बुधवार
22 जुलाई 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 179
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

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

आत्मनिर्भर महिलाएं, मजबूत उत्तराखंड

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि एकल महिलाओं को आत्मनिर्भर व सम्मानजनक जीवन उपलब्ध कराना सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मुख्यमंत्री कैम्प कार्यालय स्थित मुख्य सेवक सदन, में महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास विभाग द्वारा आयोजित 'मुख्यमंत्री एकल महिला स्वरोजगार योजना' के द्वितीय चरण का शुभारंभ किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने योजना के द्वितीय चरण के अंतर्गत 212 नई महिला लाभार्थियों को प्रथम किश्त के रूप में 1 करोड़ 55 लाख 40 हजार रुपये तथा योजना के प्रथम चरण की 276 महिला लाभार्थियों को द्वितीय किश्त के रूप में 1 करोड़ 20 लाख 76 हजार 875 रुपये की सहायता राशि डीबीटी के माध्यम से हस्तांतरित की। इस प्रकार आज कुल 488 महिला लाभार्थियों को 2 करोड़ 76 लाख 16 हजार 875 रुपये की सहायता राशि डीबीटी के माध्यम से प्रदान की गई। 'मुख्यमंत्री एकल महिला स्वरोजगार योजना' के प्रथम चरण में 10 फरवरी 2026 को 484 महिला लाभार्थियों को 03 करोड़ 45 लाख की सहायता राशि प्रदान की गई थी। मुख्यमंत्री ने कहा कि किसी भी समाज और राष्ट्र की सबसे बड़ी शक्ति उसकी मातृशक्ति होती है। जब महिलाएं सशक्त होती हैं तो परिवार, समाज और राष्ट्र भी सशक्त बनता है। उत्तराखण्ड की माताएं और बहनें परिवार की जिम्मेदारियों के साथ-साथ प्रदेश की अर्थव्यवस्था को भी मजबूती

प्रदान कर रही हैं। राज्य सरकार का संकल्प प्रत्येक महिला को सम्मान, सुरक्षा, स्वावलंबन और आत्मनिर्भरता का सशक्त आधार उपलब्ध कराना है। मुख्यमंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री एकल महिला स्वरोजगार योजना का उद्देश्य एकल, निराश्रित, विधवा, परित्यक्ता एवं तलाकशुदा महिलाओं के साथ-साथ एसिड अटैक पीड़िताओं, अन्य आपराधिक घटनाओं से प्रभावित महिलाओं तथा ट्रांसजेंडर को स्वरोजगार के माध्यम से आर्थिक रूप से सशक्त बनाना है। योजना के अंतर्गत महिलाओं को उनके निवास स्थान अथवा स्थानीय क्षेत्र में स्वरोजगार स्थापित करने के लिए अधिकतम 2 लाख रुपये तक की परियोजना स्वीकृत की जाती है, जिसमें 75 प्रतिशत तक अनुदान राज्य सरकार द्वारा उपलब्ध कराया जाता है। उन्होंने कहा कि सरकार का उद्देश्य केवल आर्थिक सहायता उपलब्ध कराना नहीं, बल्कि महिलाओं को सम्मानपूर्वक अपने पैरों पर खड़ा होने का अवसर प्रदान करना है। मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन, सशक्त बहना उत्सव योजना, मुख्यमंत्री महिला स्वयं सहायता समूह सशक्तिकरण योजना तथा मुख्यमंत्री उद्यमशाला योजना के माध्यम से महिलाओं को स्वरोजगार एवं उद्यमिता से जोड़ा जा रहा है। राज्य सरकार 15 हजार से अधिक महिला उद्यमियों, स्वयं सहायता समूहों एवं लखपति दीदियों को इन्क्यूबेशन सुविधा उपलब्ध करा रही है। 'हाउस ऑफ हिमालयाज' ब्रांड के माध्यम से प्रदेश के स्थानीय उत्पादों को राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय बाजार उपलब्ध कराया जा रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि वर्तमान में प्रदेश की लगभग 5 लाख महिलाएं 70 हजार से अधिक स्वयं सहायता समूहों के माध्यम से आर्थिक गतिविधियों से जुड़ी हैं। 7 हजार से अधिक ग्राम संगठन तथा 500 से अधिक क्लस्टर संगठन महिलाओं के सामूहिक नेतृत्व को सशक्त बना रहे हैं। वहीं, 2 लाख 65 हजार से अधिक महिलाएं 'लखपति दीदी' बनकर आत्मनिर्भरता की नई मिसाल प्रस्तुत कर रही हैं। राज्य सरकार महिलाओं द्वारा तैयार किए जा रहे उत्पादों की प्रोसेसिंग, पैकेजिंग, ब्रांडिंग एवं विपणन के लिए भी सुदृढ़ व्यवस्था विकसित कर रही है। महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास मंत्री श्रीमती रेखा आर्या ने कहा कि मुख्यमंत्री एकल महिला स्वरोजगार योजना प्रदेश की एकल महिलाओं के जीवन में आत्मनिर्भरता, सम्मान और आत्मविश्वास का नया अध्याय लिख रही है। उन्होंने लाभार्थी महिलाओं से इस अवसर का पूरा लाभ उठाकर अन्य महिलाओं के लिए भी प्रेरणा बनने का आह्वान किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री एकल महिला स्वरोजगार योजना की लाभार्थी महिलाओं ने राज्य सरकार की इस महत्वपूर्ण योजना को आगे बढ़ाने पर मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर सचिव महिला सशक्तीकरण एवं बाल विकास चन्द्रेश कुमार, निदेशक बंशीलाल राणा एवं संबंधित विभागीय अधिकारी उपस्थित थे।

भाजपा 'अपनों' के ही बयानों में उलझी

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में विधानसभा चुनाव 2027 की तैयारियों के बीच भाजपा के भीतर बयानबाजी का नया विवाद सामने आ गया है। खेलकूद प्रतियोगिता के एक मंच से कैबिनेट मंत्री भरत चौधरी के दिए गए बयान ने राजनीतिक गलियारों में हलचल मचा दी। मामला तब और तूल पकड़ गया जब भाजपा नेता, पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष रामशरण नौटियाल ने सार्वजनिक रूप से मंत्री के बयान का विरोध करते हुए तीखी प्रतिक्रिया दी। विवाद बढ़ता देख भाजपा प्रदेश प्रवक्ता नवीन ठाकुर को भी पार्टी का पक्ष स्पष्ट करने के लिए सामने आना पड़ा। घटनाक्रम ने यह संदेश दिया है कि चुनावी तैयारियों के बीच भाजपा में केवल विपक्ष ही नहीं, बल्कि अपने नेताओं के बीच भी बयानबाजी चर्चा का विषय बन रही है।

खेलकूद प्रतियोगिता जैसे गैर-राजनीतिक मंच पर दिए गए मंत्री के बयान को शुरुआत में सामान्य टिप्पणी माना गया, लेकिन जैसे ही उसकी राजनीतिक व्याख्या शुरू हुई, मामला संगठन तक पहुंच गया। भाजपा नेता रामशरण नौटियाल ने सार्वजनिक रूप से मंत्री की टिप्पणी पर नाराजगी जताते हुए इसे अनुचित बताया। उन्होंने संकेत दिए कि पार्टी के समर्पित कार्यकर्ताओं की उपेक्षा स्वीकार नहीं की जा सकती। राजनीतिक जानकारों का मानना है कि किसी भी दल में आंतरिक मतभेद होना असामान्य नहीं है, लेकिन जब वे सार्वजनिक मंचों पर सामने आने लगें, तो विपक्ष को हमला बोलने का अवसर मिल जाता है।

मामला बढ़ने के बाद भाजपा प्रदेश प्रवक्ता नवीन ठाकुर ने बयान जारी कर पार्टी का पक्ष रखा और यह संदेश देने की कोशिश की कि भाजपा एक अनुशासित संगठन है तथा व्यक्तिगत बयानों को पार्टी की आधिकारिक लाइन नहीं माना जाना चाहिए। इसके बावजूद राजनीतिक

◆खेल मंच से उठी चिंगारी ने सुलगाई बयानबाजी की सियासत

◆कैबिनेट मंत्री भरत चौधरी की टिप्पणी पर भाजपा नेता रामशरण नौटियाल का पलटवार

◆भाजपा प्रदेश प्रवक्ता को देनी पड़ी सफाई, विस चुनाव से पहले पार्टी के भीतर रार

गलियारों में चर्चा इस बात की रही कि यदि सब कुछ सामान्य था, तो प्रदेश नेतृत्व को सफाई देने की आवश्यकता क्यों पड़ी? विपक्ष ने भी इस पूरे घटनाक्रम को भाजपा की आंतरिक खींचतान से जोड़ते हुए कहा कि चुनाव से पहले पार्टी के भीतर असंतोष सतह पर आने लगा है। चकराता विधानसभा सीट हमेशा से राजनीतिक दृष्टि से संवेदनशील मानी जाती रही है। यहां स्थानीय नेतृत्व, संगठन और चुनावी समीकरणों का विशेष महत्व रहता है। ऐसे में पूर्व प्रत्याशी और मंत्री के बीच सार्वजनिक मतभेद की चर्चा ने स्थानीय राजनीति को नई दिशा दे दी है। कार्यकर्ताओं के बीच भी इस घटनाक्रम को लेकर तरह-तरह की चर्चाएं चल रही हैं।

राजनीतिक विश्लेषकों का कहना है कि चुनावी वर्ष में स्थानीय नेताओं की नाराजगी को हल्के में नहीं लिया जा सकता, क्योंकि बूथ स्तर की सक्रियता ही चुनावी जीत-हार का आधार बनती है। कांग्रेस ने इस घटनाक्रम पर प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि भाजपा पहले अपने घर को संभाले। विपक्ष का आरोप है कि सरकार और संगठन के भीतर समन्वय की कमी अब सार्वजनिक रूप से दिखाई देने लगी है। हालांकि भाजपा नेताओं का कहना है कि पार्टी के भीतर संवाद की परंपरा है और किसी एक बयान को लेकर राजनीतिक निष्कर्ष निकालना उचित नहीं है। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव 2027 के नजदीक आते ही राजनीतिक गतिविधियां तेज हो रही हैं। ऐसे समय में नेताओं के हर

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

दून वैली मेल

संपादकीय

अभी भी जिंदा हैं काकरोच

दिल्ली के जंतर-मंतर और संसद मार्ग पर पिछले कुछ दिनों से जो दृश्य दिखाई दे रहे हैं, वह केवल एक प्रदर्शन की तस्वीर नहीं हैं, बल्कि उस बेचौनी का आईना हैं जो देश के हजारों युवाओं के भीतर धीरे-धीरे जमा होती रही है। संसद की ओर कूच कर रहे प्रदर्शनकारियों को रोकने के लिए पुलिस ने बैरिकेड लगाए, लाठीचार्ज किया, आंसू गैस के गोले छोड़े और कई लोगों को हिरासत में लिया। लेकिन इसके बावजूद आंदोलन थमा नहीं। अगले ही दिन बड़ी संख्या में युवा फिर जंतर-मंतर पहुंचे और अपना विरोध दर्ज कराया। पूरे घटनाक्रम का सबसे बड़ा राजनीतिक और सामाजिक संदेश है। किसी भी लोकतंत्र में लाठी और आंसू गैस भीड़ को तितर-बितर तो कर सकती है, लेकिन सवालों को खत्म नहीं कर सकती। इन दिनों आंदोलन से जुड़े युवाओं के बीच एक नारा खूब सुनाई दे रहा है लाठी खाने के बाद भी काकरोच जिंदा है। यह नारा प्रतीकात्मक है। इसका आशय यह है कि दमन से आंदोलन खत्म नहीं होगा। यह व्यवस्था के खिलाफ एक मनोवैज्ञानिक प्रतिरोध का प्रतीक बन चुका है। हालांकि लोकतांत्रिक विमर्श में भाषा की मर्यादा बनी रहनी चाहिए, लेकिन यह भी उतना ही सच है कि किसी आंदोलन के नारों के पीछे छिपे संदेश को समझना सत्ता की जिम्मेदारी होती है। भारतीय लोकतंत्र की खूबसूरती यही है कि संसद केवल कानून बनाने का स्थान नहीं, बल्कि जनता की आवाज सुनने का भी केंद्र है। यदि बड़ी संख्या में युवा संसद तक अपनी बात पहुंचाना चाहते हैं, तो यह संकेत है कि संवाद के रास्ते कहीं कमजोर पड़े हैं। लोकतंत्र की मजबूती केवल चुनाव जीतने से नहीं, बल्कि असहमति को सुनने की क्षमता से भी तय होती है। सरकार का अपना पक्ष हो सकता है। सुरक्षा व्यवस्था बनाए रखना भी उसकी जिम्मेदारी है। संसद का मानसून सत्र चल रहा है और सुरक्षा के लिहाज से किसी भी अप्रिय स्थिति से बचना आवश्यक है। लेकिन यह भी उतना ही महत्वपूर्ण है कि विरोध को केवल कानून-व्यवस्था की समस्या मानकर नहीं देखा जाए। हर आंदोलन के पीछे कुछ वास्तविक शिकायतें, कुछ असंतोष और कुछ उम्मीदें होती हैं। यदि उन कारणों की अनदेखी होती है, तो आंदोलन दबने के बजाय और व्यापक होते हैं। देश का युवा आज केवल रोजगार की बात नहीं कर रहा। वह पारदर्शिता, अवसरों की समानता, परीक्षा व्यवस्था की विश्वसनीयता, भविष्य की सुरक्षा और शासन में जवाबदेही जैसे बड़े सवाल उठा रहा है। यदि इन सवालों का उत्तर केवल पुलिस बल के जरिए दिया जाएगा, तो लोकतंत्र का संवाद कमजोर पड़ेगा। इतिहास गवाह है कि भारत में जितने भी बड़े जनांदोलन हुए, उनमें युवाओं की भूमिका निर्णायक रही है। चाहे जेपी आंदोलन हो, भ्रष्टाचार विरोधी आंदोलन हो या अन्य सामाजिक अभियान हर बार सत्ता ने अंततः संवाद का रास्ता ही चुना। लोकतंत्र में यही सबसे प्रभावी उपाय भी है। विपक्ष भी इस पूरे घटनाक्रम को राजनीतिक अवसर के रूप में देख रहा है। विपक्षी दल लगातार सरकार पर युवाओं की आवाज दबाने का आरोप लगा रहे हैं। दूसरी ओर सरकार विपक्ष पर आंदोलन को हवा देने का आरोप लगा रही है। लेकिन इन आरोप-प्रत्यारोपों के बीच सबसे बड़ा प्रश्न वही है क्या युवाओं की मूल समस्याओं का समाधान होगा? जंतर-मंतर पर लगातार बढ़ती भीड़ यह संकेत दे रही है कि आंदोलन केवल एक दिन का आक्रोश नहीं रह गया है। यदि सरकार समय रहते संवाद की पहल नहीं करती, तो यह असंतोष आने वाले दिनों में और व्यापक राजनीतिक विमर्श का हिस्सा बन सकता है। विशेष रूप से तब, जब देश के विभिन्न हिस्सों से युवा इस आंदोलन के समर्थन में अपनी आवाज जोड़ने लगें। लोकतंत्र की असली ताकत बैरिकेड नहीं, भरोसा होता है। भरोसा तब बनता है जब सरकार विरोध को दुश्मनी नहीं, लोकतांत्रिक अधिकार मानकर सुने। उतना ही आवश्यक यह भी है कि प्रदर्शनकारी पूरी तरह शांतिपूर्ण और कानून सम्मत तरीके से अपनी बात रखें। हिंसा, उकसावे या सार्वजनिक संपत्ति को नुकसान पहुंचाने से किसी भी आंदोलन की नैतिक शक्ति कमजोर पड़ती है। आज आवश्यकता इस बात की है कि सरकार और आंदोलनकारी दोनों टकराव के बजाय समाधान की दिशा में बढ़ें। क्योंकि लाठियां शरीर को चोट पहुंचा सकती हैं, लेकिन संवाद की कमी लोकतंत्र को घायल करती है। अंततः सवाल यही है क्या सरकार युवाओं की आवाज को केवल भीड़ का शोर मानेगी, या उसे लोकतंत्र की धड़कन समझकर सुनेगी? इतिहास में वही सरकारें मजबूत मानी गई हैं, जिन्होंने विरोध को कुचलने के बजाय उसे सुनने का साहस दिखाया। लोकतंत्र की असली परीक्षा भी शायद यही है।

भारी मात्रा में गांजे सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। धर्मनगरी में नशा तस्करी कर रहे एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है जिसके पास से दो किलो से अधिक गांजा बरामद किया गया है। जानकारी के अनुसार बीती रात कोतवाली नगर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कोई नशा तस्कर नशीले सामान की डिलीवरी हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र मे चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को चमगादड टापू से जाने वाले तिराहे अण्डर पास की तरफ एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 2 किलो 88 ग्राम गांजा बरामद हुआ।

'इस्तीफा दो या गद्दी छोड़ो'

कार्यालय संवाददाता

नई दिल्ली। केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे की मांग अब केवल विपक्ष का राजनीतिक नारा नहीं रह गई है, बल्कि संसद से लेकर सड़क तक राष्ट्रीय बहस का विषय बन चुकी है। एक ओर कांग्रेस और विपक्षी दल पेपर लीक प्रकरण, युवाओं के आंदोलन और जंतर-मंतर पर हुई पुलिस कार्रवाई को मुद्दा बनाकर शिक्षा मंत्री की नैतिक जिम्मेदारी तय करने की मांग कर रहे हैं, तो दूसरी ओर भारतीय जनता पार्टी इसे पूरी तरह राजनीति से प्रेरित अभियान बताकर विपक्ष पर युवाओं को गुमराह करने का आरोप लगा रही है। संसद के मानसून सत्र में यह मुद्दा लगातार गूंज रहा है। लोकसभा और राज्यसभा दोनों सदनों में विपक्ष ने सरकार को घेरने की कोशिश की, जबकि सदन के बाहर भी प्रदर्शन और राजनीतिक बयानबाजी ने माहौल गरमा दिया है। इससे साफ है कि शिक्षा मंत्री का इस्तीफा अब केवल एक प्रशासनिक मांग नहीं, बल्कि सत्ता और विपक्ष के बीच राजनीतिक प्रतिष्ठा की लड़ाई बन गया है।

भाजपा का कहना है कि विपक्ष पेपर लीक और छात्रों की नाराजगी को राजनीतिक लाभ के लिए इस्तेमाल कर रहा है। पार्टी नेताओं का तर्क है कि केंद्र सरकार परीक्षा प्रणाली में सुधार, तकनीकी निगरानी और दोषियों के खिलाफ कार्रवाई के लिए लगातार कदम उठा रही है, लेकिन विपक्ष तथ्यों के बजाय भावनाओं की राजनीति कर रहा है। भाजपा का यह भी कहना है कि किसी भी अनियमितता की जांच एजेंसियां कर रही हैं और केवल राजनीतिक दबाव बनाकर किसी मंत्री का इस्तीफा मांगना लोकतांत्रिक परंपराओं के अनुरूप नहीं है। पार्टी के अनुसार, विपक्ष का उद्देश्य युवाओं की समस्याओं का समाधान नहीं, बल्कि संसद का कामकाज बाधित करना और सरकार को राजनीतिक रूप से घेरना है।

◆केंद्रीय शिक्षा मंत्री पर अब आर-पार का संग्राम हुआ शुरु, संसद से लेकर सड़कों पर जंग
◆भाजपा बोली-राजनीति चमकाने का हथियार, कांग्रेस ने कहा- जवाबदेही से भाग नहीं सकती सरकार
◆शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान पर घमासान तेज, पेपर लीक व युवाओं के आंदोलन ने बढ़ाई सियासी तपिश

कांग्रेस ने भाजपा के आरोपों को खारिज करते हुए कहा कि जब लाखों युवाओं का भविष्य दांव पर हो और परीक्षा प्रणाली की विश्वसनीयता पर सवाल उठ रहे हों, तब सरकार केवल राजनीतिक साजिश का तर्क देकर अपनी जिम्मेदारी से नहीं बच सकती। कांग्रेस नेताओं का कहना है कि यदि बार-बार परीक्षाओं और भर्ती प्रक्रियाओं को लेकर विवाद सामने आ रहे हैं, तो संबंधित मंत्रालय की जवाबदेही तय होना स्वाभाविक है। पार्टी का आरोप है कि सरकार आंदोलनकारियों की बात सुनने के बजाय पुलिस कार्रवाई और राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोप में उलझी हुई है। राहुल गांधी सहित विपक्ष के कई नेताओं ने शिक्षा मंत्री के इस्तीफे को नैतिक जवाबदेही का प्रश्न बताया है और कहा है कि सरकार को युवाओं का विश्वास बहाल करने के लिए ठोस कदम उठाने चाहिए।

दिल्ली के जंतर-मंतर पर हुए लाठीचार्ज के बाद छात्र और युवा संगठनों के विरोध-प्रदर्शन कई राज्यों तक फैल गए। उत्तराखंड सहित विभिन्न राज्यों में भी प्रदर्शन हुए, जहां युवाओं ने परीक्षा प्रणाली में पारदर्शिता और जवाबदेही की मांग उठाई। इसी आंदोलन ने विपक्ष को सरकार पर हमला बोलने का नया अवसर दिया है। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि युवाओं के मुद्दे पर यदि आंदोलन लंबा चलता है, तो यह आने वाले चुनावी विमर्श को भी प्रभावित कर सकता है। संसद के भीतर विपक्ष शिक्षा मंत्री के इस्तीफे की मांग पर अड़ा है, जबकि सरकार इस मांग को खारिज कर रही है। सदन के बाहर प्रदर्शन, प्रेस कॉन्फ्रेंस और राजनीतिक बयानबाजी ने इस मुद्दे को और अधिक गर्मा दिया है। भाजपा का कहना है कि विपक्ष लोकतांत्रिक संस्थाओं में अविश्वास का माहौल बना रहा है, जबकि कांग्रेस का आरोप है कि सरकार आलोचना को स्वीकार करने के बजाय उसे राजनीतिक षड्यंत्र बताकर टाल रही है।

इस पूरे विवाद में दोनों पक्ष केवल एक मंत्री के इस्तीफे की लड़ाई नहीं लड़ रहे, बल्कि युवाओं के बीच अपना राजनीतिक संदेश स्थापित करने की

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

सड़क से संसद तक 'संग्राम'

कार्यालय संवाददाता

नई दिल्ली। संसद के भीतर सत्ता और विपक्ष आमने-सामने हैं, लेकिन असली लड़ाई अब संसद से निकलकर सड़कों पर दिखाई देने लगी है। संसद कूच कर रहे युवाओं पर हुए लाठीचार्ज और आंसू गैस के इस्तेमाल के बाद जो आंदोलन थमता हुआ दिखाई दे रहा था, उसने अब नया राजनीतिक मोड़ ले लिया है। नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के नेतृत्व में पूरा विपक्ष प्रधानमंत्री आवास की ओर मार्च करता दिखा और शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे की मांग को लेकर केंद्र सरकार पर चौतरफा हमला बोला।

दिल्ली की सड़कों पर उठते नारों ने यह संदेश दे दिया है कि यह केवल छात्रों या युवाओं का विरोध नहीं रह गया है, बल्कि अब यह राजनीतिक प्रतिरोध का बड़ा मंच बनता जा रहा है। सबसे दिलचस्प बात यह रही कि जिस आंदोलन को शुरुआती दौर में सीमित मानकर देखा जा रहा था, उसी आंदोलन के बढ़ते दबाव ने सत्ता पक्ष के नेताओं और सरकार के प्रतिनिधियों को भी एयर-कंडीशन दफ्तरों से निकलकर सड़क पर आने और प्रदर्शनकारियों से संवाद करने के लिए मजबूर कर दिया। यही इस पूरे घटनाक्रम का सबसे बड़ा राजनीतिक संकेत है।

लोकतंत्र में सरकारें संसद के बहुमत से चलती हैं, लेकिन राजनीतिक माहौल अक्सर सड़क का मूड तय करता है। पिछले कुछ दिनों में यही देखने को मिला। संसद मार्ग पर लाठीचार्ज हुआ, आंसू गैस छोड़ी गई, बैरिकेड लगाए गए, सैकड़ों प्रदर्शनकारियों को हिरासत में लिया गया। लेकिन इसके बाद भी आंदोलन खत्म नहीं हुआ। जंतर-मंतर पर युवाओं की भीड़ लगातार जुटती रही। आंदोलनकारियों के बीच एक नारा तेजी से लोकप्रिय हुआ लाठी खाई है, झुकेंगे नहीं। यह केवल नारा नहीं, बल्कि उस मनोवैज्ञानिक प्रतिरोध का संकेत है जिसने आंदोलन को नई ऊर्जा दी। सरकार शायद यह मानकर चल रही थी कि पुलिस कार्रवाई के बाद विरोध कमजोर पड़ जाएगा, लेकिन घटनाक्रम ने ठीक उलटा संदेश दिया। हर लाठीचार्ज के बाद आंदोलन और व्यापक होता दिखाई दिया।

❑युवाओं पर लाठीचार्ज के बाद भड़क गया जनआक्रोश
❑राहुल गांधी के नेतृत्व में पीएम आवास का किया घेराव
❑युवाओं के आक्रोश ने सत्ता को कमरों से बाहर निकली

विपक्ष लंबे समय से ऐसे किसी बड़े मुद्दे की तलाश में था, जिस पर वह सरकार को एक साथ घेर सके। युवाओं के आंदोलन ने वह अवसर उपलब्ध करा दिया। राहुल गांधी के नेतृत्व में विपक्षी दलों का एकजुट होकर प्रधानमंत्री आवास की ओर मार्च करना केवल प्रतीकात्मक विरोध नहीं था। इसका स्पष्ट राजनीतिक संदेश था कि विपक्ष अब युवाओं के असंतोष को राष्ट्रीय मुद्दा बनाने की रणनीति पर काम कर रहा है। लोकसभा के भीतर शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान को लेकर तीखे हमले हुए और सदन के बाहर इस्तीफे की मांग ने आंदोलन को राजनीतिक धार दे दी। यह वही रणनीति है, जिसे विपक्ष पिछले कुछ वर्षों से अपनाता रहा है जनता के किसी बड़े असंतोष को राजनीतिक आंदोलन में बदलना।

सबसे बड़ा सवाल यही है कि क्या सरकार ने इस आंदोलन की गंभीरता को देर से समझा? जिन नेताओं को अब तक केवल प्रेस कान्फ्रेंस और सोशल मीडिया के जरिए प्रतिक्रिया देते देखा जा रहा था, वे अब आंदोलनकारियों से बातचीत करते नजर आने लगे हैं। यह बदलाव अचानक नहीं आया। दरअसल, सरकार को यह एहसास होने लगा है कि यदि युवाओं का असंतोष लंबा खिंचता है, तो उसका असर केवल संसद तक सीमित नहीं रहेगा। आने वाले विधानसभा चुनावों और भविष्य की राजनीति पर भी इसका प्रभाव पड़ सकता है। युवा किसी भी लोकतंत्र की सबसे बड़ी राजनीतिक ताकत होते हैं। जब यही वर्ग सड़कों पर उतर आता है, तो सरकारें केवल प्रशासनिक कार्रवाई के भरोसे स्थिति को नियंत्रित नहीं रख सकतीं।

सरकार लगातार यह कह रही है कि कानून-व्यवस्था बनाए रखना उसकी जिम्मेदारी है। यह तर्क अपनी जगह सही भी है। लेकिन सवाल यह भी है कि क्या हर विरोध का जवाब पुलिस बल से दिया जा सकता है? यदि हजारों युवा अपनी बात कहने के लिए राजधानी तक पहुंच रहे हैं, तो यह केवल सुरक्षा का विषय नहीं, बल्कि भरोसे का संकट भी है। राजनीतिक

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

कार्यक्षेत्र में यौन उत्पीड़न, महिला अपराधों से बचाव की जागरुकता के लिए कार्यशाला

संवाददाता

देहरादून। कार्यक्षेत्र में यौन उत्पीडन व महिला यौन अपराधों से बचाव व जागरूकता के लिए कार्यशाला का आयोजन किया गया।

आज यहां कार्यक्षेत्र में यौन उत्पीड़न, पॉश कानून और महिला यौन अपराध ों से बचाव की जागरूकता अभियान की अपनी मुहिम के अंतर्गत सामाजिक संस्था फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी ने यू जे वी एन लिमिटेड, ढाकरानी, के कार्मिकों के लिए निशुल्क जागरूकता कार्यशाला का आयोजन किया। इस कार्यशाला में मनोवैज्ञानिक समाजसेवी डॉ. पवन शर्मा (द साइकेडेलिक) ने बड़े रोचक और प्रायोगिक तरीके से उदाहरणों के साथ प्रतिभागियों को कार्यक्षेत्र में यौन उत्पीड़न के पॉश कानून और यौन अपराधों के बारे में जानकारी दी और बचाव के कई अनूठे और अत्यंत प्रभावी तरीकों के बारे में जानकारी दी। डॉ पवन शर्मा ने बताया कि शोध के अनुसार कार्यक्षेत्र में हर दो मे से एक महिला किसी न किसी रूप में यौन उत्पीड़न का शिकार हो रही है। इससे महिलाओं के लिए कार्यक्षेत्र में सुरक्षित माहौल में रहना मुश्किल है और साथ ही उनके सफलतापूर्वक कार्य निष्पादन में भी बाधा आती है। महिलाओं को सुरक्षित माहौल सुनिश्चित करने से संस्थान प्रगति सुनिश्चित करता है। कार्यशाला में डॉ. पवन शर्मा ने यौन उत्पीड़न की किसी शिकायत को सही तरीके से रिपोर्ट करने के तरीके बताये और साथ ही आंतरिक शिकायत कमेटी के शिकायत को रजिस्टर करना, उस पर निध ारित कार्यवाही करने और अन्य कार्यो के बारे में भी जानकारी दी। प्रतिभागियों ने उत्साहित हो कर जिज्ञासाओं को शांत करने के लिए कई सवाल पूछे, जिन्हें डॉ. पवन शर्मा ने संतुष्टिदायक जवाबों के साथ समझाया।

स्वास्थ्य शिविर में 167 मरीजों का हुआ परीक्षण, विशेषज्ञ चिकित्सकों ने दीं सेवाएं

अल्मोड़ा(आरएनएस)। भैंसियाछाना ब्लॉक के प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र धौलछीना में सोमवार को स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में क्षेत्र के लोगों का स्वास्थ्य परीक्षण कर नि:शुल्क परामर्श दिया गया तथा विभिन्न स्वास्थ्य योजनाओं और रोगों की रोकथाम को लेकर जागरूक किया गया। शिविर का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्र के लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराना और स्वास्थ्य के प्रति जागरूक बनाना रहा।

शिविर में जिला चिकित्सालय अल्मोड़ा से पहुंचे हड्डी रोग विशेषज्ञ, स्त्री एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ, ईएनटी विशेषज्ञ, नेत्र रोग विशेषज्ञ तथा आयुष विभाग की टीम ने मरीजों का परीक्षण कर उपचार संबंधी परामर्श दिया। इसके साथ ही चेस्ट एक्स-रे, टीबी स्क्रीनिंग, एनसीडी (गैर-संचारी रोग) स्क्रीनिंग, एनीमिया मुक्त भारत अभियान के तहत जांच एवं परामर्श तथा ई-रक्तकोष से संबंधित सेवाएं भी उपलब्ध कराई गईं। पात्र लाभार्थियों के दिव्यांग प्रमाण-पत्र भी बनाए गए।

स्वास्थ्य शिविर में कुल 167 मरीजों ने सेवाओं का लाभ उठाया। इनमें हड्डी रोग विभाग में 42, ईएनटी विभाग में छह, स्त्री एवं प्रसूति रोग विभाग में 18, आयुष विभाग में 29, नेत्र रोग विभाग में 5० तथा सामान्य ओपीडी में 22 मरीजों का परीक्षण किया गया। इसके अलावा 15० लोगों के चेस्ट एक्स-रे भी किए गए। शिविर का आयोजन भैंसियाछाना ब्लॉक के प्रभारी चिकित्साधिकारी डॉ. संजीव शुक्ला के निर्देशन में किया गया।

इस दौरान ब्लॉक कार्यक्रम प्रबंधक दीपक पंत, डॉ. अदिति, उमेश जोशी, पूजा, काव्या, नेहा रावत, नेहा चंद, स्वाति, हेमा बिष्ट, ममता रानी, प्रिया, एएनएम अंजलि, नीतू, विनीता, वंदना, सरिता, अनिल, ललित बिष्ट, विनय वर्मा, रेनू जोशी, आशा कार्यकर्ता बसंती सहित स्वास्थ्य विभाग के अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे। शिविर के सफल आयोजन में सहयोग करने वाले सभी चिकित्सकों, स्वास्थ्य कर्मियों और कर्मचारियों का आभार व्यक्त किया गया।

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

जनगणना-2027 के दूसरे चरण की तैयारियां तेज

शत-प्रतिशत शुद्धता और पारदर्शिता के साथ पूरा करें कार्य: डीएम

हमारे संवाददाता

पौड़ी। जनगणना-2027 के द्वितीय चरण की तैयारियों के तहत जिला मुख्यालय स्थित कलेक्ट्रेट सभागार में सुपरवाइजरों (राजस्व उपनिरीक्षक) के लिए तीन दिवसीय प्रशिक्षण कार्यशाला का शुभारंभ जिलाधिकारी स्वाति एस. भदौरिया ने किया। उन्होंने प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे अधिकारियों से इसे पूर्ण गंभीरता, उत्तरदायित्व एवं समर्पण के साथ ग्रहण करने का आह्वान करते हुए कहा कि प्रशिक्षित कार्मिक ही जनगणना जैसे महत्वपूर्ण राष्ट्रीय कार्यक्रम की सफलता की सबसे बड़ी कुंजी हैं।

जिलाधिकारी ने प्रथम चरण के सफलतापूर्वक संपन्न होने पर सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को बधाई देते हुए विश्वास व्यक्त किया कि द्वितीय चरण भी पूरी दक्षता, शुद्धता एवं समयबद्धता के साथ सफलतापूर्वक संपन्न होगा। उन्होंने कहा कि जनगणना केवल आंकड़े जुटाने की प्रक्रिया नहीं, बल्कि देश की विकास नीतियों, कल्याणकारी योजनाओं, संसाधनों के न्यायसंगत वितरण तथा भविष्य की विकास रणनीति का आधार है। इसलिए प्रत्येक सूचना का संकलन पूरी पारदर्शिता, सटीकता एवं जिम्मेदारी के साथ किया जाना आवश्यक है। उन्होंने बताया कि प्रशिक्षण के दौरान सांख्यिकीय आंकड़ों को मोबाइल एप एवं पोर्टल पर दर्ज करने की पूरी प्रक्रिया का व्यवहारिक प्रशिक्षण दिया जा रहा है। इस चरण में ग्रामीण क्षेत्रों की आधारभूत सुविधाओं से संबंधित विस्तृत जानकारी संकलित की जाएगी, जिसमें शिक्षा, स्वास्थ्य, पेयजल, सड़क, संचार, बैंकिंग सेवाएं, विद्युत एवं अन्य ईंधन की उपलब्धता, भूमि उपयोग, कृषि, हस्तशिल्प सहित विभिन्न विकास संकेतकों का डिजिटल रूप से संकलन किया जाएगा।

जिलाधिकारी ने कहा कि राजस्व उपनिरीक्षक अपने-अपने क्षेत्रों में सर्वेक्षण कर वास्तविक आंकड़े ऑनलाइन पोर्टल पर अपलोड करेंगे। इससे केंद्र एवं राज्य सरकार को जमीनी स्तर की वास्तविक स्थिति का आकलन करने तथा आवश्यकता आधारित विकास योजनाएं तैयार करने में सहायता मिलेगी। उन्होंने अधिकारियों से आमजन को जनगणना के महत्व के प्रति जागरूक करने तथा प्रत्येक नागरिक से सही एवं पूर्ण जानकारी प्राप्त करने के लिए विशेष प्रयास करने के निर्देश दिए।

उन्होंने मास्टर ट्रेनरों से अपेक्षा की कि प्रशिक्षण सत्र व्यवहारिक, संवादात्मक एवं रोचक हों, ताकि फील्ड में कार्य करते समय किसी भी अधिकारी को तकनीकी अथवा प्रक्रियागत कठिनाई का सामना न करना पड़े। उन्होंने कहा कि विश्वसनीय एवं प्रमाणिक आंकड़े ही प्रभावी नीति निर्माण का आधार बनते हैं।

अपर जिलाधिकारी एफ.आर. चौहान ने कहा कि जनगणना कार्य केवल औपचारिक प्रक्रिया नहीं, बल्कि एक महत्वपूर्ण दायित्व है। उन्होंने चार्ज अधि कारियों को अपने-अपने क्षेत्रों की सूक्ष्म स्तर पर तैयारी सुनिश्चित करने, क्षेत्रीय सीमाओं का सही निर्धारण करने तथा किसी भी प्रकार की पुनरावृत्ति अथवा छूट से बचने के निर्देश दिए। उन्होंने सभी पर्यवेक्षकों से अधीनस्थ प्रगणकों के साथ नियमित समन्वय बनाए रखने तथा फील्ड मॉनिटरिंग को सर्वोच्च प्राथमिकता देने को कहा।

कलाकार नहीं, लोक स्मृति के प्रहरी थे 'दर्जी'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। हे दर्जी दिदा मीकू तु अंगढी बणै दे मेरि घगरि परै चमकदार मज़री लगै दे..गढ़वाल के इस पुराने गीत की धुन जब भी सुनी जाती है तो पहाड़ के गांवों का जीवन जीने वाले के जहन में पहाड़ के उस दर्जी की याद आती है, जो पहाड़ के लिए एक कलाकार ही नहीं लोक संस्कृति का संरक्षक था। पहाड़ के गांवों में एक समय ऐसा भी था, जब मनोरंजन के लिए न टेलीविजन था, न मोबाइल और न ही डीजे की कानफोड़ू आवाज। तब गांव की असली रौनक बनकर आते थे दर्जी और उनके साथ कुछ कलाकार भी जिन्हें बद्दी और बदयौण कहा जाता था। उत्तराखंड के पहाड़ों में अलग-अलग क्षेत्रों में इन्हें अलग-अलग नामों से पुकारा जाता था, लेकिन उनका काम एक ही था गीतों, नृत्य, लोककथाओं और अपने हुनर से पूरे गांव को एक सूत्र में पिरो देना। जैसे ही किसी गांव में शादी-ब्याह, मेला, देवी-देवताओं का उत्सव या कोई बड़ा सामाजिक आयोजन होता, दर्जी अपने साथ ढोल, लोकगीत, रंग-बिरंगे वस्त्र और सुई-धागे का हुनर लेकर पहुंच जाते। उनके आने की खबर पूरे गांव में उत्सव का संदेश बन जाती।

सूरज ढलते ही गांव का चौक जगमगा उठता। बच्चे सबसे आगे, महिलाएं समूह बनाकर, बुजुर्ग अपने अनुभवों के साथ और युवा उत्साह से भरेकृहर कोई एक जगह इकट्ठा हो जाता। फिर शुरू होता लोकगीतों, नृत्यों और हास्य-व्यंग्य का ऐसा सिलसिला, जो देर रात तक चलता। दर्जी केवल गीत नहीं गाते थे, वह पहाड़ की आत्मा गाते थे। उनके गीतों में प्रेम था, विरह था, देवी-देवताओं की महिमा थी, वीरों की गाथाएं थीं और समाज को जोड़ने वाले संदेश भी थे। उनकी प्रस्तुति में मनोरंजन के साथ लोकशिक्षा भी छिपी होती थी।

◆ढोल की थाप, सुई-धागे का हुनर और लोकगीतों की महक यही थे पहाड़ में दर्जी
◆जब गांवों का चौक ही बन जाता था रंगमंच और दर्जी होते थे उसके असली नायक
◆गीतों की गूंज, ढोल की थाप, सुई-धागे का हुनर होता था पूरे गांव की मुस्कान

दर्जी की सबसे बड़ी विशेषता यह थी कि वह केवल लोक कलाकार नहीं थे। गांव में ठहरने के दौरान वह कपड़े सिलते, नए वस्त्र तैयार करते, पुराने कपड़ों की मरम्मत करते और शादी-ब्याह के लिए विशेष परिधान भी बनाते थे। आज जिसे मल्टी-स्किल कहा जाता है, वह कला बद्दी सदियों पहले जी रहे थे। वह अपने श्रम से आजीविका कमाते थे और अपनी कला से गांव को आनंद देते थे। दर्जी एक गांव से दूसरे गांव जाते थे। वह केवल कार्यक्रम नहीं करते थे, बल्कि लोककथाएं, नए गीत, सामाजिक संदेश और आसपास के क्षेत्रों की खबरें भी साथ लेकर चलते थे। इस तरह वह पहाड़ के गांवों को जोड़ने वाली सांस्कृतिक कड़ी बन जाते थे। उनके आने से केवल एक आयोजन नहीं होता था, बल्कि गांव का सामाजिक जीवन भी जीवंत हो उठता था।

समय बदला। गांवों में सड़कें आईं, फिर टेलीविजन, मोबाइल और इंटरनेट ने जगह बना ली। रेडीमेड कपड़ों ने सुई-धागे की जरूरत कम कर दी और डीजे ने लोकधुनों की जगह ले ली। धीरे-धीरे दर्जी की आवाज पहाड़ की घाटियों से ओझल होने लगी। आज गांवों के चौक तो हैं, लेकिन वहां लोकगीतों की वह सामूहिक गूंज नहीं है। नई पीढ़ी बद्दी शब्द से भी अपरिचित होती जा रही है। बद्दी किसी एक व्यक्ति या समुदाय का नाम भर नहीं थे। वह उस पहाड़ की पहचान थे, जहां कला आजीविका भी थी और समाज को जोड़ने का माध्यम भी। उन्होंने बिना किसी मंच, बिना किसी प्रचार और बिना किसी पुरस्कार के पीढ़ियों तक पहाड़ की लोकसंस्कृति को जीवित रखा।

आज जब उत्तराखंड अपनी सांस्कृतिक पहचान को बचाने की बात कर रहा है, तब जरूरत है कि दर्जी जैसी लोक परंपराओं का दस्तावेजीकरण हो, उन पर शोध हो और उन्हें लोक महोत्सवों, विद्यालयों तथा सांस्कृतिक आयोजनों में सम्मानपूर्वक स्थान मिले।

खीरा खरीदते समय इन 5 बातों का रखें ध्यान, नहीं होगा कड़वा

खीरा एक ताजगी भरी और पौष्टिक सब्जी है, जो सलाद, राइता या स्नैक्स के रूप में खाया जाता है। हालांकि, कभी-कभी बाजार से खरीदे गए खीरे कड़वे निकलते हैं, जो खाने में अच्छा नहीं लगता। इस लेख में हम आपको कुछ ऐसे संकेत बताएंगे, जिनसे आप सही खीरा चुन सकते हैं और कड़वे खीरे से बच सकते हैं ताकि आपकी डाइट स्वादिष्ट और सेहतमंद बनी रहे।

रंग पर ध्यान दें- खीरे खरीदते समय सबसे पहले उसके रंग पर ध्यान दें। हरा रंग हमेशा बेहतर होता है क्योंकि यह ताजगी का संकेत देता है। पीले या सफेद रंग के खीरे आमतौर पर पके हुए होते हैं और इनमें कड़वाहट हो सकती है। इसलिए हमेशा हरे रंग के खीरे ही चुनें ताकि आपके सलाद या राइते का स्वाद बेहतरीन बना रहे और आप कड़वे खीरे से बच सकें।

आकार और मोटाई पर गौर करें- खीरे का आकार और मोटाई भी अहम भूमिका निभाते हैं। लंबे और पतले खीरे आमतौर पर अच्छे होते हैं क्योंकि इनमें कड़वाहट कम होती है। मोटे और गोल आकार के खीरे अक्सर कड़वे निकलते हैं इसलिए इन्हें खरीदने से बचें। इसके अलावा खीरे का आकार भी महत्वपूर्ण होता है। छोटे और मध्यम आकार के खीरे अच्छे होते हैं, जबकि बड़े और मोटे खीरे अक्सर कड़वे होते हैं।

छिलके की जांच करें- खीरे खरीदते समय उसके छिलके पर ध्यान देना जरूरी है। चिकने और चमकदार छिलके वाले खीरे अच्छे होते हैं, जबकि खुरदरे या फटे हुए छिलके वाले खीरे आमतौर पर कड़वे निकलते हैं। इसलिए हमेशा चिकने और चमकदार छिलके वाले खीरे ही चुनें ताकि आपके व्यंजनों का स्वाद बेहतरीन बना रहे। इसके अलावा छिलके की मोटाई भी महत्वपूर्ण होती है। पतले छिलके वाले खीरे अच्छे होते हैं, जबकि मोटे छिलके वाले खीरे अक्सर कड़वे निकलते हैं।

गंध पर ध्यान दें- खीरे की गंध भी उसकी गुणवत्ता बताती है। ताजे खीरे से हल्की-सी गंध आती है, जो ताजगी का अहसास दिलाती है। अगर खीरे से तेज या अजीब गंध आती हो तो समझ जाइए कि वह सही नहीं है और उसे न खरीदें। इसके अलावा गंध से यह भी पता चलता है कि खीरा पका हुआ है या नहीं। ताजे खीरे की गंध हमेशा हल्की और प्राकृतिक होती है, जबकि पके हुए खीरे में तेज गंध हो सकती है।

घमंडी लोगों से निपटने के लिए अपनाएं ये तरीके, तनाव से रहेंगे दूर

घमंड एक ऐसा गुण है, जो किसी के व्यक्तित्व को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकता है। यह दूसरों के साथ संबंधों को खराब कर सकता है और समाज में असंतोष पैदा कर सकता है। घमंडी लोग अक्सर अपनी बात मनवाने के लिए दूसरों को नीचा दिखाते हैं। ऐसे लोगों से निपटने के लिए कुछ सरल और प्रभावी तरीके हैं, जिन्हें अपनाकर आप अपने जीवन को बेहतर बना सकते हैं। ऐसा करके आपका मानसिक स्वास्थ्य भी प्रभावित नहीं होगा।

घमंडी लोगों से निपटने का पहला तरीका है सहानुभूति दिखाना। जब आप किसी घमंडी व्यक्ति से मिलते हैं तो उनकी स्थिति को समझने की कोशिश करें। उनकी भावनाओं को समझने से आपको उनकी मानसिकता को बेहतर तरीके से जानने में मदद मिलेगी। इससे आप उनके साथ बेहतर तरीके से बातचीत कर पाएंगे और उनके घमंड को कम करने में मदद मिलेगी। सहानुभूति दिखाने से आप उनके व्यवहार को सकारात्मक दिशा में मोड़ सकते हैं और संबंध सुधार सकते हैं।

घमंडी लोगों के साथ बातचीत करते समय शांत रहना बहुत जरूरी है। उनकी बातों पर प्रतिक्रिया देने से पहले गहरी सांस लें और धैर्यपूर्वक सुनें। अगर वे आपको नीचा दिखाने की कोशिश करें तो भी संयम बनाए रखें। अपनी भावनाओं पर काबू रखें और उग्र प्रतिक्रिया देने से बचें। इससे आप स्थिति को बेहतर तरीके से संभाल सकेंगे और किसी भी विवाद से बच सकेंगे। शांत रहने से आप बेहतर संवाद कर पाएंगे और उन्हें गलती का एहसास होगा।

घमंडी लोगों से बातचीत करते समय सकारात्मक नजरिया रखना अहम है। उनकी नकारात्मक बातें सुनकर खुद को नकारात्मक महसूस न होने दें, बल्कि उनके साथ सकारात्मक बातचीत करें। उनकी अच्छी बातों पर ध्यान दें और उन्हें प्रोत्साहित करें। इससे उनका आत्मविश्वास बढ़ेगा और वे धीरे-धीरे अपनी नकारात्मकता को छोड़ने लगेंगे। सकारात्मक नजरिया अपनाने से आप उनकी मानसिकता को सुधारने में मदद कर सकते हैं और उनके साथ बेहतर संबंध बना सकते हैं।

घमंडी लोगों के साथ सीमाएं तय करना बहुत जरूरी है। उन्हें यह बताएं कि कौन-सी बातें स्वीकार्य हैं और कौन-सी नहीं। अगर वे आपकी सीमाओं का उल्लंघन करें तो दृढ़ता से अपनी सीमाओं को बनाए रखें। इससे वे समझेंगे कि उनका व्यवहार ठीक नहीं है और वे बदलने पर मजबूर होंगे। इसके अलावा आप उन्हें उदाहरण देकर दिखा सकते हैं कि उनका व्यवहार कैसे दूसरों पर नकारात्मक प्रभाव डालता है और उन्हें सुधारने की प्रेरणा दे सकते हैं।

आखिर में सबसे अहम बात यह है कि आपको खुद पर ध्यान देना चाहिए। घमंडी लोगों के साथ समय बिताने से आपकी मानसिकता प्रभावित हो सकती है, इसलिए खुद को सकारात्मक गतिविधियों में व्यस्त रखें। अपने शौक पूरे करें, दोस्तों के साथ समय बिताएं और अपनी पसंदीदा किताबें पढ़ें। इससे आपका मन प्रफुल्लित रहेगा और आप घमंडी लोगों के नकारात्मक प्रभाव से बच सकेंगे। इस तरह आप अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं।

बॉइल्ड एग या फिर ऑमलेट, आपकी हेल्थ के लिए क्या फायदेमंद है?

काफी समय पहले से ही लोग अपने ब्रेकफास्ट में अंडा खाना काफी ज्यादा पसंद करते हैं। अंडा स्वादिस्ट होने के साथ-साथ हेल्दी भी है। यह विटामिन, आयरन और प्रोटीन का एक शानदार सोर्स है। लेकिन आजतक इस सवाल पर बहस चल रही है कि ऑमलेट या उबले हुए अंडे दोनों में सबसे ज्यादा हेल्दी क्या है? जबकि कुछ का तर्क है कि ऑमलेट ज्यादा हेल्दी होता है वहीं दूसरों का कहना है कि उबले हुए अंडे ज्यादा हेल्दी है। आज हम इस आर्टिकल के जरिए इसी बात की पता लगाने की कोशिश करेंगे।

उबले अंडे

उबले अंडे एक सिंपल सा नाश्ता है जिसमें कुछ खास तैयारी की जरूरत नहीं पड़ती है। यह अंडे खाने के सबसे हेल्दी तरीकों में से एक है। उबले अंडे में पाए जाने वाले कुछ प्रमुख पोषक तत्व इस प्रकार हैं।

प्रोटीनः अंडे को प्रोटीन का बहुत अच्छा सोर्स माना जाता है। एक बड़े उबले अंडे में लगभग 6 ग्राम उच्च गुणवत्ता वाला प्रोटीन होता है, जो उन लोगों के लिए बहुत अच्छा है जिन्हें अपनी डाइट में ज्यादा प्रोटीन खाना चाहिए।

विटामिन डीः विटामिन डी कई सोर्स में से एक अंडे में पाया जाता है। एक उबले अंडे में विटामिन डी मात्रा का लगभग 6त्न होता है।

कोलीनः अंडे कोलीन का एक शानदार स्रोत हैं, एक पोषक तत्व जो मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र के कार्य के लिए आवश्यक है।

ल्यूटिन और ज़ेक्सैंथिनः ये दो मजबूत एंटीऑक्सिडेंट अंडे की जर्दी में पाए जाते हैं और आंखों के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं। यह आंख की रोशनी भी बढ़ाती है।

ऑमलेट खाने के फायदे और इसमें पाए जाने वाले जरूरी पोषक तत्व

नाश्ते में ऑमलेट खाना काफी फेमस है। लोग अक्सर नाश्ते में ऑमलेट खाना पसंद करते हैं। यह टेस्ट में बेस्ट होने के साथ हेल्दी भी होता है। आप ऑमलेट अलग तरीके से भी बना सकते हैं जैसे- इसमें ढेर सारी सब्जियां, मीट और दूसरी चीजें डालकर भी बनाई जा सकती है।

ऑमलेट में पाए जाने वाले कुछ प्रमुख पोषक तत्व।

फाइबरः सब्जियों से भरे ऑमलेट फाइबर का एक बड़ा स्रोत हैं। फाइबर पाचन तंत्र को स्वस्थ बनाए रखने के लिए आवश्यक है और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में भी मदद कर सकता है।

आयरनः आयरन एक आवश्यक खनिज है जो रेड ब्लड सेल्स बनाने के साथ-साथ पूरे शरीर में ऑक्सीजन का फ्लो ठीक ढंग से करता है। पालक से भरे आमलेट, जो आयरन का एक अच्छा स्रोत है, आपके आयरन के स्तर को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।

विटामिन सीः सब्जियों का ऑमलेट भी विटामिन सी का एक बड़ा स्रोत है, जो इम्युनिटी को मजबूत करने के लिए काफी ज्यादा महत्वपूर्ण है। विटामिन सी एक एंटीऑक्सीडेंट के रूप में भी कार्य करता है, जो हमारी कोशिकाओं को मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से बचाता है।

हेल्दी फैट

अंडे में हेल्दी फैट होते हैं, जिसमें मोनोअनसैचुरेटेड और पॉलीअनसेचुरेटेड फैट शामिल हैं, जो दिल को हेल्दी रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। ऑमलेट में पाए जाने वाले ये हेल्दी फैट हृदय रोग के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं।

आपके स्वास्थ्य के लिए कौन सा बेहतर है?

उबले अंडे और ऑमलेट दोनों के पोषण संबंधी फायदो का एक शानदार सोर्स है। उबले अंडे प्रोटीन, विटामिन डी और कोलीन का एक बड़ा स्रोत हैं, जबकि ऑमलेट फाइबर, आयरन, विटामिन सी और हेल्दी फैट से भरपूर होते हैं। यदि आप अपने डाइट में प्रोटीन का लेवल बढ़ाना चाहते हैं तो यह आपके ब्रेकफास्ट के लिए सबसे बेस्ट ऑप्शन है। उबले हुए अंडे शानदार ऑप्शन है। यदि आप विभिन्न प्रकार के पोषक तत्वों से भरपूर और अधिक पौष्टिक नाश्ता चाहते हैं, तो ऑमलेट खा सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य -096

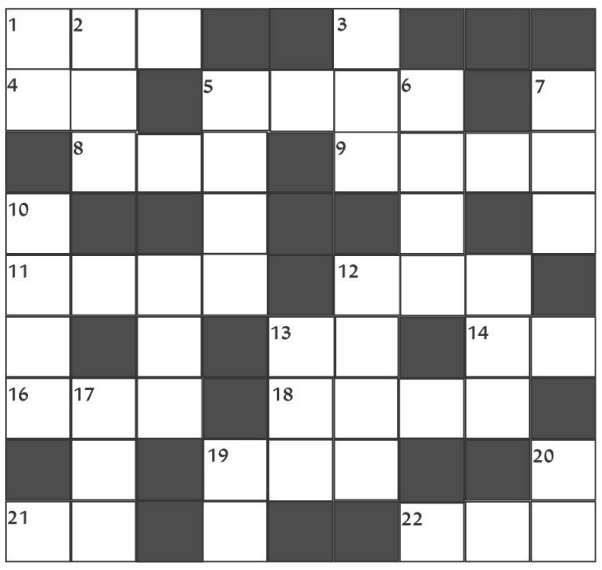
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. व्यर्थ, अकारण, बेवजह (उर्दू) 4. साथ में, सहित 5. वर्षा, बारिश, बरखा 8. कथा, किस्सा 9. चिढ़चिड़ा, बदमिजाज 11. प्रलय, आफत, हलचल 12. लाख ढकने का कपड़ा 13. पिता, क्लर्क, सम्मानित व्यक्ति 14. वायु, पवन 16. निवास करना, उपस्थित होना, ठहरना 18. जिसे लात खाने की आदत हो गई हो 19. सेवक, दास, चाकर 21. भ्राता 22. मेघ, जलद, नीरद।

ऊपर से नीचे

1. विशेष, विशिष्ट 2. सुगंध, खुशबू 3. आदमी, मनुष्य, मानव 5. अपेक्षाकृत, अपेक्षया 6. कष्ट, दर्द, दिक्कत 7. पठन, पढ़ने का काम, शिक्षा 10. किस्मत, नसीब, भाग्यवान 12. एक पक्षी जो पुराने समय में संदेश वाहक का काम करता था 13. बाल, बच्चा, लड़का, छोकरा 17. वायु संबंधी, हवा में रहने, उड़ने या होने वाला, बिलकुल काल्पनिक और निर्मूल 19. नाव, कश्ती 20. वर्ष, बरस, एक इमारती वृक्ष।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 95 का हल

पं	क्ति		स्वा	द		स	ब	ब
जा		सु	हा	ना			ली	द
ब	हु	धा		द	ल	ना		ल
		क	मा	न		ग	ह	ना
भं	व	र				वा	म	
गी	त		म	ज	बू	र		ट
	न	म	स्का	र				र
		र्या			बी		ना	का
सं	वि	दा		ब	स	च	ल	ना

हील वाले फ्लिप-फ्लॉप्स कर रहे हैं ट्रेंड, इनके साथ आप पहन सकती हैं ये आउटफिट

हील फ्लिप-फ्लॉप्स एक आरामदायक और स्टाइलिश फुटवियर विकल्प है। ये न केवल रोजमर्रा की जिंदगी में, बल्कि खास मौकों पर भी आपके लुक को खास बना सकते हैं। सही कपड़ों के साथ इन्हें पहनने से आप हर मौके पर आकर्षक दिख सकती हैं। आज के फैशन टिप्स में हम आपको बताएंगे कि किन कपड़ों के साथ हील फ्लिप-फ्लॉप्स पहनने से आपका लुक और भी बेहतरीन लगेगा।

जींस और टॉप का मेल हमेशा से ही फैशनेबल रहा है। अगर आप हील फ्लिप-फ्लॉप्स पहन रही हैं तो डेनिम जींस के साथ एक साधारण या प्रिंटेड टॉप चुनें। यह मेल न केवल आपको आरामदायक महसूस कराएगा, बल्कि स्टाइलिश भी दिखाएगा। आप चाहें तो जैकेट या श्रग भी जोड़ सकती हैं, जिससे आपका लुक और भी खास लगेगा। इस तरह का पहनावा ऑफिस, कॉलेज या दोस्तों के साथ घूमने के लिए बेहतरीन है।

मैक्सी ड्रेस के साथ हील फ्लिप-फ्लॉप्स एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है। यह मेल आपको लंबा और पतला दिखाएगा, साथ ही आरामदायक भी रहेगा। मैक्सी ड्रेस में लंबी डिजाइन चुनें, जो आपके शरीर को खूबसूरती से दिखाएगी। इसके साथ हल्के गहने और एक छोटा-सा बैग जोड़ें, ताकि आपका लुक पूरा हो सके। यह पहनावा किसी भी खास मौके पर आपको आकर्षक और स्टाइलिश दिखाएगा। इन दिनों स्लिप मैक्सी ड्रेस काफी लोकप्रिय हैं।

शॉर्ट ड्रेस हमेशा से ही युवा और ताजगी भरा एहसास देती आई हैं। अगर आप किसी पार्टी या खास मौके पर जा रही हैं तो शॉर्ट ड्रेस के साथ हील फ्लिप-फ्लॉप्स पहन सकती हैं। यह मेल न केवल आपको आकर्षक दिखाएगा, बल्कि आरामदायक भी रहेगा। इसके साथ हल्के गहने और एक छोटा-सा बैग जोड़ें, ताकि आपका लुक पूरा हो सके। आप अपनी पसंद की डिजाइन वाली शॉर्ट ड्रेस पहन सकती हैं।

पार्टी या खास मौकों पर स्कर्ट और ब्लाउज का मेल बहुत अच्छा लगता है। रेशम या साटन की स्कर्ट के साथ एक फिटेड ब्लाउज चुनें, जो आपके शरीर को खूबसूरती से दिखाएगा। इसके साथ हील फ्लिप-फ्लॉप्स पहनें, ताकि आपका लुक और भी खास लगे। इस तरह का पहनावा किसी भी खास मौके पर आपको आकर्षक और स्टाइलिश दिखाएगा। आप चाहें तो हल्के गहने और एक छोटा-सा बैग भी जोड़ सकती हैं।

अगर आप पारंपरिक लुक पसंद करती हैं तो अनारकली सूट या सलवार-कमीज के साथ हील फ्लिप-फ्लॉप्स पहन सकती हैं। यह मेल आपको पारंपरिक और आधुनिक, दोनों ही अंदाज में दिखाएगा। पारंपरिक सूट में लंबी डिजाइन चुनें, जो आपके शरीर को खूबसूरती से दिखाएगा। इसके साथ हल्के गहने और एक छोटा-सा बैग जोड़ें ताकि आपका लुक पूरा हो सके। इस तरह का पहनावा किसी भी खास मौके पर आपको आकर्षक और स्टाइलिश दिखाएगा।

फर्श की टाइल्स का रंग हो गया है पीला ? इन 5 तरीकों से दोबारा करें सफेद

फर्श की टाइल्स को साफ रखना एक मुश्किल काम हो सकता है, खासकर जब उनका रंग पीला पड़ने लगे। यह समस्या आमतौर पर गंदगी, तेल और अन्य गंदे पदार्थों के कारण होती है, जो टाइल्स के ऊपर जमा हो जाते हैं। इस लेख में हम आपको कुछ आसान और असरदार तरीके बताएंगे, जिनकी मदद से आप बिना ज्यादा मेहनत के अपने फर्श की टाइल्स को फिर से चमकदार और सफेद बना सकते हैं।

फर्श की टाइल्स को साफ करने के लिए आप बेकिंग सोडा और पानी का घोल बना सकते हैं। इसके लिए एक कप बेकिंग सोडा में थोड़ा पानी मिलाकर गाढ़ा पेस्ट तैयार करें। इस पेस्ट को टाइल्स पर लगाकर कुछ मिनट छोड़ दें, फिर इसे ब्रश से रगड़ें। इससे गंदगी और दाग हट जाएंगे और टाइल्स फिर से चमकदार हो जाएंगी। यह तरीका न केवल असरदार है, बल्कि सुरक्षित भी है, क्योंकि इसमें कोई हानिकारक केमिकल नहीं होता है।

सिरका और पानी का घोल भी फर्श की टाइल्स को साफ करने का एक अच्छा तरीका हो सकता है। इसके लिए एक बाल्टी पानी में 2-3 कप सफेद सिरका मिलाएं और इस मिश्रण को स्पंज या झाड़ू की मदद से पूरे फर्श पर फैलाएं। कुछ देर के लिए इसे ऐसे ही छोड़ दें, फिर साफ पानी से धो लें। इससे न केवल टाइल्स की गंदगी हटेगी, बल्कि उनका रंग भी फिर से चमकदार हो जाएगा।

नींबू का रस प्राकृतिक रूप से सतह को सफेद करने वाला होता है, जिसे आप टाइल्स पर इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए एक नींबू काटकर उसका रस सीधे दाग वाले हिस्से पर निचोड़ें और कुछ देर के लिए छोड़ दें, फिर ब्रश से रगड़ें। इससे दाग आसानी से हट जाएंगे और टाइल्स का रंग भी फिर से चमकदार हो जाएगा। यह तरीका न केवल असरदार है, बल्कि सुरक्षित भी है, क्योंकि इसमें कोई हानिकारक केमिकल नहीं होता है।

हाइड्रोजन पेरॉक्साइड एक शक्तिशाली क्लीनर होता है, जिसे आप फर्श की टाइल्स पर इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए एक कप हाइड्रोजन पेरॉक्साइड को 2 कप पानी में मिलाकर स्प्रे बोतल में भर लें और इसे दाग वाले हिस्से पर स्प्रे करें, फिर ब्रश से रगड़ें। इससे दाग आसानी से हट जाएंगे और टाइल्स का रंग भी फिर से चमकदार हो जाएगा। इसे इस्तेमाल करने के बाद एक बार पानी से दोबारा टाइल्स साफ कर लें।

फर्श की टाइल्स को साफ करने के लिए सॉफ्ट ब्रश या स्पंज का इस्तेमाल करना बहुत जरूरी होता है, ताकि उन पर खरोंच न आएं। कठोर ब्रश या झाड़ू का इस्तेमाल करने से बचें, क्योंकि इससे टाइल्स पर खरोंच पड़ सकती हैं और उनका रंग भी फीका पड़ सकता है। इन सरल तरीकों को अपनाकर आप फर्श की टाइल्स को आसानी से साफ कर सकते हैं और उनका रंग फिर से चमकदार बना सकते हैं।

एक बार फिर अपने लेटेस्ट फैशन फोटोशूट को लेकर चर्चा में हैं अमीई मिसोबाह

अभिनेत्री अमीई मिसोबाह एक बार फिर अपने लेटेस्ट फैशन फोटोशूट को लेकर चर्चा में हैं। गोल्डन और व्हाइट रंग के बेहद खूबसूरत परिधान में नज़र आईं अमीई ने अपनी खूबसूरती, आत्मविश्वास और शालीनता से सभी का ध्यान अपनी ओर आकर्षित कर लिया है। इस फोटोशूट ने एक बार फिर साबित कर दिया है कि वह तेजी से उभरती हुई फैशन आइकन हैं। तस्वीरों में अमीई विभिन्न आकर्षक पोज़ देती हुई दिखाई दे रही हैं, जहां उनका ग्लैमर और एलिगेंस का अनोखा संगम देखने को मिलता है। गोल्डन रंग की चमक उनके लुक में लग्ज़री का एहसास जोड़ती है, वहीं व्हाइट आउटफिट उनकी सादगी और आकर्षण को और निखारता है। दोनों रंगों का यह मेल उनकी प्राकृतिक सुंदरता को बेहतरीन ढंग से उभारता है। उनका बेदाग मेकअप, मनमोहक एक्सप्रेशन्स और आत्मविश्वास से भरपूर व्यक्तित्व पूरे फोटोशूट को एक हाई-फैशन मैगज़ीन के कवर जैसा शानदार बना देता है। सोशल मीडिया पर फैंस उनकी तारीफ करते नहीं थक रहे हैं और उनके फैशन सेंस व स्टाइलिश अंदाज़ की जमकर सराहना कर रहे हैं। चाहे आउटफिट की बारीकियां हों या उसे आत्मविश्वास के साथ प्रस्तुत करने का अंदाज़, अमीई यह साबित करती हैं कि असली स्टाइल आत्मविश्वास और मौलिकता में बसता है। यह फोटोशूट न केवल उनके फैशन-फॉरवर्ड व्यक्तित्व को दर्शाता है, बल्कि हर माहौल में चमकने की उनकी क्षमता को भी उजागर करता है।

फैशन और आत्म-अभिव्यक्ति के बारे में बात करते हुए अमीई ने कहा कि फैशन सिर्फ कपड़ों तक सीमित नहीं है, यह आपकी पहचान का प्रतिबिंब है। जब आप अपने पहनावे में आत्मविश्वास महसूस करते हैं, तो आपकी आंतरिक सुंदरता अपने आप निखरकर सामने आती है।

इस मनमोहक गोल्डन और व्हाइट फोटोशूट के साथ अमीई मिसोबाह ने एक बार फिर अपनी खूबसूरती, आकर्षण और स्टार पावर से दर्शकों का दिल जीत लिया है। फैंस इन शानदार तस्वीरों की जमकर सराहना कर रहे हैं और यह साफ है कि अमीई का फैशन सफर लगातार नई ऊंचाइयों को छू रहा है।

उर्मिला मातोंडकर बोलीं- आइटम नंबर के बिल्कुल खिलाफ थी मैं

अभिनेत्री उर्मिला मातोंडकर ने फिल्म चाइना गेट के अपने ब्लॉकबस्टर गाने छम्मा छम्मा को लेकर सालों बाद एक खुलासा किया है। इस सुपरहिट गाने पर चुप्पी तोड़ते हुए उर्मिला ने बताया कि वो शुरुआत में इस गाने को करने के बिल्कुल खिलाफ थीं, क्योंकि वो करियर के उस दौर में कोई आइटम नंबर नहीं करना चाहती थीं। आइए जानते हैं कि आखिर फिर ऐसा क्या हुआ कि उन्होंने इस गाने के लिए हामी भर दी।

उर्मिला हाल ही में डांस रियलिटी शो इंडियाज बेस्ट डांसर सीजन 5 के एक एपिसोड में बतौर स्पेशल गेस्ट शामिल हुईं, उन्होंने फिल्म चाइना गेट के इस लोकप्रिय गाने पर बात की। उन्होंने कहा, मुझसे कहा गया कि फिल्म चाइना गेट के महान निर्देशक राजकुमार संतोषी जी चाहते हैं कि आप इस फिल्म में एक आइटम सॉन्ग करें तो मैं इसके बिल्कुल पक्ष में नहीं थी, क्योंकि उस दौर में आइटम गानों को बहुत गलत तरीके से देखा जाता था।

उर्मिला ने बताया, संतोषी ने मुझसे एक बात कही कि उर्मिला, बरसों पहले एक गाना आया था और आज भी जब लोग डांस या कोरियोग्राफी की बात करते हैं तो वही एक गाना इंसान की आंखों के सामने आता है। मुझे उस गाने से भी बेहतर गाना बनाना है। मैंने गणेश आचार्य से पूछा कि गाने की शूटिंग कितने दिन चलेगी? उन्होंने कहा कि प्लान 12 दिन का था, लेकिन हमने वो गाना सिर्फ 3 दिन में पूरा कर दिया।

करिश्मा कपूर इंडियाज बेस्ट डांसर सीजन 5 में बतौर जज नजर आ रही हैं। उन्होंने गाना रिलीज होने के समय के इसके प्रभाव को याद किया। वो बालीं, उस दौर में हम सब इस गाने और उर्मिला के डांस के दीवाने हो गए थे। मुझे याद है कि जब ये गाना रिलीज हुआ था तो मैंने गणेश की तारीफ की थी और उनसे कहा था कि क्या गाना है, कमाल है और उर्मिला ने इसमें बेहद शानदार काम किया है।

साल 1998 में आई फिल्म चाइना गेट बॉक्स ऑफिस पर भले ही उम्मीद के मुताबिक कमाल न कर पाई हो, लेकिन इस फिल्म का एक गाना छम्मा छम्मा आज भी बॉलीवुड के सबसे कालजयी गानों में गिना जाता है। छम्मा छम्मा की लोकप्रियंता सिर्फ भारत तक सीमित नहीं रही। यह बॉलीवुड के उन चुनिंदा गानों में शामिल है, जिन्हें दुनियाभर में पहचान मिली। साल 2001 में आई हॉलीवुड फिल्म मौलिन रूज में भी इस गाने का इस्तेमाल किया गया था।

गंगा तक पहुंचने से पहले ही प्लास्टिक अपशिष्ट रोकें: डीएम

हमारे संवाददाता

चमोली। गंगा एवं उसकी सहायक नदियों के संरक्षण, स्वच्छता, सीवरेज एवं सेप्टेज प्रबंधन, ठोस अपशिष्ट प्रबंधन तथा नमामि गंगे कार्यक्रम के अंतर्गत संचालित विभिन्न कार्यों की समीक्षा हेतु जिलाधिकारी गौरव कुमार की अध्यक्षता में जिला सभागार गोपेश्वर में जिला गंगा संरक्षण समिति की बैठक आयोजित की गई। बैठक में गंगा संरक्षण से जुड़े सभी विभागों के कार्यों की विस्तृत समीक्षा करते हुए जिलाधिकारी ने समयबद्ध एवं प्रभावी कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

जिलाधिकारी ने जनपद में संचालित सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट की समीक्षा करते हुए विभिन्न क्षेत्रों में मौजूदा क्षमता एवं आवश्यकता के बीच मौजूद अंतर को समाप्त करने के लिए नए एसटीपी स्थापित किए जाने संबंधी डीपीआर शीघ्र तैयार करने तथा आवश्यक कार्यवाही शुरू करने के निर्देश दिए। उन्होंने यह भी सुनिश्चित करने को कहा कि जनपद के सभी एसटीपी नियमित रूप से सुचारु रूप से संचालित रहें तथा उनकी कार्यक्षमता पर निरंतर निगरानी रखी जाए।

उन्होंने ऑनलाइन कंटीन्यूअस एफ्लुएंट मॉनिटरिंग सिस्टम (ओसीईएमएस) के प्रभावी संचालन एवं एसटीपी की स्वयं निगरानी के लिए आवश्यक सभी स्थलों पर सीसीटीवी कैमरे अविलंब स्थापित करने के निर्देश दिए। साथ ही जनपद के गंगा तट पर बसे सभी प्रमुख नगरों एवं बाजारों को चरणबद्ध तरीके से सीवरेज नेटवर्क एवं एसटीपी से जोड़ने के लिए प्रस्ताव तैयार करने को कहा, ताकि बिना शोध न के किसी भी प्रकार का सीवेज गंगा अथवा उसकी सहायक नदियों में प्रवाहित न हो।

बैठक में जिलाधिकारी ने सभी संबंधित विभागों को आपसी समन्वय के साथ गंगा संरक्षण से जुड़े कार्यों का प्रभावी क्रियान्वयन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने जनपद के सभी अधिशासी अधिकारियों को सेप्टिक टैंक मैनेजमेंट प्रोटोकॉल के तहत अधिकृत वेंडरों का पंजीकरण कराने तथा सेप्टिक टैंकों से निकलने वाले अपशिष्ट के वैज्ञानिक एवं निर्धारित स्थानों पर निस्तारण की नियमित मॉनिटरिंग सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने नगर पालिकाओं, नगर पंचायतों एवं जिला पंचायत के अधिकारियों को नदी संरक्षण से संबंधित निर्धारित मानकों का कड़ाई से पालन सुनिश्चित करने तथा नदी तटीय क्षेत्रों, घाटों एवं निकाय क्षेत्रों में नियमित साफ-सफाई अभियान संचालित करने के निर्देश दिए।

जिलाधिकारी ने शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों में ठोस अपशिष्ट प्रबंधन व्यवस्था को और अधिक प्रभावी बनाने पर विशेष जोर देते हुए सभी अधिशासी अधिकारियों एवं अपर मुख्य अधिकारी जिला पंचायत को स्रोत स्तर पर कचरा पृथक्करण, संग्रहण एवं वैज्ञानिक निस्तारण की व्यवस्था मजबूत करने के निर्देश दिए।

सू- दोकू क्र.096

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.95 का हल

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

राजनीतिक दलों के 'वार रूम' तैयार

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड विधानसभा चुनाव 2027 में अभी समय है, लेकिन राजनीतिक दलों ने अपनी-अपनी बिसात बिछानी शुरू कर दी है। सत्ता में बैठी भाजपा जहां संगठन और लाभार्थी नेटवर्क के भरोसे लगातार अपनी चुनावी मशीनरी को धार दे रही है, वहीं कांग्रेस ने अब अपनी रणनीति का केंद्र दो मोर्चों को बनाया है जनता से सीधे जुड़े मुद्दों पर आधारित मेनिफेस्टो और बूथ स्तर तक संगठन का पुनर्गठन। पार्टी के भीतर यह समझ बन रही है कि केवल सरकार के खिलाफ माहौल बनाना पर्याप्त नहीं होगा। यदि उस असंतोष को मतदान केंद्र तक नहीं पहुंचाया गया, तो राजनीतिक लाभ सीमित रह सकता है। यही वजह है कि कांग्रेस अब भाषणों से ज्यादा बूथ और घोषणा पत्र की राजनीति पर जोर देती दिखाई दे रही है।

सूत्रों के मुताबिक कांग्रेस इस बार घोषणा पत्र को चुनाव के आखिरी दिनों में जारी होने वाला औपचारिक दस्तावेज नहीं रहने देना चाहती। पार्टी चाहती है कि बेरोजगारी, पलायन, महंगाई, शिक्षा, स्वास्थ्य, पर्वतीय क्षेत्रों में बुनियादी सुविधाएं, स्थानीय रोजगार, महिला सुरक्षा और युवाओं के अवसर जैसे मुद्दों पर पहले जनसंपर्क किया जाए और उसी आधार पर घोषणा पत्र तैयार हो। रणनीति यह है कि जब कार्यकर्ता गांव-गांव और वार्ड-वार्ड जाएंगे, तो वह केवल प्रचार नहीं करेंगे, बल्कि लोगों की प्राथमिकताओं को भी दर्ज करेंगे। इससे पार्टी को यह संदेश देने का अवसर मिलेगा कि उसका एजेंडा ऊपर से तय नहीं, बल्कि जनता की भागीदारी से तैयार हुआ है।

उत्तराखंड की राजनीति का इतिहास बताता है कि कई सीटों पर जीत-हार का अंतर बेहद कम रहा है। ऐसे में बूथ प्रबंधन का महत्व और बढ़ जाता है। कांग्रेस का आकलन है कि यदि प्रत्येक बूथ पर सक्रिय टीम, नियमित मतदाता संपर्क और मतदान दिवस की प्रभावी तैयारी हो, तो कई सीटों पर मुकाबला बदला जा सकता है। इसी कारण पार्टी बूथ समितियों के पुनर्गठन, निष्क्रिय कार्यकर्ताओं को सक्रिय करने और नए स्वयंसेवकों को जोड़ने पर जोर दे रही है। संगठन के भीतर यह संदेश दिया जा रहा है कि चुनाव केवल बड़े नेताओं की

◆विधानसभा चुनाव 2027 को लेकर दलों ने जारी किया जंग का ब्लूप्रिंट
◆कांग्रेस ने बदली चाल, सरकार विरोधी माहौल को वोट में बदलेगी पार्टी
◆अब मेनिफेस्टो से माहौल और बूथ से वोट साधने की तैयारी में है कांग्रेस
◆भाजपा के मजबूत संगठन के सामने कांग्रेस की असली परीक्षा बूथ पर

रैलियों से नहीं, बल्कि मतदान केंद्र तक पहुंचने वाले नेटवर्क से जीते जाते हैं।

दूसरी ओर भाजपा के सामने अलग तरह की चुनौती है। सत्ता विरोधी रुझान की चर्चा के बीच पार्टी अपने संगठित ढांचे, लाभार्थी संपर्क अभियानों और बूथ नेटवर्क पर भरोसा बनाए हुए है। भाजपा लंबे समय से बूथ सशक्तीकरण, पन्ना प्रमुख और नियमित संगठनात्मक बैठकों के माडल पर काम करती रही है। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि भाजपा की सबसे बड़ी ताकत उसका चुनावी प्रबंधन है, जबकि कांग्रेस की सबसे बड़ी चुनौती यही क्षेत्र रहा है। इसलिए 2027 का मुकाबला केवल नारों का नहीं, बल्कि संगठनात्मक क्षमता की परीक्षा भी होगा। कांग्रेस के सामने सबसे बड़ा सवाल यही है। यदि पार्टी केवल सरकार की आलोचना तक सीमित रहती है, तो उसका लाभ सीमित हो सकता है। लेकिन यदि वह रोजगार, शिक्षा, पलायन, स्वास्थ्य, पर्यटन, कृषि और स्थानीय अर्थव्यवस्था जैसे मुद्दों पर स्पष्ट और विश्वसनीय रोडमैप पेश करती है, तो वह चुनावी विमर्श को प्रभावित कर सकती है।

वहीं भाजपा के लिए चुनौती यह होगी कि वह अपनी उपलब्धियों और विकास के दावों के साथ-साथ स्थानीय असंतोष का भी प्रभावी जवाब दे। चुनाव नजदीक आते-आते उम्मीदवार चयन, स्थानीय समीकरण और क्षेत्रीय मुद्दे भी निर्णायक भूमिका निभाएंगे।

राजनीतिक गलियारों में चर्चा है कि आने वाले महीनों में दोनों दलों की सक्रियता गांवों, कस्बों और बूथों पर सबसे अधिक दिखाई देगी। बड़े मंचों और सोशल मीडिया से आगे बढ़कर घर-घर संपर्क, स्थानीय बैठकों और संगठन विस्तार पर जोर बढ़ सकता है। ऐसे में 2027 की चुनावी तस्वीर केवल राजधानी की राजनीतिक हलचल से तय नहीं होगी, बल्कि उन हजारों बूथों पर लिखी जाएगी जहां मतदाता अंतिम फैसला करेंगे। राजनीतिक पर्यवेक्षकों का मानना है कि कांग्रेस का यह बदलाव एक संदेश भी है पार्टी चुनाव को केवल सरकार बनाम विपक्ष की लड़ाई नहीं, बल्कि संगठन बनाम संगठन की चुनौती के रूप में देख रही है। दूसरी ओर भाजपा अपने स्थापित चुनावी ढांचे को और मजबूत करने में जुटी है।

यानी 2027 की लड़ाई का पहला दौर शुरू हो चुका है। अभी मंचों पर भाषण कम हैं, लेकिन राजनीतिक दलों के वार रूम पूरी तरह सक्रिय हो चुके हैं। आने वाले महीनों में यह स्पष्ट होगा कि किस दल की रणनीति जनता के बीच अधिक प्रभाव छोड़ती है और कौन अपने संगठन को मतदान के दिन तक सबसे प्रभावी ढंग से सक्रिय रख पाता है।

रंगायन एसोसिएशन का दो दिवसीय रंगोत्सव
देहरादून को एक बार फिर बनाएंगे साहित्य संगीत व कला का केंद्रः धस्माना

संवाददाता

देहरादून। दो दिवसीय रंगोत्सव का आई आर डी टी सभागार में नाटक अजब गजब की पाठशाला का मंचन व प्रदेश के प्रमुख रंगकर्मियों के सम्मान कार्यक्रम के साथ समापन हो गया।

आज यहां उत्तराखंड की प्रमुख सांस्कृतिक व सामाजिक संस्था रंगायन एसोसिएशन के दो दिवसीय रंगोत्सव का आई आर डी टी सभागार में नाटक अजब गजब की पाठशाला का मंचन व प्रदेश के प्रमुख रंगकर्मियों के सम्मान कार्यक्रम के साथ आज समापन हो गया। रंगोत्सव के दूसरे दिन आज के मुख्य अतिथि उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने दीप प्रज्ज्वलित कर शुभारंभ किया। अजब जज्ब की पाठशाला नाटक का निर्देशन एवं रूपांतरण रंगायन एसोसिएशन की निदेशक निवेदिता बौठियाल ने किया। नाटक में देहरादून के 32 कलाकारों ने अपनी प्रतिभा का प्रभावशाली प्रदर्शन किया। 'अजब गजब पाठशाला' में गायन, नृत्य, व्यंग्य और मनोरंजन के साथ-साथ बच्चों के लिए एक प्रेरणादायक संदेश भी दिया गया। नाटक के अंत में पाठशाला के गुरुजी बच्चों को सीख देते हैं कि यदि

वे अच्छे मार्ग पर चलेंगे और अच्छे काम करेंगे तो उनके परिणाम भी अच्छे होंगे, वहीं बुरे रास्ते और बुरे कामों का परिणाम हमेशा बुरा ही होता है। नाटक की समाप्ति के पश्चात रंगायन एसोसिएशन द्वारा प्रदेश के वरिष्ठ रंगकर्मी अविनंदा, मुकेश धस्माना देकर उनके रंग मंच व कला के लिए समर्पण व अमूल्य योगदान के लिए शाल पहना कर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर कार्यक्रम के मुख्य अतिथि उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि अस्सी और नब्बे के दशक में देहरादून सांस्कृतिक व रंगमंच की गतिविधियों का केंद्र था और बहुत सारे सांस्कृतिक संगठन और ग्रुप लगातार रंगमंच को सजाते रहते थे। उन्होंने कहा कि एक दौर तो ऐसा भी आया जब देहरादून के रंगमंच प्रेमी टिकट खरीद कर नाटक देखने जाते थे। उन्होंने कहा कि शहर में कभी रेंजर्स कॉलेज ग्राउंड में तो कभी एमकेपी कालेज ग्राउंड में राष्ट्रीय स्तर के कवि सम्मेलन और मुशायरे आयोजित होते थे और श्रोताओं को बैठने की जगह पाने के लिए कार्यक्रम में समय से पहले पहुंचना पड़ता था। धस्माना ने कहा कि पृथक उत्तराखंड राज्य बनने के बाद राज्य की राजधानी में साहित्य कला और संगीत की गतिविधियां बढ़ने की जगह विलुप्त होने की कगार में आ गईं। धस्माना ने रंगायन एसोसिएशन की अध्यक्ष व उनकी पूरी टीम को बधाई देते हुए कहा कि उनकी गतिविधियों से उम्मीद जगी है कि एक बार फिर देहरादून को साहित्य कला व संगीत का केंद्र बनाएंगे। संस्था रंगायन एसोसिएशन की अध्यक्ष निवेदिता बौठीयाल ने सभी अतिथियों व कला प्रेमियों तथा दर्शकों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इसी प्रकार से अगर कला प्रेमियों व कलाकारों का सहयोग मिलता रहेगा तो निश्चित रूप से एक बार फिर कला संस्कृति व संगीत के क्षेत्र में देहरादून का पुराना गौरवशाली स्थान हम सब मिल कर बनाएंगे।

रेस्टोरेंट में खाना खाते समय मारपीट

संवाददाता

देहरादून। रेस्टोरेंट में खाना खाते समय मारपीट कर घायल करने पर दो लोगों पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार लाडपुर निवासी वाजीद ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका भाई शाहरूख रायपुर चौक पर स्थित रेस्टोरेंट में खाना खाने गया था इसी दौरान रायपुर निवासी धनीराम व सूरज ने उसके भाई के साथ गाली गलौच करनी शुरू कर दी। उसने जब उनका विरोध किया तो उन्होंने उसके साथ मारपीट कर घायल कर दिया। आसपास के लोग वहां पर पहुंचे और उसके भाई को उनके चंगुल से बचाया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

भाजपा 'अपनों' के ही बयानों में उलझी ..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

बयान का राजनीतिक अर्थ निकाला जा रहा है। भाजपा जहां संगठन को मजबूत करने और सरकार की उपलब्धियों के आधार पर चुनावी तैयारी कर रही है, वहीं कांग्रेस सत्ता विरोधी माहौल बनाने में जुटी है। ऐसे में सत्ता पक्ष के भीतर किसी भी प्रकार का सार्वजनिक मतभेद विपक्ष के लिए राजनीतिक हथियार बन सकता है। भाजपा की सबसे बड़ी ताकत उसका अनुशासित संगठन माना जाता है। लेकिन यदि स्थानीय स्तर पर नेताओं के बीच मतभेद सार्वजनिक रूप से सामने आते हैं, तो संगठन को समय रहते उन्हें सुलझाना होगा। राजनीतिक पर्यवेक्षकों का मानना है कि विधानसभा चुनाव से पहले पार्टी नेतृत्व का प्रयास यही रहेगा कि किसी भी विवाद को लंबा न खिंचने दिया जाए और कार्यकर्ताओं के बीच एकजुटता का संदेश जाए। खेलकूद प्रतियोगिता के मंच से शुरू हुआ एक बयान अब उत्तराखंड की राजनीति का मुद्दा बन चुका है। मंत्री भरत चौधरी की टिप्पणी, रामशरण नौटियाल की सार्वजनिक नाराजगी और उसके बाद प्रदेश प्रवक्ता की सफाई ने यह स्पष्ट कर दिया है कि चुनावी मौसम में शब्दों का राजनीतिक वजन कई गुना बढ़ जाता है। अब निगाहें इस बात पर रहेंगी कि भाजपा नेतृत्व इस विवाद को केवल बयानबाजी मानकर आगे बढ़ता है या संगठनात्मक स्तर पर संवाद के जरिए इसे शांत करता है। क्योंकि चुनावी राजनीति में कई बार विपक्ष से ज्यादा चुनौती अपने घर के भीतर उठे सवाल बन जाते हैं।

'इस्तीफा दो या गद्दी छोड़ो'..

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

कोशिश कर रहे हैं। भाजपा यह संदेश देना चाहती है कि सरकार व्यवस्था सुधारने के लिए प्रतिबद्ध है और विपक्ष मुद्दों का राजनीतिकरण कर रहा है। कांग्रेस और विपक्ष यह दिखाना चाहते हैं कि वे युवाओं की आवाज के साथ खड़े हैं और सरकार जवाबदेही से बच रही है। यानी, लड़ाई केवल धर्मेंद्र प्रधान के पद पर बने रहने या न रहने की नहीं, बल्कि उस राजनीतिक नैरेटिव की है, जो आने वाले समय में युवाओं की राजनीति को प्रभावित कर सकता है। फिलहाल भाजपा अपने रुख पर कायम है और इस्तीफे की मांग को पूरी तरह राजनीति से प्रेरित बता रही है। दूसरी ओर कांग्रेस और विपक्ष इस मुद्दे को छोड़ने के संकेत नहीं दे रहे। यदि युवाओं का आंदोलन जारी रहता है और संसद में गतिरोध बना रहता है, तो यह टकराव और तेज हो सकता है।

स्पष्ट है कि शिक्षा मंत्री का इस्तीफा अब प्रशासनिक निर्णय से अधिक राजनीतिक संघर्ष का प्रतीक बन चुका है। आने वाले दिनों में यह देखना महत्वपूर्ण होगा कि यह बहस केवल आरोप-प्रत्यारोप तक सीमित रहती है या परीक्षा व्यवस्था और युवाओं की चिंताओं पर ठोस नीति-स्तर की चर्चा भी आगे बढ़ती है।

सड़क से संसद तक 'संग्राम'...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

विश्लेषकों का मानना है कि ऐसे आंदोलनों में सबसे बड़ी गलती तब होती है, जब सत्ता उन्हें केवल प्रशासनिक चुनौती मानकर देखती है। यदि संवाद की जगह टकराव हावी हो जाए, तो आंदोलन का दायरा और बढ़ जाता है।

लोकसभा चुनाव के बाद विपक्ष लगातार सरकार को घेरने के लिए नए मुद्दों की तलाश में था। युवाओं का आंदोलन अब उसके लिए एक मजबूत राजनीतिक नैरेटिव बनता दिखाई दे रहा है। राहुल गांधी लगातार युवाओं, छात्रों और रोजगार के मुद्दों को उठाते रहे हैं। अब सड़क पर चल रहे आंदोलन ने उनकी राजनीति को नई जमीन दे दी है। यदि यह आंदोलन लंबे समय तक जारी रहता है, तो विपक्ष इसे ष्युवा बनाम सरकारष् के राजनीतिक फ्रेम में बदलने की कोशिश करेगा। राजनीति में कई बार सबसे बड़ा नुकसान विरोध से नहीं, बल्कि विरोध को कम आंकने से होता है। सरकार के सामने चुनौती केवल कानून-व्यवस्था बनाए रखने की नहीं, बल्कि यह भरोसा दिलाने की भी है कि युवाओं की आवाज सुनी जा रही है। यदि सरकार केवल पुलिस कार्रवाई के सहारे आंदोलन को नियंत्रित करने की कोशिश करती है, तो इससे विपक्ष को और बड़ा राजनीतिक अवसर मिल सकता है। वहीं यदि संवाद, समाधान और पारदर्शिता की दिशा में ठोस पहल होती है, तो स्थिति सामान्य होने की संभावना भी बन सकती है। दिल्ली की सड़कों पर पिछले कुछ दिनों में जो तस्वीर बनी है, उसका संदेश स्पष्ट है लाठी से भीड़ हट सकती है, लेकिन असंतोष नहीं। जब युवा लगातार सड़कों पर डटे रहें, विपक्ष उनके साथ कंधे से कंधा मिलाकर मार्च करे और सरकार के प्रतिनिधियों को भी बातचीत के लिए मैदान में उतरना पड़े, तो यह केवल एक आंदोलन नहीं रहता, बल्कि लोकतांत्रिक राजनीति का महत्वपूर्ण क्षण बन जाता है। आने वाले दिनों में यह देखना महत्वपूर्ण होगा कि सरकार इस चुनौती का जवाब केवल प्रशासनिक कदमों से देती है या संवाद और राजनीतिक पहल के जरिए। उतना ही महत्वपूर्ण यह भी होगा कि विपक्ष इस मुद्दे को रचनात्मक समाधान की दिशा में ले जाता है या केवल राजनीतिक लाभ तक सीमित रखता है। फिलहाल इतना तय है कि संसद के भीतर की बहस अब सड़क पर उतर चुकी है, और सड़क की गूंज संसद की दीवारों तक साफ सुनाई दे रही है।

सुविधाओं के बाजार में यादों का ठिकाना 'व्यासी'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। चारधाम यात्रा मार्ग पर आज चमचमाती सड़कें हैं। आधुनिक होटल हैं, फूड प्लाजा हैं, कैफे हैं और हर कुछ किलोमीटर पर यात्रियों के लिए नई सुविधाएं उपलब्ध हैं। लेकिन इन सबके बीच ऋषिकेश-बदरीनाथ राष्ट्रीय राजमार्ग पर स्थित व्यासी आज भी एक ऐसा नाम है, जिसे सुनते ही पुरानी पीढ़ी की आंखों में यादों की पूरी यात्रा उतर आती है। व्यासी केवल एक पड़ाव नहीं था, बल्कि पहाड़ और यात्रियों के बीच आत्मीयता का पहला परिचय था। यह वह स्थान था, जहां पहाड़ की कठिन यात्रा शुरू होने से पहले लोग कुछ पल सुकून से बैठते थे, जहां चूल्हे पर सिकते पराठों की महक भूख ही नहीं, सफर की थकान भी मिटा देती थी।

आज ऋषिकेश से बदरीनाथ की यात्रा पहले की तुलना में कहीं आसान हो गई है। लेकिन तीन-चार दशक पहले यह सफर किसी परीक्षा से कम नहीं होता था। सड़कें संकरी थीं, जगह-जगह कच्चे हिस्से थे और बरसात में घंटों जाम लग जाना सामान्य बात थी। उस दौर में व्यासी यात्रियों के लिए राहत का पहला बड़ा ठिकाना हुआ करता था। चमोली, रुद्रप्रयाग और बदरीनाथ-केदारनाथ, हेमकुंड सहित अन्य स्थानों की ओर जाने वाली लगभग हर बस, टैक्सी और ट्रक यहां कुछ देर जरूर रुकते थे। बस रुकते ही यात्री सीधे ढाबों की ओर बढ़ते और कुछ ही देर में पूरे बाजार में चाय की भाप और तवे पर सिकते पराठों की खुशबू फैल जाती थी।

यदि गढ़वाल के किसी बुजुर्ग या पुराने यात्री से व्यासी की पहचान पूछी जाए तो पहला जवाब होगा व्यासी के पराठे। देसी घी या मक्खन से सने मोटे पराठे, आलू की सब्जी, घर का बना अचार और कुल्हड़ की चाय। यह भोजन किसी होटल के मेन्यू का हिस्सा नहीं था, बल्कि पहाड़ की मेहमाननवाजी का प्रतीक था। कई परिवारों के बच्चों के लिए गांव की यात्रा का सबसे रोमांचक पड़ाव व्यासी ही होता था। बच्चे बस में बैठकर पूछते रहते थेकृव्यासी कब आएगा? क्योंकि उन्हें मालूम होता था कि अब गर्मागर्म पराठे मिलने वाले हैं। व्यासी केवल तीर्थयात्रियों का पड़ाव नहीं था।

◆चारधाम यात्रा की तस्वीर बदली, लेकिन व्यासी में आज भी जिंदा है पुरानी यादों की सोंधी महक
◆चमचमाती सड़कों और कैफे के दौर में व्यासी, यहाँ आज भी ठहरती हैं यात्रियों की पुरानी यादें
◆बदरीनाथ हाईवे का व्यासी एक दौर में था गढ़वाल के पहाड़ी गांवों की आत्मीयता का पहला पता
◆ऋषिकेश-बदरीनाथ मार्ग का वह पड़ाव, जहां पराठों की खुशबू आज भी हर पहाड़ी के जहन में

गढ़वाल के हजारों लोगों के लिए यह घर लौटने का पहला एहसास था। ऋषिकेश और देहरादून से अपने गांव लौटते लोग जब व्यासी पहुंचते थे, तो मानो उन्हें लगता था कि अब वह सचमुच अपने पहाड़ में प्रवेश कर चुके हैं।

यहां गंगा की कलकल, जंगलों की हरियाली और पहाड़ों से आती ठंडी हवा यात्रियों का स्वागत करती थी। कई लोग भोजन से पहले गंगा किनारे जाकर कुछ देर बैठते थे। किसी के लिए यह विश्राम था, तो किसी के लिए प्रकृति के बीच कुछ पल बिताने का अवसर। चारधाम आल वेदर रोड परियोजना के बाद इस पूरे मार्ग की तस्वीर बदल चुकी है। यात्रा पहले की अपेक्षा तेज और सुविधाजनक हो गई है। नए होटल, आधुनिक रेस्टोरेंट और फूड कोर्ट यात्रियों को आकर्षित कर रहे हैं। आज भी जो लोग वर्षों बाद इस मार्ग से गुजरते हैं, उनकी नजर अनायास ही व्यासी के बोर्ड पर टिक जाती है। कई वाहन यहां धीमे हो जाते हैं, क्योंकि यादें अक्सर रफ्तार से ज्यादा मजबूत होती हैं।

व्यासी ने केवल यात्रियों को भोजन नहीं दिया, बल्कि स्थानीय लोगों को रोजगार और पहचान भी दी। यहां के ढाबे, छोटी दुकानें और स्थानीय उत्पाद बेचने वाले परिवार वर्षों तक इस मार्ग की जीवनरेखा बने रहे। यात्रियों और स्थानीय लोगों के बीच जो अपनापन यहां दिखाई देता था, वह आज भी पहाड़ की सामाजिक संस्कृति का उदाहरण माना जाता है। यहां कोई ग्राहक नहीं होता था, हर आने वाला मेहमान होता था। आज की पीढ़ी शायद व्यासी को केवल एक स्थान के रूप में जानती है, लेकिन इसके पीछे दशकों का इतिहास और हजारों यात्राओं की स्मृतियां जुड़ी हैं। यह वह पड़ाव है जिसने चारधाम यात्रा को केवल धार्मिक नहीं, बल्कि मानवीय अनुभव भी बनाया।

आज के दौर में भी व्यासी सिखाता है कि यात्राएं केवल मंजिल तक पहुंचने का नाम नहीं होतीं, बल्कि रास्ते में मिलने वाले लोग, स्वाद, दृश्य और पड़ाव ही उन्हें यादगार बनाते हैं। व्यासी आज भी वहीं है गंगा के किनारे, पहाड़ों की गोद में। समय ने उसका स्वरूप बदला होगा, लेकिन उसकी आत्मा आज भी वैसी ही है। जब भी कोई पुराना यात्री इस मार्ग से गुजरता है, उसके मन में एक ही बात कौंधती है। व्यासी इसलिए खास नहीं कि वहां कभी अच्छे पराठे मिलते थे, बल्कि इसलिए कि वहां पहाड़ का अपनापन परोसा जाता था और यही अपनापन उसे आज भी गढ़वाल की यात्रा का सबसे भावनात्मक पड़ाव बनाता है।

छात्राओं को दिया सेल्फ डिफेंस व साइबर सुरक्षा का प्रशिक्षण

संवाददाता

टिहरी। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक श्रीमती श्वेता चौबे के निर्देशन में गठित 'टीम गौरा' द्वारा राजकीय बालिका इंटर कॉलेज, किलकुलेश्वर में छात्राओं के लिए विशेष सेल्फ डिफेंस एवं जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया।

आज यहां महिलाओं एवं बालिकाओं की सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल श्रीमती श्वेता चौबे के निर्देशन में गठित 'टीम गौरा' द्वारा राजकीय बालिका इंटर कॉलेज, किलकुलेश्वर (कीर्तिनगर) में छात्राओं के लिए विशेष सेल्फ डिफेंस एवं जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया।

कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं में आत्मविश्वास विकसित करना, उन्हें विपरीत परिस्थितियों में अपनी सुरक्षा के प्रति सक्षम बनाना तथा कानूनी अधिकारों एवं साइबर अपराधों के प्रति जागरूक करना था।कार्यक्रम के दौरान छात्राओं को आत्मरक्षा की व्यावहारिक तकनीकों का प्रशिक्षण दिया गया। आपातकालीन परिस्थितियों में स्वयं की सुरक्षा एवं त्वरित प्रतिक्रिया के प्रभावी उपाय बताए गए। महिला हेल्पलाइन एवं अन्य आपातकालीन सहायता सेवाओं के बारे में विस्तार से अवगत कराया गया।

साइबर सुरक्षा सत्र में छात्राओं को सोशल मीडिया का सुरक्षित उपयोग, साइबर बुलिंग, ऑनलाइन ग्रूमिंग, फिशिंग, साइबर मॉर्फिंग, ऑनलाइन फ्रॉड तथा व्यक्तिगत जानकारी की सुरक्षा के प्रभावी उपायों के बारे में विस्तार से बताया गया। साथ ही किसी भी प्रकार की साइबर घटना या ऑनलाइन उत्पीड़न की स्थिति में तत्काल अपने अभिभावकों, शिक्षकों अथवा पुलिस को सूचित करने तथा राष्ट्रीय साइबर अपराध पोर्टल पर शिकायत दर्ज कराने के लिए प्रेरित किया गया।

इस अवसर पर महिला उपनिरीक्षक सुषमा रावत, एलसी दीपा, हेड कांस्टेबल मानसी, हेड कांस्टेबल हिमानी, चौरास चौकी से सहायक उपनिरीक्षक दीपेंद्र एवं सेल्फ डिफेंस प्रशिक्षक सतेंद्र पुरी ने छात्राओं को आत्मरक्षा का व्यावहारिक प्रशिक्षण प्रदान करते हुए महिला सुरक्षा, कानूनी अधिकारों एवं साइबर सुरक्षा से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारियाँ साझा कीं।

कार्यक्रम के समापन पर छात्राओं से महिला सुरक्षा एवं साइबर सुरक्षा के प्रति सदैव सतर्क रहने, आत्मरक्षा के कौशल को व्यवहार में अपनाने तथा अपने परिवार, मित्रों एवं समाज में भी जागरूकता का संदेश प्रसारित करने का आह्वान किया गया। विद्यालय प्रशासन ने एसएसपी टिहरी गढ़वाल श्रीमती श्वेता चौबे, टीम गौरा एवं कार्यक्रम में उपस्थित पुलिस टीम का आभार व्यक्त करते हुए इस पहल की सराहना की।

दिल्ली से उठी चिंगारी, देशभर में फैली

कार्यालय संवाददाता

नई दिल्ली/देहरादून। दिल्ली के जंतर-मंतर और संसद मार्ग पर संसद कूच कर रहे युवाओं पर हुए लाठीचार्ज और आंसू गैस के गोले छोड़ने की गूंज अब राजधानी की सीमाओं से निकलकर पूरे देश में सुनाई देने लगी है। जिस आंदोलन को शुरुआत में दिल्ली तक सीमित माना जा रहा था, वह अब राष्ट्रीय युवा असंतोष का रूप लेता दिखाई दे रहा है। कई राज्यों में छात्रों और युवाओं ने प्रदर्शन शुरू कर दिए हैं, जबकि उत्तराखंड के विभिन्न जिलों में भी युवाओं ने विरोध-प्रदर्शन कर पेपर लीक मामलों की निष्पक्ष जांच, दोषियों पर कड़ी कार्रवाई और केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे की मांग उठानी शुरू कर दी है।

संसद की ओर बढ़ रहे प्रदर्शनकारियों को रोकने के लिए पुलिस ने बैरिकेडिंग की, लाठीचार्ज किया और आंसू गैस के गोले छोड़े। बड़ी संख्या में प्रदर्शनकारियों को हिरासत में भी लिया गया। लेकिन इस कार्रवाई के बाद आंदोलन कमजोर पड़ने के बजाय और व्यापक हो गया। अगले ही दिन जंतर-मंतर पर फिर बड़ी संख्या में युवा जुटे। सोशल मीडिया पर आंदोलन के समर्थन में अभियान तेज हो गया और देश के कई विश्वविद्यालयों तथा छात्र संगठनों ने भी प्रदर्शन की घोषणा कर दी। युवाओं का कहना है कि उनका आंदोलन केवल किसी एक परीक्षा या एक भर्ती तक सीमित नहीं है, बल्कि यह शिक्षा व्यवस्था में पारदर्शिता और जवाबदेही की मांग का आंदोलन है।

दिल्ली की घटना के बाद विभिन्न राज्यों में छात्र संगठनों, युवा मंचों और सामाजिक संगठनों ने प्रदर्शन शुरू कर दिए हैं। कई स्थानों पर मशाल जुलूस निकाले गए, धरने दिए गए और जिलाधिकारियों के माध्यम से ज्ञापन सौंपे गए। प्रदर्शनकारियों का कहना है कि यदि राजधानी में शांतिपूर्ण प्रदर्शन करने वाले युवाओं पर बल प्रयोग किया जाता है, तो यह लोकतांत्रिक अधिकारों पर सवाल खड़े करता है। आंदोलन अब केवल पेपर लीक का मुद्दा नहीं रह गया है, बल्कि युवाओं के सम्मान, भविष्य और शासन की जवाबदेही का प्रतीक बनता जा रहा है।

देवभूमि उत्तराखंड भी इस आंदोलन की आंच से अछूता नहीं रहा। देहरादून, हरिद्वार, हल्द्वानी, श्रीनगर और अन्य स्थानों पर छात्र संगठनों और युवाओं ने विरोध-प्रदर्शन शुरू कर दिए हैं। कई जगहों पर केंद्र सरकार के खिलाफ नारेबाजी हुई और शिक्षा मंत्री के इस्तीफे की मांग करते हुए ज्ञापन सौंपे गए। उत्तराखंड के युवाओं का कहना है कि राज्य पहले ही भर्ती परीक्षाओं में अनियमितताओं और पेपर लीक जैसी घटनाओं का दंश झेल चुका है। ऐसे में राष्ट्रीय स्तर पर उठ रहे आंदोलन के प्रति

◆जंतर-मंतर लाठीचार्ज के बाद कई राज्यों में जेन जेड का प्रदर्शन तेज
◆पेपर लीक पर शिक्षा मंत्री के इस्तीफे की मांग ने पकड़ लिया है तूल
◆उत्तराखंड के विभिन्न जिलों में भी युवाओं ने विरोध-प्रदर्शन हुआ शुरु

उनका समर्थन स्वाभाविक है। प्रदर्शनकारियों का कहना है कि यदि परीक्षा प्रणाली पर भरोसा ही खत्म हो जाए, तो युवाओं के सामने सबसे बड़ा संकट उनके भविष्य का होता है।

इस पूरे घटनाक्रम ने विपक्ष को भी सरकार को घेरने का बड़ा अवसर दिया है। संसद के भीतर और बाहर विपक्ष लगातार सरकार पर हमलावर है। नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के नेतृत्व में विपक्षी दलों ने शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे की मांग को लेकर प्रदर्शन किया और सरकार पर युवाओं की आवाज दबाने का आरोप लगाया। विपक्ष का आरोप है कि सरकार आंदोलन को राजनीतिक रंग देने की कोशिश कर रही है, जबकि असली मुद्दा युवाओं का भविष्य और परीक्षा प्रणाली की विश्वसनीयता है।

सरकार की ओर से लगातार यह कहा जा रहा है कि कानून-व्यवस्था बनाए रखना प्रशासन की जिम्मेदारी है और किसी को भी संसद की सुरक्षा व्यवस्था भंग करने की अनुमति नहीं दी जा सकती। लेकिन राजनीतिक विश्लेषकों का कहना है कि केवल प्रशासनिक कार्रवाई से यह आंदोलन थमता नहीं दिख रहा। सरकार के सामने अब दोहरी चुनौती है एक ओर कानून-व्यवस्था बनाए रखना और दूसरी ओर युवाओं के बीच बढ़ते असंतोष को संवाद के माध्यम से कम करना। यदि आंदोलन और राज्यों में फैलता है, तो यह केवल राजनीतिक नहीं, सामाजिक चुनौती भी बन सकता है।

प्रदर्शन कर रहे युवाओं का कहना है कि वर्षों की मेहनत के बाद यदि परीक्षाओं की निष्पक्षता पर सवाल उठते हैं, तो सबसे बड़ा नुकसान उन लाखों अभ्यर्थियों का होता है जिन्होंने ईमानदारी से तैयारी की है। उनका तर्क है कि भर्ती और परीक्षा प्रणाली में पारदर्शिता सुनिश्चित करना सरकार की जिम्मेदारी है। यदि लगातार विवाद सामने आते हैं, तो युवाओं का विश्वास व्यवस्था से उठने लगता है।

राजनीतिक जानकारों का मानना है कि यदि सरकार और आंदोलनकारी संगठनों के बीच शीघ्र संवाद स्थापित नहीं हुआ, तो यह आंदोलन और व्यापक हो सकता है। विशेष रूप से ऐसे समय में, जब युवाओं के मुद्दे राजनीतिक विमर्श के केंद्र में हैं। दिल्ली से उठी यह आवाज अब कई राज्यों तक पहुंच चुकी है। उत्तराखंड सहित विभिन्न राज्यों में शुरू हो रहे प्रदर्शन संकेत दे रहे हैं कि यह केवल राजधानी का आंदोलन नहीं रहा। जंतर-मंतर पर चली लाठियों की गूंज अब देशभर के विश्वविद्यालयों, सड़कों और जनसभाओं तक सुनाई दे रही है।

सवाल केवल यह नहीं कि प्रदर्शन कब थमेगा, बल्कि यह है कि क्या सरकार युवाओं की नाराजगी को केवल कानून-व्यवस्था का विषय मानेगी या उसे लोकतांत्रिक संवाद का अवसर समझेगी। आने वाले दिनों में इसी सवाल का जवाब इस आंदोलन की दिशा और देश की राजनीति दोनों तय कर सकते हैं।

पत्नी की मौत पर पति सहित चार पर हत्या का मुकदमा दर्ज

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। हबीबपुर निवादा गांव में एक विवाहिता की संदिग्ध परिस्थितियों में मौत के मामले में पुलिस ने पति, सास, ससुर और देवर के खिलाफ हत्या और दहेज उत्पीड़न समेत अन्य धाराओं में मुकदमा दर्ज जांच शुरू कर दी है

नई मंडी कस्बा झबरेड़ा निवासी नीटूराम ने पुलिस को तहरीर देकर बताया की उसकी पुत्री नीलू सैनी (32) की शादी 2015 में हबीबपुर निवादा निवासी बसंत कुमार के साथ हुई थी। शादी में उन्होंने अपनी हैसियत अनुसार दान दहेज भी दिया था। लेकिन शादी के बाद से ही उसका पति बसंत कुमार, ससुर विनय कुमार, सास सुषमा और देवर अंकित कुमार दहेज को लेकर उसकी बेटी के साथ गाली-गलौज और मारपीट करते थे। बेटी के जन्म के बाद प्रताड़ना और बढ़ गई थी। पारिवारिक विवाद को लेकर पहले भी दोनों पक्षों के बीच 2016 और 2025 में लिखित समझौते हुआ था। लेकिन इसके बावजूद उत्पीड़न बंद नहीं हुआ। पीड़ित पिता ने बताया कि उनकी पुत्री ने कई बार उन्हें फोन कर जान का खतरा होने की बात बताई थी और 18 जुलाई की सुबह करीब साढ़े आठ बजे एक अज्ञात नंबर से फोन आया और उसने उन्हें बताया कि उनकी बेटी की तबीयत खराब है। जिसके बाद वह परिवार के साथ अपनी बेटी के ससुराल पहुंचे ओर जहां नीलू मृत अवस्था में पड़ी मिली तथा उसके शरीर पर चोटों के निशान थे। मृतक महिला के पिता ने मारपीट कर जहर देकर बेटी की हत्या का आरोप लगाकर करवाई की मांग की है। कोतवाली प्रभारी निरीक्षक कमल मोहन भंडारी ने बताया कि मृतक महिला के पिता की तहरीर पर पति, सास, ससुर और देवर के खिलाफ हत्या, दहेज उत्पीड़न समेत अन्य संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

आकाशीय बिजली गिरने से 150 से अधिक भेड़-बकरियों की मौत

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। मोरी विकासखंड के फतेपर्वत क्षेत्र स्थित चांगसील बुग्याल में आकाशीय बिजली गिरने से 150 से अधिक भेड़-बकरियों की मौत हो गई। इस हादसे से क्षेत्र के 8 से 10 पशुपालक परिवारों की आजीविका पर गंभीर संकट खड़ा हो गया है। घटना की सूचना मिलते ही राजस्व विभाग की टीम नुकसान का जायेजा करने के लिए घटनास्थल रवाना हो गई है।

स्थानीय निवासी जगदीश सिंह कुंवर ने बताया कि मंगलवार देर रात करीब 12 से 1 बजे के बीच क्षेत्र में तेज बारिश के साथ गरज-चमक हुई और आकाशीय बिजली गिरी। आज सुबह जब पशुपालक अपने बेड़ों के पास पहुंचे तो बड़ी संख्या में भेड़-बकरियां मृत अवस्था में पड़ी मिलीं। उन्होंने बताया कि हादसे में गुरुदेव पुत्र मेबर सिंह, गुड्डू सिंह पुत्र मातवर सिंह, ताली राम पुत्र फते सिंह, वीरभद्र पुत्र किशन सिंह सहित अन्य पशुपालकों की कुल 150 से अधिक भेड़-बकरियों की मौत हुई है। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार मृत पशुओं की संख्या बढ़ भी सकती है। ग्रामीणों के अनुसार इन दिनों फतेपर्वत क्षेत्र के पशुपालक अपनी भेड़-बकरियों को चराई के लिए चांगसील बुग्याल ले जाते हैं। पशुपालन ही इन परिवारों की आय का प्रमुख स्रोत है, ऐसे में एक साथ इतनी बड़ी संख्या में पशुओं की मौत से प्रभावित परिवारों को भारी आर्थिक नुकसान हुआ है। उधर, मोरी के नायब तहसीलदार सरदार सिंह चौहान ने बताया कि चांगसील क्षेत्र में आकाशीय बिजली गिरने से बड़ी संख्या में भेड़-बकरियों की मौत की सूचना मिली है। राजस्व विभाग की टीम को मौके पर भेज दिया गया है, जो नुकसान का सर्वे कर विस्तृत रिपोर्ट तैयार करेगी। रिपोर्ट के आधार पर आगे की कार्रवाई की जाएगी।

उत्तराखण्ड में बनेगा संस्कृत आयोग, सरकार ने मांगे सुझाव

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड सरकार, राज्य में संस्कृत भाषा के संरक्षण, संवर्धन और आधुनिक उपयोग को बढ़ावा देने के लिए उत्तराखण्ड संस्कृत आयोग के गठन की तैयारी कर रही है।

आज यहां उत्तराखण्ड सरकार, राज्य में संस्कृत भाषा के संरक्षण, संवर्धन और आधुनिक उपयोग को बढ़ावा देने के लिए उत्तराखण्ड संस्कृत आयोग के गठन की तैयारी कर रही है। आयोग के गठन को व्यापक और प्रभावी बनाने के लिए देशभर के संस्कृत विद्वानों, शिक्षकों, शोध ार्थियों, विश्वविद्यालयों, गुरुकुलों, संस्कृत संस्थानों तथा संस्कृत प्रेमियों से सुझाव आमंत्रित किए जा रहे हैं। इच्छुक व्यक्ति और संस्थान 10 अगस्त 2026 तक ई-मेल के माध्यम से अपने सुझाव भेज सकते हैं। संस्कृत शिक्षा सचिव दीपक कुमार ने बताया कि उत्तराखण्ड ने वर्ष 2010 में संस्कृत को राज्य की द्वितीय राजभाषा का दर्जा देकर देश में नई पहल की थी। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने दिसंबर 2025 में हरिद्वार में आयोजित अंतरराष्ट्रीय संस्कृत सम्मेलन में संस्कृत के संरक्षण और उसके प्रभावी क्रियान्वयन के लिए उच्चस्तरीय संस्कृत आयोग बनाने की आवश्यकता पर जोर दिया था। इसी के बाद 15 जुलाई 2026 को सचिवालय में हुई उच्चस्तरीय बैठक में आयोग के गठन की प्रक्रिया आगे बढ़ाई गई। प्रस्तावित आयोग संस्कृत शिक्षा, शोध , प्राचीन पांडुलिपियों के संरक्षण और डिजिटलीकरण, भारतीय ज्ञान परंपरा, वैदिक एवं शास्त्रीय अध्ययन, संस्कृत आधारित कौशल विकास और रोजगार, प्रशासन तथा तकनीकी क्षेत्रों में संस्कृत के उपयोग के साथ-साथ कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) और डिजिटल माध्यमों में संस्कृत की संभावनाओं पर भी कार्य करेगा। आयोग संस्कृत के प्रचार-प्रसार के लिए दीर्घकालिक नीतियां और कार्ययोजनाएं तैयार करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा देवभूमि उत्तराखण्ड की पहचान उसकी समृद्ध सांस्कृतिक और आध्यात्मिक विरासत से है, जिसमें संस्कृत का विशेष स्थान है। संस्कृत केवल एक भाषा नहीं, बल्कि भारत की ज्ञान परंपरा और सांस्कृतिक विरासत की आधारशिला है। राज्य सरकार इसे जन-जन तक पहुंचाने और समय के अनुरूप नई पहचान दिलाने के लिए लगातार प्रयास कर रही 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।