मंगलवार
04 जुलाई 2023

पृष्ठ 4
क्या आपके घुटने जवानी में ही देने लगे हैं जवाब, दिनचर्या में शामिल करें ये योग

पृष्ठ 5
आज भी सिंगिंग करते वक्त घबरा जाती हूं : जन्नत जुबैर

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 150
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

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

आज का विचार

मुस्कान थके हुए के लिए विश्राम है, उदास के लिए दिन का प्रकाश है तथा कष्ट के लिए प्रकृति का सर्वोत्तम उपहार है।
— अज्ञात

पीएम मोदी ने थपथपाई धामी की पीठ

विशेष संवाददाता

नई दिल्ली। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से उनके आवास पर मुलाकात की। दो घंटे तक चली इस मुलाकात के बाद मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पत्रकारों से वार्ता कर बताया कि प्रधानमंत्री के साथ मुलाकात के दौरान यूसीसी और जोशीमठ आपदा राहत से लेकर राज्य में चल रही तमाम विकास योजनाओं की प्रगति और स्थिति पर विस्तार से चर्चा हुई है।

●2 घंटे की वार्ता में यूसीसी पर हुई लंबी चर्चा
●जोशीमठ आपदा प्रभावितों की मदद पर विचार

प्रधानमंत्री से मुलाकात और वार्ता से खुश दिख रहे मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि प्रधानमंत्री का उत्तराखंड से आगाध प्रेम रहा है बीते नौ सालों में केंद्र सरकार ने डेढ़ लाख करोड़ की योजनाओं की सौगात दी है। मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री को बाबा नीम करोली का स्मृति चिन्ह भी भेंट किया और उन्हें आने वाले समय में होने वाली इन्वेस्टर्स समिट में उत्तराखंड आने का न्योता भी दिया है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पत्रकारों से वार्ता करते हुए बताया कि प्रधानमंत्री से यूसीसी के प्रारूप पर लंबी चर्चा हुई है भले ही विशेषज्ञ समिति ने यूसीसी का ड्राफ्ट उत्तराखंड को मद्देनजर रखकर बनाया हो लेकिन यह ड्राफ्ट केंद्रीय ड्राफ्ट का मुख्य आधार बनेगा। समिति ने इस ड्राफ्ट को 2 लाख 35 हजार लोगों की राय लेने के बाद तैयार किया है। कमेटी ड्राफ्ट कब सौपेगी? इसके जवाब में उन्होंने कहा कि अब इसमें अधिक समय नहीं लगेगा क्योंकि ड्राफ्ट तैयार हो चुका है। ड्राफ्ट मिलते ही विशेषज्ञ इसका परीक्षण करेंगे और जल्द ही यह नया कानून लागू हो जाएगा।

मुख्यमंत्री ने बताया कि इसके अलावा जोशीमठ आपदा प्रभावितों को राहत के मुद्दे पर व पुनर्वास में सहयोग के मुद्दे पर भी बात हुई है। सीएम ने कहा कि प्रधानमंत्री के साथ चार धाम यात्रा व केदारधाम व बद्रीनाथ धाम में चल रहे विकास कार्यों पर चर्चा हुई। उन्होंने कहा कि अब तक 34 लाख श्रद्धालु चारों धाम में दर्शन कर चुके हैं और यात्रा नए रिकॉर्ड की ओर अग्रसर है। उन्होंने कहा कि बद्रीनाथ का मास्टर प्लान दिसंबर तक पूरा हो जाएगा। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री से उन्होंने रेलवे पुल निर्माण में राज्य के 15 फीसदी शेयर को कम करने तथा जीएसटी कलेक्शन पर मिलने वाली सब्सिडी को जारी रखने की अपील भी की है। तथा किच्छा पार्क के लिए 485 करोड़ की राशि अवमुक्त कराने का भी अनुरोध किया है। उन्होंने पीएम को बताया कि राज्य के जीएसटी में बीते साल के मुकाबले 23 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। मुख्यमंत्री आज शाम केंद्रीय सड़क परिवहन मंत्री नितिन गडकरी से भी मुलाकात करेंगे।

एक लाख का ईनामी बदमाश गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। एसटीएफ ने पुलिस कर्मियों पर फायर कर भागे मुकिम काला गिरोह के शातिर एक लाख रूपए के ईनामी बदमाश को बिहार से गिरफ्तार किया। पूर्व में यह बदमाश अपने आपको मृत घोषित कर चुका था। इसकी पत्नी ने गंगनहर थाने में इसके आत्महत्या करने की रिपोर्ट दर्ज करायी थी।

❑खुद को कर चुका था मृत घोषित

आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ आयुष अग्रवाल ने पकड़े गये एक लाख के ईनामी अपराधी के बारे में जानकारी देते हुये बताया कि 16 अक्टूबर 22 को जनपद हरिद्वार के क्षेत्र थाना लक्सर की चीता पुलिस के जवानो को सूचना प्राप्त हुई कि कुछ बदमाश लक्सर कस्बे के एक सुनार को लूट के ईरादे से आये हुये है और वे संदिग्ध व्यक्ति दुर्गा मन्दिर ओवर ब्रिज लक्सर के नीचे घूम रहे है। सूचना पर चीता पुलिस के दो जवान सुरेन्द्र शर्मा व पंचम को लक्सर वालावाली पुल के नीचे एक मोटर साईकिल में सवार तीन संदिग्ध व्यक्तियों को देखकर उन्हें रोककर पूछताछ करने लगे तो वो अचानक चीता पुलिस पर फायर करते हुये भागने लगे, मुठभेड़ के दौरान एक बदमाश को कांस्टेबल सुरेन्द्र शर्मा ने दबोच लिया था किन्तु उसके अन्य साथियों द्वारा फिर चीता पुलिस पर कई राउण्ड फायर कर दिये। इस मुठभेड में दो सिपाही घायल हुए थे। इस घटना में पश्चिमी उत्तर प्रदेश के 5 बदमाशों की पहचान शाबिर, अताउल खान, नौशाद, जावेद व फुरकान के रूप में हुई। जिनमें से नौशाद, अताउलखान व शाबिर को गिरफ्तार किया जा चुका था। मुख्य अपराधी फुरकान एवं जावेद घटना के बाद से फरार चल रहे थे। इसमें फुरकान बहुत ही शातिर बदमाश है जिस पर एक लाख रूपये का ईनाम घोषित किया गया था। एसटीएफ विगत 10 दिन पूर्व बिहार के भागलपुर जनपद में सूचना एकत्रित करने पहुँची जिस पर टीम द्वारा उसके सम्भावित ठिकानो की जानकारी की गई व गोपनीय तरीके से बिहार व झारखण्ड के बार्डर के पीरपैंती कस्बे में ठिकानो की निगरानी की गई लगातार 8 दिनो तक निगरानी की गयी।

◀◀ शेष पृष्ठ 2 पर

भाजपा ने 4 राज्यों के प्रदेश अध्यक्ष बदले

नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी ने मंगलवार को पार्टी संगठन में बड़े फेरबदल का ऐलान करते हुए चार राज्यों में नए अध्यक्षों की नियुक्ति का ऐलान किया है। इनमें आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, झारखंड और पंजाब शामिल हैं, हालांकि पार्टी ने मध्य प्रदेश और कर्नाटक को लेकर कोई ऐलान नहीं किया है। इन राज्यों में भी प्रदेश अध्यक्ष बदलने की चर्चा थी। पंजाब में अभी तक प्रदेश अध्यक्ष की जिम्मेदारी अश्वनी शर्मा संभाल रहे थे। पार्टी ने पंजाब में विध ानसभा चुनावों से पहले कांग्रेस छोड़कर आए पूर्व कांग्रेस नेता सुनील जाखड़ को कमान सौंपी है। तो वहीं केंद्र में मंत्री जी किशन रेड्ग्डी को तेलंगाना की जिम्मेदारी दी गई है। अभी बी संजय कुमार तेलंगाना के अध्यक्ष थे। बीजेपी ने पिछले दिनों बिहार में प्रदेश अध्यक्ष को बदला था। अब पार्टी ने बिहार से अलग होकर बने झारखंड में बदलाव किया है। पार्टी ने यहां पर पूर्व मुख्यमंत्री बाबूलाल मरांडी को कमान सौंपी है। झारखंड में झामुमो की अगुवाई वाला महागठबंधन सत्ता में हैं। अभी तक झारखंड में पार्टी संगठन की कमान दीपक प्रकाश के पास थी। मरांडी विधानसभा में नेता विपक्ष थे। ऐसे में संभावना है कि पार्टी नेता विपक्ष की जिम्मेदारी किसी और नेता को सौंपेगी। बीजेपी कुछ और राज्यों में प्रदेश अध्यक्ष बदल सकती है।

खालिस्तान समर्थकों ने सैन फ्रांसिस्को में स्थित भारतीय वाणिज्य दूतावास में लगाई आग

सैन फ्रांसिस्को। अमेरिका के सैन फ्रांसिस्को में स्थित भारतीय वाणिज्य दूतावास पर खालिस्तान समर्थकों ने हमला किया और आग लगा दी। पांच महीने में दूतावास पर दूसरी बार हमला हुआ है। मंगलवार को स्थानीय टीवी चौनल दिया टीवी ने रिपोर्ट किया कि खालिस्तान समर्थकों ने शनिवार-रविवार की दरम्यानी रात 1:30 बजे से 2:30 बजे हमला किया था। इससे पहले मार्च में खालिस्तान समर्थकों ने भारतीय वाणिज्य दूतावास में तोड़फोड़ की थी। टीवी चौनल ने एक वीडियो भी शेयर किया है और कहा कि यह खालिस्तानी समर्थकों द्वारा जारी किया गया है। आगजनी की इस घटना में कोई घायल नहीं हुआ था। सैन फ्रांसिस्को फायर डिपार्टमेंट ने जल्द ही आग पर काबू पा लिया था। इस घटना पर अमेरिकी विदेश विभाग के प्रवक्ता मैथ्यू मिलर ने कहा कि अमेरिका बर्बरता और आगजनी के प्रयास की "कड़ी निंदा" करता है।

उन्होंने कहा, "अमेरिका में राजनयिक सुविधाओं या विदेशी राजनयिकों के खिलाफ बर्बरता या हिंसा अपराध है।"

मार्च में भारत में पंजाब पुलिस अमृतपाल सिंह की तलाश के लिए अभियान चला रही थी। इसके खिलाफ खालिस्तान समर्थकों ने सैन फ्रांसिस्को स्थित भारतीय दूतावास पर हमला किया था और तोड़फोड़ की थी। इस घटना का वीडियो सामने आया था। इसमें दिख रहा था कि भीड़ भारतीय दूतावास पर हमला कर रही है। इस दौरान भारतीय वाणिज्य दूतावास की दीवार पर "फ्री अमृतपाल" लिखे गए थे और खालिस्तान समर्थक नारे लगाए गए थे।

दून वैली मेल

संपादकीय

विपक्षी एकता पर भाजपा का बड़ा वार

उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस में टूट-फूट और 2016 के स्टिंग ऑपरेशन जैसे मुद्दों को लेकर चर्चाएं हो रही है वह बेवजह नहीं है। केंद्र और प्रदेश की भाजपा सरकारों द्वारा एक सोची-समझी रणनीति के तहत यह काम किया जा रहा है भाजपा राष्ट्रीय स्तर पर विपक्षी एकता की कमर तोड़ने और राज्य स्तर पर अपनी प्रतिद्वंदी पार्टियों को कमजोर करने की रणनीति पर आगे बढ़ रही है। बात चाहे पूर्व सीएम हरीश रावत के 2016 के स्टिंग की हो जिसके लिए 7 साल बाद सीबीआई को इससे जुड़े लोगों के वॉयस सैंपल लिए जाने की याद आई है या फिर दिल्ली सरकार के मंत्री मनीष सिसोदिया जिन्हें शराब घोटाले में जेल की सलाखों के पीछे पहुंचा दिया गया है अथवा लालू यादव परिवार के खिलाफ जमीन के बदले नौकरी मामले में चार्जशीट दायर करने की हो। देशभर की इन तमाम घटनाओं की कड़ियों को अगर देखा जाए तो यही समझ आता है कि इसके लिए जो समय चुना गया है वह जानबूझकर चुना गया है। केंद्रीय जांच एजेंसियों के दुरुपयोग का जो मामला विपक्षी दल उठाकर सरकार को घेरते रहे हैं उन्हें अब चुनाव से पूर्व सबक सिखाने की इन कोशिशों का उद्देश्य क्या है इसे आसानी से समझा जा सकता है अभी हाल में महाराष्ट्र में जो घटित हुआ है उसके पीछे भी कुछ ऐसे ही कारण निहित है। एनसीपी के वह तमाम नेता जो कई घोटालों में आरोपी थे वह अब भाजपा के पाले में इसलिए जाकर खड़े हो गए हैं क्योंकि उन्हें अपने जेल जाने का डर सता रहा था। अजीत पवार सहित तमाम एनसीपी नेताओं द्वारा शरद पवार पर यह दबाव बनाया जा रहा था कि वह भाजपा के साथ खड़े हो और जब पवार ने उनकी बात नहीं सुनी तो वह उन्हें छोड़कर एनसीपी से ही अलग हो गए। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि बिहार के मुख्यमंत्री की तरह एनसीपी के पूर्व अध्यक्ष शरद पवार भी राष्ट्रीय स्तर पर विपक्षी एकता को मजबूत करने और सभी को जोड़ने के काम में लगे हुए थे। अब वह सब कुछ छोड़ कर अपनी पार्टी को बचाने की कोशिशों में व्यस्त हैं। ठीक वैसे ही स्थिति में बिहार के मुख्यमंत्री को भी देखा जा सकता है जो अपनी पार्टी में बगावत की आग की आहट मिलते ही अपने विधायकों को एकजुट रखने के प्रयासों में लगे हुए हैं। खास बात यह है कि भाजपा के नेताओं द्वारा भले ही केंद्रीय जांच एजेंसियों की कार्रवाईयों के बारे में यह कहा जाता रहा हो कि कानून अपना काम कर रहा है लेकिन कानून कैसे अपना काम करता है यह सभी जानते हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी कहते हैं कि जो लोग गारंटी देकर जनता को भ्रमित कर रहे हैं उनके लिए मोदी की भी एक गारंटी है कि वह किसी भी भ्रष्टाचारी को जेल भेज कर ही छोड़ेंगे। लेकिन उन्हीं की पार्टी द्वारा महाराष्ट्र में भ्रष्टाचार के आरोपियों को मंत्री और उपमुख्यमंत्री बनाकर सम्मानित भी किया जाता है। प्रधानमंत्री जो गारंटी दे रहे हैं क्या उसमें विपक्ष और सत्तापक्ष के भ्रष्टाचारियों के इस गारंटी के अलग-अलग मापदंड हैं? विपक्ष आरोप लगाता है कि भाजपा के पास ऐसी वाशिंग मशीन है जो उसके साथ आ जाए उसके सभी दाग धो देती है तो महाराष्ट्र इसका एक बेहतरीन उदाहरण है। भले ही अभी 2024 का चुनाव दूर सही लेकिन भाजपा ने विपक्ष को कमजोर और नाकाबिल साबित करने के लिए जो रणनीति तैयार की है उसका असर अभी से देखने लगा है। उत्तराखंड में तो कांग्रेस एक दशक से अपने अस्तित्व की लड़ाई लड़ ही रही है देखना होगा कि क्या कांग्रेस में अभी और भी टूट-फूट की गुंजाइश बाकी है। अगर ऐसा हुआ तो फिर भाजपा की तो बल्ले-बल्ले है।

एक लाख का ईनामी बदमाश गिरफ्तार..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

उक्त घर को रात के समय घेर कर दबिश दी गई तो फुरकान भागने लगा लेकिन पुलिस टीम द्वारा उसका पीछा कर पकड लिया गया। जिसे 2 जुलाई 2023 को न्यायिक मजिस्ट्रेट भागलपुर के समक्ष पेश कर 6 दिवस की ट्रान्जिट रिमान्ड लिया गया। बताया जा रहा है कि इस शातिर अपराधी फुरकान द्वारा पुलिस की गिरफ्तारी से बचने के लिये अपने आप को गंगनहर कलियर के पास अपने कपडे व मोबाईल रखकर अपने रिश्तेदारों को अपने डूबकर आत्महत्या करने की बात कहने की सूचना दी गई। जिससे पुलिस उसे मरा हुआ समझकर उसका पीछा करना छोड दे। इस पर इस बदमाश की पत्नी द्वारा गंगनहर थाने में जाकर अपने पति फुरकान की आत्महत्या की सूचना भी दी गयी थीं, लेकिन एसटीएफ ने तस्दीक कर लिया था इस बदमाश ने पुलिस को चकमा देने की नियत से ये प्लान बनाया गया है। उन्होंने बताया कि फुरकान कुख्यात मुकीम काला गिरोह का सक्रिय सदस्य है तथा इसपर डेढ दर्जन से अधिक मुकदमें दर्ज हैं।

उदीराथामृतायते युञ्जाथामश्विना रथम्।
अन्ति षद्भुतु वामवः।।
(ऋग्वेद ८-७३-१)

हे शासक और उसके मंत्रीगणों ! सीधे और सच्चे मार्ग पर चलने वालों के लिए आपके रक्षण का रथ सदैव तैयार रहना चाहिए जो उन्हें तुरंत सुरक्षा प्रदान करें।

O ruler and his ministers ! Your chariot of protection should always be ready for those who walk on the straight and true path, which should provide them immediate protection. (Rig Veda 8-73-1)

आरटीओ विभाग राज्य को पहुंचा रहा है करोडों का नुकसानः डंडरियाल

संवाददाता

देहरादून। महानगर सिटी बस सेवा महासंघ के अध्यक्ष विजय वर्धन डंडरियाल ने कहा कि अंतराज्जीय मार्ग की बसों के स्वामी राज्य में करोडों रूपये की टैक्स चोरी प्रति माह कर रहे हैं और पता होने के बावजूद आरटीओ विभाग घूस खाकर करोडों रूपये के राजस्व का नुकसान राज्य को पहुंचाया जा रहा है।

आज यहां प्रेस क्लब में पत्रकारों से वार्ता करते हुए उन्होंने कहा कि उन्होंने मुख्यमंत्री को पत्र लिखकर शिकायत की थी कि विकासनगर, डाकपत्थर एवं सहबद्ध अंतराज्जीय मार्ग की बसों के वाहन स्वामी उत्तराखण्ड राज्य में करोडों रूपये की टैक्स चोरी प्रति माह कर रहे हैं और इसका पता होने के बावजूद परिवहन विभाग/आरटीओ देहरादून द्वारा

घूस खाकर करोडों रूपये के राजस्व का नुकसान राज्य को पहुंचा रहा है। उन्होंने कहा कि दो संभागो के विलय के बाद वर्तमान में यहां 116/117 बसें संचालित हैं उत्तर प्रदेश और उत्तराखण्ड के आपसी पारस्परिक सहमति से प्रति दिन इन बसों द्वारा 81 सिंगल फेरे एवं 45 फेरे ही मान्य है जबकि 65 फेरों का समय सारणी बस धारकों द्वारा एसटीए में प्रस्तुत है। जबकि इन बसों द्वारा प्रति दिन 464/466 सिंगल फेरे तथा 234 वापसी फेरे इन मार्गो पर 116/117 बसों द्वारा चलाये जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि 20 जून की आरटीए की बैठक में पूरक/अनुपूरक मद में जीपीएस सिस्टम ना रखने के बावजूद भी प्रेमनगर परवल मार्ग की सिटी बसों में जीपीएस सिस्टम लगाने के आदेश जारी किये लेकिन जिन बसों द्वारा करोडों रूपये प्रति माह टैक्स चोरी की जा रही है उन बसों में जीपीएस लगाने के आदेश अब तक क्यों नहीं जारी किये है। जबकि इन वाहनों टैक्स चोरी की शिकायत की जांच वित्त मंत्रालय से मार्फत जिलाधि कारी के यहां से वर्ष 2022 में ही आई हुई है लेकिन आरटीओ देहरादून द्वारा जांच पर कुंडली मार दी गयी।

कांवड़ यात्रा का विधिवत शुभारंभः गंगा पूजन के लिए हर की पैड़ी पहुंचे डीएम व एसएसपी हरिद्वार

हरिद्वार (हसं)। जिलाधिकारी हरिद्वार धीराज सिंह गबर्याल एवं एसएसपी अजय सिंह द्वारा आज संयुक्त रूप से हर की पैड़ी पहुंचकर मां गंगा की पूजा अर्चना एवं दुग्धाभिषेक कर विधिवत रूप से कावड़ मेला 2023 का शुभारंभ किया गया। इस अवसर पर जिलाधिकारी एवं एसएसपी सहित शासन/प्रशासन के विभिन्न अधिकारियों द्वारा गंगा जल लेने हर की पैड़ी पहुंचे कांवड़ियों को पेयजल की बोतलें एवं फलाहार वितरित कर सकुशल यात्रा की शुभेच्छा प्रकट की। कार्यक्रम के दौरान गंगा सभा के प्रतिनिधि एवं कई गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

गुस्साये कांवडियों ने किया हाईवे जाम

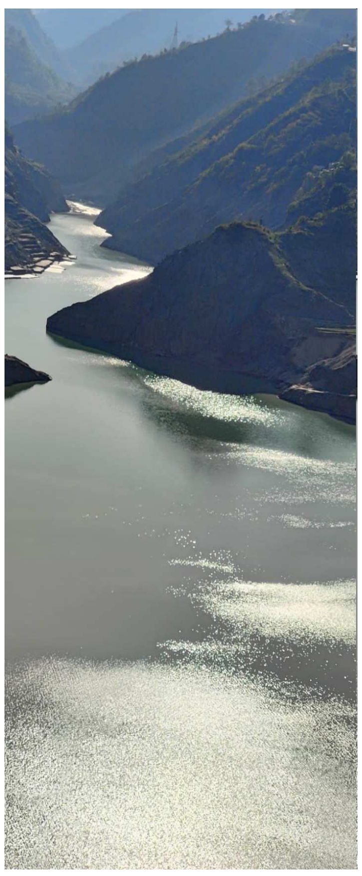
हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कांवडियों द्वारा आज सुबह पुलिसकर्मी से शौचालय का रास्ता पूछे जाने व पुलिसकर्मी का अटपटा जवाब मिलने से गुस्साये कावड़ियों ने कांवड़ नीचे रख सड़क पर बैठकर हाइवे जाम कर दिया गया। जिस पर पुलिस व आम जन द्वारा समझाये जाने पर कांवडिये चलते बने।

मामला मंगलौर थाना क्षेत्र का है। मिली जानकरी के अनुसार हरिद्वार जल भरने आ रहे कांवड़ियों ने हाईवे पर किसी पुलिसकर्मी से शौचालय जाने का रास्ता पूछा गया जिसके बाद पुलिसकर्मी से अटपटा जवाब मिलने पर कांवडिये भड़क उठे, आरोप है कि पुलिस कर्मी द्वारा उनके साथ अभद्रता की गई। जिसके चलते कावड़ियों ने अपनी कांवड़ हाईवे के बीच रखकर सड़क जाम कर दी। बताया जा रहा है कि यह बवाल करीब आधे घंटे तक चलता रहा जिसके कारण जाम की स्थिति बनी रही। बताया जा रहा है कि कुछ पुलिसकर्मियों द्वारा स्थानीय लोगों की मदद से कुछ देर बाद कांवड़ियों को समझाकर मामला शांत कराया गया, तब जाकर जाम खुला। वही मामले में मंगलौर कोतवाल का कहना है की किसी बात को लेकर कांवड़िये भड़क उठे जिसके बाद चौकी इंचार्ज मौके पर पहुचे ओर उस पुलिसकर्मी को वहा से भेज कर कांवड़ियों को शांत कराया गया। जिसके बाद सामान्य स्थिति बनी।

'त्रिपथगा'

अब अपने दोनों किनारों को छूकर,,
बहने लगी है गंगा।।
हिमालय की बर्फ और मिट्टी को,,
साथ बहाकर चली है गंगा।।
अब हिमालय के हिम व मिट्टी से,,
नई सुगंध से महक रही है गंगा।।
अब अपने रंग रूप को,,
नए श्रृंगार में बहने लगी है गंगा।।
तापमान बढ़ने के साथ ही,,
तेरा आकार भी बढ़ने लगा है गंगा।।
खुद में समाई गंदगी को,,
ढोकर ले चली है गंगा।।
आठ महीनों के इंसान के,,
दुष्कर्मों को बहा ले गई गंगा।।
तेरे किनारों की जिस जमीं पर,,
वर्षभर हम गंदगी फैलाते थे गंगा।।
उस खाली जमीं को अब,,
तुमने वापिस ले लिया है गंगा।।
आज तक तेरे किनारों पर,,
फैली गंदगी तो दिख जाती थी गंगा।
जो गंदगी हमारे गुनाहों का,,
जीता जागता सबूत थे गंगा।।
अब भी तेरे किनारों पर,,
गंदगी फेंकी जाएगी गंगा।।
ये अलग बात है कि गुनाहों का,,
सबूत तू साथ बहा ले जाएगी गंगा।।
तेरे को रौंदने वाली दानव मशीनें भी,,
किनारों पर शांत हो चली हैं गंगा।।
तेरे किनारे अवैध क्रेशर प्लांटों को,,
हटाने की हिम्मत कौन जुटाएगा गंगा।।
अब चार महीनों विस्तार में,,
यूं ही निर्मल बहेंगी गंगा।।



● लोकेन्द्र सिंह बिष्ट
प्रांत संयोजक, गंगा विचार मंच उत्तराखण्ड उत्तरकाशी

डॉ. सौरभ गहरवार ने रुद्रप्रयाग के 27वें जिलाधिकारी के रूप में कार्यभार ग्रहण किया

कार्यालय संवाददाता

रुद्रप्रयाग । नव आगंतुक जिलाधिकारी डॉ. सौरभ गहरवार ने जनपद रुद्रप्रयाग के 27वें जिलाधिकारी के रूप में अपना कार्यभार ग्रहण किया। इस अवसर पर अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा जिलाधिकारी का जनपद आगमन पर स्वागत किया गया। जिलाधिकारी डॉ. सौरभ गहरवार ने कहा कि श्री केदारनाथ धाम की यात्रा को सरल, सुगम एवं सुव्यवस्थित ढंग से संचालित करने तथा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का ड्रीम प्रोजेक्ट केदारनाथ धाम में चल रहे निर्माण कार्यों को समयबद्धता एवं गुणवत्ता के साथ पूर्ण कराना उनकी प्राथमिकता में है। उन्होंने कहा कि मानसून की दृष्टिगत संवेदनशील एवं भू-स्खलन क्षेत्रों में सड़क मार्ग बाधित होने पर सड़क मार्ग को आवाजाही हेतु तत्काल खुलवाने के लिए जेसीबी मशीन सहित कार्मिकों की उपलब्धता सुनिश्चित की जाएगी। उन्होंने कहा कि जनपद में बेहतर स्वास्थ्य सुविधा एवं गुणवत्ता युक्त शिक्षा उपलब्ध कराने के साथ ही पलायन प्रभावित गांवों में सरकार द्वारा संचालित विभिन्न जन कल्याणकारी योजनाओं को उपलब्ध कराना उनकी प्राथमिकताओं में रहेगा। उन्होंने कहा कि आम जनता की समस्याओं का त्वरित निराकरण किया जाएगा जिसके लिए सभी अधिकारी पूरी गंभीरता से लें और उनका तत्काल निस्तारण करें, इसके लिए अधिकारियों को कड़े निर्देश दिए जाएंगे। साथ ही सरकार की हर महत्वकांक्षी योजना को आम जनता तक पहुंचाने के लिए धरातल पर पूरी मेहनत से काम करने का प्रयास किया जाएगा इसके लिए भी ठोस कार्ययोजना तैयार की जाएगी। इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी नरेश कुमार, अपर जिलाधिकारी दीपेंद्र सिंह नेगी, उप जिलाधिकारी रुद्रप्रयाग अपर्णा ढौंडियाल, वरिष्ठ कोषाधिकारी विनोद कुमार, प्रभारी अधिकारी जिला कार्यालय मंजू राजपूत, सहायक कोषाधिकारी प्रेमचंद्र पांडेय, लेखाकार मनोज मलेठा आदि मौजूद रहे।

चाकू से हमला कर पत्नी को किया घायल

देहरादून (सं)। पत्नी पर चाकू से हमला कर उसको घायल करने के मामले में पुलिस ने पति के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार हरिपुर कलां निवासी भगवती देवी ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पति वीरेन्द्र सिंह भण्डारी आये दिन उसके साथ गाली गलौच मारपीट करते रहते हैं। उसने बताया कि आज उसके पति ने उसके साथ गाली गलौच करते हुए मारपीट शुरू कर दी और चाकू से उसके ऊपर हमला कर दिया जिससे वह गम्भीर रूप से घायल हो गयी और किसी तरह से अपनी जान बचाकर वहां से भागी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मोटरसाईकिल की टक्कर से स्कूटी सवार घायल

देहरादून (सं)। मोटरसाईकिल की टक्कर से स्कूटी सवार गम्भीर रूप से घायल हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार आमबाग निवासी रमेश चंद जोशी अपनी स्कूटी से बाजार से घर की तरफ आ रहा था जब वह घर के पास पहुंचा तभी सामने से आ रहे मोटरसाईकिल सवार ने तेजी से आते हुए उसकी स्कूटी पर टक्कर मार दी जिससे रमेश जोशी का पैर फ्रैक्चर हो गया। मोटरसाईकिल सवार मौके से फरार हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

पार्षद ने लगाया उसके लेटर हैड के दुरूपयोग का आरोप

देहरादून (सं)। पार्षद ने नगर आयुक्त को पत्र लिखकर उसके लेटर हैड के दुरूपयोग किये जाने का आरोप लगाया। आज यहां सहस्त्रधारा रोड निवासी पार्षद नीतू बाल्मीकि ने नगर आयुक्त को पत्र देते हुए बताया कि किसी व्यक्ति के द्वारा उसका लेटर हैड चोरी कर उसका दुरूपयोग किया गया है। उसने बताया कि उस लेटर हैड में ना तो उसके असली हस्ताक्षर है और ना ही राईटिंग भी उसकी नहीं है। उसने नगर आयुक्त से उक्त लेटर हैड पर लिखी शिकायत को निरस्त करने की मांग की है। उसने नगर आयुक्त से मांग की है कि उक्त पत्र को निरस्त कर मामले की जांच कर उसके लेटर हैड का दुरूपयोग करने वाले के खिलाफ कार्यवाही की जाये।

ज्ञानरुपी प्रकाश की ओर ले जाने वाला ही गुरु हैः आचार्य ममगांई

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। भगवान व्यास जी ने पूरे विश्व के लोंगो को प्रकाशित किया ज्ञान प्रकाश से। वेद व उच्च विचार से परिचित किया । वेद विभाजन से ज्ञान का विभाजन होना उतम है। लेकिन समाज का विभाजन नहीं होना चाहिए। इस बात का ध्यान रखने वाले का नाम ही गुरू है। जो सन्मार्ग पर ले जाने वाला व पथ प्रदर्शित करने वाला तथा अन्ध कार को दूर करने वाला ही गुरू है । आज गुरू पूर्णिमा। व्यास पूर्णिमा के शुभ अवसर पर 'अखिल गढ़वाल सभा भवन में श्रीकृष्ण सेवा सदन के द्वारा आयोजित गुरू पूर्णिमा के अवसर पर भक्तो को संबोधित करते हुए श्रीकृष्ण सेवा सदन के संस्थापक आचार्य शिव प्रसाद ममगांई जी ने यह बात कही। आषाढ पूर्णिमा के दिन आदि गुरू भगवान शंकर जी ने सप्त ऋषियों की तपस्या के बाद उन्हे आज ही के दिन गुरू ज्ञान दिया था। जिसके कारण आज भी आकाश मे चमकते हुए सबको प्रकाशित करने के लिए चमकते हुए सप्तऋषि दिखाई देते है ।इसलिए जीवन मे गुरू का बहुत बडा महत्व है । गुरू ब्रह्मा यानि सृजन करने वाला। गरू विष्णु पालन करने वाला। गुरू देव महेश्वर यानि संहार करने वाला ही गुरू है।

शिष्य के जीवन मे पहले से ही गुरुकुल मे ज्ञान का सृजन जिसके द्वारा

स्वयं से जुडे हुए लोगो का पालन करने वाला तथा दु:ख का संहरण करने वाला ही गुरू है ।

भारत मे गुरू पूर्णिमा का पर्व हिन्दू बौद्ध। जैन धर्म के अनुयायियो के द्वारा मनाया जाने वाला पर्व ही गुरु पर्व है । भगवान बुद्ध ने वाराणसी के समीप सारनाथ मे पांच भिक्षकु को अपना उपदेश दिया था । हिमालय के ऊपरी क्षेत्र मे भगवान शंकर ने सप्तर्षियो सहित कई लोगो को आज ही के दिन बहुत लोगो को ज्ञान की प्राप्ति हुई है। अस्ल मे अपना कर्तव्य का बोध ओर ईश्वर का मार्ग प्रशस्त कराने वाला ही दिक्षा गुरू होता है। इसलिए जीवन मे। एक संत ।एक ग्रंथ ओर एक भगवंत की आवश्यकता है। ईश्वर जो करता है अच्छे के लिए ही करता है यदि सुख दुख को ईश्वर का प्रसाद समझकर संयम से ग्रहण करें तथा हर समय परहित का चिंतन करें। श्रीकृष्ण सेवा सदन के सदस्यों द्वारा गुरू पूर्णिमा के शुभ अवसर पर जलपान एवं प्रसाद वितरण किया गया। इस अवसर पर विशेष रूप से कमला नौटियाल, लक्ष्मी बहुगुणा, देवेन्द्र काला, गढवाल सभा के अध्यक्ष रोशन धस्माना, महासचिव गजेन्द्र भंडारी, कोषाध्यक्ष संतोष गैरोला, उत्तराखण्ड विद्वत सभा अध्यक्ष जयप्रकाश गोदियाल, आचार्य दिवाकर भट्ट, आचार्य प्रदीप नौटियाल, आचार्य हर्षमणि घिल्डियाल, चन्द्र बल्लभ बछेती, अभिजित काला, दिग्विजय सिंह चौहान, सुमिता थापा, कुसुम नेगी, ममता गुसाईं, निर्मला गुसाईं, कृष्णा कोठियाल, शैली कोठियाल उनियाल, सुषमा थपलियाल, सुरेन्द्र नौटियाल, ऊषा पुण्डिर, सुशीला चौहान, तारा पुण्डिर, संगीता चौधरी, गायत्री चौहान, सीमा मेहर, पुष्पा पुण्डिर, लीला पुण्डिर, गीता पुण्डिर, कृष्णा पुण्डिर, चन्नी पुण्डिर, रमा सैनी, अक्षरा सैनी, वंशिका चौधरी, अनंत चौधरी, आयुष्मान सैनी, मालदेवता, किशनपुर, धर्मपुर क्षेत्रो, से आकर भक्तजनों ने बढ चढकर हिस्सा लिया।

दुकान का ताला तोडकर लाखों का सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। दुकान का ताला तोडकर वहां से लाखों रूपये का सामान चोरी किये जाने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बरोटीवाला निवासी देशराज राणा ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी क्षेत्र में ही शिव ट्रेडर्स के नाम से दुकान है। आज प्रात: जब वह अपनी दुकान पर पहुंचा तो उसने देखा कि उसकी दुकान का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान बिखरा हुआ था। चोर उसकी दुकान से एक लैपटॉप, टेलीविजन, डीवीआर व अन्य सामान चोरी करके ले गये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

बस की बैटरियां चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने बस की बैटरियां चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आशुतोष नगर प्रगति विहार निवासी हुकुम सिंह ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि प्रगति विहार पॉली किड्स में उसकी बस खडी थी। आज प्रात: जब वह वहां पर पहुंचा तो उसने देखा कि उसकी बस की दो बैटरियां गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

गोर्खाली सुधार सभा की हरिद्वार शाखा का प्रथम वार्षिक अधिवेशन आयोजित

कार्यालय संवाददाता

हरिद्वार। गोर्खाली सुधार सभा की हरिद्वार शाखा की प्रथम वार्षिक आम बैठक सम्पन्न हुई।

शाखा अध्यक्ष शमशेर बहादुर बम ने प्रथम वार्षिक अधिवेशन में भागीदारी कर रहे सभी सम्मानित सदस्यों एवं अतिथियों के प्रति आभार व्यक्त किया। विगत एक वर्ष के कार्यो से उपस्थित लोगों को अवगत कराते हुए कहा कि अल्पकाल में जहां दो सदस्यों को आर्थिक सहायता दिलाई वहीं तीन छात्रो को छात्रवृत्ति दिलाने में भी सफलता प्राप्त की, उन्होंने समाज व राष्ट्र की एकता के लिए समुदाय के सभी लोगों से एकजुट होने एवं अधिक से अधिक संख्या में सदस्य बनने का आह्वान किया, साथ ही उन्होंने आय -व्ययका सम्पूर्ण लेखा जोखा का ब्यौरा दिया।

इस अवसर पर अधिवेशन में उपस्थित मुख्य अतिथि केंद्रीय अध्यक्ष पदम सिंह थापा, महामंत्री गोपाल क्षेत्री एवं मीडिया प्रभारी प्रभा शाह, रायवाला शाखा अध्यक्ष टिका बहादुर थापा, समाजसेवी राजेन्द्र शाह का स्वागत व अभिनंदन किया।

इस अवसर पर केंद्रीय पदाधिकारियों ने गोर्खाली सुधार सभा के कार्यो, उपलब्धियों एवं आगामी योजनाओं के विषयमें विस्तार से अवगत कराया। केंद्रीय अध्यक्ष पदम सिंह थापा के सराहनीय कार्यों एवं उत्कृष्ट योगदान हेतु स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। केंद्रीय अध्यक्ष पदम सिंह थापा द्वारा शाखा के मेधावी छात्रों को रितिका शर्मा, कविता डांगी एवं प्रशांत शर्मा को छात्रवृत्तियाँ प्रदान की गई। वरिष्ठ सदस्य एवं समाजसेवी पदम बहादुर बम, नारायण शर्मा, जसवंत थापा, जय बहादुर थापा, मन बहादुर , ठग खड्का, कमल खड्का, शेर बहादुर बिष्ट,भगवान जोशी, विजय सिंह का शाल ओढ़ाकर सम्मानित किया। कार्यक्रम का सफल संचालन सचिव लोकनाथ सुवेदी ने किया। केंद्रीय अध्यक्ष पदम सिंह थापा ने शाखा के कार्यों एवं सहयोग की सराहना की एवं भविष्यमें भी इसी प्रकार सहयोग की आशा व्यक्त की। शाखा के वार्षिक अधिवेशन में आशीष थापा, पुष्पराज पांडे, विजय ठाकुर, सुधीर आले, उमा गुरुंग, शाखाके वरिष्ठ महानुभावजन , मातृशक्तियाँ एवं युवाजन उपस्थित रहे।

ऑनलाईन जॉब के नाम पर ठगे एक लाख 97 हजार रूपये

संवाददाता

देहरादून। ऑनलाईन जॉब दिलाने के नाम पर एक लाख 97 हजार रूपये की ठगी के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गढी कैण्ट निवासी संगीता रावत ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके द्वारा सोशल मीडिया पर विभिन्न कम्पनियों द्वारा भेजे गये विज्ञापन पर पार्ट टाईम जॉब हेतु निवेदन किया गया था, 28 मई 2023 को टेलीग्राम पर किसी अज्ञात महिला जानवी द्वारा ऑनलाईन सम्पर्क किया गया था। उसने उसका 11 जून 2023 को टेलीग्राम पर मैसेज देखकर जवाब दिया तो जानवी उपरोक्त ने बताया कि वह ऊबर ईटस नामक कम्पनी के लिए फ्री लान्सर के रूप में कार्य करती है और उसके द्वारा उसको भी ऑनलाईन पार्ट टाईम जॉब पर नियुक्त करने के लिये उसको एक लिंक भेजा तथा जानवी द्वारा अपना इन्विटेशन कोड जिसे मुझे ज्वाईनिंग के लिये भेजा गया, और टेलीग्राम मे वीडियों व चेट के माध्यम से कार्य की प्रक्रिया समझाई गई व एक टेलीग्राम ग्रुप का लिंक भेजा जिसके द्वारा उसने उपरोक्त महिला के ग्रुप रिजर्व विद ऊबर 109 को जॉइन किया। महिला द्वारा कार्य के विवरण के रूप में ये बताया गया कि जो ऊबर ईटस प्लेटफार्म है वह दुनिया के कई देशों के होटल व रेस्टोरेन्ट की रेटिंग बढ़ाने के लिए ऑर्डर जनरेट करते है उसके लिए उसके अकाउन्ट में 11,000 रूपये जमा करने होते है व उसके बदले में कम्पनी 30-50 रूपये हर ऑर्डर जनरेशन पर अकाउन्ट में जोडती जाती है।

यह प्रक्रिया 25 के 3 लोट में किया जाना बताया गया, जो उसको ठीक लगा तो उसके द्वारा उनके एप पर दिए गये निर्देशों के अनुसार कार्य किया गया। इसके पश्चात उक्त महिला ने उसको अधिक धन कमाने का लालच देकर उससे समय समय पर रूपये लिये गये जोकि एक लाख 97 हजार रूपये उससे ठग लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

इस्टाग्राम में बलात्कार व जान से मारने की धमकी देने पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। नाबालिग को इस्टाग्राम पर बलात्कार करने व जान से मारने की धमकी देने के मामले में पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सहस्त्रधारा रोड निवासी व्यक्ति ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी 16 वर्षीय नाबालिक पुत्री को 7 जून, 2023 से इंस्टाग्राम पर किसी अज्ञात व्यक्ति द्वारा उत्पीड़न और धमकाया जा रहा है। यह अज्ञात व्यक्ति इंस्टाग्राम पर वेभवी 3347 के नाम से आई डी चला रहा है। वह उसकी बेटी को सामुहिक बलात्कार और हत्या की धमकी दे रहा है। पहले तो उन्होंने इस मामले को गंभीरता से नहीं लिया लेकिन अभी भी उसकी आक्रामकता रूकने का नाम नहीं ले रही है। उसकी पुत्री द्वारा इंस्टाग्राम पर कोई जवाब न देने के बावजूद वह उसे लगातार मैसेज व कॉल कर रहा है। वह हाथ में बंदूक पकड़े हुए कई तस्वीरें और वीडियो भेज रहा है वह मैसेज में बहुत गाली-गलौज, बलात्कार, अपहरण और हत्या की धमकी दे रहा है। तब से उसकी बेटी सदमे में है।

7 जून 2023 को उन्होंने उसे यह समझाने की कोशिश भी की कि वह जो कर रहा वह गलत है उसकी बेटी की इंस्टाग्राम आईडी का इस्तेमाल करते हुए उन्होंने उसे मैसेज किए लेकिन वह समझने के बजाय उनको भी धमकी और गालियां देना शुरू हो गया। उसकी आक्रामकता के कारण उन्होंने उसे विषय बदलकर बातों से समझाने की कोशिश की परंतु उसके न समझके के कारण बाद में उसके किसी और संदेश का जवाब देना भी बंद कर दिया। फिर भी अभी तक उसकी आक्रामकता थमने का नाम नही ले रही है। उनका परिवार देहरादून में रहने वाला एक बहुत ही सामान्य और कानून का अनुपालन करने वाला परिवार हैं। वह और उसकी पत्नी दोनों कामकाजी हैं और ज्यादातर शहर से बाहर रहते हैं। उसकी बेटी स्कूल और ट्यूशन अकेले जाती है। इस घटना के बाद से वह काफी असुरक्षित महसूस कर रही हैं। इसलिए उसने अपनी ट्यूशन की कक्षाओं में जाना भी बंद कर दिया है। उसका पूरा परिवार इस घटना से बहुत सदमे में हैं और असुरक्षित महसूस कर रहा हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

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

क्या आपके घुटने जवानी में ही देने लगे हैं जवाब, दिनचर्या में शामिल करें ये योग

पहले के समय में घुटनों के दर्द की समस्या को उम्र से जोड़कर देखा जाता था। उम्र बढ़ने के साथ जोड़ों और घुटनों का दर्द होना आम बात हैं। लेकिन आजकल यह समस्या जवानी में भी देखने को मिल रही हैं। जी हाँ, वर्तमान में कई युवा ३० की उम्र पार करते ही अर्थराइटिस या गठिया का शिकार हो जाते हैं। शुरुआत में ही इस पर ध्यान न दिया जाए तो आपका शरीर आने वाले समय में दूसरों के सहारे रहने पर मजबूर कर देगा। इसलिए आज इस कड़ी में हम आपको कुछ ऐसे योगासन के बारे में बताने जा रहे हैं जिन्हें दिनचर्या में शामिल करते हुए घुटनों को मजबूती प्रदान करने की जरूरत हैं। योग करने से पैरों का रक्त संचार बेहतर होता है और घुटनों के दर्द से राहत मिलती है। रोजाना योग करें ताकि घुटने मजबूत हों और पैरों में होने वाले असंतुलन को कम किया जा सके। आइये जानते हैं इन योगासन के बारे में...

वीरासन : घुटनों के दर्द के लिए योग में शामिल पहला नाम वीरासन का है। यह योग शरीर और मन दोनों को शक्ति दे सकता है। इसके लिए सबसे पहले समतल जमीन पर योग मैट बिछा लें। अब योग मैट पर आप घुटनों के बल बैठ जाएं। अपने हाथों को सामान्य तरीके से अपने घुटनों पर रखें। अब अपने दोनों घुटनों को करीब लाएं। ऐसे करने से दोनों पैरों के बीच दूरी बन जाएगी। ध्यान रहे, दूरी इतनी होनी चाहिए कि दोनों पैरों के बीच आराम से आपके नितम्ब (हिप्स) आ सके। अब अपने दोनों टखनों को जांघों से बाहर की तरफ रखें। फिर धीरे-धीरे अपने नितम्ब को जमीन पर रखने की कोशिश करें। अगर पहली बार कोई यह योग मुद्रा कर रहा है, तो हिप्स के नीचे छोटा तकिया रख सकते हैं। जब आप पूरी तरह वीरासन योग मुद्रा में आ जाए, तो इसी मुद्रा में कम से कम ३० सेकंड तक रहने की कोशिश करें। फिर धीरे-धीरे सामान्य मुद्रा में आएं। इस पूरी प्रक्रिया को अपनी सुविधा के अनुसार दो से तीन बार दोहराएं।

धनुरासन : धनुरासन एक ऐसा आसन है जो ना केवल घुटनों के दर्द को खत्म करता है बल्कि इससे पीठ दर्द तनाव और मांसपेशियों की खिंचाव भी दूर होती है। इतना ही नहीं ये बंद नसों को भी खोलता है जिससे शरीर में फुर्ती बन जाती है। धनुरासन करने के लिए पहले पेट के बल सीधे लेट जाएं उसके बाद शरीर के अगले हिस्से को थोड़ा थोड़ा ऊपर उठाएं और पीछे से दोनों पैरों को ऊपर उठाएं और अपने आगे वाले दोनों हाथों से पीछे वाले पैरों के पंजों को पकड़ें, गर्दन को भी जितना हो सके ऊपर की ओर खींचे और धनुष का आकार ले लें।

त्रिकोणासन : इस योगासन के अभ्यास से मांसपेशियों का दर्द कम होता है। त्रिकोणासन करने के लिए सीधे खड़े हो जाएं। अब पैरों के बीच करीब दो फीट की दूरी रखें और लंबी गहरी सांस लेते हुए शरीर को दाईं ओर झुकाएं। फिर बाएं हाथ को ऊपर की ओर ले जाएं। अपनी नजरें भी बाएं हाथ की उंगलियों पर टिकाएं। कुछ देर इस मुद्रा में रहे और फिर सामान्य अवस्था में आ जाएं। अब दूसरी ओर से ये प्रक्रिया अपनाएं।

मलासन: इस आसन में मल त्याग करने की मुद्रा में बैठने का प्रयास किया जाता है। इसे अंग्रेजी में गारलैंड पोज कहा जाता है। माना जाता है कि मलासन पैरों में रक्तसंचार को बेहतर बनाने के साथ-साथ पीठ और कमर के लिए भी उपयोगी हो सकता है। इसके लिए सबसे पहले किसी साफ और शांत जगह पर योग मैट बिछा लें। अब उस पर सीधे खड़े हो जाएं। फिर दोनों पैरों के बीच थोड़ी दूरी बनाएं। उसके बाद दोनों हाथों को प्रार्थना की मुद्रा में ले आएं। हाथों को प्रार्थना की मुद्रा में रखते हुए सीने के सामने लाएं। ध्यान रहे इस दौरान आपके हाथ सीधे रहने चाहिए। अब धीरे-धीरे नीचे बैठें, यह मुद्रा मलत्याग करने की स्थिति जैसी होती है। इस स्थिति में आने के बाद सांस छोड़ते हुए आगे की ओर थोड़ा झुकें। ध्यान रहे, इस अवस्था में आने के बाद दोनों कोहनियों को दोनों जांघों के बीच ९० डिग्री एंगल पर रखें। अब थोड़ी देर इस अवस्था में रहकर सामान्य तरीके से सांस लेते रहें। फिर धीरे-धीरे सामान्य अवस्था में आने के बाद सीधे खड़े हो जाएं।

गरुड़ासन :गरुड़ासन को अंग्रेजी में ईगल पोज भी कहा जाता है। यह आसन घुटनों को मजबूत बनाने और दर्द को दूर करने के लिए एक बेहद फायदेमंद योग है। इस आसन को करने के लिए जमीन पर सीधा खड़े हो जाएं। इसके बाद दाएं घुटने को मोड़ें फिर बाएं पैर पर खड़े होने का प्रयास करें। फिर दाएं पैर को बाएं के सामने घुमाते हुए पीछे की ओर लेकर जाएं। इस दौरान दाईं जांघ बाईं पर रखें। इस मुद्रा में दोनों हाथों को आगे की ओर लेकर जाएं। दोनों बाजुओं की कोहनी को मोड़कर क्रॉस करें। हाथों को क्रॉस करने के दौरान दाएं बाजू को बाएं पर रखें।

शब्द सामर्थ्य -066

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. ठुड्डी पर के बाल, ठुड्डी, ठोढ़ी 3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.) 5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा 6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.) 7. सविनय, विनती पूर्वक 10. बिलख-बिलख कर रोना 11. कहानी, उपन्यास 12. कुशल, दक्ष, विशेषज्ञ 13. भार, दबाव 14. शुभ-अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे

1. जंगल में लगी आग, दावाग्नि 2. मूल्य, दाम 4. स्वतंत्र, स्वाधीन 5. संकट, कष्ट, दर्द 7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ 8. बेइज्जती, अनादार 9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु 10. तबाह करने वाला,विनाशक 11. इस समय 13. असुर, राक्षस, दैत्य 14 ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति 15. पर्व, त्यौहार 16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि 17. वृक्ष, पेड़ 18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 65 का हल

खा	म	खां	■	■	इं	■	■	■
स	ह	■	ब	र	सा	त	■	प
■	क	हा	नी	■	न	क	च	ढ़ा
त	■	■	स्ब	■	■	ली	■	ई
क	या	म	त	■	क	फ	न	■
दी	■	र्दा	■	बा	बू	■	ह	वा
र	ह	ना	■	ल	त	खो	र	■
■	वा	■	नौ	क	र	■	■	सा
भा	ई	■	का	■	■	बा	द	ल

7 जुलाई को ओटीटी प्लेटफॉर्म जी5 पर रिलीज होगी हुमा कुरैशी की फिल्म तरला

बॉलीवुड एक्ट्रेस हुमा कुरैशी जल्द ही फिल्म तरला के साथ लोगों का एंटरटेनमेंट करने के लिए पूरी तरह से तैयार नजर आ रही हैं। आपको बता दें कि हुमा कुरैशी की आगामी बायोपिक फिल्म तरला का ऑफिशियल ट्रेलर रिलीज कर दिया गया है। हुमा ने खुद अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर इस फिल्म के ट्रेलर को शेयर किया है। जानकारी के अनुसार ये फिल्म फूड राइटर, शेफ और कुकबुक राइटर तरला दलाल के जीवन पर आधारित है। फिल्म में तरला दलाल का किरदार हुमा कुरैशी निभा रही हैं। इस फिल्म को काफी समय पहले ही रिलीज होना था लेकिन कुछ कारणों के चलते इसके रिलीज पर रोक लगाई गई थी। आखिरकार इस फिल्म का ट्रेलर रिलीज कर दिया गया है और इसे आगामी 7 जुलाई को ओटीटी प्लेटफॉर्म जी5 पर स्ट्रीम किया जाएगा। आपको बता दें कि हुमा कुरैशी ने सोशल मीडिया पर फिल्म तरला के ट्रेलर को शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा है- यह यहां है, जिंदगी में कुछ करने की खास रेसिपी आप भी नोट कर लीजिए! ट्रेलर रिलीज हो गया है। फिल्म का ट्रेलर सोशल मीडिया पर ट्रेंड कर रहा है। लोगों की मानें तो ट्रेलर में हुमा कुरैशी बिल्कुल तरला दलाल जैसी ही दिख रही हैं। हुमा कुरैशी इस फिल्म के जरिए अपने फैंस को खुश करने के लिए तैयार नजर आ रही हैं। फिल्म तरला का ट्रेलर शुरू होता है एक शादी के किस्से से। तरला दलाल की शादी होती है। फिर बच्चे होते हैं और ऐसे ही 12 साल बीत जाते हैं। इस बीच तरला लगातार परेशान नजर आती हैं कि आखिर वह जिंदगी में क्या करना चाहती हैं। इसके बाद वह अपने कूकिंग के नुस्खे से फैसला लेती हैं कि वह कुकिंग क्लासेज देना शुरू करेंगी। ऐसे शुरू होती हैं तरला दलाल के कुकिंग की जर्नी। हालांकि उनके इस सफर में कई बाधाएं आती हैं लेकिन वह कैसे इन सब से उबरती हैं ये तो आपको फिल्म में ही पता चलेगा। आपको बता दें कि हुमा कुरैशी के अलावा इस फिल्म में भारती अचरेकर, शारीब हाशमी, अमरजीत सिंह और राजीव पांडे जैसे कलाकार भी नजर आएंगे। इस फिल्म के डायरेक्टर पीयूष गुप्ता हैं। वहीं रोनी स्क्रूवाला, अश्विनी अय्यर और नितेश तिवारी फिल्म तरला के प्रोड्यूसर हैं। ये फिल्म ओटीटी प्लेटफॉर्म जी5 पर आगामी 7 जुलाई 2023 को रिलीज होगी। कौन हैं तरला दलाल तरला दलाल इंडियन फूड राइटर, शेफ, कुकबुक राइटर और कुकिंग शो की होस्ट रह चुकी हैं। वह पहली भारतीय महिला थीं जिन्हें साल 2007 में खाना पकाने की कला में पद्मश्री से सम्मानित किया गया था। उनके देसी नुस्खे आज भी हर भारतीय घर में इस्तेमाल किए जाते हैं।

येलो ब्रालेट पहन केट शर्मा ने इंटरनेट पर मचाई सनसनी

टीवी और भोजपुरी एक्ट्रेस केट शर्मा हमेशा अपने बोल्ड तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर हमेशा सोशल मीडिया का पारा बढ़ा देती हैं। वो हर बार अपने लुक्स से फैंस को अपनी ओर अट्रेक्ट करती रहती हैं। हाल ही में एक्ट्रेस केट शर्मा ने अपने हॉटनेस भरे अंदाज से फैंस को इस कदर दीवाना बना दिया है कि हर कोई उनकी तारीफ करता नहीं थक रहा है। एक्ट्रेस केट शर्मा आए दिन अपनी बोल्ड तस्वीरें फैंस के बीच शेयर करती रहती हैं। केट शर्मा जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर जमकर लाइक्स और कॉमेंट्स करते हैं। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें शेयर कर फैंस को अपनी ओर रीझाना शुरू कर दिया है। इन तस्वीरों में केट शर्मा ने येलो कलर की ब्रालेट और साथ ही व्हाइट कलर का शॉर्ट्स पहना हुआ है। ओपन हेयर और लाइट मेकअप कर के एक्ट्रेस केट शर्मा ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है। अभिनेत्री ने अपने इस फोटोशूट के दौरान कैमरे के सामने सिजलिंग अंदाज में पोज देकर फैंस को अपने हुस्न का कायल कर दिया है। एक्ट्रेस केट शर्मा ने अपनी इन तस्वीरों में डीपनेक क्लीवेज फ्लॉन्ट करते हुए हॉट फोटोज क्लिक करवाई हैं। केट शर्मा सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं और इंस्टाग्राम पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट काफी लंबी है।

बिग बॉस ओटीटी 2 में नए ट्विस्ट के साथ आएंगी रकुल प्रीत सिंह

एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह बिग बॉस ओटीटी-2 के वीकेंड का वार एपिसोड में अपनी अपकमिंग फिल्म आई लव यू का प्रमोशन करने आएंगी। फिलहाल, यह खुलासा नहीं हो पाया है कि क्या रकुल प्रीत गेस्ट अपीयरेंस के तौर पर आएंगी, या वीकेंड का वार एपिसोड के दौरान कंटेस्टेंट्स के साथ बातचीत करने के लिए एक स्पेशल गेस्ट के रूप में शामिल होंगी। उन्होंने कहा, मैं बिग बॉस ओटीटी पर पहले वीकेंड का वार का हिस्सा बनने के लिए वास्तव में उत्साहित हूं। मैं शो की बहुत बड़ी फैन हूं और हमेशा वीकेंड एपिसोड देखने की कोशिश करती हूं! एक्ट्रेस ने कहा, मैं सभी कंटेस्टेंट्स से मिलने और सलमान सर के साथ समय बिताने का बेसब्री से इंतजार कर रही हूं। सलमान सर को एक्शन में देखना बहुत मजेदार होने वाला है, और मैं स्पेशल ट्विस्ट के साथ वीकेंड के वार में आऊंगी। बता दें आई लव यू एक रोमांटिक थ्रिलर है। इसमें प्यार के भावुक और अंधेरे पक्ष को दर्शाया गया है, और इसमें पावेल गुलाटी, अक्षय ओबेरॉय और किरण कुमार भी हैं। जियो स्टूडियोज द्वारा प्रस्तुत, आई लव यू एथेना और द वर्मिलियन वर्ल्ड की प्रोडक्शन है, जो जाने-माने फिल्म निर्माता निखिल महाजन द्वारा लिखित और निर्देशित है, और ज्योति देशपांडे, सुनीर खेतरपाल और गौरव बोस द्वारा निर्मित है।

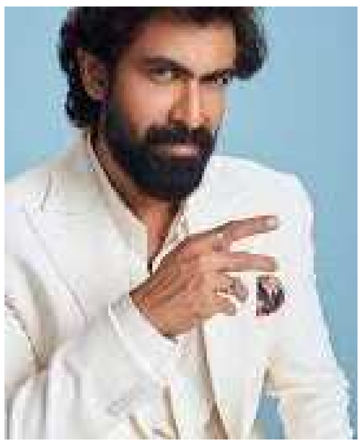
आज भी सिंगिंग करते वक्त घबरा जाती हूं : जन्नत जुबैर

एक्ट्रेस जन्नत जुबैर ने कहा कि उन्हें बचपन से ही एक्टिंग का शौक था, लेकिन सिंगिंग से उन्हें अब भी घबराहट होती है। जन्नत ने हाल ही में अपना नया गाना कायफा हलुका रिलीज किया है। गाने के लिए आयोजित कॉन्फ्रेंस में एक्ट्रेस ने गाने के अलावा और भी बहुत कुछ बताया। जब उनसे पूछा गया कि सिंगिंग या एक्टिंग में से उनके लिए क्या मुश्किल है, तो उन्होंने जवाब दिया, मेरा मानना है कि कोई भी काम आसान नहीं होता और अगर आप उसे दिल से करते हैं तो कोई भी काम मुश्किल भी नहीं होता।

मुझे एक्टिंग का बहुत शौक है क्योंकि मैं यह बचपन से करती आ रही हूं। मुझे एक्टिंग की आदत है। अगर मुझे सिंगिंग या एक्टिंग के बीच तुलना करनी हो तो जाहिर तौर पर एक्टिंग ही मेरी प्राथमिकता होगी। मैं आज भी गाना गाते समय घबरा जाती हूं। मैं पहले स्क्रैच रिकॉर्ड करती हूं और फिर फाइनल सॉन्ग रिकॉर्ड करने के लिए स्टूडियो जाती हूं। अपने गाने के बारे में बात करते हुए उन्होंने कहा, कायफा हलुका का अरबी में अर्थ है आप कैसे हैं?

यह हमारी ओर से बिल्कुल नया प्रयास है। आजकल हम सब जो सुन रहे हैं, यह उससे अलग गाना है। हमने इसे लाइव इंस्ट्रूमेंट्स के साथ एक पॉप गाना बनाने की कोशिश की है। इसमें अरबी म्यूजिक भी है। गाना बहुत ही कर्णप्रिय है। अगर आप इसे एक या दो बार सुनेंगे तो पूरा दिन गुनगुनाते रहेंगे। कायफा हलुका को जन्नत जुबैर ने गाया है। विभास ने गाने के बोल और संगीत दिया है और जन्नत के पिता जुबैर रहमानी ने इस प्रोजेक्ट का निर्माण किया है।

फिल्म स्पाई में राणा दग्गुबाती का होगा धांसू कैमियो



बीते साल साउथ फिल्म स्टार निखिल सिद्धार्थ और अदाकारा अनुपमा परमेश्वरम की पहली पैन इंडिया रिलीज फिल्म कार्तिकेय 2 सिल्वर स्क्रीन पहुंची थी। इस फिल्म को देशभर में दर्शकों ने काफी पसंद किया। दिलचस्प बात ये है कि अनुपम खेर के साथ आई साउथ एक्टर निखिल सिद्धार्थ की ये फिल्म बिना किसी बज के थियेटर पहुंची थी। बावजूद इसके फिल्म ने हिंदी दर्शकों को इंप्रेस कर दिया था। जिसके बाद ये फिल्म हिंदी में भी अच्छा बिजनेस हासिल कर ले गई। इस फिल्म के हिट होने के बाद एक बार फिर निखिल सिद्धार्थ अपनी अगली फिल्म से दर्शकों का दिल जीतने की तैयारी में हैं।

साउथ स्टार निखिल सिद्धार्थ की अगली फिल्म का जबरदस्त ट्रेलर आज रिलीज हो चुका है। कार्तिकेय 2 के बाद अब एक्टर अपनी अगली फिल्म को लेकर दर्शकों के बीच पहुंचने वाले हैं। एक्टर की अगली फिल्म स्पाई का धांसू ट्रेलर आज रिलीज हो चुका है। ये फिल्म भी एक्टर की पैन इंडिया रिलीज फिल्म है। जिसे मेकर्स हिंदी में भी रिलीज करने वाले हैं। इस फिल्म का हिंदी ट्रेलर काफी जबरदस्त है। जिसमें एक्टर एक जासूस की भूमिका निभाते दिखेंगे। दिलचस्प बात ये है कि इस फिल्म में बाहुबली स्टार राणा दग्गुबाती भी एक दिलचस्प कैमियो करते दिखने वाले हैं।

फिल्म के ट्रेलर के अंतिम सीन में मेकर्स ने राणा दग्गुबाती की जबरदस्त एंट्री करवाई है। जिससे एक्टर के फैंस भी खुशी से झूमने लगे हैं। फिल्म स्पाई की बात करें तो इस फिल्म के निर्देशक गैरी बीएच है। फिल्म की रिलीज डेट काफी नजदीक है। फिल्म को मेकर्स इसी महीने 29 जून के दिन एक साथ सभी भाषाओं में रिलीज करेंगे। फिल्म को मेकर्स हिंदी, तमिल, तेलुगु, कन्नड़ और मलयालम भाषाओं में रिलीज करने की तैयारी में हैं। तो क्या आप इस फिल्म को लेकर एक्साइटेड हैं। अपनी राय हमें कमेंट कर बता सकते हैं।

सलमान की टाइगर 3 का एवेंजर्स एंडगेम से होगा खास कनेक्शन

बॉलीवुड के सुपरस्टार सलमान खान ने इस साल लगभग 4 साल बाद किसी का भाई किसी की जान के साथ बड़े पर्दे पर वापसी की थी। फिल्म को दर्शकों की ओर से मिली-जुली प्रतिक्रिया मिली और अब वह अभिनेता की फिल्म टाइगर 3 का इंतजार कर रहे हैं। हाल ही में फिल्म से जुड़ा एक अपडेट सामने आया है, जिसे जानकर प्रशंसक खुश हो जाएंगे। दरअसल, टाइगर 3 का कनेक्शन एवेंजर्स: एंडगेम से होगा।

रिपोर्ट्स के अनुसार सूत्र ने कहा, वाईआरएफ के स्पाई यूनिवर्स के पास भारत की शानदार फिल्म फ्रेंचाइजी हैं, जिसमें टाइगर 3 जासूसी फ्रेंचाइजी में अपना अनूठा स्वाद लाएगी, जो पठान और वॉर फ्रेंचाइजी से अलग होगा। सूत्र ने कहा, एक्शन फिल्मों के लिए एक्शन ही मनोरंजन का मुख्य आधार होता है। ऐसे में वाईआरएफ और मनीष शर्मा दर्शकों को ऐसी फिल्म देने का हर संभव प्रयास कर रहे हैं, जो उन्होंने न पहले कभी देखा और न अनुभव किया हो।

रिपोर्ट्स के मुताबिक, फिल्म के एक्शन को और भी शानदार बनाने के लिए हॉलीवुड के एक्शन कोऑर्डिनेटर क्रिस बार्न्स को टाइगर 3का हिस्सा बनाया गया है, जो मार्वल की एवेंजर्स: एंडगेम में काम कर चुके हैं। ऐसे में अब दर्शकों को टाइगर की तीसरी किस्त में सलमान का जबरदस्त एक्शन अवतार देखने को मिलेगा। फिल्म में शाहरुख खान का कैमियो भी है तो ऐसे में वह भी एक्शन करते हुए नजर आएंगे।

टाइगर फ्रेंचाइजी के तीसरे भाग टाइगर 3 का निर्देशन मनीष ने किया है। फिल्म इस दिवाली पर हिंदी सहित तमिल और तेलुगू भाषा में सिनेमाघरों में दस्तक देगी। फिल्म में इमरान हाशमी और कैटरीना कैफ भी मुख्य भूमिका में शामिल हैं। ज्ञात हो फिल्म का पहला भाग एक था टाइगर 2012 में रिलीज हुआ था और इसके बाद दूसरा भाग टाइगर जिंदा है 2017 में आया था। दोनों ही फिल्में अमेजन प्राइम वीडियो पर मौजूद हैं।

शाहरुख के साथ सलमान टाइगर बनाम पठान में नजर आएंगे, जिसके लिए उन्होंने अपना पूरा एक साल दिया है। टाइगर 3 के बाद वह इसी की तैयारी में जुट जाएंगे और फरवरी या मार्च से वह फिल्म की शूटिंग भी शुरू कर देंगे। इसके अलावा साजिद नाडियाडवाला ने उन्हें किक 2 के लिए संपर्क किया है, लेकिन अभी उन्होंने अंतिम निर्णय नहीं लिया है। इसके अलावा सूरज बड़जात्या और अली अब्बास जफर के साथ भी उनकी बातचीत चल रही है। सलमान इन दिनों बिग बॉस ओटीटी 2 को होस्ट करते हुए नजर आ रहे हैं। बिग बॉस ओटीटी के पहले सीजन को करण जौहर ने होस्ट किया था। 17 जून से शुरू हुए इस शो में सलमान हर वीकेंड पर नजर आएंगे और कंटेस्टेंट को समझाते हैं। हाल ही में शो की कंटेस्टेंट ज्योतिषी बेबिका धुर्वे ने भाईजान के सिंगल रहने के पीछे प्यार में उन्हें धोखा मिलने की बात कह दी है, जो सोशल मीडिया पर चर्चा में है। (आरएनएस)

पर्यावरण को लेकर सजगता

पंकज चतुर्वेदी

यह प्रक्रिया उस इलाके के भूजल के संतुलन को बनाए रखने में बड़ी भूमिका निभाती है। हो सकता है कि प्राचीन परंपरा में शिवलिंग पर जल चढ़ाने का असली मकसद इसी तरह भविष्य के प्रकृति-प्रकोप के हालात में जल को सहेज कर रखना हुआ करता हो। उस काल में मंदिरों में नाली तो होती नहीं थी, यह एक सहज प्रयोग है और बहुत कम व्यय में शुरू किया जा सकता है। यदि दस हजार मंदिर इसे अपनाते हैं, और हर मंदिर में औसतन एक हजार लीटर पानी प्रति दिन शिवलिंग पर आता है, तो गणित लगा लें हर महीने कितने अधिक जल से धरती तर रहेगी।

जयपुर के इस शिवमंदिर के बारे में मान्यता है कि यहां शिवजी की प्रतिमा भूमि के भीतर से अवतरित हुई है। चौड़ा रास्ता स्थित इस मंदिर का निर्माण 1784ईस्वीं में किया गया था। मुख्य शिवलिंग काले पत्थर का बना है। इसका व्यास 9 इंच है। इस मंदिर से पाराशर व्यास परिवार का संबंध है, और नित्य पूजा- अर्चना इसी परिवार द्वारा की जाती है।

मंदिर का फर्श संगमरमर का है। चौक के पास ही जगमोहन सभा हॉल है। इस हॉल में चार विशाल घंटे हैं, जिनमें प्रत्येक का वजन 125 किग्रा. है। यहां एक पीतल का नंदी बैल है, और गणेशजी की भी प्रतिमा है, जिनकी सूंड बाई ओर है। शायद इसी मंदिर से प्रेरणा पा कर जयपुर के ही ज्योतिषी और सामाजिक कार्यकर्ता पंडित पुरुषोत्तम गौड़ ने पिछले दो दशकों में राजस्थान के करीब ३०० मंदिरों में जल संरक्षण ढांचे का विकास किया है। समाज सेवा और ज्योतिष के क्षेत्र में उल्लेखनीय काम करने के लिए गौड़ को महाराणा मेवाड़ अवार्ड समेत कई सम्मानों से नवाजा जा चुका है। गौड़ ने बताया कि २००० में उन्होंने अपना जलाभिषेक अभियान शुरू किया। वे मंदिरों में ३० फुट गहरा गड्ढा बनवाते हैं, और शिवलिंग से आने वाले पानी को रेत के फिल्टरों से गुजार कर जमीन में उतारते हैं। इसके अलावा, प्रतिमाओं पर चढ़ाए जाने वाले दूध को जमा करने के लिए पांच फुट के गड्ढे की अलग से जरूरत पड़ी। हिसाब लगाया गया था कि शहर में ३०० से ज्यादा मंदिर हैं, जहां श्रावण महीने में रोजाना कम से कम चार करोड़ ५० लाख लीटर जल भगवान शिव और अन्य देवी-देवताओं की प्रतिमाओं पर अर्पित किया जाता है। इससे जल संरक्षण तो हुआ ही मंदिरों के आसपास रहने वाली कीचड़, गंदगी से भी छुटकारा मिला।

ठीक ऐसा ही प्रयोग लखनऊ के सदर स्थित द्वादश ज्योतिर्लिंग मंदिर में भी किया गया। यहां भगवान शंकर के जलाभिषेक के बाद जल नालियों की बजाय सीधे जमीन के अंदर जाता है। कोई १६० साल पुराने इस मंदिर का २०१४ में जीर्णोद्धार किया गया। बारह ज्योतिर्लिंग की स्थापना उनके मूल स्वरूप के अनुसार की गई है। यहां करीब ४० फीट गहरे सोख्ते में सिर्फ अभिषेक का जल जाता है जबकि दूध और पूजन सामग्री का अलग इस्तेमाल किया जाता है। बेलपत्र और फूलों को एकत्रित कर खाद बनाई जाती है। चढ़ाए गए दूध से बनी खीर का वितरण प्रसाद के रूप में होता है।

यहीं मनकामेश्वर मंदिर में भी सोख्ते का निर्माण किया गया है। यहां चढ़े फूलों से अगरबत्ती बनाई जाती है। वहीं बेलपत्र और अन्य पूजन सामग्री को खाद बनाने के लिए उपयोग में लाया जाता है। बड़ा शिवाला और छोटा शिवाला में चढ़ने वाले दूध की बनी खीर भक्तों में वितरित की जाती है, और जल को भूमिगत किया जाता है। मध्य प्रदेश के शाजापुर जिला मुख्यालय पर स्थित प्रसिद्ध मां राजराजेश्वरी मंदिर में चढ़ने वाले फूल अब व्यर्थ नहीं जाते। इनसे जैविक खाद बनाई जा रही है। इसके लिए केंचुए लाए गए हैं। इस खाद को पास के गांव वाले श्रद्धा से ले जा रहे हैं, और अपने खेतों में इस आस्था के साथ इस्तेमाल कर रहे हैं कि देवी कृपा से उनकी फसल अच्छी रहेगी। यहां पर खाद बनाने के लिए मंदिर प्रांगण में चारचक्रीय वर्मी कंपोस्ट यूनिट का शेड सहित निर्माण किया गया है। मंदिर में नित आने वाले श्रद्धालुओं द्वारा फूल और मालाएं चढ़ाई जाती हैं।

पहले उन फूल और मालाओं को नदी में फेंका जाता था जिससे नदी भी दूषित होती थी। मंदिर प्रांगण में वर्मी कंपोस्ट तैयार करने के लिए 12 फीट लंबाई 12 फीट चौड़ाई और 2.5 फीट गहरे चार टांके बनाए गए हैं, जिनके बीच जालीनुमा दीवार बनाई गई है। इनके ऊपर छाया के लिए टीन शेड भी बनाए गए हैं। सबसे पहले प्रथम टांके में मंदिर में इकट्ठा होने वाले फूलों आदि का कचरा एकत्रित किया गया जिसे एक माह सड़ने देने के बाद उसमें केंचुए डाले गए। यह प्रक्रिया तीसरे एवं चौथे टांके के लिए भी अपनाई गई। इस चक्रीय पद्धति में चौथे महीने से बारहवें महीने तक हर महीने लगभग ५०० किलो खाद मिलना प्रारंभ हो गई। इस प्रकार 8 महीनों में ४००० किलो जैविक खाद तैयार हो रही है। इस प्रकार रोज एकत्रित होने वाले फूल और मालाओं के कचरे से जैविक खाद बनाने की प्रक्रिया सतत चलती रहेगी। तैयार होने वाली इस खाद में पोषक तत्वों और कार्बनिक पदार्थों के अलावा मिट्टी को उर्वरित करने वाले सूक्ष्म जीवाणु भी बहुतायत में होते हैं। यह खाद डालने से मिट्टी में समस्त प्रकार के पोषक तत्वों की मात्रा और उपलब्धता बढ़ती है, और मिट्टी की प्राकृतिक उर्वरा शक्ति भी बढ़ती है जिससे फसलों एवं पौधों का सर्वांगीण विकास होकर उत्पादित फसल स्वास्थ्य के लिए लाभप्रद होती है।

मंदिर में चढ़ाए गए फूलों को खाद में बदलने का काम दिल्ली के मशहूर झंडेवालान मंदिर में भी हो रहा है। देवास, ग्वालियर और रांची के पहाड़ी मंदिरों सहित कई स्थानों पर चढ़ावे के फूल-पत्ती को कंपोस्ट में बदला जा रहा है। जरूरत है कि मंदिरों में पॉलीथीन थैलियों के इस्तेमाल, प्रसाद की बर्बादी पर भी रोक लगे। शिवलिंग पर दूध चढ़ाने के बनिस्बत उसेअलग से एकत्र कर जरूरतमंद बच्चों तक पहुंचाने की व्यवस्था की जाए। जानना जरूरी है कि भगवान को पुष्प या बेल पत्र चढ़ाने से भगवान के प्रसन्न होने की परंपरा असल में आम लोगों को अपने घर में हरियाली लगाने को प्रेरित करने का प्रयास था। विडंबना है कि अब लोग या तो बाजार से फूल खरीदते हैं, या दूसरों की क्यारियों से उठा लेते हैं। काश! हर मंदिर यह अनिवार्य करे कि केवल स्वयं के बगीचे या गमले में लगाए गए फूल ही भगवान पर चढ़ाए जा सकेंगे। ऐसा होता तो हर घर में हरियाली का प्रसार सहजता से हो जाएगा।

चित्रकला का सार

एक राजा के दरबार में एक चित्रकार था। वह अद्भुत चित्र बनाया करता था। एक दिन राजा ने चित्रकार से पूछा-अच्छा यह बताओ कि कौन-सी चीजों के चित्र बनाना कठिन है और ऐसी कौन-सी वस्तुएं हैं जिन्हें बड़ी आसानी से बनाया जा सकता है?

चित्रकार बोला-राजन् जो वस्तु हमारी जानी-पहचानी है जिन्हें हम रोज देखते हैं, उनका चित्र बनाना कठिन है। लेकिन अज्ञात चीजें जैसी देवी-देवता, राक्षस भूत-प्रेत के चित्र बड़े आसानी से बनाए जा सकते हैं। इस उत्तर पर राजा हैरत में पड़ गया। उसने कहा-जो चीज जानी-पहचानी है उनका चित्र बनाना तो आसान होना चाहिए न।

चित्रकार ने समझाया-जिन चीजों को लोग अच्छी तरह जानते हैं, उनकी तस्वीर बनाना इसलिए कठिन है कि लोग उनकी कमियों को आसानी से पकड़ सकते हैं। उनके दिमाग में उन वस्तुओं की एक छवि बनी रहती है, जिससे वे हमारे चित्रों का मिलान करने लगते हैं। लेकिन जिन चीजों को उन्होंने देखा ही नहीं है उसके बारे में कोई निश्चित छवि वे अपने भीतर नहीं बना पाते हैं। वैसी तस्वीरों को एक चित्रकार अपनी कल्पना के सहारे जैसा चाहे वैसा बना सकता है। उन पर लोग आपत्ति नहीं करते। वे जनता की दृष्टि में अप्रत्यक्ष हैं। राजा चित्रकला की बारीकी को समझ गया।

सू- दोकू क्र.066

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.65 का हल

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

पश्चिम बंगाल में हिंसक पंचायत चुनाव

अजय दीक्षित

पश्चिम बंगाल पंचायत चुनाव के दौरान जारी हिंसा राज्य की राजनीतिक संस्कृति का आइना है। राज्य के मुख्य विपक्षी दल कांग्रेस और भाजपा, दोनों ने आरोप लगाया है कि तृणमूल कांग्रेस के कार्यकर्ता उनके उम्मीदवारों को बल प्रयोग द्वारा नामांकन दाखिल करने से रोक रहे हैं। बृहस्पतिवार को नामांकन दाखिल करने के अंतिम दिन भी तीन लोगों की हत्या हुई। आठ जुलाई को मतदान होना है। चुनाव की प्रक्रिया शुरू होने से पहले ही हिंसक घटनाओं को देखते हुये भाजपा ने नामांकन की समय सीमा को आगे बढ़ाने तथा संवेदनशील इलाकों में केन्द्रीय सुरक्षा बलों की तैनाती को लेकर कलकत्ता उच्च न्यायालय में जनहित याचिकाएं लगाई थीं। अदालत ने उन संवेदनशील स्थानों पर केन्द्रीय सुरक्षा बलों को तैनात करने का आदेश दिया जहां राज्य पुलिस पर्याप्त संख्या में नहीं है। लेकिन उच्च न्यायालय की खण्ड पीठ ने राज्य चुनाव आयोग को पर्चा दाखिल करने की समय सीमा बढ़ाने का निर्देश देने से इंकार कर दिया। अदालत ने कहा कि पर्चा दाखिल करने की समय सीमा बढ़ाने का फैसला राज्य चुनाव आयोग के अधिकार क्षेत्र में है। प. बंगाल में चुनावों के दौरान हिंसा एक राजनीतिक संस्कृति बन चुकी है। सीपीएम के शासन काल में भी चुनावी हिंसा जोरों पर थी। बीते बुधवार को भी

नामांकन दाखिल करने के दौरान दक्षिण 24 परगना और वांकुड़ा जिलों में तृणमूल कांग्रेस और विपक्षी दलों के कार्यकर्ताओं ने एक दूसरे पर बम फेंके। लेकिन अफसोस की बात यह है कि राज्य की पुलिस मूकदर्शन वनी रही। भाजपा ने नामांकन दाखिल करने के अंतिम दिन हिंसा और केन्द्रीय वलों की तैनाती के मामले को लेकर अदालत के आदेश का पालन नहीं करने पर उच्च न्यायालय का रुख किया है। भाजपा और कांग्रेस के नेताओं का आरोप है कि २०१८ के पंचायत चुनाव और २०२२ के नगर पालिका चुनाव में भी जमकर हिंसा हुई थी। ममता बनर्जी की तृणमूल कांग्रेस की सरकार का यह तीसरा कार्यकाल है। इससे पहले जव राज्य में सीपीएम सरकार थी तव ममता सीपीएम के नेतृत्व पर राजनीति का अपराधीकरण का आरोप लगाया करती थीं। अव उनसे भी सवाल पूछा जाना चाहिये कि आपके शासनकाल में भी चुनावी हिंसा बदस्तूर जारी है और आपने हिंसा की राजनीतिक संस्कृति में बदलाव लाने के लिए क्या कदम उठाया है।

मूंछ के ताव पर कोरोना की आंच

शमीम शर्मा

कभी नहीं सोचा था कि मूंछों पर भी आंच आ सकती है। और वह भी दुनियाभर के मर्दों पर एक साथ। अब सारी मूंछों पर मास्क सवार हो गया है। अब मूंछ वाले और मूंछ मुंडे एक जैसे हो गये हैं। नेताओं की मूंछों पर तो हमेशा ताव रहेगा ही चाहे वे पर्दे में या पर्दे से बाहर।

बचपन में कॉपी-किताबों पर कवर चढ़े अखबारों पर छपी लड़कियों की तस्वीरों पर दाढ़ी-मूंछ बनाने का मजा लिया करते। तब यह नहीं सोचा था कि मूंछों पर कभी संकट भी आ सकता है। मूंछों पर ताव देना मर्दानगी की निशानी मानी जाती है। कहावत है कि बंदरों को जो प्यार अपनी पूंछ से होता है, वही मर्दों को अपनी मूंछ से होता है। किसी को चेतावनी देनी हो तो शर्त के तौर पर आदमी यही कहते मिलेंगे कि गर ऐसा न हुआ तो मूंछ कटवा लूंगा। मूंछ नीची होना अपमान का सूचक मानी जाती रही है। अचानक ही मास्क का मूंछों पर राज हो गया है। राजस्थान के मेलों में मूंछों की प्रतियोगिताओं का पता नहीं अब क्या होगा वे लोग जो कई-कई मीटर लंबी मूंछ रखकर विश्व प्रसिद्ध हो गये थे अब नेपथ्य में चले गये हैं। एक बार हरियाणा रोडवेज की बस में एक ताऊ खिड़की के साथ लगती सीट पर बैठा था। पास बैठी एक बूढ़ी महिला ने आग्रह किया कि ज़रा उसे शीशे वाली सीट के पास बैठ लेने दें। तो ताऊ पड़ते ही बोला-क्यूं के दाड़ी-मूंछ बणावैगी

नशे के खिलाफडीजीपी से मिला कांग्रेस प्रतिनिधिमंडल

संवाददाता

देहरादून। बढते नशे की प्रवृत्ति पर रोक लगाने की मांग को लेकर कांग्रेस प्रतिनिधि मंडल ने डीजीपी अशोक कुमार से मुलाकात की।

आज यहां विधायक विजयपाल सजवाण, पूर्व विधायक राजकुमार, पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा एवं कांग्रेस के प्रतिनिधिमंडल ने पुलिस महानिदेशक अशोक कुमार से मुलाकात कर उन्हें राजधानी देहरादून में विभिन्न स्थानों पर चल रहे अवैध नशे के कारोबार से अवगत कराते हुए इस पर रोकथाम लगाये जाने की मांग की। इस मौके पर विधायक विजयपाल सजवाण ने कहा कि उत्तराखंड राज्य की राजधानी देहरादून को पूर्व से ही शिक्षा का केंद्र माना जाता रहा है। राज्य निर्माण के उपरान्त यहां पर अनेकों प्रतिष्ठित शिक्षण संस्थानों की स्थापना हुई है। परन्तु इसके साथ ही अन्य राज्यों से आवागमन बढ़ने के साथ ही इन शिक्षण संस्थानों के आस-पास एवं शहर की अनेकों रिहायशी इलाकों व बस्तियों में अवैध नशे का कारोबार भी अपने पैर पसारता जा रहा है। लालचन्द शर्मा ने कहा कि देहरादून के विभिन्न क्षेत्रों जिनमें रेस्ट कैम्प मदरासी कॉलोनी, ब्रहमपुरी, ट्रांसपोर्ट नगर, पटेलनगर, मेहूवाला, निरंजनपुर सब्जी मण्डी, राजीव नगर, आजाद कॉलोनी डालनवाला, बिन्दाल बस्ती, मित्रलोक कॉलोनी, चूना भट्टा रायपुर, कांवली रोड़, बिन्दाल पुल, जवाहर कॉलोनी, निम्बूवाला डीडी कॉलेज के पास, चोरखाला व डाकरा हवा घर के पास, पूरण बस्ती भाग दो, आर्य नगर आदि अनेक क्षेत्रों में विगत काफी लम्बे समय से नशीले पदार्थों के कारोबार को खुलेआम चलाया जा रहा है। पूर्व विधायक राजकुमार ने कहा देहरादून शहर एजुकेशनल हब के रूप में जाना जाता है तथा यहां पर कई शिक्षण संस्थान हैं जहां पर बाहरी राज्यों के भी छात्र शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं। उन्होंने पुलिस महानिदेशक से आग्रह किया कि जनहित एवं युवा पीढ़ी के भविष्य के मद्देनजर देहरादून महानगर के अवैध नशे के खिलाफ विशेष अभियान चलाने जाने हेतु आवश्यक कार्रवाई की मांग की। इस अवसर पर अनूप कपूर, दीप वोहरा, अर्जुन सोनकर, रमेश कुमार मंगू, सुभाष धस्माना, सिद्धार्थ वर्मा, सुनील, सुलेमान, अमरजीत, दिवाकर आदि शामिल थे।

पर्स लूटेरा गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने दस दिन पूर्व हुई पर्स लूट का खुलासा करते हुए पर्स लूटेरें को गिरफ्तार कर उसके कब्जे से लूट के 41 सौ रूपये बरामद कर लिये। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आज यहां इसकी जानकारी देते हुए डीआईडी/एसएसपी दलीप सिंह कुंवर ने बताया कि 24 जून को डाण्डा जीवनगढ निवासी शबनम ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराया कि विकासनगर बाजार में एक मोटरसाईकिल सवार ने उसका पर्स लूट लिया है जिसमें उसके पचास हजार रूपये रखे हुए थे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। जिसके बाद पुलिस टीम का गठन किया गया। आज पुलिस टीम ने नवाबगढ पुल नम्बर दो के पास से घटना करने वाले बदमाश को खुखरी के साथ गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम अंकित उर्फ बाबा पुत्र कलीराम निवासी मुजफ्फरनगर हाल पता पोंटा साहिब बताया।

पूछताछ में उसने बताया कि वह रामपुर घाट रोडछ पावंटा में बायोवेदा कम्पनी में काम करता है तथा उसकी पत्नी व बच्चे हैं। उसने बताया कि घटना वाले दिन वह यहां घुमने आया था तथा मौका पाकर पर्स लूट लिया था जिसमें से उसको पचास हजार रूपये मिले थे उसने उन पैसों की शराब पी है। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय मे पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

स्कूटी सवार बदमाशों ने लूटा महिला का पर्स

देहरादून (सं)। स्कूटी सवार बदमाशों ने महिला का हजारों रूपये से भरा पर्स लूट लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर बदमाशों की तलाश शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार जागृति विहार सहस्त्रधारा रोड निवासी रजनी जोशी ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह राजपुर रोड पर पैदल जा रही थी। जब वह मयूर ऑटो के पास पहुंची तभी पीछे से आ रहे स्कूटी सवार दो बदमाशों ने उसके हाथ पर झपटा मारकर उसका पर्स लूट लिया। उसने बताया कि पर्स में 40 हजार रूपये नगद, दो एटीएम कार्ड, ड्राईविंग लाइसेंस, आफिस का आईडी कार्ड, आधार कार्ड व घर की चाबी थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर बदमाशों की तलाश शुरू कर दी।

लाखों की धोखाधड़ी मामले में वारण्ट प्राप्त कर की गयी गिरफ्तारी

हमारे संवाददाता

देहरादून। पॉलिसी की रकम को निवेश में लगाकर लाभ कमाने का लालच देकर 36 लाख रुपये से अधिक की धोखाधड़ी करने वाले गैंग के एक सदस्य के खिलाफ एसटीएफ ने वारण्ट प्राप्त कर उसकी गिरफ्तारी कर ली गयी है। गैंग के तीन मेम्बर पूर्व में ही गिरफ्तार कर जेल भेजे जा चुके है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ आयुष अग्रवाल द्वारा मामले की जानकारी देते हुए बताया गया कि 17 फरवरी 2021 को राजेन्द्र कुमार पुत्र स्व. कलीराम, पुर्व प्रधान ग्राम बुक्कनपुर लक्सर हरिद्वार द्वारा साइबर क्राईम पुलिस स्टेशन देहरादून पर तहरीर देकर बताया गया था कि कुछ अज्ञात लोगों द्वारा स्वंय को इन्शोरेन्स का मैनेजर बताते हुए बताया कि आपकी पॉलिसी शेयर मार्केट मे लगने वाली है, जिससे कि पॉलिसी का समस्त पैसा खत्म हो जायेगा। अत: आप अपना पैसा जल्द से जल्द निकलवा ले। साथ ही उन लोगों द्वारा उनकी पॉलिसी सँख्या नम्बर, नाम, पता, जन्मतिथि आदि सभी जानकारी उन्हे बतायी, जिसे सही पाया गया। बताया कि जिसके बाद फिर उन्होने फोन कर उक्त पॉलिसी का पैसा लेने के लिए उन्हे 66284/- रुपये बॉण्ड के रुप मे प्रदान किये गये खाते मे जमा करने को कहा। साथ ही पॉलिसी एंव बाण्ड के पैसे को कई गुना बढाने की स्कीम के बारे में बताकर एक करोड रुपये बनाने की स्कीम का लालच देकर कुल छत्तीस लाख तेरह हजार दो सौ अठ्ठावन (3613258/-) रुपये उनसे धोखाधड़ी कर ले लिये गये।

मामले में साइबर क्राइम पुलिस स्टेशन द्वारा मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी गयी। जांच में सामने आया कि पीड़ित से हड़पी गयी धनराशि सौरभ गुप्ता पुत्र नरेश गुप्ता निवासी राज नगर एक्सटेंशन गाजियाबाद व कुलदीप ठाकुर पुत्र नरेश सिंह निवासी शिप्रा सन सिटी गाजियाबाद के खातो में ट्रांसफर की गयी थी। जिन्हे बाद में विजय प्रकाश अग्रवाल के खाते में ट्रांसफर किया गया है व कुछ रुपये एटीएम के माध्यम से निकाल लिये गये। दौराने विवेचना पता चला कि आरोपी कुलदीप ठाकुर, विजय प्रकाश अग्रवाल, शिशिर अग्रवाल को साईबर क्राईम पुलिस स्टेशन आगरा द्वारा एक धोखाधड़ी के मुकदमें में आगरा जेल भेज दिया गया था जबकि आरोपी सौरभ गुप्ता को ब्याबरा थाना जिला राजगढ़ म.प्र. पुलिस द्वारा एक धोखाधड़ी के मुकदमें में जिला कारागार राजगढ़ म.प्र. भेजा गया था। इस पर एसटीएफ द्वारा चारों के विरुद्ध न्यायालय से वारण्ट जारी किया गये। जिनमें से सौरभ गुप्ता, कुलदीप ठाकुर व शिशिर अग्रवाल के खिलाफ न्यायालय से रिमाण्ड प्राप्त किया गया। आरोपी सौरभ गुप्ता, कुलदीप ठाकुर व शिशिर अग्रवाल के खिलाफ साक्ष्य संकलन कर आरोप पत्र प्रेषित किया जा चुका है। विवेचना में आरोपी अंशुल अग्रवाल पुत्र विजय प्रकाश निवासी थाना ऑरेन्ज काउन्टी जनपद गाजियाबाद उ.प्र. का नाम प्रकाश में आया जो कि साईबर क्राईम पुलिस स्टेशन आगरा द्वारा धोखाधड़ी के एक मुकदमें में गिरफ्तार कर आगरा जेल भेजा गया था। जिसके खिलाफ वारण्ट प्राप्त कर गिरफ्तार किया गया है। साथ ही आरोपी को न्यायालय के समक्ष पेश कर 14 दिन का रिमाण्ड प्राप्त किया गया है।

यूसीसी के खिलापफ12 को राजभवन करेंगे कूचः लताफत

संवाददाता

देहरादून। तजींमें रहनुमाए मिल्लत के अध्यक्ष लताफत हुसैन ने कहा कि सरकार यूसीसी लागू करने का विचार वापस ले और इस सम्बन्ध में चल रही प्रक्रियाओ पर रोक लगाये जिसके सन्दर्भ में नुमाइन्दा ग्रुप 12 जुलाई को सभी प्रभावित होने वाली धर्म, जातियो, संगठनों को लेकर राजभवन कूच करेंगे।

आज यहां प्रेस क्लब में पत्रकारों से वार्ता करते हुए लताफत हुसैन ने कहा कि राज्य में समान नागरिक संहिता जो सरकार द्वारा राज्य में लागू की जा रही है वह इसका विरोध करते हैं क्योंकि ना तो इसकी राज्य में लागू करने की आवश्यकता है और ना ही वांछनीय है। यूसीसी लागू होने की दशा में राज्य में रह रही विभिन्न जाति, धर्मो व अल्पसंख्यकों सहित सभी जातियों की धार्मिक, सांस्कृति परम्परायें वाधित होगी वैसे भी हमारा राज्य नया और छोटा है और राज्य में बेरोजगारी, पलायन, राज्य का विकास भू कानून आदि जैसी बहुत सारी समस्यायें हैं जिन पर अभी तक गम्भीरता से कार्य नहीं हुए है सरकार इसके विपरित राज्य में यूसीसी लागू करने की बात करती है।

उन्होंने कहा कि चुनाव निकट है और सरकार इसे चुनावी मुद्दा बनाकर चुनाव जीतना चाहती है। उन्होंने सरकार से कहा कि वह राज्य में यूसीसी लागू करने का विचार वापस ले और इस सम्बन्ध में चल रही प्रक्रियाओं पर रोक लगाये। उन्होंने कहा कि इसी संदर्भ में नुमाइन्दा ग्रुप 12 जुलाई को सभी प्रभावित होने वाली धर्म जातियों, संगठनों को विश्वास में लेकर राजभवन कूच करेगे और यूसीसी के विरोध में राज्यपाल को ज्ञापन सौंपेगे। प्रेस वार्ता में पूर्व चेयरपर्सन बार काउन्सिल उत्तराखण्ड रजिया बेग, आकिल अहमद, मौहम्मद नजीर खां, रईस फातिमा आदि मौजूद थे।

श्री शिर्डी साईं धाम में श्रद्धा पूर्वक मनाया गया गुरु पूर्णिमा पर्व

संवाददाता

देहरादून। श्री शिर्डी साईं धाम में श्रद्धा पूर्वक गुरू पूर्णिमा पर्व मनाया गया। आज यहां गुरु पूर्णिमा पर्व के उपलक्ष में गत वर्षो की भांति इस वर्ष भी श्री शिरडी साई श्रद्धा धाम तिलक रोड, में बड़े ही हर्षोल्लास से मनाया गया। आज प्रात: सात बजे से नौ बजे तक 108 लीटर दूध से भक्तों द्वारा अपने हाथों से बाबा को स्नान कराया गया तथा प्रात: सात से साढे दस तक विनोद डिमरी एंड पार्टी द्वारा भजन कीर्तन किए गए तत्पश्चात ग्यारह से ढाई बजे तक अरविंद साईं एंड पार्टी द्वारा भजन कार्यक्रम किए गए जिसमें भक्तजन भाव विभोर होकर नाचने पर मजबूर हो गए और सारा वातावरण साईमय हो गया। दोपहर साढे बारह बजे आरती के बाद विशाल भंडारे का आयोजन किया गया जिसमें काफी भक्तों ने प्रसाद ग्रहण किया। इस कार्यक्रम

के बाद आज शाम 7:00 बजे से 8:00 बजे तक परम श्रद्धेय श्री चंद्र भानु सतपति जी द्वारा रचित श्री गुरु भागवत हिंदी गायन का विमोचन डिजिटल रिलीज (यूट्यूब) पर प्ले कर कर किया गया। विमोचन विधायक खजान दास, विधायक प्रतिनिधि विशाल गुप्ता जीश्री अशोक वर्मा जी पूर्व अल्पसंख्यक आयोग ,पंकज शर्मा अंबेडकर मंडल अध्यक्ष, पवन त्रिपाठी उपाध्यक्ष मंडल आईटी प्रभारी, सिमरन सक्सेना ,अंकुर जैन, दीपक जेठी आदि उपस्थित रहे। इस कार्यक्रम को लाइव प्रसारण संपूर्ण विश्व में देखा गया उपरोक्त कार्यक्रम को सफल बनाने हेतु मंदिर अध्यक्ष शरद कुमार नागलिया, अनिल नागलिया, पवन अग्रवाल आशीष मित्तल, दीपक तायल, एसके गोयल, राहुल बंसल, अक्षत अग्रवाल, शुभंकर तिवारी, दिनेश शर्मा, कुलबीर सिंह त्यागी पंडित हरिओम, पंडित अंकित, सुमन नागलिया, शैली तायल, पूनम नागलिया आदि उपस्थित रहे।

एक नजर

खालिस्तानी समर्थकों की प्रस्तावित रैली को लेकर भारत ने कनाडा के हाई कमिश्नर को किया तलब

नई दिल्ली। भारत ने खालिस्तानी समर्थकों की ओर से ओटावा, टोरंटो और वैंकूवर में 8 जुलाई को निकाली जाने वाली रैली पर चिंता व्यक्त करते हुए सोमवार को कनाडा के हाई कमिश्नर कैमरान मैके को तलब किया। भारत ने कनाडा की सरकार से रैली को रोकने और खालिस्तानी समर्थकों के खिलाफ सख्त से सख्त कार्रवाई करने की मांग की है। भारत सरकार की ओर से यह कदम ऐसे में उठाया गया है जब कनाडा में खालिस्तानी समर्थकों ने प्रदर्शन को लेकर पोस्टर जारी किया था जिस पर भारतीय राजनयिकों के नाम भी लिखे हुए थे। वहीं, भारत की आपत्तियों पर कनाडा की सरकार की प्रतिक्रिया भी सामने आ गई है। सूत्रों के मुताबिक, भारत ने 23 मार्च की एक अन्य घटना के संबंध में कनाडा की सरकार के सामने कड़ा विरोध दर्ज कराया है। बताया जा रहा है कि कनाड़ा में भारतीय उच्चायुक्त संजय वर्मा ने भी घटना के संबंध में कनाडाई अधिकारियों के समक्ष मुद्दा उठाया है। दरअसल, 23 मार्च को कुछ सिख चरमपंथियों की ओर से हाई कमीशन परिसर में स्मोक कैनिस्टर फेंके जाने का मामला सामने आया था। सोमवार को विदेश मंत्रालय और कनाडा उच्चायुक्त के बीच बैठक के बाद आज यानी मंगलवार को कनाडा के विदेश मंत्रालय को भी एक वर्बल नोट भेजा गया है। गौरतलब है कि पिछले कुछ सालों में कनाडा खालिस्तानियों का सबसे बड़ा अड्डा बनकर उभरा है।

मणिपुर में 5 जुलाई से खुलेंगे कक्षा 1 से 8वीं तक के स्कूल

इंफाल। सामुदायिक हिंसा की आग में जल रहे मणिपुर में किसानों की सुरक्षा के लिए राज्य सरकार ने विशेष कदम उठाया है। इस संबंध में सूबे के मुख्यमंत्री एन बीरेन सिंह ने राजधानी इंफाल में पत्रकारों से बात करते हुए कहा कि मणिपुर हिंसा प्रभावित किसानो को कृषि कार्यों में कोई परेशानी न आये। इसलिए सरकार उन्हें अतिरिक्त सुरक्षा देगी और इसके लिए लगभग 2,000 सुरक्षा कर्मियों को तैनात किया जाएगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार कक्षा 1 से 8 तक के स्कूल 5 जुलाई से खोल देगी। वहीं कक्षा 9 से 12 की पढ़ाई प्रीफैब्रिकेटेड घरों का निर्माण पूरा होने और अलग-अलग स्थानों पर आश्रय लेने वाले विस्थापित लोगों के घर वापसी पर शुरू की जाएंगी। मालूम हो कि बीते 3 मई से मैतेई और कुकी समुदायों के बीच हिंसा के कारण अब तक 120 से अधिक लोग मारे गए हैं और 60,000 से अधिक लोगों को बेघर होकर राहत कैंपों में रहना पड़ रहा है। सीएम बीरेन ने कहा, सरकार जल्द ही बड़े पैमाने पर विद्रोहियों और हथियारों की तलाशी शुरू करेगी। इसलिए मैं एक बार फिर से जनता से अपील करता हूं कि छीने गए हथियार और गोला-बारूद सरकार के मालखाने में जमा करा दें।

यूएस में शूटिंग के दौरान चोटिल हुए किंग खान!

मुंबई। बॉलीवुड के किंग खान शाहरुख अपनी हर फिल्म की शूटिंग के लिए खूब मेहनत करते हैं। ऐसे में अपने एक शूट को लॉस एंजेलिस में पूरा करने के दौरान अभिनेता के नाक पर चोट लग गई। नाक पर चोट लगने के कारण फिल्म की टीम ने शाहरुख को तुरंत अस्पताल में भर्ती कराया। दरअसल, अभिनेता को शूटिंग के दौरान नाक पर चोट लग गई, जिस कारण उन्हें फौरन नाक की सर्जरी करवानी पड़ी। मीडिया रिपोर्ट्स की मानें तो शाहरुख के अस्पताल जाने के बाद डॉक्टर्स ने अभिनेता की टीम को सूचित किया कि उनकी ब्लीडिंग को रोकने के लिए एक छोटी सी सर्जरी करानी पड़ेगी। शाहरुख की हालत स्थिर बताई जा रही है। सर्जरी के बाद किंग खान को एयरपोर्ट पर नाक पर पट्टी बांधे हुए देखा गया। खबरों की मानें तो शाहरुख खान अब मुंबई वापस आ गए हैं और अपने घर पर आराम कर रहे हैं। हालांकि, अभी तक शाहरुख की टीम ने उनके इस हादसे को लेकर कोई भी आधिकारिक बयान जारी नहीं किया है और ना ही अभिनेता की तरफ से ऐसी कोई सूचना दी गई है। फैंस शाहरुख के बेहतर स्वास्थ्य की लगातार कामना कर रहे हैं। वर्क फ्रंट की बात करें तो शाहरुख अपनी आगामी फिल्म जवान को लेकर लगातार चर्चा में बने हुए हैं। इस फिल्म का निर्देशन दक्षिण भारत के दिग्गज फिल्म निर्देशक एटली कुमार कर रहे हैं। फिल्म में शाहरुख के साथ नयनतारा और विजय सेतुपति मुख्य भूमिका में है। वहीं, खबरों की मानें तो फिल्म में दीपिका पादुकोण का कैमियो रोल भी है।

स्टिंग मामले की अगली सुनवाई 15 जुलाई को होगी

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के बहुचर्चित स्टिंग प्रकरण में सीबीआई स्पेशल जज धर्मेंद्र सिंह अधिकारी की कोर्ट में आज पूर्व सीएम हरीश रावत समेत तीन नेताओं के अधिवक्ता पेश हुए। इस दौरान विधायक उमेश कुमार के अधिवक्ता कोर्ट में पेश नहीं हुए। जिसके बाद कोर्ट ने मामले की सुनवाई के लिए 15 जुलाई की अगली तारीख तय की है। इस दौरान सभी को 15 जुलाई को अपना जवाब दाखिल करना होगा।

उल्लेखनीय है कि वर्ष 2016 में पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत के स्टिंग मामले में वायस सैंपल लेने के लिए सीबीआई ने चार नेताओं को नोटिस जारी किए थे। इनमें हरीश रावत, हरक सिंह रावत, कांग्रेस विधायक मदन सिंह बिष्ट और स्टिंग करने वाले और खानपुर विधायक उमेश कुमार शामिल हैं। वर्ष 2016 में हरीश रावत के मुख्यमंत्री रहते हुए उनका एक स्टिंग करने का दावा उमेश कुमार ने किया था। इसके बाद राज्य की राजनीति में भूचाल आ गया था। इसी दौरान एक और स्टिंग सामने आया था, इसमें विधायक मदन सिंह बिष्ट के होने का दावा करने के साथ ही डॉ. हरक सिंह रावत के भी शामिल होने की बात कही गयी थी। दोनों ही स्टिंग के बारे में उमेश कुमार ने दावा किया था कि हरीश रावत द्वारा अपनी सरकार को बचाने के लिए विधायकों की खरीद-फरोख्त की डीलिंग की जा रही थी। इसमें रुपयों के लेन-देन होने की बात का दावा भी स्टिंग प्रसारण के दौरान किया गया था। बाद में इस पूरे मामले की जांच सीबीआई को दे दी गई थी। स्टिंग में जो आवाजें हैं उनके मिलान के लिए इन चारों ही नेताओं के वॉयस सैंपल लेने की अनुमति सीबीआई ने अदालत से मांगी गयी थी। जिस पर आज अदालत द्वारा अगली सनुवाई 15 जुलाई तय की है।

टनल निर्माण कार्य को लेकर किशोर ने जताया सीएम का आभार

हमारे संवाददाता

नई टिहरी। विधायक किशोर उपाध्याय द्वारा मुख्यमन्त्री पुष्कर सिंह धामी का देहरादून-टिहरी टनल निर्माण को प्राथमिकता प्रदान करने हेतु प्रधानमन्त्री से अनुरोध करने के लिये धन्यवाद और आभार व्यक्त किया गया है।

टिहरी विधायक किशोर उपाध्याय ने आशा व्यक्त की है कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के इस कार्य में रुचि लेने निश्चित रूप से इस टनल का कार्य जल्द आरम्भ तो होगा ही साथ ही इस कार्य को जल्द पूरा भी किया जायेगा। जिससे यह टिहरी के विकास में नये आयाम स्थापित करेगा व टिहरी उत्तराखण्ड के विकास में ध्वज वाहक की भूमिका के रूप में स्थापित हो जायेगा।

भारी बारिश से भरभराकर गिरा मकान

हमारे संवाददाता

देहरादून। विकासनगर के ग्राम कुंजा में आज सुबह हुई बारिश के कारण एक मकान भरभराकर गिर गया। जिस समय यह घटना हुई परिवार घर के अंदर ही सो रहा था। मकान गिरता देख वहां चीख पुकार मच गई। गनीमत रही कि हादसे में परिवार बाल-बाल बच गया।

जानकारी के अनुसार आज तड़के करीब साढ़े चार बजे अकबर पुत्र असगर निवासी ग्राम कुंजा ग्रांट अपनी पत्नी आश्मीन व 10 वर्षीय पुत्र समद के साथ घर के भीतर सो रहे थे। बताया जा रहा है कि तभी गांव के बीच से होकर जाने वाली आसन नदी के पास एक बरसाती नाले के बहाव का रुख उनके घर की तरफ मुड़ गया। जिससे कुछ ही मिनटों में पानी ने पूरे घर को तहस-नहस कर दिया। घटना से घबराए परिजन उठ कर बाहर भागे। गनीमत रही कि मकान गिरने से पहले ही सभी सदस्य घर के बाहर आ गए थे। वहीं, नाले के पानी से कुंजा ग्रांट में कई घरों को नुकसान पहुंचा है। कई घरों में पानी भरने से भारी नुकसान हुआ है। बताया जा रहा है कि गांव में चार कच्चे मकान में से दो गिर गए तो दो घरों में पानी भरने से भारी नुकसान हुआ है।

उत्तराखण्ड में मानसून के आने के साथ ही बारिश लगातार जारी है। जिसके कारण राज्य की कई सड़कें बंद हो चुकी है। जिन्हे खोलने के लिए मशीने लगायी गयी है। मौसम विभाग ने राज्य में 6 जुलाई तक बारिश को लेकर येलो अलर्ट भी जारी कर दिया है।

दो किलो चरस के साथ छात्र गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने दो किलो चरस के साथ छात्र को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आज यहां इसकी जानकारी देते हुए डीआईजी/एसएसपी दलीप सिंह कुंवर ने बताया कि रायपुर थाना पुलिस को सूचना मिली कि कुछ बडे नशा तस्कर चमोली के जोशीमठ उर्गम क्षेत्र से चरस की भारी मात्रा लाकर कांवड मेले में सप्लाई करने वाले हैं। जिनके द्वारा आपस में ड्रग पैडलरों से बातचीत करने के लिए व्हटसएप कॉल का प्रयोग किया जा रहा है। जिसके बाद रायपुर थाना प्रभारी कुदंन राम ने एक टीम का गठन किया गया। गठित टीम के द्वारा गत रात्रि रिंग रोड से दस लाख रूपये कीमत की दो किलो चरस के साथ बलदेव सिंह पुत्र अभय सिंह निवासी भेटा उर्गम जोशीमठ चमोली बताया। पुलिस ने उसकी कार को सीज कर दिया। पूछताछ में बलदेव सिंह पंवार ने बताया कि वह यहां डीबीएस कालेज का छात्र है। उसकी सगाई हो चुकी है तथा शादी के खर्चे के लिए पैसे नहीं थे जिसके लिए उसने अपने एक मित्र के साथ चमोली से चरस लाकर यहां बेचने की योजना बनायी थी तथा वह यह चरस लेकर ऋषिकेश जा रहा था लेकिन पुलिस ने पकड लिया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

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।