रविवार
25 अगस्त 2024

पृष्ठ 4
घर पर ही कर सकती है प्रोफेशनल मेकअप..

पृष्ठ 5
पिंक आउटफिट में दिखा दिव्या खोसला..

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 199
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

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

दून वैली मेल

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

तालाब में डूबे युवक की मौत पर परिजनों और ग्रामीणों का हंगामा

पुलिस टीम पर लगाए गम्भीर आरोप, मुकदमा दर्ज करने की मांग

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। शनिवार देर रात एक युवक के तालाब में डूबने के बाद हंगामा खड़ा हो गया। परिजनों व ग्रामीणों का आरोप है कि पुलिस ने युवक को बांधकर तालाब में फेंका है। इस दौरान भारी पुलिस बल मौके पर तैनात रहा। मौके पर पहुंचे झबरेड़ा विधायक, पूर्व मंत्री गौरव चौधरी और भीम आर्मी नेताओं की पुलिस से तीखी नोक झोंक हुई। यह सभी लोग पुलिस टीम में शामिल पुलिस कर्मियों पर मुकदमा दर्ज करने की मांग पर अड़े रहे और हंगामा काटते रहे।

जानकारी के अनुसार बीती देर रात जब गंगनहर कोतवाली क्षेत्र के माधवपुर में गौ संरक्षण स्क्वायड की टीम (पुलिस) ने गौकशी के एक आरोपी को पकड़ने के लिए दबिश दी थी। जिस युवक को पुलिस पकड़ने गई थी वह सोहलपुर निवासी 22 वर्षीय वसीम उर्फ मोनू पुत्र नसीम था जो कि अपनी बहन के घर खाने पर गया था और वहां से अपने घर वापस लौट रहा था। मोनू जिम ट्रेनर और संचालक बताया जा रहा है। वहीं बताया यह भी गया है कि एक युवक टीम से बचने के लिए तालाब में कूद गया। वहीं मौके पर परिजनों की भीड़ भी जमा हो गई। युवक के शव को तालाब से बाहर निकाला गया। परिजनों ने आरोप लगाया कि युवक का शव जब बाहर निकाला तो उसके हाथ पैर रस्सी से बंधे हुए थे वहीं आरोप है कि उसके शरीर पर चोटों के निशान भी थे। मामले की जानकारी पाकर ग्रामीणों की भारी भीड़ मौके पर जमा हो गई और मामला बढ़ते देख पुलिस अधिकारी भी भारी पुलिस बल के साथ मौके पर पहुंच गए। मामले की जानकारी पाकर झबरेड़ा विधायक वीरेंद्र जाती, भीम आर्मी प्रदेश अध्यक्ष महक सिंह और पूर्व मंत्री डॉ. गौरव चौधरी भी मौके पर पहुंचे और उनके द्वारा मृतक के परिजनों से वार्ता की गयी। युवक के परिजनों ने पुलिस को बताया कि गौ स्क्वायड की टीम के कारण युवक की मौत हुई है। उन्होंने टीम में शामिल कर्मियों पर गंभीर आरोप लगाए और सभी छह कर्मियों पर मुकदमा दर्ज करने की बात कही। ग्रामीणों के भारी हंगामे और विरोध के बीच पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए ले जाने का प्रयास किया लेकिन ग्रामीणों ने शव को नहीं ले जाने दिया। वहीं मामले को लेकर पुलिस के अधिकारी ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

पैगम्बर मोहम्मद साहब पर अभद्र टिप्पणी के विरोध में मुस्लिम समुदाय का प्रदर्शन

हमारे संवाददाता

देहरादून। पैगम्बर मोहम्मद साहब पर अभद्र टिप्पणी के विरोध में आज उत्तराखण्ड की राजधानी देहरादून में मुस्लिम समुदाय ने विरोध जताते हुए जमकर प्रदर्शन किया। संगठन के पदाधिकारियों ने कहा कि महाराष्ट्र में रामगिरि महाराज नामक व्यक्ति ने खुदा के रसूल पर अभद्र टिप्पणी की है। जिससे मुस्लिम समाज में आक्रोश है। नबी की शान में गुस्ताखी कभी बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

मुस्लिम सेवा संगठन की अगुवाई में आज परेड ग्राउंड मैदान में पैगम्बर मोहम्मद साहब पर अशोभनीय बयानबाजी के खिलाफ विरोध प्रदर्शन किया गया। इस मौके पर संगठन के पदाधिकारियों ने कहा कि महाराष्ट्र में रामगिरि महाराज नामक व्यक्ति ने खुदा के रसूल पर अभद्र टिप्पणी की है। जिससे मुस्लिम समाज में आक्रोश है। नबी की शान में गुस्ताखी

कभी बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होने कहा कि मुस्लिम अपनी जान दे देंगे लेकिन नबी का अपमान बर्दाश्त नही करेंगे। उन्होंने कहा कि मुस्लिम समाज के विरोध के बावजूद महाराष्ट्र सरकार ने अभी तक हरिगिरि महाराज पर कोई कार्रवाई नही की है। इससे पता चलता है कि सरकार ऐसे लोगों को परोक्ष रूप से मदद कर रही है। उन्होने कहा कि मुस्लिम समाज आंदोलन को ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

टेलीग्राम के सीईओ पावेल डुरोव फ्रांस एयरपोर्ट से हुए गिरफ्तार!

नई दिल्ली। टेलीग्राम के ब्ब० पावेल डुरोव को फ्रांस के एयरपोर्ट से शनिवार को गिरफ्तार कर लिया गया है। शुरुआती पुलिस जांच में सामने आया है कि उनके खिलाफ गिरफ्तारी वारंट जारी किया गया था। मीडिया रिपोर्ट के अनुसार, रूस में

जन्मे पावेल डुरोव ने हाल ही में यह कहकर सनसनी मचा दी कि उनके 12 देशों में 100 से ज्यादा बच्चे हैं। पावेल डुरोव का जन्म रूस के लेनिनग्राद में हुआ था, लेकिन उन्होंने अपने बचपन का अधिकांश हिस्सा इटली के ट्यूरिन में बिताया, जहां उनके पिता काम करते थे। 39 साल के पावेल टेलीग्राम के संस्थापक और मालिक हैं। पावेल वेलेरिविच डुरोव को शनिवार को फ्रांस के एयरपोर्ट से गिरफ्तार कर लिया गया । बता दें कि, पावेल डुरोव का जन्म रूस के लेनिनग्राद में हुआ था, लेकिन उन्होंने अपने बचपन का अधिकांश हिस्सा इटली के ट्यूरिन में बिताया, जहां उनके पिता काम करते थे। 39 साल के पावेल टेलीग्राम के संस्थापक और मालिक हैं, उन्होंने इसे साल 2013 में लॉन्च किया और कंपनी के आंकड़ों की मानें, तो आज की तारीख में दुनियाभर इसके 90 करोड़ यूजर्स हैं।

महिलाओं के खिलाफ अपराध अक्षम्य पाप, दोषी कोई भी हो, बचना नहीं चाहिए: प्रधानमंत्री मोदी

मुंबई। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने रविवार को उत्तर महाराष्ट्र के जलगांव में लखपति दीदी रैली को संबोधित करते हुए कहा कि महिलाओं के खिलाफ अपराध अक्षम्य पाप है। पीएम मोदी ने कहा कि दोषी कोई भी हो, वो बचना नहीं चाहिए।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी हाल ही में कोलकाता में हुए बलात्कार और हत्या के मामले से व्यथित दिखे। उन्होंने कहा, आज मैं एक बार फिर देश के हर राजनीतिक दल से कहूंगा और राज्य सरकार से कहूंगा कि महिलाओं के खिलाफ अपराध अक्षम्य पाप है। दोषी कोई भी हो, वो बचना नहीं चाहिए। उसको किसी भी रूप में मदद करने

वाले बचने नहीं चाहिए। अस्पताल हो, स्कूल हो, दफ्तर हो या फिर पुलिस व्यवस्था जिस भी स्तर पर लापरवाही होती है सबका हिसाब होना चाहिए। महिलाओं पर अत्याचार करने वालों को कड़ी से कड़ी सजा देने के लिए हमारी सरकार कानूनों को भी लगातार सख्त कर रही है।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने कहा, महाराष्ट्र के संस्कारों को यहां के वीर और धीर माताओं ने सृजित किया है। यहां की मातृशक्ति ने पूरे देश को प्रेरित किया है। महाराष्ट्र का कोई भी कोना हो, इतिहास का कोई भी कालखंड हो. .. मातृशक्ति का योगदान अप्रतिम रहा है। भारत की मातृशक्ति ने हमेशा समाज और राष्ट्र के भविष्य को बनाने में बहुत बड़ा योगदान दिया है और आज जब हमारा देश विकसित बनने के लिए मेहनत कर रहा है, तो फिर से हमारी मातृशक्ति आगे आ रही है।

पैरों की ऐंठन को दूर करने में मदद कर सकते हैं ये घरेलू नुस्खे

अगर किसी कारणवश पैरों की मांसपेशियों में अचानक से जकड़न होने लगे तो इस समस्या को पैरों की ऐंठन कहा जाता है। आमतौर पर बहुत से लोग इस समस्या को सामान्य समझकर नजरअंदाज कर देते हैं, लेकिन कई बार इस लापरवाही के चलते कुछ जोखिम उठाने पड़ सकते हैं। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे घरेलू नुस्खे बताते हैं, जिन्हें अपनाकर आप पैरों की ऐंठन से छुटकारा पा सकते हैं।

कोल्ड कंप्रेस से करें सिकाई

कोल्ड कंप्रेस की मदद से पैरों में होने वाली ऐंठन से काफी राहत मिल सकती है। राहत के लिए कोल्ड पैड से प्रभावित हिस्से की सिकाई करें। अगर आपके पास कोल्ड पैड नहीं है तो एक तौलिये का थोड़ा सा हिस्सा ठंडे पानी में डुबो लें, फिर इसे निचोड़कर चार-पांच मिनट तक इसे प्रभावित जगह पर लगाकर रखें। ऐसा दिन में दो-तीन बार करने से आपको काफी आराम मिलेगा।

बेकिंग सोडा का करें सेवन

बेकिंग सोडा का सेवन काफी हद तक पैरों की ऐंठन को दूर करने में मदद कर सकता है। राहत के लिए सबसे पहले एक गिलास सामान्य पानी में एक चौथाई छोटी चम्मच बेकिंग सोडा अच्छे से मिलाएं और मिलाने के बाद तुरंत इस पानी का सेवन करें। वैसे पैरों में ऐंठन होने पर इसे पीना लाभकारी हो सकता है, लेकिन अगर आप इसका सेवन नहीं कर सकते हैं तो अपने किसी भी खाने में एक चुटकी बेकिंग सोडा मिलाकर खाएं।

सेब के सिरके का करें इस्तेमाल

सेब का सिरका एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों से समृद्ध माना जाता है, जिसकी वजह से यह पैरों की ऐंठन से राहत दिलाने में सहायक है। इसके लिए आप एक छोटी बाल्टी में हल्के गर्म पानी के साथ सेब के सिरके की कुछ बूंदें अच्छे से मिलाएं, फिर इस मिश्रण में एक तौलिये को डूबोकर निचोड़ दें। इसके बाद उस तौलिये को ऐंठन से प्रभावित पैर पर अच्छे से लपेटकर 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें। यकीनन इससे आपको काफी आराम मिलेगा।

योग और स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज भी है प्रभावी

अगर पैरों में ऐंठन की समस्या होने लगे तो घरेलू उपाय के तौर पर योग और स्ट्रेचिंग करना अच्छा विकल्प हो सकता है। जब भी आपको पैरों में ऐंठन महसूस हो तो कम से कम 15 मिनट तक वीरासन, गोमुखासन और वृक्षासन आदि योगासनों का अभ्यास करें। वहीं, योगाभ्यास से पहले और बाद में स्ट्रेचिंग करना न भूलें क्योंकि इसके अभ्यास से मांसपेशियों में लचीलापन आता है, जिससे पैरों को आराम मिलता है। (आरएनएस)

अपनी कॉटन की साड़ियों का ऐसे रखें ध्यान, हमेशा लगेंगी नई जैसी

अगर कॉटन की साड़ी की देखभाल सही तरीके से न की जाए तो इसकी चमक फीकी पड़ने लगती है। इस वजह से कई महिलाएं कॉटन की साड़ी को घर में धोने की बजाय ड्राई क्लीनिंग का सहारा लेती हैं, लेकिन इसकी हर बार ड्राई क्लीनिंग कराना महंगा पड़ सकता है। आइए आज इसकी देखभाल के कुछ ऐसे तरीके जानते हैं, जिन्हें अपनाकर आपको अपनी कॉटन की साड़ियों को लंबे समय तक नए जैसा बनाए रखने में मदद मिल सकती है।

कॉटन की साड़ी को ऐसे धोएं

कॉटन की साड़ी को हमेशा हाथ से धोना चाहिए। इसके लिए सबसे पहले एक बाल्टी को हल्के गर्म पानी से भरें और इसमें थोड़ा काला नमक अच्छे से मिलाएं। अब साड़ी को 10-15 मिनट के लिए इस मिश्रण में भिगोकर रख दें। इसके बाद कॉटन की साड़ी को माइल्ड डिटर्जेंट और पानी से धोकर छाया में सुखा दें। ध्यान रखें कि कॉटन की साड़ी अन्य सभी कपड़ों से अलग धोनी है।

ब्रश से न करें साफ

कॉटन की साड़ी को घर पर साफ करते समय ब्रश का इस्तेमाल भूल से भी न करें क्योंकि ब्रश से आपकी साड़ी के धागे खिंच सकते हैं और साड़ी फट सकती है। इसलिए जब भी आप अपनी कॉटन की साड़ी को साफ करें तो ब्रश का इस्तेमाल न करें, बल्कि इसे हल्के हाथों से ही रगड़ें। ऐसा करने से आपकी साड़ी साफ भी हो जाएगी और उसे कोई नुकसान भी नहीं होगा।

इस तरह हटाएं दाग

कई महिलाएं कॉटन की साड़ी से दाग साफ करने के लिए पूरी साड़ी को हार्ड वॉशिंग पाउडर या प्रोटीन स्टेन रिमूवर के घोल में भिगोकर रख देती हैं। हो सकता है कि ऐसा करने से दाग साफ हो जाए, लेकिन साड़ी का रंग भी फेड होने लग जाता है। इसलिए आप ऐसी गलती न करें। बेहतर होगा कि आप ड्राई क्लीनिंग, पेट्रोल वॉश या बेकिंग पाउडर के साथ सिरके का इस्तेमाल करके कॉटन की साड़ी से दाग छुड़ाएं।

कॉटन की साड़ी को स्टोर करने का तरीका

अगर महिलाएं नहीं चाहती हैं कि उनकी कॉटन की साड़ी जल्द खराब लगने लगे तो इसे ढंग से धोने के साथ-साथ सही तरह से स्टोर करना भी जरूरी है। दरअसल, कॉटन की साड़ियों का ढेर बनाकर रखने से क्रीज खराब हो सकती हैं और बुनाई पर इसका बुरा असर पड़ेगा। बेहतर होगा कि महिलाएं अपनी कॉटन की साड़ियों को हमेशा हैंगर में टांगकर अलमारी में रखें या फिर इन्हें साड़ी के पाउच में रखकर स्टोर करें। (आरएनएस)

मेलों से नहीं दृष्टिकोण में परिवर्तन से होगा बचपन संरक्षित

प्रियंक कानूनगो

बाल अधिकार एक ऐसा विषय है जिसे वैश्विक स्तर पर जितनी अहमियत दी गई है उसकी तुलना में हमारे देश में आजादी के बाद 6-7 दशक तक यह अनदेखा रहा और इसी अनदेखी के चलते समय की मांग के अनुसार न तो कोई नई दृष्टि विकसित हो पाई है और न ही हम अपनी उस परंपरा को संजोकर रख पाए जिसमें बच्चा समाज की जिम्मेदारी होता था और पूरा समाज उसके विकास तथा संरक्षण के लिए कार्य करता था। किसी बच्चे के विकास और संरक्षण के लिए सबसे जरूरी यह होता है कि उसके प्रति समाज और सरकार का दृष्टिकोण क्या है। अगर आजादी के बाद से देखे तो लंबे समय में ऐसा कोई भी दृष्टिकोण विकसित नहीं हुआ जिसमें बच्चे के हित्त को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए उसके विकास और संरक्षण की दिशा में पर्याप्त कार्य हुआ हो। इसके उलट अनदेखी के कारण भारत की पुरातन परंपरा भी धूमिल पड़ने लगी जहां समाज ने ही बच्चे को संरक्षण दिया और उसके विकास के समान अवसर मुहैया कराए।

वैश्विक स्तर पर प्रयासो की बात करें तो बाल अधिकारों की महत्ता को समझते हुए संयुक्त राष्ट्र महासभा के द्वारा 20 नवंबर को इसे विशेष रूप से बाल अधिकार दिवस के रूप में निर्धारित किया गया है। हालांकि ऐसा नहीं है कि भारत में बच्चों को लेकर ऐसा प्रयास नहीं किया गया है। बाल दिवस एक ऐसा ही प्रयास है। किंतु अगर दृष्टिकोण की बात करें तो अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर जहां बच्चों के अधिकारों को प्राथमिकता दी गई है वहीं भारतीय बाल दिवस लोक लुभावन मेलों से परे अपनी पहचान नहीं बना पाया और इसका समाज के दृष्टिकोण में बदलाव की कोई छाप दृष्टिगोचर नहीं हुई। जबकि ऐतिहासिक रूप से, भारत अपने सांस्कृतिक लोकाचार और सामाजिक आचरण के माध्यम से बच्चों के अधिकारों की पुरजोर वकालत और मान्यता देता रहा है। यह स्वतंत्रता के बाद हमारे संविधान में विशिष्ट अधिकारों में अनुवादित हो गया और कालांतर में बाल अधिकार संरक्षण संबंधित कानूनों में समाहित हुए। हाल ही में किशोर न्याय अधिनियम, 2015 और पोक्सो अधिनियम, 2012 के तहत संशोधन जैसे बच्चों के लिए ऐतिहासिक प्रावधान किए गए हैं, जिससे इन्हें और अधिक प्रभावी बना गया है। इसके अलावा, पीएम केयर्स ने कोविड से प्रभावित सभी बच्चों को संरक्षण प्रदान करने का महत्वपूर्ण कार्य किया गया है।

भारतीय परिपेक्ष्य में मनाए जाने वाले बाल दिवस में लुभावन और मनोरंजन के साधनों को प्राथमिकता दी गई है न कि ऐसे प्रयासों को जो बच्चों को मानसिक और आत्मिक तौर पर सशक्त करे और उनका संरक्षण सुनिश्चित करे। भवनों और मॉल में आयोजित होने वाले मेलों और आयोजनों में केवल वही बच्चे पंहुच पाते हैं जिनकी अधिकारो तक पहुंच है, किंतु यह आयोजन असल जरूरत वाले बच्चों की पंहुच से दूर रहे और न हीं उन बच्चों के जीवन में इससे कोई अमूलचूल परिवर्तन आया जो आज भी सड़क पर जीवन व्यतीत करने तथा भिक्षावृत्ति व बाल मजदूरी में अपना बचपन खो रहे हैं। इन्हीं लोक लुभावन आयोजनों में अंतर्राष्ट्रीय बाल अधिकार दिवस भी धूमिल पड़ गया और बच्चों के अधिकार के असल मुद्दों की चर्चा के परे हम मेले के आयोजनों में फंसे रहे।

बाल अधिकारों के प्रति दृष्टिकोण में बदलाव समय की गहरी मांग है और बच्चों के अधिकारों को सुनिश्चित करने के लिए समग्र समाधान आधारित दृष्टोकण को अपनाने की जरूरत है। उल्लेखनीय है कि गरीबी और परिवार की असक्षमता एक ऐसा कारण है जिसका खामियाजा बच्चों को भुगतना पड़ता है और वह कभी बाल मजदूरी के लिए मजबूर होते हैं तो कभी तस्करों के चंगुल में फंसकर मानसिक और शारीरिक शोषण का शिकार होते हैं। इस समस्या की ओर कभी गंभीरता से नहीं सोचा गया। इस समस्या का समाधान भी हमारी वर्तमान व्यवस्था में उपलब्ध है, जिसे चिन्हित कर एनसीपीसीआर ने परिवार को उन सभी योजनाओं से जोड़ने का कार्य शुरू किया है, जिससे अंततः बच्चे परिवार में रह पाए और उनका लालन पालन बच्चे के नजरिए से सबसे उपयुक्त इकाई परिवार में हो सके। यहां पर एक और बात जिसपर सबसे ज्यादा ध्यान देने की है वह है बच्चे के विकास में समग्र समाज की भूमिका। चूंकि मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है और समाज से परे उसके विकास और जीवन की अपनी सीमाएं हैं। इसलिए अगर बच्चों के अधिकारों को सुनिश्चित करना है तो समाज के हर एक व्यक्ति को अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। इसके लिए आवश्यक है कि बच्चों के अधिकारों के प्रति जागरूकता लाने के लिए देश को बाल दिवस से बाल अधिकार दिवस की ओर कदम बढ़ाना पडेगा और सांकेतिकता से अधिक सार्थक प्रयास किए जाने की अवश्यकता है।

देने की कला में निहित है सुख-सुकून

रेनू सैनी

हम सभी बातचीत की कला, जीने की कला आदि से परिचित हैं। लेकिन क्या हम देने की कला से भी उतने ही परिचित हैं, जितने इन दो कलाओं से। वे व्यक्ति जो देने की कला से परिचित होते हैं, कम सामर्थ्य और सुविधाओं के होते हुए भी दूसरों के हृदय में अपना एक विशेष स्थान बना लेते हैं। संप्रेषण, बातचीत, पाक एवं जीने की कला सिखाने के लिए जगह-जगह केन्द्र एवं संस्थान बने हुए हैं। लेकिन देने की कला को सिखाने के लिए अभी तक ऐसे संस्थान नहीं हैं। यह कला आज भी परिवारों के द्वारा ही सिखाई जाती है अथवा स्कूलों में शिक्षक पर निर्भर करती है कि वे शिक्षा के साथ-साथ इस कला को कैसे विद्यार्थियों को सिखाते हैं।

सोलापुर के सूखाग्रस्त गांव में जिला परिषद प्राइमरी स्कूल के शिक्षक रंजीत सिंह दिसाले को शायद कोई जान भी न पाता, यदि वे देने की कला का खूबसूरती से प्रयोग नहीं करते। उन्होंने अपनी सकारात्मक सोच के कारण पिछड़े इलाके में शिक्षा का नवीनीकरण कर न केवल गरीब विद्यार्थियों के अंदर शिक्षा की जोत जलाई, बल्कि ग्लोबल टीचर प्राइज अवॉर्ड जीतकर यह साबित कर दिया कि देने की कला ऐसी कला है जो दूसरे व्यक्तियों के जीवन स्तर को तो उच्च करती ही है, इसके साथ स्वयं के स्तर को भी इतना ऊपर उठा देती है, जिसकी कल्पना भी नहीं की जा सकती। उन्हीं की तरह के एक और शिक्षक हैं बिपिन बिहारी मिश्रा। वे ओडिशा के क्योंझर जिला स्थित राजनगर में छात्राओं के लिए हाई स्कूल चलाने में अपनी पूरी बचत लगा देते हैं। इस समय उनकी आयु 82 वर्ष है। उनका मानना है कि देने की कला का ज्ञान प्रत्येक बच्चे को दो-तीन साल की उम्र से ही सिखाना आरंभ कर देना चाहिए क्योंकि इस कला को प्रारंभ में ही सरलता से अपनाया जा सकता है। कई मायनो में जैसे-जैसे व्यक्ति बड़ा होता जाता है, वह लेने की आशा अधिक करने लगता है। इसलिए बड़े होने पर देने की कला को सरलता से अपनाना कठिन हो जाता है।

देने की कला व्यक्ति को जीवन के कई मोड़ों पर असीम खुशी देती है। वे इस संदर्भ में अपना ही उदाहरण देते हुए कहते हैं कि करीब दस साल पहले मेरी ज़मीन के दस्तावेजों में कुछ कमियां थीं। ज़मीन के स्वामित्व या उपयोग को लेकर मुझे आगे चलकर किसी परेशानी का सामना न करना पड़े, इसलिए मैंने उस कमी को कोर्ट से सुधरवाने का निर्णय लिया। मैं स्थानीय कोर्ट गया। शायद वहां उस समय ब्रेक चल रहा था। यह देखकर मैंने वहां उपस्थित व्यक्ति को अपना नाम लिखकर दिया और जज से मिलने की इच्छा प्रकट की। अर्दली पर्ची लेकर चला गया। पर्ची लेकर गए केवल कुछ ही सेकंड हुए होंगे कि तुरंत अंदर से एक व्यक्ति आया और उसने उन्हें चैम्बर में आने के लिए कहा। मैं जैसे ही चैम्बर में दाखिल हुआ तो जज ने आते ही मेरे चरण स्पर्श किए। मैं दंग रह गया। मैंने कहा, 'क्षमा करिए, मैंने आपको पहचाना नहीं।' इस पर जज महोदय मुस्कराते हुए बोले, 'पहले बताइए क्या काम है?'

मैंने तुरंत ज़मीन के दस्तावेज उनके सामने रख दिए। उन्होंने उन्हें पढ़ा। मुझे पता था कि इस कार्य के लिए वे गवाह को बुलाएंगे। मैं तुरंत बोला, 'मुझे नहीं मालूम था कि काम इतनी जल्दी हो जाएगा। मैं गवाह कल लेकर आता हूं।' उन्होंने कहा इस काम के लिए गवाह की कोई आवश्यकता नहीं है। सब कार्य पूर्ण होने पर जज महोदय बोले, 'सर, यह उन दिनों की बात है, जब आप राजनगर हाई स्कूल में कुछ विद्यार्थियों को निशुल्क शिक्षा प्रदान करते थे तो उनमें मैं भी एक छात्र था। तब आपने मुझे पैसे दिए और इस तरह मैं दसवीं कक्षा पार कर पाया। अगर आज मैं इस पद पर सुशोभित हूं तो केवल और केवल आप के कारण। मैंने जिस दिन इस पदभार को ग्रहण किया, उसी दिन यह निर्णय कर लिया था कि मैं हर अशक्त व्यक्ति की हरसंभव मदद करूंगा और आपकी देने की कला की इस श्रृंखला को टूटने नहीं दूंगा।' मैं रुदन भरे स्वर में बोला, 'देने की कला का सुख मिलता है, यह ज्ञात था, मगर अपरिमित एवं अपार मिलता है, यह आज ज्ञात हुआ।' देने की कला व्यक्ति के अंदर सकारात्मक सोच का ही परिणाम होती है।

बहती नाक से राहत पाने के लिए गर्म पानी की भाप लें

अकसर बदलते मौसम के कारण लोग कई तरह की समस्याओं से घिर जाते हैं, जिनमें से बहती नाक भी एक समस्या है। कहने को तो बदलते मौसम में यह समस्या होना सामान्य बात है, लेकिन इसके कारण काफी तकलीफ होती है क्योंकि इसके कारण सिर में दर्द और अच्छा महसूस न होना जैसी कई परेशानियों का सामना करना पड़ता है। आइए आज कुछ ऐसे घरेलू नुस्खों के बारे में जानते हैं, जो आपको इस समस्या से राहत दिला सकते हैं।

गर्म पानी की भाप लेना भी है एक अच्छा विकल्प

बहती नाक से राहत पाने के लिए गर्म पानी की भाप लेना भी एक अच्छा घरेलू नुस्खा हो सकता है। इसके लिए पहले पानी को अच्छे से गर्म करके उसमें थोड़ी विक्स या फिर अजवाइन डाल दें, फिर इस मिश्रण वाले बर्तन की तरफ अपना चेहरा करके अपने सिर को एक कपड़े से ढकें, ताकि भाप आपकी नाक के अंदर तक जाए। ऐसा करने से आपको आराम मिलेगा और सिरदर्द, जी मचलना जैसी दिक्कतें भी दूर हो सकती हैं।

नीलगिरी का तेल दिलाएगा आराम

नीलगिरी के तेल में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण के साथ कई ऐसे गुण मौजूद होते हैं, जो बहती नाक की समस्या से राहत दिलाने में काफी मदद कर सकते हैं। समस्या से राहत पाने के लिए सबसे पहले एक कटोरी में नीलगिरी के तेल की तीन से चार बूंदें, एक-दो कपूर (पिसा हुआ) और थोड़ा सा पुदीने का पाउडर मिलाएं, फिर इस मिश्रण को एक डिफ्यूजर में डालकर इसके खुशबू सूंघे। दिन में दो बार इस उपाय को दोहराएं।

गर्म खाद्य पदार्थों को डाइट में करें शामिल

बहती नाक से राहत पाने के लिए डाइट में गर्म खाद्य पदार्थों को शामिल करना भी एक अच्छा उपाय हो सकता है। दरअसल, जब आप गर्म चीजें खाते हैं तो इससे आपके गले और नाक को आराम पहुंचता है। इसके लिए ठंडे पानी की जगह पर गुनगुने पानी का सेवन कर सकते हैं, पतली दाल बनाकर गर्म-गर्म इसका सेवन कर सकते हैं या गर्मा-गर्म चाय का सेवन कर सकते हैं। ऐसा करने से बहती नाक की समस्या दूर हो जाएगी।

गर्म पानी से नहाएं

अगर आप बहती नाक की समस्या से परेशान है तो इससे राहत पाने के लिए रोजाना गर्म पानी से नहाएं। कई अध्ययन इस बात का जिक्र करते हैं कि गर्म पानी से नहाने से नाक की कई समस्याओं से राहत मिल सकती है और इसमें बहती नाक की समस्या भी शामिल है। हालांकि, ध्यान रखें कि नहाने का पानी उतना ही गर्म होना चाहिए, जो आपको सहन हो जाए यानी जिससे आपकी त्वचा के जलने का खतरा न हो।

बॉडी लोशन खरीदते समय इन बातों का रखें खास ध्यान

बॉडी लोशन को स्किन केयर रूटीन का हिस्सा बनाना काफी अच्छा माना जाता है। यह त्वचा की प्राकृतिक नमी के बरकरार रखने और इसे हाइड्रेट रखने में काफी मदद करता है। हालांकि ये फायदे आपको तभी मिल सकते हैं, जब आप सही बॉडी लोशन को चुनें। अभी गर्मी का मौसम चल रहा है, इसलिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि इस मौसम में बॉडी लोशन खरीदते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना जरूरी है।

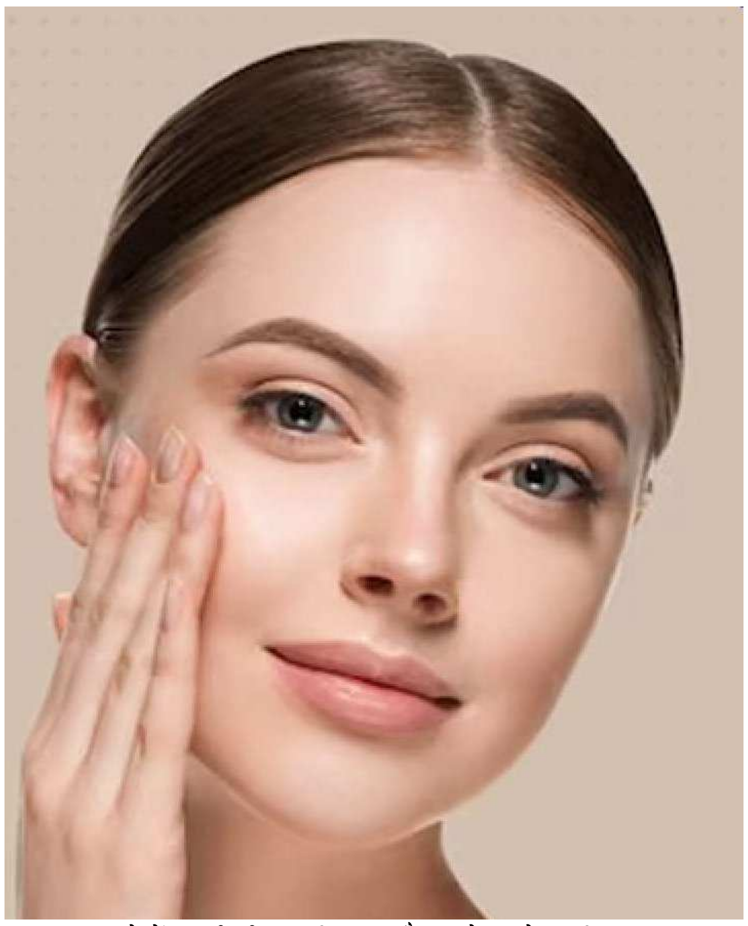
गर्मियों में क्रीमी बॉडी लोशन का चयन करने की बजाय एक लाइट फॉर्मूला चुनें ताकि यह त्वचा पर बहुत हैवी न लगे। गर्मियों में जेल बेस्ड बॉडी लोशन का चयन करना बेहतर माना जाता है क्योंकि यह हल्का होता है और त्वचा को चिकना नहीं बनाता है। इसके अलावा यह लोशन पानी युक्त होता है और क्रीम बेस्ड बॉडी लोशन की तुलना में कम गंदगी को आकर्षित करता है। बॉडी लोशन सन-प्रोटेक्शन युक्त भी होना चाहिए।

गर्मियों में बढ़ती तपिश और पसीने के कारण त्वचा को कई तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। इसलिए जब आप बॉडी लोशन को चुनें तो वह ऐसा होना चाहिए, जो त्वचा को हाइड्रेट करने के साथ-साथ ठंडक भी प्रदान करें। इसके लिए जरूरी है कि आप बॉडी लोशन खरीदने से पहले इसकी सामग्रियों पर ध्यान दें। बेहतर होगा कि आप खीरा और एलोवेरा युक्त बॉडी लोशन खरीदें। ऐसे बॉडी लोशन से त्वचा को कई फायदे मिलेंगे।

गर्मियों में लंबे समय तक तरोताजा महसूस करने के लिए सुगंध से भरपूर बॉडी लोशन का इस्तेमाल करना बेहतर हो सकता है। दरअसल, सुगंध युक्त बॉडी लोशन का इस्तेमाल करने से न सिर्फ आपकी त्वचा हाइड्रेट रहती है बल्कि इससे आपके भीतर से एक भीनी-भीनी महक भी आती है। हालांकि सुगंध वाला बॉडी लोशन खरीदते समय इस बात का ध्यान रखें कि सुगंध अधिक तेज न हो।

बात चाहें किसी भी तरह के स्किन केयर प्रोडक्ट की हो, उसे खरीदने से पहले उसके लेबल को जरूर पढ़ें। अगर आप बॉडी लोशन खरीदने वाले हैं तो इसके लेबल को पढ़कर पता करें कि यह आपकी त्वचा के लिए सही है या नहीं। इसके अलावा यह भी सुनिश्चित करें कि बॉडी लोशन डर्मटोलॉजिकली टेस्टेड हो। बेहतर होगा कि आप हर प्रकार की त्वचा के लिए उपयुक्त बॉडी लोशन का चयन करें।

इस तरह बरकरार रहेगी खूबसूरती



हम हर मौसम में सुंदर दिखना चाहते हैं, लेकिन इसके लिए त्वचा की प्रकृति, मौसम के मिजाज व इसकी पोषक जरूरतों के प्रति निरंतर सजग रहना पड़ता है। त्वचा रूखी हो जाती है। त्वचा में नमी की कमी की वजह से रूखे लाल चकत्ते भी पड़ जाते हैं। चकत्ते होने पर तत्काल रासायनिक साबुन का प्रयोग बंद कर देना चाहिए। साबुन की बजाय सुबह-शाम क्लीनजर का उपयोग करना चाहिए। इसी तरह घरेलू आयुर्वेदिक उपचार के तौर पर त्वचा पर तिल के तेल की मालिश कर सकते हैं। वैकल्पिक तौर पर दूध में कुछ शहद की बूंदें डालकर इसे त्वचा पर लगाकर 10.15 मिनट तक लगा रहने दीजिए तथा बाद में इसे ताजे स्वच्छ जल से धो डालिए। यह उपचार सामान्य तथा शुष्क दोनों प्रकार की त्वचा के लिए उपयोगी है।

वहीं यदि त्वचा तैलीय है तो 50 मिलीलीटर गुलाब जल में एक चम्मच शुद्ध ग्लीसरीन मिलाइए। इस मिश्रण को बोतल में डालकर इसे पूरी तरह मिला कर इस मिश्रण को चेहरे पर लगा लीजिए। इससे त्वचा में पर्याप्त आर्द्रता बनी रहेगी तथा ताजगी का अहसास होगा। तैलीय त्वचा पर भी शहद का लेप कर सकते हैं। शहद प्रभावशाली प्राकृतिक आद्रता प्रदान करके त्वचा को मुलायम तथा कोमल बनाता है।

रोजाना 15 मिनट तक शहद का लेप चेहरे पर करके उसे स्वच्छ ताजे पानी से धो सकते हैं। इससे त्वचा पर पड़े विपरीत प्रभाव को कम करने में मदद मिलती है। वसंत ऋतु में एलर्जी की समस्या बढ़ जाती है, जिससे त्वचा में खारिश, चकत्ते तथा लाल धब्बे हो जाते हैं। ऐसे में चंदन क्रीम को त्वचा का संरक्षण तथा रंगत रखने में काफी उपयोगी माना जाता है।

त्वचा के रोगों खासकर फोड़े, फुंसी लाल दाग तथा चकत्ते में तुलसी भी अत्याधिक उपयोगी है। त्वचा के घरेलू उपचार में नीम तथा पुदीना की पत्तियां भी काफी सहायक मानी जाती हैं।

त्वचा की खाज, खुजली तथा फुंसियों में चंदन पेस्ट का लेपन कीजिए। चंदन पेस्ट में थोड़ा सा गुलाब जल मिलाकर उसे प्रभावित त्वचा पर लगाकर आधा घंटा बाद ताजे पानी से धोयें।

नींबू की पत्तियों को चार कप पानी में हल्की आंच पर एक घंटा उबालिए। इस मिश्रण को टाइट जार में रातभर रहने दीजिए। अगली सुबह मिश्रण से पानी निचोड़ कर पत्तियों का पेस्ट बना लीजिए और इस पेस्ट को प्रभावित त्वचा पर लगा लीजिए।

एक चम्मच मुलतानी मिट्टी को गुलाब जल में मिलाकर इस पेस्ट को प्रभावित स्थान पर लगाकर तकरीबन बीस मिनट बाद धो लीजिये। त्वचा की खारिश में बायोकाबोर्नेट सोडा भी अत्यधिक प्रभावशाली साबित होता है। बायोकाबोर्नेट सोडे तथा मुलतानी मिट्टी एवं गुलाब जल का मिश्रण बनाकर पैक बना लें। इसे खारिश, खुजली चकत्ते तथा फोड़े-फुंसियों पर लगाकर 10 मिनट बाद ताजे जल से धो लीजिए। इससे त्वचा को काफी राहत मिलेगी।

डाइट में शामिल करें ये स्वास्थ्यवर्धक पानी, आसान है इन्हें बनाना

स्वस्थ रहने और अपनी खूबसूरती को निखारने के लिए लोग न जाने क्या कुछ नहीं करते, फिर भी उन्हें मनचाह परिणाम नहीं मिल पाता है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे स्वास्थ्यवर्धक पानी की रेसिपीज बताते हैं, जिनके सेवन से न सिर्फ आप खुद को स्वस्थ रख सकते हैं बल्कि इनसे आपको अपनी खूबसूरती निखारने में भी काफी मदद मिल सकती है। चलिए फिर एक नजर इन स्वास्थ्यवर्धक पानी की रेसिपीज पर डालते हैं।

नींबू पानी

नींबू पानी में विटामिन- सी, फास्फोरस, प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट आदि जैसे कई पोषक तत्व शामिल होते हैं, जो शरीर को हाइड्रेट करने के साथ-साथ उसमें ऑक्सीजन की आपूर्ति करते है और इससे आप पूरा दिन ऊर्जावान व तरोताजा महसूस कर सकते हैं। इसके साथ ही नींबू पानी रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करने का काम करता है। इसके लिए बस आप एक गिलास गुनगुने पानी में एक या आधा नींबू निचोड़ें, फिर इसमें स्वादानुसार शहद मिलाकर उसका सेवन करें।

खीरे का पानी

खीरा एंटी-ऑक्सीडेंट और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण से समृद्ध होता है, जो शारीरिक समस्याओं के साथ-साथ कई तरह की त्वचा संबंधित समस्याओं से राहत दिलाने में काफी मदद कर सकता है। खीरे का पानी बनाने के लिए सबसे पहले एक मध्यम आकार के खीरे को काटकर एक लीटर पानी में डाल दें, फिर इस पानी को दो से तीन घंटे के लिए फ्रिज में रख दें। इसके बाद इस पानी को पूरे दिन समय-समय पर पीते रहें।

हल्दी का पानी

हल्दी का पानी एंटी-बैक्टीरियल और हीलिंग गुण से समृद्ध होता है, जो शरीर से जहरीले तत्वों को बाहर निकालने के साथ ही रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं। हल्दी का पानी बनाने के लिए सबसे पहले एक पैन में दो कप पानी, एक छोटी चम्मच हल्दी पाउडर और एक चुटकी काली मिर्च का पाउडर मिलाएं। अब इस पानी को धीमी आंच पर एक उबाल दिलाएं। इसके बाद गैस बंद करके पानी को छानकर पी जाएं।

अदरक का पानी

अदरक के पानी में एंटी-ऑक्सीडेंट और एंटी-इंफ्लेमेट्री गुण के साथ-साथ इम्यूनोन्यूट्रीशन गुण भी मौजूद होते हैं, जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ावा देने में मददगार साबित हो सकते हैं। अदरक का पानी बनाने के लिए सबसे पहले एक पैन में दो कप पानी और एक इंच ताजा कटा हुआ अदरक डालकर एक उबाल दिलाएं। इसके बाद पानी को छानकर इसका सेवन करें। आप चाहें तो इस पानी में थोड़ा नींबू का रस और स्वादानुसार शहद भी मिला सकते हैं।

आपके कई कामों को आसान बना देंगे शॉवर जेल से जुड़े ये हैक्स

आजकल कई लोग नहाने के लिए साबुन की बजाय शॉवर जेल का इस्तेमाल करने लगे हैं क्योंकि यह साबुन की तरह त्वचा पर हार्श नहीं होता है। हालांकि इसका इस्तेमाल सिर्फ यहीं तक सीमित नहीं है और आप चाहें तो घर के अलग-अलग कामों के लिए और अन्य चीजों के विकल्प के रूप में शॉवर जेल का इस्तेमाल कर सकते हैं। चलिए फिर आज शॉवर जेल से जुड़े ऐसे ही कुछ अद्भुत हैक्स के बारे में जानते हैं।

बतौर शेविंग क्रीम करें इस्तेमाल : अगर आपकी शेविंग क्रीम खत्म हो चुकी है तो आप इसकी जगह शॉवर जेल का इस्तेमाल कर सकते हैं। यकीन मानिए शेविंग क्रीम के तौर पर शॉवर जेल का इस्तेमाल करना काफी फायदेमंद होगा क्योंकि इससे बहुत ही कोमलता से आप अपने बालों को शेव कर पाएंगे। इसके अलावा इसका उपयोग करने पर ब्लेड से त्वचा के कटने का डर भी नहीं रहता और शेविंग के बाद त्वचा भी मुलायम लगती है।

नाजुक कपड़े अच्छे से धोएं : डिटर्जेंट पाउडर नाजुक कपड़ों को काफी नुकसान पहुंचा सकता है। इसके इस्तेमाल से नाजुक कपड़ों का रंग हल्का हो सकता है या फिर इसके कारण रेशे निकल सकते हैं, जिसके बाद कपड़े को पहनने का मन नहीं करता है। ऐसे कपड़ों को धोने के लिए शॉवर जेल का इस्तेमाल करना फायदेमंद हो सकता है क्योंकि यह आपके नाजुक कपड़ों को बिना किसी नुकसान के अच्छे से धो सकता है।

स्टीकर को आसानी से निकालें : अगर किसी नए बर्तन या किसी अन्य चीज पर लगे स्टीकर को निकालना काफी मुश्किल हो रहा है तो आप इस काम को आसान बनाने के लिए शॉवर जेल का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले स्टीकर वाली जगह पर थोड़ा शॉवर जेल लगाकर उसे कुछ मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। ऐसा करने से स्टीकर्स की पकड़ कमजोर हो जाएगी, फिर आप चुटकियों में इस स्टीकर को निकाल सकेंगे।

फेसवॉश के तौर पर करें इस्तेमाल : आप चाहें तो शॉवर जेल का इस्तेमाल फेसवॉश के रूप में भी कर सकते हैं क्योंकि यह काफी जेंटल होता है और कोमलता से चेहरे की गंदगी को दूर कर सकता है। इसके लिए पहले थोड़ा सा शॉवर जेल अपने हाथ में लें और इसे अपने चेहरे पर लगाकर एक से दो मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। अंत में ठंडे पानी से अपना चेहरा धोकर इस पर मॉइश्चराइजर लगा लें।

नॉन स्टिक प्रेशर कुकर को आसानी से साफ करने के लिए अपनाएं ये तरीके

नॉन स्टिक बर्तन के इस्तेमाल से खाना बनाना काफी आसान हो जाता है, लेकिन इनकी सफाई करना थोड़ा मुश्किल होता है। खासतौर से अगर इसमें खाना जल या चिपक जाए तो आप स्क्रब से भी नॉन स्टिक प्रेशर कुकर को साफ नहीं कर सकते हैं क्योंकि इससे यह खराब हो सकता है। इसलिए आज हम आपको कुछ ऐसे घरेलू नुस्खे बताने जा रहे हैं जिन्हें अपनाकर नॉन स्टिक प्रेशर कुकर को आसानी से साफ किया जा सकता है।

बेकिंग सोडा और सिरका आएगा काम: नॉन स्टिक प्रेशर कुकर को साफ करने के लिए बेकिंग सोडा और सिरके के मिश्रण का इस्तेमाल किया जा सकता है। इसके लिए पहले इन दोनों को एक कटोरी में मिलाकर गाढ़ा घोल बनाएं, फिर इस घोल को प्रेशर कुकर की गंदी जगह पर लगाकर 15 से 20 मिनट के लिए छोड़ दें। इसके बाद नॉन स्टिक प्रेशर ककुर को धोएं और माइक्रोफाइबर से पोंछकर स्टोर करें।

नींबू भी है मददगार : अगर आप चाहें तो नॉन स्टिक प्रेशर कुकर को साफ करने के लिए नींबू का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले कुकर में पानी भरें, फिर इसमें आधा नींबू काटकर निचोड़ें। अब इस पानी को अच्छे से उबालें और इसको 10-15 मिनट के लिए कुकर में ही छोड़ दें। इसके बाद पानी को फेंक दें। ऐसा करने से कुकर की सफाई होने के साथ-साथ खराब गंध भी दूर हो जाएगी।

गुनगुने पानी और डिशवॉश लिक्विड का करें इस्तेमाल : नॉन स्टिक प्रेशर कुकर की सफाई के लिए आप गुनगुने पानी और डिशवॉश लिक्विड का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए पहले एक कप गुनगुने पानी में थोड़ा सा डिशवॉश लिक्विड अच्छे से मिलाएं, फिर इस मिश्रण को कुकर में डालकर कुछ मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। इसके बाद कुकर को हल्के गर्म पानी से धोएं और अंत में कुकर को माइक्रोफाइबर कपड़े से पोंछकर स्टोर करें।

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 *साध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

—प्रबंधक विज्ञापन

घर पर ही कर सकती है प्रोफेशनल मेकअप

कोरोना महामारी के कारण लंबे समय तक लोग पार्टियों और शादियों में नहीं जा पा रहे थे, लेकिन अब धीरे-धीरे सब चीजें पटरी पर आ रही है। शादियों का सीजन शुरू होने वाला है, आपको भी किसी न किसी की शादी में शिरकत जरूर करनी होगी। लेकिन सुरक्षा का भी ख्याल रखना जरूरी है, क्योंकि कोरोना का कहर अभी खत्म नहीं हुआ है। अगर आपको पार्टी में जाना है और सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए आप पार्लर में जाकर मेकअप नहीं करवाना चाहती है, तो हम आपको कुछ ऐसे प्रोफेशनल मेकअप टिप्स के बारे में बता रहे है जिन्हें अपनाकर आप इस वेडिंग सीजन में बिलकुल पार्लर जैसा प्रोफेशनल मेकअप कर सकती है, तो आइए जानते हैं टिप्स-

1. प्राइमर से करें मेकअप की शुरुआत - प्रोफेशनल मेकअप में इस बात का ख्याल रखें कि आपके मेकअप की शुरुआत प्राइमर के साथ होनी चाहिए। ताकि आपका मेकअप लंबे समय तक बना रहें।

2. फाउंडेशन - अब बारी है फाउंडेशन की इस बात का ख्याल रखें कि स्किन से मैच करता फाउंडेशन का इस्तेमाल करें। ऐसे में आपका मेकअप बिलकुल नेचुरल दिखाई देगा। अगर आप अपनी त्वचा से मैच करता हुआ फाउंडेशन नहीं लेती है, तो आपका पूरा लुक बिगड़ सकता है। आपका फेस पर पैच नजर आ सकते है।

3. आईलाइनर - आईलाइनर आपकी आंखों को बेहद खूबसूरत लुक देने में आपकी मदद करता है, आप चाहे तो कलरफुल पेंसिल लगा सकती हैं। आजकल दो कलर की आई पेंसिल भी काफी पसंद की जा रही है।

4. मस्कारा - आंखों की पलकों को लंबा और घना करने के लिए मस्कारा जरूर लगाएं। इससे आपकी आंखों की पलकें अलग-अलग और लंबी नजर आएगी।

5. लिपस्टिक - लिपस्टिक आपको लुक में चार चांद लगाने का काम करती है, इन दिनों न्यूड शेड्स काफी चलन में है। अगर आप न्यूड शेड्स ज्यादा पसंद नहीं करती है, तो आप बोल्ड रेड लिप शेड भी ट्राई कर सकती है।

मुंह की दुर्गंध से हैं परेशान, घर पर बनाएं नेचुरल माउथवॉश

कई लोगों के मुंह से बदबू आती है। हालांकि इसके कई कारण हो सकते हैं। जैसे पेट साफ ना होना, सही से ब्रश ना करना, दांतों का सड़ना और धूम्रपान, मसूड़ों की बीमारी, साइनस आदि। हालांकि मुंह की बदबू का पहला कारण बैक्टीरिया होते हैं। ऐसे में खाना खाने के बाद माउथवॉश करना बहुत जरूरी होता है। यूं तो बाजार में कई तरह के माउथवॉश मिल जाते हैं, लेकिन आप घर में मौजूद सामान से इसे आसानी से बना सकते हैं। आइए जानें इस बारे में....

एक्सपर्ट्स के मुताबिक, मुंह की बदबू को दूर करने के लिए आप दालचीनी और लौंग का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसे बनाने के लिए पानी में 10-15 बूंद दालचीनी और लौंग का तेल डाल दें। इसे एक बोतल में रख लें और माउथवॉश की तरह इस्तेमाल करें।

एप्पल सिरका का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। यह दांतों के लिए बेहद लाभकारी होता है। इसके लिए 1 कप गर्म पानी में 3 चम्मच एप्पल सिरका अच्छे से मिलाएं और ब्रश करने के बाद इस्तेमाल करें। यह बदबू के साथ दांतों की सड़न दूर करने में मदद कर सकता है।

मुंह की बदबू से परेशान हैं, तो बेकिंग सोडा की मदद लें। माउथवॉश बनाने के लिए आधा गिलास पानी में आधा चम्मच बेकिंग सोडा मिलाएं। इसे स्टोर कर के रख लें और माउथ वॉश की तरह इस्तेमाल करें। माउथ वॉश में टी ट्री और पुदीना ऑयल का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए एक कप पानी में 8-10 पुदीना और टी ट्री ऑयल मिलाएं और अच्छी तरह से मिक्स करें। बाद में एक चम्मच बेकिंग सोडा मिला दें और माउथवॉश की तरह इस्तेमाल करें।

शब्द सामर्थ्य - 95

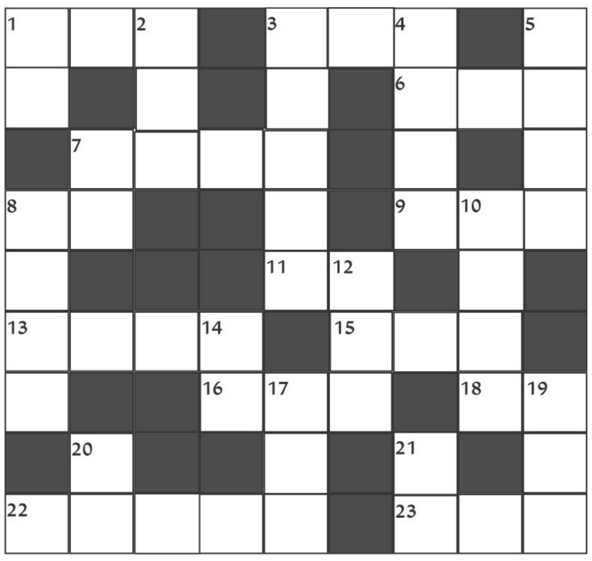
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. हदर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 94 का हल

चु	स्त		मु		सं	स्था	न	
ग		म	र्दा	न	गी		त	म
ली	प	ना			त	न		
	ना	ना					ज	
मा	ह		रा		सा	ज	न	
न		स	ह	दे	व		म	द
व		म		व	न	ज		ल
ता	क	त	व	र		मी		द
	ल	ल	क		क	र	त	ल

कंगना रनौत की इमरजेंसी का ट्रेलर हुआ रिलीज

कंगना रनौत स्टारर पॉलिटिकल ड्रामा फिल्म इमरजेंसी का इंतजार एक्ट्रेस के फैंस को बेसब्री से है। फिल्म इमरजेंसी से पोस्टर और टीजर जारी होने के बाद अब फिल्म का ट्रेलर रिलीज हो गया है। कंगना रनौत ने हाल ही में इमरजेंसी के ट्रेलर की रिलीज डेट से पर्दा हटाया था। इमरजेंसी का ट्रेलर की शुरुआत से ही जोश से भरा है। कंगना रनौत बतौर पूर्व प्रधानमंत्री श्रीमति इंदिरा गांधी के रोल में अपना काम बखूबी निभा रही हैं। इसके अलावा ट्रेलर में आपातकाल और विपक्षी के नेताओं के सीन को दिखाया है। ट्रेलर में इंदिरा गांधी द्वारा साल 1975 में लगाए आपातकाल और उनके काम पर उंगली उठाने वाले सीन की भरमार है। ट्रेलर में लगभग सभी स्टारकास्ट का काम सामने आ चुका है। वहीं, इमरजेंसी के ट्रेलर रिलीज से पहले कंगना रनौत ने एक पोस्ट जारी किया है।

इस पोस्ट में कंगना ने लंबे चौड़े नोट के साथ अपनी कुछ तस्वीरें शेयर की हैं। इन तस्वीरों को शेयर कर कंगना ने लिखा है, बड़ी स्क्रिन पर फिल्म देखने के आइडिया के कॉन्स्पेशन से, फिल्ममेकर होने से बड़ी कोई चीज नहीं है, आज बेहद खास दिन है, क्योंकि आज मेरे डायरेक्शन में बनी फिल्म इमरजेंसी का ट्रेलर रिलीज होने जा रहा है, खुश हूं अपना काम आप सभी को दिखाने के लिए, फिल्म में आपकी भागीदारी का इंतजार है, इससे ज्यादा कुछ और नहीं चाहिए, बतौर स्टोरी टेलर मेरे दुनिया में आपका स्वागत है, इमरजेंसी 6 सितंबर को रिलीज होगी। फिल्म इमरजेंसी में कंगना रनौत भारत की पहली महिला प्रधानमंत्री श्रीमति इंदिरा गांधी का रोल प्ले करने जा रही हैं। फिल्म में दिवंगत एक्टर सतीश कौशिक को जगजीवन राम, विशाक नायर को संजय गांधी, मिलिंद सोमन को सैम मानेकशॉ, महिमा चौधरी को पुपुल जयाकर, श्रेयस तलपड़ को अटल बिहारी वाजपेयी और अनुपम खेर को जेपी नारायण के रोल में देखा जाएगा।

मुफासा-द लायन किंग का हिंदी ट्रेलर हुआ रिलीज

बॉलीवुड के बादशाह शाहरुख खान एक बार फिर से डिजनी की बहुप्रतीक्षित फिल्म 'मुफासाः द लायन किंग' में मुफासा के किरदार में नजर आएंगे। फिल्म का हिंदी ट्रेलर रिलीज़ हो चुका है जिसमें न सिर्फ शाहरुख खान की वापसी देखने को मिल रही है बल्कि उनके बेटे आर्यन और अबराम भी इस फिल्म से बॉलीवुड डेब्यू कर रहे हैं। ट्रेलर में जहां आर्यन खान ने सिम्बा को अपनी आवाज दी है वहीं अबराम ने युवा मुफासा की आवाज़ दी है। बारी जेन्किंस द्वारा निर्देशित यह फिल्म भारत में 20 दिसंबर को अंग्रेज़ी, हिंदी, तमिल और तेलुगु भाषाओं में रिलीज़ होगी। फिल्म और अपने बेटों के साथ काम करने के बारे में बात करते हुए शाहरुख खान ने कहा, मुफासाः द लायन किंग, मुफासा के जीवन को बचपन से लेकर एक अद्भुत राजा बनने तक दिखाती है, और इस किरदार को फिर से निभाना असाधारण रहा है। डिजनी के साथ मेरा यह एक विशेष सहयोग है, खासकर इसलिए क्योंकि मेरे बेटे आर्यन और अबराम इस यात्रा का हिस्सा हैं और उनके साथ इस अनुभव को साझा करना वास्तव में सार्थक है। फैंस इस फिल्म का बेसब्री से इंतज़ार कर रहे हैं और शाहरुख खान के साथ उनके बेटों की जोड़ी को देखने के लिए उत्सुक हैं।शाहरुख खान को बड़े पर्दे पर आखिरी बार जवान फिल्म में देखा गया था और यह फिल्म बॉक्स ऑफिस पर ब्लॉकबस्टर साबित हुई थी। उनकी आगामी फिल्म किंग है जिसमें वे बेटी सुहाना के साथ दिखाई देंगे।

शिवकार्तिकेयन और साई पल्लवी की फिल्म अमरन 31 अक्टूबर को होगी रिलीज

साई पल्लवी, शिवकार्तिकेयन की अमरन की रिलीज डेट तय हो गई है। शिवकार्तिकेयन और साई पल्लवी की फिल्म अमरन 31 अक्टूबर को रिलीज होने जा रही है, इसलिए देशभक्ति के जोश से भरी दिवाली के लिए तैयार हो जाइए। यह फिल्म भारतीय सेना की राजपूत रेजिमेंट के एक कमीशन प्राप्त अधिकारी मेजर मुकुंद वरदराजन के जीवन पर आधारित एक बायोग्राफिकल ड्रामा है, जो बहादुरी और बलिदान के लिए एक शक्तिशाली श्रद्धांजलि है।

आतंकवाद विरोधी अभियान के दौरान अपनी वीरता के लिए मरणोपरांत अशोक चक्र से सम्मानित मेजर वरदराजन को शिवकार्तिकेयन ने जीवंत किया है, जो उनकी सामान्य हास्य भूमिकाओं से हटकर है। साई पल्लवी इस मार्मिक कहानी में उनके साथ शामिल होती हैं, और इस परियोजना में अपने निर्विवाद करिश्मे और अभिनय कौशल को जोड़ती हैं। अमरन के लिए उत्सुकता लगातार बढ़ रही है, निर्माताओं ने फिल्म की तीव्रता की झलकियों के साथ प्रशंसकों को चिढ़ाया है। आधिकारिक रिलीज की तारीख की घोषणा के साथ-साथ शिवकार्तिकेयन की विशेषता वाले एक भयंकर पोस्टर की हाल ही में रिलीज ने उत्साह को और बढ़ा दिया है। अमरन उद्योग के दिग्गजों का एक संयुक्त प्रयास है, जिसमें निर्देशक राजकुमार पेरियासामी (जिन्हें रंगून के लिए जाना जाता है), उलगनयागन कमल हासन, आर महेंद्रन और सोनी पिक्चर्स इंटरनेशनल प्रोडक्शंस शामिल हैं, जो इस परियोजना को बड़े पैमाने पर समर्थन दे रहे हैं। संगीत स्कोर प्रतिभाशाली जीवी प्रकाश कुमार द्वारा रचित है। अपनी बहुभाषी रिलीज के साथ, अमरन पूरे भारत और उसके बाहर दर्शकों तक पहुंचने के लिए तैयार है, जो वीरता और देशभक्ति का संदेश फैलाएगा। मेजर मुकुंद वरदराजन की प्रेरक कहानी से प्रभावित होने और इस दिवाली अमरन की सिनेमाई चमक का अनुभव करने के लिए तैयार हो जाइए।

पिंक आउटफिट में दिखा दिव्या खोसला का बार्बी अवतार

बॉलीवुड की मशहूर एक्ट्रेस और फिल्मकार दिव्या खोसला कुमार हमेशा किसी न किसी कारण के चलते लाइमलाइट में रहती है। दिव्या फैंस के बीच अपने लुक्स के कारण भी काफी चर्चा में रहती हैं। अक्सर उनका बेहद सिजलिंग लुक उनके फोटोशूट्स और गानों में देखने को मिलता रहता है।

दिव्या खोसला का पिंक आउटफिट में स्टनिंग अवतार सोशल मीडिया पर धूम मचा रहा है. अपनी फिल्म सावी की सफलता का जश्न मनाते हुए, दिव्या ने पिंक शॉर्ट ड्रेस में तस्वीरें साझा की हैं, जिसमें वह किसी बार्बी डॉल की तरह नजर आ रही हैं. यह फिल्म थिएटर के बाद अब नेटफ्लिक्स पर भी दर्शकों द्वारा खूब पसंद की जा रही है, जिसमें दिव्या ने एक महत्वपूर्ण किरदार निभाया है. तस्वीरों के साथ दिव्या ने कैप्शन में लिखा, मैं बार्बी गर्ल हूँ, मेरी सावी दुनिया में, सावी सक्सेस पार्टी, जिससे साफ जाहिर होता है कि वह अपनी फिल्म की सफलता से बेहद खुश हैं. उनके इस नए अवतार और फिल्म की सफलता ने उनके फैंस को भी उत्साहित कर दिया है, और सोशल मीडिया पर उनकी तारीफों की बाढ़ आ गई है. बॉलीवुड अभिनेत्री दिव्या खोसला कुमार ने अपनी फोटोज से बोल्डनेस का तडक़ा लगा कर फैंस को मदहोश देती है। अपनी खूबसूरती से कायल करने वाली अदाकारा दिव्या खोसला कुमार सोशल मीडिया पर काफी सुर्खियां बटोरती रहती है।

कमल हासन की फिल्म इंडियन 2 ने सिनेमाघरों के बाद ओटीटी पर दस्तक दी

कमल हासन की फिल्म इंडियन 2 कुछ वक्त पहले सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी। फिल्म के रिलीज होने से पहले मेकर्स को पूरी उम्मीद थी कि यह फिल्म भी उसी तरीके से कमाल करेगी जिस तरीके से इंडियन ने किया था। हालांकि फिल्म फ्लॉप हो गई और लोगों को यह बिल्कुल भी पसंद नहीं आई। इसके बाद इस फिल्म को ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज किया जाना था। फिल्म के थिएटर्स में रिलीज होने से पहले ही इसे नेटफ्लिक्स ने खरीद लिया था। इंडियन 2 ओटीटी पर भी आ गई थी, लेकिन इसमें एक पेंच था जो कि अब सुलझ गया है। चलिए जानते हैं।

इंडियन 2 नेटफ्लिक्स पर रिलीज हो गई, लेकिन यह सिर्फ रीजनल लैंग्वेंज में थी। इसे हिंदी में रिलीज नहीं किया गया था। लेकिन अब इंडियन 2 को ओटीटी पर हिंदी में भी रिलीज कर दिया गया है। तो जो लोग घर से बाहर नहीं जाना चाहते हैं वह घर बैठे इस फिल्म का लुत्फ उठा सकते हैं। इंडियन 2 का डायरेक्शन शंकर ने किया है। मेकर्स को लगा था कि इंडियन 2 1996 में आई इंडियन की तरह धमाल मचाएगी, लेकिन हुआ इसका उल्टा। फिल्म बॉक्स ऑफिस पर धराशाई हो गई। 250 करोड़ के बजट में बनी यह फिल्म अपना बजट भी नहीं निकाल पाई थी। नेटफ्लिक्स ने 120 करोड़ रुपये में इंडियन 2 के राइट्स खरीदे थे। लेकिन फिल्म के ऐसे हालात देखने के बाद वह भी अपने आधे पैसे वापस मांगने लगे। हालांकि इंडियन 2 9 अगस्त को ओटीटी पर रिलीज की जा चुकी है।

कमल हासन के वर्कफ्रंट की बात करें तो इंडियन 2 से पहले अभिनेता फिल्म कल्कि 2898 एडी में नजर आए थे। इसके अलावा कमल हासन 'ठग लाइफ' में भी नजर आने वाले हैं। ठग लाइफ का इस फिल्म का निर्देशन फिल्ममेकर मणिरत्नम कर रहे हैं। ठग लाइफ से कमल हासन का लुक भी सामने आ चुका है, जिसे लोग खूब पसंद कर रहे हैं। यह फिल्म इस साल के आखिरी तक थिएटर्स में रिलीज हो सकती है।

नेटफ्लिक्स की मल्टीस्टारर सीरीज में दिखेंगे भूमि पेडनेकर - ईशान खट्टर

भूमि पेडनेकर, ईशान खट्टर और जीनत अमान स्टारर नेटफ्लिक्स सीरीज द रॉयल्स का अनाउंसमेंट हो चुका है जिसकी पहली झलक सामने आई है। नेटफ्लिक्स ने हाल ही में अपने ऑफिशियल सोशल मीडिया अकाउंट पर द रॉयल्स की झलक शेयर की जिसमें हम कई सितारों को रॉयल्टी को प्रेजेंट करते हुए देखा जा सकता है। यह शो जल्द ही नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम होगा।

नेटफ्लिक्स ने अपने ऑफिशियल अकाउंट पर शो की पहली झलक शेयर करते हुए कैप्शन लिखा, आपकी आंखों के लिए एक शाही दावत, द रॉयल्स की घोषणा, जल्द ही आ रही है केवल नेटफ्लिक्स पर। इस सीरीज में ईशान खट्टर, भूमि पेडनेकर, जीनत अमान, साक्षी तंवर, नोरा फतेही, मिलिंद, डिनो मोरिया, चंकी पांडे, विहान सामत जैसे सितारे नजर आने वाले हैं। नेटफ्लिक्स ने जैसे ही द रॉयल्स की अनाउंसमेंट की नेटिजन्स ने कमेंट सेक्शन में अपनी एक्साइटमेंट दिखाई। एक ने लिखा- वॉव कितना खूबसूरत है अब और इंतजार नहीं कर सकते। एक ने लिखा- शो ऑफ द ईयर। एक ने कमेंट किया-वाह मैं इसके लिए काफी एक्साइटेड हूं। एक ने कमेंट किया-ट्रेलर देखकर लग रहा है शो कितना सही होगा।

द रॉयल्स को फोर मोर शॉट्स प्लीज फेम नूपुर अस्थाना और द नाइट मैनेजर फेम प्रियंका घोष ने निर्देशित किया है। फिलहाल शो की रिलीज डेट सामने नहीं आई है लेकिन यह जल्द ही नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम होगा।

गोंड रानी कमलापतिः भोपाल की अन्तिम हिन्दू रानी

शिवराज सिंह चौहान

इतिहास के पन्नों को पलटने से ज्ञात होता है कि 1600 से सन् 1715 तक गिन्नौरगढ़ किले पर गोंड राजाओं का आधिपत्य् रहा तथा भोपाल पर भी उन्हीं का शासन था। गोंड राजा निज़ाम शाह की सात पत्नियाँ थीं, जिनमें कमलापति सबसे सुंदर थीं। उनकी इच्छा से तालाब के तट पर एक महल का निर्माण किया गया, जो सन् 1702 में पूर्ण हुआ, जिसे आज रानी कमलापति महल के नाम से जाना जाता है। आज इसके अवशेष छोटे और बड़े तालाब के पार्क में देखे जाते हैं। ईसवी सन् 1989 से भारतीय पुरातत्व विभाग ने इस महल को अपने संरक्षण में ले लिया। इसमें एक छोटी चित्र प्रदर्शनी भी है।

गोंड समुदाय का राजवंश गिन्नौरगढ़ से बाड़ी तक फैला हुआ था। उनका साम्राज्य गढ़ा कटंगा (मंडला) 52 गढ़ के आधिपत्य में था। रायसेन किला ईस्वी सन् 1362 से 1419 तक 57 वर्ष राजा रायसिंह के आधिपत्य में था। यह किला इनके द्वारा बनवाया गया था। ईस्वी 14वीं में जगदीशपुर (इस्लाम नगर) में गोंड राजाओं का आधिपत्य रहा। इस महल को भी गोंड राजाओं के द्वारा बनवाया गया था। सन् 1715 में अंतिम गौंड राजा नरसिंह देवड़ा रहे। भोपाल शाही ईस्वी 476 से 533 लगभग 60 वर्षों तक इनका शासन रहा। गोंड समाज के प्रथम धर्मगुरू पारी कुपार लिंगो बाबा ने पाँच देव सगा समाज वाले के लिये बैरागढ़ का स्थान निश्चित किया था। तभी से गोंडवाना समाज के लोग बैरागढ़ से हजारों किलोमीटर की दूरी पर निवास करने के बावजूद भी बैरागढ़ में बड़ा देव की पूजा-अर्चना करने आते हैं। यह गोंडों का सबसे बड़ा देव-स्थल है।

बाड़ी जिला रायसेन का अंतिम शासक चैन सिंह 16वी ईस्वीं में रहा। ईसवी 16वी सदी में सलकनपुर जिला सीहोर रियासत के राजा कृपाल सिंह सरौतिया थे। उनके शासन काल में वहाँ की प्रजा बहुत खुश और समपन्न थी। उनके यहाँ एक खूबसूरत कन्या का जन्म हुआ। वह बचपन से ही कमल की तरह बहुत सुंदर थी। उसकी सुंदरता को देखते हुए उसका नाम कमलापति रखा गया। वह बचपन से ही बहुत बुद्धिमान और साहसी थी और शिक्षा, घुड़सवारी, मल्लयुद्ध, तीर-कमान चलाने में उसे महारत हासिल थी। वह अनेक कलाओं में पारंगत होकर कुशल प्रशिक्षण प्राप्त कर सेनापति बनी। वह अपने पिता के सैन्य बल के साथ और अपने महिला साथी दल के साथ युद्धों में शत्रुओं से लोहा लेती थी। पड़ोसी राज्य अकसर खेत, खलिहान, धन-सम्पत्ति लूटने के लिए आक्रमण किया करते थे और सलकनपुर राज्य की देख-रेख करने की पूरी जिम्मेदारी राजा कृपाल सिंह सरौतिया और उनकी टी राजकुमारी कमलापति की थी, जो आक्रमणकारियों से लोहा लेकर अपने राज्य की रक्षा करती रही।

राजकुमारी धीरे-धीरे बड़ी होने लगी और उसकी खूबसूरती की चर्चा चारों दिशाओं में होने लगी। इसी सलकनपुर राज्य में बाड़ी किले के जमींदार का लड़का चैन सिंह जो राजा कृपाल सिंह सरौतिया का भांजा लगता था, वह राजकुमारी कमलापति से विवाह करने की इच्छा रखता था। लेकिन उस छोटे से गाँव के जमीदार से राजकुमारी कमलापति ने शादी करने से मना कर दिया।

16वीं सदी में भोपाल से 55 किलो मी. दूर 750 गाँवों को मिलाकर गिन्नौरगढ़ राज्य बनाया गया, जो देहलावाड़ी के पास आता है। इसके राजा सुराज सिंह शाह (सलाम) थे। इनके पुत्र निजामशाह थे, जो बहुत बहादुर, निडर तथा हर कार्य-क्षेत्र में निपुण थे। उन्हीं से रानी कमलापति का विवाह हुआ।

राजा निजाम शाह ने रानी कमलापति के प्रेम स्वरूप ईस्वी 1700 में भोपाल में सात मंजिला महल का निर्माण करवाया, जो लखौरी ईंट और मिट्टी से बनवाया गया था। यह सात मंजिला महल अपनी भव्यता, सुंदरता और खूबसूरती से लिए प्रसिद्ध था।रानी कमलापति का वैवाहिक जीवन काफी खुशहाल व्यतीत हो रहा था। वह अपना वैवाहिक जीवन हँसी-खुशी के साथ राजा निजामशाह के साथ व्यतीत कर रही थी। उनको एक पुत्र की प्राप्ति हुई, जिसका नाम नवल शाह था।

बाड़ी किले के जमींदार का लड़का चैन सिंह राजा निजामशाह का भतीजा था। वह राजकुमारी कमलापति की शादी होने के बावजूद भी अभी उससे विवाह करने की इच्छा रखता था। उसने अनेक बार राजा निजामशाह को मारने की कोशिश की, जिसमें वह असफल रहा। एक दिन प्रेम पूर्वक उसने राजा निजामशाह को भोजन पर आमंत्रित किया और भोजन में जहर देकर उनकी धोखे से हत्या कर दी। राजा निजामशाह की मौत की खबर से पूरे गिन्नौरगढ़ में खलबली हो गई। चैनसिंह ने रानी कमलापति को अकेले जानकर उन्हें पाने की नीयत से गिन्नौरगढ़ के किले पर हमला कर दिया। रानी कमलापति ने उस समय अपने कुछ वफादारों और 12 वर्षीय बेटे नवलशाह के साथ भोपाल में बने इस महल में छुप जाने का निर्णय लिया, जो उस समय सुरक्षा की दृष्टि से काफी महत्वपूर्ण था। कुछ दिन भोपाल में समय बिताने के बाद रानी कमलापति को पता चला कि भोपाल की सीमा के पास कुछ अफगानी आकर रूके हुए हैं, जिन्होंने जगदीशपुर (इस्लाम नगर) पर आक्रमण कर उसे अपने कब्जे में ले लिया था। इन अफगानों का सरदार दोस्त मोहम्मद खान था, जो पैसा लेकर किसी की तरफ से भी युद्ध लड़ता था। लोक मान्यता है कि रानी कमलापति ने दोस्त मोहम्मद को एक लाख मुहरें देकर चैनसिंह पर हमला करने को कहा।

दोस्त मोहम्मद ने गिन्नौरगढ़ के किले पर हमला कर दिया जिसमें चैनसिंह मारा गया और किले को हड़प लिया गया। रानी कमलापति को अपने छोटे बेटे की परवरिश की चिंता थी इसीलिए उन्होंने दोस्त मोहम्मद के इस कदम पर कोई आपत्ति नहीं जताई। दोस्त मोहम्मद अब सम्पूर्ण भोपाल की रियासत पर कब्जा करना चाहता था। उसने रानी कमलापति को अपने हरम (धर्म) में शामिल होने और शादी करने का प्रस्ताव रखा। वह वास्तव में रानी को अपने हरम में रखना चाहता था।

दोस्त मोहम्मद खान के इस नापाक इरादे को देखते हुए रानी कमलापति का 14 वर्षीय बेटा नवल शाह अपने 100 लड़ाकों के साथ लाल घाटी में युद्ध करने चला गया। इस घमासान युद्ध में दोस्त मोहम्मद खान ने नवल शाह को मार दिया। इस स्थान पर इतना खून बहा कि यहाँ की जमीन लाल हो गई और इसी कारण इसे लाल घाटी कहा जाने लगा। इस युद्ध में रानी कमलापति के 2 लड़के बच गये थे, जो किसी तरह अपनी जान बचाते हुए मनुआभान की पहाड़ी पर पहुँच गये। उन्होंने वहाँ से रानी कमलापति को काला धुंआ कर संकेत किया कि %हम युद्ध हार गये हैं और आपकी जान को खतरा है।%

रानी कमलापति ने विषम परिस्थिति को देखते हुए अपनी इज्जत को बचाने के लिए बड़े तालाब बाँध का सँकरा रास्ता खुलवाया जिससे बड़े तालाब का पानी रिसकर दूसरी तरफ आने लगा। इसे आज छोटा तालाब के रूप में जाना जाता हैं। इसमें रानी कमलापति ने महल की समस्त धन-दौलत, जेवरात, आभूषण डालकर स्वयं जल-समाधि ले ली।

दोस्त मोहम्मद खान जब तक अपनी सेना को साथ लेकर लाल घाटी से इस किले तक पहुँचा उतनी देर में सब कुछ खत्म हो गया था। दोस्त मोहम्मद खान को न रानी कमलापति मिली और न ही धन-दौलत। जीते जी उन्होंने भोपाल पर परधर्मी को नहीं बैठने दिया। स्रोतों के अनुसार रानी कमलापति ने सन् 1723 में अपनी जीवन-लीला खत्म की थी। उनकी मृत्यु के बाद दोस्त मोहम्मद खान के साथ ही नवाबों का दौर शुरू हुआ और भोपाल में नवाबों का राज्य हुआ।

नारी अस्मिता और अपनी संस्कृति की रक्षा के लिए रानी कमलापति ने जल-समाधि लेकर इतिहास में अमिट स्थान बनाया है। उनका यह कदम उसी जौहर परंपरा का पालन था, जिसमें हमारी नारी शक्ति ने अदम्य साहस के साथ अपनी अस्मिता, धर्म और संस्कृति को बचाया है। उसी परंपरा का निर्वाह करते हुए रानी कमलापति ने भी जीवित रहते अपनी नारी गरिमा को विधर्मियों से बचा लिया और पीढ़ियों के लिए यह प्रेरणा प्रदान की कि अपने धर्म की रक्षा के लिए किसी को भी बलिदान देने से पीछे नहीं हटना चाहिए।

गोंड रानी कमलापति आज तीन सौ वर्ष बाद भी प्रासंगिक हैं और उनके बलिदान का सम्मान करके हम कृतज्ञ हैं। भोपाल का हर हिस्सा उनकी कहानी सुनाता है। यहाँ के तालाबों के पानी में उनके बलिदान की गूंज आज भी सुनी जा सकती है। ऐसा लगता है मानो वे स्वयं यहाँ की कल-कल धारा हैं। गोंड रानी अब पानी बनकर भोपाल की रवानी में अविरल बहती हैं।

सू- दोकू क्र.95

	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 9वर्गों 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.94का 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

वैज्ञानिक सोच से भारत निर्माण के शिल्पकार थे नेहरू

भूपेन्द्र गुप्ता

देश के पहले प्रधानमंत्री पंडित जवाहरलाल नेहरू एक मानवतावादी,बहुलतावादी समतावादी और वैश्विक सोच के साथ देश गढ़ने वाले शिल्पकार थे।उनकी इसी सोच ने ही उन्हें दुनिया का नेता बनाया था ।उनके इस सोच ने ही चर्चिल को गलत सिद्ध किया जो कहता था कि ये लंपट हिन्दुस्तानी देश क्या चलायेंगे,गिड़गिड़ा के वापिस आयेंगे।

नेहरू जी की मृत्यु के 57साल बाद आज भी उन पर तीखे हमले हो रहे हैं ।क्योंकि उनकी नीतियों को आज भी दक्षिणपंथी अपने रास्ते की बाधा मानते हैं।उनकी लीगेसी उन विचार झरनों की रक्षक है जो निर्माण में विश्वास करते हैं। इस पर विचार करना समय की जरुरत है।

जवाहरलाल नेहरू ने हर वो कदम उठाया और उसे संस्थान का रूप दिया जिससे देश में भाषाई,सांस्कृतिक और पारंपरिक दूरी को पाटा जा सके ।यही प्रयोग अंतर्राष्टीय राजनीति में गुटनिरपेक्षता के सिद्धांत से किया और गैर बराबरी के खिलाफ आवाज बुलंद की।स्थानीयता के समानांतर भारतीयता की सोच को ताकत देने और समता का विस्तार ही उनकी नीति थी।

उन्होंने जागीरदारी,जमींदारी,बेगारी प्रथा के उन्मूलन के साथ शोषक ताकतों को भी समाप्त किया,जो छोटे-बड़े और छूत-अछूत की भावना रखने वाले संगठनों के वित्त पोषक थे।खेत पर काम करने वाले मजदूर को उन्होंने मालिक बनाया और ग्रामीण क्षेत्र में आर्थिक गतिविधियों का विस्तार किया। जिससे गांव गुजारा खेती से बाहर निकलकर सरप्लस खेती तक पहुंचे।भारत के गांव, खलिहानों की सीमाओं से निकलकर सामुदायिक भंडारण की दिशा में आगे बढ़े।

नेहरू की सोच सामुदायिक भावना,और सहिष्णुता का विकास करने की थी, जो परस्परता से आत्मनिर्भरता की ओर ले जाती है जिसमें मजदूर से लेकर मालिक तक का रोल निर्धारित है और कानूनों से बंधा है।श्रम कानूनों से लेकर,मोनोपाली कानूनों ने आत्मसम्मान और सुरक्षा का भाव पैदा किया।और देश निर्माण में समतापूर्ण भागीदारी सुनिश्चित की।

भिलाई स्टील प्लांट,वोकारो,भेल,इसरो,विशाखापत्तनम जैसी संस्थाओं ने हर संस्थान में मिनि भारत का निर्माण किया जिससे भारत की हजारों साल की बहुलतावादी संस्कृति को बल मिला।निजीकरण पूंजीवादी समाज पैदा करता है जबकि मिश्रित अर्थव्यवस्था राष्ट्रवादी समाज का।

इन सार्वजनिक उपक्रमों ने न केवल लाखों लोगों को रोजगार दिया बल्कि पूंजी का निर्माण भी किया।1956 में मात्र 5 करोड़ से शुरू हुई जीवन बीमा निगम की आज 38लाख 40हजार करोड़ की संपत्ति है।जीवन बीमा निगम ने एक लाख 14हजार लोगों को नौकरियां दी हैं और भारत सरकार को विगत वर्ष 2666करोड़ डिविडेंट दिया हैनेहरू की इसी नीति के तहत जनरल इंश्यूरेंस कारपोरेशन को 1986 में 100करोड़ से शुरू किया गया था आज उसकी एक लाख 11हजार करोड़ की संपत्ति है।स्टील प्लांटों की स्थापना 1954 में हुई जिनकी आज कुल परिसंपत्ति एक लाख26हजार 927 करोड़ की है और 65 हजार लोगों को नौकरी दी है ।भारत निर्माण की यही तो कहानी है। नेहरू के रोपे इन्हीं पौधों ने देश को छाया दी और दुनिया की पांचवीं बड़ी अर्थव्यवस्था बनाया।

विज्ञान,तकनीकी और शिक्षा, आधुनिक युग की ताकत है,इसे नेहरू ने न केवल समझा बल्कि उसे गति देने में अपनी ताकत झोंक दी।इसरो,भाभा अटामिक सेंटर,आइआईटी,आइआइएम,मेडीकल कालेजों का निर्माण भविष्य के मानव संसाधन के विकास की जरूरत थे।उसे नेहरू जी ने न केवल समझा बल्कि आलोचनाओं की परवाह किये बिना उन्हें आगे बढ़ाया।पंडित नेहरू ने जब भाखरा नंगल बांध बनाया और बिजलीघर स्थापित किया तब तत्कालीन विपक्षी नेता भाषण देते थे कि पानी से बिजली निकालकर नेहरू पानी की ताकत निकाल रहे हैं जैसे कोई दही को मथकर मक्खन निकाल लेता है।इससे खेत बिगड़ जायेंगे।ऐसे गैर वैज्ञानिक दुष्प्रचार का नेहरू हमेशा शिकार रहे,लेकिन वे कल भी समय से आगे खड़े थे और आज भी आगे खड़े हैं।उनकी मृत्यु के 57 साल बाद भी उनकी आलोचना की तीक्ष्णता सिद्ध करती है कि आज भी उनके आलोचक उनसे आगे नहीं निकल पाये हैं।वे उनसे आज भी पीछे हैं और इसी कमतरी की भावना से वे उनके पीछे लगते हैं जबकि नेहरू आज अपना पक्ष रखने इस दुनिया में ही नहीं हैं।

(लेखक स्वतंत्र पत्रकार हैं)

प्रसिद्ध मन्दिरों की घंटियां चोरी करने वाले गैंग के तीन सदस्य गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

पौड़ी। प्रसिद्ध मन्दिरों की घंटियां चोरी करने के मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने तीन शातिरों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से 1.5 लाख रूपये कीमत की 44 घंटियां भी बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते 13 अगस्त को नीलम रावत निवासी सल्ट, धुमाकोट द्वारा थाना धुमाकोट पर एक शिकायती पत्र देकर बताया गया था कि किसी अज्ञात व्यक्ति द्वारा धुमाकोट क्षेत्र के प्रसिद्ध सल्ट महादेव मन्दिर परिसर में लगी घण्टियां कुछ दिन पूर्व चोरी कर दी हैं। वहीं 15 अगस्त को कमलेश प्रसाद अध्यक्ष डांडा नागराजा मन्दिर समिति द्वारा राजस्व पुलिस चौकी कंडवालस्यूं-2 में एक शिकायती पत्र दिया गया कि पौड़ी के प्रसिद्ध डांडा नागराजा मन्दिर में लगी घण्टियों को अज्ञात चोरों द्वारा चोरी कर लिया गया है। जिसके बाद उच्चाधिकारियों के आदेशानुसार राजस्व पुलिस चौकी कंडवालस्यूं-2 में दर्ज मुकदमें को थाना सतपुली को स्थानान्तरित किया गया।

जिले के मन्दिरों में हो रही लगातार घंटी चोरी की घटनाओं को देखते हुए पुलिस के आलाधिकारियों द्वारा पुलिस टीमों का गठन किया गया। जिनके अथक प्रयासों के बाद बीती शाम पुलिस को सूचना मिली कि हरियाणा नम्बर का एक संदिग्ध वाहन धूमाकोट क्षेत्र से दुगड्डा कोटद्वार की तरफ आ रहा है इस सूचना पर सीआईयू पौडी, थाना थलीसैण व थाना धूमाकोट की संयुक्त टीम द्वारा दुगड्डा के पास उक्त वाहन को रोका गया। इस वाहन में तीन व्यक्ति सवार थे। तीनों से पूछताछ करने पर वाहन चालक ने अपना नाम नीरज कौशिक पुत्र मुकेश कौशिक निवासी ग्राम कुलताना थाना-सापला जनपद रोहतक हरियाणा तथा वाहन में बैठे दूसरे व्यक्ति ने अपना नाम विपिन कोहली पुत्र वलवन्त कोहली निवासी ग्राम ढोण्ड, थाना थैलीसैण जनपद पौडी गढवाल व तीसरे ने अपना नाम मूल चन्द पाल पुत्र राम खिलावन निवासी नत्थू जल्ली, थाना डेहरापुर,जनपद कानपुर उत्तर प्रदेश बताया। वाहन चेक किया गया तो वाहन में काफी संख्या में मन्दिर की घण्टियां, कटर, ब्लेड व प्लास बरामद हुये।

पुलिस द्वारा पूछताछ करने पर तीनों द्वारा डांड़ा नागराजा व सल्ट महादेव मन्दिर से घण्टियां चोरी करना स्वीकार किया। साथ ही बताया कि विपिन कोहली जो कि मूल रूप से थलीसैण का रहने वाला है व जिसे आस-पास के मन्दिरों की अच्छी जानकारी है। विपिन द्वारा अपने साथियों नीरज कौशिक व मूल चन्द पाल को बाहर से बुलाया जाता है व मन्दिरों की रेकी करने के बाद रात्रि में कटर, ब्लेड व प्लास की सहायता से घण्टियों को चोरी करके जंगलों में इकट्ठा किया जाता है फिर इन घण्टियों को दिल्ली गाजियाबाद आदि स्थानों पर बेचने का कार्य किया जाता है। आज भी इनके द्वारा घण्टियों को दिल्ली गाजियाबाद बेचने के लिये ले जाया जा रहा था। पूर्व में भी इनके द्वारा गांवों के मन्दिरों में चोरी करना स्वीकार किया गया। बहरहाल पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

पैगम्बर मोहम्मद साहब पर अभद्र टिप्पणी.. पृष्ठ 1 का शेष

और तेज करेगा। खुदा के रसूल पर गलत बयानबाजी करने वाले को बख्शा नहीं जाएगा। कहा कि सरकार शराब का कारोबार कर युवा पीढ़ी को बर्बाद कर रही है। राजस्व बढ़ाने के लिए जगह-जगह शराब की दुकानें खोली जा रही है। मुस्लिम समाज को इससे सतर्क रहने की जरूरत है। आगामी दिनों में दिल्ली में इसको लेकर आंदोलन किया जाएगा।

तालाब में डूबे युवक की मौत पर परिजनों.. पृष्ठ 1 का शेष

कुछ भी कहने से बचते नजर आए। इस संबंध में सीओ रुड़की नरेंद्र पंत का कहना है कि गोवंश संरक्षण स्क्वायड की टीम ने एक स्कूटी सवार को गौ मांस के साथ गिरफ्तार करने का प्रयास किया था लेकिन वह बचने के लिए तालाब में कूद गया। तालाब में डूबने के बाद उसकी मौत हो गई। वहीं परिजनों द्वारा लगाए गए आरोपों पर उन्होंने कहा कि मामले में तहरीर आई है और पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के बाद पूरी तरह जांच कर आगे की कार्रवाई की जाएगी।

सर-बडियार/सरनौल-सौत्तरी से सरुताल तक ट्रेक को 'ट्रेक ऑफ द ईयर' घोषित किए जाने पर सीएम का आभार जताया

कार्यालय संवाददाता

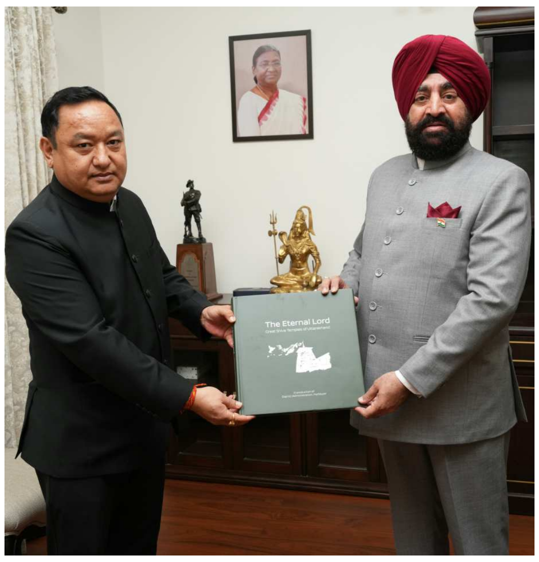
देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से रविवार को जी.टी.सी हेलीपैड, देहरादून में पुरोला विधानसभा से आए प्रतिनिधि मंडल ने मुलाकात की। इस अवसर पर प्रतिनिधि मंडल ने राज्य सरकार द्वारा जनपद उत्तरकाशी के सर बडियार/सरनौल - सौत्तरी से सरूताल तक ट्रेक को ट्रेक ऑफ द ईयर घोषित किए जाने पर मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया।

विधायक पुरोला दुर्गेश्वर लाल ने मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि सर-बडियार/सरनौल - सौत्तरी से सरूताल तक ट्रेक को ट्रेक ऑफ द ईयर घोषित किए जाने के बाद पुरोला क्षेत्र को नई पहचान मिलेगी। इससे क्षेत्र में रोजगार के अवसर पैदा होंगे एवं ट्रैक मार्ग पर पर्यटकों एवं ट्रैक्टर्स की संख्या बढ़ेगी। ट्रेक ऑफ द ईयर घोषित होने से क्षेत्र में बुनियादी विकास सुविधाओं को भी विकसित किया जाएगा एवं ग्रामीण क्षेत्रों से पलायन रुकेगा, जिससे क्षेत्र के लोग काफी उत्साहित हैं।

भाजपा जिला अध्यक्ष (उत्तरकाशी) सतेंद्र सिंह राणा ने कहा कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी, उत्तरकाशी के विकास के लिए हमेशा अग्रसर रहते हैं। उत्तरकाशी जिले में ट्रेक ऑफ द ईयर घोषित होने से क्षेत्र के विकास को नई मजबूती मिलेगी। इससे उत्तरकाशी क्षेत्र में पर्यटन गतिविधियों को बढ़ावा मिलेगा एवं दूरस्थ क्षेत्र में सुविधाओं का विस्तार होगा। बड़ी संख्या में ट्रैकर्स के आने पर क्षेत्र के युवा होमस्टे एवं स्वरोजगार को अपना कर उत्तरकाशी के साथ ही राज्य की आर्थिकी को मजबूत करेंगें।

इस दौरान भाजपा प्रदेश मीडिया प्रभारी मनवीर सिंह चौहान, धर्मवीर ज्याडा, अरविंद ज्याडा, कैलाश रावत, जगवीर सिंह रावत, चिरंजीव सेमवाल एवं अन्य लोग उपस्थित रहे।

जिलाधिकारी हरिद्वार, धीराज सिंह गर्ब्याल ने राज्यपाल से की शिष्टाचार भेंट



देहरादून (कासं)। राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) से शनिवार को राजभवन में जिलाधिकारी हरिद्वार धीराज सिंह गर्ब्याल ने शिष्टाचार भेंट की। उन्होंने राज्यपाल को जिला प्रशासन हरिद्वार द्वारा उत्तराखंड में स्थित भगवान शिव मंदिरों पर आधारित कॉफी टेबल बुक दि एटर्नल लॉर्ड- ग्रेट शिव टेम्पल्स ऑफ उत्तराखण्ड भेंट की। यह पुस्तक भगवान शिव के महानतम स्वरूप सदाशिव से प्रेरित है। इस पुस्तक में उत्तराखण्ड राज्य में स्थित भगवान शिव के लगभग सभी मन्दिरों की पौराणिक एवं एतिहासिक जानकारियां, महत्व, मन्दिरों की स्थिति के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई है। यह पुस्तक राज्य में आने वाले शिव भक्तों के लिए बेहद उपयोगी साबित होगी। इस किताब के सहयोग से शिव भक्त उत्तराखण्ड राज्य में स्थित शिव मन्दिरों की जानकारी आसानी से प्राप्त कर सकते हैं तथा मंदिरों तक आसानी से पहुंच सकते हैं। राज्यपाल ने इस प्रकार के अभिनव प्रयास के लिए जिला प्रशासन हरिद्वार की सराहना की।

उत्तरकाशी के गाजणा मण्डल में भाजपा सदस्यता अभियान कार्यशाला का आयोजन

कार्यालय संवाददाता

उत्तरकाशी। भारतीय जनता पार्टी उत्तरकाशी के गाजणा मण्डल में आज सदस्यता अभियान कार्यशाला का आयोजन सरस्वती विद्या मंदिर स्कूल धोंतरी में किया गया। सदस्यता अभियान 2024 के उत्तरकाशी जिला संयोजक एवं गाजणा मंडल के सदस्यता अभियान कार्यशाला के मुख्य वक्ता लोकेन्द्र सिंह बिष्ट ने कहा हम विश्व की सबसे बड़ी पार्टी है और देश में एकमात्र सर्वव्यापी पार्टी है, जिसका शहरों से लेकर गांव के प्रत्येक बूथ तक संगठन कार्य करता है। इस अभियान की सफलता का विकसित भारत की संभावनाओं पर बड़ा असर पड़ने वाला है, यह हम सभी को ध्यान रखना है।

इस दौरान बिष्ट द्वारा कार्यकर्ताओं को सदस्यता अभियान के माध्यम से लोगों को जोड़ने के टिप्स दिए गए लोगों से बढ़ चढ़ कर हिस्सा लेने का आह्वान किया गया इसके लिए बीजेपी ने नंबर भी जारी किया है ,उन्होंने कहा हमें गांव गांव तक हर जाति हर वर्ग के लोगों को भाजपा की विचारधारा से जोड़ना है।अधिक से अधिक लोगों को सदस्यता दिलवानी है। कार्यक्रम में गजणा मंडल अध्यक्ष विनोद पोखरियाल ने कार्यकर्ताओं से कहा सदस्यता अभियान दो चरणों में प्राथमिक सदस्यता एवं सक्रिय सदस्यता के रूप में इसे आगे बढ़ाया जाएगा,1 सितंबर को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी सदस्यता ग्रहण कर कार्यक्रम का शुभारम्भ करेंगे प्रत्येक कार्यकर्ता 8800002024 पर मिस कॉल कर सदस्य बनेगा हर बूथ से कम से कम 200 सदस्य बनाना अनिवार्य होगा। हम सभी की जिम्मेदारी होगी कि इस अभियान को सफल बनाया जाय।

इस अवसर पर जिला मीडिया प्रभारी राजेंद्र गंगाडी, आईटी संयोजक दीपक नौटियाल ,गजणा मंडल के सदस्यता संयोजक दिनेश सिंह रावत ,सहसंयोजक महिपाल सिंह रमोला ,नरेश भट्ट ,मंडल महामंत्री गजे पोखरियाल राजीव नौटियाल, अरविंद बिष्ट, संतोष नौटियाल ,प्रदीप पवार, विक्रम रावत ,चौन सिंह पवार ,नरेश रावत ,सुभाष रावत ,इंदर सिंह भंडारी, चंद्रवीर सिंह पोखरियाल ,बलबीर चौहान ,चंडी प्रसाद, अतर सिंह ,राजपाल रावत, जयवीर बिष्ट ,लीला सिंह, प्रेम सिंह पूर्ण सिंह महेश रावत उपस्थित रहे।

एक नजर

पाकिस्तान ने प्रधानमंत्री मोदी को एससीओ सम्मेलन में हिस्सा लेने के लिए आमंत्रित किया

नई दिल्ली। पाकिस्तान में 15-16 अक्टूबर को शंघाई सहयोग संगठन (एससीओ) की शासनाध्यक्षों की परिषद (सीएचजी) की बैठक होने वाली है। इस्लामाबाद में होने वाली इस बैठक में पाकिस्तान ने अन्य नेताओं के साथ भारत के प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी को भी आमंत्रित किया है। यह निमंत्रण एससीओ के दूसरे सर्वोच्च निर्णय लेने वाले निकाय, सीएचजी की अध्यक्षता में पाकिस्तान के रोटेशन का अनुसरण करता है। हालांकि भारत और पाकिस्तान के बीच तनावपूर्ण संबंधों के कारण यह संभावना नहीं है कि मोदी इस्लामाबाद की यात्रा करेंगे। पिछले साल विदेश मंत्री एस जयशंकर ने किर्गिस्तान के बिश्केक में सीएचजी बैठक में हिस्सा लिया था। पीएम मोदी, जो नियमित रूप से एससीओ राष्ट्राध्यक्षों के शिखर सम्मेलन में भाग लेते हैं, संसद सत्र के कारण इस साल कजाकिस्तान में शिखर सम्मेलन में शामिल नहीं हुए। रूस और चीन के नेतृत्व वाला एससीओ क्षेत्रीय सुरक्षा और सहयोग के लिए महत्वपूर्ण है। भारत समूह में चीन के प्रभाव को लेकर सतर्क है। भारतीय और पाकिस्तानी प्रतिनिधिमंडलों ने एससीओ अभ्यासों और बैठकों में भाग लिया है लेकिन फिर भी पीएम मोदी के जाने की संभावना कम ही है। जम्मू में आतंकवादी हमलों में वृद्धि भी निमंत्रण पर भारत के निर्णय को प्रभावित कर सकती है। जम्मू-कश्मीर से आर्टिकल-370 समाप्त करने के बाद से भारत और पाकिस्तान के रिश्ते जटिल बने हुए हैं।

राहुल गांधी जातिगत गणना को लेकर जनता को भरमाने में लगे हुए हैं : ललन सिंह

पटना। कांग्रेस नेता एवं लोकसभा में नेता विरोधी दल राहुल गांधी पर केंद्रीय मंत्री ललन सिंह ने रविवार को हमला बोलते हुए कहा कि राहुल गांधी को यह समझना होगा कि बिहार में जातिगत गणना मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने कराया। उन्होंने कहा कि जब हम लोग यानी जदयू उस समय इंडिया गठबंधन में थे, तब राहुल गांधी से कहा था कि जातिगत गणना पर प्रस्ताव पारित कीजिए। लेकिन उन्होंने ऐसा नहीं किया और पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता ममता बनर्जी के कहने पर राहुल ने उसे खारिज कर दिया। अब वही राहुल गांधी आज घड़ियाल आंसू बहा रहे हैं। दिल्ली से पटना लौटने पर एयरपोर्ट पर मीडियाकर्मियों से बात करते हुए ललन सिंह ने कहा कि जब हम लोगों ने जातिगत गणना कराई तो राहुल गांधी ने कभी भी इसकी प्रशंसा नहीं की। अब राहुल सिर्फ जनता को भ्रमित कर रहे हैं। उनका कोई आधार नहीं है। उन्होंने कहा कि जातिगत गणना के मुद्दे पर कांग्रेस और राहुल सिर्फ लोगों को भरमा रहे हैं। वहीं केंद्र सरकार द्वारा नई पेंशन स्कीम ले जाने पर ललन ने कहा कि यह बहुत अच्छा है और सभी राज्यों को अपनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि पेंशन को लेकर केंद्र सरकार ने जो किया है, सभी राज्यों में लागू किया जाना चाहिए।

चिराग पासवान को फिर से चुना गया पार्टी का राष्ट्रीय अध्यक्ष

रांची। झारखंड की राजधानी रांची में रविवार को हुई लोजपा(रा) राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में केंद्रीय मंत्री चिराग पासवान को फिर से पार्टी का राष्ट्रीय अध्यक्ष चुन लिया गया। लोजपा(रा) की ओर से कहा गया कि केंद्रीय खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्री सह हाजीपुर लोकसभा क्षेत्र से सांसद चिराग पासवान को राष्ट्रीय कार्यकारणी की बैठक में पुन: लोक जनशक्ति पार्टी (रामविलास) का राष्ट्रीय अध्यक्ष चुने जाने पर हार्दिक बधाई एवं अनंत शुभकामनाएं। पार्टी को आपके कुशल नेतृत्व पर पूर्ण भरोसा है। साथ ही पार्टी आपके मार्गदर्शन में एक नई ऊंचाई हासिल करेगी। वहीं लोजपा(रा) के फिर से राष्ट्रीय अध्यक्ष चुने जाने पर चिराग पासवान ने कहा कि पार्टी के सभी देवतुल्य कार्यकर्ताओं एवं पदाधिकारियों का हृदय से आभार प्रकट करता हूं। साथ ही विश्वास दिलाता हूं कि पद्म भूषण श्रद्धेय रामविलास पासवान जी के सपनों की पार्टी बनाने के लिए प्रतिबद्ध रहूंगा। लोजपा रामविलास इस वर्ष होने वाले झारखंड विधानसभा चुनावों में अपनी दमदार उपस्थिति दर्ज कराने को लेकर अभी से रणनीति बनाने में लगी है। उन्होंने कहा कि उनकी इच्छा है कि राज्य में उनकी पार्टी विधानसभा का चुनाव लड़े और अपनी पार्टी की मजबूत उपस्थिति झारखंड में दर्ज कराए। वहीं एससी-एसटी के मुद्दे पर आए सुप्रीम कोर्ट के निर्णय पर चिराग ने कहा कि उनकी पार्टी को उम्मीद है कि केंद्र इस मामले में सकारात्मक निर्णय लेगी।

'मन की बात' कार्यक्रम युवा पीढ़ी, मातृशक्ति के उत्थान एवं सभी को प्रेरणा देने का काम करता है: सीएम धामी

❑मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री के मन की बात कार्यक्रम का 113वां संस्करण सुना

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रविवार को इन्दिरानगर, देहरादून में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मन की बात कार्यक्रम का 113वां संस्करण सुना। मन की बात कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आईआईटी मद्रास के पूर्व छात्रों द्वारा शुरू किए गए Spacetech Start-Up GalaxEye की टीम के सदस्यों से वार्ता की। इस टीम के सदस्यों में से एक अल्मोड़ा, उत्तराखंड निवासी रक्षित भी हैं। रक्षित से वार्ता के दौरान प्रधानमंत्री ने अल्मोड़ा की प्रसिद्ध बाल मिठाई का जिक्र किया। प्रधानमंत्री ने कहा कि बैडमिंटन खिलाडी लक्ष्य सेन हमेशा उनके लिए अल्मोडा की बाल मिठाई लाते हैं।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अपने संबोधन में कहा कि 'मन की बात' कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने स्पेस सेक्टर में उत्कृष्ट कार्य कर रहे अल्मोड़ा के रक्षित से वार्ता कर स्पेस संबंधित विभिन्न कार्यों की विस्तृत जानकारी ली। आज हमारे प्रदेश के युवा प्रत्येक सेक्टर में राज्य का नाम रोशन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि बातचीत के दौरान प्रधानमंत्री द्वारा अल्मोड़ा की प्रसिद्ध बाल मिठाई एवं प्रदेश के बैडमिंटन खिलाडी लक्ष्य सेन का जिक्र करना उत्तराखण्ड के प्रति उनके आत्मीय लगाव को प्रदर्शित करता है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि मन की बात कार्यक्रम युवा पीढ़ी, मातृशक्ति के उत्थान एवं सभी को प्रेरणा देने का काम करता है। इस कार्यक्रम के माध्यम से बेहतर और समृद्ध भारत की प्रेरणा भी मिलती है। उन्होंने कहा प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने देश के कोने कोने में हो रहे उत्कृष्ट कार्य को आगे लाने का काम किया है। ऐसे अनगिनत कार्य देश के सामने लाए गए हैं, जिस ओर किसी का ध्यान नहीं जाता था। इस कार्यक्रम के माध्यम से छोटे स्थानो पर होने वाले बड़े कार्यों को देश दुनिया के सामने लाया गया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि मन की बात कार्यक्रम के माध्यम से प्रधानमंत्री, लोगों के प्रयासों को प्रोत्साहन देकर उनका विश्वास जगाते हैं। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री ने कार्यक्रम में तिरंगा यात्रा का जिक्र किया। प्रधानमंत्री ने मनुष्य और जानवरों के बीच के प्रेम पर भी प्रकाश डाला है। क्रिएटिविटी के माध्यम से जानवरों की रक्षा एवं फिट इंडिया के बारे में भी प्रधानमंत्री ने सभी को बताया है। उन्होंने कहा कि मन की बात कार्यक्रम ने हमें यह एहसास कराया कि हमारा देश एक बड़े परिवार की भांति है। जहां हर एक नागरिक की देश को बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत पुन: विश्व गुरु बनने की ओर अग्रसर है। पूरी दुनिया प्रधानमंत्री की बातों को पूर्ण गंभीरता से लेती है। भारत ने हर क्षेत्र में उल्लेखनीय प्रगति की है। प्रत्येक भारतवासी में आज विश्वास जगा है। आज सरकार समाज के अंतिम छोर पर खड़े व्यक्ति के लिए कार्य कर रही है। 25 करोड़ लोगों को गरीबी रेखा से बाहर निकलने का कार्य हुआ है। 50 करोड़ से अधिक जन धन खाते खोले गए हैं, प्रधानमंत्री आवास योजना के अंतर्गत साढे तीन करोड़ मकान बनाए गए हैं। 10 करोड़ से अधिक उज्जवला योजना के अंतर्गत कनेक्शन दिए गए हैं। जन कल्याणकारी योजनाओं के माध्यम से आमजन के जीवन स्तर में सुधार आया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में आयुष्मान भारत के तहत 10 करोड़ परिवारों को 5 लाख तक का बीमा प्रदान किया गया है। हर साल किसान सम्मान निधि को सीधा लाभार्थियों के खातों में भेजा जा रहा है। फसल बीमा योजना से किसानों की फसल को सुरक्षा प्रदान की जा रही है। स्टार्टअप इंडिया, मेक इन इंडिया, स्किल इंडिया, मुद्रा योजना के माध्यम से युवाओं को रोजगार एवं आत्मनिर्भर भारत की नीव को मजबूत किया जा रहा है।

कार्यक्रम के पश्चात मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी, भाजपा महानगर देहरादून द्वारा आयोजित सदस्यता अभियान - 2024 कार्यक्रम में भी सम्मलित हुए।

इस दौरान कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी, राज्यसभा सांसद नरेश बंसल, विधायक श्रीमती सविता कपूर, विधायक खजान दास, विधायक दुर्गेश्वर लाल, विधायक बंशीधर भगत, उपाध्यक्ष अवस्थापना अनुश्रवण समिति विश्वास डाबर, उपाध्यक्ष उच्च शिक्षा उन्नयन समिति डॉ. देवेंद्र भसीन, महानगर अध्यक्ष भाजपा सिद्धार्थ अग्रवाल एवं अन्य लोग मौजूद रहे।

भारी मात्रा में चरस व दो पेटी शराब सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। नशे के खिलाफ बड़ी कार्यवाही करते हुए पुलिस ने अलग-अलग थाना क्षेत्रों से दो लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से 935 ग्राम चरस व दो पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना रायपुर पुलिस ने एक सूचना के बाद नानकसर गुरुद्वारा रायपुर के पास से एक व्यक्ति नरदेव पुत्र राजपाल सिंह को 935 ग्राम चरस के साथ गिरफ्तार किया गया है। जिसने पूछताछ में बताया कि वह पुताई का काम करता है और मूल रूप से बिजनौर उ.प्र. का निवासी तथा 5-6 वर्षों से डीएल रोड देहरादून में परिवार के साथ निवासरत है। जल्दी पैसा कमाने के लालच में पिछले कुछ समय से चोरी-छिपे चरस बेचने के काम कर रहा है तथा पहाडी क्षेत्रों से चरस सस्ते दामों में खरीदकर लाता है व देहरादून में चरस को थोडी-थोड़ी मात्रा में नशे के आदि व्यक्तियों को मंहगे दामों में बेचता है, जिससे उसे अच्छा मुनाफा हो जाता है। वहीं दूसरी ओर बीती शाम थाना रायवाला पुलिस ने एक व्यक्ति भीष्म सिंह पुत्र फुल सिंह को गौहरीमाफी रायवाला क्षेत्र में 2 पेटी (96 पव्वे) अंग्रेजी शराब के साथ गिरफ्तार किया गया तथा शराब की तस्करी में प्रयुक्त स्विफ्ट कार को सीज किया गया 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 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।