

विकसित भारत समाचार

वर्ष : 10 | अंक : 136 | गुवाहाटी | मंगलवार, 12 दिसंबर, 2023 | मूल्य : 10 रुपए | पृष्ठ : 12 | VIKSIT BHARAT SAMACHAR | Regd. RNI No. ASSHIN/2014/56526

राजभवन में विकसित भारत कार्यक्रम का आयोजन

पेज 3

प्रधानमंत्री ने विकसित भारत@2047 : युवाओं की आवाज पहल का किया शुभारंभ

पेज 4

उच्च शिक्षण संस्थानों में बेटियों के बेहतर प्रदर्शन में विकसित भारत और ...

पेज 5

जम्मू-कश्मीर को लेकर सर्वोच्च न्यायालय द्वारा दिए गए ऐतिहासिक...

पेज 8

पूर्वाञ्चल केशरी
(असमीसा दैनिक)
PURVANCHAL KESARI
(ASSAMESE DAILY)
GOOD LUCK PUBLICATIONS
House No. 30, D. Neog Path,
ABC, Guwahati - 781005
Mob: 94360 14771, 97070 14771

S.S. Traders
Suppliers in : All kinds of Door
Fittings Modular Kitchen
& Accessories, etc.
D. Neog Path,
Near Dona Planet
ABC, G.S. Road,
Guwahati - 05
97079-99344

सुप्रभात
विद्या को चोर भी नहीं चुरा
सकता।
- आचार्य चाणक्य

न्यूज गैलरी
मुख्यमंत्री ने केंद्रीय
वित्त मंत्री सीतारमण
से मुलाकात की

गुवाहाटी (हि.स.)। मुख्यमंत्री डॉ हिमंत विश्व शर्मा ने आज के द्रिय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण से नई दिल्ली में मुलाकात की। मुलाकात से संबंधित विवरण सोशल मीडिया पर साझा करते हुए मुख्यमंत्री ने बताया कि केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण से मिलना उनके लिए हमेशा ही सौभाग्य और सम्मान की बात रही है। असम की विकास गाथा के लिए उनका अटूट समर्थन सराहनीय रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि उन्होंने वित्त मंत्री के निरंतर समर्थन के लिए हृदय से आभार व्यक्त किया है। गौरतलब है कि मुख्यमंत्री ने केंद्रीय

महिला को निर्वस्त्र कर घुमाने के आरोप में सात गिरफ्तार

बेंगलुरु। जिले के एक गांव में एक महिला के साथ कथित तौर पर भारीपट्ट किए जाने और उसे निर्वस्त्र कर घुमाने के बाद बिजली के खंभे से बांधने का मामला सामने आया है। पुलिस ने सोमवार को यह जानकारी दी। पुलिस ने बताया कि यह घटना महिला के पुत्र के एक लड़की के साथ भाग जाने के बाद हुई। पुलिस ने बताया कि लड़की को संगी किसी और से होने वाली

मुख्यमंत्री हिमंत ने पीएम मोदी को राज्य में कई परियोजनाओं के शिलान्यास का दिया निमंत्रण

नई दिल्ली/ गुवाहाटी। असम के मुख्यमंत्री हिमंत विश्व शर्मा ने सोमवार को नई दिल्ली में पीएम मोदी से मुलाकात की। इस दौरान उन्होंने राज्य में कई परियोजनाओं के उद्घाटन और शिलान्यास के लिए पीएम मोदी को असम आने का निमंत्रण दिया। सोशल मीडिया पोस्ट एक्स (पूर्व में ट्विटर) पर इसकी जानकारी देते हुए उन्होंने कहा कि पीएम मोदी से मुलाकात कर उन्हें

नई दिल्ली (हि.स.)। सुप्रीम कोर्ट की पांच सदस्यीय संविधान पीठ ने आज (सोमवार) जम्मू-कश्मीर पर बड़ा फैसला सुना दिया। पीठ ने कहा कि जम्मू-कश्मीर में अनुच्छेद 370 को निरस्त करने का आदेश संवैधानिक तौर पर वैध था। सुप्रीम कोर्ट ने याचिकाकर्ताओं की उन दलीलों को खारिज कर दिया कि राष्ट्रपति शासन के दौरान केंद्र द्वारा कोई अपरिवर्तनीय कार्यवाही नहीं की जा सकती है। सुप्रीम कोर्ट ने निर्वाचन आयोग को निर्देश दिया कि वह सितंबर 2024 तक जम्मू-कश्मीर में चुनाव कराए। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि सालिसिटर जनरल के मुताबिक जम्मू-कश्मीर को राज्य का दर्जा तुरंत दिया जाएगा। कोर्ट ने लद्दाख को अलग से केंद्र शासित प्रदेश बनाने के फैसले को भी सही ठहराया। संविधान पीठ ने कहा कि अनुच्छेद 370 एक अस्थायी प्रावधान था। चीफ जस्टिस ने फैसला सुनाते हुए कहा कि जम्मू-कश्मीर भारत का एक अभिन्न अंग है और ये अनुच्छेद 1 और 370 में प्रदर्शित है। जम्मू-कश्मीर भारत में विलय के बाद संप्रभु राज्य नहीं रहा। चीफ जस्टिस ने कहा कि राष्ट्रपति को अनुच्छेद 370 को हटाने का नोटिफिकेशन जारी करने का अधिकार है। राष्ट्रपति संविधान सभा की अनुशंसाओं से बंधे हुए नहीं हैं। संविधान सभा ने अपने को कभी स्थायी नहीं कहा और वह एक संक्रमण काल के दौरान काम करने के लिए थी। चीफ जस्टिस ने कहा कि अनुच्छेद 370 जम्मू-कश्मीर का केंद्र के साथ एक रहने के लिए था न कि अलग रहने के लिए और राष्ट्रपति को अनुच्छेद 370 हटाने का अधिकार है। अनुच्छेद 370 हटाने



यह सिर्फ कानूनी फैसला नहीं : प्रधानमंत्री

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पूर्ववर्ती जम्मू-कश्मीर राज्य को विशेष दर्जा देने वाले अनुच्छेद 370 को निरस्त करने संबंधी सरकार के फैसले को बरकरार रखने के उच्चतम न्यायालय के निर्णय को सोमवार को ऐतिहासिक करार दिया और कहा कि यह सिर्फ एक कानूनी फैसला नहीं है बल्कि उम्मीद की किरण तथा एक मजबूत एवं अधिक

मुख्यमंत्री हिमंत ने एससी के फैसले को सराहा

गुवाहाटी। असम के मुख्यमंत्री हिमंत विश्व शर्मा ने सोमवार को अनुच्छेद 370 को लेकर सुप्रीम कोर्ट के फैसले की सराहना की। अदालत ने अनुच्छेद 370 को खत्म करने के केंद्र सरकार के कदम को बरकरार रखा, जो पूर्व राज्य जम्मू और कश्मीर को विशेष दर्जा देता है। फैसले के अनुसार, भारत के चुनाव आयोग को अब केंद्र शासित प्रदेश जम्मू-कश्मीर में अगले साल 30 सितंबर तक विधानसभा चुनाव करने का निर्देश दिया गया है। शर्मा ने शीर्ष अदालत के फैसले की सराहना करते हुए कहा कि अनुच्छेद 370 पर सुप्रीम कोर्ट का फैसला एक भारत, श्रेष्ठ भारत (एक महान भारत) के लंबे समय से चले आ रहे सिद्धांत को मजबूत करता है। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि यह निर्णय पिछले तीन वर्षों में फैलाई गई भ्रामक सूचनाओं और प्रचार पर रोक लगाता है। इसके अतिरिक्त, उन्होंने अनुच्छेद 370 को सफलतापूर्वक निरस्त करने में महत्वपूर्ण भूमिका के लिए केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह की सराहना की। अगस्त 2019 में, राष्ट्रीय चुनावों में भाजपा की महत्वपूर्ण जीत के बाद, सरकार ने अनुच्छेद 370 के तहत जम्मू और कश्मीर की विशेष स्थिति को रद्द करके एक प्रमुख चुनावी वादा पूरा किया।

एससी का निर्णय राष्ट्रीय एकता को मजबूत करेगा : संघ

नई दिल्ली (हि.स.)। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ ने सोमवार को सुप्रीम कोर्ट द्वारा अनुच्छेद 370 को हटाए जाने की वैधता को बरकरार रखने के फैसले का स्वागत करते हुए इसे राष्ट्रीय एकता को मजबूत करने वाला बताया है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के अखिल

फैसला भारत की हार है : महबूबा

श्रीनगर (हि.स.)। पीडीपी प्रमुख महबूबा मुफ्ती ने सोमवार को संविधान के अनुच्छेद 370 के प्रावधानों को निरस्त करने को चुनौती देने वाली याचिकाओं पर सुप्रीम कोर्ट के फैसले पर कहा कि यह जम्मू-कश्मीर के लोगों की नहीं, बल्कि भारत देश की हार है। उन्होंने इसे आइडिया ऑफ डेडिआ की हार करार दिया। उन्होंने सोमवार को एक बयान में कहा कि जम्मू-कश्मीर ने कई उतार-चढ़ाव देखे हैं। सुप्रीम कोर्ट का आज का फैसला एक मुश्किल पड़ाव है, पर यह मजिल नहीं है। उन्होंने कहा कि हमारे विरोधी चाहते हैं कि

फैसले का जेपी नड्डा सहित पीओके हमारा है, हम लेकर रहेंगे : शाह कई नेता ने किया स्वागत



नई दिल्ली (हि.स.)। उच्चतम न्यायालय ने सोमवार को अनुच्छेद 370 हटाने के केंद्र सरकार के फैसले को वैध ठहराते हुए सितंबर तक वहां चुनाव करने का फैसला सुनाया है। न्यायालय के इस फैसले का भारतीय जनता पार्टी के अध्यक्ष जेपी नड्डा ने स्वागत किया है। नड्डा ने एक्स पर अपने संदेश में कहा कि माननीय उच्चतम न्यायालय द्वारा अनुच्छेद 370 के विषय में दिए गए फैसले का भाजपा स्वागत



नई दिल्ली (हि.स.)। केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने कहा कि पाकिस्तान के कब्जे वाला कश्मीर (पीओके) हमारा है। हम उसे लेकर रहेंगे। उस क्षेत्र के लिए हमने 24 सीटें आरक्षित रखी हैं। शाह ने सोमवार राज्यसभा में जम्मू-कश्मीर आरक्षण (संशोधन) विधेयक, 2023 और जम्मू-कश्मीर पुनर्गठन (संशोधन) विधेयक, 2023 पर चर्चा के दौरान कहा कि पहले जम्मू में 37 सीटें थीं, अब नए परिसीमन आयोग के बाद वहां 43 सीटें की गई हैं। पहले कश्मीर में 46 सीटें थीं जिसे बढ़ाकर 47 कर दी गई हैं। परिसीमन आयोग की इस रिपोर्ट को हमने स्वीकार कर लिया है। उन्होंने कहा कि पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर में 24 सीटें आरक्षित

मप्र में भाजपा ने मोहन यादव को सौंपी राज्य की कमान

भोपाल। मध्य प्रदेश में शिवराज सिंह चौहान का लंबा कार्यकाल खत्म हो गया है। इस चुनाव में भाजपा ने जबर्दस्त जीत हासिल की थी। इसके बाद पार्टी की ओर से मोहन यादव को आगे किया गया है। आज भाजपा विधायक दल की बैठक हुई। इस बैठक में मोहन यादव के नाम पर सहमति बनी और मोहन यादव अब मध्य प्रदेश के अगले मुख्यमंत्री होंगे। मोहन यादव ओबीसी के बड़े चेहरे हैं। उज्जैन दक्षिण से जीत कर आए हैं। संघ के

छत्तीसगढ़, मध्य प्रदेश के बाद आज जयपुर में हटेगा सीएम के नाम से पर्दा

नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के नवनिर्वाचित विधायकों की बैठक मंगलवार को होगी जिसमें आगामी मुख्यमंत्री के नाम पर फैसला हो सकता है। बैठक में पार्टी पर्यवेक्षक राजनाथ सिंह भी भाग लेंगे। पार्टी के प्रवक्ता ने बताया कि भाजपा विधायक दल की बैठक कल मंगलवार शाम चार बजे



डेढ़ बजे से भाजपा के सभी नवनिर्वाचित विधायकों का पंजीकरण शुरू होगा। भाजपा के प्रदेश महामंत्री और विधायक भजनलाल शर्मा ने कहा कि सभी नव-निर्वाचित विधायकों को अनिवार्य रूप से विधायक दल की बैठक में उपस्थित रहने के निर्देश दिए गए हैं। बैठक में पार्टी के पर्यवेक्षक रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, सह-पर्यवेक्षक राष्ट्रीय उपाध्यक्ष सरोज पाण्डेय और राष्ट्रीय

जम्मू-कश्मीर को दिया जाए पूर्ण राज्य का दर्जा : कांग्रेस

नई दिल्ली (हि.स.)। कांग्रेस ने कहा है कि जम्मू-कश्मीर को तत्काल प्रभाव से पूर्ण राज्य का दर्जा दिया जाना चाहिए। पार्टी के वरिष्ठ नेता पी. चिदंबरम ने सोमवार को कांग्रेस मुख्यालय में आयोजित एक संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए कहा कि हमने हमेशा जम्मू-कश्मीर का पूर्ण राज्य का दर्जा बहाल करने की मांग की है। हम इस संबंध में सुप्रीम कोर्ट के फैसले का स्वागत करते हैं। पूर्ण राज्य का दर्जा तुरंत बहाल किया जाना

आजाद ने एससी के फैसले को दुखद और दुर्भाग्यपूर्ण बताया

श्रीनगर (हि.स.)। डेमोक्रेटिक प्रोग्रेसिव आजाद पार्टी (डीपीएपी) के अध्यक्ष गुलाम नबी आजाद ने सोमवार को संविधान के अनुच्छेद 370 के प्रावधानों को निरस्त करने को चुनौती देने वाली याचिकाओं पर सुप्रीम कोर्ट के फैसले को दुखद और दुर्भाग्यपूर्ण बताया, लेकिन उन्होंने यह भी कहा कि हमें इसे स्वीकार करना होगा। आजाद ने यहां संवाददाताओं से कहा कि अदालत का फैसला दुखद और दुर्भाग्यपूर्ण है। जम्मू-कश्मीर के पूर्व मुख्यमंत्री ने कहा कि क्षेत्र के लोग शीर्ष अदालत की पांच न्यायाधीशों की पीठ द्वारा दिए गए फैसले से खुश नहीं हैं। सुप्रीम कोर्ट ने

हम निराश हैं, लेकिन हतोत्साहित नहीं : उमर अब्दुल्ला

श्रीनगर (हि.स.)। नेशनल कॉंग्रेस (एनसी) के उपाध्यक्ष उमर अब्दुल्ला ने सोमवार को कहा कि संविधान के अनुच्छेद 370 के प्रावधानों को निरस्त करने को चुनौती देने वाली याचिकाओं पर सुप्रीम कोर्ट के फैसले से वह निराश है, लेकिन हतोत्साहित नहीं है। जम्मू-कश्मीर के पूर्व मुख्यमंत्री ने कहा कि अनुच्छेद 370 के प्रावधानों को निरस्त करने में भारतीय जनता पार्टी को दशकों लग गए और उन्होंने कहा कि वे लंबी लड़ाई के लिए भी तैयार हैं। सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को पूर्ववर्ती राज्य जम्मू-कश्मीर को विशेष दर्जा देने

इलाज से ज्यादा जरूरी स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता : राष्ट्रपति

लखनऊ (हि.स.)। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने कहा कि कहा गया गया है कि प्रिवेंशन इज बेटर देन क्योर (इलाज से बचाव बेहतर है)। हम डॉक्टरों से अपील करते हैं कि अगर आप लोगों का इलाज करते हैं तो 100, 200, 500 लोगों का इलाज करेंगे लेकिन अगर आप जागरूकता फैलाएंगे तो हजारों लोगों को अच्छा जीवन दे सकते हैं। सोमवार को यहां गोमतीनगर स्थित डिवाइन हार्ट फाउण्डेशन अस्पताल के 27वें स्थापना दिवस समारोह को संबोधित करते हुए राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने कहा कि उत्तर प्रदेश की इस यात्रा के दौरान सबसे बनावरस की थी और

अभी में लखनऊ में हूँ। संयोग से बनारस की सुबह और अवध की शाम की तरीक में बहुत कुछ लिखा जाता है। आज की शाम इस लखनऊ शहर में उपस्थित होकर अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। लखनऊ की तहजीब और नफासत मशहूर है। लखनऊ में आना मुझे अच्छा लगता है। मेरा जन्म स्थान उड़ीसा में है। मुझे हिंदी भाषा में बहुत गहरी जानकारी नहीं है लेकिन मैंने गौर किया है कि यहां के लोग में की जगह हम इस्तेमाल करते हैं। इस प्रकार एकला व्यक्ति भी समूह के साथ जोड़कर देखा है तो यह भावना हमें भारतीय बनाती है।

अब चेन्नई, हैदराबाद, मुंबई भी बन जाएंगे केंद्रशासित प्रदेश : ओवैसी

हैदराबाद। जम्मू-कश्मीर से धारा 370 हटाए जाने के बाद अलग-अलग नेताओं की प्रतिक्रिया सामने आई है। इसी कड़ी में एआईएमआईएम के मुखिया असदुद्दीन ओवैसी ने इस फैसले को लेकर असंतोष जताया है। फैसला आने के बाद ओवैसी ने कहा है कि अब भाजपा को कोई रोक नहीं सकता। अब वो दिन दूर नहीं जब चेन्नई, हैदराबाद, मुंबई और कोलकाता को केंद्रशासित प्रदेश बना दिया जाएगा। गौरतलब है कि सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को जम्मू-कश्मीर से धारा 370 हटाने के केंद्र सरकार के फैसले को सही ठहराया है। ओवैसी ने लद्दाख के

फैशन की यह दीवानगी पड़ सकती है सेहत पर भारी



हम एक ऐसे समाज में रहते हैं जहाँ आपको फैशन शब्दों से ज्यादा बोलते हैं। हर जगह आपको पहचान आपके कपड़ों से होती है। हालाँकि यह फैशनेबल अंदाज आपके लुक को निखारने का काम करता है, लेकिन बिना सोचे समझे किया गया फैशन आपके लिए खतरनाक हो सकता है। लड़कियाँ हाई हील्स में घूमती हैं और लड़के बालों को स्पाइक करवाकर घूमते हैं। ऐसे कई हालात हैं जिसमें फैशन के प्रति दीवानगी आपको सेहत को नुकसान पहुंचा सकती है। और इनसे बचने के लिए आपको कुछ हेल्थ टिप्स।

पेंटीहोज

जी, शोपवेयर और पेंटीहोज पहनने से बेशक आपको बॉडी शानदार नजर आती है। लेकिन यह फैशन का स्टायल आपकी सेहत के लिए नुकसानदेह हो सकता है। अगर रोज इसे पहना जाए तो इससे बेहद परेशान करने वाला वीस्ट इंफेक्शन हो सकता है।

स्टाइलिश हैंडबैग

बेकार के सामान से भरे और भारी हैंडबैग से आपके कंधों और पीठ में गंभीर दर्द हो सकता है। शोभो में यह बात साबित हुई है कि भारी बैग टांगने से कंधों में समस्या हो सकती है। इससे कंधों में सूजन और कंधे के रोटेटर कफ में भी चोट लग सकती है।

हाई हील्स

हाई हील्स महिलाओं पर बहुत क्लासी लगती हैं। लेकिन इसके साथ ही इससे एक बुरी खबर भी जुड़ी है। इससे आपके पैरों में दर्द हो सकता है। रोजाना हाई हील पहनने से अचिल्लेस टेडोनॉइटिस हो सकता है। इस समस्या में पिंडली से लेकर एड़ी तक झुनझुनी होती रहती है। यह समस्या आगे चलकर बेहद गंभीर बन सकती है। रोजाना हाई हील्स पहनने से पिंडली की मांसपेशियाँ छेदी हो जाती हैं।

फिलप फ्लॉप

आप तो यही मानते और समझते होंगे कि फिलप फ्लॉप आरामदेह और सेहतमंद होते हैं, लेकिन आपको अपनी यह सोच बदलने की जरूरत है। ये सफाई चप्पलें पहनने से आपको फेसिफिटिस जैसी समस्या हो सकती है। इस परिस्थिति में आपको काफी दर्द होता है। इसमें आपके पैरों की एड़ी और सोल में बहुत दर्द होता है। रोजाना ऐसी चप्पलें पहनने से पैरों में सूजन, एड़ी में पीड़ा और अन्य समस्याएँ हो सकती हैं।

जंक ज्वेलरी

भारी भरकम जंक ज्वेलरी पहनना सबसे बुरे फैशन ट्रेंड्स में है। महिलाओं के लिए इस तरह की जंक ज्वेलरी पहनना नुकसानदेह हो सकता है क्योंकि इससे उनकी गर्दन पर काफी जोर पड़ता है। इससे लोअर सर्वाइकल में दर्द हो सकता है।

कोरसेट्स

कोरसेट्स को कई बरसों से इस्तेमाल किया जाता रहा है। इसे पहनने से आपका पेट भीतर रहता है। लेकिन इसके साथ ही एक सच्चाई और जुड़ी है और यह कि इससे फेफड़ों पर भी प्रेशर पड़ता है। यह फेफड़ों को दबा देती है। इससे ऑक्सीजन की कमी हो सकती है नौजिया और चक्रर आने जैसी समस्याएँ हो सकती हैं। इतना ही नहीं इससे आंखों के सामने अंधेरा भी छा सकता है।

प्रियरसिंग का शौक

अगर आपको प्रियरसिंग का शौक है, तो आप अपनी स्किन को नुकसान पहुंचा सकते हैं। एक से ज्यादा या लगातार प्रियरसिंग करवाते रहने से आपको त्वचा फटने, संक्रमण, स्कारिंग और यहां तक कि नर्व डैमेज तक की समस्या हो सकती है।

टैटू

टैटू से संक्रमण, स्किन एलर्जी, क्लॉयड स्कारिंग आदि कुछ ऐसी समस्याएँ हैं जो टैटू के कारण हो सकती हैं। इनसे बचने का सबसे आसान तरीका यही है कि आप टैटू से पूरी तरह दूर ही रहें।

तिरुपति पर्यटन - पवित्र शहर

तिरुपति आंध्रप्रदेश के चित्तूर जिले के पूर्वी घाटों की तलहटी में स्थित तथा सांस्कृतिक रूप से भारत के सबसे अधिक समृद्ध शहरों में से एक है। तिरुपति मंदिर के पास स्थित होने के कारण यह पर्यटकों के साथ साथ तीर्थयात्रियों में भी लोकप्रिय है। यद्यपि तिरुपति शब्द का उद्भव कहाँ से हुआ इस विषय में कोई स्पष्टता नहीं है, फिर भी ऐसा माना जाता है कि यह दो शब्दों थिरु और पति से मिलकर बना है। जहाँ तमिल में थिरु का अर्थ है सम्मानजनक और पति का अर्थ है पति।

तिरुपति ब्रिटिश आक्रमण से भी बचा और आज तक यह विश्व के सबसे सुरक्षित धर्म स्थानों में से एक है। मद्रास विधानसभा ने 1933 में एक अधिनियम पारित किया जिसके अनुसार तिरुमाला तिरुपति देवस्थान समिति को मद्रास सरकार द्वारा नियुक्त आयुक्त के माध्यम से प्रबंधन और नियंत्रण का अधिकार दिया गया। तिरुमाला तिरुपति देवस्थान बनाया गया जो तिरुमाला तिरुपति देवस्थान की संपत्ति का प्रबंधन करता है।

धार्मिक मुद्दों पर धार्मिक सलाहकार परिषद तिरुमाला तिरुपति देवस्थान को सलाह देती है। तिरुपति शहर कोड्डूर के पास स्थित है जिसे वर्तमान में के टी रोड कहा जाता है। बाद में इसे गोविंदराजा मंदिर के निकट स्थानांतरित कर दिया गया। आज इस शहर का विस्तार पड़ोसी क्षेत्रों तक है।

तिरुपति तथा इसके आसपास पर्यटन स्थल

तिरुपति में प्रसिद्ध बालाजी मंदिर या वेंकटेश्वर मंदिर के अलावा वराहस्वामी मंदिर, देवी पद्मावती का तिरुचानूर मंदिर, गोविंदराजा मंदिर, श्रीनिवासा मंगरुम, अनाशम्मा मंदिर, तिरुपति, इस्कॉन का भगवान कृष्ण का मंदिर आदि हैं। कपिला तीर्थम पूजा का स्थान है जो भगवान शिव को समर्पित है, गुड्रीमल्लम में स्थित परशुरामेश्वर मंदिर, कोदंडा राम स्वामी मंदिर आदि तिरुपति के पास स्थित रोचक स्थान हैं।



तिरुपति बालाजी के दर्शन

हिंदू धर्मावलंबी तिरुपति बालाजी के दर्शन को अपने जीवन का ऐसा महत्वपूर्ण पल मानते हैं, जो जीवन को सकारात्मक दिशा देता है। देश-विदेश के हिंदू भक्त और श्रद्धालुगण यहां आकर दान करते हैं, जो धन, हीरे, सोने-चांदी के आभूषणों के रूप में होता है। इस दान के पीछे भी प्राचीन मान्यताएं जुड़ी हैं। जिसके अनुसार भगवान से जो कुछ भी मांगा जाता है, वह कामना पूरी हो जाती है। एक मान्यता के अनुसार भगवान बालाजी से मांगी मुराद पूरी होने पर श्रद्धालु तिरुपति के इस बालाजी मंदिर में श्रद्धा और आस्था के साथ अपने सिर के बालों को कटवाते हैं।

महिलाओं में आम बीमारी 'खून की कमी'



यह सत्य है कि कुछ लोगों में और विशेषकर महिलाओं में रक्त की कमी होती है। मगर आजकल यह आधुनिक फैशन सा हो गया है कि जिसे देखिये वह रक्त की कमी की शिकायत करता रहता है और इसके लिए कुछ न कुछ विटामिन या खनिज की गोतियाँ खाता रहता है। यह भी आम जनता में धारणा है कि शरीर में कुछ भी तकलीफ जिसके लिए वे कुछ कारण नहीं ढूँढ पाते उसे वे रक्त की कमी या 'अनिमिया' की सज़ा देते हैं। रक्त की कमी शरीर में कई कारणों से हो सकती है इससे पहले यह बताना आवश्यक है कि रक्त क्या होता है ? उसके कार्य क्या हैं ?

रक्त क्या है . ?

हमारे शरीर में हर मिनट हृदय के द्वारा 5 लीटर लाल रंग का द्रव्य रक्त प्रवाहित होता रहता है। इसके द्वारा शरीर को ऑक्सीजन और खुराक पहुंचती है रक्त में लाल कण सफेद कण और सूक्ष्म 'लेटलेट्स' होते हैं। लाल कण और एक पदार्थ हीमोग्लोबिन होता है जिसके कि कारण इसे लाल रंग मिलता है और यह ऑक्सीजन आगे संचार का माध्यम बनती है जब रक्त में लाल रंग प्रदान करने वाले इस पदार्थ की कमी हो जाती है तब उसको हम रक्त की कमी यानी 'अनिमिया' कहते हैं। महिलाओं में खून की कमी 'रक्त की कमी' क्यों - जिस तरह से एक फैक्ट्री में कच्चा माल नहीं होगा तो उत्पादन नहीं होगा। उसी तरह अगर रक्त बनने के लिए जिस पदार्थ की आवश्यकता होती है, जैसे लौह, प्रोटीन, विटामिन आदि तो शरीर में रक्त की कमी होती है। दूसरे अगर फैक्ट्री में कच्चा माल मशीनों तक नहीं पहुंचे तब भी उत्पादन नहीं होगा उसी तरह अगर हमारी पाचन क्रिया में गड़बड़ी के कारण यह आवश्यक पदार्थ रक्त बनने के स्थान तक नहीं पहुंचे तो भी रक्त की कमी होगी। तीसरे फैक्ट्री में अगर मशीनों ठीक से काम नहीं करें और उसी तरह अगर शरीर में रक्त बनने वाले अवयव खराब हो तब भी यह शिकायत होगी।

रक्त की कमी क्यों

उसका दूसरा पहलू है कि अगर किसी कारण से या कुछ अवयवों में खराबी से अगर लाल रक्त कण ज्यादा टूटते हैं तो भी रक्त की कमी होगी। ऐसा भी होता है कि अगर यह लाल रक्त कण असामान्य हो तो शरीर के अवयव उनको जल्दी नष्ट कर देते हैं और ऐसी अवस्थाओं में 'अनिमिया' होना निश्चित है। बहुत सारी दवाइयाँ जो कि आजकल हम काम में लाते हैं। जैसे कि मिर्गों में काम आने वाली दवाइयाँ, कुछ एंटीबायोटिक्स, कुछ दर्द कम करने वाली गोतियाँ, कुछ भारी धातु वाली दवाइयाँ आदि जिनके कि निरंतर और लंबे असें तक सेवन के कारण रक्त की कमी हो जाती है। रक्तस्त्रव एक महत्वपूर्ण कारण है रक्त की कमी का। चाहे वह आमाशय में घाव, आंतों में कीड़े या टी.बी. के कारण हो या चोट लगने के कारण हो। स्त्रियों में जब मासिक धर्म की अनियमितता के कारण अधिक रक्तस्त्रव होता है तब भी रक्त की कमी हो जाती है। दुनिया में खुराक की कमी के कारण पैदा होने वाली रक्त की कमी सबसे ज्यादा पाई जाती है और यह 80 से 85 प्रतिशत इस रोग का कारण है। औरतों में रक्त की कमी ज्यादा है।

धनिया का फेसपैक चेहरे की कई समस्याओं को करे दूर

वैसे तो हरे धनिया का इस्तेमाल खाने का स्वाद बढ़ाने के लिए किया जाता है लेकिन इससे बने फेस पैक से चेहरे की कई समस्याओं को दूर किया जा सकता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट गुण चेहरे की एक्ने, पिंपल्स और झुर्रियाँ जैसी परेशानियों को दूर करते हैं। आइए जानते हैं धनिया से बने फेस पैक जिससे आप चेहरे की कई प्रॉब्लम को दूर कर सकते हैं।



टमाटर- धनिया पत्तों को धो कर अच्छी तरह पीस लें। अब इसमें टमाटर का रस, नींबू का रस और मुलतानी मिट्टी मिलाकर चेहरे पर 15 मिनट तक लगाएं। इससे कुछ ही दिनों में आपका चेहरा निखर जाएगा।
एग व्हाइट- इसके पत्तों को पीस कर इसमें एग व्हाइट और ओट्स पाउडर डालकर इसे स्क्रब की तरह चेहरे पर इस्तेमाल करें। हफ्ते में दो बार इसे करने से आपके ब्लैक हेड्स और वाइट हेड्स पोर्स निकल जाएंगे।
दही- 1/2 कटोरी में पीसी धनिया, दही और एलोवेरा जेल को मिलाकर चेहरे पर 15 मिनट तक लगाएं। इससे चेहरे पर 1 टीस्पून काओलोनोआइट क्ले, रोजवाटर या कच्चा दूध मिलाकर चेहरे पर 20 मिनट के लिए लगाएं। इसे हफ्ते में दो बार लगाने से आपके चेहरे पर नेचुरल निखार आएगा।

रेसिपी



कॉफी मग पिज्जा

सामग्री

मैदा- कप बेकिंग पाउडर-1/8 टीस्पून, बेकिंग सोडा- 1/16 टीस्पून, नमक-स्वादनुसार, ऑलिव ऑयल- 1 टेबल स्पून, दूध- 3 टेबलस्पून, पिज्जा सॉस या टोमेटो सॉस- 2 टीस्पून, मोजेरेला चीज- मुट्ठी भर, जैतून- चुटकी भर जलापिनोस- चुटकी भर,चिल्ली फ्लेक्स- चुटकी भर, ओरिगेनो- चुटकी भर

विधि

एक माइक्रोवेव सेफ कॉफी मग लेकर उसमें मैदा, बेकिंग पाउडर, सोडा, नमक, ऑलिव ऑयल और दूध डालकर मिलाकर सॉफ्ट डोह बना लें। इसके ऊपर पिज्जा सॉस या टोमेटो सॉस को डालकर अच्छी तरह फैला लें। इसके बाद इसे मोजेरेला चीज से गार्निश करके जैतून जलापिनोस से डेकोरेट करें। डेकोरेट करने के बाद इस पर चुटकी भर चिल्ली फ्लेक्स और ओरिगेनो को छिड़के। ओवन को प्रहीट करके इसे 2 मिनट तक बेक करें। आपका कॉफी मग पिज्जा बन कर तैयार है। इसे गर्मा-गर्मा सर्व करें।



मावा केक

सामग्री

3/4 कप मक्खन, 1/2 कप चीनी पाउडर, डेढ़ कप मैदा, 5 पांच बड़े चम्मच मिल्क पाउडर, 2 बड़े चम्मच कॉर्न स्टार्च, 1 छोटा चम्मच बेकिंग पाउडर, 1/4 चम्मच हरी इलायची पाउडर, 2 बड़े चम्मच दूध, 1/4 कप बटर मिल्क और मावा डेढ़ चम्मच।

विधि

पिसी चीनी और बटर को एक बड़े बाउल में डालकर लकड़ी के चम्मच की सहायत से तब तक फेंटें, जब तक वह अच्छी तरह से मिलाव न हो जाये। मिल्क पाउडर को एक बाउल में छानें। छने हुए पाउडर में मावा डालें और चीनी व बटर से पेस्ट में एक साथ अच्छी तरह से मिलाव करें। अब कॉर्न स्टार्च, बेकिंग पाउडर, बेकिंग सोडा व इलायची पाउडर डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। मिश्रण को एक साथ चलाएं। यदि मिश्रण ज्यादा गाढ़ा हो जाये तो उसमें थोड़ा-सा दूध डालकर मिलाएं। अब तैयार मिश्रण को चिकनाई लगे मोल्ड्स या पेपर कप में डालें और अच्छी तरह से ढक कर ओवन में 170 डिग्री पर बेक करें। एक जाने के बाद पेपर कप को हटा दें और मावा केक को प्लेट में सजा दें। तैयार है ट्रेटी एगलेस मावा केक। आप चाहें तो इन्हें मेहमानों को गरमागरम या ठंडा होने के बाद, दोनों तरह से सर्व कर सकते हैं।