शुक्रवार
21 जुलाई 2023

पृष्ठ 4

तनाव से हो रहे हैं परेशान ? राहत पाने के लिए अपनाएं ये तरीके

पृष्ठ 5

अनुराग बसु की मेट्रो... इन दिनों की रिलीज डेट आगे बढ़ी

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 165
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

विश्वविद्यालय महापुरुषों के निर्माण के कारखाने हैं और अध्यापक उन्हें बनाने वाले कारीगर हैं।

– रवींद्र

दूनवैलीमेल

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

हरिद्वार बाढ़ प्रभावितों को बड़ी राहत

3 माह के बिजली बिल माफ

विशेष संवाददाता

हरिद्वार। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने हरिद्वार के बाढ़ प्रभावितों को आज बड़ी राहत देते हुए उनके 3 माह के बिजली के बिल माफ कर दिए हैं तथा आगामी 3 माह तक ऋण किस्त की अदायगी में भी राहत देने का निर्णय लिया गया है।

उल्लेखनीय है कि हरिद्वार के लक्सर, रुड़की, खानपुर, नारसन और भगवानपुर क्षेत्रों में बाढ़ से किसानों को नुकसान हुआ है। हरिद्वार पहुंचे सीएम धामी ने अधिकारियों के साथ बैठक के बाद पत्रकारों को इस आशय की जानकारी देते हुए बताया कि हरिद्वार के बड़े क्षेत्र में हर साल बड़े भूभाग में बाढ़ और जल भराव के कारण स्थानीय लोगों को बड़ा नुकसान उठाना पड़ता है। उन्होंने अधिकारियों को समस्या के स्थाई समाधान के लिए कार्य योजना तैयार करने के निर्देश दिए हैं।

❑ऋण की किस्त चुकाने में 3 माह की राहत
❑बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में नुकसान का होगा आकलन

उन्होंने कहा कि बाढ़ प्रभावितों के आगामी 3 माह के बिजली के बिल माफ कर दिए गए हैं तथा राज्य सरकार के अधीनस्थ बैंकों में 3 माह तक ऋण वसूली पर रोक लगा दी गई है तथा इस दौरान का ब्याज भी नहीं लिया जाएगा। उन्होंने कहा है कि वह राष्ट्रीयकृत बैंकों से भी अपील करेंगे कि वह भी बाढ़ प्रभावितों को यह राहत प्रदान करें। मुख्यमंत्री ने कहा कि उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि वह बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में नुकसान का आकलन करें। आकलन के बाद प्रभावित क्षेत्रों को आपदा ग्रस्त क्षेत्र घोषित किया जाएगा।

उल्लेखनीय है कि अभी एक दिन पहले ही हरिद्वार में बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों का दौरा करने गए प्रभारी मंत्री सतपाल महाराज ने कहा था कि वह सीएम से मिलकर बाढ़ आपदा प्रभावितों को राहत देने पर वार्ता करेंगे तथा प्रभावितों की हर संभव मदद की जाएंगी।

मुख्य सचिव एसएस संधू को मिला 6 माह का सेवा विस्तार

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड राज्य के मुख्य सचिव एसएस संधू को पीएमओ द्वारा 6 माह का सेवा विस्तार दे दिया गया है। संधू 31 जुलाई को सेवानिवृत्त होने वाले थे। आगामी 6 माह तक वह इस पद पर बने रहेंगे।

उल्लेखनीय है कि धामी सरकार के गठन के साथ ही केंद्र सरकार द्वारा एसएस संधू को प्रतिनियुक्ति पर उत्तराखंड भेजा गया था तथा बीते 2 साल से वह मुख्य सचिव पद पर तैनात है। एसएस संधू एक कुशल और कठोर प्रशासक के रूप में जाने जाते हैं तथा पीएमओ में उनकी छवि एक कर्मठ अधिकारी की रही है। केंद्र में सड़क परिवहन से लेकर कई अन्य विभागों की महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां संभाल चुके संधू के बारे में नितिन गडकरी ने काम में नए रिकॉर्ड बनाने की बात कही थी।

केंद्र सरकार द्वारा उत्तराखंड में कई मुख्यमंत्रियों के बदले जाने के बाद जो हालात पैदा हुए थे और पुष्कर सिंह धामी जिन्हें नौसिखिया सीएम माना जा रहा था, एसएस संधू को मुख्य सचिव

❑पीएमओ ने किये आदेश निर्गत

के पद पर भेजा गया था। प्रतिनियुक्ति पर आए एसएस संधू का 2 साल का कार्यकाल बेहतरीन रहा है। वह 31 जुलाई को सेवानिवृत्त होने वाले थे लेकिन इस बात के कयास पहले ही लगाए जा रहे थे कि उनको सेवा विस्तार दिया जा सकता है और हुआ भी वैसा ही।

दरअसल अब लोकसभा चुनाव में बहुत अधिक समय नहीं बचा है जो भी काम हो सकते हैं उनके लिए सिर्फ 6 माह ही बचे हैं। वहीं ऐसे में अगर मुख्य सचिव को बदला जाता तो राज्य में चल रहे विकास कार्यों पर इसका असर पड़ना तय था लेकिन उन्हें पीएमओ से सेवा विस्तार मिल चुका है और वह आगामी छह माह तक राज्य के मुख्य सचिव बने रहेंगे।

भाई ने काटा बहन का सिर

बाराबंकी। उत्तर प्रदेश के बाराबंकी जिले में एक भाई-बहन के बीच हुई कहासुनी ने बेहद दर्दनाक मोड़ ले लिया। बहसबाजी से गुस्साए भाई ने सरेआम धारदार हथियार से अपनी सगी बहन की गर्दन काट दी। फिर हाथ में कटा सिर लेकर आरोपी भाई थाने की ओर निकल पड़ा। तभी गांव वालों ने इसकी जानकारी फतेहपुर थाने की पुलिस को दी। लगभग एक किमी तक पहुंचते ही मौके पर पहुंची पुलिस ने उसे कटे सिर के साथ दबोच लिया। गांव वालों का कहना था कि आरोपी रियाज के बहन का गांव के ही चांद बाबू से प्रेम-प्रसंग चल रहा था और कुछ दिनों पहले वह उसे अपने साथ भगाकर भी ले गया था। हालांकि, बाद में पुलिस ने लड़की को बरामद करके उसके परिजनों की तहरीर पर चांद बाबू के खिलाफ मुकदमा दर्ज करके उसे जेल भेज दिया था। गांव वालों ने बताया कि भाई रियाज अपनी बहन और चांद बाबू के संबंधों से नाराज चल रहा था। इसी के चलते दोनों के बीच कहासुनी हुआ करती थी। आज भी दोनों के बीच इसी बात को लेकर कहासुनी हुई थी और गुस्से में आकर रियाज ने धारदार हथियार से बहन की गर्दन काटकर बेरहमी से हत्या कर दी।

मणिपुर: भीड़ ने मुख्य आरोपी के घर को किया आग के हवाले

इंफाल। भारत के पूर्वोत्तर राज्य मणिपुर में दो महिलाओं को नग्न सड़कों पर घुमाने का वीडियो सामने आने के बाद पूरे देश में आक्रोश की भावना है। दिल दहला देने वाले वीडियो के सामने आने के बाद पुलिस ने इसके मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। वहीं, गिरफ्तारी के बाद गुस्साई मणिपुर की भीड़ ने आरोपी के घर को आग के हवाले कर दिया। बताया जा रहा है कि घटना के बाद लोगों में काफी गुस्सा है जिसके बाद शुक्रवार को लोगों ने आरोपी के घर को जला डाला। पुलिस ने अब तक इस मामले में चार अपराधियों को गिरफ्तार कर लिया है।

इस बीच, मणिपुर पुलिस छापेमारी कर रही है और अन्य दोषियों को जल्द

से जल्द गिरफ्तार करने के लिए हर संभव प्रयास कर रही है, राज्य पुलिस ने ट्वीट किया। इसके अलावा, राज्य पुलिस और केंद्रीय बलों द्वारा नाकों पर तलाशी अभियान और चेकिंग की जा रही है। नाकों पर तलाशी अभियान और जांच: राज्य पुलिस और केंद्रीय बल घाटी और पहाड़ी दोनों जिलों के संवेदनशील और सीमांत इलाकों में तलाशी अभियान चला रहे हैं। इम्फाल पूर्वी जिले में पांच गोला-बारूद के साथ दो हथियार बरामद किए गए।

सोशल मीडिया पर वायरल वीडियो में चार आरोपियों के अलावा पूरी भीड़ थी जिसमें सभी पुरुष मौजूद थे और दोनों महिलाओं को निवस्त्र करके घुमा रहे थे। कांगपोकपी जिले के एक गांव में हुई यह घटना 4 मई की बताई जा रही है जिसका वीडियो अब वायरल होने के बाद इसमें कार्रवाई की गई है। पूरे देश में वीडियो को लेकर भारी आक्रोश है और वीडियो में दिख रहे सभी आरोपियों को गिरफ्तार करने की लोग मांग कर रहे हैं।

बता दें कि मणिपुर में मैतई और कुकी समुदाय के जातीय हिंसा में अब तक 150 से अधिक लोग मारे गए हैं और कई घायल हुए हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

अमानवीय व अक्षम्य अपराध

बीते दो-तीन माह से मणिपुर जिस अलगाव की आग में जल रहा है उसके लिए इस देश की राजनीति ही जिम्मेदार है। वर्तमान में जो 2 महिलाओं को निर्वस्त्र कर घुमाने की घटना का जो वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है और जिसे लेकर अब पूरे देश में हंगामा मचा हुआ है वह 4 मई का है जब आरोपियों ने 3 महिलाओं को कपड़े उतारने और एक के साथ सामूहिक बलात्कार करने तथा उसके छोटे भाई को विरोध करने पर हत्या करने की घटना को अंजाम दिया गया था। 77 दिन तक इस मामले को छिपाने का प्रयास किया जाना हमारे सिस्टम की उस हकीकत को बयां करता है जो पूरी तरह से सड़ गल चुका है। 48 दिन बाद 21 जून को पुलिस ने इस मामले में रिपोर्ट दर्ज की और 77 दिन बाद बीते कल मुख्य आरोपी की गिरफ्तारी हो सकी है। राजनीति के गिरते चरित्र को देखिए कि अब इस वीडियो के वायरल होने पर प्रधानमंत्री और गृहमंत्री इसे देश के सभ्य समाज के लिए शर्म की बात कह रहे हैं और दोषियों को सजा दिलाने की बात कह रहे हैं। अगर यह वीडियो वायरल नहीं होता और सुप्रीम कोर्ट इस पर स्वत: संज्ञान न लेता, वह सरकार को चेतावनी नहीं देता कि या तो वह स्वयं कुछ करें अन्यथा उन्हें कुछ करने पर विवश होना पड़ेगा या फिर इसे लेकर संसद सत्र के पहले ही दिन हंगामा खड़ा नहीं होता तो यह घटना इन नेताओं के लिए कभी शर्म की बात नहीं होती। आजादी के अमृत काल का महोत्सव मनाने वाले देश के नेताओं के लिए यह चिंतनीय सवाल है कि अपनी सभ्यता और संस्कृति तथा विकास का ढोल पूरे विश्व में पीटने और भारत को विश्व गुरु बनाने का दावा करने वालों का यह देश 21वीं सदी में कहां खड़ा है? द्रोपदी मुर्मू को राष्ट्रपति की कुर्सी पर बैठा कर आप क्या सिद्ध करना चाहती थे? जिन महिलाओं के साथ यह दरिंदगी हुई क्या वह आदिवासी महिलाएं नहीं है? फिर क्यों उन्हें इंसाफ दिलाने की जगह आपके द्वारा इस घटना को छिपाने की कोशिशें की गई। अभी बीते दिनों गृहमंत्री खुद लंबे समय तक मणिपुर में डेरा डाले रहे थे क्या उन्हें किसी ने भी इस शर्मसार करने वाली घटना की जानकारी नहीं दी सवाल बहुत सारे हैं। अभी बीते दिनों जब मध्य प्रदेश से एक वीडियो वायरल हुआ था जिसमें एक भाजपा नेता आदिवासी युवक पर पेशाब कर रहा था इसके बाद सीएम शिवराज द्वारा उस आदिवासी के पैर पखार कर उसका सम्मान करते दिखे जिसकी तस्वीरें सभी टीवी चैनलों पर देखी गई। सवाल यह है कि वोट के लिए यह दिखावे की राजनीति कब तक की जाएगी। कुछ लोग अब यह सवाल उठा रहे हैं कि यह वीडियो संसद सत्र शुरू होने के एक दिन पहले ही क्यों आया? इन लोगों से पूछा जाना चाहिए कि उनका राजनीतिक चश्मा आखिर कब उतरेगा? क्या उनके लिए इस वीडियो के वायरल होने का समय ही समस्या है जिन महिलाओं के साथ ऐसी घटना घटी जिसे देखकर किसी का भी खून खौलने लगे उनके लिए यह घटना कोई घटना ही नहीं है। जिस घटना के कारण देश का सिर शर्म से झुक जाए उस पर अगर इन नेताओं को शर्म नहीं आ रही है तो इससे ज्यादा बड़ी शर्मिंदगी की बात और क्या हो सकती है? अब जब इस मामले ने इतना तूल पकड़ लिया है तो दोषियों को सजा भी मिलेगी और पीड़ितों को इंसाफ भी। लेकिन इस तरह की घटनाएं किसी भी कीमत पर स्वीकार्य नहीं होनी चाहिए और इन्हे हर हाल में रोके जाने की जरूरत है। सवाल विश्व भर में देश की बदनामी का नहीं है बल्कि जिनके साथ दरिंदगी हुई उनके दर्द का है। जो हुआ अति निंदनीय है और अति पीड़ादायक है इस अक्षम्य अपराध के लिए दोषियों को कड़ी सजा मिलनी ही चाहिए।

सरकार की लाभकारी योजनाएं युवाओं तक पहुंचाने के लिए तैयार करें ऐपः संधु

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव डॉ.एसएस संधु ने कहा कि राज्य सरकार द्वारा संचालित विभिन्न लाभकारी योजनाओं की जानकारी मिलती रहे इसके लिए मोबाइल ऐप भी तैयार किया जाए।

आज यहां मुख्य सचिव डॉ.एस.एस. संधु ने सचिवालय में राज्य में युवाओं के लिए विभिन्न क्षेत्रों में संचालित योजनाओं की जानकारी युवाओं तक पहुँचाने हेतु आयोजित किए जा रहे युवा महोत्सव-2023 की तैयारियों के सम्बन्ध में बैठक आयोजित की। कौशल विकास विभाग अक्टूबर माह के प्रथम सप्ताह में युवा महोत्सव आयोजित करने जा रहा है। इस महोत्सव के माध्यम से राज्य सरकार के सभी विभाग अपनी कौशल विकास और रोजगारपरक योजनाओं को युवाओं के समक्ष रखेंगे। इस महोत्सव के दौरान सभी विभाग युवाओं के लिए अपने स्टॉल लगाएंगे, युवाओं के लिए काउंसिलिंग सेशल और प्रशिक्षण शिविर आयोजित करेंगे। मुख्य सचिव ने अधिकारियों को युवा महोत्सव गढ़वाल एवं कुमाऊँ दोनों मंडलों में आयोजित किए जाने के निर्देश दिये। मुख्य सचिव ने राज्य के युवाओं हेतु संचालित विभिन्न योजनाओं की जानकारी अधिक से अधिक युवाओं तक पहुँचाने हेतु प्रत्येक जनपद में इसका लाइव टेलीकास्ट किए जाने के भी निर्देश दिये। इसके लिए शिक्षा विभाग की प्रदेशभर संचालित 500 वर्चुअल कक्षाओं को भी उपयोग में लाया जाए। उन्होंने कहा कि युवाओं को उचित एवं पूर्ण जानकारी मिल सके इसके लिये विशेषज्ञों को भी इसमें शामिल किया जाए। उन्होंने विभिन्न विभागों द्वारा लगायी जाने वाली प्रदर्शनियों को भी अधिक से अधिक समय तक लगाए जाने के निर्देश भी दिये, ताकि अधिक से अधिक युवा लाभान्वित हो सकें। इसके साथ ही मुख्य सचिव द्वारा प्रदेश के विद्यालयों में संचालित 500 वर्चुअल कक्षाओं को विभिन्न प्रकार की काउंसिलिंग, व्याख्यान और जानकारियों को छात्र छात्राओं तक पहुँचाने हेतु नियमित रूप से उपयोग में लाए जाने के भी निर्देश दिये गए।

मुख्य सचिव ने कहा कि युवाओं को आगे भी राज्य सरकार द्वारा संचालित विभिन्न लाभकारी योजनाओं की जानकारी मिलती रहे इसके लिए मोबाइल ऐप भी तैयार किया जाए। सभी विभागों द्वारा संचालित ऐसी योजनाओं की जानकारी इस ऐप में उपलब्ध हो, यह सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने सभी विभागाध्यक्षों को अपने विभागों द्वारा संचालित योजनाओं की पूर्ण जानकारी शीघ्र उपलब्ध कराए जाने के भी निर्देश दिये। बैठक में बताया गया कि वर्ष 2019 में आयोजित युवा महोत्सव में करीब 10 हजार युवाओं ने प्रतिभाग किया। सेक्टोरियल पंडालों में सभी विभागों द्वारा अपने अपने क्षेत्र के अन्तर्गत संचालित कार्यक्रमों का प्रस्तुतीकरण किया जाएगा। इस अवसर पर सचिव डॉ. बी.वी.आर.सी पुरुषोत्तम, विनोद कुमार सुमन, विजय कुमार यादव, वी. षणमुगम, विनय शंकर पाण्डेय, अपर सचिव अहमद इकबाल एवम योगेन्द्र यादव एवं संयुक्त निदेशक सूचना नितिन उपाध्याय सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

मणिपुर की घटना पर पूर्व सैनिकों ने दुख व्यक्त किया

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस समर्पित पूर्व सैनिकों ने मणिपुर की घटना पर दुख व्यक्त कराते हुए इसको अभिशाप करार दिया।

आज यहां कांग्रेस समर्पित पूर्व सैनिकों ने मणिपुर में घटी अमानवीय कृत्य की घटना पर कड़ी आपत्ति जताते हुए इसे मनुष्य मात्र के लिए अभिशाप करार दिया है। कैप्टिन बलवीर सिंह रावत ने कर्नल मोहन सिंह रावत, सूबेदार गोपाल सिंह गढ़िया, सुदर्शन सिंह नेगी ,बलवीर सिंह पवार, सहदेव शर्मा की तरफ से जारी संदेश में कहा है कि हम पूर्व सैनिक हमेशा देश के लिए समर्पित है और हर हमेशा समस्त देशवासियों की खुशहाली की कामना करते हैं किंतु देश के किसी भी कोने से अगर मणिपुर जैसी बुरी घटना की सूचना सुनने को मिलती है तो श्हमें अत्यंत दुख तथा मनों मे अत्यंत पीड़ा होती है। हम हमेशा देशवासियों की खुशहाली की कामना करते हैं कैप्टन बलवीर सिंह रावत का कहना है कि जिस देश की राष्ट्रपति महिला हो और उस देश की मातृशक्ति के साथ मणिपुर जैसा कुकृत्य घटे तब वाकी क्या रह गया है। .भारत के विश्व गुरु बनने की बात होती है ऐसे कुकृत्य और अमानवीय घटनाएं कब रोकी जाएंगी। पूर्व सैनिकों का मानना है सामाजिक सद्भावना की दृष्टि से देश खराब दौर से गुजर रहा है .इस प्रवृत्ति को अभिलवं रोकने की नितान्त आवश्यकता है ताकि निकट भविष्य मे मातृशक्ति के साथ . मणिपुर जैसी घृणित व अमानवीय घटना न घटने पाए।

शर्मसार करने वाली है मणिपुर की घटनाः जोशी

नगर संवाददाता

देहरादून। प्रदेश कांग्रेस कमेटी के सचिव महेश जोशी ने मणिपुर में महिलाओं के साथ हुए दुर्व्यवहार की घटना की निंदा की हैं। उन्होंने कहा कि महिलाओं को नग्न करके उनके साथ किए गए दुर्व्यवहार से पूरा देश शर्मसार है और यह मातृ शक्ति का अपमान है।

उन्होंने कहा कि यह जो जघन्य अपराध हुआ है इसके लिए प्रधानमंत्री व गृहमंत्री को तत्काल इस्तीफा दे देना चाहिए। उन्होने कहा कि मणिपुर जल रहा है और प्रधानमंत्री का एक भी बयान न आना और न ही वहां जाना हैरानी करने वाला है। उन्होंने कहा कि हमारी संस्कृति में महिलाओं का उच्च स्थान है और महिलाओं की पूजा की जाती है। इस तरह की घटना शर्मसार करती है। उन्होंने घटना की उच्चस्तरीय जांच की मांग की और दोषियों पर कड़ी कार्रवाई करने की मांग की है।

सविता पश्चातात्सविता पुरस्तात्सवितोत्तरात्तात्सविताधरात्तात् ।
सविता नः सुवतु सर्वतातं सविता नौ रासां दीर्घामायुः॥

(ऋ० १०.३६.१४)

जगत् पिता सर्वशक्तिमान, सर्वव्यापक, सर्वान्तर्यामी परमात्मा, पूर्वादि सब दिशाओं में हमारी रक्षा करे और हमें मनोवांछित पदार्थ देता हुआ दीर्घ आयुवाला बनावे। जिससे हम धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष, इन चार पुरुषार्थों को प्राप्त होकर सदा सुखी हों।

निगम की नाली व नालों पर अतिक्रमण करने वालों पर हो कार्यवाहीः शर्मा

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस के पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा ने कहा कि चकराता रोड़ पे जिन कमर्शियल कॉम्प्लेक्स वालो ने निगम की नाला व नालियो में अतिक्रमण किया हुआ नगर निगम उन पर कार्यवाही करे।

आज यहां पूर्व महानगर अध्यक्ष लाल चंद शर्मा के नेतृत्व में वार्ड 32 बल्लूपुर देहरादून के राजेन्द्र नगर एक्सटेंशन के निवासी अपर आयुक्त जगदीश लाल पीसीएस व नगर सह आयुक्त रोहित शर्मा से मुलाकात की व एक स्वर में कहा की एक दिन पूर्व नगर निगम के वाहन ने अनाउंसमेंट की है आप लोग अपने घर के आगे के रैम्प हटा दे नहीं तो निगम तीन दिन के अन्दर कार्यवाही करेगा। जब की उसके उलट शिकायत कर्ता यादव बन्धु राजेन्द्र नगर के निवासी नहीं है वह उद्दीवाला क्षेत्र में आते हैं राजेन्द्र नगर निवासियों ने 1968 का निगम का नक्शा रखा और कहा की यादव बन्धु ने नगर निगम की जमीन व सड़क पर अतिक्रमण कर रखा है व नगर निगम को गुमराह कर रहे है। यह मामला ट्रैफिक पुलिस के अधीन है नो पार्किंग का न की नगर निगम के क्योंकि यहाँ कोई नाली न नाला फिर किस बात का अतिक्रमण राजेन्द्र नगर एक्सटेंशन के निवासियों ने ज्ञापन प्रेक्षित कर शिकायत कर्ता पर निगम को गुमराह व नगर निगम की जमीन हड़पने का आरोप लगाया और कार्यवाही की माँग करी। इस मोके पे पूर्व महानगर अध्यक्ष ने कहा की चकराता रोड़ पे जिन कमर्शियल कॉम्प्लेक्स वालो ने निगम की नाला व नालियो में अतिक्रमण किया हुआ नगर निगम उन पर कार्यवाही करे इनकी वजह से सड़को व घरों पे बरसात का पानी जा रहा है महानगर देहरादून में यही हाल है। इस अवसर दीप वोहरा रूबी वाधवा, चंद्रेश गुलाटी , सुनील वाधवा , हरीश वाधवा , हरमीत जयसवाल, रोबिन गमबर, ऋषि लम्बा, एस पी वर्मा आदि लोग एक उपस्थित थे।

ट्रेक्टर की टक्कर से कार सवार दो लोगों की मौत

संवाददाता

देहरादून। ट्रेक्टर की चपेट में आकर कार सवार दो लोगों की मौत हो गयी। पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार पालमपुर कांगडा हिमाचल निवासी संजय कुमार ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह ग्राम जस्सूं पोस्ट आँफिस रैपुर थाना पालमपुर तहसील पालमपुर जिला कांगडा हिमाचल प्रदेश का निवासी है। गत दिव लगभग सुबह साढे पांच बजे उसका भाई अमन कुमार पुत्र सुशील कुमार मारूति अल्टो 800 से केदारनाथ से घर जा रहा था जिसके साथ में चार साथी थे जिनके नाम रजनीश कुमार पुत्र मिलाप चन्द व अनिल कुमार पुत्र जगत राम सिहं व विशाल कुमार पुत्र विजय कुमार व मुकेश कुमार पुत्र करतार सिहं निवासीगण ग्राम जस्सू पोस्ट आफिस रैपुर थाना पालमपुर तहसील पालमपुर जिला कांगडा हिमाचल प्रदेश थे। धर्मावाला क्षेत्र के आस- में एक टैक्टर से जो कि विकासनगर क्षेत्र सहसपुर क्षेत्र की ओर आ रहा था। उक्त ट्रैक्कर के साथ में उक्त अल्टो की टक्कर हो गई मौके वारदात पर उसके भाई अमन कुमार व रजनीश की मृत्यु हो गई। पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज ट्रेक्टर चालक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया। वहीं ट्रेक्टर चालक ने भी कार चालक के खिलाफ लापरवाही से कार चलाते हुए उसके ट्रेक्टर को टक्कर मारने का मुकदमा दर्ज करा दिया। पुलिस ने दोनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

स्मैक के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने स्मैक के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार डोईवाला कोतवाली पुलिस ने दुर्गा मल्ला डिग्री कॉलेज के पास एक युवक को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस कोक देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 35 ग्राम स्मैक बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम प्रमोद पुत्र नरेश निवासी कुवंरपुर थाना किला बरेली बताया।

शराब के साथ दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने शराब के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर वाहन को सीज कर दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार रानीपोखरी थाना पुलिस ने चैकिंग के दौरान एक स्कूटी सवार को रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने स्कूटी की डिग्गी से 96 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम हिमांशु कुमार पुत्र सुनील कुमार निवासी झण्डा चौक कनखल हरिद्वार बताया। वहीं ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने बस अडडे के पीछे पार्किग से एक स्कूटी सवार को 30 पव्वे शराब के साथ गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम मयंक पुत्र दोजीराम निवासी वनखण्डी बताया।

दुकान का शटर तोड उडाये 50 हजार रुपये

संवाददाता

देहरादून। दुकान का शटर तोडकर वहां से 50 हजार रूपये चोरी करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार नकरौधा बालावाला निवासी राहुल सिंघल ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी हनुमान चौक में माया कार्माशियल के नाम से दुकान है। आज सुबह जब वह अपने दुकान पर पहुंचा तो उसने देखा कि दुकान का शटर टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान अस्त व्यस्त पडा था। चोर उसकी दुकान के गल्ले में रखे पचास हजार रूपये चोरी करके ले गये हैं।

स्कूटी किराये पर लेकर वापस ना करने पर दो के खिलाफ मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। स्कूटी किराये पर लेकर वापस ना करने पर पुलिस ने दो लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार लंढोर बाजार निवासी नरेश प्रताप ने मसूरी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह दुपहिया वाहनों को किराये पर देने का व्यवसाय करता है। उसने बताया कि झांझर हरियाणा निवासी दो यात्री उसके पास आये और उससे स्कूटी किराये पर लेकर चले गये। जब वह वापस नहीं आये तो उसने उनके फोन नम्बर पर सम्पर्क कर स्कूटी वापस करने के लिए कहा तो उन्होंने स्कूटी वापस करने से मना करते हुए उसके साथ गाली गलौच कर जान से मारने की धमकी दी।

शिशु को बार-बार हो रही है खांसी तो अपनाएं घरेलू उपाय

खांसी बहुत पीड़ादायक होती है और बच्चों को खांसी हो जाए तो मुश्किलें और बढ़ जाती हैं। वहीं, दो साल से कम उम्र के बच्चों को डॉक्टर के पर्चे के बिना मिलने वाली दवाएं (ओटीसी) दवाएं भी नहीं दी जा सकती हैं।

सुरक्षा के लिहाज से इतने छोटे बच्चों को ओटीसी दवाएं देना सुरक्षित नहीं रहता है इसलिए बच्चों में खांसी के घरेलू इलाज ज्यादा इस्तेमाल किए जाते हैं। शिशु खांसी के लिए घर उपचार सुरक्षित भी होते हैं और असरकारी भी हैं। तो चलिए आपको बच्चों की खांसी के घरेलू उपचार के बारे में बताते हैं।

शिशु की खांसी का इलाज है शहद

छोटे बच्चों के लिए शहद खांसी की दवा का काम करता है। ये बलगम और कफ को पतला कर बाहर निकाल देता है। आप एक साल से अधिक उम्र के बच्चों को खांसी से निजात पाने के लिए एक चम्मच शहद रोज खिलाएं।

शहद में एलर्जी रोकने वाली दवाओं से बेहतर साबित हो सकता है। ये खांसी को गंभीर रूप लेने से रोकता है और बेहतर नींद लाने में मदद करता है।

बच्चों में खांसी का घरेलू इलाज है भाप

गले में जमा बलगम को साफ करने के लिए बच्चे को गर्म भाप दिलवाएं। इससे शिशु को आराम मिलेगा। आप बाथरूम में गर्म पानी के धुएं में शिशु को कुछ मिनट बैठाकर भी भाप दिलवा सकती हैं। सुरक्षा के तौर पर इस दौरान आपको भी बच्चे के साथ बैठना होगा।

बच्चों में खांसी का घरेलू उपचार है पानी

खांसी होने पर शिशु को अधिक मात्रा में तरल पदार्थ दें। कैफीन-फ्री चाय, सूप या नींबू मिलाकर गुनगुना पानी पीने से बलगम साफ होने में मदद मिल सकती है और गले में खराश का इलाज भी होता है। इसके अलावा दिनभर में बच्चे को पानी भी अधिक पिलाएं।

सिर ऊंचा कर के रखें

शिशु का सिर थोड़ा ऊंचा कर के लिटाएं। इससे उसे सांस लेने में आसानी होती है। गर्दन के पीछे तकिया लगा दें जिससे बच्चे का सिर आसानी से ऊपर उठ सके।

अजवाइन और लहसुन की भाप

छोटे बच्चों में जुकाम-खांसी का इलाज लहसुन और अजवाइन से भी किया जा सकता है। लहसुन में बैक्टीरिया-रोधी गुण होते हैं और अजवाइन वायरस एवं बैक्टीरिया को मारने की ताकत रखती है।

लहसुन की दो से तीन कलियां और दो चुटकी अजवाइन लेकर तवे पर एक मिनट के लिए भून लें। इस मिश्रण को ठंडा होने पर बच्चे के पास रख दें। इसकी खुशबू से बच्चे की खांसी-जुकाम के इलाज में मदद मिलेगी।

डॉक्टर को कब दिखाएं

घरेलू नुस्खों की मदद से आप शिशु में खांसी का इलाज कर सकते हैं लेकिन अगर आपको निम्न लक्षण नजर आ रहे हैं तो तुरंत बाल रोग चिकित्सक को दिखाएं :

*लगातार खांसी होना

*खांसी न आने पर सांस लेने में दिक्कत

*हर बार सांस लेने पर पसलियों के बीच की त्वचा खिंचना

*सांस लेने के दौरान घरघराहट की आवाज आना

*खांसने पर होंठों या चेहरे का रंग नीला होना

*सीने में तेज दर्द

*खांसी में खून आना

*1०4 डिग्री फारेनहाइट से अधिक बुखार

अगर शिशु में इस तरह के लक्षण दिख रहे हैं तो आपको नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। ये किसी गंभीर स्वास्थ्य समस्या के संकेत हो सकते हैं जिनका समय पर इलाज किया जाना जरूरी है।

निर्धनता और भाग्य

संत मेहंदी अब्बासी अपने भक्तों और संबंधियों की आंतरिक पवित्रता और शुद्धता पर बड़ा ही बल देते थे। उनकी मान्यता थी कि इसी से मनुष्य का भाग्य बनता है तथा उसे सुख-समृद्धि भी प्राप्त होती है। किंतु उनका एक संबंधी सदैव निर्धनता की दशा में ही रहता था और इसका मेहंदी जी को भी पता था। किंतु वे कहा करते, इसमें मेरा कोई दोष नहीं, दोष तो उसके भाग्य का है।

इस बात को सिद्ध करने के लिए एक दिन उन्होंने अपने भक्तों को आदेश दिया कि एक सोने का बटुआ एक पुल के बीचों-बीच ऐसे स्थान पर रख दिया जाए कि जहां से उसे बिल्कुल साफ देखा जा सके। फिर उस संबंधी को किसी छोटे-मोटे काम के बहाने पुल पर से गुजरने का मौका दिया जाए। वह व्यक्ति पुल पर से होकर आ गया मगर उसने बटुवा देखा तक नहीं। पूछने पर उसने बताया कि पुल पर उसे एक ऐसा ख्याल आया कि आंखें मूंदकर पुल पार किया जाए ताकि मालूम हो जाए कि कभी अंधा होने पर वह उस पुल को पार कर सकेगा या नहीं और इसीलिए मैं आते और जाते समय पुल पर से आंखें बंद करके गुजरा था। तब सब लोगों को भाग्य की महत्ता का आभास हो गया।

प्रस्तुति : शशि सिंघल

हिंदी का हाल...!

यह खबर परेशान करती है कि पिछले साल देश के खांटी हिंदी भाषी राज्य उत्तर प्रदेश में हाई स्कूल व इंटरमीडियट के आठ लाख छात्र मातृभाषा हिंदी की परीक्षा में फेल हो गये थे। हिंदी हमारी राष्ट्रभाषा के नारों के बीच यह स्थिति बताती है कि हिंदी को लेकर न छात्र, न ही शिक्षक व अभिभावक गंभीर हैं। यह स्थिति हमें आने वाले वक्त में हिंदी की होने वाली दशा-दिशा की ओर भी संकेत करती है।

कहीं न कहीं छात्रों के दिमाग में यह भावना घर कर गई है कि हिंदी के बूते रोजी-रोटी का जुगाड़ हो पाना संभव नहीं है। यह भी सोच है कि जैसे-तैसे हिंदी में पास हो ही जायेंगे। एक आंकड़ा और चौंकाने वाला है कि दोनों ही परीक्षाओं में करीब 2.39 लाख परीक्षार्थियों ने हिंदी की परीक्षा छोड़ दी। परीक्षा छोड़ देने की तार्किक व्याख्या करना आसान नहीं है। निस्संदेह देश के सबसे बड़े हिंदी भाषी राज्य से ये संकेत चिंता बढ़ाने वाले हैं।

दरअसल, राज्य में यूपी बोर्ड के लिए दसवीं और बारहवीं के लिए 56 लाख छात्र पंजीकृत थे। दसवीं में हिंदी में 5.27 लाख परीक्षार्थी अनुत्तीर्ण हुए। दोनों परीक्षाओं में हिंदी में फेल होने वालों का आंकड़ा करीब आठ लाख बैठता है। अंग्रेजी के प्रति बढ़ते मोह का प्रमाण यह कि इस हिंदी भाषी राज्य में अंग्रेजी से ज्यादा परीक्षार्थी हिंदी में फेल हुए हैं। ये आंकड़े इसलिये भी विचलित करते हैं क्योंकि राज्य में आम बोलचाल की भाषा हिंदी ही है। हालांकि, बोर्ड के अधिकारी इस बात को लेकर दिलासा दिला रहे हैं कि फेल होने वाले छात्रों की संख्या में कमी आई है, बीते वर्ष यह संख्या दस लाख?थी। वहीं 2०18 में हाईस्कूल और इंटरमीडियट में फेल होने वाले छात्रों का आंकड़ा करीब ग्यारह लाख था जो ?इस बात का प्रतीक है कि हिंदी के प्रति पहले जैसे गंभीरता न छात्रों में है और न ही शिक्षकों में। हिंदी छात्रों की प्राथमिकता नहीं रही।

यहां विचारणीय प्रश्न है कि हिंदी बेल्ट के जिस अग्रणी राज्य ने देश को चोटी के हिंदी साहित्यकार व विद्वान दिये, वहां हिंदी से लगाव कम क्यों होता जा रहा है। कुछ?विशेषज्ञ हिंदी को रोजगार से न जोड़ने को एक वजह बताते हैं। वहीं प्रतियोगिता परीक्षाओं में अंग्रेजी के वर्चस्व ने उन्हें हिंदी के प्रति विमुख बनाया है। जानकार मानते हैं कि इस स्थिति के लिए शिक्षक, छात्र और अभिभावक जिम्मेदार हैं। इनमें से कोई भी हिंदी के प्रति गंभीर नजर नहीं आता। मां-बाप चाहते हैं कि बच्चा फर्राटेदार अंग्रेजी बोले, भले ही हिंदी कामचलाऊ हो। परीक्षकों की राय है कि अधिकांश छात्रों को हिंदी की वर्तनी का ही नहीं पता।

हर जगह मौसम की मार

संदेश यह है कि जलवायु परिवर्तन के मद्देनजर मानव समाज को एक नजरिए से सोचना चाहिए। लेकिन यह संदेश सुनने के लिए ज्यादातर देश और समाज तैयार नहीं हैं। नतीजा है कि सभी अलग-अलग चरम रूप लेते मौसम की मार झेल रहे हैं।

जलवायु परिवर्तन का असर एक बार फिर यही जाहिर कर रहा है कि कुदरत किन्हीं सरहदों का ख्याल नहीं करती। भारत, चीन और पाकिस्तान वैसे तो अलग-अलग देश हैं और भारत का बाकी दोनों देशों से रिश्ता भी अच्छा नहीं है, लेकिन अगर प्राकृतिक आपदा की बात करें, तो तीनों देश इस समय समान रूप से असामान्य मौसम की मार झेल रहे हैं। भारत और पाकिस्तान असाधारण अति-वृष्टि से प्रभावित हुए हैं, जबकि चीन के कई इलाकों में असामान्य रूप से अत्यधिक गर्मी पड़ रही है। वैसे अगर हम पूरे भूमंडल पर ध्यान ले जाएं, तो ऐसी मौसमी घटनाओं का प्रभाव लगभग हर जगह और अब तो लगभग हर वक्त नजर आएगा। इस परिघटना का संदेश है कि कम से कम जलवायु परिवर्तन की चुनौती के मद्देनजर पूरे मानव समाज को एक नजरिए से सोचना चाहिए। लेकिन दुर्भाग्यपूर्ण यह है कि यह संदेश सुनने के लिए ज्यादातर देश और समाज तैयार नहीं हैं। नतीजा है कि सभी अलग-अलग चरम रूप लेते मौसम की मार झेल रहे हैं। पिछले कुछ दिनों में उत्तर भारत कई उन इलाकों में एकबारगी से उतनी अधिक बारिश हुई है, जहां पहले हाल वर्षों में लोग मानसूनी वर्षा के लिए भी तरसते रहते थे।

इससे हिमाचल प्रदेश से लेकर दिल्ली और उत्तर प्रदेश तक में जल-भराव और विध्वंस का नजारा देखने को मिला है, जबकि अनेक लोगों की जान भी चली गई है। उधर पाकिस्तान के कई हिस्सों में पिछले कुछ दिनों से हो रही जोरदार बारिश ने लोगों के मन में पिछले साल की डरावनी यादें ताजा कर दी हैं। पाकिस्तान के नेशनल डिजास्टर मैनेजमेंट ऑथरिटी के मुताबिक जून के आखिरी हफ्ते से लेकर अब तक मानसून के कहर से 80 से ज्यादा लोगों की जान चली गई है। कई इलाकों में लोग जल जमाव के कारण घिरे हुए हैं। विशेषज्ञों ने दो टूक कहा है कि पाकिस्तान में पिछले साल हुई तबाही का कारण जलवायु परिवर्तन था। इस बार भी मौसम का वैसा ही रूप देखकर स्वाभाविक है कि लोग डरे हुए हैं। लेकिन असल सवाल है कि क्या बार-बार पड़ रही ऐसी मार से अब कोई सबक लिया जाएगा?

ये जो हकीकत है

डब्लूएचओ और यूनिसेफ की रिपोर्ट के मुताबिक 2022 में ग्रामीण भारत में 17 प्रतिशत लोग खुले में शौच कर रहे थे। भारत की कुल आबादी करीब 1.40 अरब है, जिसमें करीब 65 प्रतिशत लोग ग्रामीण इलाकों में रहते हैं।

भारत सरकार ने 'स्वच्छ भारत' अभियान के तहत 2019 में देश को खुले में शौच की समस्या से मुक्त घोषित कर दिया था। हालांकि पहले भी अनेक अध्ययन रिपोर्टों में इस दावे को चुनौती दी गई, लेकिन अब विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) और यूनिसेफ ने सरकारी दावे के उलट तस्वीर पेश की है। अपेक्षित है कि सरकार इससे आहत ना हो। हकीकत को स्वीकार करना सुधार की दिशा में पहला कदम होता है। अगर सरकार ने गलत सूचनाओं के आधार पर चार साल पहले दावा किया था, अब जरूरत उसमें सुधार की है। डब्लूएचओ और यूनिसेफ ने पानी की सप्लाई और स्वच्छता पर अपने साझा निगरानी कार्यकर्म की ताजा रिपोर्ट जारी की है, जो 2022 तक इन मोर्चों पर अलग-अलग देशों में हुई तरक्की की जानकारी देती है। रिपोर्ट के मुताबिक 2022 में ग्रामीण भारत में 17 प्रतिशत लोग अभी भी खुले में शौच कर रहे थे। भारत की कुल आबादी करीब 1.40 अरब है, जिसमें करीब 65 प्रतिशत लोग ग्रामीण इलाकों में रहते हैं। तो इस रिपोर्ट का अर्थ है लगभग 15 करोड़ लोग आज भी खुले में शौच करते हैं।

रिपोर्ट में यह भी दावा किया है कि ग्रामीण भारत में करीब 25 प्रतिशत परिवारों के पास अपना अलग शौचालय भी नहीं है। जबकि सरकार ने कहा था कि अब सभी परिवारों को शौचालय उपलब्ध करवा दिया गया है। बहरहाल, संयुक्त राष्ट्र से जुड़ी दोनों संस्थाओं ने यह माना है कि भारत ने खुले में शौच से लड़ाई में लगातार तरक्की हासिल की है, लेकिन उनका कहना है कि इसके लिए तय लक्ष्य को पूरा करना अभी बाकी है। गौरतलब है कि भारत सरकार के ओडीएफ लक्ष्यों, परिभाषा और दावों को लेकर शुरू से विवाद रहा है। चूंकि परिभाषाएं बदल जाती हैं, इसलिए अलग-अलग रिपोर्टों से अलग तस्वीर सामने आती है। 2019-20 में हुए राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण-5 के मुताबिक उस समय देश में कम-से-कम 19 प्रतिशत परिवार खुले में शौच कर रहे थे। बिहार, झारखंड और ओडिशा में तो यह संख्या 62, 70 और 71 प्रतिशत तक थी। इस सच को अस्वीकार करने से कोई लाभ नहीं होगा। जरूरत रणनीति में सुधार की 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 *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

तनाव से हो रहे हैं परेशान? राहत पाने के लिए अपनाएं ये तरीके

सोशल मीडिया पर अधिक समय बिताने या अपने प्रियजनों के साथ पर्याप्त समय न बिताने जैसे कई कारणों से जीवन कभी-कभी बोझिल और तनावपूर्ण महसूस हो सकता है। बेशक आपका तनाव उत्पन्न करने वाली परिस्थितियों पर कोई नियंत्रण नहीं है, लेकिन आप कुछ तरीके अपनाकर इस मानसिक विकास पर काबू पा सकते हैं। आइए आज हम आपको 5 ऐसे तरीके बताते हैं, जिन्हें आजमाकर तनाव मुक्त रहने में मदद मिल सकती है।

गहरी सांस की प्रक्रिया को अपनाएं

जब भी आप ज्यादा तनाव का अहसास करें तो सब काम छोड़ 5 मिनट का ब्रेक लें और अपनी आंखे बंद कर सांस पर ध्यान लगाएं। इसके बाद अपने एक हाथ से नाक के एक छिद्र को बंद लें और गहरी सांस लें। इसके बाद नाक के दूसरे छिद्र से सांस को निकाल दें। 5 से 10 मिनट तक इस प्रक्रिया को दोहराएं। इसके साथ ही अपनी दिनचर्या में इस प्रक्रिया को शामिल करें।

ब्रिस्क वॉक करें

ब्रिस्क वॉक करने से सक्रिय और ऊर्जावान बने रहने समेत दिमाग में ऑक्सीजन स्तर को बेहतर बनाए रखकर तनाव को दूर कर सकता है। सबसे अच्छी बात है कि इस एक्सरसाइज को किसी भी समय और कहीं भी किया जा सकता है। कार्डियो एक्सरसाइज का यह रूप खून के प्रवाह को सुधारने के साथ-साथ तनाव के स्तर को कम करने में मदद कर सकता है। विशेषज्ञों के मुताबिक, रोजाना 45 मिनट की ब्रिस्क वॉक करना काफी है।

मुस्कुराना हो सकता है लाभदायक

तनाव हो तो यह चेहरे और हाव-भाव पर दिखने लगता है और आपके स्वास्थ्य और रूप-रंग पर भारी पड़ सकता है। हालांकि, मुस्कुराते रहने से इससे भी दूरी बनी रहती है। मुस्कुराना तनाव और चिंता को दूर करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक है क्योंकि यह आपको अच्छा और खुश दिखने में मदद करता है। जब आप मुस्कुराते हैं तो आपका मस्तिष्क न्यूरोपैप्टाइड्स नामक छोटे अणुओं को छोड़ता है, जो तनाव से लड़ने में मदद करते हैं।

नकारात्मक भावना को खुद पर हावी न होने दें

जब आप खुद के प्रति नकारात्मक भाव रखते हैं तो तनाव की प्रतिक्रिया स्वाभाविक रूप से हावी होना शुरू हो जाती है। इस प्रकार स्वयं को प्रोत्साहन और समर्थन देने से आपको इससे छुटकारा पाने में मदद मिल सकती है। प्रत्येक नकारात्मक या तनावपूर्ण विचार से छुटकारा पाने के लिए उन चीजों के बारे में सोचें, जो आपको खुश करती हैं। आपने अब तक जो भी हासिल किया है उसका श्रेय खुद को दें और जीवन का जश्न मनाएं।

नजदीकी लोगों के साथ समय बिताएं

अक्सर लोग तनाव की वजह से अकेला रहना पसंद करते हैं, लेकिन इससे आपकी समस्या और भी बढ़ सकती है। इसलिए ऐसा न करें और लोगों से बातचीत करें। अपने परिवार और दोस्तों के साथ ज्यादा से ज्यादा समय बिताएं। ऐसा करने से आपको हल्का महसूस होगा और एक ताकत अंदर से आएगी, जो आपको कुछ नया करने या सोचने की शक्ति प्रदान करेगा। इससे आपको अपनी समस्या का हल भी मिल सकता है।

शब्द सामर्थ्य -083

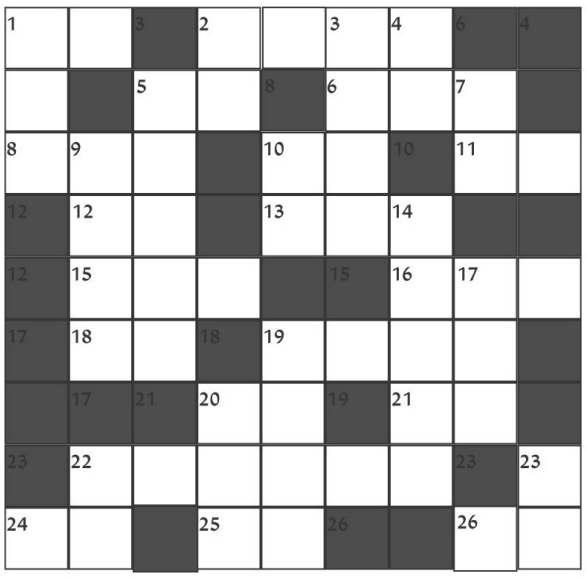
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 82 का हल

स्वा	द		सा	म	ना		कै	दी
व		ख	ल	ना	य	क		वा
लं	प	ट		ना	क	क	ट	ना
बी		प				ड़ी		प
	अ	ट	प	टा			शा	न
स	ह		यो			र	ति	
ह	म		द	र	ब	द	र	
म	क	र		सी	ल			
त		क्षा		द	वा	खा	ना	

धोनी के होम प्रोडक्शन की पहली फिल्म लेट्स गेट मैरिड का ट्रेलर रिलीज

भारतीय क्रिकेट टीम के पूर्व कप्तान महेंद्र सिंह धोनी पिछले कुछ वक्त से अपनी पहली फिल्म लेट्स गेट मैरिड को लेकर चर्चा में है। इसका निर्माण धोनी के होम प्रोडक्शन धोनी एंटरटेनमेंट तले किया जा रहा है। अब निर्माताओं ने लेट्स गेट मैरिड का ट्रेलर जारी कर दिया है, जिसे सोशल मीडिया पर भरपूर प्यार मिल रहा है। फिल्म के निर्देशन की जिम्मेदारी रमेश थमिलमणि ने संभाली है।

लेट्स गेट मैरिड में नादिया, हरीश कल्याण और अभिनेत्री इवाना जैसे कलाकार मुख्य भूमिकाओं में नजर आएंगे, वहीं योगी बाबू भी इसका हिस्सा हैं। यह एक तमिल फिल्म होगी। गौरतलब है कि अक्टूबर, 2022 में धोनी ने अपने प्रोडक्शन हाउस का ऐलान किया था। इसी के साथ उन्होंने अपनी पहली तमिल फिल्म लेट्स गेट मैरिड की भी घोषणा की थी। बता दें, इस फिल्म के प्रोडक्शन का काम धोनी की पत्नी साक्षी रावत संभाल रही हैं।

फिल्म में की कहानी ऐसे कपल्स के ईर्द गिर्द घूमती है, जो एक दूसरे से शादी करना चाहते हैं, लेकिन शादी तक पहुंचने के लिए उन्हें काफी दिक्कतें झेलनी पड़ती हैं. म्यूजिक डायरेक्टर रमेश तमिलमणि बतौर डायरेक्टर डेब्यू कर रहे हैं. फिल्म को इसी साल जुलाई में रिलीज करने की चर्चा है. वहीं, अब फैंस फिल्म को लेकर काफी एक्साइटेड हो गए हैं और बेसब्री से इसके रिलीज होने का इंतजार कर रहे हैं।

बिग बॉस' में वही रह सकता है, जो राजनीति का आदी हो: आरती सिंह

'बिग बॉस 13' की कंटेस्टेंट रह चुकी आरती सिंह ने शो में रहने के लिए एक आसान जगह नहीं होने पर अपने विचार साझा किए हैं।

हाल ही के एक एपिसोड के दौरान, साइरस ब्रोचा ने कहा कि वह 'बिग बॉस ओटीटी 2' के घर के अंदर रहने के दबाव से नहीं निपट सकते और उन्होंने बिग बॉस के साथ-साथ होस्ट सलमान खान से उन्हें चल रहे रियलिटी शो से बाहर निकलने की अनुमति देने का आग्रह किया।

हालांकि, सलमान और बिग बॉस ने उनसे कहा कि जब तक दर्शक उन्हें शो से बाहर नहीं कर देते, तब तक उनके पास यह विकल्प नहीं है

आरती सिंह ने साइरस पर टिप्पणी करते हुए कहा कि बिग बॉस का घर वास्तव में लोगों को बर्बाद कर सकता है, खासकर उन लोगों को जो राजनीति में माहिर नहीं हैं या उनमें धैर्य की कमी है।

उन्होंने कहा, यह उन लोगों के लिए बहुत थका देने वाला हो सकता है जो राजनीति के आदी नहीं हैं और उनमें धैर्य की कमी है। वे फंसा हुआ महसूस कर सकते हैं और छोड़ना चाहते हैं। हालांकि हार न मानने में ही उनकी ताकत है।

उन्होंने कहा, उन्हें किसी को कुछ भी साबित नहीं करना है, यह उनकी अपनी यात्रा है। यहां तक कि मुझे भी पैनिक अटैक का सामना करना पड़ा है, लेकिन किसी भी स्थिति से अधिक मजबूत होना होगा। मुझे यकीन है कि वह इससे लड़ेंगे। 'बिग बॉस ओटीटी 2' जियो सिनेमा पर स्ट्रीम होता है।

शॉर्ट ड्रेस में भोजपुरी क्वीन नेहा मलिक ने दिखाई दिलकश अदाएं

भोजपुरी क्वीन नेहा मलिका आए दिन अपनी हॉट तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर फैंस के दिलों पर राज करती हैं। उनका हर एक फोटोज और वीडियोज सोशल मीडिया पर आते ही छा जाता है। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपनी लेटेस्ट सेक्सी तस्वीरों से फैंस को बेकाबू कर दिया है। इन तस्वीरों में उनकी हॉटनेस देख लोगों ने अपने लाइक्स और कॉमेंट्स के जरिए अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं देनी स्टार्ट कर दी है। एक्ट्रेस नेहा मलिक ने हाल ही में अपनी रिवीलिंग शॉर्ट ड्रेस में फोटोशूट करवाया है। उनकी ये तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट होते ही फैंस के बीच तेजी से वायरल होने लग गई हैं। हाल ही में एक्ट्रेस नेहा मलिक के लेटेस्ट लुक को देखकर सोशल मीडिया पर तहलका मच गया है। इन तस्वीरों में अभिनेत्री नेहा मलिक ने पिंक कलर की शॉर्ट ड्रेस पहनी हुई है, जिसमें वो कातिलाना पोज देती हुई दिखाई दे रही हैं। नेहा मलिक ये बखूबी जानती हैं कि उन्हें लोगों के बीच कैसे लाइमलाइट चुराना है। हालांकि एक्ट्रेस अपना ये जलवा बरकरार रखने के लिए सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव भी रहती हैं। इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं सनग्लासेस लगाकर नेहा मलिक ने कार के पास खड़े होकर बेहद ही किलर पोज दिए हैं। एक्ट्रेस नेहा मलिक अपनी कार की बोनट में बैठे हुए काफी स्टनिंग लुक्स देती हुई नजर आ रही हैं। फैंस भी उनके इस लुक को काफी लाइक कर रहे हैं।(आरएनएस)

28 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी रॉकी और रानी की प्रेम कहानी

आलिया भट्ट और रणवीर सिंह अभिनीत रॉकी और रानी की प्रेम कहानी 28 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इसमें धर्मेंद्र, जया बच्चन और शबाना आजमी भी महत्वपूर्ण भूमिकाओं में हैं।

इस फिल्म के जरिए आलिया और रणवीर ने दूसरी बार साथ काम किया है। इससे पहले दोनों फिल्म गली बॉय के लिए साथ आए थे। फिल्म में धर्मेंद्र, जया बच्चन और शबाना आजमी भी हैं। धर्मेंद्र सालों बाद इसके जरिए बड़े पर्दे पर वापसी कर रहे हैं। करण फिल्म में अपने चहिते निर्देशक यश चोपड़ा को श्रद्धांजलि देंगे। आलिया-रणवीर पर एक गाना फिल्माया गया है, जिसके जरिए यश को श्रद्धांजलि दी जाएगी। फिल्म 28 जुलाई को रिलीज हो रही है।

धर्मा प्रोडक्शंस फिल्म के लिए वो करने वाला है, जो यशराज फिल्म्स पठान के लिए नहीं कर सका। पठान को दुनियाभर में 8,000 स्क्रीन्स पर रिलीज किया गया था।

रिपोर्ट के मुताबिक रॉकी और रानी... को करीब 9,000 स्क्रीन्स पर रिलीज किया जाएगा। रिपोर्ट के मुताबिक करण फिल्म को अपनी सुपरहिट फिल्म कभी खुशी कभी गम के स्तर पर रिलीज करना चाहते हैं। पटना के एक एग्जिबिटर रोशन सिंह इस फिल्म के लिए अपना मल्टीप्लेक्स खोलने वाले हैं।

धर्मा प्रोडक्शंस के बैनर तले फिल्म योद्धा आ रही है, जो करण की पहली एक्शन फ्रैंचाइजी है। वह सिंघम अगेन से भी जुड़े हैं और बेधड़क भी लेकर आ रहे हैं, जिसके जरिए करण, संजय कपूर की बेटी शनाया बॉलीवुड में लॉन्च करेंगी। सारा अली खान को लेकर फिल्म ऐ वतन मेरे वतन करण ने ही बनाई है। विक्की कौशल की फिल्म मेरे महबूब मेरे सनम, सी शंकरन नायर की बायोपिक और सरजमीं जैसी फिल्में भी करण के पास हैं। (आरएनएस)

रोमांटिक ड्रामा देवदास के 21 साल पूरे

रोमांटिक ड्रामा देवदास ने अपने 21 साल पूरे कर लिए हैं। भंसाली प्रोडक्शंस ने दर्शकों और सिनेमा प्रेमियों को देवदास की कुछ झलक दिखाई। सोशल मीडिया पर निर्माताओं द्वारा साझा किए गए वीडियो में बैकग्राउंड सॉन्ग सिलसिला ये चाहत का के साथ फिल्म के प्रतिष्ठित दृश्यों और संवादों की झलक थी।

कैप्शन में निर्माताओं ने लिखा, एक आकर्षक यात्रा की शुरुआत, जहां प्यार की कोई सीमा नहीं है, देव की पारो के लिए लालसा, चुन्नी की अटूट दोस्ती और चंद्रमुखी की सांत्वना के साथ मिलकर भावनाओं की एक टेपेस्ट्री बनाती है जो आज 21 साल बाद भी गूंजती है।

पहले फ्रेम से ही देवदास ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। प्रत्येक सेट भव्य रूप से डिजाइन किया गया था जो बंगाल की असाधारण दुनिया में ले गया था।

देवदास में वेशभूषा अपने आप में अलग थी। वेशभूषा ने न केवल कथा को बढ़ाया बल्कि पात्रों की पहचान भी बन गया।

देवदास का संगीत हमारी यादों में बसा हुआ है। डोला रे डोला, सिलसिला ये चाहत का और हमेशा तुमको चाहा जैसे गाने प्यार और चाहत के गीत बन गए, जिनकी धुन आज भी हमारी आत्मा में बसी हुई है। संगीत फिल्म की धड़कन बन गया।

ऐश्वर्या राय बच्चन की पारो मासूमियत का प्रतीक है, जबकि माधुरी दीक्षित की चंद्रमुखी में करुणा और चुन्नी बाबू की अटूट दोस्ती झलकती है।

21 साल बाद भी भंसाली की देवदास एक सिनेमाई उत्कृष्ट कृति बनी हुई है, जिसे दुनिया भर के दर्शक आज भी सम्मान से सराहते हैं।

फिल्म की विरासत पीढ़ी-दर-पीढ़ी मजबूती से कायम है और भारतीय सिनेमा में एक कालजयी क्लासिक के रूप में अपनी स्थिति को मजबूत कर रही है।

अनुराग बसु की मेट्रो... इन दिनों की रिलीज डेट आगे बढ़ी

बर्फी और लाइफ इन अ मेट्रो जैसी शानदार फिल्मों का निर्देशन कर चुके अनुराग बसु अब अपनी फिल्म मेट्रो... इन दिनों को लेकर चर्चा में हैं, जिसका ऐलान काफी समय पहले हो चुका है। सारा अली खान और आदित्य रॉय कपूर अभिनीत यह पहले इसी साल 8 दिसंबर को सिनेमाघरों में दस्तक देने वाली थी, लेकिन अब इसकी रिलीज डेट में बदलाव हो गया है। मेकर्स की ओर से इसकी रिलीज डेट आगे बढ़ाने का ऐलान किया गया है।

फिल्म समीक्षक तरण आदर्श ने ट्विटर पर पोस्ट साझा कर इसकी रिलीज डेट में हुए बदलाव की जानकारी दी है। उन्होंने लिखा, बसु की फिल्म मेट्रो... इन दिनों को नई रिलीज डेट मिल गई है और अब यह अगले साल गुड फ्राइडे यानी 29 मार्च 2024 को सिनेमाघरों में दस्तक देगी। यह मल्टीस्टारर फिल्म है, जिसमें सारा और आदित्य के अलावा नीना गुप्ता, पंकज त्रिपाठी, कोंकणा सेन, अनुपम खेर, अली फजल और फातिमा सना शेख नजर शामिल हैं।

मेट्रो... इन दिनों का संगीत प्रीतम तैयार कर रहे हैं, जो 2007 में आई लाइफ इन अ मेट्रो को भी संगीत दे चुके हैं। लाइफ इन अ मेट्रो में कंगना रनौत, शाइनी आहूजा, शिल्पा शेट्टी, धर्मेंद्र, इरफान खान और के के मेनन अहम भूमिका में नजर आए थे। टी-सीरीज और बसु के प्रोडक्शन द्वारा निर्मित यह फिल्म खट्टे-मीठे रिश्तों की कहानियों को दिखाएगी। इस फिल्म के जरिए अनुराग और आदित्य लूडो के बाद दूसरी बार साथ काम कर रहे हैं।

फिल्म के बारे में बसु ने कहा था, यह लोगों की कहानी है और लोगों के लिए है। मुझे एक बार फिर से भूषण के साथ काम करने की खुशी है। मैं सभी अद्भुत कलाकारों के साथ काम करने के लिए भी खुश हूं। भूषण ने कहा था, अनुराग दादा के साथ काम करना मेरी लिए एक ट्रीट की तरह है। हम साथ में काम करने के लिए उत्साहित हैं। प्रीतम का संगीत फिल्म की कहानी में जान फूंक देगा।

बसु कार्तिक आर्यन के साथ आशिकी 3 लेकर आने वाले हैं, जिसके लिए फिलहाल अभिनेत्री का चयन नहीं हुआ है। कहा जा रहा है कि फिल्म में कार्तिक के साथ नई अभिनेत्री को लॉन्च किया जाएगा। सारा हाल ही में जरा हटके जरा बचके में नजर आई हैं तो अब वह ऐ वतन मेरे वतन में दिखाई देंगी, वहीं फातिमा सैम बहादुर का हिस्सा हैं। इसके अलावा अनुपम इमरजेंसी और द वैक्सीन वॉर में नजर आएंगे। (आरएनएस)

आपदा से सबक नहीं लेती हैं सरकारें

अजीत द्विवेदी

देश में भारी बारिश, बाढ़ और भूस्खलन से तबाही मची है। उत्तर भारत के सात राज्यों में कई लोगों की मौत हो गई। सैकड़ों घर टूटे हैं, गाड़ियां नदियों में बह गई हैं और हजारों लोग विस्थापित हुए हैं। हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड और पंजाब की नदियां उफान पर हैं और राजधानी दिल्ली में बाढ़ का खतरा बढ़ गया है। दिल्ली में बारिश का 41 साल का रिकॉर्ड टूटा है तो हिमाचल प्रदेश में 52 साल का रिकॉर्ड टूटा है। देश में मॉनसून के पूरे सीजन में जितनी बारिश होनी चाहिए उससे अधिक बारिश अभी तक हो चुकी। हिमाचल प्रदेश और उत्तराखंड में कई जगह बादल फटे हैं और भूस्खलन की घटना हुई है। देश के पहाड़ी और ग्रामीण इलाकों के साथ साथ राजधानी दिल्ली और राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के शहरों- गुरुग्राम, फरीदाबाद, नोएडा, गाजियाबाद आदि में भी त्राहिमाम की स्थिति है। मिलेनियम सिटी गुरुग्राम में बारिश की वजह से इतना पानी जमा हो गया कि स्कूल बंद करने पड़े और लोगों से घर से ही काम करने को कहना पड़ा। भारत के सिलिकॉन वैली यानी बेंगलुरू में भारी बारिश से लोगों का जन-जीवन अस्त-व्यस्त हुआ।

सवाल है कि ऐसा क्यों हो रहा है? जिससे भी यह सवाल पूछा जाता है उसका जवाब होता है कि जलवायु परिवर्तन की वजह से इंसान मौसम का यह अतिरेक झेलने को अभिशप्त है। इसमें कोई संदेह नहीं है कि जलवायु परिवर्तन ने मौसम का पूरा चक्र बदल दिया है। अत्यधिक बारिश, अत्यधिक सर्दी और अत्यधिक गरमी अब सामान्य बात हो गई है। जलवायु परिवर्तन की घटना इतनी तेजी से हो रही है कि वैज्ञानिकों के सारे अनुमान फेल हो रहे हैं। वैज्ञानिक इस दशक के अंत तक वैश्विक तापमान 17 डिग्री पहुंचने का अनुमान लगा रहे थे। लेकिन पिछले सोमवार यानी तीन जुलाई को वैश्विक तापमान औसतन 17 डिग्री से ऊपर चला गया। यह अभी रूकने वाला नहीं है। जैसे जैसे धरती गर्म होगी वैसे वैसे ग्लेशियर पिघलेंगे, समुद्र का स्तर बढ़ेगा और उसी अनुपात में सर्दी, गर्मी और बारिश बढ़ती जाएगी। तत्काल इसे रोकना इंसान के वश में नहीं दिख रहा है। इसके बावजूद मौसम के अतिरेक से पैदा होने वाली आपदा से निपटने के बेहतर उपाय किए जा सकते हैं। उससे जान-माल का नुकसान कम से कम हो यह सुनिश्चित किया जा सकता है। लेकिन अफसोस की बात है कि भारत में सरकारें हर साल आने वाली आपदा से कोई सबक नहीं सीखती हैं।

पिछले कोई दो दशक में शायद ही कोई साल होगा, जब मॉनसून के सीजन में देश के किसी न किसी हिस्से में कोई बड़ी प्राकृतिक आपदा नहीं आई होगी। 26 जुलाई 2005 का मुंबई का जल प्रलय पिछले दो दशक की सबसे बड़ी प्राकृतिक आपदाओं में से एक है। दो दिन में भयंकर बारिश से देश की पूरी वित्तीय राजधानी अस्त-व्यस्त हो गई थी। मुंबई सहित महाराष्ट्र के कई हिस्से भारी बारिश और बाढ़ से प्रभावित हुए थे और कोई 11 सौ लोग मारे गए थे। इससे ठीक एक महीने पहले जून के महीने में समूचा गुजरात भारी बारिश और बाढ़ से प्रभावित हुआ था। इसके तीन साल बाद बिहार के कोशी में भयंकर बाढ़ आई थी, जिसमें ढाई सौ से ज्यादा लोगों की मौत हुई थी और लाखों लोग बेघर हुए थे। करीब तीन लाख घर नष्ट हुए थे और साढ़े आठ लाख एकड़ में लगी फसल नष्ट हुई थी। ऐसे ही जून 2013 में उत्तराखंड के केदारनाथ में आई बाढ़ इस सदी की सबसे बड़ी प्राकृतिक आपदाओं में से एक है, जिसमें छह हजार के करीब लोग मारे गए थे और साढ़े चार हजार गांव तबाह हुए थे। सैकड़ों लोग बाढ़ में बह गए, जिनके शव का पता नहीं चला। मुंबई, कोशी और केदारनाथ ये तीन पिछले दो दशक की प्रतीक घटनाएं हैं, जिनकी स्मृतियां अब भी जीवित हैं। इसके अलावा हर साल देश के किसी न किसी हिस्से में मॉनसून के समय अत्यधिक बारिश, बाढ़ और भूस्खलन की बड़ी घटनाएं होती हैं लेकिन ऐसा लगता है कि उसे मौसमी बीमारी की तरह की एक बीमारी मान कर जल्दी ही भुला दिया जाता है। लंबे समय में ऐसी घटनाओं के दोहराव की संभावना को देखते हुए बचाव के स्थायी उपाय नहीं किए जाते हैं।

भारत में सरकारें और आपदा से निपटने वाली संस्थाएं घरेलू और वैश्विक घटनाओं से कोई सबक नहीं लेती हैं। जापान की मिसाल सबके सामने है, जहां आए दिन भूकंप और सुनामी की घटनाएं होती हैं। लेकिन बड़े से बड़े भूकंप में भी वहां जान-माल का नुकसान न्यूनतम होता है और जन-जीवन सामान्य रूप से चलता रहता है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि प्रकृति को समझते हुए वहां के शासकों ने बुनियादी ढांचे का ऐसा निर्माण किया है, जिसमें न्यूनतम नुकसान की संभावना रहे। भारत में इसका उलटा होता है। भारत में प्राकृतिक आपदा की आशंका वाले क्षेत्र में भी अंधाधुंध निर्माण होता है। उत्तराखंड और हिमाचल प्रदेश में इतनी पनबिजली की परियोजनाएं लगी हैं, दवा की इतनी फैक्टरियां बनी हैं और पर्यटकों के लिए इतने रिसॉर्ट व होटल बने हैं कि समूचा पहाड़ खोखला हो गया है। जरा सी बारिश या बादल फटने की घटना होते ही पहाड़ दरकने लगते हैं। यह सिर्फ दो राज्यों की परिघटना नहीं है। हर पहाड़ी राज्य में विकास के नाम पर अंधाधुंध जंगल और पहाड़ काटे जा रहे हैं, जिसका खामियाजा हर साल आम लोगों को भुगतना पड़ता है।

जहां तक महानगरों और बड़े शहरों की बात है तो वहां दो कारणों से हर साल बारिश में बाढ़ के हालात बनते हैं और मॉनसून की बारिश लोगों के लिए आफत लेकर आती है। सबसे पहला कारण तो यह है कि महानगरों और शहरों को बेतरतीब तरीके से बढ़ने दिया गया है। अंधाधुंध शहरीकरण हुआ है और चारों तरफ कंक्रीट के जंगल उग आए हैं। अवैध निर्माण बड़ी संख्या में हुआ है, जिससे इमारतें कमजोर हुई हैं और बारिश में उनके गिरने का खतरा बढ़ गया है। दूसरा कारण यह है कि किसी भी महानगर या बड़े-छोटे शहर में पानी के निकासी की अच्छी व्यवस्था नहीं हुई है। हर शहर पर आबादी का बोझ बढ़ा है और ड्रेनेज या सीवेज का सिस्टम वहीं पुराना है। शहरों के बीच या बगल से बहने वाली नदियां गाद से भरी हुई हैं। उनका तल ऊंचा हो गया है, जिससे जरा सी बारिश होते ही नदियां उफनने लगती हैं।

राजधानी दिल्ली के बीचों बीच बहने वाली यमुना की सफाई पर बरसों से काम हो रहा है, लेकिन पांच फीसदी भी यमुना साफ नहीं हुई है। दिल्ली सरकार ने 2011 में आईआईटी दिल्ली को एक ड्रेनेज सिस्टम का मास्टर प्लान बनाने को कहा था। सात साल के बाद 2018 में आईआईटी ने मास्टर प्लान दिया था और 2021 में उसे लागू किया गया लेकिन तत्काल ही रोक दिया गया क्योंकि उससे दिल्ली की समस्या का समाधान नहीं हो रहा था। बाद में 2022 में दिल्ली सरकार ने एक कॉम्प्रिहेंसिव ड्रेनेज मास्टर प्लान का टेंडर निकाला लेकिन उस पर कोई अच्छा रिस्पांस नहीं मिला है। सोचें, राष्ट्रीय राजधानी की यह स्थिति है कि पिछले 12 साल से ड्रेनेज सिस्टम का मास्टर प्लान बन रहा है? यही स्थिति गुरुग्राम से लेकर समूचे एनसीआर की है।

सो, पहाड़ी राज्यों से लेकर मैदानी राज्यों तक और महानगरों से लेकर छोटे शहरों तक हर साल मॉनसून के सीजन में कोई न कोई प्राकृतिक आपदा आ रही है। इसे प्रकृति की चेतावनी समझना चाहिए और किसी बड़े खतरे से निपटने की तैयारी करनी चाहिए। लेकिन दुर्भाग्य से सरकारें और आपदा प्रबंधन करने वाली एजेंसियां हर काम तात्कालिकता में करती हैं। वे लंबे समय की योजना नहीं बनाती हैं। यही कारण है कि बारिश होते ही जन-जीवन ठप्प हो जाता है। सड़क परिवहन से लेकर ट्रेन और विमानन सेवाएं स्थगित हो जाती हैं। कहीं लोग बाढ़ में बह जाते हैं, कहीं उनके घर गिर जाते हैं, कहीं जल-जमाव में गाड़ी फंस जाती हैं, कहीं करंट लगने से लोग मरते हैं तो कहीं बिजली गिरने से लोगों की मौत होती है। यह सही है कि प्राकृतिक आपदा को रोका नहीं जा सकता है लेकिन आपदा से सबक लेकर उससे होने वाले नुकसान को न्यूनतम करने के उपाय जरूर किए जा सकते हैं।

सू- दोकू क्र.083

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.82 का हल

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

उम्मीद और जमीनी हकीकत

अहम सवाल है कि अगर भारत निवेशकों की पहली पसंद बना हुआ है, तो असल में भारत में प्रत्यक्ष विदेशी निवेश बढ़ क्यों नहीं रहा है? एक ताजा रिपोर्ट के मुताबिक वित्त वर्ष 2022-23 में एफडीआई में 22 प्रतिशत की गिरावट आई।

यह रिपोर्ट फिर सुर्खियों में है कि निवेश करने के लिए भारत दुनिया की सबसे पहली पसंद बना हुआ है। इन्वेस्को नामक संस्था ने केंद्रीय बैंकों और वेल्थ फंड्स के सर्वे के आधार पर यह रिपोर्ट तैयार की है। और चूंकि इस दौर में भारतीय मीडिया में सकारात्मक खबरों की खूब मांग है, तो उसमें इस रिपोर्ट को खूब जगह भी मिली है। लेकिन अहम सवाल है कि अगर भारत पहली पसंद बना हुआ है, तो असल में भारत में प्रत्यक्ष विदेशी निवेश बढ़ क्यों नहीं रहा है? एक ताजा रिपोर्ट के मुताबिक वित्त वर्ष 2022-23 में एफडीआई में 22 प्रतिशत की गिरावट आई। जबकि यह वो वर्ष रहा, जब ह चीन से हट रहे निवेशकों के हटने की खबरें लगातार आती रहीं। इस ट्रेंड को चाइना+वन कहा जा रहा है। यानी निवेशक चीन से पूरी तरह नहीं हट रहे हैं, लेकिन वे अपने निवेश का एक हिस्सा किसी अन्य देश में ले जा रहे हैं। अब खबर है कि इस ट्रेंड का सबसे ज्यादा वियतनाम उठा ले गया है।

इस बीच भारत के इलेक्ट्रॉनिक हब बनने का भी खूब शोर है। मगर यह भी अभी उम्मीदों के दायरे में ही है। असलियत यह है कि इलेक्ट्रॉनिक निर्यात की ताजा रैंकिंग में भारत 26वें नंबर पर है। यानी इस मामले में वह चीन, दक्षिण कोरिया और वियतनाम से तो पीछे है ही, मलेशिया, मेक्सिको, थाईलैंड और फिलीपीन्स भी उससे आगे हैं। इसलिए मैनुफैक्चरिंग के लिहाज से उपरोक्त रिपोर्ट को बहुत वजन नहीं देया जा सकता। बहरहाल, ये सर्वे जिन इकाइयों के बीच उनकी प्राथमिकता संभवत: अलग है। यह हकीकत है कि शेयर कारोबार के मामले में भारत एक हॉट स्पॉट बना हुआ है। इन्वेस्को की स्टडी में 57 केंद्रीय बैंकों और 85 सरकारी निवेश फंड शामिल हुए। उनके लिए निवेश का मतलब संभवत: शेयरों में निवेश ही है। सर्वे में शामिल 85 फीसदी इकाइयों ने कहा कि मुद्रास्फीति इस दशक में तो उच्च स्तर पर बनी रहेगी। ऐसे माहौल में सोना और उभरते बाजारों के बॉन्ड निवेश के उचित विकल्प हो सकते हैं। और यही हो भी रहा है। लेकिन इससे आमजन की खुशहाली का रास्ता नहीं निकलता।(आरएनएस)

अहंकार की बाधा

एक आदमी एक रात एक झोपड़े में बैठ कर, छोटे से दीये को जला कर कोई शास्त्र पढ़ता रहा। फिर आधी रात गए थक गया, फूंक मार कर दीया बुझा दिया। और तब बड़ा हैरान हो गया! जब तक दीया जल रहा था, पूर्णिमा का चांद बाहर ही खड़ा रहा, भीतर न आया।

जब दीया बुझ गया, उसकी धीमी-सी टिमटिमाती लौ खो गई, तो चांद की किरणें भीतर भर आईं। द्वार-द्वार, खिड़की-खिड़की, रंध्र-रंध्र से चांद भीतर नाचने लगा। वह आदमी बहुत हैरान हो गया! उसने कहा कि 'एक छोटा-सा दीया, इतने बड़े चांद को बाहर रोके रहा?' हमने भी बहुत छोटे-छोटे दीये जलाए हैं अपने अहंकार के, मैं के, उनकी वजह से परमात्मा का चांद बाहर ही खड़ा रह जाता है।

समाधि का अर्थ है- फूंको और बुझा दो इस दीये को, हो जाने दो अंधेरा। मिटा दो यह ज्योति जिसे समझा है मैं, और तत्काल चारों तरफ से वह आ जाता है, सब तरफ से आ जाता है, जिसे हमारे इस छोटे से अहंकार ने, मैं ने रोक रखा है।

प्रस्तुति : सुभाष बुड़ावनवाला

मणिपुर हिंसा पर संयुक्त नागरिक संगठन ने भेजा प्रधानमंत्री को ज्ञापन

हमारे संवाददाता

देहरादून। मणिपुर में जारी हिंसा में महिलाओं को निर्वस्त्र कर बलात्कार और हत्या करने वाले दोषियों के साथ शामिल प्रोत्साहक समर्थक प्रदर्शनकारियों को भी फांसी की सजा दिलाए जाने की मांग को लेकर संयुक्त नागरिक संगठन द्वारा प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को ज्ञापन प्रेषित किया गया है। प्रधानमंत्री मोदी को भेजे गये ज्ञापन मे कहा गया है कि इस शर्मनाक घटनाक्रम पर सर्वोच्च न्यायालय का स्वत संज्ञान लेना और आपका आक्रोश आम जनमानस की प्रतिक्रियाओं का प्रतिबिंब है। हम सब भी इस घटना से शर्मसार हैं। मांग की गयी है कि मणिपुर में मैतई और कुकी व नगा समुदाय के बीच जारी पारस्परिक दुश्मनी और विरोध के मूलभूत उन कारणों, जो इन जनजातियो मे मतभेदों का आधार बने हैं, को जड़ से समाप्त करने के लिए तत्काल कदम उठाए जाएं। इनमें गवर्नमेंट लैंड सर्वे को रोका जाना, मैतई समुदाय को एसटी का दर्जा दिए जाने पर अंकुश लगाना,आदिवासी समुदाय को संरक्षित जंगलों से उजाडे जाने की मुहिम को रोकने, हथियारबंद जोमी रेवोल्यूशन आर्मी और कुकी नेशनल आर्मी जैसे संगठनों से अवैध हथियार जब्त करने के साथ-साथ सभी समुदायों में सांप्रदायिक सौहार्द पुनः कायम करना भी शामिल है।

शराब के साथ दो गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने शराब के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर वाहन को सीज कर दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार राजपुर थाना पुलिस ने स्कूटी सवार दो युवकों को धोरण के पास रूकने का इशारा किया तो वह पुलिस को देख भाग खडे हुए। पुलिस ने पीछा कर उनको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उनके कब्जे से 100 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उन्होने अपने नाम प्रिंस पुत्र श्याम अवध निवासी शिप्रा कालोनी, सुनील कुमार पुत्र मेवाराम निवासी उधमसिंह नगर बताया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर वाहन को सीज कर दिया।

मारपीट कर स्कूटी तोडने पर चार लोगों के खिलाफ मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। मारपीट कर जान से मारने की धमकी देना व स्कूटी तोडने के मामले में पुलिस ने चार लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार अपर तुनवाला निवासी राजेन्द्र सिंह मौर्य ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह अपने घर के बाहर खडा था तभी वहां पर सौरभ चौहान, सुरेन्द्र क्षेत्री, धीरज व राजेश कुकरेती आ गये तथा उसकी साथ गाली गलौच करने लगे। उसने जब उनका विरोध किया तो उन्होंने उसके साथ मारपीट करनी शुरू कर दी। इसी दौरान उसके पिता वहां पर बीच बचाव करने आये तो उक्त लोगों ने उनके साथ भी मारपीट करते हुए उनकी स्कूटी को तोड दिया तथा जान से मारने की धमकी देकर चले गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चमोली की घटना पर दुख प्रकट कर रखा मौन

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने चमोली की घटना पर दुख प्रकट करते हुए मरने वालों की आत्मा की शांति के लिए मौन रखा।

आज यहां उत्तराखंड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के कार्यकर्ताओं ने जिला चमोली हादसे में बिजली करंट से में मारे गए 16 लोगों की आकस्मिक मृत्यु पर गहरा दुख प्रकट किया है। उत्तराखंड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के कार्यकर्ताओं ने दिवंगत आत्माओं की शांति के लिए 2 मिनट का मौन रखा। इस मौके पर उत्तराखंड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद परिषद के जिलाध्यक्ष सुरेश कुमार और राज्य आंदोलनकारी प्रभात डंडरियाल ने प्रदेश सरकार से मांग की कि वह इस कांड की जांच कराकर दोषियों को सजा दिलाएं तथा इस कांड में मारे गए 16 लोगों के परिवार जनों को मुआवजे के तौर पर धामी सरकार पांच पांच लाख रुपए दे तथा घायलों को रुपए तीन तीन लाख रुपए मुआवजा राशि सुनिश्चित कराए। प्रदेश सरकार इस पर राजनीति करने वालों पर भी रोक लगाएं। उत्तराखंड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के लोगों ने घायलों के शीघ्र स्वस्थ होने की प्रभु से कामना भी की। इस मौके पर प्रदेश अध्यक्ष विपुल नौटियाल व जिला अध्यक्ष सुरेश कुमार, राष्ट्रीय उत्तराखंड पार्टी के अध्यक्ष नवनीत गुसाईं, नेताजी संघर्ष समिति के उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल, धर्मानंद भट्ट, सुशील विरमानी आदि शामिल रहे।

केदारनाथ धाम के निर्माण कार्य गुणवत्ता के साथ पूर्ण हो: पांडेय

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। आयुक्त गढवाल मंडल विनय शंकर पांडेय ने कहा कि केदारनाथ धाम में जो भी कार्यदायी संस्थाओं द्वारा जो भी निर्माण कार्य किए जा रहे हैं उन कार्यों को त्वरित गति एवं गुणवत्ता के साथ समयबद्धता से पूर्ण कराना सुनिश्चित करें।

आज यहां श्री केदारनाथ धाम में चल रहे पुनर्निर्माण एवं निर्माण कार्यों का आयुक्त गढ़वाल मंडल विनय शंकर पांडेय ने जिलाधिकारी रुद्रप्रयाग डॉ. सौरभ गहरवार, जिलाधिकारी टिहरी गढ़वाल मयूर दीक्षित एवं संबंधित कार्यदायी संस्थाओं के अधिकारियों के साथ स्थलीय निरीक्षण कर चल रहे निर्माण कार्यो का जायजा लिया। केदारनाथ धाम में चल रहे पुनर्निर्माण एवं निर्माण कार्यो का स्थलीय निरीक्षण करते हुए आयुक्त गढ़वाल मंडल ने जिलाधिकारी एवं अधीक्षण अभियंता लोनिवि को निर्देश दिए हैं कि केदारनाथ धाम में जो भी कार्यदायी संस्थाओं द्वारा जो भी निर्माण कार्य किए जा रहे हैं उन कार्यों को त्वरित गति एवं गुणवत्ता के साथ समयबद्धता से पूर्ण कराना सुनिश्चित करें। उन्होंने संगम घाट एवं पुल का जो भी निर्माण कार्य किया जा रहा है उन कार्यों को भी त्वरित गति से करना सुनिश्चित करें। उन्होंने यह भी निर्देश दिए हैं कि संबंधित अधिकारी निर्माण कार्यों की निरंतर मॉनीटरिंग करना सुनिश्चित करें जिससे कि कार्य समयबद्धता के साथ पूर्ण कराए जा सके। आयुक्त गढ़वाल मंडल ने इस अवसर पर श्रमिकों से भी बातचीत की तथा उनकी हौसला अफजाई की। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि केदारनाथ धाम में श्रमिक विषम कठिन परिस्थितियों में कार्य कर रहे हैं तथा श्रमिकों को किसी प्रकार की कोई समस्या न हो तथा उनके रहने, खाने व स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखा जाए। इस अवसर पर अधीक्षण अभियंता लोनिवि राजेश शर्मा, मुख्य कार्याधिकारी योगेन्द्र सिंह, अधिशासी अभियंता डीडीएमए विनय झिंक्वाण एवं संबंधित कार्यदायी संस्था के अधिकारी मौजूद रहे।

मणिपुर की घटना पर कांग्रेस ने फूंका केन्द्र सरकार का पुतला

हमारे संवाददाता

देहरादून। मणिपुर में महिलाओं के साथ हुई यौन हिंसा और वहां व्याप्त अराजकता के लिए केंद्र सरकार को दोषी बताते हुए कांग्रेस कार्यकर्ताओं द्वारा आज महानगर अध्यक्ष डॉ जसविन्दर सिंह गोगी और महानगर महिला कांग्रेस अध्यक्ष उर्मिला थापा के संयुक्त नेतृत्व में एस्ले हॉल चौक पर पीएम नरेंद्र मोदी व अमित शाह का पुतला फूंका गया।

इस मौके पर डॉ जसविंदर सिंह गोगी ने कहा कि केंद्र और मणिपुर दोनों में भाजपा की तथाकथित डबल इंजन सरकार है लेकिन दोनों सरकार मणिपुर हिंसा के मामले में बुरी तरह असफल रही हैं। अब तीन महिलाओं के साथ यौन हिंसा के शर्मनाक मामले ने तो पूरे देश को स्तब्ध कर दिया है। भाजपा पूरे देश मे सशक्त सरकार और डबल इंजन सरकार का दम भरती है लेकिन मणिपुर में भाजपा की विफलता से लोग समझ गए हैं कि केवल बातों से सरकार नहीं चला करती। भारत में मणिपुर जैसी कई संवेदनशील क्षेत्रीय समस्याएं हैं, जिनको अब तक की सरकारें संवेदनशील तरीके से ही देखती आयी हैं। मोदी सरकार की ये बड़ी कमी है कि वो इस तरह की समस्याओं की संवेदनशीलता और जटिलता को समझे बिना अचानक फैसले लेकर ये जाहिर करती है कि उनके पास इस देश की सारी समस्याओं का जादुई समाधान है। चाहे नोटबन्दी का मसला हो या अग्निवीर योजना, ये सब इसी तरह के उदाहरण हैं। सरकार की मणिपुर में बुरी तरह असफलता का खामियाजा मणिपुर की तीन महिलाओं को भुगतना पड़ा। महानगर महिला कांग्रेस अध्यक्षा उर्मिला थापा ने कहा कि प्रधानमंत्री के पास विदेश यात्राओं का पूरा समय है लेकिन अपने देश मणिपुर जाने का समय नहीं है। जब विपक्ष ने इस घटना पर प्रधानमंत्री के हमेशा की तरह मौन रहने की आलोचना की तब जाकर वो मणिपुर की घटना पर कुछ बयान दे सके।

इस मौके पर गरिमा दौसनी, आशा मनोरमा शर्मा,पूनम सिंह,मनीष नागपाल, चंद्रकला नेगी, पुष्पा पवार, अनुराधा तिवारी, अमित खन्ना, सविता सोनकर, शिवानी थपलियाल सहित कई कांग्रेस कार्यकर्ता मौजूद रहे।

लघु व्यापार एसोसिएशन ने सौंपा मुख्यमंत्री को ज्ञापन

संवाददाता

हरिद्वार। लघु व्यापार एसोसिएशन ने मुख्यमंत्री के हरिद्वार पहुंचने पर अपनी मांगों को लेकर ज्ञापन सौंपा

आज यहां उत्तराखंड राज्य में रेहड़ी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों की न्याय संगत मांगों के लिए संघर्ष कर रहे लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने हरिद्वार आगमन पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधियों के साथ हेलीपैड स्टेडियम में पहुंचने पर पटका ओढ़ाकर जोरदार स्वागत करते हुए मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी को ज्ञापन सौंपा।

ज्ञापन में मांग की गई उत्तराखंड राज्य में सभी नगर निकायों में रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों को

प्रधानमंत्री स्ट्रीट वेंडर आत्मनिर्भर योजना, राष्ट्रीय पत्रकारिता संरक्षण अधिनियम उत्तराखंड, नगरीय फेरी नीति नियमावली 2016 की शासन स्तर पर सरकार द्वारा समीक्षा किए जाने के साथ धर्म नगरी हरिद्वार में नगर निगम प्रशासन द्वारा किए गए तीन वेंडिंग जोन के उद्घाटन लोकार्पण व अन्य 12 चयनित सभी वेंडिंग जोन के शिलान्यास के साथ उत्तराखंड सरकार द्वारा रेडी पटरी के लघु व्यापारियों को दी जा रही 10,000 की अनुदान राशि युद्ध स्तर पर उपलब्ध कराए जाने की मांग को प्रमुखता से किया।

एक नजर

अब राजस्थान में शव रखकर प्रदर्शन करने पर होगी 5 साल की सजा

नई दिल्ली। राजस्थान विधानसभा के मानसूत्र में ऐसा विधेयक पारित किया गया है, जिसके अब शव रखकर प्रदर्शन करने वालों को पांच साल तक की सजा मिल सकेगी। विधेयक में सजा के अलावा यह भी प्रावधान है कि 24 घंटे में शव का अंतिम संस्कार करवाना होगा। हत्या, एक्सीडेंट और हादसों में जान गंवाने वालों के परिजनों की ओर से विभिन्न मांगों को लेकर शव रखकर प्रदर्शन किया जाता है। मांगें नहीं माने जाने तक शव का पोस्टमार्टम तक नहीं करवाया जाता। ऐसी परिस्थितियों से निपटने के लिए अशोक गहलोत सरकार ने राजस्थान मृत शरीर का सम्मान विधेयक 2023 पारित किया है। ऐसा कानून लाने वाला राजस्थान संभवतया पहला राज्य बन गया है। परिजन द्वारा शव का अंतिम संस्कार नहीं करने पर लोक प्राधिकारी अंतिम संस्कार करा सकेगा। परिजन से इतर अन्य व्यक्ति द्वारा शव को विरोध के लिए इस्तेमाल करने पर उसे छह माह से पांच वर्ष तक सजा हो सकती है।

चीनी नागरिक को एसएसबी ने किया गिरफ्तार

सिलीगुड़ी। भारत-नेपाल सीमा पानीटंकी से एक चीनी नागरिक को एसएसबी ने गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार शख्स का नाम योंघिन पेंग (39) है। वह चीन के गैंडोंग का निवासी है। गुरूवार को इस बारे में एसएसबी की तरफ से जानकारी दी गई है। सूत्रों के अनुसार, चीनी नागरिक बुधवार को नेपाल से भारत आ रहा था। उसी वक्त एसएसबी ने उसे संदेह के आधार पर हिरासत में ले लिया। बाद में पूछताछ में गड़बड़ी पाए जाने पर उसे गिरफ्तार कर लिया। एसएसबी ने आरोपित के पास से नेपाली राष्ट्रीय पहचान पत्र, नेपाल पासपोर्ट, चीनी राष्ट्रीय पहचान पत्र, मोबाइल फोन, विभिन्न देशों के पैसे और चीनी सामान बरामद किए है। एसएसबी ने आगे की कार्रवाई के लिए खोरीबाड़ी पुलिस को सौंपा दिया है। बताया जा रहा है खोरीबाड़ी पुलिस चीनी नागरिक को सिलीगुड़ी अदालत में पेश कर रिमांड पर लेगी।

चाकू-असलहा लेकर ममता बनर्जी के सीएम आवास में घुस रहा युवक गिरफ्तार

कोलकाता। पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी की सुरक्षा में फिर सेंध मारी की कोशिश हुई है। कोलकाला पुलिस ने एक ऐसे शख्स को पकड़ा है, जो सीएम आवास में घुसने की कोशिश कर रहा था। इस युवक की तलाशी ली गई तो चाकू और असलहा बरामद हुआ है। युवक का नाम नूर आलम है। पुलिस ने बताया कि इस युवक को सीएम के आवास के पास रोका गया है। आरोपी आवास में घुसने की कोशिश कर रहा था। आरोपी की तलाशी ली गई तो उसके कब्जे से एक असलहा, चाकू और प्रतिबंधित पदार्थ के अलावा विभिन्न एजेंसियों के आईडी कार्ड मिले हैं। आरोपी की कार में पुलिस का स्टीकर लगा था। इसी में सवार होकर वह सीएम आवास तक आया था। पुलिस उससे पूछताछ कर रही है।

भारतीय भूभाग से कैलाश पर्वत का श्रद्धालु सितंबर से कर सकेंगे दर्शन

नई दिल्ली। इस साल सितंबर के बाद से श्रद्धालुओं को भगवान शिव का निवास स्थान माने जाने वाले पवित्र कैलाश पर्वत के दर्शन भारतीय भूभाग से सुलभ हो जाएंगे। अधिकारियों ने बताया कि सीमा सड़क संगठन (बीआरओ) ने पिथौरागढ़ जिले के नाभीढांग में केएमवीएन हटस से भारत-चीन सीमा पर लिपुलेख दर्रे तक सड़क की कटाई का काम शुरू कर दिया है जो सितंबर तक पूरा हो जाएगा । बीआरओ की हीरक परियोजना के मुख्य अभियंता विमल गोस्वामी ने कहा कि हमने नाभीढ़ांग में केएमवीएन हटस से लिपुलेख दर्रे तक करीब साढ़े छह किलोमीटर लंबी सड़क को काटने का काम शुरू कर दिया है । सड़क का काम पूरा होने के बाद सड़क के साथ-साथ कैलाश व्यू प्वाइंट तैयार होगा। हीरक परियोजना को भारत सरकार ने कैलाश व्यू प्वाइंट विकसित करने की जिम्मेदारी दी है । गोस्वामी ने बताया कि सड़क की कटाई का काफी काम हो चुका है और अगर मौसम अनुकूल रहा तो यह सितंबर तक पूरा हो जाएगा ।

आयकर विभाग के फर्जी अधिकारी बनकर धोखाधड़ी करने वाले दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। आयकर विभाग का फर्जी ज्वांइट कमिश्नर बनकर सरकारी अधिकारियों से जमीन सम्बन्धित कागजात मांगने वाले गैंग का पर्दाफाश करते हुए पुलिस व एसओजी टीम द्वारा दो लोगों को गिरफ्तार कर लिया गया है। जिनके पास से जमीन सम्बन्धित कई दस्तावेज भी बरामद किये गये है।

डीआईजी/ वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक दलीप सिंह कुंवर ने बताया कि बीती 13 जुलाई को राजस्व उप निरीक्षक डिम्पल तहसील विकासनगर द्वारा कोतवाली विकासनगर में तहरीर देकर बताया गया था कि उन्हे उप जिलाधिकारी द्वारा शाहपुर कल्याणपुर में एक भूमि की जांच हेतू आदेशित किया गया था। उप जिलाधिकारी विकासनगर द्वारा बताया गया कि उनके पास एक अन्य मोबाइल नंबर से कॉल आयी जिसमें कालर द्वारा स्वंय को ज्वाइंट कमिश्नर इनकम टैक्स देहरादून बताते हुए अपना नाम कमल सिंह बताया तथा हाजी इकबाल की शाहपुर कल्याणपुर स्थित भूमि के संबंध में उनके यंहा जांच प्रचलित होने के सम्बन्ध में बताते हुए छापेमारी की कार्यवाही के लिये इनकम टैक्स विभाग को उक्त भूमि से संबंधित दस्तावेजों की जानकारी मांगी गयी तथा

उनके द्वारा इनकम टैक्स ऑफिसर गुलशन कुमार के नाम से एक मोबाइल नंबर देते हुए उन्हें जानकारी उपलब्ध कराने हेतु कहा गया। जिसके बाद वह उप जिलाधिकारी के आदेश पर मौके पर गई तथा गांव के व्यक्तियों से उक्त भूमि के सम्बन्ध में जानकारी प्राप्त कर उक्त जानकारी से दिए गए मोबाइल नंबर पर संपर्क कर अवगत कराया गया, उक्त व्यक्ति द्वारा खुद का परिचय इनकम टैक्स ऑफिसर गुलशन कुमार के रूप में दिया गया तथा उसके द्वारा उप जिलाधिकारी विकासनगर से सम्पर्क कर उक्त भूमि की खतौनी उपलब्ध कराने को कहा गया। जिस पर उन्हे खतौनी की हार्ड कॉपीं उपलब्ध कराई गई। इसके पश्चात जब उप जिलाधिकारी विकासनगर द्वारा उक्त व्यक्ति से फोन पर बात की गयी तो उन्हे कुछ संदिग्ध प्रतीत हुआ। जब उनके द्वारा आयकर कार्यालय से कमल सिंह जॉइंट कमिश्नर तथा गुलशन कुमार इनकम टैक्स ऑफिसर के सम्बन्ध में जानकारी प्राप्त की गई, जिस पर आयकर कार्यालय द्वारा अवगत कराया कि इस नाम व पदनाम के कोई अधिकारी व कर्मचारी उनके कार्यालय में नहीं हैं। जिससे स्पष्ट है कि वह लोग धोखाधड़ी कर रहे है। पुलिस ने मामला दर्ज कर एसओजी के सहयोग से आरोपियों की तलाश शुरू कर दी गयी। आरोपियों की तलाश में जुटी संयुक्त टीम को पता चला कि गगन पुत्र अमनदीप जो जिला सहारनपुर का रहने वाला है उसके द्वारा इस तरह की धोखाधड़ी की वारदात की जाती है। इस पर त्वरित कार्यवाही करते हुए एसओजी व पुलिस टीम ने एक सूचना के अधार पर आरोपी गगन पुत्र अमनदीप को धर्मावाला चौक के पास विकासनगर से एक कार सहित गिरफ्तार कर लिया गया।

पूछताछ में गगन द्वारा अपनी सहयोगी मुर्तजिर पुत्र इकराम निवासी जुनारदा थाना कोतवाली देहात जिला सहारनपुर का नाम बताया गया जिसे पुलिस टीम द्वारा हरबर्टपुर विकासनगर से गिरफ्तार किया गया है। जिनके कब्जे से कई फर्जी आईडी व फर्जी दस्तावेज भी बरामद किये गये है।

भारी बारिश से राष्ट्रीय राजमार्ग का बड़ा हिस्सा हुआ क्षतिग्रस्त

हमारे संवाददाता

चमोली। पहाड़ों में लगातार हो रही बारिश के चलते राष्ट्रीय राजमार्ग 109 गैरसैंण से कर्णप्रयाग के बीच में कालीमाटी में बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया हैं जिसके बाद यहां आवाजाही पूरी तरह से बंद हो गई है।

बता दें कि पहाड़ों में हो रही लगातार बारिश के चलते राष्ट्रीय राजमार्ग 109 का एक बड़ा हिस्सा कालीमाटी के पास बह जाने से यहां आवाजाही बंद हो गयी है। बताया जा रहा है कि इस क्षेत्र में कोई वैकल्पिक मार्ग भी नहीं है। जिससे आवागमन सुचारू रह सके। फिलहाल मार्ग की स्थिति देखते हुए अंदाजा लगाना मुश्किल है कि यह मार्ग कितने दिनों बाद ये खुल सकेगा। वहीं इस मार्ग के क्षतिग्रस्त हो जाने से ग्रीस्मकालीन राजधानी गैरसैंण का सम्पर्क पूरी तरह टूट चुका है।

सार्वजनिक सूचना

मैं, रेणुका शर्मा/राधिका शर्मा पुत्री स्वर्गीय श्री कमलेश कुमार शर्मा तथा पत्नी श्री संदीप शीतल ने अपना नाम बदल कर राधिका कर लिया है। अगर किसी को भी आपत्ति हो तो वह दो सप्ताह के भीतर नगर निगम, देहरादून में दर्ज करवाएं।

राधिका
पत्नी संदीप शीतल
निवासी-20234 एटीएस
एडवान्टेज अहिंसा खंड-1,
इंदिरापुरम, गाजियाबाद, उत्तर प्रदेश।

शराबी पति ने चाकू घोंपकर पत्नी को उतारा मौत के घाट, गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

बागेश्वर। गुरुवार देर रात एक शराबी पति ने अपनी पत्नी की चाकू से गोदकर हत्या कर दी। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुँचकर हत्यारोपी पति को गिरफ्तार कर जांच शुरू कर दी है।

मामला बैजनाथ थाना क्षेत्र का है। मिली जानकारी के अनुसार गागरीगोल निवासी गणेश जोशी (35) पुत्र भैरब दत्त जोशी ने किसी बात पर तैश में आकर अपनी पत्नी गीता जोशी(30) को शराब के नशे में मारपीट करनी शुरू कर दी। पत्नी द्वारा विरोध करने पर उसने अपनी पत्नी का पेट चाकू से गोद डाला जिससे वह गम्भीर रूप से घायल हो गयी। चाकूबाजी की इस घटना के बाद घर से बच्चों के शोर मचाने पर आस पास के लोग मौके पर पहुंचे और उन्होने घायल गीता जोशी को आनन-फानन में अस्पताल पहुंचाया। जहां चिकित्सकों द्वारा उसे मृत घोषित कर दिया गया। मामले की सूचना पुलिस को मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर हत्यारोपी पति को हिरासत में ले लिया और उससे पूछताछ शुरू कर दी।

बताया जा रहा है कि मृतका के दो बच्चे हैं और उसका मायका ग्राम पोथिंग कपकोट में है। एक बच्चा राजीव नवोदय विद्यालय बहुली में पढ़ता है, तो एक 9 साल की बेटी है। बहरहाल पुलिस ने मृतका के शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भिजवा कर घटना की सूचना मृतका के मायके वालों को दी दी है।

चोरी की बाइक सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बाइक चोरी मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने दो लोगों को चुरायी गयी बाइक सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार बीती 19 जुलाई को चेतन देव कुटिया कनखल निवासी सुधीर कुमार ने थाना कनखल में तहरीर देकर बताया गया था कि उनकी बाइक किन्ही अज्ञात लोगों द्वारा चोरी कर ली गयी है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने मामला दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी। बाइक चोरों की तलाश में जुटी पुलिस टीम द्वारा बीती शाम एक सूचना के आधार पर दो लोगों को मातृसदन पुल के पास से चुरायी गयी बाइक सहित गिरफ्तार कर लिया गया है। जिन्होने पूछताछ में अपना नाम मनीष कुमार पुत्र आदेश कुमार निवासी मानपुर थाना नागल सोती जिला बिजनौर हाल पता बैरागी कैम्प कनखल व शगुन कुमार उर्फ आदित्य पुत्र रामगोपाल निवासी बजरीबाला बैरागी कैम्प थाना कनखल हरिद्वार बताया। पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

आर.एन.आई.- 59626/94

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीमती पुष्पा कांति कुमार द्वारा दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग घंटाघर, देहरादून से प्रकाशित तथा अवि प्रिंटर्स 21 ईसी रोड, देहरादून से मुद्रित।

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी 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।