बुधवार
10 अप्रैल 2024

पृष्ठ 4

बढ़ते वजन ही नहीं आधा दर्जन समस्याओं से छुटकारा दिलाएगा नारियल पानी

पृष्ठ 5

बिग बॉस 18 में एंट्री लेंगी आशी सिंह

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 72
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

केवल अंग्रेजी सीखने में जितना श्रम करना पड़ता है उतने श्रम में भारत की सभी भाषाएँ सीखी जा सकती हैं।

– विनोबा भावे

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

भाजपा चुस्त, कांग्रेस सुस्त, मतदाता चुप

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की पांचो सीटों के लिए होने वाले चुनाव में 19 अप्रैल को मतदान होना है जिसमें अब महज 9 दिन का समय शेष बचा है। लेकिन इस बार पूरे राज्य में इस अति महत्वपूर्ण और लोक उत्सव कहे जाने वाले चुनाव का शोर सुनाई नहीं दे रहा है। थोड़ा बहुत सक्रियता अगर दिख रही है तो वह भाजपा के प्रचार की दिखाई दे रही है या फिर हरिद्वार, टिहरी और पौड़ी क्षेत्र की सीटों पर कांग्रेसी नेता व कार्यकर्ता चुनाव प्रचार करते नजर आ रहे हैं। एक तरफ भाजपा कुछ चुस्त दिख रही है वहीं कांग्रेस अत्यंत सुस्त गति से आगे बढ़ रही है खास बात यह है कि इस चुनाव को लेकर मतदाताओं ने भी खामोशी ओढ़ रखी है जो हैरान करने वाली है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एक रैली रुद्रपुर में कर चुके हैं और कल दूसरी रैली ऋषिकेश में करने जा रहे हैं। भाजपा अध्यक्ष जेपी नड्डा भी दो-तीन जनसभाएं कर चुके हैं वही सीएम धामी तो महीनों से रोड शो कर ही रहे हैं। भाजपा के

पास भले ही चुनावी मुद्दे न सही और वह शक्ति का अपमान, सेना का अपमान तथा भ्रष्टाचारियों को जेल भेजने और राम मंदिर तथा सनातन जैसे मुद्दों के सहारे चुनाव मैदान में है। भाजपा को लग रहा है कि दमदार प्रत्याशी चुनाव में न उतार कर और प्रचार से बेरुखी के जरिए कांग्रेस ने भाजपा को वॉक ओवर का मौका दे दिया है। भाजपा नेता सभी पांचों सीटें 5 लाख के अंतर से जीतने के दावे कर रहे हैं।

❑भाजपा समझ रही है वॉक ओवर का मौका मिला
❑कांग्रेस अपने न्याय पत्र के भरोसे मैदान में

उधर कांग्रेस ने कल अपने प्रचार समिति की घोषणा की है। सवाल यह है कि अब प्रचार के लिए सिर्फ 7 दिन शेष बचे हैं इसमें अब यह प्रचार समिति क्या कुछ कर पाएगी उसके स्टार प्रचारक और केंद्रीय नेतृत्व की एक भी कोई बड़ी रैली नहीं हुई है। 13 अप्रैल को प्रियंका की दो रैलियां होने की बात कही जा रही है। ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

हरीश रावत ने की आर्थिक मदद की गुहार

विशेष संवाददाता

देहरादून। पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत ने लोगों से सोशल मीडिया के जरिए आर्थिक मदद की गुहार लगाई है। उनका कहना है कि उनके पास चुनाव प्रचार और दूसरे खर्चों के लिए पैसे नहीं है इसलिए वह चुनाव ठीक से नहीं लड़ पा रहे हैं। उन्होंने लोगों से आर्थिक मदद करने की गुहार लगाते हुए क्यूआर कोड भी जारी किया है।

हरीश रावत का कहना है कि आयकर विभाग ने कांग्रेस पार्टी के खाते पहले ही सीज कर दिए हैं। कांग्रेस के पास प्रत्याशियों के चुनाव खर्च के लिए पैसे नहीं है। इसलिए उनकी हालत ऐसी है जैसे किसी प्यासे के घर का नल सूख जाने पर होती है। उनका कहना है कि उनके कार्यकर्ता जैसे-तैसे अपना काम चला रहे हैं। उन्होंने कहा कि इसलिए उन्होंने इस बात को कहना ठीक समझा है कि लोगों को पता लगना चाहिए। लोगों को पता होगा तभी तो वह मदद करेंगे। उनका कहना है कि कांग्रेस के लिए यह एक बड़ी समस्या और झटका है।

उन्होंने एक क्यूआर कोड भी जारी किया है

❑कांग्रेस की स्थिति प्यासे का नल सूख जाने जैसी

और अपने समर्थकों और शुभचिंतकों से मदद की अपील की है कि वह उनकी आर्थिक मदद करें जिससे वह अपने बेटे को चुनाव लड़ा सके। यह कोई नया मुद्दा नहीं है राहुल गांधी ने दिल्ली में भी ऐसा ही कुछ कहा था कि अब उनके पैसे ईडी व आईडी ने छीन लिए हैं और प्रचार के लिए तथा आने-जाने के लिए भी उनके पास पैसे नहीं है। हरीश रावत इन दिनों अपने बेटे वीरेंद्र रावत के चुनाव प्रचार में लगे हैं जो हरिद्वार से प्रत्याशी हैं। हरीश रावत की यह आर्थिक मदद की अपील विक्टिम कार्ड है या फिर वाकई उनके पास अपने बेटे को चुनाव लड़ने के लिए पैसे नहीं है यह तो हरीश रावत ही जान समझ सकते हैं।

बिल्ली को बचाने के चक्कर में एक ही परिवार के पांच लोगों की मौत

मुंबई। महाराष्ट्र के अहमदनगर से दिल दहला देने वाला एक मामला सामने आया है। पुराने कुएं में गिरी एक बिल्ली को बचाने के चक्कर में एक ही परिवार के पांच लोगों की मौत हो गई। मामला अहमदनगर के वाडकी गांव का है। यहां मंगलवार देर रात एक बिल्ली कुएं में गिर गई थी। इस कुएं का इस्तेमाल अब बायोगैस के गड्ढे के रूप में किया जा रहा था। बताया गया है कि हादसे में जान गंवाने वाले पांच लोगों में से 4 पुरुष एक ही परिवार के हैं। इतने लोगों की एक साथ मौत होने से गांव में मातम का माहौल है। कुएं में गिरी बिल्ली को बचाने के लिए एक के बाद एक लोग उतरते गए थे। एक शख्स अपनी कमर में रस्सी बांधकर उतरा था, उसे पुलिस की टीम ने बचा लिया। उसे अस्पताल में भर्ती करवाया गया है। बताया गया है कि हादसे की सूचना पुलिस को दी गई थी लेकिन रात के अंधेरे में रेस्क्यू ऑपरेशन में भी देरी हुई। इस हादसे में जान गंवाने वाले लोगों की पहचान बबलू काले, अनिल काले, संदीप काले, माणिक काले और बाबासाहब गायकवाड़ के रूप में हुई है। वहीं, विजय काले को अस्पताल में भर्ती करवाया गया है जहां उनका इलाज चल रहा है।

भाई-बहन ने की ट्रेन के आगे कूदकर आत्महत्या

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। पिता की डाट से नाराज नाबालिक भाई बहन ने देर रात ट्रेन के आगे कूद कर आत्महत्या कर ली। सूचना मिलने पर पुलिस ने दोनों शवों को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

जानकारी के अनुसार पुलिस को कंट्रोल रूम पर सूचना प्राप्त हुई कि लाल पुल रेलवे पटरी पर ट्रेन से टकराकर एक शव पटरी के पास पड़ा है। कंट्रोल रूम द्वारा थाना ज्वालापुर को सूचित किया गया, जिसके बाद पुलिस ने मौके पर पहुंच कर देखा तो पाया कि घटनास्थल पर दो कटे हुए शव पड़े हुए है। जो किसी नाबालिग युवती व नाबालिग युवक था। इस पर पुलिस ने आस-पास के लोगों से उनकी शिनाख्त कराने के प्रयास किये गये।

मौके पर उपस्थित लोगों में से साकिब पुत्र फारुक तथा साजिद पुत्र फारुक निवासी मोहल्ला बाबर कॉलोनी पाँव ध ेई थाना ज्वालापुर हरिद्वार द्वारा मृतक युवक की शिनाख्त समीर उम्र 16 वर्ष पुत्र फारुक तथा युवती की शिनाख्त अलीसवा उम्र 14 वर्ष पुत्री फारुक के रूप में की गई।

साकिब और साजिद द्वारा अवगत कराया गया कि मृतक समीर तथा अलीसवा उनके सगे भाई बहन है जो घर से रात्रि 10 बजे के आस पास नाराज होकर आ गए थे और दोनों ने ट्रेन के सामने कूदकर आत्महत्या कर ली है। जिस पर पुलिस ने दोनों शवों को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

दून वैली मेल

संपादकीय

एनकाउंटर पर महिमा मंडन क्यों?

कुमाऊं के नानकमत्ता गुरुद्वारे के प्रधान कार सेवक बाबा तरसेम की हत्या के एक आरोपी बदमाश को हरिद्वार पुलिस और एसटीएफ द्वारा भगवानपुर हाईवे के पास एनकाउंटर में ढेर कर दिया गया। निश्चित तौर पर पुलिस द्वारा यह एक अच्छा काम किया गया है। जिस बदमाश को मारा गया है वह कुख्यात बदमाश था और उस पर कई आपराधिक मामले दर्ज थे। बाबा तरसेम की हत्या के बाद उत्तराखंड पुलिस ने उस पर एक लाख का इनाम घोषित किया था। अमरजीत सिंह उर्फ बिट्टू को एनकाउंटर में मार गिराने के बाद जहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि देवभूमि में अपराधियों के लिए कोई जगह नहीं है। यही नहीं उन्होंने अपराध मुक्त उत्तराखंड बनाने से लेकर अपराध पर सरकार की जीरो टॉलरेंस जैसी और भी कई बातें कही है। इस कामयाबी पर सरकार और पुलिस जहां अपनी खूब पीठ थपथपा रही है वहीं मीडिया भी इसे मुख्यमंत्री धामी की सख्ती का नतीजा बता कर प्रचारित कर रहा हैं। वही पुलिस महानिदेशक अभिनव कुमार की नियुक्ति के समय ही यह संकेत मिलने की बात की जा रही है कि सूबे में फिर बदमाशों के एनकाउंटर का दौर शुरू होने की संभावना थी जो इस एनकाउंटर से हो गई है। सवाल यह है कि सरकार और पुलिस को क्या एक बदमाश को मार गिराने पर इस तरह के महिमा मंडन की जरूरत है? पुलिस के इस एनकाउंटर में पुलिस द्वारा अंधेरे का फायदा उठाकर एक बदमाश के भागने की बात भी की जा रही है। जब बदमाशों को पुलिस ने घेरा तब वह बाइक पर सवार थे और भाग नहीं सके लेकिन एनकाउंटर स्थल से एक बदमाश फरार हो गया और पैदल भागने वाले इस बदमाश को मौके पर मौजूद भारी पुलिस फोर्स 5 घंटो में भी नहीं तलाश सकी क्या यह पुलिस के लिए शर्मनाक नहीं है कि 50 पुलिस वालों को चकमा देकर एक बदमाश फरार कैसे हो गया जबकि इस एनकाउंटर में शामिल पुलिस कर्मी इतने निशाने बाज थे कि उन्होंने अंधेरे में आठ फायर किये जिसमें से सात गोलियां ठीक निशाने पर लगी। 2009 में हुए रणवीर एनकाउंटर के बाद जो फर्जी सिद्ध हुआ था उत्तराखंड पुलिस ने किसी भी बदमाश को एनकाउंटर में मौत के घाट नहीं उतारा। पुलिस बदमाशों को गोलियां पैरों में मारकर गिरफ्तार करती रही है लेकिन रणवीर एनकाउंटर से डरी सहमी पुलिस का इसका एनकाउंटर से मनोबल थोड़ा जरूर बढ़ा होगा। जो दूसरा बदमाश कल पुलिस को चकमा देकर फरार हो गया है हो सकता है बहुत जल्द उसे भी एनकाउंटर में ढेर करने में पुलिस सफल हो जाए। उत्तराखंड में वैसे भी बदमाश अब कुछ ज्यादा निडर हो गए हैं उनमें पुलिस का कोई खौफ रहा ही नहीं है। यही कारण है कि राज्य में अपराधों की बाढ़ जैसी आ गई है। इन बढ़ते अपराधों को रोकथाम के लिए पुलिस का सख्त होना भी जरूरी है। तभी बदमाशों में पुलिस और कानून का खौफ पैदा होगा और अपराधों पर लगाम लग सकेगी। सूबे की कानून व्यवस्था को लेकर जो लंबे समय से सवाल उठाए जा रहे हैं कानून व्यवस्था को दुरुस्त करने के लिए पुलिस प्रशासन और शासन को सख्ती दिखानी होगी लेकिन ऐसी गंभीरता सभी मामलों में दिखाई देनी चाहिए गिने-चुने मामलों में ही नहीं।

सोशल मीडिया पर हेट स्पीच वायरल करने पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। सोशल मीडिया में हेट स्पीच वायरल कर समाज में घृणा व वेमनस्यता पैदा करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार साइबर सेल में तैनात महिला दरोगा निर्मल भट्ट ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि पुलिस कार्यालय स्थित साइबर सेल द्वारा जनपद में सोशल मीडिया मॉनिटरिंग का कार्य किया जाता है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म्स की मॉनिटरिंग के दौरान एक वीडियो प्रकाश में आया है जिसमे एक युवक पहाड़ी समुदाय के लोगों/महिलाओं के प्रति अभद्र टिप्पणियां कर रहा है। उक्त वीडियो से विभिन्न समुदायों के बीच घृणा एवं वैमनस्यता का भाव उत्पन्न होने की सम्भावना है जो क्षेत्रीय परिशान्ति को भंग कर कानून एवं व्यवस्था पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकता है। उक्त युवक का नाम जतिन उर्फ खाटू है जो जट बहादरपुर थाना पथरी जनपद हरिद्वार का रहने वाला है। जतिन उर्फ खाटू के विरुद्ध थाना राजपुर, बसन्त विहार व हरिद्वार जनपद के रानीपुर थाने में विभिन्न गम्भीर धाराओं में अभियोग पंजीकृत होना प्रकाश में आया है। उक्त अभियोगों में जतिन उर्फ खाटू फरार चल रहा है। जतिन उर्फ खाटू उपरोक्त का यह कृत्य हेट स्पीच के अंतर्गत आता है जिससे समाज के विभिन्न वर्गों के बीच घृणा एवं वैमनस्यता का भाव उत्पन्न हो गया है जिससे क्षेत्रीय परिशान्ति भंग होने की पूर्ण सम्भावना है। अत: सर्वोच्च न्यायालय द्वारा निर्गत आदेशों के अनुपालन में उक्त युवक के विरुद्ध हेट स्पीच के प्रकरण में वैधानिक कार्यवाही किया जाना आवश्यक है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

तासो मधुमत्तमा: सोमा इन्द्राय मन्दिन:।
पवित्रवन्तो अक्षरन्देवान्गच्छन्तु वो मदा:।।

(ऋग्वेद ९-१०१-४)

ईश्वर का मधुर,पवित्र, आनंदरस आत्माओं के उद्धार के लिए बह रहा है। यह रस प्रबुद्ध मनुष्यों को प्राप्त होता है। तुम भी ज्ञान-कर्म-उपासना द्वारा इसको प्राप्त करने का प्रयत्न करो।

25 ग्राम पंचायतों ने की चुनाव बहिष्कार पर घोषणा

संवाददाता

मुनस्यारी। चीन सीमा से लगे 25 ग्राम पंचायतों ने चुनाव बहिष्कार की घोषणा की।

आज यहां चीन सीमा से लगे 25 ग्राम पंचायतों के चुनाव बहिष्कार की घोषणा के बाद स्थानीय प्रशासन द्वारा गई बैठक में कोई हल नहीं निकल पाया है। बैठक में भारतीय सेना सहित प्रमुख विभाग के जिम्मेदारी मौजूद नहीं रहे। जिसको लेकर पंचायत प्रतिनिधियों ने रोष व्यक्त किया। बैठक में तय किया गया है कि चुनाव से पहले जिलाधिकारी की अध्यक्षता में शीघ्र एक बैठक पिथौरागढ़ में बुलाई जाएगी। इस बैठक में हल निकालने का प्रयास किया जाएगा। जनप्रतिनिधियों ने स्पष्ट कर दिया है, कि वह चुनाव बहिष्कार के फैसले पर अडिग है। उन्होंने कहा कि वे आज से ही जनता के बीच जाकर बहिष्कार को सफल बनाने के अभियान में जुट जाएंगे। तहसीलदार चंद्रप्रकाश आर्य की उपस्थिति में हुई बैठक में वन विभाग तथा उद्यान विभाग के स्थानीय अधिकारी उपस्थित रहे। इन विभागों के साथ ही भारतीय सेना सहित अन्य विभागों के जिला स्तर का एक भी जिम्मेदार अधिकारी बैठक में उपस्थित नहीं रहने के कारण आम सहमति के लिए बुलाई गई बैठक में उपस्थित जनप्रतिनिधियों का गुस्सा और अधिक बढ़ गया है। बैठक में तय किया गया है कि वन विभाग, कुमाऊं मंडल विकास निगम, पर्यटन विभाग, खेल विभाग इस क्षेत्र में बने अपने स्ट्रक्चर की फोटो तथा माप पर एक रिपोर्ट बनाकर तहसीलदार के कार्यालय में जमा करेंगे। वन विभाग तथा उत्तराखंड जल संस्थान पेयजल स्रोतों में फैली गंदगी पर फोटो सहित एक धरातलीय रिपोर्ट तैयार कर तहसीलदार कार्यकाल में शीघ्र जमा करेंगे। बैठक में यह भी तय किया गया कि तहसीलदार द्वारा इस क्षेत्र का भूगर्भीय सर्वेक्षण के लिए जिलाधिकारी को पत्र भेजा जाएगा। जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने कहा कि बलाती फॉर्म तथा खलिया टॉप क्षेत्र से भारतीय सेवा को शिफ्ट करने तथा अन्य विभागों के मानव हस्तक्षेप को कम किए जाने की मांग को लेकर बुलाई गई बैठक में कोई नतीजा नहीं निकला है। उन्होंने बताया कि बैठक में यह तय किया गया है कि चुनाव के कारण स्थानीय जनप्रतिनिधि इस बात पर राजी हो गए हैं कि पिथौरागढ़ में जिलाधिकारी की अध्यक्षता में भारतीय सेना सहित अन्य विभागों के जिम्मेदार अधिकारियों की बैठक में बुलाया जाए। उन्होंने कहा कि चुनाव बहिष्कार को सफल बनाने के लिए जो अभियान शुरू किया जा रहा है। उसकी अनुमति के लिए जिला निर्वाचन अधिकारी को पत्र भेजा गया था। अभी तक उसका कोई प्रति उत्तर नहीं मिला है। आज ही संदर्भ में पुन: पत्र भेज दिया गया है। उन्होंने कहा कि जिला निर्वाचन अधिकारी द्वारा अनुमति नहीं दिए जाने पर राज्य निर्वाचन अधिकारी देहरादून का दरवाजा खटखटाया जाएगा।

अनाथ लडकी से शादी करने पर दी हत्या की धमकी

संवाददाता

देहरादून। फोन पर अनाथ लडकी से शादी की तो हत्या करने की धमकी मिलने पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार साधूबेला पुरम हरिपुर निवासी मिथिलेश कुमार ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पुत्र अभिषेक कुमार शर्मा को अज्ञात व्यक्ति द्वारा मोबाईल से रौशनी आरती नाम की अनाथ लडकी से शादी करने पर हत्या करने की धमकी तथा लडकी के बारे मे झूठी अश्लील बाते कर बदनाम करने की धमकी तथा शादी ना करने की धमकी देता है जिसकी रिकोर्डिंग उसके पुत्र की मोबाईल मे है लडकी उसके और परिवारो की नजरो मे पाक साफ है तथा लडकी इस अज्ञात व्यक्ति के बारे मे कुछ नही जानती है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

'सुन ओ आमा, बुबू, मतदान करी ऊँला' गीत के सहारे कर रहे लोगों को जागरुक

संवाददाता

देहरादून। कुमाऊं कमिश्नर दीपक रावत के द्वारा 'सुन ओ आमा, बुबू, मतदान करी ऊंलां' गीत के सहारे लोगों को मतदान के लिए जागरूक किया जा रहा है।

उत्तराखंड की पांचों लोकसभा सीटों पर आगामी 19 अप्रैल को मतदान होने जा रहा है। कार्यालय, मुख्य निर्वाचन अधिकारी की ओर से मतदाता जागरूकता को लेकर निरंतर रूप से मीडिया, सोशल मीडिया व अन्य माध्यमों से प्रचार-प्रसार किया जा रहा है जिसके बेहतर नतीजे सामने आए हैं। इसी कड़ी में अब कुमाऊँ कमिश्नर एवं वरिष्ठ आईएएस दीपक रावत ने भी लोकतंत्र के इस महापर्व में गीत के जरिये मतदाता को जागरूक करने का प्रयास किया है।

वरिष्ठ आईएएस ने 'सुन ओ आमा, बुबू, मतदान करी ओलां' शीर्षक से गीत रिकॉर्ड किया है जिसे सोशल मीडिया पर लोगों द्वारा काफी पसंद किया जा रहा है। गीत में वह स्थानीय बोली भाषा में समाज के हर तबके युवा, बुजुर्गों, महिलाओं को मतदान के लिए जागरूक कर रहे हैं। 18 वर्ष के नवयुवाओं को भी वह अपनी जिम्मेदारी को पूर्ण करने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। गीत में 'लोकतंत्र फुल सपोर्ट' लाइन का इस्तेमाल कर लोगों को मतदान के प्रति प्रेरित किया गया है। गौरतलब है कि लोकतंत्र के महापर्व को लेकर उत्तराखंड के स्थानीय सेलेब्रिटीज से लेकर तमाम बॉलीवुड कलाकार व अन्य पेशों से जुड़े लोग, जनता को मतदान के प्रति जागरूक करने का कार्य कर रहे हैं।

जिला बदर हुआ शातिर कर रहा था शराब तस्करी, गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। छह दिन पूर्व एक माह के लिए जिलाबदर किये गये एक शातिर को पुलिस ने बीती रात गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी जिलाबदर होने के बावजूद क्षेत्र में छुपकर शराब तस्करी कर रहा था। जिसके पास से पुलिस ने अवैधा शराब व तस्करी में प्रयुक्त वाहन बरामद किया गया है।

जानकारी के अनुसार न्यायालय जिलाधिकारी द्वारा जारी आदेश के क्रम में थाना श्यामपुर पुलिस ने आरोपी राजीव पुत्र रमाशंकर निवासी ग्राम जमोई थाना सिकन्दरपुर जिला बलिया उ.प्र., हाल निवासी ताराचन्द का मकान ग्राम कांगड़ी को दिनांक 05-04-24 से 30 दिनों के लिये जिला हरिद्वार की सीमा से जिला बदर किया गया था।

बीते रोज श्यामपुर पुलिस द्वारा एक सूचना के बाद उक्त तडीपार किये गये आरोपी राजीव को ग्राम कांगडी मे 96 पव्वे देशी शराब का स्कूटी से परिवहन करते हुये गिरफ्तार किया गया। जिसके खिलाफ सम्बन्धित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

रिजर्व बैंक के लिए आगे की राह

भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) के 90वें वर्ष में प्रवेश करने के अवसर पर आयोजित एक कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने उचित ही कहा कि बैंक ने देश को विकास के मार्ग पर आगे ले जाने में अहम भूमिका निभाई है। दीर्घावधि की आर्थिक वृद्धि और विकास के लिए वित्तीय स्थिरता एक अनिवार्य शर्त है।

इस समय रिजर्व बैंक इस महत्त्वपूर्ण पड़ाव का जश्न मना रहा है और यह उचित अवसर है कि संस्थान न केवल अपनी अतीत की उपलब्धियों को सामने रखे बल्कि भविष्य के लिए अपनी योजनाएं भी प्रस्तुत करे। यह इसलिए महत्त्वपूर्ण है कि वृहद आर्थिक स्थिति और नियामकीय चुनौतियों में निरंतर बदलाव आ रहा है।

साफ कहें तो केंद्रीय बैंक बीते दशकों में अपने दायित्वों और कार्यों के साथ निरंतर विकसित हुआ है। समय-समय पर मतभेद के बावजूद सरकार ने इस सफर में रिजर्व बैंक को विधिक और सांस्थानिक सहायता मुहैया कराई है। इन बातों का यह आशय कतई नहीं है कि भारत की व्यवस्थाएं पूरी तरह खामी रहित हैं लेकिन बीते वर्षों में जो विकास हुआ है वह भी सकारात्मक दिशा में है।

हाल के वर्षों के सबसे अहम घटनाक्रम में एक रहा है आरबीआई अधिनियम में संशोधन करना ताकि उसे मुद्रास्फीति को लक्षित करने वाले केंद्रीय बैंक में बदला जा सके। विभिन्न धड़ों के विरोध के बावजूद सरकार मौद्रिक नीति ढांचे को मजबूत बनाने के विचार पर सहमत है। इस बात ने मौद्रिक नीति के संचालन को अधिक पारदर्शी बनाया है और निवेशकों के आत्मविश्वास को बढ़ाने में मदद की है।

हाल के समय में कुछ भ्रम की स्थिति बनने पर रिजर्व बैंक ने यह दोहरा कर सही किया कि वह मुद्रास्फीति को लक्षित करने के विधिक अधिदेश का पालन करेगा। इसके अलावा वृहद आर्थिक स्थिरता में सुधार की एक वजह रिजर्व बैंक द्वारा बाह्य क्षेत्र का कुशल प्रबंधन भी है। उसने अवसरों का लाभ लेकर बड़ा विदेशी मुद्रा भंडार खड़ा किया जिसने मौद्रिक अस्थिरता को समाप्त किया।

रिजर्व बैंक ने वृहद आर्थिक प्रबंधन को लेकर हाल के वर्षों में अच्छा प्रदर्शन किया है। बहरहाल, बैंकिंग नियमन और निगरानी में सुधार की गुंजाइश है। यह अच्छी बात है कि बैंकिंग क्षेत्र में फंसे हुए कर्ज में कमी आई है तथा इस समय यह क्षेत्र तकरीबन एक दशक में सबसे बेहतर स्थिति में है। परंतु यह तथ्य बरकरार है कि बैंकिंग क्षेत्र में वित्तीय संकट के पहले और बाद में रिजर्व बैंक की निगरानी में अतियों की स्थिति बनी। हालांकि यह सही है कि रिजर्व बैंक के पास सरकारी बैंकों के नियमन के मामले में सीमित शक्ति है। इसे जरूरी कानूनी बदलावों की मदद से हल करने की आवश्यकता है।

हाल ही में येस बैंक और इन्फ्रास्ट्रक्चर लीजिंग ऐंड फाइनैंशियल ओवरसाइट सर्विसेज लिमिटेड जैसे दो उदाहरण बताते हैं कि हमें अपनी निगरानी व्यवस्था में सुधार करने की जरूरत है। विनियमित संस्थाओं से निपटने के मामले में पारदर्शिता को लेकर भी चिंताएं हैं। उदाहरण के लिए नियामक पेटीएम पेमेंट्स बैंक के मामले में आगे बढ?र सूचनाएं दे सकते थे। बल्कि ऐसी संस्थाओं से निपटना आने वाले वर्षों में एक बड़ी चुनौती बनेगा।

भारतीय रिजर्व बैंक ने तकनीक को अपनाने की सुविधा देने के क्षेत्र में अच्छा काम किया है। भारत पेमेंट सॉल्युशंस के मामले में दुनिया में अग्रणी देश है लेकिन उसे नए दौर की फिनटेक कंपनियों द्वारा तकनीक का इस्तेमाल करने से उत्पन्न होने वाले अनचाहे परिणामों से निपटने के लिए भी तैयार रहना होगा। कुछ इस तरह जिससे नवाचार प्रभावित न हो। रिजर्व बैंक ने केंद्रीय बैंक की डिजिटल करेंसी की दिशा में भी पहल की है, हालांकि यह देखना होगा कि इसे किस हद तक अपनाया जाता है।

रिजर्व बैंक औपचारिक रूप से एक स्वतंत्र केंद्रीय बैंक नहीं है। सरकार को उसे स्वायत्त रूप से काम करने देना चाहिए और उसकी सांस्थानिक स्थिति का सम्मान करना चाहिए। उसके कामकाज को अधिक प्रभावी बनाने के लिए सरकार को जरूरी कानूनी बदलावों पर विचार करना चाहिए ताकि बैंकिंग नियमन में उसे मजबूती दी जा सके। सरकार के लिए यह भी आवश्यक है कि वह राजकोषीय घाटे में कमी लाए ताकि मौद्रिक नीति के संभावित राजकोषीय दबदबे के जोखिम को कम किया जा सके। (आरएनएस)

चीनी रक्षा बजट : भारत को सतर्क रहना होगा

लक्ष्मी शंकर यादव

भारत व अमेरिका से लगातार चल रहे तनाव के बीच चीन ने एक बार फिर से अपने रक्षा बजट में भारी भरकम बढ़ोतरी की है।

चीन ने 7.2 प्रतिशत की वृद्धि के साथ वर्श 2024 का रक्षा बजट 1.67 ट्रिलियन युआन अर्थात 232 अरब डॉलर कर दिया है। चीनी रक्षा बजट की यह वृद्धि बीते पांच सालों में सबसे ज्यादा है। चीन ने अपने वित्त मंत्रालय की सालाना रिपोर्ट के आधार पर यह दावा किया है कि वह दुनिया में अमेरिका के बाद रक्षा बजट पर सबसे अधिक खर्च करने वाला दूसरा देश है। चीन की विधायिका की वार्षिर्क बैठक के उद्घाटन सत्र में 5 मार्च को आधिकारिक रक्षा बजट के आंकड़े की घोषणा की गई। अनेक विदेशी विशेषज्ञों का मानना है कि यह धनराशि सत्तासीन कम्युनिस्ट पार्टी की सैन्य शाखा पीपुल्स लिबरेशन आर्मी द्वारा किए गए खर्च का केवल एक अंश है।

232 अरब डॉलर का चीनी रक्षा बजट भारतीय रु पयों में 19.23 लाख करोड़ रु पए से ज्यादा है। चीन की तुलना में भारत का 2024-25 के लिए घोषित रक्षा बजट 621541 करोड़ रु पए है। इस हिसाब से देखा जाए तो चीन का रक्षा बजट भारत के रक्षा बजट से तीन गुना से भी ज्यादा है। चीन ने वर्ष 2023 में भी अपना रक्षा बजट 7.2 फीसद बढ़ाया था। इससे चीन का रक्षा बजट बढ?र 155० अरब युआन अर्थात 225 अरब डॉलर तक हो गया था। इससे पहले वर्ष 2022 में चीन ने अपना रक्षा बजट 7.1 फीसद बढ़ाया था।

तब यह 145० अरब युआन था। कुल मिलाकर तथ्य यह है कि चीन अपने रक्षा बजट में पिछले नौ वर्षो से लगातार इजाफा कर रहा है। दरअसल, चीन की योजना यह है कि वह अपनी सेना को विश्व की नम्बर एक सेना बना दे। चीन ने अपना रक्षा बजट ऐसे समय बढ़ाया है जब उसकी अर्थव्यवस्था काफी बुरे दौर से गुजर रही है। चीन इससे पहले भी आर्थिक संकट से घिरा हुआ था, लेकिन इस बार मामला ज्यादा गंभीर दिखाई दे रहा है। राष्ट्रपति शी जिनपिंग एक परेशानी वाले काल से गुजर रहे हैं। चीन की तेज आार्थिक ग्रोथ में लंबे समय तक वहां की प्रॉपर्टी सेक्टर की विषेश भूमिका रही है, लेकिन इधर काफी समय से प्रॉपर्टी सेक्टर की कुछ कंपनियां दिवालिया हो गई हैं और सरकार इन्हें उबारने के मूड में नहीं है।

दूसरी तरफ साल 2024 के लिए चीन का रक्षा बजट पिछले कई वर्षो में सबसे ज्यादा है। ऐसे में चीन के द्वारा की गई रक्षा बजट की बढ़ोतरी उसके सैन्य इरादों को स्पष्ट करती है। जिनपिंग ने अपनी सेना को वर्ष 2027 तक विस्तरीय सेना बनाने का लक्ष्य निर्धारित किया है। इसके अलावा यह भी लक्ष्य निर्धारित है कि चीनी सेना को वर्ष 2035 तक पूरी तरह से अत्याधुनिक बना दिया जाए। इसी वजह से चीन अपना रक्षा बजट लगातार बढ़ा रहा है। दरअसल, राष्ट्रपति जिनपिंग यह नहीं चाहते कि उनके सैनिकों को युद्ध लडने में अधिक मेहनत करनी पड़े। इसीलिए चीन अत्याधुनिक हथियार, मजबूत थियेटर कमांड, स्टील्थ तकनीक व लड़ाकू तकनीक के क्षेत्र में अधिक पैसा लगा रहा है। इनके विकास के बाद युद्ध में विजय दिलाने का काम लड़ाकू जेट विमान, ऑटोनॉमस हथियार व अत्याधुनिक मिसाइलें कर देंगे।

हाल के वर्षो में चीन ने अपनी सैन्य ताकत बढ़ाने के लिए कई बड़े सैन्य सुधार किए हैं। इन सुधारों के तहत उसने दूसरों देशों में अपने प्रभाव का विस्तार करने के लिए नौसेना और वायुसेना को प्राथमिकता देते हुए उनका विस्तार किया। अब चीन नई रोबोट आर्मी तैयार कर चुका है और इसकी तैनाती भी भारतीय सीमा के नजदीक करनी शुरू कर दी है। चीन अपनी इसी रक्षा नीति पर चलते हुए अमेरिका को पीछे छोड़ता हुआ दुनिया की सबसे बड़ी नौसैन्य ताकत बन रहा है। विगत दो तीन वर्षो में चीनी नौसेना में जितने युद्धपोत और पनडुब्बियां शामिल की गई हैं उतने शायद अमेरिका की नौसेना में न हों। इतने हथियारों की बढ़ोतरी के बाद भी उसकी भूख कम नहीं हुई है। चीन की रक्षा ताकत बढ़ाने वाली यह नीति आने वाले समय में विश्व को नए युद्ध में धकेलने में देर नहीं लगाएगी।

इन योजनाओं के पीछे कारण यही है कि चीन का अमेरिका, ताइवान, जापान व भारत के साथ जारी तनाव और हिन्द महासागर व दक्षिण चीन सागर में मिलने वाली चुनौतियों से निपटने में उसका सैन्य पक्ष कमजोर न पड़े। चीन के नीति नियंताओं के मुताबिक सेना को अत्याधुनिक बनाये जाने के फोकस को देखते हुए रक्षा बजट बढ़ाया गया है। चीन अपना दबदबा बढ़ाने के लिए नौसेना की पहुंच को समुद्री क्षेत्रों में फैला रहा है। इस साल के रक्षा बजट का मुख्य जोर नौसेना के विकास पर रहेगा क्योंकि दक्षिण चीन सागर और पूर्वी चीन सागर पर उसके दावे तथा समुद्री आवागमन के लिहाज से इस क्षेत्र में तनाव बढ़ा हुआ है। इसके अलावा एशिया प्रशांत क्षेत्र में अस्थिर सुरक्षा स्थिति को देखते हुए उसको जवाब के तौर पर तैयार होना है। इस तरह यह स्पष्ट हो जाता है कि चीन सैन्य क्षेत्र में दुनिया के शक्तिशाली देशों की तुलना में सबसे ऊपर रहना चाहता है। ऐसी स्थिति में भारत को चीन की रक्षा बढ़ोतरी से सजग रहने की आवश्यकता होगी।

हीट स्ट्रोक से बचने के लिए क्या करें?

हीट स्ट्रोक शरीर के तापमान में वृद्धि के कारण होने वाली एक जटिलता है। शरीर का सामान्य तापमान 96 फारेनहाइट होता है। अगर यह 1०4 फारेनहाइट को पार कर जाए तो हीट स्ट्रोक हो सकता है। निर्जलीकरण हीट स्ट्रोक का प्रमुख कारण है।

हीट स्ट्रोक भी निर्जलीकरण और अत्यधिक गर्मी में विभिन्न दवाओं के प्रभाव के कारण होता है। हीट स्ट्रोक से बचाव के लिए इस बात का ध्यान रखें कि इस गर्मी में शरीर डिहाइड्रेट न हो जाए। साथ ही, जो लोग धूप में लंबे समय तक काम करते हैं, उन्हें हीट स्ट्रोक होने की संभावना अधिक होती है। वयस्कों और बच्चों के साथ भी ऐसा ही हो सकता है।

हीट क्रैम्प हीट स्ट्रोक का पहला लक्षण हो सकता है। परिणाम मांसपेशियों में दर्द होता है, शरीर कमजोर और हमेशा प्यासा महसूस करता है। इसके बाद तेजी से सांस लेना, सिरदर्द, चक्कर आना, मतली, असंगत व्यवहार आदि होता है। शरीर की गर्मी बढ़ जाना और बहुत पसीना आना। विशेषज्ञ इन लक्षणों के होने पर तुरंत कार्रवाई करने की सलाह देते हैं। जब हीट स्ट्रोक होता है, तो शरीर का तापमान तेजी से 1०5 डिग्री फ़ारेनहाइट से अधिक हो जाता है। पसीना आना बंद हो जाता है।

त्वचा शुष्क और लाल हो जाती है। श्वास भी तेज होती है और नाड़ी धीमी या तेज होती है। रक्तचाप कम करता है। आक्षेप, चक्कर आना, असामान्य व्यवहार, मतिभ्रम, असंयम आदि। रोगी बेहोश भी हो सकता है। इसलिए हीट स्ट्रोक होने से पहले इसे रोका जाना चाहिए।

घरेलू तरीके से हीट स्ट्रोक के खतरे से बचा जा सकता है। इसलिए कुछ पौष्टिक आहारों को दैनिक आहार सूची में शामिल करना चाहिए।

बटर मिल्क : इफ्तार में आप बटर मिल्क रख सकते हैं. बटर मिल्क में प्रोबायोटिक्स, प्रोटीन और विटामिन होते हैं। जो आपके देश के तापमान को वापस सामान्य करने में मदद करेगा।

चतुर शर्बत: चतुर शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है। यह मधुमेह रोगियों के लिए भी एक अच्छी छाया है। इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होने के कारण रक्त में ग्लूकोज की मात्रा भी नियंत्रण में रहती है। पोटाशियम, कैल्शियम, मैगनीज, जिंक आदि खनिजों की मांग भी छट्ठू बजाने से पूरी होती है। छाता हीट स्ट्रोक को रोकता है और पेट के स्वास्थ्य में सुधार करता है। गर्म मौसम में छटू खेलने से शरीर को ठंडक मिलती है और डिहाइड्रेशन भी दूर होता है।

प्याज का रस: आयुर्वेद के अनुसार बाहर से घर लौटने पर प्याज के रस में थोड़ा सा शहद मिलाकर पीने से कई फायदे होते हैं. इससे शरीर का तापमान कम हो जाता है। इससे लू लगने का खतरा कम हो जाएगा।

इमली का रस : इमली गर्मी को कम करने के लिए बहुत उपयोगी होती है। इमली शरीर को आवश्यक पोषक तत्व प्रदान करती है और निर्जलीकरण को कम करने में मदद करती है। थोड़ी सी इमली को पानी में उबाल लें और उसमें गुड़ मिला दें। इससे हीट स्ट्रोक का खतरा कम होगा। गर्मी में शरीर ठंडा रहेगा।

आम और पुदीने का रस : कच्चा आम अब बाजार में आसानी से मिल जाता है. कच्चा आम विटामिन सी से भरपूर होता है, जो शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। पुदीना शरीर को ठंडा रखता है।

भारत में रोजगार के अवसर

अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन (आईएलओ) तथा मानव विकास संस्थान ने मिलकर एक रिपोर्ट जारी की है जिसमें सन 2000 के बाद से भारत में रोजगार के उपलब्ध आंकड़ों का व्यापक विश्लेषण किया गया है। वर्ष 2012 तक यह सर्वे रोजगार और बेरोजगारी के सर्वेक्षणों पर निर्भर था और 2019 से 2022 तक के आंकड़ों के लिए रिपोर्ट ने राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय के सावधिक श्रम बल सर्वेक्षण को प्राथमिक स्रोत के रूप में इस्तेमाल किया।

चूंकि आंकड़ों के ये स्रोत पहले ही चर्चा का विषय बन चुके हैं इसलिए रिपोर्ट की विषयवस्तु हैं- संगठित क्षेत्र में वास्तविक पारिश्रमिक में ठहराव, कृषि रोजगार की ओर वापसी और महिला श्रम भागीदारी दर जो पहले गिर रही थी लेकिन हाल के दिनों में उसमें इजाफा हुआ जिसकी वजह प्रमुख रूप से स्वरोजगार और बिना मेहनताने का घरेलू कामकाज है। जबकि इस बीच बड़ी तादाद में शिक्षित युवा बेरोजगार हैं।

आईएलओ ने दो अलग-अलग सर्वेक्षण को एक साथ लाकर अच्छा काम किया है परंतु आंकड़ों की सामान्य उपलब्धता को देखते हुए रिपोर्ट में सबसे अधिक रुचि उसके निष्कर्षों और अनुशंसाओं के कारण है।

रिपोर्ट पांच प्राथमिकताओं को चिह्नित करती है। पहली उत्पादन और वृद्धि को और अधिक रोजगार आधारित बनाया जाना चाहिए। दूसरी, रोजगार की गुणवत्ता में सुधार होना चाहिए और इसके लिए प्रवासन और नए दौर के क्षेत्रों मसलन केयर इकॉनमी (अनौपचारिक और अवैतनिक देखभाल की अर्थव्यवस्था मसलन महिलाओं द्वारा घर में किए जाने वाले काम) में निवेश करना होगा तथा श्रम अधिकार सुनिश्चित करने होंगे।

तीसरी, श्रम बाजार की असमानताएं जो महिलाओं, युवाओं और हाशिये पर मौजूद समूहों के लोगों को प्रभावित करती हैं, उनके लिए नीतियां तैयार करना। चौथी प्राथमिकता है कौशल प्रशिक्षण और सक्रिय श्रम बाजार नीतियों को बढ़ावा देना। पांचवीं प्राथमिकता है रोजगार को लेकर बेहतर और अधिक आंकड़े।

निस्संदेह इनमें से कई अत्यधिक महत्त्वपूर्ण हैं। शायद ही कोई होगा जो समय पर और बेहतर आंकड़ों की जरूरत से इनकार करेगा। कुछ आंकड़ों पर जब करीबी नजर डाली जाती है तो सवाल पैदा होते हैं। मसलन असमानता को सीधे तौर पर कैसे हल किया जा सकता है?

यह स्पष्ट है कि महिलाओं के घर या कृषि से बाहर रोजगार बढ़ा पाने में कमी कई बार सांस्कृतिक कारणों से भी पैदा होती है और कई अन्य मामलों में ऐसा अनुकूल माहौल तथा कानून व्यवस्था से जुड़ी चिंताओं की वजह से भी है। इसके लिए बहुत बड़े पैमाने पर सामाजिक सुधारों की आवश्यकता है।

बहरहाल सबसे अधिक सटीक अनुशंसा यह है कि उत्पादन को और अधिक रोजगारपरक बनाने की आवश्यकता है। रिपोर्ट में कहा गया है कि सेवा क्षेत्र आधारित वृद्धि के रोजगार संबंधी लाभ रोजगार की मौजूदा चुनौतियों को पूरा कर पाने में सक्षम नहीं हैं। ऐसा इसलिए कि उद्योग और विनिर्माण में अपेक्षाकृत कम कुशल श्रमिक शामिल होते हैं जो खेती जैसे काम से बाहर निकलते हैं।

इस दलील को रिजर्व बैंक के पूर्व गवर्नर रघुराम राजन तथा अन्य लोगों के हालिया तर्कों से जोडकर देखा जा सकता है जिनका कहना है कि भारत के भविष्य की वृद्धि सेवा क्षेत्र पर निर्भर होगी। यह दलील देने वालों का कहना है कि तकनीकी नवाचार और स्वचालन ने विनिर्माण को प्रभावित किया है। अब यह अधिक पूंजी खपत वाला क्षेत्र है जबकि पहले यह श्रम आधारित था।

मेहनताने को लेकर मध्यस्थता अब अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रभावी नहीं रह गई है। रिपोर्ट में कहा गया है कि सेवा क्षेत्र में भी ऐसी ही प्रक्रियाएं काम कर रही हैं। कई लोगों ने यह भी कहा कि सेवा क्षेत्र कम कुशल लोगों के साथ प्रभावी ढंग से आगे नहीं बढ़ पाएगा। यानी देश के नीति निर्माताओं के पास कुछ ही अच्छे विकल्प हैं।

तेज तकनीकी विकास और उभरती विश्व व्यवस्था को देखते हुए वृद्धि और रोजगार निर्माण के मानक तौर तरीके शायद भविष्य में काम न आएं। ऐसे में भविष्य की बात करें तो भारत को हर अवसर का पूरा लाभ उठाते हुए अधिकतम रोजगार सृजन करने की तैयारी रखनी होगी।

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

बढ़ते वजन ही नहीं आधा दर्जन समस्याओं से छुटकारा दिलाएगा नारियल पानी

नारियर पानी सेहत बेहद फायदेमंद और हेल्दी होता है। इसमें कैलोरी बहुत कम होता है और इसे पीने के बाद काफी देर तक पेट भरा भी रहता है। इससे मेटाबॉलिज्म बढ़ता है और वजन कंट्रोल करने में मदद मिलती है। कोकोनट वॉटर में इलेक्ट्रोलाइट भरपूर होता है, जिससे शरीर में पानी की कमी नहीं होती है। इस पानी को पीने से वजन तो कम होता ही है, कई समस्याएं भी शरीर से दूर रहती हैं। जानिए नारियल पानी के क्या-क्या फायदे हैं।

नारियल पानी के 6 जबरदस्त फायदे

कैलोरी करे कम : नारियल पानी में काफी कम कैलोरी होती है। इसे पीने से शरीर को जबरदस्त एनर्जी मिलती है। इसीलिए वजन कम करने की चाहत रखने वालों के लिए यह शानदार विकल्प माना जाता है। इससे पेट भी लंबे समय तक भरा-भरा रहता है।

हाइड्रेशन में हेल्प करे : नारियल पानी पाने से शरीर हाइड्रेट रहता है। इसमें इलेक्ट्रोलाइट्स पाए जाते हैं, जो वेट को कंट्रोल करने में मदद करते हैं। शरीर हाइड्रेटेड होने से कमजोरी फील नहीं होती। हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक, एक्सरसाइज से पहले या बाद में नारियल पानी जरूर पीना चाहिए।

भूख कम करे: ज्यादा खाने की वजह से वजन तेजी से बढ़ जाता है। ऐसे में नारियल पानी काम आता है। इसमें मौजूद तत्व लंबे समय तक आपके पेट को भरा रखने में मदद करते हैं। इससे खाना ज्यादा नहीं होता है और वजन तेजी से कम होता है।

मेटाबॉलिज्म बढ़ाए: वेट लॉस करना है तो फैट मेटाबॉलिज्म दुरुस्त होना चाहिए। ऐसे में नारियल पानी में मौजूद कंपाउंड्स फैट मेटाबॉलिज्म को बढ़ाने में हेल्प करते हैं, जिससे ज्यादा कैलोरी बर्न होती है और वजन तेजी से कम होता है।

पाचन तंत्र दुरुस्त बनाए : नारियल पानी पीने से पाचन तंत्र मजबूत बनता है। इससे खाना बेहतर तरीके से पचता है। इससे शरीर को वे सभी जरूरी तत्व मिल जाते हैं, जो एक्स्ट्रा फैट को जमा नहीं होने देते हैं। जिससे वजन भी नहीं बढने पाता है।

पोषण मिलता है: नारियल पानी पोषक तत्वों का खजाना होता है। इसमें मैग्नीशियम, कैल्शियम, पोटेशियम और विटामिन सी जैसे जरूरी पोषक तत्व मिलते हैं। ये सभी सेहत के लिए जबरदस्त फायदेमंद होते हैं, जो मेटाबॉलिज्म में सुधार कर फैट आसानी से निकाल देते हैं।

नहीं चबाने चाहिए नाखून! हो सकती है मसूड़ों की ये गंभीर बीमारी

अधिकतर लोगों की आदत होती है कि वह खाली बैठे हुए नाखूनों को चबाते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं ऐसा करना सेहत पर प्रभाव डालता है। आज हम आपको इस रिपोर्ट में बताएंगे कि कैसे नाखून चबाना सेहत के लिए खतरनाक हो सकता है। नाखून चबाने से नाखून काट सकते हैं और इससे संक्रमण होने का खतरा भी बढ़ जाता है।

नाखून चबाना एक आम समस्या है जो बच्चों से लेकर बड़ों में देखी जाती है, यह एक बहुत बुरी आदत है जो हर किसी को प्रभावित करती है। नाखून चबाने से दांतों का इनेमल घिस जाता है और वह कमजोर पडने लगते हैं। नाखून चबाने से नाखून का टुकड़ा पेट में जा सकता है जिससे पेट से संबंधित कई संक्रमण हो सकते हैं। कभी-कभी नाखूनों में मेल भर जाता है, जिससे वह मुंह के जरिए अंदर तक जाता है और बैक्टीरिया फैलने की संभावना बढ़ जाती है।

इसके अलावा नाखून को लगातार चबाने से मसूड़ों में सूजन और खून का खतरा बढ़ जाता है। नाखून चबाना तनाव और चिंता का लक्षण भी हो सकता है इसके साथ ही यह तब होता है जब व्यक्ति शर्मिंदा महसूस करता है। जब हम नाखून चबाते हैं तो इससे हमारे नाखूनों का शेप और साइज बदल जाता है, जिससे नाखून छोटे और खराब दिखने लगते हैं और यह हाथों की सुंदरता को कम कर देता है।

ऐसे पाएं छुटकारा

नाखून चबाने की आदत अधिकतर लोगों में देखी गई है, जिससे वे कई बीमारियों का शिकार हो जाते हैं। आईए जानते हैं नाखून चबाने की आदत से छुटकारा पाने के कुछ उपाय

पहले और सबसे सरल नाखूनों को हमेशा छोटा रखना चाहिए जिससे चबाने की संभावना कम हो जाए।

कोशिश करें कि आप अपने हाथों को हमेशा व्यस्त रख सकें यदि आपके हाथ व्यस्त रहेंगे तो आपको नाखून चबाने की याद नहीं आएगी।

शब्द सामर्थ्य -128

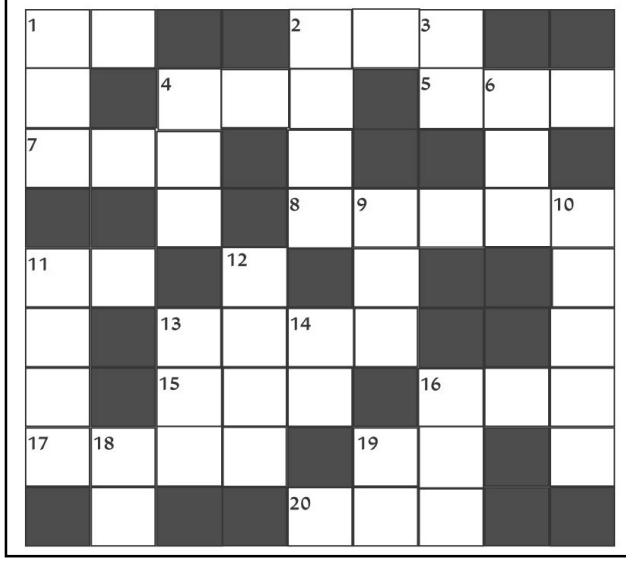
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे

1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. शृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक127 का हल

मै	दा	न	■	स	र	ग	म	■
त्री	■	सी	■	■	क्षा	■	धु	र्री
■	सा	ह	स	■	■	■	र	■
स्वा	ग	त	■	स	म	झौ	ता	■
व	र	■	■	र	■	■	■	म
लं	■	वि	ला	स	■	■	दा	म
बी	न	■	ज	■	सा	मा	न	ता
■	ज	■	वा	हि	या	त	■	■
त	र	की	ब	■	ना	■	खा	ली

सचिवालय में उपसचिव पद का फर्जी नियुक्ति पत्र जारी करने पर मुकदमा

देहरादून (सं)। सचिवालय/विधानसभा में उप सचिव पद का फर्जी नियुक्ति पत्र सोशल मीडिया पर वायरल करने पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार सचिवालय के सुरक्षा अधिकारी प्रदीप सिंह गुण्वन्त ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 22 फरवरी 2024 को वेतनमान 5200-20200 ग्रेड पे मे लिपिक के पद पर देवेन्द्र सिह नेगी पुत्र भूपेन्द्र सिह नेगी निवासी नेहरुग्राम रेलवे स्टेशन के पास ऋषिकेश उत्तराखण्ड के नाम से कविन्द्र सिह उप सचिव द्धारा हस्ताक्षरित नियुक्ति पत्र जारी किया गया है। उपरोक्त के सम्बन्ध मे अवगत कराना है कि उल्लेखित आदेश सोशल मीडिया /व्हाटसएप्प पर प्रसारित हो रहा है। यहां यह भी सूचित करना है कि विधान सभा सचिवालय उत्तराखण्ड मे कविन्द्र सिह नाम का कोई व्यक्ति उप सचिव पद पर कार्यरत नही है। उक्त आदेश जाली व नकली है।

दो दुपहिया वाहन चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने दो स्थानों से दो दुपहिया वाहन चोरी कर लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार सरस्वती सोनी मार्ग निवासी अर्पित अग्रवाल ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी मोटरसाईकिल घर के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। वहीं डाकरा बाजार निवासी महेश गुप्ता ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से तिलक रोड आया था तथा उसने अपनी एक्टिवा महावीर मेडिकल शॉप के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी एक्टिवा अपने स्थान से गायब थी।

ऑनलाईन सवा लाख की ठगी में पुलिस ने किया मुकदमा दर्ज

देहरादून (सं)। ऑनलाईन सवा लाख रूपये की ठगी के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार टपकेश्वर कालोनी निवासी प्यार सिंह भण्डारी ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 04 अप्रैल 2024 को लगभग प्रात: साढे ग्यारह बजे के बीच उसके मोबाइल नम्बर पर उसके बचत खाता तथा क्रेडिट कार्ड से निम्नलिखित राशी की निकासी का संदेश प्राप्त हुआ था जिसका लेनदेन उसके द्वारा नही किया गया था। यह रूपया तीन बार में निकाला गया जो कि मिलाकर रुपये एक लाख बत्तीस हजार छ: मात्र आता है। इसके अतिरिक्त जिस समय ये धोखाधडी की गई उसी वक्त दो मोबाइल नम्बरो से उसको फोन आया था लेकिन उसने फोन को काट दिया था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

शराब के साथ दो गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने शराब के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार नेहरू कालोनी थाना पुलिस ने रामनगर पुल के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 52 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम शई पुत्र प्रेम सिंह निवासी रामनगर दीप नगर बताया। वहीं नेहरू कालोनी थाना पुलिस ने एक युवक को 52 पव्वे शराब के साथ गिरफ्तार किया जिसने अपना नाम अंकित पुत्र रोहिताश निवासी सोनी गार्डन न वादा बताया।

'बड़े मियां छोटे मियां' ने एडवांस बुकिंग में बेची लाखों की टिकट

कानपुर। बॉलीवुड की मोस्ट अवेटेड मूवी बड़े मियां छोटे मियां की रिलीज का फैंस काफी लंबे समय से इंतजार कर रहे हैं। इस फिल्म की रिलीज में सिर्फ और सिर्फ एक ही दिन का समय बाकी रह गया है। जिसकी वजह से अब फैंस की एक्साइटमेंट भी आसमान छू रही है। कुछ दिन पहले ही फिल्म का ट्रेलर लांच किया गया था, जिसे ऑडियंस का काफी अच्छा रिस्पॉन्स मिला था। इसी बीच फिल्म के मेकर्स ने इसकी एडवांस बुकिंग विंडो खोल दी है। जिसके बाद देखते ही देखते फिल्म की लाखों की टिकट बिक चुकी है। अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ ने अली अब्बास जफर के डायरेक्शन में बनी इस फिल्म का जमकर प्रमोशन किया है। जिसकी वजह से फैंस इस फिल्म को देखने के लिए और भी ज्यादा एक्साइटेड हो गए हैं। इसी बीच मेकर्स ने इसी एडवांस बुकिंग विंडो खोल दी और दो दिन के अंदर ही फिल्म ने तगड़ी कमाई कर डाली है। सैकनलिक की रिपोर्ट्स के मुताबिक, फिल्म बड़े मियां छोटे मियां ने रिलीज से पहले ही 16 हजार से ज्यादा टिकट बेच डाली है। जिसके जरिए अब फिल्म के खाते में 39.8 लाख रुपये पहले ही आ चुके हैं।

आरजे करिश्मा जिसकी वीडियो का हर कोई है फैन!

सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर आए दिन कई सारी वीडियोज आती रहती हैं। ये एक ऐसी जगह है जहां लोग अपना टेलेंट शो करते हुए नजर आते हैं। वहीं उनमें से कुछ लोगों का कंटेंट लोगों को इस कदर पसंद आ जाता है कि उनकी वीडियो अपलोड होते ही वायरल होने लगती हैं। ऐसी ही एक कंटेंट क्रिएटर हैं आरजे करिश्मा उनके वीडियोज भी काफी ज्यादा मजेदार होते हैं और लोगों को काफी पसंद भी आता है।

आरजे करिश्मा सोशल मीडिया इंफ्लुएंसर हैं और आए दिन अपने नए-नए मजेदार वीडियोज फैंस के बीच शेयर कर सोशल मीडिया पर लाइमलाइट बटौरती रहती हैं।

वो कोई भी वीडियोज इंस्टाग्राम अकाउंट पर अपलोड करती हैं तो वो चंद ही मिनटों में वायरल होने लगता है। हालांकि उनका मसाला भरा कंटेंट और मनोरंजन वाला अंदाज देखने के लिए हर कोई बेताब रहता है।

आरजे करिश्मा ने कई ऐसे कंटेंट बनाएं हैं जिसे फैंस ने खूब पसंद भी किया है, जैसे भाई-बहन के झगड़े को लेकर, पति-पत्नि को लेकर, मां-बेटी के बीच की नोंक-झोंक को लेकर और फ्रेंड्स के रिलेशनशिप स्टेटस को लेकर जिनपर काफी लोगों ने लाइक्स भी किए हैं।

बता दें कि आरजे करिश्मा का सोशल मीडिया पर मजाकिया वीडियो देखकर ये साफ झलकता है कि वो खुद भी खुश रहना पसंद करती हैं और दूसरों को भी हंसाने का कोई मौका नहीं छोड़ती हैं।

आरजे करिश्मा इंदौर की रहने वाली हैं और वो एक रेडियो स्टेशन में रेडियो जॉकी हैं। वो काफी वक्त से अलग-अलग कंटेंट पर वीडियो बना रही हैं। उन्होंने पैनडेमिक के समय ये वीडियोज बनाना स्टार्ट किया था। एक्ट्रेस इंस्टाग्राम पर जब भी अपनी वीडियोज शेयर करती हैं तो लाखों फैंस उनकी वीडियो पर जमकर कॉमेंट्स और लाइक्स करते हैं। उनका इंस्टाग्राम पर आरजे करिश्मा नाम से अकाउंट है। उन्हें इंस्टा पर 7 मिलियन यूजर्स फॉलो करते हैं।

निक्की तंबोली ने ब्लैक साड़ी में गिराई बिजली

'बिग बॉस 14' के जरिए देशभर में अपनी पहचान बनाने वाली निक्की तंबोली इन दिनों साउथ इंडस्ट्री में अपनी एक्टिंग का जलवा दिखा रही हैं। फिल्मों के अलावा निक्की सोशल मीडिया पर भी काफी एक्टिव रहती हैं। निक्की तंबोली इन दिनों सोशल मीडिया पर धूम मचा रही हैं। हाल ही में उन्होंने ब्लैक साड़ी में कुछ तस्वीरें शेयर की हैं, जिन्हें देखकर उनके फैंस दीवाने हो गए हैं। इन तस्वीरों में निक्की बेहद खूबसूरत लग रही हैं। उन्होंने ब्लैक कलर की साड़ी पहनी है, जिसके साथ उन्होंने ग्लोइंग मेकअप और ओपन हेयर रखा है। साथ ही वह शानदार पोज़ दे रही हैं। निक्की ने इन तस्वीरों को अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर किया है। हालांकि ये पहली बार नहीं है। जब निक्की ने अपना बोल्ड अंदाज दिखाया हो। इससे पहले भी वो कई बार बिकिनी में अपने अदाओं के जलवे बिखेर चुकी हैं। बता दें कि निक्की तंबोली ने बिग बॉस 14 में हिस्सा लिया था। शो की ट्रॉफी तो वो नहीं जीती थी लेकिन सेंकेंड रनरअप रही थी। फैंस इन तस्वीरों को खूब पसंद कर रहे हैं और जमकर लाइक्स और कमेंट्स कर रहे हैं। एक फैन ने लिखा, आप बहुत खूबसूरत लग रही हैं निक्की। निक्की अक्सर अपने सोशल मीडिया पर अपनी खूबसूरत तस्वीरें और वीडियो शेयर करती रहती हैं, जिन्हें उनके फैंस खूब पसंद करते हैं।

बिग बॉस 18 में एंट्री लेंगी आशी सिंह

सलमान खान द्वारा होस्ट किए जाने वाला रियलिटी शो बिग बॉस 18 सुर्खियों में बना हुआ है। इस शो में जाने वाले कंटेस्टेंट के नाम भी लगातार सामने आ रहे हैं। मेकर्स लगातार सेलेब को अप्रोच कर रहे हैं। हाल ही खबर आई है कि मेकर्स ने टीवी एक्ट्रेस आशी सिंह को अप्रोच किया है। अब एक्ट्रेस ने इस अफवाह पर चुप्पी तोड़ी है।

बिग बॉस 18 को फैंस बेसब्री से इंतजार कर रहे है। इस शो में आकर कई सेलेब्स ऐसे हैं जिन्हें खास पहचान मिली। वहीं कुछ स्टार्स ने इस शो में आने के बाद अपने करियर की सबसे बड़ी गलती बताया था। अब रिपोर्ट्स के अनुसार सलमान खान के शो में मीत फेम आशी सिंह एंट्री ले सकती हैं। आशी टीवी की पॉपुलर एक्ट्रेस में से एक हैं।

अब एक्ट्रेस ने शो में जाने को चुप्पी तोड़ी है उन्होंने कहा, मुझे लगता है कि इस शो में बहुत ही लड़ाई-झगड़ा है। मुझे नहीं पता कि मैं कभी बिग बॉस करुंगी क्योंकि मेरा नेचर बहुत ही शांत है। मैं कभी भी अपने घरवालों से दूर नहीं रही हूं और मुझे नहीं पता कि परिवार के बिना शो में मैं रह भी पाउंगी या नहीं।

आशी ने एक और कारण भी बताया कि क्यों वह रियलिटी शो से दूर रहना ही बेहतर समझती हैं। उन्होंने कहा, जब भी उनका कोई बुरा दिन होता है, तो वह इसे अपनी मां और दोस्तों के सामने जाहिर करती हैं और अगले दिन वह एक नए दिमाग के साथ शुरुआत करती हैं। हालांकि, बिग बॉस के घर में अगर उनका झगड़ा हुआ तो वह अजनबियों के सामने खुलकर बात नहीं कर सकती है।

आशी ने कहा कि उनके मन में उन लोगों के लिए बहुत सम्मान है जो बिग बॉस में जा चुके हैं या जाने वाले हैं, लेकिन अभी तक उन्हें नहीं लगता कि वह इस इस रियलिटी शो में हिस्सा ले सकती हैं।

सामयिक : जरूरी है अब विश्व संसद

रघु ठाकुर

डॉक्टर लोहिया का सारा जीवन संघर्ष का और मौलिक विचारों को देने का इतिहास है। जर्मनी से पढ?र आने के बाद वे महात्मा गांधी की अगुवाई में आजादी के आंदोलन में शामिल हुए और 9 अगस्त 1942 को महात्मा गांधी और कांग्रेस के अन्य बड़े नेताओं की गिरफ्तारी के बाद डॉक्टर लोहिया और जयप्रकाश नारायण ने ही भूमिगत रहकर आंदोलन की कमान संभाली थी और लगातार लगभग ढाई वर्ष अपनी गिरफ्तारी होने तक देश की जनता और नौजवानों को आंदोलन के लिए प्रेरित करते रहे।

डॉक्टर लोहिया एक मौलिक विचारक थे, जिन्होंने अपने जीवन के कालखंड के बहुत आगे का विचार किया था। उनकी मृत्यु के बाद उनके आजादी के आंदोलन और समाजवादी आंदोलन के सहकर्मी लोकनायक जयप्रकाश नारायण ने उन्हें श्रद्धांजलि देते हुए कहा था कि लोहिया बहुत आगे तक का सोचते थे इसलिए कई बार देश के लोग उन्हें समझ नहीं सके। लोहिया स्वतः भी जानते थे कि वे जो विचार दे रहे हैं वह 5० से 1०० वर्ष बाद के लिए हैं और उन्हें विश्वास था कि भले ही उस समय का समाज उनके विचारों को समझ ना पा रहा हो परंतु किसी-न-किसी दिन समझेगा जरूर और इसलिए उन्होंने खुद यह कहा था कि लोग मेरी बात सुनेंगे शायद मेरे मरने के बाद पर सुनेंगे जरूर। 12 अक्टूबर 1967 को 57 वर्ष की अल्पायु में उनके निधन के आज लगभग 67 वर्षो के बाद लोहिया के विचारों की गूंज फिर सुनाई पडने़ लगी है। बौद्धिक जगत विविद्यालय में और दुनिया भर के विभिन्न देशों में लोहिया की चर्चा हो रही है। लोहिया शताब्दी वर्ष में भारत में व दुनिया के अनेक देशों के विविद्यालय में लोहिया साहित्य और विचारों पर चर्चा हुई है।

डॉक्टर लोहिया ने अपने जीवन काल में सात क्रांतियां को दुनिया में परिवर्तन के लिए जरूरी बताया था। उन्हें 'सप्त क्रांति' कहा जाता है। इन सप्त क्रांतियों में दुनिया में प्रचलित सभी प्रकार की विषमताओं को समाप्त करने का लक्ष्य था। आर्थिक सामाजिक, राजनीतिक असमानता, रंगभेद की समाप्ति, निशस्त्रीकरण, लैंगिक असमानता युद्ध की समाप्ति आदि इसमें शामिल थे। लोहिया अपने आप को विश्व नागरिक मानते थे और चाहते थे कि समूची दुनिया के 18 वर्ष की उम्र से अधिक के लोगों द्वारा निर्वाचित विश्व संसद बने। आज दुनिया इन समस्याओं से जूझ रही है। इन सब का हल विश्व संसद ही हो सकता है। आज की दुनिया में सीमांत आतंकवाद, धार्मिक आतंकवाद, नक्सली आतंकवाद जैसे अनेकों आतंकवादों से दुनिया प्रभावित है।

रूस-यूक्रेन युद्ध को लगभग दो वर्ष होने को हैं। इस्त्रइल ने हमास को नष्ट करने के उद्देश्य से लगभग पूरी गाजा पट्टी पर कब्जा कर लिया है। अमेरिका ईरान के बीच छद्म युद्ध चल रहा है, किसी भी दिन खुलकर युद्ध में तब्दील हो सकता है इसकी आशंका बनी हुई है। भारत अफगानिस्तान के बीच पाक अधिकृत कश्मीर समस्या है। 1959 से तिब्बत पर चीन का कब्जा है। दलाई लामा व उनके हजारों अन्य निर्वासित होकर जीवन बिता रहे। भारत की हजारों किलोमीटर भूमि पर चीन का कब्जा है। ऐसे ही दुनिया में सीमा विवाद युद्ध के लिए तनाव के कारण बने हुए हैं। न्यूयॉर्क के वर्ल्ड ट्रेड सेंटर पर हमले के बाद अफगानिस्तान की तबाही छिपी हुई नहीं है।

म्यांमार से रोहिंग्या को पलायन के लिए विवश किया जा रहा है। बड़ी संख्या में बांग्लादेशी भारत की सीमा में प्रवेश कर रहे हैं। यह बड़ी समस्या है। इन सब का हल डॉ. लोहिया की विश्व सांसद के बनने से ही निकाल सकता है।

हम संयुक्त राष्ट्र से अपील करेंगे लोहिया के जन्मदिन 23 मार्च को 'विश्व सांसद दिवस' घोषित करे। हम प्रधानमंत्री जी से भी अनुरोध करेंगे कि लोहिया की विश्व संसद की कल्पना भारत के प्राचीन सिद्धांत व संस्कृति को नया आयाम दे सकती है। अगर एक दुनिया बनेगी तो नेक दुनिया बनेगी। डॉक्टर लोहिया ने जुलाई 195० में एक लेख लिखा था- तीसरा खेमा विश्व परिप्रेक्ष्य में। दरअसल, लोहिया ने 1947 से ही विश्व संसद की चर्चा शुरू कर दी थी और दुनिया में जहां-जहां भी उनके संपर्क के लोग थे उनके साथ विश्व संसद की कल्पना पर काम करने के लिए वह पहल करने लगे थे। उनका यह लेख भी उसी का एक हिस्सा है, उसे लेकर कुछ अंश मैं यहां दे रहा हूं।

भारत की 6००० साल और उससे भी अधिक पुरानी संस्कृति में कुछ बात तो है जो और संस्कृतियों और धर्म की रही, लेकिन जिसे यहां अधिक पूर्णता मिली। विवेक के प्रकाश में सहानुभूति का कोमल ज्ञान तब तक अधूरा है, जब तक सारे विश्व और उसकी प्रत्येक वस्तु के साथ तादात्म्य का अनुभव न हो। मैं नहीं जानता कि सहानुभूति की इस भावना को समाजवाद और वर्ग संघर्ष से कैसे जोड़ा जाए। विश्व सरकार का आंदोलन प्रगति पर है निश्चय ही इसमें कई धुंधलके और दरारें हैं, लेकिन इसका मुख्य विचार की सारे विश्व के लिए एक सर्वोच्च संस्था हो; लोगों के दिलों में जगह बना रहा है।

कुछ लोगों को विश्व सरकार का विचार आज यथार्थ और अव्यावहारिक लगता है। इसके बजाए वे क्षेत्रीय एकता के लिए काम करना बेहतर मानते हैं, जैसे पश्चिमी यूरोप की सरकार, एशिया की सरकार आदि। इसके साथ ही कई लोगों का विचार है कि एक आर्थिक विश्व के बिना एक राजनीतिक विश्व असंभव है, जबकि कुछ लोग विश्व सरकार को शुद्ध राजनीतिक स्तर तक ही रखना चाहते हैं। विश्व संघीय सरकार के लिए विश्व आंदोलन एक संगठन है, जिसका उद्देश्य है विश्व सरकार के लिए काम करने वाले सभी ग्रुपों और शक्तियों को इकट्ठा करना। इसका काम आसान नहीं है। कमजोरी और फूट इसके दो दोष हैं।

लोहिया के लेख के यह अंश बताते हैं कि 195० से ही समाजवादी आंदोलन ने लोहिया के मार्गदर्शन में विश्व संसद व सरकार बनाने के लिए कार्य करना शुरू कर दिया था, यहां तक की भारत में ही लोहिया की पहल पर विश्व नागरिकता का रजिस्टर तैयार करने का काम शुरू हुआ था। वह लोहिया की मृत्यु के बाद शिथिल हो गया। संयुक्त राष्ट्रसंघ अगर 23 मार्च को विश्व संसद दिवस घोषित करेगा तो समूची दुनिया में फिर से लोहिया का यह विचार तेजी से जन संवाद व जन विमर्श का केंद्र बनेगा और दुनिया विश्व संसद के बारे में सोचने व आगे बढ़ाने को प्रेरित होगी।

वेब सीरीज हीरामंडी 1 मई नेटफ्लिक्स पर दस्तक देगी

भारतीय सिनेमा के जाने-माने निर्देशक संजय लीला भंसाली वेब सीरीज हीरामंडी- द डायमंड बाजार के जरिए ओटीटी की दुनिया में कदम रखने जा रहे हैं। यह सीरीज पिछले लंबे समय से चर्चा में है।हीरामंडी ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर दस्तक देने को तैयार है। अब निर्माताओं ने सीरीज की रिलीज तारीख से पर्दा उठा दिया है।हाल ही में एक कार्यक्रम ने निर्माताओं ने खुलासा किया कि हीरामंडी का प्रीमियर 1 मई, 2०24 से होगा। हीरामंडी मनीषा कोइराला, सोनाक्षी सिन्हा, अदिति राव हैदरी, ऋचा चड्ढा, संजीदा शेख और शर्मिन सहगल जैसी दिग्गज अभिनेत्रियों से सजी है।इस सीरीज की कहानी संजय ने मिताक्षरा कुमार, विभु पुरी, स्नेहिल दीक्षित मेहरा, मोईन बेग और दिव्य निधि शर्मा के साथ मिलकर लिखी है।हीरामंडी प्यार, ताकत और आजादी की जंग के बीच जूझने वाली हीरामंडी की तवायफों की कहानी है।इससे पहले भंसाली देवदास और गंगूबाई काठियावाड़ी जैसी फिल्मों के जरिए तवायफों के जीवन को दिखा चुके हैं। हीरामंडी के अलावा भंसाली मौजूदा वक्त में अपनी आगामी फिल्म लव एंड वॉर को लेकर चर्चा में हैं।इस फिल्म में रणबीर कपूर और आलिया भट्ट की जोड़ी नजर आएगी। विक्की कौशल भी इस फिल्म का अहम हिस्सा होंगे।यह फिल्म अगले साल क्रिसमस के मौके पर रिलीज होगी। भंसाली की यह फिल्म युद्ध की पृष्ठभूमि पर आधारित एक दिलचस्प प्रेम कहानी होगी।इस साल नवंबर से भंसाली इस फिल्म की शूटिंग शुरू करने की योजना बना रहे हैं।

सू- दोकू क्र.128

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

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.127 का हल

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

शहबाज शरीफ पर मेहरबान बाइडन

डॉ. दिलीप चौबे

अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन ने अपने कार्यकाल की समाप्ति के पहले पाकिस्तान के प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ को एक पत्र लिखा है जिसके बहुत दूरगामी परिणाम होंगे। आमतौर पर यह होता है कि दो देशों के नेताओं के बीच टेलीफोन पर बात होती है।

बाइडन ने यह पत्र लिखकर भारत सहित अन्य क्षेत्रीय देशों को यह संदेश दिया है कि अमेरिका और पाकिस्तान के बीच नजदीकी रिश्तों का नया दौर शुरू हो रहा है। यह भी गौर करने वाली बात है कि इस पत्र को इस्लामाबाद स्थित अमेरिकी दूतावास ने सार्वजनिक किया है। पत्र में सबसे महत्त्वपूर्ण बातंयह है कि बकौल बाइडन अमेरिका और पाकिस्तान क्षेत्रीय और विश्व मामलों पर 'राजनीतिक सहयोग' जारी रखेंगे। यह शब्दावली भारत के लिए चिंता का विषय बन सकती है। यह सब उस समय हो रहा है जब आम चुनाव के पहले अमेरिका भारत को लोकतंत्र का उपदेश दे रहा है।

अमेरिका के रणनीतिक लक्ष्य साफ हैं। वह पाकिस्तान में चीन को बेदखल करना चाहता है तथा ईरान के खिलाफ उसे खड़ा करना चाहता है। यह भी स्पष्ट है कि इमरान खान को सत्ता से हटाने में अमेरिका ने बड़ी भूमिका निभाई है। इमरान की पार्टी के नेताओं के अनुसार अमेरिका शहबाज शरीफ की सरकार को कठपुतली की तरह इस्तेमाल करना चाहता है। अपनी सारी राजनीतिक नादानियों के बावजूद इमरान खान ने पाकिस्तान में स्वतंत्र विदेश नीति पर अमल करने की कोशिश की थी। इसी सिलसिले में वह रूस की यात्रा पर भी गए थे। यही उनकी राजनीतिक पतन का एक कारण बनी। राजनीतिक उथल-पुथल के दौर में पाकिस्तान के सेनाध्यक्ष आसिम मुनीर और खुफिया एजेंसी आईएसआई प्रमुख ने वाशिंगटन में अमेरिकी अधिकारियों से बातचीत की थी। सहज अनुमान लगाया जा सकता है कि इसी दौरान पाकिस्तान के भावी राजनीतिक परिदृश्य का लेखा-जोखा लिया होगा।

पिछले कुछ दिनों के दौरान पाकिस्तान में चीन के आर्थिक हितों पर हमले हुए हैं जिनमें इसके प्रशिक्षितकर्मी मारे गए हैं। इसके साथ ही अमेरिका की ओर से यह भी स्पष्ट किया गया है कि वह ईरान-पाकिस्तान-तेल गैस पाइपलाइन के पक्ष में नहीं है। अपनी खस्ता आर्थिक हालात से उबरने के लिए पाकिस्तान को आईएमएफ और वर्ल्ड बैंक से कर्ज की दरकार है। अमेरिका के प्रभाव वाली ये वित्तीय संस्थाएं पाकिस्तान को तभी कर्ज देंगी जब वह अमेरिका के रणनीतिक हितों को पूरा करे। फिलहाल, अमेरिका इस बात की सावधानी बरत रहा है कि वह भारत के साथ अपने व्यापक रणनीतिक संबंधों पर नकारात्मक प्रभाव न पडने़ दे। यही कारण है कि पाकिस्तान में भारत के साथ व्यापारिक संबंध बहाल करने पर चर्चा शुरू हो गई है। भारत में इस समय चुनाव का मौसम है, इसलिए उपमहाद्वीप में बदलते हुए शक्ति समीकरण पर खास तवज्जो नहीं दी जाएगी। चुनाव के बाद नई सरकार अपना रवैया और प्राथमिकता तय करेगी।

इस बीच विदेश मंत्री एस जयशंकर ने यूक्रेन के विदेश मंत्री कुलेबा की भारत यात्रा को बहुत चतुराई के साथ हैंडल किया। पहले यह आशंका व्यक्त की जा रही थी कि रूस को कुलेबा की भारत यात्रा नागवार गुजरेगी। इस यात्रा के बाद भारत के विदेश मंत्रालय ने जो विज्ञप्ति जारी की उसमें रूस का उल्लेख तक नहीं है।

अगले कुछ महीनों के दौरान पश्चिमी एशिया के संकट का केंद्रबिंदु ईरान बनेगा। गाजा की तबाही के दौर में ईरान अमेरिका के राडार में धुंधला पड़ गया था। अब अमेरिका और इस्त्रइल को फिर से यह चिंता सता रही है कि ईरान को परमाणु संस्थाएं खुलासा कर रहीं हैं कि ईरान के पास करीब एक दर्जन परमाणु बम बनाने का परिष्कृत यूरेनियम उपलब्ध है। इसमें हर हफ्ते इजाफा भी हो रहा है। यह वह रेडलाइन है जिसे पार करने की अमेरिका इजाजत नहीं देगा।

इस रणनीतिक लक्ष्य को पूरा करने में पाकिस्तान की निर्णायक भूमिका होगी। शिया-सुन्नी मजहबी विभाजन को तूल देकर अमेरिका, सऊदी अरब, कतर, संयुक्त अरब अमीरात और बहरीन जैसे देशों के साथ ईरान विरोधी मोर्चा कायम कर सकता है। हालांकि हाल में ईरान ने रूस और चीन के साथ मिलकर इस क्षेत्र में बड़े पैमाने का नौ-सैनिक अभ्यास किया है।

सीएस ने राज्य आउटरीच सम्मेलन जीएडी की तैयारियों के संबंध में की समीक्षा बैठक

देहरादून (कासं)। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी की अध्यक्षता में बुधवार को सचिवालय में भारत सरकार के विदेश मंत्रालय की विदेशी संपर्क सीरीज के तहत राज्य में आयोजित होने वाली राज्य आउटरीच सम्मेलन जीएडी (प्रवासी उत्तराखंडी) की तैयारियों के संबंध में समीक्षा बैठक हुई। बैठक में सचिव दिलीप जावलकर, चंद्रेश कुमार, दीपेंद्र कुमार चौधरी सहित संबंधित विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

पंजाब पुलिस ने करोड़ो की ठगी का आरोपी उत्तराखण्ड से दबोचा

हमारे संवाददाता

पंजाब। करोड़ों रुपये के नेचर हाइट्स इंफ्रा घोटाले मामले में पंजाब पुलिस को बड़ी सफलता मिली है। फरीदकोट और फाजिल्का पुलिस की ज्वाइंट टीम ने मुख्य आरोपी नीरज थठायी उर्फ नीरज अरोड़ा को उत्तराखंड से गिरफ्तार किया है। वह करीब सात साल से फरार और भगोड़ा था। आरोपी को उत्तराखंड के पौड़ी जिले से गिरफ्तार किया गया, जिसने पंजाब, हरियाणा और चंडीगढ़ में कई लोगों को रिहायशी और व्यापारिक प्लॉट देने का झासा देकर करोड़ों रुपये ठगे हैं। आरोपी पर 21 जिलों में 108 मामले दर्ज हैं। आईजी गुरशरण सिंह संधू ने बताया कि आरोपी के खिलाफ राज्य में लोगों को पैसे या प्लॉट देने का वादा करके कथित तौर पर धोखाधड़ी करने के लिए 21 जिलों में 108 एफआईआर दर्ज हैं। इनमें फाजिल्का में 47, फिरोजपुर में आठ, पटियाला-फतेहगढ़ साहिब में 6-6, रूपनगर-महरौली-एसएस नगर में 5-5 और फरीदकोट, श्री मुक्तेसर साहिब और जालंधर में 4-4 केस दर्ज है। बताया कि अरोड़ा को फरवरी, 2016 में फाजिल्का पुलिस ने गिरफ्तार किया था। उसके बाद उसे जमानत मिल गई, फरवरी, 2017 में उसे भगोड़ा घोषित कर दिया गया था। उसके खिलाफ ईडी ने भी केस दर्ज किए हैं और उसकी संपत्तियों को कुर्क किया है, जबकि उसके खिलाफ पंजाब-हरियाणा हाईकोर्ट में कई रिट याचिकाएं लंबित हैं। पुलिस उप महानिरीक्षक रणजीत सिंह ढिल्लों ने कहा कि आरोपी अपनी गिरफ्तारी से बचने के लिए फर्जी आईडी का इस्तेमाल कर रहा था। उन्होंने कहा, आरोपी के पास पंजाब और मध्य प्रदेश में 1,200 एकड़ से अधिक जमीन और 200 आवासीय फ्लैट हैं, जिनकी कीमत 1,000 करोड़ रुपये से अधिक है। उन्होने बताया कि आरोपी अरोड़ा को पौडी जिले के श्री नगर गढ़वाल से गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उसके कब्जे से एक लग्जरी कार, मोबाइल फोन और फर्जी दस्तावेज भी बरामद किए हैं।

9 पेटी शराब के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। एसओजी ने नौ पेटी शराब के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आगामी लोक सभा निर्वाचन 2024 के दृष्टिगत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने-अपने क्षेत्र में अवैध शराब की तस्करी की रोकथाम हेतु सघन चैकिंग अभियान चलाये जाने कडे निर्देश निर्गत किये गये हैं। उक्त निर्देशो के क्रम में एसओजी द्वारा नशा तस्करों के विरुद्ध कार्यवाही करते हुए हर्रावाला क्षेत्र मे झटका मीट शॉप की दुकान के पास से विशाल गौतम पुत्र नरेंद्र कुमार गौतम निवासी नकरौंदा रोड बालावाला को 09 पेटी अवैध अंग्रेजी/ देसी शराब के साथ गिरफ्तार किया गया। अभियुक्त के विरूद्ध थाना डोईवाला में आबकारी अधिनियम के अंतर्गत अभियोग पंजीकृत किया गया। आरोपी पूर्व में भी शराब तस्करी में जेल जा चुका है।

भाजपा चुस्त, कांग्रेस सुस्त, मतदाता चुप..◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

राहुल गांधी आने वाले थे जिनका कार्यक्रम एक बार रद्द हो चुका है। कांग्रेस की प्रदेश प्रभारी कुमारी शैलजा एक-दो बार आई थी लेकिन अब लंबे समय से नहीं दिखी जबकि भाजपा के प्रदेश प्रभारी दुष्यंत गौतम लगातार यहां डेरा डाले हुए हैं। पूर्व सीएम हरीश रावत और टिहरी गढ़वाल प्रत्याशी जोत सिंह गुनसोला व पौड़ी प्रत्याशी गणेश गोदियाल जरूर अपने क्षेत्र में प्रचार करते दिख रहे हैं। लेकिन वह बस जनसंपर्क तक ही सीमित है। रही बात मतदाताओं की तो वह खामोश है। बीजेपी प्रचार प्रसार में आगे है तो कांग्रेस अपने न्याय पत्र से जनता को लुभा रही है। मतदाता कुछ भी कहने को तैयार नहीं है। बाजी किसके हाथ लगेगी यह तो 4 जून को ही पता चलेगा लेकिन अब तक चुनावी हाल तो कुछ ऐसा ही दिख रहा है।

प्रधानमंत्री का देवभूमि से लगाव का दावा केवल जुमला: धस्माना

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस उपाध्यक्ष सूर्यकान्त धस्माना ने कहा कि प्रधानमंत्री का देवभूमि से लगाव का दावा मात्र जुमला है।

आज यहां प्रदेश कांग्रेस मुख्यालय में पत्रकारों से वार्ता करते हुए एआईसीसी सदस्य व प्रदेश कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के उत्तराखंड दौरे से पहले कांग्रेस ने प्रधानमंत्री के उत्तराखंड से लगाव होने व उत्तराखंड के लिए कनेक्टिविटी रोजगार व आपदा प्रबंधन के लिए किए गए दावों को खोखला व झूठ का पिटारा है। उन्होंने कहा कि वे 11 अप्रैल को होने वाली रैली में जनता के सामने उत्तराखंड की जनता के चंद सवालों का जवाब अवश्य दें। एआईसीसी सदस्य व प्रदेश कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी को उत्तराखंड की सभी माता बहनों को जवाब देना चाहिए कि जब वे शक्ति वंदन की बात करते हैं तो उत्तराखंड की बेटी अंकिता भंडारी की हत्या के पीछे जो वीवीआइपी था उसका पता क्यों नहीं बताया गया अलज तक? उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री सेना के सम्मान की बात करते हैं किंतु उनकी पार्टी की केंद्र सरकार पहले तो अग्निपथ जैसी विनाशकारी स्कीम लाकर सेना को कमजोर करती है व सेना में जाकर देश सेवा करने की अभिलाषा रखने वाले युवाओं के साथ छल किया जाता है जिसका सबसे ज्यादा दुष्प्रभाव उत्तराखंड में पड़ा है। धस्माना ने कहा कि उत्तराखंड में हुए भर्ती घोटाले में मुख्य आरोपी भाजपा के दो नेता हाकम सिंह व संजय धारीवाल को भाजपा के किन नेताओं का संरक्षण था इसका वे खुलासा करें। उन्होंने कहा कि सिलक्यारा में निर्माणाधीन टनल बनाने वाली कम्पनी नवयुग ने प्रधनमंत्री की अध्यक्षता वाली कैबिनेट कमेटी के एस्केप टनल बनाने के निर्णय की अवहेलना की जिसके कारण 17 दिनों तक 41 श्रमिकों की जान आफत में फंसी रही उसके के खिलाफ आज तक कोई कार्यवाही क्या इसलिए नहीं हुई क्योंकि इस कम्पनी ने इलेक्ट्रोल बांड खरीद कर भाजपा को मोटा चंदा दिया। धस्माना ने कहा कि उत्तराखंड के मतदाता इस बार परिवर्तन के लिए वोट करेंगे। पत्रकार वार्ता में कांग्रेस पूर्व सैनिक प्रकोष्ठ कैप्टेन बलबीर सिंह रावत, प्रदेश कांग्रेस की मुख्य प्रवक्ता गरिमा मेहरा दसौनी , कर्नल राम रत्न नेगी, कर्नल मूहन सिंह रावत, पूर्व आईटीबीपी अधिकारी गोपाल सिंह गाड़िया उपस्थित रहे।

लोक सभा निर्वाचन-2024: पुलिस व आईटीबीपी ने किया फ्लैग मार्च

हमारे संवाददाता

टिहरी। लोकसभा निर्वाचन 2024 को सकुशल संपन्न कराये जाने को लेकर वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल नवनीत सिंह के आदेशानुसार आज पुलिस, आटीबीपी व आईआरबी द्वारा मुनि की रेती क्षेत्र में फ्लैग मार्च किया गया है।

आज थाना मुनि की रेती पुलिस, आईटीबीपी 50वीं बटालियन व आईआरबी प्लाटून तथा ट्रैफिक पुलिस द्वारा आगामी लोकसभा निर्वाचन - 2024 के दृष्टिगत थाना मुनि की रेती क्षेत्र के शीशम झाड़ी, कैलाश गेट, 14 बीघा बंदा पुल, भजनगढ़ रोड, क्रेजी रोड, जानकी पुल तक फ्लैग मार्च निकाला गया।

उक्त फ्लैग मार्च स्वामीनारायण आश्रम शीशम झाड़ी से शुरू होकर जानकी पुल पर समाप्त किया गया। उक्त फ्लैग मार्च के दौरान आम जन को निर्भीक होकर मतदान करने व संदिग्धों व्यक्तियों पर नजर रखने की भी उद्घोषणा करने के उपरांत समाप्त किया गया। फ्लैग मार्च में प्रभारी निरीक्षक रितेश साह थाना मुनि की रेती, निरीक्षक यातायात नदीम अतहर, कंपनी कमांडर आइटीबीपी मैहर चंद, चौकी प्रभारी ढालवाला, चौकी प्रभारी कैलाश गेट, चौकी प्रभारी गूलर, थाना मुनि की रेती के अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहे।

छात्र-छात्राओं ने निकाला रिस्पना व बिन्दाल नदी से 722 किलो कूड़ा

संवाददाता

देहरादून। 'साफ करो साफ रखो रिस्पना बिदांल साफ रखो' के नारे के साथ छात्र-छात्राओं ने रिस्पना, बिन्दाल नदी से 700 किलो कूडा निकाला।

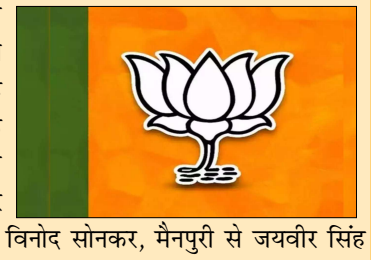
आज यहां 'साफ करो साफ रखो, रिस्पना बिंदल साफ रखो' यह आवाज उन छात्र छात्राओ की थी जिन्होंने नाला पानी रोड स्थित पुल के नीचे रिस्पना की भयानक गंदगी में उतरकर अपने हाथों से 700 किलो कूड़ा करकट इकठ्ठा किया और स्थानीय निवासियो को जागरूक कर अपनी आवाज बुलंद की। इस अवसर पर दून के वरिष्ठ नागरिको ने भी अभियान मे भागीदारी करते हुए रिस्पना बिंदाल नदियो की गन्दगी के लिए स्मार्ट सिटी लिमिटेड, नगर निगम, शासन-प्रशासन सहित जनप्रतिनिधियों को जिम्मेदार ठहराया। नेताओ की आंखों को आईना दिखाने वाले इस स्वच्छता अभियान में वेस्ट वारियर्स, इको ग्रुप, सिटिजन फॉर ग्रीन दून, संयुक्त नागरिक संगठन आदि सामाजिक संस्थाओं के पर्यावरण प्रेमियों सहित गुरु रामराय स्कूल नेहरू ग्राम तथा नाशविला रोड स्थित

सैंट ऐंगेलस के छात्र-छात्राओं ने भारी संख्या में भाग लिया। जागरूक नागरिकों का कहना था कि रिस्पना को ऋषिप्रणा बनाने का ख्वाब दिखाने वाले नेताओं की उपेक्षा के कारण दोनों नदियों में लाखों टन कूड़ा करकट भर चुका है जिसकी सफाई मे कई साल लग जायेगे। ये नदियां अब सदानीरा तो बनने से रही। इनका कहना था की शहर की कुछ सड़कों के किनारे पर चित्रकारी करवाकर पर्यटकों तथा निवेशको की वाह-वही तो लूटी जा सकती है पर इन नदियों की हजारो टन गंदगी राजधानी में नर्क का साक्षात आभास दिला रही है। दोनों नदियों में पैदा मच्छर आदि निकटवर्ती बस्तियों के लाखो दूनवासियो को मलेरिया डेंगू जैसे रोगो से जूझने और दून अस्पताल और कोरोनेशन में लाइन लगाने को बाध्य होने जा रहे है। पर्यावरण प्रेमियों ने अफसोस व्यक्त करते हुए इरादा व्यक्त किया कि वे दून की सामाजिक संस्थाओं शिक्षण संस्थानों के सहयोग से दोनों नदियों को स्वच्छ बनाने में यथा संभव प्रयास करते रहेंगे चाहे जिम्मेदार नगर निगम के स्वास्थ्य विभाग की नींद खुले या ना खुले। सफाई अभियान में संयोजक वेस्ट वारियर्स के नवीन सडाना, स्काउट मास्टर मुकेश रावत,आशीष गर्ग, प्रधानाचार्या प्रतिभा पाठक, सुशिल त्यागी,युवराज,अनीश गर्ग,भारत शर्मा, अवधेश शर्मा, कुमारी गंगा आदि ने भाग लिया।

एक नजर

लोकसभा चुनावः बीजेपी ने जारी की 10वीं लिस्ट, रीता बहुगुणा जोशी का टिकट कटा

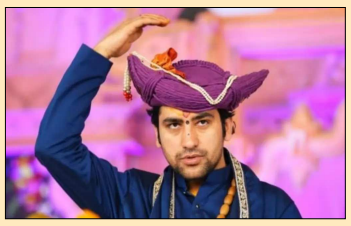
नई दिल्ली। बीजेपी ने लोकसभा चुनाव के लिए अपने उम्मीदवारों की 10वीं सूची जारी कर दी है। इसमें उत्तर प्रदेश से 7, पश्चिम बंगाल से एक और चंडीगढ़ लोकसभा सीट से प्रत्याशियों के नाम हैं। बलिया से नीरज शेखर और गाजीपुर से पारसनाथ राय को टिकट दिया गया है। चंडीगढ़ की मौजूदा सांसद किरण खेर का टिकट काटकर पार्टी ने संजय टंडन को उम्मीदवार बनाया है। इसके अलावा उत्तर प्रदेश की बलिया सीट से पूर्व प्रधानमंत्री चंद्रशेखर के बेटे नीरज शेखर को मौका दिया गया है। 2019 में यहां से वीरेंद सिंह को उम्मीदवार बनाया गया था। इसके अलावा इलाहाबाद से रीता बहुगुणा जोशी का भी टिकट काट दिया गया है। उत्तर



प्रदेश के छह और नामों में कोशांबी से विनोद सोनकर, मैनपुरी से जयवीर सिंह ठाकुर, फूलपुर से प्रवीण पटेल, इलाहाबाद से नीरज त्रिपाठी, मछलीशहर से बीपी सरोज और गाजीपुर से पारसनाथ राय को टिकट दिया है। भाजपा ने अब तक 413 प्रत्याशियों के नाम घोषित किए हैं। इसके अलावा पश्चिम बंगाल की आसनसोल सीट से पूर्व केंद्रीय मंत्री एसएस अहलुवालिया को टिकट दिया गया है। आसनसोल से पहले भोजपुरी सिंगर पवन सिंह को टिकट दिया गया था, लेकिन उन्होंने इस सीट से चुनाव लड़ने से इनकार कर दिया। अहलुवालिया 2019 में दुर्गापुर से चुनाव जीते थे। 2014 में वे दार्जिलिंग सीट से भी सांसद रह चुके हैं।

'सिर तन से जुदा' करने की धमकी से मचा हड़कंप, जांच शुरु

बरेली (हसं)। बरेली स्थित बागेश्वर धाम के पंडित धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री को जान से मारने की धमकी देने का मामला सामने आया है। जिसमें फेसबुक के माध्यम से दी गई धमकी में सिर तन से जुदा करने की बात कही गई है। जिसको लेकर हिंदूवादी संगठनों के कार्यकर्ता भड़क उठे और उन्होंने बरेली के आंवला कोतवाली में एक शिकायती पत्र दिया है। हिंदूवादी संगठनों की ओर से दिये गये



इस शिकायती पत्र में कहा गया है कि सनातन धर्म के गुरु पंडित धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री की फोटो लगाकर अशोभनीय तरह से एडिट कर सोशल मीडिया पर वायरल किया गया, जिसमें सिर तन से जुदा का ऑडियो भी लगाया गया है। इस वीडियो से हिंदुओं की भावनाएं आहत हुई हैं और समाज के संगठनों में काफी आक्रोश है। इस मामले के चलते भारी संख्या में हिंदूवादी संगठनों के कार्यकर्ताओं ने इकट्ठा होकर आंवला कोतवाली परिसर में जमकर हंगामा किया। उन्होंने एफआईआर दर्ज करने की मांग करते हुए आरोपी पर सख्त एक्शन की मांग की है। जिसके बाद कोतवाली पुलिस ने धमकी देने के आरोप में फैज रजा नाम के शख्स के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया है। पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है। बता दें कि इससे पूर्व भी पंडित धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री को धमकी मिल चुकी है।

पंजाब के पूर्व मंत्री का बेटा ड्रग्स तस्करी में गिरफ्तार

शिमला। हिमाचल प्रदेश में पंजाब के पूर्व मंत्री का बेटा चिट्टा (ड्रग्स) तस्करी में गिरफ्तार हुआ है। पुलिस ने कुल पांच लोगों को एक होटल से रेड मारकर गिरफ्तार किया है। इनमें एक युवती भी शामिल है। जानकारी के अनुसार, पंजाब के पूर्व मंत्री सुच्चा सिंह लंगाह का बेटा परकेश सिंह अपने चार साथियों के साथ शिमला के ओल्ड बस स्टेंड के पास एक निजी होटल में रुके हुए थे। यहां पर पुलिस ने गुप्त सूचना के आधार पर होटल पर रेड डाली। इस दौरान शिमला के

ओल्ड बस स्टैंड के साथ होटल से चिट्टे के युवती समेत 5 को लोगों को गिरफ्तार किया गया। आरोपियो की पहचान परकैश सिंह (37) पुत्र सुच्चा सिंह लंगाह के पास 42.89 ग्राम चिट्टा बरामद किया गया है। युवती (19) अवनी पुत्री विकास नेगी गांव, सांगला किनौर, अजय कुमार (27) पुत्र चमन लाल, नरखेरिया, पटियाला, शुभम कौशल (26) पुत्र संदीप कौशल कांसल, सेक्टर-1 चंडीगढ़, बलबिंदर (22) पुत्र कुलदीप सिंह गांव नड्ध्डा, नयागांव, मोहाली के रूप में हुई है। सभी आरोपी शिमला के ओल्ड बंस स्टेंड के पास पंचायत घर के पास होटल सन-एन स्नो में कमरा नंबर 46 में ठहरे हुए थे। शिमला के एसपी संजीव गांधी ने मामले की पुष्टि की है। सुच्चा सिंह लंगाह पंजाब के गुरदासपुर से हैं। वह शिरोमणि अकाली दल के नेता है और पंजाब सरकार में मंत्री रहे हैं। लंगाह 1997 से 2002 तक लोक निर्माण विभाग मंत्री और फिर 2007 से 2012 तक कृषि मंत्री रहे हैं।

देश में फिर आया रामराजः धामी

संवाददाता

ऋषिकेश/सोमेश्वर। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि अयोध्या में राम मंदिर निर्माण के साथ एक बार फिर रामराज लौट आया है। चारों ओर सनातन का ध्वज लहरा रहा है। प्रधानमंत्री मोदी के शासनकाल में देश और विदेश तक भारत का डंका बज रहा है तथा देश के गद्दार सहमे हुए हैं।

❑मोदी राज में सहमें हुए हैं देश के गद्दार, भाजपा फिर सभी पांचो सीटों पर जीतेगी

मुख्यमंत्री धामी का इन दिनों चुनाव प्रचार का तूफानी दौरा जारी है आज सोमेश्वर पहुंचे मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि वह चाहे देश से बाहर रहने वाली ताकते हैं या देश के अंदर देश और समाज के हितों के खिलाफ काम करने वाले। आतंकवादी हो या फिर पड़ोसी देश अथवा भ्रष्टाचार में लिप्त देश के नेता सभी मोदी राज में सहमे हुए हैं। किसी की मजाल नहीं जो भारत की ओर आंख उठाकर देख भी ले। जो भ्रष्टाचार में लिप्त है वह या तो जेल में है या फिर बेल पर है। उन्होंने दावा किया कि मोदी राज में भारत का दबदबा बढ़ा है।

इससे पूर्व आज मुख्यमंत्री ने ऋषिकेश के आईडीपीएल ग्राउंड जाकर कल होने वाली पीएम की रैली की तैयारियों का जायजा लिया और अधिकारियों व कार्यकर्ताओं को जरूरी दिशा निर्देश दिए। इस दौरान उन्होंने कहा कि कांग्रेस ने पहले ही मैदान छोड़ दिया है लेकिन भाजपा पूरे दमखम के साथ चुनाव मैदान में है और सभी पांचो सीटों पर जीत दर्ज करने जा रही है।

प्रधानमंत्री मोदी की इस रैली में तीन लोकसभा क्षेत्र जिसमें टिहरी, पौड़ी और हरिद्वार सीटों तथा 23 विधानसभा सीटों से लोग मोदी को सुनने के लिए आने वाले हैं। जिसमें एक लाख से अधिक भीड़ जुटने की संभावना है जिसके लिए भाजपा ने बड़ी तैयारी की है हर विधानसभा क्षेत्र से 5000 लोगों के आने का लक्ष्य रखा गया है।

चोरी के 6 दुपहिया वाहन सहित 3 गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। दुपहिया वाहन चोरी मामलों को खुलासा करते हुए पुलिस ने तीन शातिर चोरों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनकी निशानदेही पर चुराये गये 6 दुपहिया वाहन भी बरामद किये गये है।

जानकारी के अनुसार बीती 3 अप्रैल को राजीव कुमार पुत्र लाखन सिंह निवासी ग्राम भलस्वागाज द्वारा झबरेडा थाने में तहरीर देकर बताया गया था कि उनके घर के अंदर से किसी अज्ञात चोर द्वारा उनकी स्पलेण्डर बाइक चोरी कर ली गयी है। मामले में पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी। वहीं बचन सिंह पुत्र रायला निवासी ग्राम हथियाथल तांसीपुर मंगलौर द्वारा भी मार्च माह में पीठ बाजार इकबालपुर झबरेडा से अपनी स्पलेण्डर मोटर साईकिल अज्ञात चोर द्वारा चोरी किए जाने के सम्बन्ध में मुकदमा दर्ज कराया गया था। बाइक चोरी के बढ़ते मामलों को देखते हुए पुलिस द्वारा एक टीम का गठन कर चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी। गठित पुलिस टीम द्वारा कड़ी मशक्कत के बाद बाइक सवार तीन लोगों को कुंजा बहादरपुर रोड से गिरफ्तार कर लिया गया। जिनके कब्जे से थाना झबरेडा से चोरी की गई 2 मोटर साईकिल व थाना भगवानपुर से चोरी की गई 1 स्पलेण्डर मोटर साईकिल बरामद की गई व पूछताछ के दौरान आरोपियों द्वारा रामनगर कोर्ट रूडकी व बावन दर्रा धनौरी व खानपुर चौक भगवानपुर से चोरी किया जाना बताया गया व आरोपियों की निशानदेही पर 3 अन्य मोटर साईकिले बरामद की गई है। आरोपियों के नाम अनूप पुत्र विनोद निवासी महेशरी थाना भगवानपुर जनपद हरिद्वार, सौरभ पुत्र अतर सिंह निवासी ग्राम महेशरी थाना भगवानपुर जनपद हरिद्वार व कौशिक पुत्र श्यामलाल निवासी ग्राम तेज्जूपुर थाना भगवानपुर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

उपचार के दौरान महिला दारोगा की मौत, हंगामा

हमारे संवाददाता

देहरादून। प्रेमनगर क्षेत्रांर्तगत एक अस्पताल में उपचार के दौरान एक महिला दारोगा की मौत के बाद हंगामा हो गया। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर मामले को शांत कराया। परिजनों का आरोप है कि इलाज के दौरान बरती लापरवाही के कारण ही महिला दारोगा की मौत हुई है। परिजनों की तहरीर पर पुलिस मामले की जांच कर रही है।

जानकारी के अनुसार, बीना धीमान (52) पत्नी अशोक कुमार निवासी मांडूवाला, झाझरा स्थित इंडियन रिजर्व बटालियन में अवर उपनिरीक्षक के पद पर तैनात थीं। उन्हें गर्भाशय से संबंधित समस्या थी, जिसे लेकर उन्हें बीती पांच अप्रैल को अस्पताल में भर्ती कराया गया था। छह अप्रैल को उनका ऑपरेशन हुआ। मृतका के देवर और ग्राम सभा मांडूवाला के प्रधान सुदेश कुमार धीमान ने बताया कि ऑपरेशन से पूर्व सभी जांचें की गई। जिसमें सबकुछ सामान्य था, जिसके बाद ही ऑपरेशन किया गया। मंगलवार की दोपहर दो बजे तक उनकी भाभी का स्वास्थ्य ठीक था। शाम को करीब 4:45 बजे डॉक्टर ने उन्हें सूचना दी गई कि उनकी भाभी की मृत्यु

हो चुकी है। यह सुनकर उनके और परिजनों के होश उड़ गए। परिजन शव को देख बिलख-बिलख कर रोने लगे।

आरोप है कि अस्पताल की ओर से लापरवाही की गई। उन्होंने डॉक्टरों पर सही उपचार न करने का आरोप लगाया। कहा जब उन्होंने उपचार से संबंधित फाइल मांगी तो डॉक्टर उसे छिपाने लगे। कहा कि अस्पताल प्रबंधन और चिकित्सक पर कार्रवाई की जाए। वहीं थाना प्रभारी प्रेमनगर गिरीश नेगी ने बताया कि परिजनों ने डॉक्टरों के पैनल से पोस्टमार्टम कराने की मांग की है। इसके लिए मुख्य चिकित्साधिकारी को लिखा जाएगा।

बताया कि पोस्टमार्टम के बाद ही मौत कारणों का पता चल पाएगा। फिलहाल पुलिस तहरीर के आधार पर घटना की जांच कर रही है।

मोटरसाईकिल चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने खुले स्थान से मोटरसाईकिल चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नन्दा की चौकी निवासी अश्वनी मिश्रा ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से प्रेमनगर आया था। उसने अपनी मोटरसाईकिल प्रेमनगर बस अडडे पर खडी की थी। लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

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

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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