बृहस्पतिवार
13 जनवरी 2022

पृष्ठ 4

सिर की मालिश से मिल सकते हैं ये स्वास्थ्य लाभ

पृष्ठ 5

कैटरीना कैफ की मैरी क्रिसमस अगले साल 23 दिसंबर को आएगी

● देहरादून
● वर्ष 28
● अंक 328
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

शत्रु के साथ मृदुता का व्यवहार अपकीर्ति का कारण बनता है और पुरुषार्थ यश का।

– रामनरेश त्रिपाठी

दूनवैलीमेल

29 वां वर्ष email: doonvalley_news@yahoo.com आर.एन.आई.- 59626/94 Website: dunvalleymail.com
सांध्य दैनिक
डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

35 कांग्रेस प्रत्याशियों के नाम तय, घोषणा एक-दो दिन में संभव

संवाददाता।

नई दिल्ली/देहरादून। कोरोना के कोहराम के बीच भाजपा और कांग्रेस दोनों ही राजनीतिक दलों के नेता टिकट बंटवारे पर माथापच्ची में जुटे हुए हैं। कांग्रेस स्क्रीनिंग कमेटी की आज नई दिल्ली में आयोजित बैठक में उत्तराखंड की 35 (आधे) सीटों पर नाम फाइनल कर लिए गए हैं। हालांकि अभी इस सूची पर केंद्रीय कमेटी की मुहर लगना बाकी है और इस सूची को जारी होने में 2 से 3 दिन का समय लगने की बात कही जा रही है।

स्क्रीनिंग कमेटी के सदस्य अविनाश पांडे का कहना है कि उत्तराखंड की सभी 70 सीटों पर उम्मीदवारों की सूची तैयार की जा रही है। इनमें से 35 नामों को फाइनल कर लिया गया है। इस सूची को केंद्रीय कमेटी की संस्कृति के लिए भेजा जा रहा है उन्होंने कहा कि पंजाब स्क्रीनिंग कमेटी की बैठक के कारण कल इस पर फैसला नहीं हो सकेगा तथा परसों तक फैसला होने की उम्मीद है।

हाई पावर कमेटी की संस्तुति मिलने के बाद कांग्रेस की पहली सूची जारी कर दी जाएगी। उन्होंने कहा कि बाकी 35 सीटों पर प्रत्याशियों के नामों पर चर्चा जारी है कुछ सीटों पर अभी नाम फाइनल नहीं हो सके है। जैसे ही सभी सीटों पर नाम फाइनल हो जाएंगे दूसरी सूची भी केंद्रीय समिति के पास भेज दी जाएगी।

उन्होंने कहा कि सभी सिटिंग विधायकों ने अपना काम किया है तथा 2017 में जब पूरे प्रदेश में पार्टी का प्रदर्शन अच्छा नहीं रहा था तब भी इन सिटिंग विधायकों का प्रदर्शन अच्छा रहा था उन्होंने कहा कि जिताऊ प्रत्याशियों के टिकट पक्के हैं। उन्होंने कहा कि अब चुनाव में अधिक समय नहीं बचा है इसलिए

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

किशोर पर कार्रवाई का कुछ तो कारण रहा होगा: हरीश

संवाददाता

देहरादून। पूर्व प्रदेश अध्यक्ष किशोर उपाध्याय के खिलाफ की गई कार्रवाई को लेकर जब पूर्व सीएम हरीश रावत से पूछा गया कि इस मामले में उनका क्या कहना है तो उन्होंने कहा कि अगर पार्टी ने उनके खिलाफ कोई कार्रवाई की है तो उसका कोई न कोई आधार भी रहा ही होगा।

हरीश रावत ने कहा कि उन्हें इस पर कोई प्रतिक्रिया नहीं देनी है न उनकी अपनी कोई राय है। उन्होंने कहा कि सुना मैंने भी था कि वह रात के अंधेरे में

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

गंगा में डुबकी लगाने पर बैन

संवाददाता

हरिद्वार। कल मकर सक्रांति पर्व पर श्रद्धालु गंगा में श्रद्धा की डुबकी नहीं लगा सकेंगे। राज्य में कोरोना के बढ़ते मामलों के मद्देनजर हरिद्वार जिला प्रशासन द्वारा गंगा के सभी घाटों पर स्नान पर रोक लगा दी गई है।

जिलाधिकारी कार्यालय से मिली जानकारी के अनुसार इस साल कल आयोजित होने वाले मकर संक्रांति स्नान और मेले पर प्रतिबंध लगा दिया गया है। जिले की सभी सीमाओं को सील कर दिया गया है तथा बाहर से आने वाले श्रद्धालुओं को बॉर्डर से वापस लौटाया जा रहा है। हरिद्वार और ऋषिकेश के गंगा घाटों पर कल मकर संक्रांति के अवसर पर किसी भी श्रद्धालु को स्नान करने की अनुमति नहीं होगी।

मेला प्रशासन ने मेला क्षेत्र को 6 जोन और 11 सेक्टरों में बांटा गया है। सिटी मजिस्ट्रेट को हर की पैड़ी का प्रभारी बनाया गया है। सभी जोन और सेक्टरों में सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए गए हैं। बाहर से किसी भी श्रद्धालु को हरिद्वार आने की अनुमति नहीं दी जा रही है। सभी जिला सीमाओं पर भारी

हरिद्वार की सीमाएं सील, ऋषिकेश में लगा प्रतिबंध

पुलिस बल की तैनाती की गई है। आने जाने वालों की सघन जांच की जा रही है तथा बाहर से आने वाले लोगों को सीमा से ही लौटाया जा रहा है।

उल्लेखनीय है बीते 1 सप्ताह से राज्य में कोरोना मरीजों की संख्या में भारी वृद्धि हुई है। बीते कल उत्तराखंड में 24 घंटों में 3000 के आसपास नए मामले सामने आए थे। कोरोना के बढ़ते मामलों के मद्देनजर जिला प्रशासन द्वारा यह कड़े कदम उठाए गए हैं। उल्लेखनीय है कि मकर सक्रांति के महापर्व पर लाखों की संख्या में श्रद्धालु गंगा स्नान करने आते हैं। तथा इस अवसर पर गंगा स्नान का अपना अलग आध्यात्मिक महत्व है। लेकिन कोरोना इस बार आस्था पर भारी पड़ रहा है।

यूपी में अब मंत्री धर्म सिंह सैनी और विधायक विनय शाक्य ने दिया इस्तीफा

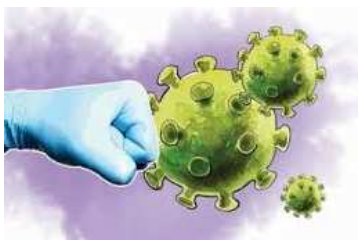
लखनऊ। उत्तर प्रदेश में होने वाले विधानसभा चुनाव से पहले योगी सरकार को लगातार झटके लग रहे हैं। गुरुवार को योगी सरकार में मंत्री धर्म सिंह सैनी के अलावा औरेया जिले की बिधूना सीट से बीजेपी विधायक विनय शाक्य ने भी अपने पद से इस्तीफा दे दिया है। जानकारी के अनुसार, शाक्य

ने अपने इस्तीफे में लिखा, स्वामी प्रसाद मौर्य दलितों की आवाज हैं और वे हमारे नेता हैं। मैं उसके साथ हूं।श बता दें, स्वामी प्रसाद मौर्य के इस्तीफे के बाद से भारतीय जनता पार्टी को अब तक लगातार कई बड़े झटके लग चुके हैं। इस लिस्ट में दारा सिंह चौहान के बाद अब धर्म सिंह सैनी और विनय शाक्य का नाम भी शामिल हो गया है। यही नहीं, बीजेपी विधायक मुकेश वर्मा के इस्तीफे की बात सामने आ चुकी है। मालूम हो, शिकोहाबाद से मुकेश वर्मा विधायक हैं। मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, धर्म सिंह सैनी गुरुवार दोपहर को समाजवादी पार्टी नेता अखिलेश यादव से मुलाकात करने के लिए मिलने पहुंचे थे, जहां नकुड़ विधानसभा सीट को लेकर चर्चा हुई। जानकारी के अनुसार, योगी सरकार में आयुष मंत्री रहे धर्म सिंह सैनी को स्वामी प्रसाद मौर्य का बेहद करीबी माना जाता है।

देश में बेलगाम हुआ कोरोना, 24 घंटे में आए 2.47 लाख नए केस

नई दिल्ली। दुनिया भर में आ रहे कोरोना के मामलों को देखें तो भारत एक बार फिर इस महामारी से सबसे ज्यादा प्रभावित होने वाले देशों में शुमार हो गया है। मौजूदा समय में चार देशों– अमेरिका, भारत, ब्रिटेन और इटली में रोजाना एक लाख से अधिक नए केस आ रहे हैं।

भारत में कोरोना की तीसरी लहर के बीच इस साल नए मामलों में सबसे बड़ा उछाल पिछले २४ घंटे में सामने आया है। देश में बुधवार को दो लाख ४७ हजार ४१७ नए केस दर्ज किए गए। पिछले साल २६ मई के बाद ये पहला मौका है जब देश में २ लाख से अधिक नए केस एक दिन में आए हैं। एक्टिव केस भी ११ लाख के पार हो गए हैं। ओमीक्रोन मामले देश में बढ़कर ५४८८ पहुंच गए हैं। देश में इस बीच



एक्टिव केस अब ११ लाख १७ हजार ५३१ हो गए हैं। दैनिक संक्रमण दर भी बढ़कर १३.११ प्रतिशत हो गया है। पिछले दिन के मुकाबले ५० हजार से अधिक नए केस आए हैं। महामारी शुरू होने के बाद एक दिन में पहली बार इतना उछाल नए मामलों में आया है। कोरोना की तीसरी लहर में जिस रफ्तार से भारत में कोरोना के मामले बढ़े हैं, उसके मुकाबले दूसरी लहर को देखें तो इस बार मौतों की संख्या अभी तक कम ही रही है। दूसरी लहर में भारत में १४ अप्रैल को पहली बार दो लाख से ज्यादा केस आए थे और उस दिन ८६६ मौतें हुई थी। हालांकि इस बार बुधवार को ३८० मरीजों की मौत दर्ज हुई है। इसी के साथ देश में कोरोना से मरने वालों की संख्या ४ लाख ८५ हजार ३५ हो गई है। पिछले कुछ दिनों में मौतों की संख्या में भी धीरे–धीरे वृद्धि दर्ज की जा रही है। दरअसल पिछले सात दिनों में हुई मौतें उसके पहले के सप्ताह के मुकाबले ८१ प्रतिशत अधिक है। महाराष्ट्र में बुधवार को कोरोना के ४६,७२३ नए मामले सामने आए, जो एक दिन पहले के मामलों से १२,२६६ अधिक हैं। देश की राजधानी में बुधवार को कोविड के २७,५६१ नए मामले आए हैं जबकि उत्तर प्रदेश में कोरोना के १३५६२ नए मामले दर्ज हुए।

दून वैली मेल

संपादकीय

दल बदल ने बदली तस्वीर

उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड सहित जिन पांच राज्यों में विधानसभा चुनावों की प्रक्रिया गतिमान है उन राज्यों में इन दिनों तमाम बड़े और छोटे नेताओं का इधर से उधर और उधर से इधर होने की घटनाएं भी तेजी से जारी है। भले ही चुनावी दौर में होने वाली इस तरह की दलबदल की घटनाएं कोई नई बात न सही लेकिन बीते एक दशक की राजनीति में देखा यह जा रहा था कि ज्यादातर नेताओं का रुझान भाजपा की ओर भागने का रहा था। कांग्रेस सहित तमाम क्षेत्रीय दलों के नेताओं को सिर्फ भाजपा में ही अपना राजनीतिक भविष्य दिखाई दे रहा था। पश्चिमी बंगाल के चुनावों के दौरान तमाम टीएमसी के बड़े नेता ममता का साथ छोड़कर भाजपा में चले गए थे। उससे पूर्व उत्तराखंड कांग्रेस के तमाम नेता कांग्रेस का हाथ झटक कर भाजपा की गोद में जाकर बैठ गये थे। गोवा मणिपुर सहित राज्यों के ऐसे ही उदाहरण हैं। उत्तर प्रदेश और मध्य प्रदेश कांग्रेस के कई नेताओं के भाजपा में जाने से भारी नुकसान हुआ है। मगर अब फिर एक बार परिदृश्य कुछ बदला-बदला सा नजर आ रहा है। विपक्षी दलों को सेंधमारी के जरिए कमजोर कर मजबूती से आगे बढ़ती दिख रही भाजपा पर अब उनकी कूटनीति भारी दिख रही है। पश्चिम बंगाल में ममता बनर्जी ने कुछ ऐसा खेला किया कि उनका असर अब वर्तमान में उन पांच राज्यों में भी दिखाई पड़ने लगा है जहां चुनाव होने है। उत्तर प्रदेश की योगी सरकार के कद्दावर दलित नेता और काबीना मंत्री स्वामी प्रसाद मौर्य सहित अन्य तमाम भाजपा नेता भगवा का साथ छोड़कर भाग खड़े हुए हैं। जिनके जाने से भाजपा को झटका लगा है। भागने वालों का तो यह भी दावा है कि यह तो अभी शुरूआत है। बड़ी संख्या में भाजपा के विधायक व मंत्री उसका साथ छोड़ने वाले हैं। इससे पूर्व उत्तराखंड में काबीना मंत्री यशपाल आर्य और उनके विधायक पुत्र भाजपा का साथ छोड़कर कांग्रेस में आ चुके हैं। वहीं विधायक दिलीप रावत और डॉ हरक सिंह रावत सहित अन्य कई नेताओं के भाजपा छोड़ने की खबरें हवा में तैर रही है। केंद्र की मोदी सरकार ने भले ही ओबीसी वोट बैंक पर अपनी मजबूत पकड़ बनाए रखने के लिए आरक्षण का दांव खेला हो, लेकिन अब उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड के दलित नेताओं का अपनी सरकार पर दलित, पिछड़ों और अल्पसंख्यकों की उपेक्षा का आरोप लगाकर भाजपा से भाग खड़ा होना भाजपा के लिए मुश्किलें खड़ा करने वाला है। उत्तर प्रदेश जिसके बारे में यह कहा जाता है कि दिल्ली का रास्ता यहीं से होकर जाता है, अगर उत्तर प्रदेश भाजपा के हाथ से जाता है 2024 में उसका दिल्ली पर काबिज रह पाना मुश्किल हो जाएगा। उत्तर प्रदेश का 54 प्रतिशत ओबीसी मतदाता क्या ताकत रखता है? इसे भाजपा भली प्रकार से जानती है। 2017 के चुनाव में इसी मतदाता ने भाजपा को 300 पार भेजा था। अयोध्या और काशी तथा मथुरा के मुद्दे भाजपा को सत्ता में बनाए रखने के लिए काफी नहीं हो सकते हैं यह बात भाजपा भी जानती है। यह सच है कि दलबदल वाले तमाम नेता भाजपा की नीतियों के कारण नहीं भाग रहे हैं उनके अपने निजी स्वार्थों की भी एक अलग कहानी है लेकिन आपदा में इस तरह के अवसर तलाशने की कला भी उन्होंने भाजपा से ही सीखी है। भाजपा के नेताओं के लिए बदले हुए हालात में सत्ता तक पहुंचने की चुनौती और अधिक बड़ी हो गई है। उत्तर प्रदेश व उत्तराखंड जहां वह अब तक अपनी आसान जीत माने बैठी थी वहां अब उसे सपा और कांग्रेस से कड़ी चुनौती मिलना तय है।

सहनशील-समावेशी स्वरूप अक्षुण्ण रहे

विश्वनाथ सचदेव

कहते हैं युद्ध और प्यार में सब कुछ जायज़ होता है। मुझे लगता है, युद्ध और प्यार के साथ 'चुनाव' को भी जोड़ दिया जाना चाहिए। यह पहली बार नहीं है जब चुनाव-प्रचार के दौरान राजनेताओं को कुछ भी कहते, करते देखा जा रहा है। संदर्भ शीघ्र ही पांच राज्यों में होने वाले चुनाव का है। हर चुनाव से पहले सत्तारूढ़ दल अरबों-खरबों की योजनाओं की घोषणाएं करने लग जाते हैं, आधारशिलाएं रखने लग जाते हैं। आधी-अधूरी योजनाएं उद्घाटित होने लगती हैं। यह सब तो फिर भी गनीमत है, चुनाव में जीत की तमन्ना में वह सब करना भी किसी को ग़लत नहीं लगता, जो कानून और संविधान के विरुद्ध तो है ही, मनुष्यता के भी खिलाफ है। पिछले कुछ दिनों में धर्म के नाम पर की जा रही लफ्फाजी और ज़्यादतियों में जिस तरह की बढ़ोतरी हुई है, वह निश्चित रूप से चिंता की बात है।

धार्मिक स्थलों और धार्मिक गतिविधियों को लेकर जिस तरह की घटनाएं हाल में घट रही हैं, उन्हें देखते हुए ही हमारे उपराष्ट्रपति ने केरल में एक धार्मिक आयोजन में उन सबको चेतावनी देना ज़रूरी समझा था, जो धर्म के नाम पर वह सब कर रहे हैं जिसे अधर्म ही कहा जा सकता है। सेंट कुरियाकोसे की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में केरल में आयोजित एक कार्यक्रम में उपराष्ट्रपति वैंकेया नायडू ने इस बात पर गहरी चिंता व्यक्त की है कि देश में कुछ तत्व अपने धर्म के पालन से कहीं ज़्यादा दूसरे के धर्म के पालन में रोड़े अटकाने में विश्वास करने लगते हैं। देश के अलग-अलग हिस्सों में, पिछले कुछ दिनों में सांप्रदायिक तनाव के बढ़ने की घटनाओं के संदर्भ में ही उपराष्ट्रपति को यह कहना पड़ा कि 'अपने धर्म का पालन अवश्य करें पर विद्वेष फैलाने वाली गतिविधियों से बचें।' उन्होंने स्पष्ट रूप से यह कहना ज़रूरी समझा कि 'विद्वेष फैलाने वाली बातें करना भारतीय संस्कृति, विरासत, संवैधानिक अधिकारों के खिलाफ है।' उन्होंने यह भी कहा कि पंथ-निरपेक्षता हर भारतीय के खून में है और इसके लिए ही पूरी दुनिया में भारत की इज्जत की जाती है।

यह पहली बार नहीं है जब हमारे किसी नेता ने पंथ-निरपेक्षता को रेखांकित करते हुए ऐसा कहा है, पर इस समय उपराष्ट्रपति द्वारा यह कहना कहीं अधिक महत्वपूर्ण है। विविधता में एकता का उदाहरण प्रस्तुत करने वाले हमारे देश में आज धर्म को लेकर जिस तरह की हवा फैलायी जा रही है, वह हर विवेकशील भारतीय के लिए चिंता की बात होनी चाहिए। मंदिर-मस्जिद का चुनावी मुद्दा बनना और 'धर्म संसद' के नाम पर होने वाले आयोजनों में धार्मिक वैमनस्य फैलाने की कोशिशें किसी भी दृष्टि से उचित नहीं ठहराई जा सकतीं। हरिद्वार और रायपुर की तथाकथित 'धर्म संसदों' में हमारे कथित धर्माचार्यों ने जिस भाषा में, और जिस उद्देश्य से, विष-वमन किया है वह भारतीय संविधान और भारतीय दंड संहिता दोनों की दृष्टि से आपराधिक कृत्य है। हैरानी की बात है कि इन अपराधियों के खिलाफ अब तक ठोस कार्रवाई क्यों नहीं हुई। हैरानी की बात तो यह भी है कि हमारे बड़े नेताओं ने मनुष्यता के प्रति इस अपराध पर एक चुप्पी साध रखी है। छोटी-छोटी बातों पर सोशल मीडिया पर टिप्पणियां करने वाले हमारे नेताओं को इस संदर्भ में कुछ स्पष्ट कहने की आवश्यकता ही नहीं लगी।

लगभग बीस साल पहले, सन् 2003 में, हमारे तत्कालीन प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी ने चेन्नई में आयोजित एक समारोह में कहा था कि 'भारत हमेशा एक खुला, समावेशी और सहनशील राष्ट्र रहा है और रहेगा। यहां हर धर्म के मानने वाले को अपने धर्म का अनुसरण करने की आज़ादी रहेगी। ऐसा इसलिए नहीं होगा कि हमारा संविधान यही कहता है, बल्कि इसलिए भी होगा कि यह खुलापन, सहनशीलता और समावेशी प्रवृत्ति हमारी प्राचीन सभ्यता की जीती-जागती परंपरा है।' देश की पहली भाजपा के नेतृत्व वाली सरकार के प्रधानमंत्री को उद्धृत करते हुए यह सवाल मन में उठना स्वाभाविक है कि बीस साल पहले वाजपेयी जी ने जो आशा और विश्वास व्यक्त किया था, उनके अनुयायी आज उसके प्रति कितने निष्ठावान हैं? ऐसा नहीं है कि पहले हमारे यहां धार्मिक सौहार्द को बिगाड़ने की कोशिशें नहीं हुईं, स्वतंत्र भारत में, दुर्भाग्य से, सांप्रदायिक दंगों का एक शर्मनाक इतिहास रहा है। इनके लिए किसी एक धर्म के अनुयायियों को ही दोषी ठहराना भी ग़लत होगा। लेकिन इस सच्चाई से भी तो इनकार नहीं किया जा सकता कि दंगे रोकने में, बहुसंख्यक समुदाय की भूमिका अधिक महत्वपूर्ण होती है। मुसलमान, ईसाई, सिख, जैन, बौद्ध आदि हमारे देश में अल्पसंख्यक हैं। हमारे संविधान के अनुसार, और मानवीय परम्पराओं के अनुसार भी, अल्पसंख्यकों के धार्मिक अधिकारों की रक्षा का दायित्व निभाना बहुसंख्यकों का कर्तव्य है। सच कहें तो सह-अस्तित्व हमारी विवशता भी है और विशेषता भी। धर्म के आधार पर किसी को दूसरे दर्जे का नागरिक समझने की मानसिकता अपने आप में एक अपराध है। जाने-अनजाने इस अपराध को करने वाले 'वसुधैव कुटुम्बकम्' की हमारी महान संस्कृति को झूठा सिद्ध करने के भी अपराधी हैं।

उचित तो यह होता कि हरिद्वार और रायपुर में वैमनस्य फैलाने की जो कोशिशें हुईं, सारे देश में उसका प्रतिकार होता। भारत के नागरिकों को धर्म के नाम पर बांटने की प्रवृत्ति का समर्थन नहीं किया जा सकता। हम किसी भी धर्म को मानने वाले हों, पहले भारतीय हैं। राष्ट्रवाद का यही मतलब होता है। धार्मिक स्वतंत्रता की गारंटी देने वाले हमारे संविधान में जिस पंथ-निरपेक्षता की बात कही गयी है, वह सर्वोच्च न्यायालय द्वारा 1994 में की गयी एक टिप्पणी के अनुसार 'धर्म के प्रति सहनशीलता की कोई नई प्रवृत्ति नहीं है, यह सब धर्मों के प्रति एक-से व्यवहार की एक सकारात्मक अवधारणा है।' यह सकारात्मकता हमारी सोच और व्यवहार का हिस्सा बननी चाहिए। देश को हिंदू-मुसलमान या ईसाई आदि में बांट कर हम कुल मिलाकर देश के हितों की अनदेखी करते हैं। सत्ताएं बात-बात पर किसी को राष्ट्र-विरोधी घोषित करती रहती हैं, धर्म के नाम पर देश को बांटने की प्रवृत्ति से अधिक राष्ट्र-द्रोह और क्या हो सकता है? और ऐसी कोशिशों पर चुप्पी को क्या कहा जायेगा? *लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं।*

वक्त की अर्जी, दर्जी की मर्जी

शमीम शर्मा

कुछ भी कहो दर्जी कमाल का व्यक्ति होता है। उसकी सबसे अच्छी बात एक ही है कि वह आपके माप को लेकर कभी कोई टिप्पणी नहीं करता बल्कि चुपचाप माप लेता है। बाकी सब लोग हमसे उम्मीद करते हैं कि पुराने माप के मुताबिक हम फिट रहें पर दर्जी नहीं। दर्जी के सामने किसी की मर्जी नहीं चलती। वह अपने हिसाब से चलता है और उसका अपना ही कलेंडर है। मंगलवार को डिलीवरी का वादा करने पर यदि आप मंगलवार को कपड़े लेने चले गये तो वह आपसे ही पूछेगा कि आपने यह तो पूछा ही नहीं कि कौन-सा मंगलवार। और आप उस पल सिवाय हैरान-परेशान होने के और कुछ नहीं कर सकते। दर्जियों की इसी लेट-लतीफी ने रेडीमेड गारमेंट इंडस्ट्री को आसमान छूने का मौका दे दिया। शहरों के बड़े-बड़े विशाल मॉल्ज़ से लेकर गांवों की तंग गलियों तक में रेडीमेड गारमेंट्स की दुकानें अपना परचम लहरा रही हैं। इधर मैंने देखा है कि मारुति 800 मॉडल की पुरानी कारों में रेडीमेड कपड़ों की चलती-फिरती दुकानें गांवों में खूब घूम रही हैं। घर-घर होने वाली सिलाई मशीनों पर धूल की परतें जम रही हैं।

एक व्यक्ति ने अपने दोस्त से पूछा कि शादी के बढ़िया जोड़े कौन बनाता है तो जवाब मिला कि भगवान बनाता है। वह आदमी इस संदर्भ में अपनी अनभिज्ञता ज़ाहिर करते हुये बोला- ओहो! मैं तो दर्जी को दे आया। दुनिया में एक ही आदमी है जो गला भी काटता है और बाजू भी पर एक कतरा खून नहीं टपकता क्योंकि यही इंसान है जो दर्जी के रूप में नवसृजन करता है। कोरोना के बाद दर्जियों की एक समस्या तो बढ़ ही गई है कि अब हर महिला कहती है- भईया बचे हुये कपड़े का मास्क बना देना। वे भी दिन थे जब कपड़ा नापने के बाद एक दर्जी ने कहा कि इसमें तुम्हारा सफारी सूट नहीं बन सकता, कपड़ा कम है तो ग्राहक ने सवाल दागा कि फलां दर्जी तो कह रहा था कपड़ा पूरा है। इस पर दर्जी ने सफाई दी कि वह बना देता होगा मेरे बच्चे का साइज ज़रा बड़ा है। यानी कि दर्जी भी कपड़े में डंडी मारे बिना काम नहीं करते। मुझे आज तक उस कहानी का राज़ समझ नहीं आया कि दर्जी ने हाथी की सूंड में सूई क्यों चुभोई थी?

वि यो रजांस्यमिमीत सुक्रतुर्वैश्वानरो वि दिवो रोचना कविः।
परि यो विश्वा भुवनानि पप्रथेऽदब्धो गोपा अमृतस्य रक्षिता।।

(ऋग्वेद ६-७-७)

परमेश्वर ही सभी लोकों का निर्माता है। उसी ने सभी लोकों को आकाश में फैलाया है। वह मृत लोकों का रक्षक है और मुक्त आत्मा भी उसी के रक्षण में रहती हैं।

God is the creator of all the worlds. He has spread all the worlds in the sky. He is the protector of the mortal worlds and the liberated souls also remain under His protection. (Rig Veda 6-7-7)

आचार संहिता का राजनीतिक दल करें पालनः सीओ

विकासनगर (आरएनएस)। विधानसभा चुनाव को शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न कराने के लिए सभी राजनीतिक दल सहयोग प्रदान करें। चुनाव आचार संहिता का सख्ती से पालन किया जाय। किसी भी तरह से आचार संहिता का उल्लंघन करने वाले राजनीतिक दल व प्रतिनिधि के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की जायेगी। यह बात सीओ प्रेमनगर दीपक कुमार ने कही। सेलाकुई थाना पुलिस ने आगामी विधानसभा चुनावों के मद्देनजर थाने में एक गोष्ठी आयोजित की। गोष्ठी में व्यापार मंडल, सीएलजी प्रतिनिधि व विभिन्न राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि शामिल रहे। इस दौरान आगामी विधानसभा चुनावों के दौरान शांति व्यवस्था बनाये रखने व कोविड नियमों का पालन करने को लेकर पुलिस ने नागरिकों से सुझाव मांगे।

गोष्ठी को संबोधित करते हुए सीओ प्रेमनगर दीपक कुमार ने कहा कि चुनाव के दौरान शांति व्यवस्था बनाये रखने में सभी राजननीतिक दल चुनाव आचार संहिता का पूरी तरह से पालन करें। किसी भी तरह से आचार संहिता का उल्लंघन नहीं होना चाहिए। जिससे शांतिपूर्ण चुनाव में कोई व्यवधान पैदा न हो सके। चुनाव आयोग ने चुनाव के दौरान बढ़ते कोविड संक्रमण को रोकने के लिए गाइड लाइन जारी की है। जिसका पालन सभी राजनीतिक दल व प्रतनिधि सुनिश्चित करें। सोलह जनवरी तक रैली, जनसभा आदि प्रतिबंधित हैं इसलिए रैली, प्रदर्शन व जनसभा करने से बचें। सार्वजनिक स्थानों पर मास्क व सेनाटाइज का लगातार प्रयोग करने व सोशल डिस्टेंसिंग पर ध्यान देने की बात कही। सोलह जनवरी को नई गाइड लाइन जारी की जायेगी जिसके अनुसार आगे पालन किया जायेगा। इस मौके पर एसओ मनमोहन सिंह नेगी व थाने पुलिस अधिकारी कर्मचारी भी मौजूद रहे।

सुल्तानपुर पट्टी में सेनेटाइजेशन की उठाई मांग

काशीपुर (आरएनएस)। कोरोना वायरस के नए वेरिएंट ओमिक्रोन के बढ़ते मामलों को देखते हुए व्यापार मंडल ने नगर पंचायत प्रशासन से नगर में सेनेटाइजेशन कराने की मांग की। व्यापार मंडल अध्यक्ष अंकुर अग्रवाल ने साथियों के साथ नगर पंचायत के अधिकारियों को ज्ञापन सौंपा। देश भर में कोरोनावायरस का नया वेरिएंट ओमिक्रोन तेजी से पैर पसार रहा है। इसी के चलते सुल्तानपुर पट्टी में लोगों को सुरक्षित रखने के लिए व्यापार मंडल अध्यक्ष अंकुर अग्रवाल ने व्यापारियों के साथ नगर पंचायत के लिपिक को ज्ञापन सौंपकर नगर में भीड़ वाले स्थान पर नियमित रूप से सेनेटाइजेशन कराने की मांग की। व्यापार मंडल अध्यक्ष अंकुर अग्रवाल ने बताया कि कोरोनावायरस का प्रकोप लगातार बढ़ता जा रहा है। इससे बचने के लिए मास्क और सेनेटाइजर बहुत जरूरी है। उन्होंने कहा नगर पंचायत प्रशासन से सेनेटाइजेशन की मांग की गई है ताकि लोगों को कोरोनावायरस से बचाया जा सके।

मतदान केंद्रों पर सुविधाएं बहाल करने के निर्देश दिए

उत्तरकाशी (आरएनएस)। जिला निर्वाचन अधिकारी मयूर दीक्षित द्वारा गंगोत्री विधानसभा के विभिन्न मतदान केन्द्रों का औचक निरीक्षण कर जरूरी मूलभूत सुविधाओं का जायजा लिया। उन्होंने मतदान केंद्रों पर सुविधाओं की बहाली के लिए संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा–निर्देश दिये। डीएम दीक्षित ने गंगोत्री विधानसभा के गंगनानी, संगलाई, मल्ला मतदान केन्द्रों का औचक निरीक्षण किया। उन्होंने खण्ड शिक्षाधिकारी व तहसीलदार को मतदान केंद्रों पर विद्युत, रैम्प, शौचालय, पेयजल आदि की समुचित व्यवस्थाएं तत्काल दुरूस्त करने के निर्देश दिये। डीएम ने कहा कि यदि किसी राजनैतिक दल द्वारा सार्वजनिक सम्पत्तियों पर पोस्टर, बैनर आदि चस्पा किये जाए तो उनके विरुद्ध नियम अनुसार कार्यवाही अमल में लायी जाए। जिलाधिकारी ने भटवाड़ी स्थित अंग्रेजी शराब की दुकान का भी औचक निरीक्षण किया और स्टॉक रजिस्ट्रर, सीसीटीवी कैमरे आदि चेक किये।

फ्रंटलाइन वर्कर्स को लगाई बूस्टर डोज

काशीपुर (आरएनएस)। स्वास्थ्य विभाग की टीम ने फ्रंटलाइन वर्कर्स को बूस्टर डोज लगाने के कार्य का शुभारंभ कर दिया है। इसी के चलते बाजपुर के प्रथम पंक्ति के कोरोना योद्धाओं को स्वास्थ्य विभाग की टीम ने बूस्टर डोज लगाई। बुधवार को स्वास्थ्य विभाग की टीम ने एसडीएम राकेश चंद तिवारी को बूस्टर डोज लगाने के साथ ही कार्य का शुभारंभ किया गया। वहीं तहसीलदार राजेंद्र सनवाल, कानूनगो लेखपाल सहित अन्य फ्रंटलाइन वर्कर्स को कोरोना वैक्सीन की बूस्टर डोज लगाई गई। इसके बाद कोतवाली परिसर में कोतवाल भूपेंद्र सिंह बृजवाल समेत अन्य अधिकारी कर्मचारियों को बूस्टर डोज लगाई साथ ही नगर पालिका परिषद में भी बूस्टर डोज लगाई गई। सीएमएस डा.पंकज माथुर ने बताया कि सभी फ्रंटलाइन कोरोना वर्कर्स को बूस्टर डोज लगाने का कार्य शुरू हो चुका है। उन्होंने बताया कि जल्द ही सभी फ्रंटलाइन वर्कर्स को डोज लगा दी जायेगी।

कर्नल कोठियाल ने डोर टु डोर जाकर मांगा समर्थन

उत्तरकाशी (आरएनएस)। गंगोत्री से आप के सीएम प्रत्याशी कर्नल अजय कोठियाल ने पार्टी कायकर्ताओं के साथ डोर टू डोर जाकर जनसंपर्क किया। कर्नल कोठियाल ने लोगों से समर्थन की अपील की और कहा कि इस बार गंगोत्री से आप की जीत तय है। आप प्रत्याशी कर्नल कोठियाल ने भटवाड़ी ब्लॉक के अठाली, मातली, लदाड़ी, कंसेण व जोशियाड़ा क्षेत्र का भ्रमण कर लोगों से मुलाकात की। उन्होंने ग्रामीणों से मुलाकात कर गांवों की समस्याओं के बारे में जानकारी ली और भविष्य में प्राथमिकता के आधार पर हल करने का आश्वासन दिया। कर्नल कोठियाल ने कहा कि गांवों से पलायन रोकना और बेरोजगारों को रोजगार दिलाने की दिशा में हर संभव प्रयास करेंगे। मौके पर राजेंद्र बुटोला, दिनेश सेमवाल, पुष्पा चौहान आदि थे।

30 गांवों में दूसरे दिन भी नहीं हुई आपूर्ति बहाल

विकासनगर (आरएनएस)। जौनसार के लखवाड़ और नागथात क्षेत्र के करीब तीस गांवों में मंगलवार रात १२ बजे से बिजली गुल होने के कारण ग्रामीणों को परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। बुधवार शाम तक गांवों में विद्युत आपूर्ति बहाल नहीं हो पाई थी। मंगलवार रात को हुई भारी बारिश और ओलावृष्टि के चलते हरिपुर सब स्टेशन में तकनीकी खराबी आने के कारण तीस गांवों की विद्युत आपूर्ति बाधित हो गई है। इन दिनों पूरे जौनसार बावर में माघ मरोज पर्व मनाया जा रहा है। पर्व के तहत ग्रामीण रात में पंचायती आंगनों में सामूहिक लोक नृत्य करते हैं। बिजली आपूर्ति ठप होने के कारण पंचायती आंगनों में भी लोक संस्कृति की छटा देखने को नहीं मिल रही है। वहीं ग्रामीणों की दिनचर्या भी प्रभावित हो रही है। स्थानीय निवासी शूरवीर सिंह, आनंद सिंह, गजेंद्र सिंह, आमिर चौहान, दीपक, शमशेर सिंह, दिनेश, स्वराज सिंह ने बताया कि १८ घंटे से अधिक समय से बिजली गुल होने के कारण दिनचर्या पर प्रभाव पड़ा है। संचार व्यवस्था भी ठप हो गई है, जिससे ग्रामीण माघ पर्व के दौरान अपने सगे संबंधियों से संपर्क भी नहीं कर पा रहे हैं। इसके साथ ही माघ पर्व के उत्सव में भी बाधा आ रही है। ग्रामीण सामूहिक तौर पर पंचायती आंगनों में उत्सव मनाने से वंचित हो गए हैं। ग्रामीणों ने जल्द बिजली आपूर्ति बहाल करने की मांग की है। उधर, ऊर्जा निगम के अवर अभियंता केशर सिंह चौहान ने बताया कि मसूरी क्षेत्र आपूर्ति बाधित हो रखी है, विभागीय कर्मचारी आपूर्ति बहाल करने का प्रयास कर रहे हैं।

'स्वामी विवेकानंद का जीवन युवाओं को प्रेरित करता है'

कार्यालय संवाददाता

हरिद्वार। स्वामी विवेकानंद हेल्थ मिशन सोसाययटी द्वारा संचालित स्वामी रामप्रकाश चेरिटबल हॉस्पिटल में स्वामी विवेकानंद के 159वें जयंती समारोह चिकित्सालय के निदेशक कर्नल (डॉ) प्रवीण रेड्डी एवं वरि.सलाहकार डॉ संजय शाह की अध्यक्षता में मनाया गया। इस अवसर पर संस्था सचिव डॉक्टर अनुज सिंघल व आरएसएस प्रांत प्रचारक युद्धवीर बतौर अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। कार्यक्रम का शुभारम्भ अतिथियों द्वारा संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलन और स्वामी विवेकानंद के चित्र पर पुष्पांजलि के साथ हुआ।

स्वामी रामप्रकाश चेरिटबल हॉस्पिटल के निदेशक डॉ प्रवीण रेड्डी ने सर्वप्रथम उपस्थित स्टाफ एवं अतिथियों को चिकित्सालय के एक वर्ष पूर्ण होने पर बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए कहा कि चिकित्सालय हरिद्वार साधु संत समाज एवं गरीब लोगों के साथ ही निकटवर्ती जनपदों के जरूरतमंदों व को अत्याधुनिक चिकित्सा तकनीकी के साथ सेवा में निरंतर काम कर रहे है और आस पास के 15 गांवों को गोद लेकर उन्हे स्वास्थ्य लाभ प्रदान कर रहा हैं।

स्वामी विवेकानंद हेल्थ मिशन सोसाययटी सचिव डॉक्टर सिंघल ने जानकारी देते हुये अवगत कराया कि संस्था उत्तराखंड के विभिन्न स्थानों पर 11 चिकित्सालयों का संचालन कर रहा है और निकट भविष्य में वृंदावन में 300 बेड की अत्याधुनिक सुविधाओं वाले चिकित्सालय का निर्माण कराया जा रहा है। स्वामी विवेकानंद जयंती समारोह मे बतौर अतिथि उपस्थित युद्धवीर ने कहा कि स्वामी जी का अद्भुत व्यक्तित्व, एकाग्रता एवं सनातन भारतीय परम्परा के प्रति प्रेम ने उनको विश्व गुरु बनाया और उन्होने भारतवर्ष का परिचय देश–विदेश में प्रचार करने में अहम भूमिका निभाया है। वे युवाओं के मार्गदर्शक थे।

चिकित्सालय के वरि.सलाहकार डा. संजय शाह ने कहा कि स्वामी विवेकानंद का जीवन युवाओं को आदर्श जीवन के लिये प्रेरित व प्रोत्साहित करता है। उन्होंने कहा कि मात्र एक वर्ष में सेवाभाव की बदौलत चिकित्सालय ने क्षेत्र में अपना एक विशिष्ट स्थान बनाया है। उन्होंने कोरोना की तीसरी लहर के प्रति लोगों को सचेत व जागरूक करते हुये कहा कि हमारी सावधानी व सजगता ही हमें सुरक्षित रख सकती है।

इस अवसर पर चिकित्सालय की वरि. चिकित्सक तीस्ता शाह के नेतृत्व में चिकित्सकों एवं स्टाफ ने भागवद्गीता का एक अध्याय (12वीं – भक्ति योग) का पाठ किया और कहा की सेवा करते हुए आध्यात्म की ये साधना 'अध्यात्म सेवा साधना' एक अद्भुत संगम है । इस दौरान उत्कृष्ट कार्य करने वाले चिकित्सालय स्टाफ को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन डॉक्टर विवेक अंबस्टा (पैथॉलॉजिस्ट) ने किया। समारोह में कोविड–19 को लेकर शासन–प्रशासन द्वारा जारी दिशा–निर्देशों का पालन किया गया।

चकराता विधान सभा से विकास कोसों दूरः कुंवर

विकासनगर (आरएनएस)। भारत संवैधानिक अधिकार संरक्षण मंच की ओर से बुधवार को चकराता विधानसभा के क्वांसी में ग्रामीणों के साथ संवाद किया गया। मंच के राष्ट्रीय संयोजक दौलत कुंवर ने कहा कि राज्य गठन के बाद से ही चकराता में कांग्रेस के विधायक रहे हैं लेकिन यहां विकास अभी कोसों दूर है।उन्होंने कहा कि इस बार भारत संवैधानिक अधिकार संरक्षण मंच ने चकराता में दमदार दावेदारी पेश की है। मंच की ओर से ग्रामीणों की समस्याओं के समाधान के लिए कई बार आंदोलन किए गए, जो सफल रहे हैं। मंच के आंदोलन के बाद ही देहरादून से खबऊ तक बस का संचालन शुरू हुआ है।

आचार संहिता और कोविड नियमों का करें कड़ा पालनः सैनी

उत्तरकाशी (आरएनएस)। राजनीतिक दलों के स्थानीय प्रतिनिधियों व विभागीय अधिकारियों के साथ बैठक करते हुए एसडीएम पुरोला सौहन सिंह सैनी ने बुधवार को चुनाव आचार संहिता व कोविड–१६ के बढ़ते संक्रमण को दृष्टिगत रखते हुए कोरोना काल में चुनाव प्रचार प्रसार को लेकर चुनाव आयोग की विस्तृत निर्देशिका का पालन करवाने के निर्देश दिए। कहा कि राजनीतिक रैलियों पर आयोग की ओर से प्रतिबंध है और प्रचार–प्रसार हेतु पांच लोगों को ही अनुमति दी गई है। बुधवार को तहसील कार्यालय में बैठक लेते हुए एसडीएम पुरोला सोहन सिंह सैनी ने कहा कि निर्वाचन आयोग की विस्तृत निर्देशिका प्राप्त हो चुकी है। जिसका कड़ाई से पालन करवाया जाएगा। मतदाताओं को किसी भी प्रकार से एक जगह पर एकत्रित नहीं किया जा सकेगा। उन्होंने यह भी कहा कि राजनीतिक दलों की चुनाव प्रचार पार्टियों पर हर दृष्टि से निगाह रख रही है। ताकि किसी भी प्रकार से कोई लोक लुभावन गतिविधियां संचालित न की जा सके। उन्होंने सभी राजनीतिक दलों व सामाजिक संगठनों से शांतिपूर्ण चुनाव करवाने के साथ–साथ प्रदेश में बढ़ते हुए कोविड के तीसरी लहर के दृष्टिगत प्रशासन को सहयोग की अपील की।

राष्ट्रीय युवा दिवस पर कार्यक्रमों का आयोजन

संवाददाता

पंतनगर। स्वामी विवेकानंद जयंती के उपलक्ष्य में हिन्दुस्तान जिंक ने राष्ट्रीय युवा दिवस मनाया। राष्ट्रीय युवा दिवस के अवसर पर पंतनगर सहित सभी इकाईयों में प्रश्नोत्तरी, गेस्ट लेक्चर, पिक्चर मेकिंग, पोस्टर मेकिंग, एलुमनाई छात्रों की बैठक, सांस्कृतिक गतिविधियों, सेफ्टी स्पर्धाओं के साथ कवयित्री चंदा पाराशर के ऑनलाइन एवं ऑफलाइन आयोजित मोटीवेशनल सत्र में इकाइयों सहित आसपास के युवाओं ने हिस्सा लिया। समारोह के दौरान 280 से अधिक प्रशिक्षुओं को महत्वपूर्ण और प्रेरक कैरियर मार्गदर्शन दिया गया।

राष्ट्रीय युवा दिवस के अवसर पर युवाओं के लिए कई रचनात्मक एवं मनोरंजनात्मक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया।

इस दौरान एक वर्चुअल एलुमनी मीट का आयोजन भी हुआ जहां प्रतिभागियों ने अपने प्रशिक्षण के अनुभवों के साथ विभिन्न संगठनों में अपने रोजगार के अनुभव व हिन्दुस्तान जिंक स्किल डवलपमेंट सेंटर में सीखे गए कौशल से उनके प्रदर्शन में हुए सुधार के बारे में बताया।

ड्यूल वीईटी परियोजना के समन्वयक सुरेश कुमार ने भय से मुक्ति के विषय पर प्रशिक्षुओं को वर्चुअली अतिथि व्याख्यान दिया और उन्हें अपने लक्ष्यों की दिशा में छोटे लेकिन सार्थक प्रयास करने के लिए प्रोत्साहित किया। कंपनी का स्किलिंग सेन्टर रजिस्टर्ड प्रशिक्षुओं को उनके सम्बन्धित क्षेत्रों की तकनीकी समझ के साथ अंग्रेजी, कम्प्यूटर, और जीवन कौशल प्रशिक्षण के मामले में अत्यधिक समृद्ध अनुभव प्रदान करता है।

किडनी रोगियों के लिए लाभदायक हैं इन पेय पदार्थों का सेवन

किडनी शरीर के मुख्य अंगों में से एक है, जो खून को साफ करके शरीर से जहरीले तत्वों को बाहर निकालने में मदद करती है। हालांकि, जब किसी कारणवश किडनी की कार्यक्षमता प्रभावित होने लगती है तो यह कई तरह की बीमारियों की चपेट में आ जाती है। अगर आप किसी किडनी की बीमारी से ग्रस्त हैं तो कुछ स्वास्थ्यवर्धक पेय पदार्थों को डाइट में शामिल करके आपको बीमारी के जोखिम कम करने में काफी मदद मिल सकती है।

पानी

अगर आप किडनी से जुड़ी किसी बीमारी से ग्रस्त हैं तो आपको पानी के सेवन पर अतिरिक्त ध्यान देना चाहिए। दरअसल, पेशाब के जरिए शरीर के विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने के लिए किडनी को पानी की जरूरत होती है और जब रोगी कम पानी पीता है तो पेशाब की मात्रा कम हो जाती है और पेशाब कम बनने से किडनी की बीमारी बढ़ने लगती है। इसलिए किडनी रोगी रोजाना 10-12 गिलास पानी पीने का लक्ष्य तय कर लें।

ग्रीन टी

ग्रीन टी कई जरूरी पोषक तत्वों के साथ-साथ एंटी-ऑक्सीडेंट गुणों से समृद्ध होती है। एंटी-ऑक्सीडेंट शरीर से मुक्त कणों को दूर करने में मदद करते हैं। ये मुक्त कण किडनी की बीमारियों को बढ़ावा देने या फिर स्वस्थ किडनी को नकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं, इसलिए अगर आप किसी तरह की किडनी की बीमारी से ग्रस्त हैं तो अपनी डाइट में ग्रीन टी को जरूर शामिल करें। हालांकि, ध्यान रखें कि ग्रीन टी बिना चीनी की होनी चाहिए।

क्रैनबेरी का जूस

किडनी की बीमारियों के जोखिम कम करने या फिर स्वस्थ किडनी की कार्यक्षमता को सुधारने में क्रैनबेरी के जूस का सेवन भी सहायक हो सकता है। दरअसल, यह किडनी में मौजूद कीटाणु और विषाक्त पदार्थों को दूर करने के साथ ही बीमारियों के जोखिम कम करने में सहायक हो सकता है, इसलिए रोजाना क्रैनबेरी के जूस का सेवन करें। हालांकि, ध्यान रखें कि बिना चीनी का क्रैनबेरी जूस का सेवन ही किडनी और पूरे शरीर के लिए लाभदायक होता है।

ब्लैक कॉफी

ब्लैक कॉफी का सेवन भी किडनी के रोगियों के लिए बहुत फायदेमंद साबित हो सकता है। कई अध्ययनों के मुताबिक, कॉफी बीन्स में कई खास एंटी-ऑक्सीडेंट, पॉलीफेनोल और कैफीन जैसे तत्व मौजूद होते हैं जो किडनी की बीमारियों के जोखिम कम करने में मदद कर सकते हैं। हालांकि, ध्यान रखें कि चीनी और क्रीम आदि चीजों के बिना सीमित मात्रा में कॉफी पीना ही किडनी रोगियों के लिए लाभदायक है।

अगर आपके मेकअप प्रोडक्ट्स रखे-रखे हो गए हैं एक्सपायर, तो इस तरह करें इस्तेमाल

आजकल हर महिला प्रेज़ेंटेबल दिखना चाहती है, जिसके लिए वह कई मेकअप प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करती हैं। अगर आपके कुछ मेकअप प्रोडक्ट्स की एक्सपायरी डेट निकल जाएं तो उन प्रोडक्ट्स को नहीं फेंके, क्योंकि आप उनका दोबारा से इस्तेमाल कर सकती हैं। ये बात सुनकर आप हैरान हो गई होंगी, लेकिन कुछ प्रोडक्ट्स ऐसे होते हैं, जिनका इस्तेमाल आप दोबारा कर सकती हैं। आइए जानें कि आप मेकअप प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल कैसे कर सकती हैं।

आंखों को आकर्षक बनाने वाला मस्कारा

अगर आपने आंखों को आकर्षक बनाने के लिए?महंगा मस्कारा खरीदा था, लेकिन अब वह एक्सपायर हो चुका है, तो उसका उपयोग आप किसी और तरह से भी कर सकती हैं। एक्सपायर हो चुके मस्कारे के ब्रश को शैम्पू से धोएं और गुनगुने पानी से साफ कर लें। इस ब्रश का इस्तेमाल आप अपनी भौहों को सुंदर बनाने के लिए?कर सकती हैं। ऐसा करने से आप इस प्रोडक्ट का दोबारा इस्तेमाल कर सकती हैं।

चमकती स्किन के लिए इस्तेमाल होने वाला स्किन टोनर

आजकल कई महिलाएं अपनी स्किन के हिसाब से स्किन टोनर खरीदती हैं। ऐसे में अगर आपने भी अपनी स्किन के लिए कोई अच्छा टोनर खरीदा होगा, लेकिन अब वह एक्सपायर हो चुका है, तो इस स्किन टोनर का इस्तेमाल आप कांच और शीशे आदि को साफ करने के लिए कर सकती हैं। कांच पर टोनर को स्प्रे करें, फिर इसे कपड़े और वाइप की मदद से साफ करें। इससे कांच या शीशा एकदम साफ़ हो जायेगा।

वैधानिक सूचना

सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें। भविष्य में किसी भी प्रकाशित विज्ञापन में निहित दावों या शर्तों को लेकर पाठकगण को कोई असुविधा या परेशानी होती है तो *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

सिर की मालिश से मिल सकते हैं ये स्वास्थ्य लाभ

अमूमन लोगों को लगता है कि सिर की मालिश से स्कैल्प और बालों को ही फायदा पहुंचता है, लेकिन क्या आप जानते हैं कि इनके साथ ही कई समस्याओं के उपचार के तौर पर सिर की मालिश करना लाभदायक है। कुछ मिनट सही तरीके से की गई सिर की मालिश से माइग्रेन के दर्द से लेकर अनिद्रा की समस्या दूर हो सकती है। आइए आज सिर की मालिश से मिलने वाले फायदों के बारे में जानते हैं।

माइग्रेन का दर्द होगा दूर

अगर आप माइग्रेन की समस्या से ग्रस्त हैं तो इसके दर्द से राहत दिलाने में सिर की मालिश काफी मदद कर सकती है। दरअसल, माइग्रेन के कारण सिर के दोनों ओर या एक तरफ रुक-रुककर भयानक दर्द का सामना करना पड़ता है, जिसे दूर करने के लिए थोड़े से दबाव के साथ सिर की मालिश करें। इस सिर की मालिश से मस्तिष्क में रक्त के प्रवाह में सुधार होता है और माइग्रेन का दर्द दूर हो सकता है।

चिंता और तनाव से मिलेगा आराम

भागदौड़ भरी जिंदगी के कारण आजकल हर किसी की जिंदगी चिंता और तनावपूर्ण बन गई है। ऐसे में हर कोई ज्यादा सोचने, टेंशन और तनाव जैसे मानसिक विकारो का शिकार बन चुका है, जिनका दिमाग ही नहीं बल्कि पूरी सेहत पर बुरा असर पड़ता है। हालांकि, सिर की मालिश से इन मानसिक विकारों से भी राहत मिल सकती है। इसके लिए सिर की मालिश करते समय आइब्रो की बीचो-बीच हल्के हाथों से दबाव डालें।

हाई ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में करें मदद

सही तरीके से की गई सिर की मालिश से हाई ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने में भी मदद मिल सकती है। हाई ब्लड प्रेशर एक गंभीर समस्या है क्योंकि इससे मधुमेह, स्ट्रोक, किडनी फेल होना, दिल की बीमारी होने की संभावना बढ़ जाती है। कई शोध के अनुसार, रोजाना कुछ मिनट सिर की मालिश करने से तनाव हार्मोन के स्तर में गिरावट आने लगती है, जिनसे ब्लड प्रेशर के स्तर को सामान्य करने में मदद मिल सकती है।

अनिद्रा से मिलेगी आजादी

किसी भी कारणवश देर रात तक उठे रहना या कुछ मानसिक बीमारियों के कारण भी नींद प्रभावित होती है। सोने की कोशिश करना और कोशिश के बाद भी नींद का न आना आदि शरीर को कई बीमारियों का घर बनाता है। हालांकि, सिर की मालिश आपको अच्छी नींद लेने में काफी मदद कर सकती है क्योंकि यह आपके दिमाग को शांत और आराम देती हैं, जिससे आपको सूकुन की नींद आ सकती है।

शिल्पा शेट्टी अब लिखेंगी अपने बच्चों पर एक डायरी कड्डुल्स विद माई लिटिल वन्स

बॉलीवुड की प्रतिभाशाली एवं चर्चित अभिनेत्री जोकि अपनी फिटनेस और अपनी फिल्मों को लेकर सुर्ख़ियों में रहती हैं, वे अब अपने बच्चो के क्रियाकलापों पर एक डायरी कड्डुल्स विद माई लिटिल वन्स की लिखने की शुरुआत करने जा रही हैं। इस बात की जानकारी स्वयं अभिनेत्री ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम हैंडल से एक पोस्ट साझा करके दी हैं।

शिल्पा ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम हैंडल से अपने बच्चों के साथ तस्वीर साझा करते हुए लिखा कि, बीते दो साल हम सभी के लिए उतार चढ़ाव से भरे हुए रहें हैं।इस साल मैं एक अनोखी चीज को अपनी डायरी में नोट करना चाहूंगी जिसके लिए में अपने आप को भाग्यशाली मानती हूं। मैं अपने बच्चों के लिए एक नई डायरी सीरीज कड्डुल्स विद माई लिटिल वन्स को लिखने की शुरुआत कर रहीं हूं। इन दो बच्चों के लिए मैं भगवान की आभारी हूं।

बता दें कि, शिल्पा को लिखने का काफी शौक है वे बहुत सी चीजों पर लिखती रहती हैं। इतने दिनों तक भिन्न भिन्न विषयों पर लिखने के बाद अब वे अपने बच्चों के बारे में लिखने जा रही हैं। मां बनने के बाद से ही शिल्पा काफी जिम्मेदार हो गई हैं।

आपको बता दें कि, हाल ही में पोरोनोग्राफी के केस में लिप्त पाए गए उनके पति राज कुंद्रा को लेकर वे काफी डिप्रेशन में चली गई थी लेकिन कुछ दिन बीत जानें के बाद उन्होंने इस मुश्किल घड़ी का सामना किया और अब सबकुछ ठीक है।

वर्कफ्रंट की बात करे तो शिल्पा आखिरी बार कॉमेडी फिल्म हंगामा 2 में नजर आई थीं। वे जल्द ही निकम्मा और एक अनटाइटल्ड फिल्म में नजर आने वाली हैं।

शब्द सामर्थ्य -89

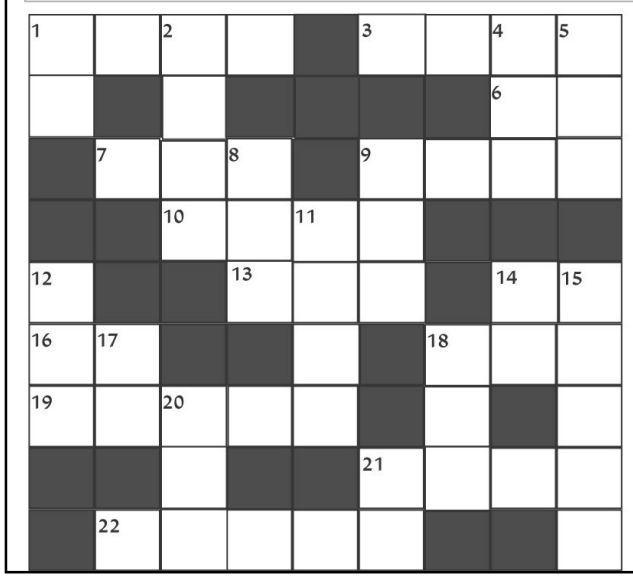
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. घुमाव-फिराव वाला, आड़ा-तिरछा, जो कठिन हो 3. कुशलता, दक्षता, विशेषज्ञता 6. लोग, प्रजा 7. सीता, जनकनंदनी 9. सुंदर, कामना करने योग्य 10. क्रोधपूर्वक बोलने को उद्यत होना, जोश में आना, क्रोधातिरेक में चेहरे का लाल होना 13. अधीनता, मातहती, वश 14. दबाव, भार, वजन 16. हद, मर्यादा 18. प्रमाण-पत्र, प्रमाणिक कथन या बात 19. पछताना (मुहा.) 21. अनुचित मिश्रण, मिलावट 22. विफल, बेहोश, बौखलाया हुआ।

ऊपर से नीचे

1. सहारा, आश्रय, प्रतिज्ञा, संकल्प 2. परिश्रम 4. रात, रात्रि, निशा 5. पुत्र, बेटा 8. मूल्य, दाम 9. कपड़े का मोटा परदा 11. संदेश भेजना, उच्चारण कराना, कहलवाना 12. मृतकों को जीवित और रोगियों को स्वस्थ कर देने वाला व्यक्ति, प्रेमपात्र की संज्ञा 14. देने की क्रिया, खैरात 5. कुमार्गी, दुराचारी 17. मस्तक, माथा, ललाट 18. प्रश्न, समस्या 20. सहायता, सहारा 21. पशुओं को खिलाने वाली हरी पत्तियां, तृण, तिनका।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 88 का हल

ज	दूदो	जे	ह	द	■	स	पू	त
ल	■	ब	ल	वा	न	■	■	द
म	ह	क	■	खा	म	खां	■	बी
ग्न	■	त	ल	ना	■	स	फ	र
■	म	रा	■	■	■	ना	टा	■
■	हि	■	स	■	■	■	फ	न
■	ला	ज	वा	ब	■	म	ट	र
मां	■	ग	■	सं	त	ति	■	भ
■	मा	त	ह	त	■	■	प	क्षी

अपने रिलेशनशिप की वजह से चर्चा में हैं चाहत खन्ना

चाहत खन्ना इन दिनों अपने रिलेशनशिप की वजह से चर्चा में हैं। लंबे समय से खबरें आ रही हैं कि एक्टर चाहत खन्ना और रोहन गनदोत्रा एक दूसरे को डेट कर रहे हैं। दोनों की सोशल मीडिया पर तस्वीरें आग में घी का काम कर गईं। चाहत खन्ना ने मीडिया रिपोर्ट्स को खारिज करते हुए अपने रिलेशनशिप और लव लाइफ पर खुल कर बातें की। चाहत खन्ना ने रोहन गनदोत्रा के साथ रिश्ते के बारे बारे में कहा, 'रोहन और मैं 4 प्रोजेक्ट पर एक साथ बैक टू बैक काम कर रहे हैं और यही कारण है कि हम एक दूसरे के साथ समय बिता रहे हैं और हैंग आउट कर रहे हैं।' चाहत खन्ना ने कहा कि निजी जिंदगी में हुए विवादों की वजह से उनकी डेटिंग लाइफ अक्सर मीडिया स्क्रूटिनी में आ जाती है। दो बार तलाक के बुरे दौर से गुजरने के बाद 'कुबूल है' स्टार ने माना कि वो अब पहले की तुलना में बेहतर मानसिक स्थिति में हैं।

चाहत खन्ना ने कहा, 'मैं प्रोफेशनल लाइफ में जरूर संघर्षत हूं लेकिन निजी जीवन में मैं अपनी बेटियों के साथ बहुत खुश हूं। यही मेरे लिए काफी है। मैं उन्हें अकेले संभाल रही हूं। सिंगल मदर होना काफी चुनौतीपूर्ण होता है। लेकिन ये आपको फाइट बैक करने के लिए शक्ति देता है। समाज अक्सर पुर्नविवाह करने और बच्चों के होने के बाद रिलेशनशिप में जाने वाली महिलाओं को गलत नजर से देखते हैं। लेकिन, चाहत खन्ना का मानना है कि 'तलाकशुदा महिलाएं या सिंगल मॉम' अगर फिर से प्यार की तलाश करती है तो इसमें कुछ भी गलत नहीं है। चाहत खन्ना ने कहा, 'उन्हें भी हक है कि वो रिलेशनशिप में बच्चों के होने के बाद रहें। हम सभी को कंपैनियन की जरूरत होती है।' वहीं, ये पूछे जाने पर क्या वो एक बार फिर प्यार के लिए तैयार हैं। इस पर उन्होंने कहा, 'मुझे अभी भी तलाक और ब्रेक अप के अलगाव से हुए एन्जाइटी से डर लगता है और ये रहेगा। लेकिन रिलेशनशिप में रहने के भी कुछ फायदे हैं।' उन्होंने कहा कि सफल शादीशुदा जीवन का राज कंपेटिबल जीवनसाथी होता है। चाहत खन्ना ने कहा, 'शादी जीवन भर का कमिटमेंट होता है और अगर आपको ऐसा पार्टनर मिल जाए जो आपकी रुह को शांत रखता हो तो इससे बेहतर कुछ नहीं हो सकता। लेकिन अगर कोई ऐसा शख्स है जो आपके जैसे तत्वों से ही बना है तो वो रिश्ता कभी आपके लिए पर्याप्त नहीं होगा। ऐसे में अकेले रहना बेहतर है।'

पूनम पांडे सिज़लिंग हॉट पैंट लुक सोशल मीडिया पर वायरल

पूनम पांडे अक्सर सार्वजनिक रूप से जलती हुई दिखाई देती हैं। मॉडल ने एक बार फिर तापमान बढ़ा दिया। सफेद फ्रंट नॉट क्रॉप टॉप और ब्लैक हॉट पैंट में पोज़ देते हुए पूनम सेक्सी लग रही थीं।

पूनम ने अपने लुक को एविएटर सनग्लासेस और एक स्टाइलिश स्लिंग बैग के साथ एक्सेसराइज़ किया। यहां तक कि उसने पैप्स पर हाथ हिलाया और हैप्पी पोज़ की एक श्रृंखला बनाई।

कुछ दिनों पहले मार्वल सुपरहीरो ब्लैक विडो से प्रेरित पूनम पांडे के एयरपोर्ट लुक ने सोशल मीडिया पर काफी हलचल मचा दी थी। उसने एक काले रंग का बॉडीसूट पहना हुआ था, जिसने कई मार्वल प्रशंसकों को स्कारलेट जोहानसन की ब्लैक विडो के रूप में पोशाक की याद दिला दी।

उन्होंने ब्लैक बूट्स और ब्लैक सनग्लासेस के साथ स्किन-हगिंग बॉडीसूट पहना हुआ था। ऐसा लग रहा था कि उसने अपनी ब्रा को बॉडीसूट के नीचे रखा था जिससे उसे ऑनलाइन नफरत हो गई थी।

फोटो के लिए पोज़ देते हुए उन्हें एक हाथ में अपना हैंडबैग और स्मार्टफोन ले जाते हुए भी देखा गया। पूनम ने लुक के लिए अपने बाल खुले रखे थे।

अजित स्टारर तमिल फिल्म वालीमाई की रिलीज डेट टली

काफी लंबे समय से चर्चा में बनी फिल्म वालीमाई की रिलीज डेट पोस्टपोन की जा चुकीं है। मेकर्स ने एक ऑफीशियल स्टेटमेंट जारी कर इस बात की सूचना दी। राजमौली की आरआरआर, प्रभास की राधेश्याम और शाहिद कपूर की जर्सी के बाद अब सुपरस्टार अजित की वालीमाई की भी रिलीज डेट टाली जा चुकीं है। थिएटर में रिलीज होने के लिए तैयार सभी फिल्मों पर एक बार फिर कोरोना का असर देखने को मिल रहा है। आएं दिन हजारों की संख्या में लोग कोरोना का शिकार हो रहें हैं, जिसकी वजह से कई राज्यों में नाइट कर्फ्यू भी शुरू कर दिया गया है। सिचुएशन एकबार फिर कंट्रोल से बाहर हो गई है। वालीमाई के प्रोड्यूसर बोनी कपूर ने अपने सोशल मीडिया हैंडल पर एक बयान जारी किया है जिसमें उन्होंने बताया है कि कोविद के बढ़ते केसेस को देखते हुए उन्होंने फिल्म को पोस्टपोन करने का फैसला किया है। सुपरस्टार अजित के अलावा इस फिल्म में हुमा कुरैशी और कार्तिकेय मुख्य भूमिकाओं में हैं। यह फिल्म एक्शन से भरपूर है। एच विनोद के डायरेक्शन में बनी यह फिल्म पोंगल से एक दिन पहले 13 जनवरी 2022 के दिन सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली थी, लेकिन अब रिलीज डेट पोस्टपोन हो गई है और मेकर्स जल्द ही फिल्म की नयीं रिलीज डेट अनाउंस करेगें।

कैटरीना कैफ की मैरी क्रिसमस अगले साल 23 दिसंबर को आएगी

कैटरीना कैफ ने अभिनेता विक्की कौशल से 9 दिसंबर को राजस्थान में शादी रचाई है। बॉलीवुड के गलियारों में इस शाही शादी की खूब चर्चा हुई। अब शादी के बाद कैटरीना अपने आगामी प्रोजेक्ट के काम में लग गई हैं। उन्होंने श्रीराम राघवन की फिल्म की शूटिंग 22 दिसंबर को शुरू की थी। अब क्रिसमस के मौके पर कैटरीना ने अपनी इस फिल्म की शूटिंग शुरू करने की जानकारी दी है। फिल्म अगले साल 23 दिसंबर को आएगी।

कैटरीना ने अपने इंस्टाग्राम पोस्ट में लिखा, नई शुरुआत। मैरी क्रिसमस के लिए निर्देशक राघवन के साथ सेट पर वापसी। मैं हमेशा से राघवन सर के साथ काम करना चाहती थी। जब थ्रिलर दिखाने वाली कहानियों की बात आती है, तो वह एक मास्टर हैं। उनके निर्देशन में काम करना मेरे लिए एक सम्मान की बात है। साथ ही फिल्म के प्रोड्यूसर रमेश तौरानी ने अपने आधिकारिक ट्विटर हैंडल पर फिल्म की रिलीज डेट का ऐलान किया है।

कैटरीना ने साउथ के सुपरस्टार विजय सेतुपति के साथ काम करने को लेकर भी अपनी उत्सकुता व्यक्त की है। मैरी क्रिसमस में पहली बार कैटरीना और विजय की जोड़ी को स्क्रीन शेयर करते हुए देखा जाएगा। यह एक शॉर्ट फिल्म से प्रेरित होगी, जिसकी कहानी पुणे शहर के इर्दगिर्द बुनी गई है। खबरों की मानें तो यह फिल्म बिना इंटरवल के 90 मिनट की होगी। इस फिल्म का निर्माण रमेश और संजय राउतरे करने वाले हैं।

राघवन इससे पहले आयुष्मान खुराना अभिनीत अंधाधुन जैसी सफल फिल्म का निर्देशन कर चुके हैं। मैरी क्रिसमस का पहला शेड्यूल बड़े पैमाने पर मुंबई में शूट किया जाएगा। इस फिल्म की शूटिंग इसी साल अप्रैल में शुरू होने वाली थी। कोरोना वायरस की महामारी के कारण इसकी शूटिंग शुरू नहीं हो पाई थी। फिल्म की लीड अभिनेत्री कैटरीना के कोरोना संक्रमित होने के बाद भी इस प्रोजेक्ट में देरी हुई थी। कैटरीना के वर्कफ्रंट की बात करें तो वह अपनी हॉरर कॉमेडी फिल्म फोन भूत को लेकर चर्चा में हैं। इस फिल्म में उनके साथ सिद्धांत चतुर्वेदी और ईशान खट्टर लीड रोल में दिखेंगे। वह सलमान खान की फिल्म टाइगर 3 में भी दिखेंगी। इस फिल्म में वह जबरदस्त एक्शन करती नजर आएंगी। वह फरहान अख्तर की रोड ट्रिप पर आधारित फिल्म जी ले जरा में भी अपनी मौजूदगी दर्ज कराएंगी।

टल सकती है प्रभास की फिल्म राधे श्याम की रिलीज

कोरोना महामारी की वजह से एक बार फिर से सिनेमाघर बंद किए जा रहे हैं। कई राज्यों में पहले ही यह घोषणा की जा चुकी है। लगातार नई-नई पाबंदियां राज्य सरकारें लगा रही हैं, जिसका खामियाजा बॉलीवुड से लेकर तमाम भाषाओं की फिल्मों को हो रहा है। जर्सी और आरआरआर के बाद अब कोरोना के कारण प्रभास और पूजा हेगड़े की फिल्म राधे श्याम की रिलीज डेट भी स्थगित हो सकती है।

रिपोर्ट के मुताबिक, फिल्म के निर्देशक राधाकृष्ण कुमार तय तारीख पर फिल्म रिलीज करना चाहते थे। अब भी उनका बदलाव करने का इरादा नहीं है, लेकिन उन्होंने कहा कि अगर कोरोना पर लगाम नहीं लगी तो रिलीज डेट आगे बढ़ानी पड़ेगी। कोविड-19 मामलों में वृद्धि और ओमिक्रॉन के कारण कुछ राज्यों में थिएटर बंद कर दिए गए हैं, जिसके चलते फिल्म की कमाई प्रभावित होगी। लिहाजा निर्माताओं के पास फिल्म को आगे बढ़ाने के सिवा कोई विकल्प भी नहीं है।

कोरोना के कारण सबसे पहले शाहिद कपूर की फिल्म जर्सी की रिलीज स्थगित करने की घोषणा हुई थी। यह 31 दिसंबर को सिनेमाघरों में आने वाली थी, लेकिन इसे अनिश्चितकाल के लिए टाल दिया गया। बॉलीवुड और साउथ के सितारों से सजी फिल्म आरआरआर 7 जनवरी को रिलीज होने की राह पर चल पड़ी थी, लेकिन हालात देखते हुए इसकी रिलीज भी टाल दी गई। अक्षय कुमार की फिल्म पृथ्वीराज का ट्रेलर भी कोरोना के कारण होल्ड पर है।

बात करें राधे श्याम की तो इसमें प्रभास और पूजा के अलावा सचिन खेडेकर, भाग्यश्री, प्रियदर्शी, मुरली शर्मा, साशा चेत्री और कुणाल रॉय कपूर भी नजर आएंगे। फिल्म में प्रभास के कपड़ों पर लगभग छह करोड़ रुपये खर्च किए गए हैं। फिल्म की प्रेम कहानी 1970 के दशक की है। इसका ट्रेलर दर्शकों को बेहद पसंद आया है। फिल्म की रिलीज डेट 14 जनवरी तय की गई है। यह तमिल, तेलुगु के अलावा कन्नड़, मलयालम और हिंदी में रिलीज होगी।

राधे श्याम से प्रभास और पूजा पहली बार साथ आए हैं। उन्हें कभी साथ काम करने का मौका नहीं मिला। ट्रेलर में प्रभास और पूजा की केमिस्ट्री देखने लायक है। उन्हें देख यह बिल्कुल नहीं लगा कि वे पहली बार स्क्रीन शेयर कर रहे हैं।

दबंग 4 का निर्देशन करेंगे तिग्मांशु धूलिया

सलमान खान को यूं ही सुपरस्टार का तमगा नहीं मिला है। एक हीरो के रूप में उनकी बहुत बड़ी फैन फॉलोइंग है। काफी समय दर्शक उनकी फिल्म दबंग 4 का इंतजार कर रहे हैं। हाल में सलमान ने अपने भाई अरबाज खान के शो में यह पुष्टि की थी कि वह दबंग 4 लेकर आ रहे हैं। अब सुनने में आ रहा है कि इस फिल्म का निर्देशन तिग्मांशु धूलिया करेंगे। एक बार फिर सलमान चुलबुल पांडे बनकर लौटेंगे।

रिपोर्ट के मुताबिक, फिल्ममेकर तिग्मांशु सलमान की फिल्म दबंग 4 की स्क्रिप्ट पर काम कर रहे हैं। एक सूत्र ने बताया, तिग्मांशु दबंग 4 की स्क्रिप्ट पर एक साल से अधिक समय से काम कर रहे हैं। अगले साल इस फिल्म का नैरेशन शुरू हो जाएगा। सलमान दबंग फ्रेंचाइजी के लिए तिग्मांशु के मूल विचार और दृष्टिकोण से प्रभावित हैं। पूरी टीम चुलबुल पांडे के कैरेक्टर के लिए एक नया दृष्टिकोण लाने की कोशिश कर रही है।

खबरों की मानें तो सलमान और उनके प्रोड्यूसर भाई अरबाज दोनों को लगता है कि तिग्मांशु इस फिल्म के लिए सही पसंद हैं। सूत्र ने बताया की सलमान फिल्म की अगली कड़ी में पुलिस का किरदार निभाएंगे या राजनीति की दुनिया में प्रवेश करेंगे; इसका पता स्क्रिप्ट पूरा होने के बाद चलेगा। इसी के साथ सलमान के प्रशंसकों का उत्साह और बढ़ गया है। अभी फिल्म के अन्य कलाकारों के बारे में जानकारी सामने नहीं आई है।

तिग्मांशु ने साहेब बीवी और गैंगस्टर और पान सिंह तोमर जैसी फिल्मों में काम किया है। पान सिंह तोमर को सर्वश्रेष्ठ फीचर फिल्म का राष्ट्रीय पुरस्कार भी मिला था। इसमें दिवंगत अभिनेता इरफान खान नजर आए थे।

दबंग के साथ सलमान ने इतिहास रचा। पहली बार दर्शकों ने उन्हें एक साथ कॉमेडी, ड्रामा और एक्शन करते देखा। यही वजह थी कि चुलबुल पांडे (सलमान) के आते ही दर्शकों ने उसके सिर पर बॉक्स ऑफिस किंग का ताज पहनाया। सलमान की फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर जबरदस्त कमाई की थी। दबंग में सलमान के अपोजिट सोनाक्षी सिन्हा को देखा गया था। सोनाक्षी रज्जो पांडे की भूमिका में थीं। फिल्म में चुलबुल और रज्जो की केमिस्ट्री देखने लायक थी।

2012 में दबंग का सीक्वल दबंग 2 बना, जो दर्शकों की कसौटी पर खरा उतरा। फिल्म में एक बार फिर चुलबुल पांडे और रज्जो उर्फ सोनाक्षी की केमिस्ट्री ने दर्शकों का दिल जीत लिया। प्रेम के अलावा अगर सलमान का एक अवतार दर्शकों के दिलों पर राज करता था, तो वो था चुलबुल। हालांकि, दबंग 3 के साथ चुलबुल की वापसी दर्शकों को खुश नहीं कर पाई। इस सीरीज के तीसरे पार्ट ने दर्शकों को निराश कर दिया था।

महामारी का दुश्चक्र तोड़ने की हो साझा पहल

दिनेश सी. शर्मा

बीता साल पिछले बारह महीनों में हुए घटनाक्रम का पुनरावलोकन करने का मौका देता है, साथ ही यह अवसर अगले बारह मासों का अंदाजा लगाने का भी होता है। किंतु आज भी जारी कोविड-19 महामारी ने इस कवायद को मुश्किल बना दिया है। पिछले साल का आगाज़ एक नए वेरियंट 'अल्फा' पैदा होने के डर से हुआ था। इसके प्रभाव से बने केसों की शिनाख्त दिसंबर, 2020 में जीनोम सिक्वेंसिंग के जरिए हुई थी। वक्त बीतने के साथ इसका अगला रूप 'डेल्टा' उभरा, जो भारत में महामारी की अत्यंत मारक दूसरी लहर का जिम्मेवार था, इसके शिखर पर, 3 मई को देश में 27 लाख से अधिक संक्रमित थे।

इस डेल्टा वेरिएंट ने कई देशों में करोड़ों लोगों को संक्रमित किया था और दुनियाभर में यह कोरोना का सिरमौर घातक रूपांतर रहा। वर्ष 2021 का अंत आते-आते हम इसके नए वेरिएंट ओमीक्रोन के साये से घिरने लगे हैं। फिलवक्त दक्षिण अफ्रीका में यह महामारी का मुख्य वाहक है और तेजी से अन्य जगहों पर फैल रहा है। आलम यह है कि नए रूपांतर आना, जीनोम सिक्वेंसिंग, ट्रैवल एडवाइज़री, अल्प लॉकडाउन और आर्थिकी के पहिए थमना जैसा घटनाक्रम मानो एक चक्र बन गया है। वर्ष 2022 की चुनौतियों में एक होगा, इस दुश्चक्र को तोड़ने की राह निकलना।

हालांकि घटनाक्रम का सिलसिला, जो अब दिख रहा है, वह पिछले साल जैसा लगता है, किंतु इस बार फर्क है। सबसे बड़ा अंतर यह कि अब दुनिया में विभिन्न वैक्सीन और संभावित गोली के रूप में हथियार हैं। 8 दिसंबर, 2020 को यूके की मारग्रेट कीनन विश्व में कोविड-19 की वैक्सीन खोजने वाली पहली साइंसदान बनीं। तब से लेकर कोविड-19 की विभिन्न वैक्सीन के लगभग 900 करोड़ टीके संसार भर में लग चुके हैं। इसमें लगभग 145 करोड़ अकेले भारत में लगे हैं। वैश्विक मेडिकल इतिहास में कोविड वैक्सीनेशन सबसे बड़ी रोग-प्रतिरोधात्मक मुहिम है। बृहद तौर पर यह आंकड़े भले ही काफी प्रभावशाली लगते हैं लेकिन विश्व में व्याप्त असमानता को भी ढांपे हुए हैं। अमीर मुल्कों ने वैक्सीन की सबसे बड़ी मात्रा अपनी ओर खींच रखी है, जहां उनके नागरिकों को बूस्टर के तौर पर तीसरी खुराक मिल रही है वहीं गरीब देशों में वैक्सीन अभियान की गति सोचनीय है। इसी 'प्रलयंकारी नैतिक असफलता' का डर विश्व स्वास्थ्य संगठन के अध्यक्ष डॉ. टेडरॉस घेब्रेइसस जताते आए हैं।

भारत में, जिन लोगों को वैक्सीन का एक टीका लग चुका है, 26 दिसंबर 2021 तक उनका हिस्सा 60 प्रतिशत था, तो दोनों खुराक पाने वालों की संख्या 41.8 प्रतिशत था। समाज के विभिन्न आय वर्गों में वैक्सीन लगने में कितना फर्क है, इसका डाटा सार्वजनिक डोमेन पर उपलब्ध नहीं है।

अपनी कमियों के बावजूद कोविड की मौजूदा वैक्सीन नए-नए रूपांतरों के विरुद्ध सबसे कारगर हथियार है। इसलिए ध्यान का केंद्र दोनों टीके लगे लोगों की संख्या तेजी से बढ़ाने के साथ-साथ बूस्टर डोज़ लगाने पर बनाए रखना होगा। हालांकि पाया गया है कि ओमीक्रोन वैक्सीन की दोनों खुराक पाए लोगों को भी निशाना बनाने में सक्षम है, लेकिन अनुमान है कि ऐसे लोगों में संक्रमण की तीव्रता कम रहेगी। पूरा डाटा आने और अध्ययन के बाद ही दृश्यावली पूरी तरह साफ हो पाएगी। अतएव कोविड के नित नए रूपांतरों के खिलाफ लड़ाई में वैक्सीन अभियान को मुख्य हथियार बनाए रखना जारी रहेगा। भारत में इसको विस्तार देते हुए तरुणों, फ्रंटलाइन वर्करों और अतिरिक्त रोग-ग्रस्त बुजुर्गों को बूस्टर डोज़ लगाने का काम महत्वपूर्ण बन जाता है। ठीक इसी समय, जिन्होंने एक भी टीका नहीं लगवाया, उन तक पहुंचना बहुत जरूरी है। देखने में आया है कि जिन देशों में अधिसंख्या पूरी वैक्सीन लगवा चुके लोगों की है, वहां चंद बचे लोगों को जरिया बनाकर वायरस नई लहर बना रहा है।

ओमीक्रोन पिछले डेल्टा वेरियंट की तरह तबाहकुन न बनने पाए, इसकी रोकथाम हेतु एक उपाय है कोविड संबंधी आचार-संहिता का पालन करना। वर्ष 2021 के आरंभ में, जब अल्फा की शिनाख्त हुई थी और डेल्टा भारत में कहीं अभी अपने पैर जमा रहा था, उस वक्त लोगों ने ढिलाई बरतनी शुरू कर दी थी। भारतीय वैक्सीन की उपलब्धता को लेकर आश्वस्तता का भाव था और राजनीतिक नेतृत्व ने तो वायरस पर विजय पाने का समय-पूर्व दावा तक कर डाला था। चुनाव आयोग ने केरल, असम, पश्चिम बंगाल, तमिलनाडु और पुडुचेरी में विधानसभा चुनाव करवाने की घोषणा कर दी थी। इस प्रक्रिया के तहत बहु-चरणीय चुनावी तिथियों के कारण प्रचार लंबे समय तक खिंचा। सुरक्षित दूरी बनाने और मास्क लगाने की अनिवार्यता के बिना विशाल चुनावी रैलियां हुईं। 27 मार्च से 29 अप्रैल के बीच कई चरणों में मतदान हुआ, चंद दिनों में ही डेल्टा वेरिएंट सारे देश में अपनी पूरी ताब के साथ फैल गया।

वर्ष 2022 के आरंभ में हम फिर वैसी स्थिति में है, जहां एक ओर नए कोविड रूपांतर ने भारत में अपनी आमद दर्ज करवा दी है वहीं पांच राज्यों-उत्तर प्रदेश, पंजाब, उत्तराखंड, गोवा और मणिपुर में चुनाव होने जा रहे हैं। लगता है वैक्सीन की ऊंची दर ने ढिलाई वाला व्यवहार बना दिया है, जैसा कि हालिया त्योहारों और छुट्टियों के दौरान देखने को मिला। चुनाव आयोग की घोषणा से पहले ही राजनीतिक दलों ने उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड में विशाल रैलियां-जुलूस आदि आयोजित करने की पूरी तैयारी बांध ली है। चुनाव आयोग ने चुनाव-कार्यक्रम घोषित करने से पहले स्वास्थ्य मंत्रालय और संबंधित विशेषज्ञों से महामारी की स्थिति पर राय ली है। विधानसभा चुनाव को कुछ ऐसे तरीके से करवाया जाए ताकि ओमीक्रोन की भावी लहर या नया वेरियंट बनाने में सहायक न बने।

महामारी की शुरुआत के बाद विज्ञान ने तेजी से तरक्की की है, जिससे कि हमें वायरस को गहराई से जानने और इसके व्यवहार के बारे में पता चला है, नए तरीकों, टेस्टिंग किटों और वैक्सीन की खोज हुई है। लेकिन फिर भी हमें अनेकानेक बिंदुओं पर भारत- विशेष अध्ययन की जरूरत है। साथ ही, महामारी प्रबंधन को भी मेडिकल अनुसंधान से परे अन्य विषयों पर भी बहुत कुछ करने की जरूरत है। हमें वैक्सीन के प्रति झिझक, इंसानी व्यवहार में आए बदलावों, मानसिक स्वास्थ्य आदि पर सामाजिक विज्ञान और महामारी-मनोविज्ञान अनुसंधान की जरूरत है। भारतीय मेडिकल एजेंसियों ने पिछले दो सालों में विशाल डाटा इकट्ठा किया है, इसके विश्लेषण से संभावित हल निकालने में मदद मिलेगी। इसके लिए, डाटा सरकारी विभागों से बाहर के अनुसंधानकर्ताओं से साझा करना चाहिए, लेकिन इस तक मुक्त पहुंच बनाने की बार-बार इल्तिजा के बावजूद सरकार डाटा को गोपनीय रखे हुए है। उम्मीद करें कि जब हम वर्ष 2022 में महामारी के तीसरे साल में दाखिल हो रहे हैं, उक्त रुख में बदलाव होगा।

लेखक विज्ञान संबंधी मामलों के टिप्पणीकार हैं।

सू- दोकू क्र. 89

	9			2				1
		5	1				3	
7				9		8		5
	8		3		7		5	
2		7				1		3
	4			1			8	
6		2			9			
	5		7			3		
		8		5			6	7

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.88 का हल

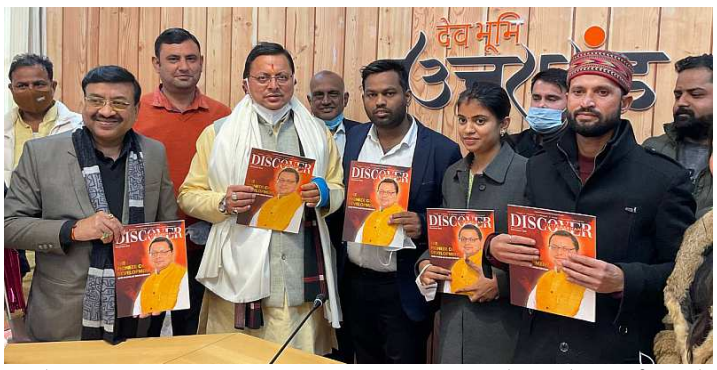
7	8	2	6	3	1	4	5	9
6	4	1	8	5	9	2	7	3
9	3	5	4	7	2		1	8
2	6	3	1	9	7	5	8	4
5	7	8	3	6	4	1	9	2
1	9	4	5	2	8	7	3	6
4	5	7	2	8	3	9	6	1
3	1	6	9	4	5	8	2	7
8	2	9	7	1	6	3	4	5

घातक मनोवृत्ति

साइबर दुनिया जहां तरक्की की राह दिखाती है, वहीं अपराधियों के घातक मंसूबों को अंजाम देने का साधन भी बन गई है। दरअसल, साइबर अपराधियों के खिलाफ समय रहते सख्त कार्रवाई न होने से ऐसे तत्वों के हौसले बुलंद हो जाते हैं। उन्हें लगता है कि वर्ग विशेष की मौन सहमति उन्हें प्राप्त है। ऐसे हमले समुदाय या लिंग विशेष पर न होकर पूरी सामाजिकता के ताने-बाने को क्षतिग्रस्त करते हैं। हाल ही में सामने आया 'बुल्ली बाई' एप का मामला इसी कड़ी का विस्तार है, जिसमें सोशल मीडिया पर सक्रिय संप्रदाय विशेष की महिलाओं की प्रतिष्ठा व गरिमा को ठेस पहुंचाने की कुत्सित कोशिश की गई। हालांकि, इस मामले में तल्ख प्रतिक्रिया के बाद सरकार ने इस विवादित एप पर रोक लगाई और विद्वेष फैलाने वाले समूह की मास्टर माइंड महिला व एक इंजीनियरिंग के छात्र को गिरफ्तार करके ऐसे तत्वों को सख्त संदेश भी दिया है। लेकिन इससे समाज में जो कटुता व विद्वेष फैला है, उसकी क्षतिपूर्ति इतनी आसान भी नहीं होगी। इस मामले में राष्ट्रीय महिला आयोग ने भी शीघ्र कार्रवाई के लिये पुलिस को कहा था। दरअसल, इस विवादित एप पर संप्रदाय विशेष की महिलाओं के चित्र अपलोड करके उनके बारे में अनुचित व अश्लील बातें लिखी गई थीं। इससे पहले गत वर्ष जुलाई में ऐसे ही विवादित एप का मामला संप्रदाय विशेष की महिलाओं को निशाने पर लेने के आरोपों के बीच सामने आया था। लेकिन दिल्ली व यूपी में आरोपियों के खिलाफ कार्रवाई न होने से उससे मिलते-जुलते नये एप का मामला प्रकाश में आ गया। जाहिर बात है कि समय रहते कार्रवाई न होने से साइबर अपराधियों के हौसले बुलंद होते हैं। इसके बावजूद भले ही पुलिस ने मुख्य अपराधियों को पकड़ लिया है, लेकिन सामाजिक समरसता को इससे जो क्षति होती है, उसकी भरपाई संभव नहीं है। ऐसे में साइबर अपराधों से निपटने के लिये सख्त तंत्र विकसित करने की जरूरत है, अन्यथा ऐसी कुत्सित कोशिशों का समाज को बड़ा खमियाजा भुगतना पड़ेगा जो कालांतर कानून व्यवस्था के लिये चुनौती पैदा कर सकता है।

निस्संदेह, वक्त आ गया है कि समाज में नफरत फैलाने वाले साइबर अपराधियों पर मजबूती से शिकंजा कसा जाये। अपराधों की पुनरावृत्ति रोकने के लिये यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि ऐसे अपराधियों पर समय रहते निर्णायक कार्रवाई की जाये, जिसके लिये तंत्र की प्रतिबद्धता जरूरी है। दरअसल, दुनिया भर में साइबर स्पेस तेजी से यौन विकृतियों, आर्थिक अपराधियों तथा महिलाओं को निशाने पर लेने वाले ट्रोलर्स का अड्डा बनता जा रहा है। भारत भी उसका अपवाद नहीं है। वर्ष 2020 में देश में महिलाओं के खिलाफ साइबर अपराध के लगभग 2300 मामले प्रकाश में आये। इसके अलावा बड़ी संख्या में ऐसे पीड़ित होते हैं जो कई कारणों से शिकायत दर्ज कराने आगे नहीं आते। वर्ष 2019 में भी 1600 से अधिक ऐसे ही मामले दर्ज हुए। इनमें अधिकतर अपराध यौन सामग्री के प्रकाशन व प्रसारण से जुड़े थे। भयदोहन, मानहानि, फर्जी प्रोफाइल बनाने जैसे हथकंडों से महिलाओं को परेशान व अपमानित करने का कुत्सित खेल खेला जाता है। ऐसे में दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई के साथ ही कानूनी प्रावधानों को सख्त बनाने की जरूरत है ताकि कानून प्रभावी निवारक के रूप में कार्य कर सके। दरअसल, सूचना प्रौद्योगिकी (संशोधन) अधिनियम 2008 साइबर अपराधों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की राह प्रशस्त नहीं करता, बल्कि सजा को कई मायनों में लचीला भी बनाता है। समाज में मोबाइल फोन के बढ़ते उपयोग व इंटरनेट के दायरे में विस्तार ने महिलाओं को यौन उत्पीड़न की दृष्टि से संवेदनशील बना दिया है। ऐसे में केंद्र व राज्य सरकारों को महिलाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिये संकल्पबद्ध होने की जरूरत है ताकि महिलाएं चाहे किसी भी समुदाय से संबंध रखती हों, ऐसे हमलों का शिकार न बनें। सोशल मीडिया के विभिन्न मंचों को कुत्सित सोच का अड्डा न बनने दिया जाये। सजा इतनी सख्त और तत्काल हो कि फिर असामाजिक तत्व महिलाओं को प्रताड़ित करने की सोच भी न सकें। ऐसा डिजिटल दुनिया को भयमुक्त करने के लिये अपरिहार्य भी है।(आरएनएस)

सीएम धामी ने किया पत्रिका का विमोचन



देहरादून (कासं)। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अपने कार्यालय में डिस्कवर उत्तराखंड पत्रिका के नवीनतम संस्करण का विमोचन किया। पत्रिका का यह संस्करण विशेष है क्योंकि इसमें मुख्यमंत्री को इसके कवर पर चित्रित किया गया है और इस राज्य के विकास के लिए उनके द्वारा किए गए अविश्वसनीय कार्यों का भी वर्णन किया गया है। इस अवसर पर आशुतोष कुमार मिश्रा और आकाश गुप्ता, असलम अली, एमडी, डिस्कवर उत्तराखंड पत्रिका इस संस्करण के कवर को प्रकट करने के लिए पुष्कर सिंह धामी के साथ वहां मौजूद रहे। इस अवसर पर वेदिका मिश्रा, मैगजीन की एडिटर इन चीफ के साथ अविनाश मिश्रा, वर्णिका गुप्ता, अमन गुप्ता, अमित गर्ग, सुमित अदलखा, अनिल गर्ग, हसीन व मैगजीन की पूरी टीम भी मौजूद थी। पत्रिका का अवलोकन करते हुए मुख्यमंत्री ने इस पत्रिका की सराहना की।

भाजपा में सम्मिलित हुऐ युवा, काबीना मंत्री गणेश जोशी ने दिलाई सदस्यता

संवाददाता

देहरादून। काबीना मंत्री गणेश जोशी की उपस्थिति में दर्जनों युवाओं ने कांग्रेस की सदस्यता छोड़ भाजपा का दामन थाम लिया है।

न्यू कैंट रोड़ स्थित सालावाला कार्यालय में आज काबीना मंत्री गणेश जोशी ने युवाओं को माला पहनाने के बाद उन्हें सम्बोधित करते हुए कहा कि भाजपा को लेकर लोगों में उत्साह का माहौल है। कार्यकर्ताओं के जोश से साफ है कि प्रदेश और मसूरी, दोनों में पुनः कमल खिलकर रहेगा। युवा मोर्चा के अध्यक्ष अजय राणा के नेतृत्व में कई युवाओं ने पार्टी का दामन थामा, इसके लिए भी मंत्री ने कार्यकर्ताओं को बधाई दी। उन्होंने कहा कि प्रदेश के युवाओं का साथ हमेशा भाजपा मिलता रहा है और इसके लिए मैं अपने युवा साथियों का आभार व्यक्त करता हूँ। इस दौरान मंत्री ने राजपुर वार्ड के कार्यकर्ताओं के साथ आगामी चुनाव को लेकर चर्चा भी की। भाजपा की सदस्यता लेने वाले युवाओं में नेमी भट्ट, राहुल भट्ट, तुषार कुमार, रितिक कुमार, राहुल रतूड़ी, प्रताप सिंह, इन्द्रेश सिंह, राहित शर्मा व अतुल कुमार शामिल रहे। इस अवसर पर भाजपा मण्डल अध्यक्ष राजीव गुरुंग, पूनम नौटियाल, युवा मोर्चा के मण्डल अध्यक्ष अजय राणा आदि उपस्थित रहे।

35 कांग्रेस प्रत्याशियों के नाम तय, घोषणा ..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

उम्मीदवारों की सूची में देर नहीं की जा सकती है। आज दिल्ली में होने वाली इस बैठक में प्रदेश प्रभारी देवेंद्र यादव स्क्रीन कमेटी के सदस्य व प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल, नेता विपक्ष प्रीतम सिंह सहित कई लोग मौजूद थे।

किशोर पर कार्रवाई का कुछ तो कारण..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

विरोधी दलों के बड़े नेताओं से संपर्क करने में जुटे थे। पार्टी ने अपने स्तर पर उसकी जांच की या करायी होगी इसकी मुझे जानकारी नहीं है। पार्टी को कहीं कुछ गलत लगा होगा तभी पार्टी ने उनके खिलाफ कार्रवाई की है।

उल्लेखनीय है कि बीते कल कांग्रेस ने किशोर उपाध्याय को पार्टी विरोधी गतिविधियों में संलिप्तता के आरोप लगाते हुए सभी पदों से हटा दिया गया था। इसके बाद से किशोर ने आधिकारिक रूप से मीडिया या पार्टी के सामने आकर अपना कोई पक्ष नहीं रखा है और न ही उनसे संपर्क हो पा रहा है।

मोदी व केन्द्र सरकार के सिखों के साथ सम्बन्धों पर भेंट की पुस्तिका

संवाददाता

देहरादून। विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने लोहड़ी पर्व के अवसर पर आज अपने ऋषिकेश स्थित निजी आवास पर सिख समुदाय के लोगों को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्र सरकार का सिखों के साथ विशेष संबंध पर आधारित पुस्तिका भेंट की गयी।

इस अवसर पर प्रेमचंद अग्रवाल ने कहा है कि इस देश के इतिहास में सिख बंधुओं का विशेष योगदान रहा है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 2014 से लेकर अब तक अनेक अवसरों पर किए गए कार्यों को पुस्तिका के रूप में लिपिबद्ध किया गया है।

अग्रवाल ने कहा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्र सरकार के सिखों के साथ विशेष लगाव को और पवित्र गुरुओं के प्रति प्रधानमंत्री के व्यक्तिगत भाव के साथ-साथ सिख समुदाय को सशक्त बनाने के लिए किए गए केंद्र सरकार के कार्यों को इस पुस्तिका में देखा जा सकता है। जिसमें अनेक ऐसे अवसर है जब उन्होंने सिख समुदाय के लिए अनुकरणीय कार्य किए गये है। कहा कि इस पुस्तिका में सिख्खों की बहादुरी, साहस, जज्बे की सराहना की गई है। सरकार ने सिखों के कल्याण के लिए किए गए संस्थागत कदम भी उठाए हैं चाहे श्री गुरु नानक देव जी की 550 वी जयंती का पवित्र उत्सव हो या श्री गुरु गोविंद सिंह जी की 350 वीं जयंती, 1994 के दंगों के पीड़ितों को न्याय दिलाने की बात हो या फिर करतारपुर साहिब गलियारे के निर्माण की, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने व्यक्तिगत रुचि दिखाई और सिख समुदाय के लिए काम करने का मार्ग प्रशस्त किया है। इस अवसर पर हेमकुंड साहिब गुरुद्वारे के सरदार अमर सिंह, सरदार गुरमीत सिंह, बीएफ पुंडीर आदि लोग उपस्थित थे।

किरात राई संस्था की द्विवार्षिक कार्यकारिणी के चुनाव सम्पन्न

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। किरात राई संस्था की द्विवार्षिक कार्यकारिणी का चुनाव सम्पन्न हुआ। चुनाव के बाद सर्वसम्मति से नयी कार्यकारिणी का गठन किया गया जिसमें अध्यक्ष सीके राई, वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्याम प्रकाश राई, कनिष्क उपाध्यक्ष गंगा प्रसाद राई, सचिव सुरेंद्र कुमार राई, सहसचिव प्रदीप राई, कोषाध्यक्ष अमृत कुमार राई, सांस्कृतिक सचिव राज बहादुर राई, सांस्कृतिक सहसचिव श्रीमती देवकला दीवान, प्रकाशन एवं प्रचार मंत्री सुरेश कुमार राई, सहप्रचार समिति संत कुमार राई चुने गये।

भाजपा महानगर के सभी मोर्चों के अध्यक्ष व महामंत्री की बैठक आयोजित

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। भारतीय जनता पार्टी महानगर अध्यक्ष सीताराम भट्ट द्वारा महानगर में भारतीय जनता पार्टी के सभी मोर्चों के अध्यक्ष व महामंत्री की एक बैठक आहूत की गई।

बैठक में निर्णय लिया गया कि एलईडी वेन जो सभी विधान सभाओं में घूमघूम कर आम जनता से सुझाव एकत्रित कर रही हैं के स्वागत 15 जनवरी को महानगर कार्यालय पर प्रातः 10.30 पर किया जाना है तथा सभी मोर्चों के लोग अपने साथ 10–10 व्यक्ति जो सभी व्यवसाय से संबंधित हो जैसे वकील, डॉक्टर, इंजीनियर, पूर्व सैनिक या अन्य आम जनता के लोगों को लाना है जो अपने सुझाव महानगर में रखी सुझाव पेटिका में डालेंगे। यह जानकारी धर्मपाल घाघट अध्यक्ष, महानगर अनुसूचित जाति मोर्चा ने दी।

आप ने किया डोर टू डोर जनसंपर्क के लिए टीमों का गठन

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। बूथ मैनेजमेंट और डोर टू डोर कैंपेन को और आगे तेजी से बढ़ाने को लेकर आम आदमी पार्टी की बालावाला मंडल चुनावी कार्यालय में एक बैठक आहूत की गई।

इस मौके पर आम आदमी पार्टी डोईवाला विधानसभा के प्रत्याशी राजू मौर्य केतन ने बालावाला नकरौंदा से डोर टू डोर जनसंपर्क के लिए अलग–अलग टीमों का गठन किया। डोईवाला विधानसभा के कैंपेनिंग कमेटी के अध्यक्ष राजेश शर्मा द्वारा डोर टू डोर कैंपेन को आगे बढ़ाने के लिए सभी कार्यकर्ताओं की बैठक ली गई।

इस मौके पर विधानसभा सचिव योगेंद्र सिंह, मंडल प्रभारी विजय पाठक, मंडल प्रभारी वकील खान, महिला मोर्चा उपाध्यक्ष आयशा खान, आरती देवी, वरुण बडोनी, तरुण शर्मा, आयुष शर्मा, सुजल डोभाल, आर्यन, अकबर अंसारी, सचिन नेगी व रोहित कुमार आदि मौजूद थे।

एक नजर

यूपी चुनाव के लिए कांग्रेस ने 125 उम्मीदवारों की पहली सूची जारी की

लखनऊ। कांग्रेस महासचिव प्रियंका गांधी ने गुरुवार को उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव के लिए १२५ उम्मीदवारों की पहली सूची जारी की। इसमें ५० महिला उम्मीदवारों के नाम शामिल हैं। २०१७ के उन्नाव गैंगरेप पीड़िता की मां को भी कांग्रेस ने उम्मीदवार बनाया है। प्रियंका गांधी ने उम्मीदवारों के नाम की घोषणा करते हुए कहा, १२५ उम्मीदवारों में से ४० प्रतिशत नाम महिलाओं के हैं। ४० प्रतिशत युवाओं के नाम हैं। हमें उम्मीद है कि राज्य में हम नई तरह की राजनीति की शुरुआत करेंगे। प्रियंका गांधी ने कहा कि श्हमारी उन्नाव की प्रत्याशी उन्नाव गैंगरेप पीड़िता की मां हैं,हमने उनको मौका दिया है कि वे अपना संघर्ष जारी रखें, जिस सत्ता के दम पर उनकी बेटी के साथ अत्याचार हुआ, उनके परिवार को चोट पहुंचाई गई, उसी सत्ता को वो हासिल करें, कांग्रेस हमेशा उनके साथ खड़ी है। कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने ट्वीट किया है, जिसमें उन्होंने लिखा है कि उन्नाव में जिनकी बेटी के साथ भाजपा ने अन्याय किया, अब वे न्याय का चेहरा बनेंगी–लड़ेंगीश।

बीजेपी सांसद रीता बहुगुणा जोशी ने बेटे के लिए मांगा टिकट

लखनऊ। बीजेपी सांसद रीता बहुगुणा जोशी ने अपने बेटे मयंक जोशी के लिए विधानसभा चुनाव में टिकट मांगा है। रीता ने मयंक के लिए लखनऊ की कैंट सीट से टिकट मांगा है। रीता अकेली ऐसी बीजेपी की नेता नहीं है जिन्होने अपने बेटे के लिए टिकट मांगा है। बीजेपी में ऐसा करने वालों की लिस्ट लंबी है। रीता बहुगुणा जोशी बीजेपी की सांसद हैं। उन्होंने कांग्रेस पार्टी को छोड़कर बीजेपी को ज्वाइन किया था। रीता का कहना है कि उनका बेटा पिछले काफी समय से राजनीति में एक्टिव हैं और लोगों के लिए काम कर रहा हैं। ऐसे में उनके बेटे मंयक जोशी को टिकट मिलना चाहिए। रीता के अलावा बीजेपी में अपने बेटों के लिए टिकट मांगने की लिस्ट में बीजेपी सांसद जगदम्बिका पाल, केन्द्रीय मंत्री कौशल किशोर और डिप्टी सीएम केशव प्रसाद मौर्य का भी नाम शामिल हैं। इन सभी ने विधानसभा चुनाव के लिए अपने बेटों कि लिए टिकट की मांग की हैं। बीजेपी से अपने बेटे के लिए टिकट मांगने वालों में योगी कैबिनेट से इस्तीफा देने वाले स्वामी प्रसाद मौर्य का नाम भी शामिल हैं।

भारत बायोटेक का दावा, कोवैक्सिन बूस्टर डोज ओमक्रिॉन के खिलाफ भी प्रभावी

नयी दिल्ली। भारत की स्वदेशी टीका नर्माता कंपनी भारत बॉयोटेक का कोरोना टीका कोवैक्सिन कोरोना के डेल्टा के साथ ही ओमक्रिॉन वेरएिंट के खलिाफ भी प्रभावी है। एमोरी विश्वविद्यालय ने एक अध्ययन के बाद कोवैक्सिन के कोरोना के दोनों वेरएिंट में प्रभावी होने की मुहर लगाई है। जसिके तहत कोवैक्सिन की बूस्टर डोज कोरोना के डेल्टा के साथ ही ओमिक्रॉन वेरिएंट को बेअसर करने में सक्षम है। कोरोना का डेल्टा वेरएिंट संक्रमण से मौतों का प्रमुख कारण बना था। तो वहीं ओमिक्रॉन को सबसे अधकि संक्रामक वेरिएंट माना जा रहा है। यह अध्ययन ओमिक्रॉन वेरिएंट के खिलाफ टीके की प्रभावशीलता पर उठाए जा रहे सभी संदेहों को दूर करता है। भारत बॉयोटेक ने कोवैक्सिन की बूस्टर डोज को लेकर कएि गए अध्ययन के परणिाम जारी किए हैं। जिसके तहत कोवैक्सिन की बूस्टर डोज को अत्यधिक म्यूटेशन वाले ओमक्रिॉन और डेल्टा वेरिएंट को बेअसर करने के लिए कुशल पाया गया है। अध्ययन में कहा गया है कि जिन लोगों ने कोवैक्सिन की दानों डोज ली थी, उसके छह महीने बाद उन्हें कोवैक्सिन की बूस्टर डोज दी गई। इसके बाद इन लोगों के सीरो सैंपल (रक्त के नमूने) लिए गए। जिसमें पाया गया कि बूस्टर डोज लेने वालों में ओमिक्रॉन के खिलाफ ९० फीसदी तक एंटीबॉडी बनी।

उत्तरकाशीः पुलिस व पैरामिलेट्री ने निकाला फ्लैग मार्च

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। आगामी विधानसभा चुनावों को शान्तिपूर्ण तरीके से सम्पन्न कराए जाने के उद्देश्य से आज उत्तरकाशी पुलिस व आई.टी.बी.पी. मातली के जवानों द्वारा उत्तरकाशी बाजार में फ्लैग मार्च निकाला गया।

फ्लैग मार्च के दौरान जवानों के द्वारा स्थानीय नागरिकों को विधानसभा चुनाव के दृष्टिगत शासन द्वारा प्रदेशभर में लागू 'आदर्श आचार संहिता' का पालन करने तथा निर्वाध,निष्पक्ष एवं शान्तिपूर्ण चुनाव में पुलिस एवं प्रशासन का सहयोग करने साथ ही अपने मत का प्रयोग करने की अपील की गई। वर्तमान में कोविड-19 के नए वैरिएंट ओमीक्रॉन के चलते आमजन को कोविड अनुरुप व्यवहारों (मास्क,सामाजिक दूरी, नियमित साफ-सफाई आदि) के सम्बन्ध में जागरुक किया गया।

फ्लैग मार्च में एस.डी.एम. भटवाड़ी चतर सिंह चौहान, पुलिस उपाधीक्षक बडकोट सुरेन्द्र सिंह भण्डारी, पुलिस उपाधीक्षक प्रशान्त कुमार, व.उ.नि. प्रकाश राणा, उ.नि. आईटीबीपी उमराव सिंह सहित पुलिस व आईटीबीपी के जवानों द्वारा प्रतिभाग किया गया।

उत्तराचंल पंजाबी महासभा ने की बबीता को टिकट देने की मांग

संवाददाता

देहरादून। उत्तरांचल पंजाबी महासभा के गढ़वाल मंडल प्रभारी जी एस आनंद के निवास पर आज पंजाबी महासभा की एक महत्वपूर्ण बैठक सम्पन्न हुई। जिसमें यह निर्णय लिया गया कि भाजपा राजपुर रोड विधानसभा से डॉक्टर बबीता सहोत्रा आनंद जोकि उत्तरांचल पंजाबी महासभा महिला मोर्चा की जिला अध्यक्ष है को टिकट देती है तो पंजाबी समाज तन मन धन के साथ डॉक्टर बबीता सहोता आनंद के साथ है।

उन्होंने कहा बबीता एक पढ़ी-लिखी संघर्षशील महिला है राजपुर विधानसभा में ही नहीं बल्कि प्रत्येक समाज में अपनी उनकी पहचान है और ऐसी संघर्षशील महिला को पार्टी से टिकट मिलना चाहिए। क्योंकि राजपुर विधानसभा में बड़ी संख्या में पंजाबी समाज निवास करता है। बैठक में मुख्य रूप से बलदेव जायसवाल, अमित भाटिया, मीनू चड्ढा, डॉ ओमी सलूजा, राकेश चड्ढा, राजेंद्र कौर, प्रकाश कौर, इंद्रजीत सलूजा, रोमी सलूजा व बड़ी संख्या में महिला पुरुष उपस्थित थे।

राज भवन में प्रवेश पर रोक

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड राजभवन में 2 दिन के लिए प्रवेश पर रोक लगा दी गई है। यह रोक कोरोना के कारण लगाई गई है। प्राप्त जानकारी के अनुसार राजभवन में प्रवेश पर आम आदमी के लिए 2 दिनों की रोक लगा दी गई है। आज राजभवन को सैनिटाइज किया जा रहा है यह रोक कोरोना की रोकथाम के कारण लगी है, जो आज और कल जारी रहेगी।

आवश्यकता है

होटल साइना इन में आवश्यकता है वेटर व बिल क्लर्क की।

संपर्क करें-
9358134808

कच्ची शराब कारोबारियों के खिलाफ पुलिस की बड़ी कार्यवाही

70 लीटर कच्ची शराब सहित पांच गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। अवैध कच्ची शराब कारोबारियों के खिलाफ कार्यवाही करते हुए पुलिस ने अलग-अलग स्थानों से पांच लोगों को गिरफ्तार कर उनके पास से 70 लीटर कच्ची शराब बरामद की है। पुलिस द्वारा मौके से 4000 लीटर लहन भी नष्ट किया गया है।

आगामी विधानसभा चुनावों के मद्देनजर अवैध कच्ची शराब के विरुद्ध चलाये जा रहे अभियान के तहत खानपुर थाना पुलिस द्वारा कल देर शाम क्षेत्र में अभियान चलाया गया। पुलिस द्वारा अलग अलग क्षेत्र में की गयी छापेमारी के दौरान ग्राम तुगलपूर खालसा के जंगलों में बनाई जा रही अवैध कच्ची शराब बनाने वालों की धरपकड़ करते हुए मौके पर अवैध कच्ची शराब बनाने वाले गुरमुख पुत्र पाल सिंह निवासी तुगलपुर खालसा व नरेंद्र उर्फ लाडी पुत्र बूटा सिंह निवासी कमलपुर चंद्रपुरी को गिरफ्तार किया गया। जिनके कब्जे से पुलिस ने 20 लीटर कच्ची शराब बरामद की। इसके अतिरिक्त ग्राम सहीपुर के खेतों में सुबा सिंह पुत्र बलवीर को

कच्ची शराब बनाते हुए गिरफ्तार किया गया जिसके कब्जे से 20 लीटर कच्ची शराब बरामद की गयी। मौके पर दोनों स्थानों स लगभग 4000 लीटर लहन भी पुलिस द्वारा नष्ट किया गया तथा कच्ची शराब बनाने के उपकरण भट्टी, पतीला, पाइप आदि बरामद किए गए है। इस क्रम में पुलिस टीमों द्वारा आगे कार्यवाही करते हुए सचिन पुत्र सुरेंद्र निवासी प्रहलादपुर व बघेल सिंह पुत्र बलकार सिंह निवासी हस्त मौली को कच्ची शराब की तस्करी करते हुए गिरफ्तार किया गया है। जिनके कब्जे से 30 लीटर कच्ची शराब भी बरामद की गयी है। बहरहाल पुलिस ने सभी आरोपियों को आबकारी एक्ट के तहत गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया है।

हजारों की नगदी व ताश गड्डी सहित आठ जुआरी दबोचे

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। सार्वजनिक स्थल पर जुआ खेल रहे आठ जुआरियों को पुलिस ने कल देर शाम हजारों की नगदी व ताश गड्डी सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम थाना बहादराबाद पुलिस को सूचना मिली कि मरगूबपुर में सलीम तेली के पुराने मकान के समीप सार्वजनिक स्थल पर कुछ लोग जुआ खेल रहे है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने मौके पर पहुंच कर दबिश दी तो वहां हड़कंप मच गया। इस दौरान पुलिस ने आठ लोगों को 19600 की नगदी व ताश गड्डी सहित गिरफ्तार कर लिया गया। थाने लाकर की गयी पूछताछ में उन्होने अपना नाम राशिद पुत्र हनीफ, फरमान पुत्र अता हुसैन, मुस्तफा पुत्र रुसतम, वसीम पुत्र कामिल, मौ. गुलशेर पुत्र तालिब, नूर आलम पुत्र नूर हसन, मुजाहिद पुत्र रहमत निवासी मरगूबपुर व फरमान पुत्र फुरकान निवासी ग्राम रतनपुर बताया। पुलिस ने उन्हे जुआ अधिनियम के तहत गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया है।

आवश्यकता है

आवश्यकता है एक माली की।

संपर्क करें-
9358134808

आर.एन.आई.- 59626/94

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीमती पुष्पा कांति कुमार द्वारा दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग घंटाघर, देहरादून से प्रकाशित तथा अवि प्रिंटर्स 21 ईसी रोड, देहरादून से मुद्रित।

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

नोटः सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।