शुक्रवार
14 अगस्त 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 202
● 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

विकास का 'खौफनाक' रूप

◆विष्णुगाढ़-पीपलकोटी परियोजना में हादसा, 7 मजदूरों की मौत से उठे जलविद्युत परियोजनाओं की सुरक्षा पर सवाल

❑बारिश के बाद अचानक भूस्खलन, टनल में तेजी से भरा पानी और मलबा
❑कई मजदूरों को सुरक्षित निकाला गया, घायलों का अस्पताल में इलाज जारी
❑पहाड़ में बड़ी निर्माण परियोजनाओं के मानकों पर फिर शुरू हो गई है बहस

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के चमोली जिले में पीपलकोटी के पास निर्माणाधीन टनल में पानी और मलबा घुसने से हुए हादसे ने एक बार फिर पहाड़ में चल रही बड़ी निर्माण परियोजनाओं की सुरक्षा व्यवस्था पर सवाल खड़े कर दिए हैं। हादसे में 7 मजदूरों की मौत की पुष्टि हुई है। कई मजदूरों को सुरक्षित बाहर निकाला जा चुका है, जबकि राहत और बचाव अभियान लगातार जारी है। हादसा गुरुवार को पीपलकोटी क्षेत्र में निर्माणाधीन विष्णुगढ़-पीपलकोटी जलविद्युत परियोजना की टनल में हुआ। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार भूस्खलन के बाद अचानक पानी और मलबा टनल के भीतर पहुंच गया। देखते ही देखते सुरंग का एक हिस्सा प्रभावित हो गया और वहां काम कर रहे मजदूरों के सामने मुश्किल स्थिति पैदा हो गई। बताया जा रहा है कि भारी बारिश के बीच टनल के भीतर अचानक पानी और मलबे का प्रवाह बढ़ गया। इसके चलते कई मजदूर अंदर फंस गए। सूचना मिलते ही जिला प्रशासन, पुलिस, एसडीआरएफ और एनडीआरएफ समेत अन्य बचाव दल मौके पर पहुंचे। बचाव दलों ने चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों के बीच टनल के अंदर पहुंचकर मजदूरों को बाहर निकालने का अभियान शुरू किया। अब तक कई मजदूरों को सुरक्षित निकाला जा चुका है और घायलों को उपचार के लिए अस्पताल पहुंचाया गया है।

हादसे के बाद जिला प्रशासन ने स्थिति की निगरानी तेज कर दी है। अधिकारियों के अनुसार मृतकों की संख्या बढ़कर नौ हो गई है। राहत और बचाव कार्य अभी समाप्त नहीं हुआ है और टनल के भीतर संभावित रूप से फंसे लोगों की तलाश जारी है। अलग-अलग समय पर सामने आई रिपोर्टों में अंदर फंसे या लापता मजदूरों की संख्या अलग बताई गई है, इसलिए अंतिम स्थिति रेस्क्यू अभियान पूरा होने के बाद ही स्पष्ट होगी। पीपलकोटी की घटना केवल एक दुर्घटना भर नहीं है। यह उत्तराखंड में पहाड़ों के भीतर चल रही बड़ी परियोजनाओं और उनमें काम करने वाले श्रमिकों की सुरक्षा को लेकर गंभीर सवाल भी खड़े करती है। उत्तराखंड में सुरंगों, जलविद्युत परियोजनाओं और सड़क निर्माण का काम लगातार बढ़ रहा है। लेकिन पहाड़ का भूगोल बेहद संवेदनशील है। ऐसे में किसी भी निर्माण परियोजना में मौसम, भूगर्भीय परिस्थितियों और अचानक पानी के दबाव जैसे जोखिमों को नजरअंदाज करना भारी पड़ सकता है। सिलक्यारा हादसे के बाद भी टनल सुरक्षा को लेकर देशभर में बहस हुई थी। अब पीपलकोटी की घटना ने उस बहस को फिर सामने ला दिया है।

पीपलकोटी हादसा उत्तराखंड को फिर वही सवाल पूछने पर मजबूर करता है क्या हम पहाड़ के भीतर विकास की सुरंग तो बना रहे हैं, लेकिन उसमें काम करने वालों की सुरक्षा के लिए पर्याप्त रास्ते बना पाए हैं? फिलहाल प्राथमिकता एक ही होनी चाहिए रेस्क्यू आपरेशन को सुरक्षित तरीके से पूरा करना और यदि कोई व्यक्ति अभी भी अंदर फंसा है तो उसे जल्द से जल्द बाहर निकालना। इसके बाद हादसे के कारणों की निष्पक्ष जांच और सुरक्षा मानकों की समीक्षा भी उतनी ही जरूरी होगी, ताकि पीपलकोटी की यह त्रासदी केवल एक और आंकड़ा बनकर न रह जाए।

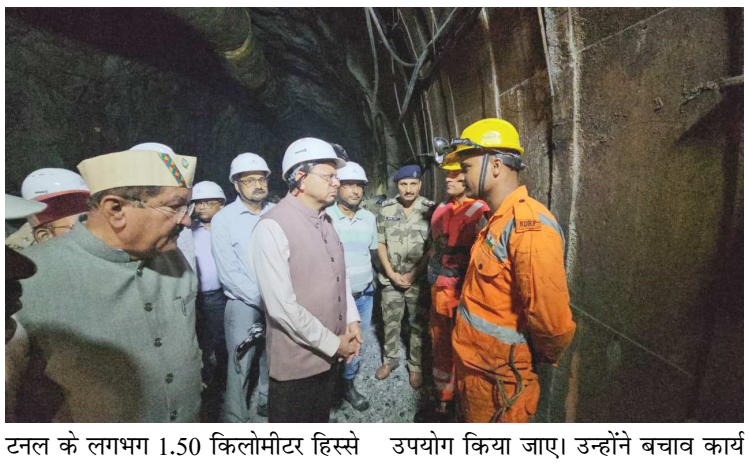
मुख्यमंत्री ने टनल हादसे का किया स्थलीय निरीक्षण

◆टीएचडीसी टनल के अंदर जाकर बचाव एवं राहत कार्यों का लिया जायजा

संवाददाता

चमोली। मायापुर (पीपलकोटी) स्थित टीएचडीसी की निर्माणाधीन टनल में मलबा एवं पानी भरने की घटना के बाद मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने शुक्रवार को घटनास्थल पर पहुंचकर राहत एवं बचाव कार्यों का स्थलीय निरीक्षण किया। मुख्यमंत्री ने मौके पर पहुंचकर रेस्क्यू अभियान की प्रगति की जानकारी ली तथा अधिकारियों एवं बचाव दलों से आवश्यक जानकारी प्राप्त की। मुख्यमंत्री ने टनल के अंदर जाकर बचाव एवं राहत कार्यों का जायजा लिया और रेस्क्यू अभियान में जुटी टीमों से मौके पर आवश्यक जानकारी ली।

टीएचडीसी की विष्णुगाड-पीपलकोटी जल विद्युत परियोजना के टीआरटी टनल की लंबाई लगभग 3 किलोमीटर है।



टनल के लगभग 1.50 किलोमीटर हिस्से में भूधंसाव के कारण मलबा एवं पानी आने की स्थिति उत्पन्न हुई।

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि रेस्क्यू अभियान को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए सभी उपलब्ध संसाधनों एवं तकनीकी विशेषज्ञता का प्रभावी उपयोग किया जाए। उन्होंने बचाव कार्य में जुटी एनडीआरएफ, एसडीआरएफ, आईटीबीपी, पुलिस सहित सभी टीमों के साथ समन्वय बनाए रखने तथा टनल में फंसे शेष 3 लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने के लिए हरसंभव प्रयास करने के निर्देश दिए।

जिलाधिकारी गौरव कुमार ने मुख्यमंत्री को घटनाक्रम, अब तक किए गए रेस्क्यू तथा मौके पर संचालित राहत एवं बचाव कार्यों की विस्तृत जानकारी दी। जिलाधिकारी ने बताया कि टनल में फंसे 22 लोगों में से अब तक 19 लोगों को बाहर निकाला जा चुका है, जबकि शेष 3 लोगों की तलाश एवं रेस्क्यू अभियान लगातार जारी है। घटना में अभी तक 7 लोगों की दुखद मृत्यु की सूचना है।रेस्क्यू किए गए घायलों को उपचार के लिए जिला चिकित्सालय गोपेश्वर लाया गया है, जहां स्वास्थ्य विभाग एवं चिकित्सकों की टीम द्वारा उनका उपचार एवं स्वास्थ्य की लगातार निगरानी की जा रही है।

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देशित किया कि रेस्क्यू अभियान के साथ-साथ घायलों के उपचार, परिजनों की सहायता एवं घटनास्थल पर आवश्यक व्यवस्थाओं में किसी भी प्रकार की कमी न हो। उन्होंने बचाव दलों के साथ निरंतर समन्वय बनाए रखते हुए अभियान को पूरी गंभीरता एवं सावधानी के साथ संचालित करने के निर्देश दिए।

इस दौरान काबीना मंत्री एवं प्रभारी मंत्री भरत चौधरी, थराली विधायक भूपाल राम टम्टा, जिला पंचायत अध्यक्ष दौलत सिंह बिष्ट, राज्य मंत्री हरक सिंह, पूर्व काबीना मंत्री राजेंद्र भंडारी, नगर पंचायत अध्यक्ष आरती नवानी, सभासद राजा जोशी, आपदा सचिव विनोद कुमार सुमन, गढ़वाल आयुक्त आनंद स्वरूप, आईजी गढ़वाल राजीव स्वरूप, जिलाधिकारी गौरव कुमार, पुलिस अधीक्षक सुरजीत सिंह पंवार, उपजिलाधिकारी राजकुमार पांडेय, चंद्रशेखर वशिष्ठ सहित अन्य जनप्रतिनिधि , अधिकारी व कार्मिक उपस्थित रहे।

दून वैली मेल

संपादकीय

खतरे में पहाड़

उत्तराखंड को सड़क चाहिए, सुरंग चाहिए, बिजली चाहिए, पर्यटन चाहिए और रोजगार भी चाहिए। पहाड़ के विकास को रोकने की बात कोई नहीं कर रहा। लेकिन विकास की रफ्तार और पहाड़ की क्षमता के बीच संतुलन जरूरी है। सड़क चौड़ीकरण के नाम पर पहाड़ों की कटिंग, सुरंगों का निर्माण, जलविद्युत परियोजनाएं और निर्माण गतिविधियां यदि वैज्ञानिक मानकों के अनुरूप न हों तो इसका सीधा असर पहाड़ की स्थिरता पर पड़ता है। उत्तराखंड के पहाड़ों में बारिश नई बात नहीं है। सदियों से पहाड़ बारिश को झेलते आए हैं। नदियां उफनती रही हैं, पहाड़ दरकते रहे हैं और रास्ते भी बंद होते रहे हैं। लेकिन पिछले कुछ वर्षों में जिस तेजी से भूस्खलन की घटनाएं बढ़ रही हैं, उसने एक गंभीर सवाल खड़ा कर दिया है क्या अब पहाड़ सिर्फ बारिश से नहीं, बल्कि हमारी विकास नीति से भी कमजोर हो रहा है? चमोली इसका सबसे बड़ा उदाहरण बनकर सामने है। मानसून में जिले के कई हिस्सों में सड़क पर मलबा आना, पहाड़ों से पत्थर गिरना और सड़कें धंसना लगातार जारी है। बदरीनाथ राष्ट्रीय राजमार्ग से लेकर ग्रामीण संपर्क मार्गों तक यातायात बाधित होना अब जैसे मानसून की स्थायी तस्वीर बनती जा रही है। समस्या यह नहीं कि बारिश में सड़क बंद क्यों हुई। असली सवाल यह है कि हर साल उन्हीं स्थानों पर सड़क क्यों टूटती है और हर साल उन्हीं स्थानों पर भूस्खलन क्यों होता है? भूस्खलन होते ही प्रशासन और संबंधित विभाग सक्रिय हो जाते हैं। जेसीबी मशीनें पहुंचती हैं। मलबा हटता है। सड़क खुलती है और व्यवस्था राहत की सांस लेती है। लेकिन अगली बारिश में फिर वही कहानी दोहराई जाती है। यह व्यवस्था आपदा प्रबंधन तो हो सकती है, स्थायी समाधान नहीं। चमोली जैसे संवेदनशील जिले में अब हर भूस्खलन के बाद केवल मलबा हटाने के बजाय उसका वैज्ञानिक अध्ययन होना चाहिए। यह पता लगाया जाना चाहिए कि पहाड़ दरका क्यों? पानी का निकास कहां बाधित हुआ? सड़क निर्माण में कहां गलती हुई? ढलान को सुरक्षित करने के लिए क्या उपाय किए गए थे? यदि इन सवालों के जवाब नहीं खोजे गए तो जेसीबी आती-जाती रहेंगी और पहाड़ टूटते रहेंगे। यह बात अब केवल पर्यावरणविदों की चिंता नहीं रह गई है। लगातार बढ़ती आपदाएं इसे आम आदमी की समस्या बना चुकी हैं। पहाड़ को सड़क के लिए काटना पड़े तो काटिए, लेकिन यह भी तय कीजिए कि काटने के बाद पहाड़ को संभालेंगे कैसे। सड़क बंद होने की खबर अखबार में कुछ पंक्तियों की खबर बन जाती है। लेकिन जिस गांव का संपर्क सड़क टूटने से बंद होता है, उसके लिए यह पूरी जिंदगी का संकट है। किसी बीमार व्यक्ति को अस्पताल पहुंचाना हो, बच्चे को स्कूल जाना हो, किसान को अपनी उपज बाजार तक पहुंचानी हो या गांव में जरूरी सामान पहुंचाना होकृसड़क ही जीवन की सबसे महत्वपूर्ण कड़ी है। इसलिए भूस्खलन को केवल सड़क विभाग की समस्या मानना भूल होगी। यह स्वास्थ्य, शिक्षा, रोजगार और ग्रामीण जीवन से जुड़ा सवाल है। मौसम विभाग बारिश की चेतावनी देता है। प्रशासन संवेदनशील क्षेत्रों को लेकर अलर्ट जारी करता है। फिर भी कई बार हादसे हो जाते हैं। इसका मतलब यह है कि चेतावनी और जमीन पर तैयारी के बीच कहीं न कहीं बड़ा अंतर है। चमोली में संवेदनशील क्षेत्रों की पहचान कर वहां पहले से मशीनरी, बचाव दल और जरूरी संसाधन तैनात किए जा सकते हैं। भूस्खलन वाले क्षेत्रों में यातायात रोकने के लिए स्पष्ट प्रोटोकाल होना चाहिए। स्थानीय ग्रामीणों को भी यह जानकारी होनी चाहिए कि खतरे की स्थिति में उन्हें कहां जाना है और किससे संपर्क करना है। आपदा प्रबंधन का मतलब सिर्फ हादसे के बाद राहत पहुंचाना नहीं, हादसे से पहले खतरा कम करना भी है। उत्तराखंड में विकास का सबसे बड़ा पैमाना सिर्फ यह नहीं होना चाहिए कि कितनी सड़क बनी और कितने पुल तैयार हुए। यह भी देखा जाना चाहिए कि निर्माण के बाद कितने गांव सुरक्षित रहे, कितने जलस्रोत बचे और पहाड़ की प्राकृतिक संरचना कितनी सुरक्षित रही। चमोली बार-बार संकेत दे रहा है। पहाड़ की दरारें केवल भूगर्भीय घटना नहीं हैं, वे चेतावनी भी हैं। सरकार को अब भूस्खलन प्रभावित क्षेत्रों का स्थायी वैज्ञानिक उपचार, संवेदनशील सड़कों का नियमित भूगर्भीय ऑडिट और निर्माण परियोजनाओं की सख्त निगरानी सुनिश्चित करनी होगी। स्थानीय लोगों के अनुभव को भी योजना का हिस्सा बनाना होगा, क्योंकि पहाड़ को जितना वैज्ञानिक समझ सकता है, उतना ही वह व्यक्ति भी समझता है जिसने पूरी जिंदगी उसी पहाड़ पर बिताई है। बारिश को रोकना हमारे हाथ में नहीं है। लेकिन बारिश के बाद होने वाली तबाही को कम करना जरूर हमारे हाथ में है। चमोली की घटनाएं इसलिए सिर्फ चमोली की खबर नहीं हैं। यह पूरे उत्तराखंड के लिए चेतावनी हैं। अगर हर बरसात के बाद वही सड़क टूटती है, वही पहाड़ दरकता है और वही जेसीबी मलबा हटाती है, तो समस्या बारिश में नहीं, हमारी तैयारी में है। अब समय है कि उत्तराखंड हादसों का इंतजार करने के बजाय खतरे को पहले पहचाने। क्योंकि पहाड़ को बचाना सिर्फ पर्यावरण का सवाल नहीं है यह उत्तराखंड के भविष्य को बचाने का सवाल है।

न्यायपालिका से 'सवाल' करियर 'बर्बाद'

कार्यालय संवाददाता

नई दिल्ली। किसी फैसले या संवैधानिक पद पर बैठे व्यक्ति से असहमति जताना क्या कानून की पढ़ाई कर रहे युवाओं के भविष्य पर भारी पड़ सकता है? हैदराबाद की नेशनल एकेडमी आफ लीगल स्टडीज एंड रिसर्च के छात्रों से जुड़ा विवाद इस समय यही सवाल देश के सामने खड़ा कर रहा है। मामला तब शुरू हुआ जब कुछ छात्रों ने भारत के मुख्य न्यायाधीश जस्टिस सूर्यकांत को विश्वविद्यालय के दीक्षांत समारोह में मुख्य अतिथि बनाए जाने पर आपत्ति जताई। छात्रों ने उनके हालिया न्यायिक रुख और कथित टिप्पणियों को लेकर विरोध दर्ज कराया था। इसके बाद बार काउंसिल आफ इंडिया की ओर से ऐसा आदेश सामने आया, जिसमें 226 बैच के छात्रों के अधिवक्ता के रूप में एनरोलमेंट को अगले आदेश तक रोकने की बात कही गई। विश्वविद्यालय से उन छात्रों की जानकारी भी मांगी गई, जो विरोध अभियान में प्रमुख रूप से शामिल थे।

यहीं से विवाद गंभीर हो जाता है। कानून की पढ़ाई करने वाले छात्रों से संविधान, मौलिक अधिकार, न्यायिक स्वतंत्रता और असहमति के अधिकार को समझने की अपेक्षा की जाती है। ऐसे में यदि किसी न्यायिक पदाधिकारी के किसी निर्णय या सार्वजनिक भूमिका पर छात्र शांतिपूर्ण तरीके से अपनी आपत्ति दर्ज कराते हैं, तो उसका जवाब क्या उनके पेशेवर भविष्य को प्रभावित करने की धमकी के रूप में होना चाहिए? यह सवाल इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि न्याय व्यवस्था की मजबूती केवल अदालतों के फैसलों से नहीं, बल्कि असहमति को सुनने की क्षमता से भी तय होती है। छात्रों का विरोध अचानक सामने आया मामला नहीं था। रिपोर्टों के अनुसार, उन्होंने सीजेआई सूर्यकांत को दीक्षांत समारोह में मुख्य अतिथि बनाए जाने पर विश्वविद्यालय प्रशासन से पुनर्विचार की मांग की थी। छात्रों का तर्क था कि जिस संस्थान से उन्हें संविधान और न्याय की रक्षा की शिक्षा मिली है, वहां ऐसे व्यक्ति को मुख्य अतिथि बनाए जाने पर सवाल उठाना उनका लोकतांत्रिक अधिकार है।

इस विरोध से सहमत होना जरूरी नहीं

◆बार काउंसिल आफ इंडिया के छात्रों के एनरोलमेंट पर रोक के आदेश
◆असहमति और अभिव्यक्ति की आजादी को लेकर हो गई बहस तेज
◆संविधान की पढ़ाई करने वालों को असहमति का अधिकार ही नहीं
◆इस देश में न्याय मांगने वाले खुद बन गए है कार्रवाई का शिकार

है। किसी छात्र की राय से असहमति भी पूरी तरह जायज है। लेकिन लोकतंत्र का मूल सिद्धांत यही है कि असहमति का अधिकार केवल लोकप्रिय विचारों के लिए नहीं होता। विवाद बढ़ने के बाद बार काउंसिल आफ इंडिया ने अपने शुरुआती रुख में बदलाव किया। ताजा रिपोर्टों के अनुसार बार काउंसिल आफ इंडिया ने पहले वाले आदेश को वापस लेते हुए स्पष्ट किया कि अधिकांश छात्र इस मामले में निर्दोष हैं और पहले की रोक को हटाया गया है। यह बदलाव अपने आप में बताता है कि मामला कितना संवेदनशील था।

यदि शुरुआती आदेश लागू रहता तो सवाल सिर्फ छात्रों का नहीं होता। सवाल यह होता कि क्या किसी संवैधानिक पद पर बैठे व्यक्ति की आलोचना करने के कारण कानून के विद्यार्थी के पेशेवर भविष्य पर असर डाला जा सकता है? वकील अदालत में सिर्फ मुकदमा लड़ने वाला व्यक्ति नहीं होता। उसका मूल काम ही सवाल पूछना, तर्क करना और सत्ता अथवा संस्थान के फैसलों को कानून की कसौटी पर परखना है। आज यदि कानून का विद्यार्थी किसी न्यायिक निर्णय पर सवाल उठाता है, तो कल वही विद्यार्थी अदालत में नागरिक के अधिकारों की पैरवी करेगा। यदि छात्र जीवन में ही उसे यह संदेश दिया जाए कि किसी प्रभावशाली पद पर बैठे व्यक्ति की आलोचना करने की कीमत पेशेवर भविष्य से चुकानी पड़ सकती है, तो यह न्याय व्यवस्था के लिए स्वस्थ संकेत नहीं होगा।

बेशक, अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का मतलब अनुशासनहीनता या व्यक्तिगत अपमान की छूट नहीं है। लेकिन आलोचना और अनुशासनहीनता के बीच अंतर करना भी संस्थाओं की जिम्मेदारी है। चीफ जस्टिस देश की न्यायपालिका के सर्वोच्च पद पर होते हैं। इस पद का सम्मान जरूरी है। लेकिन लोकतंत्र में किसी पद का सम्मान और उस पद पर बैठे व्यक्ति के फैसलों की आलोचना दोनों एक साथ संभव हैं। यही लोकतांत्रिक व्यवस्था की खूबसूरती है। प्रकरण ने इसलिए एक बड़ा सवाल सामने रखा है क्या हम असहमति को लोकतंत्र की ताकत मानेंगे या उसे अनुशासन के नाम पर दबाने की कोशिश करेंगे? आज मामला छात्रों का है। कल किसी दूसरे विश्वविद्यालय के छात्रों का हो सकता है। इसलिए इस विवाद को केवल एक संस्थान या एक दीक्षांत समारोह का विवाद मानकर खत्म करना आसान होगा, लेकिन इससे उठे संवैधानिक सवाल खत्म नहीं होंगे।

कानून की किताबें छात्रों को सिर्फ कानून नहीं सिखातीं कि उन्हें सवाल करना भी सिखाती हैं और लोकतंत्र में सवाल पूछने

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

'शुद्धिकरण' से भड़की सियासी 'आग'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। रामलीला मैदान में कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे के कार्यक्रम के बाद कथित शुद्धिकरण को लेकर उत्तराखंड की सियासत गरमा गई है। कांग्रेस ने इस घटना को लेकर भाजपा पर तीखा हमला बोला है।

कांग्रेस नेताओं का कहना है कि जिस तरह हवन कर रामलीला मैदान का शुद्धिकरण किया गया, उसने भाजपा की मानसिकता को उजागर कर दिया है। कांग्रेस की ओर से कहा गया कि यह केवल एक राजनीतिक विरोध का मामला नहीं है, बल्कि सामाजिक सोच और संवैधानिक मूल्यों से जुड़ा गंभीर प्रश्न है। पार्टी नेताओं ने आरोप लगाया कि भाजपा से जुड़े लोगों ने इस घटनाक्रम के जरिए अपनी विकृत मानसिकताश् का प्रदर्शन किया है। कांग्रेस ने कहा कि भाजपा के लोगों की ओर से किया गया यह कृत्य कथित तौर पर नफरत की विचारधारा को सामने लाता है। पार्टी का कहना है कि राजनीतिक मतभेद लोकतंत्र का हिस्सा हैं, लेकिन किसी नेता की सामाजिक पहचान को आधार बनाकर किसी सार्वजनिक स्थल के शुद्धिकरण की बात करना गंभीर चिंता का विषय है। कांग्रेस ने इस मामले को दलित सम्मान और सामाजिक न्याय से जोड़ते हुए भाजपा से सवाल भी किए हैं। कांग्रेस नेताओं ने पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे के लंबे राजनीतिक जीवन का उल्लेख करते हुए कहा कि उन्होंने सार्वजनिक जीवन में सामाजिक

◆मल्लिकार्जुन खरगे के कार्यक्रम के बाद हवन कराने पर भड़क गई है कांग्रेस
◆यह केवल राजनीतिक विरोध नहीं, बल्कि नफरत की विचारधारा का प्रदर्शन
◆राजनीतिक मतभेद अपनी जगह, सामाजिक पहचान पर प्रहार है चिंताजनक
◆जनसभा के बाद शुरू हुए घटनाक्रम पर दोनों दलों के बीच जुबानी जंग तेज

न्याय और संवैधानिक मूल्यों की लड़ाई लड़ी है। कांग्रेस का कहना है कि खरगे जैसे वरिष्ठ नेता को लेकर यदि इस तरह की घटना सामने आती है तो यह केवल एक व्यक्ति का अपमान नहीं माना जा सकता। इससे समाज में वंचित और दलित वर्गों के साथ व्यवहार को लेकर भी सवाल उठते हैं।

विधानसभा चुनाव की तैयारियों के बीच यह मामला उत्तराखंड की राजनीति में नया मुद्दा बन सकता है। कांग्रेस इसे सामाजिक न्याय और दलित सम्मान के सवाल से जोड़कर भाजपा को घेरने की तैयारी में है, जबकि भाजपा की ओर से इस घटनाक्रम पर आने वाली प्रतिक्रिया पर भी निगाहें टिकी हैं। दरअसल, उत्तराखंड की राजनीति में धार्मिक और सांस्कृतिक मुद्दों का प्रभाव पहले से ही महत्वपूर्ण रहा है। ऐसे में रामलीला मैदान जैसे सार्वजनिक स्थल से जुड़ा विवाद राजनीतिक बहस को और तीखा कर सकता है।

कांग्रेस का तर्क है कि मामला केवल एक मैदान में हवन किए जाने तक सीमित नहीं है। असली सवाल यह है कि क्या किसी व्यक्ति की जातीय या सामाजिक पहचान के आधार पर किसी सार्वजनिक कार्यक्रम के बाद किसी स्थान को अशुद्ध मानने की मानसिकता को स्वीकार किया जा सकता है? यही सवाल अब राजनीतिक बहस के केंद्र में है। कांग्रेस ने कहा है कि लोकतंत्र में राजनीतिक असहमति हो सकती है, तीखा विरोध भी हो सकता है, लेकिन सामाजिक बराबरी और संवैधानिक गरिमा की सीमा नहीं टूटनी चाहिए।

हल्द्वानी का यह घटनाक्रम फिलहाल राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोप का विषय है, लेकिन इसके बहाने उत्तराखंड की राजनीति में सामाजिक न्याय, दलित सम्मान और राजनीतिक संस्कृति पर एक नई बहस जरूर शुरू हो गई है।

दिल्ली में 'दरबार' दून में 'इंतजार'

◆'हाईकमान' के सहारे 2027 जीतेगी उत्तराखंड कांग्रेस, आगामी बैठक में चर्चा होगी
◆उत्तराखंड कांग्रेस की राजनीति देहरादून में नहीं, दिल्ली की बैठक में क्यों तय हो रही
◆दिल्ली दरबार में जुटेंगे दिग्गज, 2027 की जमीन पर रणनीति को लेकर बढ़ी हलचल

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड कांग्रेस की राजनीति इन दिनों देहरादून की सड़कों से ज्यादा दिल्ली के बैठक कक्षों में दिखाई दे रही है। प्रदेश की सियासत में अगले विधानसभा चुनाव की आहट तेज होते ही कांग्रेस के भीतर बैठकों का दौर बढ़ गया है। दिल्ली में होने वाली बैठकों को लेकर पार्टी के नेताओं की सक्रियता ने एक बार फिर यह सवाल खड़ा कर दिया है कि उत्तराखंड कांग्रेस की चुनावी रणनीति आखिर तय कहां हो रही है देहरादून में या दिल्ली में? कांग्रेस के लिए 2027 का विधानसभा चुनाव महज सत्ता वापसी की लड़ाई नहीं है। यह संगठन के भीतर नेतृत्व, गुटबाजी और चुनावी रणनीति की भी परीक्षा है। ऐसे में दिल्ली में होने वाली बैठकों को प्रदेश कांग्रेस के भीतर चल रही राजनीतिक कवायद से जोड़कर देखा जा रहा है। पार्टी के सामने सबसे बड़ी चुनौती भाजपा के खिलाफ मजबूत राजनीतिक जमीन तैयार करने की है। लेकिन उससे पहले कांग्रेस को अपने घर के भीतर की जमीन मजबूत करनी होगी।

कांग्रेस की केंद्रीय नेतृत्व के साथ बैठक का महत्व इसलिए भी बढ़ जाता है क्योंकि प्रदेश में विधानसभा चुनाव की तैयारियां धीरे-धीरे रफ्तार पकड़ रही हैं। टिकट को लेकर दावेदारी शुरू होनी है। विधानसभा क्षेत्रों में संगठन को सक्रिय करना है। संभावित प्रत्याशियों का आकलन होना है और सबसे बड़ी बातकृकांग्रेस को यह तय करना है कि चुनाव किस चेहरे और किस मुद्दे के आसपास लड़ा जाएगा। दिल्ली में बैठकर होने वाली चर्चा का असर स्वाभाविक रूप से उत्तराखंड संगठन पर पड़ेगा। लेकिन यहीं कांग्रेस के सामने एक पुराना सवाल भी खड़ा हैकृ कि क्या दिल्ली से तय रणनीति पहाड़ की जमीन पर भी उतनी ही प्रभावी होगी?

कांग्रेस के पास सरकार के खिलाफ मुद्दों की कमी नहीं है। बेरोजगारी है। पलायन है। भर्ती परीक्षाओं को लेकर युवाओं की नाराजगी है। स्वास्थ्य सुविधाओं की चुनौती है। आपदा और सड़क जैसी समस्याएं हैं। महंगाई और स्थानीय रोजगार का सवाल है। लेकिन मुद्दे तभी चुनावी ताकत बनते हैं जब पार्टी उन्हें एक आवाज में जनता तक पहुंचाए। यहीं कांग्रेस की सबसे बड़ी परीक्षा है। पार्टी के भीतर अलग-अलग नेताओं के अपने प्रभाव क्षेत्र हैं। कई नेता अपने-अपने तरीके से सक्रिय हैं। समर्थकों की अपनी-अपनी राजनीतिक पसंद है। ऐसे में केंद्रीय नेतृत्व के सामने सबसे महत्वपूर्ण सवाल यही होगा कि 2027 के लिए कांग्रेस एकजुट चेहरा कैसे पेश करेगी?

उत्तराखंड कांग्रेस में नेतृत्व का सवाल हमेशा से संवेदनशील रहा है। कौन चुनाव का नेतृत्व करेगा? किस नेता को संगठन की बड़ी जिम्मेदारी मिलेगी? किसे टिकट मिलेगा? किस नेता की भूमिका प्रदेश स्तर पर होगी? और किसकी भूमिका विधानसभा क्षेत्र तक सीमित रहेगी? इन सवालों के जवाब भले ही अभी सार्वजनिक न हों, लेकिन कांग्रेस के भीतर इन पर चर्चा तेज होना तय है। क्योंकि चुनावी राजनीति में टिकट की घोषणा से पहले ही टिकट की राजनीति शुरू हो जाती है और उत्तराखंड में यह राजनीति जितनी देहरादून में होती है, उतनी ही दिल्ली में भी।

कांग्रेस नेतृत्व अगर दिल्ली की बैठक से स्पष्ट रणनीति के साथ निकलता है तो इसका संदेश प्रदेश संगठन में जाएगा। विधानसभा स्तर पर सक्रियता बढ़ सकती है। दावेदारों को संकेत मिल सकते हैं। संगठनात्मक फेरबदल की तस्वीर साफ हो सकती है और पार्टी सरकार के खिलाफ मुद्दों को लेकर ज्यादा आक्रामक हो सकती है। लेकिन केवल दिल्ली की बैठक से चुनाव नहीं जीता जाता। चुनाव जीतने के लिए पहाड़ के गांव तक जाना पड़ेगा। चौक-चौराहों पर जनता के सवाल सुनने होंगे। युवा के हाथ में रोजगार का सवाल पकड़ना होगा। महिला के सामने महंगाई और सुरक्षा के सवाल पर जवाब रखना होगा। पलायन से खाली होते गांवों के बीच जाकर पूछना होगा कि कांग्रेस सत्ता में आई तो बदलेगा क्या?

भाजपा के पास सरकार है, संगठन है और सत्ता की मशीनरी का अनुभव है। कांग्रेस के सामने चुनौती इसलिए बड़ी है क्योंकि उसे विपक्ष में रहते हुए सरकार के खिलाफ माहौल बनाने के साथ अपना संगठन भी मजबूत करना है। सबसे बड़ी गलती कांग्रेस यह करेगी कि वह चुनाव को केवल भाजपा हटाओ के नारे तक सीमित कर दे। जनता पूछेगी कि भाजपा को हटाकर आप करेंगे क्या? कांग्रेस को इस सवाल का जवाब अभी से तैयार करना होगा। सिर्फ सरकार की कमियां गिनाना आसान है। विकल्प देना मुश्किल। इसलिए दिल्ली में होने वाली बैठक को सिर्फ एक सामान्य संगठनात्मक बैठक मानना शायद सही नहीं होगा। यह बैठक कांग्रेस के लिए एक राजनीतिक दिशा तय करने का मौका है। अगर केंद्रीय नेतृत्व ने प्रदेश के नेताओं को साथ बैठाकर स्पष्ट रणनीति बनाई, गुटों के बीच संवाद बढ़ाया, संगठन को सक्रिय किया और चुनावी मुद्दों पर सहमति बनाई तो कांग्रेस के लिए यह बैठक अहम मोड़ साबित हो सकती है। लेकिन अगर बैठक के बाद भी वही पुराने आरोप-प्रत्यारोप, टिकट की खींचतान और नेतृत्व को लेकर अस्पष्टता जारी रही तो दिल्ली की बैठक भी कांग्रेस की लंबी राजनीतिक बैठकों की सूची में एक और नाम बनकर रह जाएगी।

उत्तराखंड की राजनीति अब 2027 की ओर बढ़ रही है। दिल्ली में बैठकर रणनीति बन सकती है। लेकिन उसका फैसला देहरादून में नहीं, पहाड़ की जनता के बीच होगा। वहां सवाल बहुत सीधे हैं कौन लड़ेगा? किस मुद्दे पर लड़ेगा? किस चेहरे के साथ लड़ेगा? और सबसे बड़ा सवाल कि अगर जनता ने मौका दिया तो कांग्रेस बदलेगी क्या? दिल्ली की बैठक का असली जवाब इन्हीं सवालों में छिपा है।

चेहरे बदले, सरकारें बदलीं, सवाल वही

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में सत्ता बदलती रही, चेहरे बदलते रहे, नारे बदलते रहे। कभी विकास का नारा आया, कभी पलायन रोकने का संकल्प, कभी रोजगार की गारंटी, कभी गांवों को फिर से आबाद करने का दावा। लेकिन पहाड़ का आदमी आज भी कुछ पुराने सवाल लेकर खड़ा है। इन सवालों का कोई पार्टी रंग नहीं है। न यह भाजपा के हैं, न कांग्रेस के। यह पहाड़ के सवाल हैं और शायद इसलिए सबसे ज्यादा असहज भी करते हैं। हर सरकार पलायन रोकने की बात करती है। योजनाएं बनती हैं, समितियां बनती हैं, आंकड़े जारी होते हैं। लेकिन पहाड़ का सवाल बहुत सीधा है अगर गांव में रोजगार, इलाज, शिक्षा और बाजार मिल जाए तो कोई अपना घर छोड़कर क्यों जाएगा? पलायन को रोकने के लिए पहाड़ के आदमी को भाषण नहीं, स्थानीय अर्थव्यवस्था चाहिए। खेती से आमदनी चाहिए। बागवानी चाहिए। पर्यटन का लाभ गांव तक पहुंचना चाहिए। छोटे उद्योग चाहिए और सबसे जरूरी बच्चों की पढ़ाई और परिवार के इलाज के लिए पहाड़ छोड़ने की मजबूरी खत्म होनी चाहिए।

प्रदेश में सड़क को विकास का सबसे बड़ा प्रतीक मान लिया गया है। सड़क बनना जरूरी है, लेकिन सड़क से आगे भी जिंदगी है। किसी गांव से एंबुलेंस आने में घंटों लगते हैं तो सवाल सड़क का ही नहीं, स्वास्थ्य व्यवस्था का भी है। आज भी पहाड़ में गंभीर मरीज को डोली, कुर्सी या किसी दूसरे अस्थायी साधन से सड़क तक पहुंचाने की तस्वीरें सामने आती हैं। सरकारें मेडिकल कालेजों और अस्पतालों की घोषणाएं करती हैं। लेकिन गांव पूछता है कि डाक्टर कब मिलेगा? विशेषज्ञ कब मिलेगा? दवा कब मिलेगी? और सबसे बड़ा सवाल क्या बीमारी

का इलाज कराने के लिए पहाड़ छोड़ना जरूरी रहेगा?

उत्तराखंड के युवाओं के लिए प्रतियोगी परीक्षाएं सिर्फ परीक्षा नहीं हैं। यह कई परिवारों की उम्मीद हैं। लेकिन जब भर्ती प्रक्रिया सवालों में घिरती है, परीक्षा की तारीख बदलती है, परिणाम अटकता है या पेपर लीक की खबर आती है तो एक छात्र का सिर्फ एक साल नहीं जाता। उसका भरोसा जाता है। सत्ता को यह समझना होगा कि सरकारी भर्ती का कैलेंडर भी सरकार की विश्वसनीयता का कैलेंडर है। विपक्ष सवाल उठाए जरूर उठाए। लेकिन विपक्ष को भी बताना होगा कि सत्ता में आने पर वह भर्ती प्रक्रिया को कैसे पारदर्शी बनाएगा। सिर्फ यह कहना पर्याप्त नहीं कि सरकार विफल है। जनता पूछेगीकृकि आप क्या करेंगे?

उत्तराखंड में धार्मिक पर्यटन बढ़ रहा है। चारधाम यात्रा प्रदेश की अर्थव्यवस्था का बड़ा हिस्सा है। लेकिन एक सवाल फिर भी बचता है कि जो लाखों लोग पहाड़ आते हैं, उनके खर्च का कितना हिस्सा स्थानीय गांवों तक पहुंचता है? क्या स्थानीय युवक गाइड बन रहा है? या गांव की महिला अपने उत्पाद बेच पा रही है? क्या स्थानीय किसान होटल और बाजार से जुड़ पा रहा है? अगर तीर्थयात्री आते हैं और पैसा कुछ चुनिंदा बाजारों तक सीमित रह जाता है, तो पर्यटन की संख्या बढ़ने के बावजूद पहाड़ की अर्थव्यवस्था मजबूत नहीं होगी।

बारिश आती है। सड़क टूटती है। पुल बहता है। गांव कट जाता है। फिर राहत पहुंचती है। कुछ दिन खबरें चलती हैं। नेता मौके पर पहुंचते हैं। मुआवजे की घोषणा होती है। फिर कैमरे चले जाते हैं। लेकिन गांव वह वहीं रहता है। उसका टूटा रास्ता वहीं रहता है। उसका बंद स्कूल वहीं रहता है। उसकी मुश्किल वहीं रहती है। इसलिए सवाल सिर्फ राहत का नहीं है। सवाल यह है कि पहाड़ को हर बरसात में आपदा का इंतजार क्यों करना पड़ता है?

उत्तराखंड की राजनीति में सत्ता और विपक्ष एक-दूसरे से सवाल पूछते हैं। लेकिन अब जनता दोनों से सवाल पूछ रही है। सत्ता से कि आपने पांच साल में क्या बदला? विपक्ष सेकृकि आप सत्ता में आए तो क्या बदलेंगे? सत्ता कहती है विकास हुआ। जनता पूछती है कहां हुआ? विपक्ष कहता है सरकार विफल है। जनता पूछती है कि आपकी वैकल्पिक योजना क्या है? सत्ता उपलब्धियां गिनाती है। विपक्ष आरोप गिनाता है और पहाड़ अपने हिस्से का हिसाब मांगता है।

2027 का विधानसभा चुनाव नजदीक है। जैसे-जैसे चुनावी माहौल बनेगा, पहाड़ फिर नारों से भर जाएगा। कोई रोजगार की बात करेगा। कोई पलायन की। कोई महिला वोट की। कोई युवा की। कोई धार्मिक पर्यटन की। लेकिन असली परीक्षा यह होगी कि राजनीतिक दल इन सवालों को घोषणापत्र से निकालकर नीति में बदलने का रोडमैप देते हैं या नहीं। उत्तराखंड को अब सिर्फ यह नहीं चाहिए कि कौन जीतेगा। उत्तराखंड यह जानना चाहता है कि जीतने के बाद पहाड़ के लिए करेगा क्या? क्योंकि पहाड़ ने बहुत भाषण सुन लिए हैं। बहुत शिलान्यास देख लिए हैं। बहुत घोषणाएं सुन ली हैं। अब उसे परिणाम चाहिए। उसे ऐसा गांव चाहिए जहां स्कूल बंद न हो। ऐसा अस्पताल चाहिए जहां डाक्टर मिले। ऐसी सड़क चाहिए जो बरसात में गायब न हो। ऐसी भर्ती व्यवस्था चाहिए, जिसमें युवा अपने भविष्य को लेकर आशंकित न रहे और ऐसी अर्थव्यवस्था चाहिए जिसमें पहाड़ का बच्चा रोजगार के लिए पहाड़ छोड़ने को मजबूर न हो।

उत्तराखंड के तीखे सवाल

◆प्रदेश में पलायन रोकने के लिए योजनाएं व समितियां भी बनीं
◆शिक्षा, स्वास्थ्य और रोजगार के अभाव में पहाड़ के गांव खाली
◆बच्चों की पढ़ाई व इलाज के लिए अपने ही घर-आंगन को छोड़ा
◆सत्ता के दावे और पहाड़ की जमीन के बीच साफ दिखता फासला

उत्तराखंड के सवाल कठिन नहीं हैं। वह इतने सरल हैं कि उनका जवाब देना मुश्किल हो जाता है। रोटी कहां है? रोजगार कहां है? अस्पताल कहां है? स्कूल कहां है? गांव में आदमी क्यों नहीं है? सत्ता के पास इन सवालों के जवाब होने चाहिए। विपक्ष के पास भी। क्योंकि चुनाव में जनता सिर्फ सरकार नहीं चुनती। वह अपने सवालों का भविष्य चुनती है और इस बार पहाड़ शायद नारे कम सुनेगा। सवाल ज्यादा पूछेगा।

एक्सरसाइज शुरु करने की सोच रहे हैं? हुला हूप को आजमाएं

अगर आप एक्सरसाइज करने की शुरुआत करने जा रहे हैं तो यह आपके लिए एक अच्छा फैसला हो सकता है। हालांकि, इस दौरान आपको यह समझ नहीं आता कि कौन सी एक्सरसाइज को चुना जाए तो हुला हूपिंग को आजमाएं। यह एक मजेदार और असरदार तरीका है, जिससे आप न केवल फिट रह सकते हैं, बल्कि इससे आपका मूड भी अच्छा रहेगा। आइए जानते हैं कि हुला हूपिंग क्यों एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है।

वजन कम करने में है मददगार: हुला हूपिंग एक ऐसी गतिविधि है, जो वजन कम करने में काफी मदद कर सकती है। इसे रोजाना करने से आपके शरीर की कैलोरी बर्न करने की क्षमता बढ़ सकती है। इसके अलावा यह आपके शरीर की ऊर्जा को तेज करता है, जिससे वजन घटाने में आसानी होती है। हुला हूपिंग करने से पेट की मांसपेशियां मजबूत होती हैं और शरीर की चर्बी कम होती है। इससे आप फिट और आकर्षक दिख सकते हैं।

दिल की सेहत के लिए है फायदेमंद: हुला हूपिंग एक बेहतरीन दिल की सेहत को सुधारने वाली गतिविधि भी है। यह आपके दिल की धड़कन को तेज करती है और रक्त प्रवाह को बेहतर बनाती है। इससे आपका दिल स्वस्थ रहता है और शरीर में ऑक्सीजन की मात्रा बढ़ती है, जिससे आप अधिक ऊर्जा महसूस करते हैं। नियमित रूप से हुला हूपिंग करने से आपके दिल की धड़कनें बेहतर होती हैं और आप अधिक सक्रिय महसूस करते हैं, जिससे आपकी सेहत पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

मानसिक तनाव को कम करने में है सहायक: आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में मानसिक तनाव आम बात हो गया है। हुला हूपिंग करने से आपका मन शांत होता है और तनाव कम होता है। जब आप हुला हूपिंग करते हैं तो आपका ध्यान केवल उस पर केंद्रित होता है, जिससे आपकी चिंता और परेशानी दूर होती है। यह एक प्रकार का ध्यान अभ्यास भी हो सकता है, जो आपके मानसिक स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है।

लचीलेपन को बढ़ाने में है कारगर: हुला हूपिंग करने से शरीर की लचीलापन बढ़ती है। इसके नियमित अभ्यास से आपकी मांसपेशियां मजबूत होती हैं और शरीर की गति क्षमता सुधरती है। इससे न केवल आपकी शारीरिक ताकत बढ़ती है बल्कि आप चोटों से भी बच सकते हैं। इसके अलावा हुला हूपिंग करने से आपकी त्वचा पर भी निखार आता है। यह एक मजेदार तरीका है जिससे आप फिट रह सकते हैं और अपने शरीर को स्वस्थ बना सकते हैं।

माइग्रेन से जूझ रहे हैं तो न करें ये गलतियां, समस्या हो सकती है गंभीर

माइग्रेन एक ऐसी समस्या है, जिससे कई लोग परेशान रहते हैं। यह सिरदर्द का एक प्रकार है, जिसमें सिर के एक हिस्से में तेज दर्द होता है। माइग्रेन के दौरान उल्टी, चक्कर आना और रोशनी से चिढना जैसी कई अन्य समस्याएं भी हो सकती हैं। आमतौर पर माइग्रेन में सिर के दाएं या बाएं हिस्से में तेज दर्द होता है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसी गलतियों के बारे में बताते हैं, जो माइग्रेन के रोगियों को नहीं करनी चाहिए।

नींद का ख्याल न रखना: नींद का ख्याल न रखना माइग्रेन के रोगियों के लिए एक बड़ी गलती हो सकती है। पर्याप्त नींद लेना बहुत जरूरी है क्योंकि इससे आपका शरीर और मन दोनों आराम करते हैं। अगर आप समय पर सोते और जागते हैं तो आपका सिरदर्द कम हो सकता है। इसके अलावा दिन में थोड़ी देर की झपकी भी आपके लिए फायदेमंद हो सकती है। इस तरह आप ताजगी महसूस करेंगे और आपका माइग्रेन भी काबू में रहेगा।

खाने-पीने में बदलाव न करना: माइग्रेन के रोगियों को अपनी खाने-पीने की आदतों पर खास ध्यान देना चाहिए। अगर आप तैलीय, मसालेदार और जंक फूड का सेवन करते रहेंगे तो आपकी समस्या बढ़ सकती है। इसके बजाय हरी सब्जियां, फल और प्रोटीन युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन करें। इससे आपका शरीर स्वस्थ रहेगा और सिरदर्द भी कम होगा। इसके अलावा पानी अधिक पिएं ताकि आपका शरीर तरलता में रहे और विषाक्त पदार्थ बाहर निकलें।

पानी की कमी होना: रोजाना कम से कम 8-10 गिलास पानी पीना चाहिए ताकि आपका शरीर तरलता में रहे और विषाक्त पदार्थ बाहर निकलें। इसके अलावा नारियल पानी या ताजे फलों का रस भी पी सकते हैं, जो आपके शरीर को पोषण देंगे और सिरदर्द को कम करेंगे।

चिंता और तनाव लेना: चिंता और तनाव लेना भी माइग्रेन के रोगियों के लिए खतरनाक हो सकता है। अगर आप हमेशा तनाव में रहते हैं तो इसका असर आपके सिरदर्द पर पड़ेगा। तनाव कम करने के लिए योग, ध्यान या गहरी सांस लेने जैसी तकनीकों का अभ्यास करें। इससे आपका मन शांत रहेगा और सिरदर्द भी कम होगा। इसके अलावा सकारात्मक सोच अपनाएं और खुश रहने की कोशिश करें ताकि आपका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर हो सके और आप स्वस्थ रह सकें।

डॉक्टर की सलाह नजरअंदाज करना: अगर आपको बार-बार सिरदर्द होता रहता है तो डॉक्टर की सलाह लेना बहुत जरूरी है। खुद से दवा लेना या घरेलू नुस्खे अपनाना सही नहीं होता। डॉक्टर आपकी समस्या का सही कारण बताएंगे और उचित इलाज देंगे। इसलिए समय-समय पर जांच करवाते रहें और उनकी सलाह मानें। इन गलतियों से बचकर आप अपने माइग्रेन को बेहतर तरीके से संभाल सकते हैं और एक स्वस्थ जीवन जी सकते हैं।

गैस से होती है पेट की समस्या

पेट में गैस बनने के कारण विभिन्न प्रकार की परेशानियों का सामना करना पडता है। हर व्यक्ति के पेट में गैस बनती है। जो आपको कभी-कभी शर्मिंदा भी करा सकती है। यह शरीर से बाहर या तो डकार द्वारा या गुदा मार्ग से निकलती है। अधिकतर लोग 1 से 4 पिट्स गैस पैदा करते हैं और एक दिन में कम-से-कम 14 से 23 बार गैस पास करते हैं। जिन लोगों की पाचन शक्ति ठीक नहीं रहती और जो प्रायः कब्ज के शिकार रहते हैं, उनमें गैस की समस्या अधिक होती है। मशीनों पर निर्भर आधुनिक जीवनशैली ने शारीरक सक्रियता काफी कम कर दी है। लोगों ने अपनी खानपान की आदतें भी काफी बिगाड ली हैं। उन्हें आराम से चबा-चबाकर पोषक भोजन खाने के बजाए जल्दी-जल्दी जंक फूड खाना पसंद है। यही वजह है कि आजकल गैस की समस्या से काफी लोग परेशान रहते हैं। लंबे समय तक रहने वाली गैस की समस्या अल्सर में बदल सकती है जो और कई तरह की समस्याएं पैदा कर सकती हैं।

गैस बनने के कारण

निगली गई हवा द्वारा : एरोपैसगिया या निगली गई हवा पेट में गैस बनने का सबसे प्रमुख कारण है। हर कोई थोडी मात्रा में खाते और पीते समय हवा निगल लेता है। हालांकि, जल्दी-जल्दी खाने या पीने, च्यूंगम चबाने, धूम्रपान करने से कुछ लोग ज्यादा हवा अंदर ले लेते हैं, जिनमें नाइट्रोजन, ऑक्सीजन और कार्बन डाई ऑक्साइड होती हैं। कुछ हवा डकार के द्वारा बाहर निकल जाती है, लेकिन कुछ आंत में चली जाती है। बची हुई थोडी सी गैस यहां से बडी आंत में चली जाती है, जो गुदा मार्ग द्वारा बाहर निकलती है।

अनपचे भोजन के टूटने से : शरीर कुछ कार्बोहाइड्रेट को न तो पचा पाता है और न ही अवशोषित कर पाता है। कई भोज्य पदार्थों में शुगर, स्टार्च और रेशे पाए जाते हैं। छोटी आंत में कुछ निश्चित एंजाइमों की कमी या अनुपस्थिति से इनका पाचन नहीं हो पाता। यह अनपचा भोजन छोटी आंत से बडी आंत में जाता है, जहां बैक्टीरिया इस भोजन को तोडते हैं। इससे हाइड्रोजन, कार्बन डाईऑक्साइड और एक तिहाई लोगों में मिथेन निकलती है। उम्र बडने के साथ शरीर में एंजाइम का स्तर कम हो जाता है, इसलिए गैस की समस्या ज्यादा बड जाती है।

गैस बनने के लक्षण : पेट में गैस बनने के सबसे आम लक्षण हैं पेट फूल जाना, पेट में दर्द होना, डकार आना और गैस पास करना। इनके कारणों को समझकर उपचार किया जा सकता है।

डकार लेना : जब कोई व्यक्ति खाने के दौरान या बाद में डकार लेता है तो इसका अर्थ है कि उसने खाने के साथ ज्यादा मात्रा में हवा निगल ली है। लेकिन ज्यादा डकार आने का कारण पाचन तंत्र के ऊपरी भाग में पेप्टिक अल्सर या गैस्ट्रोपारेसिस जैसी समस्याएं हो सकता है।

पेट फूलना : पेट का फूलना गैस की वजह से हो सकता है या बडी आंत का वैंससर या हार्निया भी इसका कारण बन सकता है। ज्यादा वसायुक्त भोजन करने से पेट देर से खाली होता है। इससे भी पेट फूल जाता है और बेचैनी होती है।

पेट दर्द : जब आंत में गैस मौजूद होती है, तब कुछ लोगों को पेट दर्द होता है। जब बडी आंत की बायीं ओर दर्द होता है, तो इससे हृदय रोग का भ्रम होता है, लेकिन जब दर्द दायीं ओर होता है, तो यह एपेन्डिक्स हो सकता है।

फ्लैटुलेंस : इसे सामान्य भाषा में गैस पास करना कहते हैं। अधिकतर लोग यह नहीं जानते कि एक दिन में 14-23 बार गैस पास करना सामान्य बात है। अधिक गैस बनना कार्बोहाइड्रेट के अवशोषण नहीं होने का संकेत है।

ऐसे पाए निजात : लहसुन पाचन की प्रक्रिया को बडाता है और गैस की समस्या को कम करता है

नारियल पानी गैस की समस्या में काफी प्रभावकारी है

अदरक में पाचक एंजाइम होते हैं। खाना खाने के बाद अदरक के टुकडों को नींबू के रस में डुबोकर खाएं। गैस की समस्या से छुटकारा मिलेगा।

लंबे समय से गैस से पीडित हैं तो लहसुन की तीन कलियों और अदरक के कुछ टुकडों को खाली पेट खाएं।

प्रतिदिन खाने के साथ टमाटर खाएं। अगर टमाटर में सेंधा नमक मिला लें तो और अधिक लाभ मिलेगा ।

पुदीना खाएं, क्योंकि इससे पाचनतंत्र ठीक रहता है । हरी इलाइची के पाउडर को एक गिलास पानी में उबालें। इसको खाना खाने के पहले गुनगुने रूप में पी लें। इससे गैस कम बनेगी।

शब्द सामर्थ्य -035

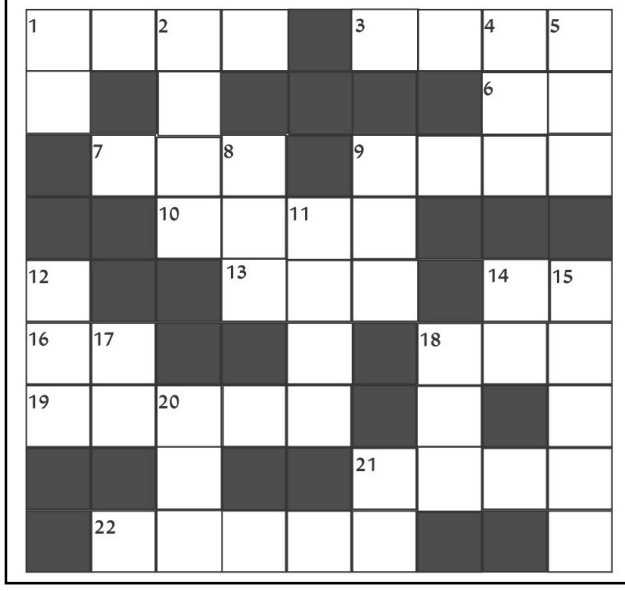
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 34 का हल

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

अनुशासन से बनते हैं राष्ट्र के जिम्मेदार नागरिकः कर्नल अलमिया

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। 84 उत्तराखंड बटालियन एनसीसी, रुड़की के तत्वावधान में फोनिक्स विश्वविद्यालय, इमलीखेड़ा में चल रहे दस दिवसीय वार्षिक प्रशिक्षण शिविर के दूसरे दिन कैडेट्स ने सैन्य प्रशिक्षण के साथ अनुशासन, नेतृत्व और टीम भावना के गुर सीखे। प्रशिक्षण के दौरान कैडेट्स को शस्त्र संचालन, मैप रीडिंग, दूरी का अनुमान, फील्ड सिग्नल और आपदा प्रबंधन सहित विभिन्न विषयों का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया गया।

कैंप कमांडेंट कर्नल जगदीश अलमिया ने कैडेट्स को संबोधित करते हुए कहा कि एनसीसी का उद्देश्य केवल सैन्य प्रशिक्षण देना नहीं, बल्कि युवाओं को जिम्मेदार, अनुशासित और राष्ट्र के प्रति समर्पित नागरिक के रूप में तैयार करना है। उन्होंने कहा कि कठिन परिश्रम, अनुशासन, नेतृत्व क्षमता और सेवा भावना ही एक मजबूत व्यक्तित्व की नींव हैं। शिविर में मिलने वाली चुनौतियां कैडेट्स को शारीरिक रूप से मजबूत बनाने के साथ-साथ मानसिक रूप से भी सक्षम बनाती हैं ।उन्होंने कैडेट्स से प्रशिक्षण के प्रत्येक अवसर का गंभीरता से लाभ उठाने का आह्वान करते हुए कहा कि कठिन परिस्थितियों में धैर्य और अनुशासन बनाए रखने वाला युवा ही भविष्य में बेहतर नेतृत्व प्रदान कर सकता है।

डिप्टी कैंप कमांडेंट लेफ्टिनेंट कर्नल अमन कुमार सिंह ने कहा कि सैन्य प्रशिक्षण में समयबद्धता और निरंतर अभ्यास का विशेष महत्व है। उन्होंने कैडेट्स को समय प्रबंधन, अनुशासन और निर्धारित कार्य को गुणवत्तापूर्वक पूरा करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि प्रशिक्षण के दौरान सीखी गई छोटी-छोटी बातें ही भविष्य में बड़ी जिम्मेदारियां निभाने में सहायक होती हैं।

शिविर में कैडेट्स को हथियारों के सुरक्षित एवं प्रभावी संचालन के साथ मैप रीडिंग, दूरी का अनुमान लगाने, फील्ड सिग्नल, आपदा प्रबंधन तथा विभिन्न व्यक्तित्व विकास गतिविधियों का प्रशिक्षण दिया जा रहा है। प्रशिक्षण के माध्यम से कैडेट्स में नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास, निर्णय लेने की क्षमता, टीम भावना और राष्ट्रसेवा की भावना विकसित करने पर विशेष जोर दिया जा रहा है। कैंप एडजुटेंट कैप्टन अश्वनी कुमार ने शिविर के लिए बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराने पर विश्वविद्यालय के चेयरमैन अनिल गोयल का आभार व्यक्त किया। उन्होंने विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. मनीष पांडेय एवं कुलसचिव डॉ. अमित गौतम को भी शिविर के सफल संचालन में सहयोग और उत्कृष्ट व्यवस्थाओं के लिए धन्यवाद दिया । शिविर के सुव्यवस्थित संचालन में सूबेदार मेजर अमर सिंह सहित प्रशिक्षण एवं प्रशासनिक स्टाफ महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। प्रशिक्षण एवं अनुशासन से जुड़े अधिकारियों और कर्मचारियों द्वारा कैडेट्स को निर्धारित गतिविधियों का नियमित अभ्यास कराया जा रहा है।

चम्पावत में दस हाईस्कूलों का नहीं हुआ उच्चीकरण

चम्पावत(आरएनएस)। चम्पावत जिले के दस हाईस्कूलों का उच्चीकरण नहीं हो सका है। सीएम धामी ने तीन साल पूर्व इन हाईस्कूलों के उच्चीकरण की घोषणा की थी। घोषण के बाद शिक्षा विभाग ने उच्चीकरण का प्रस्ताव शासन में भेजा है। उच्चीकरण नहीं होने से विद्यार्थी दूसरे स्कूलों की शरण लेने को मजबूर हैं। चम्पावत जिले के दस हाई स्कूलों का उच्चीकरण तीन साल बाद भी नहीं हो सका है। सीएम धामी ने अगस्त 2022 में सात और अप्रैल 23 में तीन हाईस्कूल को उच्चीकृत करने की घोषणा की थी। अगस्त 2022 में सीएम धामी ने फुंगर, सल्ली, मौराड़ी, तलियाबांज, पल्सों, गोली और धूरा हाईस्कूलों के उच्चीकरण का ऐलान किया था।इसके बाद फरवरी 2023 में राउमावि डुंगराबोरा, अप्रैल 2023 में राउमावि नरसिंहडांडा और अगस्त 2023 में राउमावि बिरगुल को उच्चीकृत कर इंटरमीडिएट का दर्जा देने की बात कही थी।

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

पहाड़ में संकट मोचन है 'उचणा'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उचणा...पहाड़ की बोली का यह छोटा-सा शब्द अपने भीतर एक पूरा लोकविश्वास समेटे हुए है। ऐसा विश्वास, जिसे समझने के लिए पहाड़ के किसी पुराने गांव की चौखट पर बैठना पड़ेगा। किसी बुजुर्ग से पूछना पड़ेगा कि जब घर में अचानक कोई बीमार पड़ जाए, परेशानी खत्म होने का नाम न ले या एक के बाद एक संकट सामने आने लगें तो आखिर गांव के लोग क्या कहते थे? जवाब शायद बहुत सहज होगा देवता नाराज हो गए होंगे और फिर उसी बातचीत में कोई बुजुर्ग मुस्कुराते हुए कह सकता है कि हम तो उचणा से भी ठीक ह्वै जांदा। बस, यही है पहाड़ का उचणा। यह कोई चिकित्सकीय शब्द नहीं। न इसका कोई वैज्ञानिक पैमाना है। यह पहाड़ की लोकमान्यता है पीढ़ियों से चली आ रही वह आस्था, जिसमें बीमारी या बड़ी परेशानी को कभी-कभी देवता की नाराजगी से जोड़कर देखा जाता है और देवता की शरण में जाकर संकट से मुक्ति की कामना की जाती है।

आज किसी को बुखार हो तो डाक्टर है, जांच है, दवा है। बीमारी का कारण जानने के लिए चिकित्सा विज्ञान है। लेकिन पहाड़ के पुराने गांवों में तस्वीर कुछ अलग थी। अस्पताल दूर थे। सड़क नहीं थी। रात में तबीयत बिगड़ जाए तो गांव से बाहर निकलना भी चुनौती था। ऐसे में बीमारी परिवार के लिए केवल स्वास्थ्य की समस्या नहीं, बल्कि पूरा संकट बन जाती थी और जब बीमारी लंबी खिंचती, घर में दूसरी परेशानी आ जाती या तमाम कोशिशों के बाद भी राहत नहीं मिलती तो बुजुर्गों की नजर एक बार देवता की ओर जरूर जाती। कहीं देवता नाराज तो नहीं? यह सवाल उस दौर के पहाड़ी समाज में असामान्य नहीं था। फिर देवस्थान की ओर कदम बढ़ते थे। पहाड़ में देवता घर से बाहर नहीं थे। वह गांव के बीच थे, खेतों के पास थे, जंगल और पानी के स्रोतों से जुड़े थे और लोगों की सामूहिक स्मृति में बसे थे। किसी परिवार पर संकट आया तो देवस्थान में जाना, पूजा-अर्चना करना, मन्नत मांगना या स्थानीय परंपरा के अनुसार देवता से जुड़ी प्रक्रिया अपनाना उसी सामाजिक जीवन का हिस्सा था। मकसद था देवता की नाराजगी दूर हो और घर पर फिर से सुख-शांति लौटे। इसलिए उचणा रखने के बाद डर खत्म हो जाता था। क्योंकि इसमें एक उम्मीद भी है। अगर देवता नाराज हुए हैं तो उन्हें मनाया भी जा सकता है। अगर संकट देवता की नाराजगी का संकेत है तो देवता की कृपा से रास्ता भी निकल सकता है। शायद इसी भरोसे से पहाड़ का बुजुर्ग

◆यह परंपरा है पहाड़ के इंसान को मानसिक ढाढस देने वाली लोक-आस्था
◆सदियों पुरानी मान्यता है बीमारी और विपदा में बनती है देव-शरण सहारा
◆आधुनिकता के दौर में भी पहाड़ के जीवन में देव-कोप का अटूट विश्वास
◆पहाड़ में बीमारी का इलाज सिर्फ दवा नहीं, होता है देवता पर भरोसा से भी

कहता थाकृहम तो उचणा से भी ठीक ह्वै जांदा।

इस एक वाक्य को गौर से सुनिए। हम तो उचणा से भी ठीक ह्वै जांदा। इसमें पहाड़ की वह मानसिकता छिपी है, जिसने कठिन परिस्थितियों में भी उम्मीद को बचाए रखा। यहां ठीक होना सिर्फ बीमारी से बाहर निकलना नहीं है। यह संकट के बाद जीवन के फिर पटरी पर लौटने का भरोसा है। देवता नाराज हो सकते हैं, लेकिन हमेशा के लिए नहीं। संकट आ सकता है, लेकिन हमेशा नहीं रहेगा। यही विश्वास पहाड़ के लोगों को कठिन समय में मानसिक सहारा देता रहा। आज पहाड़ बदल चुका है। गांवों तक सड़कें पहुंची हैं। अस्पताल हैं। मोबाइल है। इंटरनेट है। नई पीढ़ी बीमारी के कारणों को विज्ञान की नजर से देखती है। लेकिन आस्था अपनी जगह अब भी कायम है। किसी घर में बीमार व्यक्ति का इलाज अस्पताल में चल रहा है और उसी परिवार का कोई सदस्य देवस्थान में जाकर दिया जला रहा है यह दृश्य पहाड़ में आज भी असामान्य नहीं है। यानी पहाड़ ने हमेशा जरूरी नहीं समझा कि उसे दवा या देवता में से किसी एक को चुनना है। वह दोनों को अपने जीवन में जगह देता रहा। दवा शरीर के लिए है। देवता मन के भरोसे के लिए और संकट के समय दोनों की जरूरत महसूस हो सकती है।

कई जगह इस लोकमान्यता का संबंध केवल बीमारी से नहीं, बल्कि परिवार पर आने वाली किसी बड़ी परेशानी या लगातार घट रही अनहोनी जैसी घटनाओं से भी जोड़ा जाता रहा है। घर में बार-बार परेशानी हो रही है। काम बिगड़ रहे हैं। परिवार में संकट खत्म नहीं हो रहा। तब कोई बुजुर्ग कह सकता है कि कुछ तो उचणा है और फिर सवाल बीमारी से हटकर देवता तक पहुंच जाता है। यही वह जगह है जहां उचणा एक शब्द से बढ़कर लोकविश्वास का संकेत बन जाता है। पहाड़ से लोग निकले तो सिर्फ घर नहीं छूटे। बोलियां छूटीं। कहानियां छूटीं। लोकगीत छूटे। देवस्थल से जुड़ी कई परंपराएं छूटीं और ऐसे ही कई शब्द भी पीछे रह गए, जिन्हें अगली पीढ़ी शायद समझ भी न पाए। उचणा उन्हीं शब्दों में से एक है। आज शहर में पली-बढ़ी पहाड़ की नई पीढ़ी से पूछा जाए कि उचणा क्या होता है, तो शायद कई चेहरों पर सवाल दिखाई देगा। लेकिन गांव में किसी बुजुर्ग से पूछिए। वह बिना शब्दकोश खोले बता देगा। फिर शायद कोई अपनी जिंदगी का किस्सा भी सुनाएगा फलां साल घर में बड़ी परेशानी आई थी... सबने कहा देवता उचणा गए हैं... फिर देवस्थान गए... सब ठीक हो गया। वह घटना वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है। लेकिन उसके लिए वह जीवन का अनुभव है। यही लोकविश्वास की ताकत है।

उचणा को बचाने का मतलब किसी मान्यता को सही या गलत साबित करना नहीं है। जरूरत इस बात की है कि पहाड़ के ऐसे शब्दों और उनसे जुड़ी लोकस्मृतियों को दर्ज किया जाए। क्योंकि किसी समाज की पहचान केवल उसके पहाड़, नदियों और मंदिरों से नहीं होती। उसकी पहचान उसकी बोली में छिपी स्मृतियों से भी होती है। उचणा ऐसी ही एक स्मृति है। एक ऐसा शब्द जिसमें बीमारी का डर है, देवता की नाराजगी का विश्वास है, संकट से निकलने की उम्मीद है और सबसे बढ़कर मुश्किल समय में टूटने से इनकार करता पहाड़ का मन है। इसलिए जब अगली बार किसी पुराने पहाड़ी गांव में कोई बुजुर्ग कहे हम तो उचणा से भी ठीक ह्वै जांदा... तो इसे सिर्फ एक वाक्य समझकर आगे मत बढ़ जाइएगा। उस एक वाक्य में पहाड़ की कई पीढ़ियों की आस्था, अनुभव और उम्मीद बोल रही होगी। शायद यही किसी लोकशब्द की सबसे बड़ी ताकत है वह छोटा होता है, लेकिन उसके भीतर पूरा पहाड़ समाया होता है।

प्रधानों की चेतावनी, मांगों पर कार्रवाई नहीं तो 17 अगस्त से ठप होगा ब्लॉक कार्यालय

अल्मोड़ा(आरएनएस)। हवालबाग विकासखंड में लंबित समस्याओं के समाधान की मांग को लेकर ग्राम प्रधान संगठन ने आंदोलन तेज करने का फैसला किया है।

आयोजित मासिक बैठक में अधिकारियों के अनुपस्थित रहने से नाराज प्रधानों ने खंड विकास अधिकारी (बीडीओ) कार्यालय में सांकेतिक तालाबंदी की। साथ ही चेतावनी दी कि यदि उनकी मांगों का शीघ्र समाधान नहीं किया गया तो 17 अगस्त से विकासखंड कार्यालय में अनिश्चितकालीन तालाबंदी शुरू कर दी जाएगी। बैठक को संबोधित करते हुए प्रधान संगठन के प्रदेश महामंत्री एवं ब्लॉक अध्यक्ष देवेंद्र सिंह नयाल ने कहा कि जिला स्तरीय अधिकारी विकासखंड स्तर की बैठकों में लगातार अनुपस्थित रहते हैं, जबकि कर्मचारी भी अधिकांश समय गांवों में उपलब्ध नहीं रहते हैं। इससे ग्राम पंचायतों के विकास कार्य प्रभावित हो रहे हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि प्रधानों की समस्याओं की लगातार अनदेखी की जा रही है और उन्हें अपेक्षित सम्मान नहीं मिल रहा। उन्होंने स्पष्ट किया कि जब तक जिला प्रशासन स्तर पर समस्याओं का समाधान नहीं होता, आंदोलन जारी रहेगा।

वरिष्ठ उपाध्यक्ष देवेंद्र सिंह मेहरा और मंत्री प्रमोद जोशी ने कहा कि विकासखंड के अधिकारियों और कर्मचारियों के साथ प्रधानों का समन्वय कमजोर होता जा रहा है। बिना प्रधानों को विश्वास में लिए पंचायत सचिवों के तबादले किए जा रहे हैं, जिससे पंचायतों का कार्य प्रभावित हो रहा है। संगठन के महामंत्री विनोद जोशी ने ग्राम पंचायत बैठकों के प्रस्ताव समय पर ऑनलाइन अपलोड नहीं होने का मुद्दा उठाते हुए कहा कि प्रस्ताव पोर्टल पर दर्ज न होने से विकास योजनाओं के क्रियान्वयन में बाधा आ रही है। प्रधान मोहन सिंह ने वीबीजी रामजी योजना में मजदूरी बढ़ाने और ग्राम पंचायतों के विकास कार्यों के लिए अधिक वित्तीय प्रावधान किए जाने की मांग की। उपाध्यक्ष चंद्रिका तिवारी ने वीबीजी रामजी योजना में ऑनलाइन व्यवस्था के स्थान पर ऑफलाइन प्रणाली लागू करने की मांग रखी। बैठक में उपाध्यक्ष नवीन भट्ट, ममता जोशी सहित कई प्रधानों ने भी अपनी-अपनी समस्याएं रखीं।

इस दौरान शिवराज सिंह नयाल, प्रकाश चंद्र, हेम चंद्र जोशी, पंकज रौतेला, वीरेंद्र राणा समेत बड़ी संख्या में ग्राम प्रधान मौजूद रहे।

मोहान क्षेत्र में बाघ की तलाश तेज, वन विभाग की कई टीमें डटीं

अल्मोड़ा(आरएनएस)। मोहान वन क्षेत्र में मानव-वन्यजीव संघर्ष की घटनाओं को रोकने के लिए वन विभाग ने अभियान तेज कर दिया है। प्रभावित क्षेत्रों में लगातार गश्त, निगरानी और बाघ को रेस्क्यू करने के प्रयास किए जा रहे हैं। इसके साथ ही ग्रामीणों को जागरूक करने और सुरक्षा उपायों को मजबूत करने पर भी विशेष जोर दिया जा रहा है। वन विभाग के एसडीओ काकुल पुंडीर ने बताया कि ग्राम सभा डबरा सौराल, तड़म और काठ की नाव क्षेत्र में उप प्रभागीय वनाधिकारी रानीखेत के निर्देशन में गठित टीमें लगातार कैंप कर रही हैं। वन्यजीव की गतिविधियों पर नजर रखने के साथ ही उसे सुरक्षित रेस्क्यू करने के प्रयास जारी हैं। संवेदनशील क्षेत्रों में बाघ के पगमार्ग और अन्य गतिविधियों की पहचान की जा रही है। वन विभाग ने डबरा सौराल और सौराल गांव के रास्तों एवं पगडंडियों पर झाड़ियों की कटाई कराई है, ताकि आवाजाही सुरक्षित हो सके। वन क्षेत्राधिकारी मोहान के नेतृत्व में टीम ने ग्रामीणों से संवाद कर उन्हें सतर्क रहने के लिए जागरूक किया। विभाग की निगरानी में स्कूली बच्चों को सुरक्षित विद्यालय पहुंचाया गया। बाघ की निगरानी के लिए क्षेत्र में सात पिंजरे लगाए गए हैं। इसके अलावा दो ड्रोन, दो लाइव कैमरे, 33 कैमरा ट्रैप, ट्रैंक्विलाइजर उपकरण, सात फ्लैश लाइट, राइफल और गांधी बंदूक सहित अन्य संसाधनों का उपयोग किया जा रहा है।

काशीपुर में कांग्रेस ने प्रदर्शन कर भाजपा सरकार का पुतला फूंका

काशीपुर(आरएनएस)। सरकारी मशीनरी के दुरुपयोग और नैनीताल एसएसपी के कथित रूप से कांग्रेस कार्यकर्ताओं को अराजक तत्व कहे जाने के विरोध में कांग्रेसियों ने प्रदर्शन किया। महाराणा प्रताप चौक पर कांग्रेस महानगर अध्यक्ष अलका पाल के नेतृत्व में कांग्रेस कार्यकर्ता एकत्र हुए। उन्होंने सरकार के खिलाफ नारेबाजी करते हुए पुतला फूंका। इस दौरान पाल ने आरोप लगाया कि बितों दिनों हल्द्वानी में कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे की रैली में भाजपा सरकार ने सरकारी मशीनरी का दुरुपयोग करते हुए कांग्रेस कार्यकर्ताओं को शामिल होने से रोका। उन्होंने इसे लोकतंत्र के लिए शर्मसार करने वाला विषय बताया। कहा कि प्रदेश में लचर कानून व्यवस्था, खनन माफिया और बेलगाम अफसरशाही राज्य को खोखला कर रही है।एआईसीसी सदस्य एवं प्रदेश उपाध्यक्ष अनुपम शर्मा ने कहा कि भाजपा शासन में अफसरशाही पूरी तरह बेलगाम हो गई है। ऐसा प्रतीत होता है कि सरकार का अफसरशाही पर कोई नियंत्रण नहीं है। कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष की रैली में कार्यकर्ताओं को रोकना लोकतंत्र का गला घोंटने जैसा है। इससे साफ जाहिर है कि भाजपा कांग्रेस से घबरा गई है।

सू- दोकू क्र.035

	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.34 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

कागजों के फेर में फंसा वोटर, सवालों में अफसर

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। चुनाव लोकतंत्र का वह दरवाजा है, जहां से जनता सत्ता तक पहुंचती है। इस दरवाजे की कुंडी अगर पारदर्शी न हो तो सवाल केवल मतदाता सूची का नहीं रहता, सवाल लोकतंत्र के भरोसे का बन जाता है। उत्तराखंड में निर्वाचन नियमावली के पुनरीक्षण की प्रक्रिया को लेकर उठ रहे सवाल इसी भरोसे से जुड़े हैं। मतदाता सूची के पुनरीक्षण का उद्देश्य होना चाहिए हर पात्र नागरिक का नाम मतदाता सूची में शामिल हो और किसी अपात्र व्यक्ति का नाम न रहे। लेकिन जब इसी प्रक्रिया के दौरान आम नागरिकों को नोटिस मिलने लगें, पुराने दस्तावेज मांगे जाने लगें और लोगों को यह समझ न आए कि आखिर उनसे किस आधार पर जानकारी मांगी जा रही है, तब सवाल उठना स्वाभाविक है। क्या पुनरीक्षण की प्रक्रिया वास्तव में उतनी ही पारदर्शी है, जितनी होनी चाहिए?

एक बुजुर्ग दशकों से मतदान कर रहा है। उसका नाम मतदाता सूची में है। वह चुनाव-दर-चुनाव वोट डालता आया है। अचानक उससे ऐसे दस्तावेज मांगे जाते हैं, जिन्हें जुटाना उसके लिए आसान नहीं। उसका सवाल सीधा है कि जब इतने साल से मेरा वोट स्वीकार किया गया, तो अब मेरी नागरिकता या पहचान साबित करने की जिम्मेदारी अचानक मेरे कंधे पर क्यों आ गई? यही सवाल उन तमाम लोगों का है, जो पुनरीक्षण प्रक्रिया को लेकर असमंजस में हैं। निर्वाचन सूची का पुनरीक्षण जरूरी है। फर्जी नाम हटने चाहिए। मृत लोगों के नाम हटने चाहिए। स्थान बदल चुके मतदाताओं की जानकारी दुरुस्त होनी चाहिए। लेकिन इसके साथ यह भी जरूरी है कि वास्तविक मतदाता को अनावश्यक परेशानी न हो। क्योंकि मतदाता सूची सिर्फ सरकारी कागज नहीं है। यही वह सूची है, जिसके आधार पर नागरिक लोकतंत्र में अपनी सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

किसी प्रक्रिया को पारदर्शी कहने के लिए यह पर्याप्त नहीं कि उसके तहत नोटिस जारी कर दिए गए। पारदर्शिता का अर्थ है कि किस आधार पर नोटिस दिया गया? किस दस्तावेज की जरूरत क्यों है? दस्तावेज न होने पर क्या विकल्प है? आपत्ति दर्ज करने की प्रक्रिया क्या है? किस अधिकारी के सामने अपील की जा सकती है? कितने समय में शिकायत का निपटारा होगा? इन सवालों के जवाब आम मतदाता तक स्पष्ट भाषा में पहुंचने चाहिए। अगर मतदाता को यह पता ही नहीं कि उससे दस्तावेज क्यों मांगा जा रहा है, तो प्रक्रिया पारदर्शी होने के बावजूद पारदर्शी दिखाई नहीं देगी और लोकतंत्र में भरोसा केवल नियमों से नहीं बनता। भरोसा प्रक्रिया की निष्पक्षता से बनता है।

मतदाता सूची के पुनरीक्षण का उद्देश्य लोगों में डर पैदा करना नहीं होना चाहिए। अगर कोई बुजुर्ग यह सोचकर परेशान हो जाए कि उसके वोट पर सवाल उठ रहा है,

◆अपात्रों पर नकेल कसने के नाम पर जनता को कागजों के फेर में उलझाया
◆निर्वाचन नियमावली के पुनरीक्षण में लगे अफसरों के पास प्रक्रिया का जवाब नहीं
◆उत्तराखंड में पारदर्शिता, जवाबदेही और भरोसे पर उठ रहे हैं कई गंभीर सवाल

कोई परिवार दस्तावेज जुटाने के लिए दफ्तरों के चक्कर काटने लगे या किसी नागरिक को यह डर सताने लगे कि कहीं उसका नाम सूची से न हट जाए, तो प्रशासन को यह देखना होगा कि प्रक्रिया जमीन पर कैसी दिखाई दे रही है। कागज पर प्रक्रिया सही हो सकती है। लेकिन लोकतंत्र की असली परीक्षा जमीन पर होती है। ऐसे मामलों में राजनीतिक दलों की भूमिका भी महत्वपूर्ण हो जाती है। विपक्ष को सवाल उठाने चाहिए। यदि कहीं नियमों का दुरुपयोग हो रहा है तो उसे सामने लाना चाहिए। प्रभावित नागरिकों की आवाज उठानी चाहिए। लेकिन केवल राजनीतिक आरोप पर्याप्त नहीं होंगे। हर शिकायत की तथ्यात्मक जांच होनी चाहिए। वहीं सरकार और निर्वाचन तंत्र की जिम्मेदारी इससे भी बड़ी है। उसे स्पष्ट करना होगा कि पुनरीक्षण में कौन से नियम लागू हैं, नागरिकों से कौन-कौन से दस्तावेज मांगे जा सकते हैं और किन परिस्थितियों में किसी मतदाता के नाम पर आपत्ति दर्ज की जा सकती है। जितनी स्पष्ट जानकारी होगी, उतना कम भ्रम होगा।

सड़क टूट जाए तो बनाई जा सकती है। सरकारी योजना में गलती हो तो सुधारी जा सकती है। लेकिन चुनावी प्रक्रिया पर लोगों का भरोसा कमजोर हो जाए तो उसकी कीमत बहुत बड़ी होती है। क्योंकि लोकतंत्र सिर्फ वोट डालने का नाम नहीं है। लोकतंत्र यह भरोसा भी है कि मेरा वोट सुरक्षित है। मेरा नाम बिना उचित प्रक्रिया के नहीं हटेगा। मेरी आपत्ति सुनी जाएगी। दूसरे नागरिक के साथ भी वही नियम लागू होंगे जो मेरे साथ लागू हुए। यही समानता लोकतंत्र की बुनियाद है। मतदाता सूची का पुनरीक्षण होना चाहिए। जितनी बार जरूरत हो, उतनी बार होना चाहिए। फर्जी नाम हटने चाहिए। गलतियां सुधरनी चाहिए। नए पात्र मतदाताओं के नाम जुड़ने चाहिए। लेकिन सवाल यह है कि इस पूरी प्रक्रिया में वास्तविक मतदाता सबसे कम परेशान हो और फर्जीवाड़े की गुंजाइश सबसे कम हो क्या इसकी पर्याप्त गारंटी है? यही वह सवाल है, जिसका जवाब निर्वाचन तंत्र को सार्वजनिक रूप से देना चाहिए। क्योंकि अगर एक पात्र नागरिक दस्तावेजों के बोझ में दब जाए और दूसरी तरफ कोई अपात्र नाम व्यवस्था की कमजोरी का फायदा उठा ले, तो पुनरीक्षण अपने उद्देश्य से भटक जाएगा।

चुनाव आयोग और प्रशासन के सामने चुनौती सिर्फ सूची को साफ करने की नहीं है। चुनौती यह सुनिश्चित करने की है कि सफाई के नाम पर किसी वास्तविक नागरिक का लोकतांत्रिक अधिकार प्रभावित न हो। उत्तराखंड जैसे राज्य में, जहां दुर्गम पहाड़ी क्षेत्रों में दस्तावेज जुटाना, कार्यालय तक पहुंचना और बार-बार सत्यापन कराना हर व्यक्ति के लिए आसान नहीं है, वहां प्रक्रिया को और अधिक संवेदनशील बनाने की जरूरत है। नियम एक जैसे हों, लेकिन व्यवस्था मानवीय हो। नोटिस हो तो उसका कारण साफ लिखा हो। दस्तावेज मांगा जाए तो विकल्प भी बताया जाए। आपत्ति हो तो सुनवाई का अवसर मिले और सबसे जरूरी है कि हर कदम का रिकार्ड सार्वजनिक और जांच योग्य हो। क्योंकि चुनाव केवल राजनीतिक दलों की परीक्षा नहीं है। यह चुनावी व्यवस्था की भी परीक्षा है। आज सवाल यह नहीं कि मतदाता सूची का पुनरीक्षण क्यों हो रहा है। सवाल यह है कि पुनरीक्षण की प्रक्रिया कितनी पारदर्शी है, कितनी जवाबदेह है और आम नागरिक को उस पर कितना भरोसा है। इस भरोसे को बनाए रखना सरकार, निर्वाचन तंत्र और राजनीतिक दल तीनों की साझा जिम्मेदारी है। क्योंकि लोकतंत्र में सबसे बड़ा दस्तावेज कोई पहचान पत्र नहीं होता। सबसे बड़ा दस्तावेज जनता का भरोसा होता है और इस भरोसे पर कोई भी ऐसा सवाल नहीं उठना चाहिए, जिसका जवाब देने में व्यवस्था खुद असहज हो जाए।

बाजपुर में भाजपा नेता पर थोक में आपत्तियां दर्ज कराने का आरोप

काशीपुर (आरएनएस)। मतदाता सूची के एसआईआर के तहत दर्ज कराई जा रही आपत्तियों को लेकर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने तहसील परिसर में प्रदर्शन किया।

कांग्रेसियों ने एक भाजपा नेता पर कथित तौर पर फर्जी तरीके से लोगों के वोटों पर आपत्तियां दर्ज कराने का आरोप लगाया है। प्रशासनिक अधिकारियों के आश्वासन और वार्ता के बाद मामला शांत हुआ। नेता प्रतिपक्ष यशपाल आर्य के निजी सचिव अभिषेक तिवारी और जिला पंचायत सदस्य मोहम्मद फुरकान तहसील गए थे।

उन्होंने दावा किया कि तहसील में एक व्यक्ति संदिग्ध रूप से सैकड़ों आपत्तियां दर्ज करा रहा था। पकड़े जाने के डर से वह मौके से फरार हो गया। इसकी जानकारी मिलने पर बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता तहसील मुख्यालय पहुंचे और प्रक्रिया में फर्जीवाड़े का आरोप लगाते हुए धरने पर बैठ गए। प्रदर्शनकारियों ने मांग की कि एसआईआर के तहत दर्ज हो रही आपत्तियों में पूरी पारदर्शिता बरती जाए और मामले की निष्पक्ष जांच कर दोषियों के खिलाफ कार्रवाई की जाए।

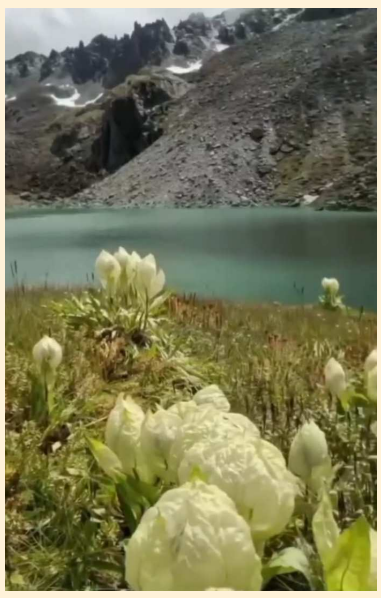
धरने की सूचना पर एसडीएम ऋचा सिंह, कोतवाल नरेश चौहान और तहसीलदार प्रताप चौहान मौके पर पहुंचे। अधिकारियों ने कार्यकर्ताओं को समझाया। कांग्रेस नेताओं ने मांग रखी कि आपत्तियां दर्ज किए जाते समय उनके दो प्रतिनिधि मौके पर मौजूद रहें और प्रशासन किसी भी सूरत में थोक में आपत्तियां स्वीकार न करे। एसडीएम ऋचा सिंह ने कांग्रेस कार्यकर्ताओं को भरोसा दिलाया कि पूरी प्रक्रिया पारदर्शिता के साथ संचालित की जा रही है। दर्ज आपत्तियों पर नियमानुसार सुनवाई कर निस्तारण किया जाएगा। जो आपत्तियां फर्जी पाई जाएंगी, उन्हें खारिज कर दिया जाएगा।

यहां पालिकाध्यक्ष गुरजीत सिंह पूनिया, उत्तराखंड किसान कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष हरमिंदर सिंह लाडी, वरुण कपूर, डीके जोशी, पवन शर्मा, फुरकान रजा, लीलाधर सैनी, महेश कुमार, बलवीर सिंह कालू, परवेज अहमद, नितिन बिष्ट, हरदेव सिंह, मोहम्मद यावर आदि रहे।

चारों तरफ ब्रह्मकमल ही ब्रह्मकमल

लोकेंद्र सिंह बिष्ट

उत्तरकाशी। इस क्षेत्र में प्रकृति ने आजकल ऐसी छटा बिखेरी है कि स्वर्ग से भी सुंदर नजारे बिखरे पड़े है। जी हाँ हम बात कर रहे हैं ब्रह्मकमल की। आजकल उत्तराखण्ड के उच्च हिमालय क्षेत्र में बुग्यालों के आस पास जहाँ तहाँ ब्रह्मकमल खिले है। सोशल मीडिया से साभार प्रस्तुत वीडियो/फोटो नंदी कुंड का है। जो उत्तराखंड के चमोली और रुद्रप्रयाग जिले की सीमा के पास गढ़वाल हिमालय में स्थित है नंदी कुंड। नंदी कुंड उत्तराखंड राज्य के चमोली जिले में स्थित एक अद्भुत उच्च हिमालयी झील है। यह झील समुद्र तल से लगभग 4,300 मीटर की ऊँचाई पर बसी है और चारों ओर बर्फ से ढकी चोटियों, ग्लेशियरों और हरे-भरे घास के मैदानों से घिरी हुई है।



नंदी कुंड की यात्रा रुद्रप्रयाग जिले के रांसी गाँव से शुरू होकर मध्यमहेश्वर धाम और पांडव सेरा ट्रेल से गुजरती है, जहाँ से हिमालय की मनमोहक खूबसूरती को करीब से देखने का अवसर मिलता है। यह ट्रेक अनुभवी यात्रियों और ट्रेकर्स के लिए एक चुनौतीपूर्ण लेकिन बेहद यादगार अनुभव है। यात्रा के दौरान आपको नंदा देवी और त्रिशूल जैसी भव्य चोटियों के शानदार नजारे देखने को मिलते है। नंदी कुंड धार्मिक दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है और इसे एक पवित्र तीर्थ स्थल माना जाता है। यहाँ आने का सबसे अच्छा समय मईख्रजून और सितंबरख्रअक्टूबर का होता है, जब मौसम सुहावना रहता है और झील के आस-पास के घास के मैदान, साफ आकाश और बर्फ से ढकी चोटियाँ यात्रियों का मन मोह लेती है। नंदी कुंड की यात्रा करने के लिए पहले आपको चमोली जिले के मुख्यालय गोपेश्वर पहुँचना होता है। यहाँ से आगे का रास्ता कठिन है और यात्रा पूरी करने के लिए ट्रेकिंग या घुड़सवारी करनी पड़ती है। नंदी कुंड के आसपास कई प्रसिद्ध दर्शनीय स्थल भी स्थित हैं, जैसे बद्रीनाथ धाम, हेमकुंड साहिब, वैली ऑफ फ्लावर्स और नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान। प्राकृतिक सुंदरता और धार्मिक आस्था का अनोखा संगम नंदी कुंड को उत्तराखंड के सबसे विशेष स्थलों में से एक बनाता है। नंदी कुंड की यह झील लगभग 1.5 किलोमीटर के क्षेत्र में फैली है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार इसे पांडवों और भगवान शिव के नंदी से जोड़ा जाता है। यहाँ पास में पांडव बसेरा है, जहाँ पांडवों के प्राचीन अस्त्र-शस्त्र देखे जा सकते है। नदी कुंड तक जाने का ट्रैक बहुत दुर्गम और संकरा है। यह शुरुआती लोगों के लिए नहीं है। यहाँ जाने के लिए अनुभवी गाइड और पोर्टर की जरूरत होती है। मई से जून और सितंबर से अक्टूबर के बीच का समय यहाँ जाने के लिए सबसे अच्छा माना जाता है। आजकल नंदी कुंड के आसपास के क्षेत्र ब्रह्मकमल से गुलजार है।

खड़गे के कार्यक्रम स्थल के कथित शुद्धिकरण ने भाजपा की दलित विरोधी मानसिकता को किया बेनकाब: वालिया

देहरादून (सं)। अखिल भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं राज्यसभा में नेता प्रतिपक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे द्वारा हल्द्वानी के रामलीला मैदान में कांग्रेस की विशाल जनसभा को संबोधित किए जाने के बाद कुछ लोगों द्वारा उसी कार्यक्रम स्थल पर कथित रूप से हवन-यज्ञ कर शुद्धिकरण किए जाने की घटना के विरोध में अखिल भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के संचार विभाग के राष्ट्रीय सचिव वैभव वालिया ने सेवला कला चौक स्थित अंबेडकर भवन में भाजपा का पुतला दहन कर अपना आक्रोश व्यक्त किया। इस अवसर पर वालिया ने कहा कि यह केवल कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री मल्लिकार्जुन खड़गे जी का अपमान नहीं है, बल्कि यह देश के करोड़ों दलितों, वंचितों और सामाजिक रूप से हाशिये पर खड़े लोगों के सम्मान और संवैधानिक अधिकारों पर हमला है। वालिया ने कहा कि भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा की माफी भर से यह मामला समाप्त नहीं हो जाता। उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी और प्रदेश प्रशासन की जिम्मेदारी है कि इस घटना की निष्पक्ष जांच कराएं और दोषियों के खिलाफ कानून के तहत कठोर कार्रवाई सुनिश्चित करें। सरकार की चुप्पी यह सवाल खड़ा करती है कि क्या ऐसे कृत्यों को राजनीतिक संरक्षण प्राप्त है? पुतला दहन कार्यक्रम में मुख्य रूप से अनुसूचित जाति जनजाति प्रकोष्ठ के अध्यक्ष मदन लाल, राष्ट्रीय संयोजक नानक चंद, डिंपल कुमार आदि उपस्थित थे।

न्यायपालिका से 'सवाल' करियर... ◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

वाला विद्यार्थी दुश्मन नहीं होता। वह आने वाले समय का नागरिक, मतदाता और संभवत: वही वकील होता है जो किसी दिन अदालत में खड़े होकर किसी दूसरे नागरिक के अधिकारों की रक्षा करेगा। इसलिए असली सवाल यही है चीफ जस्टिस का विरोध किया तो क्या वकील बनने से रोक दोगे? बार काउंसिल का यू-टर्न फिलहाल इस सवाल का जवाब राहत की दिशा में ले जाता है। लेकिन इस पूरे विवाद ने यह बहस जरूर छेड़ दी है कि न्याय की पढ़ाई करने वाले युवाओं को संविधान की रक्षा करना सिखाया जाएगा या सत्ता और संस्थानों से सवाल न करना?

मुख्यमंत्री ने पीपलकोटी में की समीक्षा बैठक, रेस्क्यू अभियान में तेजी लाने के दिए निर्देश

संवाददाता

चमोली। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पीपलकोटी में समीक्षा बैठक कर अधिकायिं को रेस्क्यू अभियान में तेजी लाने के निर्देश दिये।

आज यहां मयापुर (पीपलकोटी) स्थित टीएचडीसी की निर्माणाधीन टनल हादसे के बाद मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने टीएचडीसी गेस्ट हाउस, पीपलकोटी में अधिकारियों के साथ बैठक कर राहत एवं बचाव कार्यों की समीक्षा की। मुख्यमंत्री ने टनल में फंसे शेष तीन लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए रेस्क्यू अभियान में तेजी लाने और सभी उपलब्ध संसाधनों एवं तकनीकी विशेषज्ञता का प्रभावी उपयोग करने के निर्देश दिए। मख्यमंत्री ने एनडीआरएफ, एसडीआरएफ, आईटीबीपी, पुलिस, प्रशासन एवं टीएचडीसी की टीमों के बीच बेहतर समन्वय बनाए रखने तथा रेस्क्यू टीमों की सुरक्षा का विशेष ध्यान रखने को कहा। उन्होंने टनल की तकनीकी स्थिति, जल निकासी एवं मलबा हटाने के कार्य की लगातार निगरानी के निर्देश दिए। मख्यमंत्री ने हादसे में मृतकों के परिजनों को नियमानुसार अनुमन्य मुआवजा एवं सहायता राशि शीघ्र उपलब्ध कराने तथा घायलों को बेहतर चिकित्सा सुविधा सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

उन्होंने प्रभावित परिवारों को हरसंभव प्रशासनिक सहयोग देने को कहा। बैठक में कैबिनेट मंत्री एवं प्रभारी मंत्री भरत चौधरी, थराली विधायक भूपाल राम टम्टा, जिला पंचायत अध्यक्ष दौलत सिंह बिष्ट, सचिव आपदा विनोद कुमार सुमन, गढ़वाल आयुक्त आनंद स्वरूप, आईजी गढ़वाल राजीव स्वरूप, जिलाधिकारी गौरव कुमार, पुलिस अधीक्षक सुरजीत सिंह पंवार सहित अन्य जनप्रतिनिधि एवं अधिकारी उपस्थित रहे।

स्वतंत्रता दिववस पर उत्तराखण्ड पुलिस के 14 कार्मिक होंगे 'मुख्यमंत्री सराहनीय सेवा पदक' से सम्मानित

संवाददाता

देहरादून। स्वतंत्रता दिवस पर उत्तराखण्ड पुलिस के 14 कार्मिकों मुख्यमंत्री सराहनीय सेवा पदक से सम्मानित किया जायेगा।

मिली जानकारी के अनुसार स्वतंत्रता दिवस-2026 के अवसर पर माव मुख्यमंत्री उत्तराखंड, पुष्कर सिंह धामी द्वारा उत्तराखंड पुलिस के 14 पुलिस कार्मिकों को उनकी उत्कृष्ट एवं सराहनीय सेवाओं के लिए "मुख्यमंत्री सराहनीय सेवा पदक" प्रदान किए जाने की घोषणा की गई है।त इनमें 8 पुलिस अधिकारियों/कर्मचारियों को सेवा के आधार पर तथा 6 पुलिस अधिकारियों/कर्मचारियों को विशिष्ट कार्य के लिए "मुख्यमंत्री सराहनीय सेवा पदक" प्रदान किया जाएगा। मुख्यमंत्री सराहनीय सेवा पदक (सेवा के आधार पर) नीलेश आनंद भरणे, पुलिस महानिरीक्षक, साइबर/एसटीएफ उत्तराखण्ड, रेवाधर मठपाल अपर पुलिस अधीक्षक, पुलिस दूरसंचार, जनपद नैनीताल, भास्कर लाल शाह, पुलिस उपाधीक्षक, सचिवालय/विधानसभा सुरक्षा,

उत्तराखण्ड, त्रिवेन्द्र सिंह राणा, पुलिस उपाधीक्षक, जनपद चमोली, मनीष जस्वाल, पुलिस उपाधीक्षक, पुलिस मुख्यालय, उत्तराखण्ड, गिरीधर सिंह रावत, निरीक्षक, नागरिक पुलिस, पुलिस मुख्यालय, उत्तराखण्ड, मोहम्मद यासीन, निरीक्षक, नागरिक पुलिस, पुलिस मुख्यालय, उत्तराखण्ड, दिनेश चन्द्र, गुल्मनायक, 40वीं वाहिनी पीएसी, विशिष्ट कार्य हेतु "मुख्यमंत्री सराहनीय सेवा पदक" के लिए स्वर्गीय मनोज मनराल, निरीक्षक, अभिसूचना, एलआईयू देहरादून (मरणोपरान्त), स्वर्गीय विनोद कुमार, उपनिरीक्षक, नागरिक पुलिस, जनपद टिहरी गढ़वाल (मरणोपरान्त),प सुनील कुमार मीणा, पुलिस महानिरीक्षक, कार्मिक, उत्तराखण्ड, नवनीत सिंह, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक, जनपद हरिद्वार, शान्तनु पराशर, अपर पुलिस अधीक्षक, साइबर क्राइम पुलिस थाना, देहरादून, मनोज असवाल, पुलिस उपाधीक्षक, अभिसूचना, इस अवसर पर मुख्यमंत्री उत्तराखंड ने पदक हेतु चयनित सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं। उन्होंने कहा कि यह सम्मान पुलिस कार्मिकों द्वारा कर्तव्यनिष्ठा, समर्पण एवं उत्कृष्ट सेवाभाव के साथ किए जा रहे कार्यों का सम्मान है तथा इससे समस्त पुलिस बल को अपने दायित्वों का और अधिक निष्ठा एवं समर्पण के साथ निर्वहन करने की प्रेरणा मिलेगी।

क्लीन एंड ग्रीन एनवायरमेंट समिति को किया सम्मानित

संवाददाता

देहरादून। संयुक्त नागरिक संगठन देहरादून के तत्वाधान में आज एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें हमारी समिति क्लीन एंड ग्रीन एनवायरमेंट को प्रशस्ति पत्र एवं शाल देकर सम्मानित किया गया।

उक्त कार्यक्रम स्वतंत्रता दिवस की 79 वर्षगांठ की पूर्व बेला पर स्वतंत्रता संग्राम सेनानी करतार सिंह की पुण्यतिथि के अवसर पर रखा गया था जिसमें देहरादून के गणमान्य व्यक्तियों ने प्रतिभाग किया एवं कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। इसी क्रम में क्लीन एंड ग्रीन एनवायरमेंट समिति द्वारा दिनांक 15 अगस्त को स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर वृहद वृक्ष वितरण अभियान देहरादून प्रेम नगर बाजार में संपन्न किया जाएगा। समिति द्वारा वृक्षों वितरण कार्यक्रम में लगभग 500 से 600 वृक्षों का वितरण स्थानीय नागरिकों के लिए किया जाएगा।

इस अवसर पर समिति के अध्यक्ष एवं संस्थापक राम कपूर, उपाध्यक्ष रणदीप सिंह अहलूवालिया, सचिव जेपी किमोठी, संयोजक नितिन कुमार, अमरनाथ कुमार, दीपक सिंह, गौरव सोनकर एवं प्रेमनगर के वरिष्ठ समाजसेवी अर्जुन कोली उपस्थित रहे।

अस्पताल में घायल श्रमिकों से मिले मुख्यमंत्री, उनका कुशलक्षेम जाना

हमारे संवाददाता

चमोली। मायापुर (पीपलकोटी) स्थित टीएचडीसी की निर्माणाधीन टनल में हुए हादसे के बाद मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने घटनास्थल पर पहुंचकर रेस्क्यू अभियान की स्थिति का जायजा लेने के उपरांत जिला अस्पताल गोपेश्वर पहुंचे। यहां उन्होंने रेस्क्यू किए गए घायल श्रमिकों से मुलाकात कर उनका कुशलक्षेम जाना और उनसे बातचीत की।

मुख्यमंत्री ने श्रमिकों से उनके स्वास्थ्य एवं उपचार के बारे में जानकारी ली तथा अस्पताल में उपलब्ध कराई जा रही चिकित्सा व्यवस्थाओं के संबंध में चिकित्सकों से भी जानकारी प्राप्त की। मुख्यमंत्री ने चिकित्सकों को घायल

◆प्रत्येक श्रमिक की जान बेहद कीमती, सुरक्षित रेस्क्यू सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकताः मुख्यमंत्री

श्रमिकों को बेहतर से बेहतर चिकित्सा सुविधा उपलब्ध कराने तथा उनके उपचार में किसी भी प्रकार की कमी न रहने देने के निर्देश दिए।

उन्होंने कहा कि घायल श्रमिकों के स्वास्थ्य की लगातार निगरानी की जाए और आवश्यकतानुसार उन्हें सभी जरूरी चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएं। मुख्यमंत्री ने कहा कि, प्रत्येक व्यक्ति की जान हमारे लिए बहुत कीमती है। इसके लिए हमारे पास जितने भी साधन उपलब्ध हैं, उन सभी का उपयोग किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि टनल में फंसे प्रत्येक श्रमिक को सुरक्षित बाहर निकालना राज्य सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है और रेस्क्यू अभियान में किसी भी स्तर पर कमी नहीं रहने दी जाएगी।

मुख्यमंत्री ने बताया कि घटना में प्रभावित श्रमिकों के परिजनों को समय पर सूचना उपलब्ध कराने के लिए संबंधित राज्यों के मुख्यमंत्रियों से भी उन्होंने स्वयं वार्ता की है। साथ ही टनल दुर्घटना के कारणों की जांच के लिए मजिस्ट्रियल जांच के आदेश दे दिए गए हैं। इस दौरान बद्रीनाथ विधायक लखपत सिंह बुटोला, जिला पंचायत अध्यक्ष दौलत सिंह बिष्ट, अपर जिलाधिकारी विवेक प्रकाश, मुख्य चिकित्साधीक्षक डॉ. राजीव पाल सहित अन्य संबंधित अधिकारी एवं जनप्रतिनिधि उपस्थित रहे।

राज्य में 4 दिन भारी बारिश, दून सहित 3 जिलों में ऑरेंज अलर्ट

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में एक बार फिर मौसम का मिजाज बदल रहा है। मौसम विभाग ने 14 से 17 अगस्त तक प्रदेश के अधिकांश हिस्सों में बारिश का दौर जारी रहने का पूर्वानुमान जताया है। इस दौरान कई जिलों में हल्की से मध्यम बारिश, जबकि कुछ स्थानों पर भारी से बहुत भारी बारिश होने की संभावना है।

मौसम विभाग के अनुसार देहरादून, बागेश्वर और नैनीताल में भारी से बहुत भारी बारिश की संभावना को देखते हुए ऑरेंज अलर्ट जारी किया गया है। इन जिलों में तेज बारिश के कारण जलभराव, सड़क बाधित होने और संवेदनशील क्षेत्रों में भूस्खलन जैसी स्थिति उत्पन्न हो सकती है। प्रदेश के अन्य जनपदों में भी बारिश का असर देखने को मिल सकता है। मौसम विभाग ने हल्की से मध्यम बारिश की संभावना को देखते हुए कई क्षेत्रों के लिए येलो अलर्ट जारी किया है। लोगों को मौसम विभाग के पूर्वानुमान पर नजर रखने और खराब मौसम के दौरान अनावश्यक यात्रा से बचने की सलाह दी गई है।

मौसम विभाग ने लोगों से बारिश के दौरान विशेष सावधानी बरतने की अपील की है। पहाड़ी क्षेत्रों में यात्रा करने वाले लोग मौसम की जानकारी लेने के बाद ही यात्रा करें। नदी-नालों और जलभराव वाले क्षेत्रों के आसपास जाने से बचने की सलाह दी गई है।

पीपलकोटी टीएचडीसी टनल हादसाः घटनास्थल पर पहुंचे आईजी गढ़वाल

संवाददाता

चमोली। पीपलकोटी में स्थित टीएचडीसी की टनल में पानी व मलबा आने से हुए हादसे का जायजा लेने आईजी गढवाल राजीव स्वरूप घटनास्थल पर पहुंचे।

आज यहां पीपलकोटी स्थित टीएचडीसी की निर्माणाधीन सुरंग में पानी और मलबा आने से हुए हादसे का जायजा लेने आईजी गढ़वाल राजीव स्वरूप खुद घटनास्थल पर पहुंचे। रेस्क्यू ऑपरेशन को और तेज गति देने के लिए स्थल पर अंडरवाटर कैमरे, डॉग स्क्वाड और भारी पंप मशीनों को तैनात किया गया है। चमोली समेत पुलिस-प्रशासन लगातार मौके पर कैंप कर स्थिति पर नजर बनाए हुए हैं।

श्री अकाल तख्त साहिब के पूर्व जत्थेदार के घर पर फायरिंग

संवाददाता

अमृतसर। सुखबीर बादल पर हमले के एक दिन बाद अमृतसर में श्री अकाल तख्त साहिब के पूर्व जत्थेदार ज्ञानी रघबीर सिंह के घर के बाहर फायरिंग की घटना सामने आई है। घटना का पता उस समय चला, जब घर के बाहर खड़ी कार पर गोली लगने का निशान मिला और मौके से एक गोली का खोल भी बरामद किया गया।

सीसीटीवी फुटेज में गोली चलने की आवाज रिकॉर्ड होने की बात सामने आई है। लेकिन फायरिंग करने वाले लोगों की स्पष्ट पहचान नहीं हो सकी है। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू कर दी। पूर्व जत्थेदार ज्ञानी रघुबीर सिंह ने ही

सुखबीर बादल को बेअदबी मामले में धार्मिक सजा सुनाई थी।

सुखबीर बादल पर कल (13 अगस्त को) महाराष्ट्र के नांदेड में गुरुद्वारा माता साहिब में निहंग ने कृपाण से हमला किया। पुलिस ने आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है। फायरिंग करने वालों की पहचान के लिए पुलिस हर पहलू से मामले की जांच कर रही है। पुलिस अधिकारियों का कहना है कि मामले को गंभीरता से लिया जा रहा है और आरोपियों तक पहुंचने के प्रयास किए जा रहे हैं।

टीएचडीसी टनल में फंसे 22 लोगों में से 19 को बाहर निकाला गया, 3 की तलाश जारी

संवाददाता

चमोली। टीएचडीसी टनल में फंसे 22 लोगों में से 19 को बाहर निकाला गया अब तक 7 लोगों की मृत्यु की सूचना मिली है।

आज यहां मायापुर (पीपलकोटी) स्थित टीएचडीसी की निर्माणाधीन टनल में मलबा एवं पानी भरने की घटना के बाद जिला प्रशासन की ओर से रातभर राहत एवं बचाव अभियान लगातार जारी रहा। जिलाधिकारी गौरव कुमार स्वयं घटनास्थल पर मौजूद रहकर रेस्क्यू अभियान की निगरानी कर रहे हैं। टीएचडीसी की विष्णुगाड-पीपलकोटी जल विद्युत परियोजना के टीआरटी टनल की लंबाई लगभग 3 किलोमीटर है। टनल के लगभग 1.50 किलोमीटर हिस्से में भूधंसाव के कारण मलबा एवं पानी आने की स्थिति उत्पन्न हुई है। इसके चलते टनल में कार्यरत कुछ लोग अंदर फंस गए। टनल में कुल 22 लोगों के फंसे होने की सूचना थी, जिनमें से रातभर चले राहत एवं बचाव अभियान में अब तक 19 लोगों को बाहर निकाल लिया गया है। वहीं शेष 3 लोगों की तलाश एवं रेस्क्यू अभियान लगातार जारी है। घटना के बाद राहत एवं बचाव कार्यों में सहयोग के लिए टनल के अंदर गए 6 बचावकर्मी भी सुरक्षित हैं। घटना में अभी तक 7 लोगों की मृत्यु की सूचना है। तरेस्क्यू किए गए घायलों को उपचार के लिए जिला चिकित्सालय गोपेश्वर लाया गया है, जहां उनका उपचार चल रहा है। चिकित्सकों एवं स्वास्थ्य विभाग की टीमों द्वारा घायलों के उपचार एवं स्वास्थ्य की लगातार निगरानी की जा

रही है। र9ाहत एवं बचाव अभियान में एनडीआरएफ, एसडीआरएफ, आईटीबीपी, पुलिस सहित अन्य तकनीकी एवं विशेषज्ञ टीमें मौके पर मौजूद हैं। टनल के भीतर मलबा एवं पानी की चुनौती के बीच बचाव दल अत्यंत सावधानी एवं समन्वय के साथ अभियान को आगे बढ़ा रहे हैं। नलरीजिलाधिकारी गौरव कुमार ने मौके पर अधिकारियों एवं रेस्क्यू टीमों से लगातार जानकारी लेते हुए शेष लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने के लिए सभी आवश्यक संसाधनों एवं तकनीकी सहायता का प्रभावी उपयोग सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। प्रशासन द्वारा घटनास्थल पर राहत एवं बचाव कार्यों के साथ ही घायलों के उपचार एवं अन्य आवश्यक व्यवस्थाएं भी लगातार जुटाई जा रही हैं। 6ृजिला प्रशासन द्वारा पूरे घटनाक्रम पर लगातार निगरानी रखी जा रही है तथा रेस्क्यू अभियान को सर्वोच्च प्राथमिकता के साथ संचालित किया जा रहा है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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