बृहस्पतिवार
02 फरवरी 2023

पृष्ठ 4

ब्लैकहेड्स से छुटकारा दिलाएगी शहद

पृष्ठ 5

ब्लॉकबस्टर साबित हुई वाल्टेयर वीरैय्या

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 10
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

जो भारी कोलाहल में भी संगीत को सुन सकता है, वह महान उपलब्धि को प्राप्त करता है।

– डॉ. विक्रम साराभाई

दूनवैलीमेल

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

केंद्रीय बजट से चमकेगा उत्तराखंड: धामी

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि वर्तमान आम बजट न सिर्फ एक भारत श्रेष्ठ भारत की अवधारणा को नई दिशा देगा बल्कि उत्तराखंड के विकास में चार चांद लगाने वाला साबित होगा। इस बजट से उत्तराखंड के विकास को गति मिलेगी और पर्यटन तथा कृषि क्षेत्र को इसका विशेष फायदा मिलेगा।

सीएम ने आज एक पत्रकार वार्ता में कहां कि वह प्रधानमंत्री मोदी और वित्त मंत्री सीतारमण का आभार व्यक्त करते हैं कि उन्होंने इस बजट में सभी के हितों का ध्यान रखा है। उन्होंने इस आम बजट की तमाम खूबियों का बयान करते हुए कहा कि इस बजट से केंद्र सरकार द्वारा

●कृषि-बागवानी व पर्यटन को होगा भारी लाभ
●युवाओं के लिए रोजगार के मिलेंगे अवसर
●मोदी और सीतारमण का जताया आभार

केंद्रीय कर अंश 25 फीसदी बढ़ा दिया गया है जिससे सभी राज्यों को अधिक ध न मिलेगा। उत्तराखंड को अब तक केंद्रीय कर अंश के रूप में 9 हजार करोड़ मिलता था जो अब बढ़ाकर 11420 करोड़ हो जाएगा। उन्होंने कहा कि ऋण ब्याज की व्यवस्था की समय सीमा को एक साल के लिए बढ़ा दिया गया है जिससे राज्य को एक हजार करोड़ का फायदा मिलेगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य के कृषि और पर्यटन क्षेत्र को इस बजट से सबसे अधिक लाभ मिलने वाला है, श्री अन्न योजना यानी मोटे अनाजों के उत्पादन को प्रोत्साहन के लिए चलायी जाने वाली योजना में मडुंवा जो पहाड़ का मुख्य उत्पादन है, का नाम लिया जाना यह बताता है कि अब राज्य में मडुंवा और अन्य मोटे अनाज उत्पादकों को उनकी अच्छी कीमत मिल सकेगी उन्होने कहा कि उत्तराखंड की कृषि और बागवानी दोनों को ही बजट से बड़ा फायदा होने वाला है उन्होंने कहा कि बजट में जिन 157 नर्सिंग कालेजों को खोलने की बात कही गई है उनमें से चार नये कॉलेज उत्तराखंड के हिस्से में आए हैं जिससे राज्य में ट्रेंड नर्सिंग स्टॉप की कमी दूर होगी वही टीचर्स ट्रेनिंग के जरिए ट्रेंड

◀◀ शेष पृष्ठ 2 पर

पुलिस ने गौकशी करने वाले छह लोगों को किया गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने गौकशी करने वाले छह लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार पटेलनगर कोतवाली पुलिस ˙ द्वारा पूर्व मे मिली सूचना के आधार पर थाना क्षेत्र मे चैकिंग शुरु की गई। दौराने चैकिंग सूचना मिली कि जिन लोगों ने 3 दिन पहले ग्राम हरभजवाला में जंगल किनारे आसन नदी के पास गाय काटी थी, वह लोग आज फिर गाय काटने के लिए उसी सैन्ट्रो गाडी से आये है, जिस पर आज मेहूँवाला की ओर गये है। उनके दो साथी उनके साथ-साथ सफेद रंग की मोटरसाइकिल पर हैं, जो क्षेत्र में घूमने वाले गाय बछडो की तलाश करते हैं तथा अपने साथियों को बताते है, वह लोग गाडी में भरकर गाय व बछडों को एकान्त मे ले जाकर काटते हैं। सूचना पर विश्वास करते हुऐ पुलिस टीम तत्काल हरियाणा नंम्बर की सफेद रंग की सेट्रो गाडी की तलाश करने हेतु रवाना हुई, तेलपुर चौक पर एक सफेद रंग की अपाचे मोटरसाइकिल पर बैठे 02 व्यक्तियों

◀◀ शेष पृष्ठ 8 पर

कार पर सीमेंट्र-कंक्रीट मिक्सर पलटने से मां व बेटी की मौत

बेंगलुरु। कर्नाटक की राजधानी बेंगलुरु में बेटी को स्कूल छोड़ने जा रही एक महिला की कार पर सीमेंट्र-कंक्रीट मिक्सर पलट गया। हादसे में मां और बेटी दोनों की मौत हो गई। बताया जा रहा है कि मिक्सर बेहद तेज रफ्तार में था। वह अनियंत्रित होकर अचानक कार पर पलट गया। कार में सवार गायत्री (46) अपनी 15 साल की बेटी समता को स्कूल छोड़ने जा रही थीं। हादसे के बाद सीमेंट्र-कंक्रीट मिक्सर का ड्राइवर मौके से फरार हो गया। काफी देर तक मां और बेटी का शव कार के अंदर फंसा रहा। 4 क्रेन और एक जेसीबी की मदद से वाहन को कार से हाटकर शव निकाले गए।

बेंगलुरु से हाल ही में हादसे से जुड़ा एक केस सामने आया था, जिसमें बाइक पर जा रहे एक परिवार पर मेट्रो का निर्माणाधीन पिलर गिर गया था. हादसे की चपेट में आने के बाद महिला और उसके मासूम बच्चे की मौत हो गई थी। घटना जनवरी के दूसरे सप्ताह में हुई थी। बेंगलुरु ईस्ट के डीसीपी डॉ. भीमाशंकर एस गुलेड ने बताया था कि दंपति अपने बेटे और बेटी के साथ बेंगलुरु हेब्बल की ओर जा रहे थे, तभी मेट्रो का पिलर ओवरलोड होकर बाइक पर जा गिरा। बाइक की पिछली सीट पर सवार मां-बेटा इस हादसे में गंभीर रूप से घायल हुए थे। उन्हें आल्टिस अस्पताल में रेफर किया गया, जहां मां और बेटे ने दम तोड़ दिया था।

मल्लिकार्जुन खरगे ने की अडाणी एंटरप्राइजेज मामले की जांच जेपीसी से कराने की मांग

नयी दिल्ली। राज्यसभा में नेता प्रतिपक्ष और कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने बृहस्पतिवार को अडाणी एंटरप्राइजेज मामले पर संसद के दोनों सदनों में चर्चा की मांग की और यह आग्रह भी किया कि इस प्रकरण की जांच के लिए संयुक्त संसदीय समिति (जेपीसी) गठित की जाए या फिर उच्चतम न्यायालय की निगरानी में इसकी जांच हो।

लोकसभा और राज्यसभा की बैठक के स्थगित होने के बाद खरगे ने संवाददाताओं से कहा, श्श्हम यह कहना चाहते हैं कि सरकार क्यों दबाव बनाकर ऐसी कंपनियों को कर्ज दिलवा रही है? उन्होंने कहा, लोगों के हित में ध्यान रखते हुए एलआईसी, एसबीआई के निवेश को ध्यान में रखते हुए हम चर्चा की मांग कर रहे हैं। हमारी मांग है कि या तो जेपीसी गठित करके इसकी जांच हो या उच्चतम न्यायालय के प्रधान न्यायाधीश के नेतृत्व में इसकी जांच हो। खरगे ने कहा, जांच होने पर प्रतिदिन रिपोर्ट जनता के समक्ष रखी जाए ताकि पारदर्शिता रहे और लोगों को विश्वास रहे कि उनका पैसा बचा है।श्श इससे पहले, इस विषय पर विपक्षी दलों के हंगामे के कारण संसद के दोनों की कार्यवाही बाधित हुई।

कांग्रेस महासचिव जयराम रमेश ने ट्वीट किया, संसद के दोनों सदनों को आज दोपहर 2 बजे तक के लिए स्थगित कर दिया गया क्योंकि सरकार एलआईसी, एसबीआई और अन्य सार्वजनिक संस्थानों द्वारा दबाव में किए गए निवेश की जांच के लिए संयुक्त विपक्ष की मांग पर सहमत नहीं हुई। उन्होंने दावा किया कि ऐसे निवेश के मूल्यों में कमी के कारण आज करोड़ों भारतीयों की बचत खतरे में है।

गौरतलब है कि अडानी एंटरप्राइजेज का शेयर गुरुवार को शुरुआती कारोबार में 15 प्रतिशत टूट गया। इसके एक दिन पहले, बुधवार को कंपनी ने अपने 20 हजार करोड़ रुपये के अनुवर्ती सार्वजनिक निर्गम (एफपीओ) को वापस लेने और निवेशकों का पैसा लौटाने की घोषणा की थी। हालांकि, कंपनी के एफपीओ को मंगलवार को पूर्ण अभिदान मिल गया था।

दून वैली मेल

संपादकीय

नाम बड़े और दर्शन छोटे

वित्त मंत्री सीतारमण द्वारा बीते कल आजाद भारत के अमृतकाल का पहला और मोदी सरकार पार्ट टू का जो अंतिम पूर्ण बजट पेश किया गया है उसमें वित्त मंत्री और उनकी टीम ने अपने आर्थिक कला कौशल को दिखाने में कोई कोर कसर उठाकर नहीं रखी गयी है। 2024 में होने वाले लोक सभा चुनावों के मद्देनजर इस बजट को जितना भी संभव हो सकता था उतना लोक लुभावन बनाने और विकासोन्मुखी बनाने का प्रयास किया गया है। यही कारण है कि इस बजट को लेकर आम तौर पर लोगों के मन में संतुष्टी का भाव दिखायी दे रहा है। बजट में क्या कुछ खास है यह जानने से ज्यादा महत्वपूर्ण बात यह है कि इसे आत्मनिर्भर भारत और एक ऐसा भारत जिसमें कोई गरीब नहीं होगा एक ऐसा भारत जिसे विकसित भारत कहा जायेगा। जैसी बड़ी कल्पनाओं को पूरे दम खम के साथ पीएम मोदी और उनकी टीम द्वारा लोगों के सामने पेश किया गया है। यह अच्छी बात है कि हम या तो खुद को धोखा देने का काम करते है या फिर दूसरे लोगों को। समावेशी विकास, वंचितों को वरीयता, बुनियादी ढांचा निवेश और क्षमता विस्तार, हरित विकास जैसी सात बड़ी बातों को सरकार का लक्ष्य बताकर उन्हे सप्तऋषि नाम देना और तमाम मोटे अनाजों के नाम गिनाकर श्री अन्न का नाम देना शायद इन क्षेत्रों के लिए किये जाने वाले कामों से जरूरी समझा गया है। ढांचागत क्षेत्र में 157 नर्सिगं कालेज और 50 एयरपोर्ट बनाने तथा सवा सौ के करीब रेलवे स्टेशनों का आधुनिकीकरण जैसे कामों का बजट में उल्लेख किया गया है। वहीं पीएम आवास योजना के लिए बजट में 66 फीसदी वृद्धि की गयी है। इससे किसी भी गरीब को यह भरोसा हो सकता है कि शायद उसे भी आने वाले समय में छत मिल जाये। लेकिन सवाल यह है कि जिस देश की 10 फीसदी से अधिक आबादी आजादी के 75 साल बाद भी बेघर हो तथा 60 फीसदी आबादी सरकार से मिलने वाले मुफ्त के राशन के भरोसे जिन्दा हो उस देश को अगर सरकार आत्मनिर्भर भारत बनाने या विकसित भारत बनाने अथव गरीबी रहित भारत बनाने का सपना दिखाया जा रहा हो तो इससे बड़ा झूठ और धोखा शायद और नहीं हो सकता है। सत्ता में बैठे लोग इस बात से खुश है कि देश की विकास दर कोरोना त्रासदी के बाद भी 7 फीसदी रहने की उम्मीद है बाजार की स्थिति नियंत्रण में है देश में बेरोजगारी की स्थिति क्या है? स्वास्थ्य सेवाओं की स्थिति क्या है? शिक्षा और साक्षरता की स्थिति क्या है? बढ़ती मंहगाई और जीएसटी का गरीब और व्यापारियों के ऊपर क्या प्रभाव पड़ रहा है इस पर सोचने की कोई जरूरत नहीं समझी जा रही है। सरकार ने टैक्स स्लैब बदलकर गरीब, मध्यम वर्ग और नौकरी पेशा लोगों को कर से मुक्त कर दिया या थोड़ी रात दे दी। गरीबों को रोजगार का अवसर देने वाले मनरेगा का बजट आंवटन घटा दिया गया वहीं स्वास्थ्य सेवा क्षेत्रों को भी अपेक्षित बजट नहीं दिया बस सरकार ने हिसाब लगा लिया कि जीएसटी से 17 प्रतिशत और इन्कम टैक्स से 15 प्रतिशत और 34 फीसदी कर्ज और देय दाताओं से आ जायेगा। और हम गरीबी मुक्त भारत, एक ऐसा विकसित भारत बना डालेगें जहां कोई समस्या होगी ही नहीं। अगर यह सरकार की बाजीगरी नहीं तो और क्या है?

केंद्रीय बजट से चमकेगा उत्तराखंड...

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

अध्यापक मिल सकेंगे। उन्होंने कहा कि 50 नये एयरपोर्ट खोलने की जो व्यवस्था की गई है उससे राज्य की एयर कनेक्टिविटी में सुधार आयेगा। नए एयरपोर्ट के अलावा नई हवाई पट्टियां बनेंगी और पुरानों का आधुनिकीकरण होगा।

सरकार ने जो वाइब्रेंट विजेज के विकास की योजना घोषित की है उससे उत्तराखंड के सीमावर्ती गांवों को विकास की मुख्यधारा से जोड़ने के अवसर प्रदान होंगे। पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए नए डेस्टिनेशन का विकास होगा और नए रोजगार के अवसर मिलेंगें। उन्होंने कहा कि महिलाओं के लिए बचत पत्र योजना और युवाओं के लिए कौशल विकास आगे बढ़ने के मौके प्रधान करेगा। उन्होंने उन्होंने कहा कि सरकार ने कृषि-बागवानी, मत्स्य और फार्मासिटी तथा पीएम आवास योजना के लिए जिस तरह से उन्मुक्त हाथों से धन की व्यवस्था की है उससे हर वर्ग को लाभ मिलेगा और उत्तराखंड राज्य के विकास को नई ऊंचाइयों पर ले जाया जा सकेगा।

अपां फेनेन नमुचेः शिर इन्द्रोदवर्तयः।
विश्वा यदजय स्पृधः॥

(ऋग्वेद ८-१४-१३)

हे आत्मा ! जब तुम अपने आंतरिक शत्रुओं (काम, क्रोध, लोभ, मोह, द्वेष, आदि) को पछाड़ती हो तो वास्तव में तुम पाप रूपी राक्षस के सिर को कुचलती हो। इंद्रियों पर नियंत्रण और उत्तम कर्म से ही यह सब संभव होता है।

O soul ! When you vanquish your internal enemies (lust, anger, greed, attachment, hatred, etc.), you are actually crushing the head of the demon of sin. All this is possible only by controlling the senses and doing good deeds. (Rig Ved 8-14-13)

राम होने का मतलब क्या है

मैंने अपने शहर को इतना विह्वल कभी नहीं देखा! तीन से चार लाख लोग सड़क किनारे हाथ जोड़े खड़े हैं।

अयोध्या में प्रभु की मूर्ति बनाने के लिए नेपाल से शालिग्राम पत्थर जा रहा है और आज वह ट्रक गोपालगंज से गुजर रहा है। कोई प्रचार नहीं, कोई बुलाहट नहीं, पर सारे लोग निकल आये हैं सड़क पर... युवक, बूढ़े, बच्चे... बूढ़ी स्त्रियां, घूंघट ओढ़े खड़ी दुल्हनें, बच्चियां... स्त्रियां हाथ में जल अक्षत लेकर सुबह से खड़ी हैं सड़क किनारे! ट्रक सामने आता है तो विह्वल हो कर दौड़ पड़ती हैं उसके आगे... छलछलाई आंखों से निहार रही हैं उस पत्थर को, जिसे राम होना है।

बूढ़ी महिलाएं, जो शायद शालिग्राम पत्थर के राम-लखन बनने के बाद नहीं देख सकेंगी। वे निहार लेना चाहती हैं अपने राम को... निर्जीव पत्थर में भी अपने आराध्य को देख लेने की शक्ति पाने के लिए किसी सभ्यता को आध्यात्म का उच्चतम स्तर छूना पड़ता है। हमारी इन माताओं, बहनों, भाइयों को यह सहज ही मिल गया है।

जो लड़कियां अपने वस्त्रों के कारण हमें संस्कार हीन लगती हैं, वे हाथ जोड़े खड़ी हैं। उदण्ड कहे जाने वाले लड़के उत्साह में हैं, इधर से उधर दौड़ रहे हैं। मैं भी उन्ही के साथ दौड़ रहा हूँ।

इस भीड़ की कोई जाति नहीं है। लोग भूल गए हैं अमीर गरीब का भेद, लोग भूल गए अपनी जाति- गोत्र! उन्हें बस इतना याद है कि उनके गाँव से होकर उनके राम जा रहे हैं।

हमारे यहाँ कहते हैं कि सिया को बियह के रामजी इसी राह से गये थे। डुमरिया में उन्होंने नदी पार की थी। हम सौभाग्यशाली लोग हैं जो रामजी को दुबारा जाते देख रहे हैं।

पाँच सौ वर्ष की प्रतीक्षा और असँख्य पीढ़ियों की तपस्या ने हमें यह सौभाग्य दिया है। हम जी लेना चाहते हैं इस पल को... हम पा लेना चाहते हैं यह आनन्द! माझा से लेकर गोपालगंज तक, मैं इस यात्रा में दस किलोमीटर तक चला हूँ, दोनों ओर लगातार भीड़ है।

कोई नेता, कोई संत, कोई विचारधारा इतनी भीड़ इकट्ठा नहीं कर सकती, यह उत्साह पैदा नहीं कर सकती। सबको जोड़ देने की यह शक्ति केवल और केवल धर्म में है, मेरे राम जी में है।

गोपालगंज में कुछ देर का हॉल्ट है। साथ चल रहे लोगों के भोजन की व्यवस्था है, सो घण्टे भर के लिए ट्रक रुक गया है। लोग इसी समय आगे बढ़ कर पत्थर को छू लेना चाहते हैं। मैं भी भीड़ में घुसा हूँ, आधे घण्टे की ठेलमठेल के बाद ठाकुरजी को स्पर्श करने का सुख... अहा! कुछ अनुभव लिखे नहीं जा सकते।

उसी समय ऊपर खड़ा स्वयंसेवक शालिग्राम पर चढ़ाई गयी माला प्रसाद स्वरूप फेंकता है। संयोग से माला मेरे हाथ में आ गिरती है। मैं प्रसन्न हो कर अंजुरी में माला लिए भीड़ से बाहर निकलता हूँ। पर यह क्या, किनारे खड़ी स्त्रियां हाथ पसार रही हैं मेरे आगे... भइया एक फूल दे दीजिये, बाबू एक फूल दे दीजिये। अच्छे अच्छे सम्पन्न घरों की देवियाँ हाथ पसार रही हैं मेरे आगे! यह रामजी का प्रभाव है।

मैं सबको एक एक फूल देते निकल रहा हूँ। फिर भी कुछ बच गए हैं मेरे पास! ये फूल मेरा सौभाग्य हैं...

कुछ लोग समझ रहे हैं कि एक सौ तीस रुपये में खरीद कर रामचरितमानस की प्रति जला वे हमारी आस्था को चोटिल कर देंगे। उन मूर्खों को कुछ नहीं मालूम... यह भीड़ गवाही दे रही है कि राम जी का यह देश अजर अमर है, यह सभ्यता अजर अमर है, राम अजर अमर हैं...

❑सर्वेश तिवारी श्रीमुख
गोपालगंज, बिहार।

जिलाधिकारी ने किया निर्माणाधीन प्रीफ्रेब्रिकेटेड कार्यो का स्थलीय निरीक्षण

चमोली (कासं)। जोशीमठ में भूध ंसाव से प्रभावित लोगों के पुनर्वास हेतु ढाक में प्रीफेब्रिकेटेड शेल्टर निर्माण कार्य तेजी से जारी है, जबकि उद्यान विभाग की भूमि पर बन रहे प्री फैब का निर्माण अंतिम चरण में है जो शीघ्र ही पूर्ण कर लिया जाएगा।

जिलाधिकारी हिमांशु खुराना ने बुध वार को जोशीमठ आपदा प्रभावितों के पुनर्वास हेतु निर्माणाधीन प्रीफ्रेब्रिकेटेड कार्यो का स्थलीय निरीक्षण किया। उन्होंने कार्यदायी संस्था को निर्देशित किया कि निर्माण कार्यो में तेजी लाते हुए जल्द से जल्द कार्य पूर्ण करें। कही पर समस्या हो तो तत्काल

संज्ञान में लाया जाए।

आपदा प्रभवितों के लिए टीसीपी तिरहा के पास उद्यान विभाग की भूमि पर और ढाक गांव के निकट चयनित भूमि पर केन्द्रीय भवन अनुसंधान संस्थान रूडकी के सहयोग से वन-बीएचके, टू-बीएचके व थ्री-बीएचके के प्रीफ्रेब्रिकेटेड भवन बनाए जा रहे है। उद्यान विभाग की भूमि पर बन रहे प्री फैब का निर्माण अंतिम चरण में है जो एक दो दिन में पूरा कर लिया जाएगा। वही ढाक गांव में भूमि समतलीकरण के बाद प्री फैब कालोनी के लिए प्लिंथ लेवल का कार्य लगभग पूर्ण हो गया है। विद्युत व्यवस्था के लिए यहां पर विद्युत पोल लगाए जा चुके है। पेयजल व्यवस्था हेतु जल संस्थान के माध्यम से कार्यवाही आरंभ कर दी गई है। प्रभावितों के पुनर्वास हेतु ढाक में भी जल्द ही प्री फैब कालोनी बनकर तैयार हो जाएगी। निरीक्षण के दौरान एसडीएम कुमकुम जोशी, आरडब्लूडी के अधिशासी अभियंता अला दिया, सहायक अभियंता एलपी भट्ट आदि उपस्थित है।

श्रद्धा पूर्वक मनाया गया बीबी भाणी जी का जन्मोत्सव

संवाददाता

देहरादून। बीबी भाणी जी का जन्म दिवस कथा-कीर्तन के रूप में श्रद्धापूर्वक मनाया गया।

आज यहां गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा, आढ़त बाजार देहरादून के तत्वावधान में स्त्री सत्संग की और से बीबी भाणी जी का जन्म दिवस कथा-कीर्तन के रूप में श्रद्धा पूर्वक मनाया गया। प्रातः नितनेम के पश्चात हजूरी रागी भाई सतवंत सिंह जी ने आसा दी वार का शब्द 'धंनु धंनु धंनु जनु आइआ' का गायन किया, स्त्री सत्संग सभा गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा आढ़त बाजार की और से श्री सुखमणि साहिब जी का पाठ संगतो के साथ मिलकर किया गया, गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा के हजूरी रागी जत्था भाई सतवंत सिंह ने 'सतिगुर की सेवा सफल है जे को करे चित लाइ' शब्दों का गायन किया। भाई शमशेर सिंह

ने सरबत के भले के लिए अरदास की,सरदार गुरबख्श सिंह राजन व सरदार गुलजार सिंह द्वारा संगतों को बीबी भाणी जी के जन्मदिवस की बधाई दी गई। मंच का संचालन सरदार दविंदर सिंह भसीन द्वारा करते हुए कहा कि 5 फरवरी दिन रविवार को प्रातः सात बजे से साढे ग्यारह बजे तक शुकराना समागम सजाया जा रहा है जिसमें सभी अपने परिवारों समेत आकर के गुरु महाराज की खुशी प्राप्त करें , आई संगत को प्रबंधक कमेटी की और से बधाई दी। कार्यक्रम के पश्चात संगत ने गुरु का लंगर व प्रशाद ग्रहण किया। स्त्री सत्संग सभा के अध्यक्ष बीबी सतविंदर कौर, बीबी नरेंद्र कौर, बीबी अमरजीत कौर, बीबी गुरबक्श कौर, रणजीत कौर, बीबी बलबीर कौर, बीबी बलविंदर कौर, और सरदार गुरबख्श सिंह राजन अध्यक्ष गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा सरदार गुलजार सिंह महासचिव, वरिष्ठ उपाध्यक्ष जगमिंदर सिंह छाबड़ा, चरणजीत सिंह उपाध्यक्ष,सरदार देवेंद्र सिंह भसीन, गुरप्रीत सिंह जोली, सतनाम सिंह, अमरजीत सिंह छाबड़ा सरदार मंजीत सिंह आदि उपस्थित रहे।

मुंहासों से राहत पाने के लिए इन 5 तरीकों से इस्तेमाल करें हाइड्रोजन पेरोक्साइड

मुंहासे त्वचा के अतिरिक्त सीबम यानी प्राकृतिक तेल का उत्पादन करने से होते हैं। मुंहासे हार्मोनल असंतुलन, असंतुलित जीवनशैली, आनुवांशिकी और बैक्टीरिया के कारण भी हो सकते हैं। वजह चाहें जो भी हों, हाइड्रोजन पेरोक्साइड त्वचा को एक्सफोलिएट करके इस पर मौजूद तेल को सुखाकर मुंहासों से बचाने में मदद कर सकता है। आइए जानते हैं कि हाइड्रोजन पेरोक्साइड का किन-किन तरीकों से इस्तेमाल करके मुंहासों से छुटकारा मिल सकता है।

ऐसे लगाएं हाइड्रोजन पेरोक्साइड

सबसे पहले अपने चेहरे को माइल्ड फेस क्लींजर से साफ करके इसे तौलिए से थपथपाकर सुखाएं। अब कॉटन बॉल से हाइड्रोजन पेरोक्साइड को त्वचा के प्रभावित हिस्सों पर लगाएं। इसे करीब पांच मिनट के लिए लगा रहने दें। इसके बाद अपने चेहरे को ठंडे पानी से धो लें। फिर इसे तौलिए से थपथपाकर सुखाएं और इस पर नॉन-कॉमेडोजेनिक मॉइस्चराइजर लगाएं।

बेकिंग सोडा और हाइड्रोजन पेरोक्साइड का मिश्रण लगाएं

सबसे पहले एक कटोरे में बेकिंग सोडा और हाइड्रोजन पेरोक्साइड की बराबर मात्रा मिलाएं। फिर इस मिश्रण को अपने चेहरे पर लगाएं। ध्यान रखें कि इसे अपनी आंखों के पास न लगाएं। इसे करीब पांच मिनट के लिए लगा रहने दें। फिर अपने चेहरे को ठंडे पानी से धो लें। फिर इसे तौलिए से थपथपाकर सुखाएं और हाइड्रेटिंग सीरम से अपने चेहरे को मॉइस्चराइज करें।

टी ट्री ऑयल और हाइड्रोजन पेरोक्साइड का करें इस्तेमाल

सबसे पहले एक कटोरी में एक बड़ी चम्मच टी ट्री ऑयल और एक चम्मच हाइड्रोजन पेरोक्साइड को मिलाएं। फिर इस मिश्रण को मुंहासों से प्रभावित जगह पर लगाएं। इसे करीब पांच मिनट के लिए लगा रहने दें। इसके बाद अपने चेहरे को ठंडे पानी से धो लें। अंत में अपना चेहरा तौलिए से सुखाएं और इस पर नॉन-कॉमेडोजेनिक मॉइस्चराइजर का इस्तेमाल करें।

हाइड्रोजन पेरोक्साइड और नींबू का रस मिलाकर लगाएं

एक कटोरी में एक छोटी चम्मच नींबू का रस और एक चम्मच हाइड्रोजन पेरोक्साइड मिलाएं। फिर इस मिश्रण को अपने साफ चेहरे पर लगाएं। इसे करीब पांच मिनट के लिए लगा रहने दें। इसके बाद अपने चेहरे को ठंडे पानी से धो लें। अंत में चेहरे को तौलिए पोंछकर इसे नॉन-कॉमेडोजेनिक मॉइस्चराइजर से मॉइस्चराइज करें। हफ्ते में एक बार इस नुस्खे को आजमाएं।

एलोवेरा और हाइड्रोजन पेरोक्साइड लगाएं

सबसे पहले अपने चेहरे को माइल्ड फेस क्लींजर से साफ करें। इसके बाद मुंहासों से प्रभावित जगह पर कॉटन बॉल से हाइड्रोजन पेरोक्साइड लगाएं। पांच मिनट के बाद अपने चेहरे को ठंडे पानी से धो लें। फिर अपना चेहरा तौलिए से थपथपाकर सुखाएं। इसके बाद अपने चेहरे पर एलोवेरा जेल की एक पतली परत लगाकर छोड़ दें। हफ्ते में एक से दो बार इस नुस्खे को दोहराएं।

सलवार-कुर्ता खरीदते समय रखें ये ध्यान

सभी आरामदेह कपड़े पहनना चाहते हैं। ऐसे में भी खास बनी रहना चाहती हैं तो आप के पास पंजाबी सूट-सलवार के रुप में अच्छे विकल्प हैं। इनकी खासियत ये है कि ये हर फिगर और साइज पर अच्छे लगते हैं। इसमें आपके कर्व्स भी अच्छे लगेंगे वहीं अगर आप मोटी हैं तो भी सही फैब्रिक चुनकर स्लिम नजर आ सकती हैं। वहीं, बहुत पतली लड़कियां भी इस पोशाकों में कमजोर नजर नहीं आतीं।

कुर्ता ज्यादा लंबा न हो: पंजाबी या कहें कि पटियाला सलवार के साथ लंबे कुर्ते अच्छे नहीं लगते। इसके लिए कुर्ते की लंबाई घुटनों से ऊपर ही रखें।

सही फैब्रिक का चयन जरुरी : अगर आपका फिगर अच्छा है तो सूट-सलवार के लिए हैवी फैब्रिक चुनें। अगर वजन थोड़ा ज्यादा है तो हल्के फैब्रिक चुनना बेहतर होगा लेकिन नेट या टिश्यू जैसे फैब्रिक आपके लिए नहीं हैं। वहीं बेहद स्लिम हैं तो कॉटन और शिफॉन में सूट न सिलवाएं।

रंग भी हैं अहम : वैसे तो पंजाबी सूट हर रंग में अच्छे लगते हैं पर अगर आप स्लिम दिखना चाहती हैं तो मैरून, ब्लू जैसे डार्क कलर्स चुनें। अगर आपका फिगर अच्छा है और रंग भी साफ है तो पीच, पिंक, सॉफ्ट ब्लू, ऑरेंज के शेड्स आप पर खूब फबेंगे। अगर आपका रंग सांवला है तो बहुत ज्यादा डार्क शेड में सूट-सलवार न लें।

स्लीव्स भी निखारती हैं लुक: पंजाबी सूट के साथ आप कैसी भी लेंथ की स्लीव्स पहन सकती हैं लेकिन यह जरूर देखें कि आपके शरीर पर क्या सूट करता है। मसलन अगर आपकी बाहें भारी हैं तो स्लीवलेस पहनने से बचें। वहीं अगर पतली हैं तो आप कई तरह के डिजाइन आजमा सकती हैं।

वैधानिक सूचना

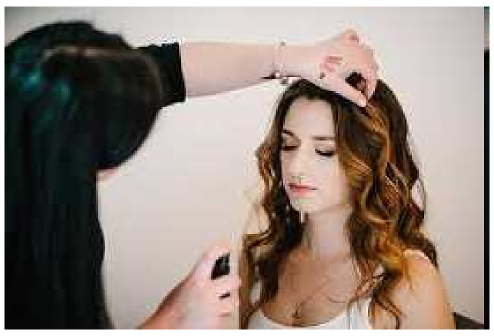
सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें।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

–प्रबंधक विज्ञापन

कई ब्यूटी प्रोडक्ट्स का विकल्प बन सकता है मेकअप सेटिंग स्प्रे, जानिए 5 इस्तेमाल

मेकअप सेटिंग स्प्रे चेहरे पर किए गए मेकअप को लंबे समय तक ठीक रखने में मदद कर सकता है। इसका एक छिड़काव त्वचा को तरोताजा करने और इसे बाहरी अशुद्धियों से सुरक्षित रखने में भी सहायक है। हालांकि, इसका इस्तेमाल सिर्फ यहीं तक सीमित नहीं है। आप चाहें तो कई तरह के ब्यूटी प्रोडक्ट्स के विकल्प के तौर पर भी इसका इस्तेमाल कर सकते हैं। आइए आज मेकअप सेटिंग स्प्रे से जुड़े पांच बेहतरीन हैक्स के बारे में जानते हैं।

आइब्रो को सेट करने में कर सकता है मदद: कई बार आइब्रो स्टाइल करने के बाद भी सही आकार में नहीं रहती हैं। ऐसे में आईब्रो पेंसिल से अपनी आइब्रो बनाने के बाद आइब्रो ब्रश पर थोड़ा मेकअप सेटिंग स्प्रे करके इसे अपनी आइब्रो पर धीरे से फेरें। यह आपकी आइब्रो को घना और प्राकृतिक रूप देगा और उन्हें लंबे समय तक सही आकार में रखने में मदद करेगा।



बतौर प्राइमर करें इस्तेमाल: अपने चेहरे पर मॉइस्चराइजर और सनस्क्रीन को लगाने के बाद अपने मेकअप बेस के लिए प्राइमर का इस्तेमाल किया जाता है। हालांकि, अगर आपका प्राइमर खत्म हो गया है तो फ्लॉलेस बेस बनाने के लिए अपने मेकअप सेटिंग स्प्रे का इस्तेमाल करें। इसके लिए चेहरे पर मॉइस्चराइजर लगाने के बाद मेकअप सेटिंग स्प्रे लगाएं। इसके बाद कंसीलर और फाउंडेशन से इसे पूरा करें।

आईशैडो बेस के रूप में लगाएं: कुछ आईशैडो शेड आंखों पर सही ढंग से लगते नहीं है, लेकिन आप चाहें तो मेकअप सेटिंग स्प्रे से इस काम को भी आसान बना सकते हैं। इसके लिए अपनी आंखों पर सेटिंग स्प्रे का छिड़काव करें और इसे किसी मेकअप ब्रश या स्पंज से सेट करें। इसके बाद एक न्यूड आईशैडो को अपनी आंखों पर लगाएं, फिर इसके ऊपर अपना पसंदीदा आईशैडो शेड लगाएं।

खुद का आईलाइनर बनाने के लिए करें इस्तेमाल: अगर आप अपने क्लासिक ब्लैक आईलाइनर से ऊब चुके हैं तो विभिन्न रंग के आईलाइनर बनाकर उनका इस्तेमाल करें। इसके लिए अपने जेल आईलाइनर ब्रश पर थोड़ा मेकअप सेटिंग स्प्रे छिड़कें और इसे अपने पसंदीदा आईशैडो शेड पर फेरें। जब आईशैडो शेड ब्रश से चिपक जाए तो इसे आईलिड पर आईलाइनर की तरह लगाएं। इस तरीके से आप खुद के लिए विभिन्न आईलाइनर बना सकते हैं।

हाइलाइटर के तौर पर करें इस्तेमाल: हाइलाइटर चेहरे के बेस्ट फीचर्स को हाइलाइट करने और उसकी कुछ खामियों को छिपाने में मदद करता है। अगर आपके पास हाइलाइटर नहीं है तो आप मेकअप सेटिंग स्प्रे से भी अपने चेहरे को हाइलाइट कर सकते हैं। इसके लिए एक फैन ब्रश पर थोड़ा सेटिंग स्प्रे छिड़ककर इस पर थोड़ा कंसीलर लगाएं, फिर इसे अपने गालों पर लगाएं।

बेवजह गुस्सा, चिड़चिड़पन हो सकते हैं बीमारी के संकेत!

अगर आप भी अपने आप को थकान भरा और चिड़चिड़ा महसूस करती है और वो भी बिना कोई ऐसा काम किये तो हो सकता है कि आप कुछ ऐसी समस्या से गुजर रही है जिसकी ओर आपका ध्यान देना जरुरी है क्युकी ये एक तरह का सिंड्रोम है जिसे बर्न आउट कहा जाता है. जी हां जब आप लम्बे समय तक स्ट्रेस या तनाव की स्थिति में रहते है या ऐसी स्थिति से बाहर नहीं आ पाते है तो आप बर्न आउट के शिकार है.

आमतौर पर ये सुनने में डिप्रेशन की तरह ही लगता है लेकिन ये डिप्रेशन से अलग होता है क्योंकि डिप्रेशन की स्थिति में ग्रसित व्यक्ति हर समय आत्मविश्वास की कमी और बिना वजह ही हीन भावना से भरा महसूस करता है जबकि बर्न आउट में हर समय थकान और चिड़चिड़ापन देखने को मिलता है.

इन लोगों को ज्यादा परेशान करती है ये बीमारी

एक शोध में ये बात सामने आई है की बर्न आउट की स्थिति में ज्यादातर वे लोग पाए जाते है जो घर पर या ऑफिस में लम्बे समय से तनाव में कार्य करते रहते है बहुत अधिक थकान, शरीर में सूजन और सायकॉलजिकल तनाव का बढ़ना एक दूसरे से लिंक है. जब यह स्थिति लंबे समय तक बनी रहती है तो हार्ट टिश्यूज को डैमेज करने के का काम करती है. इसी कारण अरिद्मिया की स्थिति बनने लगती है और दिल की धड़कने कभी कम और कभी ज्यादा होती रहती हैं.

बढ़ता है अन्य बीमारियों का खतरा

इस स्थिति में हार्ट बीट्स रेग्युलर तरीके से काम नहीं पाती हैं और ब्लड क्लॉट्स, हार्ट फेल्यॉर और दिल संबंधी दूसरी बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है. हालांकि इस खतरे की दर को अभी मापा नहीं जा सका है.

पहचानिए ये लक्षण

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक, बर्न आउट जैसी बीमारी प्रोफेशनल लोगों से जुड़ी हुई है. खासकर जो महिलाएं घर और ऑफिस दोनों का काम करती हैं उन्हें बर्न आउट होने के चांस ज्यादा रहते हैं. डब्लूएचओ के मुताबिक बर्न आउट के लक्षण निम्नलिखित है:

- शरीर का काफी थका हुआ महसूस करना
- कुछ घंटे काम करने के बाद शरीर में एनर्जी का स्तर गिरा हुआ महसूस करना.
- काम करते वक्त दिमाग का आउट ऑफ फोकस होना.
- दिमाग में हमेशा नेगेटिव विचारों का आना.

टेलकम पाउडर कई कामों को बना सकता है आसान

आमतौर पर टेलकम पाउडर का इस्तेमाल त्वचा से नमी सोखने और रैशेज से बचने के लिए किया जाता है। हालांकि, यह एक मल्टी-टास्किंग प्रोडक्ट है, जिसका इस्तेमाल स्कैल्प से तैलीय प्रभाव दूर करने से लेकर वैक्सिंग के दर्द को कम करने में मदद कर सकता है। आप इसका इस्तेमाल अपने मेकअप को सेट करने और एक अच्छा मैट फिनिश लुक पाने के लिए भी कर सकते हैं। आइए आज इसके पांच बेहतरीन इस्तेमाल जानते हैं।

पलकों को बना सकता है घना : अगर आपका आईलैश प्राइमर खत्म हो गया है तो टेलकम पाउडर की मदद से कुछ ही समय में आप अपनी पलकों को घना, भरा हुआ और खूबसूरत बना सकते हैं। यह आईलैश प्राइमर के रूप में कार्य कर सकता है और पलकों को लंबा दिखाने में सहायक हो सकता है। लाभ के लिए मस्कारा के दो कोट लगाने से पहले क्यू-टिप का इस्तेमाल करके अपनी पलकों पर थोड़ा टेलकम पाउडर लगाएं।

बतौर ड्राई शैंपू करें इस्तेमाल : ऑयली और ग्रेसी बाल डैंड्रफ और खुजली का कारण बन सकते हैं। हालांकि, इससे छुटकारा पाने के लिए रोजाना सिर धोना भी सही नहीं है। ऐसे में ड्राई शैंपू का इस्तेमाल करना बेहतर है, लेकिन अगर आपके पास यह नहीं है तो आप इसकी जगह टेलकम पाउडर का इस्तेमाल कर सकते हैं। लाभ के लिए स्कैल्प पर थोड़ा टेलकम पाउडर छिड़कें और अच्छी तरह रगड़ें। अतिरिक्त पाउडर को मेकअप ब्रश से झाड़ दें।

वैक्सिंग के दर्द से मिलेगी राहत :वैक्सिंग अनचाहे बालों को हटाने में मदद कर सकती है और यह प्रक्रिया दर्दनाक हो सकती है। ऐसे में टेलकम पाउडर इस प्रक्रिया को कम दर्दनाक और चकत्तों से बचाने में मदद कर सकता है। इसके लिए वैक्स लगाने से पहले अपनी त्वचा पर थोड़ा टेलकम पाउडर लगाएं। टेलकम पाउडर अतिरिक्त नमी को अवशोषित करके वैक्स को बेहतर काम करने देता है, जिससे हर एक बाल आसानी से निकल जाता है।

पसीने की दुर्गंध हो सकती है दूर :पसीने की दुर्गंध को कम करने और अंडरआर्म्स को फ्रेश रखने के लिए गर्म और उमस भरे दिनों में टेलकम पाउडर एक बेहतरीन एंटी-पर्सपिरेंट है। यह नमी को अवशोषित करने में मदद करता है और पसीने के उत्पादन को कम करता है, जिससे फंगल संक्रमण भी रोका जा सकता है। इसके लिए अंडरआर्म्स या घुटनों के पीछे थोड़ा टेलकम लगाएं।

चाफिंग से मिलेगा छुटकारा :चाफिंग महिलाओं के बीच त्वचा से जुड़ी प्रमुख समस्याओं में से एक है और यह ज्यादा चलने, दौड़ने या एक्सरसाइज करने के दौरान हो सकती है। इसके कारण जांघों के बीच लाल, दर्दनाक और परतदार धब्बे हो सकते हैं। इसके लिए अपनी थाइज या अंडरआर्म्स के बीच थोड़ा टेलकम पाउडर लगाएं। इससे कुछ ही दिनों में समस्या का प्रभाव कम होने लगेगा। (आरएनएस)

दुनियाभर में बज रहा पठान का डंका

इन दिनों चारों ओर शाहरुख खान की फिल्म पठान की धूम है। 25 जनवरी को सिनेमाघरों में आई यह फिल्म बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचा रही है। ना सिर्फ भारत बल्कि दुनियाभर के बॉक्स ऑफिस पर इसने आग लगा रखी है। फिल्म ने तीन दिन में भारत में 150 करोड़ का आंकड़ा पार किया था, वहीं दुनियाभर में 300 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार कर चुकी है। फिल्म के कलेक्शन के शुरुआती आंकड़ों की रिपोर्टों से यह खुलासा हुआ है।

बॉलीवुड में खुशी की लहर है, क्योंकि पिछले कुछ सालों से कई बड़ी हिंदी फिल्मों ने कुछ खास कमाल नहीं किया था। पठान ने बॉक्स ऑफिस पर पड़े सूखे को खत्म कर दिया है। फिल्म का तीन दिनों में 300 करोड़ कमाना सुखद अहसास है।

पठान ने भारत में तो झंडे गाड़े ही हैं, साथ ही अमेरिका में कामयाबी का नया रिकॉर्ड दर्ज करते हुए अवतार 2 जैसी फिल्म को भी पीछे छोड़ दिया है। दरअसल, जेम्स कैमरून की यह फिल्म पिछले काफी समय से अमेरिका के सिनेमाघरों में राज कर रही थी, लेकिन अब पठान ने इसकी जगह ली है। रिपोर्ट्स के अनुसार, फिल्म 25 जनवरी को नॉर्थ अमेरिका में पहले पायदान पर, जबकि अवतार 2 दूसरे स्थान पर रही थी।

सिद्धार्थ आनंद ने कहा, पठान की कहानी का इतिहास बनना, ऐसी शुरुआत हर कोई चाहता है, लेकिन इसकी कोई योजना नहीं बना सकता। यह बस अचानक हो जाता है और जब होता है तो वास्तव में एक बहुत ही विनम्र और शानदार अनुभव होता है। उन्होंने कहा, मैं अभी अविश्वसनीय रूप से अभिभूत महसूस कर रहा हूं और फिल्म के सेट पर वापसी कर दर्शकों के लिए फिर कुछ खास बनाने की कोशिश करने को तैयार हूं।

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 व लेख 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

ब्लैकहेड्स से छुटकारा दिलाएगी शहद

इस दुनिया में शायद ही कोई ऐसी लड़की होगी जो नहीं चाहती होगी कि वो खूबसूरत नज़र आए और चेहरे पर कोई दाग-धब्बा न हो। लेकिन आजकल के बढ़ते प्रदूषण और धूल-मिट्टी के कारण कई त्वचा संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जिनमे से एक हैं ब्लैकहेड्स। इसमें चेहरे पर डेड सेल्स के नीचे ऑयल जमा होने से स्किन छोटे-छोटे दानों के रूप में उभरने लगती है और हवा के संपर्क में आकर काली पड़ जाती है। ये स्किन पोर्स पर धीरे-धीरे जमा हो जाते हैं और ये कुछ ही दिनों में फुंसियों या कील का आकार ले लेते हैं। ब्लैकहेड्स का मुंह खुला होने की वजह से ये स्किन पर आसानी से नजर आने लगते हैं। ब्लैकहेंड्स दूर करने के लिए कई तरह की दवाइयां और क्रीम बाजार में उपलब्ध हैं लेकिन बेहतर होगा कि आप घरेलू उपाय अपनाएं। आज हम आपको किचन में रखी कुछ ऐसी ही चीजों के बारे में बताने जा रहे हैं जो ब्लैकहेड्स से छुटकारा दिलाएगी।

शहद: शहद का इस्तेमाल हमारी त्वचा के लिए बहुत फायदेमंद होता है। शहद में एंटीमाइक्रोबियल और एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं जो ब्लैकहेड्स को हटाने में मदद करते हैं। इसके लिए एक कटोरी में एक चम्मच शहद, एक चम्मच चीनी और एक नींबू का रस लें और सभी सामग्री को अच्छी तरह मिला लें। अब इस पेस्ट की एक पतली परत चेहरे पर लगाएं और उंगलियों को गोल-गोल घुमाकर हल्के हाथों से मसाज करें। इसे लगभग 15 मिनट तक चेहरे पर लगाकर छोड़ दें। इसके बाद चेहरे को गुनगुने पानी से धो लें।

केले के छिलके: केले के छिलके की मदद से आप आसानी से चेहरे पर मौजूद ब्लैकहेड्स से छुटकारा पा सकते हैं। यही नहीं, इसे स्किन पर अप्लाई करने से स्किन की कई समस्याओं को दूर किया जा सकता है। दरअसल यह नैचुरल स्किन स्क्रब की तरह काम करता है, जो चेहरे से पिंपल्स, डार्क स्पॉट्स और ब्लैकहेड्स हटाने और चेहरे पर ग्लो बनाए रखने में मददगार साबित होते हैं। सबसे पहले चेहरे को साफ करें और पके हुए केले के छिलके को उल्टी तरफ से ब्लैकहेड्स वाली जगह पर रगड़ें। 5-10 मिनट तक स्किन पर इसे रगड़ने के बाद 15 मिनट के लिए स्किन को ऐसे ही रहने दें। इसके बाद चेहरे को पानी से धो लें।

बेकिंग सोडा: ब्लैकहेड्स हटाने के लिए बेकिंग सोडा और नींबू का इस्तेमाल बहुत कारगर घरेलू नुस्खा है। बेकिंग सोडा में एंटीफंगल एवं एंटीबैक्टीरियल गुण पाए जाते हैं जो ब्लैकहेड्स से छुटकारा पाने में मदद कर सकते हैं। इसके लिए एक चम्मच बेकिंग सोडा में एक चम्मच नींबू का रस मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को ब्लैकहेड्स पर लगाएँ और सूखने दें। इसके इसे उंगलियों से हल्का रगड़ते हुए हटाएं और साफ पानी से चेहरा धो लें।

हल्दी: हल्दी स्किन केयर के लिए एक परफेक्ट इंग्रीडिएंट मानी जाती है। ब्लैकहेड्स की समस्या से राहत दिलाने में ये काफी काम आ सकती है। हल्दी में एंटी-बैक्टेरियल, एंटी-सेप्टिक और एंटी-माइक्रोबियल गुण होते हैं, जो स्किन को इंफेक्शन और बैक्टेरिया से दूर रखने में मदद करते हैं। हल्दी से स्किन को एक्सफॉलिएट करने में भी मदद मिलती है। सबसे पहले एक कटोरी में थोड़ा सा हल्दी पाउडर लें और उसमें कुछ बूंद नारियल तेल मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इसे ब्लैकहेड्स पर लगाएं और 15 मिनट के लिए यूं ही छोड़ दें। जब ये अच्छी तरह से सूख जाए, तो इसे रगड़कर साफ कर लें। फिर चेहरे को पानी से धो लें। इस उपाय को नियमित करने से स्किन पर नज़र आते ब्लैकहेड्स धीरे-धीरे कम होने लगेंगे।

नीम : नीम के पत्ते हमारी त्वचा के लिए कितने फायदेमंद हैं ये तो आप जानते ही होंगे। नीम एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं जो तो त्वचा पर बैक्टीरिया को पनपने से रोकते हैं। ब्लैकेड की समस्या को दूर करने के लिए भी आप नीम की पत्तियों का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए नीम की पत्तियों को पीसकर पेस्ट बना लें। इसे ब्लैकहेड्स वाली जगह पर लगाकर करीब आधे घंटे के लिए छोड़ दें। इसके बाद चेहरे को धो लें।

दालचीनी: दालचीनी स्किन के लिए फ़ायदेमंद है और ब्लैकहेड्स हटाने में कारगर। एक चम्मच दालचीनी का पाउडर लेकर, उसमें एक चुटकी हल्दी और नींबू का रस मिला कर चेहरे पर लगाएं। इसे स्किन पर अगर काला धब्बा हो गया है, तो उन स्थानों पर भी लगाया जा सकता है। इससे यह जड़ से बाहर निकाला जा सकता है। दालचीनी को शहद के साथ मिला कर रोज़ाना 15 मिनट तक स्किन पर लगाकर रखा जाए तो इससे काफी फायदा होता है।

मुल्तानी मिट्टी: मिट्टी में तेल अवशोषित करनेवाले गुण होते हैं साथ ही यह त्वचा से अन्य अशुद्धियों के साथ अतिरिक्त ग्रीस को साफ़ करने के लिए आदर्श विकल्प है। मुल्तानी मिट्टी और काओलिन क्ले से बने मास्क, जब नियमित रूप से चेहरे पर इस्तेमाल किए जाते हैं, तो यह रोमछिद्रों को साफ़ करने में मदद कर सकते हैं। ये मिट्टी ब्लैकहेड्स से छुटकारा पाने और त्वचा को मुलायम बनाने में भी सहायक होती हैं।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य

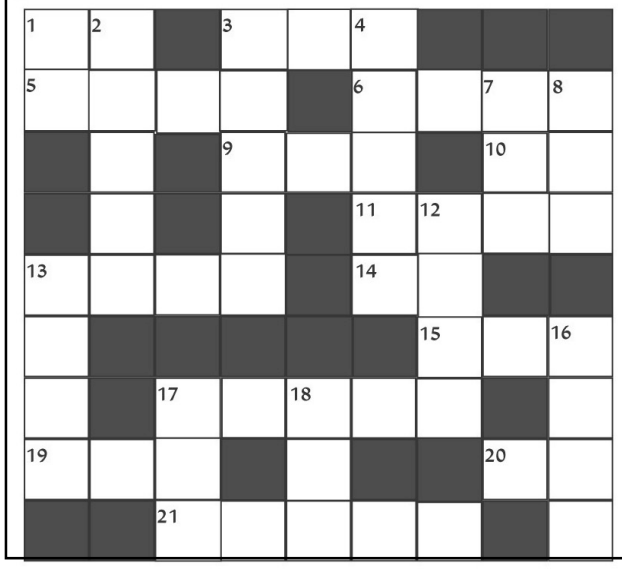
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. समाप्ति, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे

1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।



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

वा	स्ता	■	■	सि	स	की	■	■
जि	■	ल	प	ट	■	मा	चि	स
ब	द	ला	■	क	■	■	ल	■
■	■	ट	■	नी	ल	क	म	ल
ता	ली	■	का	■	की	■	■	हू
क	■	स	रो	का	र	■	■	लु
झां	■	ज	बा	न	■	म	सी	हा
क	च	ना	र	■	भा	र्या	■	न
■	र्म	■	■	ज	र	दा	■	■

प्रीत इस बारे में है कि कैसे सच्चा प्यार जीवन को रंगीन बना सकता हैं: ध्वनि

लोकप्रिय गायिका ध्वनि भानुशाली ने अपने एल्बम लगन से पहला रोमांटिक गाना प्रीत रिलीज किया है और कहा है कि यह प्यार और एकजुटता की भावनाओं का सच्चा प्रतिबिंब है।

ध्वनि ने साझा किया, प्रीत बहुत ही मर्मस्पर्शी है और लगन का मेरा पसंदीदा गीत है। यह इस बारे में है कि सच्चा प्यार कैसे आपके जीवन को इतना रंगीन और अद्भुत बना सकता है।

ध्वनि ने संगीत और शब्दों के सही संयोजन के लिए संगीतकार अभिजीत वघानी और गीतकार श्लोके लाल की भी प्रशंसा की, जो दर्शाता है कि किसी के प्यार में पड़ने के बाद कैसा महसूस होता है।

गाने में दिखाई गई कहानी को अद्वैत चंदन ने लिखा और निर्देशित किया है।

अपने गीतों के लिए मानी जाने वाली गायिका ने कहा, अभिजीत की रचना और श्लोक के शब्द दर्शाते हैं कि आप अपने जीवन के प्यार के लिए कैसा महसूस करते हैं। और अद्वैत ने वीडियो के साथ पूरी भावना को जीवंत कर दिया है। मुझे उम्मीद है कि आप सभी को प्रीत पसंद आएगा।

अद्वैत ने यह भी कहा कि यह ध्वनि के सर्वश्रेष्ठ गीतों में से एक है और उन्हें उम्मीद है कि यह सभी को पसंद आएगा।

प्रीत हिट्ज म्यूजिक यूट्यूब चैनल पर आ चुका है।

अजय देवगन की फिल्म भोला 30 मार्च को होगी रिलीज

अजय देवगन इन दिनों अपनी आगामी फिल्म भोला को लेकर चर्चा में हैं। इस फिल्म में भी उनके साथ तब्बू नजर आने वाली हैं। पिछलें मंगलवार को निर्माताओं ने भोला का दूसरा टीजर जारी किया। बता दें, इससे पहले भी फिल्म का एक टीजर सामने आ चुका है। भोला का निर्माण अजय की प्रोडक्शन कंपनी अजय देवगन फिल्म्स ने किया है। यह 3डी फिल्म 30 मार्च, 2023 को सिनेमाघरों में दस्तक देने के लिए तैयार है।

भोला तमिल फिल्म कैथी का हिंदी रीमेक है। यह फिल्म साल 2019 में रिलीज हुई थी। इसमें अभिनेता कार्ति नजर आए थे। अजय ही भोला का निर्देशन भी कर रहे हैं। इससे पहले रनवे 34 और शिवाय जैसी फिल्मों का निर्देशन भी कर चुके हैं। निर्माता इससे पहले फिल्म भोला से तब्बू और अजय का फर्स्ट लुक जारी कर चुके हैं। अजय के वर्कफ्रंट की बात करें तो वह मैदान, रेड 2 और सिंघम 2 जैसी फिल्मों का हिस्सा हैं।

'कांतारा' के हिंदी डब वर्जन ने सिनेमाघरों में 100 दिन पूरे

ऋषभ शेट्टी की फिल्म 'कांतारा' के हिंदी-डब वर्जन ने 100 दिन पूरे कर लिए हैं और सिनेमाघरों में इसका सफल प्रदर्शन जारी है। होम्बले फिल्म्स के प्रोडेक्शन हाउस ने सोशल मीडिया के माध्यम से कहा, हमें यह बताते हुए खुशी हो रही है कि हिंदी में पारंपरिक लोककथाओं को दर्शाने वाली फिल्म कांतारा ने 100 दिन पूरे कर लिए हैं। हम दर्शकों के अटूट समर्थन के लिए उनके प्रति धन्यवाद व्यक्त करते हैं।

कन्नड़ में 20 करोड़ रुपये के मामूली बजट में बनी कांतारा सैंडलवुड स्मैश हिट बन गई। फिल्म निर्माता ने बाद में फिल्म को तेलुगू और हिंदी सहित अन्य भाषाओं में रिलीज किया। फिल्म ने सभी भाषाओं में अच्छा प्रदर्शन किया है।

ऋषभ शेट्टी द्वारा लिखित और निर्देशित फिल्म 'कांतारा' क्रमशः 30 सितंबर और 14 अक्टूबर को कन्नड़ और हिंदी में रिलीज हुई थी। फिल्म की स्टार कास्ट में ऋषभ शेट्टी, सप्तमी गौड़ा और किशोर कुमार जी प्रमुख भूमिकाओं में हैं।

कार्तिक आर्यन की फिल्म शहजादा से दूसरा गाना छेड़खानियां रिलीज

कार्तिक आर्यन और कृति सैनन की आगामी फिल्म शहजादा का दूसरा गाना छेड़खानियां रिलीज हो गया है। अभिनेता ने मंगलवार को अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर इस गाने को साझा किया, जिसे प्रशंसकों द्वारा काफी प्यार मिल रहा है। इसमें फिल्म की लगभग पूरी कास्ट है। इस गाने को अरिजीत सिंह और निखिता गांधी ने गाया है और प्रीतम ने संगीत दिया है। फिल्म का पहला गाना मुंडा सोना हूं मैं 16 जनवरी को जारी हुआ था।

बता दें, शहजादा के ट्रेलर को महज 12 दिनों में 10 करोड़ से ज्यादा बार देखा जा चुका है। इस फिल्म में कृति सैनन, रोनित रॉय, परेश रावल और मनीषा कोइराला भी हैं। यह फिल्म 10 फरवरी को सिनेमाघरों में आने वाली है। शहजादा साउथ फिल्म अला वैकुंठपुरमलो का हिंदी रीमेक है। इस फिल्म के निर्देशक रोहित धवन हैं, जबकि फिल्म का निर्माण भूषण कुमार, कृष्ण कुमार, अल्लू अरविंद, एस राधा कृष्ण और अमन गिल ने मिलकर किया है। (आरएनएस)

ब्लॉकबस्टर साबित हुई वाल्टेयर वीरैय्या

चिरंजीवी की हालिया प्रदर्शित फिल्म वाल्टेयर वीरैय्या बॉक्स ऑफिस पर ब्लॉकबस्टर साबित हो गई है। बॉबी कोली द्वारा निर्देशित इस मसाला एंटरटेनमेंट ने दर्शकों के जेहन से चिरंजीवी की पिछली दो असफलताओं-आचार्य और गॉडफादर-भुलाने में सहायता की है। इस फिल्म के साथ ही प्रदर्शित हुई बालाकृष्ण की वीरा सिम्हा रेड्डी बॉक्स ऑफिस पर चिरंजीवी की फिल्म से एक दिन पहले प्रदर्शित होने के बावजूद कारोबार के मामले में उससे बहुत ज्यादा पीछे रह गई है।

सुपरस्टार चिरंजीवी की वाल्टेयर वीरैय्या दर्शकों का मनोरंजन करना जारी रखे हुए है क्योंकि यह बॉक्स ऑफिस पर मोटी कमाई कर रही है। रविवार को फिल्म अपनी पकड़ मजबूत करने में कामयाब होगी और बॉक्स ऑफिस पर उम्मीद है कि रविवार को यह फिल्म 10 करोड़ से ज्यादा का कारोबार करने में सफल हो जाएगी।

दूसरी ओर, वीरा सिम्हा रेड्डी ने अभी तक 100 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार नहीं किया है। कहा जाता है कि नौवें दिन तक 89.05 करोड़ रुपये की कमाई करने के बाद, फिल्म ने शनिवार को 2 करोड़ रुपये कमाए, जिससे कुल 91.05 करोड़ रुपये हो गए। उम्मीद है यह फिल्म रविवार को उछाल लेते हुए लगभग 3 करोड़ से ज्यादा का कारोबार करने में सफल होते हुए स्वयं को 95 करोड़ तक पहुँचाने में सफलता प्राप्त कर लेगी। इस फिल्म को सोमवार और मंगलवार को भी 5 करोड़ से ज्यादा का कारोबार करते हुए स्वयं को 100 करोड़ी क्लब में शामिल करवाना होगा। बुधवार से फिल्म को शाहरुख खान की पठान से प्रतिस्पर्धा का सामना करना पड़ सकता है।

बालकृष्ण की वीरा सिम्हा रेड्डी ने 12 जनवरी को बॉक्स ऑफिस पर अच्छी शुरुआत की। दूसरी ओर, चिरंजीवी की वाल्टेयर वीरय्या, जो वीरा सिम्हा के एक दिन बाद रिलीज हुई थी, थोड़ा पीछे रह गई। हालाँकि, तब से, चिरंजीवी की फिल्म ने सहजता से बालकृष्ण की फिल्म पर अपनी बढ़त बढ़ा ली है।

हालांकि, फिल्म को समीक्षकों से मिली-जुली प्रतिक्रिया मिली थी। कैदी नंबर 150 के बाद चिरंजीवी की यह ब्लॉकबस्टर फिल्म है। संक्रांति बॉक्स ऑफिस पर मनोरंजन हमेशा बड़ा काम करता है और यह वाल्टेयर वीरय्या की सफलता का मुख्य कारण है क्योंकि फिल्म में पहले और दूसरे भाग दोनों में मनोरंजन के पर्याप्त तत्व हैं। देवी श्री प्रसाद के दो गानों ने भी फिल्म के लिए अच्छा काम किया है।

वाल्टेयर वीरय्या में मास महाराज रवि तेजा को एक महत्वपूर्ण भूमिका में शामिल किया गया है। श्रुति हासन चिरंजीवी के साथ महिला प्रधान हैं, जबकि कैथरीन ट्रेसा को रवि तेजा के साथ जोड़ा गया है। अन्य अहम किरदारों में प्रकाश राज, राजेंद्र प्रसाद और बॉबी सिम्हा ने काम किया है।

पिंक ब्रालेट में मौनी रॉय की अदाओं पर बोल्ड हुए यूजर्स!

टेलीविजन एक्ट्रेस मौनी रॉय अपनी फिटनेस और बोल्डनेस के लिए सबसे ज्यादा मशहूर हैं। मौनी रॉय ने अब एक बार फिर से फैंस के साथ अपना बोल्ड अवतार शेयर किया है। मौनी रॉय के इस लुक को फैंस इसे एक्ट्रेस का शादी के बाद अब तक का सबसे सेक्सी लुक बता रहे हैं। इसके साथ ही मौनी रॉय की ये तस्वीर सोशल मीडिया पर हर किसी के होश उड़ा रही हैं। मौनी की इन तस्वीरों पर नेटिजंस दिल रहे हैं।

दरअसल, मौनी रॉय ने अपना सुपरबोल्ड अंदाज इंस्टाग्राम पर ड्रॉप कर फैंस की नींदे छू मंतर कर दी हैं। इस तस्वीर में मौनी रॉय पिंक कलर की ब्रा और सफेद दुपट्टे की स्कर्ट में अपनी टोन्ड फिगर फ्लॉन्ट करती दिखाई दे रही हैं। मौनी ने अपने इस नो मेकअप लुक को खुले बालों और न्यूड मेकअप के साथ पूरा किया है।

सामने आई इस तस्वीर में आप देख सकते हैं कि मौनी की ओर कैमरे की ओर पोज दे रही हैं। मौनी की इस तस्वीर को नेटिजंस बढ़-चढ़कर लाइक और शेयर कर रहे हैं। इसके साथ ही कुछ ट्रोल मौनी के इस लुक को जरूरत से ज्यादा बोल्ड भी करार दे रहे हैं। एक यूजर ने तो यहां तक कमेंट कर दिया है कि उनके पति की किस्मत बहुत अच्छी है। इसके साथ ही एक और यूजर ने मौनी का कैमरामैन बनने की इच्छा जाहिर की है।

बता दें कि मौनी रॉय 37 साल की हैं और वो सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। मौनी आए दिन सोशल मीडिया के जरिए ही अपने फैंस से जुड़ी रहती हैं और अपनी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ से जुड़े अपडेट्स भी फैंस के शेयर करती रहती हैं। मौनी का सोशल मीडिया पेज देखें तो पूरा का पूरा उनकी एक से बढ़कर एक सेक्सी तस्वीरों से पटा हुआ है।

महादेव की सती और नागिन सीरियल की शिवन्या से लोगों के दिलों में खास जगह बना चुकी मौनी रॉय शादी के बाद और भी कातिलाना तस्वीरें शेयर कर रही हैं। मौनी रॉय हाल ही में फिल्म ब्रह्मास्त्र में नजर आई थी।(आरएनएस)

आरआरआर ने ऑस्कर जीतने में एक और पड़ाव पार कर लिया

आरआरआर ने ऑस्कर जीतने में एक और पड़ाव पार कर लिया है। फिल्म के सुपरहिट गाने नाटू-नाटू को बेस्ट ओरिजनल सॉन्ग की श्रेणी में नॉमिनेट किया गया है। इस श्रेणी में नाटू-नाटू समेत 15 गानों को चुना गया था। अब इसका मुकाबला होल्ड माय हैंड, लिफ्ट मी अप, दिस इज अ लाइफ और अप्लॉज से होगा। इन पांचों गानों ने फाइनल लिस्ट में अपनी जगह बनाई है। ऑस्कर के आधिकारिक ट्विटर अकाउंट पर यह जानकारी दी गई है।

एसएस राजामौली की आरआरआर ने क्रिटिक्स चॉइस अवॉर्ड्स 2023 में सर्वश्रेष्ठ विदेशी भाषा और सर्वश्रेष्ठ गाने की श्रेणी में दो पुरस्कार जीते। सर्वश्रेष्ठ गाने की श्रेणी में नाटू-नाटू के लिए फिल्म ने यह पुरस्कार जीता। नाटू-नाटू ने गोल्डन ग्लोब अवॉर्ड भी जीता था। आरआरआर को अटलांटा फिल्म क्रिटिक्स सर्कल ने बेस्ट इंटरनेशनल पिक्चर के रूप में सम्मानित किया है। सैटर्न अवॉर्ड्स 2022 में बेस्ट इंटरनेशनल फिल्म और फिलाडेल्फिया फिल्म फेस्टिवल में नैरेटिव ऑडियंस अवॉर्ड भी इसने जीता था।

नाटू-नाटू ने रिलीज होते ही धूम मचा दी थी। कई हस्तियां इसमें जूनियर एनटीआर और राम चरण के डांस स्टेप्स कॉपी कर वीडियो बना चुकी हैं। यूट्यब पर इसे 20 करोड़ से ज्यादा लोग देख चुके हैं। मूल रूप से तेलुगु भाषा में बने इस गाने को एमएम कीरवानी ने कंपोज किया है। चंद्रबोस ने इसके बोल लिखे हैं। राहुल सिप्लीगुंज और काला भैरवा ने इसे अपनी आवाज दी है। 10 नवंबर, 2021 को यह गाना रिलीज हुआ था।

द अकेडमी ने ऑस्कर्स की आधिकारिक वेबसाइट पर 9 जनवरी, 2023 को लॉन्ग लिस्ट जारी की थी। इसमें दुनियाभर की कुल 301 फिल्में शामिल थीं, जो ऑस्कर के लिए योग्य मानी गईं। इस लिस्ट में आरआरआर , द छेल्लो शो, गंगूबाई काठियावाड़ी, विवेक अग्निहोत्री की द कश्मीर फाइल्स, ऋषभ शेट्टी की कांतारा और आर माधवन की रॉकेट्री शामिल थी। मराठी फिल्में मैं वसंतराव और तुझ्या साठी काही ही व कन्नड़ फिल्म विक्रांत रोना ने भी लिस्ट में अपनी जगह बनाई थी।

इंटरनेशनल फीचर फिल्म की श्रेणी में भारत की तरफ से गुजराती फिल्म छेल्लो शो शॉर्टलिस्ट हुई थी। हालांकि, छेल्लो शो रेस से बाहर हो गई है, निर्देशक कार्तिकी गोंसाल्वेस की डॉक्यूमेंट्री द एलिफेंट विस्पर्स डॉक्यूमेंट्री शॉर्ट कैटेगरी में शॉर्ट लिस्ट हुई थी, जो टॉप फाइव में भी अपनी जगह बनाने में कामयाब रही है। भारतीय फिल्ममेकर शौनक सेन की चर्चित डॉक्यूमेंट्री ऑल दैट ब्रीद्स को फीचर श्रेणी में चुना गया था, लेकिन इसका पत्ता ऑस्कर से कट गया है।

रूस-यूक्रेन युद्ध : भारतीय कूटनीति प्रभावी

डॉ. सौरभ शर्मा

फरवरी 24, 2022 की सुबह दुनिया के सारे न्यूज चैनल्स में जब एक ही खबर चल रही थी कि रूस ने यूक्रेन पर हमला कर दिया तब विश्लेषक आशंका जताने लगे कि कहीं हम तीसरे महायुद्ध की तरफ तो नहीं बढ़ रहे। कोई देश युद्ध में जाने का फैसला तभी करता है जब उसके सामने दो ही कारण बचते हैं। पहला, जितना हो सके उतना युद्ध को टाला जाए जैसा कि फ्रांस और ब्रिटेन ने 1930 के दशक में जर्मनी के साथ किया था; और दूसरा, युद्ध को भविष्य के भरोसे नहीं रखकर यथाशीघ्र दुश्मन को खत्म किया जाए। रूस ने यूक्रेन के साथ दूसरा कारण चुना और कौटिल्य भी आज होते तो रूस को यही सलाह देते कि इस युद्ध को टाला नहीं जा सकता था। चाणक्य का मंडला सिद्धांत जोर देता है कि जो आपका पड़ोसी देश होता है, वो आपका सबसे पहला दुश्मन होता है। रूस के साथ भी यही हुआ। उसके पड़ोसी यूक्रेन का चरित्र मित्र देश जैसा नहीं है।

कौटिल्य के समय में नाटो जैसी संस्था नहीं थी जिसमें एक देश प्रभावी होता हो और बाकी सारे देश पिछलग्गू। 21वीं सदी में रूस ऐसा देश है, अपने आप में विश्व का सबसे बड़ा देश है, इसकी बड़ी सेना है और सबसे जरूरी चीज कि इसके पास हथियार बनाने की सारी सुविधाएं मौजूद हैं। रूसी राष्ट्रपति पुतिन, वो चाणक्य के सप्तांग सिद्धांत के 7 अंग का पहला केंद्र हैं मतलब कि राजा, किसी भी राज्य का मुख्य केंद्र बिंदु होता है और पूरा राज्य उसके इर्द गिर्द घूमता है।

चाणक्य के सप्तांग सिद्धांत का दूसरा मुख्य बिंदु 'अमात्य' है, जो आज रूस के प्रधानमंत्री को मान सकते हैं, 'दुर्ग' जिसे आप आज सैन्य अड्डे को मान सकते हैं, 'जनपद' जिसे आप देश का भौगोलिक क्षेत्र कहते हैं, जहां व्यापार होता है। 'कोष' जिसे आप आज वित्तीय संसाधनों को मान सकते हैं, जो रूस के पास अधिक नहीं हैं (अमेरिका और उसके पश्चिमी सहयोगी देशों ने सबसे पहले रूस पर आर्थिक पाबंदी की घोषणा की ताकि रूस का अर्थ तंत्र तहस नहस हो जाए)। चाणक्य 'बल' और 'मित्र' पर सबसे अधिक जोर देते हैं।

उनके अनुसार हर देश के पास मजबूत सेना होनी चाहिए जो रूस के पास मौजूद है लेकिन यूक्रेन के पास नहीं है। अंत में वो अपने सप्तांग सिद्धांत में 'मित्र' पर बल देते हैं। उनका मानना होता है कि हर देश के पास मित्र देश होने चाहिए जो मुसीबत के समय साथ दे। इस मामले में यूक्रेन, रूस से धनी है क्योंकि जब से युद्ध शुरू हुआ है तब से पश्चिमी देश यूक्रेन को हर संभव मदद कर रहे हैं, जिसमें मुख्य है सैन्य मदद। पिछले 10 महीनों में अमेरिका ने यूक्रेन को 100 बिलियन डॉलर से अधिक की मदद की है जबकि रूस की अर्थव्यवस्था चरमरा गई है। रूस का एक साल का सैन्य बजट 70 बिलियन डॉलर है, और यूक्रेन का पूरा अर्थतंत्र 200 बिलियन डॉलर का है। पिछले दस महीनों में यूक्रेन को पश्चिमी देशों से 150 बिलियन डॉलर की सहायता राशि प्राप्त हुई है, जिसके बल पर ही वो आज रूस के सामने टिका हुआ है।

इस युद्ध से दूसरे देश सीख ले सकते हैं कि आपके मित्र देश आपकी मदद करना चाहें तो आपकी अर्थव्यवस्था का कोई मतलब नहीं रह जाता। लेकिन इस युद्ध का दूसरा पहलू यह भी है कि जो पश्चिमी देश पूरी दुनिया में युद्ध विरोधी नारे लगाते हैं, उनका ही सबसे बड़ा योगदान है इस युद्ध को बढ़ाने में। सबसे रोमांचक तो यह है कि यूक्रेन की चार करोड़ आबादी में से एक करोड़ लोग देश छोड़ कर भाग चुके हैं, लाखों सैनिक मारे जा चुके हैं। इसके बावजूद पश्चिमी देश यूक्रेन पर रूस के साथ शांति संधि का प्रस्ताव भी नहीं दे रहे हैं, पूरी दुनिया के शांतिप्रिय लोग पिछले दस महीनों से युद्ध के घिनौनेपन को देख कर थक चुके हैं।

सुण नीति में कौटिल्य का कहना है कि किसी राज्य का पड़ोसी मजबूत है तो उससे संधि करने में ही भलाई है, लेकिन हम इस नियम को 21वीं सदी के विषय में बोलें तो शायद कुछ देश इस नियम से सहमत नहीं होंगे, जैसे कि यूक्रेन बिल्कुल भी संधि में भरोसा नहीं करता। यूक्रेन, रूस से हजारों किमी. दूर नहीं है, बल्कि रूस से सटा हुआ देश है, जिसका वजूद 30 साल पहले वि मानचित्र पर नहीं था लेकिन आज वो अपने पड़ोसी देश से दोस्ती तो दूर की बात, बल्कि दुश्मनी भी बड़े शान से कर रहा है। रूस जैसा ताकतवर देश कैसे बर्दाश्त कर सकता है कि जिस क्षेत्र से नेपोलियन और हिटलर ने उसके देश पर हमला बोला था, उस क्षेत्र को वो फिर से अपने विरोधी सैन्य गठबंधन में जाते हुए देखे।

कौटिल्य अपनी सुण नीति के तीसरे नियम 'आसन' पर बल देते हैं। इसका अर्थ हुआ कि आपकी सेना का कोई अड्डा जो दुश्मन देश से सटा हुआ हो, रूस के परिप्रेक्ष्य में बात करें तो उसके तीन पड़ोसी देश लातविया, एस्टोनिया, लिथुआनिया में नाटो के सैन्य बेस हैं। इन तीनों बाल्टिक देशों के नाटो में जुड़ने के बाद यूक्रेन और जॉर्जिया में भी मांग उठने लगी कि कीव और तबलीसी भी नाटो के अंग होंगे, उनके देश में उठ रहीं इन आवाजों से मास्को की नींद उड़ गई थी। रूसी नेताओं ने कौकेशियन राज्य जॉर्जिया पर कार्रवाई करने का विचार किया और 2008 में रूस की सेना जॉर्जिया की सीमा में प्रवेश करती है, जॉर्जिया के दो राज्यों उत्तरी ओसेतिया और अबखाजिया को अपने नियंत्रण में ले लेती है। यह जॉर्जिया को मास्को का कड़ा संदेश था कि नाटो में शामिल होने की सोचे भी नहीं। रूस के कृत्य से पश्चिमी देश एक बार फिर से दुनिया के मानचित्र पर रूस को अपना दुश्मन देश मानना लगे। रूस का भी मिलिट्री बेस बेलारूस में है जो पोलैंड, यूक्रेन और बाल्टिक देश से अपना सीमा साझा करता है। हालांकि रूस का सबसे महत्त्वपूर्ण मिलिट्री बेस 'कालिनिनगाड्र' में है जो 1945 से पहले जर्मनी का हिस्सा हुआ करता था। सप्तांग थ्योरी का अगला अध्याय है 'याना' जिसका अर्थ हुआ कि किसी देश का सैन्य अभ्यास हमेशा दुश्मन देश से सटी भूमि पर करना चाहिए ताकि दुश्मन हमेशा इस डर में रहे कि दुश्मन उस पर हमला न कर दे। जैसे कि चीन को डराने के लिए अमेरिका और भारत हमेशा सैन्य अभ्यास भारत की सीमा में करते हैं, या नौसैनिक अभ्यास दक्षिणी चीन सागर के समीप जापान और ऑस्ट्रेलिया के साथ मिलकर कर लेते हैं ताकि चीन पूरे के पूरे क्षेत्र पर नियंत्रण न कर पाए। यह एक प्रकार का खेल है जिसमें सारे देश प्रतिभागी होते हैं, और हर प्रतिभागी दूसरे प्रतिभागी पर संशय करता है।

ईश्वर का अहसास

एक भक्त की भगवान में बड़ी श्रद्धा थी। उसने मन ही मन प्रभु की एक तस्वीर बना रखी थी। एक दिन उसने भगवान से कहा–भगवान मुझसे बात करो। एक बुलबुल चहकने लगी लेकिन उस आदमी ने नहीं सुना। वह जोर से चिल्लाया और आकाश में घटाएं उमड़ने लगीं, बादलों की गड़गड़ाहट होने लगी लेकिन आदमी ने कुछ नहीं सुना। उसने चारों तरफ निहारा, ऊपर-नीचे सब तरफ देखा और बोला, भगवान मेरे सामने तो आओ और बादलों में छिपा सूरज चमकने लगा। लेकिन उसने नहीं देखा आखिरकार वह आदमी गला फाड़कर चीखने लगा–भगवान मुझे कोई चमत्कार दिखाओ तभी एक शिशु का जन्म हुआ और उसका प्रथम रुदन गूंजने लगा किन्तु उस आदमी ने ध्यान नहीं दिया। अब तो वह व्यक्ति रोने लगा और भगवान से याचना करने लगा–भगवान मुझे स्पर्श करो, मुझे पता तो चले तुम यहां हो, मेरे पास हो। तभी एक तितली उड़ते हुए उसकी हथेली पर बैठ गई। लेकिन उसने तितली को उड़ा दिया, और उदास मन से आगे चला गया। भगवान इतने सारे रूपों में उसके सामने आए, इतने सारे ढंग से उससे बातें कीं लेकिन उस आदमी ने पहचाना ही नहीं। मन में कल्पित प्रभु की तस्वीर में ही अटका रहा। ईश्वर तो हर जगह अनन्त रूपों में मौजूद है।

प्रस्तुति : सुभाष बुड़ावन वाला

सू- दोकू क्र.

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

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।

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

पुष्पा: द रूल की शूटिंग के लिए 'द बॉयज' में शामिल होंगी रश्मिका मंदाना

मशहूर एक्ट्रेस रश्मिका मंदाना ने 2021 की ब्लॉकबस्टर 'पुष्पा : द राइज' के सीक्वल को लेकर अपडेट दिया है। एक्ट्रेस ने शेयर किया कि 'द बॉयज' अल्लू अर्जुन और अन्य कलाकारों ने फिल्म की शूटिंग शुरू कर दी है, वह अगले महीने शूटिंग में शामिल होंगी।

उन्होंने कहा, बॉयज ने शूटिंग शुरू कर दी है, और मैं अगले महीने शूटिंग में शामिल हो जाऊंगी, मैं इसको लेकर काफी उत्साहित हूं! सेकंड हाफ को लेकर सुकुमारल (डायरेक्टर) सर इन चीजों के साथ कैसे आ रहे हैं, इसके बारे में सोचकर वास्तव में दिमाग हिल गया है, क्योंकि अगर आप फर्स्ट हाफ को देखते हैं, तो आपको ऐसा लगता है कि यह कहानी ही है।

उन्होंने आगे एफसी फ्रंट रो पर बात करते हुए कहा, सेकंड पार्ट पहले पार्ट की तुलना में अधिक रोमांचक है, जिसे देख आप कह उठेंगे वाह, अब यह कुछ शानदार है! उन्होंने आगे कहा, मुझे लगता है कि पुष्पा 1 के हम सभी एक्टर्स ने पहले पार्ट में अपना काम देखा है, और अब हम इस बात को लेकर अधिक स्पष्ट हो गए है, हमें अपने परफॉर्मेंस को बदलने की जरुरत हैं। मुझे लगता है कि सेकंड हाफ में परफॉर्मेंस अधिक मजेदार होने वाली हैं। और हां दोस्तों, यह कमाल होने वाला है।

राज्यों की यात्राओं का असर नहीं

कांग्रेस की भारत जोड़ो यात्रा काफी हद तक सफल रही है। इसका कारण यह है कि लंबे समय के बाद किसी बड़ी पार्टी ने एक महत्वाकांक्षी राजनीतिक अभियान शुरू किया था। कांग्रेस ने तैयारी भी अच्छी की और राहुल गांधी ने बड़ी हिम्मत दिखाई। इस यात्रा के फॉलोअप के तौर पर पार्टी ने राज्यों में भी भारत जोड़ो यात्रा शुरू की है और साथ ही 26 जनवरी से 'हाथ से हाथ जोडो अभियान' शुरू हो गया है। इस अभियान के तहत कांग्रेस के नेता देश के छह लाख गांवों तक राहुल गांधी का संदेश लेकर जाएंगे। राहुल की यात्रा से बने माहौल का राजनीतिक लाभ लेने के लिए जरूरी है फॉलोअप के कार्यक्रम हों। लेकिन मुश्किल यह है कि राज्यों में हो रही यात्राओं का कोई खास असर नहीं हो रहा है।

बिहार, पश्चिम बंगाल सहित कई राज्यों में कांग्रेस की यात्रा चल रही है। लेकिन इन यात्राओं से कोई माहौल नहीं बन रहा है और न इससे कोई राजनीतिक विमर्श खड़ा हो रहा है। इसका पहला कारण तो यह है कि राज्यों में इस यात्रा की वैसी तैयारी नहीं हुई, जैसी राहुल की यात्रा की तैयारी हुई थी। लोगों को मोबिलाइज करने से लेकर पीआर की रणनीति और मीडिया प्रबंधन का कोई बंदोबस्त नहीं किया गया। इसलिए यात्रा चल रही है और उस पर किसी का फोकस नहीं है। खुद कांग्रेस के नेता इसे गंभीरता से नहीं ले रहे हैं।

दूसरा कारण यह है कि भारत जोड़ यात्रा की तर्ज पर राज्यों में यात्री तय नहीं हुए। कौन मुख्य यात्री होगा, यह फैसला नहीं हुआ। यह मान लिया गया है कि राज्य का प्रदेश अध्यक्ष ही यात्रा का नेतृत्व करेगा। लेकिन कई जगह देखने को मिला की यात्रा चल रही है और प्रदेश अध्यक्ष नदारद हैं। स्थायी यात्री, अस्थायी यात्री, अतिथि यात्री आदि की श्रेणियां नहीं बनाई गईं। तभी जिसको जब मन हुआ यात्रा में शामिल हुआ और उसके बाद गायब हो गया। सहयोगी पार्टियों से बात करने, उनके नेताओं को मना कर बुलाने और राज्य के प्रबुद्ध नागरिकों से संपर्क करके उनको बुलाने का भी काम नहीं हो रहा है। तीसरा कारण यह है कि राज्यों से बाहर के बड़े नेताओं की ड्यूटी नहीं लगाई गई है कि वे राज्यों की यात्रा में शामिल हों। अगर हर दिन कोई बड़ा केंद्रीय नेता यात्रा में शामिल होता तो जोश भी बनता और खबर भी बनती।

कुल मिला कर भारत जोड़ो यात्रा जितने व्यवस्थित तरीके से चली, राज्यों की यात्रा उतने ही अव्यवस्थित तरीके से हो रही है। यह खानापूर्ति की तरह है। राज्यों के अध्यक्ष और प्रभारी मिल कर जैसे तैसे यात्रा पूरी कर रहे हैं। एक कारण यह भी है कि यात्रा का एजेंडा तय नहीं है। इस वजह से भी यात्रा से कोई मैसेज नहीं बन रहा है। (आरएनएस)

बजट में महिलाओं को मिला तोहफा: कपूर

संवाददाता

देहरादून। कैंट विधायक सविता कपूर ने कहा कि महिलाओं को बजट में खास तोहफा मिला है जिसमें महिला बचत सम्मान पत्र लाया गया है यह महिला सम्मान सेविंग सर्टिफिकेट 2 साल के लिए साल 2025 तक होगा।

आज यहां कैंट विधायक श्रीमती सविता कपूर ने अपने कार्यालय इंदिरा नगर में वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण द्वारा जो बजट पेश किया गया उस पर कार्यकर्ताओं के साथ चर्चा करें। उन्होंने कहा नौकरीपेशा वर्ग को 2014 से जिसका इंतजार था वह बजट 2023 में पूरा हो गया। अगले साल होने वाले आम चुनाव से पहले मोदी सरकार के आखिरी पूर्ण बजट में मध्यम वर्ग और नौकरीपेशा लोगों को हर मोर्चे पर राहत दी. इसमें नई कर व्यवस्था के तहत 7 लाख रुपये तक की है। बजट 2023 में सरकार ने इनकम टैक्स में छूट की सीमा को बढ़ाकर 3 लाख रुपये कर दी है जबकि टैक्स रिबेट को बढ़ाकर 7 लाख रुपये कर दी है पांचवा बजट पेश करते हुए वित्त मंत्री ने भारत को और महिलाओं को सशक्त बनाने के लिए सरकार के नए प्लान बनाए हैं। महिलाओं को बजट में खास तोहफा मिला है जिसमें महिला बचत सम्मान पत्र लाया गया है यह महिला सम्मान सेविंग सर्टिफिकेट 2 साल के लिए साल 2025 तक होगा। यह वन टाइम सेविंग स्कीम है जिसमें साढे सात फीसदी ब्याज मिलेगा इसके जरिए महिलाएं अच्छी खासी बचत कर पाएंगी। देश भर की महिलाओं के लिए कई तरह की सुविधाएं केंद्र और राज्य सरकार की तरफ से चलाई जा रही हैं। वित्त मंत्री ने कहा है कि ग्रामीण महिलाओं को 81 लाख स्व सहायता समूह से जोड़ा गया है. इसके साथ ही हम इसे अलग लेवल पर लेकर जाएंगे. आने वाले समय में महिलाओं को बड़े लेवल पर कई योजनाओं से जोड़ा जाएगा. इसके साथ ही उन्हें कच्चे माल की आपूर्ति की जाएगी और बेहतर डिजाइन के लिए प्रशिक्षित भी किया जाएगा। बजट की प्रशंसा करते हुए उन्होंने कहा की कुल मिलाकर यह बजट आम व्यक्ति के लिए बजट है जिस में आने वाले दिनों में आम व्यक्ति को इसका फायदा मिलेगा। इस मौके पर अतुल कपूर भारतीय जनता पार्टी महानगर विधि प्रकोष्ठ के संयोजक राजकुमार तिवारी प्रेम नगर कावली मंडल की अध्यक्षा श्रीमती अंजू बिष्ट पूर्व मंडल अध्यक्ष बबलू बंसल आदि लोग मौजूद थे।

डॉ. पंवार ने मुख्य चिकित्सा अधिकारी, उत्तरकाशी का पदभार ग्रहण

संवाददाता

उत्तरकाशी। डा. आरसीएस पंवार ने मुख्य चिकित्साधिकारी का पदभार ग्रहण किया। एक फरवरी, 2023 को डॉ. आर. सी.एस. पवांर द्वारा जनपद के मुख्य चिकित्सा अधिकारी का पदभार ग्रहण किया गया। डॉ. आर.सी.एस. पवांर मूल रूप से पांडूकेश्वर, चमोली से हैं एवं इनकी पहली नियुक्ति सन् 1994 में बेस चिकित्सालय, श्रीनगर गढ़वाल में हुई वहां पर डॉ. आर.सी.एस. पवांर द्वारा आर्थोपैडिक सर्जन के रूप में 06 वर्ष तक अपनी सेवाएं दी गई। विगत दो वर्षों से डॉ. आर.सी.एस. पवांर द्वारा कोरोनेशन चिकित्सालय, देहरादून में चिकित्सा अधीक्षक के रूप में अपनी सेवाएं दी गई। मुख्य चिकित्सा अधिकारी का पदभार ग्रहण करने के उपरांत डॉ. आर.सी.एस. पवांर द्वारा बताया गया कि मुख्य चिकित्सा अधिकारी के पद पर रहकर जनपद में मुख्यत: चारधाम यात्रा के दौरान स्वास्थ्य सुविधाओं का सुदृढीकरण एवं भारत सरकार व उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनपद में संचालित की जा रही समस्त स्वास्थ्य योजनाओं का प्रभावी क्रियान्वयन व समस्त स्वास्थ्य सूचकांको को बेहतर करना उनकी सर्वोच्च प्राथमिकता रहेगी।

श्री धोलेश्वर महादेव मंदिर में श्री शिव महापुराण कथा का शुभारंभ हुआ

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। श्री धोलेश्वर महादेव मंदिर ग्राम धोलास के 30वें स्थापना दिवस पर श्री धोलेश्वर महादेव मंदिर के पवित्र प्रांगण में आज से श्री शिव महापुराण कथा का शुभारंभ विशेष पूजा अर्चना, ग्राम परिक्रमा और सवा लाख पार्थिव शिवलिंगों के निर्माण साथ किया गया। चाय बागान की बाल्मिकी समुदाय की महिलाओं ने सर्वप्रथम व्यास पूजन, मंगल तिलक और माल्यार्पण कर दिया सनातन धर्म में सबके सम्मान का प्रत्यक्ष उदाहरण कथा व्यास आचार्य खीमानंद भट्ट ने व्यास जी द्वारा 18 पुराणों की रचना और शिव महापुराण के महात्म्य को विस्तार पूर्वक समझाया, सुमधुर भजनों के माध्यम से वातावरण और भी भक्तिमय हो गया।

कथा से पूर्व शिव पुराण की भव्य ग्राम यात्रा निकाली गई। त्रिनेत्र आर्ट अमन ग्रुप के कलाकारों की शिव पार्वती जी और हनुमान जी की सुंदर झाकियां मुख्य आकर्षण का केंद्र रही, महिलाएं सिर में कलश लेकर और भजन कीर्तन

करते हुवे चल रही थी, समाज में चल रहे नफरत के वातावरण मे जब राम चरित मानस को जलाने के दुस्साहस किया जा रहा है, समाज जातियों के आधार पर लड़ाने का प्रयास किया जा रहा है।

आध्यात्मिक गुरू आचार्य बिपिन जोशी के पावन सानिध्य में आज 1860 से लगातार चाय बागान आरकेडिया देहरादून में सेवा कर रही बाल्मिकी समाज की बहिनों द्वारा व्यास जी का पूजन, माल्यार्पण और मंगल तिलक किया गया आचार्य बिपिन जोशी ने कहा जो वर्ण व्यवस्था और जातिवाद की बात करते हैं उनको खुद राम चरित मानस में रावण परम विद्वान और ब्राह्मण था किंतु आचरण ठीक ना होने के कारण उसके पुतले आज भी जलाए जाते हैं।

मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान श्रीराम का जन्म क्षत्रिय कुल में हुआ था उनको आज भी पूजा जाता है, शबरी, निषादराज जटाऊ आदि वंचित समाज से थे , आज से सवा लाख पार्थिव शिवलिंगों के निर्माण का शुभारंभ वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ किया गया आज के कार्यक्रम में डा मथुरा दत्त जोशी, भगवती जोशी, लीला भट्ट, मंजीत नेगी,निर्मला बिष्ट, लीला बिष्ट, बिंदु जोशी,पूनम बिष्ट, सतीश ध्यानी, तिरलोक सिंह रावत, जगत लाल वर्मा, नीरज शर्मा, आचार्य महेश उपाध्याय, आचार्य संतोष जोशी, आचार्य महेश महतोलिया, आचार्य दीपक कुकरेती आदि का विशेष सहयोग रहा।

जोशीमठ में सरकार पूरी तरह से फेल: पोखरियाल

रुद्रपुर (कासं)। उत्तराखंड में समाजवादी पार्टी ही दूसरे विकल्प के रूप में प्रदेश में आयेगी। पहाड़ पर साइकिल चलने के लिये पूर्ण रूप से तैयार है और लोकसभा की पांचों सीटों पर समाजवादी पार्टी चुनाव लड़ेगी। प्रदेश सरकार पर आरोप लगाया कि जोशीमठ में सरकार पूरी तरह से फेल है।

उक्त आरोप आज रुद्रपुर पहुँचे सपा के प्रदेशाध्यक्ष शम्भू पोखरियाल ने पत्रकारों से रूबरू के दौरान कहे। रुद्रपुर पहुँचे समाजवादी पार्टी के नवनियुक्त प्रदेश अध्यक्ष शम्भू पोखरियाल ने नैनीताल-दिल्ली नेशनल हाइवे पर स्थित एक होटल में आयोजित पत्रकार वार्ता के दौरान पत्रकारो से रूबरू हुए। पत्रकार वार्ता से पहले कार्यकर्ताओ से आगमी चुनावों को लेकर वार्ता भी की। पत्रकार वार्ता के दौरान उन्होंने प्रदेश सरकार पर हमला बोला। उन्होंने कहा कि जोशीमठ को लेकर प्रदेश सरकार पूरी तरह से फेल है आज जोशीमठ के लोग डर में जीने को विवश है सरकार के पास कोई मजबूत प्लान भी नही है। उन्होंने कहा को भाजपा और कांग्रेस ने प्रदेश की जनता को सिर्फ छलने के काम किया है निश्चित रूप से आगमी चुनाव में सपा हो दूसरे विकल्प के रूप में उभरकर सामने आयेगी। आने वाले निकाय चुनाव को लेकर समाजवादी पार्टी ने अपनी तैयारियां शुरू कर दी हैं। इससे पूर्व रुद्रपुर पहुँचने पर पार्टी कार्यकर्ताओं ने प्रदेश अध्यक्ष का फूल मालाओं से जोरदार स्वागत किया।

उक्रांद ने महेंद्र भट्ट का पुतला फूंक कर विरोध जताया

संवाददाता

देहरादून। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष के बयान पर उक्रांद महानगर कार्यकर्ताओं ने प्रदर्शन कर महेन्द्र भटट का पुतला दहन किया।

आज यहां उत्तराखंड क्रांति दल के महानगर कार्यकारी अध्यक्ष किरण रावत ने महेंद्र भट्ट का पुतला फूंक कर जबरदस्त विरोध किया और कहा कि जोशीमठ में जनता की हालत अत्यंत चिंताजनक बनी हुई है भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट द्वारा दिया गया बयान आपत्तिजनक ही नहीं दुर्भाग्यपूर्ण है। इसकी जितनी निंदा की जाए उतनी कम है। उत्तराखंड क्रांति दल द्वारा इस बयान के खिलाफ मुखर होकर महेंद्र भट्ट पर राष्ट्रद्रोह का मुकदमा दर्ज करने की मांग

की गई तथा पुतला दहन कर जबरदस्त विरोध किया गया। जोशीमठ के लोग बर्फ और बरसात के मौसम में खुले आसमान के नीचे रहने को मजबूर हैं और भाजपा की सरकार और संगठन इस इस त्रासदी से उत्तराखंड के लोगों का ध्यान भटकाने की कोशिश कर रहे हैं। इस दिशा में कोई स्पष्ट नीती एक माह में भी जोशीमठ बचाने के लिए नहीं बना पाई है। सरकार भ्रम की स्थिति में है। वर्तमान की भाजपा सरकार/ संगठन एवं अधिकारी गठजोड़ बनाकर उल्टे सीधे बयान देकर उत्तराखंड की जनता को गुमराह कर रहे हैं सरकार को चाहिए कि वह जोशीमठ को बसाने के लिए स्पष्ट नीति बनाकर जनता के बीच में लाए और जनता की स्वीकार्यता के बाद उसे लागू करें अन्यथा उत्तराखंड क्रांति दल संपूर्ण उत्तराखंड में आंदोलन करने को बाध्य होगा।

कार्यक्रम में वरिष्ठ नेता आंदोलनकारी लताफत हुसैन, जय प्रकाश उपाध्याय, उत्तम सिंह रावत, अशोक नेगी, केएल शाह, बृजमोहन सजवान , पंकज उनियाल, श्याम सिंह रमोला, प्रचार सचिव प्रीति थपलियाल, उत्तरा पंत बहुगुणा, मुकेश कुंडा, जितेंद्र, कविता ,हिम्मत सिंह महर, राजेंद्र प्रधान सहित कई कार्यकर्ता उपस्थित थे।

मातृ सेवा सदन मो0 9760941522
वृद्ध माताओं का आश्रम (श्य्याग्रस्त न हों) निःशुल्क भोजन, वस्त्र एवं मैडिकल
सम्पूर्ण समर्पण फॉउन्डेशन (रजि.) 31/1 धर्मपुर, देहरादून
हेड ऑफिसः- साई छाया, जोहड़ी गाँव, देहरादून

एक नजर

'निजी संस्थाओं द्वारा जारी 'खुला' प्रमाणपत्र अमान्य'

चेन्नई। मुस्लिम महिलाएं तलाक लेने की प्रक्रिया श्खुलाश की कार्यवाही शरीयत काउंसिल जैसे निजी निकायों से नहीं बल्कि फैमिली कोर्ट के जरिए कर सकती हैं। मद्रास हाई कोर्ट ने अपने फैसले में कहा कि निजी निकाय श्खुलाश द्वारा शादी खत्म करने की घोषणा नहीं कर सकते हैं। हाई कोर्ट ने कहा कि निजी निकाय विवादों के मध्यस्थ नहीं हैं। कोर्ट इस तरह की प्रैक्टिस से नाराज हैं। निजी संस्थाओं द्वारा जारी ऐसे श्खुलाश प्रमाणपत्र अमान्य हैं। श्खुलाश, पत्नी द्वारा पति को दिए गए तलाक के समान है। जस्टिस सी सरवनन ने तमिलनाडु तौहीद जमात की शरीयत परिषद द्वारा जारी किए महिला के श्खुलाश प्रमाण पत्र को रद्द कर दिया। महिला के पति ने कोर्ट में याचिका दायर करते हुए उस प्रमाण पत्र को रद्द करने की मांग की थी। मद्रास हाई कोर्ट ने बादर सईद बनाम भारत संघ, 2017 मामले में अंतरिम रोक लगा दी है। साथ ही उस मामले में शरीयत काउंसिल जैसे निकायों को श्खुलाश द्वारा शादी खत्म करने वाले प्रमाण पत्र जारी करने पर भी रोक लगा दी है। कोर्ट ने कहा, ष्मुस्लिम पर्सनल लॉ एप्लीकेशन एक्ट, 1937 के तहत महिला फैमिली कोर्ट का दरवाजा खटखटाकर विवाह को खत्म करने के अपने अधिकारों का प्रयोग कर सकती है। ये प्रक्रिया जमात के कुछ सदस्यों के स्वघोषित निकाय के समक्ष नहीं हो सकती है।ष इसके बाद कोर्ट ने शरियत काउंसिल द्वारा जारी किया गया श्खुला प्रमाणपत्रश रद्द कर दिया। हाई कोर्ट ने याचिकाकर्ता और उनकी पत्नी को निर्देश दिया कि वे अपने विवादों को सुलझाने के लिए फैमिली कोर्ट से संपर्क करें।

रामचरितमानस का विरोध करने वालों को भारत में रहने का अधिकार नहीं: धीरेंद्र शास्त्री

नई दिल्ली। बागेश्वर धाम के आध्यात्मिक गुरु धीरेंद्र शास्त्री ने गुरुवार को उत्तर प्रदेश के प्रयागराज का दौरा किया। वे रामचरितमानस का विरोध करने वाले लोगों से बात करने आए तो उन्होंने कहा कि वे कैंसर हैं। उन्होंने कहा कि रामचरितमानस का विरोध करने वालों को भारत में रहने का कोई अधिकार नहीं है। उन्होंने यह भी कहा कि इसे ही सिद्धि कहा जाता है। धीरेंद्र शास्त्री के पास एक अदालत है, और वे इसका उपयोग लोगों की समस्याओं को लिखित रूप में समझाने के लिए करते हैं। जब से नागपुर अंधविश्वास उन्मूलन समिति ने उन पर अंधविश्वास फैलाने का आरोप लगाया, धीरेंद्र शास्त्री अपनी मान्यताओं पर चर्चा करने के लिए देश भर में घूम रहे हैं। धीरेंद्र शास्त्री ने कहा कि वह एक राजनीतिक व्यक्ति नहीं थे और उनकी इस समय उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ से मिलने की कोई योजना नहीं है। नालंदा मुक्त विश्वविद्यालय के 15वें दीक्षांत समारोह के दौरान बिहार के शिक्षा मंत्री प्रो. चंद्रशेखर की टिप्पणी को लेकर काफी विवाद हुआ था।उन्होंने रामचरितमानस को नफरत बोने वाला और देश को बांटने वाला ग्रंथ बताते हुए कहा कि इसमें कुछ ऐसे हिस्से हैं जिन पर हमें आपत्ति है। बीजेपी ने इसे हिंदू धर्म का अपमान बताते हुए नीतीश सरकार पर निशाना साधा और इसके बाद कई जगहों पर स्वामी प्रसाद मौर्य पर मुकदमे दर्ज किए गए।

पुलिस ने गौकशी करने वाले छह लोगों... ▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

को देखकर पुलिस टीम द्वारा बाईक पर बैठे दोनो व्यक्तियो को घेर कर पकड लिया। पकडे गये व्यक्तियों से नाम पता पूछने पर उन्होंने अपना नाम रहमान पुत्र सलीम निवासी ग्राम गन्देवडा, थाना फतेहपुर, जिला सहारनपुर तथा फरमान पुत्र नईम निवासी ग्राम चांदपुर मोहल्ला सराइरफी जिला बिजनौर बताया। सख्ती से पूछताछ करने पर बताया कि वह लोग पिछले कुछ महीनो से यहाँ आते हैं और देहरादून के टी स्टेट शिमला बाईपास रोड व प्रेम नगर के इलाकों में बाहर घूमने वाली गाय व बछडों की तलाश करते है व अपने साथियों को बताते है, वह लोग गाडी से गाय व बछडो को उठाकर ले जाते है और एकांत में ले जाकर काटते है व उसका मांस महंगे दामों पर बेचते है। आज भी वह लोग यहाँ पर बाहर घूमने वाले बछडों की तलाश कर रहे थे कि आपने पकड लिया। उनके 4 साथी सैंट्रों गाडी में गोरखपुर की ओर जाने वाले रास्ते पर पानी की टंकी से थोडा आगे टी स्टेट की ओर जाने वाले कच्चे रास्ते पर खडे हैं। जिस पर पुलिस टीम द्वारा आरोपियों के बताए गए स्थान पर जाकर एक सफेद रंग की सेंट्रो कार से चार अन्य व्यक्तियों को गिरफ्तार किया गया, जिनसे नाम पता पूछने पर उन्होंने अपना नाम वकील उर्फ छोटा पुत्र मौहम्मद नजीर निवासी ग्राम गन्देवडा थाना फतेहपुर जिला सहारनपुर, कलीम पुत्र हमीद निवासी ग्राम गन्देवडा थाना फतेहपुर जिला सहारनपुर, तस्लीम पुत्र अब्दुल हमीद निवासी ग्राम गन्देवडा थाना फतेहपुर जिला सहारनपुर व वजीर पुत्र नजीर निवासी ग्राम गन्देवडा थाना फतेहपुर, जिला सहारनपुर बताया। सफेद रंग की सैंट्रों कार की तलाशी लेने पर उसके अन्दर से एक नम्बर प्लेट, एक खून लगी हुई नायलान की रस्सी, 3 चाकू, एक पाठल, तथा खिडकी के टूटे शीशे के टुकडे बरामद हुऐ। पुलिस ने सभी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आपदा की आड़ में चला रहे हैं कुछ लोग अलग एजेंडा: धामी

विशेष संवाददाता

देहरादून। सरकार जोशीमठ में आपदा प्रभावितों की मदद के लिए हर संभव काम करने का प्रयास कर रही है लेकिन कुछ लोग आपदा की आड़ में अलग एजेंडा चला रहे हैं जो उचित नहीं है।

जोशीमठ आपदा पर आज मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने यह बात कही। दरअसल जोशीमठ में आपदा प्रभावितों की मदद को लेकर कुछ राजनीतिक दल और सामाजिक संगठनों द्वारा सरकार के खिलाफ मोर्चा खोल रखा है। जिसे लेकर अभी बीते दिनों भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट द्वारा तीखा हमला करते हुए इन आंदोलनों की अगुवाई करने वाले सीपीएम नेताओं और कार्यकर्ताओं को माओवादी ताकतें बताते हुए पर्दे के पीछे से विदेशी ताकतों की मदद करने का आरोप लगाया गया था, जिसे लेकर भारी बवाल हुआ था। दोनों ही पक्षों में लंबे समय तक वाद विवाद चलता रहा जो अभी भी जारी है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भी

❑आपदा प्रभावितों की हर संभव मदद को तैयार
❑विकास कार्यों को रोकने का हो रहा है प्रयास

आज भाजपा प्रदेश अध्यक्ष के बयान का समर्थन करते हुए स्पष्ट कहा कि जोशीमठ आपदा की आड़ में कुछ लोगों द्वारा अपना अलग ही एजेंडा चलाया जा रहा है। उनका कहना है कि राज्य में केंद्र सरकार द्वारा जो विकास के काम चार धामों में कराए जा रहे हैं उन्हें बाधित करने का प्रयास किया जा रहा है। केदारनाथ और बद्रीनाथ में जो विकास कार्य हुए हैं और होने है या केंद्र सरकार द्वारा इन धामों के विकास को लेकर या राज्य के विकास को लेकर योजनाएं चलाई जा रही है उन्हें कैसे रोका जाए? इसके प्रयास किए जा रहे हैं। उनका कहना है कि इस तरह का रवैया ठीक नहीं है। उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा आपदा प्रभावितों के लिए क्या मदद की जा सकती है? इस मुद्दे पर सरकार पूरी गंभीरता से काम कर रही है। लोगों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाने, उनके रहने खाने की व्यवस्था से लेकर उनके पुनर्वास की व्यवस्था तक पर सरकार द्वारा काम किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि सरकार के प्रतिनिधि और अधिकारी आपदा प्रभावितों से पूछ कर वह सभी काम कर रहे हैं जो जरूरी है। उन्होंने कहा कि लोगों को भड़का कर और अनाधिकृत रूप से हस्तक्षेप कर काम को प्रभावित किया जा रहा है।

इस बीच आज बद्री-केदार समिति के अध्यक्ष अजय एजेंद्र के साथ प्रभावितों का एक प्रतिनिधिमंडल भी मुख्यमंत्री से मिला और उन्होंने मुख्यमंत्री को अपनी समस्याएं बताई, जिस पर सीएम ने उन्हें हर मदद का भरोसा दिया है।

यूकेएसएसएसी परीक्षा घोटाला: आरोपियों की जमानत खारिज कराने के लिए उच्च न्यायालय में करेंगे अपील

संवाददाता

देहरादून। यूकेएसएसएससी परीक्षा घोटाले के आरोपियों को जमानत मिलने पर एसटीएफ उच्च न्यायालय में उनकी जमानत खारिज करने के लिए अपील करेगी।

आज यहां पुलिस मुख्यालय से जारी बयान के अनुसार यूकेएसएसएससी परीक्षा घोटाले से सम्बन्धित प्रकरणो मे जमानत हुये आरोपियों की जमानत निरस्त कराने हेतु एसटीएफ उच्च न्यायालय में अपील करेगी। ग्राम पंचायत विकास अधिकारी भर्ती परीक्षा वर्ष 2016 में हुई धाधंली के संबंध में सर्तकता अधिष्ठान सैक्टर देहरादून में मुकदमा दर्ज किया गया था जिसकी जांच उत्तराखण्ड शासन के आदेश से वर्तमान में एसटीएफ उत्तराखण्ड द्वारा की जा रही है। उक्त अभियोग में अभियोजन पक्ष की प्रभावी पैरवी के बावजूद भी हाकम सिंह एवं संजीव चौहान की जमानत अपर जिला एवं सत्र न्यायालय देहरादून द्वारा दिनांक 30 जनवरी को स्वीकृत की गयी है। उल्लेखनीय है कि अन्य पंजीकृत अभियोगों में जमानत निरस्त होने के कारण आरोपी जेल में ही रहेंगे। इनकी जमानत खारिज करने के लिए उच्च न्यायालय से अपील की जायेगी।

युवती से लूटा मोबाइल

देहरादून (सं)। जिम जा रही युवती से मोबाइल लूट के मामले में पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार मौहब्बेवाला निवासी विजय कुमार ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी बेटी जिम जा रही थी तभी पीछे से आ रहे युवक ने उसकी बेटी के हाथ पर झपटा मारकर उसको मोबाइल लूट लिया। उसके शोर मचाने से पहले ही वह वहां से फरार हो गया।

एसटीएफ ने किया 25 हजार रुपए का इनामी गौ तस्कर को गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। एसटीएफ ने 25 हजार के ईनामी गौ तस्कर को गिरफ्तार कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ आयुष अग्रवाल द्वारा उत्तराखंड में गैंगस्टर एवं इनामी अपराधियों के विरुद्ध कार्रवाई करने के निर्देश अपनी टीमों को दिए गए थे, जिस क्रम में गत रात्रि सीओ एसटीएफ सुमित पांडे एवं प्रभारी निरीक्षक एमपी सिंह के नेतृत्व में गठित एसटीएफ टीम के द्वारा जनपद ऊधम सिंह नगर के फरार 25000 रूपये के ईनामी अपराध ी कासिम को दरुऊ चौक थाना किच्छा जनपद उधम सिंह नगर से गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार इनामी अपराधी कासिम थाना किच्छा के गौकशी में पिछले काफी

समय से वांछित चल रहा था। यह इतना शातिर था की इसकी गिरफ्तारी के लिए 25 हजार रुपए का इनाम वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक उधम सिंह नगर द्वारा घोषित किया गया था। एसएसपी एसटीएफ आयुष अग्रवाल द्वारा बताया गया कि उनकी एक टीम पिछले 3 दिनों से इस इनामी अपराधी कासिम की गिरफ्तारी हेतु एसटीएफ टीम द्वारा किच्छा में डेरा डाले हुए थी, लगातार प्रयासों के पश्चात इस कुख्यात इनामी अपराधी की स्टेप टीम द्वारा गिरफ्तारी करने के पश्चात कासिम को गत देर रात्रि में थाना किच्छा में दाखिल किया गया है। इसके अतिरिक्त अन्य अपराधियों की गिरफ्तारी व ध रपकड़ के लिए एसटीएफ की विभिन्न टीमें लगातार कार्य कर रही है।

गैस सिलेण्डर चोरी में एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने दुकान से गैस सिलेण्डर चोरी करने के मामले में एक को गिरफ्तार कर उसके कब्जे से चोरी के गैस सिलेण्डर बरामद कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बंजारा गली सेलाकुई निवासी मनी ने सेलाकुई थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी शिव मन्दिर के पास दुकान है किसी ने उसकी दुकान से तीन गैस सिलेण्डर चोरी कर लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच करते हुए चोरी के सिलेण्डरों के साथ एक को गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम सागर थापा पुत्र राजेश थापा निवासी बंजारा गली सेलाकुई बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

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 सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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