हिन्दी साप्ताहिक

PRGI No:- UABIL/25/A3383

उत्तराखण्ड अभ्युदय

◆वर्ष -02 ◆ अंक-28 ◆देहरादून - रविवार 10 मई 2026 ◆पृष्ठ : 4 ◆मूल्यः 1/-15

एक क्लिक में वृद्धावस्था, विधवा, दिव्यांग, किसान, परित्यक्ता, भरण पोषण अनुदान, तीलू रौतेली और बौना पेंशन जारी

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने, बुधवार को समाज कल्याण विभाग के पेंशनर्स को वन क्लिक के माध्यम से अप्रैल माह की पेंशन का भुगतान किया। जिसमें शत प्रतिशत राज्य पोषित योजनाओं के 756682 पेंशनर्स को कुल 111 करोड़ 82 लाख 52 हजार रुपए की धनराशि जारी की गई, इसमें वृद्धावस्था, विधवा, दिव्यांग, किसान, परित्यक्ता, भरण पोषण अनुदान, तीलू रौतेली और बौना पेंशन शामिल है। सचिवालय में आयोजित कार्यक्रम में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा सरकार अंत्योदय के लिए समर्पित है, इसलिए सरकार आर्थिक-सामाजिक रूप से कमजोर वर्ग के सशक्तिकरण पर विशेष जोर दे रही है। उन्होंने कहा कि प्रत्येक जरूरतमंद और पात्र व्यक्ति को समाज कल्याण विभाग की पेंशन का लाभ दिलाने के लिए लगातार कैम्प आयोजित किए जा रहे हैं, जिसके फलस्वरूप अब प्रत्येक वर्ष 60 हजार से अधिक नए लोग समाज कल्याण की पेंशन से जुड़ रहे हैं। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि आगे भी इस तरह के बहुउददेशीय कैम्प आयोजित किए जाएं। साथ ही प्रत्येक वर्ष 59 वर्ष की आयु पूरे करने वाले लोगों के बीच सर्वे कर पात्र लाभार्थियों के आवेदन पत्र सहित अन्य औपचारिकताएं पूरी कर लें, ताकि 60 साल की उम्र पूरी होते ही उन्हें योजनाओं का लाभ मिल सके। उन्होंने कहा कि अधिक से अधिक लोगों को योजनाओं का लाभ मिले, इसके लिए वार्षिक आय को व्यावहारिक बनाया जाए, साथ ही पेंशन योजनाओं सहित विभाग की अन्य योजनाओं की जानकारी एक जगह पर उपलब्ध कराने को कहा। मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को नवाचार अपनाने के लिए निर्देश देते हुए कहा कि, विभाग समाज कल्याण के क्षेत्र में कुछ बेस्ट प्रैक्टिस कर अन्य विभागों के साथ भी साझा करें। साथ ही कॉल सेंटर के माध्यम से बुजुर्गों और पेंशनर्स से संवाद भी करें। इस मौके पर विभागीय मंत्री खजान दास ने कहा कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में विभाग, प्रत्येक जरूरतमंद का ख्याल रख रहा है। उन्होंने कहा कि पेंशन योजनाओं में पूरी तरह पारदर्शिता बरती जा रही है। इस अवसर पर प्रमुख सचिव आर. के. सुधांशु, सचिव शैलेश बगौली, अपर सचिव बंशीधर तिवारी, निदेशक समाज कल्याण डॉ. संदीप तिवारी, अपर सचिव समाज कल्याण प्रकाश चंद्र एवं समाज कल्याण विभाग के अन्य अधिकारी मौजूद थे।

शिक्षकों, कार्मिकों के लंबित प्रकरणों के शीघ्र निस्तारण की मांग

अल्मोड़ा। पर्वतीय कर्मचारी शिक्षक संगठन के पदाधिकारियों ने शिक्षक और कार्मिकों से जुड़े विभिन्न प्रकरणों को लेकर प्रभारी मुख्य शिक्षा अधिकारी चंदन सिंह बिष्ट से मुलाकात कर समस्याओं पर चर्चा की। इस दौरान संगठन की ओर से एक सूत्रीय ज्ञापन भी सौंपा गया। संगठन ने सत्रांत लाभ, चिकित्सा प्रतिप. ूर्ति, चयन और प्रोन्नत वेतनमान, सेवानिवृत्त प्रकरण तथा पेंशनरों के देयकों का शीघ्र निस्तारण करने की मांग उठाई। साथ ही रिक्त पदों को शीघ्र भरने की मांग करते हुए कहा कि इससे कार्यों का समयबद्ध निस्तारण हो सकेगा और संबद्धीकरण की व्यवस्था समाप्त होगी। बैठक में निकट भविष्य में कार्मिकों, प्रधानाचार्यों और प्रबंधकों की समस्याओं के समाधान प्रकरणों के निस्तारण के लिए समय सीमा तय करने और आपत्तियां एक ही बार में लगाने की व्यवस्था लागू करने का अनुरोध किया गया। संगठन पदाधि कारियों ने शिक्षा विभाग के कार्यालयों में के लिए कार्यशाला आयोजित करने का भी प्रस्ताव रखा गया। प्रभारी मुख्य शिक्षा अधिकारी चंदन सिंह बिष्ट ने इस प्रस्ताव पर सहमति जताते हुए कहा कि ट्रेजरी और विभागीय विशेषज्ञों की मौजूदगी में एक दिवसीय कार्यशाला आयोजित की जाएगी। इसमें अशासकीय प्रध ानाचार्य, प्रबंधक, कार्मिक और संबंधित पटल सहायकों को भी शामिल किया जाएगा, ताकि समस्याओं का समाधान किया जा सके। संगठन के जिलाध्यक्ष डॉ. मनोज कुमार जोशी और सचिव धीरेन्द्र कुमार पाठक ने प्रध ानाचार्यों, प्रबंधकों, शिक्षकों और का. र्मिकों से समस्याओं और बिंदुओं की पहचान कर संगठन को उपलब्ध कराने की अपील की, जिससे उन्हें कार्यशाला में विशेषज्ञों के समक्ष रखा जा सके।

घनसाली और चमियाला में हा. इडेंट का प्रस्ताव फाइलों में कैद

नई टिहरी। गर्मियों में आगजनी का खतरा बढ़ जाता है लेकिन जिले का अग्निशमन विभाग संसाधनों की कमी से जूझ रहा है। काम चलाऊ व्यवस्था में सुधार के प्रयास धरातल पर नहीं उतर पा रहे हैं। विभाग की मांग का प्रस्ताव लंबे समय से फाइलों में कैद है। जिला मुख्यालय स्थित फायर स्टेशन के पास पर्याप्त साधन हैं। हालांकि, लगातार विकसित हो रहे ग्रामीण बाजारों में आगजनी से निपटने के लिए कोई तत्काल व्यवस्था नहीं है। दूर-दराज के बाजारों में घटना होने पर मुख्यालय से ही राहत व बचाव टीम भेजनी पड़ती है। वर्ष 2021-22 में घनसाली में अग्निशमन विभाग की एक यूनिट खोली गई थी लेकिन वहां अभी तक पर्याप्त संसाधन नहीं हैं और केवल एक फायर हाइडेंट से काम चलाया जा रहा है।

संसाधनों की कमी: घनसाली में दो और चमियाला में एक प्रस्तावित हाइडेंट का प्रस्ताव भी फाइलों में अटका है। जिला मुख्यालय में भी क्रैश फायर टेंडर के बदले काम चलाऊ व्यवस्था है। उड्डयन विभाग से मिला एक क्रैश फायर टेंडर कोटीकॉलोनी हेलिपैड पर हेली सेवा की सुरक्षा में व्यस्त है। इससे अन्य हेलिपैड की सुरक्षा के लिए सिलिंडर और ड्रम फोम टेंडर का उपयोग करना पड़ता है। लंबगांव, कैंपटी, कंडीसौड़, जाखणीधार और गजा जैसे बड़े बाजारों में कहीं भी हाइडेंट की व्यवस्था नहीं है।

श्रीनगर केंद्र के लिए फिर से खुला पोर्टल

श्रीनगर गढ़वाल। 11 मई से होने वाली सीयूईटी-यूजी 2026 के लिए गढ़वाल विश्वविद्यालय के केंद्र के लिए पोर्टल पुनः खोल दिया गया है। ऐसे अभ्यर्थी जिन्होंने पहले किसी अन्य परीक्षा केंद्र का चयन किया था और अब श्रीनगर में केंद्र पर परीक्षा देना चाहते हैं वह 7 मई तक सीयूईटी पोर्टल पर लॉगिन कर अपनी च्वाइस को पुनः लॉक कर सकते हैं।बता दें कि सीयूईटी यूजी के लिए गढ़वाल विवि के चौरास परिसर में परीक्षा केंद्र बनाया गया है। बावजूद परीक्षा में शामिल होने वाले छात्रों के परीक्षा केंद्र दूर-दराज के शहरों में आवंटित कर दिए गए। विवि की ओर से एनटीए को केंद्रों में संशोधन के लिए पत्र भेजा गया था। अब एनटीए की ओर से पोर्टल को खोलकर छात्रों को परीक्षा केंद्र में संशोधन का मौका दिया है। विवि के अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो. ओपी गुसाईं ने बताया कि निर्धारित तिथि के बाद पोर्टल बंद हो जाएगा। इसके पश्चात कोई संशोधन या केंद्र परिवर्तन संभव नहीं होगा।

सम्पादकीय

कैलाश मानसरोवर यात्रा

नम: शिवाय शान्ताय कैलासनिलयाय ते।
मानसरोवरतीरे च भक्तानां मोक्षदायिने।।

हिमशृङ्गेषु दिव्येषु य: प्रकाशं वितन्यते।
तं कैलाशपतिं वन्दे श्रद्धाभक्तिप्रदायकम्।।

कैलाश मानसरोवर यात्रा हिंदू, बौद्ध, जैन और बोन धर्म के अनुयायियों के लिए अत्यंत पवित्र मानी जाती है। यह यात्रा केवल धार्मिक आस्था का प्रतीक नहीं, बल्कि साहस, धैर्य और आत्मिक शांति का भी अनुभव कराती है। हिमालय की ऊँची पर्वत श्रृंखलाओं के बीच स्थित कैलाश पर्वत को भगवान शिव का निवास माना जाता है, जबकि मानसरोवर झील को पवित्रता और मोक्ष का प्रतीक माना जाता है।

यह यात्रा जून से अगस्त के बीच आयोजित की जाएगी। भारत सरकार के विदेश मंत्रालय द्वारा इस यात्रा के लिए ऑनलाइन पंजीकरण 30 अप्रैल 2026 से शुरू कर दिए गए हैं, जबकि आवेदन की अंतिम तिथि 19 मई 2026 निर्धारित की गई है। इस वर्ष यात्रा उत्तराखंड के लिपुलेख दर्रे तथा सिक्किम के नाथू ला मार्ग से कराई जाएगी। कुल 20 जत्थों में लगभग 2000 श्रद्धालुओं को यात्रा का अवसर मिलेगा, और प्रत्येक दल में लगभग 50 यात्री शामिल होंगे।

यह यात्रा केवल धार्मिक आस्था नहीं, बल्कि साहस, संयम और आत्मिक शांति का अद्भुत अनुभव भी प्रदान करती है। बर्फ से ढके हिमालयी पर्वत, कठिन रास्ते और शांत वातावरण श्रद्धालुओं को प्रकृति और अध्यात्म के अत्यंत निकट ले जाते हैं। सरकार द्वारा यात्रियों के स्वास्थ्य परीक्षण, सुरक्षा, आवास और चिकित्सा सुविधाओं की विशेष व्यवस्था की जाती है, क्योंकि यह यात्रा अत्यधिक ऊँचाई और कठिन मौसम वाले क्षेत्र से होकर गुजरती है।

कैलाश मानसरोवर यात्रा श्रद्धालुओं के लिए भक्ति, तपस्या और जीवन के गहरे आध्यात्मिक अनुभव का अद्भुत अवसर प्रदान कर सभी मनोकामनाएं पूर्ण करें , यही भोलेनाथ से कामना है।

जय देवभूमि उत्तराखंड !! जय भारत !!

डॉ गार्गी मिश्रा

तेल की धार-गरीब पर मार

भूपेन्द्र गुप्ता

पुरानी कहावत है ,तेल देखो तेल की धार देखो ।आज तेल की धार ने मध्यम और गरीबों के जीवन में बेचैनी भर दी है। उनका पूरा बजट बिगाड़ दिया है।

एक अध्ययन में आम आदमी की कमाई का साठ फीसदी हिस्सा केवल घरेलू ईंधन यानी पेट्रोल, गैस और बिजली पर ही खर्च हो जाता है ।तेल की धार ने सामान्य आदमी के आवागमन पर भी असर डाला है ।अभी यह क्या-क्या दृश्य दिखाएगी निश्चित नहीं है ।

हाउदी विद्रोहियों द्वारा सऊदी तेल कुओं पर हमले के कारण उत्पादन सप्लाई घट गयी। यहां लगभग 65 लाख बैरल खनिज तेल का उत्पादन होता है और सप्लाई भी ।यही कारण है कि ब्रेंट क्रूड के दाम 71डालर प्रति बैरल तक पहुंच गए हैं इसी तरह डब्लू टीआई क्रूड के दाम 67.5 तक पहुंच गए हैं जो विगत दो वर्षों में उच्चतम कीमत है।हाउदी हमले के बाद की परिस्थितियों में फिलहाल न तो उत्पादन बढ़ने की गुंजाइश है न ही सप्लाई मात्रा बढ़ने की। ऐसे में महंगाई की डायन कितना गला दबाएगी यह समय बतायेगा ।

भारत सरकार ने स्वयं स्वीकार किया है कि पेट्रोल डीजल के टैक्स संग्रह में 459 प्रतिशत का उछाल आया है। अकेले वर्ष 20-21 में सरकार ने इस पर 2.94 लाख करोड़ का टैक्स वसूला है। यह इस बात का संकेत है कि पेट्रोल और डीजल मुनाफाखोरी के बड़े हथियार बन गए हैं ।चूंकि सार्वजनिक परिवहन आज की आवश्यक प्राथमिकता है इसलिए जनता इस मुनाफाखोरी को बर्दाश्त कर रही है। एक अन्य अध्ययन में सामने आया है कि एक मार्च 2014 को घरेलू गैस की कीमत 410 रुपये थी जो आज 820 हो गई है। और तो और दिसंबर 2020 में गैस सिलेंडर 594 रुपए का आता था यानी केवल तीन महीने में ही इसकी कीमतों में 225 का इजाफा हुआ है। गैस की कीमतों में इस अनापशनाप बढ़ोत्तरी ने उज्जवला जैसी योजनाओं को ही छिन्न-भिन्न कर दिया है। साठ प्रतिशत लोग सिलेंडर रिफिल करवाने की स्थिति में नहीं है ।चूल्हे कबाड़ हो रहे हैं ,फिर से लकड़ी वाले चूल्हों का युग लौट रहा है।

जब से बंगाल, आसाम, केरल, तमिल नाडु और पुडुचेरी के चुनावों की घोषणा हुई है तब से पेट्रोल डीजल की कीमतें स्थिर है जो हर दिन बढ़ती चली आ रही थी। इससे भी यह संदेश स्पष्ट हो रहा है कि पेट्रोल डीजल की कीमत पर सरकारी नियंत्रण ना होने का जो भ्रम फैलाया गया है वह मिथ्या है। सरकार जब चाहती है कीमतों पर अंकुश लगा देती है और जब चाहती है तब मुनाफा बढ़ाने लगती है। भारत सरकार के पेट्रोलियम मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने ओपेक राष्ट्रों से अनुरोध किया था कि वह क्रूड की सप्लाई को पहले की तरह बनाए रखें । किंतु ओपेक देशों ने भारत के इस आग्रह को सिरे से खारिज कर दिया है । सऊदी अरब के ऊर्जा मंत्री प्रिंस अब्दुल अजीज बिन सलमान ने तो यहां तक कहा है कि सभी देशों को अपॉर्चुनिटी कास्ट यानी अवसरों की कीमत का ध्यान रखना चाहिए। उन्होंने भारत को याद दिलाया है कि अप्रैल मई और जून 2020 में भारत को 167 लाख बैरल क्रूड केवल 19 डालर प्रति बैरल की कीमत पर दिया गया था। इसका भंडारण भारत में विशाखापट्टनम एवं अन्य भंडार ग्रहों में कर रखा है ।भारत को इन भंडारों से कीमतों को नियंत्रित करना चाहिए ।सस्ते माल का भंडारण कर ऊंची कीमतों का रोना रोना उचित नहीं है ।

डीजल की कीमत बढ़ने से महंगाई की रफ्तार भी बढ़ गई है । लॉकडाउन लगाए जाने के बाद डीजल की कीमतों में 28 प्रतिशत का ही इजाफा हुआ है । इसकी तुलना में खाद्यान्न की कीमतें 43 फीसदी बढ़ गई ।जाहिर है कि डीजल की कीमतों का महंगाई पर लगभग दोगुना असर पड़ता है। सरकार को माल परिवहन की कीमतों को घटाने के उपाय करना चाहिये ताकि महंगाई नियंत्रण में रहे। भारत अभी एकमात्र देश है जहां पर खपत तो घट रही है लेकिन कीमतें बढ़ रही हैं। कहीं यह डिफ्लेशन की स्थिति तो नहीं है फिलहाल तेल की धार पैनी होती जा रही है और आम आदमी कटने पर मजबूर है।

खुश रहने के नुस्खे

अभिषेक

हमेशा खुश रहने से पहले जानना जरूरी है कि असल में खुशी है क्या खुशी आने की पूर्व गतिविधियों को पहले समझें। सुबह जल्दी उठें, व्यायाम या योग करें। वर्तमान में जीएं। काम वह करें जो पसंद का हो। ये चार आदतें शरीर, मन और दिमाग को एक बेहतर स्थिति में बनाये रखती हैं। आइए इनमें से एक-एक पर चर्चा करें :-

सुबह जल्दी उठें : जब हम सूर्योदय से पहले उठ जाते हैं तो हमें ऐसा लगता है कि मानो प्रकृति एक नया दिन लिए हमारा स्वागत कर रही है। लगता है जैसे हमारे अन्दर एक नयी ऊर्जा का संचार हो रहा है। सूर्योदय से पहले उठने से रचनात्मकता बढ़ती है। पूरे दिन के कार्यों के लिए मानसिक रूप तैयार हो सकते हैं। व्यायाम और योग : मेडिटेशन एवं योग से हम मानसिक एवं शारीरिक रूप से स्वस्थ रहते है। जो व्यक्ति नियमित रूप से योग करता है, उसकी आंतरिक शक्तियां जागृत हो जाती हैं, जिससे वह हर प्रकार की परिस्थिति का सामना कर सकता है। वर्तमान में जीना : वैज्ञानिकों के अनुसार ज्यादातर लोगों का 70 से 90 प्रतिशत तक समय भूतकाल, भविष्यकाल एवं व्यर्थ की बातें सोचने में चला जाता है। अगर हम अपनी समस्याओं और तनाव के कारणों का विश्लेषण करेंगे तो पायेंगे कि हमारे 90 प्रतिशत तनाव का कारण भूतकाल या भविष्यकाल में है।

गांधी के बाद डॉक्टर लोहिया के विचार से देश और दुनिया सभी समस्याओं का समाधान संभव

रामस्वरूप मंत्री

महापुरूषों की स्मृति और मूल्यांकन से ही कोई समाज ऊर्जा ग्रहण कर निखर सकता है. हालांकि मौजूदा उपभोक्तावादी दौर में इन चीजों के प्रति अनास्था है. ऐसी परिस्थिति में डॉक्टर राममनोहर लोहिया के शब्दों में कहें तो 'निराशा के कर्त्तव्य' ही इस राष्ट्रीय-समाज को नयी राह दिखा सकते हैं ।गांधी जी के बाद डॉक्टर राममनोहर लोहिया मुझे सबसे प्रखर विचारक-चिंतक लगते हैं. अपनी धरती-मिट्टी, उसकी सुगंध से जुड़े हुए है.

छिटपुट लेखन-भाषण, सभा-गोष्ठियों में दिये विचार, 'जन' 'मेनकाइंड' में लिखी चीजें, पार्टी अधिवेशनों में हुई बहसें, लोकसभा की बहसें ही, वे आधारभूत चीजें हैं, जिनसे लोहिया की वैचारिक मान्यताओं के बीच एक अटूट रिश्ता, श्रृंखला या तारतम्य की तलाश की जा सकती हैं, कोई सुव्यवस्थित-संपूर्ण विचारधारा उन्होंने नहीं दी. टुकड़े सूत्र या नारो में कहीं उनकी बातों में एक समग्र दृष्टि झलकती हैं.

आज गैर कांग्रेसवाद का सपना कहां है ? या इससे देश को क्या मिला ? कुछ राजनीतिक विश्लेषक आरोप लगाते हैं कि आज भाजपा इस गैर कांग्रेसवाद की सीढ़ी पर चढ़ कर ही शीर्ष पर पहुंची है. वह पूर्णतया असत्य भी नहीं हैं. हालांकि जनतंत्र में डॉ लोहिया रोटी (सत्ता) पलटने की अनिवार्यता पर बार-बार जोर देते थे. वह निराश रहने और काम करने (निराशा के कर्तव्य) के पैरोकार थे।

संगठन नहीं चला पाने, की उनमें जबरदस्त कमी रही. लोहियावादियों के बारे में वह जुमला ही चल पड़ा कि वे दल तोड़क होते हैं. खंड-खंड में बंटने को अभिशप्त, खुद को लोहियावादी माननेवाले कांग्रेस, भाजपा, जनता दल, सजपा, तेलुगु देशम से आइपीएफ तक फैले हैं, अर्थशास्त्रियों के संदर्भ में पुरानी प्रचलित कहावत है, पांच अर्थशास्त्री होंगे, तो छह विचार होंगे. यही हालत उनके अनुयायियों की रही. समाजवादियों का अतीत चाहे जितना भी समृद्ध रहा हो, पर आज उनकी विरासत पर सवाल तो उठते ही हैं. 1942 के प्रखर क्रांतिकारी आज क्या विरासत छोड़ गये हैं ? 1942 के 81 वर्ष पूरे हो चुके हैं. इस अवसर पर आत्ममंथन होना चाहिए. चिंतक गणेश मंत्री के अनुसार मसीहा माननेवालों की तरह लोहिया समर्थक भी वक्ती राजनीति के हथियार के रूप में उनका इस्तेमाल कर रहे हैं. करते रहे हैं. 2011 में हैदराबाद में नयी सोशलिस्ट पार्टी बनाई गई . जब-जब राजनीति में लोहियावादी हाशिये पर धकेल दिये जाते हैं, उन्हें लोहिया की याद आती है. राजनीति में मर्यादा-विहीनता, दल-बदल, सिद्धांतहीन गंठबंधनों और विधायिका में असंयत आचारण के लिए लोहिया के कटु आलोचक उन्हें दोषी बताते हैं. पर ऐसी खंडित और आंशिक आलोचनएं उनके संपूर्ण व्यक्तित्व और समग्र सृजन को स्पष्ट करतीं. गणेश मंत्री के शब्दों में कहें तो विचारक और आंदोलनकारी, राजनीतिज्ञ और सामाजिक, क्रांतिकारी, विद्रोही और परंपराशोधक की अंतविरोधी भूमिकाएं उन्होंने एक साथ निभायी. पूंजीवाद विरोधी, साम्यवाद विरोधी, साथ ही गांधी के व्याख्याकार भी, अधिनायकवाद विरोधी, पर संसदीय प्रणाली की सीमाओं के प्रखर आलोचक, दार्शनिक दृष्टि से उदारवादी, पर कार्यक्रम पर अमल की दृष्टि से उग्रवादी. अपरिमित करूणा और अपार क्रोध, साथ-साथ दबे-पीड़ित, पिछड़े हरिजन, नारी के अधिकार के सवाल परप सात्विक आक्रोश से भरे. 'महारानी के खिलाफ मेहतरानी' को खड़ा करने के सामाजिक समता के संकल्प से बद्ध वे खुद को नास्तिक मानते थे. परंतु मनुष्य में विश्वास और उसके कल्याण में घोर आस्था रखनेवाले वह असात्विक थे. समता और समृद्धि पर आधारित नहीं सभ्यता का सपना देखनेवाले. भारतीय इतिहास के यक्ष प्रश्न उन्हें मथते रहे. वह जानना चाहते थे कि जब बुद्ध-आम्रपाली की भेंट हुई होगी, तो क्या हुआ होगा ? आम्रपाली ने क्यों बुद्ध पर सर्वस्व न्योछावार किया और बुद्ध ने आम्रपाली को कैसे स्वीकार किया ? कन्याकुमारी की शिला पर ध्यानमग्न विवेकानंद किस दिशा की ओर मुंह किये बैठे होंगे ? भारत के तीर्थस्थल, सारनाथ, अजंता, एलोरा, कोणार्क, खजुराहो, महाबलीपुरम, रामेश्वरम, उर्वशीयम जैसी जगहों उन्हें बार-बार खींचती थीं. चित्रकूट के किस रास्ते राम दक्षिण की ओर निकले होंगे. उनकी अभिलाषा रही कि 'एक बार चित्तौड़ से द्वारिका पैदल जाऊं जिस रास्ते मीरा गयी थी. चित्तौड़ में जौहर-इतिहास को महिमामंडित करने के सवाल के बेचैन इंसान. श्रद्धेय डॉ धर्मवीर भारती से एक अवसर पर पूछा कि 'पता नहीं राम ने कभी सागर पर सूर्यास्त देखा या नहीं ? वाल्मीकि रामायण देखकर मुझे लिखना नहीं 'सागर पर सूर्यास्त का वर्णन नहीं है क्या ? सुंदरता में कुछ करूणा का पुट होता है, तभी वह उदात्त होती हैं. सूर्योदय में चुहल हैं, वेग है, सूर्यास्त में करूणा है, सौभ्यता है, जैसे रस से पक गया हो' राजगृह में जरासंघ का अतीत ढूंढनेवाला, पासपोर्ट के बिना ध्रुव से ध्रुव तक के बड़े देश में यात्रा करने की आकांक्षा से प्रेरित विश्व सभ्यता का सपना देखनेवाले डॉ साहब ने अदभुत कार्यक्रम दिये। सत्याग्रह, सिविल नाफरमानी, घेरा डालो, दाम बांधो, सप्तक्रांति, नर-नारी समता, रंगभेद, चमड़ी सौंदर्य, जाति प्रथा के खिलाफ, मानसिक गुलामी, सांस्कृतिक गुलामी, दामों की लूट, शासक वर्ग की विलासिता, खर्च पर सीमा, 10 हजार बनाम 3 आने, संगठन सरकार के बीच का रिश्ता, जैसे असंख्य सवाल-मुद्दे कार्यक्रम उन्होंने उठाये और लड़े-पहली बार केंद्र सरकार के खिलाफ अविश्वास प्रस्ताव पेश किया. धारा के खिलाफ चलने की राजनीति की परंपरा डाली और अपने निकट के लोगों को सही मुद्दे उठा कर चुनाव हारने के लिए खड़ा किया. उन्हें शानदार हार पर बधाई दी।

बच्चों में डाले बचत की आदत

यह बात बिल्कुल सही है कि यदि बचपन से ही बच्चों में बचत की आदत डाली जाए तो आगे चलकर उनको परेशान नहीं होना पड़ता है। बचत की आदत डालने के लिए जरूरी है कि किसी भी बैंक में बच्चे का खाता जरूर खुलवाएं। खाता खुलवाने के लिए आपको अतिरिक्त मेहनत करने की भी जरूरत नहीं है।

बच्चे की आईडी के लिए उसका जन्म प्रमाण पत्र तो आपके पास होगा ही। इसके साथ ही कोई अन्य आईडी प्रूफ भी बनवा लें, क्योंकि खाता खुलवाने के लिए आईडी प्रूफ की जरूरत पड़ती है। आप चाहें तो राशन कार्ड में बच्चे का नाम डलवा सकती हैं, आधार कार्ड, स्मार्ट कार्ड, पैन कार्ड भी बनवा सकती हैं। वैसे सबसे बेहतर रहता है पैन कार्ड।

पैन कार्ड किसी भी उम्र के बच्चे का बन सकता है। पते के रूप में माता/पिता अपने पते का प्रमाण दे सकते हैं।

केवाईसी के पेपर

-यदि बच्चा 1०-12 वर्ष से अधिक का है और अपने नाम से खाता खोलना चाहता है तो पहचान के कागजात जैसे पैन कार्ड।

-निवास प्रमाण पत्र।

इसके लिए राशन कार्ड में नाम होना चाहिए।

-यदि उसका खाता नैसर्गिक अभिभावक के साथ खुल रहा है तो अभिभावक के पहचान एव निवास के पेपर लगेंगे।

नहीं काटने पड़ेंगे बैंक के चक्कर

वो जमाना गया, जब हर बार पैसे जमा करने व निकालने के लिए बैंक जाना पड़ता था। अब तो बैंकिंग के ढेर सारे वैकल्पिक चैनल उपलब्ध हैं। इसलिए इन पर जोर अवश्य दें। आजकल बैंकिंग में अधिकांश कार्य वैकल्पिक माध्यमों से जैसे एटीएम कार्ड से पैसे निकालना, ग्रीन कार्ड और कैश डिपॉजिट मशीन के जरिए पैसे जमा करना, ऑनलाइन शॉपिंग, ऑनलाइन पेमेंट जैसे कार्य आसानी से हो जाते हैं।

इन माध्यमों का उपयोग करने के लिए बैंक में खाता खुलवाते समय सभी जरूरी फार्म अवश्य भरें। इस संदर्भ में मैनेजर अंकल से अन्य सुविधाओं की भी जानकारी ले लें। समय-समय पर अलग-अलग बैंकों में अलग-अलग सुविधाएं ग्राहकों के लिए उपलब्ध होती हैं, लेकिन हम उनके बारे में जानकारी नहीं करते। मसलन बीमा की सुविधा, लोन की सुविधा आदि।

खजूर करे रोगों को दूर...

विंटर का सीजन शुरू होने को ही है। ऐसे में खजूर काफी फायदेमंद होता है। डिफरेंट फ्लेवर्स के साथ इसका जायका लजीज होता है। खजूर का हलवा, खजूर की फेनी, ज्यूस और डेजर्ट बनाकर भी इसका जायका ले सकते हैं।

खजूर की कई डिशेज बनती हैं। सबसे ज्यादा फायदेमंद है इसे दूध के साथ लेना। खजूर में आयरन कन्टेंट और फाइबर होता है। दूध के साथ इसे लेने में कैल्शियम और फाइबर का कॉम्बिनेशन मिलता है। इसमें विटामिन ए, बी, सी और बी 12 के अलावा सोडियम, सल्फर, क्लोरीन और आयरन की पर्याप्त मात्रा होती है।

सर्दी मे कम से कम सौ ग्राम खजूर सुबह किसी

न किसी फ्लेवर में लेना चाहिए। सुबह लेने से इसकी उपयोगिता बढ जाती है।

दूध के साथ लेने से कफ और खांसी जैसी परेशानी भी कंट्रोल में आती है।

इससे गठिया रोग, पेट संबंधी समस्याएं, कब्जियत, कमर दर्द, हार्ट डिजीज और थकावट जैसी कई समस्याएं आसानी से दूर होती है। इससे बच्चें का दिमाग भी तेज होता है। ये घर के बुजुर्गो के लिए भी फायदेमंद है।

फ्रेस फ्रूट्स इन हनी सिरप

शहद और सालाद का इस्तेमाल सेहत और सौंदर्य दोनों के लिए बहुत फायदेमंद साबित होता है।

सामग्री-

1/2 कप कटे हुए सेब

1/2 बीज निकालकर कटी हुई नाशपाती

1/2 कपस्ट्रोबेरी दो टुकडों में कटी हुई

1/2 कटा कीवी

1/2 कप हरा काला अंगूर

1/2 संतरा/आडू कटा हुआ

सजाने के लिए ताजा अनार के दाने।

हनी रिसप बनाने के लिए-

2 टेबल स्पून नींबू का रस

2 टेबल स्पून संतरे का जूस

2 टेबल स्पून सेब का जूस

3 टेबल स्पून शहद।

बनाने की विधि- हनी सिरप की सभी साम्रगी को एक छोटे बोल में डालकर मिलाएं। तब तक चलाएं जब तक कि शहद जूस में मिलकर एकसार न हो जाए। एक सर्विंग बोल में सभी कटे हुए फल डालें। ऊपर से हनी सिरप डडेलें। कुछ देर के लिए फ्रिज में रखें या 1० मिनट तक अलग रखें। अनार के दानों से सजाकर दूध औरसीरियल्स के साथ सर्व करें।

सुंदर त्वचा के लिये लगाइये अंडे और तेल से बना फेस पैक

चेहरे को खूबसूरत और जवां भला कौन नहीं बनाना चाहता। अंडे का चेहरे पर प्रयोग कई सालों से महिलाएं करती हुई आ रही हैं क्योंकि इसमें काफी सारा प्रोटीन पाया जाता जो कि त्वचा के लिये काफी अच्छा होता है। अंडे में झुर्रियों को मिटाने की शक्ती है। अंडे का फेस पैक बाजार में मिलने वाले क्रीम से कहीं ज्यादा असरकारी होता है। अंडे में आप तरह तरह के तेलों को मिक्स कर सकती हैं जैसे, नारियल तेल, बादाम या फिर जैतून का तेल। आइये जानते हैं अंडे और तेल का फेस पैक आपकी त्वचा को किस प्रकार से सुदंर बनाता है।

1. चेहरे की त्वचा को टाइट बनाएं- अगर आपको अपने चेहरे की त्वचा को टाइट बनानी है तो, अंडे को एक कटोरे में फोड़े और उसमें शहद तथा नारियल का तेल मिक्स करें।

इसे फेंट कर चेहरे पर 1 घंटे के लिये लगा रहने दें। फिर इसे ठंडे पानी से धो लें। इससे चेहरे के पोर्स साफ होंगे और त्वचा भी टाइट हो जाएगी।

2. स्वस्थ्य और चमकदार त्वचा के लिये- अगर आपको एक स्वस्थ चेहरा चाहिये बाजारू क्रीम पर पैसे मत बहानिये बल्कि इसके लिये अंडे के पीले भाग को ले कर उसमें शहद और ऑलिव ऑइल मिक्स कर के चेहरे पर लगाइये। इसे 3० मिनट तक लगाए रखें और फिर चेहरे को साफ कर लें। इससे चहरे में लचीलापन आएगा, चेहरे की लालिमा खतम होगी और चेहरा ग्लो भी करेगा।

3. मुंहासों से छुटकारा दिलाए- अंडे का सफेद भाग एक्ने से लड़ सकता है। एक्ने हार्मोन के असंतुलन की वजह से होता है। अंडे में जिंक पाया जाता है जिससे की एक्ने और चेहरे पर पड़े घाव जल्दी ही ठीक हो जाते हैं। अंडे को ओटमील, शहद और 1 चम्मच टी ट्री ऑइल के साथ प्रयोग कर के लगाएं। इसे आधे घंटे के लिये चेहरे पर रखें।

4. झुर्रियां मिटाए- अंडे का सफेद भाग झुर्रियां मिटाने में गारगर होता है। उसमें अगर आधा चम्मच बादाम का तेल डाल दिया जाए तो और भी अच्छा। इस फेस पैक को 3० मिनट तक लगाए रखें और फिर पानी से धो लें।

रुड़की में स्टेडियम व सोनाली पार्क के सौंदर्यकरण की मांग

रुड़की। भाजयुमो के प्रदेश उपाध्यक्ष गौरव कौशिक ने मंगलवार को मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से भेंटकर रुड़की क्षेत्र में युवाओं को आगे बढ़ाने के लिए खेल स्टेडियम निर्माण तथा सोनाली पार्क के पुनर्निर्माण और सौंदर्यीकरण की मांग की। उन्होंने पश्चिम बंगाल, असम और पुड.ुचेरी में पार्टी की सरकार बनने पर सीएम को बधाई भी दी। मुख्यमंत्री धामी ने उनकी मांगों पर सकारात्मक विचार करने का आश्वासन दिया।

जसपुर मेंशहरी विकास मंत्री के समक्ष रखी समस्यायें

काशीपुर। शहरी विकास मंत्री का जसपुर पहुंचने पर भाजपाईयों ने स्वागत किया। साथ ही नाला निर्माण कराने की मांग रखी। सोमवार रात एक रेस्टोरेंट पर पहुंचे शहरी विकास मंत्री राम सिंह कैड़ा का बुकें देकर स्वागत किया गया। पूर्व विधायक डॉ. शैलेंद्र मोहन सिंघल ने मोहल्ला चौहनान स्थित बड़े नाले के निर्माण को शहरी विकास मंत्री से वार्ता की। डॉ. सिंघल ने कैड़ा को बताया कि उन्होंने पूर्व में भी सीएम को पत्र देकर नाले निर्माण की मांग की थी। बताया कि नाले पर करीब डेढ़ करोड़ रुपये खर्च होंगे। इसके अलावा भाजपाईयों ने नगर के विकास के लिए कई मांगे रखी। यहां सरवन सिद्धू, ब्रजेश चौहान, अंकुर सक्सेना, अनिल नागर, विकल, अभिषेक टोनी,कपिल आदि रहे।

भाजपा सोमेश्वर मंडल की बैठक में संगठन विस्तार और जनसंपर्क अभियान पर चर्चा

अल्मोड़ा। भारतीय जनता पार्टी सोमेश्वर मंडल की बैठक मंगलवार को आयोजित की गई। बैठक में संगठनात्मक कार्यक्रमों, जनसंपर्क अभियान तथा केंद्र और राज्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं के प्रचार-प्रसार को लेकर चर्चा की गई। बैठक में मंडल प्रभारी संदीप श्रीवास्तव, मंडल अध्यक्ष सुंदर सिंह राणा समेत मंडल और बूथ स्तर के पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता मौजूद रहे। इस दौरान कार्यकर्ताओं को आगामी कार्यक्रमों को सफल बनाने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। बैठक में प्रध ानमंत्री के कार्यक्रम 'मन की बात' को प्रत्येक बूथ स्तर पर सुनने और उसके व्यापक प्रचार-प्रसार पर भी जोर दिया गया। वक्ताओं ने कहा कि सरकार की योजनाओं और नीतियों को आमजन तक प्रभावी ढंग से पहुंचाने के लिए कार्यकर्ताओं को सक्रिय भूमिका निभानी होगी। मंडल प्रभारी संदीप श्रीवास्तव ने कहा कि पार्टी का प्रत्येक कार्यकर्ता संगठन की रीढ़ है और सरकार की उपलब्धियों को जन-जन तक पहुंचाने के लिए समर्पण के साथ कार्य करना आवश्यक है। वहीं मंडल अध्यक्ष सुंदर सिंह राणा ने संगठन की मजबूती को पार्टी की सबसे बड़ी ताकत बताते हुए बूथ स्तर तक संगठन को सशक्त बनाने का आह्वान किया। बैठक के अंत में कार्यकर्ताओं से आगामी कार्यक्रमों को सफल बनाने और संगठन को मजबूत करने की अपील की गई। इसके बाद तीन राज्यों में पार्टी की जीत के उपलक्ष्य में सोमेश्वर चौक पर कार्यकर्ताओं ने मिष्ठान वितरण किया। कार्यक्रम में विध ायक प्रतिनिधि भुवन चंद्र जोशी, अंजली जोशी, वंदना आर्या, खड़क सिंह नेगी, कृष्णा भंडारी समेत मंडल समिति, शक्ति केंद्र संयोजक और अन्य कार्यकर्ता मौजूद रहे।

मुख्यमंत्री छात्रवृत्ति राशि नहीं आने पर एनएसयूआई में रोष

बागेश्वर। मुख्यमंत्री छात्रवृत्ति की राशि छात्र-छात्राओं के खातों में नहीं आने पर एनएसयूआई ने कड़ी आपत्ति जताई है। नाराज छात्रों ने विश्वविद्यालय प्रशासन का पुतला दहन किया। यहां हुई सभा में वक्ताओं ने कहा कि यदि जल्द राशि खातों में नहीं पहुंची तो आंदोलन किया जाएगा। इसकी सारी जिम्मेदारी विवि प्रशासन की होगी। संगठन से जुड़े छात्र मंगलवार को कैंपस परिसर में एकत्रित हुए। यहां नारेबाजी के साथ प्रदर्शन किया। यहां हुई सभा में वक्ताओं ने कहा कि मुख्यमंत्री छात्रवृत्ति की राशि पिछले एक साल से छात्र छात्राओं के खातों में नहीं आई है। इस देरी के कारण कई छात्रों को फीस जमा करने, किताबें खरीदने और अन्य शैक्षणिक खर्चों में दिक्कत हो रही हैं। छात्रों का कहना है कि उन्होंने कई बार प्रशासन से इस मुद्दे पर बात की, लेकिन कोई ठोस कार्रवाई नहीं हुई। उन्होंने कहा लंबित स्कॉलरशिप राशि को तुरंत जारी किया जाए। इस मौके पर पीयूष तिवारी, छात्र संघ सह सचिव प्रेम दानू, पवन कुमार, सुप कुमार और हरीश नेगी सहित कई छात्र शामिल रहे।

कुंभ के निर्माण कार्यों में गुणवत्ता से समझौता नहीं हो: डॉ. विशाल गर्ग

हरिद्वार। हरिद्वार में आगामी कुंभ मेले की तैयारियों को लेकर व्यापारियों ने निर्माण कार्यों की गुणवत्ता और समयबद्धता पर चिंता जताई है। प्रांतीय नगर उद्योग व्यापार मंडल की कोर कमेटी की बैठक में कुंभ से जुड़े सभी निर्माण कार्यों को उच्च गुणवत्ता के साथ समय पर पूरा करने की मांग उठाई गई। मंगलवार को बैठक को संबोधित करते हुए जिलाध्यक्ष डॉ. विशाल गर्ग ने कहा कि अगले वर्ष होने वाले कुंभ मेले में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं के आगमन को देखते हुए किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने हरकी पैड़ी और बाजार क्षेत्रों में बिछाई जा रही टाइल्स के कार्यों पर विशेष ध्यान देने की बात कही और गुणवत्ता सुनिश्चित करने पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी पहले ही स्थायी निर्माण कार्यों को प्राथमिकता देने की बात कह चुके हैं। ऐसे में सड़कों, बिजली, पानी, पार्किंग और घाटों के सौंदर्यीकरण जैसे कार्य दीर्घकालिक दृष्टि से किए जाने चाहिए, जिससे शहर को लंबे समय तक लाभ मिल सके। डॉ. गर्ग ने बताया कि कुंभ मेला अधिकारी भी लगातार निर्माण कार्यों की निगरानी कर रही हैं।

तहसील दिवस में 92 शिकायतें दर्ज, 22 का मौके पर निस्तारण

रुद्रपुर। जिलाधिकारी नितिन सिंह भदौरिया की अध्यक्षता में मंगलवार को तहसील दिवस आयोजित किया गया। इसमें कुल 92 शिकायतें दर्ज हुईं, जिनमें से 22 का मौके पर ही निस्तारण किया गया। ब्लॉक सभागार में आयोजित तहसील दिवस में डीएम ने कहा कि समस्या जिस स्तर की है उसी स्तर पर समाधान करें, ताकि लोगों को अनावश्यक परेशानी का सामना न करना पड़े। उन्होंने कहा कि सभी विभागीय अधिकारी समन्वय बनाकर कार्य करते हुए जनता को योजनाओं से लाभान्वित करें। तहसील दिवस में सड़क, नाली निर्माण, हैंडपंप, शिक्षा, आधार कार्ड, राशन कार्ड, पानी, बिजली, भूमि संबंधित कुल 92 शिकायतें पंजीकृत हुईं। इसमें से 22 शिकायतों और समस्याओं का मौके पर ही निस्तारण किया गया। डीएम ने 70 समस्याओं को विभिन्न योजनाओं में रखने के निर्देश दिए। सड़क खुदाई पर कार्रवाई: उन्होंने कहा किसी भी कार्यदायी संस्था द्वारा नगर निकास व लोनिवि की अनुमति लिए बिना सड़क खोदी गई तो संबंधित के खिलाफ कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने शिक्षा का अधिकार अधि नियम के तहत पूरी पारदर्शिता के साथ बच्चों को विद्यालयों में एडमिशन कराने के निर्देश शिक्षा विभाग के अधिकारियों को दिए। इस दौरान जिला पंचायत अध्यक्ष अजय मौर्या, नगर पालिकाध्यक्ष रमेश चन्द्र जोशी, ब्लॉक प्रमुख सरिता राणा, सांसद प्रतिनिधि रविन्द्र सिंह राणा, राजपाल सिंह, सतीश भट्ट, सीड.ीओ दिवेश शाशनी, एसडीएम तुषार सैनी, सीएमओ डॉ. केके अग्रवाल, सीवीओ डॉ. आशुतोष जोशी, तहसीलदार वीरेन्द्र सजवाए, जिला समाज कल्याण अधिकारी अमन अनिरुद्ध आदि रहेइन लोगों ने ये उठाईं समस्याएं: तहसील दिवस में ग्राम जरासु प्रतापपुर निवासी इन्द्रजीत सिंह ने भूमि का स्वामित्व दिए जाने, वार्ड नंबर-14 तिलक नगर निवासी संतोष मेहरोत्रा ने ऐंठा नाले से अतिक्रमण हटाकर सफाई कराने और वर्षाकाल से पूर्व पानी निकासी की व्यवस्था कराने, ग्राम प्रधान माया जोशी ने ग्राम पंचायत नदन्ना में जलभराव का निराकरण कराने, आदर्श का.ॅलोनी भूड़ महोलिया के निवासियों ने बारिश के पानी की निकासी को 100 मीटर नाली निर्माण कराने, श्रीपुर बिचुआ के निवासियों ने कृषकों की भूमि पर खड़क सिंह के घर से भूड़ा किशनी की ओर अवैध रूप से रास्ता बनाए जाने पर रोक लगाने, क्षेत्र पंचायत सदस्य चारूबेटा कमलेश सिंह ने ग्राम पंचायत में 15 हैंडपंप लगवाने, ग्राम प्रधान आलाविर्दी चन्द्रकला ने राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय चटियाफार्म में वाटर कूलर व पंखा लगवाने, ग्राम प्रधान नौसर महेन्द्र पाल ने सरकारी सस्ता गल्ला विक्रेता को हटाने, क्षेत्र पंचायत सदस्य नगला तराई सनकेशी ने नई बस्ती नगला तराई में नाली निर्माण और नाली मरम्मत कराने की मांग की।

स्वामी/प्रकाशक/मुद्रक/सम्पादक **गार्गी मिश्रा** द्वारा इंटर ग्राफिक आर्फसेट प्रिंटर्श 64 नेशविला रोड़ देहरादून, उत्तराखंड से मुद्रित, 98, 2-फ्लोर, सनशाइन अपार्टमेन्ट, नागल हटनाला, कुल्हान, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून - 248001 से प्रकाशित।

सम्पादक:
गार्गी मिश्रा
8765441328

समस्त विवाद देहरादून न्यायालय के अधीन होंगे।