



# सांध्य दैनिक 4PM



मांगना मरने के बराबर है, इसलिए किसी से भीख मत मांगो। सतगुरु कहते हैं कि मांगने से मर जाना बेहतर है, अर्थात् पुरुषार्थ से स्वयं चीजों को प्राप्त करो, उसे किसी से मांगो मत।

-कबीर दास

जिद...सच की

www.4pm.co.in | www.facebook.com/4pmnewsnetwork | @Editor\_Sanjay | 4pm NEWS NETWORK

वर्ष: 9 • अंक: 190 • पृष्ठ: 8 • लखनऊ, बुधवार, 16 अगस्त, 2023

ऋषभ पंत फिट, जल्द टीम इंडिया में... 7 जिलों की चाह से निकलेगी जयपुर... 3 कैंग रिपोर्ट से खुली मोदी सरकार... 2

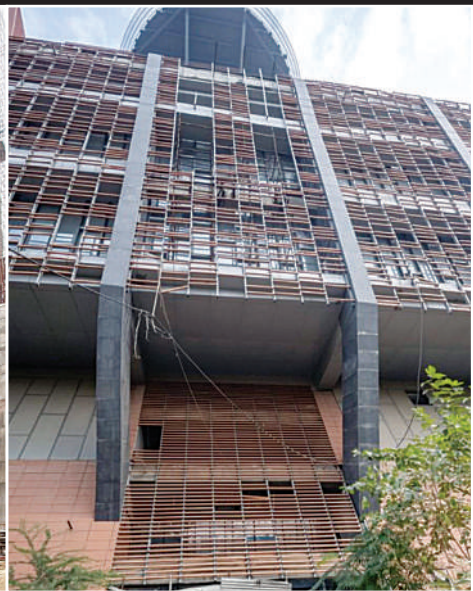
# जेपीएनआईसी को बनाने के लिए संजय शर्मा की पीआईएल पर हाईकोर्ट का सरकार को नोटिस

- » लगभग 9 सौ करोड़ की लखनऊ की ये शानदार बिल्डिंग हो रही थी खंडहर
- » अखिलेश यादव ने 2015 में कराई थी इस बिल्डिंग की शुरुआत
- » संजय सेठ की कंपनी शालीमार को मिला था इसका काम
- » योगी सरकार बनते ही शुरू हो गई इसकी जांच और रुक गया काम

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। यह खबर सरकार की लापरवाही का जीताजागता नमूना है। लखनऊ के पॉश इलाके गोमतीनगर में सपा सरकार में जय प्रकाश नारायण के नाम पर एक विशाल सेंटर बनाने की शुरुआत की जिसका नाम जेपीएनआईसी रखा गया। इस आधुनिक बिल्डिंग में कई ऑडिटोरियम, स्वीमिंग पूल तथा अन्य आधुनिक सुविधाएं उपलब्ध थीं। इस बिल्डिंग को बनाने का काम शालीमार समूह को दिया गया और फिर इसमें एक के बाद एक लापरवाही होती चली गई।

2017 में जब योगी सरकार आ गई तब सरकार ने कहा कि इसमें बहुत भ्रष्टाचार हुआ है लिहाजा इसकी जांच कराई जायेगी। 2017 में यह जांच शुरू हुई और बिल्डिंग में काम रुक गया। बिल्डिंग तो नहीं बनी लेकिन अपनी गर्दन फंसती देखकर शालीमार समूह के मालिक संजय सेठ समाजवादी पार्टी छोड़कर भाजपा में चले गये और भाजपा ने



## टूट रही है बिल्डिंग और चोरी हो रहा है सामान

जेपीएनआईसी जैसी भव्य बिल्डिंग पूरे यूपी में कहीं नहीं थी। इसकी छत पर हेलीकॉप्टर उतारने की व्यवस्था की गई थी। मगर राजनीतिक दलों की आपसी खींचतान के चलते न सिर्फ इस बिल्डिंग का काम रुका बल्कि यह बिल्डिंग टूटने लगी है और इसका सामान चोरी होने लगा है। लिहाजा इस बिल्डिंग को तत्काल बनाए जाने की बहुत जरूरत है।

4PM के संपादक संजय शर्मा ने हाईकोर्ट में पीआईएल दाखिल करके कहा ये जनता के पैसे की बर्बादी

पीआईएल में तत्काल इस बिल्डिंग को पूरा करने का किया गया अनुरोध

उनको सांसद भी बना दिया। मगर किसी को यह ध्यान नहीं आया कि जनता के टैक्स के पैसे से बन रही यह बिल्डिंग अधुरी पड़ी है। संजय

शर्मा ने अपने लोकप्रिय यूट्यूब चैनल 4PM में एक विस्तार से रिपोर्ट बनाई थी और बताया था कि किस तरह जनता के पैसे के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है और सैकड़ों करोड़ की यह बिल्डिंग खंडहर बनती जा रही है। इस रिपोर्ट में सिस्टम की लापरवाही पूरी तरह से उजागर हो गई थी। अप्रैल में 4PM के संपादक संजय

शर्मा ने सरकार को एक विस्तृत प्रत्यावेदन देकर अनुरोध किया था कि इस भवन को तत्काल पूरा किया जाए। मगर सरकार की ओर से कोई आदेश नहीं आया। इसके बाद संजय शर्मा ने हाईकोर्ट में पीआईएल दाखिल करके कहा कि देरी होने के कारण इस भवन का स्टीमेट लगातार बढ़ रहा है और सालों से बंद पड़ी बिल्डिंग खंडहर बनती

जा रही है। लिहाजा तत्काल इस बिल्डिंग को बनवाने के आदेश सरकार को दिये जाएं। क्योंकि ये जनता के पैसे की बर्बादी है। आज हाईकोर्ट के चीफ जस्टिस के सामने यह पीआईएल पेश हुई और उसके बाद उन्होंने सरकार और एलडीए को इस संबंध में नोटिस जारी करके उन्हें एक महीने का समय दिया है कि वे अपना जवाब दाखिल करें।

## जांच से बचने के लिए संजय सेठ ने थामा भाजपा का दामन

सपा सरकार में बन रही इस महत्वाकांक्षी योजना का काम संजय सेठ को इसलिए मिला क्योंकि वे सपा मुखिया मुलायम सिंह यादव के बहुत करीबी थे। मगर प्रदेश में भाजपा सरकार के आते ही उन्होंने समझ लिया कि उनकी गर्दन फंस सकती है लिहाजा वे भाजपा में चले गये और फिर जांच रिपोर्ट ठंडे बस्ते में चली गई।



# परम्परागत मतदाताओं वाले पोलिंग स्टेशनों को किया दूर : सपा इसी के निर्देशों की हुई अनदेखी

» बुध मामले में की शिकायत, आपत्तियों को नहीं माना

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। सपा प्रदेश अध्यक्ष नरेश उत्तम पटेल ने राज्य मुख्य निर्वाचन अधिकारी को ज्ञापन सौंपकर जिलों में जिलाध्यक्ष, महानगर अध्यक्ष, सांसद, विधायकों द्वारा दर्ज कराई गई आपत्तियों के आधार पर बूथों में परिवर्तन एवं संशोधन कराने की मांग की है। ज्ञापन में कहा गया कि निर्वाचन क्षेत्रों में कई बूथों को भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशों के विपरीत बना दिया गया है। आरोप है कि सपा के परम्परागत मतदाताओं वाले पोलिंग स्टेशनों को छह किमी तक दूर कर दिया गया है। घनी आबादी के बीच, रेलवे लाइनों, बड़ी नहरों, बड़े नालों के पार पोलिंग स्टेशन बनाये गए हैं। यहाँ पहुंचने में मतदाताओं

को परेशानी होगी। ज्ञापन में लखनऊ, गाजियाबाद, बलरामपुर, श्रावस्ती, बहराइच तथा अम्बेडकरनगर क्षेत्र के बूथों में सुधार के लिए सुझाव दर्ज कराए गए हैं। सपा का कार्यकर्ता प्रशिक्षण शिविर बांदा में 16 व 17 अगस्त को होगा। पहले दिन लोकतंत्र का भविष्य, जातीय जनगणना, सोशल मीडिया, वर्तमान

दो दिवसीय कार्यकर्ता प्रशिक्षण शिविर बांदा में आज से शुरू

सरकार में किसानों की स्थिति समेत कई विषयों पर वक्ता अपने विचार रखेंगे। 17 अगस्त को समाजवादी पार्टी और लोकसभा चुनाव-2024 पर चर्चा होगी। पहले दिन सपा महासचिव शिवपाल सिंह यादव और दूसरे दिन सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव कार्यकर्ताओं व पदाधिकारियों से रूबरू होंगे। सपा के प्रदेश अध्यक्ष नरेश उत्तम पटेल 16 अगस्त को प्रथम सत्र की शुरुआत करेंगे। पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव के संबोधन के साथ प्रशिक्षण कार्यक्रम का समापन होगा।



# अगली बार पीएम मोदी घर से करेंगे झंडारोहण : खरगे

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क  
नई दिल्ली। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर पीएम मोदी को निशाने पर लेते हुए कहा था कि वह प्रधानमंत्री अगले साल अपने घर पर ही ध्वजारोहण करेंगे। खरगे के इस बयान पर अनाद्रमिक नेता एम थंबोदुरई ने पलटवार किया है। उन्होंने कांग्रेस अध्यक्ष के बयान पर जवाब देते हुए कहा कि पूरा भारत ही पीएम मोदी का घर है। 15 अगस्त को लाल किले से देश को संबोधित करते हुए पीएम मोदी ने कहा था कि वह अगले साल स्वतंत्रता दिवस पर देश दिवारा की गई प्रगति का प्रदर्शन करेंगे।



उन्के इस बयान पर प्रतिक्रिया देते हुए कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा कि वह अगले साल एक बार फिर ध्वजारोहण करेंगे लेकिन अपने घर पर। मीडिया से बात करते हुए थंबोदुरई ने कहा कि पूरा भारत पीएम मोदी का घर है। उनका अपना परिवार नहीं है, इसलिए वे पूरे भारतवासियों को अपना परिवार मानते हैं। इसलिए लाल किला ही एक ऐसा स्थान है, जहां वह ध्वजारोहण कर सकते हैं और हमेशा करेंगे। खरगे के पास उनका अपना परिवार होगा, लेकिन पीएम मोदी के लिए पूरा भारत ही उनका परिवार है। खरगे ने जो कहा, वह बिलकुल सही था। लाल किला ही पीएम मोदी का घर है और वो हर साल यहीं से ध्वजारोहण करेंगे। आज थंबोदुरई ने पूर्व पीएम को राजधानी दिल्ली में सदैव अटल स्मारक पर श्रद्धांजलि दी। पहली बार भाजपा ने एनडीए में शामिल सभी साधियों को श्रद्धांजलि अर्पित करने के लिए आमंत्रित किया था।

# शरद पवार की वजह से नेता बने हैं अजित : संजय राउत

» बोले- जूनियर लोग क्या देंगे केन्द्रीय कैबिनेट का ऑफर

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

मुंबई। अजित पवार का शरद पवार को केन्द्रीय मंत्रिमंडल में शामिल होने की पेशकश की खबरों पर संजय राउत ने कहा, अजित इतने बड़े नेता नहीं हैं कि वह शरद को ऑफर दे सकें। संजय राउत ने कांग्रेस के एक पूर्व सीएम के हवाले से मीडिया रिपोर्ट को लेकर सवाल पूछा गया, जिसमें कहा गया था कि अजित ने शरद को केन्द्रीय मंत्रिमंडल में जगह देने की पेशकश की है। संजय राउत ने कहा, अजित पवार को पवार साहब ने बनाया, शरद पवार को अजित पवार ने नहीं बनाया, 60 साल से भी ज्यादा समय पवार साहब संसदीय राजनीति



में बिता चुके हैं, चार बार महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री रहे हैं, शरद पवार को कद बहुत बड़ा ये जूनियर लोग हैं, ये क्या ऑफर देंगे। शरद पवार और भतीजे अजित पवार के बीच बीते शनिवार (12 अगस्त) को पुणे में एक सीक्रेट मीटिंग हुई थी, इस मीटिंग में शरद पवार को पड़ा ऑफर मिलने की बात कही जा रही है।

# मद्र में चारों ओर बुराईयों ने उठाया सिर

» कमलनाथ ने पीसीसी मुख्यालय में किया ध्वजारोहण, भाजपा सरकार को हटाने का संकल्प

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

भोपाल। पूर्व मुख्यमंत्री और पीसीसी चीफ कमलनाथ ने कांग्रेस कार्यालय में ध्वजारोहण किया। स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर उन्होंने प्रदेश की जनता के लिए संदेश वाचन भी किया। उन्होंने भाजपा सरकार पर जमकर निशाना भी साधा। उन्होंने जनता से प्रदेश की तरक्की और सच्चाई का साथ देने बुराई का अंत करने संकल्प लेने की बात कही। इस अवसर पर कमलनाथ ने अपनी सरकार की उपलब्धी गिनाते हुए जनता से कहा कि आज देश के लोकतंत्र पर हमला हो रहा है। हमें इस हमले का डट कर मुकाबला करना है। आजादी के 76 साल बाद हमें एक बार फिर बुराई पर अर्च्छाई की जीत हासिल करनी है। उन्होंने कहा कि हमारे प्रदेश में बहुत सी



बुराईयां सिर उठा रही हैं। उन्होंने कहा कि हमें बेरोजगारी की बुराई का अंत युवाओं को रोजगार देकर करना है। उन्होंने कहा कि एक और बुराई भ्रष्टाचार और घोटाले है। मध्य प्रदेश में इंसान से लेकर भगवान तक किसी को भ्रष्टाचार और घोटालों से निजात नहीं मिल रही है। उन्होंने महाकाल लोक घोटाला, सुपुड़ा भवन अग्निकांड घोटाला, पटवारी भर्ती घोटाला, पोषण आहार घोटाला, आरक्षक भर्ती घोटाला, काराम डैम घोटाला,

प्रदेश में चल रहा भ्रष्टाचार का खेल आवाज उठाने को जेल : बापू सिंह

राजगढ़ विधायक बापू सिंह ने प्रदेश सरकार पर निशाना साधा है। उनका कहना है कि प्रदेश में भ्रष्टाचार का खेल चल रहा है, जो आवाज उठाता है तो उसकी आवाज दबाने की कोशिश की जाती है। एफआईआर कराई जा रही है। बता दें कि मध्यप्रदेश के लगभग 41 जिलों में कांग्रेस की राष्ट्रीय सचिव प्रियंका गांधी वाड़ा, पूर्व मुख्यमंत्री कमलनाथ सहित कांग्रेस के अन्य सीनियर नेताओं पर भाजपा नेताओं ने एफआईआर दर्ज कराई है। इसका प्रदेश भर में कांग्रेस की ओर से विरोध किया जा रहा है। जिला कांग्रेस कार्यालय में कांग्रेस जिलाध्यक्ष प्रकाश पुरोहित व राजगढ़ विधायक बापू सिंह तंत्र के नेतृत्व में प्रकाश वार्ता का आयोजन किया गया।

पेसा भर्ती घोटाला, नर्सिंग कॉलेज घोटाला, छात्रवृत्ति घोटाला, ई-डेंडर घोटाला से लेकर कई घोटाला किए हैं। हमें इस भ्रष्टाचार और घोटाला राज को खत्म करना है। कमलनाथ ने जनता से कहा कि आइये हम सब मिलकर नए मध्य प्रदेश के निर्माण का संकल्प लें।

# कैंग रिपोर्ट से खुली मोदी सरकार की पोल

» केजरीवाल बोले- भ्रष्टाचार के सारे रिकॉर्ड तोड़े, देश के सामने आया पीएम का असली चेहरा

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

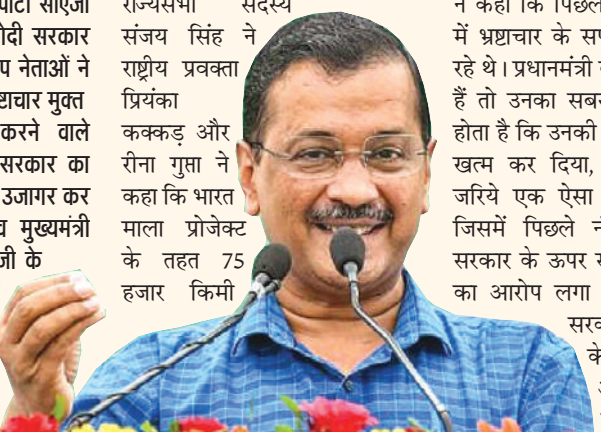
नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी सीएजी की रिपोर्ट के आधार पर मोदी सरकार को घेरने में जुट गई है। आप नेताओं ने कहा कि सीएजी रिपोर्ट ने भ्रष्टाचार मुक्त भारत बनाने का दावा करने वाले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सरकार का असली चेहरा देश के सामने उजागर कर दिया है। आप संयोजक व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने सीएजी के हवाले से प्रकाशित एक रिपोर्ट के आधार पर कहा कि मोदी सरकार ने भ्रष्टाचार के 75 वर्ष के सारे रिकॉर्ड तोड़ दिए हैं।

वहीं, आप के वरिष्ठ नेता संजय सिंह ने कहा कि द्दारका एक्सप्रेसवे 18 करोड़ रुपये प्रति किमी की लागत से बनना था, लेकिन मोदी सरकार ने इसकी लागत बढ़ाकर 250 करोड़ रुपये प्रति किमी कर दी। आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेता एवं राज्यसभा सदस्य संजय सिंह ने राष्ट्रीय प्रवक्ता प्रियंका कक्कड़ और रीना गुप्ता ने कहा कि भारत माला प्रोजेक्ट के तहत 75 हजार किमी सड़क बन रही है। ये सड़क 15 करोड़ प्रति किमी की लागत से बननी थी, लेकिन मोदी सरकार ने लागत 15 से 25 करोड़ रुपये प्रति किमी बढ़ाकर 7.5 लाख करोड़ रुपये का घोड़ाला किया और अधिकांश काम अडाणी की कंपनियों को दे दिया। संजय सिंह ने कहा कि पिछले दिनों मोदी संसद में भ्रष्टाचार के सफाए का दावा कर रहे थे। प्रधानमंत्री कहीं भी भाषण देते हैं तो उनका सबसे बड़ा दावा यही होता है कि उनकी सरकार ने भ्रष्टाचार खत्म कर दिया, मगर सीएजी के जरिये एक ऐसा खुलासा हुआ है, जिसमें पिछले नौ वर्षों में मोदी सरकार के ऊपर सबसे बड़े भ्रष्टाचार का आरोप लगा है। लिहाजा मोदी सरकार ने भारत माला के नाम पर अपने आपको मालामाल कर लिया।

सड़क बन रही है। ये सड़क 15 करोड़ प्रति किमी की लागत से बननी थी, लेकिन मोदी सरकार ने लागत 15 से 25 करोड़ रुपये प्रति किमी बढ़ाकर 7.5 लाख करोड़ रुपये का घोड़ाला किया और अधिकांश काम अडाणी की कंपनियों को दे दिया। संजय सिंह ने कहा कि पिछले दिनों मोदी संसद में भ्रष्टाचार के सफाए का दावा कर रहे थे। प्रधानमंत्री कहीं भी भाषण देते हैं तो उनका सबसे बड़ा दावा यही होता है कि उनकी सरकार ने भ्रष्टाचार खत्म कर दिया, मगर सीएजी के जरिये एक ऐसा खुलासा हुआ है, जिसमें पिछले नौ वर्षों में मोदी सरकार के ऊपर सबसे बड़े भ्रष्टाचार का आरोप लगा है। लिहाजा मोदी सरकार ने भारत माला के नाम पर अपने आपको मालामाल कर लिया।

आयुष्मान में तीन फोन नंबरों पर 10 लाख को मिल गया इलाज

दूसरी ओर उन्होंने कहा कि भाजपा वाले आयुष्मान योजना की खूब तारीफ करते हैं। वह कहते हैं कि पूरे देश के लिए मोदी सरकार ने बहुत बड़ा स्वास्थ्य का इंतजाम कर दिया है। तीन फोन नंबर पर 10 लाख लोगों को आयुष्मान योजना चल रही है। मध्यप्रदेश में 400 लोगों की मौत हो चुकी है, फिर भी इन 400 लोगों का इलाज आयुष्मान योजना के तहत चल रहा है। मध्यप्रदेश में ही आठ हजार लोग एक ही समय में कई अस्पतालों में इलाज करा रहे हैं। हरियाणा में 4121 लोगों का एक ही समय में कई अस्पतालों में इलाज चल रहा है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री को अब भ्रष्टाचार के खिलाफ नहीं बोलना चाहिए, क्योंकि जब प्रधानमंत्री भ्रष्टाचार के खिलाफ बोलते हैं तो हसी आती है। प्रधानमंत्री पहले अजित पवार के 70 हजार करोड़ रुपये के घोटाले के खिलाफ बोलते हैं और उसके तुरंत बाद अपनी सरकार में शामिल कर लेते हैं। वहीं आप की वरिष्ठ नेता रीना गुप्ता ने कहा कि पिछले सप्ताह नरेंद्र मोदी ने संसद में देश को भ्रष्टाचार मुक्त बनाने का दावा किया था, जबकि भारत माला, आयुष्मान प्रोजेक्ट समेत मोदी सरकार के हर प्रोजेक्ट में घोटाले हो रहे हैं।



  
**R3M EVENTS**  
ACTIVATION · EVENTS · EXHIBITION



**R3M EVENTS**  
4/725 Vaibhav Khand, Gomti Nagar, Lucknow  
E-mail: rajendra@r3mevents.com, Mob : 095406 11100





# रसभरी

## हाई बीपी और आंखों के लिए फायदेमंद

केप गूसबेरी को रसभरी या मकोय के नाम से भी जाना जाता है। ये छोटे-छोटे गोल-गोल नारंगी रंग के फल होते हैं। इस फल का स्वाद खट्टा-मीठा होता है। रसभरी आमतौर पर दक्षिण अफ्रीका, अमेरिका, भारत और चीन आदि देशों के गर्म क्षेत्रों में उगाई जाती है। रसभरी की पत्तियां भी काफी गुणकारी होती हैं। यह फल सेहत के लिए काफी फायदेमंद है। इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स, विटामिन-सी, पॉलीफेनॉल आदि पाए जाते हैं। इस फल में कैलोरी की मात्रा कम होती है। आप इसे नाश्ते के रूप में भी खा सकते हैं। इसका इस्तेमाल डेसर्ट में भी किया जाता है।



### हाई ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने में मददगार

मकोय में हैपॉलीफेनोल्स और कैरोटीनॉयड जैसे फाइटो केमिकल्स मौजूद होते हैं। जो हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों के लिए फायदेमंद है। यह हाई बीपी के स्तर को कंट्रोल करने में मददगार है। इसके अलावा मकोय में घुलनशील पेंटेन फाइबर पाया जाता है, जो बैड कोलेस्ट्रॉल को कम करता है। इससे दिल से जुड़ी बीमारियां कम होती हैं।

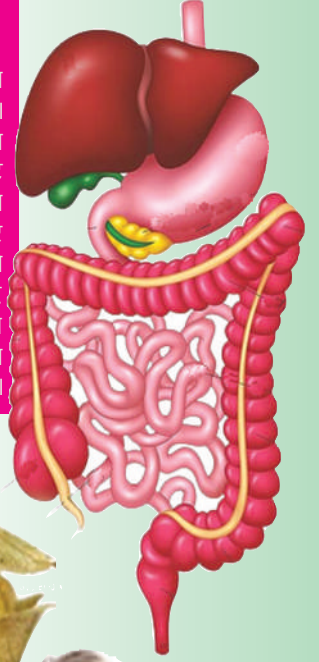


### आंखों के लिए फायदेमंद

रसभरी में विटामिन-सी, विटामिन-ए और आयरन से भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। इस फल के सेवन से इम्यून सिस्टम मजबूत होता है। इसके अलावा इसमें आयरन भी होता है, जो आंखों की सेहत के लिए जरूरी पोषक तत्व है। इससे आंखों की रोशनी बढ़ती है। जिससे आप मोतियाबिंद आदि समस्याओं से बच सकते हैं।

### पाचन तंत्र को दुरुस्त करे

बरसात के मौसम में पाचन तंत्र कुछ ही समय के लिए कमजोर या धीमा हो जाता है। बरसात के मौसम में होने वाली दो आम पाचन समस्याओं में अपच और पेट खराब होना शामिल है। इस समस्या से राहत के लिए रसभरी फाइबर का समृद्ध स्रोत है। जिन लोगों को कब्ज की समस्या है, उनके लिए यह फल रामबाण साबित हो सकता है। रसभरी पाचन तंत्र को बढ़ावा देती है।



### हड्डियों को स्वस्थ रखे

अगर हड्डियों से जुड़ी समस्या से परेशान हैं तो रसभरी मदद कर सकती है। इस फल में कैल्शियम और फॉस्फोरस भरपूर मात्रा में होता है। जो हड्डियों को स्वस्थ रखते हैं। इसमें मौजूद पेंटेन कैल्शियम और फॉस्फोरस के अवशोषण में मदद करता है। इससे हड्डियां मजबूत होती हैं।



### सर्दी और पलू से बचाव

मानसून के दौरान मौसम के बदलाव से आपको सूंघने, खांसी होने और बुखार जैसी समस्या हो सकती है। इससे बचने के लिए रसभरी को डाइट में शामिल करें। मकोय में एंटी ऑक्सिडेंट गुण पाए जाते हैं, जो आपको सर्दी और पलू जैसी परेशानियों से बचा सकता है। यह फल खांसी की समस्या को दूर करने में भी कारगर है।

### वजन घटाने में मददगार

अगर आप बढ़ते वजन से परेशान हैं तो डेली डाइट में रास्पबेरी को शामिल कर सकते हैं। इसमें अधिक मात्रा में फाइबर और मैग्नीशियम पाया जाता है। रसभरी में फैट्स और कैलोरी की मात्रा काफी कम होती है। जिससे यह फल वजन कम करने में सहायक है। आप इसे वेत लॉस जर्नी में ब्रेकफास्ट के तौर पर शामिल कर सकते हैं। इसे सलाद या सब्जी में मिक्स करके भी खा सकते हैं।

## हंसना मजा है

एक लड़का वलास में लड़की को रोज चुपके चुपके देखा करता था, एक दिन लड़का बोला-आई लव यू, लड़की-अगर मैं भी आई लव यू बोलू, तो तुमको कैसा लगेगा? लड़का- जानम, मैं तो खुशी से मर जाऊंगा, लड़की बड़ी चालाक निकली, तिरछी नजर घुमा के बोली- जा नहीं बोलती, जी ले अपनी जिंदगी?

ज्योतिषी- तुम्हारा नाम कविता है? कविता- जी महाराज, ज्योतिषी- रितेश तेरे पति का नाम है? कविता- जी (हाथ जोड़ते हुए) ज्योतिषी- पति की उम्र 45 साल है? कविता- जी.. जी.. ज्योतिषी- तेरे दो लड़के और एक लड़की है? कविता- जी.. बिलकुल सही, ज्योतिषी- बड़ा लड़का.. 18 वर्ष का है.. नाम ऋषिकांत है, कविता- हां में गर्दन हिलाती है, ज्योतिषी- लड़की 15 साल की.. नाम ऐश्वर्या है, कविता- (झुक कर) जी.. महाराज, ज्योतिषी-सबसे छोटा लड़का है जो अभी दस साल का है.. नाम राजू है, कविता- (आश्चर्य से झुक कर चरणों में झुकते हुए) जी बिलकुल सही सही बता रहे हैं, ज्योतिषी- तूने कल 25 किलो गेहूं खरीदे हैं? कविता- (पैरों पर गिर कर..) महाराज आप तो पूरे अंतरयामी हैं, ज्योतिषी- अगली बार कुंडली लाना राशन कार्ड नहीं?

## कहानी | बड़ा सोचो

अत्यंत गरीब परिवार का एक बेरोजगार युवक नौकरी की तलाश में किसी दूसरे शहर जाने के लिए रेलगाड़ी से सफर कर रहा था। घर में कभी-कभार ही सब्जी बनती थी, इसलिए उसने रास्ते में खाने के लिए सिर्फ रोटीयां ही रखी थी। आधा रास्ता गुजर जाने के बाद उसे भूख लगने लगी, और वह टिफिन में से रोटीयां निकाल कर खाने लगा। उसके खाने का तरीका कुछ अजीब था, वह रोटी का एक टुकड़ा लेता और उसे टिफिन के अन्दर कुछ ऐसे डालता मानो रोटी के साथ कुछ और भी खा रहा हो, जबकि उसके पास तो सिर्फ रोटीयां थीं! उसकी इस हरकत को आस पास के और दूसरे यात्री देख कर हैरान हो रहे थे। वह युवक हर बार रोटी का एक टुकड़ा लेता और झूठमूठ का टिफिन में डालता और खाता। सभी सोच रहे थे कि आखिर वह युवक ऐसा क्यों कर रहा था। आखिरकार एक व्यक्ति से रहा नहीं गया और उसने उससे पूछ - भैया तुम ऐसा क्यों कर रहे हो, तुम्हारे पास सब्जी तो है ही नहीं फिर रोटी के टुकड़े को हर बार खाली टिफिन में डालकर ऐसे खा रहे हो मानो उसमें सब्जी हो। युवक बोला, भैया, इस खाली ढक्कन में सब्जी नहीं है लेकिन ढक्कन में अचार है और मैं अपने मन में यह सोच कर खा रहा हूँ की मैं आचार के साथ रोटी खा रहा हूँ। फिर व्यक्ति ने पूछा, खाली ढक्कन में आचार सोच कर सूखी रोटी को खा रहे हो तो क्या तुम्हें आचार का स्वाद आ रहा है? हां, बिलकुल आ रहा है, मैं रोटी के साथ अचार सोचकर खा रहा हूँ और मुझे बहुत अच्छा भी लग रहा है, युवक ने जवाब दिया। एक व्यक्ति बोला, जब सोचना ही था तो तुम आचार की जगह पर मटर-पनीर सोचते, शाही गोभी सोचते। तुम्हें इनका स्वाद मिल जाता। सोचना ही था तो भला छोटा क्यों सोचे तुम्हें तो बड़ा सोचना चाहिए था। मित्रों इस कहानी से हमें यह शिक्षा मिलती है की जैसा सोचोगे वैसा पाओगे। छोटी सोच होगी तो छोटा मिलेगा, बड़ी सोच होगी तो बड़ा मिलेगा। इसलिए जीवन में हमेशा बड़ा सोचो। बड़े सपने देखो, तो हमेशा बड़ा ही पाओगे। छोटी सोच में भी उतनी ही उर्जा और समय खपत होगी जितनी बड़ी सोच में, इसलिए जब सोचना ही है तो हमेशा बड़ा ही सोचो।

### 7 अंतर खोजें



## जानिए कैसा रहेगा कल का दिन

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



पंडित संदीप आनंद शर्मा

<b>मेघ</b> 	वैवाहिक प्रस्ताव मिल सकता है। परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। कुसंगति से बचें। चिंता रहेगी। धन प्राप्ति में अवरोध दूर होगा। कोर्ट व कचहरी में अनुकूलता रहेगी।	<b>तुला</b> 	प्रेम-प्रसंग में आशातीत सफलता प्राप्त होगी। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। अप्रत्याशित लाभ हो सकता है। सट्टे व लॉटरी से दूर रहें। कारोबार का विस्तार होगा।
<b>वृषभ</b> 	वृषशत्रु भय रहेगा। जीवनसाथी के स्वास्थ्य की चिंता रहेगी। शारीरिक कष्ट संभव है। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। भूमि व भवन संबंधी खरीद-फरोख्त की योजना बनेगी।	<b>वृश्चिक</b> 	राजभय रहेगा। विवाद को बढ़ावा न दें। लेन-देन में जल्दबाजी हानि देगी। शारीरिक कष्ट संभव है। अप्रत्याशित खर्च सामने आएंगे। व्यवस्था में मुश्किल होगी।
<b>मिथुन</b> 	किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का अवसर प्राप्त होगा। यात्रा मनोरंजक रहेगी। विद्यार्थी वर्ग सफलता हासिल करेगा। कारोबार में बुद्धिबल से उन्नति होगी।	<b>धनु</b> 	व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। नेत्र पीड़ा हो सकती है। मानसिक बेचैनी रहेगी। बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेंगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे।
<b>कर्क</b> 	लेन-देन में जल्दबाजी न करें। पुराना रोग उभर सकता है। दुःखद समाचार की प्राप्ति संभव है। किसी के उकसाने में न आएँ। बात बिगड़ सकती है।	<b>मकर</b> 	राज्य से प्रसन्नता रहेगी। कोई बड़ा काम हो सकता है। नई योजना बनेगी। नया उपक्रम प्रारंभ हो सकता है। सामाजिक कार्य करने का अवसर मिलेगा। प्रतिष्ठा बढ़ेगी।
<b>सिंह</b> 	पराक्रम व प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। घर-बाहर पूछ-परख रहेगी। आय में वृद्धि होगी। कारोबार का विस्तार होगा। नौकरी में प्रमोशन मिल सकता है। प्रयास सफल रहेंगे।	<b>कुम्भ</b> 	आंखों को चोट व रोग से बचाएं। धन प्राप्ति सुगम होगी। सुख के साधन जुटेंगे। कारोबार लाभदायक रहेगा। नौकरी में उच्चाधिकारी प्रसन्न रहेंगे। मातहतों का सहयोग प्राप्त होगा।
<b>कन्या</b> 	आय में वृद्धि होगी। कारोबार लाभप्रद रहेगा। दुश्जन हानि पहुंचा सकते हैं। दूर से शुभ समाचार की प्राप्ति होगी। घर में अतिथियों का आगमन होगा। व्यय बढ़ेगा।	<b>मीन</b> 	पुराना रोग उभर सकता है। अनहोनी की आशंका रहेगी। मातहतों से कहासुनी हो सकती है। पार्टनरों से मतभेद संभव है। वाहन व मशीनरी के प्रयोग में सावधानी रखें।

**टी**वी के मोस्ट पॉपुलर कपल हितेन तेजवानी और गौरी प्रधान ने टीवी पर एक साथ कई सीरियल में काम किया है। अब आठ साल बाद एक बार फिर ये रियल लाइफ जोड़ी एक साथ छोटे पर्दे पर अपनी एक्टिंग का जलवा दिखाएंगे। दोनों अपकमिंग शो 'पश्मीना' का हिस्सा होंगे। इस शो की शूटिंग फिलहाल मुंबई में हो रही है। खबरों की मानें तो टीम जल्द ही इस शो की शूटिंग के लिए कश्मीर जाएगी। ईटाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक, एक सूत्र ने 'पश्मीना' कहानी के बेसिक प्लॉट का खुलासा किया। सूत्र ने कहा, कहानी कश्मीर और मुंबई के बीच फोकस है। हितेन शो में मुंबई बेस्ड एक शादीशुदा के किरदार में नजर आएंगे। वे एक बच्चे का पिता हैं। वह कश्मीर की यात्रा करते हैं जहां वह किसी और के साथ रोमांटिक रूप से जुड़ जाते हैं। जैसे-

## ...फिर टीवी पर एक साथ नजर आएंगे हितेन तेजवानी और गौरी प्रधान

जैसे कहानी आगे बढ़ती है, हितेन के किरदार को पता

चलेगा कि कश्मीर में उसकी एक और बेटी भी है। मेकर्स गौरी के किरदार के बारे में जानकारी फिलहाल सीक्रेट रख रहे हैं। आठ साल बाद गौरी और हितेन को एक साथ स्क्रीन पर देखना दिलचस्प होगा। इस रियल लाइफ कपल को आखिरी बार टीवी शो 'मेरी आशिकी तुम से ही' में देखा गया था।



### गौरी-हितेन ने साथ कई टीवी सीरियलों में किया है काम

2000 के दशक की शुरुआत में, इस डायनमिक जोड़ी ने एक बार टेलीविजन स्क्रीन पर राज किया था। कुटुंब और क्योंकि सास भी कभी बहू थी जैसी पॉपुलर सीरीज में अपनी शानदार ऑन-स्क्रीन केमिस्ट्री और कैरेक्टर के साथ इस जोड़ी ने दर्शकों के दिलों में जगह बनाई थी। ये ऑफ और ऑन-स्क्रीन जोड़ी सबसे फेवरेट जोड़ियों में से एक है। दोनों की पहली मुलाकात एक टीवी एड के सेट पर हुई थी। इसके बाद दोनों की मुलाकात 'कुटुंब' के सेट पर हुई जहां दोनों ने एक-दूसरे के अपोजिट काम किया। उनकी ऑफ-स्क्रीन केमिस्ट्री जमने लगी। गौरी और हितेन ने अप्रैल 2004 में गौरी के होमटाउन पुणे में एक प्राइवेट फंक्शन में शादी कर ली थी। नवंबर 2009 में कपल ने जुड़वा बच्चों एक बेटा और एक बेटी का वेलकम किया था।

### बॉलीवुड

### उत्साह

## कुछ लोग रातोंरात कामयाब हो जाते हैं, कुछ लोगों को खुद साबित करना पड़ता है : यामी



**अ**

क्षय कुमार की फिल्म ओएमजी-2 सिनेमाघरों में रिलीज हो चुकी है और बॉक्स ऑफिस पर काफी अच्छा परफॉर्म कर रही है। जयलॉन्स से लेकर कोर्टरूम और कॉमेडी सीक्वेंस तक को दर्शक पसंद कर रहे हैं। फिल्म में पंकज त्रिपाठी और यामी गौतम अहम रोल निभाते दिखाई दिए हैं। ओएमजी 2 को लेकर यामी गौतम भी सुर्खियों का हिस्सा बन गई हैं। इसी बीच सोशल मीडिया पर एक यूजर ने उनको अंडर यूटिलाइज्ड कह दिया जिसके बाद यामी ने उन्हें जवाब दिया और साथ ही अपना एक्सपीरियंस शेयर किया। दरअसल यूजर ने ट्विटर पर लिखा-यह हैरानी की बात है कि कैसे यामी गौतम हर बार अपनी परफॉर्मंस से हमें हैरान कर देती हैं! फ्लहसूत्र2 कोई अपवाद नहीं है। वह अपने हर फ्रेम की मालिक हैं! उनकी खामोशी भी बहुत कुछ कहती है। मुझे अंडररेटेड शब्द से नफरत है। मैं बस इतना कहूंगा कि हमारे फिल्म मेकर्स ने उनका कम इस्तेमाल किया है। इस टवीट का जवाब देते हुए यामी गौतम ने लिखा- कुछ लोगों को रातों-रात कामयाबी मिल जाती है, कुछ लोगों को सालों तक लगातार खुद को साबित करना पड़ता है। कुछ लोग अपने टैलेंट (या उसकी कमी) की मार्केटिंग करने में महान होते हैं, कुछ लोग सिर्फ अपने टैलेंट को बोलना चाहते हैं। एक एक्ट्रेस के तौर पर मैं सिर्फ एक्टिंग करना जानती हूँ और अच्छी स्क्रिप्ट और वर्साटाइल कैरेक्टर्स की पहचान करने के लिए कड़ी मेहनत करती हूँ, यही मेरा टैलेंट है। यामी यहीं नहीं रुकीं, उन्होंने आगे लिखा- मैं अपने टैलेंट की मार्केटिंग को ज्यादा नहीं समझती या उसमें शामिल नहीं होती। बदकिस्मती से हमारी इंडस्ट्री के ज्यादातर लोगों के लिए सब कुछ किसी शख्स या प्रोजेक्ट की मार्केटिंग पर डिपेंड करता है, न कि किसी स्क्रिप्ट या कैरेक्टर की गहराई पर। शायद यही वजह है कि लोगों को लगता है कि मेरा कम इस्तेमाल किया जा रहा है।

**सि**मरत कौर गदर-2 को लेकर चर्चा में हैं। मुंबई में पत्नी-बढ़ी सिमरत ने साउथ इंडस्ट्री से होते हुए भी गदर-2 में मुस्कान का मेन किरदार निभाया है। हाल ही में उन्होंने फिल्म में अपने किरदार सहित अन्य मुद्दों पर दैनिक भास्कर से खास बात की। फिल्म में मेरे किरदार का नाम मुस्कान है। फिल्म की सेटिंग 1971 की है। फिल्म की कहानी के लिहाज से यह रोल बहुत इंपोर्टेंट है। वैसे 'गदर-2' की कास्ट सेम ही है। इसमें तारा सिंह, सकीना हैं, लेकिन इसमें नई लड़की मुस्कान है। अब कहानी में क्या होता है और वह क्यों आती है? उसके आने से क्या होता है, यह मुस्कान का किरदार के जरिए दर्शकों को पता चलेगा। मुझे पुरानी फिल्मों देखना और

## 600 लड़कियों के ऑडिशन के बाद सेलेक्ट हुई सिमरत कौर

पुराने गाने सुनने का बड़ा शौक है। मैंने नूतन, मधुबाला, मीना

### गदर-2

कुमारी, वैजयंती माला आदि तमाम पिक्चरें देखी हैं, इसलिए मुस्कान के किरदार में ढलना मेरे लिए काफी आसान हो गया था। मैंने नूतन और मधुबाला से इंसिपेरेशन जरूर ली है। इसके अलावा



डायरेक्टर अनिल शर्मा ने बताया कि इस कैरेक्टर के लिए तुम्हें जो कुछ फील होता है, वैसे ही करती जाना। मैं तुम्हारे लिए कोई वर्कशॉप नहीं ले रहा हूँ। उन्होंने मुझसे कहा तुम व्लासिकल डांस सीखो, जिससे तुममें 1971 की लड़की की बॉडी लैंग्वेज और हाव भाव आ जाए। व्लासिकल डांस के

अलावा मैंने उर्दू की व्लासेस ली है। पहले स्पोर्ट्स प्लेयर रही हूँ, सो फिजिकल तौर पर फिट रहते आई हूँ। यह तो नहीं कहूंगी कि मैं बाजीगर हूँ, पर यह सच है कि मुझसे पहले 600 लड़कियों का ऑडिशन लिया गया था। बहुत टाइम से ऑडिशन चल रहा था। मैं तो तब सेलेक्ट हुई, जब पालमपुर में फिल्म की शूटिंग शुरू हो गई थी। मैं वहां ऑडिशन देने गई थी, तब पता चला कि मेरे अलावा छह और लड़कियां ऑडिशन देने आई हैं। मैं इतना कह सकती हूँ कि इन 600 लड़कियों में से शायद मैं फिट बैठ रही होऊंगी, इसलिए मेरा सिलेक्शन हो गया। मैंने लगभग सात से आठ ऑडिशन दिए हैं। कई सारे लुक टेस्ट दिए, तब जाकर दो महीने बाद मेरा सिलेक्शन हुआ था। ऐसी पिक्चर आसानी से नहीं मिलती, अगर आसानी से मिल जाए तो फिर उसका मजा ही क्या है।

## यहां पाई जाती है दुनिया की सबसे बड़ी गिलहरी, खरगोश जितना है साइज

दुनिया में कई अलग-अलग तरह के जीव हैं जिनके बारे में इंसान को पूरी तरह जानकारी नहीं होती है यह सारे जीव प्रकृति के अनोखेपन को दर्शाते हैं। ऐसे ही कई जीव भारत में भी पाए जाते हैं पर शायद ही भारतीयों को उनके बारे में पता होगा। आज हम आपको एक गिलहरी के बारे में बताने जा रहे हैं यह गिलहरी दुनिया की सबसे बड़ी गिलहरियों में से एक है और यह भारत में पाई जाती है। इंडियन फॉरेस्ट सर्विस के अधिकारी परवीन कासवान ने हाल ही में एक तस्वीर शेयर की है जो एक गिलहरी की है। परवीन सोशल मीडिया पर एक्टिव रहते हैं और वो अक्सर ऐसी तस्वीरें शेयर करते हैं जिसके जरिए वो लोगों को जानवरों के बारे में जानकारी देते हैं। वो कई बार ऐसे सवाल भी पूछते हैं जिससे जलोगों की जानकारी बढ़ती है। इस गिलहरी की फोटो को पोस्ट करते हुए उन्होंने लिखा- भारत में पाई जाने वाली ये दुनिया की सबसे बड़ी गिलहरी की प्रजातियों में से एक है, क्या आप इसका नाम बता सकते हैं? उसके आगे वह लिखते हैं कि यह फोटो पश्चिम बंगाल के बक्सामें उन्होंने खींची थी। तस्वीर में जो गिलहरी नजर आ रही है वह पेड़ पर मौजूद है वो शरीर से खरगोश जितनी बड़ी दिखाई दे रही है। दिखने में वह आम गिलहरी जैसी नहीं लग रही है। उसकी काफी मोटी चमड़ी है। उसके शरीर पर काफी बाल भी मौजूद हैं, इस तरह गिलहरी को देख कर पहली नजर में कोई अंदाजा नहीं लगा सकता कि यह गिलहरी ही है। तस्वीर को सोशल मीडिया पर पोस्ट किए 1 दिन से ज्यादा का वक्त हो गया है और इस फोटो पर कमेंट कर परवीन ने लोगों को ये जानकारी भी है कि ये कौन सी गिलहरी है। उन्होंने लिखा-कई लोगों को लगा था कि ये मलाबार जायंट स्क्रिलर होगी पर असल में ये मलायन जायंट स्क्रिलर है जिसे ब्लैक जायंट स्क्रिलर के नाम से भी जाना जाता है। भारत में 3 तरह की बड़ी गिलहरियां पाई जाती हैं। वो हैं, मलायन जायंट स्क्रिलर, मलाबार जायंट स्क्रिलर और गिजल्ल जायंट स्क्रिलर। उनके पोस्ट पर कमेंट कर लोग अपनी प्रतिक्रिया भी दे रहे हैं। एक ने कहा कि उसे ये खूबसूरत जीव देखने को मिली थी।



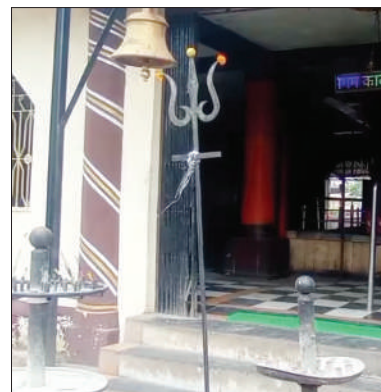
### अजब-गजब

### यहां भूत-पिशाच दूर करने का किया जाता है दावा

## इस अघोरी मंदिर में भक्त चढ़ाते हैं मांस, शराब और गांजा

जबलपुर। माना जाता है कि भूत प्रेत किसी-किसी इंसान को अपने वश में कर लेते हैं और इससे उस व्यक्ति की जिंदगी नरक समान हो जाती है। जबलपुर के त्रिमूर्ति नगर चांडाल भाटा क्षेत्र में स्थित ऐतिहासिक तांत्रिक मंदिर श्री श्री 108 गंगाराम मंसाराम अघोरी का मंदिर है। इस अघोरी के मंदिर में बड़ी दूर दूर से लोग पहुंचते हैं। अघोरी मंदिर में नारियल, नींबू आदि से पूजा की जाती है।

अघोरी बाबा मंदिर के पंडा से बातचीत के दौरान पता चला कि आज से लगभग 200 वर्ष पूर्व तीन भाई अघोरी जो काफी सिद्ध पुरुष थे, उन्होंने इस ऐतिहासिक अघोरी बाबा के मंदिर की आधारशिला रखी थी। उन तीनों भाइयों की छोटी-छोटी प्रतिमाएं इस मंदिर में विराजित हैं, जिनका पूजन करने से ही भक्तों की मनोकामनाएं पूरी होने लगी और लगने लगी जबलपुर ही नहीं पूरे मध्यप्रदेश के भक्तों की भीड़। जिस भी भक्त की इच्छा अघोरी बाबा पूरी करते हैं वह यहां पर भंडारा और प्रसाद वितरण



अवश्य कराता है।

अघोरी मंदिर के पंडा का कहना था कि यह अघोरी का मंदिर है यहां पर कोई छुआछूत नहीं चलती। बाबा को मांस, मदिरा, बकरा, गांजा सभी कुछ चढ़ाया जाता है और विभिन्न तरीके से उन्हें प्रसन्न करने का प्रयास किया जाता है। यह प्रथा भी गंगाराम मंसाराम अघोरी जी के समय

से चलती आ रही है और निरंतर चलती भी जाएगी। और इस मंदिर में पूजा पाठ की संपूर्ण सामग्री भी मंदिर के बाहर लगी दुकान से मिल जाती है। पंडा ने यह भी बताया कि जो भी श्रद्धालु इस मंदिर में आकर नारियल के साथ सच्चे मन से दरबार की 5 परिक्रमा करता है और अपने कष्टों का निवारण करने की प्रार्थना करता है तो अघोरी बाबा उसके ऊपर से भूत, बलाय, वशीकरण और दुख सभी कुछ हर लेते हैं, जिससे वे पुनः खुशहाल जिंदगी जीने लगता है और मंदिर में दान दक्षिणा, भंडारा आदि करवा कर जाता है। पंडा ने यह भी बताया कि जो भी श्रद्धालु इस मंदिर में आकर नारियल के साथ सच्चे मन से दरबार की 5 परिक्रमा करता है और अपने कष्टों का निवारण करने की प्रार्थना करता है तो अघोरी बाबा उसके ऊपर से भूत, बलाय, वशीकरण और दुख सभी कुछ हर लेते हैं, जिससे वे पुनः खुशहाल जिंदगी जीने लगता है और मंदिर में दान दक्षिणा, भंडारा आदि करवा कर जाता है।





**झंडारोहण**

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर विधानसभा पर मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने झंडारोहण किया। इसके अलावा सपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव ने सैफई में ध्वजारोहण कर सभी का अभिवादन करते हुए स्वतंत्रता दिवस की मुबारकबाद दी। वहीं भाजपा प्रदेश मुख्यालय पर प्रदेश अध्यक्ष भूपेन्द्र चौधरी एवं प्रदेश महामंत्री (संगठन) ने पर झण्डा फहराया तथा प्रदेश कांग्रेस मुख्यालय पर प्रदेश अध्यक्ष बृजलाल खबरी ने तिरंगे को सलामी देकर महात्मा गांधी की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित किया।

# ग्रीन गैस की मनमानी से बढ़ी परेशानी, बिना बताए रोकी गैस सप्लाई

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। खाना बनाने के लिए जरूरी गैस ही अगर रोक दी जाए तो सोचिए क्या होगा? जाहिर सी बात है लोगों को भूख रहना पड़ेगा। पर राजधानी लखनऊ में कुकिंग गैस सप्लाई करने वाली कंपनी ग्रीन गैस लिमिटेड को कोई फर्क नहीं पड़ता की उसके द्वारा रोकी गई सप्लाई से लोगों का क्या हाल हो रहा होगा। दरअसल, कुकिंग गैस की सप्लाई एक जीवन उपयोगी सुविधा के रूप में संचालित की जाती है।

लखनऊ के गोमती नगर विस्तार सरस्वती अपार्टमेंट में ग्रीन गैस लिमिटेड कंपनी की तरफ से गैस सप्लाई की जाती है, लेकिन विगत दो दिनों से निवासियों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है, क्योंकि कंपनी ने सप्लाई रोक दी है। बिना किसी पूर्व सूचना के ही सप्लाई कंपनी द्वारा गैस की सप्लाई अचानक रोक दी गई। कंपनी के कर्मचारियों ने दो दिनों तक तकनीकी खराबी का हवाला देते हुए सप्लाई को बाधित रखा। जिससे लगभग 25 सौ से ज्यादा निवासियों को भारी संकट का सामना करना पड़ा।

**2500**  
घरों में नहीं जले चूल्हे!



## निवासियों में काफी रोष, कार्रवाई की मांग

कंपनी द्वारा गैस रोके जाने से यहां के निवासियों में आक्रोश व्याप्त हो गया। लोगों ने कंपनी के अधिकारियों पर कार्रवाई करने की मांग की है। ए ब्लॉक निवासी राजेश वत्स ने कहा कि -गैस सप्लाई एजेंसी के उपर इस घोर लापरवाही के लिए निश्चित रूप से अर्थदंड लगाना चाहिए। ब्लॉक निवासी संतोष सिंह ने कहा कि - बिना किसी पूर्व सूचना के सप्लाई बंद कर देना अपराध की श्रेणी में आता है कंपनी के ऊपर कानूनी कार्रवाई होनी चाहिए। सी ब्लॉक निवासी रमेश पाल ने कहा कि - अगर ये कंपनी इतनी लापरवाही से काम कर रही है तो दूसरे विकल्प के रूप में किसी और कंपनी द्वारा सप्लाई लेने के बारे में सोचना चाहिए। डी ब्लॉक निवासी नितिन गर्ग ने कहा कि दो दिनों तक सप्लाई बाधित करने का मतलब है कि उचित रख रखाव में कमी है अगर यह कंपनी इतनी लापरवाह है तो सरकार द्वारा कंपनी को दिया गया अनुबंध तत्काल प्रभाव से निरस्त कर देना चाहिए। ई ब्लॉक निवासी सुभाष यादव ने कहा कि - सप्लाई कंपनी की ये लापरवाही अक्षम्य है हमें अन्य विकल्प के बारे में भी सोचना चाहिए।

## राष्ट्रपति मुर्मू और पीएम मोदी ने पूर्व प्रधानमंत्री वाजपेयी को दी श्रद्धांजलि

» यूपी के सीएम योगी ने भी किया याद

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू, उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़, प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी और लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला ने राष्ट्रीय राजधानी स्थित 'सदैव अटल जाकर पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी की पांचवीं पुण्यतिथि पर उन्हें बुधवार को श्रद्धांजलि अर्पित की, इनके अलावा रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह, भारतीय जनता पार्टी के अध्यक्ष जेपी नड्डा, राज्यसभा में सदन के नेता पीयूष गोयल ने भी 'भारत रत्न वाजपेयी को पुष्पांजलि अर्पित की।

वहीं यूपी की राजधानी लखनऊ में भी सीएम योगी समेत भाजपा के कई नेताओं ने उन्हें पुष्पांजलि दी। इस अवसर पर प्रार्थना सभा का भी आयोजन किया गया। "सदैव अटल वाजपेयी का स्मारक है, वर्ष 2018



में आज ही के दिन दिल्ली के अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) में उनका लंबी बीमारी के बाद निधन हो गया था। प्रधानमंत्री मोदी ने एक्स (पूर्व में ट्विटर) पर पोस्ट किया, अटल जी को उनकी पुण्यतिथि पर श्रद्धांजलि अर्पित करने में भारत के 140 करोड़ लोगों के साथ मैं भी शामिल हूँ, उनके नेतृत्व से भारत को बहुत लाभ हुआ, उन्होंने हमारे देश की प्रगति को बढ़ावा देने और इसे विभिन्न क्षेत्रों में 21 वीं सदी में ले जाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।



भारत रत्न पूर्व प्रधानमंत्री स्व. अटल बिहारी वाजपेयी की पुण्यतिथि पर उनकी प्रतिमा पर मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने माल्यार्पण किया। इस मौके पर मेयर सुषमा खर्कवाल व पूर्व मेयर संयुक्ता भाटिया समेत भाजपा के कई नेता मौजूद रहे।

## श्रीकृष्ण जन्मभूमि के पास बुलडोजर चलाने पर 'सुप्रीम' रोक

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। श्रीकृष्ण जन्मस्थान के पास नई बस्ती में रेलवे की भूमि पर कब्जा करने वालों के मकानों पर चल रहे जेसीबी अभियान के विरुद्ध आज सुप्रीम कोर्ट में सुनवाई हुई। सुप्रीम कोर्ट ने मथुरा में श्रीकृष्ण जन्मभूमि के पास अतिक्रमण विरोधी अभियान को 10 दिनों के लिए रोक दिया है।

रेलवे को नोटिस जारी करते हुए कोर्ट ने कहा कि इस मामले की सुनवाई अब एक हफ्ते बाद होगी। जस्टिस अनिरुद्ध बोस, जस्टिस संजय कुमार और एसवीएन भट्टी की पीठ ने मामले में केंद्र और अन्य को नोटिस जारी किया है। याचिकाकर्ता याकूब शाह की ओर से पेश वकील ने पीठ को बताया, 100 घरों पर बुलडोजर चलाया गया है। 70-80 घर बचे हैं। सारी बात निष्फल हो जायेगी। उन्होंने यह अभ्यास उस दिन किया जब उत्तर प्रदेश की अदालतें बंद थीं।

## महिलाओं पर दी गई दलीलों और फैसलों में रूढ़िवादी शब्दों का इस्तेमाल नहीं होगा: चंद्रचूड़

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। महिलाओं को लेकर सुप्रीम कोर्ट ने एक बड़ी पहल की है। महिलाओं को लेकर कानूनी दलीलों और फैसलों में स्टीरियोटाइप शब्दों का इस्तेमाल नहीं होगा। भारत के मुख्य न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ ने न्यायिक फैसलों में लैंगिक रूढ़िवादिता खत्म करने के लिए हैडबुक लॉन्च की।

जजों और कानूनी बिरादरी को समझाने और महिलाओं को लेकर रूढ़िवादी शब्दों के इस्तेमाल से बचने के लिए लैंगिक रूढ़िवादिता का मुकाबला पुस्तिका जारी की। पिछले फैसलों में महिलाओं के लिए इस्तेमाल शब्दों को भी बताया। सीजेआई डीवाई चंद्रचूड़ ने कहा- ये शब्द अनुचित हैं और अतीत में जजों द्वारा इसका इस्तेमाल किया गया है, हैडबुक का इरादा आलोचना करना या निर्णयों पर संदेह करना नहीं है, बल्कि केवल यह दिखाना है कि अनजाने में कैसे रूढ़िवादिता का इस्तेमाल

**सुप्रीम कोर्ट ने जारी की नई हैडबुक**

किया जा सकता है, विशेष रूप से महिलाओं के खिलाफ हानिकारक रूढ़िवादिता के उपयोग के खिलाफ जागरूकता बढ़ाने के लिए ये हैडबुक जारी की जा रही है, इसका उद्देश्य यह बताना है कि रूढ़िवादिता क्या है। यह कानूनी चर्चा में महिलाओं के बारे में रूढ़िवादिता के बारे में है, यह अदालतों द्वारा उपयोग की जाने वाली रूढ़िवादिता की पहचान करती है। यह न्यायाधीशों को उस भाषा को पहचानने से बचने में मदद करेगी, जो रूढ़िवादिता की ओर ले जाती है। यह उन बाध्यकारी निर्णयों पर प्रकाश डालती है, जिन्होंने इसे उजागर किया है, सीजेआई डीवाई चंद्रचूड़ ने घोषणा की कि सुप्रीम कोर्ट ने लैंगिक रूढ़िवादिता से निपटने पर एक हैडबुक तैयार की है, यह न्यायाधीशों और कानूनी समुदाय को कानूनी चर्चा में महिलाओं के बारे में रूढ़िवादिता को पहचानने, समझने और उसका मुकाबला करने में सहायता करने के लिए है, ये सुप्रीम कोर्ट वेबसाइट पर अपलोड होगी।

**आधुनिक तकनीक और आपकी सोच से भी बड़े आश्चर्यजनक उपकरण**

चाहे टीवी खराब हो या कैमरे, गाड़ी में जीपीएस की जरूरत हो या बच्चों की और घर की सुरक्षा।

**सिक्वोर डॉट टेक्नो हब प्रा0लि0**  
संपर्क 9682222020, 9670790790