शक्तियों की प्राप्ति और अदृश्य बलों का साथ मिलने के साथ ही कठिन से कठिन संकटों से मुक्ति मिलती है। शत्रु बाधा, ग्रह दोष, पितृ दोष और तंत्र बाधाओं का नाश होता है। शिक्षा में सफलता,व्यापार में वृद्धि, नौकरी में तरक्की और विवाह संबंधी अड़चनों में लाभ होता है। आध्यात्मिक उन्नति और साधना में सफलता प्राप्त होती है।

जूना अखाड़े के वरिष्ठ महामंडलेश्वर स्वामी अर्जुन पुरी ब्रह्मलीन

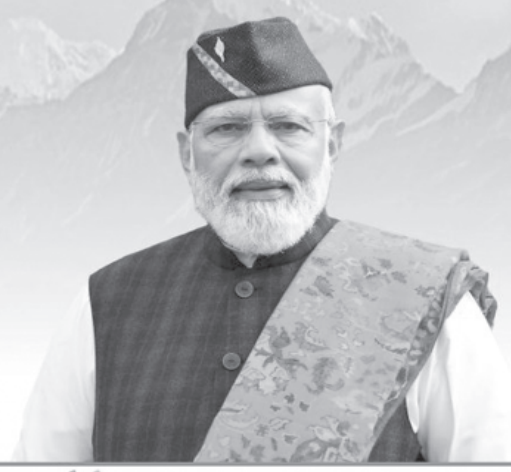
हरिद्वार । जूना अखाड़े के वरिष्ठ महामंडलेश्वर एवं श्री तुलसी मानस मंदिर के संस्थापक स्वामी अर्जुन पुरी ब्रह्मलीन हो गए। वह लंबे समय से अस्वस्थ चल रहे थे। शनिवार देर रात करीब साढ़े 11 बजे 86 वर्ष की आयु में उन्होंने हरिद्वार में देह त्याग दिया। स्वामी अर्जुन पुरी श्री पंच दशनाम जूना अखाड़े के बालयोगी और वरिष्ठ महामंडलेश्वर के रूप में विख्यात थे। उन्होंने सप्त सरोवर मार्ग पर श्री तुलसी मानस मंदिर की स्थापना कर हरिद्वार को रामभक्ति और सनातन चेतना का प्रमुख केंद्र प्रदान किया। रामकथा के माध्यम से उन्होंने देश-विदेश में लाखों श्रद्धालुओं को सनातन धर्म से जोड़ा। उनकी वाणी में रामभक्ति, शिव आराधना और भारतीय संस्कृति के मूल्यों का गहन संदेश समाहित रहता था। नके ब्रह्मलीन होने की सूचना मिलते ही बड़ी संख्या में साधु-संत अंतिम दर्शन करने तुलसी मानस मंदिर पहुंचे। संत समाज ने उनके निधन को अपूरणीय क्षति बताया। अखाड़ा परिषद अध्यक्ष श्रीमहंत रविंद्रपुरी, महामंडलेश्वर ललितानंद गिरी, स्वामी रूपेंद्र प्रकाश, प्रबोधानंद गिरि, संजय महंत, स्वामी शिवानंद और रविदेव शास्त्री सहित अनेक संतों ने गहरा शोक जताया। कल निकलेगी अंतिम शोभायात्रा ब्रह्मलीन स्वामी अर्जुन पुरी की अंतिम शोभायात्रा सोमवार सुबह निकाली जाएगी। इसके पश्चात दोपहर में विधि-विधान के साथ भू-समाधि दी जाएगी। अंतिम दर्शन के लिए संत, श्रद्धालु और अनुयायी बड़ी संख्या में तुलसी मानस मंदिर पहुंच रहे हैं। उनके पार्थिव शरीर को मंदिर परिसर में अंतिम दर्शन के लिए रखा गया है।

उत्तराखण्ड शासन

संकल्प से शिखर तक

गणतंत्र दिवस

की हार्दिक शुभकामनाएँ



26 जनवरी

“माननीय प्रधानमंत्री जी ने 21वीं सदी के तीसरे दशक को उत्तराखण्ड का दशक कहा है। हम प्रधानमंत्री जी के विजन के अनुरूप राज्य को हर क्षेत्र में आदर्श राज्य बनाने के लिये विकल्प रहित संकल्प के साथ काम कर रहे हैं।”

पुष्कर सिंह धामी
मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड

“21वीं सदी के विकसित भारत के निर्माण के दो प्रमुख स्तंभ हैं। पहला, अपनी विरासत पर गर्व और दूसरा, विकास के लिए हर संभव प्रयास। आज उत्तराखण्ड, इन दोनों ही स्तंभों को लगातार मजबूत कर रहा है। ये दशक उत्तराखण्ड का दशक है।”

नरेन्द्र मोदी
प्रधानमंत्री

संकल्प नये उत्तराखण्ड का

- स्वतंत्र भारत के इतिहास में समान नागरिक संहिता लागू करने वाला देश में प्रथम राज्य बना उत्तराखण्ड।
- नीति आयोग द्वारा जारी निर्यात तैयारी सूचकांक (Export Preparedness Index – EPI) 2024 में उत्तराखंड ने छोटे राज्यों की श्रेणी में प्रथम स्थान किया प्राप्त।
- बीते 4 वर्षों में 26,500 से अधिक युवाओं को मिली सरकारी नौकरी।
- उत्तराखंड अल्पसंख्यक शिक्षा विधेयक, 2025 को मिली मंजूरी। प्रदेश में संचालित मदरसों को अब उत्तराखंड अल्पसंख्यक शिक्षा प्राधिकरण से लेनी होगी मान्यता।
- राज्य में 10 हजार एकड़ से अधिक सरकारी भूमि हुई अतिक्रमण से मुक्त।
- राज्य के इतिहास में पहली बार 1 लाख करोड़ से अधिक का बजट।
- ग्लोबल इन्वेस्टर समिट में ₹ 3.56 लाख करोड़ के एम.ओ.यू. हुए साईन। इस वर्ष तक ₹ 1 लाख करोड़ से अधिक के निवेश की हो चुकी ग्राउंडिंग।
- वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय के अंतर्गत उद्योग संवर्धन एवं आंतरिक व्यापार विभाग (DPIIT) द्वारा जारी States' Startup Ecosystem Ranking (5वां संस्करण) में उत्तराखण्ड को मजबूत स्टार्टअप इकोसिस्टम विकसित करने में 'लीडर' के रूप में मिली मान्यता
- राज्य आंदोलनकारियों के लिए सरकारी नौकरियों में 10 प्रतिशत क्षैतिज आरक्षण हुआ लागू।
- राज्य में सशक्त भू कानून हुआ लागू।
- राज्य में सख्त धर्मान्तरण विरोधी कानून, सख्त नकल विरोधी कानून, एवं दंगारोधी कानून हुआ लागू।
- राज्य में कुल 58 लाख से अधिक आयुष्मान कार्ड किए गए वितरित।
- उधम सिंह नगर के किच्छा में एम्स की सैटलाइट सेंटर का निर्माण कार्य गतिमान।
- राज्य में महिलाओं के लिए सरकारी नौकरियों में 30 प्रतिशत क्षैतिज आरक्षण हुआ लागू। सहकारी प्रबंध समितियों में महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत आरक्षण सुनिश्चित।
- शहीद सैनिकों के आश्रितों को मिलने वाली अनुग्रह राशि को ₹ 10 लाख से बढ़ाकर किया ₹50 लाख। परमवीर चक्र विजेताओं की अनुग्रह राशि ₹50 लाख से बढ़ाकर की गई डेढ़ करोड़।
- केदारनाथ पुनर्निमाण और बदरीनाथ धाम में मास्टर प्लान के तहत कार्य गतिमान। मानसखंड मंदिर माला मिशन के तहत पौराणिक मंदिर के पुनर्निर्माण का कार्य जारी।
- गौरीकुण्ड से केदारनाथ एवं गोविन्दघाट से हेमकुण्ड साहिब तक रोपवे निर्माण कार्य का हुआ शिलान्यास।
- दिल्ली देहरादून के बीच एलिवेटेड रोड के बनने से 2.5 घंटे में सफर होगा पूरा।
- ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल लाइन का कार्य तेज गति से गतिमान। अब तक 70 प्रतिशत कार्य हुआ पूरा।
- नीति आयोग द्वारा जारी सतत विकास लक्ष्य (एसडीजी) इंडेक्स में उत्तराखंड को मिला देश में प्रथम स्थान।
- छद्म भेषधारियों के खिलाफ ऑपरेशन कालनेमि की हुई शुरुवात।
- खनन सुधारों में उत्तराखण्ड का उत्कृष्ट प्रदर्शन, देश में हासिल किया दूसरा स्थान , केंद्र सरकार ने जारी की ₹200 करोड़ की प्रोत्साहन राशि।
- उत्तराखंड ने 38वें राष्ट्रीय खेलों का किया सफल आयोजन, कुल 103 पदक जीतकर, पदक तालिका में 7वां स्थान किया हासिल।
- राज्य के स्कूलों में बच्चों के पाठ्यचर्या में शामिल होगा श्रीमद् भगवत गीता का अध्ययन
- उद्योगों को बढ़ावा देने के लिये मेगा इण्डस्ट्रियल एवं इन्वेस्टमेंट नीति-2025 मंजूरी

विकास के नये अध्याय की ओर अग्रसर

देवभूमि उत्तराखण्ड

प्रधानमंत्री जी के नौ आग्रह

स्थानीय लोगों से:

बोली भाषा का संरक्षण, एक पेड़ मां के नाम, स्वच्छ जल, गांव से जुड़ाव,तिबारी वाले घरों को संवारें

पर्यटकों से:

सिंगल यूज प्लास्टिक से बचें, वोकल फॉर लोकल, यातायात के नियम अपनाएं, तीर्थों की मर्यादा का पालन करें

सूचना एवं लोक संपर्क विभाग, उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी।

www.uttarainformation.gov.in uttarakhandDIPR DIPR_UK uttarakhand DIPR

@DIPR_UK #ExploreUttarakhand

इस साल रिलीज को तैयार फिल्मों की लिस्ट काफी लंबी, सलमान-शाहरुख दिखाएंगे जलवा

एक्शन, थ्रिलर, कॉमेडी, हॉरर और माइथोलॉजिकल जॉनर की फिल्मों के साथ साल 2026 बॉलीवुड के लिए शानदार होने वाला है। कई बड़ी और मोस्ट अवेटेड फिल्में सिनेमाघरों में दस्तक देंगी। इनमें सलमान खान, शाहरुख खान के साथ ही अक्षय कुमार की फिल्म भी शामिल हैं। इस साल भी धुरंधर का खुमार उतरने वाला नहीं है। वहीं, रिलीज होने वाली फिल्मों में से कुछ के ट्रेलर-टीजर पहले ही मेकर्स ने जारी कर दिए हैं। ऐसे में दर्शक इन फिल्मों की रिलीज को लेकर खासा उत्साहित हैं। इस साल रिलीज होने वाली फिल्मों की लिस्ट काफी लंबी है। बॉर्डर 2 :- साल 1997 की सुपरहिट फिल्म बॉर्डर का सीक्वल है बॉर्डर 2। यह युद्ध पर आधारित देशभक्तिपूर्ण कहानी है, जिसमें सनी देओल फिर से दमदार भूमिका में लौट रहे हैं। उनके साथ वरुण धवन, दिलजीत दोसांझ और अहान शेट्टी मुख्य भूमिकाओं में हैं। फिल्म में 1971 के भारत-पाक युद्ध की पृष्ठभूमि दिखाई जाएगी। निर्देशक अनुराग सिंह की फिल्म एक्शन से भरपूर है, जो 23 जनवरी को सिनेमाघरों में आएगी।

ओ रोमियो :- विशाल भारद्वाज के निर्देशन में बनी ओ रोमियो एक हाई-ऑक्टेन एक्शन थ्रिलर है, जिसमें रोमांस का तड़का भी है। शाहिद कपूर और तृप्ति डिमरी स्टारर फिल्म 13 फरवरी को रिलीज होगी। फिल्म मुंबई की अंडरवर्ल्ड पर आधारित है। इसमें नाना पाटेकर भी अहम भूमिका में हैं। वेलेंटाइन वीक में रिलीज हो रही फिल्म में एक्शन और इमोशंस के साथ

रोमांस भी देखने को मिलेगा।

मर्दानी 3 :- रानी मुखर्जी की फिल्म 27 फरवरी को रिलीज होगी। पॉपुलर फ्रेंचाइजी की तीसरी फिल्म में वह फिर से बहादुर पुलिस ऑफिसर शिवानी शिवाजी रॉय के रोल में नजर आएंगी। यह एक डार्क, ब्रूटल और डेडली थ्रिलर है, जो महिलाओं के खिलाफ अपराधों पर फोकस करेगी। इसके निर्देशक अभिराज मिनावाला हैं। फिल्म होली के आसपास रिलीज हो रही है, जो अच्छाई की बुराई पर जीत का प्रतीक है।

गबरू :- सनी देओल की फिल्म 13 मार्च को थिएटर रिलीज के लिए तैयार है। फिल्म में सनी मुख्य भूमिका में हैं, जबकि सिमरन और प्रीत कामनी भी अहम रोल में हैं। इसके निर्देशक और लेखक शशांक उदापुरकर हैं। यह फिल्म व्यक्तिगत संघर्षों और मानवीय मजबूती की कहानी पेश करती है।

धुरंधर 2:- रणवीर सिंह की धुरंधर 2 ईद के मौके पर 19 मार्च को रिलीज होगी। आदित्य धर के निर्देशन में बनी फिल्म की शूटिंग पूरी हो चुकी है।

भूत बंगला :- अक्षय कुमार और प्रियदर्शन की जोड़ी 14 साल बाद भूत बंगला के साथ वापसी कर रही है। 2 अप्रैल को हॉरर-कॉमेडी फिल्म रिलीज होगी, जिसमें अक्षय लीड रोल में हैं। उनके साथ वामिका गब्बी, तब्बू और परेश रावल जैसे कलाकार हैं। फिल्म में हंसी और डर का मिश्रण होगा।

बैटल ऑफ गलवान :- सलमान खान की फिल्म का इंतजार कर रहे दर्शकों के लिए खुशखबरी है। उनकी मोस्ट अवेटेड फिल्म बैटल ऑफ गलवान 17 अप्रैल को रिलीज होगी। अपूर्व लाखिया के निर्देशन में बनी फिल्म में सलमान खान के साथ चित्रांगदा सिंह हैं। यह फिल्म साल 2020 की गलवान घाटी की वास्तविक घटना पर आधारित है, जहां भारतीय सैनिकों ने चीनी सेना के खिलाफ बहादुरी से मुकाबला किया। कर्नल बी. संतोष बाबू की वीरता को केंद्र में रखकर फिल्म सैनिकों के बलिदान को सलाम करती है।

आवारापन 2 :- साल 2007 की फिल्म की सीक्वल अप्रैल में रिलीज होगी। इमरान हाशमी फिर से शिवम के रोल में लौट रहे हैं। उनके साथ दिशा पाटनी और शबाना आजमी मुख्य भूमिकाओं में हैं। निर्देशक नितिन कक्कड़ की फिल्म एक्शन और रोमांस से भरपूर है, जिसमें इमोशंस की गहराई होगी।

अल्फा :- यशराज फिल्म्स स्पाई यूनिवर्स की पहली फीमेल-लीड फिल्म है अल्फा। आलिया भट्ट और शरवरी वाघ सुपर एजेंट्स के रोल में हैं, जबकि बॉबी देओल विलेन के किरदार में हैं। निर्देशक शिव रावल की फिल्म में अनिल कपूर अहम भूमिका में हैं। हाई-स्टेक्स एक्शन और ट्विस्ट्स से भरपूर यह फिल्म इसी साल रिलीज होगी। फिल्म की रिलीज डेट दो बार टल चुकी है। मेकर्स ने फाइनल डेट अनाउंस नहीं की है।

रामायण :- नितेश तिवारी की फिल्म इसी साल रिलीज होगी। यह रामायण महाकाव्य का पहला भाग है, जिसमें रणबीर कपूर राम, साई पल्लवी सीता और यश रावण के रोल में हैं। यह प्राचीन महाकाव्य की आधुनिक और भव्य प्रस्तुति है।

फौजी:- प्रभास की फिल्म फौजी पीरियड एक्शन ड्रामा है, जो 1940 के ब्रिटिश इंडिया की पृष्ठभूमि पर सेट है। हनु राघवपुडी निर्देशित इस फिल्म में प्रभास एक विद्रोही सैनिक की दमदार भूमिका निभा रहे हैं। फिल्म अगस्त में रिलीज होने वाली है।

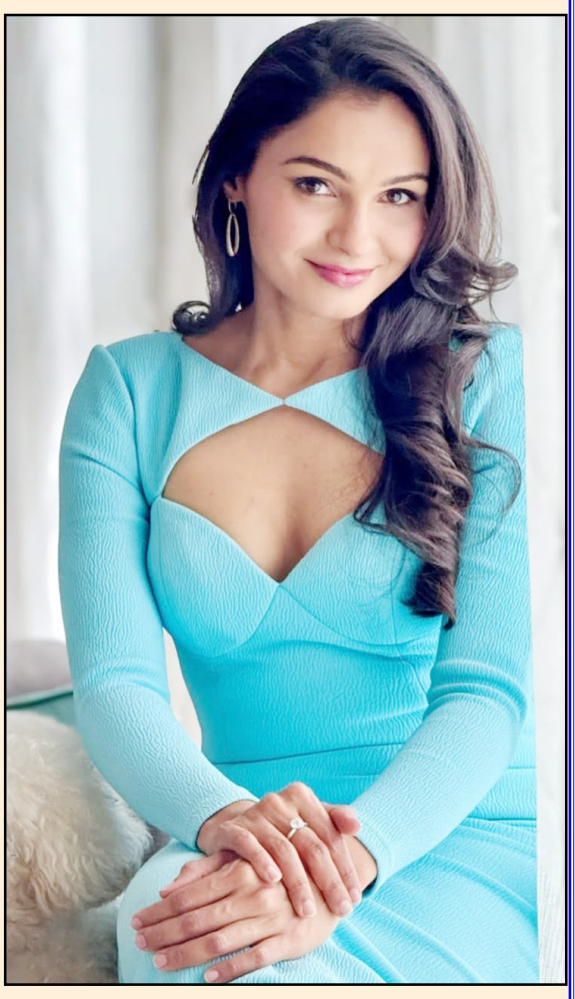
किंग :- साल 2026 शाहरुख खान के फैंस के लिए भी खास है। अभिनेता की फिल्म किंग रिलीज होगी। खास बात है कि फिल्म में शाहरुख खान के साथ उनकी बेटी सुहाना खान भी नजर आएंगी।

आरती नागपाल...यह तारीख चुपचाप मेरे जीने के अंदाज को बदल रही

तीन साल हो गए.... और यह तारीख- 27 दिसंबर, चुपचाप मेरे महसूस करने, अनुभव करने, जीने और काम करने के तरीके को बदल रही है। यह कहना है बॉलीवुड सेलिब्रिटी आरती नागपाल का, उन्होंने कहा- 2023 में, मैं यहां एक सेलिब्रिटी मेहमान के तौर पर खड़ी थी। इस साल, मैं एक सेवक बनकर खड़ी हूं। वही त्योहार, वही जगह, फिर भी अंदर की दुनिया 180 डिग्री बदल गई है। वे कहती हैं कि- मुझे इतना कुछ मिला है, कि अब मैं बस देना, देना और देना चाहता हूं। उनके आशीर्वाद से, मेरे दिल में भरे प्यार को बांटना चाहता हूं। आरती कहती हैं- समय बिजली की तेज़ी से भाग रहा है, ज़िंदगी हर दिन बहुत तेज़ी से आगे बढ़ रही है और मेरा अंदर का मन, मेरा दिव्य साथी, मेरे मैत्रेय दादाश्रीजी। उन्होंने मुझे इतना गहराई से बदल दिया है कि अब कुछ भी पहले जैसा नहीं लगता। मैं और मेरे बच्चे अब निस्वार्थ सेवा भाव से ज़िंदगी जी रहे हैं, कभी भी, कहीं भी, तैयार.... जिंदगी में बहुत कुछ करने की चाह, अब लोक कल्याण के भाव में बदल गई है! आरती कहती हैं.... ईश्वर की कृपा से, दोनों बच्चों की उन्नति सही दिशा में हो रही है, दोनों कला और कृति के क्षेत्र में सुंदर फूलों की भांति खिल रहे हैं।

वे कहती हैं कि पूरी दुनिया एक बड़ा मंच बन गई है, प्यार, मैत्री और शांति दिखाने के लिए। अगर हम कर सकते हैं, तो आप भी कर सकते हैं। अपने जुनून को फॉलो करें। प्यार से काम करें। ज़िंदगी हमारे चुने हुए रास्तों से बनती है, हमने प्यार को चुना, हमने मैत्री भाव को चुना। अपनी बेटी प्रियांशी और बेटे वेदांत को इतनी खूबसूरत आत्माओं के रूप में बढ़ते देखकर, ऐसी पर्सनैलिटी जिन्हें आज के युवा पसंद करते हैं और जिनसे प्रेरणा लेते हैं, मेरा दिल बहुत ज्यादा कृतज्ञता से भर जाता है। उनका संगीत भक्तिपूर्ण और मनमोहक है, उनके हाव-भाव दिव्य और कलात्मक हैं। यही... मेरे दादाजी का तोहफ़ा है!

एंड्रिया जेरेमिया ने पिसाची 2 में इरोटिक सीन्स की पुष्टि की



तमिल एक्ट्रेस और सिंगर एंड्रिया जेरेमिया ने मैस्किन द्वारा डायरेक्टेड अपकमिंग हॉरर फिल्म पिशाची 2 में न्यूड कंटेंट को लेकर चल रही अफवाहों पर बात की है। हाल ही में एक इंटरव्यू में, एंड्रिया ने साफ किया कि फिल्म में कोई न्यूडिटी नहीं है, लेकिन इसमें कई इरोटिक सीन ज़रूर हैं। उन्होंने बताया कि शुरुआत में न्यूडिटी स्क्रिप्ट का हिस्सा थी, लेकिन मैस्किन ने शूटिंग के दौरान उन हिस्सों को हटाने का फैसला किया।

एंड्रिया ने मिस्किन के विज़न और इरादों की तारीफ़ करते हुए कहा कि वह यह फ़िल्म सिर्फ़ गुज़ारा करने के लिए नहीं बना रहे हैं, क्योंकि उन्होंने पहले बड़े हीरो के साथ काम किया है। उन्होंने डायरेक्टर के फ़ैसलों पर भरोसा जताया, यहाँ तक कि जब उनसे भड़काऊ कंटेंट की मांग की गई, जैसे कि अपनी स्कर्ट नीचे करने के लिए कहा गया। इस फ़िल्म में टैलेंटेड कलाकार हैं, जिनमें मक्कल सेल्वन विजय सेतुपति कैमियो रोल में, पूर्णा और संतोष प्रताप अहम भूमिकाओं में शामिल हैं।

रॉकफोर्ट एंटरटेनमेंट के तहत टी मुरुगनंथम द्वारा प्रोड्यूस की गई पिशाची 2 को फाइनेंशियल दिक्कतों के कारण देरी का सामना करना पड़ा है। फिल्म का म्यूज़िक कार्तिक राजा ने कंपोज़ किया है, और टॉलीवुड प्रोड्यूसर दिल राजू ने तेलुगु राज्यों में इसके थिएट्रिकल राइट्स खरीद लिए हैं। अफवाहों के बावजूद, एंड्रिया इस प्रोजेक्ट को लेकर कॉन्फिडेंट हैं, और फैंस इसकी रिलीज़ का बेसब्री से इंतज़ार कर रहे हैं।

मिस्किन की पिशाची 2 अपने इरोटिक सीन्स और इंटेंस कहानी के मेल के साथ एक रोमांचक हॉरर अनुभव देने का वादा करती है। अपनी टैलेंटेड कास्ट और क्रू के साथ, फिल्म से एक अनोखा सिनेमैटिक अनुभव देने की उम्मीद है। जैसे-जैसे रिलीज़ डेट पास आ रही है, और भी अपडेट आने की उम्मीद है, जिससे फैंस उत्साहित और जुड़े रहेंगे।

बॉक्स ऑफिस पर तू मेरी मैं तेरा... की घटी कमाई

सिनेमाघरों में इन दिनों तू मेरी मैं तेरा मैं तेरा तू मेरी, अवतार: फायर एंड ऐश, धुरंधर और एनाकोंडा जैसी फिल्में सजी हैं। वीकएंड के बाद सोमवार को लगभग सभी फिल्मों का कलेक्शन घटा है। वहीं हॉलीवुड फिल्मों पर बॉलीवुड फिल्में भारी पड़ी हैं। आइए जानते हैं इन सभी फिल्मों ने कितना कलेक्शन किया है? कार्तिक आर्यन और अनन्या पांडे की अदाकारी वाली फिल्म तू मेरी मैं तेरा मैं तेरा तू मेरी की वीकएंड के बाद कमाई में काफी गिरावट आई है। सोमवार को फिल्म ने महज 1.75 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है। रविवार को इसने 5 करोड़ रुपये कमाए थे। फिल्म ने पांच दिनों में कुल 25.25 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है। हॉलीवुड फिल्म अवतार: फायर एंड ऐश की वीकएंड के बाद कमाई घटी है लेकिन इसने बॉक्स ऑफिस पर अपनी पकड़ बनाई है। दूसरे सोमवार को फिल्म ने 4.75 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है। दूसरे रविवार को इसने 10.75 करोड़ रुपये कमाए थे। 11 दिनों में इस फिल्म ने कुल 142.65 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है। वीकएंड के बाद हॉलीवुड फिल्म एनाकोंडा की कमाई लाखों में सिमट गई है। सोमवार को इसने महज 35 लाख रुपये की कमाई की है। र

बदलती जीवनशैली का हिस्सा बन चुका हैं फ्रोजन फूड, सेहत के लिए हैं बहुत नुकसानदायक

वर्तमान समय की बदलती जीवनशैली में लोगों के पास पर्याप्त समय नहीं हैं जिसे मैनेज करने के लिए आजकल घरों में फ्रोजन फूड का इस्तेमाल बहुतायत से किया जाता हैं। खासतौर से शहरी क्षेत्रों में फ्रोजन फूड का ज्यादा इस्तेमाल हो रहा है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि लंबे समय तक इन फ्रोजन फूड का इस्तेमाल सेहत को बहुत नुकसान पहुंचाता हैं। इन फूड्स को लंबे समय फ्रेश रखने के लिए इनमें हाइड्रोजेनेटेड पाम ऑयल का इस्तेमाल किया जाता है, जिसमें हानिकारक ट्रांस फैट होते हैं। इसके अलावा इनमें नुकसानदायक स्टार्च और ग्लूकोज भी मिलाए जाते हैं। आइए जानते हैं कि फ्रोजन फूड का अधिक सेवन आपकी सेहत को किस तरह से नुकसान पहुंचा रहा हैं...

खाने की पौष्टिकता समाप्त

फ्रोजन सब्जियों में केमिकल्स की वजह से लगभग 50त्न पौष्टिक तत्व नष्ट हो जाते हैं। खासतौर इन सब्जियों में पाए जाने वाले विटामिन बी और सी तो पूरी तरह सब्जियों में नष्ट हो जाते हैं। इसके साथ ही इन सब्जियों के स्वाद में भी काफी ज्यादा अंतर हो जाता है।

डायबिटीज का होता है खतरा

फ्रोजन फूड्स को फ्रेश दिखाने के लिए इसमें स्टार्च का इस्तेमाल किया जाता है। यह स्टार्च फूड को दिखने में फ्रेश बनाता है, साथ-साथ स्वाद भी बढ़ता है। इन फूड्स को पचाने के लिए हमारा शरीर फूड में मौजूद इन स्टार्ट को शुगर में बदलता है। ऐसे में शरीर में शुगर बढ़ने से डायबिटीज का खतरा ज्यादा रहता है। इसके साथ ही यह स्टार्च शरीर के टिश्यूज को भी नुकसान पहुंचाते हैं।

हाई ब्लड प्रेशर की समस्या

सीडीसी के अनुसार, फ्रोजन फूड में सोडियम का इस्तेमाल करीब 70त्न तक अधिक मात्रा में किया जाता है। ऐसे में फ्रोजन फूड का अधिक मात्रा में सेवन करने से आपके शरीर में सोडियम का स्तर बढ़ सकता है। बहुत अधिक सोडियम खाने से हाई ब्लड प्रेशर की समस्या हो सकती है, जिसकी वजह से स्ट्रोक और हृदय रोग का खतरा बढ़ सकता है।

बढ़ता है हार्ट अटैक का खतरा

फ्रोजन फूड्स के सेवन से हार्ट अटैक का खतरा भी बढ़ता है। फ्रोजन और पैक्ड फूड में मौजूद ट्रांस फैट्स बंद धमनियों की परेशानियां बढ़ाते हैं। शरीर में इन ट्रांस फैट्स से कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की संभावना ज्यादा होती है। इसके साथ ही यह गुड कोलेस्ट्रॉल के स्तर को भी घटाता है, जिससे दिल से संबंधित परेशानियां बढ़ने की संभावना ज्यादा होती है। इन फूड्स में सोडियम की मात्रा भी ज्यादा होती है, जो शरीर का ब्लड प्रेशर बढ़ाता है।

सिरदर्द व सूजन की समस्या

फ्रोजन खाद्य पदार्थों में एमएसजी काफी ज्यादा होता है। इसके प्रति संवेदनशील लोगों के लिए यह काफी हानिकारक हो सकता है। कुछ शोध बताते हैं कि इससे सिरदर्द, सूजन और पूरे शरीर से पसीना आना जैसी परेशानी हो सकती है।

बढ़ सकता है वजन

बढ़ते वजन को कई तरह की गंभीर बीमारियों का कारण माना जाता है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ प्रोसेस्ड और फ्रोजन फूड आइटम्स के अधिक सेवन को वजन बढ़ाने वाला कारक मानते हैं। फ्रोजन आइटम्स में वसा की मात्रा अधिक होती है। यही वजह है कि ये कैलोरी में अधिक होते हैं और मोटापा बढ़ा देते हैं। इसके अलावा भोजन को लंबे समय तक फ्रीज करने से वस्तुओं में मौजूद कुछ महत्वपूर्ण विटामिन्स और खनिज भी नष्ट हो सकते हैं। इसलिए इन्हें पौष्टिक नहीं माना जाता है।

बालों के लिए किस तरह फायदेमंद हैं बियर

सभी चाहते हैं कि उनके बाल स्वस्थ, मुलायम और घने बने। आज के समय में धूल, प्रदूषण और नमी के कारण बालों को काफी तकलीफें उठानी पड़ती हैं। खासतौर से मॉनसून के दिनों में बालों को खास देखभाल की जरूरत होती हैं। इसके लिए कई लोग बियर का इस्तेमाल का सकते हैं जिसमें विटामिन बी, माल्टोज और ग्लूकोज की प्रचुर मात्रा होती है। बियर प्रोडक्ट के रूप में आजकल बाजार में शैंपू मिल जाता हैं जो बालों को पोषण देने के साथ ही कई तरह से फायदे पहुंचाता हैं। आज हम आपको बियर शैंपू लगाने के तरीके और इससे मिलने वाले फायदों के बारे में बताने जा रहे हैं। आइये जानते हैं इसके बारे में...

बालों को मजबूत बनाए -बालों को मजबूत बनाने के लिए बियर शैंपू बहुत फायदेमंद माना जाता है। आजकल प्रदूषण, धूल और गर्मी के कारण बाल रूखे और बेजान हो जाते हैं। इस वजह से बाल टूटने झड़ने लग जाट हैं। ऐसे में बियर शैंपू का इस्तेमाल करने से बाल मजबूत बनते हैं। इसमें विटामिन बी12 है जो बालों को मजबूती देता है। अगर आप भी मजबूत बाल चाहते हैं तो बियर शैंपू का इस्तेमाल करें।

रूसी की समस्या दूर करे -बालों की रूसी की समस्या में भी आप बियर शैंपू का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसमें भरपूर मात्रा में प्रोटीन और विटामिन बी पाया जाता है जो रूसी की समस्या को दूर करने में मदद करता है। बियर शैंपू का इस्तेमाल करने से बाल सिल्की और शाइनी बनते हैं।

बालों को वॉल्यूम दे -अगर आपके बाल पतले हैं तो बालों को वॉल्यूम देने के लिए बियर शैंपू का इस्तेमाल करें। इसके इस्तेमाल से स्कैल्प में ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है। इससे बाल मजबूत और बाउंसी बनते हैं। बियर शैंपू में कॉपर, मैग्नीशियम और आयरन जैसे तत्व मौजूद होते हैं जो बालों को बहुत फायदा पहुंचाते हैं। यदि आपके बाल पतले हैं, तो चिंता न करें! बीयर शैंपू यहां अद्भुत काम करता है। अगर आपको बाहर जाना है और कुछ ग्लैमरस लुक चाहिए, तो बीयर शैम्पू से अपने बालों को शैम्पू करें। बीयर में एक्टिवेटिड यीस्ट होता है जो, रोम से बालों के हर स्ट्रैंड को ऊपर उठाने में मदद करता है

कंडीशनर के तौर पर करें इस्तेमाल -आप बियर शैंपू का इस्तेमाल कंडीशनर के तौर पर भी कर सकते हैं। बियर शैंपू लगाने से बाल सिल्की और मजबूत बनते हैं। इस शैंपू का इस्तेमाल करने के बाद आपको कंडीशनर की जरूरत नहीं पड़ेगी। अगर आप खूबसूरत और शाइनी बाल चाहते हैं तो बियर शैंपू का इस्तेमाल करें।

सिर की तैलीय त्वचा से छुटकारा दिलाए -बियर में एसिड होता है, जो सिर की तैलीय और ग्रीसी त्वचा से छुटकारा दिलाने में मदद करता है। ये सिर की त्वचा में तेल के उत्पादन को नियंत्रित करता है और अधिक गंदगी को साफ़ करता है।

बालों में चमक लाता है-यदि आपके बाल बेजान हैं, तो आप बीयर शैम्पू का उपयोग करके बहुत खुश होंगी। इसमें मौजूद विटामिन- बी बालों में शाइन लाता है। बीयर एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर है, जो आपके लॉक्स में चमक जोड़ता है। यह बालों को एक आकर्षक अपील देता है। यदि आपके बाल बहुत शुष्क हैं, तो आप अपने बालों को शैम्पू करने से पहले बियर हेयर मास्क का उपयोग कर सकती हैं।

क्या वजन घटाने के लिए भूखा रहना सही है? जानिए क्या है इस बात की सच्चाई

वजन घटाने के लिए कई लोग दिन-दिनभर भूखे रहते हैं। वे या तो दिन में एक ही बार भोजन करते हैं या फिर केवल 2 मील लेते हैं। यह एक आम धारणा है, लेकिन इसमें कितनी सच्चाई है, इस पर ज्यादा बात नहीं होती। इस लेख में हम इसी भ्रम को समझने की कोशिश करेंगे और जानेंगे कि क्या वाकई भूखा रहना वजन घटाने का सही तरीका है या नहीं।

भूखा रहना क्या सच में असरदार है?

भूखा रहना कभी-कभी फायदेमंद हो सकता है, लेकिन इसे लंबे समय तक जारी रखना सेहत के लिए नुकसानदायक हो सकता है। जब आप भूखे रहते हैं तो आपका शरीर ऊर्जा बचाने के लिए शरीर की क्रियाओं को धीमा कर देता है, जिससे वजन घटाना मुश्किल हो जाता है। इसके अलावा भूखे रहने से शरीर को जरूरी पोषक तत्व नहीं मिल पाते, जिससे आपकी सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है। इसलिए, हमेशा संतुलित डाइट लेने पर ध्यान दें।

शरीर की क्रियाएं होती हैं प्रभावित

भूखा रहने से शरीर की क्रियाएं धीमी हो जाती हैं, जिससे वजन घटाना मुश्किल हो जाता है। जब आप खाना बंद करते हैं तो आपका शरीर ऊर्जा बचाने के लिए क्रियाओं को धीमा कर देता है, जिससे कैलोरी जलना कम हो जाता है। इसके अलावा भूखे रहने से शरीर ऊर्जा के लिए वसा को जलाने तो लगता है, लेकिन उसकी मात्रा ज्यादा होने पर आप बीमार भी पड़ सकते हैं।

शरीर को मिलता है झटका

भूखा रहना शरीर को झटका दे सकता है और इससे कई समस्याएं पैदा हो सकती हैं। जब आप खाना बंद करते हैं तो आपका शरीर कमजोर हो जाता है और प्रतिरोधक क्षमता भी कम होती जाती है। इसके अलावा भूखे रहने से शरीर को जरूरी पोषक तत्व नहीं मिल पाते, जिससे आप बीमारियों की चपेट में आ सकते हैं। इस आदत से खून की कमी होने और ब्लड प्रेशर व ब्लड शुगर घटने का खतरा रहता है।

मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है असर

भूखा रहने से मानसिक स्वास्थ्य पर भी बुरा असर पड़ सकता है। भूखे रहने पर चिड़चिड़ापन, उदासी और चिंता जैसी समस्याएं बढ़ सकती हैं। इसके अलावा इस आदत के चलते पसंदीदा खाना खाने की इच्छा मारनी पड़ती है, जिससे उदासी बढ़ने लगती है। कुछ लोग चिंता और तनाव का शिकार होने के कारण भी खाना छोड़ देते हैं, जिससे उनकी तबियत और बिगड़ने लगती है और आलस आता रहता है।

सही तरीका क्या है?

वजन घटाने का सही तरीका यह है कि आप संतुलित डाइट लें और नियमित एक्सरसाइज करें। इसके लिए खान-पान छोड़ने के बजाय पौष्टिक चीजें खाना शुरू करें। अपनी डाइट से जंक फूड और तैलीय भोजन को निकाल दें। साथ ही नियमित रूप से एक्सरसाइज करें, ताकि आपका शरीर सक्रिय रहे और क्रियाएं भी तेज हो सकें। भूखा रहने के बजाय स्वस्थ विकल्प चुनें और अपने शरीर को जरूरी पोषक तत्व दें, ताकि आपकी सेहत बेहतर हो सके।

कलाइयों में दर्द होता है? इन 5 घरेलू नुस्खों को आजमाएं

कलाइयों में दर्द होना एक आम समस्या है, जो कई कारणों से हो सकता है। यह समस्या लंबे समय तक कंप्यूटर या लैपटॉप पर टाइपिंग करने, भारी सामान उठाने या गलत तरीके से उठने-बैठने के कारण हो सकती है। हालांकि, कई लोग इसे नजरअंदाज कर देते हैं, लेकिन इसे नजरअंदाज करने से स्थिति गंभीर हो सकती है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे असरदार घरेलू नुस्खे बताते हैं, जिन्हें आजमाने से कलाइयों का दर्द कम हो सकता है।

गर्म पानी से सिकाई करें- अगर आपको कलाइयों में दर्द की समस्या रहती है तो गर्म पानी से सिकाई करें। इसके लिए एक तौलिए को गर्म पानी में भिगोकर निचोड़ लें और इसे प्रभावित जगह पर रखें। 5-10 मिनट तक इस प्रक्रिया को दोहराएं। यह दर्द को कम करने के साथ-साथ सूजन को भी घटाने में मदद कर सकता है। गर्म सिकाई से खून का बहाव बढ़ता है और प्रभावित क्षेत्र में आराम मिलता है। इसे दिन में 2-3 बार करें।

हल्दी का पेस्ट लगाएं- हल्दी में खास तत्व होते हैं, जो सूजन और दर्द को कम करने में मदद करते हैं। इसके लिए एक चम्मच हल्दी पाउडर को थोड़ा पानी मिलाकर एक गाढ़ा पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को प्रभावित जगह पर लगाएं और 15-20 मिनट तक सूखने दें, फिर इसे धो लें। यह घरेलू उपाय न केवल दर्द को कम करता है, बल्कि त्वचा को भी साफ और स्वस्थ रखता है। इसे नियमित रूप से इस्तेमाल करें।

जैतून के तेल से मालिश करें- जैतून का तेल खास तत्वों से भरपूर होता है, जो कलाइयों के दर्द को कम करने में सहायक हैं। इसके लिए थोड़े से जैतून के तेल को हल्का गर्म करें और फिर इसे प्रभावित जगह पर हल्के हाथों से मालिश करें। मालिश करने से पहले हाथों को अच्छे से धो लें ताकि किसी भी प्रकार के कीटाणु का प्रभाव न पड़े। इस प्रक्रिया को रोजाना 10-15 मिनट तक दोहराएं।

बर्फ से सिकाई करें- बर्फ में ठंडक होती है, जो सूजन को कम करने और दर्द से राहत दिलाने में मदद करती है। इसके लिए एक साफ कपड़े में बर्फ लपेटकर इसे प्रभावित जगह पर रखें और 10-15 मिनट तक सिकाई करें।

राज्य कैबिनेट की बैठक में आठ प्रस्तावों पर लगी मुहर

मंत्रीमंडल ने उत्तराखण्ड ग्रीन हाइड्रोजन नीति को दी मंजूरी

देहरादून । मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की अध्यक्षता में हुई राज्य कैबिनेट बैठक में कई महत्वपूर्ण निर्णय लिए गए। बैठक में निर्णय लिया गया कि ऐसे स्वास्थ्य कार्यकर्ता जिन्होंने पांच साल सेवा कर ली, उन्हें आपसी सहमति से जनपद में तबादले का मौका मिलेगा। आपसी समझौते के स्तर पर सीधे भूमि खरीद के लिए मालिकों से जमीन खरीदी जा सकेगी। भूमि अधिग्रहण के अलावा सीधे मालिक से ले सकेंगे। पराग फार्म की जमीन सिडकुल को दी गई थी। इस जमीन को अन्य को बेचने, पट्टे पर देने का प्रावधान नहीं होगा। सिडकुल सब लीज कर सकेगी। कैबिनेट द्वारा लिए गए निर्णयों की जानकारी अपर सचिव मुख्यमंत्री बंशीधर तिवारी ने पत्रकारों को दी। उन्होंने बताया कि देहरादून, उधमसिंह नगर समेत चार जिला जनजातीय कल्याण अधिकारी के पद स्वीकृत किए गए हैं। उत्तराखंड में गैर कृषि कार्यों के लिए जमीन को छोड़कर बाकी औद्योगिक इकाइयों, आवासीय सोसाइटी में जल मूल्य प्रभार लगेगा। भूमिगत जल के व्यावसायिक इस्तेमाल पर शुल्क देना होगा। उत्तराखंड निजी विवि अधिनियम में संशोधन, जीआरडी उत्तराखंड विवि बनेगा। आगामी बजट सत्र में विधानसभा में आएगा अध्यादेश। चिन्यालीसौड़ और गौचर हवाई पट्टी को संयुक्त रूप से रक्षा मंत्रालय को देने की सहमति बनी। ग्रीन हाइड्रोजन उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए उत्तराखंड हाइड्रोजन नीति 2026 को मंजूरी दी गई है। इसके तहत सब्सिडी पर मुख्य सचिव की अध्यक्षता में फैसला होगा।

चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, उत्तराखण्ड के ऐसे स्वास्थ्य कार्यकर्ता/स्वास्थ्य पर्यवेक्षक, जिन्होंने अपने मूल संवर्ग में न्यूनतम 05 वर्ष की सन्तोषजनक सेवा पूर्ण कर ली हो, को सम्पूर्ण सेवाकाल में एक बार म्यूचुअल

अंडरस्टैंडिंग के आधार पर जनपद परिवर्तन करने की अनुमति प्रदान की जाएगा। जिसपर कैबिनेट ने अपनी स्वीकृति प्रदान की है। उत्तराखण्ड राज्य में आपसी समझौते के आधार पर भू-स्वामियों से लघु/मध्यम/ वृहद् परियोजनाओं हेतु भूमि की प्राप्ति किये जाने हेतु प्रक्रिया का निर्धारण' के सम्बन्ध में कैबिनेट ने लिया निर्णय। भूमि अर्जन, पुनर्वासन एवं पुनर्व्यवस्थापन में उचित प्रतिकर और पारदर्शिता का अधिकार अधिनियम, 2013' की सुसंगत धाराओं की प्रक्रियान्तर्गत भूमि अर्जन हेतु लगने वाले अत्याधिक समय एवं सीधे भूमि कय करने की व्यवस्था को प्रोत्साहित किये के उद्देश्य से राज्य परियोजनाओं के लिए भू-स्वामियों से लघु/मध्यम/वृहद् परियोजनाओं हेतु भूमि की प्राप्ति किये जाने हेतु प्रक्रिया प्रस्तावित की है। इस प्रक्रिया के अन्तर्गत आपसी समझौते के आधार पर भू-स्वामियों से भूमि प्राप्त किये जाने की दशा में मुकदमेबाजी जैसे मामलों में कमी आयेगी तथा लोक जनहित की परियोजनाओं की लागत भी कम होगी।

राज्य में हरित हाइड्रोजन उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए 'उत्तराखण्ड ग्रीन हाइड्रोजन नीति, 2026' के प्रख्यापन को कैबिनेट ने दी मंजूरी। भारत सरकार द्वारा घोषित राष्ट्रीय हरित हाइड्रोजन नीति, 2022 एवं राष्ट्रीय हरित हाइड्रोजन मिशन 2023, आगामी दशक में भारत को ग्रीन हाइड्रोजन का वैश्विक केंद्र बनाने के दृष्टिकोण से अत्यंत उपयोगी होने के परिप्रेक्ष्य में उत्तराखण्ड सरकार भी ग्लोबल वार्मिंग एवं जलवायु परिवर्तन के दृष्टिगत प्रदेश में स्वच्छ एवं हरित ऊर्जा उत्पादन स्रोतों को प्रोत्साहित करने हेतु संकल्पित है। ग्रीन हाइड्रोजन एक स्वच्छ ऊर्जा एवं औद्योगिक ईंधन होने के कारण नेट जीरों के लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक सिद्ध होगा। उत्तराखण्ड राज्य में जल विद्युत जैसे प्राकृतिक संसाधन प्रचुर मात्रा में उपलब्ध हैं, जिनका उपयोग हरित हाइड्रोजन के उत्पादन के लिए किया जा सकता है। इससे राज्य में विकास एवं रोजगार को बढ़ावा देने के साथ-साथ कार्बन उत्सर्जन रहित एवं जलवायु परिवर्तन लक्ष्यों के सापेक्ष राज्य के योगदान को पूर्ण करने के साथ ही ग्रीन हाइड्रोजन, बाजार निर्माण और मांग एकत्रीकरण को बढ़ावा मिलेगा। राज्य में हरित हाइड्रोजन उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए उत्तराखण्ड सरकार द्वारा 'उत्तराखण्ड हरित हाइड्रोजन नीति, 2026' को लागू किये जाने पर कैबिनेट ने स्वीकृति प्रदान की है।

जनपद उधमसिंहनगर स्थित प्राग फार्म की 1354.14 एकड़ भूमि को औद्योगिक आस्थान विकसित किये जाने हेतु सिडकुल (औद्योगिक विकास विभाग) को हस्तान्तरित किये जाने के सम्बन्ध में निर्गत शासनादेश संख्या:-670/ दिनांक: 25 मार्च, 2025 में संशोधन करने के सम्बन्ध में कैबिनेट ने लिया निर्णय।जनपद उधमसिंहनगर स्थित प्राग फार्म की 1354.14 एकड़ भूमि को औद्योगिक आस्थान विकसित किये जाने हेतु सिडकुल (औद्योगिक विकास विभाग) को हस्तान्तरित की गयी है, शासनादेश की शर्त संख्या-च में 'प्रश्नगत भूमि को किसी व्यक्ति एवं संस्थान या संगठन को बेचने/ पट्टे पर देने अथवा किसी अन्य प्रकार से हस्तान्तरित करने का अधिकार पष्ट्टेदार को नहीं होगा। भूमि का उपयोग आवंटन के दिनांक से 03 वर्ष की अवधि में पूर्ण कर लेना अनिवार्य होगा अन्यथा आवंटन स्वत: निरस्त समझा जायेगा। परन्तु औद्योगिक विकास विभाग के माध्यम से राजस्व विभाग की सहमति से पट्टे पर आवंटित भूमि को समान प्रयोजन हेतु उप पट्टा (नइ-समेंम) करने का अधिकार पट्टेदार को होगा। पर कैबिनेट ने अपनी मंजूरी प्रदान की है।

उत्तराखंड राज्य में गैर कृषिकारी (कृषि एवं कृषि संबंधित कार्यों तथा राजकीय पेयजल व्यवस्था को छोड़कर) उपयोग हेतु भू-जल के निकास पर जल मूल्य/प्रभार की दरें (जो तत्काल से लागू होगी) लागू किये जाने के सम्बन्ध में कैबिनेट ने लिया निर्णय। राज्य में उद्योगों को बढ़ावा देने, शू-जल विकास एवं प्रबन्धन को विनियमित किये जाने तथा भू-जल के अनियन्त्रित दोहन को सीमित करने के उद्देश्य से औद्योगिक इकाईयों एवं अन्य व्यवसायिक उपयोग यथा रेजीडेंशियल अपार्टमेंट/ग्रुप हाउसिंग सोसाइटी, होटल, वॉटर एमयूजमेंट पार्क, वाहन धुलाई सैन्टर, स्वीमिंग पूल इत्यादि हेतु सुरक्षित क्षेत्र, अर्ध गम्भीर क्षेत्र, गम्भीर क्षेत्र एवं अतिदोहित क्षेत्र की जल मूल्य/ प्रभार की दरों लागू किए जाने के सम्बन्ध में कैबिनेट ने अपनी स्वीकृति प्रदान की है। वाणिज्यक, औद्यौगिक, अवसंरचनात्मक और रेजीडेंशियल अपार्टमेन्ट्स/ग्रुप हाउसिंग सोसाइटी हेतु पंजीकरण शुल्क 5000/देय होगा।

लालढांग में उक्रांद का सदस्यता अभियान, सैकड़ों लोगों ने थामा दल का दामन

हरिद्वार । हरिद्वार ग्रामीण क्षेत्र के लालढांग में उत्तराखंड क्रांति दल (उक्रांद) के कार्यक्रम में सियासी हलचल देखने को मिली। सोमवार को यहां केंद्रीय अध्यक्ष सुरेंद्र कुकरेती बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे। इस दौरान सैकड़ों लोगों ने उक्रांद की सदस्यता ग्रहण की। इस अवसर पर केंद्रीय अध्यक्ष सुरेंद्र कुकरेती ने सरकार पर तीखा हमला बोला। उन्होंने कहा कि सरकार आमजन को मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध कराने में विफल साबित हुई है। आज उत्तराखंड का युवा बेरोजगारी से जूझ रहा है। गांव-गांव में बच्चे गुणवत्तापूर्ण शिक्षा से वंचित हैं। स्वास्थ्य सुविधाओं के अभाव में बुजुर्गों और महिलाओं की जान जा रही है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड की जनता अब दोनों राष्ट्रीय दलों से त्रस्त हो चुकी है और मजबूत विकल्प की तलाश में है। केंद्रीय महामंत्री राजेंद्र बिष्ट और जसवंत बिष्ट ने संयुक्त रूप से संचालन किया। जिला संयोजक गोकुल सिंह रावत ने कहा कि इस क्षेत्र में पार्टी की नीतियों और विचारधारा को लेकर जनता में भरोसा साफ नजर आ रहा है। इस अवसर पर केंद्रीय उपाध्यक्ष जयप्रकाश उपाध्याय, मोहन सिंह असवाल, केंद्रीय महामंत्री संगठन गणेश काला, महामंत्री राजेंद्र बिष्ट, संदीप अग्रवाल, रवि जैन, सुरेंद्र कुमार, महानगर अध्यक्ष सागर प्रजापति, तुषार चौधरी, युवा महानगर अध्यक्ष कल्पेश पांडे, हेमलता जोशी, यशोदा यादव, मिनाक्षी उत्तराखंडी, अंजलि शर्मा मौजूद रहे। उत्तराखंड में बदलाव की लहर चल पड़ी: व्यास पूर्व केंद्रीय कार्यकारी अध्यक्ष पंकज व्यास ने कहा कि प्रदेश में बदलाव की लहर चल पड़ी है। उन्होंने दावा किया कि रोजाना हजारों लोग उक्रांद से जुड़ रहे हैं। जनता समझ चुकी है कि उत्तराखंड क्रांति दल ही प्रदेश को सही दिशा में चला सकता है। व्यापार प्रकोष्ठ के केंद्रीय अध्यक्ष सुमित अरोड़ा ने आरोप लगाया कि राष्ट्रीय दलों ने युवाओं को नशे की ओर धकेलने का षड्यंत्र रचा है। उक्रांद से बड़ी संख्या में जुड़े लोग उक्रांद की सदस्यता लेने वालों में सुरेंद्र सिंह रावत, जगदीश अमोली, बीरबल सिंह नेगी, चंद्रप्रकाश बौंठियाल, नवीन चमोली, जगत सिंह पटवाल, त्रिलोक सिंह नेगी, भरत सिंह नेगी, सुखपाल सिंह नेगी, सोहन सिंह नेगी, पूरण सिंह, मनीष नेगी, आशीष नेगी, अभिषेक नेगी, सूरज नेगी, रेखा देवी, पुष्पा देवी, सुनीता देवी सहित सैकड़ों लोग शामिल रहे।

लक्सर रोजगार मेले में उमड़ी युवाओं की भीड़, 1170 बेरोजगार हुए कंपनी में सेलेक्ट

हरिद्वार । जिले के लक्सर में रोजगार मेले में बेरोजगार युवाओं की भीड़ उमड़ी। रोजगार मेले में करीब ढाई हजार युवाओं ने नौकरी के लिए अपना रजिस्ट्रेशन कराया। इनमें से करीब 1170 बेरोजगारों को रोजगार मिला। स्थानीय जनप्रतिनिधियों ने कहा कि इस तरह के आयोजन आगे भी होते रहेंगे। स्वराज फाउंडेशन की ओर से लक्सर के केवी इंटर कॉलेज में आयोजित किए गए रोजगार मेले का उद्घाटन विधायक मोहम्मद शहजाद और नगर पालिका के चेयरमैन संजीव कुमार ने किया। उन्होंने कहा कि बेरोजगारों को रोजगार दिलाने के लिए फाउंडेशन की यह पहल सराहनीय है। युवाओं में बढ़ती बेराजगारी देश और प्रदेश की सबसे बड़ी समस्या है, आगे भी इस प्रकार के आयोजन होते रहेंगे। कार्यक्रम में मौजूद लक्सर विधायक मोहम्मद शहजाद ने रोजगार मेले की सराहना करते हुए कहा कि इस तरह के आयोजन स्थानीय युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वहीं स्वराज फाउंडेशन के पदाधिकारियों ने बताया कि संस्था का मुख्य उद्देश्य युवाओं को आत्मनिर्भर बनाना है। रोजगार मेले के सफल आयोजन में नगर पालिका परिषद लक्सर एवं स्वराज फाउंडेशन का महत्वपूर्ण योगदान रहा। स्वराज फाउंडेशन के अध्यक्ष अनिल पराशर ने बताया रोजगार मेले में 2400 से अधिक बेरोजगार युवकों ने अपना पंजीकरण कराया था। इस दौरान 1170 युवकों को विभिन्न कंपनियों में रोजगार के लिए चुना गया है। इस दौरान बसपा नेता नाथीराम, नितिन चौधरी नीलू, देवेश राणा, सुधांशु चौधरी समेत विभिन्न कंपनियों के प्रतिनिधि मौजूद रहे। एक दिवसीय रोजगार मेले में क्षेत्र के सैकड़ों बेरोजगार युवाओं ने प्रतिभाग कर रोजगार से जुड़े विभिन्न अवसरों की जानकारी प्राप्त की। मेले में कई निजी कंपनियों एवं संस्थानों ने सहभागिता की, जहां युवाओं की शैक्षिक योग्यता एवं कौशल के आधार पर उन्हें रोजगार संबंधी मार्गदर्शन दिया गया। इस दौरान अनेक युवाओं का प्राथमिक चयन भी किया गया। आयोजन स्थल पर युवाओं की भारी भीड़ देखी गई, जिससे क्षेत्र में रोजगार को लेकर खासा उत्साह नजर आया। रोजगार मेले में पहुंचे युवाओं ने नगर पालिका अध्यक्ष संजीव कुमार उर्फ नीटू ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि युवाओं के भविष्य को ध्यान में रखते हुए इस तरह का आयोजन सराहनीय है। इस अवसर पर नगर पालिका परिषद अध्यक्ष संजीव कुमार उर्फनीटू ने कहा कि उनके कार्यकाल का एक वर्ष पूर्ण होने जा रहा है और इस दौरान बड़ी संख्या में बेरोजगार युवाओं ने उनसे रोजगार की मांग की थी। उन्हीं समस्याओं को ध्यान में रखते हुए इस रोजगार मेले का आयोजन कराया गया है। उन्होंने कहा कि युवाओं को रोजगार उपलब्ध कराना उनकी प्राथमिकता है और भविष्य में भी इस तरह के प्रयास लगातार जारी रहेंगे। युवाओं का कहना था कि स्थानीय स्तर पर रोजगार के अवसर मिलने से उन्हें बाहर भटकने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

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।