देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित
www.page3news.in
नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 275 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार–प्रवाह...
ट्रूडो का झूठ

पेज थ्री

देहरादून, मंगलवार, 11 फरवरी 2025

मौसम अधिकतम 21.0° न्यूनतम 11.0°

82924.41

2 मस्क, मुझे रोक सको तो रोक लो
7 नहीं बदलेगा बल्लेबाजी का तरीका

महाजाम में फंसे महाकुंभ के श्रद्धालु

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

प्रयागराज। महाकुंभ में सोमवार को भी श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ी है। प्रयागराज में सभी सड़कें जाम हैं। संगम में पवित्र स्नान के लिए महाकुंभ में उमड़ने वाले लाखों श्रद्धालु अब काशी और अयोध्या की ओर बढ़ रहे हैं। बड़ी संख्या में श्रद्धालु अब अयोध्या में राम मंदिर और वाराणसी में काशी विश्वनाथ के दर्शन करने को आतुर हैं. ऐसे में प्रयागराज के साथ–साथ अयोध्या और वाराणसी रूट पर भी जाम जैसी स्थिति उत्पन्न हो रही है। अयोध्या और काशी में श्रद्धालुओं का हुजूम उमड़ पड़ा है। पूरा शहर भारी भीड़ का दबाव झेल रहा है।

भीड़ के चलते संगम तक एंबुलेंस नहीं पहुंच पा रही। सभी एंबुलेंस वीआईपी ड्यूटीज में लगा दी गईं। महिला श्रद्धालुओं की हालत बिगड़ने के बावजूद दो घंटे तक एंबुलेंस नहीं पहुंची। इस पर एक श्रद्धालु ने बताया कि फोन किया तो कहते हैं आवाज नहीं आ रही।

जाम के कारण संगम नोज तक पानी पहुंचाने में परेशानी हो रही। वाटर कूलर भी कई जगह बंद मिले। कड़ी धूप में पानी के लिए श्रद्धाल परेशान होते दिखे।

प्रयागराज में यातायात व्यवस्था ध्वस्त होने से हाहाकार मचा हुआ है। शहर के लोग अपने घरों में कैद हो गए हैं। अल्लापुर, छोटा बघाड़ा, हासिमपुर रोड, चौक, जानसेनगंज से लेकर कटरा, चौक, सुलेमसराय, अलोपीबाग, दारागंज, रामबाग, बैरहना, सोहबतियाबाग, कीडगंज, मुट्ठीगंज, लाउदर रोड, एएन झा मार्ग, मेडिकल कॉलेज रोड आदि मुहल्लों में रहने वाले लोग परेशान हैं। घर से निकलते ही वाहनों की कतार लगी है और कई घंटे बाद भी गाड़ियां सौ मीटर आगे नहीं बढ़ पा रही है।

इस बीच रेलवे की तरफ से खुद मंत्री अश्वनी वैष्णव ने दावा किया है कि प्रयागराज के सभी आठ स्टेशनों पर सबकुछ बहुत व्यवस्थित तरीके से चल रहा है। उन्होंने लोगों से अफवाहों पर ध्यान नहीं देने की अपील की है।

भीड़ प्रबंधन में छूट रहा पसीना, ठप हुई व्यवस्थाएं

अयोध्या में लगा रामभक्तों का कुंभ

महाकुंभ के पलट प्रवाह के चलते रामनगरी अयोध्या में आस्था का जनसैलाब उमड़ पड़ा है। प्रयागराज महाकुंभ से बड़ी संख्या में श्रद्धालु लगातार पहुंच रहे हैं। अयोध्या में श्रद्धालु सरयू स्नान करने के बाद रामलला और हनुमानगढ़ी के दर्शन–पूजन कर रहे हैं। श्रद्धालुओं की बढ़ती तादाद में अयोध्या को चारों तरफ से जाम कर दिया है।

महाकुंभ में स्नान के बाद प्रयागराज से रवाना हुईं राष्ट्रपति

राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने संगम में पवित्र डुबकी लगाई। इससे पहले, उन्होंने प्रवासी पक्षियों को दाना खिलाया। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू महाकुंभ मेला में पवित्र डुबकी लगाने के बाद प्रयागराज से रवाना हुईं। उनके साथ उत्तर प्रदेश की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल और सीएम योगी आदित्यनाथ भी मौजूद रहे।

प्रयागराज के लोग पहली बार हाउस अरेस्टः अखिलेश यादव

सपा प्रमुख अखिलेश यादव ने महाकुंभ की ओर आने वाले रास्तों पर भयंकर जाम को लेकर कहा, भारी यातायात के कारण प्रयागराज में प्रवेश करने या बाहर निकलने की सभी सड़कें जाम हैं। पहली बार, प्रयागराज के लोग श्हाउस अरेस्ट में हैं क्योंकि वे बाहर नहीं जा सकते। अगर 10,000 करोड़ रुपये से अधिक खर्च किए गए हैं और केंद्र सरकार भी मदद कर रही है, तो लोगों को समस्याओं का सामना क्यों करना पड़ रहा है? सेना से मदद लेनी चाहिए थी। 100 करोड़ का इंतजाम करने वाले 40 करोड़ का इंतजाम क्यों नहीं कर पा रहे हैं।

संक्षिप्त समाचार

अमानतुल्लाह खान के घर पहुंची दिल्ली पुलिस

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज नई दिल्ली। दिल्ली पुलिस की टीम आप के विधायक अमानतुल्लाह खान के घर पर पहुंची है, लेकिन वह अपने पर मौजूद नहीं हैं। सरकारी काम में बाधा डालने के आरोप में उनपर एफआईआर दर्ज की गई है। अमानतुल्लाह खान के समर्थक पर हत्या के एक आरोपी को पुलिस हिरासत से छुड़ाने का आरोप लगा है। अपराधी को पकड़ने गई क्राइम ब्रांच की टीम पर हमला करने के मामले में आप विधायक अमानतुल्लाह खान समेत अन्य के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया है।

रणवीर अलाहबादिया ने मांगी माफी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज नई दिल्ली। रणवीर अलाहबादिया ने इंडियाज गॉट लैटेंट में कमेंट पर विवाद के बाद माफी मांग ली है। उन्होंने एक्स ने पर एक वीडियो पोस्ट किया है। इसमें कहा है कि जो भी हुआ वो फनी नहीं था और वह बहुत शर्मिंदा हैं।

राहुल जी जीरो चेक कर लीजिएः अनुराग

संसद में राहुल गांधी पर बीजेपी नेता का चुभता हुआ कटाक्ष

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भाजपा सांसद अनुराग ठाकुर ने लोकसभा में केंद्रीय बजट की उपलब्धियों को गिनाया और इस दौरान विपक्ष के नेता राहुल गांधी पर जमकर निशाना साधा। बीजेपी सांसद ने दिल्ली में कांग्रेस को मिली करारी हार को लेकर राहुल गांधी पर कटाक्ष भी किया। दरअसल, दिल्ली के विधानसभा चुनाव में कांग्रेस को एक भी सीट नहीं मिली है। ये तीसरी बार है जब कांग्रेस लगातार जीरो सीट पर सिमटी है। दिल्ली के नतीजों के बाद अनुराग ठाकुर ने राहुल गांधी और उनकी पार्टी के चुनावों में ट्रैक रिकॉर्ड पर सवाल उठाए।

सोमवार को संसद में अपने भाषण के दौरान अनुसार ठाकुर ने एक प्ले कार्ड दिखाया। इस प्ले कार्ड पर लिखा था 12 लाख तक की आय पर जीरो टैक्स। इस कार्ड को दिखाते हुए अनुराग ठाकुर ने राहुल गांधी की ओर इशारा किया और कहा कि राहुल गांधी जी, जीरो गिन लीजिए। एक जीरो और है। बीजेपी सांसद ने यह भी कहा कि इस शून्य के बारे में कांग्रेस को बुरा लग सकता है, लेकिन सरकार करोड़ों आम लोगों में खुशी देख रही है।

बता दें कि केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने बजट 2025 में नए आयकर स्लैब की घोषणा की थी। इस नए बजट स्लैब के अनुसार सालाना 12.75 लाख रुपये तक कमाने वाले वेतनभोगियों को आयकर से छूट दी गई है।

कांग्रेस ने शून्य बनाने का रिकॉर्ड स्थापित किया

लोकसभा में बोलते हुए बीजेपी सांसद अनुराग ठाकुर ने कांग्रेस की हार की एक लंबी सूची सुनाई और पूछा कि कांग्रेस ने कुछ चुनावों में कितनी सीटें जीती हैं। बीजेपी नेता द्वारा पूछे गए हर सवाल पर अन्य भाजपा नेताओं ने शून्य कहा। बीजेपी सांसद अनुराग ठाकुर ने कहा कि यदि किसी ने शून्य का यह रिकॉर्ड बनाने का काम किया है, तो वह राहुल गांधी के नेतृत्व वाली कांग्रेस पार्टी है। इसके साथ उन्होंने अरविंद केजरीवाल पर भी निशाना साधा। अनुराग ठाकुर ने कहा कि दिल्ली चुनाव के नतीजों ने बता दिया कि दिल्ली वालों ने आपदा मुक्त दिल्ली कर दी है।

केजरीवाल बनना चाहते हैं पंजाब का मुख्यमंत्री

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। कांग्रेस के बाद अब भारतीय जनता पार्टी ने भी दावा किया है कि आप के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल की नजरें पंजाब पर हैं। दावा किया जा रहा है कि केजरीवाल विधायकों के जरिए दबाव डालकर पंजाब का सीएम बनने का सपना देख रहे हैं। खास बात है कि दिल्ली विधानसभा चुनाव में करारी हार के बाद केजरीवाल ने पंजाब के मंत्रियों और विधायकों की बैठक बुलाई थी।

भाजपा नेता मनजिंदर सिंह सिरसा ने कहा, दिल्ली चुनाव हारने के बाद अरविंद केजरीवाल ने पंजाब के विधायकों की बैठक दिल्ली में बुलाई थी। ऐसा बताया जा रहा है कि अरविंद केजरीवाल जी अब भगवंत मान जी को नालायक बताकर, अयोग्य बताकर, उन्होंने औरतों को हजार रुपया देने का वादा पूरा नहीं किया, पंजाब में नशा नहीं रोक पा रहे, पंजाब में कानून व्यवस्था खराब हो रही है। यह कहकर वह भगवंत मान जी को हटाना चाह रहे हैं और खुद अपने विधायकों से यह कहलवा कर कि अरविंद केजरीवाल अच्छे आदमी हैं, इन्हें मुख्यमंत्री बनाओ ऐसा सपना देख रहे हैं। उन्होंने आगे कहा, मैं अरविंद केजरीवाल जी को बताना चाहता हूं कि यह पंजाब है। कभी गलती से ऐसा सपना भी मत देखना।

चेतावनी

■अब भाजपा ने पंजाब के सीएम भगवंत मान को चेताया

किसी के सगे नही

अरविंद केजरीवाल किसी के सगे नहीं हैं। कुमार विश्वास हों या कोई विधायक हों, उन्होंने सभी के साथ धोखा किया है और अब पंजाब के लोगों के साथ धोखा करेंगे।

Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you
What we do
Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.
Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS
Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.
Contact:
Gadoli Media Ventures
Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. | Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

मम्मी पापा, परिवार, टीचर्स के लिए मोदी की सीख

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सोमवार को परीक्षा पे चर्चा की। उन्होंने इसके आठवें एडिशन में 10वीं ओर 12वीं के स्टूडेंट्स से बोर्ड एग्जाम्स को लेकर बातचीत की। साथ ही उन्होंने इस दौरान कई चीजों को लेकर बात की। अब आपको बताते हैं परीक्षा पे चर्चा से जुड़ी ऐसी बात जो पीएम मोदी के दिल को छू गई।

पीएम नरेंद्र मोदी को परीक्षा पे चर्चा के दौरान उस समय सुखद आश्चर्य हुआ जब केरल के एक छात्र ने उनका अभिवादन करते हुए शुद्ध हिंदी बोली। प्रधानमंत्री स्कूली छात्रा से यह पूछने से खुद को नहीं रोक सके कि वह इतनी अच्छी हिंदी कैसे बोल लेती है। छात्रा आकांशा ने कहा, मुझे हिंदी बहुत पसंद है। पीएम ने कहा मैं बच्चों के परिवार, टीचर्स सबसे कहता हूं कि बच्चों को दीवारों में बंद करके किताबों का जेलखाना बना दें तो बच्चे कभी ग्रो नहीं कर पाएंगे। उसे खुला आसमान चाहिए।

■प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने की बच्चों से बात

अमेरिका ने गिराई थी शेख हसीना की सरकार!

रिपोर्ट

विदेश विभाग की लीक रिपोर्ट से सनसनीखेज खुलासा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वॉशिंगटन। पिछले साल अगस्त में जब प्रधानमंत्री शेख हसीना को अचानक बांग्लादेश से भागना पड़ा तो पूरी दुनिया हैरान रह गई। शेख हसीना के खिलाफ करीब 2 महीनों से हिंसक विरोध प्रदर्शन हो रहा था। शेख हसीना की सरकार के पतन के बाद आरोप लगे कि अमेरिका ने उनकी सत्ता का तख्तापलट किया है। अब इंटरनेशनल रिपब्लिकन इंस्टीट्यूट की एक खुफिया रिपोर्ट लीक हुई है, जिसे उसने 2020 में अमेरिकी विदेश विभाग को सौंपी थी। इस खुफिया रिपोर्ट में बताया गया है कि पूर्व राष्ट्रपति जो बाइडेन के प्रशासन ने शेख हसीना की सरकार को गिराने के लिए चलाए गये अभियानों को फंड दिया था।

ये रिपोर्ट 1 मार्च 2019 से 31 दिसंबर 2020 के बीच बांग्लादेश में

चलाए गये इंटरनेशनल रिपब्लिकन इंस्टीट्यूट के अभियानों को लेकर है। रिपोर्ट के मुताबिक अप्रैल 2019 से मई 2019 के बीच आईआरआई ने बताया है, कि बांग्लादेश में उनकी टीम ने 170 से ज्यादा लोकतांत्रिक कार्यकर्ताओं की पहचान की, जो बांग्लादेश की राजनीति को अस्थिर करने के लिए आईआरआई के साथ सहयोग करने के लिए तैयार हो गये।

रिपोर्ट में यह भी बताया गया है कि कैसे आईआरआई टीम ने कलाकार तौफीक अहमद के साथ मिलकर शेख हसीना की सरकार को अस्थिर करने के लिए काम किया। उनके गीत श्ए दाई खारश को रिलीज करने के लिए उन्हें फंड दिया। रिपोर्ट के मुताबिक, यह गीत बांग्लादेश में सामाजिक मुद्दों को उजागर करने और सरकार के प्रति निराशा और यहां तक कि असहमति पैदा करने के लिए डिजाइन किया गया था। इस गीत के जरिए बांग्लादेश में सामाजिक और राजनीतिक सुधारों का आह्वान किया गया था। इस रिपोर्ट के अंत में बांग्लादेश में शेख हसीना की सरकार को गिराना वास्तविक लक्ष्य बताया गया है।

लीक हुए दस्तावेजों के मुताबिक शेख हसीना की सरकार को गिराने के लिए काम चार साल पहले ही शुरू हो चुका था। और इसके लिए आईआरआइ की टीम ने राजधानी ढाका समेत बांग्लादेश के कई शहर जैसे सिलहट, राजशाही, खुलना और चटगांव में गांव स्तरों पर मुखबिरों के साथ बात करना शुरू किया था। इसके बाद 170 से ज्यादा ऐसे कार्यकर्ताओं की पहचान की गई, जो शेख हसीना की सरकार को गिराने के लिए आईआरआई के साथ काम करने के लिए तैयार हो गये। आईआरआई ने इसके लिए परिवर्तन का सिद्धांत का प्रचार किया।

न्यूज डायरी

चीनी कर्मचारियों पर हमले, अमेरिका की तरफ झुकता पाकिस्तान

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) बीजिंग। चीन और पाकिस्तान को हर मौसम के दोस्त कहा जाता रहा है। चीन और पाकिस्तान को कई मौकों पर एक–दूसरे की दोस्ती की कसमें खाते देखा गया है। हालांकि ये मजबूत रिश्ता बीते कुछ समय में अनिश्चितता की ओर बढ़ा है। इसकी एक बड़ी वजह बीजिंग के बेल्ट एंड रोड इनिशिएटिव का अहम हिस्सा चीन–पाकिस्तान आर्थिक गलियारा है। सीपैक आर्थिक, राजनीतिक और सुरक्षा संबंधी मुश्किल में फंस रहा है। पाकिस्तान की राजनीतिक अस्थिरता और सुरक्षा मुद्दे ने चीन को अपने निवेश पर फिर से सोचने को मजबूर किया है। एक तरफ चीन के सामने पाकिस्तान में अपने कर्मचारियों और प्रोजेक्ट की सुरक्षा का सवाल है तो दूसरी ओर इस्लामाबाद ने फिर से अमेरिका के साथ अपने संबंधों पर काम किया है। इसने चीन की चिंता को बढ़ा दिया है। रिपोर्ट के मुताबिक, चीन ने सीपैक को अरब सागर तक सीधी पहुंच देने वाले गमचेंजर प्रोजेक्ट की तरह देखा था। इस प्रोजेक्ट पर उसे उम्मीद के मुताबिक सफलता नहीं मिल रही है। पाकिस्तान की बिगड़ती सुरक्षा व्यवस्था ने भी चीन का उत्साह कम कर दिया है। सीपैक का महत्वपूर्ण हिस्सा बलूचिस्तान से गुजरता है, जो हिंसा का केंद्र बना हुआ है। इस क्षेत्र में चीनी कामगारों और परियोजनाओं पर लगातार हमले हुए हैं।

पाकिस्तान में सुरक्षाबलों ने 7 आतंकियों को किया ढेर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) पेशावर। पाकिस्तान में सुरक्षाबलों ने सात आतंकवादियों को मार गिराने में सफलता हासिल की है। सेना ने खैबर पख्तूनख्वा प्रांत में दो अलग–अलग ऑपरेशन में इन आतंकियों को ढेर किया है। इंटर–सर्विसेज पब्लिक रिलेशंस (आईएसपीआर) ने एक बयान में कहा, ़ 8और 9 फरवरी की रात को सुरक्षा बलों ने आतंकवादियों की कथित मौजूदगी पर डेरा इस्माइल खान जिले के मद्दी में आईबीओ ऑपरेशन चलाया। सुरक्षा बलों ने आतंकवादियों के ठिकाने को निशाना बनाया। इसमें तीन आतंकियों की जान गई है और दो अन्य घायल हैं। उत्तरी वजीरिस्तान जिले के मीर अली इलाके में एक अलग अभियान चलाया गया। यहां सुरक्षा बलों ने चार आतंकियों को ढेर किया है। तीन अन्य घायल हैं। सेना की मीडिया शाखा ने कहा कि अन्य आतंकवादियों को खत्म करने के लिए सफाई अभियान शुरू किया गया है। उधर, प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ ने सफल अभियान के लिए सुरक्षा बलों की सराहना की। उन्होंने कहा, पूरा देश सुरक्षा बलों को सलाम करता है। हम देश से आतंकवाद को खत्म करने के लिए दृढ़ हैं। यह अभियान आतंकवाद विरोधी निरंतर प्रयास का हिस्सा है। 2021 में अफगानिस्तान में तालिबान के सत्ता में लौटने के बाद से पाकिस्तान के खैबर पख्तूनख्वा और बलूचिस्तान में आतंकी हमलों में इजाफा देखने को मिल रहा है।

आखिर बुलडोजर एक्शन पर आगबबूला हुए मोहम्मद यूनुस

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) ढाका। बांग्लादेश में हिंसा को लेकर अंतरिम पीएम मोहम्मद यूनुस हमेशा से सवालों के घेरे में रहते हैं। अब बांग्लादेश के संस्थापक शेख मुजीबुर रहमान के आवास को ध्वस्त करने को लेकर भारत ने कड़े सवाल किए हैं, जिसपर यूनुस सरकार को मिर्ची लग गई है। दरअसल, भारत ने शेख मुजीबुर रहमान के ऐतिहासिक आवास को तोड़ने पर दुख व्यक्त करते हुए घटना की निंदा की थी। रहमान ने इसी आवास से बांग्लादेश का मुक्ति संग्राम शुरू किया था।भारत की इस बात पर मोहम्मद यूनुस आगबबूला हो गए। बांग्लादेश ने इस घटना पर भारत की टिप्पणी को गलत और अनुचित बताया। बांग्लादेश सरकार ने इसे आंतरिक मामला बताते हुए किसी देश को टिप्पणी न करने की बात कही। बता दें कि बांग्लादेश में कई दिनों से एक बार फिर हिंसा भड़की हुई है।

ट्रंप का एक और चौंकाने वाला फैसला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज वाशिंगटन। अमेरिका में राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने एक बड़ा एलान किया है। ट्रंप ने नए सिक्के की ढलाई रोकने के लिए ट्रेजरी को निर्देश दिया है। ट्रंप ने इसके पीछे अधिक लागत का हवाला दिया है।

राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने एक सेंट के सिक्के के उत्पादन की लागत का हवाला देते हुए ट्रेजरी विभाग को नए पैसे का खनन बंद करने का निर्देश दिया है। ट्रंप ने कहा, बहुत लंबे समय से संयुक्त राज्य अमेरिका ने पेनीज का खनन किया है जिसकी कीमत सचमुच हमें 2 सेंट से अधिक है। यह बहुत बेकार है! ट्रंप ने बीती रात अपनी ट्रुथ सोशल साइट पर एक पोस्ट में लिखा। मैंने अमेरिकी ट्रेजरी के अपने सचिव को नए पैसे का उत्पादन बंद करने का निर्देश दिया है।

ट्रंप के नए प्रशासन का ध्यान लागत में कटौती करने, संपूर्ण एजेंसियों और बड़ी संख्या में संघीय कार्यबल को बर्खास्त करने पर केंद्रित है। उन्होंने लिखा, आइए हमारे महान राष्ट्रों के बर्बादी के बजट से बाहर निकालें, भले ही यह एक समय में एक पैसा ही क्यों न हो। न्यू ऑरलियन्स में सुपर बाउल के पहले भाग में पार्ट लेने के बाद ट्रंप ने ये संदेश भेजा।

खेत में मिली दो कब्रें, पुलिस ने खोदा तो 49 लाशें थीं दफन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) काहिरा। अमेरिका और यूरोप में अच्छी जिंदगी की चाहत में लोग अपना वेतन छोड़ जाते हैं। मगर उनकी मुश्किलें काम नहीं होती हैं। अवैध रास्तों में उन्हें यातनाओं का सामना करना पड़ा है। कई बार उन्हें मौत के घाट भी उतरना पड़ता है। प्रवासियों से जुड़ी एक दिल दहला देने वाली खबर लीबिया से सामने आ रही हैं। यहां पुलिस को दो कब्र मिली हैं। इनमें 59 प्रवासी लोगों के शव दफन है। लीबिया के अधिकारियों के मुताबिक दक्षिण–पूर्वी रेगिस्तान में दो सामूहिक कब्रों से करीब 49 शव मिले हैं। सभी शव यूरोप जाने वाले प्रवासियों के हैं। सुरक्षा निदेशालय ने कहा कि पहली सामूहिक कब्र दक्षिण–पूर्वी शहर कुफरा में एक खेत में मिली है। इसमें 19 शव दफन हैं। फेसबुक में पोस्ट तस्वीरों में पुलिस अधिकारी और चिकित्सक रेत में खुदाई करते दिख रहे हैं। कब्र से शवों को निकाला जा रहा है।

एलन मस्क, अगर आप मुझे रोक सको तो रोक लो

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

■भारतीय मूल के अरविंद श्रीनिवास की एलन मस्क को चुनौती

नई दिल्ली। अमेरिका की यूनाइटेड स्टेट्स एजेंसी फॉर इंटरनेशनल डेवलपमेंट को बंद करने की एलन मस्क की मांग के बाद परप्लेक्सिटी एआई के भारतीय मूल के सीईओ अरविंद श्रीनिवास ने टेस्ला फाउंडर को चुनौती दे दी। एआई सर्च इंजन परप्लेक्सिटी एआई के भारतीय मूल के सीईओ अरविंद श्रीनिवास विवादों में कोई नया नाम नहीं हैं। हाल ही में, उन्होंने अपने टेस्ला समकक्ष एलन मस्क को चुनौती दी कि अगर वह कर सकते हैं तो उन्हें संघीय एजेंसी से एक बड़ी राशि जुटाने से रोकें। श्रीनिवास ने ट्रंप के सरकारी दक्षता विभाग के प्रमुख को टैग करते हुए एक्स पर पोस्ट किया, यूएसएआईडी से 500 बिलियन डॉलर जुटाने की सोच रहा हूं। फंडिंग पक्की है। अगर आप मुझे रोक सकते हो तो रोक लो।

बता दें उनका यह पोस्ट अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप और एलन मस्क द्वारा संघीय एजेंसी को बंद करने के एलान के कुछ दिनों बाद आया है। एक संघीय न्यायाधीश ने 2,200 यूएसएआईडी कर्मचारियों को पेड लीव पर रखने की प्रशासन की योजना पर अस्थायी रोक लगाने का आदेश दिया।

अरविंद श्रीनिवास पर्प्लेक्सिटी एआई के सह–संस्थापक और सीईओ हैं, जो जेफ बेजोस सहित प्रमुख निवेशकों की तरफ से समर्थित एआई–संचालित सर्च इंजन है। 2022 में स्थापित, पर्प्लेक्सिटी एआई की स्थापना श्री श्रीनिवास ने एंडी कोन्विंस्की, डेनिस यारात्स और जॉनी हो के साथ की थी। अरविंद श्रीनिवास आईआईटी–मद्रास के पूर्व छात्र हैं, जिन्होंने कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय, बर्कले से अपनी पीएचडी पूरी की। श्रीनिवास ने अपना करियर ओपनएआई में एक रिसर्च ट्रेनर के रूप में शुरू किया, बाद में ळववहसम और डीपमाइंड जैसी प्रमुख तकनीकी कंपनियों में समान भूमिकाएं निभाईं।

ट्रंप के गाजा प्लान पर भड़के एर्दोगन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) अंकारा। फिलिस्तीनियों को गाजा से हटाकर दूसरी जगह भेजने के अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के प्लान पर तुर्की के खलीफा एर्दोगन भड़क गए हैं। राष्ट्रपति रेचेप तैयब एर्दोगन ने ट्रंप की गाजा योजना को लेकर कड़ी प्रतिक्रिया दी और कहा कि किसी के पास गाजावासियों को उनकी मातृभूमि से निकालने की शक्ति नहीं है। एर्दोगन ने फिलिस्तीनियों को निष्कासित करने और अमेरिका को गाजा कां नियंत्रण सौंपने की ट्रंप की योजना को खारिज कर दिया। एर्दोगन ने मलेशिया के दौरे पर उड़ान भरने से पहले इस्तांबुल हवाई अड्डे पर एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में ये कहा है। तुर्की के राष्ट्रपति ने कहा, किसी के पास गाजा के लोगों को उनकी शाश्वत मातृभूमि से हटाने की ताकत नहीं है, जो हजारों वर्षों से वहां मौजूद हैं।

Page Three

Classified

Adds can be booked under these Categories : (all day publication)

Recruitment
Property
Business Opportunity
Vehicles
Announcements
Antiques & Collectables
Barter
Books
Computers
Domain Names
Education
Miscellaneous
Entertainment & Event
Hobbies & Interests
Services
Jewellery & Watches
Music
Obituary
Pets & Animals
Retail
Sales & Bargains
Health & Sports
Travel

Matrimonial (Sunday Only)

अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द

प्राप्त शिकायतों को गंभीरता से लें अधिकारीः जिलाधिकारी

जन संवाद

जिलाधिकारी की अध्यक्षता में आयोजित जन संवाद कार्यक्रम में कुल 20 समस्याएँ दर्ज

12 शिकायतों का मौके पर ही किया गया निराकरण

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। जिलाधिकारी सौरभ गहरवार की अध्यक्षता में विकास भवन सभागार में जन संवाद कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर विभिन्न विभागों से संबंधित 20 शिकायतें दर्ज की गईं, जिनमें से 12 शिकायतों का मौके पर ही निस्तारण किया गया तथा शेष समस्याओं के निराकरण हेतु संबंधित विभागों को प्रेषित किया गया।

जनता मिलन/जन संवाद कार्यक्रम में ग्राम खैड़ी निवासी सुरेंद्र सिंह बिष्ट ने बताया कि राजकीय इंटर कॉलेज ग्वैफड़ को जाने वाला पैदल मार्ग खस्ताहाल है, जिसके कारण वहाँ से छात्र–छात्राओं का आवागमन करना खतरे का सबब बन गया है। उन्होंने इस मार्ग को

जल्द से जल्द ठीक करने की माँग की, ताकि छात्र–छात्राओं को आवागमन में सहूलियत मिल सके। इसी तरह, ग्राम बावई की रहने वाली रीमा देवी ने बताया कि दुर्गाधार–बावई मोटर मार्ग में उनके मकान के ऊपर सड़क का पुस्ता खस्ताहाल हो गया है, जिससे उनके मकान को खतरा उत्पन्न हो गया है।

उन्होंने जल्द से जल्द पुस्ता ठीक करने की माँग की। ग्राम पोखरा, विकासखंड अगस्त्यमुनि निवासी सुनीता देवी ने बताया कि वे एक बुजुर्ग महिला हैं और उनका पुराना आवास जीर्ण–शीर्ण हो चुका है। उन्होंने नए आवास निर्माण हेतु आर्थिक मदद की अपील की। इसके अलावा, अन्य लोगों ने भी सड़क, बिजली, पानी आदि से संबंधित समस्याओं को जन संवाद कार्यक्रम में दर्ज करवाया।

इस अवसर पर जिलाधिकारी ने संबंधित विभागों को निर्देश दिए कि जन संवाद कार्यक्रम में दर्ज शिकायतों और समस्याओं का निराकरण त्वरित गति से करना सुनिश्चित किया जाए। इसमें किसी भी दशा में कोई विलंब न हो। उन्होंने कई आवेदन पत्रों पर संबंधित विभागीय अधिकारियों व उपजिलाधिकारियों को स्थलीय निरीक्षण कर आख्या जल्द से जल्द दिए जाने के आदेश दिए। उन्होंने यह भी निर्देशित किया कि शिकायतों के निराकरण की जानकारी जिला कार्यालय एवं संबंधित शिकायतकर्ता को अनिवार्य रूप से अवगत कराई जाए।

जिलाधिकारी ने मुख्यमंत्री पोर्टल पर दर्ज समस्याओं की भी समीक्षा की। उन्होंने समीक्षा के दौरान पाया कि एल–1 स्तर पर कुल 132, जबकि एल–2 स्तर पर 23 समस्याएँ निस्तारण हेतु लंबित हैं। उन्होंने इन्हें त्वरित निस्तारित करने के निर्देश दिए और सभी अधिकारियों को सचेत किया कि इसमें किसी भी स्तर पर कोई लापरवाही न बरती जाए।

न्यूज डायरी

बेमौसमी सब्जी व फल बगीचों का तीन दिवसीय भ्रमण एवं प्रशिक्षण दिया गया

संवाददाता रुद्रप्रयाग। वन विभाग द्वारा सिंगोली भटवाड़ी जल विद्युत परियोजना कैट प्लान के अंतर्गत मौसमी एवं बेमौसमी सब्जी व फल बगीचों का तीन दिवसीय भ्रमण एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम डॉ. यशवंत सिंह परमार औद्यानिकी एवं वानिकी विश्वविद्यालय सोलन हिमाचल प्रदेश में आयोजित किया गया। उप प्रभागीय वनाधिकारी डॉ. दिवाकर पंत ने बताया कि उक्त भ्रमण कार्यक्रम में जनपद के 40 ग्रामीण काश्तकारों को भेजा गया था। उन्होंने बताया कि 40 प्रशिक्षु ग्रामीण काश्तकारों को मौसमी एवं बेमौसमी सब्जी एवं फलों को उगाने, गुणवत्ता सुधार, विपणन, लंबे समय तक रख रखाव, समय चक्र, कम क्षेत्र में ज्यादा उत्पादन आदि कार्यों के साथ–साथ नवाचार संबंधित जानकारी भी दी गई। प्रशिक्षण कर लौटे ग्रामीण काश्तकारों ने अपने अनुभव साझा करते हुए बताया कि ऐसे प्रशिक्षणों से भविष्य में आजीविका संवर्धन हेतु सहयोग मिलेगा। उक्त भ्रमण एवं प्रशिक्षण में वन विभाग से वन दरोगा अभिषेक नेगी, वन बीट अधिकारी नागेन्द्र पाल द्वारा भी प्रतिभाग किया गया।

खालसा ई–व्हीकल्स ने हरिद्वार में अपना पहला रिटेल आउटलेट खोला

संवाददाता हरिद्वार। भारत की अग्रणी वाणिज्यिक ई–वाहन निर्माण कंपनी खालसा ई–व्हीकल्स प्राइवेट लिमिटेड ने हरिद्वार में अपना पहला रिटेल आउटलेट लॉन्च करके एक महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल की है। जगजीतपुर में बुद्धि माता मंदिर के पास लक्सर रोड पर स्थित यह नया आउटलेट व्यवसायों और व्यक्तियों के लिए किफायती और टिकाऊ इलेक्ट्रिक परिवहन समाधान प्रदान करके स्थानीय परिवहन क्षेत्र में क्रांति लाने के लिए तैयार है। भव्य उद्घाटन समारोह में हरिद्वार के रानीपुर से विधायक आदेश चौहान और रानीपुर के पार्षद यादराम वालिया सहित कई गणमान्य व्यक्ति मौजूद थे।

ल्यूमिनस पावर टेक्नोलॉजीज ने हरिद्वार में खोली आधुनिक युनिट

संवाददाता हरिद्वार। भारत की अग्रणी ऊर्जा समाधान कंपनी ल्यूमिनस पावर टेक्नोलॉजीज ने उत्तरी भारत में लैड एसिड बैटरियों की प्रोडक्शन युनिट की स्थापना के साथ अपनी मैनुफैक्चरिंग क्षमता का विस्तार किया है। 8 एकड़ में फैली यह युनिट उत्तराखण्ड में हरिद्वार के सिडकुल इंडस्ट्रियल एस्टेट में स्थित है। यह प्लांट कंपनी की क्षमता बढ़ाकर डोमेस्टिक एवं एक्सपोर्ट मार्केट में पावर स्टोरेज समाधानों की बढ़ती मांग को पूरा करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

स्वरोजगार को प्राप्त आवेदनों को त्वरित गति से किया जाये निस्तारण

संवाददाता रुद्रप्रयाग। केन्द्र एवं राज्य सरकार द्वारा स्वरोजगार हेतु संचालित योजनाओं के लिए प्राथमिकता से ऋण स्वीकृत करने के दिए निर्देश, जिला कार्यालय सभागार में जिलाधिकारी डॉ. सौरभ गहरवार की अध्यक्षता में डीएलआरसी की बैठक आयोजित की गई।

समीक्षा के दौरान जिलाधिकारी ने पाया कि केन्द्र एवं राज्य सरकार द्वारा संचालित स्वरोजगार हेतु विभिन्न विभागों के माध्यम से बैंकों को उपलब्ध कराये गये आवेदन पत्रों का कतिपय बैंकों द्वारा निस्तारण न करने पर जिलाधिकारी द्वारा गहरी नाराजगी व्यक्त करते हुए संबंधित बैंकों को लंबित आवेदन पत्रों को एक सप्ताह के अंदर अनिवार्य रूप से निवारण करने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने संबंधित विभागीय अधिकारियों को निर्देश दिए हैं जो भी आवेदन पत्र बैंकों में किन्हीं कारणों से निस्तारण हेतु लंबित हैं, उन पर स्वंय उचित कार्यवाही करते हुए लंबित प्रकरणों का तत्परता से निस्तारण करना सुनिश्चित करे।

उन्होंने सभी बैंक प्रबंधको एवं अधिकारियों को सचेत किया है कि स्वरोजगार के लिए पात्र व्यक्तियों के लिए उपलब्ध कराये गये ऋणों में किसी प्रकार की शिथिलता न पाई जाए। यदि किसी आवेदन पत्र में किसी प्रकार की कोई कमी पाई जाती है तो उसका संबंधित आवेदन कर्ता से समन्वय स्थापित करते हुए कमी का निराकरण करना सुनिश्चित करें, जिससे आवेदन कर्ता को समय से स्वरोजगार हेतु ऋण उपलब्ध हो सके।

फायरड्रिल क्लिनिंग अभ्यास एवं जागरूकता रैली की गई आयोजित

संवाददाता पुरोला। उपनिदेशक निधि सेमवाल गोविन्द वन्य जीव विहार के तत्वावधान मे सुपिन रेंज नैटवाड़ के वन विश्राम भवन नैटवाड़ में आगामी वनाग्निकाल में वनों की अग्नि से सुरक्षा के संबंध में फायरड्रिल क्लिनिंग अभ्यास एवं जागरूकता रैली आयोजित की गई। रेंज अधिकारी गौरव कुमार अग्रवाल ने वनाग्निकाल में वनों की आग से बचाने, सुरक्षा सम्बन्धित तैयारियों तथा फायरड्रिल का अभ्यास नैटवाड बैरियर से नैटवाड गांव में रूपिन, सुपिन एंव सांकरी रेंज के वनकर्मीयों द्वारा वनाग्नि के दौरान सुरक्षा तथा सतर्कता सम्बन्धी कार्यो का अभ्यास किया गया।

रवांई शरदोउत्सव एवं विकास मेले को लेकर नगर पंचायत ने बुलाई बैठक

संवाददाता

बैठक में नगर के राजनीतिक दलों व्यापारी,व विभिन्न विभागों के अधिकारी कर्मचारी रहे उपस्थित

पुरोला। पुरोला नगर में हर वर्ष 12 फरवरी को लगने वाले रवाईं शरद उत्सव व विकास मेले (बाजार की जातर) को ले कर नगर पंचायत अध्यक्ष बिहारी लाल शाह व उपजिलाधिकारी गोपाल सिंह चोहान ने राजनीतिक दलों, विभागीय कर्मचारियों व व्यापारियों की बैठक ली।

बैठक में उपजिलाधिकारी ने सभी कर्मचारियों जल संस्थान, विधुत, अग्नी शमन, पुलिस व नगर पालिका के कर्मचारियों को मेला अवधि में सफाई, पानी विधुत, सुरक्षा आदि की सुविधा में किसी भी तरह की कमी व असुविधा ना हो। बैठक में पहुँचे सभी लोगों ने अपनी सहमति जताते हुए मेले में अपना सहयोग देने की बात कही।

वहीं नगर पालिका अध्यक्ष बिहारी लाल शाह ने कहा कि पुरोला में लगने वाले 15 दिवसीय मेले में जंहा एक परिसर में सभी वस्तुओं को खरीदने का मौका रहता है। वंही बच्चों के लिये अनेको मनोरजन साधन उपलब्ध होंगे साथ ही उन्होंने सभी नगरवासियों, व्यापारियों से मेले में सहयोग की अपील की। बैठक मे तहसीलदार जिनेंद्र रावत, थानाध्यक्ष मोहन कठैत, अधिशासी

अधिकारी प्रदीप कुमार,व्यापार मंडल अध्यक्ष अंकित पंवार, बिरेंद्र सिंह चौहान, लोकेंद्र रावत,मदन नेगी, बिरज मोहन चोहान,सभासद अनुराधा गुंसाई,हेमशेवता, करुणा बिष्ट, पुनम नेगी, रितेश गोदियाल, धर्म लाल, जगवीर रावत, ओमेंद्र रावत, लोग उपस्थित रहे।

सड़कों पर निर्भर है गांव का विकासः सुरेश

संवाददाता रुद्रप्रयाग। गंगोत्री विधायक सुरेश चौहान ने सोमवार को संगलाई–कुज्जन तिहार मोटर मार्ग के चौड़ीकरण व डामरीकरण कार्य का विधिवत रूप से शुभारंभ किया। इस मौके पर उन्होंने कहा कि गांव का विकास सड़कों पर ही निर्भर है। अच्छी सड़कों से न सिर्फ आवागमन सुगम होगा, बल्कि गांव की शैक्षणिक सामाजिक कृषि व व्यवसाय का विकास होगा। सोमवार को गंगोत्री विधायक सुरेश चौहान ने भटवाड़ी ब्लॉक के संगलाई–कुज्जन तिहार मोटर मार्ग के द्वितीय फेस के कार्य का शुभारंभ किया। इस मौके पर उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के तहत इस मार्ग के लिए तीन करोड़ रुपये स्वीकृत किए गए हैं।

कोशिश हमें अंतिम क्षण तक करनी चाहिए जीवन में सफलता मिले या ना मिले परंतु तजुर्बा तो मिलेगा ही। –अज्ञात

विचार-प्रवाह देहरादून, मंगलवार, 11 फरवरी 2025 पेज थ्री www.page3news.in

ट्रूडो का झूठ

जस्टिन ट्रूडो के झूठे आरोपों के बाद स्वाभाविक ही दोनों देशों के रिश्तों में गिरावट आई। भारत ने ट्रूडो के बयानों को राजनीति से प्रेरित बताया था। लेकिन कड़ा भारत विरोधी रुख भी घरेलू राजनीति में उनकी खास मदद नहीं कर पाया।

रहीस सिंह।।

कनाडाई आयोग की रिपोर्ट ने आखिरकार दूध का दूध और पानी का पानी कर दिया। आई इस रिपोर्ट में यह साफ कर दिया गया कि कनाडा में जून 2023 में हुई खालिस्तान समर्थक हरदीप सिंह निज्जर की हत्या में विदेशी हाथ का कोई सबूत नहीं है। जाहिर है, इसके बाद कनाडाई प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो के आरोप मुंह के बल गिरे नजर आ रहे हैं।

कनाडा के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो ने जब अपने देश की संसद में यह आरोप लगाया था, तब भी उनके उस कृत्य को गैरजिम्मेदाराना माना गया था। भारत ने आरोपों को बेतुका बताते हुए उनसे सबूत मांगे थे जो वह कभी दे नहीं पाए। और अब उनके ही देश के आयोग की रिपोर्ट बताती है कि उनका वह बयान सफेद झूठ पर आधारित था।

जस्टिन ट्रूडो के झूठे आरोपों के बाद स्वाभाविक ही दोनों देशों के रिश्तों में गिरावट आई। भारत ने ट्रूडो के बयानों को राजनीति से प्रेरित बताया था। लेकिन कड़ा भारत विरोधी रुख भी घरेलू राजनीति में उनकी खास मदद नहीं कर पाया। आखिर उन्हें अपने पद से इस्तीफा देने की घोषणा करनी पड़ी। अब वह नया नेता चुने जाने तक के लिए इस पद पर हैं। अब जब निज्जर हत्याकांड से जुड़े कनाडा के आरोप पूरी तरह खारिज हो चुके हैं, तब भारत विरोधी तत्वों को खुली छूट देने के मसले पर नए सिरे से बात होनी चाहिए। भारत पहले से कहता रहा है कि कनाडा और अन्य यूरोपीय देशों में अभिव्यक्ति की आजादी के नाम पर अलगवावादी तत्व जिस तरह की भारत विरोधी गतिविधियां खुलेआम चला रहे हैं, उन पर प्रभावी रोक लगाने की जिम्मेदारी उन देशों की है। कनाडा सरकार को तो उस पर काम करना ही चाहिए, अन्य देशों को भी इस पहलू पर गंभीरता से विचार करने की जरूरत है।

चूंकि कनाडा में इसी साल चुनाव होने हैं, इसलिए दोनों देशों के पास मौका है कि अतीत की गलतियों को पीछे छोड़ते हुए रिश्तों को पटरी पर लाने की नए सिरे से कोशिश की जाए। अगर कनाडा सरकार अपनी भूल समझते हुए अहम मसलों पर अपने रुख में पॉजिटिव बदलाव लाती है तो द्विपक्षीय रिश्तों को बेहतर भविष्य देना मुश्किल नहीं होगा।

आध्यात्मिक साधना

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा। एक नागा साधु की दिनचर्या आध्यात्मिक साधना से भरी होती है।

वे सुबह ब्रह्म मुहूर्त में उठकर शिवजी का जाप करती हैं। दोपहर में भोजन के बाद फिर शिवजी का जाप करती हैं। शाम को दत्तात्रेय भगवान की आराधना करती हैं। उनका भोजन सादा है, जिसमें कंदमूल, फल, जड़ी–बूटी और विभिन्न प्रकार की पत्तियां शामिल होती हैं। महिला नागा साधु पूरी तरह से प्राकृतिक और बिना पका हुआ भोजन ही करती हैं। कुंभ मेले में महिला नागा साधु भी शामिल होती है। वे किसी भी अवस्था में दिगंबर नहीं रह सकतीं। महिला नागा साध्वियां केसरिया रंग के बिना सिले वस्त्र पहनती हैं। इस वस्त्र की वजह से वे पीरियड्स में भी एक छोटा वस्त्र बहाव के स्थान पर लगा लेती हैं। साथ ही पीरियड्स के दौरान, वह गंगा स्नान नहीं करतीं, बस गंगा जल छिड़क लेती हैं।

संपादकीय

नियम, अनुशासन, चेतावनी

लोग महाकुम्भ में जिस श्रद्धा आस्था के साथ आएँ हैं, उसी श्रद्धा पूर्वक उन्हें कर्तव्यबोध भी रहे। सरकार के नियम, अनुशासन, चेतावनी का उसी आस्था से पालन करे। जब अयोध्या और काशी में आशातीत भीड़ हो गई है तो प्रयागराज में महाकुंभ में सम्मिलित श्रद्धालुओं की संख्या का अनुमान भी नहीं किया जा सकता। सभी लोग त्रिवेणी संगम में ही स्नान के लिए हठ न करें, चालीस किलोमीटर इधर और उधर, यानी अस्सी किलोमीटर तक फैला हुआ स्नान घाट बनाया गया है। वहीं स्नान कर कृपया व्यवस्था में सहयोग बनाएँ। ऐसा लगता है कि सरकार खुद को सर्वश्रेष्ठ आयोजक के रूप में दिखाने पर केंद्रित है, जबकि कुछ लोग सोशल मीडिया के माध्यम से सनातन को बढ़ावा देने में अधिक रुचि रखते हैं, आम भक्तों की भावनाओं की उपेक्षा करते हैं। ब्रह्म कल्प के दौरान लगभग 45 दिनों तक, शाही स्नान (शाही स्नान) प्रतिदिन होता है, फिर भी हमारे धार्मिक नेताओं ने इसे श्रद्धालुओं तक प्रभावी ढंग से नहीं पहुँचाया है। इन नेताओं द्वारा कुंभ स्नान का वास्तविक महत्त्व जनता को पर्याप्त रूप से नहीं बताया गया है। यदि सनातन धर्म पर चर्चा करने के लिए अक्सर टेलीविजन पर आने वाले धार्मिक व्यक्ति कल्पवास के इन 45 दिनों के दौरान प्रत्येक प्रहर के दौरान स्नान के महत्त्व पर जोर देते, तो भारी भीड़ को अलग–अलग दिनों में फैलाया जा सकता था, जिससे संभावित रूप से ऐसी त्रासदियों को रोका जा सकता था।

प्रयागराज में हुई भगदड़ के बारे में सुनना दुर्भाग्यपूर्ण है, जिसके परिणामस्वरूप कई लोगों की जान चली गई। यह घटना निस्संदेह विभिन्न मीडिया प्लेटफार्मों पर व्यापक चर्चाओं को जन्म देगी।

लापरवाही या भक्तों का उन्माद

प्रियंका सौरभ।।

एक पौराणिक शहर की सीमाओं पर विचार करना चाहिए, जिसे अपनी धार्मिक विरासत को बनाए रखते हुए आठ करोड़ लोगों की सुरक्षा सुनिश्चित करने का काम सौंपा गया है। दस लोगों के लिए डिजाइन की गई जगह में सौ लोग कैसे रह सकते हैं? यह विचार करने के लिए एक महत्त्वपूर्ण मुद्दा है। इसके अलावा, वीवीआईपी संस्कृति और सरकार के मुनाफे की खोज, जिसमें राजस्व के लिए हर उपलब्ध भूमि को पट्टे पर देना और बिचौलियों को शामिल करना शामिल है, के बीच का सम्बंध मामले को और जटिल बनाता है। यह धार्मिक भक्ति का मामला है, प्रतिस्पर्धा या उन्माद का नहीं।

प्रयागराज में हुई भगदड़ के बारे में सुनना दुर्भाग्यपूर्ण है, जिसके परिणामस्वरूप कई लोगों की जान चली गई। यह घटना निस्संदेह विभिन्न मीडिया प्लेटफार्मों पर व्यापक चर्चाओं को जन्म देगी। विपक्ष आलोचना करेगा, जबकि सरकार अपने कार्यों को सही ठहराने का प्रयास करेगी, लेकिन जो लोग मर चुके हैं उन्हें वापस नहीं लाया जा सकता। ऐसा पहली बार नहीं हुआ है। प्रयागराज में संगम तट पर

वर्ष 2013 के कुंभ मेले के दौरान 10 फरवरी दिन रविवार को मौनी अमावस्या का स्नान था। कुचलने और गिरने से 35 लोगों की मौत हो गई थी। जबकि दर्जनों लोग घायल हुए थे। जिनका अस्पताल में कई दिनों तक इलाज चला था। 1954 में मौनी अमावस्या के दिन नेहरू जी ने संगम में स्नान किया, जो इस मेले का मुख्य आकर्षण था। इस कुंभ मेले के दौरान एक दर्दनाक हादसा भी हुआ। मौनी अमावस्या के स्नान के समय, एक हाथी नियंत्रण से बाहर हो गया और भगदड़ मच गई। इस दुर्घटना में करीब 500 लोग मारे गए।

भगदड़ के बाद भीड़ को नियंत्रित करने और सूचना देने के लिए लाउडस्पीकर्स का इस्तेमाल किया गया। इसके अलावा, रात के समय मेले में रोशनी के लिए 1000 से अधिक स्ट्रीट लाइट्स लगाई गई थीं। इस घटना ने पूरे देश को झकझोर कर रख दिया। इसके बाद, कुंभ मेले में हाथियों के उपयोग पर हमेशा के लिए रोक लगा दी गई। अपने घर में छोटा–सा कार्यक्रम करिए उसको सकुशल संपन्न कराने में हवा निकल जाती है यहाँ तो पूरा विश्व आया हुआ है करोड़ों की संख्या में। एक पौराणिक शहर की सीमाओं पर विचार करना चाहिए, जिसे अपनी धार्मिक विरासत को बनाए रखते हुए आठ करोड़ लोगों की सुरक्षा सुनिश्चित करने का काम सौंपा गया है। दस लोगों के लिए डिजाइन की गई जगह में सौ लोग कैसे रह सकते हैं? यह विचार करने के लिए एक महत्त्वपूर्ण मुद्दा है। इसके अलावा, वीवीआईपी संस्कृति और सरकार के मुनाफे की खोज, जिसमें राजस्व के लिए हर उपलब्ध भूमि को पट्टे पर देना और बिचौलियों को शामिल करना शामिल है, के बीच का सम्बंध मामले को और जटिल बनाता है। यह धार्मिक भक्ति का मामला है, प्रतिस्पर्धा या उन्माद का नहीं। कुछ लोग इसे प्रशासन की नाकामी बता रहे हैं। लिखना और आलोचना करना बहुत आसान है लेकिन जहाँ पर लाखों, करोड़ों लोगों की भीड़ हो वहा हादसे की संभावना बनी रहती है और अफसोस हादसा हो ही गया।

सूडोकू बवाल-5388

सरल

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

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं।
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
- पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
- पहेली का केवल एक ही हल है।

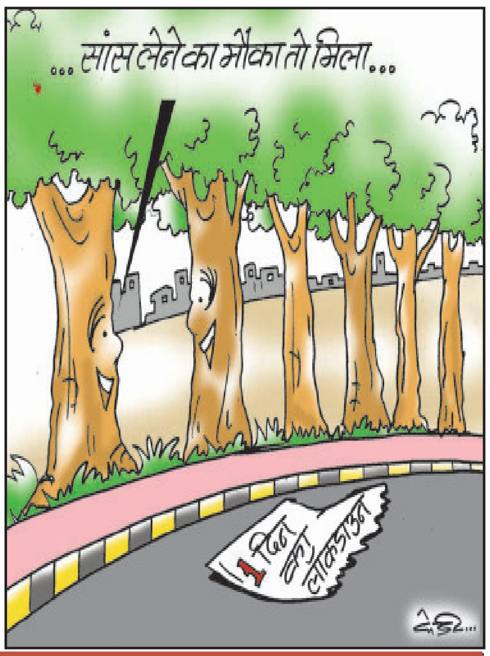
सूडोकू बवाल -5387 का हल

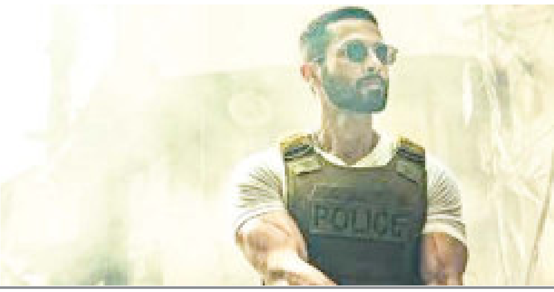
7	4	8	3	9	2	1	5	6
2	6	9	5	7	1	8	4	3
3	1	5	4	8	6	7	2	9
5	7	4	8	6	9	3	1	2
8	9	1	2	3	4	6	7	5
6	3	2	1	5	7	4	9	8
4	8	7	6	2	5	9	3	1
9	2	6	7	1	3	5	8	4
1	5	3	9	4	8	2	6	7

अपना ब्लॉग

बेहिसाब भीड़

मोहन। अत्यधिक प्रचार के कारण महाकुंभ में बेहिसाब भीड़ जमा हो गई। इसके अतिरिक्त वीआईपी यानी अति विशिष्ट को जरूरत से ज़्यादा महत्त्व और आमजन को अनेक रास्तों पर रोकना या वापस भेजना या मोक्ष मार्ग पर अति विशिष्ट के लिए अलग मार्ग भी एक कारण। भगदड़ के लिए बस एक छोटीकृसी गलती की जरूरत होती है। एक बात और असरदार या धनी लोग द्वारा अपने पैसों के दम पर सामान्य तीर्थयात्रियों का हक मार लेना, उनको पीछे धकेल देना। क्या यह पाप नहीं है? क्या गंगाजी इस तरह के पापिओं के पाप धो पाएगी? दिवंगत आत्माओं को शांति मिले। हमेशा याद रखें। प्रशासन एक–एक का हाथ पड़कर स्नान नहीं करवा सकता। हादसा कहीं भी हो सकता है। ना इसमें पूरा प्रशासन का दोष है और ना ही इसे विपक्ष की साजिश कहा जा सकता है। यह महज एक हादसा है। हादसे के बाद पूरे संगम क्षेत्र में स्थिति बिलकुल सामान्य है लेकिन मीडिया अपने टीआरपी के लिए सनसनी पैदा कर रहा है।





पहले हफ्ते में बजट का आधा भी नहीं कमा पाई देवा

बॉक्स ऑफिस पर जहां दो नई हिंदी फिल्में बैडएस रवि कुमार और लवयापा रिलीज हुई है, वहीं पहले से मौजूद शाहिद कपूर की देवा और अक्षय कुमार की स्काई फोर्स की हालत पस्त होती दिख रही है। देवा ने जहां सिनेमाघरों में एक हफ्ते का सफर धीमी रफ्तार से तय किया है, वहीं स्काई फोर्स अपने दूसरे हफ्ते में अर्श से फर्श पर आ गई है। इन दोनों ही फिल्मों की स्क्रीन्स की संख्या शुक्रवार से कम हो गई हैं, ऐसे में हिट होने की राह में इनकी मुश्किलें और बढ़ने वाली हैं। रोशन एंड्रयूज के डायरेक्शन में बनी देवा एक्शन–थ्रिलर होने के बावजूद वह जलवा नहीं दिखा पाई, जिसकी उम्मीद थी। फिल्म का बजट भी बहुत ज्यादा नहीं है। लेकिन बाजवूद इसकी कामई अपने 85 करोड़ रुपये की लागत से अभी बहुत पीछे है। दूसरी ओर, स्काई फोर्स का दर्द ज्यादा बड़ा है। यह फिल्म्म 100 करोड़ पार चुकी है। लेकिन 160 करोड़ के बजट के आगे यह नतमस्तक है। अक्षय और वीर पहाड़िया की यह फिल्म लाइफटाइम 150 करोड़ तक भी पहुंच जाए तो गनीमत होगी। शाहिद कपूर और पूजा हेगड़े की देवा में पहले हफ्ते में 28.40 करोड़ रुपये का नेट कलेक्शन किया है।

बैडएस रवि कुमार एक निडर और नियमों से परे वाला अधिकारी

रवि कुमार (हिमेश रेशमिया), एक निडर और नियमों से परे वाला अपरंपरागत पुलिस अधिकारी है। देश से जुड़े रहस्यों की रक्षा करने के लिए वह एक मिशन पर है। लेकिन क्या वह इसमें सफल होगा, या फिर राष्ट्रीय सुरक्षा से समझौता करेगा? श्बैडएस रवि कुमारश की कहानी इसी प्लॉट के इर्द–गिर्द बुनी गई है। कहानी 1989 में सेट है। रवि कुमार इस फिल्म्म का हीरो है और वह भ्रष्टाचार को मिटाने और बदमाशों पर अपनी गोलियों से ही नहीं, डायलॉग्स से भी वार करता है। उसे अपने काम करने के गलत तरीके के कारण सस्पेंड किया जा चुका है। लेकिन एक अनऑफिशियल मिशन पर उसे मस्कट भेजा जाता है, ताकि वह इंडियन सीक्रेट एजेंट्स के बारे में संवेदनशील जानकारी वाला एक कैमरा और उसके रील को हासिल कर सके।

एल्विश यादव ने चुम दरांग पर नहीं किया कोई अश्लील या नस्लभेदी कमेंट

रजत दलाल के साथ एल्विश यादव का फोडकास्ट अपलोड किया गया। 28:20 मिनट का ये वीडियो काफी मजेदार है। दोनों शो के कंटेस्टेंट्स के बारे में बात कर रहे हैं। कुछ पर्सनल हसीं–मजाक भी करते दिखाई दे रहे हैं। मगर इस पूरे वीडियो में चुम दरांग का कहीं भी जिक्र नहीं है। उन्होंने इस क्लिप में कहीं भी एक्ट्रेस का जिक्र नहीं किया है। वायरल हो रहे क्लिप में एल्विश कहते दिखाई दे रहे हैं, करणवीर को पक्का कोविड था क्योंकि चुम किसको पसंद आती है भाई। इतना टेस्क किसका खराब होता है यार। चुम के तो नाम में ही अश्लीलता है भाई। नाम चुम और काम गंगूबाई वाले। अब ये क्लिप तेजी से इंटरनेट पर फैल रही है और लोग एल्विश को ट्रोल कर रहे हैं। कुछ को उनके खिलाफ एफआईआर दर्ज करने और माफी मांगने की मांग कर रहे हैं। जबकि ऐसा कुछ नहीं है। कौआ कान ले गया वाली कहावत यहां एकदम फिट बैठ रही है। लोगों ने वीडियो देखा नहीं पूरा और उस पर यूं रिएक्ट करने लगे। क्योंकि जो क्लिप फैलाई जा रही है वह फेक है। 28 मिनट के उस पूरे इंटरव्यू में एक जगह रजत ने शिल्पा शिरोडकर के वजन का मजाक उड़ाना चाहा लेकिन फौरन एल्विश ने टोक दिया। तो ये बात जाहिर है कि वह खुद भी नहीं कहेंगे।

श्वेता बसु प्रसाद की सीरीज ऊप्स अब क्या? का मजेदार ट्रेलर रिलीज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

जावेद जाफरी, सोनाली कुलकर्णी और श्वेता बसु प्रसाद की नई वेब सीरीज ऊप्स अब क्या? का ट्रेलर रिलीज कर दिया गया है, जो काफी मजेदार है। इस कमाल की कॉमेडी में कई ऐसे ट्विस्ट देखने को मिलेंगे, जो रोमांच पैदा कर देंगे। लेकिन सबसे बड़ा ट्विस्ट तब आता है जब गलती से हुए आर्टिफिशियल इनसेमिनेशन के बाद रूही की जिंदगी उथल–पुथल हो जाती है।

कुंवारी होते हुए भी प्रेगनेंट हो गई लड़की

दरअसल रूही कुंवारी है, लेकिन डॉक्टर की गलती के कारण वह प्रेगनेंट हो जाती है। दो मरीजों के ट्रीटमेंट के दौरान डॉक्टर गलती से किसी का स्पर्म किसी की ओवरी के साथ फर्टिलाइज कर देती है। जब सच पता चलता है तो हाय–तौबा मच जाती है। वो भी इसलिए कि रूही प्रेगनेंट तो हुई पर गलती से जिसका स्पर्म उसके अंदर ट्रांसफर किया गया, वह उस शख्स का था, जिस पर उसे क्रश था, पर बाद में ब्रेकअप हो गया।

20 फरवरी को डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर ऊप्स अब क्या?

ऊप्स अब क्या? में अपरा मेहता, अभय महाजन और एमी एला भी हैं। इसे प्रेम मिस्त्री और देबात्मा मंडल ने डायरेक्ट किया है। वहीं डाइस मीडिया प्रोड्यूसर है। इस सीरीज को 20 फरवरी को ओटीटी प्लेटफॉर्म डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर रिलीज किया जाएगा।

अपने किरदार के बारे में यह बोलीं श्वेता बसु प्रसाद

ऊप्स अब क्या? में अपने रोल को लेकर श्वेता बसु प्रसाद ने कहा, जिस पल मैंने स्क्रिप्ट पढ़ी थी, मुझे पता था कि यह एक पागलपन भरा सफर होगा। मेरे किरदार का जीवन कुछ ही सेकेंड में पूरी तरह से अस्त–व्यस्त हो जाता है, और यह सब इतने कॉमिक अंदाज और दिल से दिखाया गया है। ट्रेलर सिर्फ यह बताता है कि यह सफर कितना कमाल का है। यह प्यार, हंसी और तमाम पागलपन के बीच खुद को खोजने की कहानी है। मैं जानती हूं कि दर्शकों को इसे देखने में और भी ज्यादा मजा आएगा।

रोल और सीरीज को लेकर यह बोले जावेद जाफरी

वहीं जावेद जाफरी ने कहा, मुझे ऊप्स अब क्या? के बारे में जो पसंद है, वह यह है कि यह जीवन की बेतुकी बातों से दूर नहीं भागती है। ह्यूमर एकदम शार्प है और इमोशंस रियल हैं और सारे किरदार एकदम रिलेटेड हैं। ट्रेलर दिखाता है कि जिंदगी कितनी अप्रत्याशित और मजेदार हो सकती है। यह एक ऐसी कहानी है, जो कॉमेडी के साथ–साथ परिवार, प्यार और रिश्तों के बारे में है।

लकी अली 66 की उम्र में चौथी बार बनेंगे दूल्हा

सिंगर लकी अली ने कहा है कि वह फिर से शादी करना चाहते हैं। लकी अली पहले ही तीन बार शादी कर चुके हैं और तलाक भी हो चुका है। यानी अब 66 साल के लकी अली चौथी बार दूल्हा बनने को तैयार हैं। वह चौथी शादी को लेकर क्या बोले और कौन रहीं उनकी तीन पत्नियां, जानिए।

सिंगर लकी अली पहले ही तीन शादियां कर चुके हैं और अब उन्होंने चौथी बार शादी करने की इच्छा जाहिर की है। लकी अली हाल ही दिल्ली की सुंदर नर्सरी में हुए 18वें कथाकार इंटरनेशनल स्टोरीटेलर फेस्टिवल में शामिल हुए थे। यहां उन्होंने चौथी बार शादी करने को लेकर जो बात कही, उसकी खूब चर्चा हो रही है। यहां लकी अली ने न सिर्फ अपनी परफॉर्मेंस से समा बांध दिया, बल्कि अपने कुछ हिट गानों के पीछे के मजेदार किस्से सुनाए। इसी दौरान जब लकी अली से उनके अगले सपने के बारे में पूछा गया तो उनके जवाब ने सभी को हैरान कर दिया।

लकी अली की पहली शादी बच्चे और तलाक

लकी अली ने कहा, श्मेरा सपना है कि फिर से शादी करूं। इसी के बाद से चर्चा हो रही है कि लकी अली चौथी बार शादी करेंगे। लकी अली ने पहली शादी साल 1996 में मेगन जेन मेकलरी से की थी, जोकि ऑस्ट्रेलिया की रहने वाली थीं। इससे लकी अली दो बच्चों के पिता बने। दोनों की मुलाकात लकी अली के एल्बम सुनो के दौरान हुई थी और फिर शादी कर ली, पर कुछ समय बाद ही यह टूट गई।

लकी अली की दूसरी और तीसरी पत्नी

लकी अली ने साल 2000 में एक पारसी महिला अनाहिता से दूसरी शादी की। अनाहिता ने लकी अली से शादी के लिए इस्लाम कबूला और नाम बदलकर इनाया रख लिया था। इस शादी से भी लकी अली के दो बच्चे हुए। साल 2010 में लकी अली ने केट एलिजाबेथ हलम से शादी की, पर साल 2017 में तलाक हो गया। उन्होंने लकी अली से शादी के बाद अपना नाम आयशा अली रख लिया था। वह लकी अली से उम्र में 24 साल छोटी हैं। उनका एक बेटा भी है।

दोगुनी रफ्तार से बढ़ेगा कोलेस्ट्रॉल, कभी भी आ सकता है हार्ट अटैक

घी खाने के फायदे

डॉ. मुल्तानी कहते हैं कि असली घी को सही तरीके से खाने पर ताकत बढ़ती है। यह जरूरी पोषण का भंडार है। जोड़ों और हड्डियों की मजबूती बनी रहती है। इम्यून सिस्टम मजबूत होता है और स्किन पर निखार आता है। इसके कई और भी फायदे हैं। अगर आपके खाने में घी की मात्रा है तो पानी पर काफी ध्यान दें। घी खाने के बाद ठंडा पानी या कोल्ड ड्रिंक का सेवन करना बेहद खतरनाक है। यह कई सारे रोगों का कारण बन सकता है।

आयुर्वेद कहता है कि घी खाने से ताकत आती है। यह शरीर को अंदर से चिकनाहट देता है। लेकिन यह खासियत नुकसान भी कर सकती है, अगर इसे खाने का सही तरीका ना पता हो। घी खाने के दौरान होने वाली कुछ गलतियों के बारे में जानकारी दी है।

आयुर्वेदिक एक्सपर्ट डॉ. अबरार मुल्तानी ने कहा कि दिक्कत की बात यह है कि लोगों को घी खाने का सही तरीका नहीं मालूम है। गलत तरीके से कोलेस्ट्रॉल तेजी से बढ़ सकता है। यह स्थिति हाई कोलेस्ट्रॉसल के मरीजों के लिए खतरनाक साबित हो सकती है और कभी भी हार्ट अटैक आ सकता है।

घी खाने में पहली गलती

डॉ. मुल्तानी के अनुसार घी के बिना रोटी खाने की लोगों को आदत नहीं रही। लेकिन हमेशा ताजी रोटी पर घी लगाकर ही खाएं। अगर आप घी लगी रोटी ठंडी खा रहे हैं तो यह देर से पच सकती है। खून में अवशोषण होने के बाद इसका फैट गंभीर रूप ले सकता है।

दूसरी गलती

सब्जी में घी डालकर खाना अच्छी बात है। मगर इसे भी ठंडा खाने से बचें। सब्जी को गर्म होना चाहिए और इसके ऊपर से घी डालकर खाएं। यह घी गले से लेकर आंत तक जम सकता है और कफ व कब्ज का कारण बन सकता है।

तीसरी गलती

खाली पेट घी खाना लाभदायक है। इसे भी गुनगुने पानी के साथ लेना चाहिए। नहीं तो घी गले, खाने की नली, फेफड़े, पेट में चिपक सकता है। साथ ही ढंग से इस्तेमाल ना होने पर कोलेस्ट्रॉल को तेजी से बढ़ा सकता है।

चौथी गलती- घी में खाना न तलें

कभी भी घी के अंदर खाना बनाने की गलती ना करें। अगर आप पूड़ी तलने के लिए इसका इस्तेमाल करते हैं तो तुरंत रोक दें। ऐसा करना शरीर के लिए नुकसानदायक हो सकता है और दिल की बीमारी पैदा हो सकता है।

21 दिनों में ताकत डबल, साथ में मिलाकर खाएं ये चीज

कमजोरी एक आम समस्या है, जिसके कई कारण हो सकते हैं। शरीर में सात धातु होती हैं, इनमें से किसी भी एक की कमी से कमजोरी का एहसास होने लगता है। उम्र बढ़ने के साथ भी यह दिक्कत बढ़ जाती है। मगर घबराने की कोई जरूरत नहीं है, क्योंकि आयुर्वेद में हर मर्ज का इलाज है। इंस्टाग्राम पर आयुर्वेद के मशहूर डॉक्टर रोबिन शर्मा ने घर के खाने की ताकत को पहचानने के लिए कहा। उन्होंने अपने पोस्ट में नुस्खा शेयर करते हुए लिखा कि 21 दिनों में ताकत डबल। इसके लिए आपको चार चीजों को मिलाकर सेवन करना है। डॉक्टर ने एक कमेंट में लिखा कि आंवला दूध के साथ प्रयोग किया जा सकता है। साथ ही साथ शहद और घी अकेले अगर समान मात्रा में प्रयोग किए जाएं तो वह विरुद्ध आहार की श्रेणी में आता है, परंतु अगर उनके साथ कोई अन्य चीज मिल जाए तो यह विरुद्ध आहार न होकर श्रेष्ठ बल कारक होता है। आंवला को आयुर्वेद में सबसे ताकतवर फलों में से एक माना जाता है। यह इम्यूनिटी बढ़ाने से लेकर वजन कंट्रोल रखने, स्किन–बालों के लिए फायदेमंद होता है। यह जरूरी रसों में से अधिकतर रस प्रदान करता है।

पालक, मेथी छोड़ो तुरंत खाओ सर्दियों में मिलने वाला हरा साग

अगर आप लगातार चने का साग खाएं तो आपकी आंखों की रोशनी को तेज करने में मदद मिलेगी। इसमें विटामिन ए और कैरॉटिनाइड्स मौजूद होते हैं, जो आंखों की सेहत को बनाए रखने में फायदेमंद है। यह रेटिना को स्वस्थ रखता है और हमारे दृष्टि को सुधारने में कारगर है। इसमें एंटीऑक्सीडेंट मौजूद होते हैं, जो ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस को कम करते हैं। आंखों से जुड़ी समस्याएं जैसे मोतियाबिंद का खतरा कम होता है। चने के साथ को टमाटर और गाजर के साथ मिलाकर खाने से आंखों की सेहत के लिए बेहद फायदेमंद है।

अगर आप अपना वजन कम करना चाहते हैं तो आपकी डाइट में साग को जरूर रखें। इसमें फाइबर अधिक मात्रा में मौजूद होता है। फाइबर से काफी लंबे समय तक पेट भरा रहता है और ओवर इटिंग की समस्या नहीं होती। चने के साग में काफी कम मात्रा में कैलोरीज मौजूद होते हैं। यह पोषण तो देता ही है साथ में वजन बढ़ाने की समस्या नहीं रहती। शरीर की मेटाबॉलिज्म को फास्ट करने में भी यह साग मदद करता है।

गर्म पानी, बीड़ी य चाय से भी नहीं टूट रहा कब्ज?

कब्ज एक आम समस्या है, जिससे हर उम्र के लोग प्रभावित होते हैं। यह रोग तब होता है, जब आपकी आंतें सही से काम नहीं करतीं, जिससे मल त्यागने में कठिनाई होती है। कब्ज होने पर पेट भारी लग सकता है, गैस बन सकती है और मल त्यागते समय दर्द भी हो सकता है। कब्ज का इलाज क्या है? न्यूट्रिशनिस्ट और डाइटीशियन शिखा अग्रवाल शर्मा के अनुसार, इस समस्या को ठीक करने और रोकने के लिए फाइबर बहुत जरूरी है। फाइबर कब्ज से राहत दिलाने में मदद करता है क्योंकि यह मल को नरम बनाता है, मल त्यागने की प्रक्रिया को आसान करता है, आंतों की गति को बढ़ाता है, आंतों में अच्छे बैक्टीरिया को बढ़ावा देता है। हरी मटर में (5.7 ग्राम) फाइबर होता है। हरी मटर फाइबर और प्लांट प्रोटीन से भरपूर होती है। यह पाचन में सहायता करती है, ब्लड शुगर को स्थिर करती है, आंत के स्वास्थ्य को बढ़ावा देती है और आवश्यक पोषक तत्व प्रदान करती है, जो इसे संतुलित आहार के लिए एक बेहतरीन ऑप्शन बनाती है। फूलगोभी में (2 ग्राम) फाइबर होता है। फूलगोभी एक कम कैलोरी वाली सब्जी है जिसमें भरपूर फाइबर होता है।

क्या खाने से सच में तेज होता है दिमाग, याददाश्त बढ़ाने का नंबर 1 उपाय

कंप्यूटर में कोई भी कमांड डालो, वो एक सेकंड के अंदर जानकारी दे देता है। आपकी याददाश्त भी इसी तरह होनी चाहिए, लेकिन हो इसका उल्टा रहा है। दो दिन पुराना याद नहीं रहता कि क्या किया था। फिर लोग ब्रेन टॉनिक या सिरप लेते हैं। न्यूरोलॉजिस्ट ने इन्हें बेकार बताया है।

टहनिक-सिरप बेकार

पॉडकास्ट में न्यूरोलॉजिस्ट डॉ. मधुरीता अचारी ने दिमाग तेज करने वाले टॉनिक, सिरप, सप्लीमेंट को बेकार बताया है। उन्होंने कहा कि हमारा शरीर हमसे ज्यादा समझदार है। वह किसी भी समस्या को खुद खत्म कर सकता है। हमारे पूर्वज भी इसी का फायदा उठाते थे।

दिमाग कमजोर होने का कारण

डॉ. मधुरीता ने हाई कैलोरी मालन्यूट्रिशन को दिमाग कमजोर होने का कारण बताया। उन्होंने कहा कि लोग खा तो बहुत रहे हैं, लेकिन इस खाने में पोषण की जगह केवल कैलोरी हैं। इसलिए विटामिन–मिनरल से भरपूर डाइट लेना दिमाग तेज करने का नंबर 1 तरीका है।

90 प्रतिशत खा रहे हैं अल्ट्रा रिफाइंड अनाज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

डॉक्टर ने दिमाग के लिए अनाज को ताकतवर बताया। लेकिन उन्होंने कहा कि आजकल 90 प्रतिशत लोग अल्ट्रा रिफाइंड अनाज खा रहे हैं, जिसमें पोषण कम होता है। आप वापिस साबुत अनाज की तरफ जाएं। बाजरा, ज्वार, मक्का, रागी इसके प्रमुख उदाहरण हैं।

ताजे फल और सब्जियां

दिमाग को ताकत के लिए पोषण चाहिए। इसके लिए ताजे फल और सब्जी खाएं। पालक, कोलार्ड, ब्लूबेरी, स्ट्रॉबेरी का सेवन ब्रेन हेल्थ के लिए अच्छा साबित हो सकता है। इसमें ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस से बचाने वाले गुण भी होते हैं।

मीट

न्यूरोलॉजिस्ट मीट खाने की सलाह देती है। इसमें मछली और पॉल्ट्री का सेवन कर सकते हैं। यह प्रोटीन, ओमेगा फैटी एसिड और अन्य पोषक तत्वों का खजाना है। सीमित मात्रा में इनका सेवन दिल के लिए भी बेहतरीन साबित हो सकता है।

नट्स और सीड

ओमेगा फैटी एसिड के लिए नट्स और सीड खाए जा सकते हैं। बादाम, अखरोट, कद्दू के बीज, मगज आदि में भरपूर पोषण होता है। यह याद रखने की क्षमता बढ़ाने में मदद करते हैं और बुढ़ापे में डिमेंशिया व अल्जाइमर का खतरा कम रहता है।

चबाकर खाएं खाना

एक्सपर्ट का कहना है कि खाने का असली मतलब चबाना है। अगर आप किसी चीज को दांतों से चबाए बिना सीधा पेट में ले जाते हैं तो उसका आधा असर खो जाता है। इसलिए खाने को अच्छी तरह चबाकर खाएं।

इंग्लैंड ने चैंपियंस ट्रॉफी से स्टार खिलाड़ी को गंवा दिया

इंग्लैंड की मुश्किलें बढ़ी

चैंपियंस ट्रॉफी 2025 का आगाज 19 फरवरी से होना है। इस टूर्नामेंट से पहले जैकेब का चोटिल होना इंग्लैंड की टीम के कप्तान जोस बटलर के लिए काफी टेंशन की बात हो गई हैं। बता दें कि इस टूर्नामेंट के लिए टीम में बदलाव की आखिरी तारीख 12 फरवरी है। इसके बाद टूर्नामेंट के दौरान अगर कोई खिलाड़ी बाहर होता है, तो उसके रिप्लेसमेंट के लिए आईसीसी की टेक्निकल टीम की मंजूरी लेनी होती है।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। इंग्लैंड के खिलाफ दूसरे वनडे मैच को हैमस्ट्रिंग की चोट के कारण मिस करने के बाद जैकब बेथेल को लेकर अपडेट सामने आया हैं। युवा ऑलराउंडर जैकेब बेथेल फिट नहीं हुए हैं और अब वह इंजरी के चलते चैंपियंस ट्रॉफी 2025 से बाहर हो गए हैं। इससे इंग्लैंड क्रिकेट टीम को तगड़ा झटका लगा हैं। इंग्लिश टीम के कप्तान जोस बटलर ने कटक में खेले गए दूसरे वनडे के बाद इस बात की पुष्टि की। कटक में टीम इंडिया ने इंग्लैंड को चार विकेट से रौंदकर सीरीज पर कब्जा कर लिया हैं। दरअसल, इंग्लैंड टीम के कप्तान जोस बटलर ने कटक मैच के बाद कहा कि ईमानदारी से कहूं तो मुझे पूरा यकीन है कि वह चैंपियंस ट्रॉफी से बाहर हो गए हैं। यह उनके लिए वाकई निराशाजनक है। उन्होंने पिछले मैच में अच्छा खेला और वह शानदार खिलाड़ियों में से एक रहे। इसलिए, दुखद बात ये है कि वह चोट के कारण बाहर हो जाएंगे। बता दें कि 21 साल के जैकेब बेथेल ने नागपुर में भारत के खिलाफ पहले वनडे मैच में अर्धशतक जड़ा था और एक विकेट भी लिया था।

न्यूज डायरी

अंकित ने मुंबई के खिलाफ जमाया शानदार शतक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) कोलकाता। हरियाणा के कप्तान अंकित कुमार (136) की शतकीय पारी से गत बार की रणजी चैंपियन मुंबई पर खिताब गंवाने का संकट मंडराने लगा है। इडन गार्डंस स्टेडियम में रणजी के क्वार्टरफाइनल मैच के दूसरे दिन का खेल खत्म होने तक हरियाणा ने पांच विकेट पर 263 रन बना लिए हैं और वह मुंबई की पहली पारी से सिर्फ 52 रन पीछे है। इससे पहले मुंबई की पहली पारी 315 रन पर समाप्त हुई। मुंबई के तनुष कोटियान (97) शतक से चूक गए। 173 गेंदों की उनकी पारी में 13 चौके शामिल रहे। कप्तान के साथ आरंभिक बल्लेबाज की भी भूमिका निभा रहे कुरुक्षेत्र के अंकित ने सामने से टीम का नेतृत्व करते हुए शानदार पारी खेली, जिसमें 21 चौके शामिल रहे। उन्होंने लक्ष्य दलाल के साथ ठोस शुरुआत करते हुए पहले विकेट के लिए 87 रन जोड़े। उनकी बल्लेबाजी में काफी संयम व दायित्व भाव दिखा। उनका शॉट सेलेक्शन काफी अच्छा रहा। बल्लेबाजी के बाद मुंबई की गेंदबाजी भी कुछ खास नहीं दिखी। बल्लेबाजी में जहां सूर्यकुमार यादव जैसे सरीखे बल्लेबाज फ्लॉप रहे, वहीं गेंदबाजी में शार्दुल ठाकुर व शिवम दुबे भी कमाल नहीं दिखा पाए।

कटक में खराब फ्लड लाइट्स के बाद ओडिशा सरकार ने सख्ती बरती

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत और इंग्लैंड के बीच दूसरा वनडे कैच में फ्लडलाइट में खराबी के कारण मैच करीब 30 मिनट तक बाधित रहा। इसके बाद फैंस ने सोशल मीडिया पर बीसीसीआई को खूब ट्रोल किया। मैच के बाद खेल मंत्री सूर्यवंशी सूरज ने रविवार को सरकार ओडिशा क्रिकेट संघ से इसको लेकर नोटिस भेजा है और 10 दिन के समय के अंदर स्पष्ट्रकरण मांगा। बता दें कि भारतीय टीम ने इंग्लैंड को दूसरे वनडे मैच में 4 विकेट से मात दी।

दरअसल, इंग्लैंड के खिलाफ दूसरे वनडे मैच में जब भारत ने 6.1 ओवर में बिना किसी नुकसान के 48 रन बना लिए थे। तब लॉन्ग–ऑन बाउंड्री के पार खड़ा टावर पूरी तरह से बंद होने से पहले टिमटिमाने लगा। इस दौरान भारताय टीम के कप्तान रोहित शर्मा और शुभमन गिल जल्द ही डगआउट में चले गए। वहीं, इंग्लैंड टीम के खिलाड़ी भी उनके पीछे चले गई। ओसीए सूत्रों के अनुसार, टेक्निकल समस्या के कारण जनरेटर बंद हो गया और वहां पर मौजूद और एक नया जनरेटर को लगाने में समय लगा। बता दें कि इस घटना के कारण मैच लगभग 30 मिनट के लिए स्थगित करना पड़ा, जिससे खिलाड़ियों और दर्शकों को असुविधा हुई। ओडिशा खेल विभाग द्वारा ओसीए को जारी एक पत्र में कहा गया है, ओसीए को व्यवधान के कारण के लिए एक विस्तृत स्पष्टीकरण प्रस्तुत करने और उन व्यक्तियों/एजेंसियों की पहचान करने और भविष्य में इसी तरह की घटनाओं को रोकने के लिए किए गए उपायों की रूपरेखा तैयार करने का निर्देश दिया गया है।

शतक बनाकर भी खुश नहीं होंगे रोहित शर्मा, बड़े रिकॉर्ड से चूके

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। टीम इंडिया ने इंग्लैंड को कटक में खेले गए दूसरे वनडे मुकाबले में 4 विकेट से हरा दिया। मैच में पहले बल्लेबाजी इंग्लैंड की टीम ने की थी और बोर्ड पर 304 रन लगाए थे। जवाब में भारतीय टीम ने 45वें ओवर में ही 6 विकेट खोकर टारगेट को चेज कर लिया। टीम इंडिया के जीत के हीरो खुद कप्तान रोहित शर्मा रहे जिन्होंने इंग्लैंड के गेंदबाजों को जमकर धोया। रोहित के बल्ले से इस मैच में सेंचुरी आई और उसी के दम पर टीम इंडिया 300 के ऊपर का टारगेट चेज करने में कामयाब हो गई। लेकिन इसके बावजूद भी रोहित एक बड़ा कारामा करने से चूक गए। रोहित शर्मा ने 90 गेंदों पर 119 रन की बेहतरीन पारी खेली। रोहित की ये पारी दमदार थी लेकिन अगर वो इस पारी के दौरान 13 रन और बना लेते तो वनडे क्रिकेट में उनके 11 हजार रन पूरे हो जाते।

कुछ असफलताओं से नहीं बदलेगा बल्लेबाजी का तरीका

क्रिकेट

कटक में शतक जड़ने के बाद आलोचकों के मुंह पर जड़ा तमाचा

इंग्लैंड के खिलाफ दूसरे वनडे में बनाए 119 रन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय टीम के कप्तान रोहित शर्मा ने कटक में खेले गए दूसरे वनडे में इंग्लैंड के खिलाफ मैच में विनिंग शतक लगाया। इस शतक के बाद उन्होंने अपने मन की बात जाहिर की। बीसीसीआई ने एक्स पर एक वीडियो शेयर किया है, जिसमें कप्तान रोहित कह रहे हैं कि कुछ असफलताओं से उनकी बल्लेबाजी का तरीका नहीं बदलेगा और नाकामयाबियों से उबरने के लिए रन बनाने की कोशिश करने का माइंडसेट के साथ खेलना होगा।

दरअसल, रोहित शर्मा खराब फॉर्म से जूझ रहे थे। उनके बल्ले से रन निकलना मुश्किल हो गया था। रणजी ट्रॉफी में फेल होने के बाद रोहित इंग्लैंड के खिलाफ वनडे सीरीज के पहले मैच में भी फ्लॉप पारी खेलकर लौटे थे। इसके बाद दूसरे वनडे मैच में उन्होंने शतक जड़कर फॉर्म में वापसी की।

इस शतक के बाद उन्होंने बीसीसीआई द्वारा शेयर की गई वीडियो में रोहित ने कहा, हमें अपना काम करने की जरूरत है। हमारा काम बस वहां जाना और गेम खेलना है। आप जानते हैं कि आज जब आप बिस्तर पर जाओगे तो आपको पता चलता है कि आपने अपना सर्वश्रेष्ठ दिया है। यही मायने रखता है।

रोहित ने साथ ही कहा, जब मैं पिच पर खेल खेलने के लिए उतरता हूं तो मैं अच्छा प्रदर्शन करने की कोशिश करना चाहता हूं। कभी–कभी ऐसा होता है, कभी–कभी ऐसा नहीं भी हो सकता है। जब तक मैं स्पष्ट हूं मैं क्या करना चाहता हूं।

बस इतना ही मायने रखता है और कुछ मायने नहीं रखता है। जब आपने इतने सारे रन बनाए हैं, आपने कुछ सही किया है तो आपको बस उस पर वापस आने की जरूरत है। रन कैसे बनाएं इसकी मानसिकता। यह वास्तव में आसान लगता है लेकिन यह काफी मुश्किल है। मेरे दिमाग में यह सिर्फ खेल इंजॉय लेने के बारे में था कि हम किसी भी बाकी चीज से अधिक खेल का आनंद लेने के लिए खेल खेलते हैं।

जीत के बावजूद सवालों के घेरे में एक खिलाड़ी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारत और इंग्लैंड के बीच तीन मैचों की सीरीज का दूसरा मुकाबला कटक में खेला गया। इस मुकाबले में पहले बल्लेबाजी करते हुए इंग्लैंड की टीम ने 304 बनाए। जवाब में टीम इंडिया ने 6 विकेट खोकर आसानी से इस टारगेट को चेज कर लिया। इतना ही नहीं 3 मैचों की सीरीज में भी अब टीम इंडिया 2–0 की अजेय बढ़त ले चुकी है। टीम इंडिया मैच जरूर जीती, लेकिन इसके बावजूद टीम के एक खिलाड़ी ने कप्तान रोहित शर्मा और कोच गौतम गंभीर के लिए मुसीबत खड़ी की हुई है। इस खिलाड़ी पर मैनेजमेंट जल्द कोई बड़ा फैसला ले सकती है।

टीम इंडिया के विकेटकीपर बल्लेबाज केएल राहुल लंबे समय से अच्छी

■रोहित–गंभीर अगले मैच में ले सकते हैं फैसला

पारी खेल पाने में नाकामयाब रहे हैं। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ टेस्ट फॉर्मेट में चूकने के बाद राहुल के बल्ले से अब वनडे में भी रन नहीं आ रहे हैं। इस सीरीज के दोनों ही मैचों में राहुल को नंबर 6 पर बल्लेबाजी करने के लिए भेजा गया। आमतौर पर नंबर 5 पर खेलने वाले राहुल की जगह टीम मैनेजमेंट फिलहाल अक्षर पटेल को नंबर 5 पर खिला रही है। उनके बल्ले से दोनों मैचों में रन आए हैं, लेकिन केएल राहुल ने लगातार दोनों मैचों में निराश किया है।

इंग्लैंड के खिलाफ नागपुर में खेले गए पहले वनडे मुकाबले में केएल राहुल 9 गेंद खेलकर सिर्फ 2 रन बना पाए थे। ऐसी ही कुछ कहानी राहुल के लिए दूसरे वनडे में भी रही। यहां केएल राहुल ने सिर्फ 10 रन बनाए और गेंद खेलीं 14। ऐसे में उनकी जगह को अब प्लेइंग 11 में खतरा नजर आ रहा है। टीम मैनेजमेंट प्लेइंग 11 में बतौर विकेटकीपर बल्लेबाज ऋषभ पंत को डाल सकती है। पंत एक मैच विनर बल्लेबाज हैं और इसके साथ वो टीम को एक लेफ्ट हैंड ऑप्शन भी देते हैं। पिछले दो मैच से डगआउट में बैठे पंत अब राहुल की जगह ले सकते हैं।

केएल राहुल की बल्लेबाजी पर लगातार उनके बल्लेबाजी ऑर्डर को बदलने से भी असर पड़ सकता है। राहुल को मैनेजमेंट हर फॉर्मेट में हर नंबर पर आजमाता रहा है।

हारे हुए मैच में भी रच दिया इतिहास

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। इंग्लैंड को भारती क्रिकेट टीम के खिलाफ कटक में खेले गए वनडे मुकाबले में 4 विकेट से हार का सामना करना पड़ा। इसी के साथ इंग्लैंड की टीम वनडे सीरीज में 0–2 से पिछड़ चुकी है। इंग्लैंड की टीम मैच हारी जरूर लेकिन इसके बावजूद उनका एक बल्लेबाज बड़ा रिकॉर्ड बनाने में कामयाब हो गया। ये बल्लेबाज कोई और नहीं बल्कि जो रूट हैं। टीम इंडिया के खिलाफ जो रूट ने दूसरे वनडे मैच में 72 गेंदो पर 69 रन की पारी खेली। इस बीच उनके बल्ले से कुल 6 चौके आए। रूट ने इसी के साथ एक बड़ा रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है। रूट अब वनडे क्रिकेट में इंग्लैंड की ओर से सबसे ज्यादा फिफ्टी प्लस स्कोर बनाने वाले बल्लेबाज बन चुके हैं। ये रूट का वनडे में 56वां फिफ्टी प्लस स्कोर था।

राष्ट्रपति, द्रौपदी मुर्मू का अभिनन्दन करते हुए स्वामी चिदानन्द सरस्वती।

हमारा दून

संक्षिप्त समाचार

सीएम ने वरिष्ठ पत्रकार मंजुल माजिला के निधन पर दुख व्यक्त किया

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने वरिष्ठ पत्रकार मंजुल माजिला के आकस्मिक निधन पर दुःख व्यक्त किया। उन्होंने दिवंगत आत्मा की शांति और शोकाकुल परिजनों को धैर्य प्रदान करने की ईश्वर से कामना की है। महानिदेशक सूचना बंशीधर तिवारी ने भी वरिष्ठ पत्रकार मंजुल माजिला के निधन पर शोक व्यक्त किया। उन्होंने दिवंगत आत्मा की शांति और शोकाकुल परिवारजनों को धैर्य प्रदान करने की ईश्वर से कामना की है।

पिटकुल को मिली एक प्लस प्लस रेटिंग

संवाददाता देहरादून। पिटकुल ने 2023–24 में कमाए 141.67 करोड़ के लाभ के जरिए अपनी रेटिंग में बड़ा सुधार किया है। वित्तीय आंकड़ों के आधार पर आरईसी ने पिटकुल की रेटिंग को उच्चीकृत करते हुए उच्चतम क्रेडिट रेटिंग ए प्लस प्लस निर्धारित की। ये रेटिंग अभी तक देश के चार पॉवर ट्रांसमिशन कंपनियों को ही प्राप्त थी। छत्तीसगढ़, गुजरात, हरियाणा, नार्थ ईस्ट के बाद उत्तराखंड ने भी एक प्लस प्लस रेटिंग में अपना स्थान बनाने में कामयाबी पाई है। इससे पिटकुल को योजनाओं 0.50 प्रतिशत ब्याज दर में कटौती का लाभ मिलेगा। जिसका लाभ आम जनता को बिजली दरों में राहत के रूप में मिलेगा।

हरबंस कपूर बालिका इंटर कालेज की छात्राओं ने सुनी परीक्षा पर चर्चा

संवाददाता देहरादून। हरबंस कपूर मेमोरियल बालिका इंटर कॉलेज कौलागढ़ में कैंट विधायक सविता कपूर ने अध्यापकों एवं छात्राओं के साथ पीएम नरेन्द्र मोदी द्वारा परीक्षा पर चर्चा के आठवे संस्करण को ऑनलाइन माध्यम से सुना। इस अवसर पर विधायक सविता कपूर ने प्रधानमंत्री द्वारा बताए गए 21 बिंदुओं पर छात्राओं के साथ चर्चा की। जिसमें मानसिक, शारीरिक व्यायाम आदि विषय पर प्रकाश डाला।

माता से ही हमारा अस्तित्व जुड़ा हैः सीएम

आस्था की डूबकी

■ त्रिवेणी संगम पर सीएम धामी ने मां को लगवाई डुबकी, इच्छा पूरी कर हुए भावुक

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सोमवार को महाकुंभ 2025 के पुण्य अवसर पर पावन दिव्य त्रिवेणी संगम पर सपरिवार स्नान किया। उन्होंने पतित पावनी मां गंगा, यमुना और सरस्वती के पूजन के साथ सभी देवों का आह्वाहन कर प्रदेशवासियों की सुख समृद्धि तथा प्रदेश की उन्नति के लिए प्रार्थना की।

मुख्यमंत्री ने कहा कि महाकुंभ शताब्दियों से अपनी अक्षुणता बनाये रखते हुए सनातन धर्म की आध्यात्मिक और सांस्कृतिक महत्ता के माध्यम से करोड़ों लोगों को धर्म एवं संस्कृति से जोड़ता रहा है। महाकुंभ का पर्व केवल आध्यात्मिक चेतना का ही नहीं, बल्कि राष्ट्रीय एकता, अखण्डता और विश्व बंधुत्व का प्रतीक है। विश्व का यह महान पर्व सदियों से मानवता, समरसता तथा नैतिक मूल्यों की प्रेरणा देकर विश्व कल्याण का मार्ग प्रशस्त करता रहा है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने त्रिवेणी संगम में मां को स्नान कराकर उनकी इच्छा पूरी की। सीएम धामी और उनकी पत्नी गीता धामी दोनों ने मिलकर मां को स्नान कराया। गंगा में डुबकी लगाने के बाद उन्होंने कहा कि यह मेरे जीवन के उन अमूल्य और भावुक क्षणों में से एक है, जिन्हें शब्दों में पिरोना संभव नहीं।

सोमवार को सीएम धामी परिवार के साथ प्रयागराज महाकुंभ पहुंचे। इस दौरान उन्होंने कहा कि त्रिवेणी संगम के पुण्य सलिल में मां को स्नान कराने का सौभाग्य मिला। वेदों, शास्त्रों और पुराणों में उल्लेखित है कि कोई भी जीव माता के ऋण से कभी उऋण नहीं हो सकता क्योंकि माता ही वह प्रथम स्रोत हैं, जिनसे हमारा अस्तित्व जुड़ा हुआ है।

माता का स्नेह अनंत, उनकी ममता अपरिमेय और उनका आशीर्वाद अक्षुण्ण होता है। इस दिव्य क्षण में अनुभव हुआ कि माँ केवल जन्मदात्री ही नहीं बल्कि सजीव तीर्थ हैं, जिनकी सेवा और सम्मान से जीवन के समस्त पुण्य फलीभूत होते हैं। यह भावपूर्ण क्षण मेरे लिए सनातन संस्कृति, परंपरा और मातृभक्ति का सजीव स्वरूप बनकर हृदयपटल पर सदैव अंकित रहेगा।

इससे पहले सीएम पुष्कर सिंह धामी ने प्रयागराज में रविवार को आचार्य शिविर में आयोजित समानता के साथ समरसता कार्यक्रम में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर सभी संतों ने उत्तराखंड राज्य में सर्वप्रथम यूसीसी लागू करने पर मुख्यमंत्री का अभिनंदन किया। संतो द्वारा पुष्पमाला के साथ मुख्यमंत्री को सम्मानित किया गया।

नीदरलैंड के साथ मिल कर काम करेगा उत्तराखंड

संवाददाता देहरादून। ग्रामीण क्षेत्रों के विकास, स्वरोजगार के अवसर विकसित करने को नीदरलैंड का राबो बैंक उत्तराखंड को वित्तीय सहायता उपलब्ध कराएगा। नीदरलैंड के दौरे पर पहुंचे सहकारिता मंत्री धन सिंह ने सोमवार को अफसरों के साथ राबो बैंक की वित्तीय प्रबंधन प्रणाली के साथ ही डेयरी, फ्लोरीकल्चर, खाद्य, कृषि क्षेत्र में हुए उल्लेखनीय कार्यों को देखा। सहकारिता मंत्री धन सिंह रावत ने कहा कि उत्तराखंड में सहकारिता क्षेत्र को सशक्त और विकसित करने की दिशा में ये दौरा बेहद अहम साबित होगा। दौरे में डेयरी विकास, ग्रामीण वाणिज्यिक विकास, फ्लोरीकल्चर, खाद्य एवं कृषि क्षेत्र की आधुनिक तकनीकी की जानकारी ली जाएगी। बताया कि नीदरलैंड में आयोजित कार्यशाला में विशेषज्ञों की ओर से कोऑपरेटिव गवर्नेंस, वेल्यू चेन फाइनेंस, ग्रामीण वाणिज्यिक विकास, हॉल्टीकल्चर, फ्लोरीकल्चर, डेयरी विकास, खाद्य एवं कृषि अनुसंधान जैसे प्रमुख विषयों पर विस्तृत जानकारी दी गई।

सरकारी स्कूल में नहीं बैठेगा अब कोई बच्चा जमीन पर

पहल

■डीएम के प्रोजेक्ट 'उत्कर्ष' अन्तर्गत व हुडको ने किया फर्नीचर निर्माण शुरू

संवाददाता

देहरादून। प्रोजेक्ट ''उत्कर्ष'' के तहत् सरकारी स्कूलों को पठन–पाठन आधुनिक तकनीक से को स्मार्ट बनाने के डीएम सविन बंसल के प्रयास धरातल पर उतरने लगे हैं। जिले के दुर्गम क्षेत्र के स्कूलों को अब फरवरी माह तक फर्नीचर मिल जाएगा। इस कार्य में ओएनजीसी व हुडको द्वारा सहयोग किया जा रहा है। जिलाधिकारी के इस महत्वाकांक्षी प्राजेक्ट में हुडको द्वारा स्कूलों में पठनपाठन व्यवस्था हेतु आधुनिक उपकरण एलईडी के लिए 2.5 के कार्य प्रोसेस में हैं,जबकि ओएनजीसी 1.5 करोड़ के फर्नीचर एवं उपकरण में सहयोग कर रही है।

देश दुनिया से रूबरू रहेंगे बच्चे

जिलाधिकारी की पहल पर प्रत्येक स्कूल में न्यूजपेपर, मैगजीन, शब्दकोश और महापुरुषों की जीवनियाँ अनिवार्य रखे जाने के निर्देश दिए ताकि बच्चे व्यवसायिक शिक्षा के साथ–2 महापुरूषों की जीवनी से परिचित हो सके। जिलाधिकारी ने स्कूलों की कक्षाओं में मूलभूत सुविधा, लाईट, पानी, पेयजल, शौचालय उपलब्ध हों पानी की टंकियों की मरम्मत सफाई एवं सुरक्षा हेतु इंतजाम के साथ ही गुणवत्तायुक्त पोष्टिक भोजन सुनिश्चित करने हेतु मुख्य शिक्षा अधिकारी एवं सम्बन्धित खण्ड एवं उप शिक्षा अधिकारियों को निर्देशित किया गया है।

डीएम की योजना बच्चों को पढाई के साथ आधुनिक, प्रतियोगिता की है,जिसके लिए डीएम अपने स्तर पर निंरत प्रयासरत हैं। जल्द ही स्कूलों में एलईडी स्क्रीन के माध्यम ऑनलाइन पढ़ाई हो सकेगी हुडको पर 3.5 करोड़ का प्रोजेक्ट अंतिम चरण पर है।

जिलाधिकारी ने जनपद देहरादून में स्कूलों में मूलभूत सुविधा सहित वाईट बोर्ड, प्रत्येक कक्ष में दो एलईडी लाईट, फर्नीचर, आउटडोर स्पोर्टस आदि समुचित व्यवस्थाएं करने की दिशा में कार्य किया जा रहा है जिसके लिए 1 करोड़ की धनराशि मुख्य शिक्षा अधिकारी निवर्तन पर रखी गई। जिसके तहत् सम्बन्धित खण्ड शिक्षा अधिकारियों को भी मांग के अनुरूप धनराशि आंवटित की गई है।

बीच कबड्डी में उत्तराखंड की पुरुष और महिला टीमें क्वार्टर फाइनल में पहुंची

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड की पुरुष और महिला टीमें राष्ट्रीय खेलों की बीच कबड्डी स्पर्धा में क्वार्टर फाइनल में पहुंच गई हैं। दोनों टीमों ने लीग मुकाबलों में शानदार प्रदर्शन किया है। आज महिला वर्ग में उत्तराखंड की टीम हरियाणा और पुरुष वर्ग में राजस्थान के साथ क्वार्टर फाइनल मुकाबले खेलेगी। सोमवार को शिवपुर में गंगा नदी के तट पर बीच कबड्डी प्रतियोगिता के दूसरे दिन आठ लीग मुकाबले हुए। प्रतियोगिता के दूसरे दिन महिला वर्ग में उत्तराखंड ने महाराष्ट्र को 50–37 के अंतर से शिकस्त दी। दूसरे मुकाबले में उत्तर प्रदेश ने कर्नाटक को 58–17 से हराया। तीसरा मुकाबला दिल्ली और हिमाचल प्रदेश की टीम के मध्य हुआ, जिसमें हिमाचल ने दिल्ली को 60–34 से हराया। चौथे मैच में हरियाणा ने छत्तीसगढ़ को 59– 28 से हराया। वहीं, पुरुष वर्ग में महाराष्ट्र और उत्तराखंड के मध्य मुकाबला हुआ, जिसमें उत्तराखंड ने महाराष्ट्र को 42–39 से शिकस्त दी।

विरेंद्र नौटियाल बने मन्दिर सिद्धपीठ ट्रस्ट के अध्यक्ष

संवाददाता ऋषिकेश। मां होशियारी माता मन्दिर सिद्धपीठ ट्रस्ट प्रतीतनगर रायवाला की नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। जिसमें विरेंद्र नौटियाल को अध्यक्ष बनाया गया। सोमवार को मां होशियारी माता मन्दिर सिद्धपीठ ट्रस्ट प्रतीतनगर रायवाला के प्रवक्ता विरेन्द्र नौटियाल ने बताया कि बोर्ड ऑफ ट्रस्ट की प्रबंधकीय कार्यकारिणी की बैठक की गई।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिटर्स,74/9,आराघर,देहरादून से मुद्रित
व जाखन जोहड़ी रोड,
पी.ओ–राजपुर, देहरादून से प्रकाशित।
संपादकः प्रदीप चौधरी

सिटी कार्यालयः
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल
दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं0
UTTHIN\2005\15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।