शनिवार
11 मई 2024

पृष्ठ 4
एक नहीं है स्ट्रेस, एंग्जाइटी और...

पृष्ठ 5
साउथ एक्ट्रेस टैग के चलते बॉलीवुड में...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 101
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

सर्वसाधारण जनता की उपेक्षा एक बड़ा राष्ट्रीय अपराध है।
– स्वामी विवेकानंद

दूनवैली मेल

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

चारधाम यात्रा में उमड़ा जन सैलाब

❑प्रारंभिक दौर में ही चरमराई व्यवस्थायें, यात्री परेशान

विशेष संवाददाता

रुद्रप्रयाग। चारधाम यात्रा का आगाज कल केदारधाम और गंगोत्री एवं यमुनोत्री धाम के कपाट खुलने के साथ हो चुका है। शासन-प्रशासन के सुगम और सुरक्षित यात्रा के जो दावे किए जा रहे थे उनकी जमीनी हकीकत की कलई इस यात्रा के पहले ही दिन सामने आ गई है। यात्री हैरान-परेशान है और पानी पी-पीकर शासन-प्रशासन को कोस रहे हैं। वही पंजीकरण की समुचित व्यवस्था न होने के कारण बड़ी संख्या में लोग हरिद्वार से वापस लौट कर जा रहे हैं।

●यमुनोत्री पैदल मार्ग पर लगा लंबा जाम
●रुद्रप्रयाग में अभी सड़क निर्माण जारी, जाम लगा

जानकारी के अनुसार कल पहले ही दिन जहां केदारनाथ धाम में 29 हजार श्रद्धालुओं के पहुंचने की खबर है जो धाम की क्षमता से तीन गुना ज्यादा है तथा वैसी ही स्थिति यमुनोत्री धाम में भी देखी गई। जिसके कारण यात्रियों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। गौरीकुंड से कल शाम तक घोड़े खच्चरों का संचालन शुरू न होने से यात्री परेशान रहे और पैदल मार्ग पर उनके पीने के पानी की व्यवस्था न होने से यात्री व्यवस्थाओं को लेकर सरकार को कोसते दिखे। उधर यमुनोत्री जाने वाले पैदल मार्ग पर कोई समुचित व्यवस्था न होने तथा दोनों ओर से यात्रियों के आने-जाने के कारण 2 किलोमीटर लंबा जाम लग गया। जिसमें फंसे वृद्ध, बच्चे और महिलाएं भारी परेशान दिखे। यात्रियों का कहना है कि ऐसी खराब व्यवस्था तो उन्होंने पहले कभी नहीं देखी है। धक्का मुक्की और खींचतान में भीड़ में फंसी महिलाएं और बच्चे शासन-प्रशासन पर झल्लाते दिखे।

उधर केदारनाथ राजमार्ग पर सिरोबगड़ और तिलवाड़ी क्षेत्र में सड़क पर मलवा होने के कारण 4 घंटे तक जाम लगा रहा। जानकारी के अनुसार यहां चल रहे सड़क निर्माण के कारण ऊपर से मलवा सड़क पर गिराया जा रहा है और फिर इसे नीचे एक गदेरे में धकेला जा रहा है। जाम के कारण 4 घंटे यहां वाहनों की आवाजाही बाधित रही लोगों का कहना था कि क्या सरकार और पर्यटन विभाग को पता नहीं था कि 10 मई से चारधाम यात्रा शुरू होने वाली है। उनके द्वारा सड़क निर्माण का काम पहले क्यों नहीं कराया गया अब यात्रा शुरू हो चुकी है ऐसे में अगर सड़क निर्माण का काम किया जा रहा है तो यात्री तो परेशान होंगे ही। सरकार भले ही खुश है कि ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

ज्वैलरी शोरुम में हुई चोरी का खुलासा, मां-बेटा गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। दिन दहाड़े ज्वैलरी शाप से जेवरात चुराने वाले गैंग का पर्दाफाश करते हुए पुलिस ने एक महिला व उसके बेटे को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से चुरायी गयी लाखों की ज्वैलरी भी बरामद की गयी है। मामले में महिला के देवर सहित तीन और आरोपी फरार है जिनकी तलाश जारी है।

जानकारी के अनुसार बीती 2 मई को कुलवीर सिंह द्वारा अपनी कस्बा घनसाली स्थित ज्वैलरी शॉप में दिनदहाडे हुई चोरी की वारदात के सम्बन्ध में थाना घनसाली में मुकदमा दर्ज कराया गया था। मामले में त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने जांच शुरू कर दी गयी। जांच के दौरान सीसीटीवी खंगालने पर सामने आया कि घटना के दिन एक महिला व एक पुरुष अपने तीन अन्य साथियों के

साथ एक जैन स्टेलो कार में उस दुकान में आये थे। जिस पर पुलिस ने कड़ी मशक्कत के बाद उक्त चोरी में शामिल एक महिला व उसके पुत्र को पौखाल बाजार से गिरफ्तार कर लिया गया। जिनके पास से चुरायी गयी सोने की चार मालाएं बरामद की गयी। पूछताछ में उन्होने अपना नाम सुनीता (51) पत्नी स्व. राम चन्दर निवासी अशोक विहार थाना लोनी गाजियाबाद व रितिक (19)पुत्र स्व. रामचन्दर बताया। बताया कि हम लोग कई शहरों में जगह जगह घूमकर उन ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

अगर भाजपा चुनाव जीतती है, तो पीएम मोदी नहीं अमित शाह बनेंगे: केजरीवाल

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट के आदेश पर तिहाड़ जेल से 21 दिनों के लिए बाहर आएसीएमअरविंद केजरीवाल ने आज प्रेस कॉन्फ्रेंस कर कर दावा किया कि अगर भाजपा लोकसभा चुनाव 2024 जीतती है तो पीएम नरेंद्र मोदी नहीं बल्कि गृह मंत्री अमित शाह देश के नए पीएम होंगे। इसके साथ उन्होंने दावा किया कि अगर भाजपा सत्ता में तीसरी बार आई तो, दो महीने के भीतर यूपी के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की छुट्टी पक्की है। उन्होंने कहा भाजपा के शीर्ष नेतृत्व पर विराजमान पीएम नरेंद्र मोदी

और अमित शाह ने पूर्व मुख्यमंत्री मनोहर लाल खट्टर, वसुंधरा राजे, शिवराज सिंह चौहान को सक्रिय राजनीति से हटाया। केजरीवाल ने कहा, मैं भाजपा से पूछता हूं कि आपका पीएम कौन होगा? मोदी जी अगले वर्ष 75 साल के हो रहे हैं, भाजपा के अंदर 2014 में मोदी जी ने खुद नियम बनाए थे कि भाजपा में जो भी 75 साल का होगा उसे रियाटर कर दिया जाएगा। अब मोदी जी रिटायर होने वाले हैं। अगर इनकी सरकार बनी तो सबसे पहले दो महीनों में वे योगी जी को निपटाएंगे, इसके बाद अगले साल सबसे खास अमित शाह को प्रधानमंत्री बनाएंगे। मोदी जी अपने लिए वोट नहीं मांग रहे हैं ये अमित शाह के लिए वोट मांग रहे है।

मां, पत्नी और तीन बच्चों की हत्या कर खुद को भी मारी गोली, मौत

हमारे संवाददाता

सीतापुर। शराब पीने की आदत व उसका विरोध करने पर गुस्साये बेटे द्वारा आज तड़के अपनी मां, पत्नी व तीन बच्चों की गोली मारकर हत्या कर दी गयी। जिसके बाद उसने खुद को भी गोली मारकर आत्महत्या कर ली। मामले की सूचना मिलने पर पुलिस ने सभी छह शवों को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

मामला सीतापुर जनपद के पल्हापुर गांव का है। प्राप्त जानकारी के अनुसार यहां 42 वर्षीय अनुराग ठाकुर अपने परिवार के साथ रहता था। बताया जा रहा है कि अनुराग ठाकुर आए दिन अपने घर पर शराब पीकर आता था जिसके चलते पत्नी, मां से उसकी कहासुनी होती थी। शराब पीने के चलते

परिवार में कलह बढ़ रहा था। ऐसे में परिवार वालों ने उसे नशा मुक्ति केंद्र में भर्ती कराने की ठानी। बताया जा रहा है कि बीती रात भी वह अपने घर शराब पीकर आया। शराब पीने के बाद जब वह घर पहुंचा तो घर पर मां और पत्नी से उसकी कहासुनी होने लगी। रात में सभी लोगों में विवाद भी हुआ। रात में झगड़ा होने के बाद लोग सोने चले गए। परिवार के सभी लोग सो रहे थे, इसी दौरान करीब 5 बजे अनुराग उठा और उसने अपनी मां सावित्री देवी (65), पत्नी प्रियंका (40) और 12 वर्षीय बेटी अश्विनी और अपने दो अन्य बच्चों को गोली मार दी। मां, पत्नी और बच्चों को गोली मारने के बाद अनुराग ने खुद को भी गोली मार ली। गोली लगने से सभी लोगों की मौके पर ही मौत हो गई। गोली की आवाज सुनकर आसपास के लोग दौड़कर मौके पर पहुंचे और घर में अलग-अलग स्थानों पर शव पड़ा देखकर उन्होने पुलिस को सूचना दी। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने सभी छह शवों को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

पुलिस अधीक्षक सीतापुर के अनुसार अनुराग नाम के एक व्यक्ति ने अपने घर के पांच सदस्यों की हत्या के बाद स्वयं को भी गोली मार कर आत्महत्या कर ली है। मामले में सभी पहलुओं को देखते हुए जांच की जा रही है।

दून वैली मेल

संपादकीय

मुश्किल में फंसी मोदी सरकार

इसे संयोग कहे या प्रयोग समझे? चुनाव कार्यक्रम की घोषणा के बाद देश की राजनीति में हर क्षण पल-प्रतिपल ऐसी घटनाएं परिलक्षित हो रही है जो सत्तारूढ़ भाजपा और एनडीए की मुसीबतें बढ़ाने वाली है। लोकसभा चुनाव से ऐन पूर्व चंडीगढ़ के मेयर चुनाव में सत्ता पक्ष के चुनाव अधिकारी की धोखाधड़ी का पर्दाफाश होने और सुप्रीम कोर्ट द्वारा इस चुनाव को असंवैधानिक और लोकतंत्र की हत्या बताये जाने व चुनाव परिणाम को पलटे जाने के फैसले से शुरू हुआ यह सिलसिला अब तक जारी है। ईडी द्वारा केजरीवाल को अंतरिम जमानत पर रिहा करने और देश की महिला रेसलर्स के यौन उत्पीड़न के आरोपी केंद्रीय मंत्री बृजभूषण पर दिल्ली पुलिस द्वारा आरोप तय करने और चार्जशीट दाखिल किये जाने की घटनाओं ने भाजपा और केन्द्र सरकार की मुश्किलों को और अधिक बढ़ा दिया है। मोदी सरकार जिसने भ्रष्टाचार के खिलाफ कार्यवाही के नाम पर कई राज्यों के मुख्यमंत्रियों को चुनाव के दौरान जेल भेजने की रणनीति बनायी थी वह अब उस पर ही भारी पड़ती दिख रही है। केजरीवाल को सुप्रीम कोर्ट द्वारा भले ही 20 दिन के लिए ही सही लेकिन चुनाव प्रचार के लिए अंतरिम जमानत देकर यह साफ कर दिया है कि लोकतंत्र की सर्वोच्चता ही सर्वोपरि है और सिर्फ आरोपों के आधार पर किसी भी दल के बड़े नेता को चुनावी प्रक्रिया से दूर रखने के लिए अधिक समय के लिए जेल में बंद नहीं रखा जा सकता है। चुनाव के दौरान की गयी ईडी की यह कार्यवाही गलत थी। इस काम को ईडी चुनाव से पहले या बाद में भी कर सकती थी। खैर अब केजरीवाल बाहर आ गये है और उनके प्रभाव वाले राज्य दिल्ली और पंजाब के लिए तो वह चुनाव प्रचार कर ही सकेंगे साथ ही अपने इंडिया गठबंधन को भी उनके प्रचार का पूरा फायदा मिलेगा। क्योंकि 50 दिन जेल में रहकर वह अपने आप को पूरी तरह तैयार कर चुके है। बाहर आकर उन्हे क्या-क्या करना है? जिसका संकेत उन्होने जेल से बाहर आते ही तानाशाह सरकार के खिलाफ जंग का ऐलान करके दे दिया है। उधर केसरगंज से सांसद व मंत्री बृजभूषण पर आरोप तय होते ही उन पर गिरफ्तारी की तलवार लटक गयी है। भाजपा ने भले ही उनकी जगह उनके बेटे को टिकट दिया था। लेकिन अब भाजपा इस सीट पर नया प्रत्याशी भी उतार सकती है, ऐसी चर्चाएं शुरू हो चुकी है। देश की महिला खिलाड़ियों की अनुसुनी करने और उन्हे सड़कों पर घसीटने की घटनाओं के बाद भी अपने मंत्री का बचाव करने में जुटी रही सरकार बृजभूषण को पार्टी से भी बाहर कर सकती है लेकिन इस मामले को लेकर भाजपा को जो नुकसान होना है उसकी भरपायी वह कुछ भी करके नहीं कर पायेगी। अभी लोकसभा चुनाव के महज तीन ही चरण हुए है चौथे चरण का मतदान 13 मई को होना है। भाजपा और एनडीए को कितना नुकसान चंडीगढ़ और इलेक्टोरल बांड को असंवैधानिक ठहराये जाने से हो चुका है और कितना कर्नाटका के रेवन्ना सेक्स कांड व केजरीवाल, सोरेन की गिरफ्तारी और बृजभूषण के खिलाफ होने वाली कार्यवाही से पड़ेगा? यह समय के साथ तय होगा। मगर अविराम जारी इन घटनाओं ने भाजपा और एनडीए की चुनावी गाड़ी को पटरी से जरूर उतार दिया है। अगर हालात यही रहते है तो उसका सत्ता में बने रहना भी मुश्किल हो जायेगा चार सौ पार की बात तो भूल ही जाइये।

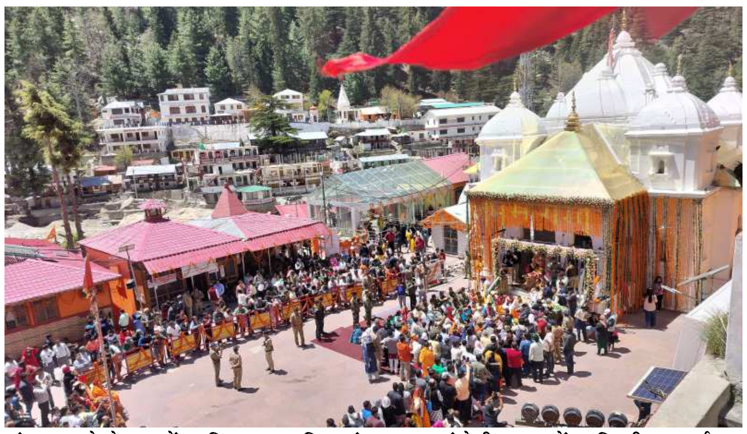
भगवान विष्णु के छठें अवतार परशुराम जी के जन्म उत्सव पर अखिल भारतीय ब्राह्मण सभा ने डाट काली मंदिर पर रुद्राक्ष के पेड़ों का वृक्षारोपण किया । इस अवसर पर पिथूवाला के पूर्व पार्षद एवं संरक्षक हरिप्रसाद भट्ट, महोबेवाला के पूर्व पार्षद मोहन गुरुंग, ललित थापा, डंबर राई, आर तमांग, सुरेंद्र सिंह थापा, संस्था के संरक्षक पीयूष गौड अध्यक्ष मनमोहन शर्मा आदि प्रमुख रूप से उपस्थित रहे।

इदमाप: प्र वहत यत्किं च दुरितं मयि।
यद्वाहमभिदुद्रोह यद्वा शेप उतानृतम्‌
(ऋग्वेद १०-९-८)
हे पवित्र जल ! मेरी नकारात्मकता, द्रोह, आक्रोश, आदि को धो डालो। मेरे अंदर जो भी अनुचित है उसे साफ कर दो।

गंगोत्री व यमुनोत्री धाम के कपाट खुले

लोकेंद्र सिंह बिष्ट

उत्तरकाशी। उत्तरकाशी जिले में स्थित मां गंगा जी के धाम गंगोत्री और मां यमुना जी के धाम यमुनोत्री के कपाट आज अक्षय तृतीया के पावन पर्व पर धार्मिक विधि-विधान और वैदिक मंत्रोचार के साथ दोपहर 12 बजकर 25 मिनट पर श्रद्धालुओं के लिए खोल दिए गए है।



इस अवसर पर देश-विदेश से आए हजारों श्रद्धालु दिव्य धार्मिक परंपराओं की भव्यता के साथ ही गंगा व यमुना के उद्गम क्षेत्रों की सांस्कृतिक समृद्धि के साक्षी बने। श्रद्धालुओं ने कपाटोद्घाटन के अवसर पर गंगा-यमुना में स्नान-पूजन करने के बाद मंदिर और अखंड ज्योति के दर्शन कर पुण्य अर्जित किया।

यात्राकाल के शुभारंभ पर तीर्थ धामों का अभिषेक करने तथा तीर्थयात्रियों के स्वागत के लिए हेलीकॉप्टर से पुष्पवर्षा भी की गई और लोक कल्याण की मंगलकामना करने के साथ ही यात्रा के सुखद और सुरक्षित संपन्न होने की कामना की गई।

यमुनोत्री धाम : यमुनोत्री धाम में कपाटोद्घाटन के लिए प्रातः 6 बजकर 29 मिनट पर मां यमुना की उत्सव डोली अपने शीतकालीन प्रवास खरसाली (खुशीमठ) से अपने भाई शनिदेव की अगुवाई में कालिन्दी पर्वत की तलहटी में स्थित यमुनोत्री धाम के लिए रवाना हुई। खरसाली में ग्रामीणों एवं लोक देवताओं की डोलियों ने यमुना जी की डोली को भावुक कर देने वाले माहौल के बीच विदा किया। डोली यात्रा में जिला कमांडेंट होमगार्ड रूद्रप्रयाग सुनील डंगवाल के नेतृत्व में शामिल 15 महिलाएं 8 पुरूष जवानों का बैगपाईपर बैंड भी आकर्षण का प्रमुख केन्द्र रहा। यमुनोत्री धाम में रोहिणी नक्षत्र की बेला पर वैदिक मंत्रोच्चार व विधि-विधान के साथ तीर्थ पुरोहितों के द्वारा पूर्वाह्न 10 बजकर 29 मिनट पर मंदिर के कपाट श्रद्धालुओं के दर्शनार्थ खोले गए। यमुनोत्री में कपाट खुलने के मौके पर छः हजार से अधिक श्रद्धालुओं के साथ ही एसपी विजिलेंस डॉ. मुरुगेशन, विधायक यमुनोत्री संजय, यमुनोत्री मंदिर समिति के अध्यक्ष एवं एसडीएम बड़कोट मुकेश रमोला, सीओ सुरेन्द्र सिंह भण्डारी, मंदिर समिति के सचिव सुरेश उनियाल, पुरोहित महासभा के अध्यक्ष पुरूषोत्तम उनियाल, पवन उनियाल समेत तीर्थ पुराहित और अनेक गणमान्य लोग मौजूद थे।

गंगोत्री धाम : इधर भैरोघाटी से चलकर गंगा जी की डोली हजारों श्रद्धालुओं के जलसे के साथ गंगोत्री धाम पहुँची तो भागीरथी के उद्गम क्षेत्र में आस्था का समुद्र उमड़ पड़ा। हर-हर गंगे के उद्घोष और पूजा-अभिषेक के साथ गंगोत्री धाम में अभिजीत मूहूर्त पर अपराह्न 12.25 बजे कपाटोद्घाटन हुआ।

इस अवसर पर सेना की जेकलाई रेजीमेंट के बैंड की स्वरलहरियों ने कपाटोद्घाटन के महोत्सव की भव्यता को नया आयाम दिया। रेजीमेंट के द्वारा श्रद्धालुओं के लिए लंगर की भी व्यवस्था की गई थी।

गंगोत्री मंदिर के कपाटोद्घाटन के अवसर पर अपर पुलिस महानिदेशक ए. पी. अंशुमान, जिलाधिकारी डॉ मेहरबान सिंह बिष्ट, पुलिस अधीक्षक अर्पण यदुवंशी, मुख्य विकास अधिकारी जय किशन, विधायक गंगोत्री सुरेश चौहान, गंगा विचार मंच के प्रान्त संयोजक लोकेंद्र सिंह बिष्ट, जिला पंचायत अध्यक्ष दीपक बिजल्वाण, उप जिलाधिकारी बृजेश कुमार तिवारी, पुलिस उपाधीक्षक प्रशांत कुमार, तहसीलदार सुरेश सेमवाल, गंगोत्री मंदिर समिति के अध्यक्ष रावल हरीश सेमवाल, सचिव सुरेश सेमवाल, गंगोत्री नेशनल पार्क के डीएफओ रंगनाथ पांडे, रेंजर प्रदीप बिष्ट सहित तीर्थ पुरोहित और लगभग आठ हजार श्रद्धालुजन उपस्थित रहे।

नशा तस्करी में हुआ गिरफ्तार, भेजा जेल

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने 12 ग्राम स्मैक सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम थाना पुलभट्टा पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान पुलिस को फ्लाई ओवर से करीब 100 मीटर पुलभट्टा गाँव को जाने वाले रोड पर एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 12 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम पूरन सिह उर्फ हैप्पी पुत्र दलवीर सिह निवासी ग्राम पुलभट्टा बताया। बताया कि यह स्मैक वह बहेडी से किसी अज्ञात व्यक्ति से लेकर आया था कुछ स्मैक उसने राह चलते नशे के आदि लोगो को बेच दी तथा बरामद स्मैक को भंगा की ओर बेचने जा रहा था। बहरहाल पुलिस ने उसे एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

पहाड़ पर बदला मौसम, झमाझम बारिश

●जंगलों में लगी आग बुझी, गर्मी से राहत

विशेष संवाददाता

देहरादून। बीती रात से पहाड़ का मौसम अचानक बदल गया है। रुद्रप्रयाग और चमोली से लेकर टिहरी और उधम सिंह नगर तक बीती रात से झमाझम बारिश हो रही है। जिससे पहाड़ का मौसम पूरी तरह बदल गया है। इस बारिश से एक तरफ जहां जंगलों में लगी आग की समस्या का समाधान हुआ है वहीं दूसरी तरफ लोगों को गर्मी से भी राहत मिली है। लेकिन इसके साथ ही इस बारिश से फसलों को नुकसान भी हुआ और चार धाम यात्रियों की परेशानी भी बढ़ गई है।

❑फसलों को नुकसान, यात्रा में बाधा

❑धुंध और धुएं से मुक्ति, जल स्रोत रिचार्ज

टिहरी और चमोली से मिली खबरों के अनुसार यहां बीती रात से झमाझम बारिश होने की खबर है। वही रुद्रप्रयाग और उधमसिंह नगर में गरज के साथ बारिश होने की खबर है। स्थानीय लोगों का कहना है कि इस बारिश से जंगल की आग पूरी तरह से शांत हो चुकी है। जंगल की यह आग बीते 15 दिनों से पहाड़ के लिए एक बड़ी मुसीबत बनी हुई है। जंगलों की आग के कारण जहरीले धुएं और धुंध तथा तपिश के कारण लोगों को भारी परेशानी हो रही थी बारिश के बाद लोगों को इस समस्या से निजात मिल गई है। वहीं जंगल की आग के कारण वन्य जीवों की जान पर भी संकट आ गया था तथा वन संपदा का भारी नुकसान हो रहा था। आग बुझने से वन विभाग के कर्मचारियों ने राहत की सांस ली है। जंगल की आग के कारण जो जल स्रोत सूख गए थे वह भी बारिश के कारण रिचार्ज हो गए हैं।

हालांकि इस बारिश के कारण कहीं से भी किसी बड़े नुकसान की खबर नहीं है लेकिन किसानों की जो फसल खेतों में खड़ी है तथा आम लीची आदि की फसलों को नुकसान होने की भी खबर है। राज्य में चार धाम यात्रा की शुरुआत भी हो चुकी है। कल बद्रीनाथ धाम के कपाट खुलने की तैयारी चल रही है तथा जो श्रद्धालु धाम जा रहे हैं उन्हे जरूर कुछ समस्याओं का सामना करना पड़ा है। इसके बावजूद भी आमतौर पर लोग इसे वरदान ही मान रहे हैं।

सामाजिक-आर्थिक विकास का वाहक बन रहा मध्यम वर्ग

-डॉ. राजेन्द्र प्रसाद शर्मा

माने या ना माने पर इसमें कोई दो राय नहीं कि किसी भी देश के आर्थिक-सामाजिक विकास में मध्यम वर्ग की प्रमुख भूमिका रही है। यह केवल हमारे देश के संदर्भ में ही नहीं अपितु समूचे विश्व की बढ़ती अर्थव्यवस्थाओं का अध्ययन किया जाएगा तो कारण यही सामने आएगा। सामाजिक-आर्थिक परिस्थितियों के बदलाव में मध्यम वर्ग की प्रमुख भूमिका रही है।

औद्योगिक क्रांति के बाद जिस तरह से श्रमिक वर्ग उभर कर आया तो औद्योगिक क्रांति का ही बाई प्रोडक्ट मध्यम वर्ग का उत्थान माना जा सकता है। आर्थिक विश्लेषकों की माने तो आर्थिक विकास का कोई ग्रोथ इंजन है तो वह मध्यम वर्ग है। ज्यादा दूर नहीं जाए और केवल वर्तमान दशक की शुरुआत बल्कि 2021 की ही बात करें तो देश में 30 फीसदी परिवार मध्यम आय वर्ग की श्रेणी में आ गए थे। ऐसा माना जा रहा है कि 2031 तक यह आंकड़ा बढ़कर 46 फीसदी को छू जाएगा। यानी की इस दशक में बचे साढ़े पांच साल में भी मध्यम आय वर्ग की श्रेणी में तेजी से सुधार होगा। 2021 में जहां 9.1 करोड़ परिवार मध्यम आय वर्ग की श्रेणी में थे वहीं 2031 तक यह संख्या बढ़कर 16.9 करोड़ होने का अनुमान लगाया गया है। किसी भी देश और उसकी अर्थव्यवस्था के लिए यह अपने आप में किसी बढ़ी उपलब्धि से कम नहीं आंकी जा सकती। विशेषज्ञों के अनुसार 5 लाख से 38 लाख सालाना आय वाले परिवारों को मध्यम आय वर्ग श्रेणी में माना गया है। यह भी समझना होगा कि मध्यम वर्ग का विस्तार का सीधा सीधा अर्थ गरीबी रेखा से लोगों का बाहर आना और बाजारु गतिविधियों में तेजी आने का कारण मध्यम वर्ग ही है। मांग और आपूर्ति को भी मध्यम वर्ग के संदर्भ में ही देखा और समझा जा सकता है।

मध्यम आय वर्ग में इजाफा होने का मतलब साफ-साफ यह हो जाता है कि देश की अर्थव्यवस्था तेजी से बढ़ रही है। इसे यों समझा जा सकता है कि मध्यम आय वर्ग या दूसरे अर्थ में हम मध्यम वर्ग की बात करें तो जीवन जीने का कोई आनंद लेता है तो वह मध्यम वर्ग ही है। मध्यम वर्ग के लोग जीवन को जीने में विश्वास रखते हैं भले ही उन्हें कृत्वा घृतं पीबेत की मानसिकता के अनुसार जीवन यापन करना पड़ें। यही कारण है कि मध्यम वर्ग दिल खोलकर पैसा खर्च करता है। इसका एक कारण सामाजिक ताने-बाने की भाषा में हम कहें तो यह कहा जा सकता है कि बहुत कुछ वह दिखावे के लिए करता है। जीवन यापन की दिखावे की इस प्रतिस्पर्धा में वह वो सब कुछ पाना चाहता है जो उसके परिवार, पड़ोसी, मित्रगण या आसपास के लोगों के पास है। इसमें रहन-सहन, खान-पान, पहनना-ओढ़ना, शिक्षा और इसी तरह की अन्य वस्तुओं/साधनों को प्राप्त करना मध्यम वर्ग का ध्येय रहता है और इसी कारण बाजार में नित नए उत्पादों की मांग बढ़ती है तो देश के लोगों के जीवन स्तर का पता चलता है।

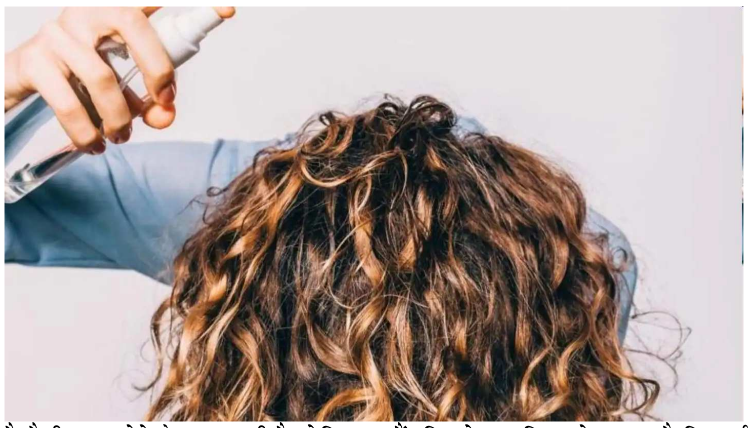
दरअसल मध्यम वर्ग व्हाईट कॉलर का प्रतिनिधित्व करता है। वह इस प्रयास में रहता है कि दिन प्रतिदिन वह अधिक से अधिक साधन जुटाएं, भले ही उसके लिए उसे उधार का सहारा लेना पड़े। यहां यह भी समझ लेना जरुरी हो जाता है कि उच्च आय वर्ग की अपनी समझ व पहुंच होती है। पहली बात तो उच्च आय वर्ग की दायरे में कम लोग है। उनकी पसंद ना पसंद अलग होती है। उनके लिए जो उत्पाद बाजार में आएंगे वो अलग श्रेणी के होंगे। मध्यम वर्ग लगभग उसी दौड़ में दौड़ने का प्रयास करता है। उच्च वर्ग के पास लक्जिरियस चौपहिया वाहन है तो उसकी मांग पहले चरण में चौपहिया वाहन व उसके बाद ज्यों-ज्यों वह थोड़ा आगे बढ़ना चाहेगा अपनी पहुंच के सुविधाजनक चौपहिया वाहन पाने की कोशिश में जुट जाएगा। इसी तरह से बाजार की मांग को मध्यम वर्ग ही बढ़ाता है। तस्वीर हमारे सामने हैं। ज्यादा पुरानी बात नहीं दो दशक ही हुए होंगे कि घरों में पंखों की जगह कूलरों ने ली और कूलरों में भी हैसियत अनुसार ब्राण्डेड कंपनियों से लेकर लोकल कंपनियों के कूलरों ने घरों में जगह बनाई। आज तस्वीर का दूसरा पहलू सामने आ गया है जिस एयर कण्डीशनर के लिए केवल सोचा जा सकता था वह आज घर-घर में पहुंच गया है। कम से कम एक एसी तो मध्यम वर्गीय परिवार में देखने को आसानी से मिल जाएगा। इसे यों समझा जा सकता है कि मध्यम वर्ग के विस्तार के अनुसार बाजार में मांग बढ़ी तो नित नई कंपनियां बाजार में आई और इससे अर्थव्यवस्था को गति मिलने के साथ ही रोजगार के अवसर बढ़े। यह तो एक उदाहरण मात्र है।

देखा जाए तो फास्टफूड हो या कंफेक्शनरी या शॉफ्ट ड्रिंक या इसी तरह की अन्य खाने-पीने की चीजें इसको बाजार मिला है तो इसका श्रेय मध्यम वर्ग को ही जाता है। पर्सनल केयर आइटम्स की मांग और आपूर्ति भी मध्यम वर्ग के कारण ही बढ़ी है। आज ऑन लाईन का जो बाजार खड़ा हुआ है उसको गति दी है तो वह मध्यम आय वर्ग के लोगों ने ही दी है। स्कूटर, स्कूटी, कार से लेकर वाहनों की जो रेलमपेल देखी जा रही है वह इस मध्यम वर्ग के कारण ही है। रियल स्टेट जिस तरह से आगे बढ़ रहा है और गगनचुंबी इमारतों का जिस तरह से जाल बिछ रहा है वह मध्यम वर्ग के कारण ही संभव हो पा रहा है।

यही कारण है कि आज देशी विदेशी कंपनियां मध्यम वर्ग को केन्द्रीत कर अपने उत्पादों को बाजार में उतार रही है। सही मायने में कहा जाए तो जिसने मध्यम वर्ग की मांग को समझा वह मालामाल होता जा रहा है और उसकी बाजार में पकड़ तेज होती जा रही है।

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

ड्राई शैंपू से जुड़े कुछ भ्रम और उनकी सच्चाई



आजकल लोगों के बीच ड्राई शैंपू के इस्तेमाल का चलन काफी बढ़ गया है क्योंकि इससे उलझे या फिर ग्रेसी बालों को तुरंत ठीक किया जा सकता है। हालांकि, जैसे-जैसे मार्केट में ड्राई शैंपू की वैरायटी बढ़ती जा रही हैं, वैसे-वैसे लोगों के मन में इससे जुड़े कई भ्रम घर करते जा रहे हैं, जिनकी सच्चाई कुछ अलग ही है। चलिए आज हम आपको ड्राई शैंपू से जुड़े कुछ ऐसे ही भ्रमों और उनकी सच्चाई के बारे में बताते हैं।

भ्रम- ड्राई शैंपू से झड़ते हैं बाल

ड्राई शैंपू से जुड़ी यह सबसे आम भ्रम है कि इसके इस्तेमाल से बाल झड़ते हैं, जबकि इसकी सच्चाई कुछ और ही है। सच बात तो यह है कि ऐसा सिर्फतभी होता है, जब ड्राई शैंपू का जरूरत से ज्यादा इस्तेमाल किया जाए, लेकिन अगर आप इसका इस्तेमाल सीमित मात्रा में और नियमित तौर पर न करें तो आपको इससे कोई परेशानी नहीं होगी। इसलिए बेहतर होगा कि आप ड्राई शैंपू का इस्तेमाल समझदारी से करें।

भ्रम- बाल धोने का विकल्प है ड्राई शैंपू

बहुत से लोगों का यह मानना है कि ड्राई शैंपू बाल धोने का एक विकल्प है क्योंकि यह बालों में वैसे ही फ्रेशनेस लाता है जैसी बाल धोने के बाद आती है, लेकिन ऐसा नहीं है। ड्राई शैंपू बालों को धोने का विकल्प नहीं है क्योंकि यह सिर्फबालों में मौजूद तेल को अब्जॉर्ब करके उनकी चिकनाहट को दूर करने में मदद करता हैं यानि ड्राई शैंपू वास्तव में स्कैल्प में जमी हुई गंदगी को दूर नहीं करते हैं।

भ्रम- बालों की लंबाई पर रोक लगाता है ड्राई शैंपू

ड्राई शैंपू से जुड़ा एक भ्रम यह भी है कि इसके इस्तेमाल से बालों की लंबाई रूक सकती है, जबकि ऐसा कुछ नहीं है। हम ऐसा इसलिए कह सकते हैं क्योंकि इस बात का कोई वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है कि ड्राई शैंपू का इस्तेमाल से बालों की लंबाई रूक जाती है, लेकिन ऐसे कई अध्ययन हैं, जिनसे यह सिद्ध हो सकता है कि ड्राई शैंपू के इस्तेमाल से बालों से चिकनाहट को काफी हद तक कम किया जा सकता है।

भ्रम- ड्राई के इस्तेमाल से स्कैल्प पर रूखापन आ जाता है

यह भी सिर्फएक भ्रम है कि ड्राई के इस्तेमाल से स्कैल्प पर रूखापन आ जाता है, लेकिन यह बात सच नहीं है। ड्राई शैंपू होने का अर्थ यह नहीं है कि यह आपकी स्कैल्प को रूखा बनाएगा। सच बात तो यह है कि ड्राई शैंपू का इस्तेमाल अगर सीमित मात्रा में और कभी-कभी किया जाए तो इससे किसी तरह की समस्या उत्पन्न नहीं है। इसलिए बेहतर होगा कि आप बिना कुछ सोचे-समझे ऐसी बातों पर विश्वास न करें।

हल्दी को सीधे चेहरे पर लगाना सही होता है या नहीं?

हर कोई खूबसूरत दिखना चाहता है, ऐसे में लोग कई प्रयास करते हैं, कुछ लोग तो घरेलू नुस्खे भी आजमाते हैं। ऐसे में अक्सर लोग चेहरे पर हल्दी का इस्तेमाल करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं हल्दी को सीधा चेहरे पर लगाना त्वचा के लिए सही होता है या नहीं?

हल्दी के नुकसान

हल्दी को सदियों से त्वचा के लिए इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन हल्दी को सीधे चेहरे पर लगाने के नुकसान हो सकते हैं, कुछ लोगों को हल्दी से त्वचा जलन, खुजली और लालिमा जैसी समस्या होने की संभावना रहती है। इसके अलावा हल्दी में थोड़ा सुखाने वाला प्रभाव होता है, इसलिए सूखी त्वचा वाले लोगों को इसका इस्तेमाल करने से बचना चाहिए।

यही नहीं कुछ लोगों को हल्दी सीधे चेहरे पर लगाने से लाल फुंसियां होने लगती है। इसका सीधा इस्तेमाल करने से कुछ लोगों को एलर्जी हो सकती है। आप कुछ चीजों में हल्दी को मिलकर इसका इस्तेमाल कर सकते हैं। आइए जानते हैं, इसके इस्तेमाल के बारे में।

ऐसे करें हल्दी का इस्तेमाल

हल्दी पाउडर को आप दूध, दही या शहद के साथ मिलाकर पेस्ट बना लें। इस पेस्ट को चेहरे और गर्दन पर 20 मिनट के लिए लगाएं, फिर धो लें। इसके अलावा आप हल्दी पाउडर को बेसन के साथ मिलकर भी लगा सकते हैं। इसके लिए आपको हल्दी और बेसन को मिलाकर थोड़ा पानी डालकर पेस्ट बनाना होगा। इस पेस्ट को चेहरे पर 20 मिनट के लिए लगाएं, फिर धो लें।

हल्दी पाउडर और चंदन पाउडर को मिलकर थोड़ा पानी डालकर इसका पेस्ट बना ले। इस पेस्ट को चेहरे और गर्दन पर लगाएं 20 मिनट के बाद इसे धो ले। ऐसा करने से पहले आप पैच टेस्ट जरूर करें। इसका इस्तेमाल कर आप आसानी से चेहरे को चमकदार बना सकते हैं। ध्यान रहें कुछ लोगों को इससे एलर्जी हो सकती है। अगर ऐसा होता है तो डॉक्टर की सलाह जरूर लें।(आरएनएस)

फिटनेस ट्रेनर के तौर पर बनाएं करियर

आज जिम, बड़े होटल, हेल्थ क्लब फिटनेस सेंटर, स्पा, टूरिस्ट रिसॉर्ट आदि में फिटनेस ट्रेनर की मांग है। कुछ अनुभव के साथ आप अपना फिटनेस सेंटर शुरू कर सकते हैं। आज जिम, बड़े होटल, हेल्थ क्लब, फिटनेस सेंटर, स्पा, टूरिस्ट रिसॉर्ट जैसी कई जगहों पर फिटनेस ट्रेनर की मांग है। फिटनेस उद्योग आज फलफूल रहा है। भारत में आज फिटनेस उद्योग का 2,000 करोड़ रुपये से अधिक। हाई टेक जिम और हेल्थ क्लब ने इसे युवाओं के बीच और अधिक लोकप्रिय बना दिया है। कोर्स पूरा करने के बाद, आप इनमें से कोई भी करियर चुन सकते हैं।

*एथलीट ट्रेनर-

*आहार विशेषज्ञ

*खेल का कोच

*भौतिक चिकित्सक

काम की प्रकृति -एक फिटनेस ट्रेनर के रूप में, आपको एरोबिक्स, लचीलेपन, प्रशिक्षण, बीएमआई, और शारीरिक स्वास्थ्य सहित प्रशिक्षण से संबंधित सभी उपकरणों का ज्ञान होना चाहिए, ताकि लोगों को पढ़ाना और सूचित करना आसान हो। आप उनके लिए एक अच्छी डाइट सेट कर सकते हैं।

फिटनेस ट्रेनर मूल रूप से फिटनेस पोषण, वजन प्रबंधन, तनाव में कमी, स्वास्थ्य जोखिम प्रबंधन आदि पर ध्यान केंद्रित करना चाहता है। एक एरोबिक्स प्रशिक्षक के रूप में, आप व्यायाम सत्र में एरोबिक्स, स्ट्रेचिंग और मांसपेशियों के व्यायाम पर ध्यान केंद्रित करते हैं। खेल जगत में एथलीट का स्टैमिना बढ़ाने के लिए आप जॉगिंग, वेट लिफ्टिंग, पुशअप्स जैसी एक्सरसाइज पर ध्यान दें। अगर आप प्राकृतिक चिकित्सक हैं तो व्यायाम के जरिए रोग मुक्त रहने के गुर भी सीखेंगे।एक फिटनेस ट्रेनर या ट्रेनर के रूप में आपको विभिन्न प्रकार के लोगों के संपर्क में रहने के लिए अच्छा बोलने का कौशल और व्यावहारिक ज्ञान होना चाहिए।

समूचा विश्व भयाक्रांत

ललित गर्ग

शांति के तमाम उपायों के बीच दुनिया भर में सैन्य खर्च, शस्त्रीकरण एवं घातक हथियारों की होड़ खतरे की घंटी हैं। शस्त्रीकरण के भयावह दुष्परिणामों से समूचा विश्व भयाक्रांत है।

हर पल आणविक हथियारों के प्रयोग को लेकर दुनिया डर के साये में जी रही है। इसीलिए आज अयुद्ध, निशस्त्रीकरण एवं शांति की आवाज चारों ओर से उठ रही हैं। शक्ति संतुलन के लिए शस्त्र-निर्माण एवं शस्त्र संग्रह की बात से किसी भी परिस्थिति में सहमत नहीं हुआ जा सकता क्योंकि इससे अपव्यय तो होता ही है, साथ ही गलत हथियारों के हाथों में पडक़र दुरुपयोग की आशंकाएं बढ़ जाती हैं।

ताजा घटनाक्रम को देखें तो एक ओर रूस और यूक्रेन आमने-सामने हैं, दूसरी तरफ इस्राइल और ईरान के बीच तल्खी भी चरम पर है। चीन और ताइवान के बीच भी रह-रह कर युद्ध के बादल मंडरा रहे हैं। ऐसे माहौल में सवाल स्वाभाविक है कि क्या सचमुच दुनिया तीसरे विश्व युद्ध की ओर बढ़ते हुए घातक हथियारों की प्रयोगभूमि बन रही है? सवाल और भी हैं। स्टॉकहोम इंटरनेशनल पीस रिसर्च इंस्टीट्यूट की हथियारों पर ताजा रिपोर्ट ऐसे ही सवाल खड़े कर रही है। दुनिया सीधे-सीधे दो खेमों में बंट गई है। स्टॉकहोम की रिपोर्ट के आंकड़े चौंकाने वाले ही नहीं, डराने वाले भी हैं। शांति के तमाम उपायों के बीच दुनिया भर में सैन्य खर्च का बढ़ना एवं नये-नये हथियारों का बाजार गरम होना, चिंताजनक है।

रिपोर्ट में खास बात यह है कि दुनिया में सर्वाधिक सैन्य खर्च करने वाले देशों में भारत चौथे नंबर पर बरकरार है। भारत दुनिया का सबसे बड़ा हथियार आयातक देश बन चुका है। रिपोर्ट में इस बात का खुलासा हुआ है। भारत ने बीते पांच साल में दुनिया में सबसे ज्यादा हथियार खरीदे। रिपोर्ट में बताया गया है कि यूरोप का हथियार आयात 2014-18 की तुलना में 2019-23 में लगभग दोगुना बढ़ा है, जिसके पीछे रूस-यूक्रेन युद्ध बड़ा कारण माना जा रहा है। इसके अलावा, पिछले पांच वर्षो में सबसे ज्यादा हथियार एशियाई देशों ने खरीदे। इस लिस्ट में रूस-यूक्रेन युद्ध ने देश के रक्षा निर्यात को काफी प्रभावित किया है। इस कारण पहली बार रूस हथियार निर्यात में तीसरे स्थान पर पहुंच गया है तो अमेरिका पहले और फ्रांस दूसरे नम्बर पर हैं। पिछले 25 सालों में पहली बार अमेरिका एशिया और ओशिनिया का सबसे बड़ा हथियार आपूर्तिकर्ता रहा।

अमेरिका की हथियारों की होड़ एवं तकनीकीकरण की दौड़ पूरी मानव जाति को ऐसे कोने में धकेल रही है, जहां से लौटना मुश्किल हो गया है। अब तो दुनिया के साथ-साथ अमेरिका स्वयं ही हथियारों एवं हिंसक मानसिकता का शिकार है। अमेरिका ने दुनिया पर आधिपत्य स्थापित करने एवं अपने शस्त्र कारोबार को पनपाने के लिए जिस अपसंस्कृति को दुनिया में फैलाया है, उससे पूरी मानवता पीड़ित है। अमेरिका ने नई विश्व व्यवस्था (न्यू वर्ल्ड ऑर्डर) की बात की है, खुलेपन की बात की है।

लगता है कि 'विश्व मानव' का दम घुट रहा है, और घुटन से बाहर आना चाहता है। विडंबना देखिए, अमेरिका दुनिया का सबसे अधिक शक्तिशाली और सुरक्षित देश है, लेकिन उसके नागरिक सबसे अधिक असुरक्षित और भयभीत नागरिक हैं। वहां की जेलों में आज जितने कैदी हैं, दुनिया के किसी देश में नहीं हैं। कई वाकये हो चुके हैं कि किसी रेस्तरां, होटल या फिर जमावड़े पर अचानक किसी सिरफिरे ने गोलीबारी शुरू कर दी और बड़ी तादाद में लोगों को मार डाला। 2014 में अमेरिका में हत्या के दर्ज सवा चौदह हजार मामलों में अड़सठ फीसद मामलों में बंदूकों का इस्तेमाल किया गया था। दरअसल, मनुष्य के भयभीत मन को युद्ध एवं हथियारों की विभीषिका से मुक्ति दिलाना जरूरी है। युद्धरत देशों में शांति स्थापित कर, युद्ध-विराम करके विश्व को निर्भय बनाना चाहिए। निश्चय ही यह किसी एक या दूसरे देश की जीत नहीं, बल्कि समूची मानव-जाति की जीत होगी। यथार्थ यह है कि अंधकार प्रकाश की ओर चलता है, पर अंधापन मृत्यु-विनाश की ओर। रूस ने अपनी शक्ति एवं सामर्थ्य का अहसास गलत समय पर गलत उद्देश्य के लिए कराया है। युद्ध से तबाही रूस-यूक्रेन की नहीं, बल्कि समूची दुनिया की तबाही होगी, क्योंकि रूस परमाणु विस्फोट करने को विवश होगा जो दुनिया की बड़ी चिंता का सबब है। बड़े शक्तिसंपन्न देशों को युद्ध विराम के प्रयास करने चाहिए। लेकिन प्रश्न है कि जो देश हथियारों के निर्माता हैं, वे क्यों चाहेंगे कि युद्ध विराम हो। जब तक शक्तिसंपन्न देशों की शस्त्रों के निर्माण एवं निर्यात की भूख शांत नहीं होती तब तक युद्ध की आशंकाएं मैदान में, समुद्र में, आकाश में तैरती रहेंगी।

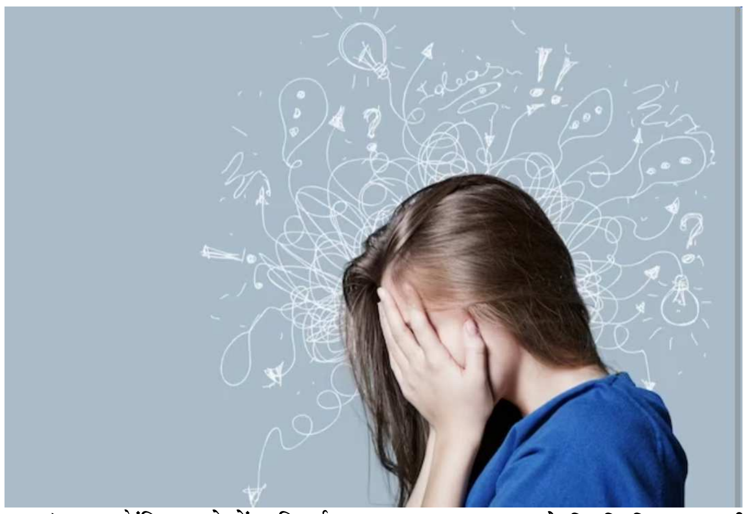
वैधानिक सूचना

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

एक नहीं है स्ट्रेस, एंग्जाइटी और डिप्रेशन की समस्या, जानें तीनों मेंटल कंडीशंस में क्या है अंतर

एंग्जायटी और डिप्रेशन दोनों मेंटल हेल्थ से जुड़ी समस्याएं हैं। दोनों ही खतरनाक मानी जाती हैं। यही कारण है कि डॉक्टर हमेशा इनसे बचने और सावधान रहने के लिए कहते हैं। कई बार सामान्य उदासी और तनाव को लोग एंग्जायटी और डिप्रेशन मान लेते हैं, जो गलत है। क्या आप एंग्जायटी और डिप्रेशन में अंतर जानते हैं। अगर नहीं तो इस आर्टिकल में हम आपको बताने जा रहे हैं दोनों के बीच का फर्क।



एंग्जायटी क्या होता है

यह एक तरह का ऐसा मेंटल डिसऑर्डर होता है, जिसे चिंता, डर या आशंका से जोडक़र डॉक्टर देखते हैं। छोटी सी भी बात पर एकदम से घबरा जाना और बेचैन हो जाना इसके लक्षण होते हैं। इसके अलावा किसी चीज से डरना और उसे सोच-सोचकर तनाव महसूस करना, दिल की धडक़नों का बढऩा, ओवरथिंकिंग एंग्जायटी होता है। ऐसी स्थितियां होने पर तुरंत डॉक्टर से मिलकर बात करनी चाहिए।

एंग्जायटी के लक्षण

* समय-समय पर बेचैनी
* चिड़चिड़ापन
* मांसपेशियों में तनाव
* ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई
* दिल की धडक़नें बढऩा
* अधिक पसीना आना
* कांपना और सांस लेने में दिक्कतें

डिप्रेशन क्या होता है

डिप्रेशन यानी अवसाद मूड से जुड़ा डिसऑर्डर है, जिसकी चपेट में आने पर इंसान हमेशा उदास रहता है, किसी काम में मन नहीं लगता है। वो काम भी बुरे लगने लगते हैं, जो कभी बहुत ज्यादा पसंद आते थे। इसे एंग्जायटी से ज्यादा खतरनाक माना जाता है। अगर इसका सही समय पर इलाज न करवाया जाए तो स्थिति बिगड़ सकती है। हेल्थ एक्सपर्ट्स का कहना है कि गंभीर मामलों में डिप्रेशन का शिकार व्यक्ति सुसाइड तक की सोचने लगता है। डिप्रेशन मौत का कारण भी बन सकता है।

डिप्रेशन के लक्षण

* लगातार उदास रहना
* थकान, भूख या वजन में बदलाव
* नींद में गड़बड़ी, अपराध की भावना
* ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई
* सुसाइड का ख्याल मन में आना

(आरएनएस)

मनपसंद गाना लगाइए और मस्ती में थिरकिए, छूमंतर होगा स्ट्रेस

रोजाना कुछ देर डांस करके सेहतमंद बन सकते हैं। एक्सपर्ट्स इसे मेंटल और फिजिकल हेल्थ के लिए फायदेमंद मानते हैं। उनका कहना है कि डांस से पूरी बॉडी एक्टिव होती है और तनाव दूर हो सकता है।

डांस सेहत के लिए फायदेमंद माना जाता है। डांस करने से पूरी बॉडी एक्टिव होती है और तनाव भी दूर होता है।

इसका मकसद डांसर्स का उत्साह बढ़ाना और डांस के अलग-अलग फॉर्म्स को बढ़ावा देना है। एक्सपर्ट्स के मुताबिक, हर दिन 15-20 मिनट डांस करके ही कई फायदे पा सकते हैं, इसलिए अपना मनपसंद गाना लगाकर कुछ देर थिरक सकते हैं। ऐसे में आइए जानते हैं डांस करने से सेहत को क्या-क्या फायदे मिलते हैं।।।

डांस करने से फैट बहुत तेजी से कम होता है। अगर आप वजन कम करना चाहते हैं तो डांस करना फायदेमंद हो सकता है। जुंबा, बेली, क्लासिकल, हिप हॉप करके मोटापा-वजन कम कर सकते हैं।

रोजाना डांस करने से बॉडी की फ्लेक्सिबिलिटी बढ़ती है और हड्डियों में ताकत आ जाती है।

डांस करने से मेमोरी बेहतर होती है। कुछ स्टडी में पाया गया है कि डांस करने से डिमेंशिया के लक्षण भी कम हो सकते हैं।

डांस करने से शरीर में ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है। शरीर में सही तरह ब्लड पहुंचता है और कई अंग सही तरह काम करते हैं।

डांस करने से तनाव दूर हो सकता है। इससे डिप्रेशन जैसी समस्याएं झट से दूर हो जाती हैं। इसे डिप्रेशन भगाने की अच्छी थेरेपी माना जाता है। थोड़ी देर डांस करके हार्ट को हेल्दी बनाया जा सकता है। यह एक शानदार कॉर्डियो वर्कआउट माना जाता है।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य - 74

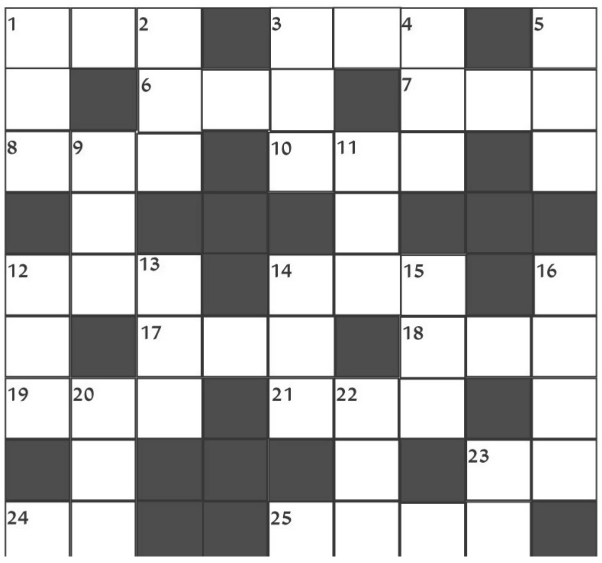
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

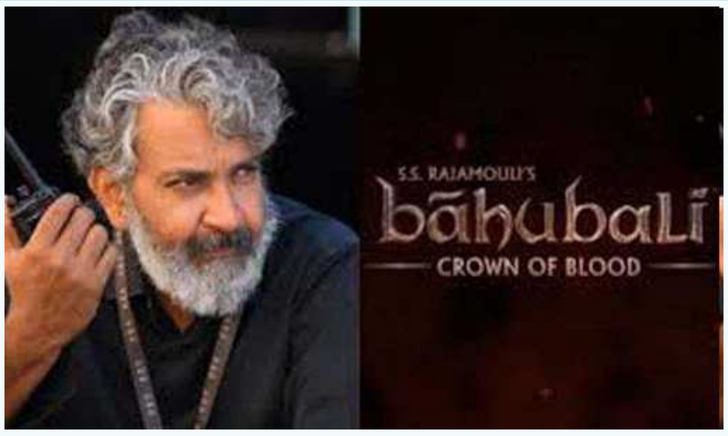
ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 73 का हल

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



एसएस राजामौली ने आगामी प्रोजेक्ट बाहुबली:क्राउन ऑफ ब्लड का किया एलान

बाहुबली, आरआरआर जैसी ब्लॉकबस्टर फिल्म देने के बाद, फैंस और दर्शक डायरेक्टर एसएस राजामौली की अगली फिल्म का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। उनके इस इंतजार पर ब्रेक लगाते हुए डायरेक्टर ने बीते मंगलवार को अपनी आगामी प्रोजेक्ट बाहुबली- क्राउन ऑफ ब्लड एनिमेटेड सीरीज का एलान किया है। फिल्म मेकर महिष्मती की दुनिया में एक और महाकाव्य यात्रा के लिए मंच तैयार कर रहा है। उन्होंने से सोशल मीडिया पर एक क्लिप के जरिए अपने प्रोजेक्ट के टाइटल का खुलासा किया है।

एसएस राजामौली ने अपने ऑफिशियल एक्स (पूर्व में ट्विटर) पर अपने आगामी प्रोजेक्ट का खुलासा करते हुए एक वीडियो पोस्ट किया है और कैप्शन में लिखा है, जब महिष्मति के लोग उनका नाम जपते हैं, तो ब्रह्मांड की कोई भी ताकत उन्हें वापस लौटने से नहीं रोक सकती। बाहुबली- क्राउन ऑफ ब्लड, एक एनिमेटेड सीरीज का ट्रेलर, जल्द ही आएगा।

वीडियो में टाइटल को धुएं से निकलते हुए दिखाया गया है। बैकग्राउंड में लोगों को बाहुबली के नारे लगाते हुए सुना जा सकता है। फिल्म मेकर ने अभी तक कलाकारों और कहानी के बारे में खुलासा नहीं किया है।

बाहुबली (2015) ने अपना जादू ना केवल देश में बल्कि बल्कि जापान, चीन और कई यूरोपीय देशों के मंच पर भी रिकॉर्ड तोड़े। फिल्म की शानदार सफलता के बाद मेकर फिल्म का अगला सीक्वल बाहुबली 2 लेकर आए, जिसने 1810 करोड़ रुपये की शानदार कमाई की और भारतीय बॉक्स ऑफिस के इतिहास में दूसरी सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्म बनकर उभरी। अब फैंस और दर्शक उसके आगे की कहानी जानने के लिए काफी एक्साइटेड है। (आरएनएस)

इमरान खान की बॉलीवुड में होगी धमाकेदार वापसी

आमिर खान के भतीजे इमरान खान ने अपनी पहली फिल्म जाने तू या जाने से डेब्यू किया था। पहली फिल्म के बाद से ही इमरान इंडस्ट्री में छा गए थे। उनकी डेब्यू फिल्म सुपरहिट साबित हुई थी। मगर उसके बाद इमरान खान का जादू लोगों पर नहीं चला और उन्होंने इंडस्ट्री से ब्रेक ले लिया। अब 9 साल बाद इमरान खान एक्टिंग की दुनिया में वापसी करने जा रहे हैं। इस फिल्म की खास बात ये है कि इसे वीर दास डायरेक्ट कर रहे हैं। इस फिल्म का नाम हैप्पी पटेल है और इससे वीर डायरेक्शन में कदम रखने जा रहे हैं। इमरान खान को लंबे समय से बड़े पर्दे पर फैंस देखने का

इंतजार कर रहे थे। अब जैसे ही इमरान के कमबैक का उन्हें पता चला है तो उनकी खुशी का ठिकाना नहीं है। सभी को इस फिल्म का बेसब्री से इंतजार है। रिपोर्ट के मुताबिक इमरान खान ने फिल्म की शूटिंग भी शुरू कर दी है। उन्होंने गोवा में फिल्म की शूटिंग शुरू की है। इमरान के साथ फिल्म में लीड एक्ट्रेस कौन होने वाली हैं ये अभी फाइनलाइज नहीं किया गया है। रिपोर्ट्स की माने तो मोना सिंह फिल्म में अहम किरदार निभाती नजर आएंगी। मोना इससे पहले ही आमिर खान की कई फिल्मों में काम कर चुकी हैं। वो लाल सिंह चड्ढा, 3 इडियट्स में काम कर चुकी हैं।

इमरान खान की कमबैक फिल्म का नाम हैप्पी पटेल है। इस फिल्म की खास बात ये है कि इसमें आमिर खान का कैमियो भी होने वाला है। हैप्पी पटेल की बात करें तो ये कॉमेडी से भरपूर फिल्म होने वाली है। ये फिल्म आमिर खान के प्रोडक्शन हाउस के तले बन रही है।

इमरान खान जल्द हैप्पी पटेल के बाद एक वेब सीरीज में नजर आने वाले हैं। इस फिल्म में वो स्पाइ का किरदार निभाने वाले हैं। इमरान ने कमबैक का फैसला लिया है तो उनके पास काम आना शुरू हो गया है। पर्सनल लाइफ की बात करें तो इमरान खान लेखा वाशिंगटन को डेट कर रहे हैं। इमरान अब लेखा के साथ रहने लगे हैं। दोनों करण जौहर के एक अपार्टमेंट में शिफ्ट हो गए हैं।(आरएनएस)

साउथ एक्ट्रेस टैग के चलते बॉलीवुड में काम मिलने में आ रही परेशानियां : सीरत कपूर

एक्ट्रेस सीरत कपूर का कहना है कि साउथ एक्ट्रेस के रूप में पहचाने जाने के चलते हिंदी सिनेमा में प्रोजेक्ट के ऑफर्स मिलने में परेशानियां हुई है। 31 वर्षीय एक्ट्रेस ने हिंदी सिनेमा में खुद को स्थापित करने में आ रही कठिनाइयों के बारे में बात की।

रणबीर कपूर स्टारर फिल्म रॉकस्टार में असिस्टेंट कोरियोग्राफर के रूप में सिनेमा में अपनी जर्नी शुरू करने वाली सीरत ने कहा, कई लोग मुझे साउथ एक्ट्रेस के रूप में जानते हैं और मुझे लगता है कि कभी-कभी यह बॉलीवुड में ऑफर्स मिलने के बीच रूकावटें पैदा करता है।

दर्शकों के लिए यह सोचना आसान है कि अगर आप साउथ इंडियन इंडस्ट्री में अच्छा कर रहे हैं तो आपको बॉलीवुड में आसानी से काम मिल सकता है। हालांकि, असल बात यह है कि बॉलीवुड में लीड रोल के लिए कोई भी प्रोजेक्ट पाने की प्रक्रिया बहुत चुनौतीपूर्ण है।

सीरत और भी बॉलीवुड फिल्में करने की इच्छुक हैं।

उन्होंने कहा, मुझे उम्मीद है कि मैं अपने लाइफटाइम में कम से कम एक बार बॉलीवुड एक्टर्स के साथ काम करूंगी।

उन्होंने कहा कि तेलुगु सिनेमा से मेरा नाता हमेशा रहेगा।

उन्होंने कहा, टॉलीवुड ने मुझे वह सब कुछ दिया है जो आज मेरे पास है और मैं इसे पीछे नहीं छोड़ना चाहती। यहीं से मैंने शुरुआत की और यह हमेशा मेरे दिल के करीब रहेगा।

सीरत ने कई तेलुगु फिल्मों में काम किया है, जैसे रन राजा रन, टाइगर, राजू गरी गांधी 2, ओक्का क्षणम और मां विंता गाधा विनुमा आदि। 2022 में, उन्होंने तुषार कपूर के साथ मारीच के साथ हिंदी सिनेमा में अपनी शुरुआत की।

नेहा मलिक ने बिकनी पहन दरिया किनारे दिए पोज

भोजपुरी अदाकारा नेहा मलिक सोशल मीडिया का तापमान बढ़ाने के लिए मशहूर हैं. आए दिन एक्ट्रेस अपने सिजलिंग अवतार से फैंस के छक्के छुड़ाती रहती हैं. हाल ही में एक्ट्रेस ने इंस्टाग्राम पर बिकनी में तस्वीरें शेयर की हैं. नेहा मलिक ने ऑरेंज कलर की बिकनी पहनी है और दुबई के बीच किनारे एक से बढ़कर एक सेक्सी पोज देती नजर आई हैं, एक्ट्रेस के खुले बाल उनकी हॉटनेस को और बी इनहांस कर रहे हैं.

दुबई के भव्य फाइव पाम जुमेराह में धूप का आनंद लेते हुए अपनी आकर्षक उपस्थिति से सभी का ध्यान अपनी ओर आकर्षित कर लिया।

चमकीले नारंगी रंग की कटआउट मोनोकिनी पहने हुए, जो उसके कर्व्स को निखार रही थी, नेहा ने आत्मविश्वास और आकर्षण का प्रदर्शन किया, पूल के किनारे अपनी मंत्रमुग्ध कर देने वाली आभा से आग लगा दी। अपने सुस्वादु बालों को कंधों पर खूबसूरती से लहराते हुए और आकर्षक चश्मे की एक जोड़ी के साथ, नेहा ने ऐसे पोज़ दिए जो लालित्य और आकर्षण बिखेर रहे थे। अपने मंत्रमुग्ध कर देने वाले संगीत वीडियो और शानदार मॉडलिंग शॉट्स के लिए प्रसिद्ध, नेहा ने इंस्टाग्राम पर 4 मिलियन से अधिक प्रशंसकों का एक समर्पित अनुयायी बना लिया है। ऑन-स्क्रीन और ऑफ-स्क्रीन दोनों जगह उनके चुंबकीय व्यक्तित्व ने उन्हें मनोरंजन उद्योग में एक प्रमुख व्यक्ति के रूप में स्थापित किया है, जिन्होंने अपनी सुंदरता और प्रतिभा से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया है।एक्ट्रेस का हॉट वीडियो देख यूजर्स घायल हो गए हैं और तारीफ करते नहीं थक रहे हैं.

नेहा मलिक के शानदार करियर में गांधी फेर आ गे (2020), पिंकी मोगे वाली 2 (2021), और मुसाफिर 2020 जैसी फिल्मों में उल्लेखनीय प्रदर्शन शामिल हैं। एक अभिनेत्री के रूप में उनकी बहुमुखी प्रतिभा चमकती है क्योंकि वह सहजता से विविध भूमिकाएँ निभाती हैं, जिससे उन्हें प्रशंसकों और आलोचकों से समान रूप से प्रशंसा और प्रशंसा मिलती है।(आरएनएस)

विवाद को आगे न बढ़ाया जाए

अवधेश कुमार

आशा की जानी चाहिए कि इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन (ईवीएम) से संबंधित सर्वोच्च न्यायालय का आगामी आदेश अंतिम होगा। न्यायालय ने सुनवाई के दौरान जैसी टिप्पणियां की एवं याचिकाकर्ता से तीखे प्रश्न किया उनसे अनुमान लगाया जा सकता है कि फैसला क्या होगा। पिछले महीने ही सर्वोच्च अदालत ने ईवीएम से संबंधित दो याचिकाएं खारिज की थी। न्यायालय ने एक याचिकाकर्ता पर ५० हजार का जुर्माना भी लगाया था। वस्तुत: शीर्ष अदालत ईवीएम से जुड़ी ४० याचिकाएं अभी तक खारिज कर चुका है।

सामान्यत: यह बात समझ में नहीं आती कि चुनाव आयोग के साथ विसनीय विशेषज्ञ द्वारा बार-बार स्पष्ट करने के बावजूद की ईवीएम से न छेड़छाड़ हो सकती है न ही इसे हैक किया जा सकता है; इसके द्वारा चुनाव न कराने का अभियान क्यों लगातार जारी है? सर्वोच्च अदालत में भी इस पर बहस हो चुकीं हैं, फैसले आ चुके हैं। उच्च न्यायालयों ने दो दर्जन से ज्यादा इस पर फैसले दिए हैं। सभी में न्यायालय ने चुनाव आयोग के इस दावे को स्वीकार किया है कि ईवीएम से मतदान कराया जाना सुरक्षित और विसनीय है। तो फिर ऐसा क्यों हो रहा है? यह स्वीकार करने में कोई आपत्ति नहीं कि ईवीएम एवं भारतीय राजनीति की विडंबनाओं का शिकार हो चुका है। इसी ईवीएम से जब राज्यों में विपक्ष जीतता है या २००४ एवं २००९ में यूपीए की सरकार गठन में इसका योगदान होता है तो वर्तमान विरोधी प्रश्न नहीं उठाते। हालांकि भाजपा की ओर से भी एक समय ईवीएम को इस अविसनीय बनाने की कोशिश हुई थी किंतु बाद में उसने इस अध्याय को पूरी तरह बंद कर दिया।

ऐसा लगता है जैसे भारत के संपूर्ण लोकतंत्र और व्यवस्था को ही आम लोगों से लेकर संपूर्ण विश्व की दृष्टि में संदिग्ध, अविसनीय और साखविहीन साबित कर देने का सोचा समझा अभियान चल रहा हो। कल्पना करिए, अगर भारत सहित दुनिया भर में लोगों के एक बड़े समूह के अंदर यह बात बिठा दिया जाए कि भारत के सत्तारूढ़ पार्टी और गठबंधन ईवीएम में छेड़छाड़ कर चुनाव जीतता है जबकि उसे जनता वोट नहीं देती तो हमारी क्या छवि बनेगी? भारत का संसदीय लोकतंत्र, यहां का स्वतंत्र, निष्पक्ष और शांतिपूर्ण चुनाव विश्व के लिए एक बड़ा उदाहरण है। विश्व भर के टिप्पणीकार , विश्लेषक, राजनेता बताते हैं कि भारत जैसे विविधताओं वाले देश में इतने भारी मतदाताओं का मतदान संपन्न कराकर लोकतंत्र का चक्र बनाए रखना अद्भुत सफलता है। यही सच भी है। अनेक देशों ने हमारे चुनाव आयोग और एवं का सहयोग लेकर अपने यहां भी चुनाव संपन्न कराए हैं, लेकिन हमारे यहां के राजनीतिक दल, उनसे जुड़े वकील, कुछ एक्टिविस्ट, एके डमिशियन, एक्टिविस्ट वकीलों का एक बड़ा वर्ग ईवीएम के विरुद्ध किसी न किसी तरह न्यायालय का उपयोग करते हुए या अन्य माध्यमों से अपना अभियान चलाते रहते हैं। हमने देखा कि २०१९ के चुनाव के पहले लंदन से लेकर अमेरिका जैसे देशों में भारत के ईवीएम को लेकर डेमो हो रहा है, बयान दिए जा रहे हैं।

यह बात अलग है कि चुनाव आयोग ने राजनीतिक दलों को जब भी चुनौती दी कि आइए हमारे समक्ष एवं से छेड़छाड़ साबित करिए तो कोई नहीं गया। जिस आम आदमी पार्टी के नेता पत्रकार वार्ता में एक नकली ईवीएम लेकर इसमें छेड़छाड़ साबित कर रहे थे वह भी चुनाव आयोग तक नहीं पहुंचे। साफ है कि इसके संबंध में जो भी आशंकाएं उठाई गई? वो निराधार हैं। वर्तमान मामले में ही अलग-अलग तरह के तर्क दिए गए। एसोसिएशन फॉर डेमोक्रेटिक रिफॉर्म्स की ओर से प्रस्तुत याचिका में वकील प्रशांत भूषण ने एक प्रस्तुति भी दी जिसमें साबित किया गया कि ईवीएम विसनीय प्रणाली नहीं है और हमें मत पत्रों से चुनाव की ओर लौटना चाहिए। उन्होंने यह भी विकल्प दिया कि अगर ईवीएम से करना ही है तो वीवीपैट की बनावट ऐसी हो कि उसमें से हर मतदाता को उनके वोट की पर्ची मिल जाए। जब उन्होंने पश्चिम जर्मनी का उदाहरण दिया तो उच्चतम न्यायालय ने पूछा कि वहां की आबादी कितनी है। सच है कि 7-8करोड़ आबादी वाले देश का उदाहरण 98 करोड़ से ज्यादा मतदाता वाले देश के संदर्भ में देना स्वीकार नहीं हो सकता। न्यायालय ने स्पष्ट कहा कि मत पत्रों से मतदान के दौरान क्या होता था यह हमें याद है और बताने की आवश्यकता नहीं। इसी तरह न्यायालय ने यह भी टिप्पणी की कि समस्या मशीन में नहीं है समस्या मानवीय व्यवस्था में होती है।

समस्या यह है कि राजनीतिक दल अपना जनाधार खोने और जनता द्वारा समर्थन न मिलने के कारणों को समझने की बजाय यह मन कर चल रहे हैं कि भाजपा ने चुनाव आयोग को नियंत्रण में ले लिया है और उसके माध्यम से ईवीएम में छेड़छाड़ कर कर चुनाव जीत रही है। आप देखेंगे कि भारत में भाजपा विरोधियों द्वारा शासन के हर अंग पर सवाल उठाए जा रहे हैं और बड़े-बड़े नेता सरेआम चुनाव आयोग ही नहीं न्यायालय और प्रशासन को कठघरे में खड़ा करने की सीमा तक चले जाते हैं। यह पूरी व्यवस्था और संपूर्ण तंत्र को संदेहास्पद बनाने का डरावना व्यवहार है। ईवीएम विरोधी अभियान को भी इसी दुखद और चिंताजनक प्रवृत्ति का अंग माना जा सकता है। हालांकि २०14 का चुनाव यूपीए सरकार के कार्यकाल में ही हुआ था। उस समय नरेन्द्र मोदी गुजरात के मुख्यमंत्री थे और भाजपा पार्टी के रूप में न इतनी प्रभावी थी और न ऐसी हैसियत रखती थी जितनी आज है। उसके पहले २013 में मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़ और राजस्थान में भी उसे व्यापक सफलता मिली थी। अच्छा हो कि उच्चतम न्यायालय इस पर अंतिम फैसला और मत दे दे ताकि अब इस विवाद को आगे न बढ़ाया जाए।

समस्या यह है कि हमारे देश के एक्टिविस्टों का एक समूह तथा कुछ राजनीतिक दल व नेता अपने आचरण पर पुनर्विचार नहीं कर सकते। वह यही संदेश देते रहेंगे कि हमारी राजनीति ठीक है, लोगों का समर्थन भी है, लेकिन ईवीएम से हम नहीं जीत सकते। ये लोग ईवीएम को कठघरे में करता खड़ा करते रहेंगे। यह दुर्भाग्यपूर्ण और लोगों के अंदर हमारी चुनाव प्रणाली को लेकर अत्यंत ही नकारात्मक मानसिकता पैदा करने का अभियान है, लेकिन हमारे आपके पास कोई चारा नहीं है। इसके अभी रु क जाने की संभावना नहीं है।

सू- दोकू क्र. 74

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक 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.73 का हल

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

मणिपुर में जातीय संघर्ष और बेलगाम उपद्रवी, सरकारी व्यवस्था पर सवाल

सगुन वर्मा

मैतेई समुदाय को जनजाति का दर्जा देने के सवाल पर कुकी समुदाय के साथ शुरू हुई हिंसा में अब तक दो सौ से ज्यादा लोग जान गंवा चुके हैं, ग्यारह सौ से अधिक घायल हुए और करीब पैंसठ हजार को अपना घर-बार छोड़ना पड़ा है।

मणिपुर में आम लोगों से लेकर सुरक्षा बलों तक को निशाना बनाया जा रहा है, उससे यही लगता है कि सरकार की व्यवस्था नाकाम हो चुकी है, उपद्रवी तत्त्वों पर कोई लगाम नहीं है। मणिपुर के कांगकोपकी जिले में संघर्षरत दो समुदायों के बीच रविवार को गोलीबारी हुई और उसमें एक व्यक्ति की मौत हो गई। इससे एक दिन पहले सुरक्षा बलों के एक शिविर पर उग्रवादियों ने हमला किया था, जिसमें केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल के दो जवान शहीद हो गए और दो जवान घायल हो गए।

मानो हिंसा में शामिल समूहों को खुली अराजकता के लिए छोड़ दिया गया है या फिर सरकार के स्थिति पर काबू पाने के दावे खोखले हैं। यह विचित्र है कि राज्य में हिंसा की शुरुआत को एक वर्ष होने आया है, मगर अब तक न तो सरकार हिंसक तत्त्वों को थाम सकी है, न ही समस्या का हल निकालने में उसकी कोई रुचि दिखती है।

गौरतलब है कि मैतेई समुदाय को जनजाति का दर्जा देने के सवाल पर कुकी समुदाय के साथ शुरू हुई हिंसा में अब तक दो सौ से ज्यादा लोग जान गंवा चुके हैं, ग्यारह सौ से अधिक घायल हुए और करीब पैंसठ हजार को अपना घर-बार छोड़ना पड़ा है। अभी देश भर में लोकसभा चुनाव का दौर है। माना जाता है कि चुनावों के दौरान सुरक्षा व्यवस्था आम दिनों के मुकाबले इतनी सख्त होती है कि किसी भी अवांछित और आपराधिक गतिविधि को अंजाम देना संभव नहीं होता। हिंसाग्रस्त राज्य होने के नाते मणिपुर में सुरक्षा इंतजामों के और बेहतर होने की उम्मीद की जाती है।

मगर हालत यह है कि चाक-चौबंद सुरक्षा व्यवस्था के दावों के बीच कहीं दो गुट आपस में सरेआम गोलीबारी कर लोगों की हत्या कर देते हैं, तो कहीं सुरक्षा बलों के शिविर पर हमला करके उनकी जान ले रहे हैं। ऐसे में समझना मुश्किल है कि समस्या का समाधान निकालने और हिंसा पर काबू पाने को लेकर सरकार की मंशा आखिर क्या है ! सब ठीक कर देने या होने के दावों के बरक्स हकीकत अगर त्रासद है, तो कठघरे में सरकार है।

छोटी सी योजना की शुरुआत

प्रधान न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ ने घोषणा की कि सुप्रीम कोर्ट अब व्हाट्सऐप संदेशों द्वारा जानकारी साझा करेगा। उन्होंने कहा कि सुप्रीम कोर्ट की मौजूदगी के पिच्छत्तरवें वर्ष में यह छोटी सी योजना की शुरुआत की है।

व्हाट्सऐप के रोजाना की जिंदगी में शामिल होने और इसके शक्तिशाली संचार सुविधा होने की बात भी उन्होंने की। इस पहल के अंतर्गत एडवोकेट ऑन रिकॉर्ड तथा शीर्ष अदालत के समक्ष निजी तौर पेश होने वाले वादियों को मुकदमा ऑनलाइन दाखिल करने, वाद सूची, आदेशों तथा निर्णयों के संबंध में जानकारी प्राप्त होगी।

सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता ने इसे क्रांतिकारी कदम बताते हुए इसकी सराहना की। प्रधान न्यायाधीश ने व्हाट्सऐप नम्बर साझा करते हुए स्पष्ट किया कि इस पर कॉल या संदेश प्राप्त नहीं होंगे। निस्संदेह यह सबसे बड़ी अदालत को पेपरलेस बनाने की तरफ उठा बड़ा कदम है।

तकनीक संबंधी सुविधाओं को जितनी जल्दी हो सके रोजमर्रा की जिंदगी में शामिल कर लेना उचित होता है। प्रधान न्यायाधीश निरंतर अदालती काम को लेकर ऐसी व्यवस्थाएं दे रहे हैं। उन्हें सुप्रीम कोर्ट जजों में सबसे ज्यादा फैसले लिखने का रुतबा प्राप्त है। छह वर्ष के भीतर 513 फैसले लिख चुके हैं।

न्याय व्यवस्था को सुचारू और पारदर्शी बनाने के लिए समय-समय पर उन्होंने बड़े कदम उठाए हैं। विभिन्न फैसलों को उन्होंने क्षेत्रीय भाषा में अनुदित करवाने की व्यवस्था करके तथा हिन्दी, तमिल, उडिय़ा और गुजराती में फैसलों का अनुवाद करने के लिए समिति का गठन भी किया।

देश में 48 करोड़ से अधिक व्हाट्सऐप प्रयोगकर्ता हैं, जो 2०25 तक 8० करोड़ तक पहुंचने का अंदाजा है। हालांकि व्हाट्सऐप मेटा टेक्नॉलाजी कंपनी की सुविधा है, जिसके सीईओ मार्क जकरबर्ग हैं। किसी भारतीय संचार संस्थान को इस जरूरत को समझते हुए आगे कदम बढ़ाने की सख्त जरूरत है।

सरकार, देश के अन्य बड़े संस्थान और गोपनीय दस्तावेज के लिए देसी तकनीक का प्रयोग किया जाना उचित है। तकनीक के मामले में हम दूसरों पर निर्भर होते जा रहे हैं। यह बड़ी चुनौती है। बावजूद इसके तकनीक का इस्तेमाल सुविधाओं के लिए करना वक्त की मांग है, इसके बिना काम नहीं चल सकता।(आरएनएस)

स्मैक सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चम्पावत। नशे के खिलाफ चलाये जा रहे अभियान के तहत पुलिस को कल देर शाम खासी सफलता हाथ लगी है। पुलिस व एसओजी टीम द्वारा संयुक्त कार्यवाही करते हुए कल देर शाम एक तस्कर को गिरफ्तार किया गया है। जिसके कब्जे से 21.35 ग्राम स्मैक बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम एसओजी व थाना लोहाघाट पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस व एसओजी टीम द्वारा क्षेत्र में संयुक्त चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान संयुक्त टीम को लोहाघाट-खेतीखान सड़क मार्ग पर एक संदिग्ध व्यक्ति घूमता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 21.35 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम कुलदीप सिंह पुत्र मंजीत सिंह, उम्र 21 वर्ष, निवासी ग्राम नगला, थाना नानकमत्ता, जनपद उध म सिंह नगर बताया। बताया कि उसके द्वारा यह स्मैक नानकमत्ता क्षेत्र से सस्ते दामों में खरीदकर चंपावत, लोहाघाट क्षेत्रांतर्गत ऊंचे दामों में बेचने जा रहा था। बहरहाल पुलिस ने उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

भारी मात्रा में चरस व तस्करी में प्रयुक्त कार सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। नशे के खिलाफ चलाये जा रहे अभियान के तहत पुलिस को कल देर शाम खासी सफलता हाथ लगी है। पुलिस ने दो नशा तस्करों को दबोच कर उनके पास से 900 ग्राम चरस व तस्करी में प्रयुक्त कार भी बरामद की है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम थाना मुनिकीरेती पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को हरियाणा नम्बर की एक संदिग्ध कार आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो कार चालक व उसका साथी कार छोड़कर भागने लगा। इस पर उन्हे घेर कर दबोचा गया। कार की तलाशी के दौरान उसमें रखी 900 ग्राम चरस बरामद हुई। पूछताछ में उन्होने अपना नाम विक्रम पुत्र राध श्याम निवासी महावीर कालोनी थाना सदर जिला करनाल हरियाणा व जितेन्द्र अहलावत पुत्र स्व. सोहन लाल निवासी न्यू शिवाजी कालोनी थाना सिटी जिला करनाल हरियाणा बताया। पुलिस ने उन्हे एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश किया जहां से उन्हे जेल भेज दिया गया है।

चारधाम यात्रा में उमड़ा जन सैलाब...

◄◄ पृष्ठ 1 का शेष

चार धाम यात्रा के लिए श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ रही है। 26 लाख लोग रजिस्ट्रेशन करा चुके हैं। हरिद्वार में जहां ऑफलाइन रजिस्ट्रेशन के लिए व्यवस्था की गई थी वह ध्वस्त हो चुकी है। प्रशासन द्वारा ऋषिकुल ग्राउंड में खुले में टेंट लगाकर 20 रजिस्ट्रेशन सेंटर खोले गए हैं लेकिन भीड़ इतनी ज्यादा है कि लोगों को 6-6 घंटे में भी रजिस्ट्रेशन करने का मौका नहीं मिल रहा है। किसी काउंटर पर लैपटॉप काम नहीं कर रहे हैं तो कहीं मोबाइल काम नहीं कर रहे हैं। घंटों लाइन में लगे लोग थक कर बैठ जाते हैं फिर खड़े हो जाते हैं। व्यवस्थाओं को कोसते हजारों लोग हताश होकर वापस लौटने पर विवश हैं। उनका कहना है कि सरकार की व्यवस्थाएं एकदम खराब है। यहां कोई देखने वाला या सुनने वाला भी नहीं है।

ज्वैलरी शोरुम में हुई चोरी का खुलासा..

◄◄ पृष्ठ 1 का शेष

ज्वैलरी शॉप को टारगेट करते हैं जिनमें कोई बुजुर्ग व्यक्ति अथवा महिला हों। हम उनको खरीददारी के बहाने से बातों में उलझाकर दुकान में रखी ज्वैलरी चालाकी से गायब कर देते हैं। महिला ने बताया कि काफी समय पहले मेरे पति का स्वर्गवास हो चुका है मेरे पांच बच्चे हैं और हम पर बहुत कर्जा हो गया है। जिसके चलते हमने 2 मई को घनसाली आकर अपने देवर सहित तीन अन्य को साथ लेकर उक्त ज्वैलरी शाप में चोरी की थी। जिसके बाद हम गाजियाबाद चले गये थे। यह सोचकर कि इनको पहाड की किसी छोटी दुकान में बेचेगें तो किसी को शक नहीं होगा, इसीलिये हम किसी आसान शिकार की तलाश में ज्वैलरी को साथ लेकर बेचने अपने साथियों के साथ यहां आ गये। पुलिस के अनुसार गिरफ्तार आरोपी शातिर किस्म के अपराधी हैं जिनके द्वारा अपने साथियों के साथ मिलकर कई शहरों में अन्य वारदातें भी की गयी हैं। मामले में महिला के देवर सहित तीन अन्य लोग फरार है जिनकी तलाश की जा रही है। बरामद ज्वैलरी की कीमत डेढ़ लाख रूपये बतायी जा रही है।

'ऑपरेशन मुस्कान' ने बिछड़ी बेटी के परिवार की लौटायी मुस्कान

हमारे संवाददाता

रूद्रप्रयाग। केदारनाथ धाम यात्रा के दौरान 4 वर्षीय बेटी के बिछड़ जाने पर सकते में आये परिवार की मुस्कान रूद्रप्रयाग पुलिस द्वारा चलाये जा रहे 'आपरेशन मुस्कान' के तहत लौट सकी है। पुलिस ने अथक प्रयासों के बाद बालिका को खोज निकाला और परिजनों के हवाले कर दिया। जिसके बाद परिवार के लोगों द्वारा पुलिस का आभार जता कर अपने गंतव्य को जाया गया।

10 मई 2024 को जनपद रुद्रप्रयाग में स्थित श्री केदारनाथ धाम के कपाट श्रद्धालुओं के दर्शनार्थ खुल गये हैं। पहले दिन रिकार्ड संख्या में श्रद्धालुओं ने बाबा के दर्शन किये। श्री केदारनाथ धाम तक पहुंचने हेतु पैदल, घोड़े-खच्चर, डण्डी-कण्डी, पिट्ठू व हैलीकॉप्टर इत्यादि संशाधनों का उपयोग होता है। केदारनाथ धाम तक पैदल पहुंच मार्ग तकरीबन 16 कि.मी. है, ऐसे में गौरीकुण्ड से श्री केदारनाथ धाम तक जाने या केदारनाथ धाम से वापस आने वाले श्रद्धालु अक्सर अपने साथियों से बिछड़ जाते हैं। श्रद्धालुओं के बिछड़ने पर होने वाली परेशानी से बचने हेतु पुलिस द्वारा

'ऑपरेशन मुस्कान' चलाया हुआ है और इसके लिए 5 स्थानों (केदारनाथ धाम, लिनचोली, भीमबली, गौरीकुण्ड व सोनप्रयाग) में खोया पाया केन्द्र बनाये गये हैं।

ऐसा ही एक वाकया कल केदारनाथ धाम कपाट खुलने के उपरान्त हुआ। जिसमें गुजरात से आये श्रद्धालु पंकज प्रजापति जो कि अपने परिवार के साथ दर्शन के उपरान्त केदारनाथ से नीचे गौरीकुण्ड के लिए पैदल चले, उनके सहित परिवार के सदस्यों ने पैदल चलकर व अपनी 4 साल की बिटिया को पिट्ठू वाले की सहायता से नीचे को चले। राह चलते समय वह लोग पीछे रह गये और इनकी बिटिया दृषा आनन्द को लेकर पिट्ठू वाला आगे निकल गया था। इन्होंने अपनी परेशानी जिला प्रशासन द्वारा भीमबली क्षेत्र में नियुक्त सैक्टर अधिकारी को बतायी गयी, जिनके द्वारा बिछड़ी बालिका दृषा आनन्द का विवरण व फोटो प्रशासन के व्हट्सएप ग्रुप में डाला गया व स्वयं भी चौकी प्रभारी गौरीकुण्ड से सम्पर्क स्थापित किया गया। चौकी प्रभारी गौरीकुण्ड द्वारा इस सम्बन्ध में चौकी के खोया पाया केन्द्र पर तैनात पुलिस बल को सूचित किया गया व स्वयं भी अलर्ट रहे। इस दौरान आने वाले काफी पिट्ठू वालों को रोककर तस्दीक के उपरान्त आगे जाने दिया गया। काफी इन्तजार के बाद इस बालिका को लेकर आने वाला पिट्ठू वहां पर पहुंचा जिसे खोया पाया केन्द्र पर रोके रखा गया। अपने माता-पिता को साथ न पाकर उक्त बालिका रो रही थी, चौकी प्रभारी गौरीकुण्ड व पुलिस कार्मिकों ने इस बालिका को ढांढस बंधाया व खाने को चाय बिस्किट दिये। इसके परिजनों के आने पर बालिका दृषा आनन्द को उनके सुपुर्द करते हुए हिदायत भी दी गयी कि आपको अपनी बालिका को ऐसे नहीं छोड़ना था व पिट्ठू वाले को अपने हिसाब से चलने के लिए कहना चाहिए था। इस पर बालिका के पिता ने स्वयं की भूल मानते हुए पुलिस व प्रशासनिक अधिकारियों का धन्यवाद ज्ञापित कर अपने गन्तव्य को प्रस्थान किया गया।

भाजपा महानगर अध्यक्ष ने निर्धन कन्या के विवाह में किया आर्थिक सहयोग

संवाददाता

देहरादून। भाजपा महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल ने निर्धन कन्या के विवाह मे आर्थिक सहयोग कर सहायता की।

आज यहां महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल के द्वारा एक निर्धन परिवार की बेटी का विवाह संपन्न कराने में विशेष आर्थिक सहयोग किया। महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल ने पिछले दिनों शिवाजी नगर वार्ड 24 में भीषण अग्निकांड हुआ था जिसमें कई परिवार के घर जल गए थे। उस समय मौके पर महानगर के अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल के द्वारा सभी परिवारों से मिलकर उनकी स्थिति का जायजा लिया था। तभी मौके पर एक रविंद्र साहनी के परिवार जिसमें उनकी बेटी का विवाह होना था परिवार के द्वारा विवाह के लिए धनराशि एकत्र की गई थी जो की आग में जलकर राख हो गई थी। महानगर अध्यक्ष के इस बात को लेकर उनके परिवार के प्रति संवेदना रखते हुए उनकी बेटी सकीना का विवाह मोनी साहनी से करवा कर दोनों जनों को वैवाहिक जीवन की शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर अनुसूचित मोर्चे के अध्यक्ष विशाल कुमार पूर्व सभासद मुरली शर्मा, जितेंद्र मिश्रा, दशरथ, सनी, तुलसी साहनी, रणजीत सिंह, राजेश दास, संजय वाल्मीकि, अंकित वाल्मीकि, हरि सिंह, अनूप, दयाल, राकेश कोटियाल आदि स्थानीय क्षेत्रवासी उपस्थित रहे।

भारतीय व्यापार मण्डल उत्तराखंड में करेगा सुरक्षा कवच का कार्य: जैन

संवाददाता

देहरादून। भारतीय व्यापार मण्डल के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष वैभव जैन ने कहा कि व्यापार मण्डल उत्तराखण्ड के व्यापारियों के लिए सुरक्षा कवच का कार्य करेगा।

आज यहां पत्रकार वार्ता के दौरान भारतीय व्यापार मंडल के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष वैभव जैन ने कहा कि वैसे तो देश में बहुत सारे उद्योग और व्यापारी संगठन बने है, लेकिन वह व्यापारियों का हित नही कर पाए। इन व्यापार मंडल की विफलता रही कि ये सरकार के साथ कोई सामंजस्य नही स्थापित कर पाए, यही कारण रहा कि सरकारी योजनाओं का व्यापारियों को लाभ नही मिल पाया और ना ही उनकी समस्याओं का निराकरण हो पाया। प्रदेश स्तर पर तो बहुत सारे व्यापारी संगठन हैं मगर राष्ट्रीय स्तर पर कोई भी व्यापारी संगठन नहीं

था जिसके लिए भारतीय व्यापार मंडल का गठन किया गया। भारतीय व्यापार मंडल का कार्य क्षेत्र संपूर्ण भारत है जिसके चलते देश के सभी व्यापारी वर्ग को जोड़ने का काम किया जा रहा हैं और अब तक 18 राज्यों के व्यापारियों को इस संगठन से जोड़ा जा चुका है इस संगठन का मुख्य कार्य छोटे-बड़े व्यापारियों की समस्याओं को लेकर एक मंच पर साझा करने का है जिससे कि व्यापारियों की समस्या का निराकरण किया जा सके और व्यापारियों के मुद्दों को सरकार तक आसानी से पहुंचाया जा सके। वैभव जैन कहा कि आज का व्यापारी बहुत सारी दिक्कतों का सामना कर रहा है जिसमें सेल्स टैक्स, इनकम टैक्स, जीएसटी तो कभी प्रदूषण के नाम पर तो कभी लेबर एक्ट को लेकर ऑनलाइन मार्केट जैसे मामले मुख्य रूप से सामने आ रहे हैं। वहीं कुछ छोटे व्यापारियों को व्यवसाय में घाटा होने पर किसी भी तरीके की आर्थिक मदद नहीं मिल पाती है। जिसमें यह संगठन आगे आकर अपने व्यापारी भाइयों की मदद कर सकेगा। जैन ने कहा कि अभी हम देहरादून के समस्त व्यापारियों से मिल रहे हैं उसके बाद हम पहाड़ के जितने भी व्यापारी हैं सभी से मिलकर उन सबको एक मंच पर लाने का काम करेंगे। इस अवसर पर एसपी नौटियाल को भी गढ़वाल मंडल अध्यक्ष की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी दी गई।

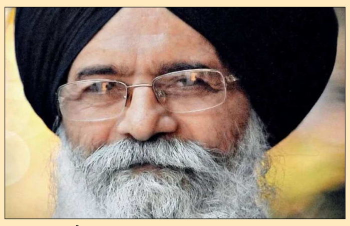
एक नजर

कांग्रेस बार-बार अपने ही देश को डराने की कोशिश करती हैः मोदी

नई दिल्ली। लोकसभा चुनाव के मद्देनजर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी शनिवार को ओडिशा के कंधमाल में थे। यहां उन्होंने एक चुनावी सभा को संबोधित किया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा कि बार-बार कांग्रेस अपने ही देश को डराने की कोशिश करती है। वे कहते हैं संभल के चलो पाकिस्तान के पास परमाणु बम है। पीएम ने कहा कि यह मरे पड़े लोग देश के मन को भी मार रहे हैं। वे पाकिस्तान के बम के बारे में बात करते हैं, लेकिन पाकिस्तान की हालत ऐसी है कि उन्हें नहीं पता कि इसे कैसे रखा जाए और वे अपने बम बेचने के लिए खरीदार की तलाश कर रहे हैं, लेकिन कोई भी उन्हें खरीदना नहीं चाहता है क्योंकि लोगों को भी पता है कि इनके बम में दम नहीं है। पीएम मोदी ने आगे कहा कि कांग्रेस के इसी कमजोर रवैये के कारण जम्मू-कश्मीर के लोगों ने 60 साल तक आतंक भुगता है। देश ने कितने आतंकी हमले झेले हैं। देश भूल नहीं सकता कि आतंकियों को सबक सिखाने के बजाय ये लोग आतंकी संगठनों के साथ बैठकें करते थे। 26/11 के मुंबई हमले के बाद इन लोगों की हिम्मत नहीं पड़ी, कि आतंक के सरपरस्तों पर कार्रवाई करें। और क्यों? क्योंकि कांग्रेस और इंडी गठबंधन को लगता था कि अगर हम कार्रवाई करेंगे तो हमारा वोटबैंक नाराज हो जाएगा।

पद्मश्री से सम्मानित पंजाबी कवि सुरजीत पातर का निधन

लुधियाना। पद्मश्री से सम्मानित पंजाबी कवि सुरजीत पातर का शनिवार सुबह लुधियाना की बरेवाल कॉलोनी में उनके आवास पर निधन हो गया। वे 79 वर्ष के थे। उनके परिवार के लोगों ने कहा कि सुरजीत पातर रात को सोए थे, फिर वे नींद से नहीं जागे। पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान सहित कई राजनीतिक नेताओं ने पातर के निधन पर दुख व्यक्त किया और कहा कि यह पंजाबी साहित्य की दुनिया के लिए बड़ी क्षति है। पातर की काव्य रचनाओं में हवा विच लिखे हर्फ, हनेरे विच सुलगदी वरनमाला, पतझर दी पाजेब, लफजान दी दरगाह और सुरजमीन शामिल हैं। उन्हें साल 2012 में साहित्य और शिक्षा के क्षेत्र में पद्मश्री सम्मान से नवाजा गया। पातर पंजाब कला परिषद के अध्यक्ष थे। वे पंजाबी साहित्य अकादमी के अध्यक्ष भी रहे। कवि और लेखक सुरजीत पातर को साहित्य अकादमी पुरस्कार, पंचनद पुरस्कार, सरस्वती सम्मान और कुसुमाग्रज साहित्य पुरस्कार से सम्मानित किया गया था। उन्होंने जालंधर जिले के पातर गांव से निकलकर कपूरथला के रणधीर कॉलेज से स्नातक किया। इसके बाद गुरु नानक देव विश्वविद्यालय से श्गुरु नानक वाणी में लोककथाओं के परिवर्तनश विषय पर पीएचडी की। वे लुधियाना में पंजाब कृषि विश्वविद्यालय से पंजाबी के प्रोफेसर के रूप में सेवानिवृत्त हुए।



हाईवे पर ट्रक से टकराई कार, दूल्हे समेत 4 लोगों की जलकर मौत

झांसी। उत्तर प्रदेश के झांसी कानपुर हाईवे पर शुक्रवार की रात्रि में दर्दनाक हादसा हो गया। बताया जा रहा है कि दूल्हे को लेकर जा रही कार हाईवे पर ट्रक से टकरा गई। टक्कर लगने के बाद कार में आग लग गई। आग लगने के बाद उसमें सवार दूल्हे समेत अन्य लोग जिंदा जल गए। बताया जा रहा है कि झांसी जनपद के ऐरच थाना क्षेत्र के बिलाटी गांव के रहने वाले आकाश की शादी बड़ागांव थाना क्षेत्र के छपार गांव की एक युवती से 10 में को होनी थी। ऐसे में अपने सगे भाई आशीष और 7 वर्षीय भतीजे ऐशू समेत दो रिश्तेदारों को अपनी कार में लेकर दूल्हा आकाश शादी करने के लिए जा रहा था। जबकि बाराती अन्य वाहन से जा रहे थे। बारात लेकर आकाश झांसी कानपुर हाईवे पर स्थित बड़ागांव थाना क्षेत्र के पारीछा गांव के समीप पहुंचा। इसी दौरान एक ट्रक ने उसकी कार में टक्कर मार दी। टक्कर लगने के बाद कार में आग लग गई। हादसे के बाद स्थानीय लोग तत्काल मौके पर पहुंचे और कार का शीशा तोड़कर उसमें सवार दो लोगों को कड़ी मशक्कत कर बाहर निकाले। जबकी विकराल आग पकड़ने के चलते दूल्हा आकाश, भाई आशीष, भतीजा ऐशू और ड्राईवर भगत कार में जिंदा जल गए। दूल्हे के पीछे आ रही बारातियों की गाड़ी वहां रुकी उसके बाद लोगों ने परिजनों को सूचना दिया। पूरे बाराती वहां जुट गए। शादी की खुशियां पल भर में माता में बदल गई। वहीं स्थानीय लोगों द्वारा पुलिस को भी सूचना दी गई।

किरायेदार ही निकले लूटेरे, गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। बुजुर्ग महिला को घायल कर जेवरात व स्कूटी लूट की घटना को अंजाम देने वाले किरायेदारों को पुलिस ने गिरफ्तार कर उनके कब्जे से लूटे गये जेवरात व स्कूटी बरामद कर ली। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया गया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार 09 मई 2024 को राजेन्द्र सिंह बिष्ट निवासी नागल ज्वालापुर डोईवाला देहरादून द्वारा कोतवाली डोईवाला में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 08 मई को वह अपने परिजनों के साथ एक समारोह मे बाहर गये थे,जब कार्यक्रम से वापस आये तो उनकी माता घायल अवस्था मे घर के आंगन मे पडी थी, जिनको उनके द्वारा उठाया गया तथा जानकारी करने पर उनकी माता द्वारा बताया गया कि रात्रि समय करीब 11 बजे 02 व्यक्ति, जिनके द्वारा अपने मुंह पर रुमाल बांध ा था, छत के रास्ते से घर मे आये तथा उन्हें अकेला देखकर उनपर हमला कर दिया तथा उनसे छीना झपटी कर उनके गले से एक सोने की चैन व एक छोटा पर्स (जिसमे कुछ रूपये थे) छीनते हुए घर के आंगन मे खडी स्कूटी को भी उठाकर ले गए। उसकी मां द्वारा उनके घर पर रह रहे किरायेदारों मनीष व भरत पर उक्त घटना कारित करने का शक जाहिर किया गया, जो घटना के बाद से ही घर से गायब हो गए है।

कोतवाली डोईवाला पर पुलिस टीम गठित की गयी, गठित टीम द्वारा घटनास्थल व आसपास के स्थानो पर सीसीटीवी कैमरो का अवलोकन किया गया। पुलिस टीम द्वारा काली माता मन्दिर के पास, लालतप्पड पर चैकिंग के दौरान घटना को अंजाम देने वाले दोनों आरोपियों मनीष त्यागी पुत्र लोकेश त्यागी निवासी ग्राम नकीतपुर थाना नहटौर जिला बिजनौर, तथा भरत पुत्र भीमाराम निवासी ग्राम पिलवाडा थाना पिलवाडा, जिला सिरोही, राजस्थान के कब्जे से घटना मे लूटी गयी स्कूटी सफेद रंग के साथ गिरफ्तार किया गया, आरोपियों की तलाशी लेने पर उनके पास से घटना में लूटी गई चैन, एक आधार कार्ड, रूपये 2 हजार रूपये नगद बरामद हुए।

पूछताछ में उनके द्वारा बताया गया कि वे दोनों पुताई का कार्य करते हैं गिरफ्तार दोनों नशे के आदी हैं तथा अपने नशे की पूर्ति के लिए उनके द्वारा काफी लोगों से पैसे उधार लिए गए थे तथा अपनी बाइक को भी एक व्यक्ति के पास गिरवी रख दिया था, जिसे छुड़ाने के लिए उनके द्वारा लूट की घटना को अंजाम देने की योजना बनाई। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

दुकान का ताला तोड नगदी व सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। दुकान का ताला तोड चोरों ने नगदी व सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मालदेवता निवासी योगेन्द्र सिंह ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह घराटपुल मालदेवता पुल के पास दुकान चलाता है। किन्तु आज दुकान सुबह करीब 3.30 बजे कुछ अज्ञात व्यक्तियों द्वारा उसकी दुकान का पल्ला व ताला तोडकर दुकान मे रखा सामान दुकान का गल्ला जिसमे रुपये व सिक्के थे तथा दुकान मे रखा सामान रंजनी गंधा, मैगी की पेटी, पानी की बोतले, कोल्डड्रिंग्स, सिगरेट की डब्बियां, फ्रूटी की पेटी, चिप्स के पैकेट, कुरकुरे के पैकट, नमकीन पैकेट, दिलबाग आदि सामान चोरी किया गया है।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

टावर से केबिल चोरी

संवाददाता

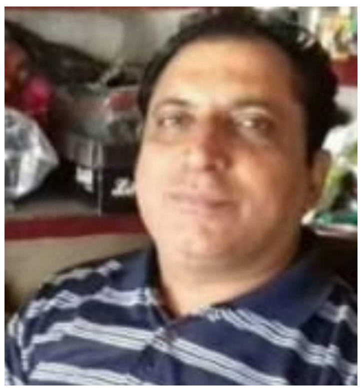
देहरादून। चोरों ने टावर से केबिल चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार रायल कमाण्ड प्रोटेक्शन ग्रुप के नरेश सिंह ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनकी कम्पनी का टावर काठ बंगला पुल पर लगा हुआ है।

उन्हें सूचना मिली कि किसी ने टावर से दस मीटर केबिल चोरी कर ली है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

डोईवाला के व्यापारी व भाजपा नेता की ट्रेन की चपेट में आने से मौत

हमारे संवाददाता



देहरादून। डोईवाला के व्यापारी व भाजपा नेता मंदीप बजाज की आज सुबह ट्रेन की चपेट में आकर मौत हो गयी। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है। वहीं उनकी मृत्यू की खबर से पूरे डोईवाला क्षेत्र में शोक की लहर है।

जानकारी के अनुसार यह हादसा आज सुबह लगभग 8.20 बजे लच्छीवाला में स्थित पेट्रोल पम्प के समीप रेलवे ट्रैक पर हुआ है। बताया जा रहा है कि सुबह देहरादून से डोईवाला की ओर देहरादून-सहारनपुर पैसेंजर ट्रेन आ रही थी। जिसकी चपेट में आकर उनकी मौत हुई है। मंदीप बजाज आज सुबह लगभग 7:15 बजे रोजाना की तरह मिस्सरवाला से स्कूटी से घर के लिए दूध लेकर आये थे, जिसके बाद वह घर पर अपना फोन छोड़कर कहीं चले गये। जिसके बाद काफी देर तक जब उनका कुछ पता नही चला तो परिजनों ने उनकी खोजबीन शुरू की लेकिन उनका कोई पता नही चला। जिसके बाद सोशल मीडिया में ट्रेन से कटने की सूचना और फोटो में मृतक के कपडे देखकर उनकी बेटी को अपने पिता के होने की आशंका हुई। उन्होने लच्छीवाला रेलवे ट्रेक पर लाश की पहचान अपने पिता मंदीप कुमार के रूप में की। वहीं दुर्घटना की सूचना पर रेलवे पुलिस फॉर्स और डोईवाला पुलिस घटनास्थल पर पहुंची। जिनके द्वारा आवश्यक कानूनी कार्यवाई की गयी। जिसके बाद शव को एम्बुलेंस के माध्यम से पोस्टमॉर्टम के लिए कोरोनेशन हॉस्पिटल देहरादून भेज दिया गया है।

बताते चलें कि मंदीप बजाज डोईवाला का एक जाना माना नाम था। वह भारतीय जनता पार्टी के मंडल अध्यक्ष रहने के साथ ही एक प्रमुख व्यापारी भी थे। उनका संजय साइकिल स्टोर के नाम से एक व्यापारिक प्रतिष्ठान है। जिनकी मृत्यू की खबर से डोईवाला बाजार में शोक की लहर व्याप्त है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी 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।