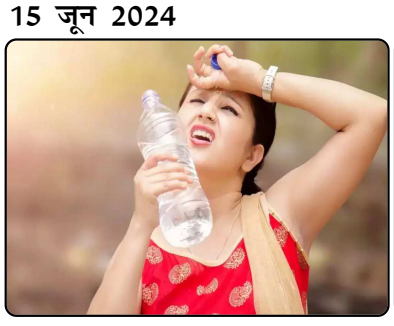
शनिवार
15 जून 2024



पृष्ठ 4

**चिलचिलाती धूप से आने के कितने...**

पृष्ठ 5

**इंटरनेट पर छाया नेहा शर्मा का..**

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 133
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

**आज का विचार**

जिस राष्ट्र में चरित्रशीलता नहीं है उसमें कोई योजना काम नहीं कर सकती।

– विनोबा

# दूनवैलीमेल

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

# यात्री वाहन अलकनंदा में गिरा, 10 लोगों की मौत

विशेष संवाददाता

रुद्रप्रयाग। बदरीनाथ हाईवे पर आज दोपहर एक यात्री वाहन अनियंत्रित होकर दो ढाई सौ मीटर नीचे अलकनंदा नदी में जा गिरा। इस भीषण हादसे में आठ लोगों की दुर्घटना स्थल पर ही मौत हो गई तथा नौ लोग घायल हो गए जिनमें से चार की हालत गंभीर होने के कारण उन्हे एयरलिफ्ट कर हायर सेंटर भेजा गया है। खबर यह भी है कि घायलों में से दो ने रास्ते में ही दम तोड़ दिया जिसकी पुष्टि नहीं हो सकी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आज एक टेंपो ट्रैवलर 17 सवारियों को लेकर

**❑रैतोली के पास हुआ भीषण हादसा, 9 घायलों में से चार की हालत गंभीर, मुख्यमंत्री ने दिए जांच के आदेश**

नोएडा से बद्रीनाथ जा रहा था जो गौचर से पहले रैतोली के निकट अनियंत्रित होकर दो ढाई सौ मीटर नीचे अलकनंदा नदी में जा गिरा। दुर्घटना की सूचना स्थानीय लोगों द्वारा पुलिस प्रशासन को दी गई तथा क्षेत्रीय लोग खुद मदद और बचाव राहत कार्य में जुट गए। कुछ ही देर में घटनास्थल पर एनडीआरएफ और एसडीआरएफ की टीमें भी पहुंच गई। गनीमत यह रही कि वाहन नदी के किनारे गिरा अगर नदी के बीच गिरता तो किसी की जान नहीं बच पाती।

कई घंटे चले रेस्क्यू के बाद घटनास्थल से आठ लोगों के शव बरामद किए गए हैं जबकि नौ लोगों को घायल अवस्था में बाहर निकाला गया है। जिन्हें नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र भेजा गया है। घायलों में चार की स्थिति अति गंभीर बताई गई है जिन्हें एयरलिफ्ट कर हायर सेंटर भेजा जा रहा है। दो लोगों की रास्ते में ही मौत की खबर है जिसकी पुष्टि नहीं हो सकी है। समाचार लिखे जाने तक मृतकों के शव भी नदी किनारे ही रखे थे जिन्हें पोस्टमार्टम के लिए भेजा जाना है। दुर्घटना का शिकार हुए लोग यूपी के मथुरा के रहने वाले बताए जा रहे हैं जिनकी अभी शिनाख्त नहीं हो सकी है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने इस हादसे पर शोक संवेदनाएं व्यक्त करते हुए कहा कि ईश्वर मृत आत्माओं को

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

# पुलिस व पशु तस्करों के बीच हुई मुठभेड, गोली लगने से एक घायल

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कार सवार चार पशु तस्करों के साथ पुलिस की देर रात मुठभेड़ हो गई। इस मुठभेड़ में एक बदमाश के पैर में गोली लगी है। जबकि उसके तीन साथी मौके से फरार होने में कामयाब हो गये। पुलिस ने घायल बदमाश को उपचार के लिए अस्पताल भेजा है और उसके फरार साथियों की तलाश की जा रही है। घायल बदमाश पर पूर्व से करीब डेढ़ दर्जन मुकदमें दर्ज हैं तथा वह सहारनपुर का हिस्ट्रीशीटर बदमाश है।

जानकारी के अनुसार बीती देर रात थाना झबरेडा क्षेत्रान्तर्गत उ.प्र. बार्डर स्थित लाठरदेवा हूंण नहर पिकेट पर पुलिस चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान एक सिल्वर रंग की सेन्ट्रो कार जो मंगलौर की ओर से आ रही थी को बैरियर लगाकर रोकने का इशारा किया तो कार सवार

संदिग्धों द्वारा बैरियर तोड़कर व पुलिस पर फायरिंग कर तांसीपुर नहर पटरी की ओर भागा गया। पुलिस पर फायरिंग की सूचना मिलते ही मौके पर भारी संख्या में पुलिस बल पहुंचा और सैंट्रो कार सवार बदमाशों की घेराबंदी शुरु की गई। पुलिस की घेराबंदी से घबराये बदमाशों की कार इस दौरान अनियंत्रित होकर बिजली के पोल से टकरा गयी। दुर्घटनाग्रस्त वाहन से उतरकर बदमाशों द्वारा पुन: पुलिस कर्मियों पर फायर करते हुए नहर किनारे

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

## स्वाति मालीवाल से मारपीट मामले में बिभव कुमार की न्यायिक हिरासत 22 जून तक बढ़ी

नई दिल्ली। राज्यसभा सांसद स्वाति मालीवाल के साथ मारपीट मामले में अरविंद केजरीवाल के पीए बिभव कुमार को राहत मिलती नहीं दिख रही है। दिल्ली की तीस हजारी कोर्ट ने बिभव कुमार की न्यायिक हिरासत को 22 जून तक बढ़ा दिया है। बिभव कुमार को फिलहाल तिहाड़ जेल में बंद हैं, उन्हें वीडियो कॉफ्रेंसिंग के जरिए कोर्ट में पेश किया गया था। बता दें, स्वाति मालीवाल ने लोकसभा चुनाव से ठीक पहले 13 मई को बिभव कुमार पर नई दिल्ली में मुख्यमंत्री के आवास पर मारपीट करने का आरोप लगाया था। इससे पहले शुक्रवार को अदालत ने जांच अधिकारी की अनुपस्थिति को देखते हुए कुमार की हिरासत एक दिन के लिए बढ़ा दी थी। बिभव कुमार को 18 मई को गिरफ्तार किया गया था। मजिस्ट्रेट अदालत ने उन्हें उसी दिन पांच दिन की पुलिस हिरासत में भेज दिया था। अदालत ने कहा था कि उनकी गिरफ्तारी के कारण अग्रिम जमानत याचिका का कोई मतलब नहीं रह जाता। उन्हें 24 मई को चार दिन की न्यायिक हिरासत में भेजा गया था, जिसके बाद उन्हें फिर से तीन दिन की पुलिस हिरासत में भेज दिया गया था।

## छत्तीसगढ़: मुठभेड़ में मारे गए 8 नक्सली

नई दिल्ली। छत्तीसगढ़ में सुरक्षाबलों ने एक बड़े ऑपरेशन में 8 नक्सलियों को मार गिराया है। छत्तीसगढ़ के नारायणपुर-अबूझमाड़ में चल रही मुठभेड़ में ये सभी नक्सली ढेर हुए हैं। इस ऑपरेशन में एक जवान भी घायल हुआ है। कुतुल, फरसबेड़ा, कोड़तामेटा इलाके में पुलिस और नक्सलियों के बीच मुठभेड़ चल रही है। समाचार लिखे जाने तक अबूझमाड़ में चार जिलों की पुलिस संयुक्त ऑपरेशन कर रही है।

नारायणपुर-कोंडागांव-कांकेर-दंतेवाड़ा की डीआरजी, एसटीएफ और आईटीबीपी 53वीं बटालियन की फोर्स इलाके में सर्च ऑपरेशन चला रही है। पिछले दो दिनों से इस इलाके में रुक-रुक कर मुठभेड़

जारी है।

नारायणपुर के एसपी प्रभात कुमार ने मुठभेड़ की पुष्टि की है। इससे पहले 7 जमू को भी छत्तीसगढ़ के नारायणपुर-दंतेवाड़ा के सीमावर्ती इलाके में नक्सलियों और जिला रिजर्व समूह के जवानों के बीच मुठभेड़ हुई थी जिसमें 7 नक्सली मारे गए थे। यह नक्सल विरोधी अभियान सुरक्षाबलों ने उस वक्त शुरू किया था जब नारायणपुर, दंतेवाड़ा और कोंडागांव जिले की सीमा पर स्थित मुंगेडी और गोबेल क्षेत्र में एक गांव में कई नक्सलियों के छिपे होने की जानकारी मिली थी।

दून वैली मेल

## संपादकीय

# व्यवस्था बदलने की जरूरत

यह अत्यंत ही खेदजनक है कि अलग राज्य बनने के 23 सालों में भी सूबे की सरकारों द्वारा चार धाम यात्रा को सुचारू ढंग से संचालित करने और उसे सुगम और सुखद बनाने के लिए कोई ऐसा सिस्टम विकसित नहीं किया जा सका जो आमतौर पर देश के अन्य तमाम धार्मिक यात्राओं में देखा जा सकता है। वही बद्री केदार समिति और पंडा पुजारी इस देश की सबसे बड़ी धार्मिक यात्रा का संचालन और व्यवस्थाओं को अपनी सुविधानुसार चला रहे हैं। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी चारधाम यात्रा की ब्रांडिंग की बात कर जरूर रहे हैं लेकिन यह ब्रांडिंग क्या और कैसी होगी समय ही बताएगा। जिस तरह से साल दर साल चारधाम यात्रियों की संख्या में इजाफा हो रहा है वह यह बताने के लिए काफी है कि उत्तराखंड राज्य में अगर इस यात्रा को सुचारु प्रबन्ध सुनिश्चित करने के लिए कोई प्रभावी व स्थाई व्यवस्था हो जाए तो इस राज्य के आम आदमी और सरकार की तमाम आर्थिक समस्याओं का समाधान अकेले चार धाम यात्रा से ही हो सकता है। अगर केंद्र सरकार द्वारा जो आलवेदर चारधाम रोड जैसी परियोजना न लाई गई होती तो आज भी इस यात्रा को हम 50 साल पहले वाले प्रारूप में ही देख रहे होते। राज्य गठन के बाद इस राज्य को पर्यटन राज्य बनाने तथा ऊर्जा प्रदेश बनाने या योग व अध्यात्म की राजधानी के रूप में विकसित करने पर लंबी चर्चाएं होती रही है। लेकिन अब तक यह स्पष्ट हो चुका है कि देवभूमि उत्तराखंड के लिए अगर सबसे मुफीद कुछ हो सकता है तो वह धार्मिक पर्यटन ही हो सकता है। जिसके साथ आप योग और अध्यात्म को जोड़कर आगे तक जा सकते हैं। लेकिन इसके लिए राज्य सरकार को एक व्यवस्था को विकसित करना ही होगा सिर्फ केंद्र सरकार के भरोसे, कि वह मानस खंड मंदिर परियोजना लायेगी और राज्य के सभी पुराने जीर्ण शीर्ण मठ-मंदिरों का जीणोद्धार करेगी और बद्री केदार के तर्ज पर पुनर्निर्माण कार्य करवायेगी या मास्टर प्लान लायेगी, राज्य सरकार को अपने स्तर पर बहुत कुछ करना पड़ेगा। सिर्फ यह देखकर कि बीते साल चारधाम यात्रा पर 25 लाख लोग आए थे और इस साल पहले ही माह में 13 लाख से अधिक रिकार्ड श्रद्धालु पहुंच चुके हैं, आप संतुष्ट नहीं हो सकते हैं। जो श्रद्धालु यात्रा पर आ रहे हैं उन्हें क्या-क्या और किस-किस तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है इस पर भी गौर करने की जरूरत है। पूर्व सीएम त्रिवेंद्र सिंह रावत द्वारा माता वैष्णो देवी की तर्ज पर चारधाम यात्रा की व्यवस्थाओं में सुधार के लिए श्राइन बोर्ड की तरह देवस्थानम बोर्ड बनाने का प्रस्ताव लाया गया था। जिसे आज तक अमली जामा नहीं पहनाया जा सका। क्योंकि इसके विरोध में बद्री केदार समिति से लेकर तीर्थ पुरोहित और पंडा पुजारी खड़े हो गए थे। यह बड़ी विडंबना है कि चार धाम यात्रा से लाखों करोड़ों की कमाई करने वाले किसी भी सूरत में व्यवस्थाओं में रत्ती भर भी परिवर्तन बर्दाश्त नहीं कर सकते हैं। यात्रियों को जीरो डिग्री में रात बितानी पड़े तो पड़े, उन्हें खाने-पीने की वस्तुएं 9 की 100 में मिले तो मिले। वह चार-चार घंटे जाम में फंसे रहे तो फंसे रहे। जिस तरह की अव्यवस्थाएं हर साल लाखों श्रद्धालु झेलते हैं वह कदाचित भी इस बड़ी धार्मिक यात्रा के लिहाज से ठीक नहीं है। सीएम धामी को चाहिए कि वह इन व्यवस्थाओं में बदलाव के लिए कोई बड़ा और साहसिक कदम उठाए सिर्फ ब्रांडिंग से कुछ नहीं होगा।

# अधिग्रहित भूमि वापस दिलाने को मोर्चा ने दी मुख्यमंत्री दरबार में दस्तक

संवाददाता

देहरादून। संत निरंकारी मिशन की आईएसबीटी निर्माण हेतु अधिग्रहित भूमि वापस दिलाने की मांग को लेकर जन संघर्ष मोर्चा ने मुख्यमंत्री दरबार में दस्तक दी।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी की अगुवाई में प्रतिनिधि मंडल ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से भेंट कर वर्ष 2001-2002 में संत निरंकारी मिशन की आईएसबीटी निर्माण हेतु एमडीडीए द्वारा अधिग्रहित भूमि (जिसका आज तक मुआवजा नहीं लिया गया) के बदले अन्यत्र भूमि दिलाने एवं शेरगढ़, डोईवाला निवासी कांस्टेबल तजेंद्र सिंह, जिन्होंने यूएसए में आयोजित वर्ल्ड पुलिस एवं फायर गेम्स बॉडी बिल्डिंग प्रतियोगिता वर्ष 2017 में गोल्ड मेडल जीतकर देश का नाम रोशन किया था तथा वर्ष 2013 में भी लंदन में आयोजित प्रतियोगिता में गोल्ड मेडल जीता था, को आउट ऑफ टर्न प्रमोशन दिलाने का आग्रह किया गया। जिस पर मुख्यमंत्री ने दोनों मामलों में कार्रवाई के निर्देश दिए। नेगी ने कहा कि आउट ऑफ टर्न प्रमोशन को लेकर उनके परिजनों द्वारा कई वर्षों से लड़ाई लड़ी गई, लेकिन नियमावली में प्रावधान न होने के चलते लाभ नहीं मिल सका, लेकिन नियमावली के नियम 19 में शिथिलता का प्रावधान है, जिसके चलते बिना पारी के प्रमोशन दिया जा सकता है। उक्त बिंदु मुख्यमंत्री के समक्ष रखा गया।

नेगी ने कहा कि संत निरंकारी मिशन, जोकि मानव कल्याण एवं सामाजिक कार्यों के लिए जाना जाता है, भूमि वापस मिलने से मानव कल्याण के कार्यों यथा ब्लड डोनेशन कैंप/ आपदा राहत शिविर व अन्य सामाजिक कार्यों में और तेजी आएगी। प्रतिनिधिमंडल में संत निरंकारी मंडल, मसूरी के जोनल इंचार्ज हरभजन सिंह, विकासनगर मुखी नरेंद्र राठौर, हरिकिशन सिंह (गोल्ड मेडलिस्ट के पिता) एवं भाजपा नेता राजेंद्र सिंह मौजूद थे।

# एनडीए टॉपर शिवराज ने किया विद्यार्थियों के साथ कैरियर पर संवाद

संवाददाता

मुनस्यारी। एनडीए टॉपर शिवराज सिंह पछाई ने विद्यार्थियों के साथ कैरियर गाइडेंस पर संवाद स्थापित किया।

आज यहां वर्ष 2023 के एनडीए प्रवेश परीक्षा के टॉपर शिवराज सिंह पछाई ने विभिन्न विद्यालयों के विद्यार्थियों के साथ कैरियर गाइडेंस पर संवाद स्थापित किया। उन्होंने एनडीए के अलावा मिलिट्री, पैरामिलिट्री तथा पुलिस फोर्सेस में विद्यार्थियों के शामिल होने के लिए स्थापित अवसरों की जानकारी। सामुदायिक पुस्तकालय के बैनर तले आयोजित करियर गाइडेंस कार्यक्रम में विद्या मंदिर की छात्रा भूमिका तोमक्याल ने कार्यक्रम का संचालन करते हुए एनडीए टॉपर के संदर्भ में जानकारी साझा की। जोहर शिल्पी विकास समिति के अध्यक्ष दीवान नाम ने संगठन की ओर से एनडीए टॉपर शिवराज को शाल ओढ़ाकर उनका स्वागत किया। उन्होंने कहा कि हमारा संगठन इस तरह की गतिविधियों में आगे भी भाग लेता रहेगा। एनडीए टॉपर शिवराज ने एनडीए पर आधारित फिल्म दिखाकर विद्यार्थियों को इस ओर आकर्षित करने का प्रयास किया। उन्होंने विद्यार्थियों के बीच में जाकर उनसे स्वयं सवाल जवाब कर करियर गाइडेंस कार्यक्रम में जान ला दी। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों को अपना लक्ष्य तय करना चाहिए। लक्ष्य के अनुसार नियमित रूप से तैयारी करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि एनडीए के साथ-साथ अन्य क्षेत्र भी करियर बनाने के लिए असीम संभावनाएं है। उन्होंने कहा की आवश्यकता है, कि सभी विद्यार्थी अपना लक्ष्य तय करते हुए आगे की तैयारी करे। भारत सरकार के आयकर विभाग के प्रधान आयुक्त मुरादाबाद नरेंद्र सिंह जंगपांगी (आई.आर.एस.) को गुलदस्ते भेंट का छात्रों ने उनका स्वागत किया। उन्होंने कहा कि सिविल परीक्षा के क्षेत्र में हम अपना करियर बना सकते है। इसके लिए बहुत मेहनत किए जाने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि सीमांत के विद्यार्थियों को करियर चुनने के लिए इस तरह के आयोजन निशुल्क प्राप्त हो रहे है। उनके समय में तो इस तरह की आयोजनों का चलन ही नहीं था।

सामुदायिक पुस्तकालय के सदस्य तथा जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने कहा कि आगे भी यह सिलसिला जारी रहेगा। उन्होंने कहा कि स्वरोजगार के क्षेत्र में भी विद्यार्थी अपना कैरियर बना सकते है। उन्होंने कहा कि इसके लिए सरकारी विभागों की मदद भी ली जाएगी।

# महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य की चुनौतियों के लिए कार्यशाला का आयोजन

संवाददाता

देहरादून। फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी के द्वारा महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य से जुडी चुनौतियों को लेकर कार्यशाला का आयोजन किया गया।

आज यहां मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में कार्यरत अग्रणी सामाजिक संस्था फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी ने महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी चुनौतियों और समाधान की जागरूकता के लिए एक विशेष कार्यशाला और प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन राजपुर रोड स्थित एक होटल में किया। इस कार्यशाला में मनोवैज्ञानिक डॉ. पवन शर्मा (द साइकेडेलिक) और सी एस सुनिष्ठा सिंह ने महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े कई पहलुओं पर चर्चा की और विभिन्न मानसिक समस्याओं के समाधान के बारे में जानकारी दी। डॉ. पवन शर्मा ने बताया कि ज्यादातर महिलाएं अपने पूरे जीवन में आने वाले विभिन्न पड़ावों और हालातों के अनुसार प्राथमिकता के आधार पर अपने मानसिक स्वास्थ्य को पीछे रख कर अपने रोल को निभाती हैं। ऐसा करने पर उनकी मानसिक चुनौतियां समय के साथ बढ़ कर कई शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याएं पैदा हो जाती है और उनके दैनिक जीवन को प्रभावित करती है। ऐसे में मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी जागरूकता कई परेशानियों को कम कर सकती है।

त्वं त्या चिद्वातस्याश्वागा ऋज्रा त्मना वहध्यै।
ययोर्देवो न मर्त्यो यन्ता नकिर्विदाय्यः।।
(ऋग्वेद १०-२२-५)

ब्रह्माण्डीय ऊर्जा की दो प्राकृतिक धाराओं - प्राण और अपान को न तो कोई मनुष्य और ना ही कोई देव नियंत्रित कर सकता है।

ना ही इनको कोई पूर्ण रूप से जानता है। परमेश्वर प्राणों के प्राण है वे ही इनको नियंत्रित करते हैं।

# बाबा के दरबार में आये भक्तों को सुविधा प्रदान करना हमारा कर्तव्यः एसएसपी

हमारे संवाददाता

नैनीताल। बाबा नीम करौली महाराज जी के दर्शन को कैंची धाम मन्दिर में आये भक्तों को श्री प्रहलाद नारायण मीणा वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक नैनीताल ने स्थापना दिवस की बधाई देते हुए कहा कि जिला प्रशासन, पुलिस एवं मन्दिर समिति द्वारा जो भी व्यवस्थायें मेले के सकुशल सम्पन्न कराने हेतु की गयी है भक्त इस व्यवस्था को बनाये रखने में काफी सहयोग कर रहे हैं। अत्यधिक संख्या में भक्त अब तक दर्शन कर चुके हैं, शान्तिपूर्ण, खुशहाल तरीके से मेला चल रहा है। कहा कि पूरी उम्मीद है कि आज स्थापना दिवस का यह कैची धाम मेला ऐतिहासिक होने के साथ-साथ शान्तिपूर्ण तरीके से सम्पन्न होगा। कहा कि बाबा जी के दरबार में आये भक्तों की सेवा करना उनको सुविधा प्रदान करना ये हमारे ड्यूटी एवं कर्तव्य है।

बता दें कि महान संत बाबा नीम करौली महाराज के धाम कैंची में मंदिर के स्थापना दिवस पर भव्य मेला आयोजित हुआ इस दौरान लाखों की संख्या में भक्तों ने बाबा जी महाराज के दर्शन कर पुण्य लाभ अर्जित किये और भंडारे में प्रसाद ग्रहण किया। ब्रह्ममुहूर्त में पूजा अर्चना के बाद मंदिर के कपाट भक्तों के लिये खोले गये रातभर से ही दूर-दराज से आने वाले भक्तों की कई किलोमीटर लंबी लाइन लगनी शुरु हो गई थी हर कोई बस बाबा नीम करौली महाराज के दर्शनों को आतुर रहा और दर्शन कर पुण्य का भागी बना।

गौरतलब है कि उत्तराखंड सरकार ने मानस खंड योजना के तहत कैंची धाम को प्रमुख धार्मिक स्थलों की श्रेणी में शामिल किया है जिसके चलते यहाँ पर मान्यताओं के अनुरुप बड़ी संख्या में सालभर भक्तों का तांता लगा रहता है ऐसे में जिला और पुलिस प्रशासन की तरफ से भक्तों की सुविधा को लेकर चाकचौबंद इंतजामात किये गये हैं जगह-जगह पर फोर्स डिप्लॉय की गई है।

मंदिर समिति के मुताबिक हर वर्ष भक्तों की संख्या में बढोत्तरी हो रही है और इस वर्ष भी करीब डेढ़ लाख भक्तों के आने का अनुमान लगाया जा रहा है। कैंची धाम पहुंचे बाबा नीम करौली महाराज के पौत्र डॉ धनंजय शर्मा ने कहा कि बाबा जी का चमत्कार है कि वो भव्य अनुष्ठान की स्वयं कमान संभाल लेते हैं और उनकी ही कृपा है कि बड़ी सुगमता पूर्वक मेला सम्पन्न हो जाता है। एसएसपी प्रहलाद सिंह मीणा ने कहा मेला सफल तरीके से चले और भक्तों को किसी तरह की दिक्कत न हो इसको लेकर पूरी मुस्तैदी बरती जा रही है।

# प्रदूषण से बढ़ती बीमारियों से परेशान लोग

अखिलेश आर्येंदु

दिल्ली में पर्यावरण प्रदूषण की समस्या कोई नई बात नहीं है। साल के बारहों महीने एनसीआर वालों को प्रदूषण के सबसे खतरनाक या अति खतरनाक स्तर के असर से जूझना पड़ता है। इसे देखते हुए सरकार ने वायु गुणवत्ता सुधारने के लिए कई कदम उठाए। जिसके तहत दिल्ली में बाहर के वाहनों के प्रवेश को रोकने के लिए पूर्वी व पश्चिमी एक्सप्रेस- वे का निर्माण, पटाखे की बिक्री पर प्रतिबंध, पंजाब व हरियाणा के किसानों को 1400 करोड़ रुपए उपलब्ध कराना, एनसीआर को 2600 उद्योगों को पाइप्ड नेचुरल गैस मुहैया कराना, बदरपुर बिजली संयंत्र को बंद करना, राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में 2.800 ईंट भट्टों में जिंग- जैग मुहैया कराने के साथ और निर्माण और विध्वंस अपशिष्ट प्रबंधन नियम की शुरूआत जैसे कई ठोस कदम शामिल हैं। बावजूद एनसीआर में वायु प्रदूषण की समस्या विकट रुप में बनी रहती है। वायु प्रदूषण की यह समस्या कई और समस्याओं को पैदा कर रही है जिनमें लोगों

की उम्र में कमी, नई-नई बीमारियों से असमय में मृत्यु और प्राकृतिक संसाधनों का प्रदूषित होते रहना, प्रसिद्ध पर्यटक स्थलों का प्रदूषित होना जैसी समस्याएं शामिल हैं। दिल्ली- एनसीआर में प्रदूषण का सबसे भयंकर असर लोगों का नई- नई बीमारियों से हलाकान होना है। दुनिया के सबसे प्रदूषित शहरों में दिल्ली कभी पहले तो कभी दूसरे स्थान पर रहती है। कई बार तो क्यूआई 500 के आंकड़े को पार कर जाता है। जाहिर तौर पर इसका असर सेहत पर जबरदस्त तरीके से पड़ता ही है। 500 क्यूआई का पार जाना विश्व स्वास्थ्य संगठन के निर्धारित सीमा से 100 गुना ज्यादा है। दिल्ली- एनसीआर में 3.3 करोड़ लोग रहते हैं। यानी दुनिया के कई बड़े देशों की आबादी के लगभग। सोचा जा सकता है। दिल्ली- एनसीआर की इतना बड़ी आबादी हर वक्त जहरीली गैसों को श्वास के रूप में लेना जरूरी है। इस इलाके में रहना है तो इस जहर को पीना ही पड़ेगा, दूसरा कोई विकल्प नही है। शिकागो विश्वविद्यालय के एनर्जी पॉलिसी इंस्टीट्यूट के मुताबिक दिल्ली में हवा का अति खतरनाक बने रहने की वजह से यहां रहने वाले लोगों की जिंदगी करीब 11.9 वर्ष कम हो गई है। पिछले कुछ वर्षों में एनसीआर की हवा के जहरीले होने की वजह से सांस संबंधी बीमारियों में तेजी से इजाफा हुआ है। दिल, फेफड़े, आंत, आंख, हड्डी और यकृत संबंधी बीमारियां बहुत तेजी से बढ़ी हैं।

शारीरिक के साथ मानसिक सेहत पर भी जबरदस्त असर पड़ा है। शोध के मुताबिक पिछले कुछ सालों में दिल्ली- एनसीआर में रहने वाले बच्चों में याद रखने की क्षमता लगातार घट रही है। साथ ही गणित के सवाल करने में भी बच्चा पहले जैसे नहीं हैं। जाहिर तौर पर बढ़ते प्रदूषण से आने वाले वक्त में और कई नई समस्याएं पैदा हो सकती हैं। यदि प्रदूषण से बच्चों की याददाश्त पर असर पड़ रहा है तो देश में जहां भी प्रदूषण की समस्या बढ़ेगी वहां इस तरह की समस्याओं का बढ़ना लाजमी है। यह की महज हवा जहरीली नहीं हुई है बल्कि जल, ध्वनि, मिट्टी और प्रकाश प्रदूषण की भी समस्या लगातार बढ़ रही है। एक अमरीकी रिसर्च के मुताबिक भारत के बड़े शहरों में मिट्टी, जल और ध्वनि प्रदूषण भी तेजी से बढ़ रहा है। दिल्ली में यमुना, कानपुर, वाराणसी व प्रयागराज में गंगा और गुजरात व मध्य प्रदेश में नर्मदा का पानी प्रदूषित हो गया है। दिल्ली में यमुना का पानी छूने लायक नहीं रह गया है। इससे आवारा जानवरों और पक्षियों में तमाम तरह की बीमारियां बढ़ गई हैं। आए दिन मवेशी और पक्षी मौत के शिकार होते दिखते हैं।

डाउन टू अर्थ ने अपनी एक रिपोर्ट साल 2018 से लेकर साल 2023 के अक्टूबर महीने के बीच 25 रिसर्च बताते हैं कि भारत के बच्चों पर वायु प्रदूषण का असर महज उत्तर भारत तक सीमित नहीं है यानी देश के तमाम बड़े शहर इसके चपेट में हैं। जिस वजह से प्रेगनेंट लेडी के बच्चों के जन्म के वक्त उनके वजन में कमी, वक्त से पहले प्रसव और मरे हुए बच्चों के जन्म जैसी तमाम दिक्कतें देखने को मिलती हैं। यूनाइटेड नेशन की रिपोर्ट वताती है कि भारत में एनीमिया से ग्रस्त बच्चे करोड़ों में हैं। जिस तरह से एनसीआर में वाहनों की तादाद लगातार बढ़ रही है, धूल की समस्या बढ़ रही है इससे यह अनुमान लगाया जा सकता है कि आने वाला वक्त सेहत के मद्देनजर बहुत खराब होगा।

यदि देश को पांचवी आर्थिक महाशक्ति बनना है तो प्रदूषण की समस्या और इससे होने वाली दुश्वारियों को भी समझना होगा। एनसीआर में जिस तरह से प्रदूषण भयावह रूप अख्तियार कर रहा है आने वाले वक्त में बहुत बड़ी त्रासदी के रूप में सामने आ सकता है। एनसीआर आने वाले वक्त में एक जहरीली गैस चैंबर के रूप में होगी, जहां लोगों का रहना नामुमकिन होगा। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

# सेहत के साथ-साथ सौंदर्य में बहुत फायदेमंद होता है खीरा

खीरा हेल्थ के लिए काफी लाभकारी माना जाता है। ये सेहत के साथ-साथ सौंदर्य में बहुत फायदेमंद होता है। कम फेट व कैलोरी से भरपूर खीरे का सेवन आपको कई रोगो से बचाने में सहायता करता है। खीरे में विटामिन ए, बी1 बी6 सी, डी पौटेशियम, फास्फोरस, आयरन आदि प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं।

खीरा एक ऐसी सब्जी है जिसमें कोलेस्ट्रोल बिल्कुल नहीं होता। यह ह्रदय रोगी के लिए बहुत लाभकारी माना जाता है। एक अध्ययन के अनुसार खीरा में जो स्ट्रेराल नाम का योगिक होता है वह कोलेस्ट्रोल को कम करने में मदद करता है। खीरे का नियमित सेवन से मासिक धर्म में होने वाली समस्याओं से भी छुटकारा मिलता है।

खीरे में कैलोरी कम और फाइबर उच्च मात्रा में होता है। इसलिए मीडे डे में भूख लगने पर खीरा खाने से पेट देर तक भरा हुआ रहता है।

अगर मुंह से बदबू आती है तो आप कुछ देर के लिए मुंह में खीरे के टुकडा रख लें क्योंकि यह जीवाणुओं को मारकर धीरे-धीरे बदबू निकलना कम कर देता है। आयुर्वेद के मुताबिक पेट में गर्मी होने के वजह से मुंह से बदबू निकलता है, खीरा पेट को शीतलता प्रदान करने में मदद करता है।

# आंखों के नीचे काले घेरे से पाएं छुटकारा

यह समस्या सबसे आम है। आंखों के नीचे काले घेरे आमतौर पर कम सोने, कम्प्यूटर पर देर रात तक काम करते रहने से, शारीरिक कमजोरी, अधिक थकावट होने या किसी बीमारी की बजह से होते हैं। इससे चेहरे का आकर्षक खत्म होजाता है। आंखों के ऊपर और नीचे की त्वचा चेहरे के अन्य हिस्सों के मुकाबले नाजुक और पतली होती है। इसके अलावा आंखों के नीचे माश्इचराइजर ग्रंथियां भी नहीं होती हैं। त्वचा के इस हिस्से पर उम्र, तनाव और लापरवाही का प्रभाव जल्दी पडता है। इस समस्या को दूर करने के लिए हमें इन बातों का ध्यान रखना चाहिए्आंखों के स्वास्थ्य एवं सुन्दरता के लिए कम से कम आठ घंटे अवश्य सोना चाहिए लेकिन इस बात का भी ध्यान रखें कि आवश्यकता से अधिक नहीं सोंए।

अधिक तेज या कम रोशनी में पढाईलिखाई या अन्य काम नहीं करें।

लगातार कम्प्यूटर पर काम करने से भी आंखों को नुक सान होता हैं। अधिक तली और मसालेदार चीजों का सेवन ना करें।

आंखों के आसपास ब्लीच ना करें। इससे आंखों की कोमल त्वचा लटक जाती है।

एक बादाम को रात भर दूध में भिगोएं। सुबह बादाम को घिसें। इसे लगाकर सूखने दें। इसके बाद पानी से अच्छी तरह धो लें।

आलू को पीसकर पतले कपडे में रखकर पोटली जैसा बना लें। इसे आंखों के नीचे हल्के हाथों से मलें। ऐसा नियमित करने से काले घेरे दूर हो जाते है।

आंखों को त्वचा काफी नाजुक होती है। इसलिए आंखों के नीचे हल्के हल्के हाथों से अंगुली के पारों से मसाज करें।

दिन भर में लगभग 8।10 गिलास पानी अवश्य पीएं। आंखें के आसपास गहरा मेकअप ना करें यह आंखों काफी हद तक नुकसान पहुंचता है, सोने से पहले मेकअप जरूर उतार लें।

# गेंदे के फूल में है चमत्कारी गुण

शादी-त्योहारों पर गेंदा मुख्य रूप से सजावटी के लिए काम लिया जाता है। वहीं गंदा के फूल सेहत व सौंदर्य के लिए काफी फायदेमंद होता है। यह शरीर के किसी हिस्से में सूजन आ जाने पर इन फूलों को पीसकर पेस्ट बनाकर लगाने लाभकारी होता है, साथ ही अगर घर में मच्छरों का प्रकोप कम या दूर करना हो तो घर के आसपास गेंदे की झाडी लगाएं। इसकी गंध से मच्छर दूर भागते हैं।

चेहरे की मुंहासों करें गयाब- मृत त्वचा कोशिकाओं के कारण या ऑपन पोर्स में जमने वाले तेल के कारण आपके चेहरे पर मुंहासे हो सकते हैं। मुंहासों वाली जगत पर जलन या दर्द महसूस होना स्वाभाविक है। इस परेशानी से निजात पाने के लिए आप गेंदे के फूलों से बनने वाले उत्पादों का यूज कर सकते हैं।

गेंदे के फूलों से बनने वाले तेल से चेहरे की मालिश करने पर रक्त परिसंचरण में सुधार होता है। साथ ही गेंदे के तेल से मालिश करने से त्वचा में निखार आता है।

गेदा के फूलों का यूज भी मानसून में किया जा सकता है। मुट्ठी भर सूखे गेंदा के फूलों को 3 कप गरम पानी में हिमलाएं । 1 घंटा रखा रखने के बाद पानी से फूलों को निकाल लें। पानी को ठंडा होने दें और फिर लास्ट रिंस के तौर पर प्रयोग करें, ये प्राकृतिक कंडीशनर ऑयली हेयर के साथ-साथ डैंड्रफ के लिए भी अच्छे हैं।

चोट में कारगार- गेंदे के फूलों में मौजूद गंध तेल, आर्गेनिक एसिड व स्टेरोल्स घावों को भरते हैं। अगर बच्चे के खेलते में चोट लगे या फिर काम करते समय आपका हाथ कट जाए तो गेंदे के फूलों से बनी क्रीम को लगाने से आपको आराम मिलेगा।

# प्रशासनिक और अकादमिक संस्थाओं का परस्पर सामंजस्य

वर्ष 2015 में सात भारतीय प्रोद्यौगिकी संस्थानों (आइआइटी) के संघ ने सरकार को गंगा रिवर बेसिन मैनेजमेंट प्लान का त्रिस्तरीय प्रारूप सौंपा था। इस प्लान को देखने के बाद यह निर्धारित किया गया कि आइआइटी संघ का दायित्व महज योजना बनाने तक सीमित नहीं रहेगा, बल्कि इस योजना के सतत क्रियान्वयन और आकलन के लिए भी उसके सहयोग की आवश्यकता होगी। मिशन के अकादमिक विंग को सशक्त बनाने के लिए आइआइटी कानपुर के नेतृत्व में सेंटर फॉर गंगा रिवर बेसिन मैनेजमेंट एंड स्टडीज (सी-गंगा) का गठन किया गया। सी-गंगा ने नदियों के मानचित्र बनाने जैसे भौगोलिक कार्य से लेकर अंतिम संस्कार की विधि में परिवर्तन जैसे भावनात्मक विषयों पर भी काम किया है। नमामि गंगे मिशन के पांच मुख्य आधार हैं- राजनीतिक इच्छाशक्ति, सार्वजनिक व्यय, सहभागिता, हिस्सेदारी, भागीदारी और समझाना-बुझाना। राजनीतिक इच्छाशक्ति के बगैर किसी व्यापक मिशन पर काम करना और आवश्यक संसाधनों को जुटाना संभव नहीं है। प्रधानमंत्री मोदी ने इस मिशन में व्यक्तिगत स्तर पर रुचि ली और वे मिशन की प्रगति के बारे में निरंतर जानकारी लेते रहे। इससे मिशन को आगे बढ़ाने में प्रेरणा और सहयोग प्राप्त हुआ। इतने बड़े मिशन पर काम करने के लिए बड़े बजट की आवश्यकता थी, जो समय-समय पर सरकार ने आवंटित किया, जिसके कारण मिशन का कार्य कभी बाधित नहीं हुआ। न केवल नमामि गंगे मिशन, बल्कि समांतर रूप से चल रहे जल संबंधी कार्यक्रमों, जैसे जल जीवन मिशन, स्वच्छ भारत अभियान, अमृत आदि, के सुचारू संचालन के लिए भी पर्याप्त बजट आवंटित किया गया, जिसका समग्र प्रभाव गंगा बेसिन और अंततः गंगा नदी पर नजर आया।

नमामि गंगे मिशन के अंतर्गत विभिन्न राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय संस्थाओं के साथ साझेदारियां हुईं और तकनीकी आदान-प्रदान हुआ। मिशन के विशेषज्ञों की टीम ने ऑस्ट्रेलिया की मरे-डॉर्लिंग, इंग्लैंड की टेम्स और यूरोप की राईन नदी के बेसिन प्रबंधन के बारे में जाना-समझा, लेकिन उसे हू-ब-हू अपनाने के बजाय भारत के स्थानीय परिवेश के अनुसार उचित विधियों का इस्तेमाल किया गया। इस योजना में जन-भागीदारी को बढ़ाने के लिए गंगा उत्सव, गंगा टास्क फोर्स, गंगा प्रहरी और गंगा मित्र जैसे अभियान भी संचालित किये गये। इस अभियान में नदी के जल की गुणवत्ता के रासायनिक मानदंडों, जैसे बीओडी, सीओडी, कॉलिफॉर्म आदि को सिर्फ बीमारी के लक्षण के रूप में देखा गया, परंतु लक्ष्य नदी के जैव-पारिस्थितिक तंत्र की पुर्नबहाली को रखा गया। वर्ष 2019 में राष्ट्रीय गंगा परिषद की पहली बैठक में प्रधानमंत्री मोदी ने अर्थ गंगा की संकल्पना प्रस्तुत की। परियोजना का सिद्धांत व्यवहार में साकार होता तब नजर आया, जब प्रयागराज में आयोजित अर्धकुंभ मेले में अपेक्षित पर्यटक संख्या से तीन गुना अधिक पर्यटक पहुंचे। कुंभ की महत्ता को स्वयं प्रधानमंत्री ने व्यक्तिगत प्रयासों से विदेशों तक पहुंचाया और कई विदेशी हस्तियों को इसमें शामिल होने के लिए प्रेरित किया। कई शहरों में रिवर फ्रंट डेवलपमेंट, रिवर-पीपल कनेक्ट जैसी गतिविधियों से पर्यटन की संभावनाएं बढ़ीं।

नदी एक तंत्र हैं, जिसके आधार पर नदी अपनी प्राकृतिक प्रक्रियाओं पूर्ण करते हुए सतत अपनी अमूल्य सेवाएं (इकोलॉजिकल सर्विसेज) प्रदान करती रहती है। अब मिशन नदियों को उनका खोया हुआ सामर्थ्य दोबारा लौटाने की दिशा में कार्यरत है। समर्थ गंगा अभियान के पांच स्तंभ हैं- निर्मल गंगा, अविरल गंगा, अर्थ गंगा, ज्ञान गंगा और जन गंगा। छह विशाल नदियों के बेसिन प्रबंधन के लिए 12 तकनीकी संस्थाओं को अनुबंध पत्र सौंपने के समारोह में केंद्रीय जलशक्ति मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत ने इस काम को उपनिषद के सूत्र 'एकोहम बहुस्याम' (एक से अनेक की ओर) से संदर्भित किया। उन्होंने कहा कि नये केंद्रों की स्थापना स्वागतयोग्य हैं और उम्मीद जतायी कि ऐसे प्रयास देश को जलसमृद्ध बनायेंगे। देश में संचालित नदी पुनर्जीवन अभियान में प्रशासनिक और अकादमिक सामंजस्य के चलते नदी विज्ञान रूपी ज्ञान की नयी शाखा उभर रही है। यह कहना निराधार नहीं होगा कि नदी विज्ञान और प्रबंधन के क्षेत्र में भविष्य में भारत विश्व को नेतृत्व देने में अपना दायित्व निभायेगा। *(आरएनएस)* (ये लेखक के निजी विचार हैं।)


## 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


# चिलचिलाती धूप से आने के कितने देर बाद पीना चाहिए पानी?

गर्मी के मौसम में ज्यादा से ज्यादा पानी पीने की सलाह दी जाती है, लेकिन यह पानी आपको एकदम सही समय पर और सही तरीके से पीना चाहिए। नहीं तो गर्मी में ठंडा पानी पीने से ये आपकी सेहत के लिए नुकसानदायक भी हो सकता है। जी हां, गर्मियों के मौसम में बाहर से आने के बाद अगर आप ठंडा पानी पी लेते हैं, तो इससे सेहत को कई गंभीर नुकसान पहुंच सकते हैं और यह आपके ब्रेन पर भी असर डाल सकता है। ऐसे में चिलचिलाती धूप से आने के कितने समय बाद आपको पानी पीना चाहिए और कैसे आइए हम आपको बताते हैं।

अगर आप गर्मी में तेज धूप से आए हैं, तो घर पर तुरंत आने के बाद कभी भी पानी नहीं पीना चाहिए। आप 5-10 मिनट के लिए बैठे, उसके बाद पानी पिएं। लेकिन यह पानी भी आपको नॉर्मल पानी ही पीना चाहिए, अगर आप बहुत ज्यादा ठंडा पानी पी लेते हैं तो इसे ठंडा गरम हो सकता है और लू लगना, बदहजमी होना, पेट दर्द होना, उल्टी, चक्कर आना जैसी समस्या भी हो सकती है। ऐसे में आपको धूप से आने के बाद नार्मल पानी ही पीना चाहिए, जिससे आपकी बॉडी का टेंपरेचर एकदम से चेंज ना हो। अचानक बहुत गर्मी से नार्मल टेंपरेचर में आकर जब आप एकदम ठंडा पानी पी लेते हैं तो यह सर्दी जुकाम और बुखार का भी कारण बन सकता है।

गर्मी में कितना पानी पिएं

अक्सर लोगों का सवाल आता है कि हमें एक दिन में कितना पानी पीना चाहिए कोई 4 लीटर पानी, तो कोई 5 लीटर पानी पीने की सलाह देता है। लेकिन गर्मियों में आपको हाइड्रेटेड रहने के लिए दिन में कम से कम 3 से 4 लीटर पानी पीना चाहिए। इसके अलावा ऐसी चीजों का सेवन करना चाहिए जिसमें पानी की मात्रा ज्यादा हो और हेल्दी डाइट लें। गर्मियों के मौसम में इन्फेक्शन का खतरा भी बहुत ज्यादा बढ़ जाता है, ऐसे में आप अपने वाटर लेवल को बैलेंस रखें, गंदा पानी न पिएं, घर का साफ स्वच्छ पानी पिएं और बाहर के नींबू, शिकंजी, गन्ने के रस से परहेज करें, क्योंकि यह भी बदहजमी और पेट संबंधी शिकायत पैदा कर सकता है। खुद को हाइड्रेटेड रखने के लिए पर्याप्त पानी पीना बहुत जरूरी है लेकिन यह जानना भी जरूरी है की जरूरत से ज्यादा पानी पीना भी सेहत को नुकसान कर सकता है। (आरएनएस)

# सफेद दीवारें हो गई हैं गंदी तो इन आसान तरीकों से उन्हें करें साफ

सफेद दीवारें घर को सुंदर और खुला दिखाती हैं, लेकिन ये जल्दी गंदी हो जाती हैं। कुछ आसान और घरेलू उपायों से आप सफेद दीवारों को बिना ज्यादा मेहनत के साफ कर सकते हैं। आइए जानें कैसे।

न आसान तरीकों से आप अपनी सफेद दीवारों को साफ और चमकदार बना सकते हैं आइए जानते हैं यहां पांच तरीके को॥

डिश सोप से दीवारें साफ करें = दीवारों को पहले डस्टर या माइक्रोफाइबर कपड़े से पोंछ लें। एक बाल्टी में गर्म पानी और दो स्कूप डिश सोप मिलाएं। स्पंज या माइक्रोफाइबर कपड़े को पानी में डुबोकर दीवारों को गोलाकार गति में रगड़ें। साफ पानी से दीवारों को पोंछकर सुखा लें।

बेकिंग सोडा से धुएं के दाग हटाएं = दीवारों को साफ कपड़े से पोंछ लें। एक बाल्टी में आधा गर्म पानी और 1/2 कप बेकिंग सोडा मिलाएं। इस घोल को दीवार पर लगाएं और 20-25 मिनट बाद पोंछ लें। फिर गुनगुने पानी से दीवारों को साफ करें।

ब्लीच का इस्तेमाल करें = डिश सोप और पानी से दीवारों को पहले साफ करें। एक भाग ब्लीच को चार भाग पानी में मिलाएं। दाग लगे हिस्सों को इससे पोंछें। ब्लीच का इस्तेमाल करते समय दस्ताने पहनें और बच्चों को दूर रखें।

पेंट को सुरक्षित रखें = दीवारों को साफ करते समय अब्रेसिव स्क्रब और हार्ड क्लीनिंग एजेंट का इस्तेमाल न करें। दीवारों को तेज रगड़ें नहीं। इन तरीकों से आप सफेद दीवारों को बिना पेंट हटाए साफ रख सकते हैं।

साफ दीवारों को बनाए रखें = दीवारों को रोजाना रूप से डस्टर या माइक्रोफाइबर कपड़े से पोंछें। समय-समय पर डिश सोप और बेकिंग सोडा से दीवारों को साफ करें। इस तरह आप दीवारों को लंबे समय तक साफ और सुंदर रख सकते हैं।(आरएनएस)

## शब्द सामर्थ्य -113

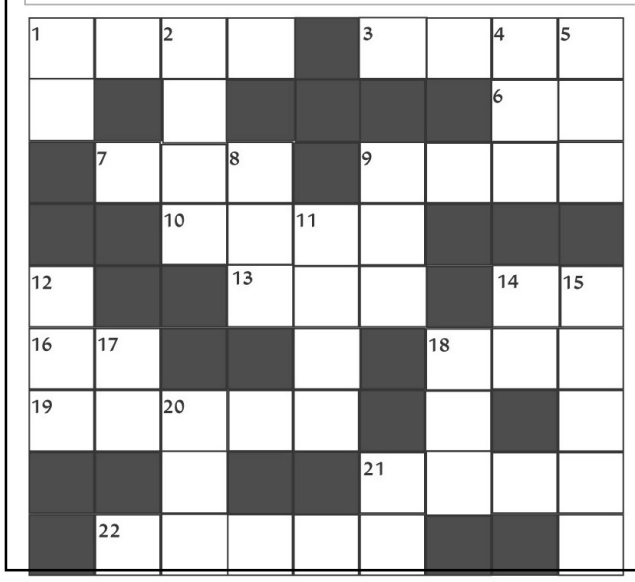
(भागवत साहू)

**बाएं से दाएं**

1. घुमाव-फिराव वाला, आड़ा-तिरछा, जो कठिन हो 3. कुशलता, दक्षता, विशेषज्ञता 6. लोग, प्रजा 7. सीता, जनकनंदनी 9. सुंदर, कामना करने योग्य 10. क्रोधपूर्वक बोलने को उद्यत होना, जोश में आना, क्रोधातिरेक में चेहरे का लाल होना 13. अधीनता, मातहती, वश 14. दबाव, भार, वजन 16. हद, मर्यादा 18. प्रमाण-पत्र, प्रमाणिक कथन या बात 19. पछताना (मुहा.) 21. अनुचित मिश्रण, मिलावट 22. विफल, बेहोश, बौखलाया हुआ।

**ऊपर से नीचे**

1. सहारा, आश्रय, प्रतिज्ञा, संकल्प 2. परिश्रम 4. रात, रात्रि, निशा 5. पुत्र, बेटा 8. मूल्य, दाम 9. कपड़े का मोटा परदा 11. संदेश भेजना, उच्चारण कराना, कहलवाना 12. मृतकों को जीवित और रोगियों को स्वस्थ कर देने वाला व्यक्ति, प्रेमपात्र की संज्ञा 14. देने की क्रिया, खैरात 5. कुमार्गी, दुराचारी 17. मस्तक, माथा, ललाट 18. प्रश्न, समस्या 20. सहायता, सहारा 21. पशुओं को खिलाने वाली हरी पत्तियां, तृण, तिनका।



**शब्द सामर्थ्य क्रमांक 112 का हल**

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ज | द्दो | जे | ह | द | ■ | स | पू | त |
| ल | ■ | ब | ल | वा | न | ■ | ■ | द |
| म | ह | क | ■ | खा | म | खां | ■ | बी |
| ग्न | ■ | त | ल | ना | ■ | स | फ | र |
| ■ | म | रा | ■ | ■ | ■ | ना | टा | ■ |
| ■ | हि | ■ | स | ■ | ■ | ■ | फ | न |
| ■ | ला | ज | वा | ब | ■ | म | ट | र |
| मां | ■ | ग | ■ | सं | त | ति | ■ | भ |
| ■ | मा | त | ह | त | ■ | ■ | प | क्षी |

# 10,000 लोगों के साथ शूट हुआ कंगुवा का वॉर सीन, सूर्या-बॉबी होंगे आमने-सामने

तमिल फिल्मों के सुपरस्टार सूर्या अपनी अगली फिल्म कंगुवा से चर्चा में हैं। फिल्म कंगुवा इसलिए भी खास है क्योंकि इसमें बॉबी देओल विलेन का रोल प्ले करने जा रहे हैं। एनिमल की सक्सेस के बाद बॉबी को इस फिल्म में रोल मिला है। कंगुवा के पोस्टर और टीजर ने पहले ही सूर्या के फैंस की फिल्म के प्रति एक्साइटमेंट बढ़ा चुके हैं। यह एक पीरियड ड्रामा फिल्म है, जिसमें सूर्या और बॉबी के बीच जंग छिड़ेगी। अब फिल्म कंगुवा से बड़ी अपडेट सामने आई है। अब फिल्म से जुड़ी आई अपडेट में सामने आया है कि फिल्म में एक सीन में सूर्या ने 10 हजार लोग के साथ शूट किया है। यह एक वॉर एक्शन सीन है, जिसमें भरपूर एक्शन और स्टंट नजर आने वाले हैं। यानि इस सीन में अब खून की नदिया बहने वाली हैं। इस फिल्म को स्टूडियो ग्रीन बना रहा है। यह एक वॉर थीम फिल्म है, जिसमें साउथ सिनेमा का नया फिल्म मेकिंग एक्सपीरियंस देखने को मिलेगा और साथ ही दर्शकों का भरपूर्ण मनोरंजन होने वाला है। फिल्म की कहानी दो टाइम पीरियड में सेट है, जो पूरी फिल्म में एपिक वॉर का अनुभव कराएगी और दूसरी तरफ एक आम इंसान की लाइफ को दर्शाएगी। वहीं, फिल्म के एक्शन सीन को काफी दमदार और इंप्रेसिव बनाने के लिए इसमें 10 हजार लोगों को जोड़ा गया है। कमाल की बात यह है कि इसे विदेशी फिल्ममेकर एक्सपर्टिज और बड़े-बड़े सेट के साथ तैयार किया गया है। फिल्म कंगुवा को तमिल फिल्मों के डायरेक्टर सिवा बना रहे हैं। बता दें, फिल्म की अभी रिलीज डेट का खुलासा नहीं किया गया है, लेकिन फिल्म साल 2024 में ही रिलीज होने जा रही है। फिल्म में सूर्या और बॉबी देओल पहली बार साथ में नजर आने वाले हैं। सूर्या इन दिनों अपनी फिल्म श्रीकांत से चर्चा में हैं, जिसमें राजकुमार राव अहम रोल में नजर आ रहे हैं। फिल्म में राजकुमार राव नौजवान उद्योगपति श्रीकांत बोल्ला का रोल कर रहे हैं। फिल्म को रिलीज हुए एक हफ्ता हो चुका है।

# वेलकम 3 के 2 बड़े शेड्यूल पूरे

अक्षय कुमार, सुनील शेट्टी, अरशद वारसी, परेश रावल, रवीना टंडन, जैकलीन फर्नांडिस, लारा दत्ता और दिशा पटानी स्टारर कॉमेडी फिल्म वेलकम टू द जंगल पर तेजी से काम चल रहा है। बीते दिन खबर आई थी कि संजय दत्त ने फिल्म से किनारा कर लिया है। फिलहाल मेकर्स ने इसकी पुष्टि नहीं की है। इस बीच फिल्म वेलकम 3 को लेकर एक और बड़ा अपडेट सामने आया है। गौरतलब है कि फिल्म की शूटिंग मुंबई में चल रही है और यहां दो शेड्यूल निपटा दिए गये हैं। रिपोर्ट्स की मानें तो फिल्म वेलकम 3 के डायरेक्टर और कोरियोग्राफर अहमद खान ने मुंबई शेड्यूल में 200 घोड़ों के साथ एक एक्शन सीन शूट किया है, जिसमें सभी स्टार्स भी मौजूद हैं और वहीं एक गाना भी शूट किया है, जिसमें एक्टर्स के पीछे 500 बैक डांसर नजर आएंगे। फिरोज नाडियाडवाला इस फिल्म प्रोड्यूस कर रहे हैं। यह फिल्म फुल ऑफ एक्शन कॉमेडी फिल्म होने जा रही है। जानकर हैरानी होगी कि फिल्म में 25 से ज्यादा एक्टर्स नजर आएंगे और हाल ही में फिल्म में आफताब शिवदसानी की भी एंट्री हुई है। बता दें, फिल्म को क्रिसमस 2024 के पास रिलीज करने का प्लान है और ऐसे में फिल्म पर तेजी से काम चल रहा है। बता दें, अक्षय कुमार और अरशद वारसी इन दिनों अपनी फिल्म जॉली एलएलबी 3 की भी शूटिंग में बिजी हैं। दोनों ही एक्टर को राजस्थान में शूटिंग करते स्पॉट किया गया था। इसी के साथ अक्षय-अरशद फिल्म वेलकम 3 पर भी काम कर रहे हैं।

# इंटरनेट पर छाया नेहा शर्मा का बॉसी लुक

बी-टाउन की खूबसूरत हसीना नेहा शर्म अक्सर अपने स्टाइलिश लुक्स के कारण इंटरनेट पर छाई हुई रहती हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर पोस्ट होते ही फैंस के बीच बवाल मचाने लगता है। हाल ही में एक्ट्रेस नेहा शर्मा ने अपना लेटेस्ट सिजलिंग फोटोशूट करवाया है, जिसमें वो बेहद ही स्टनिंग पोज देती हुई नजर आ रही हैं। एक्ट्रेस का लेटेस्ट बॉसी लुक देखकर फैंस भी अपने दंग रह गए हैं।

एक्ट्रेस नेहा शर्मा ने एक बार फिर से अपने बोल्ड लुक्स से फैंस के बीच लाइमलाइट लूट ली है। उन्होंने अपने गॉर्जियस अंदाज से सोशल मीडिया का पारा बढ़ा दिया है।

हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट ग्लैमरस फोटोशूट की तस्वीरें फैंस के बीच शेयर की हैं। इन तस्वीरों में उनका स्टनिंग अवतार देखकर फैंस आहें भरते नजर आ रहे हैं।

नेहा शर्मा की इन फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस कैमरे के सामने कातिलाना निगाहों से पोज देते हुए फैंस के दिलों पर खंजर चला रही हैं।

एक्ट्रेस ने अपने इस फोटोशूट के दौरान लाइट ग्रै कलर का कोट-पैंट पहना हुआ है, जिसमें उनका बॉसी लुक दिखाई दे रहा है। साथ ही फैंस उनके इस लुक पर कॉमेंट्स की बौछार करते नहीं थक रहे हैं।

नेहा शर्मा ने अपने आउटलुक को और

भी शानदार तरीके से निखारने के लिए बालों को स्ट्रेट, लाइट मेकअप और कानों में इयररिंग्स पहने हैं।

बताते चलें चाहे वेस्टर्न हो या फिर एथनिक एक्ट्रेस अपने हर एक लुक में बवाल लगती हैं। उनका हर एक स्टाइल फैंस के बीच आते ही ट्रेंड करने लगता है।

नेहा शर्मा का नाम बॉलीवुड इंडस्ट्री की हॉट और फिट एक्ट्रेस की लिस्ट में शामिल है। बता दें कि नेहा अपनी हर एक अदाओं से फैंस का सारा अटेंशन अपनी ओर खींच लेती हैं।

# टीवी के बजाय सोशल मीडिया से मिला ज्यादा प्यार: जन्नत जुबैर

टीवी पर अपने शानदार अभिनय के लिए मशहूर एक्ट्रेस जन्नत जुबैर ने कहा कि वह अपने अभिनय करियर के बजाय सोशल मीडिया को चुनेंगी, क्योंकि उन्हें वहां से ज्यादा प्यार मिला है।

छोटे पर्दे पर जन्नत जुबैर ने काशी-अब ना रहे तेरा कागज कोरा और फुलवा जैसे शो से अपने करियर की शुरुआत की थी। वह अब एक सोशल मीडिया सनसनी बन गई हैं।

टीवी पर अभिनय या सोशल मीडिया पर आने को लेकर अपनी पसंद के बारे में बात करते हुए जन्नत ने बताया, यह मेरे लिए बहुत मुश्किल सवाल है। मुझे अभिनय पसंद है, और मैं अपने काम के प्रति बहुत जुनूनी रही हूं। हालांकि, पिछले कुछ सालों से, मैं सोशल मीडिया को समय दे रही हूं, जिसके चलते मैं अभिनय को उतना समय नहीं दे पा रही हूं।

22 वर्षीय एक्ट्रेस ने खुलासा किया कि वह अभिनय से ज्यादा सोशल मीडिया को क्यों पसंद करती हैं।

उन्होंने कहा, मुझे लगता है, अभी के लिए, मैं सोशल मीडिया को चुनूंगी क्योंकि यहां मुझे जितना प्यार मिला है, उतना मुझे अपने अभिनय करियर में नहीं मिला। सोशल मीडिया यूजर्स ने मुझे बेहद प्यार दिया है।

लोगों ने फुलवा को भी पसंद किया है, लेकिन सोशल मीडिया के जरिए मैं प्रशंसकों से इतनी जुड़ गई हूं कि मैं इसे छोड़ नहीं सकती।

जन्नत रियलिटी टेलीविजन शो लाफ्टर शेफ्स- अनलिमिटेड एंटरटेनमेंट में नजर आने वाली हैं।

एक्ट्रेस ने आगे कहा, यह कॉम्बिनेशन टेलीविजन पर बहुत नया है, क्योंकि कुकिंग शो आम तौर पर गंभीर प्रतियोगिताएं होती हैं, लेकिन मुझे लगता है कि कुकिंग और कॉमेडी का मिश्रण लाफ्टर शेफ्स एक अनूठा मिश्रण है।

क्या कॉमेडी और खाना पकाने का मिश्रण खराब होगा इस पर जन्नत जुबैर ने कहा, वास्तव में नहीं, क्योंकि मुझे लगता है कि यह देखने में और भी शानदार है। हम अपने आप ही मजाकिया बन जाते हैं क्योंकि हमेशा कुछ न कुछ होता रहता है। कभी-कभी रसोई में कुछ गड़बड़ हो जाती है। इसलिए आप जो भी देखेंगे वह स्पष्ट कॉमेडी होगी। यह बनावटी या स्क्रिप्टेड नहीं है।

आठ साल की उम्र से अपने एक्टिंग करियर की शुरुआत करने वाली जन्नत जुबैर ने टीवी सीरियल दिल मिल गए में चाइल्ड आर्टिस्ट के तौर पर काम किया था। सोशल मीडिया पर जन्नत जुबैर रहमानी बहुत ही फेमस नाम है। जन्नत 10 मिलियन फॉलोअर्स के साथ नंबर-1 टिकटॉकर बन गई थीं। इंस्टाग्राम पर उनके 49.2 मिलियन फॉलोअर्स हैं।

# नए एवं विकसित भारत की बड़ी बाधा है भ्रष्टाचार

ललित गर्ग

भ्रष्टाचार एवं उससे उपजे हादसों ने चुनाव के दौरान ऐसे वीभत्स दृश्य उपस्थित किए, जो चुनावी मुद्दा न बनना एवं राजनेताओं के बीच इनकी चर्चा न होना, दुर्भाग्यपूर्ण तो है ही, लेकिन उससे ज्यादा चिन्ताजनक यह है कि हमारी राजनीति अभी भी विकसित भारत के सपने को आकार देने के लिए तैयार नहीं दिख रही है। पुणे पोर्शे कार एक्सीडेंट ने भ्रष्टाचार की इतने परतें खोली दी है कि उसमें न्यायालय, पुलिस, राजनेता, डाक्टर सभी अपना जमीर बेचते हुए दिखाई दिए हैं। इसी तरह राजकोट एवं दिल्ली की अग्निकांडों ने प्रशासन एवं व्यवसाय में पसरे भ्रष्टाचार की काली परतों को उजागर किया है। इस तरह अस्पताल हो चाहे होटल, गेम जोन या मॉल, सुरक्षा इंतजामों, प्रशासनिक जिम्मेदारी एवं ईमानदारी की खुलकर धज्जियां उड़ती रहेगी या पुणे की तरह अब बिकते रहेंगे तो विकसित भारत का सपना कैसे आकार लेगा?

छह सौ करोड़ी पिता ने अपने बेटे के अपराध पर पर्दा डालने एवं उसे बचाने के लिए किसको नहीं खरीदा। कैसे जनता की रक्षा होगी एवं उसे न्याय मिलेगा, जब सब बिकने के लिए तैयार बैठे हैं। बेबी केयर अस्पताल हो या राजकोट का गेम जोन का हादसा किसी की जान की कीमत कागज के चंद टुकड़े कैसे हो सकती है? न्यायालय भी ऐसे मामलों में संज्ञान लेकर शुरुआत तो करता है, लेकिन यह शुरुआत अंजाम तक नहीं पहुंच पाती। हादसे की आंच ठंडी पड़ी नहीं कि मिलीभगत का खेल फिर शुरू हो जाता है। संबंधित अधिकारी भी आंख मूंदकर सो जाते हैं और फिर किसी हादसे के बाद ही उनकी कुंभकरणी नींद खुलती है। इन ज्वलंत एवं भ्रष्ट हालातों में कैसे भारत की तकदीर एवं तस्वीर बदलेगी?

भ्रष्टाचार और घोटालों के इस घटाटोप मौसम में ऐसा कुछ भी कह पाना मुश्किल हो गया है, जो भारत या इसके लोगों की जिंदगी पर उजली रोशनी डालता हो। भारत अपनी दुश्वारियों में लस्त-पस्त उस मध्ययुगीन योद्धा की तरह दिखता है, जो चुनावी जंग के मैदान में आहें भर रहा है। कोई नहीं जानता, किसके दामन में कितने दाग हैं? कोई नहीं जिस पर यकीन किया जा सके, धरती का कोई कोना नहीं, जिसके नीचे दबा कोई घोटाला खुदाई का इंतजार न कर रहा हो। लेकिन यही चुनाव, हादसों एवं भ्रष्टता के मौके होते हैं, जब किसी देश के सच्चे चरित्र का पता चलता है। आगे-पीछे चुनावों के तहत तथाकथित नेता द्वारा हजारों जुमलों में किसी समाज व्यवस्था को बहलाया जा सकता है, लेकिन बुरे वक्त में नहीं। भारत के चरित्र को परखने का सही समय चुनाव है या ऐसे वीभत्स हादसें एवं भ्रष्टता की अंधी गलियां। भारत दुनिया का गुरु बनने एवं तीसरी अर्थव्यवस्था बनने की ओर अग्रसर है, दुनिया भारत के आध्यात्मिक अनुभवों से मोहित है और यह एक पक्की बात है कि धर्म को लेकर जैसा काम भारत में हुआ, वैसा कहीं नहीं हुआ और पिछले दशक में उसे और जीवंतता मिली। लेकिन यह एकांगी महानता है, क्योंकि दुनिया में तरक्की के पैमाने भौतिक हैं और उस मामले में भारत की ताकत सदियों पहले खत्म हो गई थी, अब प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी अध्यात्म के साथ उसी भौतिक ताकत को बढ़ा रहे हैं। जहां तक ईमानदारी, निष्ठा और सत्य जैसे मूल्यों का सवाल है, वे कितने हमारी जिंदगी में हैं इसका पता करप्शन के आंकड़ों एवं बार-बार होने वाले हादसों से लग जाता है। हाल के बरसों में जानकारों और मीडिया ने यह बात फैला दी है कि भारतीय इसलिए दुनिया में अनूठे हैं कि वे कुछ भी कर सकते हैं। लेकिन हमारे देश में ऐसे राजनेता हैं जो दुश्मन देशों की तरफदारी करते हुए लोगों के दिलों को जीतने की जुगाड़ में लगे हैं। ऐसे भी राजनेता है जो भ्रष्टाचार मुक्ति का नारा देते हुए कहते है कि आप हमें वोट देंगे तो हमारा जेल जाना रूक सकता है। यानी खुले आम अपने भ्रष्टाचार एवं घोटालों में भी जन-समर्थन मांग रहे हैं। स्मार्टनेस की इस दुहाई के चलते एक मामूली से दिखने वाले व्यक्ति ने अब सिलेब्रिटी स्टेटस एवं सफल राजनेता होने की गरिमा को हासिल कर लिया है और वह है जुगाड़ एवं जनता को गुमराह करने की कला। मैसेज यह है कि जरूरत पड़ने पर हमारे राजनेता किसी भी तरह काम निकाल लेते हैं। अब इस सोच का क्या किया जाए? बात नए भारत एवं विकसित भारत की है, अपने देश में हर तरह के नियम-कानून है, पर उनके उल्लंघन की जैसी सुविधा यहां है, वैसी शायद ही अन्य कहीं हो।

पुणे, राजकोट और दिल्ली के मामले इकलौते ऐसे प्रकरण नहीं, जिनमें सरकारी तंत्र को जवाबदेही से दूर रखने की कोशिश की गई हो। इस तरह के मामले रह-रहकर होते ही रहते हैं और उनमें बड़ी संख्या में लोग जान गंवाते हैं अथवा घायल होते हैं, लेकिन नियामक तंत्र के उन लोगों को कभी भी कठघरे में नहीं खड़ा किया जाता, जिनकी अनदेखी और लापरवाही के चलते जानलेवा घटनाएं होती रहती हैं। इसका उदाहरण है मुंबई में एक विशालकाय होर्डिंग गिरने से कई लोगों की मौत। यह विशालकाय होर्डिंग अवैध रूप से था, लेकिन किसी को 'नजर' नहीं आ रहा था। जब यह गिर गया और उसमें कई लोगों की जान चली गई तो सरकारी तंत्र ने उससे अपना पल्ला झाड़ लिया। होर्डिंग लगवाने वाला तो गिरफ्तार हो गया, इसी तरह गेम जोन एवं बेबी केयर अस्पताल के मालिक भी सलाखों के पीछे आ गए, लेकिन नगर निकाय एवं सरकार के किसी अधिकारी-कर्मचारी को गिरफ्तार करने की आवश्यकता नहीं समझी गई। कोई नहीं जानता कि क्यों? दिल्ली के ग्यारह सौ से अधिक अस्पतालों में मात्र 190 के पास एनओसी है, यह प्रशासन तले अंधेरा नहीं तो क्या है?

भारत दुनिया का सबसे बड़ा लोकतंत्र एवं एक बड़ी आबादी वाला देश है, लेकिन इसका यह मतलब नहीं कि सरकारी तंत्र की लापरवाही एवं भ्रष्टता से रह-रहकर हादसे होते रहें और उनमें बड़ी संख्या में लोग मरते रहें। दुर्भाग्य से अपने देश में यही हो रहा है। जब कोई बड़ी घटना घट जाती है और उसमें अधिक संख्या में लोग मारे जाते हैं तो शोक संवेदनाओं का तांता लग जाता है और तत्काल कार्रवाई करने के नाम पर उच्चस्तरीय जांच के आदेश दे दिए जाते हैं, लेकिन कुछ समय बाद उन्हीं कारणों से वैसी ही घटना फिर सामने आती है, जैसी पहले हो चुकी होती है, इसका मतलब प्रशासन अपनी जिम्मेदारी का निर्वाह ठीक से नहीं कर रहा है और व्यवसायी प्रशासन की इन्हीं कमजोरियों का फायदा उठाते हुए मौत के सौदागर बने रहते हैं। यही कारण है कि न तो हादसे कम हो रहे हैं और न ही उनमें जान गंवाने वालों की संख्या में कमी आ रही है। हादसे दुनिया में हर कहीं होते हैं, लेकिन विकसित और विकासशील देश कम से कम उनसे सबक लेते हैं और ऐसी व्यवस्था करते हैं, जिससे बार-बार एक जैसे कारणों से हादसे न हों।

लोकतंत्र एक पवित्र प्रणाली है। पवित्रता ही इसकी ताकत है। इसे पवित्रता से चलाना पड़ता है। अपवित्रता से यह कमजोर हो जाती है। ठीक इसी प्रकार अपराध के पैर कमजोर होते हैं। पर अच्छे आदमी की चुप्पी उसके पैर बन जाती है। अपराध, भ्रष्टाचार अंधेरे में दौड़ते हैं। रोशनी में लड़खड़ाकर गिर जाते हैं। हमें रोशनी बनना होगा और रोशनी भ्रष्टता एवं घोटालों से प्राप्त नहीं होती। भारत में कोई सबक सीखने को तैयार नहीं है, और यही कारण है कि विकसित देश बनने के संकल्प को साकार करना कहीं अधिक कठिन दिख रहा है। अपने देश में हर तरह के नियम-कानून हैं, राजनेताओं के बड़े-बड़े संकल्प भी है, लेकिन उनके उल्लंघन की जैसी सुविधा यहां है, वैसी शायद ही किसी विकासशील और विकसित राष्ट्र: का स्वप्न देखने वाले देश में हो। भारत में लोग किस कदर कदम-कदम पर नियम-कानूनों का धडल्ले के साथ उल्लंघन करते हैं और सरकारी तंत्र में बैठे लोग उनकी मदद करने या फिर उनके अपराध को ढकने के लिए तैयार रहते हैं, इसका शर्मनाक एवं दर्दनाक उदाहरण पुणे का कार हादसा भी है। आज यह स्वीकारते कठिनाई हो रही है कि देश की कानून एवं व्यवस्था को सम्भालने वाले सभी हाथ दागदार हो गए हैं। इस मनःस्थिति के पीछे अलग-अलग कारण हो सकते हैं। दिन-प्रतिदिन जो सुनने और देखने में आ रहा है, वह पूर्ण असत्य भी नहीं है। पर हां, यह किसी ने भी नहीं सोचा कि जो हाथ प्रशासन, कानून एवं सुरक्षा की बागडोर सम्भाले हुए थे, क्या वे सब बागडोर छोड़कर अपनी जेब सम्भाल लेंगे?

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

## सू- दोकू क्र. 113

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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.112का 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 |

# दबावकारी नीति का विरोध

आक्रमण के कारक अमन कराने में उतनी चुस्ती-फुर्ती से कारगर नहीं होते। इससे युद्ध लंबे-लंबे और भयावह होते गए हैं। रूस-यूक्रेन युद्ध के ही डेढ़ साल हो गए हैं तो सात महीनों से फिलिस्तीन और इस्राइल के बीच घमासान जारी है। दोनों मामलों में विराम कोसों दूर है।

फिलिस्तीन से इस्राइल की पिछले महीने युद्ध विराम वार्ता सह समझौते की तारीख रद्द हो गई थी। अब इसी हफ्ते का नया दिन मुकर्रर हुआ है। यह राहत की बात है। अमेरिका की निगहबानी में मिस्र और कतर इसकी अगुवाई करेंगे। फिलिस्तीन की मांग है, इस्राइल तत्काल जंग रोके। उसकी तबाह-बरबाद बड़ी आबादी के लिए वैश्विक राहत-पुनर्वास कार्य चलाने दे और फिलिस्तीन राष्ट्र का स्थायी समाधान करे।

वहीं तेल अबीब का कहना है कि हमास के आतंकी हमले रोकने की स्थायी गारंटी दें और उसके नागरिक-सैनिक बंधकों को बिना शर्त रिहा करे, गाजा-पट्टी को मुक्त क्षेत्र रहने दे। इन्हें मानने में हर्ज ही क्या है? इस आम ख्याल के विपरीत, अंतिम नतीजे मिलने में कई पेच हैं।

फिर भी जंग कुछ दिनों के लिए ही सही, रोकी जा सकती है और बंधकों की रिहाई एवं राहत-पुनर्वास कार्य युद्ध स्तर पर चलाए जा सकते हैं। पर 'जंग चलती रहेगी और बंधक रिहा भी होंगे' कि इस्त्राइली उम्मीद को पस्त हुआ फिलिस्तीन मानने की स्थिति में नहीं है। इसलिए हमले के जवाब में जोरदार हमले हो रहे हैं। बेंजामिन नेतन्याहू की इस दबावकारी नीति का विरोध उनके अपने घर में हो रहा है। खास कर तीन बंधकों के शव मिलने के बाद बाकी को जिंदा छुड़ाने के मुद्दे पर इस्त्राइली सडक़ों पर हैं।

यह स्थिति इसके बावजूद है कि इस्त्राइली हमले में 35 हजार से भी अधिक फिलिस्तीनी मारे गए हैं। इसने पूरे विश्व को सिहरा दिया है। अंतरराष्ट्रीय न्यायालय का नेतन्याहू को तत्काल जंग रोकने और उन्हें गिरफ्तार करने का आदेश इसी संदर्भ में है। वार्ता पर नई रजामंदी-जंग के बीच ही सही-नेतन्याहू पर बन रहे इसी दबाव को जाहिर करता है। अंतरराष्ट्रीय परिस्थितियां भी इसी तरफ बढ़ रही हैं। संयुक्त अरब अमीरात एवं बहरीन के दोस्त हो जाने के बावजूद हाथ मिलाते-मिलाते रह गए सऊदी अरब के प्रिंस ने यूरोपियन यूनियन के विदेश मंत्रियों के बीच साफ कर दिया है कि द्वि-राष्ट्रवाद ही समस्या का स्थायी समाधान है। भारत कब से इसी शांतिपूर्ण सह-अस्तित्व का पैरोकार रहा है। (आरएनएस)

# बॉक्स ऑफिस पर मनोज बाजपेयी की भैया जी की हालत खस्ता

मनोज बाजपेयी की फिल्म भैया जी ने बीते शुक्रवार 24 मई को सिनेमाघरों का दरवाजा खटखया था। फिल्म मे बेशक मनोज ने एक बार फिर अपनी उम्दा अदाकारी का लोहा मनवाया हो, लेकिन यह शुरुआत से बॉक्स ऑफिस पर दर्शकों के लिए तरस रही है। इस फिल्म का निर्देशन अपूर्व सिंह कार्की ने किया है।आज भैया जी को आप महज 99 रुपये में देख सकते हैं। दरअसल, देशभर के सिनेमाघरों में 31 मई, 2024 को सिनेमा प्रेमी दिवस के रूप में मनाया जा रहा है।

बिहार की पृष्ठभूमि पर बुनी गई भैया जी की कहानी बिहारी बाबू, राम चरण त्रिपाठी (भैया जी) के जीवन को दर्शाती है।

त्रिपाठी अपने परिवार, अपने लोगों और समाज के लिए जीने वाला एक सीधा-साधा शख्स है, जिसका अपना एक अतीत होता है। यह अतीत जब त्रिपाठी के सामने लौटता है तो कहानी बदले की आग में भभकने लगती है और ऐसा मोड़ लेती है कि उसे अपने भैया जी वाले अवतार में लौटना पड़ता है।

# विकास कार्यो की समीक्षा के लिए 13 सचिवों को बनाया गया जनपद प्रभारी

संवाददाता

देहरादून। प्रदेश के जनपदों में विकास कार्यो की समीक्षा एवं शासन तथा जनपद के मध्य समन्वय स्थापित करने के लिए 13 सचिवों को जनपद प्रभारी नियुक्त किया गया।

आज यहां सचिव आर. मीनाक्षी सुन्दरम ने आदेश जारी करते हुए बताया कि प्रदेश के सभी जनपदो में विकास कार्यो की समीक्षा एवं शासन तथा जनपद के मध्य यथावश्यक समन्वय स्थापित किये जाने के उद्देश्य से पूर्व में निर्गत कार्यालय आदेश को अवक्रमित करते हुए प्रमुख सचिव! सचिव को जनपद प्रभारी नामित किया गया है। उन्होंने बताया कि सचिव बृर्जेश कुमार सन्त को हरिद्वार, प्रमुख सचिव एल. फैनई को नैनीताल, सचिव सचिन कुर्वे को टिहरी गढवाल, सचिव डा. रंजीत कुमार सिन्हा को पिथौरागढ, सचिव डा. आर. राजेश कुमार को रूद्रप्रयाग, सचिव श्रीमती राधिका झा को देहरादून, सचिव दिलीप जावलकर को पौडी गढवाल, सचिव डा. बीवीआर सी पुरूषोत्तम को उधमसिंह नगर, सचिव डा. पंकज कुमार पाण्डेय को अल्मोडा, सचिव चन्द्रेश कुमार यादव को चम्पावत, सचिव वी. षणमुगम को उत्तरकाशी, सचिव विनोद कुमार सुमन बागेश्वर व सचिव दीपेन्द्र कुमार चौधरी को चमोली का प्रभारी बनाया गया है। उन्होंने कहा कि यह अपेक्षा की जाती है कि सभी जनपद प्रभारी अपने-अपने जनपद के सतत् सम्पर्क में रहेंगे, नियमित रूप से जिले का भ्रमण करेंगे तथा जनपद की विशिष्ट समस्याओं से शासन को अवगत करायेंगे। इसके अतिरिक्त शासन से निर्देश प्राप्त होने पर जनपद में होने वाली उच्चस्तरीय बैठकों में प्रतिभाग भी करेंगे।

# उद्यान घोटाला नेताओं व अधिकारियों की मिलीभगत के बिना सम्भव नहीं: माहरा

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा ने कहा कि उद्यान घोटाला नेताओं व अधिकारियों की मिलीभगत के बगैर सम्भव नही है।

आज यहां उत्तराखण्ड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष करन माहरा ने उद्यान घोटाले पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि विभाग द्वारा ऐसी कम्पनी को काम दिया गया जिसका 2022 तक कोई अस्तित्व ही नही था। उन्होंने कहा कि बिना प्रोफाइल जॉचे कम्पनी को उद्यान विभाग द्वारा लाईसेन्स दे दिया गया। नेताओं और अधिकारियों की मिली भगत के बिना यह संभव नही हो सकता है। उन्होंने कहा कि यदि न्यायालय द्वारा सीबीआई के जॉच के आदेश नही दिये जाते तो यह जॉच भी ठण्डे बस्ते चली जाती। उन्होंने कहा कि हिमाचल की तर्ज पर बागवानी को बढ़ावा और प्रोत्साहन देने के लिए इस योजना को शुरू किया गया था। परन्तु मानक पूर्ण ना होने के बावजूद भी सप्लाई के काम का लाइसेन्स महंगी दरों दे दिया गया। उन्होंने कहा कि सीबीआई द्वारा 18 अधिकारियों एवं कर्मचारियों के खिलाफ मुकदमा दर्ज करने से यह साफ हो गया है कि दाल में काला ही नही ब्लकि पूरी दाल ही काली है। उन्होंने कहा कि सरकार भ्रष्ट अधिकारियों को बचाने का काम कर रही थी पर सीबीआई ने जिस तरह 18 अधिकारियों व कर्मचारियों पर मुकदमा दर्ज किया है उससे साफ नजर आ रहा है कि नेताओं और अधिकारियों की मिलीभगत से यह घोटाला हुआ है। उन्होंने कहा कि कुछ सफेदपोश नेता भी घोटाले में लिप्प हैं उनकी भी गहनता से जॉच होनी चाहिए और उन पर भी मुकदमा चलना चाहिए ताकि दूध का दूध पानी का पानी हो सके। माहरा ने कहा कि भाजपा सरकार में विभाग, मंत्रालय और स्वयं मंत्री भ्रष्टाचार में पूरी तरह लिप्त हैं और राज्य सरकार घोटाले बाजों को लगातार संरक्षण देने का काम कर रही है। उन्होंने कहा कि उद्यान घोटाले के जॉच के आदेश यदि न्यायालय नही देता तो सरकार एसआईटी जॉच कर इतिश्री करने का काम करतीं। उन्होंने कहा नैतिकता के आधार पर उद्यान मंत्री को इस्तीफा देना चाहिए।

## यात्री वाहन अलकनंदा में गिरा... ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

अपने श्री चरणों में स्थान दें तथा परिजनों को इस दुख को सहन करने की शक्ति प्रदान करें। उन्होंने जिलाधिकारी रुद्रप्रयाग से दुर्घटना की जांच कराने के निर्देश दिए गए हैं। मुख्यमंत्री ने घायलों को उचित इलाज दिलाने के भी निर्देश दिए हैं।

## पुलिस व पशु तस्करों के बीच हुई मुठभेड.. ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

स्थित झाडियों की आड़ ले ली और झाड़ियों के पीछे छिपकर फायरिंग करते रहे। बचाव में पुलिस टीम द्वारा जवाबी फायर किया गया। जिसपर पुलिस की जवाबी फायरिंग में एक बदमाश के गोली लगी। पुलिस टीम द्वारा घायल बदमाश को मौके से दबोच लिया गया। बांये पैर में गोली लगने से घायल बदमाश से नाम पता पूछने पर उसने अपना नाम बोलर उर्फ भुल्लर पुत्र तालिब निवासी ग्राम चांदपुर गागलहेडी सहारनपुर बताया। जिसके कब्जे से एक तमंचा व कारतूस बरामद किये गये है। पूछताछ में घायल बदमाश ने बताया कि वह अपने तीन साथियों के साथ गोवंश की चोरी करने के लिए झबरेडा क्षेत्र में आया था लेकिन पुलिस की कार्रवाई देखकर उसके तीनों साथी इमरान, रिजवान व गुलबहार मौके से फरार हो गये। पुलिस के अनुसार घायल हुआ बदमाश सहारनपुर का हिस्ट्रीशीटर है जिस पर पूर्व में भी कई मुकदमें दर्ज है।

# कोटद्वार विधानसभा के विकास कार्यों को लेकर खंडूड़ी ने की सीएम से भेंट

संवाददाता

देहरादून। कोटद्वार विधानसभा के विकास कार्यो को लेकर विधानसभा अध्यक्ष ऋतु खंडूडी भूषण ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से भेंट की।

आज यहां विधानसभा अध्यक्ष ऋतु खण्डूडी भूषण ने न्यू कैंट रोड स्थित मुख्यमंत्री आवास पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से मुलाकात करी। विधानसभा अध्यक्ष ने सर्वप्रथम उनके सफल नेतृत्व में 2024 लोकसभा चुनाव में उत्तराखंड की पांचों सीट प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी की झोली में डालने की बधाई दी। विधानसभा अध्यक्ष ने मुख्यमंत्री द्वारा कोटद्वार मार्ग से चार धाम यात्रा की संभावनाओं पर की गई घोषणा पर भी आभार व्यक्त किया। उन्होंने बताया इस से कोटद्वार विधानसभा व पौड़ी जनपद के लोगों को लाभ मिलेगा। जहां एक ओर पर्यटन एवं चार धाम की दृष्टि से कोटद्वार एक मुख्य मार्ग बन सकता है वहीं आने वाले यात्रियों से ऋषिकेश मार्ग पर जाम से भी राहत मिलेगी। इससे कोटद्वार व आसपास के अन्य क्षेत्रों में व्यापार, होटल, गेस्ट हाउस आदि के माध्यम से भी लोगो को रोजगार मिलेगा। विधानसभा अध्यक्ष ने मुख्यमंत्री से जल्द से जल्द चारधाम यात्रा कोटद्वार से शुरू करने की मांग करी। वहीं विधानसभा अध्यक्ष ने मुख्यमंत्री धामी से कोटद्वार में स्थिति नदी व गदेरों में रिवर ट्रेनिंग के लिए अतरिक्त धन राशि की मांग करी। उन्होंने बताया पिछली बरसात में कोटद्वार में आपदा से भारी नुकसान हुआ है जिसके लिए अतिरिक्त धनराशि के माध्यम से नदियों के उफान से लोगों को बचाया जा सकता है। पहले भी मुख्यमंत्री द्वारा हर संभव मदद कोटद्वार के लिए मिला है। ऋतु खण्डूडी ने कोटद्वार विधानसभा में हो रहे विकास कार्यों की चर्चा के दोरान पुष्कर धामी से कोटद्वार विधान सभा में, विशेष कर भाबर एवं सनेह क्षेत्र, जो वन व बरसाती नदियों से घिरा होने के कारण बर्षा काल में नदियों व नालों में अत्यधिक जल भराव से ग्रसित रहता है। इससे रात्रि वक्त आवाजाही में स्थानीय निवासियों को ढेरों कठिनाई होती है। इसके लिए ऋतु खण्डूडी भूषण ने कोटद्वार के विभिन्न मार्गों के लिए मुख्यमंत्री धामी से सोलर लाइट की माँग रखी है।

# अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियां तेज, घंटाघर में योग साधकों ने योगाभ्यास किया

संवाददाता

देहरादून। दून योग पीठ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियां तेज कर दी हैं।

आज यहां अंतराष्ट्रीय योग दिवस 2024 की तैयारियां दून योग पीठ देहरादून द्वारा और भी तेज कर दी गई हैं। विशेष योग सप्ताह के क्रम में गांधी पार्क देहरादून में 22 साल से लगातार भारतीय योग संस्थान के शिविर स्थल पर दीप प्रज्ज्वलित कर और मां सरस्वती, भारतीय योग संस्थान के संस्थापक ब्रह्मलीन प्रकाश लाल और देहरादून में 2 दशकों तक योग की मशाल जलाने वाले ब्रहमलीन राधेश्याम जोशी की प्रतिमाओं में माल्यार्पण कर की गई।भारतीय योग संस्थान उत्तराखंड और अन्य योग संस्थाओं के सहयोग से भव्य योग यात्रा सुप्रसिद्ध आध्यात्मिक गुरु योगाचार्य डा. बिपिन जोशी के पावन सानिध्य में निकाली गई।

'रोज करेंगे योग करेगें' 'करो योग रहो निरोग' 'बधाई हो बधाई हो, अंतराष्ट्रीय योग दिवस की अग्रिम बधाई' हो के जयघोष लगाते हुए योग यात्रा राजपुर रोड होते हुए देहरादून की हृदय स्थली घन्टाघर पहुंची, घन्टाघर में योग साधकों ने योगाभ्यास किया। डा. जोशी ने जन जन का आह्वान किया मात्र 21 जून को हम योग दिवस मनाने की औपचारिकता ना करें बल्कि 21 जून को संकल्प लेकर साल भर योग करें भारतीय योग संस्थान के अध्यक्ष सुधीर वर्मा, योग शिक्षिका गीता जोशी, योग शिक्षिका विमला देशवाल, योग शिक्षिका अंबिका उनियाल, योग शिक्षिका अभिलाषा,योग शिक्षक विनय कुमार, सुनील देशवाल,एडवोकेट तनुज जोशी, मयंक जोशी, संगीता वर्मा आदि का विशेष सहयोग रहा।

# सीएम हैल्पलाइन ऐप की तकनीकी कठिनाइयों को दूर करने के लिए लिखी पाती

संवाददाता

देहरादून। सीएम हैल्पलाइन ऐप में शिकायतों को दर्ज कराने के लिए तकनीकी कठिनाइयों को दूर करने के लिए संयुक्त नागरिक संगठन के महासचिव सुशील त्यागी ने लिखी पाती।

आज यहां सीएम हेल्पलाइन ऐप मे जनहित से सम्बद्ध शिकायतो को दर्ज कराने मे हो रही तकनीकी कठिनाईयो को तत्काल दूर कराये जाने के मांग करते हुए संयुक्त नागरिक संगठन के महासचिव सुशील त्यागी ने लिखी पाती। इन्होने बताया है की इन्हे पर्यावरण, आबकारी, वित्त एवम खाद्य संरक्षण से सम्बन्धित शिकायत सीएम हेल्पलाइन ऐप पर दर्ज करानी थी। दिनभर गर्मी मे कमर तोड मेहनत मोबाइल पर की पर सिलेक्ट प्रॉब्लम मे इनके द्वारा यह दर्ज ही नही हो पायी। इस चक्कर मे इनके मोबाइल से आधे नम्बर उडनछू हो गये। जांच मे इन्होने पाया की यूके सीएम हेल्पलाइन पर शिकायत दर्ज करने के लिए बनाए गए एप में पहले ब्लॉक में सिलेक्ट प्रॉब्लम मे केवल ट्रांसपोर्ट, वॉटर, इलेक्ट्रिसिटी, मेडिकल, एजुकेशन, कलिनलीनैस, स्ट्रीटलाइट/लाइटिंग (अंग्रजी शब्दो मे) सात आप्शन ही दिये गए हैं। शिकायतकर्ताओ को इन सात मे से एक आप्शन को अनिवार्य रूप से चुनना जरूरी है अन्यथा यह दर्ज ही नही होगी।

त्यागी ने बताया की इसी ऐप के अगले ब्लाक मे सिलेक्ट डिपार्टमेंट में आपदा प्रबंधन, उच्च शिक्षा, बागवानी, कृषि, नागरिक आपूर्ति, खेल, चिकित्सा, सिंचाई,पेयजल,निर्वाचन, पंचायती राज, परिवहन, पर्यटन, पशुपालन, गृह विभाग, मत्स्य, ग्रामविकास, महिला एवं बाल विकास, वित्त विभाग, राजस्व विभाग, सेवायोजन,पीडब्लुडी,शिक्षा विभाग, चिकित्सा, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण, वन विभाग, सहकारिता, श्रम, समाज कल्याण,आबकारी, ऊर्जा, आवास, उद्योग, युवा कल्याण,भू विज्ञान, खनन, प्रशिक्षण विभाग, तकनीकी शिक्षा, आयुष, ग्रामीण निर्माण, सूचना प्रौद्योगिकी, सैनिक कल्याण, रेशम,जलागम,अल्पसंख्यक, सूचना, गन्ना विकास, डेयरी विकास,खाद्य संरक्षण औषधि, संस्कृति, धर्मस्य, निर्वाचन, शिक्षा, राज्य संपत्ति, अपणी सरकार, नियोजन, प्रोटोकॉल,भाषा, सूचना आयोग, कर्मकार कल्याण, पुनर्गठन सहित 56 विभाग शामिल किए गए हैं। यदि ये सभी विभाग एप के पहले ब्लॉक मे ही दर्शनीय होते तो शिकायत दर्ज हो जाती। इन्होने कहा ये गंभीर मामला है अन्यथा वे कौन से कारण है, जो सरकार के सभी विभागों का आप्शन पहले ब्लाक मे ही शिकायतकर्ताओ को दिये जाने से मरहूम कर रहे है? पत्र मे इन्होने अनुरोध किया गया है की सभी 56 विभागों को एप के ब्लाक सेलेक्ट प्रॉब्लम में शुरू मे ही अंकित किया जाए जिससे आम शिकायतकर्ता को जनहित मे सीएम हेल्पलाइन का अधिकाधिक लाभ मिल सके।इनकी मांग है की एप को जानबूझकर सीमित दायरे मे रखने वाले तकनीकी विशेषज्ञो की उपरोक्त कारगुजारी की जांच की जाए।

## एक नजर

अपने अल्पायु दिवंगत पुत्र की स्मृति में 'गुलमोहर के फूल, पत्रिका की संपादक श्रीमती पुष्पलता मंमगाई ओल्ड सर्वे रोड पर छबील लगाकर लोगों की शर्बत सेवा करती हुई।

# हुर्रियत नेता मीरवाइज उमर ने कश्मीरी पंडितों से की घर लौटने की अपील

जम्मू। हुर्रियत कॉन्फ्रेंस के प्रमुख मीरवाइज उमर फारूक ने कश्मीरी पंडितों से अपनी मातृभूमि लौटने की अपील करते हुए शुक्रवार को कहा कि यह वक्त मेल-मिलाप और टूटे रिश्तों को फिर से जोड़ने का है। यहां नौहट्टा क्षेत्र में ऐतिहासिक जामिया मस्जिद में जुमे (शुक्रवार) की नमाज के लिए जुटे लोगों को संबोधित करते हुए फारूक ने 'मेला खीर भवानी' के मौके पर कश्मीरी पंडित समुदाय को मुबारकबाद दी। हजारों कश्मीरी पंडितों ने मध्य कश्मीर के गंदेरबल

जिले के तुलमुल्ला स्थित माता खीर भवानी मंदिर में शुक्रवार को पूजा-अर्चना की। मेला खीर भवानी 'रंग्या देवी' को समर्पित खीर भवानी मंदिर में एक वार्षिक कार्यक्रम है। यह जम्मू-कश्मीर के अन्य मंदिरों में भी श्ज्येष्ठ अष्टमीश के मौके पर मनाया जाता है। कश्मीर में आतंकवाद के भड़कने के बाद 1990 में बड़ी संख्या में कश्मीरी पंडित अपने घर छोड़कर घाटी से पलायन कर गए थे। मीरवाइज ने कहा कि समुदाय को अपनी मातृभूमि पर लौट आना चाहिए जो उनका इंतजार कर रही है। उन्होंने कहा, आज 'मेला खीर भवानी' है और मैं इस मौके पर हमारे कश्मीरी पंडित समुदाय को मुबारकबाद देना चाहता हूं। मैं एक बार फिर उनसे कहूंगा कि वे अपनी मातृभूमि पर लौट आएं जो उनका इंतजार कर रही है और यहां वैसे ही रहें जैसे वे अतीत में हमारी साझा विरासत में रहते थे। अब वक्त आ गया है कि हम मेल-मिलाप करें और टूटे हुए रिश्तों को फिर से जोड़ें।

# जल संरक्षण एवं संवर्धन के लिए वृक्षारोपण सभी की जिम्मेदारी: चौधरी

रुद्रप्रयाग (कासं)। जल संरक्षण अभियान के तहत जनपद में आयोजित जल उत्सव कार्यक्रम विधायक रुद्रप्रयाग की अध्यक्षता में जलागम, वन विभाग एवं संबंधित विभागों द्वारा आयोजित किया गया। कार्यक्रम के तहत पुनाड़ गदेरे से समीप सुजुगीबगड़ क्षेत्र में विभिन्न प्रजातियों फलदार, एवं चारापत्ती पौधों का रोपण किया गया। पौधारोपण कार्यक्रम के अवसर पर विधायक रुद्रप्रयाग भरत सिंह चौधरी ने कहा कि वर्तमान समय में जल स्तर लगातार घट रहा है, जो कि बेहद गंभीर समस्या है। इस समस्या से निजात पाने के लिए सभी की सहभागिता से वृक्षारोपण कार्यक्रम आयोजित कर जल संरक्षण एवं संवर्धन के लिए कार्य करने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के दिशा- निर्देशन में देशभर में जल संरक्षण एवं संवर्धन के लिए ग्राम स्तर तक कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। जिसके माध्यम से अधिक से अधिक वृक्षों का रोपण करने का लक्ष्य रखा गया है।

प्रभागीय वन अधिकारी रुद्रप्रयाग अभिमन्यु ने कहा कि जल संरक्षण एवं संवधन के लिए जल उत्सव कार्यक्रम आयोजित किया गया है। जिसमें सभी संबंधित विभागों की सहभागिता से वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का भी विजन है कि जल संरक्षण एवं संवर्धन के लिए प्रदेशभर में जल उत्सव कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। जल संरक्षण के लिए संबंधित विभागों के साथ ही आम जनमानस की भी सहभागिता भी आवश्यक है।

मुख्य विकास अधिकारी जीएस खाती ने कहा कि स्प्रिंग एंड रिवर रिजुविनेशन प्राधिकरण सारा के अंतर्गत जल उत्सव कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। जनपद में शनिवार से इसका शुभारंभ हो गया है। जल संरक्षण एवं संवर्धन के लिए जनपद के विभिन्न क्षेत्रों में संबंधित विभागों के माध्यम से वृक्षारोपण कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। जिससे कि जल संरक्षण एवं संवर्धन की दिशा में कार्य कर घटते जल स्तर को बढ़ाया जा सके। रुद्रप्रयाग शहर की जल आपूर्ति पुनाड़ गदेरे से ही की जाती है तथा घटते जल स्तर को बढ़ाने के लिए इस क्षेत्र से ही वृक्षारोपण अभियान की शुरुआत की गई है।

# रेस्टोरेंट के डीप फ्रिज से सांभर का मांस बरामद

हमारे संवाददाता

देहरादून। राजधानी देहरादून के डोईवाला स्थित एक रेस्टोरेंट से वन्य जीव सांभर का मांस बरामद किया गया है। वन विभाग द्वारा मामले में तत्काल कार्रवाई करते हुए मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया गया है।

यह सनसनीखेज मामला डोईवाला के एक रेस्टोरेंट का है। प्राप्त जानकारी के अनुसार वन विभाग को शिकायत प्राप्त हुई कि डोईवाला की केशवपुरी बस्ती में एक व्यक्ति के रेस्टोरेंट में एक वन्य जीव का मांस रखा हुआ है। सूचना मिलने पर त्वरित कार्यवाही करते हुए वन विभाग की टीम मौके पर पहुंची। बताया जा रहा है कि यहां केशवपुरी बस्ती में एक रेस्टोरेंट में वन विभाग की टीम ने छापेमारी की कार्रवाई की। फारेस्ट रेंज ऑफिसर घनानंद उनियाल ने बताया कि शिकायत के आधार पर जब वन विभाग की टीम केशवपुरी बस्ती में स्थित सनी थापा के रेस्टोरेंट पहुंची और रेस्टोरेंट के डीप फ्रिज की गहनता से जांच की तो उसमें से काली पॉलीथिन में 2 किलो 800 ग्राम कटा हुआ मांस बरामद हुआ।

### ❑मुख्य आरोपी गिरफ्तार, अन्य फरार, छापेमारी जारी

टीम के द्वारा मौके पर ही बरामद वन्य जीव के मांस का सैंपल तैयार किया गया जिसे जांच के लिये भारतीय वन्य जीव संस्थान देहरादून ,चन्द्रबनी भेजा गया। वन विभाग की टीम द्वारा जब आरोपी सनी थापा से बरामद मांस के बारे में पूछताछ की गयी तो वह कोई संतोषजनक जवाब नही दे सका। जिस पर आरोपी सनी पुत्र ओम बहादुर को बरामद माँस सहित गिरफ्तार कर रेंज परिसर लच्छीवाला लाया गया। जहां गहनता से पूछताछ करने पर उसने कई अपराधियों के इसमें शामिल होने की बात कही है। जिस पर अन्य आरोपियों के ठिकानों पर टीम द्वारा छापा मारा गया किंतु वह घर से फरार हो गये। बहरहाल आरोपी सनी को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश किया गया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

## पत्नी व ससुरालियों पर घर में घुसकर मारपीट करने का मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। घर में घुसकर परिवार वालों के साथ मारपीट कर जान से मारने की धमकी देने के मामले में पत्नी व ससुरालियों पर मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गंगोत्री विहार कैनाल रोड निवासी मनीष खन्ना ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आज जब वह घर से काम पर चला गया तो पीछे से उसकी पत्नी रिया कपूर खन्ना ने अपने पिता राजन कपूर, मां भारती कपूर व भाई प्राशु व बहन सोनाली कपूर को घर पर बुलाया और सभी ने उसकी मां व भाई के साथ गाली गलौच करते हुए मारपीट शुरू कर दी। उसकी मां व भाई ने हाथ पैर जोडकर उनको शांत कराने का प्रयास किया लेकिन उन्होंने उनकी एक नहीं सुनी तथा घर से गहने नगदी लेकर चले गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

## वाहन की चपेट में आकर महिला घायल

संवाददाता

देहरादून। वाहन की चपेट में आकर महिला गम्भीर रूप से घायल हो गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार हरिकुंज इंजीनियर एन्क्लेव निवासी श्रीमती अरूणा उनियाल ने बंसत विहान थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह घर की तरह जा रही थी जब वह शनि मंदिर के पास पहुंची तो एक वाहन चालक ने उसको टक्कर मार दी। उसने जब उसको वाहन सही तरीके से चलाने के लिए कहा तो वाहन चालक ने उसके साथ गाली गलौच करते हुए मारपीट कर जान से मारने की धमकी दी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

## देश में लाखों की ठगी करने वाला नाईजीरियन मास्टरमाईंड गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। खुद को डाक्टर बताकर लोगों से लाखों रूपये की ठगी करने वाले मास्टरमाईंड नाईजीरियन को एसटीएफ ने दिल्ली से गिरफ्तार कर लिया है। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ आयुष अग्रवाल ने बताया कि कुछ दिवस पूर्व साइबर क्राईम पुलिस स्टेशन उत्तराखण्ड देहरादून निवासी एक महिला द्वारा सूचना दर्ज कराई कि अज्ञात साइबर ठगो द्वारा वादिनी से फेसबुक / व्हाटसअप आदि के माध्यम से संपर्क कर व स्वंय को डा. विलियम रयकर यूएसए में डॉक्टर बताकर उसको विदेश से 25 हजार यूएस डॉलर गिफ्ट आईटम लेडिज सामान ब्रेसलेट ज्वैलरी और मोबाईल फोन, वॉच पर्स और कई अन्य कीमती सामान पार्सल से भेजने का प्रलोभन देकर व उसको कस्टम डिमार्टमेन्ट दिल्ली से पार्सल आने का लालच देकर, बैक खाते में यूएस डॉलर को इण्डियन करेन्सी में प्राप्त व कनवर्ट करने के नाम पर एवं विभिन्न कर / टैक्स के नाम पर उससे कुल 13,61,700 रूपये धोखाधडी से भिन्न-2 बैक खातो में स्थानान्तरित करवाये गये। गठित टीम द्वारा घटना के शीघ्र अनावरण हेतु त्वरित कार्यवाही करते हुए घटना में प्रयुक्त मोबाईल नम्बर व सम्बन्धित खातों आदि की जानकारी व तकनीकी विश्लेषण किया गया तो उक्त अपराध में संलिप्त अपराधियों का दिल्ली से सम्बन्ध होना पाया गया। जिसमें टीम को सम्बन्धित स्थानों को रवाना किया गया। पुलिस टीम द्वारा अथक मेहनत एवं प्रयास तथा तकनीकी विश्लेषण कर साक्ष्य एकत्रित करते हुये अभियोग में संलिप्त विदेशी (नाईजीरियन) को मोहन गार्डन दिल्ली से गिरफ्तार किया गया, जिसके कब्जे से 04 मोबाईल फोन, 01 लैपटॉप मय बैग व चार्जर, 02 पासपोर्ट बरामद हुये। पूछताछ में उसके द्वारा बताया गया कि उनके द्वारा डॉक्टर बनकर भोले भाले लोगों से सोशल प्लैटफॉर्म के माध्यम से दोस्ती कर तथा विश्वास में लेकर उनके लिए विदेशी मुद्रा तथा विदेश से गिफ्ट भेजने के नाम पर धोखाधड़ी की जाती है, जिसके लिये उनके द्वारा स्वयं को विदेशी नागरिक बनकर विदेश से धनराशि व विदेशी गिफ्ट भेजने का झांसा देकर भिन्न भिन्न एकाउन्ट में धनराशि जमा कराकर ठगी की गई है।

## चाकू के साथ गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने चाकू के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार डोईवाला कोतवाली पुलिस ने सौंग नदी के पुराने पुल पर एक युवक 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 एक चाकू बरामद कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम अजय किरशाली पुत्र जोगेन्द्र सिंह निवासी रानीपोखरी बताया।

**आर.एन.आई.-** 59626/94

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

*प्रधान संपादक*
**कांति कुमार**

*संपादक*
**पुष्पा कांति कुमार**

*समाचार संपादक*
**आनंद कांति कुमार**

**कानूनी सलाहकार:**
**वी के अरोड़ा, *एडवोकेट***
**बैजनाथ, *एडवोकेट***

**कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।**
**मो. 9358134808**

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