बृहस्पतिवार
17 अगस्त 2023

पृष्ठ 4
स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक है ध्यान योग

पृष्ठ 5
कीर्ति सुरेश बॉलीवुड में अपनी पारी शुरू करने को तैयार

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 190
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक
आर.एन.आई.- 59626/94
डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

email: doonvalley_news@yahoo.com Website: dunvalleymail.com

आज का विचार

कष्ट ही तो वह प्रेरक शक्ति है जो मनुष्य को कसौटी पर परखती है और आगे बढ़ाती है।
– सावरकर

सूबे पर जल प्रलय की मार, जिंदगी लाचार

राम झूला पुल खतरे की जद में, आवाजाही रोकी

विशेष संवाददाता

देहरादून। देवभूमि में बीते एक महीने से आसमान से आफत की बरसात हो रही है। राजधानी दून सहित सभी जिलों में मानसूनी आपदा ने इस कदर तबाही मचाई है कि लोगों का आवागमन मुश्किल हो गया है। बेघर लोग जंगलों में कुटिया बनाकर रहने पर मजबूर है। उफनते नदी नालों को जान जोखिम में डालकर इधर उधर आ जा रहे हैं। जिंदगी की गाड़ी कैसे पटरी पर आएगी? यह सवाल इन आपदा के मारे मनों को मथ रहा है। लेकिन आपदा का कहर थमता नहीं दिख रहा है ऋषिकेश में गंगा का जल प्रवाह राम झूला के एक पुस्ते को बहा ले गया, और नींव को हिला दिया। जिसके

❑बह गए पुल, बह गए घर, नदी नाले उफान पर, जान जोखिम में

बाद राम झूला पुल पर आवाजाही पूर्णतया बंद कर दी गई है।

उधर मोहन चट्टी में 14 अगस्त को हुए भूस्खलन में मलबे में दबे लोगों को तलाशने का काम अभी जारी है 3 शव पहले निकाले जा चुके हैं जबकि आज भी एक शव को मलबे से निकाला गया है। बीते दिन विकास नगर क्षेत्र में भारी बारिश से आधा दर्जन से अधिक मकान जमींदोज हो गए तथा धनोल्टी विधानसभा क्षेत्र के चिपलटी में बादल फटने से मुख्य सड़क का बड़ा हिस्सा बह गया जिसके कारण लगभग 14-15 गांवों का संपर्क टूटा हुआ है। लोगों के घर ढह चुके हैं और खेत खलिहान तबाह हो चुके हैं लोग जंगल में कुटिया बनाकर रहने पर विवश हैं।

चमोली के देवाल क्षेत्र से एक ऐसी तस्वीर सामने आई है जिसमें ग्रामीण गर्भवती महिला को कुर्सी पर बैठा कर खतरनाक लकड़ी के पुल से पार कराकर अस्पताल ले जा रहे हैं वहीं उत्तरकाशी के केमू घाटी में स्कूली बच्चे तारों व पाइपों से बने खतरनाक पुल को पार कर स्कूल जा रहे हैं ऐसे में कभी भी कोई बड़ी दुर्घटना हो सकती है। पिंडर नदी पर बने कई पुल टूट चुके हैं और लोग वैकल्पिक मार्गो से आ जा रहे हैं। काशीपुर में ढेला नदी ने भारी तबाही मचा रखी है अब तक तीन-चार मकान ढेला नदी के प्रवाह में बह चुके हैं वहीं

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

कांग्रेस प्रत्याशी बसंत कुमार ने भरा पर्चा

विशेष संवाददाता

बागेश्वर। बागेश्वर उपचुनाव के लिए अब राजनीतिक अखाड़ा सज चुका है। आज नामांकन पत्र भरने के अंतिम दिन कांग्रेस प्रत्याशी बसंत कुमार ने अपना नामांकन पत्र भर दिया है वहीं सपा प्रत्याशी भागवत व यूकेडी प्रत्याशी ने भी अपने नामांकन पत्र भरे हैं। जबकि बसपा और आम आदमी पार्टी के समाचार लिखे जाने तक किसी ने भी अपना पर्चा नहीं भरा था। बागेश्वर उपचुनाव में कांग्रेस व भाजपा के बीच ही मुख्य मुकाबला होगा।

कांग्रेस प्रत्याशी बसंत कुमार ने आज पार्टी के कई दिग्गज नेताओं की मौजूदगी में अपना नामांकन पत्र दाखिल किया। इस दौरान प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा, पूर्व प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल, नेता प्रतिपक्ष यशपाल आर्य सहित कई नेता और बड़ी संख्या में कार्यकर्ता मौजूद थे। उल्लेखनीय है कि कांग्रेस प्रत्याशी बसंत कुमार मुख्य चुनाव में आम आदमी पार्टी के टिकट पर चुनाव लड़े थे और उन्होंने अपने दम पर अच्छे खासे वोट लेकर तीसरा स्थान प्राप्त किया था। इस बार वह कांग्रेस के टिकट पर चुनाव लड़ रहे हैं क्योंकि एंन चुनाव पर उनके पूर्व कांग्रेस प्रत्याशी ने भाजपा का दामन थाम लिया था।

❑अंतिम दिन सपा व यूकेडी प्रत्याशी ने भी किया नामांकन
❑मुख्य मुकाबला भाजपा व कांग्रेस के बीच

बीते कल भाजपा प्रत्याशी पार्वती दास अपना नामांकन पत्र भर चुकी हैं भाजपा को उम्मीद है कि सहानुभूति का लाभ पार्वती दास को मिलेगा और वह आसानी से बड़ी जीत दर्ज करने में सफल रहेंगी। जबकि कांग्रेस को उम्मीद है कि वह बसंत कुमार को अपने वोट बैंक और कांग्रेस के कैडर बोर्ड मिलने से पार्वती दास को पटखनी देने में कामयाब हो जाएंगे। उधर सपा और यूकेडी प्रत्याशी को सांकेतिक प्रत्याशी के तौर पर ही देखा जा रहा है। असल मुकाबला भाजपा और कांग्रेस प्रत्याशी के बीच होना ही तय है। 5 सितंबर को होने वाले इस मतदान के बाद 8 सितंबर को परिणाम आने पर ही पता चल सकेगा की बाजी किसके हाथ लगती है।

गाय को बांधकर ले जा रहे लोग वाहन छोडकर हुए फरार

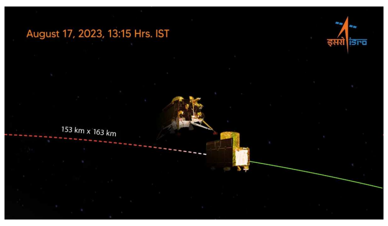
संवाददाता

देहरादून। गाय को क्रूरता पूर्वक बांधकर ले जा रहे लोगों को रोकने पर वाहन छोडकर फरार हो गये। पुलिस ने गाय को मुक्त करा वाहन स्वामी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार खुडबुडा मौहल्ला निवासी सिद्धार्थ बदनी ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आज वह अपने निजी कार्य से अपनी मोटर साईकिल से अपने घर की तरफ लौट रहा था तभी लौटते वक्त उसको अपने आगे से एक छोटा हाथी वाहन जो कि बिन्दाल पुल से सहारनपुर चौक की और ही जा रहा था जिसमे एक गाय जो कि देखने मे चित कबरी रंग की दिखाई पड रही थी बेरहमी से उक्त वाहन में ले जाया जा रहा था जब उसने वाहन के नजदीक जाकर ड्राईवर व उसके साथ बैठे एक व्यक्ति को रूकने का इशारा किया तो उक्त लोगो का व्यवहार उसको संदिग्ध प्रतीत हुआ जिस कारण से उसने अपनी मोटर साईकिल उक्त वाहन को लक्ष्मण चौक पुलिस चौकी के पास रोकने का प्रयास किया तो वह लोग संदिग्ध वाहन को सडक पर पर छोडकर भाग निकले। जब उसने वाहन के पास जाकर गाय को देखा तो वह अत्यंत डरी और उक्त लोगो ने उसको बहुत क्रुरता पूर्वक उसको अपनी गाडी मे बाधा हुआ था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चंद्रयान-3 से सफलतापूर्वक अलग हुआ विक्रम लैंडर

नई दिल्ली। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) का चंद्रयान-3 लैंडर मॉड्यूल विक्रम 17 अगस्त को प्रोपल्शन मॉड्यूल से सफलतापूर्वक अलग हो गया है। इसके साथ ही चंद्रमा के करीब पहुंचने का अंतिम चरण शुरू हो गया है। सॉफ्ट लैंडिंग 23 अगस्त को शाम 5.45 बजे तय की गई है। ये पल हर भारतीय के लिए गर्व का पल है।

इसरो के चंद्रमा मिशन पर पूरे विश्व की नजरें टिकी हुई है। ऐसे में सफलतापूर्वक विक्रम लैंडर के चंद्रयान3 से अलग होने पर इसरो को बड़ी सफलता हासिल हुई है। इसरो जो अपने चंद्रयान-3 मिशन के माध्यम से चंद्रमा के दक्षिणी ध्रुव पर सफल सॉफ्ट लैंडिंग कराने की दिशा में काम कर रहा है। अंतरिक्ष यान



अब 23 अगस्त को चंद्रमा पर अपनी नियोजित लैंडिंग के लिए तैयार है। यह प्रयास भारत को इस उल्लेखनीय उपलब्धि को पूरा करने वाला विश्व स्तर पर चौथा देश बनने की राह पर ले जाता है, जो संयुक्त राज्य अमेरिका, रूस और चीन की कतार में शामिल हो जाएगा। इसरो ने बुधवार को सफल युद्धाभ्यास के बाद बताया कि प्रभावी ढंग से अंतरिक्ष यान को लगभग गोलाकार कक्षा में निर्देशित किया, इसे 153X163 किलोमीटर के चंद्र कक्षा आकार में स्थापित किया। इसके बाद, विक्रम लैंडर को प्रणोदन(प्रोपल्शन) मॉड्यूल से दूर अपनी अलग-अलग यात्रा शुरू करने के लिए तैयार किया गया है। इसरो द्वारा निर्देशित चंद्र अन्वेषण मिशन चंद्रयान-3 ने चंद्रमा के चारों ओर एक निकट-गोलाकार प्रक्षेपवक्र के साथ प्रभावी ढंग से एक कक्षा स्थापित की है। भारत के चंद्र मिशनों की श्रृंखला में तीसरी किस्त, चंद्रयान -3 ने इस साल 14 जुलाई को आंध्र प्रदेश के श्रीहरिकोटा में स्थित सतीश धवन अंतरिक्ष केंद्र से जीएसएलवी मार्क 3 (एलवीएम 3) हेवी-लिफ्ट लॉन्च वाहन के माध्यम से अपना मिशन शुरू किया। इसने 5 अगस्त को प्रभावी रूप से चंद्र कक्षा में प्रवेश किया।

दून वैली मेल

संपादकीय

आपदा का पहाड़

हिमालई क्षेत्रों में इस साल मानसूनी आपदा ने कहर बरपा रखा है। बीते तीन दशक में कभी मानसूनी आपदा का कहर नहीं देखा गया। उत्तराखंड और हिमाचल में इस मानसूनी काल में भारी जन धन की हानि हुई है। मौसम विज्ञानी और भूविज्ञानी भी इस बार पहाड़ पर टूटे आपदा के पहाड़ का कारण तलाश रहे हैं। उत्तराखंड और हिमाचल में इस मानसूनी आपदा के कारण लगभग 150 से अधिक लोग अपनी जान गवां चुके हैं। सैकड़ों मकान जमींदोज हो चुके हैं लाखों-करोड़ का नुकसान हो चुका है। सडके और पुल ध्वस्त हो चुके हैं चारों ओर त्राहि त्राहि मची हुई है। आपदा की मार झेल रहे लोगों की मदद में एनडीआरएफ और एसडीआरएफ की टीम में तो जुटी ही है सेना की भी मदद ली जा रही है। इस मानसूनी आपदा ने सामान्य जनजीवन को तो प्रभावित किया ही है इसके साथ ही अर्थव्यवस्था को भी चौपट कर दिया है। इस आपदा पर भले ही मानव का कोई नियंत्रण न सही लेकिन इस आपदा के प्रभाव को न्यूनतम रखने के प्रयास जारी हैं। इन राज्यों में जिस तरह से लगातार अतिवृष्टि और बादल फटने की घटनाएं हो रही है उससे नदियों और झीलों तथा बांधों में बेहिसाब पानी जैसे सब कुछ अपने साथ बहा ले जाने को तैयार है। पत्थर और मलबे में दबे लोगों की तलाश का काम मुश्किल हो गया है वहीं नदियों का उफान डरा रहा है और पहाड़ों में बने बांधों के लबालब होने से उनके टूटने का खतरा सर पर मंडरा रहा है। यह खतरा सिर्फ पहाड़ तक सीमित नहीं है पहाड़ों से आने वाली यह गंगा, यमुना, व्यास और मंदाकिनी नदियां मैदानों के लिए गंभीर खतरे की घंटी है। सवाल यह है कि इस हालात के लिए आखिर कौन जिम्मेदार है पहाड़ों पर बीते दो-तीन दशकों में जो अनियोजित विकास हुआ है उसे इसके लिए सबसे ज्यादा प्रमुख कारण माना जा रहा है। इस विकास पर भले ही हम कितने भी खुश क्यों न हो लेकिन सही मायने में इस विकास के पीछे ही हमने विनाश की एक ऐसी आधारशिला तैयार कर दी है जिसके नतीजे अब हमारे सामने आने शुरू हो गए हैं। पहाड़ों पर आज हम जो चौड़ी-चौड़ी और चिकनी सड़कें बनाने में जुटे हैं और पहाड़ों को गैर वैज्ञानिक ढंग से तोड़ने का काम कर रहे हैं उसने पहाड़ों के सीने को छलनी कर दिया है और वह इस तरह दरक रहे हैं जैसे रेत का ढेर हो। इन सड़कों के चौड़ीकरण में मलबे के निस्तारण की कोई ठोस व्यवस्था नहीं किए जाने और उसे नदियों में धकेले जाने से नदियों का मूल स्वरूप ही बदल गया है। इन बड़े निर्माण कार्यो के कारण पेड़ों का बेहिसाब कटान हुआ है जो भूस्खलन का सबसे अहम कारण है। नदियों के किनारे बसे शहर और बस्तियों ने नदी-नाले और खालो के प्रवाह क्षेत्र में कैसे अतिक्रमण किया गया, किसी से छिपा नहीं है। पहाड़ का कोई भी एक शहर ऐसा नहीं है जहां जल निकासी की कोई समुचित व्यवस्था हो बात चाहे शिमला की हो या फिर जोशीमठ और नैनीताल की हर जगह का हाल एक जैसा है। इन शहरों में कुछ दशक पहले तक सिर्फ एक दो मंजिल के टीन शैड वाले मकान हुआ करते थे और अब कंक्रीट की ऊंची ऊंची इमारतें खड़ी हो गई हैं। जिनके निर्माण के समय भूमि के भार वहन शक्ति तक का परीक्षण नहीं किया गया है। जिसका खामियाजा हम आज भोग रहे हैं और आगे आने वाले समय में हमारी भावी पीढ़ियों को भोगना पड़ेगा।

प्रदेश में नई आपदा 'ब्यूरोक्रेटिक डिजास्टर': दसौनी

हमारे संवाददाता

देहरादून। कोरोना और प्राकृतिक आपदा के बाद अब प्रदेश में एक और बड़ी आपदा आ गई है जिसे ब्यूरोक्रेटिक आपदा या डिजास्टर कहा जा सकता है।

यह बात आज कांग्रेस मुख्यालय में आयोजित प्रेस वार्ता के दौरान दो पत्रों का हवाला देते हुए उत्तराखंड कांग्रेस की मुख्य प्रवक्ता गरिमा मेहरा दसौनी द्वारा कही गयी। उन्होने कहा कि हाल ही में दो वरिष्ठ अधिकारियों ने अपने पद का दुरुपयोग करते हुए पद की विश्वसनीयता का मजाक उड़ाया है। दसौनी ने बताया कि अल्मोड़ा जनपद के जिला पंचायती राज अधिकारी द्वारा जारी पत्र जिसमें किसी कार्यक्रम के बाबत अपने मातहतों को आदेशित करते हुए यह कहा गया है कि उक्त कार्यक्रम की सूचना एक राजनैतिक दल विशेष के जिलाध्यक्ष को उपलब्ध कराई जानी है अचंभित और हतप्रभ करने वाला है।

दसौनी ने कहा कि आखिर जिला

पंचायती राज अधिकारी अल्मोड़ा समस्त सहायक विकास अधिकारी एवं समस्त ग्राम पंचायत अधिकारियों को अपने पत्र में यह क्यों अपेक्षा कर रहे हैं कि वह मेरा माटी मेरा देश जो कि एक सरकारी कार्यक्रम था उस कार्यक्रम की रिपोर्ट अल्मोड़ा जनपद के भाजपा जिलाध्यक्ष को उपलब्ध कराएं? दसौनी ने कहा कि जिला पंचायती राज अधिकारी अल्मोड़ा सरकार से तनख्वाह लेते है या भाजपा से?

दसोनी के अनुसार दूसरा गंभीर पत्र ज्वाइंट मजिस्ट्रेट रुड़की के द्वारा जारी किया गया है जिसमें वह मंत्री सतपाल महाराज का बाढ़ ग्रस्त क्षेत्र का भ्रमण कार्यक्रम जारी कर रहे हैं परंतु कार्यक्रम की सूचना प्रतिलिपि भाजपा के मंडल अध्यक्षों, जिला अध्यक्षों, ओबीसी मोर्चा के प्रदेश अध्यक्ष, अल्पसंख्यक मोर्चा के जिला अध्यक्ष, किसान मोर्चा के जिला अध्यक्ष इत्यादि को प्रेषित करते हुए दिख रहे हैं। दसौनी ने कहा की मंत्री पूरे प्रदेश का होता है और मंत्री और अधिकारी दोनों ही जनता के प्रति जवाबदेह होते हैं न कि एक दल विशेष के प्रति।

दसौनी ने कहा कि सरकारी अधिकारी और कर्मचारी दल विशेष के और व्यक्ति विशेष के पी. ए. की तरह आचरण कर रहे हैं जो की एक अधिकारी के कोड आफ कंडक्ट के विरुद्ध का मामला है। उन्होने प्रदेश के मुख्य सचिव से यह दोनों ही प्रकरणों का संज्ञान लेते हुए तत्काल प्रभाव से दोनों अधिकारियों पर एक्शन लेने की मांग की है। ताकि भविष्य में कोई भी अधिकारी या कर्मचारी इस तरह की चापलूसी मानसिकता से ग्रसित होकर ऐसे प्रकरणों की पुनरावृत्ति न करें।

लोन एप के नाम पर युवती की अश्लील फोटो भेजने पर मुकदमा दर्ज

देहरादून (सं)। लोन एप के नाम पर युवती की अश्लील फोटो भेजने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार नई बस्ती रेसकोर्स निवासी महिला ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी बेटी द्वारा कुछ समय पूर्व एक लोन एप डाउनलोड किया था, जिससे कुछ धनराशि उसके खाते में जमा हुयी थी जो एप के माध्यम से धनराशि रुपया 6100 जमा कर दी गयी थी किन्तु उसके बाद भी इस लोन एप के नाम से मोबाइल से लगातार फोन कर परेशान कर पुनः पेसै मागने के नाम पर गाली गलोच कर धमकी दे रहे है तथा व्टसअप पर उसको और उसके परिवार के सदस्यो व उसके जानने वालो को अश्लील फोटो के साथ उसकी बेटी की फोटो जोड कर उसकी अश्लील फोटो बनाकर व्टसअप के माध्यम से भेज रहा है।

फ्लैट के नाम पर की 33 लाख रुपये की ठगी

संवाददाता

देहरादून। फ्लैट के नाम पर 33 लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने चार लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार श्रीमती विनीता वार्ष्णेय पत्नी मोहन वार्ष्णेय निवासी किरसाली सहस्रधारा रोड ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने व उसके पुत्र द्वारा नौ अक्टूबर 2016 को सिक्का किमायाग्रीन में फ्लैट बुक किया गया था जिसका कुल सौदा रुपए 84, 17, 500 रूपये में तय पाया गया था जिसमे की उसके द्वारा पांच लाख रुपए 10 अक्टूबर 2016 को चेक आई सी आई सी आई बैंक के माध्यम से दिए गए तत्पश्चात उनके द्वारा डिमांड लेटर उसको प्रेषित किया गया कि कुछ और पैसा जमा कराओ, जिससे की उसके द्वारा तीन लाख रुपए 7 नवबर 2016 को चेक के माध्यम से दिए गए पुनः उनके द्वारा दूरभाष पर कुछ और पैसों की डिमांड की गयी जिसमे की उसने चार लाख रुपए उनके साथ काम करने वाले सुभाष चावला को नगद दिए। इसी प्रकार उनके कहने पर उसने समय-समय पर उनको पैसे दिये जोकि कुल 33 लाख बीस हजार रूपये हो गये। जिसके बाद जब उसने उनसे फ्लैट पर कब्जा देने की बात कही तो वह टालते रहे जब उसके पति ने उनसे सख्ती से बात कही तो उन्होंने साफ कह दिया कि उन्होंने उनके पैसे हडप लिये हैं तुमसे जो हो सकता हो कर लो। जिसके बाद उनको पता चला कि हरविंदर सिंह सिक्का, आनंद झा, अतुल सिंह व बृजेश पांडेय जो की डायरेक्टर व कर्मचारी है ने उनके साथ धोखाधडी कर उनके पैसे हडप लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

युवक का शव मिलने पर परिजनों ने जतायी हत्या की आशंका

संवाददाता

देहरादून। संदिग्ध स्थिति में युवक का शव मिलने पर परिजनों ने हत्या की आशंका व्यक्त की। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार भल्ला फार्म श्यामपुर निवासी देवेन्द्र सिंह रावत ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका भतीजे गौरव सिंह धनाई पुत्र बलवीर सिहं धनाई 08 अगस्त 2023 को घर से कहकर गया कि वह अपने दोस्तो के साथ कही जा रहा है किन्तु सांय लगभग साढे सात बजे उसके घर पर सूचना मिली कि गौरव का मृतक शरीर दून स्कूल के बहारी गेट के समीप एक खंडहर मे मिला है जब वह व अन्य परिजन वहाँ पहुचे तो कुछ पुलिस कर्मी वहाँ पर पहले से उपस्थित थे उनके द्वारा बताया गया कि गौरव के शव के पास से एक मोबाईल एंव एक एटीएम कार्ड मिला था। उसको सन्देह है कि गौरव की हत्या की गयी है जैसे कि उसके शरीर पर चोट के निशान एंव उसका पर्स गायब होना व पर्स के अन्दर से दुबई की विदेशी करंसी जिसका भारतीय रुपयो मे कीमत लगभग पच्चीस हजार रुपये है का गायब होना प्रमाणित कर रहा है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

नहि त्वा शूर देवा न मर्तासो दित्सन्तम्।
भीमं न गां वारयन्ते॥

(ऋग्वेद ८-८१-३)

हे सर्वशक्तिमान परमेश्वर ! आप जब किसी को कर्मों का फल देना चाहते हैं ना तो मनुष्य और ना ही देवता आप को रोक सकता है। जिस प्रकार एक भयानक सांड को कोई नहीं रोक पाता।

एक सुपरवाइजर के भरोसे चल रहा है सीडीपीओ मुनस्यारी का कार्यालयः मर्तोलिया

संवाददाता

पिथौरागढ़। जिला पंचायत संदस्य जगत मर्तोलिया ने बताया कि बाल विकास परियोजना अधिकारी कार्यालय मुनस्यारी को एकमात्र सुपरवाइजर चला रही है।

आज यहां जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने महिला एवं बाल विकास मंत्री रेखा आर्य को ज्ञापन भेज कर दो टूक शब्दों में कहा कि अगर स्टाफ नहीं भेज सकते तो बाल विकास परियोजना अधिकारी कार्यालय मुनस्यारी को बंद कर दिया जाए। उन्होंने कहा कि अनिवार्य स्थानांतरण में भी मुनस्यारी वालो का संशोधन हो रहा है, तो फिर यहां कोन आयेगा। ऐसी स्थिति में इस विभाग की योजनाएं कैसे आम जनता तक पहुंचेंगी। जिले के भ्रमण में पहुंची उत्तराखंड सरकार की कैबिनेट मंत्री श्रीमती रेखा आर्य को ज्ञापन सौंपते हुए

जिला पंचायत सदस्य मर्तोलिया ने बताया कि बाल विकास परियोजना अधिकारी कार्यालय मुनस्यारी में तीन सुपरवाइजर, एक सीडीपीओ के पद खाली है। दो लिपिक तथा दो चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों के पद भी रिक्त चल रहे है।

उन्होंने कहा कि एकमात्र सुपरवाइजर इस कार्यालय को चला रही है। इस कारण से सरकार द्वारा घोषित योजनाएं आम जनता तक नहीं पहुंच पा रही है, वहीं पंचायत प्रतिनिधियों को भी विभाग के साथ कार्य करने में दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने इशारा किया कि निदेशालय में स्थानांतरण का यह क्या खेल चल रहा है। जिला पंचायत सदस्य द्वारा बार-बार इस बात को उठाने के बाद मंत्री द्वारा कहा गया कि देहरादून जाकर वह इस मामले को देखेगी।

मन्दिर के बाहर से स्कूटी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने मन्दिर के बाहर से स्कूटी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार मालवीय मार्ग निवासी रूपेश कपूर ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह मन्दिर गया था तथा उसनने अपनी स्कूटी गोपाल मन्दिर के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मानसूनी आपदा का कहर जारी, अब तक 67 लोगों की जान गई

❑राज्य की 249 सड़कें बंद लोग परेशान

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में मानसूनी आपदा का कहर थमने का नाम नहीं ले रहा है राज्य में मानसूनी आपदा से अब तक 67 लोग जान गवा चुके हैं जबकि 24 लापता हैं और सैकड़ों लोग घायल हो चुके हैं वहीं दर्जनों वाहन कबाड हो चुके हैं राज्य की 249 सड़के बंद है जिन पर आवागमन ठप है सैकडो मकान व दर्जनों पुल सैलाब का शिकार हो चुके हैं। लाखों हेक्टेयर जमीन और फैसले बर्बाद हो चुकी है। बीते 14 अगस्त को रुद्रप्रयाग जिले में भारी बारिश के कारण मद्यमहेश्वर घाटी में फंसे 300 के करीब श्रद्धालुओं को सुरक्षित निकालने के लिए आज दूसरे दिन भी बचाव व राहत टीमों का अभियान जारी रहा। कल 50 लोगों को रेस्क्यू किया गया था आज प्रशासन द्वारा हेलीकॉप्टर से रेस्क्यू अभियान चला कर 70-75 और लोगों को समाचार लिखे जाने तक निकाला जा चुका है। लेकिन अभी भी यहां 125 से 150 के करीब लोग फंसे हुए हैं। इस हादसे में एक पुल व सड़क पानी के तेज बहाव में बह जाने के कारण यह यात्री यहां फस गए थे। आज गोंडर गांव में फंसे इन श्रद्धालुओं को निकालने के लिए सेना के हेलीकॉप्टर की मदद ली गई है। उधर अलकनंदा का जलस्तर बढ़ने से धारी देवी मंदिर भी खतरे की जद में आ गया है। बीती रात से श्रीनगर और टिहरी क्षेत्र में भारी बारिश होने की खबरें हैं। यहां फरासु के पास बना एक हनुमान मंदिर और एक पुराना पीपल का पेड़ नदी के तेज जल प्रवाह और भू कटाव की चपेट में आने से नदी में समा गया है। मौसम विभाग द्वारा जारी पूर्वानुमान के अनुसार राज्य में अभी आगामी 48 घंटे मौसम का मिजाज ऐसा ही रहने की संभावना जताई गई है।

ट्रक की चपेट में आकर स्कूटी सवार की मौत, मुकदमा दर्ज

देहरादून (सं)। ट्रक की चपेट में आकर स्कूटी सवार की मौत के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार गांधी ग्राम निवासी संजय कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके जीजा अभय कुमार अपनी स्कूटी से मोहबेवाला आये थे वे सेल्समेन का काम करते थे। वह मोहब्बेवाला चौक पर अपनी स्कूटी के पास खडे थे तभी ट्रक आशा रोडी की ओर से बडी तेजी व लापरवाही से आया और चौक पर यून टर्न कर रहे टाटा 407 को टक्कर मार दी व सडक किनारे खडे उसके जीजा अभय कुमार व उनकी स्कुटी व अन्य स्कुटी वाहनो को टक्कर मारकर नाले मे गिरा दिया जिससे उसके जीजा गम्भीर रुप से घायल हो गये। जिनको अस्पताल में भर्ती कराया जहां पर चिकित्सकों ने उनको मृत घोषित कर दिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चोरी का खुलासा, लाखों के जेवरात के साथ एक गिरफ्तार

देहरादून (सं)। घर से लाखों रूपये के सोने चांदी के जेवरात चोरी करने के मामले में पुलिस ने एक को गिरफ्तार कर उसके कब्जे से जेवरात बरामद कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार एसपी शुक्ला पुत्र स्वर्गीय कपिल देव शुक्ला निवासी निर्मल ब्लॉक बी गली नंबर 9 विस्थापित आईडीपीएल ऋषिकेश के द्वारा 20 जुलाई 2023 की रात्रि में उसके घर से एक बैग में रखे सोने चांदी के आभूषण, नकदी व अन्य कीमती सामान चोरी करने का मुकदमा ऋषिकेश कोतवाली में दर्ज कराया। चोरी का खुलासा करने के लिए निरीक्षक कोतवाली ऋषिकेश के द्वारा पुलिस टीम बनाकर उचित दिशा निर्देश दिए गए। पुलिस टीम द्वारा घटना स्थल के आसपास आने जाने वाले मार्गों पर लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज का बारीकी से अवलोकन किया गया। जिसके बाद महत्वपूर्ण सुराग मिलने पर पुलिस टीम ने गत दिवस गोल चक्कर आईडीपीएल के पास खंडहर से एक व्यक्ति को घटना से संबंधित चोरी किए गए माल के साथ गिरफ्तार किया गया है। पूछताछ में उसने अपना नाम सोनू उर्फ राम अवतार पुत्र मंगल निवासी ग्राम कदमा थाना बिजाई मध्य प्रदेश बताया। पूछताछ करने पर उसके द्वारा बताया गया कि उसने पिछले महीने रात में एक निर्माणाधीन मकान में चोरी की है वहां बाहर से गेट बंद था तो वह दीवार से कूदकर अंदर गया था जहां दरवाजे खुले थे अंदर एक आदमी व एक औरत सो रखे थे तो उनके सिरहाने से मोबाइल फोन व पास में कुर्सी के ऊपर रखें बैग को उठाकर भाग रहा था तो उन लोगों की नींद खुल गई वह हल्ला करने लगे तो वह खाली प्लॉट की ओर भाग गया वह व्यक्ति बाहर आया और नीचे की तरफ जाकर फिर अंदर चला गया। उसने बैग झाडियों में छुपा दिया था और वह जेवरात बेचने जा रहा था तो पुलिस ने पकड लिया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

क्या आपको भी आता है छोटी-छोटी बातों पर गुस्सा?

हमारी लाइफ में हमेशा अच्छा ही हो, ऐसा नहीं है। कभी दिन खुशियों में बीतेंगे तो कभी किसी बात पर तनाव होगा, गुस्सा आएगा। मगर अक्सर कुछ लोगों को छोटी से छोटी बात पर गुस्सा आता है और वे इसकी वजह से कई बार नुकसान भी उठाते हैं। जैसे कि आपकी सुबह की ट्रेन में देरी हो रही हो या जब दफ्तर में आपका दिन अच्छा न गुजर रहा हो तब आपको गुस्सा आता है और आप खुद को बेहद तनाव में महसूस करते हैं। अगर आपको भी छोटी-छोटी बातों पर गुस्सा आता है, तो यह न सिर्फ आपकी सेहत, बल्कि आपके काम, संबंधों के लिए भी सही नहीं है। आज हम आपको अपना गुस्सा शांत करने के कुछ टिप्स बता रहे हैं।

जब आप गुस्से में होते हैं, तो उन जगहों के बारे में सोचने की कोशिश करें, जहां आप खुद को खुश और शांत महसूस करते हैं। फिर एक गहरी सांसें लें और अपने मन ही मन में किसी खास शब्द या वाक्य को दोहराएं। इससे आपका ध्यान उस बात से हटेगा जिस पर गुस्सा आया हो और आप अपने गुस्से पर काबू कर पाएंगे।

गुस्सा अक्सर तब तक शांत नहीं होता, जब तक कि उसकी प्रतिक्रिया न दी जाए। ऐसे में आप अपना गुस्सा अपने शौक पर निकाल सकते हैं। जी, हां। इसका मतलब सिर्फ यही है कि अगर आप डांस में रुचि रखते हैं या फिर आपको दौड़ना पसंद है या फिर कुछ और आपका शौक है। तो अपने शौक में रम जाइए और तनावमुक्त हो जाइए। यह माहौल को बेहतर बनाने का अच्छा तरीका है।

अगर आपका दिन तनाव से भरा हुआ है और आप किसी बात पर गुस्सा दबाए बैठे हैं, तो इसे बाहर कड़े शब्दों में बाहर निकालने की बजाय अपना ध्यान किसी दूसरी बात पर लगाएं। जैसे कि जब आप अपने अंदर गुस्से के तूफान को उठता हुआ महसूस करते हैं, तो अपना ध्यान अपने परिवार या दोस्तों के साथ गुजारी हुई उन यादों पर लगाएं, जो आपके लिए अहमियत रखती हैं और जो आपको खुशी देती हैं।

अगर किसी एक जगह पर रहते हुए आपको बोरियत महसूस हो रही है और आप वहां खुद को तनाव में महसूस कर रहे हैं, आपको गुस्सा आ रहा है, तो आप अपने परिवेश को बदलने की कोशिश करें। क्या आपको अपने काम की जगह या जिम जैसी जगहों पर किसी खास इंसान की वजह से गुस्सा आता है या किसी निश्चित स्थान पर आपका गुस्सा फूटता है, तो खुद से ये सवाल पूछें कि क्या मुझे यहां के लोग पसंद नहीं हैं? क्या मुझे यहां रहना, आना पसंद नहीं है? अगर इसका जवाब यह है कि ऐसा नहीं है, तो आपको जरूरत है कुछ बदलाव की। यानी आपको नई जगह खोजने की जरूरत हे, जहां आप खुद को कम उत्तेजित महसूस करें।

गुस्से को काबू में करना कुछ लोगों के लिए एक वास्तविक मुद्दा हो सकता है। अगर आप नियमित रूप से ऐसा महसूस करते हैं कि आप अपने स्वभाव पर नियंत्रण नहीं रख सकते हैं और आप मानते हैं कि यह आपके जीवन का एक बड़ा हिस्सा बन गया है, जिसे आप काबू में नहीं कर पा रहे हैं, तो इसके लिए किसी पेशेवर की मदद लें, ताकि आप अपनी भावनाओं पर नियंत्रण पा सकें।

हाई ब्लड प्रेशर को कम करने में मदद करता है एवोकाडो

आज की तनाव भरी जिंदगी में कई तरह के काम का दबाव और गलत दिनचर्या ब्लड प्रेशर का कारण बनती हैं। इस बीमारी का सामना आज दुनिया भर के ज्यादातर लोग कर रहे हैं। इस बीमारी को अगर समय रहते काबू में न किया जाए तो यह हार्ट अटैक का कारण बन सकती है। हाई ब्लड प्रेशर पर नियंत्रण के लिए हम अपने खानपान में सुधार कर सकते हैं। अगर किसी आदमी का ब्लड प्रेशर हाई रहता है तो उसे नमकीन, तली और हाई कैलोरी वाले खाद्य पदार्थों का सेवन करना चाहिए। इनमें फल, सब्जियां और नट्स जैसे खाद्य पदार्थों को शामिल किया जा सकता है।

हाई ब्लड प्रेशर में वाले लोग अधिकांश इस बात को लेकर कन्फ्यूज रहते हैं कि इस समस्या से छुटकारा पाने के लिए क्या खाया जाए और क्या नहीं खाया जाना चाहिए। ऐसे में हम आपका एक फल एवोकाडो के बारे में बता रहे हैं, हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद है। इसमें ओमेगा-3 फैटी एसिड होता है, जो दिल के मरीजों को स्वस्थ रखने में मददगार होता है।

एवोकाडो का बीज कोलेस्ट्रोल को कंट्रोल में रखने में मदद करता है। एवोकाडो एंटीऑक्सीडेंट्स का एकअच्छा स्रोत है, जो आपकी इम्यूनिटी को मजबूत रखने के साथ ही स्किन से जुड़ी परेशानियों को भी दूर करता है। साथ ही एवोकाडो में फाइबर भी मौजूद होता है, जो आपकी पाचन शक्ति को मजबूत, कब्ज को दूर और वजन घटाने में मदद करता है।

हाइपरटेंशन मरीजों के लिए एवोकाडो

एवोकाडो पोटेशियम और लो सोडियम का अच्छा स्रोत है। पोटेशिमय और कम सोडियम के सेवन से हाई ब्लड प्रेशर का खतरा काफी कम हो जाता है। इसके चलते दिल का दौरा पड़ने के आसार भी काफी कम हो जाते हैं। इस किताब के मुताबिक एवोकाडो में पर्याप्त मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं जो फैट को घटाने में मदद करते हैं।

इसलिए हाई ब्लड प्रेशर पर काबू पाने के लिए लोगों को सोडियम का कम मात्रा में सेवन करना चाहिए। सोडियम का ज्यादा सेवन करने के कारण शरीर में ब्लड प्रेशर बढ़ सकता है। इसलिए उन्हीं खाद्य पदार्थों को खाना चाहिए, जिनमें पोटेशियम अधिक हो। एवोकाडो में पोटेशियम अधिक होता है, इसलिए इसे अपनी डाइट में जरूर शामिल करें।

एवोकाडो को कई तरीकों से खाया जा सकता है। इसकी आप चाय बना सकते हैं या फिर सलाद में इस्तेमाल कर सकते हैं। इतना ही नहीं इस फल को आप मीठे स्वाद के तौर पर भी खा सकते हैं। साथ ही इसकी सब्जी भी बनाई जा सकती है।

जारी है राहुल की भारत जोड़ो यात्रा!

कांग्रेस में इस बात को लेकर दुविधा है कि राहुल गांधी एक और यात्रा पर निकलें या लोकसभा चुनाव की रणनीति बनाएं और उस पर अमल कराएं। ध्यान रहे राहुल की दक्षिण से उत्तर की पहली यात्रा पूरी हुई थी उसके बाद कहा गया था कि वे पूरब से पश्चिम की यात्रा पर निकलेंगे। असम या अरुणाचल प्रदेश से शुरू करके गुजरात तक की यात्रा की एक रूप-रेखा बनी थी। जानकार सूत्रों के हवाले से बताया गया था कि अक्टूबर में यह यात्रा शुरू हो सकती है। हालांकि अभी तक इस यात्रा को लेकर ठोस जानकारी नहीं है।

इस बीच कांग्रेस की ओर से ऐसा संकेत दिया जा रहा है कि शायद यात्रा न हो क्योंकि कांग्रेस राहुल के अलग अलग समूहों से मुलाकात को भारत जोड़ा यात्रा का ही विस्तार बता रही है। पिछले दिनों राहुल गांधी दिल्ली की आजादपुर सब्जी मंडी में गए थे, जहां उन्होंने आढ़तियों, मजदूरों, किसानों, कारोबारियों से मुलाकात की। इसे लेकर कांग्रेस ने ट्विट किया तो उसमें लिखा कि भारत जोड़ो यात्रा जारी है। इससे पहले राहुल गांधी हरियाणा के किसानों से मिले थे। दिल्ली के मुखर्जी नगर इलाके में छात्रों से मिले थे। दिल्ली यूनिवर्सिटी में जाकर भी छात्रों से मुलाकात की थी। एक दिन वे गैराज में चले गए थे, जहां मोटर मैकेनिकों से मुलाकात की। उससे पहले वे ट्रक में बैठ कर अंबाला से चंडीगढ़ गए थे और ट्रक ड्राइवरों से बात की थी। ये सब काम उन्होंने यात्रा के बाद किए हैं। कांग्रेस ने इन्हें भारत जोड़ो यात्रा बता रही है।

इसके बावजूद कांग्रेस के जानकार सूत्रों का कहना है कि पार्टी नेताओं का एक समूह चाहता है कि राहुल यात्रा पर निकलें। पहली यात्रा से कांग्रेस को चुनावी फायदा हुआ है और सबसे बड़ा फायदा राहुल गांधी की छवि बदलने में हुआ है। अब उनको अहंकारी कहा जा रहा है, चीन का एजेंट कह कर हमला किया जा रहा है, परिवारवादी बताया जा रहा है लेकिन पप्पू नहीं कहा जा रहा है। सोशल मीडिया में भी राहुल को पप्पू कहने का चलन अब लगभग बंद हो गया है। यह यात्रा की सबसे बड़ी उपलब्धि है कि आम लोग राहुल को गंभीरता से लेने लगे हैं। सो, दूसरी यात्रा से उनकी छवि और मजबूत होने की बात कही जा रही है और साथ ही यह भी कहा जा रहा है कि जब यात्रा खत्म होगी तब लोकसभा चुनाव की घोषणा होने वाली होगी। उसमें कांग्रेस को इस यात्रा से बड़ा फायदा हो सकता है।

दूसरी ओर कांग्रेस नेताओं के एक समूह ऐसा है, जो चाहता कि राहुल अब यात्रा पर न निकलें क्योंकि पहली यात्रा से ही इसका मकसद पूरा हो गया है। उनका कहना है कि नवंबर में पांच राज्यों के विधानसभा चुनाव होने हैं, जिनमें से तीन बड़े राज्यों-राजस्थान, मध्य प्रदेश और तेलंगाना से राहुल अपनी पहली यात्रा में गुजरे हैं और वहां उनके चुनाव प्रचार में जाने का कांग्रेस को फायदा होगा। अगर वे अक्टूबर में यात्रा पर निकलेंगे तो ये तीनों राज्य छूट जाएंगे। इसी तरह उनको लोकसभा चुनाव की रणनीति बनने और विपक्षी गठबंधन की पार्टियों के साथ तालमेल की बात करने के लिए भी उपलब्ध रहना होगा। कुछ चुनिंदा राज्यों की यात्रा पर निकलने की बजाय लोकसभा चुनाव की तैयारियों के लिहाज से सभी राज्यों का दौरा करना चाहिए।(आरएनएस)

भ्रष्टाचार के खात्मे के लिए पीएम, सीएम को भेजा सुझाव पत्र

संवाददाता

देहरादून। भ्रष्टाचार के समूल खात्मे को लेकर संयुक्त नागरिक संगठन ने प्रधानमंत्री, मुख्यमंत्री व मुख्य सचिव को सुझाव पत्र भेजा।

आज यहां उत्तराखंड सहित देश में व्याप्त भ्रष्टाचार,कारण और इसके समूल खात्मे को लेकर संयुक्त नागरिक संगठन द्वारा प्रधानमंत्री, मुख्यमंत्री धामी तथा मुख्य सचिव को सुझाव पत्र भेजे गये। इनमे कहा गया है कि समाज मे नैतिक मूल्यो की लगातार हो रही गिरावट, उपभोक्ता संस्कृति का बढता आकर्षण, जनसंख्या का दबाब, राजनैतिक नेताओं और अधिकारियों के बीच साठगांठ, राजनैतिक अपराधिकरण, बढ़ते चुनावी खर्च, राजनीतिक इच्छाशक्ति का अभाव, प्रशासनिक जटिल नौकरशाही में पारदर्शिता का अभाव, प्रशासन मे अनिश्चितता, भ्रष्टाचाररोधी कानूनों के क्रियान्वयन का अभाव, जटिल न्यायिक प्रक्रियायें और कार्मिको को अनुचित संरक्षण भी इस नासूर का कारण है। इसके लिए केन्द्र और राज्य सरकारे कार्मिकों की सेवा शर्तों को आकर्षक बनाते हुए प्रशासनिक प्रक्रियाओ का सरलीकरण किया जाना जरूरी है। अधिकारियो मे नैतिक आचार संहिता हेतु जन जागरूकता अभियान चलाने के साथ शासन प्रशासन के कार्यो मे जनसहभागिता सुनिश्चित करते हुए सीबीआई, सीबी एस, एसआईटी आदि संस्थाओ को राजनैतिक हस्तक्षेप से मुक्त किया जाना भी समय की मांग 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

स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक है ध्यान योग

योग में मस्तिष्क की सुरक्षा करने और उसके प्रदर्शन को बेहतर बनाने के लिए कई तकनीकें हैंइनमें ध्यान योग सबसे प्रभावी है, जो अधिक प्रभावी ढंग से ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है। ध्यान योग के तरीकों को समझना कठिन है।आज हम आपको इस योग तकनीक से जुड़ी महत्वपूर्ण बाते बताने जा रहे हैं, जिसके जरिए आपके लिए इसे अपनी दिनचर्या में शामिल करना आसान हो सकता है।

ध्यान योग क्या है?

ध्यान संस्कृत शब्द ध्याई से लिया गया है जिसका अर्थ सोचना है।ध्यान योग एक तरह की ध्यान प्रक्रिया है, जिसमें आप आनंद और शांति का अनुभव करते हैं।यह आपके ध्यान को जरूरी चीजों पर केंद्रित करने और विचारों को स्पष्ट रखने में मदद कर सकता है।इसके अतिरिक्त यह शरीर में आंतरिक शांति की भावना उत्पन्न करता है और मानसिक स्वास्थ्य को भी स्वस्थ रखने में सहायक है।

ध्यान योग से मिलने वाले फायदे

अगर नियमित रूप से ध्यान योग का अभ्यास किया जाए तो इससे ध्यान और एकाग्रता को बढ़ाने में मदद मिलती है।इससे अकेलेपन की भावना से भी छुटकारा मिलता है क्योंकि आप अंदर से खुद को पूर्ण महसूस करने लगते हैं।इसके अतिरिक्त यह अवसाद, तनाव और चिंता को दूर करने में मदद करता है। एक अध्ययन के अनुसार, ध्यान योग का अभ्यास करने वाले व्यक्तियों ने उच्च स्तर के विकास, आत्म-स्वीकृति और सकारात्मक संबंधों का अनुभव किया।

ध्यान योग के लिए चुनें शांत जगह

ध्यान योग करने के लिए एक ऐसी जगह चुनें, जो शोर-शराबे से मुक्त हो।अगर आप घर के किसी कमरे में इसका अभ्यास करने वाले हैं तो ध्यान रखें कि वह कमरा हवादार और कम से कम लाइट वाला होना चाहिए।साथ ही कमरे में किसी तरह की बदबू नही होनी चाहिए क्योंकि इससे योग के दौरान आपका ध्यान भटक सकता है।इसके अलावा ध्यान योग के लिए हमेशा आरामदायक योगा मैट चुनें।

मन को दबाव से न करें शांत

कई लोग ध्यान योग का अभ्यास करते समय जबरदस्ती अपने मन को शांत करने की कोशिश करते हैं और सोचते रहते हैं कि दिमाग में कोई भी विचार न आएं। हालांकि, इस तरह से और ज्यादा विचार मन में घर करने लगते हैं।ऐसे में बेहतर होगा कि आप अपने मन और दिमाग को स्वतंत्र छोड़कर सिर्फ अपनी सांस लेने और छोड़ने की प्रक्रिया पर ध्यान दें।(आरएनएस)

इस प्रकार हमेशा आपके करीब रहेंगे बच्चे

आजकल व्यस्त होने के कारण अभिभावक बच्चों को सारी सुविधाएं मुहैया कराने के फेर में उन्हें समय देना ही भूल जाते हैं। उन्हें लगता है कि जब बच्चों को सब मिल रहा है तो उनके साथ बैठना की क्या जरुरत है पर यह सही नहीं है। इससे बच्चे सही या गलत का भेद भूल कर अपने तरीके से फैसला लेने लगते हैं जो नुकसानदेह भी हो सकता है। सभी माता-पिता चाहते हैं कि उनके बच्चे हमेशा खुश रहें। मां-बाप बच्चों को हर खुशी देने के लिए रात-दिन काम करते है जिससे उन्हें चाहते हुए भी बच्चों के लिए समय ही नहीं मिलता । जिस वजह से बच्चे उनसे दूर हो जाते हैं और अवसाद के शिकार हो जाते हैं। अगर आप अपने बच्चों को खुश रखना चाहते हैं तो इस प्रकार रहें।

बेहतर करने की प्रेरणा दें : आपका बच्चा अगर कोई अच्छा काम करता है तो उसकी तारीफ करें और इससे भी बेहतर करने की प्रेरणा दें। इससे वो खुश भी होगा और आगे और भी अच्छा काम करेने की कोशिश करेगा।

समय बिताएं : काम में व्यस्त होने के कारण अभिभावक बच्चों के लिए समय नहीं निकाल पाते। जब भी आपको काम से फुर्सत मिले अपने बच्चों के साथ समय बिताएं। इससे बच्चे आपके करीब आएंगे।

घर में खुश रहें: कई लोगों पर आफिस के तनाव का प्रभाव घर पर भी दिखता है। इससे साथ इससे घर का माहौल खराब होता है। इसलिए आफिस का गुस्सा और तनाव घर पर न लाएं। जब भी घर आएं खुश होकर ही आएं। आपके चेहरे की खुशी उनको भी खुश कर देगी।

ध्यान से सुनें बच्चों की बातें : अगर आपका बच्चा आपसे कोई बात करता है तो उसकी बात को ध्यान से सुने और समझें। उनकी जरुरतों को आपसे ज्यादा कोई नहीं जानता इसलिए उनकी बातों पर ध्यान दें और उन्हें पूरा करें।

अच्छी बातें सिखाएं: बच्चों को सिखाएं कि अगर कोई आपकी मदद करता है तो उसे धन्यवाद जरुर करें।

शब्द सामर्थ्य -012

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संघर्ष, दौड़धूप (उर्दू.) 5. सुपुत्र, लायक पुत्र 7. ताकतवर, बलशाली 9. खुशबू, सुरभि, सुगंध 10. अकारण, व्यर्थ, बेवजह 12. गर्म तेल आदि में खाद्य वस्तु छोड़कर पकाना 13. यात्रा 15. मृत, जो मर गया हो 16. छोटे कद का, वामन, बौना 18. सांप का सिर, गुण, कला, कौशल 20. निरुत्तर, बेमिसाल 23. गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा, या इस पौधे की फली 24.माता, जननी 25. संतान, औलाद 26. अधीन, अधीनस्थ, कर्मचारी 27. चिड़िया, खग तरफदार।

ऊपर से नीचे

1.पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित 2. पाकेटमार, जेब काटने वाला 3. समाधान, खेत जोतने का यंत्र 4. औषधालय 6. युक्ति, उपाय 8. गीला, तर, भीगा हुआ 11. झटके से मुंह से आवाज के साथ हवा बाहर आना, बलगम आदि का बाहर आना 14. तुरंत, झटपट 15. स्त्री, नारी, अबला 17. एक और एक चौथाई 19. आदमखोर 21. दुनिया, संसार, जग 22. वर्ष की छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है 23. बुद्धि, दिमाग।

1		2	3	4	■	5		6
	■	7			8	■	■	
9			■	10		11	■	
	■	12			■	13	14	
■	15		■	■	■	16		■
■		■	17	■	■	■	18	19
■	20	21		22	■	23		
24	■		■	25			■	
■	26				■	■	27	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 11 का हल

पी	चि	दं	ब	र	म	■	■	स
ट	■	भ	ला	ई	■	अ	स	म
ना	म	■	■	स	मा	धि	■	झ
■	ज	■	बे	■	न	का	र	ना
बा	बू	■	आ	य	क	र	■	■
■	र	की	ब	■	■	■	प्र	था
ज	■	■	रू	प	क	■	ज	न
हा	■	पा	■	ना	म	ची	न	■
ज	हां	प	ना	ह	■	ता	न	ना

रॉकी और रानी की प्रेम कहानी से बहुत प्रभावित हुई अभिनेत्री ज्योति सक्सेना

रॉकी और रानी की प्रेम कहानी एक महाकाव्य प्रेम कहानी होने का वादा करती है। अभिनेत्री ज्योति सक्सेना फिल्म रॉकी रानी की प्रेम कहानी देखने के लिए गई और अभिनेत्री फिल्म के सभी कलाकारों के काम की प्रतिभा से आश्चर्यचकित रह गई और उनका कहना था की कारण जोहर की यह फिल्म देखने के लिए जो इंतज़ार था वो निश्चित रूप से इसके लायक था।

भारतीय फिल्म उद्योग में सबसे प्रसिद्ध निर्देशकों में से एक, करण जौहर ने अपनी कहानी कहने और भावनाओं को स्क्रीन पर शानदार ढंग से पेश करने की क्षमता के लिए पिछले कुछ वर्षों में बड़ी संख्या में प्रशंसा प्राप्त की है। ज्योति सक्सेना ने करण जौहर के उस उत्कृष्ट कला को देखा। अभिनेत्री का कहना है, रॉकी और रानी की प्रेम कहानी प्यार की एक चकाचौंध टेपेस्ट्री है, जो मन को मोह कर देने वाला संगीत और भव्य सेटों से सजा हुआ है, जो एक कारण जोहर ट्रेडमार्क उद्यम का निर्माण करती है। हंसी, आँसू और एक आश्चर्यजनक लिंग परिवर्तन। मुझे लगता है कि करण जौहर के पास है पारंपरिक मूल्यों और आधुनिक संवेदनाओं के बीच एक आदर्श संतुलन बनाने की क्षमता है। रणवीर सिंह और आलिया भट्ट बहुत ही ज्यादा अद्भुत कलाकार हैं और दिग्गजों ने फिल्म में साबित कर दिया है कि उन्हें बॉलीवुड के महान अभिनेता क्यों कहा जाता है।

उन्होंने आगे कहा, करण जौहर ने 7 साल बाद इंडस्ट्री में वापसी सबसे अच्छे फैसलों में से एक साबित हुई और मुझे लगता है कि सर आरआरकेपीके एक ऐसी फिल्म है जिसने बॉलीवुड को बचा लिया है। यह एक संपूर्ण पारिवारिक मनोरंजक फिल्म। यह है द धर्मा फिल्म जिसने देखना का एक अलग ही मज़ा था।

धर्मा फिल्म में काम करने की इच्छा व्यक्त करने पर, ज्योति सक्सेना कहती हैं, एक अभिनेता के रूप में हर कलाकार का सपना होता है कि वह एक बार करण जौहर के मार्गदर्शन में काम करे और मेरे लिए हमेशा खुद को धर्मा फिल्म में देखना मेरा सबसे बड़ा सपना रहा है और मैं बस यही उम्मीद करती हूं कि एक दिन मेरा यह सपना सच में बदल जाएगी और में खुद को धर्म की फिल्म में देखने के लिए इंतजार नहीं कर सकती।

हम निश्चित रूप से कह सकते हैं कि ज्योति सक्सेना ने करण जौहर की फिल्म रॉकी रानी की प्रेम कहानी को आश्चर्यचकित कर दिया है और हम बस यही उम्मीद करते हैं कि ज्योति सक्सेना का धर्मा फिल्म में कास्ट होने का सपना जल्द ही पूरा हो जाए। ज्योति सक्सेना के बारे में अधिक अपडेट के लिए हमारे साथ बने रहें। (आरएनएस)

फरहान अख्तर ने किया रणवीर के साथ फिल्म डॉन 3 का ऐलान!

बॉलीवुड के जाने-माने अभिनेता, निर्देशक और निर्माता फरहान अख्तर ने अपनी सुपरहिट फ्रैंचाइजी डॉन की तीसरी किस्त डॉन 3 का ऐलान कर दिया है। फरहान ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम पर एक वीडियो साझा करते हुए खुलासा किया कि फिल्म डॉन 3 पर काम चल रहा है।वीडियो के बैकग्राउंड में फिल्म का थीम

संगीत बजता हुआ सुना जा सकता है।फिल्म की टैगलाइन है, एक नया युग शुरू होता है।

रिपोर्ट के अनुसार, अमिताभ बच्चन और शाहरुख खान के बाद अब रणवीर सिंह नई पीढ़ी के डॉन बनने के लिए तैयार हैं।खबर है कि फिल्म का टीजर सनी देओल की बहुप्रतीक्षित फिल्म गदर 2 के साथ स्वतंत्रता दिवस के मौके पर सिनेमाघरों में आएगा। टीजर रणवीर की श्रॉकी और रानी की प्रेम कहानीश् और अक्षय कुमार की ओह माय गॉड 2 के साथ भी रिलीज किया जा सकता है। चर्चा है कि रणवीर फिल्म बैजू बावरा की शूटिंग पूरी करने के बाद डॉन 3 की शूटिंग शुरू करेंगे। डॉन 3 साल 2025 में सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

डॉन फ्रैंचाइजी की पहली फिल्म 2006 में आई थी। 38 करोड़ रुपये के बजट में बनी इस फिल्म ने 100 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार किया था। डॉन 2 2011 में आई और इसने 203 करोड़ रुपये से ज्यादा कमाए।फरहान ने अपने प्रोडक्शन हाउस एक्सेल एंटेरटेनमेंट के बैनर तले डॉन और डॉन 2 बनाई थीं।वह दोनों फिल्मों के निर्देशक भी थे, वहीं रितेश सिद्धवानी ने फरहान के साथ मिलकर इन फिल्मों के प्रोडक्शन का काम संभाला था।

रणवीर इन दिनों रॉकी और रानी की प्रेम कहानी की सफलता का जश्न मना रहे हैं। वह बैजू बावरा में मुख्य भूमिका निभाने वाले हैं। उन्हें रोहित शेट्टी की सुपरहिट फ्रैंचाइजी सिंघम के तीसरे भाग सिंघम 3 में देखा जाएगा।रणवीर की झोली में शंकर की फिल्म अपरिचित का हिंदी रीमेक है, वहीं शक्तिमान के लिए भी उनका नाम सामने आया था। इसके अलावा एक तमिल उपन्यास पर भी रणवीर को लेकर फिल्म बनाने की तैयारी चल रही है।

कीर्ति सुरेश बॉलीवुड में अपनी पारी शुरू करने को तैयार

अभिनेत्री कीर्ति सुरेश दक्षिण भारतीय सिनेमा का जाना-माना नाम हैं। वह कई फिल्मों में अपने अभिनय का लोहा मनवा चुकी हैं। साउथ में अपना जलवा बिखेरने के बाद अब कीर्ति बॉलीवुड में अपना सिक्का जमाने को तैयार हैं। उन्होंने अपनी पहली हिंदी फिल्म साइन कर ली है और और खास बात यह है कि इस फिल्म में उनके साथ वरुण धवन नजर आने वाले हैं। आइए जानते हैं क्या कुछ जानकारी मिली है।

रिपोर्ट के मुताबिक, कीर्ति, वरुण के साथ बॉलीवुड में पदार्पण कर रही हैं। यह एक एक्शन एंटरटेनर फिल्म है, जिसका निर्देशन कलीस कर रहे हैं, जो तमिल सिनेमा में बेहद लोकप्रिय हैं। कीर्ति बॉलीवुड में अपनी शुरुआत करने के लिए एक अच्छे प्रोजेक्ट की राह देख रही थीं। अब यह तलाश उनकी आखिरकार इस फिल्म पर आकर खत्म हुई है। कीर्ति यह फिल्म साइन कर चुकी हैं। फिल्म के लिए दूसरी अभिनेत्री की तलाश जारी है।

रिपोर्ट में आगे कहा गया है कि इस फिल्म की शूटिंग अगले महीने मुंबई में शुरू होगी। फिल्म का नाम अभी तय नहीं हुआ है। निर्माताओं ने नवंबर तक शूट पूरा करने की योजना बनाई है और 31 मई, 2024 तक इसे दर्शकों के बीच लाने की तैयारी है। यह एक पैन इंडिया फिल्म होगी, जो एक साथ कई भाषाओं में रिलीज होगी। सूत्रों की मानें तो फिल्म की कहानी से लेकर, किरदार और एक्शन तक लाजवाब होगा।

फिल्म का निर्माण एटली कुमार के प्रोडक्शन हाउस के बैनर तले हो रहा है, वहीं मुराद खेतानी इसके सह-निर्माता हैं। वरुण फिल्म में एक पुलिस अधिकारी की भूमिका में नजर आने वाले हैं। कुछ रिपोर्ट्स में दावा किया गया है कि ये थलपति विजय की हिट फिल्म थेरी का हिंदी रीमेक है। इसके निर्देशक एटली ही थे। एटली फिलहाल शाहरुख खान के साथ फिल्म जवान पर लगे हुए हैं। इसका काम निपटाने के बाद वह नई फिल्म शुरू करेंगे।

कीर्ति ने अपनी प्रतिभा के दम पर न केवल दक्षिण भारत, बल्कि देशभर में अपनी एक अलग पहचान बनाई है। वह इडु एन्ना मायम, महानती और सरकार जैसी साउथ की हिट फिल्मों में काम कर चुकी हैं। कीर्ति के माता-पिता भी फिल्म इंडस्ट्री से ताल्लुक रखते हैं। कीर्ति ने साल 2000 में फिल्म पायलट्स से बतौर बाल कलाकार अपना करियर शुरू किया था। बेहतरीन अदायगी के लिए उन्हें महानती के लिए सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का राष्ट्रीय पुरस्कार तक मिल चुका है। (आरएनएस)

निक्की तंबोली ने कराया हॉट फोटोशूट

बिग बॉस फेम निक्की तंबोली आए दिन अपनी बोल्ड और ग्लैमरस तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर अक्सर फैंस को अपने हुस्न का कायल कर देती हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर शेयर होते ही कहर बरपाने लग जाता है। हाल ही में एक्ट्रेस ने फ्लोर पर बैठे हुए बेहद ही सेक्सी अंदाज में फोटोशूट करवाया है, जिसमें उनका स्टाइलिश अवतार देखकर फैंस की नजरें हटना मुश्किल हो गया है। निक्की तंबोली हमेशा अपनी हॉटनेस भरी अदाओं और किलर लुक्स के कारण फैंस के बीच चर्चाओं का विषय बनी रहती हैं। वो जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती

हैं तो वो चंद ही मिनटों में वयारल होने लगती हैं।हाल ही में एक्ट्रेस ने अपनी लेटेस्ट फोटोशूट से एक बार फिर इंटरनेट का पारा बढ़ा दिया है। इन तस्वीरों में उनकी फिटनेस और बोल्ड अदाएं फैंस के दिलों पर खंजर चलाने का काम कर रही हैं। बताते चलें कि निक्की तंबोली की सिजलिंग लुक्स और हॉटनेस का हर कोई दीवाना है। हालांकि ये ही कारण भी है कि उन्हें सोशल मीडिया पर चाहने वालों की लिस्ट काफी तगड़ी है। निक्की ने अपनी इन फोटोज को क्लिक करवाते हुए फ्लोर पर लेटकर एक से बढ़कर एक किलर पोज दिए हैं। निक्की तंबोली ने इन तस्वीरों में व्हाइट कलर की डीपनेक क्रॉप टॉप साथ ही थाई स्लिट ड्रेस पहना हुआ है। साथ ही ओपन हेयर को कर्ली स्टाइल कर के और न्यूड मेकअप लुक से अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है। बता दें कि फैंस को निक्की तंबोली का ये लुक बेहद पसंद आ रहा है।

धनुष ने किया अपनी 51वीं फिल्म का ऐलान

दक्षिण भारतीय सिनेमा के मशहूर अभिनेता धनुष ने अपनी नई पैन इंडिया फिल्म डी51 का ऐलान कर दिया है। फिलहाल फिल्म के शीर्षक का ऐलान नहीं किया गया है। डी51 का निर्देशक राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता शेखर कम्मुला द्वारा किया जाएगा। इस फिल्म के जरिए शेखर और धनुष पहली बार साथ काम करने के लिए तैयार है। सुनील नारंग और पुस्कुर राम मोहन राव डी51 के निर्माता हैं।

धनुष की डी51 का पहला पोस्टर भी सामने आ चुका है, जिसे सोशल मीडिया पर काफी पसंद किया जा रहा है। यह फिल्म हिंदी सहित तमिल, तेलुगू, कन्नड़ और मलयालम भाषाओं में रिलीज होगी। डी51 की शूटिंग हैदराबाद में शुरू हो चुकी है। इसके अलावा तमिल सुपरस्टार धनुष की आगामी फिल्मों की बात करें तो वह बहुत जल्द तमिल फिल्म कैप्टन मिलर में अपनी मौजूदगी दर्ज करवाएंगे।

अपनी अपकमिंग फिल्म कैप्टन मिलर को लेकर जबर्दस्त सुर्खियों में हैं। फैंस भी धनुष की इस फिल्म का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। पिछले कई दिनों से फिल्म को लेकर कई बड़े अपडेट सामने आए थे, जिसमें कहा गया था कि मूवी को तीन पार्ट में विभाजित करने की योजना बनाई जा रही है। कयास लगाए जा रहे हैं कि धनुष इस फिल्म में किसी सैनिक की भूमिका में नजर आएंगे।

गौरतलब है कि अभिनेता की यह एक पीरियड फिल्म है, जिसे 1930-40 के दशक के इर्द-गिर्द बुना गया है। तमिल के अलावा धनुष उत्तर भारत में भी काफी लोकप्रिय हैं। हिंदी पट्टी में भी उनकी अच्छी फैन फॉलोइंग है। यही वजह है कि हिंदी भाषी लोगों को भी कैप्टन मिलर का बेसब्री से इंतजार है। इसके अलावा धनुष निर्देशक आनंद एल राय की तेरे इश्क में में नजर आएंगे।

नाइजरः सत्ताखोरों, जेहादियों का मारा

श्रुति व्यास

कह सकते है नाईजर को क्या जानना और समझना? इसलिए कि नाईजर अफ्रीका के सहेल क्षेत्र का एक देश है और हाल में माली और बुर्किना फासो के बाद इस देश पर सेना सत्ता पर बैठ गई। और इन देशों की पूरी पट्टी में इस्लामिक स्टेट और अलकायदा से जुड़े जेहादियों की भी तूती है। पिछले साल ही नाईजर, बुर्किनो फासो और माली में हुए हिंसक संघर्षों में करीब १०,००० लोग मारे गए थे। सन् २०२० में माली में सेना ने नागरिक सरकार से सत्ता छीनी। बुर्किनो फासो में बंदूकधारियों के एक समूह ने जनवरी २०२२ में सत्ता पर कब्जा कर किया और फिर सितंबर में सेना के ही एक दूसरे गुट द्वारा तख्तापलट। अब नाइजर में सेना ने चुने हुए राष्ट्रपति को हटा सत्ता कब्जाई है।

पश्चिमी अफ्रीका में सेनाओं की सत्ता भूख तथा जेहादियों के जूनुन से खतरे की कई घंटिया है। सेनेगल से इरीट्रिया तक फैला हुआ सहेल क्षेत्र, पश्चिम अफ्रीका का बंजर और निर्धन इलाका है। कमजोर और अवैधानिक सरकारों, आर्थिक संकट और क्लाइमेट चेंज के मिले-जुले असर से अतिवादी हिंसा लगातार गंभीर होते हुए है। पिछले एक दशक में इस इलाके में हिंसक जेहादियों, तानशाह शासकों और विद्रोहियों का बोलबाला रहा है, जो देशों की सीमाओं आर-पार आपस में लड़ते रहे हैं और जिसने इस क्षेत्र और इस क्षेत्र के बाहर के देशों के सामने गंभीर चुनौतियां खड़ी की हैं।

26 जुलाई को हुए सैन्य तख्तापलट के बाद सहेल में पश्चिम का अंतिम किला याकि नाइजर भी ढह गया। फ्रांस से सन् १९६० में आजाद होने के बाद से यह नाइजर में हुआ पांचवा तख्तापलट है और इसने देश में लोकतंत्र का पनपता हुआ पौधा उखाड़ फेंका है। नाइजर में कुछ साल पहले ही सत्ता का शांतिपूर्ण लोकतांत्रिक हस्तांतरण हुआ था और राष्ट्रपति मोहम्मद बजौम ने बतौर चुने हुए राष्ट्रपति के सत्ता संभाली थी लेकिन ब्रिगेडियर जनरल अब्दुररहमाने चियानी, जो राष्ट्रपति मोहम्मद बजौम के सहायक थे, ने सेना के एक हिस्से के साथ मिलकर राष्ट्रपति को पद से हटा दिया, स्वयं सैन्य सरकार के मुखिया बन गए और स्वयं को राज्याध्यक्ष घोषित कर दिया।

ऐसी खबरें हैं कि राष्ट्रपति, जनरल चियानी को बर्खास्त करने वाले थे। वहीं जनरल चियानी का दावा है कि बजौम को इसलिए हटाया गया क्योंकि वे देश की अर्थव्यवस्था को सम्हालने और उग्रवादियों से संघर्ष - दोनों काम ठीक से नहीं कर पा रहे थे। हालांकि इसके पीछे असली कारण सत्ता की हवस है, जो इस तरह के सभी देशों में तख्तापलट की वजह होती है।

यह तख्तापलट न सिर्फ इस इलाके के लिए बल्कि सारी दुनिया के लिए बुरी खबर है।

नाईजर में हुए तख्तापलट के बाद बीबीसी ने खबर दी कि वहां की सड़कों पर अचानक रूसी झंडे नजर आने लगे हैं। राजधानी निमये में हुए विरोध प्रदर्शनों के दौरान भी रूसी झंडे लहराए गए और फ्रांस के दूतावास पर हमला किया गया। फ्रांस, जो यहां का औपनिवेशिक शासक रहा है, ने वहां से अपने नागरिकों को निकालना शुरू कर दिया है। नाईजर में जेहादियों से लड़ने के लिए उसके १,५०० सैनिक मौजूद हैं और उसने नाईजर को दी जा रही सहायता स्थगित कर दी है। प्रदर्शनकारियों द्वारा निमये में फ्रांस के दूतावास को जलाने के प्रयास के बाद फ्रांस ने धमकी भरे स्वर में कहा कि ''फ्रांस से हितों पर किसी भी प्रकार का हमला कतई बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।'' नाईजर में अमेरिका के १,१०० सैनिक और दो ड्रोन अड्डे हैं। नाईजर दुनिया में यूरेनियम, जो एटॉमिक एनर्जी के उत्पादन के लिए ज़रूरी कच्चा माल है, का सातवाँ सबसे बड़ा उत्पादक है और इसका एक चौथाई हिस्सा यूरोप को निर्यात होता है, विशेषकर नाइजर के पूर्व शासक फ्रांस को।

जिहादवाद पूरे पश्चिमी अफ्रीका में फैल गया है। पिछले साल जेहादियों से जुड़ी हिंसा में २२,००० अफ्रीकियों को अपनी जान से हाथ धोना पड़ा, जो ईराक में सन् २०१४, जब इस्लामिक स्टेट अपने चरम पर था, में मारे गए लोगों से दोगुना है। नाइजर की सैन्य सरकार का दावा है कि वह जेहादियों का मुकाबला बेहतर ढंग से करेगी लेकिन बुर्किनो फासो और माली में निर्वाचित सरकारों के पतन के बाद जेहादी हिंसा में बढ़ोत्तरी ही होती हुई है।

इसके अलावा इस इलाके में रूस का हस्तक्षेप भी बढ़ रहा है। पिछले साल की तुलना में रूस सहेल क्षेत्र को कहीं ज्यादा महत्व दे रहा है। वेगनर समूह के भाड़े के सैनिकों के जरिए रूस माली और बुर्किनो फासो जैसे देशों में अपनी दखल बढ़ा रहा है। वह पश्चिमी देशों की गलत नीतियों, बढ़ती यूरोप-विरोधी भावनाओं और अंतर्राष्ट्रीय व स्थानीय ताकतों के इन देशों में अस्थिरता के मूल कारणों की ओर ध्यान न देने का फायदा उठा रहा है। येवगेनी प्रिगोझिन की रूचि क्षेत्र में शांति लाने से ज्यादा वहां की खनिज सपंदा की बंदरबांट करने में है।

नाईजर में लोकतांत्रिक सरकार के पतन के बाद इस क्षेत्र की समस्याओं को सुलझाना और कठिन होगा। पश्चिम को इकोवास (इकोनोमिक कम्युनिटी ऑफ़ वेस्ट अफ्रीकन कन्ट्रीज) के रूप में आशा की एक हल्की सी किरण नजर आ रही है जो पिछले दो दशकों में अन्य स्थानों के अलावा गाम्बिया, गिनी और साओ टोमो में हुए तख्तापलट को उलटने में सफल हुआ था।

हालांकि इकोवास ने नाईजर के सैन्य शासकों से कहा है कि वे एक हफ्ते के अंदर राष्ट्रपति को रिहा कर उन्हें सत्ता सौंपे और ऐसा न करने पर उनके खिलाफ बल प्रयोग की धमकी दी है। लेकिन इस धमकी को पड़ोसी देशों माली, बुर्किनो फासो और गिनी ने यह कहते हुए तुरंत अस्वीकार कर दिया है कि नाईजर में किसी भी प्रकार का सैन्य हस्तक्षेप ''हमरे खिलाफ युद्ध की घोषणा'' माना जाएगा।

तभी यह गंभीर अंतरराष्ट्रीय संकट है और यदि शक्तिशाली देशों - चाहे वह रूस हो, या चीन, या कोई पश्चिमी देश या कोई अन्य - ने अफ्रीका महाद्वीप में सबसे ताकतवर बनने की लिप्सा के चलते अपना औपनिवेशिक रवैया नहीं छोड़ा तो महाद्वीप में स्थिरता आना असंभव होगा।

महिला की मौत पर पति व ससुर पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। महिला की मौत पर पति व ससुर पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार भागलपुर बिहार निवासी आशीष कुमार जायसवाल ने बसंत विहार थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी बहन प्रियंका प्रियदर्शनी का विवाह 26 फरवरी 2012 में अमित कुमार पुत्र रामसेवक चौधरी निवासी केवटी दरभंगा बिहार हाल पता माया एन्क्लेव आईटीबीपी रोड देहरादून के साथ हुआ था। उसका एक भांजा नाम अनिक कुमार उम्र 9 साल भी है। शादी के कुछ साल तक इनका रिश्ता सही चला। लेकिन पिछले कुछ सालों से उसका जीजा अमित कुमार का किसी अन्य लड़की से सम्बन्ध हो जाने के कारण रिश्ता बहुत खराब हो चुका था। इसकी जानकारी दीदी को मिलने के बाद इसका विरोध करने पर जीजा उसकी बहन के साथ मारपीट, गाली गलौज एवं उत्पीड़न करता था। जब भी जीजा का पिता रामसेवक चौधरी देहरादून आता था, वो भी इस उत्पीडन में जीजा का साथ देता था एवं उसकी बहन का उत्पीड़न करता था। 14 अगस्त 2023 को उसकी मम्मी का फोन आया कि बहन कि तबीयत खराब है पेट में तकलीफ है। उनके द्वारा इनके पति अमित कुमार एवं ससुर रामसेवक चौधरी को बहुत बार फोन किया गया, पर इन्होने फोन नही उठाया। और शाम को ससुर ने फोन कर के उन्हें बताया कि प्रियंका की मृत्यु हो गयी है। उन्हें अपनी बहन की आकस्मिक मृत्यु पर पूर्ण विश्वास है कि उसके जीजा एवं जीजा के पिता के द्वारा दीदी प्रियंका को मारा गया है।

सू- दोकू क्र.012

		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.11 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

ट्रंप नहीं बच पाएंगे अमेरिकी कानून से

श्रुति व्यास

इट्स ऑफिशियल। तो डोनाल्ड ट्रंप के खिलाफ आपराधिक मुकदमे की चार्जशीट। अगले साल छह जनवरी को लोकतंत्र को कुचलने के आरोप में शुरू होगा मुकदमा। पूर्व राष्ट्रपति पर चार आरोप हैं। अभियोजन ने कहा है कि ''चुनाव हारने के बाद भी प्रतिवादी (ट्रंप) सत्ता पर काबिज रहने के लिए दृढ़ संकल्पित थे।''

ट्रंप के खिलाफ इस नए मामले की सुनवाई का काम दो महिला जजों को सौंपा गया है। गुरूवार को पूर्व राष्ट्रपति अमेरिकी मजिस्ट्रेट जज मोक्सिला ए उपाध्याय के समक्ष पेश होंगे, जिन्हें सन् २०२२ में आठ साल के कार्यकाल के लिए नियुक्त किया गया था। कोर्ट की वेबसाइट पर दिए गए विवरण के अनुसार, उनका जन्म भारत में हुआ था। उनका बचपन अमेरिका के कन्सास शहर में गुजरा। उन्होंने कानून की शिक्षा लेने के पहले पत्रकारिता की डिग्री हासिल की। छह जनवरी वाले प्रकरण की सुनवाई अमेरिका जिला न्यायालय की न्यायाधीश तान्या चुटकन करेंगीं जो पहले वकील थीं और जिन्हें फेडरल ब्रांच में बराक ओबामा द्वारा नियुक्त किया गया था।

शक नहीं कि यह चार्ज कानून के राज, लोकतंत्र और उसकी संस्थाओं की जीत है। लोकतंत्र-समर्थक विशेषज्ञों ने इसका स्वागत किया है और उम्मीद जताई है कि इससे लोकतंत्र के विचार और उसकी पालना में लोगों का विश्वास फिर से स्थापित होगा। विशेष प्रोसिक्यूटर की इस घोषणा का स्वागत और सराहना दोनों है। इसलिए भी क्योंकि इससे ट्रंप और उनके समर्थकों द्वारा दी जा रही धमकियों के मद्देनजर अमेरिका की चुनाव व्यवस्था मजबूत होगी।

अभियोग में ट्रंप पर चार आरोप हैं- अमेरिका से धोखाधड़ी करने की साजिश, आधिकारिक काम में बाधा डालने की साजिश, आधिकारिक काम में बाधा डालना और बाधा डालने का प्रयास करना तथा २०२० के चुनाव परिणामों को बदलने और सत्ता में बने रहने के लिए षड्यंत्र और सतत अनुचित प्रयास करना। अभियोग में छह सह-साजिशकर्ताओं की सूची भी दी गई है, जिन्होंने ट्रंप के सत्ता में बने रहने के प्रयासों में केंद्रीय भूमिका निभाई। हालांकि इनके नाम नहीं दिए गए हैं लेकिन इन छह में से पांच के बारे में जो विवरण है वह ट्रंप के वकीलों रूडी जुलियानी, सिडनी पावेल, जान ईस्टमेन, केन चेसब्रो और अमेरिकी न्याय विभाग के पूर्व अधिकारी जेफ क्लार्क से मेल खाता है।

यह ट्रंप के सामने आने वाली कानूनी चुनौतियों की शुरूआत भर है। जॉर्जिया में फुलटोन काउंटी डिस्ट्रिक्ट अटॉर्नी फेनी विलिस, ट्रंप पर धोखाधड़ी के आरोप लगाने की तैयारी कर रहे हैं। ये आरोप चुनावी दृष्टि से महत्वपूर्ण इस राज्य में ट्रंप द्वारा बाइडेन की जीत को पलटने के प्रयासों से संबंधित है। इस सबसे कुख्यात मामले में ट्रंप ने जॉर्जिया के सेक्रेटरी ऑफ स्टेट, रिपब्लिकन पार्टी के ब्रेड रेफेन्सपर्सजर को बाइडेन की हार के लिए जरूरी वोटों का 'जुगाड़' करने का निर्देश दिया था।

जहां तक ट्रंप का सवाल है, यहां से उनका राजनीतिक सफर जोखिम भरा होगा क्योंकि उन्हें लगभग अंतहीन कानूनी कार्यवाहियों के रूप में बहुत सी बाधाओं का सामना करना होगा। इन नए आरोपों की घोषणा के बाद ऐसा पहली बार हुआ है कि रिपब्लिकन पार्टी के नेता चुप हैं। पहले जब ट्रंप के खिलाफ आरोपों की घोषणा होती थी तब उनके पक्ष में जोरदार प्रतिक्रिया होती थी लेकिन इस बार ऐसा नहीं हुआ। एक मसला पैसे का भी है। चुनाव अभियान जोर पकड़ रहा है लेकिन साथ ही कानूनी पचड़ों पर होने वाला खर्च भी बढ़ रहा है, जिससे उनकी सेव अमेरिकी पोलिटिकल एक्शन कमेटी के संसाधनों पर जबरदस्त दबाव पड़ रहा है। वे जितनी रकम हासिल करते हैं उससे ज्यादा खर्च कर देते हैं और अभी मुकदमे की कार्यवाही के पूरी गति पकड़ने में दो महीने का समय है। तब इस पर करोड़ों डॉलर का खर्च आएगा।

आने वाले महीनों में, जैसे-जैसे चुनावी गर्मी बढ़ेगी, ट्रंप को अलग-अलग डिस्ट्रिक्स और अदालतों के चक्कर लगाने पड़ेंगे। अक्टूबर में न्यूयॉर्क अटार्नी जनरल के व्यक्तिगत रूप से ट्रंप पर और ट्रंप आर्गेनाइजेशन पर 25 करोड़ डॉलर के दावे की कार्यवाही प्रारंभ होगी।

वाह री स्मार्ट सिटी: राजधानी दून के घंटाघर क्षेत्र में पिछले डेढ़ माह से बीच सड़क पर बहता सीवर का पानी यह बताने के लिए काफी है कि स्मार्ट सिटी की बात करने वाले अधिकारियों का इस ओर कितना ध्यान है?

शौचालय हटाये जाने की मांग को लेकर डीएम को ज्ञापन

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने शौचालय हटाये जाने की मांग को लेकर जिलाधिकारी को ज्ञापन दिया।

आज यहां उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के पदाधिकारी जिला मुख्यालय पर पहुंचे जहां पर उन्होंने जिलाधिकारी को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन में उन्होंने कहा कि पथरीबाग क्षेत्र के कन्द्र बिन्दू जोकि तीन वार्डो 71, 72 व 73 का चौक है जिसमें एक शौचालय बिना किसी भी क्षेत्रवासियों के संज्ञान में लिये लगा दिया गया है। इस शौचालय की गंदगी के कारण वहां से लोगों का आना जाना भी दूभर हो गया है इसी गंदगी के कारण यहां पर डेंगू फैल हुआ है। आये दिन नल इत्यादि भी टूटे रहते है जिससे पानी बहता रहता है जिसकी कोई देखभाल भी नही करता है। उन्होंने कहा कि यहां पर सीवर की खुदाई के कारण सडके भी क्षतिग्रस्त पडी हुई। उन्होंने जिलाधिकारी से मांग की है कि शीघ्र क्षेत्र से शौचालय हटाया जाये। ज्ञापन देने वालों में सुरेश कुमार, वीरेन्द्र कुमार, कुलदीप कुमार, प्रेमचन्द, लक्ष्मी देवरानी, रवि, सूरज, कमलेश आदि शामिल थे।

नगर निगम में बाबा साहेब का चित्र लगाने की मांग

संवाददाता

देहरादून। पार्षद नीतू बाल्मीकि ने निगम की बोर्ड की बैठक में बाबा साहेब डा. भीमराव अम्बेडकर का चित्र निगम के प्रत्येक अनुभाग में लगाने की मांग की।

आज यहां वार्ड संख्या 61तरला आमवाला की पार्षद नीतू बाल्मिकी ने नगर निगम बोर्ड की बैठक में कई महत्त्वपूर्ण मुद्दों को उठाया साथ ही नगर निगम के प्रत्येक अनुभाग में बाबा साहेब डॉ भीमराव अम्बेडकर का चित्र लगाने की मांग की। पार्षद नीतू बाल्मिकी ने जन समस्याओं से संबंधित कई मुद्दे उठाए। उन्होंने कहा कि बाबा साहेब के संघर्ष एवं योगदान को शाब्दों में बयां नहीं किया जा सकता। जिस तरह देश के अन्य महापुरुषों के चित्र नगर निगम के कार्यालयों में लगे हुए हैं उसी प्रकार बाबा साहेब डॉ भीमराव अम्बेडकर का चित्र भी लगाया जाना चाहिए। नगर निगम क्षेत्र में एक मुख्य चौराहे का नाम महर्षि बाल्मिकी के नाम पर रखा जाए। साथ ही वार्ड में स्ट्रीट लाइट जारी की जायें। आबादी व क्षेत्रफल के आधार पर सफाई कर्मचारियों की भर्ती करने की मांग की।

राम झूला पुल खतरे की जद में, आवाजाही.. पृष्ठ 1 का शेष

पिथौरागढ़ तवाघाट पर मार्ग खोलने में जुटी जेसीबी पर पहाड़ गिरने से जेसीबी खाई में गिर गई और उसके प्रखच्चे उड़ गए। हरिद्वार रुड़की क्षेत्र में भारी बारिश ने तबाही मचाई है ऋषिकेश भी बाढ़ का कहर झेल रहा है अब राम झूला भी खतरे की जद में आ गया है एक तरफ का पुस्ता ढह जाने से पुल की नींव हिल गई है। पुलिस ने दोनों तरफ बैरिकेडिंग लगाकर आवाजाही बंद कर दी है। पूरे प्रदेश में हर तरफ बर्बादी ही बर्बादी के निशान देखे जा रहे हैं।

श्रद्धा पूर्वक मनायी गयी भादों महीने की संग्राद

❑मुख्यमंत्री धामी ने मत्था टेक लिया गुरु साहिब का आशीर्वाद

संवाददाता

देहरादून। कथा कीर्तन व श्रद्धा पूर्वक भादो महीने की संग्राद मनायी गयी तथा मुख्यमंत्री ने गुरुद्वारे में मत्था टेक प्रदेश की खुशहाली की कामना की।

आज प्रात: नितनेम के पश्चात हजूरी रागी भाई नरेन्द्र सिंह ने आसा दी वार का शब्द 'सतगुरु होइ दइआलु त सरधा पुरिऐ' का गायन किया एवं सेवक परिवार के द्वारा रखे गये श्री अखण्ड पाठ साहिब के भोग डाले गए। भाई चरनजीत सिंह ने 'सो सतिगुरु पिआरा मेरै नाल है जिथै किथै मैनो लए छडाई' का शब्द गायन किया। हैंड ग्रंथि ज्ञानी शमशेर सिंह गुरुद्वारा साहिब का इतिहास बताते हुए भादों महीने के शब्द की व्याख्या की। उत्तराखंड सरकार ने सिखों की मांग को पूरा करते हुए आनंद कारज एक्ट लागू किया, जिसके लिए देहरादून शहर के मुख्य संस्था गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा आढ़त बाजार की प्रबंधक कमेटी एवं देहरादून की समूह सिख संगत ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का धन्यवाद किया।

मुख्यमंत्री ने गुरुद्वारा साहिब की सराय एवं गुरुद्वारा साहिब के स्कूल दशमेश अकादमी के लिए 25-25 लाख देने की घोषणा की। गुरुद्वारा साहिब में आकर मुझे बहुत अच्छा लगा। और वह जानते हैं की कोविड के समय भी गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा आढ़त बाजार ने राशन लंगर ऑक्सीजन एवं एंबुलेंस आदि की सेवा में उपलब्ध कराई थी। स्कूल में जरूरतमंद बच्चों की पढ़ाई एवं जरूरतमंद बच्चों की पूर्ण तौर से सहयोग करते हैं।। इसके लिए गुरुद्वारा साहिब की प्रबंधक कमेटी का धन्यवाद भी किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री को स्मृति चिन्ह एवं शाल ओढ़ाकर सम्मानित किया। एवं मेयर सुनील उनियाल गामा, विधायक खजान दास , पुनीत मित्तल, संतोख सिंह नागपाल, कमलप्रीत कौर, श्याम अग्रवाल, विशाल गुप्ता आदि को भी सम्मानित किया गया।

कार्यक्रम के पश्चात संगत ने गुरु का लंगर व प्रशाद ग्रहण किया। इस अवसर पर सरदार गुरबख्श सिंह राजन अध्यक्ष, गुलजार सिंह महासचिव, जगमिंदर सिंह छाबड़ा,चरणजीत सिंह उपाध्यक्ष,देविंदर सिंह मान, सेवा सिंह मठारु,मंजीत सिंह, सतनाम सिंह,गुरप्रीत सिंह जौली, अरविन्दर सिंह,हरबन्स सिंह, सुरजीत सिंह,राजिंदर कुमार चड्ढा,रमिन्दर सिंह राणा, गुरदियाल सिंह,राजिंदर सिंह राजा, दविंदर सिंह सहदेव, हरमोहिंदर सिंह,जगजीत सिंह, बृजमोहन सिंह,जसविंदर सिंह मोठी, जगमोहन सिंह आदि उपस्थित रहे।

छात्रों के दो गुटों में मारपीट, मुकदमा दर्ज

देहरादून (सं)। डीएवी कालेज में दो छात्र गुटों में मारपीट होने पर एक गुट की तरफ से तीन लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज करा दिया गया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार डीएल रोड निवासी विशाल चंद ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह डीएवी कालेज के ग्राउंड में बैठा था तभी वहां पर निखिल, सानू पुत्र नौशाद व शिब्बू वहां पर आये और उसके साथ गाली गलौच करने लगे उसने जब उनका विरोध किया तो उन्होंने उस पर लाठी डण्डों से हमला कर घायल कर दिया जब अन्य छात्र वहां पर आये तो वह वहां से उसको जान से मारने की धमकी देकर भाग गये।

एक किलो 50 ग्राम चरस के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने एक किलो 50 ग्राम चरस 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 थाना रायवाला पर गठित पुलिस टीम /चीता पुलिस द्वारा अभियान के अनुपालन में गश्त करते हुए रेलवे अंडर पास पहुचे तो एक व्यक्ति पर शक संदिग्ध होने पर उसे रोकने का प्रयास किया गया तो वह पुलिस को देखकर सकपका कर दौडने लगा जिसको आवश्यक बल प्रयोग कर रेलवे अन्डर पास के कोने पर ही पकड लिया उक्त व्यक्ति से चैकिंग करने पर उसके कब्जे 51 ग्राम अवैध चरस बरामद हुयी। पूछताछ में उसने अपना नाम आशीष पुत्र विजय सिंह निवासी बोक्सा बस्ती खदरी श्यामपुर थाना ऋषिकेश बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

शिवमहापुराण से पूर्व निकली भव्य कलश यात्रा

संवाददाता

देहरादून। नर्मदेश्वर मन्दिर में शिवमहापुराण से पूर्व क्षेत्रवासियों ने भव्य कलश यात्रा निकाली। जिससे पूरा क्षेत्र शिवमय हो गया।

आज से नर्मदेश्वर मंदिर, विजय पार्क में शिवमहापुराण का आयोजन आरंभ किया गया। इस कार्यक्रम के उपलक्ष्य में समस्त क्षेत्रवासियों व शिव भक्तों ने समस्त क्षेत्र में कलश यात्रा का भी आयोजन किया गया। कलश-यात्रा कथा स्थल-नर्मदेश्वर महादेव मन्दिर, विजय पार्क से प्रारंभ होकर क्षेत्र के प्रमुख मार्गों से होते हुए कथा-पंडाल तक पहुंची। कलश यात्रा ढोल-नगाडों के साथ निकाली गई, जिसमें क्षेत्र की मातृशक्ति ने अपने सिर पर कलश लेकर चल रही थीं। ढ़ोल की धुन पर क्षेत्र के युवा थिरक रहे थे। इस कलश यात्रा का क्षेत्र वासियों द्वारा जगह जगह पुष्प वर्षा कर भव्य स्वागत किया।

कलश यात्रा के मुख्य यजमान के रूप में सामाजिक कार्यकर्ता व कांग्रेस नेता-अभिनव थापर ने भाग लिया। अभिनव थापर ने कहा कि सावन के पवित्र मास में सभी क्षेत्र के निवासियों का शिवपुराण व कलश यात्रा का आयोजन कराना शुभ संकेत है। इससे क्षेत्र के निवासियों को सावन में भगवान महादेव के पूजन के साथ-साथ आपसी सौहार्द का भी मौका मिलेगा और ऐसे धार्मिक आयोजन क्षेत्र में निरंतर होने चाहिए। कथा व्यास-आचार्य शिवम अवस्थी ने बताया कि इस बार सभी क्षेत्रवासियों ने मिलकर शिवमहापुराण का आयोजन किया जो 17 अगस्त से 23 अगस्त तक निरंतर चलेगा। कथा की पूर्णाहुति एवं समापन 23 अगस्त को किया जाएगा। इस आयोजन में आचर्य विकास भट्ट, दिव्या थापर, गौरव जोशी, उर्मिला, रेनू, मंजू, माया, स्वेता, सुनीता, आकाश, दीपक, ऋषभ, अक्षित,सुल्तान सिंह,सत्यम अवस्थी आदि ने भाग लिया।

एक नजर

घर में घुसकर किशोरी से दुष्कर्म

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। घर में घुस कर किशोरी के साथ दुष्कर्म किये जाने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। आरोप है कि किशोरी के बेहोश हो जाने के बाद आरोपी ने उसकी वीडियो भी बनायी है जिसे वह सोशल मीडिया में वायरल करने की ध मकी भी दे रहा है। जानकारी के अनुसार लक्सर कोतवाली क्षेत्र के एक गांव निवासी व्यक्ति ने पुलिस को तहरीर देकर बताया कि 10 अगस्त की रात को उसकी भतीजी अपने घर में अकेली थी। इसी दौरान किशोरी को अकेला पाकर पड़ोसी युवक घर में घुस आया और किशोरी के साथ दुष्कर्म किया। तहरीर में कहा गया है कि किशोरी के बेहोश होने पर युवक ने उसकी अश्लील वीडियो भी बना ली। किशोरी जब होश में आई तो आरोपी ने उसे इस संबंध में किसी को बताने पर उसकी अश्लील वीडियो वायरल करने की धमकी दी है। आरोप है कि अश्लील वीडियो इंटरनेट पर वायरल करने की धमकी देकर फिर से शारीरिक संबंध बनाने का दवाब बनाया जा रहा है। तहरीर में कहा गया है कि किशोरी के घटना के बाद से गुमशुम रहने पर परिजनों द्वारा पूछने पर किशोरी ने घटना के बाबत जानकारी दी। जिसके बाद परिजन कोतवाली पहुंचे और पुलिस को तहरीर देकर आरोपित युवक के खिलाफ कार्यवाही की मांग की। वहीं पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है।

वुडलैड के नाम पर नकली सामान बेचने पर दो दुकानदारों पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। वुडलैड के नाम पर नकली सामान बेचने के मामले में पुलिस ने दो दुकानदारों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सेलाकुई निवासी हेमंत कुमार सिंह ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनकी वह वुडलैड कम्पनी का कर्मचारी है। उनकी कम्पनी को सूचना मिल रही थी कि दून में कुछ लोग उनकी कम्पनी का लोगो लगाकर नकली सामान बेच रहे है। जिसके बाद उसने यहां पर जांच की तो दून अस्पताल के पास दो दुकानदार उनकी कम्पनी के नाम पर नकली सामान बेचते पाये गये। जिसके बाद पुलिस ने उसके साथ जाकर मुस्लिम कालोनी लक्खीबाग निवासी नाजिम व रीठा मण्डी निवासी रईस अहमद की दुकान पर जाकर छापा मारा तो वहां पर वुडलैड के नाम पर नकली सामान बेचते पाया। पुलिस ने वहां से कुछ सामान जब्त कर दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चोरी की बाइक सहित शातिर दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बाइक चोरी मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक शातिर को चुरायी गयी बाइक सहित गिरफ्तार कर लिया है। मामला कनखल थाना क्षेत्र का है मिली जानकारी के अनुसार बीती 12 जुलाई को गौरव पुत्र राजू निवासी भीमगोडा नई बस्ती शिवगढ खडखडी हरिद्वार कनखल थाने में तहरीर देकर बताया गया था कि उनके भाई विक्रम की बाइक को अज्ञात चोर द्वारा बैरागी कैम्प से चुरा लिया गया है। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर चोर की तलाश शुरू कर दी गयी। बाइक चोर की तलाश में जुटी पुलिस को आज सुबह सूचना मिली कि उक्त चोरी में शामिल चोर नहर पटरी रेगुलेटर पुल ज्वालापुर के समीप देखा गया है। सूचना पर त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान पर दबिश देकर एक व्यक्ति को चुरायी गयी बाइक सहित गिरफ्तार कर लिया गया है। पूछताछ में उसने अपना नाम अजय कुमार पुत्र हुकम सिह निवासी बैरागी कैम्प थाना कनखल बताया। जिसे पुलिस ने न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

भगवान की पूजा का अधिकारी वही जो माता-पिता की सेवा करे:आचार्य ममगाईं

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। माता-पिता को प्रत्यक्ष देवता बताते हुए आचार्य श्री ने कहा कि जो माँ बाप की अवहेलना कर उनका अपमान करके भी भक्ति का ढोंग रचते हैं वे पाखंडी हैं। श्री राम की पूजा भक्ति का अधिकारी वही है जो माता पिता की आज्ञा का पालन करता है। उनकी सेवा के लिए सदैव तत्पर रहता है। भगवान श्रीराम ने स्वयं माता-पिता की आज्ञा मात्र से न्याय-अन्याय का विचार किये बिना राजपाठ त्याग कर वन गमन किया था। अत: उनसे मातृ-पितृ भक्ति, भाइयों के प्रति उत्कृष्ट प्रेम की प्रेरणा लेकर ही उनकी भक्ति की जा सकती है।

उक्त विचार ज्योतिषपीठ व्यास आचार्य शिव प्रसाद ममगाईं ने जोगीवाला बद्रीपुर में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा में व्यक्त करते हुए कहें। उन्होंने कहा कि पुण्डरीक माता-पिता की सेवा कर रहे थे। द्वारिकाधीश उन्हें दर्शन देने आ पहुंचे। पुण्डरीक ने अंदर से कहलवाया प्रभु अभी मैं माता-पिता की सेवा कर रहा हूं, आप प्रतीक्षा करें। उनकी सेवा समाप्त होते ही आपकी सेवा में आऊंगा। द्वारिकाधीश ईंट पर खड़े होकर प्रतीक्षा करते रहे, यह था मातृ-पितृ सेवा का

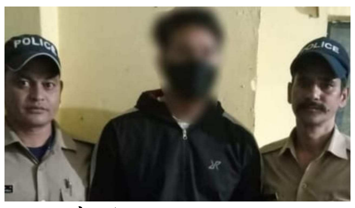
अनुपम उदाहरण। आज तो मुकदमे में भाई को, पिता को हराने के लिए हनुमान जी का अनुष्ठान किया जा रहा है ऐसे पाखंडियों को क्या हनुमान जी सहन कर सकते हैं।

आचार्य ममगाई ने कहा कि भक्ति ज्ञान रत से लीन जो है उस देश का नाम भारत है। गौ व कन्या का संरक्षण होना आवश्यक है। गौ हत्या का जारी रहना धर्म प्राण भारत के माथे पर अमिट कलंक है। भारत तब तक स्वाधीन नहीं माना जायेगा जब तक गौ हत्या समाप्त नहीं हो जाती। अधिक मठ के चक्करों में न पड़कर कल्याण तो अपने सत्कर्मों से होता है। चिंतन से उत्थान व पतन होता है। कर्तब्य व धर्म पर चलने की प्रेरणा हमारे धर्म व शास्त्र देते हैं तथा मन मे प्रेम पैदा कर भक्ति मार्ग पर चलने की प्रेरणा देते हैं।

आज कथा के चतुर्थ दिवस पर भगवान कृष्ण जन्म के प्राकटय के प्रसंगों को श्रवण करते हुए दिव्य झांकी के साथ भगवान बाल गोविंद के दर्शन भक्तों को प्राप्त हुए। नन्द के आनंद भयो आदि भजनों पर झूमते हुए श्रोता माखन मिश्री के प्रसाद को पाकर आनन्दित हुए।

इस अवसर पर मुख्य रूप से डॉ शैलेंद्र ममगाई डोईवाला के विधायक ब्रजभूषण गैरोला जी भाजपा के उमेश पुंडीर जी जखोली क्षेत्र पंचायत प्रमुख प्रदीप थपलियाल प्रधानाचार्य चन्द्र प्रकाश सेमवाल कुसुम सेमवाल प्रमिला पंथ चारधाम हक्क हुक के महामंत्री हरीश डिमरी संजय ममगाई विणा भट्ट विमल ममगाई देवेंद्र ममगाई वीरेंद्र ममगाई रविंद्र ममगाई दिवाकर ममगाई राकेश ममगाई डॉ प्रकाश ममगाई गिरीश ममगाई रत्नमणि ममगाई परमेश्वरी देवी विजयलक्ष्मी ममगाई रजनी ममगाई नीलम ममगाई पुरोहित देवी प्रसाद गार्गी आचार्य मनोज थपलियाल आचार्य मोहित बडोनी आचार्य संदीप डंगवाल आचार्य सन्दीप बहुगुणा आचार्य हिमांशु मैठाणी आचार्य सूरज पाठक सुरेश जोशी आदि भक्त गण भारी संख्या में उपस्थित रहे।

नाबालिग छात्रा से दुष्कर्म मामले में आरोपी शिक्षक गिरफ्तार



हमारे संवाददाता

पिथौरागढ़। नाबालिग छात्रा से दुष्कर्म मामले में पुलिस ने त्वरित कार्यवाही करते हुए आरोपी शिक्षक को गिरफ्तार कर उसे जेल भेज दिया है।

बता दें कि बीती 12 अगस्त को जाजरदेवल निवासी एक व्यक्ति द्वारा थाना जाजरदेवल में तहरीर देकर बताया गया था कि 9 अगस्त की रात करीब 12.30 बजे एक अज्ञात व्यक्ति उनके घर में घुस आया। आवाज सुनकर जब वह बाहर आये तो वह व्यक्ति भाग गया। जिस पर उन्होने अपनी 15 वर्षीय नातिनी से पूछताछ की गई तो उसके द्वारा बताया गया कि जो व्यक्ति आया था वह मेरी कक्षा के आई.टी. का शिक्षक है, जिसका नाम चन्द्र भुवन टम्टा है। वह अक्सर मौका पाकर कम्प्यूटर कक्ष में मेरे साथ गन्दे तरीके से छेड़खानी करते रहते थे और इस सम्बन्ध में किसी को बताने पर बदनाम करने व जान से मारने की ध मकी देते थे तथा उसके द्वारा व्हाट्सएप पर व्यक्तिगत फोटो भेजने के लिए दबाव बनाया जाता है। जिसने 9 अगस्त की रात उनकी नातिनी के कमरे में घुसकर उसके साथ दुष्कर्म करने का प्रयास किया गया, जिसके चिल्लाने पर वह मौके से भाग गया। मामले में पुलिस ने तत्काल दुष्कर्म व पोक्सो एक्ट सहित अन्य धाराओं में मुकदमा दर्ज कर आरोपी शिक्षक की तलाश शुरू कर दी गयी। जिसे पुलिस द्वारा लछैर तिराहे के पास से गिरफ्तार कर जेल भेज दिया गया है।

भारी बारिश के कारण पुल में आई दरारें, भारी वाहनों का प्रवेश बंद

हमारे संवाददाता

देहरादून। राज्य में हो रही लगातार बारिश से पुल व पुलियाओं तथा सड़कों का टूटना लगातार जारी है। इस क्रम में अब सुसवा नदी पर बना बुल्लावाला पुल पर भी दरारे आने की खबरे सामने आयी है जिसके बाद अब लोनिवि द्वारा इस पुल पर भारी वाहनों की आवाजाही रोक दी गयी है जिसको लेकर वहां सूचना भी लगा दी गयी है तथा पुलिस को मजबूत करने की कवायद की जा रही है।

जानकारी के अनुसार सुसवा नदी पर बना यह पुल दो दिन पूर्व पानी के तेज बहाव के चलते भारी कटाव के बाद अब हवा में दिखाई दे रहा है। वहीं पुल की एप्रोच रोड व पुल के बीच में दरारें भी आ गई हैं। पुल में दरारें आने के बावजूद इस पर भारी वाहनों का संचालन किया जा रहा था। जिसके बाद अब लोनिवि की ओर से इस पुल पर भारी वाहनों का प्रवेश पूरी तरह से बंद कर दिया गया है। जिसको लेकर सूचना भी लगा दी गई है और पुल को मजबूत करने की कवायद की जा रही है।

बताया जा रहा है कि मंगलवार देर रात्रि व बुधवार को पुल के नीचे खोखली हो चुकी नींव के नीचे जेसीबी के माध्यम से आरबीएम को भरने के बाद मिक्सर मसाला लगाया गया। जिससे कि पुल नीचे की ओर न बैठे और पुल की सुरक्षा हो सके। यदि कुछ दिनों के भीतर इस नदी में फिर तेज गति से पानी आता है तो पुल को पूरी तरह से खतरा बना हुआ है। वहीं इसको लेकर लोनिवि के अधि कारी भी सतर्क नजर आ रहे हैं। लोक निर्माण विभाग के अपर सहायक अभियंता ओ पी चन्द्रा ने बताया कि पुल की सुरक्षा के लिए कार्य को तेज कर दिया गया है । साथ ही भारी वाहनों का भी प्रवेश पुल पर पूरी तरह वर्जित कर दिया गया 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।