रविवार
27 अगस्त 2023

पृष्ठ 4

डेंड्रफ से पाना चाहते हैं छुटकारा ?

पृष्ठ 5

गदर 2 की ताबड़तोड़ कमाई जारी

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 200
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

हँसमुख व्यक्ति वह फुहार है जिसके छींटे सबके मन को ठंडा करते हैं।

– अज्ञात

दूनवैलीमेल

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

गुलदार के हमले में तीन साल के मासूम की मौत

हमारे संवाददाता

टिहरी। प्रतापनगर ब्लॉक के भदूरा पट्टी के भरपूरिया गांव में कल देर शाम गुलदार ने एक तीन साल के मासूम को अपना शिकार बना लिया। घटना से गांव में कोहराम मच गया वहीं बताया जा रहा है कि मासूम बच्चा अपने परिवार का इकलौता चिराग था। गुलदार के हमले से भदूरा पट्टी के गांवों में दहशत का माहौल है। ग्रामीणों ने वन विभाग से गुलदार को नरभक्षी घोषित कर मार गिराने की मांग की है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार भरपूरिया गांव निवासी सुखदेव सिंह पंवार का तीन साल का बेटा आरव अपनी मां धर्मा देवी के साथ कल शाम लगभग 7.30 बजे अपने घर के आंगन में खेल रहा था। जब आरव की मां लाइट जलाने के लिए घर के अंदर गई। इस दौरान पहले से ही घात लगाये बैठे गुलदार ने आरव को आंगन से उठाकर खेतों में पटक डाला। बच्चे के चिल्लाने की आवाज सुनकर मां और पडोस के लोग बाहर आए लेकिन उन्हे बच्चा वहां दिखाई नहीं दिया। काफी खोज के बाद बच्चा घर से 50 मीटर दूर धान के खेतों के बीच घायल अवस्था में मिला। परिजन उसे उपचार के लिए सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र लंबगांव लेकर पहुंचे। वहां पहुंचने पर डॉक्टरों से उसे मृत घोषित कर दिया।

थानाध्यक्ष महिपाल सिंह रावत व वन रेंज अधिकारी मुकेश डिमरी ने बताया कि शाम 7.30 बजे भरपूरिया गांव से गुलदार के हमले की सूचना मिली थी। टीम घटना स्थल के लिए रवाना हो रही थी कि परिजन घायल अवस्था में बच्चे को उपचार के लिए लंबगांव अस्पताल लाए। जहां डॉक्टर से उसे मृत घोषित कर दिया। बताया जा रहा है कि बच्चे की गर्दन पर कई घाव थे। ग्रामीणों ने वन विभाग से मांग की है कि उक्त गुलदार को नरभक्षी घोषित कर उसे जल्द मार गिराया जाये। बहरहाल मासूम की मौत पर गांव में सन्नाटा पसरा हुआ है।

सड़कों पर मलबा आने से 14 मोटर मार्गों पर यातायात ठप

हमारे संवाददाता

देहरादून। पछवादून के जौनसार बावर क्षेत्र में सड़कों पर मलबा आने का सिलसिला रविवार को भी जारी रहा। पहाड़ दरकने से 14 मोटर मार्गों पर यातायात ठप है। जिस कारण करीब 130 गांवों मजरों में रहने वाले ग्रामीण परेशान हैं। लोनिवि चकराता के 4, लोनिवि साहिया के 5, पीएमजीएसवाई कालसी के 4 व लोनिवि निर्माण खंड देहरादून का एक मोटर मार्ग बंद पड़ा है। जिसमें दो मुख्य जिला मार्ग भी शामिल हैं।

बिन्हार क्षेत्र की लाइफ लाइन लांघा मटोगी मोटर मार्ग को विभाग 13 दिन बाद भी नहीं खोल पाया है। लोनिवि चकराता अंतर्गत मुख्य जिला मार्ग पुरोड़ी रावना डामटा मोटर मार्ग डेरियो के पास दूसरे दिन भी बंद रहा। बिरमऊ, डिरनाड पुरटाड़, टुंगरा मोटर मार्ग पर जगह जगह मलबा आने से यातायात बाधित है। लोनिवि साहिया का मुख्य जिला मार्ग कालसी बैराटखाई मोटर मार्ग भी किमी 16 पर मलबा आने से बंद हो गया।

थैना, शहीद सुरेश तोमर गास्की, डयूडीलानी ठलीन, लुहान बैंड बबड़ीधार

मोटर मार्ग पर भी आवागमन ठप पड़ा है। पीएमजीएसवाई कालसी का बोसान, गडोल सकरोल, जखथान, धोइरा देऊ मोटर मार्ग पर यातायात ठप पड़ा है। लोनिवि निर्माण खंड देहरादून का लांघा मटोगी मोटर मार्ग 13 दिन बाद भी नहीं खुल पाने से बिन्हार क्षेत्र के लोग परेशान हैं। सबसे ज्यादा परेशानी जाखन के आपदा प्रभावित ग्रामीणों को हो रही है।

जौनसार बावर के बंद मार्गों के कारण किसान नगदी फसलें अदरक, टमाटर, बींस, गागली, खीरा, मूली, हरी मिर्च, हरा धनिया आदि समय से कृषि मंडी नहीं पहुंचा पा रहे हैं। लोनिवि व पीएमजीएसवाई ने बंद मार्गों से मलबा हटाने को जेसीबी मशीनें लगाई है।

तीन दिन के लिए दिल्लीवासियों को झेलनी होगी परेशानियां!

नई दिल्ली । जी20 बैठक को लेकर दिल्लीवासियों को तीन दिनों तक परेशानियों का सामना करना पड़ेगा। यहां पर 8 से 10 सितंबर के बीच कई तरह के प्रतिबंध लगाए जा रहे हैं। स्कूल-कॉलेज और दफ्तर जहां बंद रहेंगे तो वहीं कई सड़कों पर आवाजाही पर भी रोक रहेगी। इन प्रतिबंधों को लेकर खुद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दिल्ली के लोगों से माफी मांगी है और कहा है कि मेहमान आने वाले हैं। पीएम ने कहा कि अगले महीने होने वाले जी-20 शिखर सम्मेलन के कारण दिल्ली के लोगों को असुविधा हो सकती है। इसके बावजूद इस कार्यक्रम को सफल बनाने में वे मदद करें। यूं तो दिल्ली में वीवीआईपी मूवमेंट आम बात है। जी-20 सम्मेलन में हिस्सा लेने वाले 19 देश और यूरोपियन यूनियन के राष्ट्राध्यक्ष शामिल होने आ रहे हैं और इस वजह से अभूतपूर्व इंतजाम किए जाएंगे। दिल्ली में इन प्रतिबंधों की तुलना लॉकडाउन से भी की जा रही है। ऐसे में लोगों के मन इसको लेकर कई सवाल पैदा हो रहे हैं। दिल्ली और केंद्र सरकार ने अपने सभी दफ्तरों को बंद रखने का आदेश दे दिया है। वहीं निजी दफ्तरों को भी बंद रखने को कहा गया है। कुछ संस्थान वर्क फ्रॉम होम मोड में काम करेंगे। दिल्ली के सभी प्राइवेट और सरकारी स्कूलों को बंद रखने का आदेश दिया गया है।

भारत के सामर्थ्य का साक्षी बनने जा रहा सितंबर का महीनाः पीएम मोदी

नई दिल्ली। रविवार को मासिक रेडियो शो 'मन की बात' के 104वें एपिसोड में पीएम नरेंद्र मोदी ने संबोधित किया। इस दौरान उन्होंने डेयरी उद्योग से मन की बात कार्यक्रम की शुरुआत की। पीएम मोदी ने कहा कि सितंबर का महीना भारत के सामर्थ्य का साक्षी बनने जा रहा है। मोदी ने कहा कि आज ऐसे बहुत से लोग हैं, जो डेयरी को अपना कर इसे डायवर्सिटी कर रहे हैं। राजस्थान के कोटा में डेयरी फार्म चला रहे अमनप्रीत सिंह का उदाहरण देते हुए पीएम ने कहा ध्कि उन्होंने डेयरी के साथ बायोगैस पर भी फोकस किया और दो बायोगैस प्लांट लगाए। इससे बिजली पर होने वाला उनका खर्च करीब 70 प्रतिशत कम

हुआ है। इनका यह प्रयास देशभर के डेयरी किसानों को प्रेरित करने वाला है। पीएम ने कहा कि आज कई बड़ी डेयरी, बायोगैस पर फोकस कर रही हैं।

पीएम नरेंद्र मोदी ने कहा कि भारत की बेटियां अब अनंत समझे जाने वाले अंतरिक्ष को भी चुनौती दे रही हैं। किसी देश की बेटियाँ जब इतनी आकांक्षी हो जाएं, तो उसे, उस देश को, विकसित बनने से भला कौन रोक सकता है! पीएम मोदी ने कहा कि 23 अगस्त को भारत ने और भारत के चंद्रयान ने ये साबित कर दिया है कि संकल्प के कुछ सूरज चांद पर भी उगते हैं। भारत का मिशन चंद्रयान, नारीशक्ति का भी जीवंत उदाहरण है। इस पूरे मिशन में अनेकों मच्हिला साइंटिस्ट व इंजिनियर सीधे तौर पर जुड़ी रही हैं। इन्होंने अलग-अलग कई अहम जिम्मेदारियां संभाली हैं।

पीएम नरेंद्र मोदी ने कहा कि अपनी प्रेसीडेंसी के दौरान भारत ने जी-20 को और ज्यादा इंक्लूसिव फोरम बनाया है। भारत के निमंत्रण पर ही अफ्रीकन यूनियन भी जी-20 से जुड़ी और जहां अफ्रीका के लोगों की आवाज दुनिया के इस अहम मंच तक पहुंची।

विज्ञान की मांग बढ़ी, इंजिनियरिंग का रुझान घटा

देश में रोजगार की मांग में हो रहे प्रभावों का असर उच्च शिक्षा में भी नजर आ रहा है। ऐसे में अब युवा एक बार फिर परंपरागत विषयों की और लौट रहे हैं। कुछ समय पहले तक जहां इंजिनियरिंग की मांग सबसे ज्यादा थी, वहीं अब इसमें बदलाव देखा जा रहा है। अब युवाओं की पसंद इंजिनियरिंग की जगह विज्ञान विषय से डिग्री लेना है। आर्ट्स पहले की तरह ही नंबर एक पसंद है। उसके बाद दूसरी सर्वाधिक

लोकप्रिय स्ट्रीम विज्ञान है। एचआरडी के आंकड़ों के मुताबिक, साल 2016-17 में 97.3 लाख छात्रों ने बीए में दाखिला लिया जबकि 47.3 लाख ने बीएससी में और 41.6 लाख ने इंजिनियरिंग में।

ये कारण हैं जिम्मेदार

बीएससी कोर्स की कई ब्रांच है जैसे कंप्यूटर, इलेक्ट्रॉनिक्स और फार्मा। इस तरह से बीएससी में कई सारे विकल्प होते हैं और रोजगार के मौके भी हैं। इंजिनियरिंग की बात करें तो आपकी डिग्री की कद्र उस समय ही होगी जब आप किसी बड़े संस्थान से पास हों। इन सब कारणों से छात्रों की इंजिनियरिंग में रुचि घटी है। विशेषज्ञों का मानना है कि आजकल इंजिनियर भी उसी नौकरियों के लिए लाइन में नजर आ रह हैं जिनके लिए बीए या बीकॉम के छात्र।

छात्रों का बदलता रुझान

पिछले पांच सालों में अंडरग्रैजुएट छात्रों का रुझान बदला है। पांच साल पहले तक आर्ट्स के बाद कॉमर्स का नंबर आता था और तीसरे नंबर पर साइंस एवं इंजिनियरिंग रहता था। 2013 में बीए कोर्सों में 75.1 लाख छात्र थे, उसके बाद 28.9 लाख छात्रों के साथ कॉमर्स का नंबर था। बीटेक में 17.9 लाख, बीई में 16.4 लाख और बीएससी में 25.4 लाख छात्र थे।

फिर अचानक से रुझान बदला और कॉमर्स की लोकप्रियता घट गई जिससे कॉमर्स चौथे नंबर पर आ गया। 2014-2015 में इंजिनियरिंग दूसरा सबसे लोकप्रिय कोर्स था क्योंकि उस समय आईटी सेक्टर में बड़े पैमाने पर भर्ती हो रही थी। उस समय बीए, बीकॉम और बीएससी के छात्रों के बीच इंजिनियरिंग की लोकप्रियता बढ़ी। एक्सपर्ट के मुताबिक, हालत तो यह हो गई थी कि बिजनस या एमबीए जैसे कोर्स की चाहत रखने वाले छात्र भी इंजिनियरिंग करने लगे।

शादी के दिन नहीं हटेंगी आप पर से नजरें

शादी एक ऐसा अवसर है जब सभी की नजरें आप पर रहती हैं। इसलिए शादी के दिन हर लड़की खूबसूरत व आकर्षक नजर आना चाहती है। ऐसे में आपको खूबसूरत लुक देने में सिर्फ आकर्षक परिधान ही नहीं, बल्कि आपकी त्वचा भी अहमियत रखती है। अपनी शादी से 45 दिन पहले त्वचा की देखभाल शुरू कर दें। अपनी त्वचा के प्रकार को समझने की कोशिश करें कि यह तैलीय, रूखी, संवेदनशील या सामान्य है।

दुल्हन बनने जा रही कुछ लड़कियां शादी के ठीक पहले त्वचा को लेकर प्रयोग करना शुरू कर देती हैं। शादी के ठीक पहले कुछ भी नया इस्तेमाल करने से आपकी त्वचा को नुकसान पहुंचने की संभावना भी रहती है। आपके पास जीवन के इस खास दिन तैयार होने के लिए जितना ज्यादा समय होगा, आपकी त्वचा उतनी ही अच्छी दिखेगी। शादी से करीब एक महीने पहले घरेलू उपाय अपनाना शुरू कर दें, जिसमें आपकी त्वचा के अनुसार क्लींजर, टोनर और मॉइश्चराइजर शामिल हैं। त्वचा की गहराई से सफाई के लिए आप चाहे तो वॉलनट पील स्क्रब या कच्चा दूध और बादाम पाउडर स्क्रब का इस्तेमाल कर सकती है। इसे आसानी से घर पर बनाया जा सकता है और यह सभी प्रकार की त्वचा के लिए उपयुक्त है।

शादी के दिन से करीब तीन सप्ताह पहले कम से कम दो स्किन रिजुवनेटिंग (त्वचा में कसाव लाने के लिए) ट्रीटमेंट जरूर लें। इससे त्वचा में कसाव आएगा, रोम छिद्र खुल जाएंगे और सुपरफिशियल टैन भी हट जाएगा। शादी से दो सप्ताह पहले क्रिस्टल अब्रेशन कराएं, जिससे त्वचा मुलायम होगी। इस तरह का ट्रीटमेंट कराने से पहले किसी त्वचा विशेषज्ञ से परामर्श जरूर कर लें। हर प्रक्रिया के लिए एक समय-सीमा निर्धारित कर लें।यह सिर्फआपके चेहरे के बारे में नहीं है, बल्कि शरीर के अन्य हिस्सों के लिए भी है, जिस प्रकार आप चेहरे पर मॉइश्चराइजर, सनस्क्रीन या एंटी-एजिंग उत्पाद लगाती हैं, उसी तरह गर्दन पर भी लगाएं। शादी से दो दिन पहले मसाज, बॉडी थेरेपी या बॉडी ट्रीटमेंट से आप खुद को तरोताजा महसूस करा सकती हैं। इसके साथ ही अच्छी नींद और पौष्टिक आहार लें।

न त्वा बृहन्तो अद्रयो वरन्त इन्द्र वीळवः।
यद्दित्ससि स्तुवते मावते वसु नकिष्टदा मिनाति ते॥

(ऋग्वेद ८-८८-३)

हे ईश्वर ! तुम मुझ जैसे उपासक को जब धन देना चाहते हो तो कोई भी दृढ़, विशाल, अचल, बलशाली तुम्हें रोक नहीं सकता। जो भी आपने दिया है उसे कोई ओर ले नहीं सकता।

खोये सांस्कृतिक उजालों की तलाश

सुरेश सेठ

भारतीय संस्कृति पर गर्व करने वालों की आज भी कमी नहीं। इसे स्वीकार करके इससे प्राप्त आदर्शों, मूल्यों और सिद्धांतों को अंगीकार करने के संदेश देने वाले आज भी देश के मार्गदर्शक और मनीषी कहलाते हैं। आज भी राष्ट्र की एक सौ पैंतीस करोड़ जनता भारत के नवनिर्माण का संकल्प हर पल दुहराती है। बेसीदा मूल्यों का परित्याग करके एक समतावादी समाज की रचना करना यह संकल्प है। स्वामी विवेकानंद जैसे चिन्तकों ने तो धर्म और राष्ट्रीयता को कुछ इस प्रकार संशलिष्ट कर दिया कि राष्ट्र अर्चना ही धर्म अर्चना बन गयी थी। भारत जैसे देश में ही भारत मां की कल्पना देवी तुल्य हो सकती है और इसका निरन्तर परिष्कार जन-जन का धर्म।

आज स्वाधीनता की हम ७५वीं वर्षगांठ मना चुके। भारत को लोकतंत्र घोषित हुए सत्तर बरस हो गये। कतार में खड़ा आखिरी आदमी भी आज देश का उतना ही प्रतिष्ठित भाग्य नियंता है, जितना कि कतार में खड़ा पहला व्यक्ति। हमारी इंटरनेट से लेकर अंतरिक्ष विजय तक की उपलब्धियां इस देश को विश्व के मानचित्र पर सर्वश्रेष्ठ देशों के वर्ग में प्रतिष्ठित कर देती हैं। हमारे देश के भाग्यनियंता बताते हैं कि हमारे देश के सांस्कृतिक गौरव के पीछे हमारा सदियों का परिश्रम है, युग चेतना है, साहित्य और ललित कलाओं की सार्थक परंपरा है, जिसका मात्र परिचय ही किसी भी अत्याधुनिक देश के मसीहा को अभिभूत कर सकता है, बिल्कुल वैसे ही जैसे कि अभी दुनिया के सबसे धनी देश के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप को अपनी भारत यात्रा में ताजमहल देखकर लगा था।

लेकिन प्रश्न पैदा होता है कि क्या आजादी या लोकतंत्र की लगभग पौन सदी में हम भारत की इस गौरवशाली परंपरा को जीवित रख सके? क्या भारत और समाज के नवनिर्माण के संकल्प और प्रतिबद्धता को देश की युवा पीढ़ी को एक मूल्यवान विरासत के रूप में भेंट कर सके? जमीनी यथार्थ का सामना करें तो स्पष्ट हो जाता है कि अभी तक सिवा इन आदर्शों और संकल्पों को एक बड़बोलेपन की तश्तरी में अपनी युवा पीढ़ी को पेश करने के कोई भी नया बल या संवेदना नहीं दे सके।

जिन आदर्शों के साथ देश की नव निर्माण यात्रा शुरू हुई थी, वह आज जैसे अधर में?रुक गयी है। संकल्प था देश में अमीर और गरीब का भेद समाप्त कर देंगे, मिश्रित अर्थव्यवस्था बनायेंगे, जिसमें निरंतर विस्तृत होता हुआ सार्वजनिक क्षेत्र जन कल्याण को समर्पित रहेगा, न लाभ-न हानि के आधार पर जनसेवा को समर्पित रहेगा। लेकिन हुआ क्या? समतावादी समाज की स्थापना तो नेताओं के बड़बोले भाषणों तक ही सिमट कर रह गयी। अमीर और अमीर तथा गरीब और भी अधिक गरीब होते चले गये। असमानता इतनी कि देश के मुट्ठी भर अरबपतियों की धन सम्पदा देश की एक वर्ष की बजट राशि के बराबर हो गयी है। दस प्रतिशत धनपति देश की नब्बे प्रतिशत सम्पदा पर कब्जा किये हैं और नब्बे प्रतिशत सर्वहारा दस प्रतिशत राष्ट्रीय सम्पदा से गुजर बसर करता है। लेकिन नेताओं के भाषणों के छद्म तेवर रहे?कि वह कतार के आखिरी आदमी के जनकल्याण को आज भी समर्पित है।

लेकिन कैसे? इसके लिए सपना मिश्रित अर्थव्यवस्था और विस्तृत होते सार्वजनिक क्षेत्र में देखा गया था, उसे निकम्मा और असफल घोषित करके दुरुत आर्थिक विकास के लिए देश के उदारीकरण और निजीकरण की घोषणा की गयी है। जन युवा संचेतना के ध्वजवाहक इन लोगों ने परवाह नहीं की कि चोर दरवाजा संस्कृति से देश में निजी क्षेत्र का प्रवेश हुआ और फिर वह सार्वजनिक क्षेत्र का विकल्प बन गया। यह राष्ट्र निर्माण के कथित प्रयासों में जन कल्याण की भावना को तिरोहित कर गया और उसके स्थान पर अरबपतियों की एक ऐसी जमात को देश के विकास का सूत्रधार बना गया, जिसका लक्ष्य अपने लिए अधिक से अधिक लाभ कमाना था। हर वर्ष कार्य योग्य काम मांगती सवा करोड़ युवा पीढ़ी को रोजगार नहीं मिला। नेहरू युग के आर्थिक चिंतन में योजना आयोग की स्थापना के साथ उसकी देखरेख में योजनाबद्ध आर्थिक विकास को अपनाया गया था, जिसका लक्ष्य कृषि और औद्योगिक क्रांति, हर हाथ के लिए काम और कीमत नियंत्रण था।

रास्ते बदलने की घोषणा हुई। योजना आयोग नीति आयोग बन गया। उसने आर्थिक विकास की कौन सी योजनाओं को अपनाया है? फिलहाल इसका कोई स्पष्ट फैसला नहीं हो सका। नयी नीतियां बनाने की घोषणा होती रहती है लेकिन वर्तमान शासन की दूसरी पारी शुरू होने के बावजूद देश की युवा पीढ़ी को कोई नयी शिक्षा नीति नहीं दी जा सकी। नवीनतम आंकड़े बताते हैं कि देश में नवनिर्माण और विकास के सब दावों के बावजूद देश के युवकों में बेकारी का प्रतिशत और बढ़ गया है।

आबादी नियंत्रण में समृद्ध जीवन की राह

ज्ञानेन्द्र रावत

आबादी का गणित हमेशा से दुनिया को बदलने में अहम भूमिका निभाता रहा है। आज बढ़ती आबादी का संकट दुनिया के लिए भयावह चुनौती बन चुका है। इस बारे में विख्यात वैज्ञानिक प्रो. फ्रैंक फेनर ने एक दशक पहले चेतावनी दी थी कि मानव जाति जनसंख्या विस्फोट और प्राकृतिक संसाधनों की बेलगाम खपत को बर्दाश्त नहीं कर पायेगी। नतीजतन अगले सौ सालों में धरती पर से मानव जाति का अस्तित्व संकट में पड़ जायेगा। अनेक अन्य जीवों का भी खात्मा हो जायेगा। इस स्थिति को बदला नहीं जा सकता। अब बहुत देर हो चुकी है। जलवायु परिवर्तन की भी मानव जाति के लिए बड़ी चुनौती है। जलवायु परिवर्तन महज एक शुरुआत है जबकि हमें मौसम में होने वाले बदलाव काफी पहले दिखने शुरू हो गए थे।

इस बारे में दुनिया के वैज्ञानिकों-पारिस्थितिकीविदों में अलग-अलग मत हैं लेकिन अधिकांश फेनर के मत से सहमत हैं। ऑप्टीमम पॉपुलेशन ट्रस्ट के उपाध्यक्ष सिमॉन रास कहते हैं कि जलवायु परिवर्तन, जैव विविधता का नुकसान और तेजी से बढ़ती आबादी के कारण मानव जाति भीषण चुनौतियों का सामना कर रही है। इसका मुकाबला कर पाना आसान नहीं होगा। एक अन्य विद्वान जेम्स लवलॉक ने 2006 में ही चेतावनी दी थी कि अगली सदी में ग्लोबल वार्मिंग के कारण दुनिया की आबादी 5० करोड़ तक सिमट सकती है। उनके अनुसार जलवायु परिवर्तन को रोकने का कोई भी प्रयास इस समस्या को हल करने में कामयाब नहीं होगा।

संयुक्त राष्ट्र की मानें तो हमारे देश की आबादी जो अभी एक अरब 35 करोड़ के आसपास है, सदी के उत्तरार्द्ध शुरू होने तक एक अरब 5० करोड़ पार कर जायेगी। जहां तक दुनिया की सबसे बड़ी आबादी होने के गौरव का सवाल है तो यह कीर्तिमान 2027 के आखिर में ही हासिल कर लेंगे। दुनिया के स्तर पर देखें तो 1987 में दुनिया की आबादी पांच अरब थी। इसमें हर साल 8० लाख की दर से बढ़ोतरी हो रही है। 2050 तक इसके 9.8 अरब होने का अनुमान है जो सदी के अंत तक साढ़े बारह अरब का आंकड़ा पार कर जायेगी।

आबादी की चुनौतियों को बढ़ाने में प्रशासनिक विफलताओं का भी बहुत बड़ा योगदान है। कारण बढ़ती आबादी दुनिया के देशों के लिए अब लाभांश नहीं बल्कि सीमित संसाधनों पर बोझ बनती जा रही है। बढ़ती आबादी का खाद्य संकट गहराने में योगदान जगजाहिर है। ऐसी स्थिति में बढ़ते शहरीकरण के चलते लागोस, साओ पाउलो और दिल्ली जैसे कई महानगर बनेंगे। इसका दबाव पर्यावरण पर पड़ेगा ही। उस स्थिति में और खतरे बढ़ जाते हैं जबकि पर्यावरण प्रदूषण खतरनाक स्तर तक पहुंचने के कारण प्राकृतिक संसाधन खत्म होने के कगार पर पहुंच गए हों।

संयुक्त राष्ट्र की मानें तो देश में जनसंख्या नियंत्रण की नीतियों का दुखद परिणाम ही कहा जायेगा कि सदी के अंत तक पहुंचते-पहुंचते भारत की आबादी का आंकड़ा 15० करोड़ को पार कर जायेगा। उस दशा में जनसंख्या नियंत्रण की नीतियों के चलते चीन की आबादी 11० करोड़ पर रुक जायेगी। यह चीन की एक बच्चा नीति का परिणाम है। इसके तहत 2050 तक दुनिया की दूसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था की जनसंख्या भारत की आबादी का केवल 65 फीसदी रह जायेगी। आज जब हम चीन को पीछे छोड़ आगे बढ़ने की बात कर रहे हैं तो हमें चीन से सबक लेना ही होगा। कारगर नीतियों से जहां चीन को रोजगार, भोजन, शिक्षा और चिकित्सा पर समुचित ध्यान देने का अवसर मिला, लिंग-भेद की समस्या पर अंकुश लगा, वहीं आसानी से एक बच्चे की परवरिश कर पाने की वजह से पारिवारिक स्तर में भौतिक-आर्थिक बदलाव भी देखने को मिले। पांच साल पहले उसने एक दंपति के लिए दो संतान के फार्मूले का विकल्प दिया था। उसके बावजूद आज भी वहां अधिकांश दंपति एक संतान को ही परिवार के सुख का आधार मानकर चल रहे हैं।

डिलीवरी के बाद जोड़ों में दर्द से छुटकारा पाने के घरेलू उपाय

गर्भावस्था के बाद महिलाओं के जोड़ों और हड्डियों में काफी कमजोरी आ जाती है। कई बार गर्भावस्था में शारीरिक बदलावों की वजह से भी जोड़ों और मांसपेशियों पर असर पड़ता है और प्रेगनेंसी के कई हफ्ते या महीने तक ऐसा रह सकता है।

अगर आपको प्रेगनेंसी के बाद जोड़ों में दर्द या मासंपेशियों में दर्द या अर्थराइटिस की समस्या है तो जानिए कि किस तरह आप इस दर्द से छुटकारा पा सकती हैं।

गर्भावस्था के दौरान महिलाओं का काफी वजन बढ़ जाता है और यही डिलीवरी के बाद जोड़ों में दर्द का प्रमुख कारण है। प्रेगनेंसी के दौरान शिशु के वजन को उठाने के लिए शरीर हर संभव प्रयास कर रहा होता है इसलिए जोड़ों पर दबाव पड़ने के कारण दर्द होना लाजिमी है।

कुछ मांओं को तेज दर्द और अर्थराइटिस के कारण डिलीवरी के बाद अर्थराइटिस हो जाता है जिससे जोड़ों में दर्द महसूस होता है। अगर आपको पहले जोड़ों में कोई चोट लगी थी तो इसकी वजह से डिलीवरी के बाद इनमें तेज दर्द उठ सकता है।

गर्भावस्था में और डिलीवरी के बाद मां और शिशु के स्वास्थ्य के लिए जरूरी हार्मोंस बनते हैं। इन हार्मोनों की वजह से लिगामेंट को आराम मिलता है और मां शिशु के वजन को सहत करते हुए डिलीवरी तक पहुंच पाती है। डिलीवरी के बाद लिगामेंट को सामान्य पोजीशन में आने में समय लगता है जिससे जोड़ों में दर्द पैदा होता है।

किसी भी बीमारी या स्वास्थ्य समस्या से रिकवरी करना व्यक्ति की स्वास्थ्य स्थिति पर निर्भर करती है। आमतौर पर जोड़ों के दर्द से कुछ हफ्तों में आराम मलि जाता है लेकिन कुछ गंभीर मामलों चार से छह महीनों तक दर्द रह सकता है।

अगर महिला को प्रेगनेंसी के दौरान कोई समस्या नहीं हुई हो और डिलीवरी ठीक रही हो तो दर्द से उबरने की संभावना ज्यादा होती है। डिलीवरी के बाद अच्छी देखभाल और पिछली किसी चोट और स्वास्थ्य समस्या का पता लगाकर आप जान सकती हैं कि दर्द से कब तक छुटकारा मिलेगा।

रोज हल्की एक्सरसाइज करें। आपको बस ऐसी एक्सरसाइज करनी हैं जिनकी मदद से शरीर एक्टिव रहे। इससे जोड़ों में दर्द कम होता है। एक्सरसाइज से जोड़ों पर दबाव नहीं पड़ता। दर्द को कम करने के लिए गर्म या ठंडी सिकाई भी कर सकती हैं। बर्फ की सिकाई से भी दर्द कम होता है। प्रभावित हिस्से बर्फ या गर्म बैग सीधा न लगाएं बल्कि तौलिए में आईस बैग को लपेटकर लगाएं। शरीर की मालिश करने से अच्छा और कोई उपाय नहीं है। जोड़ों की मालिश करवाएं। आप किसी तेल या ऑइंटमेंट से भी मालिश कर सकती हैं। जोड़ों में दर्द से छुटकारा पाने के लिए कुछ महिलाओं को एक्यूपंक्चर से भी आराम मिल सकता है। आप घर पर भी एक्यूपंक्चर कर सकती हैं। एक्यूपंक्चर की तकनीक से शरीर की विशेष बिंदुओं को दबाया जाता है जिससे दर्द में कमी आती है।

शरीर में होने वाली खुजली को कम कर देगा घरेलू नुस्खा

आपने अक्सर देखा होगा कि कुछ लोगों की त्वचा बहुत रूखी होती है। रूखी त्वचा होने के कारण उनको शरीर में अक्सर खुजली की समस्या बनी रहती है। इसके साथ-साथ दूषित पानी या फिर दवाइयों का सेवन करने के कारण भी शरीर में खुजली की समस्या देखने को मिलती है। इसके अलावा साफ-सफाई पर विशेष ध्यान ना देना भी शरीर में होने वाली खुजली का प्रमुख कारण माना जाता है। इस समस्या से बचने के लिए यहां पर एक ऐसा घरेलू नुस्खा बताया जा रहा है जिसे आप घर बैठे आजमा सकते हैं।

इसका ना तो कोई साइड इफेक्ट है और ना ही इससे आपके शरीर को किसी खास एलर्जी का सामना करना पड़ेगा। इसलिए यदि आप अपने शरीर में होने वाली खुजली से राहत पाना चाहते हैं तो यहां बताए जा रहे घरेलू नुस्खे को आजमाकर देख सकते हैं। जिन लोगों को शरीर में खुजली की समस्या है उन्हें सबसे पहले अपने नहाने के पानी पर ज्यादा ध्यान देना चाहिए। कभी-कभी दूषित पानी भी खुजली का प्रमुख कारण होता है। इस घरेलू नुस्खे को आजमाने से पहले आपको इस बात का जरूर ध्यान देना चाहिए कि आप जिस पानी से नहा रहे हैं वह पानी साफ-सुथरा है और उसमें किसी भी प्रकार की गंदगी नहीं आ रही है। नहाने के पानी में आपको एक चम्मच बेकिंग सोडा और 2-3 चम्मच नींबू का रस मिलाना है। यह सामग्री आपको अपने घर में ही मिल जाएगी।

इसे पानी में अच्छी तरह मिक्स कर लें और उसके बाद इसी पानी से नहाएं। हफ्ते में 4 से 5 दिन तक इसी तरह पानी में बेकिंग सोडा और नींबू रस को मिलाएं और इसी पानी से नहाएं। आपको हफ्ते भर में फायदा दिखने लगेगा।

खुजली की समस्या को दूर करने के लिए इन दोनों सामग्रियों में विशेष गुण पाया जाता है। नेशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नोलॉजी इंफॉर्मेशन के अनुसार, नींबू और बेकिंग सोडा दोनों स्किन सूदिंग का गुण रखते हैं। इसके साथ-साथ यह स्किन इरिटेशन और इचिंग को कम करने की विशेष क्रिया को बढ़ाने में मदद करते हैं।

इसलिए खुजली से परेशान लोग अगर इसका इस्तेमाल करते हैं तो नींबू और बेकिंग सोडा का इस्तेमाल इस समस्या को दूर करने में काफी राहत दिला सकता है। आपको बता दें कि यह घरेलू नुस्खा खुजली की समस्या को कम करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। अन्य मेडिकल कंडीशन होने पर आपको बिना देर किए डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।

अदम्य आशा में नवजीवन सृजन-मंत्र

योगेन्द्र नाथ शर्मा

कहते हैं 'जब तक सांस, तब तक आस' अर्थात जीवन में जब तक आशा यानी शुभ के होने का विश्वास बना रहता है, तब तक आदमी जीवन में हिम्मत नहीं हारता और जैसे ही उसकी आशा टूटती है, वैसे ही आदमी जीवन खो बैठता है। 'रामचरित मानस' में महाकवि संत तुलसीदास ने तो आशा, विश्वास और निष्ठा की शक्ति को आदमी का सबसे बड़ा संबल मानते हुए लिखा भी है-

'एक भरोसा, एक बल, एक आस, विश्वास।

एक राम घनश्याम हित, चातक तुलसीदास।'

लोकजीवन में तो एक प्रसिद्ध हरेक व्यक्ति को बोलते हुए आपने सुना ही होगा कि 'डूबते हुए को तिनके का सहारा' अर्थात जब आदमी घोर संकटों में घिर जाता है,तब उसे अगर तिनके के बराबर भी कोई आशा की किरण दिख जाती है तो वह घोरतम संकट से भी जूझ सकता है। आज इसी प्रकरण से जुड़ी एक बहुत ही प्यारी और रोचक-सी बोधकथा इस प्रकार है-

एक बार चार बुढ़ियाएं आपस में बहस करने लगीं। उनमें विवाद का विषय था कि 'हम में बड़ी कौन है ' काफी देर तक आपस में बहस करते-करते जब वे चारों थक गयीं, तो उन्होंने तय किया कि उनके पड़ोस में जो नयी बहू ब्याह कर हाल में ही आयी है, उसके पास चलकर अपनी इस समस्या का फैसला कराया जाए। अब क्या था, चारों उठकर नई नवेली बहू के पास पहुंच गयीं और बड़े ही प्यार से बोलीं-'बहू-बहू! हमारा फैसला कर दो कि हम में से कौन बड़ी है '

अचंभित-सी बहू ने कहा कि पहले आप चारों एक-एक करके मुझे अपना-अपना परिचय तो दो, तभी तो मैं कोई फैसला दे पाऊंगी

पहली बुढ़िया ने कहा-बेटी, मैं भूख मैया हूं, मेरे से संसार में हर कोई डरता है। तो हुई न मैं ही बड़ी गंभीर होकर बहू ने कहा-'देखो भूख मैया, आप का विकल्प संसार में विद्यमान है। छप्पन व्यंजनों से भी भूख मिट सकती है और एक बासी रोटी से भी आदमी को तृप्ति मिल सकती है।'

तब दूसरी बुढ़िया ने कहा-'सुन बेटी, मैं प्यास मैया हूं, दुनिया में मेरा बोलबाला है। कोई ऐसा नहीं है,जो मुझसे पर पा सके। बोलो, मैं ही बड़ी हूं न ' बहू ने पहले की ही तरह सोचते हुए कहा-'देखो प्यास मैया, आपका भी संसार में विकल्प मौजूद है। प्यास गंगाजल और मधुर-मधुर रस से भी शान्त हो जाती है और बुरे वक्त पर तालाब का गन्दा पानी पीने से भी प्यास बुझ जाती है।'

अब चहकते हुए तीसरी बुढ़िया ने कहा-'सुन मेरी प्यारी बेटी, मैं ही नींद मैया हूं। मुझे तो पूरी दुनिया सबसे ज्यादा चाहती है। तुम भी मुझे ही बड़ी मानोगी। बोलो, मैं ही संसार मे सबसे बड़ी हूं न ' अब भी बहू ने उसी गंभीरता से कहा-'सुनो, नींद मैया, कुछ भी कहो, विकल्प तो आपका भी दुनिया में है। नींद तो सुकोमल और मखमली सेज पर भी आती है, किन्तु आड़े वक्त पर लोग कंकड़-पत्थर पर भी गहरी नींद में सो जाते हैं।'

अन्त में बड़ी ही कोमल आवाज़ में चौथी बुढ़िया ने कहा-'बेटी, मैं आस मैया हूं। सारे संसार को जीवन की आस बंधाया करती हूं। तुम ही कहो,मैं बड़ी हूं न '

बहू ने बढ़कर उसके पैर छू कर कहा-'सचमुच मैया, पूरे संसार में आशा का कोई विकल्प नहीं है। आशा हो तो मनुष्य सौ बरस भी जीवित रह सकता है, किन्तु यदि आशा टूट जाए तो आदमी जीवित ही नहीं रह सकता, भले ही उसके घर में करोड़ों की धन-दौलत भरी हो, अथाह सोना,चांदी और हीरे-जवाहरात भरे पड़े हों।'

नि:संदेह, यह बोधकथा हमें जीवन के उस सब से बड़े अमृत का पता दे रही है, जिसे संसार 'आशा' कह कर संबोधित करता आया है। कितनी बार युद्धों की विभीषिका में लोगों का सब कुछ उजड़ गया, लेकिन उन के मन में जीने की आशा बनी रही और इसी अदम्य आशा ने नया सृजन-मंत्र आदमी को दिया, तो उजड़ी हुई दुनिया फिर से बस गई।

राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त ने तो पूरी दुनिया को नवनिर्माण का संदेश देते हुए कहा है-

'नर हो न निराश करो मन को,

कुछ काम करो, कुछ काम करो।'

बड़े-बूढ़ों ने सदा निराशा के क्षणों में युवाओं के मन में प्रेरणा की लौ जगाने के लिए यही कहा है-'जब कभी एक दरवाजा बंद होता है, तो कहीं न कहीं दस दरवाज़े किस्मत खुद ही खोल देती है।' एक शायर ने तो बहुत बड़ी बात कही है, जिसे कभी भूलना नहीं चाहिए-

'गिरते हैं शह सवार ही, मैदाने जंग में,

वो तिफ़्ल क्या गिरेंगे जो घुटनों के बल चले।'

मम्मी-डैडी को किस उम्र से पहचानना शुरू करता है बच्चा

नन्हा-मुन्ना बच्चा जब आपकी गोदी में पहली बार आता है तो आपको ऐसे निहारता है जैसे वह आपको पहचान गया हो। हांलाकि, बच्चे लोगों के चेहरे की ओर देखते हैं और आकर्षित होते हैं मगर इसका यह मतलब नहीं कि वह अभी से ही मां और बाप को पहचानें। इसके लिये उन्हें थोड़ा वक्त लगता है। अगर आप पहली बार माता-पिता बनें हैं तो आपको थोड़ा सा धैर्य रखना होगा। कुछ ही महीनों में आप पाएंगे कि आपका बच्चा आपको देखकर मुस्कुराने लगा है।

एक नवजात शिशु अपनी मां के आस-पास सबसे ज्यादा आरामदायक महसूस करता है क्योंकि वह न केवल मां की खुशबू और आवाज से परिचित होता है, बल्कि दिन के दौरान वह केवल उसी को सबसे ज्यादा देखता है। यही कारण है कि बच्चे अन्य फेमिली मेंबर के मुकाबले पहले अपनी मांओं को पहचानते हैं। जब बच्चा तीन महीने का हो जाता है तब वह अलग-अलग चेहरों के बीच अंतर कर सकता है। लेकिन वह मां ही होती है जिसे नवजात शिशु सबसे पहले पहचानता है।

अभी तक ऐसी कोई रिसर्च नहीं हुई जिससे साबित हो सके कि बच्चे अपने पिता को किस उम्र से पहचानना शुरू करते हैं। हांलाकि, यह माना जाता है कि बच्चे गर्भ से अपने पिता की आवाज को पहचानते हैं और उनका जवाब भी देते हैं। इसलिये डॉक्टर्स सलाह देते हैं कि पिताओं को अपने शिशुओं से उनके गर्भ में रहने पर बात करनी शुरू कर देनी चाहिये। जब बच्चे जन्म लेते हैं तो उनकी दृष्टी धुंधली होती है और समय के चलते कुछ सप्ताह के बाद (ज्यादातर मामलों में 2 सप्ताह के बाद) वे अपने माता और पिता दोनों के चेहरे पहचानना शुरू कर देते हैं।

हालांकि, कोई ठोस सबूत नहीं है जो माता-पिता को यह समझने में मदद करता है कि उनका बच्चा कब उन दोनों को पहचानना शुरू करता है। कई शोध के मुताबिक एक बच्चा दूसरे लोगों की तुलना में मां को पहले पहचानता है। वहीं, कुछ महीने और साल भर में बच्चा मां के साथ साथ परिवार के अन्य सदस्यों को भी पहचानना शुरू कर देता है।

जिस प्रकार से बड़े खूबसूरती की ओर आकर्षित होते हैं बिलकुल वैसे ही बच्चे भी सुंदर लोगों को देखना पसंद करते हैं। आपने देखा होगा कि बच्चा लगातार उन चेहरों को देखता रहता है जो अन्य से अधिक सुंदर होते हैं। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि बच्चे भी कुछ चेहरों की ओर आकर्षित होते हैं।

अजनबियों के सामने बच्चे का व्यवहार

अक्सर आपने देखा होगा कि आपका बच्चा आपके या आपके परिवार के आस पास में रह कर ज्यादा खुश और चंचल होता है। लेकिन अजनबियों के सामने अजीब सा व्यवहार करने लगता है। इसका कारण यह है कि आपका बच्चा परिचित चेहरों के साथ सहज और आरामदायक महसूस करता है और अपरिचित चेहरों से सावधान रहता है। अपरिचित चेहरे या अजनबी आपके बच्चे को जिज्ञासु और आशंकित कर सकते हैं, जिससे वह अजीब व्यवहार कर सकता है। इसका मतलब यह नहीं है कि वह चिंतित या डरा हुआ है।

याद रखने वाली चीजें

रिसर्च में यह बात साबित हो चुकी है कि बेबी किसी स्थान की जगह लोगों की पहचान पहले कर लेते हैं। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि उनकी दृष्टि अभी भी विकसित हो रही होती है। 3-4 महीने की उम्र तक एक बच्चा अपने माता-पिता को पहचानने लगता है। प्रत्येक गुजरते महीने के साथ उसकी दृष्टि में सुधार होता है। यदि आप नोटिस करते हैं कि आपका बच्चा 4 महीने की उम्र तक लोगों और स्थानों को पहचान नहीं रहा है, तो आप इसके बारे में अपने बच्चों के डॉक्टर को बता सकते हैं।(आरएनएस)

मोबाइल और इंटरनेट से बाधित हो रहा विकास

आजकल मोबाइल और इंटरनेट के कारण बच्चों में सामाजिकता कम होती जा रही है। इस तरक्की से बचपन भी खासा प्रभावित हो रहा है। कुछ मायनों में ये प्रभाव सकारात्मक है और कुछ मायनों में नकारात्मक। महज दो साल की उम्र में वे मोबाइल, टैबलेट व कंप्यूटर में इस कदर खो जाते हैं कि खुद को आसपास के माहौल से अलग कर लेते हैं। इसका असर उनके मानसिक और शारीरिक विकास पर पड़ता है।

मानसिक और शारीरिक विकास हो रहा प्रभावित

पांच साल की नेहा ने एक साल पहले पहली बार मोबाइल फोन अपने हाथ में लिया था। इसके बाद उसके रंग बिरंगे डिस्प्ले में वह इस कदर खोई कि स्कूल के बाद और छुट्टियों के दौरान उसका एकमात्र हमसफर वही मोबाइल है।

मुंबई में रहने वाली चार छह की काजल यू-ट्यूब पर कविताएं सुनती है। स्क्रीन ने धीरे-धीरे न सिर्फ उसके आउटडोर खेलों की जगह ले ली है बल्कि परिवार और दोस्तों के साथ बिताने वाले वक्त पर भी अधिकार कर लिया है।

विशेषज्ञों की मानें तो भारतीय बच्चों में स्मार्टफोन, टैबलेट, आईपैड व लैपटॉप के रूप में श्स्क्रीन एडिक्शनश् लगातार बढ़ रहा है और भविष्य में इसका नकारात्क असर पड़ना तय है।

एक साइकियाट्रिस्ट के अनुसार आज बच्चे मानव संबंधों की कीमत पर डिजिटल प्रौद्योगिकी का धड़ल्ले से इस्तेमाल कर रहे हैं। इसका उनके मस्तिष्क पर दीर्घकालिक प्रभाव पड़ेगाश

श्इसका असर बच्चों को अपने भावों को नियंत्रित करने की क्षमता पर पड़ सकता है और यह स्वस्थ संचार, सामाजिक संबंधों तथा रचनात्मक खेलों को प्रभावित कर सकता है।

यहां तक कि अमेरिकन अकादमी ऑफ पीडियाट्रिक्स दो साल तक के बच्चों द्वारा किसी भी प्रकार के स्क्रीन मीडिया और स्क्रीन पर बिताए गए समय को गलत बताता है। बाल मनोविज्ञान के जानकारों के अनुसार श्मानवीय संबंधों की कीमत पर धड़ल्ले से स्क्रीन का इस्तेमाल बच्चों में सामाजिक-संचार कौशल तथा पारिवारिक कर्तव्यों को प्रभावित कर सकता है।

हाल के अध्ययनों में इस बात का खुलासा हुआ है कि बच्चों में स्क्रीन एडिक्शन से बच्चों में विभिन्न प्रकार के संज्ञानात्मक दोष हो सकते हैं। स्क्रीन एडिक्शन से बच्चों में ऑस्टिन स्पेक्ट्रम विकार (एएसडी) होने का भी खतरा होता है।

एक बच्चे में एएसडी के लक्षण थे। वह केवल आईपैड पर प्रतिबिंबों पर ही प्रतिक्रिया व्यक्त करता था और वह स्क्रीन एडिक्शन से बुरी तरह पीड़ित था। एक प्ले स्कूल में भर्ती कराने के बाद वह धीरे-धीरे ठीक हो गया क्योंकि वह स्क्रीन एडिक्शन के बदले अन्य बच्चों के साथ सामाजिक-भावनात्मक कौशल विकसित करने में कामयाब रहा।

स्क्रीन एडिक्शन से बच्चों में भाषा तथा बोलने की प्रक्रिया के विकास में भी बाधा आ सकती है।

स्क्रीन एडिक्शन के कारण कई बच्चों में बोलने में परेशानी सामने आई है। बच्चों के आसपास जितने गैजेट होंगे। उनके ऑटिज्म, बोलने में देरी व सामाजिक कौशल में कमी का उतना ही खतरा होगा।

बुद्ध होना

एक शिष्य ने संत से पूछा, 'हम इस संसार को कहते है माया, भ्रम, स्वप्न-सदृश, मन की चीजों का धोखा। क्या मतलब होता है उनका क्या वे यह कहते हैं कि यह अवास्तविक है' संत ने गंभीर होकर कहा, 'नहीं, यह अवास्तविक नहीं है, लेकिन जब तुम्हारा मन उसमें घुल-मिल जाता है तो तुम अपना एक अवास्तविक संसार बना लेते हो। हम एक तरह के संसार में नहीं जीते; हर कोई अपने ही संसार में जीता है। उतने ही संसार है जितने कि मन है। जब हम कहते हैं कि यह संसार माया है तो उनका अर्थ होता है कि वास्तविकता और मन का जोड़ है माया। वास्तविकता, जो कि है, हम जानते नहीं हैं। वास्तविकता और मन का जोड़ भ्रम, माया। जब कोई समग्र रूप से जाग जाता है, वह बुद्ध हो जाता है। तब वह जानता है मन से मुक्त हो गया वास्तविकता को। तब यह होता है सत्य, ब्रह्म, परम।

प्रस्तुति : सुभाष बुड़ावन वाला

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

डेंड्रफ से पाना चाहते हैं छुटकारा ?

डेंड्रफ आज हर युवा की समस्या है. इससे ने केवल बाल झड़ने लगते हैं बल्कि यह स्किन इंफेक्शन को भी जन्म देती है. सर्दियों में डेंड्रफ सबसे आम समस्या है. इससे स्किन ड्राई हो जाती है, जिस कारण डेंड्रफ होने लगती है. इसके अलावा धुल-मिट्टी और पौष्टिक आहार न लेने के कारण भी डेंड्रफ होने लगता है. आज हम आपको ऐसे कारगर घरेलु उपाय बताएंगे, जिनके इस्तेमाल से आप डेंड्रफ से निजात पा सकते हैं-

डेंड्रफ से छुटकारा पाने के लिए चुकंदर के पत्तों को पानी में उबालकर, उस पानी से सिर धोएं, डेंड्रफ की समस्या दूर होने लगेगी.

मेथी के कुछ दाने पूरी रात पानी में भिगोकर रखें. सुबह उन दानों को पीसकर पेस्ट बना लें. इसे बालों की जड़ों में लगाएं. आधे घंटे बाद सिर धो लें. सिरका और पानी बराबर मात्रा में मिलाकर सिर पर लगाएं. इससे आपके बालों से रूसी गायब होने के साथ-साथ बाल शाइन भी करने लगेंगे.

बालों में अगर रूसी हो गई है तो 3 या 4 नींबू के छिलके उतारकर उन्हें 4 या 5 कप पानी में 15 से 20 मिनट उबाल लें. जब ठंडा हो जाए तो इससे बाल धो लें. मेथी दानों को रात में भिगोकर सुबह उसे पीसकर लेप बनाएं और सिर की त्वचा में लगाएं, कुछ समय बाद धो दें.

बेर के पत्तों का काढ़ा बनाकर बाल धोने से रूसी मिटती है. आप चाहे तों बेर के पत्तों को पीसकर पानी में डालें और पीस लें. उससे जो झाग उत्पन्न हो, उसे सिर में लगाने से बालों का झड़ना रुकता है.

रीठे के पानी से सिर धोने से डेंड्रफ से छुटकारा मिल जाता है. दही को तीन दिन तक रखा रहने दें. इससे करीब आधा घंटा बालों की मालिश करें. इससे डेंड्रफ की समस्या दूर होती है.

एक नींबू के रस में तीन चम्मच शकर, दो चम्मच पानी मिलाकर, घोलकर बालों की जड़ों में लगाकर एक घंटे बाद अच्छे से सिर धोने से रूसी दूर हो जाती है और बाल गिरना बंद हो जाते हैं.

अगर बालों में रूसी है, तो प्याज का रस 5 मिनट तक बालों में लगा कर धो लें. रूसी की समस्या बरसात और ठंड के मौसम में अधिक होती है, इसलिए इस मौसम में बालों की साफ- सफाई का पूरा ध्यान रखें.

नीबू और आंवला के रस को मिलाकर बालों की जड़ों पर लगाएं. पूरी रात रखने के बाद इसे धो दें. रूसी बिल्कुल खत्म हो जाएगी. (आरएनएस)

वीकेंड पर भी कसरत करें तो मिलता है भरपूर लाभ

केवल सप्ताहांत पर व्यायाम करने वालों को इस अपराधबोध से मुक्त हो जाना चाहिए कि वह अपनी व्यस्त दिनचर्या के कारण नियमित व्यायाम नहीं कर पाते क्योंकि एक शोध बताता है कि उन्हें भी रोज व्यायाम करने वालों जितना ही स्वास्थ्य लाभ मिलता है। मधुमेह और कैंसर जैसे पुराने रोगों और समय से पहले मौत से बचने में भी व्यायाम फायदेमंद होता है।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ हर हफ्ते 150 मिनट के हल्के फुल्के व्यायाम या फिर 75 मिनट की कड़ी कसरत की सलाह देते हैं। चूंकि हर किसी के लिए हर रोज व्यायाम करना संभव नहीं हो पाता इसलिए शोधकर्ताओं ने यह जानने की कोशिश की कि हफ्ते में एक या दो दिन व्यायाम करने वालों को रोज कसरत करने वालों जितना ही लाभ मिलता है या नहीं। जामा इंटरनल मेडिसिन में प्रकाशित इस नए शोध में पता चला है कि व्यक्ति कितनी बार कसरत करता है इसका उसकी आयु पर कोई असर हो, ऐसा जरूरी नहीं है। इंग्लैंड और स्कॉटलैंड में 63,000 से ज्यादा संख्या में लोगों को इस सर्वे में शामिल किया गया था।

हफ्ते में केवल एक या दो बार व्यायाम करने वाले लोगों की समयपूर्व मौत की आशंका निष्क्रिय लोगों की तुलना में 30-34 फीसदी तक घट जाती है। जबकि पूरे हफ्ते व्यायाम करने वालों की समयपूर्व मौत की आंशका 35 फीसदी तक घटती है। एक अनुसंधानकर्ता ओ डोनोवान कहते हैं, 'शोध में जो मुख्य बात पता चली है वह यह है कि व्यायाम कितनी बार किया गया है यह महत्वपूर्ण नहीं है और नियमित व्यायाम करने का कोई खास फायदा भी नहीं मिलता।'

शब्द सामर्थ्य -022

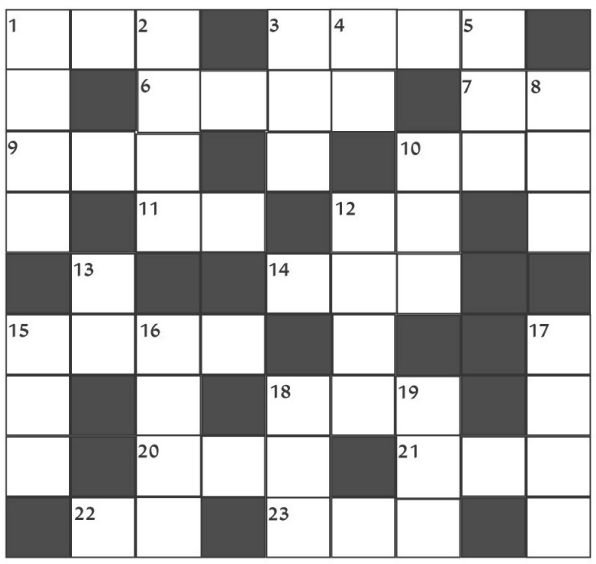
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 21 का हल

ज	ल	3	आ	वा	जा	ही	6	4
मा		खू	ब	8	दू	र	स्थ	
ना	दा	न		सा	ग	10	ल	क्ष्य
12	न	ख		त	र	ल		
12	वी	रा	न		15	च	ट	क
17	र	ब	18	आ	ज	क	ल	
	17	21	आ	ग	19	दा	ना	
23	अ	ग	र	म	ग	र	23	क्रो
भा	भी		ती	न	26		व	ध

चिरंजीवी ने जन्मदिन पर किया अपनी नई फिल्म मेगा 157 का ऐलान

दक्षिण भारतीय सिनेमा के जाने-माने अभिनेता चिरंजीवी ने अपने 68वां जन्मदिन के खास अवसर पर प्रशंसकों खुशखबरी दी। दरअसल, यूवी क्रिएशन्स ने चिरंजीवी की अगली फिल्म मेगा 157 की घोषणा कर दी है। इसका निर्देशन वशिष्ठ द्वारा किया जाएगा, जिन्होंने बिंबिसार के साथ अपने निर्देशन की शुरुआत की थी।इसके साथ निर्माताओं ने मेगा 157 का पहला पोस्टर जारी कर दिया है, जो काफी दिलचस्प लग रहा है।

यूवी क्रिएशन्स ने ट्विटर पर मेगा 157 का पहला पोस्टर साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, इस बार यह ब्रह्मांड से परे है। पांचों तत्व मेगास्टार के लिए एकसाथ इकट्ठा होंगे।इसके बाद उन्होंने अभिनेता को जन्मदिन की बधाई भी दी है। मेगा 157 यूवी क्रिएशन के बैनर तले और वी वामसी कृष्णा रेड्डी, प्रमोद उप्पलपति और विक्रम रेड्डी द्वारा बड़े पैमाने पर बनाई जाएगी। मेगा 157 चिरंजीवी के करियर की सबसे महंगी फिल्म होने वाली है।

जारी किया गया पोस्टर मंद रोशनी वाली गुफा की पृष्ठभूमि में एक रहस्यमय बिच्छू के साथ आगे की एक मनोरम यात्रा का संकेत देता है।

टैगलाइन में लिखा है, ब्रह्मांड सुंदर चीज़ों के घटित होने की साजिश रचता है। एक व्यक्ति हमें ब्रह्मांड को प्राप्त करने के लिए प्रेरित करता है। अब यूवी क्रिएशंस द्वारा जारी मुख्य पोस्टर में पांच तत्वों का अभिसरण पौराणिक एलिमेंटल फोर्स को जन्म देता है, जिसे मेगास्टार के नाम से जाना जाता है।

बिम्बिसार के निर्देशक मल्लीडी वासिस्ता द्वारा निर्देशित मेगा157 में एमएम कीरावनी की संगीत प्रतिभा को प्रदर्शित किया जाएगा। (आरएनएस)

जूही चावला की फ्राइडे नाइट 1 सितंबर को नेटफ्लिक्स पर रिलीज होगी

बॉलीवुड अभिनेत्री जूही चावला इन दिनों अपनी आने वाली फिल्म फ्राइडे नाइट प्लान को लेकर सुर्खियों में हैं।इसमें दिवंगत अभिनेता इरफान खान के बेटे और अभिनेता बाबिल खान भी मुख्य भूमिका में नजर आएंगे। अब निर्माताओं ने फ्राइडे नाइट प्लान का ट्रेलर जारी कर दिया है, जिसे सोशल मीडिया पर अच्छी प्रतिक्रियाएं मिल रही हैं। फिल्म फ्राइडे नाइट प्लान ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर रिलीज होगी। इसका प्रीमियर 1 सितंबर को किया जाएगा।

नेटफ्लिक्स इंडिया ने अपने आधिकारिक ट्विटर पर फ्राइडे नाइट प्लान का ट्रेलर साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, स्कूल की छुट्टी है, मां की भी छुट्टी है और दोनों भाई की भी। क्या यह उनकी अब तक की सबसे अच्छी शुक्रवार रात्रि योजना होगी?फ्राइडे नाइट प्लान में निनाद कामत और अमृत जयन भी अभिनय करते दिखाई देंगे।इसका निर्देशन फरहान अख्तर द्वारा किया जाएगा।बता दें, जूही को पिछली बार शर्माजी नमकीन में देखा गया था।

फ्राइडे नाइट प्लान में अपने किरदार पर बात करते हुए बाबिल खान ने एक इंटरव्यू में कहा था, मेरा किरदार असफलता से डरता है, और यही कारण है कि वह हमेशा खुद को सुरक्षित रखता है, और जीवन की बहुत अधिक योजना बनाता है। उसकी असफलता का कारण यह है कि उसने अपने पिता को खो दिया है, और यही एकमात्र कारण है जिस चीज से मैं जुड़ सकता हूं। फिल्म का प्रीमियर 1 सितंबर को ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर होगा। (आरएनएस)

गदर 2 की ताबड़तोड़ कमाई जारी

सनी देओल की फिल्म गदर 2 धमाल मचा रही है। फिल्म आए दिन कमाई के रिकॉर्ड तोड़ रही है। गदर 2 बॉक्स ऑफिस पर शानदार कमाई कर रही है। सनी देओल का हथौड़ा चल गया है और गदर 2 बॉक्स ऑफिस पर गर्दा उड़ा रही है। गदर 2 अब 400 करोड़ के क्लब में शामिल हो गई है। फिल्म ने 12 दिन में ही 400 करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया है।सनी देओल और अमीषा पटेल एक बार फिर फैंस का दिल जीतने में कामयाब हो गए हैं। आइए आपको बताते हैं कि बारहवे दिन गदर 2 ने कितना कलेक्शन किया है।

गदर 2 के कलेक्शन की बात करें तो पहले दिन से ही ये फिल्म शानदार कमाई कर रही है। ओपनिंग डे पर गदर 2 ने 40।10 करोड़ का कलेक्शन किया था। जिसके बाद से फिल्म रोजाना अच्छा कलेक्शन कर रही है। गदर 2 पहले वीकेंड तक 200 करोड़ के क्लब में शामिल हो गई थी।

गदर 2 ने बॉक्स ऑफिस पर धमाकेदार कलेक्शन किया है। सैकनिल्क की रिपोर्ट के मुताबिक फिल्म ने बारहवे दिन 12।10 करोड़ का कलेक्शन किया है। जिसके बाद टोटल कलेक्शन 400।70 करोड़ हो गया है। फिल्म ने ग्यारहवे दिन 13।50 करोड़ का कलेक्शन किया था। जिसके बाद गदर 2 की कमाई 400 करोड़ से बस कुछ दूर ही थी। गदर 2 की बात करें तो ये अनिल शर्मा के डायरेक्शन में फिल्म है। साल 2001 में आई फिल्म का सीक्वल है गदर 2। जिसे लोगों का ढेर सारा प्यार मिल रहा है। फिल्म में सनी देओल, अमीषा पटेल के साथ उत्कर्ष शर्मा और मनीष वाधवा लीड रोल में नजर आए हैं। गदर में जहां अमरीश पुरी ने विलेन का किरदार निभाया था वहीं गदर 2 में मनीष वाधवा इस किरदार में नजर आए हैं। विलेन बने मनीष वाधवा की एक्टिंग की हर कोई तारीफ कर रहा है।

आज 400 करोड़ के क्लब में एंट्री करने के बाद फैंस उम्मीद कर रहे हैं फिल्म को 500 करोड़ के क्लब में शामिल होने में ज्यादा समय नहीं लगने वाला है।

सनी देओल और अमीषा पटेल की फिल्म गदर 2 के 400 करोड़ रुपये के बॉक्स ऑफिस कलेक्शन के सफर पर नजर डालें तो दो दिन में 50 करोड़ रुपये, तीन दिन में 100 करोड़ रुपये, चार दिन में 150 करोड़ रुपये, पांच दिन में 200 करोड़ रुपये, छह दिन में 250 करोड़ रुपये, आठ दिन में 300 करोड़ रुपये रुपये, 10 दिन में 350 करोड़ रुपये और 12 दिन में 400 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है।

सनी देओल की 'गदर 2' और अक्षय कुमार की 'ओएमजी' 2 दोनों ही साल 2023 के मोस्ट अवेटेज सिक्वल थे। ये दोनों फिल्में एक साथ सिनेमाघरों में 11 अगस्त को रिलीज हुई थीं। तब से इनका क्लैश लगातार ध्यान खींच रहा है। दरअसल दोनों फिल्में बॉक्स ऑफिस पर अच्छी कमाई कर रही हैं। धमाकेदार ओपनिंग वीकेंड के बाद 'गदर 2' और 'ओएमजी' 2 ने दूसरे हफ्ते में भी बॉक्स ऑफिस पर शानदार स्कोर हासिल किया, खासतौर पर सनी देओल स्टारर फिल्म ने तो दूसरे वीक में 350 करोड़ से ज्यादा की कमाई करके इतिहास रच दिया। वहीं अक्षय की फिल्म ने भी 100 करोड़ से ज्यादा का कलेक्शन कर लिया है। चलिए जानते हैं 'गदर 2' और 'ओएमजी 2' का सेकंड मंडे टेस्ट का रिजल्ट कैसा रहा है?

सनी देओल की 'गदर 2' बॉक्स ऑफिस पर राज कर रही है। फिल्म को दर्शकों का भरपूर प्यार मिल रहा है और इसी के साथ ये जमकर कमाई भी कर रही है। अपनी शुरुआती 10 दिनों में 375।10 करोड़ की कमाई कर इसने साल 2023 की ब्लॉकबस्टर फिल्म 'पठान' को भी पीछे छोड़ दिया है। वहीं अब फिल्म की रिलीज के 11वें दिन यानी दूसरे सोमवार की कमाई के शुरुआत आंकड़े भी आ गए हैं। सनी देओल की फिल्म 'गदर 2' अब 400 करोड़ का टारगेट पार कर चुकी है अक्षय कुमार की 'ओएमजी 2' के पास भी अभी कमाई का मौका है। वहीं इस शुक्रवार को सिनेमाघरों में आयुष्मान खुराना की 'ड्रीम गर्ल 2' रिलीज हुई। ऐसे में देखने वाली बात होगी की बॉक्स ऑफिस पर पहले से गर्दा उड़ा रही 'गदर 2' और 'ओएमजी 2' के बीच 'ड्रीम गर्ल 2' कितना दर्शकों के दिलों को छू पाती हैं।

ऋतिक रोशन ने शेयर की अपनी शर्टलेस तस्वीर, फिटनेस देख दंग रह गए सितारे

एक्टर ऋतिक रोशन बॉलीवुड के सबसे फिट एक्टर्स में से एक हैं और उन्होंने हमेशा अपनी फिटनेस बरकरार रखी है। बीते दिनों एक्टर अपनी कथित गर्लफ्रेंड सबा आज़ाद के साथ यूरोप में छुट्टियां मना रहे थे। साथ ही अब अपने वेकेश से लौटने के बाद एक्टर ने अपनी वेकेशन से पहले और बाद की तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर की हैं। इन फोटोज में ऋतिक शर्टलेस अंदाज में दिखाई दे रहे हैं, जिसे देख उनके फैंस के होश उड गए।

आपको बता दें कि, ऋतिक और सबा हाल ही में अपनी छोटे वेकशन के बाद मुंबई लौटे हैं। अपने फैंस को इंस्पायर करने के लिए, ऋतिक ने दो तस्वीरें पोस्ट कीं, एक अपने जिम से छुट्टी से पहले की और दूसरी उनके वेकेशन की, जहां वह एक स्विमिंग पूल से बाहर निकल रहे हैं। ये तस्वीरें पोस्ट करते हुए एक्टर ने कैप्शन में लिखा, छुट्टियां खत्म। पेश है पहले और बाद की तस्वीरें। जिम में मिलते हैं।

जैसे ही ये तस्वीरें इंटरनेट पर आउट हुआ लोगों ने ऋतिक के लिए पोस्ट पर कमेंट करना शुरू कर दिया। सबा ने कमेंट किया, बाद में. कृपया ज्यादा पनीर खायें। ऋतिक की पोस्ट पर सबसे मजेदार कमेंट एक्टर सुमीत व्यास की थी, जिन्होंने लिखा, एक सेकंड। तस्वीर 2 आकार से बाहर है? मैं छोड़ता हूं। पठान के निर्देशक सिद्धार्थ आनंद, जिन्होंने वॉर में ऋतिक को निर्देशित किया है और उन्हें फाइटर में फिर से निर्देशित कर रहे हैं, ने लिखा, वाह! हमें उस बॉडी के साथ एक फिल्म बनानी चाहिए। अनिल कपूर ने भी ऋतिक की तस्वीरों पर अविश्वसनीय कमेंट किया।

एक्टर अगली बार फिल्म फाइटर में दिखाई देंगे, जिसमें उनके साथ दीपिका पादुकोण और अनिल कपूर नजर आएंगे । ऋतिक को आखिरी बार बड़े पर्दे पर 2022 में फिल्म विक्रम वेधा के साथ देखा गया था, जो इसी नाम की तमिल फिल्म का हिंदी रिमेक था। (आरएनएस)

यादों की बूंदों से झांकते सवाल

पंकज शर्मा

तब सब अपने आप होता था। बिना किसी के कहे हम तिरंगा लहराते थे। बिना किसी के थोपे हम अपने फ़र्ज़ निभाते थे। सोचता हूं, आज हमारे स्वाभाविक-भावों के लिए भी आयोजन-प्रबंधन तकनीकों के इतने उत्प्रेरक क्यों इस्तेमाल किए जाते हैं क्या हम वैसे नहीं रहे या, क्या हमारे प्रेरणा-व्यक्तित्व वैसे नहीं रहे जन-मन की नैसर्गिक तरंगों को बाज़ारू-आवरणों की ज़रूरत क्यों पड़ने लगी है

मैं बचपन में अपने दादा-दादी और नाना-नानी के घर बहुत रहा। दादा-दादी के गांव में तब 50-60 कच्चे मकान हुआ करते थे और नाना-नानी के छोटे-से कस्बे की आबादी डेढ़-दो हज़ार हुआ करती होगी। मेरी मां बताती थीं कि जिस शाम महात्मा गांधी की हत्या हुई, पड़ोस में ही रहने वाली उन की एक सहेली की शादी थी। बैलगाड़ियों से बाराती दो दिन पहले ही आ गए थे। तब बारातें लड़की वालों के यहां तीन से पांच दिन तक ठहरा करती थीं। चूंकि सर्दियों के दिन थे, घुड़चढ़ी वाली शाम अंधेरा जल्दी हो गया था। उत्तरप्रदेश के अपने ननिहाल में जब मैं रहा करता था, तब भी हर शाम पूरे कस्बे में खंभों पर बने दीप-बक्सों में मिट्टी के तेल की चिमनी जला कर रखने के लिए सरकारी लोग आया करते थे तो आज़ादी मिलने के चार-पांच महीने के भीतर हालात क्या रहे होंगे, अंदाज़ लगा लीजिए।

शाम का झुटपुटा होते ही बारात चल पड़ी थी। रास्ते में थी कि गांधी जी को गोली मार देने की ख़बर आ गई। मां बताती थीं कि दूल्हा, बिना किसी के कहे, घोड़ी से नीचे उतर गया और पैदल विवाह-मंडप में पहुंचा। बैंड वालों ने, बिना किसी के कहे, संगीत बजाना बंद कर दिया। साथ चल रहे रोशनी के चार-छह हंडे वालों ने, बिना किसी के कहे, उन्हें बुझा दिया। आसपास के घरों में जल रही टिमटिमाती रोशनियों और दीप स्तंभों के चिमनियों की मद्धम लौ के बीच बारात ख़ामोशी से लड़की के घर पहुंची। बड़ी-बूढ़ियों ने, बिना किसी के कहे, बेहद धीमे सुरों में सोहर के गीत गाने की रस्म अदा की। पंडित जी ने, बिना किसी के कहे, दबी आवाज़ में श्लोक पढ़े और अग्नि के समक्ष सात फेरे कराए। बारातियों ने, बिना किसी के कहे, कह दिया कि भोजन में बनी मिठाई और दही-बूरा उन्हें न परोसा जाए। शुभ-कार्य में कच्चा खाना नहीं बनता है, सो, नहीं बना था, इसलिए एकाध पूड़ी-कचौड़ी खा कर बाराती जनवासे में लौट गए। पांच दिनों के लिए आई बारात, एक दिन पहले ही, अगले दिन दुल्हन की धूमधामविहीन विदाई करा कर लौट गई। उस दिन गांधी जी का अंतिम संस्कार था।

इस प्रतीक-प्रसंग की, बिना किसी फ़रमान के, अखिल भारतीय व्यापकता का अहसास हम आज भी कर सकते हैं। इस के 16 साल बाद, 1964 में मई महीने के आख़िरी बुधवार के अपराह्न मैं ने रेडियो पर समाचार सुनते अपने पिता का चेहरा एकदम फक्क होते देखा। वे फफक कर रोने लगे। मेरी मां से जैसे-तैसे बोले कि नेहरू जी नहीं रहे। मैं बहुत छोटा था, लेकिन इतना जानता था कि जवाहरलाल नेहरू प्रधानमंत्री थे। यह भी कि वे चाचा नेहरू थे। चाचा नहीं रहे, यानी पिता के भाई नहीं रहे। मुझे अपने पिता के आंसुओं और नेहरू के निधन में तब बस यही नाता समझ में आया।

मेरे पिता मध्यप्रदेश के दूरवर्ती आदिवासी इलाके के एक छोटे-से ब्लॉक में पदस्थ थे। कवेलू की छत वाले एक अधपक्के घर में हम रहा करते थे। उस शाम मां ने, बिना किसी के कहे, चूल्हा नहीं जलाया। हम बच्चों को सुबह के बचे खाने में से थोड़ा-थोड़ा खिला कर सुला दिया। अगले दिन पिता दिन भर नम आंखें पोंछते रेडियो पर नेहरू जी के अंतिम संस्कार का आंखों देखा हाल सुनते रहे। घर में चूल्हा उस दिन भी नहीं जला। नेहरू की अंतिम विदाई के बाद पास के आदिवासी छात्रावास के बच्चे अपने बनाए भोजन में से आग्रहपूर्वक कुछ हमारे यहां दे गए। उन्होंने भी, बिना किसी के कहे, डेढ़ दिन बाद चूल्हा जलाया था।

तक़रीबन ऐसे ही दृश्य की छुअन मेरी टुकुर-टुकुर आंखों ने 19 महीने बाद लालबहादुर शास्त्री के निधन पर महसूस की। मैं न बहुत छोटा था, न बड़ा, सो, तब समझ ही नहीं पाता था कि इस आदिवासी गांव के लोग, जो कभी दिल्ली तो क्या, अपने ज़िला मुख्यालय तक नहीं गए, जिन्होंने कभी नेहरू-शास्त्री को देखा तक नहीं, वे उन के निधन पर क्यों कर इतने शोकाकुल हैं, जैसे कोई नज़दीकी परिजन चला गया हो बहुत बाद में समझ आया कि वे कैसे निस्पृह नैतिक-नातों का वक़्त था। मेरे माता-पिता धर्म-परायण थे। मां तो इतनी कि उन का सारा जीवन तीज-त्यौहारों, एकादशियों, सीतलामाता, शिवरात्रि, जन्माष्टमी, होली, दीवाली के व्रत करते ही बीता। माता-पिता सोमवार का व्रत भी करते थे। लेकिन यह एकमात्र ऐसा व्रत था, जिस के पीछे कोई धार्मिक कारण नहीं था। 1965 के भारत-पाक युद्ध के समय अन्न-संकट से निपटने के लिए शास्त्री जी ने देशवासियों से सप्ताह में एक दिन का व्रत रखने का आग्रह किया था। मेरे माता-पिता ने सोमवार को व्रत रखना शुरू कर दिया। युद्ध समाप्त हो गया। भारत अन्न उत्पादन में आत्मनिर्भर हो गया। हरित क्रांति हो गई। श्वेत क्रांति हो गई। उदारीकरण के बाद भारत बदल गया। मगर मां और पिता का सोमवार-व्रत, बिना किसी के कहे, ताज़िंदगी जारी रहा। उन का चूल्हा शास्त्री जी के निधन के दिन भी नहीं जला।

31 अक्टूबर 1984 को इंदिरा गांधी की हत्या वाले दिन मैं दिल्ली में था। तब तक मैं नवभारत टाइम्स में आ गया था। माता-पिता से दूर। नवभारत टाइम्स ने पश्चिमी उत्तरप्रदेश का अलग संस्करण शुरू करने के लिए मेरठ में उस का क्षेत्रीय कार्यालय बनाया था। मैं पहला प्रभारी था। दिल्ली से मेरठ जा रहे मेरे कार्यालयीन वाहन का ड्राइवर एक नौजवान सिख था। मोदीनगर में हमारी गाड़ी को उग्र भीड़ ने रोक लिया। वे ड्राइवर को खांचे कर बाहर निकालने लगे। मैं ने भीड़ को समझाने की कोशिश की। जैसे-तैसे गाड़ी भगाई। रात को माता-पिता को फ़ोन किया तो मालूम हुआ कि, बिना किसी के कहे, घर में चूल्हा आज भी नहीं जला है। अगले कई दिन ड्राइवर को अपने घर में छिपा कर रखा। 3 नवंबर को इंदिरा जी का अंतिम संस्कार होने के अगले दिन उसे दिल्ली छोड़ने गया।

इस के पौने सात साल बाद जब राजीव गांधी ही हत्या हुई तो उस यात्रा में मैं जाते-जाते रह गया था। चुनावी दौरा कवर करते हुए एक दिन पहले ही उन के साथ दिल्ली लौटा था। अगले दिन राजीव जी दक्षिण भारत चले गए। उन का हैलीकॉप्टर कैप्टन विजय त्रेहन उड़ाते थे। उन से मैं ने कहा कि अगली यात्रा में फिर साथ चलूंगा। लेकिन राजीव जी की यात्रा पर तो पूर्ण विराम लग चुका था। मेरे पिता चार बरस पहले गुज़र चुके थे। वह 1991 के मई महीने का चौथा बुधवार था, जब मैं ने मां को फ़ोन किया। पिछली रात राजीव जी की हत्या हुई थी। मां की आवाज़ भारी थी। उन्होंने न कभी नेहरू जी को देखा था, न शास्त्री जी को, न इंदिरा जी को, न राजीव जी को। उन के लिए इतना ही काफी था कि वे हमारे देश के प्रधानमंत्री हैं। मैं ने पूछा, खाना खा लिया बोलीं, नहीं आज शुक्ल पक्ष की नवमी है। व्रत है। मैं जानता था कि व्रत नहीं है। मैं जानता था, व्रत क्यों है

तब सब अपने आप होता था। बिना किसी के कहे हम तिरंगा लहराते थे। बिना किसी के थोपे हम अपने फ़र्ज़ निभाते थे। सोचता हूं, आज हमारे स्वाभाविक-भावों के लिए भी आयोजन-प्रबंधन तकनीकों के इतने उत्प्रेरक क्यों इस्तेमाल किए जाते हैं क्या हम वैसे नहीं रहे या, क्या हमारे प्रेरणा-व्यक्तित्व वैसे नहीं रहे जन-मन की नैसर्गिक तरंगों को बाज़ारू-आवरणों की ज़रूरत क्यों पड़ने लगी है मनोभाव हाशिए पर कैसे चले गए सब-कुछ मंचीय-प्रयोजन में तब्दील कैसे हो गया मेरी यादों की बूंदों से झांकते सवालों का जवाब मिले तो मुझे भी बताइएगा।

सू- दोकू क्र.022

	7				1		3	
1		9				5		
			3				1	
		5						3
3					2		5	
				3				2
	4						7	
7		8		1		6		
	6		7		9			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. 21 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

कांग्रेस का विभाजित नेतृत्व

हरिशंकर व्यास

चुनाव वाले राज्यों में कांग्रेस की सबसे बड़ी समस्या विभाजित नेतृत्व की है। कर्नाटक में भी कांग्रेस का नेतृत्व विभाजित था। पूर्व मुख्यमंत्री सिद्धरमैया और प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष डीके शिवकुमार दोनों मुख्यमंत्री पद के दावेदार थे। दोनों अलग अलग जातीय समूहों का प्रतिनिधित्व करते हैं और दोनों की जातियों का दबाव भी था। लेकिन दोनों को यह बात समझ में आई हुई थी कि चुनाव जीतना है तो एक साथ मिल कर लड़ना होगा। वैसी समझदारी इस समय कम से कम दो राज्यों राजस्थान और छत्तीसगढ़ में नहीं दिख रही है। इन दोनों राज्यों में कांग्रेस की सरकार है और मंजे हुए नेता मुख्यमंत्री हैं इसके बावजूद पार्टी के अंदर तालमेल नहीं है। मध्य प्रदेश में जरूर कमलनाथ और दिग्विजय सिंह के बीच तालमेल दिख रहा है और दोनों ने चुनाव जीतने को प्राथमिकता बनाया है। परंतु यह बात राजस्थान और छत्तीसगढ़ में नहीं दिख रही है।

राजस्थान और छत्तीसगढ़ में दोनों मुख्यमंत्रियों की यह प्राथमिकता जरूर है कि चुनाव जीतना है। इसके लिए दोनों बड़ी मेहनत भी कर रहे हैं। लेकिन ऐसा नहीं लग रहा है कि पार्टी के दूसरे नेता और यहां तक कि प्रभारी भी ऐसे मोड में हैं कि हर हाल में चुनाव जीतना है। राजस्थान में हाल के समय तक मुख्यमंत्री गहलोत और पूर्व उप मुख्यमंत्री सचिन पायलट के बीच खींचतान चल रही थी। अब पार्टी आलाकमान की पहल पर झगड़ा तो बंद हुआ है लेकिन दूरी मिट गई है, यह नहीं कहा जा सकता है। टिकट बंटवारे और प्रचार में दोनों का विवाद उभर कर सामने आए तो हैरानी नहीं होगी। प्रदेश नेतृत्व में टकराव के सवाल पर कांग्रेस के नेता भाजपा की मिसाल देते हैं और कहते हैं कि भाजपा में भी टकराव है और प्रदेश में कई खेमे बन गए हैं। वसुंधरा राजे को किनारे किया जा रहा है और उनके विरोधियों को तरजीह दी जा रही है।

लेकिन कांग्रेस और भाजपा का फर्क यह है कि भाजपा का चुनाव खुद नरेंद्र मोदी संभालेंगे। सो, प्रदेश के नेता का विवाद ज्यादा नहीं चलेगा। बहरहाल, कांग्रेस नेतृत्व ने पंजाब के सुखजिंदर रंधावा को प्रभारी बनाया है। प्रदेश कांग्रेस के नेता चाहे गहलोत हों या सचिन पायलट या सीपी जोशी सब बड़े नेता हैं। उनके बीच अगर कोई मुद्दा है तो वह रंधावा नहीं सुलझा सकते हैं। इतना ही नहीं रंधावा चुनाव रणनीति बनाने, कमजोर सीटों की पहचान करने, सर्वे कराने, फीडबैक लेने या टिकटों का फैसला कराने में भी कितने प्रभावी होंगे यह नहीं कहा जा सकता है।

यही हाल छत्तीसगढ़ का है। जब सरकार के ढाई साल पूरे हुए थे तो टीएस सिंहदेव ने दावा किया कि पार्टी आलाकमान ने उनको ढाई साल के लिए सत्ता देने का वादा किया था। इसे लेकर भूपेश बघेल और सिंहदेव में कई महीने तक जोर आजमाइश हुई। उस समय तो सिंहदेव पीछे हट गए लेकिन अब पार्टी ने उनको उप मुख्यमंत्री बनाया है। वे अभी तो दावा कर रहे हैं कि भूपेश बघेल के नेतृत्व में पार्टी चुनाव लड़ेगी लेकिन कुछ समय पहले ही खबर आई थी कि वे भाजपा और आम आदमी पार्टी दोनों के संपर्क में थे। हालांकि अब वे पाला नहीं बदल रहे हैं लेकिन चुनाव में उनमें और भूपेश बघेल में वैसा तालमेल शायद ही बनेगा, जैसा कर्नाटक में सिद्धरमैया और शिवकुमार के बीच था। वहां भी लंबे समय तक प्रभारी रहे पीएल पुनिया को हटा कर कुमारी शैलजा को प्रभारी बनाया गया है लेकिन उनका ज्यादा ध्यान हरियाणा की राजनीति पर रहता है। प्रदेश की राजनीति एक तरह से भूपेश बघेल के हवाले है।

पिछले दिनों जिस तरह से प्रदेश अध्यक्ष को बदला गया उससे बघेल की ताकत दिखी। मोहन मरकाम ने कुमारी शैलजा से पूछे बगैर प्रदेश में पदाधिकारी नियुक्त किए थे। बाद में मरकाम की लिस्ट खारिज की गई और उनको अध्यक्ष पद से हटाया गया। लेकिन हटाने के साथ ही बघेल ने उनको मंत्रिमंडल में शामिल किया। उनकी जगह बनाने के लिए टीएस सिंहदेव के एक करीबी मंत्री को हटाया गया। सो, छत्तीसगढ़ में भूपेश बघेल, टीएस सिंहदेव और कुमारी शैलजा तीनों में टकराव साफ दिख रहा है।

सीएम धामी ने बीजेपी राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा का देवभूमि उत्तराखंड आगमन पर किया स्वागत

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रविवार को जॉलीग्रांट एयरपोर्ट, देहरादून में भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष जे.पी नड्डा का देवभूमि उत्तराखंड आगमन पर स्वागत किया।

पत्नी पर पति की हत्या का केस दर्ज

देहरादून (सं)। युवक की मौत पर पत्नी पर हत्या का मुकदमा दर्ज किया गया। पुलिस ने जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार रामनगर जिंद हरियाणा निवासी सरोज ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका बेटा अजय पुत्र सुरेश नें सोनिया नाम की लडकी से जो भागीरथी अपाटमेंट हरिपुरकलाँ में रहती है से दो महीने पहले विवाह किया था। सोनिया की यह दूसरी शादी थी। उसका पहला पति मर गया था। सोनिया ने उसके लडके अजय से जबरदस्ती शादी की थी तथा रोज उसके लडके से लडाई झगडा करती थी और जान से मारने की धमकी देती थी, 24 अगस्त को उसके लडके अजय की हरिपुरकलां में हत्या हुई है। उसका पूरा शक है कि उसके लडके अजय की हत्या सोनिया ने की तथा उसके लडके अजय की मौत की खबर सोनिया ने उसको नही दी। पुलिस ने उसको खबर दी। पुलिस ने हत्या का मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चरस तस्करी में दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। चरस तस्करी में लिप्त दो लोगों को पुलिस ने 880 ग्राम चरस सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम थाना नरेन्द्रनगर पुलिस व एसओजी को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशा सामग्री की सप्लाई हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस व एसओजी टीम द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान संयुक्त टीम को जाजल में बुलोरो वाहन सवार दो संदिग्ध लोग आते हुए दिखायी दिये। टीम द्वारा जब उन्हे रोकना चाहा तो वह भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान पुलिस टीम ने उनके पास से 880 ग्राम चरस बरामद की। पूछताछ में उन्होने अपना नाम सुनिल कुमार पुत्र बल्लू लाल निवासी ग्राम सोरा तहसील मनेरी उत्तरकाशी व मुकेश कुमार पुत्र भारत लाल निवासी ग्राम सिला तहसील भटवाडी उत्तरकाशी बताया। पुलिस ने उनके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश कर दिया है। बरामद चरस की कीमत 88 हजार रूपये बतायी जा रही है।

राष्ट्रीय खेल दिवस पर हुआ बास्केटबाल प्रतियोगिता का आयोजन

कार्यालय संवाददाता

टिहरी। राष्ट्रीय खेल दिवस के उपलक्ष्य में जिला खेल विभाग टिहरी गढ़वाल द्वारा रविवार को बास्केटबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। ओंमकारानंद स्कूल में आयोजित जनपद की जूनियर वर्ग बालक एवं बालिका एवं सीनियर वर्ग बालक एवं बालिकाओं वर्ग की बास्केटबाल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। बास्केटबाल प्रतियोगिता का उदघाटन जिला बास्केटबाल एसोसिएशन के अध्यक्ष सतीश सेमवाल द्वारा किया गया।

जिला क्रीड़ा अधिकारी संजीव कुमार पौरी ने जानकारी देते हुए बताया कि प्रथम मैच ओंमकारानंद स्कूल एवं टाइटन क्लब के मध्य खेला गया, जिसमें ओमकारानंद स्कूल ने टाइटन क्लब को 15-14 से पराजित कर अगले चक्र में प्रवेश किया। दूसरा मैच हिमालयन ऐकेडेमी एवं ऐलीट हाउस के मध्य खेला गया, जिसमें हिमालयन ऐकेडेमी ने ऐलीट हाउस को 14-10 से हराकर अगले चक्र में प्रवेश किया। सीनियर बालिका वर्ग में ओमकारानंद क्लब एवं टाइटन क्लब के मध्य खेला गया, जिसमें ओमकारानंद स्कूल ने टाइटन क्लब को 7-2 से हराकर अगले चक्र में प्रवेश किया। दूसरा मैच ऐलीट हाउस एवं हिमालयन ऐकेडेमी के मध्य खेला गया, जिसमें ऐलीट हाउस ने हिमालयन ऐकेडेमी को 11-7 से हराकर अगले चक्र में प्रवेश किया तथा शेष मैच सोमवार को खेले जायेंगे।

इस अवसर पर सचिव बास्केटबाल वहीद अहमद के साथ ही रमेश सकलानी, दिवाकर मैठाणी, दिनेश पैन्यूली आदि गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

जिला क्रीड़ा अधिकारी ने बताया कि कबड्डी प्रतियोगिता का प्रथम मैच सनसाइज स्कूल घनसाली एवं कान्वेन्ट स्कूल घनसाली के बीच खेला गया, जिसमें सनराइज स्कूल प्रथम स्थान पर विजई रहा। सेमीफाइनल मैच पुगेटीधार एवं चमियाला के बीच खेला गया, द्वितीय सेमीफाइनल मैच सरस्वती सैण इण्टर कॉलेज एवं रा.इ.का. घुमेटीधार के बीच

खेला गया। फाइनल मुकाबला चमियाला एवं घुमेटीधार के बीच खेला गया, इस रोमांचक मुकाबले में चमियाला विजय रहा तथा घुमेटीधार उप विजेता रहा।

प्रतियोगिता का उदघाटन प्रभारी खण्ड शिक्षा अधिकारी कमलेश्वर प्रसाद पैन्यूली, प्रधानाध्यापक रा.उ.मा.वि. गोना एवं प्रधानाचार्य रा.इ.का. घुमेटीबार श्रीमती हेमलता चौहान के द्वारा संयुक्त रूप से किया गया।

इस अवसर पर ब्लॉक समन्वयक उपेन्द्र मैठाणी, सह समन्वयक जसपालसिंह मियाँ, सूर्यपालसिंह चौहान, कलेश्वर नौटियाल, जयवीरसिहं रौथाण, गोपेश्वर अंथवाल, संजय गुसाई आदि व्यायाम शिक्षक उपस्थित रहे। प्रतियोगिता में विजेता एवं उपविजेता टीमों को पुरूस्कार से सम्मानित किया गया।

वहीं दिनांक 25 एवं 26 अगस्त, 2023 को अन्डर-19 बालक एवं पुरूष ओपन वर्ग में जिला स्तरीय बैडमिण्टन प्रतियोगिता आयोजित की गयी। बहुउददेशीय क्रीड़ा भवन नरेन्द्रनगर टिहरी गढ़वाल में आयोजित बैडमिण्टन प्रतियोगिता का उदघाटन उप जिलाधिकारी नरेन्द्रनगर देवेन्द्र सिंह नेगी द्वारा किया गया।

बैडमिन्टन प्रतियोगिता (अन्डर-19 बालक) युगल वर्ग में प्रथम मैच दक्ष एण्ड सौरभ जोड़ी एवं मयंक एण्ड अमित की जोड़ी के बीच खेला गया, जिसमें मयंक एण्ड अमित की जोड़ी ने दक्ष एण्ड सौरभ की जोडी ने 21-12, 21-13 से हराकर फाइनल में प्रवेश किया। दूसरा मैच प्रदीप एण्ड रोहित की जोड़ी एवं दिव्यांश एण्ड अमित की जोड़ी के मध्य खेला गया, जिसमें प्रदीप एण्ड रोहित की जोड़ी ने 21-18, 21-12 से हराकर फाइनल में प्रवेश किया। फाइनल मुकाबला दक्ष एण्ड सौरभ की जोड़ी एवं दिव्यांश एण्ड अमित की जोड़ी के बीच खेला गया जिसमें दक्ष एण्ड सौरभ की जोड़ी ने दिव्यांश एण्ड अमित की जोड़ी ने 21-15, 21-17 से हराकर फाइनल का खिताब अपने नाम किया।

बैडमिन्टन प्रतियोगिता (पुरूष ओपन) युगल वर्ग में प्रथम मैच अभिषेक वर्मा एण्ड श्री देवेन्द्र सिंह नेगी की जोड़ी एवं सौरभ कैन्तुरा एण्ड दक्ष के मध्य खेला गया, जिसमें अभिषेक वर्मा एण्ड देवेन्द्र सिंह नेगी की जोड़ी ने सौरभ कैन्तुरा एण्ड दक्ष रावत को 21-15, 21-12 से हराकर फाइनल में प्रवेश किया। दूसरा मैच उदीयन उनियाल एण्ड हतीश एवं अमित एण्ड आयुष ने तीन सेटों में 21-15, 21-18, 21-10 हराकर फाइनल में प्रवेश किया। फाइनल मुकाबला अभिषेक एण्ड देवेन्द्र सिंह नेगी एवं उदीयन एण्ड हतीश के मध्य खेला गया, जिसमें अभिषेक एण्ड देवेन्द्र सिंह नेगी ने उदीयन एण्ड हतीश को हराकर विजेता बना।

जेपी नड्डा ने पौधरोपण कर दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जे.पी नड्डा के साथ रविवार को ऋषिकुल आयुर्वेद कॉलेज परिसर, हरिद्वार में 'मेरी माटी मेरा देश' कार्यक्रम के अंतर्गत पौध रोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। इस अवसर पर उन्होंने देश की आजादी एवं देश की रक्षा के लिए अपना सर्वस्व न्यौछावर करने वाले बलिदानियों का स्मरण किया। भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा एवं मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पं. मदन मोहन मालवीय की प्रतिमा पर पुष्पांजलि अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इस दौरान कैबिनेट मंत्री सतपाल महाराज, सांसद डॉ. रमेश पोखरियाल निशंक, भाजपा प्रदेश प्रभारी दुष्यंत कुमार गौतम, सांसद रेखा वर्मा, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, प्रदेश महामंत्री संगठन अजेय कुमार, विधायक मदन कौशिक एवं अन्य लोग मौजूद रहे।

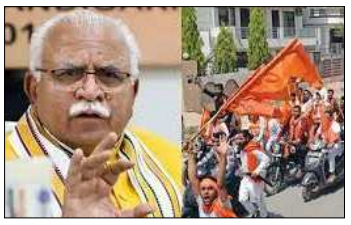
सीएम धामी व नड्डा ने पीएम की मन की बात को सुना

देहरादून (कासं)। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रविवार को भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष जे.पी नड्डा के साथ ऋषिकुल आयुर्वेद कॉलेज, हरिद्वार में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मन की बात के 104 वें संस्करण को सुना। इस दौरान कैबिनेट मंत्री सतपाल महाराज, सांसद डॉ. रमेश पोखरियाल निशंक, भाजपा प्रदेश प्रभारी दुष्यंत कुमार गौतम, सांसद रेखा वर्मा, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, प्रदेश महामंत्री संगठन अजेय कुमार, विधायक मदन कौशिक एवं अन्य जनप्रतिनिधि उपस्थित थे।

एक नजर

नूंह में विहिप को यात्रा की नहीं मिली अनुमति

नूंह। नूंह में हिंसा की संभावना के चलते पुलिस अलर्ट हो गई है। आज आसपास के बॉर्डर सील कर दिए गए हैं। यहां 28 अगस्त को होने वाली विहिप और बजरंग दल की प्रस्तावित जलाभिषेक यात्रा से पहले जिला प्रशासन पूरी तरह से अलर्ट है। प्रशासन पहले हुई यात्रा के दौरान पूरे जिले में हुई हिंसा को देखते हुए यात्रा की अनुमति नहीं दे रहा है। इंटरनेट सेवा शनिवार दोपहर से बंद कर दी गई है। वहीं, जिले में एहतियात के तौर पर धारा 144 लागू कर दी गई है। जिला की सभी सीमाओं को सील कर दिया गया है। यहां शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए 57 स्पेशल डयूटी मजिस्ट्रट नियुक्त किए गए हैं। हालांकि कल सुबह 11 बजे अधिकारियों की बैठक होगी जिसमें फरीदबाद के मंडलायुक्त के अलावा 31



जुलाई से ही नूंह में कैंप कर रही एडीजीपी ममता सिंह नोडल ऑफिसर अजीत बालाजी जोशी उपायुक्त धीरेंद्र खड़गटा, पुलिस अधीक्षक नरेंद बिजारणियां सहित कई अधिकारी शामिल होंगे। जिले की सीमाओं पर पुलिस के अलावा आरएएफ, आइटीपीपी और अन्य अर्धसैनिक बलों को जवान तैनात किए जा रहे हैं। शाम को पूरे जिले में फ्लैग मार्च निकालने की तैयारी है। इसके अलावा स्कूल-कॉलेज तथा अन्य शिक्षण संस्थाए 28 अगस्त को बंद रहेंगी। वही बैंकों को बंद रखने का निर्णय भी लिया गया है। जिसके लिए उपायुक्त ने जिला शिक्षा अधिकारी से लेकर बैंक अधिकारियों को निर्देश भी दे दिए हैं।

रजनीकांत की जेलर ने इंडिया में की 300 करोड़ से ऊपर कमाई

मुंबई। फिल्म जेलर इन दिनों धूम मचा रही है। फिल्म ने 300 करोड़ से ऊपर कमा लिए हैं और अभी यह क्रम जारी है। रजनीकांत, मोहनलाल, तमन्ना भाटिया, जैकी श्रॉफ, राम्या कृष्णन स्टारर फिल्म जेलर ने बॉक्स ऑफिस पर जोरदार ध माका किया है। एक ओर जहां तीसरे ही दिन फिल्म 100 करोड़ क्लब में शामिल हो गई थी। तो वहीं अब 17वें दिन तक तो फिल्म ने बवाल ही काट दिया है। फिल्म भले ही हिंदी बेल्ट के दर्शकों के बीच तगड़ी कमाई नहीं कर पाई है लेकिन तमिल

और तेलुगू सिनेमालवर्स इसे पसंद कर रहे हैं। जेलर ने 16 दिनों में 302.20 करोड़ रुपये का कलेक्शन कर लिया था। वहीं 17वें दिन भी फिल्म की कमाई ठीक है। जानकारी के मुताबिक फिल्म ने 17वें दिन 5.50 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है। याद दिला दें कि फिल्म ने पहले दिन 48.35 करोड़ रुपये की ओपनिंग की थी। इसके बाद पहले हफ्ते में कुल 235.85 करोड़ रुपये और दूसरे हफ्ते में 62.95 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया। इसके साथ ही फिल्म की कुल कमाई करीब 307.70 करोड़ रुपये हो गई है। एक ओर जहां फिल्म इंडिया में अच्छा कलेक्शन कर रही है तो दूसरी ओर फिल्म ने वर्ल्डवाइड भी बढ़िया कमाई की है। फिल्म का कुल कलेक्शन करीब 600 करोड़ रुपये होने वाला है। ट्रेड एनालिस्ट मनोबाला विजयबालन ने बताया है कि फिल्म का कलेक्शन 597 करोड़ रुपये हो गया है।

छात्र ने ब्लैकबोर्ड पर लिखा जय श्रीराम तो टीचर ने कर दी बेरहमी से पिटाई

जम्मू । जम्मू के कठुआ में एक छात्र ने ब्लेक बोर्ड पर जय श्रीराम लिख दिया तो शिक्षक द्वारा उसकी इतनी पिटाई कर दी कि उसे अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा। गौरतलब है कि मुजफ्फरनगर के निजी स्कूल में एक बच्चे की पिटाई का मामला अभी शांत नहीं हुआ था कि जम्मू-कश्मीर के कठुआ जिले के एक सरकारी अपर सेकेंडरी स्कूल से नया मामला सामने आ गया। दरअसल कठुआ जिले के बनी इलाके में एक प्रिंसिपल और एक शिक्षक पर 10वीं कक्षा के एक छात्र को ब्लैक बोर्ड पर 'जय श्री राम' लिखने के लिए शारीरिक दंड देने के आरोप में मामला दर्ज किया गया है। मिली जानकारी के अनुसार पुलिस ने बताया कि टना शुक्रवार

की है और एफआईआर दर्ज कर ली गई है। छात्र को इस तरह पीटा गया कि उसे अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा। हालांकि पुलिस ने आरोपी स्कूल शिक्षक को गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस के मुताबिक प्रिंसिपल पर भी किशोर छात्र के साथ मारपीट करने का आरोप है और वह फरार है। आरोपियों की पहचान स्कूल के प्रिंसिपल मोहम्मद हाफिज और लेक्चरर फारूक अहमद के रूप में हुई है। दोनों पर आईपीसी की धारा 323 (जानबूझकर चोट पहुंचाना), 342 (गलत तरीके से कैद करना), 504 (जानबूझकर अपमान करना) और 506 (आपराधिक धमकी), और किशोर न्याय (बच्चों की देखभाल और संरक्षण) अधिनियम की धारा 75 (बच्चे के प्रति क्रूरता) के तहत मामला दर्ज किया गया है।

फुटपाथ पर भोजन बेचने वाले स्ट्रीट वेंडर्स को प्रमाण पत्र वितरित किए

संवाददाता

हरिद्वार। फुटपाथ के रेडी पटरी के माध्यम से खाद्य वस्तु बेचने वाले (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों द्वारा आम जनता को शुद्ध व स्वादिष्ट भोजन मिल सके इन्हीं सब उद्देश्यों की पूर्ति के लिए नेशनल एसोसिएशन ऑफ स्ट्रीट वेंडर्स ऑफ इंडिया (नासवी) की ट्रेनिंग प्रोग्राम प्रभारी सिया मिश्रा, राज्य खाद्य औषधि एवं प्रशासन द्वारा प्रशिक्षण के उपरांत फुटपाथ पर खाद्य सामग्री बेचने वाले रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों को. प्रमाण पत्र भी वितरित किए गए। रानीपुर मोड़ स्थित एलजी होटल के सभागार में रेडी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स. प्रशिक्षण कार्यक्रम में लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा द्वारा खाद्य सुरक्षा विभाग के अधि कारियों से मांग की गई खाद्य सुरक्षा विभाग द्वारा खाने की वस्तु बेचने वाले रेडी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स को प्रशिक्षण के दौरान ही खाद्य सामग्री बेचने के लाइसेंस व परिचय पत्र के साथ अपना स्वरोजगार करने के उचित स्थान भी वेंडिंग जोन के रूप में मूलभूत सुविध ाओं के साथ उपलब्ध कराए जाएं।

स्थानीय खाद्य सुरक्षा अधिकारी कपिल देव ने कहा विभाग द्वारा रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों को शुद्ध व स्वादिष्ट भोजन आम जनता को उपलब्ध कराने के लिए नियमों में मानकों के बारे में प्रशिक्षण सर्वे के दौरान जागरूक किया जा रहा है।

नासवी की और से फुटपाथ पर भोजन बेचने वाले रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों के प्रशिक्षण कार्यक्रम की प्रभारी सिया मिश्रा ने कहा प्रथम चरण के प्रशिक्षण कार्यक्रम के दौरान संगठन की और से भोजन बनाते व आम जनता को उपलब्ध कराते हुए शुद्धता को लेकर साफ सफाई का प्रयोग स्ट्रीट वेंडर्स करें. इसके लिए संगठन की और से पोशाक व जरूरी संसाधन रेडी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स को उपलब्ध कराकर खाद्य सुरक्षा विभाग की और से प्रमाण पत्र भी उपलब्ध कराए जा रहे हैं।

इस अवसर पर लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा फुटपाथ पर भोजन बनाकर बेचने वाले (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों का सर्वे परीक्षण किए जाने से खाद्य सुरक्षा अधिनियम की जानकारी रेडी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स को मिलेगी. और आम जनता अच्छा भोजन कर के बीमारी से दूर रहे यह नासवी का एक अच्छा प्रयास है। उन्होंने कहा प्रशिक्षण के इस कार्यक्रम में नगर निगम के स्वास्थ्य अधिकारी को भी सम्मलित किया जाना चाहिए और अलग से सार्वजनिक स्थल पार्किंग रेलवे स्टेशन, हर की पौड़ी, रोड़ी बेलवाला, पंतदीप, कनखल, दक्ष मंदिर इत्यादि क्षेत्रों में भोजन बाजार बनाकर वेंडिंग जोन बनाए जाने से केंद्र और राज्य सरकार के संरक्षण में चलाई जा रही स्ट्रीट वेंडर्स योजना का लाभ स्थानीय कारोबारियों को मिल सकेगा।

इस अवसर पर रेडी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स के प्रशिक्षण के दौरान सम्मलित हुए अधिकारियों में रुड़की खाद्य सुरक्षा विभाग अधिकारी योगेंद्र पांडे, एचआरसी खाद्य सुरक्षा विभाग आशीष कुमार सहित स्ट्रीट वेंडर्स के संगठन की और से मनोज कुमार, तस्लीम अहमद, सुनील कुकरेती, फूल सिंह, पवन कश्यप, हेमंत शर्मा, लालचंद गुप्ता, विजय कुमार, भोला यादव, अनूप सिंह, जय भगवान, रणवीर सिंह, श्रीमती नम्रता सरकार, सुनीता चौहान आदि बड़ी तादाद में स्ट्रीट वेंडर्स (लघु व्यापारी) सम्मलित हुए।

उत्तरकाशी के मुख्य बाजार की दुकानों में लगी भीषण आग, लाखों का सामान स्वाह

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। उत्तरकाशी के मुख्य बाजार की दुकानों में कल देर रात भीषण आग लगने से अफरा तफरी फैल गयी। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस व फायर सर्विस के जवानों ने किसी तरह आग पर काबू पाया। लेकिन तब तक कुछ दुकानों में लाखों का सामान जलकर स्वाह हो गया था। उत्तरकाशी के मुख्य बाजार में आग लगने की यह घटना कल देर रात तब हुई जब बाजार बंद हो चुका था। सूचना मिलते ही पुलिस व फायर सर्विस की टीम तुरन्त मौके पर पहुंची। जिन्होने कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया। आग को काबू करने में कुछ स्थानीय लोगों द्वारा भी सहयोग किया गया। पुलिस व फायर के त्वरित कार्यवाही से आग आसख्रपास की दुकानों में फैलने से बच गयी। इस भीषण आग से व्यापारी मानवेन्द्र सिंह मटुड़ा व हितेंद्र सिंह मटुडा के दुकान में लाखों रूपये के मोबाइल्स व अन्य सामान जलकर नष्ट हो गया है। हालांकि इस अग्नि से किसी प्रकार की जनहानि नहीं हुयी। आग लगने के कारणों का पता लगाया जा रहा, संभवत: आग शार्ट सर्किट से लगना बताया जा रहा है।

नड्डा व मुख्यमंत्री ने पं. मदनमोहन मालवीय की प्रतिमा पर पुष्पांजलि अर्पित कर उन्हें दी श्रद्धांजलि

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जे.पी नड्डा के साथ रविवार को ऋषिकुल आयुर्वेद कॉलेज परिसर, हरिद्वार में "मेरी माटी मेरा देश" कार्यक्रम के अंतर्गत अंतर्गत पौधरोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया।

इस अवसर पर उन्होंने देश की आजादी एवं देश की रक्षा के लिए अपना सर्वस्व न्यौछावर करने वाले बलिदानियों का स्मरण किया। भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री जेपी नड्डा एवं मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने पं. श्री मदनमोहन मालवीय जी की प्रतिमा पर पुष्पांजलि अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इस दौरान कैबिनेट मंत्री सतपाल महाराज, सांसद डॉ. रमेश पोखरियाल निशंक, भाजपा प्रदेश प्रभारी दुष्यंत कुमार गौतम, सांसद रेखा वर्मा, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, प्रदेश महामंत्री संगठन अजेय कुमार, विधायक मदन कौशिक एवं अन्य लोग मौजूद रहे।

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।