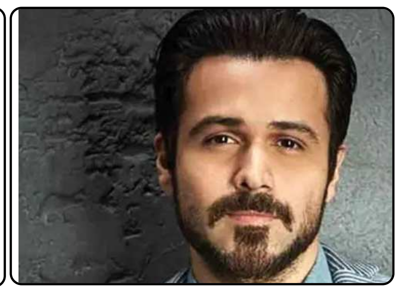
बुधवार
14 फरवरी 2024

पृष्ठ 4
योग या एक्सरसाइज करने के भी कुछ नियम होते हैं

पृष्ठ 5
गुडाचारी 2 में हुई इमरान हाशमी की एंट्री ?



● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 20
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

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

आज का विचार

दरिद्रों में दरिद्र वो है जो अतिथि का सत्कार न करे।

— तिरुवल्लुवर

दून में ही आयोजित होगा बजट सत्र

●कैबिनेट बैठक में आबकारी नीति सहित 14 फैसले

विशेष संवाददाता

देहरादून। आज मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की अध्यक्षता में सचिवालय में चली एक घंटे तक कैबिनेट बैठक में 15 प्रस्तावों पर चर्चा की गई जिनमें से 14 फैसलों पर कैबिनेट ने अपनी मोहर लगाई।

आज की कैबिनेट बैठक के फैसलों की जानकारी देते हुए मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने बताया कि बैठक में यह फैसला लिया गया है कि आगामी बजट सत्र देहरादून में ही आयोजित किया जाएगा। कैबिनेट के फैसले के बाद अब यह संशय समाप्त हो गया है कि बजट सत्र दून में होगा या गैरसैंण में। उल्लेखनीय है कि बजट सत्र गैरसैंण की बजाय देहरादून में ही आयोजित करने को लेकर 36 भाजपा विधायकों सहित 40 विधायकों ने स्पीकर ऋतु खंडूरी को पत्र लिखकर शीतकालीन की समस्याओं के मद्देनजर गैरसैंण की बजाय दून में ही सत्र कराने को पत्र लिखा गया था जिस पर आज कैबिनेट द्वारा मंजूरी की मोहर लगा दी गई है।

❑आबकारी नीति को मंजूरी, यूसीसी में संशोधन को भी हरी झंडी, पंतनगर एयरपोर्ट का होगा विस्तारीकरण

इसके अलावा पिछली दो कैबिनेट की बैठकों में चर्चा के बाद भी आबकारी नीति पर कोई फैसला नहीं लिया गया था आज सरकार द्वारा वर्ष 2024-25 के लिए अपनी नई आबकारी नीति को भी हरी झंडी दे दी गई है जिसके लिए सरकार ने 4 हजार 400 करोड़ प्राप्तियों का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। आज की बैठक में एक अन्य महत्वपूर्ण फैसला यूसीसी की नियमावली में संशोधन को लेकर किया गया। यूसीसी विधेयक के प्रकाशन के लिए निर्धारण समिति द्वारा और अधिक समय मांगा गया था जिसकी मंजूरी कैबिनेट ने दे दी है।

राज्य में एयर कनेक्टिविटी को बढ़ाने के लिए सरकार ने उत्तराखंड एयर कनेक्टिविटी सिस्टम योजना के गठन को भी अपनी स्वीकृति प्रदान कर दी है। वही पंतनगर एयरपोर्ट के विस्तारीकरण के लिए 7 किलोमीटर लंबाई की जमीन उपलब्ध कराने को भी सरकार ने हरी ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

12 मई को खोले जायेंगे बदरीनाथ धाम के कपाट

हमारे संवाददाता

नरेंद्रनगर। बदरीनाथ धाम के कपाट खुलने की तिथि आज 14 फरवरी वसंत पंचमी के दिन नरेंद्रनगर राज दरबार में तय हो गई है। करोड़ों हिंदुओं की आस्था के प्रतीक भगवान बदरीनाथ धाम के कपाट आगामी 12 मई को प्रातः छह बजे श्रद्धालुओं के लिए खोले जाएंगे।

राजपुरोहितों ने टिहरी नरेश महाराजा मनुज्येंद्र शाह की कुंडली देखकर धाम के कपाट खुलने की तिथि घोषित की। वसंत पंचमी के मौके पर नरेंद्रनगर राजमहल में आचार्य कृष्ण प्रसाद उनियाल ने वैदिक मंत्रोच्चारण और विधि-विधान के साथ गणेश पूजन, पंचांग पूजन और चौकी पूजन के बाद महाराजा का वर्षफल और ग्रह नक्षत्रों की दशा देखकर भगवान कपाट खोलने की तिथि घोषित की। बदरीनाथ धाम के कपाट 12 मई को ब्रह्ममुहुर्त में सुबह 6 बजे खुलेंगे। आज बसंत पंचमी के अवसर पर नरेंद्रनगर (टिहरी) स्थित राजदरबार में कपाट खुलने की तिथि घोषित की गई।

बदरीनाथ धाम के कपाट खुलने की तिथि तय करने की प्रक्रिया के लिए गाडूघड़ा (तेल-कलश) श्री लक्ष्मीनारायण मंदिर डिम्मर से मंगलवार शाम श्री बदरीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति के चंद्रभागा स्थित विश्राम गृह पहुंच गया था। जहां श्री बदरीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति सहित श्रद्धालुओं ने तेल-कलश का स्वागत किया।

बीकेटीसी के अध्यक्ष अजेंद्र अजय ने बताया कि श्री डिमरी धार्मिक केंद्रीय पंचायत की ओर से गाडूघड़ा राजमहल को सौंपा ◀◀ शेष पृष्ठ 8 पर

सोनिया गांधी ने राजस्थान से राज्यसभा के लिए दाखिल किया नामांकन

नई दिल्ली। कांग्रेस की पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष सोनिया गांधी ने अब लोकसभा को छोड़ राजस्थान के रास्ते से राज्यसभा पहुंचने के लिए आज विधानसभा में नामांकन दाखिल किया है। नामांकन दाखिल करने के दौरान उनके साथ राहुल गांधी और प्रियंका गांधी दोनों मौजूद रहे। इसके अलावा पूर्व सीएम अशोक गहलोत, प्रदेशाध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा सहित कांग्रेस नेताओं साथ रहे। कांग्रेस की पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष सोनिया गांधी ने राजस्थान से राज्यसभा के लिए नामांकन दाखिल कर दिया है। प्रक्रिया पूरी करने के लिए आज सोनिया राजस्थान की राजधानी जयपुर पहुंची। उनके साथ पुत्र राहुल गांधी और बेटी प्रियंका गांधी भी जयपुर पहुंचे । दिल्ली से विशेष विमान से आज जयपुर एयरपोर्ट पहुंचने पर पहले पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत और कांग्रेसी नेताओं ने स्वागत किया। इसके अलावा कांग्रेस नेताओं और समर्थकों का भारी हुजूम भी उनके साथ था। आपको बता दें कि इस समय सोनिया गांधी उत्तर प्रदेश के रायबरेली से लोकसभा सांसद हैं। सोनिया के नामांकन के बाद राजस्थान के पूर्व सीएम अशोक गहलोत ने बड़ा बयान दिया है।

पुलिस की सख्ती के बावजूद किसानों का आरपार की लड़ाई का ऐलान

नई दिल्ली। आज किसानों के विरोध प्रदर्शन का दूसरा दिन है। दिल्ली में किसानों के विरोध के मद्देनजर सिंघु बॉर्डर पर भारी संख्या में फोर्स तैनात की गई है। इसी तरह गाजीपुर सीमा पर सुरक्षाकर्मी तैनात है। प्रदर्शनकारियों ने दावा किया कि हरियाणा के सुरक्षाकर्मियों ने बुधवार सुबह करीब 8 बजे कुछ आंसू गैस के गोले दागे, जब कुछ किसान शंभू सीमा पर बैरिकेड के पास एकत्र हुए। शंभू बॉर्डर पर हालात ज्यादा चिंताजनक है। किसान उग्र हो रहे हैं। सुरक्षाबल आंसू गैस के गोल छोड़कर किसी तरह भीड़ पर काबू कर रहे हैं। इस बीच किसानों ने भी इसका तोड़ निकालने की कोशिश की है। किसानों ने बुधवार को शंभू बॉर्डर एरिया में जमकर पतंग उड़ाई।

किसान शंभू बॉर्डर पर इतनी बड़ी तादाद में पतंग उड़ा रहे हैं कि पुलिस का ड्रोन अपने रास्ते से भटक जा रहा है। इसके अलावा आंसू गैस के गोलों को निष्क्रिय करने के लिए किसानों ने वाटर स्प्रे और गीली बोरियां लगाई हैं वहीं, बैरिकेडिंग तोड़ने के लिए जेसीबी मशीनें मंगाई जा रही हैं।

इस आंदोलन में भी किसानों की मांग है कि एमएसपी को लेकर कानून बनाया जाए। किसानों के खिलाफ दर्ज मुकदमे वापस हो, लखीमपुर खीरी मामले में किसान परिवारों को मुआवजा मिले, प्रदूषण कानून से किसानों को बाहर रखा जाए और सरकार किसानों का सारा कर्जा माफ करे। किसानों और पुलिस के बीच चल रहे आंदोलन के कारण, हरियाणा सरकार ने राज्य के अंबाला, कुरूक्षेत्र, कैथल, जिंद, हिसार, फतेहाबाद और सिरसा जिलों के अधिकार क्षेत्र में वॉयस कॉल को छोड़कर मोबाइल नेटवर्क पर प्रदान की जाने वाली मोबाइल इंटरनेट सेवाएं, बल्क एसएमएस और सभी डोंगल सेवाएं आदि 15 फरवरी तक बंद कर दी हैं। हरियाणा के गृह मंत्रालय की ओर से जारी नोटिस में इस बात की जानकारी दी गई है। जनता की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए राज्य सरकार ने कहा है कि अफवाह फैलने से रोकने के लिए ये कदम उठाए गए हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

किसान फिर दिल्ली की ओर?

देश का किसान एक बार फिर अपनी समस्याओं को लेकर पैदल दिल्ली की ओर चल पड़े हैं। कुछ सत्ता की हिमायती नेताओं और मीडिया को लगता है कि जब भी चुनाव करीब आते हैं तब-तब सरकार से अपनी मांगों को मनवाने के लिए कर्मचारी संगठन और अन्य तमाम संगठन सरकार पर दबाव को लेकर सड़कों पर उतर आते हैं। 2020-21 में कौन सा चुनाव था जब किसानों ने महीनों दिल्ली के बॉर्डर पर डेरा डाले रखा था। इन देश के किसानों की समस्याओं को समझने के लिए सत्ता में बैठे लोग क्यों तैयार नहीं है किसानों को कोई शौक नहीं है कि वह अपना घर परिवार और काम धंधा छोड़कर सड़कों पर गर्मी-सर्दी की मार के साथ पुलिस की प्रताड़ना का सामना करें। वह अगर लंबे समय से अपनी जायज मांगों को लेकर आंदोलन कर रहे हैं तो सरकार उन पर गौर करने को तैयार क्यों नहीं है। सरकार हर साल किसानों की फसलों का न्यूनतम समर्थन मूल्य एमएसपी घोषित तो कर देती है लेकिन इसका लाभ सिर्फ 15 फीसदी किसानों को ही मिल पाता है 85 फीसदी किसानों को इससे वंचित रहना पड़ता है। किसान अगर यह मांग कर रहे हैं कि सरकार उनकी उपज को एमएसपी पर खरीद की गारंटी दे तो इसमें नाजायज क्या है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जो आजकल पूरे देश को यह चिल्ला-चिल्ला कर बता रहे हैं कि यह मोदी की गारंटी है तो वह किसानों को बुलाए और कहे कि उन्हें एमएसपी की कानूनी गारंटी देते हैं। बात खत्म हो जाएगी। किसानों की दूसरी मांग है कि स्वामीनाथन आयोग की सिफारिशों के अनुरूप एमएसपी तय की जाए। वही सीधी बात है कि जब आपने स्वामीनाथन आयोग का गठन इसके लिए किया था तो अब उसकी सिफारिशों पर अमल क्यों नहीं किया जा रहा है। उनकी तीसरी मांग कर्ज माफी और शहीद आंदोलनकारियों को मुआवजा देने को लेकर है। केंद्र सरकार ने बीते 10 सालों में 10 लाख करोड़ से अधिक के कर्ज उद्योगपतियों के माफ किए हैं लेकिन किसानों का कर्ज माफ करने की जहमत नहीं की गई। कर्ज के बोझ तले दबे किसान आत्महत्याएं कर रहे हैं तो करें सरकार उन्हें 500 रूपये महीना सम्मान राशि दे रही है उनके लिए वह काफी है। अभी बीते दिनों पंजाब में किसानों ने 75 ट्रॉली कीनू को ट्रैक्टर से रौंद कर नष्ट कर दिया गया क्योंकि उन्हें इसकी 5 रूपये किलो भी कीमत नहीं मिल रही थी, किसान अपने उत्पादों को सड़कों पर फेंकने और नष्ट करने पर मजबूर हो गये क्योंकि उन्हें इसकी उत्पादन लागत भी नहीं मिल पा रही है फिर उनके लिए एमएसपी का क्या औचित्य रह जाता है। सत्ता में बैठे लोग किसानों की आय दो गुना करने की गारंटी देते हैं लेकिन देश की आधी आबादी जो खेती पर निर्भर है उसकी असल स्थिति क्या है उसे सत्ता में बैठ लोग अगर समझने के लिए तैयार नहीं है तो फिर उनके दिल्ली की ओर कूच करने के सिवाय और रास्ता ही क्या बचा है? अब उन्हें पंजाब के सिंधु बॉर्डर की तरह पुलिस का विरोध झेलना पड़े या फिर लखीमपुर खीरी की तरह कोई सत्ता के मदहोश में उन्हें गाड़ियों से रौंद डालें या फिर पुलिस उन पर लाठी-डंडे बरसाए। जिस पर संज्ञान लेते हुए हरियाणा पंजाब की हाईकोर्ट ने कहा कि देश के अन्नदाताओं पर बल प्रयोग किसी भी लोकतांत्रिक सरकार के लिए अभीष्ट नहीं हो सकता है। लेकिन किसान अपना आंदोलन शांतिपूर्ण तरीके से करें यह भी जरूरी है। उन्हें 2021 जैसी अलोकतांत्रिक और गैरकानूनी गतिविधियों को कदाचित भी अंजाम नहीं देना चाहिए।

सरकारी धन गबन मामले में फरार चल रहा आरोपी केरल से गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। कूडा निस्तारण के नाम पर लाखों रुपये के गबन के मामले में लम्बे समय से फरार चल रहे आरोपी को पुलिस ने केरल से गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार कूड़ा निस्तारण के नाम पर लाखों के गबन मामले में लम्बे समय से फरार चल रहे एक आरोपी के.एम. संजीव की गिरफ्तारी हेतु पुलिस द्वारा लगातार कोशिशे की जा रही थी। जिसे एक सूचना के बाद एसओजी व कोतवाली उत्तरकाशी पुलिस टीम द्वारा एक सूचना के बाद बीते रोज मेनाकाठ हाउस पनमन्ना साउथ पोस्ट ऑट्टापलम पलक्कड केरल से गिरफ्तार कर उत्तरकाशी लाया गया जिसके बाद उसे न्यायालय में पेश कर दिया गया।

दरअसल वर्ष 2018 मे उत्तरकाशी नगर पालिका से कूडा निस्तारण के कार्य के नाम पर आरोपी द्वारा नगर पालिका उत्तरकाशी से 3 लाख रूपये की अग्रिम धनराशि ली गयी थी, जिसके बाद वह पैंसे हडप कर फरार हो गया था, वर्ष 2018 में नगर पालिका उत्तरकाशी के अधिशासी अभियंता की तहरीर पर आरोपी के खिलाफ कोतवाली उत्तरकाशी पर गबन व धोखाधड़ी का मामला दर्ज किया गया था।

तं त्वा देवेभ्यो मधुमत्तमं नरः सहस्रधारं दुहते दश क्षिपः।
नृभिः सोम प्रच्युतो ग्रावभिः सुतो विश्वान्देवाँ आ पवस्वा सहस्रजित्।।

(ऋग्वेद ९-८०-४)

देववृत्ति मनुष्य जो दस इंद्रियों के ऊपर नियंत्रण रखते हैं। हे आनंद के स्वामी! उन्हें हजारों उपहार दें और आसुरी शक्तियों से उन्हें सुरक्षित करें।

माघ माह के शुक्ल पक्ष की पंचमी को मनाया जाता है बसंत पंचमी का त्योहार

लोकेंद्र सिंह बिष्ट

मेरा डांडी कांठी का मुलुक जैलू,
बसंतऋतुमाजैई।

आज बसंत पंचमी है। किसानों के लिए भी यह ऋतु बहुत महत्वपूर्ण होती है। किसानों के सरसों के खेत बसंत ऋतु में फूलों से खिले हुए होते है। हमारे उत्तरकाशी के अठाली गांव के विशाल खेतों में आजकल सरसों के पीले फूलों से महक रहा है। सरसों के पीले पीले सुन्दर फूल इस ऋतु को और भी मनमोहक बना देते है। किसान की कई फसलें जैसे मक्का, धनिया, मसूर आदि इस ऋतु में तैयार हो जाती है।।

माघ माह के शुक्ल पक्ष की पंचमी या पांचवी तिथि को बसंत पंचमी का त्योहार मनाया जाता है। इस बार बसंत पंचमी आज 14 फरवरी, बुधवार को मनाई जा रही है। बसंत की शुरुआत इस दिन से होती है। इसको बुद्धि, ज्ञान और कला की देवी सरस्वती की पूजा-आराधना के दिन के रूप में भी मनाया जाता है। इस दिन विद्या की देवी सरस्वती की पूजा की जाती है। वसन्त ऋतु वर्ष की एक ऐसी ऋतु है जिसमें वातावरण का तापमान प्रायः सुखद रहता है। भारत में यह फरवरी से मार्च तक होती है। बसंत पंचमी या श्री पंचमी हिन्दू त्यौहार है। यह पूजा पूर्वी भारत, पश्चिमोत्तर बांग्लादेश, नेपाल और कई राष्ट्रों में बड़े उल्लास से मनायी जाती है। लोग इस दिन पीले वस्त्र धारण करते है।

वसंत भारतीय वसंत को दर्शाता है, जो भारतीय समाज में एक सांस्कृतिक और धार्मिक त्योहार है, जिसे वसंत के पहले दिन, हिंदू महीने के पांचवें दिन (पंचमी) मनाया जाता है। वसंत ऋतु खुशी, उत्सव और नई शुरुआत का मौसम है। यह एक ऐसा मौसम है जो नए सिरे से शुरुआत करने का प्रतीक है। वसंत हमें और हमारे आस-पास के वातावरण को फिर से जागृत करता है। सब कुछ वापस जीवन में लाता है। रंग-बिरंगे फूल, उत्सव और प्रकृति में प्रचुर विकास जीवन के चक्र का प्रतीक है। वसंत ऋतु में प्रकृति का एक अलग ही नजारा देखने को मिलता है। इस मौसम में प्रकृति बहुत ही खुबसूरत अंदाज में देखने को मिलती है। आम के पेड़ो पर इसी मौसम में बौर आता है जो आम का एक तरह का फूल ही होता है। इससे आम के पेड़ पूरी तरह लधे होते हैं और देखने में यह बहुत ही ज्याद खुबसूरत लगते है। वसंत ऋतु का अन्य ऋतुओं के अलावा हमारे जीवन में एक अलग ही योगदान है। इस ऋतु में जहाँ हमें अधिक शर्दी से छुटकारा मिलता है तो वहीँ इस ऋतु में अधिक गर्मी का भी सामना नहीं करना पड़ता है। मौसम इतना शानदार होता है जैसे मानो दिल करता है कि यह मौसम कुछ दिन और रहे। लेकिन प्रकर्ति का यह नियम है के मौसम हमेशा एक जैसा नहीं रहता है।

वसंत पंचमी बड़े हर्ष उल्लास के साथ मनाई जाती है। और फिर होली का रंग विरंगा त्योहार भी इसी ऋतु में आता है। जिस तरह पेड़ पौधे अपने आप को रंग विरंगे फूलों से सजा लेते हैं उसी तरह लोग भी इसी ऋतु में होली के सुभ अवसर पर अपने आप को रंग लेते है। वसंत ऋतु का सीधा सम्बन्ध प्रकृति से है । क्यूंकि प्रकृति वसंत ऋतु में एक अलग ही अंदाज में दिखाई देती है। इन दिनों में हवाएं एकदम मस्त होते हुए चलती है। बागों में कोयल अपनी मधुर वाणी में कू कू करती है। इस सुहावने मौसम में कोयल की बोली कानो में मधुर रस घोलती है। बागो में पेड़ो पर नई नई पत्तियाँ आई हुई होती हैं जो देखने में बहुत अच्छी लगती है। वसंत ऋतु में इसीलिए वागों में जाना वहाँ की सैर करना बहुत अच्छा लगता है। वसंत ऋतु में घर से बाहर निकलना, घूमना फिरना बहुत अच्छा लगता है जो हमारे स्वास्थ्य के लिए भी बेहतर होते है। और मन को शांति भी मिलती है।

लेकिन इस मौसम में कुछ स्वास्थ्य से सम्बंधित नुकसान भी होते है। जैसे कि इस ऋतु में शर्दी खत्म होने को होती है और गर्मी का मौसम आने के लिए तैयार होता है। तो इस दौरान बदलते मौसम के चलते हमारा स्वास्थ्य थोडा बिगड़ सकता है अगर इस पर ध्यान नही दिया जाये । हर बदलते मौसम में हमें अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए।

वसंत ऋतु सभी ऋतुओं से बेहतर ऋतु मानी जाती है। क्यूंकि इस ऋतु में मौसम बहुत अच्छा होता है। वसंत ऋतु में अधिक गर्मी भी नहीं होती है और अधिक शर्दी भी नहीं होती है। मौसम सामान्य रहता है। इसीलिए वसंत ऋतु को ऋतुराज भी कहा जाता है। यह मौसम शिशिर ऋतु के बाद आता है और मार्च से अप्रेल तक रहता है। इसके बाद शुरू होता है गर्मी का मौसम।

राफ्टिंग एवं गाइड्स की क्षमता- कौशल विकास कार्यशाला एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में पर्यटन एवं साहसिक पर्यटन को उच्च स्तरीय व्यवसायिकता एवं ह्यूमन इंजीनियरिंग से जोड़कर टूरिज्म की ब्रांड इमेजिंग की जानी चाहिए जिससे सतत पर्यटन, उपभोक्ता संतोषी पर्यटन के साथ राज्य की आर्थिकी को मजबूत किया जा सकता है। उक्त विचार प्रसिद्ध पर्यटन शास्त्री प्रो एस सी बागड़ी ने राफ्टिंग एवं गाइड्स की क्षमता- कौशल विकास कार्यशाला एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम के उद्घाटन सत्र में बतौर विशिष्ट अतिथि व्यक्त किये।

उल्लेखनीय है की गंगा नदी राफ्टिंग प्रबंधन समिति टिहरी गढ़वाल एवं पर्यटन विभाग धर्मानंद उनियाल राजकीय महाविद्यालय नरेंद्र नगर के संयुक्त तत्वाधान में ऋषिकेश, तपोवन स्थित शिवांश ग्रीन होटल में आयोजित इस 12 दिवसीय कार्यशाला का आज विधिवत प्रारंभ हो गया है। मुख्य अतिथियों ने मां सरस्वती के चित्र के सम्मुख दीप प्रज्वलित कर संयुक्त रूप से इस कार्यशाला का आगाज किया। व्यवसायों को संबोधित करते हुए प्रो बागडी ने कहा कि समय-समय पर व्यवसायियों के प्रशिक्षण एवं ड्रेस कोड की व्यवस्था होनी चाहिए, उन्होंने गाइड्स को उत्तराखंड के देवस्थानों, पर्यटन स्थलों तथा संसाधनों की जानकारी होने की आवश्यकता पर जोर दिया।

जिला साहसिक पर्यटन अधिकारी कुशाल सिंह नेगी ने कहा कि इस कार्यशाला और प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य राफ्टिंग व्यवसायियों के ज्ञान अनुभव एवं समस्याओं को जानना है।

हेमवती नंदन बहुगुणा गढ़वाल केंद्रीय विश्वविद्यालय से आए विशेष आमंत्रित अतिथि प्रोफेसर आर के ढोडी ने कहा कि हमारा उद्देश्य क्वालिटी राफ्ट सर्विसेज देना होना चाहिए। वहीं प्रो रश्मि ढोडी ने गाइड्स के लिए सत्य पर आधारित स्थानीय संस्कृति एवं प्रकृति की जानकारी होने को आवश्यक बताया।

डॉक्टर सर्वेश उनियाल ने देवभूमि की प्रकृति, संस्कृति के अनुसार व्यवहार परिवर्तन के साथ सलीके के साथ राफ्टिंग व्यवसाय के संचालन की आवश्यकता पर जोर दिया।

गंगा नदी राफ्टिंग प्रबंधन समिति के अध्यक्ष दिनेश भट्ट ने भी राफ्टिंग के क्षेत्र में उच्च कोटि की व्यवसायिकता एवं सुविधाओं की वकालत की है।

कार्यशाला में राफ्टिंग व्यवसायियों ने विशेषज्ञों से कई महत्वपूर्ण विषयों पर जानकारी हासिल की, इससे पूर्व कार्यक्रम के संरक्षक प्रोफेसर आर के उभान प्राचार्य राजकीय महाविद्यालय नरेंद्र नागर ने सभी अतिथियों एवं प्रतिभागियों का स्वागत किया। इस अवसर पर कार्यशाला समन्वय-समिति ने सभी अतिथियों को स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया। कार्यक्रम का संचालन नोडल अधिकारी डॉ संजय मेहर तथा डॉ विजय प्रकाश भट्ट ने सभी अतिथियों एवं प्रतिभागियों को धन्यवाद ज्ञापित किया।

इस अवसर पर कार्यशाला समन्वय समिति के डॉ हिमांशु जोशी, डॉ विक्रम सिंह बर्त्वाल, विपिंद्र नारायण कोटियाल, राकेश जोगी, मुनींद्र कश्यप,विशाल त्यागी, शिशुपाल रावत, अजय पुंडीर के अलावा बड़ी संख्या में राफ्ट ऑनर्स तथा गाइड्स मौजूद रहे, इसके साथ ही कार्यशाला का प्रथम दिवसीय प्रशिक्षण का समापन हो गया।

फिल्म क्रैक में विद्युत जामवाल ने दिया एक्शन का जबरदस्त डोज

अभिनेता विद्युत जामवाल पिछले काफी समय से फिल्म क्रैक को लेकर सुर्खियां बटोर रहे थे। कुछ दिन पहले उनकी इस फिल्म का टीजर रिलीज हुआ था, जिसके बाद से इसकी रिलीज को लेकर प्रशंसकों का उत्साह चरम पर है।अब फिल्म का ट्रेलर भी जारी हो चुका है। इस फिल्म में विद्युत के साथ पहली बार अर्जुन रामपाल नजर आएंगे, वहीं नोरा फतेही और एमी जैक्सन भी इसका हिस्सा हैं।

विद्युत इस फिल्मे में भी धमाकेदार एक्शन करते दिख रहे हैं। उनके एक्शन और स्टंट ऐसे हैं, जिन्हें देख आंखें खुली रह जाएंगी।फिल्म में एक्शन के साथ रोमांच और इमोशन का भी तड?ा लगाया गया है। अर्जुन भी मैंदान में करतब दिखाते नजर आते हैं, वहीं इसमें नोरा और एमी की एंट्री भी जबरदस्त है।ट्रेलर में विद्युत अपने भाई की मौत का बदला लेते दिख रहे हैं। इसके लिए वह सबकुछ मिट्टी में मिला देते हैं।

बता दें कि क्रैक 23 फरवरी को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इस फिल्म के निर्देशक आदित्य दत्त हैं जिन्हें आशिक बनाया, अपने, टेबल नंबर 21 से लेकर करणजीत कौर द अनटोल्ड स्टोरी ऑफ सनी लियोनी जैसी फिल्मों और वेब सीरीज के लिए जाना जाता है।खास बात यह है कि इस फिल्म का निर्माण विद्युत के होम प्रोडक्शन एक्शन हीरो फिल्म्स के बैनर तले किया गया है।इस स्पोर्ट्स एक्शन फिल्म को लेकर खुद विद्युत भी बेहद उत्साहित हैं।

पिछले दिनों इस फिल्म एक गाना जो लोगों के बीच छाया रहा, वह था दिल झूम। यह गाना अली जफर के हिट गाने का रीमेक है, जिसे इसी नाम से रिलीज किया गया था। इस गाने को विशाल मिश्रा और श्रेया घोषाल ने आवाज दी थी।2 भाइयों पर आधारित फिल्म क्रैक में विद्युत पहली बार नोरा के साथ रोमांस करते दिखेंगे। दिल झूम में भी इसकी झलक दिख चुकी है।

विद्युत को जल्द ही राजपूत नेता शेर सिंह राणा की बायोपिक में भी मुख्य भूमिका में देखा जाएगा। उन्होंने 2 साल पहले अपनी इस फिल्म का ऐलान किया था।श्री नारायण सिंह जिन्होंने टॉयलेट- एक प्रेम कथा का निर्देशन किया था, वह इस फिल्म का निर्देशन करेंगे। विनोद भानुशाली इसके निर्माता हैं।यह विद्युत के करियर की पहली बायोपिक है। चर्चा है कि इस फिल्म में विद्युत एक ऐसे किरदार में दिखेंगे, जो उनके प्रशंसकों ने पहले कभी नहीं देखा।

अक्षय कुमार की बड़े मियां छोटे मियां का अनदेखा वीडियो जारी!

अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ की फिल्म बड़े मियां छोटे मियां खबरों में बनी हुई है। फिल्म कुछ हफ्तों में थिएटर्स में दस्तक देने वाली है। अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ भी रिलीज के लिए कमर कस चुके हैं। इस बीच फिल्म का बीटीएस वीडियो शेयर किया गया, जिसे देख फैंस के तोते उडने वाले हैं।

बड़े मियां छोटे मियां में फुल ऑन एक्शन फिल्म होने वाली है। मूवी में एक-एक एक्शन सीन रियल होने वाला है, जिसका दावा मेकर्स ने फिल्म के बीटीएस वीडियो में किया है।

बड़े मियां छोटे मियां का हाल ही में टीजर रिलीज किया गया था, जिसमें टाइगर श्रॉफ और अक्षय कुमार जबरदस्त एक्शन करते हुए नजर आए थे। वहीं, अब बीटीएस वीडियो बाहर आने के साथ ही ये बात भी सामने आ गई है कि फिल्म में मिसाइल गन चलाने से लेकर बम ब्लास्ट करने तक, एक-एक एक्शन सीन रियल है। यहां तक कि फाइट सीन भी एक्टर्स ने खुद किए है।

बड़े मियां छोटे मियां के बीटीएस वीडियो में फिल्म के प्रोड्यूसर जैकी भगनानी और वासु भगनानी बात करते हुए नजर आ रहे हैं। दोनों ने कहा कि फिल्म में जब अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ जैसे दो बड़े एक्शन स्टार्स हैं, तो फिल्म में एक्शन भी रियल होना चाहिए। वीडियो में देखा जा सकता है कि बम धमाकों से लेकर चौपर के साथ फिल्माए गए एक-एक एक्शन सीन रियल में शूट किए गए हैं।

बीमारियों से रहना है दूर तो साफ-सुथरी रखें रसोई...!

परिवार की अच्छी सेहत के लिए घर की रसोई का साफ होना बहुत जरूरी होता है। इसके अलावा रोज किचन को साफ करने से किसी मच्छर या कीड़े को पनपने का डर भी नहीं रहता। किचन के फर्श से लेकर स्लैब, स्टोव, माइक्रोवेव और नियमित काम आने वाली बाकी चीजों को साफ करना भी बहुत जरूरी होता है। आज हम आपको बताएंगे कि किचन की किन 5 चीजों को रोज साफ करना बहुत जरूरी होता है। इससे न सिर्फ आपकी किचन साफ रहेगी बल्कि इससे आप और आपका परिवार कई बीमारियों से भी बचा रहेगा।

1. किचन स्लैब की सफाई

किचन में खाना पकाने के बाद उसकी स्लैब को जरूर साफ करें। इसके लिए आप डिटर्जेंट या नींबू के रस का इस्तेमाल कर सकती हैं। इससे स्लैब पर रड़े दाग-धब्बे भी साफ हो जाएंगे और गंदगी भी नहीं फैलगी।

2. गैस स्टोव साफ करना

अक्सर महिलाएं गैस स्टोव को ऊपर से कपड़ से साफ कर देती है लेकिन इसे नीच से साफ करना भी बहुत जरूरी होता है। रोजाना गैस की अच्छी तरह सफाई करने गैस स्टोव के नीचे कीड़े मकौड़े नहीं आते और वह जल्दी खराब भी नहीं होता। इसके अलावा अगर खाना पकाते समय गैस पर कुछ गिर गया है तो उसे तुरंत साफ कर दें। इससे उसपर दाग नहीं पड़ेंगे।

3. माइक्रोवेव की सफाई

हफ्ते में कम से कम 2-3 बार माइक्रोवेव की सफाई करना बहुत जरूरी है। ऐसा न करने पर उसमें तेल के दाग रह जाते हैं, जो आसानी से नहीं निकलते। आप इसे साफ करने के लिए बेकिंग सोड़ा या नमक का इस्तेमाल कर सकती हैं।

4. सिंक करें साफ

बर्तन धोने के बाद सिंक की सफाई करना भी बहुत जरूरी होता है। इसे साफ करने के लिए आप सिंक में काला सिरका डालकर ब्रश से सफाई करें। इससे सिंक की बदबू भी चली जाएगी और वह चमकदार भी लगेगा।

5. बर्तनों की सफाई

अक्सर महिलाएं रात को खाना खाने के बाद बर्तन सिंक में ही रख देती है और उसे सुबह धोती हैं। मगर इससे बर्तन भी खराब होते हैं और सिंक पर भी दाग पड़ जाते हैं। इसलिए भोजन के बाद ही बर्तनों को धो लें।

इन्वेस्टमेंट बैंकर बनना चाहती थीं सई मांजरेकर

सलमान खान स्टारर फिल्म दबंग 3 से बॉलीवुड में डेब्यू करने वाली एक्ट्रेस सई एम मांजरेकर ने अपनी समग्र परवरिश के बारे में खुलासा करते हुए कहाकि वह पहले एक इन्वेस्टमेंट बैंकर बनना चाहती थीं। 2019 में एक्शन-कॉमेडी दबंग 3 से अपने एक्टिंग करियर की शुरुआत करने के बाद, एक्टर और फिल्म निर्माता महेश मांजरेकर की बेटी सई ने गनी, मेजर और स्कंदा जैसी फिल्में की हैं। सई ने कहा, मेरी मां (मेधा मांजरेकर) एक नेचुरोपैथी डॉक्टर हैं। पालन-पोषण के मामले में, उन्होंने मुझे बहुत ही सरल और अ'छी परवरिश दी है। मैं इससे बहुत खुश हूं। उनके लिए पढ़ाई ही सब कुछ थी। वह चाहती थी कि मैं अपनी पढ़ाई पूरी कर लूं, जो मैंने अभी तक पूरी नहीं की है। सई ने आगे कहा, मेरे पिता पूरी तरह से आर्टिस्टिक हैं, आप जो चाहते हैं वह करें, जो आपको पसंद है वह करें। और मैं एक समय एक इन्वेस्टमेंट बैंकर बनना चाहती था। इसलिए, मैं हमेशा स्कूल और ट्यूशन में रहती थी। पारिवारिक मूल्य मेरे लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं। सई वर्तमान में अपनी फिल्म कुछ खट्टा हो जाए की रिलीज की तैयारी कर रही हैं। इसमें गुरु रंधावा हैं, और फिल्म एक हल्की-फुल्की रोमांटिक-कॉमेडी है।

मॉइश्चराइजर का उपयोग करने से पहले जान लें ये 7 जरुरी बातें!

वैसे तो मॉइश्चराइजर का इस्तेमाल हर मौसम में होता है लेकिन सर्दियों में सबसे ज्यादा होता है। ठंड के मौसम में सबसे ज्यादा उपयोग किया जाने वाला ब्यूटी प्रोडक्ट मॉइश्चराइजर ही है। लेकिन क्या आप इसके उपयोग के बारे में जानते हैं ? मॉइश्चराइजर का उपयोग कैसे करना है और कहां-कहां करना है ? मॉइश्चराइजर का चुनाव करते समय किन बातों का ख्याल रखना चाहिए ? ये कुछ ऐसे सवाल हैं जिनके बारे में आपको जरूर जानना चाहिए।तो आइए जानते हैं मॉइश्चराइजर को उपयोग करने से पहले जानने वाली 7 बातें।

1. त्वचा की समस्या को ठीक करने के लिए सबसे पहले तो ब्यूटी प्रोडक्ट्स का सही चुनाव जरूरी होता है। हर इंसान की स्किन अलग होती है। अपनी स्किन के अनुसार ही मॉइश्चराइजर का उपयोग करें।

2. अगर आपकी त्वचा ऑयली है तो आपको ऑयल फ्री या सामान्य मॉइश्चराइजर लगाना चाहिए। अगर आपकी त्वचा ड्राय है तो ऑयल बेस्ड मऑइश्चराइजर का उपयोग करना चाहिए।

3. कब लगाना चाहिए मॉइश्चराइजर यह भी सबसे बड़ा सवाल है। ब्यूटी एक्सपर्ट्स के अनुसार जब भी त्वचा की सफाई करें तभी इसका उपयोग करना चाहिये। बिना त्वचा की सफाई के इसका उपयोग नुकसान पहुंचा सकता है।

4. त्वचा की गंदगी साफ किए बिना मॉइश्चराइजर कभी न लगाएं। गंदगी व मेली त्वचा पर मॉइश्चराइजर लगाने से पिंपल्स भी हो सकते हैं।

5. मॉइश्चराजर को अंगुलियों के पोरों की सहायता से डॉट्स में लगाएं, इसके बाद गोलाई में मसाज करते हुए लगाएं। इससे त्वचा को नरिशमेंट मिलेगा और ग्लो आएगा।

6. मॉइश्चराइजर में एसपीएफ प्रॉपर्टी होगी तो और भी अच्छा होगा यह आपको सन प्रोटेक्शन भी देगा।

7. मॉइश्चराइजर को सिर्फ चेहरे पर ही नहीं, गले, हाथ व पैरों पर भी लगाएं।

संजय लीला भंसाली की मोस्ट अवेटेड सीरीज हीरामंडी का फर्स्ट लुक रिवील

संजय लीला भंसाली बॉलीवुड के मोस्ट पॉपुलर डायरेक्टर हैं। उनकी लैविश फिल्मों का फैंस को बेसब्री से इंतजार रहता है। संजय अब ओटीटी पर भी अपनी मोस्ट अवेटेड सीरीज हीरामंडी से डेब्यू कर रहे हैं। इस सीरीज को लेकर फैंस में काफी एक्साइटमेंट है। ऐसे में मेकर्स ने मोस्ट अवेटेड नेटफ्लिक्स सीरीज़ 'हीरामंडीः द डायमंड बाज़ार का फर्स्ट लुक रिवील कर दिया है।

कलाकारों और निर्माताओं ने 'हीरामंडी' का पहला लुक जारी किया। यह उतना ही ग्रैंड, आकर्षक और ड्रामैटिक है जैसा कि संजय लीला भंसाली से उम्मीद की जाती है जो देवदास, बाजीराव मस्तानी और कई अन्य फिल्मों के लिए जाने जाते हैं। 'हीरामंडी' के साथ, संजय लीला भंसाली ने आजादी से पहले भारत में वेश्याओं के जीवन में प्यार और धोखे की कहानियों को अपने फ्लेवर के साथ बयां किया है। 'हीरामंडी' की पहली झलक ने दिखाया है कि कभी तवायफ भी रानी की तरह रहा करती थीं। इसके साथ इन तवायफों की महफिलों की शान-ओ-शौकत की झलक भी फर्स्ट लुक से मिल गई है।

वीडियो की शुरुआत में मनीषा कोइराला अजीब सी मुस्कान के साथ नजर आती हैं। इसके बाद अदिति राव का रॉयल लुक नजर आता है। सोनाक्षी सिन्हा चेहरे पर गुस्से के तमाम भाव लिए नजर आती हैं। 'हीरामंडी' बाजार की तवायफों की कहानी की पहली झलक सिहरन पैदा करती है। ये सीरीज 1940 के दशक के भारतीय स्वतंत्रता संग्राम की उथल-पुथल भरी पृष्ठभूमि पर आधारित वेश्याओं और उनके संरक्षकों की कहानियों के माध्यम से एक जिले हीरामंडी की सांस्कृतिक वास्तविकता को दिखाती है। इंस्टाग्राम पर फर्स्ट लुक शेयर करते हुए, नेटफ्लिक्स इंडिया ने कैप्शन में लिखा, यहां महान भारतीय निर्माता संजय लीला भंसाली की पहली सीरीज हीरामंडीः द डायमंड का फर्स्ट लुक है! पिछले साल सीरीज के मेकर संजय लीला भंसाली ने कहा था, हीरामंडी एक फिल्म निर्माता के रूप में मेरी जर्नी में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है। यह एक महाकाव्य, अपनी तरह की पहली सीरीज है जो लाहौर की वेश्याओं पर बेस्ड है। यह एक महत्वाकांक्षी, भव्य सीरीज है, इसलिए मैं इसे बनाने को लेकर घबराया हुआ हूं लेकिन उत्साहित भी हूं। मैं नेटफ्लिक्स के साथ अपनी साझेदारी और हीरामंडी को दुनिया भर के दर्शकों के सामने लाने के लिए एक्साइटेड हूं। सीरीज में मनीषा कोइराला, सोनाक्षी सिन्हा, अदिति राव हैदरी, ऋचा चड्ढा, शर्मिन सहगल और संजीदा शेख मुख्य भूमिका में हैं। शो की ऑफिशियल स्ट्रीमिंग डेट अभी अनाउंस नहीं की गई है। हालांकि, ये सीरीज 2024 में नेटफ्लिक्स पर आने की उम्मीद है।(आरएनएस)

काश मेरे भी मुनव्वर फारुकी जैसे प्रशंसक होते- ईशा मालवीय

बिग बॉस 17 खत्म हो चुका है, लेकिन शो के प्रतिभागी अब भी चर्चा में बने हुए हैं।घर के लोकप्रिय सदस्य घर से बाहर आने के बाद परिवार और प्रशंसकों से मिलकर खुश हैं तो वहीं उनके बयानों में बिग बॉस के घर की दिलचस्प बातें सामने आ रही हैं।शो की प्रतिभागी रह चुकीं ईशा मालवीय ने ऐसी ही कुछ बातों का खुलासा किया है। उन्होंने मुनव्वर फारूकी की जीत पर भी टिप्पणी की है। ईशा ने कहा, मुनव्वर भाई ने कुछ भी किया, मुझे नहीं पता, लेकिन मुनव्वर भाई अच्छे हैं, हमें पता है.. काश मेरे भी इतने कट्टर प्रशंसक होते, जो मेरी गलतियों पर भी पर्दा डालने के लिए तैयार रहते।अभिनेत्री ने सलमान खान के बारे में कहा, जब मुझे पहली बार उन्होंने फटकारा था, तब मुझे बहुत बुरा लगा था और मैं खूब रोई भी थी। यहां तक कि मैंने बिग बॉस छोडने् तक का मन बना लिया था। कॉमेडियन भारती सिंह के पॉडकास्ट में ईशा ने खुलासा किया कि बिग बॉस के घर में बाथरूम की छत पर एक माइक लगा रहता है।ऐसे में अगर कोई सदस्य अपना माइक उतारकर अंदर जाता है और अंदर रो रहा होता है या कुछ बोलता है तो उस माइक में वो सब रिकॉर्ड होता है।ईशा समेत कई प्रतिभागी वीकेंड का वार में डांट पडने् के बाद बाथरूम में रोए थे। उनका रोना और उनकी बातें दर्शकों तक पहुंची थीं। भारती ने ईशा को याद दिलाया कि कैसे करण जौहर से डांट पडने् के बाद वह खाने पर टूट पड़ी थीं।इस पर ईशा ने जवाब दिया, डांट पड़ गई पड़ गई, लेकिन खाना तो खाओगे। वीकेंड का वार पर खाने में चॉकलेट पेस्ट्री होती थी, मैं वो कैसे छोड़ सकती थी? ईशा ने आगे यह भी कहा कि अगर वह कुछ और आंसू बहातीं तो फिनाले में पहुंच सकती थीं। बीते रविवार बिग बॉस 17 के फिनाले में मुनव्वर विजेता बने और अभिषेक कुमार रनर अप रहे। घर से निकलने के बाद मुनव्वर का स्वागत करने के लिए प्रशंसकों का हुजूम उमड़ पड़ा।बिग बॉस में मुनव्वर अपने निजी रिश्तों को लेकर चर्चा में रहे ।ईशा का सफर भी कुछ ऐसा ही रही। शो में उनके साथ उनके बॉयफ्रेंड समर्थ और पूर्व बॉयफ्रेंड अभिषेक कुमार एक साथ मौजूद रहे और खूब ड्रामा हुआ।

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

योग या एक्सरसाइज करने के भी कुछ नियम होते हैं

बीमारियों से बचना है योग करें, किसी तरह की दिक्कत है तो योग करें, मन अशांत है योग कर लें ऐसी तमाम बातें हम योग के बारे में पढ़ते और सुनते आए हैं। क्या आपने कभी सोचा है कि योग करने के भी कुछ नियम होते हैं, जिन्हें ना करने से आपको फायदे की जगह उल्टा नुकसान उठाना पड़ सकता है। योग करने वाले और योग शुरू करने वाले हर इंसान को इन बातों का पता होना चाहिए। आज के आर्टिकल में हम आपको योग से जुड़ी कुछ बातें बताने जा रहे हैं, जिन्हें आपको ध्यान में रख कर इसे अपनाना चाहिए।

योग अपनी लाइफ स्टाइल को बेहतर बनाने के लिए एक अच्छा कदम है और इसे निरंतर करते रहने से शरीर कई बीमारियों से मुक्त रहता है। वैसे तो योग करना कोई रॉकेट साइंस नहीं है इसे कोई भी कर सकता है लेकिन फिर भी योग को करने के लिए कुछ खास बातों का ध्यान रखना पड़ता है।क्योंकि छोटी से छोटी क्रिया करने के लिए भी कुछ तो नियम अपनाए जाते हैं।

क्या करें क्या ना करें

हम आपको योग के तुरंत पहले योग के दौरान और योग के तुरंत बाद क्या नहीं करना चाहिए ये सब बताएंगे। ये काम आपके योग से होने वाले फायदों को कम कर देते हैं और आपकी अच्छी हेल्थ बनने में रुकावट का काम करते हैं तो आइए जानते हैं कौनसे हैं वे काम जिन्हें करने से आपको बचना चाहिए।

नहाने की गलती

योग करने से एक दम पहले और तुरंत बाद कभी नहीं नहाना चाहिए। योग करने से शरीर में जिस उर्जा का संचार होता है नहाने से वो ऊर्जा प्रभावित हो जाती है इसलिए विशेषज्ञय आम तौर पर यही सलाह देते हैं कि योग करने से कम से कम आधे घंटे पहले तक नहीं नहाना चाहिए और यही काम योग करने के बाद भी करना चाहिए। एक और कारण विशेषज्ञ यह भी मानते हैं कि योग करने से शरीर में कभी गर्माहट तो कभी ठंडक होती है और तुरंत नहाने से शरीर का तापमान बिगड़ सकता है।

शरीर पर दबाव डालना

योग करने के अलग अलग नियम होते हैं आप योग को अपने ऊपर बर्डन बना कर ना करें, जरुरी नहीं की आप पहली स्टेज से ही योग में परफेक्ट हो जाएं। इसलिए योग करते समय मन को शांत और शरीर को रिलेक्स मोड पर छोड़ देना चाहिए।

योग से पहले भोजन

योग से पहले खाना ना खाने की सलाह दी जाती है।ऐसा इसलिए क्योंकि भोजन करने से शरीर में पाचन क्रिया शुरु हो जाती है जिससे योग के किसी भी आसन पर बॉडी रेस्पॉन्स नहीं करती और शरीर अपनी सारी ऊर्जा भोजन पचाने में लगा देता है जिससे शरीर में फायदा होने की जगह नुकसान हो सकता है

सांस लेने में सतकर्ता बरतना

योग करते वक्त गहरी सांस लेनी चाहिए जिससे आप रिलेक्स हो सकें और ऑक्सीजन आपके शरीर के हर कोने में पहुंच सके। गहरी सांस कब लेनी है और कब छोडनी् है इन बातों का खास ख्याल रखा जाना चाहिए।

इस हालत में योग करने से बचें

जब शरीर थका हुआ हो तब योग करने से बचना चाहिए इसके अलावा बीमारी की हालत में भी योग नहीं करना चाहिए।महिलाओं को महावारी के समय कठिन योगसन करने से बचना चाहिए। किसी भी तरह के फ्रेक्चर की हालत में भी योग करने से बचना चाहिए। इसके अलावा किसी भी तरह के योगसन से पहले या योग शुरु करने से पहले विशेषज्ञ की सलाह जरूर लेनी चाहिए (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य - 71

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. कतार, क्रम, पांत 2. लज्जत, जायका 4. कारण, वजह 7. सुंदर प्रतीत होना, सुखद होना 8. घोड़े आदि का मल 9. अक्सर, ज्यादातर 10. चक्की में पीसना, मसलना, कुचलना 12. धनुष, फौजी टुकड़ी 13. आभूषण, जेवर 15. लहरों का चक्कर, जलावर्त, भ्रमर 17. बायां, विरुद्ध 18. गाना, नगमा 19. लाचार, विवश 22. नमन, प्रणाम 25. चौकी, थाना 26. इकरार, समझौता, ठेका 27. अधिकार होना, सामर्थ्य होना (मुहा.)।

ऊपर से नीचे

1. एक प्रदेश जिसकी राजधानी चंडीगढ़ है 2. हविर्दान के समय उच्चारित एक शब्द, भष्म 3. दन-दन करते हुए 5. बलशाली, बलवाला 6. परिवर्तित करना, पहले से भिन्न हो जाना 7. चांद, चंद्रमा, रजनीश 11. अप्रिय, अरुचिकर 14. मैं का बहुवचन 15. भंगेड़ी, भंग करने वाला, झाड़ू लगाने तथा मैला साफ करने वाला 16. मातृभूमि, स्वदेश 19. मक्खन, माखन 20. बुढ़ापा, धन, ज्वर 21. टालना, हटाना, बहाना करके हटाना 23. सीमा, हद 24. सौ का पाचंवा हिस्सा 25. घोड़े के पैरों में लगाने का लोहे का टुकड़ा, पौधे आदि का डंठल।

1		■	2	3	■	4	5	6
	■	7			■	■	8	
9			■	10		11	■	
■	■	12			■	13	14	
15	16		■	■	■	17		■
18		■	19	20			■	21
■	22	23			■	■	■	
■	■		■	■	24	■	25	
26			■	27				

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 70 का हल

वि	ज	य	■	ब	नि	या	■	दे
वा	■	ती	त	र	■	रा	जी	व
ह	मा	म	■	स	प	ना	■	ता
■	न	■	■	■	टा	■	■	■
दा	व	त	■	वि	ना	श	■	अ
य	■	ह	त्या	■	■	ह	र्जा	ना
रा	ह	त	■	न	ज	र	■	व
■	वा	■	■	■	मी	■	ना	श्य
दु	ला	रा	■	जा	न	की	■	क

फिल्म द केरला स्टोरी का प्रीमियर 16 फरवरी को जी5 पर होगा

साल 2० 23 की सबसे सफल फिल्मों में अदा शर्मा की फिल्म द केरल स्टोरी का नाम भी शामिल है। इस मूवी के जरिए अदा ने सिनेमाघरों में दर्शकों का भरपूर मनोरंजन किया। सिर्फ इतना ही नहीं कमाई के मामले भी बॉक्स ऑफिस पर द केरल स्टोरी ने अपनी अमिट छोड़ी और ब्लॉकबस्टर साबित हुई। इस बीच अब करीब एक साल के लंबे समय के बाद अदा शर्मा की द केरल स्टोरी ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज के लिए तैयार है। ऐसे में आइए जानते हैं कि कब और कहां इस मूवी ऑनलाइन स्ट्रीम किया जाएगा। पिछले साल 5 मई 2० 23 को डायरेक्टर सुदीप्तो सेन और निर्माता विपुल अमृतलाल शाह की फिल्म द केरल स्टोरी को बड़े पर्दे पर रिलीज किया गया। धर्मांतरण जैसे गंभीर मुद्दे की कहानी को दर्शाती इस मूवी को ऑडियंस और फिल्म क्रिटिक्स की तरफ से पॉजिटिव रिस्पॉन्स मिला और मूवी सफल रही। अगर अब तक आपने द केरल स्टोरी को नहीं देखा है तो अब आपके पास इसे देखना का खास मौका है। ओटीटी प्लेटफॉर्म जी5 की तरफ से इस बात का एलान कर दिया गया है कि रिलीज के 1० महीने के बाद आने वाली 16 फरवरी 2० 24 को द केरल स्टोरी की ऑनलाइन स्ट्रीमिंग की जाएगी। इस अनाउंसमेंट के बाद फैंस की एक्साइटमेंट काफी बढ़ गई है और हर कोई द केरल स्टोरी की ओटीटी रिलीज का बेसब्री से इंतजार करने लगा है। कम बजट में बनने वाली द केरल स्टोरी ने बॉक्स ऑफिस से लेकर वर्ल्डवाइड तक कमाई के मामले में धमाकेदार प्रदर्शन किया। बॉलीवुड हंगामा की रिपोर्ट के अनुसार इंडिया में अदा शर्मा की इस फिल्म ने नेट 242 करोड़ का कारोबार किया, जबकि दुनियाभर में द केरल स्टोरी करीब 3० 4 करोड़ का कलेक्शन करने में कामयाब रही। (आरएनएस)

बॉक्स ऑफिस पर ऋतिक रोशन की फाइटर की कमाई में गिरावट जारी

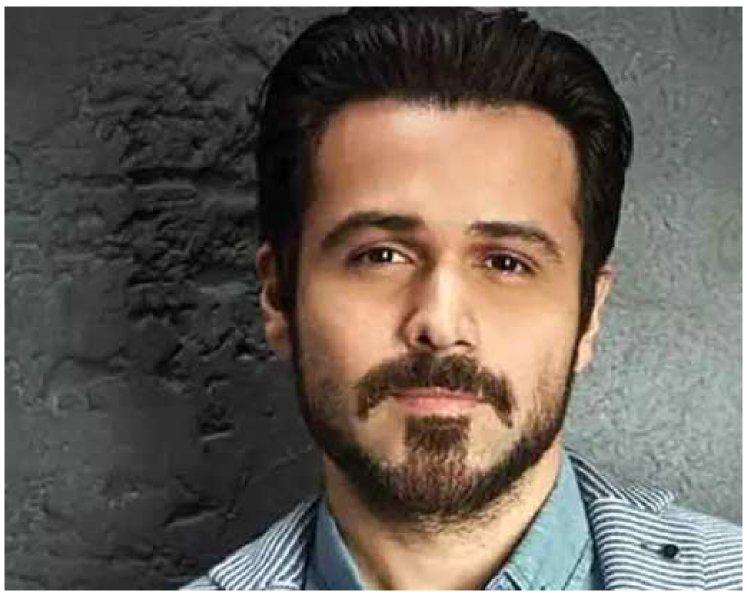
सिद्धार्थ आनंद गणतंत्र दिवस के खास मौके पर दर्शकों के लिए फाइटर लेकर हाजिर हुए थे।इस फिल्म में पहली बार ऋतिक रोशन और दीपिका पादुकोण की जोड़ी बनी है।देशभक्ति की भावना से भरपूर इस फिल्म की कहानी और तमाम कलाकारों की उम्दा अदाकारी ने दर्शकों का दिल जीत लिया है।फाइटर ने 22.5 करोड़ रुपये के साथ बॉक्स ऑफिस बेहतरीन शुरुआत की थी, लेकिन पिछले कुछ दिनों से फिल्म की रफ्तार सुस्त पड़ती नजर आई थी। दुनियाभर में यह फिल्म 312.85 करोड़ रुपये से अधिक कमा चुकी है।फिल्म में अनिल कपूर, संजीदा शेख, करण सिंह ग्रोवर और आशुतोष राणा जैसे सितारे भी हैं। फाइटर के बाद ऋतिक 2० 19 में आई फिल्म वॉर की दूसरी किस्त वॉर 2 में नजर आएंगे।यह फिल्म इसलिए भी खास है, क्योंकि इसके जरिए दक्षिण भारतीय सिनेमा के जाने-माने अभिनेता जूनियर एनटीआर बॉलीवुड में कदम रखने वाले हैं।इस फिल्म के निर्देशन की कमान अयान मुखर्जी को सौंपी गई है।यशराज फिल्म्स के स्पाई यूनिवर्स की यह फिल्म अगले साल 14 अगस्त को सिनेमाघरों का रुख करेगी। वॉर 2 यशराज फिल्म्स के स्पाई यूनिवर्स की छठी फिल्म है।

बॉक्स ऑफिस पर हनु मान की वर्ल्डवाइड कमाई 300 करोड़ के हुई पार

तेजा सज्जा स्टारर फिल्म 'हनु मान' ने बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचाया हुआ है. फिल्म को रिलीज हुए एक महीना होने वाला है और ये अब भी करोड़ों में कलेक्शन कर रही है. दिलचस्प बात ये है कि 'हनु मान' सिनेमाघरों में 12 जनवरी को महेश बाबू की गुंटूर कारम से लेकर विजय सेतुपति-कैटरीना कैफ स्टारर मैरी क्रिसमस सहित कई बड़ी फिल्मों के साथ रिलीज हुई थी. हालांकि 'हनु मान' इन सभी फिल्मों को पीछे छोड़ते हुए काफी आगे निकल गई. यहां तक कि ये फिल्म ऋतिक रोशन की फाइटर के आगे भी डटी हुई है और छप्परफाड़ कमाई कर रही है. चलिए यहां जानते हैं 'हनु मान' ने रिलीज के 27वें दिन कितने नोट छापे हैं. 'हनु मान' की ललकार से बॉक्स ऑफिस गूंज रहा है.इस फिल्म को दर्शकों ने बेहद पसंद किया है और इसी के साथ 'हनु मान' पर नोटों की इतनी बारिश हुई है कि इसने अपने बजट से कई गुना कमाई कर मेकर्स को मालामाल कर दिया है. 'हनु मान' ने महज 8 करोड़ से खाता खोला था लेकिन इसके बाद इसने वो रफ्तार पकड़ी कि ये फिल्म चौथे हफ्ते में भी करोड़ों का कारोबार कर रही है. 'हनु मान' की कमाई की बात करें तो इस फिल्म ने रिलीज के पहले हफ्ते में 89.8 करोड़ का कलेक्शन किया था. वहीं दूसरे हफ्ते में 'हनु मान' ने 6० .6 करोड़ बटोरे और तीसरे हफ्ते फिल्म का कलेक्शन 29.95 करोड़ रुपये रहा. वहीं रिलीज के चौथे मंडे फिल्म ने 1.28 करोड़ की कमाई की और चौथे मंगलवार 'हनु मान' का कलेक्शन 1.2 करोड़ रुपये रहा. वहीं अब फिल्म की रिलीज के 27वें दिन यानी चौथे बुधवार की कमाई के शुरुआती आंकड़े आ गए हैं.रिपोर्ट के मुताबिक 'हनु मान' ने रिलीज के चौथे बुधवार यानी 27वें दिन ० .9० करोड़ की कमाई की है. इसी के साथ 'हनु मान' के 27 दिनों का कुल कलेक्शन अब 192.० 3 करोड़ रुपये हो गया है.

'हनु मान' का जादू देश ही नहीं पूरी दुनिया पर छाया हुआ है. फिल्म का क्रेज चौथे हफ्ते में भी ऑडियंस के सिर चढ़?र बोल रहा है. वहीं मनोबाला विजयबालन ने 'हनु मान' की वर्ल्डवाइड कमाई के आकंडे अपने एक्स अकाउंट पर शेयर किए हैं. इसके मुताबिक 'हनु मान' ने रिलीज के 27 दिनों में 3० ० करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया है. फिल्म की कुल कमाई अब 3० 2.55 करोड़ रुपये रही है.(आरएनएस)

गुडाचारी 2 में हुई इमरान हाशमी की एंट्री ?



अभिनेता इमरान हाशमी टाइगर 3 के बाद से लगातार सुर्खियों में छाए हुए हैं। वाईआरएफ स्पाई यूनिवर्स की फिल्म में अभिनेता विलेन के किरदार में नजर आए, जिसमें उनके अभिनय को दर्शकों ने खूब सराहा। बीते दिनों खबर आई थी कि वे डॉन 3 में हिस्सा रहेंगे। वहीं, अब अभिनेता से जुड़ी एक और खबर सामने आई है। रिपोर्ट्स के मुताबिक, इमरान अदिवी शेष की फिल्म गुडाचारी 2 में काम करेंगे। इस खबर के सामने आने के बाद उनके फैंस अदिवी के साथ बड़े पर्दे पर देखने के लिए उत्साहित हैं।

रिपोर्ट्स के मुताबिक, गुडाचारी 2 के निर्माता टाइगर 3 में उनके खलनायक के किरदार से काफी प्रभावित हुए हैं। जिसके बाद फिल्म के निर्माता जी 2 के लिए इमरान के साथ सहयोग करना चाह रहे हैं। हालांकि, इमरान की जी2 के निर्माताओं के साथ बातचीत के बारे में कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है। गुडाचारी 2 में अदिवी शेष के अलावा बनिता संधू भी मुख्य भूमिका में नजर आएंगी।

गुडाचारी 2 देश की सबसे बड़ी जासूसी फ्रेंचाइजी में से एक है। फिल्म की शूटिंग पिछले साल हैदराबाद में शुरू हुई थी। इसके लिए पांच मंजिला ग्लास सेट का निर्माण किया गया था। बताया जा रहा है कि इस फिल्म की शूटिंग विदेश में भी की गई है। इस फिल्म का निर्माण टीजी विश्व प्रसाद और अभिषेक अग्रवाल ने किया है। वहीं, अभिषेक अग्रवाल आर्ट्स आर के एंटरटेनमेंट के बैनर तले बनाई जा रही है। इस फिल्म का निर्देशन विनय कुमार सिरिगिनेडी कर रहे हैं।

फिल्म गुडाचारी ने 2० 18 में दर्शकों का खूब मनोरंजन किया था। इस फिल्म में अभिनेता अदिवी शेष मुख्य भूमिका में थे। इस पैन इंडिया फिल्म की सफलता के बाद दर्शकों ने निर्माताओं से दूसरे पार्ट बनाने की मांग उठाई, जिसके बाद निर्माताओं ने इसका दूसरा पार्ट बनाने की घोषणा की। बता दें कि जी2 फिल्म की कहानी वहीं से शुरू होगी, जहां गुडाचारी ने कहानी छोड़ी थी, जिसमें गोपी उर्फ एजेंट 116 बर्फीले इलाके में दुश्मन का सामना करेगा। जासूसी थ्रिलर के पहले लुक में अदिवी शेष को एक्शन से भरपूर अवतार में देखा गया और प्रशंसकों द्वारा इसे खूब सराहा गया।

इमरान हाशमी के वर्कफ्रंट की बात करें तो अभिनेता वर्ष 2० 23 में रिलीज हुई फिल्म टाइगर 3 में नजर आए थे। आगामी प्रोजेक्ट के बारे में बात करें, तो अभिनेता जल्द ही पवन कल्याण स्टारर ओजी में नजर आएंगे। इस फिल्म से इमरान हाशमी तेलुगु इंडस्ट्री में अपना डेब्यू करने जा रहे हैं। यह फिल्म एक गैंगस्टर ड्रामा है, जिसका निर्देशन साहू द्वारा किया जाएगा। फिल्म में इमरान हाशमी निगेटिव किरदार में दिखाई देने वाले हैं। रिपोर्ट्स के अनुसार, इमरान हाशमी निर्माता फरहान अख्तर की आगामी फिल्म डॉन 3 में खलनायक की भूमिका निभाएंगे। (आरएनएस)

प्रेग्नेंसी के बाद रुबीना दिलैक ने साड़ी में फोटो की शेयर कर फ्लॉन्ट की फिगर

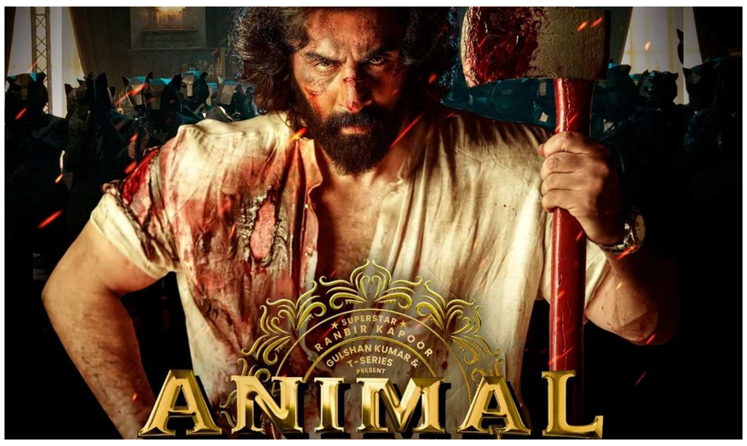
रुबीना दिलैक छोटे पर्दे की पॉपुलर एक्ट्रेस हैं। बीते साल रुबीना जुड़वा बेटियों की मां बनी है। बेटियों के साथ बिजी एक्ट्रेस कुछ समय अपने और अपने फैंस के लिए भी निकाल लेती है। हाल में उन्होंने अपनी खूबसूरत तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर की, जिसके बाद लोगों ने उन्हें बुरी तरह से ट्रोल कर दिया है।

इन लेटेस्ट फोटोज में एक्ट्रेस ऑरेंज साड़ी में नजर आ रही हैं। वह जमकर अपने फिगर को फ्लॉन्ट करती दिखाई दीं, लेकिन मां बनने के बाद रुबीना दिलैक के बढ़ते हुए वजन का सोशल मीडिया पर कुछ लोग खूब मजाक बना रहे हैं। उनकी जमकर बॉडी शेमिंग की जा रही है।

रुबीना दिलैक ने अपने ऑफिशियल इंस्टाग्राम हैंडल पर साड़ी में फोटो शेयर की थी। इन तस्वीरों में वह बेहद खूबसूरत लग रही थीं। एक्ट्रेस ने एक से बढ?र एक पोज दिए थे। लेकिन कुछ लोगों को एक्ट्रेस का अंदाज बिल्कुल भी पसंद नहीं आया है। उन्होंने एक्ट्रेस की तुलना भोजपुरी हिरोइन्स से कर दी है।

एक तरफ जहां कुछ लोगों ने रुबीना की खूबसूरती की तारीफ की, तो वहीं दूसरी तरफ कुछ लोगों ने उनका मजाक बनाया। एक यूजर ने लिखा कि- बिल्कुल आंटी की तरह लग रही है। दूसरे ने लिखा है- भोजपुरी फिल्मों की बी ग्रेड हीरोइन की तरह दिख रही है। अन्य यूजर ने लिखा- क्या आप हर समय प्रेग्नेंट रहती हैं।

रणबीर की सुपरहिट फिल्म एनिमल अंग्रेजी भाषा में भी हुई रिलीज



रणबीर कपूर, रश्मिका मंदाना और अनिल कपूर की फिल्म एनिमल 2० 23 की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्मों में से एक थी।संदीप रेड्डी वांगा के निर्देशन में बनी इस फिल्म ने भारतीय बॉक्स ऑफिस पर 556.31 करोड़ रुपये का कारोबार किया था।गणतंत्र दिवस के मौके पर एनिमल हिंदी के साथ तमिल, तेलुगु, मलयालम और कन्नड़ भाषाओं में नेटफ्लिक्स पर रिलीज हुई थी।अब इस फिल्म को आप इन पांच भाषाओं के अलावा अंग्रेजी में भी देख सकते हैं।

यूं तो फिल्म में मुख्य भूमिका में रणबीर कपूर ही है, लेकिन अभिनेता ने इसके अंग्रेजी संस्करण के लिए डब नहीं किया है।फिल्म के अंग्रेजी संस्करण में रणबीर के किरदार को आवाज लोकप्रिय टीवी अभिनेता नकुल मेहता ने दी है।

नकुल ने अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर एक वीडियो साझा कर इस बात का खुलासा किया कि एनिमल के अंग्रेजी संस्करण में रणविजय (रणबीर) के किरदार को उन्होंने आवाज दी है।नकुल ने साझा किया कि उन्होंने फिल्म के लिए डबिंग में लगभग 2 हफ्ते बिताए। वीडियो में अभिनेता और उनकी पत्नी जानकी टीवी पर एनिमल देखकर खुशी से झूमते नजर आ रहे हैं।उन्हें यह कहते हुए सुना जा सकता है कि वह एनिमल का हिस्सा बनकर बहुत खुश हैं।

एनिमल की सफलता के बाद अब दर्शक एनिमल पार्क का इंतजार कर रहे हैं, जिसमें रणबीर का खूंखार अवतार देखने को मिलेगा।रणबीर के खाते से नितेश तिवारी की फिल्म रामायण भी जुड़ी है।इसके अलावा रणबीर ने हाल ही में अपनी नई फिल्म का ऐलान किया था, जिसका नाम लव एंड वॉर रखा गया है।इसमें वह आलिया भट्ट और विक्की कौशल के साथ दिखाई देंगे। इस फिल्म के निर्देशन का जिम्मा संजय लीला भंसाली ने संभाला है।

अवैध रूप से चल रही पटाखा फैक्ट्री !

कीर्ति राणा

हरदा में अवैध तरीके से चल रही पटाखा फैक्ट्री में लगी आग से हुई तबाही में यह प्रश्न गौण हो गया है कि कितने लोग असमय मौत का शिकार हुए? हरदा ही नहीं, देश के लोगों को यह पूछने का हक है कि सालों से यह फैक्ट्री वो भी बीच रहवासी क्षेत्र में चल कैसे रही थी? जांच समिति बना ही दी है, जब किसी मामले में सरकार ऐसी समिति गठन में तत्परता दिखाए तो आमजन याद करने लगता है कि जनहानि वाले मामलों को लेकर पहले जो जांच समितियां गठित की गईं, उनकी फाइलों ने फैसले उगले भी या नहीं! गुना बस हादसे में कलेक्टर, एसपी पर गाज गिरी थी। आज मुख्यमंत्री हरदा गए थे। कलेक्टर,एसपी को हटाकर उन्होंने अपनी सरकार पर लगे दाग धोने की तत्परता दिखाने का प्रयास किया है पर क्या कार्रवाई पर्याप्त है..?

हरदा की आग में जिन निर्दोषों की बलि चढ़ गई, उनके परिवारों को न तो फैक्ट्री मालिक राजेश अग्रवाल और दिनेश की गिरफ्तारी से संतोष मिलेगा और न ही मुआवजे की राशि उनके आंसू पोंछ पाएगी। इसी फैक्ट्री में पहले भी हुए विस्फोट में दो लोगों की जान जा चुकी हैइसके बाद भी फैक्ट्री अगर चल रही थी तो दोषी प्रशासनिक अधिकारी भी हैं, क्योंकि राजनीतिक, प्रशासनिक संरक्षण बिना इतनी ढील देना संभव ही नहीं है।

मप्र में पटाखों, बारुद से विस्फोट की यह पहली घटना नहीं है। मुरैना, राऊ में पटाखा फैक्ट्री में विस्फोट में हुई मौतें, पेटलावद में 7 दर्जन से अधिक निर्दोषों के चीथड़ों की पोटलियों वाले लोमहर्षक दृश्य और जांच समिति की घोषणा लोग भूले नहीं हैं। इससे पहले बालाघाट में 29 और दमोह 7 लोगों की मौत भी ऐसे ही धमाकों में हो चुकी है। इन सारे विस्फोट के बाद अब यदि लोगों को यह लगने लगे कि 18 वर्ष के बाद बस सीएम बदले हैं, लापरवाही का र्ढा वैसा ही चल रहा है तो ताज्जुब नहीं होना चाहिए। अब जो होगा, वह भी लोगों को पता है। गुना बस हादसे के बाद जिस तरह बसों की चैकिंग का अभियान चला था, वैसे ही इंदौर, भोपाल, दमोह, बालाघाट, हरदा आदि शहरों में पटाखा निर्माताओं, दुकानदारों के खिलाफ 'सख्ती पखवाड़ा' चलाकर लापरवाही की आग पर फोम डाल दिया जाएगा।

जिम्मेदार अधिकारियों पर कार्रवाई तो होनी ही चाहिए, लेकिन दंडित किए जाने से पहले इन अधिकारियों से बंद कमरे में ही सही, सरकार पुचकार के यह भी तो पूछ ले कि हरदा के पूर्व विधायक कमल पटेल हों या बैतूल के सांसद दुर्गादास उईके, इन जनप्रतिनिधियों या इनके पट्ठों ने वर्षों से संचालित हो रही अवैध पटाखा फैक्ट्री के सरगनाओं को संरक्षण क्यों दे रखा था? ढाई एकड़ में फैली फैक्ट्री के अलावा आसपास के पचास घरों में कुटीर उद्योग के रूप में हो रहे पटाखों के निर्माण से जिला प्रशासन क्यों मुंह फेरे रहा? पटाखा फैक्ट्री मालिकों के घरों पर बुलडोजर चलाए जाने की सख्ती तो सरकार दिखाएगी ही, लेकिन इन्हें संरक्षण पूर्व सीएम के प्रिय जनप्रतिनिधियों के साथ ही इस सरकार में ठसक दिखाने वाले हरदा-बैतूल के जनप्रतिनिधियों से भी मिलता रहा है। सख्त फैसले लेकर खुद को पिछली सरकार से बेहतर दिखाने की कोशिश में लगे डॉ. मोहन यादव को पटाखा फैक्ट्री के संचालकों को संरक्षण देने वाले नेताओं-अधिकारियों के घरों पर भी बुलडोजर चलाने का साहस दिखाना चाहिए।

हरदा पटाखा फैक्ट्री को 2० 22 में कलेक्टर ऋषि गर्ग ने सील करने के आदेश जारी किए थे। सरकार को तत्कालीन संभागायुक्त मालसिंह भायडि? से भी पूछना चाहिए कि ऐसी क्या मजबूरी रही कि इस आदेश के विरुद्ध स्टे क्यों दिया? विस्फोट पीड़ित लोगों के आंसू बयां कर रहे हैं कि शिकायत करते रहने के बाद भी अधिकारियों ने कार्रवाई नहीं की। ऐसी क्या मजबूरी थी कि ट्रकों से बारुद आता रहा और पुलिस प्रशासन मुस्तैदी दिखाने की अपेक्षा मैत्री-भाव दर्शाता रहा। जिला प्रशासन की आंखों पर भी पोलिटिकल प्रेशर की पट्टी बंधी रही। हरदा हादसे का कारण बने प्रशासनिक अधिकारियों पर भी सरकार ऐसी कार्रवाई करे कि बाकी जिलों के अधिकारियों को भी समझ आ जाए कि बदले हुए निजाम में अब ढील-पोल नहीं चलेगी।

सू- दोकू क्र.71

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.70 का हल

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

परिणीति चोपड़ा का समर्थन न मिलने पर मन्नारा ने तोड़ी चुप्पी

मन्नारा चोपड़ा ने बेशक बिग बॉस 17 का खिताब नहीं जीता हो, लेकिन उन्होंने अपने शानदार खेल से दर्शकों के दिल में खास जगह बनाई है। इस शो में वह दूसरे स्थान पर रहींबिग बॉस 17 की यात्रा में मन्नारा को बहन प्रियंका चोपड़ा का समर्थन मिला था, जिसके लिए उन्होंने अभिनेत्री का शुक्रिया अदा भी किया। हालांकि, दूसरी बहन परिणीति चोपड़ा का मन्नारा को कोई साथ नहीं मिला। अब इस मुद्दे पर मन्नारा ने चुप्पी तोड़ी है। परिणीति के समर्थन न करने को लेकर जब मन्नारा से सवाल किया गया तो उन्होंने कहा, मुझे किसी से कोई गिला-शिकवा नहीं है। मेरे परिवार का मुझे बहुत प्यार मिलाउन्होंने आगे कहा, मुझे कल परिणीति का मैसेज आया था। उन्होंने लंबा-चौड़ा संदेश लिख मुझे बधाई दी। मैं भी परिणीति को शुभकामनाएं देना चाहती हूं, क्योंकि उन्होंने हाल ही में जीवन में अपने नए अध्याय की शुरुआत की है। मन्नारा जानी-मानी बॉलीवुड अभिनेत्री और मॉडल हैं। उन्होंने 2०14 की फिल्म जिद से बॉलीवुड में कदम रखा थावह कई दक्षिण भारतीय फिल्मों में नजर आ चुकी हैं। पिछले साल वह ऑल्ट बालाजी के शो भूतमाते में नजर आई थींबिग बॉस 17 में प्रवेश करने के बाद मन्नारा ने साफ कह दिया था कि वह अपनी मशहूर बहनों का नाम इस्तेमाल नहीं करना चाहती हैं।

केजरीवाल को किसने दिया था प्रस्ताव

दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने पिछले दिनों अपनी पार्टी के एक प्रदर्शन में कई बार दोहराया कि भाजपा चाहती है कि वे उनके साथ चले जाएं यानी भाजपा में शामिल हो जाएं। केजरीवाल ने दावा किया कि उनको बार बार भाजपा में शामिल होने का प्रस्ताव दिया जा रहा है और कहा जा रहा है कि अगर वे भाजपा में शामिल हो जाएं तो सारे मामले खत्म कर दिए जाएंगे। यही बात कुछ समय पहले उन्होंने अपने उप मुख्यमंत्री रहे मनीष सिसोदिया के लिए भी कही थी। पार्टी के प्रदर्शन में केजरीवाल ने कई बार यह भी कहा कि वे किसी हाल में भाजपा में नहीं जाएंगे। इससे पहले उनकी पार्टी ने आरोप लगाया कि उसके सात विधायकों को 25-25 करोड़ रुपए का प्रस्ताव दिया गया था।

सवाल है कि केजरीवाल को भाजपा में शामिल होने का प्रस्ताव किसने दिया है? किसने उनसे बात की है? क्या भाजपा के किसी नेता ने उनसे कहा कि वे पार्टी में शामिल हो जाएं या राष्ट्रीय स्वंयसेवक संघ के किसी व्यक्ति से उनकी बात हुई है? क्या किसी कारोबारी ने उनसे संपर्क किया और कहा कि भाजपा में शामिल हो जाएं या किसी केंद्रीय जांच एजेंसी के अधिकारी ने कहा? अगर सचमुच किसी ने केजरीवाल को भाजपा में शामिल होने का प्रस्ताव दिया है तो इससे बेहतर मौका क्या हो सकता है कि भाजपा को एक्सपोज करने का। वे क्यों नहीं लोगों को बता दे रहे हैं कि अमुक व्यक्ति ने संपर्क किया था? वे कोई फोन नंबर ही शेयर कर सकते हैं कि इस नंबर से उनको फोन आया था। उनके विधायकों को पैसे के ऑफर देने के मामले में तो दिल्ली पुलिस की अपराध शाखा पीछे पड़ कर ऑफर देने वाले का नाम और फोन नंबर मांग रही है लेकिन केजरीवाल और उनकी पार्टी आरोप लगा कर चुप बैठे हैं।(आरएनएस)

फिर भी निशाना कांग्रेस!

दोनों सदनों में मोदी के भाषण का सार रहा कि कांग्रेस भले आज बेहद कमजोर हो और कुछ बौद्धिक क्षेत्रों को छोड़ कर नेहरू की विरासत को शायद ही कहीं याद किया जाता हो, लेकिन भाजपा अब भी इन दोनों को ही अपनी प्रमुख चुनौती मानती है।

राष्ट्रपति के अभिभाषण पर हुई चर्चा का जवाब देते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दोनों सदनों में निशाने पर कांग्रेस को रखा। पार्टी को गुजरे जमाने की कहानी बताया। राहुल गांधी और मल्लिकार्जुन खड़गे जैसे नेताओं का मखौल भी उड़ाया। मोदी की इस शैली को अनेक लोग संसदीय मर्यादा के अनुरूप नहीं मानते। लेकिन अब उनकी इस शैली से देश भलि-भांति परिचित हो चुका है।

यह अपेक्षा अब शायद ही किसी को रहती होगी कि कम-से-कम संसद में बोलते वक्त नरेंद्र मोदी देश के प्रधानमंत्री के अनुरूप बोलेंगे। इसलिए इस बिंदु को छोड़ते हुए उन्होंने जो कहा, उसके मतलब समझने पर लोग अब अधिक ध्यान देते हैं। इस बार दोनों सदनों में दिए उनके भाषण का सार रहा कि कांग्रेस भले आज बेहद कमजोर हो चुकी हो और कुछ बौद्धिक क्षेत्रों को छोड़ कर जवाहर लाल नेहरू की विरासत को शायद ही कहीं याद किया जाता हो, लेकिन भारतीय जनता पार्टी (और संभवतः उसके मातृ संगठन आरएसएस) की नजर में अब भी ये दोनों को ही उसके लिए प्रमुख राजनीतिक चुनौती हैं। यह बात उसके व्यवहार में भी झलकती है।

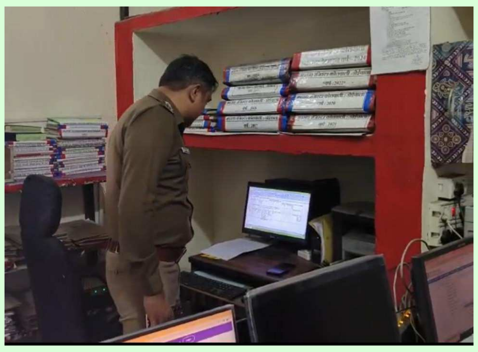
2० 22-23 में राहुल गांधी ने भारत जोड़ो यात्रा के दौरान 'नफरत के बाज़ार में मोहब्बत की दुकान' की जो उपमा उछाली, उससे बने प्रभाव को भाजपा ने पूरी गंभीरता से लिया। खुद राहुल गांधी ने भले उस कथानक को बीच में छोड़ दिया, लेकिन भाजपा ऐसे प्रयासों से उत्पन्न हो सकने वाली चुनौती को बेहतर समझती है। इसीलिए इस बार जब गांधी ने 'भारत जोड़ो न्याय यात्रा' शुरू की, तो शुरू से ही उसकी चमक फीकी करने की रणनीति पर वह आगे बढ़ी है। इसके लिए, कांग्रेस/इंडिया गठबंधन से पाला-बदल कराने का तरीका अपनाया गया है। मुरली देवड़ा और नीतीश कुमार इसकी मिसालें हैं। और इसी क्रम में राहुल की यात्रा के उत्तर प्रदेश में प्रवेश से ठीक पहले जयंत चौधरी के पाला-बदल के कयास को भी मीडिया में उछाला गया है। प्रधानमंत्री ने जिस तरह कांग्रेस और उसके नेताओं पर तीखा हमला बोला और उन्हें मजाक का पात्र बनाने की कोशिश की, शायद वह भी भाजपा की इसी सुविचारित रणनीति का संकेत है।(आरएनएस)

एसएसपी ने किया कोतवाली डोईवाला का आकस्मिक निरीक्षण

सवेदनशील स्थानों पर सीसीटीवी कैमरे लगवाने के दिये निर्देश

संवाददाता

देहरादून। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह ने डोईवाला कोतवाली का आकसिम्क निरीक्षण कर संवेदनशील स्थानों पर सीसीटीवी कैमरे लगवाने सहित कई अन्य दिशा निर्देश दिये। आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह द्वारा कोतवाली डोईवाला का आकास्मिक निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह द्वारा थाना कार्यालय में रखे अभिलेखों का अवलोकन कर सीसीटीएनएस के तहत किये जा रहे कार्यो के संबंध में जानकारी प्राप्त की गई, साथ ही सीसीटीएनएस के तहत किये जा रहे सभी कार्यो को अद्यावधिक रखने के निर्देश दिए गए। थाना परिसर में खडे लावारित/माल मुकदमाती वाहनों के सम्बंध में जानकारी प्राप्त करते हुए एसएसपी द्वारा उनके शीघ्र निस्तारण के निर्देश दिये गये। इसके अतिरिक्त थाना क्षेत्र में लगे सीसीटीवी कैमरो के सम्बंध में जानकारी



प्राप्त करते हुए अपराध की दृष्टि से संवेदनशील स्थानो को चिन्हित कर उक्त स्थानों पर सीसीटीवी कैमरे लगवाने के निर्देश दिये गये तथा आमजन व व्यापारी वर्ग को भी सीसीटीवी कैमरो की महत्वता से अवगत कराते हुए उन्हें भी अपने सस्थानों/घरो में सीसीटीवी कैमरे लगवाने के लिये प्रोत्साहित करने हेतु अवगत कराया गया। थाना परिसर में अधिकारी/कर्मचारियों के लिए बनी बैरकों, आवासो तथा भोजनालय के निरीक्षण के दौरान एसएसपी द्वारा उनके रखरखाव पर विशेष ध्यान देने तथा साफ सफाई की व्यवस्था दुरुस्त रखने के निर्देश दिये गए, साथ ही प्रभारी निरीक्षक डोईवाला को सप्ताह में कम से कम एक बार थाना परिसर व थाने में रखे शस्त्रों की सफाई करवाने हेतु निर्देशित किया गया। आगामी लोक सभा निर्वाचन के दृष्टिगत एसएसपी देहरादून द्वारा थाना क्षेत्रान्तर्गत संदिग्ध व्यक्तियों/गतिविधियों पर सतर्क दृष्टि बनाये रखते हुए अराजक तत्वों के विरूद्व प्रभावी निरोधात्मक कार्यवाही करने के निर्देश दिये गये।

मारपीट में दोनों तरफ से मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। मारपीट के मामले में पुलिस ने दोनों पक्षों का मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार कौलागढ निवासी रिजवान ने रमेश व अन्यों के खिलाफ बल्लूपुर चौक पर रास्ता रोककर मारपीट करने का मुकदमा दर्ज कराया। वहीं दूसरी तरफ से विजय पार्क एक्सटेंशन निवासी सागर चहल ने दानिश, रिजवान, चिराग, सलमान व अन्य के खिलाफ मारपीट कर जान से मारने की धमकी देने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने दोनों पक्षों का मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

कांग्रेसियों ने किया वशिष्ठ का स्वागत

संवाददाता

देहरादून। कतर से सकुशल वापस आये पूर्व नेवी अधिकारी सौरभ वशिष्ठ का पूर्व कैबिनेट मंत्री दिनेश अग्रवाल व पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा व अन्य कांग्रेसी नेताओं ने फूल मालाएं पहनाकर स्वागत किया। आज यहां पूर्व कैबिनेट मंत्री दिनेश अग्रवाल, पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा ने वार्ड 78 के पार्षद रमेश कुमार मंगू के साथ टर्नर रोड निवासी पूर्व नेवी अधिकारी कैप्टन सौरभ वशिष्ठ कतर देश से सकुशल अपने घर आने पर साथी पार्षदों के साथ उनके आवास पर जाकर शॉल ओढ़ाकर एवं पुष्प गुच्छ भेंट कर स्वागत किया। पूर्व कैबिनेट मंत्री दिनेश अग्रवाल और पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा ने उनके परिजनों से मिलकर उन्हें बधाई दी। इस अवसर पर पार्षद राजेश परमार, पूर्व प्रधान वीरेंद्र सिंह, पीयूष गौड़ एवं सुभाष धस्माना ने भी पूर्व नेवी अधिकारी को माला पहनाकर बधाई दी।।

दून में ही आयोजित होगा बजट..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

झंडी दे दी है तथा राज्य के 50 मेधावी छात्रों को 50 हजार की स्कॉलरशिप देने और स्वास्थ्य विभाग में 161 टेक्नीशियन के पद सृजित करने, भाषा संस्थान में गढ़वाली, उर्दू, हिंदी व जौनसारी के 41 पद सृजित करने और आयुष में 82 पद सृजित करने की मंजूरी सहित कई महत्वपूर्ण फैसले किए गए हैं।

22 सूत्री मांगों को लेकर ट्रेड यूनियन का 16 फरवरी को हड़ताल का ऐलान

संवाददाता

देहरादून। पूर्व कैबिनेट मंत्री व इंटक के प्रदेश अध्यक्ष हीरा सिंह बिष्ट ने कहा कि केन्द्र सरकार की जन विरोधी नीतियों के खिलाफ 16 फरवरी को होने वाली हड़ताल के माध्यम से राष्ट्रपति से मांग करेंगे कि इन मजदूर, किसान व जनविरोध ी फैसलों को तत्काल वापस लेने हेतु केन्द्र सरकार को निर्देशित करें।

आज यहां प्रेस क्लब में पत्रकारों से वार्ता करते हुए बिष्ट ने कहा कि केन्द्र की मोदी सरकार व उत्तराखण्ड सरकार मेहनतकश लोगों के जीवन और आजीविका पर बर्बर हमले कर रही है और विभिन्न कानूनों, अध्यादेशों और नीतिगत अभियानों के माध्यम से आक्रमक रूप से श्रमिक विरोधी-किसान विरोधी और जन विरोधी कदम उठा रही है। यह सरकार राजव्यवस्था और संवैधानिक संस्थाओं का साम्प्रदायिकरण कर रही है तथा योन उत्पीडन के दोषियों के आरोपी अपराधियों को बेशर्मी से बचा रही है। उन्होंने कहा कि कानून व व्यवस्था पर से लोगों का भरोसा उठता जा रहा है। विपक्षी 146 सांसदों को निलम्बित कर सरकार के द्वारा हाल ही में चालकों व जन विरोधी काला कानून मोटर वाहन अधिनियम 2023 को संसद में विपक्ष की अनुपस्थिति में पारित किया गया है जिसके तहत दुर्घटना के पश्चात सात साल की सजा व दस लाख रूपये जुर्माना होगा जिसका सर्वत्र विरोध किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि इस सरकार के द्वारा करोना काल में जब दुनिया में त्राही-त्राही मची थी 2020 में आपदा को अवसर में बदलते हुए 44 श्रम कानूनों में से 29 श्रम कानूनों को समाप्त किया गया तथा मालिकों व पूंजीपतियों के हितों में चार श्रम संहिताएं बनायी गयी है। जिससे मजदूर वर्ग को गुलामी की ओर धकेला जा रहा है। उन्होंने कहा कि सरकार के द्वारा सार्वजनिक सम्पत्तियों को बडी ही चालाकी से पूंजीपतियों को कौडी के भाव से बेच रही है। उन्होंने कहा कि 16 फरवरी को होने वाली हडताल के माध्यम से राष्ट्रपति से मांग करेंगे कि इन मजदूर, किसान व जनविरोधी फैसलों को तत्काल वापस लेने हेतु केन्द्र सरकार को निर्देशित करें। प्रेस वार्ता में महेन्द्र जखमोला, अशोक शर्मा, लेखराज आदि मौजूद थे।

बसंत पंचमी में मंदिरों में हुई विशेष पूजा अर्चना

संवाददाता

देहरादून। बसंत पंचमी के अवसर पर दून के विभिन्न मंदिरों में विशेष पूजा अर्चना कर प्रसाद वितरण किया गया।

आज यहां बसंत पंचमी के अवसर पर शहर के विभिन्न मंदिरों में विशेष पूजा अर्चना का आयोजन किया गया। सुबह दस बजे भवन श्री कालिका मन्दिर में ठाकुर श्री राधाकृष्ण युगल सरकार पाटयोत्सव और बसंत पंचमी महोत्सव धूमधाम से मनाया गया। वहीं राजपुर रोड स्थित श्रीसांई मन्दिर में मां सरस्वती पूजोत्सव प्रात: दस बजे किया गया। इसके साथ ही राजपुर रोड स्थित श्री शिव बाल योगी आश्रम में श्रीश्री 1008 मां सरस्वती पूजानोत्सव का आयोजन किया गया इस अवसर पर भक्तों ने मां सरस्वती की वन्दना की। वहीं सेलाकुइ स्थित श्री खाटू श्याम धाम न्यास मंदिर में बसंत पंचमी के उपलक्ष्य में महा आरती व श्रृगार दर्शन किया गया।

बसंत पंचमी के दिन श्याम बाबा के अंत: वस्त्र (पीताम्बरी) जो साल में सिर्फ एक बार ही तब्दील की जाती है। यह बाबा का वस्त्र इतना चमत्कारी है जिसको धारण करने से सभी कष्टों से छुटकारा मिलता है। यह वस्त्र सिर्फ बसंत पंचमी के दिन ही दिया जाता है। जिसके बाद महाप्रसाद वितरण किया गया। इसके साथ ही प्रकृति प्रेमियों ने प्रकृति पर्व के रूप में बसंत पंचमी गांधी पार्क में मनायी। इसके अलावा टपकेश्वर मन्दिर, पटेलनगर राधा कृष्ण मन्दिर, राधा कृष्ण मन्दिर मन्नूगंज, धर्मपुर, नेहरू कालोनी, प्रेमनगर, रायपुर आदि स्थानों पर मन्दिरों में बसंत पंचमी पर विशेष पूजा अर्चना का आयोजन किया गया।

पंजाबी सहायक सभा ने किया शहीद वीर हकीकत राय को याद

संवाददाता

हरिद्वार। बसंत पंचमी पर्व पर पंजाबी सहायक सभा ने पूजा अर्चना के पश्चात शहीद वीर हकीकत राय को याद कर श्रद्धांजलि दी।

आज यहां बसंत पंचमी पर्व पर माँ शारदा को शत-शत नमन करते हुए पंजाबी सहायक सभा के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा के संयोजन में बेलवाला घाट पर मां गंगा की विशेष पूजा-अर्चना कर शहीद वीर हकीकत राय को याद करते हुए उनका शहीदी दिवस पर श्रद्धासुमन किए। शहीद वीर हकीकत राय सन 1734 में पाकिस्तान सियालकोट में बसंत पंचमी के दिन ही मुगल शासक द्वारा उनकी हत्या की गई थी। तब से पंजाबी समाज शहीद वीर हकीकत राय को याद करते हुए बसंती पंचमी के दिन उनका शहीदे बलिदान दिवस मनाता चला आ रहा है। इस अवसर पर पंजाबी सहायक सभा के अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा कि शहीद वीर हकीकत राय अल्प आयु में ही समाज को नई दिशा दी थी और समाज में अंधविश्वास के खिलाफ छोटी से आयु में ही बड़े पैमाने पर जन जागरण चला रखा था। उनके इस कार्य से मुगल शासकों में बौखलाहट व घबराहट जैसा माहौल था। उनके इस जज्बे को समाप्त करने के उद्देश्य से बसंत पंचमी के दिन मुगलों ने षड़यंत्र के तहत मासूम वीर हकीकत राय की हत्या की थी। संजय चोपड़ा ने कहा कि शहीद वीर हकीकत राय ने समाज में शिक्षा को बढ़ावा दिया था और सामाजिक कार्यों में उनकी लोकप्रियता अधिक थी। उन्होंने कहा कि भारत सरकार व राज्य सरकारों को चाहिए कि शहीद वीर हकीकत राय की याद में स्मारक बनाकर इतिहास में शहीद हुए वीर हकीकत राय के रचनात्मक व संदेशीत कार्यों को नयी पीढ़ी स्मरण करती रही इसे दोहराना होगा। चोपड़ा ने यह भी कहा देश विदेश में पंजाबियत ने हमेशा त्याग, तपस्या, भाईचारा व संगठित रहने के प्रकाश को बढ़ावा दिया है यदि देश दुनिया में शहीद-ए-आजम युवा वीर हकीकत राय के नाम पर भारत सरकार द्वारा कोई भी योजना युवाओ के लिए संचालित होती है तो उसका देश का पंजाबी समाज दिल खोलकर स्वागत करेगा। वीर अमर शहीद हकीकत राय को अपने शारदा सुमन अर्पित करने वालों में प्रभात चौधरी, वीरेंद्र कुमार, ओमप्रकाश कल्याण, मोहनलाल, नीरज कुमार, राधेश्याम, कुंवर सिंह, कमल शर्मा, ओम प्रकाश भाटिया, मनीष शर्मा, राधेश्याम रतूड़ी, चंदन रावत, मनोज पाल, अन्नू कश्यप आदि प्रमुख रूप से शामिल रहे।

एक नजर

पूर्व पीएम लाल बहादुर शास्त्री के पोते विभाकर शास्त्री कांग्रेस छोड़ भाजपा में हुए शामिल

नई दिल्ली। देश के पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री के पोते और कांग्रेस नेता विभाकर शास्त्री ने पार्टी से इस्तीफा दे दिया है। कांग्रेस से इस्तीफा देने के ठीक बाद विभाकर शास्त्री भाजपा में शामिल हो गए हैं। विभाकर शास्त्री ने अपने एक्स (ट्विटर) हैंडल पर इस्तीफे का ऐलान किया। बुधवार को विभाकर शास्त्री ने कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे को टैग करते हुए लिखा, आदरणीय कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे जी, मैं कांग्रेस पार्टी की प्राथमिक सदस्यता से इस्तीफा दे रहा हूं। इसके बाद लखनऊ में डिप्टी सीएम बृजेश पाठक की मौजूदगी में विभाकर शास्त्री ने भाजपा की सदस्यता ली। भाजपा में शामिल होने के बाद विभाकर शास्त्री ने कहा, श्मेरा मानना है कि पीएम नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में, मैं लाल बहादुर शास्त्री के जय जवान, जय किसान के विचार को और मजबूत करके देश की सेवा कर सकूंगा। मैं भाजपा में पार्टी नेतृत्व के निर्देशों के मुताबिक काम करूंगा। इंडिया ब्लॉक की कोई विचारधारा नहीं है, बल्कि उसका मकसद केवल मोदी जी को हटाना है। राहुल गांधी को बताना चाहिए कि कांग्रेस की विचारधारा क्या है? आपको बता दें कि पिछले तीन दिनों के भीतर कांग्रेस को ये दूसरा बड़ा झटका है। इससे पहले सोमवार को महाराष्ट्र के पूर्व सीएम अशोक चव्हाण ने कांग्रेस पार्टी छोड़ दी थी। कांग्रेस छोड़ने के बाद अशोक चव्हाण भी मंगलवार को भाजपा में शामिल हो गए। ऐसे में जब लोकसभा चुनाव ठीक सामने खड़ा है, दिग्गज नेताओं का कांग्रेस छोड़ना शीर्ष नेतृत्व की टेंशन बढ़ाने वाला है।

अशोक चव्हाण महाराष्ट्र से बने बीजेपी के राज्यसभा उम्मीदवार

मुंबई। भाजपा ने बुधवार को राज्य सभा चुनाव 2024 के लिए चौथी सूची जारी कर दी है। पार्टी ने इसमें कांग्रेस से भाजपा में शामिल हुए पूर्व मुख्यमंत्री अशोक चव्हाण को महाराष्ट्र से उम्मीदवार बनाया है। सूची में गुजरात से भाजपा अध्यक्ष जेपी नड्डा, गोविंदभाई ढोलकिया, मयंकभाई नायक, जशवंत सलामसिंह परमार का नाम लिस्ट में शामिल हैं। इनके अलावा महाराष्ट्र से पार्टी ने मेधा कुलकर्णी और अजीत गोपछड़े को उम्मीदवार बनाया है। कांग्रेस की ओर से जारी सूची राज्य सभा चुनाव 2024 के लिए यूपीए चेयरपर्सन सोनिया गांधी, बिहार से डॉ. अखिलेश प्रसाद सिंह, हिमाचल प्रदेश से अभिषेक मनु सिंघवी और महाराष्ट्र से चंद्रकांत दामोदर हंडोरे को उम्मीदवार बनाया गया है।

जैकलीन फर्नांडिस ने महाठग सुकेश चंद्रशेखर के खिलाफ वापस लिया केस

मुंबई। 200 करोड़ की ठगी के मामले में दिल्ली की तिहाड़ जेल में बंद मुख्य आरोपी सुकेश चंद्रशेखर के खिलाफ एक्ट्रेस जैकलीन फर्नांडिस ने दिल्ली की एक कोर्ट में दाखिल मुकदमा वापस ले लिया है। जैकलीन ने अपनी याचिका में सुकेश पर आरोप लगाए थे कि वो मीडिया हाउस के जरिए उन्हें धमकी दे रहे हैं। जैकलीन और सुकेश मामले में एक्ट्रेस ने दिल्ली की पटियाला हाउस कोर्ट से अपनी वो याचिका वापस ले ली है जिसमें ठग सुकेश चंद्रशेखर को उनसे संबंधित कोई भी पत्र मीडिया में जारी करने से रोकने के लिए निर्देश देने की मांग की गई थी। जैकलीन फर्नांडीज की याचिका पर पटियाला हाउस कोर्ट ने आदेश में कहा कि अभिनेत्री जैकलीन की तरफ से जो आवेदन किया गया था उसे वापस लिया गया है लिहाजा अदालत इस मामले का निपटारा करती है यानी अब ये मामला खत्म हो गया है। बता दें कि सुकेश चंद्रशेखर 200 करोड़ रुपये की रंगदारी मामले में मुख्य आरोपी है। जैकलीन ने अपनी शिकायत में कहा था कि सुकेश द्वारा मीडिया को उनके नाम पर पत्र लिखना उन्हें डराने और धमकाने की साजिश है ताकि वह अभियोजन पक्ष के गवाह के रूप में अदालत के सामने सच्चाई का खुलासा न कर सके। जैकलीन ने अदालत से प्रार्थना की थी कि वह जांच एजेंसी और जेल अधीक्षक, मंडोली को निर्देश जारी करे कि वह चन्द्रशेखर को प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से उन्हें कोई और पत्र, संदेश या बयान जारी करने से तुरंत रोकें।

जौलीग्रांट एयरपोर्ट को मिला नया टर्मिनल भवन

विशेष संवाददाता

देहरादून। राजधानी देहरादून का जौली ग्रांट एयरपोर्ट अब अंतरराष्ट्रीय एयरपोर्ट बनने जा रहा है। इस दिशा में एक कदम आगे बढ़ते हुए आज केंद्रीय मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया ने आधुनिक सुविधाओं और तकनीक से लैस नये टर्मिनल भवन का उद्घाटन किया।

इस अवसर पर उन्होंने कहा कि उत्तराखंड के साथ उनका आध्यात्मिक रिश्ता है। उन्होंने कहा कि बीते कुछ समय से राज्य में तेजी से हवाई सेवाओं का विस्तार हुआ है। उन्होंने कहा कि राज्य में तीन बड़े एयरपोर्ट और सात हेलीपैड का निर्माण हो चुका है। उन्होंने कहा कि दून के जौलीग्रांट एयरपोर्ट में इस नए टर्मिनल फेस टू के निर्माण का कार्य होने से अब इसकी क्षमता 10 गुना अधिक बढ़ जाएगी। उन्होंने कहा कि जौलीग्रांट एयरपोर्ट से अंतराष्ट्रीय उड़ाने बहुत जल्द शुरू की जाएगी। इस नए टर्मिनल भवन के बनने से एयरपोर्ट का एरिया जो पहले 28,729 वर्ग मीटर था बढ़कर 42,776 वर्ग मीटर हो चुका है। 486 करोड़ से बने इस नए भवन को

अत्याधुनिक सुविधाओं से लैस किया गया है। उन्होंने कहा कि पंतनगर और

❑केंद्रीय मंत्री सिंधिया ने किया उद्घाटन
❑10 गुना बढ़ी एयरपोर्ट की क्षमता
❑जल्द अंतरराष्ट्रीय उड़ाने होंगी शुरु

पिथौरागढ़ एयरपोर्ट का भी विस्तारीकरण शीघ्र होगा। उन्होंने कहा कि पिथौरागढ़ से पंतनगर और दून के लिए नियमित हवाई सेवा शुरू की जा चुकी है तथा हिंडन के लिए जल्द ही सेवा शुरू होने जा रही है। इसके अलावा दून के सहस्त्रधारा, अल्मोड़ा, चिन्यालीसौंण सहित सात स्थानों से हेली स्टेप सेवाएं शुरू की जा चुकी है। इस अवसर पर मौजूद मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केंद्रीय मंत्री सिंधिया का आभार जताते हुए कहा कि उन्होंने जब भी उनसे जो कुछ मांगा गया है वह हमेशा ही देने को तत्पर रहते हैं। मुख्यमंत्री ने उनसे पिथौरागढ़ से हिंडन (दिल्ली) के लिए जल्द उड़ाने शुरू करने का आग्रह किया। इस अवसर पर जॉली ग्रांट एयरपोर्ट के निदेशक प्रभाकर मिश्र तथा सांसद डा. रमेश पोखरियाल निशंक भी मौजूद रहे।

हल्द्वानी हिंसा का आरोपी मलिक भगोड़ा घोषित

विशेष संवाददाता

हल्द्वानी। हल्द्वानी हिंसा के मामले में शासन-प्रशासन द्वारा सख्त कार्रवाई करने के प्रयास जारी हैं। आज सातवें दिन भी हिंसा प्रभावित क्षेत्र बनभूलपुरा में कर्फ्यू

❑6 और आरोपी पुलिस गिरफ्त में
❑बनभूलपुरा में सातवें दिन भी कर्फ्यू जारी

जारी रहा वहीं प्रशासन की निगरानी में आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति कराई गई। इस बीच हिंसा के मास्टरमाइंड व मुख्य आरोपी को भगोड़ा घोषित कर दिया गया है तथा उस पर इनाम भी घोषित करने की तैयारी है। यही नहीं पुलिस पर पत्थर बाजी करने वाली 13 महिलाओं को चिन्हित करने और उन्हें गिरफ्तार करने की बात भी पुलिस द्वारा की जा रही है।

एसएसपी का कहना है कि अब तक इस घटना को लेकर 37 लोगों को जेल भेजा जा चुका है तथा आज छह अन्य लोगों को चिन्हित कर गिरफ्तार किया गया है और अन्य लोगों की तलाश जारी है।

पुलिस सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार घटना के मुख्य आरोपी अब्दुल मलिक की तलाश की जा रही है लेकिन वह पुलिस की गिरफ्त से बाहर है उसे अब भगोड़ा घोषित कर दिया गया है। पुलिस प्रशासन इस घटना को लेकर एक नजीर पेश करना चाहता है जिससे भविष्य में कोई ऐसी हिम्मत न कर सके। पुलिस द्वारा इस हिंसा में नुकसान की भरपाई आरोपियों से ही की जाएगी।

अस्पताल में नम्बर लिखवाने के चक्कर में गंवाये एक लाख रुपये

संवाददाता

देहरादून। पिता को दिखाने के लिए अस्पताल में नम्बर लिखवाने के चक्कर में एक लाख रूपये गंवाने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार खुडबुडा मौहल्ला निवासी श्रुति आनंद ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पिता का स्वास्थ्य खराब होने के कारण उसने अपने पिता को डाक्टर शारदा एवं डा. कामरा हास्पिटल में दिखाना चाहती थी। उसको इन दोनों हास्पिटलों के नम्बर उपलब्ध न होने के कारण उसको गूगल द्वारा सर्च किया गया। गूगल में लैंडलाइन एवं मोबाइल नम्बर सर्च करने के दौरान एक मोबाइल नम्बर से सम्पर्क किया गया। सम्पर्क करने पर उसको मैसिज कर ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन करवाने हेतु कहा गया एवं उसके मोबाइल पर एक एप्लीकेशन लिंक भेजा गया।

जब उस लिंक को उसके द्वारा खोला गया तब वह लिंक बार-बार एक एप को डाउनलोड करने को कह रहा था और अपने आप बंद हो गया था। इसके बाद उनके द्वारा व्हटसएप पर एक लिंक भेजा गया जब उसको खोला गया तब उसमें मरीज का नाम, मरीज की उम्र एवं धनराशि का भुगतान किस प्रकार किया जाना है के बारे में डिटेल भरने का ऑपशन आ रहा था। जब यह लिंक उसके मोबाइल में नहीं खुला तब उसने अपने कम्प्यूटर में इस लिंक को खोलकर मरीज का अप्वाइमेंट भरवाने को कहा। फिर उसके मोबाइल कट गया। उसके पश्चात उनके द्वारा विभिन्न दूरभाष नम्बरों से उसको अनेकों बार सम्पर्क किया गया। इसके उपरांत 7 फरवरी को उसके खाते से 99 हजार 999 रूपये निकल गये। जब उसके द्वारा इधर उधर लोगों से पता किया तो पता चला कि उसके साथ हास्पिटल का फर्जी कर्मचारी बनाकर एक लाख की धोखाधडी हुई है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

12 मई को खोले जायेंगें

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

गया। इसके बाद राजमहल से गाडूघड़ा में तिल का तेल पिरोया गया। श्री बदरीनाथ धाम के कपाट खुलने से पूर्व तिल का तेल पिरोने के बाद गाडूघड़ा नरेंद्रनगर राजदरबार से डिम्मर होते हुए श्री नृसिंह मंदिर, योग बदरी पांडुकेश्वर से श्री बदरीनाथ धाम पहुंचाया जाएगा। कपाट खुलने के बाद यह तेल-कलश भगवान बदरी विशाल के नित्य अभिषेक के लिए प्रयोग में लाया जाएगा।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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