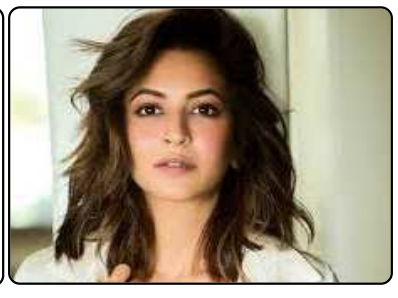
रविवार
30 जून 2024

पृष्ठ 4

बच्चें को है अंगूठा चूसने की आदत...

पृष्ठ 5

कृति खरबंदा ने भारतीय सिनेमा...



● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 147
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

विद्वत्ता अच्छे दिनों में आभूषण, विपत्ति में सहायक और बुढ़ापे में संचित धन है।

– हितोपदेश

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

केदारनाथ मंदिर के पीछे की पहाड़ियों में एक बार फिर से आया एवलॉन्च!

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। केदारनाथ मंदिर के पीछे की पहाड़ियों में रविवार सुबह एक बार फिर से एवलांच आया। हालांकि, इस बर्फिले तूफान से किसी भी प्रकार का कोई नुकसान नहीं हुआ है।

बताया जाता है कि सुबह 5.06 बजे गांधी सरोवर के ऊपर पहाड़ से ग्लेशियर टूटकर गिरने लगे। पहाड़ी से बर्फ काफी नीचे आ गई। पहाड़ी पर बर्फ का धुआं उड़ने लगा। इसके बाद केदानगरी में हलचल मच गई। काफी देर तक यह एवलांच आता रहा।

वैसे इस पहाड़ी पर एवलांच आना कोई नई बात नहीं है। यहां समय समय पर एवलांच आते रहते हैं।

आपदा प्रबंधन अधिकारी नंदन सिंह रजवार ने बताया कि सेक्टर अधिकारी केदारनाथ ने बताया कि रविवार सुबह गांधी सरोवर के ऊपर स्थित पहाड़ी पर एवलांच आया था। हालांकि इस एविलांच से किसी भी प्रकार का कोई नुकसान नहीं हुआ है।यहां बर्फ अधिक गिरने पर इस प्रकार की घटनाएं होती हैं। इनसे किसी भी प्रकार का नुकसान नहीं होता है।

2013 में केदारनाथ में बादल फटने के कारण भीषण बाढ़ आ गई थी। इस बाढ़ में वहां सब कुछ तबाह हो गया था। काफी दिनों बाद केदारनाथ धाम में जनजीवन सामान्य हो सका था। ऐसे में जब ऊपर पहाड़ी से बर्फिला तूफान नीचे आ रहा था तो एक बार फिर से लोगों की सांसें थम सी गई। हिमालय क्षेत्र में लगातार हो रही इस प्रकार की घटनाओं पर सोचने की आवश्यकता है। हिमालय क्षेत्र में हो रहे निर्माण कार्य और हेली कंपनियों की अनियमित उड़ानों के कारण इस तरह की घटनाएं हो रही हैं। ऐसे में समय रहते हिमालय क्षेत्र को बचाने की जरूरत है।

करोड़ों की धोखाधड़ी करने वाले गैंग का एक और सदस्य गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। कस्टम डिपार्टमैन्ट व क्राइम ब्रांच मुम्बई के नाम से करोड़ों की धोखाधड़ी करने वाले गैंग के एक सदस्य को एसटीएफ की साइबर क्राइम पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से साइबर ठगी में प्रयुक्त एक मोबाइल फोन, 2 सिम कार्ड, 6 एटीएम कार्ड, एक चैकबुक, पैन कार्ड व आधार कार्ड भी बरामद हुआ है। आरोपी के तीन साथियों को साइबर क्राइम पुलिस पूर्व में ही गिरफ्तार कर चुकी है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ आयुष अग्रवाल ने जानकारी देते हुए बताया गया कि एक प्रकरण कुछ दिवस पूर्व साइबर क्राईम पुलिस स्टेशन उत्तराखण्ड देहरादून निवासी का प्राप्त हुआ। जिसमें एक वरिष्ठ नागरिक द्वारा सूचना दर्ज कराई कि अज्ञात साइबर अपराधियों द्वारा वादी के मोबाईल पर सम्पर्क कर स्वंय को फेडेक्स कोरियर कम्पनी तथा क्राइम ब्रांच मुंबई अन्धेरी से बताकर मुम्बई

कस्टम द्वारा वादी के नाम से अवैध पासपोर्ट, क्रेडिट कार्ड आदि सीज करने की जानकारी देकर मुम्बई क्राईम ब्रॉच अंधेरी से सम्पर्क करवाकर व आवेदक को स्काईप ऐप पर जोडकर वीडियो कॉल पर पुलिस थाना दर्शाकर पार्सल के सम्बन्ध में पूछताछ कर आवेदक को मनीलान्ड्रिंग, ड्रग्स तस्करी, व पहचान छुपाने का संदिग्ध बताकर व फर्जी नोटिस भेजकर शिकायकर्ता के नाम से चल रहे खातो में 38 मिलीयन का अवैध ट्रांजैक्शन होना बताकर पासपोर्ट कार्यालय व मुम्बई क्राइम ब्रॉच से किल्यरेन्स प्रदान करने का झांसा देकर व जॉच के नाम पर आवेदक से धोखाधडी से ▶▶ शेष पृष्ठ 8 पर

जनरल उपेन्द्र द्विवेदी ने नए सेना प्रमुख के रूप में कार्यभार संभाला

नई दिल्ली। जनरल उपेन्द्र द्विवेदी ने रविवार को नए सेना प्रमुख के रूप में कार्यभार संभाला। उन्होंने जनरल मनोज पांडे का स्थान लिया। जनरल उपेन्द्र द्विवेदी चीन और पाकिस्तान की सीमाओं पर व्यापक परिचालन विशेषज्ञता के लिए जाने जाते हैं। उन्होंने अपने करियर में विभिन्न कमांड और स्टाफ नियुक्तियों पर काम किया है। जनरल उपेन्द्र द्विवेदी 2022 से 2024 तक उत्तरी कमांड के जनरल ऑफिसर कमांडिंग-इन-चीफ के पद पर भी रहे। उन्होंने उत्तरी और पश्चिमी सीमाओं के साथ-साथ जम्मू-कश्मीर में आतंकवाद विरोधी अभियानों का भी नेतृत्व किया है। सेना प्रमुख के रूप में अपनी भूमिका में वह थिएटर कमांड स्थापित करने की सरकार की योजना को लागू करने के लिए नौसेना और भारतीय वायु सेना के साथ सहयोग करने के लिए जिम्मेदार हैं। जनरल उपेन्द्र द्विवेदी ने ऐसे समय में सेना की कमान संभाली है जब चीन के साथ लंबे समय से सीमा पर तनाव बना हुआ है। भारतीय सेना इस समय आधुनिकीकरण की प्रक्रिया से भी गुजर रही है।

'मन की बात' में पीएम नरेंद्र मोदी की अपील- 'एक पेड़ अपनी मां के नाम पर जरूर लगाए'

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने मन की बात के 111 वें एपिसोड में लोगों से अपनी मां के नाम एक पेड़ अवश्य लगाने की अपील की। पीएम मोदी ने कहा कि विश्व पर्यावरण दिवस पर उन्होंने श्एक पेड़ मां के नामश अभियान शुरू किया था और लोगों से यह आग्रह करता हूं कि वे जोर शोर से इस अभियान का हिस्सा बनें। इसके साथ ही पीएम मोदी ने देशवासियों से अपील की है कि एक पेड़ अपने नाम पर जरूर लगाएं। पेड़ लगाने से धरती मां की रक्षा होगी।

पीएम मोदी ने आगे कहा, इस वर्ष विश्व पर्यावरण दिवस पर एक खास अभियान शुरू किया गया है। इस अभियान

का नाम है-एक पेड़ मां के नाम। मैंने भी एक पेड़ अपनी मां के नाम लगाया है। मैंने सभी देशवासियों से दुनिया के सभी देशों के लोगों से यह अपील की है कि अपनी मां के साथ मिलकर या उनके नाम पर एक पेड़ जरूर लजाएं। मुझे यह देखकर बहुत खुशी है कि मां की स्मृति में या उनके सम्मान में पेड़ लगाने का अभियान तेजी से आगे बढ़ रहा है। प्रधानमंत्री ने कहा, श्लोग अपनी मां के साथ या फिर उनकी फोटो के साथ पेड़ लगाने की तस्वीरों को सोशल मीडिया पर शेयर कर रहे हैं। हर कोई अपनी मां के लिए पेड़ लगा रहा है। इस अभियान ने सबको मां के प्रति अपना स्नेह जताने का समान अवसर दिया है। वो अपनी तस्वीरों के साथ #एक_पेड़_मां_के_नाम इसके साथ शेयर करके दूसरों को प्रेरित कर रहे हैं। उन्होंने कहा, धरती भी मां के समान हमारा ख्याल रखती है। धरती मां ही हम सबके जीवन का आधार है इसलिए हमारा भी कर्तव्य है कि हम धरती मां का भी ख्याल रखें। मां के नाम पेड़ लगाने से अपनी मां का सम्मान तो होगा ही साथ ही धरती मां की भी रक्षा होगी।

बीत गये अब दिखावे के सम्मोहक दिन

शमीम शर्मा

जब समाज मोटरसाइकिल से इम्प्रेस होता है तो आम आदमी के पास साइकिल होती है। जब समाज कार से इम्प्रेस होता है तो आम आदमी के पास एक्टिवा होती है। जब जुगाड़ बिठाकर हम कार खरीद लेते हैं तो लोग कार से नहीं बल्कि खास ब्रांड की कार से इम्प्रेस होते हैं। यह ब्रांड हमारे बलबूते के बाहर का बिच्छू होता है।

समाज का एक वर्ग विशेष ऐसा है जो सदा दूसरों को प्रभावित करने में ही जुटा रहता है। पर अब लोगों ने इम्प्रेस होना छोड़ दिया है। दौलत, शोहरत और रुतबे की धौंस अब कोई नहीं सहन करता। कौन क्या खरीद रहा है, क्या खा-पहन रहा है, सब अर्थहीन हो चुका है। सब अपनी धुन में पूरी तरह रम चुके हैं। समय तो वह भी था जब कोई नयी साइकिल खरीदता तो पड़ोसी हाथ लगा-लगा कर देखा करते। किसी के घर नया टीवी-वीसीआर आता तो पूरी गली के लिये कौतूहल हुआ करता। यह वह समय था जब लोगों को नयी खरीद करने में भी आनंद आता था और देखने वालों को भी। अब कौन परवाह करता है टीवी छत्तीस इंची लाओ या छप्पन इंची, सब निस्सार है।

झूठी शान और आडम्बर अच्छे-अच्छों की छाती पर बुलडोजर-सा लेवल कर देते हैं। अब धनवानों के तो समय ने छक्के छुड़ा दिये हैं। बड़े-बड़े बंगलों में बड़े-बड़े लोग और एक बड़ी-सी मेज पर सजे हुए थाल में बिना तड़के की दाल, उबली-सब्जियां, बिना घी चुपड़ी रोटी। खाने के बाद बगैर चीनी-दूध की चाय। और आखिर में एक छोटी-सी डिबिया में से पांच-सात किस्म-किस्म की गोलियां। ले लो मजे। और करो तिया-पांचा कि कुछ मनभावन खा भी न सको। गांवों में और खेतों की ढाणियों में या कस्बों और शहरों के गली-मोहल्लों में सहज जीवनयापन करने वाले लोग घी, दूध, मलाई-मिठाई में आठों पहर निमग्न रह रहे हैं। ग्रीन टी का तो उन्हें बोध ही नहीं है। हां, दूध में पत्ती चलती है और सुबह-सांझ की गोलियों से वे नावाकिफ हैं।

दिखावे के चक्कर में बड़े घरों में न भाईचारा बचा और न ताईचारा। पैसे की हूक में भाई क्या और ताई क्या, सब मुंहफोड़ी में लगे हैं।

भय बिन होय न प्रीत

शमीम शर्मा

एक समय था कि बड़ा-बडेरा आदमी इस बात का ध्यान रखता था कि कोई कुत्ता घर में न घुस जाये। अब घर में एक कुत्ता ध्यान रखता है कि कोई आदमी घर में आ न जाये। हाल ही में किसी के घर जाना था। गेट पर तख्ती टंगी थी-कुत्तों से सावधान। घंटी बजाते ही मेरे परिचित ने आकर गेट खोला तो मैंने अनुरोध किया कि पहले आप अपने कुत्ते को बांध लें। प्रत्युत्तर में वे सज्जन हंसे और बोले कि कुत्ता-वुत्ता कोई नहीं है बस डराने के लिये तख्ती टांग रखी है। यानी सुरक्षा के लिये कुत्ते से ज्यादा कुत्ते के डर की जरूरत है। खाली म्यान से भी तलवार का भय पैदा होता है, बिना गोली की बन्दूक का भी पूरा रौब है। क्लास में बच्चा अध्यापक की डांट से ही कांप जाता है।

परिवार में छोटों को बड़ों की आंखों का डर होता है। समाज में प्रथाओं और मान्यताओं का पूरा डर है वरना हुक्का-पानी बन्द होने के एहसास से आम आदमी आतंकित हो जाता है। तुलसीदास तो यहां तक कहते हैं कि भय बिन होत न प्रीत। कुल जमाघटा में बात इतनी-सी है कि सुचारु जीवन के लिये डर का भाव लाज़िमी है। यही डर आदर से स्वीकार लिया जाये तो सम्मान कहलाता, डंडे से मनवाया जाये तो अहंकार कहलाता है और विधि-विधान से मनवाया जाये तो कानून कहलाता है। रिवाज़ हों या कानून-कायदे ये सभी के लिये आवश्यक हैं ताकि इनसान में जो जानवर मौजूद है उस पर नकेल कसी जा सके। वरना आदमी के भीतर से शेर और सांप कब फूंकारने लगे, कह नहीं सकते। अपने हकों को रास्ते रोक कर जताना या गाड़ियों की पटरियों पर बिस्तर जमा कर सोना कानून का मखौल उड़ाने से कम नहीं है।

अधिकार हो या जरूरत, सीनाजोरी से किसी को भी लेने की छूट नहीं है। आ बैल मुझे मार का न्योता देकर अपने पांव पर कुल्हाड़ी मरवाने की-सी नीयत हो जाये तो दूसरों पर दोष थोपने में कठिनाई होती है। बिल्ली रास्ता भी काट जाये तो सहम जाते हैं। कुछ लोग हठधर्मिता में रास्ते ही रोक लें तो इससे बड़ा अपशकुन क्या होगा? कानून की फाड़ियां काटकर इन्होंने हवा में उड़ा दी हैं। कई मनचलों को इन फाड़ियों को चाटने में स्वाद आ रहा है। तभी तो चारों तरफ कानून डरता नज़र आ रहा है। उलटे बांस बरेली को।

पञ्चारे चक्रे परिवर्तमाने तस्मिन्ना तस्थुर्भुवनानि विश्वा।
तस्य नाक्षस्तप्यते भूरिभारः सनादेव न शीर्यते सनाभिः।।
(ऋग्वेद १-१६४-१३)

पांच भागों में विभक्त भूचक्र जो समय के साथ गतिमान हैं, में सभी प्राणी ठहरे हुए हैं। पंचमहाभूत (आकाश, वायु, जल, अग्नि और पृथ्वी) और काल का यह विशेष बंधन है। काल के बाहर कोई लोक नहीं है। इन सभी लोकों का भार होते हुए भी इसकी धूरी ना गर्म होती है और ना ही टूटती है। काल और महाभूतों में भी परमेश्वर व्याप्त है।

आधुनिकता के साथ बदलता हिंदी भाव

विकास कुमार

साहित्य समाज का दर्पण होता है ,किसी भी देश के सामाजिक सांस्कृतिक परिवेश को समझने के लिए उसकी भाषा और साहित्य को देखा जा सकता है। जिस प्रकार समाज में उच्च-अवच्च परिस्थितियां, सामाजिक विषमता और सांस्कृतिक मूल्यों का सही विश्लेषण साहित्य जगत के पक्षों परिस्थितियों में ही अवगत होता है। किसी भी देश का गौरव और उस देश की प्रतिष्ठा का अनुमान उसके भाषा और संस्कृति से ही लगाया जा सकता है। जैसे ब्रिटेन में का मध्यकाल अथवा भारत के इतिहास के गुप्त काल और मौर्य काल अपने स्वर्णिम वैभव की अभिव्यंजना तत्कालीन साहित्य में प्रतिबिंबित हुआ है। इतिहास की प्रचुरता और वीरगाथा की विवेचना भी साहित्य के माध्यम से विवेचित होती है। किसी भी देश की भाषा उस देश का आत्मीय बोध कराती है, क्योंकि वहां के आधी से अधिक आम जनमानस उसी की शब्दावली और उसी भाषा का प्रयोग करते हैं। इसके विपरीत अफ्रीकन देशों में अविकसित, अर्ध विकसित देशों का साहित्य उस समाज का यथार्थ चित्रण करता है। तात्पर्य है कि व्यास बाल्मीकि , होमर,दांते शेक्सपियर आदि कवि कालिदास, तुलसीदास, विलियम वर्ड्सवर्थ, शैली और किटस आदि की साहित्य में उपस्थित उनकी भाषा की प्रचुरता और भाषा के प्रति प्रेम को ही दर्शाती है। साथ ही उनकी भाषा शैली और उनका साहित्य। जिनमें कहानियां, महाकाव्य ,कविताएं ,नोबेल और नाटक उनके तत्कालीन परिस्थितियों को अनुक्रम रूप से प्रतिबिंबित करते हैं। इतना ही नहीं भाषागत परिवर्तन को भी अभिब्यंजित करते हैं। राजापुर में रखी तुलसीकृत मानस को देखने के पश्चात यह मालूम होता है की तुलसी के काल से लेकर के वर्तमान काल तक 15 अक्षरों में परिवर्तन हुआ। इसमें केवल अक्षरों का परिवर्तन नहीं लिया जाना चाहिए, बल्कि अक्षरों के परिवर्तन के साथ- साथ भाव में भी परिवर्तन देखने को मिलता है। आज आधुनिकता के दौर में वही परिवर्तन देखने को मिल रहा है। यह भी कह सकते हैं कि यह तकनीकी और प्रौद्योगिकी के विकसित स्वरूप का परिणाम है। या फिर यह कह सकते हैं कि इस पूंजीवादी सभ्यता के घुड़दौड़ में व्यक्ति के पास शुद्धतम शब्दावली और अर्थ समझने की सोच- समझ हीनत्तर होती जा रही है। यद्यपि ,न्यूटन ,गैलीलियो और आर्यभट्ट का जन्म वैज्ञानिक रूप से तो विभिन्न रूप में हुआ था, परंतु भाषा और साहित्य के संपन्न परिस्थितियों में हुआ था। वैज्ञानिक प्रगति और विकास के साथ , अर्थ आज के युग का सबसे बड़ा मापदंड है। अर्थ के कारण अनेक वैज्ञानिक क्षेत्रों में अनेक नवीन अविष्कार हुए। यंत्रों का निर्माण समाज के सुविधा के लिए किया जाने लगा। परिणाम स्वरूप यांत्रिक सभ्यता, तदजन्म सोच विचार कर नए मूल्यों का उदय हुआ। इसमें साहित्य और भाषा दोनों अछूते नहीं रहे। साहित्य के सभी विधाओं में इस यांत्रिकता ,आधुनिकता ,जन परिस्थितियों और मूल्यों का बहु विधि चित्रण देखने को मिलता है। अत: यह अपेक्षित है कि हम तकनीकी व्यवस्था और स्वरूप को समझ ले जिन कारणों से हमारा साहित्य और भाषा परिवर्तित हो रही है।

यंत्रों के निर्माण, संरक्षण ,रखरखाव, उपयोग और उसके नए आयामों के विस्तार इसके अंतर्गत आते हैं। इस दृष्टि से देखें तो हिंदी साहित्य में इन तकनीक का पहला प्रयोग प्रेस का जन्म अक्षरों के मुद्रीकरण हेतु तकनीक का विकास हुआ। दूसरी ओर आधुनिकता में अर्थ अर्जन हेतु और उसके सरलतम रूप को प्रयोग करने हेतु, भाषा की कई शब्दावली को गढ़ा गया । जहां टाइपराइटर के अनुसार हिंदी का मानकीकरण किया गया ।वहीं दूसरी ओर अर्थ अर्जन हेतु हिंदी के शुद्ध रूप को ध्यान ना दे कर कई प्रकार के अशुद्धता का प्रयोग हुआ। जिसमें शब्दों में प्रचलित विविध रूपों एवं एवं मानकीकरण वाले शब्दों के रूप में बने और तदानरूप बैंकों, कार्यालयों ,पुस्तकों के प्रकाशन में वैज्ञानिकता के विकास में वैसे ही भाव वाले शब्दावली को निरूपित किया गया। आधुनिक क्षेत्र में कंप्यूटर ,मोबाइल तथा आधुनिक साज-सज्जा से युक्त व्यक्ति के चिंतन में भाषा में पर्याप्त परिवर्तन देखने को मिलता है। इससे भाषा का विकास तो नहीं हुआ ,परंतु आधुनिकता का विकास जरूर हुआ। हां दोनों में तारतम्यता बनाकर भी विकास किया जा सकता था। जो हो नहीं पाया। इससे जहां भाषा गतिविधियों में मनोबल की कमी आई ,वही कई प्रकार के नूतन आयाम भी विकसित हुए। इसलिए यांत्रिकता भौतिकता एवं आधुनिकतावादी संस्कृति के मूल कारक तत्वों के मिलनशीलवादी से संपन्न समृद्ध और शोषण के उपायों के साधनों के विकसित होने में भाषागत अशुद्धियों के प्रयोग में प्रमुख हांथ रहा है। आज कवि गोष्ठियों और हिंदी सम्मेलनों का स्वरूप भी परिवर्तित होता दिख रहा है। कई भाषाओं के शब्द भी हिंदी भाषा में सम्मिलित होते दिख रहे हैं। कई वरिष्ठ विद्वानों को भी इनका प्रयोग करते हुए सुना जा सकता है। साथ ही कई शब्दावली

भी ऐसी हैं । जिनका प्रयोग हिंदी भाषा के मानक से अलग होता जा रहा है। आज तकनीकी और आधुनिकता के विकास में संपूर्ण मानव समुदाय को एक छोटे से गांव में परिवर्तित कर दिया। जिसे मिश्रित संस्कृति एवं मिश्रित भाषा के रूप में परिभाषित किया जा सकता है। इस प्रकार समाज का ग्रामीकरण, शहरीकरण, नगरीकरण ,महानगरीय तथा मेट्रो शहर के रूप में हमें विकसित होते दिख रहे हैं। ठीक उसी प्रकार भाषा और साहित्य में भी परिवर्तन देखने को मिल रहा। यह परिवर्तन उपन्यास, कहानियां, आर्टिकल, शोध पत्रों, कविताओं एवं कवि गोष्ठियों में भी देखा जा सकता। इसके कारण हिंदी भाषा में नए शब्दों का निर्माण, कंप्यूटरीकृत हिंदी का प्रयोग एवं युवकों की शीघ्रता, रोजगार की संभावना , रोजगार परक बनना ,आज की प्रधानता देखी जा सकती हैं। यहां यह स्पष्ट करना बेहद जरूरी है कि कतिपय मठाधीशों के पूर्वाग्रहों से ग्रसित लोगों ने मानक हिंदी के प्रयोगों में अनेक प्रकार की त्रुटियां निकालकर इसके विश्वसनीयता के उपयोग पर भी कांटे बिछाए हैं। फिर भी विश्व के विभिन्न देशों में बसने वाले भारतीयों ने हिंदी भाषा का प्रयोग कर इसी तकनीकी और आधुनिकता के कारण संपन्न मानव जगत का चित्रण बड़ी कुशलता के साथ किया है। समस्या इस बात की है आज फेसबुक, व्हाट्सएप और ट्विटर के कारण बहुत कम भारतीय हैं मानक हिंदी भाषा का प्रयोग करते हैं।

व्हाट्सएप में वार्तालाप करते समय बहुत कम बुद्धिजीवी ऐसे होते हैं ।जो हिंदी भाषा एवं मानक हिंदी का प्रयोग करते हैं। इस कारण भी भाषागत परिवर्तन के साथ भाव में भी परिवर्तन देखने को मिलता है। आज आवश्यकता इस बात की है कि तकनीकी भाषा का विकास भी हो ,लेकिन हिंदी मानक के अनुसार हो।

जानिए जेल मॉश्चराइजर के इस्तेमाल करने का तरीका और फायदे

हम सभी जानते हैं कि स्किन केयर रूटीन में मॉश्चराइजर बहुत जरूरी होता है ये आपका ड्राई स्किन को पोषक तत्व देने का काम करता है कोई भी मौसम हो त्वचा को मॉश्चराइज करना जरूरी होता है त्वचा को क्लींज करने के बाद हाइड्रेट करने के लिए मॉश्चराइज करना जरूरी होता है अगर आप त्वचा को नियमित रूप से मॉश्चराइज नहीं करते हैं तो स्किन प्रॉब्लम्स बढ़ सकती है मॉश्चराइज करने से स्किन जवां और ग्लोइंग नजर आती है बाजार में कई तरह के मॉश्चराइज मिलते हैं लेकिन क्या आप जानते हैं कि पिछले कुछ समय में जेल मॉश्चराइजर का ट्रेंड काफी बढ़ गया है आइए जानते हैं इसके फायदों के बार में

क्या होता है जेल मॉश्चराइजर

जेल मॉश्चराइज पानी अधारित फॉर्मूला होता है जो बहुत लाइटवेट होता है ये हर स्किन टाइप के लिए फायेदमंद होता है जेल मॉश्चराइज त्वचा को हाइड्रेट रखने के साथ। साथ ऑयल फ्री लुक भी देता हैण्आइए जानते हैं जेल मॉश्चराइजर त्वचा के लिए कितना फायदेमंद होता है

ऑयली फ्री लुक मिलेगा

खासतौर पर मानसून के मौसम में मॉश्चराइज लगाने से चेहरा ऑयली नजर आता है ऐसा इसलिए क्योंकि मॉश्चराइजर में ऑयल बेस्ड प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल किया जाता है जो त्वचा में मिलने के बाद एक्सट्रा ऑयल निकलने लगता है वहींए जेल बेस्ड मॉश्चराइज पानी अधारित होते हैं जो स्किन को ऑयली होने से बचाता है

त्वचा को हाइड्रेट रखता है

गर्मी के मौसम में त्वचा को हाइड्रेट रखने के लिए मॉश्चराइज करना जरूरी होता है जेल मॉश्चराइजर पानी अधारित होते हैं जिनमें हाइड्रेटिंग फॉर्मूला होता है ये आपकी त्वचा को मुलायम और नरिश रखने में मदद करता है

सभी स्किन टाइप के लिए फायदेमंद होता है

जेल बेस्ट मॉश्चराइजर हर स्किन टाइप के लिए फायदेमंद होता है फिर चाहे आपकी स्किन ऑयली होंए एक्ने प्रोन और सेंसिटव हों ये त्वचा को ठंडक देने के साथसाथ हाइड्रेटेड रखने में भी मदद करता है।

गालियों का दर्शन शास्त्र

आलोक पुराणिक

देशभक्ति की छौंक बघार से युक्त फिल्म बेलबाटम नहीं चली। उधर तरह-तरह की गालियों से सुसज्जित मिर्जापुर वेब सीरिज सुपरहिट रही। पब्लिक गालियां पसंद कर रही है और जो पब्लिक पसंद करे, वह मार्केट में आ जाता है। नागिनें डिमांड में क्यों हैं, क्योंकि पब्लिक पसंद कर रही है।

मां की, बहन की, हर तरह की गालियों से सुसज्जित सीरियल धुआंधार चल रहे हैं। अब मुझे चिंता है कि नयी गालियों की तलाश शुरू होगी। प्रोड्यूसर कहेंगे, अब पंजाबी गालियों पर अलग से, हरियाणवी गालियों पर अलग से, भोजपुरी गालियों पर अलग से, ब्रज भाषा की गालियों पर अलग से बनना चाहिए। और नयी गालियों की तलाश भी होती रहनी चाहिए। गालियां गढ़ी जानी चाहिए। पब्लिक गाली सुनने में इतनी रुचि क्यों दिखा रही है।

आम आदमी का जीवन ही दरअसल गाली है। सुबह से शाम तक तरह-तरह की लाइनों में लगकर गालियां खाता है। इतनी गालियां खाता है कि आदत में शुमार हो जाता है गाली खाना। माना कि आदतें बुरी होती हैं, पर बुरी आदत तो सिगरेट पीना भी है, लोग पीते हैं ना। कुछ समय बाद इस तरह की वार्निंग आया करेगी, सीरियलों से पहले कि सावधान! गालियां आत्मसम्मान के लिए घातक हैं, ना खाइये। पब्लिक को आदत पड़ जाये तो फिर छुड़ाना मुश्किल हो जाता है। सरकार रोक लगा दे वेब सीरिजों पर कि गालियां ना दी जायेंगी, तो पब्लिक फिर कोई और रास्ता निकाल लेगी। गाली सम्मेलन होंगे, दे गाली-दे गाली-दे गाली। बताया जाता है कि अब देश के कई शहरों में होली के मौके पर ऐसे सम्मेलन होते हैं, जिनमें दे दनादन गालियां दी जाती हैं। पर अब तो हर मौसम ही गाली का हो लिया है। मिर्जापुर सीरिज वन आयी, फिर सीरिज टू आयी। गालियां चल निकलीं, अखंड गाली सीरिज चल सकती है। पर मूल सवाल वही है कि पब्लिक को गालियां सुनने में क्या मजा आता है।

एक बंदे ने बताया कि बड़ी अपने टाइप की फील आती है। ये जो बात है न बहुत सभ्य-सभ्य टाइप, बहुत साफिसिटिकेटेड टाइप फर्जी ही है। असल बात तो गाली है। आईआईटी, आईआईएम से पढ़े-लिखे दोस्त भी बरसों बाद मिलते हैं तो गाली युक्त बातें करते हैं। पुलिस तो खैर बात की शुरुआत ही गाली से करती है। बल्कि एक पुलिस अफसर ने बताया कि हम अगर बहुत सभ्यता से बात करें तो हमें फर्जी पुलिस माना जाता है और हमारी पिटाई तक हो जाती है। पुलिस वाला अगर गाली देता हुआ ना दिखे और अमिताभ बच्चन अगर कुछ बेचते हुए ना दिखें तो लोग इन्हें फर्जी मान सकते हैं। सो गालियां देनी पड़ती हैं, ना चाहें तो भी गालियां देनी पड़ती हैं। गालियों के मामले में बहुत संपन्न परंपरा है साहब। ब्रज इलाके में तो शादी में गालियां दी जाती हैं, गा-गाकर गालियां दी जाती हैं। गालियों का गायन होता है बाकायदा।

आइये नयी गालियों की सर्च करें, धंधे का सवाल है।

अब तो इंग्लिश ही संवारेगी तस्वीर

प्रदीप कुमार राय

ऐसा लगता है कि भारत में हिन्दी को बचाने का एक ही तरीका हैज्-'हिन्दी' को इंग्लिश मीडियम में पढ़ाना शुरू कर दो। 'इंग्लिश शरणम् गच्छामि' यानी पूरी तरह परायी भाषा के फ्रेम में जड़कर ही भारत में हिन्दी बच पाएगी। चंद रोज बाद आ रहे हिन्दी दिवस पर 'हिन्दी विद इंग्लिश मीडियम' का प्रस्ताव निस्संकोच पारित कर दिया जाए। ऐसा होते ही देश में हिन्दी के भविष्य को लेकर उपजी सारी चिंताओं को विराम मिलेगा। अंग्रेजी में हिन्दी पढ़ाते हुए बस इतना-सा काम करना है कि पाठ्यक्रम हिन्दी का हो, लेकिन शिक्षक अपना लेक्चर इंग्लिश में दे। हिन्दी साहित्य को अंग्रेजी में पढ़ाया जाए। हिंदी उच्चारण की चीजें रोमन में लिखकर विद्यार्थियों को दी जाए। इससे अंग्रेजी मीडियम के आकर्षण में हिन्दी के कोर्सों की खाली कक्षाएं लबालब भर जाएंगी और अमुक हिन्दी विरोधी... तमुक हिन्दी विरोधीज्अमुक हिन्दी प्रेमी... चमुक हिन्दी प्रेमी हो जाएंगे। अंग्रेजी मीडियम में भारत में सब कुछ लोकप्रिय हो जाता है, तो क्या हिन्दी नहीं होगी।

इस फार्मूले में देवनागरी में हिंदी लिखने वाले भले कम हों, रोमन में तो लिखेंगे... हिन्दी के अक्षर गायब होंगे... उसके स्वर तो गूंजेंगे... उसके साहित्य की बात होगी।

भारत में इंग्लिश ने किस-किस की किस्मत नहीं चमकाई। बड़े बेकार से समझे जाने वाले फील्ड को भी इंग्लिश ने भाग्य लगाए हैं। भारत ही वो देश है जहां सिर्फ खाली-पीली अंग्रेजी बोलकर भी कोई गारंटीशुदा विद्वान बन सकता है। यहां धारदार अंग्रेजी वक्ता को कोई नहीं टोकता कि आपकी विषय वस्तु में क्या खोट था? जो प्रोफेसर यह कहे कि मेरी हिंदी कमजोर है, विद्यार्थी उसे तुरंत विद्वान मान बैठते हैं।

भारत मूलतः इंग्लिश मीडियम देश है। वो देश हैं जहां 'हिन्दी मीडियम' और 'इंग्लिश मीडियम' जैसी फिल्में बनती हैं। यहां अगर ज्ञान की किसी शाखा ने बचना है वो इंग्लिश के घर में शरण लेकर ही बचेगी। भाषाओं की जननी संस्कृत को भारत में तब बड़ी राहत मिली, जब संस्कृत की गोष्ठियों में इसके साहित्य को अंग्रेजी में समझाया। हिन्दी फिल्मों की स्क्रिप्ट जब तक खूब इंग्लिश में न आई, हिन्दी फिल्मों के सितारे अच्छे से काम नहीं कर पाए। इस तरह जब सबका बेड़ा इंग्लिश ने पार किया, तो क्या स्कूल, कॉलेज में हिन्दी का बेड़ा पार नहीं करेगी।

मैकाले का कहना था-अंग्रेज बचे न बचे, अंग्रेजी बचनी चाहिए। अब बताओ मैकाले अंकल के सपने को जितनी निष्ठा से भारत ने पूरा किया, उतना किस देश ने किया।

हमारी भक्ति के बदले अंग्रेजी ने बहुत उपकार भी भारत पर किए है... बस अब हिन्दी को पूरी तरह अपनी शरण में लेकर हम पर एक बड़ा उपकार कर दे।

मन में ठान लें तो कुछ भी मुश्किल नहीं

सीताराम गुप्ता

ज्ञानपीठ पुरस्कार से सम्मानित उर्दू शायर 'शहरयार' साहब की ग़ज़ल का एक लोकप्रिय शेर है :-

कहिए तो आस्मां को जमीं पर उतार लाएं,
मुश्किल नहीं है कुछ भी अगर ठान लीजिए।

अनुष्का के कॉलेज में एक दिन रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। वह मित्रों के साथ रक्तदान शिविर में गई। उसके रक्त की जांच करने के पश्चात डॉक्टर ने कहा, 'तुम रक्तदान नहीं कर सकती क्योंकि तुम्हारे रक्त में हीमोग्लोबिन की मात्रा इतनी कम है कि यदि तुम्हारा एक यूनिट ब्लड ले लिया गया तो तुम्हें फौरन चार यूनिट ब्लड चढ़ाना पड़ेगा।' वह जिद पर अड़ी थी कि उसे हर हाल में ब्लड डोनेट करना है। डॉक्टर ने समझाया कि तुम एनीमिक हो। तुम्हारे शरीर में लौह तत्व की बेहद कमी है। अत: ऐसे में तुम्हारा ब्लड बिल्कुल भी नहीं लिया जा सकता। उसका सारा उत्साह ठंडा पड़ गया। घर आकर उसने सारी बात माता-पिता और भाई को बतलाई। घर वालों ने कहा कि पहले अपना खुद का ब्लड ठीक कर लो, उसके बाद ब्लड डोनेट करने की सोचना। घर वाले उसके खानपान को लेकर चिंतित थे लेकिन वह इस सबसे बेपरवाह रही। उस बात को कई साल गुजर गए। घर वालों ने समझ लिया कि उसके सर से रक्तदान करने भूत उतर चुका है।

एक दिन अनुष्का के पापा ने देखा कि मेज पर रक्तदान का कार्ड पड़ा है। उस पर अनुष्का का नाम लिखा था। शाम को जब अनुष्का से पूछा गया कि क्या उसने रक्तदान किया है तो उसने कहा कि हां। उसने कहा कि वह इससे पहले भी कई बार रक्तदान कर चुकी है और ये कहकर उसने कई कार्ड लाकर घर वालों के सामने रख दिए। घर वालों ने पूछा कि क्या उसने कभी आयरन डेफिशिएंसी का इलाज करवाया है तो अनुष्का ने कहा कि नहीं। कैसे एक रक्ताल्पता से पीड़ित लड़की का हीमोग्लोबिन इतना सामान्य हो गया कि वह रक्तदान तक करने लगी?

अनुष्का की उत्कट इच्छा थी कि वह रक्तदान करे। उसका दृढ़ निश्चय एक संकल्प बन गया। वह इसे बार-बार दोहराती थी। रक्तदान करना उसकी प्रतिष्ठा से जुड़ गया। यह उसके आत्मसम्मान का प्रश्न बन गया। इस संकल्प की पूर्ति के लिए उसकी मानसिक कंडीशनिंग हो गई। जब हम किसी चीज या स्थिति की कामना करते हैं अथवा मन से चाहते हैं तो इस ब्रह्मांड की सारी शक्तियां उसे हमें उपलब्ध करवाने के लिए सहयोग करने लगती हैं। इस ब्रह्मांड की सहयोगी शक्तियों में हमारा अपना मन सबसे महत्वपूर्ण होता है।

जब हम किसी लक्ष्य का पूर्ति के लिए कोई संकल्प लेते हैं तो हमारे मस्तिष्क की कोशिकाएं सक्रिय होकर हमें इतना अधिक प्रेरित कर देती हैं कि हम प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप से उसकी प्राप्ति में संलग्न हो जाते हैं। अवरोध समाप्त होकर परिस्थितियां हमारे अनुकूल होने लगती हैं और हम अपेक्षित सफलता प्राप्त कर लेते हैं। यह ठीक है कि बीमारी अथवा शरीर में पोषक तत्वों की कमी को दूर करने के लिए उपचार व खानपान में सुधार व अपेक्षित परिवर्तन अनिवार्य है लेकिन यदि हममें अच्छे स्वास्थ्य और रोगमुक्ति के लिए दृढ़ इच्छा है तो स्थितियों में स्वत: परिवर्तन होते देर नहीं लगती। माना कि अनुष्का अपने स्वास्थ्य के प्रति अत्यंत सचेत नहीं थी लेकिन रक्तदान के लिए अत्यंत सचेत व दृढ़प्रतिज्ञ थी। उसे रक्तदान करना था, अत: उसके रक्त में अपेक्षित मात्रा में हीमोग्लोबिन बढ़ना भी अनिवार्य हो गया था। बिना उचित खानपान व उपचार के यह असंभव है तो फिर यह कैसे संभव हुआ?

हमारी इच्छा अथवा विचारों के अनुरूप ही हमारे शरीर में जैव-रासायनिक तथा विद्युत-चुंबकीय परिवर्तन होते रहते हैं जो भौतिक शरीर व स्वास्थ्य को अपेक्षित दशा व दिशा प्रदान करने में सहायक व सक्षम होते हैं। हमारे शरीर में कुछ अंत:स्रावी ग्रंथियां होती हैं जो हमारे लिए लाभदायक व हानिकारक हार्मोंस उत्सर्जित करती रहती हैं। यह हमारी मनोदशा पर निर्भर करता है कि कैसे हार्मोंस उत्सर्जित हों। हमारे विचार अथवा संकल्प हमारी मनोदशा के निर्धारण में सहायक होते हैं। सकारात्मक दृष्टिकोण अथवा आशावादी विचार उपयोगी हार्मोंस का उत्सर्जन संभव बनाते हैं। हमारा स्वास्थ्य हमारे मस्तिष्क की कोशिकाओं की विशेष प्राथमिकता होता है। जब भी हम अच्छे स्वास्थ्य या रोगमुक्ति अथवा उससे संबंधित क्रियाकलापों के विषय में सोचते हैं तो हमारे स्वास्थ्य में अपेक्षित सकारात्मक परिवर्तन होने लगता है। सूरदास का एक पद का सार है कि हे प्रभु! आपसे क्या नहीं हो सकता?

आपकी कृपा हो जाए तो गूंगा बोलने लगे, पैरों से असमर्थ पर्वत पार कर जाए व नेत्रहीन सारे संसार को देख आए। प्रभु आपकी कृपा से असंभव भी संभव हो जाए। वह कृपा करने वाला ईश्वर कहां है? वह कृपा करने वाला ईश्वर वास्तव में हमारे अंदर ही विराजमान है। वह हमारी इच्छाशक्ति से ही जाग्रत होता है। उसकी कृपा का द्वार हमारी इच्छाशक्ति की खटखटाहट से ही खुलता है।

अब लिखने-पढ़ने और सोचने का काम भी मशीन करेंगी

हर्षदेव

आप जल्द ही भावनाओं से ओतप्रोत ऐसी कविताएं पढ़ेंगे जो मशीन ने लिखी होंगी। मशीन ही आपके अध्ययन के लिए विचारपूर्ण सम्पादकीय और लेख लिखा करेगी। आप यह करिश्मा भी देखेंगे जब कृत्रिम बुद्धि नये अनुसंधान करेगी, नयी खोज करेगी, नये आविष्कार करेगी और उनका पेटेंट उसी के नाम किया जाएगा अर्थात उस ईजाद पर मशीन का ही अधिकार होगा। मशीनी बुद्धिमत्ता जिस प्रकार निरंतर सृजन के क्षेत्र में क़दम बढ़ा रही है, उससे उत्साहित होकर सरे विश्वविद्यालय, ब्रिटेन में कानून के प्रोफ़ेसर रेयान एबट ने मशीनी बुद्धि को अंतर्राष्ट्रीय पेटेंट क़ानून में व्यक्ति के समकक्ष दर्जा दिए जाने की मांग की है। इसके पक्ष में उन्होंने बाकायदा एक अभियान छेड़ा हुआ है।

क्षमता के लिहाज से भी मशीनी बुद्धि मनुष्य से बहुत अधिक समर्थ होगी। वह पलक झपकते ही बहुत बड़ी तादाद में आंकड़ों की गणना, विश्लेषण और नये विचारों को प्रस्तुत करने में समर्थ हो चुकी है। आश्चर्य नहीं होगा यदि अगली बार महामारी के मौक़े पर विचारशील मशीनी बुद्धि टीके का सफल परीक्षण और आविष्कार का चमत्कार कर दिखाए।

आने वाले समय में यह भी संभव है कि अमेरिका के लिए मशीनें सामरिक और आर्थिक क्षेत्रों में ऐसे आविष्कार कर दिखाएं जो चीन को मात देने में समर्थ हों। कृत्रिम बुद्धि द्वारा किए जा रहे अनुसंधान इस दिशा में और आगे बढ़ें, उससे पहले ज़रूरी है कि कृत्रिम बुद्धि द्वारा किए जाने वाले सफल प्रयोगों को पेटेंट के अधिकार की सुविधा दी जाए। यह तभी संभव होगा जब मशीनी बुद्धि को मनुष्य की तरह मान्यता दे दी जाएगी। यदि ऐसा नहीं किया गया तो कुछ स्वार्थी और ओछे विचार वाले तत्व कृत्रिम बुद्धि के आविष्कारों का लाभ उठाने की कोशिश में लगे रहेंगे।

मानव विकास के इतिहास पर विहंगम दृष्टि डालें तो यह कहना गलत नहीं होगा कि पहिये के बाद सबसे चमत्कारी खोज कृत्रिम बुद्धि ही है। अभी तक इस विज्ञानी अक्ल का उपयोग आपसी संवाद, मशीन संचालन, आशु लिप्यन, गैर साहित्यिक अनुवाद आदि में होता रहा है। समकालीन लेखक इस प्रकार के बौद्धिक कौशल को 'रचनात्मक लेखन के बजाय मात्र टाइपिंग' ठहराते रहे हैं क्योंकि उसमें वह वैचारिक चिंगारी नहीं होती जो दिमाग को नयी सोच की दिशा में प्रेरित कर सके।

मशीनी बुद्धिमत्ता की नयी करिश्माई कामयाबी हम कुछ समय पूर्व देख चुके हैं जब उसने गार्डियन अख़बार के अमेरिकी संस्करण के लिए संपादकीय लेख लिखने के आदेश का पालन कर दिखाया। मशीनी बुद्धि ने बहुत ही विचारपूर्ण लेख लिख दिखाया। लेख में आशा प्रकट की गई कि भविष्य में मानवता को हानि पहुंचाने या नष्ट करने का प्रयास कभी नहीं किया जाएगा। यह लेख आश्वस्त करता है कि भविष्य में लिखने-पढ़ने और सोचने के काम को काफ़ी हद तक कृत्रिम बुद्धि करने में समर्थ हो जाएगी।

मशीनी बुद्धिमत्ता को वैचारिक कामों के लिए तैयार करने की पहल कुछ युवकों ने की। उन्होंने एक नयी भाषा ईजाद की, जिसको जीपीटी-3 (जेनरेटिव प्री-ट्रेंड ट्रांसफर) नाम दिया गया। युवकों ने इस उद्देश्य से सैन फ्रांसिस्को में एक प्रयोगशाला स्थापित की, जिसका नाम ओपन एआई रखा गया। इसी प्रयोगशाला में मशीनी बुद्धि के प्रयोग में समर्थ नयी भाषा का आविष्कार हुआ। अब इस मशीनी बुद्धि से यहां तक उम्मीद लगायी जा रही है कि वह कविता लेखन, उपन्यास और कहानियां भी लिखने में समर्थ होगी। यदि ऐसा हुआ तो क्या फिर मनुष्य की विचारशीलता का काम मशीनें संभाल लेंगी? सोचने की बात है।

एक ओर जहां ये सफलताएं नयी आशाएं जगाती हैं, उत्साहित करती हैं, वहीं हमको प्रसिद्ध भौतिक शास्त्री स्टीफन हॉकिंग की चेतावनी को भी नहीं भूलना चाहिए। उन्होंने आगाह किया था कि कृत्रिम बुद्धि मानवता और इस पृथ्वी ग्रह के सुरक्षित भविष्य के लिए ख़तरा बन सकती है। इस बात को ध्यान में रखते हुए जो प्रयोग मशीनी बुद्धि द्वारा किए जा रहे हैं, उनके प्रति सावधानी भी बरतनी होगी। यहां एक हॉलीवुड फिल्म 'आई रोबोट' का जिक्र उचित होगा, जिसमें रोबोट सारा काम करते-करते हरकतें करने लगता है। बाद में वह मनुष्य के विरुद्ध षड्यंत्र करने लगता है और अंत में उसको नष्ट करना पड़ता है।

उम्मीदवारों का चयन सही साबित हुए

रजनीश कपूर

अचानक कहीं कुछ नहीं होता, अंदर ही अंदर कुछ घिस रहा होता है, कुछ पिस रहा होता है।' इन पंक्तियों में कवि ने इस बात पर इशारा किया है कि किसी भी काम का विपरीत अंजाम आने पर हमें ऐसा क्यों लगता है कि ऐसा कैसे हो गया? जबकि उसके पीछे के कारणों पर कोई ध्यान नहीं देता।

ऐसा ही कुछ हुआ 2024 के उत्तर प्रदेश में लोक सभा चुनाव परिणाम के बाद। यहां बीजेपी को पहले के मुकाबले इस बार बहुत कम सीटें मिलीं। ऐसा क्या कारण था कि भाजपा का प्रदर्शन इतना बुरा रहा? अयोध्या में भव्य राम मंदिर का निर्माण। अनुच्छेद 370 का हटाना। तीन तलाक को खत्म करना। ये ऐसे कुछ मुद्दे थे जिन पर भाजपा को पूरा विश्वास था कि वह 'अबकी बार 400 पार' के अपने नारे को सच कर दिखाएंगे, परंतु ऐसा न हो सका।

ऐसा माना जाता है कि दिल्ली की गद्दी का रास्ता लखनऊ से होकर जाता है। इस बार के चुनाव में उत्तर प्रदेश का जो परिणाम रहा उसने सत्तारूढ़ दल को यह सोचने पर मजबूर कर दिया है कि ऐसी कौन सी कमी उनकी नीति में थी जो वोटरों को अपनी ओर आकर्षित करने में विफल रही? ऐसा क्या हुआ कि पार्टी कार्यकर्ताओं में वो उत्साह नहीं था जो पिछले दो लोक सभा चुनावों में देखा गया? क्या संगठन के काम करने के ढंग या उनके द्वारा लिये गए गलत फैसलों ने जमीनी कार्यकर्ताओं को हतोत्साहित किया? क्या उत्तर प्रदेश में या अन्य राज्यों में, जहां भाजपा का प्रदर्शन संतोषजनक नहीं था वहां पर उम्मीदवारों के चयन में गलती हुई? हिंदुओं के लिए पूजनीय अयोध्या, रामेरम में मिली हार और प्रधानमंत्री को वाराणसी में पिछली बार के मुकाबले बहुत कम अंतर से मिली जीत भी सवालों के घेरे में है। इन नतीजों के बाद सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत का 'अहंकार' की ओर इशारा करना भी क्या इस बुरे प्रदर्शन का कारण बना? सूत्रों के अनुसार इस बार के चुनाव में कम सीट आने के पीछे भाजपा में अंदरूनी कलह ने भी एक बड़ी भूमिका निभाई।

जिस तरह केंद्र के नेतृत्व द्वारा राज्य की सरकारों व राज्यों के नेताओं की उपेक्षा की गई और वो फिर जनता के सामने आई वह भी इन नतीजों का कारण बनी। भाजपा और संघ के बीच हुए मतभेदों को भी अनदेखा नहीं किया जा सकता। यदि केंद्र और राज्य के नेतृत्व में कोई मतभेद थे तो उन्हें समय रहते एक मर्यादा के तहत हल किया जाना चाहिए था। भाजपा और संघ के कार्यकर्ताओं का इस बार के चुनावों में सक्रिय योगदान नहीं दिखाई दिया उससे देश भर में एक संदेश गया है कि राष्ट्रीय नेतृत्व जमीन से कट गया है। इस बार के चुनाव को इतने चरणों में बांटने से भी कार्यकर्ताओं की सहभागिता में कमी नजर आई। कार्यकर्ताओं को इस बात का पूर्ण विश्वास था कि पिछले दस वर्षों में देश में ऐसे कई बदलाव आए हैं, जो तीसरी बार भी मोदी सरकार को पूर्ण बहुमत दिलाएंगे।

इसी के चलते भी कार्यकर्ताओं में उतना उत्साह दिखाई नहीं दिया। वहीं दूसरी ओर देखें तो समाजवादी पार्टी के नेता अखिलेश यादव और उनके कार्यकर्ताओं ने जिस तरह उत्तर प्रदेश के चप्पे-चप्पे पर अपनी नजर बनाए रखी और भागदौड़ की वो काफी फायदेमंद रहा। सपा के उम्मीदवारों का चयन और 'इंडिया' गठबंधन के घटक दलों का उन पर भरोसा, दोनों ही इन चुनावों में सही साबित हुए। यदि समाजवादी पार्टी के कार्यकर्ता इसी ऊर्जा और रणनीति से अभी से जुटे रहेंगे तो 2027 के विधान सभा चुनावों में भी उनका प्रदर्शन बढिया रहेगा। उत्तर प्रदेश के अगले विधान सभा चुनाव में यदि सही रणनीति और सही उम्मीदवारों का चयन हो, यदि वहां की जनता की समस्याओं के समाधान की एक ठोस योजना हो तो उन मतों को भी अपने पाले में लाया जा सकता है जो बुनियादी मुद्दों से भटका दिये गए हैं।

इतना ही नहीं, जिस तरह समाजवादी पार्टी को एक विशेष वर्ग के लोगों की पार्टी माना जाता था, उसका भी भ्रम इस बार के चुनावों में टूटा है।

सभी हिंदू तीर्थ स्थलों में सपा ने भाजपा को शिकस्त दी है। समाजवादी पार्टी ने जिस तरह 'एम-वाई' फैक्टर को नए रूप में पेश किया वह भी काम कर गया है। जिस तरह भाजपा हर समय चुनावी मूड में रहती है यदि विपक्षी पार्टियां भी उसी मूड में रहें तो भाजपा को कड़ी टक्कर दे पाएंगी। इसके साथ ही सत्तापक्ष और विपक्ष दोनों को ही इस बात पर भी तैयार रहना चाहिए कि यदि किसी दल को पूर्ण बहुमत नहीं मिलता है तो गठबंधन की सरकार ही विकल्प होता है। यदि कोई भी दल इस अहंकार में रहे कि वो एक बड़ा और प्रभावशाली राजनैतिक दल है और विपक्ष दशर्क दीर्घा में बैठने के लिए है तो फिर उसे तब झटका लगेगा ही जब उसे सरकार बनाने के लिए अन्य दलों के आगे झुकना पड़ेगा। हर दल को जनता के फैसले का सम्मान करना चाहिए। गठबंधन की सरकार में हर वो दल जिसके पास अच्छी संख्या हो वह किसी न किसी बात पर उखड़ भी सकता है। इसलिए भलाई इसी में है कि अपनी गलतियों से सबक लिया जाए और 'सबका साथ और सबका विकास' अमल में लाया जाए।

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

बच्चें को है अंगूठा चूसने की आदत तो करें बस यह काम

आपने अक्सर बच्चों को बचपन में अंगूठा चूसते हुए देखा होगा। लगभग 3 साल की उम्र तक अंगूठा चूसना एक आम प्रक्रिया मानी जाती है, लेकिन अगर 5 साल की उम्र के बाद भी बच्चा अंगूठा चूसे तो यह नॉर्मल नहीं है। लंबे समय तक अंगूठा चूसने से दांत संबंधी समस्या के अलावा स्किन और स्पीच संबंधी प्रॉब्लम्स हो जाती हैं। इसके अलावा दांत टेढ़े-मेढ़े जमते हैं और उनके बीच खाली जगह भी रह जाती है।

ऐसे में जरूरी है कि पैरंट्स जल्द से जल्द अपने बच्चे की अंगूठा चूसने की आदत को छुड़ाएं। इसके लिए पैरंट्स कुछ तरीके आजमा सकते हैं, जो यहां बताए जा रहे हैं-

1- सबसे पहले तो आप यह देखें कि आपका बच्चा कब-कब और कितनी देर तक अंगूठा चूसता है। उसे इससे होने वाले नुकसान के बारे में समझाएं। उसे कुछ बहाना करके आप समझा सकते हैं। जैसे कि सिर्फ सोते वक्त ही अंगूठा चूसना चाहिए या इससे पेट में कीड़े हो जाते हैं आदि।

2- अगर इसके बाद भी बच्चा अंगूठा चूसना बंद न करे तो उसकी परेशानी समझने की कोशिश करें। अगर आपका बच्चा किसी दुख-तकलीफ या टेंशन में होने पर अंगूठा चूसता है तो उसे ऐसा करने से न रोकें। लेकिन यह बात जरूर समझाएं कि जब भी वह परेशानी में हो तो अंगूठा चूसने के बजाय आपके पास आए और जो भी परेशानी है उसे शेयर करे।

3- कुछ बच्चे भूख लगने पर भी अंगूठा चूसने लगते हैं। इसलिए बच्चों को ज्यादा देर तक भूखा न रखें और नियमित अंतराल पर कुछ न कुछ खिलाते-पिलाते रहें।

अंगूठा चूसने की आदत छुड़वाने के लिए आप कुछ घरेलू तरीके भी अपना सकते हैं। जैसे कि बच्चे के अंगूठे पर कोई कड़वी या खट्टी चीज (जो हेल्थ के लिए नुकसानदायक न हो) लगा सकते हैं। जब भी बच्चा अंगूठा मुंह में डालेगा तो वह कड़वा या खट्टा टेस्ट उसकी जीभ के स्वाद को खराब कर देगा। इस तरीके से बच्चा धीरे-धीरे अंगूठा चूसना छोड़ देगा।

5- बच्चे के मुंह में निप्पल या मीठी गोली खाने डाल सकते हैं ताकि वह उनमे बिजी रहे और अंगूठा न चूसे। कई बच्चे अपने पैरंट्स से दूर होने या फिर अकेलापन महसूस करने की वजह से भी अंगूठा चूसने लग जाते हैं। अकेलेपन से वे टेंशन में आ जाते हैं। इसलिए बच्चों को ज्यादा से ज्यादा टाइम दें।

6- जब भी आपको बच्चा अंगूठा चूसता हुआ दिखे तो उसे या तो किसी काम में बिजी कर दें या फिर उससे बातें करें ताकि उसका ध्यान भटका रहे।

7- अंगूठा चूसने की आदत छुड़ाने के लिए आप अंगूठे पर थंब गार्ड या कुछ प्रेटेक्टिव कवरिंग लगा सकते हैं।

एक्सपायर परफ्यूम को फेंकने की बजाय इस तरह करें उसका इस्तेमाल

अगर आप अपने पैरों की बदबू के कारण परेशान रहते हैं तो इस समस्या से छुटकारा दिलाने में परफ्यूम आपकी काफी मदद कर सकता है। अगर आपके पास ऐसा कोई परफ्यूम है जिसका आप इस्तेमाल नहीं करते हैं तो इससे आप अपने पैरों की बदबू को दूर कर सकते हैं। इसके लिए पहले अपने पैरों को धोने के बाद परफ्यूम को उन पर अच्छे से छिड़कें और मोजे या जूते पहनने से पहले परफ्यूम को सूखने दें।

अगर आपका रूम फ्रेशनर खत्म हो गया है तो बाजार से नया फ्रेशनर खरीदने की बजाय आप परफ्यूम से रूम फ्रेशनर बना सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले एक कप पानी में अपना एक्सपायर परफ्यूम अच्छे से मिलाएं। इसके बाद इसमें एक से दो चम्मच लैवेंडर ऑयल अच्छे से मिलाएं। अब इस मिश्रण को एक स्प्रे बोतल में भरें और फिर इसका इस्तेमाल बतौर रूम फ्रेशनर करें।

आप चाहें तो अपने एक्सपायर परफ्यूम से खूशबूदार मोमबत्तियां बनाकर अपने घर को महका सकते हैं। बस जब भी आप मोमबत्ती बनाने के लिए मोम को पिघलाएं तो उसमें परफ्यूम की पांच से छह बूंदें अच्छे से मिलाएं और जब मोम अच्छे से जम जाए तो मोमबत्तियों का इस्तेमाल करें। ये खुशबूदार मोमबत्तियां जलने के बाद आपके मूड और कमरे के माहौल को एकदम अच्छा और खुशबूदार बना देंगी। अगर आप अपने बालों को धोना भूल जाते हैं और अचानक से आपको किसी जरूरी मीटिंग में जाना पड़ता है तो ऐसी स्थिति में बालों से आने वाली पसीने की बदबू को दूर करने के लिए आप एक्सपायर परफ्यूम का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए पहले अपनी कंघी के दांतों पर परफ्यूम को अच्छे से स्प्रे करें और फिर इससे अपने बालों को सुलझाएं।

शब्द सामर्थ्य -126

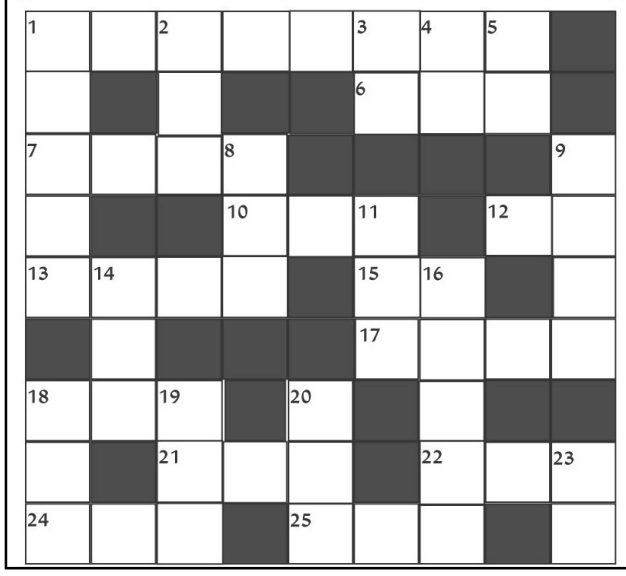
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

ऊपर से नीचे

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक125का हल

मा	म	ला	■	सि	वा	य	■	कि
लि	■	चा	ह	त	■	म	म	ता
क	सू	र	■	म	ग	न	■	ब
■	र	■	■	■	द	■	■	■
क	मा	न	■	पा	र	स	■	स
मी	■	म	जा	ल	■	न	क	ली
ना	दा	न	■	ना	र	द	■	का
■	मि	■	■	■	तौं	■	■	■
सु	नी	ल	■	अ	धी	र	■	जी

अक्षय कुमार की सरफिरा का ट्रेलर रिलीज, अभिनेता के जुझारू अंदाज ने जीत लिया दिल

बॉलीवुड के खिलाड़ी कुमार यानी अक्षय कुमार इस साल भी अपनी कई फिल्मों से सबका मनोरंजन करने की तैयारी में हैं।आखिरी बार बड़े मियां छोटे मियां में टाइगर श्रॉफ के साथ दिखे अक्षय अब अपनी दूसरी फिल्म सरफिरा की रिलीज की तैयारियों में जुट गए हैं।जिस दिन से फिल्म का ऐलान हुआ था उसी दिन से दर्शकों को इसके ट्रेलर का इंतजार था। यह इंतजार खत्म हो गया है क्योंकि ट्रेलर ने यूट्यूब पर दस्तक दे दी है।

सामने आए सरफिरा के ट्रेलर में अक्षय को एक ऐसे व्यक्ति का किरदार निभाते देखा जा रहा है, जो आम लोगों के लिए कम दामों में हवाई यात्रा करना संभव करना चाहता है। वह ऐसा करने के लिए अपनी एयरलाइन शुरू चाहता है।इस संकल्प को पूरा करने के लिए अक्षय को राजनेताओं के ऑफिस में चक्कर काटने से लेकर कई तरह की मुश्किलों का सामना करते दिखाया गया है।अक्षय इस जुझारू किरदार में काफी प्रभावित कर रहे हैं।

अक्षय और राधिका मदान अभिनती सरफिरा दक्षिण भारतीय अभिनेता सूर्या की

सुपरहिट फिल्म सोरारई पोटरू की आधिकारिक हिंदी रीमेक है।फिल्म के निर्देशन की कमान राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता सुधा कोंगारा कर रहे हैं। सुधा ने ही सोरारई पोटरू का निर्देशन किया था और उन्हें इसके लिए राष्ट्रीय पुरस्कार से नवाजा गया था।सरफिरा में राधिका और अक्षय के अलावा परेश रावल और सीमा बिस्वास भी अहम भूमिकाओं में हैं। यह फिल्म 12 जुलाई, 2024 को सिनेमाघरों में दस्तक देगी। बॉक्स ऑफिस पर जहां अक्षय की बड़े मियां छोटे मियां का मुकाबला अजय देवगन की मैदान से देखने को मिला था, वहीं सरफिरा, साउथ सुपरस्टार कमल हासन की फिल्म इंडियन 2 से टकराएगी।इंडियन 2 का हिंदी संस्करण हिंदुस्तानी 2 के नाम से रिलीज किया जाएगा। इंडियन 2 के साथ ही जॉन अब्राहम और शरवरी वाघ की फिल्म वेदा भी 12 जुलाई को सिनेमाघरों का रुख करेगी।ऐसे में अक्षय की सरफिरा टिकट खिडक़ी पर दो फिल्मों से टकराएगी।

अक्षय की आगामी फिल्मों की बात करें तो वह रोहित शेट्टी की बहुप्रतीक्षित फिल्म सिंघम अगेन में अजय, रणवीर सिंह, दीपिका पादुकोण और करीना कपूर खान जैसे कलाकारों के साथ अहम भूमिका निभाते दिखेंगे।इसके साथ ही उनके पास अरशद वारसी के साथ फिल्म जॉली एलएलबी 3 भी है। उनके पास साजिद नाडियाडवाला निर्मित फिल्म वेलकम टू द जंगल भी है।यह फिल्म पहले 20 दिसंबर को दस्तक देने वाली थी। हालांकि, अब इसकी रिलीज को टाल दिया गया है।

अजय देवगन की फिल्म औरों में कहां दम था का पहला गाना तू हुआ रिलीज

अजय देवगन और तबू की ऑनस्क्रीन जोड़ी को फैंस बेहद पंसद करते हैं दोनों ने कई ब्लॉकबस्टर फिलमों में साथ काम किया है. वहीं अब अजय और तबू रोमांटिक ड्रामा फिल्म 'औरों में कहां दम था' साल 2024 की मोस्ट अवेटेड फिल्म है. इस मूवी के पोस्टर और ट्रेलर ने पहले ही फिल्म के लिए फैंस की एक्साइटमेंट को बढ़ाया हुआ है वहीं अब मेकर्स ने आज 'औरों में कहां दम था' का पहला गाना भी रिलीज कर दिया है. गाने में लीड जोड़ी के साथ ही शांतनु माहेश्वरी और सई मांजरेकर की फ्रेश जोडी नजर आ रही है.

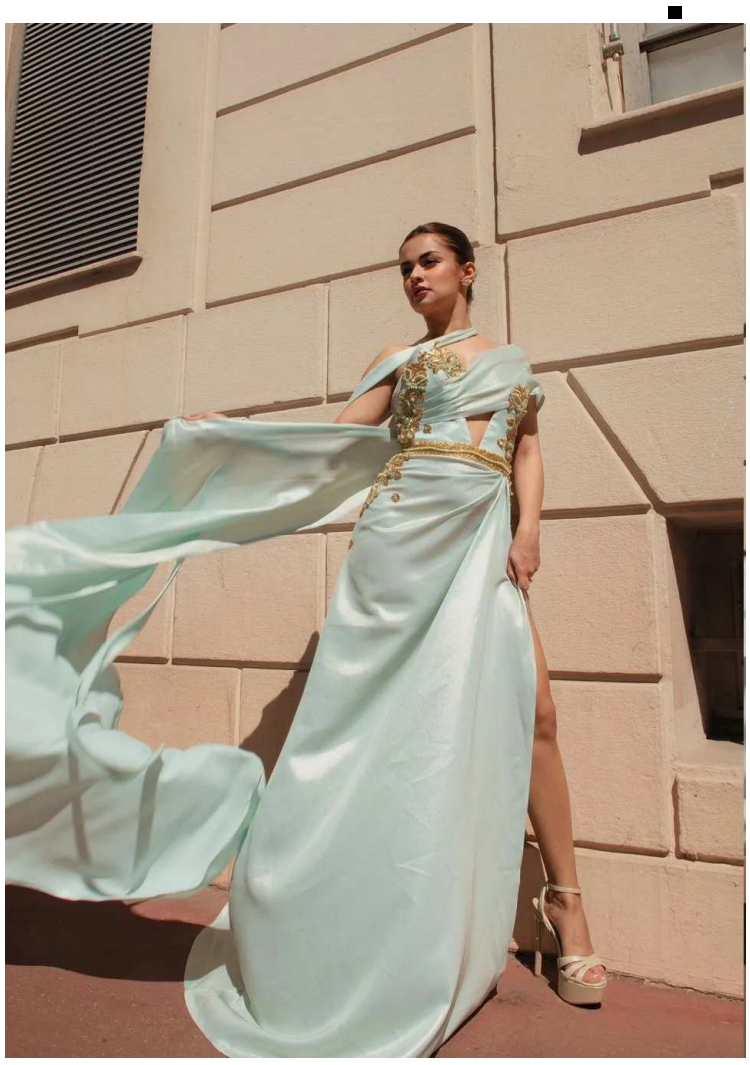
औरों में कहां दम था के मेकर्स ने फाइनली अपकमिंग फिल्म की एल्बम से पहला गाना 'तू होली के रंगों जैसी तू...'रिवील कर दिया है. इस सॉन्ग को ऑस्कर विनिंग एमएम कीरावनी ने कंपोज किया है और गीत मनोज मुंतशिर के हैं. सुखविंदर सिंह और जावेद अली ने इस ट्रैक को अपनी दमदार आवाज दी है. गाने में शांतनु माहेश्वरी और सई मांजरेकर के यंग रोमांस की मासूमियत के साथ-साथ अजय देवगन और तब्बू की केमिस्ट्री कमाल की लग रही है. गाने के एंड में होली का सीन भी है जहां अजय और तब्बू के किरदार एक दूसरे की आंखों खोए हुए नजर आते हैं.

औरों में कहां दम था नीरज पांडे द्वारा लिखित और निर्देशित है. एक बयान में, फिल्म मेकर ने तुउ गाने के बारे में बात करते हुए कहा, ऐसा कहा जाता है कि प्यार के सात चरण होते हैं. तू एक ऐसा गाना है जो 4 मिनट और 11 सेकंड की ड्यूरेशन में इन सातों के एसेंस को दर्शाता है.

बता दें कि औरों में कहां दम था कृष्णा और वसुधा की एपिक लव स्टोरी है. कृष्णा और वसुधा का यंग रोल शांतनु और महेश्वरी में निभाया है. कृष्णा को मर्डर के आरोप में उम्रकैद की सजा मिलती है. 22 साल बाद वो जेल से बाहर निकलता है तो वो वसुधा से मिलता है.उसके बाद क्या-क्या सिचुएशन दोनों को फेस करनी पड़ती है ये फिल्म रिलीज होने के बाद ही पता चलेगा. बता दें कि ये फिल्म 5 जुलाई 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज हो रही है.

औरों में कहां दम था की स्टार कास्ट की बात करें तो फिल्म में अजय देवगन, तबू, शांतनु महेश्वरी, सई मंजरेकर, जिमी शेरगिल ने अहम रोल प्ले किया है.

थाई स्लिट ड्रेस पहन अवनीत कौर ने लगाया हॉटनेस का ओवरडोज तड़का



टीवी एक्ट्रेस अवनीत कौर आए दिन अपनी बोल्ड तस्वीरें इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर कर अक्सर इंटरनेट पर सनसनी मचा देती हैं। एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें सोशल मीडिया पर पोस्ट करती हैं तो वो चंद ही मिनटों में वायरल होने लगती हैं। हाल ही में एक्ट्रेस ने कान्स फिल्म फेस्टिवल इवेंट की कुछ बेहद ही स्टनिंग फोटोज फैंस के बीच शेयर की हैं। इन तस्वीरों में उनका कातिलाना अंदाज देखकर फैंस एक बार फिर से अपने होश खो बैठे हैं।

छोटे पर्दे से अपने करियर की शुरुआत करने वाली एक्ट्रेस अवनीत कौर आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं। उन्होंने अपनी दमदरा एक्टिंग और स्टाइलिश ड्रेसिंग सेंस से फैंस को इस कदर इंप्रेस किया है कि लोग उनकी तारीफ करते नहीं थकते हैं।

हाल हील में एक्ट्रेस अवनीत कौर ने कान्स फिल्म फेस्टिवल की कुछ बेहद ही ग्लैमरस तस्वीरें फैंस के बीच शेयर की हैं, जिसमें वो अपनी कातिल अदाओं से फैंस के बीच कहर बरपा रही हैं।

अवनीत कौर जब भी अपनी फोटोज और वीडियोज इंस्टाग्राम अकाउंट पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी हर एक तस्वीरों पर अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं देते हैं।

हालांकि इन तस्वीरों में भी कुछ ऐसा देखने को मिल रहा है। एक यूजर ने उनकी इन फोटोज पर कॉमेंट करते हुए लिखा है अमेजिंग। वहीं दूसरे यूजर ने लिखा है- टू हॉट टू हेंडल, फिर तीसरे यूजर ने लिखा है- स्टनिंग। बता दें कि एक्ट्रेस अवनीत कौर सोशल मीडिया पर काफी ज्यादा एक्टिव रहती हैं। इंस्टाग्राम अकाउंट पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट काफी ज्यादा तगड़ी है।

एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो उनका हर एक लुक फैंस के बीच आते ही छा जाता है। साथ ही फैंस उनके लुक्स की लोग तारीफ करते हुए भी नहीं थकते हैं। अवनीत कौर अपने हर एक लुक को लेकर चर्चा में आ जाती हैं। उनका स्टनिंग अवतार अक्सर फैंस के बीच कहर ढाता है। हालांकि फैंस भी उनके स्टाइल को काफी ज्यादा फॉलो करते हैं।

कृति खरबंदा ने भारतीय सिनेमा में पूरे किए 15 साल

शादी में जरूर आना, कारवां, हाउसफुल 4 और अन्य फिल्मों के लिए मशहूर अभिनेत्री कृति खरबंदा ने सिनेमा में 15 साल पूरे कर लिए हैं। अभिनेत्री ने अपने इंस्टाग्राम पर अपने सफर को याद करते हुए एक लंबा नोट लिखा।

उन्होंने अपनी कन्नड़ फिल्म गुगली के रिलीज होने के समय की एक दिलचस्प कहानी भी शेयर की।

2009 में तेलुगू फिल्म बोनी से अपने करियर की शुरुआत करने वाली अभिनेत्री ने अपने नोट की शुरुआत में लिखा, मैंने पिछले 15 साल, यानी अपने जीवन का अधिकांश हिस्सा एक अभिनेत्री के रूप में बिताया है। जो एक शौक के रूप में शुरू हुआ, बिलों का भुगतान करने और पहचान पाने का एक तरीका था, वह धीरे-धीरे एक जुनून में बदल गया! एक ऐसा जुनून जिसके बारे में मुझे पता भी नहीं था कि वह मेरे अंदर मौजूद है।

उन्होंने बताया कि अपने सफर के दौरान, वह एक इंसान और एक अभिनेता के रूप में विकसित हुईं। इस दौरान व्यवसाय के बारे में उनकी गहरी समझ ने उन्हें फ़िल्म उद्योग के प्रति और अधिक आकर्षित किया।

उन्होंने आगे बताया कि आज जब मैं एक अभिनेता के रूप में 15 साल पूरे कर रहा हूँ, तो मैं आपके साथ एक कहानी साझा करना चाहता हूँ। मैं अपनी किशोरावस्था से ही अपनी माँ के साथ एक बुटीक चलाता था। हम खरीदारी करते थे, डिज़ाइन करते थे और कपड़े और अन्य चीज़ें खरीदने में बहुत समय बिताते थे। इसलिए मेरी कन्नड़ फ़िल्म गुगली की रिलीज़ के कुछ दिनों बाद हम एक मॉल में गए।

जब अभिनेत्री स्टोर में दाखिल हुई तो सब कुछ ठीक था। जब वह बाहर निकली तो उसने पाया कि स्टोर के बाहर सैकड़ों लोग खड़े थे।

इन 15 सालों में, अभिनेत्री ने भारतीय सिनेमा के कुछ सबसे बड़े सितारों जैसे पवन कल्याण, यश और अन्य के साथ काम किया है। उन्होंने राज- द रीबूट से बॉलीवुड में कदम रखा।

अभिनेत्री ने साझा किया- आज मैं इस अवसर पर खुद को धन्यवाद देना चाहती हूँ। छोटी, भोली, भरोसेमंद, भावुक, साहसी मैं। मैं आज यहाँ उसकी वजह से हूँ, क्योंकि वह हार मान सकती थी। मुझे पता है कि जब चीजें मुश्किल हो गईं तो वह हार मानना चाहती थी, लेकिन उसने ऐसा नहीं किया। वह आगे बढ़ती रही। और मैं आज के लिए खुद को धन्यवाद देना चाहती हूँ। मैं उस व्यक्ति पर बहुत गर्व करती हूँ जो मैं बन गई हूँ और मैं अपने बारे में कुछ भी नहीं बदलना चाहती। इस अविश्वसनीय यात्रा का हिस्सा बनने वाले सभी लोगों को बहुत-बहुत धन्यवाद।

आत्मसम्मान एवं आत्मबोध का गौरव कराती, आदिवासी संस्कृति

विकास कुमार

आज विकास की इस घुड़दौड़ ने मानवीय मूल्यों और अपने अतीत में व्यतीत किए हुए उन क्षणों को भूलता जा रहा है। किसी भी समाज का अतीत बहुत महत्वपूर्ण होता है क्योंकि चेतना का संचार और आत्म गौरव की प्रतिष्ठा का विकास उसी से होता है। इसका तात्पर्य नहीं लिया जाना चाहिए ,शुद्ध अतीतवादी होने में तार्किक एकता नहीं हो सकती है और आधुनिक होने में भी तार्किकता नहीं हो सकती है। दोनों अपने समय और परिस्थितियों के आधार पर मनुष्य द्वारा विकास के पैमाने को प्रतिष्ठित करने के लिए इन शब्दों को विभिन्न रूप से विलक्षण शब्दावली के साथ गढ़ा गया है। आदिवासी संस्कृति और समाज एक ऐसा समाज है जो अपने आत्म सम्मान और गौरव के लिए जाना जाता है एक ऐसा समाज जिसमें परिवर्तन तो होता है ,परंतु वह सांस्कृतिक मूल्यों के साथ किसी भी रूप में समझौता नहीं करते।

उनकी संस्कृति और सभ्यता की एक अमिट छाप जो किसी को भी आकर्षित करने , सीखने और सिखाने के लिए उत्प्रेरित करती है। परंतु यह भी विवाद का विषय है कि आखिरकार मुख्यधारा वाला व्यक्ति किसे माना जाए क्या आज पूंजीवादी और उपभोक्तावादी आधुनिकता की घुड़दौड़ वाली जिंदगी को मुख्यधारा वाला माना जाए ? या प्रकृति के सुरम्य वातावरण में निवास करने वाले उस मनुष्य को मुख्यधारा वाला व्यक्ति माना जाए जो सदैव कर्मशील और आत्मसम्मान से ऊर्जावान होता है। आज विकास के नाम पर उनके कई प्रकार की पहचानों और संस्कृति को नष्ट किया जा रहा है।आदिवासी समाज में कई प्रकार की रीति रिवाज और कथाएं प्रचलित होती हैं, परंतु एक बार जो उन सबमें स्पष्ट रूप से देखने को मिलती है ।वह है प्रकृति प्रेम। यद्यपि , आदिवासी समाज प्रकृति पर निर्भर है फिर भी वह प्रकृति का दोहन सिर्फ इतना करता है कि हमारे आगे आने वाली पीढ़ी को भी समस्या का सामना ना करना पड़े । शायद ! सतत विकास की प्रक्रिया आधुनिक मनुष्य ने उसी से सीखी होगी। उनका एक लंबा गौरव और इतिहास है । जिसमें उनके योगदान को स्वतंत्रता के समय और स्वतंत्रता के बाद के समय के रूप में बस नहीं देख लेना चाहिए। संरक्षित संस्कृति और अपने मूल्यों से समझौता न करने वाले समाज के रूप में भी उन्हें देखे जाने की आवश्यकता है। आज तथाकथित मुख्यधारा वाली समाज यह सरकारें उनके विकास के लिए एवं विकसित करने के लिए करोड़ों अरबों रुपए खर्च कर रहे हैं। यह तो उचित प्रतीत होता है परंतु उनके प्राकृतिक संसाधनों का दोहन और व्यापक संख्या में उनका पुनर्वास यहां नया प्रश्नचिन्ह खड़ा हो जाता है। उनकी समाजों में कई प्रकार की ऐसे रीति रिवाज प्रचलित हैं जो आधुनिक दृष्टिकोण से ठीक नहीं लगते, परंतु उसके पीछे भी तार्किकता है और एक ऐसी जीवन शैली है जिसको विचार और मंथन किए जाने की आवश्यकता है। जैसे- फसल तैयार हो जाती है तो एक आदिवासी समाज में यह चलन है कि पहली फसल का दाना एक चबूतरे में एकत्रित होकर उसको पहले पूजा या प्रतिष्ठान करते हैं। इसके बाद ही उपयोग करते हैं। मध्यप्रदेश में और छत्तीसगढ़ में ऐसी बहुत सी जनजातियां है ।जो इस बात के लिए जानी जाती है कि भटके हुए व्यक्तियों को जंगल का सही रास्ता दिखाती है और उनके अधिक भटकाव को कम करते हैं साथ ही अपने निजी प्रबंधन के द्वारा उनको घर तक पहुंचाने की जिम्मेदारी में उठाते हैं।

आज जब औद्योगिक विकास के लिए खनिज सम्पदा और जंगल-पहाड़ के इलाके राष्ट्रीय अर्थ व्यवस्था के लिए अनिवार्यत: उपयोगी माने जा रहे हैं और ये सारी सहूलियतें इन्हीं आदिवासी अंचलों में सुलभ हैं तो क्या क्षेत्रीय या राष्ट्रीय हितों के लिए 10 प्रतिशत आदिवासियों को विस्थापित कर उनकी अपनी जीवन शैली, समाज- संरचना, सांस्कृतिक मूल्यों में बलात वंचित कर किया जाए? यानी आज यह सर्वोपरी आवश्यकता दिख रही है कि विकास की मौजूदा अवधारणा की एक बार फिर समीक्षा की जाए और नई आधुनिक व्यवस्था में जनजातीय समूहों के मानवीय अधिकारों की समुचित अभिरक्षा की जाए। तभी जनजातीय संस्कृति या उसकी परंपरा के विषय में हमारी चिंता को एक वास्तविक आधार सुलभ होगा। अन्यथा की स्थिति में इस उपभोक्तावादी समाज में उनके सांस्कृतिक मूल्य और जीवन शैली की पहचान को क्षति पहुंचेगी। बहुत से आदिम कबीलों में विवाह -विच्छेद और पुनर्विवाह का नियम है। इस संबंध में प्राय: स्त्री और पुरुषों के समान अधिकार होते हैं, क्योंकि बहुत से समुदाय ऐसे हैं, जिनमें लड़का और लड़की को समान रूप से एक दूसरे को चुनने का समान अधिकार होता है। कई आदिवासी समुदायों में मातृसत्तात्मक प्रथा है तो कई समुदायों में पितृसत्तात्मक- बावजूद इसके भी दोनों को समान अधिकार होता है। मध्य भारत में कुछ समुदायों में %घोटुल% जैसी प्रथा प्रचलित है। इनमें प्राय: दहेज प्रथा जैसी आधुनिक समस्याओं का चलन नहीं है। भारत की जनसंख्या का लगभग 8.6त्न (10 करोड़) एक बड़ा भाग आदिवासियों का है। आज पूरे दुनिया में लगभग 90 देशों में 47.6 करो मूलनिवासी रहते हैं। संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा भी इनकी संस्कृत के संरक्षण के लिए प्रत्येक वर्ष कुछ विषय रखकर खास दिवस और त्योहार मनाने के लिए प्रेरित किया जाता है। आदिवासी भारतीय अर्थव्यवस्था को कई आधार पर मजबूत रखते हैं । साथ ही आम नागरिकों के उन कई प्रकार की आवश्यक वस्तुओं को जुटाने का काम करते हैं जो बहुत ही जीवन के लिए उपयोगी है। भारतीय संविधान के भाग 8 में संथाली और बोडो दो आदिवासी भाषाओं को रखा गया है। संविधान के अनुच्छेदों में उनके लिए आरक्षण एवं अपनी पहचान को सुनिश्चित करने का अधिकार प्रदान किया गया है। इतने अधिकार ,योजनाओं और परियोजनाओं के पश्चात भी आज उनकी स्थिति में इतना बदलाव क्यों नहीं हुआ जितने की अपेक्षा की गई थी? कई प्रकार की नीतियों और लाभों से वंचित कैसे रह गए? यही कारण है कि उनमें कई प्रकार के असंतोष जन्म ले रहें हैं जिसका कारण उनके संपूर्ण अधिकार और योजनाओं का पूर्णतया लाभ ना मिल पाना ही हो सकता है। उनके संस्कृति को और पहचान हो संरक्षण देने की आवश्यकता नहीं है। इतने संबल है कि अपने मूल्यों को संरक्षित कर सकते हैं। भारत की जेलों में सबसे ज्यादा निर्दोष आदिवासी समाज के लोग ही सजा काट रहे हैं। यह संख्या केवल मध्यप्रदेश में 10,000 से अधिक है, उन पर जुर्म लगाने का आधार छोटा कारण होता है। क्योंकि एक बात तो स्पष्ट है कि आदिवासी समाज को सर्वाधिक किसी से प्रेम होता है तो वह होता है जमीन और जंगलों से। अयोध्या सिंह की पुस्तक से यह प्रमाणित होता है कि आदिवासियों ने ब्रिटिश शासन का बहिष्कार करना और उनके खिलाफ संघर्ष करना ईस्ट इंडिया कंपनी की स्थापना के समय से ही प्रारंभ कर दिया था। उन्होंने कुल छोटे-बड़े 125 युद्ध अंग्रेजों के साथ लड़े। उनकी संस्कृति और सभ्यता अनोखी संस्कृति है जो अविरल है। आज भी आधुनिक मनुष्य को बहुत कुछ सिखाती है। आवश्यकता इस बात की है कि उनके प्रगति और उन्नति के नाम पर उनके संस्कृति पर नियंत्रण नहीं बल्कि प्रबंधन करने की जरूरत है। सरकार को चाहिए की उनके विकास के लिए अन्य कई परियोजनाएं जो स्थगित हैं उनको संचालित करें और साथ ही जिन परियोजना का संचालन किया जा रहा है उन पर भी यह ध्यान देने की आवश्यकता है कि व्यवहारिक रूप में वह लागू हो पा रही है या नहीं।

(लेखक- केंद्रीय विश्वविद्यालय अमरकंटक में रिसर्च स्कॉलर है एवं राजनीति विज्ञान में गोल्ड मेडलिस्ट है)

सू- दोकू क्र. 126

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

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.125 का हल

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

गर्दन के दर्द से राहत दिलाने में मदद कर सकते हैं एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स

अक्सर कई लोग कुछ शारीरिक समस्याओं को मामूली समझकर नजरअंदाज कर देते हैं जिसके चलते ये समस्याएं समय के साथ-साथ गंभीर हो जाती हैं। ऐसे ही एक समस्या है गर्दन में दर्द होना। हालांकि, कई लोग इससे राहत पाने के लिए पेनकिलर खा लेते हैं, जो कि गलत है। वैसे इसके लिए आप कुछ एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स दबा सकते हैं। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स बताते हैं, जिन्हें दबाकर गर्दन के दर्द से छुटकारा मिल सकता है।

क्या है एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स?

शरीर में कई ऐसे प्रेशर प्वाइंट्स होते हैं, जिनका संबंध शरीर के विभिन्न भागों से होता है। इन प्वाइंट्स के द्वारा शरीर के विभिन्न हिस्सों के महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर दबाव डालकर विभिन्न रोगों का इलाज किया जाता है।

जीबी20 प्वाइंट को दबाएं

जीबी20 एक एक्यूप्रेशर प्वाइंट है, जो गर्दन के ऊपरी हिस्से और सिर के आधार पर मौजूद होता है। रिफ्लेक्सोलॉजिस्ट इस प्वाइंट का इस्तेमाल थकान से लेकर सिरदर्द तक हर चीज के इलाज के लिए करते हैं। इसके अलावा, अगर किसी कारणवश आपकी गर्दन में दर्द होता है तो आपको तुरंत ही जीबी20 प्वाइंट को अपने अंगूठे से दबाना चाहिए। धीमे-धीमे से यह आपकी गर्दन में होने वाले दर्द को दूर कर सकता है।

जीबी21 वाइंट दबाकर मिलेगी राहत

जीबी21 प्वाइंट कंधों की शुरूआत में होते हैं और इसे जियान जिंग प्वाइंट भी कहा जाता है। इस एक्यूप्रेशर प्वाइंट को मांसपेशियों के तनाव को कम करने से लेकर गले की खराश या फिर दर्द तक का इलाज करने के लिए दबाया जा सकता है। हालांकि, अगर गर्भवती महिलाओं की गर्दन में दर्द हो तो वह इस प्वाइंट को न दबाएं बल्कि इस समस्या से राहत पाने के लिए डॉक्टरी दवा का सेवन करें।

एल14 प्वाइंट दबाकर दर्द होगा गायब

एल14 यानि हे गु प्वाइंट अंगूठे और तर्जनी के बीच में मौजूद होता है, जिसे दबाकर गर्दन के दर्द से राहत मिल सकती है। कई रिफ्लेक्सोलॉजिस्ट का दावा है कि इस बिंदु को दूसरे हाथ के अंगूठे से दबाकर गर्दन सहित शरीर के कई अलग-अलग हिस्सों को दर्द से राहत मिल सकती है। वहीं, अगर सोकर उठने के बाद गर्दन में अकड़न महसूस हो तो भी इस प्वाइंट को दबाकर राहत मिल सकती है।

टीई3 प्वाइंट दबाने से मिलेगा आराम

अनामिका और छोटी उंगली के बीच के हिस्से यानि टीई3 प्वाइंट को दबाने से भी गर्दन के दर्द से छुटकारा मिल सकता है। बता दें कि जब इस प्वाइंट को दबाया जाता है तो यह दिमाग के विभिन्न हिस्सों को उत्तेजित करके ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ा सकता है और आपको तनाव को दूर करने में मदद कर सकता है। इसलिए तनाव के कारण होने वाले गर्दन के दर्द को दूर करने के लिए ये एक्यूप्रेशर प्वाइंट दबाना बहुत फायदेमंद है।

वृक्षारोपण कर पर्यावरण के संरक्षण और संवर्द्धन में अपना योगदान दें: धामी

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रविवार को बौद्ध, मठ क्लेमनटाउन में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मन की बात का 111वां संस्करण सुना।

मन की बात कार्यक्रम के बाद मुख्यमंत्री ने अपने संबोधन में कहा कि प्रधानमंत्री ने मन की बात में वृक्षारोपण को बढ़ावा देने की बात कही। विश्व पर्यावरण दिवस पर 'एक पेड़ माँ के नाम' अभियान की शुरूआत की गई। उन्होंने सभी प्रदेशवासियों से आह्वाहन किया कि इस मानसून सीजन में अधिक से अधिक वृक्षारोपण कर पर्यावरण के संरक्षण और संर्वद्धन में अपना योगदान अवश्य दें। वृक्षारोपण के साथ जल संचय की दिशा में भी योगदान देने के लिए उन्होंने प्रदेश की जनता से आह्वाहन किया है।

मुख्यमंत्री ने कार्यक्रम में तिब्बती समुदाय के लोगों से भी अनुरोध किया कि वृक्षारोपण और जल संचय के अभियान में वे भी सक्रिय भागीदार बनकर पर्यावरण संरक्षण में अपना योगदान दें। उन्होंने कहा कि जल स्रोतों के पुनर्जीवीकरण की दिशा में सबको सामुहिक प्रयास करने होंगे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने योग को वैश्विक स्तर पर पहुंचाने का कार्य किया। 10वें अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस पर अनेक देशों में योग के बड़े कार्यक्रमों का आयोजन हुआ। दुनिया में योग करने वालों की संख्या में तेजी से वृद्धि हुई है। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड की भूमि योग और आयुर्वेद की भूमि है। स्वस्थ जीवन के लिए योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करना जरूरी है। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा कर्मयोगी के रूप में भारत को हर क्षेत्र में आगे बढ़ाने का कार्य किया जा रहा है। भारत की सोच हमेशा से विश्व बंधुत्व की रही है। इस अवसर पर विधायक विनोद चमोली, भाजपा के महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ अग्रवाल एवं अन्य जनप्रतिनिधि उपस्थित थे।

ई-रिक्शा की बैटरी व चार्जर चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने ई-रिक्शा की तारें काटकर बैटरी व चार्जर चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नंदू फार्म आईडीपीएल निवासी संजीव कुमार ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपना ई-रिक्शा घर के बाहर खडा किया था। आज जब वह सुबह उठा तो उसने देखा कि उसकी ई-रिक्शा की तारे कटी हुई थी तथा वहां से बैटरी व चार्जर गायब थे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

1 जुलाई को होगी भारत-नेपाल सीमा पर छारछुम में नवनिर्मित मोटर पुल से आवागमन को बैठक

पिथौरागढ़। भारत नेपाल सीमा पर छारछुम में बने मोटर पुल से आवागमन को भारत व नेपाल के अधिकारियों की बैठक 1 जुलाई को होगी। जिलाधिकारी रीना जोशी ने बताया धारचूला के छारछुम में पुल बनकर तैयार हो गया है। इस पुल से दोनों देशों के बीच वाहनों का आवागमन शुरू करने के लिए 1 जुलाई को जिला सभागार में 12.30 बजे से दोनों देशों के अधिकारियों की बैठक होगी। उन्होंने संबंधित विभागों के अधिकारियों से पूरी तैयारी के साथ बैठक में मौजूद रहने को कहा है।

तीन जुलाई को जिला योजना की होगी बैठक

पिथौरागढ़। 3 जुलाई को विकास भवन सभागार में जिला योजना 2024-25 की बैठक आयोजित होगी। शनिवार को मुख्य विकास अधिकारी नंदन कुमार ने बताया कि बैठक पूर्वाह्न 11: 30 से होगी। बैठक में संरचना, विभागों से प्राप्त योजनाओं व प्रस्ताओं पर योजनावार अनुमोदन किया जाएगा। उन्होंने सभी विभागों के विभागीय अधिकारियों को बैठक में पूर्ण सूचनाओं सहित स्वयं प्रतिभाग करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने नोडल अधिकारियों से बैठक की सूचना अपने खंडों में देने के भी निर्देश दिए हैं।

जंक फूड, फास्ट फूड छोड़ें, रक्तदान से नाता जोड़ें: कर्नल पाण्डेय

संवाददाता

देहरादून। यूथ रेडक्रास सोसायटी द्वारा एन सी सी की 11- यू के गर्ल्स बटालियन के एस बी एस यूनिवर्सिटी बालावाला में जारी वार्षिक प्रशिक्षण शिविर में विशेष कार्यक्रम के तहत् श्री महन्त इंद्रेश हॉस्पिटल ब्लड बैंक के सहयोग आयोजित रक्तदान शिविर में कुल 59 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया।

इस अवसर पर यूथ रेडक्रास के रक्तदाता शिरोमणि अनिल वर्मा को 155 बार रक्तदान करने हेतु गर्ल्स बटालियन के कमांडिंग ऑफीसर कर्नल ओ पी पाण्डेय तथा प्रशासनिक अधिकारी मेजर शशि मेहता द्वारा ष रक्तदाता मानवता सम्मानष से नवाजा गया।

❑अनिल वर्मा को गर्ल्स बटालियन ने 'रक्तदाता मानवता सम्मान' से किया सम्मानित

शिविर का उद्घाटन कैम्प कमांडेंट कर्नल ओ पी पाण्डेय, प्रशासनिक अधिकारी मेजर शशि मेहता, यूथ रेडक्रास कमेटी के चेयरमैन अनिल वर्मा, मेजर प्रेमलता वर्मा, तथा ब्लड बैंक को-ऑर्डिनेटर अमित चंद्रा व बिपिन कुमार ने फीता काट कर किया।

रक्तदान का शुभारंभ कमान अधिकारी कर्नल पाण्डेय तथा एम के पी कालेज की कैडेट प्रतिभा चौहान ने सबसे पहले रक्तदान करके छात्राओं को रक्तदान हेतु प्रेरित करने से हुआ । तत्पश्चात सीनियर जी सी आई मंजू कैंतुरा, सिव्या रस्तोगी तथा पूनम जोशी के नेतृत्व में 59 छात्रा कैडेटों व अधिकारियों ने उत्साहपूर्वक रक्तदान किया।

इससे पूर्व विचार गोष्ठी में छात्राओं को संबोधित करते हुए बतौर रक्तदाता प्रेरक अनिल वर्मा ने कहा कि रक्तदान समाज सेवा का सबसे सरल व सर्वोत्तम माध्यम है। ईश्वर द्वारा प्रदत्त रक्त की कुछ बूंदें तथा थोड़ा सा वक्त निकालकर हम किसी व्यक्ति को जीवनदान दे सकते हैं।एक व्यक्ति एक बार रक्तदान करके कम से कम तीन से चार मरीजों का जीवन बचा सकता है। उसके परिवार की निराशा को आशा और खुशियों में बदल सकता है।

डॉ० कार्ल लैण्डस्टीनर अवॉर्डी अनिल वर्मा ने ष्थैलीसीमिया मुक्त भारतष बनाने के लिए आनुवांशिक गंभीर रक्त रोग थैलीसीमिया के प्रति छात्राओं को जागरूक करते हुए कहा कि प्रत्येक लड़के - लड़की को आपस में विवाह का निर्णय लेने से पूर्व दोनों की थैलीसीमिया जांच जरूर करा लेनी चाहिए ताकि शादी के बाद होने वाला बच्चा थैलीसीमिया से अभिशप्त पैदा न हो।

कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कर्नल पाण्डेय ने कहा कि रक्तदान करने के लिए स्वस्थ होना जरूरी है। आजकल अधिकतर युवा लड़के - लड़कियों का हीमोग्लोबिन बहुत कम पाया जाता है। इसका मुख्य कारण उनका खान-पान, आराम पसंद लाईफ स्टाइल तथा व्यसनों में लिप्त रहना है। छोटी उम्र में ही बच्चे हृदय रोग, पेट के रोग, हाई ब्लड शुगर, कैंसर अथवा अन्य गंभीर बीमारियों की चपेट में आ रहे हैं। विशेषकर शहरों में रहने - पढ़ने वाले 22 % लड़के व 19 % लड़कियां मोटापे की बीमारी से ग्रस्त हैं। अभी भारत में 14.4 मिलियन बच्चे मोटापे के शिकार हैं जबकि 2025 तक 17 मिलियन हो जायेंगे। ऐसे युवा रक्त देने में चाहते हुए भी असमर्थ होते हैं। अत: सबसे पहले युवाओं को जंक फूड, फास्ट फूड त्याग कर कम कैलोरी वाला भोजन फल, हरी सब्जियां, ड्राई फ्रूट्स तथा स्वस्थ सादा ताजा भोजन करना चाहिए इसके बाद स्वस्थ होकर स्वेच्छापूर्वक रक्तदान करना चाहिए।

शिविर संचालक प्रशासनिक अधिकारी मेजर शशि मेहता ने कहा कि आज भी समाज में रक्तदान को लेकर अनेक अन्धविश्वास हैं , जिनका कोई वैज्ञानिक आधार नहीं है। रक्तदान करते रहने से तो शरीर उल्टा अनेक प्रकार की बीमारियों से बचा रहता है। शरीर में नये रक्त का संचार होता है जिससे शरीर में ऊर्जा और स्फूर्ति बनी रहती है। उन्होंने रक्तदाता शिरोमणि अनिल वर्मा द्वारा रक्तदान के क्षेत्र में विशिष्ट योगदान की सराहना की।

इस अवसर पर कार्यक्रम अध्यक्ष कमांडिंग ऑफिसर कर्नल ओ पी पाण्डेय तथा प्रशासनिक अधिकारी मेजर शशि मेहता द्वारा रक्तदान शिविर संयोजक यूथ रेडक्रास कमेटी के चेयरमैन अनिल वर्मा को रक्तदान के क्षेत्र में अति विशिष्ट योगदान के लिए ष्रक्तदाता मानवता सम्मान ष पत्र तथा ष्गोल्ड मेडलष प्रदान करके विभूषित किया गया।

यूथ रेडक्रास कमेटी की तरफ से चेयरमैन अनिल वर्मा ने शिविर अध्यक्ष कर्नल पाण्डेय को शिविर की सफलता हेतु देश की शान तिरंगा पटका पहनाकर व बैज लगाकर सम्मानित किया।

रक्तदान शिविर के कुशल संचालन में मेजर शशि मेहता , लेफ्टिनेंट विजय लक्ष्मी, सूबेदार मेजर राकेश सिंह , सू० मे० लक्ष्मण सिंह, तीनों सीनियर जी०सी०आई० मंजू कैंतुरा, सिव्या रस्तोगी, पूनम जोशी, सेकेंड ऑफीसरों चौतन्या, प्रियंका जायसवाल, थर्ड आफीसर प्रियंका नेगी, सी० टी० प्रिया काम्बोज, श्री महंत इंद्रेश हॉस्पिटल ब्लड बैंक को-आर्डिनेटर अमित चंद्रा,सहायक बिपिन, नेहा, नितिन,धीर सिंह व विवेक मौर्य ने विशेष सहयोग प्रदान किया। धन्यवाद ज्ञापन यूथ रेडक्रास की मेजर प्रेमलता वर्मा ने किया।

स्वेच्छिक रक्तदान शिविर में 48 लोगों ने किया रक्तदान

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। रक्त का कोई विकल्प नहीं है क्योंकि इसे बनाया नहीं जा सकता। जब तक कोई व्यक्ति रक्तदान नहीं करता तब तक रक्त के अभाव वाले किसी दूसरे व्यक्ति का जीवन नहीं बचाया जा सकता है, इसीलिए रक्तदान करें और किसी के जीवित रहने का कारण आप बने। इन्हीं विचारों के साथ श्री महाकाल सेवा समिति पिछले कई वर्षों से प्रत्येक तीन माह में रक्तदान शिविर का आयोजन करते आ रहा है।

श्री महाकाल सेवा समिति के अध्यक्ष रोशन राणा ने बताया कि वह खुद 60वीं बार रक्तदान कर चुके हैं और उनकी समिति ने श्री महंत देवेंद्र दास के आशीर्वाद से श्री गुरु राम राय दरबार साहिब परिसर में इस बार 21वां स्वेच्छिक रक्तदान शिविर का आयोजन किया है जिससे 48 व्यक्तियों ने ब्लड डोनेशन किया।

समिति के अध्यक्ष रोशन राणा ने जनता से अपील करते हुए कहा कि युवाओं को अधिक से अधिक संख्या में आगे आना चाहिए जिससे उनकी निशुल्क रक्त की जांच हो जाती है। रक्त का शुद्धिकरण होता है। रक्त कोशिकाएं स्वस्थ होती हैं। आपका रक्तचाप संतुलित रखता है।

रक्तदान शिविर में महापौर सुनील उनियाल गामा, कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष लालचंद शर्मा उपस्थित रहे। सुप्रसिद्ध कथा व्यास सुभाष चंद्र जोशी, आचार्य विपिन जोशी ने दीप जलाकर आयोजन का शुभारंभ किया। सभी रक्तदान दाताओं को अपना आशीर्वाद दिया।

समिति के बाल किशन शर्मा, संजीव गुप्ता, डॉ नितिन अग्रवाल, आयुष जैन,गौरव जैन, राहुल माटा, विनय प्रजापति कृतिका राणा अनुष्का राणा और समिति के अन्य सदस्य इस अवसर पर उपस्थित रहे।

एक नजर

झारखंड में पिलर धंसने से गार्डर टूट कर नदी में गिरा निर्माणाधीन पुल

नई दिल्ली। बिहार में पुलों के लगातार धराशायी होने की खबर के बीच अब झारखंड में भी एक निर्माणाधीन पुल गिर गया है। गिरिडीह जिले के देवरी प्रखंड में अरगा नदी पर बन रहे पुल का पिलर धंस गया जिससे गार्डर टूटा और पुल जमींदोज हो गया। यह पुल फतेहपुर-भेलवाघाटी सड़क पर कारीपहरी गांव में अरगा नदी के ऊपर बनाया जा रहा था जो मानसून की पहली बारिश भी नहीं झेल पाया। दरअसल शनिवार की शाम में हुई मूसलाधार बारिश से नदी का जलस्तर बढ़ गया था। नदी की तेज बहाव में निर्माणधीन पुल का का पिलर धंस गया जिससे गार्डर टूट कर गिर गया। वहीं एक अन्य पिलर भी टेढ़ा हो गया है। स्थानीय ग्रामीणों

से मिली जानकारी के मुताबिक तेज बारिश के दौरान रात करीब आठ बजे एक पाया टेढ़ा हो गया। इसके बाद तेज आवाज के साथ निर्माणाधीन पुल का गार्डर टूट कर नदी में गिर गया। आवाज इतनी तेज थी कि उसे सुनकर आसपास के घरों में रहने वाले लोग बुरी तरह डर गए। जानकारी के मुताबिक इस पुल का निर्माण पथ निर्माण विभाग द्वारा साढ़े पांच करोड़ की लागत से करवाया जा रहा था। इस पुल को बनाने का ठेका ओम नमः शिवाय नाम की कंस्ट्रक्शन कंपनी को मिला था। बता दें कि झारखंड के पड़ोसी राज्य बिहार में बीते 11 दिनों के अंदर पांच पुल जल समाधि ले चुके हैं। 18 जून को अररिया में 12 करोड़ की लागत से बकरा नदी के ऊपर बना रहा पुल ध्वस्त हो गया था। इसके बाद 22 जून को सिवान में गंडक नदी पर बना पुल गिर गया।

चेन्नई में एनआईए ने प्रतिबंधित संगठन हिज्ब-उत-तहरीर के कई ठिकानों पर की छापेमारी

चेन्नई। तमिलनाडु की राजधानी चेन्नई में एनआईए ने प्रतिबंधित संगठन से जुड़े कई ठिकानों पर छापेमारी की है। राष्ट्रीय जांच एजेंसी ने हिज्ब-उत-तहरीर नामक प्रतिबंधित संगठन की जांच करते हुए चेन्नई, त्रिची, पुदुकोट्टई, तंजावुर, इरोड और थिरुप्पुर सहित कई स्थानों पर छापेमारी की है। एनआईए के अधिकारी,

अब्दुल खान के घर छापेमारी कर रहे हैं, जिन्होंने मदैयूर के पास एक खेत पट्टे पर लिया है। एक अन्य टीम तंजावुर के कुलंधई अम्माल नगर निवासी अहमद के यहां छापेमारी कर रही है। इसके अलावा जांच एजेंसी की टीम स्टेट पुलिस के साथ मिलकर हिज्ब-उत-तहरीर से जुड़े लोगों की पहचान करने और सबूत इकट्ठा करने के लिए एक साथ छापेमारी कर रही है। मामले में आगे की जांच जारी है। जांच एजेंसी ने चेन्नई के पांच शहरों में कुल दस जगहों पर सर्च ऑपरेशन शुरू किया है। इनमें तंजावुर की पांच जगह, इरोड की दो जगह और त्रिची, पुदुकोटाई, कांचीपुरम की एक-एक जगह पर छापेमारी हुई।

अगरतला रेलवे स्टेशन से 11 बांग्लादेशी गिरफ्तार

अगरतला। त्रिपुरा की राजधानी अगरतला में पुलिस ने ग्यारह बांग्लादेशी नागरिकों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने कहा कि अगरतला रेलवे स्टेशन से बिना किसी वैध यात्रा दस्तावेज के देश में प्रवेश करने पर इन्हें गिरफ्तार किया गया है। रिपोर्ट के मुताबिक कुछ बांग्लादेशी नागरिकों को लेकर पुलिस को इनपुट मिला था कि कुछ लोग सिपाहीजला जिले में अंतरराष्ट्रीय सीमा पार कर अगरतला रेलवे स्टेशन पर ट्रेन में चढ़ेंगे। इसके बाद रेलवे पुलिस ने शनिवार शाम को उनकी तलाश शुरू कर दी। प्रभारी अधिकारी (ओसी) तापस दास ने बताया, हमने अगरतला रेलवे स्टेशन से 11 लोगों - पांच महिलाओं और छह पुरुषों को हिरासत में लिया और उन्हें पूछताछ के लिए अगरतला जीआरपी पुलिस स्टेशन ले गए। दास ने

कहा कि पूछताछ के दौरान बांग्लादेशी नागरिक भारतीय क्षेत्र में प्रवेश करने के लिए कोई वैध यात्रा दस्तावेज पेश नहीं कर सके। उन्होंने कहा, 11 बांग्लादेशी नागरिकों को अवैध रूप से भारतीय धरती पर प्रवेश करने के आरोप में गिरफ्तार किया गया। उन्हें आगे की पूछताछ के लिए पुलिस रिमांड की मांग करते हुए अदालत में पेश किया जाएगा। उन्होंने कहा, शुरुआती जांच से पता चला है कि 11 बांग्लादेशी नागरिक कमाने के लिए चेन्नई, मुंबई और कोलकाता जाने की योजना बना रहे थे। अधिकारी ने कहा, शहम मानव तस्करी के प्रयासों की संभावना से इनकार नहीं कर सकते और जांच शुरू कर दी गई है। इससे पहले 27 जून को अवैध रूप से भारतीय क्षेत्र में प्रवेश करने के आरोप में अगरतला रेलवे स्टेशन से दो बांग्लादेशी नागरिकों को गिरफ्तार किया गया था।

सीएम धामी ने मुख्य सेवक सदन में सुनी जन समस्याएं

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रविवार को मुख्यमंत्री कैम्प कार्यालय स्थित मुख्य सेवक सदन में जन समस्याएं सुनी। उन्होंने मुख्यमंत्री कार्यालय के अधिकारियों को निर्देश दिये कि जन समस्याओं के जल्द निराकरण के लिए समस्या या शिकायत जिस विभाग से सबंधित है, शीघ्र सबंधित विभाग को भेजकर उस पर की गई कार्यवाही की भी जानकारी ली जाय। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिये कि जिस समस्या का समाधान थाना, तहसील एवं जिला स्तर पर हो सकता है, वे समस्याएं अनावश्यक रूप से शासन स्तर पर न आये। इस प्रकार की शिकायते आने पर उन्होंने सबंधित अधिकारियों की जिम्मेदारी तय करने के भी निर्देश दिये हैं।

मुख्यमंत्री के समक्ष लोगों ने स्वास्थ्य, सड़क, पेयजल, आर्थिक सहायता, विद्युत, जमीन से संबंधित मामलों एवं अन्य

समस्याएं रखी। मुख्यमंत्री ने सभी समस्याओं के निराकरण के लिए अधिकारियों को शीघ्र कार्यवाही करने के निर्देश दिये। मुख्यमंत्री ने सभी जिलाधिकारियों को निर्देश दिये हैं, कि वे नियमित तहसील दिवस और बीडीसी की बैठकों का आयोजन करवायें। इन बैठकों में सभी वरिष्ठ अधिकारियों की उपस्थिति सुनिश्चित की जाए। जिलाधिकारियों को प्रत्येक कार्यदिवस में 01 घण्टा जन समस्याओं को सुनने के भी निर्देश मुख्यमंत्री द्वारा दिये गये हैं।

इस अवसर पर आईजी गढ़वाल के. एस.नगन्याल, अपर सचिव संजय टोलिया, अपर जिलाधिकारी देहरादून जय भारत सिंह एवं अन्य अधिकारी उपस्थित थे।

मोटरसाईकिल की टक्कर से एक्टिवा सवार दो घायल

संवाददाता

देहरादून। मोटरसाईकिल की टक्कर से एक्टिवा सवार दो महिलाएं घायल हो गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार घंघोडा निवासी अरूणा थापा ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह अपनी भांजी के साथ एक्टिवा से बाजार से घर की तरफ जा रही थी। जब वह पेट्रोल पम्प के पास पहुंची तभी सामने से तेज गति से आ रहे मोटरसाईकिल सवार ने उनकी एक्टिवा पर टक्कर मार दी जिससे वह व उसकी भांजी गम्भीर रूप से घायल हो गये।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

सात किलो गांजे सहित महिला तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। नशा तस्करी में लिप्त एक महिला तस्कर को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से 7 किलो 250 ग्राम गांजा भी बरामद किया गया है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज कोतवाली डोईवाला पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थो की बड़ी खेप सहित आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को भानियावाला फ्लाईओवर के समीप एक संदिग्ध महिला आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर जाने लगी। इस पर पुलिस ने उसे घेर कर रोक लिया। तलाशी के दौरान

उसके पास रखे बैग से 7 किलो 250 ग्राम गांजा बरामद हुआ। पूछताछ में उसने अपना नाम हुसनजहां पत्नी फरियाद अहमद निवासी ग्राम सदाफल सिवारा, थाना सिवारा, तहसील धामपुर, जिला बिजनौर 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।

करोड़ों की धोखाधड़ी करने वाले गैंग का... ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

1,13,00,000 (1 करोड़ 13 लाख रूपये) भिन्न भिन्न बैंक खातो में स्थानान्तिरित करवाये गये। मामले की गम्भीरता को देखते हुए साइबर क्राइम पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी गयी। जांच के दौरान साइबर क्राइम पुलिस ने घटना में प्रयुक्त मोबाईल नम्बर व सम्बन्धित खातों आदि की जानकारी व तकनीकी विश्लेषण किया गया तो उक्त अपराध में संलिप्त अपराधियों का राजस्थान से सम्बन्ध होना पाया गया। जिसमें तकनीकी विश्लेषण व साक्ष्य संकलन कर पूर्व में अपराध में संलिप्त 3 आरोपियों को पूर्व में ही कोटा राजस्थान से गिरफ्तार किया गया था। तत्पश्चात पुलिस टीम द्वारा अथक मेहनत एवं प्रयास से आरोपियों द्वारा पीड़ित व्यक्ति को जो खाता संख्या व मोबाईल नम्बर दिये गये थे व धोखाधडी से प्राप्त की गयी धनराशि फर्जी आईडी पर खोले गये बैक खातो में प्राप्त की गयी थी उनका तकनीकी विश्लेषण व साक्ष्य संकलन कर एक और आरोपी को बहराईच उत्तर प्रदेश से गिरफ्तार किया गया, जिसके कब्जे से 1 मोबाईल फोन, 2 सिम कार्ड, 6 एटीएम कार्ड, 1 चैक बुक, पैन कार्ड एवं आधार कार्ड बरामद हुये। पूछताछ में आरोपी ने बताया कि उनके द्वारा कुरियर कम्पनी, कस्टम डिपार्टमेन्ट तथा मुम्बई क्राईम ब्रांच का अधिकारी बनकर भोली भाली जनता से मुम्बई कस्टम द्वारा अवैध पासपोर्ट, अवैध ड्रग्स, क्रेडिट कार्ड सीज करने की जानकारी देकर जनता के लोगों को मनीलांड्रिंग, ड्रग्स तस्करी का संदिग्ध बताकर व लोगों को फर्जी नोटिस भेजकर केस का निपटारा करने के नाम पर धोखाधड़ी की जाती है, जिसके लिये उनके द्वारा स्वयं को मुम्बई क्राईम ब्रांच का अधिकारी बनकर लोगों को झांसा देकर भिन्न भिन्न एकाउन्ट में धनराशि जमा कराकर ठगी की गई है। एसटीएफ के अनुसार आरोपी अन्य राज्यों में दर्ज शिकायतों में भी वांछित है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

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

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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