मंगलवार
25 जनवरी 2022

पृष्ठ 4
अच्छी नींद लेने वाले नवजात में कम होता है मोटापा

पृष्ठ 5
किसी अफवाह से फर्क नहीं पड़ता: रकुलप्रीत सिंह

● देहरादून
● वर्ष 29
● अंक 02
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

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

आज का विचार

भय से ही दुःख आते हैं, भय से ही मृत्यु होती है और भय से ही बुराइयाँ उत्पन्न होती हैं।
– विवेकानंद

कांग्रेस पर भारी न पड़ जाए असंतोष की आग?

संवाददाता

देहरादून। बीती रात कांग्रेस की दूसरी प्रत्याशी सूची आते ही असंतोष का ज्वालामुखी फट गया है। रामनगर से पूर्व सीएम हरीश रावत व कालाढूंगी से महेंद्र पाल तथा लाल कुआं से संध्या डालाकोटी को प्रत्याशी बनाए जाने के विरोध में पार्टी के नेता और कार्यकर्ता अब खुलकर मैदान पर आ गए हैं। कई नेता पार्टी छोड़ने और निर्दलीय चुनाव मैदान में उतरने का ऐलान कर रहे हैं।

बीते कल कांग्रेस ने 11 प्रत्याशियों की सूची जारी की थी जिसमें हरीश रावत को रामनगर से प्रत्याशी बनाया गया है, जहां से रंजीत रावत प्रबल दावेदार थे। हरीश रावत को टिकट दिए जाने से नाराज रंजीत रावत अब पार्टी छोड़ने और निर्दलीय चुनाव मैदान में उतरने का दावा ठोक रहे हैं। अब भले ही उनके मान मनोव्वल की कोशिशें की जा रही हैं लेकिन अगर रंजीत रावत नहीं मानते हैं तो कांग्रेस के लिए बड़ी मुसीबत खड़ी कर सकते हैं। पार्टी अब रंजीत रावत को उनकी पुरानी सल्ट सीट से प्रत्याशी बनाए जाने की बात कह रही है जबकि रंजीत रावत अपने बेटे विक्रम रावत को सल्ट से निर्दलीय चुनाव मैदान में उतारने की बात कर रहे हैं।

❑जमीनी नेता व कार्यकर्ता अनदेखी से आहत
❑रंजीत रावत व दुर्गापाल निर्दलीय चुनाव लड़ने को तैयार

उधर कालाढूंगी सीट से डॉ महेंद्र पाल को टिकट दिए जाने से महेश शर्मा की नाराजगी सामने आई है आज वह पंचायत बुलाकर अपने समर्थकों से वार्ता करने और निर्दलीय चुनाव लड़ने पर फैसले की बात कर रहे हैं। वही लाल कुआं क्षेत्र से प्रत्याशी न बनाए जाने से पूर्व काबीना मंत्री और दो बार के विधायक रहे हरीश दुर्गापाल की नाराजगी भी सामने आई है। हरीश दुर्गापाल ने तो अपने घर पर लगा कांग्रेस का झंडा भी उतार दिया है तथा वह कांग्रेस छोड़कर एक बार फिर निर्दलीय चुनाव मैदान में जाने की बात कर रहे हैं। यही नही देहरादून कैंट से सूर्यकांत धस्माना को भी टिकट दिए जाने का विरोध हो रहा है। कांग्रेस नेता दीप बोहरा जो अपनी सभासद पत्नी कोमल बोरा को टिकट देने की पैरवी कर रहे थे उनका कहना है कि सूर्यकांत को टिकट देकर कांग्रेस ने फिर 2017 की गलती दोहराई है क्योंकि कैंट क्षेत्र में 36 हजार पंजाबी वोटर है।

पार्टी में इस बात को लेकर भी नाराजगी है कि पार्टी में उन कार्यकर्ताओं की अनदेखी की जा रही है जो लंबे समय से पार्टी से जुड़े हैं। और दिन-रात समर्पित भाव से काम कर रहे हैं। नए लोग जो अभी चार दिन पहले पार्टी में आए हैं उन्हें पार्टी टिकट दे रही है और पुराने नेताओं व कार्यकर्ताओं की अनदेखी कर रही है जो उसे भारी पड़ सकती है।

डैमेज कंट्रोल में जुटी कांग्रेस

संवाददाता

देहरादून। रामनगर सीट से प्रत्याशी बनाए जाने से हरीश रावत उत्साह से लबरेज नजर आ रहे हैं। आज मीडिया से रूबरू हुए हरीश रावत का कहना है कि वह पार्टी के फैसले के लिए आभारी हैं, जब उनसे पूछा गया कि रंजीत रावत इस फैसले से नाराज हैं तो उन्होंने कहा कि वह उनके छोटे भाई हैं उन्होंने कहा कि वह मान जाएंगे, यह समय ऐसा है जब पार्टी सत्ता की ओर बढ़ रही है ऐसे में कोई भी नेता नहीं चाहेगा कि वह पार्टी के खिलाफ जाकर पार्टी की जीत में बाधक बनने का आरोप अपने ऊपर ले। रामनगर से चुनाव लड़ने की अपनी इच्छा पर उन्होंने कहा कि रामनगर उनके राजनीतिक जीवन की शुरुआत से जुड़ा रहा है। वहीं से पढ़ लिखकर वह बड़े हुए हैं।

❑रंजीत रावत को सल्ट सीट से प्रत्याशी बनाने की तैयारी

पार्टी में असंतोष के सवाल पर प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि नाराजगी हो सकती है मगर सभी को मना लिया जाएगा, रंजीत रावत को सल्ट से पार्टी चुनाव लड़ाएगी। उन्होंने कहा कि सभी के साथ उनकी बातचीत जारी है। पार्टी ने गणेश गोदियाल और प्रीतम सिंह को रूठों को मनाने में लगाया है पार्टी ने अभी 6 सीटों पर प्रत्याशी तय नहीं किए हैं। रंजीत रावत व किशोर उपाध्याय सहित कई नेताओं के नामों पर अभी फैसला नहीं हो सका है जिसमें डॉ हरक सिंह का भी नाम शामिल है।

कार दुर्घटना में भाजपा विधायक के बेटे सहित सात एमबीबीएस छात्रों की मौत

मुंबई। महाराष्ट्र के भाजपा विधायक विजय रहांगदाले के बेटे अविष्कर रहांगदाले सहित सात छात्रों की उस दौरान एक कार दुर्घटना में मौत हो गई जब वे वर्धा जा रहा थे। यह हादसा देर रात करीब ११.३० बजे हुआ। विजय रहांगदाले भंडारा जिले के तिरोडा से भाजपा विधायक हैं। वर्धा के पुलिस अधीक्षक (एसपी) प्रशांत होलकर ने कहा कि सभी मृतक वर्धा के लिए जा रहे थे और इसी दौरान उनकी कार सेलसुरा के पास एक पुल से नीचे जा गिरी जिसमें सभी कार सवार की मौत हो गई। एक अधिकारी ने बताया कि वे सावंगी मेडिकल कॉलेज के छात्र थे और जाइलो कार चला रहे थे। छह अन्य छात्रों की पहचान नीरज चौहान, नितेश सिंह, विवेक नंदन, प्रत्युष सिंह, शुभम जायसवाल और पवन शक्ति के रूप में की गई जो कि सभी एमबीबीएस के छात्र थे। हादसा इतना भीषण था कि वाहन अनियंत्रित होकर पुल तोड़ते हुए नदी में जा गिरा। हादसे में मारे गए सभी छात्रों की उम्र २५ से ३५ वर्ष के बीच थी। पुलिस और प्रशासन आगे की जांच कर रहे हैं। बता दें कि, महाराष्ट्र में पिछले ४८ घंटों में यह तीसरी सड़क दुर्घटना है जिसमें १५ लोगों की मौत हो चुकी है और इस दौरान कार में सवार कोई व्यक्ति जिंदा नहीं बच सका है।

देश में कोरोना के 2.55 लाख नए केस आए, 24 घंटे में 2.67 लाख से ज्यादा हुए ठीक

नई दिल्ली। भारत में कोरोना संक्रमण के नए मामलों में बड़ी कमी दर्ज की गई है। पिछले २४ घंटे में देश में २.५५ लाख नए केस सामने आए हैं। कल के मुकाबले नए मामलों की संख्या करीब १६ प्रतिशत (५०,१९०) कम है। हालांकि, इस अवधि में ६१४ लोगों की मौत भी दर्ज की गई है। ऐसे में देश में कोरोना से मरने वालों की संख्या बढ़कर ४ लाख ९० हजार ४६२ पहुंच गई है।

स्वास्थ्य मंत्रालय के अनुसार देश में दैनिक संक्रमण दर में भी कमी आई है। यह कल के २०.७५ प्रतिशत से कम होकर १५.५२ प्रतिशत हो गया है। साप्ताहित संक्रमण दर अभी १७.१७ प्रतिशत है। ताजा आंकड़ों के अनुसार एक्टिव मामले कम हुए हैं। देश में सक्रिय कोरोना मरीजों की संख्या अभी २२ लाख ३६ हजार ८४२ है। कल के मुकाबले ये १२ हजार ४६३ कम हुआ है।

भारत में पिछले २४ घंटे में २ लाख ६७ हजार ७५३ मरीज कोरोना से ठीक हुए हैं। ऐसे में अब तक ३ करोड़ ७० लाख ७१ हजार ८९८ मरीज देश में कोरोना को मात दे चुके हैं। रिकवरी रेट में मामूली सुधार हुआ है और ये बढ़कर ९३.१५ प्रतिशत हो गया है। वहीं, देश में अब तक १६२ करोड़ से ज्यादा वैक्सीन की डोज भी लगाई जा चुकी है। भारत में सोमवार को ६२ लाख २९ हजार ६५६ डोज वैक्सीन की दी गई। साथ ही १६ लाख ४९ हजार १०८ कोरोना सैंपल की जांच भी कल की गई। बता दें कि कर्नाटक में सोमवार को कोविड–१९ के सबसे अधिक ४६,४२६ नए मामले सामने आए ३२ और रोगियों की मौत हो गई। इससे पहले राज्य में रविवार को कोरोना वायरस संक्रमण के ५०,२१० मामले सामने आए थे। इसके अलावा महाराष्ट्र में २८,२८६ केस मिले। दिल्ली में ५ हजार से कुछ अधिक नए मामले सामने आए।

दून वैली मेल

संपादकीय

कांग्रेस खुद को ही हराने पर आमादा

अगर कांग्रेस को कोई हरा सकता है तो वह खुद कांग्रेस ही है यह बात आपने कई बार कांग्रेस के बड़े नेताओं से सुनी होगी। कांग्रेस इस समय अपने जीवन काल के सबसे बुरे दौर से गुजर रही है लेकिन कांग्रेसी अभी भी कांग्रेस को हराने में ही जुटे हुए हैं। पार्टी के वरिष्ठ और बुजुर्ग नेता युवाओं को आगे बढ़ने नहीं देना चाहते हैं और खुद न चुनाव जीत सकते हैं और न दूसरों को जीतने दे सकते हैं, ऐसी स्थिति में अगर कांग्रेसी नेता पार्टी को पुनः पुरानी स्थिति में पहुंचाने की बात करते हैं तो वह मुंगेरीलाल के सपने ही कहीं जा सकती हैं। उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस भी इसका एक उदाहरण है। सूबे के सबसे बड़े नेता कहे जाने वाले हरीश रावत कल तक कह रहे थे कि इस बार वह चुनाव लड़ेंगे नहीं चुनाव लड़वायेंगे। लेकिन चुनाव लड़ाते-लड़ाते वह अब खुद चुनाव मैदान में कूद गए हैं। अभी उन्होंने कुछ दिन पूर्व कहा था कि कांग्रेस अगर किसी दलित चेहरे को मुख्यमंत्री बनाती है तो वह अपनी दावेदारी वापस ले लेंगे लेकिन अब अघोषित तौर पर खुद ही मुख्यमंत्री का चेहरा भी बन गए हैं। उनकी राजनीतिक पाली अब अपने अंतिम मुकाम पर पहुंच चुकी है लेकिन उनकी राजनीतिक महत्वाकाशांए अभी भी युवा दौर में है। पार्टी ने उन्हें चुनाव प्रचार अभियान की कमान क्या सौंपी अब सब कुछ उनकी मनमर्जी से ही हो रहा है। टिकट वितरण से लेकर डॉ. हरक सिंह की वापसी और उनकी पुत्रवधू को टिकट दिए जाने तथा खुद के चुनाव मैदान में उतरने और रामनगर सीट से चुनाव लड़ने से लेकर किशोर उपाध्याय को सभी पदों से हटाए जाने तक सब कुछ वैसा ही हो रहा है जैसा वह चाहते हैं। चुनाव से पूर्व प्रीतम सिंह को प्रदेश अध्यक्ष पद से हटाने और गणेश गोदियाल को प्रदेश अध्यक्ष की कुर्सी पर बैठाना उनकी ही सोच थी। कल कांग्रेस ने अपनी दूसरी सूची जारी की, जिसमें उन्हें रामनगर सीट से प्रत्याशी बनाया गया है इस सूची के आते ही कांग्रेस में भारी विद्रोह शुरू हो गया है। जिसकी संभावनाएं पहले से ही दिख रही थी, सिर्फ रामनगर की सीट पर ही नहीं जहां से हरीश रावत चुनाव मैदान में हैं बल्कि लाल कुआं, कालाढूंगी और डोईवाला सहित तमाम सीटों पर भारी असंतोष देखा जा रहा है। रणजीत सिंह रावत जो रामनगर सीट से सबसे प्रबल दावेदार थे उन्होंने हरीश रावत के खिलाफ बगावत का शंख फूंक दिया है वह खुद तो निर्दलीय चुनाव मैदान में उतरने की बात कह ही रहे हैं साथ ही अपने बेटे को भी सल्ट सीट से निर्दलीय चुनाव लड़ाने की घोषणा कर रहे हैं। अगर रंजीत रावत ऐसा करते हैं तो वह खुद चुनाव जीते न जीते लेकिन हरीश रावत को भी चुनाव नहीं जीतने देंगे यह तय है, यही नहीं वह कांग्रेस को कई सीटों पर भारी नुकसान पहुंचाएंगे। लाल कुआं से पूर्व विधायक हरीश दुर्गापाल और कालाढूंगी से महेश शर्मा जिस तरह विद्रोह पर आमादा हैं वह कांग्रेस के लिए भारी नुकसानदेह साबित हो सकता है। अच्छा होता कि हरीश रावत अपनी राजनीति की सांध्य बेला में चुनाव लड़ने के बजाय चुनाव लड़ाने व कांग्रेस को जिताने का काम करते लेकिन उन्होंने जो फैसले किए वह कांग्रेस और उन्हें दोनों को हरा सकते हैं।

जिला सड़क सुरक्षा समिति की हुई बैठक

नई टिहरी। जिला मजिस्ट्रेट व अध्यक्ष जिला सड़क सुरक्षा समिति इवा श्रीवास्तव ने विकास भवन सभागार में जिला सड़क सुरक्षा समिति की बैठक ली। बैठक में सम्बंधित अधिकारियों को निर्देशित किया कि सड़क दुर्घटनाओं को रोकने को तहसील स्तर पर समिति का गठन किया जाय। डीएम ने ईई एनएच लोनिवि के अनुपस्थि रहने पर नाराजगी जाहिर करते हुये शासन को शिकायती पत्र भेजने के निर्देश दिये।

बैठक में डीएम ने कहा कि एनएच ७०७ए (मलेथा से त्यूणी) का रोड सेफ्टी ऑडिट करवाना सुनिश्चित कर लें। कहा कि ग्रामीण सड़कों पर ओवर लोड वाहनों पर पटवारी के माध्यम से निगरानी रखी जाय। नगर पालिका एवं लोक निर्माण विभाग को निर्देशित किया कि पालाग्रस्त सड़कों पर चूने का छिड़काव तथा सड़कों पर झाड़ी कटान का कार्य निरन्तर करते रहें, ताकि दुर्घटनाओं से बचा जा सके और आवागमन में किसी प्रकार की असुविधा न हो। चम्बा बाजार, टिहरी, नरेन्द्रनगर बाजार, कोटेश्वर आदि जगहों पर सड़कों में मार्किंग से बाहर आड़े–तिरछे लगाये गये वाहनों के सख्ताई से चालान करने को कहा।

नगरपालिका क्षेत्र तथा राष्ट्रीय राजमार्गों पर अतिक्रमण को लेकर नोटिस जारी करने के निर्देश दिये। नंदगांव के पास हैंड पम्पों का वेस्ट पानी सड़क पर बहने को लेकर संबंधित कार्यदायी संस्था को हैंड पम्पों के आस–पास सोखता गड्डा, चौम्बर बनाने के निर्देश दिये गये। संबंधित अधिकारी ने बताया कि नाली सफाई का कार्य पूर्ण करा दिया गया है एवं गड्ढे भर दिये गये हैं। निर्माणदायी संस्थाओं ने अवगत कराया गया कि राष्ट्रीय राजमार्गों एवं ग्रामीण मार्गों पर ६० प्रतिशत चेतावनी बोर्ड, पैराफिट व क्रेश बैरियर लगाये जा चुके हैं।

विभागों ने सड़क दुर्घटनाओं में कमी लाये जाने के प्रयासों के चलते इस साल सड़क दुर्घअनाओं में कमी आई है। बैठक में एआरटीओ चक्रपाणी मिश्रा, सीएमओ डा संजय जैन, डीएसपी रमन सिंह, ई ई आरिफ खान, नीरज कुमार आदि मौजूद रहे।

हंसमुख होना दीर्घायु होने का सरल साधन

देवेन्द्रराज सुथार

हास्य दैवीय गुण और प्रकृति का उपहार है। यह जीवन की एक ऐसी कला है जो परस्पर प्रेम में वृद्धि कर दूरियों को समेटती है। वस्तुतः जीवन में संतुष्टि का भाव हमें हास्य सिखाता है। अक्सर लोभ और घृणा के आवेश में हम मानवीय प्रकृति के विरुद्ध कार्य कर बैठते हैं। घृणा व्यक्ति को शैतान बना देती है, जबकि हास्य प्रेम का मार्ग प्रशस्त करता है। सुकरात तो जहर का प्याला पीते समय भी मुस्कुरा रहे थे। लार्ड बायरन ने कहा है, 'जब मौका मिले, हमेशा हंसें क्योंकि इससे सस्ती कोई दवा नहीं है।' कभी-कभी जो काम हम दूसरे से लाख सिफारिशों से नहीं करवा पाते, वो काम बस एक मुस्कुराहट कर देती है। डगलस हॉर्टन ने तो हास्य को निःशुल्क चिकित्सा बताया है। अस्पतालों में डॉक्टर और नर्स हर समय मुस्कुराते हुए चेहरे के साथ मरीज का स्वागत व इलाज करते हैं। उनकी मुस्कान रोगियों के मन में एक उम्मीद जगाती है।

रवींद्रनाथ टैगोर के अनुसार, 'सच्ची मुस्कुराहट ही सौंदर्य है, जब वह एकदम सही दर्पण में अपना चेहरा देखती है।' मुस्कुराहट मधुरता, कृतज्ञता, सकारात्मकता व भावनात्मकता का संकेत है। मुस्कुराहट शीतप्रद है तथा इसमें अद्भुत आकर्षण शक्ति है। चार्ली चैपलिन ने अपने दुख को हास्य बिखेर कर दूर किया व बेशुमार कीर्ति हासिल की। विज्ञान हमें सोचना सिखाता है, लेकिन प्रेम हमें मुस्कुराहट का अहसास कराता है। हमें दुख व परेशानी में मुस्कुराहट ओझल नहीं होने देनी चाहिए, क्योंकि मुस्कुराहट ही वह चाबी है, जिससे किस्मत का ताला खुलता है। बच्चा जब पहली बार रोता है, तो मां के चेहरे पर संतोष और ममता की मुस्कुराहट आ जाती है। इसके साथ ही मुस्कुराहट का भी इंसानी जीवन में जन्म हो जाता है। मुस्कुराने की ताकत केवल इंसान में होती है, कोई जानवर मुस्कुरा नहीं सकता है।

लिहाजा जीवन में हास्य रस होना काफी जरूरी है। हास्य बिना जीवन में नीरसता घुल जाती है। मानव की प्रकृति-प्रदत्त विभूतियों में एक बड़ी ही मोहक विभूति है- हास्य, विनोद। प्रसन्न मुद्रा और उल्लास प्राकृतिक सौंदर्य का अथाह समुद्र है। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने कहा था कि यदि मुझमें विनोद का भाव न होता, तो मैंने बहुत पहले ही आत्महत्या कर ली होती। वह मानव बड़ा ही भाग्यशाली है जिसे विधाता से हास्य और विनोद का बहुमूल्य वरदान मिला है। हास्य रस सभी रसों में सबसे सरस एवं सरल है। यह मानव जीवन की आवश्यकता है। आज से ढाई दशक पूर्व जब मुंबई में लाफ्टर क्लबों की स्थापना हुई, तो वहां जाकर हंसने और ठहाके लगाने वालों को देखकर लोग पागल समझते थे, लेकिन जैसे-जैसे रोगी अपने शारीरिक और मानसिक कष्टों से छुटकारा पाकर इन क्लबों से स्वस्थ होकर लौटने लगे तब लोगों को इसके प्रति अपनी धारणा बदलनी पड़ी। जो लोग पहले हंसने वालों को पागल समझ कर उनका मजाक बनाते थे, आज स्वयं इन लाफ्टर क्लबों के सक्रिय सदस्य बनकर कष्टों से निजात पाने की कोशिश में हैं।

दुनियाभर के लोगों ने इस चिकित्सा पद्धति पर अपनी दिलचस्पी और जिज्ञासा जाहिर की है और इसकी जानकारी प्राप्त करने हेतु उनके प्रतिनिधि मुंबई पहुंचकर इस पद्धति का अध्ययन कर रहे हैं। विशेष तौर पर ब्रिटेन, इटली, ऑस्ट्रेलिया, स्पेन और जापान ने इस दिशा में विशेष रुचि दिखाई है। भारत में मुंबई के अलावा कोलकाता, दिल्ली, अहमदाबाद, पटना, पुणे आदि में ये क्लब खुल चुके हैं। मुंबई में काफी साल से किशोर कुवावाला लाफ्टर क्लब चला रहे हैं। उन्होंने मंत्र दिया है- लाफ मुंबई। हंसने से शरीर और मन एकरूप हो जाता है, तो हमारे विचार तुरंत बंद हो जाते हैं। इससे चिंता, व्यग्रता, उदासीनता, अवसाद सब खत्म हो जाते हैं। हंसने से शरीर में बायोकेमिकल प्रतिक्रिया होती है।

कबीर कहते हैं- हंसी-खेल में ही हरि से मिलन हो जाए, तो कौन व्यथा की शान पर चढ़ना चाहेगा। भगवान तो तभी मिलते हैं, जब काम, क्रोध और तृष्णा को त्याग दिया जाए। सुप्रसिद्ध जापानी कवि नागूची ने भगवान से वरदान मांगा कि जब जीवन के किनारे की हरियाली सूख गई हो, चिड़ियों की चहक मूक हो गई हो, सूर्य को ग्रहण लग गया हो, मेरे मित्र एवं साथी मुझे कांटों में अकेला छोड़कर कहीं चले गए हों और प्रकाश का सारा क्रोध मेरे भाग्य पर बरसने वाला हो, तब हे भगवान, तुम इतनी कृपा करना कि मेरे होंठों पर हंसी की एक लकीर खींच जाना। हंसी एक औषधि है जो मन को नीरोगी रखती है और इसके लिए कुछ खर्च भी नहीं करना पड़ता।

खुले मन से हंसने वाला व्यक्ति कभी भी हिंसक नहीं हो सकता। जब हंसी के इतने लाभ हैं, तो इससे परहेज क्यों? क्यों न हम सभी वक्त-बेवक्त ठहाका लगाने की आदत को अपनी दिनचर्या बना लें। यौवन का नाम ही हास्य और उल्लास है। जार्ज बर्नार्ड शॉ ने कहा है कि, 'हंसी की पृष्ठभूमि पर ही जवानी के फूल खिलते हैं। जिंदगी हास्य और विनोद के बिना अपनी जिंदादिली खो देती है।' कहा जाता है कि जिन देशों में लोग बहुत कम हंसते हैं वहां सबसे ज्यादा ब्लड प्रेशर और हृदय रोग के पीड़ित होते हैं। दीर्घायु होने का सर्वोत्तम साधन है-हंसमुख स्वभाव। कहा भी गया है कि जो हंसते हैं, उनके ही घर बसते हैं।

स नः पृथु श्रवाय्यमच्छा देव विवाससि।
बृहदग्ने सुवीर्यम्।।

(ऋग्वेद ६–१६–१२)

हे उपासना के योग्य परमात्मन्, आप हमें शारीरिक और आत्मिक बल का आशीर्वाद दें। आप हमें पापवृत्तियों को त्यागने का ज्ञान और साहस प्रदान करें।

O adorable God, You bestow upon us admirable external as well as internal strength. You bless us with knowledge and courage to sacrifice our sinful tendencies.
(Rig Veda 6-16-12)

कांग्रेस भ्रम फैला रही है: धामी

संवाददाता

देहरादून। बीते कल पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत द्वारा उत्तराखंड में सरकार बनने पर रसोई गैस सिलेंडर की कीमत 500 से कम रखने की घोषणा पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि कांग्रेस भ्रम फैला रही है।

पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि कांग्रेस ने अब तक किसी भी कांग्रेस शासित राज्य में ऐसा क्यों नहीं किया। अगर कांग्रेस 500 से कम में सिलेंडर देने की बात कर रही है तो पहले उन राज्यों में ऐसा करके दिखाएं जहां उसकी सरकारें हैं। उन्होंने कहा कि ऐसी घोषणाएं कांग्रेस लोगों को भ्रमित करने के लिए ही कर रही है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस ने किसी भी राज्य के चुनावी घोषणा पत्र में 500 से कम कीमत में सिलेंडर मुहैया कराने की बात नहीं कही है।

बार के लाइसेंस के नाम पर लाखों की ठगी में एक नामजद

संवाददाता

देहरादून। बार का लाइसेंस दिलाने के नाम पर लाखों रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने एक को नामजद कर जाचं शुरू कर दी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नालापानी रोड तरला आमवाला निवासी अतुल बिजल्वाण ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी मुलाकात सुभाष नगर सरीकपुर हरिद्वार निवासी सोनू पुत्र अतर सिंह से हुई थी।

सोनू ने उसको बताया कि वह उसको राजपुर में बार खोलने का लाइसेंस दिलवा देगा उसकी शासन में बहुत पहुंच है। जिसके बाद वह उससे समय-समय पर लाइसेंस के नाम पर रूपया लेता रहा अभी तक उसने सोनू को दस लाख 60 हजार रूपये दे दिये और उसका लाइसेंस भी नहीं बना। उसने जब सोनू से अपने रूपये वापस मांगे तो वह उसके साथ गाली गलौच कर जान से मारने की धमकी देने लगा।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

किशोरी के परिजनों को मुआवजा राशि का चेक सौंपा

ऋषिकेश (आरएनएस)। गुलदार के हमले में घायल किशोरी के उपचार के लिये वन विभाग नरेन्द्रनगर ने १५ हजार रुपये की सहायता राशि का चेक परिजनों को सौंपा है। जबकि ३५ हजार रुपये की राहत राशि में कुछ दिन बाद परिजनों को दी जायेगी। बीती २० जनवरी को नरेन्द्रनगर तहसील की दोगी पट्टी में गुलदार ने किशोरी पर हमला किया था। शिवपुरी रेंज के वनक्षेत्राधिकारी जुगल किशोर चौहान ने बताया कि २० जनवरी को करिश्मा भंडारी १४ पुत्री कमल सिंह पर दोगी पट्टी में गुलदार ने अचानक हमला कर दिया था। घटना के बाद घायल किशोरी को उपचार के लिए ऋषिकेश एम्स में भर्ती कराया गया। किशोरी के उपचार के लिए विभाग की ओर से सहायता राशि के रूप में ५० हजार रुपये की धनराशि स्वीकृत की गई है। इसमें से पहली किस्त के रूप में किशोरी के परिजनों को १५ हजार रुपये का चेक दिया गया। बताया कि ३५ हजार रुपये का चेक कुछ दिनों बाद परिजनों को सौंपा जाएगा।

डोभाल सहित 150 समर्थकों के खिलाफमुदकमा

उत्तरकाशी (आरएनएस)। यमुनोत्री विधानसभा से निर्दलीय चुनाव लड़ने की घोषणा कर चुके कांग्रेस ओबीसी प्रकोष्ठ के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष संजय डोभाल के खिलाफ चुनाव आदर्श आचार संहिता उल्लंघन के मामले में मुकदमा दर्ज किया है। उनके १५० समर्थकों पर भी आपदा प्रबंधन एक्ट में मुदकमा हुआ है। एसडीएम डुंडा मीनाक्षी पटवाल ने बताया कि रविवार को पूर्व कांग्रेस नेता संजय डोभाल ने चिन्यालीसौड़ में एक बैठक की। जिसमें उन्होंने तय मानकों से ज्यादा भीड़ जुटाकर आदर्श आचार संहिता का उल्लंघन किया। एसडीएम मीनाक्षी पटवाल ने कहा कि आचार संहिता के नियमों के उल्लंघन और आपदा प्रबंधन एक्ट में संजय डोभाल समेत उनके १५० समर्थकों के खिलाफ मामला दर्ज किया है। बता दें कि संजय डोभाल ने यमुनोत्री से टिकट न मिलने पर बीते रविवार को अपने सैकड़ों समर्थकों के साथ कांग्रेस पार्टी से इस्तीफा दे दिया और बैठक कर समर्थकों के बीच निर्दलीय चुनाव लड़ने की घोषणा भी की।

जसपुर में गणतंत्र दिवस पर 111 फिट ऊंचे तिरगें को फहरायेगी एसडीएम

काशीपुर (आरएनएस)। चुनाव आचार संहिता के चलते गणतंत्र दिवस पर मेन बाजार एवं १११ फिट ऊंचे तिरंगे को एसडीएम फहरायेंगी। मेन बाजार एवं सुभाष चौक स्थित १११ फिट ऊंचे तिरंगे को विधायक एवं राजनैतिक दल के लोग फहराते है। लेकिन इस बार विस चुनाव एवं आचार संहिता के कारण एसडीएम सीमा विश्वकर्मा ही दोनों जगह झंडा रोहण करेंगी। एसडीएम ने बताया कि गणतंत्र दिवस पर पहले वह अपने कार्यालय में ध्वज फहरायेंगी। इसके तत्काल बाद वह दोनों जगह ध्वजारोहण करेंगी।

चाइनीज मांझे की बिक्री रोकने की मांग

हरिद्वार (आरएनएस)। शहर में खुलेआम बिक रहे चाइनीज मांझे की बिक्री को पूरी तरह से रोकने के लिए भैरव सेना आगे आई है। भैरव सेना के जिलाध्यक्ष चरणजीत सिंह पाहवा ने सिटी मजिस्ट्रेट को पत्र सौपकर इस संबंध में सख्त कदम उठाने की मांग की है। उन्होंने कहा कि शहर के अंदर चाइनीज मांझा धड़ल्ले से बिक रहा है। मांझे से पक्षी सहित दोपहिया वाहन सवार दुर्घटनाग्रस्त हो रहे हैं। कहा दुकानदारों के खिलाफ सख्त से सख्त कार्रवाई होनी चाहिए।

अल्मोड़ा में 360 को लगी बूस्टर डोज

अल्मोड़ा (आरएनएस)। जिले में कोरोना पर वार को टीकाकरण अभियान जारी है। सोमवार को भी तमाम केंद्रों में कोरोना से बचाव को टीकाकरण किया गया। इसमें ३६० लोगों को बूस्टर डोज दी गई। सोमवार को खराब मौसम के बाद भी सुबह से ही केंद्रों में टीका लगाने के लिए लोगों की भीड़ रहीं। इस दौरान १२७ किशोरों को पहली डोज दी गई। इसके अलावा ६१ युवाओं को पहली,२३० को दूसरी डोज लगाई गई। जबकि ३६० लोगों को बूस्टर डोज दी गई। इस दौरान कुल ८०८ लोगों का टीका लगाया गया। टीके लिए बुजुर्गों में भी खासा उत्साह देखने को मिल रहा है।

गणतंत्र दिवस अल्मोड़ा पुलिस लाइन में होगी पुलिस परेड

अल्मोड़ा (आरएनएस)। जिलाधिकारी वंदना सिंह ने गणतंत्र दिवस को लेकर दिशा निर्देश जारी किए हैं। उन्होने कहा है कि सभी कार्यक्रम कोविड–१६ के गाइड लाइन के तहत किए जाएंगे। इस मौके पर कोरोना टीकीकरण के लिए भी विशेष पहल की जाएगी। डीएम ने बताया कि इस दिन सभी कार्यालयों में प्रातः ६रू३० बजे ध्वजारोहण होगा। इस मौके पर संविधान में में उल्लखित संकल्प का अनिवार्य रूप से स्मरण किया जाएगा। जिला मुख्यालय में राष्ट्रीय ध्वजारोहण व पुलिस परेड का आयोजन पुलिस लाइन में किया जाएगा। इसका आयोजन प्रातरू १०रू३० बजे से १२रू०० बजे तक होगा। इस दौरान मतदाता जागरूकता कार्यक्रम भी होगा। उन्होंने सीएमओ को इस मौके पर वृहद टीकाकरण कार्यक्रम सुनिश्चित करने को कहा है। लेप्रोसी मिशन करबला अल्मोड़ा व नारी निकेतन बख में जिला पूर्ति अधिकारी फल वितरण करेंगे। इधर जिला कारागार में भी जेल अधीक्षक फल वितरण करेंगे।

तीसरे व चौथे स्थान पर आने के लिए लड़ेंगे उक्रांद व आप!

संवाददाता

देहरादून। विधानसभा चुनाव में उत्तराखण्ड क्रांति दल व आम आदमी पार्टी के प्रत्याशी तीसरे व चौथे नम्बर पर आने के लिए मैदान में उतरेंगे क्योंकि दोनों ही दलों का प्रदेश में अभी इतना जनाधार नहीं है कि वह दूसरे नम्बर पर आ सकें।

उत्तराखण्ड विधानसभा चुनाव का बिगुल बजते ही गली मौहल्लों से नेता अपना भाग्य आजमाने के लिए मैदान में उतरने को तैयार हो रखे हैं। जहां एक ओर भाजपा कांग्रेस दोनों ही दल अपनी–अपनी सरकार बनाने के दावे कर रहे हैं तो वहीं आम आदमी पार्टी व उत्तराखण्ड क्रांति दल के नेता भी अपनी–अपनी जीत के दावे कर रहे हैं। जहां उत्तराखण्ड क्रांति दल प्रदेश का क्षेत्रीय दल है तथा राज्य आंदोलन में इसका महत्वपूर्ण रोल रहा था। उक्रांद नेताओं व मातृशक्ति की ही देन उत्तराखण्ड राज्य है चाहे बाद में कोई भी पार्टी इसके लिए अपने सिर सेहरा बांधती रही लेकिन सच यही है कि राज्य निर्माण का सेहरा उक्रांद के सिर ही बंध

ना चाहिए। लेकिन राज्य निर्माण के बाद चाहे कोई भी कारण रहे हो लेकिन उक्रांद पिछले 21 सालों में अपना जनाध ार खोते चला जा रहा है। जिसका सीध ा फायदा कांग्रेस व भाजपा को जाता है। वहीं आम आदमी पार्टी दिल्ली के बाद पंजाब में तो अपना दम दिखा चुकी है लेकिन उत्तराखण्ड में अभी यह पूरी तरह से अपने पैर पसारने में कामयाब होती दिखायी नहीं दे रही है। यहीं नहीं आप अभी पूरी तरह से उत्तराखण्ड में खडी ही नहीं हो पायी है इसके बाद भी इसमें भी चुनाव लडने की चाहत रखने वालों की कमी नहीं है। चुनाव की घोषणा होते ही आप के भी कार्यकर्ता पार्टी छोडते हुए दिखायी देने लगे। इसके बाद भी आप नेता अपनी जीत के दावे करते नहीं थक रहे है। इन सभी बातों पर अगर ध्यान दिया जाये तो यह दोनों दल आपसी कलह के चलते जनाधार से काफी दूर है।

आप में प्रत्याशी घोषित होते ही कार्यकर्ता नाराज दिखायी देने लगे तो वहीं उक्रांद भी इससे अछूती दिखायी नहीं दे रही है। भाजपा कांग्रेस तो बडे कुनबे है और यहां पर नाराजगी जाहिर हो भी रही है तो नाराज लोगों को मनाने वाले हाथ भी सामने आये हैं। लेकिन इन दोनों छोटे दलों में अगर कार्यकर्ता नाराज हो रहे हैं तो उनको मनाने के लिए कोई हाथ दिखायी नहीं दे रहा है। जिसके चलते यह दोनों दल चुनावी मैदान में तीसरे व चौथे नम्बर की लडाई लड़ेंगे इससे ज्यादा ओर कुछ नहीं है। अब देखने वाली बात है कि ज्यादातर सीटों में कौन तीसरे नम्बर पर आता है और कौन चौथे नम्बर पर। यह चुनाव इन दोनों दलों के जनाधार को भी साबित कर देगा कि किस दल का कितना जनाधार उत्तराखण्ड में है।

एसडीआरएफ ने ली निर्भीक, निष्पक्ष मतदान की शपथ

संवाददाता

देहरादून। एसडीआरएफ वाहिनी में भी राष्ट्रीय मतदाता दिवस के अवसर पर निर्भीक निष्पक्ष मतदान करने की शपथ दिलायी।

आज यहां एसडीआरएफ वाहिनी मुख्यालय जौलीग्रांट मे राष्ट्रीय मतदाता दिवस मनाया गया। इस अवसर पर एसडीआरएफ वाहिनी मुख्यालय जौलीग्रांट मे शपथ ग्रहण समारोह में कोविड मानकों का पालन करते हुए समस्त अधि कारी/कर्मचारियों को शपथ ग्रहण कराई गई। हमारा देश भारत विश्व का सबसे बडा लोकतंत्र है और जनता ही इस अनूठे लोकतंत्र की बुनियाद है। प्रत्येक व्यक्ति का वोट ही देश के भविष्य की नींव रखता है और राष्ट्र निमार्ण में अहम भूमिका निभाता है।

इस भूमिका में खरे उतरने हेतु समस्त अधिकारियों, कर्मचारियों को स्वतन्त्र, निष्पक्ष एवं शान्तिपूर्ण निर्वाचन करने व धर्म, वर्ग, जाति, समुदाय, भाषा अथवा अन्य किसी भी प्रलोभन से प्रभावित हुए बिना निर्भीक होकर मतदान करने की शपथ दिलाई गयी।

वाहिनी मुख्यालय के अतिरिक्त राज्यभर में व्यवस्थापित एसडीआरएफ की समस्त पोस्टों पर भी सभी अधि कारियों, कर्मचारियों द्वारा शपथ ग्रहण की गई।

उत्तराखंड में पर्यटन की अपार संभावनायें: स्वामी चिदानन्द सरस्वती

संवाददाता

ऋषिकेश। राष्ट्रीय पर्यटन दिवस के अवसर पर परमार्थ निकेतन के अध्यक्ष स्वामी चिदानन्द सरस्वती ने कहा कि आध्यात्मिक शान्ति और अल्पाइन के फूलों की मोहक सुगंध से युक्त उत्तराखंड राज्य में पर्यटन की अपार सम्भावनायें है।

स्वामी चिदानन्द सरस्वती ने कहा कि उत्तराखंड आध्यात्मिक ऊर्जा का पावर बैंक; अध्यात्म और आनन्द की भूमि है; शान्ति और शक्ति का संचार करने वाला राज्य भी है, क्योंकि यहां पर माँ गंगा है और हिमालय भी है। योग और ध्यान के कारण उत्तराखंड ने पूरे विश्व को अपनी ओर आकर्षित किया हैं। कहा कि यह प्रदेश अपार शान्ति और आध्यात्मिक ऊर्जा देने वाला है। उत्तराखंड राज्य को ऑक्सीजन बैंक, वॉटर बैंक

और आयुर्वेद व जड़ी–बूटी बैंक के रूप में विकसित कर विश्व को एक सौगात दी जा सकती है। अपार प्राकृतिक संपदाओं से युक्त यह राज्य आध्यात्मिक संस्कृति का उद्घोषक है।

कहा कि कोविड–19 महामारी के कारण वैश्विक स्तर पर पर्यटन क्षेत्र बहुत अधिक प्रभावित हुआ है क्योंकि घरेलू स्तर पर व सीमा पार से सुचारू रूप से आवागमन नहीं हो पा रहा है इसलिये स्थानीय वस्तुओं को बढ़ावा देना होगा। स्थानीय दालें, दलहन और पहाड़ी उत्पादों को एक बाजार प्रदान करना होगा। उत्तराखंड के व्यंजन, उत्पाद और संस्कृति के साथ आयुर्वेद और हिमालयी जड़ी–बूटियों को लोकल से ग्लोबल की ओर लेकर जाना होगा। स्वामी ने युवाओं का आह्वान करते हुये कहा कि अपने टाइम, टैलेंट, टेक्नोलॉजी एवं टेनासिटी के साथ स्थानीय उत्पादों के लिये लोकल से ग्लोबल की ओर बढ़ना होगा। कहा कि प्रदेश वासियों को यूज एंड थ्रो कल्चर से यूज एंड ग्रो कल्चर की ओर बढ़ना होगा और इसके लिये सिंगल यूज प्लास्टिक का उपयोग पूर्ण रूप से बंद करना होगा। कहा कि आज हमें संकल्प लेना है कि जिम कॉर्बेट नेशनल पार्क, राजाजी टाइगर रिजर्व, नंदा देवी राष्ट्रीय पार्क आदि अनेक विविधताओं से युक्त उत्तराखंड राज्य में प्लास्टिक मुक्त पर्यटन को बढ़ावा देंगे।

सुभाष घई के साथ काम करने को लेकर उत्साहित हैं फ्लोरा सैनी

फ्लोरा सैनी आगामी फिल्म 36 फार्महाउस में सुभाष घई के साथ काम करने को लेकर उत्साहित हैं। अपने अनुभव को साझा करते हुए, फ्लोरा ने कहा कि यह एक सपना के सच होने जैसा है। कोई भी मुंबई आता है वह बड़े लोगों और ऐसे लोगों के साथ काम करना चाहता है जिनकी फिल्में देखकर वह बड़ा हुआ है। सुभाष घई सर उन नामों में से एक है। मैं हमेशा चाहती थी कि मैं उनके साथ काम कर सकूं। फ्लोरा ने कहा कि घई न केवल अपनी नायिकाओं को खूबसूरत बनाते हैं, बल्कि अपने अभिनेताओं के लिए दृश्य भी बनाते हैं और इससे उन्हें अपने अभिनय कौशल को सुधारने में मदद मिलती है। उनका यह तरीका हमारे काम को बहुत आसान बनाता है। हाल के दिनों में फ्लोरा जिन कुछ परियोजनाओं का हिस्सा रही हैं, उनमें फरहान अख्तर की इनसाइड एज 2, नागेश कुकुनूर की राजनीतिक ड्रामा वेब सीरीज सिटी ऑफ ड्रीम्स, उत्सव की फिल्म माया (जहां फ्लोरा ने एक मिस्ट्री वुमन की भूमिका निभाई है) शामिल हैं। चरित्र) और मातृभूमि नामक एक लघु फिल्म में भी उन्होंने काम किया है। फ्लोरा ने कहा कि यह उद्योग में काम करने का सबसे अच्छा समय है क्योंकि विभिन्न फिल्म निर्माता विभिन्न विषयों पर फिल्में बना रहे हैं और हमारी भारतीय फिल्में विश्व सिनेमा के साथ प्रतिस्पर्धा कर रही हैं। मैं बहुत भाग्यशाली हूं कि मेरे पास ऐसे लोग हैं जो विभिन्न प्रकार की भूमिकाओं के लिए मुझ पर भरोसा करते हैं, जो मेरे व्यक्तित्व से बहुत अलग हैं।

जॉन अब्राहम ने 'एक विलेन रिटर्न्स' के लिए अपनी फीस में किया इजाफा

बॉलीवुड के माचो हीरो जॉन अब्राहम की फैंस की लिस्ट कुछ कम नहीं है। दिन पर दिन एक्टर की पॉपुलेरिटी बढ़ती जा रही है। इसके साथ ही उनकी फीस में भी बढ़ोतरी हो रही है। जी हां, जॉन ने अपनी आने वाली फिल्म 'एक विलेन रिटर्न्स' के लिए 21 करोड़ रुपए की फीस ली है। जॉन इन दिनों 'एक विलेन रिटर्न्स' में काम कर रहे हैं। एक विलेन रिटर्न्स 2014 में रिलीज हुई फिल्म एक विलन की सीक्वल है। 'एक विलेन रिटर्न्स' का निर्देशन मोहित सूरी कर रहे है। फिल्म में जॉन अब्राहम, अर्जुन कपूर, दिशा पाटनी और तारा सुतरिया मुख्य भूमिका निभाते हुए नज़र आएंगी।जॉन अब्राहम अपनी फीस में बढ़ोतरी कर रहे हैं। जॉन ने आदित्य चोपड़ा की फिल्म पठान के लिए 20 करोड़ रुपए चार्ज किए थे। बताया जा रहा है कि जॉन ने 'एक विलेन रिटर्न्स' के लिये मेकर्स से 21 करोड़ रुपए फीस के तौर पर चार्ज किए हैं। जॉन ने तीन सालों में अपनी फीस में तिगुनी बढ़ोतरी की है।

अनुपमा में वनराज जैसी भूमिका पाकर धन्य महसूस करते हैं सुधांशु पांडे

अभिनेता सुधांशु पांडे लोकप्रिय दैनिक शो अनुपमा में वनराज जैसी भूमिका पाकर धन्य महसूस करते हैं। शो में रूपाली गांगुली ने मुख्य भूमिका निभाई है। अभिनेता इस बात से सहमत हैं कि शो की सफलता ने उनके लिए कई चीजें बदल दी हैं। साथ ही, उन्हें यह भी लगता है कि उनके द्वारा निभाई गई हर भूमिका से उन्हें कुछ ना कुछ सीखने में मदद मिली है। सुधांशु ने कहा कि मैं कहूंगा कि हर प्रोजेक्ट मेरे करियर में एक मील का पत्थर है क्योंकि उनमें से प्रत्येक ने मुझे कुछ नया, सिखाया है। डेढ़ साल से मैं इस प्रोजेक्ट को कर रहा हूं और यह बहुत अच्छा चल रहा है। वनराज को प्याप देने के लिए धन्यवाद। सुधांशु और राजन शाही एक-दूसरे के साथ काम करने के अलावा लंबे समय से दोस्त हैं। अभिनेता ने कहा कि राजन शाही मेरे पुराने दोस्त हैं। जो चीज उन्हें ज्यादातर लोगों से अलग करती है, वह यह है कि उनके पास एक बहुत मजबूत मानवीय पक्ष है। एक व्यक्ति के रूप में, वह बहुत भावुक हैं, और यही उन्हें सबसे अलग करता है। कुछ लोग बहुत भावुक होते हैं लेकिन साथ ही व्यावहारिक भी होते हैं। लेकिन राजन ज्यादातर समय व्यावहारिक और बुद्धिमान होते हैं और भावनात्मक रूप से प्रेरित होते हैं और उनका यह रवैया उन्हें एक महान निर्माता बनाता है। उन्होंने कहा कि सफलता की प्यास, जिस दिन आपको लगता है कि यह बुझ गई है, या आप तृप्त और खुश महसूस करते हैं, तो मुझे लगता है कि उस दिन आपका पतन होगा। जीवन में, आपको कभी भी रुकना या रोकना नहीं चाहिए, अधिक ऊंचाइयों को प्राप्त करने के लिए आगे बढ़ने के लिए हमेशा अपने मन में प्यास कायम रहना चाहिए क्योंकि तभी आप आगे बढ़ते रह सकते हैं। (आरएनएस)

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

अच्छी नींद लेने वाले नवजात में कम होता है मोटापा

ऐसे नवजात जो रात में अच्छी नींद लेते हैं, उनमें अधिक वजन की समस्या कम होती है। यह खुलासा ?किया है एक ताजा अध्ययन में। अमेरिका के ब्रिघम एंड वीमेंस हॉस्पिटल, मैसाचुसेट्स जनरल हॉस्पिटल और उनके सहयोगियों से जुड़े रिसर्चर्स की एक नई स्टडी में अहम जानकारी सामने आई है, इसके मुताबिक जो नवजात रात में ज्यादा सोते और कम जागते हैं, उनमें बालपन यानी शैशवावस्था में मोटापे की आशंका कम होती है।

ब्रिघम के डिवीजन आफ स्लीप एंड सर्कैडियन डिसआर्डर्स में सीनियर फिजिशियन और स्टडी की सह लेखिका सुसन रेडलाइन के अनुसार, 'हमारी नई स्टडी में पता चला है कि न सिर्फ रात में नींद की कमी, बल्कि लंबे समय तक जागे रहने से भी पहले 6 महीने के दौरान शिशुओं में मोटापे का खतरा बढ़ जाता है।' रेडलाइन व उनके सहयोगियों ने वर्ष 2016-18 के बीच मैसाचुसेट्स जनरल हॉस्पिटल में जन्मे 298 नवजातों पर ये स्टडी की।' टीम ने एंकल एक्टिग्राफी वॉच के जरिये नवजातों की हरकतों पर नजर रखी। एंगल एक्टिग्राफी वॉच एक प्रकार का उपकरण है, जिसके जरिये बेबी एक्टिविटी और आराम के कई दिनों का ब्योरा जुटाया जा सकता है। बच्चों के विकास का आकलन करने के लिए साइंटिस्टों ने शिशु की ऊंचाई और वजन का आकलन किया और इसके जरिये उनका बॉडी मास्क इंडेक्स (बीएमआइ) तैयार किया। साइंटिस्टों का मानना है कि इस पहलू पर सेल्फ रेगुलेशन की भी जरूरत है, क्योंकि मोटापे का संबंध अत्यधिक खानपान से भी हो सकता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के ग्रोथ चार्ट के 95 परसेंटाइल या उससे ज्यादा पाए जाने पर शिशुओं को मोटापे की श्रेणी में वर्गीकृत किया गया। रिसर्चर्स ने पाया कि अगर बच्चा एक घंटा भी अतिरिक्त सोता है, तो उसके मोटापाग्रसित होने का खतरा 26 फीसद कम हो जाता है और जो बच्चे रात में बहुत कम जागते हैं, उनके मोटा होने का खतरा अत्यंत कम हो जाता है।(आरएनएस)

डार्क सर्कल छुपाने के लिए लगा रहीं हैं कंसीलर ?

आज के समय में लड़कियों के लिए सबसे बड़ी समस्या है डार्क सर्कल। इन्हे छुपाने के लिए लोग तरह-तरह के जतन करते हैं और खासकर लडकियां। हालाँकि कई बार कई जतन करने के बाद भी सफलता हाथ नहीं लगती। ऐसे में आज हम आपको कुछ ब्यूटी टिप्स देने जा रहे हैं जो आपकी इस समस्या को कम कर देंगे और आपको खूबसूरत दिखाएंगे।

पूरे चेहरे पर न लगाएं कंसीलर- जी दरअसल कंसीलर बहुत जरूरी है डार्क सर्कल और झाइयों को छुपाने के लिए, हालाँकि इसे पूरे चेहरे पर लगाने की जरूरत भी नहीं है। जी दरअसल यह आपको सिर्फ उसी जगह पर लगाना चाहिए जहां आपके चेहरे में दिक्कत है। सबसे खास तौर पर आंखों के नीचे और होठों के आस-पास। आप चाहे तो इसके अलावा अगर आपके चेहरे पर कोई डार्क एरिया है तो वहां भी आप इसे लगा सकती हैं।

क्या सही तरीका है इस्तेमाल का?- मेकअप आर्टिस्ट के अनुसार थोड़ा सा कंसीलर अपने हाथों पर लगाकर छोटे-छोटे डॉट्स के आकार में अपनी आंखों के नीचे लगाएं और उसके बाद ब्यूटी ब्लेंडर की मदद से इसे स्किन में डैब करें।

बाहर अधिक ना लगाए- अगर आप बहुत कंसीलर का इस्तेमाल करती हैं तो यह आपके चेहरे को खराब कर सकता है। ऐसे में आपके डार्क सर्कल छुपाने के लिए थोड़ा सा कंसीलर काम आ जाएगा तो बहुत ज्यादा की जरूरत नहीं है। जी दरअसल बहुत ज्यादा कंसीलर इस्तेमाल करने पर आपकी स्किन ज्यादा डार्क दिखेगी और इसके अलावा, आप अपने चेहरे पर मेकअप करने के बाद सेटिंग स्प्रे जरूर लगाएं।

कब लगाए - मेकअप करना शुरू करने से पहले अच्छे फेसवॉश से अपने चेहरे को धोएं और उसके बाद मॉइश्चराइज करें। अब इसके बाद इसमें प्राइमर लगाएं और उसके बाद अगला स्टेप होगा कंसीलर लगाने का। जी दरअसल कंसीलर आपकी आंखों के नीचे और चेहरे के उन हिस्सों पर लगाएं जहां ज्यादा कालापन दिखता है और इसके बाद थोड़ा सा फाउंडेशन लेकर ब्यूटी ब्लेंडर से स्किन टोन को एक जैसा करने की कोशिश करें।

शब्द सामर्थ्य -100

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. पानी, नीर, अंबु 2. आना-जाना, आवागमन 5. बहुत, बढ़िया 6. दूर रहने वाला (घटना) जो वर्तमान में न घट सके 8. अबोध, नासमझ, अनाड़ी 10. सब्जी, शाक 11. निशान, उद्देश्य, अनुमान योग्य वस्तु 12. नाखून 13. द्रव पदार्थ 15. सूनसान, जनविहीन स्थान 16. चटकीला, चमकीला, चटपटा, गौरेया 18. भगवान, खुदा 19. इन दिनों, वर्तमान दिनों में 20. अग्नि, पावक 21. अन्नकण, अनाज का टुकड़ा 22. टालमटोल, बहाने बाजी 24. भैया की पत्नी 25. पांच से छोटी एक विषम संस्था 26. हत्या, कत्ल.

ऊपर से नीचे

1. दुनिया, संसार, ठोस रूप में परिवर्तित करना 2. चमक, पानी 3. बाजीगर, जादू का खेल दिखाने वाला 4. एक पंजाबी प्रेमगीत, रांझा की प्रेमिका 5. मार-काट, खून-कत्ल 7. भूमि, जमीन, भू-भाग 9. बहुत बड़ा दानी, 10. संगीत के सुरों की संख्या 14. लचीला, लोचयुक्त 17. खिसकना, अपने स्थान से हटना, विचलित होना 19. प्रवेश करना, पधारना, आना 20. धूप-दीप से पूजा 22. इसी समय 23. गुस्सा, कहर.

1			2		3	4		
		5			6		7	
8	9			10			11	
	12			13		14		
	15					16	17	
	18			19				
			20			21		
	22							23
24			25				26	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 99 का हल

स्वा	द	2	सा	म	ना	3	कै	दी
व		ख	ल	ना	य	क		वा
लं	प	ट	8	ना	क	क	ट	ना
बी	10	प			11	ड़ी	13	प
14	अ	ट	प	टा			शा	न
स	ह		यो		20	र	ति	
ह	म		द	र	ब	द	र	24
म	क	र		सी	ल		26	21
त		क्षा		द	वा	खा	ना	

शाहरुख खान जल्द करेंगे नयी फिल्म का ऐलान

शाहरुख खान एक बेहतरीन अभिनेता हैं और अपने काम से उन्होंने सभी का दिल जीता है। शाहरुख़ को दुनियाभर में किंग खान के नाम से जाना जाता है और इसी नाम से उन्होंने अपनी एक अलग पहचान बनाई है। शाहरुख़ ने बिना गॉडफादर के अपनी जिंदगी में वो मुकाम हासिल किया जिसका सपना उन्होंने बचपन में देखा था।

वैसे शाहरूख खान आज एक बड़े स्टार है जिनको बॉलीवुड का बादशाह कहा जाता है। उन्होंने बॉलीवुड में एक से बढ़कर एक फिल्म दी है और अब एक और बड़ी खबर आ रही हैं कि, शाहरुख खान अपनी आने वाली फिल्म का 26 जनवरी को ऐलान कर सकते है उनकी नयी फिल्म के ऐलान की अटकलें अब तेज होती जा रही है।

रिपोर्ट के मुताबिक, इस फिल्म का नाम लायन हो सकता है जिसको साउथ डायरेक्टर एटली मुकार ने डायरेक्ट किया है और इस फिल्म में बॉलीवुड के बदशाह के साथ नयनतारा, सान्या मल्होत्रा और सुनील ग्रोवर नजर आएंगे। आप सभी को बता दें कि इस फिल्म को शाहरुख खान के प्रोडक्शन हाउस रेड चिलीज एंटरटेनमेंट ने ही बनाया है और ये फिल्म एक्शन फिल्म बताई जा रही है जिसमें शाहरूख खान का किरदार काफी दमदार नजर आने वाला है। इसके साथ ये भी चर्चा है कि, शाहरूख खान इस फिल्म में डबल रोल करते हुए नजर आएंगे।

वैसे इस खबर के बाद से फैंस में शाहरूख खान को एक अलग और दिलचस्प किरदार में देखने का जुनून बढ़ गया है और अब फैंस इस फिल्म के साथ-साथ इस फिल्म की रिलीज डेट के अनाउंस होने का भी इंतजार कर रहे है। ऐसे में अब यह देखना होगा कि, बैक-टू-बैक हिट देने वाले किंग खान की ये फिल्म कितना धमाल मचाती है। आप सभी को हम यह भी बता दें कि शाहरूख खान ने अभी तक, दिलवाले दुल्हनिया ले जायेंगे, कुछ-कुछ होता है, कभी अलविदा ना कहना, माइ नेम इज खान जैसी सुपरहिट फिल्में दी है।

रणवीर ने अपनी फिल्म की तुलना कभी खुशी कभी गम से की

बॉलीवुड अभिनेता रणवीर सिंह बॉलीवुड के एक जाने माने अभिनेता हैं, जो मूवीज में अपनी दमदार अभिनय से लोगों का खूब दिल जीतते आए हैं। हाल ही में रणवीर ने अपनी आने वाली मूवीस्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी की तुलना 'कभी खुशी कभी गम' से कर दी है।

रणबीर सिंह ने कहा है कि मूवी रॉकी और रानी की प्रेम कहानी एकदम करण जौहर स्टाइल की मूवी होने वाली है। जैसे कि कभी खुशी कभी गम। जिसमे सब कुछ देखने को मिलने वाला है। करण जौहर स्टाइल के गाने, ग्लैमर, बेहतरीन दिखने वाले कैरेक्टर्स, फैमिली, ड्रामा और ह्यूमर होने वाला है। मूवी पर अभी तक काफी अमेजिंग काम हुआ है और फिल्म ६० फीसद तक पूरी हो गई है।

रिपोर्ट्स के अनुसार करण जौहर के निर्देशन में बन रही मूवी रॉकी और रानी की प्रेम कहानी में रणवीर सिंह,आलिया भट्ट, शबाना आजमी, जया बच्चन और धर्मेन्द्र दिखाई देने वाले है। इस मूवी के माध्यम से करण जौहर लंबे समय के उपरांत निर्देशन में कमबैक कर रहे हैं। (आरएनएस)

जुबिन नौटियाल और पायल देव का रोमांटिक सिंगल मेरी तरह हुआ रिलीज

लोकप्रिय गायक जुबिन नौटियाल और पायल देव हाल ही में रिलीज हुए ट्रैक मेरी तरह के लिए एक साथ आए हैं।

रोमांटिक ट्रैक में हिमांश कोहली, गौतम गुलाटी और हैली दारूवाला हैं। मेरी तरह गाने पर बोलते हुए, हिमांश कहते हैं कि जब आपके पास जुबिन नौटियाल और पायल देव का एक गाना है और हेली और गौतम जैसे सह-कलाकार हैं, फिर आपको और क्या चाहिए। गाना राजस्थान में शूट किया गया है। गीत एक अद्भुत अनुभव था और मैं यह देखने के लिए उत्साहित हूं कि हर कोई इस पर कैसे प्रतिक्रिया देता है।

हिमांश को उनकी फिल्म यारियां के लिए जाना जाता है, हैली ने नागिन 3, हमसे है लाइफ और अन्य सहित कई टीवी शो किए हैं।

हैली ने दस साल के अंतराल के बाद हिमांश के साथ फिर से काम करने पर खुशी जाहिर की।

हैली ने कहा कि मैं 1० साल के अंतराल के बाद हिमांश के साथ फिर से जुड़ रही हूं, जो एक प्रिय मित्र भी है। हमने एक साथ अपनी शुरूआत की थी। जुबिन मेरे निजी पसंदीदा गायक है इसलिए इस वीडियो में भी होना मजेदार अनुभव रहा।

पूर्व बिग बॉस 8 प्रतियोगी गौतम इस गीत को सुनने वालों से सकारात्मक प्रतिक्रिया प्राप्त करने के लिए उत्सुक हैं।

कुणाल वर्मा द्वारा लिखित और पायल देव द्वारा रचित, मेरी तरह नवजीत बुट्टर द्वारा निर्देशित है और इसे राजस्थान के में शूट किया गया है। भूषण कुमार द्वारा निर्मित यह गाना अब टी-सीरीज के यूट्यूब चैनल पर रिलीज हो गया है।

किसी अफवाह से फर्क नहीं पड़ता: रकुलप्रीत सिंह

बॉलिवुड ऐक्ट्रेस रकुलप्रीत सिंह और ऐक्टर-प्रड्यूसर जैकी भगनानी के एक-दूसरे को डेट करने की खबरें काफी समय आ रही हैं। हाल ही में दोनों ने इंस्टाग्राम अकाउंट से अपने रिलेशनशिप को ऑफिशल किया था। इसके बाद रकुलप्रीत सिंह और जैकी भगनानी की शादी को लेकर फैंस कयासबाजी करने लगे हैं। हालांकि, ऐक्ट्रेस ने अपनी शादी को लेकर रिऐक्शन दिया है। रकुलप्रीत सिंह ने कहा शादी या कोई अफवाहें सच नहीं हैं और ये उन्हें इन सबसे फर्क नहीं पड़ता है। रकुलप्रीत सिंह के अनुसार, उन्होंने इन सब बातों से ध्यान हटाकर, काम करना सीख लिया है। उनका कहना कि वह अपनी लाइफ में बिल्कुल पारदर्शी हैं और अगर ऐसा कुछ (शादी) होगा तो वही सबसे पहली व्यक्ति होंगी जो इसपर आकर बात करेंगी, जैसे इसबार उन्होंने की।

रकुलप्रीत सिंह ने आगे लोगों से कहा कि शादी को लेकर अनुमान लगाना छोड़ दें और सच के सामने आने का इंतजार करें। उन्होंने कहा कि अभी वह अपने काम पर फोकस कर रही हैं, बाकी सब तभी होगा जब उसे होना होगा।

वर्क फ्रंट की बात करें तो रकुलप्रीत सिंह की इस साल छह फिल्में रिलीज होने के लिए शेड्यूल हैं। साल की पहली छमाही में चार फिल्म 'अटैक', 'रनअवे 34', 'डॉक्टर जी' और 'थैंक गॉड' रिलीज होने की उम्मीद है। वहीं, साल की दूसरी छमाही में रकुलप्रीत सिंह 'छतरीवाली', 'मिशन सिंड्रेला' और 'इंडियन 2' रिलीज हो सकती है।(आरएनएस)

कुणाल के निर्देशन में बन रही पहली फिल्म में प्रतीक गांधी और दिव्येंदु शर्मा की एंट्री

पिछले दिनों खबर थी कि अभिनेता कुणाल खेमू एक्टर से डायरेक्टर बनने जा रहे हैं। वह एक कॉमेडी फिल्म के निर्देशन की कमान संभालने के लिए तैयार हैं। यह वही फिल्म है, जिसके निर्माता फरहान अख्तर हैं। कहा जा रहा था कि फिल्म की कास्टिंग पर काम चल रहा है। अब खबर है कि कुणाल खेमू ने अपनी इस फिल्म के लिए प्रतीक गांधी और दिव्येंदु शर्मा का नाम फाइनल कर दिया है।

रिपोर्ट के मुताबिक, कुणाल जिस फिल्म से बतौर निर्देशक पहली बार जुड़े हैं, उसमें स्कैम 1992: हर्षद मेहता स्टोरी फेम प्रतीक गांधी और मिर्जापुर के दिव्येंदु शर्मा की एंट्री हो गई है। ये दोनों ही अभिनेता फिल्म के लिए कुणाल की पहली पसंद थे। फिल्म तीन दोस्तों की एक मजेदार कहानी है, जो उनकी एक अतरंगी ट्रिप के इर्द-गिर्द घूमेगी। तीसरे हीरो के लिए ऑडिशन चल रहा है। प्रतीक और दिव्येंदु के बाद तीसरा नाम भी जल्द ही सामने आएगा।

कई हिट फिल्में करने के बाद भी कुणाल एक एक्टर के तौर पर दर्शकों के दिलों में अपनी जगह नहीं बना पाए। उनसे पहले अरबाज खान को भी जब एक्टिंग में सफलता नहीं मिली तो वह निर्देशक बने और दबंग 2 जैसी हिट फिल्में दीं।

रिपोर्ट में कहा गया है कि कुणाल अपनी इस फिल्म की शूटिंग अक्टूबर से शुरू करेंगे। इससे पहले वह एक्टिंग से जुड़े काम निपटाएंगे। कुणाल की यह फिल्म फरहान अख्तर और रितेश सिद्धवानी के प्रोडक्शन हाउस एक्सल एंटरटेनमेंट के बैनर तले बन रही है। कुणाल ने लॉकडाउन के दौरान इस कॉमेडी फिल्म की कहानी लिखी है। वह इसके जरिए दर्शकों को हंसी का जबरदस्त डोज देने वाले हैं। जल्द ही फिल्म के प्री-प्रोडक्शन का काम शुरू होने वाला है।

कुणाल आजकल फिल्म कंजूस मक्खीचूस को लेकर भी सुर्खियों में हैं। इस फिल्म में श्वेता त्रिपाठी और पीयूष मिश्रा जैसे कई कलाकार नजर आने वाले हैं। फिल्म का निर्देशन विपुल मेहता ने किया है। यह एक मजेदार पारिवारिक फिल्म है। कुणाल मशहूर निर्देशक जोड़ी राज और डीके की अगली वेब सीरीज गुलकंद में भी अपनी मौजूदगी दर्ज कराएंगे। इसमें पंकज त्रिपाठी, अभिषेक बनर्जी और गौरव गेरा भी नजर आएंगे। दिवंगत अभिनेता अमित मिस्त्री भी पहले इस सीरीज का हिस्सा थे। प्रतीक फिल्म डेढ बीघा जमीन में नजर आएंगे। फिल्म वो लड़की है कहां में उनकी जोड़ी तापसी पन्नू के साथ बनी है। वह तिग्मांशु धूलिया की एक सीरीज में नजर आएंगे। प्रतीक एक रोमांटिक कॉमेडी फिल्म में भी दिखने वाले हैं। दूसरी तरफ दिव्येंदु फिल्म मेरे देश की धरती में दिखाई देंगे। वह ब्रह्मास्त्र और इम्तियाज अली की फिल्म थाई मसाज का हिस्सा हैं। यशराज बैनर की पहली वेब सीरीज द रेलवे मैन में भी दिव्येंदु काम कर रहे हैं।

इस साल हंसिका मोटवानी के पास है बहुत फिल्म

हंसिका मोटवानी, जिन्होंने तमिल और तेलुगु में कई सुपरहिट में अभिनय किया है, नए साल की प्रतीक्षा कर रही हैं, उनका कहना है कि इस साल प्रसंस्करण के विभिन्न चरणों में उनकी नौ परियोजनाएं हैं।

आने वाले साल को लेकर काफी आशान्वित हंसिका ने कहा, पिछला साल सभी के लिए काफी महत्वपूर्ण परीक्षा रहा है। खासकर फिल्म बिजनेस, जो बेहद मुश्किल हालात से गुजर रहा था।

अभिनेत्री ने फिल्म उद्योग में अपने दोस्तों, मीडिया, अपने प्रशंसकों और हर किसी को धन्यवाद देते हुए कहा, यह प्यार और करुणा है जो दुनिया को आगे बढ़ा रही है, और मैं खुश और भाग्यशाली हूं कि मैंने उन्हें बहुत कुछ खोजा है। इस कठिन समय में मदद करें। मुझे यह बताते हुए खुशी हो रही है कि मेरे पास इस साल नौ परियोजनाओं पर काम चल रहा है, जिनमें से सभी विभिन्न राज्यों में पूरी होने के कगार पर हैं। इस साल, मैं चाहता हूं कि सभी की आकांक्षाएं और उद्देश्य पूरे हों। हर्षित, शांत और समृद्ध रहें, और सकारात्मकता को बढ़ावा देना न भूलें, जिसकी अत्यंत आवश्यकता है।

अभिनेत्री अब राजेश द्वारा अभिनीत एक हॉटस्टार ओरिजिनल पर काम कर रही है, जो ओरु कल ओरु कन्नड़ के बाद उनका दूसरा सहयोग होगा। उनके पास महा, पार्टनर, राउडी बेबी, माई नेम इज श्रुति और 1०5 मिनट्स सहित कई परियोजनाएं हैं। इसके अलावा, वह वालु के निर्देशक विजय चंदर के साथ काम करेंगी और आर. कन्नन के साथ एक प्रोजेक्ट पर काम करेंगी।

सीमा पर रोबोट आर्मी, अनमैंड व्हीकल्स

लक्ष्मी शंकर यादव

अभी हाल ही में चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने अपने सशस्त्र बलों के अत्याधुनिक प्रशिक्षण के लिए नया आदेश जारी कर दिया है। उद्देश्य है कि युद्ध लड़ने एवं उसे जीतने में सक्षम विशिष्ट चीनी बल तैयार रहने चाहिए। शी जिनपिंग ने अपने आदेश में कहा है कि सशस्त्र बलों को प्रौद्योगिकी तथा युद्ध तकनीकों के साथ अपने प्रतिद्वंद्वियों पर नजदीक से नजर रखनी चाहिए। इसके लिए क्रमबद्ध प्रशिक्षण को मजबूती प्रदान करनी चाहिए और विशिष्ट बलों के गठन के लिए नवीनतम प्रौद्योगिकियों का विकास करना चाहिए जो युद्ध लड़ने में सक्षम हों। ज्ञातव्य है कि चीनी सेना का वार्षिक रक्षा बजट 2०० अरब डॉलर अर्थात् 149०8 अरब रुपये है। चीन की इस अत्याधुनिक सेना से निपटने की तैयारी भारत को करनी होगी।

सेंट्रल मिलिटरी कमीशन के प्रमुख के तौर पर पीएलए को 2०22 में दिया गया राष्ट्रपति शी जिनपिंग का यह पहला आदेश है। यह आदेश हिन्द-प्रशान्त महासागर क्षेत्र, अमेरिका, जापान एवं अन्य पड़ोसी देशों के मद्देनजर सेना को आधुनिक बनाने के लिए है। दक्षिण चीन सागर और उसके बाद एशिया-प्रशान्त क्षेत्र में अमेरिका तथा उसके सहयोगियों की बढ़ती ताकत को देखते हुए चीन काफी दिनों से अपनी सैन्य ताकत बढ़ाने को तत्पर दिख रहा था। गौरतलब है कि हाल ही के वर्षों में इन क्षेत्रों को लेकर चीन के खिलाफ दो रणनीतिक गठबंधन क्वाड और ऑकस बने हैं, जिनमें अमेरिका व भारत की मौजूदगी है। इसलिए चीन का चिन्तित होना स्वाभाविक है। भारत पर दबाव बनाने के उद्देश्य से चीनी सेना पूर्वी लद्दाख में एलएसी के पास पैंगोंग त्सो झील के अपने वाले हिस्से में एक पुल बना रही है। इस पुल के बन जाने से चीनी सेना किसी भी यौद्धिक स्थिति के उत्पन्न होने पर वह भारतीय सीमा के निकट शीघ्रता के साथ पहुंच जाएगी। अभी तक इस हिस्से में पहुंचने में चीनी सेना को 2०० किलोमीटर का रास्ता तय करना पड़ता है। इस पुल के बन जाने से यह दूरी 4० से 5० किलोमीटर ही रह जाएगी। विदित हो कि पैंगोंग त्सो लेक की लम्बाई 135 किलोमीटर है। स्थलीय सीमा से घिरी हुई इस झील का कुछ हिस्सा लद्दाख और बाकी हिस्सा तिब्बत में है। झील के उत्तरी तट पर फिंगर आठ से 2० किलोमीटर पूर्व में ब्रिज का निर्माण किया जा रहा है।

विदित हो कि अगस्त, 2०2० में चीनी सेना पैंगोंग त्सो झील के फिंगर-4 तक आ गई थी। करीब डेढ़ साल के तनाव के बाद चीनी सेना पीछे हटी लेकिन अब उसने अपनी तरफ पुल बनाना शुरू कर दिया है। सामरिक दृष्टिकोण से चीन इस पुल से भारतीय सेना की गतिविधियों पर निगरानी कर सकेगा। पीएलए ने इस पुल से आने-जाने के लिए सड़क बनाने की प्रक्रिया भी शुरू कर दी है। पूर्वी लद्दाख में पैंगोंग त्सो झील पर चीन द्वारा पुल बनाए जाने पर भारत ने स्पष्ट किया है कि यह निर्माण झील के उस हिस्से में किया जा रहा है जो एलएसी के पार बीते 6० सालों से चीन के अवैध कब्जे में है लेकिन भारत ने इस अवैध कब्जे को कभी स्वीकार नहीं किया है। भारत इस पर नजर बनाए हुए है और इस स्थिति से निपटने के लिए आवश्यक उपाय कर रहा है। लद्दाख में अब भारतीय सेना के जवानों का सामना ठण्ड से कांपते चीनी सैनिकों के बजाय उसकी रोबोट आर्मी और अनमैंड व्हीकल्स से होगा क्योंकि चीन ने लद्दाख से लगती सीमा पर इनकी तैनाती कर दी है। चीन ने यह कार्य तिब्बत की कड़कड़ाती ठण्ड नहीं झेल पा रहे अपने सैनिकों के बचाव के लिए किया है। विदित हो कि चीनी सैनिकों को ठण्डे इलाकों में लड़ाई का अनुभव नहीं है जिस वजह से उन्हें भारतीय सैनिकों के हाथों मुंह की खानी पड़ती है। पीएलए ने तिब्बत में ऑटोमैटिक रूप से चलने वाली 88 शॉर्प क्लॉ व्हीकल्स को तैनात कर दिया है। इसमें से 38 शॉर्प क्लॉ व्हीकल्स को लद्दाख सीमा पर लगाया गया है। इन गाड़ियों को चीन की हथियार निर्माता कम्पनी नोरीनको ने तैयार किया है। इन वाहनों का इस्तेमाल सीमा क्षेत्रों में शत्रु की निगरानी या अन्य क्षेत्रों में निगरानी के लिए किया जाता है। इसके अलावा इन गाड़ियों का उपयोग हथियार व अन्य आवश्यक सैन्य साजो-सामान की आपूर्ति के लिए किया जाता है।

चीन ने तिब्बत में स्वचालित म्यूल-2०० अनमैन्ड व्हीकल्स भी तैनात कर दिए हैं। ये वाहन मुश्किल पहाड़ी इलाकों में शत्रु की निगरानी करने के साथ-साथ 5० किलोमीटर की दूरी तक आक्रमण करने में भी सक्षम हैं। इस क्षमता के अलावा इनकी मदद से एक बार में 2०० किलोग्राम से ज्यादा वजन का गोला बारूद और हथियारों को ले जाया जा सकता है। वायरलेस से भी कंट्रोल की जाने वाली ये गाड़ियां रोबोट की तरह युद्ध लड़ने में सक्षम हैं।

ज्ञान की सुनामी में तैरती-डूबती चेतना

धर्मपाल महेंद्र जैन

इन दिनों विचारों का प्रवाह बिजली-सा है। मैं व्हाट्सएप में भरी मिट्टी हटा भी नहीं पाता हूं कि दस-बीस विचार एक साथ और आ जाते हैं और धड़ाधड़ मेरे नाम से फॉरवर्ड हो जाते हैं। विचार, विचार है; उनमें ज्ञान हो यह जरूरी नहीं। फिर भी, चारों दिशाओं से ज्ञान आ रहा है और शेष छहों दिशाओं में फॉरवर्ड हो रहा है। मैं ज्ञान के 'ओवरफ्लो' को रोक नहीं पा रहा। ज्ञान को रोक कर रखने में खतरा है। खोपड़ीनुमा बांध कमजोर हो चुका है, ओवरलोड होकर कभी भी फट सकता है। दिमाग की क्षमता सिकुड़ कर ईमानदारों जितनी रह गई है। इसलिए ज्ञान को बाहर निकालने के लिए मैंने सारे 'फ्लड गेट' खोल दिए हैं। ज्ञान का स्तर खतरे के निशान से ऊपर पहुंच जाए तो दिमाग की कच्ची पुलिया का क्या भरोसा!

अधिकांश परिवार शोक में हैं, बस मेरा सोशल मीडिया परिवार अशोक मुद्रा में है। उन्होंने मुझे ज्ञान के सागर में डाल दिया है, उसी में डूब रहा हूं। हाथ-पांव मार रहा हूं पर तैर नहीं पा रहा। ज्ञान का बोझ इतना है कि मैं रसातल में जा सकता हूं। जान है तो जहान है, इसलिए ज्ञान उलीच-उलीच कर थक गया हूं। एक निर्मल व्हाट्सएप समूह में उच्चकोटि का ज्ञान लादकर मैं हॉट समूह में आता हूं। यहां कचरा-बगदा श्रेणी के ज्ञान का भी स्वागत है। मैंने यहीं से तत्सम, तद्भव, देशज, विदेशज और अपशब्द सीखे हैं।

कई बार प्रतिज्ञा की कि मैं सोशल मीडिया ओपन यूनिवर्सिटी के पत्राचार पाठ्यक्रम से बाहर निकल कर मुक्ति पा लूं। पर मैं ऐसा नहीं कर पाता। यश पाने की मृगतृष्णा इतनी सबल है कि मैं फॉरवर्ड करने के खेल में लगा रहता हूं। लोग कारों में नोट गिनने की मशीनें लगाकर जन्म सार्थक कर रहे हैं, एक मैं हूं कि लैपटॉप पर अधूरे व्यंग्य के शब्द गिनता रहता हूं। सौ करोड़ रुपये तो छोड़िए, महीने में सौ हजार शब्द भी इकट्ठे हो जाएं तो एक लाख बन जाएं। मतलब दो नई किताबें, एक का लोकार्पण पूर्णिमा को और दूसरी का अमावस्या को। कहीं अधिक मास आ जाए तो बल्ले-बल्ले हो जाए। लेखक होने का यही सुख है, अपनी किताबों की आंच का अलाव खुद ही तापते रहो।

कोई तिथि क्षय हो जाए तो हो जाए, मैं कभी ज्ञान का क्षय नहीं होने दूंगा। विश्वगुरु देश का उत्पाद हूं। उत्पात मचाऊंगा और सारा ज्ञान आपको बांट कर जाऊंगा। चलते रास्ते ज्ञान बिखेरता जाऊंगा। इसलिए आप जो ज्ञान मुझे भेजते हैं मैं उसे तन-मन से फैला रहा हूं। ज्ञानदाता मित्रों से कहना चाहूंगा, ज्ञान फॉरवर्ड करते हुए आप लोग चेतावनी क्यों देते हैं कि इसे दस लोगों को फॉरवर्ड नहीं किया तो अनर्थ हो जाएगा।

फेकबुक गुरु ने अज्ञान और अल्पज्ञान फॉरवर्ड कर हिंदी की निष्काम सेवा की है। उनकी सेवा पर प्रसन्न होकर विश्वविद्यालय ने उन्हें डी.लिट. की मानद उपाधि दी है। उन्होंने नई नेम प्लेट में अपने नाम के आगे 'डिलीट' जोड़ दिया है।

सू- दोकू क्र.100

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों 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.99 का हल

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

हकीकत से अकल

पिछले दिनों पाकिस्तान ने अपनी पहली राष्ट्रीय सुरक्षा नीति की बानगी मीडिया के जरिये पेश की। एक अधिकारी द्वारा मीडिया को उपलब्ध यह जानकारी भू-आर्थिकी पर केंद्रित थी। फिर गत शुक्रवार को पाक प्रधानमंत्री इमरान खान ने इस राष्ट्रीय सुरक्षा नीति के कुछ दस्तावेज सार्वजनिक किये। उल्लेखनीय है कि यह जानकारी उस दिन सार्वजनिक हुई, जिस दिन पंजाब पुलिस ने भारत-पाक सीमा पर पांच किलो विध्वंसक आरडीएक्स बरामद किया। उससे कुछ दिन पहले कश्मीर में एक पाक आतंकवादी को मार गिराया गया था। बहरहाल, भारत की जिज्ञासा इस बात को लेकर है कि क्या पाक की कथित भू-आर्थिक धुरी में कश्मीर व पंजाब में लगातार जारी अलगाववादी नीतियों को त्यागा जायेगा? दरअसल, अफगानिस्तान में सोवियत हस्तक्षेप के बाद पाक लगातार भू-राजनीतिक समीकरणों के जरिये अपनी रक्षा क्षमताओं को उन्नत करता रहा है। फिलहाल भी रक्षा तैयारियों में संलिप्त है और समुद्री गतिविधियां भी बढ़ा रहा है। जाहिर है इन तैयारियों के केंद्र में भारत ही रहा है। इतना ही नहीं, जिस प्रतिगामी व खतरनाक विचारधारा को पाक में प्रश्रय दिया जाता रहा, वह भारत में हिंसक संघर्ष को ही बढ़ावा देती रही है। बहरहाल, अब जब पाक की अर्थव्यवस्था मरणासन्न अवस्था में है, तो अर्थव्यवस्था पर ध्यान देना लाजिमी है। आज अंतर्राष्ट्रीय वित्तीय संस्थाएं उसे ऋण देने में परहेज कर रही हैं। सर्वविदित है कि दोनों देशों के व्यापारिक संबंधों को लेकर खुद पाक का रवैया आक्रामक रहा है। इस आक्रामकता को कम करने के बजाय उलटे पाक भारत पर पूर्व की ओर कनेक्टिविटी को बंधक बनाने का आरोप लगाता रहा है। बहरहाल, वास्तविकता को सिर्फ बयानबाजी से नहीं झुठलाया जा सकता। यह दुनिया जानती है कि भारत अफगानिस्तान में भूख से जूझते लोगों को खाद्यान्न भेजना चाह रहा है, लेकिन पाक ने अपनी सीमा से होकर सहायता सामग्री भेजने पर दो माह से फैसला नहीं लिया। साफ है कि यदि पाक भारतीय उपमहाद्वीप में स्वतंत्र बाजार के लिये अपने व्यवसायों के रास्ते बंद रखता है तो भू-आर्थिक नीति के लक्ष्य शायद ही पूरे हो पायें।

निस्संदेह, किसी भी देश की अर्थव्यवस्था के उत्थान के लिये सतत और समावेशी आर्थिक विकास की जरूरत होती है। उसके लिये उग्रवाद व संप्रदायवाद के खिलाफ संकल्प लेने की जरूरत है। शांति की स्थापना के बाद ही व्यापार-कारोबार को बढ़ावा मिल सकता है। एक तरफ कारोबार और दूसरी तरफ आईएसआई का वार, साथ-साथ नहीं चल सकता। बहरहाल, पाक ने अभी नई राष्ट्रीय सुरक्षा नीति के पूरे पत्ते नहीं खोले हैं, मगर आर्थिक संबंधों में सुधार विश्वास व सकारात्मक दृष्टिकोण से ही संभव है। लेकिन राष्ट्रीय सुरक्षा नीति में जो बात उम्मीद जगाती है वह यह कि पाक भारत के साथ आगामी सौ साल तक शांति बनाये रखना चाहता है। इस पंचवर्षीय राष्ट्रीय सुरक्षा नीति में भारत से रिश्ते सुधारने व व्यापार को बढ़ाने के साथ ही कश्मीर विवाद को किनारे रखने की बात भी सामने आती है। यानी सकारात्मक बातचीत के साथ सहयोग व व्यापार बढ़ाने की बात कही गई है। यदि पाक वाकई यह ईमानदारी से कह रहा है तो इसका स्वागत किया जाना चाहिए। दरअसल, कहीं न कहीं पाक चीन की नीति का अनुसरण कर रहा है। वह यह कि भारत-चीन सीमा पर विवाद के साथ दोनों देशों का कारोबार सौ अरब डॉलर पार कर चुका है। चीन के साथ हालिया विवाद के बावजूद दोनों देशों के व्यापार में वृद्धि ही हुई है। हालांकि, भारत पाक के रिश्तों में ज्यादा जटिलताएं हैं, उनका समाधान इतना आसान भी नहीं है। लेकिन इसके बावजूद दोनों देश हमेशा के लिये युद्ध व टकराव के साथ आगे नही बढ़ सकते। भारत कई बार कह भी चुका है कि घात व बात साथ-साथ नहीं चल सकते। इसके बावजूद पाक यदि कश्मीर में भारतीय संप्रभुता को स्वीकार करके आगे बढ़ने को तैयार है तो उसका स्वागत ही किया जाना चाहिए। जो दक्षिण एशिया में शांति व तरक्की की जमीन तैयार कर सकता है। इससे जहां बेहद खस्ता हाल से गुजर रही पाक की अर्थव्यवस्था को प्राणवायु मिल सकेगी, वहीं भारतीय कारोबारियों को नया बाजार मिल सकेगा। निस्संदेह, सफल व्यापार के लिये विश्वास व शांति अपरिहार्य हैं। (आरएनएस)

पुलिस महानिदेशक ने निष्पक्ष मतदान की शपथ दिलायी

संवाददाता

देहरादून। पुलिस महानिदेशक अशोक कुमार ने पुलिस अधिकारियों कर्मचारियों को निष्पक्ष व निर्भीक होकर मतदान करने की शपथ दिलायी।

आज यहां 'राष्ट्रीय मतदाता दिवस' के अवसर पर अशोक कुमार, पुलिस महानिदेशक, उत्तराखण्ड ने पुलिस मुख्यालय प्रांगण में पुलिस अधिकारियों, कर्मचारियों को स्वतन्त्र, निष्पक्ष एवं शान्तिपूर्ण निर्वाचन करने व धर्म, वर्ग, जाति, समुदाय, भाषा अथवा अन्य किसी भी प्रलोभन से प्रभावित हुए बिना निर्भीक होकर मतदान करने की शपथ दिलाई।

उत्तराखण्ड पार्टी प्रत्याशी ने राजपुर से भरा नामांकन

संवाददाता

देहरादूनद। राष्ट्रीय उत्तराखण्ड पार्टी के उम्मीदवार ने राजपुर रोड विधानसभा से अपना नामांकन दाखिल किया। आज यहां प्रातः 11 बजे राष्ट्रीय उत्तराखंड पार्टी के प्रत्याशी विजय कुमार ने 20 राजपुर विधानसभा से अपना नामांकन दाखिल किया। जिसमें मुख्यता नवनीत गुसाईं केंद्रीय अध्यक्ष, राष्ट्रीय उत्तराखंड पार्टी बालेश बवानिया, सुरेश कुमार, नवनीत घाघट, प्रवेश कुमार सुनील सूद, प्रकाश, प्रभात डोंड्रियाल, विनोद असवाल, सुरजीत सिंह आदि उपस्थित रहे।

करोड़ों की नशा सामग्री सहित तीन तस्कर गिरफ्तार

बांग्लादेश बार्डर से उत्तराखण्ड में करते थे नशा सामग्री की सप्लाई

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। नशे के खिलाफ चलाये जा रहे अभियान के तहत पुलिस को खासी सफलता हाथ लगी है। एसओजी व एडीटीएफ की संयुक्त टीम ने तीन नशा तस्करों को दबोच कर उनके पास से करोड़ों रूपये की हेरोइन व स्मैक बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम एसओजी व एडीटीएफ की संयुक्त टीम को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थों की डिलीवरी हेतु आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए संयुक्त टीम ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान संयुक्त टीम को एलायन्स गेट से आगे फ्लाईओवर काशीपुर रोड पर बाइक सवार तीन संदिग्ध आते हुए दिखायी दिये। पुलिस ने जब उन्हे रोकना चाहा तो वह सकपका कर बाइक मोड़कर भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान टीम द्वारा उनके पास से 1.03 किलोग्राम हेरोइन व 31.17 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उन्होने अपना नाम शुभकर विश्वास पुत्र स्व. सुभाष विश्वास निवासी पिपलिया गदरपुर, विश्वजीत मजूमदार पुत्र जितेन नाथ मजूमदार व खोकन गोलदार पुत्र स्व. धोलु गोलदार निवासी पश्चिमी बंगाल बताया। बताया कि खोकन गोलदार व विश्वजीत मजूमदार बाग्लादेश बार्डर से उक्त ड्रग्स की हल्द्वानी, रामपुर, बरेली, उधम सिंह नगर के विभिन्न स्थानों पर तस्करी करते हैं। तथा शुभाकर विश्वास उनके लिए स्थानीय स्तर पर ग्राहक ढुढकर स्मैक और हेरोईन की तस्करी करवाता है। बरामद हेरोईन व स्मैक की अन्तर्राष्ट्रीय कीमत लगभग 1 करोड़ 30 लाख रुपये बतायी जा रही है।

पुलिस को स्मार्ट बनाने के लिए शासन करेगा सहयोगः सुधांशु

हमारे संवाददाता

देहरादून। प्रमुख सचिव गृह आरके सुधांशु ने कहा कि उत्तराखण्ड पुलिस को स्मार्ट बनाने के लिए शासन पुलिस मुख्यालय के साथ है।

आज यहां प्रमुख सचिव, गृह, उत्तराखण्ड शासन आर०के० सुधांशु, द्वारा उत्तराखण्ड पुलिस मुख्यालय, देहरादून में वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों के साथ पुलिस विभाग द्वारा किये जा रहे कार्य एवं विभिन्न मुद्दों पर चर्चा/विचार-विमर्श किया गया। उक्त विचार-विमर्श के दौरान पुलिस विभाग द्वारा पुलिस उप महानिरीक्षक, पी/एम- सेंथिल अबुदेई कृष्ण राज एस द्वारा प्रस्तुतिकरण के माध्यम से पुलिस के शासन स्तर के मुद्दों से उनको अवगत कराया गया।

प्रधानमंत्री द्वारा दिए गए स्मार्ट पर उत्तराखण्ड पुलिस द्वारा किये जा रहे कार्यों की प्रमुख सचिव, गृह द्वारा सराहना की गया। बैठक में कार्मिक, प्रोवजिनिंग, आधुनिकीकरण, पुलिस कल्याण, कानून व्यवस्था, फायर, संचार, ड्रग्स, साइबर क्राइम आदि मुद्दों पर गहराई से मंथन किया गया। इसके साथ ही तीन जनपदों- ऊधमसिंहनगर, देहरादून, हरिद्वार में ट्रैफिक थाने खोले जाने पर भी चर्चा की गयी।

बैठक में पर्यटन की दृष्टि से अतिमहत्वपूर्ण चोपता, धारी, सांकरी आदि में थाने, चौकियां खोले जाने पर चर्चा।

इसके साथ ही पुलिस कर्मियों हेतु पुरस्कार धनराशि की व्यवस्था हेतु नया उपलेखाशीर्षक खोले जाने पर चर्चा। गैरसैंण में आईआरबी की तीसरी बटालियन की स्थापना , पुलिस आधुनिकीकरण हेतु बजट बढ़ाये जाने का अनुरोध किया गया। बैठक में आर्थिक अपराध थाना, नई फायर यूनिट खोले जाने तथा प्रशिक्षण भत्ते प्रदान करने का अनुरोध किया गया। साथ ही प्रदेश में पुलिस भवनों, थाना/चौकियों के भवनों हेतु बजट बढ़ाने का अनुरोध किया गया। निष्क्रिय वाहनों के स्थान पर नए वाहन स्वीकृत करने पर चर्चा की गयी। पीएसी के जवानों को मूवमेंट हेतु ट्रकों के स्थान पर बसों से मूवमेंट कराने हेतु बसों का नियतन बढ़ाने हेतु अनुरोध किया गया। पुलिस महानिदेशक, उत्तराखण्ड अशोक कुमार ने उत्तराखण्ड पुलिस द्वारा किये जा रहे कार्यों एवं उपलब्धियों के सम्बन्ध में कहा गया कि हमारे संसाधन बेहतर हुए हैं। प्रधानमंत्री की स्मार्ट पुलिसिंग की अवधारणा पर उत्तराखण्ड पुलिस अग्रसर है। उत्तराखण्ड पुलिस ने विगत वर्षों में काफी कुछ हासिल किया है, संवेदनशील पुलिसिंग की ओर भी काफी काम हुआ है, परंतु अभी भी हमें काफी कुछ हासिल करना बाकी है। प्रमुख सचिव, गृह, उत्तराखण्ड शासन आर०के० सुधांशु, ने कहा कि उत्तराखण्ड पुलिस को स्मार्ट पुलिस बनाने में शासन पुलिस मुख्यालय के साथ है और हम इस ओर पूरा सहयोग करेंगे। उन्होंने कहा कि हम सकारात्मक रूख अपनाते हुए पुलिस विभाग की समस्याओं का समाधान करेंगे।

रूपयों के लेनदेन में पति-पत्नी के खिलाफ मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। उधार रूपये लेने के बाद उसे वापस ना करने व गाली गलौच कर जान से मारने की धमकी देने के मामले में पति पत्नी के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गोविन्दगढ निवासी अंगध्वज संतोषी उर्फ शैली ने कोतवाली नगर में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि सुभाष रोड निवासी विनीत चाचरा व उसकी पत्नी करिश्मा चाचरा से उसकी पहचान थी तथा आर्थिक तंगी होने के कारण दोनों ने उससे मदद मांगी तो उसने उनको 12 लाख रूपये की सहायता कर दी थी। उसने बताया कि उक्त दोनो पति पत्नी ने धोखाधडी से फर्जी दस्तावेजों के सहारे उसके नाम से जीएसटी नम्बर प्राप्त कर अपनी दुकान के लिए लुधियाना व चढडा ट्रेडर्स से 30 से 35 लाख रूपये का सामान ले लिया। उसको जब इस बात का पता चला तो वह अपने रूपये वापस लेने पहुंची तो दोनों पति पत्नी ने उसके साथ गाली गलौच कर जान से मारने की धमकी दी। पुलिस ने धोखाधडी सहित विभिन्न धाराओं में मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

राष्ट्रीय मतदाता दिवस पर शपथ ग्रहण समारोह का आयोजन

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। भारत निर्वाचन आयोग द्वारा प्रदत्त निर्देशो के क्रम में 12 वें मतदाता दिवस के अवसर पर निर्वाचनों को समावेशी, सुगम एवं सहभागितापूर्ण बनायें (मेकिंग इलेक्शन्स इंक्लूसिव, एक्सेसिबल एंड पार्टिसिपेटिव) थीम के तहत लोकतान्त्रिक मतदाता सहभागिता (डेमोक्रेटिक इलेक्ट्रोरल पार्टिसिपेशन) को प्रोत्साहित किये जाने के उद्देश्य से आज जनपद रुद्रप्रयाग में पुलिस कार्यालय रुद्रप्रयाग, कैंप कार्यालय, पुलिस लाइन तथा समस्त थाना व चौकियों में शपथ ग्रहण समारोह का आयोजन किया गया।

राष्ट्रीय मतदाता दिवस के अवसर पर सभी अधिकारियों व कर्मियों को शपथ दिलायी कि 'हम, भारत के नागरिक, लोकतंत्र में अपनी पूर्ण आस्था रखते हुये यह शपथ लेते हैं कि हम अपने देश की लोकतान्त्रिक परम्पराओं की मर्यादा को बनाये रखेंगें तथा स्वतन्त्र, निष्पक्ष एवं शान्तिपूर्ण निर्वाचन की गरिमा को अक्षुण रखते हुए, निर्भीक होकर, धर्म, वर्ग, जाति, समुदाय, भाषा अथवा अन्य किसी प्रलोभन से प्रभावित हुए बिना सभी निर्वाचनों में अपने मताधिकार का प्रयोग करेंगें। शपथ ग्रहण कार्यक्रम के दौरान पुलिस कार्यालय, इकाई, थाना, चौकियों में नियुक्त समस्त अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे। कोविड अनुरूप व्यवहारों का पालन करते हुए शपथ ली गई है।

एक नजर

'मुफ्त' वाले चुनावी वायदों पर केंद्र सरकार और चुनाव आयोग को नोटिस!

नई दिल्ली। चुनाव से पहले वोटरों को लुभाने के लिए मुफ्त उपहार बांटने या फ्री वाली स्कीम का वादा करने वाले राजनीतिक दलों की मान्यता रद्द करने के मामले पर आज सुप्रीम कोर्ट में सुनवाई हुई। इस याचिका पर सुनवाई करते हुए कोर्ट ने केंद्र सरकार और चुनाव आयोग को नोटिस जारी किया है। अर्जी में याचिकाकर्ता ने कहा था कि राजनीतिक पार्टियों द्वारा सरकारी फंड से चुनाव से पहले वोटरों को उपहार देने का वादा करने या उपहार देने का मामला स्वतंत्र व निष्पक्ष चुनाव को प्रभावित करता है। सुप्रीम कोर्ट ने राजनीतिक दलों के मुफ्त उपहार देने के वादे पर चिंता जताई है। सीजेआई एन वी रमना ने कहा कि यह एक गंभीर मुद्दा है, इसमें कोई संदेह नहीं है। मुफ्त बजट नियमित बजट से परे जा रहा है। कई बार सुप्रीम कोर्ट ने भी कहा है कि यह एक समान खेल का मैदान नहीं है। पार्टियां चुनाव जीतने के लिए और अधिक वादे करती हैं। सीमित दायरे में हमने चुनाव आयोग को दिशानिर्देश तैयार करने के निर्देश दिया थे, हमारे निर्देशों के बाद उन्होंने केवल एक बैठक की। उन्होंने राजनीतिक दलों से विचार मांगे और उसके बाद मुझे नहीं पता कि क्या हुआ।

पूर्व केंद्रीय मंत्री आरपीएन सिंह का कांग्रेस से इस्तीफा

नई दिल्ली। पूर्व केंद्रीय मंत्री और कांग्रेस के दिग्गज नेताओं में शुमार रहे आरपीएन सिंह ने पार्टी से इस्तीफा दे दिया है। उन्होंने इस्तीफे की कॉपी ट्विटर पर भी साझा की है। उत्तर प्रदेश में होने वाले चुनाव से ठीक पहले आरपीएन सिंह का कांग्रेस छोड़ना पार्टी के लिए बड़ा झटका माना जा रहा है। सूत्रों के अनुसार वह आज भाजपा में शामिल हो सकते हैं। आरपीएन सिंह ने ट्विटर अकाउंट में दी गई अपने बारे में जानकारी में भी बदलाव किया। उन्होंने अपने बायो में से कांग्रेस को हटाते हुए लिखा, श्मेरा लक्ष्य भारत, पहला और हमेशा।श् कुछ देर बाद ही आरपीएन सिंह वह पत्र साझा किया, जिसे उन्होंने सोनिया गांधी को इस्तीफे के लिए भेजा है। इस्तीफे की कॉपी की तस्वीर शेयर करते हुए आरपीएन सिंह ने लिखा, श्आज जब पूरा राष्ट्र गणतंत्र दिवस का उत्सव मना रहा है, मैं अपने राजनैतिक जीवन में नया अध्याय आरंभ कर रहा हूँ। जय हिंद। माना जा रहा है कि उन्हें बीजेपी यूपी चुनाव में कुशीनगर के पडरौना से बतौर उम्मीदवार उतार सकती है। ऐसे में वह स्वामी प्रसाद मौर्य के खिलाफ चुनाव लड़ सकते हैं।

सामूहिक प्रयास से इस साल खत्म हो सकती है कोरोना महामारीः डब्ल्यूएचओ

जेनेवा । विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के प्रमुख ट्रेडोस अढानम घेब्रेयेसस ने सोमवार को कहा कि विश्व कोरोना महामारी में नाजुक मोड़ पर खड़ा है। इस मुश्किल दौर को खत्म करने के लिए सभी देशों को एक होना होगा। उन्होंने कहा कि इस महामारी को हम मिलकर खत्म कर सकते हैं, क्योंकि ऐसा करने के लिए हमारे पास सभी हथियार मौजूद हैं। जर्मनी की विकास मंत्री स्वेंजा शुल्ज के साथ प्रेस कांफ्रेंस में ट्रेडोस ने कहा, कोरोना महामारी अब तीसरे साल में प्रवेश कर रही है और हम नाजुक मोड़ पर हैं। हमें इस महामारी के गंभीर चरण को खत्म करने के लिए मिलकर काम करना होगा। हम दहशत और उपेक्षा के बीच झूलते हुए इसे यूं ही बने नहीं रहने दे सकते हैं। वहीं, डब्ल्यूएचओ के कार्यकारी बोर्ड की बैठक के उद्घाटन के मौके पर ट्रेडोस ने कहा कि हमें कोरोना महामारी के पूरी तरह से खत्म होने का इंतजार नहीं करना चाहिए। इससे सबक लेते हुए भविष्य में इस तरह के आपातकालीन हालात को रोकने के लिए उपाय तलाशने चाहिए। उन्होंने कहा कि हम इसी साल कोरोना के चलते पैदा हुई आपात हालात को खत्म कर सकते हैं। इसके लिए हमें डब्ल्यूएचओ की तरफ से पूरे विश्व की ७० प्रतिशत आबादी के टीकाकरण के लक्ष्य को हासिल करना होगा।

हरक व किशोर पर फैसला कब ?

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस अब तक 70 में से 64 सीटों पर अपने प्रत्याशी घोषित कर चुकी है वहीं भाजपा 59 सीटों पर। भाजपा का कहना है कि रणनीति के तहत वह अभी 11 प्रत्याशियों की सूची को रोके हुए हैं लेकिन कांग्रेस ने जिन 6 सीटों पर अभी प्रत्याशी घोषित नहीं किए हैं उन पर कई पेंच फंसे हुए हैं।

कांग्रेस ने जिन 6 सीटों पर प्रत्याशी घोषित नहीं किए हैं उनमें नरेंद्र नगर, टिहरी, हरिद्वार ग्रामीण, रुड़की और चौबट्टाखाल सीटें हैं। कांग्रेस ने जिन सीटों पर अभी प्रत्याशी घोषित नहीं किए हैं उनमें टिहरी सीट सबसे अहम है इस सीट पर अभी भाजपा ने भी अपने प्रत्याशी की घोषणा नहीं की है। दोनों ही दलों के नेता इस बात का इंतजार कर रहे हैं कि पहले दूसरा दल अपने पत्ते खोले। टिहरी सीट से कांग्रेस की ओर से सबसे प्रबल दावेदार किशोर उपाध्याय को लेकर असमंजस की स्थिति बनी हुई है। उनके भाजपा के संपर्क में होने की खबरों के बीच कांग्रेस ने उन्हें सभी पदों से हटा तो दिया लेकिन उन्होंने कांग्रेस नहीं छोड़ी है। ऐसे में भाजपा उन्हें अपना प्रत्याशी घोषित नहीं कर सकती है। भाजपा अगर उन्हें प्रत्याशी बनाती है और वह कांग्रेस छोड़ देते है तो यह स्थिति काग्रेस को असहज करने वाली होगी। यही कारण है कि किशोर उपाध्याय व टिहरी प्रत्याशी पर फैसला भाजपा व कांग्रेस दोनों ने लंबित रखा हुआ है।

❑भाजपा आज कर सकती है दूसरी सूची जारी

चौबट्टाखाल से भाजपा सतपाल महाराज को अपना प्रत्याशी घोषित कर चुकी है लेकिन कांग्रेस ने इस सीट पर अपना प्रत्याशी तय नहीं किया है। सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार कांग्रेस इस सीट पर डॉ हरक सिंह को चुनाव मैदान में उतारने की तैयारी कर रही है। लेकिन एक ही परिवार से एक ही व्यक्ति के फार्मूले और पार्टी कार्यकर्ताओं की इस बात को लेकर नाराजगी कि कहां तो पार्टी के नेता डॉ हरक सिंह की पार्टी में वापसी का विरोध कर रहे थे अब हरक और उनकी पुत्रवधू दोनों को टिकट दे दिया गया, का विरोध कर सकते हैं। यही कारण है कि कांग्रेस हरक सिंह को प्रत्याशी बनाने के मुद्दे पर अंतिम क्षणों में ही फैसला लेना चाहती है।

वैसे आज भाजपा अपनी शेष बची 11 सीटों पर फैसला ले सकती है क्योंकि अब कांग्रेस की सिर्फ 6 सीटों पर प्रत्याशी तय होने बाकी है। डोईवाला सीट पर कांग्रेस प्रत्याशी तय कर चुकी है जिसे हॉट सीट माना जा रहा था। इसलिए रणनीति कारण कुछ खास नहीं बचे हैं आंतरिक कारणों से भाजपा की सूची में देरी होती है तो अलग बात है।

अभिनव कुमार होंगे राष्ट्रपति पुलिस पदक से सम्मानित

संवाददाता

देहरादून। गणतंत्र दिवस पर अपर पुलिस महानिदेशक प्रशासन अभिनव कुमार को सराहनीय सेवा के लिए पुलिस पदक से सम्मानित किया जायेगा। आज यहां पुलिस मुख्यालय से मिली जानकारी के अनुसार गणतंत्र दिवस के अवसर पर पुलिस अधिकारियों कर्मचारियों को विशिष्ट सेवाओं के लिए राष्ट्रपति का पुलिस पदक एवं सराहनीय सेवाओं के लिए पुलिस पदक से सम्मानित किये जाने की घोषणा की गयी है। जिसमें अभिनव कुमार अपर पुलिस महानिदेशक प्रशासन को सराहनीय सेवा के लिए पुलिस पदक से सम्मानित किया जायेगा इनके साथ ही सराहनीय सेवा के लिए धान सिंह तोमर पुलिस उपाधीक्षक चमोली, नन्दन सिंह बिष्ट पुलिस उपाधीक्ष पुलिस मुख्यालय, महेश चन्द चन्दोला निरीक्षक अभिसूचना मुख्यालय, रमेश चन्द भट्ट उपनिरीक्षक विशेष श्रेणी चम्पावत को पुलिस पदक से सम्मानित किया जायेगा।

महिला सहित दो पर गैंगस्टर

देहरादून (सं)। पुलिस ने महिला सहित दो लोगों पर गैंगस्टर की कार्यवाही की। प्राप्त जानकारी के अनुसार बीते माह पुलिस ने विदेशी मुद्रा रियाल को दिखाकर लोगों से लाखों की ठगी करने के मामले में दिल्ली निवासी जब्बार व रीया को गिरफ्तार किया था। जिनके खिलाफ पुलिस ने गिरोह बनाकर लोगों को ठगने व स्वंय आर्थिक लाभ लेने के आरोप में गैंगस्टर की कार्यवाही कर दी है।

पुलिस व स्टैटिक सर्विलॉस टीम ने पकडी 4 लाख 80 हजार की नगदी दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। विधानसभा चुनाव के लिए बनायी गयी स्टैटिक सर्विलॉस टीम व पुलिस के संयुक्त अभियान में दो लोगों से 4 लाख 80 हजार रूपये की नगदी पकडी गयी है। जिनके खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया। पुलिस मुख्यालय से मिली जानकारी के अनुसार जनपद हरिद्वार के भगवानपुर क्षेत्र में आचार संहिता उल्लंघन में भगवान पुर थाना पुलिस ने कालीनदी चैक पोस्ट से 4 लाख 80 हजार 650 रूपये की नगदी बरामद की। पुलिस के अनुसार गत देर रात्रि भगवानपुर थाना पुलिस व स्टैटिक सर्विलॉस टीम द्वारा मण्डावर आउट चैक पोस्ट पर सोनू पुत्र बाबू निवासी चौल्ली शाहबुददीनपुर थाना भगवानपुर को 1 लाख 99 हजार रूपये की नगदी के साथ गिरफ्तार किया जो कि इतने रूपयं परिवहन के सम्बन्ध में कोई दस्तावेज नहीं दिखा सका। वहीं भगवान पुलिस व स्टैटिक सर्विलास टीम ने एक वाहन संख्या यूके 07 बीके 8182 को रोक कर उसकी चैकिंग की तो 2 लाख 81 हजार 650 रूपये बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम राघव पुत्र राजीव निवासी सहारनपुर बताया। वह भी कोई दस्तावेज नहीं दिखा सका जिसके बाद वैधानिक कार्यवाही की गयी।

जान से मारने की धमकी पर मुकदमा दर्ज

देहरादून (सं)। रूपया वापस मांगने पर गाली गलौच कर जान से मारने की धमकी देने पर पुलिस ने एक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार मालवीय रोड निवासी विनीत गुप्ता ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी आढत बाजार में दुकान है। उसने बताया कि कोलूपानी नन्दा की चौकी निवासी राकेश त्यागी उसके यहां से उधार में सामान लेकर गया और वापस नहीं आया। काफी समय बात उसको राकेश त्यागी बाजार में मिला तो उसने उससे अपने रूपयों की मांग की तो उसने उसके साथ गाली गलौच कर उसको जान से मारने की ध मकी देने लगा। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी 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।