शुक्रवार
28 जून 2024

पृष्ठ 4

रोजाना इंस्टेंट नूडल खाते हैं आप ?..

पृष्ठ 5

फैशन के साथ चलना थकाऊ हो सकता...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 145
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

जो भारी कोलाहल में भी संगीत को सुन सकता है, वह महान उपलब्धि को प्राप्त करता है।
– डॉ. विक्रम साराभाई

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

-हरिद्वार गैंग रेप व हत्या का मामला-

पीड़ित परिवार से मिले आर्य, मदद का भरोसा

●वीरेन्द्र रावत भी गये थे उनके साथ
●भाजपा का असली चाल चरित्र यही हैः रावत

विशेष संवाददाता

हरिद्वार। नेता विपक्ष यशपाल आर्य और पूर्व सीएम हरीश रावत के पुत्र वीरेंद्र रावत ने आज गैंगरेप और हत्या के मामले में पीड़ित परिवार से मुलाकात की और उन्हें हर संभव मदद का भरोसा दिलाया।

यशपाल आर्य ने सरकार और प्रशासन पर आरोप लगाते हुए कहा कि प्रदेश में महिलाओं की सुरक्षा एक बड़ा सवाल हो गया है। सरकार महिलाओं और बेटियों की सुरक्षा में पूरी तरह से नाकाम साबित हो रही है। आए दिन राज्य में महिलाओं के साथ हिंसा और उत्पीड़न के मामले सामने आ रहे हैं। लेकिन सरकार इन्हें रोक पाने में नाकाम साबित हो रही है।

उन्होंने कहा कि अंकिता भंडारी कांड से लेकर अब तक कई मामले सामने आ चुके हैं और सरकार आरोपियों पर कार्यवाही की बजाय उन्हें बचाने के काम में लगी रहती है। उन्होंने पीड़ित परिवार को हर संभव मदद का भरोसा दिलाते हुए कहा कि कांग्रेस उन्हें न्याय दिलाने की लड़ाई में उनके साथ खड़ी है।

वीरेंद्र रावत ने कहा कि एक तरफ भाजपा बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ की बात करती है वहीं दूसरी तरफ बेटियों के

साथ घिनौनी हरकतें व हत्या करने वालों को संरक्षण देने का काम करती है। उन्होंने कहा कि भाजपा का असली चेहरा यही है। उधर कांग्रेस नेता करन माहरा का कहना है कि हर बार महिला की हत्या और रेप में एक भाजपा नेता का नाम ही क्यों आता है।

उल्लेखनीय है कि बीते 23 जून को हरिद्वार के बहादराबाद क्षेत्र में एक किशोरी का गैंगरेप के साथ हत्या कर दी गई जिसका खुलासा 24 घंटे के अंदर ही हो गया।

पीड़िता की मां द्वारा अमित सैनी और भाजपा नेता आदित्य सैनी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कराया गया था पुलिस मामले में अब तक छह लोगों को गिरफ्तार कर जेल भेज चुकी है।

भाई-बहन को सांप ने डसाः भाई की भी हुई मौत

हमारे संवाददाता

नैनीताल। रामनगर के पार्वती कुंज में एक ही परिवार के दो भाई-बहनों को सांप के डसने के मामले में जहां बहन ने बीते रोज ही दम तोड़ दिया था वहीं अस्पताल में उपचार के दौरान आज सुबह भाई की भी मौत हो गयी है।

जानकारी के अनुसार, पन्ना (मध्यप्रदेश) का राहुल परिवार के साथ 12 दिन पहले ही पीरूमदारा आया था और यहां मजदूरी कर रहा है। राहुल ने बताया कि बुधवार को वह, उसकी पत्नी और तीन बच्चे कमरे में सो रहे थे। रात करीब 12 बजे बेटा देव (6) और बेटी नित्या (4) रोने लगे। जब देखा तो वहां पर सांप बैठा था।

सांप ने दोनों बच्चों के हाथ पर डस रखा था। परिजन सांप को डिब्बे में पकड़कर और दोनों बच्चों को लेकर रामनगर सीएचसी पहुंचे। बच्चों

की गंभीर हालत को देखते हुए उन्हें सुशीला तिवारी अस्पताल हल्द्वानी रेफर कर दिया गया। यहां पहुंचने पर डॉक्टरों ने 4 वर्षीय नित्या को मृत घोषित कर दिया जबकि देव आईसीयू में भर्ती था। आज 6 वर्षीय देव की भी इलाज के दौरान मौत हो गई। पुलिस ने पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों के सुपुर्द कर दिया। दोनों बच्चों की मौत से परिजनों पर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा है।

पुणे-बेंगलुरु नेशनल हाईवे पर हुए सड़क हादसे में 13 लोगों की मौत

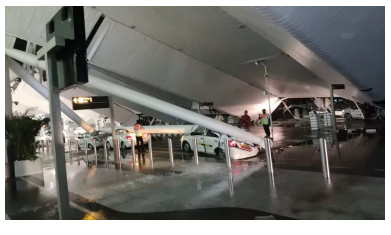
बेंगलुरू । कर्नाटक में बड़ा सड़क हादसा सामने आया है। यहां हावेरी जिले में पुणे-बेंगलुरू नेशनल हाईवे पर हुए सड़क हादसे में 13 लोगों की जान चली गई है। जानकारी के अनुसार यह हादसा बागडी तालुक के गुंडेनहल्ली क्रॉस के पास हुआ है। हादसे में मरने वालों में एक बच्चा भी शामिल हुए है। सड़क हादसे में घायल हुए लोगों को अस्पताल में भर्ती कराया गया है, जहां उनका इलाज चल रहा है।

यह हादसा उस वक्त हुआ जब टेंपो ट्रैवलर ने सड़क पर पहले से खड़ी लॉरी को पीछे से टक्कर मार दी। यह टक्कर काफी भीषण थी। इस टक्कर की वजह से ट्रैवलर का आगे का हिस्सा पूरी तरह से पिचक गया। हादसे में 3 बच्चों की मौत हुई है, जबकि दो लोगों की हालत काफी गंभीर हैं, उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया है। हवेरी के एसपी अंशु कुमार श्रीवास्तव ने बताया कि यह हादसा टेंपो ट्रैवलर और लॉरी की टक्कर की वजह से हुआ है।

दिल्ली एयरपोर्ट पर टर्मिनल-1 की छत गिरी, एक की मौत पांच घायल, कई गाड़ियां दबीं

नई दिल्ली। नई दिल्ली के इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे (आईजीआईए) के टर्मिनल-1 पर शुक्रवार को भारी बारिश के बीच छत का एक हिस्सा टैक्सियों समेत कारों पर गिर गया, जिससे कम से कम एक व्यक्ति की मौत हो गई और पांच अन्य घायल हो गए।

आज सुबह करीब 5.30 बजे दिल्ली फायर सर्विसेज को छत गिरने की कॉल मिली। छत की शीट के अलावा सपोर्ट बीम भी ढह गई, जिससे टर्मिनल के पिक-अप और ड्रॉप क्षेत्र में खड़ी कारों को नुकसान पहुंचा। सभी घायलों को बचाकर अस्पताल पहुंचाया गया। सुबह



लगभग 5.30 बजे, दिल्ली हवाई अड्डे के टर्मिनल -1 पर छत गिरने के संबंध में एक कॉल मिली। दिल्ली अग्निशमन सेवा के एक अधिकारी का कहना है, तीन दमकल गाड़ियों को मौके पर भेजा गया है।ष यह सुनिश्चित करने के लिए बचाव अभियान चलाया जा रहा है कि क्षतिग्रस्त वाहनों में कोई और न फंसा हो। घटना के परिणामस्वरूप, दिल्ली इंटरनेशनल एयरपोर्ट लिमिटेड (डीआईएएल) ने टर्मिनल 1 से सभी प्रस्थान को अस्थायी रूप से निलंबित कर दिया है, और सुरक्षा उपाय के रूप में चेक-इन काउंटर बंद कर दिए गए हैं।

केंद्रीय नागरिक उड्डयन मंत्री राम मोहन नायडू किंजरपु ने कहा कि वह व्यक्तिगत रूप से घटना पर नजर रख रहे हैं और बचाव अभियान अभी भी जारी है। डीआईएएल ने एक बयान में कहा, आज सुबह से हो रही भारी बारिश के कारण, दिल्ली हवाई अड्डे के टर्मिनल 1 के पुराने प्रस्थान प्रांगण में शामियाना का एक हिस्सा सुबह लगभग 5 बजे ढह गया।

दून वैली मेल

संपादकीय

अभिभाषण के मायने

नई सरकार के राजकाज संभालने के बाद संसद के संयुक्त सत्र को राष्ट्रपति के जिस अभिभाषण से शुरू करने की एक परंपरा है वह अभिभाषण क्या होता है इसके बारे में हम सभी भली भांति जानते हैं। राष्ट्रपति का यह अभिभाषण विशुद्ध रूप से एक सरकारी दस्तावेज होता है इसमें राष्ट्रपति का अपना कुछ नहीं होता है सरकार द्वारा जो लिखवा दिया गया होता है उसे राष्ट्रपति द्वारा सिर्फ पढ़ा भर जाता है। लेकिन इस सबके बीच भी इस अभिभाषण में सरकार की उपलब्धियों के अलावा सरकार की भावी नीतियों और सोच की झलक जरूर होती है जिससे सरकार की मंशा को समझा जा सकता है कि वह क्या कुछ करना चाहती है और क्यों करना चाहती है। सरकार सालों से देश की अर्थव्यवस्था को मजबूती के साथ आगे बढ़ाने के दावे कर रही है वही दावे अपने अभिभाषण में राष्ट्रपति द्वारा भी किए गए हैं। सरकार द्वारा अपने पिछले 10 साल के कार्यकाल में देश के 25 करोड लोगों को गरीबी की रेखा से ऊपर लाने की बात का उल्लेख किया जाता रहा है जो इस अभिभाषण में सुनने को मिला। सरकार द्वारा गरीब और कमजोर लोगों के उत्थान के लिए तमाम सारी योजनाएं चलाई जा रही है। 2024 के चुनाव में पेपर लीक और बेरोजगारी के जो मुद्दे प्रमुखता के साथ उठे उन्हें लेकर अब अगर सरकार चिंता जता रही है या फिर इन्हें रोकने के पुख्ता इंतजाम करने का वायदा किया जा रहा है तो यह अच्छी बात है। तमाम प्रतियोगी परीक्षाओं में होने वाली धांधली के कारण देश के प्रतिभाशाली युवाओं को भारी नुकसान उठाना पड़ा है। राष्ट्रपति द्वारा सैन्य बलों और सुरक्षा बलों को और अधिक सशक्त बनाने का भरोसा भी अपने अभिभाषण में जताया गया है। सवाल यह है कि विगत सरकार द्वारा जो अग्निवीर योजना लाई गई थी क्या सरकार उसे पर भी पुनर्विचार करेगी विपक्ष द्वारा इस योजना को लेकर भारी आपत्ति जताई जाती रही है तथा इसे सैन्य बलों को कमजोर बनाने वाली योजना बताया जाता रहा है। राष्ट्रपति ने अपने अभीभाषण में संसद में होने वाले हंगामे और उससे लोकहित प्रभावित होने का मुद्दा भी उठाया गया है लेकिन इसके लिए विपक्ष को जिम्मेदार ठहराया जाना क्या उचित है पूर्ववर्ती सरकार में जिस तरह से विपक्ष की आवाज को दबाने और सांसदों के थोक के भाव किए जाने वाले निलंबन क्या एक स्वस्थ संसदीय परंपरा के प्रतीक कहे जा सकते हैं। सरकार को जो कुछ करना है करें लेकिन इस 18वीं लोकसभा के पहले सत्र का आगाज जिस सहयोग व सांमजस्य की भावना से करने की बात कही जा रही है वह सिर्फ कहने भर के लिए ही दिखाई दे रही है। लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला के बाद अब राष्ट्रपति द्रोपति मुर्मू द्वारा 50 साल पहले देश में लागू किए गए आपातकाल का जिक्र भर कर कांग्रेस पर हमला किया गया। क्या इस दौर में जब आप एक नई शुरुआत कर रहे हैं क्या इन गड़े मुर्दों को उखाड़े बिना किया जाना संभव नहीं था। लेकिन सत्ता में बैठे लोगों द्वारा इतिहास को क्यों दोहराया जा रहा है इसे हर कोई जान समझ रहा है ऐसी स्थिति में विपक्ष की आस्तीने चढ़ना भी स्वाभाविक है क्योंकि अब विपक्ष 2014 और 2019 की तरह कमजोर विपक्ष नहीं है अच्छा होता कि तनातनी की बजाय पक्ष-विपक्ष लोकहित व लोकतंत्र की मजबूती की सोच रखते।

युवती के साथ बलात्कार व हत्याकांड की जांच सीबीआई से कराई जाये: माहरा

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा ने कहा कि दलित युवती के साथ बलात्कार व उसकी हत्या की जांच सीबीआई से करायी जाये।

आज यहां उत्तराखण्ड प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष करन माहरा ने प्रदेश कांग्रेस मुख्यालय में पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए कहा कि उत्तराखण्ड राज्य में पिछले 7 वर्ष में जितनी भी महिला शोषण की घटनायें हुई हैं उनमें भाजपा नेताओं की संलिप्तता से भाजपा का महिला विरोधी चेहरा उजागर होता है तथा भाजपा सरकारों के बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ के झूठे नारे की पोल खोलता है। करन माहरा ने कहा कि हरिद्वार जनपद के बहादराबाद में भारतीय जनता पार्टी के नेता एवं ओबीसी आयोग के सदस्य द्वारा नाबालिग युवती के साथ किये गये दुष्कर्म एवं हत्या की घटना मानवता को शर्मशार करने वाली तथा देवभूमि के गौरव को कलंकित करने वाली घटना है। इस घटना ने पूर्व मे अंकिता भण्डारी हत्याकांड की याद ही ताजा नहीं की अपितु भारतीय जनता पार्टी का गिरगिटी चरित्र एवं मातृशक्ति विरोधी चेहरा उजागर कर दिया है। माहरा ने कहा कि यदि भाजपा सरकार ने अंकिता भंडारी के हत्यारों को बचाने का दुष्कर्म नहीं किया होता तो आज एक मासूम की इज्जत व

जान बचाई जा सकती थी, परन्तु भारतीय जनता पार्टी की सरकार ने हत्याकांड के सबूतों को नष्ट करने तथा हत्यारों को बचाने का प्रयास किया जिससे उसके नेताओं के हौसले बढते गये और आज फिर से राज्य की एक दलित बेटी को अपनी अस्मिता एवं जान गंवानी पड़ी। करन माहरा ने कहा कि राज्य में वर्तमान धामी सरकार के दो वर्ष के कार्यकाल में राज्य में हत्या, चोरी, डकैती, मासूमों से बलात्कार जैसे जघन्य अपराधों की घटनाओं की बाढ जैसी आई हुई है। अंकिता भण्डारी, हेमा नेगी, पिंकी हत्याकांड, चम्पावत में नाबालिग से बलात्कार, मंगलौर में सामूहिक दुष्कर्म, श्रीनगर में युवती से बलात्कार का प्रयास, द्वाराहाट में नाबालिग दलित युवती से बलात्कार, देहरादून में महिला को बंधक बनाकर दुष्कर्म, बहादराबाद में 13 साल की मासूम के साथ सामूहिक बलात्कार के उपरान्त हत्या की घटनाएं मानवता को शर्मसार करने वाली तथा देवभूमि की अस्मिता को कलंकित करने वाली घटनाएं हैं। उन्होंने कहा कि इससे पहले भी भाजपा नेताओं पर महिला शोषण के गंभीर आरोप लगे परन्तु कार्रवाई नहीं हुई। उन्होंने यह भी कहा कि जिस प्रकार पिछले 7 वर्ष से राज्य में अराजकता, चोरी, डकैती, लूट, बलात्कार व महिला अत्याचार की घटनाएं घटित हुई हैं उससे कानून का राज पूरी तरह से समाप्त हो चुका है। राज्य में महिलायें अपने आप को असुरक्षित महसूस कर रही हैं तथा राज्य की पुष्कर सिंह धामी सरकार और मित्र पुलिस भ्रष्टाचारियों और बलात्कारियों की सरंक्षक बनी हुई है। माहरा ने कहा कि अंकिता भण्डारी हत्याकांड और बहादराबाद बलात्कार और हत्या की घटना में सत्ताधारी दल के नेताओं की संलिप्तता से स्पष्ट हो गया है कि भाजपा सरकार बलात्कारियों की संरक्षक बनी हुई है तथा इस प्रकार के घृणित अपराध करने वाले अपराधियों को सजा दिलाने की बजाय बचाने का काम कर रही है। माहरा ने कहा कि कांग्रेस पार्टी राज्य में लगातार घट रही बलात्कार और हत्याकांड की घटनाओं की कठोर शब्दों में निन्दा करती है तथा राज्य की धामी सरकार से बहादराबाद में दलित युवती से हुए बलात्कार व हत्याकांड की जांच सीबीआई से कराये जाने की मांग करती है। पत्रकार वार्ता में प्रदेश उपाध्यक्ष संगठन मथुरादत्त जोशी, प्रवक्ता शीशपाल सिंह बिष्ट, गिरिराज किशोर हिंदवान, अमरजीत सिंह, विशाल मौर्य आदि उपस्थित थे।

स्मैक व इलैक्ट्रानिक तराजू सहित तस्कर दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके कब्जे से 6.50 ग्राम स्मैक, इलैक्ट्रानिक तराजू, मोबाइल व तस्करी में प्रयुक्त बाइक भी बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज कोतवाली गंगनहर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थो की सप्लाई हेतू आने वाले है।

सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को मतलबपुर तिराहे रूड़की में बाइक सवार एक संदिग्ध आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह बाइक मोड़कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 6.50 ग्राम स्मैक, 1 इलेक्ट्रानिक तराजू व एक मोबाइल बरामद हुआ।

पूछताछ में उसने अपना नाम मुर्तजा पुत्र मासूक अली निवासी ग्राम गढमीरपुर थाना कोतवाली रानीपुर हरिद्वार बताया। 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।

क्रेडिट कार्ड का कर्मचारी बनकर ठगे 93 हजार रुपये

संवाददाता

देहरादून। क्रेडिट कार्ड का कर्मचारी बताकर 93 हजार रूपये की ठगी के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मेदनीपुर निवासी अवनीश कुमार ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका इण्डियन ओवरसीज बैंक में खाता है। उसको 12 जून 2024 को मोबाईल नम्बर से व्हट्सएप्प कॉल प्राप्त हुयी थी, जिसने स्वयं का परिचय देते हुए बताया था कि वह इण्डियन ओवरसीज बैंक के केडिट कार्ड विभाग से बोल रहा है। उसको इण्डियन ओवरसीज बैंक में केडिट कार्ड की सुविधा प्राप्त करवाने के लिए बैंक के अधिकारी उससे मोबाईल से फोन आने पर कॉल करेंगे। इसके बाद उसको अपने मोबाईल नम्बर पर मोबाईल से भी कॉल प्राप्त हुयी, जिसने अपना परिचय देते हुए बताया कि वह इण्डियन ओवरसीज बैंक के केडिट कार्ड विभाग से सीनीयर मैनेजर बोल रहा है व उसके द्वारा केडिट कार्ड बनाने के लिये उसको दिये गये दिशानिर्देशों का पालन करने पर उसके इण्डियन ओवरसीज बैंक के खाता संख्या कुल 93 हजार रूपये उसके खाते से निकल गये। इसके बाद उसको एहसास हुआ कि अज्ञात साईबर ठगों ने स्वयं को इण्डियन ओवरसीज बैंक का अधिकारी/कर्मचारी बताकर उसको केडिट कार्ड बनवाने का झांसा देकर उसके खाते से 93 हजार रूपये की साईबर ठगी की है।

यस्य त्यन्महित्वं वाताप्यमयं जनः।
विप्र आ वंसद्धीतिभिश्चिकेत सुष्टुतीनाम्।।

(ऋग्वेद १०-२६-२)

प्रभु की महिमा पांच महाभूतों द्वारा प्रकट होती है। मेधावी मनुष्य जितना जितना चिंतन करता है उतना उतना प्रभु की महिमा को देख और समझ पाता है। मनुष्य महाभूतों में से जल और वायु को विशेष रूप से जानता है।

ऑनलाइन जॉब के नाम पर ठगे पांच लाख रुपये, मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। ऑनलाइन जॉब के नाम पर पांच लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार पार्क रोड निवाी महिन्दर खन्ना ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह ओएनजीसी में कार्यरत था,और देहरादून का स्थायी निवासी है और वह हाल ही में ओएनजीसी० से सेवानिवृत हुआ है। उसकी पुत्री अदिती खन्ना का विवाह 26 नवम्बर 2020 को हुआ तथा विवाह उपरान्त ही अतिदि की नौकरी छूट गई, जिस कारण वह काफी मानसिक तनाव में था तभी एक उत्सव में सारे रिश्तेदार इक्कठा हुए और एक-दूसरे का सुख-दुःख साझा करने लगे, बातचीत होने के दौरान ही उसके द्वारा अपने मानसिक तनाव के बारे में खुलासा किया तो वहां पर सुभाषी सोनी उर्फ टिन्नी व हरेन्द्र सोनी द्वारा अपने ऑन लाईन बिजनेस के बारे बताया गया कि सुभाषी का भी ऑन लाईन मार्केटिंग का बिजनेस बहुत अच्छा चला रहा है तब उसने कहा कि वह भी अपनी पुत्री अतिदि को कोई ठीक ठाक ऑन लाईन कोर्स कराना चाहते है। सुभाषी ने उससे कहा कि आप चिन्ता न करे वह उसके दोनों सन्तानों अदिति और शिवम् को अपने बिजनेस में शामिल कर नौकरी लगवा देगी, केवल वह उसके खाते में सात लाख बीस हजार रूपये ऑन लाईन ट्रांसफर करा दीजिये। सुभाषी द्वारा उसको 8-10 बार फोन किया गया तब उसके द्वारा कहा गया उसके पास अभी इतनी बड़ी रकम नहीं है और पहली प्राथमिकता अपनी पुत्री अतिदि को कोर्स कराने की है। सुभाषी के बार-बार कॉल करने पर उसने सब जगह से पैसा इक्कठा कर पांच लाख रूपये 10 अप्रैल 2021 को सुभाषी के खाते में ऑन लाईन ट्रांसफर कर दिये और उसने शेष धनराशि दो लाख बीस हजार रूपये बाद में देने के लिए कहा। 6-यह कि उसके द्वारा उक्त धनराशि देने के बाद सुभाषी को फोन कर जानना चाहा तो उसके द्वारा उसका फोन उठाना बन्द कर दिया गया है। जिसके बाद उसको पता चला कि उन्होंने उसके साथ धोखाधडी कर पांच लाख रूपये ठग लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

टूथपेस्ट का ऐसे करें इस्तेमाल, कुछ दिनों में गोरे दिखने लगेंगे आपके घुटने और कोहनी

त्वचा में नमी न होने की वजह से त्वचा रूखी होकर काली पडऩे लग जाती है। कभी-कभी घुटने और कोहनी बहुत ज्यादा काले दिखने लगते हैं, जो शर्मिंदगी का कारण बन जाते हैं। काले घुटने की वजह से अवसर लोग शॉर्ट कपड़े नहीं पहन पाते हैं, तो वही कोहनी के कालेपन की वजह से लोगों को हाफ और स्लीवलेस कपड़े पहनने में परेशानी होती है।

ऐसे में लोग कोहनी और घुटने को गोरा करने के लिए काफी प्रयास करते हैं, कुछ लोग तो इसके लिए मेडिकल ट्रीटमेंट की भी मदद लेते हैं। लेकिन फिर भी उन्हें कोई असर नहीं होता है। अगर आप भी कोहनी के कालेपन से परेशान है, तो यह खबर आपके लिए है। आज हम आपको टूथपेस्ट के इस्तेमाल के बारे में बताएंगे।

टूथपेस्ट के फायदे

टूथपेस्ट वैसे तो धातु की सफाई के लिए इस्तेमाल होता है लेकिन आप इसका उपयोग कोहनी और घुटने के कालेपन को दूर करने के लिए भी कर सकते हैं। जानकारी के मुताबिक टूथपेस्ट डेड स्किन को हटाने में मदद करता है और त्वचा के पीएच लेवल को संतुलित रखता है। जिससे त्वचा का कालापन दूर होता है। यही नहीं टूथपेस्ट एक ब्लीचिंग एजेंट है, जो त्वचा को हल्का करने में भी मददगार माना गया है।

टूथपेस्ट का इस्तेमाल

टूथपेस्ट का इस्तेमाल करने के लिए आपको सबसे पहले एक साफ बर्तन में एक चम्मच टूथपेस्ट के साथ नारियल तेल, नमक और नींबू का रस मिलना होगा। इन तीनों का पेस्ट बनाकर आप इसे कोहनी और घुटने पर सर्कुलर मोशन में लगाएं। इसे 5 से 1० मिनट के लिए छोड़ दें, फिर ठंडे पानी से धो लें। आप इसका हफ्ते में 2 से 3 बार इस्तेमाल कर सकते हैं। ऐसा करने पर आपको कुछ ही दिनों में फर्क देखने को मिलेगा।

इन चीजों का करें इस्तेमाल

टूथपेस्ट के अलावा आप और भी कई चीजों का इस्तेमाल कर अपनी कहानी और घुटने को गोरा बना सकते हैं जैसे नियमित रूप से मॉइश्चराइजर का इस्तेमाल करें डेट स्कीम हटाने के लिए हफ्ते में एक से दो बार कहानी और घुटने पर स्क्रब करें इसके अलावा नींबू के रस और दही का कोहनी और घुटने पर इस्तेमाल करें।

इन बातों का रखें ध्यान

हल्दी में एंटी इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो त्वचा को हल्का करने में मदद करते हैं और गोरा बनाते हैं। इसलिए आप कोहनी और घुटने पर हल्दी का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। यह घरेलू उपचार आपके घुटने और कोहनी के कालेपन को साफ कर सकते हैं। लेकिन ध्यान रहे कुछ लोगों को इससे एलर्जी हो सकती है। अगर ऐसा होता है, तो डॉक्टर से बात जरूर करें और उनकी सलाह ले। (आरएनएस)

डिप्रेशन दूर करने में जब दवा काम ना आए तो आजमा कर देखिए ये कुदरती तरीका

आजकल डिप्रेशन और एंजाइटी की समस्या तेजी से बढ़ती जा रही है, जिससे बचने के लिए लोग तरह-तरह के महंगे ट्रीटमेंट लेते हैं। लेकिन आप इस नेचुरल चीज से भी अपने डिप्रेशन में काफी हद तक कम कर सकते हैं।

काम का प्रेशर, भागती-दौड़ती जिंदगी, अनहेल्दी लाइफस्टाइल, स्ट्रेस और तनाव के कारण आजकल कई लोगों को डिप्रेशन और एंजाइटी की समस्या हो रही है। यह मानसिक स्थिति हमारी ओवरऑल हेल्थ पर बहुत बुरा असर डालती है और इससे कई गंभीर समस्या भी हो सकती हैं।

ऐसे में डिप्रेशन से बचने के लिए लोग एंटी डिप्रेसेंट दवाइयां लेते हैं या फिर महंगी-महंगी थेरेपी और साइकेट्रिस्ट के चक्कर लगाते हैं। लेकिन एक्सपर्ट्स के अनुसार, अगर आप इस नेचुरल चीज को करेंगे तो इससे आप डिप्रेशन से पूरी तरह से निजात पा सकते हैं और अपने मूड को फ्रेश कर सकते हैं।

अगर आप भी डिप्रेशन और एंजाइटी से परेशान है और नेचुरल तरीके से इस कम करना चाहते हैं, तो इसके लिए नेचर से जुड़ाव करें। जी हां, एक्सपर्ट्स भी मानते हैं कि नेचर और ग्रीनरी में समय बिताने से हमारी मानसिक और शारीरिक दोनों हेल्थ पर सुधार होता है। इससे हमारा मन शांत होता है और एंजाइटी कम होती है। इसके अलावा कार्डियोवैस्कुलर डिजीज और हार्ट हेल्थ पर भी पॉजिटिव इफेक्ट पड़ता है।

एक्सपर्ट्स के अनुसार, घास पर नंगे पैर चलने से आपको पॉजिटिव एनर्जी फील होती है। दरअसल, मिट्टी एक एंटी डिप्रेसेंट का काम करती है, जिसकी सोंधी खुशबू एक न्यूरोट्रांसमीटर को एक्टिव करती है और सेरोटोनिन को रिलीज करती है। जिससे हमें खुशी का एहसास होता है।

एक रिसर्च के अनुसार, जिन लोगों के घर के आसपास 1०० मीटर तक पेड़ पौधे और हरियाली होती है, उन्हें एंटी डिप्रेसेंट दवा लेने की संभावना आम लोगों की तुलना में कम होती है।

अगर आप भी अपने डिप्रेशन और एंजाइटी को कम करना चाहते हैं, तो रोज सुबह 2 से 5 मिनट तक किसी गार्डन या पार्क में जाएं और ध्यान से हरियाली को देखें। इससे आंखों को सुकून मिलता है, दिमाग फ्रेश होता है और डिप्रेशन से छुटकारा मिलता है। इस थेरेपी को ग्रीन या ब्लू प्रिस्क्रिप्शन भी कहा जाता है। (आरएनएस)

कई बीमारियों से बचाता है केले का फूल

केले का पेड़ एक ऐसा पेड़ है, जिसके हर हिस्से को किसी न किसी काम में लाया जा सकता है। फूल, फल और तने को खा सकते हैं, पत्तियों का इस्तेमाल प्लेट की तरह कर सकते हैं और छाल का इस्तेमाल कागज बनाने के लिए किया जा सकता है।

१. केले के दिल के तौर पर जाने जाने वाले केले के फूल में ढेर सारा फाइबर, प्रोटीन, पोटैशियम, कैल्शियम, कॉपर, फॉस्फोरस, आयरन, मैग्नीशियम और विटामिन ई होता है।

2. ये नैचरल ऐंटी-डिप्रेसेंट हैं

क्योंकि इन फूलों में ढेर सारा मैग्नीशियम होता है, ये आपका मूड सुधारकर स्ट्रेस को कम करने की शक्ति रखते हैं।

3. फ्री रैडिकल से लड़ने वाले ऐंटी-ऑक्सिडेंट्स से लैस

फ्री रैडिकल स्वस्थ सेलों पर हमला कर उन्हें खराब कर देते हैं, जिससे दिल की बीमारी, कैंसर और स्किन एजिंग जैसी दिक्कतें होने लगती हैं। इन फूलों में ऐंटी-ऑक्सिडेंट होते हैं जो फ्री रैडिकल्स का मुकाबला कर उन्हें बॉडी डैमेज करने से बचाते हैं।

4. ये खाने में हल्के होते हैं और पाचन संबंधी दिक्कतें दूर करते हैं

केले के फूल खाने में बहुत हल्के होते हैं और पाचन तंत्र को आराम देते हैं। अगर पेट में दर्द हो या ऐसिडिटी के कारण सूजन हो जाए, तो इनके सेवन से दूर हो जाती है।

5. इन्फेक्शन्स से बचाते हैं

ये फूल पैथोजेनिक बैक्टीरिया की ग्रोथ को रोकते हैं जिससे इन्फेक्शन नहीं होते।

6. माहवारी की ब्लीडिंग कंट्रोल कर पीसीओएस को करते हैं ठीक

आयुर्वेद के मुताबिक, एक कप केले के फूल को दही में पकाकर खाने से शरीर में प्रोजेस्ट्रोन लेवल बढ़ता है और माहवारी में ज्यादा खून नहीं बहता। माना जाता है कि केले के फूलों से पॉलिसिस्टिक ओवरियन सिंड्रोम से जूझ रही महिलाओं को मदद मिलती है।

7. खून की कमी से बचाते हैं

अधिक आयरन होने से, केले के फूल शरीर में हीमोग्लोबिन बढ़ाते हैं और अनीमिया को रोकते हैं।

8. स्तनपान कराने वाली माओं का दूध बढ़ाते हैं आयुर्वेद का सुझाव है कि स्तनपान करवाने वाली महिलाओं को केले के फूल खाने चाहिए। इससे उन्हें दूध ज्यादा बनेगा।

समय और ऊर्जा को करें नियंत्रित

फ्यूचर में निवेश कर रहे हैं, तो उससे जानने का आसान तरीका है यह देखिए कि हम अपना समय व ऊर्जा अभी कहां लगा रहे हैं. अब जहां ऊर्जा व समय लगाया जा रहा है उससे तय होता है कि हम क्या बनने वाले हैं. करियर में सफलता के लिए ऊर्जा के साथ काम करने की निरंतरता भी जरूरी है.। कुछ दिन जोश के साथ काम करने के बाद अगर हम मेहनत करना छोड़ देते हैं, तो इससे करियर में कुछ होने वाला नहीं है. ऊर्जा को सही दिशा में व निरंतरता के साथ लगाना जरूरी है व्यक्तित्व विकास के लिए कल और आज दोनों में इंवेस्ट करना जरूरी है. जब हम आज में निवेश करते हैं, तब जाकर कल हमें उसका फायदा मिलता है. अच्छे भविष्य व करियर के लिए इस बात पर गौर कीजिए कि अब आप क्या कर रहे हैं. काम भी हमारे होने चाहिए जिनमें निरंतरता बनी रहे. सफलता का कोई शॉर्ट कट नहीं है. लगातार मेहनत करने से ही सफलता मिलती है.

कल करियर में आप क्या होंगे, इसे छोड़िए. अगर कुछ कर सकते हैं तो इस बात पर गौर कीजिए कि आपके करियर की आज दिशा क्या है. आप कहां जा रहे हैं. अगर हमारी आज दिशा सही है, तो कल करियर भी अच्छा होने वाला है. कल को कोई नियंत्रित कर सका है. हां हम आज को नियंत्रित कर अपने कल को अपने अनुसार बना सकते हैं. कल नहीं आज के बारे में सोचिए.

अब करियर में अगर हम मेहनत कर रहे हैं, यह मेहनत हमेशा जारी रहनी चाहिए. जिसको आज मेहनत करने की आदत हो गई, ऐसा व्यक्तित्व हमेशा मेहनत करता है. मेहनत के बल पर अपने व्यक्तित्व को बनाता है. उसका आज व कल दोनों बेहतर होते हैं. जो करियर में भी जुगाड़ ढूंढते हैं, उनके करियर का भी जुगाड़ की तरह कब पैकअप हो जाए, कुछ कहा नहीं जा सकता. करियर में अच्छा करने के लिए रिश्तों में इंवेस्ट करना भी जरूरी है. अगर हम अपने रिश्तों में इंवेस्ट नहीं करेंगे, तो हमे परिणाम भी वैसे ही मिलेंगे. खुशहाल जीवन के लिए करियर व रिश्ते दोनों में इंवेस्ट करना जरूरी है. व्यक्तित्व को मजबूत बनाने के लिए दूसरों से जुड़े रहिए. रिश्तों में इंवेस्ट कीजिए.

नाक से जिद्दी ब्लैकहेड्स को निकालने के लिए आजमाएं ये प्रभावी घरेलू नुस्खे

तेल, डेड स्किन सेल्स और गंदगी आदि जब लगातार त्वचा के रोमछिद्रों पर जमा होने लगती हैं तो इससे ब्लैकहेड्स की समस्या हो जाती है। ब्लैकहेड्स को आम भाषा में कील भी कहा जाता है।कई लोग इसे निकलने के लिए ब्लैकहेड्स रिमूवर टूल्स का इस्तेमाल करते हैं, लेकिन उनकी गलत तकनीक त्वचा को नुकसान पहुंचा सकती है।आइए आज हम आपको कुछ ऐसे प्रभावी घरेलू नुस्खे बताते हैं, जिन्हें आजमाकर नाक से जिद्दी ब्लैकहेड्स को निकाला जा सकता है।

टी ट्री तेल का करें इस्तेमाल

टी ट्री तेल त्वचा की गहराई में जाकर ब्लैकहेड्स को बाहर निकालने में मदद कर सकता है।लाभ के लिए चेहरे को लगभग 5-1० मिनट के लिए भाप दें, फिर टी ट्री तेल, जोजोबा तेल और चीनी का मिश्रण नाक पर लगाकर सर्कुलर मोशन में लगाएं।इसके बाद अपने चेहरे को ठंडे पानी से धो लें, फिर नाक पर मॉइस्चराइजर भी जरूर लगाएं।

मुल्तानी मिट्टी और संतरे का छिलका आएगा काम

मुल्तानी मिट्टी अपने तेल सोखने के गुणों के लिए जानी जाती है, जबकि संतरे के छिलके में मौजूद विटामिन- सी और साइट्रिक एसिड त्वचा को चमकदार बनाने में सहायक है।लाभ के लिए एक कटोरी में थोड़ी मुल्तानी मिट्टी, संतरे के छिलके का पाउडर और पानी डालकर गाढ़ा पेस्ट बनाएं, फिर इसे नाक पर लगाकर 5 मिनट के लिए छोड़ दें।समय पूरा होने के बाद धीरे-धीरे मिश्रण लगाए हुए हिस्से पर स्क्रब करें, फिर चेहरे को ठंडे पानी से धोएं।

नींबू और चीनी का मिश्रण लगाएं

यह मिश्रण अतिरिक्त तेल उत्पादन को नियंत्रित करके त्वचा को गहराई से साफ कर सकता है।लाभ के लिए नींबू के रस, चीनी और शहद या जैतून के तेल की कुछ बूंदों को एक साथ मिलाएं।अब इस मिश्रण को अपनी नाक पर लगाएं और करीब 5 मिनट तक स्क्रब करने के बाद पानी से धो लें।यहां जानिए नींबू को स्किन केयर रूटीन में शामिल करने के तरीके।

कॉफी भी है कारगर

कॉफी एक प्राकृतिक एक्सफोलिएटर है, जो अपने शक्तिशाली एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों के साथ त्वचा के समग्र स्वास्थ्य में सुधार कर सकती है।लाभ के लिए पिसी हुई कॉफी, चीनी, एवोकाडो तेल और नारियल के तेल को एक साथ मिलाएं।अब इस मिश्रण को नाक पर लगाकर हल्के हाथों से स्क्रब करें, फिर कुछ मिनट बाद इसे गुनगुने पानी से साफ कर लें।यहां जानिए कॉफी के विभिन्न इस्तेमाल।

मसूर की दाल भी कर सकती है मदद

यह मिश्रण डेड स्किन सेल्स और गंदगी को हटाने के साथ-साथ त्वचा को मुलायम बनाने में मदद कर सकता है।लाभ के लिए मसूर दाल का पाउडर, हल्दी का पाउडर और दही को मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बना लें। इसके बाद इस मिश्रण को नाक पर लगाएं और करीब 5 मिनट तक स्क्रब करने के बाद पानी से धो लें।यहां जानिए मसूर की दाल से बनाए जाने वाले फेस पैक।

नेविगेशन सर्च इंजन का सहारा कितना सही ?

-राजेंद्र कुमार शर्मा

पिछले दिनों केरल में एक दुर्घटना में चार लोग मौत के मुंह में जाते जाते बचे। समाचार पत्रों के अनुसार ये चारों गूगल मैप के सहारे अपने गंतव्य की ओर जा रहे थे। बारिश के कारण सड़क टूटी हुई थी, मार्ग में गहरा पानी जमा था, गाड़ी चालक ने गूगल मैप के आधार पर गाड़ी को गहरे पानी में उतार दिया। स्थानीय सुरक्षा इकाई और लोगों की मदद से चारों को बचा लिया गया। उसी समाचार के अनुसार पिछले वर्ष गूगल मैप के सहारे यात्रा करते दो युवा चिकित्सकों की गाड़ी नदी में उतरने के कारण उनकी मौत हो गई थी। ये दिल दहलाने वाली घटनाएं हैं। आंख मीचकर किसी तकनीकी पर निर्भर हो जाना, कितना भयावह हो सकता है इसका अंदाजा लगाया जा सकता है।

प्राचीन समय में जब कोई पर्यटक या यात्री अनजान जगह पर जाता था तो वह अपने साथ नक्शा लेकर जाता था। जिससे वह आसानी से रास्ता ढूंढ सके। गूगल मैप या नेविगेशन सर्च इंजन भी इसी तरह का नक्शा है। जिसमें पूरे विश्व के विभिन्न स्थानों की लोकेशन, दूरी, दिशाएं देखी जा सकती हैं। गूगल मैप तकनीकी को दो भाइयों लार्स और जेंस रासमुसेन ने वर्ष २००४ में विकसित किया था, जिसे बाद में गूगल ने खरीद कर, इसका एंड्रॉयड संस्करण लोगों को निःशुल्क उपलब्ध कराया।

गूगल मैप, गूगल द्वारा प्रदत्त एक ऐसी सुविधा है जिससे हजारों-लाखों लोग प्रतिदिन अपने गंतव्यों पर पहुंचते हैं। कैब/टैक्सी/ऑटो चालक और विशेषकर पर्यटक तो इस सेवा का प्रयोग सबसे अधिक करते हैं। अनजान जगहों पर पर्यटकों का एक मात्र सारथी बनता है गूगल मैप। हम सभी ने कभी न कभी इस सुविधा का प्रयोग जरूर किया है। कुछ मामलों में अपवाद हो सकता है वरना आज जब सुरक्षा की दृष्टि से किसी अनजान व्यक्ति से अपने गंतव्य का रास्ता पूछना ठीक नहीं है। ऐसे में गूगल मैप आपको आपके डेस्टिनेशन तक पहुंचने में मददगार बनता है।

ये मानवीय प्रवृति है कि वह जिस चीज को एक दो बार सफलता पूर्वक इस्तेमाल कर लेता है, फिर वह उस चीज का आंख मीचकर प्रयोग करता है। ऐसा ही गूगल मैप/नेविगेशन के साथ हुआ है। अगर पर्यटकों की बात की जाए,तो वे गूगल मैप या किसी भी नेविगेशन सर्च इंजन के सहारे किसी भी पर्यटन स्थल की यात्रा करने के लिए तैयार हो जाते हैं। अपनी गाड़ी उठाई और निकल पड़े,अनजान पर्यटन स्थलों के भ्रमण पर, बिना किसी जोखिम की परवाह किए। पर्यटकों की यह सोच उन्हें परेशानी में डाल सकती है। जरूरी है कि चलने से पूर्व अपने डेस्टिनेशन की पूर्ण जानकारी आपके पास हो।

आधुनिक तकनीकी ने मानव जीवन को सुविधाजनक बना दिया है परंतु प्रत्येक तकनीक की कुछ सीमाएं हैं। इन सीमाओं का हल खोजा जाना अभी शेष है। गूगल मैप सैटेलाइट के द्वारा विभिन्न गंतव्यों की जानकारी उपलब्ध करवाता है। और इसमें कोई शक नहीं की यह जानकारी समय समय पर अपडेट भी की जाती होगी। गूगल ने जमीनी सच्चाई से संबंधित डेटा की जांच करने और उन्हें सही करने के लिए स्वयंसेवकों को भी नियुक्त किया है। परंतु कुछ रिमोट लोकेशंस ऐसेभी होते हैं जहां मौसम और भौगोलिक स्थिति में परिवर्तन के कारण वहां तक पहुंचने के मार्ग भी बदल जाते हैं। जैसे घने जंगल, ऊंचे पहाड़, या नदी झरनों वाले पर्यटन स्थल आदि।

गूगल मैप या कोई भी नेविगेशन सर्च इंजन विभिन्न तकनीकों का प्रयोग कर नक्शा तैयार करता है जैसे सैटेलाइट इमेजिंग की मदद से ली गई तस्वीरों का प्रयोग कर सड़कों, बैंक, अस्पताल एवं अन्य चीजों को चिन्हित करना। रास्ते में ट्रैफिक जाम की जानकारी गूगल मैप को एडवांस में सैटेलाइट और अन्य लोगों के स्मार्टफोन में ऑन हुई लोकेशन की मदद से ट्रैक करके होती है। गूगल मैप उपरोक्त जानकारी को ट्रैक कर एनालिसिस करता है और फिर ट्रैफिक की स्थिति का हाल दिखाता है। इसके अलावा हम सटीक लाइव ट्रैफिक स्थिति बताने हेतु गूगल मैप मशीन लर्निंग का भी लगातार इस्तेमाल करता है।

नेविगेशन सर्च इंजन पर आंख मीचकर विश्वास करने से बचें। गूगल मैप के साथ साथ स्थानीय जन संपर्क संबंधी विभाग जैसे कुरियर सर्विस सेंटर, पोस्ट ऑफिस, पुलिस स्टेशन, ट्रैफिक पोस्ट आदि आपको आपके गंतव्य की सही जानकारी उपलब्ध करवा सकते हैं। गूगल मैप प्रयोग करते समय, अपने वाहन की प्रकार चुनना न भूलें, जैसे आप पैदल चल रहे हैं या फिर दो पहिया या फिर चार पहिया वाहन का प्रयोग कर रहे हैं क्योंकि इसी के आधार पर आपको अपने गंतव्य का मार्ग बताया जाएगा। जैसे आप कार से जा रहे हैं और आपने पैदल चलने फैसला कर रखा है तो नेविगेशन आपको वो गलियां या मार्ग भी दिखा सकता है, जिसमे पैदल जाना संभव है पर कार से जाना नहीं। पर्यटक विशेषकर, घर से निकलने से पूर्व, अपनी पूरी यात्रा का एक मैप, कागज पर बना कर अपने साथ रखें, तरीका पुराना है पर आज भी प्रभावी है। रास्ते में अनजान व्यक्तियों से रास्ता पूछने की भूल कभी न करें। जस्ट डायल की सेवा से भी आपको गंतव्यों तक पहुंचने में कुछ मदद मिल सकती है। (ये लेखक के अपने 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

रोजाना इंस्टेंट नूडल खाते हैं आप ? जानें आपकी सेहत को कितना होता है नुकसान

इंस्टेंट नूडल्स खाने में तो बड़ा मजा आता है क्योंकि यह रेडी टू ईट होता है। लेकिन क्या आपको पता है यह सेहत के लिए कितना ज्यादा नुकसानदायक है। दरअसल, इंस्टेंट नूडल्स पहले से पके हुए सूखे नूडल ब्लॉक होते हैं जो फ्लेवरिंग पाउडर डालकर उसे सीजनिंग ऑयल के साथ बेचा जाता है।

यह नूडल्स जल्दी से तैयार हो जाए इसलिए उसे खास तरीके से तैयार किया गया है। इसे ऐसे तैयार किया गया है ताकि कुछ मिनट आप गर्म पानी में इसे उबाले और यह तुरंत पक जाए। यह बेहद सुविधाजनक और सस्ते होते हैं। इंस्टेंट नूडल्स में हाई सोडियम होती है। साथ ही साथ इसमें सैचुरेड फैट और लो न्यूट्रिश वैल्यू के कारण इसे अनहेल्दी माना जाता है।

इंस्टेंट नूडल्स का सेहत पर बुरा प्रभाव

हाई सोडियम

इंस्टेंट नूडल्स का स्वाद बढ़ाने के साथ-साथ इसे काफी वक्त तक सुरक्षित रखने के लिए इसमें सोडियम मिलाया जाता है। इसमें सोडियम की ज्यादा मात्रा के कारण इसे खाने से हाई बीपी की समस्या भी हो सकती है। साथ ही साथ दिल की बीमारी, स्ट्रोक, किडनी की समस्या भी हो सकती है।

नूडल्स में हाई सेचुरेड फैट होता है। जिसके कारण उनका सैचुरेटेड फैट कंटेंट बढ़ने लगता है। हाई सेचुरेटेड फैट खाने से एलडीएल कोलेस्ट्रॉल बढ़ जाता है। जो एथेरोस्क्लेरोसिस, हार्ट डिजीज और स्ट्रोक का कारण हो सकता है।

लो न्यूट्रिशन वैल्यू

इंस्टेंट नूडल्स में विटामिन, मिनरल फाइबर के साथ कई सारे जरूरी पोषक तत्व की कमी होती है। पोषक तत्व की कमी वाली डाइट के कारण इम्युनिटी कमजोर होने के साथ-साथ पाचन भी खराब होने लगती है।

दिल की बीमारी का बढ़ता है खतरा

इंस्टेंट नूडल्स में हाई सोडियम, सेचुरेटेड फैट और लो न्यूट्रिशन कंटेंट के कॉम्बिनेशन के कारण हार्ट हेल्थ पर काफी ज्यादा बुरा असर पड़ता है। इसे आप अगर लगातार खाते हैं तो इससे हाई बीपी, हाई कोलेस्ट्रॉल, हार्ट अटैक और स्ट्रोक जैसी गंभीर बीमारी का कारण हो सकता है।

मेटाबोलिक सिंड्रोम का जोखिम

हाई सोडियम, अनहेल्दी फैट और कम पोषक तत्व वाले खाना खाने से मेटाबोलिक सिंड्रोम की दिक्कत होती है। मेटाबोलिक सिंड्रोम के कारण हाई ब्लड प्रेशर, हाई ब्लड शुगर लेवल, कमर के आसपास एक्सट्रा फैट और चर्बी जमने की समस्या होने लगती है। यह एक ऐसी जो दिल की बीमारी, स्ट्रोक और डायबिटीज का जोखिम बढ़ाती है।

वजन बढ़ने की समस्या

इंस्टेंट नूडल्स में काफी ज्यादा कैलोरी होते हैं। यह बिना पेट भरे वजन और मोटापा बढ़ाने में योगदान देती है। मोटापा के कारण कई सारी बीमारियों का जोखिम बढ़ता है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -124

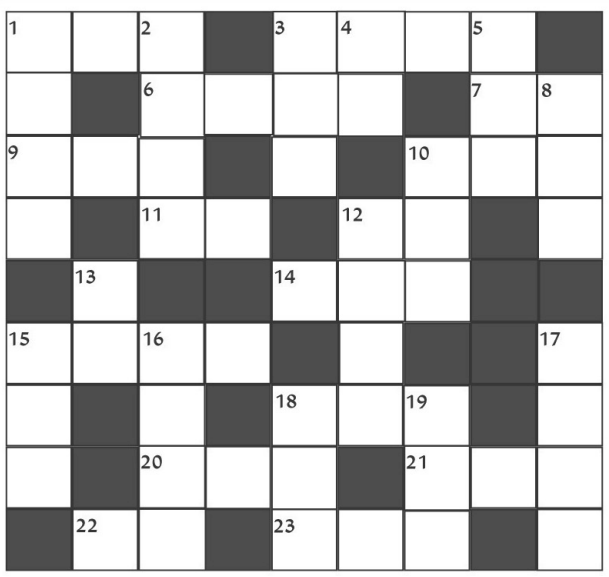
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 123 का हल

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

शरवरी-अभय की फिल्म ने छाप डाल करोड़ों

शरवरी वाघ और अभय शर्मा की हॉरर-थ्रिलर फिल्म मुंज्या का क्रेज थमने का नाम नहीं ले रहा है. 7 जून को थिएटर्स में आई ये फिल्म रिलीज के १९ दिन बाद भी करोड़ों का कारोबार कर रही है. यहां तक कि मुंज्या ने हाल ही में रिलीज हुई फिल्मों को भी मात दे दी है. जहां मुंज्या रिलीज के बाद से ही हर रोज करोड़ों छाप रही है तो वहीं तीसरे वीकेंड पर एक बार फिर फिल्म के कलेक्शन में जबरदस्त बढ़ोतरी हुई है. मुंज्या ने घरेलू बॉक्स ऑफिस पर 16 दिन में कुल 80.11 करोड़ रुपए कमा लिए हैं. महज 30 करोड़ रुपए की लागत से बनी इस फिल्म ने हफ्ते भर में ही अपना बजट निकाल लिया था. अब मुंज्या का बढ़ता कलेक्शन इस ओर इशारा कर रहा है जल्द ही फिल्म 100 करोड़ क्लब में एंट्री ले सकती है. आदित्य सरपोटदार के डायरेक्शन में बनी मुंज्या का क्रेज बॉक्स ऑफिस पर ऐसा हावी है कि ये हाल ही में रिलीज हुई फिल्म इश्क विश्क रीबाउंड और पिछले हफ्ते पर्दे पर आई चंदू चैंपियन को भी मात दे रही है. नई फिल्मों की रिलीज से शरवरी वाघ की हॉरर-थ्रिलर पर कोई असर नजर नहीं आया. बल्कि मुंज्या ही दूसरी फिल्मों को पछाड़कर रिकॉर्ड बना रही है.

वही कार्तिक आर्यन की फिल्म चंदू चैंपियन ने आखिरकार बॉक्स ऑफिस पर रफ्तार पकड़ ली है. रिलीज के पहले हफ्ते से ही थिएटर्स में धीमी रफ्तार से कमा रही फिल्म ने दूसरे वीकेंड पर एक बार फिर अच्छा कलेक्शन किया है. चंदू चैंपियन की स्टोरी की बात करें तो ये भारत के पहले पैरालंपिक गोल्ड मेडलिस्ट मुरलीकांत पेटकर की कहानी. कबीर खान की इस डायरेक्टोरियल फिल्म में कार्तिक आर्यन लीड रोल में हैं. वहीं विजय राज, भाग्यश्री और राजपाल यादव भी अहम भूमिकाओं में नजर आए हैं.

वही ऋतिक रोशन की कजन पश्मीना रोशन ने फिल्म इश्क विश्क रीबाउंड से बॉलीवुड डेब्यू कर लिया है. उनकी रोमांस-ड्रामा 21 जून, 2024 को सिनेमाघरों में दस्तक दे चुकी है. हालांकि बॉक्स ऑफिस पर फिल्म इश्क विश्क रीबाउंड को कुछ खास रिस्पॉन्स मिलता नजर नहीं आ रहा. जहां फिल्म की ओपनिंग बेहद कम थी तो वहीं वीकेंड पर भी इश्क विश्क रीबाउंड का क्रेज नहीं दिखा. बता दें कि इश्क विश्क रीबाउंड के अलावा हॉरर-थ्रिलर फिल्म मुंज्या और कार्तिक आर्यन की चंदू चैंपियन भी पर्दे पर है. मुंज्या ने रिलीज के 16 दिन बाद भी शनिवार को 5.50 करोड़ रुपए का शानदार कलेक्शन किया तो वहीं चंदू चैंपियन ने भी 4.85 करोड़ रुपए की कमाई की. ऐसे में कहा जा रहा है कि इश्क विश्क रीबाउंड पर क्लैश का भी असर हुआ है. फिल्म इश्क विश्क रीबाउंड जेन जी वर्ल्ड पर बेस्ड है. ये एक रोमांस-ड्रामा है जिसमें चार यंगस्टर्स की कहानी दिखाई गई है जो दोस्ती, प्यार और सिचुएशनशुपि के जाल में फंस जाते हैं. इश्क विश्क रीबाउंड को निपुण धर्माधिकारी ने डायरेक्ट किया है. फिल्म में पश्मीना रोशन के अलावा रोहित सराफ, जिबरान खान और नायला ग्रेवाल भी लीड रोल्स में हैं. इसके अलावा शीबा चड्ढा और सुप्रिया पिलगांवकर भी अहम भूमिकाओं में दिखाई दी हैं.

सनी देओल की साउथ सिनेमा में एंट्री

सनी देओल के किस्मत के सितारे इन दिनों बुलंदियों पर हैं। पिछले साल उनकी फिल्म गदर 2 बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचाने में कामयाब रही थी, वहीं इस साल वह एक के बाद एक अपनी नई फिल्मों का ऐलान कर रहे हैं।सनी ने बीते दिन गोपीचंद मालिनेनी के साथ नई मास एक्शन फिल्म एसडीजीएम की घोषणा की है, जिसके लिए उन्होंने पुष्पा के निर्माताओं के साथ हाथ मिलाया है।सैयामी खेर भी फिल्म में अदाकारी का तडक़ा लगाती हुई नजर आएंगी।

एसडीजीएम की शूटिंग शुरू हो चुकी है। सैयामी ने मुहूर्त पूजा की कुछ झलकियां साझा किया हैं।उन्होंने लिखा, लाइट्स कैमरा एक्शन! गंभीर एक्शन का समय आ गया है। सनी सर के साथ मिलकर लडऩे का इंतजार नहीं कर सकती। मैं बहुत खुश हूं कि सर ने मुझ पर एक बेहतरीन एक्शन फिल्म के लिए भरोसा दिखाया है। यह सपना सच होने जैसा है। हमें शुभकामनाएं दें।इस फिल्म को देश की सबसे बड़ी एक्शन फिल्म बताया जा रहा है। फिल्म में घूमर फेम सैय्यामी खैर और साउथ फिल्मों में एक्टिव खूबसूरत एक्ट्रेस रेगिना कैसेंद्रा लीड रोल में होंगी। इस फिल्म के निर्माता नवीन येर्ननी, वाई रवि शंकर, टीजी विश्व प्रसाद,ऋषि पंजाबी, अविनाश कोला चैरी है। फिल्म में एस, थामन का म्यूजिक होगा। अब सोशल मीडिया पर सनी देओल के फैंस के बीच खुशी की लहर दौड़ चुकी है और सीधा बोल रहे हैं कि यह मास एक्शन फिल्म बॉक्स ऑफिस को हिला डालेगी। बता दें, सनी देओल की फिल्म गदर 2 के हिट होने के बाद उनके पास फिल्मों की लाइन लग गई है। इसमें बॉर्डर 3, लाहौर 1947, सफर, गदर 3 और अब एसजीजीएम भी शामिल हो गई है।

फैशन के साथ चलना थकाऊ हो सकता है : मंजरी मिश्रा

एक्ट्रेस मंजरी मिश्रा ने कहा कि फैशन के रुझान के साथ चलना थका देने वाला हो सकता है। गुजराती फिल्म फुलेकू और बॉलीवुड फिल्म रॉकेट गैंग में अपने काम के लिए मशहूर एक्ट्रेस ने कहा, मेरे लिए फैशन आत्म-अभिव्यक्ति का एक रूप है, जो कपड़ों, एसेसरीज और शैली के माध्यम से व्यक्तित्व और सांस्कृतिक प्रभावों को दिखाने का एक तरीका है।

मंजरी ने कहा कि उनके कपड़े बेहद आरामदायक होते हैं, जो उन्हें सहज और आत्मविश्वासी महसूस कराते हैं। उनका मानना है कि फैशन के रुझानों के साथ बने रहना वास्तव में थका देने वाला हो सकता है।

एक्ट्रेस ने कहा, कलाकारों को कुछ हद तक वर्तमान से जुड़े रहने के साथ सार्वजनिक कार्यक्रमों और रेड कार्पेट इवेंट के लिए दबाव महसूस हो सकता है।

मंजरी का मानना है कि कुछ लोग कभी-कभी ट्रेंड के मामले में हद से आगे निकल जाते हैं। कई लोग आराम से ज्यादा स्टाइल को प्राथमिकता देते हैं। क्या पहनना है, इसके लिए अवसर, व्यक्तिगत आराम और व्यक्तिगत स्टाइल पर ध्यान देना जरूरी है। इसके अलावा इसमें सांस्कृतिक और सामाजिक मानदंडों का भी ध्यान रखना महत्वपूर्ण है।

उन्होंने कहा कि किसी किरदार को अलग फैशन सेंस के साथ दिखाते समय कलाकार को अपनी भूमिका की प्रामाणिकता बनाए रखने और प्रशंसकों के बीच भ्रम से बचने के लिए सार्वजनिक रूप से किरदार के अनुरूप कपड़ों का चुनाव करना चाहिए।

भोजपुरी अदाकारा नेहा मलिक ने ब्लू बिकनी में गिराई बिजली

एक्ट्रेस नेहा मलिक हमेशा अपने बोल्ड लुक्स और कातिलाना अदाओं से अक्सर फैंस के बीच छाई हुई रहती हैं।

भोजपुरी फिल्म इंडस्ट्री की मशहूर अदाकारा नेहा मलिक ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर कुछ हॉट तस्वीरें शेयर की हैं, जिन्होंने सोशल मीडिया पर तहलका मचा दिया है. इन तस्वीरों में नेहा मलिक ने ब्लू बिकनी पहनी हुई है, जिसमें वह बेहद खूबसूरत और ग्लैमरस नजर आ रही हैं. नेहा ने इन तस्वीरों में हल्का मेकअप और खुले बालों के साथ बीच पर पोज देते हुए नजर आईं. उनकी हॉटनेस और स्टाइलिश अवतार ने उनके फैंस का दिल जीत लिया है. नेहा मलिक की ये तस्वीरें तेजी से वायरल हो रही हैं और उनके फैंस उन्हें खूब पसंद कर रहे हैं.

भोजपुरी इंडस्ट्री की हॉट क्वीन नेहा मलिक हमेशा अपने बोल्ड लुक्स से इंटरनेट का पारा हाई करती रहती हैं।

उनका हर एक लुक इंटरनेट पर आते ही तबाही मचाने लगता है।

एक्ट्रेस नेहा मलिक अपनी एल्बम सॉन्ग्स से ज्यादा बोल्ड लुक्स को लेकर लाइमलाइट बटौरती हैं। उनका बोल्ड अंदाज सोशल मीडिया पर आते ही तेजी से वायरल होने लगता है।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज और वीडियोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर जमकर अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं देते हैं। उनका हर एक लुक इंटरनेट पर आते ही बवाल मचा देता है।

लॉस एंजिल्स 2024 के इंडियन फिल्म फेस्टिवल के लिए जूरी में शामिल हुई श्रिया पिलगांवकर

एक्ट्रेस श्रिया पिलगांवकर को लॉस एंजिल्स के इंडियन फिल्म फेस्टिवल (आईएफएफएलए) के 2024 एडिशन में शॉर्ट्स कैटेगरी के लिए जूरी पैनल में शामिल किया गया है। उन्होंने कहा कि यह उनके लिए सम्मान की बात है।

श्रिया ने कहा, मुझे लॉस एंजिल्स 2024 के इंडियन फिल्म फेस्टिवल में शॉर्ट्स फिल्म कैटेगरी के लिए जूरी सदस्य के तौर पर आमंत्रित किया गया है। इससे मैं सम्मानित महसूस कर रही हूं। मैं फेस्टिवल में हिस्सा लेने और उभरते साउथ एशियन फिल्ममेकर्स द्वारा इन शानदार शॉर्ट्स फिल्मों को देखने के लिए एक्साइटिड हूं।

एक्ट्रेस ने कहा, फिल्म फेस्टिवल का माहौल हमेशा क्रिएटिविटी से भरा होता है। मैं अलग-अलग कहानीकारों और कलाकारों से मिलने और बातचीत करने तथा आईएफएफएलए में फिल्मों की लाइनअप को देखने के लिए बेहद एक्साइटिड हूं। श्रिया को 2018 में मिर्जापुर में देखा गया था। सीरीज में उन्होंने स्वीटी का किरदार निभाया था, जिसे लोगों ने काफी पसंद किया। इसके अलावा, वह गिल्टी माइंड्स, ताजा खबर और द ब्रोकन न्यूज 2 जैसी सीरीज के लिए भी जानी जाती हैं। उन्होंने साल 2016 में शाहरुख खान की फिल्म फैन से बॉलीवुड में डेब्यू किया। श्रिया ने इंटरनेशनल प्रोजेक्ट्स में भी अपनी पहचान बनाई है। वह गुरिंदर चड्ढा द्वारा निर्देशित ब्रिटिश सीरीज बीचम हाउस और दिग्गज फिल्म निर्माता क्लाउड लेलौच की फ्रेंच फिल्म अन प्लस उन में नजर आई हैं। इंडियन फिल्म फेस्टिवल (आईएफएफएलए) 27 जून को शुरू होगा और 30 जून को समाप्त होगा।

इस साल, शॉर्ट्स प्रोग्राम में राजश्री देशपांडे की हेमा, लास्ट डेज ऑफ समर और लोरी शामिल हैं। फेस्टिवल का समापन विजय सेतुपति और अनुराग कश्यप स्टारर महाराजा के साथ होगा। गुनीत मोंगा और करण जौहर की किल समेत भारत की कुछ फिल्में फेस्टिवल का हिस्सा बनेंगी।

मंत्रिमंडल में अनुभवी व्यक्ति समाधान कर लेंगे

अवधेश कुमार

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी सरकार के 72 सदस्यीय मंत्रिमंडल के बारे में यह टिप्पणी उचित नहीं लगती कि इसके पीछे गठबंधन दलों के साथियों का बहुत ज्यादा दबाव है।

72 सदस्यीय मंत्रिमंडल में शीर्ष स्तर पर कोई बदलाव नहीं हुआ है। गृह मंत्री, रक्षा मंत्री, वित्त मंत्री, विदेश मंत्री और यहां तक कि सडक़ परिवहन, रेल तथा शिक्षा मंत्री भी पूर्व सरकार के ही हैं। विरोधी मोदी को तानाशाह या लोकतंत्र विरोधी की उपाधि देते रहे हैं। उनकी आलोचना अभी भी जारी है और वे कह रहे हैं कि मोदी गठबंधन सरकार नहीं चला पाएंगे क्योंकि उनका स्वभाव ही गैर लोकतांत्रिक है। इस तरह की विरोधी आलोचनाओं पर टिप्पणी करने की जगह हमें समय की प्रतीक्षा करनी चाहिए।

यह बात सही है कि प्रधानमंत्री मोदी ने 2001 से अभी तक मुख्यमंत्री और प्रधानमंत्री के रूप में कभी बहुमतविहीन सरकार नहीं चलाया। वह जिस तरह बड़े कठोर निर्णय साहस के साथ करते रहे हैं उनका ध्यान करते हुए अनेक लोगों का मानना है कि यह स्वभाव गठबंधन सरकार चलाने के रास्ते की बाधा बन जाएगा। गठबंधन सरकार को लेकर लोग आशंकाएं उठाएंगे, लेकिन मोदी के अंदर सरकार चलाने तथा काम करने की इच्छा है।

वैसे मंत्रिमंडल गठन से लेकर विभागों के बंटवारे तक यह कहना कठिन है कि प्रधानमंत्री दबाव में काम कर रहे हैं। थोड़े शब्दों में कहें तो मोदी का 72 सदस्यीय मंत्रिमंडल भारत के भविष्य को लेकर उनकी योजनाओं, राजनीतिक आवश्यकताओं, साथी दलों के बीच संतुलन बनाने के साथ अनुभव, उम्र आदि के बीच समन्वय बनाने की कोशिश है। पिछली सरकार के 37 मंत्री इसमें हैं। भाजपा अध्यक्ष जगत प्रकाश नड्डा की स्वास्थ्य मंत्री के रूप में वापसी हुई है। सहयोगी दलों में हिंदुस्तान आवाम मोर्चा (हम) के नेता और बिहार के पूर्व मुख्यमंत्री 78 वर्षीय जीतन राम मांझी, जद (यू) के राजीव रंजन सिंह, तेलुगू देशम के 36 वर्षीय के राममोहन नायडू, लोजपा के 41 वर्षीय चिराग पासवान और 37 साल की रक्षा खड्से जैसी सरकार की सबसे युवा मंत्री को आधार बनाएं तो कैबिनेट का चेहरा आपकी समझ में आ जाएगा। पिछली सरकार में केवल तीन राज्य मंत्री स्वतंत्र प्रभार के थे।

इस बार इनकी संख्या 5 हो गई है। इनमें हरियाणा से रविंदरजीत सिंह, जम्मू-कश्मीर से जितेंद्र सिंह और राजस्थान से अर्जुन राम मेघवाल की स्थिति पिछले सरकार के समान है। उत्तर प्रदेश से रालोद अध्यक्ष जयंत चौधरी को स्वतंत्र प्रभार के साथ राज्यमंत्री बनाया गया है। पिछली बार 29 राज्य मंत्री थे, इस बार 36 हैं। मंत्रिमंडल में पांच पूर्व मुख्यमंत्री हैं। 33 मंत्री पहली बार केंद्र सरकार का हिस्सा बने हैं जिनमें सात सहयोगी दलों के हैं। इससे आगे सामाजिक संतुलन की दृष्टि से देखें तो पिछड़ी जातियों के 27, अनुसूचित जाति के 10, अनुसूचित जनजाति के पांच और अल्पसंख्यक समुदाय के पांच मंत्री बनाए गए हैं। इस तरह पिछड़ा, अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति एवं अल्पसंख्यक समुदाय के 47 मंत्री हुए। देशव्यापी प्रतिनिधित्व की दृष्टि से देखें तो इनमें 24 राज्यों का प्रतिनिधित्व है। पंजाब से भाजपा का कोई सांसद नहीं है, लेकिन रवनीत सिंह बिट्टू को राज्य मंत्री बनाया गया है।

उत्तर प्रदेश के परिणाम को देखते हुए माना जा रहा था कि वहां से कम मंत्री होंगे, लेकिन 10 मंत्री बनाए गए हैं और बिहार से आठ। सात महिलाएं हैं। केरल में भाजपा की पहली बार विजई हुई है इसलिए सुरेश गोपी को मंत्री पद मिलना ही था। दूसरे नेता केरल भाजपा के महासचिव जॉर्ज कोरियन हैं जिन्होंने 1970 में जनसंघ से लेकर लगातार भाजपा के लिए संघर्ष किया था। बंगाल से दो लोक सभा सदस्यों डॉ. सुकांत मजूमदार और मतुआ समुदाय के शांतनु ठाकुर को राज्य मंत्री के रूप में शामिल किया गया है। सुकांत उत्तरी बंगाल से हैं तो शांतनु ठाकुर दक्षिण बंगाल के मतुआ समुदाय से हैं जो अनुसूचित जाति वर्ग में आते हैं। भाजपा ने उत्तर बंगाल की आठ में से 5 सीट पर जीत दर्ज की है। शांतनु ठाकुर कोलकाता से सटे उत्तर 24 परगना जिले में बनगांव सीट से जीते तो सुकांत उत्तर बंगाल की बालूरघाट सीट से। बंगाल में यदि बेहतर विजय मिली होती तो वहां से और मंत्री बनाए जाते। इस तरह कोई नहीं कह सकता कि यह मंत्रिमंडल कुछ क्षेत्र, समूह, कुछ जातियां या परिवारों तक सीमित है।

इन सबको एक साथ मिलाकर देखें तो पहले निष्कर्ष आएगा कि यह नीतियों और व्यवहार में निरंतरता का मंत्रिमंडल है। सीसीएस यानी सुरक्षा मामलों की मंत्रिमंडलीय समिति में प्रधानमंत्री मोदी, गृह मंत्री अमित शाह, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण 2019 से हैं। इसलिए नीति में कोई बदलाव होगा ऐसा मानने का कोई कारण नहीं है। निश्चित रूप से विश्व की दृष्टि मंत्रिमंडल पर रही होगी और संदेश जा चुका है कि रक्षा, सुरक्षा, विदेश, वित्त सहित अन्य प्रमुख मामलों में नीतियां और व्यवहार स्थिर रहने वालीं हैं। एक पार्टी की बहुमत तथा गठबंधन की सरकार के कार्य व्यवहारों में अंतर रहा है। देश का आर्थिक विकास, सडक़ों का विस्तार, अंतरिक्ष सुरक्षा तथा रक्षा के मामले में सक्षमता और आत्मनिर्भरता का विरोध कौन पार्टी करेगा? जिन्हें विवादास्पद कहा जा रहा है उनमें सर्वोपरि समान नागरिक संहिता है जो भाजपा के चुनावी वादों में शामिल है। इस संदर्भ में मोदी सरकार के कदमों को लेकर दृष्टि रखनी होगी। हालांकि जद (यू) ने इसका विरोध नहीं किया केवल ठीक प्रकार से विचार कर लाने की बात की थी।

भाजपा को बहुमत होता तो समान नागरिक संहिता को संसद के पटल पर लाने और पारित करने में समस्या नहीं होती। क्या मोदी सरकार इस विषय को कुछ समय के लिए एजेंडा से बाहर रखेगी? अगर गठबंधन से 72 में केवल 11 मंत्री हैं तो इसे दबाव में आना तो नहीं कह सकते। वैसे भी मंत्रिमंडल में इतने अनुभवी व्यक्ति हैं कि कोई मतभेद या सहमति उभरने पर अपने अनुभव के आधार पर वह समाधान कर लेंगे।

इतने अनुभवी नेताओं के रहते हुए तत्काल यह नहीं मानना चाहिए कि प्रधानमंत्री मोदी की अगले 5 वर्षों में विश्व की तीसरी अर्थव्यवस्था तथा 2047 तक विश्व की आर्थिक महाशक्ति बनाने जैसे लक्ष्य के मार्ग में मंत्रिमंडल आपसी मतभेद के कारण बाधा बन जाएगा।

सू- दोकू क्र. 124

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

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 र 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.123का हल

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

बहुत ज्यादा गर्मी है, पिघल जायेंगे जी!

आलोक पुराणिक

गर्मी पड़ रही है, इससे ज्यादा फालतू बयान कोई नहीं हो सकता। जून में गर्मी न पड़े, सर्दी पड़े, तो खबर बनती है। हालांकि जून हो या दिसंबर, खास खबर तो यही होती है कि फलांजी इधर से निकल जाने की तैयारी कर रहे हैं, जो मार्च में उधर से निकल कर इधर आये थे। गर्मी आकर जाने का नाम नहीं ले रही, पर यह खबर सबसे बड़ी खबर नहीं है। गर्मी बहुत है, पर बहुत ज्यादा टीवी चैनलों को लगती है। टीवी अगर लगातार देख ले, तो बंदा घर से बाहर निकलने से इनकार कर दे। पिघल जायेंगे, अगर घर से बाहर जायेंगे आप-टाइप खबरें चलती हैं टीवी पर। चैनल वाला तो घर से निकल कर चैनल दफ्तर आकर अपना काम रहा है, हमको डरा रहा है कि पिघल जायेंगे। अभी थोड़ी बारिश हो जाए, तो यही चैनलवाला बताने लगता है कि अभी प्रलय आयेगी और बीस मंजिल की इमारत डूब जायेगी। टीवी चैनलों का काम डराने का है। जीवन एकदम शांत लगने लगता है अगर पांच सात दिन टीवी ना देखो तो।

सरकार चल निकली है। पर सवाल भी चल निकला है कि कब तक चलेगी। जो लोग सरकार चलाने-गिराने में कोई रोल ना रखते, वो भी पूछने लगते हैं कि सरकार कब तक चलेगी। एक आलू की ठेली वाला यही पूछ रहा कि सरकार कब तक चलेगी। मैंने कहा- भाई, बीस साल से तेरी आलू की ठेली चल रही है, मस्त रह। सरकार चल जाये, तो भी तेरा आलू का शोरुम ना हो जायेगा। वो अकड़ गया और बोला- हमारी आलू की ठेली किसी भी सरकार से ज्यादा स्थिर है। यह गठबंधन की ठेली नहीं है। पर इस बार गर्मी वाकई बहुत जबरदस्त है, इसका मुझे पता तब लगा, जब कई एनजीओबाज विद्वान क्लाइमेट चेंज विषय पर सेमिनार में यूरोप गये। ऐसे एक एनजीओबाज को मैंने डपटा कि क्लाइमेट चेंज की वजह से गर्मी यहां पड़ रही है लद्दूखेड़ा में और तुम लंदन में सेमिनारबाजी मचा रहे हो। यहीं देखो, कैसी समस्या है जमीन पर। पर एनजीओबाज यह सुनने के लिए जमीन पर ना रुका, वह उड़ लिया।

क्लाइमेट चेंज पर सेमिनार का धंधा चल निकला है। सरकारें सेमिनार कराने के लिए भर भर के ग्रांट देगी। सरकारों की यह अदा भी कमाल होती है। समस्या हल ना हो रही है, पर समस्या पर सेमिनारबाजी कराना कोई समस्या नहीं है। पानी की भीषण समस्या है, लो जी इस विषय पर पांच सेमिनार सुन लो। होशियार एनजीओबाज पहले ही ताड़ लेता है कि किस विषय की सेमिनारबाजी का सीजन है। अभी सीजन क्लाइमेट चेंज का है। पानी की समस्या पर फंड कम मिल रहा है, एक समस्या यह भी है वैसे। तो आइये, क्लाइमेट चेंज पर बहस करें।

मोदी की पहली विदेश यात्रा सकारात्मक

इटली के अपूलिया में संपन्न हुए जी-7 सम्मेलन में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने आउटरीच सत्र में वैश्विक नेताओं से मुलाकात की।

इस क्रम में तमाम वैश्विक राजनीतिक हस्तियों से उनका मिलना हुआ। इनमें पोप फ्रांसिस भी शामिल थे, जिन्होंने भरपूर गर्मजोशी से मोदी को गले लगाया और विचार-विमर्श किया। मोदी ने पोप को भारत आने का न्योता भी दिया। भारत में कैथोलिक इसाइयों की संख्या एशिया में दूसरे नंबर पर है।

भारत के केरल जैसे राज्यों में ईसाइयों की संख्या खासी है, इसलिए इसे संकेत माना जा रहा है कि मोदी ने भारत की धर्मनिरपेक्ष छवि को दर्शाया है। जी-7 यानी ग्रुप ऑफ सेवन दुनिया केसबसे अमीर और खुद को अत्याधुनिक मानने वाले मुल्कों की संस्था है।

कनाडा, फ्रांस, जर्मनी, इटली, ब्रिटेन, अमेरिका और जापान ये सात देश हैं। इनकी ग्लोबल ट्रेड और वैश्विक वित्त पणाली पर खासी पकड़ है। इस बार ये सब आर्थिक सुरक्षा और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जैसे मुद्दों को लेकर विमर्श कर रहे थे।

चूंकि भारत विकसित होती अर्थव्यवस्था है, इसलिए वे उसके सहयोग और लाभ की साझेदारी पर काम करने को इच्छुक हैं। इस सम्मेलन में दक्षिण अमेरिका और अफ्रीका के साथ भारत प्रशांत क्षेत्र के बारह विकासशील देशों के नेताओं को इसी खास मकसद से आमंत्रित किया गया था।

माना जा रहा है कि जी-7 देश चीन और रूस की बढ़ती आर्थिक ताकत को लेकर चिंतित हैं। इस मौके का फायदा उठाने में मोदी सफल होते नजर आ रहे हैं। साथ ही, आर्टिफिशियल इंटेलीजेंस को सुरक्षित और भरोसेमंद बनाने के प्रति सरकार की जिम्मेदारी को भी मदद मिलने की उम्मीद है।

इस मसले पर बनने वाले अंतरराष्ट्रीय नियम-कानूनों द्वारा देश में बढ़ रहे साइबर क्राइम पर सख्ती की जा सकेगी। हालांकि यह कहना गलत नहीं है कि इस गुट के पास ऐसे कोई अधिकार नहीं हैं, जिनके बल पर कोई भी निर्णय जबरन लागू कराया जा सके, मगर भारत को इन देशों से जो सहयोग और लाभ मिल सकते हैं, उनके प्रति यदि मोदी सफल होते नजर आते हैं तो यह देश के भविष्य के लिए बेहतर करने का घटनाक्रम ही कहा जाएगा।

निस्संदेह इनसे जुड़े परिणामों के लिए अभी इंतजार करना होगा। मगर कुल मिलाकर दुनिया की सबसे बड़ी आबादी वाले देश का लगातार तीसरी बार प्रधानमंत्री बनने के बाद मोदी की यह पहली विदेश यात्रा सकारात्मक कही जा सकती है, जिसके परिणाम आने वाले वर्षों में यकीनन नमूदार होंगे। (आरएनएस)

आईटीबीपी के आईजी गुंज्याल ने मुख्य सचिव को बॉर्डर आउटपोस्ट की समस्याओं से अवगत कराया

संवाददाता

देहरादून। आईटीबीपी के महानिरीक्षक संजय गुंज्याल ने मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी से भेंट कर बॉर्डर आउटपोस्ट की समस्याओं से अवगत कराया।

आज यहां मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी से सचिवालय में आईटीबीपी महानिरीक्षक संजय गुंज्याल ने मुलाकात की। आईजी संजय गुंज्याल ने सीएस श्रीमती राधा रतूड़ी को बॉर्डर आउटपोस्ट की विभिन्न समस्याओं से अवगत कराया। उन्होंने सीमांत जनपदों पिथौरागढ़, उत्तरकाशी और चमोली के जिलाधिकारियों से शीघ्र अनापत्ति प्रमाण पत्र प्रदान करने का अनुरोध किया ताकि वन भूमि हस्तांतरण के प्रकरणों का त्वरित निस्तारण हो सके। मुख्य सचिव ने आइटीबीपी को राज्य सरकार की ओर से हर संभव सहयोग का आश्वासन दिया। श्रीमती राधा रतूड़ी के आग्रह पर आईटीबीपी के चिकित्सकों द्वारा बॉर्डर के ग्रामों में निवासरत स्थानीय नागरिकों को स्वास्थ्य चिकित्सा सुविधा देने पर सहमति बनी। बैठक में विशेष रूप से गर्भवती महिलाओं और नवजात शिशुओं को स्वास्थ्य सुविधाएं देने तथा टेलीमेडिसिन के माध्यम से दुर्गम इलाकों को हेल्थ केयर से जोड़ने पर चर्चा की गई। आईजी संजय गुंज्याल ने जानकारी दी कि आईटीबीपी स्थानीय किसानों से प्रोक्योरमेंट करने का भी प्रयास कर रही है।

बढते अपराधों को लेकर कांग्रेसियों ने फूंका सरकार का पुतला

संवाददाता

देहरादून। बढते अपराधों को लेकर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने प्रदर्शन कर धामी सरकार का पुतला फूंका।

आज यहां कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने महानगर अध्यक्ष डॉ जसविंदर सिंह गोगी के नेतृत्व में एस्ले हॉल चौक पर पहुंचे और प्रदेश सरकार के विरोध में नारेबाजी की तथा सरकार का पुतला दहन किया। गोगी ने कहा कि भाजपा सरकार अपराध काबू करने में पूरी तरह विफल रही है। अंकिता हत्याकांड, महिलाओं के साथ जघन्य अपराध, हाल ही में रवि बड़ोला हत्याकांड आदि कई घटनाएं साबित करती हैं कि प्रदेश में अपराधियों के हौसले बुलंद हैं। अपराधियों के विरुद्ध कार्रवाई न होने से प्रदेश के अपराधी तो बेलगाम हैं ही, प्रदेश के बाहर से भी अपराधी आकर घटनाओं को बेखौफ अंजाम दे रहे हैं। भाजपा सरकार ने प्रदेश को अपराधियों का अभयारण्य बना दिया है। कांग्रेस कार्यकर्ता अपराध की हर घटना पर पुरजोर विरोध करते रहेंगे। गोगी ने कहा कि सरकार खनन और जमीनों की खरीद फरोख्त पर भी तत्काल रोक लगा ले तो अधिकांश अपराध स्वतः ही बंद हो जाएंगे। लेकिन पता नहीं भाजपा नेताओं के कौन से ऐसे हित हैं कि वो मौन बैठी है। कांग्रेस अब इस मसले पर चुप नहीं बैठने वाली है। इस अवसर पर पूरण सिंह रावत, गोदावरी थापली, उर्मिला थापा, सुनील जायसवाल, ललित बद्री , मोहम्मद फारूक, मोहन थापली, वीरेंद्र पंवार, आदर्श सूद, शकील मंसूरी, अर्जुन पासी, नदीम अंसारी, इफ्तिखार अहमद, संजय गौतम, अशोक कुमार, बिजेंदर चौहान, सुखराम, अरविंद गुरुंग, आनंद मेहरा, सिब्बी रावत, मोहन थपली, भूपेंद्र नेगी, गणेश गुप्ता, आनंद गुप्ता, संदीप,विकी, मनीष, नितिन चंचल, सूरज छेत्री, आलोक मेहता, सुनील जायसवाल, भूपेंद्र यादव, हर्ष राणा, सुनील, नितिन, निखिल मोहित अभिषेक आदि उपस्थित थे।

गैंगरेप और हत्यारोपियों की फांसी की मांग को लेकर घेरा एसएसपी कार्यालय

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। शांतरशाह की नाबालिक लड़की के साथ गैंगरेप और हत्या के मामले में आरोपियों के लिए फांसी की मांग को लेकर महिला कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने आज रोशनाबाद पहुंचकर एसएसपी कार्यालय का घेराव किया। कार्यालय के बाहर धरना देकर प्रदर्शन करते हुए महिला कांग्रेस ने फरार चल रहे प्रधान पति और पूर्व भाजपा नेता आदित्य राज सैनी समेत अन्य आरोपियों की गिरफ्तारी की मांग भी उठाई। महिला कांग्रेस की प्रदेश अध्यक्ष ज्योति रोतेला के नेतृत्व में घेराव और विरोध प्रदर्शन करने के बाद एसपी सिटी स्वतंत्र कुमार सिंह को ज्ञापन भी दिया गया।

प्रदर्शन कर रही महिला कांग्रेस कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए प्रदेश अध्यक्ष ज्योति रोतेला ने कहा कि प्रदेश में महिलाओं, बच्चियों के साथ बलात्कार व हत्याओं की घटनाएं बढ़ रही हैं। जिसके कारण देवभूमि कलंकित हो रही है। अपराधियों में कानून का डर नहीं है। अधिकतर घटनाओं में बीजेपी नेताओं का नाम सामने आ रहा है। बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ का नारा देने वाली पार्टी के नेता बेटियों के साथ अन्याय कर रहे। उन्होंने कहा कि बीजेपी शासन में महिलाओं के प्रति अपराध बढ़ रहे हैं। महिला कांग्रेस महिलाओं को बचाने के लिए सड़क से सदन तक संघर्ष करेगी।

ज्योति रौतेला ने कहा कि हाल ही में देहरादून में उपनल कर्मी द्वारा वन आरक्षी के साथ दुष्कर्म किया जाना, देहरादून कैन्ट में शादी का झांसा देकर कई महिनों तक दुराचार किया जाना। पटेल नगर में 12 वर्षीय बालिका के साथ बलात्कार किया जाना, हल्द्वानी वनभूलपुरा में छात्रों का लापता होना, द्वाराहाट में 19 वर्षीय बालिका के साथ बलात्कार होना, देहरादून में एक प्रोपर्टी डीलर की खुलेआम हत्या होना राज्य सरकार व पुलिस प्रशासन पर सवालिया निशान लगाता है। उन्होंने कहा कि इस तरह की लचर कानून व्यवस्था से किसी को कोई डर नही है। पूरे राज्य में अजाकता का माहौल है। उन्होंने कहा कि आंखिर राज्य की जनता को किस बात की सजा मिल रही है।

उन्होने कहा कि पुलिस आरोपियों को पकड़ती है, लेकिन उन्हें सजा नहीं होती। अंकिता भंडारी को अभी तक न्याय नहीं मिला। पूरे प्रदेश में अराजकता का माहौल है। बीजेपी शासित किसी भी प्रदेश में महिलाएं सुरक्षित नहीं हैं। इस अवसर पर उपाध्यक्ष नजमा खान, उदय जैन, महासचिव शशि झा, पूनम सिंह, सुशीला बेलवाल, रेखा ढींगरा, नलिनी दीक्षित, अंशुल त्यागी, गार्गी राय, इमराना परवीन, आशा कोरी, रोशनी कालिया, रचना शर्मा, रश्मि देवरानी सहित कई लोग मौजूद रहे।

चरस के साथ गिरफ्तार

देहरादून (सं)। सेलाकुई थाना पुलिस ने चैकिंग के दौरान माडूंवाला रोड 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 पकड लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 254 ग्राम चरस बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम रोहित कुमार पुत्र विजेन्द्र सिंह निवासी भगवानपुर सेलाकुई बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

हजारो की नगदी सहित सटोरिया दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। सट्टे की खाईबाड़ी कर रहे एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है जिसके कब्जे से सट्टा पर्ची 1130 रूपये की नगदी, पैन व डायरी बरामद किये गये है। जानकारी के अनुसार बीती शाम कोतवाली ज्वालापुर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक व्यक्ति अवैध रूप से सट्टे का कारोबार कर रहा है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान अली मस्जिद मोहल्ला कैथवाड़ा से हिरासत में ले लिया। जिसके पास से सट्टा पर्ची, 1130 रूपये की नगदी, पैन व डायरी बरामद की गयी। पूछताछ में उसने अपना नाम मोसीन पुत्र कल्लू निवासी मोहल्ला कैथवाडा कोतवाली ज्वालापुर हरिद्वार बताया। पुलिस ने उसे जुआ अधिनियम के तहत गिरफ्तार कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

त्रिस्तरीय पंचायतों का कार्यकाल 2 वर्ष बढ़ाए जाने की मांग को लेकर 1 जुलाई को 12 जिलों में होगा धरना प्रदर्शनः मर्तोलिया

कार्यालय संवाददाता

पिथौरागढ़। उत्तराखंड के 12 जनपदों के त्रिस्तरीय पंचायतों का कार्यकाल 2 वर्ष बढ़ाए जाने की मांग को लेकर 1 जुलाई को राज्य के सभी जनपद मुख्यालयों में धरना प्रदर्शन किया जाएगा। एक राष्ट्र एक चुनाव की तर्ज पर उत्तराखंड में एक राज्य एक पंचायत चुनाव की मांग को लेकर आंदोलन को तेज करने का फैसला लिया गया है। सरकार ने अगर इस मांग को नहीं माना तो राजधानी में दिल्ली के किसान आंदोलन के तर्ज पर उग्र आंदोलन भी किया जाएगा।

उत्तराखंड त्रिस्तरीय पंचायत संगठन के कार्यक्रम संयोजक तथा जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने बताया कि उत्तराखंड में वर्तमान में कार्यरत पंचायतों का कार्यकाल 2 वर्ष बढ़ाए जाने को लेकर 1 जुलाई को 12 जिलों के जिला मुख्यालय में एक साथ धरना प्रदर्शन किया जाएगा। उन्होंने बताया कि राज्य सरकार को इस संदर्भ में दर्जनों बाद प्रस्ताव दिया जा चुका है। अभी तक राज्य सरकार ने अपनी ओर से कोई भी प्रतिक्रिया नहीं दी है। राज्य सरकार की ओर से पंचायती राज विभाग तथा महाधिवक्ता उत्तराखंड से राय लिए जाने का आश्वासन दिया गया था। इस पर भी राज्य सरकार कुछ नहीं कर पाई है।

उन्होंने कहा कि कोविड के समय पंचायतें 2 साल तक कोई कार्य नहीं कर पाई। पंचायतों की सामान्य बैठक के तक नहीं हो पाई। इस समय को पंचायतों के कार्यकाल से नहीं जोड़ा जा सकता है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार के पास कार्यकाल को बढ़ाए जाने के लिए पर्याप्त कानूनी आधार है।

उन्होंने कहा कि 1 जुलाई के धरना प्रदर्शन में जिला पंचायत अध्यक्ष, क्षेत्र प्रमुख के साथ-साथ ग्राम प्रधान, वार्ड मेंबर्स, क्षेत्र पंचायत सदस्य, जिला पंचायत सदस्य भाग लेंगे। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में 70 हजार प्रतिनिधियों के संगठन की एक सूत्रीय मांग पर जीत के बाद ही वह शांत होगा।

उन्होंने कहा कि पूर्व राष्ट्रपति की अध्यक्षता में बनी समिति ने भी पंचायतों का कार्यकाल बढ़ाने तथा घटाने का सुझाव दिया है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के एक देश एक चुनाव के विजन को सफल बनाने के लिए उत्तराखंड में एक राज्य एक पंचायत चुनाव पर पंचायत के प्रतिनिधियों के सुझाव को राज्य सरकार द्वारा स्वीकार किया जाना चाहिए।

उन्होंने कहा कि अगर सरकार नहीं मानी तो किसान आंदोलन के तर्ज पर उत्तराखंड की राजधानी देहरादून में आंदोलन होगा। तब राज्य सरकार हमें कुछ भी नहीं कह सकती।

एक नजर

झारखंड के पूर्व मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन को हाई कोर्ट ने दी जमानत

नई दिल्ली। जमीन घोटाला मामले में झारखंड के पूर्व मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन को झारखंड हाई कोर्ट ने जमानत दे दी है। झारखंड हाई कोर्ट ने 8.36 एकड़ जमीन पर अवैध कब्जे से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग मामले में शुक्रवार को पूर्व सीएम को राहत दी। झामुमो नेता को प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने 31 जनवरी को गिरफ्तार किया था। कथित भूमि घोटाले से जुड़े धन शोधन मामले की जांच हो रही है। सोरेन पर रांची के बार्गेन क्षेत्र में भूखंड पर कब्जा करने का आरोप है। ईडी ने आरोप लगाया है कि भूमि दस्तावेजों में फेरबदल किया गया और सोरेन ने मूल भूस्वामियों को जबरन बेदखल कर दिया। अदालत ने सोरेन की जमानत याचिका पर अपना फैसला 13 जून को सुरक्षित रख लिया था। सोरेन के वरिष्ठ वकील अरुणाभ चौधरी ने कहा, सोरेन को जमानत दे दी गई है। अदालत ने कहा है कि प्रथम दृष्टया, वह दोषी नहीं हैं और जमानत पर रिहा किए जाने दौरान याचिकाकर्ता द्वारा कोई अपराध किए जाने की कोई आशंका नहीं है। सुनवाई के दौरान प्रवर्तन निदेशालय के वकील एस वी राजू ने दलील दी कि अगर सोरेन को जमानत पर रिहा किया जाता है, तो वह इसी तरह का अपराध फिर करेंगे। जबरन बेदखली की यह घटना 2009-10 में घटित हुई बतायी जाती है।

कॉलेज में 'हिजाब बैन' मामले में बॉम्बे हाई कोर्ट का हस्तक्षेप से इनकार

मुंबई। बंबई हाईकोर्ट ने शहर के एक कॉलेज में हिजाब, बुर्का और नकाब को बैन करने के फैसले में हस्तक्षेप करने से मना कर दिया है। न्यायमूर्ति ए एस चंदुरकर और न्यायमूर्ति राजेश पाटिल की खंडपीठ ने कहा कि वह कॉलेज द्वारा लिए गए फैसले पर कोई भी संशोधन नहीं करना चाहते। बता दें कि हाईकोर्ट में कॉलेज के इस फैसले के खिलाफ 9 लड़कियों ने याचिका दर्ज की थी। ये सभी छात्राएं विज्ञान डिग्री पाठ्यक्रम के दूसरे और तीसरे वर्ष में हैं। इन छात्राओं ने चेंबूर ट्रॉम्बे एजुकेशन सोसाइटी के एनजी आचार्य और डीके मराठे कॉलेज द्वारा एक ड्रेस कोड लागू करने के निर्देश को चुनौती देते हुए हाईकोर्ट में याचिका दायर की थी। उन्होंने कहा कि अपने धर्म का पालन करने के अधिकार के अलावा याचिकाकर्ता अपनी श्पसंद और निजता के अधिकारश्श पर भी भरोसा कर रहे हैं। साथ ही उन्होंने कहा कि हिजाब पहनना इस्लाम में अनिवार्य है। वहीं, कॉलेज ने दावा किया था कि उसके परिसर में हिजाब, नकाब और बुर्का पहनने पर प्रतिबंध केवल एक समान ड्रेस कोड लागू करने के लिए है और इसका उद्देश्य मुस्लिम समुदाय को निशाना बनाना नहीं है। कॉलेज प्रबंधन की ओर से पेश वरिष्ठ वकील अनिल अंतुरकर ने कहा कि ड्रेस कोड हर धर्म और जाति के सभी छात्रों के लिए है।

'कल्कि 2898 एडी' ने देश-विदेश के बॉक्स ऑफिस पर मचाया भौकाल

मुंबई। नाग अश्विन निर्देशित श्कल्कि 2898 एडीश ने रिलीज होते ही देश और विदेश के बॉक्स ऑफिस पर भौकाल मचा दिया है। इस फिल्म ने पहले ही दिन कई फिल्मों के रिकॉर्ड ब्रेक कर दिए और छप्परफाड़ कमाई कर ली है। वहीं 'कल्कि 2898 एडी' को हिंदी वर्जन में भी दर्शकों से बेहद शानदार रिस्पॉन्स मिला है। 'कल्कि 2898 एडी' का रिलीज से पहले काफी बज बना हुआ था। फिल्म की धुआंधार एडवांस बुकिंग हुई थी। यहां तक कि इस फिल्म में प्री रिलीज टिकट सेल में ही 50 करोड़ से ज्यादा का कलेक्शन कर लिया था। वहीं जब गुरुवार को जब ये साइंस-फिक्शन फिल्म दुनियाभर के सिनेमाघरों में रिलीज हुई तो इसे देखने के लिए दर्शक भी उमड पड़े। फैंस ने प्रभास की फिल्म का जमकर जश्न मनाया और हर जगह थिएटर्स रात तक हाउसफुल नजर आए। यहां तक कि फिल्म के हिंदी वर्जन को भी दर्शकों से जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला है और इसी के साथ 'कल्कि 2898 एडी' ने बंपर कलेक्शन कर लिया है। वहीं अब इस फिल्म के हिंदी वर्जन की कमाई के शुरुआती आंकड़े भी आ गए हैं। रिपोर्ट के मुताबिक 'कल्कि 2898 एडी' ने हिदी वर्जन में 24 करोड का कलेक्शन किया है। देशभर में सभी भाषाओं में फिल्म की कमाई 95 करोड़ रुपये रही है। हालांकि ये शुरुआती आंकड़े हैं ऑफिशियल डाटा आने के बाद इनमें थोड़ा बहुत बदलाव हो सकता है।

85 लाख की स्मैक सहित चार अंतर्राज्यीय नशा तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चम्पावत। नशा तस्करी में लिप्त चार अंर्तराज्यीय तस्करों पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से 840 ग्राम स्मैक व दो बाइक भी बरामद हुई है।

जहां एक तरफ राज्य सरकार उत्तराखण्ड को 2025 तक नशा मुक्त करने की बात कहती है। वहीं राज्य में नशा तस्करी के लगातार बढ़ रहे मामले कुछ और ही तस्वीर प्रस्तुत कर रहे है। नशा तस्करी का बड़ा और ताजा मामला चम्पावत जिले में सामने आया है। यहां पुलिस और एसओजी टीम ने संयुक्त अभियान चला कर चार अंर्तराज्यीय नशा तस्करों को दबोचने में सफलता हासिल की है। जिनके पास से 840 ग्राम स्मैक व तस्करी में प्रयुक्त दो बाइक भी बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम थाना बनवसा व एसओजी टीम को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्करी नशीले पदार्थो की बड़ी खेप सहित आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस व एसओजी टीम द्वारा क्षेत्र में संयुक्त चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान संयुक्त टीम को स्ट्रांग फार्म के पास नेशनल हाईवे पर दो बाइक सवार चार संदिग्ध आते हुए दिखायी दिये। संयुक्त टीम द्वारा जब उन्हे रूकने का इशारा किया गया तो वह बाइक मोड़कर भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर दबोचा गया।

तलाशी के दौरान उनके पास से 840 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उन्होने अपना नाम मुकेश गोस्वामी पुत्र ब्रजेश कुमार निवासी ग्राम भोजपुर, थाना कटरा, जिला शाहजहाँपुर, उ.प्र., शिव ओम पुत्र रामसेवक निवासी ग्राम शाहपुर खिताऊवा, निकट हनुमानमंदिर, थाना कटरा, जिला शाहजहापुर उ.प्र., रंजीत पुत्र रामदीन, निवासी ग्राम भोजपुर, निकट हनुमान मंदिर, थाना कटरा, जिला शाहजहापुर उ.प्र. व अनिल कुमार पुत्र तेज राम निवासी शाहपुर खिताऊवा, निकट हनुमान मंदिर, थाना कटरा जिला शाहजहापुर उ.प्र. बताया।

बताया कि वह स्मैक शाहजहांपुर में तैयार कर पीलीभीत, चंपावत, लोहाघाट तथा अन्य पर्वतीय जगह में तथा टनकपुर और बनबसा के रास्ते नेपाल में स्मैक को ऊंचे दामों में बेचते है। बहरहाल पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है। बरामद स्मैक की कीमत 85 लाख रूपये बतायी जा रही है।

डंपर ने ली साइकिल सवार की जान, हंगामा

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। तेज रफ्तार डंपर की चपेट में आने से साइकिल सवार एक व्यक्ति की मौत हो गयी। हादसे के बाद गुस्साये लोगों ने डंपर में तोड़फोड़ कर हाईवे जाम कर दिया गया।

सड़क दुर्घटना का यह मामला उधम सिंहनगर के काशीपुर क्षेत्र का है। जानकारी के अनुसार आईटीआई थाना क्षेत्र कें जैतपुर मोड़ पर सुरेश पुत्र बाल किशन निवासी ग्राम जैतपुर साइकिल पर सवार होकर आईजीएल की ओर किसी काम से जा रहा था। इसी दौरान तेज रफ्तार डंपर ने उसे अपनी चपेट में ले लिया। जिससे उनकी मौके पर ही मौत हो गयी। घटना की सूचना मिलने पर स्थानीय लोगों ने मौके पर पहुंच कर डम्पर में तोड़फोड़ कर हाइवे जाम कर दिया। बहरहाल पुलिस ने मौके पर पहुंच कर किसी तरह लोगों को शांत कराया और शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

शराब के साथ गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने शराब के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर वाहन को सीज कर दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार रायवाला थाना पुलिस ने नेपाली फार्म के पास एक कार को रूकने का इशारा किया तो पुलिस को देख कार चालक कार को तेजी से भगा ले गया। पुलिस ने थोडी दूर पीछा कर कार को रोक लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने कार की डिग्गी से 675 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में कार चालक ने अपना नाम दीपक सेठी पुत्र हरीश सेठी निवासी ईसी रोड सर्वे चौक बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर कार को सीज कर दिया।

सम्पत्ति बेचने के नाम पर ठगे 25 लाख रुपये

संवाददाता

देहरादून। सम्पत्ति बेचने के नाम पर 25 लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आरके वर्मा रोड निवासी रविन्द्र बुटोला ने मसूरी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह कुछ समय से अस्वस्थ चल रहा है तथा सोचने समझने में कमजोर था इसी बीमारी के चलते 22 अक्टूबर 2023 को एक व्यक्ति जिसने अपना नाम विनायक अग्रवाल पुत्र प्रीती कुमार अग्रवाल निवासी मकान मानसरोवर कॉलोनी, मुज्जफर नगर उ.प्र. बताया तथा एक सम्पति जो 627 गज निकट अडेर इस्टेट दी मॉल मसूरी में है अपने को मालिक स्वामी बताया था तथा एक फर्जी व एक कूट रचित मानचित्र दिखाया और कहा कि संपति उसकी संपति से सटी हुई है जिसके चलते उसने उस संपति को खरीदने की इच्छा जाहिर कि जिसमें उससे विनायक अग्रवाल ने दो चेक अलग-अलग धनराशि के प्राप्त किये जिसमें 15 लाख रूपये का चेक 22.अक्टूबर 2023 को प्राप्त किया जिसमें उसके हस्ताक्षर मिलान ना होने के कारण बैंक ने वह चेक वापस कर दिया जिसपर कि उसने प्रीति कुमार के खाते में जो कि कोटेक महिंद्रा मुज्जफरनगर के खाते में आर टी जी एस द्वारा ट्रान्सफर किया गया। और एक अन्य चेक 5 लाख रूपये का दिया गया जो कि हस्ताक्षर न मिलान होने के कारण बैंक के द्वारा चैक को वापस कर दिया गया, फिर उसके द्वारा उसी दिन प्रीति कुमार के खाते में जो कि कोटेक महिन्द्रा मुज्जफरनगर के खाते में ट्रान्सफर किये गए, अब टोटल ` 20 लाख रूपये आरटीजीएस के द्वारा व टोटल 25 लाख रूपये विनायक को अदा किये गये थे। विनायक अग्रवाल द्वारा सर्वेयर से कूट रचित मानचित्र तैयार करने को भी कहा गया। कुछ दिनों पूर्व उसके द्वारा सर्वेयर से संपत्ति कि नाप जोख करवाई गयी तो पता चला कि संपत्ति विनायक या उसके पिता प्रति कुमार अग्रवाल कि नहीं है, इसलिये उसने विनायक अग्रवाल को तुरंत फोन कर सूचित किया कि संपत्ति उसकी नहीं है इसलिये अग्रिम धनराशी 25 लाख रूपये वापस तथा उसके द्वारा दिये गए दो चेक वापस कर दो। विनायक द्वारा उसको जान से मारने की धमकी दी गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी 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।