हिन्दी पाक्षिक

सेमन्या कण्वघाटी

RNI No.: UTTHIN/2013/54659

वर्ष-13 अंक-09 हरिद्वार, रविवार, 15 मार्च, 2026 मूल्य-दो रूपया मात्र पृष्ठ-8

योग विश्व शांति और आत्मिक संतुलन का सार्वभौमिक विज्ञान :मुख्यमंत्री

मुख्यमंत्री धामी ने परमार्थ निकेतन में 38वें अंतर्राष्ट्रीय योग महोत्सव में किया प्रतिभाग

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज योग नगरी ऋषिकेश स्थित परमार्थ निकेतन में आयोजित 38वें अंतर्राष्ट्रीय योग महोत्सव में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर उन्होंने देश-विदेश से पधारे योग साधकों, योगाचार्यों एवं महानुभावों का देवभूमि उत्तराखंड में स्वागत एवं अभिनंदन किया। मुख्यमंत्री ने अपने संबोधन में कहा कि यह उनका परम सौभाग्य है कि उन्हें इस भव्य अंतर्राष्ट्रीय योग महोत्सव में सहभागिता का अवसर प्राप्त हुआ। मुख्यमंत्री ने कहा कि माँ गंगा की दिव्य आरती में सहभागी बनना तथा विश्वकल्याण हेतु आयोजित पवित्र यज्ञ में आहुति अर्पित करना उनके लिए अत्यंत सौभाग्य का विषय है। मुख्यमंत्री ने कहा कि योग भारत की पुण्य भूमि से निकली प्राचीन और महान विधा है, जिसे आज विश्वभर के करोड़ों लोग अपने जीवन का हिस्सा बना रहे हैं। उन्होंने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि मन, शरीर और आत्मा के बीच संतुलन स्थापित करने वाला सार्वभौमिक विज्ञान है, जो आत्मिक शांति प्रदान करता है। उन्होंने कहा कि आज जब विश्व तनाव, अवसाद और जीवनशैली जनित

रोगों से जूझ रहा है, ऐसे समय में योग एक 'नेचुरल हीलिंग सिस्टम' के रूप में आत्मिक शांति और संतुलन प्रदान कर रहा है। योगासन और प्राणायाम के माध्यम से शरीर और मन को तनावमुक्त किया जा सकता है तथा रोग प्रतिरोधक क्षमता और एकाग्रता में वृद्धि होती है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि योग ने जाति, भाषा, धर्म और भूगोल की सीमाओं को पार कर मानव समाज को जोड़ने का कार्य किया है तथा 'वसुधैव कुटुम्बकम्' और 'सर्वे भवन्तु सुखिनः' के संदेश को विश्वभर में पहुंचाया है। उन्होंने कहा कि आदरणीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने का प्रस्ताव संयुक्त राष्ट्र में रखा गया, जिसके परिणामस्वरूप आज 180 से अधिक देशों में योग का व्यापक अभ्यास हो रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखंड केवल देवभूमि ही नहीं, बल्कि योग और अध्यात्म की भूमि भी है। राज्य की नैसर्गिक सुंदरता और शुद्ध वातावरण योग साधना के लिए अत्यंत अनुकूल है। इसी दृष्टि से राज्य सरकार ने उत्तराखंड को योग की वैश्विक राजधानी बनाने हेतु देश की पहली 'योग नीति 2025' लागू की है। उन्होंने बताया कि योग एवं ध्यान केंद्र विकसित करने के लिए 20 लाख रुपये तक की सब्सिडी तथा शोध कार्यों के लिए 10 लाख रुपये तक के अनुदान का प्रावधान किया गया है। साथ ही पाँच नए योग हब स्थापित किए जा रहे हैं तथा सभी आयुष हेल्थ एवं वेलनेस सेंटरों में योग सेवाएं सुनिश्चित की जा रही हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि आयुष वेलनेस सेंटर एवं नेचुरोपैथी केंद्रों को भी निरंतर बढ़ावा दिया जा रहा है। प्रदेश में 300 से अधिक आयुष्मान आरोग्य केंद्र संचालित हैं तथा प्रत्येक जनपद में 50 एवं 10 बेड वाले आयुष चिकित्सालय स्थापित किए जा रहे हैं। ई-संजीवनी पोर्टल के माध्यम से विशेषज्ञों द्वारा आयुष परामर्श भी प्रदान किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि 'उत्तराखंड आयुष नीति' के माध्यम से औषधि निर्माण, वेलनेस, शिक्षा, शोध एवं औषधीय पौधों के संवर्धन को बढ़ावा दिया जा रहा है। साथ ही गढ़वाल एवं कुमाऊं मंडलों में एक-एक 'स्पिरिचुअल इकोनॉमिक ज़ोन' की स्थापना हेतु बजट में 10 करोड़ रुपये का प्रावधान किया गया है। मुख्यमंत्री ने प्रसन्नता व्यक्त की कि इस महोत्सव में देश-विदेश के प्रतिष्ठित योगाचार्य अपने ज्ञान एवं अनुभव साझा कर रहे हैं तथा हठ योग, राज योग, कर्म योग एवं भक्ति योग के साथ ध्यान, प्राणायाम एवं प्राकृतिक चिकित्सा संबंधी सत्र आयोजित किए जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि परमार्थ निकेतन पिछले 80 वर्षों से भारतीय संस्कृति, योग और अध्यात्म के माध्यम से विश्व को जोड़ने का कार्य कर रहा है। मुख्यमंत्री ने विश्वास व्यक्त किया कि वर्तमान वैश्विक परिस्थितियों में यह महोत्सव योग, प्राणायाम और आध्यात्म के माध्यम से मानवता को शांति एवं सद्भाव के मार्ग पर प्रेरित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। कार्यक्रम में परमार्थ निकेतन से स्वामी चिदानन्द सरस्वती एवं साध्वी भगवती सरस्वती, गायक कैलाश खेर, विभिन्न देशों से आए योगाचार्य, योग प्रशिक्षक तथा पर्यटक उपस्थित रहे।

ऑपरेशन कालनेमि: 16 बहरूपिये गिरफ्तार

हरिद्वार (संवाददाता)। आपरेशन कालनेमि के तहत चलाये जा रहे अभियान के तहत पुलिस ने 16 बहरूपियों को गिरफ्तार कर लिया है। उनका आपराधिक इतिहास पता करने लिए पुलिस अब उनके फिंगर प्रिंट लेकर अग्रिम कार्यवाही कर रही है। जानकारी के अनुसार आज सुबह नगर कोतवाली पुलिस ने हरकीपैडी के आसपास के घाटों पर सघन चेकिंग अभियान चलाया गया जिसमें धर्म की आड़ में धोखाधड़ी करने वाले, बिना पहचान पत्र के रहने वाले तथा संदिग्ध लग रहे 16 व्यक्तियों को 'ऑपरेशन कालनेमि के तहत धाराकृ 172(2) बीएनएसएस में गिरफ्तार किया गया। उक्त गिरफ्तार व्यक्तियो का आपराधिक इतिहास पता लगाने हेतु फ्रिंगर प्रिन्ट लेकर कार्यवाही की जा रही है।

गिरफ्तार बहरूपियों के नाम रमेश भुईया पुत्र पूडू भुईया निवासी ग्राम गंगोली किच्छा थाना किच्छा जिला उधम सिह नगर हाल पता चण्डीघाट पुल के नीचे, वाधरी धानी पुत्र वाधरी भाई ग्राम गांधीधाम खोदिमार नगर थाना गांधीधाम जिला कच्छ गुजरात हाल पता हाथीपुल रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, सुखदेव चौधरी पुत्र गेन्दु चौधरी निवासी मोरमा थाना रोह जिला नवादा कादिरगंज बिहार हाल पता हाथीपुल रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, मनोज कुमार गुप्ता पुत्र शीशपाल गुप्ता निवासी ग्राम बजीरंगज थाना बजीरगंज जिला बदांयू उ.प्र. हाल पता हाथीपुल रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, कन्हैयादास गुप्ता पुत्र समूहदास गुप्ता निवासी गढमरपुर सौलाई थाना पंकडी जिला बलिमा उ.प्र. हाल पता हाथीपुल रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार,अनुज पुत्र देवेन्द्र कुमार निवासी दिल्ली हाल पता हरकी पौडी कोतवाली नगर हरिद्वार, जयप्रकाश पुत्र बद्रीलाल निवासी चीबारा राजस्थान हाल पता हरकी पौडी हरियाणा टापू कोतवाली नगर हरिद्वार, विनोद कुमार पुत्र देशराज निवासी हरियाणा जिला जिन्द हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, लालता पुत्र अवधू निवासी पूरा बदली थाना जलालपुर अम्बेडकर नगर उ.प्र. हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, सोनू उर्फ जितेन्द्र पुत्र उमरपाल निवासी ग्राम बथुआखेडा थाना भगतपुर मुरादाबाद उ.प्र. हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, प्रेम सिंह पुत्र हरि सिंह निवासी गेनाथाली थाना टनकपुर जिला चम्पावत हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, भगवानदास पुत्र भोला निवासी ग्राम हायसी जिला प्रतापगढ उ.प्र. हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, मुन्ना पुत्र गौवरधन निवासी ग्राम अमरावती नागपुर उ.प्र. हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, राजू पुत्र रामजीवन निवासी कोटा बहादुर थाना ऊंचाहाट जिला रायबरेली उ.प्र. हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार, ओमप्रकाश पुत्र छेदालाल निवासी डिबडिबा कालोनी रुद्धपुर हाल पता विष्णुघाट रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार व महेशनाथ गोस्वामी पुत्र जमजमराम गोस्वामी निवासी ग्राम खुरजा जिला बुलन्दशहर उ.प्र. हाल पता रोडिबेलवाला कोतवाली नगर हरिद्वार बताये जा रहे है।

कुंभ के लिये मेला क्षेत्र के साथ ही नजदीकी रेलवे स्टेशनों पर यात्री सुविधाओं का होगा सुदृढ़ीकरण

हरिद्वार (संवाददाता)। आगामी कुंभ मेले को देखते हुए कुंभ क्षेत्र के साथ ही अन्य नजदीकी रेलवे स्टेशनों पर यात्री सुविधाओं को सुदृढ़ करने तथा आधारभूत ढांचे को बेहतर बनाने बनाने पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। जिसके लिये मेला प्रशासन द्वारा रेलवे अधिकारियों के साथ समन्वय स्थापित कर विभिन्न स्टेशनों पर प्रस्तावित कार्यों को समयबद्ध तरीके से पूरा कराने की मुहिम शुरू कर दी गई है, ताकि मेले के दौरान आने वाले श्रद्धालुओं को सुरक्षित और सुगम यात्रा की सुविधा मिल सके। इसी क्रम में अपर मेलाधिकारी दयानन्द सरस्वती ने मोतीचूर रेलवे स्टेशन का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने स्टेशन पर उपलब्ध सुविधाओं, आधारभूत ढांचे तथा कुंभ मेले को ध्यान में रखते हुए प्रस्तावित कार्यों का जायजा लिया और रेलवे अधिकारियों के साथ विस्तृत चर्चा की। अपर मेलाधिकारी ने रेलवे अधिकारियों से कहा कि कुंभ मेले के दौरान बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं के आगमन को देखते हुए स्टेशन पर यात्री सुविधाओं को प्राथमिकता के आधार पर विकसित किया जाए। उन्होंने विशेष रूप से प्लेटफार्म के सुदृढ़ीकरण, यात्रियों के ठहरने एवं बैठने की समुचित व्यवस्था, प्रवेश और निकास मार्गों के बेहतर प्रबंधन, पेयजल की पर्याप्त उपलब्धता, शौचालयों की संख्या बढ़ाने तथा स्वच्छता व्यवस्था को प्रभावी बनाने पर जोर दिया। उन्होंने यह भी कहा कि कुंभ मेले के दौरान स्टेशन पर आने वाले यात्रियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसके लिए सभी प्रस्तावित कार्यों को शीघ्र प्रारंभ कर समय से पूर्ण कराया जाना आवश्यक है। मेला प्रशासन इस दिशा में रेलवे को हर संभव सहयोग प्रदान करेगा। स्टेशन अधीक्षक ने बताया कि कुंभ मेले को ध्यान में रखते हुए मोतीचूर रेलवे स्टेशन के उन्नयन की दिशा में कई महत्वपूर्ण कार्य प्रस्तावित हैं। प्लेटफार्म की ऊंचाई बढ़ाकर उसे अधिक सुरक्षित और सुविधाजनक बनाया जाएगा। इसके साथ ही दिव्यांगजनों की सुविधा के लिए स्टेशन पर रैंप का निर्माण भी किया जाएगा। उन्होंने बताया कि वन क्षेत्र से सटे इस स्टेशन के आसपास हाथियों की आवाजाही को देखते हुए यात्रियों की सुरक्षा के लिए सोलर फेंसिंग लगाने की योजना भी बनाई गई है। इसके अतिरिक्त कुंभ मेले के दौरान रेलवे और मेला प्रशासन द्वारा स्टेशन परिसर में अस्थायी व्यवस्थाएं भी विकसित की जाएंगी, जिससे बढ़ी हुई यात्री संख्या का सुचारु रूप से प्रबंधन किया जा सके।

सम्पादकीय

एक नयी शहरी रुपरेखा

भारत के शहरीकरण का सफर निर्णायक मोड़ पर है। आज देश के सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) में शहरों का बड़ा योगदान है, ये देश के सबसे गतिशील आर्थिक केंद्रों का केंद्र हैं और लाखों लोगों के जीवन स्तर को लगातार प्रभावित कर रहे हैं। फिर भी, ये शहर बुनियादी ढांचे की कमी, जलवायु परिवर्तन के खतरे, वित्तीय बाधाओं और संस्थागत बिखराव जैसी चुनौतियों का सामना कर रहे हैं। अब चुनौती यह नहीं है कि भारत का शहरीकरण होगा या नहीं, बल्कि यह है कि क्या भारत का शहरीकरण प्रभावी, टिकाऊ और समावेशी तरीके से हो पाएगा। हाल ही में स्वीकृत शहरी चुनौती कोष (यूसीएफ) इस प्रश्न के उत्तर देने के भारत के नज़रिए में एक अहम बदलाव का प्रतीक है। वित्त वर्ष 2025-26 से वित्त वर्ष 2030-31 तक 1 लाख करोड़ रुपये की केंद्रीय सहायता राशि और करीब 4 लाख करोड़ रुपये के कुल निवेश को प्रेरित करने की अपेक्षित योजना के साथ, यह कोष पारंपरिक अनुदान-आधारित वित्तपोषण से हटकर, शहरी ढ़ांचागत विकास के लिए बाजार-आधारित, सुधार-संचालित और परिणाम पर आधारित ढांचे की ओर बदलाव का प्रतीक है। शहरी चुनौती कोष की संरचना उसे पूर्व के कार्यक्रमों से अलग करती है। केंद्रीय सहायता परियोजना लागत के 25 प्रतिशत तक सीमित है और शहरों को कम से कम 50 प्रतिशत राशि नगरपालिका बांड, बैंक ऋण या सार्वजनिक-निजी भागीदारी जैसे बाजार स्रोतों से जुटानी होगी। बाकी राशि राज्यों, शहरी स्थानीय निकायों या अन्य वित्तपोषण माध्यमों से आ सकती है। यह आवश्यकता कार्यक्रम के मूल में वित्तीय अनुशासन को स्थापित करती है। यह संकेत देती है कि शहरी अवसंरचना अब केवल सार्वजनिक बजट पर निर्भर नहीं रह सकती, इसे राजस्व समर्थित परियोजनाओं के ज़रिए पूंजी बाजारों तक ज्यादा से ज्यादा पहुंच बनानी होगी। ऐसा करके, यह कोष ढ़ांचागत महत्वाकांक्षाओं के साथ राजकोषीय संयम का तालमेल बिठाने की कोशिश करता है। यह कोष तीन विशिष्ट क्षेत्रों पर आधारित है, जो भारत के शहरी परिदृश्य की बदलती प्राथमिकताओं को दर्शाते हैं। पहला क्षेत्र है विकास केंद्र के रूप में शहरों को देखना। इसके तहत यह माना जाता है कि शहरी क्षेत्र आर्थिक इंजन हैं। यह एकीकृत स्थानिक और पारगमन योजना, आर्थिक गलियारों के साथ अवसंरचना और औद्योगिक, पर्यटन या लॉजिस्टिक्स क्लस्टर जैसे मजबूत आर्थिक आधारों के विकास का समर्थन करता है। इसका मकसद केवल परिसंपत्तियों का निर्माण करना नहीं, बल्कि प्रतिस्पर्धात्मकता और उत्पादकता को भी बढ़ाना है। दूसरा क्षेत्र, शहरों का रचनात्मक ~~पुनर्विकास, भारतीय शहरीकरण की एक लंबे समय से चली आ रही चुनौती,~~ ऐतिहासिक केंद्रों और केंद्रीय व्यावसायिक जिलों में भीड़भाड़ और गिरावट - का समाधान करता है। ब्राउनफील्ड पुनर्जनन, पारगमन आधारित विकास और सार्वजनिक भूमि के पुनर्गठन को प्रोत्साहित करके, यह कोष मौजूदा शहरी क्षेत्रों के भीतर मूल्यों को उजागर करने का प्रयास करता है। यह भूमि मूल्य अधिग्रहण और संरचित पुनर्विकास मॉडल के तर्क को पेश करता है, जिससे शहर सांस्कृतिक और विरासत चरित्र को संरक्षित करते हुए कम उपयोग वाली संपत्तियों को नवीनीकरण के चालक में बदला जा सकता है। तीसरा क्षेत्र जल और स्वच्छता पर केंद्रित है, जहां सेवा संतृप्ति, अपशिष्ट जल पुनः उपयोग, बाढ़ शमन और विरासत अपशिष्ट स्थलों के उपचार पर जोर दिया जाता है। इस ढांचे में जलवायु में बदलाव समाहित है, यह मानते हुए कि चरम मौसम की घटनाएं और पर्यावरणीय तनाव शहरी भेद्यता को नया रूप दे रहे हैं। शहरी चुनौती कोष के सबसे नवोन्मेषी तत्वों में से एक 5,000 करोड़ रुपए की ऋण चुकौती गारंटी योजना है। पहली बार, छोटे शहरी स्थानीय निकायों, खास तौर पर एक लाख से कम आबादी वाले, साथ ही पहाड़ी और पूर्वोत्तर राज्यों के शहरों, को संरचित केंद्रीय गारंटी के साथ बाजार वित्त तक पहुंच प्राप्त करने में सक्षम बनाया जा रहा है। प्रारंभिक उधार को जोखिममुक्त करके, यह योजना छोटी नगरपालिकाओं के लिए प्रवेश संबंधी बाधाओं को कम करती है और ऋणदाताओं को विश्वास दिलाती है। ऐसा करके, यह शहरी स्थानीय निकायों को अंतर-सरकारी हस्तांतरणों पर पूरी तरह निर्भर रहने के बजाय, पूंजी बाजारों का लाभ उठाने में सक्षम विश्वसनीय वित्तीय संस्थाओं के रूप में दोबारा स्थापित करना शुरू करती है। यूसीएफ के तहत केंद्रीय सहायता प्राप्त करना शासन, वित्तीय और नियोजन सुधारों पर निर्भर है। शहरों से अपेक्षा की जाती है कि वे साख में सुधार करें, परिसंपत्ति प्रबंधन प्रणालियों को मज़बूत करें, सेवा वितरण को डिजिटल बनाएं, परिचालन दक्षता बढ़ाएं और एकीकृत भूमि उपयोग तथा गतिशीलता नियोजन ढांचे अपनाएं। वित्तपोषण लक्ष्यों और मापने योग्य नतीजों से जुड़ा है और लगातार सुधार बाद के संवितरणों के लिए एक पूर्व शर्त है। यह दृष्टिकोण यह दिशा में प्रयास करता है कि अवसंरचना निर्माण के साथ-साथ संस्थागत सुदृढ़ीकरण भी हो, जिससे कमजोर रखरखाव या कुप्रबंधन के कारण परिसंपत्तियों के क्षय का जोखिम कम हो। शहरी चुनौती कोष शहरी विकास में निजी क्षेत्र की भूमिका को भी पुनर्परिभाषित करता है। बाजार वित्तपोषण को अनिवार्य बनाकर और संरचित जोखिम-साझाकरण व्यवस्थाओं को प्रोत्साहित करके, यह डिजाइन, वित्तपोषण और संचालन में निजी भागीदारी को और अधिक व्यापक बनाता है।

झारखंड में होली की वैविध्यपूर्ण परंपराएं

-अशोक 'प्रवृद्ध'

झारखंड में होली की अत्यंत प्राचीन, वृहत व वैविध्यपूर्ण परंपराएं हैं। यहां इसे मुख्य रूप से फगुआ के नाम से जाना जाता है, जिसमें आदिवासी और गैर आदिवासी सदान संस्कृतियों का सुंदर संगम दिखता है। झारखंड की कुछ विशिष्ट होली परंपराओं में फगुआ, भगता, बाहा और आदिवासी- गैरआदिवासी मिश्रित परंपराएं शामिल हैं। इन सभी कार्यक्रमों में आदिवासी और गैरआदिवासी समुदाय बढ़ -चढ़कर हंसी-खुशी के साथ हिस्सा लेते हैं। होलिका दहन के दिन ग्रामीण जंगल से सेमल की डाली लाकर गाड़ते हैं और उसे जलाते हैं। इसके चारों ओर मांदर और नगाड़े की थाप पर फगुआ नृत्य किया जाता है। इसे फाग अथवा फग्गू काटना कहते हैं। कई जनजातीय क्षेत्रों में रंगों के बजाय लाल मिट्टी से होली खेलने की परंपरा है, जो प्रकृति से जुड़ाव को दर्शाती है। संताल समुदाय इसे फूलों का त्यौहार अथवा बाहा पर्व के रूप में मनाता है। इसमें रंग के बजाय सादे पानी और सखुआ (साल) के फूलों का प्रयोग किया जाता है। झारखंड के गुमला जिले में होली का स्वरूप प्रकृति पूजन और आदिवासी संस्कृति के गहरे रंगों में रंगा होता है। यहां इसे केवल रंगों का त्यौहार नहीं, बल्कि नववर्ष के आगमन और सुख-समृद्धि के अनुष्ठान के रूप में मनाया जाता है। गुमला के ग्रामीण क्षेत्रों में होलिका दहन को संवत जलाना या फगुआ काटना कहा जाता है। गांव के पाहन (पुरोहित) जंगल से सेमल की एक टहनी लाते हैं और उसे गांव के सार्वजनिक स्थान पर गाड़ते हैं। इसके चारों ओर पुआल और लकड़ियां इकट्ठा की जाती हैं। पाहन द्वारा विशेष पूजा-अर्चना के बाद इसे जलाया जाता है। दहन के अगले दिन सुबह लोग होलिका की राख को अपने माथे पर लगाते हैं। इसे संवत की भस्म माना जाता है, जो बीमारियों और बुरी नजर से बचाती है। पाहन और गांव के बुजुर्ग जलती हुई अग्नि की लपटों की दिशा देखकर यह भविष्यवाणी करते हैं कि इस साल मानसून कैसा रहेगा और खेती कैसी होगी? ऐसा प्रायः सभी गांवों में होता है। गुमला सहित झारखंड के विभिन्न क्षेत्रों में उरांव, मुंडा आदि आदिवासी समुदाय होली के समय बाहा मनाते हैं। इसमें कृत्रिम रंगों के बजाय सखुआ (साल) के फूलों का प्रयोग होता है। महिलाएं और पुरुष पारंपरिक वेश-भूषा पहनकर मांदर और नगाड़े की थाप पर सामूहिक नृत्य करते हैं। गुमला जिले के सिसई प्रखंड के प्राचीन ग्राम मुरुनगुर वर्तमान मुर्गु के चरणनाथ (चिरैयानाथ) मन्दिर, समीप ही स्थित नागफेनी और दोइसागढ़ के कपिलनाथ मन्दिर, पालकोट के दशभुजी मन्दिर का इतिहास झारखंड के गौरवशाली नागवंशी शासन की कहानियों से भरा हुआ है। होली के समय यहां विशेष पूजा होती है। मान्यता है कि मुगलों के द्वारा ध्वंसित मुरुनगुर के चरणनाथ शिव मन्दिर में प्रस्तर निर्मित शिवलिंग की स्थापना करने वाले नागवंशी राजा दुर्जन शाल मुरुनगुर क्षेत्र में स्वयं होली की शुरुआत करते थे। आज भी स्थानीय ग्रामीण संवत जलाने के बाद यहां माथा टेकने आते हैं। होली के पूर्व यहां पन्द्रह दिनों तक विशाल जतरा (मेला) लगता था, जो अब बंद हो चूका है। मुर्गु (मुरुनगुर) में होली के ठीक बाद होने वाला भगता परब बूढ़ा बाबा भी अब कब की बात हो चुकी है, जो चिरैयानाथ को ही समर्पित होता था। गांव के बुजुर्गों के अनुसार बाबा चिरैयानाथ मुरुनगुर की सीमाओं की रक्षा करते हैं। यहां का फाऊग बगीचा में आयोजित होने वाला होलिका दहन अर्थात पहला संवत कटना बाबा की अनुमति और पाहन की पूजा के बिना अधूरा माना जाता है। दुर्जन शाल के ही वंश में जन्मे राजा रघुनाथ शाह ने दक्षिणी कोयल नदी के तट पर जगन्नाथ महाप्रभु मन्दिर का निर्माण विक्रम संवत 1761 में की थी और उड़ीसा के जगन्नाथपूरी से जगन्नाथ, बलभद्र और सुभद्रा की मूर्तियों को हाथिओं से लाकर स्थापना की थी। रघुनाथ शाह भी अपने पूर्वज दुर्जन शाल की भांति अपने समय में स्वयं यहां होली उत्सव की शुरुआत करते थे। गुमला, रांची आदि जिले की होली बिना धुस्का रोटी और देसी चना घुघनी के अधूरी है। बकरे की मांस अर्थात मटन के साथ धुस्का और चावल के विभिन्न व्यंजन भी होली के मुख्य खान-पान हैं। चावल और दाल का तला हुआ पकवान धुस्का और चने की घुघनी झारखंड के सबसे लोकप्रिय व्यंजन हैं। इस दिन लोग एक-दूसरे के घर जाकर पुआ और पारंपरिक पेय का आनंद लेते हैं। गांव की टोलियां घर-घर जाकर फगुआ गीत गाती हैं और बदले में उन्हें अनाज या उपहार दिए जाते हैं। होली के बाद भरनो, सिसई और घाघरा आदि गुमला के कई इलाकों में होली जतरा अर्थात मेला का आयोजन होता है। यह सामाजिक मेल-मिलाप का सबसे बड़ा केंद्र होता है, जहां पारंपरिक खेलों और नृत्य का प्रदर्शन किया जाता है। गुमला की होली अर्थात फगुआ और बाहा नृत्य की परंपराएं केवल उत्सव नहीं, बल्कि आदिवासी और सदान संस्कृति की आत्मा हैं। यहां के गीतों और नृत्यों में प्रकृति के प्रति गहरी कृतज्ञता छिपी है। बाहा का अर्थ संताली, मुंडारी और हो भाषाओं में फूल होता है। गुमला के सटे अन्य क्षेत्रों में बाहा पर्व फाल्गुन महीने में नई कलियां खिलने पर मनाया जाता है। यहां नृत्य की शैली सामूहिक नृत्य है, जहां पुरुष और महिलाएं पारंपरिक वेशभूषा में मांदर और ढोल की थाप पर कदम मिलाते हैं। नृत्य के दौरान साल (सखुआ) के फूलों को कान के पीछे लगाने की परंपरा है, जो दैवीय आशीर्वाद का प्रतीक माना जाता है। बाहा नृत्य के दौरान महिलाएं साल के पेड़ों को गले लगाती हैं, जो वनों के संरक्षण और प्रकृति के साथ मानव के प्रेमपूर्ण संबंधों को दर्शाता है। इस उत्सव के तीसरे दिन लोग एक-दूसरे पर रंगहीन पानी छिड़ककर होली खेलते हैं। गुमला की भांति ही इससे सटे लोहरदगा, रांची, खूंटी, सिमडेगा आदि जिलों में भी होली का पर्व आदिवासी-गैरआदिवासी सम्मिश्रित रूप से मनाते हैं। कुछ वर्ष पूर्व तक लोहरदगा जिले के बरही गांव में रंगों के बजाय ढेला अर्थात पत्थरों से होली खेली जाती थी, जिसे आज भी लोग ढेला मार होली के नाम से याद करते हैं। अब यह परंपरा लुप्तप्राय है, परंतु यह मान्यता है कि खंभे अर्थात सत्य के प्रतीक को उखाड़ने वालों पर पत्थर बरसाए जाते हैं, लेकिन भक्त प्रह्लाद की तरह उन्हें चोट नहीं लगती। गुमला, हजारीबाग, पलामू और आस-पास के क्षेत्रों में होलिका दहन की अग्नि में हरा चना (बुटझंगरी) और गेहूं की बालियां भूनने की परंपरा है। इसे प्रसाद के रूप में ग्रहण करना नए साल का प्रथम निवाला माना जाता है। कुछ वर्ष पूर्व तक बोकारो जिले के दुर्गापुर गांव में होली नहीं मनाई जाती थी। लोक कथाओं के अनुसार इस दिन उत्सव मनाने से गांव में विपत्तियां आने का भय रहता है। होली के दौरान फगुआ नामक विशिष्ट लोक संगीत गाया जाता है, जिसमें राधा-कृष्ण के प्रेम और बसंत के आगमन का वर्णन होता है। इसमें मांदर, ढोल और नगाड़ा मुख्य वाद्य यंत्र होते हैं। सिसई के कुदरा, बेड़ो, तमाड़ और बुंडू क्षेत्रों में होली के आस-पास भगता परब मनाया जाता है, जिसमें भक्त बुढ़ा बाबा की पूजा करते हैं। इसमें श्रद्धालु दहकते अंगारों पर चलते हैं और हवा में झूलते हुए साहसिक प्रदर्शन करते हैं। यह शक्ति की उपासना और महादेव (शिव) के प्रति समर्पण का पर्व है। मान्यता है कि इससे गांव में महामारी नहीं फैलती और खुशहाली आती है। झारखंड के रांची, जमशेदपुर आदि प्रमुख शहरों में होली का उत्सव परंपरा और आधुनिकता का एक अनूठा मिश्रण है। जमशेदपुर अपनी औद्योगिक पहचान के कारण मिनी इंडिया कहलाता है, इसलिए यहां की होली बहुत ही विविधतापूर्ण होती है। जमशेदपुर (टाटानगर) की होली को कॉस्मोपॉलिटन होली कहा जाता है। टेल्को और बिष्टुपुर में बड़ी-बड़ी हाउसिंग सोसायटियों में सामूहिक होलिका दहन होता है। जमशेदपुर में हास्य कवि सम्मेलन की पुरानी परंपरा है, जो होली की पूर्व संध्या पर आयोजित होते हैं। यहां बंगाली समुदाय डोल जात्रा, पंजाबी समुदाय होला मोहल्ला और बिहारी-झारखंडी समुदाय फगुआ को एक साथ मनाते हैं। मैरीन ड्राइव और जुबली पार्क आदि क्षेत्रों में होली के दिन युवाओं की भारी भीड़ और विशेष रेन डांस इवेंट्स देखे जाते हैं। राजधानी रांची में आदिवासी और शहरी संस्कृति का मेल दिखता है। नगे बाबा आश्रम आदि रांची के पुराने इलाकों में पारंपरिक तरीके से होली खेली जाती है। यहां ढुड्डा अर्थात मिट्टी और पानी का कुंड बनाकर होली खेलने की पुरानी रस्म आज भी कुछ मोहल्लों में जीवित है। धुर्वा और रातू जैसे क्षेत्रों में गांव का पाहन (पुरोहित) जनजातीय अनुष्ठान के रूप में होलिका दहन की रस्म निभाता है। जलती हुई लकड़ी की दिशा देखकर आने वाले साल की फसल और बारिश का अनुमान लगाया जाता है। रांची में होली के दिन घर-घर में धुस्का, मटन और पुआ बनाने की विशेष परंपरा है, जो यहां के खान-पान की पहचान है। दुमका और आस-पास के जिलों में आदिवासी समुदाय बाहा मनाते हैं। इसमें पुरुष और महिलाएं सखुआ के फूलों को कान पर लगाकर नाचते हैं। यहां पानी की होली को बहुत महत्व दिया जाता है। बाहा के दौरान घर की दहलीज को धोया जाता है और बड़े-बुजुर्गों के पैर पखारकर आशीर्वाद लिया जाता है। हजारीबाग, धनबाद और झरिया जैसे कोयला क्षेत्रों में होली का जोश बहुत अधिक होता है। यहां होरिला नामक गीतों की टोलियां मोहल्लों में घूमती हैं। हजारीबाग में लोग होली के बाद पहाड़ी पर स्थित मंदिरों में जाकर गुलाल अर्पित करते हैं। झारखंड के गुमला, लोहरदगा और सिमडेगा क्षेत्रों में फगुआ गीतों का विशेष महत्व है। इन्हें आमतौर पर नागपुरी भाषा में गाया जाता है। फगुआ गीतों में अक्सर बसंत ऋतु के आगमन, प्रकृति के सौंदर्य और राधा-कृष्ण के प्रेम का वर्णन होता है।

कलियर में जुमे की नमाज पर उमड़ी भीड़

रुड़की । रमजान-उल-मुबारक के चौथे जुमे की नमाज कलियर और आसपास के क्षेत्रों में बड़ी अकीदत और मोहब्बत के साथ अदा की गई। इस मौके पर उलेमाओं ने लोगों से अमन-ओ-अमान कायम रखने और ईद का त्योहार आपसी भाईचारे व मोहब्बत के साथ मनाने की अपील की। जुमे की नमाज को लेकर मस्जिदों में सुबह से ही तैयारियां शुरू हो गई थीं और अकीदतमंद नमाज के लिए सुबह से ही मस्जिदों की ओर रुख करने लगे थे। कलियर दरगाह साबरी जामा मस्जिद, हुसैनिया मस्जिद, मदीना मस्जिद, उमर मस्जिद, आयशा मस्जिद सहित अन्य मस्जिदों में चौथे जुमे की नमाज अदा की गई। इसके अलावा आसपास के ग्रामीण क्षेत्रों की मस्जिदों में भी बड़ी संख्या में लोगों ने नमाज अदा की। नमाज के बाद उलेमाओं ने आपसी भाईचारा बनाए रखने, देश में खुशहाली और अमन-चैन के लिए दुआ कराई। साथ ही बीमार लोगों के जल्द स्वस्थ होने की भी दुआ की गई। मौलाना दानिश कासमी ने कहा कि रमजान का मुकद्दस महीना आखिरी दौर में चल रहा है, इसलिए बाकी बचे दिनों में ज्यादा से ज्यादा इबादत करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि सदकातुल फितर ईद की नमाज से पहले अदा कर देना चाहिए। उलेमाओं ने कहा कि ईद का त्योहार आपसी मोहब्बत और भाईचारे का पैगाम देता है। सभी लोगों को चाहिए कि एक-दूसरे से गले मिलकर ईद की मुबारकबाद दें और समाज में भाईचारा कायम रखें।

सांड के हमले में बुजुर्ग की मौत

हरिद्वार । कनखल थाना क्षेत्र के जगजीतपुर में सांड के हमले में बुजुर्ग की मौत हो गई। मृतक की पहचान 75 वर्षीय रामकिशन निवासी जगजीतपुर के रूप में हुई है। इसका वीडियो अब सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। पुलिस के अनुसार, यह घटना गुरुवार शाम मांगेराम की पुलिया के पास हुई। रामकिशन सड़क किनारे खड़े थे कि पीछे से आए एक सांड ने अचानक हमला कर दिया। सांड ने टक्कर मारकर सड़क पर पटक दिया। गंभीर रूप से घायल बुजुर्ग को आसपास के लोगों ने एक अस्पताल पहुंचाया, जहां डॉक्टरों ने मृत घोषित कर दिया। यह घटना सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई। सूचना मिलते ही कनखल थाना पुलिस मौके पर पहुंची और जांच की। थाना प्रभारी डीएस रावत ने बताया कि परिजनों ने अंतिम संस्कार कर दिया है।खड़खड़ी-जगजीतपुर में लावारिस पशुओं का आतंकलोगों का कहना है कि जगजीतपुर और आसपास के क्षेत्रों में लंबे समय से लावारिस पशुओं से खतरा बना हुआ है। कई बार शिकायत के बावजूद ठोस कार्रवाई नहीं की जा रही है। खड़खड़ी और जगजीतपुर में इससे पहले भी ऐसे मामले सामने आ चुके हैं, जिनमें घायल हुए लोग अब तक ठीक नहीं हुए हैं।

होली आपसी प्रेम, सौहार्द और सकारात्मक ऊर्जा का पर्व: मदन कौशिक

हरिद्वार । नगर विधायक मदन कौशिक ने कहा कि होली केवल रंगों का त्योहार नहीं, बल्कि आपसी मतभेद भुलाकर प्रेम और भाईचारे को बढ़ाने का अवसर है। यह पर्व समाज में सकारात्मक ऊर्जा का संचार करता है और हर वर्ग को जोड़ता है। हमें होली पर सामाजिक समरसता, स्वच्छता और पर्यावरण संरक्षण का भी संकल्प लेना चाहिए। मंगलवार को इंदू एन्क्लेव कॉलोनी वेलफेयर सोसायटी के होली मिलन समारोह में वे बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे थे। इस दौरान सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने खूब रंग जमाया। अध्यक्ष आरती नैय्यर ने कहा कि सामूहिक कार्यक्रमों से आपसी रिश्ते और मजबूत होते हैं। इस दौरान महिलाओं ने फूलों की होली खेली और एक-दूसरे को अबीर-गुलाल भी लगाया। इस अवसर पर पार्षद एकता गुप्ता, ललित नैय्यर, मीनाक्षी भजोराम शर्मा, अवंतिका राणा, अंजू मल, रिचा सिंघल, स्वीटी खन्ना, अंजू सचदेवा, हेमा गुलाटी, अर्पिता, राधा चौधरी, अनिका अरोड़ा, मनीषा गुप्ता, मिसेज पटेल मौजूद रहे।

बसंतोत्सव-2026 के उत्कृष्ट संचालन पर प्रो. डॉ. नरेश चौधरी सम्मानित

हरिद्वार । देहरादून स्थित लोक भवन में तीन दिनी वसंतोत्सव-2026 के उत्कृष्ट संचालन के लिए ऋषिकुल आयुर्वेद कॉलेज के प्रो. नरेश चौधरी को सम्मानित किया गया। राज्यपाल गुरमीत सिंह ने उनको प्रतीक चिन्ह और प्रशस्ति पत्र प्रदान किया। वसंतोत्सव के दौरान दर्शकों ने पुष्प प्रदर्शनी को निहारा और लोक भवन को भी करीब से जाना। राज्यपाल ने चौधरी को सम्मानित करते हुए कहा कि हर व्यक्ति अपने मूल दायित्वों का निर्वहन करता है, लेकिन जो सामाजिक समर्पण की भावना से अतिरिक्त जिम्मेदारी भी निभाता है, वह विशेष सम्मान का अधिकारी है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी, कृषि मंत्री गणेश जोशी, विधायक खजान दास और सविता कपूर ने भी चौधरी को बधाई दी।

कुंभ के लिये मेला क्षेत्र के साथ ही नजदीकी रेलवे स्टेशनों पर यात्री सुविधाओं का होगा सुदृढ़ीकरण

अपर मेलाधिकारी ने मोतीचूर रेलवे स्टेशन का निरीक्षण कर प्रस्तावित व्यवस्थाओं का लिया जायजा

हरिद्वार । आगामी कुंभ मेले को देखते हुए कुंभ क्षेत्र के साथ ही अन्य नजदीकी रेलवे स्टेशनों पर यात्री सुविधाओं को सुदृढ़ करने तथा आधारभूत ढांचे को बेहतर बनाने बनाने पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। जिसके लिये मेला प्रशासन द्वारा रेलवे अधिकारियों के साथ समन्वय स्थापित कर विभिन्न स्टेशनों पर प्रस्तावित कार्यों को समयबद्ध तरीके से पूरा कराने की मुहिम शुरू कर दी गई है, ताकि मेले के दौरान आने वाले श्रद्धालुओं को सुरक्षित और सुगम यात्रा की सुविधा मिल सके। इसी क्रम में अपर मेलाधिकारी श्री दयानन्द सरस्वती ने मोतीचूर रेलवे स्टेशन का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने स्टेशन पर उपलब्ध सुविधाओं, आधारभूत ढांचे तथा कुंभ मेले को ध्यान में रखते हुए प्रस्तावित कार्यों का जायजा लिया और रेलवे अधिकारियों के साथ विस्तृत चर्चा की। अपर मेलाधिकारी ने रेलवे अधिकारियों से कहा कि कुंभ मेले के दौरान बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं के आगमन को देखते हुए स्टेशन पर यात्री सुविधाओं को प्राथमिकता के आधार पर विकसित किया जाए। उन्होंने विशेष रूप से प्लेटफार्म के सुदृढ़ीकरण, यात्रियों के ठहरने एवं बैठने की समुचित व्यवस्था, प्रवेश और निकास मार्गों के बेहतर प्रबंधन, पेयजल की पर्याप्त उपलब्धता, शौचालयों की संख्या बढ़ाने तथा स्वच्छता व्यवस्था को प्रभावी बनाने पर जोर दिया। उन्होंने यह भी कहा कि कुंभ मेले के दौरान स्टेशन पर आने वाले यात्रियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो, इसके लिए सभी प्रस्तावित कार्यों को शीघ्र प्रारंभ कर समय से पूर्ण कराया जाना आवश्यक है। मेला प्रशासन इस दिशा में रेलवे को हर संभव सहयोग प्रदान करेगा। स्टेशन अधीक्षक ने बताया कि कुंभ मेले को ध्यान में रखते हुए मोतीचूर रेलवे स्टेशन के उन्नयन की दिशा में कई महत्वपूर्ण कार्य प्रस्तावित हैं। प्लेटफार्म की ऊंचाई बढ़ाकर उसे अधिक सुरक्षित और सुविधाजनक बनाया जाएगा।

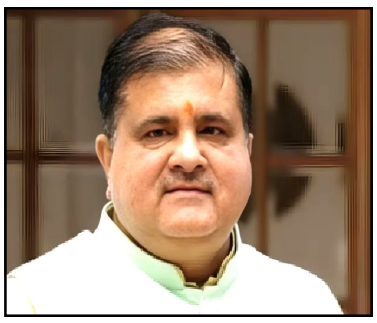
इसके साथ ही दिव्यांगजनों की सुविधा के लिए स्टेशन पर रैंप का निर्माण भी किया जाएगा। उन्होंने बताया कि वन क्षेत्र से सटे इस स्टेशन के आसपास हाथियों की आवाजाही को देखते हुए यात्रियों की सुरक्षा के लिए सोलर फेंसिंग लगाने की योजना भी बनाई गई है। इसके अतिरिक्त कुंभ मेले के दौरान रेलवे और मेला प्रशासन द्वारा स्टेशन परिसर में अस्थायी व्यवस्थाएं भी विकसित की जाएंगी, जिससे बढ़ी हुई यात्री संख्या का सुचारु रूप से प्रबंधन किया जा सके। निरीक्षण के दौरान मेला कार्यालय के टेक्निकल सेल के अधिशासी अभियंता प्रवीन कुमार, व्यवस्थाधिकारी विकास शर्मा, मोतीचूर के स्टेशन अधीक्षक, रेलवे के अभियंता तथा आरपीएफ के अधिकारी उपस्थित रहे।

अर्धकुंभ से पहले भगीरथ घाट निर्माण की मांग

हरिद्वार । राष्ट्रीय सनातनी संगठन ट्रस्ट के पदाधिकारियों ने शुक्रवार को संगठन के प्रदेश प्रभारी और जिलाध्यक्ष के नेतृत्व में गन्ना राज्य मंत्री श्यामवीर सैनी को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में वर्ष 2027 में प्रस्तावित अर्ध कुंभ मेला से पहले गंगा तट पर महाराजा भगीरथ के नाम से घाट निर्माण और सौंदर्यीकरण की मांग की गई। जिलाध्यक्ष राहुल सिंह ने कहा कि अर्धकुंभ मेले से पहले अंग्रेजी शासनकाल में बने भूपतवाला स्थित भगीरथ बिंदु स्थान का सौंदर्यीकरण किया जाना चाहिए। साथ ही गंगा किनारे नए घाटों का निर्माण कर उनका नाम महाराजा भगीरथ के नाम पर रखा जाए। इस मौके पर आचार्य प्राणनाथ, पवन गोस्वामी, पंकज सैनी, राजकुमार सैनी, चेतन चौहान और राजकुमार चौहान आदि मौजूद रहे।

पेट्रोलियम पदार्थों की उपलब्धता और कीमत पर भ्रम फैला रहा है विपक्ष : भट्ट

देहरादून (संवाददाता)। भाजपा ने गैस एवं पेट्रोलियम पदार्थों की कमी लेकर कांग्रेस पर झूठ एवं भ्रम फैलाने का आरोप लगाया है। प्रदेश प्रदेश अध्यक्ष एवं राज्यसभा सांसद श्री महेंद्र भट्ट ने कहा कि वैश्विक संकट के मुद्दे पर विपक्ष विशुद्ध राजनीति कर रहा है। जबकि केंद्र और प्रदेश सरकार पहले ही भरोसा दिलाया है कि स्टॉक पर्याप्त है, युद्ध का असर का असर आम लोगों पर नहीं पड़ने दिया जाएगा। उन्होंने मीडिया द्वारा पूछे गए सवालों के जवाब में बयान जारी कर कहा कि खाड़ी युद्ध के चलते समूचा विश्व बहुत बड़े संकट से गुजर रहा है। वहां हो रही घटनाक्रम को लेकर केंद्र सरकार ने पहले ही सावधानी में आवश्यक कदम उठाए हैं। यही वजह है कि भारत के पड़ोसी देशों से लेकर यूरोप, अमेरिका समेत अधिकांश देश में संकट का असर पेट्रोल, डीजल एवं गैस की आपूर्ति में कमी और उनकी कीमतों में उछाल के रूप में स्पष्ट देखा जा सकता है। वहीं इससे अलग, मोदी सरकार की रणनीतिक तैयारी का ही नतीजा है कि देश में कहीं भी पेट्रोलियम पदार्थों की इस तरह दिक्कत नहीं है। केंद्र सरकार ने पहले ही स्पष्ट किया है कि देश के पास 2 से 3 महीने का रिजर्व स्टॉक, पेट्रोलियम पदार्थों का है। इसे अतिरिक्त हम पहले के 20 माध्यमों के मुकाबले आज 40



से अधिक माध्यमों से तेल की खरीदारी कर रहे हैं। इसी तरह गैस, विशेषकर रसोई गैस को लेकर भी कोई कमी नहीं है। इस संबंध में गैस बुकिंग की न्यूनतम अवधि को 15 से 25 दिन करने के पीछे मकसद सिर्फ और सिर्फ जमाखोरी और अनावश्यक होल्डिंग को रोकना है। अभी भी पूर्व की भांति गैस वितरण का औसत समय 2.5 दिन ही है। लिहाजा किसी को भी घबराने की आवश्यकता नहीं है। इस संबंध में प्रधानमंत्री मोदी के स्पष्ट निर्देश हैं कि संकट का असर आम लोगों में किसी भी कीमत पर नहीं पड़ना चाहिए। उन्होंने कांग्रेस एवं विपक्ष के नेताओं पर आरोप लगाया कि वह सभी वे सभी इस वैश्विक संकट का भी राजनीतिक लाभ लेना चाहते हैं। यही वजह है कि उनके द्वारा सोशल मीडिया एवं तमाम माध्यमों से गैस की कमी और महंगाई की आशंका को लेकर तरह-तरह के झूठ एवं भ्रम फैलाया जा रहा है। ऐसी लड़ाई जिसमें भारत की कोई सीधी सीधी भूमिका नहीं है और विपक्ष उसके नुकसान में देश की जनता को घसीटना चाहता है। उनका एकमात्र मकसद किसी भी तरह देश प्रदेश में अफवाह और घबराहट फैले ताकि लोग अनावश्यक चिंता में सड़कों पर लाइन लगाएं और कष्ट झेले। इस वैश्विक संकट में भी देश की जनता प्रधानमंत्री मोदी के पूरी तरह साथ है लेकिन विपक्ष को यह सब रास नहीं आ रहा है। यही वजह है कि संकट की घड़ी मे सकारात्मक सहयोग से आम जनता को राहत पहुंचाने के बजाय विपक्ष राजनैतिक आंदोलन की धमकी दे रहा है। जो बताता है कि कांग्रेस पार्टी के नेताओं के लिए राजनीति से बढ़कर कुछ नहीं है। उनका मकसद है कि भारत लड़ाई में हिस्सा बने और जनता की तकलीफें बढ़ें। लेकिन प्रदेश की जनता भी कांग्रेस की मंशा को अच्छे से देख समझ रही है और किसी कीमत पर उनके बहकावे में नहीं आने वाली है।

भारत में महिलाओं के प्रति बदलने लगा है नज़रिया

रमेश सर्राफ धमोरा

अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस महिलाओं की सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक और राजनीतिक उपलब्धियों का जश्न मनाने और लैंगिक समानता की वकालत करने के लिए मनाया जाता है। यह जागरूकता बढ़ाने, बाधाओं को तोडने और सभी के लिए समान अवसरों को बढ़ावा देने का दिन है। यह दिन हमें याद दिलाता है कि जब महिलाएं आगे बढ़ती हैं तो समाज और राष्ट्र मजबूत होते है। यह समानता और अधिकारों के लिए एक वैश्विक आंदोलन है, जो महिलाओं के सम्मान और उनके अधिकारों के लिए संघर्ष का प्रतीक है। यह एक ऐसा दिन है जो महिलाओं को सपने देखने और उन्हें पूरा करने के लिए प्रोत्साहित करता है।

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस हर साल 8 मार्च 1911 से पूरे विश्व में मनाया जाता है। जिसका उद्देश्य महिलाओं की सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक और राजनीतिक उपलब्धियों का जश्न मनाना है। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस 2026 की थीम है दान से लाभ है, जो उदारता, सहयोग और सामूहिक प्रगति के मूल्यों को बढ़ावा देता है। यह अभियान इस बात पर प्रकाश डालता है कि महिलाओं का समर्थन करना और लैंगिक समानता को आगे बढ़ाना सभी के लिए व्यापक सामाजिक और आर्थिक लाभ ला सकता है। इस अभियान का मूल विचार यह है कि जब महिलाएं शिक्षा, नेतृत्व, उद्यमिता, विज्ञान, कला और राजनीति जैसे क्षेत्रों में सशक्त होती हैं, तो इससे मजबूत समुदाय और साझा समृद्धि का निर्माण होता है। सहयोग और समान अवसरों को प्रोत्साहित करके, यह अभियान समाज में समावेशी विकास और सकारात्मक बदलाव को बढ़ावा देना चाहता है।

भारत में महिलाओं की सुरक्षा और इज्जत का खास ख्याल रखा जाता है। अगर हम इक्कीसवीं सदी की बात करे तो यहां की महिलाएं हर क्षेत्र में पुरुषों के साथ कंधे से कंधा मिला काम कर रही है। अब तो भारत की संसद ने भी महिलाओं के लिये लोकसभा व विधानसभाओं में 33 प्रतिशत आरक्षण का विधेयक पास कर दिया है। उससे आने वाले समय में भारत की राजनीति में महिलाओं की भूमिका अधिक महत्वपूर्ण हो जायेगी। देश में महिलाओं को अब सेना में भी महत्वपूर्ण पदो पर तैनात किया जाने लगा है। जो महिला सशक्तिकरण की दिशा में एक बड़ा कदम है। यहां महिलाओं को पुरुषों के बराबर अधिकार है। महिलायें देश की आधी आबादी का प्रतिनिधित्व करती है तथा विकास में भी बराबर की भागीदार है। आज के युग में महिला पुरुषों के साथ ही नहीं बल्कि उनसे दो कदम आगे निकल चुकी है। महिलाओं के बिना समाज की कल्पना भी नहीं की जा सकती है। भारतीय संविधान के अनुसार महिलाओं को भी पुरुषों के समान जीवन जीने का हक है। भारत में नारी को देवी के रूप में देखा गया है। कहा जाता है कि जहां नारी की पूजा होती है वहां देवता निवास करते हैं। प्राचीन काल से ही यहां महिलाओं को समाज में विशिष्ट आदर एवं सम्मान दिया जाता है।

भारत में वर्षो से महिला सुरक्षा से जुड़े कई कानून बने है। इसमें हिंदू विडो रीमैरिज एक्ट 1856, इंडियन पीनल कोड 1860, मैटरनिटी बेनिफिट एक्ट 1861, क्रिस्चियन मैरिज एक्ट 1872, मैरिड वीमेन प्रॉपर्टी एक्ट 1874,चाइल्ड मैरिज एक्ट 1929, स्पेशल मैरिज एक्ट 1954, हिन्दू मैरिज एक्ट 1955, फॉरेन मैरिज एक्ट 1969, इंडियन डाइवोर्स एक्ट 1969, मुस्लिम वुमन प्रोटेक्शन एक्ट 1986, नेशनल कमीशन फॉर वुमन एक्ट 1990, सेक्सुअल हर्रास्मेंट ऑफ वुमन एट वर्किंग प्लेस एक्ट 2013 आदि। इसके अलावा 7 मई 2015 को लोक सभा ने और 22 दिसम्बर 2015 को राज्य सभा ने जुवेनाइल जस्टिस बिल में भी बदलाव किया है। इसके अन्तर्गत यदि कोई 16 से 18 साल का किशोर जघन्य अपराध में लिप्त पाया जाता है तो उसे भी कठोर सजा का प्रावधान है।

राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो (एनसीआरबी) के मुताबिक साल 2023 में भारत में महिलाओं के खिलाफ कुल 4,05,861 अपराध दर्ज किए गए। इन अपराधों में बलात्कार, छेड़छाड़, दहेज उत्पीडन, घरेलू हिंसा, यौन उत्पीडन, साइबर अपराध, और अपहरण जैसे गंभीर अपराध शामिल हैं। इनमें सबसे ज्यादा मामले घरेलू हिंसा और यौन उत्पीडन के सामने आए हैं।जो समाज में महिलाओं की सुरक्षा के प्रति हमारी उदासीनता को दर्शाते हैं। इससे पहले 2022 में 4,45,256 मामले, 2021 में 4,28,278मामले 2020 में 3,71,503 मामले दर्ज किए गए थे।

राष्ट्रीय महिला आयोग की ओर से जारी आंकड़ों के मुताबिक 2023 में महिलाओं के खिलाफ अपराध के मामले में उत्तर प्रदेश सबसे आगे रहा। राष्ट्रीय महिला आयोग की तरफ से जारी आंकड़ों के मुताबिक देश भर से पूरे साल में महिलाओं के खिलाफ अपराध की 28,811 शिकायतें मिलीं। इसमें 16 हजार से ज्यादा मामले उत्तर प्रदेश राज्य से आए हैं। आंकड़े हैरान कर देने वाली हैं। क्योंकि आयोग में ये शिकायत गरिमा के अधिकार कैटेगरी के अंतर्गत दर्ज किया गया है। इसके बाद दूसरे नंबर पर राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली में 2,411 मामले दर्ज किए गए। महाराष्ट्र में 1,343, बिहार में 1,312 और मध्य प्रदेश में 1,165 इतने मामले दर्ज किए गए हैं।

2023 के 12 महीने बाद जारी किए गए इस रिपोर्ट में महिलाओं के प्रति हो रहे अपराध में दहेज उत्पीडन और दुष्कर्म जैसे अपराध दर्ज किए गए हैं। राष्ट्रीय महिला आयोग की यह रिपोर्ट महिलाओं के प्रति पुलिस की उदासीनता दिखाती है। आंकड़ों के मुताबिक देश भर में यौन उत्पीडन के 805 मामले, साइबर अपराध के 605 मामले, पीछा करने की 472 मामले और सम्मान से जुड़े अपराध के खिलाफ 409 शिकायतें दर्ज कराई गईं। आंकड़ों के मुताबिक, महिलाओं के खिलाफ अपराधों में बलात्कार के मामले भी शामिल हैं। साल 2023 में बलात्कार और बलात्कार के प्रयास के 1,537 मामले दर्ज किए गए। इसके बाद गरिमा के अधिकार के तहत 8,540, घरेलू हिंसा के 6,274, दहेज उत्पीडन के 4,797, छेड़छाड़ के 2,349,और महिलाओं के प्रति पुलिस की उदासीनता के 1,618 मामले दर्ज किए गए।

2023 में महिलाओं के खिलाफ अपराध के मामले 2022 की तुलना में कम हुए हैं। 2022 में महिलाओं के खिलाफ अपराध के 30,864 मामले दर्ज किए गए थे। जबकि 2023 में यह संख्या घटकर 28,278 हो गई। यह एक सकारात्मक संकेत है लेकिन अभी भी बहुत कुछ किया जाना बाकी है। साल 2022 के बाद से शिकायतों की संख्या में कमी देखी गई है। जब 30,864 शिकायतें प्राप्त हुई थी, जो 2014 के बाद से सर्वाधिक आंकड़ा था। जहां तक बात महिलाओं की सुरक्षा की आती है तो पिछले कुछ वर्षों में भारत ने अभूतपूर्व निर्णयों से महिलाओं की सुरक्षा के लिए कई प्रबंध किये हैं। आज भारत में महिलायें पहले की अपेक्षा ज्यादा सुरक्षित है।

हम एक तरफ महिलाओं को हर क्षेत्र में बराबरी का दर्जा देकर उन्हे आगे बढ़ा रहें है। वहीं दूसरी तरफ उनके साथ अत्याचार की घटनाओं में भी लगातार बढ़ोतरी हो रही है। आये दिन हमें महिलाओं के साथ बलात्कार, दुर्व्यवहार होने की घटनाये सुनने को मिलती रहती है। ऐसी घटनाओं से महिला सशक्तिकरण के अभियान को धक्का लगता हैं।देश में महिलाओं के प्रति खराब होते माहौल को बदलने की जिम्मेदारी सिर्फ सरकार की ही नहीं अपितु हर आम आदमी की भी है। हम सभी को आगे आकर महिला सुरक्षा की लड़ाई में महिलाओं का साथ देना होगा तभी देश की मातृ शक्ति सर उठा कर शान से चल सकेगीं। अब महिलाओं को समझना होगा कि आज समाज में उनकी दयनीय स्थिति समाज में चली आ रही परम्पराओं का परिणाम है। इन परम्पराओं को बदलने का बीड़ा स्वयं महिलाओं को ही उठाना होगा। तभी समाज में उनके प्रति सोच बदल पायेगी।

जंग के कारण कच्चे तेल के दाम बेकाबू! क्या है जंग की असल कारण और कब रुकेगी जंग

अशोक भाटिया

अमेरिका और इजरायल ने मिलकर 28 फरवरी को ईरान पर हमला कर जो जंग शुरू की थी, वह अब खतरनाक होती जा रही है। जंग का बदला लेने के लिए ईरान ने मिडिल ईस्ट के कई देशों पर हमला कर दिया। इस कारण कई देशों को हमले के डर से तेल का उत्पादन रोकना पड़ा। नतीजा ये हुआ कि कच्चे तेल की कीमत लगातार बढ़ रही है। सोमवार को ब्रेंट क्रूड 100 डॉलर प्रति बैरल के पार चला गया। ईरान के साथ अमेरिका और इजरायल की जंग शुरू होने के बाद से ये 42त्न ज्यादा है। भारत का कहना है कि उसके पास काफी रिजर्व है लेकिन लंबे समय तक कीमतों में उतार-चढ़ाव से आम घरों से लेकर पूरी अर्थव्यवस्था पर असर पड़ सकता है। भारत अपनी जरूरत का लगभग 90 फीसदी कच्चा तेल बाहर से खरीदता है, जिससे कीमतें बढने पर उसे सीधा नुकसान हो सकता है। कच्चे तेल की ज्यादा कीमतें महंगाई बढ़ा सकती हैं, व्यापार घाटा बढ़ा सकती हैं और घरों का बजट बिगाड़ सकती हैं, खासकर कुकिंग गैस के मामले ममें। सरकार ने पहले भी ऐसे झटकों को कम करने के लिए कदम उठाए हैं और अब फिर ऐसा ही कुछ करने की जरूरत आ गई है। रिजर्व बैंक ने पिछले साल अनुमान लगाया था कि अगर कच्चे तेल की कीमतों में 10त्न की बढ़ोतरी का पूरा बोझ आम लोगों पर डाला जाता है तो इससे महंगाई में 30 बेसिस पॉइंट्स की बढ़ोतरी होगी और ग्रोथ में 15 बेसिस पॉइंट्स की कमी आएगी। यह इसलिए गंभीर है, क्योंकि खाड़ी देश एशिया की ऊर्जा जरूरतों के लिए जरूरी है। 2025 में होर्मुज स्ट्रेट से गुजरने वाला 87त्न कच्चा तेल और 86 फीसदी रुह्त्र एशियाई देशों में ही आया। यह रास्ता अब बंद हो गया है। कुछ दिन पहले ही रुक्कत्र की कीमत भी बढ़ा दी गई है, जो लगभग एक साल बाद पहली बढ़ोतरी है। भारत दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा रुक्कत्र कंज्यूमर है और 90त्न से ज्यादा रुक्कत्र मिडिल ईस्ट से आता है। केंद्र सरकार ने तेल के झटकों से होने वाले नुकसान की भरपाई के लिए पहले भी टैक्स में कटौती की है। 2022 में जब रूस-यूक्रेन जंग के बाद कच्चा तेल 116 डॉलर प्रति बैरल पर पहुंच गया था तो सरकार ने पेट्रोल और डीजल पर एक्साइज ड्यूटी कम कर दी थी, ताकि कीमतें स्थिर रहें। इससे पहले 2008 में जब क्रूड 147 डॉलर पर आ गया था तो महंगाई को काबू में करने के लिए इंपोर्ट और एक्साइज ड्यूटी को कम कर दिया गया था। अधिकारियों का कहना है कि अभी भी ऐसे ही कदम उठाए जा रहे हैं। विशेष रूप से, ब्रेंट क्रूड ऑयल की कीमतें 97।60 डॉलर प्रति बैरल पर पहुंच गईं, जो 7।47त्न (यानी 6।92 डॉलर प्रति बैरल की वृद्धि) के बराबर है। डब्ल्यूटीआई क्रूड ऑयल की कीमतें 96।56 डॉलर प्रति बैरल पर पहुंच गईं, जो 6।23त्न (यानी 5।66 डॉलर प्रति बैरल की वृद्धि) के बराबर है। 10 मार्च को विश्व स्तर पर तेल की कीमतों में 7त्न से अधिक की वृद्धि हुई। शुरुआती कारोबार में, ब्रेंट क्रूड ऑयल की कीमतें संक्षेप में बढ़कर 119।50 डॉलर प्रति बैरल तक पहुंच गईं; डब्ल्यूटीआई क्रूड भी 119।48 डॉलर प्रति बैरल के शिखर पर पहुंच गया। विश्लेषकों के अनुसार, ऊर्जा की कीमतों में तेजी से वृद्धि से वैश्विक मुद्रास्फीति का दबाव बढ़ सकता है और आर्थिक विकास पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है, इस चिंता के कारण बाजार ने अपने इंट्राडे उच्च स्तर से हुई बढ़त को सीमित कर दिया है। गौरतलब है कि इजरायल के प्रधानमंत्री बिन्यामिन नेतन्याहू के साथ शुरू हुए ईरान युद्ध को आज दस दिन हो गया है। इस युद्ध का असली खामियाजा अब सभी को भुगतना पड़ रहा है और इस युद्ध में पागलपन का भाव है। हालाँकि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प, जिन्होंने ईरानी चुनौती को चुटकी में हल करने की कसम खाई है, अभी भी इस युद्ध की तबाही के बारे में बात कर रहे हैं, लेकिन यह सवाल कि उन्हें दो सरदारों की गैरजिम्मेदारी के लिए कितना और क्यों भुगतान करना चाहिए, अब वास्तविकता का संकेत बनता जा रहा है। यह भविष्य ईरान के बेड़े में तीन हजार से अधिक मिसाइलों में निहित है, जो ईरान के नए सर्वोच्च नेता मुज्तबा खामेनेई के मामले से अधिक है, जिनमें से आधे से अधिक मध्यम से लंबी दूरी की हैं। फतेह, फतेह 300, खोरमशेर 400, खैबरशेक, हाजी कासिम, शहाब, इमाद आदि इजराइल ने इन मिसाइलों की क्षमताओं का आकलन नहीं किया; लेकिन इससे भी अधिक, ट्रम्प ने इज़राइल के नरसंहार नेतन्याहू पर भरोसा करते हुए इसे नजरअंदाज कर दिया। भविष्य विशाल, अरबों डॉलर की रडार प्रणालियों में निहित है जिसे संयुक्त राज्य अमेरिका ने मध्य पूर्व के विभिन्न केंद्रीय देशों में तैनात किया है, और भविष्य ड्रोन की मदद से इन अरबों डॉलर की प्रणालियों को नष्ट करने की ईरान की क्षमता में निहित है, और भविष्य हमारे जैसे अन्य देशों की लाचारी में निहित है जो दर्शक हैं भविष्य सऊदी अरब और अन्य इस्लामी देशों में है, जिन्होंने सबसे पहले ईरान को अलग-थलग करने की कोशिश की।

केदारनाथ से कन्याकुमारी तक बाहर होंगे घुसपैठिया : अमित शाह

केंद्रीय गृहमंत्री ने 'जन जन की सरकार, 4 साल बेमिसाल' कार्यक्रम के तहत हरिद्वार में आयोजित विशाल जनसभा को किया संबोधित

हरिद्वार । केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री श्री अमित शाह ने शनिवार को हरिद्वार के बैरागी कैम्प में 'जन जन की सरकार, 4 साल बेमिसाल' कार्यक्रम में उपस्थित जनसमुदाय को संबोधित किया।

केंद्रीय गृह मंत्री ने संबोधन की शुरुआत उत्तराखंड राज्य आंदोलन से करते हुए कहा कि, उत्तराखंड के युवाओं को अपनी पहचान, संस्कृति बचाने के साथ ही अपने अधिकारों की रक्षा के लिए सड़कों पर उतरना पड़ा, लेकिन इसके लिए उन्हें रामपुर तिराहा कांड जैसी हिंसा का सामना करना पड़ा। इसके बाद केंद्र में भाजपा सरकार बनने पर तत्कालीन प्रधानमंत्री श्री अटल बिहारी वाजपेई ने उत्तराखंड के साथ ही झारखंड और छत्तीसगढ़ जैसे राज्यों का निर्माण करने का निर्णय लिया, आज ये तीनों राज्य तेजी से विकास के पथ पर अग्रसर हैं। केंद्रीय गृह मंत्री ने कहा था कि उन्होंने कहा था कि उत्तराखंड को अटल जी ने बनाया है, अब इसे संवारने का काम मोदी जी करेंगे, इसी क्रम में 2017 से 2026 तक का कालखंड, उत्तराखंड के विकास को समर्पित रहा है। उन्होंने कहा कि बीते चार सालों में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने उत्तराखंड की सभी समस्याओं को चुन-चुन कर समाप्त करने का काम किया है। इस कारण उत्तराखंड अब दोगुनी रफ्तार से विकास के रास्ते पर बढ़ रहा है।

तीन साल के भीतर मिलेगा न्याय

केंद्रीय गृह मंत्री ने सभी लोगों खासकर अधिवक्ता वर्ग से अपील करते हुए कहा कि वो नई न्याय संहिता पर लगाई गई प्रदर्शनी का जरूर अवलोकन करें। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अंग्रेजों के बनाए डेढ़ सौ साल पुराने कानूनों को बदलने का काम किया है, 2028 में नई न्याय संहिता के सभी प्राविधान पूरी तरह अमल में आ जाएंगे। इसके बाद किसी भी मामले में थाने में एफआईआर दर्ज होने के बाद सुप्रीम कोर्ट तक फैसला आने में अधिकतम तीन वर्ष का समय लगेगा। उन्होंने इसे दुनिया की सबसे आधुनिक ओर वैज्ञानिक न्याय सहिंता करार दिया।

केंद्रीय गृह मंत्री ने सीएए कानून के तहत भारत की नागरिकता प्राप्त करने वाले शरणार्थियों को बधाई देते हुए कहा कि, पाकिस्तान, अफगानिस्तान से आने वाले हिंदू, सिख, बौध और जैन शरणार्थियों का इस देश पर उतना ही अधिकार, जितना प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का है। लेकिन अब तक तुष्टिकरण की नीति के चलते उन्हें भारतीय नागरिकता से विंचित रखा गया। ये शरणार्थी अपना धर्म और परिवार की इज्जत बचाने के लिए, भारत में आए हैं, इसलिए वो किसी के भी विरोध के बावजूद, ऐसे लोगों को भारतीय नागरिकता देने के निर्णय पर अडिग रहेंगे। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने धारा 370 समाप्त करने, सीएए कानून बनाने, साढे पांच सौ साल बाद अयोद्धा में राम मंदिर बनाने, बद्रीनाथ - केदारनाथ पुनर्निर्माण, महाकाल लोक और काशी विश्वनाथ कॉरिडोर कई एतिहासिक कार्य किए हैं।

नकल विरोधी कानून से आई पारदर्शिता

केंद्रीय गृह मंत्री ने शनिवार को उत्तराखंड पुलिस में आरक्षी के तौर पर नियुक्ति पत्र प्राप्त करने वाले 1900 युवाओं को बधाई देते हुए कहा कि उत्तराखंड में अब बिना पर्चा और बिना खर्चा के सरकारी नौकरियां मिल रही हैं। इसके लिए पुष्कर सिंह धामी कठोर नकल विरोधी कानून लेकर आए हैं। जिससे रोजगार के क्षेत्र में पारदर्शिता कायम हुई है। केंद्रीय गृहमंत्री ने कहा कि 2027 में हरिद्वार में कुंभ मेला आयोजित होने जा रहा है। हरिद्वार कुंभ आने वाले सभी रिकॉर्ड तोड़ने का काम करेगा। उन्होने केंद्र सरकार की ओर से जारी वाइब्रेंट विलेज योजना का उल्लेख करते हुए कहा कि, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने देश के सीमांत गांवों को प्रथम गांव का सम्मान दिया है। जिसका मुख्य उद्देश्य सीमांत का पलायन रोकना है, उत्तराखंड के लिए यह योजना विशेषकर लाभकारी होने जा रही है।

केदारनाथ से कन्याकुमारी तक बाहर होंगे घुसपैठिया

केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने उत्तराखंड में 10 हजार एकड़ सरकारी भूमि से अतिक्रमण हटाने के लिए मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की प्रशंसा करते हुए कहा कि, सरकार केदारनाथ से कन्याकुमारी तक एक-एक घुसपैठिया को देश से बाहर निकालने के लिए संकल्पबद्ध होकर कार्य कर रही है। उन्होंने यूसीसी लागू करने के लिए भी मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की प्रशंसा करते हुए कहा कि यूसीसी, डेमोग्राफी में आए अप्राकतिक बदलाव को रोकने का काम करेगी। केंद्रीय गृह मंत्री ने एसआईआर का उल्लेख करते हुए कहा कि जो भारत का नागरिक नहीं है, उसका नाम वोटर लिस्ट से कटना ही चाहिए, लोकतंत्र की रक्षा के लिए वोटर लिस्ट का शुद्ध होना जरूरी है।

उत्तराखंड के लिए केंद्रीय सहायता बढ़ी

केंद्रीय गृहमंत्री ने कहा कि 2004 से 2014 के बीच उत्तराखंड को केंद्र सरकार से सिर्फ 54 हजार करोड़ मिले, जबकि इसके बाद से उत्तराखंड को केंद्र से एक लाख 87 हजार करोड़ रुपए मिल चुके हैं, इसके अलावा केंद्र सरकार के सहयोग से उत्तराखंड में हजारों करोड़ रुपए की ऑलवेदर रोड, दिल्ली - देहरादून इकानॉमिक कॉरिडोर, रेल, सड़क और परियोजनाओं पर भी काम चल रहा है।

उन्होंने कहा कि 2014 में उत्तराखंड की प्रति व्यक्ति आय 1 लाख 80 हजार रुपए थी जो अब बढ़कर 2,74,000 हो गई है। उत्तराखंड की जीएसडीपी 2,22,000 करोड़ थी जो बढ़कर 3,82,000 करोड़ हो चुकी है।

देहरादून में सनकी छात्र का खूनी खेल : प्रेमिका पर चाकू से किए ताबड़तोड़ वार, पुलिस ने घेराबंदी कर दून अस्पताल से दबोचा

देहरादून । देहरादून के क्लेमेंटाउन थाना क्षेत्र में एक सिरफिरे छात्र ने प्रेम-प्रसंग और शक के चलते युवती पर चाकू से जानलेवा हमला कर दिया। वारदात के बाद इलाके में हड़कंप मच गया। पुलिस ने तत्काल कार्रवाई करते हुए आरोपी उदय सिंह को दून अस्पताल परिसर से गिरफ्तार कर लिया है। गंभीर रूप से घायल युवती का अस्पताल में उपचार चल रहा है, जहां उसकी स्थिति चिंताजनक बनी हुई है। पुलिस ने आरोपी के पास से वारदात में इस्तेमाल हथियार भी बरामद कर लिया है। देहरादून में महिला अपराधों पर सख्त रुख अपनाते हुए पुलिस ने एक बड़ी वारदात का खुलासा किया है। क्लेमेंटाउन क्षेत्र में एक युवती पर जानलेवा हमला करने वाले अभियुक्त उदय सिंह को पुलिस ने चंद घंटों के भीतर दबोच लिया। आरोपी मेरठ का रहने वाला है और देहरादून के एक निजी संस्थान में एमसीए प्रथम वर्ष का छात्र है। पुलिस के मुताबिक, वारदात की मुख्य वजह युवती का किसी अन्य युवक के संपर्क में होना बताया जा रहा है, जिसे लेकर दोनों के बीच तीखी बहस हुई थी।

खूनी संघर्ष और पुलिस की दबिश

घटना की गंभीरता को देखते हुए एसएसपी देहरादून ने तत्काल टीम गठित कर आरोपी की गिरफ्तारी के निर्देश दिए थे। वादी कृष्ण चंद्र वर्मा की तहरीर पर थाना क्लेमेंटाउन में बीएनएस की धारा 109(1) के तहत मुकदमा दर्ज किया गया। क्लेमेंटाउन पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए आरोपी उदय सिंह उर्फ विशु को दून अस्पताल परिसर से उस वक्त गिरफ्तार किया, जब वह वहां मौजूद था। पुलिस ने आरोपी की निशानदेही पर ओगल भट्टा स्थित उसके किराए के कमरे से वारदात में प्रयुक्त चाकू बरामद कर लिया है।

शक ने बनाया अपराधी

पूछताछ के दौरान आरोपी उदय सिंह ने पुलिस के सामने अपना जुर्म कबूल कर लिया है। उसने बताया कि वह और पीड़िता सितंबर 2025 से एक-दूसरे के संपर्क में थे। उदय युवती से शादी करना चाहता था, लेकिन उसे भनक लगी कि युवती किसी और युवक से बातचीत कर रही है। इसी बात को लेकर 7 मार्च को दोनों के बीच विवाद हुआ और आवेश में आकर उदय ने युवती पर चाकू से हमला कर दिया। हमले के दौरान युवक-युवती दोनों घायल हुए थे, जिन्हें बाद में अस्पताल में भर्ती कराया गया।

पुलिस की सख्त चेतावनी

देहरादून पुलिस ने स्पष्ट किया है कि महिला सुरक्षा के साथ खिलवाड़ करने वालों को किसी भी कीमत पर बख्शा नहीं जाएगा। आरोपी उदय सिंह पुत्र महेश कुमार, निवासी जागृति विहार, मेरठ को जेल भेजने की तैयारी पूरी कर ली गई है। पुलिस अब इस मामले में साक्ष्य जुटाकर कोर्ट में मजबूत पैरवी की बात कह रही है ताकि पीड़िता को न्याय मिल सके। फिलहाल दून अस्पताल में भर्ती युवती की जान बचाने के लिए डॉक्टर हर संभव प्रयास कर रहे हैं।

शिक्षा, रोजगार और रिवर्स पलायन जैसे क्षेत्रों मे हुआ अभूतपूर्व कार्य: चौहान

देहरादून । भाजपा के प्रदेश मीडिया प्रभारी मनवीर सिंह चौहान ने कहा कि राज्य मे शिक्षा, रोजगार और रिवर्स पलायन सहित कई मुद्दों का सकारात्मक और उत्साहजनक नतीजे सामने आये हैं और जनता का धामी सरकार पर भरोसा बढ़ा है। नेता प्रतिपक्ष की टिप्पणी पर प्रतिक्रिया देते हुए उन्होंने कहा कि गैर भाजपा सरकारों की अपेक्षा वर्तमान धामी सरकार मे हो रहे विकास कार्य एक नजीर हैं। उन्होंने कहा कि शिक्षा के क्षेत्र मे हमारे पर्वतीय क्षेत्र के छात्र अपना जौहर दिखा रहे है। अखिल भारतीय स्तर की परीक्षाओं से लेकर राज्य मे निष्पक्ष रूप से अनेक रोजगार परक परीक्षाओं मे बेरोजगार रोजगार हासिल कर रहे हैं।

उन्होंने कहा कि पूर्व मे नकल के सायें मे हो रही परीक्षाओं की विश्वसनीयता संदेह के दायरे मे रही है, लेकिन धामी सरकार ने न केवल इस नेटवर्क को तोड़ा, बल्कि कड़ा नकल कानून भी बनाया। नकल विहीन परीक्षा का ही नतीजा है कि 40 हजार से अधिक युवाओं को सरकारी नौकरी हासिल हुई। चौहान ने कहा कि आज बेहतर कनेक्टिविटी का ही नतीजा है कि प्रदेश मे पर्यटकों की स्थिति कई गुना हर साल रिकार्ड स्तर पर बढ़ रही है। सड़क और वायु यातायात मे उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। हमारे तीर्थ धामों मे बेहतर आल वेदर रोड से लेकर अन्य स्थानों पर भी सुविधाएं विकसित हुई और आज उत्तराखंड टूरिज्म का हब बना है जो हजारो युवाओं को रोजगार मुहैया करा रहा है। हजारों महिलाएं स्वरोजगार के जरिये आत्म निर्भर बनी है। लखपति दीदी योजना इसका उदाहरण है। चौहान ने कहा कि देश मे कांग्रेस शासित प्रदेशों की अपेक्षा उत्तराखंड मे अपराध की दर काफी कम है। हर मामले मे रिपोर्ट दर्ज होने से लेकर त्वरित कार्यवाही देखी जा सकती है। हालांकि कांग्रेस की सरकार मे थाने चौकियों मे रिपोर्ट दर्ज करने मे भी मुश्किलों का सामना करना पड़ता था। शराब और खनन जैसे व्यवसाय मे माफियाओं को सरकार का सरंक्षण मिलता रहा। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पलायन को लेकर महज बयानबाजी करती रही है, लेकिन धामी सरकार ने रिवर्स पलायन को लेकर इस मिथक को तोड़ा है। राज्य मे पिछले 4 सालों मे साढ़े 6 हजार से अधिक लोगों ने रिवर्स पलायन किया है। राज्य सरकार पर्वतीय क्षेत्र मे कई रोजगार परक योजनाएं संचालित कर रही है और उनके सकारात्मक परिणाम सामने आ रहे हैं। उन्होंने कहा कि भाजपा घोषणाएं ही नही उन्हे धरातल पर भी उतारती है और इसी कारण जनता का उस पर अगाध विश्वास है।

तापसी पन्नू का ग्लैमर पर तीखा तंज, बोलीं- बॉलीवुड को क्लीवेज चाहिए और साउथ को नाभि

अभिनेत्री तापसी पन्नू ने हाल ही में हिंदी और साउथ सिनेमा में महिलाओं के चित्रण पर अपनी राय साझा की। उन्होंने कहा कि दोनों फिल्म इंडस्ट्री में ग्लैमर दिखाने का तरीका अलग-अलग है। तापसी के अनुसार, बॉलीवुड फिल्मों में अक्सर क्लीवेज पर अधिक ध्यान दिया जाता है, जबकि साउथ की फिल्मों में नाभि को दिखाने पर ज्यादा जोर रहता है। उनके इस बयान ने फिल्म इंडस्ट्री में महिलाओं के प्रति नजरिए को लेकर एक चर्चा शुरू कर दी है।तापसी ने अब तक तेलुगू, तमिल, हिंदी और मलयालम सिनेमा में लंबा सफर तय किया है। पिछले कुछ दिनों से वो अपनी नई फिल्म अस्सी को लेकर चर्चा में हैं।

तापसी ने अपने दिल्ली के मध्यम-वर्गीय पालन-पोषण से लेकर फिल्मी सेट के अनुभवों तक कई मुद्दों पर खुलकर बात की।

उन्होंने एक ऐसे विषय पर चर्चा की, जिसे अक्सर पर्दे के पीछे ही रखा जाता है।

जब तापसी से पूछा गया कि भोजपुरी और दक्षिण भारतीय सिनेमा के गानों में नाभि पर इतना ध्यान क्यों दिया जाता है तो उन्होंने कहा, मैं खुद भी इसे समझने की कोशिश कर रही हूं। ऐसा नहीं है कि हिंदी सिनेमा के आइटम गानों में इस पर ध्यान नहीं दिया जाता, लेकिन साउथ सिनेमा जितना नहीं। हिंदी सिनेमा में फोकस क्लीवेज पर ज्यादा रहता है। उन्होंने फिल्मी सेटों पर महिला कलाकारों के प्रति इंडस्ट्री के नजरिए पर खुलकर बात की।

तापसी बोलीं, साउथ में अक्सर अभिनेत्रियों से पैडेड ब्रा पहनने के लिए कहा जाता है। सबसे बड़ी समस्या है कि निर्देशक सेट पर ये बात आखिर कहे किससे? उन्होंने बताया कि ये बात सीधे नहीं कही जाती, बल्कि एक चेन के जरिए पहुंचती है। निर्देशक से असिस्टेंट डायरेक्टर, फिर स्टाइलिंग टीम, फिर हेयर और वार्डरोब वाली महिलाओं के पास और अंत में हीरोइन तक। तापसी ने वो शर्मिंदगी बयां कर कहा, कल्पना कीजिए कि ये कितना अजीब होता होगा।

तापसी ने बताया, आप एक गाना शूट कर रहे हैं, बीच में कोई उठता और चला जाता है। सेट पर मौजूद सबको पता होता है कि क्या हो रहा है। हर कोई देख रहा होता है कि आप लौटें तो क्या अलग दिखेगा। उन्होंने कहा कि महिला कलाकार के लिए ये सिर्फ कपड़े बदलने की प्रक्रिया नहीं, बल्कि मानसिक रूप से काफी असहज और अपमानजनक होती है, खासकर जब पूरे सेट को पता हो कि निर्देशक क्या बदलाव चाहता है। बता दें कि बॉलीवुड में अपनी धाक जमाने से पहले तापसी साउथ फिल्म इंडस्ट्री की एक जानी-मानी अभिनेत्री बन चुकी थीं। उनके करियर की नींव किसी छोटे-मोटे रोल से नहीं, बल्कि एक बड़ी शुरुआत से पड़ी थी। उन्होंने साल 2010 में तेलुगू फिल्म झुम्मंडी नादम से अपने अभिनय करियर की शुरुआत की। इस म्यूजिकल ड्रामा में वो मशहूर अभिनेता मनोज मांचू के साथ नजर आई थीं। उन्होंने कई सालों तक तेलुगू, तमिल और मलयालम फिल्मों में मुख्य भूमिकाएं निभाई।

फिल्म एक दिन का टाइटल ट्रैक जारी, अरिजीत सिंह की आवाज का फिर चला जादू

आमिर खान प्रोडक्शंस की आगामी रोमांटिक फिल्म एक दिन सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए तैयार है. प्रोडक्शन ने एक दिन का टाइटल ट्रैक रिलीज किया है. यह गाना आमिर खान और अरिजीत सिंह के बीच कोलेबोरेशन को दिखाता है, जो फिल्म की रिलीज से पहले से ही चर्चा में बना हुआ. आमिर खान प्रोडक्शंस ने सोशल मीडिया पर एक दिन का टाइटल ट्रैक लॉन्च किया. इसे शेयर करते हुए मेकर्स ने कैप्शन में लिखा है, एक दिन आमिर सर आपके साथ बैठकर गाना गा रहे हैं. आमिर खान एक्स अरिजीत सिंह = प्योर मैजिक. एक दिन टाइटल ट्रैक अभी आ गया है. एक दिन सिर्फ़ थिएटर में 1 मई 2026 को देखें.

वीडियो की शुरुआत में आमिर खान और अरिजीत सिंह से उनके प्लेबैक सिंगिंग से दूर जाने के फैसले पर सवाल करते हैं. एक्टर अरिजीत के साथ उनके घर पर फर्श पर बैठे हुए दिखते हैं और उनसे पूछते हैं, आप कोई प्रोजेक्ट नहीं ले रहे हैं? कुछ समय के लिए ब्रेक लेना चाहते हैं? या आप हिंदी फिल्मों के लिए नहीं गाना चाहते? ऐसे मत कर यार, हम लोगों का क्या होगा भाई? इस क्लिप में आमिर के अरिजीत के घर के ट्रिप के कई बिहाइंड-द-सीन्स और दिल को छू लेने वाले पल दिखाए गए हैं. एक्टर को अरिजीत और उनकी टीम के साथ पतंग उड़ाते, घर के बने खाने का मजा लेते हुए देखा जा सकता है. अरिजीत उन्हें घर पर बनी अलग-अलग डिश सर्व करते हैं. वह अरिजीत के पड़ोसियों से भी मिलते है, जो सुपरस्टार की एक झलक पाने के लिए सड़कों पर निकल आते हैं और छतों पर चढ़ जाते हैं.

इसके बाद, अरिजीत आमिर और उनके घर पर मौजूद दूसरे लोगों को चाय सर्व करते हुए दिखते हैं. दूसरी झलकियों में आमिर अपने घर के अंदर छोटे से स्टूडियो में अरिजीत का गाना एक दिन ध्यान से सुनते हुए दिखते हैं.

दोनों को अरिजीत की टीम के साथ शतरंज खेलते हुए और बाद में देर रात स्कूटी राइड के लिए निकलते हुए भी देखा जाता है. सिंगर सुपरस्टार को गंगा घाट भी ले जाते हैं. वीडियो के आखिर में, आमिर अरिजीत को उस ट्रिप के लिए धन्यवाद देते हुए दिखते हैं जिसे वह यादगार ट्रिप कहते हैं.

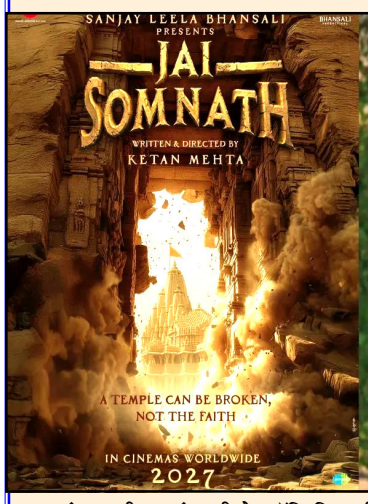
एक इंटरव्यू आमिर खान ने अरिजीत सिंह के साथ अपने कोलैबोरेशन के बारे में खुलासा किया था. सुपरस्टार ने कहा, मैं कुछ दिन पहले मुर्शिदाबाद में था. मैं वहां अरिजीत को फिल्मों के लिए गाना न छोड़ने के लिए मनाने नहीं गया था. मैं वहां किसी और मकसद से गया था. हालांकि मैंने उन्हें दोबारा सोचने के लिए मनाने की पूरी कोशिश की, लेकिन कोई फायदा नहीं हुआ. ऐसा लगता है कि उन्होंने अपना मन बना लिया था.

मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, आमिर खान की इस रोमांटिक फिल्म के लिए अरिजीत सिहं ने पहले ही कमिटमेंट कर दिया था. आमिर खान ने बताया कि अरिजीत जुनैद के किरदार के लिए गा रहे हैं. क्योंकि एक दिन पहले का कमिटमेंट था, इसलिए वह इसे पूरा करना चाहते थे. एक दिन में 5 गाने हैं, और उन्होंने उन सभी में गाया है. उन्होंने गानों में कमाल कर दिया है. आमिर खान प्रोडक्शंस की निर्मित एक दिन में सुपरस्टार के बेटे-एक्टर जुनैद खान है. वहीं साउथ फिल्म इंडस्ट्री की खूबसूरत हसीना साई पल्लवी लीड एक्ट्रेस के तौर पर नजर आएंगी. यह फिल्म 1 मई, 2026 को थिएटर में रिलीज होगी.

मृणाल ठाकुर और आदिवी शेष की डकैत का पहला गाना रूबरू जारी

मृणाल ठाकुर और आदिवी शेष की आगामी फिल्म डकैत- एक प्रेम कथा 2026 की बहुप्रतीक्षित फिल्म बन चुकी है। पहले इसे 19 मार्च को रिलीज किया जाना था, लेकिन अब तारीख को आगे खिसकाया गया है। दरअसल, निर्माता नहीं चाहते हैं कि इसी दिन रिलीज हो रहीं रणवीर सिंह की धुरंधर 2 और टॉक्सिक से फिल्म की कमाई पर कोई असर पड़े। हालांकि लोगों की उत्सुकता बनाए रखने के लिए डकैत के पहले गाने रूबरू पर अपडेट दिया गया है। डकैत के पहले गाने रूबरू का ऐलान नए पोस्टर के साथ किया गया है। प्यार के लिए भावपूर्ण श्रद्धांजलि देता यह गाना 27 फरवरी, 2026 को रिलीज के लिए तैयार है। शेनिल देव द्वारा निर्देशित इस फिल्म में अनुराग कश्यप भी अहम किरदार निभाते हुए दिखाई देंगे। उनके अलावा प्रकाश राज और अतुल कुलकर्णी भी इसका हिस्सा हैं। बता दें कि फिल्म अब 10 अप्रैल को सिनेमाघरों का रुख करेगी।

आस्था की महागाथा लेकर आ रहे संजय लीला भंसाली, फिल्म जय सोमनाथ 2027 में होगी रिलीज



संजय लीला भंसाली ने ऑफिशियली अपने अगले बड़े वेंचर जय सोमनाथ की घोषणा की है, जो 2027 में दुनिया भर में थिएटर में रिलीज होगी। फिल्ममेकर ने इस प्रोजेक्ट के बारे में एक खास लाइन के साथ फिल्म को लेकर अपडेट दी, जिसमें लिखा था कि मंदिर तोड़ा जा सकता है, आस्था नहीं यह फिल्म एक इमोशनल हिस्टोरिकल ड्रामा की ओर इशारा करती है। भंसाली ने नए प्रोजेक्ट का टाइटल बताया और बताया कि जय सोमनाथ को केतन मेहता डायरेक्ट करेंगे, जो कल्चर से जुड़े सिनेमा को सपोर्ट करने के लिए जाने जाते हैं। टाइटल से पौराणिक और ऐतिहासिक बातें पता चलती हैं, जो भगवान शिव से जुड़ी हैं।

भंसाली प्रोडक्शंस के सपोर्ट से और खुद भंसाली द्वारा प्रेजेंट की गई जय सोमनाथ को केतन मेहता डायरेक्ट करेंगे, जो दो फिल्ममेकर्स के बीच एक बड़ा कोलेबोरेशन है जो अपने स्केल और कहानी कहने की गहराई के लिए जाने जाते हैं। 2027 में रिलीज होने वाले इस प्रोजेक्ट को लेकर उम्मीदें अभी से बढ़ने लगी हैं। हालांकि, कास्ट और स्टोरीलाइन के बारे में अभी ज्यादा जानकारी नहीं दी गई है। इस अनाउंसमेंट ने सिनेमा लवर्स के बीच पहले ही एक्साइटमेंट पैदा कर दी है। हालांकि कहानी की डिटेल अभी तक नहीं बताई गई है, लेकिन टाइटल और टैगलाइन से साफ पता चलता है कि कहानी मजबूती, विश्वास और इतिहास पर आधारित है। सोमनाथ का जिक्र ऐतिहासिक सोमनाथ मंदिर की याद दिलाता है, जो सदियों से कई हमलों और पुनर्निर्माण का गवाह रहा है। अगर भंसाली की पिछली फिल्मों को देखें तो दर्शक इमोशन, ड्रामा और बड़ी कहानी कहने के अंदाज से भरी एक शानदार कहानी की उम्मीद कर सकते हैं।

जय सोमनाथ 2027 में रिलीज होने वाली है। ऐसा लगता है कि टीम जल्दबाजी में कोई शानदार फिल्म बनाने के बजाय ध्यान से प्रोडक्शन प्लान कर रही है। भंसाली के बड़े सिनेमैटिक यूनिवर्स बनाने के ट्रैक रिकॉर्ड को देखते हुए, लंबे लीड टाइम का मतलब हो सकता है कि आने वाले महीनों में बड़े सेट, डिटेल्ड रिसर्च और दमदार कलाकारों की टीम की घोषणा हो सकती है।

पहली बार मां बनी हैं तो जानें ब्रेस्टफीडिंग करवाने के फायदे और नुकसान

पहली बार मां बनना एक अद्भुत अनुभव होता है. जब आपके जीवन में एक नन्हा सा नया मेहमान आता है तो उसकी देखभाल और पालन-पोषण में कोई कसर नहीं छोड़नी चाहिए. ब्रेस्टफीडिंग यानी स्तनपान कराना मां और बच्चे के लिए कितना फायदेमंद है, यह तो सभी जानते ही हैं.लेकिन क्या आप जानती हैं कि ब्रेस्टफीडिंग को लेकर कुछ नुकसान भी हो सकते हैं? इसलिए ब्रेस्टफीडिंग शुरू करने से पहले इसके फायदों और नुकसानों के बारे में जान लेना बहुत जरूरी है. आइए हम ब्रेस्टफीडिंग से जुड़े कुछ महत्वपूर्ण फायदे और नुकसान के बारे में...

ब्रेस्टफीडिंग के फायदे..

मां का दूध नवजात शिशु के लिए वरदान की तरह माना जाता है. मां के दूध में एंटीबॉडीज़ और व्हाइट ब्लड सेल्स जैसे प्रतिरक्षा तत्व उपस्थित होते हैं, जो बच्चे के शरीर में जाकर उसकी रोग-प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करते हैं. इन प्रतिरक्षा तत्वों की वजह से ब्रेस्टफेड बच्चे कम बीमार पड़ते हैं और उन्हें संक्रमण, वायरल बुखार, पेट की समस्याएं आदि होने का खतरा भी कम होता है.

जब मां अपने बच्चे को अपना दूध पिलाती है तो उन दोनों के बीच एक गहरा आध्यात्मिक और भावनात्मक बंधन बनता है. बच्चा जब मां की गोद में बैठकर दूध पीता है तो वह उसका स्पर्श और प्यार महसूस करता है.

मां का दूध बच्चे के मानसिक विकास के लिए बहुत ही फायदेमंद साबित होता है. शोधों से पता चलता है कि जिन बच्चों को स्तनपान के रूप में मां का दूध मिला है, वे दूसरे बच्चों की तुलना में ज्यादा होशियार और बुद्धिमान होते हैं.

ब्रेस्टफीडिंग का नुकसान

कभी-कभी मां को स्तनपान के दौरान थोड़ी परेशानी हो सकती है. उदाहरण के लिए, निप्पल दर्द या फटना.

कुछ महिलाओं को पर्याप्त दूध नहीं आता. ऐसे में बच्चे को दूध की कमी होती है और दूध न निकलने पर निप्पल में दर्द होने लगता है.

कुछ दवाएं लेने वाली महिलाओं को स्तनपान नहीं करवाना चाहिए.

कई बार स्तनपान कराने से महिलाओं के स्तनों का आकार ढीला पड़ सकता है या उनमें झुर्रियां आ जाती है. इससे शरीर या बॉडी बिगड़ सकती है.

खाना बनाने के लिए नारियल तेल हेल्दी है या नहीं? जानें इसके साइडइफेक्ट्स

कुछ सालों से नारियल तेल ने हेल्थ के हिसाब से काफी ज्यादा लोकप्रियता हासिल की है. कई रिसर्च में यह बात सामने आई है कि इसमें भरपूर मात्रा में हेल्दी फैट और अन्य पोषक तत्व पाए जाते हैं. फिर भी, यह सवाल अक्सर उठता है कि नारियल का तेल उतना स्वास्थ्यप्रद है या नहीं, जैसा कि कई रिसर्च में यह बात साबित हो चुकी है. यह सवाल काफी तेजी से विवादास्पद हो गया है. कुछ लोगों का तर्क है कि नारियल तेल के स्वास्थ्य लाभ उतने महान नहीं हो सकते हैं जितना पहले माना जाता था. तो आइए करीब से देखें और पांच कारणों की जांच करें कि क्यों नारियल का तेल उतना स्वास्थ्यवर्धक नहीं है जितना हम सोचते हैं.

हाई फैट

नारियल के तेल में उच्च स्तर की संतृप्त वसा होती है, जो शरीर में एलडीएल कोलेस्ट्रॉल (अक्सर खराब कोलेस्ट्रॉल के रूप में जाना जाता है) के स्तर को बढ़ा सकता है.

फैटी एसिड का अच्छा सोर्स होता है

ओमेगा-3 और ओमेगा-6 जैसे आवश्यक फैटी एसिड हमारे समग्र स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण हैं, लेकिन वे नारियल के तेल में महत्वपूर्ण मात्रा में नहीं पाए जाते हैं. इसलिए, स्वस्थ वसा के दैनिक सेवन के लिए केवल नारियल तेल पर निर्भर रहना आपके शरीर की जरूरतों को पूरा करने के लिए पर्याप्त नहीं हो सकता है.

हाई कैलोरी

सामग्रीनारियल तेल को अन्य खाना पकाने वाले तेलों के स्वस्थ विकल्प के रूप में विपणन किया जा सकता है, लेकिन यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि यह अभी भी वसायुक्त है और इसमें उच्च संख्या में कैलोरी होती है.

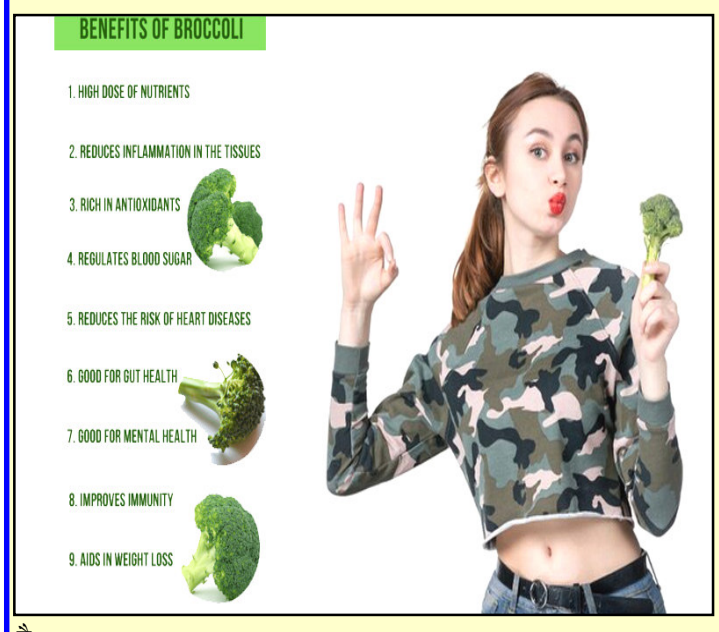
आवश्यक पोषक तत्वों की कमी

जबकि नारियल के तेल में विटामिन ई और लॉरिक एसिड जैसे कुछ लाभकारी पोषक तत्व होते हैं, लेकिन इसमें कई आवश्यक पोषक तत्वों की कमी होती है जिनकी हमारे शरीर को ठीक से काम करने के लिए आवश्यकता होती है.

नारियल तेल हेल्दी होता है या नहीं?

नारियल का तेल वास्तव में स्वास्थ्यप्रद है या नहीं, इस पर बहस होने का एक मुख्य कारण यह है कि इसके स्वास्थ्य संबंधी दावों का समर्थन करने के लिए पर्याप्त दीर्घकालिक शोध नहीं है. तो इस सब का क्या मतलब है? क्या इसका मतलब यह है कि हमें अपने आहार से नारियल तेल को हटा देना चाहिए? आवश्यक रूप से नहीं. हालांकि हमारे स्वास्थ्य पर इसके संभावित नकारात्मक प्रभावों के बारे में कुछ चिंताएं हैं, फिर भी संतुलित आहार के हिस्से के रूप में नारियल तेल का सीमित मात्रा में आनंद लिया जा सकता है। इसकी उच्च संतृप्त वसा सामग्री के बारे में जागरूक होना महत्वपूर्ण है और स्वस्थ वसा के हमारे दैनिक सेवन के लिए केवल इस पर निर्भर नहीं रहना चाहिए.

प्रोटीन का पावरहाउस है गोभी जैसी दिखने वाली ब्रोकली, खाने से शरीर बनता है स्ट्रांग, मिलती है ताकत



सेहत के दुरुस्त रखने में प्रोटीन की अहम भूमिका होती है. बहुत से लोग अंडे से प्रोटीन की जरूरत को पूरी करते हैं लेकिन रोजाना खाई जाने वाली कुछ सब्जियों में भी इसकी भरपूर मात्रा पाई जाती है. ऐसी ही एक सब्जी ब्रोकोली है, जो गोभी की तरह दिखती है लेकिन प्रोटीन के मामले में अंडे से कम नहीं है. शाकाहारी लोग इसके सेवन से प्रोटीन की आवश्यकता को पूरी कर सकते हैं. आइए जानते हैं ब्रोकली क्यों इतना फायदेमंद मानी जाती है...

ब्रोकली में कितना प्रोटीन

रिपोर्ट के मुताबिक, एक अंडा खाने से शरीर को करीब 6 ग्राम प्रोटीन मिलता है, जबकि 100 ग्राम ब्रोकली में करीब 3 ग्राम प्रोटीन मिल जाता है. इसका मतलब ब्रोकली प्रोटीन का अच्छा स्रोत है. अंडा न खाने वालों के लिए ये बेहतर ऑप्शन है.

ब्रोकोली के क्या-क्या फायदे

वजन कम करने में मददगार

ब्रोकली में अंडे के मुकाबिल कम कैलोरी पाया जाता है. इसमें 2.6 ग्राम डाइटरी फाइबर होता है, जो वजन कम करने में मददगार होता है. इसे खाने से वजन कम होता है और मोटापा भी बढ़ने नहीं पाता है.

कैंसर का खतरा कम- ब्रोकोली एक तरह की क्रुसिफेरस सब्जी होती है, जिसमें कई तरह के एंटीऑक्सीडेंट पाए जाते हैं. ये सभी कैंसर का कारण बनने वाली सेल्स को डैमेज होने से रोकने का काम करती हैं. इससे कैंसर का खतरा कम होता है.

हड्डियों को मिलती है मजबूती- कैल्शियम और कोलेजन हड्डियों को मजबूत बनाने का काम करते हैं. ब्रोकली में दोनों ही पाए जाते हैं. इसके अलावा इस सब्जी में विटामिन के भी पाया जाता है. जिसके नियमित सेवन से ऑस्टियोपोरोसिस रोकने में मदद मिल सकती है.

इम्यून सिस्टम बनेगा मजबूत- ब्रोकोली में विटामिन सी अच्छी मात्रा पाई जाती है, जो एक एंटीऑक्सीडेंट है और इम्यून सिस्टम को मजबूत करने का काम करता है. इसके सेवन से सर्दी के मौसम में कई तरह की समस्याओं से बच सकते हैं और बीमारियां दूर रहती हैं.

क्या हरे सेब लाल से ज्यादा सेहतमंद होते हैं?

सेब एक ऐसा फल है, जो दुनियाभर में काफी लोकप्रिय है। आमतौर पर लाल सेब को कम सेहतमंद माना जाता है, जबकि हरे सेब को ज्यादा पोषक तत्वों वाला समझा जाता है। इस लेख में हम इस धारणा की सच्चाई जानेंगे और समझेंगे कि क्या वास्तव में हरे सेब लाल से बेहतर होते हैं या नहीं। आइए जानते हैं कि हरे और लाल सेब में क्या अंतर होता है और किसे चुनना ज्यादा फायदेमंद होता है।

हरे और लाल सेब में क्या अंतर है?

हरे और लाल सेब, दोनों ही सेब की अलग-अलग किस्में होती हैं। हरे सेब आमतौर पर खट्टे होते हैं, जबकि लाल सेब मीठे होते हैं। इनके रंग और स्वाद का अंतर इनके पकने के स्तर पर निर्भर करता है। हरे सेब कम पके होते हैं और उनमें एक खास तत्व अधिक होता है, जो उन्हें खट्टा बनाता है। वहीं लाल सेब पूरी तरह से पक चुके होते हैं और उनमें मीठास की मात्रा अधिक होती है।

पोषक तत्वों के लिहाज से किसका चयन सही है?

पोषक तत्वों के मामले में दोनों ही सेब समान होते हैं। दोनों में विटामिन-ष्ट, फाइबर और सेहत के लिए फायदेमंद तत्व होते हैं। हरे सेब में सेहत के लिए फायदेमंद तत्व की मात्रा थोड़ी अधिक होती है, जबकि लाल सेब में मीठास की मात्रा ज्यादा होती है। इसलिए, अगर आप कम मीठास वाले फल चाहते हैं तो हरे सेब चुनें, जबकि मीठे फल पसंद करने वालों के लिए लाल सेब बेहतर हो सकता है।

एलपीजी गैस की कालाबाजारी के विरोध में रेड़ी-पटरी व्यापारियों का प्रदर्शन

हरिद्वार । एलपीजी की कालाबाजारी और समय पर गैस आपूर्ति न मिलने से परेशान रेहड़ी-पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स और लघु व्यापारियों ने गुरुवार को चंडी चौराहे पर प्रदर्शन किया। लघु व्यापारी एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा के नेतृत्व में व्यापारियों ने हाथों में गैस सिलेंडर लेकर विरोध जताया। शासन-प्रशासन से स्ट्रीट वेंडर्स के लिए अलग से गैस कोटा तय करने की मांग की। प्रदर्शन के दौरान व्यापारियों ने कहा कि फुटपाथ पर रेहड़ी-पटरी के माध्यम से खाने-पीने की सामग्री बेचने वाले छोटे दुकानदारों को समय पर एलपीजी गैस उपलब्ध नहीं हो पा रही है। गैस की कमी और कालाबाजारी से उनका कारोबार प्रभावित हो रहा है। व्यापारियों को अधिक दामों पर गैस सिलेंडर खरीदने के लिए मजबूर होना पड़ता है। इससे उनकी आमदनी पर असर पड़ रहा है।संजय चोपड़ा ने कहा कि स्ट्रीट फूड वेंडर्स एलपीजी गैस पर निर्भर हैं। समय पर गैस न मिलने के कारण उन्हें आर्थिक नुकसान उठाना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि गैस की कालाबाजारी पर अंकुश लगाने के लिए शासन-प्रशासन को विशेष निगरानी समिति का गठन करना चाहिए ताकि आपूर्ति व्यवस्था पर निगरानी रखी जा सके। उन्होंने कहा कि केंद्र और राज्य सरकार को चाहिए कि रेहड़ी-पटरी पर खाद्य सामग्री बेचने वाले स्ट्रीट वेंडर्स के लिए प्राथमिकता के आधार पर अलग से गैस कोटा निर्धारित किया जाए। इससे छोटे व्यापारियों को समय से गैस मिल सकेगी। उनका व्यवसाय प्रभावित नहीं होगा। प्रदर्शन में राजकुमार, कमल, प्रताप सिंह चौहान, शशिकांत, सुनील कुकरेती, लालचंद, विजय गुप्ता, भोला यादव, कपिल कुमार, मोहन लाल, मुन्ना सिंह, जय सिंह, चंदन रावत, सोनू, नईम, कामिल, श्याम कुमार, फूल सिंह, सुशांत बंगाली, सुमन गुप्ता, आशा देवी, कामिनी मिश्रा, मंजू पाल और सुनीता चौहान आदि लघु व्यापारी मौजूद रहे।

अधिकारी बोले हरिद्वार में एलपीजी की कोई कमी नहीं, लेकिन लोगों को मिल नही रही

हरिद्वार । जिला पूर्ति अधिकारी मुकेश पाल ने जनपद में रसोई गैस की कमी को लेकर फैल रही खबरों को भ्रामक बताया है। उन्होंने कहा कि हरिद्वार में एलपीजी गैस का पर्याप्त स्टॉक उपलब्ध है। गैस एजेंसियों के माध्यम से वितरण व्यवस्था सामान्य और सुचारु रूप से संचालित की जा रही है। हालांकि, लोगों को हरिद्वार में दो दिन बाद ही गैस मिल रही है। बुकिंग करने में घंटों का समय लग रहा है। सर्वेर ठप हो रहा है। जिला पूर्ति अधिकारी ने बताया कि उपभोक्ताओं को नियमानुसार 25 दिन बाद ही गैस सिलेंडर की डिलीवरी दी जाती है। ऐसे में उपभोक्ता अनावश्यक रूप से बुकिंग न करें। केवल आवश्यकता होने पर ही गैस सिलेंडर बुक करें ताकि वितरण व्यवस्था प्रभावित न हो। उन्होंने बताया कि प्रशासन गैस एजेंसियों के साथ समन्वय बनाकर एलपीजी की उपलब्धता और वितरण व्यवस्था पर लगातार निगरानी रख रहा है ताकि हर उपभोक्ता को समय पर गैस उपलब्ध कराई जा सके। इधर, जिला पूर्ति अधिकारी ने उपभोक्ताओं से अपील की कि गैस आपूर्ति से जुड़ी किसी भी जानकारी के लिए केवल अधिकृत सरकारी सूचना या संबंधित गैस कंपनियों के आधिकारिक पोर्टल पर ही भरोसा करें और अफवाहों से बचें।शिकायत के लिए नंबर जारी: गैस आपूर्ति से संबंधित किसी भी प्रकार की समस्या या शिकायत के लिए उपभोक्ता टोल फ्री हेल्पलाइन नंबर 1800-2333-555 और 7718955555 पर संपर्क कर सकते हैं। इसके अलावा संबंधित गैस कंपनियों के शिकायत अधिकारी से भी संपर्क किया जा सकता है।

गैस एजेंसियों के गेट बंद, बाहर लगी भीड़

हरिद्वार । शहर में गैस एजेंसियों पर सिलेंडर बुकिंग के लिए लोगों की भीड़ जमा हो रही है। सुबह सात बजे से एजेंसियों के बाहर सिलेंडर लेने के लिए लोगों की लंबी लाइनों लग रही हैं। गैस एजेंसियों पर गैस सप्लाई और बुकिंग का बुरा हाल है। परेशान लोग गैस एजेंसियों के बाहर खड़े हो रहे हैं। एजेंसी संचालक गेट बंद कर अंदर बैठ रहे है। लोगों को एजेंसियों पर उचित जवाब नहीं मिल रहा है। गुरुवार को आईओसी, बीपीसीएल और एचपी की गैस एजेंसियों पर महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों की लाइनें लगी रही। पूर्वाह्न 11 बजे कनखल की पुष्पक गैस एजेंसी के बाहर बड़ी संख्या में महिलाएं बुकिंग कराने के लिए खड़ी नजर आईं। एजेंसी प्रबंधक ने गेट बंद किया हुआ था। कोई भी व्यक्ति एजेंसी के भीतर प्रवेश नहीं कर सका। परिचितों के लिए गेट खोला जा रहा था। गेट पर खड़ा व्यक्ति बाहर खड़ी महिलाओं को धमकाता नजर आया। यहां महिलाओं को सिलेंडर बुकिंग और सप्लाई की जानकारी नहीं मिली। लोग घंटों तेज धूप में एजेंसी के बाहर गेट खुलने की प्रतीक्षा करते रहे। लोगों की सुनवाई नहीं हुई। यहां कोई पुलिस कर्मी तैनात नहीं किया गया है। वहीं, दोपहर 12 बजे शंकर आश्रम सिद्धि विनायक एजेंसी पर लोगों की बड़ी भीड़ नजर आई। यहां भी लोगों को एजेंसी के भीतर प्रवेश करने नहीं दिया गया। बड़ी संख्या में लोग एजेंसी के बाहर मायूस खड़े दिखे। मौके पर कई लोग एजेंसी संचालक पर पक्षपात करने, बुकिंग और सिलेंडर की सप्लाई नहीं देने का आरोप लगाते दिखे। यहां भी बड़ी संख्या में महिलाएं परेशान होती रहीं। इसके बावजूद बड़ी संख्या में लोगों को बुकिंग और सिलेंडर सप्लाई नहीं हो सकी। भीड़ नियंत्रण के लिए एजेंसी पर पुलिस नजर नहीं आई।

गैस एजेंसी पर भीड़ बेकाबू, पुलिस ने संभाला मोर्चा

हरिद्वार । सिंहद्वार स्थित गैस एजेंसी पर भीड़ बेकाबू हो गई। इसके बाद पुलिस को मोर्चा संभालना पड़ा। सुबह से गैस सिलेंडर लेने के लिए लंबी लाइन लग गई। कई लोगों को एजेंसी की तरफ से पहले केवाईसी कराने को कहा गया। इस दौरान गैस बुकिंग के फोन नंबर भी बंद हो गए। इससे उपभोक्ताओं के सामने संकट उत्पन्न हो गया। लोगों ने शोर मचाना शुरू कर दिया। मामला बढ़ता देख एजेंसी कर्मियों को पुलिस बुलानी पड़ी। दो पुलिसकर्मियों ने मौके पर पहुंचकर लोगों को शांत कराया। वहीं, एजेंसी स्टाफ का कहना है कि गैस सिलेंडर की कमी नहीं है। कई ग्राहकों ने केवाईसी नहीं कराई हुई थी। बिना केवाईसी के सिलेंडर वितरित नहीं किए जा रहे हैं। इस कारण भीड़ बढ़ रही है। जिसका केवाईसी हो चुका है उन्हें सिलेंडर मिल रहे हैं। वहीं, लोगों का आरोप है कि अब केवाईसी पर जोर दिया जा रहा है। पहले जिस नंबर पर सिलेंडर की बुकिंग होती थी वे नंबर बंद हो गए हैं। बुकिंग के बाद भी सिलेंडर नहीं मिल रहा है। जब सिलेंडर पर्याप्त हैं तो उपभोक्ताओं को मिलने चाहिए।

कुम्भ-2027 को लेकर सड़क व रेल यातायात से जुड़ी तैयारियों की समीक्षा

कुम्भ क्षेत्र में एनएच से जुड़ी परियोजनाओं को अविलंब पूरा करें : मेला अधिकारी

हरिद्वार । कुम्भ मेला-2027 के सुव्यवस्थित आयोजन के लिए मेला प्रशासन ने सड़क एवं रेल यातायात से जुड़ी व्यवस्थाओं को सुदृढ़ करने की मुहिम शुरू कर दी है। इसी क्रम में मेला अधिकारी श्रीमती सोनिका ने गुरुवार को कुम्भ मेला नियंत्रण भवन (सीसीआर), हर की पैड़ी में प्रशासन एवं पुलिस के अधिकारियों के साथ ही राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई), रेलवे तथा सड़क निर्माण से जुड़े विभिन्न विभागों के अधिकारियों की बैठक लेकर कुम्भ क्षेत्र की सड़कों व चौराहों को सुधारने व संवारने तथा हरिद्वार और इसके निकटवर्ती सभी रेलवे स्टेशनों पर आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

बैठक के दौरान कुम्भ मेला क्षेत्र से गुजरने वाले राष्ट्रीय राजमार्गों पर चल रहे निर्माण कार्यों, सड़क चौड़ीकरण, मरम्मत, यातायात प्रबंधन तथा अन्य आधारभूत सुविधाओं की विस्तार से समीक्षा की गई। मेला अधिकारी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी निर्माण और सुधार कार्य निर्धारित समय-सीमा के भीतर उच्च गुणवत्ता के साथ पूरे किए जाएं, ताकि कुम्भ मेला-2027 के दौरान आने वाले श्रद्धालुओं को किसी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े। मेला अधिकारी श्रीमती सोनिका ने कहा कि कुम्भ मेला विश्व के सबसे बड़े धार्मिक आयोजनों में से एक है, जिसमें देश-विदेश से करोड़ों श्रद्धालु हरिद्वार पहुंचते हैं। ऐसे में राष्ट्रीय राजमार्गों की स्थिति, सुचारु यातायात व्यवस्था और सड़क सुरक्षा अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाती है। उन्होंने संबंधित विभागों को निर्देशित किया कि कुम्भ क्षेत्र से होकर गुजरने वाले सभी राजमार्गों एवं प्रमुख चौराहों को अविलंब दुरुस्त किया जाए। उन्होंने यह भी कहा कि सभी सड़कों पर ब्लैक टॉप किया जाए तथा मार्गों का सौंदर्यीकरण, बेहतर प्रकाश व्यवस्था और चौराहों का सुधार सुनिश्चित किया जाए। इसके अलावा यात्रियों की सुविधा के लिए स्पष्ट साइनेज तथा मार्गदर्शन से जुड़े सूचना बोर्ड लगाए जाएं, ताकि बाहर से आने वाले श्रद्धालुओं को मार्ग ढूंढने में किसी प्रकार की परेशानी न हो। साथ ही सड़क सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए आवश्यक बैरिकेडिंग, रिफ्लेक्टर, सुरक्षा संकेत तथा अन्य व्यवस्थाएं भी सुनिश्चित की जाएं।

मेला अधिकारी ने एनएचएआई के अधिकारियों को हरिद्वार-नजीबाबाद राजमार्ग तथा हरिद्वार रिंग रोड से जुड़े कार्यों को शीघ्र पूर्ण करने के सख्त निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि कुम्भ मेले के दौरान यातायात प्रबंधन की सफलता काफी हद तक इन महत्वपूर्ण मार्गों पर निर्भर करती है, इसलिए इन परियोजनाओं पर युद्धस्तर पर कार्य किया जाए। उन्होंने यह भी निर्देश दिए कि निर्माण कार्यों की दैनिक प्रगति रिपोर्ट नियमित रूप से उपलब्ध कराई जाए, ताकि कार्यों की प्रभावी निगरानी की जा सके।

मेला अधिकारी ने स्पष्ट किया कि यदि कार्यों में किसी प्रकार की हीलाहवाली या अनावश्यक देरी पाई जाती है, तो इसकी जानकारी एनएचएआई के शीर्ष अधिकारियों को देकर कार्रवाई की संस्तुति की जाएगी। उन्होंने अधिकारियों को सचेत करते हुए कहा कि कुम्भ मेले जैसी विशाल व्यवस्था के लिए सभी विभागों को पूर्ण जिम्मेदारी और बेहतर समन्वय के साथ कार्य करना होगा। बैठक में मोतीचूर क्षेत्र में स्थित पुराने मार्ग का कुम्भ मेले के दौरान उपयोग किए जाने की संभावना पर भी चर्चा की गई। इस संदर्भ में मेला अधिकारी ने संबंधित विभागों को निर्देश दिए कि उस मार्ग की स्थिति का निरीक्षण कर रिपोर्ट प्रस्तुत की जाए तथा इस मार्ग पर स्थित पुराने पुल की तकनीकी जांच कर उसकी मजबूती सुनिश्चित की जाए, ताकि कुम्भ मेला के दौरान आवश्यकता पड़ने पर उसे वैकल्पिक मार्ग के रूप में सुरक्षित रूप से इस्तेमाल किया जा सके। बैठक में कुम्भ मेला के दौरान रेलवे द्वारा प्रस्तावित व्यवस्थाओं एवं कार्यों की समीक्षा करते हुए मेला अधिकारी ने कहा कि हरिद्वार के साथ ही मोतीचूर, ज्वालापुर सहित कुम्भ क्षेत्र एवं आसपास के रेलवे स्टेशनों पर मेले के दौरान आने वाले श्रद्धालुओं के लिए समुचित व्यवस्थाएं अभी से सुनिश्चित की जाएं। उन्होंने हरिद्वार रेलवे स्टेशन से हिल बाईपास की ओर संभावित निकास मार्ग की संभावना तलाशने के लिए लोक निर्माण विभाग के अभियंताओं को निरीक्षण करने के निर्देश दिए। मेला अधिकारी ने सभी विभागों से समन्वय के साथ कार्य करने पर जोर देते हुए कहा कि कुम्भ मेला-2027 की सफलता के लिए समयबद्ध योजना, सतत निगरानी और प्रभावी क्रियान्वयन अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी तैयारियों की नियमित समीक्षा की जाए और कार्यों की प्रगति रिपोर्ट नियमित रूप से प्रस्तुत की जाए।

नाले से गैस निकालकर चाय बनाने का कांग्रेसियों ने किया प्रदर्शन

हरिद्वार । गैस सिलेंडर की किल्लत को लेकर पूर्व सभासद अशोक शर्मा ने कांग्रेस कार्यकर्ताओं के साथ गुरुवार को जगजीतपुर में प्रदर्शन किया। इस दौरान कार्यकर्ताओं ने नाले में पाइप डालकर गैस निकालने का प्रदर्शन करते हुए चाय बनाने का प्रदर्शन किया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की आरती भी उतारी।अशोक शर्मा ने कहा कि देश में गैस सिलेंडर के लिए लोगों को परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। गैस एजेंसियों पर लंबी-लंबी कतारें लगी हैं। सरकार एक ओर दावा कर रही है कि गैस सिलेंडर की कमी नहीं है। दूसरी ओर उपभोक्ताओं को समय पर सिलेंडर नहीं मिल पा रहे हैं।

स्वामी,मुद्रक व प्रकाशक अवनीश कुमार द्वारा भगवती प्रिंटर्स,इण्डस्ट्रियल एरिया, हरिद्वार से छपवाकर ग्रा. बसवाखेड़ी पो. मंगलौर, हरिद्वार (उत्तराखण्ड़) से प्रकाशित किया।
सम्पादकः 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।