शनिवार
06 जनवरी 2024

पृष्ठ 4

हर बार सीने में दर्द हार्ट अटैक नहीं होता, हो सकती है फेफड़ों से जुड़ी ये बीमारी

पृष्ठ 5

देहाती लडके में मैंने पहली बार निभाई अलग भूमिका: कुशा कपिला

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 322
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

मनुष्य जितना ज्ञान में घुल गया हो उतना ही कर्म के रंग में रंग जाता है।

– विनोबा

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

रक्षा मंत्री ने किया गुरुकुलम, परिसर का शिलान्यास

●मुख्यमंत्री धामी ने स्वामी रामदेव के कामों को सराहा

विशेष संवाददाता

हरिद्वार। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने आज पतंजलि गुरुकुलम के नए परिसर निर्माण का शिलान्यास किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि गुरुकुल की शिक्षा व्यक्ति को संस्कारी और राष्ट्रभक्त बनाती है। उन्होंने कहा कि गुरुकुलम शिक्षा पद्धति हमारे देश की सबसे पुरानी पद्धति है। आधुनिक और मॉडर्न शिक्षा के इस दौर में हम तकनीकी और वैज्ञानिक ज्ञान विज्ञान में तो आगे निकल रहे हैं लेकिन सांस्कृतिक और संस्कारी शिक्षा में पिछड़ते जा रहे हैं। उन्होंने गुरुकुलम शिक्षा पद्धति को बढ़ावा देने की दिशा में पतंजलि

योगपीठ की ओर से किए जाने वाले प्रयासों की तारीफ करते हुए कहा कि स्वामी रामदेव न सिर्फ योग और आध्यात्मिक के क्षेत्र में बल्कि आयुर्वेद और शिक्षा के क्षेत्र में भी असाधारण योगदान दे रहे हैं।

दर्शनानंद महाविद्यालय में आयोजित इस कार्यक्रम में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भी शिरकत की। इस अवसर पर परिसर में यज्ञ का भी आयोजन किया गया, जिसमें कार्यक्रम में मौजूद तमाम विशिष्ट व्यक्तियों ने आहुति दी। कार्यक्रम में केंद्रीय मंत्री अर्जुन राम मेघवाल और राज्यसभा सांसद सुधांशु त्रिवेदी के अलावा कई मंत्री और विधायक भी मौजूद रहे वहीं मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री मोहन यादव ने भी भाग लिया।

❑गुरुकुल की शिक्षा बनाती है समाज में संस्कारी
❑देश का सबसे बड़ा गुरुकुलम हरिद्वार में स्थापित

इस अवसर पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि स्वामी रामदेव ने योग और आयुर्वेद के क्षेत्र में देश ही नहीं दुनिया भर के लोगों को जीवन की

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

नगर निगम की कूड़ा उठान व्यवस्था चल रही है राम भरोसे

हमारे संवाददाता

देहरादून। नगर निगम की कूड़ा उठान व्यवस्था राजधानी दून में राम भरोसे ही चल रही है। आलम यह है कि कई कई दिनों तक वार्डो व व्यापारिक प्रतिष्ठानों से कूड़ा न उठाये जाने के कारण स्थानीय लोग हैरान परेशान है। जबकि पिछले दिनों सीएम पुष्कर सिंह धामी द्वारा कूड़ा उठान हेतू नगर निगम की 58 गाड़ियों को वार्डो के लिए रवाना किया गया था। निगम के अधिकारियों को इस पर जल्द संज्ञान लेना होगा अन्यथा स्थिति बेकाबू होने में देर नहीं लगेगी।

राज्य की राजधानी देहरादून जहां सदैव पर्यटकों का आवागमन लगा रहता है और जहां स्कूल, कालेज और होटलों सहित अन्य व्यापारिक संस्थानों की भरमार है। उस राजधानी देहरादून में नगर निगम द्वारा चलायी जाने वाली कूड़ा उठान व्यवस्था अब चरमराने लगी है। जबकि पिछले दिनों सीएम धामी द्वारा निगम वार्डो के कूड़ा उठान व्यवस्था को सूचारू रखने के लिए 58 वाहन रवाना किये गये थे।

कई-कई दिनों तक नहीं उठाया जा रहा है निगम क्षेत्रों से कूड़ा

बताया जा रहा है कि ईसी रोड, राजपुर रोड, डालनवाला क्षेत्रों में जहां कई प्रतिष्ठित व्यापारिक प्रतिष्ठान है वहां कई-कई दिनों तक कूड़ा उठान न होने के कारण स्थिति गम्भीर बनी हुई है। स्थानीय लोगों का कहना है कि पिछले तीन दिनों से यहां कूड़ा उठान के वाहन नहीं आये है। जिससे उन्हे परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है।

नगर निगम के अधिकारियों को तत्काल इस समस्या पर गौर करने की जरूरत है ताकि लोगों को इस गम्भीर समस्या से निजात मिल सके।

विमान दुर्घटनाग्रस्त होने से चार लोगों की मौत

मेक्सिको सिटी। उत्तरी मेक्सिको में एक विमान दुर्घटनाग्रस्त होने से चार लोगों की मौत हो गई। यह हादसा कोहुइला राज्य के शहर रामोस एरिजपे के हवाई अड्डे पर हुआ। सिन्हुआ समाचार एजेंसी ने रामोस एरिजपे नागरिक सुरक्षा और अग्निशमन विभाग के सूत्रों के हवाले से यह खबर दी। प्रारंभिक रिपोर्टों से पता चला है कि तेज हवाओं या अपर्याप्त ईंधन के कारण यह हादसा हुआ होगा।

स्थानीय नागरिक उड्डयन अधिकारियों ने पुष्टि करते हुए बताया कि अमेरिका में पंजीकृत विमान ने उत्तरी मैक्सिकन सीमावर्ती शहर माटामोरोस, तमाउलिपास से कोहुइला के लिए उड़ान भरी थी। स्थानीय अधिकारियों के अनुसार, दुर्घटना दोपहर के ठीक बाद हुई, जब विमान के पायलट ने लैंडिंग के लिए रामोस एरिजपे के हवाई अड्डे से सहायता का अनुरोध किया। हालांकि, विमान एक हवाईअड्डे के पास लगभग 200 मीटर की ऊंचाई से नीचे गिरा। दुर्घटना का कारण निर्धारित करने के लिए सिविल एयरोनॉटिक्स निदेशालय द्वारा संबंधित जांच के लिए दुर्घटनास्थल को घेर दिया है। स्थानीय मीडिया के अनुसार, पीड़ितों में पायलट एंटोनियो एविला और तीन महिलाएं शामिल थीं।

लग्जरी कार से कर रहे थे नशा तस्करी, दो छात्रों सहित तीन गिरफ्तार

❑एक किलो चरस, लैपटाप, नगदी व तस्करी में प्रयुक्त कार बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। भारी मात्रा में चरस सहित दो छात्रों सहित तीन नशा तस्करों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी हल्द्वानी से चरस की यह बड़ी खेप देहरादून ला रहे थे। गिरफ्तार तस्करों में से दो दून के एक नामी कालेज के छात्र है जबकि एक का मर्चेंट नेवी में सलेक्शन हो चुका है। आरोपियों के कब्जे से पुलिस ने तस्करी में प्रयुक्त लग्जरी कार, नगदी, मोबाइल व लैपटाप भी बरामद किया है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना श्यामपुर में गठित अलग-अलग चैकिंग टीमों द्वारा विभिन्न स्थानो पर चैकिग की जा रही थी। चौकी चण्डीघाट पर चैकिंग

के दौरान नजीबाबाद की तरफ से हरिद्वार की ओर आ रही एक सफेद रंग की आई 20 कार अचानक चिल्ला की तरफ भागने लगी। पुलिस टीम ने तत्परता दिखाते हुए चौकी से थोड़ी ही दूरी पर चीला रोड पर स्लाईडिंग बैरियर गाडी के आगे लगा दिए जिस कारण कार चालक को मजबूरन कार रोकनी पड़ी।

संदेह के आधार पर कार की तलाशी लेने पर उक्त कार में चालक सहित 3 लोग सवार मिले। जिनके कब्जे से एक किलो चरस बरामद हुई। पूछताछ पर पता चला कि तीनों तस्कर इस चरस को हल्द्वानी से खरीदकर लाए थे और ग्राफिक एरा कालेज देहरादून के स्टूडेस को बेचने जा रहे थे।

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

दून वैली मेल

संपादकीय

कानून व्यवस्था पर सवाल

सूबे की कानून व्यवस्था और भ्रष्टाचार दो ऐसे मुद्दे हैं जो धामी सरकार के लिए गंभीर चुनौती बने हुए हैं। राजधानी दून सहित पूरे प्रदेश में बढ़ते अपराध इस बात की गवाही दे रहे हैं कि अपराधियों को न तो पुलिस का खौफ है और न कानून का कोई डर है। बीते कल पुलिस लाइन में एक हेड कांस्टेबल द्वारा पुलिस अधिकारियों से अभद्रता करने और वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक पर हमला करने की वारदात यह बताने के लिए काफी है कि उत्तराखंड की मित्र पुलिस के अंदर अनुशासन की क्या स्थिति है? अगर एक कांस्टेबल तमाम पुलिस अफसरों की मौजूदगी में एसएसपी पर हमला कर देता है तो ऐसा व्यक्ति वर्दी पहनकर आम आदमी के साथ किस तरह का व्यवहार कर सकता है यह एक विचारणीय सवाल है। भले ही अब एसएसपी ने उसे सस्पेंड कर दिया हो या फिर उसके खिलाफ जांच बैठा दी गई हो अथवा उसे जेल भेज दिया गया हो लेकिन जो पुलिस आम आदमी को अनुशासित रखने का काम करती है उसी पुलिस में ऐसे अनुशासनहीनं और आपराधिक प्रवृत्ति के लोग शामिल हो तो फिर उस पुलिस का राम ही मालिक है। अभी बीते दिनों राष्ट्रपति द्रोपती मुर्मू के दून दौरे के समय जब राजधानी की पूरी पुलिस फोर्स अलर्ट मोड पर थी राजपुर रोड स्थित ज्वेलरी शोरूम में दिनदहाड़े करोड़ की डकैती हो गई जिसे लेकर सूबे की पुलिसिंग और कानून व्यवस्था पर तमाम तरह के सवाल उठे थे। राजधानी और राज्य में हत्याओं तथा लूटपाट के साथ-साथ महिला अपराधों की जिस तरह से बाढ़ आई हुई है वह राज्य सरकार और पुलिस की असफलता की कहानी बताने के लिए काफी है। बीते कल खटीमा के एक मंदिर में बदमाशों ने महंत और उसके एक शिष्य की हत्या कर दान पात्र की नगदी लूट ली गई वहीं ऋषिकेश में एक विदेशी महिला का शव होटल में फांसी के फंदे पर लटका मिला। जौलीग्रांट में एक लड़की पर तेजाब फेंकने की घटना भी सामने आई एक नहीं न जाने कितनी ऐसी आपराधिक वारदातें हर रोज अखबारों की सुर्खियों में रहती हैं। अंकिता भंडारी हत्याकांड के बाद उत्तरकाशी के एक होम स्टे में युवती की मौत जैसे मामलों को लेकर आम जनता सड़कों पर है। वहीं आर्थिक अपराध और भ्रष्टाचार के भी तमाम मामलों ने तूल पकड़ रखा है। ताजा मामला प्रधानमंत्री सिंचाई योजना में हुए घोटाले का है जिसे लेकर अब कृषि एवं भूमि संरक्षण अधिकारी से लेकर अन्य तमाम विभागीय कर्मचारियों के खिलाफ कार्यवाही की जा रही है। सवाल यह है कि भ्रष्टाचार पर जीरो टॉलरेंस का दावा करने वाली सरकार अभी तक कुछ ऐसा क्यों नहीं कर पा रही है जिससे भ्रष्टाचार पर लगाम लगाई जा सके। भर्ती घोटाले के दोषियों को जेल भेज दिया उसकी संपत्तियां भी कुर्क कराई गई मगर भर्ती घोटाले फिर भी जारी रहे। जमीनों के फर्जीवाड़ो के खिलाफ बड़ी कार्रवाई की, रजिस्ट्री और कागजों में हेरा फेरी करने वालों को जेल भेजा गया लेकिन जमीनों का फर्जीवाड़ा जारी है। नगर निगम दून में प्रशासक नियुक्ति के बाद जांच में पता चल रहा है कि नगर निगम के सफाई कर्मचारी तो बिना काम किया ही वेतन ले रहे हैं और हाजिरी रजिस्टर में उपस्थितियां दिखाकर गैर हाजिर कर्मचारी मौज कर रहे हैं। कूड़ा उठान का काम आधे वार्ड में भी सही ढंग से संचालित नहीं किया जा रहा है। सवाल यह है कि सीएम धामी भ्रष्टाचार पर जब अपनी सख्त कार्यवाही की बात करते हैं तो कहते हैं कि अब गलत काम करने वाले 100 बार सोचेंगे लेकिन वह तो एक बार भी नहीं सोच रहे हैं। कानून व्यवस्था और भ्रष्टाचार को रोकने में उनकी सरकार पूरी तरह नाकाम साबित हो रही है। हाईकोर्ट के निर्देश के बाद भी राज्य में अभी तक लोकायुक्त की नियुक्ति सरकार नहीं कर सकी है। इन अपराधों और भ्रष्टाचार के मामलों से परेशान जनता में क्या संदेश जा रहा है और चुनाव पर इसका क्या असर पड़ेगा सरकार को इस पर विचार करने की जरूरत है।

अब पंचायत प्रतिनिधि करेंगे नगर पंचायत का विरोध

कार्यालय संवाददाता

मुनस्यारी। नगर प्रस्तावित नगर पंचायत को लेकर आज आयोजित बैठक में अधिकारियों के नहीं आने से बैठक नहीं हुई। पंचायत प्रतिनिधियों ने नहीं आने वाले लापरवाह अधिकारियों के खिलाफ निंदा प्रस्ताव पास किया। विभागों के इस व्यवहार से आहत पंचायतो ने नगर पंचायत को अस्वीकार करने का प्रस्ताव भी पारित किया। उन्होंने कहा कि जब तक नगर पंचायत से होने वाले लाभ तथा हानि की जानकारी को नहीं दी जाती है, तब तक नगर पंचायत का बोर्ड क्षेत्र में नहीं लगने दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि इन अधिकारियों के खिलाफ जिलाधिकारी कार्रवाई करे अन्यथा क्षेत्र पंचायत तथा जिला पंचायत की बैठक में सामूहिक धरना प्रदर्शन किया जाएगा।

प्रस्तावित नगर पंचायत को लेकर आज जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया की उपस्थिति में बैठक हुई। बैठक में वन विभाग के डिप्टी रंजन तथा तहसीलदार के अलावा कोई भी विभाग अध्यक्ष नहीं आया। जिलाधिकारी द्वारा विभागों को इस बैठक में शामिल होकर नगर पंचायत के गठन के बाद होने वाले लाभ हानि के विषय पर 5 ग्राम पंचायतों की जनता को जागरूक किए जाने का आदेश दिया गया था।

उसके बाद भी दो विभागों के अलावा

महत्वपूर्ण विभागों के अधिकारियों के नहीं आने पर उपस्थित पंचायत प्रतिनिधियों ने इन लापरवाह अधिकारियों के खिलाफ एक लाइन का निंदा प्रस्ताव पास करते हुए प्रभारी उप जिलाधिकारी

❑बैठक में अधिकारियों के नहीं आने से आहत
❑अनुपस्थित अधिकारियों के खिलाफ निंदा प्रस्ताव

लता बोरा के माध्यम से जिलाधिकारी को पत्र भेजा। उन्होंने कहा कि नगर पंचायत को लेकर अभी भी आम जनता में तमाम तरह की शंकाएं बनी हुई है। इनके समाधान के लिए बैठक बुलाई गई थी। इसके प्रति अधिकारियों का रुख नकारात्मक रहा।

जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने कहा कि जिलाधिकारी को भेजे जापान में पंचायत के प्रतिनिधियों में स्पष्ट कर दिया है कि अब नगर पंचायत को लेकर अगर किसी बैठक की आवश्यकता होती है। तो जिला प्रशासन स्वयं आयोजित करें। उन्होंने कहा कि इस मामले में लापर विभागाध्यक्षों के खिलाफ अगर कार्रवाई नहीं हुई, तो आगामी क्षेत्र पंचायत तथा जिला पंचायत की बैठक में शामिल होकर धरना प्रदर्शन किया जाएगा।

बैठक में उपस्थित पंचायतों ने आज नगर पंचायत को करने का प्रस्ताव भी पास किया। बैठक में नगर पंचायत को लेकर लोगों के मन में व्याप्त शंकाओं को दूर किया जाना चाहिए। इससे पहले नगर पंचायत को स्वीकार नहीं किया जाएगा। बैठक में जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया,ग्राम प्रधान नवीन राम, कृष्णा सिंह सयाना, सदस्य क्षेत्र पंचायत सदस्य केदार राम, कैलाश सिंह सुमत्याल, महेश सिंह सिंह रावत,लोक बहादुर सिंह जंपांगी आदि मौजूद रहे।

छावनी क्षेत्र से लोहे की तारबाड चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने सेना क्षेत्र से लोहे की तारबाड चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गोरखा रायफल के मेजर एमएस दवांग ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि चोरों ने एडमिरल हाउस के पीछे शास्त्री गांव से लोहे के तारबाड चोरी कर लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

तमंचे व कारतूस सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। वारदात की फिराक में घूम रहे एक बदमाश को पुलिस ने एक तमंचे व कारतूस सहित गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी पूर्व में भी झबरेडा क्षेत्र से पैट्रोल पंप लूट के मामले में जेल की हवा खा चुका है। जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना झबरेड़ा पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा है। इस दौरान पुलिस को ग्राम झबरेडी कंला की ओर जाने वाले रोड पर बाइक सवार एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रोकना चाहा तो वह बाइक मोड़कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से एक तमंचा व एक कारतूस बरामद हुआ। जिसने पूछताछ में अपना नाम अनुज पुत्र खिताब सिंह निवासी देवबंद सहारनपुर बताया। पुलिस के अनुसार पकडा गया आरोपी वर्ष 2020 में थाना झबरेडा से पैट्रोल पंप लूट के मामले में जेल जा चुका है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

लाखों की चोरी में दो कर्मचारियों के खिलाफ मुकदमा दर्ज

देहरादून (सं)। कम्पनी के कार्यालय से लाखों के सामान चोरी होने पर दो कर्मचारियों के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार कैनाल रोड निवासी शुभम शर्मा ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह ईन्सटाकार्ट प्रा.लि. कंपनी के कनाल रोड स्थित कार्यालय में मैनेजर के पद पर कार्यरत है। उनकी कम्पनी ई कामर्स कम्पनियों के सामान की डीलीवरी का काम करती है। विगत कुछ माह से उनके आफिस से कुछ सामान की चोरी का मामला सामने आ रहा था जिनमे मुखत: मोबाईल थे। उन्होंने कम्पनी के कैमरे चेक करने पर पाया की उनके दो कर्मचारी जिनका नाम अंकित चौधरी और अंकित भारती मिलकर सामान की चोरी कर रहे थे। जिनमे से अंकित चौधरी ने 20 दिसम्बर 23 को नौकरी छोड़ दी थी। चोरी किए गए सामान का कुल मूल्य 11 लाख 46 हजार 500 है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

अश्वो न चक्रदो वृषा सं गा इन्दो समर्वत:।
वि नो राये दुरो वृधि।।
(ऋग्वेद ९-६४-३)

हे अनंत प्रकाश और ऊर्जा के स्वामी ! आप हमारी ज्ञानेंद्रियों और कर्मेंद्रियों को पवित्र करें और उनकी शक्ति में वृद्धि करें। आप हमारे लिए सत्य धन, सम्मान और उत्कृष्टता के द्वार खोल दें।

राज्य खेल महाकुंभः पीएमश्री केन्द्रीय विद्यालय आईएमए ने जीती फुटबॉल की स्वर्ण ट्रॉफी

संवाददाता

देहरादून। राज्य खेल महाकुम्भ मे फुटबाल प्रतियोगिता में पीएम श्री केवि आईएमए ने सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण ट्राफी पर कब्जा किया।

राज्य खेल महाकुंभ के अंतर्गत रूद्रपुर में राज्य स्तरीय फुटबॉल प्रतियोगिता बालिका वर्ग के मुकाबले संपन्न हुए, जिसमें पीएम श्री केन्द्रीय विद्यालय, भारतीय सैन्य अकादमी देहरादून की फुटबॉल टीम ने सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए स्वर्णिम ट्रॉफी का कब्जा किया। प्रतियोगिता में विद्यालय की टीम को पहले मैच में राज्य में श्बाईश मिला। दूसरे मुकाबले में देहरादून की ओर से विद्यालय की टीम ने नैनीताल को 4-2 की शिकस्त दी। मैच में अदिति पंवार ने 2 तथा इशिका ने 2 गोल दागे। सेमीफाइनल मैच देहरादून एवं हरिद्वार

के बीच हुआ। यह मुकाबला देहरादून ने 4-0 से जीतकर अपनी श्रेष्ठता सिद्ध की। मैच में अदिति पंवार, इशिका, योगिता एवं आरती ने 1-1 गोल कर एकतरफा जीत दिलाई। अंतिम और निर्णायक मुकाबला देहरादून एवं उध मसिंह नगर की टीम के मध्य हुआ। देहरादून की ओर से प्रतिभाग कर रही पीएम श्री केन्द्रीय विद्यालय की टीम ने 4-0 से शिकस्त देकर ट्रॉफी अपने नाम की। मैच में प्रिया ने 2, अदिति पंवार ने 1 एवं भूमि ने एक गोल कर टीम को स्वर्णिम विजय दिलाई। खिलाड़ियों की इस उत्कृष्ट उपलब्धि का श्रेय खेल शिक्षक जय कंवर, खेल प्रशिक्षक अजय गुसाईं के अथक प्रयासों तथा खिलाड़ियों के निरंतर अभ्यास एवं परिश्रम को जाता है। प्राचार्य माम चन्द, उप प्राचार्य रमेश चन्द, मुख्य अध्यापक सरोज कुमार वर्मा एवं शिक्षकों ने खिलाड़ियों को बधाई देकर प्रोत्साहित किया तथा उज्ज्वल भविष्य हेतु शुभकामनाएँ दी।

लाल, हरी, पीली शिमला मिर्च: हर रोज खाने के लिए हेल्थ के हिसाब से कौन सा है बेहतर

लाल, हरी और पीली शिमला मिर्च पोषण से भरपूर होता है। इसे आप रोजाना खा सकते हैं या नहीं? लाल, हरी और पीली इन तीनों शिमला मिर्च में से पोषण तत्व से भरपूर कौन सा है? आज हम इस पर बात करेंगे। साथ ही जानेंगे हर रोज खाने में तीनों में से कौन सी वाली शिमला मिर्च सबसे बेहतर है? इन सभी सवालों के जवाब आज हम इस आर्टिकल के जरिए देंगे। यदि आप हाई विटामिन ए और सी को अपनी डाइट में शामिल करना चाहते हैं तो लाल शिमला मिर्च आपकी पसंदीदा पसंद हो सकती है। इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन के होता है।

लाल शिमला मिर्च

लाल शिमला मिर्च, सबसे अधिक परिपक्व होने के कारण, सबसे मीठी होती है और इसमें कुछ पोषक तत्वों का स्तर उच्चतम होता है। लाल शिमला मिर्च में हरे और पीले रंग की तुलना में अधिक विटामिन ए होता है। स्वस्थ त्वचा, दृष्टि और इम्युनिटी को बनाए रखने के लिए विटामिन ए जरूरी होता है। इसके अलावा लाल शिमला मिर्च में आमतौर पर हरी और पीली मिर्च की तुलना में विटामिन सी का लेवल अधिक होता है। विटामिन सी एक एंटीऑक्सीडेंट है जो इम्युनिटी को मजबूत करता है और शरीर को आयरन को अवशोषित करने में मदद करता है।

ग्रीन शिमला मिर्च

हरी शिमला मिर्च की कटाई पूरी तरह पकने से पहले की जाती है, इसलिए लाल शिमला मिर्च की तुलना में उनका स्वाद थोड़ा अधिक कड़वा होता है। हालाँकि, वे विटामिन के का उत्कृष्ट स्रोत हैं, जो रक्त के थक्के जमने और हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।गोयल ने बताया कि हरी शिमला मिर्च भी अच्छी मात्रा में विटामिन सी प्रदान करती है।

पीली शिमला मिर्च

परिपक्वता और पोषण सामग्री के मामले में पीली शिमला मिर्च लाल और हरे रंग के बीच में आती है। उनका स्वाद लाल शिमला मिर्च की तुलना में हल्का होता है लेकिन फिर भी मीठा स्वाद देता है। लाल और हरी शिमला मिर्च की तरह, पीली शिमला मिर्च भी विटामिन ए और सी से भरपूर होती है।

स्वाद के मामले में अगर तीनों शिमला मिर्च की तुलना करें

लाल शिमला मिर्च

ये सबसे मीठी होती हैं और इनका स्वाद थोड़ा फल जैसा होता है। वे उन व्यंजनों में अच्छा काम करते हैं जहां मीठा या धुएँ के रंग का स्वाद वांछित होता है, जैसे भुनी हुई सब्जियाँ या भरवां मिर्च।

हरी शिमला मिर्च

लाल मिर्च की तुलना में हरी मिर्च का स्वाद अधिक तीव्र और थोड़ा कड़वा होता है। इन्हें अक्सर फ़ैजिटास, स्टर-फ्राई जैसे स्वादिष्ट व्यंजनों में या सलाद में कुरकुरे व्यंजन के रूप में उपयोग किया जाता है।

पीली शिमला मिर्च

हरी मिर्च की तुलना में पीली मिर्च हल्का और मीठा स्वाद प्रदान करती है, जो उन्हें विभिन्न व्यंजनों के लिए एक बहुमुखी विकल्प बनाती है। वे उन लोगों के लिए बहुत अच्छे हैं जो अपने व्यंजनों में सूक्ष्म स्वाद पसंद करते हैं।

खाना पकाने में किया गया इस्तेमाल

लाल शिमला मिर्च

पकने के कारण, लाल मिर्च नरम होती है और भूनने और ग्रिल करने में अच्छी होती ह मीठे और रसदार क्रंच के लिए इन्हें सलाद में कच्चा भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

हरी शिमला मिर्च

हरी मिर्च की बनावट मजबूत होती है, जो उन्हें उच्च तापमान पर पकाने के लिए उपयुक्त बनाती है। वे स्टर-फ्राई में अपना आकार अच्छी तरह से बनाए रखते हैं और अक्सर पके हुए व्यंजनों में उपयोग किए जाते हैं।

पीली शिमला मिर्च

लाल और हरे रंग के बीच की बनावट के साथ, पीली मिर्च बहुमुखी होती है। इन्हें सलाद में कच्चा खाया जा सकता है या विभिन्न व्यंजनों में पकाया जा सकता है, जो मिठास और कुरकुरापन का संतुलन प्रदान करते हैं।

चमकदार त्वचा के लिए लगाए अनार का फेशियल मास्क

अनार अपने मोहक रंग और बेहतरीन स्वाद से सबको लुभाता है। इसमें भरपूर पोषक तत्व भी होते हैं जो स्वास्थ्य और त्वचा के लिये काफी लाभदायक सिद्ध होते हैं। इसमें एंटीऑक्सीडेंट और विटामिन ए और सी भी प्रचुर मात्रा में होती है। विटामिन सी से त्वचा कोमल होती है। यह फल त्वचा में चमक लाता है और आपको जवान दिखने में मदद करता है। अगर इसे चेहरे पर लगाया जाए तो इससे चेहरे का रंग भी खिलता है। अनार के पोषक तत्व त्वचा में प्राकृतिक चमक बनाये रखते हैं। इसे लगाने से झाइयां और दाग धब्बों से भी मुक्ति मिलती है और चेहरा सुन्दर दिखता है। अनार में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं जो ऑक्सीडेटिवे स्ट्रेस से होने वाले फ्री रेडिकल्स से लड़ते हैं। चेहरे को चमकता हुआ बनाने के लिए अनार को इस्तमाल करने के कई तरीके हैं। इसे कई दूसरी वस्तुओं के साथ बेहतर परिणाम के लिए इस्तमाल में लाया जा सकता है।

इसलिए इस आर्टिकल में हम बोल्ड स्काई की तरफ से यह बताना चाहेंगे कि चेहरे को चमकता और सुन्दर बनाने के लिए अनार का कैसे इस्तमाल करना चाहिए। ज़्यादा जानने के लिए आगे पढ़ें।

अनार और शहद: अनार के कुछ दानों को चूर चूर कर लें और इसका जूस निकाल लें। इस मिश्रण में एक चम्मच शहद मिला दें। इसे चेहरे पर 10 मिनट तक हल्के हल्के मसाज करें। इसे कुछ देर तक चेहरे पर रहने दें और फिर धो लें। आपको चमकता हुआ चेहरा मिलेगा।

अनार और पपीता: इस फेस मास्क से चेहरे में गोरापन आता है और चेहरे का टैन निकल जाता है। अनार के दानों को पपीते के कुछ टुकड़ों के साथ मिला दें। इनको अच्छी तरह मसल लें और पेस्ट को त्वचा पर लगाएं। इसे चेहरे पर कुछ देर तक लगा रहने दें और फिर धो लें।

अनार और ग्रीन टी: यह चेहरे को गोरा करने वाला मास्क है जो चेहरे को चमकदार और जोशपूर्ण बनाता है। यह एंटी एजिंग मास्क की तरह भी काम करता है। अनार के जूस को ग्रीन टी पाउडर के साथ मिलाएं। इस मिश्रण को चेहरे पर लगाएं। कुछ देर तक लगा रहने दें और फिर धो लें।

अनार और निम्बू: इस मास्क को तैलीय त्वचा वाले लोग लगा सकते हैं। यह चेहरे के सभी दाग और निशान को मिटाने में मदद करता है। अनार और निम्बू के जूस को बराबर मात्रा में मिला लें। इस मिश्रण को त्वचा पर लगाएं, कुछ देर रहने दें और फिर धो लें।

अनार और दही: इस मास्क से चेहरा हाइड्रेट होता है। अनार के जूस को दही के साथ मिला लें और इसे चेहरे पर लगा लें। कुछ देर तक धीरे धीरे मसाज करें और फिर धो लें। कारगर परिणाम के लिए इस मास्क को महीने में एक बार लगाएं।

ऑनलाइन शॉपिंग करने के नुकसान!

आजकल ज्यादातर ग्राहक ज्वैलरी की ऑनलाइन शॉपिंग की ओर आकर्षित हो रहे हैं, पर गहनों की ऑनलाइन शॉपिंग करने से पहले आपको इसके नुकसान के बारे में भी पूरी जानकारी हासिल कर लेनी चाहिए। ज्वैलरी खरीदने से पहले अच्छे से सब मालूम कर लें कि अगर वह टूटी हुई निकलती है तो उसकी वापसी की सुविधा है या नहीं।

इस बात की जानकारी हासिल कर लें कि रास्ते में होने वाले नुकसान के लिए कम्पनी ने बीमा करवाया है या नहीं। ज्वैलरी की रसीद, क्वॉलिटी सर्टिफिकेट और वारंटी कार्ड लेना ना भूलें। हीरे या अन्य कीमती रत्नों की ज्वैलरी खरीदते वक्त खास ख्याल रखें कि उसके साथ किसी मान्यता प्राप्त जेमोलॉजी संस्थान का प्रमाणपत्र है या नहीं। कई बार ऐसा भी होता है कि ज्वैलरी आपके बजाए गए माप के अनुरूप ठीक नहीं होती या ज्वैलरी का जो डिजाइन वेबसाइट पर दिखाया गया था, सही में आपको उससे अलग डिजाइन की ज्वैलरी भेजी जाती है। ऐसी स्थिति में कुछ विक्रता ज्वैरी वापस रकने से इंकार कर देते हैं। ऐसी समस्याओं से बचने के लिए बिल के भुगतान से पहले ज्वैलरी के माप और डिजाइन के बारे में पूरी तसल्ली कर लें।

इन कारणों से पेरेंट्स को इग्नोर करने लगते हैं बच्चे, समय रहते कर लें खुद में सुधार

आजकल माता-पिता अपने बच्चों से शिकायत करते हैं कि वे परिवार के साथ रहने की बजाय अकेले रहना पसंद करते हैं. ऐसे बच्चे अक्सर अपने माता-पिता के साथ बातचीत करने और अपनी भावनाओं को साझा करने से हिचकिचाते हैं. जिसके कारण माता-पिता उनके विचारों को समझने में असमर्थ होते हैं और उनसे दूर हो जाते हैं. यदि आपके परिवार में भी बच्चे इस तरह से आपसे व्यवहार करते हैं, तो समय पर सतर्क हो जाएं.

तुलना ना करें

यदि आप भी उन माता-पिता में से एक हैं जो अक्सर अपने दोनों बच्चों में से एक को दूसरे के जैसा बनने के लिए कहते हैं, तो तुरंत अपनी यह आदत बदलें. आपका ऐसा करना बार-बार आपके बच्चे को यह अहसास करा सकता है कि आप उसके भाई या बहन से उससे ज्यादा प्यार करते हैं.

माता-पिता से भावनात्मक दूरी

कई बार कुछ बच्चे अपने माता-पिता की एक भी आलोचना को नजरअंदाज नहीं कर पाते हैं. ऐसे बच्चों के माता-पिता के लिए हमेशा अपने बच्चों के व्यवहार पर नजर रखना मुश्किल हो जाता है. बचपन की इरादा भरी नफरत बच्चों को इसे अपने माता-पिता से भावनात्मक दूरी बना देती है.

जीवनसाथी पर टिप्पणी

बच्चे का विवाहित जीवन पहले के तुलना में थोड़ा अलग हो जाता है. इस तरह की स्थिति में, उसके जीवनसाथी पर कोई भी टिप्पणी करना आपके लिए गलत हो सकता है, लेकिन उसके लिए यह अपमानजनक महसूस हो सकता है. जिससे वह आपसे दूर हो सकती है.

गलतियों से सीखने का मौका

कई बार माता-पिता हर बात के लिए अपने बच्चों को रोकने और सलाह देने में लगे रहते हैं. वे इसे अपना अधिकार और कर्तव्य मानते हैं लेकिन आप उन्हें हमेशा बिना पूछे सलाह देना, खासकर जब वे अपने निर्णय ले सकते हैं. आपकी सलाह अच्छी हो सकती है, लेकिन कभी-कभी यह बेहतर होता है कि आप एक कदम पीछे हटें और अपने बच्चों को अपनी गलतियों से सीखने का मौका दें.

स्थानीयकरण की हद!

ऐसे निर्णय लेते समय इस संवैधानिक प्रावधान का तनिक भी ख्याल नहीं किया जाता कि भारत के हर नागरिक को देश के किसी भी हिस्से में जाकर रहने, कारोबार करने या रोजगार हासिल करने का मौलिक अधिकार है। लेकिन ऐसा लगता है कि इस भावना के विपरीत देश में स्थानीयकरण की हद तक जाने की होड़ लगी हुई है। केंद्र और असम सरकारों ने यूनाइटेड लिबरेशन फ्रंट ऑफ असम (उल्फा) के अरविंद राजखोवा गुट के साथ जो करार किया है, उसमें शामिल कुछ शर्तें विवादास्पद हैं। मसलन, यह कि अगले परिसीमन के समय असम विधानसभा की 126 में से 97 सीटें मूलवासी लोगों के लिए आरक्षित कर दी जाएंगी। दूसरी शर्त ऐसी संवैधानिक व्यवस्था की है, जिसके तहत किसी चुनाव क्षेत्र में दूसरे चुनाव क्षेत्र के बाशिंदे जमीन नहीं खरीद सकेंगे। हैरतअंगेज है कि जम्मू-कश्मीर के लिए अनुच्छेद 370 के तहत मिले ऐसे ही संरक्षणों के खिलाफ दशकों तक अभियान चलाने वाली भारतीय जनता पार्टी किसी अन्य राज्य में इस तरह की शर्तों के लिए एक समय खूंखार आतंकवादी रहे संगठन के सामने राजी हो रही है। देश की एकता के लिए आवश्यक है कि स्थानीय जरूरतों और राष्ट्रीय तकाजों में तालमेल बैठाया जाए। इनमें से किसी एक तरफ पलड़े का ज्यादा झुकना अवांछित समझा जाएगा। असम के मामले में तो बात किसी दूसरे प्रदेश के बाशिंदों से भेदभाव तक ही सीमित नहीं है। बल्कि पास-पड़ोस के निवासियों के लिए दरवाजे बंद किए जा रहे हैं। ऐसे निर्णय लेते समय इस संवैधानिक प्रावधान का तनिक भी ख्याल नहीं किया जाता कि भारत के हर नागरिक को देश के किसी भी हिस्से में जाकर रहने, कारोबार करने या रोजगार हासिल करने का मौलिक अधिकार है। लेकिन ऐसा लगता है कि इस भावना के विपरीत देश में स्थानीयकरण की हद तक जाने की होड़ लगी हुई है। कुछ समय पहले हरियाणा में तीन चौथाई नौकरियां प्रदेश-वासियों के लिए आरक्षित की गई थीं, जिसे न्यायपालिका ने असंवैधानिक ठहराया। लेकिन अब वैसा ही कदम झारखंड सरकार ने उठाया है। स्पष्टत- राजनीतिक पार्टियों के पास चुनावी गणित बैठाने के अलावा देश निर्माण या जन-कल्याण का कोई सपना नहीं बचा है। वरना, उनकी निगाह मूलभूत समस्याओं तक जा पाती। समस्या ऐसी आर्थिक नीतियों का अभाव है, जिससे अधिक-से-अधिक रोजगार निर्मित हो और सबको संतुष्ट करने लायक विकास की तरफ समाज बढ़े। चूंकि इसके लिए उपयुक्त दृष्टि और साहस का राजनीतिक नेतृत्व में अभाव हो गया है, इसलिए बांटने और दूरी बढ़ाने वाली नीतियों का सहारा ही उनके पास बचा नजर आता है। (आरएनएस)

कमजोरी जड़ में है

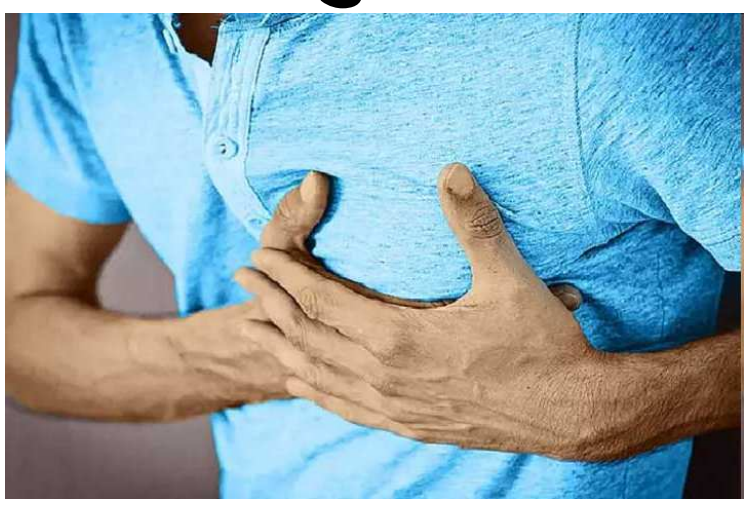
सबक यह है कि मुद्रा के अंतरराष्ट्रीयकरण के लिए अर्थव्यवस्था की जड़ें मजबूत करना अनिवार्य है। वरना, मुद्रा के अंतरराष्ट्रीयकरण की बात सपना ही बनी रहेगी। यह याद रखना होगा कि मुद्रा की ताकत अर्थव्यवस्था की ताकत से तय होती है। साल 2023 में डी-डॉलराइजेशन- यानी अंतरराष्ट्रीय व्यापार में आपसी मुद्राओं में भुगतान- एक खास ट्रेंड रहा। आंकड़ों के मुताबिक इस वर्ष कच्चे तेल के हुए कुल 20 प्रतिशत निर्यात का भुगतान डॉलर के अलावा किसी मुद्रा में हुआ। यह बड़ा आंकड़ा है, क्योंकि दूसरे विश्व युद्ध के बाद से जीवाश्म ऊर्जा के अंतरराष्ट्रीय कारोबार की मुख्य मुद्रा डॉलर ही था। 2022 से डॉलर से जुदा होने के तेजी से बढ़े रुझान के बीच भारत ने भी अपनी मुद्रा- रुपये- को अंतरराष्ट्रीय स्वरूप देने की नियोजित पहल की है। लगभग दो दर्जन देशों के साथ ऐसी व्यवस्था हो चुकी है, जिसके तहत आयात-निर्यात का भुगतान अपनी-अपनी मुद्राओं में करना संभव हो गया है। इस वर्ष यह प्रयास एक खास मुकाम पर पहुंचा, जब भारत ने पहली बार संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) को तेल के बदले में रुपये में भुगतान किया। यूएई को भुगतान से उम्मीद जगी कि नए वैश्विक रुझान का लाभ भारतीय रुपये को भी मिलेगा। लेकिन यूएई को भुगतान के बाद बात ज्यादा आगे नहीं बढ़ी। केंद्रीय तेल मंत्रालय ने पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस विभाग से संबंधित संसदीय कमेटी को जो जानकारी दी, उससे इसी बात का संकेत मिला। गौरतलब है कि यूक्रेन युद्ध शुरू होने के बाद से भारत रूसी तेल का बड़ा बाजार बना है। रूसी कंपनियों ने आरंभ में रुपये में भुगतान स्वीकार किया, लेकिन बाद में इसको लेकर वे अनिच्छुक हो गईं हैं। अब वे भारतीय कंपनियों से चीनी मुद्रा युवान या फिर यूएई की मुद्रा दिरहम में भुगतान मांगती हैं। रूस का कहना है कि भारतीय रुपया उसके भंडार में जमा होता गया, जिसे खर्च करना उसके लिए कठिन हो गया है। जाहिर है, कोई देश किसी विदेशी मुद्रा का इस्तेमाल आयात के भुगतान के लिए करेगा। भारतीय रुपया कोई तीसरा देश स्वीकार नहीं करता, जबकि भारत का निर्यात इतना बड़ा नहीं है कि सारा रुपया फिर यहीं वापस आ जाए। तो सबक है कि मुद्रा के अंतरराष्ट्रीयकरण के लिए अर्थव्यवस्था की जड़ें मजबूत करना अनिवार्य है। वरना, मुद्रा के अंतरराष्ट्रीयकरण की बात सपना ही बनी रहेगी। यह याद रखना होगा कि मुद्रा की ताकत अर्थव्यवस्था की ताकत से तय होती 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

हर बार सीने में दर्द हार्ट अटैक नहीं होता, हो सकती है फेफड़ों से जुड़ी ये बीमारी



आमतौर पर हार्ट अटैक का सबसे बड़ा संकेत सीने में दर्द होना होता है। लेकिन सीने में दर्द केवल हार्ट अटैक हो ऐसा जरूरी नहीं है, क्योंकि कई मामलों में यह बात सामने आई है कि सीने में दर्द की समस्या का कनेक्शन फेफड़ों से भी हो सकता है और इसके कारण हार्ट अटैक से भी गंभीर स्थिति हो सकती है। तो चलिए आज हम आपको बताते हैं कि सीने में दर्द फेफड़ों की किस बीमारी की ओर संकेत करता है और हमें इससे कैसे बचना चाहिए।

साधारण सीने में दर्द हो सकता है पल्मोनरी एम्बोलिज्म

पल्मोनरी एम्बोलिज्म एक फेफड़ों की स्थिति है, जिसमें लंग्स में ब्लड क्लॉट बन जाते हैं। यह फेफड़ों की आर्टरी में ब्लड सर्कुलेशन को रोकते हैं। ज्यादातर ब्लड क्लॉट पैरों की नसों से शुरू होकर फेफड़ों तक जाता है और यह स्थिति काफी गंभीर होती है। अगर किसी को बार-बार सीने में दर्द हो रहा है, सांस लेने में तकलीफ है, चलने फिरने या बोलने में सांस फूलती है या दिक्कत होती है, तो आपको तुरंत डॉक्टर को दिखाना चाहिए क्योंकि यह लंग्स क्लॉटिंग के कारण हो सकता है।

फेफड़ों में क्लॉटिंग के लक्षण

फेफड़ों में क्लॉटिंग होने के सामान्य लक्षणों में सांस लेने में कठिनाई होना, सीने में दर्द होना, बेहोश हो जाना, हार्टबीट का कंट्रोल न रहना, तेज दिल का धड?ाना, पसीना आना, बुखार आना और पैरों में सूजन होना आम है।

लंग क्लॉट और हार्ट अटैक में अंतर

लंग्स क्लॉट की कंडीशन में आपको ऐसा महसूस होगा जैसे दिल का दौरा पड़ रहा हो, इसमें दर्द अक्सर तेज होता है और जब आप गहरी सांस लेते हैं तो दर्द और ज्यादा बढ़ जाता है। इतना ही नहीं खाते, छींकते या झुकते समय भी फेफड़े या सीने में अजीब सा दर्द होता है।

लंग्स क्लॉट से कैसे बचें

अब बात आती है कि लंग्स क्लॉट से कैसे बचा जा सकता है, तो इससे बचने के लिए आपको एक बैलेंस डाइट लेना बहुत जरूरी है, फिजिकली फिट और एक्टिव रहना चाहिए। स्मोकिंग से बचना चाहिए, लंबे समय तक क्रॉस करके नहीं बैठना चाहिए, टाइट फिटिंग के कपड़े नहीं पहनना चाहिए और वजन को नियंत्रित करना चाहिए।

नेहा मलिक ने सिजलिंग आउटफिट में कराया हॉट फोटोशूट, एक्ट्रेस की दिलकश अदाएं देख मोहित हुए युजर्स

भोजपुरी अदाकारा नेहा मलिक सोशल मीडिया पर काफी मशहूर हैं और आए दिन वे अपने ग्लैमरस अवतार से फैंस के होश उड़ाती रहती हैं. हाल ही में एक्ट्रेस एक हॉट फोटोशूट कराया है जिसे देखने के बाद आपके होश काबू में नहीं रहेंगे. नेहा मलिक ने लेवेंडर कलर का सिजलिंग आउटफिट पहना है. ग्लोइंग मेकअप के साथ बालों को खुला छोड़ा है और और कैमरे के सामने एक से बढकर एक सेक्सी पोज दे रही हैं. साथ ही उनके बड़े-बड़े ईयररिंग्स उनकी खूबसूरती को दोगुना कर रहे हैं. एक्ट्रेस की दिलकश अदाएं देख यूजर्स मोहित हो गए हैं और कमेंट बॉक्स पर फायर इमोजी की बारिश कर रहे हैं.

नेहा मलिक एक अभिनेत्री और मॉडल हैं जो पंजाबी फिल्म और म्यूजिक इंडस्ट्री से जुड़ी हैं। उनका जन्म 31 अक्टूबर 1990 को हुआ था और उनका जन्मस्थान मुंबई, महाराष्ट्र, भारत है। उसकी ऊंचाई लगभग 5 6 है. उन्होंने अपनी स्कूली शिक्षा सेंट जेवियर सेन्टर से की। स्कूल, दिल्ली, और जीएमसीएच गवर्नमेंट मेडिकल कॉलेज एंड हॉस्पिटल, चंडीगढ़ से स्नातक की पढ़ाई पूरी की।

नेहा मलिक ने अपने कैरियर की शुरुवात मॉडलिंग से की और दुबई में फैशन वीक में टॉप 3 रैंक हासिल की थी। 2015 के ब्राइडल फैशन वीक में प्रतिभाग की हुई थी। नेहा फ़िलहाल सिंगल ही है।

शब्द सामर्थ्य -054

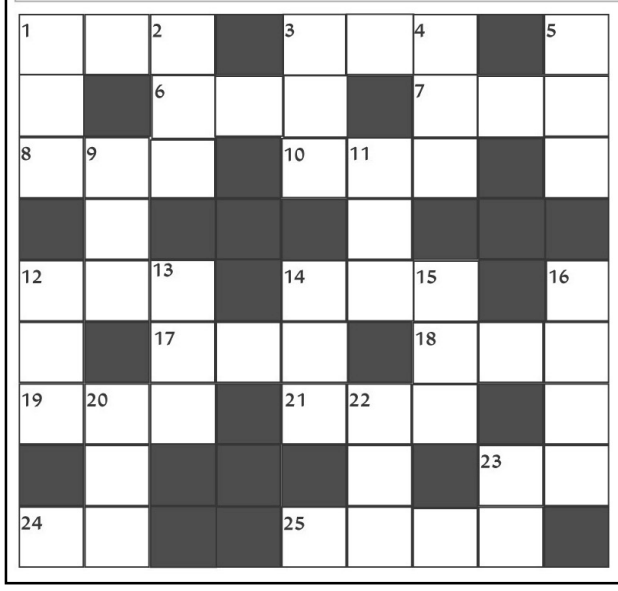
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. आय व्यय का लेखा-जोखा, गणित, एकाउंट 3. विनती, अदब 6. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 7. मूल्यवान, बहुमूल्य 8. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 10. बराबर, सम 12. मुख, चेहरा 14. अनुकृति, अनुकरण, असल का विलोम 17. दिमाग, मस्तिष्क 18. मनोहर, सुंदर, इच्छित, प्यारा 19. गर्मी, ताप 21. रसिया, प्रेमी, रसपान करने वाला 23. दबाव, भार 24. भीख 25. काम से जी चुराने वाला, आलसी।

ऊपर से नीचे

1. साहस, वीरता, बहादुरी 2. बहिन, प्रवाहित होना 3. प्रणय क्रीडा, सुखोपभोग, हावभाव 4. विश्वास, प्रतीति 5. इंतजार 9. खाने-पीने का सामान, रसद 11. नशीला, मदभरा 12. घायल, जख्मी 13. झुकना, प्रणाम, नमस्कार 14. दृष्टि, निगाह 15. तीव्रइच्छा 16. अर्थ, अभिप्राय, स्वार्थ 20. इम्तिहान, योग्यता आदि को परखना 22. जुल्म, अन्याय 23. पत्नी, बीवी, एक प्रत्यय।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 53 का हल

दा	ढ़ी		की		खा	सो	आ	म
वा		त	म	न्ना			जा	
न	जा	क	त		बा	अ	द	ब
ल		ली		वि	ला	प		हा
	अ	फ	सा	ना		मा	हि	र
दा	ब			श	गु	न		
न		उ	प	का	र		शि	
व		त्स		र		त	क	ला
	सा	व	न		गु	रु	वा	र

सालार और डंकी की आंधी के बीच डटी हुई है एनिमल!

बॉलीवुड एक्टर रणबीर कपूर की फिल्म एनिमल का जलवा बॉक्स ऑफिस पर बरकरार है. प्रभास की सालार और शाहरुख खान की डंकी की रिलीज के बाद भी एनिमल बॉक्स ऑफिस पर डटी हुई है और हर दिन कमाई कर रही है. रणबीर कपूर की फिल्म एनिमल की रिलीज को चार हफ्ते हो चुके हैं. जानिए इस मूवी ने अब तक कितने करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है. रणबीर कपूर की एनिमल के वर्ल्डवाइड कलेक्शन को लेकर लेटेस्ट आंकड़े सामने आ गए हैं. फिल्म तेजी से 900 करोड़ क्लब की ओर बढ़ रही है. इन दिनों सालार और डंकी का बॉक्स ऑफिस पर कब्जा है. इस बीच भी एनिमल लगातार कमाई कर रही है. रिपोर्ट के मुताबिक, एनिमल ने दुनियाभर में 888 करोड़ रुपये का कलेक्शन कर लिया है. फिल्म की कमाई के ये आंकड़े 30 दिनों के हैं.

भारत में भी एनिमल की छप्परफाड़ कमाई हो रही है. फिल्म 550 करोड़ रुपये से सिर्फ कुछ दूरी पर है. रणबीर कपूर की फिल्म ने 30वें दिन यानी पांचवें शनिवार को 1.4 करोड़ रुपये का बिजनेस किया है और अब तक एनिमल भारत में 543.26 करोड़ रुपये का कलेक्शन कर चुकी है. बताते चलें कि 1 दिसंबर, 2023 को रिलीज हुई एनिमल रणबीर कपूर के करियर हाईएस्ट ग्रोसिंग मूवी बन गई है. इससे पहले उनकी किसी भी फिल्म ने अब तक इतना कलेक्शन नहीं किया है. एनिमल का निर्देशक संदीप रेड्डी वांगा हैं, जिन्होंने इससे पहले अर्जुन रेड्डी और कबीर सिंह जैसी मशहूर फिल्मों का निर्देशन किया है. एनिमल में रणबीर कपूर के अलावा अनिल कपूर, रश्मिका मंदाना, तृप्ति डिमरी और बॉबी देओल जैसे सितारों ने अहम भूमिका निभाई है.

दुनियाभर में डंकी का ताबड़तोड़ कलेक्शन जारी!

शाहरुख खान की फिल्म डंकी बॉक्स ऑफिस पर धमाकेदार कलेक्शन कर रही है. फिल्म 21 दिसंबर को वर्ल्डवाइड रिलीज की गई थी. डंकी को रिलीज हुए 10 दिन हो चुके हैं. 10 दिनों में फिल्म ने घरेलू बॉक्स ऑफिस के साथ-साथ वर्ल्डवाइड भी धमाकेदार कमाई कर रही है. जहां भारत में फिल्म 200 करोड़ क्लब में एंट्री लेने के लिए तैयार है तो वही दुनियाभर में भी 300 करोड़ रुपए से ज्यादा का कलेक्शन कर चुकी है. सैकनिल्क की रिपोर्ट की मानें तो डंकी ने नवें दिन 7.25 करोड़ रुपए का कारोबार किया था. वहीं अब 10वें दिन की शुरुआती रिपोर्ट सामने आ गई है. आंकड़ों के मुताबिक फिल्म ने दूसरे शनिवार को 9.25 करोड़ रुपए कमाए. इसी के साथ घरेलू बॉक्स ऑफिस पर डंकी का कुल कलेक्शन 176.47 करोड़ रुपए हो गया है. डंकी के वर्ल्डवाइड कलेक्शन की बात करें तो फिल्म ने अब तक 340.10 करोड़ रुपए कमा लिए हैं. डंकी शाहरुख खान की साल की तीसरी फिल्म है और पिछली दो फिल्मों जवान और पठान की तरह इसने भी दुनियाभर में खूब नोट बटोरे हैं. फिल्म का ये कलेक्शन तब है जब पर्दे पर डंकी के साथ साउथ सुपरस्टार प्रभास की फिल्म सालार भी क्लैश कर गई है.

सालार की बात करें तो इसे प्रशांत नील ने डायरेक्ट किया है. फिल्म डंकी के आगे अच्छी कमाई कर रही है. घरेलू बॉक्स ऑफिस पर सालार ने अब तक 300 करोड़ रुपए से ज्यादा का कारोबार कर लिया है.

अब वरुण धवन दुल्हनिया 3 से मचाएंगे धमाल

वरुण धवन ने अपनी दमदार एक्टिंग के दम पर बॉलीवुड में अपनी पहचान बना ली है. अपने करियर में एक्टर ने कई शानदार फिल्में दी हैं. ' हम्प्टी शर्मा की दुल्हनिया' और 'बद्रीनाथ की दुल्हनिया' जैसी रोमांटिक कॉमेडी से वरुण धवन को काफी पॉपुलैरिटी मिली और एक बार फिर एक्टर 'दुल्हन' फ्रेंचाइजी की तीसरी इंस्टॉलमेंट में 'दूल्हा' बनने के लिए तैयार हैं. दरअसल 'स्टूडेंट ऑफ द ईयर' एक्टर ने निर्देशक शशांक खेतान के साथ दुल्हनिया फ्रेंचाइजी की तीसरी किस्त के लिए हाथ मिलाया है.

लेटेस्ट रिपोर्ट के मुताबिक वरुण धवन स्टारर फिल्म 'दुल्हनिया 3' की शूटिंग 2024 के एंड में शुरू होने वाली है. पोर्टल के मुताबिक सूत्र से जानकारी मिली है कि, वरुण, शशांक और करण जौहर ने 'दुल्हनिया 3' के लिए कई विचारों पर चर्चा की है और फाइनली एक को लॉक कर दिया. फिल्म 2024 के एंड में फ्लोर पर जाने के लिए पूरी तरह तैयार है. दुल्हनिया सीरीज़ का वरुण और आलिया भट्ट से गहरा नाता है. रिपोर्ट के मुताबित सूत्र ने आगे बताया कि वरुण धवन द्वारा अपने पिता डेविड धवन की रमेश तौरानी द्वारा निर्मित अपकमिंग फिल्म की शूटिंग पूरी करने के बाद, वे दुल्हनिया 3 की शूटिंग 2024 के एंड में शुरू कर सकते हैं. रिपोर्ट के मुताबिक सूत्र ने आगे बताया, करण जौहर अपने स्टूडेंट के साथ दुल्हनिया ट्राइलॉजी को पूरा करने के लिए भी काफी एक्साइटेड हैं. वरुण धवन के वर्क फ्रंट की बात करें को एक्टर को आखिरी बार नितेश तिवारी की रोमांटिक ड्रामा बवाल में जाह्नवी कपूर के साथ देखा गया था. वरुण के अपकमिंग प्रोजेक्ट्स में वामिका गब्बी के साथ वीडी18 और राज और डीके वेब सीरीज सिटाडेल इंडिया शामिल हैं. वरुण अपने इन सभी प्रोजेक्ट्स की रिलीज का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं.

देहाती लडके में मैंने पहली बार निभाई अलग भूमिका: कुशा कपिला

ड्रामा सीरीज देहाती लडके में छाया का किरदार निभाने वाली अभिनेत्री कुशा कपिला ने बताया कि उन्कहोंने शो में अपनी पिछली भूमिकाओं के विपरीत एक प्रोफेसर की भूमिका निभाई है। अभिनेत्री ने बताया कि इससे पहले उन्कहोंने बेहद शहरी किरदार निभाए हैं।

सोशल मीडिया पर्सनैलिटी और यूट्यूबर, कुशा को सेल्फी, प्लान ए प्लान बी, थैंक यू फॉर कमिंग, केस तो बनता है और अन्य में उनकी भूमिकाओं के लिए जाना जाता है।

देहाती लडके में अपनी भूमिका के बारे में बोलते हुए उन्होंने कहा, छाया एक उदार और प्रगतिशील महिला हैं, जो रजत विश्वविद्यालय में सहायक प्रोफेसर हैं। उसे रजत के गुरु प्रशांत में प्यार मिलता है। छाया की अपनी सोच है, वह एक मजबूत इरादों वाली लेकिन मिलनसार हैं और लोगों को उनके साथ खुलकर बात करना आसान लगता है। प्रगतिशील होने के साथ-साथ वह जीवन में गलतियां करने से भी नहीं डरती।

अतीत में निभाई गई किसी भी अन्य भूमिका से अलग भूमिका निभाने के बारे में बात करते हुए कुशा ने कहा, दिलचस्प बात यह है कि देहाती लडके में मेरा किरदार अतीत में मेरे द्वारा निभाई गई किसी भी अन्य भूमिका से अलग है। मैंने ज्यादातर बेहद शहरी किरदार निभाए हैं। मैंने वास्तव में कभी किसी प्रोफेसर की भूमिका नहीं निभाई है।

सबसे ज्यादा बिकने वाले हिंदी उपन्यास पर आधारित, यह कहानी न केवल कॉलेज के दिनों की याद दिलाती है, बल्कि जीवन को पूरी तरह से अपनाने के बारे में मूल्यवान जीवन सबक भी देती है। यह सीरीज एक छोटे से गांव के एक साधारण लडके रजत की यात्रा का अनुसरण करती है, जो लखनऊ शहर की चकाचौंध में अपने सपनों को पूरा करने की तलाश में निकलता है।

सीरीज में शाइन पांडे, राघव शर्मा, तनिष नीरज, सौम्या जैन, आसिफ खान और कुशा शामिल हैं। यह अमेजन मिनीटीवी प्रसारित हो रही है।

बॉक्स ऑफिस पर प्रभास की सालार की तूफानी रफ्तार बरकरार

प्रभास स्टारर 'सालार' की अनाउंसमेंट के बाद से ही फैंस इस फिल्म की रिलीज का बेसब्री से इंतजार कर रहे थे और जब ये फिल्म थिएटर में पहुंची तो इसने वाकई धमाका कर दिया. यहां तक कि प्रभास स्टारर फिल्म ने शाहरुख खान की 'डंकी' को भी पीछे छोड़ दिया. क्राइम थ्रिलर ये फिल्म अपने ओपनिंग डे से ही ताबड़तोड़ कलेक्शन कर रही है. इस बीच इस फिल्म ने कई रिकॉर्ड भी अपने नाम किए. चलिए यहां जानते हैं 'सालार' ने रिलीज के 8वें दिन कितने करोड़ का कलेक्शन किया है?

'सालार' को क्रिटिक्स से तो अच्छा रिव्यू मिला ही वहीं दर्शकों से भी इसे जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला है. इस फिल्म ने ऑडियंस को एंटरटेनमेंट की फुल डोज दी है. फिल्म के एक्शन सीक्वेंस से लेकर विजुअल्स इतने शानदार है कि इन्हें देखने के लिए दर्शक सिनेमाघरों तक खिंचे चले आए. इस फिल्म की कमाई की बात करें तो 'सालार' ने 90.7 करोड़ से ओपनिंग की थी. इसके बाद फिल्म ने दूसरे दिन 56.35 करोड़ कमाए. तीसरे दिन 'सालार' की कमाई 62.05 करोड़ रही. चौथे दिन फिल्म ने 46.3 करोड़ का कलेक्शन किया. पांचवें दिन 'सालार' का कारोबार 24.9, छठे दिन 15.6 करोड़ और सातवें दिन 12.1 करोड़ रहा. इसी के साथ 'सालार' की पहले हफ्ते की कमाई 308 करोड़ रुपये हो गई है. वहीं अब फिल्म की रिलीज के आठवें दिन यानी दूसरे फ्राइडे की कमाई के शुरुआती आंकड़े भी आ गए हैं. रिपोर्ट के मुताबिक 'सालार' ने रिलीज के आठवें दिन यानी सेकंड फ्राइडेको 10.00 करोड़का कलेक्शन किया है. इसी के साथ 'सालार' का आठ दिनों का कुल कारोबार 318.00 करोड़ रुपये हो गया है. 'सालार' को केजीएफ फेम प्रशांत नील ने निर्देशित किया है. फिल्म में प्रभास ने लीड रोल प्ले किया है. वहीं पृथ्वीराज सुकुमारन, श्रुति हासन, जगपति बाबू रेड्डी, टीनू देसाई सहित कई कलाकारों ने दमदार रोल भी निभाया है. ये फिल्म दो दोस्तों की कहानी पर बेस्ड है जो किसी घटना की वजह से एक दूसरे के दुश्मन बन जाते हैं.

सिनेमाघरों में धमाल मचाने को तैयार ऋतिक रोशन-दीपिका पादुकोण

पठान, जवान, गदर 2, एनिमल, ड्रीम गर्ल 2, रॉकी और रानी की प्रेम कहानी और कई अन्य हिट फिल्मों के साथ 2023 एक शानदार वर्ष रहा है। अब, सभी की निगाहें 2024 पर टिकी हैं, जिसमें ऋतिक रोशन, दीपिका पादुकोण और अनिल कपूर की फिल्म फाइटर वर्ष की पहली बड़ी रिलीज होगी। वॉर और पठान की सफलता के बाद इस फिल्म का निर्देशन सिद्धार्थ आनंद ने किया है। फाइटर, 25 जनवरी को गणतंत्र दिवस के अवसर पर रिलीज होने वाली है। वहीं, अब फिल्म पर बड़ा अपडेट सामने आया है। साथ ही इसके रन टाइम का भी खुलासा हो चुका है।

रिपोर्ट के अनुसार, ऋतिक रोशन और दीपिका पादुकोण अभिनीत फिल्म फाटइगर लगभग तीन घंटे लंबी होगी। विदेशी बाजारों के लिए, निर्माताओं ने पहले ही अपना प्रचार अभियान शुरू कर दिया है ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि फिल्म देखने के लिए बड़ी संख्या में भीड़ खींची जा सके। पहला कदम फिल्म का सारांश और रन टाइम साझा करना है। कतर, यूएई और जीसीसी फिल्म का सारांश प्राप्त करने वाले पहले देशों में से हैं।

आधिकारिक विवरण के अनुसार, फाइटर शमशेर पठानिया नाम के एक महत्वाकांक्षी युवक की कहानी सुनाएगा, जिसे भारतीय सशस्त्र बलों का नायक बनने के लिए भारतीय वायु सेना में भर्ती होने के बाद अपनी बाधाओं को दूर करना होगा। फाइटर दर्शकों को एक्शन, ड्रामा और शानदार हवाई एक्शन प्रदर्शन से भरी एक मनोरंजक यात्रा पर ले जाने का वादा करता है।

फाइटर का रनटाइम 3 घंटे और 10 मिनट बताया गया है, जबकि अंदरूनी सूत्रों का मानना है कि सेंसर बोर्ड द्वारा मांगे गए संपादन के आधार पर रन टाइम बदल सकता है। रणबीर कपूर की एनिमल के बाद फाइटर हाल के दिनों में 3 घंटे से अधिक समय तक चलने वाली दूसरी फिल्म होगी। कुछ हफ्ते पहले, ऋतिक रोशन का कैरेक्टर पोस्टर सामने आया था, जहां उन्हें पैटी के रूप में संदर्भित किया गया था।

इंडिया-समूह के अंकगणित का बीजगणित

पंकज शर्मा

28 दलों के राजनीतिक गठजोड़ 'इंडिया-समूह' का बदन ऊपर से देखने में तो इतना गठीला दिखाई देता है कि परसों से शुरू हो रहे साल की गर्मियां आरंभ होते-होते नरेंद्र भाई मोदी का पसीना छुड़ा दे। लेकिन इस तन के भीतर मन जऱा जर्जर लग रहे हैं। सो, अभी तो सब-कुछ राम भरोसे नजऱ आ रहा है। जऱा सोचिए तो कि इंडिया-समूह के 28 राजनीतिक दलों में से 12 का लोकसभा में एक भी सदस्य नहीं है, मगर फिर भी निचले सदन में उसके पास 142 सांसद हैं। 98 सदस्य राज्यसभा में अलग हैं। देश भर में 1637 विधायक उस के पास हैं और विधान परिषदों में 12० सदस्य हैं। 1० प्रदेशों में इंडिया-समूह की सरकारें हैं। दस बरस के तक़रीबन निरंकुश मोशा-राज के बाद क्या यह इतनी मामूली उपस्थिति है कि कोई इस की आसानी से अनदेख कर सके?

इसलिए अगर इंडिया-समूह पूरे ईमानदार तालमेल और आपसी भलमनसाहत के साथ अपनी बिसात बिछाए तो क्या आप को नहीं लगता कि वह केंद्र में सरकार बनाने के लिए ज़रूरी 13० अतिरिक्त सीटें जीत सकता है? लालू प्रसाद-तेजस्वी यादव के राष्ट्रीय जनता दल का लोकसभा में अभी एक भी सदस्य नहीं है। बिहार की 4० सीटों में से इस बार वह कम-से-कम 15 जीतने की स्थिति में तो है ही। नीतीश के जनता दल यूनाइटेड की सीटें भी 16 से बढ़ कर 2० तक होने के आसार हैं। अखिलेश यादव की समाजवादी पार्टी के अभी सिर्फ़ 3 लोकसभा सदस्य हैं। इस बार उत्तर प्रदेश में उसे 8० में से क़रीब 15 सीटें मिलने की उम्मीद करना तो कोई अतिरेक नहीं होगा। शरद पवार की नेशनलिस्ट कांग्रेस पार्टी के पास महज़ 4 लोकसभा सदस्य हैं। महाराष्ट्र की 48 में से ज़्यादा नहीं तो 1० सीटें तो वह जीत ही सकती है। 6 सांसदों वाली उद्धव ठाकरे की शिवसेना को भी इस बार 15 के आसपास सीटें मिलने की उम्मीद है।

तमिलनाडु में एम.के.स्तालिन के द्रमुक की सीटें 24 से बढ़ कर कम-से-कम 3० तक पहुचेंगी। पश्चिम बंगाल में ममता बनर्जी की तृणमूल कांग्रेस भी 23 से बढ़ कर 3० पर पहुंचने की स्थिति में है। वाम दलों, मुस्लिम लीग, नेशनल कांफ्रेंस और केरल कांग्रेस (मणि) वग़ैरह की हालत अगर जस-की-तस भी रही तो आम आदमी पार्टी अभी अपने एकमात्र लोकसभा सदस्य की संख्या को बढ़ा कर आधा दर्जन तक ले जाने का माद्दा तो रखती ही है। हेमंत सोरेन का झारखंड मुक्ति मोर्चा भी इस बार एक लोकसभा सदस्य की संख्या पर तो पड़ा नहीं रहेगा। अब बची कांग्रेस तो उस की मौजूदा 47 लोकसभा सदस्यों की तादाद कम-से-कम 95 का आंकड़ा तो आसानी से छू सकती है। अगर इंडिया-समूह के राजनीतिक दल 543 सीटों पर सचमुच एक सर्वसम्मत प्रत्याशी उतार ले गए तो कांग्रेस की सीटें 11० तक भी पहुंच सकती हैं।

यह अंकगणित केंद्र की मौजूदा सरकार को हलका-सा धक्का मार कर रायसीना की पहाड़ी से नीचे ठेलने में सक्षम है। मगर जितना यह अंकगणित आसान दिखाई दे रहा है, उतना ही असहज इस का बीजगणित नजऱ आता है। ममता कह रही हैं कि वे सीटों की जो भी हिस्सेदारी करेंगी, पश्चिम बंगाल के बाहर करेंगी। अखिलेश उत्तर प्रदेश से बाहर तो अठखेलियों के लिए तैयार हैं, मगर अपने आंगन को दूसरों के नाच के लिए टेढ़ा ही रखना चाहते हैं। अरविंद केजरीवाल दिल्ली और पंजाब को तो अपनी सल्तनत मान ही रहे हैं, मौक़ा लगने पर गोआ इत्यादि में भी ठुमका लगाने की ललक पाले हुए हैं। यह दृश्यावली अगर जल्दी ही मनोरम नहीं हुई तो पिचका-दचका इंडिया-समूह क्या ख़ाक नरेंद्र भाई के लहीमशहीमपन का मुकाबला कर पाएगा?

ज़रूरत तो इस बात की है कि बंगाल में तृणमूल, वाम दल और कांग्रेस चंदन-पानी की तरह घुलमिल जाएं। उत्तर प्रदेश में अखिलेश, मायावती, जयंत चौधरी और कांग्रेस हिलमिल जाएं। दिल्ली और पंजाब में केजरीवाल और कांग्रेस की निष्कपट जुगलबंदी आकार ले। महाराष्ट्र में शरद पवार पूरी पारदर्शिता के साथ उद्धव और कांग्रेस की ताल से ताल मिलाएं। जम्मू-कश्मीर-लद्दाख में फारूक अब्दुल्ला, महबूबा मुफ़्ती, गुलाम नबी आज़ाद और कांग्रेस सब भूल-भाल जाएं और सिर्फ़ सियासी चिडि?ा की आंख पर आंख रखें। लेकिन यह सब तो ऐसा है, गोया, सब-कुछ खुदा से मांग लिया, इत्ता मांग के। इस के बाद तो मेरे हाथ और किसी दुआ के लिए कभी उठेंगे भी कैसे?

पर प्रभु श्रीराम भी क्या करें? जो इंडिया-समूह अपने पैरों के भरोसे, दौडऩे को तो छोड़िए, चलने में भी इतनी देर लगा रहा है, उसे सियाराम अपनी गोद में उठा कर कैसे रायसीना के सिंहासन पर धर दें? कोई इंडिया-समूह से पूछे कि 23 जून को जब पटना में 16 विपक्षी दलों ने बैठक कर तय कर लिया था कि वे इकट्ठे चुनाव लडऩे की तैयारी में लगेंगे तो फिर छह महीने से वे सब कहां ऊंघ रहे थे? 18 जुलाई को तो बंगलूर में इंडिया-समूह के गठन का बाक़ायदा ऐलान भी हो गया था। तो ये पांच महीने चिलम फूंकते रहने में किस ने निकाले? 31 अगस्त को मुंबई में हुई इंडिया-समूह की बैठक में तो गठबंधन की ख़ासी शक्ल तैयार हो गई थी। फिर दिल्ली की बैठक साढ़े तीन महीने बाद अभी 19 दिसंबर को क्यों हो पाई? समय की परवाह न करने वालों की समय भी क्यों परवाह करे? सो, इंडिया-समूह की मुट्ठी से समय की काफी रेत तो वैसे ही फिसल चुकी है। उस के नेता अगर अब भी देर करेंगे तो अगली गर्मियों में खाली हथेली पसारे भटकते मिलेंगे।

कांग्रेस ने एक काम थोड़ा अक्ल का किया कि गठबंधन के दलों से सीटों की हिस्सेदारी की बातचीत का ज़िम्मा अनुभवी और वरिष्ठ नेताओं की पांच सदस्यीय समिति को सौंपा। प्रयोगधर्मी उत्साहीलालों की तिकड़मों के चलते अगर यह काम चौआ-टोली के पास चला जाता तो सिर मुंडाते ही तमाम संभावनाओं पर ओले पड़ जाते। अच्छा हुआ कि यह भूमिका सांगठनिक समझबूझ रखने वाले अशोक गहलोत, भूपेश बघेल, मुकुल वासनिक, सलमान खुर्शीद और मोहन प्रकाश को मिली है। उन सब की अपनी-अपनी दक्षता और उपयोगिता है। मुझे लगता है कि सीट बंटवारे की आरंभिक प्रक्रिया पूरी होने के बाद घटक दलों से अंतिम हिस्सेदारी तय करने का काम सोनिया गांधी अगर अंततः स्वयं करेंगी तो बहुत-सी अलाएं-बलाएं खुद-ब-खुद टल जाएंगी।

मेरी समझ में अब तक यह भी नहीं आया है कि इंडिया-समूह के लिए बनी समन्वय समिति, चुनाव रणनीति समिति, अभियान समिति, मीडिया कार्य प्रकोष्ठ, सोशल मीडिया कार्य प्रकोष्ठ और शोध कार्य प्रकोष्ठ ने इस बीच आसमान के कौन-से तारे तोड़ लाने का संयुक्त प्रयास कर दिखाया है? मगर फिर भी मैं यह मान कर चल रहा हूं कि उन की कोशिशों का कोई सकल स्वरूप शायद जल्दी ही हमें देखने को मिले। मकर संक्रांति के दिन अपनी 'भारत न्याय यात्रा' आरंभ करने से पहले राहुल गांधी को इंडिया-समूह के कालीन पर सारे ज़रूरी पैबंद इतनी खूबसूरती से चस्पा कर देने होंगे कि वे दूर तो दूर, पास से भी दिखाई न दें। वे ऐसा कर पाए तो मणिपुर से इंसाफ़ की डगर पर निकलने वाला उन का कारवां मार्च के तीसरे बुधवार को मुंबई पहुंचने तक आम चुनाव में विपक्षी विजय की इबारत लिख चुका होगा। मुश्क़िलें कम नहीं हैं, मगर अर्थवान देशवासियों की मनोकामना तो यही लगती है। सो, सकल-विपक्ष अगर आज लमहों की ख़ताएं करने से नहीं बचा तो सदियों तक उस का यह पाप कोई माफ़ नहीं करेगा।

सू- दोकू क्र.054

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.53का हल

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

मुआवजे तक में मुश्किल

यह भारत में मानवीय गरिमा के प्रति बेरुखी का प्रमाण है कि देश में आज भी हजारों लोग सीवरों और सेप्टिक टैंकों की सफाई करने के लिए उनमें उतरने के लिए मजबूर हैं, जबकि 2013 में ही इस चलन पर कानूनन प्रतिबंध लगा दिया गया था। भारत में आज इंसान के हाथों सीवर और सेप्टिक टैंकों की सफाई बड़ी समस्या बनी हुई है। असल में यह देश के चेहरे पर एक बदनुमा दाग भी है। यह भारत में मानवीय गरिमा के अनादर और उसके प्रति बेरुखी का प्रमाण है कि देश में आज भी हजारों लोग सीवरों और सेप्टिक टैंकों की सफाई करने के लिए उनमें उतरने के लिए मजबूर हैं, जबकि साल 2013 में ही इस चलन पर कानूनन प्रतिबंध लगा दिया गया था। जाहिर है, वह पाबंदी सिर्फ कागज पर सिमट कर रह गई है। संसद के हाल में खत्म हुए सत्र में सरकार ने बताया कि इस साल 2० नवंबर तक सीवर और सेप्टिक टैंकों की सफाई के दौरान 49 मौतें दर्ज की गईं। अब ताजा खबर यह है कि सीवर में उतरने के कारण जो मजदूर मर जाते हैं, उन्हें मुआवजा देने में अपेक्षित तत्परता नहीं दिखाई जाती। इसी साल अक्टूबर में सुप्रीम कोर्ट ने सीवर की सफाई के दौरान होने वाली मौतों के बारे में एक अहम आदेश जारी किया था।

कोर्ट ने कहा था कि जो लोग सीवर की सफाई के दौरान मारे जाते हैं, उनके परिवार को सरकार को 3० लाख रुपए की सहायता देनी होगी। सीवर की सफाई के दौरान स्थायी विकलांगता के शिकार होने वाले मजदूरों को न्यूनतम 2० लाख रुपए और किसी अन्य विकलांगता से ग्रस्त कर्मियों को 1० लाख रुपए का मुआवजा देने का आदेश न्यायालय ने दिया। इसके पहले 2014 में भी सुप्रीम कोर्ट ने एक आदेश दिया था, जिसमें मृतकों को दस लाख रुपए की सहायता देने को कहा गया था। अब सामने आया है कि 1993 से इस साल 31 मार्च तक देश के विभिन्न राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में सीवर में होने वाली मौतों की 1,081 घटनाओं में से 925 मामलों में ही मुआवजे का भुगतान किया गया है। यह आंकड़ा राष्ट्रीय सफाई कर्मचारी आयोग ने दिया है। इसके मुताबिक 115 मामलों में अभी भी मुआवजा दिया जाना बाकी है। जबकि 41 मामलों को राज्यों सरकारों ने बंद कर दिया है, क्योंकि उनके मुताबिक मृतकों के कानूनी वारिस का पता नहीं लगाया जा सका। (आरएनएस)

तेलुगु डेब्यू मायावन की शूटिंग में व्यस्त है आकांशा रंजन कपूर

गिल्टी, रे और मोनिका, ओह माय डार्लिंग फेम आकांक्षा रंजन कपूर ने हैदराबाद में अपनी पहली तेलुगु फिल्म मायावन की शूटिंग शुरू कर दी है।

यह तेलुगु सिनेमा में उनकी पहली फिल्म है और इसमें संदीप किशन भी हैं।

फिल्म का निर्देशन इराइवी, कधलुम कडंधु पोगम, सुधु कव्वुम और पिज्जा जैसी फिल्म डायरेक्ट करने वाले सीवी कुमार ने किया है।

आकांशा ने कहा, मैं फिल्म की तैयारी करने और टीम को समझने के लिए शूटिंग शुरू होने से एक सप्ताह पहले हैदराबाद पहुंची। यहां हर कोई विनम्र है। सीवी सर और संदीप बेहद सहयोगी रहे हैं। ऐसा महसूस होता है जैसे पूरी टीम एक परिवार है।

उन्होंने कहा, यह तेलुगु भाषा में मेरी पहली फिल्म है, इसलिए मैं अपना सर्वश्रेष्ठ देना चाहती हूं। मैंने एक ट्यूटर की मदद से तेलुगु सीखना शुरू कर दिया है। मैं उम्मीद कर रही हूं कि मैं अपनी लाइन्स को भी डब करूं। यह एक व्यक्तिगत जीत होगी।

सीवी कुमार द्वारा निर्देशित मायावन एक मनोरम सिनेमाई यात्रा का वादा करती है, जिसमें आकांशा रंजन कपूर और संदीप किशन की जोड़ी है।

बेरोजगारी के खिलाफ कांग्रेस ने भरी हुंकार

संवाददाता

देहरादून। बेरोजगारी के खिलाफ कांग्रेस ने हुंकार लगाते हुए रैली निकाल प्रदर्शन किया। आज यहां कांग्रेस कार्यकर्ता प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा व पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत के नेतृत्व में डिस्पेन्सरी रोड स्थित राजीव गांधी काम्पलेक्स में एकत्रित हुए जहां से बेरोजगारी व भ्रष्टाचार के खिलाफ नारेबाजी करते हुए रैली निकाली।

रैली डिस्पेन्सरी रोड से दर्शनलाल चौक होते हुए घंटाघर चौक पर पहुंची जहां पर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने जमकर सरकार के खिलाफ नारेबाजी करते हुए बेरोजगार युवकों को रोजगार देने की मांग करते हुए आयोग के द्वारा ली गयी परीक्षाफल की शीघ्र घोषणा किये जाने के नारे लगाये। इस दौरान कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने हाथों में बेरोजगारी को लेकर स्लोगन लिखे पोस्टर हाथों में पकडकर प्रदर्शन किया। कांग्रेस कार्यकर्ताओं का आरोप था कि सरकार युवको से रोजगार देने के झूठे वादे कर रही है तथा बेरोजगार युवकों को रोजगार के लिए सडकों पर भटकना पडता है। घंटाघर से रैली राजपुर रोड होते हुए कांग्रेस भवन पहुंची जहां पर रैली का समापन किया गया।

इस दौरान रैली में महानगर अध्यक्ष डा. जसविन्दर सिंह गोगी, पार्षद नीनू सहगल, राजेश उनियाल, संजय थापा, पार्षद अर्जुन सोनकर, दिनेश कौशल आदि भारी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता मौजूद थे।

वीजा के नाम पर ठगे 21 लाख रूपये, पति पत्नी के खिलाफकेस दर्ज

संवाददाता

देहरादून। वीजा लेने के नाम पर 21 लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार विजय पार्क एक्सटेंशन निवासी सागर चहल ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि बलजीत सिहं पुत्र गुरूनाम सिंह उनकी पत्नी श्रीमति दिशा भारद्वाज निवासी रामपुर उत्तर प्रदेश उसके परिचित थे उनके द्वारा अपनी परिचित होने का नाजायज फायदा उठाने की मंशा से उससे दोनो का विदेश जाने की वीजा लगवाने की मंशा अपने बैक, बैक आँफ बडौदा शाखा प्रेमनगर जिला के खाते समय-समय पर कुल रूपये 21 लाख 85 हजार रूपये वाजी में भारत में अपनी सम्पत्ति दिखाने के उद्देश्य से डलवाए गए है और यह आश्वासन दिया गया है वीजा प्राप्त होते ही उसकी राशि वापस कर देंगे उनको वीजा प्राप्त हो चुका है परन्तु अब उनकी नीयत में खोट आ गया है वह पिछले 15-16 दिन से उसका फोन नही उठा रहे है और नही पैसे वापस किये है इस प्रकार उपरोक्त दोनो ने मिलकर उसको आर्थिक व मानसिक हानि पहुँचाने का प्रयास कर रहे है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

लग्जरी कार से कर रहे थे नशा तस्करी, दो..◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

बरामद चरस के आधार पर तीनों आरोपियों के खिलाफ थाना श्यामपुर पर एनडीपीएस एक्ट के तहत मुकदमा पंजीकृत किया गया। गिरफ्त में आए आरोपी अर्जुन मनारिया पुत्र पुष्पेन्द्र कुमान निवासी छोटा भारूवाला देहरादून का मर्चेंट नेवी में सलेक्शन हुआ है, केवल कॉल लेटर आना बाकी था। जबकि अन्य दो आरोपियो में तरुण बिष्ट पुत्र मदन बिष्ट निवासी शक्ति फार्म सितारगंज उधमसिंहनगर व अक्षत रावत पुत्र गोपाल रावत निवासी दुर्गा बिहार विकासनगर देहरादून ग्राफिक एरा कॉलेज में बीबीए और बीसीए के सेकेंड ईयर के छात्र हैं।

रक्षा मंत्री ने किया गुरुकुलुम, परिसर..◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

नई कला सिखाने का काम किया है योग और अध्यात्म के जरिए हम कैसे निरोग और स्वास्थ्य रह सकते हैं, लोगों को जागृत किया है। आज दुनिया भर के लोग भारतीय योग व अध्यात्म की ओर आकर्षित हो रहे हैं। अब उनके द्वारा गुरुकुलम के जरिए शिक्षा के क्षेत्र में आदित्य काम किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि हरिद्वार में देश के सबसे बड़े गुरुकुल की स्थापना होना देवभूमि के लिए गौरव की बात है। उन्होंने कहा कि गुरुकुल में जिस तरह के संस्कार और शिक्षा दी जाती है वह आदर्श मनुष्य को सभ्य नागरिक बनाती है। उन्होंने कहा कि स्वामी रामदेव समाज और राष्ट्र के लिए जो कुछ कर रहे हैं वह अत्यंत ही महत्वपूर्ण है। इस अवसर पर बड़ी संख्या में गुरुकुल के आचार्य, विद्यार्थी और अनेक गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

12 साल से फरार हत्या व डकैती के आरोपी को जालंधर से किया गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। हत्या व डकैती के मामले में 12 साल से फरार चल रहे आरोपी को पुलिस ने जालंधर से गिरफ्तार कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक द्वारा सभी थाना प्रभारियो को विभिन्न अभियोगों में वांछित चल रहे आरोपियों की गिरफ्तारी हेतु कड़े दिशा- निर्देश निर्गत किए गए हैं, जिसके चलतें थानाध्यक्ष राजपुर द्वारा थाना राजपुर में दर्ज हत्या व डकैती के मामले में न्यायालय से जमानत लेने के उपरांत विगत 12 वर्षों से फरार चल रहे अजय पुत्र भारत भूषण निवासी गांव नगरा निकट रेलवे फाटक बिजलिपला, थाना बिलगा, जालंधर, जिसकी गिरफ्तारी हेतु पूर्व न्यायालय से गैर जमानती वारंट जारी हुए थे, परंतु पुलिस द्वारा आरोपी के संभावित ठिकानों में दी गई दबीशो के उपरांत भी आरोपी अपनी गिरफ्तारी से बचते हुए लगातार फरार चल रहा था। आरोपी की गिरफ्तारी हेतु एसएसपी द्वारा दिए गए निर्देशों पर थाना राजपुर पर पुलिस टीम का गठन किया गया। गठित टीम द्वारा आरोपी के संबंध में सर्विलांस के माध्यम से जानकारी एकत्रित की गई। पुलिस द्वारा किये गए अथक प्रयासों से पुलिस टीम को आरोपी के जालंधर में छिपे होने की जानकारी प्राप्त हुई। जिस पर तत्काल पुलिस टीम को जालंधर रवाना किया गया। पुलिस टीम द्वारा जालंधर में आरोपी के संबंध में गोपनीय रूप से जानकारी एकत्रित करते हुए 05 जनवरी 24 को अजय पुत्र भारत भूषण को जालंधर से गिरफ्तार करने में सफलता प्राप्त की। आरोपी के साथी कुलविंदर के जालंधर निवासी संजीव नाम के व्यक्ति की पत्नी के साथ अवैध संबंध थे, जिसके चलते अजय अपने 04 अन्य साथियों के साथ संजीव को लेकर देहरादून आया तथा राजपुर क्षेत्रान्तर्गत मसूरी रोड पर पुरकुल जाने वाले रास्ते में उसकी हत्या कर शव को झाड़ियों में फेंक दिया तथा मृतक संजीव की इनोवा कार को लूट कर मौके से फरार हो गए। पुलिस द्वारा उक्त घटना में अभियुक्त अजय सहित उसके 04 अन्य साथियों कुलविंदर सिंह निवासी जालंधर, मनजीत सिंह निवासी जालंधर, पंकज शर्मा निवासी कांवली रोड देहरादून, तथा राहुल कुमार निवासी जम्मू को वर्ष 2012 में गिरफ्तार कर जेल भेजा गया था। अजय न्यायालय से जमानत प्राप्त करने के उपरांत न्यायालय में पेश न होकर लगातार फरार चल रहा था। आरोपी का कोई स्थाई ठिकाना नहीं था तथा आरोपी द्वारा अपने किराये के मकान के पते को ही पहचान पत्र में अपना स्थाई पता अंकित कराया था, जिस कारण उस तक पहुंच पाना काफी मुश्किल था।

प्रथम दो प्रसव पर मिलने वाली महालक्ष्मी किट का शासनादेश जारीः आर्या

संवाददाता

देहरादून। महिला व बाल विकास मंत्री रेखा आर्य ने बताया कि बालक के जन्म में प्रथम दो प्रसव पर मिलने वाली महालक्ष्मी किट का शासनादेश जारी कर दिया गया।

आज यहां महिला एवं बाल विकास मंत्री रेखा आर्य ने बताया कि बीते दिनों मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की अध्यक्षता में हुई कैबिनेट बैठक में महालक्ष्मी किट को लेकर एक अहम निर्णय लिया गया था। जो महालक्ष्मी किट सिर्फ बेटियों के जन्म पर दी जाती थी उसे अब बेटों के जन्म (प्रथम दो प्रसव) पर भी दिया जाएगा। ऐसे में अब महालक्ष्मी किट बेटी

और बेटे दोनों के जन्म पर प्राप्त होगी। उनके द्वारा पूर्व में भी इस बात को कहा गया था कि हम जल्द ही बेटों के जन्म पर भी महालक्ष्मी किट देंगे जिसके लिए विभाग लगातार प्रयासरत था। जिसका कि शासनादेश भी जारी कर दिया गया है। कैबिनेट मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि महालक्ष्मी किट हम बालिकाओ के जन्म पर देते आ रहे थे ऐसे में जनभावनाओं के अनुरूप यह मांग लगातार की जा रही थी कि इसे बेटो के जन्म पर भी दिया जाए। अब इसे जेंडर आधारित ना करते हुए महिला के प्रथम दो प्रसव तक महालक्ष्मी किट दिये जाने का शासनादेश भी हो गया है। ऐसे में जो लैंगिक समानता है वह यहां पर दिखती है। अब महालक्ष्मी किट को बेटों के जन्म पर भी अधिक से अधिक महालक्ष्मीयां प्राप्त कर पाएंगी।

नशीले इंजेक्शनों के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने प्रतिबंधित नशीले इंजेक्शनों के साथ एक को गिरफ्तार कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार रायपुर थाना पुलिस ने नालापानी चौक के पास एक युवक 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 प्रतिबंधित नशीले इंजेक्शन बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम चिराग राठौर पुत्र सन्नी निवासी आई ब्लॉक निकट हनुमान मन्दिर नेहरू कालोनी बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

वाहन चोरी का खुलासा, चोरी की बुलेरो सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

पौड़ी। वाहन चोरी का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक शातिर को चोरी के वाहन सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार बीती चार जनवरी को मनीष तोमर पुत्र पिताम्बर तोमर, निवासी पौखाल दुगड्डा द्वारा कोतवाली कोटद्वार में तहरीर देकर बताया गया था कि दो जनवरी की रात अज्ञात चोर द्वारा उनके घर के पास खड़ी उनका बुलेरो वाहन चोरी कर लिया गया है। मामले में पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर चोर की तलाश शुरू कर दी गयी। चोर की तलाश में जुटी पुलिस टीम द्वारा कड़ी मशक्कत के बाद उक्त चोरी में शामिल चोर को मटियाली लंगुरगाड नदी कोटद्वार के पास से चुराये गये बुलोरो वाहन सहित गिरफ्तार कर लिया गया। पूछताछ में उसने अपना नाम कीर्ति लाल उर्फ संजय पुत्र शिव दास, निवासी-पुजार गाँव, पो.-डुण्डा, थाना उत्तरकाशी जनपद उत्तरकाशी बताया। पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

एक नजर

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के देवभूमि उत्तराखंड आगमन पर जौलीग्रांट एयरपोर्ट पर स्वागत किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव का भी देवभूमि आगमन पर स्वागत किया।

'मुस्लिम महिलाएं भरण-पोषण के लिए पहले पति से पैसे मांगने की हकदार है'

मुंबई। बॉम्बे हाईकोर्ट ने मंगलवार को अपने फैसले में कहा कि तलाकशुदा मुस्लिम महिलाओं अपने पूर्व पति से बिना शर्त भरण-पोषण का दावा कर सकती है। इतना ही नहीं कोर्ट ने यह भी कहा कि महिलाएं दूसरी शादी के बाद भी अपने पहले पति से उचित राशि का दावा कर सकती हैं। जस्टिस राजेश पाटिल की सिंगल बेंच ने कहा कि मुस्लिम महिला के तलाक पर अधिकारों के संरक्षण अधिनियम

(एमडब्ल्यूपीए) की धारा 3 (1) (ए) में पुनर्विवाह का जिक्र नहीं है। इसलिए मुस्लिम महिलाएं भरण-पोषण के लिए पहले पति से पैसे मांगने की हकदार हैं हाईकोर्ट ने कहा, यह अधिनियम मुस्लिम महिलाओं की गरीबी को रोकने और तलाक के बाद भी सामान्य जीवन जीने के उनके अधिकार को सुनिश्चित करने का प्रयास करता है। इस कानून का मकसद कहीं भी पूर्व पत्नी को उसके पुनर्विवाह के आधार पर मिलने वाली सुरक्षा को सीमित करने का नहीं है। अदालत ने कहा, षविवाहित स्त्री संपत्ति अधिनियम के तहत एक तलाकशुदा महिला अपने पुनर्विवाह की परवाह किए बिना भरण-पोषण की हकदार है। बॉम्बे हाईकोर्ट की पीठ ने सऊदी अरब में काम करने वाले चिपलून निवासी की याचिका को खारिज कर दिया। इसमें याचिकाकर्ता ने खेड़ की सत्र न्यायालय के फैसले को चुनौती दी थी। निचली अदालत में न्यायिक मजिस्ट्रेट ने पति को एक बार ही गुजारा भत्ता देने का आदेश दिया गया था। इसके बाद पीड़िता ने इस फैसले के खिलाफ सत्र अदालत में अपील की। चिपलून निवासी ने अपनी पूर्व पत्नी को 5 अप्रैल 2008 को एक डाक भेजकर तलाक दे दिया था।

टीएमसी नेता शाहजहां के खिलाफ लुकआउट सर्कुलर जारी

कोलकाता। पश्चिम बंगाल के संदेशखाली में टीएमसी नेता शाहजहां शेख के घर पर रेड करने गए ईडी के अधिकारियों और सीआरपीएफ जवानों पर हमले के बाद सियासी पारा हाई हो गया है। शाहजहां के खिलाफ लुकआउट सर्कुलर जारी हो गया है। सूत्रों के मुताबिक शुक्रवार को जब ईडी के अधिकारी पश्चिम बंगाल के 24 परगना जिले के संदेशखाली में शाहजहां शेख के घर छापेमारी करने करने गए थे उस समय शेख अपने घर पर ही मौजूद था। बताया जा रहा है कि ईडी अधिकारियों पर हुए हमले के बाद शाहजहां शेख अपने परिवार के साथ कहीं गायब हो गए हैं। केंद्रीय जांच एजेंसियों का मानना है कि शाहजहां और उसका परिवार पश्चिम बंगाल में ही कहीं छिपा हुआ है, जिसके बाद उसके खिलाफ लुकआउट सर्कुलर जारी किया गया है। शाहजहां को ढूंढने के लिए अभियान चलाया जा रहा है। उधर शाहजहां शेख के केयर टेकर ने ईडी के खिलाफ पुलिस में शिकायत दर्ज कराई है। केयर टेकर ने आरोप लगाया है कि शाहजहां शेख की गैरमौजूदगी में बिना वारंट के ईडी ने उनके घर में छापा मारा और उनके घर में घुसने की कोशिश की। आपको बता दें कि कल शुक्रवार को पश्चिम बंगाल के उत्तर 24 परगना जिले के संदेशखाली में ईडी टीएमसी नेता शाहजहां शेख के घर पर छापेमारी करने गई थी। इसी दौरान शाहजहां के समर्थकों ने ईडी के अधिकारियों पर हमला कर दिया था, जिसमें तीन अधिकारी जख्मी हो गए हैं। एक अधिकारी के सिर में गंभीर चोट आई है।

नगेला जगदी नरसिंह नागराजा देव डोलियों के साथ निकाली कलश यात्रा

कार्यालय संवाददाता

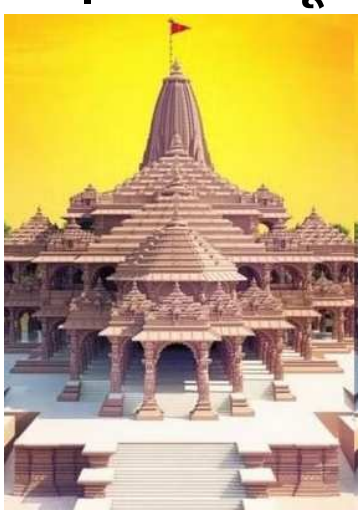
रुद्रप्रयाग । आज पाला कुराली लस्या रुद्रप्रयाग में राणा परिवार के द्वारा आयोजित श्रीमद्भागवत कथा के प्रथम दिन पाला कुराली ग्रामवासियों ने बड़े हर्षउल्लास के साथ निकाली भागवत जी की शोभायात्रा। इस अवसर पर पूरा वातावरण राममय बना रहा। भागवत कथा में राममय वातावरण बना हुआ है।

प्रसिद्ध कथावाचक ज्योतिष्पीठ व्यास आचार्य शिव प्रसाद ममगाईं ने कहा कि राममय होना भी आवश्यक है क्योंकि राम जन्म भूमि के आंदोलन में 30 साल पहले विवेकहीन व बड़ी बर्बरता से राम नाम लेने वालों को तत्कालीक सरकार ने क्रूरता का व्यवहार किया इसलिए हमारे आने वाली पीढ़ी को सजग करने के लिए इस प्रकार के धार्मिक अनुष्ठान की आवश्यकता है। हमारे कथावाचकों को अधिक से अधिक संस्कार धर्म राष्ट्र बड़ों का आदर समानता से प्रीती करने का आग्रह करता हूं। जीवन जीना सजगता के साथ धर्म आस्था विश्वास आदर इन आदर्शों को साथ लेकर जो चले वही जीता है। जो छोड़े वह जीते हुए भी जीवित नही है। अन्य धर्मों में पिता और भाई को मारने से भाई की हिंसा करने से सत्तासीन होने की क्रूरता है जबकि हमारे

यहाँ पिता की आज्ञा व मां की मन की प्रसन्नता के लिए श्रीराम को 14 वर्षों तक वनवास में रहने की स्वीकृति न्याय अन्याय की चर्चा न करते हुए वनों के कष्ठ को झेलने की परम्परा व रामजी के खड़ाऊ को सिरपर रखते हुए प्रेम व भाईचारे की परम्परा हम भारतीयों की रही। अच्छे लोग व अच्छाई करने वालों से जुड़ना भी भक्ति कहलाती है। कर्तव्य बोध का ध्यान कर परिश्रम, मेहनत से कार्य करना जीवन के प्रत्येक क्षण का सद्पयोग करना वैराग्य है। जो माता पिता की न सुने व्यस्नों को बढ़ावा दे वह धुंधकारी है। अपना व अपनों सहित आगे बढ़ने का भाव रखने वाला गौकर्ण कहलाता है।

इस अवसर पर विशेष रूप से कृपाल सिंह राणा, किशोर सिंह राणा, डॉक्टर गुलाब सिंह राणा, दिनेश राणा, सुमेर सिंह राणा, आचार्य भानु प्रसाद ममगाईं, आचार्य संदीप बहुगुणा, आचार्य अंकित केमनी, पुष्कर राणा, सेमर सिंह राणा, अनुराग राणा, सते सिंह राणा, महावीर सिंह राणा, किशन सिंह राणा, इंदर सिंह राणा, दिगम्बर राणा, ग्राम प्रधान कमला देवी, सुभाष राणा, वचन सिंह राणा, किशन सिंह राणा, कपूर सिंह राणा, धीरज सिंह कैंतुरा, श्रीमती सुभागा देवी राणा, रोशनी राणा, आचार्य विजेंदर ममगाईं, आचार्य सुनील शुक्ला, रजनी राणा, सीमा राणा, सावित्री देवी राणा, पूर्णि देवी, क्वांरी देवी, समुद्रा देवी, सुशीला देवी, गंगी देवी, खुशी राणा, अशोक राणा, आयुष राणा, आर्यन राणा, अक्षित आचार्य, अंकित ममगाईं, बाघा साह, धर्मा साह आदि भक्त गण उपस्थित रहे।

अयोध्या में बनेगा उत्तराखण्ड सदन, 24 करोड़ की मिली मंजूरी



हमारे संवाददाता

देहरादून। अयोध्या में श्री राम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा को लेकर देशभर में उत्साह का माहौल है, वहीं 22 जनवरी को अयोध्या में श्री राम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की मौजूदगी में की जाएगी। ऐसे में उत्तराखंड सरकार भी अयोध्या में उत्तराखंड सदन स्थापित करने को लेकर प्रयास में जुटी हुई है। खास बात यह है कि अयोध्या में उत्तराखंड सदन के लिए भूमि खरीद को लेकर राज्य सरकार द्वारा 24 करोड़ की मंजूरी दे दी गई है। इस तरह अब श्री राम जन्मभूमि में भी उत्तराखंड के लोगों के लिए उत्तराखंड सदन के रूप में बड़ा भवन स्थापित हो सकेगा जिसके लिए फिलहाल जमीन की खरीद की प्रक्रिया को आगे बढ़ाया जाएगा और इसके बाद एक भव्य उत्तराखंड सदन इस भूमि पर स्थापित किया जाएगा। अयोध्या में उत्तराखंड सदन बनने से उत्तराखंड के लोगों को श्री राम मंदिर में दर्शन के लिए जाने पर रहने की व्यवस्था आसानी से उपलब्ध हो सकेगी।

भारी मात्रा में नशीले कैप्सूल व टैबलेट सहित नशा तस्कर 'बुआ' गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

उधमसिंह नगर। नशा तस्करी में लिप्त एक महिला को पुलिस ने भारी मात्रा में नशीले कैप्सूल व टैबलेट सहित गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी महिला कुख्यात तस्कर है जो नशावृत्ति करने वालों में बुआ नाम से फेमस है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज कोतवाली जसपुर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक महिला तस्कर नशे का कारोबार कर रही है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान मोहल्ला नत्था सिंह से महिला तस्कर लीलावती को घर के बाहर पेड़ियों के पास से भारी मात्रा में प्रतिबन्धित कैप्सूल व टैबलेट सहित गिरफ्तार कर लिया गया। जिसके खिलाफ कोतवाली जसपुर में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया गया है। पुलिस के अनुसार आरोपी लीलावती पूर्व में थाना जसपुर से 2 बार गाँजा तस्करी में जेल जा चुकी है तथा उस पर कच्ची शराब बेचने के कई मामले दर्ज है। आरोपी महिला तस्कर जसपुर क्षेत्र में नशेडियों के बीच "बुआ" के नाम से प्रसिद्ध है, नशेडियों की डिमांड पर बुआ द्वारा लगभग सभी प्रकार का नशा जसपुर क्षेत्र में उपलब्ध कराया जाता है। गिरफ्तार लीलावती द्वारा बताया गया कि यह दवाईया उसको मोहल्ले की रहने वाली राजबाला पत्नी पूरण निवासी मोहल्ला नत्था सिंह थाना जसपुर ने खरीद कर दी थी जो खुद भी मोहल्ले में नशे का कारोबार कर रही है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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