



सांघ्य दैनिक

4PM

www.4pm.co.in [www.facebook.com/4pmnewsnetwork](#) [@Editor_Sanjay](#) YouTube @4pm NEWS NETWORK



एक मकान तब तक घर नहीं बन सकता जब तक उसमें दिमाग और शरीर दोनों के लिए भोजन और ललक न हो।

मूल्य
₹ 3/-

-बैंजामिन फ्रैंकलिन

जिद...सत्त की

देश में गायब हो रही खोजी.. | 8 | यूपी फतह को फिर मंदिर... | 3 | सरकार ने बढ़ाए ग्राम प्रधानों... | 7 |

• तर्फः 7 • अंकः 309 • पृष्ठः 8 • लखनऊ, गुरुगढ़, 16 दिसम्बर, 2021

संसद से यूपी विधान सभा तक हँगामा, विपक्ष बोला इस्तीफा दें केंद्रीय मंत्री टेनी

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। लखीमपुर हिंसा पर एसआईटी के खुलासे के बाद विपक्ष ने केंद्र और यूपी सरकार पर हमले तेज कर दिये हैं। विपक्ष ने इस मामले में आज संसद से लेकर यूपी विधान सभा तक हँगामा किया। साथ ही विपक्षी सांसदों और विधायकों ने एक बार फिर केंद्रीय गृह राज्य मंत्री अजय मिश्रा टेनी से इस्तीफे की मांग की। हँगामे के चलते संसद के दोनों सदनों की कार्यवाही को स्थगित करना पड़ा जबकि विधान सभा में हँगामे के बीच प्रदेश की योगी सरकार ने अनुपूर्क बजट पेश किया।

लखीमपुर हिंसा और सांसदों के निलंबन पर संसद के दोनों सदनों में लगातार विपक्ष का हँगामा जारी है। विपक्ष सांसदों का निलंबन वापस लेने और केंद्रीय गृह राज्य मंत्री अजय मिश्रा टेनी को पद से हटाने की अपनी मांग पर अड़ा है। विपक्ष लखीमपुर हिंसा मामले में एसआईटी की रिपोर्ट के बाद इसे किसानों की सुनियोजित तरीके से हत्या करने की साजिश बता रहा है। वहीं हँगामे के चलते दोनों सदनों की कार्यवाही को दोपहर दो बजे तक के लिए स्थगित करना पड़ा। लोक सभा में राहुल गांधी ने कहा कि हमें लखीमपुर हिंसा में हुई हत्या के बारे में बोलने की अनुमति दी जानी चाहिए। इसमें सरकार के मंत्री की संलिप्तता थी और जिसके बारे में कहा गया है कि यह एक साजिश थी। किसानों की हत्या करने वाले मंत्री को

हँगामे के बीच अनुपूरक बजट पेश

लखनऊ। उत्तर प्रदेश विधानमंडल के शीतकालीन सत्र के दूसरे दिन विपक्ष के हँगामे के बीच योगी आदित्यनाथ सरकार ने अनुपूरक बजट पेश किया। वित मत्री सुरेश कुमार खन्ना के बजट पेश करने के दौसान ही कांग्रेस तथा समाजवादी पार्टी के विधायक वेल में आकर प्रदर्शन करने लगे। योगी आदित्यनाथ सरकार ने विधान सभा में घाल विरोध वर्ष के लिए 8479.53 करोड़ रुपये का दूसरा अनुपूरक बजट पेश किया।

आज 4PM News Network पर वर्चुअल यूट्यूब चैनल पर विपक्ष ने दो बड़े बाबू अजय मिश्रा टेनी को बोला देना चाहिए और सजा मिलनी

चाहिए। कांग्रेस सांसद दीपेंद्र सिंह हुड़डा ने

फोटो: सुमित कुमार



» संसद के दोनों सदनों में कार्यवाही बाधित, विधान सभा में वेल तक पहुंचे विपक्षी विधायक

लखीमपुर हिंसा पर एसआईटी के खुलासे के बाद केंद्र व प्रदेश सरकार पर विपक्ष ने तेज किये हमले।

केंद्रीय मंत्री ने मीडिया से मी की थी अभद्रता

केंद्रीय गृह राज्य मंत्री अजय मिश्रा टेनी ने बुधवार को लखीमपुर हिंसा केस से जुड़े एक सवाल पर आप खो गए। उन्होंने पूरी मीडिया को घोर तक कह दिया। उन्होंने प्रत्यक्षार का काल तक पकड़ने की कोशिश की। लखीमपुर हिंसा में अजय मिश्रा टेनी के प्रतीक आरीष मिश्रा सानेत सभी 13 आरोपियों पर अब जानलेवा फैला, गंभीर घोट पहुंचाने व शक्ति अनियम की धूमाओं पर केस घलेगा। हिंसा में घार किसानों समेत आठ लोगों की मौत हुई थी।



सपा-कांग्रेस ने किया प्रदर्शन

लखनऊ। लखीमपुर हिंसा पर एसआईटी के खुलासे के बाद प्रदेश का सियासी पार्टी गिर गया है। आज लखनऊ में विधान भवन के सामने कांग्रेस और सपा के विधायकों ने जनकर प्रदर्शन किया और केंद्रीय गृह राज्य मंत्री अजय मिश्रा टेनी को बर्खास्त करने की मांग की। लखनऊ में विधान भवन के गार्ड द्वारा सामने कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष अजय कुमार लालू और विधान मंडल दल की नेता आराधना मिश्रा के नेतृत्व में कांग्रेस के विधायकों ने प्रदर्शन किया। वहीं विधान भवन परिसर में समाजवादी पार्टी के विधायकों के साथ विधान परिषद सदस्यों ने केंद्रीय गृह राज्य मंत्री अजय मिश्रा टेनी के प्रतिकरण के साथ अनंद व्याहार करने पर प्रदर्शन किया। सपा तथा कांग्रेस के सदस्य चाहिए। कांग्रेस सांसद दीपेंद्र सिंह हुड़डा ने तुरंत ले। वहीं यूपी विधान मंडल के शीतकालीन सत्र के दूसरे दिन विपक्ष ने और मांग की कि सरकार मंत्री का इस्तीफा हँगामा किया। सपा तथा कांग्रेस के सदस्य लेकर वेल में आकर नारेबाजी की।



अब लड़कियों की शादी की उम्र होगी 21 साल

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। देश में लड़कियों की शादी की मांजूरी उम्र 18 साल से बढ़ाकर 21 साल करने के प्रस्ताव को कैबिनेट ने मंजूरी दे दी है। सूत्रों ने बताया कि बुधवार को कैबिनेट की बैठक में इस पर फैसला लिया गया। अब इसके लिए मौजूदा कानूनों में सरकार संशोधन करेगी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पिछले साल स्वतंत्रता दिवस के दिन लाल किले से अपने संबोधन में इसका उल्लेख किया था।

» कैबिनेट ने दी मंजूरी, कानून में संशोधन करेगी सरकार

रिपोर्ट्स के मुताबिक, कैबिनेट की मंजूरी के बाद सरकार बाल विवाह निषेध अधिनियम 2006 और फिर विशेष विवाह अधिनियम एवं हिंदू विवाह अधिनियम 1955 जैसे निजी कानूनों में संशोधन करेगी। सूत्रों के हवाले से कहा गया है कि दिसंबर 2020 में केंद्र की टास्क फोर्स की प्रमुख जया जेटली ने नीति आयोग को अपनी सिफारिश सौंपी थीं। टास्क फोर्स की सिफारिश को सरकार ने मान लिया है।

निजीकरण के खिलाफ बैंक कर्मियों की हड़ताल

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। सार्वजनिक बैंकों के निजीकरण किए जाने के विरोध में यूनाइटेड फोरम ऑफ बैंक यूनियन्स के बैनर तले बैंक कर्मी आज से दो दिनों की हड़ताल पर चले गए हैं। इस कारण बैंकों में कामकाज पूरी तरह टप रहा। इसके चलते बैंक ग्राहकों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ा। बैंक कर्मी आज सुबह से स्टेट बैंक मुख्यालय पहुंचे और अपनी मांगों को लेकर प्रदर्शन किया।

नेशनल कंफेडरेशन ऑफ बैंक कर्मियों के प्रदेश महामंत्री अखिलेश मोहन ने कहा कि

» मांगों को लेकर स्टेट बैंक मुख्यालय पर प्रदर्शन, करोड़ों का कारोबार प्रभावित

बैंकों का निजीकरण कर पूँजीपतियों के हाथों में सौंपने का प्रयास किया जा रहा है। बैंकों के निजीकरण से जनता का पैसा पूँजीपति हड़प लेंगे। देश भर में करीब 25 से 30 हजार करोड़ का कारोबार प्रभावित होने की आशंका व्यक्त की गई है।



पर चले गए हैं। हड़ताल में लखनऊ के करीब 10 हजार बैंक कर्मचारी शामिल हुए। बैंक बंद रहने से करीब 25 से 30 हजार करोड़ का कारोबार प्रभावित होने की आशंका व्यक्त की गई है।



यूपी में 5 साल में 50 लाख को रोजगार देंगे : संजय सिंह

» हमारा गठबंधन जनता से है, चर्चाएं तो होती रहती हैं

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

नोएडा। सर्दियों में लोग बेशक ठंड से कांप रहे हैं लेकिन यूपी में राजनीतिक माहौल बेहद गर्म है। उत्तर प्रदेश में विधानसभा चुनाव नजदीक है। सभी पार्टियां मतदाताओं को लुभाने के लिए तरह-तरह का हथकंडा अपना रही हैं। पहली बार यूपी विधानसभा चुनाव लड़े जा रही अरविंद केजरीवाल की आम आदमी पार्टी भी किसी से पीछे नहीं है। दिल्ली की सत्ता पर कांगिज आम आदमी पार्टी भी यूपी में चुनाव की तैयारी में जोर-शोर से जुटी है।

इसी क्रम में दिल्ली के डिप्टी सीएम मनीष सिसोदिया और राज्यसभा सदस्य संजय सिंह नोएडा पहुंचे। नोएडा के सेक्टर 51 में पीसी को संबोधित करते हुए मनीष सिसोदिया ने कहा कि आम आदमी पार्टी (आप) प्रदेश की सभी सीटों पर विधानसभा चुनाव लड़ेगी। अखिलेश यादव की समाजवादी पार्टी (सपा) से गठबंधन के सवाल को टालते

हुए उन्होंने कहा कि हमारा गठबंधन जनता से है। चर्चाएं तो होती रहती हैं। उनके बयान से ऐसा लग रहा है कि शायद दोनों पार्टियों के बीच गठबंधन की बात आगे नहीं बढ़ पायी है। अभी हाल में ही आम आदमी पार्टी के सीनियर नेता संजय सिंह सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव से मिले थे तभी से दोनों पार्टियों के बीच गठबंधन की अटकलें लगने लगी थीं। उन्होंने आगे कहा कि लोगों के पास आम आदमी पार्टी का विकल्प है।

यहां पर अभी तक धर्म और जाति पर लड़ने वाली



पार्टियां थीं। अब लोगों के तीन पास विकल्प हैं। इस दौरान मनीष सिसोदिया ने योगी सरकार पर जमकर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि यूपी में रोजगार मांगने पर युवाओं पर लाठियां भाँजी जाती हैं। परीक्षा का पेपर लीक होता है। आम आदमी पार्टी अगर यूपी में सत्ता पर काबिज हुई तो प्रति वर्ष 10 लाख युवाओं को रोजगार दिया जाएगा। बेरोजगारों को प्रति महीने 5 हजार रुपये भत्ता दिया जाएगा। आम आदमी पार्टी युवाओं से वादा करना चाहती है कि अगर सरकार बनी तो पेपर लीक नहीं होने दिया जाएगा। राज्यसभा सदस्य संजय सिंह ने कहा आम आदमी पार्टी यूपी में 5 साल में 50 लाख को रोजगार देंगे।

ये सपना आम आदमी पार्टी पूरी करेगी। अरविंद केजरीवाल की पार्टी जुमला नहीं बोलती जमीन पर कर के दिखाती है।

योगी सरकार ने महिलाओं को दी बड़ी सौगात कौशल विकास प्रशिक्षण में 30 फीसदी आरक्षण का फैसला

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। प्रदेश सरकार दीन दयाल अंत्योदय योजना के तहत दिए जाने वाले कौशल प्रशिक्षण में अब महिलाओं को 30 फीसदी आरक्षण देगी। प्रशिक्षण देने के लिए नए सिरे से 51 संस्थाओं का चयन भी किया गया है। बड़े शहरों में 240 और छोटे शहरों में 120 पात्रों को प्रशिक्षण दिया जाएगा। दरअसल, शहरी क्षेत्रों में रहने वाले युवाओं को दीन दयाल अंत्योदय योजना राष्ट्रीय शहरी आजीविका मिशन के तहत कौशल प्रशिक्षण देकर रोजगार के लिए तैयार किया जाता है।

राज्य शहरी आजीविका मिशन निदेशालय प्रशिक्षण देने के लिए संस्थाओं से करार करता है। निदेशालय ने नए सिरे से प्रशिक्षण देने के लिए संस्थाओं का चयन कर लिया है। इन्हें वर्ष 2021-22 के लिए नामित किया गया है। शहरी पात्रों को



चयनित करते हुए इनके माध्यम से प्रशिक्षण दिलाया जाएगा। अब प्रशिक्षण के लिए चयनित होने वालों में आरक्षण की व्यवस्था की जा रही है। महिलाओं को इसमें 30 फीसदी आरक्षण दिया जाएगा। इसके अलावा अल्पसंख्यकों को 15 प्रतिशत व दिव्यांगों को पांच फीसदी आरक्षण दिया जाएगा। प्रशिक्षण देने वाली संस्थाओं को इसकी जानकारी मिशन निदेशालय को देनी होगी कि उनके यहां किस वर्ग के कितने लोगों को प्रशिक्षण दिया जा रहा है। निदेशालय स्तर से जरूरत के आधार पर इसका सत्यापन भी कराया जाएगा। मिशन निदेशक यशु रुस्तगी ने आरक्षण के संबंध में अदेश जारी कर दिए हैं।

तू क्या कोई सांसद है
जो माफ़ी नहीं मांगेगा....

बामुलाहिंगा

कार्टून: हसन ज़ंदी



चुनाव में महाराष्ट्र के पदाधिकारी संभालेंगे कमान

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

बदायूं। भाजपा पार्टी को मजबूत करने और आगामी विधानसभा चुनाव में जीत दिलाने के लिए भारतीय जनता पार्टी के महाराष्ट्र संगठन के पदाधिकारियों ने जिले में डेरा डाल लिया है। जिले की सभी विधानसभा क्षेत्रों में प्रवासी कार्यकर्ता की तरह यह चुनाव तक मौजूद रहेंगे।

यहां की हर गतिविधि पर नजर रखने के साथ ही संगठन में हो रही उथल



पुथल और चुनावी तैयारियों के बारे में संगठन को अवगत कराएंगे। बुधवार को

मीडिया को चोर कहने पर लखीमपुर डीएम को पत्रकारों का ज्ञापन

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। केंद्रीय गृह राज्य मंत्री अजय कुमार मिश्र टेनी लखीमपुर हिंसा केस से जुड़े एक सवाल पर आपा खो बैठे। लखीमपुर स्थित एक अस्पताल में ऑक्सीजन प्लांट का उद्घाटन करने गए केंद्रीय मंत्री ने एक इलेक्ट्रानिक चैनल के पत्रकार के सवाल पर पूरी मीडिया को चोर तक कह दिया। टेनी यहां तक नहीं रुके, उन्होंने पत्रकार का कालर तक पकड़ने की कोशिश की। किसी तरह से लोगों ने उनको शांत तो करा दिया, लेकिन तब तक इंटरनेट मीडिया पर उनकी अभद्र टिप्पणी का वीडियो वायरल हो चुका था।

उनके बयान से भड़के पत्रकारों ने लखीमपुर खीरी के डीएम को एक ज्ञापन देकर केंद्रीय मंत्री पर कार्रवाई की मांग की। कल दोपहर टेनी लखीमपुर-सीतापुर रोड पर ओयल के पास एक सरकारी अस्पताल में ऑक्सीजन प्लांट का उद्घाटन करने गए थे। यहां से जब वह बाहर निकल रहे थे तभी एक पत्रकार ने पूछा कि आपके बेटे पर लखीमपुर खीरी हिंसा मामले में कई धाराएं बढ़ा दी गई हैं, इस पर क्या कहना है। इतनी बात पर टेनी भड़क गए। उन्होंने माइक का तार खींच लिया और कहा कि बेबूक हो चुका है। इस दौरान इस घटना का किसी ने वीडियो बना लिया था। पत्रकारों पर भड़कते हुए उन्होंने कहा, यहीं जो मीडिया वाले हैं ना... एक निर्दोष आदमी को फँसाया है।

हमें अपने सशस्त्र बलों और उनकी उपलब्धियों पर गर्व: राजनाथ सिंह

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। बांगलादेश के अस्तित्व में आने के आज 50 साल पूरे हो चुके हैं। 1971 में भारत-पाकिस्तान के बीच हुए युद्ध को बांगलादेश मुक्ति संग्रही भी कहा जाता है। इस दौरान पाकिस्तान पर भारतीय सशस्त्र बलों को जीत मिली थी। इस उपलक्ष्य में हर साल 16 दिसंबर को भारत में विजय दिवस नामया जाता है। इस खास अवसर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी गृह मंत्री अमित शाह रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह से लेकर तमाम नेताओं ने देश के वीर जवानों को नमन किया है, जिन्होंने पाकिस्तान को घुटने टेकने पर मजबूत किया।

इस मौके पर रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा, स्वर्णिम विजय दिवस के अवसर पर हम 1971 के युद्ध के दौरान अपने सशस्त्र बलों के साहस और बलिदान को याद करते हैं। 1971 का युद्ध भारत के सैन्य इतिहास का स्वर्णिम अध्याय है। हमें अपने सशस्त्र बलों और उनकी उपलब्धियों पर गर्व है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 50वें विजय पर कहा कि मैं मुकिजोङ्गे, वीरांगनाओं और भारतीय सशस्त्र बलों के बीच द्वारा महान वीरता और बलिदान को याद करता हूं। हमने साथ मिलकर दमनकारी ताकतों से लड़ाई लड़ी और उन्हें हराया। ढाका में भारत के राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद की उपस्थिति प्रत्येक भारतीय के लिए विशेष महत्व रखती है। गृह मंत्री अमित शाह ने कहा भारतीय सैनिकों के अद्भुत साहस व पराक्रम के प्रतीक 'विजय दिवस' की स्वर्ण जयंती पर वीर सैनिकों को नमन करता हूं। 1971 में आज ही के दिन भारतीय सेना ने दुश्मनों पर विजय कर मानवीय मूल्यों के संरक्षण की परंपरा के इतिहास में एक स्वर्णिम अध्याय जोड़ा। सभी को विजय दिवस की शुभकामनाएं।

50वें विजय दिवस पर स्मारक डाक टिकट जारी किया



सरकार चाहे तो चुटकी में हल हो जाए मथुरा का मुददा

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

अमरोहा। अंतरराष्ट्रीय हिंदू परिषद के अंतरराष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. प्रवीण तोगड़िया ने पीएम मोदी-योगी पर तंज करा दी है। तोगड़िया ने कहा कि मुसलमानों की बीवियों के लिए ट्रिपल तलाक के खिलाफ कानून बन सकता है तो हिंदुओं के आराध्य काशी विश्वनाथ और भगवान कृष्ण के घर के लिए कानून वर्त्यों नहीं बन रहा। मुरादाबाद पहुंचने से पहले अमरोहा में उन्होंने कहा कि पहले धर्म निरपेक्ष बताने की स्पष्टी थी। अब सभी नेताओं में खुद को हिंदू बताने की स्पष्टी थी।

बोले मोदी जी काशी में भगवा कपड़े पहनते हैं, योगी जी अयोध्या जा रहे हैं, राहुल गांधी खुद को हिंदू बता रहे हैं और ममता बनर्जी चंडी पाठ कर रही हैं। तोगड़िया ने कहा कि सरकार चाहे तो मथुरा चुटकी में हल हो सकता है। सरकार कानून बना दे तो कल से ही मंदिर निर्माण शुरू हो जाएगा। ट्रिपल तलाक को लेकर उन्होंने मोदी पर तंज भी कसा। तोगड़िया बोले जब देश में हिंदुत्व की होड़ मची है तो लगते हाथ दारूल उलूम और तबलीगी जमात पर प्रतिबंध भी लग जाए। 2 बच्चों का कानून बने। किसान आंदोलन में जान गंवाने वाले 700 किसानों के परिवारों को एक-एक करोड़ रुपये की आर्थिक सहायता भी दी जाए।

केशव को म

यूपी फतह को फिर मंदिर पॉलिटिक्स को धार देने में जुटी भाजपा

अयोध्या के राम और काशी के धाम पर पार्टी के दिग्गजों का फोकस

हिंदुत्व के जरिए विधान सभा चुनाव की नैया पार लगाने की ज़ुगत

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। विधान सभा चुनाव से पहले भाजपा ने एक बार फिर मंदिर पॉलिटिक्स शुरू कर दी है। इसके जरिए वह हिंदुत्व का धार देने में जुट गयी है ताकि प्रदेश में सत्ता को बरकरार रखा जा सके। यही बजह है कि भाजपा के दिग्गज और तमाम मुख्यमंत्रियों ने श्री काशी विश्वनाथ धाम के लोकार्पण के तुरंत बाद रामलला के दरबार पहुंचकर हाजिरी लगायी। भाजपा सभाओं में विकास के साथ राम मंदिर निर्माण और काशी विश्वनाथ मंदिर के कायाकल्प का लगातार जिक्र कर रही है। साथ ही यह भी बता रही है कि इसके कारण न केवल पर्षटन का विकास होगा बल्कि स्थानीय लोगों को रोजगार भी मिलेंगे।

प्रदेश में सत्ता को बरकरार रखने के लिए भाजपा ने एडी-चोटी का जोर लगा दिया है। काशी के बाद अयोध्या में बड़ा सियासी जमावड़ लगा। भाजपा शासित राज्यों के मुख्यमंत्री और उप-मुख्यमंत्रियों ने राम लला के दर्शन किए। सरयू किनारे आरती की। हनुमानगढ़ी भी पहुंचे। मुख्यमंत्रियों के साथ भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड़डा और उनकी पत्नी भी मौजूद थीं। ऐसे में राजनीतिक गलियारे में इस कार्यक्रम की खूब चर्चाएं हो रही हैं। इसके पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने श्री काशी विश्वनाथ कॉरिंडोर का लोकार्पण किया था। इस दौरान उन्होंने अयोध्या के श्री राम मंदिर और रुद्रप्रयाग के केदारनाथ धाम का भी जिक्र किया। प्रधानमंत्री ने कई



लगाया जाएगा जनप्रतिनिधियों को

अब भाजपा संगठन के रणनीतिकारों ने तय किया है कि काशी के विकास का यह उत्सव मकर संक्रान्ति तक मनाया जाएगा। प्रयास यह है कि विधानसभा चुनाव से पहले हर बूथ क्षेत्र में यह संदेश जाए कि मोदी-योगी सरकार ने अयोध्या और काशी के विकास के अपने बाद को पूरा किया है। इसके लिए कार्यक्रमों की रूपरेखा बनाई जा रही है, जिनमें पार्टी के सभी जनप्रतिनिधियों को लगाया जाएगा।

आंकड़े पेश किए। उन्होंने कहा कि 2013-14 से अगर तुलना करें तो 2019-20 में काशी में पर्यटकों की संख्या दोगुनी हुई है। अयोध्या में भी पर्यटकों की संख्या लगातार बढ़ रही है। भारी विध्वंस के बाद लोग

केदारनाथ जाने से डरने लगे थे। अब वहां हर साल लाखों की संख्या में श्रद्धालु पहुंचते हैं। मोदी ने इन आंकड़ों के जरिए ये भी बताया कि किस तरह से अयोध्या में श्री राम मंदिर, वाराणसी में काशी विश्वनाथ धाम

शुरू की जाएंगी जन विश्वास यात्रा

इस संदेश को प्रसारित करने का माध्यम पार्टी की वह छह जन विश्वास यात्राएं भी होंगी, जो 19 दिसंबर से शुरू होने वाली हैं। यह यात्राएं सभी 403 विधान सभा क्षेत्रों का भ्रमण करेंगी। जनता से संवाद किया जाएगा, जिसमें अयोध्या और काशी का भी खास तौर पर उल्लेख किया जाएगा।

और उत्तराखण्ड में केदारनाथ धाम के विस्तारीकरण और सौंदर्यकरण से विकास को नया आयाम मिला है। इन तीनों जगहों पर स्वरोजगार और रोजगार में इजाफा हुआ है। देश-दुनिया से यहां श्रद्धालु आ रहे हैं।

इसका फायदा यहां के आम लोगों को मिल रहा है। बड़ी संख्या में रोजगार का सृजन हुआ है।

काशी के वैभव का संदेश पहुंचाएगी भाजपा



लखनऊ। उत्तर प्रदेश के विधान सभा चुनाव की परीक्षा में योगी आदित्यनाथ सरकार भ्रष्टाचार पर जीरो टालरेस, माफियाराज का खात्मा और विकास की बड़ी-बड़ी परियोजनाओं के मुद्दे के साथ जा रही है लेकिन सांस्कृतिक राष्ट्रवाद की धारा को भी समानांतर तेज किया जा रहा है। राम मंदिर निर्माण के साथ संवर पही है। अयोध्या भारतीय जनता पार्टी के सांस्कृतिक राष्ट्रवाद के एंजेंडे का इंडिया ऊंचा कर रही है तो अब काशी के कायाकल्प की कहानी भी जन-जन तक पहुंचाने के जतन शुरू हो गए हैं। श्री काशी विश्वनाथ धाम कॉरिंडोर के लोकार्पण का सीधा प्रसारण मठ-मंदिरों तक करा चुका भाजपा संगठन ऐसे कार्यक्रमों की रूपरेखा बना रहा है, जिनसे उत्तर प्रदेश के प्रत्येक बूथ तक काशी के वैभव का संदेश पहुंचे।

मिशन शक्ति को बढ़ावा, बेटों से आगे निकल रही बेटियां

राज्यपाल आनंदीबेन पटेल बोलीं, खुशी के साथ चिंता का विषय यह है कि बेटियां आगे चल रही हैं और बेटे पीछे

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय के 40वें दीक्षांत समारोह में राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने बेटियों को लेकर बढ़ा बयान दिया है। उन्होंने कहा कि बेटियों आगे बढ़ रही हैं, यह फक्त की बात है। आनंदीबेन पटेल ने कहा हर जगह बेटियों आगे चल रहीं, बेटे पीछे, इस पर तो शोध करना पड़ेगा। राज्यपाल के हाथों विश्वविद्यालय के 45 मेधावी सम्मानित हो रहे हैं। खास बात यह है कि इस वर्ष दिए गए 45 स्वर्ण पदकों में से 32 पर बेटियों ने कब्जा जमाया है।

स्मृति स्वर्ण पदक पाने में भी बेटियों आगे हैं। दीक्षांत समारोह में कुल 46 विद्यार्थियों को 76 पदक दिए जा रहे हैं। इसमें 36 पदक बेटियों को मिले हैं।

राज्यपाल के हाथों मेडल और शाबाशी पाकर विविक के मेधावियों के चेहरे खिल गए हैं। इस मौके पर राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने कहा कि 70 फीसदी छात्राओं ने गोल्ड जीता है। अभी जहां भी जाते वहां बेटियों की धूम दिखती है। ऐसा ही माहौल रहता है। उन्होंने कहा कि खुशी के साथ चिंता का विषय यह है कि बेटियों आगे चल रही हैं और बेटे पीछे। उन्होंने इस पर शोध की जरूरत बताई। उन्होंने कहा कि यदि इसकी वजह नहीं पता चली तो 100 फीसदी बिटिया ही होगी।

उन्होंने कहा कि पोषण कलेंडर बना है। इसमें लिखा है क्या खाना चाहिए और कितना। गांव-गांव से खून लेकर डेटा कलेक्ट किया जाएगा। डॉक्टर की सुविधा

बेटे पीछे जा रहे, इस पर तो करना पड़ेगा शोध



छात्र और छात्राओं पर देश की प्रगति और विकास की जिम्मेदारी

समारोह में मुख्य अतिथि प्रो.एके श्रीवास्तव ने कहा कि किसी भी विविक के लिए एकेडमिक कलेंडर और दीक्षांत समारोह महत्वपूर्ण होता है। जिन छात्र और छात्राओं ने पदक हासिल किया है, उन पर देश की प्रगति और विकास को लेकर अहम जिम्मेदारी है। बढ़ती जनसंख्या से पानी का संकट पैदा होता है। देश, खाद्यान्त के मामले में आत्मनिर्भर हुआ है। आज हम आयात की बजाए निर्यात कर रहे हैं। मिलक और मीट के निर्यात में यूपी अग्रणी राज्यों में हैं। उन्होंने कुपोषण के खिलाफ जंग का आँखान करते हुए कहा कि हर व्यक्ति 10 लोगों को ऐसा मैसेज दे कि कुपोषण को लेकर वह जागरूक हो। यदि किसी बच्चे को एक हजार दिनों तक अच्छी डाइट नहीं मिलती तो वह हमेशा बीमार रहेगा। मधुमेह इसी का नतीजा। आयोडीन साल्ट सिर्फ मेज का नमक है। इसके पहले संकायाध्यक्ष ने शोध करने वाले छात्र और छात्रों को प्रतिज्ञा दिलाई।

भी दी जाएगी। दिल्ली में बैठ कोई डॉक्टर इनका इलाज करेगा। उन्होंने कहा कि केंद्र माताओं को पोषण मिलेगा। गोल्ड मेडलिस्ट ने अपना मेडल बच्चों को पहनाया है। सभी कुपोषण से बच्चों को यूनिवर्सिटी जाना चाहिए। उन्हें लैब और नवाचार को लेकर जानकारी देनी चाहिए।

बच्चों को जाना चाहिए काशी

पीएम के काशी दौरे का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि दो दिनों तक पीएम और सौंदर्यकरण की साथ आयाम मिला है। जब हमें जिंदगी में आगे बढ़ना है तो जानना चाहिए कि दुनिया में क्या है। बनारस कैसे बदल रहा है इसे पीएम ने बताया। कई संत थे वहां। आजादी महोत्सव का प्रवर्चन सुने। जब हम समाज में कुछ देखते हैं तो मन में कई प्रश्न आते हैं। काशी में कैसे क्या बदला इसे यूनिवर्सिटी और प्राइमरी के बच्चों को दिखाना चाहिए। साथ ही काशी का भ्रमण भी करना चाहिए।

नाथ पीठ को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ले जाने का प्रयास

प्रवक्ताओं ने कहा नाथ पीठ को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ले जाने का प्रयास है। गुरु गम्भीर नाथ पीठ में जल्द शिक्षकों की नियुक्ति की जाएगी। उन्होंने कहा कि 40 कोर्स छात्रों को रोजगार के लिए किए जा रहे हैं। यूनिवर्सिटी को आत्मनिर्भर करने का प्रयास चल रहा है। उन्होंने कहा कि राज्यसभा सदस्य शिव प्रताप शुकला की नियुक्ति से हॉस्टल की स्थापना की गई है। इलेवेशन स्टडी के लिए ऑफिसर्फोर्ड यूनिवर्सिटी से कोलेजेशन किया गया है। 8 देश के 65 बच्चों ने यूनिवर्सिटी में प्रवेश दिया है। कुलपति ने कहा कि पूर्वांचल की मेधा के लिए स्टार्टअप की व्यवस्था की जा रही है। 5 रुपये में नाश्ता और 10 रुपये में भोजन उपलब्ध कराने के लिए योजना के लिये बंगलूरु की संस्था से अनुबंध किया गया है।



Sanjay Sharma

f editor.sanjaysharma
t @Editor_Sanjay

जिद... सच की

बेकाबू महंगाई पर नकेल कब?

कोरोना काल के बीच देश में महंगाई भी आसमान छूने लगी है। सरकारी आंकड़े भी इसकी पुष्टि करते हैं। आंकड़ों के मुताबिक थोक महंगाई दर नवंबर में 12 साल के शीर्ष स्तर 14.23 फीसदी पर पहुंच गई है जबकि खाद्य वस्तुओं की थोक महंगाई दर 6.70 फीसदी हो गयी है। इसके कारण आम आदमी का जीना मुहाल हो गया है। सबसे अधिक परेशानी गरीबों को हो रही है। बावजूद इसके सरकारी स्तर पर कोई ठोस कार्रवाई होती नहीं नजर आ रही है। सबसे अधिक परेशानी गरीबों को अधीन कर भारत की सीमाओं से परे लेकर गये थे। उन्होंने श्रीलंका, मालदीव, मलेशिया, दक्षिण थाईलैंड और इंडोनेशिया समेत दक्षिण-पूर्वी एशिया के अधिकांश हिस्से को अपने अधीन कर भारत की सीमाओं का विस्तार किया। उन्होंने थाईलैंड और कंबोडिया के शासकों से धन प्राप्त किया। दुनिया का सबसे बड़ा हिंदू मंदिर कंबोडिया के अंकोरवाट में है। 1893 में आत्मा के सप्तांश स्वामी विवेकानन्द ने विश्व धर्म संसद में ऐतिहासिक भाषण दिया और हिंदू धर्म से अमेरिका का परिचय कराया तथा पश्चिम में वेदांत और योग के प्रसार में महत्वपूर्ण भूमिका निभायी। चोल साम्राज्य के वैशिक विस्तार से सदियों पहले भारतीय मसाले बड़े बाजारों में सोने के बराबर या उससे अधिक दाम पाते थे। राजनीतिक, बौद्धिक, धार्मिक और अर्थर्थी शक्ति के रूप में भारत का वैशिक प्रभाव था। इस सोने की चिड़िया के परों को अरबों, मुगलों, फ्रांसीसियों, पुर्तगालियों, डचों और अंग्रेजों ने नोच दिया, जो व्यापारियों के रूप में आये थे और विस्तारवादी शक्ति बन बैठे।

पिछले डेढ़ साल से कोरोना ने पूरे देश में हाहाकार मचा रखा है। कोरोना के कारण लगाए गए लॉकडाउन ने देश की अर्थव्यवस्था को बेपटरी कर दिया है। इस दौरान तमाम उद्योग-धंधे बंद हो गए। लाखों लोग बेरोजगार हो गए। उनकी जमा-पूंजी भी खत्म हो चुकी है। बेरोजगारों की भीड़ कई गुना तेजी से बढ़ रही है। वही साल-दर-साल बढ़ती महंगाई ने लोगों का जीना मुहाल कर दिया है। खाद्य पदार्थ, डीजल, पेट्रोल, रसोई गैस और बिजली के दामों में भारी इजाफा हुआ है। इसने पहले से अधिक परेशानियों से जूझ रहे लोगों की मुसीबतें बढ़ा दी है। हालांकि सरकार ने गरीबों के लिए मुफ्त रशन और उद्योगों को सचालित करने के लिए पैकेज दिए हैं लेकिन ये पर्याप्त साबित नहीं हो रहे हैं। बढ़ती बेरोजगारी ने लोगों की क्रय शक्ति को न्यूनतम स्तर पर पहुंचा दिया है। इसका सीधा असर बाजार पर पड़ रहा है। उपभोक्ता वस्तुओं की मांग में कमी आने से बाजार मंदी का शिकार हो गया है। इसके कारण रोजगार के अवसर लगातार कम हो रहे हैं। सरकारी नौकरियां भी नाममात्र की हैं। नए उद्योग-धंधों की स्थापना नहीं होने के कारण हालात और बिगड़ते जा रहे हैं। बावजूद इसके वस्तुओं के दामों में इजाफा जारी है। इसका सबसे अधिक असर निम्न मध्यमवर्ग और गरीबों पर पड़ रहा है। बेरोजगारी के कारण उनकी हालत दिन-ब-दिन बिगड़ती जा रही है। जाहिर है यदि सरकार ने जल्द महंगाई पर नियंत्रण लगाने के लिए ठोस कदम नहीं उठाया तो हालात बेकाबू हो जाएंगे। सरकार को चाहिए कि वह महंगाई पर नियंत्रण करने के साथ-साथ रोजगार के साधनों को विकसित करे ताकि लोगों की क्रय शक्ति बढ़े।

१०८५

(इस लेख पर आप अपनी राय 9559286005 पर एसएमएस या info@4pm.co.in पर ई-मेल भी कर सकते हैं)

प्रदीप बाली

जनरल बिपिन रावत 8 दिसम्बर को इतिहास के नायकों में शामिल हो गए। बतौर चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ और पूर्व सेनाध्यक्ष रहते, वे सैन्य बलों की सोच और ढांचे में परिवर्तन का प्रतीक बने, जिसका वह नेतृत्व कर रहे थे। देश के पहले सीडीएस का व्याथित करने वाला निधन बहुत बड़ा हादसा है तथापि उनके द्वारा शुरू आधुनिकीकरण की प्रक्रिया और सेना के तीनों अंगों की संयुक्त कमान तंत्र बनाने का काम जारी रहेगा। जनरल बिपिन रावत पूर्व उप-सेनाध्यक्ष ले, जनरल लक्षण सिंह रावत के पुत्र थे, वर्दी में उन्होंने अपने करिअर को सर्वोच्च ऊंचाइयों पर पहुंचाया। जिसकी शुरुआत सोर्ड ऑफ ऑनर पाने से हुई, जो भारतीय सैनिक अकादमी में सब विषयों में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाले जेंटलमैन कैडेट को सेना में कमीशन प्राप्त करने वाले समारोह में प्रदान की जाती है।

प्रशिक्षण के सभी महत्वपूर्ण कोर्सों में खास मुकाम पाने और पढ़ाई में डॉक्टरेट स्तर की योग्यता पाने वाले बिपिन रावत ने थल सेना की विभिन्न वाहिनियों में काम करते हुए, जिनमें कुछ तैनातियां सबसे विकट एवं चुनौतीपूर्ण जगहों पर थीं, अपने नेतृत्व और सैन्य मादृ का लोहा मनवाया। उन्होंने कांगों में संयुक्त राष्ट्र बल में भारत की ओर से तैनात ब्रिगेड युप का नेतृत्व भी किया था। इन नियुक्तियों में जो विशेषता उन्हें औरों से जुदा करती है, वह है किसी भी परिस्थिति को तुरंत आंकना और उस पर काबू पाने की क्षमता, अपने जवानों की अगुवाई करने वाले किसी में यह खूबी होना नितांत जरूरी है। उच्च

सेना को वक्त की चाल में ढालेगी समृद्ध विरासत

स्तर पर उनके सैन्य नेतृत्व क्षमता की बात करें, तो वह ऐसे नायक थे जो जरूरत पड़ने पर निर्णय लेते और उसे अंतिम ध्येय तक पहुंचाते थे। उनके नेतृत्व में मैंने एक वाहिनी (कोर) की अगुवाई की है, एक बार उन्हें यकीन हो जाए कि चुनी गई डगर सही है, तो वह कुछ हो जाए, मंजिल पाने को उनकी निर्णयक प्रतिबद्धता की कोई भी कसम उठा सकता है। हमारी पूरी सीमा रेखा पर तमाम दुरुहों पर खुद तैनात रह चुके जनरल रावत के जहन में दूरस्थ इलाकों में फर्ज निभा रहे जवानों और फील्ड कमांडरों का ध्यान बना रहता था। सितम्बर, 2016 में जनरल रावत सेना मुख्यालय में बतौर उप-सेनाध्यक्ष नियुक्त होकर आए, थे और महत्वपूर्ण दफ्तरी कामकाज में जिस तरह तुरंत बदलाव आया, वह देखते बनता था। सभी मात्राओं की अपने तक पहुंच आसान बनाकर और जटिल विषयों को तन्मयता से सुलझाने के उनके विशिष्ट तरीके ने बहुत बड़ा फर्क लाया। बतौर डायरेक्टर जनरल ऑफ पसंपेक्टर प्लानिंग का मुखिया रहते मुझे भविष्य के



प्रसंपेक्टिव प्लान पर उनका सकारात्मक दखल आज भी याद है। उनमें किसी की बात सुनने की सहनशीलता गजब की थी और व्यवहार अधिकांशतः मिलनसार था लेकिन मजाल है कोई विषय उनकी प्रबुद्ध परख से गुजरे बिना रह जाए। जनवरी, 2017 में सेनाध्यक्ष का पद संभालने के बाद मानेकशो सभागार में होने वाले रिवायती पत्रकार वार्ता वाले क्षण परिभाषित करने वाले थे। संवाद बेलाग था और यह एकदम साफ हो गया था कि अब ऐसा सेनाध्यक्ष है, जो अपनी धारणा पर अडिग है, जरूरत पड़ने पर कड़क होने से नहीं टलेगा और अपने मन की बात सीधे और बेधेड़क होकर कहने में हिचकेगा नहीं। सेना का आधुनिकीकरण और तंत्र की पुनर्संरचना को आकाश देने और मार्गदर्शन में उनके दूरदृष्टिपूर्ण सैन्य मामलों पर विमर्श, चाहे विषय कार्यकारी हो या प्रशासनिक, मैं शामिल किसी को भी अपने खोजपूर्ण और तीखे सबालों से निशान कर देती हूं और उसका हाथ भी मजबूत करती है। जनरल रावत को न केवल एक फौजी का जनरल बल्कि कमांडर का जनरल भी बनाती है। उस मौके पर मुझे उनके अंदर वह क्षमता देखने को मिली जो फील्ड में तैनात करका कमांडर को स्पष्ट निर्देश भी देती है और उसका हाथ भी मजबूत करती है। जनरल रावत महत्वपूर्ण सैन्य मामलों पर विमर्श, चाहे विषय कार्यकारी हो या प्रशासनिक, मैं शामिल किसी को भी अपने खोजपूर्ण और तीखे सबालों से निशान कर देते हूं। लेकिन एक बार यकीन होने के बाद संगठनात्मक हितों को सबसे आगे रखकर लिए उनके निर्णय एकदम सुस्पष्ट हुआ करते थे। नियति ने उनके लिए और बहुत कुछ तय कर रखा था, जब देश के पहले सीडीएस का ऊंचा ओहदा मिला। उनके करिअर ग्राफ, दिमागी और दिली खूबियों को देखते हुए इस कष्टसाध्य नियुक्ति के लिए कोई और उनसे बेहतर पात्र था भी नहीं। बहुत जल्द थल-नभ-वायुसेना की संयुक्त कमान का वजूद एक हकीकत होगी और जनरल रावत की विरासत इसके जरिए

देश के भीतर मिलें अच्छे अवसर

प्रभु चावला

वर्ष 1025 में महान तमिल सम्प्राट राजेंद्र चोल प्रथम पहले भारतीय शासक थे, जो अपनी सेना को देश की सीमाओं से परे लेकर गये थे। उन्होंने श्रीलंका, मालदीव, मलेशिया, दक्षिण थाईलैंड और इंडोनेशिया समेत दक्षिण-पूर्वी एशिया के अधिकांश हिस्से को अपने अधीन कर भारत की सीमाओं का विस्तार किया। उन्होंने थाईलैंड और कंबोडिया के शासकों से धन प्राप्त किया। दुनिया का सबसे बड़ा हिंदू मंदिर कंबोडिया के अंकोरवाट में है। 1893 में आत्मा के सप्तांश स्वामी विवेकानन्द ने विश्व धर्म संसद में ऐतिहासिक भाषण दिया और हिंदू धर्म से अमेरिका का परिचय कराया तथा पश्चिम में वेदांत और योग के प्रसार में महत्वपूर्ण भूमिका निभायी। चोल साम्राज्य के वैशिक विस्तार से सदियों पहले भारतीय मसाले बड़े बाजारों में सोने के बराबर या उससे अधिक दाम पाते थे। राजनीतिक, बौद्धिक, धार्मिक और अर्थर्थी शक्ति के रूप में आये थे और विस्तारवादी शक्ति बन बैठे।

वजह अधिक सफलता की चाहत है, जो यहां उपलब्ध नहीं है? क्या धनियों का अब ब्रांड भारत में भरोसा नहीं रहा? वैशिक कंपनियों के लिए यह स्वप्निल बाजार है। विडंबना है कि बाहर जाती भीड़ भारतीय व्यवस्था को अवरोधक, पर्यावरण को अस्वास्थ्यकर और सामाजिक रूप से दमनकारी मानती है। स्वाभाविक रूप से यह मध्य वर्ग और नव धनिक समूहों के लिए बदल रहा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 2017 में प्रवासी भारतीयों के सम्बलित धर्म के लिए जिम्मेदारी नहीं दी तो क्या वह अधिकर बदल रहा है? विभिन्न रिपोर्टों के अनुसार भारतीय व्यवस्था को अवरोधक, पर्यावरण को अस्वास्थ्यकर और सामाजिक रूप से दमनकारी मानती है।

भारतीय देश छोड़ रहे हैं। बीते दो वर्षों में कनाडा, सिंगापुर, इंग्लैंड, ऑस्ट्रेलिया में स्थानीय निवास के बारे में पूछताछ में 60 प्रतिशत से अधिक वृद्धि हुई है। जाति-एवं निर्धनता के लिए यह अधिक शक्ति ने निर्धनता के रूप में आये थे और विस्तारवादी शक्ति बन बैठे। अब दो वर्षों

सर्दियों में केले खाने के फायदे या नुकसान



दिनों के मौसम में केला खाना चाहिए या नहीं, इसे लेकर कई लोग दुविधा में रहते हैं। केला एक ऐसा फल है जो शरीर को भरपूर एनर्जी देने का काम करता है। हालांकि अगर आपको सांस की कोई बीमारी है या फिर खांसी या सर्दी-जुकाम है तो ठंड के मौसम में रात में खाने से बचना चाहिए क्योंकि यह बलगम या कफ के संपर्क में आने पर जलन पैदा करता है। हेल्प एक्सपर्ट्स का कहना है कि अगर आपको साइंस की समस्या है तो भी आपको इसे सीमित मात्रा में खाना चाहिए। लेकिन जिन लोगों को ऐसी कोई स्वारथ्य समस्या नहीं है, उन्हें इस मौसम में केला खाने से बिल्कुल परहेज नहीं करना चाहिए। आड़े जानते हैं कि एक्सपर्ट्स की इस राय के पीछे क्या वजह है। जरूरी विटामिन और मिनरल्स से भरपूर- सर्दियों के मौसम में हड्डियों से जुड़ी दिकते बढ़ जाती हैं। हर दिन कैलिश्यम की जरूरी मात्रा से हड्डियों का घनत्व बना रहता है और उन्हें मजबूती मिलती है। केले में सभी जरूरी विटामिन और मिनरल्स जैसे पोटेशियम, कैलिश्यम, मैग्नीज, मैग्नीशियम, आयरन, फोलेट, नियासिन, राइबोफ्लोविन और बी 6 पाए जाते हैं। ये सभी पोषक तत्व स्वस्थ और शरीर के फंक्शन को सही रखते हैं।

फाइबर की भरपूर मात्रा

केला घुलनशील और अघुलनशील दोनों तरह के फाइबर से भरपूर होता है। घुलनशील फाइबर में पाचन को धीमा करने की प्रवृत्ति होती है। इससे पेट लंबे समय तक भरा हुआ महसूस होता है। यहीं वजह कि ज्यादातर लोग ब्रेकफास्ट में केले खाना पसंद करते हैं ताकि उन्हें भ्रूंख जल्दी ना लगे। आयर्वेद के अनुसार, रात के समय केला खाने से बचना चाहिए क्योंकि इससे खांसी और जुकाम बढ़ सकता है।



नींद अच्छी आती है

शाम के समय केला खाना एक अच्छी आदत है। पोटेशियम से भरपूर केला दिन भर की थकान के बाद मांसपेशियों को आराम देने में मदद करता है। देर शाम एक या दो केले खाने से थकान उत्तरने लगती है और नींद अच्छी आती है।

दिल के लिए अच्छा



केला खाने से दिल की बीमारियों और हाई ब्लड प्रेशर से बचा जा सकता है।

है। लीड्स यूनिवर्सिटी की एक स्टडी के अनुसार, फाइबर वाले फूड हृदय रोग और कोरोनरी धमनियों की बीमारी से बचाते हैं। केले में मौजूद पोटेशियम दिल की धड़कन और ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में मदद करता है, साथ ही दिमाग को भी सतर्क रखता है।

देर रात की भूख से बचाता है

अगर आपको आधी रात में भूख लगती है या फिर कुछ मीठा खाने की इच्छा होती है तो केले को डाइट में शामिल करें। इससे आप शुगर और हाई कैलोरी वाली चीजें खाने से बच जाएंगे। विटामिन और फाइबर से भरपूर होने के साथ ही केले आधी रात में लगने वाली भूख को भिटाने का काम करते हैं। अगर आप शाम को जिम जाते हैं या किसी तरह की एक्सरसाइज करते हैं तो उसके बाद एक केला खाने की आदत डालें।



कहानी

बहुत समय पहले की बात है, एक जंगल में नदी के किनारे पर एक साधु की कुटिया थी। एक दिन साधु ने देखा की उनकी कुटिया के सामने वाली नदी में एक सेब तेरता हुआ आ रहा है। साधु ने सेब को नदी से निकाला और अपनी कुटिया में ले आए। महात्मा सेब को खाने ही वाले थे की तभी उनके अंतर्मन से एक आवाज आई क्या यह तेरी सम्पत्ति है। यदि तुमने इसे अपने परिश्रम से पैदा नहीं किया है तो क्या इस सेब पर तुम्हारा अधिकार है। अपने अंतर्मन कि आवाज सुन साधु को आभास हुआ की उसे इस फल को रखने और खाने का कोई अधिकार नहीं है। इतना सोचकर साधु सेब को अपने झोले में डालकर सेब के असली स्वास्थी की खोज में निकल पड़े। थोड़ी दूर जाने पर साधु को एक सेब का बाग दिखाई दिया। उन्होंने बाग के स्वामी से जाकर कहा, आपके पेड़ से यह सेब गिरकर नदी में बहते-बहते मेरी कुटिया तक आ गया था, इसलिए मैं आपकी संपत्ति लौटाने आया हूं। वह बोला, महात्मा, मैं तो इस बाग का रखवाला मात्र हूं। इस बाग की स्वामी राज्य की रानी है। बाग के रखवाले की बात सुनकर साधु महात्मा सेब को देने रानी के पास पहुंचे। रानी को जब साधु के सेब को यहां तक पहुंचाने के लिए लम्बी यात्रा की बात पता चली तो वह बहुत आश्चर्यचकित द्वारा। उन्होंने एक छोटे से सेब के लिए इतनी लम्बी यात्रा का कारण साधु से पूछा। साधु बोले, महारानी साहिबा! यह यात्रा मैंने सेब के लिए नहीं बल्कि अपने जमीर के लिए की है। यदि मेरा जमीर भ्रूंख हो जाता तो मेरी जीवन भर की तपस्या नष्ट हो जाती। साधु की इमानदारी से महारानी बड़ी प्रसन्न हुई और उन्होंने साधु महात्मा को राजगुरु की उपाधि से सम्मानित कर उन्हें अपने राज धराने में रहने का निमंत्रण दिया। शिक्षा: हमें हर परिस्थिति में इमानदार रहना चाहिए। क्योंकि इमानदार व्यक्ति हमेशा ही समाज में सम्मान पाता है।

साधना

भगवान मेरे वे गुनाह माफ कर दें जिनकी वजह से मेरी शादी रुकी हुई है। नोट: शादीशुदा लोग रुकी शब्द हटाकर पढ़ें।



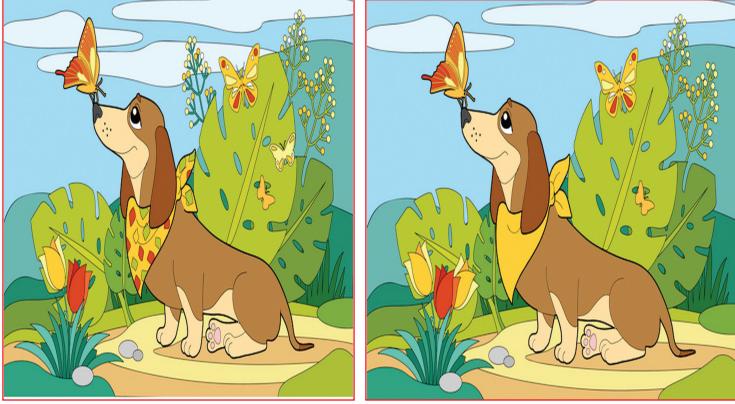
हंसना नना है

लड़का: तुम हॉट्सेप पर हो। लड़की: नहीं, वह मेरे फोन में है। लड़का: तुम हॉट्सेप पर हो। लड़की: नहीं, हॉट्सेप मेरे फोन में है।

पप्पू: मैंने दाढ़ पीना छोड़ दिया है। राजू: अरे कब से। पप्पू: उसी दिन से जब रात को मैं अपने फोन को आधे घंटे तक उसी की फ्लैशलाइट में ढूँढ़ता रहा।

बेटा: पापा आप सीए कैसे बने। पापा: बेटा, उसके लिये बहुत दिमाग की ज़रूरत पड़ती है और बहुत मेहनत से पढ़ाई करनी होती है। बेटा: हा, जानता हूं, इसीलिए तो पूछ रहा हूं कि आप सीए कैसे बने। पापा: दे थप्पड़...दे थप्पड़...।

5 अंतर खोजें



जानिए कैसा रहेगा कल का दिन

लेखक प्रसिद्ध ज्योतिषविद हैं। सभी प्रकार की समस्याओं के समाधान के लिए कॉल करें-9837081951



राशि से नवम भाव में गोचर करते हुए सूर्य का प्रभाव वेहतरीन रहेगा। धर्म एवं अध्यात्म के प्रति रुचि बढ़ेगी। भायोनेट के साथ नौकरी में भी नए अनुबंध प्राप्ति के योग बनेंगे।



तुला जो भी कार्य करेगे उसी में सफल रहेंगे। कोई भी बड़े से बड़ा कार्य आरंभ करना हो अथवा किसी नए अनुबंध पर हस्ताक्षर करना हो तो उस पूर्णे से भी ग्रह गोचर अनुकूल रहेगा।



वृश्चिक सफलता और सम्मान के बाबजूद किसी न किसी कारण से परिवारिक कलह और मानसिक अशांति का सामना करना पड़ेगा। माता पिता के स्वास्थ्य के प्रति विनाशील रहेंगे।



राशि से द्वितीय धन भाव में गोचर करते हुए सूर्य का प्रभाव काफ़ी मिश्रित फल प्रदान करेगा। स्वास्थ्य विशेष करके दाहिनी आंख से संबंधित समस्या से सावधान रहें। परिवार में एकता रखने में बुनियादी आंखें।



सिंह शादी विवाह से संबंधित वार्ता में थोड़ा और विलंब हो सकता है। किसी भी तरह के सरकारी टेंडर के लिए आवेदन करना चाह रहे हों तो उस दृष्टि से भी ग्रह गोचर अनुकूल रहेगा।



धनु शासन सता का भी पूर्ण सहयोग मिलेगा। संबंधित लोगों तथा राजनीतिकों से भी संबंध मधुर होंगे। दापत्य जीवन में भी मधुरता आएगी। शादी विवाह से संबंधित वार्ता सफल रहेगी।



कर्क राशि से छठे शत्रु भाव में गोचर करते हुए सूर्य का प्रभाव आपके लिये किसी वरदान से कम नहीं है। सोची समझी सभी रणनीतियां कारबाह होंगी। गुप्त शरू परास्त होंगे।



मकर भगवांदी की अधिकता रहेगी इसलिए अधिक खर्च के कारण आर्थिक तंती का भी सामना करना पड़ सकता है इंगड़े विवाद से भी संबंध मधुर होंगे। दापत्य जीवन में भी मधुरता आएगी। शादी विवाह से संबंधित वार्ता सफल रहेगी।



सिंह मित्रों के साथ संबंधित वार्ता में उदासीनता रहेगी। संतान संबंधी विता में कोई आंखी। नव दृष्टि के लिए संतान प्राप्ति एवं ग्रादुम्भिव के भी योग। परिवार के वरिष्ठ सदस्यों तथा बड़ी भाइयों से भी सहयोग मिलेगा।



कुम्ह आय के साधन बढ़ेंगे दिया गया धन भी वापस मिलेगा। किसी भी सरकारी टेंडर का आवेदन करना चाह रहे हों तो अवसर अनुकूल रहेगा। उच्चाधिकारियों से मधुर संबंध बनेंगे।



कन्या सफलताओं के बाबजूद परिवारिक कलह एवं मानसिक अशांति रहेगी। मित्रों तथा बड़ी भाइयों से अतिरिक्त समाचार प्राप्ति के योग। वाहन का क्रय भी करना चाह रहे हों तो ग्रह-गोचर अनुकूल रहेगा।



मीन विवाही कंपनियों में सार्वसंग्रह नारिकल के लिए भी आवेदन करना चाह रहे हों तो उस दृष्टि से भी समय अनुकूल रहेगा। किसी भी तरह की सरकारी सर्विस के लिए आवेदन करना चाह रहे

प्रि

यंका चोपड़ा इन दिनों अपनी अगली हॉलीवुड फिल्म एट्रिक्स को लेकर व्यस्त हैं। उन्होंने कुछ तस्वीरें शेयर कीं, जो लोगों को काफी पसंद आई थीं। वहीं, अब प्रियंका चोपड़ा ने एक बार फिर कुछ तस्वीरें इंस्टाग्राम पर शेयर की है। उनकी ये तस्वीरें बेहद ग्लैमरस हैं और लोगों को काफी पसंद आ रही हैं। इन तस्वीरों में प्रियंका चोपड़ा काफी खूबसूरत लग रही है। आप भी देखें उनकी ये तस्वीरें।

प्रियंका चोपड़ा इन तस्वीरों में ब्लैक एंड ब्लाइट आउटफिट में नजर आ रही है। ब्लैक एंड ब्लाइट ड्रेस के साथ उन्होंने मैचिंग कोट भी पहना है। प्रियंका चोपड़ा ने इस आउटफिट के साथ खुले बाल रख कर अपने लुक को कंप्लीट किया है। प्रियंका चोपड़ा ने बेहद लाइट मेकअप और सिफ ईयरिंग पहना है। प्रियंका चोपड़ा ने अपना लुक सिंपल और कलासी रखा है। इन तस्वीरों में प्रियंका चोपड़ा की खूबसूरती देखने लायक है। प्रियंका चोपड़ा की इस तस्वीर पर

फैंस जमकर कमेंट कर रहे हैं। सोशल मीडिया पर प्रियंका चोपड़ा काफी एक्टिव रहती है और तरह-तरह के लुक्स में फैंस के साथ तस्वीरें शेयर करती हैं। प्रियंका चोपड़ा बॉलीवुड से लेकर हॉलीवुड तक में एक्टिव रहती है।

बॉलीवुड**मसाला**

उनके लुक्स और फैशन सेंस की तारीफ होती है। प्रियंका चोपड़ा के ऊपर ये हेयरस्टाइल काफी अच्छा लग

रहा था। वो लगातार मीडिया में अपनी इस लुक की वजह से छाई हुई हैं। उनकी ये तस्वीरें सोशल मीडिया पर

वायरल हो रही हैं। प्रियंका चोपड़ा इन दिनों लंदन में है। वे अभी एक प्रोमोशन शूट करने में बिजी हैं।

अब करिएमा तमा बनाने जा रही हैं दुर्घटना

इन दिनों बॉलीवुड और टीवी इंडस्ट्री में भी सादियों का सीजन चल रहा है। कई सितारों के शादी के बंधन में बंधने की खबरें सामने आ रही हैं। इसी लिस्ट में अब मशहूर टीवी एक्ट्रेस करिश्मा तन्ना का नाम भी जुड़ता नजर आ रहा है। मीडिया रिपोर्ट्स की माने तो करिश्मा जल्द ही अपने लॉन्ना टाइम बॉयफ्रेंड वरुण बानधेरा के साथ सात फेरे लेने वाली हैं। अब करिश्मा और वरुण की शादी की तारीख भी सामने आ गई है।

दरअसल, कहा जा रहा है कि शादी की सभी रस्में 4 फरवरी से शुरू हो जाएंगी। 4 फरवरी को हल्दी, महंदी और संगीत सेरेमनी का गैंड आयोजन किया गया है। इसके अगले ही दिन, यानी 5 फरवरी को करिश्मा और वरुण मुंबई में सात फेरे लेने वाले हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, इस दौरान केवल परिवार के सदस्यों और कुछ खास दोस्तों को ही आमत्रित किया जाएगा। इसके बाद 6 फरवरी को एक शानदार रिसेप्शन पार्टी का आयोजन किया जाएगा, जिसमें 4 फरवरी की कई मर्दानी की शादी के साथ साथ हो जाएगी। 4 फरवरी को हल्दी, महंदी और संगीत सेरेमनी का गैंड आयोजन किया गया है। इसके अगले ही दिन, यानी 5 फरवरी को करिश्मा और वरुण मुंबई में सात फेरे लेने वाले हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, इस दौरान केवल परिवार के सदस्यों और कुछ खास दोस्तों को ही आमत्रित किया जाएगा। इसके बाद 6 फरवरी को एक शानदार रिसेप्शन पार्टी का आयोजन किया जाएगा।

जाएगा, जिसमें इंडस्ट्री की कई मशहूर हस्तियां शारीक हो सकती हैं। दूसरी ओर, कहा जा रहा है कि 12 नवंबर को करिश्मा और वरुण ने सगाई भी कर ली है, इस समारोह को काफी निजी रखा गया था। इस दौरान दोनों के परिवार के सदस्य ही मौजूद थे। गौरतलब है कि करिश्मा ने अपनी शादी और डेटिंग की खबरों पर पूरी तरह से चुप्पी साधी हुई है। उन्होंने अब तक आधिकारिक तौर पर पुष्ट नहीं की है।

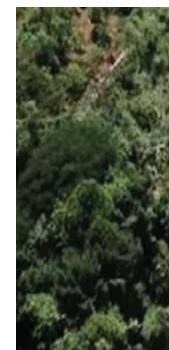
**हनीमून की जगह कब्रिस्तान पहुंचे पति-पत्नी 1 दिन में किया 15 लोगों का अंतिम संस्कार**

शादी-व्याह किसी भी कपल के लिए लाइफ में सबसे बड़ा इवेंट होता है। शादी के पहले इसकी तैयारियाँ में लोग जुटे होते हैं और शादी के बाद धूमना-फिरना शुरू हो जाता है। पोस्ट वेडिंग एक्टिविटी यानी हनीमून में कपल की खुशी देखने लायक होती है। लेकिन अगर कोई कपल शादी के बाद तुरंत हनीमून की जगह कब्रिस्तान पहुंच जाए तो सोशल मीडिया पर ऐसे ही एक कपल की तस्वीर वायरल हो रही है, जो शादी के तुरंत बाद कब्रिस्तान पहुंच गया। कब्रिस्तान में दोनों ने मिलकर कोरोना से मरे लोगों का अंतिम संस्कार किया। जानकारी के मुताबिक, 34 साल के मुहम्मद रिद्जीवन औसमान और उसकी बीवी 26 साल की नूर अफिफा हवीब ने 13 दिसंबर को शादी की थी। लेकिन पति-पत्नी ने शादी के बाद हनीमून पर जाने की जगह कोविड वारियर बनने का फैसला किया। उन्होंने शादी के बाद पहले हफ्ते तक कोरोना से मरे मरीजों का अंतिम संस्कार करने का फैसला किया। हनीमून की जगह कब्रिस्तान में शादी के बाद पहला हफ्ता बिताने के इस फैसले की लोग काफी तारीफ कर रहे हैं। नया-नवेला दूल्हा रिद्जीवन टीम कांगकुल की कामेंबर है, जो कोविड 19 के मरीज और उसके मौत के बाद मुफ्त में उनका क्रियाक्रम करते हैं। रिद्जीवन ने बताया कि शादी के अगले दिन ही उसे टीम से कॉल आया कि कोरोना मरीज की मौत के बाद उसकी डेड बॉडी को दफनाने जाना है। उसने ये बात अपनी पत्नी को बताई, जिसके बाद वो भी उसके साथ चलने को तैयार हो गई। कपल तुरंत कब्रिस्तान गए, जहां उन्होंने कोरोना से मौत के बाद मरीजों का अंतिम संस्कार किया। कपल ने सुल्तान अब्दुल हलीम अस्पताल में रखी लाशों का अंतिम संस्कार किया। इस दौरान अन्य लोगों ने भी उनकी मदद की। जिस टीम का रिद्जीवन हिस्सा है, उसमें कई ऐसे लोग मैंबर हैं जो समाज सेवा के लिए वो इससे जुड़े हैं। ये लोग वैसे तो दूसरे जगह पर काम करते हैं लेकिन समाज सेवा के लिए वो इस टीम की मदद करते हैं।

**अजब-गजब****दुनिया के लिए बनाया गया है पुल पेड़-पौधों और हरियाली से है भरपूर**

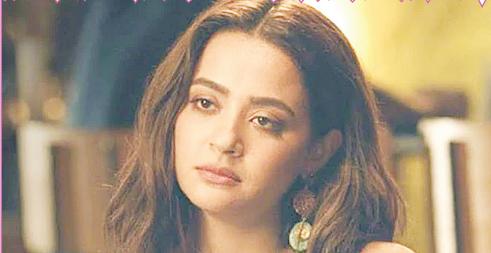
दुनिया में बहुत सारे जानवरों की प्रजातियां खतरे में हैं। एक समय में धरती तरह-तरह के जानवरों से भरी हुई थी, लेकिन धीरे-धीरे इंसान के विकास का खामियाजा उन्हें अपनी जान देकर चुकाना पड़ा। अब भी जानवरों की कई प्रजातियों की संख्या बेहद कम हो चुकी है। ऐसे में जानवरों की सुरक्षा के लिए ब्राजील में सरकार ने खास तौर पर एक पुल का निर्माण किया है, ताकि बंदर उस पर से जाकर सड़क पार कर सकें।

पुल का निर्माण रियो डी जेनेरियो के अटलांटिक फॉरेस्ट एरिया में किया गया है। पुल के निर्माण के पीछे सरकार की एक ही मंशा है कि यहां की सड़क से जाती हुई गाड़ियों के नीचे आकर बंदरों और अन्य जानवरों की मौत न हो। इसके लिए बनाए गए पुल को हरे-भरे पेड़-पौधों से सजाया गया है, ताकि जानवर आसानी से अपना रास्ता पा सकें और सड़क के उस पार चले जाएं। ब्राजील में ये पुल बंदरों बल्कि अन्य जानवरों के लिए फायदेमंद होगा। वे बिना डरे सड़क पार कर सकेंगे। रॉयटर्स की रिपोर्ट के मुताबिक



हो चुकी है, ऐसे में उन्हें एक्सिसेंट में मरने से बचाने के लिए ये कदम उठाया गया है। अटलांटिक फॉरेस्ट एरिया में अलग-अलग प्रजाति के तमाम जानवर रहते हैं, लेकिन बीच में हाईवे होने की वजह से अक्सर सड़क पार करने वाले जानवरों की जान चली जाती है। या फिर वे जख्मी हो जाते हैं। ऐसे में ये पुल ने सिर्फ बंदरों बल्कि अन्य जानवरों के लिए फायदेमंद होगा। वे बिना डरे सड़क पार कर सकेंगे।

ब्राजील में टैमरिन प्रजाति के बंदरों की संख्या अब सिर्फ 2500 तक सिमटकर रह गई है। साल 2018 में यहां फीवर की वजह से बंदर सड़क के दोनों ओर फैले हुए जंगल में जाने से डरते थे, ऐसे में पुल के ज़रिये वे बड़े इलाके में रह सकेंगे। पिछले साल ही बने इस पुल पर पेड़-पौधे लगाकर इसे हरा-भरा रखा गया है।

बॉलीवुड**मन की बात सुरवीन चावला भी हुई थी कास्टिंग काउच का शिकाय****फि**

लम्ही दुनिया में करियर बनाने का सपना कोन नहीं देखते, लेकिन यहां सफलता पाना उतना आसान नहीं, जितना नजर आता है। पिछले कुछ समय में इसी फिल्मी दुनिया का एक धिनौना चेहरा कास्टिंग काउच के रूप में उभरकर सामने आया है। कई सितारों को इसका सामना करना पड़ा है। अब इस पर मशहूर एक्ट्रेस सुरवीन चावला ने भी चौकाने वाला खुलासा किया है। टीवी से बड़े पैदें तक का सफर तय करने वाली सुरवीन चावला ने हाल ही में बताया है कि उन्हें साउथ फिल्म इंडस्ट्री में कास्टिंग काउच का सामना करना पड़ा है। इस बात का खुलासा उन्होंने एक शो में किया है। दरअसल, सुरवीन इन दिनों अपनी अगली बैबी सीरीज डीकपलड के प्रमोशन में काफी व्यस्त चल रही है। इसी सिलसिले में एक शो में पहुंची सुरवीन ने कास्टिंग काउच पर बात की तारीख दी। सुरवीन ने बताया कि दिक्षिण भारतीय फिल्म इंडस्ट्री में बहुत कास्टिंग काउच होता है। जिस समय वह टीवी से फिल्मों का रुख करने की कोशिश कर रही थी, तब उन्हें एक मीटिंग के लिए मुंबई में ही कही जाना था। इसी दौरान वह कास्टिंग काउच का शिकायर हुई। सुरवीन ने बताया कि वहां उनके वजन, ब्रेस्ट और कमर के साइज पर सवाल किए गए थे। एक्ट्रेस ने कहा कि इसके बाद उन्हें खुद पर डार्ट हो गया था। सुरवीन का कहना है कि फिल्मी नहीं कर सकता, ये सही तरीका नहीं है। हालांकि, सुरवीन का कहना है कि पिछले कुछ वर्ष में काफी चौंडे बदल गई हैं। लोग अब मेंटल हैल्थ, बॉडी शेपिंग और रिजेक्शन को लेकर खुलकर बात कर रहे हैं। गौरतलब है कि सुरवीन ने 2003 में टीवी सीरियल कहीं तो होगा से अपने करियर की शुरुआत की थी।

सरकार ने बढ़ाए ग्राम प्रधानों के मानदेय और वित्तीय अधिकार

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। विधान सभा चुनाव से पहले गांवों में विकास की गंगा बहाने और पंचायत प्रतिनिधियों को खुश करने के लिए मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने बुधवार को उपहारों की झड़ी लगा दी। सभी पंचायत प्रतिनिधियों का प्रतिमाह 1500 रुपये तक मानदेय बढ़ाते हुए मुख्यमंत्री ने ग्राम प्रधानों को 5,000, लाक प्रमुख को 11300 व जिला पंचायत अध्यक्ष को 15500 रुपये देने का ऐलान किया है। अब सूबे के करीब साढ़े सात लाख ग्राम पंचायत सदस्यों को भी मानदेय मिलेगा। इसके अलावा पंचायत प्रतिनिधियों के निधन पर स्वजनों को ग्राम पंचायत कोष से आर्थिक सहायता दिलाने व ग्राम व जिला पंचायतों के प्रशासनिक व वित्तीय अधिकारों में बड़ी बढ़ोतरी करने की भी अहम घोषणा की है।

त्रिस्तरीय पंचायत चुनाव के बाद बनी गांवों की सरकार को आत्मनिर्भर बनाने के लिए वृद्धावन कालोनी में ग्राम उत्कर्ष समारोह में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने यह घोषणा की। प्रधानों के वित्तीय व

- » पंचायत प्रतिनिधियों के निधन पर मिलेगी आर्थिक मदद
- » पांच ग्राम पंचायतों को दिया गया पुरस्कार



राज्यकर्मियों का महंगाई भत्ता बढ़ा

लखनऊ। यूपी सरकार ने सभी राज्य कर्मचारियों का महंगाई भत्ता 28 फीसदी से बढ़ाकर 31 फीसदी कर दिया है। इसका मतलब अब राज्य कर्मचारियों के भत्ते में तीन प्रतिशत की बढ़ातरी की गई है। यह महंगाई भत्ता जुलाई 2021 से देय होगा। कोरोना काल में कर्मचारियों के भत्ते बंद कर दिए गए थे।

प्रशासनिक अधिकार में भी बढ़ोतरी की गई। मनरेगा में भुगतान के लिए प्रधान के डिजिटल सिंगेचर लगेंगे। इसके अलावा जिला पंचायत और ग्राम पंचायत में अन्य विभागों के जई से एस्टीमेट्स और

पर्यवेक्षण का कार्य हो सकता है। सरकार ने वित्तीय अधिकारों में बढ़ातरी करते हुए जिला पंचायतों के लिए वर्तमान 10 लाख रुपये की सीमा से बढ़ाकर 25 लाख रुपये से किया गया है। परियोजनाओं के

क्रियान्वयन के लिए ग्राम पंचायत के वित्तीय, प्रशासनिक एवं तकनीकी अधिकारों में वृद्धि करते हुए प्रति कार्य 2 लाख रुपये की वर्तमान सीमा को बढ़ाकर 5 लाख रुपये किया गया है। सदस्य, ग्राम पंचायत का पहले कोई मानदेय नहीं था। अब 100 रुपये प्रति बैठक का प्रावधान किया गया है।

साल में अधिकतम 12 बैठक होंगी। वहीं पंचायत प्रतिनिधियों के पद पर रहने के दौरान मृत्यु होती है तो स्वजनों को आर्थिक सहायता देने के लिए ग्राम पंचायत कोष की स्थापना की गई है। अध्यक्ष जिला पंचायत को 10 लाख, सदस्य क्षेत्र पंचायत को तीन लाख और सदस्य ग्राम पंचायत को दो लाख रुपये मिलेंगे। इसके अलावा प्रदेश की पांच ग्राम पंचायतों को मुख्यमंत्री पंचायत प्रोत्साहन पुरस्कार दिया गया। इसके तहत सभी पांच ग्राम पंचायतों को 11-11 लाख रुपये से सम्मानित किया गया।

सुल्तानपुर के दोस्तपुर में जई की मनमानी से उपभोक्ता परेशान

» कनेक्शन के नाम पर अवैध वसूली करने का आरोप

4पीएम न्यूज नेटवर्क

सुल्तानपुर। जिले के कावीपुर तहसील में दोस्तपुर कस्बे में बिजली विभाग के जई की मनमानी से उपभोक्ता परेशान हैं। कस्बेवासियों ने जई के कामों की शिकायत विभाग के उच्चाधिकारियों से की है। कुछ उपभोक्ताओं ने लखनऊ मुख्यालय व ऊर्जा मंत्री को भी पत्र भेजा है। पत्र में यह आरोप लगाया है कि दोस्तपुर स्थित बिजली विभाग के दफ्तर में कार्यरत जई रविशंकर मौर्य भ्रष्टाचार में पूरी तरह लिपा है।

उपभोक्ताओं से अवैध कनेक्शन व खामियों के नाम पर क्षेत्र में अवैध वसूली करते हैं। उपभोक्ता सुनील रावत, ज्ञानेंद्र त्रिपाठी, रामधन सहित उपभोक्ताओं का कहना है कि सरकार का सख्त निर्देश है कि ग्रामवासियों को 24 घंटे बिजली की



छेड़छाड़ करते थे युवक, ग्रामीणों ने पेड़ से बांधकर पीटा

» वीडियो वायरल होने के बाद जांच शुरू

4पीएम न्यूज नेटवर्क

मुरादाबाद। मूँदापांडे थाना क्षेत्र के एक गांव में छेड़छाड़ के आरोप में ग्रामीणों ने तीन युवकों को एक पेड़ से बांधकर पिटाई कर दी। वायरल वीडियो में ग्रामीणों के साथ ही लड़कियां भी आरोपी युवकों को पीटते हुए नजर आ रही हैं। इसके साथ ही आरोपी भी कान पकड़कर माफी मांगते दिखाई दे रहे हैं। हालांकि, इस वीडियो की पुलिस के द्वारा पुष्टि नहीं की गई है लेकिन, इंटरनेट मीडिया पर यह वीडियो तेजी के साथ वायरल हो रहा है।

वायरल वीडियो में दावा किया गया है कि मूँदापांडे थाना क्षेत्र के समदा राय गांव में आए दिन लड़कियों के साथ कुछ युवक छेड़छाड़ करते हुए अश्लील हरकतें करते थे। इस दौरान ग्रामीणों ने तीनों युवकों को पकड़ लिया। इसके बाद पेड़ से बांधकर जमकर पिटाई कर दी। बाद में तीनों आरोपियों के माफी मांगने पर स्वजनों को सौंप दिया गया। इस मामले में मूँदापांडे थाना प्रभारी संजय पांचाल ने बताया कि मामले की जांच की जा रही है।

तो अखिलेश की सभा में उमड़ी भीड़ बता रही सियासी हवा!

सपा प्रमुख के जौनपुर विजय रथ यात्रा में उमड़ा जनसेलाब, 4पीएम की परिवर्ता में प्रबुद्धों ने रखे अपने विचार

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। विधान सभा चुनाव से पहले सपा प्रमुख अखिलेश यादव की सभाओं में लगातार भीड़ उमड़ रही है। इस भीड़ ने भाजपा की चिंता बढ़ा दी है। सवाल यह है कि अखिलेश की सभा में आ रही भीड़ वाया बोटों में तब्दील होगी? ऐसे कई सवाल उठे वरिष्ठ पत्रकार उमाकांत लखेड़ा, अमलेन्दु उपाध्याय, रंजीव, अजय शुक्ला, लेखक रविकांत और 4पीएम के संपादक संजय शर्मा के बीच चली परिवर्ता में।

रंजीव ने कहा, सत्ता में रहते हुए चुनाव लड़ना बड़ी चुनौती होती है। सपा ने खुद को भाजपा के मजबूत विकल्प के रूप में पेश किया है। भीड़ के लिए सपा के संगठन का योगदान है। यहीं वजह है कि यह भीड़ हर जगह दिख रही है।



रविकांत ने कहा, यूपी की जनता हमेशा बदलाव करती रही है। वह पांच साल से अधिक किसी को सत्ता में नहीं रखती। यह भीड़ कहीं से लायी नहीं गयी है। भाजपा के लिए यह चुनौती है। सवाल यह है कि यह भीड़ लगेंगी।

उमाकांत लखेड़ा ने कहा,

रोज शाम को ४ बजे देखिए 4PM News Network पर एक ज्वरं विषय पर वर्चा

प्रयागराज में सड़क हादसा, पांच जख्मी

4पीएम न्यूज नेटवर्क

प्रयागराज। जिले में बुधवार की देर रात पुराने यमुना पुल के निकट हादसा हो गया। इसमें बच्चों समेत पांच लोग जख्मी हो गए हैं। कीड़गंज थाना क्षेत्र में तेज स्पीड से आ रहे स्कार्पियो वाहन ने टक्कर मारी, इससे सभी लोग घायल हो गए। आसपास के जुटे लोगों की सूचना पर पुलिस ने घायलों का अस्पताल में भर्ती कराया। उधर हादसे के बाद स्कार्पियो लेकर चालक फरार है।

पुराने यमुना पुल के निकट स्कार्पियो की टक्कर से 13 वर्षीय समीर बंसल पुरुष वर्षांग युक्त कुपार निवासी चौंडी थाना कीड़गंज, 22 वर्षीय शिवम पुरुष प्रेम लाल निवासी चौंडी थाना कीड़गंज, 12 वर्षीय विराज पुरुष राजू निवासी वार्ड नंबर दो थाना शंकरगढ़, 12 वर्षीय आलोक पुरुष श्यामू निवासी गठघाट पुराना पुल थाना मुट्ठीगंज जख्मी हुए। पुराने यमुना पुल के निकट स्कार्पियो की टक्कर से 13 वर्षीय समीर बंसल पुरुष वर्षांग युक्त कुपार निवासी चौंडी थाना कीड़गंज, 12 वर्षीय विराज पुरुष राजू निवासी वार्ड नंबर दो थाना शंकरगढ़, 12 वर्षीय आलोक पुरुष श्यामू निवासी गठघाट पुराना पुल थाना मुट्ठीगंज जख्मी हुए। पुलिस फरार स्कार्पियो की चालक की तलाश कर रही है।

कांग्रेस प्रचार कमेटी की बैठक में हंगामा सिद्ध ने किया सीएम चन्नी पर हमला

» रिश्तेदारों को महत्वपूर्ण पद देने का भी उठाया मुद्दा

4पीएम न्यूज नेटवर्क



विभिन्न महत्वपूर्ण पदों पर लगाया जा रहा है, उन्हें हटाया चाहिए। सिद्ध ने यहां भी मुख्यमंत्री व उप मुख्यमंत्री सुखिंजिंदर सिंह रंधावा पर अप्रत्यक्ष रूप से निशाना साधा। मुख्यमंत्री ने रंधावा के दामाद तरुणवीर सिंह को एडिशनल एडवोकेट जनरल नियुक्त किया है। करीब साढ़े तीन घंटे चली बैठक में पार्टी किसी अंतिम निर्णय पर नहीं पहुंच सकी, लेकिन इस बात पर ज्यादा संभावना बनी कि राहुल गांधी के रोडमैप के हिसाब से कांग्रेस संयुक्त चेहरे को ही सामने रखकर प्रचार प्रोग्राम तैयार करे। पार्टी सूत्र बताते हैं कि बैठक में चर्चा हुई की क्या एससी चेहरे को आगे रखकर पार्टी के प्रचार पर रोडमैप तैयार किया जाए।

लोग बदलाव का मन बना रहे हैं। वोट डालने के समय लोगों के मन में पार्टी की छवि होती है लेकिन वे सबसे कम बुरे का चयन करते हैं। लोग अगले पांच साल और भाजपा को झेलने के मूड़ में नहीं दिख रहे हैं। सत्ता विरोधी रुझान अधिक है। रंजीव ने कहा, भाजपा सरकार मूल सवालों से बच रही है। क्या संगठन को जनता की समस्याओं से फीडबैक नहीं मिल रहा है। कई मुद्दों पर लोगों में नाराजी है। यह भाजपा को भारी पड़ेगा। अजय शुक्ला ने कहा, भीड़ अस्वाभाविक नहीं है। यह इसका प्रतीक है कि जनता मौजूदा सरकार से नाखुश है। इनका विकास का मॉडल हिंदूवादी है।

2022 में सपा सरकार बनने पर तीन महीने के भीतर कराएंगे जातिगत जनगणना : अखिलेश

- » सपा प्रमुख ने राकेश टिकैत को दिया चुनाव लड़ने का ऑफर
- » किसान नेता टिकैत बोले- कोई इलेक्शन नहीं लड़ना

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। समाजवादी पार्टी उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव में किसान आंदोलन को भुनाने की कोशिश कर रही है। सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव ने आंदोलन के नेता राकेश टिकैत को चुनाव लड़ने का न्योता दिया। हालांकि, टिकैत पहले ही साफ कर चुके हैं कि वे किसी पार्टी से जुड़ना नहीं चाहते हैं।

जौनपुर दौरे पर पहुंचे अखिलेश ने एक इंटरव्यू में कहा अगर राकेश टिकैत हमारे साथ चुनाव लड़ना चाहे तो वे उनका स्वागत करेंगे। राकेश टिकैत किसानों के बड़े नेता हैं। तीन कृषि कानूनों को लेकर उनका आंदोलन भी राजनीति से दूर रहा है। हालांकि चुनाव लड़ने का फैसला उनको लेना है। जौनपुर के बदलापुर में जनसभा के दौरान अखिलेश ने ऐलान किया कि अगर केंद्र सरकार जातिगत



जनगणना नहीं करती है तो 2022 में सपा सरकार बनने पर तीन महीने के भीतर जनगणना कराई जाएगी। उन्होंने कहा कि लाल टोपी और साइकिल इस बार बीजेपी का सफाया कर देगी। किसानों को खाद के लिए लाइन में लगना पड़ता है। मगर सपा सरकार में किसान लाइन में नहीं, किसानों के घर खाद पहुंचेगी। अखिलेश

ने कहा कि बीजेपी के लोगों ने कहा था कि हवाई चप्पल पहनकर आम आदमी हवाई जहाज की यात्रा कर सकता है। पेट्रोल-डीजल के दाम बढ़ने से गरीब आदमी बाइक से नहीं चल पा रहा है। सपा सरकार ने अपने कार्यकाल में लैपटॉप बांटा था। लैपटॉप अभी तक चल रहा है। बीबा मुख्यमंत्री ने वादा किया था कि

बीजेपी का हर वादा जुमला निकला

सपा अध्यक्ष बोले- भाजपा के इस कार्यकाल में व्यापारी, किसान, आम आदमी और छोटे दुकानदारों की कमाई आई हो गई है। कमाई आई हो जाए और मजदूरी दोगुनी तो खुशहाली कैसे आएगी। बीजेपी का हर वादा जुमला निकला। चुनाव आते ही बीजेपी के लोग धार्मिक चरण लगा लेते हैं। जिस बाबा लोगों को दवाई, बिस्तर और ऑक्सीजन की सहायता जरूरत थी, उस वक्त प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अपनी जनता को अनाव छोड़ दिया था, जो एंट्रेसेस उस वक्त चल रही थी, वह सारी समाजवादी पार्टी की ही हुई थी। अखिलेश यादव ने कहा कि बाबा ने 100 नबर को 112 करके पुलिस का भी कबाड़ा कर दिया है। बोको राजनीति ने बेगुनाह लोगों की जान ले ली है। कस्टोडियल डेप्युटी के मालिनी में यांती नंबर एक है। प्रदेश की जनता ने अपने आपको इतना आपानित कर्मी महसूस नहीं किया। बाबा ने लोगों का योग्यान छीन लिया है। सपा सरकार सबको नौकरी देने का काम करेगी।

कोई राजनीतिक दल मेरे नाम का इस्तेमाल न करे : टिकैत



दिल्ली बॉर्ड पर आंदोलन खल होने के बारे राकेश टिकैत अपने घर मेरठ पहुंचे। यहाँ उनका जोरदार स्वागत हुआ। टिकैत ने कहा कि मैं कोई चुनाव नहीं लड़ने जा रहा हूँ और किसी नी राजनीतिक दल को अपने पार्टर में नहीं नाम या फोटो का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। टिकैत का यह बयान तब आया, जब अखिलेश जौनपुर में उन्हें साथ चुनाव लड़ने का न्योता दे चुके थे।

कि जब बाबा खुद लैपटॉप, स्मार्टफोन और टैबलेट चलाना नहीं जानते हैं तो वह जनता को क्यों बांटेंगे?

देश में गायब हो रही खोजी पत्रकारिता : रमण



4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। भारत के प्रधान न्यायाधीश एन वी रमण ने कहा कि खोजी पत्रकारिता की अवधारणा 'दुर्बायरी से' मीडिया परिदृश्य से 'कम से कम भारतीय संदर्भ में' गायब हो रही है। पत्रकार उद्मुला सुधाकर रेण्डी की लिखी किताब 'लड़ सैंडर्स : द ग्रेट फॉरेस्ट हीस्ट' के विमोचन पर प्रधान न्यायाधीश ने कहा हमारे बगीचे में सब कुछ गुलाबी प्रतीत होता है।

उन्होंने लाल चंदन के संरक्षण में मीडिया की भूमिका पर प्रकाश डाला। लाल चंदन, जंगल की आग को शेषचलम पहाड़ियों के जंगलों में फैलने से रोकने के लिए जाना जाता है, लेकिन विलुप्त होने के खतरे का सामना कर रहा है। उन्होंने कहा लाल चंदन के काटने से पारिस्थितिक विनाश के परिणाम विश्व स्तर पर देखे जा सकते हैं और इन मुद्दों से स्थानीय स्तर पर निपटना समय की मांग है। प्रधान न्यायाधीश ने कहा कि लाल चंदन की सुरक्षा के लिए पहले से मौजूद कानूनों को लागू करने के लिए आवश्यक इच्छाशक्ति की कमी थी। उन्होंने कहा, ऐसे में मीडिया को अपनी भूमिका निभाने की जरूरत है। रक्षकों की भूमिका निभाने वाले व्यक्तियों और संस्थानों की सामूहिक विफलताओं को मीडिया द्वारा उजागर करने की आवश्यकता है।



सदस्यता

बीजेपी मुख्यालय लखनऊ में विभिन्न दलों के लोगों ने ली भारतीय जनता पार्टी की सदस्यता। पूर्व अध्यक्ष लक्ष्मीकात बाजरेई ने दिलायी सदस्यता। इस दौरान सभी ने जयश्री राम के जयकारे लगाए।

फोटो: 4पीएम

नितिन गडकरी करेंगे दिल्ली मेरठ एक्सप्रेसवे का उद्घाटन

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। 23 दिसंबर को पूर्व प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह की जयंती पर केंद्रीय परिवहन मंत्री नितिन गडकरी दिल्ली-मेरठ एक्सप्रेस वे का उद्घाटन करेंगे। साथ ही एक्सप्रेसवे के पांचवें चरण और आउटर रिंग के कार्य का शुभारंभ करेंगे। साथ ही कुछ अन्य एक्सप्रेसवे की भी घोषणा करेंगे।

पूर्व प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह की जयंती पर केंद्र सरकार की ओर से 23 दिसंबर को मेरठ में बड़ा आयोजन हो रहा है। सांसद राजेंद्र अग्रवाल ने सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी से संसद भवन स्थित कार्यालय में भेट की। इस दौरान नितिन गडकरी ने बताया कि 23 दिसंबर को मेरठ में एक कार्यक्रम होगा। इसमें मेरठ दिल्ली एक्सप्रेस-वे और अन्य परियोजनाओं का लोकार्पण एवं शिलान्यास किया जाएगा। नितिन गडकरी मेरठ-दिल्ली एक्सप्रेस वे पर सड़क मार्ग से ही मेरठ आएंगे।

गोमती नगर में पहली विदेशी मल्टी कलर प्रिंटिंग मशीन



आरथा प्रिंटर्स

इंतजार किस बात का, आयें और हाथों हाथ छपवाकर ले जायें।

कार्यालय: 5/600, विकास खण्ड गोमती नगर, लखनऊ। फोन: 0522-4078371