

बुद्ध का संदेश

हिन्दी समाचार पत्र

लखनऊ, कानपुर, कन्नौज, बरेली, सीतापुर, सोनभद्र, गोण्डा, बाराबंकी, बलरामपुर, श्रावस्ती, बहराइच, अम्बेडकरनगर, फ़ैजाबाद, बस्ती, संतकबीरनगर, गोरखपुर, कुशीनगर, देवरिया, महाराजगंज, सिद्धार्थनगर में एक साथ प्रसारित।

दैनिक बुद्ध का संदेश 9795951917, 9415163471 @budhakasandesh budhakasandeshnews@gmail.com www.budhakasandesh.com

सोमवार, 05 सितंबर 2022 सिद्धार्थनगर संस्करण www.budhakasandesh.com वर्ष: 09 अंक: 256 पृष्ठ 8 आमंत्रण मूल्य 2/-रूपया

लखनऊ सुचीबद्ध कोड- SDR-DLY-6849, डी.ए.वी.पी.कोड-133569 सम्पादक : राजेश शर्मा उत्तर प्रदेश सरकार एवं भारत सरकार (DAVP) से सरकारी विज्ञापनों के लिए मान्यता प्राप्त

योगी आदित्यनाथ के शिक्षा सलाहकार ने कहा- उग्र की शिक्षा प्रणाली को एनईपी के अनुरूप व्यवस्थित किया जाएगा

लखनऊ। उत्तर प्रदेश की शिक्षा प्रणाली को राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 (एनईपी-2020) के अनुरूप व्यवस्थित किया जाएगा और विद्यार्थियों को रोजगार परक समग्र शिक्षा प्रदान की जाएगी। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के शिक्षा सलाहकार प्रोफेसर धीरेंद्र पाल सिंह ने रविवार को पीटीआई-से बातचीत में यह जानकारी दी। उन्होंने बताया कि उत्तर प्रदेश में राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 के क्रियान्वयन से विभिन्न शिक्षण संस्थानों के बीच बेहतर तालमेल स्थापित हो सकेगा, जो शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार लाने के लिए जरूरी है। विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यूजीसी) के पूर्व अध्यक्ष



प्रोफेसर सिंह ने कहा, "मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ उत्तर प्रदेश में शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने को लेकर प्रयासरत हैं। वह चाहते हैं कि राज्य के सभी विद्यार्थियों को गुणवत्ता परक शिक्षा प्राप्त हो। मुख्यमंत्री का मानना है कि विद्यार्थियों के चरित्र के विकास पर ध्यान दिए बिना देश का विकास नहीं हो सकता।" उन्होंने कहा, "राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 मुख्य रूप से समग्र शिक्षा पर केंद्रित है और इसमें प्राविधिक तथा रुचि आधारित विषयों को शामिल किया गया है। इन विषयों का अध्ययन करने से छात्रों को रोजगार बाजार

की मांग के अनुरूप अपना कौशल विकसित करने में निश्चित रूप से मदद मिलेगी।" प्रोफेसर सिंह ने बताया कि छात्रों को विज्ञान, वाणिज्य और कला से जुड़े विषयों के साथ-साथ अपनी रुचि के हिसाब से कोई दूसरा विषय चुनने का भी विकल्प मिलेगा। उन्होंने कहा, उदाहरण के तौर पर अगर कोई छात्र भौतिक विज्ञान के साथ गणित की पढ़ाई कर रहा है तो वह संगीत या दर्शनशास्त्र जैसे विषयों को भी अपने एक विषय के तौर पर चुन सकता है। प्रोफेसर सिंह ने हालांकि यह भी कहा कि इससे छात्रों को ज्यादा विषय चुनने का

अवसर प्राप्त होगा, लेकिन शिक्षण संस्थाओं के सामने चुनौती भी खड़ी होगी। उन्होंने कहा कि राज्य के उच्च शिक्षण संस्थानों को राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 की आवश्यकताओं के अनुरूप अपनी प्रणालियों में बदलाव लाने की जरूरत है। प्रोफेसर सिंह ने कहा, "शैक्षणिक संस्थानों को स्कूल, कॉलेज और विश्वविद्यालय स्तर पर विभाजित किया गया है, जिससे ज्ञान का आदान-प्रदान रुकता है और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा मुहैया कराने की संभावनाएं सीमित हो जाती हैं। इस समस्या को राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 की मदद से संस्थानों के बीच संबंधों और तालमेल में सुधार लाकर दूर किया जा सकता है।" प्रोफेसर सिंह का मानना है कि शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार लाने के लिए उच्च शिक्षण संस्थानों को शिक्षा मंत्रालय की राष्ट्रीय आकलन एवं प्रत्यायन परिषद (एनएएसए) और नेशनल इंस्टीट्यूशनल रैंकिंग फ्रेमवर्क

(एनआईआरएफ) की रैंकिंग के लिए आवेदन करना चाहिए। उन्होंने दावा किया कि इन दोनों इकाइयों की रैंकिंग से शिक्षण संस्थानों को अपना आकलन करने और सुधार के लिए जरूरी बदलाव लाने का अवसर मिलेगा। प्रोफेसर सिंह ने कहा, "हमारा लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि आगामी तीन वर्षों में राज्य के सभी उच्च शिक्षण संस्थान एनएएसए और एनआईआरएफ रैंकिंग के लिए आवेदन करें। अच्छी रैंकिंग प्राप्त करने वाले संस्थान अन्य संस्थानों को बेहतर बनाने में उनकी मदद करेंगे।" उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 के तहत शिक्षकों को विभिन्न जिम्मेदारियां पूरी करनी होंगी, जिनके लिए उन्हें प्रशिक्षण देना और क्षमता निर्माण करना जरूरी होगा। मुख्यमंत्री के शिक्षा सलाहकार ने कहा कि उनका लक्ष्य राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 के क्रियान्वयन की प्रक्रिया को व्यवस्थित करने के लिए प्राथमिक शिक्षा, माध्यमिक शिक्षा, उच्च शिक्षा और प्राविधिक शिक्षा तक पहुंच बनाना है। उन्होंने बताया कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 के अनेक लक्ष्य हैं, जिनमें स्कूलों और उच्च शिक्षण संस्थानों में सकल नामांकन अनुपात को बढ़ाना तथा हर जिले में एक-एक विश्वस्तरीय बहु-अनुशासनिक शिक्षण एवं शोध विश्वविद्यालय स्थापित करना शामिल है। प्रोफेसर सिंह ने कहा,

कांग्रेस की रैली पर बीजेपी का हल्ला बोल दर्जनों नेता बेल पर बाहर, भ्रष्टाचारियों के खिलाफ जारी रहेगी कार्रवाई

नई दिल्ली। महंगाई के खिलाफ आज दिल्ली में कांग्रेस की हल्ला बोल रैली हुई। जिसमें कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने बीजेपी और पीएम मोदी को जमकर निशाने पर लिया। इसके साथ ही बीजेपी और आरएसएस पर नफरत की राजनीति करने का आरोप भी लगाया। जिसके जवाब में बीजेपी ने प्रेस कॉन्फ्रेंस करके राहुल गांधी और सोनिया गांधी को निशाने पर लिया। बीजेपी के प्रवक्ता संबित पात्रा ने कांग्रेस की रैली को परिवार बचाओ रैली

टाटा संस के पूर्व चेयरमैन साइरस मिस्त्री की सड़क हादसे में मौत मुंबई के पालघर में ड्रिवाइवर से जा टकराई कार

नई दिल्ली। सड़क दुर्घटना में बिजनेस टाइकून मिस्त्री? मिस्त्री टाटा संस के छठे अध्यक्ष थे। साइरस मिस्त्री की मौत हो गई। पालघर एसपी ने इस बात की पुष्टि की है। मुंबई के पालघर के पास ये हादसा हुआ है। दुर्घटना कथित तौर पर मुंबई अहमदाबाद राष्ट्रीय राजमार्ग पर सूर्य नदी चरोटी पुल पर हुई। मिस्त्री अपनी मर्सिडीज कार से गुजरात से मुंबई लौट रहे थे। रिपोर्ट्स के मुताबिक कार के ड्रिवाइवर से टकराने के बाद हुआ यह घातक हादसा हुआ। पालघर पुलिस अधिकारी के अनुसार कार में 4 लोग मौजूद थे 2 की मौके पर ही मौत हो गई और 2 को अस्पताल ले जाया गया है। कौन थे साइरस मिस्त्री? मिस्त्री टाटा संस के छठे अध्यक्ष थे। जिन्हें अक्टूबर 2016 में पद से हटा दिया गया था। रतन टाटा द्वारा सेवानिवृत्ति की घोषणा के बाद उन्होंने दिसंबर 2012 में अध्यक्ष के रूप में पदभार संभाला था। जिसके बाद एन चंद्रशेखरन ने बाद में टाटा संस के कार्यकारी अध्यक्ष के रूप में पदभार संभाला। सुप्रीम कोर्ट ने मई में संपूर्ण पल्लोनजी (एसपी) समूह की उस याचिका को खारिज कर दिया था, जिसमें 2021 के फैसले की समीक्षा की मांग की गई थी। इस याचिका में टाटा संस के कार्यकारी अध्यक्ष के रूप में साइरस मिस्त्री को हटाने के टाटा समूह के फैसले को बरकरार रखा गया था।

पुलिस से मुठभेड़ में गोली लगने से घायल इनामी बदमाश गिरफ्तार

प्रतापगढ़ (उत्तर प्रदेश)। प्रतापगढ़ जिले के हथिगवां क्षेत्र में बछन्दामऊ-सुनियावां मार्ग पर पुलिस से हुई मुठभेड़ में गोली लगने से घायल एक वांछित इनामी बदमाश को गिरफ्तार कर लिया गया है। पुलिस सूत्रों ने रविवार को यह जानकारी दी। सूत्रों ने बताया कि सूचना मिलने पर पुलिस ने तीनघंटा सितंबर की मध्यरात्रि को हथिगवां थाना क्षेत्र के बछन्दामऊ-सुनियावां मार्ग पर मोटरसाइकिल से आ रहे 25 हजार रुपए के इनामी बदमाश राम सिंह यादव (30) को रोकने की कोशिश की तो उसने पुलिस पर गोलियां चलानी शुरू कर दी। उन्होंने बताया कि जवाबी कार्रवाई में वह बदमाश गोली लगने से जख्मी हो गया। उसे गिरफ्तार कर स्थानीय अस्पताल में भर्ती कराया गया है। सूत्रों ने बताया कि यादव हिस्ट्रीशीटर बदमाश है। उसके खिलाफ लूट तथा कई अन्य जघन्य अपराधों के मामलों में कुल 18 मुकदमे दर्ज हैं।

जेपी नड्डा की मौजूदगी में बीजेपी में शामिल हुए जेडीयू के 5 विधायक, बीजेपी चीफ ने कहा- हमारी पार्टी को बहुत लाभ होगा

नई दिल्ली। दिसंबर 2020 के अरुणाचल प्रदेश की घटना की पुनरावृत्ति मणिपुर में भी देखने को मिली है और इस बार भी फूट जेडीयू में ही हुई है। जद (यू) के छह विधायकों में से पांच ने आज बीजेपी के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा की उपस्थिति में पार्टी की सदस्यता ली। जेपी नड्डा ने ट्वीट करते हुए कहा कि मैं मणिपुर से जेडीयू के पांच विधायकों का बीजेपी परिवार में स्वागत करता हूँ। आप सभी में ऐसे गुण हैं जिनसे हमारी पार्टी को बहुत लाभ होगा। मुझे विश्वास है कि आप सभी भाजपा के सदस्य के रूप में लगन से देश की सेवा करेंगे और देश के विकास में अपनी भूमिका निभाएंगे।

पीएम को गाली देने वाले को अभिव्यक्ति की कमी महसूस हो रही, जस्टिस श्रीकृष्ण ने उठाए सवाल तो रिजिजू ने इस अंदाज में दिया जवाब

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट के पूर्व जज कि "वे लोग जो हर समय बिना किसी प्रतिबंध सेवा की है। द हिंदू इंटरव्यू में उनसे पूछा गया कि क्या तेलंगाना की एक आईएएस अधिकारी ने गुजरात दंगा गैंगरेप पीडिता बिलकिस बानो के समर्थन में अपने व्यक्तिगत खाते से ट्वीट करके गलत किया था। न्यायमूर्ति श्रीकृष्ण ने जवाब दिया कि जब कोई सरकारी सेवा में प्रवेश करता है, तो कुछ अनुशासनात्मक नियम होते हैं। उन्होंने उच्च न्यायालय के दो फैसलों का हवाला दिया और कहा, फुझे लगता है कि प्रवृत्ति यह है कि न्यायाधीश यह विचार कर रहे हैं कि आईएएस अधिकारियों को खुद को वैध और सम्य तरीके से व्यक्त करने का अधिकार है। बता दें कि न्यायमूर्ति श्रीकृष्ण 2006 में सर्वोच्च न्यायालय के न्यायाधीश के रूप में सेवानिवृत्त हुए। अपनी सेवानिवृत्ति के बाद से, उन्होंने कांग्रेस के नेतृत्व वाली यूपीए सरकार और भाजपा सरकार दोनों के लिए कई समितियों का नेतृत्व किया है।

गणपति महोत्सव के पांचवें दिन मुंबई में 166 गणेश प्रतिमाओं का विसर्जन किया गया

मुंबई। गणपति महोत्सव के पांचवें दिन रविवार को मुंबई में समुद्र में और कुत्रिम जलाशयों में कम से कम 166 गणेश प्रतिमाओं का विसर्जन किया गया। बृहन्मुंबई महानगर पालिका (बीएमसी) के एक अधिकारी ने यह जानकारी दी। उन्होंने कहा कि गणेश प्रतिमाओं के साथ हरतालिका की प्रतिमाओं का विसर्जन भी किया गया। अधिकारी के अनुसार, शहर के विभिन्न हिस्सों में बनाए गए कुत्रिम जलाशयों में इनमें से करीब 50 प्रतिमाओं का विसर्जन किया गया। उन्होंने कहा कि विसर्जन के दौरान कोई अप्रिय घटना सामने नहीं आई और शहर पुलिस ने सुरक्षा बंदोबस्त कड़े कर दिए हैं।

हिन्दी दैनिक बुद्ध का संदेश समाचार पत्र

में सरकारी विज्ञापन, निविदा, अदालती नोटिस, सम्मान, सूचना, टेंडर प्रकाशन के लिए आज ही सम्पर्क करें।

सभी जनपदों से आवश्यकता है पत्रकारों की सम्पादक:- दैनिक बुद्ध का संदेश

☎ 8795951917, 9453824459

ई-मेल ID:- budhakasandeshnews@gmail.com

रामलीला मैदान से राहुल का हल्ला बोल, कहा- बीजेपी के राज में बढ़ रही नफरत, कमजोर हो रहा देश

नई दिल्ली। देश में महंगाई के खिलाफ आवाज आज दिल्ली के रामलीला मैदान में कांग्रेस बीजेपी के खिलाफ हल्ला बोल मार्च निकाल रही है। मां तुझे सलाम.. गीत गूंज रहा है, माहौल को देशभक्ति से पूर्ण कर रहा है। महंगाई के विरुद्ध युद्ध में कांग्रेसी कार्यकर्ताओं की मैदान में में मौजूदगी नजर आई। कांग्रेस नेता



राहुल गांधी ने कहा कि देश की हालत आपको दिख रही है, जब से बीजेपी की सरकार आई है तब से देश में नफरत और क्रोध बढ़ता जा रहा है। देश में भविष्य, महंगाई और बेरोजगारी का डर बढ़ता जा रहा है जिसकी वजह से देश में नफरत और देश बटता है जिससे देश कमजोर होता है। आरएसएस और बीजेपी आदमी मुश्किल और दर्द में है। विपक्ष को संसद में बोलने नहीं दिया जाता है। राहुल ने कहा कि सारी संस्थाओं पर घोर दबाव है। राहुल गांधी ने कहा कि देश की आत्मा को बचाने का काम कांग्रेस को करना पड़ेगा। उन्होंने कहा

सिद्धार्थनगर का लाल पुर्तगाल में करेगा कमाल, भारत का डंका बजाने को तैयार

पुर्तगाल के माचिनो में आयोजित होने वाली बायथल और ट्रायथल विश्व चैंपियनशिप के लिए शोहरतगढ़ निवासी एकांश रूंगटा का हुआ चयन

दैनिक बुद्ध का संदेश शोहरतगढ़/सिद्धार्थनगर। पुर्तगाल के माचिनो में आयोजित होने वाली बायथल और ट्रायथल विश्व चैंपियनशिप के लिए मॉडर्न पेंटालॉन फेडरेशन ऑफ इंडिया द्वारा शोहरतगढ़ कस्बा निवासी एकांश रूंगटा को चुना गया है। विदित हो कि तैराकी में कई राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में उन्होंने प्रतिभाग किया है और पूरे करियर में कई पदक जीते हैं। उनकी प्राथमिक शिक्षा सेन्ट एंड्रयूज पब्लिक स्कूल शोहरतगढ़ से, प्राथमिक उच्च शिक्षा राम स्वरूप पब्लिक मेमोरियल लखनऊ, हाईस्कूल की शिक्षा जीडी गोइन्का गोरखापुर और इण्टरमीडियट की शिक्षा जागरण पब्लिक स्कूल लखनऊ से हुई। उच्च शिक्षा और स्विमिंग के प्रशिक्षण के लिए वे क्राइस्ट यूनिवर्सिटी बैंगलोर चले गए जहाँ मेजर इन आर्ट्स की शिक्षा के साथ स्विमिंग का प्रैक्टिस कर रहे हैं और इसी प्रैक्टिस के दौरान उनका चयन हुआ है।

उनके पिता राजेन्द्र कुमार रूंगटा उर्फ नीलू रूंगटा व्यवसायी हैं

पूरी कोशिश रहेगी कि वे विदेशों में भारत का डंका बजाये। इसी

अतिथियों सहित उन्होंने एकांश रूंगटा और उनके पिता को चंदन

खिलाड़ी, मेजर ध्यानचंद, क्रिकेट खिलाड़ी सचिन तेंदुलकर, महेंद्र

जिलाध्यक्ष रामबिलास यादव ने कहा कि शोहरतगढ़ जैसे क्षेत्र से

है। इसके साथ ही नगर के याय, उमेश प्रताप सिंह, राजेन्द्र रत्नेश सोनी, दीपक कौशल ने कुमार रूंगटा (नीलू रूंगटा),



और समाजसेवी में रुचि रखते हैं। एकांश के परदादा स्वतंत्रता संग्राम सेनानी भी रहे। मीडिया से मुखातिब होते हुए अकांश रूंगटा ने बताया कि भारत का प्रतिनिधित्व करना बड़े ही हर्ष की बात है और उनकी

चयन को लेकर पूर्व छात्र संघ अध्यक्ष व निवर्तमान ग्राम प्रधान श्याम सुंदर चौधरी ने एकांश रूंगटा के सम्मान में स्वागत समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में आये अन्य

लगाकर, बुके देकर उनका माल्यार्पण किया। लोगों को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि भारत की धरती ने बहुत से खिलाड़ियों को पैदा किया जिसने विदेशों में भारत का डंका बजाया है। उन्होंने विश्वविख्यात हॉकी

सिंह धोनी सहित खिलाड़ी नीरज चोपड़ा समेत बहुत से प्रतिभावान खिलाड़ियों को याद कर उनके विषय में विस्तार से अपनी बात कही। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए माध्यमिक शिक्षक संघ के

निकलकर कम संसाधनों में बेहतर प्रदर्शन के माध्यम से अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भारत का प्रतिनिधित्व करना लोगों के लिए प्रेरणादायक है। उन्होंने यह भी कहा कि प्रतिभावान व्यक्ति के लिए स्थान मायने नहीं रखता

एकांश को शुभकामनाएं दी है। रत्नेश सोनी, दीपक कौशल, पिता राजेन्द्र कुमार रूंगटा उर्फ गोविन्द वर्मा, बेचन, मंटू नीलू रूंगटा ने कार्यक्रम में आए जायसवाल, ग्राम प्रधान सभी लोगों का आभार व्यक्त किया। राममिलन चौधरी, बीरेंद्र गिरी कार्यक्रम के संचालन कोच व बाबा, राजू बाबा, अमित तिवारी, गेम टीचर विवेक त्रिपाठी ने दानिश भाई, बरसाती आदि मौजूद किया। इस दौरान सदानन्द उपाध रहे।

शिक्षक विधायक ध्रुव कुमार त्रिपाठी ने किया नवनिर्मित कक्ष का लोकार्पण

बुद्ध विद्यापीठ इंटर कालेज में विधायक निधि से निर्मित शिक्षण कक्ष का लोकार्पण



दैनिक बुद्ध का संदेश सिद्धार्थनगर। शिक्षक विधायक ध्रुव कुमार त्रिपाठी ने रविवार को बुद्ध विद्यापीठ इंटर कालेज में विधायक निधि से निर्मित शिक्षण कक्ष का लोकार्पण किया। शिक्षक विधायक ने कहा समाज के भावी पीढ़ी का मार्गदर्शक, आदर्श व मॉडल एक शिक्षक ही होता है। शिक्षकों का

आदर्श प्रधानाचार्य होता है। चुनौती के प्रति सतर्क रहने की जरूरत है। जिम्मेदार लोग हमारी धरोहर को समाप्त करने के लिए संस्थाओं को बंदनाम करने मके सतत प्रयत्नशील हैं। शासन व सरकार में बैठे लोग शिक्षा के प्रति संवेदनहीन हैं। जिसके लिए हमें सतर्क रहने की जरूरत है। अभिभावक बच्चे को प्रवेश के

लिए संस्था में आता है। तो अपने बच्चे के भविष्य के बारे में ही सोचता है। समाज के संस्था के प्रति विश्वास को बनाए रखना कठिन हो रहा है। अभिभावक भगवान के बाद किसी पर विश्वास करता है तो शिक्षक पर ही करता है। पुरी शिक्षा व्यवस्था पूंजीपतियों के हाथों में देने का कार्य चल रहा है। दुनिया के

सारे लोग कहते हैं कि गरीबी की बात होती है। कभी वित्तिहीन विद्यालय के शिक्षकों के बारे में भी बात कर लें। शिक्षक विधायक ने कहा राज क्यों करते हो जब अच्छी शिक्षा व स्वास्थ्य नहीं दे सकते हो। बच्चे को किताब अभी तक नहीं दिया गया। कभी पुरानी पेंशन का दिया तो जला दो। संचालन पूर्णेश्वर मिश्र ने किया। प्रबंधक राजेश चन्द्र शर्मा, प्रधानाचार्य

मनोज कुमार मिश्र, गोपेश्वर पांडेय, पूर्व प्रधानाचार्य प्रकाश चंद पटेल, राम पुकार यादव, रामचंद्र यादव, कामता यादव, रामबिलास, रविन्द्र उपाध्याय, विजय बहादुर वर्मा, शिवकरन, रामबचन राम, शम्भू नाथ गुप्ता, रजनीरंजन, हृदय नारायण मिश्र, हरेंद्र सिंह, गणेश जायसवाल भाजपा नेता रामेश्वर पांडेय आदि मौजूद रहे।

दैनिक बुद्ध का संदेश बांसी/सिद्धार्थनगर। भारतीय जनता पार्टी के पिछड़ा मोर्चा के क्षेत्रीय उपाध्यक्ष दुर्गा प्रसाद गुप्ता का जोरदार स्वागत

दैनिक बुद्ध का संदेश बांसी/सिद्धार्थनगर। भारतीय जनता पार्टी के पिछड़ा मोर्चा के क्षेत्रीय उपाध्यक्ष दुर्गा प्रसाद गुप्ता का संगठनात्मक कार्यों को

मनमाने दाम में बेचा जा रहा यूरिया, अधिकारी मौन

पंकज चौबे/दैनिक बुद्ध का संदेश शोहरतगढ़/सिद्धार्थनगर। कोरोना संक्रमण की मार से उबरे हजारों किसान जब खेतों की तरफ रुख कर रहे हैं, तो एक तरफ यूरिया, खाद की उपलब्धता को लेकर चिंतित होना पड़ रहा है। वहीं सरकार द्वारा तय रेट से अधिक दाम पर यूरिया खाद की बिक्री कर हजारों किसानों का आर्थिक शोषण किया जा रहा है, लेकिन कृषि विभाग के जिम्मेदार अधिकारी और प्रशासन शिकायतों का इंतजार कर रहा है। शोहरतगढ़ तहसील के हर क्षेत्र में खाद की काला बाजारी की जा रही है। वर्तमान दिनों में किसानों को तय सरकारी दाम पर यूरिया मिलना मुश्किल हो रहा है। केवटली, गनेशपुर, परसा, महथा, परसोहिया आदि क्षेत्रों में खुले बाजार में मनमाने रेटों पर विक्रेताओं द्वारा खाद बेची जा रही है। क्षेत्र के किसी जनप्रतिनिधियों और नेताओं ने अभी तक खाद की अधिक दामों पर बिक्री को लेकर कोई आपत्ति नहीं ली है। इसलिए हजारों किसान खुद को छला सा महसूस कर रहे हैं। धान के फसल के रोपाई के बाद फसल में यूरिया की जरूरत है। इसे देख विक्रेताओं ने मनमानी आरंभ कर दी है। विभाग ने यूरिया की 45 किलो की बोरी के दाम 266.50 रुपये निर्धारित किए हैं। इससे कहीं अधिक दामों पर किसानों को खाद उपलब्ध हो रही है। कई सहकारी समितियों में खाद की कमी बनी हुई है। इससे मजबूरन, किसानों को खुले बाजार से खाद खरीदनी पड़ रही है। ग्रामीण क्षेत्रों में व्यापारी मनमाने भाव में खाद बेच किसानों का शोषण करते हैं। किसानों के बिल मांगे जाने पर कोरे कागज पर बिल बनाकर दिया जा रहा है, लेकिन कृषि विभाग के अधिकारी मौन है। बता दें कि केवटली चौराहे के एक निजी दुकान में 330 रुपये यूरिया बेचने का मामला सामने आया। जहां पर खैरी गांव के एक पीड़ित किसान ने केवटली चौराहे के दुकान से यूरिया और अन्य खाद खरीदी। जिसमें एक यूरिया की बोरी के 330 रुपये दाम वसूले गए। बिल मांगने पर यूरिया नहीं देने की बात करते हैं, वही जब इस सम्बन्ध में जिला कृषि अधिकारी से उनके सरकारी नम्बर 7839882270 पर सम्पर्क करने की कोशिश की गई लेकिन सम्पर्क नहीं हो पाया।

दैनिक बुद्ध का संदेश बांसी। समाजवादी पार्टी सदस्यता अभियान सफलता कार्यक्रम का आयोजन रविवार की शाम नपा के मैरेज हाल में संपन्न हुआ। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए पूर्व विधायक व जिला अध्यक्ष लालजी यादव ने कहा कि पार्टी द्वारा चलाये गये सदस्यता अभियान में उत्साह देखने को मिल रहा है। पूरे जिले में लक्ष्य से अधिक सदस्य बने हैं और अभी यह अभियान जारी है। नपा अध्यक्ष मो इदरीश पटवारी ने कहा कि सदस्यता अभियान की सफलता के लिए सभी पदाधिकारी व कार्यकर्ता पूरी उर्जा के साथ लग जायें और अधिक से अधिक संख्या में सदस्य बनाएं। पूर्व नपा अध्यक्ष चमन आरा राईनी ने कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव के निर्देशों का पालन करते हुए गांव गांव, डगर, डगर जाकर अधिक से अधिक सदस्य बनाएं। सभी साथी एकजुट होकर सदस्यता अभियान की सफलता में जुट जाएं। कार्यक्रम को अनुराग श्रीवास्तव, परवेज अहमद, मुरली यादव, अमित बख्शी, राजेश पासवान, ज्योतिर यादव, रामगति मौर्य, अलीम शेख आदि ने सम्बोधित किया। इस अवसर पर सैयद मो कुतुब, अरुण गुप्ता, साकिर अली, अकबर अली छोटे, शेख, मुस्ताफा खान, रामदेव निषाद, मन्ना पांडेय, अकरम पप्पू, मकबूल, पवन यादव आदि उपस्थित थे।



बांसी में समाजवादी पार्टी सदस्यता अभियान कार्यक्रम का आयोजन

लेकर बांसी आगमन पर पार्टी के पदाधिकारियों व कार्यकर्ताओं ने जोरदार स्वागत किया। भाजपा के पिछड़ा वर्ग मोर्चा के जिला अध्यक्ष रामशरण मौर्य के आवास पर संगठनात्मक कार्यों को लेकर चर्चा व विचार विमर्श किया गया। इस दौरान श्री मौर्य क्षेत्रीय उपाध्यक्ष दुर्गा प्रसाद को माला पहनाकर गर्मजोशी से स्वागत किया साथ ही बलराम कुल श्रेष्ठ, अमर जायसवाल, बैजनाथ जयसवाल, राजेश गुप्ता, संजय रावत, शंभू कश्यप, धर्मेन्द्र कुमार, उमेश कश्यप आदि ने भी माला पहनाकर स्वागत किया।

क्षत्रिय महासभा ने मनाया राष्ट्रीय अध्यक्ष का 72वां जन्मदिवस

दैनिक बुद्ध का संदेश सिद्धार्थनगर। अखिल भारतीय क्षत्रिय महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष कुंवर हरिवंश सिंह का जन्मदिन रविवार (04 सितंबर) को ज न प द सिद्धार्थनगर के क्षत्रिय समाज के लोगों द्वारा संगठन के प्रदेश सचिव अखण्ड प्रताप सिंह एडवोकेट के आवास पर वृक्षारोपण और मिष्ठान वितरण कर हार्पोल्लास के साथ मनाया गया। जन्मदिन कार्यक्रम की अध्यक्षता जिले के वरिष्ठ अधिवक्ता शेखर सिंह ने किया। जिला अध्यक्ष राजन सिंह, उपाध्यक्ष फतेहबादुर सिंह, यूथ जिला अध्यक्ष रत्नेश सिंह ने अपने अपने विचार व्यक्त किये। संचालन वरिष्ठ महामंत्री हरेंद्र बहादुर सिंह ने किया। इस दौरान मुख्य रूप से अधिवक्ता राघवेंद्र सिंह, अजीत सिंह, सोनू सिंह, गिरजेश बहादुर सिंह, अमित सिंह श्रीनेत, मनोज सिंह, अमित सिंह आदि उपस्थित रहे।



स्वतंत्रता संग्राम सेनानी मंगल वियार स्मृति उद्यमिता प्रोत्साहन सम्मेलन सम्पन्न सेवा समिति के चयनित हुए पदाधिकारी

दैनिक बुद्ध का संदेश घोरावल/सोनभद्र स्थानीय घोरावल तहसील क्षेत्र अंतर्गत कुसुम्हा गांव में पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार स्वतंत्रता संग्राम सेनानी मंगल वियार स्मृति सेवा समिति के पदाधिकारियों का सर्वसम्मति से चयन किया गया। इस दौरान जहां मुख्य अतिथि समिति के संस्थापक मोहन लाल वियार व विशिष्ट अतिथि अनिता देवी रही, वहीं सभाध्यक्ष श्याम लाल वियार रहे। सर्व प्रथम अतिथियों द्वारा कार्यक्रम को आगे बढ़ाते हुए स्वतंत्रता संग्राम सेनानी मंगल वियार जी के स्मारक पर पुष्प अर्पित कर उन्हें शत-शत नमन किया गया, तत्पश्चात

अतिथियों को सम्मानित किया बिरबली कोल चयनित किए गया। इस अवसर संता विजय कुमार, मोहित लाल वियार, देवी ने अपने वक्तव्य में कहा कि देश भक्ति करना है तो सबसे पहले सभी जाति वर्ग के लोगों का सम्मान करना होगा सभी लोगों को मिलजुलकर समाज में दबे, कुचले, निचले स्तर के लोगों की मदद करना होगा। तभी समिति का उद्देश्य पूरा होगा। गौरतलब होगी इस संस्था की 2007 में नींव रखी गई और 2010 में पूर्ण रूप से सक्रिय हुई तबसे लगातार हर वर्ष कुछ न कुछ कार्यक्रम स्वतंत्रता संग्राम सेनानी के सम्मान में संपादित होती आ रही है। इस मौके पर गांव एवं आसपास के तमाम राष्ट्रभक्त ग्रामीण मौजूद रहे।



संग्राम सेनानी मंगल वियार स्मृति सेवा समिति के अध्यक्ष के रूप में श्याम लाल वियार का चयन किया गया। उपाध्यक्ष पद पर उमेश कुमार, राजकुमारी देवी व सिंह पटेल तथा महासचिव- नंदू देवी, नागेन्द्र कुमार विजय कुमार और सचिव- लक्ष्मण चौधरी, फुलचंद व सुभाष को बनाया गया। इनके अतिरिक्त

बाबा बिहारी इंटर कॉलेज भरकवाह के परिसर में स्वालम्बी भारत अभियान के क्रम में उद्यमिता प्रोत्साहन सम्मेलन सम्पन्न हुआ, कार्यक्रम में स्वदेशी अभियान से लेकर सशक्त स्वालम्बी भारत के परिकल्पना पर विशेष रूप से चर्चा की गई। मुख्य अतिथि वरिष्ठ भाजपा नेता लाल जी तिवारी ने कहा कि आज भारत को स्वालम्बी भारत के रूप में दुनिया का सबसे मजबूत देश बनाये जाने

के लिए सभी भारतीय को आगे आने की आवश्यकता है, गाँव से मूल तत्व है, स्वदेशी अभियान से लेकर भारतीय मजदूर सभा तक का प्रतिनिधित्व इस अभियान को गति देने के लिए कटिबद्ध है, भाजपियों के क्षेत्रीय मीडिया प्रभारी बिपिन तिवारी ने कहा कि समाज के हर व्यक्ति को इस अभियान से जोड़ने का प्रयास किया जायेगा, ताकि समाज में नये युग का सूत्रधार हो सके, कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे बुद्धि नाथ यादव ने आये हुए सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए सामाजिक समरसता पर प्रकाश डाला, संचालन प्रकाश पांडेय ने किया, इस अवसर पर राम नारायण जायसवाल, भगोती प्रसाद शुक्ल, गोविन्द सिंह पटेल, धर्मेश सिंह, उपेन्द्रनाथ उपाध्याय, पूर्व प्रमुख मणिकर्णिका कोल, द्वारिका प्रसाद, राम नाथ सिंह, ज्ञानेंद्र सिंह आदि उपस्थित रहे।

लेकर नगर तक भारत की मूल संस्कृति को निखारने की जरूरत है, इसके लिए हर वर्ग को पहल करनी चाहिए, वर्तमान में बढ़ रही आर्थिक, सामाजिक और राजनैतिक कुरितियों का मुकाबला करने के लिए एक मंच पर आना चाहिए तभी देश को विश्व गुरु की पहचान फिर से मिल सकती है, अभियान के ब्लॉक समन्वयक गोपाल सिंह वैद्य ने कहा कि यह अभियान आठ भारतीय संगठनों के विचारों का

पी०आर०वी० 112 की टीम ने प्रसव पीड़ा से कराहती महिला को पहुंचाया अस्पताल

दैनिक बुद्ध का संदेश हरैया सतधरवा/बलरामपुर। स्थानीय थाना क्षेत्र में पी०आर०वी० 112 की टीम ने प्रसव पीड़ा से कराहती हुई महिला को अस्पताल पहुंचाया। अस्पताल में पहुंचाकर पुनीत कार्य किया जिसके लिए क्षेत्रवासियों 112 पुलिस टीम की सहायता की पीआरवी 2483 के प्रभारी कांस्टेबल कौशल यादव ने बताया कि मैं अपने पॉइंट विनुहनी में खड़ा था सूचना पर ग्राम पंचायत लंबीकोहल का मजरा सिंघनिया जा रहा था कि एक पेड़ के नीचे सिंघनिया के रहने वाली सविता पत्नी सुखराम बैठी थी तथा उसने एक लड़की को जन्म दिया था परंतु हालत नाजुक थी मैं आसपास की महिलाओं के सहयोग से तत्काल प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र गुगोली में भर्ती कराया तथा संबंधित ग्राम प्रधान के माध्यम से उसके परिजनों को सूचित किया गया जच्चा-बच्चा दोनों स्वस्थ हैं महिला को अस्पताल ले जाने में पायलट एच० जी० रंजन यादव तथा यूटी पवन कुमार का सहायनीय योगदान रहा।



स्व० भूनेश्वर सिंह की मनाई गई 11वीं पुण्यतिथि आधी रात तक चले रामायण गान का लोगों ने उठाया लुफ्त।

दैनिक बुद्ध का संदेश गुरमा, सोनभद्र। शनिवार की सायं ग्राम पंचायत कुरुहुल के बौराडीह रामलीला मंच पर जनपद के माने जाने वाले वादक एवं सामाजिक कार्यकर्ता रहे स्व. भूनेश्वर सिंह की 11 वीं पूण्यतिथि मनाई गई जहाँ सर्वप्रथम मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद पूर्व विधायक तिथरराज सिंह एवं नरसिंह त्रिपाठी ने उनके चित्र पर श्रद्धा सुमन अर्पित करते हुए दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया तत्पश्चात क्षेत्र के आये हुए संगीत प्रेमियों ने अपने चहेते कलाकार को याद करते हुए श्रद्धा सुमन अर्पित किये। वहीं क्षेत्रीय कलाकारों ने संगीत मय मानस गायन कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित किया। आपको बताते चलें कि स्व. भूनेश्वर सिंह कुरुहुल गाँव के बौराडीह के मूल निवासी थे बचपन से ही संगीत को अपना सबकुछ मानने लगे साथ ही समाज के सुखदुख में सदैव खड़ा रहते थे और अपने मृदुभाषी व्यवहार क्षेत्र के चहेते हो गये थे परंतु को भगवान जल्दी बुला लेते हैं और कम समय में ही वह दुनिया को अलविदा कह दिये किंतु उनके द्वारा चौरासी क्षेत्र में संगीत के साथ ही समाज में किये गये कार्यों को लोग आज भी अपने स्मृति में संजोये हुये हैं शनिवार को उनके पूण्यतिथि पर क्षेत्र के संगीत प्रेमियों के साथ ही गणमान्य लोग उपस्थित होकर श्रद्धा सुमन अर्पित करते हुए उन्हें नमन किया इस दौरान प्रभारी निरीक्षक लच्छमण पर्वत ने आये हुए कलाकारों को वही पूण्यतिथि नरसिंह त्रिपाठी एवं पूर्व प्रधान मूरली दत्त पाठक ने अपने संबोधन में कहा कि स्व भूनेश्वर सिंह सर्वगुण संपन्न व्यक्तित्व के धनी थे और अपने व्यवहार से हर वर्ग के लोगों के चहेते थे और मानस के प्रति उनका लगाव चौरासी क्षेत्र कभी नहीं भूलेगा कार्यक्रम के अंत में संयोजक मनोज चौबे ने आये हुए समस्त अतिथियों, कलाकारों का धन्यवाद ज्ञापित किया संचालन पंकज शास्त्री ने किया। इस मौके पर जूनो अखाड़े के संत पूज्य सुखदेव गिरी महाराज जी, आकाशवाणी कलाकार सत्यप्रकाश पाठक, अमरनाथ सिंह, विंदु पाण्डेय, राजू तिवारी, विनोद दूबे, दीपक दूबे, तेजवंत पाण्डेय, सुनील पाठक, विष्ट तिवारी, राहुल सिंह, संजय केशरी, अनील पाठक, राजेश अग्रहरी, जनार्दन बैसवार, संदीप जायसवाल, रामप्रीत गुर्जर, उदल सिंह सहित सैकड़ों लोग उपस्थित रहे।



बुद्ध का संदेश
(हिन्दी दैनिक समाचार पत्र)

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक एवं मुद्रक श्रीमती पुष्पा शर्मा द्वारा बुद्धा प्रिन्टर्स, ज्योति नगर मधुकरपुर, निकट-हीरो होण्डा एजेन्सी, जनपद-सिद्धार्थनगर (30प्र0) 272207 से मुद्रित एवं प्रकाशित।
आर.एन.आई. नं.-UPHIN/2012/49458

संस्थापक स्व. के.सी. शर्मा सम्पादक राजेश कुमार शर्मा

9415163471, 9453824459

दैनिक बुद्ध का संदेश
9795951917, 9415163471
@budhkasandesh
budhkasandeshnews@gmail.com
www.budhkasandesh.com

इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी.आर.बी.एक्ट. के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद जनपद-सिद्धार्थनगर न्यायालय के अधीन ही मान्य होगा।

जनपद सिद्धार्थनगर के महत्वपूर्ण नम्बर

जिलाधिकारी	मो:-- 9454417530
मुख्य विकास अधिकारी	मो:-- 9454464749
एस डीएम नौगढ़	मो:-- 9454415936
एस डीएम बांसी	मो:-- 9454415937
एस डीएम डुमरियागंज	मो:-- 9454415939
एस डीएम इटवा	मो:-- 9454415939
एस डीएम शोहरतगढ़	मो:-- 9454415940
पुलिस अधीक्षक	मो:-- 9454400305
थाना मोहाना	मो:-- 9454404239
थाना जोगिया उदयपुर	मो:-- 9454404235
थाना गोलौरा	मो:-- 9454404233
थाना पथरा बाजार	मो:-- 9454404240
थाना त्रिलोकपुर	मो:-- 9454404243
थाना उसका बाजार	मो:-- 9454404244

राष्ट्रीय दैनिक बुद्ध का संदेश

थाना शोहरतगढ़	मो:-- 9454404241
थाना खेसरहा	मो:-- 9454404236
थाना इटवा	मो:-- 9454404234
थाना चिल्हिया	मो:-- 9454404229
थाना देबरूआ	मो:-- 9454404230
थाना भवानीगंज	मो:-- 9454404228
थाना मिश्रीलिया	मो:-- 9454404238
थाना सि०नगर	मो:-- 9454404242
थाना डुमरियागंज	मो:-- 9454404232
थाना लोटन	मो:-- 9454404237
महिला थाना	मो:-- 9454404891

पुलिस एसएसबी ने सोलह बोरी यूरिया किया सीज

दैनिक बुद्ध का संदेश कपिलवस्तु/सिद्धार्थनगर। कोतवाली के दो अलग अलग क्षेत्रों से पुलिस, एसएसबी के जवानों ने सीमा के पास से सोलह बोरी यूरिया खाद बरामद कर सीज किया है। बजहा बीओपी से एसआई कुलदीप सिंह ने टीम के साथ सीमा पर रात के दौरान 6 बोरी यूरिया दो मोटरसाइकिल के साथ एक युवक को गिरफ्तार किया है जिसकी पहचान संजय प्रकाश पुत्र राम करन बजहा के रूप में हुई है। वही कोतवाली पुलिस ने करमहवा गांव के पास से एक साइकिल के साथ 10 बोरी यूरिया पकड़ा है, तत्पश्चात साइकिल छोड़ नेपाल की तरफ भाग गये। पकड़े गये सामग्री को कस्टम कार्यालय के सुपुर्द कर दिया गया। सीजर में एसएसबी के आरक्षी संजीव यादव, नरथु मेघनाथम, अम्बरीश कुमार शामिल रहे।



सूचना

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि मेरा नाम गोपी चन्द्र रूंगटा उर्फ गोपी चन्द्र रूंगटा पुत्र शंकर प्रसाद रूंगटा है। मैं नगर पंचायत शोहरतगढ़ वार्ड नंबर 10, पोस्ट व तहसील- शोहरतगढ़, जिला- सि०नगर का निवासी हूँ। मेरा दोनों नाम एक ही है। मुझे गोपी चन्द्र रूंगटा के ही नाम से जाना व पहचाना जाये।

भवदीय
गोपी चन्द्र रूंगटा

एपीपीयू के सेक्रेटरी जनरल चुने गए डॉ. विनय प्रकाश सिंह अयोध्या। जनपद के पूरा बाजार के रहने वाले विनय प्रकाश सिंह सदस्य डाक सेवा बोर्ड भारत सरकार के पद पर रहते हुए एशिया पॅसिफिक पोस्टल यूनियन के सेक्रेटरी जनरल 2023 से 2027 तक के लिए चुने गये हैं। थाईलैंड में स्थित एशिया पॅसिफिक पोस्टल यूनियन के 31 देशों के सदस्य ने वोटिंग प्रक्रिया में प्रतिभाग किया। जिसमें 18 वोट पाकर भारत देश के श्री सिंह विजयी हुए 13 देशों के वोटों के साथ न्यूजीलैंड दूसरे स्थान पर रहा। 1988 बैच के आई पी एस श्री सिंह ने मौजूदा समय में सदस्य डाक सेवा बोर्ड भारत सरकार के पद पर आसीन हैं इसके पूर्व संचार मंत्रालय में मुख्य सतर्कता अधिकारी भारत सरकार, चीफ पोस्टमास्टर जनरल उत्तर प्रदेश, चीफ जनरल मैनेजर तैनात रहने के साथ साथ संघ लोक सेवा आयोग सयुक्त राष्ट्र विकास कार्यक्रम, अफगानिस्तान व सेना डाक सेवा कोर प्रतिनियुक्ति रह चुके हैं। श्री सिंह पूरा बाजार के पूर्व प्रधानाचार्य स्व राम मनोरथ सिंह के पुत्र हैं। श्री सिंह को एशिया पॅसिफिक पोस्टल यूनियन के महासचिव बनाये जाने पर अयोध्या डाक विभाग में खुशी की लहर। अयोध्या मण्डल के प्रवर अधीक्षक डाकघर पी के सिंह ने कहा यह भारत देश के लिए गौरव है। विधायक वेदप्रकाश गुप्ता, विधायक अभय सिंह, पूर्व मंत्री तेज नारायण पाण्डेय खुशी व्यक्त करते हुए शुभकामनाएं दिया।

इन पांच फलों के नियमित इस्तेमाल से आपका हृदय रहेगा पूरी तरह स्वस्थ



हृदय शरीर का एक महत्वपूर्ण अंग है और इसका स्वस्थ रहना जरूरी है। हालांकि, बिगड़ती जीवनशैली और गलत खान-पान के कारण हृदय की हालत बिगड़ती जा रही है और लोग विभिन्न प्रकार के हृदय रोग की चपेट में आ रहे हैं। अगर आप अपने हृदय को रोगों से सुरक्षित रखना चाहते हैं तो अपनी डाइट में फलों को शामिल करें। आइए जानते हैं कि कौनसे हैं वो पांच फल, जिनके नियमित इस्तेमाल से आपका हृदय पूरी तरह स्वस्थ रहेगा।

चकोतरा

हृदय को स्वस्थ बनाए रखने और हृदय रोग से संबंधित जोखिमों से राहत दिलाने में चकोतरा का सेवन काफी हद तक कारगर साबित हो सकता है। एक शोध के मुताबिक, चकोतरा में बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल और ब्लड प्रेशर को कम करने का गुण मौजूद होता है, जो हृदय जोखिमों से राहत देने में कारगर है। वहीं, इसमें फ्लेवोनोइड, फाइबर, पोटेशियम, मैग्नीशियम और विटामिन- सी जैसे कई पोषक तत्व भी मौजूद होते हैं, जो हृदय को पूर्ण सुरक्षा देने में सहायक हैं।

सेब: एन एम्पल ए डे कीप्स द डॉक्टर अवे कहावत से तो आप भली-भांति वाकिफ होंगे। इसका मतलब है कि यदि आप रोजाना एक सेब खाएंगे तो बीमारियों से दूर रहेंगे और डॉक्टर के पास जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी। यह बात हृदय को रोगों से सुरक्षित रखने के लिए भी फिट बैठती है। सेब फ्लेवोनोइड्स से युक्त होता है, जो ब्लड प्रेशर और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित रखते हुए हृदय को स्वस्थ रखने में काफी मदद कर सकता है।

खुबानी

खुबानी विटामिन- ए, विटामिन- सी, विटामिन- ई, विटामिन- के और फाइबर से भरपूर होता है। इसके अलावा कैरोटेनॉयड्स भी इसमें मौजूद होते हैं। ये सभी पोषक तत्व हृदय के स्वास्थ्य के लिए काफी लाभदायक माने जाते हैं। इसमें पॉलीफेनोल्स नामक पोषक गुण भी मौजूद होता है, जो एंटी-कोलेस्ट्रॉल गुण को प्रदर्शित करता है और शरीर से फ्री रेडिकल्स और फैंट टिश्यू को कम करके हृदय को रोगों से दूर रखने में मदद करता है।

केला

हृदय को स्वस्थ बनाए रखने के लिए रोजाना एक केले का सेवन करना भी बहुत फायदेमंद साबित हो सकता है। दरअसल, इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन और पोटेशियम जैसे पोषक तत्व सम्मिलित होते हैं, जो रक्तचाप को नियंत्रित कर हृदय जोखिम को कम कर सकते हैं। केले में पाए जाने वाला मैग्नीशियम हृदय को पंपिंग करने में मदद करता है और साथ ही हाई ब्लड प्रेशर, हार्ट अटैक और स्ट्रोक आदि समस्याओं से दूरी बनाए रखने में मदद करता है।

बेरीज: बेरीज का सेवन भी हृदय की सेहत के लिए काफी अच्छा माना जाता है। कई बेरीज में ऐंथोसायनिन और ऐलाजिटैनिन जैसे एंटी-ऑक्सीडेंट मौजूद होते हैं, जो हानिकारक कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने और संतुलित रखने में मदद कर सकते हैं। इससे कई हृदय संबंधी बीमारियों से बचा जा सकता है। इसके अलावा, ये एंटी-ऑक्सीडेंट गुण हृदय संबंधित समस्याओं के जोखिमों को कम करने में भी सहायता प्रदान कर सकते हैं।

मुझे ट्रोल करना जवान के लिए 21 करोड़ रुपये चांद बालियां फेम आदित्य बेकार:श्रद्धा दास फीस ले रहे विजय सेतुपति ए का नया गाना राइट वाली पायल हुआ रिलीज

श्रद्धा दास ने तेलुगु एंकर और अभिनेत्री अनसूया भारद्वाज की उनके लुक्स की तारीफ करने के लिए उन्हें ट्रोल करने वालों पर पलटवार करते हुए कहा कि उनके लिए उन्हें ट्रोल करना व्यर्थ है क्योंकि वह केवल उनके अकार्ड्स को ब्लॉक करेगी और



उनके ट्वीट्स को डिलीट करेगी। ट्रोलर्स को जवाब देते हुए, श्रद्धा ने ट्वीट किया, दोस्तों, आप अपना समय और ऊर्जा मुझे गाली देकर बर्बाद करेंगे, मैं केवल ब्लॉक और डिलीट करती हूँ। अनसूया भारद्वाज की उनके लुक्स पर तारीफ करने के लिए मुझे ट्रोल करना बेमानी है। जल्दी ठीक हो जाओ! अभिनेत्री अनसूया भारद्वाज के साथ एकजुटता व्यक्त करने के लिए अभिनेत्री ट्रोल के निशाने पर आ गई है, जिन्होंने सोशल मीडिया पर उन्हें उम्र-शर्मनाक करने वालों को चेतावनी दी थी कि वह सबूत के तौर पर दिखाने के लिए हर गाली को रीट्वीट करेंगी कि एक महिला के साथ क्या होता है जो अपने सम्मान के लिए खड़ी होती है। अनसूया भारद्वाज ने यह भी कहा था कि वह उन्हें गाली देने वाले और उनके खिलाफ मामला दर्ज करने वाले हर अकार्ड का स्क्रीनशॉट लेंगी। श्रद्धा ने अनसूया की तारीफ करते हुए कहा था, आप अपनी आधी उम्र की भी ज्यादातर महिलाओं से छोटी दिखती हैं, बेहद खूबसूरत हैं कहीं! और आप आपकी उम्र के दोगुना बड़े ज्यादातर अंकल्स से ज्यादा हॉट लगती हैं। फैन ऑफ यू। अनसूया ने श्रद्धा को धन्यवाद दिया था और जवाब दिया था, इन शब्दों के साथ इतने दयालु और आदरणीय होने के लिए धन्यवाद। बहुत प्यार!

सिद्धार्थनगर का सबसे बड़ा प्रिंटिंग पब्लिकेशन हाउस... प्रिंटिंग/कॉपी/डिजिटल/ऑनलाइन

बुद्ध पब्लिकेशन

ऑफसेट एण्ड प्रिन्टर्स

● सी.एस.टी. विल बुक/फार्म ● कार्यालय टिकट ● स्कूल कार्ड/फार्म/डायरी ● परपेटे
● कलर पीटर्न ● कलर प्रिंटिंग कार्ड ● टीचर टैट पेड ● बैंक फार्म
● निकट-हीरो एजेंसी जीवद न्यूकंपर-सिद्धार्थनगर (उ.प्र.)

☎ 8795951917, 9453824459



साउथ अभिनेता राणा दग्गुबाती के दिखने की खबरें सामने आ चुकी हैं। चर्चा है कि फिल्म में शाहरुख डबल रोल में होंगे। एक किरदार गैंगस्टर के बेटे का है, तो वहीं दूसरा किरदार रॉ अधिकारी का है। साउथ के कई सुपरस्टार एक फिल्म के लिए 100 करोड़ रुपये से अधिक वसूलते हैं। खबरों की मानें तो प्रभास एक फिल्म के लिए 100 करोड़ रुपये से अधिक चार्ज करते हैं। अपनी 25वीं फिल्म स्पिरिट के लिए वह 150 करोड़ रुपये फीस ले रहे हैं। रजनीकांत फिल्मों में काम करने के लिए 100 करोड़ रुपये लेते हैं। अल्लू अर्जुन ने पुष्पा 2 के लिए अपनी फीस दोगुनी बढ़ा दी है। इसके लिए वह 125 करोड़ रुपये वसूल रहे हैं।

दिग्गज अभिनेता शाहरुख खान मशहूर साउथ निर्देशक एटली की फिल्म को लेकर लोगों की जुबां पर हैं। हाल में उन्होंने इस फिल्म का ऐलान किया था। शाहरुख अभिनीत एटली की फिल्म का शीर्षक जवान रखा गया है। इसमें साउथ अभिनेता विजय सेतुपति भी नजर आने वाले हैं। अब सुनने में आ रहा है कि इस फिल्म के लिए विजय ने तगड़ी फीस ली है। खबर है कि फिल्म के लिए उन्होंने 21 करोड़ रुपये चार्ज किए हैं। रिपोर्ट के मुताबिक, फिल्म जवान के लिए विजय ने 21 करोड़ रुपये की भारी-भरकम फीस ली है। एक सूत्र ने कहा, यह अब तक एक फीचर फिल्म के लिए विजय द्वारा ली गई अधिकतम फीस है और फीस में बढ़ोतरी विक्रम में उनके प्रदर्शन के लिए मिली जबरदस्त प्रशंसा के बाद हुई है। सूत्र की मानें तो उन्होंने जवान के लिए अपनी फीस 15 करोड़ रुपये से बढ़ाकर 21 करोड़ रुपये कर दी है। खबरों की मानें तो शाहरुख कलाकारों को उचित फीस देने के पक्षधर रहे हैं। इसको लेकर सूत्र ने बताया, शाहरुख ऐसे व्यक्ति हैं, जो प्रतिभाओं का सम्मान करते हैं और उन्हें लगता है कि हर अभिनेता को अच्छी फीस मिलनी चाहिए। विजय भारतीय सिनेमा के सबसे विश्वसनीय अभिनेताओं में से एक हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, इस फिल्म का हिस्सा बनने के लिए विजय को दो फिल्में छोड़नी पड़ीं। साउथ सिनेमा में अपनी धाक जमाने के बाद विजय मैरी क्रिसमस से बॉलीवुड में अपना डेब्यू करने वाले हैं। श्रीराम राघवन इसका निर्देशन कर रहे हैं। फिल्म में कैटरीना कैफ मुख्य भूमिका में दिखेंगी। फिल्म क्रिसमस के मोके पर 23 दिसंबर को रिलीज होगी। शाहरुख की जवान अगले साल 2 जून को रिलीज होगी। फिल्म हिंदी, तमिल, तेलुगु, मलयालम और कन्नड़ में दर्शकों के बीच आएगी। शाहरुख रेड चिलीज एंटरटेनमेंट के तले फिल्म का निर्माण करेंगे। इसमें अभिनेत्री नयनतारा भी नजर आएंगी। फिल्म में सुनील ग्रोवर और अभिनेत्री नयनतारा भी नजर आएंगी। फिल्म में सुनील ग्रोवर और अभिनेत्री नयनतारा भी नजर आएंगी। फिल्म में सुनील ग्रोवर और अभिनेत्री नयनतारा भी नजर आएंगी।



आदित्य ए. का गाना चांद बालियां इंस्टाग्राम पर धूम मचा रहा है। गायक ने शुक्रवार को श्राइट वाली पायलथ शीर्षक से एक और ट्रैक जारी किया। फील-गुड ट्रैक में गायक सार्दविरिया भी हैं। गीत काफी चंचल है और इसके बोल आकर्षक हैं। गीत पर टिप्पणी करते हुए, आदित्य ने एक बयान में कहा, श्वांद बालियां मेरे लिए एक महत्वपूर्ण टर्निंग प्वाइंट रहा है। मैं दर्शकों को उनके प्यार और गीत की यात्रा में भागीदारी के लिए धन्यवाद देना चाहता हूँ। मैं नए ट्रैक श्राइट वाली पायलथ के साथ वापसी कर रहा हूँ। मैं इसे दुनिया के साथ साझा करने के लिए उत्साहित हूँ और आशा करता हूँ कि वे इसका आनंद लेंगे। गीत को आदित्य ए. द्वारा लिखा और संगीतबद्ध किया गया है। वह म्यूजिक वीडियो में भी दिखाई देंगे, जो एक प्रेमी जोड़े के बारे में एक प्यारी कहानी जिसमें वो दोनों बहुत झगड़ते हैं को दिखाता है क्योंकि वे एक खोई हुई पायल की तलाश करते हैं।

पढने से बेहतर होता है मानसिक स्वास्थ्य, जानिए इससे मिलने वाले फायदे



साल 2009 में माइंडलैब इंटरनेशनल द्वारा किए गए एक अध्ययन में पाया गया था कि पढने से प्रतिभागियों में तनाव लगभग 70 प्रतिशत कम होता है और यह एक कप चाय पीने या संगीत सुनने जैसी चीजों की तुलना में अधिक प्रभावी है।

अध्ययन के अनुसार, पढने से न सिर्फ एकाग्रता बढ़ती है बल्कि मानसिक समस्याओं से भी राहत मिलती है। आइए पढने से मिलने वाले मानसिक स्वास्थ्य लाभों को जानते हैं।

तनाव से मिलेगी राहत

आजकल हर कोई तनाव में ही अपना जीवन व्यतीत कर रहा है। काम का बहुत अधिक दबाव या काम में असफलता, मॉडर्न गैजेट्स का अधिक इस्तेमाल और गलत दिनचर्या आदि कई कारण हैं, जो व्यक्ति को तनाव से घेर सकते हैं। खैर, अगर आप इन कारणों को खुद पर हावी नहीं होना देना चाहते और तनाव से दूरी बनाए रखनी है तो रोजाना कुछ मिनट अपने पसंदीदा विषयों की किताब पढना शुरू कर दें।

एकाग्रता बढ़ाने में मिलेगी मदद: यदि आपको लगता है कि आप किसी भी कार्य में ठीक से ध्यान नहीं लगा पाते हैं तो समझ जाइए कि आपकी एकाग्रता कमजोर हो गई है। इससे निपटने के लिए रोजाना कुछ मिनट किसी शांत जगह पर बैठकर कोई भी किताब पढना शुरू कर दें। ऐसा करने से आपकी एकाग्रता क्षमता बढ़ेगी और आप अपने हर काम को पूरे फोकस के साथ बेहतर तरीके से कर पाएंगे, क्योंकि पढ़ाई सभी तनावों को खत्म करने में कारगर है।

अनिद्रा की समस्या दूर होगी

नींद हमारे स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है। चोच की नींद सोने से शरीर तरोंताजा महसूस करता है और इससे कई अन्य स्वास्थ्य लाभ भी मिलते हैं। हालांकि, अगर किसी भी कारण से आपका स्लीप साइकिल बिगड़ गया है तो रोजाना सोने से पहले मोबाइल या लैपटॉप जैसे उपकरणों का इस्तेमाल करने की बजाय किताब पढना शुरू कर दें। रोजाना सोने से पहले किताब पढने से आपकी नींद में धीरे-धीरे सुधार होने लगेगा।

संज्ञात्मक क्षमता को मजबूत करने में है कारगर: आधुनिकता की भागदौड़ भरी जिंदगी में ऐसे कई कारण हैं, जो मनुष्य की संज्ञात्मक क्षमता प्रभावित कर सकते हैं। ऐसे में अगर आप रोजाना कुछ मिनट किताब पढना शुरू कर देते हैं तो यह आपकी संज्ञात्मक क्षमता को मजबूत करने में भी मदद कर सकता है। इसके अतिरिक्त, किताब जैसी चीजें पढना सहानुभूति विकास से भी जुड़ा हुआ है। इसलिए रोजाना कुछ मिनट किताब, नॉवल आदि चीजें पढना शुरू कर दें।