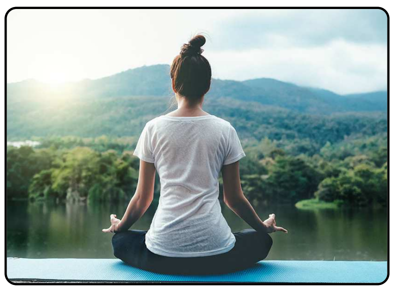
बुधवार
16 फरवरी 2022



पृष्ठ 4

तनाव से दूर रखने में सहायक साबित हो सकता हैं योगाभ्यास

पृष्ठ 5

सफल रिश्ते की कुंजी कम्यूनिकेशन होता है: दीपिका पादुकोण

● देहरादून
● वर्ष 30
● अंक 23
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

मातृभाशा, मातृ संस्कृति और मातृभूमि ये तीनों सुखकारिणी देवियाँ स्थिर होकर हमारे हृदयासन पर विराजें।

— ऋग्वेद

दूनवैलीमेल

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

धामी का तंज: दिन में सपने देख रहे हैं हरीश रावत

संवाददाता

देहरादून। मतदान संपन्न होने के बाद भी भाजपा और कांग्रेस नेताओं के वार पलटवार की जंग जारी है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि हरीश रावत दिन में सपने देख रहे हैं। प्रदेश में एक बार फिर प्रचंड बहुमत के साथ भाजपा सत्ता में आ रही है।

❑भीतरघात पर बोले सीएम- संयम रखें सभी, सरकार हमारी ही बनेगी

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज हरीश रावत के उस दावे को जिसमें उन्होंने कांग्रेस को 48 से 50 सीटें मिलने और खुद के मुख्यमंत्री बनने की बात कही है, पर तंज कसते हुए कहा कि हरीश रावत मुंगेरीलाल की तरह हसीन सपने देख रहे हैं। लेकिन उनके यह सपने सच होने वाले नहीं हैं। प्रदेश में भाजपा फिर से प्रचंड बहुमत के साथ सत्ता में आ रही है।

भाजपा विधायकों द्वारा पार्टी प्रत्याशियों के खिलाफ काम करने और भीतरघात की आ रही खबरों के बारे में मुख्यमंत्री धामी ने कहा है कि भाजपा का कुनबा बहुत बड़ा है, ऐसी छोटी-छोटी बातें होती रहती है। उन्होंने कहा कि पार्टी के सभी नेता, प्रत्याशी और कार्यकर्ताओं को ऐसी खबरों से विचलित होने की जरूरत नहीं है। वह संयम बनाए रखें और 10 मार्च को होने वाली मतगणना का इंतजार करें, सब कुछ ठीक होने वाला है। उन्होंने कहा कि भाजपा के कार्यकर्ताओं, नेताओं यहां तक कि पन्ना प्रमुखों तक सभी ने मेहनत की है। उन्होंने कहा कि भाजपा फिर सत्ता में प्रचंड बहुमत के साथ वापस आ रही है और हमारी सरकार बनने जा रही है। साथ ही उन्होंने कहा कि जो शिकायतें कर रहे हैं उनकी बात भी सुनी जाएगी तथा सच्चाई का पता लगाया जाएगा। उन्होंने कहा कि मैंने चुनाव से पूर्व और चुनाव के दौरान पूरे राज्य का दौरा किया है लोगों का आशीर्वाद भाजपा के साथ है।

उन्होंने कहा कि हरीश रावत को उनकी पार्टी ने न तो मुख्यमंत्री का चेहरा ही घोषित किया है और न ही कांग्रेस चुनाव जीतने वाली है। हरीश रावत दिन में सपने देख रहे हैं जो कभी पूरे होने वाले नहीं है। उन्होंने कहा कि हरीश रावत जो बड़ी-बड़ी बातें कर रहे हैं 10 मार्च को चुनाव परिणाम आने के बाद कहीं नजर नहीं आएंगे। उन्होंने कहा कि कांग्रेस की जीत का दावा और सरकार बनाने व मुख्यमंत्री बनने का सपना देखने वाले हरीश रावत पहले खुद तो चुनाव जीत लें। 2017 में भी वह दो-दो सीटों से चुनाव लड़े थे और कहीं से भी नहीं जीत पाए थे।

एनएसए डोभाल की सुरक्षा में सेंध

संवाददाता

नई दिल्ली/देहरादून। भारत के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार अजीत डोभाल की सुरक्षा में सेंध लगाने की कोशिश का मामला सामने आने से सुरक्षा एजेंसियों में हड़कंप मचा हुआ है। हालांकि सुरक्षाकर्मियों द्वारा आरोपी युवक को गिरफ्तार कर लिया गया है और दिल्ली स्पेशल क्राइम ब्रांच के अधिकारी उससे पूछताछ करने में जुटे हैं।

जानकारी के अनुसार आज सुबह 7.45 बजे एक अज्ञात युवक ने एन एस ए अजीत डोभाल के आवास में घुसने की कोशिश की जिसे सुरक्षा में तैनात सुरक्षाकर्मियों ने नाकाम कर दिया। नोएडा से एक एसयूवी कार किराए पर लेकर यह युवक एन एस ए अजीत डोभाल के आवास पर पहुंचा था, जिसे सुरक्षाकर्मियों ने गिरफ्तार कर लिया है। युवक कर्नाटक के बेंगलुरु का रहने वाला बताया गया है जिसका नाम शांतनु रेड्डी बताया जा रहा है। दिल्ली क्राइम ब्रांच की स्पेशल सेल अब इस युवक से पूछताछ कर रही है।

गिरफ्तारी के बाद वह युवक कह रहा था कि उसके शरीर में कोई चिप लगाई गई है जिससे उसे नियंत्रित किया

❑आवास में घुसने की कोशिश करने वाला युवक गिरफ्तार

जा रहा है। जांच में हालांकि ऐसी कोई चीज नहीं मिली है लेकिन एन एस ए के आवास में घुसने के प्रयास की इस घटना से सुरक्षा एजेंसियों में हड़कंप मचा हुआ है। क्योंकि यह कोई सामान्य घटना नहीं है। राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार जिनके आवास पर कड़ी सुरक्षा का पहरा रहता है तथा उन्हें जेड प्लस सुरक्षा मिली हुई है, के आवास पर इस युवक द्वारा घुसने का प्रयास किस नियत से किया गया और उसका क्या मकसद था? इस सच को जानना आवश्यक है।

उल्लेखनीय है कि अजीत डोभाल को भारत की रक्षा नीति के लिहाज से भारत का चाणक्य माना जाता है। 1999 की विमान हाईजैक घटना से लेकर पाकिस्तान पर पुलवामा हमले के बाद

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

गायक और संगीतकार बप्पी लहरी का 69 वर्ष की उम्र में निधन

मुंबई। प्रसिद्ध भारतीय गायक और संगीतकार बप्पी लहरी का निधन हो गया है। मुंबई के एक हॉस्पिटल में बप्प्पी लहरी ने अंतिम सांस ली। उनकी उम्र करीब ६९ वर्ष थी। बताया जा रहा है कि बप्पी लहरी का निधन रात करीब ११ बजे हुआ। कहा जा रहा है वो काफी समय से बीमार चल रहे थे। उनका इलाज क्रिटी केयर अस्पताल में चल रहा था। हिंदी सिनेमा में बप्पी दा के नाम से फेमस बप्पी लहरी ने महज तीन साल की उम्र में तबला बजाना शुरू कर दिया था और तभी से उन्होंने संगीत की शिक्षा लेनी शुरू कर दी थी। बप्पी लहिरी को सोना पहनना और हमेशा चश्मा लगाकर रखना बेहद पसंद था। गले में सोने की मोटी–मोटी चेन और हाथ में बड़ी–बड़ी अंगूठियां समेत सोने के ढेर सारे गहने पहनना उनकी पहचान थी। उनके निधन की खबर से बॉलीवुड और म्यूजिक इंडडस्ट्री में शोक की लहर है। बप्पी दा ने एक बंगाली फ़िल्म, दादू (१९७२) से अपने करियर की शुरुआत की और उन्हें हिंदी सिनेमा में पहला ब्रेक फिल्म नन्हा शिकारी (१९७३) में मिला जिसके लिए उन्होंने संगीत दिया था। ताहिर हुसैन की हिंदी फिल्म जख्मी (१९७५) ने उन्हें बॉलीवुड में स्थापित किया था। बता दें कि बप्पी दा की आवाज़ पर पूरी दुनिया झूमती है। वो इंडस्ट्री के पहले सिंगर हैं जिन्हें माइकल जैक्सन ने अपने पहले शो में बुलाया था। एक रिपोर्ट के मुताबिक साल १९८६ में उन्होंने ३३ फिल्मों में १८० गानें गाए। उनका ये रिकॉर्ड गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड में भी दर्ज है।

भारत में 24 घंटों में कोरोना के 30615 नए मामले सामने आए, 514 लोगों की महामारी से हुई मौत

नई दिल्ली। भारत में कोरोना संक्रमण की तीसरी लहर के ग्राफ में उतार–चढ़ाव देखा जा रहा है। हालांकि मामलों में कुछ बड़ी बढ़ोत्तरी नहीं दिखी है। बीते दिन संक्रमण के ग्राफ में मामूली इजाफा हुआ। पिछले २४ घंटों में कोरोना संक्रमण के ३०,६१५ नए मामले सामने आए हैं, जोकि कल के मुकाबले ११ प्रतिशत ज्यादा हैं। यही नहीं, अब कुल मामलों का आंकड़ा ४,२७,२३,५५८ हो गया है। बता दें कि देश में कोरोना वायरस के नए मामलों में लगातार कमी दर्ज की जा रही थी, लेकिन आज इन आंकड़ों में ११ प्रतिशत का इजाफा हुआ है। देश में अभी भी ३,७०,२४० सक्रिय मामले मौजूद हैं।

पिछले २४ घंटों में ४१.५४ लाख से

अधिक वैक्सीन खुराक के साथ भारत का कोविड–१९ टीकाकरण कवरेज आज सुबह ७ बजे तक की रिपोर्ट के अनुसार १७३.८६ करोड़ से अधिक हो गया है। यह १,९५,८८,९६६ सत्रों के माध्यम से हासिल किया गया है।

पिछले २४ घंटों में ८२,९८८ कोविड–१९ से रिकवरी हुई, जिसके बाद कोरोना संक्रमण से कुल रिकवरी करने वालों की संख्या ४,१८,४३,४४६ हो गई है। इसके अलावा ५१४ लोगों की कोरोना महामारी से मौत भी हुई। ऐसे में अब मरने वालों की कुल संख्या ५ लाख ०९ हजार ८७२ हो गई है। इस दौरान दैनिक संक्रमण दर २.४५ प्रतिशत रहा। साथ ही, अब तक कुल १,७३,८६,८१,६७५ लोगों का वैक्सीनेशन हो चुका है।

बता दें कि मंगलवार को देश में कोविड–१९ के २७,४०९ नए मामले सामने आए थे। साथ ही ३४७ और मरीजों की मौत कोरोना से इस अवधि में हुई थी, जिसके बाद देश में कोरोना से मरने वालों की कुल संख्या बढ़कर ५०९३५८ हो गई थी। वहीं, इस दौरान देश में दैनिक संक्रमण दर अब २.२३ प्रतिशत दर्ज किया गया था।

दून वैली मेल

संपादकीय

परिणाम से पूर्व ही घमासान

मतदान समाप्त होते ही सियासी दल और नेता हार जीत का आकलन करने में जुटे हुए हैं वहीं भाजपा नेताओं द्वारा चुनाव में भितरघात के आरोपों को तो कांग्रेस में भावी मुख्यमंत्री को लेकर घमासान शुरू हो गया है। भाजपा व कांग्रेस के बारे में कहा जाता है कि उन्हें अगर कोई हरा सकता है तो वह खुद ही खुद को हरा सकते हैं। भाजपा के विधायक जिस तरह एक के बाद एक अपनी ही पार्टी के लोगों पर भितरघात कर उन्हें हराने का प्रयास किए जाने का आरोप लगा रहे हैं उसे भाजपा के लिए शुभ संकेत नहीं माना जा सकता है। टिकट बंटवारे के बाद ही हालांकि यह साफ हो गया था कि भाजपा के अंदर भारी असंतोष है। जिन सिटिंग विधायकों के टिकट काटे गए वह तो नाराज थे ही साथ ही दूसरे दलों से आए लोगों को टिकट और महत्व दिए जाने को लेकर भी पार्टी के जमीनी नेता और कार्यकर्ता नाराज थे। जो सालों से अपने-अपने विधानसभा क्षेत्रों में काम कर रहे थे और सालों से पार्टी का काम कर रहे हैं उनकी नाराजगी स्वाभाविक थी। भाजपा ने हालांकि इस डैमेज कंट्रोल के भरपूर प्रयास किए थे परंतु सब कुछ सामान्य नहीं हो सका। इस चुनाव में भाजपा के आठ बागी प्रत्याशी निर्दलीय चुनाव मैदान में डटे रहे जो पार्टी को नुकसान देय साबित होंगे वैसे ही लगभग इतनी ही सीटों पर भितरघात की खबरें भी है। कुल मिलाकर इन बागियों व भिरतघातियों के कारण 15-16 सीटों पर चुनाव परिणाम अगर प्रभावित होते हैं तो उसे पार्टी के लिए एक बड़ा नुकसान माना जा सकता है। भले ही भाजपा की इस स्थिति को लेकर कांग्रेस के नेता खुश हो रहे हो और उन्हें यह लग रहा हो कि इससे उनकी राह आसान हो सकती है लेकिन यह भी उनका भ्रम ही है। कांग्रेस में भी टिकटों के बंटवारे को लेकर जिस तरह का अंसतोष रहा है वह भी कम नहीं है, उनकी पार्टी के भी पांच बागी चुनाव में थे। बात अगर लाल कुआं सीट की ही की जाए तो हरीश रावत के खिलाफ चुनाव लड़ने वाली संध्या डालाकोटी को वह लाख कोशिशों के बाद भी नहीं मना सके। पूर्व सीएम हरीश रावत जो खुद के चुनाव जीतने और सत्ता में आने का जो दावा कर रहे हैं उसका आधार क्या है? यह वही समझ सकते हैं। 2017 के चुनाव में जब वह दो-दो सीटों से चुनाव हार गए थे तब इस चुनाव में वह अपने व अपनी बेटी दोनों के चुनाव जीतने के दावे कैसे कर रहे हैं उनका यह कहना है कि कांग्रेस 45 से 48 के बीच सीटें जीतेगी और वह मुख्यमंत्री बनेंगे या फिर घर बैठेगें। क्या वह कुछ ज्यादा जल्दबाजी में नहीं है। अभी चुनाव परिणाम आने में 22 दिन का समय शेष है और मुख्यमंत्री बनने के लिए पहले कांग्रेस की और फिर उनकी जीत भी जरूरी है। उन्हें इस राज्य के राजनीतिक इतिहास को नहीं भूलना चाहिए। पूर्व मुख्यमंत्री बीसी खंडूरी की वह हार भी याद होगी जब उनकी खुद की हार ने उन्हें व भाजपा दोनों को सत्ता से बाहर कर दिया था। 2022 का चुनाव तो अनेक विसंगतियां वाला चुनाव रहा है।

अनुशासन का चला चाबुक, भाजपा ने चार कार्यकर्ताओं को किया निष्कासित

संवाददाता

हरिद्वार। विधानसभा चुनाव में पार्टी प्रत्याशी को नुकसान पहुंचाने के आरोप में भाजपा द्वारा कड़ी कार्रवाई करते हुए 4 कार्यकर्ताओं को पार्टी से 6 साल के लिए निष्कासित कर दिया गया है।

बता दें कि हरिद्वार की लक्सर विधानसभा सीट पर भाजपा प्रत्याशी संजय गुप्ता का एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हुआ था। वायरल वीडियो में संजय गुप्ता ने भाजपा प्रदेश अध्यक्ष मदन कौशिक पर आरोप लगाते हुए कहा गया था कि लक्सर विधानसभा सीट के कुछ कार्यकर्ताओं ने भाजपा के बजाय दूसरे दल के प्रत्याशी के लिए कार्य किया और पार्टी को नुकसान पहुंचाया है। जिसके पीछे भाजपा प्रदेश अध्यक्ष मदन कौशिक का हाथ है।

उन्होने भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष मदन कौशिक को पार्टी से निष्कासित करने की मांग की थी। इस मामले पर हरिद्वार जिलाध्यक्ष डॉ. जयपाल सिंह चौहान ने नामित सभासद समेत चार कार्यकर्ताओं पूर्व लक्सर मंडल अध्यक्ष राहुल अग्रवाल, नगर पालिका सभासद के पति कुलदीप कुमार, राजेंद्र नाथ मेहंदीरत्ता और नामित सभासद भूपेंद्र निगम को पार्टी की सदस्यता से 6 साल के लिए निष्कासित कर दिया गया है।

आत्मनिर्भर अष्टलक्ष्मी की ओर एक और मजबूत कदम

जी. किशन रेड्डी

भारत स्वतंत्रता के 75वें वर्ष में आजादी का अमृत महोत्सव मना रहा है। प्रधानमंत्री ने आजादी के 1००वें वर्ष में देश के लिए एक विज़न को स्थापित करने को लेकर अक्सर बातें की हैं। अमृतकाल के लिए योजना बनाने और जमीनी कार्य को, इस वर्ष से ही शुरू करने की आवश्यकता है और इसके लिए वित्त वर्ष 2०22-23 के बजट में उपयुक्त आधारशिला रखी गयी है। बजट द्वारा वित्तीय और सामाजिक प्राथमिकताओं को व्यवस्थित तरीके से संतुलित किया गया है और भारतीय अर्थव्यवस्था में नवाचार और तेज विकास की अपार संभावनाओं के लिए रूपरेखा तैयार की गयी है।

निस्संदेह, उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के अष्टलक्ष्मी राज्यों को बजट 2०22-23 से बहुत अधिक लाभ होगा। भारत के विकास इंजन और आसियान के प्रवेश द्वार के रूप में ये 8 राज्य, आत्मनिर्भर भारत के लक्ष्य के लिए सरकार के विकास-एजेंडे के केंद्र माने जाते हैं। यह बजट विकास-मार्ग को और उज्ज्वल करता है एवं इस क्षेत्र में आत्मनिर्भर अर्थव्यवस्था की स्थापना के लिए आवश्यक, सभी विकास संबंधी प्रयासों को और मजबूती प्रदान करता है।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने उत्तर-पूर्वी क्षेत्र पर हमेशा विशेष ध्यान दिया है और इसके विकास के लिए 2०14 से मिशन मोड में काम कर रहे हैं। उनके दूरदर्शी नेतृत्व में उत्तर-पूर्वी क्षेत्र विकास और समृद्धि की अभूतपूर्व रूपरेखा तैयार कर रहा है। विकास की प्रमुख उपलब्धियों में शामिल हैं - मणिपुर को 75 वर्षों के बाद पहली मालगाड़ी कनेक्टिविटी, अरुणाचल प्रदेश और मेघालय को रेलवे से पहली बार जोड़ना, बोगीबील पुल का निर्माण- भारत का सबसे लंबा रेल-सड़क पुल, मणिपुर में दुनिया का सबसे ऊंचा पुल घाट (जिरीबाम-इम्फाल), उत्तर-पूर्वी क्षेत्र में पहली बार असम में पेट्रोरसायन परियोजना का उद्घाटन, सिक्किम का पहला हवाई अड्डा तथा अगरतला अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे का नया टर्मिनल, जिसका उद्घाटन हाल ही में हुआ है।

बजट 2०22-23 इस मिशन को और भी अधिक ऊर्जा प्रदान करता है। उत्तर-पूर्वी क्षेत्र में विकास की गति को तेज करने के लिए इस सरकार ने 2०14 से अब तक 2.65 लाख करोड़ रुपये से अधिक खर्च किये हैं। उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के विकास के प्रति राजनीतिक इच्छाशक्ति इस तथ्य से परिलक्षित होती है कि पिछले साढ़े सात वर्षों के दौरान इस क्षेत्र के बजट में 11० प्रतिशत से अधिक की वृद्धि हुई है, यानी आवंटन 2०14-15 के 36,1०8 करोड़ रुपये से बढ़कर वित्त वर्ष 2०22-23 के लिए 76,०4०.०7 करोड़ रुपये हो गया है। केवल एक वित्त वर्ष के लिए, यानी पिछले वर्ष के 68,०2०.24 करोड़ रुपये की तुलना में बजटीय आवंटन 12 प्रतिशत बढ़कर 76,०4०.०7 करोड़ रुपये हो गया है। अवसंरचना के अंतर को कम करने की गति को जारी रखते हुए, इस आवंटन का 15 प्रतिशत से अधिक राजमार्ग, सूचना प्रणाली, रेलवे और हवाई मार्ग (विकास का 'हीरा' (एचआईआरए) मॉडल, जिसका प्रधानमंत्री प्रबल समर्थन करते हैं) को दिया गया है। वास्तव में, सिर्फ रेल परिवहन व्यवस्था को मजबूत करने के लिए 2०14 से 2०21 के बीच उत्तर-पूर्वी क्षेत्र में रेलवे द्वारा 39,००० करोड़ रुपये खर्च किए गए हैं। हाल के बजट में 1,5०० करोड़ रुपये के प्रारंभिक आवंटन के साथ उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के लिए एक नई योजना, प्रधानमंत्री की उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के लिए विकास पहल (पीएम-डिवाइन), का शुभारंभ उत्तर-पूर्वी क्षेत्र की त्वरित विकास यात्रा में एक और ऐतिहासिक कदम है। यह योजना इस क्षेत्र के विकास के प्रति एक समग्र दृष्टिकोण अपनाती है। यह योजना इस क्षेत्र में तेजी से रोजगार सृजन और आजीविका संबंधी सहायता को बढ़ाते हुए आर्थिक दृष्टि से महत्वपूर्ण अंतर को कम करने के साथ-साथ विविध विकासात्मक जरूरतों को पूरा करेगी।

पीएम-डिवाइन के तहत ध्यानपूर्वक चयनित प्रारंभिक परियोजनाओं में शामिल मिजोरम का बैंबू लिंक रोड और वैज्ञानिक जैविक कृषि को प्रोत्साहन इस क्षेत्र की प्राकृतिक परिसंपत्तियों का उपयोग विकास के विभिन्न लक्ष्यों को पूरा करने के लिए करते हैं। गुवाहाटी में उपलब्ध बच्चों एवं वयस्कों में हेमेटोलिम्फोइड कैंसर के प्रबंधन की समर्पित सेवाओं और नॉर्थ ईस्ट सेंटर फॉर टेक्नोलॉजी एप्लीकेशन एंड रीच (नेक्टर) की आजीविका के उन्नयन से संबंधित परियोजनाओं ने उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के लोगों के बेहतर कल्याण की दिशा में एक लंबा सफर तय किया है।

इस बजट में हरित अर्थव्यवस्था के प्रोत्साहन से संबंधित बेहद जरूरी प्रावधानों के साथ-साथ पर्वतमाला रोपवे विकास योजना, जोकि पर्यावरण और उत्तर-पूर्वी क्षेत्र की कठिन भौगोलिक स्थिति के बेहद अनुकूल है, में सार्वजनिक परिवहन के क्षेत्र में नई क्रांति लाने की अपार क्षमता है। यह उत्तर-पूर्वी क्षेत्र में रोजगार के नए अवसर पैदा करने का एक और रास्ता है।

भारत की सुरक्षा और आर्थिक दृष्टि से उत्तर-पूर्वी राज्यों का व्यापक रणनीतिक महत्व है। कुल 5,182 किलोमीटर से अधिक लंबी अंतरराष्ट्रीय सीमा से लगे ये राज्य सरकार की 'एक्ट ईस्ट' नीति के केंद्रबिंदु हैं। इस बजट में घोषित वाइब्रेंट विलेज योजना उत्तर-पूर्वी क्षेत्र सहित देश के विभिन्न इलाकों के सीमावर्ती गांवों तक विकास एवं कनेक्टिविटी पहुंचायेगी और देश की मुख्य भूमि के गांवों की तरह ही उनके विकास एवं प्रगति के लिए समान अवसर प्रदान करेगी।

आठ उत्तर-पूर्वी राज्यों की अपार अंतर्निहित क्षमता और भारत की एक अरब से अधिक आबादी के उज्जवल भविष्य की विकास गाथा में उनकी अपरिहार्यता को देखते हुए, प्रधानमंत्री ने उन्हें सही ही भारत की अष्टलक्ष्मी की उपाधि दी है। यह हम सभी के लिए इस प्रगतिशील एवं सकारात्मक बजट 2०22-23 का अधिकतम लाभ उठाने और उत्तर-पूर्वी क्षेत्र के विकास एवं समृद्धि की दिशा में एक बड़ी छलांग लगाने का समय है।

(लेखक केन्द्रीय उत्तर-पूर्वी क्षेत्र विकास, पर्यटन एवं संस्कृति मंत्री हैं और सिकंदराबाद संसदीय निर्वाचन क्षेत्र का प्रतिनिधित्व करते हैं।)

नहि नु ते महिमनः समस्य न मघवन्मघवत्त्वस्य विद्म।
न राधसोराधसो नूतनस्येन्द्र नकिर्ददृश इन्द्रियं ते।।

(ऋग्वेद ६–२७–३)

हे परमेश्वर ! हम इस बात को भली प्रकार जानते हैं कि आप के तुल्य कोई और महिमा शाली नहीं है। कोई भी आप के बल और ऐश्वर्य के सामर्थ्य को पूर्ण रूप से नहीं जानता। आप निराकार हैं, इसलिए आपकी इंद्रियों को कोई नहीं देख सकता। हम ऐसे सर्वव्यापक और सर्वशक्तिमान परमेश्वर का ध्यान करते हैं।

O God ! We know very well that there is no one more glorious than You. No one knows about your strength and the power of opulence absolutely. You are formless, so no one can see your Indriyan. We meditate on such an omnipotent and almighty God. (Rig Veda 6-27 -3)

प्रत्याशियों ने बिताए सुकून के पल

अल्मोड़ा (आरएनएस)। लंबे समय से विधानसभा चुनावों की जद्दोजहद में जुटे कांग्रेस–भाजपा प्रत्याशी सहित विभिन्न दलों व निर्दलीय उम्मीदवार मतदान संपन्न होने के बाद मंलवार को कुछ फुर्सत व राहत में दिखे। हालांकि मंगलवार को भी प्रत्याशियों ने कार्यकर्ताओं के साथ बैठक कर मतदन के विषय में चर्चा और समीक्षा की।

मतदान संपन्न होने के बाद मंगलवार को रानीखेत के कांग्रेस प्रत्याशी, विधायक करन माहरा ने लंबे समय बाद फुर्सत के पल बिताए। अपने आवास पर पूजा–पाठ के बाद इत्मीनान से नाश्ता किया। हालांकि इसके बाद कार्यकर्ताओं के उनके आवास पर पहुंचने का सिलसिला शुरू हो गया। माहरा ने कार्यकर्ताओं से बूथवार मतदान की जानकारियां उनसे ली। वह फोन से भी कार्यकर्ताओं से प्रत्येक बूथों में हुए मतदान के बारे में जानकारी जुटाते रहे। वहीं, मतदान संपन्न होने के बाद मंगलवार को भाजपा प्रत्याशी डॉ. प्रमोद नैनवाल ने भी लंबे समय बाद फुर्सत के पल बिताए। सुबह कुछ देरी से जागने के बाद तसल्ली से पूजा–पाठ की। इसके बाद अपने आवास में कार्यकर्ताओं से मतदान के बारे में चर्चा और समीक्षा की। कायकर्ताओं से फोन पर भी उन्होंने मतदान संबंधी जानकारियां हासिल की।

वहीं, आम आदमी पार्टी, उक्रांद, बसपा, सपा व निर्दलीय उम्मीदवार ने भी चुनाव संपन्न होने के बाद मंगलवार का दिन सुकून और फुर्सत से बितया। कांग्रेस प्रत्याशी करन माहरा व भाजपा उम्मीदवार करन माहरा ने अपनी जीत के प्रति पूरी तरह आश्वास्त हैं, उन्होंने इसका पुरजोर दावा भी किया।

पंजाबी अभिनेता दीप सिद्धू की सड़क दुर्घटना में मौत

सोनीपत। पंजाबी अभिनेता दीप सिद्धू की हरियाणा में सोनीपत के पास एक सड़क दुर्घटना में मौत हो गई। सोनीपत पुलिस ने पुष्टि की है। किसान आंदोलन के दौरान सुर्खियों में आए थे।

सड़क दुर्घटना में मारे गए पंजाबी अभिनेता दीप सिद्धू की मौत पर हरियाणा पुलिस ने कहा कि उन्होंने (दीप सिद्धू) कुंडली–मानेसर–पलवल (केएमपी) एक्सप्रेसवे पर पिपली टोल के पास एक खड़े ट्रक में अपनी कार को टक्कर मार दी। कार को खड़े ट्रक में टक्कर मारने के बाद पंजाबी अभिनेता दीप सिद्धू की सड़क दुर्घटना में मौत हो गई। लाल किला हिंसा मामले में अभिनेता आरोपी थे। उन्हें पिछले साल ६ फरवरी को गणतंत्र दिवस हिंसा मामले में गिरफ्तार किया गया था, जिसके संबंध में जनवरी २०२१ में उनके खिलाफ प्राथमिकी दर्ज की गई थी। हालांकि, उन्हें १६ अप्रैल को जमानत दे दी गई थी। उल्लेखनीय है कि केंद्र के नये कृषि कानूनों का विरोध कर रहे हजारों किसान २६ जनवरी को ट्रैक्टर परेड के दौरान पुलिस से भिड़ गए थे। कई प्रदर्शनकारी ट्रैक्टर चलाकर लालकिले पर पहुंचे और भीतर प्रवेश कर गए। कुछ प्रदर्शनकारियों ने इसकी प्राचीर पर धार्मिक झंडा भी फहराया जहां स्वतंत्रता दिवस पर राष्ट्रीय ध्वज फहराया जाता है।

घर के अंदर फंदा लगाकर चालक ने की आत्महत्या

संवाददाता

बेरीनाग नगर पंचायत के बना वार्ड निवासी ललित प्रसाद पुत्र दीवानी राम उम्र ३२ ने घर के अंदर फंखे के हुक से मफलर से लटक कर आत्म हत्या कर दी।ललित प्रसाद मूल रूप से गंगोलीहाट के पोखरी का निवासी है मृतक का परिवार वना मे ससुराल में ही मकान बनाकर रहता है । मृतक वाहन चालक का कार्य करता था ।सोमवार को घर के अंदर फर्श डालने के बाद पत्नी और दो बच्चों को ससुराल में छोडकर रात्रि को अपने घर रहने चला गया ।मंगलवार को जब परिजन घर पहुचे तो उन्होंने देखा कि ललित प्रसाद फंखे के हुक मे फंदा लगाकर लटका हुआ है।मृतक की पत्नी और बच्चों का रो रोकर बुरा हाल है ।परिजनों ने पुलिस को सूचना दी ।थानाध्यक्ष प्रताप सिंह नेगी ने मौके पर जाकर शव को पंचनामा भरकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है।पुलिस टीम में सुन्दर जेठी ,कमल आदि थे।

एनवाईके स्वयंसेवकों ने मतदान के दौरान निभाई अहम भूमिका

संवाददाता

बेरीनाग। नेहरू युवा केंद्र पिथौरागढ़ द्वारा जिले भर में विभिन्न मतदान केंद्रों पर ४० से अधिक युवा स्वयंसेवक तैनात थे, जिन्होंने वृद्ध और दिव्यांग मतदाताओं को मतदान केंद्र तक पहुंचने और चुनाव में अपना बहुमूल्य वोट डालने में मदद की.पीठासीन अधिकारियों और सेक्टर मजिस्ट्रेटों की देखरेख में चुनाव प्रक्रिया को सुचारू रूप से चलाने के लिए स्वयंसेवकों ने कई विकास खंडों में अपने कार्यों के साथ मतदान टीमों की भी मदद की।दीक्षा चंद–मुनाकोट ब्लॉक, मोहित उप्रेती–बिन ब्लॉक, संगीता टम्टा–गंगोलीहाट ब्लॉक, दीक्षा कार्की बेरीनाग ब्लॉक और अन्य जैसे स्वयंसेवक मदद के लिए दिन भर मतदान केंद्र पर तैनात रहे। जिला युवा अधिकारी ध्रुव डोगरा ने उन युवाओं को धन्यवाद दिया जिन्होंने स्वयं मतदान किया और बुजुर्गों और दिव्यांग मतदाताओं को उनकी बहुमूल्य समाज सेवा के लिए मदद की।

विश्व कल्याण के लिए आयोजित श्री यज्ञ संपन्न

चमोली (आरएनएस)। गंगोलगांव के सकलेश्वर महादेव मन्दिर में विश्व कल्याण के लिये आयोजित श्री यज्ञ मंगलवार को विधि विधान से सम्पन्न हुआ। गंगोल गांव के सामाजिक कार्यकर्ता और यज्ञ आयोजन समिति के सदस्य राम सिंह राणा रमन ने बताया कि १० दिनों तक आयोजित श्री यज्ञ का आयोजन गांव, क्षेत्र, राज्य, देश और विश्व के कल्याण के लिए किया गया। दूर–दराज से भी सैकड़ों भक्त ने पहुंचकर श्री यज्ञ के दर्शन कर मनोकामना पूर्ण की कामना की। यज्ञ आयोजन में पंडित कान्ति प्रसाद भट्ट, अपूर्व भट्ट, जगन्नाथ डिमरी, जनार्दन तिवारी, दयाल सिंह रावत, प्रकाश राणा, अरविन्द रावत, जय सिंह रावत समेत सभी ग्रामीण मौजूद रहे।

मौसम परिवर्तन से बढ़े मरीज

नैनीताल (आरएनएस)। मौसम परिवर्तन के कारण रोज १०० से २०० मरीज बीडी पांडे अस्पताल में दिखाने आ रहे हैं। वहीं स्वांस व दमा के रोगियों की मुसीबत बढ़ने लगी है। रेस्पिरेट्री वायरल (कोल्ड वायरल) भी लोगों के लिए मुसीबत बना हुआ है। बीडी पांडे अस्पताल पीएमएस डॉ. केएस धामी ने बताया कि अस्पताल के रेस्पिरेट्री वायरल (कोल्ड वायरल) फैल रहा है। इसमें तेज बुखार, बदन दर्द, थकान, गला खराब, सूखी खांसी, ब्लड प्रेशर कम–ज्यादा होने लगता है। मौसम परिवर्तन के चलते दमा, हृदय रोग सर्दी जुखाम, बुखार और गले में खराश के मरीजों की संख्या में भी बढ़ोतरी हो रही है। वहीं दमा व हृदय रोग के मरीजों को अस्पताल में भर्ती भी किया जा रहा है।

कांग्रेस के लिए विस चुनाव के नतीजे काफी महत्वपूर्ण

देहरादून (आरएनएस)। वर्तमान चुनाव ने उत्तराखंड की भविष्य की राजनीति की झलक भी दिखा दी है। खासकर कांग्रेस के लिए इस चुनाव के नतीजे काफी महत्वपूर्ण होने जा रहे हैं। हर विधानसभा चुनाव में सरकार बदलने का मिथक यदि इस बार भी कायम रहता है तो कांग्रेस को नई ताकत मिलेगी। यदि यह मिथक टूटता है तो भविष्य में नई चुनौतियों का सामना कांग्रेस को करना पड़ेगा। जिस प्रकार आम आदमी पार्टी, बसपा और यूकेडी ने इस चुनाव में तेवर दिखाए हैं, उससे साफ है कि अगला चुनाव तक तीसरी ताकत बनने का प्रयास कर रहे ये दल और आक्रामक अंदाज अख्तियार करेंगे।

कांग्रेस के रणनीतिकार भी इस पहलू पर गंभीर हैं। एक वरिष्ठ नेता का कहना है कि, बसपा और आप ने मैदानी जिलों और खासकर शहरों पर ज्यादा फोकस रखा है। हालांकि मतदान के नतीजे तो १० मार्च को आने हैं, लेकिन कुछ सीटों पर आप, बसपा और निर्दलीय अच्छा प्रदर्शन करते हुए नजर आए हैं। बदले हालात में कांग्रेस को अपने सांगठनिक ढांचे में बूथ स्तर तक आमूलचूल संशोधन की जरूरत है। जिस प्रकार भाजपा ने पन्ना प्रमुख का फार्मूला लागू किया है, उसी प्रकार हर बूथ पर ऐसी टीम तैयार करनी होगी, जो उस क्षेत्र के प्रत्येक मतदाता के संपर्क में रहे।

संगठन के लिहाज कांग्रेस पिछले पांच साल से सहज स्थिति में नहीं है। वर्ष २०१७ में नए प्रदेश अध्यक्ष प्रीतम सिंह अपनी टीम को तीन साल बाद जाकर बना पाए थे। उससे पहले तक पूर्व प्रदेश अध्यक्ष किशोर उपाध्याय की टीम ही कागजों में दर्ज रही। बीते साल जुलाई में नए अध्यक्ष बने गणेश गोदियाल भी प्रीतम की टीम की भरोसे काम कर रहे हैं। हालांकि चुनाव में टिकट वितरण की वजह से उपजे असंतोष को थामने के लिए गोदियाल ने हाल करीब २०० नए पदाधिकारी बनाए हैं। लेकिन चुनावी पद होने से उनका संगठन को जमीनी स्तर पर लाभ मिल पाएगा, इसे लेकर कांग्रेसी खुद भी पूरी तरह आश्वस्त नहीं हैं।

मथुरादत्त जोशी, प्रदेश महामंत्री–संगठन का कहना है कि उत्तराखंड के लोग प्रबुद्ध और संवेदनशील हैं। कांग्रेस से उनका लगाव सदा से रहा है। कांग्रेस का वोट प्रतिशत लगातार बढ़ता जा रहा है। वर्ष २०१७ में भले ही कांग्रेस की सीट कम हो गई थी, लेकिन प्रचंड मोदी लहर के बावजूद कांग्रेस का अपना मत प्रतिशत मामूली सा प्रभावित हुआ। कोई दूसरा दल कांग्रेस का विकल्प नहीं बन सकता। संगठन के स्तर पर पार्टी ढांचे को मजबूत किया जा रहा है। मतदान के बाद नया बदलाव साफ नजर भी आएगा।

प्रत्याशियों की धड़कनें हुई तेज

पिथौरागढ़ (आरएनएस)। जनपद की चार विधानसभा सीटों पर चुनाव का रण खत्म हो गया। लेकिन मतदाताओं के भ्रम ने प्रत्याशी और कार्यकर्ताओं की धड़कनें बढ़ा दी हैं। भारी संख्या में मतदान केंद्रों तक पहुंचे मतदाताओं ने वोट का आश्वासन तो सबको दिया, लेकिन की अपने मन की। खामोशी से डाला गया यह वोट कई सीटों के समीकरण बिगाड़ सकता है। विधानसभा चुनाव २०२२ का बीते रोज मतदान संपन्न हुआ।

मतदान केंद्रों में बड़ी संख्या में ऐसे मतदाता पहुंचे जो मुखर होकर अपने–अपने मनपसंद प्रत्याशी को वोट कर रहे थे, वहीं ऐसे मतदाताओं की तादाद भी काफी नजर आई, जिन्होंने कहां वोट किया, इसका जिक्र तक नहीं किया या बताया भी तो गलत। ईवीएम का बटन किसी प्रत्याशी का दबाया और बाहर आकर किसी और को ही वोट देना बताया। मतदान केंद्र के बाहर बस्ते लगाए बैठे अलग–अलग पार्टी कार्यकर्ताओं ने जब कई मतदाताओं से पूछा तो उन्होंने सभी को उसी पार्टी को ही वोट करने की बात कही। मतदाताओं का यह तरीका प्रत्याशियों और उनके दिग्गजों को भ्रमित कर रहा है।

चुनावी सरगर्मी के बाद सूनसान पड़े प्रत्याशियों के चुनावी कार्यालय

रुद्रपुर (आरएनएस)। विधानसभा चुनावी महासंग्राम के बाद हुए मतदान के बाद चुनावी कार्यालय में भी उदासी छा गई है। जिस कार्यालय पर प्रत्याशी के साथ कार्यकर्ताओं की भीड़ रहा करती थी। मतदान प्रक्रिया के बाद सभी प्रत्याशियों के कार्यालयों पर ताले जड़े हुए है। वहीं शहर में चुनावी सरगर्मी के बाद महज रुद्रपुर का कौन विधायक होगा। इस पर मौखिक चर्चाओं का जोर था। उत्तराखंड में आचार संहिता प्रभावी और २१ फरवरी से पहले ही प्रत्याशियों की घोषणा होने के बाद से ही भाजपा–कांग्रेस के दिग्गज प्रत्याशी के अलावा आप पार्टी सहित निर्दलीय प्रत्याशियों ने चुनावी ताल ठोक दी थी। जिसके बाद से राजनीतिक दलों के प्रत्याशियों ने रुद्रपुर विधानसभा के चालीस वार्डों के अलावा ग्रामीण इलाकों में धुआंधार चुनाव प्रचार शुरू कर दिया। जिसके लिए भाजपा के बागी व निर्दलीय प्रत्याशी राजकुमार ठुकराल ने सिविल लाइन,कांग्रेस प्रत्याशी मीना शर्मा ने आवास विकास,भाजपा प्रत्याशी शिव अरोरा ने नैनीताल हाईवे के अलावा आप प्रत्याशी नं दलाल ने अटारियां मार्ग पर मुख्य चुनावी कार्यालय खोल दिया था। चुनावी महासंग्राम की सरगर्मी के बाद १४ फरवरी को हुए मतदान के बाद १५ फरवरी मंगलवार को जिन कार्यालयों पर सैकड़ों कार्यकर्ताओं का दिनरात जमावाड़ा लगा रहता था। आज भाजपा, कांग्रेस, निर्दलीय व आप प्रत्याशियों के चुनावी कार्यालय सुनसान पड़े थे। अब देखना यह है कि १०मार्च को मतगणना के बाद किस प्रत्याशी की किस्मत खुलेगी।

अधिक मतदान को लेकर अलग अलग गणित

बागेश्वर (आरएनएस)। बागेश्वर में इस बार जनपद में मतदान प्रतिशत बढ़ा है। इसको लेकर भी प्रमुख दलों का अलग–अलग मानना है। भाजपाई कह रहे हैं अधिक मतदान भाजपा के पक्ष में जाता है तथा जब से मतदान बढ़ा है तो भाजपा को इसका लाभ मिला है। वहीं कांग्रेस का कहना है कि अधिक मतदान परिवर्तन का संकेत देता है। अब देखना है कि अधिक मतदान किस पर सत्ता का ताज सजाता है।

श्रद्धा पूर्वक मनाया गया संत रविदास जी का जन्म दिवस

संवाददाता

देहरादून। गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा, आढ़त बाजार, देहरादून के तत्वावधान मे शरोमणि भगत रावो दास जी का जन्मोत्सव कथा कीर्तन के रूप मे श्रद्धा पूर्वक मनाया गया।

प्रातः नितनेम के पश्चात भाई चरणजीत सिंह ने आसा दी वार का शब्द 'बेगमपुरा शहर को नाओ, दुख अदोह नहीं तह ठाओ' प्रधान गुरबक्श सिंह के परिवार द्वारा रखे गये श्री अखण्ड पाठ साहिब के भोग डाले गये। हैड ग्रंथी भाई शमशेर सिंह ने कहा कि भगत रविदास जी ने अपनी वाणी मे प्रभु के गुण गाये हैं एवं प्रभु को हमेशा माधो शब्द से पुकारा है, भगत जी की भक्ति देख कर दुनिया के लोगों ने भगत जी का बहुत सत्कार किया तब भी भगत जी ने अपनी वाणी के द्वारा उस्तत प्रभु को समर्पित की, उन्होंने अपने जीवन मे से जात–पात के भ्रम को तोड़ कर हमें एक प्रभु के साथ मिलाप करने की बात समझाई। भाई गुरदियाल सिंह जी ने शब्द 'कह रविदास परओ तेरी संभा एवं भाई सतवंत सिंह जी ने शब्द 'साची प्रीत हम तुम सियों जोरी' का गायन कर संगत को निहाल किया। कार्यक्रम का संचालन सेवा सिंह मठारु ने किया।

इस अवसर पर प्रधान गुरबक्श सिंह राजन, जनरल सेक्रेटरी गुलजार सिंह, वरिष्ठ उपाध्यक्ष जगमिंदर सिंह छाबड़ा, उपाध्यक्ष चरणजीत सिंह चन्नी, सचिव अमरजीत सिंह छाबड़ा, कोषाध्यक्ष मंजीत सिंह, सतनाम सिंह सहित कई लोग मौजूद रहे।

कैंसर से बचाते हैं यह 6 सुपरफूड्स, आज से शुरु कर दें खाना

ऐसे में आज के समय में कई लोग कैंसर का शिकार हो जाते हैं। हालाँकि कैंसर से बचने के लिए कुछ सुपर फूड्स हैं जो आप अपने खाने में शामिल कर सकते हैं और कैंसर से बच सकते हैं। आज हम आपको उन्ही फूड्स के बारे में बताने जा रहे हैं जो आपको कैंसर से बचा सकते हैं।

कैंसर से बचाने के लिए सुपरफूड्स-

ब्रॉकली, गोभी, पत्तागोभी- ब्रिटेन के बेडफोर्ड हॉस्पिटल में 12 सालों तक डेढ़ लाख से अधिक ऐसे लोगों पर स्टडी की गई जो ब्रॉकली, गोभी, पत्तागोभी खा रहे थे। जी हाँ, इनमें कैंसर का खतरा कम हुआ। वहीं वैज्ञानिकों के मुताबिक, इन सभी सब्जियों के समूह को क्रूसीफेरस कहते हैं। जी दरअसल इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट एंजाइम तस्क्ष फूड में इस्तेमाल होने वाले रसायन, प्रदूषण फैलाने वाले रसायनों और कीटनाशक के असर से लड़ता है।

हल्दी- एक रिसर्च में भी साबित हो चुका है कि हल्दी सूजन और संक्रमण को दूर करती है। जी दरअसल इसमें मौजूद करक्यूमिन कैंसर का खतरा कम करता है। केवल यही नहीं बल्कि इसमें फायबर, विटामिंस और मिनिरल्स पाए जाते हैं। इसके अलावा हल्दी में मौजूद करक्यूमिन तत्व से कैंसर का इलाज किया जा सकता है।

अनार- अनार में पॉलिफिनॉल्स काफी मात्रा में पाया जाता है। जी हाँ और इसमें वायरस के संक्रमण से बचाने की खूबी होती है और कई तरह के कैंसर का खतरा भी घटाता है। हाल ही में हुए एक रिसर्च में पाया गया है कि हल्दी, ब्रॉकली और अनार में ऐसा तत्व पाया जाता है जो प्रोस्टेट कैंसर की ग्रोथ को धीमा करता है।

नट्स- अखरोट, बादाम, काजू जैसे नट्स में ऐसे पोषक तत्व पाए जाते हैं जो बढ़ती उम्र के साथ होने वाली बीमारियों को घटाते हैं। जी हाँ और यह शरीर में ऐसे बैक्टीरिया की संख्या बढ़ाते हैं जो फायदा पहुंचाते हैं। जी दरअसल इनमें मौजूद ओमेगा-3 और 6 इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाते हैं।

टमाटर- टमाटर में लाइकोपीन पाया जाता है जो कैंसर को रोकता है। जी दरअसल शरीर में जिन कोशिकाओं के कारण कैंसर होता है, लाइकोपीन उन कोशिकाओं को खत्म करता है।

मिर्च- मिर्च पर कई रिसर्च हुई हैं, जो बताती हैं, यह कैंसर कोशिकाओं को फैलने से रोकता है। यह ब्रेस्ट और बॉवेल कैंसर का खतरा घटाता है।(आरएनएस)

रोजमर्रा के कई कामों को आसान बना सकते हैं फेस प्राइमर से जुड़े ये हैक्स

फेस प्राइमर एक तरह का मेकअप प्रोडक्ट है, जिसकी मदद से मेकअप बेस तैयार किया जाता है, लेकिन इसका इस्तेमाल सिर्फ यही तक सीमित नहीं है। अगर आपके पास कोई ऐसा फेस प्राइमर है, जो एक्सपायर हो चुका या फिर जिसका आप इस्तेमाल नहीं करते हैं तो उसे फेंकने के बजाय आप उसका इस्तेमाल विभिन्न तरीकों से कर सकते हैं। आइए आज आपको फेस प्राइमर से जुड़े कुछ अद्भुत हैक्स के बारे में बताते हैं।

मेकअप साफ करने के आए काम

रात को सोने से पहले अगर मेकअप न साफ किया जाए तो इससे त्वचा का स्वास्थ्य प्रभावित होता है। अगर आपके पास मेकअप रिमूवर नहीं है तो आप मेकअप हटाने के लिए फेस प्राइमर का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए मेकअप वाले चेहरे पर थोड़ा सा फेस प्राइमर लगाकर थोड़ी मसाज करें। इसके बाद अपने चेहरे को टिश्यू पेपर से पोंछ लें और अंत में अपना चेहरा पानी से धो लें।

बतौर शेविंग क्रीम करें इस्तेमाल

कई लोग शेविंग क्रीम खत्म होने पर साबुन का इस्तेमाल करने लगते हैं, लेकिन इससे त्वचा रूखी लगने लगती है। इस काम के लिए फेस प्राइमर का इस्तेमाल करना फायदेमंद हो सकता है क्योंकि इससे त्वचा मॉइश्चराइज होती है। इसके अलावा, इसकी मदद से ब्लेड से त्वचा के कटने का डर भी नहीं रहता। इसके लिए शेविंग करते समय फेस प्राइमर को अपनी दाढ़ी वाले हिस्से पर लगाएं, फिर रेजर से अनचाहे बालों को साफ करें।

स्टीकर को आसानी से निकालें

अगर किसी नए बर्तन या किसी अन्य चीज पर लगे स्टीकर को निकालना काफी मुश्किल हो रहा है तो आप इस काम को आसान बनाने के लिए फेस प्राइमर का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले स्टीकर वाली जगह पर थोड़ा फेस प्राइमर लगाकर उसे कुछ मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। ऐसा करने से स्टीकर्स की पकड़ कमजोर हो जाएगी, फिर आप चुटकियों में इस स्टीकर को निकाल सकेंगे। (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

तनाव से दूर रखने में सहायक साबित हो सकता हैं योगाभ्यास

व्यस्त दिनचर्या और भागदौड़ भरी जिंदगी के कारण आजकल हर किसी की जिंदगी तनावपूर्ण बन गई है और इसका दिमाग ही नहीं बल्कि पूरी सेहत पर बहुत बुरा असर पड़ता है। यही कारण है कि डॉक्टर तनाव से बचने के लिए दिनचर्या में एक्सरसाइज शामिल करने की सलाह देते हैं। चलिए फिर आज जानते हैं कि दिनचर्या में किन एक्सरसाइज को शामिल करने से तनाव से दूरी बनाई जा सकती है।

योगाभ्यास

योगाभ्यास न सिर्फ आपके शारीरिक पॉश्चर को सुधारने में मदद कर सकता है, बल्कि शरीर को लचीला बनाने के साथ-साथ तनाव से दूर रखने में भी काफी हद तक मदद कर सकता है। विशेषकर अगर आप योगाभ्यास के तौर पर सांस संबंधी प्राणायाम जैसे अनुलोम-विलोम, भ्रामरी या कपालभाति आदि का रोजाना अभ्यास करते हैं क्योंकि प्राणायाम एक जगह पर ध्यान केंद्रित कर दिमाग को शांत रखने में सहायक होते हैं और इससे तनाव से दूरी बनी रहती है।

पाइलेट्स

पाइलेट्स एक तरह की शारीरिक एक्सरसाइज होती है और इसका सीधा सकारात्मक असर शरीर की कोर स्ट्रेंथ और प्रॉपर एलाइमेंट पर पड़ता है। इस एक्सरसाइज को दिनचर्या में शामिल करने से न सिर्फ मांसपेशियों को मजबूती मिल सकती है, बल्कि बुरे हार्मोन्स से भी दूरी बनी रहती है जिससे तनाव भी दूर रहता है। तनाव दूर करने के अलावा पाइलेट्स करने से पीठ और गर्दन के दर्द से भी राहत मिलती है।

गार्डनिंग

सुनने में भले ही आपको अजीब लगे, लेकिन गार्डनिंग करके भी आप तनाव से दूरी बना सकते हैं। दरअसल, गार्डन की सफाई या फिर पेड़ों की छटाई करना किसी एक्सरसाइज से कम नहीं है और ऐसा करने पर आपका मूड अच्छा रहता है। अच्छा महसूस करने के कारण आप तनाव से भी दूर बने रहते हैं। दिन में रोजाना कुछ मिनट गार्डनिंग करना आपके लिए फायदेमंद सिद्ध हो सकता है।

आउटडोर गेम्स

अगर आप तनाव से दूरी बनाकर रखना चाहते हैं तो रोजाना कुछ समय कोई आउटडोर गेम खेलें। टेनिस और बैडमिंटन जैसे आउटडोर गेम्स न सिर्फ तनाव को मैनेज कर सकते हैं, बल्कि इससे हाई ब्लड प्रेशर और हृदय रोग जैसी गंभीर बीमारियों के खतरे को भी कम किया जा सकता है। ये गेम खेलते वक्त आप खूब एन्जॉय करते हैं और इससे आपके दिमाग को राहत मिलती है और वह सकारात्मक बना रहता है। (आरएनएस)

बच्चों के लंच बॉक्स में बनाकर दें ये स्वादिष्ट व्यंजन, आसान हैं इनकी रेसिपी

अगर आपका बच्चा स्कूल जाता है तो यकीनन आपको हर दिन इस सवाल से रू-ब-रू होना पड़ता होगा कि उसे लंच बॉक्स में ऐसा क्या दिया जाए, जिसे वह चाव से खाए? अगर हां, तो आपकी इस उलझन को हम खत्म कर देते हैं और कुछ ऐसे व्यंजनों की रेसिपी बताते हैं, जिन्हें आपका बच्चा बहुत शौक से खाएगा और आपको हर दिन बनाने को कहेगा। सबसे अच्छी बात है कि इन व्यंजनों को बनाना कुछ मिनट का काम है।

वेजिटेबल रेप्स

वेजिटेबल रेप्स का सेवन करना न सिर्फ आपके बच्चे को काफी पसंद आएगा बल्कि भरपूर पोषण भी प्रदान करेगा। इसे बनाने के लिए सबसे पहले एक कटोरे में आवश्यकतानुसार मेयोनीज़, एक चौथाई छोटी चम्मच काली मिर्च पाउडर, मस्टर्ड पाउडर, लहसुन (पीसा हुआ), जैतून का तेल और नींबू का रस डालकर अच्छे से मिलाएं, फिर इसमें कुछ केल की पत्तियां और सब्जियां मिलाएं। अब पकी रोटियों पर इस मिश्रण को फैलाकर लगाएं और इसका रोल बनाएं।

सोया फ्राइड राइस

सोया फ्राइड राइस कई विटामिन्स और मिनरल्स से युक्त होता है, इसलिए बच्चों को इसका सेवन करवाना फायदेमंद है। इसे बनाने के लिए सबसे पहले एक कढ़ाही में थोड़ा कुकिंग ऑयल गर्म करें, फिर इसमें बारीक कटा हुआ अदरक, लहसुन, गाजर, शिमला मिर्च, फ्रेंच बीन्स डालें और इन्हें नरम होने तक पकाएं। अब कढ़ाही में नमक, सिरका, सोया सॉस मिलाएं, फिर इसमें पके हुए चावल और सोयाबीन मिलाकर एक से दो मिनट पकाएं, फिर इसे परोसें।

ओट्स उपमा

सबसे पहले आवश्यकतानुसार ओट्स को धोकर अलग रख लें। इसके बाद एक पैन में थोड़ा तेल गर्म करके उसमें थोड़ी राई, जीरा, करी पत्ता, मूंगफली और चना दाल डालें। फिर दाल जब हल्की भूरी हो जाए तो पैन में लंबे कटे प्याज, हरी मिर्च और अपनी पसंदीदा सब्जियां डालकर 15-20 मिनट तक पकाएं। अब पैन में ओट्स और स्वादानुसार नमक डालें और 8-10 मिनट तक पकाएं।

शब्द सामर्थ्य -124

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. रूचिकर लगने वाली, रूचि के अनुकुल, चुनी हुई 3. राजाओं के बैठने का आसन 6. श्रमिक 7. कार्य, काज 9. वाद्ययंत्र आदि बजाने वाला 10. सहारा, सहायक वस्तु 11. शर्म, लाज, हया 12. मक्खन, माखन 14. श्रीमती राबड़ी देवी इस प्रदेश की मुख्यमंत्री हैं 15. चंद्रमा, रजनीश, चांद 18. पुस्तक 20. अवधि, समय 21. तर्क वितर्क और कहा-सुनी, जबानी झगड़ा 22. सूरत, आकार 23. झुका हुआ, नत।

ऊपर से नीचे

1. पंद्रह दिन का समय, शुक्ल या कृष्ण पक्ष 2. आग बुझाने की मशीन 3. हिंदु विवाहित स्त्री के मांग में भरने का लाल चूर्ण 4. पराजय, माला 5. मुंह ढकने का कपड़ा, घुंघट 8. चंदन, दक्षिण का एक पर्वत 10. व्यवस्थित करना, सजाना, स्वभाव आदि का परिष्कार, शुद्ध संबंधी कृत्य 12. विशालता, बड़प्पन, महान होने का भाव 13. अड़चन, रुकावट 15. जमीन के अंदर गहरा और लंबा रास्ता, अच्छे रंग का 16. बेवकूफ, मूर्ख, अहमक 17. औसत के हिसाब से 18. कृषक 19. अधिक, ज्यादा।

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 123 का हल

ज	ल	■	आ	वा	जा	ही	■	■
मा	■	खू	ब	■	दू	र	स्थ	■
ना	दा	न	■	सा	ग	■	ल	क्ष्य
■	न	ख	■	त	र	ल	■	■
■	वी	रा	न	■	■	च	ट	क
■	र	ब	■	आ	ज	क	ल	■
■	■	■	आ	ग	■	दा	ना	■
■	अ	ग	र	म	ग	र	■	क्रो
भा	भी	■	ती	न	■	■	व	ध

प्रभास की राधे श्याम 11 मार्च को सिनेमाघरों में होगी रिलीज

अब जैसे ही देश में कोरोना वायरस की तीसरी लहर कम हुई है; फिल्मों की नई रिलीज डेट आने लगी हैं। कोरोना के कारण ही साउथ स्टार प्रभास की फिल्म राधे श्याम की रिलीज डेट स्थगित हुई थी। यह फिल्म पहले 14 जनवरी को दर्शकों के बीच आने वाली थी। अब मेकर्स ने इसकी नई रिलीज डेट की घोषणा कर दी है। फिल्म 11 मार्च को थिएटर में रिलीज होने वाली है।

मेकर्स ने एक पोस्टर के साथ फिल्म की नई रिलीज डेट का खुलासा किया है। राधे श्याम के आधिकारिक ट्विटर हैंडल पर लिखा गया, रोमांचकारी प्रेम कहानी पर आधारित फिल्म की नई रिलीज डेट आई है। राधे श्याम 11 मार्च को सिनेमाघरों में आएगी। इसके अलावा मेकर्स ने इस पोस्ट के नोट में लिखा, प्यार और नियति के बीच सबसे बड़े युद्ध के साक्षी बनें। फिल्म हिन्दी, तेलुगु, कन्नड़, मलयालम और तमिल में रिलीज होगी।

फिल्मों के बीच क्लैश होना आम बात हो गया है, क्योंकि कई फिल्में काफी समय से रिलीज की राह देख रही हैं। राधे श्याम भी बिल्कुल खाली स्लॉट में नहीं रिलीज हो रही है। फिल्म का क्लैश अमिताभ बच्चन की झुंड से होगा, जो 4 मार्च को रिलीज होगी। इसके बाद 18 मार्च को आने वाली शमशेरा और बच्चन पांडे से भी फिल्म की टक्कर होगी। शमशेरा में रणबीर कपूर और बच्चन पांडे में अक्षय कुमार लीड रोल में हैं।

काफी समय बाद प्रभास एक रोमांटिक फिल्म में नजर आएंगे। इस फिल्म में पहली बार प्रभास और पूजा हेगड़े एक साथ पर्दे पर नजर आएंगे। राधा कृष्ण कुमार ने फिल्म का निर्देशन किया है। हालांकि, फिल्म के ट्रेलर को कोई खास प्रतिक्रिया नहीं मिली। ट्रेलर में प्रभास एक ज्योतिष के किरदार में नजर आए, जो पूजा के प्यार में पड़ा हुआ है। अब समीक्षकों को उम्मीद है कि फिल्म दर्शकों को पसंद आएगी।

फिल्म में प्रभास और पूजा के अलावा सचिन खेडेकर, भाग्यश्री, प्रियदर्शी, मुरली शर्मा, साशा चेत्री और कुणाल रॉय कपूर भी नजर आएंगे। इसे भूषण कुमार, वामसी और प्रमोद ने मिलकर बनाया है। फिल्म में प्रभास के कपड़ों पर लगभग छह करोड़ रुपये खर्च किए गए हैं। इस पीरियड ड्रामा फिल्म की प्रेम कहानी 1970 के दशक की है। मेकर्स ने इस फिल्म को पैन इंडिया लेवल पर एक बड़े बजट में बनाया गया है।

इंस्पेक्टर अविनाश से ओटीटी में कदम रखने तरह तैयार हैं मुस्कान वर्मा

अभिनेत्री मुस्कान वर्मा इंस्पेक्टर अविनाश के साथ ओटीटी में कदम रखने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। वह रणदीप हुड्डा और उर्वशी रौतेला की परियोजना में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं।

अपने नए कार्यकाल को लेकर उत्साहित अभिनेत्री को अपने प्रदर्शन से दर्शकों का मनोरंजन करने की उम्मीद है।

उन्होंने कहा कि ओटीटी भविष्य है। मैं इस तरह की एक बड़ी परियोजना पर काम करने के लिए भाग्यशाली हूं। प्रतिभा होना पर्याप्त नहीं है क्योंकि आपको इसे दिखाने के लिए सही अवसर की भी आवश्यकता है और इंस्पेक्टर अविनाश ऐसा ही करेगी। इसमें मैं एक सकारात्मक और महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हूं। मेरी भूमिका से कहानी पर फर्क पड़ेगा।

मुस्कान खुद ओटीटी पर खूब सारा कंटेंट देखती हैं। वह इस तथ्य को पसंद करती है कि मंच वैश्विक है। उन्होंने कहा कि मुझे एक्शन से भरपूर कहानियां पसंद हैं। ओटीटी एक ऐसी चीज है जिसे मैं कभी भी कहीं भी देख सकती हूं और सामग्री के मामले में विकल्प वहां उत्कृष्ट हैं। मेरा पसंदीदा स्क्वि ड गेम और द लायन है। अभिनेता के अनुसार, महामारी ने काम के अवसरों को कम कर दिया है, लेकिन ओटीटी को धन्यवाद, जिसने लोगों को लगातार काम दिया है।

जल्द ही साउथ डायरेक्टर के साथ काम करती हुई नजर आने वाली है जैकलीन

जैकलीन फर्नांडीज ने हाल ही में अक्षय कुमार के साथ राम सेतु और रोहित शेट्टी द्वारा निर्देशित रणवीर सिंह के साथ सर्कस की शूटिंग को पूरा कर चुकी है। और अब, जैकी का आने वाला प्रोजेक्ट थलाइवी के निर्देशक एएल विजय के साथ करने जा रही है। रिपोर्ट्स की माने तो यह अभिनेत्री के लिए एक नया स्पेस है और वह इस चैलेंज के लिए पूरी तरह तैयार हो चुकी है। रिपोर्ट्स के अनुसार यह करैक्टर कुछ ऐसा है जो उन्होंने पहले कभी नहीं किया है और प्रेप्रशन्स अभी से शुरू कर दी है। मूवी की शूटिंग शुरू से अंत तक के शेड्यूल में 2 माह की अवधि में लंदन में की जाने वाली है। जबकि फिल्मांकन मार्च में शुरू होने वाली है, टीम इसे अप्रैल के अंत तक समाप्त कर देगी। खबरों की माने तो जैकलीन बच्चन पांडे के प्रोमोशन के लिए भी तैयार हैं क्योंकि मूवी इस वर्ष होली पर सिनेमाघरों में दस्तक देने वाली है। मूवी को नाडियाडवाला ग्रैंडसन प्रोडक्शंस द्वारा निर्मित किया गया है जिसमें जैकलीन के साथ अक्षय कुमार और कृति सेनन मुख्य रोल में नज़र आने वाले है। अभिनेत्री के पास बच्चन पांडे, राम सेतु, अटैक, सर्कस और किक 2 जैसे कई बड़े प्रोजेक्ट हैं जिनका एलान पहले ही किया जा चुका है।

सफल रिश्ते की कुंजी कम्यूनिकेशन होता हैः दीपिका पादुकोण

वैलेंटाइन डे से कुछ दिन पहले उनकी फिल्म गहराइयां रिलीज होने के लिए तैयार है। बॉलीवुड सुपरस्टार दीपिका पादुकोण ने एक अच्छे और स्वस्थ रिश्ते की कुंजी साझा की है। अभिनेत्री ने इस बारे में भी बात की है कि प्यार में कैसा महसूस होता है। वह कहती है कि उनके लिए प्यार विश्वास, दोस्ती, साहचर्य है।

एक रिश्ते को स्वस्थ और सफल बनाने के लिए क्या करना चाहिए, इस बारे में खुलकर बातचीत में आईएएनएस से बात करते हुए दीपिका ने जवाब दिया: संचार (कम्यूनिकेशन)।

उन्होंने कहा कि मुझे लगता है कि एक रिश्ते में ईमानदार संचार अत्यंत महत्वपूर्ण है और यह आवश्यक नहीं है कि एक रिश्ते में दो लोग हमेशा एक ही पृष्ठ पर हों। जरूरी नहीं कि उन्हें सभी बिंदुओं पर एक-दूसरे से सहमत होना पड़े, लेकिन मुझे लगता है कि संवाद करना चाहिए जिस तरह से आप कुछ चीजों के बारे में महसूस करते हैं और उसके बारे में ईमानदार होते हैं।

दीपिका कहती हैं कि संचार अत्यंत महत्वपूर्ण है। अभिनेत्री ने कहा कि यहां तक कि अगर तर्क और असहमति भी हो। इसलिए, मुझे लगता है कि एक अच्छे या स्वस्थ रिश्ते की कुंजी संचार है। दीपिका और रणवीर ने सोशल मीडिया पर अपने लगातार रोमांस से भरे आदान-प्रदान के साथ प्यार क्या है, इसका बेंचमार्क सेट किया है।

यह पूछे जाने पर कि प्यार में कैसा महसूस होता है, दीपिका ने साझा किया कि मुझे लगता है कि प्यार अपने आप में एक बहुत ही बोझिल और जटिल शब्द है। प्यार का मतलब अलग-अलग लोगों के लिए बहुत सारी अलग-अलग चीजें हैं। हर उम्र में प्यार की अलग परिभाषा होती है। दीपिका वर्तमान में अपने आगामी रोमांटिक ड्रामा गहराइयां को लेकर चर्चा में है। फिल्म 11 फरवरी को प्राइम वीडियो पर डिजिटल रिलीज हुई है।

फिल्म में अपने किरदार अलीशा के बारे में बात करते हुए दीपिका ने कहा कि यह उनकी कहानी है। मुझे दर्शकों की प्रतिक्रिया का इंतजार है।(आरएनएस)

टी सीरीज के गाने में बिना मेकअप के नज़र आई थी कशिका कपूर

भूषण कुमार की ञ्र सीरीज द्वारा हाल ही में रिलीज़ किए गए सॉन्ग दिल पे जख्म को लोग बहुत पसंद किए जा रहे है। इस गाने के म्यूजिक वीडियो में गुरमीत चौधरी,अर्जुन बिजलानी और कशिका कपूर भी दिखाई दे रही है।

जुबिन नौटियाल द्वारा स्वरबद्ध किए गए इस गाने में लोग कशिका की खूबसूरती की तारीफ करने में लगे हुए है। खास बात तो यह है कि इस गाने की अभिनेत्री न्यूड मेकअप में दिखाई दी है क्योंकि म्यूज़िक वीडियो के निर्देशक आशीष पांडा का मानना था कि कशिका को मेक अप की आवश्यकता नहीं। इस गाने की शूटिंग ठंड के मौसम में नेपाल में की गई थी।

रिपोर्ट्स के अनुसार निर्देशक आशीष पांडा कहते हैं- कशिका पूर्ण रूप से डायरेक्ट के नक्शे कदम पर चलने वाली एक्ट्रेस हैं, उन्होंने वास्तव में हर शॉट में अपना 100 प्रतिशत भी दे चुकी है। ठंडे तापमान के बावजूद, उन्होंने बिना किसी संकोच अपने सीन को पूरा कर लिया है, काम के प्रति उनके इस डेडीकेशन को देख हम सभी उनसे काफी प्रभावित हो चुके है। वे उन अभिनेत्रियों में से एक हैं जिन्हें मेकअप की आवश्यकता नहीं है, वे बिना किसी मेक अप भी बहुत खुबसूरत लग रहीं थी।

जहां इस बारें में कशिका का मानना है-ठंड के मौसम में शूटिंग करना एक बहुत बड़ी चुनौती थी और कई बार मुझे 3 जैकेट निरंतर पहनना पड़ जाता है। आशीष सर एक ऐसे प्रेरक व्यक्ति रहे हैं जिन्होंने मुझे हर संभव तरीके से प्रेरित भी किया जा रहा है। वहीं अपनी बात जारी रखते हुए कशिका आगे बोलती हैं- कई बार मैं जब सेट पर पहुंचती थी आशीष सर मेकअप आर्टिस्ट को मेक अप करने से मना कर देते है, वे कहते थी कि उसे इसकी आवश्यकता नहीं है।

उन्होंने मुझे इम्प्रूव करने के लिए स्पेस भी दिया। ऐसे अद्भुत लोगों के साथ काम करने के लिए मैं बहुत आभारी हूं। रिपोर्ट्स के अनुसार भूषण कुमार द्वारा निर्मित दिल पे जख्म इस गाने को जुबिन नौटियाल द्वारा गाया जा चुका है और मनोज मुंतशिर द्वारा लिखा गया है। आशीष पांडा ने इस ट्रैक को निर्देशित किया है, जबकि रोचक कोहली ने म्यूजिक दिया है। यह गाना टी सीरीज के यूट्यूब चैनल पर 28 जनवरी को रिलीज भी कर दिया गया है।

अमेजन प्राइम वीडियो ने खरीदी विजय देवरकोंडा की फिल्म लाइगर

पिछले काफी समय से फिल्म लाइगर सुर्खियों में है। यह इसलिए भी खास है, क्योंकि यह एक पैन इंडिया फिल्म है। इसमें साउथ के सुपरस्टार विजय देवरकोंडा और अभिनेत्री अनन्या पांडे की जोड़ी देखने को मिलेगी। आए दिन फिल्म से जुड़ीं नई-नई जानकारियां सामने आ रही हैं। अब खबर आ रही है कि इस फिल्म के राइट्स को अमेजन प्राइम वीडियो ने भारी भरकम रकम अदा कर खरीद लिए हैं।

फिल्म लाइगर से सामने आई ताजा रिपोर्ट के अनुसार इसके निर्माताओं ने अमेजन प्राइम वीडियो के साथ हाथ मिला लिया है। प्राइम ने फिल्म को लगभग 60 करोड़ रुपये में खरीदा है। लाइगर के निर्माता चाहते थे कि प्राइम की तरफ से उनकी फिल्म के लिए 80 करोड़ रुपये ऑफर किए जाएं, लेकिन ओटीटी प्लेटफॉर्म की टीम ने यह डील 60 करोड़ रुपये में फाइनल की है। फिल्म पहले थियेटर में रिलीज होगी। उसके बाद निर्माता इसे ओटीटी पर लाएंगे।

लाइगर से विजय बॉलीवुड में कदम रखेंगे। यह उनकी पहली पैन इंडिया फिल्म है। फिल्म में विजय और अनन्या के अलावा माइक टायसन भी नजर आएंगे। इसके जरिए वह भी बॉलीवुड में कदम रख रहे हैं। उन्होंने कुछ दिनों पहले ही लाइगर की शूटिंग की है। फिल्म में रोनित रॉय, राम्या कृष्णन, मकरंद देश पांडे और अली बाशा भी दिखेंगे। पुरी जगन्नाथ के निर्देशन में बन रही लाइगर हिंदी, तेलुगु, तमिल, मलयालम और कन्नड़ भाषा में रिलीज होने वाली है।

विजय लाइगर में मुक्केबाज का किरदार निभाते दिखेंगे, जो माइक टायसन से प्रेरित होगा। फिल्म में विजय और माइक बॉक्सिंग रिंग में एक-दूसरे के साथ दो-दो हाथ करते दिखेंगे। बॉक्सिंग चैंपियन माइक हैंगओवर और आईपी मैन 3 जैसी हॉलीवुड फिल्मों में दिख चुके हैं।

लाइगर करण जौहर के धर्मा प्रोडक्शंस के बैनर तले बन रही है। उन्होंने बीते दिसंबर ट्विटर पर एक पोस्टर शेयर कर यह जानकारी दी थी कि लाइगर दर्शकों के बीच कब आएगी। करण ने फिल्म का पोस्टर साझा कर लिखा था, एक्शन, रोमांच और पागलपन। यह एकदम धमाल होने वाला है। लाइगर दुनियाभर के सिनेमाघरों में अगले साल 25 अगस्त को रिलीज हो रही है। अपना नया साल इसी धमाके के साथ शुरू करें।

विजय ने कई हिट और यादगार फिल्में दी हैं। उन्होंने अपने फिल्मी करियर की शुरुआत 2011 में आई फिल्म नुव्विला से की थी। हालांकि, फिल्म अर्जुन रेड्डी में विजय की एक्टिंग को इतना पसंद किया गया कि रातों-रात हिट हो गए। इस फिल्म को हिंदी में भी डब किया गया था। विजय पेली चुपूलु, महानती, गीता गोविंदम और टैक्सी ड्राइवर जैसी फिल्मों में भी दिख चुके हैं। पेली चुपूलु को बेस्ट तेलुगु फिल्म का राष्ट्रीय पुरस्कार मिला था।

अनोखी आकृतियों से गहराया ब्रह्मांड का रहस्य

मुकुल व्यास

हमारा ब्रह्मांड विचित्रताओं और रहस्यों से भरपूर है। इसके बारे में बहुत-सी चीजें अभी तक अज्ञात हैं। खगोल वैज्ञानिक निरंतर इन रहस्यों से पर्दा उठाने की कोशिश करते रहते हैं। इस क्रम में उन्होंने कुछ ऐसी अनोखी संरचनाओं का पता लगाया है, जिनके बारे में पहले नहीं सुना गया था। इन संरचनाओं में हजारों प्रकाश वर्ष दूर तक फैली पट्टी, पटाखों की लड़ियों जैसी आकृतियां और प्रचंड ऊर्जा छोड़ने वाले पिंड शामिल हैं। खगोल वैज्ञानिकों ने हाल ही में पृथ्वी से 55००० प्रकाश-वर्ष दूर एक हाइड्रोजन की लंबी पट्टी खोजी है। उनका कहना है कि यह हमारी मिल्की-वे यानी आकाशगंगा की सबसे बड़ी संरचना है। मैगी नामक हाइड्रोजन की यह विशाल पट्टी 39०० प्रकाश वर्ष लंबी और 13० प्रकाश वर्ष चौड़ी है। यह करीब 13 अरब वर्ष पहले बनी थी। जर्मनी के मैक्स प्लांक एस्ट्रोनॉमी इंस्टिट्यूट के खगोल वैज्ञानिकों के नेतृत्व में एक अंतर्राष्ट्रीय दल ने यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसी के गाइया उपग्रह की मदद से इस संरचना की नाप-जोख की है।

इस अध्ययन के एक सह-लेखक जुआन सोलेर को एक वर्ष पहले इस संरचना के अस्तित्व के कुछ संकेत मिल गए थे। उन्होंने अपने देश कोलंबिया की सबसे लंबी नदी के नाम पर इस संरचना का नाम मैगी रखा। आंकड़ों के प्रारंभिक विश्लेषण में मैगी को पहचानना संभव हो गया था लेकिन वर्तमान अध्ययन से ही यह साबित हुआ कि यह एक लंबी पट्टी है। बिग बैंग अथवा ब्रह्मांडीय महाविस्फोट के करीब 38०००० वर्ष बाद हाइड्रोजन का निर्माण हुआ था। मिल्की-वे का गठन उससे एक अरब साल पहले हुआ था। हाइड्रोजन ब्रह्मांड में सबसे ज्यादा पाया जाने वाला पदार्थ है। लेकिन इस गैस को डिटेक्ट करना बहुत ही दुष्कर कार्य है। इस संदर्भ में हाइड्रोजन की लंबी पट्टी की खोज बहुत ही रोमांचक है।

इस अध्ययन के प्रथम लेखक जोनास सैयद ने कहा कि पट्टी की लोकेशन से इस खोज में मदद मिली। हम अभी यह नहीं जानते कि ये पट्टी वहां कैसे बनी लेकिन यह मिल्की-वे के समतल करीब 16०० प्रकाश वर्ष तक फैली हुई है। इसकी वजह से हाइड्रोजन से होने वाले विकिरण को पृष्ठभूमि में आसानी से देखा जा सकता है। इससे पट्टी को देखना संभव हो जाता है। मैगी का गहराई से विश्लेषण करने के बाद वैज्ञानिकों ने पाया कि पट्टी में कुछ बिंदुओं पर गैस आकर मिलती है। ये संभवत: वे क्षेत्र हैं जहां गैस जमा होकर बड़े बादलों में तब्दील होती है। शोधकर्ताओं का ख्याल है कि ऐसे क्षेत्रों में आणविक गैस मॉलिक्यूल के रूप में परिवर्तित होती है। नया अध्ययन एस्ट्रोनॉमी एंड एस्ट्रोफिजिक्स पत्रिका में प्रकाशित हुआ है।

मिल्की-वे में हाइड्रोजन की पट्टी को खोजने में गाइया उपग्रह का बहुत बड़ा योगदान है। यह उपग्रह इस समय मिल्की-वे आकाशगंगा का त्रिआयामी नक्शा तैयार कर रहा है। अपने मिशन के दौरान उसने इसकी संरचना, गठन और विकास के बारे में कई महत्वपूर्ण जानकारियां दी हैं। इस उपग्रह को दिसंबर, 2013 में भेजा गया था। तब से यह पृथ्वी की कक्षा से करीब 16 लाख किलोमीटर की दूरी पर सूरज की परिक्रमा कर रहा है। अपनी यात्रा के दौरान वह मिल्की-वे की तस्वीरें खींच रहा है और छोटी आकाशगंगाओं के तारों की पहचान कर रहा है जिन्हें काफी समय पहले हमारी आकाशगंगा द्वारा निगल लिया गया था। गाइया के मिशन के दौरान हजारों पिंडों का पता चलने की उम्मीद है जो अभी तक खोजे नहीं गए हैं। इनमें निकटवर्ती तारों के इर्द-गिर्द घूमने वाले ग्रह, पृथ्वी के लिए खतरा बनने वाले क्षुद्रग्रह और सुपरनोवा विस्फोट शामिल हैं। इस मिशन से भौतिक-खगोलविदों को अंतरिक्ष में डार्क मैटर (अदृश्य पदार्थ) के वितरण के बारे में नई जानकारियां मिलने की उम्मीद है। समझा जाता है कि यह पदार्थ ब्रह्मांड को जोड़े हुए है।

ब्रह्मांड से आने वाली रेडियो तरंगों की निगरानी करने वाले खगोल वैज्ञानिकों के एक दूसरे दल को एक ऐसे रहस्यमय पिंड का पता चला है जो प्रचंड ऊर्जा उत्सर्जित कर रहा है। ऐसी कोई चीज पहले कभी नहीं देखी गई थी। इस फिरकते हुए पिंड का पता मार्च, 2०18 में चला था लेकिन इसकी पुष्टि आंकड़ों के विस्तृत विश्लेषण के बाद हाल ही में हुई है। पृथ्वी से करीब 4००० प्रकाश वर्ष दूर स्थित इस पिंड से हर 18 मिनट में तीव्र विकिरण निकल रहा था। उन क्षणों में यह 'ब्रह्मांडीय प्रकाश स्तंभ' की तरह रेडियो तरंगों का सबसे चमकदार स्रोत बन गया था, जिसे पृथ्वी से भी देखा जा सकता था। खगोल वैज्ञानिकों का ख्याल है कि यह या तो किसी ढह चुके तारे का अवशेष है या कुछ और है।

दरअसल, तारे के अवशेष भी दो तरह के हो सकते हैं। या तो यह अवशेष किसी न्यूट्रॉन तारे का है या एक प्रबल चुंबकीय क्षेत्र वाले एक छोटे तारे (वाइट ड्वार्फ स्टार) का है। इस खोज का विवरण नेचर पत्रिका में प्रकाशित हुआ है। इस अध्ययन की प्रमुख लेखक और ऑस्ट्रेलिया के कर्टिन विश्वविद्यालय की खगोल भौतिकविद नताशा हर्ले-वॉकर ने कहा कि हमारे पर्यवेक्षण के दौरान यह पिंड कुछ-कुछ घंटों में प्रकट होता रहा और गायब होता रहा। यह हमारे लिए अप्रत्याशित घटना थी। कर्टिन विश्वविद्यालय के शोधकर्ता टायरोन डोहर्टी ने पश्चिमी ऑस्ट्रेलिया स्थित मर्चिसन वाइडफील्ड टेलीस्कोप की मदद से इस अनोखे पिंड की खोज की।

इस बीच, मिल्की-वे के मध्य भाग की टेलीस्कोप से ली गई तस्वीर में करीब 1००० रहस्यमय लड़ियों का पता चला है जो अंतरिक्ष में लटकती हुई प्रतीत होती हैं। 15० प्रकाश वर्ष तक फैली हुई ये लड़ियां, जोड़ों या झुंड में हैं और हार्प वाद्य यंत्र के तारों की तरह समान दूरी पर स्थित हैं। अमेरिका की नार्थ वेस्टर्न यूनिवर्स यूनिवर्सिटी के खगोल वैज्ञानिक फरहद यूसफ-जादेह ने सबसे पहले अस्सी के दशक में मिल्की-वे में चुंबकीय लड़ियों का पता लगाया था। तब से इनकी उत्पत्ति को लेकर एक बड़ा रहस्य बना हुआ था अब टेलीस्कोप से ली गई नई तस्वीर में दस गुणा ज्यादा लड़ियां दिखाई दे रही हैं। नई जानकारी से इन लड़ियों के रहस्य को सुलझाने में मदद मिलेगी।

लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं।

गायत्री दातार ने मेरे साईः श्रद्धा और सबुरी से हिंदी टीवी में अपनी शुरुआत की

गायत्री दातार ने हिंदी टीवी में मेरे साईं:श्रद्धा और सबूरी शो से अपनी शुरुआत की है, जिसमें वह सुमित्रा की महत्वपूर्ण भूमिका निभाती नजर आ रही हैं।

अपनी भूमिका और अपने पदार्पण के बारे में बताते हुए गायत्री ने कहा कि मैं मेरे साई जैसे शो के साथ डेब्यू करके बहुत खुश हूं, जो दर्शकों का पसंदीदा है। जब मुझे सुमित्रा की भूमिका निभाने के लिए संपर्क किया गया, तो मैं वास्तव में इस भूमिका को निभाने के लिए आश्वस्त थी।

वह आगे कहती हैं, मैंने पहले जो देखा है, उससे यह लुक भी बहुत अलग है। बिना किसी मेकअप के कैमरे के सामने रहने के लिए साहस चाहिए। मैं भूमिका से बहुत खुश हूं और मुझे उम्मीद है कि दर्शकों को एपिसोड देखने में मजा आएगा।

मेरे साई: श्रद्धा और सबूरी सोनी एंटरटेनमेंट टेलीविजन पर प्रसारित होता है। गायत्री दातार मध्यम वर्गीय परिवार से है और उन्होंने सबसे पहले 2०16 में अजिंक्य लोखंडे प्रस्तुत असहिष्णु इस लघु फिल्म में भी काम किया है।

गायत्री दातार का जन्म महाराष्ट्र के मुंबई शहर में हुआ। हाल ही में वह पुणे में शिफ्ट हुई। उन्होंने उनकी एक्टिंग करियर की शुरुआत तुला पाहते रे मराठी सीरियल से की थी. आज के दिनों में वह एक प्रोफेशनल मराठी एक्ट्रेस है इसी के साथ मॉडल और हाल ही में वह बिग बॉस में आने की वजह से सुर्खियों में है. गायत्री दातार को पहले से है एक्टिंग करना पसंद था इसलिए इन्होने एक्टिंग में अपना करियर स्टार्ट किया है और एजुकेशन उनकी शौक पर्वतारोहण में किया है.

सू- दोकू क्र. 124

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.123का हल

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

खुलता देश

लगातार कोरोना संक्रमण के प्रसार में गिरावट के आंकड़े सामने आ रहे हैं। एक माह बाद एक लाख से कम केस सामने आये। संक्रमण दर में भी गिरावट है। सुखद यह है कि बच्चे स्कूल जाते दिखे। स्कूल-कॉलेजों में रौनक लौटने लगी। अधिकतर राज्यों में कक्षा नौ से ऊपर के स्कूल खुलने लगे हैं। कुछ राज्यों में छोटे बच्चों के भी स्कूल खुले हैं।

सही बात है कि जब सब कुछ खुलने लगा है तो स्कूल क्यों बंद रहें। पिछले दो सालों में बच्चों ने महामारी के भय, मानसिक तनाव तथा घुटन का वातावरण जीया है। कहने को बच्चों के लिये ऑनलाइन पढ़ाई का विकल्प मौजूद था, मगर कितने प्रतिशत बच्चों को यह लाभ मिला? अंग्रेजीदां स्कूल में तो यह कोशिश कुछ सीमा तक कामयाब रही, लेकिन सरकारी स्कूलों के छात्र-छात्राओं की मजबूरी किसी से छिपी नहीं है। बहरहाल, यह निष्कर्ष सामने आया कि ऑनलाइन पढ़ाई परंपरागत पढ़ाई का अंतिम विकल्प नहीं है क्योंकि इसकी अपनी सीमाएं हैं। इसमें बच्चों का स्वाभाविक मानसिक विकास संभव नहीं है। संगी-साथियों के मिलने-जुलने के बिना उनका सामाजीकरण अधूरा रह जाता है। स्वाभाविक मानवीय संवेदनाएं विकसित नहीं होतीं।

महामारी विशेषज्ञों ने भी कहा कि बच्चों में स्वाभाविक, मजबूत रोग प्रतिरोधक क्षमता उनका बचाव करती है। उन्हें संक्रमण का खतरा कम था लेकिन यदि स्कूल खुलते तो घर के बड़े-बुजुर्गों के लिये वे संक्रमण के वाहक बन सकते थे। सुखद है कि देश के पांच करोड़ किशोरों को पहला टीका लग चुका है। अच्छी बात है कि विद्यार्थी अब बोर्ड की परीक्षाओं की तैयारी कर पायेंगे। बहरहाल, जब देश में धूम-धड़ाके से चुनाव के सारे प्रपंच हो रहे हैं तो स्कूल ही क्यों बंद रहें? बशर्ते सुरक्षित दूरी, थर्मल स्क्रीनिंग से जांच और सैनिटाइजेशन की प्रक्रिया जारी रहनी चाहिए। इसे कुछ सालों के लिये जीवन के लिये न्यू नॉर्मल मान लें। दरअसल, महामारी विशेषज्ञ भी आश्वस्त नहीं हैं कि फिर कोई नया वेरिएंट नहीं आयेगा।

बहरहाल, देश खुलने लगा है। सामान्य गतिविधियां चलने लगी हैं। बाजार खुल गये हैं। चुनाव आयोग भी राजनीतिक दलों को कुछ छूट देने लगा है। केंद्र सरकार ने सौ फीसदी उपस्थिति के साथ ऑफिस चलाने को कह दिया। इसके बावजूद कोरोना के बचाव के तीनों मंत्रों मास्क, शारीरिक दूरी और सैनिटाइजेशन को हमें नहीं भूलना चाहिए। याद रहे कि देश में कोरोना संक्रमण से मरने वालों का सरकारी आंकड़ा पांच लाख पार कर चुका है। यह बहस का विषय हो सकता है कि यह आंकड़ा वास्तविकता के कितने करीब है। याद रहे कि पहली लहर के बाद लापरवाही की हमने बड़ी कीमत चुकाई थी और अप्रैल से जुलाई के बीच दो महीनों में दो लाख लोगों ने जान गंवायी थी। इस सबक को हम अच्छी तरह याद रखें। आने वाले समय में यदि ये सबक स्कूलों के पाठ्यक्रमों का हिस्सा बनें तो आने वाली पीढ़ियों को किसी भी संक्रामक रोग से बचाव में मदद मिल सकेगी। निष्कर्ष यही है कि किसी भी तरह की लापरवाही हमें बड़े जोखिम में ला सकती है। प्रत्येक दिन के संक्रमण के आंकड़ों में गिरावट, इलाज कराने वाले मरीजों की संख्या में कमी तथा संक्रमण दर में गिरावट का मतलब यह कदापि नहीं है कि महामारी चली गई है। यह वायरस हमारे जीवन का हिस्सा बना रहेगा और कम रोग प्रतिरोधक क्षमता वाले लोगों को परेशान करता ही रहेगा।

वहीं ये संकट बताता है कि हमें अपने खानपान व जीवन शैली में सुधार की जरूरत है। ऐसे में बड़ी लापरवाही नई लहर की पृष्ठभूमि भी तैयार करती है। यद्यपि पूरा देश चाहता है कि हम जल्दी सामान्य स्थिति की ओर लौटें लेकिन इसके लिये हमारे जिम्मेदार व्यवहार की बड़ी भूमिका होगी। साथ ही टीकाकरण अभियान को सार्थक परिणति देना भी उतना ही जरूरी है। यह सर्वविदित है कि सफल टीकाकरण के चलते हम तीसरी लहर को घातक बनाने से रोक पाये हैं। पूरे भारत में एक अरब सत्तर करोड़ से अधिक डोज लगाने के बाद यह सुखद ही है कि तीसरी लहर देश में उतार पर है। डब्ल्यूएचओ भी महामारी में राहत की उम्मीद जता रहा है।

सहायक उप निरीक्षक की पुत्री ने की नीट परीक्षा पास

संवाददाता

चम्पावत। जनपद चम्पावत के थाना लोहाघाट में नियुक्त सहायक उप निरीक्षक नरेश कुमार मूल निवासी ग्राम कुमौड़, जनपद पिथौरागढ़ की पुत्री प्रेरणा द्वारा उत्तराखंड वर्ष 2021 में आयोजित नीट की परीक्षा उत्तीर्ण की है। उनके चयन पर परिवार में खुशी की लहर है।

प्रेरणा को एमबीबीएस में सोबन सिंह जीना मेडिकल कॉलेज जनपद अल्मोड़ा में दाखिला मिला है। प्रेरणा की प्रारम्भिक हाईस्कूल एवं इंटर की शिक्षा चम्पावत से हुई है। प्रेरणा ने अपनी सफलता का श्रेय माता-पिता व गुरुजनों को दिया है। प्रेरणा न्यूरोलॉजिस्ट बनकर देश व समाज की सेवा करना चाहती हैं एवं अपने जनपद में गरीबों व पुलिस कर्मियों के लिए नि:शुल्क उपचार की भावना उनके दिल में है। जनपद चम्पावत पुलिस परिवार की ओर से प्रेरणा की सफलता पर हार्दिक शुभकामनाऐं दी गयी है।

लावण्या को न्याय के लिए अभाविप का संघर्ष जारी: थापा

संवाददाता

देहरादून। अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद की मंत्री काजल थापा ने बताया कि तमिलनाडु में 17 वर्षीय छात्रा को मतांतरण के लिए प्रताडित किया जा रहा है अभाविप पूरी तरह से विरोध करती है तथा छात्रा को न्याय दिलाने के संघर्षरत रहेगी।

आज यहां अभाविप करनपुर स्थित प्रांत कार्यालय में पत्रकारों से वार्ता करते हुए प्रदेश मंत्री काजल थापा ने बताया कि १७ वर्षीय मेधावी छात्रा लावण्या को मतांतरण के लिए प्रताड़ित करना घोर निंदनीय है। आज अभाविप का हर एक कार्यकर्ता लावण्या को न्याय दिलाने के लिए पूरे देश में संघर्ष कर रहा है साथ ही तमिलनाडु सरकार के मुख्यमंत्री आवास के बाहर शांति पूर्ण रुप से धरना प्रदर्शन कर रहे कार्यकर्ता जिसमें अभाविप के राष्ट्रीय महामंत्री निधि त्रिपाठी व अन्य कार्यकर्ताओं पर झूठी धाराएं लगाकर उन्हें गिरफ्तार करना भी घोर निंदनीय है,जिसका अभाविप उत्तरांचल कड़ा विरोध करती है व पूरे प्रांत भर में तब तक यह प्रदर्शन जारी रहेगा जब तक कि लावण्या को न्याय नहीं मिल जाता। प्रदेश सह मंत्री ऋषभ रावत ने बताया कि अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद ऐसे शिक्षण संस्थानों का भी विरोध करती है जो शिक्षा देने की आड़ में धर्मांतरण का कार्य करते हैं व लावण्या को न्याय दिलाने के लिए विद्यार्थी परिषद पूर्ण रूप से संघर्षरत है। प्रेस वार्ता में जिला संयोजक चंदन नेगी,जिला सह संयोजक किरण कठायत उपस्थित रहे।

एनएसए डोभाल की सुरक्षा में सेंध

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

की गई एयर स्ट्राइक तक की तमाम गतिविधियों में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका रही है। भारत की आंतरिक व बाह्य सुरक्षा से जुड़े तमाम मामलों में उनकी अहम भूमिका रही है। जिसके कारण वह पाकिस्तान और चीन जैसे देशों की ही नहीं बल्कि तमाम आतंकवादी संगठनों के आंखों की किरकिरी बने हुए हैं। क्योंकि उनके निर्देश पर अब तक कई ऑपरेशन आतंकियों के खिलाफ न सिर्फ चलाए जाते रहे हैं बल्कि सफल भी रहे हैं। दिल्ली स्पेशल सेल अब उनकी इस सुरक्षा में सेंध के मामले को लेकर तह तक पहुंचने में जुटी हुई है।

श्रद्धा पूर्वक मनाया गया भगत श्री रविदास जी का 645वाँ जन्म दिवस

संवाददाता

देहरादून। गुरुद्वारा श्री गुरु हरि राय साहिब जी (सातवीं पातशाही) देहरा खास, टी एच डी सी कालोनी देहरादून में आज संगत द्वारा भगत रविदास जी का 645वाँ जन्म दिवस बड़ी श्रद्धा से मनाया गया।

इस अवसर पर विशेष दीवान सुबह 4.30 बजे शुरु हुआ जिसमें सर्व प्रथम श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी का प्रकाश हुआ, नितनेम व श्री सुखमनी साहिब जी का पाठ हुआ। जिसके उपरांत भाई गंगा सिंह व भाई रोहित सिंह, हजूरी रागी जत्था, गुरूद्वारा देहरा खास, देहरादून द्वारा शबद कीर्तन गायन कर संगतों को निहाल किया।

इस मौके पर देहरा खास टी एच डी सी कालोनी की संगत द्वारा बड़ी संख्या मे गुरु घर हाजरी भरी व गुरु जी का आशीर्वाद प्राप्त किया।

इस अवसर पर एच. एस. कालड़ा द्वारा भगत रविदास जी के जीवन इतिहास के बारे मे विस्तार से संगत को जानकारी दी। भगत रविदास जी का जन्म चौदवी शताब्दी (1377 ए.डी) में एक दलित परिवार में वाराणसी के पास गोवर्धनपुर (उत्तर प्रदेश) में श्री सन्तोख दस जी व माता श्रीमती कलसा देवी जी के घर हुआ था। इनकी धर्म पत्नी श्रीमती लोना जी और इनके पुत्र विजय दास थे व दादा-दादी श्री कालु राम जी व श्रीमती

लखपति जी थी।

भगत रविदास जी ने एक लम्बी आयु काटने के बाद अपना शरीर 1540 ए .डी में त्याग दिया था।

सिख धर्म के लिये भगत रविदास जी का अटुट योगदान रहा। पांचवे गुरु श्री गुरु अर्जुन देव जी भगत रविदास जी के अनुयायी रहे और उन्हें इसी कारण रविदास्सिया कहा जाता है। उनके द्वारा दी गई सीख को रविदास्सिया पंथ कहा जाता है। उनके पद, भक्ति संगीत और अन्य लिखे हुए 41 छन्द सिक्ख शास्त्रो मे लिखे गए हैं। इनके पिता राजा नगर मल के राज्य में सरपंच थे और उनके खुद को जूता बनाने व ठीक करने का व्यापार था रविदास जी बहुत ही निडर थे उनकी भक्ति बचपन से ही भगवान के प्रति थी इनके जीवन में उच्च जातियों के द्वारा बनाए गए नियमों से काफी परेशानियां हुई और उच्च जाति के लोगों , ब्राह्मणों द्वारा अपने शिक्षा दीक्षा काल में अनेक शिकायतें राजा को होती रहती थी। भगत रविदास जी ने अपने शिष्यों को धन का लालच न करने की शिक्षा दी।

दीवान की समाप्ति के उपरान्त गुरु जी का प्रसाद वितरण किया गया। कार्यक्रम में सरकार की गाइड लाइन्स का सख्ती से पालन किया गया।

तू मेरा पहला प्यार फिल्म का प्रीमियर 18 को

संवाददाता

देहरादून। फिल्म प्रोडयूसर अंजलि ने बताया कि मुंबई जाजू प्रोडक्शन हाउस के बैनर तले बनी तू मेरा पहला प्यार फिल्म का प्रीमियर 18 फरवरी को सिल्वर सिटी में किया जायेगा।

आज यहां प्रेस क्लब में पत्रकारों से वार्ता करते हुए अंजलि ने बताया कि 18 फरवरी को फिल्म तू मेरा पहला प्यार उत्तराखण्ड, उत्तर प्रदेश, दिल्ली एवं मुबंई के सिनेमा घरों में एक साथ रिलीज की जा रही है। उन्होंने बताया कि इस फिल्म में सिद्धार्थ जाजू हीरो एवं धारा पारेख हीरोइन की भूमिका निभा रहे हैं। उन्होंने बताया कि अन्य भूमिकाओं में अशोक पांडे, दिनेश मधुकर, जितेंद्र, सैयद आशिक अली, गोल्डी गुप्ता, बीना गुसांई, हृषिता आदि कलाकार नजर आएंगे। उन्होंने बताया कि फिल्म की शूटिंग उत्तराखण्ड की हसीन वादियों में देहरादून, मसूरी, डाकपत्थर, हरिद्वार, ऋषिकेश में की गयी है। इसके अलावा मुबंई, औरंगाबाद एवं अजंता एलोरा की गुफाओं के खास दृश्यों की शूटिंग की गयी है। उन्होंने बताया कि फिल्म का एक गाना 'ओ सनम ओ सनम तू छुपी है कहां' 14 फरवरी को वैलेंटाइन डे पर रिलीज किया गया जो सुपरहिट साबित हुआ है। उन्होंने बताया कि जाजू प्रोडक्शन द्वारा दो फिल्में लव इन दून व जानहवी दुश्मन की शूटिंग जल्द उत्तराखण्ड में शुरू होगी इसके लिए स्क्रीन टेस्ट व ऑडिशन फिल्माघर में ही ले लिये जायेंगे।

महानगर भाजपा कार्यालय में मनायी गुरु रविदास जयंती

संवाददाता

देहरादून। महानगर भाजपा कार्यालय में गुरू रविदास जयंती कार्यक्रम में उनके विचारों से प्रेरणा लेने के शपथ ली।

आज महानगर कार्यालय भाजपा देहरादून में समय 11 बजे भाजपा महानगर अनुसूचित जाति मोर्चा द्वारा शिरोमणि संत गुरु रविदास जी की जयंती का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रुप में खजान दास रहे मुख्य अतिथि ने रविदास जी के चित्र पर पुष्पांजलि अर्पित करी एवं मिष्ठान खिलाकर उनको नमन करते हुए संत गुरु रविदास जी के विचारों को सभी को संबोधित किया। सभी वक्ताओं ने संत गुरु रविदास जी के विचारों से सभी को अवगत कराया एवं पुष्पांजलि अर्पित की महानगर अध्यक्ष भाजपा सीताराम भट्ट , महामंत्री रतन सिंह चौहान, महानगर अध्यक्ष धर्मपाल घाघट ,भाजपा अनुसूचित मोर्चा कार्यक्रम का संचालन महामंत्री अनुसूचित मोर्चा जगराम ने क्या एवं प्रदेश कोषाध्यक्ष राजेश राजोरिया अनु मोर्चा राष्ट्रीय सदस्य अनु मोर्चा पूर्व राज्य मंत्री उत्तराखंड सरकार में रहे भगवत प्रसाद मकवाना प्रदेश महामंत्री अनुसूचित मोर्चा रविंद्र वाल्मीकि, महानगर उपाध्यक्ष जसवीर भाई जस्सू मोतीराम, मदन वाल्मीकि, महानगर महामंत्री संदीप चौहान , रईस अंसारी, करणपुर मंडल उपाध्यक्ष सोनी रावत, कानपुर मंडल मंत्री राजीव राजौरी, कार्यालय प्रभारी महेश गुप्ता , पूर्व पार्षद एवं वर्तमान में महानगर मंत्री तृप्ता जाटव, सुमन, महिला मोर्चा मंडल महामंत्री मंडल अध्यक्ष कुलवंत, मंडल अध्यक्ष नरेंद्र चौधरी, मंडल अध्यक्ष कुलदीप कुलदीप,पूर्व भाजपा पार्षद प्रत्याशी रईस अंसारी दर्जनों भाजपा कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

राज्य में नाइट कर्फ्यू समाप्त

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड शासन द्वारा कोरोना के मामलों में आ रही कमी के मद्देनजर पाबंदियों में ढील देने का फैसला लिया गया है। राज्य में अब कोरोना नाइट कर्फ्यू को पूरी तरह से हटा लिया गया है। मुख्य सचिव द्वारा जारी कोरोना गाइडलाइन के अनुसार आज रात से राज्य में नाइट कर्फ्यू को पूरी तरह से खत्म कर दिया गया है। वहीं सार्वजनिक स्थानों सिनेमा, शॉपिंग मॉल तथा रेस्टोरेंट और सभागारों को भी पूरी क्षमता के साथ खोलने की इजाजत दे दी गई है। मैरिज हॉल और सभागारों तथा अन्य सामाजिक आयोजन वाले स्थानों पर अब कार्यक्रमों का आयोजन बिना किसी रोक-टोक के हो सकेंगे। लेकिन इनमें

❑स्विमिंग पुल व वाटर स्पोर्ट्स रहेंगे बंद
❑रैली, धरना, प्रदर्शनों पर भी रोक रहेगी जारी

कोरोना गाइड लाइन के अनुसार सोशल डिस्टेंसिंग और सैनिटाइजिंग जैसे नियमों का पालन करना जरूरी होगा।

राज्य में स्विमिंग पूल और वाटर स्पोर्ट्स पर अभी 28 फरवरी तक यथावत रोक को जारी रखा गया है तथा राजनीतिक रैलियों, जुलूस, धरने-प्रदर्शनों पर भी अभी 28 फरवरी तक रोक जारी रहेगी, इसके बाद इस पर दोबारा विचार किया जाएगा। वहीं स्पा, सैलून तथा प्ले ग्राउंड आदि पर लगे प्रतिबंधों को भी पूरी तरह से हटा लिया गया है लेकिन सार्वजनिक स्थानों पर मास्क व सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करना होगा।

उल्लेखनीय है कि राज्य में कोरोना की तीसरी लहर में अब हर रोज नए केसों में कमी आ रही है। जिसके मद्देनजर कोरोना के कारण लगे प्रतिबंधों को चरणबद्ध तरीके से हटाया जा रहा है जैसे-जैसे हालात सामान्य होंगे इन प्रतिबंधों को समाप्त कर दिया जाएगा।

एक नजर

गुरु रविदास विश्राम धाम मंदिर पहुंचे मोदी, श्रद्धालुओं के साथ किए कीर्तन

नई दिल्ली। संत रविदास की जयंती आज पूरे देश में मनाई जा रही है। इस मौके पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी दिल्ली के श्री गुरु रविदास विश्राम धाम मंदिर पहुंचे। यहां उन्होंने महिला और पुरुष श्रद्धालुओं के बीच बैठकर कीर्तन किए। इस दौरान मोदी झांझ बजाते दिखे। पीएम मोदी ने इसका एक वीडियो

ट्विटर पर पोस्ट किया है। उन्होंने लिखा – दिल्ली के श्री गुरु रविदास विश्राम धाम मंदिर में बेहद खास पल। इससे पहले उन्होंने संत रविदास मंदिर जाकर श्री रविदास के दर्शन किए। उन्होंने कहा– रविदास जी का यह पवित्र धाम जन–जन के लिए एक प्रेरणास्थल है। मैं सौभाग्यशाली हूं कि एक सांसद के रूप में मुझे यहां के विकास कार्यों को पूरा करने का अवसर प्राप्त हुआ है। पीएम मोदी के अलावा राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद ने भी ने अपने ट्विटर अकाउंट पर गुरु रविदास जयंती पर सभी देशवासियों को हार्दिक शुभकामनाएं दीं। उन्होंने लिखा– महान संत गुरु रविदास जी ने बिना भेद–भाव के परस्पर प्रेम और समता का व्यवहार करने का संदेश दिया।

सिरफिरे युवक ने सरेआम की युवती की हत्या

सूरत। गुजरात में सूरत स्थित कामरेज के निकट पासोदरा में समाज को झकझोर देने वाली घटना हुई। यहां एक २१ वर्षीय युवती को सिरफिरे युवक ने सबके सामने कत्ल कर दिया। वह युवती से एक तरफा प्यार करता था। इस घटना से पूरा शहर गुस्से में है। लोग अब हत्यारे को फांसी देने की मांग कर रहे हैं। पुलिस के अनुसार, उक्त युवक को गिरफ्तार कर लिया गया है। उसका नाम फेनिल है। उसने सरेआम युवती को मारा। घटना के वक्त लोगों की भीड़ जमा हो गई थी। लोग उसे अपराध करने से रोकने के लिए मना कर रहे थे। युवती के भाई ने तो पास पहुंचकर बहन को बचाने की कोशिश की। मगर..फेनिल ने चाकू से वार किए। युवती की हत्या के बाद फेनिल ने खुद भी जान देने की कोशिश की। उसने नींद की गोलियां खा ली थी। जब वह मिला

तो उसे सिविल अस्पताल में भर्ती कराया गया। जहां से मंगलवार को उसे अस्पताल से डिस्चार्ज कर दिया गया। वहीं से कामरेज पुलिस ने उसे धर लिया। घटना के कई वीडियो सामने आए हैं, जिसमें उसे साफ देखा जा सकता है। लोग उसे रोकने की कोशिश कर रहे हैं, चीख–चिल्लाहट मची थी मगर उसने किसी की नहीं सुनी। युवती का उसने गला काटा। युवती की हत्या होने पर घटनास्थल पर भारी भीड़ जुटी। लोग लाश के पास पहुंचे। उसके बाद उसके अंतिम संस्कार के लिए भारी संख्या में लोग जुटे। इस दौरान पूरे शहर में चर्चा होती रही। अब लोग हत्यारे के फांसी देने की मांग कर रहे हैं।

जम्मू-कश्मीर में जैश-ए-मोहम्मद से जुड़े 10 संदिग्ध गिरफ्तार!

श्रीनगर। जम्मू–कश्मीर में आतंकवाद के खिलाफ बीती रात एक बड़ी कार्रवाई को अंजाम दिया गया। आतंकवाद और अलगाववाद से जुड़े अपराधों की जांच के लिए गठित राज्य जांच एजेंसी ने बीती रात दक्षिण और मध्य कश्मीर के विभिन्न जिलों में १० अलग–अलग जगहों पर छापा मारा।

यहां से १० संदिग्धों को पकड़ा गया है। ये लोग आतंकवादी संगठन जैश–ए–मोहम्मद के लिए काम करते थे। जम्मू–कश्मीर पुलिस के अनुसार

गिरफ्तार १० ओवरग्राउंड वर्कर्स जैश–ए–मोहम्मद के आतंकवादी कमांडर से दिशा–निर्देश लेते थे। ये लोग आतंकवादी संगठनों के लिए पैसा, हथियार और अन्य रसद मुहैया कराते थे। कुछ दिन पहले ही हरियाणा की सोनीपत पुलिस ने आतंकी संगठन जैश–ए–मोहम्मद के तीन हैंडलर को पकड़ा था। पुलिस की गिरफ्त में आए आरोपियों में पति–पत्नी और उनका एक साथी शामिल है। आरोपी पति–पत्नी पंजाब के तरनतारन निवासी रवि और वरिंद्र दीप कौर और उसके साथी जालंधर के रहने वाले कणभ के रूप में हुई थी। तीनों फर्जी पासपोर्ट बनवाकर विदेश भागने के लिए दिल्ली एयरपोर्ट जा रहे थे। आरोपी पाकिस्तान में आतंकी संगठन के संपर्क में थे।

साले ने तोड़ा जीजा का हाथ

संवाददाता

देहरादून। सम्पत्ति विवाद में साले ने घर में घुसकर अपने जीजा पर हमला कर हाथ तोड दिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार खाराखेत निवासी प्रमोद कुमार ने मसूरी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका अपने साले गणेश से सम्पत्ति विवाद चल रहा है। जिसके चलते गत दिवस गणेश उसके घर में घुसकर गाली गलौच करने लगा था उसने जब उसका विरोध किया तो उसने सरिये से उसपर हमला कर उसका हाथ तोड दिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

जानलेवा हमले में दो भाई नामजद

संवाददाता

देहरादून। सरिये से जानलेवा हमला करने के मामले में पुलिस ने दो सगे भाईयों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार टर्नर रोड निवासी मेहताब अहमद ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनका पडोस में रहने वाले शहीद व साजिद के परिवार से पुरानी रंजीश चल रही है जिसके चलते पहले भी इनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कराया था। आज जब वह अपने भाई के साथ घर की तरफ जा रहे थे तभी शाहीद व साजिद ने उनका रास्ता रोक लिया और गाली गलौच करने लगे उन्होंने जब उनका विरोध किया तो उन्होंने लोहे की रॉड से उसके भाई के सिर पर वार कर दिया जिससे वह वहीं बेहोश होकर गिर गया जिसके बाद वह अपने भाई को लेकर दून चिकित्सालय पहुंचे उक्त हमलावर भी वहीं पहुंच गये और उन्हें जान से मारने की धमकी देने लगे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

उत्तराखंड भाजपा में भीतरघात की खबरों पर घमासान जारी

संवाददाता

देहरादून। मतदान समाप्त होने के बाद भाजपा विधायक और प्रत्याशियों द्वारा जिस तरह से भीतरघात को लेकर उग्र बयानबाजी सामने आ रही है उसने पार्टी की चिंता को ही नहीं बढ़ा दिया है बल्कि पार्टी में आपसी घमासान को तेज कर दिया है। खास बात यह है कि अगर भीतरघात के कारण पार्टी को बड़ा नुकसान होता है तो फिर यह घमासान और तेज होने से नहीं रोका जा सकेगा।

काशीपुर के सिटिंग विधायक हरबंस सिंह चीमा ने एक बार फिर कहा है कि पार्टी के गद्दारों ने इस चुनाव में पार्टी के खिलाफ जिस तरह से काम किया है उससे भाजपा को बड़ा नुकसान पहुंचा है। उन्होंने कहा कि ऐसे लोगों को पार्टी में रहने का कोई अधिकार नहीं है। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि 4 बार के विधायक हरभजन सिंह चीमा इस बार चुनाव नहीं लड़े हैं और उनके बेटे को पार्टी ने टिकट दिया था।

झबरेड़ा सिटिंग विधायक संजय गुप्ता

तो अब यहां तक उतर आए हैं कि वह पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष मदन कौशिक के खिलाफ तमाम तरह की अनर्गल बातें कर रहे हैं। उनकी संपत्ति की जांच की मांग से लेकर उन्हें पार्टी से निष्कासित कराकर ही दम लेने की चुनौती दे रहे हैं। वही चंपावत विधायक व भाजपा प्रत्याशी गहतोड़ी ने भी उग्र तेवर रखे हुए हैं।

यह हालात तब है जब पार्टी के नेता उन्हें सार्वजनिक बयान न देने व हद में रहने की नसीहतें दे रहे हैं। फिर भी नेताओं की बयानबाजी जारी है और नए-नए नेता इस विरोध में शामिल होते जा रहे हैं। कई और भी नेता दबी जुबान से भीतरघात की बात को स्वीकार तो कर रहे हैं लेकिन चुनाव परिणाम से पूर्व खुलकर कुछ बोलना नहीं चाहते हैं। उन्हें लग रहा है कि परिणाम फिर भी उनके पक्ष में आ सकता है लेकिन इन हालातों ने पार्टी की मुश्किलें जरूर बढ़ा दी हैं।

बिजली चोरी में दो पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने बिजली चोरी के मामले में दो लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कौलागढ बिजलीघर के अवर अभियंता विजय सिंह गुसांई ने कैट थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनको सूचना मिली कि कांडली घंघोडा निवासी विरेन्द्र सिंह द्वारा बिजली चोरी की जा रही है मौके पर जाकर देखा तो विरेन्द्र द्वारा एलटी लाइन पर कटिया डालकर बिजली चोरी की जा रही थी। वहीं सेलाकुई थाने में अवर अभियंता त्रिभुवन ने जगतपुर तिलवाडी निवासी कृपाल सिह के खिलाफ बिजली चोरी का मुकदमा दर्ज करा दिया है। पुलिस ने दोनों मुकदमें 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।