हिन्दी साप्ताहिक

R.N.I. No. UPHIN/2012/45183

सज्जाद टाइम्स

(उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त)

वर्ष–12, अंक–09 (प्रत्येक सोमवार) लखनऊ सोमवार 03 अप्रैल 2023 पृष्ठ–8, मूल्य– 01 रूपया

संक्षिप्त समाचार

सजा के खिलाफ सोमवार को कोर्ट जा सकते हैं राहुल गांधी

एजेंसी

नयी दिल्ली। राहुल गांधी आपराधिक मानहानि मामले में अपनी सजा के खिलाफ सोमवार को सूरत की अदालत में अपील कर सकते हैं। सूत्रों ने बताया कि कानूनी टीम ने पूरी तैयारी कर ली है। राहुल गांधी को 23 मार्च को मानहानि के मामले में दो साल के लिए दोषी ठहराया गया था, जिसके बाद उन्हें लोकसभा से अयोग्य घोषित कर दिया गया। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने गुरुवार को कहा कि एक कानूनी टीम उस मामले पर काम कर रही है जिसमें राहुल गांधी को दोषी ठहराया गया था। खड़गे ने कहा कि पार्टी राजनीतिक और कानूनी रूप से मामले का सामना करने के लिए तैयार है। उन्होंने राहुल गांधी को जल्दबाजी में अयोग्य घोषित करने के लिए केंद्र सरकार की भी आलोचना की। कांग्रेस अध्यक्ष ने अयोग्यता को प्रतिशोध करार दिया। लोकसभा से राहुल गांधी की अयोग्यता के विरोध में, और अदानी समूह के खिलाफ लगाए गए धोखाधड़ी के आरोपों की जांच की अपनी मांग को दबाने के लिए, कांग्रेस ने केंद्र के खिलाफ देश भर में श्जय भारत सत्याग्रहश शुरू किया है।

पीएम मोदी सोमवार को सीबीआई के हीरक जयंती समारोह का करेंगे उद्घाटन

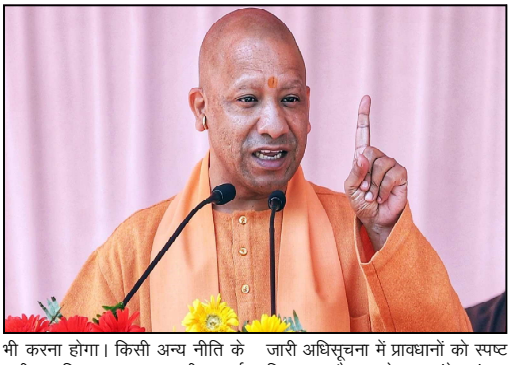
एजेंसी

नयी दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 3 अप्रैल को राष्ट्रीय राजधानी में केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) के हीरक जयंती समारोह का उद्घाटन करेंगे। कार्यक्रम के दौरान, विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पुलिस पदक और सीबीआई के सर्वश्रेष्ठ जांच अधिकारियों और स्वर्ण पदक प्राप्त करने वालों के लिए एक समारोह आयोजित किया जाएगा, जिसमें प्रधानमंत्री पुरस्कार विजेताओं को पदक प्रदान करेंगे। प्रधानमंत्री शिलांग, पुणे और नागपुर में सीबीआई के नवनिर्मित कार्यालय परिसरों का भी वर्चुअली उद्घाटन करेंगे। वह सीबीआई के हीरक जयंती समारोह वर्ष को चिन्हित करते हुए एक डाक टिकट और स्मारक सिक्का जारी करेंगे। इस मौके पर प्रधानमंत्री सीबीआई का ट्विटर हैंडल भी लॉन्च करेंगे। सीबीआई की स्थापना 1 अप्रैल, 1963 को गृह मंत्रालय के एक प्रस्ताव द्वारा की गई थी।

औद्योगिक विकास व प्रोत्साहन नीति में स्पष्टीकरण के साथ अधिसूचना जारी

एजेंसी

नई दिल्ली। ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट (जीआईएस–23) को धरातल पर उतारने के लिए योगी सरकार ने तैयारी शुरू कर दी है। यूपी में सशक्त कानून व्यवस्था बनाकर निवेश के अनुकूल पहले ही माहौल दे चुकी योगी सरकार अब सुविधाओं का लाभ दिलाने के लिए सारी जमीन भी तैयार कर चुकी है। उत्तर प्रदेश औद्योगिक निवेश व रोजगार प्रोत्साहन नीति– 2022 के तहत नई इकाई लगाने के लिए स्टांप में छूट प्रदान की जाएगी। बुंदेलखंड–पूर्वांचल, पश्चिमांचल–मध्यांचल व नोएडा–गाजियाबाद के लिए छूट की सीमा अलग–अलग रखी गई है। हालांकि, ये भी स्पष्ट किया गया है कि नीति के तहत निवेश के लिए भूमि खरीद पर स्टांप ड्यूटी में लाभ जिलाधिकारी या जिला उद्योग उपायुक्त की संस्तुति पर ही प्राप्त होगा। ताजा अधिसूचना के मुताबिक डीएम/उपायुक्त उद्योग को हस्तांतरण–पट्टा की पुष्टि करनी होगी कि यह छूट उत्तर प्रदेश औद्योगिक निवेश व रोजगार प्रोत्साहन नीति–2022 के अधीन ही दी जाए। उक्त दोनों में से किसी एक अधिकारी को इसके लिए साक्षी के रूप में हस्ताक्षर



भी करना होगा। किसी अन्य नीति के अधीन सुविधा प्राप्त कर चुकी इकाई स्टांप शुल्क छूट या माफी प्राप्त करने के लिए पात्र नहीं मानी जाएगी। उपबंधों का क्रियान्वयन स्टांप व पंजीकरण विभाग द्वारा जारी/विद्यमान प्रक्रियागत सिद्धांतों के अनुसार ही किया जाएगा। 2022 में जारी हो चुके शासनादेश से ही यह नीति क्रियान्वयन के संबंध में प्रभावी मानी जाएगी। शासन की तरफ से जारी अधिसूचना में प्रावधानों को स्पष्ट किया गया है। इसके तहत बुंदेलखंड व पूर्वांचल को वरीयता मिली है। जीआईएस के तहत कुल निवेश का 29 फीसदी पूर्वांचल व 13–13 फीसदी निवेश बुंदेलखंड–मध्यांचल में होगा। पश्चिमांचल में कुल निवेश का 45 फीसदी इनवेस्ट होगा। सरकार ने पिछड़े का दंश झेल रहे बुंदेलखंड व पूर्वांचल में सफलता के कई नए आयाम स्थापित किए हैं। अब इन्हें और सशक्त बनाने के लिए जीआईएस में यहां निवेश के दृष्टिगत एमओयू हुए। पूर्वांचल व बुंदेलखंड में स्टांप छूट पर 100 फीसदी, नोएडा व गाजियाबाद को छोड़कर मध्यांचल व पश्चिमांचल में स्टांप शुल्क में 75 फीसदी व नोएडा–गाजियाबाद में स्टांप शुल्क पर 50 फीसदी छूट मिलेगी। अधिसूचना के मुताबिक सभी जोन को भी स्पष्ट किया गया है। इसके अनुसार पश्चिमांचल में आगरा, अलीगढ़, मुरादाबाद, सहारनपुर, बरेली व मेरठ मंडल को रखा गया है। इसमें नोएडा व गाजियाबाद जिले शामिल नहीं हैं। इन दोनों जिलों में स्टांप छूट का अलग प्रावधान है। वहीं पूर्वांचल में प्रयागराज, वाराणसी, मीरजापुर, गोरखपुर, आजमगढ़, बस्ती, अयोध्या, देवीपाटन राजस्व मंडल सम्मिलित होंगे। मध्यांचल में लखनऊ व कानपुर तथा बुंदेलखंड में चित्रकूट धाम व झांसी मंडल में निवेश के लिए छूट प्राप्त होगी।

दिल्ली में स्टालिन के सम्मेलन में आज होगा विपक्ष के नेताओं का जमावड़ा

एजेंसी

नयी दिल्ली। तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एमके स्टालिन सोमवार को दिल्ली में एक सम्मेलन की अध्यक्षता करेंगे, जिसमें

कई विपक्षी दलों को आमंत्रित किया गया है। सम्मेलन में श्सामाजिक न्यायरू आगे की राह पर चर्चा होगी, जिसका आयोजन 2022 में स्टालिन द्वारा स्थापित अखिल भारतीय सामाजिक न्याय मंच द्वारा किया जा रहा है। डीएमके सूत्रों ने कहा कि सम्मेलन में लगभग 20 दलों के नेताओं के शामिल होने की उम्मीद है। आमंत्रित लोगों में राजस्थान के मुख्यमंत्री अशोक गहलोत, झारखंड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन और बिहार के डिप्टी सीएम तेजस्वी यादव शामिल हैं। कार्यक्रम फिजिकल और ऑनलाइन दोनों मोड में होगा। सम्मेलन में राष्ट्रीय स्तर पर जातिगत जनगणना को आगे बढ़ाने और मांग करने की संभावना है, जो विपक्ष और सत्ता पक्ष के बीच विवाद का एक कारण है। मुख्यमंत्रियों के अलावा, बीआरएस, तृणमूल कांग्रेस, आप और एनसीपी सहित कई राजनीतिक दलों ने अपने प्रतिनिधियों को बैठक में भेजने पर सहमति व्यक्त की है। हालांकि, डीएमके सूत्रों ने कहा कि यह एक आम मुद्दे पर लोगों को एकजुट करने का एक गैर–राजनीतिक मंच होगा। हाल ही में डीएमके ने राहुल गांधी की सजा के खिलाफ कड़ा बयान जारी किया था और अदानी मुद्दे पर जेपीसी की मांग करने में सबसे आगे रही है। यह देखते हुए कि आपराधिक मानहानि मामले में फैसला निचली अदालत द्वारा दिया गया है, स्टालिन ने कहा कि उच्च न्यायालय में अपील बाकी है और राहुल गांधी को अयोग्य ठहराने के लिए की गई जल्दबाजी पर सवाल उठाया। स्टालिन ने कहा, केवल सुप्रीम कोर्ट को ही अंतिम फैसला सुनाना चाहिए। ऐसा लगता है कि जिला अदालत के फैसले के एक दिन के भीतर राहुल गांधी को अयोग्य घोषित करने के लिए भाजपा अवसर का इंतजार कर रही थी।

भूटान नरेश का तीन दिवसीय भारत दौरा आज, राष्ट्रपति मुर्मू और पीएम मोदी से करेंगे मुलाकात

एजेंसी

नयी दिल्ली। भूटान नरेश जिग्मे खेसर नामग्याल वांगचुक तीन से पांच अप्रैल तक भारत की सरकारी यात्रा पर यहां आयेंगे। भूटान नरेश के साथ विदेश मंत्री टांडी दोरजी और भूटान की शाही सरकार के वरिष्ठ अधिकारी भी आएंगे। वह इस दौरान राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और विदेश मंत्री एस जयशंकर तथा अन्य से मुलाकात करेंगे। एक आधिकारिक बयान में कहा गया है कि भूटान नरेश की यह यात्रा दोनों देशों के बीच नियमित रूप से उच्च स्तरीय आदान–प्रदान की लंबी परंपरा के अनुरूप है तथा भारत के साथ घनिष्ठ द्विपक्षीय साझेदारी को और आगे बढ़ाने में मदद करेगी।

देश के लोगों ने तय कर लिया है कि नरेन्द्र मोदी तीसरी बार प्रधानमंत्री बनेंगे: बिहार के नवादा में बोले शाह

एजेंसी

नवादा। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने बिहार में एक जनसभा को संबोधित करते हुए नीतीश कुमार और महागठबंधन पर जमकर निशाना साधा है। शाह ने कहा कि देश के लोगों ने तय कर लिया है कि नरेन्द्र मोदी तीसरी बार प्रधानमंत्री बनेंगे। उन्होंने कहा कि अगर साल 2025 में बिहार में भाजपा की सरकार बनी, तो सासाराम और बिहारशरीफ में बेखौफ घूम रहे दंगाइयों को उल्टा लटका दिया जाएगा। शाह ने कहा कि मैं ईश्वर से कामना करता हूं कि बिहार में जल्द ही शांति की स्थापना हो। मैंने सुबह गवर्नर साहब को फोन किया तो लल्लन सिंह जी बुरा मान गए कि आप क्यों बिहार की चिंता करते हो? अरे भाई, मैं देश का गृहमंत्री हूं और बिहार की कानून व्यवस्था भी देश का एक हिस्सा है। उन्होंने कहा कि बिहार की सरकार बुरी नीयत और बुरी नीति की सरकार है। भ्रष्टाचार का ठ, अराजकता का । और दमन का ... इन तीनों से मिलकर ये सरकार बनी है और इसे उखाड़कर फेंक देना है। शाह ने कहा कि मैं एक बात स्पष्ट कर देता हूं कि चुनाव के परिणामों के बाद नीतीश बाबू और लल्लन बाबू को भाजपा में वापस नहीं लिया जाएगा। नीतीश बाबू और लल्लन बाबू के लिए भाजपा के दरवाजे हमेशा के लिए बंद हो चुके हैं। उन्होंने कहा कि जातिवाद का जहर घोलने वाले नीतीश बाबू और जंगलराज के प्रणेता लालू प्रसाद... इन दोनों के साथ भाजपा कभी राजनीतिक सफर नहीं तय कर सकती।

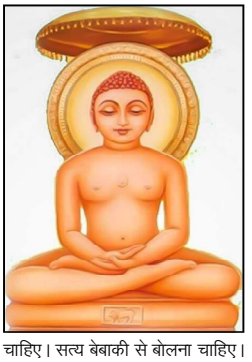
सम्पादकीय

इतिहास दोहराता "आप्रेशन अमृतपाल"

खालिस्तानी अमृतपाल सिंह 15 दिन बाद भी पुलिस की गिरफ्त से बाहर है। अमृतपाल और पुलिस में चूहे–बिल्ली का खेल चल रहा है। 'आप्रेशन अमृतपाल' को लेकर सवाल उठने लगे हैं। ऐसा आभास हो रहा है कि जैसे सबकुछ लिखित पटकथा के अनुरूप सुनियोजित ढंग से हो रहा है। अमृतपाल का बार–बार बच निकलना और नए–नए वीडियो जारी कर सत्ता को चुनौती देने से पुलिस प्रशासन असहाय नजर आ रहा है। स्वर्ण मंदिर परिसर, तलवंडी साबो और अन्य गुरुघरों के बाहर हजारों की संख्या में पुलिस और अर्द्धसैन्य बलों के जवानों की घेराबंदी है, जगह–जगह सर्च आप्रेशन जारी हैं, फिर भी एकमात्र अमृतपाल को गिरफ्तार करने में विफलता बहुत कुछ कहती है। आखिर कौन सी ऐसी ताकत है जिसके बल पर अमृतपाल पुलिस को छका रहा है। ऐसा लग रहा है कि अमृतपाल का नैरेटिव राज्य पर हावी हो रहा है। जिस तरह से वीडियो जारी कर अमृतपाल ने आत्मसमर्पण के लिए शर्तें रखी हैं और अकाल तख्त के जत्थेदार ज्ञानी हरप्रीत सिंह से बैसाखी के अवसर पर सरबत खालसा बुलाने की अपील की है उससे साफ है कि पंजाब के काले दिनों का इतिहास फिर दोहराया जा रहा है। सितम्बर 1981 में पंजाब पुलिस ने जनरैल सिंह भिंडरावाला को गिरफ्तार करने का फैसला किया था। भिंडरावाला पर मेरे परदादा और पंजाब केसरी के संस्थापक,सम्पादक लाला जगत नारायण जी की हत्या में संलिप्त होने का आरोप लगा था। उसकी गिरफ्तारी के लिए पंजाब पुलिस को पकड़ने के लिए हरियाणा और दिल्ली तक दौड़ लगानी पड़ी थी लेकिन वह छिपते–छिपते हरियाणा के हिसार स्थित चंदोकला से अमृतसर के चौक मेहता स्थित अपने मुख्यालय में पहुंचने में सफल हो गया था। बाद में जब उसने आत्मसमर्पण के लिए शर्तें रखीं तो ऐसा लगा कि जैसे पंजाब सरकार की गिरफ्तारी हो रही है। सत्ता ने उसके सामने हथियार डाल दिए थे। अंततः भिंडरावाला ने अपनी शर्तों के अनुसार आत्मसमर्पण किया। उसका काफिला देखने के लिए शहरों की सड़कों पर हुजूम उमड़ पड़ा था। अमृतपाल ने अपने वीडियो में कहा है कि कोई भी उसका बाल बांका नहीं कर सकता, वह भगौड़ा नहीं है, उसे मौत से डर नहीं लगता, वह ना पाखंडी है और न ही मौत से डरता है। अमृतपाल ऐसी बातें कर सहानुभूति जुटाने की कोशिश कर रहा है। वह भावनाओं से खेलने में माहिर है। अमृतपाल ने जिस तरह पुलिस कार्यवाही को सिख कौम पर हमला बताकर वही खेल खेलने की कोशिश की है जो भिंडरावाला ने खेला था। अमृतपाल ने बड़ी चतुराई से गेंद अकाल तख्त के पाले में सरका दी और उसके बाद शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी और शिरोमणि अकाली दल बादल का समर्थन भी उसे मिल गया। अकाल ताकत के अल्टीमेटम के बाद पुलिस द्वारा गिरफ्तार किए गए 348 में से अधिकांश युवकों को छोड़ दिया गया। दरअसल शिरोमणि अकाली दल का जनाधार पिछले कुछ सालों से लगातार घटता जा रहा है। उसका परम्परागत वोट भी काफी खिसका है। ऐसी हालत में वह अमृतपाल के बहाने सिख कौम के मुद्दे उठाकर अपना खोया वोट बैंक फिर से हासिल करना चाहता है। जब अमृतपाल दुबई से लौटा और उसने दीप सिद्धू के संगठन वारिस पंजाब दे के प्रमुख का पद सम्भाला तब वह एक अज्ञात ईकाई था। पंजाब में उसके तेजी से उदय और सिख समुदाय के रुढ़िवादी तत्वों के त्वरित समर्थन जिसमें अकाली दल का समर्थन भी शामिल है, के कारण हुआ। अलगाववादी भाषा बोलने वाले संगरूर से सांसद सिमरनजीत सिंह मान ने तो खुलेआम अमृतपाल का समर्थन करना शुरू कर दिया। पंजाब में इस समय जो चल रहा है वह एक तरह से अलग–अलग धारणाओं की प्रतियोगिता है। हर किसी की जुबान पर यही सवाल है कि आखिर पुलिस प्रशासन के पास अतिआधुनिक हथियार, संचार उपकरण, खुफिया एजैंसियों का जाल है तो फिर अमृतपाल की गिरफ्तारी क्यों नहीं हो रही। अगर अमृतपाल ने अपनी शर्तों पर आत्मसमर्पण किया तो वह सिखों में एक योद्धा की छवि कायम कर लेगा और हो सकता है कि उसे गर्म विचारधारा वाले युवाओं का समर्थन मिल जाए। ऐसे में पंजाब में कट्टरवाद का प्रसार हो सकता है। अमृतपाल की कोशिश यही है कि ज्यादा से ज्यादा लोगों का भावनात्मक दोहन कर सके। अजनाला कांड के बाद जिस तरह से अमृतपाल कोच्छूट दी गई और वह कई दिनों तक खुलेआम इंटरव्यू और भड़काऊ बयान देता रहा तथा देश की सत्ता को चुनौती देता रहा, उस पर सवाल तो उठ ही रहे हैं। पंजाब पहले ही आतंकवाद की आग में झुलस चुका है। बड़ी मुश्किल से पंजाब शांति के पथ पर लौटा था। अमृतपाल को मीडिया ने सनसनी बना दिया। विदेशी ताकतों के समर्थन से राष्ट्र विरोधी ताकतों का उभार न केवल पंजाब बल्कि देश के लिए खतरनाक संदेश है। केन्द्र और राज्य को मिलकर सिख समुदाय को विश्वास में लेकर राष्ट्र विरोधी तत्वों का दमन करना चाहिए ताकि सिखों की गौरवपूर्ण विरासत और राष्ट्रवाद की राजनीति को कोई प्रभावित न कर सके।

अहिंसा परमो धर्मः महावीर जयंती की बधाई

इसमें कोई संदेह नहीं कि जीवन में हमारे सामने अनेक चुनौतियां हैं लेकिन फिर भी हम परोपकार को अपने जीवन का ध्येय मानकर जीते हैं और इसी का नाम आदर्श जीवन है। भगवान महावीर ने पूरी दुनिया के समक्ष जो अहिंसा का सबसे बड़ा संदेश दिया है उसका सम्मान भी सारी दुनिया करती है। इससे यह सिद्ध होता है कि दुनिया को प्रेम प्यार से, सांप्रदायिक सद्भाव से और मिलजुलकर आगे बढ़ने से ही जीवन में सुख आ सकता है। जीओ और जीने दो यह सिद्धांत भगवान महावीर ने स्थापित किया था। इसी सिद्धांथ पर दुनिया चल रही है और इसे ही समर्पित है महावीर जयंती जो 4 अप्रैल को पूरे देश में मनाई जाती है। भगवान महावीर भले ही जैन समाज के 24वें तीर्थकर हो सकते हैं परंतु उन्होंने मानवता के कल्याण के लिए परोपकार का जो उदाहरण दिया उसे पूरी दुनिया आत्मसात कर रही है। समाज के कल्याण के लिए भगवान महावीर ने महज 30 वर्ष की आयु में ही संन्यास ले लिया था। चौत्र माह की शुक्ल पक्ष की त्रयोदशी को भगवान महावीर जी की जयंती मनाई जाती है और इस वर्ष यह उनका 2621वां जन्म दिवस होगा। जैन समाज के अगर सिद्धांतों की बात की जाए तो मैं समझती हूं कि ये सब जीवन के उन पांच बिंदुओं में से है जिसकी एक–एक इंसान को, एक–एक परिवार को, एक–एक समाज को और एक–एक राष्ट्र के साथ–साथ समूचे विश्व को आत्मसात करने की आवश्यकता है। भगवान महावीर के संदेशों को एक–दूसरे तक पहुंचाने के लिए विशेष रूप से जैन समाज से जुड़े लोग इस दिन शोभायात्राएं निकालते हैं और जिनमें भगवान महावीर के जीवन को आदर्श झांकियों के रूप में प्रस्तुत किया जाता है। जैन धर्म नहीं, बल्कि जीवन जीने की पद्धति है। आज समय की जरूरत भी यही है कि हर व्यक्ति जैन समाज की जीवन पद्धति को आत्मसात करे। इनके जीवन के पांच सिद्धांतों को पंचशील सिद्धांतों के रूप में देखा जाता है। आदर्श जीवन के लिए इनका बहुत महत्व है। हालांकि राजनीतिक, सामाजिक या आर्थिक जीवन में भी कोईध्भी इन सभी सिद्धांतों को अगर अपने जीवन में यदि उतार लें तो दुरूख, क्लेश और अन्य समस्याएं खत्म हो सकती हैं। भगवान महावीर के पंचशील सिद्धांतों में सर्वप्रथम है सत्य। जीवन में हर किसी को सत्य बोलना



चाहिए। सत्य बेबाकी से बोलना चाहिए। इससे यह प्रमाणित होता है कि अगर हम जीवन में सच के मार्ग पर चलें तो हमें कोई समस्या नहीं आ सकती। अगर श्रीमद्भगवत गीता की बात करें तो उसमें भी भगवान श्रीकृष्ण ने सत्य और नीति के मार्ग पर चलने के लिए अर्जुन को उपदेश दिया।इसी कड़ी में दूसरा पंचशील सिद्धांत जो भगवान महावीर ने दिया वह अहिंसा है। हर सूरत में हमें हिंसा से दूर रहना है। पशु–पक्षियों या प्रकृति के किसी भी जीव के प्रति हिंसा तो दूर हिंसा की भावना भी हमारे हृदय में नहीं होनी चाहिए। प्रेम का यह संदेश सचमुच सुखी जीवन का आधार है। तीसरा संदेश भगवान महावीर ने अपरिग्रह का दिया है। अर्थात किसी भी व्यक्ति को किसी भी खास चीज के लिए बहुत ज्यादा लगाव नहीं होना चाहिए अर्थात हमें त्यागशील होना चाहिए। जीवन में त्याग से बड़ा कोई बलिदान नहीं। हमारे सामने आज कुर्सी को लेकर लोग अपने–अपने तर्क देकर द्वंद की बात करते हैं लेकिन श्रीरामचरित मानस में मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम ने सिंहासन का त्याग कर वनगमन स्वीकार किया था। इसी तरह ब्रह्मचर्य अर्थात व्यक्ति को विलाशता से दूर रहकर ब्रह्मचर्य के नियमों का पालन करना चाहिए। यह अपने आप में एक संदेश है कि हमें अपने साथी के साथ वफादार रहना चाहिए। भगवान बजरंगबली हनुमान जी पूर्ण ब्रह्मचर्य रहे है। अंत में जिस क्षमा का भगवान महावीर ने उल्लेख किया है यह नाम छोटा हो सकता है लेकिन इसका महत्व बहुत बड़ा है। कहा भी गया है क्षमा वीरस्य भूषणमरू अर्थात जो लोग क्षमा करते हैं वे वीर होते हैं या यह भी कह सकते हैं कि बहादुर लोगों का सबसे बड़ा गहना क्षमा है। तो क्षमा का जीवन में महत्व समय–समय पर सिद्ध होता रहता है। आज दुनिया को क्षमा के मार्ग पर चलना चाहिए। भगवान महावीर की पूजा लोग अपने–अपने तरीके से करते हैं और सब जानते हैं कि किस प्रकार भगवान महावीर ने कठोर तप करने के बाद अपनी इंद्रियों पर विजय पा ली थी। अपनी इंद्रियों को कंट्रोल करके रखना और दूसरो के भले के लिए तैयार रहना यह एक सच्ची मानवता की भावना है जिसके युगपुरुष भगवान महावीर हैं। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने अगर भारत की स्वतंत्रता के लिए आंदोलन के लिए अहिंसा का आह्वान किया था तो यह निश्चित रूप से भगवान महावीर जी के संदेश से प्रेरित हो सकता है। जीवन में प्यार, भाईचारा सांप्रदायिक सद्भाव बहुत जरूरी है। भगवान महावीर से यही संदेश हमें महावीर जयंती पर लेना है। यदि हम ऐसा कर लेते हैं तो महावीर जयंती सार्थक हो उठेगी।

एकजुट विपक्षियों से निपटने भाजपा तैयार

प्रेम शर्मा

यह तो तय है कि लोकसभा से राहुल गांधी की सदस्यता आनन–फानन में खत्म करके भाजपा ने साफ कर दिया है कि वह विरोधियों से आर–पार की लड़ाई के लिए तैयार है। सवाल यह है कि अब कांग्रेस और गैर–भाजपा दल क्या करेंगे? कांग्रेस अब भी विपक्ष की सबसे बड़ी पार्टी है और अध्यक्ष पद छोडने के बाद भी राहुल गांधी कांग्रेस का चेहरा बने हुए हैं। राहुल गांधी की सांसदी रद्द किए जाने के तुरंत बाद ही विपक्षी एकता के शुरुआती संकेत मिलने लगे थें। हालांकि यह अंतिम स्थिति नहीं है और औपचारिक गठबंधन फिलहाल बहुत दूर है, लेकिन जो बदलाव सामने दिखे हैं, वे भी महत्त्वपूर्ण हैं। करीब एक साल के अंतराल के बाद तृणमूल कांग्रेस ने अपने दो सांसदों को नेता प्रतिपक्ष मल्लिकार्जुन खडगे की बैठक में भेजा। हालांकि तृणमूल प्रमुख ममता बनर्जी ने अपने संसदीय दल के नेताओं को बैठक से दूर ही रखा है, लेकिन घुटनों ने पेट की ओर मुडना शुरू कर दिया है। तेलंगाना के मुख्यमंत्री एवं 'भारत राष्ट्र समिति' (बीआरएस) के अध्यक्ष चंद्रशेखर राव की, कांग्रेस के प्रति, तल्खी और विमुखता कुछ कम हुई है। उन्हें एहसास हो गया है कि प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) दिल्ली सरकार के 'शराब घोटाले' में उनकी बेटी कविता को फंसा सकता है, लिहाजा वह जांच एजेंसियों के पूर्वाग्रह और दुरुपयोग से अकेले नहीं लड़ पाएंगे। लोकसभा सचिवालय ने राहुल गांधी की सांसदी खत्म करने का आदेश जारी किया, तो 'आम आदमी पार्टी (आप) के राष्ट्रीय संयोजक केजरीवाल की प्रतिक्रिया सबसे आक्रामक थी। हालांकि माना जाता है कि कांग्रेस राजनीति में जो 'शून्य' पैदा कर रही है, 'आप' वहीं विकल्प देने की कोशिश कर रही है। कुछ महत्त्वपूर्ण सफलताएं भी मिली हैं। राहुल के मुद्दे पर केजरीवाल का मूड कुछ बदला है, लिहाजा 'आप' के नेता भी विपक्षी खेमे में दिखने लगे हैं। गैर–भाजपा पार्टियों में एकता की एक झलक हाल की दो घटनाओं में दिखाई देती है। देश की 14 गैर–भाजपा पार्टियों ने सुप्रीमकोर्ट में एक याचिका दायर करके केंद्र सरकार की एजैंसियों का दुरुपयोग रोकने की मांग की है। कोर्ट इस मामले की सुनवाई 5 अप्रैल को करेगा। हाल में राहुल गांधी के नेतृत्व में 16 पार्टियों के करीब 200 सांसदों ने सरकार के खिलाफ मार्च निकाला। लेकिन इसका अर्थ यह नहीं निकाला जा सकता कि सारी पार्टियां भाजपा के खिलाफ मोर्चा बनाने के लिए तैयार हैं। वैसे इस बॉत को नजर अन्दाज नही किया जा सकता कि कन्याकुमारी से कश्मीर तक की पद यात्रा के बाद राहुल से कांग्रेस की उम्मीदें बढ़ गई थीं। कई अन्य गैर–भाजपा पार्टियां भी राहुल की तरफ उम्मीद से देख रही थीं। राहुल के पास अभी गुजरात उच्च न्यायालय या सर्वोच्च न्यायालय का विकल्प है, लेकिन इस समय आक्रामक रुख लेकर चल रही भाजपा का अगला कदम क्या होगा, कहना मुश्किल है। आगे की लड़ाई इस बात पर भी निर्भर है कि गैर–भाजपा पार्टियां कितनी एकजुटता दिखा पाती हैं।सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव ने भी राहुल गांधी के पक्ष में बयान देते हुए लगभग वही जुबां बोली है, जो कांग्रेस और उसके सनातन विपक्षी साथी दल बोलते रहे हैं। सोमवार को नेता विपक्ष खडगे के नेतृत्व में, काले कपड़े पहन कर, विपक्ष ने 'ब्लैक प्रोटेस्ट' किया और विजय चौक तक मार्च किया। पूर्व कांग्रेस अध्यक्ष एवं सांसद सोनिया गांधी भी काली साड़ी पहन कर सडक पर उतरीं। खडगे द्वारा आयोजित रात्रि–भोज में 17 विपक्षी दलों के नेता शामिल हुए थे। ऐसे में साझा एहसास होने लगा है कि यदि 2024 के आम चुनाव में प्रधानमंत्री मोदी और भाजपा को तगड़ी टक्कर देनी है, तो विपक्ष को अपने बौने मतभेद भुलाने होंगे और भविष्य की व्यापक राजनीति पर सोचना, चिंतित होना पड़ेगा। विपक्षी एकता का पहला संकेत कर्नाटक से मिल रहा है कि कांग्रेस और जद–एस के बीच अनौपचारिक गठबंधन लगभग तय है।

राज्यपाल ने लखनऊ में नवनिर्मित वेलसन मेडिसिटी सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल का उद्घाटन किया

चिकित्सा सेवा का लक्ष्य है मानव जीवन को सुगमता प्रदान करना : आनंदीबेन पटेल

संवाददाता

लखनऊ। प्रदेश की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने आज यहाँ लखनऊ में सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल, वेलसन मेडिसिटी का उद्घाटन किया। इस अवसर पर राज्यपाल जी ने कहा कि चिकित्सा सेवा का लक्ष्य मानव जीवन को सुगमता प्रदान करना है। चिकित्सा सेवा की अन्य मानव सेवाओं से कोई तुलना नहीं। उन्होंने चिकित्सा संस्थान को बधाई देते हुए अपेक्षा की कि चिकित्सक रोगियों के उपचार में कोई कमी नहीं लायेगें और अस्पताल में आने वाले प्रत्येक रोगी को उत्कृष्ट चिकित्सीय सेवाएं प्रदान करेंगे। उन्होंने कहा कि रोगी के लिए डाक्टर उसका भगवान होता है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि अस्पताल में उपलब्ध चिकित्सीय सुविधाएं यहाँ आने वाले मरीजों के लिए बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने की दिशा में मील का पत्थर साबित होंगी। राज्यपाल ने प्रदेश की राजधानी लखनऊ में उपलब्ध चिकित्सीय सुविधाओं की चर्चा करते हुए कहा कि लखनऊ शिक्षा का हब बनने के साथ–साथ अब 'चिकित्सा हब' बनने की दिशा में बहुत तेजी से आगे बढ़ रहा है। यहाँ अनेक चिकित्सा संस्थाएं हैं जो अपनी विशिष्ट पहचान रखती हैं, जहाँ प्रदेश के ही नहीं, बल्कि अन्य प्रदेशों और यहां तक नेपाल, बांग्लादेश और श्रीलंका जैसे पड़ोसी देशों से भी अनेक लोग उपचार के लिये आते हैं। यहा के

राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय स्पर पर प्रसिद्ध के0जी0एम0यू0, एस0जी0पी0जी0आई0, आर0एम0एल0 आयुर्विज्ञान संस्थान जैसे चिकित्सा एवं चिकित्सा शिक्षा केन्द्रों की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा कि लखनऊ में अनेक गम्भीर रोगों का इलाज भी होता है, जिससे यहां के लोगों को अन्यत्र नहीं जाना पड़ता है। राज्यपाल ने भारत में स्वस्थ चिकित्सा परम्परा की चर्चा भी की और कहा कि हमारे चिकित्सकों में पेशे और स्वास्थ्य सेवा के ढांचे को श्रेष्ठ बनाने की क्षमता और समर्पण है। कम लागत और सस्ती चिकित्सा पद्धति की वजह से हमारे देश को चिकित्सा उपचार के एक प्रमुख केन्द्र के रूप में जाना जाता है। चिकित्सा पर्यटन को बढ़ावा मिलने से कई देशों से चिकित्सा लाभ के लिये रोगी यहां आ रहे हैं। इसको बनाये रखने के लिये युवा चिकित्सकों पर बड़ी जिम्मेदारी है। इसी क्रम में उन्होंने देश और प्रदेश की आबादी को स्वस्थ रखने की दिशा में केन्द्र और प्रदेश सरकार द्वारा चलाई जा रही योजनाओं की भी चर्चा की।राज्यपाल ने अपने सम्बोधन में अंगदान के महत्व पर जोर दिया और कहा कि आधुनिक चिकित्सा विज्ञान के इस युग में अंगदान किसी को जीवनदान देने का एक बहुत ही महत्वपूर्ण साधन बन गया है। उन्होंने कहा कि अंगदान के पीछे सबसे बड़ी भावना यह होती है कि जाते समय भी किसी की जान बचाई जाए। उन्होंने सुझाव दिया 'अस्पताल अंगदान और रक्तदान के लिए मुहिम चलाये' और ज्यादा से ज्यादा लोगों को इसके लिये प्रेरित करे। राज्यपाल ने स्वस्थ जीवन हेतु मोटे अनाज के सेवन पर भी जोर दिया। उन्होंने कहा कि इनका सेवन मानव के बेहतर स्वास्थ्य को बनाये रखने में सहायक होते हैं और अनेक बीमारियों से उन्हें बचाते भी हैं। उन्होंने सुझाव दिया कि अस्पताल आने वाले मरीजों को हफ्ते में कम से कम दो बार मिलेट्स का आहार लेने के लिये प्रेरित किया जाय। इसके साथ ही अस्पताल की कैंटीन में भी मोटे अनाज से बनें व्यंजनों को परोसा जाए। राज्यपाल जी ने आशा व्यक्त की कि अस्पताल में आने वाले हर वर्ग के मरीजों को स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ मिले और धन के अभाव में किसी को इलाज से वंचित ना होना पड़े।

रालोद–सपा गठबंधन के आधार पर चुनाव लड़ने को प्रतिबध्द : रामाशीष

संवाददाता

लखनऊ। राष्ट्रीय लोकदल के प्रदेश अध्यक्ष रामाशीष राय ने स्थानीय निकाय चुनावों के सन्दर्भ में कहा कि राष्ट्रीय लोकदल और समाजवादी पार्टी गठबंधन के आधार पर चुनाव लड़ने के लिए कटिबद्ध है। जिताऊ उम्मीदवारों के आवेदन पत्र एकत्र कर रहे हैं और राष्ट्रीय अध्यक्ष द्वारा नामित चुनाव समिति के साथ विचार विमर्श करके अन्तिम निर्णय लिया जायेगा। समाजवादी पार्टी से सीटों के सम्बन्ध में वार्ता करने के लिए पूर्व विधायक राव वारिस खान के नेतृत्व में एक समिति का गठन राष्ट्रीय अध्यक्ष चौधरी जयन्त सिंह ने किया है और उसी आधार पर निर्णय लिया जायेगा। उन्होंने कहा कि हम गठबंधन के साथ सम्पूर्ण प्रदेश के स्थानीय निकाय चुनावों में भाग लेंगे। रालोद प्रदेश अध्यक्ष ने कहा कि राष्ट्रीय लोकदल और समाजवादी पार्टी मिलकर महानगरीय, नगरीय और टाउन एरिया एवं कस्बों की सत्ता से भारतीय जनता पार्टी का सफाया करके और प्रदेश की जनता की सत्ता कायम करेंगे।

अपनी सांस्कृतिक धरोहर को संजो कर रखे छात्र : स्वतंत्र देव सिंह

सिटी इन्टरनेशनल स्कूल के मेधावियो का हुआ सम्मान, मिले पदक

एवरग्रीन कैम्पस, देवा रोड, चिनहट में मनाया गया प्रोग्रेस डे

संवाददाता

लखनऊ। अपनी सांस्कृतिक धरोहर को संजो कर रखे और उसका प्रचार प्रसार कर विकसित करे छात्र '' यह

उद्गार जल शक्ति मंत्री स्वतंत्र देव सिंह ने प्रोग्रेस डे के दौरान मेधावियो को सम्मानित करते हुये अपने उदबोधन में कहे। एवरग्रीन पब्लिक स्कूल शिक्षा समिति के तत्वावधान में सिटी इन्टरनेशनल स्कूल, एवरग्रीन कैम्पस, देवा रोड, चिनहट, लखनऊ प्रांगण में रविवार को यह समारोह आयोजित किया गया। इसमें विद्यालय के बच्चों द्वारा विविध सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किये गये। इस दौरान सीआईएस के डायरेक्टर प्रवीन कुमार सिंह व विशिष्ट अतिथि के रूप में सीआईएस की फाउन्डर डायरेक्टर डॉ सुनीता गांधी भी मौजूद रही। समारोह का शुभारंभ आमंत्रित अतिथियों के द्वारा द्वीप प्रज्जवलन कर हुआ। कार्यक्रम के अगले प्रसून में सिटी इंटरनेशनल स्कूल के छात्र छात्राओं ने विविध सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किये। जैसे कृतिका सिंह, प्रकृति यादव व प्राइमरी सेक्शन के बच्चो ने अपनी मधुर आवाज में गाना गाया, अवन्तिका नें डांस किया तथा मॉरल वैल्यू, सेल्फ डिफेंस व सेव गर्ल चाइल्ड थीम पर बच्चों ने नाटक प्रस्तुत किया। सभी प्रस्तुतियों को दर्शको की तालियां व सराहना मिली। मुख्य अतिथि मंत्री स्वतंत्र देव सिंह जी द्वारा मेधावी बच्चों को सम्मानित कर उन्हे पदक भेंट किए गये। सीआईएस के डायरेक्टर प्रवीन कुमार सिंह ने अतिथियों का स्वागत कर अपने व्यक्तव्य में कहा कि ऐसे आयोजन हमारे यहां समय–समय पर होते रहेगें जिनसे बच्चों की प्रतिभा को बाहर आने का अवसर मिले। फाउन्डर डायरेक्टर डॉ सुनीता गांधी ने कहा कि ऐसे आयोजन हमारे बच्चों को प्रोत्साहित करते है और उनके व्यक्तित्व को निखारते है। हम हमेशा से अपने यहां बच्चों को विश्वस्तरीय शिक्षा प्रदान करने के लिए वचनबद्ध है।

बिना समाजवाद के राम राज्य की कल्पना बेमानी, बीजेपी पर जमकर बरसे शिवपाल यादव

संवाददाता

लखनऊ। समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय महासचिव शिवपाल यादव ने बीजेपी पर जुबानी हमला बोला है। उन्होंने कहा कि जनता सब समझने लगी है कि धर्म और राम राज्य के नाम पर समाज को किस तरह बांटा जा रहा है। उन्होंने कहा कि समाजवाद के बिना राम राज्य की कल्पना बेमानी होगी। उन्होंने कहा कि जब–जब समाज में जुल्म अत्याचार बढ़ा है, तब–तब अन्यायी व अत्याचारी लोगों की हार हुई है। उन्होंने कहा कि जब रावण का अन्याय और अत्याचार चरम पर पहुंचा तब भगवान राम की विजय हुई थी। शिवपाल यहीं नहीं रूके उन्होंने कहा कि जब रावण जैसे अन्यायी अत्याचारी का अंत हुआ और सत्य पर चलने वाले भगवान राम की विजय हुई तो निश्चय ही देख लेना इस बेईमानी, अन्याय व भ्रष्टाचार का अंत होगा,

जिसने जितने झूठे वादे जनता से किए हैं। इनके खिलाफ जनता में माहौल बनने लगा है। महंगाई, बेरोजगारी का मुद्दा उठाते हुए सपा महासचिव शिवपाल सिंह यादव ने कहा कि नौ वर्षों में एक भी वादा पूरा नहीं हुआ, किसानों के सामने कितनी दिक्कत परेशानी आ रही हैं। उन्होंने कहा कि महंगाई और बेरोजगारी बढ़ती चली जा रही है। उन्होंने आरोप लगाया कि भ्रष्टाचार चरम पर है। सपा नेता ने पी और पी अधिकारियों पर भी रिश्वत लेने का आरोप लगाया और कहा कि भ्रष्टाचार ऊपर से नीचे की ओर चला है। बता दें कि शिवपाल यादव ने सैफई ब्लॉक के गींजा गांव में रामनवमी के अवसर पर आयोजित मेले को संबोधित करते हुए उक्त बातें।

महावीर जयंती कल, निकलेगी शोभायात्रा, प्रभातफेरी

संवाददाता

लखनऊ। श्री 1008 भगवान महावीर जन्म जयन्ती जन्म कल्याणक महामहोत्सव 4 अप्रैल को राजधानी मे धूमधाम से मनाया जायेगा। मुख्य आयोजन श्री जैन धर्म प्रवर्द्धनी सभा की ओर से महावीर पार्क डालीगंज होंगे। सभा के अध्यक्ष व सभापति विनय कुमार जैन ने बताया कि आचार्य गुरुवर श्री 108 विपुल सागर जी महाराज, आचार्य श्री 108 भद्रबाहु सागर जी महाराज एवं मुनि श्री 108 भरतेश सागर जी महाराज ससंघ लखनऊ में विराजमान है। गुरुवर के सानिध्य मे महावीर स्वामी का 2622 वां जन्म जयन्ती मनाई जायेगी। उन्होंने बताया कि 4 अप्रैल को सुबह 9 बजे श्री जी की रथयात्रा गाजे–बाजे, लकड़ी का हाथी बग्घी, डी०जे० झण्डी वाली ट्राली सांस्कृति झाँकी के साथ श्री दिगम्बर जैन मंदिर चारबाग से प्रारम्भ होकर नाकाहिण्डोला, गनेशगंज, अमीनाबाद श्रीराम रोड, मोहन होटल, सब्जी मण्डी होते हुए वापस श्री दि० जैन मंदिर चारबाग आएगी। इससे पूर्व 4 को ही प्रातः 5–30 बजे प्रभात फेरी डालीगंज चौक, अहियागंज, सादतगंज, इंदिरानगर, गोमतीनगर, आधियाना, पारमाण, जानकीपुरम् मंदिरों में निकाली जाएगी। उन्होंने बताया कि महावीर जयन्ती की पूर्व संध्या पर दिनांक 3 अप्रैल, दिन सोमवार को सायं 4.00 बजे कागजी जैन धर्मशाला, चारबाज में कई प्रतियोगिताएं महिला मंडल द्वारा होंगी। इसके अलावा बिजली सजावट नगर के विभिन्न मंदिरों में होगी।

गुल फाउंडेशन की अच्छी पहल, रमजान के मौके पर जरूरतमंदों को बांटा राशन और कपड़े

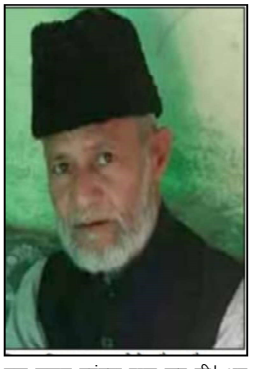
संवाददाता

लखनऊ। लखनऊ की गुल फाउंडेशन रमजान के मौके पर 'रमजान में हर घर पहुंचे खुशियां' मुहिम चला रही है। इसी मुहिम के तहत फाउंडेशन ने रविवार को खुर्रम नगर में जरूरतमंदों को राशन और कपड़ा वितरण किया। इस दौरान फाउंडेशन से सीमा खान, जोया, शुभ्रा सक्सेना, परवीन अख्तर, अमीर आदि मौजूद रहे। खुर्रम नगर में हुई इस डोनेशन ड्राइव में करीब 25 लोगों को एक महीने का राशन और ईद के मौके पर कपड़े वितरित किए गए। राशन किट में चावल, आटा, दाल, मसाले, रिफाइंड, ऑयल समेत तमाम वो समान हैं जिनसे जरूरतमंद आराम से ईद का त्योहार मना सकें। फाउंडेशन इससे पहले चौक और गोमती नगर में भी इस मुहिम के तहत वितरण कर चुकी है। गुल फाउंडेशन की अध्यक्षा गुलेराना सईद ने बताया कि ये मुहिम पूरे रमजान के महीने चलेगी। साथ ही उन्होंने कहा, "जब से मैंने गुल फाउंडेशन की नींव डाली है। उस समय से प्रण लिया है कि हम गरीब जरूरतमंदों के लिए हमेशा खड़े रहेंगे। साथ ही महिलाओं को आत्मनिर्भर और गरीब बच्चों को शिक्षित करने का काम ऐसे ही निरंतर करते रहेंगे। इसी के मुहिम के तहत 'रमजान पर हर घर पहुंचे खुशियां' को लेकर गुल फाउंडेशन पूरे रमजान लखनऊ के अलग–अलग जगहों पर जाकर रमजान किट का वितरण कर रही है।

धार्मिक संकीर्णता: देश के विकास और सामाजिक समरसता में बाधक

मौलाना मेराज अहमद क़मर

भारत एक अरब से अधिक लोगों का देश है, जिनमें से अधिकांश हिंदू हैं। लेकिन हमारे देश में लगभग 150 मिलियन से ज्यादा मुसलमानों के साथ अल्पसंख्यकों की बड़ी आबादी भी है। भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के समय हम एकजुट होकर लड़े लेकिन आजादी के बाद आपसी संघर्ष के जो बीज अंग्रेजों के शासन के दौरान बोए गए थे, वे आज भी लोगों के मन में हैं। जिसे पूरी तरह से खत्म करने की जरूरत है। देश की वोट राजनीति भी इन दो समुदायों (हिंदू/मुस्लिम) को विभाजित करने के लिए समान रूप से जिम्मेदार है। दोनों समुदायों के कुछ तथाकथित गैरजिम्मेदार नेताओं की हरकतें देश के सौहार्दपूर्ण माहौल को बिगाड़ने में लगी हुई हैं जो समय समय पर कुछ ऐसे विवादास्पद बयान जारी कर देते हैं जो देश की आपसी समरसता को छिन्न भिन्न कर देते है और इस प्रकार दोनों संप्रदाय के लोगों में कडुवाहट पैदा कर देते हैं। हाल ही में एक तरफ जहां कुछ हिंदू नेताओं ने मुस्लिम समुदाय के खिलाफ नफरत फैलाने वाले भाषण दिए हैं, वहीं मुसलमान नेता भी कोई विवादित बयान देने में पीछे नहीं हैं। वर्तमान में इस प्रकार की रस्साकसी का जो माहौल समाज में व्याप्त है उसकी बानगी कुछ इस प्रकार हैं। हाल ही में मध्य प्रदेश में हिंदू महासभा के कुछ सदस्यों द्वारा भारत भर से मुस्लिम धर्मस्थलों को हटाने की धमकी देने वाले वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहे हैं। दूसरा, वी एच पी/ बजरंग दल के कई कार्यकर्ताओं ने बांदा में कथित अवैध मस्जिद निर्माण के खिलाफ धरना दिया और नारेबाजी की। विरोध प्रदर्शन में बजरंग दल के कई कार्यकर्ता भी शामिल हुए। एक अन्य प्रकरण में , आल इंडिया इमाम अस्सोसिएशन के अध्यक्ष मौलाना साजिद रशीदी का राम मंदिर विषय पर दिये गए बयांन ने विवाद खड़ा कर दिया है, जो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है ! मौलाना ने कहा है की 1992 में जब बाबरी मस्जिद तोड़ी गयी और उसके बाद वही पर राम मंदिर का शिलान्यास हुआ जिसने



एक गलत परंपरा शुरू कर दी! अब आने वाले 50–100 सालो में जब देश में मुस्लिम शासन स्थापित होगा तो तब मुसलमान मंदिर तोड़कर फिर वहां पर मस्जिद बनवा देंगे ! भारत में सांप्रदायिकता पर इस तरह की अभद्र भाषा के विवाद बहुत आम हैं। हाल के दशकों में, धार्मिक समुदायों (भारत में सांप्रदायिकता के रूप में संदर्भित) के बीच संघर्ष काफी बढ़ गया है और इन धार्मिक संघर्षों में हजारों लोग मारे गए हैं। अगर धार्मिक संघर्षों ने लोकतांत्रिक ताने–बाने को तोड़ दिया और गृहयुद्ध की स्थिति पैदा कर दी तो भारत का भविष्य अंधकारमय हो जाएगा। इस स्थिति से बचने के लिए देश के सभी नागरिकों , चाहे वह किसी भी धर्म से ताल्लुक रखता हो, की नैतिक जिम्मेदारी बन जाती है कि वह अपनी धार्मिक संकीर्णता से ऊपर उठकर और धर्मनिरपेक्षता की भावनाओं की कद्र करते हुए देश की एकता और अखंडता को बरकरार रखते हुए अमन चाय का माहौल कायम करे।तभी हम विश्व पटल पर एक अखण्ड राष्ट्र के रूप में शान से फल–फूल सकते हैं।

फसलों की बर्बादी देख किसानों के छलक पड़े आंसू

संवाददाता

औरंगाबाद/नैमिषारण्य। मौसम पिछले कई दिनों से लगातार रंग बदल रहा है। कभी तेज गर्मी शुरू हो जाती है तो कभी बारिश के साथ ओलावृष्टि और तेज हवाएं चलने से लोगों को सर्दी का अहसास होने लग जाता है। मार्च में बारिश व तेज हवाएं चलने का दौर रुक–रुककर कई बार चला। दो बार ओलवृष्टि भी हुई। इससे गेंहू, सरसों व सब्जी की फसल को लगभग 40 फीसदी जबकि आम की फसल को 70 फीसदी नुकसान पहुंचा। बर्बाद फसलों को देख किसानों की आंखों से आंसू छलक पड़े। शनिवार को भी आसमान में आवाजाही करते बादल किसानों को डराते रहे। प्रशासनिक अमला फसलों के नुकसान का सर्वे करने में जुट गया। मार्च के तीसरे सप्ताह में तीन दिनों तक बारिश व तेज हवाएं चलने का क्रम रुक–रुककर चला। इससे फसलों को काफी नुकसान पहुंचा।

45 हजार स्कूलों में छात्राओं को मिलेगी टिप्स

यूपी की 2 लाख बेटियों को मिलेगी सेल्फ डिफेंस की ट्रेनिंग,1200 एक्सपर्ट ट्रेनर होंगे तैयार

संवाददाता

लखनऊ। सरकार बेटियों को सक्षम और सशक्त बनाएगी। इसके लिए उन्हें आत्मरक्षा में भी निपुण बनाने जा रही है। सीएम योगी ने शनिवार को बेसिक शिक्षा विभाग के अंतर्गत स्कूल चलो अभियान की शुरुआत के साथ ही वीरांगना लक्ष्मीबाई आत्मरक्षा प्रशिक्षण के मॉड्यूल का भी विमोचन किया था। इस मॉड्यूल

के तहत प्रदेश के 45 हजार से अधिक सरकारी स्कूलों में पढ़ने वाली 2 लाख छात्राओं को आत्मरक्षा के लिए विशेष रूप से प्रशिक्षित किया जाएगा। इस मॉड्यूल के तहत 6 दिवसीय इस कार्यक्रम का पूरा शेड्यूल दिया गया है। जिसमें उन्हें प्रशिक्षण के साथ–साथ आत्मरक्षा के महत्व के बारे में भी बताया जाएगा। साथ ही उन्हें विभिन्न ग्रुप डिस्कशन के माध्यम से ईव टीजिंग, साइबर बुलींग, एसिड अटैक जैसी चीजों के बारे में भी अवेयर किया जाएगा। इसके अलावा खेलकूद के माध्यम से छात्राओं को शारीरिक रूप से भी स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया जाएगा। बेसिक शिक्षा विभाग के अंतर्गत संचालित परिषदीय एवं कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालयों में नामांकित छात्राओं को मानसिक तथा शारीरिक रूप से शक्तिशाली बनाए जाने के उद्देश्य से भारत सरकार के सहयोग से उत्तर प्रदेश सरकार इस कार्यक्रम को संचालित करने जा रही है। योजना के तहत 11 से 14 वर्ष की छात्राओं को आत्मरक्षा प्रशिक्षण दिया जाएगा। छात्राओं को आत्मरक्षा प्रशिक्षण के साथ–साथ मानसिक रूप से संतुलित एवं किसी भी अप्रत्याशित घटना के विरुद्ध सशक्त होने का प्रशिक्षण दिया जाएगा। विद्यालयों में तैनात शारीरिक व्यायाम शिक्षक व अनुदेशकों द्वारा प्रत्येक कार्य दिवस में एक घंटे की अवधि का सत्र आयोजित किया जाएगा। इस सत्र में व्यायाम, योग, साफ–सफाई के साथ आत्मरक्षा से संबंधित प्रशिक्षण को शामिल किया गया है। शुरुआत में शारीरिक शिक्षकों व अनुदेशकों के लिए जनपद स्तर पर 6 दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। 1200 प्रशिक्षकों की होगी स्पेशल ट्रेनिंग इस मॉड्यूल के तहत 50–50 के बैच में 1200 शारीरिक शिक्षकों को एक सप्ताह तक स्पेशल ट्रेनिंग दी जाएगी। इसकी अवधि प्रतिदिन 6–8 घंटे (सोमवार–शनिवार) होगी। प्राथमिक कवरेज के अंतर्गत सभी 75 जनपदों में संचालित 45000 सरकारी विद्यालयों में कक्षा 6, 7 व 8 (11–14 वर्ष आयु) की छात्राओं को प्रशिक्षित किया जाएगा। प्रशिक्षकों के प्रशिक्षण के बाद उन्हें मूल्यांकन व प्रमाणपत्र भी प्रदान किया जाएगा। प्रशिक्षण में बालिकाओं के लिए कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालय के आवासीय विद्यालयों को शामिल किया जाएगा। प्रशिक्षण मॉड्यूल के अनुसार एक प्रशिक्षक और एक सहायक 50 प्रशिक्षणार्थियों के लिए नियुक्त किए जाएंगे। परियोजना के लिए सलाहकार एजेंसी के रूप में महिला एवं बाल सुरक्षा संगठन (डब्ल्यूसीएसओ) 1090 का सहयोग लिया गया है।

नया भारत, श्रेष्ठ भारत के लिए आपसी इत्तेहाद एक अहम हिस्सा

सरवर नईम

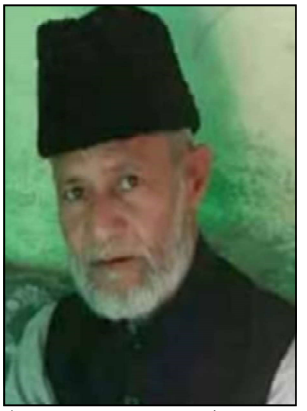
हमारी प्राचीन सभ्यता और भारतीय संस्कृति वसुधैव कुटुंबकम् की आधार शिला पर आधारित श्एक भारत, श्रेष्ठ भारतश की मजबूत नींव पर खड़ी आलिमी जगत के लिए एक बेहतरीन भवन की तरह है। यहां विभिन्न भाषाओं और मजहबों, वेष भूषा और उसमे भी अलग–अलग मान्यताओं के गंगा–जमुना के संगम की शीतल धारा है। इस देश की विशेषता है कि कभी–कभी धाराओं के विपरीत भी हवा चलने पर इस संगम के जल की शीतलता कम नहीं होती। हम अपनी भाई चारे की संस्कृति को कभी टूटने न दे, इस दृढ़ संकल्प में हमेशा प्रयत्नशील रहते हैं जिसके लिए हम समस्त देश वासी सारी दुनिया के लिए अहम मिशाल है। हमारे विभिन्न उपासना पद्धति को ले कर कभी कभी मतभेद भी होते है, पर मन भेद कभी न हो। इत्तेहाद की मिसाल को धूमिल करने या उसको खत्म करने की कालांतर में कई कोशिशें भी हुई हैं, जिसे विदेशी ताकतों ने कुछ अपने ही भारत के लोगो को गुमराह कर, अपने मकसद साधने की कोशिश की पर हमारी अविरल गंगा जमुना की धारा को कोई रोक

नहीं सका। इसके लिए इस देश के महान नागरिक निश्चित रूप से धन्यवाद के पात्र हैं, जिन्होंने अलग अलग मजहबों और भाषाओं के होने के बावजूद भी रंग बिरंगे फूलों को कभी मुरझाने नही दिया। मुस्लिम भाइयों द्वारा हिन्दू भाइयों के साथ होली खेलना , कांवर यात्रा में कांवरियों को पानी पिलाना, उनका स्वागत करना; जहां हमारी संस्कृति को मजबूत करता है, वहीं हिंदू भाइयों द्वारा रमजान जैसे पवित्र अवसरों पर मुस्लिम भाइयों के साथ इफ्तार करना, ईद में गले मिलकर उनके साथ खुशी बांटना, बीमारी के समय बिना मजहब देखे रक्त दान करना, एक दूसरे के धर्म और पूजा पद्धति का सम्मान करना अदभुत उदाहरण पेश करते हैं। इस परंपरा को बढ़ाते हुए और उसे मजबूत करने की कोशिश करते रहने से ही हमारी नया भारत, श्रेष्ठ भारत की परिकल्पना साकार होगी। मजहब नही सिखाता, आपस में बैर रखना, हिंदी है हम वतन है, हिंदुस्तान हमारा। सारे जहा से अच्छा हिंदुस्तान हमारा।।

इंसानियत का विस्तार सभी सरहदों के पार भी कायम रहे

मौलाना मेराज अहमद क़मर

किसी भी दो देशों के अपने अलग अलग हित हो सकते है; ये उनकी रक्षात्मक, भौगोलिक, राजनैतिक इत्यादि मुद्दों पर। लेकिन उनके हित बिना इंसानियत के धरातल पर सकारात्मक सोच की बुनियाद पर टिकने अलावा संभव नहीं हैं। किसी भी देश के लिए उसके देश के हित और वहां की आवाम सर्वोपरि है। पर जहां इंसानियत की बात आती है तो उस समय सीमाओं की संक्षिप्त मानसिकता से ऊपर उठ कर श्वसुधैव कुटुम्बकमश पर आधारित हित को ध्यान में रखा जाना सर्वदा मुनासिफ होता है। वैसे तो हमारे देश का मूल मंत्र यही है जो सरहद, मजहब, भाषा से ऊपर है। अभी कुछ समय पहले हमारे देश ने इस सिद्धांत को अमली जामा पहनाते हुए पूरी दुनिया को उसके सदियों पुराने इस सिद्धांत को सही साबित किया और सीरिया व तुर्की में प्राकृतिक विनाश के बाद तुरंत राहत सामग्री जिसमे खाने का सामान, दवाइयों के साथ ही बचाव कार्य के लिए एनडीआरएफ के जवानों को लगाया, जिनकी वजह से हजारों सीरिया व तुर्की के नागरिकों की जान और माल की हिफाजत हो सकी। वैचारिक मतभेद होते हुए भी भारत सरकार और भारतीय सेना व भारतीयों की काफी प्रशंसा हुई। तुर्की और सीरिया ही नहीं बल्कि आलीमे जगत के मुल्कों ने भी भारत की इस पहल की तारीफ़ की। ऐसा नहीं कि हमने पहली बार ऐसा किया हो, ये ही तो हमारी प्राचीन भारतीय संस्कृति है। हमने पूर्व में भी श्रीलंका, मालदीव, नेपाल, भूटान और बंगला देश व पाकिस्तान को भी उनके आपदा के समय में अपनी पारंपरिक सद्भावना के अनुरूप कार्य करते हुए उन राष्ट्रों को मदद पहुंचाई। चाहे फिर वो वहां की रसद की जरूरत हो, दवा हो। करोना काल में भी इन देशों में हम दवाओं, वैक्सीन की मदद में सबसे आगे रहे। हमने अपने मुल्क के लोगो की ही तरह इन देश के लोगो को भी अपना परिवार समझा और एक बार फिर



साबित कर दिया कि वसुधैव कुटुम्बकम की हमारी विरासत की नींव बहुत मजबूत है ।

आगरा विवि का 88वां दीक्षांत समारोह: मिलने थे पदक, एक पल में ही छिन गई चार अभ्यर्थियों की खुशियां; अंतिम सूची

संवाददाता

आगरा। डॉ. भीमराव आंबेडकर विश्वविद्यालय प्रशासन की ओर से 88वें दीक्षांत समारोह के लिए पदकों की अंतिम सूची जारी कर दी गई है। आपत्तियों के आधार पर चार पदकों के अभ्यर्थियों के नाम बदले गए हैं। पदक संख्या 110, 111, 114 और 116 के नामों में संशोधन किया गया है। पदक सूची विश्वविद्यालय की वेबसाइट पर अपलोड कर दी गई है। गोल्डन गर्ल एफएच मेडिकल कॉलेज की हुमा जाफर ही रहेंगी। अंतिम सूची के अनुसार पदक संख्या 110–डॉ. बजीर सरीन स्वर्ण पदक, अब एसएन मेडिकल कॉलेज के फर्स्ट प्रोफेशन के छात्र आलोक पांडेय को मिलेगा। पहले यह पदक एफएच मेडिकल कॉलेज की भावना सिंह को मिलना था। पदक संख्या 111– डॉ. शारदा प्रसाद श्रीवास्तव स्वर्ण पदक, अब एसएन मेडिकल कॉलेज के एमबीबीएस फाइनल प्रोफेशनल के छात्र रौनक अग्रवाल को मिलेगा। पहले यह पदक एसएन मेडिकल कॉलेज की एश्वर्या राय को मिलना था। पदक संख्या–114 केहर सिंह चौके पुरस्कार स्वर्ण पदक, अब

एमबीबीएस फर्स्ट प्रोफेशनल की एसएन मेडिकल कॉलेज की खुशबू अग्रवाल, केएम मेडिकल कॉलेज मथुरा की अनुष्का सोनी को मिलेगा। पहले यह पदक एफएच मेडिकल कॉलेज की भावना सिंह को मिलना था। पदक संख्या–116 आरके शर्मा स्वर्ण पदक अब एमबीबीएस फर्स्ट प्रोफेशनल की केडी मेडिकल कॉलेज की छात्रा पूर्वा जैन को मिलेगा। पहले यह पदक एफएच मेडिकल कॉलेज के अनाम नासिर, सौर्या शिखर और विरल राज सिंह को मिलना था। परीक्षा नियंत्रक डॉ. ओमप्रकाश ने बताया कि शुक्रवार को जिन छह नए पदकों की सूची जारी की गई थी, उन पर कोई आपत्ति प्राप्त नहीं हुई है। प्रो. एमएम सालुंखे होंगे दीक्षांत समारोह के मुख्य अतिथि डॉ. भीमराव आंबेडकर विश्वविद्यालय के 88वें दीक्षांत समारोह के मुख्य अतिथि के नाम पर राजभवन से मुहर लग गई है। एसोसिएशन ऑफ इंडियन यूनिवर्सिटीज के पूर्व अध्यक्ष प्रो. मानिकराव माधवराव (एमएम) सालुंखे मुख्य अतिथि होंगे। विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार सिंह ने बताया कि प्रो. एमएम सालुंखे का जन्म 1955 में हुआ था। उन्होंने डॉक्टोरल डिग्री ऑर्गेनिक केमेस्ट्री में वर्ष 1979 में शिवाजी यूनिवर्सिटी कोल्हापुर से प्राप्त की। इसी विश्वविद्यालय में एक वर्ष काम करने के बाद वर्ष 1980 में उसी यूनिवर्सिटी में बतौर प्रवक्ता पढ़ाना शुरू किया, बाद में रीडर बने। वर्ष 1995 में इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस, मुंबई में प्रोफेसर बने। बाद में वह केमेस्ट्री के विभागाध्यक्ष व निदेशक के पद पर रहे। वर्ष 2004 में शिवाजी यूनिवर्सिटी कोल्हापुर के कुलपति बने। वर्ष 2009 में सेंट्रल यूनिवर्सिटी राजस्थान के पहले कुलपति बने। उन्होंने कई महत्वपूर्ण जिम्मेदारी निभाई।

मेले में पथराव और फायरिंग का मामला दर्ज, भाजपा पदाधिकारी का भतीजा भी फंसा

संवाददाता

आगरा। आगरा के थाना एत्माद्दौला के सीता नगर में मेल में पथराव और फायरिंग के मामले में पांच नामजद और 12 अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज किया गया है। पुलिस आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए दबिश दे रही है। एक आरोपी भाजपा पदाधिकारी का भतीजा बताया गया है। ये है मामला सीता नगर निवासी रामकिशन राठौर ने मामला दर्ज कराया है। उन्होंने लिखाया कि सीता नगर में नवरात्र में नौवीं और दसवीं पर मेले का आयोजन किया जाता है। शुक्रवार को मेल के आयोजन के दौरान योगेश, मन्नू, अमित ठाकुर, रामू मोटा, गोविंदा व 10–12 अज्ञात लोग आ गए। उन्होंने मेले में उपद्रव किया। सीसीटीवी में कैद हुई थी घटना मेला कमेटी के पदाधिकारियों ने युवकों को समझाने का प्रयास किया, लेकिन वो नहीं माने। लाठी–डंडे लेकर आ गए। पथराव कर दिया। बाद में फायरिंग करते हुए भाग गए।

सपा नेता भाइयों के घर पर चला बुलडोजर: अखिलेश के करीबी जुगेंद्र यादव पर बड़ी कार्रवाई, कुर्क हो चुका है होटल

संवाददाता

एटा। उत्तर प्रदेश के एटा जिले में समाजवादी पार्टी से घनिष्ठ संबंध रखने वाले एटा के पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष जुगेंद्र सिंह यादव और उनके बड़े भाई

व पूर्व विधायक रामेश्वर सिंह यादव के घर पर बुलडोजर चला। इस दौरान पुलिस और प्रशासनिक अधिकारी मौजूद रहे। इससे पहले सपा नेता का आगरा में भगवान टॉकीज चौराहे के पास स्थित आलीशान होटल नीलकंठ भी कुर्क कर लिया गया था। शहर के प्रेम नगर स्थित सपा नेता जुगेंद्र सिंह यादव के आवास पर प्रशासन व पालिका द्वारा बुलडोजर चलाया गया। यहां पर सपा नेता द्वारा नाले पर अतिक्रमण कर घर का मुख्य दरवाजा बना रखा था। शिकायत के आधार पर पालिका व प्रशासन ने बुलडोजर के माध्यम से अतिक्रमण को हटाया। इस दौरान एसडीएम शिव कुमार, ईओ एसके गौतम समेत पुलिस बल मौजूद रहा। बता दें सपा नेता पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष जुगेंद्र सिंह यादव को नौ मार्च 2023 को मथुरा के जैत थाना क्षेत्र से गिरफ्तार किया गया था। वहीं ठीक नौ महीने पहले उनके बड़े भाई व सपा के पूर्व विधायक रामेश्वर सिंह यादव को नौ अप्रैल 2022 को आगरा से गिरफ्तार किया गया था। सपा सरकार में था गजब का दबदबा दोनों ही राजनेता भाई एटा की राजनीति में कद्दावर नेता माने जाते थे। सपा सरकार में इनका दबदबा जिले से लेकर सैफई परिवार से होते हुए लखनऊ तक रहता था। जिसके चलते उनके खिलाफ बोलने की कोई हिम्मत भी नहीं जुटा पाता था। 2017 में सत्ता परिवर्तन के बावजूद इनके रसूख में कमी नहीं आई थी और दोनों ही जिले की राजनीति में पूरी दबंगई के साथ भाजपा से संघर्ष करते रहे, लेकिन कार्यकाल के आखिरी वर्ष 2021 में ये सत्ता के निशाने पर आ गए। कसता जा रहा है शिकंजा दोनों नेताओं के विरुद्ध अवैध कब्जों को लेकर संपत्ति ध्वस्तीकरण की कार्रवाई की गई। साथ ही विभिन्न आपराधिक मुकदमों का लिखना शुरू हो गया। जबकि 2022 के विधानसभा चुनाव के बाद शिकंजा पूरी तरह कस दिया गया। इसमें 18 अप्रैल 2022 को कोतवाली नगर में दोनों पर लिखा गया गैंगस्टर एक्ट का मुकदमा उन पर सबसे बड़ा प्रहार था।इसी मुकदमे के दम पर डीएम अंकित कुमार अग्रवाल ने 17 जून 2022 को दोनों की तमाम चल–अचल संपत्तियां कुर्क करने का आदेश जारी कर दिया। जिसके पालन में पुलिस और प्रशासन ने एटा से लेकर फर्रुखाबाद, आगरा, कानपुर, गाजियाबाद तक की संपत्तियां कुर्क कर डालीं।

सरकारी क्रय केंद्र पड़े रहे सूने, पहले दिन एक भी दाना गेहूं नहीं खरीदा जा सका

संवाददाता

अलीगढ़। अलीगढ़ जिले के 96 गेहूं क्रय केंद्रों पर शनिवार से अव्यवस्थाओं के बीच गेहूं खरीद शुरू हो गई। कई केंद्रों पर अभी तक व्यवस्थाएं ही नहीं की गई हैं तो कुछ जगह केवल बैनर, पोस्टर ही लग सके हैं। कहीं इलेक्ट्रॉनिक कांटे एवं ई–पॉस मशीन के साथ खाली बोरे (वारदाना) तक उपलब्ध नहीं हो सके हैं। इधर, पहले दिन किसी भी केंद्र पर गेहूं की खरीद नहीं हुई है। सरकार ने गेहूं खरीद को न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) 2155 रुपये प्रति क्विंटल की दर से घोषित किया है, जो बीते साल की तुलना में 110 रुपये प्रति क्विंटल अधिक है। किसान इससे अधिक की वृद्धि होने की उम्मीद लगा रहे थे। शासन ने अभी तक गेहूं खरीद का लक्ष्य तय नहीं किया है। शनिवार को अफसरों ने क्रय केंद्रों का निरीक्षण कर अधीनस्थों को आवश्यक दिशा–निर्देश जारी किए। धनीपुर स्थित अनाज मंडी में सरकारी गेहूं क्रय केंद्र बैठी खुशबू वार्ष्णेय धनीपुर मंडी में स्थापित पीसीएफ एवं खाद्य विभाग के क्रय केंद्र खुल तो गए लेकिन यहां सिर्फ बैनर, पोस्टर एवं कर्मचारियों की तैनाती के अलावा कोई तैयारी देखने को नहीं मिली। शाम तक कोई भी किसान गेहूं लेकर नहीं पहुंचा। इसी तरह तहसील गभाना के सोमना सहकारी समिति नं.एक, दो, करनपुर, कौरह रूस्तमपुर, बरौली, चंडौस, पिसावा आदि में भी गेहूं की खरीद शुरू नहीं हो सकी। इन केंद्रों पर इलेक्ट्रॉनिक कांटे, ई–पॉस मशीन, खाली बोरे आदि नहीं थे। सरकारी क्रय केंद्रों से अलग आढ़तियों ने धनीपुर अनाज मंडी, हरदुआगंज, गभाना, छर्रा, खैर, इगलास आदि अनाज मंडियों में किसानों से गेहूं खरीद शुरू कर दी है। किसानों को कराना होगा पंजीकरण जिला खाद्य विपणन अधिकारी राजीव कुलश्रेष्ठ ने बताया कि बारिश के चलते व्यवस्थाएं दुरुस्त नहीं हो सकी हैं, इन्हें ठीक किया जा रहा है। पंजीकरण कराने वाले किसानों का ही गेहूं खरीदा जाएगा। किसान जिस खाता नंबर से अपना पंजीकरण कराएंगे उसके साथ आधार कार्ड लिंक होना जरूरी है, ऑनलाइन भुगतान होगा। ई–पॉस मशीनों के माध्यम से बायोमैट्रिक सत्यापन के बाद खरीद होगी।

रथ पर सवार होकर निकले भगवान जगन्नाथ, हरे राम-हरे कृष्णा पर झूम उठा शहर

संवाददाता

अलीगढ़। हरे राम–हरे कृष्णा... संकीर्तन की धुन पर थिरकते श्रद्धालु और प्रभु का गुणगान करते चल रहे कृष्ण भक्त। इस्कॉन मंदिर की रथयात्रा में भगवान जगन्नाथ का रथ खींचने की शहर के लोगों में होड़ सी मच गई। भगवान जगन्नाथ, बलराम और सुभद्रा की मनोहारी सूरत सभी को अपनी ओर आकर्षित कर रही थी। रथ यात्रा का शहर में कई स्थानों पर भव्य स्वागत किया गया। यात्रा को लेकर लोगों में काफी उत्साह रहा। हरे–रामा–हरे कृष्णा के भजनों से शहर भक्तिमय दिखाई दिया। भगवान जगन्नाथ रथ यात्रा महानगर के जीटी रोड स्थित रामलीला मैदान से निकली रथयात्रा में मुख्य अतिथि के रूप में हाईकोर्ट के सेवानिवृत्त न्यायाधीश एएन मित्तल, जिला जज डॉ. बब्बू सारंग, एटा सांसद राजवीर सिंह राजू भैया, इस्कॉन मंदिर की एडवाइजरी कमेटी के अध्यक्ष वीरेंद्र कुमार चौहान, सचिव पवन कुमार, उमेश उपल, ओजोन सिटी के चेयरमैन प्रवीण मंगला, आईआईएमटी के डायरेक्टर पंकज महलवार आदि प्रमुख रूप शामिल हुए। जय जगन्नाथ के जयकारे से वातावरण हुआ भक्तिमय जगन्नाथ यात्रा शहर के कई प्रमुख मार्गों एवं बाजारों में से होकर निकली। पूरा शहर भगवान जगन्नाथ के जयकारों से गूंजता सुनाई दिया। बैंड बाजों के साथ शुरू हुई इस यात्रा में बड़ी संख्या में पुरुष, महिलाएं एवं बच्चे शामिल रहे। सभी एक जैसी वेशभूषा में दिखे। भगवान जगन्नाथ के दर्शन करने के लिए सड़कों पर भक्तों का जमावड़ा उमड़ पड़ा। लोगों की भीड़ यात्रा को देखने के लिए ठहर गई। हर कोई इन पलों को अपने मोबाइल फोन में कैद कर लेना चाहता था। श्रद्धालुओं ने भगवान जगन्नाथ, बलराम और सुभद्रा का केसर, चंदन, पंचामृत आदि से अभिषेक किया और आरती उतारकर पूजा–अर्चना की। श्रद्धालुओं ने जय जगन्नाथ के जयकारे लगाकर वातावरण को भक्तिमय बना दिया। श्री हरि के दर्शन कर श्रद्धालु भक्ति विभोर होकर नृत्य करने लगे। हरे रामा हरे कृष्णा दिव्य रथ खींचने को दिखा उत्साह श्रद्धालुओं में दिव्य रथ को खींचने के प्रति भारी उत्साह रहा। भक्त हरे कृष्ण. . हरे राम.. के मंत्र का जाप और कई श्रद्धालु झांझ, मंजीरे और मृदंग की थाप पर संकीर्तन करते चल रहे थे।

पेट्रोल, डीजल और सीएनजी से महंगा है नींबू, करेला और तोरई

संवाददाता

अलीगढ़। अलीगढ़ में हरी सब्जियां अचानक पेट्रोल, डीजल और सीएनजी से भी महंगी हो गई हैं। बाजार में सीएनजी 92 रुपये प्रति किलो, पेट्रोल 96.62 और डीजल 89.85 रुपये प्रति लीटर के भाव में है, जबकि नींबू 200, देशी करेला 100, तोरई 100, भिंडी 100, मटर 120 और अरबी 100 रुपये किलो के भाव में है। हरी सब्जियों के इतने महंगे होने से दुकानदारों और ग्राहकों के बीच बहस हो रही है। किलो आधा किलो हरी सब्जी लेने वाले ग्राहक पाव भर ही खरीदारी कर रहे हैं। कृषि अधिकारी और दुकानदार इसकी वजह बेमौसम की बारिश और ओलावृष्टि को बता रहे हैं। जिला कृषि अधिकारी अभिनंदन सिंह कहते हैं कि करेला और तोरई के भाव बढ़ने की वजह बेमौसम की बरसात और ओलावृष्टि है। इससे करेला, तोरई, लौकी, कद्दू और भिंडी की फसल को नुकसान हुआ है। अचानक तेज बारिश और उसके बाद धूप निकलने से ये सब्जियां सड़ जाती हैं। ऐसा होने पर इनके उत्पादन का 15–20 दिन का पूरा एक पक्ष प्रभावित होता है। जिससे दाम बढ़ता जाता है। इसी वजह से सब्जियां अचानक महंगी हुई हैं। नींबू 200 रुपये किलो फुटकर बाजार में नींबू 200 रुपये किलो के भाव में जा पहुंचा है। इसी तरह से देशी करेला 100, तोरई 100, भिंडी 100, मटर 120 और अरबी 100 रुपये किलो के भाव में है। इसके अलावा शिमला मिर्च 80, हरी सेम 80, परवल और बीन 80 रुपये प्रति किलो के रेट पर बिक रही है।

कानपुर के सबसे बड़े अग्निकांड पर फायर फाइटर्स से बातचीत

बोले– बिल्डिंग झुक रही, इसलिए अंदर नहीं जा पा रहे, अब तक इतनी बड़ी आग नहीं देखी

संवाददाता

कानपुर। यूपी का सबसे बड़ा कपड़ा बाजार आग की चपेट में हैं। तीसरे दिन भी आग पर काबू नहीं पाया जा सका है। दैनिक भास्कर ने जब आग को लेकर फायर फाइटर्स से बातचीत की तो उन्होंने कहा कि अब तक की सर्विस में इतनी बड़ी आग से सामना नहीं हुआ। आग बुझाने में NDRF, इंडियन आर्मी, एयरफोर्स और फायर सर्विस के सैकड़ों की संख्या में कर्मी दिन–रात लगे हैं। यूपी फायर सर्विस के जवान सत्येंद्र सिंह आग पर काबू पाने के लिए पहले दिन से काम कर रहे हैं। सत्येंद्र ने बताया कि आग लगने के चलते बिल्डिंग जर्जर हो चुकी हैं। नफीस टावर का एक हिस्सा झुक गया है। इसकी वजह से बिल्डिंग के अंदर जाकर आग बुझाने में परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। सत्येंद्र ने बताया कि नफीस टॉवर की बिल्डिंग में बड़ी–बड़ी खिड़कियां दी गई हैं। लेकिन, खिड़कियों को ईंट–सीमेंट की चुनाई से बंद कर दिया गया। सभी कपड़ा व्यापारियों ने ये काम किया है। इसकी वजह से धुआं बाहर नहीं निकल पा रहा है। अंदर प्रवेश करने में मुश्किलें खड़ी हो रही हैं। खिड़कियों को तोड़ने में भी काफी मशक्कत करनी पड़ी। यूपी फायर सर्विस के जवान राकेश सिंह राणा ने बताया कि 3 साल सर्विस के हो गए हैं। अब तक की सर्विस में इतनी बड़ी आग को पहली बार फेस कर रहा हूं। सभी बिल्डिंग चारों तरफ से बंद हैं। हवा

ने भी आग को विकराल करने में बड़ा काम किया। रेस्क्यू के दौरान धुएं से बचने के लिए बीए सेट के अलावा नाक पर गीला कपड़ा बांधकर काम कर रहे हैं। राकेश ने आग बुझाने के दौरान अपने अनुभव को बताते हुए कहा कि खिड़की तोड़ने के दौरान काफी तेज आग की लपट आई। नीचे कूदकर जान बचाई। दुकानों के शटर बंद हैं, आग के चलते लोहे के शटर गलकर जाम हो गए हैं। उन्हें तोड़ने में भी काफी मुश्किलें हो रही हैं। शनिवार सुबह NDRF की टीमों ने मोर्चा संभाल लिया है। NDRF और क्त्थ की टीमों ने पहले पूरी बिल्डिंग का सर्वे किया। इसके बाद राहत काम शुरू किया। दोपहर बाद छक्त्थ ने अरजन टावर से पहले एआर टावर में अंदर घुसने के लिए रास्ता तैयार किया। इसके बाद एआर टावर में घुसकर बिल्डिंग के पीछे की तरफ जाने के लिए एप्रोच तैयार किया। NDRF के अधिकारी विनय कुमार ने बताया कि बिल्डिंग में अंदर एंट्री करने के लिए कोई रास्ता नहीं है। सबसे पहले रास्ता बनाया जा रहा है। रास्ता न होने की वजह से फायर सर्विस के जवान बाहर से ही पानी डालकर आग पर काबू पाने का प्रयास कर रहे हैं। अब एप्रोच रास्ता बनाकर अंदर से आग बुझाई जाएगी। हर एक दुकान में बड़ी मात्रा में कपड़ों के गट्ठर हैं। जो आग में ईंधन का काम कर रहे हैं। एयरफोर्स की फायर सर्विस में तैनात एलएचएफ अरविंद कुमार बीते 24 घंटे से रेस्क्यू ऑपरेशन को अंजाम दे रहे हैं। अरविंद ने बताया कि बिल्डिंग में कहीं से भी अंदर जाने का रास्ता नहीं मिल पा रहा है। आग की वजह से तापमान अधिक है और लोहे की सरिया आदि भी पिघलना शुरू हो गई हैं। अब तक 50 से ज्यादा फायर टेंडर प्रयोग की गई हैं। सवा लाख लीटर से ज्यादा पानी एयरफोर्स के फायर टेंडर आग बुझाने के लिए ला चुके हैं। अरविंद ने बताया कि आग की भयावहता को देखते हुए एयरफोर्स में तैनात एयरक्राफ्ट फायर टेंडर की गाड़ी को भी रेस्क्यू ऑपरेशन में लगाया गया है। जेड स्क्वॉयर मॉल से फायर टेंडर की गाड़ियों को रीफिल किया जा रहा है। अरविंद ने बताया कि 12 साल पहले कानपुर देहात के रनिया में आग लगी थी, तब 24 घंटे रेस्क्यू ऑपरेशन में भागीदारी की थी।

सुल्तानपुर में ट्रेन से कटकर किशोर की मौत

संवाददाता

सुलतानपुर। सुल्तानपुर में वाराणसी–लखनऊ रेल ट्रैक पर ट्रेन से कटकर किशोर की मौत हो गई। बताया जा रहा है कि किशोर ट्रेन से टकराकर दूर जा गिरा। उसका बायां पैर कट गया। सिर आदि स्थान पर गंभीर चोट आने से उसकी मौत हो गई। घर से लगभग 30 कदम की दूरी पर ये हादसा हुआ है। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेजा है। घटना लंभुआ कोतवाली अंतर्गत बेदूपारा गांव का है। जानकारी के अनुसार, लंभुआ कोतवाली क्षेत्र के बेदूपारा गांव निवासी शिव शंकर पांडेय (17) पुत्र नागेश्वर मणि पांडेय शनिवार को शाम 7:30 बजे के आसपास घर से निकला था। वो देर तक घर नहीं लौटा। परिजनों ने इधर–उधर जानकारी जुटाई लेकिन उसका कहीं पता नहीं चल सका। बताया जा रहा है कि अक्सर शिव शंकर घर से बिना बताए लापता हो जाता था। लेकिन जब रविवार सुबह लोग शौच के लिए निकले तो शिव शंकर के घर से 30 कदम की दूरी पर ट्रैक के पास उसे खून से लथपथ देखा। लोगों ने इसकी सूचना उसके घर पर दी। फौरन शिव शंकर की मां, दोनों बहनें व आसपास के लोग मौके पर पहुंचे।

व्यवसायी के अपहरण के बाद चार घंटे जाम किया हाईवे

संवाददाता

कादीपुर (सुल्तानपुर)। पांच दिनों से किराना व्यवसायी का कोई सुराग न लगने पर शनिवार को परिजनों का सब्र जवाब दे गया। अपहरण का अंदेशा जताते हुए परिजन और सैकड़ों व्यवसायियों ने पटेल चौक पर टेंट लगाकर लखनऊ–बलिया राष्ट्रीय राजमार्ग जाम कर प्रदर्शन शुरू कर दिया। इससे चार घंटे तक यातायात व्यवस्था ठप रही। एसडीएम और सीओ ने दो दिन में पूरे मामले का खुलासा करने का आश्वासन दिया, तब जाकर सभी माने। कादीपुर कोतवाली क्षेत्र के कस्बा में मंगलेश जायसवाल (42) की किराने की दुकान है। उनके पिता भी व्यवसायी हैं। परिजनों के अनुसार 27 मार्च को मंगलेश क्षेत्र के कटसारी निवासी संतोष शर्मा के साथ घर से निकले थे। देर शाम तक वह घर नहीं लौटे तो परिजनों ने खोजबीन की लेकिन कहीं भी पता नहीं चला। 28 मार्च को उनके पिता प्यारेलाल जायसवाल की तहरीर पर पुलिस ने गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कर जांच शुरू की थी। पांच दिन बाद भी मंगलेश का कुछ भी पता नहीं चला तो शनिवार को परिजनों के सब्र का बांध टूट गया। परिजन 11 बजे लखनऊ–बलिया राष्ट्रीय राजमार्ग स्थित पटेल चौक पहुंच गए और टेंट लगाकर प्रदर्शन शुरू कर दिया। परिजनों का आरोप है कि मंगलेश का अपहरण किया गया है। उनके परिजनों के समर्थन में कादीपुर बाजार के सैकड़ों व्यवसायी अपनी–अपनी दुकानें बंद करके प्रदर्शन में शामिल हो गए। हाईवे जाम होने की सूचना के बाद सीओ कादीपुर शिवम मिश्र, एसडीएम शिव प्रसाद कई थानों की पुलिस के साथ मौके पर पहुंच गए।

सुल्तानपुर स्टेशन अधीक्षक से जवाब–तलब

संवाददाता

सुल्तानपुर। स्थानीय रेलवे स्टेशन पर शुक्रवार को कई मालगाड़ियों के परिचालन में अव्यवस्था हुई। गार्डों ने इसकी सूचना लखनऊ मुख्यालय को दी। इस मामले में रेलवे के वरिष्ठ मंडल परिचालन प्रबंधक ने स्टेशन अधीक्षक से जवाब–तलब किया है। बताया जा रहा है कि स्टेशन अधीक्षक स्पष्टीकरण देने लखनऊ गए हैं। सुल्तानपुर स्टेशन यार्ड में मालगाड़ियों के परिचालन में अव्यवस्था का मामला तूल पकड़ता जा रहा है। पिछले दो माह में तीन मालगाड़ियां दुर्घटनाग्रस्त हो गईं। इनकी जांच में अभी तक कोई कार्रवाई नहीं हो सकी है। शुक्रवार को लखनऊ–वाराणसी व अयोध्या–प्रयागराज रेल पथ पर चलने वाली कुछ मालगाड़ियों के परिचालन में समस्या आई। इसकी रिपोर्ट संबंधित मालगाड़ियों के गार्डों ने लखनऊ मुख्यालय को दी। इसमें गार्डों के लाइन बॉक्स को मालगाड़ियों तक न पहुंचाने का मामला भी शामिल था। गार्डों की शिकायत पर लखनऊ रेल मंडल के वरिष्ठ मंडल परिचालन प्रबंधक ने स्टेशन अधीक्षक सुल्तानपुर से इस बारे में स्पष्टीकरण मांगा है। इस संबंध में वरिष्ठ मंडल परिचालन प्रबंधक कृष्णकांत अरोड़ा ने बताया कि सुल्तानपुर स्टेशन पर कुछ मालगाड़ियों के परिचालन में अव्यवस्था हुई थी। इस बावत स्टेशन अधीक्षक को स्पष्टीकरण देने के लिए कहा गया है। ट्रेन संचालन में लगे गार्डों को उनके जरूरी उपकरण और अपना सामान रखने के लिए लोहे का बॉक्स मिलता है। इसे लाइन बॉक्स कहते हैं। ड्यूटी के दौरान यह बॉक्स गार्ड अपने साथ लेकर जाते हैं। इस बॉक्स को ढोने और ट्रेन से उतारने–चढ़ाने के लिए अभी तक बॉक्स पोर्टर की तैनाती होती थी। इसमें झंडी, लाइट, एलवी बोर्ड, प्राथमिक उपचार पेटी समेत 16 संरक्षा उपकरण व भोजन बनाने के लिए अनाज भी रहता है।

शराब ठेका बंद कराने को लेकर महिलाओं ने किया हंगामा

नशेबाज शराब पीकर करते है हंगामा, मौके पर पहुंची पुलिस महिलाएं को कराया शांत

संवाददाता

कानपुर। कानपुर के पनकी थाना क्षेत्र में देर रात महिलाओं ने शराब ठेके के बाहर जमकर प्रदर्शन किया। नशे बाजों से परेशान होकर महिलाएं एकत्रित होकर शराब ठेका बंद किए जाने की मांग को लेकर हंगामा करने लगी। मौके पर पुलिस पहुंची महिलाओं को समझाने का प्रयास किया। लेकिन महिलाएं ठेका बंद कराने की मांग करती रहीं। रतनपुर की आवासी कॉलोनी के पास देसी शराब का ठेका है। महिलाओं ने आरोप लगाया कि आए दिन नशेबाज यहां हंगामा करते हैं। रास्ते से निकलने वाली महिलाओं पर कमेंट करते हैं। जिससे तंग आकर कई बार उन्होंने शिकायत भी की है। ठेकेदार को भी इसके बारे में बताया गया। लेकिन जब ठेकेदार से शिकायत की गई तो वो शिकायत को गलत बताता है। हंगामा कर रही महिला अर्चना ने बताया कि नशेबाज शराब पीकर हंगामा करते है। आसपास में कॉलोनी के सभी लोग रहते हैं। आए दिन यह लोग उनसे झगड़ते हैं।

शनिवार शाम से ही फिर नशेबाज लड़ाई झगड़ा कर रहे थे।यहां के लोगों को तंग करने का काम कर रहे थे। इसलिए सभी महिलाएं ठेका बंद करने की मांग कर रही हैं। उनका कहना है कि ठेका यहां से हटाकर कहीं अन्य स्थान पर कर दिया जाए। रतनपुर कॉलोनी में रहने वाले लोगों ने बताया कि इस मामले को लेकर और यहां से देशी ठेका शराब हटाए जाने का प्रार्थना पत्र भी भेजा जा चुका है। कानपुर के डीएम से लेकर मुख्य सचिव को पत्र लिख कर इस ठेके को बंद कराने की मांग की गई है । हंगामा कर रही महिलाओं को समझाने के लिए पुलिस भी वहां पर पहुंच गई। लेकिन महिलाओं ने कहा इस ठेके की वजह से काफी दिनों से दिक्कत हो रही है। लेकिन इसे क्यों नहीं हटाया जा रहा है। ठेके का मालिक भी वहां पहुंचा। लेकिन उसने ऐसी बातों से इनकार किया। प्रदर्शन कर रही महिलाओं में शकुंतला देवी ,दीपिका वर्मा ,लखपति देवी ,कैलाशा देवी आदि मौजूद रहीं ।

अखिलेश यादव बोले- व्यापारियों को डराए नहीं, मुआवजा और जगह दे सरकार

संवाददाता

कानपुर। कानपुर में अग्निकांड की स्थिति देखने जब सपा मुखिया अखिलेश यादव बांसमंडी पहुंचे तो व्यापारी फूट–फूटकर रोए और मदद की गुहार लगाने लगे। व्यापारियों की बर्बादी का हाल जानने के बाद सपा मुखिया ने प्रदेश सरकार से मांग की कि तीन हजार करोड़ की क्षति के लिए व्यापारियों को अधिकाधिक मुआवजा दिया जाए। व्यापार के लिए अस्थायी रूप से वैकल्पिक स्थान दिया जाए और जर्जर बाजार की जगह नया बाजार बनाया जाए। अग्निकांड के पीड़ितों को प्रशासन और संबंधित विभाग परेशान न करें, बल्कि उनसे सहानुभूति दिखाएं। अखिलेश यादव शनिवार शाम बांसमंडी पहुंचे थे। व्यापारियों से बात करने के बाद चीफ फायर अफसर दीपक कुमार से जानकारी ली। फायर अफसर कुछ सवालों के जवाब नहीं दे पाए। इसके बाद मीडिया से मुखातिब हुए। उन्होंने कहा कि यहां साफ तौर पर प्रशासन की लापरवाही दिख रही है। अगर समय से संसाधन जुटाकर आग बुझा दी जाती तो इतना नुकसान नहीं होता। बिल्डिंग सीज करके कानूनी कार्रवाई की बात की जा रही है। प्रशासन डराएगा, धमकाएगा। सरकार से अपील है कि डराए, धमकाए नहीं व्यापारियों की मदद करे। इसके साथ ही व्यापारियों के साथ मशविरा करके कारोबार शुरू करने के लिए अस्थायी तौर पर जगह चिन्हित की जाए। उन्होंने कहा कि व्यापारियों की मेहनत से भरोसा बना है और बाहर के व्यापारी यहां आते हैं। सरकार नुकसान की भरपाई करे। इसके साथ ही व्यापारियों को मदद का आश्वासन भी दिया। उन्होंने कहा मामले को विधानसभा में उठाएंगे। सपा मुखिया कानपुर उद्योग व्यापार मंडल के चेयरमैन रहे दिवंगत रामसेवक यादव के किदवईनगर स्थित आवास सांत्वना देने गए। फिर भौंती में दीपू चौहान के यहां गए। इसके बाद कानपुर देहात के कार्यक्रमों शिरकत की। बांसमंडी के अग्निकांड की स्थिति देखने के बाद पूर्व महानगर अध्यक्ष डॉ. इमरान के श्यामनगर स्थित आवास सांत्वना देने गए। शुक्रवार को डॉ. इमरान के पिता अस्थि रोग विशेषज्ञ डॉ. मो. इदरीस का निधन हो गया था।

वजन घटाने में मदद करेगी रिवर्स डाइटिंग

एजेंसी

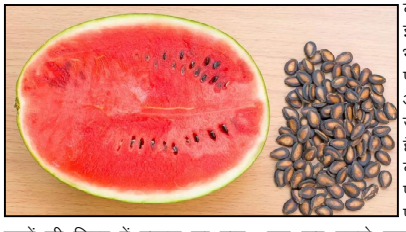
हाल के दिनों में रिवर्स डाइटिंग का ट्रेंड काफी बढ़ा है। हालांकि, ये पोषण स्ट्रैटेजी एथलीट्स, फिटनेस फ्रीक लोगों या फिर जो लोग तेजी से अपना वजन घटाना चाहते हैं उनके बीच काफी तेजी से लोकप्रिय हुई है। इसमें मेटाबॉलिक फंक्शन को सपोर्ट करने और वजन को बनाए रखने में मदद करने के लिए डाइटिंग की लंबी अवधि के बाद धीरे–धीरे कैलोरी की मात्रा बढ़ाया जाता है। तो चलिए जानते हैं कि रिवर्स डाइटिंग के फायदे क्या हैं और रिवर्स डाइटिंग होती क्या है। रिवर्स डाइटिंग एक ऐसी प्रक्रिया है, जिसका उपयोग कैलोरी प्रतिबंध की अवधि के बाद धीरे–धीरे कैलोरी सेवन बढ़ाने के लिए किया जाता है। इस प्रक्रिया में धीरे–धीरे बढ़ती मेटाबॉलिज्म दर, हार्मोन के स्तर को अनुकूलित करने और वजन घटाने को बनाए रखने के उद्देश्य से सप्ताह या महीनों की अवधि में आहार में थोड़ी मात्रा में कैलोरी वापस शामिल की जाती है। रिवर्स डाइटिंग की अवधारणा इस विचार पर आधारित है कि जब हम कैलोरी को एक विस्तारित अवधि के लिए प्रतिबंधित करते हैं, तो हमारा मेटाबॉलिज्म रेट धीमा हो सकता है। इसका मतलब यह है कि दैनिक गतिविधियों को बढ़ावा देने के लिए कम कैलोरी का उपयोग करने में हमारा शरीर अधिक कुशल हो जाता है, जिससे वजन कम करना जारी रखना या वजन कम करना कठिन हो जाता है। रिवर्स डाइटिंग का उद्देश्य कैलोरी को धीरे–धीरे बढ़ाकर इस प्रक्रिया को उल्टा करना है, इसलिए शरीर की चयापचय दर धीरे–धीरे अपने प्री–डाइट स्तर पर लौट आती है। रिवर्स डाइटिंग में आमतौर पर व्यक्ति की जरूरतों और लक्ष्यों के आधार पर कई हफ्तों या महीनों में आहार में प्रति सप्ताह 50–100 कैलोरी वापस शामिल करना होता है। इसका उद्देश्य शरीर में महत्वपूर्ण वजन बढ़ाने या चयापचय संबंधी झटके के बिना कैलोरी सेवन को धीरे–धीरे बढ़ाना है। जैसे–जैसे कैलोरी का सेवन बढ़ता है, शरीर धीरे–धीरे नई ऊर्जा के सेवन के अनुकूल हो जाता है और चयापचय दर बढ़ने लगती है। इस तरह धीरे–धीरे कैलोरी बढ़ाकर, शरीर को समायोजित करने का समय

मिलता है और चयापचय दर अपने पूर्व–आहार स्तर पर वापस आ सकती है, जिससे वजन प्रबंधन में मदद मिलती है। रिवर्स डाइटिंग की प्रक्रिया में कई हफ्तों में प्रति सप्ताह 50–100 कैलोरी से कैलोरी का सेवन बढ़ाना शामिल है। यह प्रक्रिया शरीर को अतिरिक्त कैलोरी के अनुकूल होने की अनुमति देती है और अत्यधिक वजन बढ़ने से रोकती है। रिवर्स डाइटिंग विशेष रूप से उन व्यक्तियों के लिए फायदेमंद हो सकता है जो एक विस्तारित अवधि के लिए कम कैलोरी आहार पर रहे हैं या पहले से डाइटिंग करते आ रहे हैं। स्वास्थ्य पर रिवर्स डाइटिंग के लाभ– मेटाबोलिक फंक्शन में सुधार करता है – लंबे समय तक कैलोरी प्रतिबंध से चयापचय दर में कमी आ सकती है और यह कमी वजन कम करने या वजन बढ़ाने में आसान बना सकती है। रिवर्स डाइटिंग कैलोरी सेवन को धीरे–धीरे बढ़ाकर और लंबे समय तक कैलोरी प्रतिबंध के साथ होने वाली चयापचय मंदी को रोककर चयापचय समारोह को बहाल करने में मदद कर सकता है। बहुत से लोग ऐसे हैं जो कैलोरी की मात्रा कम करके अपना वजन कम करते हैं और फिर वापस अपने डाइट पर लौटते है। ऐसा करने से उन्होंने जितना वजन घटाया होता है वो वापस से गेन कर लेते है और कभी–कभी पिछली बार से भी अधिक वजन बढ़ जाता है। वहीं रिवर्स डाइटिंग कैलोरी सेवन को धीरे–धीरे बढ़ाकर और शरीर को अतिरिक्त कैलोरी में समायोजित करने की अनुमति देकर इस वजन को बढ़ने से रोक सकता है। जब शरीर में कैलोरी की कमी होती है, तो यह ऊर्जा के लिए मांसपेशियों का उपयोग कर सकता है। मांसपेशियों का यह नुकसान चयापचय दर को कम कर सकता है और वजन कम करना कठिन बना सकता है।

सेहत ही नहीं त्वचा के लिए भी गुणकारी हैं तरबूज के बीज, फायदे जान रह जाएंगे हैरान

एजेंसी

गर्मियों के मौसम में ऐसे कई सारे फल मिलते हैं, जिन्हें अपनी डाइट में शामिल करने से हम इस मौसम में सेहतमंद रहते हैं। गर्मियों में मिलने वाले इन



फलों की लिस्ट में तरबूज का नाम सबसे ऊपर आता है। कई गुणों से भरपूर तरबूज इस मौसम में न सिर्फ शरीर में पानी की पूर्ति करता है, बल्कि कई तरह की समस्याओं से भी हमें दूर रखता है। शारीरिक रूप से फायदा पहुंचाने के साथ ही तरबूज मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी काफी गुणकारी है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि तरबूज के साथ ही उसके बीज भी हमारे लिए कई तरह से फायदेमंद होता है। अक्सर लोग तरबूज खाते समय इसके बीजों को फालतू समझकर फेंक देते हैं। हालांकि, सच्चाई इससे बिल्कुल विपरीत है। दरअसल, तरबूज की ही तरह इसके बीज के भी कई सारे फायदे होते हैं। अगर आप भी उन लोगों में से हैं, जो तरबूज के बीजों को फालतू समझकर फेंक देते हैं, तो एक बार इसके फायदों के बारे में जरूर जान लें। तरबूज के बीज पुरुषों के लिए किसी वरदान से कम नहीं है। इसके सेवन से प्रजनन संबंधित समस्याओं में काफी राहत मिलती हैं। तरबूज के बीज खाने से न सिर्फ स्पर्म काउंट में बढ़ोतरी होती है, बल्कि इससे प्रजनना क्षमता में भी सुधार होता है। इसके अलावा इसमें मौजूद जिंक शुक्राणु की गुणवत्ता बढ़ाने में सहायक है। तरबूज के बीज दिल के लिए भी काफी फायदमंद होते हैं। इसमें भारी मात्रा में मौजूद मोनोसैचुरेटेड और पॉलीअनसैचुरेटेड फैटी एसिड दिल के दौरे के खतरे को कम करने में मददगार होते हैं। अगर आप तरबूज के बीजों का सेवन करते हैं, तो इससे आपके पाचन तंत्र को भी काफी फायदा मिलता है। अगर आप पाचन संबंधी समस्याओं से परेशान हैं, तो इसके लिए तरबूज के बीजों का सेवन आपके लिए बेहद गुणकारी होगा। अगर आप कम समय में आसानी से अपना वजन घटाना चाहते हैं, तो इसके लिए भी तरबूज के बीज आपके काम आ सकते हैं। दरअसल, इसमें कैलोरी की मात्रा बेहद कम होती है, जो वजन घटाने में काफी सहायक होते हैं। अगर आप अपनी हड्डियों को मजबूत बनाना चाहते हैं, तो इसके लिए भी तरबूज के बीज काफी फायदेमंद साबित होंगे। इसमें मौजूद ओमेगा 3 फैटी एसिड्स, प्रोटीन, जिंक, फोलेट, पोटेशियम, कॉपर नैचुरल मल्टीविटामिन की तरह काम करते हैं और हड्डियों को मजबूती देते हैं।

सरसो का तेल और नमक लौटाएगा दांतों की चमक, बस ऐसे करें इस्तेमाल

एजेंसी

आज के समय में जहां एक तरह हर समस्या के लिए दवाएं और केमिकल युक्त उत्पाद मौजूद हैं। वहीं दूसरी ओर अब भी कई ऐसे घरेलू नुस्खे हैं, जिनका कोई तोड़ नहीं है। सदियों से हमारे घरों में हमने दादी और नानी को हर समस्या के लिए पहले घरेलू उपचार करते हुए देखा है, जिनपर अब भारत

के बाहर दूसरे देशों में भी लोग भरोसा जता रहे हैं। इन्हीं नुस्खों में से एक है सरसो तेल और नमक का उपाय, जो दांतों के लिए अद्भुत और अत्यंत प्रभावशाली है। चलिए जानते हैं इसके इस्तेमाल के तरीके और फायदों के बारे में। समय के साथ और बार–बार उपयोग के साथ, आपके दांतों पर इनेमल खराब होने लगता है, इसलिए उनकी अतिरिक्त देखभाल करना महत्वपूर्ण है। दिन में कम से कम दो बार ब्रश करने से दांतों की ताकत और सफेदी बनी रह सकती है। अच्छी मौखिक स्वच्छता बनाए रखने के लिए कुछ मूलभूत आदतें हैं, जिनका निश्चित रूप से पालन करना चाहिए। वरना पीले दांतों के अलावा, दांतों में सड़न, खून बहना और मसूड़ों में सूजन जैसी समस्या भी हो सकती है। ' प्रोसेस्ड और मीठे खाद्य पदार्थों का अधिक सेवन। ' खराब मौखिक स्वच्छता। ' दांतों की अनियमित सफाई और जांच। ' अत्यधिक तंबाकू का सेवन (चबाना या किसी अन्य रूप में) । ' कठोर पानी पीना– ये केवल कुछ कारण हैं, इनके अलावा और भी अन्य वजह हो सकते हैं जिन्हें खराब मौखिक स्वास्थ्य के लिए जिम्मेदार ठहराया जा सकता है। नमक और सरसो का तेल दांतों के लिए कैसे है कारगर? नमक और सरसों का तेल दो ऐसी सामग्रियां हैं जिनका उपयोग सदियों से दांतों और मसूड़ों की देखभाल के लिए घरेलू उपचार के रूप में किया जाता रहा है। इतना ही नहीं इनका उपयोग आयुर्वेदिक चिकित्सा में भी निहित है। यह दांतों से प्लाक और दाग हटाने में मदद करते हैं, साथ ही मुंह में पीएच स्तर को बेअसर करने में भी मदद कर सकते हैं। तेल और नमक बैक्टीरिया के विकास को भी कम करता है, जो मसूड़ों की बीमारी और दांतों की सड़न पैदा कर सकते हैं। बता दें, नमक फ्लोराइड का एक समृद्ध स्रोत है, जो दांतों को मजबूत बनाने और कैविटी को रोकने में मदद करता है। वहीं दूसरी ओर सरसों के तेल में एंटीसेप्टिक गुण होते हैं जो मुंह में बैक्टीरिया को मारने में मदद करते हैं। इसमें ओमेगा–3 फैटी एसिड भी होता है, जो स्वस्थ मसूड़ों को बनाए रखने के लिए आवश्यक है। मसूड़ों पर सरसों के तेल की मालिश करने से ब्लड सर्कुलेशन में वृद्धि होती है और सूजन को कम करने में भी मदद मिल सकती है, जिससे यह मसूड़ों से खून आने के लिए एक प्रभावी उपाय बन जाता है। तीन घंटे तक धूप में रखना पड़ सकता है।

फ्लू संक्रमण को न लें हल्के में, यह छह गुना तक हार्ट अटैक का बढ़ा सकता है खतरा

एजेंसी

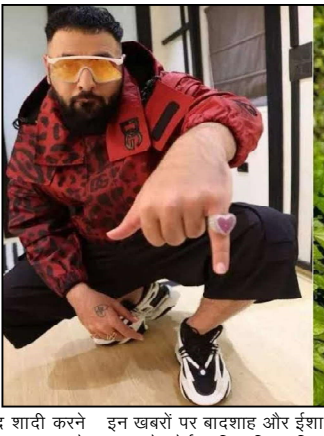
अगर आप भी अब तक मौसम में बदलाव के साथ होने वाले फ्लू संक्रमण को हल्के में लेते आ रहे हैं, तो सावधान हो जाइए। सेहत के लिए यह कई प्रकार से खतरनाक हो सकता है। हालिया अध्ययनों में वैज्ञानिकों की टीम ने अलर्ट किया है कि इसके कारण हार्ट अटैक होने का जोखिम कई गुना तक बढ़ जाता है। डच शोधकर्ताओं ने एक अध्ययन में पाया कि किसी व्यक्ति में फ्लू का पता चलने के बाद एक सप्ताह में दिल का दौरा पड़ने की आशंका छह गुना अधिक हो सकती है। शोधकर्ताओं का कहना है कि यह अध्ययन फ्लू के रोगियों और उनकी देखभाल की आवश्यकताओं पर विशेष जोर देता है। हाल ही में हुए इस अध्ययन के निष्कर्ष को यूरोपीय कांग्रेस ऑफ क्लिनिकल माइक्रोबायोलॉजी एंड इनफेक्शियस डिजीज की बैठक में प्रस्तुत किया जाएगा। विशेषज्ञों का कहना है कि अब तक हम सभी जिस फ्लू संक्रमण को हल्के में लेते आ रहे थे, उसके कारण हृदय की समस्याओं का खतरा हो सकता है। फ्लू और दिल के दौरे के बीच संबंधों के बारे में जानने के लिए हार्ट अटैक के कारण अस्पताल में भर्ती लोगों को शामिल किया गया। इसके लिए लैब टेस्टिंग के आंकड़ों पर ध्यान दिया गया। 2008–2019 के बीच

प्रयोगशालाओं द्वारा इन्फ्लूएंजा के 26,000 से अधिक मामलों की पुष्टि वाले डेटा प्राप्त किए गए। शोधकर्ताओं ने पाया कि इनमें से 401 व्यक्तियों को उनके फ्लू निदान के एक वर्ष के भीतर कम से कम एक बार दिल का दौरा पड़ा। 25 हार्ट अटैक के मामले, फ्लू के निदान के पहले सात दिनों में रिपोर्ट किए गए। फ्लू का निदान होने के एक वर्ष के भीतर 401 रोगियों में से लगभग एक तिहाई की किसी न किसी हृदय रोग के कारण मौत हो गई। शोधकर्ताओं ने अध्ययन के आधार पर परिणाम निकाला कि इन्फ्लूएंजा वायरस संक्रमण रक्त के थक्के को बढ़ाने का कारण बनता है।

जल्द ही अपनी लॉन्ग-टाइम गर्लफ्रेंड ईशा रिखी संग शादी रचाने वाले है बादशाह

एजेंसी

बॉलीवुड के मोस्ट फेवरेट रैपर और म्यूजिक इंडस्ट्री के किंग कहे जाने वाले बादशाह आज किसी भी पहचान के मौहताज नहीं हैं। बादशाह के एक गाने अपलोड करते के साथ ही उसपर मिलियंस से ज्यादा व्यूज चले जाते हैं। ऐसे में अब बादशाह एक बार फिर से सुर्खियों में आ गए हैं। लेकिन रैपर इस बार अपने प्रोफेशनल लाइफ को लेकर नहीं बल्कि अपने पर्सनल लाइफ को लेकर लाइमलाइट में छाए हुए हैं। दरअसल खबर आ रही है की बादशाह जल्द ही अपनी लॉन्ग–टाइम गर्लफ्रेंड के साथ शादी रचाने वाले हैं। पिछले कुछ महीनों से बादशाह का नाम पंजाबी एक्ट्रेस ईशा रिखी के साथ जुड़ रहा है। रिपोर्ट के मुताबिक, पिछले एक साल से बादशाह और ईशा एक दूसरे को डेट कर रहे हैं। ऐसे में अब दोनों के सगाई के खबरे भी खूब तूल पकड़ती हुई दिखाई दे रही हैं। एक मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार बादशाह और ईशा जल्द शादी करने वाले है। रिपोर्ट्स के मुताबिक, ये कपल गुरुद्वारे में इसी महीने शादी की प्लानिंग कर रहा हैं। ईशा को हाल ही में शादी की खरीदारी के लिए स्पॉट किया गया था। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक बादशाह और ईशा अपने रिश्ते के बारे में घरवालों को भी बता चुके हैं। कहा जा रहा है कि दोनों की मुलाकात एक पार्टी में हुई थी, जिसके बाद दोनों में दोस्ती हुई और फिर यह दोस्ती प्यार में बदल गई। हालांकि इन खबरों पर बादशाह और ईशा की तरफ से कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है। अब यह खबर जानने के बाद लोगों के मन में एक सवाल तेजी से घूम रही है की आखिर कौन है ईशा रिखी तो चलिए आपके इस सवाल का भी जवाब दे देते है। बता दे की ईशा रिखी पंजाबी एक्ट्रेस और मॉडल हैं। ईशा ने एक्टिंग की दुनिया में डेब्यू पंजाबी फिल्म से किया था। उन्होंने अब तक'हैप्पी गो लकी' और 'मेरे यार कमीने' जैसी फिल्मों में काम किया है। वही पंजाबी सिनेमा में बेहतरीन अभिनय करियर के बाद साल 2018 में उन्होंने बॉलीवुड फिल्म नवाबजादे से हिंदी सिनेमा में डेब्यू किया।



उर्वशी रौतेला के बाद फेस मास्क लगाकर कार में मेडिटेशन करती दिखी ये साउथ एक्ट्रेस, आपने पहचाना क्या

एजेंसी

साउथ सिनेमा की मोस्ट पॉपुलर एक्ट्रेस सामंथा रुथ प्रभु अक्सर खबरों में बनी रहती हैं। अपनी दमदार एक्टिंग के दम

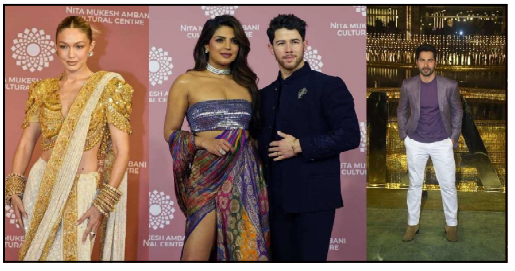
पर लोगों के दिलों पर राज करने वाली सामंथा अपनी पर्सनल लाइफ के चलते भी सुर्खियों में छाई रहती हैं। अपनी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ के चलते लाइमलाइट बटोरने वालीं सामंथा इस बार अपनी एक वायरल फोटो के चलते चर्चा का विषय बन गई हैं। सोशल मीडिया पर सामंथा रुथ प्रभु की एक फोटो खूब देखी जा रही हैं। मगर इस फोटो में पहली नजर में एक्ट्रेस को पहचान पाना काफी मुश्किल है। इस फोटो में एक्ट्रेस अपनी कार के अंदर बैठी नजर आ रही हैं। एक्ट्रेस की इस फोटो के जरिए पता चल रहा है कि कैसे कई सारे काम एक साथ कर लेती हैं। सामंथा रुथ प्रभु ने इंस्टा स्टोरी पर अपनी एक फोटो पोस्ट की है, जिसमें वो कार के अंदर बैठी हैं। उन्होंने अपने चेहरे पर फेस मास्क लगाया हुआ है और वो मेडिटेशन पोज में बैठी हुई हैं और तुलसी माला के साथ जाप करती दिखी रही हैं। इस दौरान एक्ट्रेस ने कॉटन कुर्ता और पैंट पहन रखी है। उन्होंने अपनी इस फोटो पोस्ट करते हुए कैप्शन में लिखा, मी। एक्ट्रेस ने कुछ टाइम पहले ही सोशल मीडिया पर खुलासा किया था कि वो डलवेपजपे नाम की गंभीर बीमारी से जूझ रही हैं।

एक ओर प्रियंका को किस करते दिखे रणवीर सिंह

तो वही वरुण धवन ने हॉलीवुड एक्ट्रेस को उठाया गोद में वीडियो हुआ वायरल

एजेंसी

बीती रात मुंबई में हुए नीता मुकेश अंबानी कल्चरल सेलिब्रेशन डे सेकंड में बॉलीवुड से लेकर हॉलीवुड तक के कई सेलिब्रिटीज को न्योता भेजा गया था।



वहीं इस इवेंट में पहुंचकर सभी ने खूब रंग जमाया, हॉलीवुड से तो कई कलाकरो को इंडियन लुक में चमकते हुए देखा गया तो वही बॉलीवुड सितारों को फ्लोर पर जमकर आग लगाते हुए। जिसकी कई फोटोज वीडियोज अब सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रही हैं। इस फंक्शन में कई सितारों ने स्टेज पर परफॉर्म किया और जमकर महफिल लूटने का काम किया। उसी दौरान का एक वीडियो सामने आया है, जिसमें रणवीर सिंह प्रियंका चोपड़ा को किस करते हुए नजर आ रहे हैं तो वहीं बॉलीवुड एक्टर वरुण धवन हॉलीवुड एक्ट्रेस गिगी हदीद को गोद में उठा लेते हैं और थिरकते हुए नजर आते हैं। रणवीर सिंह और प्रियंका चोपड़ा का जो वीडियो अब तेजी से वायरल होता हुआ सामने आया है, उसमें दोनों स्टेज पर फिल्म दिल धड़कने दो के गाने गल्ला गुड़ियां पर परफॉर्म करते नजर आ रहे हैं। वहीं परफॉर्मेंस के दौरान रणवीर प्रियंका को किस करते हैं। अगर बात दोनों के लुक की करें तो खिलजी एक्टर रणवीर ब्लैक पैंट के साथ शिमरी जैकेट पहने नजर आ रहे हैं तो वहीं उनके साथ प्रियंका ने मल्टी कलर की हाई स्लिट गाउन पहन रखी है। दोनों का परफॉर्मेंस काफी शानदार लग रहा है। इस कार्यक्रम में हॉलीवुड की पॉपुलर एक्ट्रेस गिगी हदीद भी अपनी शिरकत दी थी। वहीं वरुण धवन के साथ वो भी स्टेज पर खूब थिरकती हुई नजर आई। वीडियो में वरुण स्टेज पर डांस करते नजर आ रहे हैं। तो वहीं वो तभी स्टेज पर गिगी को लेकर आते हैं और फिर उन्हें अपने गोद में उठा लेते हैं और उनके गालों पर किस करते हैं फिर बस वहां के माहौल में रंग ही जम जाता हैं।

ट्रांसजेंडर्स पर भद्दा कॉमेंट करना सेलिना जेटली को नहीं आया रास, ट्वीटर यूजर पर भड़की एक्ट्रेस

एजेंसी

कई बॉलीवुड फिल्मों में अपनी एक्टिंग का हुनर दिखा चुकीं एक्ट्रेस सेलिना जेटली पिछले काफी टाइम से लाइमलाइट में से दूर हैं। एक्ट्रिंग से दूरी बना चुकीं सेलिना अपनी बेबाकी के लिए जानी जाती हैं। सेलिना जेटली सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं और अक्सर हर मुद्दे पर खुलकर अपनी बात रखती हैं। इन दिनों सेलिना जेटली का ट्वीट काफी तेजी से वायरल हो रहा है जिसमें एक ट्वीटर यूजर को लताड़ लगाती नजर आ रही हैं। दरअसल, इंटरनेशनल ट्रांसजेंडर डे ऑफ विजिबिलिटी के मौके पर उन्होंने एक पोस्ट शेयर किया जिस पर एक यूजर ने भद्दा कमेंट कर दिया। फिर क्या था सेलिना ने तुंरत उस यूजर को मुंहतोड़ जवाब देकर उसकी बोलती बंद कर दी। इंटरनेशनल ट्रांसजेंडर डे ऑफ विजिबिलिटी के मौके पर सेलिना जेटली ने अपने ऑफिशियल ट्विटर अकाउंट पर एक वीडियो पोस्ट किया, जिसमें वो ट्रांसजेंडर कम्यूनिटी को सपोर्ट करती नजर आईं। उन्होंने वीडियो को पोस्ट करते हुए कैप्शन में लिखा, दुनिया के कुछ सबसे बहादुर ट्रांसजेंडर लोग। मैं उनके खिलाफ सभी भेदभाव और हिंसा से लड़ने के लिए तैयार हूं और हमारी दुनिया में उनके योगदान की सराहना करती हूं। एक्ट्रेस के इस ट्वीट पर एक यूजर ने रिप्लाई देते हुए लिखा, वे केवल ट्रॉफिक सिग्नल पर नजर आते हैं। ट्वीटर यूजर की ये बात सेलिना को बिल्कुल पसंद नहीं आई। ट्वीटर यूजर की बात का जवाब देते हुए सेलिना ने लिखा, इसमें मजाक वाली क्या बात है सर? क्या ये दिल दहलाने वाला नहीं है कि किसी को सिर्फ इसलिए भीख मांगने के लिए मजबूर किया जाता है क्योंकि वे ट्रांसजेंडर हैं? यही वजह है कि जागरुकता की जरूरत है। ये मामला यही नहीं रुका। सेलिना के इस ट्वीट पर एक यूजर ने रिप्लाई देते हुए लिखा, क्या आपने देखा है कि वे कैसे भीख मांगते हैं? वे भीख नहीं मांगते। वो पब्लिकली बुरा बर्ताव करते हैं। क्या आपको ये ठीक लगता है जो स्पेशल जेंडर के लोग भीख मांगने के बहाने ट्रैफिक सिग्नल पर करते हैं? शायद आप ये सब अपनी खराब परवरिश के कारण ऐसा करेंगी।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक,
जमाल मिर्जा
द्वारा सांई प्रिन्टिंग प्रेस
20–ए शिवाजी मार्ग
हुसैनगंज, लखनऊ से
मुद्रित तथा 390/173,
रूस्तम नगर, लखनऊ
से प्रकाशित।
सम्पादक
उरूज फातिमा
mob. 9235887649,9889011649
sajjad_times@rediffmail.com
Web: sajjadtimes.com
सभी वाद विवाद का न्याय क्षेत्र लखनऊ होगा।