

सिविल सिद्धार्थ बारः वार्षिक युनात के जांच में सभी प्रत्याशियों के पर्चे वैध होगा घमासान

दैनिक बुद्ध का संदेश
सिद्धार्थनगर। सिविल सि

दैनिक बुद्ध का संदेश प्रशासनिक के लिए दो वरिष्ठ आमने सामने की लड़ाई में सर्व मंत्री सूचना प्रसारण के लिए नहीं किया। वरिष्ठ कार्यकारिणी हैं दर व कनिष्ठ कार्यकारिणी सिद्धार्थनगर। सिविल सिद्धार्थ कार्यकारिणी के लिए एक रामचंद्र चौधरी और जय प्रकाश आमने सामने की लड़ाई में सर्व सदस्य के छ: पदों के लिए केवल सदस्य रामनारायण त्रिपाठी मनीष



क्षेत्राधिकारी बांसी देवी गुलाम सिंह और थाना अध्यक्ष दिनेश कुमार सरोज की अगुवाई में आगामी बिधान सभा चुनाव को देखते हुए पुलिस और एसएसबी ने किया पैदल गस्त। पैदल गस्त में प्रशासन ने सभी को दिलाया सुरक्षा का एहसास साथ ही साथ दंगे फसाद से दूर रहने की बात कही। जोगिया थाना प्रभारी दिनेश कुमार सरोज अपनी पुलिस टीम व 44 बटालियन एसएसबी फोर्स के साथ ऐरिया डॉमिनेशन किया कोविड गाइडलाइन का पालन करते हुए निर्भीक होकर निष्कक्ष मतदान करने के लिए भी अपील की। जोगिया उदयपुर, सुपा राजा चौराहा सहित कई बाजारों कर्स्बों में किया गया ऐरिया डॉमिनेशन।

किशोरी के लापता होने से
परिजन हो रहे हैं परेशान

अनंत मिश्रा / दैनिक बुद्ध का संदेश
उसका / सिद्धार्थनगर। विकास खण्ड उसका बाजार के ग्राम

A portrait photograph of a young boy with short, dark hair, looking directly at the camera. He is wearing a light-colored, collared shirt. The photo is set within a white rectangular frame, which is itself centered within a larger black-bordered frame.

नहा चला लाकन वहा आर वहा उसका बाजार स्टेशन पर सफ साइकिल ही मिला लेकिन लड़के का कोई पता नहीं चल पा रहा है परिजन लड़के को खोजने में लगे हुए है।

कड़ाके की ठन्ड में गरीबों का ख्याल रखें-अल्लामा अल्पी

दैनिक बुद्ध का संदेश

। सद्गुरु नगर ।
प्रसिद्ध सूफी स्कॉलर
अल्लामा गुलाम
अब्दुल काधिर अल्वी
सज्जादा नशीन

A medium shot of a man with dark hair and a beard, wearing a light blue button-down shirt. He is holding a silver microphone in his right hand and gesturing with his left hand as he speaks. The background is blurred, showing what appears to be an audience or a room setting.

प्रबंधक की पत्नी की मौत से बिद्यालय में शोक

A portrait of Dr. Urmila Singh, a woman with dark hair and glasses, wearing an orange sari with a patterned border. She is looking slightly to her right. The background is a plain, light-colored wall.

भक्तों ने निकाला माँ बनौलिया
का भव्या शोभायात्रा

दैनिक बुद्ध का सदेश
नौतनवां। उत्तर प्रदेश उद्योग व्यापार प्रतिनिधि मंडल युवा

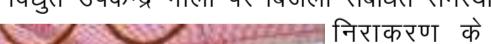


जिला अध्यक्ष संतोष अग्रहरि के नेतृत्व में श्री श्री मां बनैलिया शोभायात्रा में माता जी को फूल का माला पहना कर, भगवान् शंकर जी को माला पहनाकर पंचमुखी बजरंगबली माला पहनाकर, भोग लगाकर आरती किया गया। माता जी की शोभायात्रा में आए हुए सभी भक्तजनों को हर वर्ष की भाँति इस वर्ष भी प्रसाद वितरण का कार्य किया गया इसमें मुख्य रूप से युवा जिला संरक्षक पंकज श्रीवास्तव, डॉ राजीव शर्मा, अनिल श्रीवास्तव, किशन खेतान, मनोज अग्रवाल, राजा वर्मा, नगर अध्यक्ष संतोष जायसवाल, मनोज कसौधन, रोहित जयसवाल, संत जयसवाल, एवम तमाम पदाधिकारी गण उपस्थित रहे।

गोला मे विद्युत उपखण्ड कार्यालय का हुआ उद्घाटन

दैनिक बुद्ध का संदेश

गोला / गोरखपुर। गोला तहसील मुख्यालय के बगल में स्थित विद्युत उपकेन्द्र गोला पर बिजली संबंधित समस्याओं के निराकरण के लिए उपखण्ड कार्यालय खोला गया है। जिसका बुधवार को अधिक्षण अभियंता रमेश चन्द्रा द्वारा विधिवत फीता काटकर उदघाटन किया गया।





चन्द्रा ने कहा कि बिजली से संबंधित कोई भी समस्याओं के समाधान के लिए उपभोक्ताओं को सिकरीगंज जाना पड़ता था। लेकिन यहाँ कार्यालय खोल दिए जाने से इस क्षेत्र के उपभोक्ताओं की बिजली समस्याओं का समाधान अब यही से हो जाएंगा। उन्होंने कहा कि उपभोक्ताओं की सुविधाओं को देखते हुए निर्णय लिया गया है। यहाँ हर समय सक्षम अधिकारी मौजूद रहेंगे ताकि लोगों की समस्याओं का तत्काल निदान हो सके। एसडीओ सीबी चौरसिया ने कहा कि यहाँ उपखण्ड कार्यालय खुलने से लोगों को काफी राहत मिलेगी। लोगों को अब परेशान होना नहीं पड़ेगा इस कार्यालय से गोला धूरियापार चीज़ी मिल आदि उपकेन्द्र के उपभोक्ताओं को इसका लाभ मिलेगा। इस अवसर पर उपकेन्द्र गोला के अवर अभियंता शिवशंकर प्रसाद गौड़ ने सभी आगंतुक गणमान्यों के प्रति आभार प्रकट किया। इस अवसर पर मुकेश कुमार विजय शंकर अशोक कुमार प्रमोद कुमार रामानंद सहित आदि सभी कर्मचारी मौजूद रहे।

A portrait of B.R. Ambedkar wearing a white turban and glasses, with a garland around his neck. He is speaking into a microphone.

A portrait of Mrs. S. R. Singh, a woman with dark hair and glasses, wearing an orange sari with a patterned border. She is looking directly at the camera with a slight smile. The background is a plain, light-colored wall.

विद्यालय खोला। क्षेत्रीय प्रतिभाओं को अवसर देने के लिए आनन्द विद्यापीठ की स्थापना किये जो उनकी स्मृति का जीवन्त प्रतीक है और यही उनकी समष्टि-चेतना का अंकुर बना। इनका समाजिक चिंतन इनके व्यक्तित्व-चिंतन से उपर था। इस विद्यालय में शिक्षा के साथ-साथ शारीरिक श्रम एवं चरखा काटना सिखाया जाता था। विद्यालय में ही चरखे और करघे उपलब्ध थे। लघु दस्तकारी में थकरी, मोढ़ा एंवं दरी आदि की शिक्षा दी जाती थी। तथा इनसे प्राप्त सूतों को बेचकर गरीब छात्र-छात्राओं की फीस जमा की जाती थी। इस विद्यालय में राष्ट्रीय भावना, भारतीय संस्कृति, आदर्श नागरिकता की शिक्षा दी जाती है। केशभान राय के आदर्श महात्मा गांधी के असहयोग आन्दोलन से प्रभावित होकर उन्होंने देश सेवा हेतु अंग्रेजी हुक्मत का बहिष्कार किया। अपने शिष्यों- सहयोगीयों लाल जी राम भाईना का सजा काटना पड़ा। सन् 1942 से 1945 के बीच गांधी जी के आग्रह पर इलाहाबाद में केशभान राय हाजिर हो गये। और कई बार जेल गये। 1947 की आजादी के बाद राजनीतिक प्रेरणा स्रोत के रूप रहे में हरीशंकर गुप्ता गोरखपुर जिला परिषद के अध्यक्ष के प्रेरणा और सहयोग भावना से शक्ति लेकर केशभान राय ने जिला परिषद सदस्य हेतु सन् 1948 में पहला चुनाव लड़े और विजयी हुये। 1952 में हरीशंकर गुप्ता के ही हार्डिंगच्छा से केशभान राय ने कांग्रेस के टिकट पर बांसगांव विद्यान सभा सीट से चुनाव लड़े और विजयी घोषित हुये। इस तरह से आजादी के बाद बांसगांव विद्यान सभा के प्रथम विधायक रहे। 1957 और 1962 में कांग्रेस के टिकट पर मगाहर-सहजनवां क्षेत्र से विधायक रहे। सन् 1962 में चन्दभान गुप्ता के उत्तर-प्रदेश का मुख्यमंत्री बनने पर उनके मत्रिमण्डल में केशभान राय शिक्षा रण कथा युद्ध शाकाहारी माजन करते थे। सादा जीवन, उच्च विचारज्ञनका आदर्श था। उदार प्रकृति वाले राय समग्र दृष्टि मानवतावादी थी। कबीर के तरह घर फूँक कर तमाशा देखने में उन्हें मजा आता था। राजनीतिक पेंशन आदि भी उनके द्वारा गरीबों, असाध्यों और दुरुखियों में बांट दिये जाते थे। राय साहब कभी भी पदों एंवं पुस्करारों से निरंतर पर्देज किया। हाँ उनके घर एक ताम्रपत्र अवश्य मिला जिसमें उनके राष्ट्रीय व्यक्तित्व की प्रशस्ति की गयी है। अन्तिम दिनों में शारीरिक पीड़ा से त्रस्त थे। अज्ञात कैंसर रोग से पीड़ित उनका शरीर कृशतर होता जा रहा था। अंततः संजय गांधी पी०जी०आई०लखनऊ में उनका इलाज हुआ। रोग अनियन्त्रित की स्थिति में 28 फरवरी 1991 को उनको अस्पताल से डिस्चार्ज कर दिया गया और वे अपने मृत्यु के एक पहले अपने पैतृक गांव गोपलापुर आ गये जहाँ पर उन्होंने 12 फरवरी सन् 1991 में अन्तिम सांस लिए।

हर आदमी अपने अपने पड़ोसी की जरूरत पर ध्यान दे और हर संभव मदद करे इस तरह हर जरूरतमंद तक मदद पहुंचाई जा सकती है, और यही इन्सानियत का सबसे बड़ा फर्ज है।

प्रबंधक की पत्नी की मौत से बिद्यालय में शोक

दैनिक बुद्ध का संदेश
बस्ती। छावनी क्षेत्र के उर्मिला शिक्षा शान्ति निकेतन इण्टर कालेज (रामरेखा) अमोदा के प्रबंधक तेज बहादुर सिंह की ६ अर्पणी उर्मिला सिंह का बुधवार को मुम्बई में इलाज के दौरान मौत हो गयी जो विगत काफी दिनों से एक गम्भीर बिमारी से पीड़ित थी। उनकी मौत से उर्मिला विद्यालय पर प्रधानाचार्य संजय सिंह ने गुरुवार को शोकसभा किया इस मौके पर शिक्षाक घनश्याम यादव, राधा रामण पाण्डेय, ऑकार सिंह भौजूद रहे तथा उनके पैतृक गांव पूरे हमराज में परिवार के संतोष सिंह, जंगबहादुर सिंह, रन बहादुर सिंह, अवनीश, विकास व जिं ० पं० सदस्य प्रवीण सिंह ने शोक संवेदना व्यक्त किया।

कैसे की जाती है फोम रोलर एक्सरसाइज? जानिए इससे जुड़ी खास बातें



फोम रोलर एक तरह की दर्द निवारक एक्सरसाइज है। इससे हमारा मतलब यह है कि इस एक्सरसाइज की मदद से शरीर के किसी भी हिस्से के दर्द को दूर किया जा सकता है। इसके लिए बस आपको एक 18 इच या 36 इच के फोम रोलर के जरूरत पड़ेगी। आइए आज आपको फोम रोलर एक्सरसाइज करने का तरीका, इसके फायदे और इससे जुड़ी कुछ सावधानियां और एक्सरसाइज के दौरान ध्यान में रखने वाली बातों के बारे में बताते हैं। अभ्यास: फोम रोलर एक्सरसाइज करने का तरीका: फोम रोलर एक्सरसाइज करने के लिए सबसे पहले फोम रोलर को उस जगह पर रखें, जहां आपको दर्द है या फिर आप शरीर के जिस हिस्से की मासपेशियों की मसाज करना चाहते हैं। इसके बाद हल्का सा दबाव बनाते हुए आपको कुछ सेंकेंड धीरे-धीरे ऊपर आगे पीछे होना है। अगर आप हल्की बार इस एक्सरसाइज को कुछ दिनों तक इसका समय 15 से 20 सेंकेंड रखें, फिर कभी भी अपनी हड्डी के जोड़ों पर रोल न करें। इस एक्सरसाइज को न करें।

समय सीमा को बढ़ाकर 40 से 60 सेंकेंड कर दें। सावधानियां: एक्सरसाइज करते समय जरूर बरतें ये सावधानियां: फोम रोलर को कुछ दिनों तक इसका समय 15 से 20 सेंकेंड रखें, फिर कभी भी अपनी हड्डी के जोड़ों पर रोल न करें। गर्भवती महिलाएं इस एक्सरसाइज को करते समय संतुलन बनाने में अधिक सावधानी बरतें या फिर इस एक्सरसाइज करें। बेहतर होगा कि आप शुरुआत में इस एक्सरसाइज का अभ्यास किसी ट्रेनर की निगरानी में करें। फायदे: रोजाना फोम रोलर एक्सरसाइज करने से मिलने वाले फायदे: फोम रोलर एक्सरसाइज तंग मासपेशियों को ठीक करने में मदद कर सकती है और यह पूरे शरीर की मासपेशियों को मजबूती प्रदान करने में सहायक है। इस एक्सरसाइज से शरीर का ब्लड सर्कुलेशन बेहतर रहता है और इससे शरीर में लचीलापन आता है। यह एक्सरसाइज मोटापे से छुटकारा दिलाने में भी सहायक है। इस एक्सरसाइज से स्टेमिना बढ़ाने में भी काफी मदद मिलती है। शरीर के संतुलन को बेहतर बनाने में भी यह एक्सरसाइज काफी मददगार है।

टिप्प: एक्सरसाइज से जुड़ी खास टिप्प: शुरुआत में इस एक्सरसाइज को अधिक समय तक न करें, बल्कि पीरे-धीरे इसका समय बढ़ाएं। एक्सरसाइज करते समय सामान्य रूप से सांस लेते रहें और अपनी सांस को रोककर न रखें। इस एक्सरसाइज को करते समय अपने सिर और कूलहों पर अधिक दबाव न डालें और न ही एक्सरसाइज के दौरान अपने शरीर के किसी भी हिस्से को जकड़े क्योंकि इस वजह से चोट लगने की संभावना बढ़ जाती है।

शाश्रम्य से पहले स्पॉटलाइट में बेहद हॉटअंडाज में दिखी त्रिधा चौधरी

पुष्पा की सफलता के बाद रशिमका ने की फीस में बढ़ोतरी?

टीवी सीरियल के साथ फिल्मों में अपना जलवा बिखेने के बाद वेब सीरीज में बोल्डनेस का तड़का लगा चुकी इस एक्ट्रेस ने सबको मदहोश कर रखा है। यह एक्ट्रेस और कोई नहीं बल्कि त्रिधा चौधरी हैं। जिन्होंने आश्रम वेब सीरीज में सबसे ज्यादा सुर्खियां बटोरी थी, लेकिन अगर आप ये सोच रहे हैं कि सिर्फ इसी वेब सीरीज से त्रिधा लाइटलाइट में छाई थी तो आप गलत हैं। हम आपको एक और ऐसी वेब सीरीज के बारे में बताते हैं जिसमें त्रिधा का बेहद बोल्ड अंदाज देखा गया। अक्सर त्रिधा चौधरी अपने बोल्ड अंदाज से फैस को अपना दीवाने करने में कामयाब रहती है। इसमें त्रिधा अपने बोल्ड अंदाज से फैस को अपना दीवाने करने से बोल्ड सीन देती रहती है। इसी सीरियल शदहलीजय में स्थायीनता रामाकृष्णन का किरदार निभाने वाली त्रिधा ने विक्रम भट्ट की वेबसीरीज स्पॉटलाइट में मुख्य किरदार निभाती नजर आई। वहीं, वेब सीरीज में बिबिता का रोल करने वाली एक्ट्रेस त्रिधा ने लोगों को अपनी तरफ काफी अकर्तृत किया था। जब भी वेब सीरीज शाश्रम्य की बात होती है तो त्रिधा के इंटीमेट सीन की बात जरूर होती है। आश्रम से पहले वेबसीरीज श्स्पॉटलाइट में काफी बोल्ड अंदाज में नजर आई थी। स्पॉटलाइट में त्रिधा ने कई लोगों के साथ बोल्ड सीन दिए। इसमें सफलता के साथ नजर आई थी। सीरीज का मैन प्लॉट लंग ट्राइंगल है। श्मायाच की ही तरह श्स्पॉटलाइट में भी काफी बोल्ड सीन दी रही है। इसमें कई किंसिंग सीन्स के अलावा हॉट सीन की भी भरमार है। ॥ न नजर आई। इसमें उन्होंने अपने को-स्टार सिड मकर के साथ कई बोल्ड सीन दिए हैं। सोशल मीडिया पर एक्ट्रेट रहने वाली त्रिधा अक्सर अपने फोटोज और वीडियोज शेयर करती रहती है। वेबसीरीज श्स्पॉटलाइट में ऑन स्क्रीन सना ने सिनेमा जगत में पहचान बनाने के लिए कुछ भी करने को तैयार रहती है। यह तस्वीर देखकर आपको लग ही रहा होगा कि अपने पैशन के लिए कैसे त्रिधा सब कुछ करने को तैयार रहती है। त्रिधा ने बंगाली फिल्म शमिशोर रोहोस्पॉच से अपने करियर की शुरुआत की थी। वह वेब सीरीज श्चार्जशीट्च और श्वंदिश बैंडिट्स में काम कर चुकी हैं। वह साल 2016 में टीवी शो शदहलीजय में हर्षद अरोड़ा के साथ नजर आई थीं। त्रिधा अब रणवीर कपूर, वाणी कपूर और संजय दत्त स्टारर फिल्म श्शमशोराच में दिखाई दी रही है। इसमें पहले त्रिधा स्टार प्लस के शदहलीजय सीरीयल में दिख चुकी हैं। इस सीरीज की तुलना मधुर भंडारकर की फिल्मों से भी की जा रही है।



अल्लू अर्जुन की फिल्म पुष्पा: द राइज बॉक्स ऑफिस पर सुपरहिट साबित हुई है। इस फिल्म में उनके साथ साउथ अभिनेत्री रशिमका मंदाना की जोड़ी जमी है। फिल्म में रशिमका के अंदाज ने सभी का ध्यान आकर्तित किया। फिल्म में लगाए उनके तुमके ने दर्शकों की महफिल लूट ली है। अब जानकारी सामने आ रही है कि इस फिल्म की सफलता के बाद रशिमका ने अपनी फीस में बढ़ोतरी कर दी है।

रिपोर्ट के मुताबिक, पुष्पा की सफलता के बाद रशिमका ने अपनी फीस में इजाफा किया है। ऐसी चर्चा है कि उन्होंने पुष्पा के दूसरे भाग पुष्पारु द रूल के लिए अपनी फीस बढ़ाई है। खबरों की मानें तो रशिमका ने फिल्म के दूसरे भाग के लिए निर्माताओं से मोटी रकम की मांग की है। कहा जा रहा है कि उन्होंने इस फिल्म के लिए तीन करोड़ रुपये फीस की डिमांड की है। रिपोर्ट की मानें तो पुष्पा में काम करने के लिए रशिमका ने दो करोड़ रुपये चार्ज किए थे। इस प्रकार अब उन्होंने अपनी फीस में एक करोड़ रुपये की वृद्धि की है। मेकर्स भी रशिमका को उनकी बड़ी हुई फीस भुगतान करने के लिए तैयार हैं। अगर यह खबर सच किली, तो अभिनेत्री को अपने करियर में सबसे अधिक फीस मिलेगी। इस बात में कोई संदेह नहीं है कि पुष्पा ने रशिमका को पैन इंडिया लेलव पर पहचान दिलाई है।

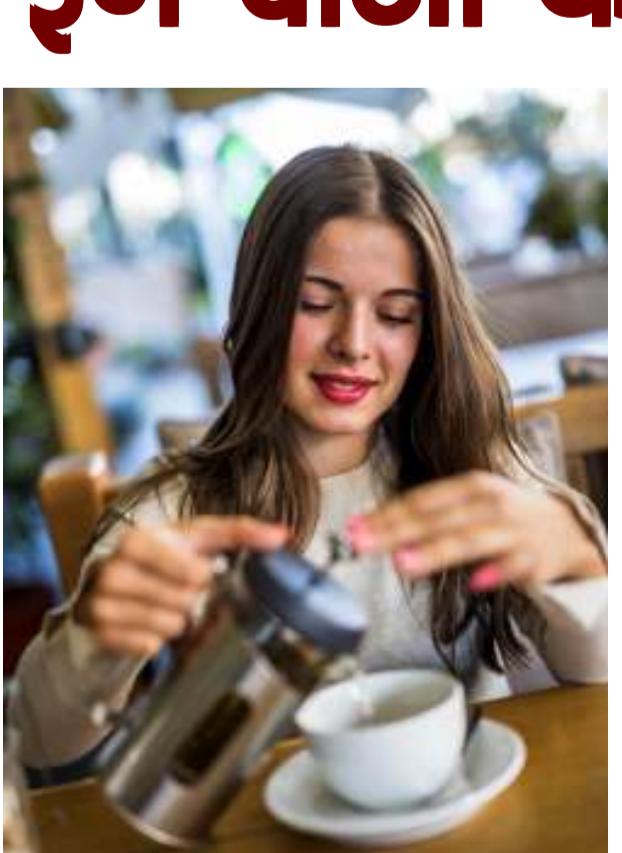
पुष्पा 17 दिसंबर के सिनेमाघरों में आई थी। फिल्म ने रिलीज के पहले दिन ही वह कीर्तिमान बना लिया, जो 2021 में कोई फिल्म नहीं कर पाई। अल्लू की पुष्पा ने भारतीय बॉक्स ऑफिस पर 2021 का सबसे बड़ा ओपनिंग डे अपने नाम किया था। यहां तक कि फिल्म ने मार्स्टर और स्पाइडर मैन को भी पछाड़ दिया था। पुष्पा का ओपनिंग डे का कलेक्शन 52.50 करोड़ रुपये है। फिल्म का निर्देशन सुकुमार ने किया है।

पुष्पा में अल्लू के साथ रशिमका ने अपने अभिनेत्री का जौहर दिखाया है। फिल्म में रशिमका के किरदार का नाम श्रीवल्ली है। फिल्म के जरिए अल्लू और रशिमका पहली बार साथ आए हैं। रशिमका की यह पहली फिल्म है, जो सीधे हिन्दी दर्शकों के बीच आई। फिल्म की कहानी चंदन की लकड़ियों की तस्करी से जुड़ा है। फिल्म तेलुगु, तमिल, मलयालम, कन्नड़ और हिन्दी सहित पांच भारतीय भाषाओं में रिलीज हुई है।

अभी फिल्म को रिलीज हुए कुछ ही दिन हुए हैं कि दर्शकों की उत्सुकता इसके दूसरे भाग पुष्पारु द रूल को लेकर बढ़ गई है। इसका सीच्छा इसी साल 17 दिसंबर को आएगा। सुकुमार ने खुद एक इंटरव्यू में इसकी बातें दी थीं। रशिमका बहुत जल्द बॉलीवुड में डेब्यू करने वाली है। वह सिद्धार्थ मल्होत्रा की फिल्म मिशन मजनू से बॉलीवुड में कदम रखेंगी। उन्होंने इस फिल्म की शूटिंग भी पूरी कर ली है। वह फिल्म में एक रोल एंजेंट की भूमिका में दिखेंगी। सिद्धार्थ भी एक रोल एंजेंट के किरदार में दिखेंगी। उनकी दूसरी हिन्दी फिल्म है गुदबाय, जिसके जरिए उन्हें पहली बार अभिनाश बच्चन संग काम करने का मौका मिला है।



दिव्यांका त्रिपाठी ने अपने पंजाबी गाने का वीडियो फैस के साथ किया शेयर



छोटे पर्द की जानीमानी एक्ट्रेस दिव्यांका त्रिपाठी ने अपने पंजाबी गाना श्चाबुल दा वेहडाच का वीडियो सोशल मीडिया पर पोस्ट किया है और अपने फैस को एक बेहद इंटरेस्टिंग टास्क दिया है। 2022 की शुरुआत के साथ दिव्यांका ने पंजाबी म्यूजिक वर्ल्ड में अपना कदम रखा है।

श्चाबुल दा वेहडाच गाने में दिव्यांका ने एक दुल्हन की भूमिका किया है, जो भावनात्मक उथल-पुथल से गुजर रही है, क्योंकि वह अपने पिता के घर को छोड़कर एक नई जिंदगी की शुरुआत करने जा रही है। दिव्यांका इन दिनों अपने जानकारी का जबरदस्त प्रमोशन कर रही है। अपनी लेटेस्ट इंस्टाग्राम पोस्ट के जरिए भी दिव्यांका ने फैस को एक बेहद इंटरेस्टिंग टास्क दिय