शुक्रवार
20 अक्टूबर 2023

पृष्ठ 4

पेट की गर्मी से हैं परेशान? राहत के लिए इन चीजों का करें सेवन

पृष्ठ 5

रवि तेजा की फिल्म टाइगर नागेश्वर राव का गाना इच्छेसकुलताले रिलीज

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 250
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

जैसे रात्रि के बाद भोर का आना या दुख के बाद सुख का आना जीवन चक्र का हिस्सा है वैसे ही प्राचीनता से नवीनता का सफर भी निश्चित है। –भावना कुँअर

दूनवैलीमेल

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

नाबार्ड को भेजे 907 करोड़ के प्रस्ताव: मुख्य सचिव

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव डॉ. एसएस संधु ने कहा कि स्वीकृत प्रस्तावों के सापेक्ष विभागों द्वारा डिस्बर्शमेंट की प्रगति संतोषजनक नहीं है। सभी विभागों को इसमें तेजी लाने की आवश्यकता है।

मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु ने सचिवालय में विभिन्न विभागों द्वारा नाबार्ड से ऋण के लक्ष्यों के सम्बन्ध में समीक्षा की। मुख्य सचिव ने कहा कि स्वीकृत प्रस्तावों के सापेक्ष विभागों द्वारा डिस्बर्शमेंट की प्रगति संतोषजनक नहीं है। सभी विभागों को इसमें तेजी लाने की आवश्यकता है। मुख्य सचिव ने नाबार्ड को भी प्रस्तावों की स्वीकृति में तेजी लाने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने सभी विभागों के सचिवों एवं विभागाध्यक्षों को ऋण वितरण एवं अदायगियों में तेजी लाने के लिए साप्ताहिक समीक्षाएं किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि विभागों को वितरण और अदायगियों में आ रही समस्याओं का निवारण कर शीघ्र कार्यों को पूर्ण किया जाए। उन्होंने

विभागीय सचिवों को आरआईडीएफ के अंतर्गत प्रस्तावों को विभागीय कैलेंडर से जोड़ते हुए स्वीकृति से लेकर डिस्बर्शमेंट तक निर्धारित समयसीमा में पूर्ण कराया जाए। उन्होंने प्रोजेक्ट कम्प्लीशन रिपोर्ट्स भी शीघ्र जमा कराए जाने के भी निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने कहा कि अच्छे प्रस्ताव लगातार तैयार कर प्रस्ताव वित्त को भेजे जाने के साथ ही डीपीआर नाबार्ड को भी भेज दी जाए, ताकि समय पर नाबार्ड की भी संस्तुति मिल सके। उन्होंने प्रत्येक सप्ताह और पाक्षिक रूप से प्रस्तावों की लगातार मॉनिटरिंग किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने पीएम गति शक्ति उत्तराखण्ड पोर्टल पर भी लगातार अपडेट किए जाने के निर्देश दिए। बैठक में सचिव दिलीप जावलकर ने बताया कि नाबार्ड से लिए जाने वाले 1090 करोड़ के ऋण के लक्ष्य के सापेक्ष विभागों ने 907.93 करोड़ के प्रस्ताव नाबार्ड को भेज दिए हैं, नाबार्ड ने 501.20 करोड़ के प्रस्ताव को स्वीकृति दे दी है। उन्होंने बताया कि 900 करोड़ के डिस्बर्शमेंट के लक्ष्य के सापेक्ष अभी तक विभागों द्वारा मात्र 273.82 करोड़ का डिस्बर्शमेंट किया गया है।

युवती की मौत को प्राचार्य व कालेज प्रबंधन जिम्मेवार: छात्र

पुलिस ने किया कालेज प्रबन्धन पर मुकदमा दर्ज

परिवार को मुआवजा व एक सदस्य को नौकरी की मांग

विशेष संवाददाता

देहरादून। बीती रात डीएवी डिग्री कॉलेज की दीवार गिरने और उसके मालवे में दबकर हुई युवती की मौत के मामले को लेकर छात्रों में भारी आक्रोश है इस दुर्घटना के बाद से ही छात्र धरना प्रदर्शन कर रहे हैं उनकी मांग है की घटना के लिए जिम्मेवार लोगों के खिलाफ कार्रवाई हो तथा पीड़ित परिवार को उचित मुआवजा और परिवार के एक व्यक्ति को सरकारी नौकरी दी जाए। वहीं पुलिस ने परिजनों की तहरीर पर कालेज प्रबन्धन के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

दुर्घटना को लेकर छात्रों में इस बात को लेकर भारी आक्रोश है कि छात्रों द्वारा कॉलेज प्रबंधन व प्राचार्य को इसकी लिखित शिकायत करने के बाद भी समय रहते उचित कार्रवाई नहीं की गयी और एक होनहार युवती की जान चली गई। जबकि उसका भाई भी बाल बाल बचा उनका कहना है कि कॉलेज प्रबंधन और प्राचार्य जो इस दुखद घटना के जिम्मेदार है अब फोन बंद करके बैठ गए हैं और सामने नहीं आ रहे हैं। अगर उनका कोई दोष नहीं है तो सामने आए और बात करें।

छात्र कल से ही डीएवी कॉलेज और प्राचार्य डा. के आर जैन के सेवक आश्रम रोड स्थित आवास पर प्रदर्शन कर रहे हैं उनका कहना है कि कॉलेज की इस दीवार और इससे होने वाले हादसे की संभावनाओं को लेकर छात्रों ने कई बार कॉलेज प्रबंधन व प्राचार्य को ज्ञापन देकर सावधान किया था। छात्रों का कहना है कि कॉलेज की कमरे जर्जर हाल है और उनका प्लास्टर गिर रहा है तथा कई कमरों में अध्यापन कार्य भी नहीं हो पा रहा है लेकिन कॉलेज प्रशासन चुप्पी साधे हुए हैं। छात्रों की मांग है कि मृतका पहाड़ की बेटी सुष्मिता तोमर को इंसाफ मिलने तक उनका आंदोलन जारी रहेगा।

◀◀ शेष पृष्ठ 8 पर

अंगीठी जलाकर सोने से भाभी और नंद की मौत, मचा कोहराम

हमारे संवाददाता

नैनीताल। ठंड बढ़ने के चलते अंगीठी जलाकर सोना एक परिवार को भारी पड़ गया। जहां अंगीठी जलाकर सोने से भाभी व ननद की मौत हो गयी है।

मामला ओखलकांडा क्षेत्र का है। मिली जानकारी के अनुसार ओखलकांडा के डालकन्या पनखाल तोक निवासी शंकर राम आर्या के पुत्र गिरीश आर्या की 26 वर्षीय पत्नी बिश्नी देवी और शंकर राम आर्या की 14 वर्षीय बेटी ममता बुध वार रात 8 बजे करीब एक अलग कमरे में सोने चले गए थे, जहां ठंड से बचने के लिए उन्होंने कमरे में अंगीठी जला रखी थी। बिश्नी देवी की 1 साल की बेटी है वह उस दिन अपने दादा शंकर राम आर्या के पास सोयी थी, रात 10 बजे करीब बच्ची को भूख लगी तो वह रोने लगी और उसके दादा उसे दूध पिलाने अपनी बहू बिश्नी देवी के कमरे में गए। दरवाजा खटखटाने के बाद अंदर से कोई जबाब नहीं मिलने पर उन्होंने दरवाजा जैसे-तैसे खोला और जब अंदर जाकर देखा तो बंद कमरे में अंगीठी में आग जल रही थी और बहू बिश्नी देवी और बेटी ममता का धुंए से दम घुट चुका था। कमरे में खिड़की नहीं थी कमरा बंद होने के कारण धुंआ कमरे से बाहर नहीं जा पाया और दोनों की मौत हो गई। बहू और बेटी की मौत से परिजनों में कोहराम मचा हुआ है।

नैनसिंह रावत पर आधारित निबंध और चित्रकला प्रतियोगिता के परिणाम जारी

संवाददाता

मुनस्यारी। महान सर्वेयर पंडित नैन सिंह रावत पर आधारित निबंध व चित्रकला प्रतियोगिता के परिणाम जारी कर दिये गये।

आज यहां महान सर्वेयर पंडित नैन सिंह रावत पर आधारित निबंध एवं चित्रकला प्रतियोगिता के परिणाम घोषित किया जा रहा है। इसमें भाग लेने वाले सभी विद्यार्थियों ने उत्कृष्ट कार्य किया। जिसमें से प्रत्येक वर्ग में तीन विद्यार्थियों का चयन किया गया है। इन विद्यार्थियों को उनकी ओर से बधाई एवं शुभकामनाएं। कक्षा 6 से 8 जूनियर निबंध प्रतियोगिता में चेतन भंडारी कक्षा 7 राजकीय इंटर कॉलेज, कुलदीप बृथ्वाल कक्षा 7 विवेकानंद इंटर कॉलेज, कुमारी चित्रा आर्या कक्षा 8 राजकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय दरकोट, कक्षा 6 से 8 जूनियर चित्रकला प्रतियोगिता में कार्तिक बृजवाल कक्षा 8 राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय दुम्मर, अरुण भंडारी कक्षा 8 विवेकानंद विद्या मंदिर इंटर कॉलेज मुनस्यारी, गुंजन कक्षा 8 मुनस्यारी पब्लिक स्कूल, कक्षा 9 से 10 चित्रकला सीनियर फर्स्ट कुमारी भूमिका तोमक्याल कक्षा 9 विवेकानंद विद्या मंदिर इंटर कॉलेज मुनस्यारी, निशा आर्या कक्षा 9 राजकीय बालिका इंटर कॉलेज नमजला, कृतिका कक्षा 9, कक्षा 9 से 10 निबंध प्रतियोगिता सीनियर फर्स्ट में कुमारी तनीषा रावत कक्षा 10 राजकीय बालिका इंटर कॉलेज नमजला, कुमारी रोशनी कक्षा 10 राजकीय इंटर कॉलेज मुनस्यारी- खगेंद्र सिंह कक्षा 8 राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय रांथी, कक्षा 11 से 12 सीनियर वर्ग सेकंड 1- गुंजन दशौनी कक्षा 11 राजकीय इंटर कॉलेज मुनस्यारी कक्षा 11 से 12 चित्रकला प्रतियोगिता सीनियर सेकेंडरी में जतिन सिंह कुवंर कक्षा 11 राजकीय इंटर कॉलेज मुनस्यारी, निशा पंवार कक्षा 11 विवेकानंद विद्या मंदिर इंटर कॉलेज मुनस्यारी स्नातकोत्तर चित्रकला प्रतियोगिता में मयंक रावत बीए प्रथम सेमेस्टर, प्रकाश सिंह राना बीए सेकंड सेमेस्टर, सुनीता जैष्ठा बीए सेकंड सेमेस्टर स्नातकोत्तर निबंध प्रतियोगिता, तरुण देवली बीए पांचवा सेमेस्टर, हंसा कुमारी बीए सेकंड सेमेस्टर, प्रिया आर्या बीए फर्स्ट सेमेस्टर विजेता रहे।

दून वैली मेल

संपादकीय

मुफ्त की रेवड़ियों पर प्रतिबंध की जरूरत

यहां मुफ्त में किसी को कुछ नहीं मिलता है हर वस्तु की कीमत होती है जिसे प्राप्त करने के लिए हर व्यक्ति को उसकी कीमत चुकानी ही पड़ती है। हमारे देश की राजनीति में बीते कुछ सालों से मुफ्त की रेवड़िया बांटने की रवायत शुरू हुई है। वह अब धीरे-धीरे अपने चरम उत्कर्ष पर पहुंचने को बेताब है। जो देश की भावी भविष्य और लोकतंत्र के लिए एक खतरे की घंटी है लेकिन इस घंटी की आवाज न तो देश के नेताओं और राजनीतिक दलों को सुनाई दे रही है और न ही देश की आम अवाम को। मुफ्त की रेवडियो की इस राजनीति से दोनों ही खुश हैं और दोनों ही अपनी जय जयकार माने बैठे हैं। एक सवाल यह है कि जिस सत्ता को प्राप्त करने के लिए राजनीतिक दल व नेता रेवड़िया बांट रहे हैं उस सत्ता में आखिर ऐसा क्या है कि वह लाखों करोड़ों की खैरात बांट रहे हैं? दूसरा सवाल यह है कि यह खैरात बांटने के लिए उनके पास धन कहां से आ रहा है क्या नेता व राजनीतिक दल लाखों करोड़ का दांव लगाकर अरबो करोड़ कमाने और अपनी अवैध कमाई को सत्ता का संरक्षण बनाए रखने के लिए लगाते हैं इन नेताओं और राजनीतिक दलों के कोई उद्योग तो नहीं चल रहे हैं जिनकी कमाई वह खैरात में बांटकर जनकल्याण कर रहे हैं। यह देश की आम जनता की गाड़ी कमाई से की गई लूट का पैसा ही है जो देश के विकास कार्यों पर खर्च करने की बजाय खैरात में जनता को बांटकर उसका वोट और सत्ता हासिल करने के लिए किया जा रहा है। इस विषय में सबसे बड़ा सवाल यह है कि लोकतंत्र की मजबूती जो निष्पक्ष चुनाव के आधार पर निर्भर है यह मुफ्त की रेवड़ियों की राजनीति उसकी नींव को भी हिला रही है लेकिन न तो न्यायपालिका और न चुनाव आयोग में से कोई इस पर प्रतिबंध नहीं लगा पा रहा है। लंबे समय से इस पर चिंता तो तमाम जताई जा रही है लेकिन इसे रोकने के कोई प्रयास कहीं से भी नहीं होते दिख रहे हैं। सबसे पहले जिम्मेवारी चुनाव आयोग की है इसलिए ठीकरा उसी के सर फोड़ा जाना भी स्वाभाविक है। आजादी के बाद से लेकर चुनाव आयोग ने समय के साथ तमाम नियम कानून बदले हैं। पूर्व स्वर्गीय चुनाव आयुक्त टीएन शेषन का कार्यकाल इन सुधारो के लिए अभी भी याद किया जाता है। अभी भी लोग चुनाव प्रक्रिया में बदलाव की आस लिए चुनाव आयोग की ओर ही देख रहे हैं। कहा जाता है कि हर अति का अंत अनिवार्य है चुनावी रेवडियो को बांटने की रवायत की अब अति हो चुकी है। सभी दलों और नेताओं में मुफ्त की रेवड़ियां बांटने की जो होड़ लगी हुई है वह अतिवाद की रेखा लांगने के करीब जा चुकी है। मुफ्त में राशन, मुफ्त में रसोई गैस, मुफ्त में बिजली पानी और लैपटॉप, मोबाइल, साइकिल, मंगलसूत्र, स्कूटी सब कुछ तो मुफ्त मिल रहा है और तो और अब तो मुफ्त कैश भी डायरेक्ट बेनिफिट के नाम खातों में ट्रांसफर हो रहा है लड़कियों की शादियों के लिए लाखों रुपए मुफ्त मिल रहे हैं इन दिनों तो सोने तक को मुफ्त देने की बात हो रही है। खास बात यह है कि अब इस मुफ्त की रेवड़ियों की राजनीति में घोषणा पत्र गारंटी और वारंटी कार्ड के रूप लेते जा रहे हैं। मध्य प्रदेश में होने वाले चुनाव के लिए कांग्रेस ने वचन पत्र में 101 वचन दिए हैं, हो सकता है कोई दूसरा दल इन पांच राज्यों के चुनाव के दौरान अपना घोषणा पत्र न लाकर शपथ पत्र लेकर आए जिसमें 501 चुनावी शपथ लिखी हो। इन राजनीतिक दलों को अब अपने वित्तीय प्रबंधन से भी कोई सरोकार नहीं रह गया है मध्य प्रदेश की भाजपा सरकार 3 लाख करोड़ के कर्ज में डूबी हुई है लेकिन मुफ्त की रेवड़िया फिर भी बटंती जा रही है इन राजनीतिक दलों ने देश की जनता को गरीब बनाए रखने और सरकार की मेहरबानियां पर आश्रित बनाए रखने का और उसके दोहन का जो यह नायाब तरीका ढूंढा है वह न जनता के हित में है न राजनीतिक दलों के, न समाज के हित में है न राष्ट्र का इससे कुछ भला होना है। लोकतंत्र की जड़ों को खोखला कर रही इस रेवड़ियो की राजनीति को तत्काल प्रभाव से रोके जाने की व्यवस्था न की गई तो इसकी बड़ी कीमत चुकाने के लिए तैयार रहना चाहिए।

प्र स्वानासो रथा इवार्वन्तो न श्रवस्यव:।
सोमासो राये अक्रमु:
(ऋग्वेद ९-१०-१)

परमेश्वर साधकों के शरीर, मन और आत्मा के लिए उत्तम भोजन देने के लिए आतुर है। परमेश्वर का रथ उद्बोधन करता हुआ तुम्हारे जीवन को वास्तविक समृद्धि प्रदान करना चाहता हैं।

God is eager to provide the best food to the seekers for their body] mind] and soul- The resounding chariot of God wants to enlighten and provide real prosperity in your life- (Rig Ved 9&10&1)

तिब्बत के बारे में दुनिया को बताने वाले महान अन्वेषण थे नैन सिंह रावत

संवाददाता

मुनस्यारी। जान जोखिम में डालकर तिब्बत का सर्वे कर दुनिया को तिब्बत के बारे में जानने का अवसर देने वाले पण्डित नैन सिंह रावत की जयंती धूमधाम से उनकी मातृभूमि मुनस्यारी में मनायी जायेगी।

आज 19वीं शताब्दी के महान अन्वेषक पंडित नैन सिंह रावत कि जयंती है। अपनी जान को जोखिम में डालकर पंडित नैन सिंह रावत ने तिब्बत का सर्वे कर दुनिया को तिब्बत के बारे में जानने का अवसर दिया। पंडित नैन सिंह रावत के अन्वेषण तक तिब्बत के बारे में कोई भी बाहर वाला किसी भी प्रकार की जानकारी नहीं रखता था। 21 अक्टूबर 1830 को पैदा हुए पंडित रावत ने पूरी दुनिया में भारत का नाम रोशन किया। भारत सरकार ने पंडित के नाम पर डाक टिकट जारी कर उन्हें सम्मान दिया। पंडित में सिंह रावत के बारे में नई पीढ़ी को जानकारी देने के लिए इस इस वर्ष से मुनस्यारी में उनकी जयंती मनाई जा रही है। 19वीं शताब्दी में पैदा हुए महान अन्वेषकों में से पंडित नैन सिंह रावत का नाम एक है।

इनके अन्वेषण की ख्याति को देखते हुए इन्हें 'द पंडित' के नाम से संबोधित किया गया। परतंत्र भारतीय मूल के प्रथम व्यक्ति थे, जिन्हें भू-वैज्ञानिक कार्य के लिए रॉयल ज्योग्रेफिकल सोसाइटी द्वारा उन्हें प्रथम विक्टोरिया पदक से विभूषित भी किया गया। विकासखंड मुनस्यारी के ग्राम पंचायत बसंतकोट के भटकूड़ा गांव में 21 अक्टूबर 1830 को पंडित नैन सिंह रावत का जन्म हुआ। इनके पिताजी का नाम लाटा था।

पंडित नैन सिंह रावत के चचेरे भाई मान सिंह रावत ने भी इनके साथ अन्वेषण का कार्य किया। कुशाग्र बुद्धि के होने के कारण पंडित बंधुओ ने 1855 से 1856 में श्लाघ इट वाइट बांधुओं के साथ दुभाषिये और सर्वेक्षक के रूप में तुर्किस्तान की यात्रा की।

तिब्बती भाषा का ज्ञान तथा कार्य कुशलता से प्रभावित होकर जर्मन बंधु उन्हें अपने साथ यूरोप ले जाना चाहते थे, लेकिन पहाड़ से प्रेम तथा चचेरे भाई मान सिंह रावत के विरोध के कारण दोनों भाइयों को रावलपिंडी से वापस लौटना पड़ा। सन 1863 में इन्हें चचेरा भाई मान सिंह रावत के साथ देहरादून बुलाया गया। सुपरिटेंडेंट कर्नल जे.टी. वाकर तथा ग्रेट ट्रिगोनोमैट्रिकल सर्वे में एक अन्वेषण के रूप में नियुक्ति किया गया। भारतीय सीमा के बाहरी क्षेत्र में कार्य करने के लिए पंडित बंधुओ को टोपोग्रेफिकल आवजर्वेशन का प्रशिक्षण कार्य दिया गया।

तिब्बत की भौगोलिक स्थिति का ज्ञान बाहर वालों को नहीं था। यूरोपीय जगत को तिब्बत में प्रवेश प्रतिबंधित होने के कारण मार्च 1865 को दोनों पंडित बंधुओ को नेपाल होते हुए लहासा के सर्वेक्षण हेतु भेजा गया। पंडित के चचेरे भाई मान सिंह रावत को मध्य में ही अपनी यात्रा स्थगित कर स्वदेश लौटना पड़ा, लेकिन पंडित नैन सिंह रावत ने एक लद्दाखी की वेश में दावा नमग्यल के नाम से नौकर बनकर तिब्बत में प्रवेश करने पर सफल हो गया।

बुशहरी का वेश बनाकर लद्दाख के व्यापारी ल्होपच्याक के साथ 29 अक्टूबर 1865 को शिगात्से पहुंचे। केवल लद्दाखी और बुशहरी ही स्वतंत्र रूप से संपूर्ण तिब्बत में आवागमन कर सकते थे। शिगात्से में पंडित नैन सिंह रावत टासी लाम्बो गोम्पा के रिंपोचे पंचेम लामा के दर्शन करने गये।उन्हें यह आशंका थी कि यह पवित्र पुरुष उनके गुप्त रहस्य को जान लेगा। परंतु यह जानकर आश्चर्य हुए कि पवित्र पद पर मात्र 11 वर्षीय बालक पदासीन है, जो प्रत्येक दर्शनार्थियों को प्राय: केवल एक ही प्रकार के तीन प्रश्न पूछ रहा है। शिगात्से में दो माह तक सर्वेक्षण कार्य करने के पश्चात 25 दिसंबर को हुए एक औद्योगिक नगर ग्यानत्से पहुंचे।

10 जनवरी 1866 को पंडित नैन सिंह ने ल्हासा पहुंचकर दो कमरे का एक मकान किराए पर लिया। उसके बाद आवजर्वेशन का कार्य प्रारंभ किया। 100 दिन तक ल्हासा में रहकर वहां की भौगोलिक, सामाजिक तथा आर्थिक स्थिति का अध्ययन करने की पश्चात उसी लद्दाखी व्यापारी के साथ ल्हास लद्दाख मार्ग का सर्वेक्षण करते हुए त्रादाम पहुंचे।

मार्ग व्यय की कमी के कारण उन्हें अपनी घड़ी भी बेचनी पड़ी। 21 जून 1866 को ऊंटा धुरा पार कर पंडित नैन सिंह रावत मिलम गांव पहुंचे और यहां से देहरादून वापस चले गए। पंडित नैन सिंह रावत ने अपनी इस यात्रा द्वारा काठमांडू- ल्हास- मानसरोवर तक की 1200 मील लंबी दूरी का सर्वेक्षण तथा 21 स्थानों पर अक्षांश और 33 स्थान की समुद्र तल से ऊंचाई ज्ञात कर विश्व के लिए ऐतिहासिक कार्य किया।

साथ ही उन क्षेत्रों की रोचक तथा ज्ञानवर्धक वर्णन अपनी डायरी में अंकित किया। संपूर्ण तथ्यों का सारांश कर्नल मान्टोगोमरी द्वारा सोसाइटी के जनरल में 38 वें खंड में किया गया है। इनकी इस महान यात्रा से प्राप्त उपलब्धियां के उपलक्ष में 1868 में सोसाइटी ने उन्हें एक स्वर्ण घड़ी घड़ी प्रदान की।

पहली बार मातृभूमि में मनायी जा रही है जयंती: मर्तोलिया

मुनस्यारी। जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने बताया कि पण्डित नैन सिंह रावत की जयंती पहली बार उनकी मातृभूमि मुनस्यारी में मनायी जा रही है।

आज यहां जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने बताया कि पहली बार पंडित नैन सिंह रावत की मातृभूमि मुनस्यारी में उनकी जयंती मनाई जा रही है। उन्होंने पंडित नैन सिंह के जन्म स्थान भटकूड़ा गांव में एक स्मारक तथा संग्रहालय बनाए जाने की मांग की। उन्होंने कहा कि 21 अक्टूबर को उत्तराखंड में राजकीय दिवस घोषित करते हुए प्रत्येक सरकारी एवं गैर सरकारी संस्थानों में पंडित नैन सिंह रावत की जयंती मनाई जाने का आदेश जारी करने के लिए सरकार से बातचीत की जाएगी। उन्होंने कहा कि नई पीढ़ी पंडित नैन सिंह रावत के बारे में जानकारी रखे। इसके लिए प्रतिवर्ष उनकी जयंती पर कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा।

चिन्हीकरण की मांग को लेकर जिला मुख्यालय पर प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। चिन्हीकरण सहित अपनी विभिन्न मांगों को लेकर आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के बैनर तले आंदोलनकारियों ने जिला मुख्यालय पर प्रदर्शन कर सिटी मजिस्ट्रेट के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया।

आज यहां उत्तराखंड आन्दोलनकारी संयुक्त परिषद के तत्वाधान में जिलाधिकारी कार्यालय पर चिन्हीकरण की मांग को लेकर जोरदार प्रदर्शन कर सिटी मजिस्ट्रेट के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया। ज्ञापन में उन्होंने कहा कि राज्य आंदोलनकारीयो के चिन्हिकरण व पेंशन वृद्धि, पेंशन पट्टा के लिए विभिन्न संगठनों व राजनीतिक कार्यकर्ता उनके संज्ञान में लाना चाहते है। उनके द्वारा मुख्यमंत्री निवास घेराव व विधानसभा में धरना दिया जिलाधिकारी के माध्यम से काफी समय से मांग करते आ रहे हैं जबकि उनकी मांगों पर कोई भी सुनवाई गंभीरता पूर्वक नहीं की गई है। जिससे आंदोलनकारियों में व्यापक आक्रोश है। आंदोलनकारी मांग करते हैं कि आंदोलनकारीयो की मांगे तुरंत पूरी की जाए यह मांगे ना मानने पर आंदोलनकारी संगठन व सभी राजनीतिक दल एकात्मक रूप से आंदोलन को उग्र होंगे जिसकी जिम्मेदारी शासन प्रशासन की होगी। पूरे उत्तराखंड में चिन्हिकरण की प्रक्रिया जो कि रुकी हुई है उस पर कोई भी अधिकारी व कर्मचारी गंभीरता पूर्वक विचार नहीं कर रहा है व जिन सपनों को शहीदों ने व उत्तराखंड आंदोलनकारीयो ने सोचा था की एक संपन्न रोजगार युक्त प्रदेश होगा जबकि वर्तमान मे हर अधिकारी व कर्मचारी यहां पर बाहर के लोगों को वह अपने चेहतों को सरकारी व गैर सरकारी संस्थानों में अपने लोगों को बाहर से लाकर उनको रोजगार दिया जा रहा है जो की सोचनीय है व विचारणीय विषय है ऐसे अधिकारियों पर भी लगाम कसनी चाहिए। इस अवसर पर नवनीत गोसाई, विपुल नौटियाल, सुरेश कुमार व गणेश डंगवाल, मुन्नी खंडूरी, प्रभा नैथानी, नुरैशा, बिन्द्रा मिश्रा, संगीत रावत, पुष्प लता सिलवाना, मधु डबराल आदि थे।

हिंदू धर्म में नवरात्रि के नौ दिन बहुत खास माने जाते हैं। इन नौ दिनों में मां दुर्गा के नौ स्वरूपों की विशेष पूजा-पाठ की जाती है। वैसे तो नवरात्रि की हर एक तिथि का विशेष महत्व होता है, लेकिन अष्टमी तिथि सबसे खास मानी जाती है। नवरात्रि के आठवें दिन महाष्टमी या दुर्गा अष्टमी मनाई जाती है। यह दिन मां दुर्गा की आठवीं शक्ति मां महागौरी को समर्पित है। ऐसी मान्यता है कि देवी दुर्गा अष्टमी तिथि पर ही असुरों का संहार करने के लिए प्रकट हुई थीं। इसके अलावा इस दिन कन्या पूजन भी किया जाता है। ऐसे में चलिए जानते हैं दुर्गा अष्टमी की तिथि, महत्व और पूजा विधि...

शारदीय नवरात्रि 2023 अष्टमी कब ?

इस साल शारदीय नवरात्रि में दुर्गा अष्टमी 22 अक्तूबर 2023 को है, जिसकी शुरुआत 21 अक्तूबर की रात 09 बजकर 53 मिनट से होगा। वहीं इसका समापन 22 अक्तूबर को रात 07 बजकर 58 मिनट पर होगा।

दुर्गा अष्टमी मुहूर्त

सुबह का मुहूर्त - सुबह 07.51 से सुबह 10.41 तक

दोपहर का मुहूर्त - दोपहर 01.30 से दोपहर 02.55 तक

शाम का मुहूर्त - शाम 05.45 से रात 08.55 तक

संधि पूजा मुहूर्त - रात 07.35 से रात 08.22 तक

नवरात्रि की महाअष्टमी का महत्व

धार्मिक शास्त्रों के अनुसार नवरात्रि के आखिरी दो दिन खास माने जाते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि अष्टमी के दिन ही देवी दुर्गा ने चंड-मुंड का संहार किया था। नहीं नवमी को माता ने महिषासुर का वध कर समस्त संसार की रक्षा की थी। इसलिए ये दो दिन खास माने जाते हैं। कहा जाता है कि नवरात्रि में यदि आप नौ दिन तक पूजा और व्रत नहीं कर पाएं हो तो अष्टमी और नवमी के दिन व्रत रखकर माता रानी की पूजा कर सकते हैं। इन दो दिनों में पूजा करने से पूरे 9 दिन की पूजा का फल मिल जाता है।

दुर्गा अष्टमी 2023 पूजा विधि

अष्टमी तिथि पर देवी दुर्गा के साथ उनके आठवें स्वरूप मां महागौरी की पूजा का विधान है। इस दिन माता का आशीर्वाद पाने के लिए सबसे पहले लकड़ी की चौकी पर या मंदिर में महागौरी की मूर्ति या तस्वीर स्थापित करें। फिर चौकी पर सफेद वस्त्र बिछाकर उस पर महागौरी यंत्र रखें और यंत्र की स्थापना करें। इसके बाद पुष्प लेकर मां का ध्यान करें। अब मां की प्रतिमा के आगे दीपक चलाएं और उन्हें फल, फूल, नैवेद्य आदि अर्पित करें और देवी मां की आरती उतारें।

रोमांच के साथ-साथ शानदार व्यायाम है डांडिया, मिल सकते हैं ये स्वास्थ्य लाभ

नवरात्रि का 9 दिवसीय त्योहार पूरे देश में विविध परंपराओं के साथ मनाया जाता है और इनमें से एक गुजरात का लोकनृत्य डांडिया रास भी है।डांडिया में लकड़ी की 2 छडियों के साथ पुरुष और महिलाओं का समूह नृत्य करता है।डांडिया रास खेलना एक आनंददायक अनुभव है और यह न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी लाभदायक है।आइए जानते हैं कि डांडिया रास में शामिल होने से आपको क्या-क्या स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं।

हृदय स्वास्थ्य के लिए है बेहतर

डांडिया की जीवंत धुनों पर नृत्य करना एक प्रभावी हृदय व्यायाम के रूप में कार्य करता है, जो बेहतर रक्त परिसंचरण और कोशिकाओं तक सही तरीके से ऑक्सीजन पहुंचाने में मदद कर सकता है।

यह हृदय गति में सुधार करके अच्छे कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बढ़ावा देने में भी सहायक है। साथ ही डांडिया रास की मदद से रक्तचाप को नियंत्रित रखना भी आसान है।इसी कारण आगामी नवरात्रि के दौरान डांडिया रास का हिस्सा जरूर बनें।

कैलोरी जलाने में है कारगर

वर्तमान में अधिकतर लोग मोटापे से जूझ रहे हैं और वह वजन घटाने लिए कई व्यायाम का सहारा लेते हैं।

हालांकि, क्या आप जानते हैं कि वजन घटाने के लिए प्रतिदिन 500 कैलोरी जलाना आवश्यक है।डांडिया रास में भाग लेना भी कैलोरी जलाने का एक आकर्षक तरीका है, जो आपको त्योहारी सीजन के बीच स्वस्थ वजन बनाए रखने में मदद करता है।कैलोरी जलाने के लिए रोजाना ये 5 व्यायाम करें।

शरीर का लचीलापन बढ़ाने में है सहायक

अमूमन लोग शरीर का लचीलापन बढ़ाने के लिए न जाने कितनी तरह के व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल कर लेते हैं।

हालांकि, डांडिया शरीर की सभी मांसपेशियों को खींचने और लचीला बनाने का एक शानदार तरीका है, जिससे समय के साथ लचीलेपन में सुधार होता है।इस नृत्य का दोहराव और ऊर्जावान प्रकृति शरीर की सहनशक्ति बढ़ाने में भी सहायक है और इसे एक प्रभावी व्यायाम बनाते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य के लिए है अच्छा

शारीरिक लाभों के अलावा डांडिया सामाजिक संबंधों और समुदाय की भावना को बढ़ावा देता है। साथ ही मानसिक और भावनात्मक कल्याण को बेहतर बनाने में मदद करता है।

इसका कारण है कि यह व्यक्तियों को एक साथ आने और अपनी सांस्कृतिक विरासत का जश्न मनाने और एकता और खुशी की भावना में योगदान करने की अनुमति देता है।इस तरह से ये आपको तनावमुक्त रखकर मानसिक स्वास्थ्य को फायदा पहुंचाता है। (आरएनएस)

नवरात्रि पर खास रंगों के कपड़े पहन कर करें मां दुर्गा की आराधना

1.नवरात्रि रंग: नारंगी

2023 में खूबसूरत नवरात्रि रंगों की लिस्ट में नारंगी रंग सबसे पहले और बेहद खास है। नवरात्रि के खास रंगों (छंअतंजतप ब्वसवनते 2023) में नारंगी सबसे खास है। यह बेहद सुंदर रंग है। नारंगी रंग ऊष्मा, आग व ऊर्जा से संबंधित होता है। नारंगी रंग का कपड़ा पहनकर देवी शैलपुत्री की पूजा की जाती है। देवी शैलपुत्री की पूजा के लिए नवरात्रि पर आप अपने घर और पूजा घर या मंदिर को भी नारंगी फूलों से सजा सकती हैं।

2.नवरात्रि रंग-सफेद

सफेद रंग बेहद खूबसूरत रंग है। शांति का प्रतीक यह रंग हर किसी को पसंद आता है। देवी ब्रह्मचारिणी प्यार एवं वफादारी की प्रतीक हैं। देवी के दाहिने हाथ में एक माला है और बाएं हाथ में एक पानी रखा हुआ बर्तन है। आप इस दिन अपने घर को सजाने के लिए चमेली या सफेद कमल जैसे फूलों का इस्तेमाल कर सकती हैं। सफेद कपड़े पहने और दोस्तों तथा परिवार के लोगों से भी मिलें।

3.नवरात्रि रंग- लाल

लाल नवरात्रि के 9 रंगों ें सबसे शक्तिशाली रंग माना जाता है। लाल देवी काली का रंग है। यह शक्ति और प्रचंडता को दर्शाता है। इस देवी चंद्रघंटा की पूजा की दिन है। इस दिन आप लाल रंग के फूलों से घर को सजाने से लेकर लाल रंग के फलों को प्रसाद के रूप में चढ़ाने तक, लाल रंग का कई तरीके से इस्तेमाल कर सकती हैं। खूबसूरती में चार चांद लगाने के लिए लाल रंग के कॉस्मेटिक्स का इस्तेमाल करना न भूलें। लाल नवरात्रि के 9 रंगों में सबसे शक्तिशाली है

4-नवरात्रि रंग- रॉयल ब्लू

नवरात्रि के 9 रंगों में से सबसे पसंदीदा रंग रॉयल ब्लू है। इस रंग का इस्तेमाल देवी कुष्मांडा को प्रसन्न करने के लिए किया जाता है, जिन्हें उनके आठ हाथ होने की वजह से अष्टभुजा देवी के नाम से भी जाना जाता है।

ऐसा माना जाता है कि उन्होंने अपनी मुस्कान से दुनिया की रचना की है। ऐसा माना जाता है कि नवरात्रि के दौरान नीले रंग के कपड़े पहनने और इस देवी की पूजा करने से स्वास्थ्य, धन और शक्ति की प्राप्ति होती है। पहले दिन को रॉयल ब्लू रंग के साथ मनाएं, जो नवरात्रि के रंगों में से एक है

5.नवरात्रि रंग-पीला

हिंदू धर्म में, पीले रंग को शिक्षा और ज्ञान का रंग माना गया है, और यह नवरात्रि के रंगों (छंअतंजतप ब्वसवनते) में से एक है जिसे इस त्योहार के दौरान अपनाया जाता है। यह देवी स्कंदमाता का रंग है, जो भगवान कार्तिकेय (मुरुगा) की माता हैं। इस दिन हल्दी का भरपूर सेवन करें। खाना पकाने के लिए हल्दी का प्रयोग करें, इसे त्वचा पर लगाएं और पूजा करते समय भी इस्तेमाल करें।

6.नवरात्रि रंग-हरा

नवरात्रि के दौरान हरा रंग पहनना बेहद शुभ माना जाता है। यह नई शुरुआत और समृद्धि का प्रतीक है। हरा रंग माँ प्रकृति का रंग है और देवी कात्यायनी की पूजा भी इसी रंग को धारण करके की जाती है। आपको बता दें कि देवी कात्यायनी ने ही राक्षस महिषासुरन को हराया था। आप नवरात्रि के छठे दिन हरे रंग के कपड़े पहनकर देवी की पूजा कर सकती हैं, उनका आशीर्वाद जरुर प्राप्त होगा।

7.नवरात्रि रंग- भूरा

अब तक बताये गए सभी रंग चमकीले और जीवंत रंग थे। लेकिन नवरात्रि में भूरे रंग का कपड़ा भी पहन सकती हैं। यह एक शांत और सुरुचिपूर्ण रंग है। इसके अलावा, देवी कालरात्रि की पूजा के लिए भूरे रंग का इस्तेमाल किया जाता है। वह देवी पार्वती का सातवां रूप हैं और ऐसा माना जाता है कि उन्होंने दुनिया की हर बुराई का नाश किया है। कुछ लोगों का मानना है कि काली और कालरात्रि एक ही हैं। हालांकि इसकी अभी कोई पुष्टि नहीं हुई है। हालाँकि, आप भूरे रंग के कपड़े पहन सकती हैं और देवी से प्रार्थना कर सकते हैं कि आपके जीवन से नकारात्मक चीजों का नाश हो जाए।

8.नवरात्रि रंग- बैंगनी

यह आठवां नवरात्रि रंग है और उत्सव के अंतिम दिन को दर्शाता है। दुर्गा के अवतार महागौरी की पूजा की जाती है और लोग जीवन के सभी कष्टों से छुटकारा पाने के लिए उनकी पूजा करते हैं। नवरात्रि के आठवें दिन सजने-संवरने के लिए बैंगनी बहुत ही सुंदर रंग है।

9. नवरात्रि रंग-पीकॉक ग्रीन

पीकॉक ग्रीन नौवां नवरात्रि रंग है जिसका उपयोग देवी सिद्धिदात्री की पूजा के लिए किया जाता है। यह ैंतंक छंअतंजतप 2023 के अंतिम दिन को दर्शाता है और दया, सद्भाव व स्नेह का प्रतीक है। इस नवरात्रि रंग का उपयोग देवी सिद्धिदात्री की पूजा के लिए किया जाता है। सिद्धि का अर्थ है अलौकिक शक्ति, और धात्री का अर्थ है देने वाली। वह मनुष्य को अलौकिक शक्तियां प्रदान करने वाली हैं। वह लोगों को आध्यात्मिक शक्तियों का आशीर्वाद देती हैं।

इसलिए, नौवें दिन पीकॉक ग्रीन रंग के नवरात्रि रंग के कपड़े पहने और घर पर नवरात्रि मंदिर की सजावट को भी पीकॉक ग्रीन रंग में सजाएं। हर दिन शरद नवरात्रि 2023 रंग का पालन करके इसे आनंदमय और खुशहाल नवरात्रि 2023 बनाएं।

सेहत कैसे बनाएं, जानिए एक्सपर्ट्स की राय...

आजकल जहाँ ज्यादातर लोग मोटापे से परेशान है वहीं कुछ लोग ऐसे भी हैं जो अपने दुबले-पतले शरीर से दुखी हैं। दुबलेपन के कारण पर्सनल्टी पर बुरा असर तो पड़ता ही है साथ ही शरीर में बीमारियों का खतरा भी बढ़ जाता है। इसके अलावा दुबलेपन के कारण कुछ लोगों में कंफिडेंस की कमी भी देखी जाती है। लेकिन इस समस्या से छुटकारा पाया जा सकता है। कुछ बातों का ध्यान रखकर आप कुछ ही महीनों में अच्छी सेहत बना सकते हैं।

सेहत बनाने के लिए आपको अपने खानपान पर विशेष ध्यान देना होगा और साथ ही अपनी लाइफस्टाइल में भी थोड़ा सुधार करना होगा। अगर आप सोच रहे हैं की सेहत बनाने के लिए क्या खाएं, जीवनशैली में किस तरह के बदलाव करें और कौन सी एक्सरसाइज करें तो चिंता न करें इस आर्टिकल में हम आपको हेल्थ बनाने का तरीका सेहत बनाने के घरेलू उपाय, डाइट, एक्सरसाइज व आयुर्वेदिक दवा के बारे में बता रहे हैं।

किसी भी बीमारी या समस्या का इलाज जानने से पहले उसके पीछे के कारणों को जानना बेहद जरुरी होता है, जिससे समस्या का जड़ से उपचार किया जा सके। अच्छी सेहत बनाने के लिए भी यह नियम लागू होता है। इसलिए सेहत कैसे बनाएं (मींज ंपेम इंदंलम) के बारे में जानने से पहले आपको सेहत न बन पाने के पीछे के कारणों के बारे में भी जरूर पता होना चाहिए, जो इस प्रकार हैं।

भोजन में पोषण की कमी

सेहत न बनने के पीछे का सबसे बड़ा कारण भोजन में पोषण की कमी का होना है। भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट्स, फाइबर, वसा और विटामिन व मिनरल्स की कमी का सीधा असर सेहत पर पड़ता है, जिस वजह से शरीर का सही से विकास नहीं हो पाता है और साथ ही इससे शरीर में कई बीमारियों का खतरा भी बढ़ जाता है।

खुलकर भूख न लगना

सही से भूख न लगना भी हेल्थ न बन पाने का एक मुख्य कारण है। कुछ लोगों को दिनभर भूख ही नहीं लगती हैं जिस कारण उनका भोजन करने का मन ही नहीं करता है। कम भोजन करने से शरीर को पर्याप्त पोषण और कैलोरी नहीं मिल पाती है जिस वजह से सेहत बनने में परेशानी होती हैं। भूख न लगने का एक मुख्य कारण पाचन से जुड़ी समस्याएं हैं।

कमजोर पाचन तंत्र

कुछ लोग अच्छा खाते-पीते हैं लेकिन फिर भी उनकी सेहत अच्छी नहीं होती है, ऐसा कमजोर पाचन तंत्र के कारण होता है। पाचन तंत्र भोजन को पचाने का कार्य करता है, यह पोषक तत्वों को छोटे भागों में तोड़कर शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है। अगर पाचन तंत्र ठीक से कार्य न करें तो सेहत में गड़बड़ हो सकती है और शरीर में बीमारियों का खतरा भी बढ़ सकता है। साधारण शब्दों में समझें तो कमजोर पाचन तंत्र के कारण खाया-पिया शरीर में न लगकर मल-मूत्र के रास्ते बाहर निकल जाता है।

ज्यादा तनाव व चिंता

तनाव व चिंता न सिर्फ मानसिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है बल्कि इससे सेहत पर भी बुरा असर पड़ता है। आप कितना भी अच्छा व पौष्टिक भोजन कर क्यों न कर लें यदि तनाव व चिंता से दूर नहीं रहेंगे तो आपकी सेहत नहीं बन सकती। सेहत कैसे बनाएं (मींज ंपेम इंदंलम) के लिए तनाव व चिंता से दूरी बनाना बेहद जरुरी होता है।

सेहत न बनने के कुछ अन्य कारण

अनुवांशिक कारण।
पेट से जुड़ी परेशानियां।
लिवर से जुड़ी परेशानियां।
हार्मोन संबंधी समस्याएं।
थायराइड संबंधी परेशानी।
पेट में अल्सर की परेशानी।

सेहत (हेल्थ) बनाने का तरीका

हेल्थ बनाने के लिए प्रोटीनयुक्त भोजन करें

अच्छी हेल्थ बनाने के लिए प्रोटीन सबसे ज्यादा जरुरी होता है। प्रोटीन हड्डियों व मांसपेशियों को मजबूत बनाने में मदद करता है, साथ ही यह शरीर की इम्युनिटी को भी मजबूत बनाने में मदद करता है।

ईंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रीसर्च के अनुसार एक सामान्य व्यक्ति/महिला को अपने प्रति एक किलो ग्राम वजन पर कम से कम एक ग्राम प्रोटीन जरूर लेना चाहिए।

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

पेट की गर्मी से हैं परेशान? राहत के लिए इन चीजों का करें सेवन

आजकल की बिगड़ती जीवनशैली और गलत खान-पान के कारण पेट संबंधी कई समस्याएं हो जाती हैं।इन्हीं समस्याओं में से

एक पेट की गर्मी है, जो अक्सर गर्मी और डिहाइड्रेशन के कारण बढ़ जाती है। इसके कारण मतली, सूजन, पाचन क्रिया में गड़बड़ी जैसी परेशानियां होने लगती हैं।इनसे बचाव के लिए ऐसे खाद्य पदार्थों का सेवन करना चाहिए, जिससे शरीर को ठंडक मिले।चलिए फिर आज हेल्थ टिप्स में इसी से जुड़े 5 चीजों के बारे में जानते हैं।

केला

केला एक बेहद गुणकारी फल है, जो न सिर्फ स्वादिष्ट, बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद होता है।इसका सेवन पेट की गर्मी से राहत दिलाने और पाचन क्रिया को स्वस्थ बनाए रखने में मददगार है।इसमें पोटेशियम और फाइबर की मात्रा अधिक होती है, जो पेट की सूजन से राहत दिलाने में मदद करते हैं।इसके अलावा कच्चे केले का सेवन भी इन शारीरिक समस्याओं से राहत दिलाने में कारगर है।

छाछ

छाछ का सेवन पेट की जलन को शांत करने में मदद कर सकता है।यह शरीर को ठंडक पहुंचाने के साथ-साथ मेटाबॉलिज्म को भी बढ़ावा देता है और पेट में जमी वसा को पिघलाने में मदद करता है।रोजाना एक गिलास छाछ के सेवन से डिहाइड्रेशन की समस्या और पेट की गर्मी से राहत मिलती है।यह पेय प्रोबायोटिक्स, प्रोटीन, विटामिन और खनिजों का एक भी समृद्ध स्रोत है, जो आपके शरीर को ऊर्जा भी प्रदान करता है।

खीरा

पेट की गर्मी शांत करने के लिए खीरा भी एक बढिया विकल्प है।इसका सेवन पेट को ठंडा रखता है और कब्ज और पाचन से जुड़ी समस्याओं को दूर करता है। इसमें पानी की मात्रा अधिक होती है इसलिए यह डिहाइड्रेशन के कारण पेट में होने वाली सूजन को रोकने में भी मदद करता है। इसके साथ ही इसे खाने से आप ऊर्जावान भी महसूस करते हैं।खीरे के सेवन से स्वास्थ्य को ये अन्य फायदे भी मिलते हैं।

नारियल पानी

नारियल का पानी एक ऐसा प्राकृतिक पेय है, जो शरीर को ठंडक देने में मददगार है।यह पोटैशियम, मैंगनीज और अमीनो एसिड सहित खनिजों और इलेक्ट्रोलाइट्स से भरपूर होता है, जो शरीर में पानी की कमी को पूरा करते हैं।इसमें कैलोरी कम और पोषक तत्वों की मात्रा बहुत होती है, इसलिए यह गर्मी को प्रभावी ढंग से कम करता है और वजन घटाने की प्रक्रिया को भी तेज करता है।नारियल पानी से ये स्वादिष्ट पेय भी बनाएं।

दही

दही को प्राकृतिक तरीके से तैयार किया जाता है, जिसके कारण यह स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद है।यह प्रोबायोटिक्स से भरपूर होता है, जो पेट के लिए लाभदायक है। इसका सेवन पेट की गर्मी और सूजन की समस्या से राहत दिलाने में मदद करता है

और मल की आवृत्ति में सुधार करता है।

शब्द सामर्थ्य -218

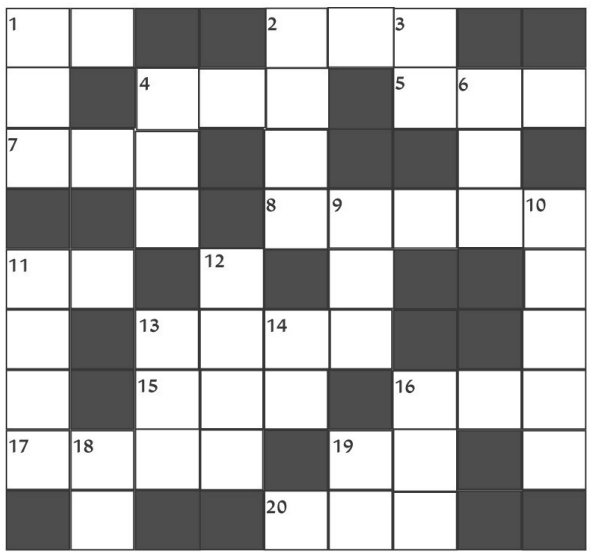
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे

1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. शृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 217 का हल

मै	दा	न	■	स	र	ग	म	■
त्री	■	सी	■	■	क्षा	■	धु	र्री
■	सा	ह	स	■	■	■	र	■
स्वा	ग	त	■	स	म	झौ	ता	■
व	र	■	■	र	■	■	■	म
लं	■	वि	ला	स	■	■	दा	म
बी	न	■	ज	■	सा	मा	न	ता
■	ज	■	वा	हि	या	त	■	■
त	र	की	ब	■	ना	■	खा	ली

रवि तेजा की फिल्म टाइगर नागेश्वर राव का गाना इच्छेसकुलताले रिलीज

मास महाराजा रवि तेजा की आगामी फिल्म, टाइगर नागेश्वर राव, उनके समर्पित प्रशंसक आधार और आम दर्शकों से समान रूप से बड़े पैमाने पर प्रत्याशा पैदा कर रही है।

युवा और प्रतिभाशाली फिल्म निर्माता वामसी द्वारा निर्देशित, यह परियोजना अभिषेक अग्रवाल के बैनर तले निर्मित है और इसमें जीवी प्रकाश कुमार द्वारा संगीतबद्ध किया गया है।

फिल्म का प्रचार अभियान पहले से ही धूम मचा रहा है, दो गाने रिलीज हो चुके हैं और प्रशंसकों और फिल्म प्रेमियों द्वारा खूब पसंद किए जा रहे हैं।

उत्साह को बढ़ाते हुए, निर्माताओं ने हाल ही में इच्चेसकुलताले नामक एक मधुर ट्रैक का अनावरण किया। भास्करभट्ट द्वारा लिखा गया और सिंधुरी विशाल द्वारा खूबसूरती से गाया गया यह गाना यूट्यूब पर तेजी से लोकप्रियता हासिल कर रहा है।

टाइगर नागेश्वर राव एक मनोरम कहानी का वादा करता है, जो प्रसिद्ध स्टीवर्टुपुरम गजाडोंगा नागेश्वर राव के जीवन से प्रेरित है।

प्रशंसक अपने कैलेंडर पर निशान लगा सकते हैं क्योंकि फिल्म 20 अक्टूबर को स्क्रीन पर रिलीज होने के लिए पूरी तरह तैयार है, जो एक रोमांचक सिनेमाई अनुभव प्रदान करेगी जिसका रवि तेजा के प्रशंसकों को बेसब्री से इंतजार है। (आरएनएस)

सिंघम अगेन से दीपिका पादुकोण लुक हुआ आउट

बॉलीवुड की लेडी सुपरस्टार दीपिका पादुकोण ने अपने फैंस को एक खास तोहफा दिया है. एक्ट्रेस ने सोशल मीडिया पर अपना सिंघम वाला लुक शेयर कर दिया है. जी हां, अजय देवगन, अक्षय कुमार और रणवीर सिंह के बाद दीपिका पुलिस बनकर लोगों का दिल जीतने के लिए तैयार हैं.

एक्ट्रेस ने अपनी अपकमिंग फिल्म सिंघम अगेन से अपना कैरेक्टर फैंस के साथ शेयर किया है . बता दें कि फिल्म में उनके किरदार का नाम शक्ति शेट्टी होगा. वहीं दीपिका पादुकोण ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर दो फोटोज पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में पुलिस की वर्दी पहने दिख रही है. फैंस को दीपिका का पुलिस अवतार खूब पसंद आ रहा है. लोग उनके इस लुक की खूब तारीफ कर रहे हैं.

यह पहली बार नहीं हैं जब दीपिका रोहित शेट्टी की फिल्म में काम कर रही हों. इससे पहले वह चेन्नई एक्सप्रेस में शाहरुख खान के अपोजिट नजर आई थी. फिल्म का निर्देशन रोहित शेट्टी ने किया था. बता दें कि दोनों आपस में बेहद स्ट्रॉन्ग बॉड शेयर करते हैं.बात दीपिका पादुकोण के वर्क्रफ्रंट की करें तो दीपिका सिंघम के अलावा फाइटर में नजर आने वाली हैं. फिल्म में उनके साथ ऋतिक रोशन दिखाई देंगे. वहीं चर्चा है कि एक्ट्रेस करण जौहर के कॉफी विद करण के सीजन 8 में नजर आएंगी।(आरएनएस)

बदलते रिश्तों की कहानी है नानी की हाय नन्ना फिल्म

तेलुगु सिनेमा स्टार नानी की अपकमिंग फैमिली-ड्रामा फिल्म हाय नन्ना ने अपना ऑफिशियल टीजर जारी कर दिया है। टीजर रिश्तों की बदलती गतिशीलता को दर्शाता है और यह परिवार और प्यार की कहानी है।

फिल्म के ज्यादातर डिटेल्स अभी भी सीक्रेट्स रखे गए हैं इसलिए बहुत कुछ स्पष्ट नहीं है। टीजर में नानी और एक्ट्रेस मृणाल ठाकुर के किरदार के बीच सच्चा प्यार होता दिखाई दे रहा है। हाय नन्ना बदलते रिश्तों के साथ-साथ भावनाएं कैसे विकसित होती हैं, इसकी एक कहानी प्यार, परिवार और सामने आ रही परेशानियों से निपटने की कहानी है। यह पूरा सिनेरियो पीरियड-ड्रामा स्टाइल के सौंदर्यशास्त्र और सोबल म्यूजिक के साथ है। टीजर को काफी सराहना मिल रही है। मूल रूप से एक पिता होने के साथ-साथ फिर से किसी के प्यार में पडने की भावनाओं से कैसे निपटना है और इसके परिणाम क्या हो सकते हैं, फिल्म की कहानी इस पर आधारित है।

हाय नन्ना से पहले, नानी को पीरियड-एक्शन-ड्रामा फिल्म दशहरा में देखा गया था, जो आलोचनात्मक और व्यावसायिक दोनों तरह से सफल रही थी। वहीं मृणाल ठाकुर के पास कई प्रोजेक्ट हैं, जो सभी पोस्ट प्रोडक्शन में हैं। इन फीचर में आंख मिचौली, पूजा मेरी जान और पप्पी शामिल हैं। (आरएनएस)

अमेजन प्राइम वीडियो ने एस्पिरेंट्स 2 की रिलीज तारीख से उठाया पर्दा

एस्पिरेंट्स भारत के टॉप रेटेड शोज में से एक है. ऐसे में फैंस इसके लेटेस्ट सीजन का फैंस बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं. वहीं अब इस सीरीज को लेकर एक खास खबर सामने आई है. प्राइम वीडियो ने इस वेब सीरीज के वर्ल्डवाइड प्रीमियर की घोषणा कर दी है.

अब प्राइम वीडियो ने की एस्पिरेंट्स के नए सीजन के प्रीमियर की घोषणा। एस्पिरेंट्स 25 अक्टूबर को प्राइम वीडियो पर स्ट्रीम होगा. वहीं आईएमडीबी पर इस शो की रेटिंग 9.2/10 है. वहीं अब इस शो का नया सीजन आ रहा है, जिसे लेकर फैंस बेहद एक्साइटेड हैं. सीरीज की बात करें तो अभिलाष, गुरी और संदीप की यात्रा को फॉलो करेगा क्योंकि वे प्यार, करियर, महत्वाकांक्षा और सपनों के जरिए जीवन को आगे बढ़ाते हैं, जिसमे बहुत ही ज्यादा रिस्क हैं लेकिन इसे देखने में मजा भी खूब आएगा.

टीवीएफ द्वारा निर्मित इस शो को अपूर्व सिंह कार्की ने डारेक्ट किया है. इस बार भी शो में नवीन कस्तूरिया, शिवांकित सिंह परिहार, अभिलाष थपलियाल, सनी हिंदुजा और नमिता दुबे अहम किरदारों में नजर आएंगे. वहीं एस्पिरेंट्स की कहानी की बात करें तो इसकी कहानी युवाओं के बीच बेहद चर्चित है, जिससे लोग आराम से कनेक्ट कर सकते हैं. इस सीरीज के किरदारों के जरिए दोस्ती, प्यार और करियर के बीच की साझेदारी को बड़ी खूबसूरती से दिखाया गया है.

इस खास मौके पर टीवीएफ ओरिजिनल्स के प्रमुख श्रेयांश पांडे ने कहा कि सालों से बनते आ रहे कंटेंट पर हमें गर्व है, जिसमें से एक एस्पिरेंट्स भी है. इस वेब सीरीज ने पूरे भारत में आईएमडीबी चार्ट में टॉप पोजिशन हासिल की है. इसकी कहानी बेहद दिलचस्प है. प्राइम वीडियो और टीवीएफ की अब तक एक मजबूत जर्नी रही है और हमें उम्मीद है कि हमारे इस प्रोजेक्ट का नया सीजन भी दर्शकों को खूब पसंद आएगा।

100 करोड़ रुपये कमाने की ओर बढ़ रही फुकरे 3, बाकी फिल्मों का हाल-बेहाल

बॉक्स ऑफिस पर इन दिनों कई फिल्मों के बीच टक्कर देखने को मिल रही है, जिसमें फुकरे 3 अपनी बढ़त बनाए हुए है।एक ओर फुकरे 3 की कमाई 100 करोड़ रुपये की ओर बढ़ रही है तो बाकी फिल्में अपना कमाल दिखाने में नाकाम साबित हो रही हैं।अब 13 अक्टूबर को राष्ट्रीय सिनेमा दिवस पर शानदार कमाई करने के बाद फिल्मों के कारोबार में गिरावट देखने को मिली है।आइए जानते हैं किस फिल्म ने कितनी कमाई की।

फुकरे 3 ने 28 सितंबर को सिनेमाघरों का दरवाजा खटखटाया था और यह तभी से बॉक्स ऑफिस पर अच्छी कमाई कर रही है।हालांकि, अब फिल्म के कारोबार में कमी देखने को मिली है, लेकिन उम्मीद है कि यह जल्द 100 करोड़ क्लब में शामिल होगी।

रिपोर्ट के अनुसार, फिल्म ने 17वें दिन 1.90 करोड़ रुपये कमाए हैं और अब इसका कारोबार 87.79 करोड़ रुपये हो गया है।इसमें वरुण शर्मा, पुलकित सम्राट, ऋचा चड्ढा और पंकज त्रिपाठी शामिल हैं।

भूमि पेडनेकर की फिल्म थैंक्यू फॉर कमिंग 6 अक्टूबर को रिलीज हुई थी, जिसमें वह एकदम अलग अवतार में नजर आई हैं।हालांकि, करण बूलानी के निर्देशन में बनी इस फिल्म को दर्शकों ने सिरे से नकार दिया है और यह पहले दिन से ही बॉक्स ऑफिस पर ढेर हो गई।

रिपोर्ट के अनुसार, फिल्म ने अपनी रिलीज के 9वें दिन 43 लाख रुपये कमाए हैं और अब इसका कुल कारोबार 6.13 करोड़ रुपये हो गया है।

अक्षय कुमार और परिणीति चोपड़ा की फिल्म मिशन रानीगंज बॉक्स ऑफिस पर अपना कमाल दिखाने में नाकाम साबित हो रही है।फिल्म की कहानी को पसंद किया जा रहा है, लेकिन बावजूद इसके यह कमाई में मामले में पिछड़ती जा रही है।

रिपोर्ट के अनुसार, फिल्म के कारोबार में शनिवार को जबरदस्त गिरावट देखने को मिली है।दरअसल, फिल्म ने 9वें दिन 2.05 करोड़ रुपये कमाए और अब तक इसका कुल कारोबार 25.05 करोड़ रुपये ही हुआ है।

फिल्म धक धक 4 महिलाओं की कहानी है, जो अलग-अलग उम्र के पड़ाव पर हैं और साथ में रोड ट्रिप पर निकलती हैं।फिल्म की समीक्षक तारीफ कर रहे हैं तो बॉक्स ऑफिस पर यह पहले दिन से ही पस्त हो गई है।

रिपोर्ट्स के अनुसार, फिल्म ने पहले दिन 1.50 करोड़ रुपये का कारोबार किया था तो दूसरे दिन इसकी कमाई 1 करोड़ रुपये हुई।ऐस में 2 दिन में फिल्म की कमाई 2.50 करोड़ रुपये हो गई है। (आरएनएस)

फिलिस्तीनियों के संघर्ष पर कोई चर्चा नहीं!

श्रुति व्यास

फिलिस्तीन कई दशकों से चर्चा, तर्क-वितर्क-कुतर्क और बहस-मुबाहिसे में रहे हैं।पर फिलिस्तीनियों के संघर्ष की चर्चाओं में उनकी तकलीफों और अवहेलना को आम तौर पर नजरअंदाज किया जाता रहा हैं।हाल के सालों में इजराइल की विस्तारवादी उपनिवेशवादी नीतियों में फिलिस्तीनियों के हितों की बहुत अनदेखी हुई है। इस साल की शुरूआत से ही इजराइल ने फिलिस्तीन इलाके वेस्ट बैंक को व्यावहारिक दृष्टि से अपना हिस्सा बनाने की प्रक्रिया तेज कर दी थी। इजराइली, फिलिस्तीन की भूमि पर बसाए गए हैं। उनके द्वारा फिलिस्तीनी नागरिकों के खिलाफ हिंसा बढ़ी है। इजरायली अधिकारियों का रूख कड़ा होता गया हैं। लेकिन दुनिया में इस सबको इसलिए नजरअंदाज किया गया क्योंकि इजराइल, अंतर्राष्ट्रीय नैरेटिव को नियंत्रित करने में हमेशा से प्रभावी रहा है।

दूसरा इलाका गाजा एक छोटा-सा क्षेत्र है जिसमें22 लाख फिलिस्तीनी रहते हैं। सन् 2007 में हमास द्वारा गाजा पर नियंत्रण स्थापित करने के बाद हुए पांच सैन्य टकरावों में से हर एक के बाद वहां के लोगों का जीवनस्तर बेहतर बनाने की बातें तो हुई किंतु अंततः इस बारे में कुछ भी नहीं किया गया। और हाल में इजराइल द्वारा येरुशलम के अल-अक्सा मस्जिद के परिसर में यथास्थिति को बदलने के जो प्रयास किए गए, उनसे फिलिस्तीनियों के मन में यह डर बैठ गया कि इस परिसर को विभाजित या पूर्णतः नष्ट किया जा सकता है। इस मुद्दे पर मात्र फिलिस्तीनियों में ही नहीं बल्कि अरब प्रायद्वीप और पूरी दुनिया के मुसलमानों की संवेदनशीलता है। तभी हमास ने 7 अक्टूबर की कार्यवाही को 'अल-अक्सा हरीकेन' का नाम दिया।

सवाल है जमीन और पहचान से जुड़ी खून-खराबे भरी लड़ाई शुरू कैसे हुई? यह सब शुरू हुआ होलोकास्ट के बाद।ध्यान रहे उसके बाद ब्रिटेन की इजाजत से फिलिस्तीन में यहूदी आप्रवासियों के आने का सिलसिला तेज हुआ था। इसके पीछे वजह थी यूरोप में तेजी पकड़ता यहूदी-विरोधी माहौल और बढ़ता यहूदी राष्ट्रीय आंदोलन, जिसे यहूदीवाद का नाम दिया गया। सन् 1947 में फिलिस्तीनियों और यहूदीवादी सशस्त्र बलों के बीच तनाव चरम पर पहुँच गया, जिसके चलते (तब) नवगठित संयुक्त राष्ट्रसंघ ने फिलिस्तीन का विभाजन कर अलग-अलग यहूदी और अरब राष्ट्र के निर्माण का प्रस्ताव पारित किया। इस प्रस्ताव के अंतर्गत येरुशलम, जिस पर दोनों पक्ष दावा कर रहे थे, अंतर्राष्ट्रीय नियंत्रण में रहना था। यहूदियों को यह प्रस्ताव मंजूर था किंतु अरब राष्ट्रों ने इसे नामंजूर कर दिया। दोनों पक्षों के बीच हिंसक टकराव बढ़ते गए और संयुक्त राष्ट्रसंघ द्वारा सुझाया गया हल कभी लागू न हो सका। सन् 1947-48 के युद्ध में, जिसके नतीजे में इजराइल अस्तित्व में आया, फिलिस्तीनियों को बड़ी संख्या में पलायन के लिए मजबूर किया गया या वे स्वयं ही चले गए। सैकड़ों गांव नष्ट कर दिए गए। और तब से लेकर आज तक टकराव जारी है। इजराइलियों की हर पीढ़ी, मध्यपूर्व में अपनी सर्वोच्चता कायम करने और सबसे शक्तिशाली बने रहने के लिए कमर कसकर सैनिक बनती रही है।

इजराइल की दादागिरी के नतीजे में पहला फिलिस्तीनी इन्तेफादा (अरबी शब्द, जिसका अर्थ होता है विद्रोह) सन् 1987 में हुआ। यह इजराइल के लिए एक झटका था और इसकी पृष्ठभूमि में सन् 1994 के ओस्लो शांति समझौते हुए। दोनों ओर के अतिवादियों ने समझौते को नाकाम करने की पूरी कोशिश की। हमास और एक अन्य अतिवादी संगठन इस्लामिक जिहाद ने आत्मघाती बम विस्फोटों का एक सिलसिला शुरू किया, जिसके जवाब में इजराइल ने और कठोर सुरक्षा उपाय किए, जिनमें गाजा पट्टी पर और ज्यादा पाबंदियां लादना शामिल था।

दूसरा इन्तेफादा सन् 2000 में कैम्प डेविड में हुई शांति वार्ता के असफल होने का नतीजा था, जिसमें बंदूकों और बमों का जम कर इस्तेमाल हुआ। इजराइल द्वारा सन् 2000 में लेबनान से और सन् 2005 में गाजा से (यासेर अराफात की मृत्यु के बाद) एकतरफा कार्यवाही करते हुए पीछे हट जाने के बाद भी शांति स्थापित नहीं हुई। इजराइल ने हमास और हिजबुल्लाह के खिलाफ अनेक लड़ाईयां कीं और इन दोनों ने इजराइल पर बड़ी संख्या में राकेटों से हमले किये।

क्षेत्र में शांति कायम न हो सकी और जबरदस्त तबाही हुई, विशेषकर फिलिस्तीनीयों की। ओस्लो समझौते की असफलता का नतीजा और बदतर कब्जे के रूप में सामने आया। इसमें शामिल था खून खराबा, आंतरिक विभाजन, बसने वालों को उनकी भूमि से बेदखल किया जाना और जमीन का छोटे-छोटे टुकड़ों में बंट जाना। फिलिस्तीनी अरब देशों में शरणार्थियों के रूप में, हमास के नियंत्रण वाली गाजा पट्टी की खुली जेल में, और वेस्ट बैंक में राष्ट्रवादी फतह गुट द्वारा संचालित अलग-सलग स्वायत्त इलाकों में, येरुशलम में इजराइल के उपेक्षित 'निवासियों के रूप में और इजराइल की 1967 के पहले की सीमाओं पर समानता के संघर्षरत दोयम दर्जे के नागरिकों के तौर पर रहने को बाध्य हुए। सभी युद्धों और टकरावों ने फिलिस्तीन के लोगों की अपनी जमीन को वापस पाने की छटपटाहट और इजरायली कट्टरता को बढ़ाया और धर्म और राष्ट्रवाद का विस्फोटक मिश्रण तैयार कर दिया। इजराइल ने नाकाबंदी कर फिलिस्तीनी समुदाय को विखंडित कर दिया है। इजरायली और धनी, और ताकतवर होते चले गए, और फिलिस्तीनी कष्ट और अशांति भुगतते रहे।

आंकड़ों के अनुसार, दूसरे इन्तेफादा, जो सितंबर 2000 में प्रारंभ हुआ और दूसरे गाजा युद्ध की समाप्ति, जो अगस्त 2014 में हुई, के बीच के 15 सालों में औसतन हर साल 800 फिलिस्तीनी लोगों ने जानें गंवाई। उसके बाद से प्रतिवर्ष 175 लोग मारे गए। इसी अवधि में मरने वाले इजराइली नागरिकों की संख्या प्रतिवर्ष 85 से घटकर 14 रह गई। सन् 2008 से सितंबर 2023 तक के आंकड़ों के अनुसार 6,407 फिलिस्तीनी मारे गए हैं, जिनमें से आधे से अधिक की मौत मिसाइल हमलों की वजह से हुई। इसी अवधि में संयुक्त राष्ट्रसंघ के अनुसार टकरावों में 308 इजराइलियों की मौत हुई। कुल मिलाकर युद्धों में मरने वालों में से 83 प्रतिशत फिलिस्तीनी हैं।

अब एक नया युद्ध चल रहा है, जिसे शुरू हुए सात दिन गुजर चुके हैं। संयुक्त राष्ट्रसंघ के अनुसार, इजराइल की अनवरत बम वर्षा के चलते गाजा पट्टी में 3।38 लाख लोग अपने घर-बार छोड़ कर भाग चुके हैं। वहां न तो बिजली है, न खाना और ना ही पीने का पानी। फिलिस्तीनियों को डर है कि इससे भी बुरे दिन आने वाले हैं क्योंकि इजराइल को अपने पश्चिमी दोस्तों से भरपूर मदद मिल रही है। इजराइल के मददगारों को इस बात की फिक्र नहीं है कि इससे मूलभूत मानवीय मूल्यों और अंतर्राष्ट्रीय कानूनों का कितना गंभीर उल्लंघन होगा। इजराइल ने अपने नागरिकों पर हमले के बाद जो जवाबी सैन्य कार्यवाही की है, वह अनुचित नहीं है।

सू- दोकू क्र.218

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

नियम

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

सू-दोकू क्र 217 का हल

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

सेमी फाइनल 2023, कैंडी क्रश का क्रश...

राजशेखर चौबे

हम भारतीयों ने क्रिकेट विश्व कप 2023 का सेमीफाइनल 14 अक्टूबर को ही जीत लिया है । पड़ोसी मुल्क पाकिस्तान के साथ प्रत्येक मैच हमारे लिए सेमीफाइनल होता है।

1992 में भारत से हारने के बाद भी उन्होंने क्रिकेट विश्व कप जीता था यह सोचकर वे कुछ दिन खुशफहमी में जी सकते हैं । देश की राजनीति का सेमीफाइनल तीन दिसंबर को संपन्न होगा। सभी दल चुनावी मोड में आ गए हैं।

2014 के बाद से ही भाजपा के लिए चुनाव की विशेष तैयारी दिखती है। इस बार भी वे पीछे नहीं है । अपने प्रत्याशियों की घोषणा भी उन्होंने सबसे पहले की है। सूची के लिए कांग्रेस शुभ मुहूर्त का इंतजार करती रही और भाजपा ने पहली सूची पितृ - पक्ष में ही जारी कर दी है। कांग्रेस की पहली सूची नवरात्रि के प्रथम दिवस पर आई है । भाजपा ने सांसदों सहित कई दिग्गजों को विधानसभा चुनाव में उतार दिया है। छत्तीसगढ़ में कुछ दिग्गजों के टिकट काटने का हल्ला था परंतु ऐसा कुछ नहीं हुआ। छत्तीसगढ़ सहित पांचों राज्यों के विधानसभा चुनाव में भाजपा पूरी तरह मोदी जी के करिश्मे के भरोसे है और यह करिश्मा किसी भी चुनाव में संभव है। वहीं छत्तीसगढ़ कांग्रेस का टैगलाइन है भूपेश है तो भरोसा है। प्रत्येक सरकार के विरुद्ध एंटी इनकंबेंसी होती है। इसे प्रत्याशी बदलकर भी कुछ कम किया जा सकता है। छत्तीसगढ़ में इस समय कांग्रेस के 71 विधायक हैं यदि इनमें अधिकांश को टिकट दिया गया तो उसका नुकसान पार्टी को अवश्य उठाना पड़ेगा। छत्तीसगढ़ में कांग्रेस ने पिछले पांच वर्ष में छत्तीसगढियावाद को बढ़ावा दिया वही उसकी ताकत है। अब उसमें जातिगत जनगणना का तडका भी लगाया जा रहा है।

धान पर बोनस का भी उन्हें फायदा मिलेगा ऐसा लगता है। नेताओं के लिए जी एस टी को समझ पाना मुश्किल ही नहीं नामुमकिन है फिर भी नेतागण बाज नहीं आते हैं। ताजा विवाद गंगाजल पर जी एस टी लगाने का है। कांग्रेस और भाजपा गंगाजल पर जी एस टी को लेकर विपरीत दावे कर रहे हैं।

इस बीच किसी फूल छाप कांग्रेसी ने कका की मीटिंग के दौरान कैंडी क्रश खेलते हुए फोटो वायरल कर दी है। इसे भाजपा ने हाथों हाथ लिया और उनके पूर्व मुख्यमंत्री ने टिप्पणी की कि वे पिछले पांच साल से छत्तीसगढ़ की जनता के साथ खेल ही रहे हैं।

कभी लैंड स्कैम कभी कोल स्कैम कभी सेंड स्कैम और कभी लिकर स्कैम गेम। अब आचार संहिता लग गई है तो कैंडी क्रश ही खेल रहे हैं। वही कका की टिप्पणी थी कि कैंडी क्रश मेरा फेवरेट गेम है और मेरा लेवल भी ठीक-ठाक है यानी कैंडी क्रश के प्रति अपने क्रश को उन्होंने छुपाया नहीं है।

अब छत्तीसगढ़ की जनता का उनके प्रति कितना क्रश है इसका पता तीन दिसंबर को ही लगेगा। हम सभी को उस दिन का इंतजार है।

स्मैक सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। धर्मनगरी में नशा तस्करी कर रहे एक व्यक्ति को पुलिस ने 13.85 ग्राम स्मैक सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम कोतवाली लक्सर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को माखियली बस अड्डे के समीप एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया।

पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 13.85 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम उस्मान पुत्र इस्तियाक निवासी रायपुर लक्सर जनपद हरिद्वार उम्र 34 वर्ष बताया। पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

कच्ची शराब कारोबार में तीन गिरफ्तार, 25 लीटकर कच्ची शराब बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कच्ची शराब कारोबार का खुलासा करते हुए पुलिस ने तीन लोगों को अलग-अलग स्थानों से 25 लीटर कच्ची शराब मय भट्टी उपकरणों सहित गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने मौके से भारी मात्रा में लाहन भी बरामद किया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम कोतवाली लक्सर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ लोग कच्ची शराब का कारोबार कर रहे है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने अलग अलग स्थानों से 3 तस्करों को कुल 25 लीटर कच्ची शराब व भट्टी उपकरणों के साथ दबोचा गया साथ ही मौके से भारी मात्रा में लाहन नष्ट किया गया। पूछताछ में उन्होने अपना नाम राहुल पुत्र प्रेम सिह निवासी भूवा पुर थाना पथरी जनपद हरिद्वार, करणपाल पुत्र अतर सिह निवासी प्रतापपुर थाना कोतवाली लक्सर जनपद हरिद्वार व ईश्वर पुत्र सुखबीर निवासी प्रतापपुर थाना कोतवाली लक्सर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उनके खिलाफ आबकारी अधि नियम के तहत मामला दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

पेटेल कम्पनी पर 79 हजार की धोखाधड़ी में केस

संवाददाता

देहरादून। मोबाइल शॉप के मालिक ने पेटेल कम्पनी पर 79 हजार 900 रूपये की धोखाधडी करने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सहारनपुर रोड निवासी राजकुमार ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका प्रतिष्ठान मोबाईल्स गुरू जो कि सहारनपुर चौक पर स्थित है इसमे एक ग्राहक जिसे आइफोन-15, 128जीबी खरीदना था ग्राहक का नाम विशाल उसने पूछा कि क्रेडिट कार्ड से उसको फोन खरीदना है लेकिन क्रेडिट कार्ड घर पर है क्या उसको फोन मिल सकता है तो उसने उसे बताया कि मिल सकता है ।

इस तरह के लेन देन वह पूर्व मे भी एक कम्पनी जिसका नाम पेटेल है उससे करते है जिस पर ग्राहक ने फोन पर उसे क्रेडिट कार्ड का नम्बर दिया और उसने 79900 का लेन देन के लिए प्रोसेस किया उसके बाद ग्राहक के नम्बर पर ओटीपी आया और ओटीपी डालने के बाद उसको पेटेल कम्पनी से ट्राजेक्शन सेक्ससफुल का मैसेज आ गया जिसमे यह भी लिखा था अब वह ग्राहक को आईफोन दे सकता है इस तरह के ट्राजेक्शन पर पेटेल उनसे लगभग 2 प्रतिशत जीएसटी चार्ज करते है और ट्रांजेक्शन का पैसा अगले दिन उसके खाते मे आता है। यह घटना 01 अक्टूबर 2023 की है 2 अक्टूवर को राष्ट्रीय अवकाश के कारण पैसा नही आया और 03 अक्टूबर 2023 को सुबह उसको कम्पनी से काल आता है कि उसका ट्रांजेक्शन केन्सिल हो गया है और मेरी पेमिंट नही आयेगी पेटेल कम्पनी ने उसके साथ धोखाधडी की है क्योकि उन्होने ही उसके मैसेज मे बोला कि उसका ट्रांजेक्शन हो गया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

विधायक ने किया गोल्ड मेडल जीतने वाले कपिल क्षेत्री को सम्मानित

ऋषिकेश। विधायक व मंत्री डा. प्रेमचंद अग्रवाल ने इंडो नेपाल खेल प्रतियोगिता में गोल्ड मेडल जीतने वाले कपिल क्षेत्री को सम्मानित किया।

आज यहां क्षेत्रीय विधायक व मंत्री डॉ प्रेमचंद अग्रवाल ने अंतरराष्ट्रीय इंडो नेपाल खेल प्रतियोगिता के 66 किलो वर्ग पावर लिफ्टिंग एवं 66 किलो वर्ग डेड लिफ्टिंग में गोल्ड मेडल प्राप्त करने पर कपिल क्षेत्री को सम्मानित किया। बैराज रोड स्थित कैम्प कार्यालय में डॉ अग्रवाल ने कहा कि हमारे बच्चों में प्रतिभा बहुत है, उन्हें तराशने की जरूरत है।

कहा कि सही समय पर बच्चों को उचित मार्गदर्शन मिलने पर भविष्य उज्जवल हो सकता है, ऐसा कपिल क्षेत्री ने साबित कर दिखाया है। डॉ अग्रवाल ने कहा कि आज प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में खेलो इंडिया के तहत खिलाड़ियों को अपनी प्रतिभा दिखाने का पहले से ज्यादा अवसर प्राप्त हो रहा है।

उन्होंने कहा कि यही कारण है कि आज एशियाई गेम्स में भारत के होनहार खिलाड़ियों ने अपनी प्रतिभा के बलबूते 107 पदक इतिहास में पहली बार प्राप्त किए हैं।

डॉ अग्रवाल ने कहा कि कपिल क्षेत्री से अन्य युवाओं को भी प्रेरणा लेनी चाहिए। जहां एक और नशे का कारोबार तेजी से फैल रहा है वहीं दूसरी ओर कपिल जैसे होनहार बच्चे अपने क्षेत्र, प्रदेश और देश का नाम विदेश में रोशन कर रहे हैं। इस मौके पर मण्डल अध्यक्ष सुमित पंवार, कृष्ण कुमार सिंघल, छात्र नेता अनिरुद्ध शर्मा, सुरेंद्र रयाल, अनुज पाल, आकाश उनियाल आदि उपस्थित रहे।

फर्जी शैक्षिक प्रमाण पत्र देकर नौकरी पाने वाले के खिलाफ मुकदमा दर्ज

देहरादून(संवाददाता)। फर्जी शैक्षिक प्रमाण पत्रों से ग्राफिक ऐरा में नौकरी पाने वाले के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार ग्राफिक ऐरा हिल यूनिवर्सिटी के रजिस्ट्रार अरिवन्द धर ने क्लेमनटाउन थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि शुभम पोद्दार, मूल निवासी पोद्दार रोड, पोद्दार हवेली, पिसाइ झुनझुनू, राजस्थान, हाल निवासी न्यू कॉलोनी, स्मिथ नगर, प्रेमनगर, ने 16 अप्रैल 2018 को ग्राफिक एरा हिल यूनिवर्सिटी में एकाउण्ट ऑफिसर हेतु दिये गये सर्विस एप्लिकेशन फार्म में अपनी शैक्षणिक योग्यता स्नातक बतायी गयी जिसमें हाई स्कूल व इण्टर सीबीएसई बोर्ड द्वारा कमशः 2007 व 2009 में प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण करना बताया गया, जबकि स्नातक डीयू / इग्नू से वर्ष 2012 में प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण करना बताया गया था तथा अन्य योग्यता में आसीएआई 2015 में किया जाना बताया गया। इसके अतिरिक्त भी अन्य अनुभव सम्बन्धी जानकारी भी इस प्राथर्ना पत्र में उल्लेखित की गई थी। विगत समय में शुभम पोद्दार के विरूद्ध विश्वविद्यालय स्तर पर कतिपय आरोपों के सम्बन्ध में जांच की गई। जांच के दौरान कुछ ऐसे तथ्य प्रकाश में आये जो जांच की विषय वस्तु नहीं थे परन्तु विश्वविद्यालय स्तर हेतु आवश्यक थे, जिनमें से किसी एक शिकायतकर्ता द्वारा यह अवगत कराया गया कि शुभम पोद्दार 2012 में स्नातक था ही नहीं इस सम्बन्ध में जब जानकारी प्राप्त की गई। यह प्रथम दृष्टया यह स्थापित हुए कि शुभम पोद्दार वर्ष 2012 में स्नातक नहीं थे तथा उनके द्वारा अपने स्नातक होने के सम्बन्ध में जो दस्तावेज/मार्कशीट इग्नू द्वारा निर्गत को संलग्न किया गया था वह कूटरचित है। पोद्दार द्वारा एकाउण्ट ऑफिसर के पद पर बिना योग्यता के विश्वविद्यालय के साथ धोखा कर कूटरचित दस्तावेजों के आधार पर उक्त पद प्राप्त किया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

रामलीला का पांचवा दिनः केवट लीला व राम-भरत मिलाप ने दर्शकों का मनमोह लिया

संवाददाता

देहरादून। श्री रामकृष्ण लीला समिति द्वारा आयोजित रामलीला के पांचवे दिन केवल लीला व राम-भरम मिलाप के दर्शयों ने लोगों का मन मोह लिया।

आज यहां श्री रामकृष्ण लीला समिति टिहरी 1952, देहरादून द्वारा गढ़वाल की ऐतिहासिक राजधानी - पुरानी टिहरी की 1952 से होने वाली प्राचीन रामलीला को टिहरी के जलमग्न होने के बाद देहरादून में 21 वर्षों बाद पुर्नजीवित करने का संकल्प लिया है और इस हेतु देहरादून के टिहरी-नगर के आजाद मैदान, अजबपुर कलां, दून यूनिवर्सिटी रोड़, देहरादून में 11 दिन की भव्य रामलीला का आयोजन शारदीय नवरात्रों में 15 से 25 अक्टूबर 2023 तक किया जा रहा है। श्री रामकृष्ण लीला समिति टिहरी 1952, देहरादून के अध्यक्ष अभिनव थापर ने बताया कि रामलीला- पंचम दिवस में

आज केवट लीला व राम-भरत मिलाप का मंचन हुआ। रामलीला मंच पर नांव, नदी और बैकग्राउंड स्क्रीन में सरयू नदी के दृश्य में तकनीक के प्रयोग से केवट-लीला का अभूतपूर्व मंचन किया गया। दर्शक अद्भभुत तकनीक युक्त नांव सरयू नदी के दृश्य में मंत्रमुग्ध हो गए। राम-भरत मिलाप ने दर्शकों को भाव विभोर कर दिया। बैकग्राउंड स्क्रीन पर सरयू नदी और मंच पर नाँव-नदी का तकनीकी संयोजन आज की लीला का मुख्य आकर्षण केंद्र रहा। कार्यक्रम में अतिथिगणों के रूप में सांसद नरेश बंसल, विधायक खजान दास, मेयर सुनील उनियाल गामा, राजीव जैन, विशाल गुप्ता, आदि का सम्मान किया गया।

एक नजर

शासन के पत्र का संज्ञान लिये बिना ही सूचना देने से इंकार:शर्मा

संवाददाता

विकासनगर। जन संघर्ष मोर्चा के मीडिया प्रभारी प्रवीण शर्मा ने कहा कि सिडकुल के लोक सूचना अधिकारी द्वारा शासन के पत्र का संज्ञान लिये बिना ही सूचना धारित नहीं है का जवाब दे दिया।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा जिला मीडिया प्रभारी प्रवीण शर्मा पिन्नी ने कहा कि जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी द्वारा शंकरपुर-हुकूमतपुर जनपद देहरादून स्थित सारा इंडस्ट्रियल एस्टेट के आसपास सैकड़ो बीघा कृषि भूमि को औद्योगिक आस्थान के रूप में बिना अनुमति प्रयुक्त किए जाने की जांच की मांग को लेकर मुख्य सचिव से आग्रह किया था, जिसके क्रम में औद्योगिक विकास विभाग द्वारा 8 अगस्त 2023 को प्रबंध निदेशक, सिडकुल को कार्रवाई के निर्देश दिए थे। उक्त मामले में हुई कार्रवाई को लेकर मोर्चा द्वारा सिडकुल से सूचना चाही गई थी, लेकिन सिडकुल के लोक सूचना अधिकारी द्वारा बहुत ही गैर जिम्मेदाराना तरीके से बगैर शासन के पत्र का संज्ञान लिए एवं उसको खोजे बिना ही उल्लेख कर दिया कि सूचना धारित नहीं है। उक्त मामले में मोर्चा द्वारा विभागीय अपीलीय अधिकारी नरेश कोरंगा के समक्ष अपील योजित की गई, जिस पर अपीलीय अधिकारी ने नाराजगी व्यक्त करते हुए लोक सूचना अधिकारी को भविष्य के लिए सचेत किया।

शारदीय नवरात्रि के आठवें दिन महिला भजन मंडली ने माता के जयकारे लगाये

संवाददाता

देहरादून। माता वैष्णो देवी गुफा योग मंदिर टपकेश्वर महादेव में शारदीय नवरात्रि पूजा अनुष्ठान अठावें दिन महिला भजन मंडली ने माता के जयकारे लगाये।

आज यहां माता वैष्णो देवी गुफा योग मंदिर टपकेश्वर महादेव देहरादून शारदीय नवरात्रि पूजा अनुष्ठान छटा दिवस माता वैष्णो देवी गुफा योग मंदिर टपकेश्वर महादेव देहरादून में आयोजित विशेष शारदीय नवरात्रि पूजा अनुष्ठान में आज छठे दिन महिला भजन मंडली ने प्यारा सजा है तेरा द्वार भवानी..... मां की हर बात निराली है. ..... शेर पर सवार होके आज शेरो वालिए..... जैसे सुमधुर भजनों से वातावरण और भी भक्तिमय और शक्ति मय हो गया, प्रात: काल माता वैष्णो देवी जी की विदेश पूजा अर्चना के साथ विद्वानों द्वारा सामुहिक रूप से श्री दुर्गासप्तशती का पाठ किए, सायंकाल में माता का विशेष श्रृंगार और आरती होगी, मंदिर के संस्थापक आध्यात्मिक गुरु आचार्य बिपिन जोशी ने बताया रविवार अष्टमी को प्रात: 11 बजे से विशेष कन्या पूजन होगा और सोमवार नवमी 23 अक्टूबर को सुबह 9 बजे से पूर्णाहूति यज्ञ आरंभ हो जायेगा।आज के कार्यक्रम में आचार्य मनोज कोठियाल, आचार्य ध्रुव उप्रेती, आचार्य बिपिन भट्ट, शास्त्री अजय कोठियाल, शास्त्री विवेकानंद खकरियाल, शास्त्री आशीष मिश्रा, गणेश बिजलवान, हर्षपती रयाल, अरविंद बडोनी आदि का विशेष सहयोग रहा।

भाजपा की घोषणाएं अनेक, कार्य सिर्फ एक, सिर्फ झूठे वायदे: गौरव

देहरादून(हमारे संवाददाता)। 2012 से 2022 तक विधानसभा चुनाव में भाजपा सरकार व उनके प्रत्याशियों द्वारा अपने चुनावी घोषणा पत्र में जनता से वोट बटोरने के लिए बड़े-बड़े वायदे किये गये, पर डोईवाला में कितने कार्य धरातल पर है, आज कॉंग्रेस इन विधायकों से सवाल पूछना चाहती है।

यह बात आज प्रेस वार्ता के दौरान कांग्रेस डोईवाला विधानसभा प्रत्याशी गौरव सिंह ने कही। उन्होने कहा कि डोईवाला विधानसभा क्षेत्र में बहुत सी ऐसी समस्याएं हैं, जिन्हें भाजपा सरकार और डोईवाला विधायक द्वारा अनदेखा किया जा रहा है। जबकि भाजपा के घोषणा पत्र में जनता से इन समस्याओं के निराकरण का वायदा किया गया था। उन्होने कहा कि भाजपा सरकार द्वारा डोईवाला में कैंसर हॉस्पिटल, बस अड्डा, कोस्ट गार्ड ट्रेनिंग सेंटर, लॉ कॉलेज, सोंग नदी स्थित गूलर घाटी से कालूवाला तक पुल का निर्माण, सुसवा नदी स्थित बुल्लावाला सत्तिवाला मार्ग पर पुल का निर्माण, बालावाला में डिग्री कॉलेज का निर्माण, व डोईवाला दूधली मार्ग के चौड़ी करण का कार्य जैसी आठ मुख्य घोषणाओं पर अभी तक कार्य की शुरुआत नही की गई है। उन्होने कहा कि इसके अलावा वर्ष 2012 के बाद लघु सिंचाई एवं सिंचाई विभाग द्वारा नहरों की मरम्मत के लिए कोई बजट विभाग को नही मिला है और इस समय सिंचाई नहरें पूरी तरह जर्जर हैं।

यौन उत्पीड़न, गंगा जल और खनन नीति पर कांग्रेस ने बोला सरकार पर हमला

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड कांग्रेस प्रदेश मुख्यालय में मुख्य प्रवक्ता गरिमा मेहरा दसौनी द्वारा प्रेस वार्ता कर राज्य और केंद्र की सरकारों पर तगड़ा हमला बोला गया है।

दसौनी ने कहा कि हल्द्वानी के दृष्टिबाधित नाबालिग छात्राओं के साथ यौन उत्पीड़न करने वाले 65 वर्षीय श्याम धनक पर राज्य सरकार मौन क्यों है? दसौनी ने कहा की नवरात्रि में बालिकाओं के सम्मान से जुड़ी बड़ी-बड़ी बातें करने वाली सत्तारूढ़ दल की महिला नेत्रियों को सांप सूंघ गया है और सबसे बड़ा सवाल यह है कि महिला एवं बाल विकास मंत्री महिला होने के बावजूद इस पूरे प्रकरण पर सन्नाटे में क्यों है? उन्होने कहा कि मामले की शिकायत मिलने के बावजूद हल्द्वानी पुलिस डेढ़ महीने तक फाइल को दबाकर क्यों बैठी रही और राज्य सरकार इस मामले को गंभीरता से क्यों नहीं ले रही है?

दसौनी ने केंद्र सरकार द्वारा गंगाजल पर 18 पर्सेंट जीएसटी लगने वाले आदेश की भी कड़ी निंदा की और कहा की मुख्य विपक्षी दल कांग्रेस ने जब मुखरता से केंद्र सरकार को इस मुद्दे पर घेरा तब कहीं जाकर गंगाजल को बेचने का मन बना चुकी भाजपा सरकार को अपने कदम पीछे खींचने पड़े। दसौनी ने कहा कि देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जब भी उत्तराखंड आते हैं तो केदार बाबा ने बुलाया है, गंगा मैया ने बुलाया है और उत्तराखंड से गहरे संबंधों की बात करते हैं परंतु पैसे की भूख ने जैसे भाजपा की सोचने समझने की शक्ति खत्म कर दी है।

दसौनी ने याद दिलाते हुए कहा कि ऐसा ही कुछ निशंक सरकार में मदन कौशिक जो कि पर्यटन मंत्री थे उनके द्वारा प्रस्ताव लाया गया था जिसका उत्तराखंड वासियों ने पुरजोर विरोध किया और निशंक सरकार को अपने कदम पीछे खींचने पड़े।

उन्होंने राज्य सरकार की खनन नीति पर भी सवाल उठाते हुए कहा कि प्रदेश की आर्थिकी और राजस्व बड़े पैमाने पर आबकारी और खनन पर निर्भर करते हैं, फिर ऐसा क्यों है कि राज्य सरकार के पास कोई ठोस खनन नीति नहीं है और हर बार वह सवालों के घेरे में रहती है और उच्च न्यायालय के सामने मुंह की खानी पड़ती है। दसौनी ने कहा कि बीते रोज ही उच्च न्यायालय से धामी सरकार को खनन नीति के मामले में करारा झटका दिया है, जिसमें ई टेंडरिंग की प्रक्रिया पर उच्च न्यायालय के द्वारा रोक लगा दी गई है।

दबिश देने गयी पुलिस पर आरोपियों ने छोड़े कुत्ते, एक को मारनी पड़ी गोली

भरतपुर। नशा तस्करी के आरोपियों के घर पुलिस को दबिश देना भारी पड़ गया। यहां तस्करों के परिजनों द्वारा पुलिस टीम पर कुत्ते छोड़ दिये गये और सारा माल लेकर फरार हो गये। कुत्तों ने कई पुलिसवालों को काट लिया जिस पर पुलिस को जान बचाने के लिए एक कुत्ते को शूट करना पड़ा।

मामला राजस्थान के भरतपुर क्षेत्रांतर्गत अटलबंद थाना इलाके का बताया जा रहा है। यहां पर बबली नाम का तस्कर एक्टिव है। पुलिस ने आरोपी को रात के समय दबोच लिया था। जिससे काफी जानकारी पुलिस को मिली। पुलिस को कई मामलों में उसकी तलाश थी, जो भगोड़ा चल रहा था। पुलिस को उसके कई गुर्गों, परिजनों और ठिकानों के बारे में जानकारी मिली थी। पुलिस माल बरामद करने के लिए उसके ठिकाने पर गई लेकिन पुलिस को देख घरवालों ने खूंखार कुत्तों को छोड़ दिया। जिस पर कुत्तों ने कई पुलिसवालों को काट लिया। बचाव करने के लिए पुलिस टीम को एक कुत्ते को गोली मारनी पड़ी। इसके बाद पुलिस की टीमें रात को बड़ी तादाद में इस जगह पहुंच गई। जिसके बाद जेसीबी को बुलाया गया। पुलिस ने ठिकाने पर कार्रवाई करके उसे सीज कर दिया है। कई कारों को भी कब्जे में लिया गया है। जो लोग मौके से फरार हुए हैं, उनकी तलाश की जा रही है। राजस्थान में कुछ ही दिन बाद विधानसभा इलेक्शन होने हैं। जिसको देखते हुए पुलिस काफी अलर्ट है। चुनाव के साथ ही तस्करी की वारदात बढ़ रही हैं। पुलिस के अनुसार कई नशा तस्करों को प्वाइंट किया गया है। जिसके बाद उनके ठिकानों पर लगातार रेड की जा रही है।

युवती की मौत को प्राचार्य....

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

उनकी मांग है कि दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई हो तथा पीड़ित परिवार को उचित मुआवजा दिया जाए वहीं परिवार के एक सदस्य को नौकरी दी जाए।

उल्लेखनीय है कि बीते कल रात 8:30 बजे डीएवी कॉलेज के पीछे वाली दीवार गिरने से चकराता की सुष्मिता तोमर की मौत हो गई थी तथा उसका भाई रघुवीर घायल हो गया सुष्मिता को अभी-अभी एक डिग्री कॉलेज में कनिष्ठ सहायक के पद पर नौकरी मिली थी लेकिन वह नौकरी ज्वाइन करती इससे पहले ही इस हादसे में उसकी जान चली गई। वहीं छात्रों का विरोध प्रदर्शन देखते हुए पुलिस ने परिजनों की तहरीर पर कालेज प्रबन्धन के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

सावजनिक सूचना

सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि मेसर्स राजश्यामा कंस्ट्रक्शन प्रा. लि. ने खसरा संख्या 495GA,819GA ग्राम खुसलपुर विकासनगर, जनपद देहरादून में अपना हाट मिक्स प्लांट 50 टन प्रति घंटा के हाट मिक्स प्लांट की पर्यावरणीय स्वीकृति प्राप्त करने हेतु राज्य स्तर पर्यावरण समाघात निर्धारण प्राधिकरण (SEIAA), उत्तराखण्ड में आवेदन किया था जिसके क्रम में SEIAA ने EC identification no. EC23BO38UK162975 dated 17.10.23 द्वारा पर्यावरणीय स्वीकृति प्रदान कर दी है। जिसकी प्रति SEIAA के कार्यालय एवं पर्यावरण, वन एवं जलवायु परिवर्तन मंत्रालय, भारत सरकार के PARIVESH portal पोर्टल में उपलब्ध है।

मोबाइल नहीं दिलाया तो छात्रा ने लगाई फांसी

नैनीताल। परिजनों के मोबाइल न दिलाने से नाराज नौवीं में पढ़ने वाली एक छात्रा ने पहले तो अपने हाथ की नस काट ली जिसके बाद वह फांसी के फंदे पर झूल गई। परिजन उसे अस्पताल ले गए, लेकिन डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया।

मुखानी थाना प्रभारी प्रमोद पाठक ने बताया कि बीते बुधवार देर शाम उन्हें एक निजी अस्पताल से मामले की सूचना मिली। छात्रा अस्पताल में मृत अवस्था में लाई गई थी। सूचना पर तत्काल पुलिस अस्पताल पहुंची और पुलिस पूछताछ में लामाचौड़ निवासी राजन कुमार ने बताया कि उन्हें अपनी पत्नी के साथ किसी काम से आरटीओ ऑफिस जाना था। इसी बीच उनकी 13 वर्षीय बेटी वंशिका मोबाइल की मांग करने लग गई। उन्होंने मोबाइल की जगह पढ़ाई पर ध्यान लगाने की बात कही और घर से चले गए। जब वापस लौटे तो वंशिका फंदे पर लटकी हुई थी।

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।