बुधवार
09 फरवरी 2022

पृष्ठ 4
बच्चों के लिए फायदेमंद है जुम्बा, रोजाना 10 मिनट जरूर करवाएं

पृष्ठ 5
वेब सीरीज बेस्टसेलर से अपना डिजिटल डेब्यू करेंगे मिथुन चक्रवर्ती

● देहरादून
● वर्ष 30
● अंक 16
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

यदि असंतोष की भावना को लगन व धैर्य से रचनात्मक शक्ति में न बदला जाए तो वह खतरनाक भी हो सकती है।
– इंदिरा गांधी

दूनवैलीमेल

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

भाजपा ने जारी किया दृष्टि पत्र 2022

किसानों व महिलाओं की बल्ले-बल्ले

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव के लिए आज भाजपा ने अपना घोषणापत्र जिसे दृष्टि पत्र का नाम दिया गया है जारी कर दिया गया है। अपने इस दृष्टि पत्र में भाजपा ने किसानों और गरीबों और महिलाओं पर विशेष फोकस रखा गया है। भाजपा का कहना है कि 2025 तक राज्य को एक मॉडल राज्य बनाने के दृष्टिकोण से यह दृष्टि पत्र बनाया गया है।

भाजपा ने अपने इस घोषणापत्र में राज्य के किसानों को राज्य सरकार के स्तर पर भी 6 हजार रूपये सालाना सम्मान निधि प्रदान करने का वायदा किया गया है। राज्य सरकार किसानों को केंद्र सरकार की तर्ज पर 6 हजार की सम्मान निधि देगी। इस तरह से किसानों को अब साल में 12 हजार की सम्मान निधि मिल सकेगी। जिसमें 6 हजार केंद्र सरकार से मिलेगी तथा 6 हजार राज्य सरकार द्वारा दी जाएगी।

भाजपा के दृष्टि पत्र में दूसरी बड़ी घोषणा बीपीएल परिवारों को साल में तीन रसोई गैस सिलेंडर देने की, की गई है। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि केंद्र सरकार की उज्जवला योजना के तहत बीपीएल परिवारों को गैस कनेक्शन दिए गए थे उन्हें साल में तीन गैस सिलेंडर दिए जाएंगे। घोषणापत्र में भाजपा ने राज्य में टूरिज्म विकास के लिए भी कई घोषणाएं की गई हैं। जिसमें राज्य में

- किसानों को अब 12 हजार सम्मान निधि
- बीपीएल परिवारों को साल में 3 सिलेंडर मुफ्त
- हर जिले में मेडिकल कॉलेज बनाएंगे
- 45 नए टूरिज्म स्पॉट बनाए जाएंगें
- पूर्व सैनिकों को घर बनाने में मदद का वायदा

◀◀ शेष पृष्ठ 2 पर

हरिद्वार के विधायकों की 69 प्रतिशत निधि खर्च, 57 कार्य नहीं हुये प्रारंभ

संवाददाता

हरिद्वार। वर्तमान विधायकी समाप्त होने वाले अंतिम वर्ष 2021-22 में हरिद्वार जिले के 11 विधायकों की चुनाव घोषणा होने से पूर्व 31 दिसम्बर 2021 तक 69 प्रतिशत विधायक निधि खर्च हुई तथा 1295 लाख 25 हजार की ध नराशि शेष है जबकि प्रदेश के विध ायकों की 68 प्रतिशत ही खर्च हुई। विधायकों के कुल 859 कार्य स्वीकृत हुये, इसमें से दिसम्बर तक 400 कार्य ही पूरे हो सके जबकि 57 कार्य तो शुरू भी नहीं हुये है।

काशीपुर निवासी सूचना अधिकार कार्यकर्ता नदीम उद्दीन (एडवोकेट) ने उत्तराखंड के ग्राम्य विकास आयुक्त कार्यालय से विधायक निधि खर्च सम्बन्ध ी विवरणों की सूचना मांगी थी। इसके उत्तर में उपायुक्त (प्रशासन) हरगोविन्द भट्ट ने अपने पत्रांक 2830 के साथ वर्तमान विधायकों की विधायक निधि विवरण की फोटो प्रति उपलब्ध करायी है।

नदीम को उपलब्ध सूचना के अनुसार वर्ष 2021-22 में हरिद्वार जिले के सभी

11 विधायकों को 375 लाख प्रति विधायक कुल 4125 लाख की विधायक निधि उपलब्ध हुई है। इसमें से 31 दिसम्बर तक 2829.75 लाख की विधायक निधि खर्च हुई है तथा 1295.25 लाख की विध ायक निधि खर्च होने को शेष है। विध ायकों द्वारा जिले में कुल 859 कार्य स्वीकृत किये गये है इसमें से केवल 400 कार्य ही पूर्ण हो सके जबकि 57 कार्य शुरू नहीं हुये है तथा 402 कार्य चल रहे हैं। इन कार्यों में अनुसूचित जाति के लिये कुल 21.54 प्रतिशत 185 तथा अनुसूचित जन जाति 0.81 प्रतिशत 7 कार्य ही स्वीकृत हुये हैं।

नदीम को उपलब्ध सूचना के अनुसार सर्वाधिक विधायक निधि 85 प्रतिशत लक्सर विधायक संजय गुप्ता जबकि जिले में सबसे कम 32 प्रतिशत भगवानपुर

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

सेना ने खाई में फंसे युवक को कड़ी मशक्कत के बाद बचाया

पलक्कड़। भारतीय सेना ने एक बार वो कारनामा कर दिखाया है जिसके लिए वह जानी जाती है। केरल के पलक्कड़ के मलमपुझा पहाड़ों में एक खड़ी खाई में फंसे एक व्यक्ति को कड़ी मशक्कत के बाद सही सलामत नीचे उतार लिया है। सेना ने इसके लिए अपनी दो टीमें लगा रखी थीं। ऑपरेशन पलक्कड़ के लिए सेना ने दो टीमों को स्थानांतरित किया। मद्रास रेजीमेंलट सेंटर, वेलिंगटन से १२ कर्मियों की एक टीम, जिसमें विशेषज्ञ

उपकरण के साथ पर्वतीय योग्य कर्मी शामिल थे जो बुधवार सुबह १.३० बजे सड़क मार्ग से पहुंचे। वहीं पैराशूट रेजिमेंट सेंटर, बेंगलुरु से २२ कर्मियों की दूसरी टीम विमान से सुलूर रवाना हुई जो आज सुबह ४ बजे तक बचाव स्थान पर पहुंची। लड़का एक खड़ी चट्टान से गिर गया था और चट्टान की चोटी से लगभग ३० मीटर दूर एक खाई में फंस गया। सेना ने दोनों टीमें सुबह ५.४५ बजे से अभियान में लगीं और लड़के तक पहुंच गई। स्थान की निगरानी के लिए ड्रोन का इस्तेमाल किया गया। इसके साथ ही सुलूर एयरबेस पर हेलिकॉप्टर स्टैंडबाय पर रखा गया था। सेना की कड़ी मशक्कत के बाद खड़ी खाई में फंसे युवक बाबू को अब बचा लिया गया।

पिछले 24 घंटों में कोरोना के 71365 मामले आए, संक्रमण से 1217 लोगों की मौत हुई

नई दिल्ली। भारत में मंगलवार के मुकाबले आज कोरोना संक्रमण के नए मामलों में इजाफा हुआ। देश में पिछले २४ घंटों में कोविड–१६ के ७१,३६५ नए मामले सामने आए हैं, जिसके बाद कुल मामलों का आंकड़ा ४,२४,१०,६७६ हो गया है। इसके अलावा पिछले २४ घंटों में देश में १,२१७ लोगों की कोरोना से मौत हुई। इसके बाद कुल मौतों की संख्या ५ लाख ०५ हजार २७६ हो गई है। यही नहीं, भारत में १,७२,२११ ऐसे भी रहे जिन्होंने पिछले २४ घंटों में इस बीमारी से ठीक भी हुए। वहीं, सक्रिय मामलों की बात करें तो अब ये आंकड़ा ८,६२,८२८ हो गया है, जबकि दैनिक पॉजिटिविटी रेट ४.५४ प्रतिशत है।

मंगलवार को देश में कोविड–१६

संक्रमण के एक लाख से भी कम नए केस सामने आए थे। कल ६७,५६७ नए मामले दर्ज किए गए थे। वहीं, मंगलवार को १,१८८ लोगों की कोरोना से मौत हुई, जिसके बाद मरने वालों का आंकड़ा ५ लाख ०२ हजार ८७४ हो गया था। हालांकि, मंगलवार की तुलना में आज दैनिक पॉजिटिविटी रेट कम है। मंगलवार को दैनिक पॉजिटिविटी रेट ५.०२ प्रतिशत था, जोकि आज ४.५४ प्रतिशत है। मालूम हो, पिछले कुछ दिनों से कोविड–१६ के नए केस में लगातार गिरावट दर्ज की जा रही थी, लेकिन बुधवार को नए मामलों में लगभग ४ हजार का इजाफा हो गया।

सोमवार के मुकाबले मंगलवार को देश में कोरोना संक्रमण के नए मामलों में कमी दर्ज की गई थी। सोमवार को ८३,८७६ नए मामले दर्ज किए गए थे, जबकि इससे ८६५ लोगों की मौत भी हुई थी, जिसके बाद देश में कोरोना से मरने वालों की संख्या अब ५ लाख ३ हजार ८७४ पहुंच गई थी। वहीं, सोमवार को सक्रिय मामलों की संख्या घटकर ११०८६३८ रह गई थी। यही नहीं, सोमवार को दैनिक संक्रमण दर भी ७.२५ प्रतिशत दर्ज किया गया था।

दून वैली मेल

संपादकीय

चुनाव में तिरोहित होती मर्यादांए

पांच राज्यों में होने वाले विधानसभा चुनावों की भले ही कितनी भी अहमियत क्यों न हो? लेकिन राजनीतिक दलों और उनके नेताओं को अपने पद और संवैधानिक मर्यादाओं तथा भाषाई शिष्टता की सीमाओं का उल्लंघन नहीं करना चाहिए। ठीक है कि सभी दल और नेता चुनाव जीतने के लिए साम-दाम-दंड-भेद सभी तरह के हथकंडे अपनाते हैं। लेकिन सार्वजनिक मंचों पर नेताओं द्वारा जिस तरह की भाषा शैली का प्रयोग चुनाव में किया जाता है वह किसी भी स्थिति में स्वस्थ राजनीति के लिए हितकर नहीं हो सकता है। आमतौर पर आपने लोगों से राहुल गांधी की भाषा शैली और खासकर पीएम मोदी के लिए जिस भाषा शैली का प्रयोग किया जाता रहा है उसकी चर्चाएं सुनी होंगी। उनका चौकीदार चोर है का नारा एक समय में चर्चाओं का केंद्र रह चुका है। इसका नुकसान मोदी या भाजपा से ज्यादा कांग्रेस और राहुल गांधी को ही हुआ था। पश्चिम बंगाल के चुनावों में खुद प्रधानमंत्री मोदी को और भाजपा को ममता बनर्जी को दीदी ओ दीदी के तंज और उन्हें देखकर जय श्रीराम के नारे लगाकर चिढ़ाने की कीमत अपनी हार के रूप में चुकानी पड़ी थी। चुनाव में आरोप-प्रत्यारोप स्वाभाविक जरूर है लेकिन उनका यथार्थ के धरातल पर सत्य दिखना भी जरूरी होता है। बजट भाषण पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने जो संबोधन संसद में दिया गया उस पर सिर्फ कांग्रेस ने ही सवाल खड़े नहीं किए हैं बल्कि अरविंद केजरीवाल और आम आदमी पार्टी ने भी गंभीर सवाल उठाए हैं। मोदी के यह कहने पर कांग्रेस और आप ने कोरोना काल में मजदूरों को जबरन मुंबई और दिल्ली से पलायन कराया गया, कांग्रेस और आप दोनों ने प्रधानमंत्री पर देश के सर्वोच्च सदन में झूठ बोलने का आरोप लगाया है। अरविंद केजरीवाल का तो यहां तक कहना है कि देश के प्रधानमंत्री को संसद में ऐसा झूठ नहीं बोलना चाहिए था। यह प्रधानमंत्री के पद की गरिमा और संसद का अपमान है। कांग्रेस का कहना है कि भाजपा का काम ही झूठ की राजनीति करना है। प्रधानमंत्री के लिए संसद का सदन भी सदन नहीं चुनावी सभा है। वही इस मुद्दे पर दिल्ली और उत्तर प्रदेश के सीएम आदित्यनाथ योगी व अरविंद केजरीवाल के बीच जिस तरह का ट्यूटर वार देखा गया सुनो अरविंद और सुनो योगी जैसे संबोधन और शब्दावली उनके द्वारा प्रयोग की गई वह खुद उनकी अपनी छवि खराब करने के लिए काफी है। 2024 के लोकसभा चुनाव से पूर्व हो रहे इन चुनावों को देश की भावी राजनीति की दिशा और दशा तय करने वाला समझा जा रहा है। इसलिए सभी दलों के नेता बेहतर प्रदर्शन चाहते हैं लेकिन चुनावी दौर में जिस तरह की तू-तू मैं-मैं और झूठे आरोप-प्रत्यारोप के सहारे लेकर वह चुनाव जीतने की कोशिशें कर रहे हैं और जनता के मुद्दों पर मिट्टी डाली जा रही है यह अत्यंत ही चिंतनीय विषय है। चुनाव में अब तक अयोध्या, काशी, मथुरा और हिंदू-मुस्लिम हो रहा था अब झूठ-फरेब और तू-तू मैं-मैं भी जुड़ गया है अभी तो मतदान शुरू भी नहीं हुआ है अंत होने तक बात कहां तक जाएगी समझ पाना मुश्किल है। अभी बात गर्मी और चर्बी की और नागनाथ व सांपनाथ की हो रही है आगे अभी क्या-क्या होता है देखते रहिए।

किसानों व महिलाओं की बल्ले-बल्ले ..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

इको टूरिज्म बोर्ड के गठन का वायदा किए जाने से राज्य में 45 नए टूरिज्म स्पॉट विकसित करने की बात कही गई है। वहीं राज्य में रोपवे योजना के विस्तारीकरण का खाका भी खींचा गया है। जिसमें हेमकुंड साहिब व केदारनाथ में रोपवे बनाने की योजना है। भाजपा ने अपने इस दृष्टि पत्र में राज्य के मंदिरों तक पर्यटकों और श्रद्धालुओं की पहुंच बनाने के लिए मानस मंदिर माला योजना शुरू करने की बात भी कही गई है। शिक्षा क्षेत्र में एम ए पी 2020 लागू करने का वायदा करते हुए कहा गया है कि इससे उत्तराखंड देश का पहला राज्य बनेगा।

भाजपा के घोषणा-पत्र में हर जिले में एक मेडिकल कॉलेज खोलने और जन औषधि केंद्रों की संख्या 400 करने की बात कही गई है। जिससे घर-घर तक स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचाई जा सके। असंगठित क्षेत्र के मजदूरों को भाजपा के इस दृष्टि पत्र में पेंशन और 5 लाख का बीमा कवर देने का वायदा भी किया गया है। इसके साथ ही बीपीएल परिवार की महिलाओं को भी 2 हजार अतिरिक्त देने की घोषणा की गई है।

इस मौके पर केंद्रीय सड़क परिवहन मंत्री नितिन गडकरी ने डॉ निशंक की तारीफ करते हुए कहा कि इस घोषणापत्र को दृष्टि पत्र नाम देकर उन्होने सराहनीय काम किया है। क्योंकि आंखें दान करना आसान काम है दृष्टिदान करना असंभव, इसके माध्यम से उन्होंने दृष्टिदान जैसा काम किया है। इस अवसर पर उनके साथ प्रदेश अध्यक्ष मदन कौशिक, पूर्व सीएम त्रिवेंद्र सिंह रावत व तीरथ सिंह रावत के अलावा अन्य तमाम लोग भी मौजूद रहे। खराब मौसम के कारण सीएम धामी खटीमा से नहीं आ सके।

महानायक के विचार ही सच्चा स्मारक

विश्वनाथ सचदेव

साठ-पैंसठ साल पुरानी बात है। स्कूल में पढ़ने के दिन थे मेरे। एक कविता पढ़ी थी उन्हीं दिनों। हमारे पाठ्यक्रम में थी। उसकी शुरुआती पंक्तियां मुझे आज भी याद हैं-'है समय नदी की धार/ कि जिसमें सब बह जाया करते हैं... लेकिन कुछ ऐसे होते हैं/ इतिहास बनाया करते हैं/ यह उसी वीर, इतिहास-पुरुष की/ अनुपम-अमर कहानी है/ जो रक्तकणों से लिखी गयी/ जिसकी जयहिंद निशानी है...।' यह कहानी सुभाषचंद्र बोस की थी जिन्हें देश नेताजी के नाम से याद करता है। नेता की छवि आज भले ही कैसी भी बना दी गयी हो, पर नेताजी उचारते ही जो छवि मानस-पटल पर छा जाती है, वह सुभाषचंद्र बोस की है। सुभाष दो बार कांग्रेस पार्टी के अध्यक्ष चुने गये थे। महात्मा गांधी, जवाहरलाल नेहरू, सरदार पटेल, जैसे स्वतंत्रता-सेनानियों के साथ जो नाम अनायास जुड़ जाता है वह सुभाषचंद्र बोस का ही है। उन्होंने हमारी आज़ादी की लड़ाई को एक नया आयाम दिया था। गांधीजी और नेहरू को वे पूरा सम्मान देते थे, पर उन्होंने लड़ाई का अपना रास्ता चुना। आज़ाद हिंद फौज की स्थापना करके नेताजी ने हमारी आज़ादी की लड़ाई को एक निर्णायक मोड़ पर ला खड़ा किया था। वह विवाद निरर्थक है कि आज़ादी गांधी के रास्ते से मिली या सुभाष के। महत्वपूर्ण यह है कि हमारी आज़ादी भी लड़ाई के इन नायकों में मतभेद के बावजूद कभी मन-भेद नहीं आया। रास्ता चाहे गांधी का हो या भगतसिंह का या सुभाष का, मंज़िल एक ही थी-स्वतंत्र भारत।

आज हम स्वतंत्र है। अपनी स्वतंत्रता का 75वां वर्ष यानी अमृत महोत्सव मना रहे हैं। यह अवसर उन सबके प्रति कृतज्ञता अर्पित करने का भी है, जिनके नेतृत्व में हमने यह स्वतंत्रता पायी। नेताजी की 125वीं जयंती के अवसर पर राजधानी दिल्ली में ऐतिहासिक इंडिया गेट पर उनकी भव्य मूर्ति का लगाया जाना, इसी कृतज्ञता-ज्ञापन का एक तरीका है। आज़ाद हिंद फौज के सिपाहियों को नेताजी ने 'दिल्ली चलो' का लक्ष्य दिया था, और जय-हिंद के नारे के साथ भारत के सिपाही भारत की आज़ादी की राह पर चल पड़े थे। 15 अगस्त, 1947 को लाल किले पर तिरंगा फहरा कर कृतज्ञ राष्ट्र ने अपने 'नेताजी' के प्रति कृतज्ञता अर्पित की थी। देश के पहले प्रधानमंत्री बने जवाहरलाल नेहरू ने उस दिन तीन बार जय-हिंद का नारा लगाकर अपने 'छोटे भाई' और देश के 'नेताजी' के प्रति सम्मान ही प्रकट किया था।

नेताजी की 125वीं जयंती के अवसर पर उन्हें याद करते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने यह कहना भी ज़रूरी समझा कि देश आज अतीत की गलतियों को ठीक करने की राह पर है। 'गलतियों' से उनका अभिप्राय कुछ स्वतंत्रता सेनानियों की कथित उपेक्षा से था। सरदार वल्लभभाई पटेल, बाबा साहेब अम्बेडकर और विरसा मुंडा जैसी विभूतियों का नाम लेकर उन्होंने उन्हें सम्मान देने के सरकार के प्रयासों की चर्चा की। यह पहली बार नहीं है जब हमारे प्रधानमंत्री ने कुछ विभूतियों की उपेक्षा की बात कही है। सरदार पटेल के संदर्भ में भी वे इस प्रकार की बात कह चुके हैं। सच तो यह है कि आज़ादी की लड़ाई लड़ने वाले लाखों भारतीयों में से हर एक हमारी श्रद्धा का पात्र है। यह कृतज्ञ राष्ट्र उस हर भारतीय के प्रति नतमस्तक है, जिसने उस लड़ाई में योगदान किया। किसका योगदान ज़्यादा था, किसका कम, यह मायने नहीं रखता। बलिदान बलिदान होता है, उसे नाप-तोल कर कम या ज़्यादा नहीं आंका जा सकता है। यह राष्ट्र उन सबका चिर-कृतज्ञ रहेगा। उनके बलिदान को राजनीति का हथियार बनाना अपने आप में किसी अपराध से कम नहीं।

जहां तक गांधी, सुभाष और नेहरू के रिश्तों का सवाल है, इतिहास साक्षी है कि सारे मतभेद के बावजूद इन तीनों का आपसी सम्मान का भाव कभी कम नहीं हुआ। गांधी ने सुभाष के कांग्रेस-अध्यक्ष बनने का विरोध किया था, यह सच है पर यह विरोध व्यक्तियों का नहीं, विचारों का था। हमें इस बात को नहीं भूलना चाहिए कि गांधी को राष्ट्रपिता का सम्बोधन सबसे पहले सुभाष ने ही दिया था और यह भी एक सच्चाई है कि आज़ाद हिंद सेना के सेनापति सुभाष ने अपनी एक ब्रिगेड का नाम गांधी के नाम पर रखा था और दूसरी का नेहरू के नाम पर। गांधी सुभाष को अपना बेटा कहते थे और नेहरू को अपना भाई। ऐसे नेतृत्व के बीच मनभेद की बात कहना किसी भी दृष्टि से उचित नहीं लगता।

इस सबके बावजूद किसी को यह लग सकता है कि नेताजी या किसी और स्वतंत्रता-सेनानी के योगदान को वह मान्यता नहीं मिली जो मिलनी चाहिए थी, पर यह 'शिकायत' किसी राजनीतिक उद्देश्य की पूर्ति का माध्यम नहीं बननी चाहिए। हमारे स्वतंत्रता सेनानी, हम सबके हैं। राजनेता भले ही कुछ भी सोचते-कहते रहें, इस देश की जनता के मन में सुभाषचंद्र बोस के प्रति जो श्रद्धा और सम्मान है, वह अनूठा है। सातवीं कक्षा में पढ़ी जिस कविता ने मुझे आंदोलन-प्रेरित किया था, वह आज भी, आज की पीढ़ी में भी, उतना ही जोश भरती है। सुभाष कल भी एक किंवदंती थे, आज भी हैं। कल भी रहेंगे।

सुभाष या पटेल या भगतसिंह जैसा व्यक्तित्व, इतिहास-पुरुषों का व्यक्तित्व है। ऐसे व्यक्तित्वों पर किसी एक व्यक्ति, परिवार, समाज या राष्ट्र का वर्चस्व नहीं होता। वे समूची मानवता के होते हैं। उन्हें राजनीतिक सिद्धि का माध्यम बनाकर हम उनका अपमान ही करते हैं।

इंडिया गेट पर नेताजी की मूर्ति का लगना सचमुच उनके प्रति सम्मान प्रकट करने का ही एक तरीका है। उनकी याद हमारी सामूहिक विरासत है। हर भारतीय का ही नहीं, हर मनुष्य का उन पर अधिकार है। निश्चित रूप से उनकी यह प्रतिमा आने वाली पीढ़ियों की प्रेरणा बनेगी। पर इस तरह के स्मारकों से इतिहास-पुरुषों का कद नहीं बढ़ता, और न ही किसी उपेक्षा से उनका कद घटता है। उनका कृतित्व और उनका व्यक्तित्व ही उनकी पहचान है। सुभाष की इस मूर्ति के संबंध में अपने विचार प्रकट करते हुए नेताजी की बेटी अनीता बोस ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए यह कहना ज़रूरी समझा है कि नेताजी की मूर्ति नहीं, उनके विचार ही उनका सच्चा स्मारक हैं। वे आज़ादी के सिपाही थे, विचार की आज़ादी, अभिव्यक्ति की आज़ादी में विश्वास करते थे। धर्म और जाति के नाम पर किसी भी प्रकार का बंटवारा उन्हें मान्य नहीं था। वे मनुष्य की समानता में विश्वास करते थे, सांप्रदायिकता को मनुष्यता का अभिशाप मानते थे। सुभाषचंद्र बोस के इन आदर्शों-मूल्यों को समझ कर, स्वीकार कर ही हम उनके प्रति सच्ची श्रद्धा व्यक्त कर सकते हैं। जयहिंद का जो मंत्र उन्होंने हमें दिया था, वह ऐसे ही भारत के लिए था।

- लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं।

ब्रह्माणि हि चकृषे वर्धनानि तावत्त इन्द्र मतिभिर्विविष्मः।
सुते सोमे सुतपाः शंतमानि राण्ड्या क्रियास्म वक्षणानि यज्ञैः।।

(ऋग्वेद ६-२३-६)

परमेश्वर द्वारा दिए हुए ज्ञान के भंडार में से ज्ञान प्राप्त करने का हम सामर्थ्य उत्पन्न करें। हम ज्ञान प्राप्त करके यज्ञनिक (दूसरों के हित के) कार्य करें। जो उत्तम ज्ञान का सोम हमें प्राप्त हुआ है। उसके लिए परमेश्वर का धन्यवाद करें।

Let us generate the ability to receive knowledge from the wealth of knowledge given by God. After acquiring knowledge, we should perform Yajanic deeds for the benefit of others. We should be thankful to the God for the Soma of noble knowledge which we received.
(Rig Veda 6-23-6)

डीएम से वार्ता के बाद चुनाव बहिष्कार पर अड़े लोग हुए नरम

काशीपुर (आरएनएस)। मानपुर, नई बस्ती के ग्रामीणों का डीएम और तहसीलदार के आश्वासन के बाद चुनाव बहिष्कार पर रुख नरम हुआ है। ग्रामीण बैठक कर चुनाव बहिष्कार वापस लेकर अन्य विकल्प पर विचार कर सकते हैं। फिलहाल स्पष्ट रुख बैठक के बाद ही पता चल पाएगा। वर्ष १९९४ में पौड़ी के ग्राम धारा, झिरना और कोठीरो के सैकड़ों परिवारों को कॉर्बेट रिजर्व ने जंगली जानवरों के आतंक के चलते वन बंदोबस्त के तहत विस्थापित कर मानपुर नई बस्ती में बसाया गया था। लेकिन, २७ साल भी उन्हें जमीन पर मालिकाना हक नहीं मिल पाया। जबकि वह हर चुनाव में मतदान करते चले आ रहे हैं। मालिकाना हक नहीं मिलने पर उन्हें सरकारी योजनाओं का लाभ नहीं मिल पा रहा है। यहां तक किसान पेंशन भी नहीं मिल रही है। कई बार अधिकारियों के साथ जनप्रतिनिधियों से भी गुहार लगाई जा चुकी है। समस्या का समाधान नही होने पर विस्थापति २८४ परिवारों ने इस बार विधानसभा चुनाव का बहिष्कार कर घरों के आगे चुनाव बहिष्कार का शपथ पत्र और छतों पर काले झंडे लगाये हैं। चुनाव बहिष्कार के निर्णय के बाद राजनीतिक दलों ने अपने-अपने स्तर से समस्या का हल कराने का आश्वासन दिया। वहीं, तहसीलदार भी गांव पहुंची और समस्या के निस्तारण का आश्वासन दिया।

चोरी की स्कूटी के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी की स्कूटी के साथ एक को गिरफ्तार का उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार राकेश कुमार थपलियाल निवासी कृष्णा बिहार नेहरू ग्राम थाना रायपुर देहरादून द्वारा दी गई एक तहरीर बाबत खुद की स्कूटी को चोरों द्वारा चोरी कर लेने संबंध में मुकदमा दर्ज कराया गया। उपरोक्त घटना की गंभीरता को देखते हुए थानाध्यक्ष द्वारा घटना के खुलासे हेतु थाने से टीम गठित की गई है । थानाध्यक्ष रायपुर द्वारा गठित पुलिस टीम का नेतृत्व करते हुए घटना के आसपास लगे हुए ८ सीसीटीवी फुटेज को चेक किया गया जिसमें पुलिस टीम को एक स्कूटी को एक संदिग्ध लड़का सवार दिखाई दिए पुलिस टीम द्वारा लगातार सुरागरस्सी- पतारस्सी करते हुए उक्त स्कूटी सवार की तलाश हेतु सघन चेकिंग अभियान चलाया गया जिस पर पुलिस टीम द्वारा बद्रीश कॉलोनी रोड चालक द्वारा वाहन को तेजी से उल्टा मोड़ कर भागने लगा जिस पर पुलिस टीम द्वारा शक होने पर उक्त वाहन सवार को पकड़ लिया। पुलिस टीम द्वारा पकड़े गए व्यक्ति से नाम पता पूछा तो जिसने अपना नाम तुषार गुप्ता पुत्र संजीव गुप्ता बताया जिसके कब्जे से पुलिस टीम ने चोरी की स्कूटी को बरामद किया गया। उसने बताया कि वह हरिद्वार रोड पर स्थित प्राईवेट अस्पताल में वार्ड ब्वाय का काम करता है। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

तीन खिलाफ कोविड-19 के नियमों का उल्लंघन करने का मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने तीन दुकानदारों के खिलाफ कोविड-19 के नियमों का उल्लंघन करने का मुकदमा दर्ज कर लिया है।प्राप्त जानकारी के अनुसार बसंत विहार थाना पुलिस ने गश्त के दौरान जीएमएस रोड पर स्थित एक पीजा हाउस के मालिक बलराज सिंह, रेस्टोरेंट के मालिक सुभाष सिंह व एक नाई की दुकान के आमिर के खिलाफ दुकान में भीडभाड कर कोविड-19 के नियमों का उल्लंघन करने का मुकदमा दर्ज कर लिया है।

दो पेटी शराब के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने दो पेटी शराब के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार चुनावी माहौल को देखते हुए जनपद पुलिस ने मादक पदार्थो की तस्करी को रोकने के लिए अभियान चलाया हुआ है। अभियान के तहतं गठित टीम के द्वारा आज वाहन चेकिंग के दौरान गोविंदगढ़ तिराहा थाना वसंत विहार के पास से एक स्कूटी सवार को रूकने का इशारा किया तो वह पुलिस को देख वापस मुडने लगा तभी पुलिस ने उसको दबोच लिया। पुलिस ने उसे शराब परिवहन करते हुए स्कूटी सहित ०२ पेटी अंग्रेजी शराब की तस्करी करते हुए गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम अनमोल सिंह पुत्र रणधीर सिंह निवासी ग्राम- दौलतपुर हजरतपुर बथुआ शहीद थाना बुग्गावाला जनपद हरिद्वार तथा हाल पता नेहरू ग्राम ६ नंबर पुलिया थाना रायपुर जनपद बताया। पुलिस ने तलाशी लेने पर उसके कब्जे से १३००० नगद बरामद हुए जिनके बारे में पूछने पर उसने बताया गया कि यह रुपए उसने शराब बेचकर कमाए है। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर वाहन को सीज कर दिया।

हिमाच्छादित मार्गों को सुचारु रखें, नहीं तो होगी कार्रवाईः डीएम

उत्तरकाशी (आरएनएस)। विधानसभा चुनाव के लिए आगामी १४ फरवरी को होने वाले मतदान में किसी प्रकार की अड़चन न आए तथा पोलिंग पार्टियों को मतदान केंद्र तक पहुंचने में किसी प्रकार की परेशानी न उठानी पड़े, इसके लिए जिला निर्वाचन अधिकारी डीएम मयूर दीक्षित ने सभी संस्थानों, सड़क से जुड़े सभी विभागों को कड़े निर्देश दिए हैं।

उन्होंने कहा कि यदि किसी मतदान केन्द्र पर किसी प्रकार की लापरवाही मिली तो कड़ी कार्यवाही अमल में लाई जाए गी। जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने बताया कि विधान सभा चुनाव के लिए आगामी १४ फरवरी को जनपद में मतदान कार्यक्रम प्रस्तावित है। जिसको संपंन कराने हेतु ११ फरवरी से पोलिंग पार्टियों की रवानगी शुरू हो जाएगी। उन्होंने सभी मतदान केन्द्र के प्रबन्धकों को निर्देश दिये है कि मतदान हेतु निर्धारित कक्ष, अन्य सभी अतिरिक्त कक्ष सहित परिसर व शौचालय व साफ–सफाई के साथ ही पेयजल व विद्युत आदि सभी व्यवस्थाएं दुरुस्त रखी जाए ।

उन्होंने पीडब्ल्यूडी, पीएमजीएसवाई व वेपकोस के अधिकारियों एवं कर्मचारियों को निर्देश दिये हैं कि ११ फरवरी से १६ फरवरी तक जनपद के मतदेय स्थलों को पहुंचने वाले हिमाच्छादित सड़क मार्ग एवं पैदल मार्ग को सुचारू रखा जाए , ताकि पोलिंग पार्टियों को आवागमन में सुविधा रहे। चेतावनी दी कि यदि इन सभी कार्यों में किसी प्रकार की लापरवाही की जाती है तो संबंधित संस्थान एवं विभागीय अधिकारी के विरुद्ध कड़ी कार्यवाही की जाएगी। उन्होंने सभी मतदाताओं से भी मतदान के दिन निर्भय होकर अपने मताधिकार का प्रयोग करने की अपील की।

भाजपा ने जनता से की वादाखिलाफीः मनीष

संवाददाता

देहरादून। डोईवाला विधानसभा में बालकुमारी माजरी क्षेत्रों में आज कांग्रेस की जनसभाएं आयोजित की गई। जिसमें मुख्य अतिथि के रुप में प्रदेश कांग्रेस कमेटी के महामंत्री मनीष कुमार ने कहा कि भाजपा की उल्टी गिनती शुरू हो गई है। भाजपा की विदाई उत्तराखंड प्रदेश से लगभग तय है।

उन्होने कहा कि जनता ने भाजपा की जन विरोधी नीतियों को देख व समझ लिया है। कहा कि भाजपा की कथनी करनी में जमीन आसमान का फर्क है और कांग्रेस की कथनी करनी एक जैसी है।

उन्होने कहा कि कांग्रेस ने जो भी वायदे किए हैं, उनको सरकार में आने पर पूरा किया जाएगा। कहा कि भाजपा ने चुनाव में जो वादे किए थे उन सब से वादाखिलाफी करते हुए जनता को धोखा दिया है। उन्होने कांग्रेस प्रत्याशी गौरव चौधरी के लिए वोट मांगे और जनता से आव्हान किया कि वह आने वाली 14 तारीख को कांग्रेस को वोट दें। कार्यक्रम का संचालन करते हुए वरिष्ठ कांग्रेस नेता व सेवादल के प्रदेश सचिव शंकर सिंह मेहरारू द्वारा किया गया इस अवसर पर वरिष्ठ नेता मनोज नौटियाल युवा कांग्रेस अध्यक्ष राहुल सैनी कांग्रेस के वरिष्ठ नेता आशीष नौटियाल, देवेंद्र बिष्ट, हरीश थपलियाल सहित कई लोग मौजूद रहे।

रुद्रप्रयाग और केदारनाथ विस में चुनाव प्रचार ने पकड़ी तेजी

रुद्रप्रयाग (आरएनएस)। विधानसभा चुनाव की तिथि नजदीक आते ही अब चुनाव प्रचार ने तेजी पकड़ ली है। चुनाव मैदान में उतरे प्रत्याशियों के प्रचार जत्थे और वाहन के चुनावी शोर के चारों ओर चुनावी माहौल दिखने लगा है। हर प्रत्याशी अपनी स्थिति को मजबूत स्थिति में रखने के प्रयासों में जुटे हैं। रुद्रप्रयाग जिले की दोनों विधानसभाओं में चुनाव को लेकर प्रत्याशियों की धड़कने बढ़ने लगी है। जैसे जैसे चुनाव की तिथि नजदीक आ रही है वैसे ही प्रत्याशी अपनी स्थिति के आंकलन की चर्चाएं भी करने लगे हैं। हालांकि अभी जी तोड़ मेहनत जारी है। गांव–गांव में चुनावी प्रचार दल जनसम्पर्क में जुटे हैं। भाजपा, कांग्रेस, यूकेडी, आप, माकपा, भाकपा और निर्दलीय प्रत्याशियों के समर्थक लगातार गांव–गांव में घूम रहे हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में भी अब पोस्टर बैनर और पंपलेट दिखने लगे हैं। इधर, गांव हो या शहरी कस्बा सभी जगहों पर प्रत्याशियों के भाग्य और उनके भविष्य को लेकर चुनावी चर्चाएं भी शुरू हो गई है। मतदान के लिए शेष बचे सात दिनों में प्रत्याशी और भी पसीना बहाने की रणनीति बना रहे हैं ताकि अब तक उनके द्वारा की गई मेहनत को यथावत रखा जा सके। कोई अन्य प्रत्याशी इसमें उलटफेर न कर सके।

चुनावी शोर में विकास से जुड़े मुद्दे गायब

ऋषिकेश (आरएनएस)। विधानसभा चुनाव के मतदान को पांच दिन शेष रह गए हैं। ऐसे में चुनाव में भाग्य आजमाने वाले दल और निर्दलीय प्रत्याशियों ने भी माहौल अपने पक्ष में करने के लिए प्रचार तेज कर दिया है। गली, मुहल्ले में चुनाव प्रचार करने वाले वाहन चक्कर काट रहे हैं। हैरत की बात यह कि चुनावी शोर में विकास से जुड़े मुद्दे गायब हैं। सिर्फ प्रत्याशी के चाल–चरित्र का ही बखान हो रहा है। कई राजनीतिक दलों के आधिकारिक रूप से घोषणा पत्र जारी नहीं हुए। ऐसे में उम्मीदवार भी मुद्दों को भूल गए है। यही वजह है कि ऋषिकेश विधानसभा सीट पर दावेदारी करने वाले राष्ट्रीय, क्षेत्रीय दल और निर्दलीय प्रत्याशियों के चुनाव प्रचार में मुद्दे गायब हैं। चुनावी प्रचार वाहन से लाउडीस्पीकर का शोर सुनाई दे रहा है। राष्ट्रीय दलों के चुनावी प्रचार वाहनों से एक–दूसरे पर टीका टिप्पणी सुनाई देने के साथ प्रत्याशी की छवि का ढोल पीट रहे हैं। चुनावी मुद्दे चारधाम यात्रा के प्रवेशद्वार तीर्थनगरी ऋषिकेश में पार्किंग, कूड़ा निस्तारण के इंतजाम, हरकीपैड़ी तर्ज पर ऋषिकेश में त्रिवेणीघाट को विकसित करने, एक और नया डिग्री कॉलेज खोलने, शहर के अंदर हाईवे का चौड़ीकरण, आईडीपीएल को पुनर्जीवित करने जैसे मुद्दों का कोई जिक्र नहीं कर रहा है।

मतदान और मतगणना के दिन . बंद रहेंगी शराब की दुकानें बंद

पौड़ी (आरएनएस)। विधानसभा चुनाव को देखते हुए मतदान व मतगणना के दिवस पर शराब की दुकानें पूरी तरह से बंद रहेगी। जिला निर्वाचन अधिकारी डा. विजय कुमार जोगदंडे ने जिले में मतदान व मतगणना के समय शांति बनाए रखने के लिए सभी विदेशी मदिरा की दुकानों को ४८ घंटे पूर्व से मतदान व मतगणना समाप्ति तक दुकान बंद रखने के निर्देश दिए हैं। जिला निर्वाचन अधिकारी ने सभी विदेशी मदिरा दुकान, गोदाम, बार, कैन्टीन को १२ फरवरी की सायं ६ बजे से १४ फरवरी को मतदान समाप्ति तक, मतगणना दिवस १४ मार्च को पूर्ण रूप से दुकानें बंद रखने के निर्देश दिए हैं। साथ ही उन्होंने समस्त होटल, भोजनालय, मधुशाला, दुकान व किसी अन्य सार्वजनिक या प्राइवेट स्थान में भी स्प्रिटयुक्त, किण्वित, अल्कोहल युक्त मादक पदार्थ या अन्य पदार्थ की बिक्री उपभोग एवं परिवहन, वितरण नहीं किए जाने के निर्देश भी दिए। उन्होंने जिला आबकारी अधिकारी को जिले के सभी मदिरा दुकानों को पूर्ण रूप से बंद करवाने को कहा है।

भाजपा-कांग्रेस का फोकस एक दूसरे पर

संवाददाता

देहरादून। विधानसभा चुनाव प्रचार में भाजपा–कांग्रेस ने एक दूसरे पर ही फोकस कर रखा है तथा अन्य दलों की बात कोई नहीं करता दिखायी दिया जिससे अब साफ हो जाता है कि इन दोनों दलों में कौन कितना सही है मतगणना के बाद सब साफ हो जायेगा।

उत्तराखण्ड में विधानसभा चुनाव की घोषणा होने के बाद भारतीय जनता पार्टी, कांग्रेस, आम आदमी पार्टी, उत्तराखण्ड क्रांति दल सहित कई दल व पार्टियां चुनाव मैदान में अपना भाग्य आजमाने के लिए उतर गये हैं। जहां आप व उक्रांद भाजपा कांग्रेस को फोकस कर नारे व भाषण दे रहे कि उक्त दोनों

दलों ने राज्य को लूटा है। अबकि बार उनको आजमाएं। आप जहां अपना दिल्ली मॉडल के बारे में जनता को बता रही है। तो वहीं अन्य दल व निर्दलीय भी अपना–अपना एजेंडा लेकर मैदान में हैं। इन सबके बाद भी भाजपा व कांग्रेस किसी अन्य दल व पार्टी के बारे में कुछ भी कहते सुनायी नही दे रहे हैं। इन दोनों दलों ने एक दूसरे को फोकस किया हुआ है। जहां चुनाव प्रचार में भाजपा के दिग्गज प्रदेश में चुनाव प्रचार में आ रहे हैं तो कांग्रेस के भी स्टार प्रचारक उत्तराखण्ड में दिखायी दे रहे हैं। चुनाव प्रचार में दोनों की पार्टियों के नेता एक दूसरे को ही कोसते दिखायी दिये। किसी के पास ओर कोई मुद्दा दिखायी नहीं दिया दोनों ही पार्टियां एक दूसरे की कमियां व अपनी खुबियां सुनाते फिर रहे हैं। इस दौरान दोनों में से किसी ने भी किसी अन्य दल या पार्टी के बारे में कुछ नहीं कहा है। ऐसा लग रहा है कि उत्तराखण्ड में कोई ओर दल या पार्टी चुनाव लड ही नहीं रहे हैं। अब देखना यह है कि जनता किसकों सही साबित करेगी जिसका फैसला मतगणना के बाद हो जायेगा।

स्वास्थ्य के लिए बेहद लाभदायक होता है एल्केलाइन पानी!

इन दिनों बाजार में पानी के कई रूप मौजूद हैं, जो हमें सोचने-समझने पर मजबूर कर रहे हैं, एल्केलाइन पानी इन्हीं रूपों में से एक है। बता दें कि प्राकृतिक रूप से बायकार्बोनेट युक्त पानी को प्राकृतिक एल्केलाइन पानी कहा जाता है और इसका पीएच स्तर सामान्य के मुकाबले अधिक होता है। वहीं, स्वास्थ्य के लिहाज से एल्केलाइन पानी का बहुत फायदेमंद होता है। आइए जानते हैं कि एल्केलाइन पानी के सेवन से क्या-क्या फायदे मिल सकते हैं।

मधुमेह के स्तर को नियंत्रित करने में है सहायक

जब पाचन ग्रंथियों में इंसुलिन हार्मोन का बनना कम हो जाता है तो खून में ग्लूकोज का स्तर बढ़ने लगता है, जिससे मधुमेह जैसी समस्या उत्पन्न होती है। ऐसे में इसके स्तर को नियंत्रित रखने में एल्केलाइन पानी का सेवन मददगार साबित हो सकता है।

एक शोध के अनुसार, इसमें एंटी-डायबिटिक प्रभाव मौजूद रहता है, जो मधुमेह के स्तर को नियंत्रित रखते हुए इसके जोखिम कम कर सकता है।

हड्डियों को मजबूती देने में करता है मदद

हड्डियों को स्वस्थ रखने और मजबूती देने में भी एल्केलाइन पानी काफी लाभदायक सिद्ध हो सकता है।

एक शोध के मुताबिक, इसका सेवन हड्डियों की समस्याओं का कारण बनने वाले तत्वों को कम करने का काम करता है। इस तथ्य को देखते हुए यह माना जा सकता है कि एल्केलाइन पानी का सेवन कर हड्डियों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद मिल सकती है।

कैंसर के जोखिम को करें कम

कैंसर एक घातक बीमारी है जो किसी भी इंसान को मौत के मुंह में धकेल सकती है। कैंसर होने के कई कारण हो सकते हैं और इसके इलाज पर लाखों रुपये खर्च हो जाते हैं, लेकिन एल्केलाइन पानी के सेवन से कैंसर से बचाव किया जा सकता है।

एक शोध के अनुसार, इसमें एंटी-कैंसर गुण मौजूद होता है, जो कैंसर के जोखिम को कम करने में सहायक साबित हो सकता है।

बढ़ते वजन से निजात दिलाने में है सक्षम

बढ़े हुए वजन को कम करने का प्रयास करने वाले लोगों के लिए भी एल्केलाइन पानी बेहद फायदेमंद सिद्ध हो सकता है।

एक शोध के अनुसार, इसमें मौजूद फाइबर पाचन क्रिया को मजबूत करने के साथ-साथ वसा को कम करने का काम कर सकता है। वहीं, इसमें मौजूद एंटी-ओबेसिटी गुण वसा को बढ़ने से रोकने में मदद कर सकता है। इसलिए वजन कम करने वाले अपनी डाइट में एल्केलाइन पानी को जरूर शामिल करें।(आरएनएस)

स्वस्तिकासनः स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव डालता है यह योगासन

स्वस्तिकासन का अभ्यास करना काफी सरल है। अगर आपको कोई भी योगासन करते समय पद्मासन या फिर सिद्धासन की मुद्रा में बैठना कठिन लगता है तो आपके लिए स्वस्तिकासन की मुद्रा में बैठना फायदेमंद हो सकता है। बता दें कि रोजाना स्वस्तिकासन का अभ्यास करने से कई तरह के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं। आइए आज हम आपको इस योगासन से जुड़ी कुछ महत्वपूर्ण बाते बताते हैं।

स्वस्तिकासन करने का तरीका

सबसे पहले योगा मैट पर अपने पैरों को सामने की तरफ फैलाकर सीधे बैठें। अब अपने बाएं पैर को दाईं जांघ पर रखें, फिर दाएं पैर को बाईं जांघ पर रखें। अब दोनों हाथों को ध्यान मुद्रा में घुटनों पर रखें और अपनी दोनों आंखों को बंद करें। इस दौरान अपने शरीर को आरामदायक स्थिति में रखें। कुछ सेकेंड इसी स्थिति में रहने के बाद धीरे-धीरे आंखें खोलकर आसन को छोड़ दें।

सावधानियां

अभ्यास के दौरान जरूर बरतें ये सावधानियां

जिन लोगों को घुटनों में दर्द या फिर कोई अन्य समस्या है, उन्हें इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए। हर्निया, स्लिप डिस्क और माइग्रेन आदि समस्याओं से पीड़ित लोग भी इस आसन का अभ्यास न करें। अगर कूल्हों में किसी तरह की परेशानी या चोट है तो इस आसन का अभ्यास करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह जरूर लें। गर्भवती महिलाएं डॉक्टर की सलाह के बाद ही इस योगासन का अभ्यास करें। (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

बच्चों के लिए फायदेमंद है जुम्बा, रोजाना 10 मिनट जरूर करवाएं

जुम्बा एक तरह की एक्सरसाइज है, जिसका अभ्यास गाने पर थिरकते हुए किया जाता है और इस मजेदार एक्सरसाइज से बच्चों को कई तरह स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं। अगर आप बच्चों को रोजाना 10 से 15 मिनट के लिए जुम्बा करवाते हैं तो इससे न सिर्फ उनका शारीरिक और मानसिक विकास बेहतर तरीके से होगा बल्कि उनमें आत्मविश्वास भी बढ़ेगा। आइए आज हम आपको बताते हैं कि जुम्बा करने से बच्चों को क्या-क्या फायदे मिल सकते हैं।

बच्चों में बढ़ता है आत्मविश्वास

जुम्बा के लिए बच्चों को अच्छा डांसर होने की जरूरत नहीं है बल्कि यह तो मस्ती में की जाने वाली एक्सरसाइज है, जिससे बच्चों में आत्मविश्वास बढ़ाने में मदद मिल सकती है। दरअसल, जुम्बा के दौरान हर बच्चे को अपना सर्वश्रेष्ठ देने के लिए समान रूप से उत्साहित किया जाता है यानी जुम्बा ट्रेनर बच्चों को ऐसा महसूस कराते हैं कि वे किसी पार्टी में हैं, जबकि वे वास्तव में अपनी फिटनेस की ओर कदम बढ़ा रहे हैं।

कोरोना के बढ़ते मामलों के कारण कई राज्यों में स्कूल बंद हैं और ऑनलाइन क्लास के कारण बच्चों की शारीरिक गतिविधियों में कमी देखने को मिल रही है। ऐसे में उनके लिए जुम्बा करना लाभदायक साबित हो सकता है। अध्ययनों के मुताबिक, एक घंटा जुम्बा करने से बच्चों को 300-400 कैलोरी बर्न करने में मदद मिल सकती है, इसलिए बच्चों को रोजाना जुम्बा करने के लिए प्रेरित करें। इसके अतिरिक्त, जुम्बा करते रहने से बच्चों के शरीर में लचीलापन भी बढ़ेगा।

जुम्बा की मदद से बच्चों को रचनात्मक और सामाजिक बनाने में भी काफी मदद मिल सकती है। दरअसल, जुम्बा में कई तरह के स्टाइल और स्टेप्स होते हैं। उदाहरण के लिए फ्रीस्टाइल जुम्बा करने से बच्चों को कल्पनाशील बनाने में मदद मिलती है। वहीं, जुम्बा से बच्चे अधिक सामाजिक भी हो सकते हैं क्योंकि इसके हर एक सत्र में कई अन्य बच्चे शामिल होते हैं और वे आपस बातचीत कर सकते हैं और नए दोस्त बना सकते हैं।

जुम्बा करने से बच्चों के शरीर में रक्त का संचार बेहतर होता है, जिससे उनके शारीरिक के साथ-साथ मानसिक रूप पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। जुम्बा करने से बच्चों का मूड भी अच्छा रहता है क्योंकि इससे मूड को ठीक करने वाला होर्मोन एडर्निल शरीर के द्वारा अच्छे से रिलीज होते हैं, जिससे बच्चे हमेशा खुश, तनाव और चिंता से मुक्त रह पाते हैं। इसलिए नियमित तौर पर बच्चों को रोजाना कुछ मिनट जुम्बा जरूर करवाएं। (आरएनएस)

प्रेग्नेंसी का पता चलते ही इन बातों पर दें ध्यान

प्रेग्नेंसी के मामले में अक्सर देखा गया है कि महिलाओं को करीब एक-डेढ़ माह तक तो इसका पता ही नहीं चल पाता। इसके बाद जब वे अस्पताल पहुँचती हैं और डॉक्टर उन्हें सोनोग्राफी करवाने के लिए कहते हैं तो कई बार वे इससे कतराती हैं। ज्यादातर महिलाएँ सोनोग्राफी करवाने से बिलकुल मना कर देती हैं। जबकि भ्रूण के विकास के अध्ययन के लिए पहली सोनोग्राफी जाँच होना बेहद जरूरी होती है। इसे डेटिंग स्कैन भी कहा जाता है। पहली सोनोग्राफी जाँच से प्रसव की तारीख का सही अनुमान लगाया जा सकता है। यह विश्वसनीय भी होती है। इसलिए महिलाओं को पहली सोनोग्राफी जाँच डॉक्टरी सलाह से जरूर करवानी चाहिए।

गर्भावस्था में खास देखभाल की जरूर होती है। इसलिए महिला को गर्भ का पता चलते ही कुछ विशेष सावधानियाँ बरतनी चाहिए। शुरूआती तीन माह जोखिम भरे कहे जा सकते हैं। इस समय आपके लिए बदलाव बिलकुल नए होते हैं। खाने के टेस्ट से लेकर कई तरह के शारीरिक बदलावों से गुजरना होता है। भावनात्मक व मानसिक रूप से मजबूत होना भी इस समय बेहद जरूरी है। अक्सर महिलाओं में इस समय चिड़चिड़ापन ज्यादा देखने को मिलता है। मूड स्विंग्स अधिक होते हैं। इस समय परिवारजनों के सहयोग की उन्हें बेहद आवश्यकता होती है। गर्भावस्था का पता चलते ही डॉक्टर की ओर से बताई गई जाँचें अवश्य करवानी चाहिए। इससे आपकी प्रेग्नेंसी में आने वाली मुश्किलों को दूर किया जा सकता है। जैसे हीमोग्लोबिन, ब्लड शुगर, थाइरॉइड की जाँच अवश्य करवानी चाहिए।

बिलकुल तनावमुक्त रहें। यह भ्रूण के लिए बिलकुल ठीक नहीं है। खुद को तनावमुक्त रखने के लिए अपना पसन्दीदा काम करें। अच्छा संगीत सुनें। अच्छी किताबें पढ़ें। आपकी हॉबी में अगर पेंटिंग या कुछ क्रिएटिविटी शामिल है तो वह करें। यह आपकी खुशी देगा। आयरन फोलिक एसिड लें। ऐसी डाइट लें जो शरीर में प्रोटीन, मल्टी विटामिन, आयरन की पूर्ति करे।

शब्द सामर्थ्य -117

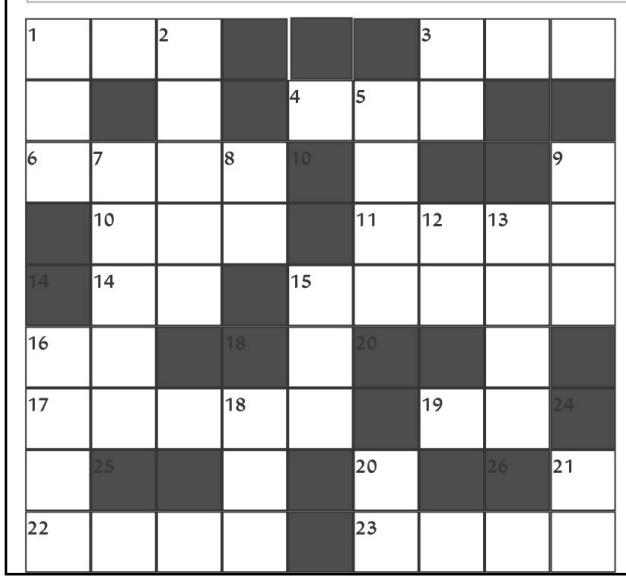
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 3. बेवजह, बिनाकारण, व्यर्थ 4. हल्कीनींद, चकमा, धोखा 6. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल 10. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना 11. चरमसीमा, सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. मृतप्राय, मृत्यु के करीब 19. जल, अम्बु 22. उपहार, भेंट 23. खबर, संदेश।

ऊपर से नीचे

1. गणपतिजी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रीवाज, 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का धड़ा जहां से शाखाएं निकलती है, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज 12. शासन, गुप्तबात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभागा 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्वाब 20. करीब, नज़दीक, समीप 21. सुबह, प्रातः, सबेरा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 116 का हल

अ	भि	षे	क	■	प	स	■	■
जा	त	■	थ	प	थ	पा	ना	■
य	र	का	नी	■	भ्र	■	र	श्मि
ब	घा	र	■	क	ष्ट	प्र	द	■
■	त	ना	त	नी	■	र्व	■	ब
अ	■	मा	■	ज	मा	त	■	ल
स	जा	■	■	■	■	क	ज	रा
बा	■	बे	स	हा	रा	■	ग	म
ब	गु	ला	■	रा	ज	दू	त	■

सोशल मीडिया पर छाई आरती सिंह, तस्वीरों ने बढ़ाया पारा

मनोरंजन जगत के जाने माने मशहूर कॉमेडियन एवं अभिनेता कृष्णा अभिषेक की बहन और बिग बॉस की प्रतियोगी रही आरती सिंह बोल्डनेस के मामले में किसी से कम नहीं हैं। वह सोशल मीडिया पर बहुत सक्रीय रहती हैं तथा अक्सर अपनी बोल्ड फोटोज साझा कर प्रशंसकों के होश उड़ा देती हैं।

वही कृष्णा अभिषेक की बहन आरती सिंह बोल्डनेस के मामले में मनोरंजन जगत की कई मशहूर अभिनेत्रियों को भी टक्कर देती हैं। वही सोशल मीडिया पर आरती सिंह अक्सर अपनी फोटोज साझा करती रहती हैं जिसे देखकर प्रशंसकों की धड़कनें बढ़ जाती हैं। वह कभी बिकिनी तो कभी मोनोकिनी में प्रशंसकों के होश उड़ा चुकी हैं। उनके हॉट लुक्स को बहुत पसंद किया जाता है।

वही आरती सिंह का इंस्टाग्राम अकाउंट उनकी बोल्ड फोटोज से भरा पड़ा है। उनकी प्रत्येक फोटो को लाखों लाइक्स प्राप्त होते हैं। कुछ दिनों पहले आरती ने अपना वजन कम किया था, जिससे अब वह बहुत स्लिम नजर आने लगी हैं। उनके हुस्न पर और निखार आ गया है। उन्होंने कई फोटोज में अपने परफेक्ट फिगर को फ्लॉन्ट किया है, जिसमें उनका हुस्न देखते ही बन रहा है। वही उनकी इन तस्वीरों को फैंस का भरपूर प्यार मिल रहा है।

गंगूबाई से टकराव नहीं चाहेंगे जयेशभाई जोरदार, प्रदर्शन तिथि में बदलाव की सम्भावना

हिन्दी सिने बॉक्स ऑफिस पर फरवरी 2022 से कमोबेश हर माह कोई न कोई बड़ा टकराव देखने को मिलेगा। कोविड-19 की तीसरी लहर के चलते स्थगित हुई फिल्मों के प्रदर्शन का सिलसिला मध्य फरवरी से शुरू होने जा रहा है। बताया जा रहा है कि संजय लीला भंसाली की बहुप्रतीक्षित फिल्म गंगूबाई काठियावाडी आगामी 25 फरवरी को प्रदर्शित होने के लिए तैयार है। इस बात की जानकारी आज सुबह तरण आदर्श ने अपने सोशल मीडिया अकाउंट के जरिये दी। गौरतलब है कि यह फिल्म पहले 6 जनवरी 2022 को प्रदर्शित होने वाली थी, लेकिन जैसे ही निर्देशक एसएस राजामौली ने अपनी फिल्म आरआरआर को 7 जनवरी को लाने की घोषणा की, उसी वक्त संजय लीला भंसाली ने अपनी मैग्नम-ओपस गंगूबाई काठियावाड़ी के प्रदर्शन को स्थगित करने की घोषणा कर दी थी। आज अचानक से इस फिल्म के निर्माताओं ने इसी दूसरी प्रदर्शन तिथि घोषित कर दी।

गंगूबाई के अचानक से 25 फरवरी को प्रदर्शित होने की सूचना के साथ ही बॉलीवुड के गलियारों में इस बात की चर्चा होने लगी है कि अब यशराज फिल्म्स के आदित्य चोपड़ा को अपनी फिल्म जयेशभाई जोरदार को आगे ले जाना पड़ेगा। कहा जा रहा है कि रणवीर सिंह की हालिया प्रदर्शित और बॉक्स ऑफिस पर असफल रही फिल्म 83 को देखते हुए वे नहीं चाहेंगे कि उनकी फिल्म का टकराव संजय लीला भंसाली जैसे दिग्गज निर्देशक की फिल्म के साथ हो। हालांकि जयेशभाई जोरदार की प्रदर्शन तिथि पहले से ही 25 फरवरी घोषित थी। अब आने वाले समय में देखना यह है कि जयेशभाई जोरदार के मेकर्स अपनी रिलीज को बदलते हैं या फिर वो इस क्लैश के लिए तैयार हैं। मैग्नम-ओपस गंगूबाई काठियावाड़ी फिल्म के निर्माताओं ने हाल ही में घोषणा की और यह भी पता चला कि फिल्म का प्रीमियर बर्लिन इंटरनेशनल फिल्म फेस्टिवल में होगा। मेकर्स ने यह भी खुलासा कर दिया है कि 25 फरवरी के दिन गंगूबाई काठियावाड़ी सिनेमाघरों में ही दस्तक देगी। इस फिल्म को बड़े परदे पर देखने के लिए दर्शक काफी समय से इंतजार कर रहे हैं। इस फिल्म में आलिया भट्ट के साथ लीड रोल में बॉलीवुड अभिनेता अजय देवगन भी दिखाई देंगे। आरआरआर से पहले आलिया और अजय की जोड़ी गंगूबाई काठियावाड़ी में दिखाई देंगी।(आरएनएस)

वेब सीरीज ये काली काली आंखें से चर्चा में आंचल सिंह

अभिनेत्री आंचल सिंह इन दिनों अपनी नेटफ्लिक्स वेब सीरीज ये काली काली आंखें से इन दिनों चर्चाओं में बनी हुई है. वेब सीरीज में अभिनेत्री एक बहुत दमदार किरदार में हैं जो कि प्यार में दीवानी हो जाती है, और उसके पागलपन की हद में न जाने कितनी जिंदगियां बर्बाद हो रही है. सीरीज का पहला सीजन रिलीज कर दिया गया है जिसमें आंचल का काम बहुत पसंद भी किया गया है. एक मॉडल के तौर पर इंडस्ट्री में कदम रखने वालीं आंचल ने यहां तक पहुंचने के लिए बहुत महनत की है. आंचल ने अपने करियर में ढेरों मूवीज ऐड में काम किया. सीरीज ये काली काली आंखें से पहले आंचल एक और वेब सीरीज में काम करती हुई दिखाई दी. ये काली काली आंखें से एक्ट्रेस को दर्शकों के बीच खास पहचान बन गई. हालांकि सीरीज को कुछ खास रिस्पॉन्स नहीं मिल पाया है. लेकिन आंचल के किरदार को काफी सॉलिड कहा जा रहा है. सीरीज में अभिनेत्री पूर्वा के किरदार में हैं. आंचल का जन्म 5 अप्रैल 1992 के दिन हुआ था, वह चंडीगढ़ की रहने वाली हैं. आंचल अब तक 300 से अधिक एड शूट्स में काम भी कर चुकी है. ये काली काली आंखें से पहले आंचल वेब सीरीज अनदेखी का भी भाग रही है. अनदेखी के अतिरिक्त अभिनेत्री रमैया वस्तावैया, हॉलीडे, पुंज खान, जख्मी फिल्मों में भी दिखाई दे चुकी है. (आरएनएस)

वेब सीरीज बेस्टसेलर से अपना डिजिटल डेब्यू करेंगे मिथुन चक्रवर्ती

बॉलीवुड में डिस्को डांसर के रूप में अपनी पहचान बना चुके मिथुन चक्रवर्ती एक बार फिर चर्चा में हैं। फिल्मी दुनिया में अपनी धाक जमाने के बाद छोटे पर्दे पर भी मिथुन दा ने दर्शकों का खूब मनोरंजन किया। अब फिल्मों और टीवी के बाद मिथुन दा ओटीटी प्लेटफॉर्म की ओर रुख कर रहे हैं। वह अमेजन प्राइम वीडियो की वेब सीरीज बेस्टसेलर से अपना डिजिटल डेब्यू करने वाले हैं।

प्राइम ने सीरीज की रिलीज डेट का ऐलान पोस्टर के साथ किया। पोस्टर पर सीरीज की मुख्य स्टारकास्ट को दिखाया गया है। मिथुन कुर्सी पर अपने चिर-परिचित अंदाज में बैठे हैं। सिर पर काले बालों का विग और सफेद दाढ़ी-मूंछ उनके लुक को अतरंगी बना रही है। अभिनेत्री श्रुति हासन आगे खड़ी हैं। सत्यजीत दुबे और गौहर खान पीछे खड़े हैं, वहीं सबसे दिलचस्प अंदाज में अर्जन बाजवा दिख रहे हैं, जो किताबों के ढेर पर बैठे हुए हैं।

मिथुन को 1976 में आई अपनी पहली ही फिल्म मृगया के लिए बेस्ट एक्टर के नेशनल अवॉर्ड से सम्मानित किया गया था। उन्हें दो फिल्मफेयर अवार्ड और तीन नेशनल फिल्म अवार्ड मिल चुके हैं। मिथुन टीवी शो डांस इंडिया डांस के ग्रैंडमास्टर रह चुके हैं। सीरीज का पोस्टर काफी दिलचस्प है और इसे लेकर उत्सुकता जगाता है। किताबों का यह ढेर इस सीरीज के नाम बेस्टसेलर के साथ न्याय कर रहा है। जानकारी के मुताबिक, बेस्टसेलर एक मनोवैज्ञानिक थ्रिलर वेब सीरीज है, जिसका निर्देशन मुकुल अभ्यंकर ने किया है। अन्विता दत्त और अल्थिया कौशल ने इसकी कहानी लिखी है। सोनाली कुलकर्णी भी इस सीरीज में एक अहम भूमिका में दिखेंगी। आठ एपिसोड की सीरीज बेस्टसेलर 18 फरवरी को प्राइम वीडियो पर स्ट्रीम की जाएगी।

सीरीज के निर्माता सिद्धार्थ मल्होत्रा ने कहा, मेरे लिए बेस्टसेलर एक ऐसा सपना है, जिसे मैंने पिछले कई सालों से देखा है। मैंने इस दिलचस्प कहानी को एक सीरीज के रूप में ढालने, संवारने और बदलने के लिए अपनी टीम के साथ बहुत लंबी-लंबी चर्चाएं की हैं। उन्होंने कहा, मुझे यकीन है कि यह एक जॉनर के तौर पर मनोवैज्ञानिक थ्रिलर का पूरा मतलब ही बदल देगी। निर्देशक मुकुल अभ्यंकर ने कहानी को बहुत ही बढ़िया से पिरोया है। बेस्टसेलर एक रोमांचकारी और नए जमाने की सस्पेंस थ्रिलर है। यह एक ऐसी दुनिया का ताना-बाना है, जहां हर काम के कई मतलब होते हैं। जब दो अजनबियों की जिंदगियों का एक-दूसरे से सामना होता है तो उनकी दबी हुईं हसरतें उभरकर सामने आ जाती हैं। अमेजन प्राइम वीडियो की इंडिया ओरिजिनल्स हेड अपर्णा पुरोहित ने बताया, बेस्टसेलर दर्शकों को गलतियों से भरे इंसानी स्वभाव के भंवर में गहराई तक खींचकर ले जाएगी और उन्हें बांधे रखेगी।

टीवी की सबसे ज्यादा फीस लेने वाली अभिनेत्री बनीं रूपाली गांगुली

टीवी धारावाहिक अनुपमा जब से शुरू हुआ है, यह टीआरपी की रेस में सबसे ऊपर रहा है। इसे सफल बनाने में अनपुमा बनीं अभिनेत्री रूपाली गांगुली ने भी एक अहम भूमिका निभाई है। शो में अपने दमदार अभिनय के जरिए उन्होंने दर्शकों के बीच खुद को स्थापित कर दिया है। वह लोकप्रियता के रथ पर सवार हैं। अब खबर है कि रूपाली टीवी की सबसे ज्यादा फीस लेने वाली अभिनेत्री बन गई हैं।

एक सूत्र ने बताया, रूपाली ने 1.5 लाख रुपये प्रति दिन की फीस से शुरुआत की थी। अब वह अनुपमा के लिए प्रति दिन 3 लाख रुपये की मोटी रकम ले रही हैं। इसी के साथ वह टीवी इंडस्ट्री की सबसे ज्यादा फीस लेने वाली एक्ट्रेस बन गई हैं। रूपाली ने इस मामले में कई लोकप्रिय युवा नामों को पछाड़ दिया है। उनकी फीस राम कपूर और रोनित बोस रॉय से भी ज्यादा बताई जा रही है।

अनुपमा में रूपाली एक ऐसी महिला का किरदार निभा रही हैं, जो अपने बच्चों और परिवार के लिए हर हद से गुजरने के लिए तैयार रहती है। उनके अलावा शो में सुधांशु पांडे, मदालसा शर्मा और गौरव खन्ना जैसे कई कलाकार मुख्य भूमिका में नजर आ रहे हैं। इसमें रूपाली और गौरव की केमिस्ट्री को खूब पसंद किया जा रहा है। सूत्र के मुताबिक, गौरव रोजाना 1.5 लाख रुपये कमा रहे हैं। इतनी ही रकम सुधांशु को भी मिलती है।

अनुपमा आजकल हर किसी की पहली पसंद बनता जा रहा है। यह लंबे समय से टॉप पर बना हुआ है। रूपाली ने अनुपमा का किरदार ऐसे निभाया है कि फैंस उन्हें अब अनुपमा के नाम से ही जानने लगे हैं। हालांकि, इस भूमिका के लिए वह पहली पसंद नहीं थीं। श्वेता तिवारी, गौरी प्रधान, साक्षी तंवर, मोना सिंह और जूह परमार जैसी अभिनेत्रियों के नाम पर विचार करने के बाद अंत में यह रोल रूपाली की झोली में गिरा था।

रूपाली ने 2001 में धारावाहिक सुकन्या से अपने टेलीविजन करियर की शुरुआत की थी। इसके बाद वह संजीवनी से लेकर काव्यांजलि और सपना बाबुल का...बिदाई जैसे कई धारावाहिकों में नजर आईं। उन्होंने बिग बॉस 1 में बतौर प्रतियोगी भाग लिया था। अनुपमा से पहले रूपाली को साराभाई वर्सेज साराभाई में लीड रोल में देखा गया था। (आरएनएस)

दिवाली पर आएगी अक्षय कुमार की फिल्म राम सेतु

अक्षय कुमार की फिल्मों का इंतजार दर्शकों को बहुत बेसब्री से रहता है। एक के बाद एक कई फिल्में उनके खाते से जुड़ी हैं। लंबे समय से वह अपनी फिल्म राम सेतु को लेकर चर्चा में हैं। अब अक्षय ने इस फिल्म की शूटिंग पूरी कर ली है। उन्होंने अपने सोशल मीडिया हैंडल पर फिल्म की शूटिंग समाप्त करने की जानकारी दी है। फिल्म इस साल दिवाली के मौके पर सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली है।

अक्षय ने अपने आधिकारिक ट्विटर हैंडल पर एक वीडियो शेयर किया है। इस वीडियो में उन्होंने कहा, आज मेरी फिल्म राम सेतु का आखिरी दिन है। राम सेतु को बनाने में वानर सेना लगी और मेरी फिल्म राम सेतु को बनाने के लिए मेरी सेना ये है। इसके बाद उन्होंने फिल्म की टीम की झलक दिखाई, जिसमें सभी कलाकार मस्ती करते हुए नजर आए। फिल्म की अहम कलाकार जैकलीन फर्नांडिस भी इस मौके पर दिखीं।

अक्षय ने अपने ट्विटर पोस्ट में लिखा, यहां एक और अद्भुत प्रोजेक्ट राम सेतु की शूटिंग को मैंने पूरा कर लिया। इस फिल्म के निर्माण के दौरान मैंने बहुत कुछ सीखा। यह फिर से स्कूल जाने जैसा अनुभव था। बड़ी मेहनत की है हम सबने, अब बस आपका प्यार चाहिए। शेयर किए गए वीडियो में बताया गया है कि यह फिल्म इस साल दिवाली के मौके पर सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

इस फिल्म की शूटिंग पिछले साल मार्च में शुरू हुई थी। फिल्म में नुसरत भरूचा को भी मुख्य भूमिका में देखा जाएगा। नुसरत पहली बार अक्षय के साथ स्क्रीन साझा करती नजर आएंगी। अक्षय फिल्म में एक पुरातत्वविद की भूमिका में नजर आएंगे। फिल्म से अक्षय के लुक को भी अच्छी प्रतिक्रिया मिली थी। जैकलीन और नुसरत एक मजबूत और स्वतंत्र महिला की भूमिका में दिखेंगी। फिल्म के 80 फीसदी हिस्सों की शूटिंग मुंबई में पूरी हुई है।

फिल्म का निर्देशन अभिषेक शर्मा ने किया है। उन्होंने इससे पहले परमाणु और तेरे बिन लादेन जैसी सफल फिल्मों का निर्देशन किया है। केप ऑफ गुड फिल्म्स, अबुदंतिया एंटरटेनमेंट, लाइका प्रोडक्शंस और अमेजन प्राइम वीडियो द्वारा फिल्म का निर्माण किया गया है।

अक्षय फिल्म पृथ्वीराज में मुख्य भूमिका में हैं। वह फिल्म रक्षाबंधन में भी दिखने वाले हैं। यह फिल्म भाई-बहने के रिश्तों पर आधारित है। फिल्म ओह माय गॉड 2 भी अक्षय के खाते से जुड़ी है। वह बेल बॉटम के निर्माता जैकी भागनानी की दूसरी फिल्म सिंड्रेला का भी हिस्सा हैं। वह जल्द ही प्रियदर्शन की एक फिल्म में भी नजर आ सकते हैं। अक्षय की बच्चन पांडे भी होली के मौके पर दर्शकों के बीच आएगी।

प्रदेश में पुष्कर सिंह धामी फिर बनेंगे सीएमः राजनाथ सिंह

संवाददाता

गंगोलीहाट। गंगोलीहाट के जीआईसी मैदान केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने भाजपा प्रत्याशी फकीर राम टम्टा के समर्थन में जनसभा को संबोधित किया। तय कार्यक्रम के से तीन घंटे देरी से केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह पहुंचे। गंगोलीहाट से भाजपा प्रत्याशी फकीर राम टम्टा के नेतृत्व में भाजपा कार्यकर्ताओं जोरदार स्वागत किया।

इस अवसर पर केंद्रीय रक्षा मंत्री ने पुष्पा फिल्म के डायलॉग में कहा, पुष्पा फ्लावर नहीं फायर है और हमारे मुख्यमंत्री का नाम है पुष्कर फ्लावर भी है और पुष्कर फायर भी है पुष्कर न डरेगा, न झुकेगा, हमेशा आगे बढ़ेगा

केंद्रीय राजनाथ सिंह ने कहा की आज पूरे देश में भाजपा की लहर है प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने देश के विकास के लिए ऐतिहासिक निर्णय लिये है आज देश से कांग्रेस साफ हो गयी है कांग्रेस नेता हरीश रावत पर गंभीर आरोप लगाते हुए कहा की वह भाजपा से कह रहे है तीन मुख्यमंत्री बदले हैं हमारी राष्ट्रीय पार्टी है हम एक क्या १० मुख्यमंत्री भी बदल सकते हैं लेकिन कांग्रेस के पास तो कोई नेता ही नही है जिस कारण वह चुनाव में मुख्यमंत्री का चेहरा तक धोषित नही कर पाई है प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के द्वारा ऐतिहासिक कार्य है भाजपा की सरकार प्रदेश में बनने जा रही है और सीएम पुष्कर धामी फिर से मुख्यमंत्री बनेंगे। आज केंद्र की मोदी सरकार के किये गये ऐतिहासिक कार्य किये गये। वन रैकं वन पेशंन सहित आयुष्मान कार्ड और हर घर को पक्का आवास देने के साथ ही उज्जवला रसोई गैस सहित कई कल्याणकारी योजनाओं का लाभ लोगों को मिल रहा है। भाजपा प्रत्याशी फकीर राम टम्टा के समर्थन में मतदान करने की अपील की। इस मौके पर विधायक मीना गंगोला,पूर्व विधायक नारायण राम आर्या, भाजपा जिलाध्यक्ष वीरेंद्र बल्दिया, जिला प्रभारी गणेश ठुकराठी, विधानसभा प्रभारी गिरीश जोशी, संयोजक खुशाल भंडारी, ब्लाक प्रमुख विनीता बाफिला, अर्चना गंगोला, नगर पंचायत अध्यक्ष जयश्री पाठक भाजपा मंडल अध्यक्ष धीरज बिष्ट, नगर मंडल अध्यक्ष दीपक धानिक,दिनेश धानिक, नवीन मेहरा, नरेंद्र रौतेला, महेश पंत, रवींद्र बनकोटी, रमेश बोरा सहित आदि मौजूद थे।

महासचिव राणा का निष्कासन निरस्त

देहरादून (सं)। प्रदेश कांग्रेस कमेटी द्वारा पार्टी महासचिव लक्ष्मी राणा के स्पष्टीकरण के उपरान्त पार्टी से उनका निष्कासन तत्काल प्रभाव से निरस्त करते हुए उन्हें जनपद पौडी गढ़वाल की लैन्सडाउन विधानसभा क्षेत्र में प्रचार-प्रसार की जिम्मेदारी सौंपी गई है। इस बात की जानकारी देते हुए प्रदेश कांग्रेस कमेटी के महासचिव संगठन मथुरादत्त जोशी ने बताया कि लक्ष्मी राणा द्वारा प्रदेश प्रभारी देवेन्द्र यादव से वार्ता कर अपना स्पष्टीकरण देते हुए पार्टी के प्रति पूर्ण निष्ठा व्यक्त करते हुए अपना निष्कासन निरस्त करने का अनुरोध किया गया। जिसके उपरान्त प्रदेश प्रभारी देवेन्द्र यादव के निर्देश पर उनका निष्कासन निरस्त करते हुए उन्हें लैन्सडाउन विधानसभा क्षेत्र में पार्टी प्रत्याशी के प्रचार-प्रसार की जिम्मेदारी सौंपते हुए उनसे अपेक्षा की गई है कि वे शीघ्र ही लैन्सडाउन विधानसभा क्षेत्र में पहुंचकर पार्टी प्रत्याशी की विजय सुनिश्चत करने में अपना योगदान करेंगी।

मोटरसाईकिल चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने घर के बाहर खडी मोटरसाईकिल चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार अपर गंगानगर निवासी नवनीत गुप्ता ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी मोटरसाईकिल घर के बाहर खडी की थी। जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी।

कांग्रेस ने मुझे बूढ़ा समझकर जंगल में छोड़ दियाः नारायण

संवाददाता

गंगोलीहाट (बेरीनाग) ।गंगोलीहाट से पूर्व कांग्रेसी विधायक नारायण राम आर्या ने गंगोलीहाट में केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के द्वारा भाजपा की सदस्यता ग्रहण कराई।

इस मौके पर पर नारायण राम आर्या ने कांग्रेस पर गंभीर आरोप लगाया और कहा की कांग्रेस ने दो करोड़ में गंगोलीहाट से टिकट बेचा है कांग्रेस के द्वारा गंगोलीहाट की जनता का अपमान करने के साथ ही ३५ हजार अनुसूचित जनजाति के मतदाताओं का अपमान किया है जिसका बदला यहां के मतदाता लेगे। पूर्व विधायक नारायण राम आर्या ने कहा कांग्रेस के द्वारा गंगोलीहाट को माफियाओं के हाथ में दिया जा रहा है स्थानीय कार्यकर्ताओं की उपेक्षा कर बाहरी लोगों को बढ़ावा दिया जा रहा है कांग्रेस के शीर्ष नेताओं पर वरिष्ठ कार्यकर्ताओं का अपमान किया जा रहा है मुझे बुडा समझकर कांग्रेस ने जंगल में छोड दिया है। कांग्रेस के द्वारा हमेशा कांग्रेस के खिलाफ चुनाव लडने को वाले को धन बल के आधार पर टिकट दिया है कांग्रेस के द्वारा मतदाताओं को खरीदने का काम किया जा रहा है। जिसका जबाब जनता को देना चाहिए।

इस मौके पर नारायण राम आर्या ने कहा की भाजपा के द्वारा स्थानीय और गांव के साधार व्यक्ति को टिकट दिया है वही कांग्रेस के के द्वारा बाहरी व्यक्ति को टिकट देने का काम किया है जनता सब समझ चुकी है कांग्रेस का पतन जनता करेगी। इस मौके पर कांग्रेस के शीर्ष नेताओं पर टिकट बेचने का आरोप लगाया ।

इस मौके पर कांग्रेस ब्लाक अध्यक्ष गणाई गंगोली सूरज रावत, पूर्व छात्र संघ नीरज सूठा,कांग्रेसी के मीडिया प्रभारी कैलाश चन्याल, पूर्व व्यापार संघ ललित मेहरा, राजेश सिंह बोरा, सूरज बनकोटी, हरीश डसीला, राजवीर बोरा, पूरन सिंह, रणजीत सिंह, दिनेश कोहली सहित आदि मौजूद थे।

सू- दोकू क्र.117

	3		7				2	1
2				9		4		
	7		1				5	
		1		5		2		7
	5				4			
		4		1		8		5
					1			
1		5		3		9		
	2		6		5		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 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.116का हल

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

सर्दी की दोहरी मार

उत्तर भारत में मान्यता है कि मकर संक्रान्ति पर सूर्य के उत्तरायण होने से सर्दी की विदाई शुरू हो जाती है। लेकिन इस बार तो ठंड लौट-लौटकर आ रही है। पहाड़ बर्फ से लदे हैं तो मैदानों में बारिश ठिठुरन बढ़ा रही है। जगह-जगह बर्फबारी के रिकॉर्ड टूट रहे हैं। कहीं लगातार रिकॉर्ड बारिश हो रही है तो कहीं ओले गिर रहे हैं। मुश्किलों में भी प्रहसन तलाशने वाले कुछ लोग कह रहे हैं कि कहीं सूर्यदेव 2021 में तो नहीं रह गये? क्या वर्क फ्रॉम होम कर रहे हैं?

बहरहाल, मौसम विज्ञानी बता रहे हैं कि सर्दी की तल्खी की वजह पाकिस्तान के ऊपर सक्रिय वेस्टर्न डिस्टर्बेंस है जो भारत में बारिश, कोहरा व बर्फबारी बढ़ा रहा है। जो सूर्यदेव के दर्शन नहीं हो रहे हैं, उसकी वजह जनवरी में कई बार होने वाला वेस्टर्न डिस्टर्बेंस ही है।

भले ही सेबों के लिये बर्फबारी मुफीद हो, खेतों के लिये बारिश लाभदायक हो, लेकिन आम आदमी के लिये तो ठिठुरन मुश्किलों भरी है। खासकर समाज के अंतिम व्यक्ति के लिये यह कष्टदायक है। वह भी जब देश महामारी की तीसरी लहर से दो-चार है।

दरअसल, ठंड से तो जनजीवन अस्त-व्यस्त है ही, लेकिन सबसे बड़ा संकट कोविड-19 के संक्रमण का है। हर कोई व्यक्ति मौसम की तल्खी से भयाक्रांत है। वजह यह कि देश में पहले से ही मौसमी बीमारी लाने वाले कई तरह के फ्लू घर बनाये हुए हैं। मौसमी बदलाव की तीव्रता से हर साल होने वाली सर्दी-खांसी-जुकाम-बुखार आम बात है। लेकिन कोरोना संक्रमण की तीसरी लहर में यह स्थिति डरा रही है। एक आम आदमी के लिये यह तय कर पाना मुश्किल है कि यह सामान्य फ्लू है या नया वेरिएंट ओमीक्रोन है। यह अच्छी बात है कि इस लहर में अस्पताल में भर्ती होने व ऑक्सीजन चढ़ाने के मामले घटे हैं, लेकिन दूसरी लहर की भयावह तस्वीरें हर किसी को विचलित करती हैं। ऐसे में मौसम की तीव्रता शारीरिक व मानसिक कष्ट बढ़ा रही है।

कोरोना की जांच की होम टेस्टिंग सुविधा बाजार में उपलब्ध होने की वजह से बड़ी संख्या में लोग घरों में जांच कर रहे हैं। लेकिन यह जांच कितनी प्रामाणिक है और कितनी सावधानी से की जा रही है, कहना कठिन है। वहीं ठंड की अधिकता में होने वाली ऊंच-नीच मानसिक दबाव तो बनाती ही है, कहीं ओमीक्रोन ने घर तो नहीं देख लिया। देश में ऐसे लोगों की भी संख्या बहुत बड़ी है जो संक्रमित तो हैं लेकिन खुद को सामान्य खांसी-जुकाम से पीड़ित मानकर सार्वजनिक जीवन में सक्रिय हैं। अभी ठीक-ठीक कह पाना संभव भी नहीं है कि ठंड की तल्खी से कब तक पूरी तरह राहत मिल पायेगी। (आरएनएस)

सूर्य से दीये तक

महेंद्र वर्मा

सूर्य, अग्नि और दीपक वैश्विक संस्कृति के आधार हैं। इन अभिव्यंजित अर्थों को समझने के लिए हमें अपनी संस्कृति के अतीत की ओर निहारना होगा। सभ्यता और संस्कृति निरंतर विकासमान अवधारणाएं हैं। बुद्धि के विकास की प्रारंभिक अवस्था में विभिन्न प्राकृतिक घटनाओं के कारण मनुष्य के मन में जो पहली प्रतिक्रिया उपजी वह भय और आश्चर्य के रूप में अभिव्यक्त हुई। यहीं से प्राकृतिक शक्तियों को देवता माने जाने की परंपरा प्रारंभ हुई। दिन में सूर्य का प्रकाश और रात में चंद्रमा तथा असंख्य तारों का चमकना तब के मनुष्यों के लिए विस्मयकारी घटनाएं थीं। दुनियाभर के प्राचीन धर्मों, लोकधर्मों और लोककथाओं के अध्ययन से यह ज्ञात होता है कि प्रकाश या उससे संबंधित प्राकृतिक वस्तुएं और घटनाएं जैसे, सूर्य, चंद्रमा, तारे, अग्नि, तड़ित आदि को मनुष्य ने सबसे पहले देवता के रूप में प्रतिष्ठित किया। अनेक संस्कृतियों में सूर्य और अग्नि प्रथम देवता हैं। संस्कृत में देव शब्द की व्युत्पत्ति दिव् धातु से हुई है जिसका अर्थ है- चमकना। इसी से द्यौः की व्युत्पत्ति हुई है, जिसका अर्थ आकाश है। वेदों में आकाश भी एक प्रमुख देवता है क्योंकि उसमें सभी चमकने वाले पिंड अर्थात् सूर्य, तारे, ग्रह आदि स्थित हैं। सूर्य की देव रूप में व्यापक प्रतिष्ठा रही है। दीपक जलाना उन सभी सकारात्मक भावों और शक्तियों को भी जाग्रत करना है जो सभी के लिए शुभकारक हैं।

फ्लाइंग स्क्वाड टीम ने की ट्रक चालक से लाखों की नगदी बरामद

हमारे संवाददाता

रूद्रप्रयाग। विधानसभा चुनावों के मद्देनजर की जा रही चैकिंग के दौरान फ्लाइंग स्क्वाड टीम द्वारा एक ट्रक चालक से लाखों की नगदी बरामद की गयी है। जिसके बारे में स्पष्ट जानकारी न देने पर टीम द्वारा उक्त धनराशि को सीज कर दिया गया है।

जानकारी के अनुसार रूद्रप्रयाग जनपद में इन दिनों विधानसभा चुनावों को देखते हुए फ्लाइंग स्क्वाड टीम द्वारा लगातार चैकिंग अभियान चलाया जा रहा है। इस क्रम में चैकिंग के दौरान फ्लाइंग स्क्वाड टीम ने जब जवाड़ी के निकट एक ट्रक को रोक कर जब ट्रक की तलाशी ली तो उसमें रखी 2 लाख 24 हजार की नगदी बरामद हुई। ट्रक चालक चन्द्रमोहन से जब उक्त धनराशि के विषय में पूछताछ की गयी तो वह इसके विषय में न तो कोई दस्तावेज दिखा सका और न सुस्पष्ट कारण बता पाया।

बरामद धनराशि टीम द्वारा कब्जे में लेकर जब्त कर आवश्यक कार्यवाही की जा रही है। ट्रक चालक द्वारा बताया गया कि वह ट्रक सुमाड़ी (रुद्रप्रयाग) से लेकर उसे ऋषिकेश ले जा रहा था।

गांजे के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने भारी मात्रा में गांजे के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार राजपुर थाना पुलिस ने शंहशाही आश्रम के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही पकड लिया। उसके पास थैले से पुलिस ने तलाशी के दौरान सात किलो गांजा बरामद कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम विनोद सहानी निवासी चुक्खुवाला बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

दूसरा विवाह करने पर पति सहित तीन पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। पहली पत्नी के जिन्दा रहते दूसरा विवाह करने पर पुलिस ने न्यायालय के आदेश पर पति, सास व ससुर के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। प्राप्त जानकारी के अनुसार इन्द्रापुरम एमडीडीए कालोनी निवासी महिला ने न्यायालय में प्रार्थना पत्र देते हुए बताया कि उसका विवाह कैनाल रोड बाडीगार्ड निवासी मोहित कुमार के साथ हुआ था। उसने बताया कि विवाह के कुछ दिनों बाद ही उससे ससुराल वालों ने दहेज की मांग करते हुए उसको मारपीट कर घर से निकाल दिया था। उसी दिन से वह अपने पिता के घर पर रह रही थी। उसको अभी हाल ही में पता चला कि उसके ससुर देशराज व सास सोमवती ने मिलकर उसके पति मोहित का दूसरा विवाह करा दिया है। महिला ने बताया कि उसके जिन्दा रहते हुए दूसरा विवाह करके उसको मानसिक रूप से प्रताडित किया गया है। न्यायालय के आदेश पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

हरिद्वार के विधायकों की 69 प्रतिशत निधि खर्च..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

विधायक ममता राकेश की खर्च हुई है। अन्य विधायकों में कुंवर प्रणव सिंह चौम्पियन की 69, सुरेश राठौर की 76, प्रदीप बत्रा की 83, मदन कौशिक की 40, देशराज कर्णवाल की 69, काजी निजामुद्दीन की 84, आदेश चौहान की 80, यतीश्वरानन्द की 61 तथा फुरकान अहमद की 76 प्रतिशत विधायक निधि खर्च हुई है।

स्वीकृत कार्यों में 57 कार्य प्रारंभ नहीं हुये इनमें सर्वाधिक 15-15 कार्य खानपुर विधायक कुंवर प्रणव सिंह व झबरेड़ा विधायक देशराज कर्णवाल तथा सबसे कम 3 कार्य रूड़की विधायक प्रदीप बत्रा के है। इसके अतिरिक्त अन्य विधायकों के कार्यों में मदन कौशिक के 7, ममता राकेश के 4, आदेश चौहान के 6 तथा फुरकान अहमद के 7 कार्य 31 दिसम्बर तक प्रारंभ नहीं हो सके है। 4 विधायकों सुरेश राठौर, काजी निजामुद्दीन, संजय गुप्ता तथा यतीश्वरानन्द का ऐसा कोई कार्य नहीं है जो प्रारंभ नहीं हुये है।

ग्राम पांगर, टिहरी विधानसभा में ग्रामीणों ने भाजपा प्रत्याशी किशोर उपाध्याय का ज़ोरदार स्वागत किया।

रेडक्रॉस सोसाईटी ने किया रक्तदान

संवाददाता

देहरादून। रैणी आपदा तपोवन, जोशीमठ व चमोली में मारे गये लोगों के एक वर्ष होने पर रेडक्रास सोसायटी ने रक्तदान किया।

आज यहां राजकीय मेडीकल कालेज देहरादून में रैणी आपदा तपोवन जोशीमठ चमोली में मारे गये लोगों के १ वर्ष पूर्ण होनें की याद में राज्य के वरिष्ठ राज्य आंदोलनकारी मोहन सिंह खत्री कोषाध्यक्ष भारतीय रेड क्रॉस सोसाईटी उत्तराखण्ड शाखा द्वारा राजकीय मेडीकल कॉलेज देहरादून में रक्त की कमी के चलते आंशिक पूर्ति हेतु रक्तदान करवाया गया। मोहन खत्री द्वारा लोंगों से आहवाहन किया की रक्तदान एक महानदान है तथा कोरोना की तीसरी लहर को देखते हुए भी रक्तदान करना आवष्ठयक हो गया है। उन्होनें कहा की किसी तत्काल व गंभीर आवश्यकता के लिए ब्लड बैंक में रक्त का संग्रह करके रखना चाहिए। उन लोगों को रक्त देने के लिए प्रेरित व प्रोत्साहित करें जो स्वस्थ होने के बाद भी रक्तदान में रुचि नहीं ले रहे हैं। उन लोगों को भी स्वेच्छा से रक्तदान करने के लिए प्रोत्साहित करें जो केवल अपने मित्रों और रिश्तेदारों को ही रक्तदान करते हैं। रक्तदान करना जीवन बचाने की प्रक्रिया में मानवता का महत्वपूर्ण भाग है। रक्तदान करनें वालों में प्रकाश सिंह चौहान, दीपक चौहान, मनोज चौहान, संजय रावत, रामकृष्ण चौहान, सहित अन्य लोंगों नें रक्तदान किया।

उत्तराखण्ड क्रांति दल के थीम सॉन्ग का विमोचन

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड क्रांति दल ने भी अपने चुनाव प्रचार के लिए थीम सॉन्ग का विमोचन किया

आज यहां केंद्रीय कार्यकारी अध्यक्ष हरीश चंद्र पाठक ने जानकारी देते हुए बताया कि उत्तराखंड क्रांति दल के थीम सॉन्ग 'यूकेडी को लाना है, उत्तराखंड बचाना है' और 'एक मौका तो दो यूकेडी को' के विमोचन किया गया। उन्होंने कहा कि वह उत्तराखंड की मौजूदा स्थिति पर अपने कुछ विचार रखना चाहता हूं। इसी हफ्ते चुनाव है, और हमारे ४५ प्रत्याशी मैदान में है। कोशिश थी ७० पर लडने की, मगर कोई बात नही, महंगे चुनाव को देखते हुए, कुछ साथी नही लड़े। आज आप सभी के माध्यम से मैं जनता को बताना चाहता हूं की ये दिल्ली और नागपुर के रिमोट से चलने वाले दल, उत्तराखंड का भला नहीं कर सकते। फिर चाहे आप हमारे मित्र धामी को ले लीजिए या हमारे बड़े भाई हरदा को लीजिए। एक भाई मोदी मोदी करके वोट मांगता है, और दूसरा उत्तराखंडियत का ढोंग पीटता है। उन्होंने कहा कि राज्य बनने के बाद उत्तराखंड की आर्थिक स्थिति बहुत खराब थी, इन परिस्थितियों के चलते राज्य पर अतिरिक्त बोझ चुनाव का ना पड़े इसीलिए हमने सरकार को समर्थन देने का कदम उठाया, लेकिन हमने ९ बिंदुओं पर समर्थन दिया था भले ही हम छले गए, कोई बात नही। मैं पूछना चाहता हूं इन लोगो से जो कहते है की हमने सत्ता की मलाई खाई, भाई मलाई हमने खाई, एक बारी को मान लिया जाए, लेकिन जो मलाई खाई वो आजतक नजर नहीं आई।

उत्तराखंड क्रांति दल का मानना है कि राज्य का विकास हो। इस राज्य में बेहतर शिक्षा, चिकित्सा, रोजगार और सुरक्षा हम दे पाए। उक्रांद का एक ही एजेंडा है, राज्य हित सर्वोपरी। पहले हम लड़े थे इस राज्य को बनाने के लिए, और अब हम लड़ेंगे राज्य बचाने के लिए। उक्रांद की खुली चुनौती है मोदी को, हम भले ही हारे हो, हम भले ही सत्ता में नहीं आए, हो सकता है हमने गलती की होगी, हमारे कार्यकर्ताओ ने गलती की होगी, हम चुनाव जरूर हारे हैं, लेकिन हम सड़को पर जरूर आयेंगे। इस अवसर पर वरिष्ठ नेता लताफत हुसैन, केन्द्रीय प्रवक्ता विजय बौड़ाई, विजेंद्र रावत , कुंदन सिंह बिष्ट ,एडवोकेट एस एन बिष्ट, सागर पँवार आदि मौजूद रहे।

एक नजर

छात्र सड़कों पर जो चाहें पहन सकते हैं, लेकिन स्कूलों में ड्रेस कोड अनिवार्यः आर. अशोक

कर्नाटक । राज्य में छात्राओं द्वारा हिजाब पहनने पर विवाद के बीच राज्य के राजस्व मंत्री आर. अशोक ने बुधवार को कहा कि सरकार हिजाब या केसरी के पक्ष में नहीं है। कर्नाटक के मंत्री ने कहा कि सरकार दोनों के पक्ष में नहीं है। बकौल राजस्व मंत्री– छात्र सड़कों पर जो चाहें पहन सकते हैं, लेकिन स्कूलों में ड्रेस कोड अनिवार्य है। हमने छात्रों की सुरक्षा के लिए एहतियात के तौर पर स्कूल और कॉलेज बंद कर दिए हैं। इस राजनीति के पीछे कांग्रेस है। उधर, एनडीटीवी की रिपोर्ट के अनुसार, हिजाब पर प्रतिबंध का समर्थन करते हुए मध्य प्रदेश के शिक्षा मंत्री इंदर सिंह परमार ने कहा कि सरकार अनुशासन को प्राथमिकता देगी। हिजाब स्कूल ड्रेस का हिस्सा नहीं है, इसलिए इसे पहनना स्कूलों में प्रतिबंधित होना चाहिए। परंपराओं का पालन लोगों को अपने घरों में करना चाहिए न कि स्कूलों में। हम स्कूलों में ड्रेस कोड को सख्ती से लागू करने पर काम कर रहे हैं। बढ़ते विवाद के बीच कांग्रेस महासचिव प्रियंका गांधी वाड्रा ने बुधवार को ट्वीट किया, चाहे घूंघट हो, जींस हो या हिजाब, यह तय करना एक महिला का अधिकार है कि वह क्या पहनना चाहती है।

हमारी सरकार आते ही बाइक पर 3 सवारी का चालान नहीं काटा जाएगाः राजभर

लखनऊ। उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव के लिए १० फरवरी को पहले चरण के लिए वोट पड़ने हैं। हालांकि, इससे पहले ही सुहेलदेव भारतीय समाज पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष ओमप्रकाश राजभर का एक वीडियो सामने आया है, जिसमें वो जनता से अजीबोगरीब वादा करते हुए नजर आ रहे हैं। वीडियो में राजभर कह रहे हैं कि राज्य में उनकी सरकार बनने के बाद वो एक बाइक पर तीन लोगों को आराम से सवारी करने देंगे और उनका चालान नहीं काटा जाएगा। बता दें कि समाचार एजेंसी ने ओमप्रकाश राजभर का एक वीडियो ट्विटर पर शेयर किया है। इस वीडियो में राजभर कह रहे हैं, एक ट्रेन में ७० सीटों पर ३०० यात्री सवार होते हैं और उनका चालान नहीं होता। लेकिन अगर ३ लोग एक बाइक पर सवार होकर कहीं जाते हैं तो उनका चालान क्यों होता है? यही नहीं, २० लोगों वाली जीप पर भी २२ लोग कैसे जाते हैं? जब हमारी सरकार सत्ता में आएगी तो एक बाइक पर तीन सवारियां फ्री कर दिया जाएगा नहीं तो हम जीपों और ट्रेनों का चालान कर देंगे।

जैश-ए-मोहम्मद के दो आतंकी मॉड्यूल का भंडाफोड़ , 11 लोग गिरफ्तार

श्रीनगर। जम्मू कश्मीर के अनंतनाग जिले में पुलिस ने ११ लोगों को गिरफ्तार कर प्रतिबंधित आतंकवादी संगठन जैश–ए–मोहम्मद के दो आतंकी मॉड्यूल का भंडाफोड़ किया। एक आधिकारिक प्रवक्ता ने बताया कि उनके पास से हथियार और गोला बारुद समेत आपत्तिजनक सामग्री बरामद की गयी है। प्रवक्ता ने कहा, विश्वसनीय सूचनाओं के आधार पर प्रतिबंधित आतंकी संगठन जैश–ए–मोहम्मद की अनंतनाग के श्रीगुफवाड़ा/बिजबेहरा इलाकों, विभिन्न स्थानों पर बनाई गई कई जांच चौकियों पर पुलिस/सुरक्षा बलों पर हमला करने की साजिश थी। प्रवक्ता ने बताया कि उन्होंने खुलासा किया कि वे जैश–ए–मोहम्मद के साथी हैं और पाकिस्तान में बैठे अपने आकाओं के सीधे संपर्क में हैं तथा उन्हीं के कहने पर वे पुलिस/सुरक्षाबलों पर हमले करने जा रहे थे। उन्होंने कहा, उनके खुलासे के बाद दो और आतंकवादियों को गिरफ्तार किया गया। उन्होंने बताया कि पुलिस ने बिजबेहरा इलाके में छह आतंकवादियों को गिरफ्तार कर एक अन्य आतंकी मॉड्यूल का भंडाफोड़ किया।

भाजपा ही कर सकती है राज्य का विकासः नड्डा

संवाददाता

देहरादून। भाजपा ही एकमात्र ऐसी पार्टी है जिसने विकास किया है और विकास कर सकती है। कांग्रेस ने उत्तराखंड में कोई विकास कार्य नहीं किया और न उसके पास विकास का कोई विजन है। यह बात आज भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा ने केदारनाथ और चौबट्टाखाल के मतदाताओं को संबोधित करते हुए कही।

●कांग्रेस के पास विकास का कोई विजन नहीं

भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा का कहना है कि राज्य में अब तक जो भी विकास के काम हुए हैं वह सारे काम भाजपा की डबल इंजन सरकार की देन है। उन्होंने कहा कि आज उत्तराखंड के किसानों को जो सम्मान निधि मिल रही है वह भाजपा की सरकार ने ही दी है। उन्होंने कहा कि राज्य के छोटी जोत वाले किसानों के लिए इस सम्मान निधि के क्या मायने हैं इस बात को वह अच्छी तरह समझते हैं।

उन्होने कहा कि उत्तराखंड जो एक सैन्य प्रदेश है उस प्रदेश में अगर सैनिकों को सम्मान देने का काम अगर किसी पार्टी ने किया है तो वह भाजपा ही है। उन्होंने कहा कि आप में से बहुत से लोग जब सेना में भर्ती भी नहीं हुए थे 1971 से लंबित वन रैंक वन पेंशन की योजना को अगर किसी ने लागू किया तो वह भाजपा ने किया है। जब 2014 में भाजपा की सरकार आई तब कहीं जाकर वन रैंक वन पेंशन योजना लागू हो सके जिसका प्रदेश के हजारों परिवारों को फायदा मिल रहा है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस की सरकार के रहते इस बारे में कभी नहीं सोचा गया। नड्डा ने कहा कि क्या आप कभी सोच सकते थे कि इस प्रदेश में कभी कोई सैन्य धाम भी बनाया जा सकता है। यह भाजपा और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सोच है कि राज्य में भव्य सैन्य धाम का निर्माण किया जा रहा है जिसमें प्रदेश के शहीद सपूतों की स्मृतियों को संजों कर रखा जा सकेगा।

उन्होंने कांग्रेस पर हमला करते हुए कहा कि राहुल गांधी की सोच है कि हवाई जहाज व गोला बारूद खरीदने से कोई देश बड़ा और शक्तिशाली नहीं बनता है। लेकिन हम अपनी सेनाओं को क्या चाहिए इसका महत्व को समझते हैं। हमने रातों–रात राफेल लाकर खड़े कर दिए, उन्होंने कहा कि कांग्रेस नेता ए के एंटोनी कहते हैं कि हमें अफसोस है कि हम चाइना जैसी अच्छी सड़कें नहीं बना सके। नड्डा ने कहा कि कांग्रेस के समय में अगर किसी सैन्य कानबाई को सीमा पर जाना होता था तो चार–चार दिन का समय लग जाता था। सड़कों को बंद कर दिया जाता था लेकिन आज चीन के बॉर्डर तक हमारे सैनिक आसानी से जा सकते हैं। उन्होंने कहा कि हमने उत्तराखंड में 14 हजार किलोमीटर सड़कें बनाई हैं जिसमें ऑल वेदर रोड भी शामिल है। उन्होंने कहा कि राज्य के विकास के इस क्रम को सिर्फ भाजपा ही जारी रख सकती है क्योंकि भाजपा जो कहती है वह करती भी है।

कांग्रेस ने पार्टी विरोधी गतिविधियों के चलते किये चार लोग निष्कासित

संवाददाता

देहरादून। प्रदेश कांग्रेस कमेटी द्वारा पार्टी विरोधी गतिविधियों एवं विधानसभा चुनाव में पार्टी अनुशासन के खिलाफ कार्य करने वाले चार लोगों को पार्टी की प्राथमिक सदस्यता से 6 साल के लिए निष्कासित किया गया है।

इस बात की जानकारी देते हुए प्रदेश कांग्रेस कमेटी के महासचिव संगठन मथुरादत्त जोशी ने बताया कि प्रदेश कांग्रेस कमेटी द्वारा प्रदेश प्रभारी देवेन्द्र यादव के निर्देश पर यमुनोत्री विधानसभा क्षेत्र से पूर्व छात्र संघ अध्यक्ष एवं एआईसीसी सदस्य हंसपाल बिष्ट, सुनील वरूण, वरदेव सिंह व उर्वीदत्त गुरूली को पार्टी विरोधी गतिविधियों एवं अनुशासनहीनता के चलते तत्काल प्रभाव से पार्टी से 6 साल के लिए निष्कासित कर दिया गया है। मथुरादत्त जोशी ने कहा कि कांग्रेस एक अनुशासित संगठन है तथा इसमें यदि अनुशासनहीनता होती है तो उसे कतई बर्दास्त नहीं किया जायेगा तथा जो भी पार्टी अनुशासन की लाईन पार करेगा उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जायेगी। कांग्रेस ने सभी जिला एवं शहर अध्यक्षों को भी निर्देश दिये हैं कि पार्टी विरोधी गतिविधियों में लिप्त लोगों के खिलाफ समुचित कार्रवाई की जाय।

बालश्रम का मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। दो बच्चों से काम कराने पर पुलिस ने ऑटो सर्विस सेन्टर के मालिक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया गया। प्राप्त जानकारी के अनुसार राज्य समन्वेय बचपन बचाओ अभियान के सुरेश उनियाल ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि विध्या विहार फेस–2 में मौहम्मद इरशाद द्वारा अपने ऑटो रिपेयर व सर्विस सेन्टर में 12 व 13 वर्ष के बच्चों से काम करवाया जा रहा है। जोकि बालश्रम कानून का उल्लंघन है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

पढ़ाई से डरकर भागे दो नाबालिग, पुलिस ने बरामद कर परिजनों को सौंपा

संवाददाता

देहरादून। पढाई से डरकर घर से भागे दो नाबालिगों को पुलिस ने 24 घंटे में तलाश कर परिजनों को सौंपा।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गत दिवस श्रीमती पुष्पा नेगी निवासी दोनाली रानी पोखरी देहरादून द्वारा समय दस बजे सुबह थाने आकर लिखित सूचना दी गई कि मेरा पुत्र उम्र १६ वर्ष एवं उसका दोस्त निवासी बड़कोट रानी पोखरी उम्र १४ वर्ष जो कक्षा दसवीं के छात्र हैं कल सात फरवरी को शाम चार बजे घर से ट्यूशन के लिए गए थे लेकिन अभी तक घर नहीं आए हैं। कल से हमारे द्वारा सभी रिश्तेदारों एवं उनके दोस्तों से जानकारी की गई तो कोई जानकारी नहीं मिल पा रही है । गुमशुदगी दर्ज कर हमारे बच्चों को ढूंढने का प्रयास करें, लिखित तहरीर के आधार पर तत्काल गुमशुदा दोनों बच्चे नाबालिक होने के कारण थाना पर अपहरण का मुकदमा दर्ज किया गया तथा उच्चाधिकारी को सूचित किया गया। जिस पर पुलिस उपमहानिरीक्षक वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा तत्काल टीम गठित कर गुमशुदा बच्चों को बरामद करने हेतु आदेशित किया गया। जिस पर पुलिस अधीक्षक ग्रामीण के निर्देशन एवं क्षेत्राधिकारी डोईवाला के पर्यवेक्षण थानाध्यक्ष रानीपोखरी द्वारा एक टीम गठित कर सीसीटीवी का अवलोकन एवं ट्यूशन एवं स्कूल में पढ़ने वाले दोस्तों से जानकारी की गई तो जानकारी मिले कि उक्त दोनों बच्चे सात फरवरी को ट्यूशन आए थे और ट्यूशन के बाद स्कूटी किसी दोस्त के घर खड़ी कर बिना बताए चले गए तथा दोनों के द्वारा अपने फोन बंद कर दिए गए।

सीसीटीवी का अवलोकन करने पर जानकारी मिली कि दोनों बच्चे पैदल पैदल देहरादून की तरफ जाते हुए दिखाई दिए। जिस पर तत्काल टीम को देहरादून मैं रेलवे स्टेशन, आईएसबीटी, पलटन बाजार आदि भीड़भाड़ वाले इलाकों में तलाश हेतु भेजा गया तथा जनपद के सभी थाने चौकियों एवं डीसीआरबी एवं एससीआरबी को भी गुमशुदा बच्चों के फोटो पंपलेट प्रेषित किए गए तथा सोशल मीडिया में भी गुमशुदा बच्चों की फोटो प्रेषित की गई इसके साथ सभी से गुमशुदा बच्चों के बारे में जानकारी मिलने पर तत्काल थाना रानीपोखरी को सूचित करने हेतु निवेदन किया गया। गत दिवस रात्रि लगभग दस बजे गठित टीम द्वारा परिजनों को साथ लेकर देहरादून के आईएसबीटी पटेल नगर क्षेत्र में गुमशुदा बच्चों की तलाश की जा रही थी तो उक्त दोनों गुमशुदा बच्चे कारगी चौक पर घूमते हुए पाए गए जिन्हें सकुशल बरामद कर परिजनों के सुपुर्द किया गया। जिस पर परिजन काफी खुश हुए तथा रानीपोखरी पुलिस का दिल से धन्यवाद किया गया। पूछताछ करने पर गुमशुदा बच्चों द्वारा बताया गया कि आज कल स्कूल खुल गए हैं तथा पढ़ाई एवं परीक्षा के डर से घर से बिना बताए चले गए थे।

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।