सोमवार
26 फरवरी 2024

पृष्ठ 4
विटामिन ए की कमी से कम उम्र में ही लग जाता है चश्मा

पृष्ठ 5
यश की झोली में रामायण के बाद आई जय हनुमान...

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

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक
आर.एन.आई.- 59626/94
डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

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

आज का विचार

चंद्रमा अपना प्रकाश संपूर्ण आकाश में फैलाता है परंतु अपना कलंक अपने ही पास रखता है।
– रवींद्र

राज्यपाल के अभिभाषण के साथ बजट सत्र का आगाज

यूसीसी सहित तमाम उपलब्धियां गिनाई

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा के बजट सत्र का आगाज राज्यपाल गुरमीत सिंह के अभिभाषण के साथ हो चुका है। राज्यपाल ने अपने अभिभाषण में सरकार द्वारा अभी विगत सत्र में लाये गए यूसीसी और जी-20 से लेकर ग्लोबल इन्वेस्टर्स सहित तमाम उन सरकारी योजनाओं का उल्लेख अपने अभिभाषण में किया गया है जो महिलाओं के सशक्तिकरण व युवाओं के कल्याण व गरीबों के उत्थान के लिए चलाई जा रही है।

राज्यपाल ने अपने अभिभाषण में यूसीसी को लागू किए जाने को सरकार की एक बड़ी उपलब्धि बताते हुए कहा गया कि सरकार द्वारा इस विधेयक को लाकर सभी जाति-धर्म व क्षेत्र तथा समुदायों के लिए समानता का संदेश दिया गया है। उन्होंने कहा कि विवाह संपत्तियों पर अधिकार तथा तलाक जैसे मामलों में सभी को समान अधिकार होंगे। जिससे ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

कल होगा बजट पेश

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा में आज राज्यपाल के अभिभाषण पर चर्चा होगी तथा कल सुबह पहली पाली में 9.30 बजे वित्त मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल द्वारा बजट पेश किया जाएगा। इस बार पहली बार शाम की पाली के बजाय सुबह की पाली में बजट पेश किया जाएगा जिससे बजट पर चर्चा के लिए प्रयाप्त समय मिल सके। सूत्रों के अनुसार लगभग 89 करोड़ का बजट पेश किया जा सकता है। प्रेमचंद अग्रवाल का कहना है कि इस बजट में सभी के हितों का ख्याल रखा गया है। बजट के युवा, महिला और गरीब तथा किसानों पर केंद्रित रहने की उम्मीद है।

- उत्तराखंड के जंगलों पर आदमी का अनाधिकृत कब्जा -

समस्याः जानवर जाए तो कहां जाए ?

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में वन्यजीवों के साथ बढ़ती संघर्ष की घटनाएं और हमले अब एक बड़ी समस्या बन चुके हैं। आए दिन बढ़ते हमलों की घटनाओं से आम आदमी भयभीत है। वन विभाग की चौकसी और शासन-प्रशासन की कोशिशों से समस्या का कोई समाधान नहीं निकल पा रहा है। क्योंकि जंगलों पर आदमी का अतिक्रमण तमाम सीमाएं लांघ चुका है ऐसी स्थिति में यह जंगली जानवर भी जाए तो जाए कहां? आबादी क्षेत्र में उनकी घुसपैठ और पालतू जानवर तथा आम आदमी ही अब उनके शिकार का आसान टारगेट बन गया है।

❑लगातार बढ़ रहे हैं जंगली जानवरों के हमले, जंगलों पर अतिक्रमण, वन विभाग व नेताओं की सांठ-गांठ

अभी बीते चंद दिनों में राजधानी दून में घटित हुई तीन बड़ी घटनाओं ने दून के बाहरी क्षेत्रों में रहने वाले लोगों में खौफ पैदा कर दिया है। गल्जवाड़ी क्षेत्र में बीते रविवार की रात 9 वर्षीय बच्चे को फिर से गुलदार ने अपना निवाला बना लिया। बीते 26 दिसंबर को राजपुर के सिंगली गांव में घर के बरामदे से गुलदार मां के सामने ही उसके बच्चे को उठा कर ले गया। तीन साल के मासूम की मौत से क्षेत्र के लोग सन्न रह गए ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

चार्ज करते समय मोबाइल में ब्लास्ट होने से एक व्यक्ति की मौत

उदयपुर। भीलवाड़ा जिले में चार्जिंग में लगे मोबाइल को देखते समय ब्लास्ट होने से रविवार को 41 वर्षीय एक व्यक्ति की मौत हो गई। ब्लास्ट के समय इतनी जोर से धमाका हुआ और मोबाइल पकड़े युवक की सीने पर इतना गहरा घाव बना कि उसका मांस बाहर दिखने लगा। घटना बांसवाड़ा जिले के मलवासा गांव में दोपहर डेढ़ बजे की है। तब दिहाड़ी मजदूरी करने वाला जगमाल(41) अपने घर में स्मार्टफोन को चार्जिंग पर लगाकर खड़े-खड़े देख रहा था और इसी दौरान तेज धमाका हुआ। धमाका इतना तेज था कि ब्लास्ट की आवाज सुनकर परिजन ही नहीं, पड़ोसी तक दौड़कर आ गए। कमरे में मोबाइल के टुकड़े बिखरे पड़े थे। परिजन जगमाल को तुरंत बांसवाड़ा के जिला अस्पताल लेकर भागे। जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। पुलिस ने पोस्टमॉर्टम कराए जाने के बाद शव परिजनों के हवाले कर दिया है। घटना को लेकर मामला दर्ज कर जांच की जा रही है। यह पता लगाया जाना है कि उसकी मौत किस चोट की वजह से हुई।

'ज्ञानवापी मस्जिद परिसर के व्यास तहखाने में पूजा जारी रहेगी'

●इलाहबाद हाई कोर्ट ने मुस्लिम पक्ष की याचिका खारिज की

लखनऊ। ज्ञानवापी मस्जिद परिसर के व्यास तहखाने में पूजा जारी रहेगी। इलाहबाद हाई कोर्ट ने इसे रोकने के लिए मुस्लिम पक्ष द्वारा दायर की गई याचिका खारिज कर दी है। यह याचिका अंजुमन इंतजामिया कमेटी ने दायर की थी। इस बारे में जानकारी देते हुए ज्ञानवापी मामले में हिंदू पक्ष के वकील विष्णु शंकर जैन ने कहा, आज इलाहबाद हाई कोर्ट ने अंजुमन इंतजामिया की दोनों याचिकाओं को खारिज कर दी है, इसका मतलब है कि जो पूजा चल रही थी वह वैसे ही चलती रहेगी, अगर वे सुप्रीम कोर्ट जाएंगे तो हम भी सुप्रीम कोर्ट में अपनी बात रखेंगे।

बता दें कि वाराणसी जिला अदालत द्वारा हिंदू समुदाय को ज्ञानवापी परिसर स्थित व्यास जी के तहखाने में पूजा का अधिकार दिये जाने के बाद तहखाने में पूजा पाठ शुरू हुआ था। लेकिन ज्ञानवापी मस्जिद का प्रबंधन करने वाली अंजुमन इंतजामिया मसाजिद कमेटी ने वाराणसी जिला न्यायालय के आदेश को चुनौती देते हुए इलाहबाद उच्च न्यायालय का रुख किया था।

31 जनवरी 2024 की रात करीब साढ़े 10 बजे 31 साल बाद व्यास जी का तहखाना पूजा-पाठ के लिये खोला गया था और उसकी साफ-सफाई करायी गयी। इसके बाद पूजा हुई।

मुस्लिम पक्ष ने जिला अदालत के इस निर्णय को पहले सुप्रीम कोर्ट में चुनौती दी थी। लेकिन सुप्रीम कोर्ट ने ज्ञानवापी परिसर में पूजा की अनुमति देने के वाराणसी की जिला अदालत के फैसले पर तुरंत सुनवाई से इनकार कर दिया। हालांकि सुप्रीम कोर्ट ने याचिकाकर्ताओं से कहा कि वे इलाहाबाद हाईकोर्ट से संपर्क कर सकते हैं। मुस्लिम पक्ष ने इसके बाद हाईकोर्ट का दरवाजा खटखटाया था। अब इलाहबाद हाई कोर्ट से भी अंजुमन इंतजामिया कमेटी को झटका लगा है।

दून वैली मेल

संपादकीय

आसान नहीं 2024 की लड़ाई

भले ही कुछ दिन पहले तक 2024 के लोकसभा चुनाव की जंग एक तरफा प्रतीत हो रही थी लेकिन जैसे-जैसे चुनाव का समय नजदीक आता जा रहा है और एक के बाद एक नए मामले उग्र रूप से उभर कर सामने आते जा रहे हैं मुकाबला दिलचस्प होता जा रहा है। महंगाई, भ्रष्टाचार और बेरोजगारी जैसे जन सरोकारों पर कोई बात नहीं कर रहा था अब वह चर्चाओं के केंद्र में आते जा रहे हैं। राजनीतिक चंदे और चुनावी धांधलियों से लेकर निर्वाचन आयोग में होने वाली नियुक्तियों जैसे मुद्दों पर देश की सर्वोच्च न्यायालय द्वारा दिए जाने वाले आंख खोलने वाले फसलों तथा किसान आंदोलन व बेरोजगारों का गुस्सा सड़कों पर उतरता दिख रहा है उसने भाजपा के अंदर अब बेचैनी पैदा जरूर कर दी है। जिससे अब भाजपा नेताओं की भी यह समझ आने लगा है कि वह 2024 में अपनी जीत को जितना आसान माने बैठे हैं वह जीत उतनी आसान है नहीं। राम मंदिर निर्माण और अयोध्या में प्राण प्रतिष्ठा के कार्यक्रम के जरिए उसने हिंदुत्व के मुद्दे और इंडिया गठबंधन में बिखराव के जरिए हासिल की थी वह अब पीछे छूटते जा रही है। बीते कल यूपी में पुलिस कांस्टेबल की लिए हुई भर्ती परीक्षा में पेपर लीक मामले में परीक्षा रद्द करने पर सरकार को विवश होना पड़ा है। इस परीक्षा में कोई धांधली न होने की बात करने वाली सरकार को यह फैसला इसलिए लेना पड़ा क्योंकि इस परीक्षा में शामिल होने वाले 48 लाख युवा सड़कों पर उतर आए और वह मोदी हटाओ, योगी हटाओ के नारों पर उतर आए। यहां यह उल्लेखनीय है कि यूपी, राजस्थान, मध्य प्रदेश तथा हरियाणा में अगर बेरोजगार युवकों की संख्या की बात की जाए तो 6 करोड़ के आसपास है जो मतदाता भी हैं। इन राज्यों में जो 200 से अधिक सीटें हैं अगर युवाओं के 6 करोड़ वोट इधर के उधर होते हैं तो इसका मतलब क्या होगा इस बात को सत्ता में बैठे लोग भली-भांति जानते हैं। किसान न्यूनतम समर्थन मूल्य के लिए गारंटी की कानूनी मांग को लेकर पहले से ही सड़कों पर है। राहुल गांधी इन दिनों अपनी सामाजिक न्याय यात्रा में पेपर लीक और बेरोजगारी के मुद्दे पर युवाओं को झकझोरने में लगे हुए हैं। ऐसे में प्रधानमंत्री के उन बयानों से कि राहुल यूपी के युवाओं को नशेड़ी बता कर सड़कों पर लेटे रहने की बात कह कर उनका अपमान कर रहे है, भाजपा की बात नहीं बन सकती है। उन्हें दो करोड़ हर साल रोजगार की बात कहकर भी अब बहकाया नहीं जा सकता है। कल पीएम मोदी ने किसानों की फसल भंडारण की बड़ी योजना की घोषणा की है। जो यह बताती है कि केंद्र सरकार किसानों की नाराजगी को लेकर भी कितनी चिंतित है। इलेक्टोरल बांड और चंडीगढ़ के मेयर चुनाव पर आए फसलों से भाजपा की छवि को कितना धक्का पहुंचा है इसकी बेचैनी भी कम नहीं है। यह बेचैनी दानदाताओं की जानकारी सार्वजनिक होने पर और भी बढ़ सकती है। इंडिया गठबंधन की जो कड़ियां एक समय में टूटती बिखरती दिख रही थी वह फिर जुड़ती जा रही है विपक्षी एक जुटता उत्तर प्रदेश से लेकर दिल्ली तक भाजपा के लिए मुश्किलें बढ़ाने वाली है। भाजपा ने अभी कुछ दिन पूर्व ही अबकी बार 400 पार का जो नारा दिया था वह अब बदलती स्थितियों में कतई भी आसान नहीं दिख रहा है। केंद्र की नीतियों व चंदे से लेकर अन्य तमाम मुद्दों पर जो सवाल अब उठाए जा रहे हैं उनका क्रम अगर यूं ही जारी रहता है तो 2024 में उसकी वापसी कितनी आसान रहने वाली है इसका अंदाजा भाजपा के नेताओं को हो चुका है। इसलिए एक बात तो साफ है कि 2024 का मुकाबला पिछले दो चुनावों से बहुत हटकर होने वाला है भले ही विपक्ष कितना भी कमजोर सही लेकिन लड़ाई तो असल जनता को ही लड़नी है इसलिए यह चुनाव किसी के लिए भी आसान रहने वाला नहीं है।

बीपीएड एमपीएड प्रशिक्षित बेरोजगारों का मंत्री के आवास पर दिया धरना

संवाददाता

देहरादून। शिक्षा मंत्री आवास पर धरना देने पहुंचे बीपीएड एमपीएड प्रशिक्षित बेरोजगारों को शिक्षा मंत्री धन सिंह रावत ने आश्वासन दिया कि उनकी मांगों को लेकर वह कैबिनेट में प्रस्ताव लायेंगे। आज यहां प्रदेश के बीपीएड एम पी एड प्रशिक्षित बेरोजगार यमुना कॉलोनी शिक्षा मंत्री धन सिंह रावत के आवास पर प्रदर्शन करने के लिए निकले जहां कि उन्हें रास्ते में ही पुलिस प्रशासन द्वारा रोक लिया गया और डॉक्टर धन सिंह रावत से संगठन की वार्ता करने का वादा किया। इसी क्रम में प्रशिक्षित बेरोजगार डॉक्टर धन सिंह रावत की आवास में पहुंचे जहां पर प्रशासन द्वारा संगठन से वार्ता कराई गई और साथ ही अपर सचिव को शारीरिक शिक्षा भर्ती की फाइल पर कार्रवाई करते हुए शीघ्र ही कैबिनेट में लाने के लिए निर्देश दिए व संगठन के अध्यक्ष को 27 फरवरी 2024 को◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

मनीषिभिः पवते पूर्व्यः कविर्नृभिर्यतः परि कोशाँ अचिक्रदत।
त्रितस्य नाम जनयन्मधु क्षरदिन्द्रस्य वायोः सख्याय कर्तवे।
(ऋग्वेद ९-८६-२०)

ईश्वर अनादि है। वह इस जगत का रचयिता है। वह प्रकृति के सभी रूपों को तीन गुणों - सत, रज, और तम् में विभक्त करता है। जो उसका ध्यान करते हैं वह उनका सखा बन जाता है और उन्हें दिव्य आनंद प्राप्त कराता है।

'इनर लाइन की मांग को लेकर 4 मार्च से होगा चरणबद्ध आंदोलन'

कार्यालय संवाददाता

जौलजीबी। विकास खंड मुनस्यारी तथा धारचूला के त्रिस्तरीय पंचायत के प्रतिनिधियों ने दोनों विकास खंडो को इनर लाइन की परिधि में ला जाने की मांग को लेकर 4 मार्च से चरणबद्ध आंदोलन की घोषणा की। उन्होंने कहा कि दोनों विकास खंडो को बाहरी लोगों बचाने के लिए इनर लाइन की आवश्यकता है। इस दौर में इनर लाइन की आवश्यकता और प्रबल हो गई है। गोरी तथा काली नदी के संगम में स्थित पंचायत घर जौलजीबी में आयोजित दोनों विकास खंडो के त्रिस्तरीय पंचायत के प्रतिनिधियों की महापंचायत में यह फैसला लिया गया।

उत्तराखंड त्रिस्तरीय पंचायत संगठन के कार्यक्रम संयोजक तथा मुनस्यारी के जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने बताया कि जनता से बिना राय लिए बगैर समय-समय पर सरकारों में इनर लाइन को की सीमा को जौलजीबी तथा नोलड़ा से खिसकाते हुए अब चीन सीमा तक पहुंचा दिया है।

उन्होंने बताया कि मुनस्यारी में लाखुरी भेल तथा धारचूला में छियालेख से आगे का इलाका अब इनर लाइन की परिधि में है। जिसका कोई औचित्य नहीं नहीं है। उन्होंने कहा कि दलगत राजनीति से ऊपर उठकर दोनों क्षेत्रों के जनप्रतिनिधियों तथा आम जनता को इनर लाइन के संघर्ष में अपनी आहुति देनी होगी।

महापंचायत में तय किया गया है कि 4 मार्च को तहसील मुनस्यारी, तेजम, बंगापानी तथा धारचूला से भारत के प्रधानमंत्री और मुख्यमंत्री के नाम ज्ञापन भेजा जाएगा।

ज्ञापन में दोनों विकास खंडो की चीन सीमाओं से इनर लाइन को प्रवेश द्वार में शिफ्ट किए जाने की मांग की जाएगी। तय किया कि 7 मार्च को जिलाधिकारी के माध्यम से भारत के प्रधानमंत्री तथा राज्य के मुख्यमंत्री को पुनः ज्ञापन भेज कर इस मांग का स्मरण कराया जाएगा। उसके बाद 12 मार्च को मुनस्यारी विकासखंड के नौलडा में इस मांग के समर्थन में धरना प्रदर्शन किया जाएगा। धारचूला विकासखंड के जौलजीबी में 15 मार्च को इसी मांग को लेकर धरना प्रदर्शन किया जाएगा। महापंचायत में तय किया गया है कि इस बीच प्रदेश के मुख्यमंत्री, भारत के राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, गृहमंत्री, रक्षा मंत्री से मुलाकात किए जाने के लिए प्रतिवेदन भेजा जाएगा।

महापंचायत में तय किया गया है कि 15 मार्च तक के आंदोलन के बाद आगे की रणनीति घोषित की जाएगी। इस आंदोलन को सफल बनाने के लिए दोनों विकास खंडो के समस्त जन संगठनों, व्यापार मंडलों, राजनीतिक संगठनों से सहयोग लिया जाएगा। इसके लिए शीघ्र ही एक कोर कमेटी भी गठित की जाएगी।

महापंचायत में मुनस्यारी की क्षेत्र प्रमुख भावना देवी, ग्राम प्रधान संगठन धारचूला के अध्यक्ष गोपाल सिंह मेहता, ग्राम प्रधान संगठन मुनस्यारी के अध्यक्ष धर्मेंद्र कुमय्या, जिला पंचायत सदस्य गंगोत्री दत्ताल, क्षेत्र पंचायत सदस्य रेखा देवी, मनोज कुमार, ग्राम प्रधान सरस्वती देवी, गीता परिहार, जमन सिंह दत्ताल, पुष्पा धर्मसत्तू, संजीव सिंह, मुनस्यारी के क्षेत्र प्रमुख प्रतिनिधि देवराम, जौलजीबी के प्रधान प्रतिनिधि धीरेंद्र सिंह धर्मसत्तू आदि ने विचार व्यक्त किए। महापंचायत में दोनों विकास खंडों के पंचायत प्रतिनिधि उपस्थित रहे।

कार्यकाल बढ़ाओ, नहीं तो होगा लोकसभा चुनाव का बहिष्कार

जौलजीबी। दोनों विकास खंडो के त्रिस्तरीय पंचायत प्रतिनिधियों ने 2 वर्ष का कार्यकाल बढ़ाए जाने की मांग को लेकर आज महापंचायत में लोकसभा चुनाव का बहिष्कार किए जाने की का प्रस्ताव पारित किया। उन्होंने कहा कि अगर राज्य सरकार ने कानूनी आधार होने के बाद भी त्रिस्तरीय पंचायत का कार्यकाल 2 साल नहीं बढ़ाया तो सीमा क्षेत्र के पंचायत प्रतिनिधि लोकसभा चुनाव का बहिष्कार करेंगे। इस आशय का प्रस्ताव इस महापंचायत से उत्तराखंड त्रिस्तरीय संगठन के राज्य संचालन समिति को भेजने का निर्णय भी लिया गया। पंचायत प्रतिनिधियों ने कहा कि वर्ष 2001 में उत्तराखंड की सरकार ने एक वर्ष तीन माह का कार्यकाल बढ़ाया है। समय-समय पर विभिन्न राज्यों ने अध्यादेश लाकर दो से तीन वर्ष का कार्यकाल बढ़ाया है। उन्होंने कहा कि सरकार के सम्मुख कोई भी कानूनी अड़चन इस मांग को पूरा करने के लिए नहीं है। इस महापंचायत के माध्यम से उत्तराखंड की धाकड़ धामी सरकार से 2 वर्ष का कार्यकाल बढ़ाए जाने की विनती भी की गई है।

तीन तलाक कहने पर पति सहित पांच लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। महिला को तीन तलाक कहकर घर से निकालने के मामले में पुलिस ने पति सहित पांच लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार ढकरानी निवासी महिला ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका विवाह शहबाज के साथ हुआ था। विवाह के कुछ दिनों बाद से ही उसके ससुराल वाले उसको दहेज के लिए प्रताडित करने लग गये थे। उसके परिजनों के काफी समझाने के बाद भी उनके व्यवहार में कोई परिवर्तन नहीं आया। उसका पति उसके साथ आये दिन गाली गलौच मारपीट करता रहता था। गत दिवस उसके पति ने उसके साथ मारपीट करते हुए तीन बार तलाक कहकर उसको घर से निकाल दिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

डीएवी इंटर कालेज के प्रधानाचार्य व शिक्षक मिले शिक्षा मंत्री से

❑पुरानी पेंशन योजना में सम्मिलित करने की मांग की

संवाददाता

देहरादून। पुरानी पेंशन योजना में सम्मिलित करने की मांग को लेकर डीएवी इंटर कालेज के प्रधानाचार्य व शिक्षक शिक्षा मंत्री धनसिंह रावत से मिले।

आज यहां डीएवी इंटर कालेज के प्रधानाचार्य व शिक्षकों ने शिक्षा मंत्री धन सिंह रावत से मुलाकात कर ज्ञापन सौंपा। उनका कहना था कि विद्यालय के प्रबंधक ने 16 जुलाई 2005 को विद्यालय में रिक्त पदों के सापेक्ष मौलिक नियुक्ति के लिए सीधी भर्ती हेतु जिला शिक्षा अधिकारी को आवेदन किया था। जिसकी स्वीकृति जिला शिक्षा अधिकारी द्वारा तीन माह पश्चात 15 अक्टूबर 2005 को प्रदान की गयी तथा 20 अक्टूबर 2005 को विज्ञप्ति प्रकाशित हुई जिसकी वजह से उनको विज्ञप्ति एक अक्टूबर 2005 से पूर्व प्रकाशित नही हो पायी थी। उक्ट आवेदन की तिथि 16 जुलाई 2005 को विद्यालय सम्बन्धित रिक्तियों के सापेक्ष प्रत्येक पद के लिए पुरानी पेंशन योजना की सभी शर्तो को पूर्ण करता था। उन्होंने मांग की है कि उनके पदों को अधिसूचित मानते हुए उनको पुरानी पेंशन का विकल्प चुनने का अवसर प्रदान किया जाये। शिक्षा मंत्री ने उनको शीघ्र इस पर निर्णय लेने का आश्वासन दिया। ज्ञापन देने वालों में प्रधानाचार्य डा. एके श्रीवास्तव, अंजू तिवारी, संगीता चौरासिया, बबीता मल्हान, सुनीता रानी, संगीता, मनोरमा नेगी, आरके चावला, डीपीएस मलिक, रकेश कुमार, ज्योति, सुबोध कुमार यादव व डा. बबीता सहोत्रा शामिल थे।

स्किन को चमकदार बनाने में गुलाब का फूल बेहद असरदार

गुलाब में एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रॉपर्टी पाई जाती है, जो चेहरे से लालिमा को कम करने में मदद कर सकती है। यह क्रीम मुंहासे, चेहरे की सूजन और एक्जिमा से भी छुटकारा दिलाती है। स्किन को चमकदार और ग्लोइंग बनाने के लिए गुलाब का फूल बेहद असरदार होता है। गुलाब की पंखुड़ियां क्लींजर की तरह काम करती हैं और स्किन पोर्स में जमे तेल और गंदगी को दूर करने में सहायक हैं।

यदि आपकी स्किन ड्राय है, तो गुलाब चेहरे को हाइड्रेट और मॉइस्चराइज करने में भी मदद करता है। इससे तैयार फेस पैक लगाने से चेहरा बिल्कुल तरोताजा नजर आता है। यही नहीं, जीवाणुरोधी गुणों के कारण, गुलाब घाव के निशान, चोट और घावों को भी भरने में सहायता करता है।

सामग्री-

*गुलाब की पंखुड़ियां - 1 कप

*एलोवेरा जेल- 1 चम्मच

*ग्लिसरीन - आधा चम्मच

बनाने की विधि -

1.सबसे पहले गुलाब की पंखुडियों को धोकर ग्राइंडर में पीस लें।

2.फिर इसे एक कांच की कटोरी में निकालें और उसमें एलोवेरा जेल और ग्लिसरीन मिलाएं।

3.इन सभी चीजों को अच्छी तरह से मिक्स करें और पेस्ट बनाएं।

4.अब इस पेस्ट को कांच की शीशी में भर लें।

5.लीजिए तैयार है आपकी गुलाब से तैयार की हुई मसाजिंग क्रीम।

कब और कैसे लगाएं

आप इस मसाजिंग क्रीम को सुबह या रात में सोने से पहले लगा सकती हैं। अपने चेहरे को सबसे पहले धो लें और फिर इस क्रीम का थोड़ा सा हिस्सा उंगलियों में लेकर अपने चेहरे पर लगाएं। इसे लगाने के बाद करीबन 1० मिनट अपने चेहरे को हल्के प्रेशर के साथ मसाज करें।

चेहरे के लिए गुलाब का फायदा

एंटीऑक्सिडेंट का पावरहाउस

हम सभी जानते हैं कि एंटीऑक्सिडेंट त्वचा के लिए अच्छे माने जाते हैं। गुलाब में पाया जाने वाला एंटीऑक्सिडेंट त्वचा की कोशिकाओं को मजबूत करने में मदद करता है, जिससे स्किन रिपेयर होती है। एंटीऑक्सिडेंट मुक्त कणों को बेअसर करने के लिए काम करते हैं, जो त्वचा को एंटी-एजिंग लाभ भी प्रदान कर सकते हैं।

नमी की न होने दे कमी

गुलाब सभी प्रकार की त्वचा के लिए बहुत अच्छा माना जाता है। यह विशेष रूप से ड्राय स्किन के लिए बहुत बढ़िया होता है। यह स्किन को मॉइस्चराइज करता है और खुजली को शांत करता है।

झुर्रियों को मिटाकर बनाए जवां

एंटीऑक्सिडेंट से भरे होने के अलावा, गुलाब विटामिन-ए और सी से भरा होता है, जो झुर्रियों की उपस्थिति को कम करता है। इसे नियमित चेहरे पर लगाने से डार्क स्पॉट कम होते हैं और कोलेजन उत्पादन बढता है। गुलाब रेटिनॉल का एक प्राकृतिक स्रोत भी माना जाता है।

स्किन से हटाए गंदगी और तेल

यदि आपकी स्किन ऑयली हो जाती है और आपको बार-बार अपना मुंह धोना पड़ता है, तो ऐसे में गुलाब चेहरे से चिपचिपाहट को हटाने का काम भी करता है। यह अतिरिक्त तेल उत्पादन को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है। यह त्वचा में पानी की मात्रा को बढ़ाता है।

यह नेचुरल चीज आपके चेहरे पर एक मैजिक की तरह काम करेगी। इसका इस्तेमाल रोजाना किया जा सकता है। इसका फायदा देखने के लिए इसे लगभग 1 सप्ताह तक इस्तेमाल करें।

हार्ट अटैक का खतरा कम करती है प्याज

प्याज को तामसिक गुणों वाला माना जाता है। ये भी माना जाता है कि इसे खाने से ज्यादा गुस्सा आता है। लेकिन आयुर्वेद व चिकित्सा शास्त्र में प्याज के अनेकों फयदे बताए गए है। प्याज के सेवन से हार्ट अटैक और स्ट्रोक्स का खतरा कम हो जाता है। शरीर में कोलेस्ट्रोल का स्तर बढने से ही हार्ट अटैक आता है। रोज प्याज का सेवन करने से शरीर में अच्छे कोलेस्ट्रोल का स्तर बढ़ाने में मदद मिलती है। प्याज का रस बालों में लगाकर बाल झडने की समस्या से छुटकारा पाया जा सकता है।

प्याज के टुकड़ों को बार-बार सूंघने से भी जमा हुआ कफपानी बनकर बाहर निकल जाता है। प्याज का पेस्ट लगाने से फ्टी एड़ियों से राहत मिलती है। प्याज पर नींबू व नमक डालकर खाने से पाचन शक्ति बढ़ती है। प्याज के सेवन से आँखों की ज्योति बढती है।सफेद प्याज के रस में शहद मिलाकर सेवन करना दमा रोग में बहुत लाभदायक है। प्याज ब्लडप्रेशर कम करता है। प्याज के रस में शहद मिलाकर सेवन करने से खून की कमी दूर होती है। अब तो आप भी मानेंगे कि प्याज से कुछ नुकसान है तो कई फायदे भी हैं।

गले में मौजूद बैक्टीरिया को खत्म करता है शहद!

हनी यानी शहद कई गुणों और पोषक तत्वों से भरपूर होता है। इसका उपयोग आयुर्वेद में कई बीमारियों को दूर करने के लिए किया जाता रहा है। अलग-अलग तरह से इसका उपयोग किया जाता है। शहद तमाम पोषक तत्वों से भरपूर होता है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि अगर शहद को गुनगुने पानी में डालकर पिया जाए तो ये कई तरह की समस्याओं से निजात दिला सकता है। जानते हैं शहद के पानी के फायदे।

अगर आपके शरीर में फैट बहुत ज्यादा है तो रोजाना सुबह खाली पेट एक गिलास शहद का पानी पिएं। इसे पीने से शरीर की चर्बी तेजी से छंटती है और वजन कम हो जाता है। यदि आप गुनगुने पानी में शहद के साथ नींबू भी डाल देंगे तो ये और तेजी से वजन कम करने का काम करता है।

बेहतरीन इम्युनिटी बूस्टर: इम्यून सिस्टम यानी रोग प्रतिरोधक क्षमता के कमजोर होने से कई प्रकार की बीमारियां हो सकती हैं जैसे कि सर्दी, खांसी व जुकाम आदि। रोग प्रतिरोधक क्षमता को बेहतर करने के लिए शहद का उपयोग किया जा सकता है। गुनगुने पानी में शहद डालकर सुबह खाली पेट पीने से इम्युनिटी मजबूत होती है. ये एक बेहतरीन इम्युनिटी बूस्टर का काम करता है और शरीर को कई तरह के रोगों से बचाता है। शहद का पानी तनाव को भी कम करता है।

हड्डियां मजबूत: हड्डियों को मजबूत बनाए रखने के लिए भी दूध के साथ शहद का सेवन करना फायदेमंद होता है। इसका सेवन करने से हड्डियों में अगर कोई नुकसान हुआ हो तो उसकी भी भरपाई होती रहती है।

गले का इन्फेक्शन: शहद मौजूद एंटी-ऑक्सीडेंट्स शरीर को इस संक्रमण से लड़ने में मदद करते हैं। शहद का पानी रोजाना पीने से सर्दी, खांसी, जुकाम और बुखार जैसी परेशानियों में आराम मिलता है। इससे गले में मौजूद बैक्टीरिया खत्म होते हैं और इन्फेक्शन दूर होता है। कोरोना काल में रोजाना शहद का पानी पीना चाहिए। खासतौर से सुबह खाली पेट और रात को सोते समय।

शरीर को डिटॉक्स करता: शहद का पानी पीने से शरीर के विषैले तत्व बाहर निकलते हैं और ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है। इसके कारण त्वचा में निखार आता है और स्किन संबंधी तमाम समस्याओं में राहत मिलती है। इसके अलावा बालों की ग्रोथ बेहतर होती है और बाल मजबूत होते हैं।

सुबह-सुबह आती है मुंह से बदबू?

सुबह उठने के बाद मुंह से बदबू आना आम होता है।ज्यादातर लोगों को ये समस्या होती है। इसका असर कई बार रिश्तों पर पड़ता है और कई बार इसकी वजह से शर्मिंदगी भी झेलनी पड़ती है। बहुत से लोग मुंह की बदबू को अनेदखा कर ब्रश कर कुछ देर के लिए इस समस्या से खुद को बचा लेते हैं। हालांकि, बहुत कम लोग ही जानते हैं कि अगर मुंह की बदबू (क्रड्डस्र क्रद्दड्डह्लद्ध) को बहुत लंबे समय तक इग्नोर किया जाए तो कई बीमारियां फैल सकती हैं। ऐसे में आइए जानते हैं आखिर मुंह से बदबू क्यों आती है, इससे किन बीमारियों का खतरा रहता है और कैसे बच सकते हैं।।।

नेशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नोलॉजी इंफॉर्मेशन में छपी एक रिपोर्ट के मुताबिक, सुबह-सुबह मुंह की बदबू क्रॉनिक ओरल प्रॉब्लम की ओर इशारा करती हैं। इसे मॉर्निंग ब्रेथ, बैड ब्रेथ या मॉर्निंग माउथ स्टिक के नाम से भी जानते हैं लेकिन मेडिकल टर्म में इसे हेलिटोसिस कहते हैं।

रात को जब लंबी नींद के बाद सुबह उठते हैं तो मुंह से बदबू आना सामान्य होता है। लंबे समय तक मुंह सूखे रहने से बैक्टीरिया मुंह में फैलते हैं, जिससे सुबह बदबू आती है। रात में खाना खाने के बाद ब्रश न करने वालों में सोते समय थूक जरूरत से कम बनता है, जिससे ड्राईनेस होने लगती है। ऐसा होने से मुंह सूखने लगता है और बैक्टीरिया को बढ़ावा मिलता है। तंबाकू जैसी चीजें खाने वालों को इसे तुरंत बंद कर देना चाहिए, क्योंकि मुंह से बदबू आने की एक वजह ये भी हो सकती है। इसके अलावा कब्ज, गैस और एसिडिटी की समस्या है तो उनके भी मुंह से बदबू आती है।

मुंह की बदबू भगाने के लिए भरपूर पानी पिएं। इससे बॉडी डिटॉक्स होगी, पेट की गड़बड़ी भी ठीक होगी। मॉर्निंग की तरह रात में भी खाने के बाद टूथब्रश करने की आदत डालें। सांसों की बदबू से बचने के लिए हेल्दी हैबिट्स बनाएं। तंबाकू, स्मोकिंग, गुटखा, शराब जैसी हानिकारक चीजों से दूर रहें।

नॉन ब्रांडेड काजल भी लंबे समय तक टिका रहेगा

आजकल काजल लगाना महिलाओं का मेकअप ट्रेंड बन चुका है। काजल लगाने से छोटी आंखें भी बड़ी दिखाई देती हैं और आंखों की खूबसूरती कई गुणा बढ़ जाती है। लेकिन गर्मियों में इसे लगाना किसी चैलेंज से कम नहीं है क्योंकि पसीने और ऑयल की वजह से ब्रांडेड काजल भी कुछ ही देर में फैलना शुरू हो जाता है और पूरे चेहरे का लुक खराब कर देता है। इसके कारण तमाम महिलाएं इसे लगाने में परहेज करती हैं। अगर आपके साथ भी ऐसी कोई समस्या आती है तो यहां बताए जा रहे तरीकों से काजल को लगाएं। इससे काजल ब्रांडेड और नॉन ब्रांडेड, कोई भी काजल लॉन्ग लास्टिंग रहेगा।

अगर आप चाहती हैं कि आंखों में काजल लगाने के बाद ये फैले नहीं, तो सबसे पहले आपको आंखों के आसपास का ऑयल पूरी तरह से साफ करना होगा। इसके लिए एक कॉटन का मुलायम कपड़ा या रुई लें और इसे ठंडे पानी में डुबोकर निचोड़ लें। इसके बाद इस कपड़े को आंखों पर करीब 5 से 1० मिनट के लिए रखें। इसके बाद रुई से उस हिस्से को अच्छी तरह पोंछ लें। इससे आपके आंखों के आसपास का ऑयल और पसीना पूरी तरह से साफ हो जाएगा।

अगर आप आंखों में मस्कारा, लाइनर और आई शैडो वगैरह भी इस्तेमाल करना चाहती हैं तो इन्हें काजल लगाने से पहले लगाएं। आंखों का सारा मेकअप पूरा होने के बाद ही काजल लगाएं।

काजल लगाने से पहले आंखों के नीचे के हिस्से में टेल्कम पाउडर लगाएं। पाउडर को ब्रश की मदद से लगाएं ताकि ये स्किन में अच्छे से मिक्स हो जाए और आंखों के नीचे की रही बची नमी को पूरी तरह से सोख ले। इसके बाद काजल का इस्तेमाल करें।

काजल ब्रांडेड हो या नॉन ब्रांडेड, बस वो वॉटर प्रूफ और सम्ज-फ्री होना चाहिए। इसके अलावा कोशिश करें कि ये लिक्विड फॉर्म की बजाय पेंसिल फॉर्म में हो। पेंसिल वाला काजल अच्छी तरह से लग भी जाता है और देर तक टिका रहता है।

आमतौर पर लोग काजल को पूरी आंख में एक जैसा लगाते हैं, लेकिन आप इसे आंखों के दोनों किनारों पर हल्की लेयर का रखें और बीच में लेयर को गहरा कर दें। इससे आपकी आंखें खूबसूरत भी दिखेंगी और काजल भी काफी देर तक टिका रहेगा।

हुमा कुरैशी हुई एनिमल की मुरीद

एनिमल एक ऐसी फिल्म रही जिसने बेशक बॉक्स ऑफिस पर रिकॉर्डतोड़ कमाई की हो, लेकिन इसने पूरी इंडस्ट्री को दो भागों में बांट दिया है।दर्शकों सहित जहां कुछ कलाकार एनिमल में दिखाई गई चीजों का पुरजोर विरोध कर रहे हैं, वहीं कुछ ऐसे हैं जिन्हें फिल्म बहुत पसंद आई है।रणबीर कपूर की एनिमल के पक्ष में आए सितारों की लिस्ट में हुमा कुरैशी का नाम भी शामिल हो गया है।अभिनेत्री ने फिल्म की जमकर तारीफ की है।

हुमा ने निर्देशक संदीप रेड्डी वांगा की एनिमल पर खुलकर अपने विचार रखे।वह बोलीं, मुझे फिल्म बहुत पसंद आई और मैंने इसका भरपूर लुत्फ उठाया। मुझे इसकी मर्दानगी, एक्शन और संगीत बहुत पसंद आया। यह बहुत ही कलात्मक फिल्म है और मुझे लगता है कि हर तरह की फिल्में बननी चाहिए। एक दर्शक के रूप में यह आपकी पसंद है कि आप उस फिल्म को देखना चाहते हैं या नहीं।

हुमा ने एनिमल जैसी फिल्म करने में अपनी रुचि व्यक्त की।उन्होंने कहा, मैं ऐसी फिल्म करना पसंद करूंगी, जिसमें मैं मशीन गन पकड़ सकूं और हजारों लोगों को मार सकूं। मुझे लगता है कि एक अभिनेता के रूप में किसी इतनी विनाशकारी चीज का हिस्सा बनना बहुत रोमांचक है।अभिनेत्री ने कहा कि जब वह वुल्फ ऑफ वॉल स्ट्रीट फिल्में देखती हैं तो उन्हें लगता है एक कलाकार के रूप में ऐसा किरदार निभाना बहुत रोमांचक है।

द वुल्फ ऑफ वॉल स्ट्रीट 2013 में रिलीज हुई एक हॉलीवुड क्राइम फिल्म है। इस फिल्म में लियोनार्डो डीकैप्रियो और मार्गोट रौबी जैसे कलाकार मुख्य भूमिकाओं में हैं। इस फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर भी शानदार कारोबार किया था और यह फिल्म सुपरहिट रही थी।

हुमा ने कहा कि लोगों को यह बहस करनी चाहिए कि फिल्में किस तरह से प्रभाव डालती हैं।वह बोलीं, अगर फिल्मों ने समाज पर इतना प्रभाव डाला है तो मुझे लगता है कि हम बेहतरीन फिल्में बना रहे हैं इसलिए समाज में सुधार हो जाना चाहिए था। अगर अब तक नहीं सुधरे तो बिगड़ेंगे भी नहीं। मैं कह रही हूं कि एनिमल भी बनाओ और महारानी भी बनाओ, जब तक लोगों को पसंद है, तब तक वे इसे देखेंगे। रणबीर, रश्मिका मंदाना, अनिल कपूर और बॉबी देओल जैसे कलाकारों से सजी एनिमल ने बॉक्स ऑफिस पर शानदार कारोबार किया। एनिमल ने दुनियाभर में 900 करोड़ रुपये की कमाई की। हालांकि, फिल्म को आलोचकों और दर्शकों से मिली-जुली प्रतिक्रियाएं मिलीं। काम की बात करें तो हुमा आखिरी बार तरला दलाल के जीवन पर आधारित फिल्म तरला में नजर आई थीं। वह अगली बार पूजा मेरी जान में नजर आएंगी, जिसमें उनके साथ मृणाल ठाकुर भी मुख्य भूमिका में हैं।इसके साथ ही अभिनेत्री के जल्द ही अपने पॉलीटिकल ड्रामा सीरीज महारानी के तीसरे सीजन में भी नजर आएंगी। वह सोनी लिव की सीरीज में रानी भारती की अपनी भूमिका दोहराती नजर आएंगी।

तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया ने वर्ल्डवाइड 100 करोड़ क्लब में की धमाकेदार एंट्री

शाहिद कपूर और कृति सेनन की फिल्म 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' ने बॉक्स-ऑफिस पर शानदार प्रदर्शन किया है. वैलेंटाइन डे के मौके पर रिलीज हुई इस फिल्म ने पहले ही हफ्ते में धमाकेदार कमाई की और अब दूसरे हफ्ते में भी फिल्म की धुआंधार रफ्तार जारी है. आइए बताते हैं इस फिल्म ने रिलीज के 10 दिन के अंदर बॉक्स-ऑफिस पर कुल कितने करोड़ रुपये कमाए हैं.

फिल्म 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' ने बीते शनिवार को बॉक्स-ऑफिस पर 6 करोड़ रुपये का कलेक्शन दर्ज किया जिसके साथ फिल्म की देशभर में कुल कमाई 58.20 करोड़ रुपये तक जा पहुंची है. शाहिद कपूर और कृति सेनन स्टारर इस फिल्म ने दुनियाभर की टिकट खिडकी पर 100 करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया है. फिल्ममेकर्स ने एक्स पर पोस्ट शेयर कर बताया की इस फिल्म ने दुनियाभर में 107.86 करोड़ रुपये की कमाई की और फिल्म ने भारत में 62.05 का आंकड़ा पार कर लिया है. इस मौके पर मेकर्स ने दर्शकों का आभार जताते हुए खुशी व्यक्त की है. इस फिल्म में शाहिद कपूर और कृति सेनन पहली बार साथ नजर आए हैं और दर्शकों ने दोनों की जोड़ी को खूब प्यार दिया है.

9 फरवरी, 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज हुई फिल्म 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' का निर्देशन अमित जोशी और आराधना साह ने किया है. इन दोनों ने ही फिल्म को लिखा भी है. ये फिल्म रोबोट साइंटिस्ट आर्यन और रोबोट सिफरा के इर्द-गिर्द बुनी गई है. रोमांस और कॉमेडी से भरपूर ये साइंस फिक्शन फिल्म दर्शकों का दिल जीतते दिख रही है.

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

विटामिन ए की कमी से कम उम्र में ही लग जाता है चश्मा

शरीर को फिट रखने के लिए सही मात्रा में विटामिन और मिनरल बेहद जरूरी होता है। अगर शरीर में किसी भी तरह की विटामिन की कमी होने लगेगी तो इसका खामियाजा आपके पूरे शरीर को भुगतना पड़ता है। आज विटामिन ए के बारे में बात करेंगे जिसकी कमी के कारण आंख संबंधी दिक्कतों का सामना करना पड़ता है। विटामिन ए आंख, त्वचा, हड्डी और शरीर से जुड़ी टिश्यूज को मजबूत रखने का काम करती है। शरीर को फिट रखने के लिए विटामिन और मिनरल महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। शरीर के लिए विटामिन ए बेहद महत्वपूर्ण होता है क्योंकि अगर शरीर में इसकी कमी हो जाएगी तो आपकी आंखों की रोशनी खत्म हो सकती है।

शरीर में दिखते हैं ऐसे लक्षण

ड्राई स्किन : विटामिन ए की कमी के कारण त्वचा और बाल ड्राई होने लगते हैं। साथ ही बेजान से दिखने लगते हैं।

रतौंधी : विटामिन ए की कमी से रतौंधी की समस्या भी हो सकती है। इस बीमारी में यटह होता है कि सूर्य की किरणों में आपको देखने में काफी ज्यादा मुश्किल होने लगती है।

प्रेग्नेंसी में दिक्कत: विटामिन ए की कमी होने पर महिलाओं को कंसीव करने में दिक्कत हो सकती है।

गले में इंफेक्शन: गले में बार-बार इंफेक्शन विटामिन ए की कमी के कारण हो सकते हैं। गले में बार-बार खराश और इंफेक्शन विटामिन ए की कमी के कारण हो सकता है।

मुंहासे: विटामिन ए की कमी के कारण चेहरे का रंग काला और मुंहासे भरे हो सकते हैं।

घाव भरने में देरी: अगर कोई घाव भरने में काफी ज्यादा वक्त लग रहा है तो समझ जाए कि शरीर में विटामिन एक की कमी है।

कमजोर हड्डियां: शरीर की हड्डियां मजबूत करने के लिए विटामिन ए एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। हड्डियां कमजोर हो रही है तो विटामिन डी टेस्ट के साथ विटामिन ए का टेस्ट भी जरूर करवाएं।

शरीर में विटामिन ए की कमी होने पर डाइट में इन चीजों को करें शामिल: शरीर में विटामिन ए की भरपाई करने के लिए प्लांट बेस्ड और नॉन वेज दोनों तरह के डाइट को फॉलो कर सकते हैं। विटामिन ए की कमी को पूरा करने के लिए आप अंडे, फोर्टिफाइड अनाज, हरी पत्तेदार सब्जियां, नारंगी और पीली सब्जियां गाजर, पपीता इनके साथ ही पालक, स्वीट पोटेटो, दही, सोयाबीन और दूसरी पत्तेदार हरी सब्जियां खा सकते हैं।

जानिए सलाद पत्ता के गुण

सलाद पत्ते, हम सभी इसको जानते हैं। कई इतिहासकारों का कहना है कि इस हरे पत्ते की खेती की शुरुआत सबसे पहले मिस्रवासियों ने की थी। वे इस पत्ते को सब्जी के रूप में उगाते थे। यहां तक कि इन पत्तियों के बीजों से भी तेल निकाला जाता था। हालांकि बाद में इन लेटिष पत्तियों की खेती यूनानियों और रोमनों द्वारा शुरू की गई थी।

लेट्यूस पत्तियों का दूसरा नाम आइसबर्ग लेट्यूस है। इस अजीब नाम का कारण यह है कि लेट्यूस या किसी भी अन्य सब्जी को खराब कर दिया गया होता यदि इसे पहले से प्रशीतित नहीं किया गया होता। बीसवीं सदी में रेफ्रिजरेटर हर जगह उपलब्ध नहीं थे। इसलिए कैलिफ़ोर्निया के लोग बर्फ के माध्यम से सब्जियों का भंडारण करते थे। तब से इसे आइसबर्ग कहा जाने लगा। लेटस के पत्ते विटामिन और खनिजों से भरपूर होते हैं। इन पत्तियों में विटामिन ए, विटामिन सी, विटामिन के, विटामिन बी -6, आयरन, पोटैशियम आदि होते हैं।

लेटस के पत्ते कैंसर से लड़ सकते हैं। क्योंकि इसमें बीटा कैरोटीन और ल्यूटिन जैसे एंटीऑक्सीडेंट होते हैं। ऐसे एंटीऑक्सिडेंट कैंसर कोशिकाओं की वृद्धि को कम करते हैं।

लेटस की पत्तियां नींद के साथ मदद करती हैं। यदि आप बहुत अधिक सलाद खाते हैं, तो आप जल्द ही सो जाएंगे। ऐसा इसलिए है क्योंकि इसमें लैक्टेरियम नामक एक घटक होता है जो आपको सोने में मदद करता है।

शब्द सामर्थ्य - 84

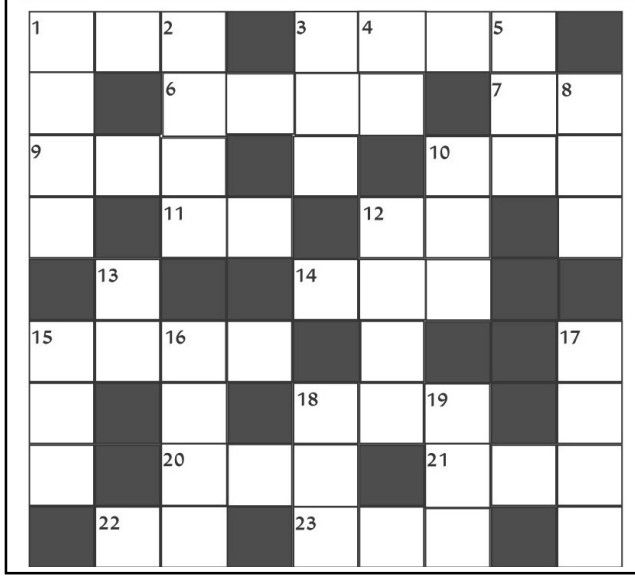
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. रूचिकर लगने वाली, रूचि के अनुकुल, चुनी हुई 3. राजाओं के बैठने का आसन 6. श्रमिक 7. कार्य, काज 9. वाद्ययंत्र आदि बजाने वाला 10. सहारा, सहायक वस्तु 11. शर्म, लाज, हया 12. मक्खन, माखन 14. श्रीमती राबड़ी देवी इस प्रदेश की मुख्यमंत्री हैं 15. चंद्रमा, रजनीश, चांद 18. पुस्तक 20. अवधि, समय 21. तर्क वितर्क और कहा-सुनी, जबानी झगड़ा 22. सूरत, आकार 23. झुका हुआ, नत।

ऊपर से नीचे

1. पंद्रह दिन का समय, शुक्ल या कृष्ण पक्ष 2. आग बुझाने की मशीन 3. हिंदु विवाहित स्त्री के मांग में भरने का लाल चूर्ण 4. पराजय, माला 5. मुंह ढकने का कपड़ा, घुंघट 8. चंदन, दक्षिण का एक पर्वत 10. व्यवस्थित करना, सजाना, स्वभाव आदि का परिष्कार, शुद्ध संबंधी कृत्य 12. विशालता, बड़प्पन, महान होने का भाव 13. अड़चन, रुकावट 15. जमीन के अंदर गहरा और लंबा रास्ता, अच्छे रंग का 16. बेवकूफ, मूर्ख, अहमक 17. औसत के हिसाब से 18. कृषक 19. अधिक, ज्यादा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 83 का हल

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

एक बार फिर फैमिली को बचाएंगे अजय देवगन!

सस्पेंस थ्रिलर 'दृश्यम 2' के बाद अजय देवगन एक बार फिर सुपरनैचुरल और सस्पेंस थ्रिलर लेकर आ रहे हैं। इस फिल्म का नाम 'शैतान' है। 'शैतान' में ज्योतिका और आर माधवन भी हैं। फिल्म यह 8 मार्च को रिलीज होगी। अजय ने फिल्म से अपने नए लुक को रिवील किया है। इसमें वह काफी इंटेंस लुक में दिख रहे हैं। डार्क कलर थीम वाले पोस्टर में अजय गंभीर और रहस्यमयी से नजर आ रहे हैं। वह कुछ समझने की कोशिश कर रहे हैं। उन्होंने फिल्म की रिलीज डेट भी बताई है। फैन्स इस पर रिएक्शन भी दे रहे थे। अजय ने पोस्टर के कैप्शन में जो लिखा है, उससे लगता है कि इसमें वह 'दृश्यम' की तरह अपनी फैमिली को बचाते नजर आएंगे। अजय देवगन ने फिल्म का पोस्टर करते हुए लिखा,जब बात अपने परिवार पर आए, तब वो हर शैतान से लड़ जाएगा। 8 मार्च 2024 को सिनेमाघरों पर कब्ज़ा। जैसे ही उन्होंने पोस्टर शेयर किया फैन्स ने रिएक्शन दिया।

कई लोगों ने कमेंट सेक्शन में दिल वाले इमोजी कमेंट्स किए। किसी यूजर ने ट्रेलर के बारे में भी पूछा। फिल्म को विकास बहल ने डायरेक्ट किया है। फिल्म के पहले और अब आए पोस्टर्स रोंगटे खड़े कर देने वाला रोमांच देने का वादा करते हैं। इसमें अजय देवगन के साथ ज्योतिका और आर माधवन समेत कई प्रतिभाशाली कलाकार हैं।

हाल में 'शैतान' का टीजर आया था, जिसकी एक वॉयसओवर के साथ शुरू होता है, जो कहती है, कहते हैं कि ये दुनिया पूरी बहरी है, पर सुनते सब मेरी है। काले से भी काला मैं, बहकावे का प्याला मैं। तंत्र से ले कर श्लोक का, मालिक हूं मैं 9 लोक का। ज़हर भी मैं, दावा भी मैं। चुप चाप सदियों से सब देखा, एक खामोश गवाह भी मैं। मैं रात हूं, मैं शाम हूं, मैं कायनात तमाम हूं। बनता, बिगड़ता, समेटता, मरोड़ता, लोग कहते हैं कि मैं किसी को नहीं छोड़ता। एक खेल है, खेलोगे? इस खेल का बस एक ही नियम है, मैं चाहे कुछ भी कहूं, मेरे बहकावे में मत आना।

एक बार फिर फाइटर ने भरी ऊंची उड़ान, करोड़ों में की कमाई

ऋतिक रोशन की हाई-ऑक्टेन एक्शन फिल्म 'फाइटर' बॉक्स ऑफिस पर रिलीज के चौथे हफ्ते में भी जमी हुई है. ये फिल्म 25 जनवरी को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी. फिल्म का रिलीज से पहले काफी बज था और थिएटर्स में दस्तक देने के बाद इसे दर्शकों और क्रिटिक्स से भी काफी पॉजिटिव रिस्पॉन्स मिला. हालांकि कमाई के मामले में फिल्म पीछे रह गई और कुछ खास कलेक्शन नहीं कर पाई है. चलिए यहां जानते हैं फाइटर' ने रिलीज के चौथे संडे यानी 25वें दिन कितने करोड़ की कमाई की है.

'फाइटर' में ऋतिक रोशन और दीपिका पादुकोण ने पहली बार स्क्रीन शेयर की है. देशभक्ति से भरी इस फिल्म में होश उड़ा देने वाले एरियल एक्शन की भी खूब भरमार है. ऐसे में 'फाइटर' का फैंस को काफी बेसब्री से इतजार था. वहीं सिनेमाघरों में दस्तक देने क बाद इस फिल्म ने 22.5 करोड़ से अच्छी ओपनिंग की. फिल्म का पहले हफ्ते का कलेक्शन 146.5 करोड़ रहा. लेकिन इसके बाद दूसरे हफ्ते में फिल्म बॉक्स ऑफिस पर लड?ड़ा गई और इसकी कमाई का ग्राफ भी गिरता चला गया.

'फाइटर' ने दूसरे हफ्ते 41 करोड़ का कलेक्शन किया और तीसरे हफ्ते फिल्म की कमाई 14.2 करोड़ रुपये रही. वहीं अब ये फिल्म रिलीज के चौथे हफ्ते में है जहां चौथे फ्राइडे फिल्म ने ०.85 करोड़ की कमाई की तो चौथे शनिवार 'फाइटर' का कलेक्शन 1.65 करोड़ रुपये रहा. वहीं अब इस फिल्म की रिलीज के 25वें दिन यानी चौथे संडे की कमाई के शुरुआती आंकड़े आ गए हैं.

रिपोर्ट के मुताबिक 'फाइटर' ने रिलीज के चौथे संडे यानी 25वें दिन 2.1० करोड़ का कलेक्शन किया है. इसी के साथ 'फाइटर' की 25 दिनों की कमाई अब 2०6.3० करोड़ रुपये हो गई है.

'फाइटर' को बॉक्स ऑफिस पर शाहिद की फिल्म 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' के अलावा किसी और फिल्म से मुकाबला नहीं करना पड़ रहा है. ऐसे में लग रहा है कि फिल्म इस हफ्ते और बॉक्स ऑफिस पर जमी रहेगी और इसके चलते कुछ और कमाई कर लेगी. अब देखने वाली बात ये होगी कि फिल्म चौथे हफ्ते में कितना कलेक्शन कर पाती है? सिद्धार्थ आनंद के निर्देशन में बनी 'फाइटर' में ऋतिक रोशन और दीपिका पादुकोण के अलावा अनिल कपूर, करण सिंह ग्रोवर, अक्षय ओबेरॉय और संजीदा शेख ने अहम रोल प्ले किया है.

यश की झोली में रामायण के बाद आई जय हनुमान, रावण के बाद बनेंगे भगवान हनुमान

प्रशांत वर्मा की फिल्म हनुमान ने रिलीज के बाद ही बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचा दिया था। फिल्म को दर्शकों ने काफी पसंद किया तो इसने हिंदी पट्टी में खूब नोट छापे थे।राम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा के खास मौके पर फिल्म के निर्माताओं ने इसके सीक्वल जय हनुमान का ऐलान किया था।अब खबरें हैं कि नितेश तिवारी की फिल्म रामायण में रावण के बाद यश इस फिल्म में भगवान हनुमान का किरदार निभाने वाले हैं।

पहले जहां राम चरण के भगवान राम की भूमिका निभाने की खबरें आईं तो अब यश से संपर्क किया गया है।

रिपोर्ट के अनुसार, यश भगवान हनुमान का किरदार निभाने के लिए निर्माताओं की पहली पसंद हैं।सूत्र ने कहा कि बजरंगबली हनुमान की कास्टिंग को लेकर कुछ भ्रम है। तेजा सज्जा ने पहले भाग में हनुमंत की भूमिका निभाई और वह अगली किस्त में यही भूमिका निभाएंगे। भगवान हनुमान की भूमिका के लिए यश सबसे मजबूत दावेदार हैं।

सूत्र ने बताया कि जय हनुमान के लिए यश को लेकर बात चल रही है तो पहली फिल्म के लिए उनके नाम पर कभी भी विचार नहीं किया गया था।उन्होंने इसे झूठी कहानी बताया और कहा कि अब सीक्वल में अभिनेता के भगवान हनुमान का किरदार निभाने की पूरी संभावना है।सूत्र ने यह बात भी साफ की कि सज्जा इसमें भगवान हनुमान के भक्त हनुमंत की ही भूमिका में होंगे और यश के साथ उन्हें देखना दिलचस्प रहेगा।

भगवान हनुमान से पहले यश फिल्म रामायण में रावण के किरदार में नजर आएंगे और भगवान राम बने रणबीर कपूर से उनका सामना होगा।फिल्म में साई पल्लवी माता सीता तो अमिताभ बच्चन राजा दशरथ की भूमिका में होंगे, वहीं विजय सेतुपति से विभीषण की भूमिका के लिए बातचीत चल रही है।इसके अलावा लारा दत्ता, रकुल प्रीत सिंह और सनी देओल भी अहम भूमिकाओं में नजर आएंगे तो इसका पहला भाग 2025 में रिलीज होगी।

फिल्म हनुमान की कहानी भगवान हनुमान की जन्मभूमि अंजनाद्रि गांव के एक सीधे-साधे लड? हनुमंत (सज्जा) की है।हनुमंत को बचपन से ही मीनाक्षी (अमृता अय्यर) से प्यार होता है और हर पल उसकी मदद के लिए मौजूद रहता है।एक दिन मीनाक्षी पर लुटेरे हमला कर देते हैं, जिसके बाद हनुमंत उसे बचाने के लिए अपनी जान की परवाह भी नहीं करता।इस दौरान उसे एक ऐसी शक्ति मिलती, जिससे वह अजेय बन जाता है।

वर्मा की 25 करोड़ रुपये के बजट में बनी फिल्म हनुमान 12 जनवरी को रिलीज हुई थी। फिल्म अभी तक भारतीय बॉक्स ऑफिस पर 195.94 करोड़ रुपये कमाने में सफल रही है। इसने अकेले हिंदी भाषा में ही 5०.76 करोड़ रुपये कमाए लिए हैं।

गुरु रंधावा की कुछ खट्टा हो जाए का गाना राजा-रानी जारी

गायक गुरु रंधावा की फिल्म कुछ खट्टा हो जाए को 16 फरवरी को सिनेमाघरों में रिलीज किया गया था।यह फिल्म इसलिए खास है क्योंकि इसके जरिए गुरु ने अभिनय की दुनिया में कदम रखा है। हालांकि, यह फिल्म बक्स ऑफिस पर दर्शक जुटाने के लिए संघर्ष कर रही है।अब कुछ खट्टा हो जाए का गाना राजा रानी जारी कर दिया है, जिसे गुरु ने खुद अपनी आवाज दी है। इस गाने के बोल भी उन्होंने ही लिखे हैं।

कुछ खट्टा हो जाए में गुरु की जोड़ी सई मांजरेकर के साथ बनी है। अनुपम खेर भी फिल्म का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं।इस फिल्म के निर्देशन की कमान जी अशोक ने संभाली है। फिल्म की कहानी विजय पाल सिंह ने लिखी है।

फिल्म की बात करें तो जी अशोक द्वारा डायरेक्ट की गई कुछ खट्टा हो जाए में गुरु रंधावा और सई मांजरेकर के अलावा परितोष त्रिपाठी और अतुल श्रीवास्तव अहम किरदार में नजर आ रहे हैं। जबकि साउथ के कॉमेडी किंग ब्रह्मानंदन फिल्म में स्पेशल रोल निभाते हुए दिख रहे हैं। इस फिल्म ने अब तक महज 2 करोड़ रुपये का कारोबार किया है। फैमिली ड्रामा कुछ खट्टा हो जाए में सई मांजरेकर ने एक ऐसी लड?ी की भूमिका निभाई है, जो आईएएस बनने के लिए जी तोड़ मेहनत करती हैं। हालांकि, उनकी शादी गुरु रंधावा से करा दी जाती है। रोमांस, इमोशन और झूठ के साथ कहानी में कई ट्विस्ट एंड टर्न हैं। फिल्म में सई और गुरु के अलावा अनुपम खेर और इला अरुण भी अहम भूमिका निभा रहे हैं।

वहीं 16 फरवरी को ओरु पेरू भैरवाकोना और जयम रवि की सायरन भी अच्छा कलेक्शन करती दिख रही है। जबकि मराठी मूवी शिवरयांचा छावा ने भी अच्छा कलेक्शन हासिल कर लिया है।

कृष्णा कौल अपने काम को कभी हल्के में नहीं लेते : राची शर्मा

कुमकुम भाग्य अभिनेत्री राची शर्मा ने शो में अपने सह-कलाकार कृष्णा कौल की तारीफ करते हुए कहा कि वह अपने काम को कभी हल्के में नहीं लेते, वह हर बार अपना सर्वश्रेष्ठ देते हैं।

शो में 2० साल के लीप के बाद अलग हो चुके जोड़े रणबीर (कृष्णा कौल) और प्राची (मुग्धा चापेकर) की बेटियों पूर्वी (राची शर्मा) और खुशी (सिमरन बुधरूप) की यात्रा से आकर्षित हो गए हैं।

पिछले कुछ हफ्तों में कृष्णा और राची ने एक साथ कई सीन शूट किए हैं, जिससे दोनों कलाकरों के बीच काफी अच्छा तालमेल बन गया है।

राची ने कृष्णा के साथ काम करने के अपने अनुभव को खुलकर साझा किया, और उन्हें अपने सह-कलाकार के रूप में पाने के लिए अपनी खुशी और आभार व्यक्त किया।

अभिनेत्री ने कहा, पूर्वी के किरदार को तलाशने में मुझे काफी मजा आया और कृष्णा के साथ काम करना एक अविश्वसनीय अनुभव रहा है। वह न सिर्फ एक प्रतिभाशाली अभिनेता हैं, बल्कि एक स्वागत योग्य सह-कलाकार भी हैं, जिन्होंने वर्षों तक कुमकुम भाग्य की विरासत को जिम्मेदारी से आगे बढ़ाया है।

राची ने कहा, मैंने कभी भी उन्हें अपने काम को हल्के में लेते नहीं देखा। वह वास्तव में एक प्रेरणा हैं। वह हर बार अपना सर्वश्रेष्ठ देते हैं। मैं हर दिन उनसे बहुत कुछ सीखती हूं। मुझे वास्तव में लगता है कि मैं इससे बेहतर सह-कलाकार की उम्मीद नहीं कर सकती थी।

उन्होंने कहा, ऑन-स्क्रीन और ऑफ-स्क्रीन हमारे बीच बहुत अच्छा रिश्ता है, मैं उनके साथ काम करने और ऑन-स्क्रीन स्पेस शेयर करने के लिए आभारी हूं। हाल के एपिसोड में, दर्शकों को पूर्वी और राजवंश (अबरार काजी) की शानदार शादी देखने को मिली। कुमकुम भाग्य जी टीवी पर प्रसारित होता है।

चुनावी चंदे की पारदर्शी व्यवस्था बने

अजीत द्विवेदी

चुनावी बॉन्ड को लेकर पिछले छह-सात साल में जितनी बहस हुई है और चंदे की इस व्यवस्था पर जितने सवाल उठे हैं उन्हें देखते हुए अब केंद्र सरकार को सुप्रीम कोर्ट के फैसले को खुले दिल से स्वीकार कर लेना चाहिए। इसे प्रतिष्ठा का सवाल बना कर संसद के जरिए इसे बदलने का वैसा प्रयास नहीं किया जाना चाहिए, जैसा चुनाव आयुक्तों की नियुक्ति के मामले में किया गया। सुप्रीम कोर्ट ने चुनावी बॉन्ड के जरिए चंदे की पूरी व्यवस्था को असंवैधानिक करार दिया है और इस पर तत्काल प्रभाव से रोक लगा दी है।

इतना ही नहीं सरकार ने सभी पार्टियों से कहा है कि अगर किसी के पास कोई चुनावी बॉन्ड बचा है तो वह उसे तत्काल वापस लौटाए और स्टेट बैंक उसे बॉन्ड खरीदने वाले व्यक्ति के खाते में लौटा दे। सुप्रीम कोर्ट ने अपने फैसले में यह भी कहा है कि यह कानून सूचना के अधिकार का उल्लंघन करता है और साथ ही संविधान के अनुच्छेद 19 (1) से मिले मौलिक अधिकार का भी उल्लंघन करता है। अदालत ने अप्रैल 2019 के बाद चुनावी बॉन्ड से दिए गए चंदे की सारी जानकारी 13 मार्च तक सार्वजनिक करने का आदेश दिया है। चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली पांच जजों की संविधान पीठ ने एक राय से इस मामले में फैसला सुनाया है।

चुनाव आयोग का फैसला बहुत स्पष्ट है। इसमें उन तमाम बातों का जिक्र है, जिसकी आशंका पिछले छह-सात साल से जताई जा रही थी। ऐसा नहीं है कि सिर्फ विरोधी पार्टियों के लोग या केंद्र की नरेंद्र मोदी सरकार के चिरंतन विरोधी ही इस पर सवाल उठा रहे थे। भारत की दो स्वायत्त संस्थाओं ने भी इस पर सवाल उठाए थे। चुनाव आयोग ने कहा था कि चंदा देने वालों के नाम गुमनाम रखने से पता लगाना संभव नहीं होगा कि राजनीतिक दल ने धारा 29 (बी) का उल्लंघन करके चंदा लिया है या नहीं। साथ ही विदेशी चंदा लेने वाला कानून भी बेकार हो जाएगा।

इसी तरह भारतीय रिजर्व बैंक ने इस योजना को लेकर कहा था कि चुनावी बॉन्ड धन शोधन को बढ़ावा देगा। इसके जरिए काले धन को सफेद करना आसान हो जाएगा। ये दोनों ऐसे मुद्दे हैं, जो बार बार उठाए जा रहे थे। साफ साफ दिख रहा था कि इस योजना में पारदर्शिता बिल्कुल नहीं है। चुनावी बॉन्ड खरीदने वाला कहां से पैसे ला रहा है यह पता लगाने का कोई जरिया नहीं था। इसलिए आयकर कानून के नियमों को लागू करने या धन शोधन के नियमों को लागू करने की संभावना समाप्त हो जाती थी। चुनाव आयोग और रिजर्व बैंक ने इस पहलू की ओर ध्यान आकर्षित किया था।

लेकिन सुप्रीम कोर्ट ने इसके साथ साथ कुछ ज्यादा बड़े सवाल भी उठाए हैं। सबसे बड़ा सवाल लोकतंत्र का है, जिसमें जनता को यह जानने का अधिकार है कि जिस राजनीतिक दल को वह समर्थन दे रहा है या वोट दे रहा है उसे कहां से चंदा मिल रहा है। सुप्रीम कोर्ट ने इस मामले में सुनवाई के दौरान ही कहा था कि इस तरह की गोपनीय योजना के जरिए पार्टियों को असीमित फंडिंग का रास्ता खुलता है। असल में इस योजना को लेकर सबसे बड़ा सवाल यही था कि क्या इस तरह की चंदे की व्यवस्था से स्वतंत्र व निष्पक्ष चुनाव की संभावना प्रभावित होती है?

इसका जवाब सुप्रीम कोर्ट के फैसले में मिला है। अदालत ने कहा है कि इससे कॉरपोरेट फंडिंग और पॉलिसी मेकिंग यानी पार्टियों को मिलने वाले चंदे और नीति निर्माण में मिलीभगत हो सकती है। जब किसी को पता नहीं होगा कि किस कॉरपोरेट ने या किस व्यक्ति ने किस पार्टी को कितना चंदा दिया है तो यह भी पता नहीं चलेगा कि किसी सरकार की किस योजना से किस कॉरपोरेट को क्या लाभ हुआ है। इससे लोकतंत्र की बुनियादी व्यवस्था प्रभावित होती है और मतदाता के अधिकार भी प्रभावित होते हैं। साथ ही सरकार के कामकाज में भ्रष्टाचार व भेदभाव बढ़ने की संभावना भी पैदा होती है।

सुप्रीम कोर्ट ने केंद्र सरकार को नसीहत देने के अंदाज में कहा है कि चुनावी चंदे में काले धन के चलन को रोकने के लिए एकमात्र रास्ता यही नहीं है। इसके अलावा दूसरे रास्ते भी तलाशे जा सकते हैं, जो ज्यादा पारदर्शी हों और मौलिक अधिकार व सूचना के अधिकार का उल्लंघन नहीं करते हों। सोचें, 2017 में जब तत्कालीन वित्त मंत्री अरुण जेटली ने इस योजना की घोषणा की थी और इसे लागू करने का फैसला हुआ था तब इसके विरोध पर वे बार बार कहते थे कि और कुछ हो या न हो यह तय है कि चंदे में दिया जाने वाला पैसा काला धन नहीं है। जबकि हकीकत में सबसे ज्यादा इसी पर सवाल उठा है। चुनाव आयोग और रिजर्व बैंक के साथ साथ सुप्रीम कोर्ट ने भी इस पर सवाल उठाया है। इसलिए सरकार को इस मामले में किसी तरह की जिद पकड़ने की बजाय ज्यादा पारदर्शी व्यवस्था बनाने के बारे में विचार करना चाहिए।

ध्यान रहे भारत में राजनीतिक दलों को मिलने वाले चंदे की व्यवस्था कभी भी परफेक्ट नहीं रही है। पार्टियों को 20 हजार रुपए से कम का चंदा बिना चेक के लेने का अधिकार है। अनेक पार्टियां ऐसी हैं, जिनको समूचा चंदा इसी तरीके से मिलता है। भारत की एक बड़ी राजनीतिक पार्टी बसपा है, जो पिछले करीब डेढ़ दशक से चुनाव आयोग को बता रही है कि उसे 20 हजार रुपए से ऊपर का एक भी चंदा नहीं मिला है।

सोचें, उसे सैकड़ों करोड़ रुपए का चंदा मिल चुका है लेकिन किसी ने चेक से चंदा नहीं दिया। वह सत्ता में रही तब भी उसने यही बताया कि उसे मिलने वाले सारे चंदे 20 हजार रुपए से नीचे के हैं। इस तरह के चंदे के बारे में कुछ भी जानकारी देने की जरुरत नहीं होती है और जितना भी चंदा मिलता है वह आयकर से मुक्त होता है।

राजनीतिक दलों को मिलने वाले चंदे की व्यवस्था को पारदर्शी बनाने के लिए पहले ट्रस्ट के जरिए चंदा देने की व्यवस्था भी बनी थी और बाद में केंद्र की नरेंद्र मोदी सरकार चुनावी बॉन्ड के जरिए चंदा देने का कानून ले आई। इस कानून में बुनियादी खामियां थीं, जिन्हें विस्तार से सुप्रीम कोर्ट ने बताया है। इस कानून के मुताबिक कोई भी व्यक्ति या कंपनी स्टेट बैंक की चुनिंदा शाखाओं से चुनावी बॉन्ड खरीद सकता था। वह जिस पार्टी को चुनावी बॉन्ड देगा उसे 15 दिन के भीतर उस बॉन्ड को कैश कराना होगा। इस कानून के मुताबिक चुनावी बॉन्ड खरीदने वाले की पहचान नहीं जाहिर की जाती है और न उसके बारे में सूचना के कानून के तहत कोई जानकारी साझा की जाती है।

हालांकि उसकी सारी जानकारी सरकार के पास होती है। तभी यह योजना सरकार के हाथों का एक टूल बन गई थी। लोग सरकार को खुश करने के लिए उसे ज्यादा चंदा दे रहे थे और विपक्षी पार्टियों के चंदे का स्रोत सूखता जा रहा था। स्वस्थ लोकतंत्र के लिए बराबरी के मैदान की धारणा खत्म हो गई थी। इससे काले धन का इस्तेमाल बढ़ने की संभावना भी बढ़ गई थी और यह आरोप भी लग रहा था कि इसे कॉरपोरेट को ध्यान में रख कर लाया गया है। इस योजना में यह सुविधा थी कि कोई कॉरपोरेट घराना बिना पहचान बताए जितना चाहता उतना चंदा किसी को दे सकता था। इसके बदले में उसे कुछ न कुछ लाभ भी मिलता, जिसे सुप्रीम कोर्ट ने मिलीभगत कहा है। जब इन सारे पहलुओं से परदा उठ गया है तो चुनावी चंदे की एक ऐसी व्यवस्था बननी चाहिए, जिससे काले धन की संभावना खत्म हो, जिसके बारे में सारी जानकारी आम लोगों को भी मिले और पक्ष व विपक्ष के बीच आंशिक रूप से ही सही लेकिन बराबरी का मैदान सुनिश्चित हो।

सू- दोकू क्र. 84

	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.83 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

ममता सरकार पर दाग

संदेशखली कांड में तृणमूल सरकार के आचरण को उचित नहीं ठहराया जा सकता। उसे ऐसे गंभीर आरोप के मामले में अधिक तत्परता दिखानी चाहिए। विपक्षी प्रतिनिधिमंडलों को घटनास्थल पर जाने से रोकना तो सिरे से आपत्तिजनक है।

पश्चिम बंगाल का संदेशखली कांड ममता बनर्जी की सरकार पर एक गहरा दाग बनता जा रहा है। जिस तरह राज्य सरकार ने विपक्षी प्रतिनिधिमंडलों को इस गांव में जाने से रोका है, उससे यह धारणा और गहराई है कि वह कुछ छिपाना चाहती है। इस कांड में गंभीर आरोप तृणमूल कार्यकर्ताओं पर लगे हैं। उत्तर 24 परगना के गांव संदेशखाली की दर्जनों महिलाओं ने तृणमूल सदस्यों पर यौन उत्पीडऩ के संगीन आरोप लगाए हैं। इन महिलाओं के सामने आने के बाद आठ फरवरी को से वहां विरोध प्रदर्शन शुरू हो गए। महिलाओं ने इल्जाम लगाया है कि तृणमूल कांग्रेस से जुड़े शेख शाहजहां और उसके कथित गिरोह ने यौन उत्पीडऩ करने के अलावा उनकी जमीन के बड़े हिस्से पर जबरन कब्जा भी कर लिया है। गांव के कई लोगों ने आरोप लगाया है कि वहां पुरुषों को तृणमूल कांग्रेस की बैठकों में शामिल होने के लिए मजबूर किया जाता था। अगर कोई इससे इनकार करता था, तो उनकी पत्नियों को धमकी दी जाती थी। शेख शाहजहां स्थानीय जिला परिषद के सदस्य भी हैं। जनवरी में जब ईडी की टीम उनके घर पर छापेमारी के लिए पहुंची, तब उनके

समर्थकों ने ईडी के अधिकारियों पर हमला कर दिया था।

ईडी की टीम कथित राशन घोटाले से संबंधित मामले में उनके घर पर पहुंची थी। महिलाओं ने शेख शाहजहां के सहयोगियों शिबू हाजरा और उत्तम सरदार पर भी यौन उत्पीडऩ में शामिल होने का आरोप लगाया है। सरदार को गिरफ्तार कर लिया गया है, जबकि हाजरा फरार है। मुमकिन है कि भारतीय जनता पार्टी ने राजनीतिक मकसद से इस कांड को बहु प्रचारित किया हो। मसलन, पश्चिम बंगाल के राज्यपाल सीवी आनंद बोस के 12 फरवरी को संदेशखाली का दौरा करने को लेकर उठे सवाल वाजिब हैं। राज्यपाल ने उत्पीडऩ का दावा करने वाली महिलाओं से मुलाकात की थी। इसके बावजूद तृणमूल कांग्रेस के आचरण को उचित नहीं ठहराया जा सकता। उसे ऐसे गंभीर आरोप के मामले में अधिक तत्परता दिखानी चाहिए थी। विपक्षी प्रतिनिधिमंडलों को घटनास्थल पर जाने से रोकना तो सिरे से आपत्तिजनक है। ऐसे कदमों से पार्टी का दामन अधिक दागदार होता जाएगा।

सच्चे दोस्त की पहचान

सच्चा दोस्त इस संसार में मिलना आसान नहीं होता। हर बच्चे को सच्चे दोस्त की जरुरत होती है। इसका कारण है कि दोस्ती का रिश्ता सबसे करीबी होता है। यह रिश्ता स्वयं बनाता हैं। बाकी सारे रिश्ते तो जन्म के साथ ही बन जाते हैं। उन से दोस्ती करें जो दिल व दिमाग से पवित्र हों।एक सच्चा दोस्त कभी भी गलत रास्ता नहीं दिखाता।

एक सच्चा दोस्त सदैव ही आपकी गलतियों को बताता है। सच्ची दोस्ती में अमीरी व गरीबी का मतलब नहीं होता

एक सच्चा दोस्त सदैव ही बिना किसी डर के आपको बुरी आदता से अवगत करवाता हैं।एक सच्चा दोस्त भले ही आपसे शारिरीक रूप से क्यों न दुर हो लेकिन सदैव ही आपके करीब होने का एहसास करायेगा। एक सच्चा दोस्त सदैव ही आपसे बुरी आदतों को छुड़वाने का प्रयास करता हैं।

एक सच्चा दोस्त ही बिना किसी डर के आपको गलतियों से भी अवगत करवाता हैं। एक सच्चा दोस्त ही अच्छें से अच्छें व बुरें से बुरें दिनों में भी सदैव ही आपके साथ रहता हैं। सच्चा दोस्त केवल एक होता है एक से ज्यादा नहीं। एक सच्चा दोस्त सदैव ही आपको मानसिक रूप से मजबूत बनाएगा।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सोमवार को उत्तराखंड विधानसभा के बजट सत्र में प्रतिभाग किया। सदन की कार्यवाही प्रारंभ होने से पूर्व मुख्यमंत्री ने विधानसभा अध्यक्ष श्रीमती ऋतु खंडूरी से उनके कक्ष में शिष्टाचार भेंट की।

बीपीएड एमपीएड प्रशिक्षित बेरोजगारों...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

मिलने के लिए कहा है। उन्होंने आश्वासन दिया है कि आने वाली कैबिनेट में शारीरिक शिक्षा का मामला आएगा। आज शिक्षा मंत्री आवास पर धरना प्रदर्शन करने वालों में प्रदेश अध्यक्ष जगदीश पांडे, संजय त्रिपाठी, गिरीश मिश्रा, अजीत पायल, दीपक रावत, ईश्वर, मुकेश नेगी, मातबर भारती, हरेंद्र खत्री, अर्जुन लिंगवाल सुमन नेगी, अनिल राज, पंकज बसु, धर्मेंद्र, खुशाल सिंह नेगी, नवीन चंद्र, अमित टम्टा, पुष्कर बाफीला, प्रवीण राजपूत, सुनील नैनवाल आदि लोग मौजूद थे।

यूसीसी सहित तमाम उपलब्धियां गिनाई..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

समाज में समरसता बढ़ेगी और महिलाओं को इस कानून के आने से और अधिक सशक्त किया जा सकेगा। उन्होंने कहा कि महिला अपराधों पर सख्ती से रोक लगाई जा सके इसके लिए थानों में महिला डिस्क खोलने और व्हाट्सएप पर अपनी शिकायत दर्ज करने की सुविधा से उन्हें मजबूती मिलेगी।

राज्यपाल द्वारा जी-20 का जिक्र भी अपने अभिभाषण में करते हुए कहा गया है कि इसमें भाग लेने वाले 40 देश के प्रतिनिधियों ने भारत की बढ़ती ताकत को देखा है। उन्होंने राज्य सरकार द्वारा अभी आयोजित की गई इन्वेस्टर समिट का जिक्र करते हुए कहा कि इससे प्रदेश में ईज ऑफ डूइंग बिजनेस ही नहीं पीस आफ डूइंग बिजनेस का संदेश पूरे उद्योग जगत में गया है। उन्होंने कहा कि इससे राज्य में रोजगार के अवसर बढ़ेंगे और युवाओं को काम मिलेगा। राज्यपाल द्वारा पर्यटन नीति 2030 के अलावा बद्रीनाथ के मास्टर प्लान और मंदिर मानस माला का जिक्र भी अपने अभिभाषण में किया गया। इसके अलावा उन्होंने राज्य सरकार की गरीब व किसान कल्याण की योजनाओं पर भी प्रकाश डाला। इसके बाद विधानसभा की कार्यवाही 3 बजे तक के लिए स्थगित कर दी गई।

समस्याः जानवर जाए तो कहां जाए ?..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

वहीं 14 जनवरी की शाम के समय कैनाल रोड पर नदी क्षेत्र में क्रिकेट खेल रहे एक 12 वर्षीय बच्चे पर गुलदार ने हमला कर दिया जिसमें उसकी जान जैसे-तैसे बच्ची। अभी पौड़ी में एक ही दिन में पांच महिलाओं पर हमले की घटनाएं सामने आई थी

जिसके बाद सीएम धामी ने सभी जिला प्रशासनिक अधिकारियों को सतर्कता के निर्देश दिए थे।

सवाल यह है कि ऐसे सतर्कता के निर्देशों और वन विभाग के प्रयासों से जिसमें वह जगह-जगह पिंजरे लगाते दिखते हैं क्या लोगों की जान बचाई जा सकती है? या फिर आम लोगों के लिए एडवाइजरी जारी करने से उनकी सुरक्षा संभव है कदाचित भी नहीं, अगर ऐसे होता तो राजधानी दून जहां लगातार हमले की घटनाएं बढ़ती जा रही है पर रोक लगी होती। अगर बात सिर्फ दून की करें तो राजधानी बनने के बाद दून का जो विस्तारीकरण हुआ उस दौरान जंगलों पर किया गया अनाधिकृत कब्जा ही इसका सबसे अहम कारण है। गल्जवाड़ी के किमाड़ी में जहां बच्चे को गुलदार ने अपना शिकार बनाया वहां जंगल में अतिक्रमण की इंतहा को देखा जा सकता है।

जंगलों में राज्य बनने के बाद किस तरह से बस्तियां बसा दी गई यह तो अलग बात है, यहां पांच सितारा होटल तक बनाकर खड़े कर दिए गये जिन्हें शासन प्रशासन भी चाहकर नहीं रोक सका। क्योंकि यह अतिक्रमण वन विभाग व नेताओं की साठ-गांठ से किया जा रहा है। सवाल यह भी है कि जब कैंट क्षेत्र में वन चौकी है तो वन विभाग के अधिकारियों द्वारा इसे क्यों नहीं रोका जा सका। हम बड़ी आसानी से वन्यजीवों के हमलो के लिए उन्हें गोली मार देने की बात कह देते हैं लेकिन सवाल यह है कि अगर आदमी जंगली जानवरों के घर (जंगल) पर कब्जा कर लेगा तो यह जंगली जानवर अगर हमला नहीं करेंगे तो क्या करेंगे? बेचारे यह जानवर आखिरकार जाए तो जाए कहां? इस सवाल का जवाब किसी के भी पास नहीं है।

गैरसेंण में विधानसभा सत्र ना कराए जाने पर आप नेता ने कपड़े उतारकर किया प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। विधानसभा सत्र गैरसेंण में ना कराये जाने पर आप नेता रविन्द्र आनंद ने विधानसभा के समक्ष कपडे उतारकर प्रदर्शन किया। पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया।

आज यहां विधानसभा सत्र के दौरान आप नेता रविन्द्र आनंद विधानसभा के समक्ष पहुंचे और उन्होंने वहां पर कपडे उतारकर प्रदर्शन किया। उल्लेनीय है कि उत्तराखण्ड के विधायकों एवं मंत्रियों द्वारा विधानसभा सत्र गैरसेंण में ना कराए जाने को लेकर ठंड का बहाना बनाया। जिसको लेकर रविन्द्र आनंद ने लोकल इंटेलिजेंस व एलआईयू को चकमा देकर अपने कपडे उतारकर विधानसभा गेट के सामने पहुंचकर उत्तराखण्ड बचाओ, गैरसेंण जाओ के नारे लगाकर आइसक्रीम खाते हुए नहाने का प्रयास किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि हम पहाडी लोग हैं हिमालय रीजन मे रहते है हमकों ठंड नहीं लग सकती है इस लिए विधायक और मंत्रियों को सीख देने हेतु उन्होंने इस प्रकार प्रदर्शन किया। उन्होंने कहा कि यदि हम ठंड का बहाना बनाकर के पहाड नहीं चढेंगे तो पलायन किस प्रकार रूकेगा। उन्होंने कहा कि आज उत्तराखण्ड के मुख्यमंत्री, मंत्री और विधायक पहाड और गैरसेंण से मुंह मोड चुके हैं और पहाड चढना नहीं चाहते। यहां तक कि सभी ने देहरादून में आवास बना लिये है और इनके बच्चे भी यहीं स्कूलों में पढ रहे साथ ही ब्याह, शादी तक भी देहरादून में आयोजित कर रहे हैं जिससे पहाड की अनदेखी हो रही है। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड बनाने का एकमात्र उद्देश्य पहाड का विकास सिर्फ देहरादून, हरिद्वार, उधमसिंह नगर तक ही सीमित रह गया है। उन्होंने कहा कि वह उत्तराखण्ड की मांग को हमेशा उठाते रहेंगे चाहे उन्हें इसके लिए कोई भी बलिदान करना पडे। इस दौरान पुलिस ने बलपूर्वक उनको उठाकर जीप में डालकर पुलिस लाईन पहुंचाया।

कांग्रेसी नेता अशोक वर्मा बेटे शिवा सहित भाजपा में शामिल

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता अशोक वर्मा अपने बेटे शिवा वर्मा के साथ भारतीय जनता पार्टी के हो गये। उन्होंने भाजपा की सदस्यता ग्रहण कर ली।

आज प्रातः अशोक वर्मा अपने बेटे शिवा वर्मा व अन्य साथियों के साथ श्री निवास वैडिग प्वांइट में एकत्रित हुए जहां से उन्होंने भाजपा मुख्यालय के लिए कूच किया। भाजपा मुख्यालय बलबीर रोड पर उनको स्वागत पूर्व मुख्यमंत्री रमेश पोखरियाल निशंग, विधायक विनोद चमोली, पूर्व मेयर सुनिल उनियाल गामा ने गर्मजोशी से उनको स्वागत कर फूल मालाएं पहनाकर उनका भाजपा में स्वागत किया। इस दौरान अशोक वर्मा ने अपने पुत्र व समर्थकों के साथ भाजपा की सदस्यता ग्रहण की। अशोक वर्मा करीब चार दशक कांग्रेस में रहे। अशोक वर्मा पूर्व कांग्रेस सरकार के कार्यकाल में अन्य पिछडा वर्ग आयोग के अध्यक्ष रहे। इसके अलावा वह कांग्रेस से नगर निगम में दो बार नेता प्रतिपक्ष रहे। उन्होंने कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष को भेजे त्याग पत्र में कहा था कि वह व्यक्तिगत कारणों से कांग्रेस की प्राथमिक सदस्यता से त्याग पत्र दे रहे हैं।

महानगर अध्यक्ष पर हुए हमले के विरोध में कांग्रेस ने फूंका सरकार का पुतला

हमारे संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस के रुद्रपुर महानगर अध्यक्ष सी पी शर्मा पर 24 फरवरी को हुए जानलेवा हमले के विरोध में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने महानगर अध्यक्ष डॉ जसविंदर सिंह गोगी के नेतृत्व में भाजपा सरकार का पुतला दहन किया।

इस मौके पर गोगी ने कहा कि भाजपा नेताओं की शह पर रुद्रपुर महानगर अध्यक्ष सीपी शर्मा पर हुआ जानलेवा हमला और बार बार विपक्ष के नेताओं पर हो रहे हमले और दुर्व्यवहार भाजपा के शासन में राज्य की ध्वस्त होती कानून व्यवस्था का परिणाम है। उन्होने कहा कि एक शिलापट को सम्मानपूर्वक पास ही शिफ्ट करने को लेकर विपक्षी नेता पर जानलेवा हमला करना भाजपा नेताओं का अहंकार और संकीर्ण मानसिकता को दिखाता है। भाजपा नेता यह भूल गए हैं तो उन्हें याद रखना चाहिए कि न तो वे हमेशा से सत्ता में रहे हैं न हमेशा सत्ता में रहेंगे।

प्रदर्शन करने वालों में मुख्य रूप से प्रदेश उपाध्यक्ष पूर्ण सिंह रावत , प्रदेश महासचिव मनीष नागपाल, गुलशेयर मियाँ मुन्नाभाई , पार्षद हरिमोहन भट, राजेश परमार ,आशीष गोसाई ,अशोक कुमार ,सुदेश गुप्ता ,संजय शर्मा ,हिमांशु नेगी ,मनोज चौधरी ,प्रवीण भारद्वाज ,मुस्तकीम अंसारी ,सुभाष धीमान ,जफर अली ,दीपक पवार ,लियाकत अली ,इस्लाम अंसारी सहित कई लोग शामिल रहे।

एक नजर

भीषण सड़क दुर्घटना में 4 भोजपुरी कलाकार सहित 9 लोगों की मौत

नई दिल्ली। बिहार के कैमूर जिले में रविवार की देर शाम भीषण सड़क हादसा हुआ। इस हादसे में एक साथ भोजपुरी इंडस्ट्री के चार कलाकारों जो कि काफी लोकप्रिय थे की दर्दनाक मौत हो गई। हादसा नेशनल हाईवे पर मोहनियां के पास हुआ जहां भोजपुरी गायक छोटू पांडेय की स्कॉर्पियो बाइक सवार को बचाने के चक्कर में पलट गई। जब तक गाड़ी से पूरी टीम बाहर निकल पाती तब तक पीछे से आ रहे ट्रक ने भोजपुर गायक की पूरी टीम और बाइक सवार को रौंद दिया। मशहूर भोजपुरी अभिनेता व गायक पुण्यश्लोक छोटू पांडे और अभिनेत्री सिमरन श्रीवास्तव नौ लोगों की टीम के साथ मांगलिक कार्यक्रम में गायन के लिए यूपी जा रहे थे। घटना के बाद इलाके में हड़कंप मच गया। ट्रक पर पड़े खून के धब्बों को देख लोग सहम गए। कैमूर में हुए इस हादसे के बाद भोजपुर फिल्म इंडस्ट्री में शोक की लहर है। घटना के बाद एनएच 2 पर गाड़ियों का लंबा जाम लग गया जहां सूचना पर पहुंची पुलिस ने गाड़ियों के आवाजाही करवाया , वही शव को पोस्टमार्टम के लिए सदर अस्पताल भभुआ भेज दिया गया है जहां पोस्टमार्टम करने के बाद पुलिस द्वारा परिजनों को सूचना दे दी गई।

मैं जब तक जीवित हूं, असम में बाल विवाह की अनुमति नहीं मिलेगी: हिमंत बिस्वा सरमा

कामरूप। असम के मुख्यमंत्री हिमंत बिस्वा सरमा ने सोमवार को प्रतिबद्धता जताते हुए कहा कि वह जब तक जीवित हैं, असम में बाल विवाह की अनुमति नहीं देंगे। इसके साथ ही उन्होंने अपने राजनीतिक विरोधियों को चुनौती देते हुए कहा, मैं आपको राजनीतिक रूप से चुनौती देना चाहता हूं, 2026 से पहले मैं आपकी दुकान को बंद कर दूंगा। सीएम सरमा ने विधानसभा संबोधन में कांग्रेस समेत अन्य विपक्षी दलों पर निशाना साधते हुए कहा, मेरी बात ध्यान से सुनिए, जब तक मैं जीवित हूं, असम में बाल विवाह नहीं होने दूंगा। जब तक हिमंत बिस्वा सरमा जीवित है, असम में ऐसा नहीं होगा। असम मुस्लिम विवाह और तलाक पंजीकरण अधिनियम 1935 को निरस्त करने के बाद मुख्यमंत्री हिमंत बिस्वा सरमा ने बीते रविवार को कहा कि सरकार के इस फैसले से राज्य की मुस्लिम महिलाओं को अत्याचार और शोषण से राहत मिलेगी। यह अधिनियम बच्चों की शादी को खत्म करने में भी मदद करेगा। नगांव में मीडिया को संबोधित करते हुए सीएम सरमा ने कहा कि उनकी सरकार लोकसभा चुनाव के बाद राज्य में बाल विवाह के खिलाफ एक और अभियान चलाएगी। उन्होंने कहा, ष्इस बिल से मुस्लिम माताओं पर लंबे समय से जो अत्याचार और शोषण चल रहा था, वह खत्म हो जाएगा।

किसान सिर्फ बहकावे के शिकार हुए हैं: खली

बैतूल। मध्य प्रदेश के बैतूल पहुंचे मशहूर रेसलर दलीप सिंह राणा उर्फ द ग्रेट खली ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की जमकर तारीफ की। साथ ही किसान आंदोलन को लेकर भी बयान दिया। ग्रेट खली बैतूल में आयोजित राष्ट्रीय स्तर आम दंगल में शामिल होने पहुंचे थे। इस दंगल में फिल्म श्दंगलश और श्सुल्तानश में काम कर चुके पहलवान भी शामिल हुए। किसान आंदोलन को लेकर खली का कहना है कि थोड़े बहुत किसान लोग बहकावे में आ जाते हैं। प्रधानमंत्री मोदी ने जो नीतियां बनाई हैं, उससे किसानों को जो सुविधाएं मिल रही हैं, वो शायद ही पहले मिलती थीं। किसान सिर्फ बहकावे के शिकार हुए हैं। खली ने मीडिया से बात करते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की जमकर तारीफ की। जब पूछा गया कि मोदी ने 400 पार का नारा दिया है तो पहलवान खली का कहना था कि नारा पूरा होगा। प्रधानमंत्री ने विकास किया है। उनका नेतृत्व अच्छा लगता है। हिंदुस्तान के लिए प्रधानमंत्री ने जो काम किए हैं, मेरे को नहीं लगता कि पहले किसी ने किए होंगे। प्रधानमंत्री मोदी जी ने समाज के लिए सोचा, किसान के लिए सोचा इसलिए इस बार 400 पार होंगे। भारतीय पहलवान और भारतीय स्पोर्ट्स में पहले से काफी इम्प्रूवमेंट हुए हैं। सरकार लगातार सपोर्ट कर रही है। एक सवाल के जवाब में दलीप सिंह राणा ने कहा, हर कोई ग्रेट खली नहीं हो सकता है। मुझे भगवान और लोगों का आशीर्वाद है। अखाड़ों को लेकर किए गए सवाल पर खली का कहना था कि हम सारी चीजें सरकार पर थोपना चाहते हैं, ऐसा नहीं होता। खुद में भी जुनून होना चाहिए। तभी बेहतर रिजल्ट सामने आएंगे।

रेलवे स्टेशनों के पुनर्विकास से आमजन को मिलेंगी अत्याधुनिक सुविधाएं: मुख्यमंत्री

हमारे संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज देहरादून स्थित विधानसभा भवन से टनकपुर, काशीपुर व कोटद्वार रेलवे स्टेशन के पुनर्विकास शिलान्यास समारोह में वर्चुअल रूप से प्रतिभाग किया।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एवं रेलमंत्री अश्वनी वैष्णव का आभार प्रकट करते हुए कहा कि प्रधानमंत्री मोदी द्वारा किये गए 554 रेलवे स्टेशनों के पुनर्विकास शिलान्यास के वृहद कार्य ने देश में आज एक और नया कीर्तिमान बनाया है। कहा कि उत्तराखंड में 40 करोड़ से अधिक की लागत से पुनर्विकास के लिए चयनित इन तीनों रेलवे स्टेशनों के पुर्नविकास से कुमाऊं क्षेत्र में रेल कनेक्टिविटी को मिलने के साथ ही लोगों को स्टेशन पर अत्याधुनिक सुविधाएं भी मिल सकेंगी। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के नेतृत्व में

हम भारतीय रेल के स्वर्णिम युग की ओर बढ़ रहे हैं तथा भारतीय रेलवे को नए भारत की आकांक्षाओं तथा आत्मनिर्भर भारत की अपेक्षाओं को पूरा करने के लिए तैयार किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मार्गदर्शन और केंद्र सरकार के सहयोग से उत्तरखंड में बहुत से कार्य हुए हैं। उत्तराखंड में आज पहाड़ तक ट्रेन पहुंचाने का सपना सच होने जा रहा है। प्रधनमंत्री मोदी की दूरदर्शिता और स्पष्ट विजन के कारण ही आज ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेललाइन का 50 फीसदी से अधिक कार्य पूर्ण हो चुका है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री द्वारा प्रारंभ की गई अमृत भारत स्टेशन योजना, रेलवे स्टेशनों के पुनर्विकास और बदलते भारत का प्रतिबिंब है। आज का नया भारत, एक नई गति और एक नई शक्ति के साथ आगे बढ़ रहा है तथा प्रधानमंत्री के नेतृत्व में हमारी सरकार सभी क्षेत्रों में बुनियादी ढांचे को विश्वस्तरीय बना रही है। कहा कि आज जिस प्रकार से न केवल रेलवे, बल्कि अन्य क्षेत्रों में भी इंफ्रास्ट्रक्चर को सशक्त बनाया जा रहा है, वह अभूतपूर्व है। आज भारतीय रेल, इसका बदलता स्वरूप, विकसित देशों के रेल नेटवर्क को चुनौती देता है। यह देखकर गर्व की अनुभूति होती है जिसका साक्षात् प्रमाण वन्दे भारत ट्रेन है तथा इस ट्रेन की मांग अब दूसरे देश भी करने लगे हैं। इस अवसर पर संबंधित पदाधिकारी व अधिकारी उपस्थित रहे।

दो साइकिल चोर गिरफ्तार, दो साइकिल बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। साइकिल चोरी मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने दो चोरों को दो चोरी की साइकिल सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती 24 फरवरी को कृष्ण बल्लभ उनियाल निवासी सुभाष नगर रुड़की द्वारा कोतवाली गंगनहर में अपनी बेटी की साइकिल चोरी होने संबंधी मुकदमा दर्ज कराया गया था। जिस पर कार्यवाही करते हुए पुलिस द्वारा दौड़ने चेकिंग पनियाला रोड रहीमपुर से दो लोगों को चोरी की दो साइकिल सहित गिरफ्तार कर लिया गया। पूछताछ में उन्होने अपना नाम अरशद उर्फ बंटी पुत्र नम निवासी हसन कॉलोनी रामपुर चुंगी रुड़की व शोएब पुत्र शमशाद निवासी बांदा रोड इस्लामनगर थाना सिविल लाइन रुड़की जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

चोरों ने मकान का ताला तोडकर वहां से नगदी व जेवरात चोरी किये

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने मकान का ताला तोडकर वहां से नगदी व जेवरात चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार शिमला एन्क्लेव निवासी प्रदीप कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह परिवार के साथ बाहर गये थे। आज जब वह वापस आये तो उन्होंने देखा कि उसके मकान का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान बिखरा हुआ था। चोर उसके यहां से 35 हजार रूपये नगद, लैपटॉप व जेवरात चोरी करके ले गये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

विधानसभा सत्र गैरसैण में ना कराने पर पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत ने रखा मौन व्रत

संवाददाता

देहरादून। विधानसभा सत्र गैरसेंण में ना कराये जाने के विरोध में पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत ने गांधी पार्क पर एक घंटे का मौन व्रत रखा।

आज यहां पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत अपने पूर्व घोषित कार्यक्रम के तहत कांग्रेस कार्यकर्ताओं प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष करन माहरा सहित कई विधायकों व पूर्व मंत्रियों के साथ गांधी पार्क में एक घंटे का मौन व्रत किया। हरीश रावत ने उपवास स्थल पर बोलते हुए कहा कि विधानसभा से गैरसैण बजट सत्र करने का प्रस्ताव करा था, भाजपा की प्रदेश सरकार ने विधानसभा सत्र गैरसैण में न कर-कर जनता का अपमान किया है। रावत ने अपने सम्बोधन में कहा कि बजट सत्र को गैरसैण में करने का निर्णय विधानसभा के संकल्प के रुप में लिया गया था, भाजपा की सरकार ने बजट सत्र वहां न कर उत्तराखण्ड़ की जनता का अपमान किया है, गैरसैण की भावना का अपमान किया है, यह राज्य सरकार का उत्तराखण्ड़ की जनता का व शहीदों का भी अपमान है। उन्होंने कहा कि उनकी सरकार। ने विधान सभा भवन सहित कई आधारभूत ढाँचे का निर्माण भी वहाँ किया था ।राज्य सरकार लगातार उत्तराखंड निर्माण की जनभावनाओं का अपमान कर रही है। पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत अपने घोषित कार्यक्रम के तहत पौनें दस बजे गांधी पार्क पहुॅचे। इस अवसर पर पूर्व मंत्री मंत्रीप्रसाद नैथानी, डॉक्टर जसविंदर सिंह गोगी, राजकुमार जायसवाल, गरिमा दसौनी, कर्नल मन्हास, महेंद्र नेगी, कामरेड कमल रजवार, राजेश चमोली, रजनीश जुयाल, ओम प्रकाश सती बब्बन, मनमोहन शर्मा, मदन लाल, श्याम सिंह चौहान, मनीष नागपाल, संजय थापा, अनुराधा तिवारी, सुशील राठी, विनोद रावत, ललित बिष्ट, मोहन खत्री, विशाल डोभाल, पूरन सिंह रावत सहित दर्जनों कार्यकर्ताओं शामिल रहे।

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।