बुधवार
15 नवम्बर 2023

पृष्ठ 4

लगातार देर तक काम करना हो सकता है सेहत के लिए नुकसानदायक

पृष्ठ 5

21 नवंबर से पहले ही ओटीटी पर रिलीज होगी थलपति विजय की लियो!

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 273
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

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

– सावरकर

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

मिशन सिलक्यारा: नौ दिन चले अढाई कोस

विशेष संवाददाता

उत्तरकाशी। यमुनोत्री हाइवे पर धरासू के पास सिलक्यारा में निर्माणाधीन सुरंग का एक हिस्सा ढहने से सुरंग में फंसे 40 श्रमिकों की जान बचाने के लिए चार दिनों से चल रहा राहत और बचाए कार्य अभी तक इंच भर भी आगे नहीं बढ़ सका है जिसके कारण उन चालीस जिंदगियों पर अब संकट और भी अधिक बढ़ गया है। अब तक के राहत व बचाव कार्य से नाराज कर्मचारियों के परिजनों और सुरंग में फंसे लोगों का भी सब्र का बांध टूटता जा रहा है उन्होंने आज कंपनी के प्रबंधकों और सरकार के खिलाफ जमकर हंगामा किया जिसे लेकर पुलिस और सुरक्षा कर्मियों के साथ उनकी तीखी झड़प व नोक झोंक भी हुई।

कर्मचारी और परिजनों का आरोप है कि चार दिनों से सुरंग में फंसे लोगों को बाहर निकलने का ड्रामा चल रहा है लेकिन धरातल पर कोई प्रगति नहीं हो रही है। ऐसे में सुरंग में फंसे लोग भला कब तक जिंदा रह सकेंगे। दरअसल स्थितियों में बदलाव उस समय आया जब

❑हादसे के चार दिन बाद भी प्रगति शून्य
❑80 घंटे से सुरंग में फंसी हैं 40 जिंदगियां
❑प्लान बी भी फेल, आगर मशीन खराब
❑काम ठप, कर्मचारी व परिजनों के सब्र का बांध टूटा

बीती रात आगर मशीन भी मलवा आने के कारण खराब हो गई और उसने काम करना बंद कर दिया। कल दिनभर चले प्रयासों के बाद किसी तरह हयूम पाइपों की ड्रिलिंग का काम देर रात शुरू तो हुआ लेकिन काम शुरू होते ही पहाड़ से सुरंग में और मलवा आने से आगर मशीन भी उसकी चपेट में आ गई जिसके कारण काम तो रुक ही गया इसके साथ ही मशीन के खराब होने से इस प्लान का खात्मा हो गया।

खास बात यह रही कि कंपनी प्रबंधन और रेस्क्यू में लगी टीमों ने इस सच को छिपाने की कोशिश की लेकिन आज सुबह जब इसकी जानकारी मौके पर मौजूद पीड़ित परिवार जनों और कर्मचारियों को हुई तो उनका गुस्सा फूट पड़ा। लोगों ने कंपनी प्रबंधन और सरकार के खिलाफ जमकर हंगामा किया तथा सुरक्षा के लिए बनाई गई बैरिकेटिंग को तोड़ दिया गया। उनका कहना है कि हादसे को आज

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

पीएमओ का बड़ा फैसला: सेना करेगी बचाव राहत में मदद

नई दिल्ली/देहरादून। सिलक्यारा सुरंग में फंसे 40 मजदूरों की जान बचाने के लिए प्रधानमंत्री कार्यालय ने बड़ा फैसला लेते हुए अब सेना को मदद के काम में लगाया गया है। लागर मशीन के फेल हो जाने से रेस्क्यू अभियान को आगे बढ़ाने के लिए सेना का एक विशेष माल वाहक विमान हैवी ड्रिलिंग मशीन लेकर चिन्यालीसौंण एयरपोर्ट पहुंच गया है जहां से अब इसे दुर्घटना स्थल पर ले जाया जा रहा है। मिली जानकारी के अनुसार आज देर शाम तक सेना की कर्मचारी इस मशीन से बचाव व राहत कार्य शुरू कर देंगे। सेना के इस बचाव राहत कार्य में शामिल होने से एक बार फिर इस बात की उम्मीद जगी है कि अगर यह हैवी ड्रिलिंग मशीन काम कर पाई तो सुरंग में फंसे 40 मजदूरों को बाहर लाने का काम जल्द पूरा कर लिया जाएगा। केंद्र सरकार के इस प्रयास और सेना के पराक्रम पर ही अब इस अभियान की सफलता और असफलता आकर टिक गई है। अगर कोई बड़ी मुश्किल बीच में नहीं आई तो कल शाम तक इस अभियान के पूरे होने की संभावना जताई गई है। राज्य सरकार के अभियान में आई अड़चन के बाद केंद्र सरकार ने घटना की क्लोज मॉनिटरिंग के बाद इस अभियान में सेना को शामिल करने का फैसला लिया गया है।

❑सेना का माल वाहक विमान ड्रिलिंग मशीन लेकर चिन्यालीसौंण पहुंचा

पिता ने चार बच्चों को दिया जहर, दो की मौत

रोहतक। हरियाणा के रोहतक में पिता ने अपने चार बच्चों को जहर दे दिया, जिनमें से दो बच्चों की मौत हो गई और दो बच्चों को गंभीर हालत में पीजीआई रोहतक में भर्ती कराया गया है। पुलिस ने मृतक बच्चों के शवों का पोस्टमार्टम कराया है। मामला दर्ज करते हुए पुलिस आरोपी पिता की तलाश कर रही है। दरअसल, मामला कबूलपुर गांव का है। बच्चों की मां सुमन ने बताया कि वह मंगलवार को काम पर गई हुई थी। इसी दौरान पति सुनील ने 10 साल की बेटी लिसिका, 8 साल की हिना, 7 साल की दीक्षा और एक साल के बेटे देव को जहरीला पदार्थ खिला दिया। महिला ने आगे बताया कि इसके बाद बच्चों की हालत बिगड़ गई। देवर चारों बच्चों को आनन-फानन में पीजीआई रोहतक लेकर पहुंचा। डॉक्टरों ने बेटी लिसिका और दीक्षा को मृत घोषित कर दिया। बेटी हिना और बेटे का अस्पताल में इलाज चल रहा है। दोनों की हालत गंभीर है। आरोपी सुनील के भाई सुंदर ने पुलिस को बताया कि बड़ी भतीजी लिसिका मेरे पास आई थी। उसने बताया था कि पापा ने हम सबको कुछ खिला दिया है। इसके बाद चारों बच्चों की तबीयत बिगड़ गई थी। तब मैं सभी तो अस्पताल लेकर आया था। सुंदर का कहना है कि अगर, मेरा भाई जिंदा है तो उसे गिरफ्तार किया जाए और कहीं मर गया तो उसका शव हमारे हवाले किया जाए। सुंदर का कहना है कि मुझे नहीं पता भाई ने ऐसा क्यों किया है।

300 फुट गहरी खाई में गिरी बस, 33 की मौत और 22 घायल

जम्मू। जम्मू-कश्मीर के डोडा जिले में बुधवार को यात्रियों को लेकर जा रही एक बस सड़क से फिसलकर करीब 300 फुट गहरी खाई में गिर गई, जिससे 33 लोगों की मौत हो गई। इस हादसे में 22 लोग घायल हो गए। जम्मू संभागीय आयुक्त रमेश कुमार ने यह जानकारी दी। डोडा के अस्प्सर इलाके की घटना है। आधिकारिक ने बताया कि बस संख्या जेके02सीएन-6555 की दुर्घटना में अब तक 33 लोगों की मौत की पुष्टि हो चुकी है और 22 अन्य घायल हुए हैं। एक रिपोर्ट के अनुसार, 39 लोगों की मौत हुई है। दुर्घटना के तुरंत बाद, स्थानीय लोगों और अधिकारियों ने बड़े पैमाने पर बचाव अभियान शुरू किया। अधिकारियों ने बताया कि बस की पंजीकरण संख्या जेके02सीएन-6555 है। यह बस

बटोटे-किश्तवाड़ राष्ट्रीय राजमार्ग पर त्रुंगल-अस्सार के पास सड़क से फिसल गई और 300 फुट नीचे खाई में गिर गई। उन्होंने बताया कि बचाव अभियान शुरू कर दिया गया है और कुछ शव बरामद किये गये हैं।

हादसे के बाद रेस्क्यू ऑपरेशन का एक वीडियो भी सामने आया है, जिसमें खाई से नीचे गिरी बस नजर आ रही है। काफी ऊंचाई से नीचे गिरने के कारण बस के परखच्चे उड़ गए हैं। वीडियो में दिखाई दे रहा है कि स्थानीय प्रशासन के साथ मिलकर लोग रेस्क्यू ऑपरेशन को अंजाम दे रहे हैं। वीडियो में साफतौर पर देखा जा सकता है कि जिस जगह पर यह हादसा हुआ है, वहां से एक सड़क गुजरी है, जिसके टर्न पर काफी गहरी खाई है। अनुमान लगाया जा रहा है कि यहां से मोड़ते वक्त बस अनियंत्रित हो गई होगी, जिसके बाद यह भीषण हादसा हो गया। इस हादसे पर जम्मू-कश्मीर के एलजी मनोज सिन्हा का बयान भी आया है। एलजी ने कहा,श्डोडा के अस्सर में दुखद बस दुर्घटना में लोगों की मौत से बेहद दुखी हूं। शोक संतप्त परिवारों के प्रति मेरी संवेदनाएं है। दुर्घटना में घायल हुए लोगों के शीघ्र स्वस्थ होने की कामना करता हूं प्रभावित लोगों को सभी आवश्यक सहायता प्रदान करने के लिए मंडलायुक्त एवं जिला प्रशासन को निर्देशित किया गया है।

दून वैली मेल

संपादकीय

सवाल ४० जिंदगियों का?

उत्तरकाशी में सिलक्यारा सुरंग हादसे को हुए 80 घंटे का समय बीत चुका है। सुरंग में फंसे 40 श्रमिकों की जिंदगी दांव पर लगी हुई है ऐसी स्थिति में सिर्फ श्रमिकों के परिजनों की ही नहीं सभी की नजरे यहां चल रहे बचाव और राहत कार्य की प्रगति पर लगी हुई है। प्रार्थनाओं का दौर भी जारी है। उत्तरकाशी से कब ऐसी खबर आएगी कि मिशन सिलक्यारा पूरा हुआ और सभी श्रमिक सुरक्षित निकाल लिए गए। लेकिन जैसे-जैसे समय बढ़ता जा रहा है चिंता और आशंकाएं भी बढ़ती जा रही है। इस दुर्घटना का एक अहम पहलू यह है कि सुरंग में मजदूरो का पूरा समूह फंसा हुआ है और वह सभी एक साथ है तथा उनके पास जीवन रक्षक सभी सुविधाएं पहुंच पा रही है इस तरह की असाध ारण स्थिति में अगर एक-दो व्यक्ति होते तो वह कब का हिम्मत हार चुके होते। लेकिन अगर कोई एक-दो लोग हिम्मत हारते भी है तो उनकी हिम्मत और हौसला बढ़ाने के लिए उनके साथी हैं लेकिन जब जान जोखिम में हो तो यह हौसला और हिम्मत कितने समय तक बनाए रखी जा सकती है? यह भी एक बड़ा सवाल है। ऐसे समय में हर एक पल बहुत महत्वपूर्ण होता है। बाहर जो लोग रेस्क्यू कार्य में जुटे हैं वह दिन-रात काम में जुटे हैं। लेकिन उनका थकना भी लाजमी है और जो अंदर फंसे हैं उनका भी मनोबल बढ़ते समय के साथ लगातार कम होना स्वाभाविक है। लगातार काम करने या जागते रहने की भी अपनी सीमाएं हैं। जिनके पूरा होने पर कई तरह की समस्याएं सामने आने लगती हैं। 12 नवंबर सुबह 4 बजे के आसपास हुए इस हादसे को 80 घंटे से भी अधि क समय हो चुका है लेकिन बचाव व राहत कार्य में प्रगति पर गौर करें तो अभी भी उसके आगे अनिश्चितता की लंबी लकीर खिंची हुई ही दिखाई दे रही है। राज्य सरकार और केंद्र सरकार भले ही अपनी पूरी सामर्थ्य के साथ मिशन सिलक्यारा में जुटी हो लेकिन जब तक मिशन कामयाब और पूरा नहीं होता तब तक इन प्रयासों का कोई फायदा नहीं है। अब तक यह बचाव व राहत कार्य जिस मुकाम तक पहुंचा है उसे संतोषजनक नहीं माना जा सकता है। इंडिया इस ऑन मून पर अपनी पीठ थपथपाने वाले लोगों को इस पर गौर करने की जरूरत है कि इस तरह की आपात स्थिति में क्या इस तरह बचाव व राहत कार्य किए जाने चाहिए? 2 दिन पहले खुद सीएम धामी सुरंग तक गए। सुरंग से मलवा हटाकर इन मजदूरों को निकालना संभव नहीं है क्योंकि पहाड़ से सुरंग में लगातार मलवा आ रहा है इसे समझने में ही 36 घंटे का समय गुजर गया फिर ह्यूम पाइप से बाहर निकालने की कोशिशों पर काम शुरू हुआ। हरिद्वार और दून से ह्यूम पाइप और आगर मशीन ले जाई गयी और काम शुरू होने तक 24 घंटे का और समय बीत गया। काम शुरू हुआ तो ड्रीलिंग के दौरान भी सुरंग में बाहर की ओर मलवा आने लगा ऐसे में आगर मशीन की सुरक्षा का काम भी बढ़ गया सूबे की एकमात्र आगर मशीन ने काम बंद कर दिया और पूरे मिशन पर ही पानी फिर गया। यह प्रयास भले ही अपनी पूरी ताकत और जान झौंककर किये जा रहे हो लेकिन इससे संतुष्ट नहीं हुआ जा सकता है। अब दिल्ली से आगर मशीन लाने की बात कही जा रही है और बीते 4 दिनों से चल रहा है यह मिशन एक बार फिर शुन्य के स्तर पर पहुंच चुका है। अब इस स्थिति में परिजनों का जनाक्रोश भी लाजमी है। इस ऑपरेशन का मिशन ए व मिशन बी दोनों फेल हो चुके हैं प्लान सी पर काम कब शुरू होगा या प्लान सी है क्या इसका अभी तक किसी को पता नहीं है ऐसे में अब इस सुरंग में फंसी इन 40 जिंदगियों का क्या होगा इसका जवाब किसी के भी पास नहीं है।

रेस्क्यू कार्य के बीच टनल में काम कर रही अत्याधुनिक 'ऑगर मशीन' हुई खराब

कार्यालय संवाददाता

उत्तरकाशी। यमुनोत्री राष्ट्रीय राजमार्ग पर निर्माणाधीन टनल में भूस्खलन के कारण फंसे मजदूरों को बाहर निकालने के लिए सुरंग में जारी रेस्क्यू कार्य के बीच टनल में काम कर रही अत्याधुनिक "ऑगर मशीन" भी खराब हो गई है। रेस्क्यू में अपनाई गई रणनीति प्लान ए के बाद प्लान बी असफल होने के बाद अब प्लान सी पर कार्य करना होगा, इसके अलावा अन्य उपायों पर भी आगे बढ़ना होगा। जिला आपदा प्रबंधन से मिली जानकारी के अनुसार, ह्यूम पाइप बिछाने के लिए मलबे के अंदर छेद करने के लिए लाई गई ऑगर मशीन ने काम करना बंद कर दिया है। मलबे के साथ भारी भारी वा हार्ड रॉक भी होंगी ऐसे में आगर मशीन के लिए रास्ता बनाना आसान नहीं है।

अभी तक रणनीति के हिसाब से 900 एम एम व्यास के ह्यूम पाइप की अंदर डालकर इसके माध्यम से टनल में फंसे लोगों तक पहुंचने का प्रयास था और इसी ह्यूम पाइप से फंसे लोगों को बाहर निकालने की रणनीति बनाई गई थी, लेकिन आगर मशीन के भी खराब हो जाने से मजदूरों तक पहुंचने का प्लान बी भी असफल रहा।।जबकि इससे पहले प्लान ए के तहत मलबा हटाकर मजदूरों तक पहुंचने का प्लान भी असफल रहा है। क्यों की टनल के अंदर भारी मात्रा में मलबा आ रखा है जिसकी लंबाई 60 मीटर बताई जा रही है और इसमें भरी दिक्कत ये है कि जैसे ही मलबा हटाने की कार्यवाही की जा रही थी अंदर पहाड़ी पर बनी "कैविटी" सेमलबा फिर से गिरना शुरू हो रहा है। प्रशासन द्वारा अब सुरंग के अंदर फंसे मजदूरों को बाहर निकालने के लिए दूसरी ऑगर मशीन हेलिकॉप्टर से चिन्यालीसौड़ तक मंगवाई जा रही है।

सुरंग के अंदर मजदूर पिछले तीन दिन से फंसे हुए हैं, जिन्हें सुराख से हवा और पाईप से ऑक्सीजन वा भोजन, दवाइयां आदि की सप्लाई की जा रही है।

ऑगर मशीन से ड्रिलिंग के जरिए 900 एमएम व्यास के ह्यूम पाइप बिछाकर मजदूरों को बाहर निकालने का प्रयास हो रहा था, लेकिन बुधवार को सुबह मशीन खराब हो गई। ऐसे में फिलहाल रेस्क्यू कार्य प्रगति फिर से शून्य हो गया है। ऑगर मशीन के जरिए ह्यूम पाइप बिछाकर मजदूरों को बाहर निकालने को जारी रेस्क्यू ऑपरेशन बाधित होने से टनल में फंसी 40 जिंदगियां इस वक्त संकट में हैं।

टनल में फंसे लोगों को आज चौथा दिन यानी लगभग 80 घंटे हो चुके हैं ऐसे में समय जैसे जैसे व्यतीत हो रहा है टनल में फंसे लोगों के जीवन पर संकट भी बढ़ता ही जा रहा है।

चरस के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चरस के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार सहसपुर थाना पुलिस ने वन विभाग विश्राम गृह के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 230 ग्राम चरस बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम रफीक पुत्र दाम खां निवासी तिमली बताया।

मोटरसाईकिलों की भिड़ंत पर दो पक्षों में चले जमकर लात-घूंसे

संवाददाता

देहरादून। मोटरसाईकिलों के आपस में टकराने से दो पक्षों में जमकर लात घूंसे चले जिसमें एक युवक घायल हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार साऊथ रोड लण्ढौर निवासी आदित्य ठाकुर ने मसूरी कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके साथ कपिल राणा व करन ठाकुर ने आकर मारपीट कर उसको घायल कर दिया। वहीं सम्पर्क करने पर मसूरी कोतवाल शंकर सिंह बिष्ट ने बताया कि दोनों पक्षों की मोटरसाईकिल की भिडंत होने पर कहा सुनी हुई और इसी बीच दोनों तरफ से लात घूंसे चले और इसी दौरान कपिल राणा के द्वारा चाबी के छल्ले से आदित्य पर हमला किया तो उसका गाल कट गया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर लिया है।

मोबाइल चोरी करते दबोचा

संवाददाता

देहरादून। दुकान पर सामान ले रही युवती का मोबाइल चोरी कर भाग रहे युवक को लोगों ने पकडकर पुलिस के हवाले किया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मिसरवाला कला निवासी तनु ऋषिकेश रोड पर स्थित बर्तन की दुकान से बर्तन खरीदने गयी थी। जब वह सामान खरीद रही थी उसी दौरान वहां मौजूद एक युवक ने उसका मोबाइल फोन चुरा लिया और वहां से भागने लगा उसके शोर मचाने पर आसपास के लोगों ने पीछा कर युवक को दबोच लिया। सूचना मिलते ही डोईवाला कोतवाली पुलिस मौके पर पहुंची और युवक को हिरासत में ले लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम राम उर्फ जीवन पुत्र कुंवरपाल निवासी केशवपुरी बस्ती बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्र सोमासो मदच्युत: श्रवसे नो मघोन:।
सुता विदथे अक्रमु:।।

(ऋग्वेद ९-३२-१)

जो मनुष्य पवित्र मन से यज्ञ करते हैं उनके यज्ञ में परमेश्वर आनंद की ध ाराएं प्रवाहित करते हैं। ऐसे मनुष्यों को सम्मान, शक्ति और समृद्धि प्राप्त होती है।

रेलवे फाटक तोड़कर अज्ञात वाहन चालक फरार, जांच शुरु

हमारे संवाददाता

नैनीताल। गौला रोड स्थित रेलवे फाटक को तोड़कर एक अज्ञात वाहन चालक फरार हो गया। मामले की सूचना मिलने पर आरपीएफ ने मौके पर पहुंच कर जांच शुरू कर दी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आज लगभग 1 बजे एक अज्ञात वाहन चालक लालकुआं कोतवाली चौराहे की ओर से तेज गति से गौला रोड की तरफ आ रहा था। इस दौरान रेलवे फाटक बंद था लेकिन तेज गति से आ रहे वाहन चालक अपने वाहन को नियंत्रित नहीं कर सका और रेलवे फाटक से जा टकराया इससे रेलवे फाटक क्षतिग्रस्त हो गया। इस घटना के बाद मौके पर लोगों की भीड़ जमा हो गई लेकिन आरोपी वाहन चालक मौका पाकर फरार हो गया।

इधर लोगों ने इसकी सूचना आरपीएफ को दी गई जिसके बाद आरपीएफ ने मौके पर पहुंचकर इस मामले में छानबीन शुरू कर दी है। समाचार लिखे जाने तक वाहन चालक का कोई पता नहीं लग सका है। इधर रेलवे कर्मचारी रेल फाटक को ठीक करने में लगे हुए हैं, फाटक क्षतिग्रस्त होने से चलते रेलवे क्रॉसिंग के दोनों ओर लम्बा जाम लग गया है। फिलहाल आरपीएफ आसपास दुकानों में लगे सीसीटीवी को खंगालने में जुटी हुई है।

जब निकल रहे हों बच्चों के दूध के दांत

बच्चे जब छह महीने के हो जाते हैं तब उनके दूध के दांत निकलने का समय होने लगता है, ऐसे समय में बच्चों को बुखार, मसूड़ों में सूजन और दर्द सहित कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इसलिए उन्हें विशेष देखभाल की जरुरत होती है। दांत निकलने के दौरान बच्चों को काफी दर्द होता है जिसके कारण वो दिनभर रोते रहते हैं और चिड़चिड़े हो जाते हैं। ऐसे समय में बच्चों को विशेष देखभाल की जरूरत पड़ती है ताकि उन्हें दर्द में राहत दिलाई जा सके और संक्रमण से भी बचाया जा सके। इस दौरान दर्द के अलावा भी बच्चों को कई परेशानियां होती हैं जिनके बारे में अभिभावकों को ध्यान रखना चाहिये।

मसूड़ों में आ जाती है सूजन

दांत निकलने की प्रक्रिया आमतौर पर 6 से 8 महीने में शुरू हो जाती है। पहले-पहल निकले दांतों को ही हम दूध के दांत कहते हैं। दांत निकलने के दौरान बच्चों के मसूड़ों में सूजन आ जाती है और कई बार तो मसूड़े लाल हो जाते हैं। इसी कारण बच्चों को दर्द होता है और वे रोते हैं।

बुखार आ सकता है

दांत निकलने की प्रक्रिया के दौरान बच्चों में बुखार आना एक आम समस्या है। अगर बच्चे के दांत निकल रहे हैं और उसे बुखार आ जाता है तो घबराएं नहीं बल्कि चिकित्सक से सलाह लें। आमतौर पर पैरासीटामाल से ये बुखार ठीक हो जाता है पर चिकित्सक की सलाह के बिना कोई भी दवा बच्चों को न दें।

भूख कम लगती है

दांत निकलने के समय बच्चों को भूख कम लगती है इसलिए वे दूध पीते समय रोते रहते हैं और शांत नहीं होते हैं। ऐसे में बच्चों को जबरदस्ती दूध न पिलाएं नहीं तो उन्हें अपच या कब्ज हो सकती है और बच्चे उल्टी कर सकते हैं। अगर बच्चा 6 महीने से ज्यादा का है तो उसे दूध के अलावा भी कुछ तरल पदार्थ या खाने की बहुत मुलायम चीज दे सकते हैं।

डायरिया की होती है आशंका

दांत निकलने के समय दर्द के कारण बच्चे आसपास की चीजों को उठाकर मुंह में भरने लगते हैं इसलिए संक्रमण के कारण कई बार उन्हें डायरिया भी हो जाता है। इससे बचाव के लिए बच्चों को साफ जगह पर रखें और उसके आसपास की चीजों को भी अच्छी तरह साफ कर दें। इसके अलावा जब बच्चा कोई चीज मुंह में भरे तो उसे गाजर या कोई भी कड़ा फल दे सकते हैं जिसे वो मसूड़ों से काट न पाए।

चिड़चिड़े हो जाते हैं बच्चे

दांत निकलने के दौरान बच्चे लगातार दर्द के कारण चिड़चिड़े हो जाते हैं और दिनभर रोते रहते हैं। इसके कारण कई बार बच्चे रात में सोते-सोते उठ जाते हैं जिससे आपकी परेशानी बढ़ जाती है। चिड़चिड़ेपन के कारण बच्चों में आंख मसलना, बालों को खींचना, खरोंच मारना और चीजों को मुंह में भरना आदि कई लक्षण देखे जा सकते हैं। बच्चों को शांत करने के लिए उनके पैरों को मालिश करना आसान उपाय है। पैरों में मालिश करने से बच्चों को अच्छा लगता है जिससे उन्हें दर्द का एहसास कम होता है और वे जल्दी ही शांत हो जाते हैं। मालिश से उन्हें नींद भी आने लगती है और वे सो जाते हैं।

इस कारण बच्चों को नहीं लगती भूख

बच्चों को खाना-खिलाना कोई आसान काम नहीं है। हर चीज को लेकर उनकी आना-कानी माता-पिता के लिए परेशानी बन जाती है क्योंकि वे इस बात को अच्छी तरह जानते हैं कि उनके लिए पोषण कितना ज्यादा जरूरी है। वहीं, बच्चे भूख न लगने की बात कहकर खाना टाल लेते हैं पर अगर बच्चा खाना नहीं खा रहा तो इसके पीछे कुछ कारण भी हो सकते हैं।

पेट के कीड़े

जब बच्चे के पेट में कीड़े होते हैं तो उन्हें भूख नहीं लगती। कई बार तो इससे दस्त, सूजन, कमजोरी और पोषण की कमी होने लगती है। इस बात पर ध्यान देना बहुत जरूरी है।

एनीमिया

शरीर में एनीमिया की कमी होने पर चिड़चिड़ापन,कमजोरी और थकान जैसे लक्षण दिखाई देते हैं। जिससे बच्चे का खाना खाने का मन नहीं करता। बच्चे के डांटने की बजाए उसके पोषण पर ध्यान दें।

कब्ज

पेट से जुड़ी परेशानियां भी भूख न लगने का कारण बनती हैं। कब्ज भी इसका संकेत है। पाचन क्रिया की गड़बड़ी के कारण पेट साफनहीं हो सकता, जिससे बच्चा खाना नहीं खा पाता। जब आंत साफहोती है तो धीरे-धीरे बच्चे की भूख में भी सुधार आने लगता है।

अवसाद

अवसाद यानि तनाव का शिकार सिर्फबड़े ही नहीं बल्कि बच्चे भी हो जाते हैं। भूख न लगने का यह भी एक हिस्सा है। तनावग्रस्त बच्चों को भूख नहीं लगती।

दवाओं का सेवन

बच्चा ज्यादादेर तक किसी प्रकार की दवाइयों का सेवन कर रहा हो तब भी उसे भूख नहीं लगती। एंटीबायोटिक से बच्चों में भूख की कमी हो सकती है। अगर दवाइयां बंद करने के बाद भी बच्चा भूख महसूस नहीं कर रहा हो डॉक्टरी जांच बहुत जरूरी है।

हैकिंग : खतरे से पार पाने की चुनौती

अभिषेक कुमार

अब ज्यादातर बैंक अपने ग्राहकों को एटीमएम कार्ड और इंटरनेट की बदौलत घर, दफ्तर और बाजार हर जगह बैंकिंग की सुविधा देते हैं.

इंटरनेट के जरिये संचालित बैंकों की वेबसाइट, मोबाइल बैंकिंग और इंटरनेट के नेटवर्क से जुड़े एटीएम से उपभोक्ता जहां चाहे अपने खाते से पैसे की निकासी समेत कई अन्य बैंकिंग कामकाज निपटा सकता है. पर दुनिया जैसे-जैसे अपने बैंकिंग कामकाज के लिए कंप्यूटर-मोबाइल के जरिये साइबर स्पेस पर निर्भर हो रही है, वैसे-वैसे उसमें सेंधमारी का खतरा भी बढ़ रहा है.

यह खतरा कितना बड़ा है, इसका अंदाजा सिक्योरिटी कंपनी चेकप्वाइंट सॉफ्टवेयर टेक्नोलॉजी के शोधकर्ताओं की चेतावनी से लग जाता है, जिसमें उन्होंने दुनिया भर के ९० करोड़ एंड्रॉयड आधारित स्मार्टफोनधारकों को चेताया है कि हो सकता है कि वे किसी हैकिंग के शिकार हो जाएं क्योंकि एंड्रॉयड ऑपरेटिंग सिस्टम में एक बग (मालवेयर) सक्रिय हो गया है, जिसका इस्तेमाल करते हुए हैकर किसी भी फोन को अपने कब्जे में ले सकते हैं और फोन के सारे डाटा को निकाल सकते हैं.

ऐसी स्थिति में उनके निजी आंकड़ों, फोटो के अलावा वित्तीय, खास तौर से बैंकिंग कामकाज प्रभावित हो सकता है. यहां तक कि उनके बैंक खातों में जमा पैसा भी अनजान खातों में ट्रांसफर हो सकता है. मुश्किल है कि साइबर सेंधमारी की

ऐसी घटनाएं लगातार बढ़ रही हैं, जिनसे दुनिया भर के बैंक और सरकारें तक परेशान हैं.

भारत में भी हैकिंग की बढ़ती घटनाओं से देश को होने वाले नुकसान की बात सरकार मान चुकी है. मोटे तौर पर हैकिंग के दो प्रकार हैं. एक तो वह हैकिंग है, जिसे सरकारें और आम लोग अपने कामकाज में बाधा मानकर उसे गैरकानूनी करार देते हैं.

दूसरी तरह की हैकिंग को एथिकल हैकिंग कहा जाता है. इसके तहत कंप्यूटर तकनीक के हुनरमंद लोग (हैकर) वित्त और सुरक्षा से जुड़े सरकारी प्रतिष्ठानों को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर की जाने वाली हैकिंग से बचाते हैं. मगर ज्यादातर हैकर अपने हुनर का इस्तेमाल करोड़ों की हेराफेरी और प्रतिद्वंद्वी कंपनियों की गोपनीय सूचनाएं चुराकर उन्होंने दूसरों के हाथ बेचने में ही करते हैं. अमेरिका-चीन जैसे मुल्कों में खुद सरकारें अपने वैश्विक हितों के लिए दूसरे मुल्कों से संबंधित ईमेल व वेबसाइटें हैक करवाती हैं.

पिछले दस वर्षों में हमारे देश में इंटरनेट की पहुंच दस लाख से बढ़ कर 35-४० करोड़ यूजर्स तक पहुंच गई. अनुमान है कि भारत में अभी छह-सात हजार साइबर सुरक्षा विशेषज्ञ ही ऐसी हैकिंग आदि रोकने के लिए तैनात हैं, जो काफी कम हैं. जबकि ऐसी घटनाओं की रोकथाम के वास्ते चीन में करीब सवा लाख और अमेरिका में एक लाख लोग अधिकृत तौर पर साइबर सिक्योरिटी से जुड़े हुए हैं.

ब्रिटेन तो दो साल पहले अपनी साइबर आर्मी बनाकर हजारों साइबर सिक्योरिटी विशेषज्ञों को तैनात किया गया है. लंबे अरसे से प्रतिभावान आईटी पेशेवरों की बदौलत भारत की गिनती आईटी क्षेत्र की महारथी देश के रूप में होती रही है. ऐसे में यदि हैकर हमारी इस साख पर बट्टा लगाने में सफल हो जाते हैं तो इसके बड़े गहरे अर्थ लगाए जाएंगे.

बांटने से दूर होते हैं दुख-दर्द

मनुष्य जीवन में आर्थिक, सामाजिक या पारिवारिक स्थितियां आती रहती हैं। इनसे प्रताड़ित मनुष्य कभी-कभी इतना दुखी होता है कि उसे जीवन दर्द और जीना दुश्वारी भरा लगने लगता है। ऐसे हालात में मायूसी भी घर कर लेती है। आहिस्ता-आहिस्ता आदमी भीतर से टूटने लगता है। स्वभाव से ही मनुष्य भावनाओं को लेकर बेहद संजीदा है। जब कभी भावनात्मक रूप से जुड़े व्यक्ति या वस्तु से दर्द मिलता है तो वह दर्द सबसे बड़ा दर्द होता है। उस दर्द से उबरना भी इतना आसान नहीं होता।

एक फ़कीर थे। नाम था दुखभंजन। कहते थे कि खुदा से उनका साक्षात्कार होता रहता है। स्वभाव से बहुत सीधे, सरल, मिलनसार, स्नेही और हमेशा खुशदिल। उनका कहना था कि वे जिससे भी मिलते, उसका दुख हर लेते थे। सब लोग उनका बहुत सम्मान करते थे।जैसा कि सामान्यतया होता है, कोई न कोई व्यक्ति पारिवारिक, सामाजिक, आर्थिक परिस्थितियों से दुखी रहता है, उसी प्रकार वहां भी कुछ लोग दुखी थे। अब उन्होंने निश्चय किया कि वे अपना दुख-दर्द मिटाने के लिए फकीर के पास जायेंगे। चेहरे पर गहरी मायूसी लिए दस-बारह व्यक्ति पहुंच गए फकीर की कुटिया में। फकीर ने उनको गले लगाया और अपने हाथों से पानी पिलाया। सभी के दुख सुने और विनम्र स्वभाव से कहा-आप सबकी दुख-दर्द की कहानी का निवारण होगा। इसलिये आप रोज दस दिन मेरे पास आइये। जब मुझे आपकी व्यथा समझ आ जायेगी तभी मैं उसे ईश्वर से कह पाऊंगा।

सभी ने उनकी बात स्वीकार की और चल दिये अपने गांव। अब रोज वो सब आते और फकीर से मिलते, फकीर उन्हें गले लगाता और उनके दुख सुनता और सांत्वना देता। ग्यारहवें दिन सब लोग आये जो उम्मीद और उत्सुकता से भरे थे क्योंकि आज दुख मिटाने का फैसला था। अचानक

फकीर जोर-जोर से हंसता हुआ कुटिया से निकला, सबको गले लगाया और सभी को एक-एक फूल और आशीर्वाद दिया। फिर वह बोला-मेरे प्यारे लोगों, मैं देख रहा हूं कि आज आप लोगों के चेहरे पर मायूसी नहीं दिख रही है। सब लोगों ने कहा-हां गुरुदेव, अब हमें इतना दुख महसूस नहीं हो रहा है। हम भूल गए हैं कुछ दर्द। शायद आपने हमारे दुख-दर्द खुदा से मिलकर मिटा दिये हैं। तभी हम प्रसन्न हैं।

फकीर ने गम्भीरता से कहा-प्यारे बंधुओ ! मैं भी आप जैसा ही इनसान हूं। मैं कोई खुदा के पास दुख मिटाने की अर्जी लेकर नहीं जाता। मैंने दस दिन तक आपके दुख-दर्द सुने। आपने अपना दर्द मुझसे साझा किया और साझा करने से आपका दुख हल्का हुआ। आपका मन अब दुख से आजाद है, भले ही आपको वो दुख याद है। दुख की जगह आपकी भावनाओं से मैं जुड़ा और मैंने आपको खुदा से जोड़ा। इसी प्रक्रिया में आपके विचार और मन जो केवल दुख की पीड़ा से जकड़े हुए थे, अब वो विभाजित हो गए हैं। आपका मन हल्का हो गया है। बस इसी कारण आप खुश हैं।

फकीर ने कहा-यही दुख-दर्द की दवा है कि आप अपने दुख अपनों से बांट लो। एकांत में मत रहो। आगे से आप लोग यह शपथ लो कि आप लोग भी दूसरों के दर्द को सुनोगे, उसे सांत्वना दोगे। जब समाज के सभी लोग मिलकर रहेंगे, एक-दूसरे के दुख-दर्द बांटेंगे, एक-दूसरे की सहायता करेंगे तो कोई दुखी नहीं रहेगा। दुख का कारण भी हम हैं। क्योंकि हम दुख और दुखी दोनों से दूर भागते हैं। इसे गले लगाओ।

फकीर की बातें सुनकर सभी लोग प्रसन्न हुए और अपने गांव लौट आये। आगे से उन लोगों ने दूसरे दुखी व्यक्तियों से भी वैसा ही व्यवहार किया जैसा फकीर ने उनके साथ किया था। अब उस गांव में कोई मायूस और दुखी व्यक्ति नजर नहीं आता था। उन्होंने दुख-दर्द को जीवन के लिए एक बोझ ना मानकर, उसे जीवन का अध्याय समझा और उसे अपनों से साझा करके मन को पीड़ा से मुक्त रखा। इसी तरह हमें भी अपने मित्रों, रिश्तेदारों के दुख-दर्द सुनने चाहिए और अपने दुख-दर्द बांटने चाहिए क्योंकि दुख बांटने से कम होता है। इसलिए हर किसी का दर्द मिटाते रहिए।

भाजपा में दूसरी पार्टियों पर नजरिया

हरिशंकर व्यास

भारतीय जनता पार्टी ने राजनीतिक दलों की कई श्रेणियां बना रखी हैं। एक श्रेणी ऐसी पार्टियों की है, जिनके साथ भाजपा के अतीत में अच्छे संबंध रहे हैं या वह पार्टी भाजपा के नेतृत्व वाले गठबंधन में रही है। ऐसी पार्टियों के फिर से एनडीए में लौटने का रास्ता खुला रहता है। दूसरी श्रेणी ऐसी पार्टियों की है, जो पहले साथ रही हैं या नहीं भी रही हैं तो नरेंद्र मोदी के केंद्र में सरकार बनाने के बाद अपनी राजनीतिक मजबूरियों में भाजपा के प्रति नरम रही हैं। ये आगे भी भाजपा के साथ हो सकता है कि खुल कर न जुड़ें लेकिन मुद्दों के आधार पर सरकार को इनका समर्थन मिलता रहेगा। तीसरी श्रेणी भाजपा के कट्टर विरोधियों की है, जो अपने प्रदेश की वोट की राजनीतिक मजबूरी के चलते किसी हाल में भाजपा के साथ नहीं जुड़ सकते हैं। केंद्र सरकार की एजेंसियों का रवैया भी इन तीन श्रेणियों की पार्टियों के प्रति अलग अलग दिखता है। जो केंद्र के करीब है या करीब जाने की संभावना लिए हुए है उस पर कार्रवाई नहीं होती है, जो विरोधी है लेकिन दबाव बना कर करीब लाया जा सकता है उनके ऊपर प्रतीकात्मक कार्रवाई होती है और जो कट्टर विरोधी हैं उनको पूरी तरह से निपटा देने या चुनाव लडने लायक नहीं रहने देने वाली कार्रवाई होती है। इस तीसरी श्रेणी में कांग्रेस के अलावा कुछ प्रादेशिक पार्टियां शामिल हैं। प्रादेशिक पार्टियों में राष्ट्रीय जनता दल, तृणमूल कांग्रेस, डीएमके आदि का नाम लिया जा सकता है। इनमें से तृणमूल कांग्रेस और डीएमके पहले भाजपा के साथ रहे हैं। लेकिन तब से गंगा-जमुना में बहुत पानी बह गया है। ममता जब भाजपा के साथ थीं तब वे पश्चिम बंगाल में भाजपा वाली ही राजनीति करती थीं। जब उन्होंने लेफ्ट को हरा दिया तब से वे लेफ्ट की राजनीति कर रही हैं, जिसमें 30 फीसदी मुस्लिम वोट सबसे अहम है। इसी तरह अटल बिहारी वाजपेयी के समय डीएमके और भाजपा का तालमेल था। लेकिन अब डीएमके सनातन विरोध की जैसी राजनीति कर रही है उसमें दोनों के लिए साथ आना मुश्किल है। यही बात राष्ट्रीय जनता दल के बारे में भी है। वह कभी एनडीए का हिस्सा नहीं रही है लेकिन ऐसा नहीं है कि उसने भाजपा का साथ नहीं दिया है या नहीं लिया है। लालू प्रसाद 1990 में पहली बार भाजपा के समर्थन से ही मुख्यमंत्री बने थे और तब उनकी पार्टी जनता दल की केंद्र में सरकार भी भाजपा के समर्थन से बनी थी और भाजपा के समर्थन वापस लेने से गिर गई थी। लेकिन उसके बाद लालू प्रसाद की राजनीति भी बिहार के 18 फीसदी मुस्लिम मतदाताओं के ईर्द-गिर्द सिमट गई। इसलिए वे भी भाजपा के साथ नहीं जा सकते हैं। आज के संदर्भ में कहा जा सकता है कि इन तीनों पार्टियों की राजनीति भाजपा विरोध पर टिकी है। ये भाजपा का जितना ज्यादा विरोध करेंगे इनके वोट उतने पक्के होंगे। दूसरी ओर केंद्र सरकार की एजेंसियां इनके ऊपर जितनी कठोर कार्रवाई करेंगी उतना फायदा भाजपा को होगा। इसलिए इन तीन पार्टियों के नेताओं को कोई राहत नहीं मिलेगी।

साख नहीं, तो क्या बचा?

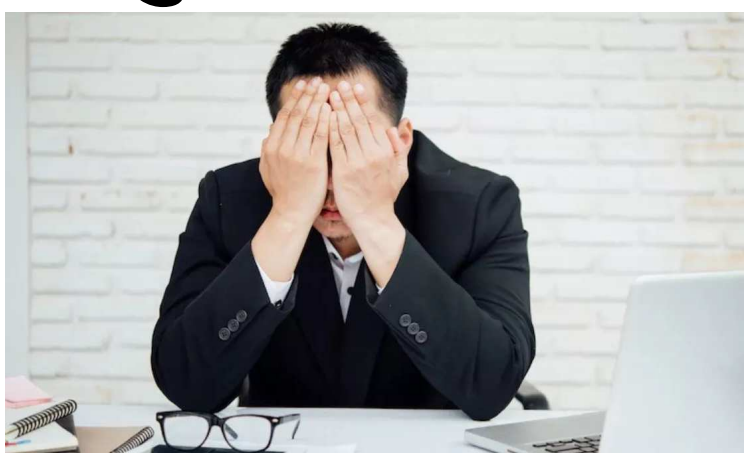
यह अपेक्षा तो रहती ही है कि तय प्रावधान का- उसकी भावना के मुताबिक पालन किया जाए। सिर्फ तभी नियुक्त व्यक्ति- और प्रकारांतर में जिस संस्था का प्रमुख उसे बनाया गया है, उसकी साख लोगों की निगाह में बनी रह सकती है। अगर लोकसभा में कांग्रेस के नेता अधीर रंजन चौधरी की बात सच है, तो फिर यही कहा जाएगा कि पारदर्शिता और सहमति की भावना का उल्लंघन करते हुए सरकार ने मुख्य सूचना आयुक्त (सीआईसी) की नियुक्ति कर दी। चौधरी ने राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू को पत्र लिखकर शिकायत की है कि जिस बैठक में हीरालाल समारिया को सीआईसी बनाने का फैसला हुआ, उसमें वे उपस्थित नहीं थे, क्योंकि नए सिरे से तय हुई नियुक्ति समिति की बैठक के बारे में उन्हें सूचित नहीं किया गया था। प्रावधान यह है कि सीआईसी की नियुक्ति वह कमेटी करेगी, जिसमें प्रधानमंत्री, लोकसभा में सबसे बड़े विपक्षी दल के नेता, और एक केंद्रीय मंत्री शामिल होंगे। ऐसी परिस्थिति में अगर सरकार विपक्ष की राय दरकिनार करने को ठान ले, तो वह आसानी से ऐसा कर सकती है। फिर भी यह अपेक्षा तो रहती ही है कि तय प्रावधान का- उसकी भावना के मुताबिक पालन किया जाए। सिर्फ तभी नियुक्त व्यक्ति- और प्रकारांतर में जिस संस्था का प्रमुख उसे बनाया गया है, उसकी साख लोगों की निगाह में बनी रह सकती है। मगर यह साफ है कि मौजूदा केंद्र सरकार इस सामान्य जन अपेक्षा का आदर भी करने को तैयार नहीं है। इसीलिए वर्तमान सरकार के कार्यकाल में संस्थाओं की निष्पक्षता एवं पारदर्शिता में भारी गिरावट की शिकायतें आम होती गई हैं। इन सबका सकल परिणाम लोकतंत्र के पैमानों पर भारत का दर्जा गिरने के रूप में सामने आया है। बेशक, इन सबके बावजूद सत्ताधारी भारतीय जनता पार्टी मोटे तौर पर मतदाताओं एक बहुत बड़े तबके में अपना आधार बनाए रखने में अब तक कामयाब है। इससे उसे चुनावी सफलताएं मिलती रही हैं। मगर सिर्फ चुनावी बहुमत प्राप्त करना लोकतंत्र नहीं है। अवरोध एवं संतुलन की मजबूत व्यवस्था, पारदर्शिता, और मर्यादाओं का सम्मान उसके अभिन्न घटक हैं। इनके बिना चुनावी बहुमत बहुसंख्या की तानाशाही का रूप ले लेता है। यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि विवेकशील विश्व जनमत का एक बड़ा हिस्सा आज भारत को इसी रूप में देख रहा है। इस धारणा को दूर करने की जरूरत है। सरकार को समझना चाहिए कि संस्थाओं की साख है, तभी तक लोकतंत्र है। (आरएनएस)

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

लगातार देर तक काम करना हो सकता है सेहत के लिए नुकसानदायक



जीवनयापन करने के लिए काम करना बहुत जरूरी होता है, हाल ही में इन्फोसिस के फाउंडर नारायण मूर्ति ने हफ्ते में 70 घंटे काम करने की सलाह दी थी, जिसके बाद सभी लोग हैरान हो गए थे। लेकिन क्या आप जानते हैं कि लंबे समय तक काम करना न सिर्फ आपकी पर्सनल और फैमिली लाइफ को नुकसान पहुंचता है, बल्कि आपकी सेहत के लिए भी बहुत नुकसानदायक है। आइए आज हम आपको बताते हैं कि लंबे समय तक काम करने से क्या नुकसान होते हैं और इससे आप कैसे डील कर सकते हैं।

2021 में वर्ल्ड हेल्थ आर्गेनाइजेशन ने एक रिपोर्ट जारी की थी, जिसमें कहा गया था कि 2016 में स्ट्रोक और दिल के दौर के कारण लगभग 745000 लोगों की मौत हो गई थी। इसके पीछे की वजह लंबे समय तक काम करना, नींद ना आना, खराब डाइट और तनाव था। यह सभी कारण आपके दिल पर बुरा प्रभाव डालते हैं।

लॉन्ग वर्किंग घंटों के नुकसान

लंबे समय तक काम करने से न सिर्फ आपकी फैमिली और पर्सनल लाइफ बाधित होती है, बल्कि यह आपके शरीर के लिए भी नुकसानदायक होता है। एक्सपर्ट्स के मुताबिक, लॉन्ग वर्किंग ऑवर का प्रभाव आपकी डाइट और एक्सरसाइज रूटीन पर भी पड़ता है, क्योंकि आप इन सारी चीजों को कम कर देते हैं और काम पर फोकस करने लगते हैं। इतना ही नहीं ज्यादा समय तक काम करने वाले लोगों को सिगरेट, शराब, चाय, कॉफी जैसी लत भी जल्दी लग जाती है जिसका पूरा प्रभाव शरीर पर पड़ता है। ऐसे में काम और लाइफ के बीच में बैलेंस बनाना बहुत जरूरी है।

इस तरह से काम और लाइफ के बीच करें कोऑर्डिनेशन

समय सीमा निर्धारित करें

वर्किंग लोगों के ऊपर हमेशा काम करने का दबाव होता है, लेकिन काम और आराम के बीच समय का कोआर्डिनेशन करना बहुत जरूरी होता है। आप अपनी क्षमता के अनुसार ही काम करें और बीच-बीच में ब्रेक भी लें।

सेल्फ केयर

लॉन्ग वर्किंग ऑवर के साथ-साथ जरूरी है कि आप अपनी खुद की केयर भी करें। एक्सरसाइज के लिए समय निकालें, हेल्दी डाइट लें और समय से सोए और समय से उठें।

घंटे के हिसाब से काम करें

अपना वर्किंग शेड्यूल 8-8-8 के हिसाब से बनाएं, जिसमें 8 घंटे आपको काम करना है, 8 घंटे सोना है और 8 घंटे आपको अपने फैमिली, फ्रेंड्स और खुद के लिए निकलना है। इससे एक बैलेंस लाइफ बनी रहती है और स्ट्रेस लेवल भी कम होता है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -088

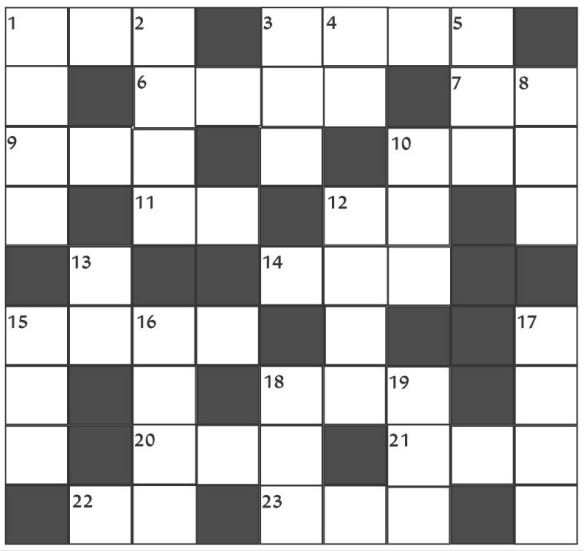
(भागवत साहू)

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 87 का हल

ज	ल		आ	वा	जा	ही		
मा		खू	ब		दू	र	स्थ	
ना	दा	न		सा	ग		ल	क्ष्य
	न	ख		त	र	ल		
	वी	रा	न			च	ट	क
	र	ब		आ	ज	क	ल	
			आ	ग		दा	ना	
	अ	ग	र	म	ग	र		क्रो
भा	भी		ती	न			व	ध

हेलिकॉप्टर से हाथों में राइफल लिए छलांग मारते दिखे सूर्यवंशी

रोहित शेट्टी के कॉप यूनिवर्स की अगली फिल्म सिंघम अगेन इन दिनों खूब चर्चा में बनी हुई है। जबसे इसकी घोषणा हुई है, फिल्म को लेकर रोज नए अपडेट सामने आ रहे हैं। ऐसे में फैंस भी इस मल्टीस्टारर फिल्म का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

वहीं फैंस के एक्साइटमेंट को दोगुना करने के लिए मेकर्स आए दिन फिल्म के किरदारों से उन्हें इंट्रोड्यूस करवा रहे हैं। वहीं अब फिल्म से एक और सुपरस्टार का नाम रिवील कर दिया है। रोहित शेट्टी की इस मल्टीस्टारर फिल्म से अब सूर्यवंशी यानी अक्षय कुमार के नाम से पर्दा उठा दिया गया है।

वहीं अक्षय कुमार ने अपने किरदार की पहली झलक फैंस के साथ शेयर की है। अक्षय कुमार ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर फिल्म से अपना पहला लुक शेयर करते हुए लिखा आला रे आला सूर्यवंशी आला, एटीएस चीफ वीर सूर्यवंशी की एंट्री का समय। क्या आप तैयार हैं? वहीं इस फोटो में हाथों में राइफल लिए अक्षय कुमार हेलीकॉप्टर से छलांग लगाते हुए नजर आ रहे हैं। फैंस उनका ये अंदाज बेद खुशी से झूम उठे है। उनके इस पोस्ट पर कमेंट्स की बाढ आ गई है।

बता दें कि अक्षय से पहले दीपिकी पादुकोण, टाइगर श्रॉफ और रणवीर सिंह का फर्स्ट लुक सामने आ चुका है, जो खूब चर्चा में रहा। वहीं रोहिट शेट्टी की कॉप यूनिवर्स की यह 5वीं फिल्म है। इससे पहले सिंघम, सिंघम रिटर्न्स , सिंबा और सूर्यवंशी आई थी। फिल्म अगले साल रिलीज होगी। फैंस इस फिल्म का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

विक्रांत मैसी की 12वीं फेल का शानदार प्रदर्शन जारी

ड्रक्स् अफसर मनोज कुमार शर्मा के संघर्षों की कहानी बताती फिल्म 12वीं फेल को दर्शकों का बेशुमार प्यार मिल रहा है।इसमें विक्रांत मैसी मुख्य भूमिका हैं, जिन्होंने अपनी दमदार अदाकारी से एक बार फिर साबित कर दिखाया कि वह वाकई में भारतीय सिनेमा के शानदार अभिनेताओं में शुमार हैं।

12वीं फेल को सिनेमाघरों में रिलीज का यह दूसरा सप्ताह चल रहा है और फिल्म का शानदार प्रदर्शन जारी है।रविवार को फिल्म ने टिकट खिडकी पर अच्छा कारोबार किया। आंकड़ों के मुताबिक, फिल्म ने रविवार को 3.5० करोड़ रुपये का कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 21.72 करोड़ रुपये हो गया है।

12वीं फेल अनुराग पाठक के इसी नाम से आए लोकप्रिय उपन्यास पर आधारित है। इसमें मेधा शंकर, हरीश खन्ना, प्रियांशु चटर्जी, संजय बिश्नोई और सुकुमार टुडू भी हैं।फिल्म का निर्देशन विधु विनोद चोपड़ा ने किया है। आने वाले दिनों में विक्रांत एक से बढ?र एक फिल्मों में अपनी मौजूदगी दर्ज करवाएंगे।12वीं फेल के बाद वह यार जिगरी में नजर आएंगे। इसके अलावा विक्रांत फिल्म सेक्टर 36 का हिस्सा हैं।फिर आई हसीन दिलरूबा भी विक्रांत के खाते से जुड़ी है, जिसकी शूटिंग फिलहाल चालू है।यह फिल्म 2०21 में आई फिल्म हसीन दिलरुबा का सीक्वल है। इसमें उनकी जोड़ी तापसी पन्नू के साथ बनी है। सनी कौशल भी फिल्म का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं।

ये रिश्ता क्या कहलाता है छोडऩे के बाद प्रणाली राठौड़ को ऑफर हुआ नया शो

राजन शाही का शो ये रिश्ता क्या कहलाता है टीवी का पॉपुलर शो है। शो में नई जेनरेशन की कहानी दिखाई जाएगी। शो की लीड प्रणाली राठौड़ को एक्ट्रेस समृद्धि शुक्ला रिप्लेस कर रही हैं। प्रणाली को शो में अक्षरा के किरदार में देखा गया था। प्रणाली की जोड़ एक्टर हर्षद चोपड़ा के अपोजिट रोल में थीं।

अब खबरें हैं कि प्रणाली ये रिश्ता क्या कहलाता है शो छोडऩे के बाद नए सीरियल में नजर आने वाली हैं।

रिपोर्ट के मुताबिक, प्रणाली को सोनी टीवी के नए शो के लिए अप्रोच किया गया है। हालांकि, शो से जुड़ी डिटेल्स अभी तक सामने नहीं आई हैं। वहीं मेकर्स और एक्ट्रेस दोनों की तरफ से ही अभी तक शो को लेकर कोई अनाउंसमेंट नहीं की गई है।

प्रणाली के वर्क फ्रंट पर नजर डालें तो उन्होंने शो प्यार पहली बार से शुरुआत की थी। इस शो में वो सान्वी के रोल में नजर आई थीं। इसके बाद वो जात न पूछो प्रेम की, बैरिस्टर बाबू, क्यों उत्थे दिल छोड़ आए, ये रिश्ता क्या कहलाता है जैसे शोज में नजर आईं। उन्होंने अनुपमा में स्पेशल अपीरियंस दी। वहीं वो रविवार विद स्टार परिवार में भी दिख चुकी हैं।

उन्होंने ओटीटी वर्ल्ड में भी काम किया है। वो 2०21 में आई वेब सीरीज चुट्ज़पा में ऋचा का रोल निभाया था।

वहीं शो ये रिश्ता क्या कहलाता है कि बात करें तो अब शो में प्रणाली राठौड़ की बेटी अभिरा पर शिफ्ट होने वाली है। शो में शहजादा धामी मेल लीड के रोल में नजर आएंगे। शो के नए प्रोमो भी रिलीज कर दिए गए हैं।

21 नवंबर से पहले ही ओटीटी पर रिलीज होगी थलपति विजय की लियो!

साउथ सुपस्टार थलापति विजय की फिल्म लियो नें बॉक्स ऑफिस धमाल मचा रखा है।रिलीज होने के बाद भी फिल्म को लेकर फैंस के बीच काफी तगड़ा क्रेज देखने को मिल रहा है। ये फिल्म 19 अक्टूबर को दुनियाभर के सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी। फिल्म ने अपनी ताबड़तोड़ कमाई से कई रिकोर्ड्स कायम किए। वहीं, अब फिल्म ओटीटी पर रिलीज होने वाली है, लेकिन इसकी रिलीज डेट प्रीपोन्ड हो गई है।

दरअसल, सिनेमाघरों में गर्दा उड़ाने के बाद अब लियो ओटीटी पर धमाल मचाने के लिए तैयार है। कुछ दिन पहले खबर आई थी फिल्म 21 नवंबर को ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफिल्क्स पर रिलीज होने जा रही है। लेकिन अब मिली इंडिया डॉट कॉम में छपी रिपोर्ट के मुताबिक फिल्म इससे पहले ही ओटीटी पर रिलीज होने वाली है।

इस रिपोर्ट के मुताबिक थलापति विजय की लियो 21 के बजाए 16 नवंबर को नेटफ्लिक्स पर प्रीमियर होगी। हालांकि, अभी इसकी कोई ऑफिशियल अनाउंसमेंट नहीं हुई है।इस खबरे के बाद ये कह सकते हैं कि अगर ये सच हुआ तो थलापति के फैंस के लिए ये किसी सरप्राइज के कम नहीं होगा।

बता दें कि, इस फिल्म को लोकेश कंगाराज ने डायरेक्ट किया है। फिल्म में थलापति विजय के साथ ही संजय दत्त,त्रिशा, गौतमम वासुदेव मेमन, मिस्किन,मडोना सेबेस्टन जैसे कई स्टार्स नजर आए हैं। फिल्म की कहानी और भरपूर एक्शन के दर्शकों ने काफी पसंद किया है। ये फिल्म रिलीज के 6 दिन में ही 5०० करोड़ पार करने वाली पहली तमिल फिल्म बन गई है। फिल्म को लेकर क्रिटिक्स और दर्शकों की तरफ से काफी अच्छा रिस्पॉन्स देखने को मिल रहा है।

सिंघम अगेन से करीना कपूर की पहली झलक आई सामने

रोहित शेट्टी की मचअवेटेड फिल्म सिंघम अगेन खूब चर्चा में बनी हुई है। फैंस रोहित शेट्टी की इस कॉप यूनिवर्स फिल्म का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। वहीं फैंस के एक्साइटमेंट को दोगुना करने के लिए मेकर्स धीरे-धीरे कर फिल्म के सभी किरदार से पर्दा उठा रहे हैं।

वहीं अब रोहित शेट्टी की स्पाई यूनिवर्स में बॉलीवुड की बेबो करीना कपूर खान की एंट्री भी हो चुकी है।

करीना ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर फिल्म से अपने किरदार से इंट्रोड्यूस करवाया है। इसे शेयर करते हुए करीना ने लिखा है कि आज मैं आप सभी को सिंघम की सबसे बड़ी ताकत से मिलवाने जा रही हूं। इसका नाम है अवनी बाजीराव सिंघम। चेहरे पर जख्म और हाथों में बंदूक ताने नजर आईं करीना का काफी इंटेंस लुक देखने को मिल रहा है।

करीना आगे लिखती हैं कि हमने सबसे पहले साल 2००7 में काम किया था, 3 ब्लॉकबस्टर फिल्में दीं जिनमें गोलमाल रिटर्नस, गोलमाल 3, सिंघम रिटर्नस शामिल है। वहीं अब अपने चौथे प्रोजेक्ट पर काम कर रहे हैं, जिसका नाम सिंघम अगेन है।16 साल से हम एक साथ काम कर रहे हैं, लेकिन हमारे बीच कुछ भी नहीं बदला। बेबो अभी भी स्वीट, सिंपल और मेहनती है। बता दें कि करीना यहां अजय देवगन की बात कर रही हैं।

बता दें किरोहित शेट्टी की कॉप यूनिवर्स की यह 5वीं फिल्म है, जिसका फैंस बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। इससे पहले सिंघम, सिंघम रिटर्न्स , सिंबा और सूर्यवंशी आई थी। वहीं करीना से पहले अक्षय कुमार, दीपिकी पादुकोण, टाइगर श्रॉफ और रणवीर सिंह का फर्स्ट लुक सामने आ चुका है। फिल्म अगले साल रिलीज होगी।

थाई हाई साइड कट ड्रेस में शहनाज गिल ने दिए पोज

बिग बॉस 13 की एक्स कंटेस्टेंट शहनाज गिल आए दिन अपनी खूबसूरत तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती रहती हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर शेयर होते ही ट्रेंड करने लग जाता है। हाल ही में एक्ट्रेस शहनाज गिल ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरों से इंस्टा पर तबाही मचा दी है। बॉलीवुड अभिनेत्री शहनाज गिल अक्सर फैंस के लिए अपनी हॉट फोटोज और वीडियोज शेयर करती रहती हैं। उनके हर एक लुक की फैंस तारीफ करते नहीं थकते हैं। अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट तस्वीरें पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में एक्ट्रेस शहनाज गिल ने व्हाइट कलर का थाई हाई साइड कट ड्रेस पहना हुआ है, जिसमें वो काफी स्टाइलिश नजर आ रही हैं। शहनाज गिल सोशल मीडिया पर काफी सक्रिय हैं। एक्ट्रेस की इंस्टाग्राम पर फैन फॉलोइंग लिस्ट काफी तगड़ी है। फोटोज में आप देख सकते हैं शहनाज गिल ने बालों को स्टाइल करवा के साथ ही न्यूड मेकअप और डार्क लिप्सटिक लगा कर अपने लुक को और भी ज्यादा खूबसूरती से निखारा है। एक्ट्रेस के इस शानदार लुक को देखकर बॉलीवुड सेलेब्स से लेकर फैंस तक उनकी फोटोज पर लाइक्स और कॉमेंट्स कर रहे हैं। एक यूजर ने उनकी फोटोज पर कॉमेंट करते हुए लिखा है- तुम हुस्न परी तो वहीं दूसरे यूजर ने लिखा है- ब्यूटिफुल। वहीं बॉलीवुड एक्ट्रेस सोनम कपूर ने भी कॉमेंट करते हुए लिखा है- लुकिंग फायर। इन तस्वीरों में शहनाज गिल कैमरे के सामने एक से बढकर एक सेक्सी पोज देते हुए फोटोज क्लिक करवा रही हैं।

न्यायिक सक्रियता से क्या टकराव बढ़ेगा ?

अजीत द्विवेदी

न्यायपालिका और विधायिका के बीच टकराव का क्या नया दौर शुरू होने जा रहा है? देश के मुख्य न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ ने एक मीडिया समूह के कार्यक्रम में कहा है कि विधायिका चाहे तो नए कानून बना सकती है लेकिन वह अदालत के किसी फैसले को सीधे खारिज नहीं कर सकती है। यह उनका अपना आकलन नहीं है, बल्कि संवैधानिक स्थिति है, जिसका जिक्र करके उन्होंने स्थिति स्पष्ट की। इस बयान को एक के बाद एक हो रही घटनाओं के साथ मिला कर देखें तो समझ में आता है कि आने वाला समय टकराव का हो सकता है। एक के बाद एक अनेक ऐसे मुद्दे सुप्रीम कोर्ट के सामने पहुंच रहे हैं, जिनमें संविधान का सवाल शामिल है। संभवत: तभी चीफ जस्टिस चंद्रचूड़ ने कुछ समय पहले कहा था कि वे सात सदस्यों की एक स्थायी संविधान पीठ गठित करने पर विचार कर रहे हैं। अगर ऐसा होता है तो इसका मतलब होगा कि टकराव नहीं भी हो तो विधायिका और न्यायपालिका में स्थायी तनाव बना रहेगा।

वैसे अभी तक देश की उच्च न्यायपालिका और सरकार के बीच एक मुद्दे को छोड़ कर टकराव की स्थिति नहीं बनी है। टकराव का एकमात्र मुद्दा जजों की नियुक्ति का है। सुप्रीम कोर्ट की कॉलेजियम की ओर से भेजी गई सिफारिशों को सरकार आंख मूंद कर स्वीकार नहीं कर रही है। इस पर कई जज आपत्ति कर चुके हैं। सुप्रीम कोर्ट की एक बेंच ने पिछले दिनों कहा कि वह हर 15 दिन पर इस मसले पर सुनवाई करेगी। चीफ जस्टिस ने कहा कि सरकार कॉलेजियम की ओर से भेजे गए नामों को एक बार में मंजूरी नहीं दे रही है, जिससे जजों की वरिष्ठता प्रभावित हो रही है। कॉलेजियम की ओर से भेजी गई दर्जनों सिफारिशें सरकार के पास लंबित रहती हैं। सो, जजों की नियुक्ति के एक मामले को छोड़ दें तो सरकार और न्यायपालिका में टकराव नहीं हुआ है। अदालतें सुनवाई के दौरान सख्त टिप्पणी करती हैं लेकिन फैसला उस टिप्पणी के अनुरूप नहीं करती हैं। कई बार टिप्पणी के बिल्कुल विपरीत फैसला होता है। टिप्पणियों से लगता है कि अदालत बहुत नाराज है और सरकार के खिलाफ फैसला आएगा लेकिन ऐसा नहीं होता है।

परंतु आने वाले दिनों में यह स्थिति बदल सकती है। चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ का एक साल का अगला कार्यकाल टकराव वाला हो सकता है। सुप्रीम कोर्ट के कुछ फैसलों से इसकी बुनियाद रखी जा चुकी है। मिसाल के तौर पर एक फैसला महाराष्ट्र के स्पीकर को विधायकों की अयोग्यता के बारे में फैसला करने की टाइमलाइन देने का है। केंद्र और राज्य सरकार के विरोध के बावजूद सुप्रीम कोर्ट ने स्पीकर राहुल नार्वेकर को कहा कि वे शिव सेना विधायकों की अयोग्यता पर 31 दिसंबर तक और एनसीपी विधायकों की अयोग्यता पर 31 जनवरी तक अंतिम फैसला करें। इससे पहले सुप्रीम कोर्ट ने कई बार स्पीकर की निष्क्रियता को लेकर टिप्पणी की थी। अदालत ने कहा था कि वे अनिश्चितकाल तक मामले को लंबित नहीं रख सकते। लेकिन स्पीकर ने इस पर कोई ध्यान नहीं दिया। उलटे उन्होंने कहा कि वे फैसले में न देरी करेंगे और न जल्दबाजी करेंगे क्योंकि जल्दबाजी करने से अन्याय होने की संभावना बढ़ जाती है। उनके इस रवैए को देखते हुए सुप्रीम कोर्ट ने आदेश पारित कर दिया। इस मामले में सरकार ने कहा था कि इससे पीठासीन अधिकारियों को टाइमलाइन देने की गलत परम्परा शुरू होगी और हाई कोर्ट भी इस तरह के आदेश देने लगेंगे।

इसके अलावा दो और मामले थे, जिनमें लगा था कि अदालत का टकराव सरकार के साथ बढ़ सकता है, लेकिन सर्वोच्च अदालत ने अपने फैसले से इस स्थिति को टाल दिया। पहला मामला दिल्ली के पूर्व उप मुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया की जमानत का था, जिसमें सुप्रीम कोर्ट ने ईडी के कामकाज को लेकर बहुत सख्त टिप्पणी की थी। अदालत ने यहां तक कहा था कि एजेंसी सबूत ले आए नहीं तो केस दो मिनट नहीं टिकेगा। हालांकि बाद में अदालत ने सिसोदिया को जमानत नहीं दी। इसी तरह दूसरा मामला आप के ही दूसरे नेता राघव चड्ढा का था। उनको राज्यसभा से निलंबित किए जाने पर अदालत ने बहुत सख्त टिप्पणी की थी। सुप्रीम कोर्ट ने कहा था कि इस तरह से सदस्यों को अनिश्चितकाल के लिए निलंबित करना चिंताजनक है। तब लगा था कि शायद अदालत संसद के दोनों सदनों के पीठासीन अधिकारियों को लेकर कोई आदेश पारित कर सकती है। लेकिन अंत में अदालत ने चड्ढा को कहा कि वे राज्यसभा के सभापति से बिना शर्त माफी मांग कर मामले को खत्म करें। साथ ही सभापति को भी अदालत ने कहा कि अगर चड्ढा बिना शर्त माफी मांगते हैं तो वे सहानुभूतिपूर्वक इस पर विचार करें।

इन दो-तीन मामलों के बाद अब जो मामले सर्वोच्च अदालत के सामने लम्बित हैं और एक के बाद जिस तरह के मामले अदालत के सामने पहुंच रहे हैं उसे देखते हुए लग रहा है कि आने वाले दिनों में टकराव का नया दौर शुरू हो सकता है। इन मामलों में चुनावी बॉन्ड का मामला है, जिस पर सुनवाई पूरी करके अदालत ने फैसला सुरक्षित रख लिया है। इस मामले में भी सुनवाई के दौरान अदालत की टिप्पणी बहुत सख्त थी। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि यह मानने में बहुत मुश्किल है कि नागरिकों को चंदे का स्रोत जानने का हक नहीं है। अदालत ने यह भी कहा कि इस मामले में चुनिंदा गोपनीयता है यानी सत्तापक्ष को स्रोत का पता है, जबकि विपक्ष को नहीं पता है। इस मामले में अदालत का फैसला बहुत अहम होगा। इसी तरह प्रवर्तन निदेशालय यानी ईडी के अधिकारों को चुनौती देने वाली याचिकाओं पर सुनवाई भी अहम होगी। सुप्रीम कोर्ट इस मामले में अपने ही फैसले के कुछ पहलुओं की समीक्षा करने वाली है।

इसके अलावा विपक्ष के नेता जिस रफ्तार से सुप्रीम कोर्ट की दौड़ लगा रहे हैं उससे भी टकराव की संभावना पैदा हो रही है। हाल के दिनों में तीन राज्य सरकारों ने अदालत का रुख किया है। पंजाब सरकार इस बात को लेकर सुप्रीम कोर्ट पहुंची है कि राज्यपाल ने विधानसभा सत्र में पेश करने के लिए भेजे गए विधेयकों को मंजूरी नहीं दी। हालांकि पंजाब सरकार के अदालत में जाने और उस पर सुनवाई से पहले राज्यपाल ने दो धन विधेयकों को मंजूरी दे दी। इसी तरह तमिलनाडु और केरल की सरकारें सुप्रीम कोर्ट पहुंची हैं। उनका कहना है कि राज्यपालों ने विधानसभा से पास किए गए विधेयकों को लटका कर रखा है, उस पर मंजूरी नहीं दे रहे हैं। इस बीच तृणमूल कांग्रेस की सांसद महुआ मोइत्रा का मामला आया है। लोकसभा की एथिक्स कमेटी अगर उनकी सदस्यता खत्म करती है तो वे इसके खिलाफ सुप्रीम कोर्ट जाएंगी। ध्यान रहे पिछले दिनों सुप्रीम कोर्ट ने मानहानि के मामले में राहुल गांधी को राहत दी थी, जिसके बाद उनकी सदस्यता बहाल हुई थी और अब राजद के नेता तेजस्वी यादव भी सुप्रीम कोर्ट पहुंचे हैं। बहरहाल, राज्यपालों के अधिकारों और कामकाज से लेकर संसद व विधानसभाओं के पीठासीन अधिकारियों और केंद्रीय एजेंसियों के कामकाज से लेकर राजनीतिक दलों के चंदे से जुड़े इतने मामले में अदालत में पहुंच गए हैं या पहुंचने वाले हैं कि आने वाले दिन टकराव वाले हो सकते हैं।

सू- दोकू क्र.088

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

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.87 का हल

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

मोदी-शाह की नीतीश, माया, अखिलेश पर रहम!

हरिशंकर व्यास

स्वाभाविक सवाल है कि मोदी राज का नंबर एक टारगेट यदि अरविंद केजरीवाल हैं तो नरेंद्र मोदी की कृपा पाए कुछ विरोधी नेता भी होंगे। वे कौन हैं? जवाब में मोटा तथ्य यह है कि मायावती के खिलाफ कभी ईडी-सीबीआई के एक्शन नहीं हुए। न ही कभी ओवैसी की कट्टरपंथी मुस्लिम पार्टी पर गाज गिरी। और न ही अखिलेश यादव और उनकी समाजवादी पार्टी पर कार्रवाई हुई। हां, इसमें समाजवादी पार्टी के आजम खान और यूपी के मुस्लिम नेताओं का मामला अलग है।

तभी अगले लोकसभा चुनाव में उत्तर प्रदेश भाजपा का सर्वाधिक सुरक्षित राज्य है। यूपी की 80 सीटों में भाजपा एलायंस के पास मौजूदा लोकसभा में 64 सीटें है। भाजपा में विश्वास है कि छह महीने बाद के लोकसभा चुनाव में यह संख्या बढ़ेगी। इसलिए क्योंकि न अखिलेश और मायावती में एलायंस बनेगा और न कांग्रेस व अखिलेश में पटरी बैठेगी। वैसे गुरूवार को खबर थी कि समाजवादी पार्टी 65 सीटों पर ही चुनाव लड़ेगी और बाकी सीटें जयंत चौधरी की लोकदल व कांग्रेस के लिए छोड़ेगी।

इससे कुछ नहीं होना है। दरअसल पांच विधानसभा चुनावों में छतीसगढ़, मध्य प्रदेश, तेलंगाना, राजस्थान और मिजोरम में यदि कांग्रेस ने ठीक-ठाक प्रर्दशन किया तो कांग्रेस के भाव अनिवार्यत: बढ़ेंगे। राहुल गांधी और कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़े के ईर्द-गिर्द ऐसे चुनाव प्रबंधक, सर्वेयर, नए नेता पैदा हो गए हैं जो नतीजो से कुप्पा हो कर राहुल-प्रियंका को अधिकाधिक लोकसभा सीटों पर लडऩे के लिए मनाएंगे, उकसाएंगे। नतीजतन 'इंडिया' बिखर भी सकता है।

वह कांग्रेस के लिए आत्मघाती होगा

तो उत्तर प्रदेश में समाजवादी पार्टी और मायावती को भड?ाना व बिदकाना होगा। भाजपा अलग से मायावती और अखिलेश पर काम करते हुए होगी। हां, यह माना जा सकता है कि यूपी में मोदी-शाह अपने मनमाफिक बसपा तथा सपा से राजनीति करवाएंगे। इसलिए क्योंकि मोदी-शाह अधिक बारीकी से ग्राउंड रियलिटी को जाने हुए होते हैं। यूपी में ऐसी तिकोनी लड़ाई बनवाएंगे, जिससे दलित और मुस्लिम वोट कंफ्यूज रहे तो ओबीसी भी भाजपा के लिए गोलबंद रहे। जाट और यादव वोट सभी में बिखराव होगा। जाहिर है भाजपा को यूपी में टक्कर तभी मिल सकती है जब सपा, बसपा, लोकदल और कांग्रेस चारों में चुपचाप एलायंस बने। ये एक-एक सीट पर हिसाब से साझा उम्मीदवार खड़ा करें तभी भाजपा को दस-बीस सीटों का नुकसान हो सकता है। अन्यथा राम मंदिर और हिंदू-मुस्लिम के धुवीकरण में भाजपा यूपी में लगभग आंधी लिए हुए होगी।

मोदी राज की कृपा बिहार में नीतीश कुमार पर भी है। सोचें, नीतीश कुमार ने मोदी-शाह को कैसा धोखा दिया। प्रदेश में भाजपा की राजनीति बिगाड़ी बावजूद इसके नीतीश और उनके मंत्रियों पर ईडी, सीबीआई नहीं पहुंची है। हां, नीतीश सरकार के करीबी कुछ ठेकेदारों के यहां जरूर छापेमारी हुई है लेकिन जैसे केजरीवाल और उनके मंत्रियों, ममता बनर्जी, कांग्रेस मुख्यमंत्रियों, नेताओं, हेमंत सोरेन, राहुल गांधी, तेजस्वी-लालू यादव आदि को लेकर ईडी-सीबीआई के मिशन चले हैं वैसा कुछ भी नीतीश कुमार के साथ नहीं हुआ है। दो ही कारण हैं। बिहार में भाजपा अकेले 2019 जितनी सीटें नहीं जीत सकती है तो चुनाव बाद नीतीश कुमार को साथ लेने का शायद विकल्प बना रखा है। या चुनाव से ऐन पहले बिहार में विपक्षी एलायंस 'इंडिया' को पंक्चर कराने की रणनीति हो।

मोटा-मोटी नीतीश कुमार भी सेफ चल रहे हैं। उनकी दोनों नावों पर चुपचाप सवारी है। उनका 'इंडिया' एलायंस में रहना अब इसलिए मजबूरी है क्योंकि ओबीसी के साथ यादव, मुस्लिम, दलित वोटों का गणित राजद-कांग्रेस की ओर गोलबंद है। जो हो, नीतीश कुमार और उनके मंत्रियों की ओर लोकसभा चुनाव से पहले शायद ही मोदी सरकार की एजेंसियां दौड़ें।

रेस्क्यू के लिए एयरफोर्स के 3 विशेष विमान लेकर आ रहे हैं 25 टन भारी मशीन

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। एयरफोर्स के तीन विशेष विमान 25 टन भारी मशीन लेकर के आ रहे हैं जो मलबे को भेद कर स्टील पाइप दूसरी तरफ पहुंचने में मददगार साबित होगी। इस मशीन के जरिए प्रति घंटे 5 मीटर मलबा निकला जा सकेगा।

आज शाम से इस मशीन के जरिए काम शुरू करने की कोशिश की जाएगी। अब नॉर्वे और थाईलैंड की विशेष टीमों की मदद ली जा रही है। रेस्क्यू टीम ने थाईलैंड की उसे रेस्क्यू कंपनी से संपर्क किया है जिसने थाईलैंड की गुफा में फंसे बच्चों को बाहर निकाला था। नॉर्वे की एन जी आई एजेंसी से भी संपर्क किया गया है जिससे सुरंग के भीतर ऑपरेशन में विशेष सुझाव लिए जा सके

भारतीय रेल, आर वी एन एल, राइट्स एवं इरकॉन के विशेषज्ञों से भी सुरंग के भीतर ऑपरेशन से संबंधित सुझाव लिए जा रहे हैं।

डम्पर चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने खुले स्थान पर खडा डम्पर चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सैनिक कालोनी मोथरोवाला निवासी सुरेन्द्र दत्त ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपना डम्पर गणेश धर्मकांटा के पास खडा किया था लेकिन जब वह आज वहां पर पहुंचा तो उसने देखा कि उसका डम्पर अपने स्थान से गायब था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

हजारों की नगदी, लैपटॉप व सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने कम्पनी के एकाउंट आफिस का ताला तोड वहां से हजारों की नगदी, लैपटॉप व अन्य सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मौहब्बेवाला स्थित कम्पनी के एकाउंट मैनेजर राहुल असवाल ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 10 नवम्बर को वह अपनी कम्पनी के मालिक नीरज गुप्ता के साथ कम्पनी को बंद कर घर चले गये थे।

13 नवम्बर को जब वह वापस आये तो उन्होंने देखा कि कम्पनी के एकाउंट आफिस का ताला टूटा हुआ था अन्दर से चोर 36 हजार रूपये नगद, लैपटॉप, कैपरा व कैमरों की डीवीआर चोरी करके ले गये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मिशन सिलक्यारा: नौ दिन चले अढाई... ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

4 दिन हो चुके हैं लेकिन सुरंग में फंसे लोगों को बचाने के नाम पर सिर्फ नाटक किया जा रहा है। उनका कहना है जो अंदर फंसे हैं अगर उन्हें जल्द बाहर नहीं निकाला गया तो कोई जिंदा नहीं बचेगा। पहले 2 दिन का समय मलवा हटाने में लगा दिया अब बीते 24 घंटे हयूम पाइप ड्रीलिंग के प्रयास में निकाल दिए लेकिन इन सभी कामों का कोई भी नतीजा नहीं रहा है। उनका यह भी आरोप है कि बचाव व राहत काम में लगी टीमों के बीच कोई तालमेल नहीं है। तथा मौके पर कोई जिम्मेदार अधिकारी मौजूद नहीं है। जो यह भी बता सके कि अब हो क्या रहा है पीड़ितों को न कोई जानकारी दी जा रही है न सरकार व कंपनी का कोई भी आधिकारिक जवाब मिल पा रहा है।

उल्लेखनीय है की 12 नवंबर की सुबह हुए इस हादसें को अब 80 घंटे का समय होने जा रहा है। सुरंग में फंसे 40 लोगों का जीवन संकट में है तथा यह संकट हर पल बढ़ता ही जा रहा है। बचाव राहत का प्लान ए और बी फ्लॉप हो चुका है। अब सी प्लान क्या है न तो इसकी कोई जानकारी है और न इस बात की प्लान सी पर क्या काम हो रहा है।

फिलहाल बचाव राहत काम रुका हुआ है। जिसे लेकर कर्मचारी व पीड़ितों के परिजनों का आक्रोश भी वाजिब है तब क्या अब इन 40 लोगों को यूं ही मरने के लिए राम भरोसे छोड़ दिया गया है इसका जवाब कंपनी प्रबंधकों व सत्ता में बैठे लोगों को ही देना पड़ेगा।

टिहरी सांसद ने किया उत्तरकाशी टनल हादसे का स्थलीय निरीक्षण

लोकेंद्र सिंह बिष्ट

उत्तरकाशी। टिहरी संसदीय क्षेत्र की सांसद माला राज्यलक्ष्मी शाह ने उत्तरकाशी टनल हादसे का स्थली निरीक्षण किया और दीपकबस के अधिकारियों वा जिला प्रशासन को टनल में फंसे सभी लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने के उपायों पर चर्चा कर जरूरी आवश्यक निर्देश दिए।

सांसद माला राज्यलक्ष्मी शाह ने कहा कि उनकी राज्य वा केंद्र की सरकार फंसे लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने के जरूरी तकनीकी उपलब्ध करा रही है। टनल से संबंधित विशेसज्ञों को मौके पर भेजा जा चुका है। फंसे लोगों को सुरक्षित निकालने के लिए जरूरी कदम उठाए जा रहे हैं।

केंद्र सरकार और राज्य सरकार द्वारा अत्याधुनिक तकनीक से युक्त मशीनों का इस्तेमाल किया जा रहा है । आज ही वायु सेना के दो विमान (चीनकु) से हैवी ड्रिल मशीन चिन्यालीसौड हवाई पट्टी पर उतारी गई है।।

गौरतलब है कि चार धाम सड़क परियोजना के तहत यमुनोत्री हाइवे पर निर्माणाधीन 4.5 किलो मीटर सुरंग का निर्माण कार्य लगभग 500 मीटर शेष रह गया था ।

12 तारीख को सुबह 5 बजे सिलक्यारा में टन ल में लैंड स्लाइड होने से 40 मजदूर फंस गए थे, जिनको बाहर निकालने का कार्य युद्ध स्तर पर शासन - प्रशासन और ैक्स्थ के द्वारा किया जा रहा है।

सांसद ने कहा कि हम उम्मीद करते हैं, और भगवान से प्रार्थना करते हैं, कि आज या कल तक जल्दी से जल्दी सभी मजदूरों को सकुशल बाहर निकाला जा सकेगा। इस राहत एवं बचाव अभियान में शामिल समस्त विभागों का और जिला प्रशासन को मै धन्यवाद देना चाहती हूं। जो रात दिन इस अभियान में अपने कर्तव्यों का निर्वाहन ईमानदारी के साथ कर रहे है । हम सब की पहली प्राथमिकता सुरंग में फंसे मजदूरों को सुरक्षित बाहर निकालने की है, उसके लिए केंद्र सरकार और राज्य सरकार द्वारा अत्याधुनिक तकनीक से युक्त मशीनों का इस्तेमाल किया जा रहा है । आज ही वायु सेना के विमान (चीनकु) से एक और हैवी ड्रिल मशीन चिन्यालीसौड हवाई पट्टी पर उतारी गई।

गैंगस्टर मामले में वांछित दो लोग गिरफ्तार

संवाददाता

हरिद्वार। पुलिस ने गैंगस्टर एक्ट में निरूद्ध गिरोह के सरगना सहित दो लोगों को गिरफ्तार कर उनको न्यायालय में पेश किया गया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार जनपद हरिद्वार में वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रमेन्द्र डोभाल के निर्देशन पर थाना बहादराबाद क्षेत्र में अभ्यस्त अपराधियों द्वारा सुसंगठित गैंग बनाकर अपनी दैनिक खर्चों की पूर्ति हेतु जमीन बेचने/खरीदने के नाम पर लाखों की धोखाधड़ी जैसे अपराधों में लिप्त रहकर अवैध रूप से धनोपार्जन करने वाले गैंग लीडर नरेश कुमार व गैंग सदस्य सुरेश कुमार के विरुद्ध थाना बहादराबाद पर मुकदमा अपराध संख्या उत्तर प्रदेश गिरोहबंद समाज विरोधी क्रियाकलाप निवारण अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज किया गया था।

उक्त अभियोग में पुलिस टीम द्वारा वांछित आरोपियों की गिरफ्तारी हेतु लगातार प्रयास कर 14 नवम्बर 23 को गैंग लीडर नरेश कुमार गैंग सदस्य सुरेश कुमार को थाना क्षेत्र से दबोचने में सफलता हासिल की। पुलिस ने दोनों को न्यायालय में पेश किया गया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

श्रद्धा व उत्साह से मनाया जायेगा श्री गुरु नानक देव महाराज का 554वां प्रकाश पर्व

संवाददाता

देहरादून। गुरूद्वारा श्री गुरू सिंह सभा के तत्वावधान में गुरू नानक देव महाराज का 554वां पावन प्रकाश पर्व 27 नवम्बर को श्रद्धा व उत्साह पूर्वक मनाया जायेगा।

आज यहां गुरूनानक निवास में कार्यक्रम को लेकर एक बैठक आ आयोजन किया गया। गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा, आढ़त बाजार के तत्ववाधान में संगत के सहयोग द्वारा श्री गुरु नानक देव महाराज का 554 वां पावन प्रकाश पर्व 27 नवम्बर 2023 को गुरुद्वारा रेसकोर्स के खुले पंडाल में प्रात: 3.30 बजे से दोपहर 3.30 बजे तक श्रद्धा एवं उत्साह पूर्वक मनाया जायेगा एवं नगर कीर्तन 25 नवम्बर को 12.30 बजे दोपहर गुरूद्वारा पटेल नगर से आरम्भ होगा। गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा आढ़त बाजार एवं करीब सभी गुरद्वारों एबं जत्थेबंदियों की गुरूद्वारा श्री गुरु नानक निवास में हुई मीटिंग में प्रबंधकों ने प्रकाश पुरव को चढ़दियाँ कला में मनाने में अपने अपने सुझाव दिये। भाई शमशेर सिंह सबके भले की अरदास के पश्चात श्री गुरु नानक देव के प्रकाश पुरव के बारे में जानकारी दी, सेवा सिंह मठारु ने मीटिंग का संचालन करते प्रकाश पुरव की रूप रेखा की विस्तार। रेसकोर्स के प्रधान बलबीर सिंह ने पूर्ण सहयोग की बात करते हुए ग्राउंड की सफाई, सब्जी काटने एवं प्रशादे बनाने आदि की बात की। गुरूद्वारा पटेल नगर के प्रधान हरमोहिंदर सिंह ने गुरूद्वारा पटेल नगर से नगर कीर्तन निकालने में हर तरह के सहयोग की बात कही। गुरूद्वारा प्रेम नगर के प्रधान भगत सिंह ने नगर कीर्तन में शब्दी जत्थे भेजने एवं समय का ध्यान रखा जाये।

देविंदर सिंह मान ने सभी से सहयोग करने एवं नगर कीर्तन को सुचारु रूप से चलाने पर जोर दिया स देविंदर सिंह भसीन ने लंगर बरताने की व्यवस्था पर जोर दिया। महासचिव गुलजार सिंह ने कहा कि नगर कीर्तन गुरूद्वारा पटेल नगर से आरम्भ हो कर सहारनपुर चौक, प्रिंस चौक, दर्शन लाल चौक, घंटाघर से पल्टन बाजार, धामावाला, पुलिस चौकी लक्खी बाग से करीब 7 बजे गुरूद्वारा सिंह सभा में संम्पन होगा एवं रात्रि का दीवान गुरूद्वारा श्री गुरु सिंह सभा में सांय 6.15 से सजेगा और भी कई सज्जनों ने अपने शुभ विचार सांझे किये। प्रधान गुरबख्श सिंह राजन ने आए हुए सभी सज्जनों का सहयोग के लिये ध न्यवाद किया।

इस अवसर पर प्रधान गुरबक्श सिंह राजन, महासचिव गुलजार सिंह, वरिष्ठ उपाध्यक्ष जगमिंदर सिंह छाबड़ा, उपाध्यक्ष चरणजीत सिंह चन्नी, देविंदर सिंह मान, हरमोहिंदर सिंह,गुरविंदर पाल सिंह सेठी, सरदार भगत सिंह, सुरजीत सिंह, देविंदर सिंह बिंद्रा, सतनाम सिंह, राजिंदर सिंह राजा, हरप्रीत सिंह मिक्की, देविंदर सिंह भसीन, गुरप्रीत सिंह, सेवा सिंह मठारु, इंदरजीत सिंह, अमन सिंह रंधावा आदि उपस्थित थे।

एक नजर

प्रवासी उत्तराखण्डी देवभूमि के ब्रांड एम्बेसडरः धामी

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि हमारे सभी प्रवासी उत्तराखंडी देवभूमि के ब्रांड एम्बेसडर हैं। सभी देवभूमि की संस्कृति और परंपराओं का प्रचार और प्रसार में अहम भूमिका निभा रहे हैं।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने इंदौर, मध्य प्रदेश में प्रवासी उत्तराखंडी समाज द्वारा आयोजित जनसभा में प्रतिभाग किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखंड सांस्कृतिक संस्था की और से आयोजित इस एकत्रीकरण कार्यक्रम में आकर वे अभिभूत हैं। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड सांस्कृतिक संस्था द्वारा समाज सेवा के क्षेत्र में अनेक कार्य किए जा रहे हैं, यह सराहनीय प्रयास है। चाहे बालिकाओं के विवाह के लिए किए जा रहे प्रयास हो या फिर वरिष्ठ नागरिकों का सम्मान हो, मेरिट लाने वाले मेधावी छात्र-छात्राओं को सम्मानित करना हो, सभी क्षेत्रों में उत्तराखंड सांस्कृतिक संस्था द्वारा कार्य किए जा रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि जब भारत के अलग-अलग प्रांतों के लोग मिलते हैं तो एक भारत श्रेष्ठ भारत का अहसास होता है और जब उत्तराखंड के लोग मिलते हैं तो "श्रेष्ठ उत्तराखंड" का अहसास होता है। उन्होंने कहा कि हमारे सभी प्रवासी उत्तराखंडी देवभूमि के ब्रांड एम्बेसडर हैं। सभी देवभूमि की संस्कृति और परंपराओं का प्रचार और प्रसार में अहम भूमिका निभा रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि जहां हर गांव को हाईवे से जोड़ने की राज्य सरकार की योजना है, वहीं पहाड़ों में रेल पहुंचने का स्वप्न ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल परियोजना के माध्यम से शीघ्र ही साकार होने वाला है। प्रदेश में रोपवे निर्माण के क्षेत्र में भी अभूतपूर्व प्रगति की है। गौरीकुण्ड-केदारनाथ और गोविंदघाट-हेमकुण्ट साहिब रोपवे का निर्माण कार्य गतिमान है। राज्य में पूर्ण पारदर्शिता के साथ भर्ती परीक्षाएं हो, इसके लिए सख्त नकल विरोधी कानून लागू किया गया है। नकल विरोधी कानून लागू होने के बाद सभी सभी परीक्षाएं पारदर्शी तरीके से संपन्न हुई हैं। इक्कीसवीं सदी का तीसरा दशक उत्तराखंड का दशक बनाने के लिए सरकार द्वारा निरंतर प्रयास किया जा रहे हैं। इस अवसर पर यशवंत सिंह बिष्ट, देवेन्द्र सिंह रावत, देवी दत्त त्रिपाठी, श्रीमती सीमा डंगवाल, श्रीमती गीता नेगी, रघुवीर सिंह रावत व अन्य प्रवासी उत्तराखण्डी उपस्थित थे।

दुष्कर्म का आरोपी गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने दुष्कर्म के बाद ब्लैकमेल करने वाले आरोपी को गिरफ्तार कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार माधोवाला निवासी महिला ने डोईवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पडोस में रहने वाला शुभमपाल उसको हर्रावाला ले गया तथा वहां पर कोल्डड्रिक में कुछ नशीला पदार्थ मिलाकर उसको होटल में ले जाकर उसकी सहमती के बगैर उसके साथ शारीरिक सम्बन्ध बनाकर उसकी अश्लील वीडियो और बनाये गये तथा उससे सोने के जेवर व 50 हजार रूपये नगद ले लिये। शुभमपाल द्वारा उसकी फेक फेसबुक आईडी बनाकर उसके परिवार वालों से अश्लील चैटिंग की गयी एवं उसके घर पर पथराव भी हिकया गया जिससे उसके सास, ससुर को चोंटे आयी थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर आरोपी को गिरफ्तार कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

केदारनाथ धाम के कपाट शीतकाल के लिए हुए बंद

हमारे संवाददाता

देहरादून। शीतलहर तथा बर्फ के बीच श्री केदारनाथ धाम के कपाट आज भैयादूज बुधवार कार्तिक मास शुक्ल पक्ष द्वितीया, वृश्चिक राशि, ज्येष्ठा नक्षत्र के शुभ अवसर पर प्रातः साढ़े आठ बजे विधि विधान से शीतकाल हेतु बंद हो गये। इन दिनों केदारनाथ क्षेत्र बर्फ की चादर ओढ़े हुए है तथा आधा फीट तक बर्फ धाम में मौजूद है।

कपाट बंद होने के अवसर पर मंदिर को विशेष रूप से फूलों से सजाया गया था और ढाई हजार से अधिक तीर्थयात्री कपाट बंद होने के गवाह बने। इस दौरान सेना के भक्तिमय धुनों के साथ जय श्री केदार तथा ऊं नम शिवाय के उदघोष से केदारनाथ गूंज उठा। कपाट बंद होने के बाद भगवान केदारनाथ की पंचमुखी डोली हजारों तीर्थयात्रियों के साथ सेना के बैंड बाजों के साथ पैदल प्रथम पड़ाव रामपुर के लिए प्रस्थान हुई। श्री बदरीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति (बीकेटीसी) अध्यक्ष अजेंद्र अजय मंगलवार को कपाट बंद की तैयारियों हेतु श्री केदारनाथ पहुंच गये थे। आज इस अवसर पर उनके साथ असम के मुख्यमंत्री हिमंता बिस्व शर्मा की धर्मपत्नी मीडिया दिग्गज रिनिकी भुयान शर्मा तथा परिजन भी कपाट बंद होने के अवसर पर मौजूद रहे। कपाट बंद होने के अवसर पर

❑ढाई हजार तीर्थयात्री कपाट बंद होने के साक्षी बने

बीकेटीसी अध्यक्ष अजेंद्र अजय ने कहा कि इस यात्रावर्ष में साढ़े उन्नीस लाख से अधिक तीर्थयात्रियों ने भगवान केदारनाथ के दर्शन किये। उन्होंने यात्रा से जुड़े सभी संस्थानों को भी बधाई दी।

आज ब्रह्ममुहूर्त में श्री केदारनाथ मंदिर के कपाट खुल गये। मंदिर में नित्य नियम पूजा-अर्चना तथा दर्शन हुए तत्पश्चात कपाट बंद होने की प्रक्रिया के तहत स्वयंभू शिवलिंग से श्रृंगार अलग कर केदारनाथ रावल भीमाशंकर लिंग की उपस्थिति में पुजारी शिवलिंग ने स्थानीय शुष्क पुष्पों, ब्रह्म कमल, कुमजा, राख से समाधि रूप दिया गया। इस दौरान श्री बदरीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति अध्यक्ष अजेंद्र अजय मौजूद रहे। साथ ही जिला प्रशासन, पुलिस प्रशासन के अधिकारी, मुख्य कार्याधिकारी योगेन्द्र सिंह, तीर्थपुरोहित समाज के पदाधिकारी मौजूद रहे। ठीक साढ़े छः बजे मंदिर गर्भ गृह में समाधि पूजा समापन की गयी तत्पश्चात मंदिर के अंदर सभामंडप में स्थित छोटे मंदिरों को भी बंद किया गया इसके बाद ठीक साढ़े आठ बजे केदारनाथ मंदिर के दक्षिण द्वार को बंद कर दिया गया तथा उसके तुरंत बाद पूरब द्वार को भी बंद किया गया। इस अवसर पर भारतीय सेना, आईटीबीपी तथा दानीदाताओं ने तीर्थयात्रियों के लिए भंडारे आयोजित किये थे।

बीकेटीसी मीडिया प्रभारी डा. हरीश गौड़ ने जारी प्रेस विज्ञप्ति में बताया कि कपाट बंद होने के बाद आज श्री केदारनाथ भगवान की पंचमुखी डोली पहले पड़ाव रामपुर पहुंचेगी। 16 नवंबर को पंचमुखी डोली गुप्तकाशी पहुंचेगी। 17 नवंबर शुक्रवार को भगवान केदारनाथ जी की पंचमुखी मूर्ति शीतकालीन पूजा स्थल श्री ओंकारेश्वर मंदिर उखीमठ पहुंचेगी। इसके पश्चात शीतकालीन पूजास्थल श्री ओंकारेश्वर मंदिर उखीमठ में श्री केदारनाथ भगवान की शीतकालीन पूजा शुरू हो जायेगी।

उल्लेखनीय है कि श्री बदरीनाथ धाम के कपाट 18 नवंबर को बंद हो रहे है। श्री गंगोत्री धाम के कपाट अन्नकूट गोवर्धन पूजा के अवसर पर मंगलवार पूर्वाह्न 14 नवंबर को बंद हुए श्री यमुनोत्री धाम आज दोपहर में शीतकाल हेतु बंद हो रहे है।

अज्ञात वाहन की चपेट में आकर मोटरसाईकिल सवार की मौत

संवाददाता

देहरादून। अज्ञात वाहन की चपेट में आने से मोटरसाईकिल सवार की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज मृतक के पिता की तहरीर पर मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार चन्द्रबनी चोइला निवासी विकास शर्मा अपनी मोटरसाईकिल से हरिद्वार बाईपास से घर की तरफ आ रहा था जब वह सूर्य अस्पताल के पास पहुंचा तभी अज्ञात वाहन ने उसको अपनी चपेट में ले लिया जिससे वह गम्भीर रूप से घायल हो गया। जिसको स्थानीय लोगों ने अस्पताल पहुंचाया जहां पर चिकित्सकों ने उसको मृत घोषित कर दिया। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। पुलिस ने मृतक के पिता विलोचन प्रसाद की तहरीर पर अज्ञात वाहन चालक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

घर से जिम का सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने घर के अन्दर से जिम का सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बलबीर रोड निवासी तनवीर आलम ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि चोर उसके घर से 11 मशीन रोडे, जिम मशीन की 40 किलो के दो डंबल व 7 किलो 500 ग्राम के दो डंबल चोरी करके ले गये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

ट्रेन की चपेट में आकर मादा हाथी हुई घायल

हमारे संवाददाता

नैनीताल। तराई केंद्रीय वन विभाग के टांडा रेंज में देर रात रेलगाड़ी की चपेट में आने से एक मादा हाथी घायल हो गयी है, सूचना मिलने पर वन विभाग द्वारा घायल हाथी को उपचार के लिए ट्रॅंकुलाइजर करने के प्रयास किया जा रहे हैं।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बीती रात दिल्ली जाने वाली रानीखेत एक्सप्रेस लालकुआं से करीब 2 किलोमीटर आगे पहुंची थी कि टांडा रेंज में रेलगाड़ी के आगे एक मादा वयस्क हाथी आ गयी। रेलगाड़ी के लोको पायलट ने ब्रेक लगाने के प्रयास किया परंतु तब तक हाथी रेलगाड़ी की चपेट में आ गया था, जिससे हाथी गंभीर रूप से घायल हो गया। सूचना मिलने पर वन विभाग की टीम मौके पर पहुंच गई है। टाटा रेंज के वन क्षेत्राधिकारी रूपनारायण गौतम ने बताया कि हाथी को ट्रॅंकुलाइजर करने के प्रयास किया जा रहे हैं, जिसके बाद उसका उपचार किया जाएगा।

दुकान के बाहर से स्कूटी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दुकान के बाहर से स्कूटी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार जोगीवाला निवासी रोहित कुमार ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह राजीव नगर किसी काम से गया था। उसने अपनी स्कूटी एक दुकान के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

नोटः सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।