

कैरियर काउंसलिंग छात्रों को देगा नई उड़ान

सिद्धार्थ नगर महोत्सव 2026 में स्कूली छात्रों ने बिखेरा जलवा



दैनिक बुद्ध का संदेश

सिद्धार्थनगर। सिद्धार्थनगर महोत्सव 2026 के दूसरे दिन कैरियर काउंसलिंग कार्यक्रम का शुभारम्भ जिलाधिकारी शिवशरणप्या जी०एन०, पुलिस अधीक्षक डॉ० अभिषेक महाजन, मुख्य विकास अधिकारी बलराम सिंह, ज्वाइंट मजिस्ट्रेट आयुष अग्रवाल एवं सांसद डुमरियागंज प्रतिनिधि एस०पी०अग्रवाल द्वारा द्वीप प्रज्ज्वलित कर तथा माँ सरस्वती एवं महात्मा बुद्ध की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर किया गया। राजकीय इण्टर कालेज तेतरी बाजार, सिद्धार्थनगर के छात्राओं द्वारा सरस्वती वन्दना प्रस्तुत किया गया। कैरियर काउंसलिंग कार्यक्रम के अवसर पर जिलाधिकारी शिवशरणप्या जी०एन० ने कहा कि बच्चों को आई०ए०एस०, पी०सी०एस०, एस०एस०सी० आदि विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं के बारे में

जानकारी नहीं होती है कि वह अपने कैरियर का चुनाव कर सकें। कैरियर काउंसलिंग कार्यक्रम के माध्यम से बच्चों को अपने कैरियर का चुनाव करने में मदद मिलेगी। आप लोग सिविल सर्विस, नीट, इंजीनियरिंग की तैयारी कर अपना कैरियर बना सकते हैं। आज कैरियर काउंसलिंग में ध्येय आई०ए०एस०, आकाश कोचिंग, एलेन टीम, कैरियर बेल की टीम द्वारा बच्चों को प्रतियोगी परीक्षाओं को क्रेक करने के बारे में जानकारी दिया जा रहा है जिसके माध्यम से तैयारी कर अपने लक्ष्य को पूरा कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि किसी भी सिविल सर्विस की तैयारी करने से पहले अपना लक्ष्य निर्धारित कर लें। सिलेबस के अनुसार कड़ी मेहनत कर पढ़ाई करें। सभी लोगों के अन्दर अनुशासन व संस्कार आवश्यक है। अपने

माता पिता का सम्मान करें। किसी भी क्षेत्र में जाने के लिए

शुभकामनायें दीं। कैरियर काउंसलिंग के सफलतापूर्वक

उन्होंने बच्चों का मार्गदर्शन करते हुये कहा कि आप सभी



अच्छा इंसान बनना जरूरी है। अपने दिमाग को आराम देने के लिए योगा करें। आपके व्यक्तित्व में गरीबों की मदद, न्याय की भावना होनी चाहिए। आप लोग कैरियर काउंसलिंग फेयर के आयोजन का लाभ उठाएं और अपने लक्ष्य को प्राप्त कर आगे बढ़ें। सभी को

आयोजन कराने के लिए ज्वाइंट मजिस्ट्रेट आयुष अग्रवाल को बधाई दिया गया। पुलिस अधीक्षक डॉ० अभिषेक महाजन ने कहा कि विभिन्न संस्थानों के काउंसलरों ने आई०ए०एस०, पी०सी०एस०, एस०एस०सी०, नीट, इंजीनियरिंग की परीक्षाओं के बारे में बताया जा रहा है।

अपने वर्तमान पर अपना फोकस करें भविष्य के बारे में चिंता न करें। हमें जो भी प्राप्त करना है उसके लिए लक्ष्य पूर्व से निर्धारित होना चाहिए। अपना प्लान तैयार कर, लक्ष्य बनाकर तैयारी करें। आप मेहनत करें अच्छी कैरियर प्राप्त कर सकते हैं। कोई भी परीक्षा पास करना

असम्भव नहीं है। मोबाइल फोन का प्रयोग केवल पढ़ाई के लिए करें। सोशल मीडिया, रील से दूर रहें। आपके जो दोस्त हों वह पढ़ाई करने वाले हों। बिना अलार्म के सुबह उठने की आदत डालें। एन०सी०आर०टी० की बुक पढ़ें तथा स्नातक में जिस विषय की पढ़ाई करें उससे सम्बंधित प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी करें। सबसे है मुख्य विकास अधिकारी बलराम सिंह ने कहा कि सभी लोग अपने रुचि के हिसाब से प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करें। आई०ए०एस०, पी० सी०एस०, डाक्टर, इंजीनियर, उद्यमी जो भी बनना हो अपना एक लक्ष्य निर्धारित करके तैयारी करें सफलता अवश्य मिलेगी। ज्वाइंट मजिस्ट्रेट आयुष अग्रवाल द्वारा बच्चों को अपना कैरियर बनाने के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी दिया गया। कैरियर काउंसलिंग कार्यक्रम के प्रथम सत्र सिविल सर्विसेज

के अन्तर्गत ध्येय आई०ए०एस० की सी०ई०ओ० वर्षा सिंह व उनकी टीम द्वारा सिविल सर्विसेज की तैयारियों के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दिया गया। द्वितीय सत्र मेडिकल सेशन (नीट) में आकाश कोचिंग से डॉ० संजय पाण्डेय द्वारा उपस्थित बच्चों को मेडिकल क्षेत्र में करियर बनाने के बारे में जानकारी दिया गया। जनपद सिद्धार्थनगर के रहने वाले अजय राज पटेल द्वारा नीट में 364 रैंक प्राप्त कर एम्स भोपाल में सेवा दे रहे हैं उनके द्वारा अपना अनुभव साझा किया तथा जानकारी दी गयी। डॉ० तनुषा द्वारा बच्चों को मेडिकल के क्षेत्र में करियर बनाने के बारे में अपना अनुभव साझा किया गया। तृतीय सत्र इंजीनियरिंग-जे.ई.ई. के अन्तर्गत एलेन टीम आनन्द श्रीवास्तव द्वारा जानकारी दिया गया। चतुर्थ सत्र कैरियर बिल के सन्दीप शर्मा द्वारा एस.एस.

सी के बारे में जानकारी दिया गया। कैरियर काउंसलिंग के पंचम सत्र विविध में उद्यमिता के बारे में आशुतोष पाण्डेय द्वारा जानकारी दिया गया। इस अवसर पर अतिथिओं को स्मृति चिन्ह एवं काला नमक चावल बॉक्स देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर उपरोक्त के अतिरिक्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ० रजत कुमार चौरसिया, जिला विद्यालय निरीक्षक अरुण कुमार, जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी शैलेश कुमार, जिला अल्प संख्यक कल्याण अधिकारी नीरज अग्रवाल, जिला समाज कल्याण अधिकारी महिपाल सिंह, जिला पिछड़ा वर्ग कल्याण अधिकारी राजन, प्रधानाचार्य राजकीय इन्टर कालेज नौगढ़ दयाशंकर यादव व अन्य जिला स्तरीय अधिकारीगण, विभिन्न विद्यालयों के प्रधानाचार्य, बच्चों, एन०सी०सी० के बच्चे आदि उपस्थित थे।



बिना हेलमेट, सीट बेल्ट वालों को भेंट किया गुलाब: दिये सुझाव

दैनिक बुद्ध का संदेश

बस्ती। शहर में सड़क सुरक्षा को लेकर एचबीएल इस अवसर पर आरटीओ एसोशिएसन् एवं परिवहन विभाग द्वारा गुरुवार को जागरूकता अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान बिना हेलमेट और सीट बेल्ट लगाए वाहन चला रहे लोगों को रोककर उन्हें गुलाब का फूल भेंट किया गया और प्रेमपूर्वक समझाया गया कि वे अपनी और दूसरों की सुरक्षा के लिए हेलमेट व सीट

बेल्ट का उपयोग अवश्य करें। होने वाले नुकसान को काफी हद तक कम किया जा सकता है। अधिकारियों ने बताया कि दंडात्मक कार्रवाई के साथ-साथ जागरूकता भी बेहद जरूरी है, इसी सोच के तहत यह अनोखा अभियान चलाया गया। गुलाब देकर लोगों को नियमों का पालन करने का संदेश दिया गया, जिसे नागरिकों ने भी सकारात्मक रूप से स्वीकार किया। अभियान के दौरान लोगों ने यह संकल्प लिया कि वे आगे से हेलमेट और सीट बेल्ट का प्रयोग जरूर करेंगे। अभियान में मुख्य रूप से संरक्षक देवेन्द्र सिंह, अध्यक्ष नितेश श्रीवास्तव, अजय कुमार श्रीवास्तव, विनय दुबे, कायस्थ सेवा ट्रस्ट के जिलाध्यक्ष मुकेश श्रीवास्तव, आलोक श्रीवास्तव, राजेश श्रीवास्तव, दीपक, अभिमन्यु सिंह सहित तमाम लोग मौजूद रहे।

प्रशासन बस्ती मंडल फरीदुद्दीन एवं आरआई सीमा गौतम ने लोगों से अपील करते हुए कहा कि सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों और गंभीर चोटों का सबसे बड़ा कारण सुरक्षा नियमों की अनदेखी करना है। यदि वाहन चालक हेलमेट और सीट बेल्ट का नियमित रूप से उपयोग करें तो दुर्घटनाओं में

यूजीसी के नये नियमों पर सुप्रीम कोर्ट द्वारा रोक लगाने की सराहना

कायस्थ सेवा ट्रस्ट ने किया नियम वापस लेने की मांग: भेजा ज्ञापन

दैनिक बुद्ध का संदेश

बस्ती। गुरुवार को कायस्थ सेवा ट्रस्ट जिलाध्यक्ष मुकेश कुमार श्रीवास्तव के नेतृत्व में

से ज्ञापन भेजा। कायस्थ सेवा ट्रस्ट संस्थापक अजय कुमार श्रीवास्तव और जिलाध्यक्ष मुकेश

निश्चित की गई है किन्तु खतरा अभी टला नहीं है। सरकार को स्वयं आगे आकर स्पष्टीकरण



पदाधिकारियों, कार्यकर्ताओं ने कॉलेजों और विश्वविद्यालयों के लिए लाए गए यूजीसी के नए नियमों को वापस लिये जाने की मांग को लेकर राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री को जिलाधिकारी के प्रशासनिक अधिकारी के माध्यम

कुमार श्रीवास्तव ने ज्ञापन देने के बाद कहा कि यद्यपि की सर्वोच्च न्यायालय ने यूनिवर्सिटी ग्रांट्स कमीशन (यूजीसी) के नए नियमों पर अगले आदेश तक रोक लगा दी है। अगली सुनवाई की तिथि 19 मार्च

नीतिश श्रीवास्तव, सर्वेश श्रीवास्तव, आलोक, अनिल कुमार श्रीवास्तव, नीतिश, विवेक, सन्तोष, विनय, देवेन्द्र, अभिमन्यु, आनन्द, राजू के साथ ही कायस्थ सेवा ट्रस्ट के अनेक पदाधिकारी, सदस्य शामिल रहे।

यूजीसी के नये नियमों पर रोक लगाने का सर्वोच्च न्यायालय का फैसला सराहनीय- डॉ. विवेक त्रिपाठी

दैनिक बुद्ध का संदेश

बस्ती। शिक्षक डॉ. विवेक विनियम, 2026 जारी किए हैं, त्रिपाठी ने सुप्रीम कोर्ट द्वारा जातिगत भेदभाव की परिभाषा और कॉलेजों में वंचित समूहों से संबंधित विश्वविद्यालय की शिकायतों के निवारण और अनुदान आयोग (यूजीसी) के 2026 के समानता नियमों के संचालन पर रोक लगा देने के निर्णय का स्वागत करते हुये कहा है कि अच्छा हो कि सरकार स्वयं इसे वापस ले ले। यूजीसी के नये नियमों का मुखर विरोध करने वाले डा. विवेक त्रिपाठी ने कहा कि सुप्रीम कोर्ट का निर्णय सराहनीय



सहायता के लिए एक संरचित डांचा तैयार करना है। इस बीच, यूजीसी के नए नियमों ने छात्रों, शिक्षकों और सामाजिक समूहों के बीच आक्रोश पैदा कर दिया समाज को विभाजित कर सकते हैं। पीठ ने निर्देश दिया कि 'जाति-आधारित भेदभाव' शब्द 2012 के पुराने नियम फिलहाल लागू रहेंगे। यूजीसी ने हाल ही में उच्च शिक्षा संस्थानों में अगली सुनवाई की तिथि 19 मार्च निश्चित की गई है

खुद के अपहरण का नाटक कर परिजनों से मांगी 6 लाख की फिरोती, पुलिस ने 24 घंटे में

दैनिक बुद्ध का संदेश सिद्धार्थनगर। जिले के त्रिलोकपुर थाना क्षेत्र में अपहरण और फिरोती की एक ऐसी घटना सामने आई जिसने पुलिस और परिवार दोनों को 24 घंटे तक तनाव में रखा। हालांकि, पुलिस

की मुस्तैदी ने जब मामले की तह तक जाकर सच का खुलासा किया, तो हर कोई हैरान रह गया। जिसे 'अपहृत' समझा जा रहा था, वही इस पूरी साजिश का मास्टरमाइंड निकला। 28 जनवरी को परिजनों को एक

अनजान नंबर से फोन आया, जिसमें उनके बेटे अमन मिश्रा के अपहरण की बात कहते हुए 6 लाख रुपये की फिरोती मांगी गई। रकम न मिलने पर युवक को जान से मारने की धमकी दी गई। घबराए परिजनों ने तत्काल

पुलिस को सूचना दी। मामले की गंभीरता को देखते हुए एसपी डॉ. अभिषेक महाजन ने पुलिस और सर्विलांस सेल की टीम को सक्रिय किया। मोबाइल लोकेशन और कॉल डिटेल्स की जांच के दौरान पुलिस को अमन की

गतिविधियों पर शक हुआ। जब पुलिस ने घेराबंदी कर अमन मिश्रा को बरामद किया, तो पूछताछ में उसने अपना जुर्म कुबूल कर लिया। अमन ने बताया कि वह आर्थिक तंगी से जूझ रहा था और जल्द पैसे कमाने

के लालच में उसने खुद के ही अपहरण का स्वांग रचा था। उसका इरादा अपने ही परिवार से 6 लाख रुपये रेंटने का था। पुलिस ने युवक को हिरासत में ले लिया है और उसके खिलाफ कानूनी कार्यवाही की जा रही है।

युवक को दबोचा

शिक्षामित्रों को कैशलेस इलाज की सौगात, सीएम से मानदेय बढ़ोतरी की उठी मांग

आदर्श शिक्षा मित्र वेलफेयर एसोसिएशन ने मुख्यमंत्री का जताया आभार

दैनिक बुद्ध का संदेश

सिद्धार्थनगर। प्रदेश सरकार द्वारा बेसिक शिक्षा परिषद के विद्यालयों एवं मान्यता प्राप्त सहायता प्राप्त और स्वचिंतपोषित विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों, शिक्षामित्रों, विशेष शिक्षकों अनुदेशकों, कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालयों में कार्यरत वार्डन, पूर्णकालिक, अंशकालिक शिक्षकों तथा प्रधानमंत्री पोषण योजना के रसोइयों और उनके आश्रित परिवार के सदस्यों

को कैशलेस चिकित्सा सुविधा देने के निर्णय का व्यापक स्वागत किया जा रहा है। शिक्षा मित्र से जुड़े संगठनों ने मानदेय बढ़ोतरी पर उम्मीद जताई कि सरकार शिक्षा मित्रों के हितों को ध्यान में रखते हुए शीघ्र सकारात्मक निर्णय लेगी। इस संबंध में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की ओर से बीते शिक्षक दिवस अवसर पर की गई घोषणा के क्रम में अब इन सभी कार्मिकों को

सरकारी अस्पतालों के साथ-साथ सूचीबद्ध निजी चिकित्सालयों में भी आयुष्मान भारत योजना के अनुरूप कैशलेस इलाज की सुविधा उपलब्ध कराई जाएगी। इस योजना का क्रियान्वयन स्टेट एजेंसी फॉर कॉम्प्रिहेन्सिव हेल्थ एंड इंटीग्रेटेड सर्विसेज के माध्यम से किया जाएगा। योजना के तहत प्रति कार्मिक अनुमानित ₹3000 वार्षिक प्रीमियम व्यय होगा। इससे

लगभग 11.95 लाख कार्मिक लाभान्वित होंगे और इस पर राज्य सरकार का अनुमानित वार्षिक व्यय ₹358.61 करोड़ होगा। आदर्श शिक्षा मित्र वेलफेयर एसोसिएशन के जिला अध्यक्ष हेमंत शुक्ला एवं जिला महामंत्री श्याम बिहारी चौधरी ने मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के प्रति आभार व्यक्त किया है। संगठन पदाधिकारियों ने कहा कि यह निर्णय शिक्षा मित्रों व अन्य

आपरेशन के दौरान बुजुर्ग की मौत, परिजनों ने की कार्रवाई की मांग

दैनिक बुद्ध का संदेश

लोटन/सिद्धार्थनगर। मोहाना थाना क्षेत्र के सिकरी बाजार कस्बे में स्थित अलशिफा पाली क्लीनिक में दो दिन पूर्व इलाज के दौरान एक बुजुर्ग की मौत हो गई। मृतक महाराजगंज जिले के कोल्हूई थाना क्षेत्र के ग्राम नौवाडिह का निवासी था। पीड़ित ने कोल्हूई थाने में तहरीर देकर अस्पताल कर्मचारियों सहित डाक्टर के खिलाफ कार्रवाई की मांग की है। मृतक की पत्नी जिनका देवी

ने पुलिस को दिए तहरीर में लिखा है कि वह अपने पति को लेकर अलशिफा पाली क्लीनिक बिक्री में हार्निया का इलाज कराने गई थी। डाक्टर ने बिना जांच किए उसके पति का आपरेशन कर दिया और आपरेशन के दौरान उनकी मौत हो गई। डाक्टर ने मौत की बात को छुपाते हुए चार पहिया वाहन में रखकर मुझे बैठाया और मेरे घर ले जाने लगा। जब मैं पूजी

तो वह मुझे जाति सूचक गाली देने लगा। जब वह वाहन से उतार कर भागा तो देखा उसकी मौत हो गई। परिजनों ने महाराजगंज जिले के कोल्हूई थाने में तहरीर देकर लाश का पीएम कराने व डाक्टर सहित अस्पताल कर्मियों पर कार्रवाई की मांग की है। इस बात थानाध्यक्ष अरविंद प्रताप सिंह का कहना है कि पीएम हो गया है, तहरीर मिली है, जांच की जा रही है।

डुमरियागंज/सिद्धार्थनगर। विधानसभा क्षेत्र डुमरियागंज के भवानीगंज मंडल अंतर्गत विभिन्न बूथों का पूर्व विधायक राघवेंद्र प्रताप सिंह ने औचक निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने बूथ संख्या 171, 172 एवं 326 का निरीक्षण कर एसआईआर के तहत मतदाता सूची से संबंधित कार्यों की समीक्षा की। निरीक्षण

बुजुर्ग के मौत की जानकारी मुझे नहीं है, सिकरी कस्बे अलशिफा पाली क्लीनिक के नाम से कोई अस्पताल भी पंजीकृत नहीं है। यदि शिकायत मिलेगी तो जांच कर अस्पताल संचालक व कर्मचारियों के खिलाफ कार्यवाही की जाएगी। डा.अमित चौधरी, अधीक्षक – सीएचसी, लोटन

गोरखपुर ने देवरिया को हराकर सेमीफाइनल में बनाई जगह

दैनिक बुद्ध का संदेश



शोहरतगढ़/सिद्धार्थनगर। सिद्धार्थनगर क्रिकेट एसोसिएशन द्वारा आयोजित गौतम बुद्ध ऑल इंडिया क्रिकेट प्रतियोगिता सीजन 4 में गुरुवार का मुकाबला गोरखपुर व देवरिया के बीच खेला गया। मैच का उद्घाटन बतौर मुख्य अतिथि शोहरतगढ़ के सुप्रसिद्ध चिकित्सक डॉक्टर नसीम अहमद खान ने किया। उन्होंने प्रतिभाग कर रहे खिलाड़ियों

से परिचय प्राप्त कर उनके बेहतर प्रदर्शन को लेकर उन्हें शुभकामनाएं दी और उन्हें उत्साहित किया। गोरखपुर के कप्तान नीरज यादव ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी करने का फैसला लिया। पहले बल्लेबाजी करते हुए देवरिया ने निर्धारित 16 ओवर में 6 विकेट खोकर 135 रन बनाए। देवरिया की तरफ से आशीष यादव ने 64 विवेक सिंह ने

24 शाकिर अली ने 18 रनों का योगदान दिया। गोरखपुर की तरफ से अनुराग व शिवम ने दो दो आदित्य संदीप ने एक-एक विकेट लिया। लक्ष्य का पीछा करने उतरी गोरखपुर की टीम ने 15.4 ओवर में 6 विकेट होकर लक्ष्य को प्राप्त कर लिया। गोरखपुर की तरफ से अंकुर ने 30 आर्यनसिंह 22 आनंद दुबे ने नाबा 24 रनों का योगदान दिया। देवरिया की तरफ से आकाश दो, सुजल ने दो, विवेक ने एक व शाकिर अली ने एक विकेट लिया। इस मैच का मैन ऑफ द मैच गोरखपुर के अनुराग यादव को दिया गया। इस दौरान सिद्धार्थनगर क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष उमेश प्रताप सिंह, उपाध्यक्ष विनय प्रताप सिंह, चेंयरमैन प्रतिनिधि रवि अग्रवाल, मनीष

श्रीवास्तव, विवेक त्रिपाठी, विपिन त्रिपाठी, बेचन प्रसाद, केशव यादव, राहुल चौधरी, चंदन पांडे, वकील खान बाबूजी अंसारी, श्याम सुन्दर चौधरी, श्याम सुन्दर चौधरी सहित अंपायर राहुल सिंह व सच्येंद्र सिंह, कॉमेंटेटर अनवर सिद्दी, स्कोरिंग विशाल यादव और विशाल मोर्य मौजूद रहे तथा लाइव टेलीकास्ट अजय के द्वारा किया गया।

अपारशक्ति खुराना की पहली साउथ फिल्म रूट का फर्स्ट लुक आउट, गंभीर अवतार में आए नजर

हिंदी सिनेमा में अपने अभिनय का लोहा मनवा चुके अभिनेता अपारशक्ति खुराना अब साउथ सिनेमा की तरफ रुख कर रहे हैं। वे जल्द ही अपकमिंग फिल्म रूट-रनिंग आउट ऑफ टाइम में नजर आएंगे। सूर्यप्रताप एस द्वारा निर्देशित यह फिल्म अपारशक्ति की डेब्यू फिल्म है। इसमें उनके वे तमिल एक्टर गौतम कार्तिक के साथ नजर आएंगे। सोमवार को अपारशक्ति ने अपना लुक

इंस्टाग्राम पर शेयर किया। इस लुक में वे काफी शांत और गंभीर स्वभाव वाले नजर आ रहे हैं। पोस्ट के साथ अभिनेता ने लिखा, रूट की दुनिया से दूसरी झलक दृ यहीं से सब शुरू होता है। साईंस-फिक्शन क्राइम थ्रिलर पर आधारित फिल्म रूट- रनिंग आउट ऑफ टाइम को वेरस प्रोडक्शंस के बैनर तले शेख मुजीब, राजाराजन ज्ञानसंबंदम, संजय शंकर और धनिष्ठन फर्नांडो ने प्रोड्यूस किया है। फिल्म की शूटिंग चेन्नई और कई दूसरी जगहों पर बड़े पैमाने पर की गई है। इसमें गौतम राम कार्तिक और अपारशक्ति खुराना के अलावा नारायण, भव्या त्रिखा, वाई.जी. महेंद्र, पावनी रेड्डी, लिंगा और आरजे आनंदी भी अहम भूमिकाओं में नजर आएंगे। अपारशक्ति ने करियर में कई फिल्मों में काम किया, लेकिन दर्शकों के बीच उन्हें पहचान आभिर खान की फिल्म दंगल से मिली थी। इस फिल्म में उन्होंने बबीता और गीता के भाई का किरदार निभाया था। इसके बाद उन्होंने स्त्री, बद्रीनाथ की दुल्हनिया, लुकाछिपी और हेलो जैसी फिल्मों में दर्शकों का दिल जीता है। अब वे साउथ सिनेमा में कदम रखकर अपनी एक्टिंग को उभार रहे हैं। अब हिंदी सिनेमा के बाद अब फिल्म रूट-रनिंग आउट ऑफ टाइम अपारशक्ति के करियर में एक नया अध्याय साबित हो सकती है, जहां वे हिंदी के अलावा, तमिल दर्शकों को भी खुश करने की तैयारी में हैं। अभिनेता जल्द ही इम्तियाज अली की कॉमेडी ड्रामा फिल्म साइड हीरोज में नजर आएंगे। इस फिल्म में वे अभिषेक बनर्जी और वरुण शर्मा के साथ नजर आएंगे। इस बात की घोषणा खुद इम्तियाज अली ने की थी।



एक दिवसीय शिविर के अन्तर्गत स्वच्छता जागरूकता रैली एवं श्रमदान कार्यक्रम का आयोजन

दैनिक बुद्ध का संदेश

बस्ती। राजकीय महाविद्यालय सेहमों बस्ती की राष्ट्रीय सेवा योजना की महात्मा गांधी इकाई द्वारा महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ० अतुल कुमार पाण्डेय के कुशल मार्गदर्शन में द्वितीय एकदिवसीय



शिविर के अन्तर्गत स्वच्छता जागरूकता रैली एवं श्रमदान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत सरस्वती वन्दना एवं लक्ष्मीगीत गायन के साथ हुई। शिविर के प्रथम सत्र में स्थानीय ग्राम सेहमों के प्राथमिक विद्यालय में जाकर स्वयं सेवकों ने मनोयोग से श्रमदान किया। स्वयं सेवकों ने प्राथमिक विद्यालय के प्रांगण में साफ-सफाई की और विद्यालय की ओर जाने वाली सड़क में बने गड्ढे को फावड़ा-तसले से मिट्टी व कंकरीट डालकर भरा। शिविर के द्वितीय सत्र में स्वयं सेवकों द्वारा प्राथमिक विद्यालय से स्थानीय गांव तक एक रैली का आयोजन किया गया। स्वयं सेवकों ने स्वच्छता हेतु स्लोगन के नारे लगाकर गांव वासियों को जागरूक किया। कार्यक्रम का संयोजन व संचालन कार्यक्रम अधिकारी डॉ० रिजवान अहमद ने किया। इस अवसर पर गांव वासी प्राथमिक विद्यालय की प्रधानाध्यापिका और डॉ० श्याम मनोहर पाण्डेय, डॉ० आनन्द कुमार पाण्डेय, डॉ० प्रीति वर्मा, डॉ० .णकान्त मिश्र व समस्त कर्मचारीगण उपस्थित रहे।

अनिल चौधरी ने परसा देवाईचपार में किया जनसंपर्क

दैनिक बुद्ध का संदेश



शोहरतगढ़/सिद्धार्थनगर। गुरुवार को अपना दल (एस) प्रदेश सचिव (शि० मंच) अनिल चौधरी ने परसा देवाईचपार में जनसंपर्क के दौरान आमजन से संवाद स्थापित किया। इस दौरान उन्होंने क्षेत्रवासियों से सीधे संवाद करते हुए अपना दल (एस) की नीतियों, जनकल्याणकारी सोच और संगठन की दिशा पर चर्चा की गई। उन्होंने यह भी बताया कि लोगों की सकारात्मक प्रतिक्रिया से यह स्पष्ट हुआ कि जनता मुद्दों पर आधारित राजनीति चाहती है। जनता के साथ, जनता के लिए अपना दल (एस) का यह प्रयास निरंतर जारी रहेगा। यह भी कहा कि पार्टी का फोकस कमजोर, शोषित, वंचित और पिछड़े वर्गों के अधिकार, सम्मान और विकास पर है, जिसमें महिलाओं का सशक्तिकरण, युवाओं का उत्थान और सभी वर्गों के लिए भेदभाव-रहित समान अवसर सुनिश्चित करती है।

क्या हम अपनी आने वाली पीढ़ियों के लिए इस विरासत को सुरक्षित रख पाएंगे ?

ध्यातव्य है कि कपिलवस्तु केवल ईंट और पत्थरों का ढेर नहीं है(यह एक शांतिपूर्ण विचारधारा की जन्मस्थली है। इसकी वर्तमान विरासत को संजोने के लिए भारत और नेपाल दोनों को मिलकर एक श्साझा बौी सर्किटश के रूप में इसे विकसित करना होगा। इस विषय पर वीरेन्द्र मिथिलेश्वर पी जी ...



गौरव यहां के पुरातात्विक अवशेष, यहां की वर्तमान विरासत है। वर्तमान में कपिलवस्तु का नाम आते ही भारत और नेपाल के सीमावर्ती क्षेत्रों (सिद्धार्थनगर, भारत और कपिलवस्तु जिला, नेपाल) की तस्वीर उभरती है। पिपरहवा और गनवरिया (भारत) को समझें। यहाँ खुदाई में प्राप्त स्तूप, विहार और मिट्टी के बर्तनों ने यह सिद्ध किया है कि यह शाक्यों का मुख्य केंद्र था। यहाँ से प्राप्त अस्थि—कलशों पर खुदी ब्राह्मी लिपि इस स्थान की प्रामाणिकता पर मुहर लगाती है। वहीं तिलौराकोट (नेपाल) को जानें। इसे प्राचीन कपिलवस्तु के राजप्रासाद (महल) के रूप में देखा जाता है। इसकी विशाल दीवारें और द्वार आज भी उस काल की भव्यता की कहानी सुनाते हैं। ध्यातव्य है कि यहां की सांस्.तिक धरोहर हमारी विरासत है। यह क्षेत्र आज भी बौद्ध अनुयायियों के लिए श्ष्ट महास्थान (आठ पवित्र स्थलों) का एक

आज जनपद में उत्तर प्रदेश के यशस्वी उप मुख्यमंत्री माननीय केशव प्रसाद मोर्य जी होंगे। सिद्धार्थनगर महोत्सव चल रहा है। सिद्धार्थनगर की स्थापना राजकुमार सिद्धार्थ के नाम पर हुई। राजकुमार सिद्धार्थ ज्ञान की प्राप्ति के पश्चात बुद्ध के रूप में अवतरित हुए। गौतम बुद्ध का संबंध कपिलवस्तु से है। कपिलवस्तु न केवल एक ऐतिहासिक स्थान है, बल्कि यह शांति, त्याग और आत्म—खोज की वैश्विक विरासत का प्रतीक है। राजा शुद्धोदन की राजधानी और राजकुमार सिद्धार्थ (भगवान बुद्ध) के गृहत्याग की यह साक्षी भूमि आज भी इतिहास प्रेमियों और आध्यात्म के खोजी लोगों के लिए आकर्षण का केंद्र है। कपिलवस्तु की वर्तमान विरासत को समझने की जरूरत है।

महत्वपूर्ण हिस्सा है। इसलिए कुछ ज्वलंत प्रश्न भी हैं। यहां कुछ चुनौतियां और विवाद भी हैं। विरासत के साथ—साथ कपिलवस्तु के साथ कुछ ऐसे सवाल भी जुड़े हैं जो दशकों से चर्चा का विषय बने हुए हैं। स्थान की प्रमाणिकता का विवाद सर्वाधिक है। सबसे बड़ा ज्वलंत प्रश्न यह रहा है कि श्असलीश कपिलवस्तु कहाँ है? भारत के पिपरहवा में या नेपाल के तिलौराकोट में? पुरातत्वविदों के अनुसार, पिपरहवा में धार्मिक और आध्यात्मिक अवशेष अधिक हैं, जबकि तिलौराकोट की बनावट एक प्रशासनिक राजधानी जैसी लगती है। हालांकि, आधुनिक शोध अब इसे एक श्सीमा—विहीन विरासतश के रूप में देखने पर जोर देते हैं। गौरतलब है कि उपेक्षा और विकास की कमी है। भगवान बुद्ध के जीवन के 29 वर्ष इसी भूमि पर बीते, फिर भी पर्यटन के मानचित्र पर कपिलवस्तु को वह स्थान नहीं मिल पाया जो कुशीनगर या बोधगया को मिला है। बुनियादी ढांचे, बेहतर परिवहन और अंतरराष्ट्रीय स्तर की सुविधाओं का अभाव एक बड़ा सवाल खड़ा करता है। सिध्दार्थ विश्वविद्यालय के प्राचीन इतिहास विभाग के असिस्टेंट प्रोफेसर और पुरातविद डॉ शरदेंदु त्रिपाठी का कहना है कि खुदाई वाले क्षेत्रों के आसपास बढ़ता अतिक्रमण और ऐतिहासिक ईंटों का क्षरण एक गंभीर मुद्दा है। क्या हम अपनी आने वाली पीढ़ियों के लिए इस विरासत को सुरक्षित रख पाएंगे? ध्यातव्य है कि कपिलवस्तु केवल ईंट और पत्थरों का ढेर नहीं है, यह एक शांतिपूर्ण विचारधारा की जन्मस्थली है। इसकी वर्तमान विरासत को संजोने के लिए भारत और नेपाल दोनों को मिलकर एक श्साझा बौद्ध सर्किटश के रूप में इसे विकसित करना होगा। इस विषय पर वीरेन्द्र मिथिलेश्वर पी जी कॉलेज की भूगोल विभाग की की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ सीमा मिश्रा का कहना है कि वास्तविक प्रश्न केवल स्थान की पहचान का नहीं, बल्कि भगवान बुद्ध के शांति संदेश को आधुनिक विश्व तक इस विरासत के माध्यम से पहुंचाने का भी है।

लेखक विनय कांत मिश्र / दैनिक बुद्ध का संदेश

संस्कार एक्सपायर, बदतमीजी का नया सिलेबस

हमने बच्चों को उड़ान देना सिखाया, पर उड़ने की दिशा बताना भूल गए। हमने दोस्ती सिखाई पर मर्यादा का अध्याय फाड़ दिया। हमारे जमाने में पिता सिर्फ आदमी नहीं हुआ करता, पूरा कानून हुआ करता। घर में उनकी खांसी भी संविधान मानी जाती थी। पिता कड़क थे, इसलिए सिस्टम सही चलता था। पहले के पिता घर आकर चुपचाप खाट पर बैठते तो उसी चुप में डर भी होता था और इज्जत भी। आज के रिश्तों की हालत वैसी है जैसे घर में सब लोग हों, पर कोई घर पर न हो। बाप कुछ कहना चाहता है तो पहले गला साफ करता है, डरता है कि कहीं बच्चा गलत कदम न उठा ले। मां प्यार से समझाए तो जवाब मिलता है कि मम्मी यार, माइंड योर ओन बिजनेस।

पहले बच्चे ‘पापा’ कहते थे तो आवाज में झुकाव होता था, आज ‘पापा यार’ कहते हैं तो ऐसा लगता है जैसे ओला ड्राइवर से बहस चल रही हो। कभी बाप की डांट से भविष्य बनता था, आज बच्चे की अकड़ से रील बनती है। अगर बाप डांट दे तो बच्चा आत्मसम्मान खो देता है। पर अगर बच्चा बदतमीजी करे, तो कहा जाता है—अरे छोड़ो, जनरेशन गैप है। यानी कि संस्कार एक्सपायर हो गए और बदतमीजी को नया सिलेबस बना दिया गया।

हमने बच्चों को उड़ान देना सिखाया, पर उड़ने की दिशा बताना भूल गए। हमने दोस्ती सिखाई पर मर्यादा का अध्याय फाड़ दिया। स्कूल से मास्टर की शिकायत आती तो पहले बाप कहता था—तू ही लफड़ा कर आया होगा। आज का पापा यार कहता है कि मास्टर का बिहेवियर ठीक नहीं है। अब हालत ये है कि बाप बच्चे से डरता है, मां बच्चे को मनाती है और बच्चा किसी को भाव नहीं देता।

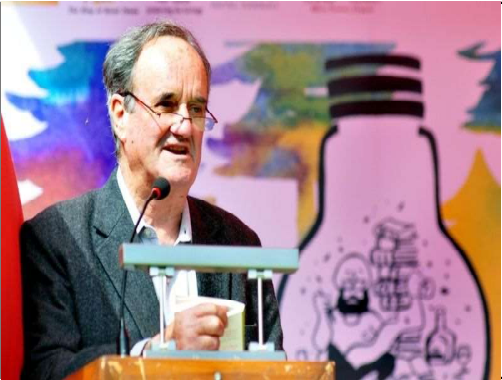
पहले बाप की आंख उठ जाया करती तो बालक सीधा हो जाया करता। और अगर बीच में बच्चा जरा भी चूं—चपर करने लगता तो पिता का सवाल होता —अच्छा तो अब तू मुझे समझायेगा? आज बाप की आंख उठती है तो बालक की मौंहें चढ़ने लगती हैं और बाप बीपी की गोली ढूंढता है। जिस घर में बाप पूछ—पूछ कर चले और छोरा मूछ पे ताव दे तो समझ लो चूल्हा तो जल रहा है पर रोटी कच्ची है। हमने बच्चों को राजा बना दिया है और फिर पूछते हैं कि ये हुकम क्यों चलाने लग गया। एक मनचले ने अपना अनुभव बताते हुए कहा है कि पहले के पिता फादर्स डे के मोहताज नहीं थे। जब दिल करता था जूता उठाकर याद दिला दिया करते कि बाप कौन है।

पत्रकार टली सत्ता के नहीं, जनता के निकट रहना पसंद करते थे। उनकी संवेदना जनता के ही निकट रहती थी, पर इस बात का भी ध्यान उन्हें हमेशा रहा कि संवेदना भावुकता का रूप न ले ले। जनता से उनकी निकटता का यह परिणाम था कि जनता के मूड या भावना को वह आसानी से समझ जाते थे। उनके साथी पत्रकार अक्सर उनके इस गुण की चर्चा किया करते थे...

किसी भी पत्रकार के लिए मार्क टली जैसा विश्वास पाना किसी तमगे से कम नहीं है। वैसे उन्हें तमगे भी कम नहीं मिलेदू भारत सरकार ने उन्हें पद्मश्री और पद्मभूषण सम्मान से सम्मानित किया और इंग्लैंड की महारानी ने उन्हें ‘सर’ का खिताब दिया। यह मेरा दुर्भाग्य ही है कि मुझे बीबीसी के भारत स्थित संवाददाता स्वर्गीय मार्क टली से मिलने का कभी अवसर नहीं मिला, पर हकीकत यह भी है कि मैं पिछले चार—पांच दशकों में उनसे अक्सर मिलता रहा हूं। यह मिलना बीबीसी रेडियो के माध्यम से होता था। दशकों से रेडियो बीबीसी विश्वसनीय खबरों का एक पर्याय बन चुका हुआ था, और मेरे जैसे लाखों—करोड़ों श्रोता बीबीसी के माध्यम से ही खबरों की विश्वसनीयता परखा करते थे। बीबीसी को यह श्रेय जहां संस्थान की शक्ति—नीति के कारण मिलता था, वहीं सर मार्क टली जैसे सजग और ईमानदार पत्रकारों ने बीबीसी की विश्वसनीयता बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभायी थी। आज मार्क टली हमारे बीच नहीं हैं। भारत में ही जन्मे सर टली के निधन से ईमानदार पत्रकारिता का एक उत्कृष्ट उदाहरण हमारे

बीच से उठकर चला गया। वे चाहते थे कि उनका निधन भारत में ही हो और यह संयोग मात्र नहीं है कि भारत के बनते इतिहास का यह साक्षी अपनी जन्मभूमि से ही विदा हुआ। आज जब रेडियो के माध्यम से समय की सच्चाई जानने वाले श्रोता उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित कर रहे हैं, तो उस व्यक्ति के साथ ही उस पत्रकारिता की बात भी होनी चाहिए, जिसके लिए वह जाना जाता रहा। और यह अवसर से इस बात का भी है कि हम पत्रकारिता, विशेषकर भारत की पत्रकारिता के बारे में भी सोचें, यह आकलन करने की कोशिश करें कि आज हमारी पत्रकारिता की स्थिति क्या है, और जैसी है, वैसी क्यों है? अच्छी और सच्ची पत्रकारिता की शायद सबसे बड़ी कसौटी यह है कि विश्वसनीयता के संदर्भ में वह कहां ठहरती है। था एक जमाना जब यह माना जाता था कि अखबार में यदि कुछ छपा है तो वह सही ही होगा, जो अखबार जितनी ज्यादा तटस्थ और

सही खबरें देता था, वह उतना ही बेहतर माना जाता था। अब जबकि अखबार के साथ टेलीविजन और सोशल मीडिया भी खबरों की दुनिया का हिस्सा, प्रमुख हिस्सा कहा जाना चाहिए, बन गया है, तो विश्वसनीयता का महत्व और बढ़ जाता है। जिसकी जितनी ज्यादा पहुंच है, उससे उतनी ही ज्यादा ईमानदारी की अपेक्षा की जाती है। यह ईमानदारी ही मीडिया के कद को नापती है। मुझे याद



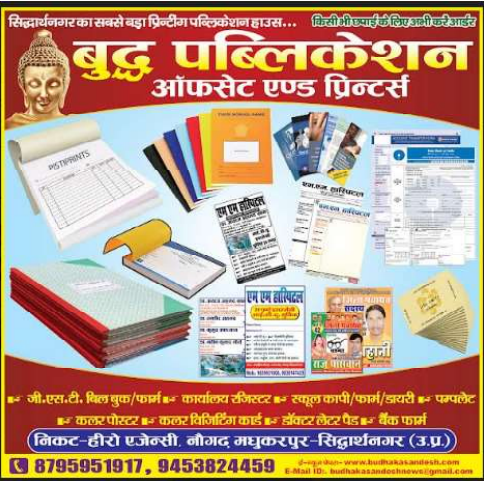
अच्छी—सच्ची पत्रकारिता की कसौटी पर खरे उतरे मार्क

है जब प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की 1984 में हत्या हुई तो राजीव गांधी दिल्ली से बाहर (बंगाल में) थे। तब उन्होंने बीबीसी रेडियो के माध्यम से ही समाचार की पुष्टि की थी। ज्ञातव्य है कि ऑल इंडिया रेडियो (एआईआर) ने तो शाम छह बजे तक उनकी मृत्यु की आधिाकारिक घोषणा नहीं की थी। कारण कुछ भी बताये जायें, पर यह हकीकत अपनी जगह है कि राजीव गांधी को तब इंग्लैंड का बीबीसी रेडियो ही विश्वसनीय लगा था। यह तथ्य जहां बीबीसी के महत्व को दर्शाता है, वहीं इस बात को भी रेखांकित करता है कि मीडिया की विश्वसनीयता उसकी सबसे बड़ी ताकत होती है। यह दुर्भाग्य ही है कि आज हमारा रेडियो सरकारी सूचनाओं का भौंपू बनकर रह गया है! दुर्भाग्य यह भी है कि आज हमारे मीडिया का एक बड़ा हिस्सा विश्वसनीयता उसकी सबसे अधिक शिकार हो गया है। लगभग आधी सदी पहले जब 1975 में देश में आपातकाल लागू किया

गया था तो उसका सबसे बुरा असर मीडिया पर ही पड़ा था। अखबारों पर संसरशिप लगा दी गयी थी, कुछ भी छापने से पहले सरकारी एजेंसियों से अनुमति लेनी होती थी। उस कठिन समय मेंजिन गिने—चुने साहसी पत्रकारों ने सरकार के इस आदेश का पालन करने से इनकार किया, उनमें बीबीसी रेडियो के भारत स्थित संवाददाता मार्क टली का नाम बड़ी प्रमुखता से लिया जाता है। तब उन्हें चौबीस

घंटे में भारत छोड़कर जाने का आदेश तत्कालीन सरकार ने दिया था। सरकार के आगे घुटने टेकने के बजाय मार्क टली ने अपने देश लौट जाना बेहतर समझा। अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के अधिकार और पत्रकारिता की विश्वसनीयता को बनाये रखने के लिए वे इंग्लैंड लौट गये। पर सरकार उनकी वाणी पर प्रतिबन्ध नहीं लगा पायी थी। लंदन में रहते हुए भी वह भारत स्थित अपने सूत्रों से सही सूचनाएं प्राप्त करते रहेकु भारत समेत दुनिया भर के श्रोताओं तक उन्हें पहुंचाते रहे। यह सही है कि उस काल की भारत की पत्रकारिता पर अपयश के काले धब्बे लगे थे। आपातकाल के बाद बनी जनता पार्टी की सरकार में सूचना एवं प्रसारण मंत्री लालकृष्ण आडवाणी ने तब कहा था, ‘जब हमारे पत्रकारों को घुटने टेकने के लिए कहा गया तो वे रेंगने लगे थे।’ पर सच यह भी है कि उस स्थिति के लिए सफ पत्रकार ही दोषी नहीं थे, पत्रकारों से कहीं ज्यादा डर तब मीडिया—मालिकों, प्रबंकों को था। लेकिन यह कथित विवशता आपातकाल में हमारी पत्रकारिता पर लगे धाबों को नहीं मिटा सकती। दुर्भाग्य की बात तो यह भी है कि आज भी हमारी

पत्रकारिता पर विश्वसनीयता का संकट मंडरा रहा है। मीडिया का बहुत बड़ा हिस्सा आज ‘गोदी मीडिया’ कहलाता है। यह स्थिति निश्चित रूप से चिंताजनक है। बीबीसी से सेवानिवृत्त होने के बाद भी मार्क टली ने भारत को ही अपना देश बनाया। वे भारत और भारत की चुनौतियों को अच्छी तरह समझते थे, और उनका मानना था कि जनता तक सही और समुचित जानकारी पहुंचाना पत्रकारिता का दायित्व है। उनका स्पष्ट कहना था कि पत्रकारिता का एक ही नियम हैदू अपने आप से यह पूछिए कि कोई आप पर क्यों विश्वास करता रहे। यदि आप दिमाग में यह सवाल बनाए रखेंगे तो स्वयं ही पता चल जाएगा कि आप रिपोर्ट कैसे करें।



एक साल, कई रोल्स: एक्टिंग डेब्यू से वर्ल्ड टूर तक, बर्थडे पर मुन्नवर फारुकी का रिफ्लेक्शन

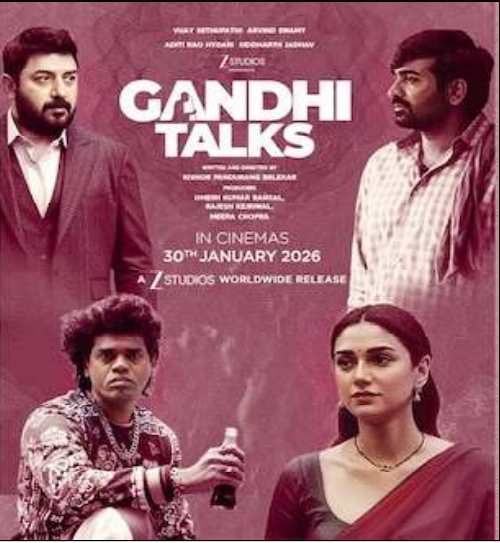
श्रुति हासन : विरासत से नहीं, टैलेंट से बनीं सफल अभिनेत्री और गायिका



आज अपना जन्मदिन मना रहे एक्टर मुन्नवर फारुक़ी इस बार किसी ग्रैंड पार्टी के मूड में नहीं हैं। बड़े जश्न की जगह मुन्नवर ने फ़ैसला किया है कि वह अपना खास दिन अपने बेहद करीबी दोस्तों और परिवार के साथ सादगी से मनाएंगे। लगातार व्यस्त और कामयाब रहे साल के बाद, मुन्नवर ने अपने टाइट शेड्यूल से थोड़ा ब्रेक लेकर अपनों के साथ इस नए साल की शुरुआत करने का मन बनाया है। प्रोफ़ेशनल फ्रंट पर बीता साल मुन्नवर के लिए काफी इवेंटफुल रहा। उन्होंने फर्स्ट कॉपी से अपने एक्टिंग करियर की शुरुआत की, जिसे दर्शकों से जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला और बाद में इसका दूसरा सीजन भी आया। एक्टिंग के साथ—साथ मुन्नवर ने अपनी पहली इंटरनेशनल स्टैंड—अप वर्ल्ड टूर भी पूरी की, जहां उन्होंने कई देशों में परफॉर्म किया। इसके अलावा, वह पति पत्नी और पंगा, द सोसाइटी सीजन 1, हप्ता वसूली जैसे पॉपुलर रियलिटी शोज़ को भी होस्ट करते नज़र आए। पिछले साल को याद करते हुए मुन्नवर ने कहा कि वह अलग—अलग प्लेटफॉर्मस पर दर्शकों से मिले प्यार और सपोर्ट के लिए बेहद आभारी हैं। उन्होंने साझा किया,पिछला साल मेरे लिए बहुत खास और बेहद बिजी रहा। फर्स्ट कॉपी के साथ मेरा पहला एक्टिंग प्रोजेक्ट करना और उसके दोनों सीजन्स को इतना प्यार मिलना, फिर अपनी स्टैंड—अप कॉमेडी को पहली इंटरनेशनल वर्ल्ड टूर तक ले जाना, यह सब मेरे लिए सीख और ग्रोथ से भरा रहा। मैं दर्शकों का दिल से शुक्रगुजार हूँ कि उन्होंने मुझे इतने अलग—अलग प्लेटफॉर्मस पर अपनाया और तरह—तरह का काम करने का मौका दिया। इस साल मैं कुछ नया एक्सप्लोर करना चाहता हूँ और खुद को क्रिएटिवली चैलेंज करना चाहता हूँ। फिलहाल तो बस इतना ही चाहता कि अपने बिजी शेड्यूल से थोड़ा वक्त निकालकर परिवार और करीबी दोस्तों के साथ सादगी से अपना बर्थडे मना लूं। वर्क फ्रंट की बात करें तो मुन्नवर के पास एक्टिंग, कॉमेडी और म्यूजिक से जुड़े कई दिलचस्प प्रोजेक्ट्स लाइन—अप हैं। इनमें महेश मांजरेकर के साथ अंगड़िया और द सोसाइटी सीजन 2 शामिल हैं। इसके अलावा वह कुछ और अनाउंस न हुए प्रोजेक्ट्स पर भी काम कर रहे हैं।

शब्द नहीं, भावनाएँ बोलेंगी: अदिति राव हैदरी की गांधी टॉक्स

अदिति राव हैदरी अपनी अगली फिल्म गांधी टॉक्स के साथ अब तक का सबसे अलग कदम उठा रही हैं। यह एक साइलेंट



फिल्म है, जिसमें कोई डायलॉग नहीं है और कहानी पूरी तरह भावनाओं और अभिनय के जरिए आगे बढ़ती है। अदिति उन अभिनेत्रियों में से नहीं हैं जो चलन के पीछे भागती हैं। उन्होंने हमेशा ऐसी फिल्में चुनी हैं जहाँ अभिनय और कहानी को ज्यादा अहमियत दी गई हो। गांधी टॉक्स भी उसी सोच का हिस्सा है। इस फिल्म में अदिति को बिना संवाद के अपने चेहरे, आँखों और भावों के जरिए किरदार निभाते देखा जाएगा। साइलेंट फिल्म में कलाकार के पास छुपने की कोई जगह नहीं होती, और अदिति इस चुनौती को पूरे आत्मविश्वास के साथ अपनाती नजर आती हैं। फिल्म में उनके साथ विजय सेतुपति हैं। ट्रेलर में दोनों की केमिस्ट्री साफ नजर आती है। ए. आर. रहमान का संगीत फिल्म की भावनाओं को और गहराई देता है, जबकि निर्देशन किशोर पांडुरंग बेलेकर ने किया है। गांधी टॉक्स भले ही एक अलग तरह की फिल्म हो, लेकिन अदिति राव हैदरी के करियर को देखते हुए यह फैसला बिल्कुल स्वाभाविक लगता है। यह फिल्म 30 जनवरी 2026 को दुनियाभर में रिलीज होगी।

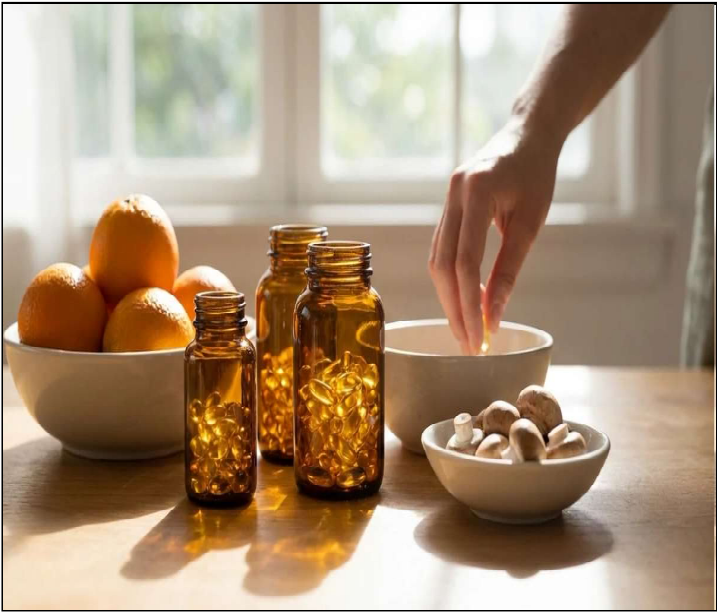
भारती सिंह और हर्ष ने किया बेटे के नाम का ऐलान, इंस्टाग्राम पर शेयर की Cute Family Photo

भारती सिंह और हर्ष लिंबाचिया ने नामकरण सेरेमनी की तस्वीरें साझा करते हुए अपने दूसरे बेटे का नाम यशवीर घोषित किया है। इस घोषणा के बाद सुनील शेट्टी और रुबीना दिलाइक समेत कई



हस्तियों ने सोशल मीडिया पर उन्हें बधाई दी। मशहूर कॉमेडियन भारती सिंह और हर्ष लिंबाचिया के घर हाल ही में खुशियों ने दस्तक दी थी। दिसंबर 2025 में अपने दूसरे बेटे का स्वागत करने के बाद, अब इस जोड़े ने आधिकारिक तौर पर उसका नाम दुनिया को बता दिया है। बुधवार को, भारती और हर्ष ने सोशल मीडिया पर अपने छोटे बेटे की नामकरण सेरेमनी की बेहद प्यारी तस्वीरें साझा कीं, जिसमें पूरा परिवार साथ नजर आ रहा है। भारती, हर्ष और उनके बड़े बेटे लक्ष्य (गोलो) ने इंस्टाग्राम पर एक जॉइंट पोस्ट शेयर किया। इन तस्वीरों में भारती ने अपने नन्हे राजकुमार को गोद में लिया हुआ है। उन्होंने कैप्शन में अपने बेटे का नाम यशवीर लिखा और साथ ही एक लाल दिल वाला इमोजी भी बनाया। फैंस को बता दें कि इस बच्चे के जन्म से पहले ही घरवाले उसे प्यार से काजू कहकर बुलाते थे। क्या है यशवीर का मतलब? यशवीर नाम जितना सुनने में सुंदर है, इसका अर्थ भी उतना ही गहरा है। यश का अर्थ प्रसिद्धि या गौरव होता है और वीर का मतलब बहादुर या हीरो होता है। इस तरह यशवीर का अर्थ हुआ श्रसिद्धि का नायक। भारती और हर्ष के फैंस का कहना है कि यह नाम उनके बेटे पर बिल्कुल फिट बैठता है। जैसे ही इस कपल ने नाम का खुलासा किया, सोशल मीडिया पर बधाई देने वालों का तांता लग गया। सुनील शेट्टी, करिश्मा तन्ना, रुबीना दिलाइक और गौरव गेरा जैसे बड़े सितारों ने कमेंट सेक्शन में यशवीर और उसके परिवार पर अपना प्यार बरसाया। फैंस भी छोटे काजू यानी यशवीर की पहली झलक पाकर बेहद खुश हैं।

रोज 15 मिनट सूर्य नमस्कार और प्राणायाम, बढ़ेगी Immunity, दूर होगी विटामिन डी की कमी



आधुनिक जीवनशैली के चक्कर में लोग अपनी सेहत पर ध्यान देना भूल ही गए हैं। ऐसे में हेल्थ एक्सपर्ट ने माना है कि विटामिन डी केवल एक पोषक तत्व ही नहीं, बल्कि ऊर्जा है। जब इसकी कमी होती है, तब हड्डियां, दिल, ब्रेन और कोशिकाएं कमजोर पड़ने लगती हैं। क्या आप जानते हैं कि विटामिन डी बढ़ाने के लिए हर बार दवाइयों या सप्लीमेंट्स की जरूरत नहीं होती। योग, सूर्य नमस्कार, प्राणायाम और सुबह की धूप, इन सभी तरीकों से शरीर को प्राकृतिक रूप से हेल्दी बनाने में मुख्य भूमिका निभाते हैं। आज न्हाईड सिटी में **Vitamin D Deficiency** गंभीर हेल्थ समस्या बन गया है। ऑफिस कल्चर, इंडोर लाइफस्टाइल, प्रदूषण और खुले स्थानों की कमी के कारण शरीर सूर्य—ऊर्जा को ठीक से ग्रहण नहीं कर पा रहा है। योगिक विज्ञान में सूर्य को ऊर्जा, इम्यूनिटी और जीवन शक्ति का स्रोत माना गया है, हालांकि विटामिन डी कमी से शरीर अंदर से कमजोर हो जाता है।

जब धूप भरपूर है तो विटामिन डी कम क्यों? — लोग ज्यादा समय तक घर के अंदर रहते हैं — ढकी हुई गाड़ियों में सफर — जरूरत से ज्यादा सनस्क्रीन — शरीर को ढकने वाले कपड़े — वायु प्रदूषण

सूर्य नमस्कार से कैसे बढ़ता है विटामिन डी— सुबह सूर्य उगते ही सूर्य नमस्कार करना चाहिए। क्योंकि सूर्य की किरणें सॉफ्ट और फायदेमंद होती हैं। इस समय शरीर सुरक्षित रूप से न्ट—उ किरणें ग्रहण कर सकता है। अब सवाल उठता है कि सूर्य नमस्कार करने से क्या होता है।

— ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है। — मणिपूर चक्र को एक्टिव करता है। — शरीर को सूर्य—ऊर्जा ग्रहण करने के लिए तैयार करता है। प्राणायाम कैसे बढ़ाता है इम्यूनिटी और ऊर्जा? — कपालभाति सौर ऊर्जा को एक्टिव करता है। — अनुलोम—विलोम इड़ा—पिंगला नाड़ियों को संतुलित करता है।

— ऑक्सीजन और प्राण प्रवाह बढ़ता है। — इससे शरीर विटामिन—डी को बेहतर तरीके से उपयोग करने लगता है।

सूर्य नमस्कार कब और कितनी देर करें?— सूर्य नमस्कार करने के लिए सुबह का समय सबसे उपयुक्त माना जाता है, विशेषकर सुबह 6 से 8 बजे के बीच। इस समय सूर्य की किरणें कोमल होती हैं और शरीर को सकारात्मक ऊर्जा प्रदान करती हैं। आमतौर पर सूर्य नमस्कार के 12 से 24 चक्र किए जा सकते हैं। जो लोग शुरुआत कर रहे हैं, वे पहले 4 से 6 चक्रों से आरंभ करें और अभ्यास बढ़ने के साथ धीरे—धीरे संख्या में वृद्धि करें।

क्या सूर्य नमस्कार विटामिन डी सप्लीमेंट का विकल्प है? नियमित रूप से सूर्य नमस्कार करने और धूप शरीर की प्राकृतिक क्षमता को बढ़ाते हैं। लंबे समय में यह विटामिन डी के स्तर को संतुलित रखती है। क्योंकि विटामिन—व की कमी की स्थिति में सप्लीमेंट लेने से पहले डॉक्टर की सलाह लेना जरूरी है।

क्या रेगुलर योग और धूप विटामिन व बढ़ाते हैं? यह बिल्कुल सच है कि आप नियमित रूप से योग करना और सुबह की धूप शरीर की मेटाबॉलिक अग्नि को जाग्रत करती है। इससे शरीर सूर्य—ऊर्जा को बेहतर तरीके से ग्रहण करने लगता है और समय के साथ विटामिन—व का लेवल सही होने लगता है।