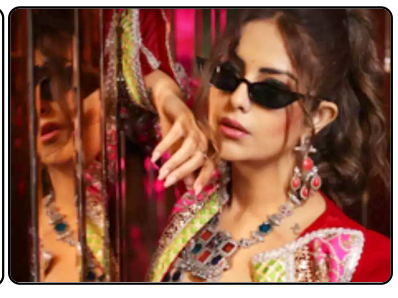
शुक्रवार
19 जनवरी 2024

पृष्ठ 4

वजन कम करने के लिए रोजाना पीते हैं नींबू पानी तो छोड़ दें ये आदत!

पृष्ठ 5

मॉडर्न जुगनी ने मेरे नए पहलू को उजागर किया : अविका गोर



● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 333
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

जिस प्रकार थोड़ी सी वायु से आग भड़क उठती है, उसी प्रकार थोड़ी सी मेहनत से किस्मत चमक उठती है।

– अज्ञात

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

बीआरओ सीमा पर बैठे लोगों के दिलों को जोड़ता है: राजनाथ

विशेष संवाददाता

चमोली। उत्तराखंड दौरे पर आये रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने आज चमोली के ढाक गांव पहुंचकर बीआरओ द्वारा सीमावर्ती क्षेत्रों में चलाई जाने वाली 35 परियोजनाओं का उद्घाटन किया जिसमें सामरिक दृष्टिकोण से जुड़े तीन पुल भी शामिल है। जो भारत की सीमाओं को चीन से जोड़ते हैं।

ढाक गांव में आयोजित बीआरओ के इस कार्यक्रम को संबोधित करते हुए रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि देश की सीमाओं की सुरक्षा में बीआरओ की क्या भूमिका है इसे हर एक देशवासी जानता है। सीमावर्ती क्षेत्रों में बीआरओ द्वारा जो काम किया जाता है वह सिर्फ नदी के दो तटों को जोड़ने या दो पहाड़ों के बीच खाई को पाटने तक

❑मुख्यमंत्री धामी ने भी की बीआरओ की सराहना
❑रक्षा मंत्री ने किया 35 परियोजनाओं का उद्घाटन

सीमित नहीं है अपितु सीमाओं के पार बैठे उन सभी अपनों को जोड़ने का भी है जो दूसरे देशों में रहकर भी हमारे साथ रहते हैं।

उन्होंने कहा कि बीआरओ में जो स्थाई रूप से सरकारी सेवाएं देने वाले कर्मचारी हैं वह तो है ही उनके साथ आउटसोर्स माध्यम से अस्थाई कर्मचारियों की महत्ता को भी नकारा नहीं जा सकता है। उन्होंने कहा कि आज मैं उन अस्थायी कर्मचारियों की बात जरूर करूंगा जो देश व तमाम राज्यों से आकर बीआरओ के साथ कंधे से कंधा मिलाकर इन सड़कों व पुलों को बनाने में अपना योगदान देते हैं। उन्होंने बीआरओ के सरकारी ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

सरकार ने की 22 जनवरी को अवकाश की घोषणा

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तर प्रदेश के बाद अब उत्तराखंड सरकार द्वारा भी 22 जनवरी यानी अयोध्या में प्राण प्रतिष्ठा वाले दिन अवकाश रखने का फैसला लिया गया। सचिवालय से जारी आदेश के अनुसार 22 जनवरी को राज्य के सभी स्कूल कॉलेज एवं शैक्षणिक संस्थानों में अवकाश रहेगा। वहीं सरकारी कार्यालयों में आधे दिन यानी 2.30 बजे तक अवकाश रहेगा।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि 22 जनवरी को रामलला आने वाले हैं और हम उनके स्वागत के लिए तैयार हैं। धामी का कहना है कि अयोध्या

●सीएम धामी बोले रामलला के स्वागत को तैयार
●रामचरितमानस की बिक्री ने तोड़े रिकॉर्ड

की तरह पूरे उत्तराखंड राज्य में प्रभु श्री राम के प्राण प्रतिष्ठा अनुष्ठान की तैयारी चल रही है। देवालयों में भजन-कीर्तन और रामचरितमानस व हनुमान चालीसा का पाठ चल रहा है। सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है और 22 जनवरी को धूमधाम से दीपोत्सव मनाने की तैयारी चल रही है उनका कहना है कि 500 वर्ष बाद आए इस सुअवसर पर चारों ओर आनंद की अद्भुत लहर है हम सभी उनके आगमन का इंतजार कर रहे हैं।

उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा 22 जनवरी को सार्वजनिक अवकाश की पहले ही घोषणा की जा चुकी है। वहीं केंद्र सरकार ने केंद्रीय कार्यालयों में इस दिन आधे दिन अवकाश रखने की घोषणा की है। इसी क्रम में उत्तराखंड में राजकीय कार्यालयों व संस्थाओं को आधे दिन दोपहर 2.30 बजे तक बंद रखने व स्कूल कॉलेजों तथा सभी शैक्षणिक संस्थानों में पूरे दिन अवकाश रखने का फैसला लिया गया है।

उत्तराखंड में अयोध्या राम मंदिर में 22 जनवरी को होने वाले प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम को लेकर भारी उत्साह का माहौल है। राजधानी दून के प्रमुख बाजार (पलटन बाजार) में राम दरबार सज चुका है यहां एक पर्दा लगाकर श्री राम लखन व सीता को दर्शाया गया है। पूरा शहर श्री राम के बैनर पोस्टरों से पटता जा रहा है। हरिद्वार में गीता प्रेस की पुस्तकों की दुकानों पर रामचरितमानस व राम संबंधित साहित्य खरीदने वालों की भारी भीड़ उमड़ रही है, स्थिति यह है कि रामचरितमानस व सुंदरकांड की प्रतियां आउट ऑफ स्टॉक हो चुकी हैं तथा खरीदारी ने सारे रिकॉर्ड तोड़ दिए हैं राज्य में चारों ओर जय श्री राम के तारों की गूंज है। जिसमें उत्तराखंड राममय हो चुका है।

'कागज से बने झंडों को जश्न के बाद जमीन पर न फेंके'

नई दिल्ली। देश इस साल अपना 75वां गणतंत्र दिवस मना रहा है। गणतंत्र दिवस से पहले, गृह मंत्रालय ने राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों को एक सर्कुलर जारी किया है। सर्कुलर में कहा गया है कि इस बात का पूरा ध्यान रखा जाये कि महत्वपूर्ण राष्ट्रीय, सांस्कृतिक और खेल आयोजनों के अवसरों पर जनता द्वारा इस्तेमाल किए जाने वाले कागज से बने झंडों को इवेंट के बाद फेंका न जाए या जमीन पर न गिराया जाए। गृह मंत्रालय ने कहा कि ऐसे झंडों का निपटान, झंडे की गरिमा के अनुरूप, निजी तौर पर किया जाना चाहिए। मंत्रालय ने कहा कि भारतीय राष्ट्रीय ध्वज भारत के लोगों की आशाओं और आकांक्षाओं का प्रतिनिधित्व करता है। मंत्रालय ने शुक्रवार को राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को भारतीय ध्वज संहिता, 2002 के प्रावधानों का सख्ती से पालन करने का निर्देश दिया। साथ ही कहा कि गणतंत्र दिवस समारोह से पहले राष्ट्रीय सम्मान अपमान निवारण अधिनियम, 1971 का भी पालन किया जाए। गृह मंत्रालय ने राज्यों, केंद्रशासित प्रदेशों और सरकारी मंत्रालयों के साथ-साथ विभागों से इस संबंध में एक जन जागरूकता कार्यक्रम चलाने और इलेक्ट्रॉनिक और प्रिंट मीडिया में विज्ञापनों के माध्यम से इस बारे में प्रचार करने का भी अनुरोध किया है।

राम मंदिर पर ऐतिहासिक फैसला देने वाले सुप्रीम कोर्ट के 5 जजों को मिला प्राण प्रतिष्ठा समारोह का निमंत्रण

नई दिल्ली। अयोध्या में रामलला का प्राण प्रतिष्ठा समारोह 22 जनवरी को होना है और इस कार्यक्रम में देश भर की दिग्गज हस्तियां हिस्सा लेंगी। इस कार्यक्रम में राम जन्मभूमि के पक्ष में फैसला देने वाले सुप्रीम कोर्ट के उन पांचों जजों को भी आमंत्रित किया गया है। सुप्रीम कोर्ट के 5 जजों की संविधान पीठ ने अयोध्या विवाद पर सर्वसम्मति से फैसला दिया था। इस फैसले के बाद अयोध्या में राम मंदिर बनने का रास्ता साफ हुआ था। प्राण प्रतिष्ठा समारोह के लिए सामने आई वीआईपी गेस्ट लिस्ट में पांचों जजों का नाम शामिल है। ये पांचों जज रंजन गोगोई, शरद अरविंद बोबडे,

डीवाई चंद्रचूड़, अशोक भूषण, एस। अब्दुल नजीर हैं। बता दें कि जस्टिस गोगोई उस वक्त चीफ जस्टिस थे और अब राज्यसभा के मनोनीत सदस्य हैं। राम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा समारोह के लिए 5 जजों की बेंच ने सर्वसम्मति से फैसला दिया था। इन पांचों जजों का नाम भी निमंत्रण वाले वीआईपी गेस्ट लिस्ट में है। हालांकि, अब तक यह स्पष्ट नहीं हो सका है कि इन पांचों जजों में से कौन कौन इसमें शामिल होगा। जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ इस वक्त देश के चीफ जस्टिस हैं। कुछ दिन पहले चीफ जस्टिस अपनी पत्नी के साथ सोमनाथ और द्वारका दर्शन के लिए गए थे। इसके अलावा, चर्चा है कि केस में मंदिर की ओर से पक्ष रखने वाले वकीलों और पक्षकारों को भी आमंत्रित किया गया है।

दून वैली मेल

संपादकीय

भाजपा की दावेदारी

भाजपा नेताओं को इस बात का पूरा विश्वास है कि 2024 का आम चुनाव जीत कर वह प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में लगातार तीसरी बार केंद्र में अपनी सरकार बनाएंगे। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी अब तक कई बार अपने भाषणों में इस बात का जिक्र अपने अंदाज में कर चुके हैं। उनके इन बयानों को भले ही विपक्ष पर मनोवैज्ञानिक दबाव बनाने की रणनीति माना जा रहा हो या फिर उनका अति आत्मविश्वास हो लेकिन भाजपा ने 2024 के लिए जो एजेंडा और मुद्दे सेट किए हैं वह उनके अनुसार ही अपनी चुनावी तैयारियों को चरणबद्ध तरीके से आगे बढ़ा रही है जो अब टीम इंडिया के लिए बड़ी चुनौती बनता दिख रहा है। भाजपा अयोध्या के राम मंदिर और प्राण प्रतिष्ठा के जरिए एक बार फिर हिंदुत्व के अपने एजेंट को धारदार बनाने में सफल होती दिख रही है भले ही विपक्ष द्वारा भाजपा की नीति और नियत को लेकर 100 सवाल खड़े किए जा रहे हो लेकिन भाजपा को इससे कोई फर्क पड़ने वाला नहीं है उसके द्वारा अपने तय कार्यक्रमों के तहत देश भर में राम लहर पैदा कर दी गई है। चुनाव से ठीक पहले देश के लोग जय श्री राम की जय-जय कार करते हुए अयोध्या की ओर रुख कर रहे हैं। अयोध्या के लिए शुरू की गई हवाई यात्रा की बात करें तो मात्र 15 दिन के अंदर देश के तमाम शहर अयोध्या से जुड़ गए हैं लोगों में अयोध्या जाने की ऐसी होड़ मची हुई है कि अयोध्या के हवाई किराए में 400 फीसदी की वृद्धि हो गई है। क्योंकि यात्रियों की संख्या अधिक है और फ्लाइटों की संख्या सीमित है। देश के शायद ही किसी हवाई अड्डे या शहर ने ऐसी उड़ान कभी भरी हो जैसी अयोध्या ने भरी है। प्राण प्रतिष्ठा तक तो देश भर में दिवाली जैसा उत्सव का माहौल बन ही चुका है यह सिलसिला अब महीनो तक जारी रहे इसके पुख्ता इंतजाम भी भाजपा द्वारा किये जा चुके है। भाजपा के दूसरे एजेंडें में अब उसकी बड़ी ताकत उसके वह लाभार्थी हैं जो केंद्रीय सरकार द्वारा चलाई जाने वाली डायरेक्ट कैश ट्रांसफर योजनाओं का लाभ ले रहे हैं। एक रणनीति के तहत प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और भाजपा नेता इनसे संपर्क साध रहे हैं भाजपा की विकसित भारत संकल्प यात्राओं के आयोजन का सीधा प्रयोजन इन लाभार्थियों से संवाद ही है। अभी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा था कि इस यात्रा से हमें यह जमीनी हकीकत भी पता चल सकेगी की कितने लोगों को योजनाओं का लाभ मिला है और कितने लोग लाभ मिलने से वंचित रह गए हैं। इन लाभार्थियों की संख्या करोड़ों में है। भाजपा की सोच है कि अगर इन लाभार्थियों में से आधे भी भाजपा को समर्थन करेंगे तो उसे फिर से सत्ता में आने से कोई नहीं रोक पायेगा। भाजपा की तीसरी बड़ी ताकत है उसका संगठित कार्यकर्ता और सशक्त मीडिया प्रबंधन जिसका कोई तोड़ किसी भी दल के पास नहीं है। उसका चौथा स्तंभ वह राष्ट्रवाद है जिसमें अब उसके द्वारा विकसित भारत की परिकल्पना को जोड़कर और अधिक मजबूत बनाने के प्रयास किया जा रहा हैं। एक भारत श्रेष्ठ भारत के नारे के साथ अब भाजपा ने और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भारत को विश्व की तीसरी बड़ी आर्थिक ताकत बनाने का प्रचार जोर-जोर से शुरू कर दिया है। जिसके दम पर वह फिर से केंद्रीय सत्ता पर अपनी मजबूत दावेदारी पेश कर रहे हैं। चुनावी नतीजे क्या रहते हैं यह आने वाला समय ही बताएगा।

डेढ़ किलो से अधिक चरस सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने डेढ़ करोड़ से अधिक चरस सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम एसओजी व खनस्यू थाना पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक नशा तस्कर भारी मात्रा में नशीले पदार्थो सहित आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए एसओजी व पुलिस द्वारा क्षेत्र में संयुक्त चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान संयुक्त टीम को पटलोट खनस्यू की ओर एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गयां तलाशी के दौरान उसके पास से एक किलो 738 ग्राम चरस बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम ललित मोहन (29) पुत्र स्व. मनीराम निवासी ग्राम और पोस्ट डालकन्या थाना खनस्यू जिला नैनीताल बताया। बताया कि उक्त चरस वह ग्राम अधौडा से लेकर आया था, जिसे ऊंचे दामों में बेचने ले जा रहा था। बहरहाल पुलिस ने उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

अग्न आयूंषि पवस आ सुवोर्जमिषं च नः।
आरे बाधस्व दुच्छुनाम्।
(ऋग्वेद ९-६६-१९)

हे अग्नि स्वरूप परमात्मा ! हम आपसे प्रार्थना करते हैं कि हमारे जीवन को पवित्र करो। हमें ऊर्जा और ज्ञान प्रदान करो। हमारी पापवृत्तियों को हमसे दूर भगा दो।

विनय क्षेत्री हत्याकांण्डः मुकदमें से सम्बन्धित मोबाइल व सील सर्वे मोहर मालखाने से गायब

संवाददाता

देहरादून। विनय क्षेत्री हत्याकाण्ड से सम्बन्धित मोबाइल फोन व माचिस की डिब्बी में रखी सील सर्वे मोहर मालखाने से गायब हो गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नेहरू कालोनी थाना प्रभारी मोहन सिंह ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 28 जनवरी2008 को मुकदमा वादी श्रीमती रूचि क्षेत्री पत्नी स्व. विनय क्षेत्री निवासी अजबपुरखुर्द मोधरोवाला रोड, देहरादून द्वारा थाना नेहरू कॉलोनी पर यतेन्द्र चौधरी व अन्य के विरूद्ध अन्तर्गत धारा 302 का मुकदमा पंजीकृत कराया गया। उपरोक्त मुकदमें में जांच अधिकारी द्वारा 24 जून 2008 को यतेन्द्र चौधरी, हरीश कुमार, रामबीर, सुमित कुमार, बिट्टू उर्फ अनुज, रोहतास पहलवान एवं रूचि क्षेत्री के विरुद्ध अन्तर्गत धारा 302, 120 वी, 34 में आरोप पत्र न्यायालय प्रस्तुत किया गया।

उपरोक्त मुकदमा न्यायालय अपर सत्र न्यायाधीश अष्टम देहरादून में विचाराधीन है। न्यायालय अपर सत्र न्यायाधीश अष्टम देहरादून द्वारा उपरोक्त वाद बनाम यतेन्द्र चौधरी आदि कुल 7 नफर आरोपियों में 06 जनवरी 2024 को उपरोक्त मुकदमें से सम्बन्धित माल मोबाईल फोन नोकिया 1600 एवं एक बुलेट माचिस की डिब्बी के अन्दर सील सर्व मोहर को प्रस्तुत करने हेतु 20 जनवरी 2024 की तिथि नियत की गयी है एवं आदेश किया गया है कि मामले की प्राचीनता को देखते हुये अभियोजन को साक्ष्य प्रस्तुत किये जाने हेतु अन्तिम अवसर प्रदान किया जाता है यदि अग्रिम नियत तिथि पर अभियोजन की ओर से मामले से सम्बन्धित माल मुकदमा न्यायालय में पेश नही किया जाता है तथा साक्षी की साक्ष्य अंकित नही करायी जाती है तो अभियोजन का साक्ष्य प्रस्तुत करने का अवसर समाप्त कर दिया जायेगा। उपरोक्त सम्बन्ध में अवगत कराना है कि थाना नेहरू कॉलोनी के माल रजिस्टर का अवलोकन करने पर पाया गया कि मुकदमा उपरोक्त 21/2008 से सम्बन्धित माल एक मोबाईल फोन नोकिया 1600 एवं एक बुलेट माचिस की डिब्बी में का इन्द्राज मालखाना रजिस्टर में नही है। मालखाना में तलाश करने पर भी उपरोक्त मुकदमें से सम्बन्धित दोनों माल एवं नमूना मोहर थाने के मालखाने में नहीं पाये गये। प्रकरण की संवेदनशीलता को देखते हुये सदर मालखाना कचहरी परिसर के माल रजिस्टर का अवलोकन किया गया परन्तु सदर मालखाने में भी उपरोक्त मुकदमें से सम्बन्धित उक्त दोनों मालों का इन्द्राज सदर मालखाने के रजिस्टर में नही है। मुकदमें से सम्बन्धित प्रपत्रों की जांच करने पर भी उपरोक्त मुकदमें से सम्बन्धित दोनों मालों के सम्बन्ध में कोई भी जानकारी प्राप्त नहीं हो पा रही है। पूर्व में भी सहायक जिला शासकीय अधिवक्ता फौजदारी देहरादून ने वर्ष 2016 में थानाध्यक्ष नेहरू कॉलोनी से पत्राचार कर उक्त दोनों माल मोबाईल फोन नोकिया 1600 एवं एक बुलेट माचिस की डिब्बी के अन्दर सील सर्वे मोहर को न्यायालय में प्रस्तुत करने हेतु निर्देशित किया था परन्तु पूर्व में भी माल प्रस्तुत नही हो पाये। जिससे प्रतीत होता है कि उक्त दोनों माल पूर्व से ही थाना हाजा के मालखाने में नहीं है। मुकदमें से सम्बन्धित प्रपत्रों की जांच, माल रजिस्टर, सदर मालखाना रजिस्टर अवलोकन करने के उपरान्त एवं अन्य प्रयासों के उपरांत भी उपरोक्त मुकदमें से सम्बन्धित उक्त दोनो मालों का पता नहीं चल पा रहा है। थाने के मालखाने में उक्त दोनों माल मोबाईल फोन नोकिया 1600 एवं एक बुलेट माचिस की डिब्बी के अन्दर सील सर्वे मोहर नही है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

बालश्रम कराने पर तीन दुकानदारों पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। बालश्रम कराने पर पुलिस ने तीन दुकानदारों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार उपश्रम आयुक्त कार्यालय के श्रम परिवर्तन अधिकारी अश्वनी कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अफजाल की बाइक प्वाइंट व रमा देवी व रेनू देवी की दुकानों पर छापा मारा तो वहां पर बच्चों से काम कराया जा रहा था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

अंकिता भंडारी को न्याय की मांग को लेकर कांग्रेसी उतरे सड़कों पर

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। उत्तराखंड की बेटी अंकिता भंडारी को न्याय दिलवाने हेतु आज कांग्रेस के सैकड़ों कार्यकर्ताओं ने महानगर अध्यक्ष सतपाल ब्रह्मचारी के नेतृत्व में सड़क पर उतरकर कनखल चौक से कृष्णा नगर तक हाथों में तख्तियां लेकर न्याय यात्रा निकाली। न्याय यात्रा से पूर्व कांग्रेसी कनखल चौक पर इकट्ठा हुए और कनखल चौक पर स्थापित हिंदी के पाणिनी, प्रदेश का गौरव आचार्य किशोरी दास बाजपेयी जी के चरणों में नमन करते हुए उनका माल्यार्पण कर न्याय यात्रा की शुरुआत की।

कड़कड़ाती ठंड के बीच कांग्रेसी नेता व कार्यकर्तो न्याय यात्रा में अंकिता भंडारी को न्याय दो, वीआईपी को गिरफ्तार करो, धामी सरकार मुर्दाबाद, महिला विरोधी ये सरकार, आदि नारे लगाते हुए कृष्णानगर पहुंचे। जहां उपस्थित कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए महानगर अध्यक्ष सतपाल ब्रह्मचारी और कार्यकारी अध्यक्ष अमन गर्ग ने कहा कि "भाजपा बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ" का नारा तो देती है, मगर उन्हें इंसाफ और भाजपा नेताओं से नहीं बचाती। उन्होंने कहा की जब अंकिता के माता पिता ने उस वीआईपी का नाम उजागर कर दिया है, जिसके कारण अंकिता की हत्या हुई तो धामी सरकार उस वीआईपी पर

मुकदमा दर्ज कर गिरफ्तार क्यों नहीं कर रही है। पूर्व विधायक रामयश सिंह और मेयर पति अशोक शर्मा ने कहा है कि महिलाओं की सुरक्षा और न्याय को लेकर भाजपा की कथनी और करनी में अंतर है। अब समय आ गया है कि अपने घर की मां बेटियों को भाजपा नेताओं से बचाया जाए। ब्लॉक अध्यक्ष विकास चंद्रा और वरिष्ठ कांग्रेस नेता मनोज सैनी ने कहा कि भाजपा सरकारों में महिलाए कतई सुरक्षित नहीं है। उन्होंने अनेकों उदाहरण देते हुए कहा कि देश में महिलाओं के साथ जितने भी अत्याचार, बलात्कार आदि जघन्य अपराध हो रहे हैं उन सबमें भाजपा नेताओं का नाम ही सामने आ रहा है। रानीपुर से प्रत्याशी रहे राजवीर सिंह और वरुण बालियान नें कहा कि भाजपा सरकारों में महिलाओं से लेकर किसान, मजदूर कोई भी सुरक्षित नहीं है। भाजपा के बड़े पदाधिकारी जहां देश की बेटियों के बलात्कार में शामिल पाए जाते हैं वही देश के अन्नदाता को अपनी गाड़ी से भी कुचलने लगे है और भाजपा की सरकारें उन्हे बचाने का काम करती है। महिला महानगर अध्यक्ष लता जोशी और ग्रामीण अध्यक्ष अंजू मिश्रा ने कहा की महिलाए अब भाजपा के अत्याचारों के खिलाफ चुप नहीं बैठेंगी और भाजपा सरकार और उनके नेताओं को बेनकाब करेगी। उन्होंने कहा कि यदि धामी सरकार ने उस वीआईपी को गिरफ्तार नहीं किया तो जल्द ही महिला कांग्रेस मुख्यमंत्री धामी को चूड़ियां भेंट करेंगी। न्याय यात्रा में पार्षद उदयवीर चौहान, प्रधान दिनेश वालिया, समर्थ अग्रवाल, ओम पहलवान, करतार सिंह खारी, महेंद्र गुप्ता, वीरेंद्र भारद्वाज, राजेंद्र गुप्ता, दीपाली त्यागी, सोनू, बी एस तेजियान, नलिनी दीक्षित सहित कई अन्य लोग शामिल रहे।

शिशु को घुटनों के बल चलने दें

पैरों पर चलने से पहले बच्चों का घुटनों के बल चलना प्राकृतिक का एक नियम है क्योंकि इससे शिशु के शारीर को अनेक प्रकार के स्वस्थ्य लाभ मिलते हैं जो उसके शारीरिक मानसिक और संवेगात्मक विकास के लिए बहुत जरूरी है। इससे पहले की बच्चे पैरों के बल चलना सीखे वे घुटनों के बल चलना सीखते हैं।

बच्चों को घुटने के बल चलते देखकर मां बाप को बहुत खुशी मिलती है। एक बार जब बच्चे घुटनों के बल चलना शुरू कर देते हैं तो घर के सभी सदस्यों के लिए यह काफी भागदौड़ का समय होता है और पूरा घर बच्चों की किल्कारियों से भर जाता है। ऐसे में कई बार हो सकता है आपके मन में यह सवाल आया होगा कि क्या शिशु का घुटने के बल चलने का कोई फ़ायदा है?

सच बात तो यह है कि जब बच्चे घुटनों के बल चलते हैं तो एक प्रकार से उनके शरीर का व्यायाम होता है। उनके पैरों में ताकत आती है और खड़े होकर चलने की क्षमता विकसित होती है।

लेकिन कई बार ऐसे बच्चों को भी देखने को मिलता है जो घुटनों के बल कभी चले ही नहीं बल्कि सीधा चलना शुरू कर दिए। ऐसे में हम कई बार यह सोचने को मजबूर हो जाते हैं कि क्या छोटे बच्चों का घुटनों के बल चलना जरूरी है?

तो चलिए इसमें हम इन्हीं बातों पर विस्तार से चर्चा करेंगे!

पैरों पर चलने से पहले बच्चों का घुटनों के बल चलना प्राकृतिक का एक नियम है। प्रकृति ने यह नियम हम मनुष्यों के लिए इसी उद्देश्य से बनाया है। पैरों के बल चलने से पहले घुटनों के बल चलने से शिशु को अनेक प्रकार के स्वास्थ्य लाभ मिलते हैं। शिशु का घुटनों के बल चलना उसके शारीरिक मानसिक और संवेगात्मक विकास के लिए बहुत जरूरी है। जब बच्चे घुटनों के बल चलते हैं तो पैरों के साथ-साथ उनके हाथों का भी इस्तेमाल होता है। इस तरह शिशु के हाथ और पैर दोनों की हड्डियों और मांसपेशियों को मजबूती मिलती है साथ ही उनका शरीर लचीला बनता है।

जब बच्चे अपने घुटनों के बल चलते हैं तो उनका पैर शरीर को मोड़ना घुमाना साथ ही चलने और दौड़ने जैसी जरूरी प्रक्रिया को समझता है और सीखता है।

शिशु जब घुटनों के बल चलना शुरू करता है तो उसके शरीर को प्रोटीन और कैल्शियम युक्त आहार की आवश्यकता पड़ती है।

अगर इस समय आप शिशु के आहार में ऐसे भोजन को सम्मिलित करें जिसे प्रचुर मात्रा में चींटियों को प्रोटीन और कैल्शियम मिले तो उसकी हड्डियां मजबूत बनेगी और उसकी मांसपेशियों का विकास बहुत तेजी से होगा।

शिशु के अच्छे मानसिक विकास के लिए यह जरूरी है कि वह खुद चीजों को करके सीखें। इसी के अंतर्गत प्राकृतिक ने शिशु के लिए घुटनों के बल चलने का नियम निर्धारित किया है। वरना इस संसार में ऐसे भी जीव है जो जन्म के तुरंत बाद कूदना शुरू कर देते हैं उदाहरण के लिए बकरी हिरन गाय इत्यादि। जब शिशु पैरों के बल चलता है तो उसमें गति और स्थिति के नियमों को समझने की क्षमता बढ़ती है। इसके समाज से शिशु अपना संतुलन बनाना सीखना है।

शिशु किस प्रक्रिया से अपनी आंखों और हाथों की गति में सामंजस्य स्थापित करना भी सीखता है। घुटनों के बल चलने के दौरान क्योंकि अपने आसपास की चीजों से संबंधित समझ बढ़ती है।

घुटनों के बल चलते वक्त जब शिशु एक स्थान से दूसरे स्थान जाता है तो उसमें आंखों और दृष्टि के नियमों की समझ बढ़ती है। इसके साथ ही उसकी दृष्टि की क्षमता का विकास होता है। इससे पहले नवजात अवस्था में जब शिशु केवल गोद में रहता था तो वह केवल अपने आसपास की वस्तुओं को दूर से देख सकता था लेकिन घुटनों के बल चलने के दौरान उसमें पास और दूरी की समझ का विकास पड़ता है। या यूं कहें कि उसमें दूरी से संबंधित समझ का विकास होता है। इस समझ के आधार पर वह यह निर्णय करना सीखता है कि उसे किस गति से कहां पर पहुंचना है कि शरीर को नुकसान ना पहुंचे तथा दूरी के आधार पर एक स्थान से दूसरे स्थान पहुंचने पर कितना समय लगेगा। बच्चों पर हुए अनेक शोध में यह बात सामने आई है कि बच्चों का दुनियावी चीजों से संबंधित विकास सबसे ज्यादा बच्चों का घुटने के बल चलने के दौरान हुआ।

यह शिशु की जिंदगी का वह महत्वपूर्ण पड़ाव है जब शिशु का दाया और बाया मस्तिष्क आपस में सामंजस्य स्थापित करना सीखता है। ऐसा इसलिए क्योंकि इस समय शिशु एक साथ कई काम कर रहा होता है जिससे उसके दिमाग के अलग-अलग हिस्सों का इस्तेमाल हो रहा होता है। उदाहरण के लिए जब शिशु घुटनों के बल चलता है तो वह अपने हाथ और पैर दोनों का इस्तेमाल करता है तथा तापमान दूरी गहराई जैसे ना जाने अनेक चीजों को भी अपने तजुर्बे से इस्तेमाल करना सीखता है। इस समय शिशु के दिमाग का विकास अपने चरम पर होता है।

घुटनों के बल चलने से शिशु के आत्मविश्वास में बढ़ोतरी होती है क्योंकि वह अपनी जिंदगी के बहुत से दैनिक फैसले खुद लेना शुरू करता है। उदाहरण के लिए दूरी या गहराई के आधार पर वह यह निर्णय लेना शुरू करता है कि उसे किस दिशा में घुटनों के बल आगे बढ़ना है या उसे कब रुकना है। इस तरह से उसे हर शारीरिक गतिविधि के लिए कुछ ना कुछ निर्णय लेना पड़ता है। इस तरह समय से निर्णय लेने से उसमें आत्मविश्वास के साथ साथ सोचने और विचार करने की क्षमता का भी विकास होता है।

घुटनों के बल चलने के दौरान कई बार बच्चों को चोट भी लगती हो। इस प्रकार की और दर्द के आधार पर अपने जीवन में फिजिकल।

जिंदगी के इस प्रकार के छोटे-छोटे रिस्क उसे आगे चलकर उसमे बड़ा जोखिम लेने का साहस पैदा करते हैं और साथ ही असफल होने की स्थिति में उसके अंदर पुनः प्रयास करने की समझ और साहस विकसित करते हैं। इस प्रकार का समय और आत्मविश्वास दोनों आगे चलकर किसी को पैरों के बल चलने में मदद करते हैं।

श्री रामलला की प्राण प्रतिष्ठा वाले दिन श्री रघुनाथ मन्दिर में होगा भव्य दिव्य आयोजन

❑ कार्यक्रम का प्रोजेक्टर से दिखाया जाएगा सीध प्रसारण

संवाददाता

देहरादून। श्री रामलला की प्राण प्रतिष्ठा पर ऋषिकेश में श्री रघुनाथ मन्दिर में भव्य दिव्य कार्यक्रम का आयोजन होगा तथा प्रोजेक्टर से रामलला के प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम का सीधा प्रसारण दिखाया जायेगा।

आज यहां आचार्य ललित मोहन त्रिपाठी ने बताया कि अयोध्या में श्री रामलला प्राणपतिष्ठा समारोह के उपलक्ष में श्री रघुनाथ मन्दिर प्रगतिविहार, ऋषिकेश में भव्य एवं दिव्य कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। आयोजन 21 जनवरी 24 से प्रारम्भ होकर 22 जनवरी 24 देर रात्रि तक चलेगा, आयोजन को सुचारू रूप से व्यवस्थित करने हेतु राज्य महिला आयोग उत्तराखण्ड की अध्यक्ष श्रीमती कुसुम कण्डवाल के प्रगतिविहार ऋषिकेश स्थित आवास पर एक महत्वपूर्ण बैठक आहूत की। 20 जनवरी अपराह को सम्पूर्ण प्रगति विहार निवासियों द्वारा मन्दिर में उपस्थित रहकर मन्दिर की स्वच्छता एवं सफाई की जाएगी तथा फूलों द्वारा मन्दिर की सजावट की जायेगी, कॉलोनी निवासियों द्वारा नगर भ्रमण श्रीरामनाम संकीर्तन संगीत एवं ध्वजों द्वारा किया जायेगा। 22 जनवरी 24 (सोमवार) को प्रातः 10 बजे से वेदमंत्र उच्चारण से कार्यक्रम का शुभारम्भ किया जायेगा। दिनभर भजन कीर्तन, हनुमान चालीसा पाठ व राम स्तुति सभी रामभक्तों के द्वारा किया जायेगा, साथ ही श्री रामलला प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम का सीध ा प्रसारण को देखने व दिखाने हेतु मन्दिर परिसर में प्रोजेक्टर की व्यवस्था की गई है। जिसमें नगर के संभ्रान्त नागरिक इस ऐतिहासिक पलों के साक्षी बन सकें और धर्म लाभ उठायें। इस दिव्य भव्य आयोजन में रात्रि को ग्यारह सौ से अधिक दीप प्रज्वलित कर प्रसन्नता के प्रतीक आतिशबाजी की व्यवस्था भी की गई है। रामभक्तों द्वारा प्रसाद के लड्डू एवं फलो का वितरण किया जायेगा। बैठक में विशेष रूप से मन्दिर आचार्य ललित मोहन त्रिपाठी, राजेन्द प्रसाद पाण्डेय (शिक्षाविद्), रमन भट्ट, कुसुम कण्डवाल, धीरजनी ध्यानी, इन्दिरा कुकरेती, कुसुम रावत, अशुभात भण्डारी, राजेन्द्र विजलवान, मनोज जोशी, नीटू शर्मा, राजू वर्थवाल, मनीष मौर्य, अनूप तड़ियाल, धीरज चौहान, पुष्कर बिष्ट, डॉ शशि कण्डवाल आदि उपस्थित रहे। वहीं महिला आयोग की अध्यक्ष कुसुम कण्डवाल ने सभी राम भक्तों से सद्भावना के साथ श्रीरामके प्रति पूर्णश्रद्धा से इस अनुष्ठान को सम्पन्न करने हेतु आग्रह किया।

सीवर ट्रीटमेंट प्लांट के खिलाफ क्षेत्रवासियों का डीएम कार्यालय पर प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। सीवर ट्रीटमेंट प्लांट के विरोध में जिलाधिकारी कार्यालय पर क्षेत्रवासियों का प्रदर्शन ने प्रदर्शन किया। जिलाधिकारी ने समिति गठित कर मौका मुयाना कराने का आश्वासन दिया।

आज यहां आईटीबीपी सीमाद्वार व इंद्रानगर के आवास विकास कालोनी के बीचों बीच घनी आबादी में सीवर ट्रेटमेंट प्लांट से परेशान लोगों ने प्रातः प्रदेश कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना के नेतृत्व में जिलाधिकारी कार्यालय पर प्रदर्शन किया व उनसे तत्काल सीवर ट्रीटमेंट प्लांट के विस्तारीकरण का कार्य रोकने व पहले से स्थापित प्लांट को अन्यत्र स्थानांतरित करने की मांग की। धस्माना ने जिलाधिकारी को बताया कि वर्ष 2008-09 में पिथुवाला में उक्त प्लांट स्थापित होना था। किंतु अज्ञात कारणों से उसे पिथुवाला में न लगा कर घनी आबादी वाले सीमाद्वार आईटीबीपी केंद्रीय विद्यालय आवास विकास कालोनी इंद्रानगर व शास्त्रिनगर खाले के बीचों बीच जल निगम द्वारा स्थानीय जनता के विरोध के बावजूद बना दिया गया। धस्माना ने कहा कि वर्ष 2012-13 में इस एसटीपी प्लांट को यह कह कर की यह केवल इंद्रानगर आवास विकास कालोनी के लिए है जल संस्थान को हैंडओवर कर चालू कर दिया गया। उन्होंने जिलाधिकारी को बताया कि पहले दिन से ही प्लांट के चलने से भयंकर शोर व बदबू फैल गयी जिसके कारण आस पास के लोगों का जीना दूभर हो गया और अब इस प्लांट के विस्तारीकरण के लिए आठ करोड़ रुपये जल निगम को स्वीकृत किये गए हैं जिससे सीवर स्टोरेज बनाया जाना प्रस्तावित है जिससे स्थितियां बद से बदतर हो जाएंगी। ध

❑जिलाधिकारी ने समिति गठित कर मौका मुआयना करने का दिया आश्वासन

स्माना ने जिलाधिकारी से मांग करी की वे तत्काल जल निगम जल संस्थान व जिला प्रशासन के किसी वरिष्ठ अधिकारी की समिति बना कर मौका मुयाना करवाएं और तत्पश्चात इस कार्य को रुकवाए। जिस पर जिलाधिकारी ने आश्वासन दिया कि वे किसी वरिष्ठ अधिकारी के साथ जल निगम व जल संस्थान के अधिकारियों को भेज कर स्थलीय निरीक्षण करवाएंगी। धस्माना ने कहा कि जनता किसी भी कीमत पर सीवर स्टोरेज नहीं चाहती और अगर जबरन सीवर स्टोरेज प्लांट का निर्माण किया गया तो उसके विरुद्ध जनता आंदोलन करने के लिए बाध्य होगी। धस्माना के साथ डीएस पटवाल, राम कुमार थपलियाल, आचार्य संतोष खंडूरी, विजय ढौंडियाल, एन के वर्मा,सुमन जखमोला, विकसित गोयल, गीता बागड़ी, गौरा बिष्ट, मंजू चौहान, मीनाक्षी जखमोला, वी के डबराल, आशुतोष व बड़ी संख्या में स्थानीय नागरिक शामिल रहे।

शराब के साथ गिरफ्तार

देहरादून। पुलिस ने शराब के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार नेहरू कालोनी थाना पुलिस ने एमडीडीए मार्ग पर 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 50 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम सुमित पुत्र कल्याण सिंह निवासी शामली बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

भूटान: तॉबगे की वापसी

अब भूटान में नई सरकार बनेगी, लेकिन उससे उसकी विदेश नीति पर ज्यादा फर्क पडने् की संभावना नहीं है। वहां निर्वाचित सरकारों की सीमित भूमिका ही होती है। हाल के वर्षों में भूटान ने अपेक्षाकृत ज्यादा स्वायत्त रुख अपनाने की कोशिश की है।

भूटान में नई संसद के चुनाव में पूर्व प्रधानमंत्री शेरिंग तॉबगे की पीपल्स डेमोक्रेटिक पार्टी (पीडीपी) को बड़ी जीत मिली है। उसे सदन के 47 में से 30 सीटें मिलीं। मैदान में दूसरा राजनीतिक दल भूटान टेंड्रेल पार्टी (बीटीपी) थी। उसे 17 सीटें मिली हैं। भूटान में संसदीय चुनाव दो चरणों में होता है। पहले चरण का मतदान नवंबर में हुआ था, जिसमें वर्तमान सत्ताधारी पार्टी हार गई थी। तब वोट प्रतिशत के लिहाज से सबसे ऊपर पीडीपी और बीटीपी रही थीं। दूसरे दौर का नतीजा घोषित होने के बाद अब भूटान के राजा जिग्मे खेसर नामग्याल वांगचुक नई सरकार बनाने का न्योता तॉबगे को देंगे। भूटान संवैधानिक राजतंत्र है। 2008 में वहां संसद का गठन हुआ था। इस बार के उसके चुनाव पर खास नजर दक्षिण एशिया में उभर रही नई भू-राजनीतिक स्थितियों के कारण थी। भूटान, भारत और चीन के बीच सीमा से जुड़े विवाद ने हाल में नाटकीय मोड़ लिया है।

छह साल पहले डोकलाम में भारत और चीन के बीच सैनिक टकराव की स्थिति बनी थी, जहां इन तीनों देशों की सीमा मिलती है। उसके बाद भूटान की नीति में बदलाव देखा गया है। पिछली सरकार ने चीन के साथ सीमा वार्ता को आगे बढ़ाया। गुजरे वर्ष खबर आई थी कि दोनों देश समझौते के करीब हैं। इस खबर से भारत में असहजता पैदा हुई थी। अब भूटान में नई सरकार बनेगी, लेकिन उससे उसकी विदेश नीति पर ज्यादा फर्क पडने् की संभावना नहीं है। वहां निर्वाचित सरकारों की सीमित भूमिका ही होती है। हाल के वर्षों में भूटान ने अपेक्षाकृत ज्यादा स्वायत्त रुख अपनाने की कोशिश की है। वह भारत की छाया से निकलने की कोशिश करता दिखा है। पिछले साल भूटान के प्रधानमंत्री ने कहा था कि डोकलाम विवाद सुलझाने में उनका देश, भारत और चीन बराबर के साझेदार हैं। इस तरह उन्होंने इसमें चीन को भारत के समकक्ष बता दिया था। सिलिगुड़ी गलियारे की सुरक्षा और उत्तर पूर्वी हिस्से के साथ संपर्क के लिहाज से भारत के लिए डोकलाम काफी संवेदनशील स्थान है। इसलिए भारत चाहेगा कि भूटान की नई सरकार भारत के सामरिक हितों का ध्यान रखे। (आरएनएस)

तकनीकी आधार पर राहत

सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि चूंकि दोषियों को सजा महाराष्ट्र में मिली थी, इसलिए उनकी रिहाई के फैसले का अधिकार महाराष्ट्र सरकार को है, ना कि गुजरात सरकार को। तो गेंद अब महाराष्ट्र सरकार के पाले में पहुंच सकती है।

सुप्रीम कोर्ट ने बिलकीस बानो के मामले में 11 अपराधियों को समय से पहले मिली रिहाई को रद्द करने का फैसला तकनीकी आधार पर लिया। इससे इन मुजरिमों को फिर से रिहाई मिल जाने का रास्ता बंद नहीं हुआ है। जाहिर है, समय से पहले रिहाई से व्यग्र हुए लोगों को इस मामले में फौरी राहत ही मिली है। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि चूंकि दोषियों को सजा महाराष्ट्र में मिली थी, इसलिए उनकी रिहाई के फैसले का अधिकार महाराष्ट्र सरकार को है, ना कि गुजरात सरकार को। तो गेंद अब महाराष्ट्र सरकार के पाले में पहुंच सकती है। न्यायमूर्ति बीवी नागरत्ना और उज्जल भुइयां की पीठ ने फिलहाल इन दोषियों को दो हफ्तों के अंदर जेल अधिकारियों के पास सरेंडर करने का आदेश दिया है। गुजरात सरकार के समय से पहले रिहाई देने के फैसले को लेकर समाज के एक दायरे में गहरी नाराजगी और मायूसी पैदा हुई थी। इसलिए ये मामला सुप्रीम कोर्ट पहुंचा।

उल्लेखनीय है कि 2008 में मुंबई में महाराष्ट्र स्थित एक अदालत ने इन मुजरिमों को गुजरात में हुए 2002 के गोधरा दंगों के दौरान बिलकिस बानो के साथ हुए सामूहिक बलात्कार और उनके परिवार के सात सदस्यों की हत्या के मामले में दोषी पाया था और उन्हें सजा सुनाई थी। बाद में इन 11 दोषियों में से एक ने गुजरात हाई कोर्ट से समय से पहले रिहाई की अपील की। तब गुजरात हाई कोर्ट ने उसकी याचिका को यह कर ठुकरा दिया था कि इस फैसले का अधिकार उसी राज्य के पास जहां सजा दी गई थी। इसके बाद महाराष्ट्र में अपील दायर की गई, जिसे ठुकरा दिया गया। उसके बाद उस अपराधी ने सुप्रीम कोर्ट से अपील की कि वह गुजरात सरकार को आदेश दे। सुप्रीम कोर्ट ने मई 2022 में गुजरात सरकार को आदेश दिया कि वो समय से पहले रिहाई की उस अर्जी पर विचार करे। इसके बाद गुजरात सरकार ने सभी 11 दोषियों को रिहा कर दिया। लेकिन अब कोर्ट ने समय से पहले रिहाई के मामले में एक स्पष्ट व्यवस्था दी है। उसने इस मामले में राज्य सरकारों के अधिकार की व्याख्या की 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

वजन कम करने के लिए रोजाना पीते हैं नींबू पानी तो छोड़ दें ये आदत!

नींबू में भरपूर मात्रा विटामिन सी होता है इसलिए ज्यादातर लोग नींबू पानी पीते हैं। लेकिन कई रिपोर्ट में इस बात का खुलासा किया गया है कि ज्यादा नींबू पानी पीने से सीने में जलन हो सकती है। क्योंकि इसमें पेप्सिन नाम का एंजाइम होता है जो प्रोटीन को तोडने् का काम करता है। यह पेप्सिन एंजाइम अल्सर के लिए ठीक नहीं होता है। नींबू पानी सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है। गर्मी के मौसम में गर्मी से राहत पाने के लिए लोग नींबू पानी का खूब पीते हैं। इससे शरीर हाइड्रेटेड रहता है। इससे वजन भी कंट्रोल में रहता है और पाचन संबंधी समस्याओं को भी ठीक करने में मदद मिलती है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि नींबू पानी पीने से आपको नुकसान भी हो सकता है? अगर आप वजन घटाने के लिए अंधाधुंध नींबू पानी पी रहे हैं तो आपको इसके साइड इफेक्ट्स भी जान लेने चाहिए।

नींबू पानी पीने से शरीर पर होते हैं यह साइडइफेक्ट्स

नींबू पानी ज्यादा पीने से सीने में जलन हो सकती है क्योंकि यह प्रोटीन को तोडने् वाले एंजाइम पेप्सिन को एक्टिव करता है। वहीं इसके अधिक सेवन से पेप्टिक अल्सर की स्थिति और भी खतरनाक हो सकती है।

नींबू पानी पीने से भी डिहाइड्रेशन हो सकता है। जब आप नींबू पानी पीते हैं तो यह यूरिन के जरिए शरीर को डिटॉक्स करता है। इस प्रक्रिया में कई इलेक्ट्रोलाइट्स और सोडियम जैसे तत्व पेशाब के जरिए बाहर निकल जाते हैं और आपको डिहाइड्रेशन की समस्या का सामना करना पड़ सकता है। नींबू पानी के अधिक सेवन से भी पोटेशियम की कमी हो सकती है।

विटामिन सी की अत्यधिक मात्रा रक्त में आयरन के स्तर को बढ़ा सकती है और यह खतरनाक साबित हो सकता है। आपके आंतरिक अंग क्षतिग्रस्त हो सकते हैं।

नींबू में साइट्रिक एसिड होता है, इसके अलावा इसमें ऑक्सालेट भी पर्याप्त मात्रा में होता है। अधिक मात्रा में इसका सेवन करने से यह शरीर में क्रिस्टल के रूप में जमा होने लगता है, जिससे किडनी में पथरी होने का खतरा बढ़ सकता है।

ज्यादा नींबू पानी पीने से हड्डियां कमजोर हो सकती हैं। नींबू में एसिडिटी होती है, जिसके कारण हड्डियों पर इसका बुरा प्रभाव पड़ता है। नींबू पानी के अधिक सेवन से एसिडिटी की समस्या हो सकती है। नींबू में उच्च मात्रा में एसिड होता है। इसके सेवन से शरीर में एसिड की मात्रा बढ़ सकती है।

अगर आपको टॉन्सिल की समस्या है तो नींबू पानी का सेवन न करें क्योंकि ऐसा करना हानिकारक हो सकता है। रिसर्च के मुताबिक अगर नींबू पानी का सेवन अधिक मात्रा में किया जाए तो इससे गले में खराश हो सकती है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -067

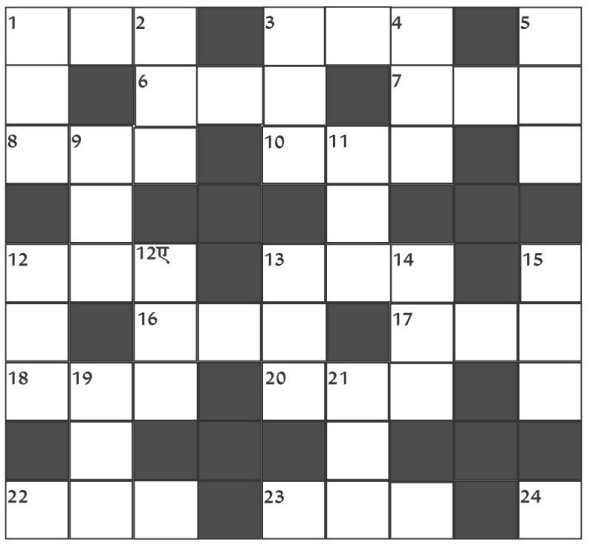
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. बात, घटना, माजरा, मुकदमा (उर्दू) 3. अलावा, अतिरिक्त 6. प्रेम, इच्छा 7. मां का बच्चे के प्रति प्रेम 8. गलती, जुर्म, गुनाह, दोष 10. मग्न, लीन, खुश, प्रसन्न 12. धनुष, समादेश, फौजी टुकड़ी 13. एक कल्पित पत्थर जो लोहे को छूकर सोना बना देता है 16. हिम्मत, साहस, सामर्थ्य 17. बनावटी, अनुकृति, असली का विलोम 18. अबोध, नासमझ 20. ब्रह्मापुत्र एक प्रसिद्ध हरिभक्त देवर्षि 22. गहरा नीला, काला 23. व्याकुल, बेसब्र 24. मन, चित्त, आदरसूचक तथा सहमति सूचक एक शब्द।

ऊपर से नीचे

1. स्वामी, नाथ 2. बेबस, मजबूर, विवश 3. अन्याय, अत्याचार, जुल्म 4. मध्य एशिया का एक देश 5. पुस्तक 9. बहादुर, वीर 11. सैनिक विद्रोह 12. नीच, अधम 12 ए. प्रणाम, झुकना 13. भरण-पोषण करना, परवरिश करना, छोटा झूला, हिंडोला 14. प्रमाण, प्रमाणिक कथन 15. स्वाभाविक ढंक, योग्यता, लियाकत, सभ्यता और शिष्टता, शऊर (उ.) 19. बिजली, तड़ित 21. रात में दिखाई न पड़ने का नेत्र संबंधी रोग।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 66 का हल

प	सं	द	■	सिं	हा	स	न	■
ख	■	म	ज	दू	र	■	का	म
वा	द	क	■	र	■	सं	ब	ल
ड़	■	ल	ज्जा	■	म	स्का	■	य
■	बा	■	■	बि	हा	र	■	■
सु	धा	क	र	■	न	■	■	औ
रं	■	म	■	कि	ता	ब	■	स
ग	■	अ	र	सा	■	हु	ज्ज	त
■	श	क्ल	■	न	मि	त	■	न

ट्रैफिक से बचने के लिए अक्षय कुमार ने मुंबई मेट्रो में किया सफर

बॉलीवुड स्टार अक्षय कुमार ने ट्रैफिक से बचने के लिए मुंबई मेट्रो में यात्रा की।

मेट्रो में सफर करते हुए अक्षय की एक क्लिप सोशल मीडिया पर वायरल हो रही है। एक्स, जिसे पहले ट्विटर कहा जाता था, पर एक वीडियो में अक्षय को पैंट के साथ टी-शर्ट पहने दिखाया गया है। वह निर्माता दिनेश विजान के बगल में बैठे है और उन्होंने बेसबॉल कैप और फेसमास्क से मुंह छिपाया हुआ है।

यह पहली बार नहीं है जब अक्षय ने समय पर पहुंचने के लिए मुंबई मेट्रो ली है। वह इन दिनों को-स्टार इमरान हाशमी के साथ अपनी फिल्म सेल्फी का प्रोमोशन कर रहे है।

कई मशहूर हस्तियां ट्रैफिक से बचने के लिए मेट्रो का इस्तेमाल करती रहती हैं। हाल ही में विद्युत जामवाल को क्रैक की शूटिंग के लिए दिन भर की कड़ी मेहनत के बाद मेट्रो लेते देखा गया। हेमा मालिनी भी मेट्रो से सफर करती नजर आईं।

वर्कफ्रंट की बात करें तो, अक्षय अगली बार टाइगर श्रॉफ के साथ बड़े मियां छोटे मियां में स्क्रीन स्पेस साझा करते नजर आएंगे, जो ईद पर रिलीज होगी।

अजय देवगन स्टारर फिल्म रेड 2 में खलनायक की भूमिका निभाएंगे रितेश देशमुख

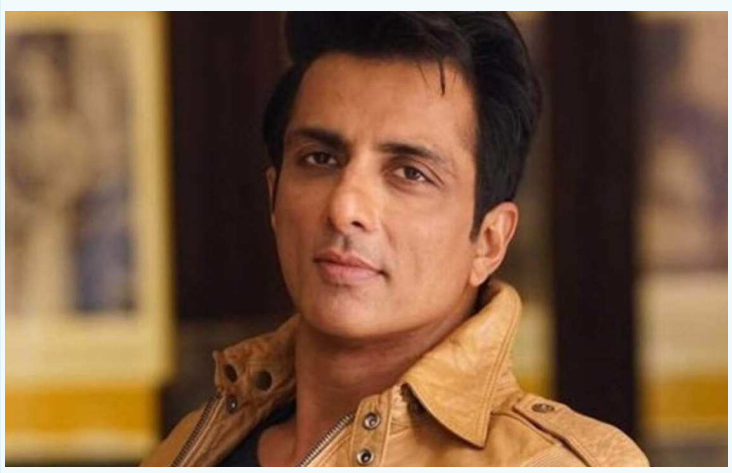
अजय देवगन स्टारर फिल्म रेड 2 में एक्टर रितेश देशमुख खलनायक की भूमिका निभाते नजर आएंगे। राजकुमार गुप्ता द्वारा निर्देशित और भूषण कुमार, कुमार मंगत पाठक, अभिषेक पाठक और कृष्ण कुमार द्वारा निर्मित, रेड 2 में रितेश देशमुख नेगेटिव किरदार में होंगे।

रितेश देशमुख पहली बार सिल्वर स्क्रीन पर अजय देवगन के खिलाफ होंगे। फिल्म की शूटिंग पिछले हफ्ते मुंबई में शुरू हुई और इसे मुंबई, दिल्ली, उत्तर प्रदेश और राजस्थान में बड़े पैमाने पर फिल्माया जाएगा। रेड 2 का निर्माण भूषण कुमार, कुमार मंगत पाठक, अभिषेक पाठक और कृष्ण कुमार ने किया है। यह फिल्म गुलशन कुमार और टी-सीरीज द्वारा प्रस्तुत की गई है और पैनोरमा स्टूडियो प्रोडक्शन है। यह फिल्म 15 नवंबर 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

फतेह साइबर अपराध पीड़ितों को समर्पित : सोनू सूद

अपकमिंग फिल्म फतेह के लिए निर्देशक की भूमिका में कदम रखने वाले सोनू सूद ने इसे उन युवाओं को समर्पित किया, जो विभिन्न स्तरों पर साइबर अपराध का शिकार हुए हैं। वास्तविक जीवन की घटनाओं पर आधारित इस फिल्म का उद्देश्य मनोरंजन के साथ-साथ डिजिटल युग में साइबर खतरों पर प्रकाश डालना और इसे सरल सुरक्षा उपायों से कैसे टाला जा सकता है, को बताना है। मंगलवार को, सोनू ने सोशल मीडिया पर फिल्म की शूटिंग से पर्दे के पीछे की तस्वीरें साझा की। इस पोस्ट के कैप्शन में एक्टर ने लिखा, फतेह मेरे लिए स्पेशल फिल्म रही है। यह उन युवाओं को समर्पित है जो विभिन्न स्तरों पर साइबर अपराध का शिकार हुए हैं। गेट रेडी।

सोनू ने शानदार शूटिंग लोकेशन्स पर जाकर और हॉलीवुड स्टंट कलाकार ली व्हिटेकर के साथ सहयोग करके, इस प्रोजेक्ट के लिए कड़ी मेहनत की है। फतेह जी स्टूडियोज़ और सोनू की प्रोडक्शन कंपनी, शक्ति सागर प्रोडक्शंस द्वारा सह-निर्मित है। फिल्म में जैकलीन फर्नांडीज भी हैं।



परवीन बाबी की तरह तैयार हुई माहिरा खान, वीडियो किया शेयर

पाकिस्तानी एक्ट्रेस माहिरा खान ने दिवंगत बॉलीवुड स्टार परवीन बाबी को श्रद्धांजलि अर्पित की और बताया कि कैसे वह दिग्गज एक्ट्रेस के टाइम मैगजीन कवर से प्रभावित होकर उनकी फिल्में देखने चली गईं थीं।

एक्ट्रेस ने इंस्टाग्राम स्टोरीज पर शूटिंग से कई वीडियो और तस्वीरें शेयर की। वह एक शिमरी रानी पिंक साड़ी में नजर आ रही हैं और उनका हेयरकट दिवंगत स्टार जैसा है। उन्होंने साझा किया कि यह उनके लिए मुश्किल था क्योंकि वह अभी भी पैर में कई फ्रैक्चर से उबर रही हैं।

इंस्टाग्राम स्टोरी में पाकिस्तानी स्टार का एक इंटरव्यू क्लिप भी है, जिसमें वह इस बारे में बात करती नजर आ रही हैं कि वह परवीन बाबी से कैसे प्रेरित हुईं।

उन्होंने कहा, मुझे वह दिन याद है, जब मैंने टाइम मैगजीन का कवर देखा और उस पर खूबसूरत परवीन बाबी थीं।

उस कवर के चलते ही मैंने वास्तव में उनकी फिल्में देखीं। उनके कुछ गाने मुझे बेहद पसंद हैं। वह बहुत सुंदर और स्टाइल आइकन थी।

एक अन्य वीडियो में, वह सिल्वर कुर्ता आउटफिट में एक बड़ी स्क्रीन के सामने खड़ी दिखाई दे रही हैं, जिस पर परवीन बाबी के गाने बज रहे हैं।

उन्होंने कहा- यह एक टफ शूट था, मेरे पैर की चोट के बाद मेरा पहला शूट। मैं यादा हिल नहीं सकती थी और मुझे इससे नफरत हो रही थी। टीम बहुत प्यार करने वाली और देखभाल करने वाली थी।

शेयर किए गए वीडियो में माहिरा परवीन बाबी की फिल्म नमक हलाल का गाना जवानी जानेमन हसीन दिलरुबा की कुछ लाइनें भी गाती नजर आईं।

अगर मुझसे टेंटपोल फिल्म या सीरीज के लिए संपर्क किया जाता है तो मैं तैयार हूं: सोनम कपूर

अगर एक्ट्रेस सोनम कपूर से किसी टेंटपोल फिल्म या सीरीज के लिए संपर्क किया जाता है तो वह स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म तलाशने के लिए तैयार हैं।

सोनम ने कहा, मेरे लिए अच्छे कंटेंट और अच्छी सिनेमा का हिस्सा बनना ही मायने रखता है। जिस प्लेटफॉर्म पर इसे रिलीज किया जा रहा है वह महत्वहीन है क्योंकि दुनिया बदल गई है। मैं स्ट्रीमिंग पर एक ऐसे प्रोजेक्ट का नेतृत्व करने के लिए उत्साहित हूं जो लोगों को प्रभावित करेगा। मुझे वहां कंटेंट की विविधता बहुत पसंद है।

सोनम स्ट्रीमिंग पर कंटेंट देखने की शौकीन हैं और खुश हैं कि कैसे प्लेटफॉर्म ने कंटेंट के महत्व पर गौर करना शुरू किया है।

उन्होंने साझा किया, मैं हमेशा से स्ट्रीमिंग में अपना कदम रखना चाहती थी, बशर्ते कि मैं एक टेंटपोल फिल्म या ग्लोबल स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म पर सीरीज का नेतृत्व कर रही हूं। मैं सालों से स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म

द्वारा बनाए जा रहे आउटस्टैंडिंग कंटेंट की सबसे ज्यादा दर्शक रही हूं।

एक्ट्रेस, जो अपनी प्रेग्नेंसी के बाद फिल्मांकन में वापस आ गई हैं, ने कहा- मेरा मानना है कि स्ट्रीमिंग प्लेटफार्मों ने हमारे देश के कंटेंट को आगे बढ़ाया है, इसे अधिक क्रिएटिव रूप से गतिशील बना दिया है।

स्ट्रीमिंग कंटेंट ने ग्लोबल लेवल के साथ-साथ भारत में भी जो स्तर स्थापित किया है, वह अविश्वसनीय है। स्ट्रीमिंग आपको एक कलाकार के रूप में बहुत सारे एक्सपेरिमेंट करने की अनुमति देती है। यह मेरे लिए बहुत ही रोमांचक माध्यम है। इसलिए, मैं स्ट्रीमिंग पर अपनी शुरुआत करने के लिए पूरी तरह तैयार हूं।

सोनम ने कहा, मुझे पता है कि स्ट्रीमिंग पर मेरी शुरुआत में काफी समय लग गया है और मुझे उम्मीद है कि मैं जो पेश करने जा रही हूं वह लोगों को वास्तव में पसंद आएगा।(आरएनएस)

मॉडर्न जुगनी ने मेरे नए पहलू को उजागर किया : अविका गोर

बालिका वधू फेम एक्ट्रेस अविका गोर ने अपने नए पार्टी नंबर मॉडर्न जुगनी के बारे में कहा है कि इसमें पूरी बॉलीवुड हीरोइन वाइब है।

अविका को तेज़, पाठशाला, 10वीं क्लास डायरीज, पॉपकॉर्न और 1920: हॉरर्स ऑफ द हार्ट जैसी फिल्मों में उनके काम के लिए जाना जाता है।

गाने के बारे में बात करते हुए, अविका ने कहा- मैं मॉडर्न जुगनी के लिए बहुत एक्साइटिड हूं। यह पहली बार है जब मैं डांस, पंजाबी, एक म्यूजिक वीडियो कर रही हूं। यह मेरे अपने एक नए पहलू को उजागर करने और अपनी क्षमताओं को प्रदर्शित करने का मौका है।

उन्होंने कहा, जिस तरह से उन्होंने डांस कोरियोग्राफ किया है वह मेरी उम्मीद से परे है। गाने का करेक्टर काफी दिलचस्प है। मैंने खुद यह सब करने की कल्पना

नहीं की थी। मुझे योति नूरन की आवाज बहुत पसंद है और मैं दोनों बहनों की बहुत बड़ी फैन हूं। ससुराल सिमर का एक्ट्रेस ने कहा कि लोगों को उनकी यह साइड देखनी चाहिए। मुझे लगता है कि लोगों को मेरा यह साइड जरूर पसंद आएगा, यह काफी अलग और मजेदार है। इसमें पूरी बॉलीवुड हीरोइन वाइब है, इतने सालों तक मैंने जितने भी सीरियस किरदार निभाए हैं, उसके बाद मुझे खुशी है कि मुझे ऐसा कुछ करने का मौका मिला।

योति नूरन द्वारा गाया गया, मॉडर्न जुगनी सोल म्यूजिक स्टूडियो ऑफिशियल के यूट्यूब चैनल पर उपलब्ध है।

तालठोकू फ़रमान और कांग्रेस का इनकार

पंकज शर्मा,

हालांकि बहुतों को लगता है, मगर मुझे नहीं लगता कि 22 को अयोध्या पहुंचने के फ़रमान को सरयू में तिरोहित कर देने के कांग्रेसी निर्णय से उसे कोई चुनावी नुक़्सान होगा। उलटे इस से भारतीय जनता पार्टी समेत राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के तमाम सहयोगी संगठनों की नीयत पर प्रश्नचिह्न लग गया है।ज्मान्यता है कि प्रभु श्रीराम ईसा से 5114 साल पहले जनवरी महीने की दस तारीख़ को जन्मे थे। तब चैत्र महीने का शुक्ल पक्ष था। इस दिन हम हर साल रामनवमी मनाते हैं। इस वर्ष रामनवमी 18 अप्रैल को है।ज.इसलिए सोनिया गांधी इस रामनवमी पर रामलला के दर्शन करने अयोध्या जाएं। मल्लिकार्जुन खड?, राहुल गांधी और प्रियंका गांधी भी जाएं तो और अच्छा।

22 जनवरी को श्रीराम मदिर तीर्थ क्षेत्र न्यास द्वारा भेजा गया रामलला के कथित प्राण प्रतिष्ठा समारोह का आमंत्रण कांग्रेस ने 'बहुत आदरपूर्वक' अस्वीकार कर दिया। इस के बाद सारा 'मोशा मीडिया' कांग्रेस पर पिल पड़ा। उस ने छोटे परदे और कागज़ी पन्नों के दस्तरख़ूवान पर अपने समर्थक विशेषज्ञों को ऐसा परोसा, ऐसा परोसा कि इस मसले पर देश की भावनाएं उफन-उफन कर अपने गर्म सैलाब में सारे बुनियादी सवालों को बहा ले जाएं। मैं तो बहुत ख़ुश हूं कि अर्णबों, अंजनाओं, नाविकाओं और उन के अनुवर्ती चट्टोबट्टों के फेंके तमाम पत्थरों के बावजूद भारत के सर्वसमावेशी आसमान में कोई सूराख़ नहीं हुआ।

हो सकता है कि अपनी अस्वीकृति का ऐलान करने के प्रारूप की वाक्य संरचना गढ़ने में कांग्रेस ने उतनी परिपक्वता से काम नहीं लिया हो। लेकिन न तो यह गांधी के ज़माने की कांग्रेस है, न नेहरू और इंदिरा गांधी के ज़माने की। यह राजीव गांधी के वक़्त के प्रारूप-महारथी प्रणव मुखर्जी, पामुलपर्ति नरसिंह राव, विट्ठल गाडगिल और एच वाय शारदाप्रसाद के ज़माने की कांग्रेस भी नहीं है। यह सोनिया गांधी के दौर में अक्षर-विश्व रचने वाले नटवर सिंह, अर्जुन सिंह, मणिशंकर अय्यर और सुमन दुबे सरीखे सलीकेदारों की कांग्रेस भी नहीं है। सो, मैं राहुल गांधी और मल्लिकार्जुन खड? के इस संक्रमण-समय में शब्द-विधा के वेदव्यास बने घूम रहे मुकरियों के भानुमति कुनबे द्वारा तैयार किए गए इतने संक्षिप्त और बेहद बचकाने मसविदे के लिए उन्हें माफ़ करता हूं और आप से भी 'छोटन के इस उत्पात' को 'बडन् होने के नाते क्षमा करने' का अनुरोध करता हूं।

सोमवार, 22 जनवरी को अयोध्या नहीं जाने का सूचना कांग्रेस ने किन शब्दों में सार्वजनिक की, महत्व इस का नहीं है। बेहतरी की गुंजाइश हर मामले में हमेशा रहती है। लेकिन, मेरे हिसाब से, सब से बड़ी अहमियत यह है कि कांग्रेस ने अपने स्पष्ट इरादे का खुलेआम ऐलान तो किया; चुनावों में नफ़े-नुक़्सान की बात सोचे बिना एक फ़ैसला तो लिया; पार्टी के भीतर ही तरह-तरह के दबावों को दरकिनार कर के कमाल की दृढ़ता तो दिखाई; बनियादी मूल्यों और सिद्धांतों को फ़ौरी ज़रूरतों से ज़्यादा तरज़ीह तो दी; और, कलियुगी भौतिकता से परे जा कर राजनीति के चिरंतन दर्शन को अंगीकार तो किया। क्या आप को लगता है कि आज के 'दैहिक, दैविक, भौतिक तापा' के दौर में यह कोई मामूली बात है?

इसलिए मैं कांग्रेस की 'सकल शीर्ष कतार' की तमाम ऊइयाइयों के बावजूद मानता हूं कि हमें उन्हें खारिज़ करने का अभी कोई हक़ नहीं है। इसलिए कि अभी उन सवालो के जवाब नहीं मिले हैं, जो अयोध्या के आसमान में तैर रहे हैं। सवाल है कि सनातन धर्म के सर्वोच्च धर्मगुरु - चारों शंकराचार्य - बाईस को अयोध्या क्यों नहीं जा रहे हैं; कि उन के उठाए गए शास्त्र-सम्मत ऐतराज़ दफन् क्यों किए जा रहे हैं; कि आधे-अधूरे मंदिर में रामलला की हड़बड़-स्थापना के पीछे कौन-से चुनावी कारण हैं; कि अयोध्या का अध्यात्मीकरण हो रहा है या बाज़ारीकरण? जिस दिन इन सवालों के जवाब दे कर ज़िल्ल-ए-सुब्हानी या उन के कारिंदे भारतवासियों को अपने तर्कों से सहमत कर देंगे, देशवासी ख़ुद कांग्रेसी कंगूरों को वहां छोड़ आएंगे, जहां पानी भी नहीं मिलता है।

हालांकि बहुतों को लगता है, मगर मुझे नहीं लगता कि 22 को अयोध्या पहुंचने के फ़रमान को सरयू में तिरोहित कर देने के कांग्रेसी निर्णय से उसे कोई चुनावी नुक़्सान होगा। उलटे इस से भारतीय जनता पार्टी समेत राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के तमाम सहयोगी संगठनों की नीयत पर प्रश्नचिह्न लग गया है। क्या अब से पहले आप सोच भी सकते थे कि कट्टर हिंदुत्व के आलमबरदारों के दशकों के संघर्ष के बाद अयोध्या में जब राम के मंदिर की 'प्राणप्रतिष्ठा' हो रही होगी, तब देश में हिंदुओं का एक बड़ा तबका उस की शुचिता से जुड़े मसलों पर इतना गहन विमर्श कर रहा होगा? इतनी भावनात्मक लहर को विचारों के विश्लेषण के हवाले तो हमारे प्रधानमंत्री नरेंद्र भाई मोदी के 'मैं-मैं वाद' ने ख़ुद ही कर डाला। अगर उन्होंने रामलला को अपनी उंगली पकड़ा कर अयोध्या के मंदिर में प्रवेश कराने की संकीर्ण ललक पर काबू रखा होता तो क्या इस आयोजन की बलैयां लेने को समूचा देश आज उमड़ नहीं रहा होता? मगर ख़ुद को जबरन हमेशा सब से अगली कतार में थोपने की अस्वस्थ फ़ितरत ने रामलला की प्राणप्रतिष्ठा के दूध को भी दो-फाड़ कर दिया। भारत के 80 फ़ीसदी बहुसंख्यक समाज के लिए ताजा सदी में इस से बड़े सर्वसम्मत उत्सव का दिन और कौन-सा होता? एक अकेले नरेंद्र भाई अगर छाती ठोक-ठोक कर सब पर भारी पडने की अपनी अंतःप्रकृति में ज़रा-सी तब्दीली कर पाते तो उन की भी महिमा बढ़ती और हिंदू समाज की गरिमा भी चौगुनी हो जाती।

प्रारब्ध का अपयश योग इसे ही कहते हैं। बहुत बार किसी के हाथ से जीवन में बड़े अहम काम होने लिखे होते हैं। लेकिन अंतर्निहित दुर्भाग्य उस के सारे उपक्रमों को बखेड़े में डाल देता है। जो सर्वज्ञाता और सर्वशक्तिमान होने की ख़ामख़्याली के मकड?ाल में फंस जाते हैं, दैवीय विघ्नहर्ता शक्तियां भी उन से मुंह फेर कर बैठ जाती हैं। अयोध्या में रामलला की परमपावन अगवानी का दृश्य इसी की तवारीखी नज़ीर है। जब तक सूरज-चांद रहेगा, तब तक लोग याद करेंगे कि जब अयोध्या में रामलला की प्रतिमा में परमशक्ति के प्राण प्रवेश कर रहे थे तो मंदिर के गर्भगृह में किस की अनावश्यक उपस्थिति की वज़ह से एक धार्मिक आयोजन की धवलता सियासत के गंदले छींटों से मलिन हो गई थी। कोई कभी नहीं भूल पाएगा कि अगर एक व्यक्ति राम भक्तों के पूरे जत्थे पर ख़ुद के पीछे-पीछे चलने की पाबंदी लगाने की तालठोकू प्रवृत्ति से परे रह पाता तो 22 जनवरी को हर कोई रामलला के आंगन में ख़ालिस मन से नाच रहा होता।

मान्यता है कि प्रभु श्रीराम ईसा से 5114 साल पहले जनवरी महीने की दस तारीख़ को जन्मे थे। तब चैत्र महीने का शुक्ल पक्ष था। इस दिन हम हर साल रामनवमी मनाते हैं। इस वर्ष रामनवमी 18 अप्रैल को है। हालांकि मेरी सलाह का कोई मतलब नहीं है, मगर बिन मांगे सलाह देने के अपने चिरंतन-कर्म से मैं भी क्यों पीछे हटूं, इसलिए कहता हूं कि सोनिया गांधी इस रामनवमी पर रामलला के दर्शन करने अयोध्या जाएं। मल्लिकार्जुन खड?, राहुल गांधी और प्रियंका गांधी भी जाएं तो और अच्छा। अगर देश भर के 640 ज़िलों से कांग्रेसजन के समूह भी 18 अप्रैल को अयोध्या पहुंचें, तब तो सोने पे सुहागा। इंडिया समूह के 28 राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि भी इस बार की रामनवमी अयोध्या में मनाएं तो संघ-कुनबे की मुट्ठी में कसमसा रहे रामलला स्वयं सांकल तोड़ कर पहले की तरह जन-जन के राम हो जाएंगे। जिन्हें राम की नहीं, 2024 में अपने सिंहासन की चिता है, क्या राम उन के साथ बंधे रहने को जन्मे हैं? जो श्रीराम को अपना आराध्य नहीं, अपने राजनीतिक दल का छद्म चुनाव चिह्न बनाने के लिए उद्यत हैं, क्या राम कभी उन पर कृपावंत हो सकते हैं? सो, रामयुक्त सर्वसमावेशी समाज की सच्ची प्राणप्रतिष्ठा हम-आप इस रामनवमी को करें। तब तक जो हो रहा है, प्रभु क्षमा करें!

सू- दोकू क्र.067

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

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.66 का हल

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

अडियल रुख छोड़े चीन, एलएसी पर सेना का जमावड़ा

आर्मी चीफ जनरल मनोज पांडे ने भारत-चीन सीमा के ताजा हालात पर जो कहा, वह दोनों देशों के बीच चल रहे गतिरोध पर भारत के कड़े रुख को दर्शाता है। सेना प्रमुख ने साफ-साफ कहा कि सीमा पर भारी संख्या में सैनिकों की तैनाती तब तक रहेगी जब तक वहां हालात नहीं बदलते। उन्होंने यह भी कहा कि भारत का पहला उद्देश्य सीमा पर 2020 मध्य से पहले की स्थिति बहाल करना है। जब यह हो जाएगा, तभी अन्य बातों पर विचार किया जाएगा।

दो दिन पहले विदेश मंत्री एस जयशंकर ने हमारे सहयोगी अखबार टाइम्स ऑफ इंडिया को दिए इंटरव्यू में भी भारत-चीन संबंधों में आए गतिरोध पर ऐसी ही बात कही थी। उन्होंने साफ किया था कि जब तक स्टेटस को आंटे (यानी यथास्थिति से पहले की स्थिति) बहाल नहीं की जाती तब तक संबंधों में बेहतरी की कोई उम्मीद नहीं की जा सकती।

स मामले में शुरू से भारत अपने इस रुख पर कायम है। अगर दोनों देशों के रिश्तों को देखा जाए तो सीमा को लेकर मतभेद तो हमेशा रहे। मगर इसके बावजूद विश्वास का माहौल बन गया था, जिसके आधार पर न केवल सीमा पर लंबे समय से शांति बनी हुई थी बल्कि द्विपक्षीय सहयोग और व्यापार भी फल-फूल रहा था। अप्रैल-मई 2020 में चीन की एकतरफा कार्रवाई से वह स्थिति बदली और दोनों देशों के बीच टकराव का नया दौर शुरू हुआ।

ऐसे में जब तक सीमा पर उस कार्रवाई से पहले वाली स्थिति बहाल नहीं की जाती, तब तक यह कहने का क्या अर्थ है कि बीती बातों को भूलकर नए सिरे से सहयोग शुरू किया जाए? यही मूल बिंदु है जहां बात आगे नहीं बढ़ रही। सैन्य और कूटनीतिक वार्ताओं के दौर पर दौर हुए, कुछ बातों पर सहमति भी बनी लेकिन 2020 मध्य से पहले की स्थिति बहाल करना तो दूर, चीन बचे हुए दो प्रमुख स्थानों देपसांग और देमचोक पर सैन्य उपस्थिति कम करने को भी राजी नहीं हो रहा। यही वजह है कि भारत ने भी खुद को इस बात के लिए तैयार कर लिया है कि सीमा पर बना यह गतिरोध लंबे समय तक चल सकता है। फ्रंट पर 50 हजार से ज्यादा सैनिकों के लिए रहने की जगह तो पहले ही बन चुकी थी, वहां इसी हिसाब से इन्फ्रास्ट्रक्चर बनाने और कनेक्टिविटी डिवेलप करने की भी प्रक्रिया चल रही है। हालांकि फ्रंट पर इतनी बड़ी संख्या में फौज की मौजूदगी लगातार बनाए रखना दोनों देशों के लिए न केवल कठिन है बल्कि संसाधनों की बर्बादी भी है। इसलिए यह दोनों के हक में है कि मध्य 2020 से पहले की स्थिति बहाल कर संबंधों में भी पुराना विश्वास कायम करने की कोशिश की जाए। चीन इस बात को जितनी जल्दी समझ ले उतना अच्छा।(आरएनएस)

शाहिद और कृति का धमाकेदार डांस

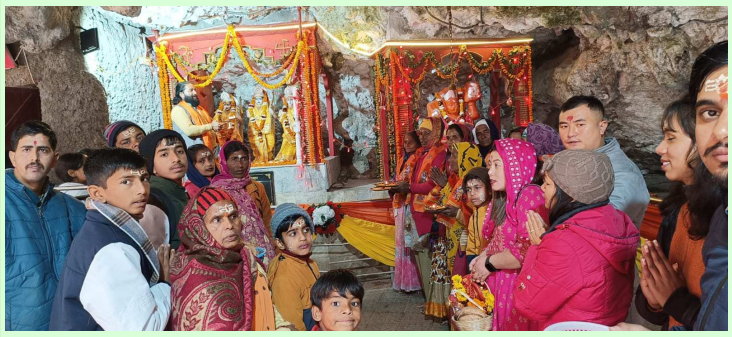
एक्टर शाहिद कपूर और कृति सेनन अपने अगले तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया के गाने लाल पीली अखियां के साथ स्टेज पर धमाल मचाने के लिए तैयार हैं।

इस डांस नंबर को शेख जानी बाशा ने कोरियोग्राफ किया है। वाइब्रेंट बीट्स तनिष्क बागची द्वारा दी गई हैं, जो कई चार्टबस्टर्स के लिए जाने जाते हैं। रोमी और तनिष्क द्वारा गाया गया, नीरज राजावत के गीतों के साथ, यह गीत रिंथम और लिरिक्स का परफेक्ट मिश्रण है।

कंपोजर और सिंगर तनिष्क बागची ने अपना उत्साह व्यक्त करते हुए कहा, लाल पीली अखियां धमाकेदार सॉन्ग है! इसकी बीट्स आपको तुरंत डांस फ्लोर पर झूमने पर मजबूर कर देंगी। शाहिद की एनर्जी निश्चित रूप से गाने का मुख्य आकर्षण है... लोगों को इस पर डांस करते हुए देखने के लिए और इंतजार नहीं कर सकता!

अमित जोशी और आराधना साह द्वारा निर्देशित, मैडॉक फिल्म का निर्माण, तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया दिनेश विजान, ज्योति देशपांडे और लक्ष्मण उतेकर द्वारा निर्मित है।

ट्रेलर 18 जनवरी को आने के लिए बिल्कुल तैयार है। फिल्म 9 फरवरी, 2024 को रिलीज होगी।(आरएनएस)



धर्म गौरव उत्सव के छठें दिन श्रम वीरों के लिए की विशेष पूजा अर्चना

संवाददाता

देहरादून। संस्कार परिवार देवभूमि ट्रस्ट द्वारा आयोजित सनातन धर्म गौरव उत्सव के छठे दिन श्रम वीरों के लिए विशेष पूजा अर्चना का आयोजन किया गया। आज यहां 'हम सबके राम' संस्कार परिवार देवभूमि ट्रस्ट देहरादून द्वारा द्वारा अयोजित सनातन धर्म गौरव उत्सव कार्यक्रम के छटे दिन हम सबके राम... के अंतर्गत आज श्रम वीरों के लिए विशेष पूजा अर्चना और आरती का आयोजन श्री राम दरबार माता वैष्णो देवी गुफा योग मंदिर टपकेश्वर महादेव में किया गया। मंदिर के संस्थापक आध्यात्मिक गुरु डा. आचार्य बिपिन जोशी ने कहा जिस प्रकार मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान श्री राम ने गरीब अमीर, छोटे बड़े के भेद को छोड़कर शबरी, केवट, भील, बानर सभी को गले लगाया उसी प्रकार हमे भी समाज के सभी वर्गों के साथ बिना किसी भेदभाव के साथ व्यवहार करना चाहिए, कार्यक्रम में चाय बागान देहरादून के श्रमिकों के अलावा बड़ी संख्या में श्रद्धालु भक्तों ने भाग लिया। दून योग पीठ के केन्द्रों में विशेष योग और राम ध्यान के कार्यक्रम आयोजित किए गए। कार्यक्रम में डा. मथुरा दत्त जोशी, भगवती जोशी, गीता जोशी, पण्डित गणेश बिजलवान, अरविंद बडोनी, कृष्णा नोटियाल आदि का विशेष सहयोग रहा।

गणेश जोशी ने शिव मंदिर प्रागण में साफ सफाई कर श्रमदान किया

संवाददाता

रुद्रपुर /पंतनगर। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने पंतनगर यूनिवर्सिटी के परिसर में स्थित शिव मंदिर में साफ सफाई कर श्रमदान किया। आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान पर श्री राम प्राण प्रतिष्ठा के अवसर पर मंदिरों में स्वच्छता अभियान के तहत कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने पंतनगर यूनिवर्सिटी के परिसर में स्थित शिव मंदिर प्रांगण में साफ-सफाई की और श्रमदान किया। इस अवसर पर विवेक सक्सेना, अमित नारंग सहित कई लोग उपस्थित रहे।

लघु व्यापार एसोसिएशन ने मनाया 23वां स्थापना दिवस

संवाददाता

हरिद्वार। लघु व्यापार एसोसिएशन ने अपने 23वें स्थापना दिवस को धूमधाम से मनाया।

आज यहां फुटपाथ के कारोबारी रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों के सामूहिक एकमात्र संगठन लघु व्यापार एसो. के 22 वें स्थापना दिवस के अवसर पर रोड़ी बेल वाला ग्राउंड में एक आम सभा का आयोजन आयोजित किया गया। सभा की अध्यक्षता वरिष्ठ लघु व्यापारी नेता नीतीश अग्रवाल ने की, संचालन जिला अध्यक्ष राजकुमार ने किया। सभा के मुख्य अतिथि प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा द्वारा अन्य संगठनों के पदाधिकारी जिसमें मां गंगा लघु व्यापार एसोसिएशन, मकर वाहिनी, खोखा मार्केट, हाथ ठेली, फुटपाथ दुकानदार संगठन, खोखा पटरी संघर्ष समिति के प्रतिनिधियों को लघु व्यापार एसोसिएशन की सदस्यता दिलाते हुए फूल माला पहनकर स्वागत किया। इस अवसर पर लघु व्यापार एसो. के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा 19 जनवरी वर्ष 2003 में सामूहिक रूप से लघु व्यापार एसोसिएशन का गठन किया गया था। 23वा स्थापना दिवस के अवसर पर नए साथियों को सम्मलित कर संगठन का विस्तार करते हुए लघु व्यापारियों की न्याय संगत मांगों के लिए संघर्ष जारी रहेंगे। लघु व्यापारियों की आम सभा में सम्मलित हुए लघु व्यापारियों में कपिल कुमार, कृष्णपाल, नरेश कुमार, राजू, अवधेश कुमार, विकास कुमार, रवि कुमार, मोनू तोमर, महेश, संतोष, कुलदीप, सोनू, नंदकिशोर आदि दर्जनों लघु व्यापारी शामिल रहे।

गुलदार की दहशत से धंधा हुआ मंदा, मार्निंग वॉक पर भी लगा विराम

संवाददाता

देहरादून। सहस्त्रधारा रोड व कैनाल रोड पर गुलदार की धमक के चलते लोग सांय होते ही घरों में बैठ जाते हैं जिससे आसपास के दुकानदारों के धंधे में भी फर्क आया तो वहीं सुबह मार्निंग वॉक को जाने वाले भी अब घरों से बाहर नहीं निकल रहे हैं। जिससे पैसा व सेहत दोनों पर फर्क पड रहा है।

उल्लेखनीय है कि 14 जनवरी को कैनाल रोड स्थित सुंधोवाला गांव में गुलदार ने एक बच्चे पर हमला कर घायल कर दिया था। इससे पहले सिंगली गांव में गुलदार के हमले से एक बच्चे की मौत हुई थी। इसके बाद से ही शहर में कई जगह पर गुलदार देखा गया। दून के एफआरआई, मयूर विहार के राजीव नगर मंदिर के पास, सहस्त्रधारा रोड के अमन विहार में गुलदार देखे जाने के बाद से ही दहशत का माहौल है। वन विभाग की टीम जहां-जहां गुलदार देखा जा रहा है वहां पिंजरा, ट्रैप कैमरे लगाकर तलाश कर रही है लेकिन अभी तक गुलदार का कुछ पता नहीं चल पाया है। वन विभाग के 40 लोगों की टीम ने आईटी पार्क, पुरूकुल गांव, डांडा लखौड, सिंगली, चीडोवाली सहित कई क्षेत्रों में सर्च आपरेशन चलाकर गुलदार की तलाश की। लेकिन उसका कुछ पता नहीं चल पा रहा है। गुलदार की दहशत के चलते लोग सांय होते ही अपने घरों में दुबक रहे हैं। जिसके चलते क्षेत्र के दुकानदारों का धंधा मंदा हो गया है। जहां इससे पहले रात्रि 11 बजे तक दुकानों पर मेला लगा रहता था खासकर फास्ट फुड व अन्य खाने पीने की वस्तु बेचने वाली दुकानों पर भीड रहती थी वहीं इस एक सप्ताह में दुकानदार सांय सात बजे के बाद ग्राहकों को तलाशते रहते है लेकिन ग्राहक गुलदार के डर से घर से निकलने से डर रहा है। सहस्त्रधारा रोड पर जूस की दुकान चलाने वाले दुकानदार का कहना है कि उसके यहां रात्रि 11 बजे तक ग्राहकों की आवाजाही रहती थी लेकिन पिछले एक सप्ताह से सांय सात बजे के बाद से उसको ग्राहक देखने को नहीं मिलता लोग गुलदार क दहशत से डरे हुए हैं। वहीं क्षेत्र के बुजुर्ग व महिलाएं सुबह को मार्निंग वॉक के लिए निकलते थे तथा सुबह पांच बजे से सहस्त्रधारा रोड, धौरन रोड व कैनाल रोड पर मार्निंग वॉक करने वालों की भीड रहती थी लेकिन गुलदार की दस्तक के बाद से मार्निंग वॉक व इवनिंग वॉक पर भी विराम लग गया है। लोग सुबह घरों से बाहर निकलने से डर रहे हैं। इस गुलदार की दहशत से जहां दुकानदारों का धंधा मंदा पड गया है तो वहीं बुजुर्गो के मार्निंग वॉक ना करने से उनकी सेहत पर भी फर्क पड रहा है।

मुनाफा कमाने का झांसा देकर लाखों की ठगी

संवाददाता

देहरादून। ज्यादा मुनाफा कमाने का झांसा देकर लाखों की ठगी करने के मामले में पुलिस ने तीन लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार भोजावाला विकासनगर निवासी संदीप सिंह ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि फरवरी 2022 में उसके परिचित राकेश कुमार पुत्र राम भज निवासी ग्राम डाबरा पोस्ट शिला हिमाचल प्रदेश के माध्यम से अश्विनी शर्मा पुत्र श्रीपाल शर्मा निवासी पटेलनगर गाजियाबाद, ललित जिंदल पुत्र राधे श्याम जिंदल निवासी जवाहरगंज हापुड़ व योगेश पाल पुत्र बलजीत सिंह निवासी गंगा कॉलोनी हापुड़ के द्वारा ग्लोब स्टैल नामक का एक लुभावने व्यापार का प्रस्ताव रखा गया इसमें इन्होने एलएससीएन नाम के टोकन के बारे में बताया इस टोकन को खरीदने व् कुछ समय रोक कर बेचने से तीन गुणा का मुनाफा होता है जो 30 प्रतिशत टैक्स देकर सरकार द्वारा प्राप्त हो जायेगा। जिस पर उसने एक अन्य साथी बलबीर सिंह निवासी विकासनगर की उपरोक्त तीन व्यापारियों का प्रस्ताव बड़ा अच्छा लगा और उसने इनसे अपने परिचित रिश्तेदार और मित्रों को मिलवाया ये लोग उनसे मिलने विकासनगर में आये और प्रोजेक्ट के जानकारी सभी को दी गयी उन्हें ये जानकारी अच्छी लगी और सभी ने मिलकर अपने खाते व ऋण लेकर पैसे निवेश करने कि सहमति जताई और उसके बदले में हम सभी को इन्होंने एलएससीएन नाम के टोकन दिए है कुछ महीने तक उसका मुनाफा आता रहा और उनका विश्वास और बढ़ता गया इसके पश्चात उक्त तीनो व्यक्ति उनसे मिलने विकासनगर व स्च होटल में आये और इन्होने उनको बड़ा निवेश करने के लिए प्रेरित किया उसने अपने खाते से लगभग ढाई से तीन लाख रुपए इनके खाते में डाले। इसके अलावा अन्य लोगो से भी पैसा निवेश किया जिसमे से इनको कुछ पैसा इनके खाते में डाला और कुछ पैसा इन्होने अपने परिचितों के खाते में डाला और ज्यादातर पैसा नगद के रूप में ले गये। इसके बदले में उन्हें एलएससीएन नाम के टोकन दे देते और कुछ समय तक पैसा दिया और उसके बाद पैसा देना बंद कर दिया। जब उन्होंने इनके बारे में पता किया तो पता चला कि इन लोगों ने पूर्व में भी कई लोगों से जालसाजी की है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

खराब वाहन बेचकर ठगे ढाई लाख रुपया, मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। खराब वाहन को सही बताकर ढाई लाख रूपये ठगने के मामले में पुलिस ने तीन लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सुभाष रोड निवासी अजय मीणा ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने ओएलएक्स पर एक वाहन निशान का एड देखा था, जिसको जुनैद जो कि छुटमलपुर, जिला सहारनपुर का रहने वाला है, ने (ओएलएक्स) पर पोस्ट किया हुआ था। उसने उपरोक्त वाहन को क्रय करने की इच्छा जाहिर की तथा जुनैद द्वारा दिये गये नम्बर पर कॉल किया तो जुनैद उपरोक्त वाहन को उसको दिखाने के लिए छुटमलपुर से देहरादून आया और उसको उपरोक्त वाहन दिखाते हुए बताया कि वाहन उसके भाई अब्दुल राजिक निवासी छुटमलपुर का बताया, जबकि कि अब्दुल राजिक फतेहपुर बाडो, जिला सहारनपुर का रहने वाला था तथा जुनैद का भाई नहीं था तथा उसको बताया गया कि उपरोक्त वाहन को दो बार घर में ही बेचा गया है तथा जो पहला मालिक था वह एक अधिवक्ता था तथा दूसरा अधिवक्ता का कजन ब्रदर जिसने फॉरच्यूनर लेने के कारण उक्त वाहन को अब्दुल राजिक को विक्रय कर दिया था तथा तीसरा मालिक अब्दुल राजिक है, परन्तु जुनैद ने स्वयं को उपरोक्त वाहन का स्वामी बताया। जुनैद द्वारा उसको बताया गया कि उपरोक्त वाहन बिल्कुल अच्छी कंडीशन में है। उसने 22 दिसम्बर 2023 को वाहन की एक टेस्ट ड्राइव ली जिसके पश्चात् जुनैद द्वारा उसपर उपरोक्त वाहन को जल्द से जल्द क्रय करने एवं धनराशि प्राप्त करने का दबाव बनाया, जिस कारण उसको पर्सनल लोन लेकर वाहन क्रय किया और क्रय करने के पश्चात् वह उक्त वाहन को 26 दिसम्बर 2023 को स्टार्ट करने लगा तो उक्त वाहन काफी देर तक स्टार्ट नहीं हुआ। उसने जब वाहन चलाना शुरू किया तो उसको पता चला कि गाड़ी में गियर बॉक्स, इंजन, लाईट्स, ओआरवीएम, आदि टेक्निकल इश्यू थे। वह उक्त वाहन को चलाकर अपने घर से जूडियो मॉल तक पहुंचा तब अचानक से वाहन में धुआं निकलने लगा और उसने उक्त वाहन को रोड पर खड़ाकर कर दिया जैसे ही वह वाहन से उतरा तो वाहन में आग लग गयी। मौके पर पुलिस एवं फायर बिग्रेड की मदद से आग को काबू में लाया गया, लेकिन उक्त वाहन में बार बार छोटे छोटे ब्लास्ट हुए और आग बढ़ती जा रही थी, जिस कारण उपरोक्त वाहन पूरी तरह से जलकर खत्म हो गया। जुनैद, अब्दुल राजिक, मुन्ताश द्वारा उसको उपरोक्त वाहन के सम्बन्ध में गलत जानकारी देकर उसके साथ धोखाधड़ी, जालसाजी और उसको जान माल की हानि पहुंचाने की नीयत से उपरोक्त वाहन 2,50,000 रूपये में बेचा गया और उक्त वाहन की तकनीकि खराबी के कारण वाहन में आग लगी॥ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

एक नजर

प्राण प्रतिष्ठा समारोह में क्यूआर कोड स्कैन कराने के बाद मिलेगी एंट्री

लखनऊ। अयोध्या में 22 जनवरी को राम मंदिर का प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम है। इसको लेकर तैयारियां तेज हैं। इस कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी समेत कई बड़े नेता शामिल होंगे, जिसकी वजह से सुरक्षा-व्यवस्था के पुख्ता इंतजाम किए गए हैं। इसी को देखते हुए श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट की ओर से एक जानकारी शेयर की गई है, जिसमें बताया गया है कि जिन लोगों को प्राण प्रतिष्ठा का न्योता मिला है, उन्हें राम मंदिर परिसर में एंट्री कैसे मिलेगी। राम मंदिर ट्रस्ट की ओर से बताया गया है कि जिन लोगों को प्राण प्रतिष्ठा उत्सव में आमंत्रण मिला है, उन्हें केवल निमंत्रण पत्र से ही प्रवेश नहीं मिलेगा, बल्कि ट्रस्ट की ओर से जारी किए गए एंट्री पास के जरिए एंट्री मिलेगी। उसके लिए एंट्री पास पर बने क्यूआर कोड के मिलान के बाद ही परिसर के प्रवेश संभव हो पाएगा। राम मंदिर ट्रस्ट ने एंट्री पास का एक प्रारूप भी शेयर किया है, जिसमें क्या-क्या जानकारी होगी। मंदिर के गर्भगृह में रामलला की मूर्ति स्थापित हो चुकी है, अभी विधान के अनुसार भगवान की आंखों पर पट्टी बांधी गई है। 22 जनवरी को रामलला की प्राण-प्रतिष्ठा होगी, तब आंखों से पट्टी खोली जाएगी। मंदिर में 23 जनवरी से आम लोग भी दर्शन कर सकेंगे। इससे पहले गुरुवार को नवनिर्मित मंदिर के गर्भगृह में श्रीराम लला के विग्रह को स्थापित किया गया था।

तृणमूल कांग्रेस की पूर्व सांसद महुआ मोइत्रा ने खाली किया सरकारी बंगला

नई दिल्ली। तृणमूल कांग्रेस से पूर्व सांसद महुआ मोइत्रा ने सरकारी बंगला खाली कर दिया है। महुआ के बंगला खाली करने के बाद उनके वकील ने चाबियां सरकारी अधिकारियों के हवाले कर दी हैं। इससे पहले डायरेक्टोरेट ऑफ एस्टेट ने बंगला खाली करवाने के लिए अपनी एक टीम महुआ मोइत्रा के सरकारी बंगले पर भेजी थी। महुआ के बंगला खाली करने से पहले एक अधिकारी ने कहा था कि संपदा निदेशालय ने पूर्व टीएमसी सांसद महुआ मोइत्रा को सरकारी आवास से बाहर निकालने के लिए अधिकारियों की एक टीम भेजी है। बता दें कि सप्ताह की शुरुआत में डायरेक्टोरेट ऑफ एस्टेट ने महुआ को निष्कासन नोटिस जारी किया था। उन्हें पिछले महीने हीलोकसभा से निष्कासित किया गया है। एक सरकारी अधिकारी ने एजेंसी को बताया कि टीएमसी नेता को एक सांसद के रूप में आवंटित सरकारी बंगले से बेदखल करने के लिए एक टीम भेजी गई। इससे पहले महुआ गुरुवार को दिल्ली हाई कोर्ट पहुंची थीं, लेकिन उन्हें उच्च न्यायालय से कोई राहत नहीं मिली। अदालत ने डायरेक्टोरेट ऑफ एस्टेट के नोटिस पर रोक लगाने से इनकार कर दिया था। कोर्ट ने महुआ को बंगला खाली करने के लिए भी कहा था।

नाव पलटने से 12 बच्चों सहित 14 लोगो की मौत

वडोदरा। गुजरात के वडोदरा में नाव पलटने से कम से कम 14 जानें चली गई। यह हादसा गुरुवार को दोपहर हरणी लेक में हुई। मरने वालों में कम से कम 12 बच्चे और दो टीचर शामिल हैं। नाव में सवार 15 अन्य लोगों को बचा लिया गया है। ये सभी बच्चे सनराइज स्कूल के हैं। हादसा के प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, नाव की सवारी करते समय किसी ने लाइफ जैकेट नहीं पहनी थी। गृह मंत्री हर्ष सिंघवी ने कहा कि 14 लोगों की इस हादसा में जान गई है। बोट में 27 बच्चे व टीचर सवार थे। क्षमता से अधिक लोगों के नाव में सवार होने की वजह से यह हादसा हुआ है। वडोदरा घटना पर पीएमओ ने दु:ख जताया है। पीएमओ ने मृतकों के परिजन को दो-दो लाख रुपये तो घायलों को 50-50 हजार रुपये की अहेतुक धनराशि पीएम रिलीफ फंड से देने का ऐलान किया है। सनराइज स्कूल में पढ़ने वाले बच्चों को गुरुवार को पिकनिक पर ले जाया गया था। पिकनिक गई बच्ची नैंसी की मां निरालीबेन माची ने बतायाकि उनकी बेटी क्लास 2 में पढ़ती थी। वह अन्य बच्चों के साथ स्कूल पिकनिक पर सुबह 8 बजे हरणी वाटरपार्क और झील पर गई थी। शाम को बच्चों के परिजन को फोन आया कि एक्सीडेंट हो गया है। अधिकारियों ने बताया कि नाव पर स्कूली बच्चों की टीम सवार थी। इसमें 25 बच्चे और दो टीचर थे। संतुलन खोने की वजह से नाव पलट गई। किसी भी बच्चे ने लाइफ जैकेट नहीं पहने थे।

एसीएस ने सचिवालय स्थित मुख्यमंत्री अनुभागों का किया औचक निरीक्षण

संवाददाता

देहरादून। अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी ने सचिवालय स्थित मुख्यमंत्री के अनुभागों का औचक निरीक्षण कर 15 फरवरी तक अपी सभी व्यवस्थाओं को दुरूस्त करने के साथ ही रिकार्ड मेंटनेस वीडिंग की डेडलाइन दी।

आज यहां अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिवालय स्थित मुख्यमंत्री अनुभागों के कार्यालयों को 15 फरवरी तक अपनी सभी व्यवस्थाओं को दुरूस्त करने के साथ ही रिकॉर्ड मेंटनेस, साफ-सफाई, पुराने एवं अनुपयोगी सामानों एवं फाइलों के ऑक्शन तथा वीडिंग की डेडलाइन दी है। श्रीमती राधा रतूड़ी ने अगले 15 दिनों में सचिवालय के मुख्यमंत्री अनुभागों में अभियान चलाकर अनुपयोगी सामानों एवं फाइलों की वीडिंग, ऑक्शन एवं साफ-सफाई, सौन्दर्यीकरण का कार्य पूरा करने की सख्त हिदायत दी है। एसीएस ने वीडिंग की व्यवस्था को प्रत्येक वर्ष नियमित रूप से करने के निर्देश दिए हैं।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के निर्देश पर सचिवालय स्थित मुख्यमंत्री अनुभागों का औचक निरीक्षण कर कार्यालयों की व्यवस्था, रिकॉर्ड मेंटनेस, साफ-सफाई आदि का जायजा लेते हुए एसीएस श्रीमती रतूड़ी ने सम्बन्धित अधिकारियों को अनुभागीय कार्यालयों को कार्मिकों के लिए गरिमापूर्ण वर्क इनवाइरमेंट बनाने के साथ ही कार्य संस्कृति में सुधार की भी नसीहत दी। उन्होंने कार्यालयों की नियमित स्वच्छता बनाये रखने, रंग रोगन करने, अनुपयोगी सामानों को हटाने, अनावश्यक पत्रावलियों की वींडिग करने तथा कार्मिकों के कार्य करने के लिए आवश्यक सुविधाओं का ध्यान रखने के सख्त निर्देश दिए हैं।

एसीएस श्रीमती राधा रतूड़ी ने व्यवस्थाओं को ठीक करने के लिए 15 दिनों का समय देते हुए उक्त निर्देशों के पालन की जांच हेतु पुन: निरीक्षण की बात कही। इस अवसर पर सचिव एस एन पाण्डेय सहित मुख्यमंत्री कार्यालय के सभी छ: अनुभागों के अनुभाग अधिकारी, व्यवस्थाधिकारी, कार्मिक व अन्य सम्बन्धित अधिकारी उपस्थित थे।

बाघ का हमला, युवती की मौत

हमारे संवाददाता

नैनीताल। पिता संग चारा लेने जंगल गयी एक युवती पर बाघ ने हमला कर दिया। हांलाकि पिता द्वारा उसे बाघ के जबड़ो से छुड़ा लिया गया और अस्पताल पहुंचाया। जहां चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया है। बताया जा रहा है कि युवती की 25 जनवरी को शादी होनी थी।

❑25 जनवरी को थी शादी

उत्तराखण्ड में बाघ और गुलदार के हमले लगातार बढ़ते जा रहे हैं। हर दिन वन्यजीव और मानव संघर्ष की खबरें सामने आ रही है। इस क्रम में एक दर्दनाक खबर रामनगर से आ रही है। यहां बाघ ने एक युवती पर हमला कर उसे मार डाला। युवती की 25 जनवरी को शादी होनी थी लेकिन उससे पहले ही वह बाघ का निवाला बन गई।

बाघ के हमले की यह घटना रामनगर के कार्बेट से सटे अमानगढ़ रेंज से की है। परिवार वाले युवती को अस्पताल ले गए लेकिन डॉक्टर्स ने उसे मृत घोषित कर दिया। बताया जा रहा है कि यहां झूलोखत्ता में गुर्जर समुदाय का एक व्यक्ति अपने बेटी के साथ जंगल में चारा पत्ती लेने गया था। इस दौरान घात लगाकर बैठे बाघ ने उसकी बेटी पर हमला कर दिया। बेटी को बाघ के शिकंजे में फंसा देखकर पिता बाघ से भिड़ गए। किसी तरह बाघ के चंगुल से बेटी को छुड़ाकर पिता अपनी बेटी को डॉक्टर के पास ले गए लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी थी। डॉक्टर ने युवती को मृत घोषित कर दिया। जिस बेटी की शादी 25 जनवरी को होनी थी, वो बाघ का शिकार हो गई।

पिथौरागढ़ नगर, नाचनी तथा बलुवाकोट में खुलेंगे सामुदायिक पुस्तकालय, 15 लाख रुपए जारी

कार्यालय संवाददाता

पिथौरागढ़। जिला पंचायत बोर्ड द्वारा जिले के तीन स्थानों में सामुदायिक पुस्तकालय खोलने के लिए 15 लाख रुपए की धनराशि जारी कर दी गई है। पिथौरागढ़ नगर, नाचनी तथा बलुवाकोट में पुस्तकालय खोला जा रहा है। इस क्षेत्र के युवाओं को प्रतियोगिता परीक्षाओं की तैयारी के लिए महानगरों की दौड़ नहीं लगानी पड़ेगी

जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने आज यहां आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस में बताया कि जिला पंचायत बोर्ड द्वारा पिथौरागढ़ नगर, नाचनी कथा बलुवाकोट में प्रस्तावित पुस्तकालयों के निर्माण के लिए 5-5 लाख की धनराशि जारी कर दी है। पुस्तकालय निर्माण के लिए निविदा आमंत्रित कर ली गई है।

उन्होंने बताया कि इसी वित्तीय वर्ष में तीनों पुस्तकालय अपना काम करना शुरू कर देंगे।

उन्होंने बताया कि तीनों पुस्तकालय को सामुदायिक पुस्तकालयों को नियमों के आधार पर चलाया जाएगा। इन पुस्तकालयों में विद्यार्थियों के लिए प्रतियोगिता परीक्षाओं की समस्त पुस्तक उपलब्ध रहेंगी। सामुदायिक पुस्तकालय के संचालन के लिए वार्षिक प्लान बनाया जाएगा। पुस्तकालय में हर तीन माह में तैयारी कर रहे विद्यार्थियों का मॉक टेस्ट होगा। फिजिकल परीक्षाओं की तैयारी तैयारी भी कराई जाएगी।

प्रतियोगिता परीक्षाओं के साथ-साथ विद्यार्थियों को स्वरोजगारों के लिए भी प्रेरित किया जाएगा। रोजगार के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वाले शख्सियत्यों द्वारा विद्यार्थियों को रोजगार के प्रति आकर्षित करने के लिए नियमित रूप से कैरियर कैरियर गाइडेंस के कार्यक्रम भी आयोजित किए जाएंगे।

❑पुस्तकालय का संचालन करेगा समुदाय

❑पुस्तकालय में रहेंगी वर्षभर गतिविधियां

पिथौरागढ़ नगर में धारचूला तथा मुनस्यारी के विद्यार्थियों के लिए विशेष रूप से सामुदायिक पुस्तकालय खोला जा रहा है। उन्होंने बताया कि तीनों पुस्तकालयों को का संचालन समुदाय द्वारा किया जाएगा। जिसके लिए शीघ्र इन क्षेत्रों में बैठक आयोजित की जाएगी।

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।