



दिल्ली विधानसभा चुनाव के लिए आप ने लॉन्च किया अपना कैंपेन सॉन्ग, फिर लाएंगे के जरीवाल

नई दिल्ली। दिल्ली विधानसभा चुनाव के लिए आम आदमी पार्टी ने अपना कैंपेन सॉन्ना लॉन्च कर दिया है। कैंपेन सॉन्ना को लॉन्च करने के लिए आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल, दिल्ली की मुख्यमंत्री अतिशी, मनीष सिसोदिया, सौरभ भारद्वाज समेत तमाम बड़े नेता मंच पर मौजूद रहे। फिर लाएंगे केजरीवाल नाम के इस कैंपेन सॉन्ना को लेकर आम आदमी पार्टी के नेता और कार्यकर्ता काफी उत्साहित हैं। इस मौके पर आम आदमी पार्टी के नेताओं का कहना है कि विधानसभा चुनाव के लिए आप का ये कैंपेन सॉन्ना दिल्ली के हर आम आदमी के दिल की बात बयां करता है। इस मौके पर दिल्ली की मुख्यमंत्री अतिशी ने



सोशल मीडिया पोस्ट के जरिए कहा कि 10 सालों में अरविंद के जरीवाल ने 2 करोड़ दिल्लीवालों का परिवार की तरह रखा थ्याल, इसलिए दिल्लीवाले

मौके पर आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने कहा कि दिल्ली का चुनाव एक त्योहार की तरह होता है। जिसमें लोग नाचते हैं, झूमते हैं और खुशियां मनाते हैं और इस त्योहार में लोगों को एक चीज का इंतजार होता है वह है आम आदमी पार्टी के कैपेन सॉन्ग का। अरविंद केजरीवाल ने कहा कि यह हमारी पार्टी का तीसरा कैपेन सॉन्ग है। एक 2015 में आया था, एक 2020 में और एक अब आया है।

उन्होंने कहा कि इस गाने को गाली गलौज करने वाली पार्टी के नेता भी घर में कमरा बंद करके बजा सकते हैं और डांस कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि मुझे पता है यह गाना उन्हें भी बहुत पसंद आएगा।

**भाजपा दरार वादी पार्टी इसका इंसान के जीवन से कोई लेना देना नहीं - अखिलेश यादव**

की सुनवाइ होना असंभव है। सपा मुखिया ने कहा कि पीड़ाए के खिलाफ अन्याय और भ्रष्टाचार के दो पलड़े हैं। उन्हीं के लोग एक-दूसरे पर भ्रष्टाचार के आरोप लगा रहे हैं। दिल्ली और लखनऊ की राजनीति में आपस में लड़ाई चल रही है। सपा अध्यक्ष अखिलेश ने योगी सरकार पर तंज करते हुए कहा कि मिल्कीपुर में सबसे साफ सुथरा चुनाव होने जा रहा है। मीडिया के लोगों को भी वहाँ कैमरा लेकर जाना चाहिए ताकि पता चल सके कि वहाँ कैसे चुनाव हो होते हैं। अभी जब नौ विधानसभा सीटों पर उपचुनाव हुए थे तो देखा गया था कि प्रशासन की मदद से लोगों को बोट नहीं करने दिया गया। बूथों पर पुलिसकर्मियों को तैनात कर दिया गया और बोट नहीं करने दिया गया। अखिलेश ने मुख्यमंत्री योगी का बिना नाम लिए कहा कि कुंभ में बड़ी संख्या में संत, महात्मा और ऋषि आए हैं। यह एक बड़ा आयोजन है। मैं सभी साधु-संतों और ऋषियों से प्रार्थना करता हूं कि जब वे यहाँ से जाएं, तो किसी साथी को भी साथ लेकर जाएं। यहाँ कई लोग ऐसे हैं, जो उन कामों में लगे हैं, जो उन्हें नहीं करने चाहिए। इससे दोनों तरफ का काम प्रभावित हो रहा है। इसके पहले, विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष माता प्रसाद पांडेय ने संभल हिंसा से संबंधित रिपोर्ट मीडिया के सामने रखी। उन्होंने कहा कि संभल में मस्जिद का सर्वे करने को लेकर जानबूझकर तनाव पैदा किया। सर्वे करने जाने वाली टीम में भाजपा के लोग शामिल थे और जब विवाद बढ़ गया तो भीड़ को हटाने के लिए पुलिस ने आंसू गैस का इस्तेमाल नहीं किया गया बल्कि सीधे गोली चला दी गई। इस घटना से प्रदेश का सांप्रदायिक सौहार्द बिगाड़ने का प्रयास किया गया।

लखनऊ। समाजवादी पार्टी (सपा) के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव ने भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) पर निशाना साधा और उसे दरारवादी पार्टी करार दिया है। सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव ने मंगलवार को पत्रकारों को संबोधित करते हुए कहा कि भाजपा ने संभल में जानबूझकर हिंसा करवाई है और मासूम लोगों पर अत्याचार किया गया। सपा का प्रतिनिधिमंडल जब संभल गया तो उसे रोका गया। वहां जाने नहीं दिया गया। आखिर सरकार क्या छिपाना चाहती थी। उन्होंने कहा कि इस घटना के माध्यम से माहौल बिगाड़ने का प्रयास किया गया। उन्होंने आगे कहा कि भाजपा दरारवादी पार्टी है। इनके लिए जीवन का कोई मोल नहीं है। यह एक हृदयहीन पार्टी है, जिसे किसी के प्रति कोई सहानुभूति नहीं है। इस सरकार में न्याय मिलना और जनता महात्मा और कृष्ण आए हैं। यह एक बड़ा आयोजन है। मैं सभी साधु-संतों और कृष्णियों से प्रार्थना करता हूं कि जब वे यहां से जाएं, तो किसी साथी को भी साथ लेकर जाएं। यहां कई लोग ऐसे हैं, जो उन कामों में लगे हैं, जो उन्हें नहीं करने चाहिए। इससे दोनों तरफ का काम प्रभावित हो रहा है। इसके पहले, विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष माता प्रसाद पांडेय ने संभल हिंसा से संबोधित रिपोर्ट मीडिया के सामने रखी। उन्होंने कहा कि संभल में मस्जिद का सर्वे कराने को लेकर जानबूझकर तनाव पैदा किया। सर्वे करने जाने वाली टीम में भाजपा के लोग शामिल थे और जब विवाद बढ़ गया तो भीड़ को हटाने के लिए पुलिस ने आसू गैस का इस्तेमाल नहीं किया गया बल्कि सीधे गोली चला दी गई। इस घटना से प्रदेश का सांप्रदायिक सौहार्द बिगाड़ने का प्रयास किया गया।

महाकुंभ में स्वास्थ्य विभाग का दस्ता लगातार करे भ्रमण,  
जरूरत हो तो लोगों का उपचार कराएं - सीएम योगी

# मायावती को दिल्ली चुनाव में बसपा के बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद



लखनऊ। चुनाव आयोग ने दिल्ली की 70 विधानसभा सीटों के लिए मंगलवार को चुनाव का ऐलान कर दिया। बहुजन समाज पार्टी की अध्यक्ष मायावती ने कहा कि पार्टी यह चुनाव अपनी पूरी तैयारी और दमदारी के

साथ अकेले लड़ेगी। उनको दिल्ली में बसपा के बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद है। मायावती ने एक्स पोस्ट में कहा कि चुनाव लोकतंत्र की रीढ़ है और बाहुबल एवं धनबल से दूर रहने वाले गरीबों-मजलूमों की पार्टी बसपा आयोग से यह उम्मीद रखती है कि वह स्वतंत्र व निष्पक्ष चुनाव कराने के क्रम में सरकारी मशीनरी के दुरुपयोग के साथ ही साम्प्रदायिकता व अन्य धिनौने प्रचार से चुनाव को दूषित होने से बचाएगा। दिल्ली में 70 विधानसभा सीटों के चुनाव के लिए मतदान 5 फरवरी को होगा और मतों की गणना 8 फरवरी को होगी।

# संभल के लोगों पर अन्याय जारी -अखिलेश

# बजट में महंगाई कम करने की योजना बताएँ मोदी- खरगे

नई दिल्ली । कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा है कि महंगाई चरम पर है और इससे लोगों का जीवन कठिन हो गया है, इसलिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को बताना चाहिए कि बजट में जनता की बचत बढ़ाने के क्या प्रावधान किए जा रहे हैं? श्री खरगे ने लगातार बढ़ रही महंगाई को लेकर प्रधानमंत्री से

जी, क्या बजट में जनता की बचत बढ़ाने का है कोई प्लान या कमरतोड़ महँगाई से जनता को करते रहेंगे परेशान। उन्होंने कहा, पिछले 6 महीनों में रोजमर्रा की चीजों में गगनचुंबी उछाल, जरूरी दवाइयाँ, तेल, चाय, कॉफी, बिस्कूट, साबुन, आदि... सबकी कीमतों बनी जनता के जी का जंजाल। श्री खररो ने कहा, जीएसटी पिसता हार इंसान, खपत गिरा, आर्थिक सुस्ती से चिंतित पूरा हिंदुस्तान। नौ-नौ 9 प्री-बजट कंसल्टेशन की कोई नहीं है अहमियत, जब महँगाई कैसे घटेगी इस पर चर्चा की नहीं है आपकी नीयत। जनता को लटकर अरबपति मित्रों को फ़ायदा पहुंचाना है भाजपा का काम, आने वाले चुनावों में जागृत जनता भाजपा को सबक सिखाएगी,

अमित शाह ने भारतपोल पोर्टल लॉन्च किया, बोले- देश की अंतर्राष्ट्रीय जांच को एक नए युग में ले जाने की शुरुआत



नई दिल्ली। केंद्रीय गृह मंत्री अमित  
साह ने केंटीय जनन व्यापे (गुरीबीआर्ट)

प्रवर्तन एजसया का साइबर आर  
वित्तीय अपराधों में अंतरराष्ट्रीय पुलिस  
की सहायता करना है, जो वास्तविक  
..... दें..... दें..... दें.....

## संभल के लोगों पर अन्याय जारी -अखिलेश

हुए थे तो देखा गया था कि प्रशासन की मदद से लोगों को वोट नहीं करने दिया गया। बूथों पर पुलिसकर्मियों को तैनात कर दिया गया और वोट नहीं करने दिया गया। सीएम योगी पर अखिलेश का तंज अखिलेश ने मुख्यमंत्री योगी

# रेल मंत्री ने भारत सरकार का आधिकारिक कैलेंडर किया लॉन्च

संपादकीय

# स्वस्थ रहने के सरल उपाय

व्यायाम- आम व्यक्ति के लिए व्यायाम का अर्थ पहलवानी नहीं। सौर, चहल-कदमी, छोटे-मोटे खेल, मालिश, तेज चलना, दौड़ना आदि सब व्यायाम ही हैं। जो इनमें से किंहीं एक या दो को अपनायें, वह स्वस्थ रहेंगे। व्यायाम इतना ही करें जो हल्की थकान ला दे। थोड़ा पसीना आ जाए। मगर इसे अपनी रुचि से चुनें। मजबूरी से नहीं। -घास, वनस्पतियों में जाना, टहनन, सैर करना, हल्का व्यायाम करना हमारी आवश्यकता पूरी कर देता है। शरीर को आंतरिक व बाहरी पूर्ण प्राप्त होती है। -शाम की सैर जूरी ही है। खुले में घमाना ही सैर है। -साल हमें एक बार (कम से कम) नहाने से बाहरी तांत्रिक के तुरंत बाद नहाना की नहीं। तौतिया खुदरा समय शरीर पर केवल पानी न फेंके। इसे खूब मले भी। कोई इनडोर या आउटडोर गेम का भी शोक पाले। -अपने स्वास्थ्य, आप, शरीर की अवस्था का ध्यान रखकर व्यायाम चुनें। -यदि आप बड़े नारों में रहते हैं तो किसी भी ऊंची मर्जिल पर जाने के लिए लिपट की बजाय पैदल चढ़ें, उतरें। वह भी व्यायाम है। -भौंड-भाड़ बच कर पांक में सरकरने का अवसर निकालो। स्वच्छता- स्वच्छता भी शरीर के लिए उतनी ही अवश्यक है जितना आत्म तथा व्यायाम। स्वास्थ्य के लिए आहार, व्यायाम तथा स्वच्छता, तीनों एक साथ, एक गति से लगानी साफ रहें। -यहां, घास, मुंह, दांत साफ रहें। और घर पड़ने पर एक बार जल्द हाथ पैर एवं मुंह धो लें। आंखों पर भी पानी के छोटे दें। -हमारे भीतरी वास्तव तथा अच्युत कपड़े भल ही सस्ते हों, मगर पूरी तरह धूले हुए, सफाहोने चाहिए। -यदि किसी भी कारण से गंदी बनी रही तो रोग नपेंगे। -बत्तन, खाद्य पदार्थ, पोने का पानी, तौलिया, सब खूब साफ हो।

# ईश्वर को जानो

ईश्वर, ईश्वर के बारे में अनेकोंने मत-मानांकर हैं। कोई कहता है निराकार है तो कोई कहता है, साकार है, जबकि कुछ लोग साकार व निराकार दोनों को मानते हैं। ईश्वर के नाम पर मंदिर-मस्जिद, गुहारापा व चर्च बन गए तथा कहते हैं ईश्वर कहो। या अल्लाह, राम कहो या राहीम, ईश्वर एक है लेकिन फिर भी भी ईश्वर के नाम पर हिंसा होती है। जो सर्वव्यापक है वह भला एक चारिदर्शी में बंद कैसे हो सकता है? ईश्वर न स्त्री लिंग है, न पुरुषों वल्क वह तो एक अविनाशी शक्ति है। लोग ईश्वर को रो-विरोगी कपड़े पहनते हैं, जबकि वह कपड़े पहनता है, निरुण भी परंपरा ईस्टों से भी वाद-विवाद है। हमने ईश्वर को कहा तो वह ऐसा है, वह बैसा है परंतु ईश्वर लेबल लगा रखता है। कहा है काण-कण में व्यास है, लेकिन हमारे ही शरीर में ही मौजूद है इस पर विवाद होता है, तो बेतोरी बात हुई न विश्वर कण-कण में है। यदि वह दुर्लिङ्गासांख्या से होता कि ईश्वर हमारे संग सदा मौजूद है तो बाहर क्यों दूर्दृष्टि है? ईश्वर न हिंदू है, न मुस्लिम है, न सिक्ख है, न ईसाई है वह लेलता है तो हमने लगा दिए हैं। ईश्वर के न कान हैं, न आंख है, न पैर है, न चंद्रहर। और भी वह सबको खबर रखता है। कहा है न कि बिनु राम लक्ष्मि, सुरांविनु काना, बिनु करम कर्ति हिंदु न हाजिर है, न गाय है, फिर भी वह है। वह है तो सारा संसार है और वह तो भी रहेगा, जब सबकार काल के गर्भ में समा जाएगा और इस दूर्योगान जगत के पूर्व भी वह था अर्थात् वह था, है और रहेगा, उसका कभी नाश होनी होता है इसलिए अविनाशी कहा है। कैमरे से उसकी फोटो नहीं ली जा सकती व्याकोंकि आज तक ऐसा कोई कैमरा बना ही नहीं है। हमारे अंदर ईश्वर है, लेकिन हम ईश्वर नहीं हैं जैसा कि वेदांते कहते हैं अंतर है, ईश्वर नहीं है व्याकोंकि वह अंतर है। ईश्वर के नाम पर इतनी धारणाएं हैं, कल्पनाएं हैं जैसको कोई नहीं। जबकि भगवान् श्री-पूर्ण कह रहे हैं, मैं मन बृहुत् से मुझे नहीं पास कते। ईश्वर के नाम पर जितना ध्रुम है, संशय है उतना और किसी विषय में नहीं है और इसका एक ही कारण है अज्ञानता। इतना ध्रुम अंधकार है, अज्ञानता है कि लोगों ने अपनी समझ की, विवेक की आखेरी भी बंदक ली है। ईश्वर कोई अनेकोंना पहेली नहीं है और न ही बाद-विवाद व तर्क के विषय है बाल्कि ईश्वर तो अनुभवयात्रा है। बड़ी ही सरलता से, सहजता से बुझना से भी समझता है ईश्वर को अपने ही शरीर में मौजूद है जिसका तांत्रिक विवरण है। तो वह सिर्फ तांत्रिक है, तड़प है तड़पर है और अंदर ईश्वर-वाले के गर्भ में व्याप्त है। खोजी होय तो तुरत मिल जाएं तो पल भर की तलाश में। तो मिठां खुले होय से बिना कोई तर्क या वाद-विवाद के प्रयत्न यह स्वीकार करें कि ईश्वर जो मेरे अंदर है उसका अनुभव प्राप्त करें। दूसरा सब प्रकरक के लेबल जो ईश्वर पर लगा दिए हैं उसे निकलकर अपने अंतर्कण में विजयमान हैं तो वह चाहते हैं हुतोंगी वाले जो निराकार होते हैं। व्याकोंकि बिना मार्गदर्शक के ईश्वर के बारे में सही जानकारी नहीं मिलती। मनगढ़त, कल्पनाओं का ईश्वर हमें स्वच्छ नहीं दे सकता। हां, यदि हृदय रित ईश्वर की शास्त्रागत हो जाएंगे तो प्रमाणन्दं का अनुभव प्राप्त करें। और जीवन सफल हो जाएगा। आशा है आप और कदम बढ़ाएं-आंखें मुंदकर नहीं बल्कि आंखें खोल कर ईश्वर को पाने की राह पर अग्रसर होंगे।

## 08 जनवरी 2025 का पंचांग

सूर्योदय- 07.13 प्रातः-  
सूर्यास्त- 05.53 सायं  
सूर्य राशि- धनु  
चंद्र उदय- 12.55 दोपहर  
चंद्र अस्त- 02.25 रात्रि  
चंद्रमा- मेष राशि में।



आचार्य सुकूल प्रसाद, ज्येष्ठिषं,  
हस्तरेखा, अंकशास्त्र एवं वास्तु  
विशेषज्ञ। मो-7078453594

विक्रम समवत 2081 अमांत महीना पौष-09 पूर्णिमांत महीना पौष-24 शुक्रवाप्त 09, तिथि-नवमी दोपहर- 02.25 तक बाद में दशमी, नक्षत्र-अश्विनी दोपहर- 04.29 तक बाद में साध्य, करण-कौलव दोपहर- 02.25 तक बाद में तैति प्रात- 01.24 तक बाद में गर, राहु काल दोपहर- 12.00 से 01.30 बजे तक, कुलीक काल दोपहर- 10.30 से 12.00 बजे तक, यमगण्ड प्रात- 07.30 से 09.00 बजे तक दुमुहूर दोपहर- 12.11 से 12.54 तक दुमुहूर दोपहर- 12.12 से 12.54 तक अमृत काल दोपहर- 09.41 से 11.11 तक ब्रह्म मुहूर्त-प्रात- 05.38 से 06.26 तक।

## आज 08 जनवरी का दैनिक राशिफल।

मेष-कुम्भ में स्नान का विचार आयेगा, धन से किसी की मदद कर सकते हैं, बाजार से नए वस्त्र खरीदें, घर, दुकान लेने में मुश्किल होगी। भाग्य प्रतिशत-56

वृषभ-ऊर्चाई पर जाने या खरों का कार्य करते समय ध्यान रखें, शरीर में चोट लग सकती है, पुलिस से प्रेशनागती हो सकती है, किसी को सफाई क्यामरे करें, डाक, रेलवे विभाग में नौकरी का प्रयास सार्थक होगा। भाग्य प्रतिशत-55

मध्य-कुम्भ-वृश्चिक- पश्च पक्ष पर जीत मिलेगी, पिता की सम्पत्ति, धन का सही से प्रयोग करें, नया वाहन भी ले सकते हैं, चुनें, आंखों का आंपेरेशन की तैयारी करें। भाग्य प्रतिशत-55

मिथुन-नृन् व्यवसायिक ढील पर हस्ताक्षर कर सकते हैं, परिवार से दूर जाना पड़ सकता है, कॉमर्स के क्षेत्र में प्राप्ति करें। भाग्य प्रतिशत-60

कर्क- जांब बदलने पर विचार कर सकते हैं, माँ बनने की निर्णय टाल सकते हैं, क्लब या मैट्रिक मण्डली में किसी से मिलना होगा नबर ले सकते हैं। भाग्य प्रतिशत-53

सिंह- बच्चों की फीस कोर्स के लिए पैसा देंगे, शेयर, एफडी आदि अन्य सोसैटी से पैसा आएगा, रेडीमॉड गारमेंट-

गोराज व्यवसाय चलेगा, उन्नति से संतुष्ट होंगे। भाग्य प्रतिशत-70

कन्या- दूर की यात्रा सफल होगा, व्यवसायिक बुद्धि का सही से प्रयोग कर पाएंगे आर्थिक लाभ ले सकते हैं, बढ़े लाभ के लिए थोड़ा इंतजार करें, मन में भविष्य को लेकर संतुष्ट हो सकता है। भाग्य प्रतिशत-72

भाग्य प्रतिशत-62

# प्रीति जिंटा ने खुद से प्रेम करने को बताया सबसे बेहतर

मुंबई। अभिनेत्री प्रीति जिंटा ने फिटनेस लक्ष्यों को प्रभावित करते हुए सोशल मीडिया पर एक वर्कआउट वीडियो पोस्ट की, जिसमें उन्होंने बताया कि खुद से प्रेम करने से बेहतर वाता है। सोशल मीडिया पर सक्रिय प्रीति जिंटा ने इंस्टाग्राम पर जिम में एक्सरसरसाइज करते हुए खुद का एक वीडियो सोशल मीडिया पर बताया। वीडियो में एक वीडियो सोशल मीडिया की खुबसूरत समय बितानी नजर आई। इसके साथ ही अभिनेत्री ने फूटों को कुछ झलकियों के साथ होटल की खुबसूरती के बातों की खुबसूरती के साथ ही खाने का भी एक वीडियो है। अभिनेत्री ने ड्रेसिंग रूम में एक वीडियो के बाद एक रेस्टोरेंट में बैठे दिखाई दिए। प्रीति जिंटा के वर्कआउट को बताया कि वह आपको चुनौती नहीं बदलता है। उन्होंने ड्रेसिंग रूम में एक वीडियो के बाद एक रेस्टोरेंट में बैठे दिखाई दिए। प्रीति जिंटा के वर्कआउट को बताया कि वह आपको चुनौती बदलता है। उन्होंने ड्रेसिंग रूम में एक वीडियो के बाद एक रेस्टोरेंट में बैठे दिखाई दिए। प्रीति जिंटा के वर्कआउट को बताया कि वह आपको चुनौती बदलता है। उन्होंने ड्रेसिंग रूम में एक वीडियो के बाद एक रेस्टोरेंट में बैठे दिखाई दिए। प्रीति जिंटा के वर्कआउट को बताया कि वह आपको चुनौती बदलता है। उन्होंने ड्रेसिंग रूम में एक वीडियो के बाद एक रेस्टोरेंट में बैठे दिखाई







