शनिवार
15 जनवरी 2022

पृष्ठ 4
गले की अकड़न को दूर करने में मदद कर सकते हैं घरेलू नुस्खे

पृष्ठ 5
चकदा एक्सप्रेस में झूलन गोस्वामी के किरदार से वापसी करेंगी अनुष्का शर्मा

● देहरादून
● वर्ष 28
● अंक 330
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

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

आज का विचार

मानव का मानव होना ही उसकी जीत है, दानव होना हार है, और महामानव होना चमत्कार है।
–डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन

भाजपा की पहली सूची जारी, 20 विधायकों का पत्ता साफ

संवाददाता

लखनऊ। भारतीय जनता पार्टी ने आज उत्तर प्रदेश के पहले व दूसरे चरण के चुनाव के लिए 107 प्रत्याशियों के नामों की पहली सूची जारी कर दी गई है। उसमें भाजपा के 83 सिटिंग विधायक थे, जिनमें से 20 विधायकों के टिकट काटे गए हैं तथा 21 नए चेहरों को पहली बार चुनाव लड़ने का मौका दिया गया है।

लखनऊ में आयोजित एक पत्रकार वार्ता में भाजपा के वरिष्ठ नेता धर्मेंद्र प्रधान ने आज मुख्यमंत्री योगी आदित्य नाथ की सीट का भी ऐलान करते हुए उन अटकलों पर भी विराम लगा दिया गया जिनमें योगी के मथुरा और अयोध्या से चुनाव लड़ने की चर्चाएं जारी थी। धर्मेंद्र प्रधान ने बताया कि मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा था कि राज्य की 403 सीटों में से पार्टी उन्हें जहां से भी चुनाव लड़ने का आदेश देगी वह वहीं से चुनाव लड़ने को तैयार हैं। उन्होंने कहा कि सीएम योगी को पार्टी ने गोरखपुर

❑यूपी के पहले व दूसरे चरण के 107 प्रत्याशी घोषित
❑सीएम योगी गोरखपुर (शहर) सीट से लड़ेंगे चुनाव

(शहर) सीट से चुनाव लड़ाने का फैसला किया गया है जिसे उन्होंने सहर्ष स्वीकार कर लिया है।

आज भाजपा द्वारा पहले चरण की 57 तथा दूसरे चरण की 50 सीटों पर अपने प्रत्याशी घोषित किए गए हैं। उत्तराखंड की राज्यपाल रह चुकी बेबी रानी मौर्य को भाजपा द्वारा आगरा (ग्रामीण) क्षेत्र से अपना प्रत्याशी घोषित किया गया है। भाजपा ने अपनी पहली 107 उम्मीदवारों की सूची में बेबी रानी मौर्य सहित कुल 10 महिला प्रत्याशियों को चुनाव मैदान में उतारा गया है जिसमें मुजफ्फरनगर की कैराना सीट से पूर्व भाजपा विधायक हुकुम सिंह की बेटी को टिकट दिया गया है। आज जारी की गई सूची में उपमुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य को सिराथु (प्रयागराज) से टिकट

योगी को भाजपा ने घर वापस भेजाः अखिलेश

लखनऊ। भाजपा की पहली सूची जारी होने पर सपा सुप्रीमो अखिलेश यादव ने चुटकी लेते हुए कहा है कि भाजपा समझ चुकी है कि 10 मार्च को उसका पत्ता साफ होने वाला है यही कारण है कि भाजपा ने अपने मुख्यमंत्री को पहले ही घर वापस भेज दिया है। उन्होंने कहा कि कभी उनके मथुरा से चुनाव लड़ने तो कभी अयोध्या से चुनाव लड़ाने की बात की जा रही थी लेकिन भाजपा ने उन्हें वहीं भेजने का फैसला लिया है जहां से वह आये थे।

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

सूबे के भाजपा विधायकों की धड़कनें बढ़ी

संवाददाता

देहरादून। उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव के लिए आज जारी की गई 107 प्रत्याशियों की सूची जारी होने के बाद उत्तराखंड के भाजपा विधायकों की भी धड़कने बढ़ने लगी है। इन विधायकों को अब अपने टिकट कटने का भय सताने लगा है।

भाजपा ने अपनी इस सूची में 83 में से 20 सिटिंग विधायकों को टिकट नहीं दिया है। उत्तराखंड में भाजपा के 57 विधायक जीत कर 2017 में विधानसभा पहुंचे थे। अगर इनमें से 20 से 25 फीसदी सिटिंग विधायकों के टिकट काटे जाते हैं तो 12 से 15 विधायकों को टिकट से महरूम होना पड़ सकता है। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि भाजपा ने अपने सभी विधायकों की परफारमेंस का आकलन कराया गया है। भाजपा के दर्जनभर विधायकों के परफारमेंस रिपोर्ट नेगेटिव बताई जा रही है तथा उनकी लोकप्रियता के ग्राफ में भी गिरावट आने की चर्चा है।

कई विधानसभा क्षेत्र ऐसे हैं जहां भाजपा विधायकों ने बहुत कम अंतर से जीत दर्ज की थी तथा इन विधायकों का लगातार दूसरी बार जीतना संदिग्ध माना

12 से 15 विधायकों के टिकट कटने का है अंदेशा

जा रहा है। ऐसी स्थिति में पार्टी इन विधायकों को दोबारा टिकट देने के पक्ष में नहीं है। यही नहीं विधायकों के निधन से जो सीटें खाली हुई है उन सीटों के अलावा 2 दर्जन से अधिक सीटें ऐसी हैं जिन पर सिटिंग विधायकों से अपनी ही पार्टी के नेता और कार्यकर्ता संतुष्ट नहीं है।

इन सभी सीटों पर सिटिंग विधायकों को चुनौती मिल रही है। आज राजधानी में भाजपा कोर ग्रुप की बैठक हो रही है तथा आज ही प्रदेश चुनाव समिति की बैठक में प्रत्याशियों के नामों पर मंथन हो रहा है। यह देखना दिलचस्प होगा कि उत्तराखंड के कितने विधायकों को पत्ता साफ होता है और इसका चुनाव पर क्या प्रभाव पड़ता है।

अब भाजपा के मंत्रियों व विधायकों के लिए सपा के दरवाजे बंदः अखिलेश यादव

लखनऊ। भाजपा अब किसी का भी टिकट काटे, सपा उन्हें नहीं लेगी। ये बातें उत्तर प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री अखिलेश यादव ने पार्टी कार्यालय में आयोजित प्रेसवार्ता के दौरान कही। उन्होंने कहा भाजपा के मंत्रियों और विधायकों के लिए अब सपा के दरवाजे बंद हो गए हैं। बता दें कि भाजपा ने आज अपने १०७ प्रत्याशियों की पहली सूची जारी की है जिसमें मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ गोरखपुर शहर, उपमुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य कौशांबी जिले की सिराथू विधानसभा और मथुरा से मंत्री श्रीकांत शर्मा को उतारा गया है। कोविड प्रोटोकॉल तोड़ने के आरोपों पर उन्होंने कहा कि मैं सबसे अपील करता हूं की सभी कोविड प्रोटोकॉल का पालन करें। सभी चुनाव आयोग के दिशानिर्देशों का पालन करें। मैं सभी कार्यकर्ताओं को कह रहा हूं कि टिकट के लिए लखनऊ न आएं। दरअसल, कल भाजपा छोड़कर आने वाले स्वामी प्रसाद मौर्य सहित योगी सरकार के तीन मंत्रियों और भाजपा के कई विधायकों को अपनी पार्टी में शामिल करने के लिए सपा प्रमुख अखिलेश यादव द्वारा बुलाई गई प्रेस कॉन्फ्रेंस में भी भारी भीड़ पर नाराजगी जताते हुए चुनाव आयोग ने स्थानीय एसएचओ को निलंबित कर दिया है।

भारत में 24 घंटे में आए कोरोना के 2,68,833 नए मामले, सक्रिय मामलों की संख्या 14,17,820

नयी दिल्ली। भारत में पिछले २४ घंटों में कोरोना वायरस के २,६८,८३३ नए मामले सामने आ चुके हैं। देश में आज कल से ४,६३१ ज़्यादा मामले आए हैं, कल कोरोना वायरस के २,६४,२०२ मामले आए थे। हालांकि, १,२२,६८४ मामले ऐसे भी रहे जिनकी रिकवरी हुई है। वहीं, सक्रिय मामलों की संख्या १४,१७,८२० है।

अब तक वायरस के ओमीक्रोन स्वरूप के ६०४१ मामलों की पुष्टि हुई है जिसमें शुक्रवार से ५.०१ प्रतिशत की वृद्धि आई है। दैनिक संक्रमण दर १६.६६ प्रतिशत है जबकि साप्ताहिक संक्रमण दर १२.८४ प्रतिशत है। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के ताजा आंकड़ों के अनुसार, देश में पिछले २४ घंटों में ४०२ लोगों की मौत हुई है, जिससे मरने वालों की कुल संख्या ४,८५,७५२ हो गई है। मृत्यु दर १.३२ प्रतिशत है। वहीं, अब तक १,५६,०२,५१,११७ करोड़ से अधिक लोगों को कोविड–१६ वैक्सीन की खुराक दी जा चुकी है।

देश में सात अगस्त २०२० को संक्रमितों की संख्या २० लाख, २३ अगस्त २०२० को ३० लाख और पांच सितंबर २०२० को ४० लाख से अधिक हो गई थी। संक्रमण के कुल मामले १६ सितंबर २०२० को ५० लाख, २८ सितंबर २०२० को ६० लाख, ११ अक्टूबर २०२० को ७० लाख, २६ अक्टूबर २०२० को ८० लाख और २० नवंबर को ६० लाख के पार चले गए थे।

देश में १६ दिसंबर २०२० को ये मामले एक करोड़ के पार हो गए थे। पिछले साल चार मई को संक्रमितों की संख्या दो करोड़ के पार और २३ जून २०२१ को तीन करोड़ के पार पहुंच गई थी।

दून वैली मेल

संपादकीय

जान से ज्यादा जहान की चिंता

कोरोना काल में होने वाले पांच राज्यों के विधानसभा चुनावों को लेकर आम आदमी हैरान परेशान है। चुनाव आयोग द्वारा अभी जब चुनाव कार्यक्रमों की घोषणा की गई थी तब देश में कोरोना की तीसरी लहर शुरू हो चुकी थी। लेकिन बीते चार-पांच दिनों में पूरे देश और चुनावी प्रदेशों में कोरोना के मामले जिस तेजी से बढ़ रहे हैं अगर उसका यही क्रम जारी रहता है तो क्या यह चुनाव निर्विघ्न संपन्न हो सकेंगे? यह सवाल उस दिन भी बना हुआ था जिस दिन चुनाव कार्यक्रम घोषित किया गया था और आज भी बना हुआ है। चुनाव आयोग ने भले ही इस बात की प्रतिबद्धता जताई हो कि वह समय पर कोरोना सुरक्षा के साथ शांतिपूर्ण और निष्पक्ष चुनाव कराने के लिए प्रतिबद्ध है तथा उसके फैसले में यह प्रतिबद्धता दिखाई भी दे रही है लेकिन महामारी जैसी आपदाओं में इस तरह के आयोजन कितनी बड़ी चुनौती है इसे नजरअंदाज नहीं किया जा सकता है। भले ही चुनाव आयोग द्वारा रैलियों, जनसभाओं, रोड शो और नुक्कड़ नाटकों तथा ऐसे सभी कार्यक्रमों पर रोक लगा रखी हो जो भीड़ जमा होने की संभावनाओं वाले हैं मगर लाख सख्ती के बाद भी राजनीतिक गतिविधियों पर पूर्ण पाबंदी के साथ चुनाव नहीं कराए जा सकते हैं। देश के सर्वोच्च न्यायालय से लेकर तमाम राज्यों के हाई कोर्ट भी इस बारे में अपने सुझाव और सोच से केंद्र सरकार व चुनाव आयोग को अवगत करा चुके हैं। यही नहीं अभी भी इन चुनावों को टालने के संबंध में याचिकाएं दायर किए जाने का सिलसिला जारी है। लेकिन चुनाव आयोग के रुख से साफ है कि वह चुनावी प्रक्रिया को रोकने के पक्ष में नहीं है। राजनीतिक दलों और नेताओं की सोच तो और भी अधिक खतरनाक है। वह चुनाव को किसी भी सूरत में टाले जाने के पक्ष में तो है ही नहीं, साथ ही उन्हें तो चुनाव आयोग के प्रतिबंध भी अत्यधिक खल रहे हैं। कई दल और नेता तो चुनाव प्रचार की पाबंदियों से नाराज भी हैं और इसे छोटे तथा क्षेत्रीय दलों के साथ भेदभाव भी बता रहे हैं। दरअसल नेताओं को आम आदमी की जान की सुरक्षा से कुछ लेना देना नहीं है उन्हें तो सिर्फ वोट और सत्ता हासिल करने के अलावा कुछ और सूझ ही नहीं रहा है। चुनाव कार्यक्रमों की घोषणा से पहले इन दलों व नेताओं ने जिस तरह से ताबड़तोड़ रैलियां और जनसभाएं की उनका ही नतीजा है कि देश भर में कोरोना केस अप्रत्याशित रूप से बढ़े हैं। अगर उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड की बात करें तो चुनाव के कार्यक्रमों से पूर्व यहां कोरोना केसों की संख्या 50 और 100 से अधिक नहीं थी। लेकिन आज हालात यह है कि उत्तराखंड जैसे छोटे राज्य में भी बीते 3 दिनों से 3000 से अधिक नए मामलें हर रोज सामने आ रहे हैं ठीक वैसा ही हाल उत्तर प्रदेश का भी है। डॉक्टरों का अनुमान है कि जनवरी के अंत तक देश में 6 से 8 लाख तक नए कोरोना केस आ सकते हैं और मरने वालों की संख्या भी 2 से 3000 तक रोज पहुंच सकती है। सवाल यह है कि क्या एक बार लाक डाउन जैसी स्थिति का खामियाजा भुगत चुका देश कितनी भी विकराल स्थिति में फिर लाकडाउन के लिए तैयार नहीं है अगर नहीं है तो क्या इससे बड़े जानमाल के खतरे की संभावनाएं नहीं है? कई सवाल हैं लेकिन अब यह तय है कि न चुनाव रुकेगा और न लॉकडाउन होगा। जहान और जान की बात करने वाले अब जान की परवाह छोड़ कर जहान के बारे में ही सोच रहे हैं। यह कितना सही या गलत साबित होगा आने वाला समय ही बताएगा।

वक्त की चाल से बेहाल ज़िंदगी

शमीम शर्मा

कभी-कभी समय बहुत भारी हो जाता है। खिसकता ही नहीं। एक-एक पल जैसे कि शताब्दी समान। मेरा पोता मुझसे अक्सर पूछता है कि जब वह खेलता है तो एक घंटा बहुत जल्दी क्यों खत्म हो जाता है और जब वह पढ़ता है तो एक घंटा बहुत लंबा हो जाता है और खत्म ही नहीं होता। दरअसल समय तो एक ही चाल से चलता है पर हमारी अपनी ही चालें उसे तेज़-धीमा करती रहती हैं। घड़ी तो हमेशा ही टिक-टिक करती रहती है जो इस बात का सूचक है कि न तो घड़ी टिकती है और न ही दूसरों को टिकने देती है। सॉरी शब्द भी खूब अजीब है। आदमी कहे तो गुस्सा खत्म और डॉक्टर कहे तो आदमी खत्म। साल 2021 बहुत धीमी चाल से गुजरा है। जिस तरह क्रिकेट में कई बार रन बनाने से ज्यादा महत्वपूर्ण होता है मैदान में टिके रहना क्योंकि यदि टीम आउट न हो तो टीम की जीत की संभावनाएं बनी रहती हैं। साल 2021 भी कई की जिंदगी में मेडन ओवर की तरह निकल गया। मिला कुछ नहीं पर यह कम उपलब्धि नहीं है कि आउट नहीं हुये। बहुत लोगों का कैच छूटा और जीवनदान मिला। यमराज की खिल्ली भी उड़ती रही और दूसरी तरफ यमराज अपने स्तर पर कइयों की गिल्ली भी उखाड़ता रहा। हर व्यक्ति अपने जीवन काल में एक वाक्य जरूर कहता है कि एक दिन उस का भी टाइम आयेगा। और कोरोना काल में वाकई ही कइयों का टाइम आया और चल बसे।

एक मित्र ने मुझे संदेश लिख भेजा है कि तुम लोग साल को बदलते हुये देख रहे हो और मैंने सालों से लोगों को बदलते हुये देखा है। बात में दम है। वक्त बदलते ही लोग पैंतरा और पाला सब कुछ बदल लेते हैं। पहले नये साल में जाने की तैयारी नहीं करनी पड़ा करती थी पर अब तो कभी कोरोना के हिसाब से, कभी ओमीक्रोन के हिसाब से पूरी तैयारी के साथ नये साल में प्रवेश करना होता है।

वह भी समय था जब बड़े-बूढ़े गर्व से कहा करते कि उन्होंने ऐसा इंतजाम कर दिया है कि सात पीढ़ियां बैठकर खायेंगी। मुझे लगता है कि सातवीं पीढ़ी हम ही हैं। बाहर जाने पर बार-बार बैन लग रहा है। यानी कि कहीं जाने की जरूरत नहीं है, घर बैठकर खाने को मिल रहा है। वरना मित्रों की जगह पितरों का संबोधन सुनने को मिल सकता है।

स्वामी विवेकानंद की विचारधारा युवाओं के लिए प्रेरणा स्रोत हैं

प्रो. सुरेश चंद्र नायक

आज की प्रौद्योगिकी संचालित दुनिया में, युवा एक लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित करने में सक्षम नहीं हो पा रहे हैं, इसलिए स्वामी विवेकानंद जी के दर्शन को समझने की आवश्यकता है 7सन् 1984 में भारत सरकार ने 12 जनवरी को स्वामी विवेकानंद जयंती के रूप मनाने की घोषणा की थी। तब से हम इस दिन को पूरी ईमानदारी के साथ मना रहे हैं और अपने देश के युवाओं के बीच स्वामी विवेकानंद की विचारधारा को प्रेषित करने का प्रयास कर रहे हैं।

12 जनवरी 1863 को नरेंद्र नाथ दत्त का जन्म हिन्दू परिवार में हुआ 7 जिन्हे बाद में स्वामी विवेकानंद के नाम से दुनिया भर में जाना गया 7 युवाओं के प्रति उनकी सोंच के कारण भारत में हर साल 12 जनवरी को राष्ट्रीय युवा दिवस के रूप में मनाया जाता है। युवाओं के लिए प्रेरणा के अपार स्रोत रहे स्वामी विवेकानंद की कही एक-एक बात युवाओं को ऊर्जा से भर देती है। अपने छोटे से जीवन काल में ही उन्होंने पूरे दुनिया पर भारत और हिंदुत्व की गहरी छाप छोड़ी।

11 सितंबर 1893 को शिकागो में हुए विश्व धर्म सम्मेलन में एक बेहद चर्चित भाषण दिया था, जो आज भी युवाओं को गर्व से भर देता है। युवाओं को प्रेरित करने वाले उनके विचार कुछ इस प्रकार है-

उठो, जागो और तब तक नहीं रुको जब तक लक्ष्य ना प्राप्त हो जाये।

उठो मेरे शेरो, इस भ्रम को मिटा दो कि तुम निर्बल हो। तुम एक अमर आत्मा हो, स्वच्छंद जीव हो, धन्य हो, सनातन हो, तुम तत्व नहीं हो, ना ही शरीर हो, तत्व तुम्हारा सेवक है तुम तत्व के सेवक नहीं हो।

विवेकानंद युवाओं से कहते हैं कि जिस तरह से विभिन्न स्रोतों से उत्पन्न धाराएं अपना जल समुद्र में मिला देती हैं, उसी प्रकार मनुष्य द्वारा चुना हर मार्ग, चाहे अच्छा हो या बुरा भगवान तक जाता है। हमारा कर्तव्य है कि हम हर किसी को उसका उच्चतम आदर्श जीवन जीने के संघर्ष में प्रोत्साहन करें, और साथ ही साथ उस आदर्श को सत्य के जितना निकट हो सके लाने का प्रयास करें। युवा हमेशा सही रास्ते पर चलने का प्रयास करें तब जाके वो अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं।

स्वामी कहते हैं कि तुम्हे अन्दर से बाहर की तरफ विकसित होना है। कोई तुम्हे पढ़ा नहीं सकता, कोई तुम्हे आध्यात्मिक नहीं बना सकता। तुम्हारी आत्मा के अलावा कोई और गुरु नहीं है' यदि आप अपने

जीवन में उत्कृष्ट बनना चाहते हैं आप को अपने अन्तर मन की बात सुननी पड़ेगी।

उनके अनुसार जीवन में 'एक विचार लो, उस विचार को अपना जीवन बना लो - उसके बारे में सोचो उसके सपने देखो, उस विचार को जियो। अपने मस्तिष्क, मांसपेशियों, नसों, शरीर के हर हिस्से को उस विचार में डूब जाने दो, और बाकी सभी विचार को किनारे रख दो। यही सफल होने का तरीका हैउनका यह भी मानना था जब तक आप खुद पर विश्वास नहीं करते तब तक आप भगवान पर विश्वास नहीं कर सकते हैं 7 सत्य को हजार तरीकों से बताया जा सकता है, फिर भी हर सत्य एक ही होगा।

21वीं सदी में, जब भारत के युवा नई समस्याओं का सामना कर रहे हैं, और बेहतर भविष्य की आकांक्षा कर रहे हैं, तब इस दौर में स्वामी विवेकानंद के विचार अधिक प्रासंगिक हो गए हैं। सार्थक जीवन जीने के लिए उनके चार मन्त्रों द्वारा उनके विचारों को समझा जा सकता है - शारीरिक: शारीरिक खोज से उनका मतलब था, मानव शरीर की देखभाल करना और शारीरिक कष्टों को कम करने के लिए गतिविधियाँ करना। विवेकानंद का विचार था कि युवा तभी सफल जीवन जी सकते हैं जब वे शारीरिक रूप से स्वस्थ हों। सामाजिक मंत्र में विवेकानंद चाहते थे कि युवा न केवल समाज की बेहतरी के लिए बल्कि अपने व्यक्तिगत विकास और सामाजिक विकास के लिए भी गतिविधियां करें। उन्होंने युवाओं को मनुष्य में भगवान की सेवा करने की सलाह दी। विवेकानंद ने अध्यात्म को समाज सेवा से जोड़ा।

बौद्धिक मंत्र में उन्होंने बौद्धिक खोज यानी स्कूल, कॉलेज चलाने और जागरूकता और अधिकारिता कार्यक्रम चलाने की ऊपर जोर दिया और अपने बौद्धिक स्तर को ऊपर उठाना, ज्ञान प्राप्त करना और इसे समाज के साथ फैलाना है। उन्होंने सुझाव दिया कि भारतीय समाज के पुनर्निर्माण के लिए शिक्षा लोगों को सशक्त बनाने का प्राथमिक साधन है और सबके लिए शिक्षा पर जोर दिया। आध्यात्मिक खोज पर उन्होंने सुझाव दिया कि युवा पश्चिम से बहुत कुछ सीख सकते हैं लेकिन हमें अपनी आध्यात्मिक विरासत में विश्वास रखना चाहिए। आज, जब हमारे युवा भौतिक सफलता के बावजूद बढ़ते अलगाव, उद्देश्यहीनता, अवसाद और खुद को जकड़े हुए पाते हैं, तो उन्हें आध्यात्मिक खोज के लिए जाना चाहिए और अधिक से अधिक लक्ष्य प्राप्त करना चाहिए।

स्वामी जी ने कहा, जीवन छोटा है, लेकिन आत्मा अमर और शाश्वत है, और एक बात निश्चित है, मृत्यु..., आइए हम एक महान आदर्श को अपनाएं और अपना पूरा जीवन इसके लिए त्याग दें। विवेकानंद ने युवाओं के लिए एक आदर्श और लक्ष्य के रूप में इन चार खोजों की सलाह दी। इन मन्त्रों का उद्देश्य समग्र रूप से व्यक्तिगत और राष्ट्रीय चेतना को जगाना था। इसलिए उन्होंने युवाओं का आह्वान किया कि वे अपनी सामूहिक ऊर्जा को राष्ट्र निर्माण की ओर लगाएं। स्वामी विवेकानंद ने भारतीय संस्कृति की जड़ों से जुड़ने के लिए हमारे देश के अन्य महान विचारकों द्वारा किए गए प्रयासों को आगे बढ़ाया। यही कारण है कि उन्हें दुनिया भर में स्वीकार्य है और उन्हें सनातन धर्म के प्रवक्ता के रूप में स्थापित करता है, जो हिंदुस्तान और हिंदुस्तानी संस्कृति का प्रतीक है।

प्रोफेसर, एमिटी स्कूल ऑफ कम्युनिकेशन, एमिटी यूनिवर्सिटी, छत्तीसगढ़

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

पीपाय स श्रवसा मर्त्येषु यो अग्नये ददाश विप्र उक्थैः।
चित्राभिस्तमूतिभिश्चित्रशोचिर्व्रजस्य साता गोमतो दधाति।।

(ऋग्वेद ६-१०-३)

इस नश्वर संसार में, विद्वान व्यक्ति जो स्वयं को भगवान को अर्पित करता है। उसे कीर्ति मिलती है। वह सच्चा धन और समृद्धि प्राप्त करता है। भगवान उसकी रक्षा करते हैं।

In this mortal world, the learned person who offers himself to the God. He gets glory. He achieves true wealth and prosperity. God protects him. (Rig Veda 6-10 -3)

एमिरेट्स एयरलाइन के दो यात्री विमानों की दुबई हवाईअड्डे पर टक्कर होने से बची !

नई दिल्ली। संयुक्त अरब अमीरात के विमानन नियामक से नागर विमानन महानिदेशालय (डीजीसीए) ने नौ जनवरी की उस घटना की जांच रिपोर्ट शेयर करने को कहा है जिसमें भारत आ रहे एमिरेट्स एयरलाइन के दो यात्री विमानों की दुबई हवाईअड्डे पर टक्कर होने से बची थी। बता दें कि हाल ही में हुई इस घटना में दोनों विमान हवाईअड्डे से उड़ान भरने के दौरान एक ही रनवे पर आ गए थे। यूएई की जनरल सिविल एविएशन अथॉरिटी (जीसीएए) से डीजीसीए ने इस घटना को लेकर उसकी जांच की रिपोर्ट शेयर करने को कहा है।

इस मामले पर डीजीसीए प्रमुख अरुण कुमार ने शुक्रवार को कहा, दोनों विमान उनके यहां पंजीकृत विमान हैं और घटना उनके हवाईअड्डे पर हुई इसलिए अंतरराष्ट्रीय नागर विमानन संगठन (आईसीएओ) के मुताबिक घटना की जांच भी उनके द्वारा की जाएगी। हालांकि हमने उनसे जांच रिपोर्ट साझा करने को कहा है।

सूत्रों ने बताया कि एमिरेट्स के दो विमानों के बीच नौ जनवरी को टक्कर होते-होते बची थी। ये विमान थे दुबई-हैदराबाद की उड़ान संख्या ईके-५२४ और दुबई-बेंगलुरु उड़ान संख्या ईके-५६८। ईके-५२४ उड़ान भरने के लिए तैयार था जब दूसरा विमान उसी रनवे पर आ गया। इस स्थिति में हवाई यातायात नियंत्रक ने ईके-५२४ को उड़ान भरने से रोक दिया था। सूत्रों ने बताया कि ईके-५२४ को रात के वक्त ६.४५ पर उड़ान भरनी थी जबकि ईके-५६८ के रवाना होने का वक्त रात नौ बजकर ५० मिनट था।

चकराता विधान सभा विकास की राह ताक रही: मधु

विकासनगर (आरएनएस)। चकराता विधान सभा के कालसी ब्लॉक के गांवों में ग्रामीणों से संपर्क कर रही जिला पंचायत अध्यक्ष मधु चौहान ने कांग्रेस को कठघरे में खड़ा करते हुए कहा कि क्षेत्रीय विधायक अपने बीस साल की उपलब्धियों को बताएं। बीस साल की अवधि में जनता की मूलभूत सुविधाओं को लेकर कोई काम नहीं हुआ है।

जिला पंचायत अध्यक्ष ने कहा कि राज्य गठन के बाद से ही चकराता का प्रतिनिधित्व कांग्रेस ने किया है। लेकिन कांग्रेस के बीस वर्ष का कार्यकाल उपलब्धियों के लिहाज से जीरो रहा है। अभी भी चकराता विधान सभा विकास की राह ताक रही है। विधायक ने आज तक जनता की सुविधाओं को लेकर कोई गंभीर प्रयास नहीं किए हैं। कहा कि विधायक निधि का उपयोग भी धनबल के आधार पर चुनाव जीतने के लिए किया गया है। कहा कि जितना विकास विधायक के बीस साल के कार्यकाल में हुआ है, उससे दो गुना उन्होंने जिला पंचायत अध्यक्ष रहते हुए किया है। जिन सड़कों के निर्माण के लिए विधायक की ओर से प्रस्ताव नहीं भेजे गए उनका निर्माण जिला पंचायत योजना के तहत कराया गया। कहा कि एक दर्जन से अधिक गांवों में जिला पंचायत योजना के तहत सड़कें बनाई गई हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस ने क्षेत्र का विनाश किया है, जबकि भाजपा विकास करना चाहती है। दावा किया कि इस बार चकराता विधानसभा में कमल खिलने के बाद विकास की लहर आएगी। इस दौरान ब्लॉक प्रमुख मठोर सिंह, रितेश, प्रीति, रविंद्र, कुंदन चौहान, नागचंद, अनिल जोशी, भीम सिंह, अर्जुन सिंह, दयाराम, खजान सिंह आदि मौजूद रहे।

कमला नेहरू पुरस्कार के लिए 23 का चयन

अल्मोड़ा (आरएनएस)। भिकियासैंण विकासखंड स्तर पर वर्ष २०२०–२१ में हाईस्कूल व इंटर बोर्ड परीक्षा में निर्धारित अंक हासिल करने वाले २३ बच्चों का चयन कमला नेहरु पुरस्कार के लिए हुआ है। हाईस्कूल में ८६.८० तथा इंटर में ८७.८० प्रतिशत अंक हासिल करने वालों के इसके लिए चयन हुआ है। चयनित विद्यार्थियों में डीएनपी सीनियर सेकेंडरी स्कूल भतरौजखान के ६ बच्चे शामिल हैं। इनमें हाईस्कूल की लता रावत, सौरभ कश्मीरा, सुमन जोशी ,तान्या भंडारी, विद्या जोशी तथा इंटर की दिव्या रावत व तनिशा छिमवाल शामिल हैं। चयनित बच्चों की मां को यह पुरस्कार दिया जाएगा। कालेज के प्रबंधक ललित करगेती ने सभी बच्चों को शुभकामनाएं दी हैं।

सहसपुर को आदर्श विधानसभा क्षेत्र बनाया जाएगा: आर्येंद्र

विकासनगर (आरएनएस)। आगामी विधानसभा चुनावों के लिए अभी भले ही नामांकन प्रक्रिया न तो शुरू हुई और नहीं राजनीतिक दलों ने प्रत्याशियों की घोषणा की। लेकिन दावेदार चुनावी तैयारियों में जुटे हैं। कांग्रेस पार्टी के प्रदेश चुनाव संचालन समिति के कोषाध्यक्ष व सहसपुर से दावेदारी कर रहे आर्येंद्र शर्मा ने राजावाला गांव में जन संपर्क अभियान किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि जनता ने इस बार उन्हें मौका दिया तो सहसुपर को आदर्श विधानसभा बनायेंगे। जनसंपर्क के दौरान आर्येंद्र शर्मा ने कहा कि पिछले पंद्रह वर्षों में सहसपुर की जनता ने भाजपा के प्रतिनिधियों को चुना। जिन्होंने क्षेत्र के विकास को चौपट किया। सहसपुर में आज न हाईटेक अस्पताल है और न ही सरकारी मेडिकल कालेज। यहां तक कि कोई सरकारी पीजी कालेज तक नहीं है। जिसके चलते छात्रों को विकासनगर व देहरादून के पीजी कालेजों के चक्कर काटने पड़ते हैं। अस्पताल रेफर सेंटर बने हैं, जबकि सहसपुर प्रदेश के सबसे बडे औद्योगिक क्षेत्रों में एक है। कहा कि उनकी पहली प्राथमिकता सेलाकुई क्षेत्र में हाईटेक सुविधाओं से सुसज्जित ट्रामासेंटर, पीजी कालेज, मेडिकल कालेज की स्थापना करवाना व शीशमबाडा प्लांट को हटाना है। कहा कि जनता को इस बार सोच समझकर निर्णय लेना होगा। इस मौके पर अभिषेक मैठाणी, कामेश्वर प्रसाद डिमरी, हिमांशु रमोला, पंकज डिमरी, रिंकू चौधरी आदि मौजूद रहे।

उपनयन संस्कार कराने सूरज कुंड में पहुंचे बटुक

बागेश्वर (आरएनएस)। जिले में मकर संक्रांति का पर्व धूमधाम के साथ मनाया गया। लोगों ने सुबह गंगा स्नान कर बागनाथ समेत विभिन्न मंदिरों में पूजा–अर्चना की। खिचड़ी का भोग लगाया। इसके अलावा सूरजकुंड, सैंज और अग्निकुंड में बड़ी संख्या में लोग अपने बच्चों के उपनयन और मुंडन संस्कार कराने पहुंचे। प्रवासी भी अपने बच्चों के उपनयन संस्कार के लिए यहां पहुंचे हैं। मालूम हो इस बार कोरोना संक्रमण के चलते उत्तरायणी मेला नहीं हो पाया। लेकिन गंगा स्नान और धार्मिक कार्यक्रम को लेकर लोगों में उत्साह देखा गया। शुक्रवार सुबह चार बजे से लोग गंगा स्नान कर बागनाथ मंदिर, काल भैरावनाथ, बाणेश्वर, बैणीमाधव मंदिर में पहुंचने लगे। यहां पूजा–अर्चना के साथ उन्होंने परिवार, देश तथा समाज की सुख–समृद्धि की कामना की। इसके अलावा सूरजकुंड, अग्निकुंड और सरयू तट पर जनेऊ संस्कार, मुंडन एवं चूणाकर्म कराने वालों की भीड़ रही। पुरोहितों ने पूजा–अर्चना के साथ मंगल कार्य पूरे किए। बागेश्वर जिले के अलावा अन्य जिलों से भी लोग वाहन बुक कराकर यहां पहुंचे और बच्चों के संस्कार संपन्न कराए। पंडित हेम चंद्र जोशी ने कहा मार्कंडेय ऋषि की तपोभूमि होने के कारण इसे कुमाऊं की काशी कहा जाता है। यहां उपनयन संस्कार का उतना ही महत्व है जितना प्रयागराज में करने का।

स्वीप की बैठक में मतदाता जागरुकता पर दिया जोर

नई टिहरी। स्वीप की नोडल अधिकारी सीडीओ नमामि बंसल ने विकास भवन में विधानसभा सामान्य निर्वाचन–२०२२ के तहत सुव्यवस्थित मतदाता शिक्षा एवं निर्वाचक सहभागिता से संबंधित गतिविधियों, स्वीप बुलेटिन व पाक्षिक रिपोर्ट को लेकर अधिकारियों के साथ बैठक की।

बैठक में उन्होंने निर्देशित कर कहा कि अधिकारी अपने–अपने विभाग की स्वीप के तहत बीती १० दिसम्बर से १० जनवरी तक की गतिविधियों की पाक्षिक रिपोर्ट, वीडियो एवं फोटोग्राफ्स उपलब्ध करवायेंगे। सभी गतिविधि में कोविड गाइड लाइन और आदर्श आचार संहिता का ध्यान रखने को कहा गया। स्वीप को लेकर क्रिएटिव करने का प्रयास करें। आयोग के अनुसार प्रथम बार मतदान करने वाले मतदाता को स्वीप किट देना सुनिश्चित करेंगे।

बाल विकास अधिकारी ने अवगत कराया कि स्वीप के तहत दी जाने वाली जानकारी को ७८२ बीएलओ के द्वारा लगभग ७० हजार परिवारों से एक–एक सदस्य को वाट्सएप ग्रुप से जोड़ लिया गया है। १८ जनवरी से पहले मिशन मोड में कार्य कर वाट्सएप ग्रुप बनाकर प्रत्येक परिवार से एक–एक सदस्य को जोड़ना सुनिश्चित करेंगे। बीएलओ के माध्यम से बताया जाय कि इस वाट्सएप ग्रुप के माध्यम से आपको घर बैठे निर्वाचन संबंधी जानकारी मिलती रहेगी। जनपद के सभी बीएलओ से प्रत्येक परिवार से एक–एक सदस्य जोड़ लिया गया है, संबंधी सर्टिफिकेट भी लेंगे। जिन परिवारों के पास स्मार्ट फोन नहीं है।

उनकी सूची बनाई जाय। ताकि टेक्सट मैसेज की सुविधा दी जा सके। जिला युवा कल्याण अधिकारी ने अवगत कराया कि स्वीप के तहत युवक एवं महिला मंगल दलों के माध्यम से मतदाता जागरुकता रैली व नुक्कड़–नाटक गतिविधि की जा रही है। शिक्षा विभाग को निर्देशित किया गया कि सभी पोलिंग स्टेशन पर कोविड एवं निर्वाचन गाइडलाइन संबंधी वॉल पेंटिंग करवाना सुनिश्चित करेंगे।

पुलिस बलों ने किया फ्लेग मार्च

चमोली (आरएनएस)। विधानसभा चुनावों के तहत पुलिस और अर्धसैनिक बलों ने शुक्रवार को नगर में फ्लैग मार्च का लोगों से शांति पूर्वक मतदान की अपील की। एसडीएम संतोष कुमार पांडे और पुलिस उपाधीक्षक बिमल प्रसाद के नेतृत्व में पुलिस और अर्धसैनिक बलों ने कोतवाली, तहसील परिसर से अपर बाजार, मुख्य बाजार, बदरीनाथ हाईवे सहित अन्य मुख्य बाजारों में फ्लैग मार्च किया। एसडीएम पांडे और सीओ प्रसाद ने बताया कि विधानसभा चुनावों के लिए सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए गए हैं। फ्लैग मार्च में थानाध्यक्ष राकेश गुसाईं, वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक चित्रगुप्त, चौकी प्रभारी कमलकांत रतूड़ी, सहित पुलिस, आईटीबीपी, फायर, एसडीआरएफ, होमगार्ड, पीआरडी सहित अन्य सुरक्षा बलों के जवान और अधिकारी शामिल थे।

ऋषिनगरी में सात पर्यटकों समेत 65 संक्रमित मिले

ऋषिकेश (आरएनएस)। ऋषिकेश, लक्ष्मणझूला और मुनिकीरेती में शुक्रवार को भी कोरोना के मामले लगातार बढ़ रहे हैं। जिनमें ऋषिकेश ४५, लक्ष्मणझूला में सात पर्यटक समेत ११, मुनिकीरेती में नौ लोगों की रिपोर्ट पॉजिटिव आई है। ऋषिनगरी में नए साल के बाद लगातार कोरोना के आंकड़ों का ग्राफ बढ़ता जा रहा है।

शुक्रवार को भी करीब ६५ लोग कोरोना पॉजिटिव पाए गए हैं। ऋषिकेश सरकारी अस्पताल में स्वास्थ्य पर्यवेक्षक एसएस यादव ने बताया ४५ कोरोना पॉजिटिव मरीजों में २० ऋषिकेश के रहने वाले हैं। जबकि अन्य मरीज छिद्दरवाला, रूद्रप्रयाग आदि क्षेत्र के हैं। बताया कि मरीजों को आइसोलेट कराया जा रहा है। लक्ष्मणझूला में कोविड नोडल अधिकारी डा.राजीव कुमार ने बताया की शुक्रवार को सात पर्यटकों समेत ११ लोगों की रिपोर्ट पॉजिटिव आई है। पर्यटक वापस घर लौट चुक हैं। लिहाजा संबंधित जिला प्रशासन से संपर्क कर जानकारी जुटाई जा रही है। बताया चार लोग स्थानीय निवासी है। जिन्हें आइसोलेट किया गया है।

मुनिकीरेती कोविड नोडल अधिकारी डा. जगदीश जोशी ने बताया कि नौ लोगों की कोरोना रिपोर्ट पॉजिटिव निकली है।

बिना कोर्स पूरा हुए परीक्षा कराने पर परीक्षा नियंत्रक को घेरा

श्रीनगर गढ़वाल (आरएनएस)। एचएनबी गढ़वाल केन्द्रीय विवि के परीक्षा नियंत्रक को सैकड़ों छात्रों का शुक्रवार का विरोध झेलना पड़ा। छात्रों का आरोप था कि विवि प्रशासन द्वारा बिना कोर्स पूरा हुए ही और कोविड में गढ़वाल विवि की परीक्षाएं आयोजित करायी जा रही है। जिसके विरोध में गढ़वाल विवि के छात्र बड़ी संख्या में परीक्षा नियंत्रक कार्यालय पहुंचे और चार घंटे तक परीक्षा नियंत्रक को घेरे रखा।

छात्रों के विरोध को देखते हुए विवि के अधिकारियों ने वर्चवल बैठक आयोजित करनी पड़ी और १८ जनवरी से शुरु होने वाली बीफार्मा और बीटेक की परीक्षा को स्थगित करने का निर्णय लेने को मजबूर होना पड़ा। गढ़वाल विवि प्रशासन द्वारा १८ जनवरी से बीफार्मा एवं बीटेक की विभिन्न सेमेस्टरों की परीक्षाएं कराने का आदेश जैसे ही जारी किया, तो बीफार्मा और बीटेक के छात्रों में उबाल आ गया। हॉस्टलों में रहे छात्र बड़ी संख्या में विवि के प्रशासनिक भवन में परीक्षा नियंत्रक डॉ. अरूण रावत के कक्ष पहुंचे और घेर दिया। इस दौरान छात्रों ने कहा कि बिना कोर्स पूरे ही प्रशासनिक अधिकारी परीक्षा का आर्डर जारी कर रहे हैं। इस दौरान छात्रों एवं परीक्षा नियंत्रक के बीच काफी नोंक–झोंक भी हुई। गढ़वाल विवि के निर्वतमान छात्रसंघ अध्यक्ष अंकित रावत, छात्र नेता आयुष मियां, शुभम दीप गोस्वामी ने कहा कि विवि प्रशासन लगातार छात्रों के साथ अन्याय करने में तुला रहता है, बिना कोर्स पूरा करे ही परीक्षा की तिथियां जारी कर रहा है। विवि प्रशासन ऑनलाइन पढ़ाई के साथ ही ऑफ लाइन पढ़ाई का एक सही ढ़ाचा तैयार नहीं कर पाया है। जिससे छात्र आज आंदोलन के लिए मजबूर है। छात्रों के आंदोलन और विरोध को देखते हुए परीक्षा नियंत्रक डॉ.अरूण रावत ने विवि के अधिकारियों के साथ वर्चवल बैठक आयोजित कर समस्त सेमेस्टरों की परीक्षाएं अग्रिम आदेशों तक स्थगित कर दी। कहा कि अब परीक्षा प्रारंभ होने से १५ दिन पहले छात्रों को सूचित कर दिया जायेगा। जबकि अन्य पाठ्यक्रम की परीक्षाएं जारी रखे जाने का आदेश जारी किया।

कोविड कर्फ्यू का पालन न करने पर की जाए कार्रवाई: डीएम

रुद्रप्रयाग। कोविड–१९ के खतरे को देखते हुए जारी गाइडलाइन का हर हाल में पालन करने के लिए जिलाधिकारी मनुज गोयल ने जनपद स्तरीय अफसरों को निर्देशित किया है। अफसरों को निर्देश देते हुए डीएम ने कहा कि कोविड–१९ के नए वैरिएंट ओमीक्रोन के नियंत्रण के लिए स्वास्थ्य व परिवार कल्याण मंत्रालय द्वारा जारी गाइडलाइन का जरूरी रूप से पालन किया जाए।

जिलाधिकारी ने कहा कि कोविड के लिए जारी गाइडलाइन के अनुसार जिले में रात्रि १० बजे से प्रातः ६ बजे तक कोविड कर्फ्यू प्रभावी रहेगा। इनमें कोविड से संबंधित कार्य करने वाले व्यक्तियों, दुकानों, कार्यालयों आदि को छूट दी गई है।

समस्त व्यापारिक प्रतिष्ठान सुबह ६ बजे से रात्रि १० बजे तक ही खुले रह सकेंगे। जनपद में स्थापित खेल संस्थान, स्टेडियम व खेल के मैदान खिलाड़ियों के प्रशिक्षण के लिए ५० प्रतिशत क्षमता के साथ खोले जाएंगे। १६ जनवरी तक सभी तरह की राजनैतिक रैली, धरना प्रदर्शन पर प्रतिबंध लगाया गया है। जिलाधिकारी ने कहा कि अन्य राज्यों से जनपद में आने वाले व्यक्तियों को आरटीपीसीआर कोविड नैगेटिव टेस्ट रिपोर्ट के बाद ही प्रवेश की अनुमति मिल सकेगी। सार्वजनिक स्थलों में सामाजिक दूरी व मास्क का अनिवार्य रूप से उपयोग करने के साथ ही सार्वजनिक स्थलों में थूकने व पान, गुटखा, तंबाकू आदि के सेवन को भी प्रतिबंधित किया गया है। उन्होंने संबंधित अफसरों को उक्त गाइडलाइन का जरूरी रूप से पालन कराने के निर्देश दिए हैं। साथ ही उलंघन पर कार्रवाई के लिए निर्देशित किया गया है।

ठंड के मौसम में ठंडे पानी से नहाने से होंगे बड़े और बेहतरीन फायदे

इन दिनों ठंड बढ़ती चली जा रही है। ऐसे में ठंड के मौसम में नहाना सभी के लिए एक बड़ा टास्क होता है। नहाने से पहले व्यक्ति ठंड के मौसम में 10 बार सोचता है और ठंड में गर्म पानी से नहाना सभी को उचित लगता है। लेकिन ठंडे पानी से नहाने के बड़े फायदे हैं। जी हाँ, ठंड के मौसम में ठंडे पाने से नहाने से बड़े और बेहतरीन फायदे होते हैं और आज हम आपको उन्ही फायदों के बारे में बताने जा रहे हैं।

* यह रक्त परिसंचरण को बढ़ाता है- कोल्ड शावर आपको गर्म रखने के लिए रक्त को आपके अंगों में जाने देता है। जी हाँ और अगर हम गर्म पाने से नहाने की बात करें तो यह ठंडे स्नान के प्रभाव को उलटते हुए रक्त को त्वचा की सतह की ओर ले जाने का कारण बनता है। वहीं ठंडे पानी से नहाने से धमनियों को मजबूत बनाने और रक्तचाप को कम करने में मदद मिल सकती है।

* यह आपकी त्वचा और बालों के लिए बहुत अच्छा है- कहा जाता है सर्दियों में गर्म पानी से नहाने से त्वचा रूखी हो सकती है, जिससे त्वचा में जलन और रैशेज हो सकते हैं। यहां तक कि डैंड्रफ की समस्या से भी जूझना पड़ सकता है। वहीं ठंडे पानी से नहाने से क्यूटिकल्स और पोर्स टाइट हो जाते हैं, जिससे वे बंद होने से बच जाते हैं। यह त्वचा और स्कैल्प में छिद्रों को भी सील कर सकता है, और गंदगी को अंदर जाने से रोक सकता है।

* जी हां, ठंडा पानी इम्युनिटी बढ़ाने में मदद करता है- अगर ठंड के दिनों में आप ठंडे पानी से नहाते हैं, तो सफेद रक्त कोशिकाओं का प्रतिशत अधिक होगा और उच्च चयापचय दर होगी। वैसे ऐसा इसलिए है क्योंकि ठंडे स्नान के दौरान शरीर खुद को गर्म करने की कोशिश करता है।

* ठंडे पाने से नहाना तेजी से मांसपेशियों को ठीक करने में सहायता करता है। इसी के साथ यह मांसपेशियों की अकड़न को दूर करने में मदद करता है। यह कोल्ड कंप्रेशन जैसा है।

* डॉक्टर्स कहते हैं ठंडा पानी डिप्रेशन से निपटने में मदद करता है और ठंडे पानी का सकारात्मक प्रभाव पड़ता है और यह मूड को बेहतर बनाता है।

* हालाँकि इन सभी फ़ायदों के बावजूद, ठंडे पानी से नहाना आपको बीमार भी कर सकता है। सर्दी, खांसी, निमोनिया, गले में जलन (क्योंकि यह शरीर के तापमान के प्रतिकूल है) और बुखार जैसी स्वास्थ्य समस्याओं का कारण ठंडा पानी बन सकता है। सामान्य पानी से नहाए तो यह बेहतरीन है।

कुछ घरेलू उपाय अपनाकर आप भी पा सकते हैं पिंपल से छुटकारा

पिंपल निकलने की समस्या आज के समय में सबसे आम है। छोटी से लेकर बड़ी उम्र तक के लोगों को यह समस्या हो जाती है। सबसे खास उन्हें जिनकी त्वचा ऑयली यानी तैलीय है। ऐसे लोगों को पिंपल सबसे ज्यादा परेशान करते हैं। वैसे पिंपल न सिर्फ चेहरे की खूबसूरती को कम करता है, बल्कि कई बार असहनीय दर्द भी देते हैं। ऐसे में आज हम आपको बताने जा रहे हैं कुछ घरेलू उपाय जिन्हे अपनाकर आप पिंपल को भगा सकते हैं। आइए बताते हैं।

टी ट्री ऑयल- टी ट्री ऑयल का इस्तेमाल मुंहासों पर एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लामेटरी गुण की वजह से किया जाता है। जी हाँ और मुंहासे की दवा यानी क्रीम व जेल में भी टी-ट्री ऑयल का इस्तेमाल किया जाता है। इसी के चलते आप इसे लगाकर पिंपल से छुटकारा पा सकते हैं। इसके लिए दो से तीन बूंद टी-ट्री ऑयल को आधे चम्मच एलोवेरा जेल में मिलाकर चेहरे पर लगा लें। अब कुछ देर बाद पेस्ट जब सूख जाए तो सामान्य पानी से चेहरे को धो लें। ऐसा हर दिन दो से तीन बार करें।

एलोवेरा- पिंपल हटाने का घरेलू उपाय एलोवेरा जेल भी है। इसे इस्तेमाल करने के लिए आप एलोवेरा के पत्ते से ताजा जेल निकालें और सीधे पिम्पल प्रभावित हिस्से पर लगा लें। अब करीब 10-20 मिनट बाद चेहरे को पानी से धो लें।

ग्रीन टी- यह पॉलीफेनोल्स सीबम (त्वचा ग्रंथियों से निकलने वाला तैलीय पदार्थ) के स्राव को कम कर सकता है। इसके इस्तेमाल से आप राहत पा सकती हैं। इसको इस्तेमाल करने के लिए ग्रीन टी का रोज सेवन किया जा सकता है, या फिर ग्रीन टी बैग्स को उबालकर, ठंडा करने के बाद चेहरे पर भी लगा सकते हैं।

नारियल का तेल- नारियल के तेल में जीवाणुरोधी यौगिक के साथ ही विटामिन-ई होता है। इसे लगाने से चेहरे में पड़ने वाले धब्बों का उपचार हो सकता है। पिंपल हटाने के सबसे पहले नारियल तेल में कुछ बूंदों में थोड़ा सा शहद मिलाएं। अब इसके बाद इसे अच्छे से फेंटकर चेहरे पर लगा लें। वहीं कुछ देर बाद चेहरे को गुनगुने पानी से धो लें।

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

गले की अकड़न को दूर करने में मदद कर सकते हैं ये घरेलू नुस्खे

कई बार असामान्य गतिविधियों या कुछ बीमारियों के कारण कई तरह की शारीरिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इन्हीं समस्याओं में से एक है गले का अकड़ना, जिसे अक्सर कई लोग सामान्य समझकर नजरअंदाज कर देते हैं और यही लापरवाही भविष्य में उन्हें भारी पड़ सकती है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे घरेलू नुस्खों के बारे में बताते हैं, जिन्हें अपनाकर आप गले की अकड़न से छुटकारा पा सकते हैं।

ठंडी सिकाई करें

ठंडी सिकाई की मदद से गले में होने वाली अकड़न से काफी राहत मिल सकती है। राहत के लिए कोल्ड पैड से प्रभावित हिस्से की सिकाई करें। अगर आपके पास कोल्ड पैड नहीं है तो एक तौलिये का थोड़ा सा हिस्सा ठंडे पानी में डुबो लें, फिर इसे निचोड़कर चार-पांच मिनट तक इसे प्रभावित जगह पर लगाकर रखें। ऐसा दिन में दो से तीन बार करने से आपको काफी आराम मिलेगा।

तेल मालिश से मिलेगा आराम

अगर आपको गले में अकड़न महसूस हो तो इससे छुटकारा दिलाने में तेल मालिश काफी मदद कर सकती है। इसके पहले किसी भी मालिश वाले तेल की कुछ बूंदें हथेली पर लें, फिर अपनी उंगलियों की मदद से प्रभावित हिस्से पर इसे लगाएं। इसके बाद हल्के हाथ से उस जगह को दबाएं और गोलाकार में मालिश करें। इस तरह करीब 10-15 मिनट तक रोजाना मालिश करें। ऐसा करने से गले की अकड़न कुछ ही दिनों में छूमंतर हो जाएगी।

सेब के सिरके का करें इस्तेमाल

सेब का सिरका एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों से समृद्ध माना जाता है, जिसकी वजह से यह गले की अकड़न से राहत दिलाने में सहायक है। राहत के लिए आप एक छोटी बाल्टी में हल्का गर्म पानी और सेब के सिरके की कुछ बूंदें अच्छे से मिलाएं, फिर इस मिश्रण में एक तौलिये को डूबोकर निचोड़ दें। इसके बाद उस तौलिये को गले पर अच्छे से लपेटकर 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें। इससे आपको काफी आराम मिलेगा।

योग और स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज भी है प्रभावी

अगर गले में अकड़न की समस्या होने लगे तो घरेलू नुस्खे के तौर पर योग और स्ट्रेचिंग करना अच्छा विकल्प हो सकता है। जब भी आपको गले में अकड़न महसूस हो तो कम से कम 15 मिनट तक वीरासन, गोमुखासन और वृक्षासन आदि योगासनों का अभ्यास करें। वहीं, योगाभ्यास से पहले और बाद में स्ट्रेचिंग करना न भूलें क्योंकि इसके अभ्यास से मांसपेशियों में लचीलापन आता है, जिससे गले को आराम मिलता है।

अभिनेत्री ऐश्वर्या राजेश ने थ्रिलर फिल्म एजीपी का ट्रेलर जारी किया

अभिनेत्री ऐश्वर्या राजेश ने रविवार को निर्देशक रमेश सुब्रमण्यम की थ्रिलर एजीपी का ट्रेलर जारी किया, जिसमें अभिनेत्री लक्ष्मी मेनन मुख्य भूमिका में हैं। इस थ्रिलर ने फिल्म प्रेमियों में काफी दिलचस्पी पैदा की है। यह पहली बार होगा, जब लक्ष्मी मेनन किसी फिल्म में मुख्य भूमिका निभाती नजर आएंगी।

फिल्म के ट्रेलर से पता चलता है कि फिल्म की कहानी एक अस्पताल के इर्द-गिर्द घूमती है, जो गलत कारणों से चर्चा में है। हमें बताया जाता है कि अस्पताल आने वाले मरीज आत्महत्या कर रहे हैं। नायक को एक नर्स को समझाते हुए देखा जाता है, जो अपने प्रेमी को उसके पैर की पट्टी हटाने के लिए अस्पताल लाती है। हालांकि, एक घंटे बाद वह कहती है कि उसका प्रेमी वहां नहीं है।

फिल्म की सिनेमैटोग्राफी संतोषपंडी ने की है और संगीत जयकृष ने दिया है। केएसआर द्वारा निर्मित इस फिल्म का संपादन चंद्रकुमार ने किया है।

ऐश्वर्या राजेश एक भारतीय फिल्म अभिनेत्री हैं जो मुख्यत: दक्षिण भारतीय (तमिल सिनेमा) में सक्रिय हैं। वह 2017 में रिलीज हुई बॉलीवुड फिल्म डैडी में नजर आई थीं। ऐश्वर्या राजेश के बारे में बात करे तो उनको सिंगिंग का भी बहुत बड़ा शौक है। बचपन में उन्होंने कहा कि शायरी सिंगिंग में ट्रॉफी जीती थी और आज भी इनको शौक है गाना गाने का। ऐश्वर्या राजेश वो बचपन से ही एक्टिंग का शौक था इसीलिए उन्होंने फिल्म में काम करने की ठान ली थी और उनके पिताजी भी काफी अच्छे और सुपरहिट अभिनेता रह चुके हैं इसलिए इनका एक्टिंग के प्रति लगाव कुछ ज्यादा ही था

शब्द सामर्थ्य - 91

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. अभिमान, घमंड, अनुमान 4. बादल, मेघ, जलद (सं) 6. अधिकार वाला, अधिकारी 8. गति, सामंजस्य, समा जाना 10. कारावास, जेल 11. जोर, शक्ति, जान, सांस 12. राजाओं के रहने का भवन 15. मालामाल, अमीर, धनवान 18. नाव खेने का यंत्र 20. 'खन' ध्वनि उत्पन्न होना, पायल आदि का शब्द करना 21. मार डाला हुआ, घायल किया हुआ 22. हमेशा, आवाज 23. आग की लपट, ज्वाला 24. झगड़ा, तकरार 25. हीरा।

ऊपर से नीचे

1. दोषी, अपराधी 3. ताश में नौ अंक वाला पत्ता 4. झंडा, पताका 5. गहरा कीचड़, पंक 7. बूंद, अंश 9. मृत्यु के देवता 13. संसार, दुनिया, जग 14. हुज़ूर, जनाब, सम्मान सूचक एक शब्द (उ.) 16. सच्चा, धर्मनिष्ठ, ईमानवाला 17. अनूठा, बांका, अनुपम, छैला 18. आश्रय, शरण 19. साधुवाद, प्रशंसा 20. पटवारी की ऐसी बही जिसमें खेत संबंधी अनेक बातें लिखी जाती है, एक प्रकार का दानेदार संक्रामक रोग 23. गम, मातम, दुख।

1		3	■	■	4		5	■
	■	6	7			■	8	9
10				■		■	11	
	■	■	12	13		14		■
15	16		■		■		■	17
■		■	18		19		■	
20				■	21		■	
22		■		■		■	23	
24		■	■	■	25			■

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 90 का हल

स्मृ	ति	■	पा	व	क	■	बे	ल
■	र	ज	नी	च	र	■	■	ट्टू
मु	स्का	न	■	न	म	की	न	■
सा	र	■	स	■	■	ट	ख	ना
फि	■	अ	जा	य	ब	■	रा	जा
र	च	ना	■	था	ल	■	■	य
■	■	धि	■	र्थ	■	स	मा	ज
उ	प	कृ	त	■	आ	वा	ज	■
ल्लू	■	त	■	■	ब	ल	रा	म

प्रियंका चोपड़ा की बायोपिक में काम करना चाहती हैं हरनाज संधू

हरनाज संधू ने जब से मिस यूनिवर्स का खिताब जीता है, वह सुर्खियों में हैं। कुछ दिनों पहले उनका एक वीडियो सामने आया था, जिसमें वह कह रही थीं, आई लव प्रियंका चोपड़ा, जो भी चीजें मैंने आपसे सीखी हैं, वो मैं हमेशा अपने साथ रखूंगी। अब हरनाज ने कहा है कि वह प्रियंका की बायोपिक में काम करना चाहती हैं। इससे पहले भी हरनाज, प्रियंका की तारीफ के कसीदे पढ़ चुकी हैं।

उन्होंने कहा, मैं प्रियंका चोपड़ा की बायोपिक का हिस्सा बनना चाहूंगी। प्रियंका ने मुझे मेरे पूरे सफर में प्रेरित किया है। वह हमेशा मेरी प्रेरणा रही हैं। उन्होंने कहा, प्रियंका ने मुझे ही क्या, लाखों-करोड़ों लोगों को प्रेरित किया है। मैं प्रियंका से बहुत प्यार करती हूं। उनसे बहुत कुछ सीखा जा सकता है, इसलिए मैं हमेशा प्रियंका को ही चुनूंगी।

मिस डीवा का खिताब जीतने के बाद हरनाज ने प्रियंका के बारे में भी बात की थी। उन्होंने कहा था, प्रियंका चोपड़ा मेरी सबसे बड़ी प्रेरणा रही हैं। उन्होंने अपना खुद का ब्रांड बनाया है और ना केवल सौंदर्य प्रतियोगिताओं में, बल्कि अपने अभिनय और गायन के जरिए भी भारत का प्रतिनिधित्व किया है। उन्होंने कहा, प्रियंका ने भारत को गौरवान्वित किया है। मैं उनके नक्शेकदम पर चलकर जिस तरह से उन्होंने किया, उसी तरह भारत का प्रतिनिधित्व करती रहूंगी।

हरनाज ही नहीं, बल्कि मिस वर्ल्ड 2021 का प्रतिनिधित्व करने वालीं मानसा वाराणसी भी प्रियंका से काफी हद तक प्रभावित हैं। मानसा, प्रियंका को फॉलो करती हैं और उन्हें अपना आइडल मानती हैं। प्रियंका भी उन्हें मिस वर्ल्ड बनने के लिए शुभकामनाएं भेज चुकी हैं।

हरनाज को एक्टिंग का बहुत शौक है। वह दो पंजाबी फिल्मों में अभिनय कर चुकी हैं। पिछले दिनों बॉलीवुड में अपने डेब्यू पर बात करते हुए उन्होंने कहा था कि वह शाहरुख खान के साथ अपना सफर शुरू करना चाहती हैं, क्योंकि वह शुरू से ही उनके पसंदीदा अभिनेता रहे हैं। हरनाज ने यह भी कहा था कि मौका मिला तो वह निर्देशक संजय लीला भंसाली के साथ जरूर काम करेंगी, क्योंकि वह उनकी विश लिस्ट में सबसे ऊपर हैं।

अब सीधे ओटीटी पर रिलीज होगी यामी गौतम की फिल्म ए थर्सडे ?

अभिनेत्री यामी गौतम आने वाले दिनों में एक से बढ़कर एक फिल्मों में नजर आएंगी। वह पिछले कुछ समय से थ्रिलर फिल्म ए थर्सडे को लेकर भी सुर्खियों में हैं। पहले उनकी इस फिल्म को सिनेमाघरों में रिलीज करने की योजना बनाई गई थी, लेकिन अब निर्माताओं ने यह योजना रद्द कर दी है। कोरोना वायरस का बढ़ता प्रकोप देख अब उन्होंने इसे सीधे ओटीटी पर लाने का फैसला किया है।

देशभर में कोरोना के मामले बढ़ने के कारण फिल्म इंडस्ट्री पर बुरा असर पड़ रहा है। देश के कई हिस्सों में थिएटर या तो 50 प्रतिशत क्षमता के साथ चल रहे हैं या बंद कर दिए गए हैं। लिहाजा ए थर्सडे के मेकर्स भी अपनी इस फिल्म को थिएटर की जगह ओटीटी पर रिलीज करने की तैयारी में हैं।

रिपोर्टों के मुताबिक फिल्म डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर रिलीज होगी। इस ओटीटी प्लेटफॉर्म ने फिल्म के राइट्स खरीद लिए हैं।

ए थर्सडे के ओटीटी पर आने का आधिकारिक ऐलान जल्द ही किया जाएगा। अब दर्शक इस बात की राह देखेंगे कि वे कब यामी को स्क्रीन पर देख पाएंगे तो रिपोर्ट के मुताबिक यह फिल्म डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर अगले दो महीनों के अंदर रिलीज होगी। इस फिल्म का निर्देशन ब्लैंक के निर्देशक बहजाद खांबटा ने किया है और रॉनी स्क्रूवाला इसके निर्माता हैं। यामी के अलावा अभिनेत्री डिंपल कपाड़िया, नेहा धूपिया और अतुल कुलकर्णी भी फिल्म में नजर आएंगे।

बता दें कि ए थर्सडे यामी की पहली फिल्म नहीं है, जो ओटीटी का रुख करेगी। उनकी पिछली फिल्म भूत पुलिस भी डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर ही रिलीज हुई थी। इससे पहले आई उनकी रोमांटिक कॉमेडी फिल्म गिन्नी वेड्स सनी नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम हुई थी।

इस फिल्म की कहानी नैना जायसवाल नाम की एक प्लेस्कूल टीचर के इर्द-गिर्द घूमती है, जो 16 बच्चों को बंधक बना लेती है। मीडिया और पुलिस नैना को घेर लेती है और उससे सवाल पूछ पूछकर उसे तोड़ देती है। अब नैना को बच्चे कैसे मिलते हैं और क्या उसी ने ही उन्हें अगवा किया है? इन्हीं सवालों का जवाब यह फिल्म आपको देगी। यामी अपने करियर में पहली बार किसी फिल्म में नकारात्मक भूमिका निभाने जा रही हैं।

यामी को आखिरी बार हॉरर कॉमेडी फिल्म भूत पुलिस में देखा गया था। वह जल्द ही अनिरुद्ध रॉय चौधरी की फिल्म लॉस्ट में नजर आएंगी। इसमें वह क्राइम रिपोर्टर की भूमिका निभाएंगी। आजकल यामी अपने इसी किरदार की तैयारी में लगी हैं। वह अभिषेक बच्चन और अभिनेत्री निमरत कौर के साथ फिल्म दसवीं में भी काम कर रही हैं। यामी ओह माय गॉड 2, चोर निकल के भागा और रात बाकी जैसी फिल्मों में भी अपनी मौजूदगी दर्ज कराएंगी।

चकदा एक्सप्रेस में झूलन गोस्वामी के किरदार से वापसी करेंगी अनुष्का शर्मा

अनुष्का शर्मा एक बार फिर से पर्दे पर धमाल मचाने के लिए तैयार हैं। उनकी फिल्म 'चकदा एक्सप्रेस' आने वाली है जो पूर्व भारतीय महिला क्रिकेट कप्तान झूलन गोस्वामी की जिंदगी और उनकी क्रिकेट यात्रा से प्रेरित है। मिली जानकारी के तहत यह फिल्म नेटफ्लिक्स पर रिलीज होने जा रही है, जिसकी पहली झलक अनुष्का शर्मा ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर की है। आप सभी को बता दें कि यह फिल्म विश्व क्रिकेट के इतिहास में सबसे तेज महिला गेंदबाजों में से एक झूलन गोस्वामी की शानदार यात्रा को दर्शाने वाली है, जिन्होंने अपने सपने को पूरा करने के लिए कई बाधाओं को पार किया और कई महिलाओं को प्रेरित किया।

आप सभी को यह भी बता दें कि अनुष्का शर्मा और उनके भाई कर्णेश शर्मा की क्लीन स्लेट फिल्मज़ द्वारा निर्मित, 'चकड़ा एक्सप्रेस' का निर्देशन प्रोसित रॉय द्वारा किया गया है। अभी इस फिल्म की रिलीज डेट सामने नहीं आई है लेकिन ऐसा कहा जा रहा है फिल्म धमाकेदार होने वाली है। अनुष्का शर्मा ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर फिल्म का टीजर जारी किया है। इस टीजर वीडियो में आपको झूलन गोस्वामी के रूप में अनुष्का शर्मा बहुत ही धाकड़ खिलाड़ी की तरह दिखाई देंगी। आप देख सकते हैं अनुष्का शर्मा ने इस पोस्ट में झूलन गोस्वामी को लेकर एक बहुत ही लंबा लेख लिखा है। इस लेख में उन्होंने पूर्व भारतीय क्रिकेट कप्तान के बारे में दिल को छू लेने वाली बातें कही हैं।

अनुष्का शर्मा ने झूलन गोस्वामी की बात करते हुए लिखा- यह वास्तव में एक स्पेशल फिल्म है, क्योंकि यह बलिदान की एक जबरदस्त कहानी है। चकदा एक्सप्रेस पूर्व भारतीय कप्तान झूलन गोस्वामी के जीवन से प्रेरित है और यह महिला क्रिकेट की दुनिया की आंखें खोलने वाली होगी। ऐसे समय में जब झूलन ने क्रिकेटर बनने और अपने देश को वैश्विक मंच पर गौरवान्वित करने का फैसला किया, तब महिलाओं के लिए खेल खेलने के बारे में सोचना भी बहुत मुश्किल था। यह फिल्म कई उदाहरणों की एक ड्रमैटिक रीटेलिंग है, जिसने झूलन गोस्वामी के जीवन और महिला क्रिकेट को भी आकार दिया है।

इसी के साथ आगे उन्होंने लिखा है- सपोर्ट सिस्टम से लेकर सुविधाओं तक, खेल खेलने से लेकर स्थिर आय तक, यहां तक कि क्रिकेट में भविष्य बनाने तक, भारत की महिलाओं को क्रिकेट को एक पेशे के रूप में अपनाने के लिए बहुत कम प्रेरित किया गया।

झूलन का क्रिकेट करियर एक संघर्षपूर्ण और बेहद अनिश्चित क्रिकेट करियर रहा और वह अपने देश को गौरवान्वित करने के लिए खड़ी रहीं। उन्होंने इस रूढ़ि को बदलने का प्रयास किया कि महिलाएं भारत में क्रिकेट खेलकर अपना करियर नहीं बना सकतीं, ताकि अगली पीढ़ी की लड़कियों को एक बेहतर खेल का मैदान मिले। अभी बहुत काम किया जाना बाकी है और हमें उन्हें सर्वश्रेष्ठ के साथ सशक्त बनाना है ताकि भारत में महिलाओं के लिए खेल फल-फूल सके।

विक्रम वेधा से ऋतिक रोशन का फर्स्ट लुक रिलीज

बॉलीवुड स्टार ऋतिक रोशन ने सोमवार को अपने 48वें जन्मदिन पर अपकमिंग फिल्म विक्रम वेधा से अपने वेधा लुक को रिलीज कर दिया है। ऋतिक ने इंस्टाग्राम पर अपने लुक का खुलासा किया। ऐसे में ऋतिक खुद बहुत खुश हैं. अब अगर फिल्म से ऋतिके के लुक पर गौर करें तो वे काफी दमदार अवतार में नजर आ रहे हैं. दाढ़ी-मूंछ, आंखों पर ब्लैक सनग्लासेज, कुर्ता, गले में काला धागा, बिखरे हुए बाल, चेहरे और छाती पर खून के धब्बे, फिल्म से ऋतिक का यह लुक उनके कैरेक्टर की झलक दे रहा है. आप सभी को बता दें कि विक्रम वेधा के ओरिजिनल वर्जन में विजय सेतुपती ने वेधा का रोल प्ले किया था. ऋतिक का यह लुक विजय सेतुपती की याद दिलाता है. आप सभी को हम यह भी बता दें कि विक्रम वेधा में ऋतिक रोशन और सैफ अली खान लीड रोल्स हैं. जी दरअसल ऋतिक ने वेधा का और सैफ ने विक्रम का किरदार निभाया है. इस फिल्म में राधिका आप्टे भी अहम रोल में हैं. वैसे विक्रम वेधा के कुछ हिस्सों की शूटिंग हो चुकी है. सामने आने वाली रिपोर्ट्स की मानें तो फिल्म के पहले शेड्यूल का शूट दुबई में किया गया था और इसके बाद सैफ अली खान ने लखनऊ में 19 दिन का शेड्यूल पूरा किया. खबरों के अनुसार विक्रम वेधा ओरिजिनली तमिल मूवी है जिसका निर्देशन पुष्कर-गायत्री ने किया है. इस फिल्म में आर माधवन और विजय सेतुपती ने लीड रोल प्ले किया था. यह फिल्म साल 2017 में रिलीज हुई और इसे बेहद अच्छे रिस्पॉन्स मिले थे.विक्रम वेधा 30 सितंबर को दुनियाभर में बड़े पर्दे पर दस्तक देगी।

सलमान की कभी ईद कभी दीवाली का हिस्सा नहीं हैं आयुष शर्मा

हाल में आई सलमान खान और आयुष शर्मा की फिल्म अंतिम: द फाइनल ट्रुथ को अच्छी प्रतिक्रिया मिली। खासतौर पर आयुष के अभिनय को फिल्म में सराहा गया। उन्हें जबरदस्त एक्शन में देखा गया था। इससे आयुष की मार्केट वैल्यू भी बढ़ गई है। पिछले कुछ समय से चर्चा चल रही थी कि वह सलमान अभिनीत साजिद नाडियाडवाला की कभी ईद कभी दिवाली में दिखेंगे। अब खबर है कि आयुष इस फिल्म का हिस्सा नहीं हैं।

रिपोर्ट की मानें तो आयुष कभी ईद कभी दीवाली का हिस्सा नहीं हैं। एक सूत्र ने बताया, फिल्म अंतिम में सराहना मिलने के बाद आयुष ने बड़ी फिल्मों में कैरेक्टर रोल नहीं करने का फैसला लिया है। सलमान भी ऐसा ही महसूस करते हैं, क्योंकि कभी ईद कभी दीवाली में आयुष का ट्रैक महत्वपूर्ण नहीं था। उन्हें सलमान के छोटे भाई की भूमिका निभानी थी। पूरी फिल्म सलमान के किरदार के इर्दगिर्द घूमती है।

खबरों की मानें तो इस फिल्म में अभिनेता जहीर इकबाल बने रहेंगे। इस फिल्म का निर्देशन फरहाद सामजी करेंगे। उनकी इस एक्शन कॉमेडी फिल्म में दो और कलाकारों को शामिल किया जाएगा। फिलहाल कास्टिंग का काम जोरों पर चल रहा है। इस साल फरवरी के अंत तक फिल्म की शूटिंग शुरू होने की उम्मीद है। साउथ सुपरस्टार वेंकटेश भी फिल्म में सलमान के समानांतर भूमिका निभाने के लिए साथ आए हैं।

ऐसी चर्चा है कि साउथ की कोई दिग्गज अभिनेत्री वेंकटेश के अपोजिट नजर आएंगी। फिलहाल वेंकटेश के किरदार के बारे में विस्तृत जानकारी सामने नहीं आई है। वह इस फिल्म के साथ 25 साल बाद बॉलीवुड की फिल्मों में वापसी करेंगे। उन्होंने फिल्म अनाड़ी से बॉलीवुड में डेब्यू किया था। सुपरहिट फिल्म किक के बाद एक बार फिर सलमान ने फिल्म के लिए साजिद के साथ हाथ मिलाया है। उम्मीद है कि यह फिल्म भी हिट साबित होगी।

इस फिल्म में 56 वर्षीय सलमान पहली बार 31 वर्षीय अभिनेत्री पूजा हेगड़े के साथ रोमांस करते नजर आएंगे। फिल्म में सलमान की प्रेमिका (पूजा) एक छोटे से कस्बे में रहने वाली लड़की है, जिसका स्वभाव सलमान से बिल्कुल विपरीत है। इस फिल्म की कहानी काफी हद तक सलमान के परिवार से प्रेरित होगी। इसमें एक ऐसे परिवार की कहानी होगी, जिसमें ईद और दिवाली दोनों त्योहार मनाए जाते हैं। यह लोगों को एकता और भाईचारे का संदेश देगी।

आयुष ने लवयात्री के साथ अपना डेब्यू किया है। सलमान खान फिल्म्स के बैनर तले बनी फिल्म में वरीना हुसैन नजर आई थीं। इसके बाद वह कई फिल्मों में नजर आए। उम्मीद है कि धीरे-धीरे वह बॉलीवुड में अपनी धाक जमाएंगे।

कोरोना कहर के बीच चुनावी लहर

राजकुमार सिंह

मुख्य चुनाव आयुक्त सुशील चंद्रा की लखनऊ में टिप्पणी कि सभी राजनीतिक दल समय पर चुनाव चाहते हैं, सत्ता-राजनीति की संवेदनहीनता का एक और उदाहरण है। चंद महीनों की आंशिक राहत के बाद देश एक बार फिर से कोरोना की लहर में फंसता दिख रहा है। लगभग सात माह के अंतराल के बाद नये कोरोना मामलों का दैनिक आंकड़ा एक लाख पार कर गया है। बेशक कोरोना के इस कहर के बीच सरकारों ने आम जन जीवन पर पाबंदियां भी बढ़ायी हैं। कहीं रात्रि कर्फ्यू है तो कहीं वीकेंड कर्फ्यू भी है। सरकारी-गैर सरकारी दफ्तरों में हाजिरी ५० प्रतिशत तक सीमित कर दी गयी है। शिक्षण संस्थानों पर एक बार फिर से ताले लग गये हैं तो बाजार भी शाम से ही बंद होने लगे हैं। बिना वैक्सीनेशन आवागमन आसान नहीं रह गया है तो कहीं-कहीं उसके बिना वेतन पर भी रोक है, लेकिन दिनोंदिन बढ़ती इन पाबंदियों के बीच भी एक चीज पूरी तरह खुली है-और वह है राजनीति, खासकर फरवरी-मार्च में आसन्न विधानसभा चुनाव वाले राज्यों में। समाचार माध्यमों में दिखाये जाने वाले फोटो-वीडियो साक्षी हैं कि हमारे ज्यादातर राजनेता जीवन रक्षक बताया जाने वाला मास्क पहनने से ज्यादा जरूरी अपना चेहरा दिखाना समझते हैं। मास्क न पहनने वालों के चालान काटने से हुई कमाई का आंकड़ा बता कर अपनी पीठ थपथपाने में शायद ही कोई राज्य सरकार पीछे रही हो, लेकिन यह किसी ने नहीं बताया कि सत्ता का चाबुक क्या किसी सफेदपोश पर भी चला!

जब ज्यादातर नेताओं का यह आलम है तो फिर कार्यकर्ताओं से आप क्या उम्मीद करेंगे? बेशक नये कोरोना मामलों का दैनिक आंकड़ा एक दिन पहले ही एक लाख पार गया है, लेकिन नये ओमीक्रोन वेरिएंट की दिसंबर में आहट के साथ ही तमाम जानकारों ने आगाह कर दिया था कि तीसरी लहर, दूसरी लहर से ज्यादा प्रबल साबित होगी। उसके बाद भी पंजाब से लेकर गोवा तक राजनीतिक दलों-नेताओं की सत्ता लिप्सा पर कहीं कोई लगाम नजर नहीं आती। यह स्थिति तब है, जब बेकाबू दूसरी लहर और बदहाल स्वास्थ्य तंत्र के चलते अस्पतालों से श्मशान तक के हृदय विदारक दृश्य लोग भुला भी नहीं पाये हैं। किसी मारक महामारी से निपटने में हमारा स्वास्थ्य तंत्र खुद कितना बीमार नजर आता है, पूरी दुनिया देख चुकी है। जान बचाना तो दूर, हमारी सरकारें मृतकों का सही आंकड़ा तक नहीं बता पायीं। पहली लहर के हालात से सबक लेकर स्वास्थ्य सुविधाओं के विस्तार के बड़े-बड़े दावों की पोल दूसरी लहर में खुल चुकी है। कौन दावा कर सकता है कि दूसरी लहर के वक्त किये गये वैसे ही दावों की पोल तीसरी लहर में नहीं खुल जायेगी, क्योंकि घटती समस्या के मद्देनजर उससे मुंह मोड़ लेने की हमारे तंत्र की फितरत तो बहुत पुरानी है। हमारी ज्यादातर समस्याओं के मूल में आग लगने पर कुआं खोदने वाली यह मानसिकता ही है। पर मानसिकता तो तब बदले, जब मन बदले, लेकिन मन तो सत्ता-सुंदरी में इस कदर रमा है कि कुछ और नजर ही नहीं आता। हमारी राजनीति इस कदर चुनावजीवी हो गयी है कि एक चुनाव समाप्त होता है तो दूसरे की बिसात बिछाने में जुट जाती है। ऐसे में सुशासन तो बहुत दूर की बात है, शासन के लिए भी समय मुश्किल से ही मिल पाता है।

मुख्य चुनाव आयुक्त की टिप्पणी से पहले से ही देश में बहस चल रही है कि जब जान और जहान, दोनों खतरे में हैं, तब अतीत से सबक लेकर आसन्न चुनाव स्थगित क्यों न कर दिये जायें। दरअसल मुख्य चुनाव आयुक्त की वह टिप्पणी भी इसी बहस और इससे उपजे सवाल के जवाब में ही आयी। उस टिप्पणी के बाद भी बहस जारी है कि दूसरी लहर में गयीं अनगिनत इनसानी जानों से सबक लेकर तीसरी लहर में मानवीय क्षति से बचने के लिए पांच राज्यों के आसन्न विधानसभा चुनाव स्थगित करने की पहल और फैसला किसे करना चाहिए या कौन कर सकता है? याद रहे कि पिछले साल दूसरी कोरोना लहर के आसपास हुए विधानसभा चुनाव से संक्रमण को मिली घातक रफ्तार और उससे हुई जनहानि के लिए मद्रास उच्च न्यायालय ने सीधे-सीधे चुनाव आयोग को जिम्मेदार ठहराया था। उच्च न्यायालय की टिप्पणियों से तिलमिलाया चुनाव आयोग उनके विरुद्ध सर्वोच्च न्यायालय में भी गया था, लेकिन यह कभी नहीं बताया कि अगर वह नहीं, तो चुनाव प्रचार के दौरान तेज रफ्तार कोरोना संक्रमण के लिए कौन जिम्मेदार था? माना कि हमारा दंतविहीन चुनाव आयोग चुनाव स्थगित करने जैसा फैसला नहीं ले सकता, पर चुनाव प्रचार के लिए ऐसे प्रावधान तो कर सकता है, जो संक्रमण की रफ्तार रोकने में मददगार हों। पिछले साल के चुनावों में अगर बड़ी रैलियों-सभाओं पर पाबंदियां समेत वैसे प्रावधान किये गये होते तो शायद दूसरी लहर का कहर उतना मारक नहीं हुआ होता। विडंबना यह है कि उससे सबक लेकर चुनाव आयोग ने अभी तक आसन्न चुनावों के लिए भी वैसा कोई कदम नहीं उठाया है। जब कोरोना का प्रकोप कम था, तब निर्धारित समय से पहले भी तो यह चुनाव करवाये जा सकते थे?

हमारे संविधान में चुनाव स्थगन सिर्फ आपातकाल में ही संभव है, पर क्या एक संक्रामक महामारी के चलते लाखों नागरिकों की अकाल मौत और वैसी ही आशंका फिर गहराना आपातकाल नहीं है? आदर्श स्थिति होगी कि हमारे राजनीतिक दल-नेता सत्ता लिप्सा से उबर कर तकनीकी-कानूनी बहस में फंसने के बजाय व्यापक राष्ट्रहित में कुछ माह के लिए चुनाव स्थगन पर सहमति तलाशें, जो संविधान संशोधन के माध्यम से संभव भी है। बेशक जानकारों के मुताबिक, अक्सर संकटमोचक की भूमिका निभाने वाला सर्वोच्च न्यायालय भी जन जीवन की रक्षा में ऐसी पहल कर सकता है, पर सवाल वही है कि जीवंत लोकतंत्र के स्वयंभू ठेकेदार राजनीतिक दल और नेता भी कभी किसी राष्ट्र हित-जन हित की कसौटी पर खरा उतरेंगे? नहीं भूलना चाहिए कि पिछले साल कोरोना के कहर के चलते दुनिया के अनेक देशों में चुनाव स्थगित कर विलंब से करवाये गये थे। अगर हमारी सत्ताजीवी राजनीतिक व्यवस्था राष्ट्र हित-जन हित में ऐसा फैसला नहीं ले पाती, तब कम से कम उसे चुनाव प्रचार के सुरक्षित तौर-तरीके तो अवश्य ही अपनाने चाहिए, जिनके लिए चुनाव आयोग के निर्देशों की प्रतीक्षा भी जरूरी नहीं। याद रखें - जनता के लिए सत्ता होती है, सत्ता के लिए जनता नहीं।

अगर आबादी के साधन विहीन अशिक्षित बड़े वर्ग पर डिजिटल जिंदगी थोपी जा सकती है तो हमारे सर्व साधन संपन्न राजनीतिक दल और नेता अपनी राजनीति भी डिजिटल क्यों नहीं करते? बिहार और पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव के दौरान वर्चुअल रैलियों का प्रयोग किया भी गया था। वैसे भी हमारे ज्यादातर नेता आजकल सोशल मीडिया के जरिये ही मीडिया और जनता से संवाद करते हैं। तब चुनाव प्रचार भी मीडिया के विभिन्न अवतारों के जरिये क्यों नहीं किया जा सकता? आकाशवाणी और दूरदर्शन पर राजनीतिक दलों को उनकी हैसियत के अनुसार समय आवंटित किया जा सकता है, तो वे समाचार पत्रों-निजी टीवी चैनलों पर भी अपने चुनाव व्यय से स्थान-समय खरीद सकते हैं। बड़ी रैलियों और रोड शो की राजनीति हमारे देश में ज्यादा पुरानी नहीं है। हमारे राजनीतिक दल और नेता छोटी सभाओं और घर-घर संपर्क की पुरानी शैली फिर अपना सकते हैं। अगर आप हमेशा जनता के बीच रहते हैं तो जाहिर है, आप जनता को और जनता आपको बखूबी जानती भी होगी ही। ये पब्लिक है, सब जानती है! तब बड़ी रैलियां, रोड शो और लोक लुभावन घोषणाएं बहुत तार्किक, सार्थक नहीं लगतीं। ऐसे में कोरोना संकट एक अवसर भी है हमारी खर्चीली-दिखावटी चुनाव प्रचार शैली को वापस जनता और जमीन से जोड़ने का। अगर नेता संयम और अनुशासन अपनायेंगे, तो उनके कार्यकर्ता भी ऐसा करने को बाध्य होंगे और जनता अनुसरण को प्रेरित, वरना आत्मघाती लापरवाही की हद तो हम पर्यटन स्थलों से लेकर बाजारों तक देख ही रहे हैं।

सू- दोकू क्र. 91

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

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 र 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.90 का हल

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

चीन के इरादे

गलवान घाटी में संघर्ष के बाद चले लंबे गतिरोध के बीच खबर आई कि भारतीय व चीनी सैनिकों ने दस चौकियों पर नये साल के मौके पर मिठाइयां बांटी। उम्मीद जगी थी कि दोनों देशों के रिश्तों पर जमी बर्फ अब पिघलने को है। लेकिन तभी चीन सरकार के मुखपत्र ग्लोबल टाइम्स द्वारा एक चित्र सोशल मीडिया पर जारी किया गया, जिसमें चीनी राष्ट्रीय ध्वज लहराते सैनिकों को गलवान घाटी में बताया गया। साथ ही चीनी सैनिकों का वीडियो भी मंदारिन भाषा में जारी किया गया, जिसमें कहा गया कि हम एक इंच जगह भी नहीं छोड़ेंगे। इस फोटो के साझा होने के बाद विपक्ष मोदी सरकार पर हमलावर हुआ और राहुल गांधी ने ट्विट करके प्रधानमंत्री से तीखे सवाल पूछे। इससे पहले भारत प्रशासित अरुणाचल के क्षेत्रों व नदियों के नाम बदलने की चीनी कोशिश को भारत ने कपोल-कल्पना बताकर खारिज किया था। ऐसे में चीन की अविश्वसनीय चालों के प्रति सतर्क रहने की जरूरत है। एक ओर वास्तविक नियंत्रण रेखा पर स्थित चौकियों पर मिठाइयों का आदान-प्रदान और फिर भारत के इलाकों पर कुदृष्टि। तथ्य सार्वजनिक है कि पीएलए वास्तविक नियंत्रण रेखा पर लगातार स्थायी बुनियादी ढांचे का निर्माण कर रही है। चीन को अपने इलाके में निर्माण का हक है लेकिन वह किसके लिये कर रहा है? इस सीमा पर कोई दूसरा देश भी नहीं है, जिससे चीन के दीर्घकालिक घातक मंसूबों का पता चलता है। अभी उपग्रह से मिलने वाली कुछ तस्वीरों के आधार पर मीडिया में खबर आई कि चीन पैंगोंग त्सो झील पर एक पुल का निर्माण कर रहा है जो तिब्बत-शिनजियांग राजमार्ग की दूरी १८० किलोमीटर घटा देगा, जिससे चीन की सेना को उत्तर और दक्षिण किनारे के बीच तेजी से सैनिकों की तैनाती में मदद मिलेगी। इसी उकसावे की कार्रवाई में चीन ने सेला पास, अरुणाचल के आठ गांवों और कस्बों, चार पहाड़ों और दो नदियों का नाम बदलकर उन्हें दक्षिण तिब्बत नाम दे दिया।

दरअसल, चीन भारत सरकार की ओर से वास्तविक नियंत्रण रेखा से लगते क्षेत्र पर किये जा रहे सामरिक निर्माण से बौखलाया हुआ है। भारत के सीमा सड़क संगठन द्वारा निर्मित की जा रही सेला सुरंग के इस साल जून तक तैयार हो जाने की उम्मीद है। दरअसल, इस सुरंग के जरिये अरुणाचल के तवांग में भारतीय सैनिकों की तेजी से आवाजाही में मदद मिलने वाली है। दरअसल, तवांग चीन सीमा से लगा रणनीतिक रूप से महत्वपूर्ण जिला है। यह वही तवांग सेक्टर था जहां पिछले साल अक्तूबर में भारतीय और चीनी सैनिकों के बीच टकराव हुआ था। उसके बाद कोर कमांडर स्तर की सैन्य वार्ता का 13वां दौर गतिरोध में समाप्त हुआ था। यही वजह है कि भारत सरकार सीमावर्ती क्षेत्रों में दीर्घकालिक शांति सुनिश्चित करने के लिये गंभीर बातचीत न करने के लिये बीजिंग को जिम्मेदार ठहराती रही है। निस्संदेह, इस स्थिति में भारत को बेहद चौकस रहते हुए एलएसी के साथ बुनियादी ढांचे के विस्तार को प्राथमिकता देनी चाहिए। दरअसल, इस इलाके में प्रतिरक्षा तैयारियों में तेजी लाने तथा रूस से अत्याधुनिक वायुरक्षा मिसाइल प्रणाली हासिल करने की कवायद चीन को परेशान कर रही है। हालांकि इसके बावजूद चीन की उकसावे की कोशिशों के बीच संयम बरतना भारत के लिए एक चुनौती होगी। फिर भी चीन के हर दुस्साहस का कड़ा जवाब दिया जाना होगा। विगत के अनुभवों को देखते हुए क्षेत्र में शक्ति संतुलन के लिये भारत की रक्षा तैयारियों से किसी भी तरह का समझौता नहीं किया जा सकता। हालांकि, भारतीय सैनिकों के गलवान घाटी में तिरंगा लहराने का चित्र सरकार द्वारा जारी करने के बाद चीनी मीडिया बचाव की मुद्रा में नजर आ रहा है। दलील दे रहा है कि सीमा पर गोलियों के बजाय मिठाई का आदान-प्रदान अच्छा है। यह भी कि भारतीय विपक्ष अपने राजनीतिक हितों के लिये सामरिक नीतियों को ढाल की तरह इस्तेमाल कर रहा है। वहीं कूटनीतिज्ञ कह रहे हैं कि इस साल राष्ट्रपति शी जिनपिंग अपने तीसरे ऐतिहासिक कार्यकाल के लिये मैदान में उतरेंगे, इसीलिए वे घरेलू जनता व नेशनल पीपल्स कांग्रेस में अपनी राष्ट्रवादी नेता की छवि बनाने के लिये ऐसे हथकंडे अपना रहे हैं। (आरएनएस)

भंडारागार निगम प्रबंधन की भर्ती प्रक्रिया में आरक्षण व्यवस्था ध्वस्तः मोर्चा

संवाददाता

विकासनगर। जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह ने कहा कि 8-10 दिन पहले उत्तराखंड राज्य भंडारागार निगम ने 13 पदों हेतु भर्ती प्रक्रिया प्रारंभ करने को लेकर समाचार पत्र में विज्ञप्ति जारी की, जिसमें लेखाकार, भंडार अधीक्षक, भंडार सहायक, कनिष्ठ सहायक आदि पदों का उल्लेख किया गया था। उस विज्ञप्ति में निगम प्रबंधन द्वारा आरक्षण व्यवस्था को तार-तार करने का काम किया गया है। उक्त अनियमितता को लेकर मोर्चा मुख्य सचिव से कार्रवाई की मांग करेगा।

नेगी ने कहा कि उक्त 13 पदों के सापेक्ष आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग (ईडब्ल्यूएस) के लिए कोई आरक्षण की व्यवस्था नहीं की गयी तथा इसी प्रकार अनुसूचित जाति हेतु 3 पद आरक्षित किए गए, लेकिन इन पदों में क्षैतिज आरक्षण के तहत अनुसूचित जाति महिला हेतु कोई पद आरक्षित नहीं किया गया। अन्य पिछड़ा वर्ग हेतु दो पद आरक्षित होने चाहिए थे, लेकिन सिर्फ एक पद ही आरक्षित किया गया। उन्होने कहा कि मोर्चा आरक्षित वर्ग के लोगों का शोषण नहीं होने देगा।

नौटियाल के निधन पर शोक सभा आयोजित

संवाददाता

देहरादून। भाजपा महानगर कार्यालय प्रभारी आनन्द प्रकाश नौटियाल के निधन पर कार्यालय में शोक सभा का आयोजन कर उनको श्रद्धासुमन अर्पित किये गये।

आज यहां भाजपा महानगर कार्यालय में सुझाव पेटीकाओं को महानगर से प्रदेश कार्यालय भेजने का कार्यक्रम का आयोजन किया गया था लेकिन महानगर कार्यालय प्रभारी आनन्द प्रकाश नौटियाल के आकास्मिक निधन के कारण कार्यक्रम स्थगित कर शोकसभा का आयोजन किया गया। शोकसभा में महानगर अध्यक्ष सीताराम भटट ने बताया कि नौटियाल जनसंघ के समय से पार्टी को अपनी सेवाएं देते आये उन्होंने अपना सम्पूर्ण समर्पण पार्टी के कार्यो के लिए अन्तिम समय तक समय दिया उनका इस तरह जाना भारतीय जनता पार्टी महानगर के लिए बहुत बडी क्षति है। इस अवसर पर विधायक गणेश जोशी, अनिल गोयल डा0 ओपी कुलश्रेष्ठ, सतेन्द्र नेगी, रतन सिंह चौहान, कमली भट्ट, कमला चौहान, आदि लोग उपस्थित थे।

यूकेडी ने जनसंपर्क अभियान चलाया

ऋषिकेश (आरएनएस)। डोईवाला में विधानसभा चुनाव के लिए यूकेडी ने बिगूल फूंक दिया है। यहां यूकेडी प्रत्याशी ने जनसंपर्क कर अपने पक्ष में वोट मांगे। शुक्रवार को डोईवाला में यूकेडी प्रत्याशी शिवप्रसाद सेमवाल ने जनसंपर्क अभियान चलाया। जिसके तहत उन्होंने अठूरवाला, मोरधार और सुनार गांव में घर–घर जाकर मतदाताओं से संपर्क किया। उन्होंने कहा कि डोईवाला विधानसभा क्षेत्र और प्रदेश के अन्य जगहों पर पिछले २० सालों से एक जैसी समस्याओं से लोग जूझ रहे हैं। लेकिन कांग्रेस और भाजपा ने १०–१० साल राज करने के बावजूद पेयजल, सार्वजनिक नालियों के निर्माण जैसी समस्याओं का भी समाधान नहीं किया।

क्षेत्र में लोग लो वोल्टेज की समस्या, जर्जर सड़कें आदि से परेशान हैं। उन्होंने कहा कि लोगों में इस बार वोकल फॉर लोकल का बहुत रुझान है और लोग भी चाहते हैं कि क्षेत्रीय दलों की सरकार बने। मौके पर यूकेडी के केंद्रीय सचिव केंद्र पाल सिंह तोपवाल, जिला अध्यक्ष संजय डोभाल, जिला वरिष्ठ उपाध्यक्ष धर्मवीर सिंह गुसाईं, जिला कोषाध्यक्ष अवतार सिंह बिष्ट, जिला संगठन मंत्री दिनेश सेमवाल, नगर अध्यक्ष राकेश तोपवाल, रमेश तोपवाल, हर्ष रावत, श्यामसुंदर, पेशकार गौतम आदि उपस्थित रहे।

भाजपा की पहली सूची जारी, 20 विधायकों... पृष्ठ 1 का शेष

दिया गया है तथा श्रीकांत शर्मा को मथुरा से मैदान में उतारा गया है। वही खुर्जा से मीनाक्षी सिंह, चरथावल से सपना कश्यप को टिकट दिया गया है तथा अतरौली से संदीप सिंह को टिकट मिला है। मेरठ कैंट से अमित अग्रवाल मेरठ दक्षिण से सोमेंद्र तोमर मेरठ से कमल दत्त शर्मा तथा सरधना से संगीत सोम पर भरोसा जताया गया है। भाजपा ने जिन 20 विधायकों के टिकट काटे हैं उनमें मेरठ से लक्ष्मीकांत बाजपेई व सत्य प्रकाश आदि सहित अनेक नाम शामिल है।

दो - चार ग्राम स्मैक पकड़ने के लिए थानेदारों में लगी होड

संवाददाता

देहरादून। जनपद के थाना चौकी पुलिस मात्र दो से चार ग्राम स्मैक पकड़कर अपनी पीठ थपथपा रहे हैं। पुलिस अधिकारियों को इसके मुख्य सूत्रधार को पकड़कर युवा वर्ग को इस जहर से बचाना होगा।

राजधानी में आजकल थाना चौकी पुलिस स्मैक पकडने की दौड में शामिल हो रखे हैं। आये दिन जनपद के सभी थाना चौकी के पुलिस कर्मचारी स्मैक व चरस के साथ किसी ना किसी को पकडकर अपनी पीठ थपथपाते दिखायी दे रहे हैं और अधिकारी भी इसे बड़ी उपलब्धि मानकर चल रहे हैं। यह स्मैक कहां से आ रही है और इसको लेकर शहर में कौन आ रहा है इसके बारे में जानकारी एकत्रित करने के लिए कोई तैयार नहीं है। शहर के गली मौहल्लों में जिस तरह से इस जहर ने अपने पैर पसार रखे है यह युवा पीढ़ी के लिए घातक साबित हो रहा है।

आज का युवा वर्ग इस जहर की चपेट में आता जा रहा है, यही नहीं इसके जाल में फंसने के बाद वह अपराध की ओर भी मुड़ रहा है। महंगा नशा करने के लिए उसको रूपयों की जरूरत पडती है और रूपये ना मिलने पर वह चोरी, लूट, टप्पेबाजी जैसी घटनाओं को करने में भी पीछे नहीं हटता है। आज गली मौहल्लों में यह जहर जिस तरह से बिक रहा है इसके लिए कौन जिम्मेदार है इसका पता लगाना आवश्यक है। पुलिस दो-चार ग्राम स्मैक पकड़ना ही अपना कर्त्तव्य समझकर बैठी हैं।

पुलिस अधिकारियों को भी इसमें मंथन करना होगा कि आखिरकार यह स्मैक शहर में आ कहां से रही है और इसके मुख्य सूत्रधार कौन है। स्मैक पीने वाले ज्यादातर युवा अपराध की तरफ मुड़ रहे हैं। जो पुलिस के लिए भी सिरदर्द बन रहे हैं। अभी यह छोटे-मोटे अपराध कर रहे हैं लेकिन बाद में यह बड़ा अपराध भी कर सकते हैं। कई बार पकडे गये स्मैक तस्करों ने पुलिस को बताया है कि वह स्मैक बरेली, पीलीभीत से खरीदकर लाते है तो यहां के पुलिस अधिकारियों को उत्तर प्रदेश के पुलिस अधिकारियों के साथ मंथन कर इस जहर के मुख्य सूत्रधार को पकडकर जेल भेजना चाहिए। शहर के कई इलाके इस जहर के लिए बदनाम हो चुके है और वहां पर 15 से 20 वर्ष आयु वाले युवा इसकी चपेट में आ रहे हैं हैं और वे इसके आदी बन रहे हैं।

अग्रवाल ने बौठियाल के निधन पर शोक व्यक्त किया

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने देहरादून भाजपा के वरिष्ठ नेता मोहन लाल बौठियाल के निधन पर शोक व्यक्त किया है। विधानसभा अध्यक्ष ने दिवंगत आत्मा की शांति की प्रार्थना करते हुए शोक संतप्त परिजनों के प्रति अपनी सांत्वना व्यक्त की हैद्य

आज यहां विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचन्द अग्रवाल ने मोहन लाल बौठियाल के निधन पर दुख जताते हुए कहा उन्होंनें सरकार व संगठन में विभिन्न पदों का कुशलतापूर्वक निर्वहन किया। वह हमेशा अपनी बेबाकी और ईमानदारी के लिए जाने जाते थे। उनका निधन पार्टी के लिए एक अपूर्णीय क्षति है। उन्होंने हमेशा मृदुभाषी व सादगी के साथ अपना जीवन जिया। उन्होंने जीवन पर्यंत समाज को मजबूत बनाने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका अदा की।

उजपा ने किया अपना 27 सूत्रीय चुनावी संकल्प पत्र जारी

नई टिहरी (आरएनएस)। उत्तराखंड जन एकता पार्टी ने अपना २७ सूत्रीय चुनावी संकल्प पत्र जारी किया है। संकल्प पत्र में मुख्यता मूल निवास को प्राथमिकता, चयन समिति का गठन, रोजगार सृजन, प्रभावी भू कानून, टिहरी बांध के ऊपर २४ घंटे वाहन आवागमन, जंगली जानवरों से लोगों और खेती की सुरक्षा आदि मुद्दे शामिल हैं। कहा पार्टी ने जनता के मांग के अनुरूप संकल्प तैयार किया है। मौके पर टिहरी, ऋषिकेश, कर्णप्रयाग, पौड़ी और धनोल्टी सीट से प्रत्याशियों के नामों की भी घोषणा की।

शुक्रवार मकर संक्राति के पावन पर्व पर उत्तराखंड जन एकता पार्टी से जुड़े लोगों ने पार्टी दफ्तर में चुनावी संकल्प पत्र जारी किया। पार्टी के केंद्रीय अध्यक्ष व पूर्व काबीना मंत्री दिनेश धनै ने कहा कि अगर उनकी पार्टी के प्रत्याशियों को जीत मिली तथा सरकार में भागीदारी मिली, तो वह पार्टी के संकल्प पत्र के अनुरूप कार्य करने का प्रयास करेंगे। कह पिछली सरकार में पर्यटन मंत्री रहते उन्होंने जो विकास कार्य किये हैं, उन्हीं के आधार पर वह जनता से वोट मागेंगे। उनकी पार्टी फिलहाल सात सीटों पर चुनाव लड़ेगी, जल्द ही अन्य प्रत्याशियों की घोषणा भी की जाएगी। बताया कि सात सीटों के अलावा कोई उनकी पार्टी को सहयोग देना अथवा उनकी पार्टी से सहयोग लेना चाहेगा, तो उस पर कार्यकर्ताओं की रायसुमारी के बाद विचार किया जाएगा। लेकिन उत्तराखड़ियत के विरुद्ध कार्य करने वाले किसी भी नेता को पार्टी में जगह नहीं दी जाएगी। उन्होंने कार्यकर्ताओं से उत्तराखंड और पार्टी हित में कार्य करने का आह्वान किया। मौके पर जिलाध्यक्ष संजय मैठाणी, महिला जिलाध्यक्ष रागनी भट्ट, गोविन्द्र बिष्ट, विक्रम कठैत, दिवाकर भट्ट, जितेंद्र सजवाण, संजय रतूड़ी, सुभाष रमोला, संजय चौहान, बलवीर नेगी, जयेन्द्र रावत आदि उपस्थित थे।

राजनैतिक विद्वेष के चलते नगर पालिका भंग कीः जोशी

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश सचिव महेश जोशी ने कहा कि भाजपा सरकार ने राजनैतिक विद्वेष के चलते श्रीनगर की नगर पालिका को भंग कर दिया जोकि वहां की जनता का अपमान है।

आज यहां श्रीनगर पहुचे महेश जोशी ने कहा कि प्रदेश सरकार हर मोर्चे पर विफल साबित हुई है। जनता से झूठे वायद करके प्रचण्ड बहुमत से सत्ता में आयी भाजपा सत्ता के नशे में चूर रही। उन्होंने कहा कि सौ दिन में लोकायुक्त का वादा जिसमें विपक्ष भी सरकार के साथ था लेकिन सरकार लोकायुक्त से मुकर गयी। प्रदेश की जनता भाजपा के कुशासन से त्रस्त है। उन्होंने कहा कि आज प्रदेश की जनता बेरोजगारी, महंगाई, स्वास्थ्य, शिक्षा व पलायन जैसी मूलभूत समस्याओं से जूझ रही है। रोजगार को लेकर युवाओं से छलावा किया गया सरकारी विभागों में रिक्त पदों कोई नियुक्ति नहीं की गयी।

स्वास्थ्य सुविधाओं की हालत बदहाल है महिलाओं को प्रसव सडक पर ही हो रहे है जिससे जच्चा बच्चा दोनों की मौत हो गयी। पलायन रोकने में सरकार नाकाम रही है। उन्होंने कहा कि कोरोना के दौरान घर लौटे प्रवासी उत्तराखण्डियों को रोजगार देने में सरकार नाकाम रही।

उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार की हठधर्मिता एवं राजनैतिक विद्वेष को जनता द्वारा चुनी गयी श्रीनगर नगर पालिका भंग कर श्री नगर की सम्मानित जनता का अपमान किया जिसका संज्ञान लेते हुए उच्च न्यायालय ने सरकार के फैसले पर रोक लगा दी जो स्वागत योग्य है। जिसका बदला आगामी चुनाव में जनता इनसे लेगी।

एक नजर

अखिलेश यादव सिर्फ वोट चाहते हैं, उन्हें दलितों की जरूरत नहीं हैः चंद्रशेखर

लखनऊ। भीम आर्मी के प्रमुख चंद्रशेखर आजाद ने दावा किया है कि पिछले ६ महीने के भीतर सपा प्रमुख अखिलेश यादव से उनकी कई बार मुलाकात हुई। चंद्रशेखर ने कहा कि अखिलेश यादव हुई मुलाकात काफी सकारात्मक रहा लेकिन अंत समय में लगा कि अखिलेश यादव को दलितों की जरूरत नहीं है। उन्होंने अखिलेश यादव पर निशाना साधते हुए कहा कि अखिलेश यादव सिर्फ वोट चाहते हैं। उन्हें दलितों की जरूरत नहीं है। बकौल चंद्रशेखर, मेरी अखिलेश यादव से पिछले ६ महीनों में काफी मुलाकातें हुईं हैं। इस बीच सकारात्मक बातें भी हुई लेकिन अंत समय में मुझे लगा कि अखिलेश यादव को दलितों की ज़रूरत नहीं है। वह इस गठबंधन में दलित नेताओं को नहीं चाहते। वह चाहते हैं कि दलित उनको वोट करें। गौरतलब है कि भीम आर्मी प्रमुख व आजाद समाज पार्टी (आसपा) के संस्थापक अध्यक्ष चंद्रशेखर आजाद ने शुक्रवार को सपा दफ्तर में अखिलेश यादव से मुलाकात की थी। रिपोर्ट के मुताबिक अखिलेश और आजाद की करीब एक घंटे बातचीत हुई। चंद्रशेखर आजाद ने यहां तक कहा था कि सपा से उनका गठबंधन लगभग तय है। हालांकि इस बीच आजाद ने अपने बयान से सपा को झटका दे दिया है।

नालंदा में जहरीली शराब पीने से 5 की मौत

नालंदा। एक तरफ नीतीश सरकार बिहार में शराबबंदी कानून को प्रभावी बनाने के लिए तमाम तरह की कोशिशें कर रही है। वहीं शराब माफिया खुलेआम इस कानून को चुनौती दे रहे हैं।साल २०२१ में जहरीली शराब के चलते सैकड़ों लोगों की मौत हो गई। वहीं अब नालंदा जिले में जहरीली शराब पीने से पांच लोगों की मौत हो गई। मृतकों के परिजनों ने दावा किया है कि सभी की मौत जहरीली शराब के चलते हुई है। यह पूरा मामला नालंदा जिले के सोहसराय थाना क्षेत्र के छोटी पहाड़ी और पहाड़ तल्ली मोहल्ला का है। वहीं तीन लोगों की हालत गंभीर बनी हुई है। इन तीनों का इलाज एक निजी क्लिनिक में चल रहा है। परिजनों ने बताया कि शराब पीने के बाद सभी की तबीयत बिगड़ने लगी और फिर मौत हो गई। वहीं पुलिस प्रशासन मामले की जांच में जुटा हुआ है। थानाध्यक्ष सुरेश प्रसाद के बाद सदर डीएसपी डॉ. शिब्ली नोमानी ने मौके पर पहुंचकर परिजनों से जानकारी ली। स्थानीय लोगों ने आसपास के इलाकों में चुलाई शराब बनाने की बात की है। वहीं मानपुरा थाना इलाके के हरगावा गांव में भी दो लोगों की संदिग्ध हालात में मौत हुई है।

जम्मू कश्मीर में वीकेंड कर्फ्यू लागू

जम्मू। जम्मू कश्मीर में कोरोना के बढ़ते मामलों को देखते हुए प्रशासन ने अब पूरे प्रदेश में वीकेंड कर्फ्यू लागू कर दिया है। पूरे प्रदेश में नाइट कर्फ्यू पहले से ही लागू है। जबकि चर्चा यह भी है कि कोरोना मामलों में कमी न आने पर पूर्ण लॉकडाउन भी लगाया जा सकता है। वैसे भी प्रशासन ने प्रदेश में तीसरी लगर के आने की घोषणा कर दी है। प्रदेश के मुख्य सचिव डा अरुण कुमार मेहता ने आदेश जारी करते हुए कहा है कि रात को ६ बजे से सुबह ६ बजे तक प्रदेश के सभी जिलों में कोरोना कर्फ्यू भी पूरी तरह से लागू रहेगा। चूंकि प्रदेश में लगातार कोरोना संक्रमण के मामलों में वृद्धि हो रही है, इस वजह से जगह–जगह टेस्ट पर अधिक जोर दिया जा रहा है। कोरोना के हालात से निपटने के लिए बनी प्रदेश कमेटी ने इंडोर और आउटडोर गतिविधियों में भाग लेने वाले लोगों की संख्या २५ तक सीमित कर दी है। प्रदेश के सभी जिलों के बैक्वेंट हॉल में सिर्फ २५ लोगों को ही किसी भी कार्यक्रम में शामिल होने की अनुमति होगी। इसके लिए शामिल होने वाले सभी लोगों का आरटी पीसीआर टेस्ट ७२ घंटे से अधिक पुराना नहीं होना चाहिए। इसके अलावा प्रदेश के सभी सिनेमा हाल, मल्टीप्लेक्स, रेस्तरां, क्लब, जिम और स्विमिंग पूल में भी कुल प्रतिशत में से २५ प्रतिशत लोगों को ही जाने की अनुमति होगी। प्रदेश के सभी कॉलेज, स्कूल, पालिटेक्निक कॉलेज, आइटीआइ में पढ़ाई के आनलाइन प्रक्रिया अपनाने के आदेश जारी किए गए हैं।

सरिता आर्य ने दिखाये बगावती तेवर

टिकट नहीं तो थामेंगी भाजपा का दामन

संवाददाता

देहरादून। महिला कांग्रेस की प्रदेश अध्यक्ष सरिता आर्य ने खुला ऐलान किया है कि अगर कांग्रेस उनको टिकट नहीं देती है और वहीं अगर भाजपा से उनके पास टिकट का प्रस्ताव आता है तो वह भाजपा का दामन थामकर चुनाव लड़ेंगी।

गौरतलब है कि विधानसभा चुनाव की घोषणा होते ही दोनों राष्ट्रीय दलों में टिकट बंटवारे को लेकर घमासान मचा हुआ है। दोनों दलों में से नेताओं के बगावती तेवर सुनायी दे रहे हैं और कई नेताओं के दूसरे दल में जाने की अटकलें भी लग रही है। वहीं आज यहां प्रदेश कांग्रेस कार्यालय में सरिता आर्य ने खुलेआम इस बात का ऐलान कर दिया है। सरिता आर्य का कहना है कि अगर पार्टी में उनकी अनदेखी की गयी तो वह कांग्रेस छोडने के लिए विवश हो जायेगी। उनका कहना है कि जब वह अपनी टिकट नहीं बचा पा रही है तो अन्य महिलाओं को कैसे टिकट दिला पायेंगी जिन्होंने अपनी दावेदारी पेश कर रखी है वह वह उसकी तरफ देख रही है। उन्होंने यहां साफ ऐलान किया कि अगर भाजपा उनको नैनीताल सीट से टिकट देती है तो वह भाजपा का दामन पकडकर उनके टिकट से चुनाव लडकर अपनी दूसरी पारी शुरू करेंगी।

वहीं गत दिवस यह भी चर्चा हो रही थी सरिता आर्य ने सांसद व पूर्व मुख्यमंत्री निशंक व प्रदेश प्रभारी से भी मुलाकात की थी तथा उनकी तरफ से भी उनको कुछ आश्वासन दिया गया था। जिसके चलते आज कांग्रेस भवन पहुंचकर सरिता आर्य ने इतना बडा फैसला सुना दिया। जिससे कांग्रेस भवन में राजनीति काफी गर्मा गयी थी।

14 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद, अज्ञात के खिलाफ मुकदमा दर्ज

हमारे संवाददाता

देहरादून। तीर्थनगरी ऋषिकेश में शराब तस्करी में प्रयुक्त एक कार से पुलिस ने 14 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की है। चालक फरार है जिसकी तलाश की जा रही है। वहीं दो महिला शराब तस्करों को भी पुलिस ने देशी शराब के साथ गिरफ्तार किया गया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम ऋषिकेश कोतवाली पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान जब पुलिस श्यामपुर फाटक के समीप पहुंची तो उसे वहा एक संदिग्ध कार खड़ी हुई दिखायी दी।

पुलिस ने जब उसकी तलाशी ली तो उसमें रखी 14 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद हुई। जबकि कार चालक मौके पर नहीं मिला जिसकी तलाश की जा रही है।

वहीं दूसरी ओर रॉयल बेकरी बनखंडी के समीप से पुलिस ने दो महिलाओं को 40 व 35 पव्वे देशी शराब के साथ गिरफ्तार किया गया है। पूछताछ में उन्होने अपना नाम माया देवी पत्नी प्यारेलाल व गंगादेई पत्नी सुरेश निवासी बनखंडी बताया। पुलिस ने उन्हे आबकारी अधिनियम के तहत गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया है।

आवश्यकता है

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

संपर्क करें- 9358134808

संदिग्ध परिस्थितियों में युवक को लगी गोली, हालत गम्भीर

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नारसन के मुंडलाना गांव में कल देर रात घर के बाहर गये युवक को संदिग्ध परिस्थितियों में गोली लगने से सनसनी फैल गयी। जिसे अस्पताल पहुंचाया गया जहां उसकी हालत चिंताजनक बनी हुई है। वहीं सूचना पर मौके पर पहुंची पुलिस ने जांच शुरू कर दी गयी है।

जानकारी के अनुसार कल देर रात नारसन के मुंडलाना गांव में घर से बाहर जा रहे युवक को गोली लगने से हड़कम्प मच गया। देर रात गोली की आवाज सुनकर गांव के अन्य लोग भी मौके पर पहुंच गए और घायल युवक को अस्पताल पहुंचाया। जहां उसकी हालत चिताजनक बनी हुई है। वहीं मौके पर पहुंची पुलिस ने जांच शुरू कर दी है। गोली किसने मारी फिलहाल पुलिस पूरे मामले की जानकारी जुटा रही है। बताया जा रहा है कि नारसन के मुंडलाना गांव निवासी हसीन पुत्र जब्बार मजदूरी कर अपने परिवार के साथ शांत जिन्दगी बिता रहा है। स्थानीय लोगों के अनुसार वह देर रात किसी काम से घर निकला था। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार जैसे ही वह कुछ दूरी पर पहुंचा तो उसे किसी ने गोली मार दी, गोली किसने और क्यों मारी इसकी जानकारी अभी तक सामने नहीं आयी है। गोली की आवाज सुनकर व हसीन की चीखपुकार सुनकर लोगों की भीड़ मौके पर जमा हो गयी और उसे अस्पताल पहुंचा दिया गया। जहां उसकी हालत चितांजनक बनी हुई है। फिलहाल पुलिस मामले की पड़ताल में जुटी हुई है।

हजारों की नगदी व ताश गड्डी सहित 6 जुआरी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। सार्वजनिक स्थल पर जुआ खेल रहे 6 जुआरियों को पुलिस ने कल देर शाम हजारों की नगदी व ताश गड्डी सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम कोतवाली डालनवाला पुलिस को सूचना मिली कि डीएल रोड पर टचवुड स्कूल से पहले वाली गली में टिन शेड के समीप जुआ खेल रहे है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान पर दबिश देकर 6 लोगों को जुआ खेलते दबोच लिया। जिनके पास से पुलिस ने ताश की गड्डी व 54,150 रूपये की नगदी बरामद की। कोतवाली लाकर की गयी पूछताछ में उन्होने अपना नाम विनोद कुमार पुत्र भगवान सिंह निवासी डीएल रोड, उस्मान पुत्र शमशाद निवासी डीएल रोड, रवि पुत्र प्रेम शंकर निवासी डीएल रोड, सोनू कुमार पुत्र सुरेंद्र सिंह निवासी अंबेडकर कॉलोनी डीएल रोड, तीरथ पुत्र गुलाब सिंह निवासी नदी रिस्पना व विक्की पुत्र सौराज सिंह निवासी डीएल रोड बताया। पुलिस ने सभी आरोपियों को जुआ अधिनियम के तहत कार्यवाही करते हुए गिरफ्तार कर लिया है।

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।