तापमान

अधिकतम 39 .0 डिग्री से.
न्यूनतम 30 .0 डिग्री से.

हरिभूमि
जींद-कैथल भूमि

रोहतक, रविवार 21 जून 2026

10 सुदर्शन क्रिया खुशहाल जीवन की कुंजी : नरेश

10 जाजवान में नुक्कड़ सभाओं के माध्यम से मलेरिया ...

खबर संक्षेप

नशा तस्करी मामले में महिला गिरफ्तार

जींद। शहर थाना पुलिस ने धमतान साहिब निवासी महिला कविता उर्फ गीता को नशा तस्करी के मामले में गिरफ्तार किया है। वीरवार को नशा तस्करी के आरोप में पकड़े गए अजमेर बस्ती निवासी नरेश ने महिला का नाम बताया था। पुलिस मामले की जांच कर रही है। शहर थाना प्रभारी युद्धवीर सिंह ने बताया कि डिटेक्टिव स्टाफ पुलिस ने विकास नगर स्थित पीर के पास से अजमेर बस्ती निवासी नरेश को दो दिन पहले गिरफ्तार किया था। आरोपित के पास से पुलिस ने 427 ग्राम गांजा बरामद किया था।

गेहूं चोरी के तीन आरोपी गिरफ्तार

जींद। गढ़ी थाना पुलिस ने धमतान साहिब अनाज मंडी से गेहूं के कट्टे चोरी करने के आरोपित पंजाब के संगरूर निवासी सतगुरु, धमतान साहिब निवासी दीपक व कैथल के गांव रेहड़ा निवासी राजेश उर्फ राजा को गिरफ्तार किया है। पुलिस आरोपितों से पूछताछ कर रही है। गढ़ी थाना प्रभारी उपनिरीक्षक दिलबाग सिंह ने बताया कि धमतान साहिब निवासी बलवान ने पुलिस को शिकायत देकर कहा था कि उसकी धमतान साहिब अनाजमंडी में दुकान है। उसकी दुकान से गेहूं के कुछ कट्टे चोरी हो गए थे।

रंजिशन हमले में तीन घायल, पंद्रह पर केस

जींद। गांव ढांडाखेड़ी में रंजिशन घर में घुस हमला कर तीन लोगों को घायल करने पर सदर थाना पुलिस ने नौ लोगो को नामजद कर छह अन्य के खिलाफ मामला दर्ज किया है। गांव ढांडा खेड़ी निवासी मूर्ति ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उनकी रण सिंह परिवार से रंजिश चली आ रही है। गत 18 जून को रण सिंह का बेटा सुरेश आया और उसके पति नफे सिंह के साथ गाली गलौज करने लगा। उस समय तो आरोपित चला गया। जिसके बाद बीती मध्यरात्री के बाद रण सिंह परिवार के लोग घर में घुस आए हथियारों से हमला कर दिया।

खरकड़ा में चले चाकू और लाठी, चार घायल

कैथल। गांव खरकड़ा में खेत में काम करने गए लोगों पर चाकू और लाठियों से हमला कर दिया। इस हमले में तीन लोग घायल हो गए, जिनमें एक व्यक्ति की आंख के पर चाकू लगने से चोट आई। पीड़ित पक्ष ने आरोप लगाया कि आरोपियों ने मारपीट के बाद जान से मारने की धमकी भी दी। सीवन थाना पुलिस ने 4 लोगों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गांव खरकड़ा निवासी निशान सिंह ने बताया कि वह अपने खेत में काम करने गया हुआ था।

424 ग्राम अफीम सहित नशा तस्कर गिरफ्तार

कैथल। एंटी नारकोटिक्स सैल द्वारा गुहला क्षेत्र से एक नशा तस्कर को 424 ग्राम अफीम सहित काबू कर लिया गया। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि एंटी नारकोटिक सैल प्रभारी एसआई प्रदीप कुमार की अगुवाई में एएसआई रोहताश सिंह की टीम गश्त दौरान बस अड्डा रामथली मौजूद थी, जहां एक गुप्त सूचना मिली कि गांव चिचड़वाला जिला पटियाला पंजाब निवासी सुखविंद्र सिंह काफी समय से नशीला पदार्थ अफीम खाने व बेचने का आदि है।

आरसी कैंसिल कर राशि हड़पने वाले दो गिरफ्तार

कैथल। फर्जी दस्तावेजों के जरिए वाहन आरसी कैंसिल कर सरकारी राशि हड़पने के मामले में एंटी व्हीकल थेफ्ट स्टाफ प्रभारी एसआई मुकेश कुमार की अगुवाई में एएसआई अजीत सिंह की टीम द्वारा दो आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया गया। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि 19 जून को एंटी व्हीकल थेफ्ट प्रभारी एसआई मुकेश कुमार की अगुवाई में एएसआई अजीत की टीम अपराधियों की तलाश के दौरान जींद बाईपास क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान एक विश्वसनीय गुप्त सूचना प्राप्त हुई थी।

नीट परीक्षा आज: छह केंद्रों पर 3018 अभ्यर्थी देंगे पेपर, परीक्षा को लेकर सभी तैयारियां पूरी

प्रत्येक परीक्षा केंद्र पर 23 जवान रहेंगे तैनात

जींद में 15 नाके, साइबर टीमें रखेंगी निगरानी

जिले में छह पेट्रोलिंग पार्टियां गठित की

बिजली निगम को परीक्षा के दौरान निर्बाध आपूर्ति सुनिश्चित करने के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

नेशनल टेस्टिंग एजेंसी द्वारा रविवार को दोपहर दो बजे से सवा पांच बजे तक नीट परीक्षा आयोजित की जाएगी। इस परीक्षा को शांतिपूर्ण, पारदर्शी और व्यवस्थित ढंग से संपन्न कराने के लिए जिला प्रशासन ने सभी जरूरी प्रबंध सुनिश्चित कर लिए हैं। जिले में निर्धारित छह परीक्षा केंद्रों पर कानून व्यवस्था बनाए रखने के लिए ड्यूटी मजिस्ट्रेट नियुक्त किए गए हैं। परीक्षा दोपहर दो बजे शुरू होगी और पांच बजकर 20 मिनट पर खत्म होगी। परीक्षार्थी को आधा घंटा पहले परीक्षा केंद्र पर पहुंचना होगा।

सभी परीक्षा केंद्रों पर पेयजल, शौचालय, बैठने की उचित व्यवस्था और साफ.-सफाई का विशेष ध्यान रखा गया है। सभी परीक्षा केंद्रों पर पर्याप्त पुलिस बल की तैनाती की गई है। वहीं स्वास्थ्य विभाग द्वारा सभी परीक्षा केंद्रों पर प्राथमिक चिकित्सा सुविधा उपलब्ध करवाई जाएगी तथा किसी भी आपात स्थिति से निपटने के लिए मेडिकल टीम तैयार रहेगी। ट्रैफिक व्यवस्था सुचारू रखी जाए तथा परीक्षा सामग्री के सुरक्षित आवागमन के लिए विशेष सुरक्षा उपलब्ध करवाई जाए, इसको लेकर रिहर्सल कर ली गई है। परीक्षा समाप्ति के बाद भी सुरक्षा व्यवस्था जारी रहेगी।

प्रत्येक परीक्षा केंद्र पर सुरक्षा की दृष्टि से एक निरीक्षक व चार महिला पुलिस कर्मियों सहित कुल 23 पुलिसकर्मियों की विशेष तैनाती की गई है। वही पांच प्रमुख लोकेशनों पर दो उप पुलिस अधीक्षक स्तर के अधिकारी निगरानी एवं समन्वय के लिए नियुक्त किए गए हैं, जो पूरे सिस्टम पर सतत नजर बनाए रखेंगे। इसके अतिरिक्त जिले में छह पेट्रोलिंग पार्टियां गठित की गई हैं। जिनमें प्रत्येक पार्टी में चार पुलिसकर्मी एवं दो असलाहधारी जवान शामिल हैं। ये टीमें लगातार क्षेत्र में गश्त कर किसी भी आपात स्थिति से निपटने के लिए पूरी तरह सतर्क रहेंगी। परीक्षा सुचारु रुप से करवाने के लिए साईबर टीम कि अलग से तैनाती कि गई हैं। यातायात व्यवस्था को सुचारू बनाए रखने के लिए जिलेभर में 15 नाके (चेकिंग प्वायं)पॉइंटद्ध स्थापित किए गए हैं, जिन पर प्रत्येक स्थान पर पांच-पांच पुलिसकर्मियों की ड्यूटी लगाई गई है।

फोटोस्टेट की दुकानें रहेंगी बंद

परीक्षा केंद्रों के आसपास किसी भी प्रकार की अव्यवस्था, नकल या प्रश्न पत्र लीक जैसी गतिविधियों को रोकने तथा कानून व्यवस्था बनाए रखने के उद्देश्य से भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163 के तहत आदेश जारी किए गए हैं। इन आदेशों के अनुसार परीक्षा केंद्रों के अंदर तथा उनके 200 मीटर के दायरे में किसी भी व्यक्ति के एकत्रित होने और हथियार जैसे बंदूक, लाठी, तलवार, कुल्हाड़ी, चाकू आदि लेकर आने पर पूर्ण प्रतिबंध रहेगा। इसके अतिरिक्त परीक्षा के दौरान केंद्रों के आसपास स्थित सभी फोटोस्टेट की दुकानें भी बंद रहेंगी।

सुविधा के लिए चलाई स्पेशल बसें

परीक्षार्थियों की सुविधा के लिए रोडवेज ने स्पेशल रोड मैप तैयार किया है। इसमें से एक बस स्पेशल चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय के लिए चलाई जाएगी। वहीं दूसरी बस अन्य परीक्षा केंद्रों को कवर करेगी। परीक्षा के दौरान अभ्यर्थियों को परीक्षा केंद्रों तक समय पर पहुंचाने के लिए व्यापक व्यवस्था की जा रही है। परीक्षार्थियों के लिए दो दिन स्पेशल बस चलाई जाएंगी।

सुरक्षा के पुख्ता प्रबंध

परीक्षा केंद्रों पर सुरक्षा व्यवस्था के लिए सीसी टीवी निगरानी, बायोमेट्रिक सत्यापन तथा अन्य आवश्यक तकनीकी प्रबंध सुनिश्चित किए गए हैं। परीक्षा के दिन समय पर केंद्र पर पहुंचना बेहद जरूरी है। क्योंकि बायोमैट्रिक वेरिफिकेशन सहित अन्य प्रक्रियाएं समय पर पूरी करनी होंगी। परीक्षार्थी अपने साथ केवल एडमिट कार्ड और वैध पहचान पत्र ही लेकर जा सकेंगे। कोई भी इलेक्ट्रॉनिक उपकरण, गैजेट या अन्य प्रतिबंधित वस्तु परीक्षा केंद्र में ले जाने की अनुमति नहीं होगी।

व्यवस्था को सफल बनाने में भागीदारी निभाएं

पुलिस अधीक्षक कुलदीप सिंह ने कहा कि जिले में नीट परीक्षा को शांतिपूर्ण, निष्पक्ष एवं सुव्यवस्थित ढंग से संपन्न करवाने के लिए पुख्ता प्रबंध किए गए है। प्रत्येक परीक्षा केंद्र पर पर्याप्त पुलिस अधिकारियों एवं कर्मचारियों की तैनाती सुनिश्चित की गई है। जींद पुलिस आमजन से भी अपील करती है कि वे प्रशासन का सहयोग करें एवं यातायात नियमों का पालन करते हुए परीक्षा व्यवस्था को सफल बनाने में अपनी भागीदारी निभाएं।

धारा 163 के आदेश जारी

उपायुक्त एवं जिला मजिस्ट्रेट डा. वैशाली शर्मा ने बताया कि रविवार को दोपहर दो बजे से पांच बजे तक आयोजित होने वाली नीट 2026 परीक्षा के शांतिपूर्ण एवं निष्पक्ष संचालन के लिए जिला प्रशासन द्वारा आवश्यक कदम उठाए गए हैं। परीक्षा केंद्रों के आसपास किसी भी प्रकार की अव्यवस्था, नकल या प्रश्न पत्र लीक जैसी गतिविधियों को रोकने तथा कानून व्यवस्था बनाए रखने के उद्देश्य से भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163 के तहत आदेश जारी किए गए हैं। इन आदेशों के अनुसार परीक्षा केंद्रों के अंदर तथा उनके 200 मीटर के दायरे में किसी भी व्यक्ति के एकत्रित होने और हथियार जैसे बंदूक, लाठी, तलवार, कुल्हाड़ी, चाकू आदि लेकर आने पर पूर्ण प्रतिबंध रहेगा। इसके अतिरिक्त परीक्षा के दौरान केंद्रों के आसपास स्थित सभी फोटोस्टेट की दुकानें भी बंद रहेंगी।

जींद। सीआरएसयू जहां नीट परीक्षा को लेकर दो परीक्षा केंद्र बनाए गए हैं।

बगैर अनुमति किसी को प्रवेश नहीं दिया जाएगा

परीक्षा केंद्रों मीडिया के प्रवेश पर रोक रहेगी तथा बिना अनुमति किसी भी व्यक्ति को केंद्र में प्रवेश नहीं दिया जाएगा। अभ्यर्थियों की जांच, पंजीकरण एवं बायोमेट्रिक सत्यापन की व्यवस्था एनटीए द्वारा की जाएगी और केंद्रों पर जैमर भी लगाए जाएंगे। बिजली विभाग को परीक्षा के दौरान निर्बाध विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए हैं। स्वास्थ्य विभाग द्वारा एम्बुलेंस और अग्निशमन सेवाओं को भी अलर्ट रखा गया है ताकि किसी भी आपात स्थिति से निपटा जा सके। शिक्षा विभाग एवं संबंधित संस्थानों को निर्देश दिए गए हैं कि वे परीक्षा केंद्रों पर सभी व्यवस्थाएं समय रहते पूरी करें, सीसी टीवी कैमरे एवं अन्य जरूरी उपकरण लगवाएं तथा समय-समय पर निरीक्षण कर रिपोर्ट प्रस्तुत करें।

छह परीक्षा केंद्र बनाए

1. राजकीय पीजी कॉलेज	600
2. राजकीय महिला कॉलेज	594
3. चौधरी रणबीर सिंह विवि	576
4. चौधरी रणबीर सिंह विवि	528
5. राकवमा. विद्यालय	408
6. रामासंवमा. विद्यालय	312

कैथल में जिला प्रशासन ने तानी सुरक्षा की छतरी

पांच जगह 1876 अभ्यर्थी देंगे परीक्षा

- सभी समन्वय के साथ दायित्वों का गंभीरता से निर्वहन करें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

रविवार को जिले के पांच परीक्षा केंद्रों पर नीट की परीक्षा आयोजित की जायगी, जिसमें कुल 1876 परीक्षार्थी शामिल होंगे। परीक्षा को निष्पक्ष, शांतिपूर्ण एवं व्यवस्थित ढंग से संपन्न करवाने के लिए जिला प्रशासन द्वारा सभी आवश्यक तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। डीसी अपराजिता ने कहा कि परीक्षा के सफल संचालन के लिए सुरक्षा, यातायात, स्वास्थ्य सेवाओं, निर्बाध बिजली आपूर्ति तथा परीक्षार्थियों की सुविधाओं से संबंधित सभी व्यवस्थाएं सुनिश्चित कर ली गई हैं। संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए गए हैं कि किसी भी स्तर पर लापरवाही न बरती जाए तथा सभी विभाग आपसी समन्वय के साथ अपने दायित्वों का गंभीरता से निर्वहन करें। उन्होंने बताया कि एडीसी सुशील कुमार को परीक्षा का नोडल अधिकारी नियुक्त किया गया है। इसके अलावा आठ ड्यूटी मजिस्ट्रेट तैनात किए गए हैं, जिनमें से तीन को रिजर्व रखा गया है। परीक्षा वाले दिन जिला प्रशासन की ओर से एक हेल्प डेस्क भी स्थापित किया जाएगा, जिसका दूरभाष नंबर 01746-234203 रहेगा। परीक्षा दोपहर 2 बजे प्रारंभ होगी, इसलिए परीक्षार्थी समय से पहले परीक्षा केंद्र पर पहुंचे, ताकि प्रवेश जांच एवं फ्रिस्किंग की प्रक्रिया सुचारू रूप से पूरी हो सके। डीसी ने कहा कि प्रशासन का उद्देश्य परीक्षा को पूरी पारदर्शिता, सुरक्षा एवं व्यवस्थित वातावरण में संपन्न कराना है, ताकि सभी परीक्षार्थी बिना किसी परेशानी के परीक्षा दे सकें।

यहां बनाए परीक्षा केंद्र

डॉ.बीआर.अम्बेडकर राजकीय महाविद्यालय, जगदीशपुरा रावमा विद्यालय, कमेटी चौक, कैथल
जवाहर नवोदय विद्यालय, तितरम
पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, जखोली अड्डा
राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, गीता भवन, कैथल

पाई। परेशान बैठे किसान। फोटो :हरिभूमि

सोसायटी-बैंक मैनेजर के मतभेद में फंसे किसान

पाई। पाई सोसाईटी व सोसायटी के बैंक के बीच आपसी मतभेद के चलते पिछले दो दिन से पाई के किसानों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। कई किसानों ने बताया कि वे पाई सोसायटी से खाद आदि हर सीजन में लेते हैं और सीजन के बाद अपना खाता क्लीयर कर आगे फिर से खाद आदि का लेने देने करते हैं। इसी के तहत शुक्रवार को सोसायटी में पिछले लिए पैसे भरे और रसीद लेकर बैंक में कापी से लिया कर्ज उतरवाने के लिए गए तो बैंक मैनेजर ने लिया कर्ज उतारने से जबाब दे दिया और कहा कि हम रसीद को नहीं मानते। बताया कि जब तक कापी से पिछले पैसे नही उतरेंगे, तब तक आगे अपनी फसल के लिए खाद, दवाई आदि नही मिलेंगी। बताया की इस समय धान की रोपाई जोर शोर से चल रही है। बार बार सोसयटी के चक्कर काटने का उनके पास न तो समय है और इस समय उनको खाद की सख्त जरुरत है।

युवक ने रेलगाड़ी के आगे कूदकर दी जान

कैथल। गांव ग्योंग में 26 साल के युवक ने कर्ज के दबाव से परेशान होकर रेलगाडी के आगे कूदकर आत्महत्या कर ली। युवक ने निजी कंपनी से लोन लिया था, लेकिन आर्थिक तंगी के कारण वह किस्तें नहीं चुका पा रहा था। जिससे कंपनी की ओर से फोन किए जा रहे थे और कर्मचारी भी वसूली के लिए घर पहुंच रहे थे। इससे परेशान होकर युवक ने यह कदम उठा लिया। मृतक की पहचान गांव ग्योंग के 26 वर्षीय विशाल के रूप में हुई है। बताया जा रहा है कि विशाल एक दिन पहले ही बिना किसी को बताए घर से निकल गया था। शनिवार रात वह जयपुर-चंडीगढ़ इंटरसिटी ट्रेन की चपेट में आ गया। शनिवार की सुबह खेतों की ओर गए लोगों ने रेलवे ट्रैक के पास शव पड़ा देखा और इसकी सूचना जीआरपी पुलिस को दी।

नेशनल हाइवे पर एंबुलेंस नीचे गिरी, पांच घायल

एंबुलेंस चालक को नींद आने से हादसा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

गांव अलेवा के निकट जम्मू-कटरा नेशनल हाइवे पर शनिवार को एंबुलेंस अनियंत्रित होकर रॉग साइड से डिवाडर को तोडती हुई नीचे गिर गई। जिसमें एंबुलेंस के दो चालकों समेत पांच लोग घायल हो गए। एंबुलेंस मरीज का दिल्ली से लेकर अमृतसर जा रही थी। घायलों को पहले नागरिक अस्पातल तथा बाद में उन्हें भठिंडा ले जाया गया है। घटना के पीछे चालक को नींद की झपकी आना बताया जा रहा है। अलेवा थाना पुलिस मामले की जांच कर रही है। जम्मू-कटरा नेशनल हाईवे पर गांव अलेवा के निकट दिल्ली से मरीज लेकर अमृतसर जा रही एंबुलेंस अनियंत्रित होकर डिवाडर को तोड़ती हुई रॉग साइड से दस फीट नीचे गिर गई। जिसमें अमृतसर (पंजाब) निवासी हरमनदीप (25), सुलतानपुर लोधी, पंजाब निवासी रणजीत (45), मनजिंद्र सिंह (26), अमृतसर निवासी एंबुलेंस चालक राजन (35) तथा सहायक साहिल (24) घायल हो गए। घटना की सूचना पाकर अलेवा थाना पुलिस मौके पर पहुंच गई और घायलों को नागरिक अस्पताल पहुंचाया। जिसके बाद घायलों के परिजन उन्हें भठिंडा मेडिकल कालेज ले गए। सभी घायलों के हालात खतरे से बाहर बताए जा रहे हैं। घायल हरमनदीप ने बताया कि सुलतानपुर लोधी निवासी मनजिंद्र का दुबई में आप्रेशन हुआ था। शानिवार रात को मनजिंद्र को दिल्ली एयरपोर्ट पर लाया गया था। जिसके बाद मनजिंद्र को एंबुलेंस से अमृतसर ले जाया जा रहा था। जब वे दिल्ली-जम्मू नेशनल हाइवे से अमृतसर जा रहे थे तो गांव अलेवा के निकट चालक राजन को नींद की झपकी आ गई। जिससे एंबुलेंस अनियंत्रित होकर डिवाइडर को तोड़ती हुई रॉग साइड से नीचे गड्ढों में जा गिरी। जिसमें पांच को चोटें आई हैं।

सभी को नागरिक अस्पताल भेजा

अलेवा थाना प्रभारी आत्मा राम ने बताया कि एंबुलेंस दिल्ली से मरीज लेकर अमृतसर जा रही थी। जो हाइवे से नीचे गिर गई। एंबुलेंस में सवार पांच लोग घायल हो गए। सभी को नागरिक अस्पताल भेज दिया गया है।

पुरानी दिल्ली स्टेशन पर बढ़ रहे दबाव को कम करने के लिए निर्णय लिया

पुरानी दिल्ली जाने वाले यात्रियों की बढ़ी परेशानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

ट्रेन नंबर 54033-36 का संचालन शकूरबस्ती तक किए जाने पर यात्रियों को पुरानी दिल्ली जाने के लिए मेट्रो या अन्य वाहनों का सहारा लेना पड़ रहा है। इससे यात्रियों को पुरानी दिल्ली जाने में अधिक समय और किराया लग रहा है।

रेलवे द्वारा पुरानी दिल्ली स्टेशन पर बढ़ रहे दबाव को कम करने के लिए जींद-दिल्ली रूट पर चलने वाली ट्रेनों का संचालन शकूरबस्ती तक करने का निर्णय लिया है। हालांकि अभी तक केवल ट्रेन नंबर 54033-36 का संचालन शकूरबस्ती तक हो रहा है। आगामी दिनों में रेलवे द्वारा अन्य ट्रेनों को भी शकूरबस्ती तक ही चलाए जाने की योजना है। इसमें ट्रेन नंबर 12481-82 श्रीगंगानगर इंटरसिटी सुपरफास्ट, 54034-35 दिल्ली-जाखल पैसेंजर, 14023-24 दिल्ली-कुरुक्षेत्र डीएमयू शामिल होंगी। ट्रेन नंबर 54033 शाम पांच बजकर 55 मिनट पर शकूरबस्ती से चलकर मंगोलपुरी, नांगलोई, मुंढका, घेवरा, बहादुरगढ़, रोहतक, समरगोपालपुर, करैंथी, किलाजफरगढ़, जुलाना, जैजैवंती, किनाना, बिशपुरा हरियाणा होते हुए रात आठ बजकर 43 मिनट पर जींद पहुंचती है। यहां दो मिनट ठहराव के बाद रात पौने नौ बजे ट्रेन जींद से चलकर बरसोला, उचाना, घसो होते हुए रात लगभग पौने दस बजे जींद पहुंचती है। वहीं ट्रेन नंबर 54036 सुबह चार बजकर 35 मिनट पर जाखल से चलती है जो हिम्मतपुरा, टोहाना, कालवन, धमतान साहिब, धरौदी होते हुए सुबह लगभग साढ़े पांच बजे नरवाना पहुंचती है। यहां दो मिनट के ठहराव के बाद ट्रेन घसो, उचाना, बरसोला होते हुए सुबह लगभग छह बजे जींद पहुंचती है। यहां से ट्रेन जुलाना व रोहतक के रास्ते सुबह 10 बजे तक शकूरबस्ती तक जा रही है।

बेहतर परिवहन सुविधा मिलेगी

रेलवे जंक्शन स्टेशन अधीक्षक जेएस कुंडू ने बताया कि ट्रेन नंबर 54033 व ट्रेन नंबर 54036 शकूरबस्ती तक जा रही है। वहीं जींद से दिल्ली रूट पर चलने वाली अन्य ट्रेन अभी पुरानी दिल्ली तक जा रही हैं। रेलवे का प्रयास है कि यात्रियों को बेहतर परिवहन सुविधा दी जा सके। इसके लिए लगातार प्रयासरत है।

मुख्य सड़क पर ऊंचा व टूटा पड़ा मेनहोल, जो राहगीरों और चालकों के लिए बना खतरा।

टूटे मेनहोल बने हादसों का कारण, प्रशासन बेखबर

राजौंद। शहर की मुख्य सड़क के दोनों ओर बने सीवरेज लाइन के मेनहोल इन दिनों राहगीरों और वाहन चालकों के लिए बड़ा खतरा बनते जा रहे हैं। ठेकेदार द्वारा मेनहोल तैयार करने के बाद उनके आसपास मिट्टी नहीं भरी गई, जिससे वे सड़क से ऊंचे-नीचे पड़े हैं। कई जगहों पर मेनहोल के ढक्कन भी टूट चुके हैं, जिसके चलते दुर्घटना का जोखिम और बढ़ जाता है। स्थानीय लोगों का कहना है कि सड़क का निर्माण पहले से ही अधूरा पड़ा है, जिससे उन्हें परेशानी झेलनी पड़ रही है। वहीं, कुछ दिन पहले बनाए गए मेनहोल को भी बिना समतल किए ऐसे ही छोड़ दिया गया है। इसके कारण अनजान वाहन चालक कई बार संतुलन खो बैठते हैं और हादसे का शिकार हो चुके हैं। दुकानदारों, नागरिकों और वाहन चालकों में इस लापरवाही को लेकर भारी रोष है। लोगों ने प्रशासन व संबंधित विभाग से जल्द से जल्द इन मेनहोल को सही करने और सड़क को समतल बनाने की मांग की है, ताकि किसी बड़े हादसे से बचा जा सके।

खबर संक्षेप

दो किसानों के खेतों से ट्यूबवेल की मोटर चोरी

जींद। गांव दनौदा कलां में बीती रात चोरों ने दो किसानों के खेतो से सोलर की दो मोटर चोरी कर ली। सदर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। गांव दनौदा कलां निवासी विकास ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसने अपने खेत में ट्यूबवैलों पर सोलर पैनल लगाए हुए हैं। बीती रात चोरों ने उसके खेत से मोटर को चोरी कर लिया। इसी प्रकार उसकी पड़ोसी किसान सुनीता के खेत से भी चोरों ने मोटर को चोरी कर लिया। दोनों घटनाओं का उस समय पता चला जब खेत में पहुंचे। नरवाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

संदिग्ध हालात में मां बेटी लापता, केस दर्ज

जींद। गांव अमरहेड़ी से बेटी के साथ महिला के संदिग्ध हालात में घर से गायब होने पर सदर थाना पुलिस ने अज्ञात लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया है। अमरहेड़ी निवासी एक व्यक्ति ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि गत दिवस उसकी 30 वर्षीय पत्नी तथा आठ वर्षीय बेटी के साथ घर से संदिग्ध हालात में गायब हो गई। तलाशने तथा पूछताछ करने पर उसकी पत्नी तथा बेटी का कोई सुराग नही लगा। सदर थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर अज्ञात लोगों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

खाद व बीज दुकान का टूटा ताला, नकदी चोरी

जींद। जुलाना नया बस अड्डे के निकट बीती रात चोरों ने खाद बीज दुकान का ताला तोड़ कर साढ़े 11 हजार रुपये की नकदी तथा अन्य सामान को चोरी कर लिया। शिकायत के आधार पर पुलिस ने चोरी का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। जुलाना निवासी प्रवीण ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसने नया बस अड्डे के निकट खाद व बीज की दुकान खोली हुई है। बीती रात चोरों ने दुकान का ताला तोड़ कर साढ़े 11 हजार रुपये की नगदी तथा अन्य सामान को चोरी कर लिया।

बेटियां किसी भी क्षेत्र में बेटों से कम नहीं

जींद। बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ अभियान के अंतर्गत उपस्वास्थ्य केंद्र रूपगढ़ के स्वास्थ्य कर्मचारियों ने जीतगढ़ गांव में बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ बारे जागरूक करते हुए शपथ कार्यक्रम आयोजित किया गया। मौके पर स्वास्थ्य सुपरवाइजर गीता देवी ने कहा कि हमें लड़कियों को लड़कों से कम नहीं समझना चाहिए। बेटियां किसी भी क्षेत्र में बेटों से कम नहीं हैं। एक बेटी जन्म लेकर पहले परिवार के सभी सदस्यों माता-पिता व बहु बन कर बच्चों का पालन पोषण, पति तथा सास व ससुर की सेवा के साथ-साथ खेतीबाड़ी, पशुपालन तथा इसके अलावा प्राइवेट व सरकारी नौकरी भी करती हैं।

विकास कार्यों को गति दे रहे विधायक देवेंद्र अत्री

उचाना। भाजपा नेता राजू शर्मा ने कहा कि विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री चुनाव के दौरान जनता से किए गए वायदों को पूरा करने के लिए निरंतर प्रयासरत हैं। सड़क, पेयजल, शिक्षा, स्वास्थ्य तथा अन्य आधारभूत सुविधाओं से जुड़े कार्यों को प्राथमिकता दी जा रही है, जिससे क्षेत्र विकास की नई दिशा में आगे बढ़ रहा है। उचाना आज विकास के मामले में निरंतर आगे बढ़ रहा है और विभिन्न गांवों तथा शहरी क्षेत्रों में जनहित से जुड़े कार्यों को गति मिली है।

सिलाई सेवा केंद्र का उद्घाटन किया

नरवाना। शनिवार को सेवा भारती हरियाणा प्रदेश शाखा नरवाना ने आर्य कन्या महाविद्यालय के सामने अहिल्याबाई होल्कर महिला सिलाई सेवा केंद्र का उद्घाटन किया। इस उद्घाटन समारोह में मुख्य रूप से सेवा भारती जिला संरक्षक डा. विनोद, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के नगर संघचालक सुंदर लाल बाता, हिमांशु पूर्णकालिक कार्यकर्ता सेवा भारती रहे। कार्यक्रम की शुरुआत दीप प्रज्वलन ओर गायत्री मंत्र से की गई। डा. विनोद ने स्वावलंबन सिलाई के बारे में विस्तार पूर्वक जानकारी दी तथा जीवन में संस्कार महत्व बताया। इस सेवा केंद्र की संचालिका सोनिया हैं।

उचाना नागरिक अस्पताल में रोजाना सैकड़ों मरीज पहुंचे रहे

उचाना: ₹60 लाख का फायर फाइटिंग सिस्टम बना शोपीस

टैंक को भरने के लिए सिरसा ब्रांच नहर से विशेष पाइपलाइन बिछाई जाए

पानी के अभाव में तीन साल से नहीं हो पाया सुचारू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| उचाना

उचाना। नागरिक अस्पताल में लगाया गया फायर फाइटिंग सिस्टम। फोटो :हरिभूमि

उचाना नागरिक अस्पताल में करीब 50 से 60 लाख रुपये की लागत से स्थापित किया गया फायर फाइटिंग सिस्टम पानी की व्यवस्था न होने के कारण पिछले तीन वर्षों से पूरी तरह सुचारू रूप से संचालित नहीं हो पा रहा है। आगजनी जैसी आपात स्थिति से निपटने के लिए लगाया गया यह आधुनिक सिस्टम फिलहाल धूल फांक रहा है, जबकि अस्पताल में रोजाना सैकड़ों मरीजों और उनके परिजनों का आवागमन रहता है। जानकारी के अनुसार अस्पताल की नई बिल्डिंग के निर्माण के दौरान फायर फाइटिंग सिस्टम स्थापित किया गया था। इसके लिए अस्पताल परिसर में करीब डेढ़ से ढाई लाख लीटर क्षमता का पानी का टैंक भी बनाया गया, लेकिन टैंक को नियमित रूप से भरने की कोई स्थायी व्यवस्था नहीं हो सकी। यही कारण है कि सिस्टम को चालू हालत में नहीं रखा जा सका। इतना ही नहीं, मशीनरी वाले हिस्से में लीकेज होने के कारण पानी जैट पंपों में जमा हो जाता है, जिससे तकनीकी दिक्कतें भी बनी हुई हैं। हालांकि अस्पताल प्रशासन ने आगजनी की घटनाओं से निपटने के लिए पूरी इमारत में लगभग 90 अग्निशामक यंत्र लगाए हुए हैं। पूरी बिल्डिंग में फायर फाइटिंग पाइपलाइन के साथ प्रेशर वाले फव्वारे भी लगाए गए हैं, ताकि आग लगने की स्थिति में तुरंत नियंत्रण पाया जा सके। लेकिन मुख्य सिस्टम के बंद रहने से ये किसी काम के नहीं है। बिंद्र, मंजीत, रामफल, रामनिवास और सुनील ने कहा कि अस्पताल परिसर में बने टैंक को भरने के लिए सिरसा ब्रांच नहर से विशेष पाइपलाइन बिछाई जानी चाहिए। उनका कहना है कि जिस उद्देश्य से लाखों रुपये खर्च कर यह सिस्टम लगाया गया था, उसे पूरी तरह कार्यशील रखना जरूरी है। टैंक में पानी की स्थायी व्यवस्था करने के साथ-साथ लीकेज को भी जल्द ठीक कराया जाए, ताकि किसी भी आपात स्थिति में फायर फाइटिंग सिस्टम प्रभावी ढंग से काम कर सके। नागरिक अस्पताल के एसएमओ डॉ. सुशील गर्ग ने बताया कि नई बिल्डिंग के निर्माण के समय फायर फाइटिंग सिस्टम लगाया गया था और शुरुआती ट्रायल के दौरान यह सही ढंग से काम भी कर रहा था। इतने बड़े टैंक को नियमित रूप से भरने के लिए पर्याप्त जल आपूर्ति उपलब्ध नहीं है। सिस्टम को चालू रखने के लिए टैंक का हमेशा भरा रहना आवश्यक है और पानी का नियमित प्रवाह भी जरूरी होता है।

उच्च अधिकारियों को अवगत करवाया जा चुका

डॉ. गर्ग ने बताया कि इस संबंध में उच्च अधिकारियों को अवगत कराया जा चुका है। जल विभाग से विशेष लाइन उपलब्ध कराने का सुझाव भी दिया गया है, ताकि टैंक में पर्याप्त पानी पहुंच सके। साथ ही फायर टैंक और मशीनरी हिस्से में मौजूद लीकेज की मरम्मत के लिए पीडब्ल्यूडी विभाग को पत्र लिखा गया है। पूरे सिस्टम की दोबारा जांच और मरम्मत करवाकर इसे जल्द चालू करने का प्रयास किया जा रहा है। वर्तमान में अस्पताल में लगे करीब 90 अग्निशामक यंत्रों के माध्यम से आगजनी की किसी भी छोटी-बड़ी घटना से निपटने की व्यवस्था मौजूद है।

जींद। शिविर में भाग लेते हुए साधक। फोटो :हरिभूमि

सुदर्शन क्रिया खुशहाल जीवन की कुंजी : नरेश

आर्ट ऑफ लिविंग शिविर संपन्न

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

नरवाना स्थित फ्यूचर नशा मुक्ति केंद्र में आर्ट ऑफ लिविंग द्वारा आयोजित तीन दिवसीय हैप्पीनेस प्रोग्राम का सफलतापूर्वक एवं उत्साहपूर्ण वातावरण में समापन हुआ। 18 से 20 जून तक आयोजित इस कार्यक्रम में लोगों ने भाग लेकर शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने की प्रभावशाली तकनीकों का प्रशिक्षण प्राप्त किया। कार्यक्रम का संचालन आर्ट ऑफ लिविंग प्रशिक्षक मनोवैज्ञानिक नरेश जगलान द्वारा किया गया। उन्होंने प्रतिभागियों को तनाव प्रबंधन, सकारात्मक सोच, आत्मविश्वास विकास, मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता तथा जीवन में संतुलन बनाए रखने के व्यावहारिक उपायों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। कार्यक्रम के दौरान योग, प्राणायाम, ध्यान एवं विश्व प्रसिद्ध सुदर्शन क्रिया का अभ्यास भी कराया गया। जिससे प्रतिभागियों ने गहन शांति, ऊर्जा एवं आनंद का अनुभव किया। नरेश जागलान ने बताया कि आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली में मानसिक तनाव, चिंता और अवसाद जैसी समस्याएं तेजी से बढ़ रही हैं। ऐसे समय में आर्ट ऑफ लिविंग के कार्यक्रम लोगों को तनावमुक्त, स्वस्थ और खुशहाल जीवन जीने की दिशा प्रदान करते हैं। उन्होंने कहा कि जब व्यक्ति का मन शांत और सकारात्मक होता है, तब वह अपने परिवारए समाज और कार्यक्षेत्र में बेहतर योगदान दे सकता है। कार्यक्रम को सफल बनाने में आर्ट ऑफ लिविंग की स्वयंसेवक वर्णिका शर्मा एवं कमल शर्मा का विशेष योगदान रहा। दोनों स्वयंसेवकों ने प्रतिभागियों के मार्गदर्शन, पंजीकरण एवं कार्यक्रम के सुचारु संचालन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। उनकी सेवाओं की प्रतिभागियों एवं आयोजकों द्वारा सराहना की गई।

सीएलजी ने विवाद को सुलझाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। मामले का निपटान करते सीएलजी सदस्य। फोटो :हरिभूमि

सीएलजी द्वारा बिना न्यायालय जाए बिना किसी आर्थिक बोझ के मामलों को आपसी सहमति से निपटाया जा रहा है। सीएलजी द्वारा ई रिक्शा खरीदकर व कुछ दिन चला कर वापस देने के मामले का आपसी सहमति से निस्तारण कराया गया है। पुलिस अधीक्षक कार्यालय जींद में शिकायत प्राप्त हुई कि जिसमें शिकायतकर्ता ने बताया कि उसने उत्तरवादी से इलेक्ट्रिक ऑटो खरीदा था। जिसका उसने 35 हजार रुपये डाउन पेमेंट देकर बाकी पैसे किश्तों में देने का वादा किया था। 15-20 दिन ऑटो चला कर उसने उत्तरवादी को ऑटो वापस कर दिया और इसके बदले नई ई रिक्शा जिसकी कीमत एक लाख 20 हजार रुपये थी, उसी डाउन पेमेंट में ले ली। बकाया राशि पांच हजार रुपये मासिक किश्त देने का वादा किया। लगभग चार महीने ई रिक्शा चलाने के बाद शिकायतकर्ता ने ई रिक्शा को उत्तरवादी के पास छोड़ दिया और कहा कि यह खराब है और मेरे पैसे मुझे वापस कर दो। दोनो पक्षों को बुला कर सुना गया। सीएलजी द्वारा दोनों पक्षों को समझाने पर दोनों का समझौता हो गया। जिसके अनुसार उत्तरवादी ने शिकायतकर्ता को अपनी ई रिक्शा का किराया काट कर बकाया 8500 रुपये दे दिए।

नरवाना में चलाया नशा मुक्ति अभियान

नरवाना। जींद पुलिस ने सरस्वती कंप्युटर सेंटर नरवाना में ड्रग्स, साइबर अपराध, यातायात नियम, योग एवं चाइनीज मांझा विषयों पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। राज्यव्यापी नशा मुक्त हरियाणा जागरूकता पखवाड़ा के अन्तर्गत सरस्वती कंप्युटर सेंटर नरवाना में व्यापक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य युवाओं एवं विद्यार्थियों को नशे के दुष्प्रभावों, साइबर अपराधों, यातायात नियमों, योग के महत्व तथा चाइनीज मांझे से होने वाले खतरों के प्रति जागरूक करना रहा। कार्यक्रम में नशा मुक्ति टीम के इंचार्ज उप निरीक्षक नरेश कुमार अपनी टीम सहित थाना शहर नरवाना के प्रभारी निरीक्षक पूर्णदास अपनी टीम सहित एवं सरस्वती कंप्युटर सेंटर नरवाना के संचालक रिंकू कुमार व काफी संख्या में विद्यार्थी उपस्थित रहे।

अमर शहीद बाबा बंदा सिंह बहादुर की लासानी शहादत को समर्पित महान कीर्तन दरबार आज

- डेरा बाबा बंदा बहादुर रियासी दसवें वंशज बाबा जतिंद्रपाल सोढी रहेंगे मौजूद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

महान अमर शहीद बाबा बंदा सिंह बहादुर जी की लासानी शहादत को समर्पित महान कीर्तन दरबार का आयोजन रविवार को हिंदू कन्या महाविद्यालय में होने जा रहा है। अमर शहीद बाबा बंदा सिंह बहादुर वैलफेयर सोसायटी जींद द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में रागी जत्थों द्वारा महान अमर शहीद बाबा बंदा सिंह बहादुर जी की शहीदी का गुणगान किया जाएगा। कार्यक्रम में मुख्यअतिथि के तौर पर डेरा बाबा बंदा बहादुर रियासी (जम्मू-कश्मीर) दसवें वंशज बाबा जतिंद्रपाल जी सोढी की गरिमामयी उपस्थिति रहेगी। हरियाणा विधानसभा के डिप्टी स्पीकर डा. कृष्ण मिड्ढा कार्यक्रम में मुख्यअतिथि के तौर पर शामिल होंगे। जबकि विशेष हाजिरी भाई जगजीत सिंह बबीहा की रहेगी। इसके अलावा बाबा बंदा सिंह बहादुर सिख संप्रदाय राष्ट्रीय संयोजक बहन पुनीत कौर, कीर्तन हाजिरी दिल्ली से बीबी सरोज खुराना, दिल्ली से इतिहासकार बीबी हरबंस कौर, दिल्ली से इतिहासकार सरदार स्वर्ण सिंह, जिला परिषद अध्यक्ष प्रतिनिधि कुलदीप रंधावा भी मौजूद रहेंगे। अमर शहीद बाबा बंदा सिंह बहादुर वैलफेयर सोसायटी के कोषाध्यक्ष अरविंद खुराना ने बताया कि आयोजन को लेकर सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। उन्होंने कहा कि बाबा बंदा सिंह बहादुर की जो शिक्षाएं हैं, जो समाज के लिए उनकी देन है, उससे हमें प्रेरणा मिलती है और सभी को बाबा बंदा सिंह बहादुर की शिक्षाओं को अपने जीवन में उतारना चाहिए। उन्होंने कहा कि बाबा बंदा सिंह बहादुर ने देश के लिए शहादत दी। संत परम्परा के नाते उन्होंने समाज को नई दिशा दी। उन्होंने उस समय जमींदार प्रथा को समाप्त किया।

जींद। सीएम से मिलते विभिन्न खापों से जुड़े लोग। फोटो :हरिभूमि

खापों ने सीएम के साथ विभिन्न मुद्दों पर की बैठक

जींद। हरियाणा की खापों ने मुख्यमंत्री नायब सैनी से उनके चंडीगढ़ आवास पर बैठक की। बैठक में सभी खापों ने हरियाणा के सामाजिक जीवन से जुड़ी विभिन्न समस्याओं पर चर्चा की। कुछ खापों ने नशे की रोकथाम पर अपने विचार रखे। जबकि कुछ अन्य खापों ने वैवाहिक प्रथाओं और क्षेत्र में जलभराव से उत्पन्न समस्याओं पर बात की। इस मुलाकात के प्रभाव के संबंध में पवन कंडेला ने बताया कि मुख्यमंत्री से मुलाकात से पहले कुछ खापों के साथ विचार-विमर्श करके हरियाणा की खापों की समस्याओं और सामाजिक ताने-बाने से जुड़ी समस्याओं पर एक मांग पत्र तैयार किया गया था। यह मांग पत्र मुख्यमंत्री को प्रस्तुत किया गया। मुख्यमंत्री ने सभी खापों के प्रधानों को बुला कर उनसे मांगपत्र प्राप्त किया और आश्वासन दिया कि बिजली तथा सभी ग्रामीण समस्याओं का प्राथमिकता के आधार पर समाधान किया जाएगा। कंडेला खाप के उपप्रधान दयानंद नंबरदार ने मुख्यमंत्री से अनुरोध किया कि खापों को सामाजिक संगठन का दर्जा दिया जाना चाहिए और देशी गायों की नस्ल सुधार कर उन्हें दुधारू बनाया जाना चाहिए।

पंजाब में बनेगी भाजपा की सरकार: कंडेला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

हरियाणा सहकारी श्रम व निर्माण प्रसंग के पूर्व चेयरमैन व भारतीय जनता पार्टी के वरिष्ठ नेता टेकराम कंडेला ने कहा कि पंजाब में आने वाले विधानसभा चुनाव में भारतीय जनता पार्टी की सरकार बनना लगभग तय है। आम आदमी पार्टी के मुख्यमंत्री भागवत मान ने किसान, मजदूर व गरीब आदमी से जो वादे किए थे वह पूरी तरह विफल साबित हुए हैं। पंजाब का किसान, मजदूर, गरीब आदमी प्रदेश के मुख्यमंत्री की सरकार से निराश हैं। उन्होंने कहा है कि हरियाणा प्रदेश के लोकप्रिय मुख्यमंत्री नायब सैनी जो जनसभाएं कर रहे हैं, उनमें बाहरी भीड़ उमड़ रही है। पंजाब के लोग कांग्रेस पार्टी को पहले ही नकार चुके हैं। अब आने वाले समय में पंजाब के लोग भारतीय जनता पार्टी में विश्वास जता रहे हैं। क्योंकि आज हरियाणा प्रदेश के मुख्यमंत्री हरियाणा में जिस प्रकार से 24 फसलें एमएसपी पर बिक रही हैं, इसी तरह पंजाब के किसानों का हरियाणा प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सैनी पर पूरा भरोसा बनता जा रहा है। हरियाणा के साथ पंजाब में भी हरियाणा के मुख्यमंत्री की लोकप्रियता बढ़ती जा रही है।

पंजाब किसानों का गढ़

देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व अमित शाह पंजाब में पूरी तरह से विकास और सुरक्षा की दृष्टि से काम करेंगे। क्योंकि पंजाब प्रदेश किसानों का गढ़ है और किसानों को प्रधानमंत्री अनेक प्रकार की सुविधा दे रहे है। जैसे किसान सम्मान निधि योजना, प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना, प्राकृतिक खेती व बागवानी को बढ़ावा देना और अनेक प्रकार के बीज व खाद पर सब्सिडी देना अनेक प्रकार की सुविधा देने का काम कर रहे हैं। कंडेला ने कहा कि हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में पंजाब में दूसरी पार्टियों के लोग भारतीय जनता पार्टी में शामिल हो रहे हैं। आने वाले चुनाव में पूर्ण बहुमत से भारतीय जनता पार्टी की सरकार बनेगी।

स्वामी गणेशानंद सनातन धर्म शिक्षण महाविद्यालय उचाना कलां आयोजित कार्यक्रम।

योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर : डॉ. सिंह

उचाना। स्वामी गणेशानंद सनातन धर्म शिक्षण महाविद्यालय उचाना कलां की एनएसएस इकाई के तत्वावधान में योग दिवस की पूर्व संध्या पर योग कार्यक्रम का आयोजन किया। अध्यक्षता प्राचार्य डॉ. महावीर सिंह ने की तथा योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए बताया कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक विकास में महत्वपूर्ण योगदान देता है। नियमित योगाभ्यास से तनाव कम होता है तथा स्वास्थ्य बेहतर बना रहता है। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. पवनीत, बीएड,डीएड के प्राध्यापकगण ने सक्रिय सहभागिता निभाई तथा नियमित योग करने का संकल्प लिया।

ग्रामीणों ने मलेरिया के प्रति जागरूक रहने और आसपास सफाई का लिया संकल्प

मलेरिया संक्रमित मादा एनाफिलीज मच्छर के काटने से फैलता है।

जाजवान में नुक्कड़ सभाओं के माध्यम से मलेरिया से बचाव का दिया संदेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| जींद

जींद। ग्रामीणों को मलेरिया बीमारी को लेकर जागरूक करते हुए। फोटो :हरिभूमि

मलेरिया रोधी माह के तहत उप स्वास्थ्य केंद्र जाजवान द्वारा गांव में व्यापक जनजागरूकता अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान गांव के विभिन्न मोहल्लों एवं सार्वजनिक स्थानों पर कई नुक्कड़ सभाओं का आयोजन कर ग्रामीणों को मलेरिया के कारण, लक्षण एवं बचाव के उपायों की विस्तृत जानकारी दी गई। कार्यक्रम का नेतृत्व सुशील शर्मा ने किया। एमपीएचडब्ल्यू सुशील शर्मा ने कहा कि मलेरिया एक गंभीर लेकिन पूरी तरह से रोकी जा सकने वाली बीमारी है। यदि प्रत्येक व्यक्ति अपने घर एवं आसपास स्वच्छता बनाए रखे और मच्छरों की उत्पत्ति को रोकें तो इस बीमारी पर प्रभावी नियंत्रण पाया जा सकता है। मलेरिया रोधी माह का उद्देश्य केवल जानकारी देना ही नही बल्कि लोगों में ऐसी आदतें विकसित करना भी है, जिनसे मलेरिया के प्रसार को रोका जा सके। उन्होंने बताया कि मलेरिया संक्रमित मादा एनाफिलीज मच्छर के काटने से फैलता है। बरसात एवं उसके बाद के मौसम में पानी जमा होने से मच्छरों का प्रजनन तेजी से होता है। इसलिए प्रत्येक नागरिक की जिम्मेदारी है कि वह अपने घरए आंगन, छत, कूलर, टंकियों, गमलों और आसपास कहीं भी पानी जमा न होने दे।

ये नियम अपनाएं

स्वास्थ्य विभाग की टीम ने ग्रामीणों को मलेरिया से बचाव के उपायों की भी जानकारी दी। लोगों को घर और आसपास नियमित साफ.-सफाई रखने, जलभराव समाप्त करने, मच्छरदानी का उपयोग करने, पूरी बाजू के कपड़े पहनने तथा मच्छररोधी क्रीम एवं अन्य सुरक्षित उपाय अपनाने की सलाह दी गई। कर्मचारियों एवं ग्रामीणों ने मलेरिया के प्रति जागरूक रहने, अपने परिवार और आसपास के लोगों को भी जागरूक करने तथा गांव को मलेरिया मुक्त बनाने का संकल्प लिया।

आज योग दिवस कार्यक्रम में अधिकारी-कर्मचारी भाग लेंगे

- आज उचाना मंडी में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन होगा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| उचाना

21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर उपमंडल स्तरीय कार्यक्रम फायर ब्रिगेड के पास स्थित उचाना मंडी परिसर में आयोजित किया जाएगा। मुख्य अतिथि के रूप में विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री शिरकत करेंगे, जबकि अध्यक्षता एसडीएम रमित यादव करेंगे। आयुर्वेदिक चिकित्सा अधिकारी डॉ. चेतना शर्मा ने बताया कि योग दिवस कार्यक्रम में विभिन्न विभागों के अधिकारी एवं कर्मचारी भाग लेंगे। इसके अलावा क्षेत्र के सरकारी व निजी विद्यालयों के अध्यापक तथा विद्यार्थी भी बड़ी संख्या में उपस्थित रहेंगे। कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए सभी आवश्यक तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। योग को जन-जन तक पहुंचाने और स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देने के उद्देश्य से आयोजित इस कार्यक्रम में सामूहिक योगाभ्यास कराया जाएगा। डॉ. शर्मा ने सभी संबंधित अधिकारियों, कर्मचारियों, अध्यापकों एवं विद्यार्थियों से निर्धारित समय पर पहुंचकर कार्यक्रम में भाग लेने की अपील की।

अतिरिक्त अनाज मंडी कैथल में हुई अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की पायलट रिहर्सल

योग दिवस आज

योग भारत की सबसे प्राचीन संस्कृति और अमूल्य विरासत : सुरेश राविश

- यौगिक अभ्यास में स्कंद संचालन, ताड़ासन, पादहस्तासन, अर्ध-चक्रासन का किया अभ्यास

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

कैथल। योगासन करते एमडी शूगरमिल कृष्ण कुमार व अन्य। फोटो : हरिभूमि

जिला परिषद के सीईओ सुरेश राविश ने कहा कि योग भारत की प्राचीन संस्कृति और अमूल्य विरासत है। यह केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि शरीर, मन और आत्मा को संतुलित करने की एक जीवनशैली है। योग से स्वास्थ्य के साथ-साथ जीवन में नई ऊर्जा का संचार करता है।

जिला परिषद के सीईओ सुरेश राविश ने शनिवार को अतिरिक्त अनाज मंडी कैथल में आयोजित 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की पायलट रिहर्सल में बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। इस कार्यक्रम में अधिकारियों, कर्मचारियों, खिलाड़ियों, विद्यार्थियों आदि ने भाग लिया।

सीइओ सुरेश राविश ने कहा कि सभी विभागों के अधिकारी यह सुनिश्चित करेंगे कि पायलट रिहर्सल के दौरान जो भी जरूरतें नजर आई हैं, उन्हें पूरा किया जाए। हमें मिलकर योग के इस कार्यक्रम को भव्य रूप से मनाना है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का संबोधन भी लाइव प्रसारण के माध्यम से सुनाया जाएगा।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की पायलट रिहर्सल में सामान्य योग प्रोटोकॉल प्रशिक्षण डॉ. एच.एस. हुड्डा योग विशेषज्ञ द्वारा करवाया गया। यौगिक अभ्यास में स्कंद संचालन, ताड़ासन, पादहस्तासन, अर्ध- चक्रासन, त्रिकोणासन, दंडासन, भद्रासन, वज्रासन, अर्ध उष्ट्रासन, अर्ध-हलासन, पवनमुक्तासन, स्वासन, कपालभाति क्रिया, नाड़ी शोधन, प्राणायाम में अनुलोम विलोम, शीतली प्राणायाम व भ्रामरी प्राणायामों का अभ्यास करवाया गया। ध्यान, संकल्प एवं शांति पाठ के साथ प्रशिक्षण संपन्न हुआ।

ये रहे मौजूद

एमडी शुगर मिल कृष्ण कुमार, डीआईपीआरओ नसीब सैनी, डीडीए डॉ. रविन्द्र हुड्डा, डीएचओ हीरा लाल, जिला उच्च शिक्षा अधिकारी मनोज बांबू, राहुल शर्मा, डॉ बीरबल दलाल आदि मौजूद रहे।

जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ शकुंतला दहिया ने कहा कि डीसी अपराजिता के मार्गदर्शन में 21 जून को सुबह 6 से 8 बजे तक अंतरराष्ट्रीय योग दिवस बड़ी धूमधाम से जिला स्तर के साथ-साथ खंड स्तर पर मनाया जाएगा। जिला स्तर कार्यक्रम में सांसद नवीन जिंदल बतौर मुख्यातिथि शिरकत करेंगे।

योग हमारे जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा दिनचर्या से करें अभ्यास : अजय हुड्डा

गुहला-चीका। एसडीएम अजय हुड्डा ने कहा कि प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी 21 जून को उपमंडल स्तरीय अंतरराष्ट्रीय योग दिवस अनाज मंडी चीका में बड़े हर्षोल्लास से मनाया जाएगा। इस कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए सभी संबंधित अधिकारियों की ड्यूटी लगाई गई है। सभी अधिकारी अपनी ड्यूटी का कर्तव्य से निर्वहन करे। कार्यक्रम की सभी तैयारियां समय रहते पूरी करे। उन्होंने कहा कि योग हमारे जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा है तथा हम सबको अपनी दिनचर्या का आरंभ योग से ही करना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति को सुबह कुछ समय योग के लिए निकालना चाहिए ताकि हम अपने शरीर व मन को तंदुरुस्त बनाए रखें। इस अवसर पर तहसीलदार रविंद्र हुड्डा, मार्केट कमेटी सचिव सतबीर राविश, प्रशिक्षक सतनाम सिंह, योग कोऑर्डिनेटर संदीप राज राणा , मेहताब सिंह पीटीआई, पतंजलि प्रभारी गुरमीत सिंह, विनोद , राजीव सहित विभिन्न विभागो के अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहे।

योग को घर-घर तक पहुंचाना हमारा लक्ष्यः डॉ. किरणदीप

पूंडरी। 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2026 की तैयारियों के तहत आज नई अनाज मंडी, पुण्डरी में पायलट रिहर्सल का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता नोडल अधिकारी डॉ. किरणदीप ने की। डॉ. किरणदीप ने आमजन के साथ योग प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाते हुए कहा कि /"योग को घर-घर तक पहुंचाना हमारा लक्ष्य है। हर व्यक्ति को योग अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए। रोजाना सुबह थोड़ी देर योग करने से तन-मन दोनों निरोगी रहते हैं। योग से कई असाध्य रोगों को भी ठीक किया जा सकता है। आयुष योग सहायक सर्जन सिंह ने मंच संचालन करते हुए योग प्रोटोकॉल का अभ्यास करवाया। संदीप चहल और पूनम सांच ने विभिन्न आसनों व प्राणायाम का लाइव डेमो प्रस्तुत किया। आर्ट ऑफ लिविंग से एडवोकेट दीपक सेठ ने ध्यान योग सत्र संचालित किया। रिहर्सल में स्कूलों के पीटीआई, डीपीआई अध्यापकों, सभी विभागों के कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों ने उत्साह से भाग लिया। सभी को प्रोटोकॉल के अनुसार आसन व प्राणायाम का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया गया। सर्जन सिंह ने मंच से आह्वान करते हुए कहा कि 21 जून को ज्यादा से ज्यादा संख्या में परिवार सहित पाई रोड, नई अनाज मंडी पुण्डरी में पहुंचे और योग की गंगा में डूबकी जरूर लगाएं। इस अवसर पर शिक्षा विभाग से नरेश बनवाला, रोशन लाल, ब्रजेश टाया; आयुष विभाग से योग कोऑर्डिनेटर विवेक, डॉ. ममता कश्यप, डॉ. अनुज लाग्यान, आयुर्वेदिक फार्मासिस्ट खुशीराम, जीवन, अंकुश ठाकुर; योग सहायक करनैल पाई, नरेश धौंस, मंजीत एवं सुमनलता उपस्थित रहे।

कैथल। अतिथियों का स्वागत करते पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

योग से शुरू हुआ नया जीवनः मनोज सिंगला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

- हुड्डा पार्क में 19वें दिन समाजसेवी मनोज सिंघला ने किया शिविर का शुभारंभ

पतंजलि योगपीठ हरिद्वार के तत्वाधान में पतंजलि योग समिति कैथल स्वाभिमान कैथल द्वारा सेक्टर 20 हुड्डा पार्क में चल रहे सह-योग शिक्षक शिविर व सर्व रोग निदान शिविर के 19 वें दिन का शुभारंभ समाजसेवी श्री खाटू श्याम सालासर समिति के प्रधान सपरिवार मनोज सिंगला ने दीप प्रज्वलित करके किया। पतंजलि योग समिति ने उन्हें शाल उठाकर और पतंजलि खाद्य सामग्री की किट देकर के सम्मानित किया।

उन्होंने बताया कि यह योग शिविर पिछले दो जून से लगातार चल रहा है और सैकड़ो की संख्या में आकर लोग स्वास्थ्य लाभ पा रहे हैं। उन्होंने कहा की योग शिविर में हमारा तन और मन शुद्ध हो गया है। आत्मा पवित्र हो गई है। आत्मा और परमात्मा का मिलन ही योग है। हमें ऐसा लगता है कि हमारा नया जीवन शुरू हो गया है। उन्होंने बताया कि 21 जून को सेक्टर 20 हुड्डा पार्क में हजारों लोगों के साथ मनाया जाएगा। पांच सुबह 5:00 बजे से लेकर के 7:00 बजे योग और उसके बाद गुरुकुल की कुरुक्षेत्र की टीम द्वारा यज्ञ भजन और भंडारा होगा।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर बदन सिंह आर्य, निधि भटनागर, विकास भटनागर, हरदीप, अनिल आर्य, पंकज मित्तल, महेंद्र, ओमप्रकाश, कृष्णकांत, कमलेश कौशिक, शकुंतला, रमा, नीलम मिड्ढा, गुड्डी देवी, दर्शना गुप्ता, कमला मित्तल व सैकड़ो की संख्या में साधक मौजूद रहे।

जिला युवा प्रभारी अनिल गुप्ता व तहसील प्रभारी वीरभान कौशिक ने योग अभ्यास करवाया तथा संस्कृत विश्वविद्यालय से आए आचार्य गिरिराज जी ने जल नेति, सूत्र नेति, दुग्ध नेति करके दिखाई व उनके फायदे बताए।

जीवन अनमोल है इसलिए हमें अच्छे कर्म करने चाहिए मनुष्य जीवन एक बार ही मिलता है। शिविर संयोजक भारत स्वाभिमान प्रभारी रामचरण ने बताया कि यह पर्व होली व दिवाली की तरह पूरे जोश और उत्साह से मनाया जा रहा है। शिविर में सतपाल गुप्ता, विनोद गर्ग, रामफल, प्रेम जांगड़ा, जसवीर सिंह बजाज बत्रा मौर्य को सेवा के लिए सम्मानित किया गया।

सीएमजीजीए दिव्यता ने किया राजौंद के समर शिविर का औचक निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज ▶▶| राजौंद

राजौंद। विज्ञान लैब अन्य का निरीक्षण करते हुए सीएमजीजीए तूलसी का पौधा लेकर सम्मानित करते हुए।

ज्ञान दीप सीनियर सेकेंडरी स्कूल राजौंद में सोसायटी फॉर प्रमोशन ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी इन इंडिया द्वारा हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग की स्वीकृति से चल रहे 20 दिवसीय विज्ञान एवं गणित समर स्कूल प्रेरणा-2026 का सीएमजीजीए मुख्यमंत्री सुशासन सहयोगी मैडम दिव्यता द्वारा निरीक्षण किया गया। 3 जून से 24 जून तक चलने वाले इस विशेष शिविर में राजौंद खंड के कक्षा 9 वीं से 12 वीं कक्षा तक के करीब 470 विद्यार्थी भाग ले रहे हैं। कार्यक्रम को हरियाणा राज्य विज्ञान, नवाचार एवं प्रौद्योगिकी परिषद (एचएससीएसटी), पंचकूला का विशेष सहयोग प्राप्त है। इस दौरान सीएमजीजीए मैडम दिव्यता ने कहा कि वर्तमान दौर विज्ञान और तकनीक का युग है। ऐसे में विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण,तार्किक सोच विकसित करना समय की आवश्यकता है।

क्राइम यूनिट तथा कमांडो दस्ता ने सेंसी बस्ती में चलाया सघन चेकिंग अभियान

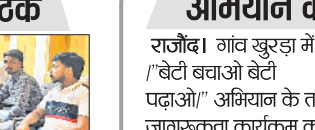
कैथल। शनिवार की सुबह सीआईए कलायत प्रभारी एएसआई मनीष कुमार, एंटी नारकोटिक सेल-2 प्रभारी पीएसआई सनेश की अगुवाई में सीआईए-1, एवीटी, एएनसी तथा कमांडो दस्ते के साथ मिलकर करीब 100 पुलिस कर्मचारियों द्वारा सेंसी बस्ती कलायत में संदिग्ध नशा व शराब तस्करों के घर व अन्य ठिकानो पर सर्च अभियान चलाया गया। इस दौरान घरों की जांच सहित अन्य जगह की छानबीन की गई कि कहीं किसी जगह कोई मादक पदार्थ छिपा रखा हो या कोई नशा बेचने वाला या आपराधिक कार्य करने वाला गैर कानूनी तरीके से न रहता हो। लोगो को चेतावनी दी गई की नशीला पदार्थ व अवैध शराब बेचने पर जिला पुलिस द्वारा सख्त कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। किसी भी नशा तस्कर को बक्शा नहीं जाएगा। एसपी मनप्रीत सिंह सूदन ने कहा कि इस अभियान का मुख्य उद्देश्य सुरक्षा व्यवस्था को पुख्ता करना व अपराधियों व नशा तस्करों में भय उत्पन्न करना है। उन्होंने कहा कि इस अभियान में मुख्य रूप से नशा तथा शराब का कारोबार करने वालों पर शिकंजा कसना है।

मुख्यमंत्री नायब सैनी के नेतृत्व में हर वर्ग के विकास को मिल रही प्राथमिकता : कठवाड़

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कैथल

गांव धौंस में सरपंच सतीश कुमार के निवास पर क्योड़क मंडल के भाजपा शक्ति केंद्र प्रमुखों और बूथ अध्यक्षों की बैठक आयोजित की गई। बैठक में भाजपा के पूर्व जिला अध्यक्ष मुनीष कठवाड़ ने मुख्य वक्ता के रूप में भाग लेते हुए संगठनात्मक गतिविधियों की समीक्षा की और आगामी कार्यक्रमों को लेकर कार्यकर्ताओं का मार्गदर्शन किया। मुनीष कठवाड़ ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार विकास, पारदर्शिता और जनसेवा को प्राथमिकता देते हुए कार्य कर रही है। सरकार की जनकल्याणकारी नीतियों का लाभ समाज के सभी वर्गों तक पहुंच रहा है। उन्होंने कहा कि युवाओं को बिना किसी भेदभाव के रोजगार उपलब्ध कराने के लिए पारदर्शी और निष्पक्ष भर्ती प्रणाली लागू की गई है, जिससे योग्य युवाओं को अवसर मिल रहे हैं। उन्होंने किसानों के हित में संचालित विभिन्न योजनाओं का उल्लेख करते हुए कहा कि कृषि क्षेत्र को मजबूत बनाने के लिए सरकार लगातार प्रयास कर रही है। इन योजनाओं से ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूती मिली है। साथ ही महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने और उनके सामाजिक सम्मान को बढ़ावा देने के उद्देश्य से भी अनेक प्रभावी योजनाएं लागू की गई हैं।

गांव कवारतन पंचायत घर में हुई भाजपा कार्यकर्ताओं व बीएलए-2 की अहम बैठक



सीवन। गांव कवारतन के पंचायत घर में भाजपा संगठन की ओर से शक्तिकेंद्र प्रमुखों, बूथ अध्यक्षों एवं बीएलए-2 की एक महत्वपूर्ण बैठक का आयोजन किया गया। बैठक का मुख्य उद्देश्य निर्वाचन आयोग द्वारा चलाए जा रहे विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान को सफलतापूर्वक लागू करना तथा मतदाता सूची को अधिक सटीक और त्रुटिरहित बनाना रहा। बैठक में मुख्य वक्ता के रूप में मार्किट कमेटी के चेयरमैन शमशेर सैनी उपस्थित रहे। इस अवसर पर मंडल अध्यक्ष प्रवीण रसूलपुर सहित बूथ अध्यक्षों एवं बीएलए-2 कार्यकर्ताओं ने शमशेर सैनी को पटका पहनाकर सम्मानित किया तथा उनका स्वागत किया। बैठक के दौरान कार्यकर्ताओं को मतदाता सूची के पुनरीक्षण कार्य, नए पात्र मतदाताओं के नाम जोड़ने, मतदाता सूची में दर्ज त्रुटियों को ठीक करवाने, मृत एवं स्थानांतरित मतदाताओं की जानकारी एकत्रित करने तथा प्रत्येक पात्र नागरिक तक पहुंच बनाकर उसे मतदाता सूची में शामिल करवाने के संबंध में आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए।

गांव खुरड़ा में बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ अभियान के तहत जागरूकता कार्यक्रम

राजौंद। गांव खुरड़ा में /"बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ/" अभियान के तहत जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में स्वास्थ्य कार्यकर्ता पंकज व अनिता ने आमजन,महिलाओं एवं युवाओं को कन्या भ्रूण हत्या रोकने तथा बेटियों की शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए जागरूक किया। उन्होंने कहा कि बेटियां बोझ नहीं, बल्कि देश का भविष्य हैं। समाज में कन्या भ्रूण हत्या जैसे गंभीर एवं गैरकानूनी अपराधों के कारण लिंगानुपात बिगड़ रहा है, जो समाज के लिए घातक है।उन्होंने पीएनडीटी एक्ट के बारे बताया कि गर्भ में पल रहे बच्चे का लिंग जांच करवाना या करना पूर्णतः गैरकानूनी है। इस अपराध में संलिप्त पाए जाने पर पहली बार तीन वर्ष की सजा तथा एक लाख रुपये तक का जुर्माना हो सकता है। उन्होंने यह भी अपील की कि यदि कोई व्यक्ति इस प्रकार की गतिविधियों में संलिप्त पाया जाए तो उसकी सूचना तुरंत स्वास्थ्य विभाग को दें। सूचना देने वाले का नाम गुप्त रखा जाएगा और सूचना सही पाए जाने पर एक लाख रुपये का इनाम भी दिया जाएगा।

गांव हाबड़ी में चोरों ने खेतों में लगे बिजली ट्रांसफार्मर को बनाया निशाना

कैथल। गांव हाबड़ी में चोरों ने खेतों में लगे कृषि श्रेणी के एक ट्रांसफार्मर को चोरी कर लिया। चोर ट्रांसफार्मर से कॉपर वायर, तेल और अन्य सामान चोरी कर ले गए। इससे बिजली निगम को करीब करीब 64 हजार रुपए का नुकसान हुआ है। इस मामले में पूंडरी थाना पुलिस ने अज्ञात आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पूंडरी बिजली निगम के एसडीओ बलवान ने शिकायत में बताया कि गांव हाबड़ी में गुरमुख सिंह के कृषि कनेक्शन पर लगा 20 केवीए क्षमता का ट्रांसफार्मर 2 और 3 मार्च 2026 की मध्य रात्रि को चोरी कर लिया गया। चोर ट्रांसफार्मर की एचटी-एलटी कॉइल, कॉपर वायर, तेल और अन्य सामग्री भी अपने साथ ले गए। चोरी हुए ट्रांसफार्मर की कॉइल की कीमत 54 हजार 220 रुपए और ट्रांसफार्मर के तेल की कीमत 10 हजार रुपए है। इस प्रकार निगम को कुल 64 हजार 220 रुपए का नुकसान हुआ है। जांच अधिकारी एएसआई राजेंद्र ने बताया कि जेई दीपक कुमार की रिपोर्ट के आधार पर पूंडरी थाना पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ कसे दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

अंतरराष्ट्रीय गीता महोत्सव के तहत जापान में आत्मबोध का दिया संदेश

पूंडरी। अंतरराष्ट्रीय गीता महोत्सव 2026 के तहत जापान में आयोजित कार्यक्रमों में श्रीमद्भगवद्गीता के दिव्य संदेशों की गूंज सुनाई दे रही है। महोत्सव के दूसरे दिन आयोजित गीता सेमिनार में विद्वान वक्ताओं और सम्माननीय अतिथियों ने गीता के ज्ञान, कर्म और आत्मबोध के संदेश पर प्रकाश डाला। इस अवसर पर गीता मनीषी स्वामी श्री ज्ञानानंद महाराज जी द्वारा जापान में गीता के प्रचार-प्रसार के लिए श्री गीता ज्ञान सत्संग का आयोजन किया जा रहा है। सत्संग में बड़ी संख्या में जापान के नागरिकों और श्रद्धालुओं ने भाग लेकर गीता के सार्वभौमिक संदेश को समझा। कार्यक्रम में विशेष रूप से पूंडरी विधायक सतपाल जांबा भी शामिल हुए। उन्होंने कहा कि श्रीमद्भगवद्गीता केवल भारत की आध्यात्मिक धरोहर नहीं, बल्कि सम्पूर्ण मानवता को सही मार्ग दिखाने वाला ग्रंथ है।

बैठक भाकियू प्रदेशाध्यक्ष गुनीप्रकाश ने सीएम से मिलकर फरल में बढ़ते नशे बारे दी जानकारी

चोरी की घटनाओं का कारण बना फल्गु तीर्थ फरल में बढ़ता नशा

- ग्रामीणों के अनुसार मंदिरों, धर्मशालााओं व सार्वजनिक स्थानों पर आम हुई हर दिन चोरी की वारदातें

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पूंडरी

पूंडरी। मुख्यमंत्री से मुलाकात कर जानकारी देते हुए भाकियू अध्यक्ष गुनीप्रकाश।

विश्व प्रसिद्ध फल्गु तीर्थ फरल में बढ़ता नशे का प्रचलन ग्रामीणों के लिए चिंता का विषय बनता जा रहा है। ग्रामीणों का आरोप है कि गांव में नशे की गिरफ्त में आए कुछ युवक अपनी लत पूरी करने के लिए चोरी जैसी वारदातों को अंजाम दे रहे हैं। गांव में आए दिन चोरी की घटनाएं सामने आ रही हैं, जिससे ग्रामीणों में रोष है।

ग्रामीणों के अनुसार मंदिरों, धर्मशालाओं और सार्वजनिक स्थानों पर चोरी की घटनाएं आम होती जा रही हैं। लोगों का कहना है कि नशे के कारण गांव का माहौल प्रभावित हो रहा है और युवाओं को नशे से बचाने के लिए प्रशासन को सख्त कदम उठाने की जरूरत है।

भारतीय किसान यूनियन के प्रदेश अध्यक्ष गुनी प्रकाश ने गांव में बढ़ रही नशे और चोरी की समस्या पर रोष जताते हुए कहा कि इस संबंध में कई बार पुलिस प्रशासन को शिकायत दी जा चुकी है। सोमवार को ग्रामीणों का एक प्रतिनिधिमंडल एसपी कैथल से मिलकर नशे के खिलाफ कार्रवाई की मांग करेगा।

गुनी प्रकाश ने बताया कि उन्होंने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से चंडीगढ़ में मुलाकात कर फरल गांव में बढ़ रही नशे की समस्या से अवगत करवाया है। उन्होंने आरोप लगाया कि फल्गु तीर्थ क्षेत्र में नशा माफिया सक्रिय है और नशे की अवैध बिक्री पर रोक लगनी चाहिए। मुख्यमंत्री ने मामले को गंभीरता से लेते हुए एसपी कैथल को फल्गु तीर्थ फरल में नशे के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने के निर्देश दिए हैं। मुख्यमंत्री ने आश्वासन दिया है कि क्षेत्र को नशामुक्त बनाने के लिए प्रशासन हर संभव कदम उठाएगा।

गुनी प्रकाश ने कहा कि नशे के खिलाफ पूरे हरियाणा में अभियान चलाने की जरूरत है। उन्होंने प्रशासन से मांग की कि फरल गांव में नशा बेचने वालों पर सख्त कार्रवाई की जाए, ताकि गांव का माहौल सुरक्षित बनाया जा सके।

नशे के खिलाफ जिला पुलिस की मुहिम सराहनीय : सुल्तान सिंह

ढांड। गांव पबनावा के प्रमुख समाजसेवी एवं सरपंच पद के भावी उम्मीदवार सुल्तान सिंह आढ़ती ने जिला पुलिस द्वारा नशे के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान की सराहना करते हुए कहा कि पुलिस अधीक्षक मनप्रीत सिंह सूदन के नेतृत्व में कैथल पुलिस नशा तस्करों पर प्रभावी कार्रवाई कर रही है, जिससे समाज में सकारात्मक संदेश जा रहा है। उन्होंने विशेष रूप से ढांड थाना प्रभारी सब इंस्पेक्टर पवन कुमार की कार्यशैली की प्रशंसा करते हुए कहा कि उनके नेतृत्व में क्षेत्र के गांवों में लगातार जागरूकता अभियान चलाए जा रहे हैं। स्कूलों, पंचायतों और सामाजिक कार्यक्रमों के माध्यम से युवाओं को नशे के दुष्प्रभावों के बारे में जागरूक किया जा रहा है, जो एक सराहनीय पहल है। चौधरी सुल्तान सिंह आढ़ती ने कहा कि ढांड थाना पुलिस द्वारा नियमित रूप से चलाया जा रहा पेट्रोलिंग अभियान भी क्षेत्र में कानून व्यवस्था को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। पुलिस की सक्रियता से असामाजिक तत्वों में भय का माहौल बना है और आम नागरिक स्वयं को अधिक सुरक्षित महसूस कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि नशा मुक्त समाज के निर्माण के लिए पुलिस और जनता को मिलकर कार्य करना होगा। यदि प्रत्येक नागरिक अपनी जिम्मेदारी समझते हुए पुलिस का सहयोग करे तो नशे जैसी सामाजिक बुराई पर प्रभावी नियंत्रण पाया जा सकता है। चौधरी सुल्तान सिंह आढ़ती ने विश्वास व्यक्त किया कि एसपी मनप्रीत सिंह सूदन और ढांड थाना प्रभारी पवन कुमार के नेतृत्व में चल रही मुहिम आगे भी इसी प्रकार जारी रहेगी तथा क्षेत्र को नशा मुक्त और अपराध मुक्त बनाने में महत्वपूर्ण योगदान देगी।

बैंक किसानों के हितों को ध्यान में रखकर कर रहें काम : हरिओम यादव

- एसबीआई पुंडरी शाखा में स्मार्ट एग्री कस्टमर मीट का आयोजन, ग्राहकों को किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पूंडरी

पूंडरी। कार्यक्रम के दौरान किसानों को सम्मानित करते बैंक के अधिकारी।

भारतीय स्टेट बैंक की पूंडरी शाखा की ओर से हाबड़ी रोड़ स्थित एक निजी पैलेस में स्मार्ट एग्री कस्टमर मीट का आयोजन किया गया। बैंक की शाखा प्रबंधक मोनिका सिंह की अगुवाई में आयोजित इस कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि एजीएम हरिओम यादव व मुख्य प्रबंधक जयवीर सिंह ने शिरकत की। कार्यक्रम में 100 से अधिक किसानों ने हिस्सा लिया और बैंक द्वारा दी जाने वाले सुविधाओं के बारे में विस्तार से जानकारी प्राप्त की। कार्यक्रम की शुरूआत मुख्यातिथि के स्वागत से हुई। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए एजीएम हरिओम यादव ने कहा कि बैंक किसानों के हितों को ध्यान में रखकर काम कर रहा है, किसानों को आर्थिक रूप से समृद्ध बनाना ही उनका मकसद है। बैंक किसानों को उनकी जरूरतों के अनुसार सरल एवं सुविधाजनक ऋण उपलब्ध करा रहा है, जिससे वे आधुनिक कृषि उपकरण अपनाकर अपनी आय में वृद्धि कर सकें। उन्होंने किसानों को बैंक की विभिन्न कृषि योजनाओं, आधुनिक बैंकिंग सेवाओं तथा कृषि क्षेत्र से जुड़े वित्तीय उत्पादों की विस्तृत जानकारी प्रदान की। शाखा प्रबंधक मोनिका सिंह ने कहा कि कार्यक्रम का उद्देश्य किसानों को आधुनिक कृषि तकनीकों के साथ-साथ बैंकिंग सुविधाओं से जोडऩा तथा उन्हें कृषि विकास के लिए उपलब्ध वित्तीय सहायता योजनाओं के प्रति जागरूक करना था। मुख्य प्रबंधक प्रकाश कुमार विडियो और पीपीटी के जरिए किसानों को कृषि ऋण, किसान क्रेडिट कार्ड (केसीसी), फसल बीमा, कृषि यंत्रों की खरीद के लिए ऋण तथा डिजिटल बैंकिंग सेवाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दी। कार्यक्रम के दौरान किसानों ने बैंक अधिकारियों से कृषि ऋण, सब्सिडी योजनाओं और बैंकिंग प्रक्रियाओं से जुड़े विभिन्न प्रश्न पूछे, जिनका अधिकारियों ने विस्तारपूर्वक समाधान किया।

सूचना

मैं, रानी पत्नी श्री रतन लाल निवासी पटियाला चौक, हांसी रोड़ जींद, तहसील व जिला जींद बयान करती हूं कि मेरा पुत्र दीपक मेरे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये मैं इसको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करती हूं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

उपमंडल कार्यालय में बंदरों का आतंक

उचाना। उचाना उपमंडल कार्यालय और साथ लगते अस्पताल परिसर में बंदरों का आतंक लगातार बढ़ रहा है। इससे मरीजों, उनके परिजनों, कर्मचारियों और आम नागरिकों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। लोग अपने हाथों में खाने-पीने का सामान लेकर निकलने से भी कतराने लगे हैं, क्योंकि कई बार बंदर उनके हाथों से सामान छीन लेते हैं। नागरिक अस्पताल में इलाज के लिए आने वाले मरीजों और उनके परिजनों ने बताया कि बंदर दिनभर घूमते रहते हैं। बंदरों को भगाने के लिए नागरिक अस्पताल के पास पुरानी बिल्डिंग, जहां आयुर्वेदिक अस्पताल चलता है, वहां एक लंगूर का पोस्टर लगाया गया है।

गर्मी ने किया परेशान पारा पहुंचा 39 डिग्री

जींद। उमस भरी गर्मी ने लोगों को परेशान कर दिया है। शनिवार को अधिकतम तापमान 39 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच गया। जबकि न्यूनतम तापमान 30 डिग्री रहा। हवा की गति 14 किलोमीटर व मौसम में आद्रता 33 प्रतिशत बनी रही। पांडू पिंडारा मौसम विज्ञान केंद्र के मौसम वैज्ञानिक डा. राजेश के अनुसार किसानों को भी मौसम के पूर्वानुमान पर नजर रखते हुए कृषि कार्य करना चाहिए। यदि आगामी दिनों में बारिश होती है तो गर्मी से राहत मिलेगी। आगामी दिनों में बादल छाने और बूंदाबांदी की संभावना बनेगी। फिलहाल उमस भरी गर्मी लोगों को परेशान कर रही है।

एमसीबी बॉक्स में लगी आग

जींद। स्कीम नंबर छह स्थित सीए इंस्टिट्यूट ऑफ प्राइवेट लिमिटेड कोचिंग अकादमी के एमसीबी बॉक्स में शनिवार दोपहर को स्पार्किंग तथा आग लगने से हड़कंच मच गया। आग लगने की सूचना मिलने पर फायर ब्रिगेड की गाड़ी मौके पर पहुंची और स्थानीय लोगों की मदद से आग पर काबू पाया। घटना के समय दस बच्चे कमरे में पढ़ाई कर रहे थे। तांगा चौक निवासी रजतन स्कीम नंबर छह स्थित सीए इंस्टिट्यूट ऑफ प्राइवेट लिमिटेड कोचिंग अकादमी चलाए हुए है। दोपहर को अचानक से एमसीबी बॉक्स में आग लग गई। आग का पता लगते ही सभी बच्चे नीचे सुरक्षित आ गए। आग की सूचना मिलते ही फायर ब्रिगेड की गाड़ी मौके पर पहुंची और आग पर काबू पाया।

कांग्रेस ब्लॉक प्रधान ने सांसद से की मुलाकात

राजौंद। ब्लॉक राजौंद के कांग्रेस ब्लॉक प्रधान अजय राणा अपने समर्थकों के साथ पूर्व केंद्रीय मंत्री एवं हिसार से सांसद जयप्रकाश से मिले और उन्हें बुके भेंट कर सम्मानित किया। इस दौरान नव नियुक्त ब्लॉक प्रधान अजय राणा ने उन्हें यह जिम्मेदारी सौंपने पर आभार प्रकट किया। अजय राणा ने कहा कि पार्टी ने जो जिम्मेदारी उन्हें सौंपी है, वह उसे पूरी निष्ठा और ईमानदारी से निभाएंगे तथा संगठन को मजबूत करने के लिए कार्य करेंगे। उन्होंने भरोसा दिलाया कि कांग्रेस की नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने में कोई कमी नहीं रहने दी जाएगी। वहीं सांसद जयप्रकाश ने कहा कि कार्यकर्ता पार्टी की नीतियों का प्रचार-प्रसार करें और संगठन को मजबूत बनाने में भूमिका निभाएं।

सीसीटीवी फुटेज में कुत्ते की तरह राह चलते लोगों के पीछे दौड़ते दिखा युवक

हरिभूमि न्यूज ⏭कैथल

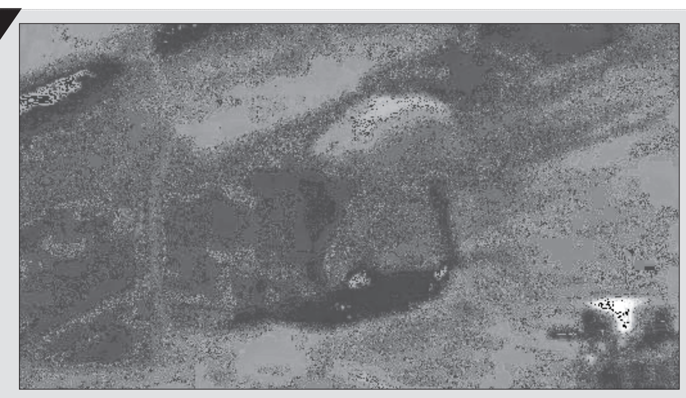
कैथल में कुत्ते के काटने के बाद एक युवक उसकी तरह ही भौंकने तथा काटने हरकतें करने लगा। युवक का एक सीसीटीवी वीडियो भी सामने आया है। जिसमें वह कभी सड़क पर कुत्तों की तरह लेट जाता है, तो कभी राह चलते लोगों के पीछे दौड़ने लगता है। कई बार वह कुत्तों जैसी आवाजें भी निकालता है। युवक की पहचान पुंज मोहल्ला निवासी 26 वर्षीय अमन के रूप में हुई। मोहल्ले के लोगों का कहना है कि कुछ दिन पहले अमन को एक कुत्ते ने काट लिया था। कुत्ते के काटने के करीब दो घंटे बाद ही उसने इस तरह की अजीब हरकतें शुरू कर दी थीं। स्वास्थ्य विभाग की टीम ने युवक को रेस्क्यू कर जांच और उपचार के लिए पीजीआई रोहतक भेजा दिया है। यही नहीं स्वास्थ्य विभाग द्वारा युवक के माता पिता के स्वास्थ्य की जांच भी करवाई है जो सही पाए गए हैं।

कुत्ते के काटने के बाद जमीन पर लेटकर भौंकने लगा युवक, पीजीआई रोहतक में करवाया गया इलाज

स्वास्थ्य विभाग ने युवक के माता-पिता की भी करवाई है जांच

17 जून को काटा था कुत्ते ने

प्राप्त जानकारी के अनुसार अमन ऑटो चालक है। 17 जून को वह काम खत्म कर घर लौट रहा था। इसी दौरान एक कुत्ते ने उसे काट लिया। बताया गया कि उसने इस बारे में किसी को नहीं बताया और न ही कोई उपचार कराया। कुत्ते के काटने के करीब दो घंटे बाद अमन का व्यवहार असामान्य होने लगा। शुरुआत में लोगों को लगा कि वह बीमार है, लेकिन उसके लक्षण देखकर आसपास के लोगों ने उससे दूरी बनानी शुरू कर दी। वह कुत्तों जैसी हरकतें करने लगा। उसके मुंह से लगातार लार निकलती रही और वह कुत्तों की तरह आवाजें भी निकालने लगा। कई बार वह गली में घुटनों के बल चलता दिखाई दिया।



कैथल। जमीन पर रेंगकर चलतते युवक का सीसीटीवी फुटेज।

स्वास्थ्य विभाग ने रेस्क्यू कर पीजीआई भेजा

सूचना मिले ही पार्षद मोहन लाल शर्मा ने इसकी सूचना नगर परिषद तथा स्वास्थ्य विभाग को दी। मामले की सूचना मिलने पर स्वास्थ्य विभाग की टीम मौके पर पहुंची और युवक को रेस्क्यू कर पीजीआई रोहतक में भर्ती कराया। वहां उसके टेस्ट कराए गए और उपचार शुरू किया गया। स्वास्थ्य विभाग के अनुसार, उसके शुरुआती लक्षण रेबीज से मिलते-जुलते हैं। फिलहाल जांच रिपोर्ट के आधार पर इलाज किया जा रहा है।

करवाई जा रही है जांच : सीएमओ

सिविल सर्जन डॉ. रेनू चावला ने बताया कि सूचना मिलते ही स्वास्थ्य विभाग की टीम युवक के घर पहुंची और उसे जांच व उपचार के लिए पीजीआई रोहतक रेफर कर दिया गया है। साथ ही उसके परिजनों की भी स्वास्थ्य जांच कराई गई है। उन्होंने बताया कि प्राथमिक तौर पर युवक में रेबीज जैसे लक्षण दिखाई दे रहे हैं। हालांकि, इसकी पुष्टि केवल मेडिकल जांच के बाद ही हो सकेगी।

डिप्टी स्पीकर व डीसी ने किया दौरा, सफाई अभियान का लिया जायजा

पर्यटन स्थल के रूप में विकसित होगा रानी तालाब, करोड़ों रुपये होंगे खर्च

हरिभूमि न्यूज ⏭जींद

जींद शहर के मध्य स्थित ऐतिहासिक एवं धार्मिक रानी तालाब को सुंदर बनाने की कवायद चली हुई है। हरियाणा विधानसभा के डिप्टी स्पीकर डा. कृष्ण लाल मिड्ढा तथा उपायुक्त डा. वैशाली शर्मा ने ऐतिहासिक एवं धार्मिक महत्व वाले रानी तालाब का संयुक्त रूप से दौरा कर वहां चल रहे साफ.-सफाई एवं गाद निकासी कार्यों का निरीक्षण किया। डिप्टी स्पीकर ने कहा कि रानी तालाब जींद की ऐतिहासिक एवं धार्मिक धरोहर है और इसके सौंदर्यीकरण के लिए करोड़ों रुपये की राशि खर्च की जानी है। सरकार शहर के प्रमुख धार्मिक एवं पर्यटन स्थलों के विकास के लिए गंभीरता से कार्य कर रही है ताकि आने वाली पीढियों को अपनी सांस्कृतिक विरासत से जोड़कर रखा जा सके। उन्होंने बताया कि वर्तमान में तालाब से गाद निकालने तथा व्यापक स्तर पर साफ.-सपुाई का कार्य किया जा रहा है। इन कार्यों के पूर्ण होने के उपरांत तालाब को नहरी पानी से भरवाया जाएगा, जिससे इसकी प्राकृतिक सुंदरता में और अधिक वृद्धि होगी तथा श्रद्धालुओं एवं पर्यटकों को बेहतर वातावरण उपलब्ध हो सकेगा। डा. मिड्ढा ने कहा कि रानी तालाब परिसर को आधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित करते हुए आकर्षक रूप प्रदान किया जाएगा। इसके साथ ही रानी तालाब स्थित प्राचीन भूतेश्वर मंदिर परिसर का भी भव्य विकास किया जाएगा। मंदिर परिसर में श्रद्धालुओं की सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए आवश्यक आधारभूत ढांचे को मजबूत किया जाएगा तथा परिसर के सौंदर्यीकरण के लिए विशेष कार्य किए जाएंगे। उपायुक्त डा. वैशाली शर्मा ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि विकास कार्यों में किसी प्रकार की लापरवाही न बरती जाए तथा सभी कार्य निर्धारित मानकों के अनुरूप किए जाएं। उन्होंने कहा कि रानी तालाब का पुनरोद्धार शहर के लिए एक महत्वपूर्ण परियोजना है। जिससे धार्मिक पर्यटन को बढ़ावा मिलेगा और स्थानीय लोगों को एक स्वच्छ एवं सुंदर सार्वजनिक स्थल उपलब्ध होगा।

जींद। निरीक्षण के दौरान डीसी से बातचीत करते हुए डिप्टी स्पीकर डा. कृष्ण मिड्ढा।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर एडीसी प्रदीप कौशिक, एसडीएम सत्यवान सिंह मान, डीएमसी अनिल कुमार दून तथा जिला प्रशासन के संबंधित अधिकारी, बायोगैस प्लांट के प्रतिनिधि ए तकनीकी विशेषज्ञ तथा स्थानीय निवासी उपस्थित रहे।

जींद। प्लांट का दौरा करते हुए डिप्टी स्पीकर डा. कृष्ण मिड्ढा। *फोटो : हरिभूमि*

बायोगैस प्लांट का किया निरीक्षण

बायोगैस प्लांट से संबंधित विभिन्न शिकायतें सामने आने के बाद हरियाणा विधानसभा के डिप्टी स्पीकर डा. कृष्ण लाल मिड्ढा ने जिला प्रशासन के अधिकारियों के साथ संबंधित बायोगैस प्लांट का दौरा कर स्थिति का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने जिला प्रशासन, प्लांट प्रबंधन तथा स्थानीय लोगों के साथ बैठक कर उनकी समस्याएं सुनी और उनके समाधान के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। डा. कृष्ण लाल मिड्ढा ने बायोगैस प्लांट का भौतिक निरीक्षण करते हुए प्रशासनिक अधिकारियों व प्लांट के तकनीकी अधिकारियों को संयुक्त रूप से स्थानीय लोगों द्वारा उठाई गई शिकायतों की गहन जांच करने के निर्देश दिए। उन्होंने विशेष रूप से वायु प्रदूषण, पानी के अत्यधिक उपयोग तथा मशीनों से उत्पन्न होने वाले ध्वनि प्रदूषण की जांच कर निर्धारित मानकों के अनुरूप रिपोर्ट प्रस्तुत करने को कहा। डिप्टी स्पीकर ने प्लांट के साथ लगते मकानों का दौरा किया। इस दौरान स्थानीय लोगों द्वारा मकानों में दरारें आने की शिकायत भी उनके संज्ञान में लाई गई। डिप्टी स्पीकर ने संबंधित अधिकारियों को इस मामले की तकनीकी जांच करवाने तथा जांच रिपोर्ट के आधार पर नियमानुसार आवश्यक कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

राजौंद। महर्षि कश्यप धर्मशाला में आयोजित मतदाता जागरूकता बैठक में उपस्थित ट्रस्ट पदाधिकारी एवं सदस्य। *फोटो : हरिभूमि*

मतदाता सूची को त्रुटिरहित बनाने के लिए हुई जागरूकता बैठक

- महर्षि कश्यप जन कल्याण ट्रस्ट ने नागरिकों से सक्रिय भागीदारी की अपील की

हरिभूमि न्यूज ⏭राजौंद

महर्षि कश्यप धर्मशाला के प्रांगण में महर्षि कश्यप जन कल्याण ट्रस्ट, राजौंद द्वारा समाज व राष्ट्र हित में मतदाता विशेष गहन पुनरीक्षण विषय पर एक महत्वपूर्ण बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में ट्रस्ट के सचिव मास्टर राजकुमार कश्यप ने उपस्थित गणमान्य व्यक्तियों को संबोधित करते हुए बताया कि मतदाता विशेष गहन पुनरीक्षण का मुख्य उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि कोई भी योग्य एवं पात्र नागरिक मतदाता सूची में शामिल होने से वंचित न रहे, तथा कोई भी अयोग्य अथवा अपात्र व्यक्ति सूची में दर्ज न हो। उन्होंने जानकारी दी कि यह अभियान 15 जून, 2026 से प्रारंभ हो चुका है और सभी पात्र मतदाताओं को गणना फार्म 14 जुलाई, 2026 तक अथवा उससे पहले संबंधित निर्वाचक पंजीकरण अधिकारी को जमा करवाने होंगे। उन्होंने नागरिकों से आह्वान किया कि वे जिम्मेदार नागरिक होने का परिचय देते हुए अपने, अपने परिवार तथा आसपास के लोगों के गणना फार्म सही, त्रुटिहीन एवं विधिवत भरवाकर इस प्रक्रिया में सहयोग करें। भरे हुए फार्म बीएलओ के माध्यम से या ऑनलाइन भी जमा किए जा सकते हैं। इस दौरान ट्रस्ट के संस्थापक करनैल कश्यप, प्रधान रोहताश कश्यप, कैशियर मास्टर जोगिंदर कश्यप, ट्रस्टी विक्रम कश्यप, प्रदीप कश्यप, विजय कश्यप, हर्ष राज कश्यप, मन्नू कश्यप, बलविंदर कश्यप, वकील कश्यप, मिंटू कश्यप, सुभाष कश्यप, सागर कश्यप, गोपाल कश्यप, रामकुमार कश्यप, सिंदर कश्यप, अजय कश्यप सहित अनेक सदस्य उपस्थित रहे।

अफवाह पर ध्यान न दें

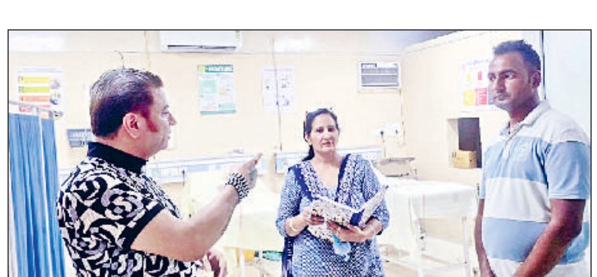
उपस्थित सदस्यों से अपील करते हुए उन्होंने कहा कि वे किसी भी प्रकार की अफवाहों पर ध्यान न दें और प्रक्रिया में सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करें। जब बीएलओ उनके घर आएं तो उन्हें पूरा सहयोग प्रदान करें, ताकि मतदाता सूची को अधिक शुद्ध, अद्यतन एवं त्रुटिरहित बनाया जा सके। ट्रस्ट के पदाधिकारियों ने आश्वासन दिया कि महर्षि कश्यप जन कल्याण ट्रस्ट भविष्य में भी समाज व राष्ट्र हित में इसी प्रकार अपनी सकारात्मक भूमिका निभाता रहेगा।

नागरिक अस्पताल का लिया जायजा

- साफ-सफाई की खामियां मिलने पर सीएमओ ने दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭जींद

जिला मुख्यालय स्थित नागरिक अस्पताल में सीएमओ डा. सुमन कोहली के दिशा-निर्देश पर डिप्टी एमएस डा. राजेश भोला ने शुक्रवार रात को अस्पताल का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान कुछ जगह साफ-सफाई की छोटी-छोटी खामियां सामने आई। जिस पर उन्हें तुरंत प्रभाव से दूर करने के लिए कहा गया। साथ ही पीने के पानी का उचित प्रबंध करने, सफाई व्यवस्था को दुरूस्त करने के आदेश दिए गए। इसके अलावा मरीज में आने वाले हर मरीज व तिमारदार के साथ अच्छे से पेश आने के लिए कहा गया। डिप्टी एमएस डा. राजेश भोला ने बताया कि सीएमओ द्वारा नागरिक अस्पताल जींद में प्रतिदिन रात्रि दौरा अनिवार्य कर दिया गया है। इसके तहत एक वरिष्ठ नर्सिंग अधिकारी, डीएमएस, एसएमओ, एसएमओ, आरएमओ, ऑन ड्यूटी सुपरवाइजर और बिजली कर्मचारी (सुपरवाइजर) को रात्री ड्यूटी सौंपी गई है। बाकायदा निरीक्षण को लेकर रोस्टर जारी कर दिया गया है। आदेश में साफ कहा गया है कि यदि कोई अधिकारी छुट्टी पर हो तो अगले दिन की ड्यूटी वाला अधिकारी अतिरिक्त ड्यूटी सुनिश्चित करेगा।



जींद। निरीक्षण के दौरान दिशा-निर्देश देते डिप्टी एमएस डॉ. राजेश भोला।

मजदूरों ने सीएम,श्रममंत्री का पुतला फूंका

- पंजीकरण बहाली समेत विभिन्न मांगों को लेकर किया प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ⏭उचाना

उचाना उपमंडल कार्यालय में शनिवार को निर्माण मजदूरों ने प्रदर्शन किया। इंटक नेता सरोज और भवन निर्माण कामगार यूनियन के संदीप जाजवान के नेतृत्व में बड़ी संख्या में मजदूर एकत्रित हुए। नेशनल हाइवे पर पालवां बस स्टॉप पर सीएम, श्रम मंत्री मंत्री का पुतला फूंक सरकार के खिलाफ रोष व्यक्त किया।

मजदूरों की मुख्य मांगों में हरियाणा भवन एवं अन्य सन्निर्माण कर्मकार कल्याण बोर्ड में पंजीकृत लाखों निर्माण मजदूरों का रद्द किया गया पंजीकरण बहाल करना, मनरेगा मजदूरों को श्रम कल्याण बोर्ड में शामिल करना और निर्माण यूनियनों को तस्दीक का अधिकार देना शामिल था। उन्होंने कहा कि जो मजदूरों पहले पंजीकृत हो चुका है उनको जो सुविधाएं मिलनी है वो सुविधाएं उन्हें नहीं मिल रही है। ये पोर्टल बीते 11 महीनों से बंद है। इसके कारण लाखों मजदूरों को कल्याणकारी योजनाओं का लाभ नहीं मिल पा रहा है। ये पोर्टल दोबारा शुरू करवाने के लिए प्रदेश की सभी निर्माण मजदूर यूनियनों ने एक संयुक्त मोर्चा बनाया है। इसके तहत गांव-गांव जाकर मजदूरों को जागरूक करने का अभियान चलाया जाएगा। सरकार द्वारा मजदूरों के अधिकारों को सीमित करने की कोशिश की जा रही है। इस मौके पर सीटू उपाध्यक्ष कपूर सिंह, महासचिव कृष्ण नैन, सतीश बड़ौदा, रीना, सुनीता, रेखा, शीनू, कविता, कश्मीरी, मुकेश, रवि, वेदपाल, राजेश, सतीश, विनोद मौजूद रहे।

उचाना। हाइवे स्थित पालवां बस स्टॉप पर प्रदर्शन करते मजदूर। *फोटो : हरिभूमि*

दावे पर उठाया सवाल

भवन निर्माण मजदूर संघ के प्रदेशाध्यक्ष धर्मबीर लोहान ने बताया कि सरकार द्वारा शुरू नए पंजीकरण को लेकर पोर्टल में ऐसी शर्तें रखी गई हैं, जिनके कारण अधिकांश मजदूर योजनाओं के दायरे से बाहर हो गए हैं। मनरेगा मजदूरों को भी योजना से बाहर कर दिया गया है। लोहान ने सरकार के 125 दिन रोजगार देने के दावे पर सवाल उठाया। कहा कि जमीनी स्तर पर मजदूरों को 15 दिन का भी काम नहीं मिल रहा है।

आज मनाया जाएगा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

जींद। डीसी डा. वैशाली शर्मा ने बताया कि जिला स्तरीय अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को प्रातः छह बजे रोहतक रोड स्थित नई अनाज मंडी में मनाया जाएगा। इस योग दिवस कार्यक्रम में हरियाणा के पंचायत मंत्री कृष्ण लाल पंवार बतौर मुख्यअतिथि शिरकत करेंगे। उन्होंने बताया कि कार्यक्रम में जिलेभर से हजारों की संख्या में आमजन, विद्यार्थी, अधिकारी व कर्मचारी भाग लेकर सामूहिक योगाभ्यास करेंगे। योग विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान की विधियों का अभ्यास करवाया जाएगा। जिससे लोगों को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की प्रेरणा मिलेगी। डीसी डा. वैशाली शर्मा ने कहा कि योग शरीर, मन और आत्मा के संतुलन का एक सशक्त माध्यम है और नियमित योग से व्यक्ति निरोग व तनाव मुक्त जीवन जी सकता है। उन्होंने जिला वासियों से आह्वान किया कि वे अधिक से अधिक संख्या में इस कार्यक्रम में भाग लें और योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाएं।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हुड्डा कॉम्पलेक्स, डी.आर.डी.ए. के सामने, जीन्द
हरिभूमि कार्यालय, करनाल रोड, जाट स्टेडियम के सामने, कैथल
फोन : 8295157800, 8814999186, 8814999166, 9253681005

दाखिले के लिए आवेदन करने की अंतिम तिथि बढ़ाने का नहीं दिख रहा लाभ

यूजी कोर्स में ऑनलाइन आवेदन की रफ्तार हुई धीमी

राजकीय पीजी कॉलेज में शनिवार को आवेदनों की संख्या 2567 पहुंची

हरिभूमि न्यूज ⏭जींद

यूजी कोर्स में विद्यार्थियों की सुविधा के लिए आनलाइन आवेदन की तारीख बढ़ाने के साथ ही आवेदनों की रफ्तार थोड़ी धीमी हो गई है। जिले के विभिन्न कालेजों में हर रोज एक संकाय में एक से दो ही विद्यार्थी के आनलाइन आवेदन आ रहे हैं। वहीं कुछ संकायों में एक या दो विद्यार्थी नाम भी वापस ले रहे हैं। ऐसे में इस समय कालेजों में औसतन हर रोज 25 से 30 ही आवेदन आ रहे हैं। राजकीय पीजी कालेज में शुकवार तक जहां कुल आवेदनों की संख्या 2559 थी वहीं शनिवार को आवेदनों की संख्या 2567 ही पहुंची। इसी प्रकार राजकीय महिला कालेज में शुक्रवार को जहां कुल आवेदनों की संख्या 1439 थी, जो शनिवार को 1444 हुई। राजकीय पीजी कालेज में शनिवार तक आए 2567 आवेदनों में से बीए आट्र्स में निर्धारित 600 सीटों पर 1357 आवेदन आए हैं। बीए इकोनामिक्स में 40 सीटों पर 29, बीए इंग्लिश में 40 सीटों पर 62, बीए ज्योग्राफी में 40 सीट पर 89, बीए हिस्ट्री में 40 सीट पर 55, बीबीए में 40 सीटों पर 166, बीकाम में 220 सीटों पर 264, बीसीए में 120 सीटों पर 361, बैचलर आफ साइंस इन लाइफ साइंस में 170 सीटों पर 271, बैचलर आफ साइंस इन फिजिकल साइंस में 300 सीटों पर 151, बैचलर आफ साइंस इन कैमिस्ट्री में 40 सीटों पर 79, बैचलर ऑफ साइंस विद मैजर इन मैथ में 40 सीटों पर 83 और बैचलर आफ साइंस विद मैजर इन फि जिक्स में 40 सीटों पर 75 आवेदन आ चुके हैं। वहीं राजकीय महिला कालेज में अलग-अलग नौ संकायों में अब तक आए 1444 आवेदनों में से बीए आट्र्स में 400 सीटों पर 843, बीए इंग्लिश में 40 सीटों पर 48, बीए ज्योग्राफी में 40 सीटों पर 67, बीकाम में 200 सीटों पर 141, बीसीए में 60 सीटों पर 147, बैचलर आफ साइंस इन लाइफ साइंस में 60 सीटों पर 207, बैचलर आफ साइंस इन फि जिकल साइंस में 160 सीटों पर 103, बैचलर आफ साइंस विद मेजर इन मैथ में 40 सीटों पर 54 और बैचलर आफ साइंस इन फिजिक्स में 30 सीटों पर 49 आवेदन आ चुके हैं।

जींद। यूजी कोर्स में आवेदन करते हुए। *फोटो : हरिभूमि*

आवेदन वापस भी ले रहे विद्यार्थी

राजकीय पीजी कालेज में शुक्रवार की अपेक्षा शनिवार को बीए कला संकाय में पांच, बीकाम संकाय में दो, बीसीए संकाय में एक, बैचलर आफ साइंस विद मेजर इन कैमिस्ट्री में एक, बैचलर आफ साइंस विद मेजर इन मैथ संकाय में एक आवेदन का इजाफा हुआ। वहीं एक विद्यार्थी ने बैचलर आफ साइंस इन फिजिकल साइंस संकाय में एक विद्यार्थी ने आवेदन वापस लिया। इसी प्रकार राजकीय महिला कालेज में बीए कला संकाय में तीन, बैचलर आफ साइंस इन लाइफ साइंस में एक आवेदन का इजाफा हुआ है। वहीं बीसीए, बैचलर आफ साइंस इन फिजिकल साइंस, बैचलर आफ साइंस विद मेजर इन मैथ व बैचलर आफ साइंस विद मेजर इन फिजिक्स में एक-एक आवेदन कम हुआ है।

हरिभूमि रविवार भारती

haribhoomi.com

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित

रोहतक, रविवार 21 जून 2026

एआई इमेज

पिता दिवस विशेष

आम लोग हों या सेलिब्रिटी, हर किसी के जीवन में पिता बहुत मायने रखते हैं। भले ही वे संतान से जुड़ी अपनी भावनाओं को व्यक्त ना करते हों, लेकिन उसके जीवन को संवारने के साथ उसे हमेशा सुरक्षा और संबल देते हैं। अलग-अलग क्षेत्र से जुड़ी कुछ नामचीन हस्तियां यहां बता रही हैं कि अपने पिता से उनकी कैसी बॉन्डिंग रही है, उन्होंने किस-किस तरह से उनका हौसला बढ़ाया, उनके जीवन को संवारा।

उदात्त-अद्वितीय पिता का साया

{ आवरण कथा }

मैं उसी तरह का इंसान हूं, जैसे पिताजी थे

वरुण बडोला, अभिनेता-लेखक

मेरे पिता विश्वमोहन बडोला जाने-माने रंगकर्मी और पत्रकार थे। पढ़ने-लिखने के बहुत शौकीन। बचपन में मेरे सामने भी दो विकल्प थे कि मैं भी उनकी तरह पत्रकार बन जाऊं या कलाकार। मैंने अभिनय को चुना। लिखने का शौक भी मेरे अंदर पिताजी से ही आया। चूंकि मैं एक कलाकार के घर में पल रहा था तो उस वातावरण में मैं बहुत सारी थिएटर, अभिनय और स्टेज से जुड़ी शुरुआती बेसिक स्किल्स, जो लोग बाहर जाकर कोर्स करके सीखते हैं, जैसे- कैसे बोलना है, चलना है, भाषा, उच्चारण आदि, यह सब मैंने पिताजी से घर पर ही सीखीं। उन्हें थिएटर और रेडियो में काम करते हुए देखकर, सुनकर सीखा, समझा। एक कलाकार के घर जन्म लेने का यह फायदा मुझे मिला। जब मैं हताशा और निराशा के पलों में होता तो भी वे मुझे बहुत अच्छी तरह से समझाते थे। मुझे लगता है कि हर पिता में यह दूरदर्शिता होती है और जब बात अपने बच्चों पर आ जाती है, तब वे पहले ही भांप लेते हैं कि जो स्थिति है उसका परिणाम क्या हो सकता है? ऐसा कई बार हुआ, मैं किसी परिस्थिति से जूझ रहा होता और वे मुझे कहते थे कि मुझे ऐसा लग रहा है कि आने वाले दिनों में परिस्थितियां ऐसे बदलेंगी और इस तरीके की एक तस्वीर सामने आएगी। इसके अलावा कोई काम करना चाहिए या नहीं करना चाहिए। या एक ही जगह पर रुक जाना चाहिए? इस तरह की बहुत-सी बातों पर वे अपनी राय रखते थे। आज पापा को गए छह साल हो चुके हैं। मेरा और पापा का रिश्ता बहुत कुछ अनकहे पर आधारित था। हमारी एक-दूसरे को लेकर जो सोच और भावनाएं थीं, वह हम दोनों ने शब्दों में बहुत ज्यादा कभी व्यक्त नहीं की, लेकिन मैं यह मानता हूं कि भावनाओं का आदान-प्रदान बिना कुछ कहे भी हो सकता है। मैं उसी तरह का इंसान हूं, जिस तरह के वे थे। समय के साथ रिश्ते आगे बढ़ते हैं लेकिन ऐसा कभी नहीं हुआ कि हम दोस्त हो गए। मैं चाहता भी नहीं था कि मेरे पिताजी मेरे दोस्त बने। मैं अपने पिताजी को पिता के रूप में ही देखना चाहता था। *

मेरी सफलता का सारा श्रेय पिताजी को जाता है

अनूप जलोटा, गायक

मेरे पिता श्री पुरुषोत्तम दास जलोटा ने मुझे पढ़ाने-लिखाने पर जितना ध्यान दिया, उतना ही गुरु के रूप में संगीत सिखाने के लिए भी हर संभव प्रयास किया। इस तरह वे मेरे पिता व गुरु दोनों थे। मेरे लिए वे ईश्वरतुल्य हैं, मुझे उनकी बहुत कृपा प्राप्त हुई। मेरी सफलता का सारा श्रेय पिताजी को जाता है। संगीत के क्षेत्र में करियर कैसे बनाना है, आगे कैसे बढ़ना है, सब उन्हीं का मार्गदर्शन रहा। उन्होंने जो कहा, मैंने वैसा किया। उन्होंने मुझे जीवन की एक ऐसी सीख दी, जिसे मैं आज भी याद रखता हूं। उन्होंने कहा था, 'बेटा सबसे प्रेम से मिला करो। चाहे कितना भी सफल हो जाना, घमंड कभी मत करना। ये नेम-फेम क्षणिक होता है। इसलिए अगर लोगों से प्रेम से मिलोगे, उनसे मधुर संबंध बनाओगे तो यह जीवन भर बहुत काम आएगा।'

बतौर संगीत गुरु मेरे पिताजी बहुत सख्त और अनुशासनप्रिय थे। मुझे याद है, मैं जब सात-आठ साल का था, तब वे अकसर मुझे एक तानपुरा देकर कमरे में बंद कर देते और कहते थे कि अब दो घंटे बस एक ही सुर लगाओ। उस समय मुझे यह बहुत मुश्किल लगता था, लेकिन उस समय मैंने जो सुर लगाने का अभ्यास किया, वो आज तक बरकरार है। एक बार मुझे एक प्रोग्राम में गाने के लिए बुलाया गया, लेकिन आयोजकों के पास तबला, हारमोनियम वादक नहीं थे। मैंने सोचा कि मैं बिना संगत के कैसे गाऊंगा? मैंने पिताजी को सारी बात बताई। इस पर पिताजी बोले, 'तुम आज से हारमोनियम बजाना सीखो।' मैंने वैसा ही किया। उस समय मैं आठ वर्ष का था। तब से आज तक गाते समय मैंने कभी किसी हारमोनियम वादक को संगत के लिए नहीं बुलाया। मैं गाते वक्त खुद हारमोनियम बजाता हूं। कहने का मतलब है कि उनकी हर सीख ने बतौर गायक मुझे संवारा। उनकी हर सीख मेरे साथ हमेशा रहती है। *

जीवन के हर पड़ाव पर पापा हमेशा मेरे साथ खड़े रहे हैं

स्नेहा चक्रधर, भरतनाट्यम नृत्यांगना

मैं बहुत भाग्यशाली हूं कि एक ऐसे माहौल में पैदा हुई, जहां साहित्य व संगीत दोनों लगातार मौजूद रहे। ऐसा माहौल आम घरों में आसानी से नहीं मिलता, लेकिन मुझे विरासत में मिला। इसी माहौल ने मेरे व्यक्तित्व का निर्माण किया। बचपन से मैं देखती थी कि मेरे पापा, श्री अशोक चक्रधर जो भी काम करते हैं, बेहद परफेक्शनिज्म के साथ करते हैं। कोई कमी न रह जाए, इसलिए पूरा तन-मन-धन लगा देते हैं। बचपन की एक घटना मुझे याद है कि एक बार मैंने अपनी किसी सहेली से बोला, 'अगर मेरे पापा मोची होते तो दुनिया का सबसे सुंदर जूता बनाते।' मतलब, मैं बचपन से जानती थी कि पापा के काम में कमी निकालना बहुत मुश्किल काम है। मैंने समाजशास्त्र और नृत्य दो विषयों को चुना और इन दोनों को एक साथ देखने, समझने की प्रेरणा मुझे पापा से ही मिली। पापा का व्यक्तित्व बहुआयामी रहा है, चाहे फिल्म निर्माण हो, लेखन, कविता, नाटक, साहित्यिक आलोचना, कला, शिक्षण या प्रशासन हर क्षेत्र में उन्होंने अपनी विशिष्ट पहचान बनाई। उनके इसी बहुआयामी दृष्टिकोण से मैंने सीखा कि अलग-अलग रुचियों और ज्ञान क्षेत्रों को जोड़कर ही एक समृद्ध और सार्थक जीवन जिया जा सकता है। जीवन के हर पड़ाव पर पापा हमेशा मेरे साथ खड़े रहे हैं। हर चुनौती या मुश्किल समय में उन्होंने मेरा साथ दिया। उनकी बेटी होने के मुझे बहुत फायदे मिले हैं। चाहे दिल्ली के प्रतिष्ठित सांस्कृतिक और बौद्धिक परिवेश हों या छोटे-छोटे गांव, जहां भी मैं कार्यशालाओं के लिए गई। जब लोगों को पता चलता था कि मैं काका हाथरसी की नातिन और अशोक चक्रधर की बेटी हूं तो जो अपनापन, प्यार, स्वागत, सत्कार मेरा होता रहा है कि उसे शब्दों में व्यक्त करना मुश्किल है। अब मैं अमेरिका में बस गई हूं लेकिन आज भी जब पापा कुछ नया लिखते हैं तो मम्मी के बाद मैं उनकी दूसरी पाठक/श्रोता होती हूं। मैं उनसे रोज बात करती हूं और चाहती हूं कि वे हमेशा स्वस्थ रहें और लिखते रहें। *

प्रस्तुतिः रेणु खंतवाल

अपने पिता को मैं हर सांस में याद करता हूं

चित्तरंजन त्रिपाठी, एनएसडी डायरेक्टर-एक्टर

मेरे पिता श्री विश्वनाथ त्रिपाठी मेरे आदि गुरु हैं। मैंने अपने कला व सामाजिक जीवन में जो कुछ सीखा उसमें उनकी सबसे बड़ी भूमिका रही। पिताजी विद्वान होने के साथ सिंगर व एक्टर भी रहे हैं। वे कहते हैं, 'जीवन में कभी किसी का बुरा न करना, न सोचना। जीवन के हर मोड़ या परिस्थिति में सुकर्म करते रहना।' मूलतः उन्होंने मुझे यही सिखाया।

मुझे याद है, मैं बहुत छोटा था तभी मां का देहांत हो गया। हम तीनों भाई-बहन छोटे थे। उन्होंने हमें अकेले पाला। तमाम घरेलू काम अकेले करना, खाना बनाने से लेकर अपना काम भी करना। वे चाहते तो दूसरी शादी करके अपने जीवन को आसान बना सकते थे, लेकिन उन्होंने पूरा जीवन हम पर लगा दिया। तमाम कठिनाइयों को कठिनाई न मानकर हंसकर करने वाले व्यक्ति मेरे पिता हैं। उनकी परवरिश, देखभाल ऐसी थी कि हमें कभी मां की कमी महसूस ही नहीं हुई। समय पर खाना मिला, साफ धुले कपड़े, बिस्तर। रात को सोने से पहले हमारे पैर के तलवों पर तेल लगाना और रात को हमें दूध का गिलास पिलाना वे कभी नहीं भूलते थे।

संगीत की शुरुआती शिक्षा मैंने उन्हीं से ली। एक बार पिताजी ने मुझे 15 अगस्त पर ब्लॉक स्तर की गायन प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए भेजा। उस समय मैं बहुत छोटा था, वहां जाकर डर गया और बिना गाए वापस घर आ गया। घर आकर पिताजी को बताया तो उन्होंने कहा, 'जिसका बाप जिंदा हो वह बच्चा कभी हार या डर नहीं सकता।'

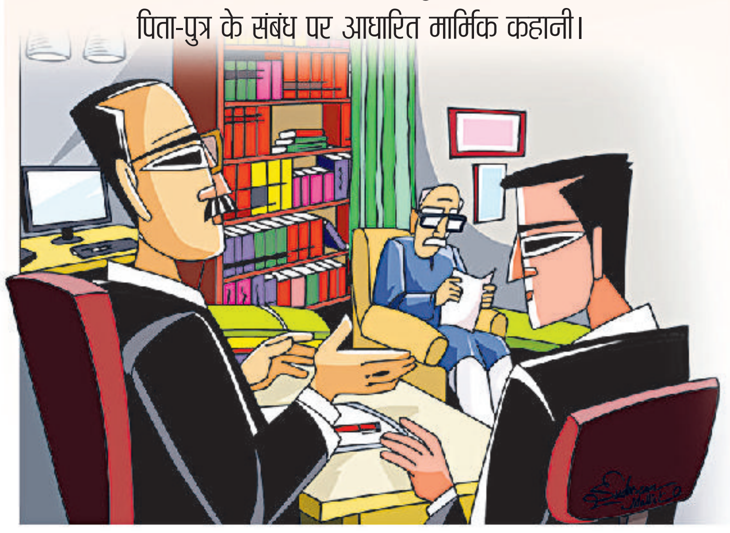
अगले साल मैंने फिर उसी प्रतियोगिता में भाग लिया और मुझे पुरस्कार मिला। उसके बाद मैंने कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा। कहने का अर्थ है कि आर्थिक रूप से तंगी के बावजूद पिताजी ने हमें दुनिया के आगे सकारात्मक रूप से कैसे खड़ा होना है, यह सिखाया। यह भी समझाया, 'तुम्हारी सारी जिम्मेदारी मेरी है, तो तुम्हें डर किस बात का!'

मैंने 1998 में जब पहली बार 'ताजमहल का टेंडर' नाटक किया तब उन्हें उड़ीसा से दिल्ली नाटक देखने बुलाया था। नाटक समाप्त होने के बाद जब उन्होंने देखा कि दर्शक लगातार तालियां बजा रहे हैं, मुझे बधाई दे रहे हैं तो उन्हें बहुत गर्व हुआ। रात को खाना खाते वक्त उन्होंने मेरी पीठ थपथपाई और कहा, 'बहुत अच्छा हुआ कि तुमने अपने दिल की आवाज सुनी और किसी नौकरी में खुद को नहीं बांधा।' वे खुद अच्छे कलाकार हैं, इसलिए समझते हैं कि एक कलाकार को जो तालियां और प्रोत्साहन जनता से मिलता है, वह अनमोल होता है। उनसे जुड़ी कई मीठी यादें मेरी स्मृतियों में दर्ज हैं। एक बार मैं स्कॉलरशिप लेकर लंदन पढ़ने गया था। मैंने उन्हें फोन किया और कहा, 'बधाई हो आप लंदन में घूम रहे हैं।' तो बोले, 'मैं लंदन कब चला गया?' तब मैंने कहा, 'मैं आपका अंश हूं, संपूर्ण तो आप हैं। अगर मैं यहां पढ़ रहा हूं, घूम रहा हूं, तो वह आप ही हैं।' इस पर वह मुस्कुरा दिए। आज भी जब मैं अपने घर (ओडिशा) जाता हूं तो पिताजी से खूब देर तक ढेर सारी बातें करता हूं। हालांकि वे 90 वर्ष के हो चुके हैं। लेकिन मेरी बातों को ध्यान से सुनते हैं, अपने मन की बात भी कहते हैं। फादर्स डे के खास मौके पर पर मैं उनसे यही कहना चाहूंगा, 'मैं आपको हर सांस में याद करता हूं। हर पल आप मेरे दिलोदिमाग में रहते हैं। इसलिए मेरे लिए तो रोज फादर्स-डे है।' *

{ कहानी / प्रभा पारीक }

सुरक्षा कवच

पेशे से वकील माथुर साहब के घर में बने ऑफिस वाले कमरे में उनके वृद्ध पिताजी भी बैठे रहते। पिताजी को लगता कि उनकी वजह से बेटे को असुविधा होती होगी। लेकिन एक बार जब उन्होंने अपने पुत्र को पौत्र से उस कमरे और अपने बारे में बात करते सुना तो वे भावविभोर हो गए। पिता-पुत्र के संबंध पर आधारित मार्मिक कहानी।



माथुर साहब के घर का वह कमरा सबसे महत्वपूर्ण था। उनके दादाजी के द्वारा बनवाया गया यह घर आज के जमाने को देखते हुए काफी बड़ा और हवादार था। उसमें भी आंगन वाले इस कमरे की बात अलग ही थी। पूरे दिन सारा कमरा माथुर साहब के पिताजी द्वारा पूजा में चढ़ाए फूलों व अगरबत्ती की खुशबू से सराबोर रहता। इस कमरे की सफाई घर में सबसे पहले होनी चाहिए, यह नियम वर्षों से था। कुछ फालतू सामान कमरे में रखा हो तो माथुर साहब स्वयं बाहर रख आते। प्रतिवर्ष पिताजी की कुर्सी-पलंग, दरवाजे-खिड़कियों पर पॉलिश होती। इसीलिए पूरा कमरा चमकता दिखता।

पेशे से वकील माथुर साहब ने पिताजी के इसी कमरे को अपना ऑफिस बना रखा था। ऑफिस के समय के दौरान घर का कोई भी सदस्य कमरे के अंदर नहीं आता। बच्चे भी दादाजी के पास शाम के बाद ही आते। दिन भर वकील साहब के पास लोगों का आना-जाना लगा रहता। पिताजी को भी इसकी आदत हो गई थी। शुरू-शुरू में एक-दो बार दबी जुबान से बेटे को कमरा बदल लेने की सलाह दी भी थी, पर माथुर साहब ने साफ इनकार कर दिया। फिर पिताजी ने भी इस विषय पर मौन धारण कर लिया था। काफी बड़ा हॉल नुमा कमरा था। माथुर साहब के पिताजी कमरे के एक कोने में बैठ कर किताब या अखबार पढ़ते कभी धीमी आवाज में रेडियो सुनते। कमरे में मौजूद छोटे से मंदिर के पास रैक में रखी धार्मिक पुस्तकें कमरे का अहम हिस्सा थीं। माथुर साहब की ओर से पिताजी के लिए कोई रोक-टोक नहीं थी। वह अपने हिसाब से पूजा-पाठ या मंत्रोच्चार करते रहते। जब उनके लिए चाय आती तब पिताजी को भी देते। पिताजी की खाने-पीने की सीमित आदतों के कारण उन्हें कोई शारीरिक तकलीफ तो नहीं थी, पर उम्र तो थी ही। माथुर साहब के पास वकालत के काम से आने-जाने वाले लोगों को पिताजी भी पहचानते थे, दुआ-सलाम के लिए वो भी अकसर उनके पास आ बैठते।

कुल मिलाकर पिताजी की उपस्थिति से माथुर साहब को कोई तकलीफ नहीं होती। पिता को क्या तकलीफ है इसकी उनको परवाह नहीं थी, ऐसा पिताजी का मानना था। उन्होंने अकसर ऐसा महसूस भी किया था पर पिताजी को इतना संतोष था कि इस बहाने से बेटा पूरे दिन उनकी आंखों के सामने रहता है। उन्हें भी अलग-अलग तरह के लोगों को नजर भर देखते रहने का अवसर मिलता। वर्षों यही सिलसिला चलता रहा। माथुर साहब का बेटा भी अब पढ़-लिखकर वकालत के लिए तैयार हो गया। उनके साथ ही काम करने लगा था। बेटे को भी यह कमरा पसंद था, क्योंकि इस कमरे में सारी सुविधाएं थीं। पर उस कमरे में दादाजी की उपस्थिति पोते को नहीं भाती थी। एक दिन उसने माथुर साहब से कहा, 'दादाजी का कमरा बदल दें या हम अपना ऑफिस किसी दूसरी जगह पर शिफ्ट कर लेते हैं।' वर्षों से माथुर साहब की पत्नी भी यही चाहती थीं, क्योंकि पिताजी की उपस्थिति के कारण वह कभी पति के पास जाकर बैठ नहीं पाती थीं। लेकिन लंबी बहस के बाद भी जब माथुर साहब इस बात के लिए तैयार नहीं हुए तो बेटा दो दिन रूठा रहा। माथुर साहब ने समस्या की गंभीरता को समझते हुए बेटे को दूसरी जगह, जहां वह चाहे, ऑफिस लेने की अनुमति दे दी, और साथ में आशीर्वाद भी। बेटे से माथुर साहब बोले, 'मैं तो यहीं से काम करूंगा। तुम अपने निर्णय के लिए स्वतंत्र हो।'

अंत में ऐसा ही हुआ, जैसा बेटा चाहता था। नई पीढ़ी हमेशा से नई सोच के साथ ही काम करती है। उसके लिए संस्कार, मूल्य कहां मायने रखते हैं। इसीलिए कुछ केस उसने अनुभव न होने के कारण ऐसे स्वीकार कर लिए, जिसमें अपयश की संभावनाएं अधिक थीं पर उसे तो मोटी फीस नजर आ रही थी। माथुर साहब ने भी सोचा परिपक्वता के लिए ठोकर और असफलता भी जरूरी है। इसी सोच के कारण उन्होंने बेटे के काम में दखल नहीं दिया। अब तो उसके पास इसी तरह के ही केस आने लगे और मुंह मांगी रकम के ऑफर भी। पर अनुभवहीन पुत्र तो पहले वाले केस को ही अभी पूरा नहीं कर पाया था। मुवक्किल का सामना करना भी आसान न था। नतीजा हुआ कि वह बहुत तनावग्रस्त रहने लगा। अपने सारे तनाव व चिंता लेकर वह एक दिन माथुर साहब के पास आकर बैठा। उस दिन किसी मुवक्किल के न होने के कारण पिता-पुत्र कमरे में अकेले थे। पुत्र ने उस दिन अपने मन का सारा तनाव पिता को कह सुनाया। कोने में बैठे उसके दादाजी भी सारी बातें सुन रहे थे। सारी बात सुनकर माथुर साहब ने अपने पुत्र से कहा, 'मेरी सफलता, मान-सम्मान के पीछे अगर किसी की सबसे बड़ी भूमिका है तो यह कमरा और इसमें बैठे रहने वाले तुम्हारे दादाजी हैं। जब मैंने काम शुरू किया तभी से यह कमरा मुझे सुरक्षा देता आया है। तुम्हारे दादाजी ने अनेक बार कहा कि मैं दूसरे कमरे में बैठकर आराम से काम करूं। पर उन्हें नहीं पता कि वे मेरे लिए कितने बड़े सुरक्षा कवच रहे हैं। शुरुआत से अपने पिता की नजरों के सामने रहा, इसीलिए किसी के लिए अपशब्द बोलना मेरी आदत में नहीं आया। पिताजी की उपस्थिति के कारण समय की मर्यादा का पालन करना मेरी आदत बन गई। इसी कमरे के कारण आने-जाने वालों ने भी मर्यादा का सदा पालन किया। तुम्हें आश्चर्य होगा कि मुझे आज तक किसी प्रकार के गलत तरह के पैसे का कोई प्रलोभन नहीं दिया गया, क्योंकि पिताजी की उपस्थिति में स्वीकारना तो दूर की बात थी, किसी को मुझसे अनैतिक कुछ कहने की हिम्मत ही नहीं हुई। इसीलिए बेटा इस पवित्र कमरे को, जिसे मैं अपना सुरक्षा कवच समझता हूं, इसके रहते मुझसे कभी कोई गलत काम नहीं होगा। अभी तक का जीवन सिद्धांतों पर चलकर बीता है, आगे भी बीत जाएगा। तुम्हें मैं यही कहूंगा कि अब समय बदल गया है। नई शैली से काम करने में परहेज मत करना, पर नैतिकता का चलन हर युग में रहा है और रहेगा। यही संस्कार मुझे अपने पिताजी से मिले और यही मैं तुमसे कहना चाहता हूं। मेरा आशीर्वाद सदा तुम्हारे साथ है। तुम्हें कभी-भी मेरी आवश्यकता होगी, मैं तुम्हारे साथ रहूंगा।' यह सुनकर उनके युवा पुत्र ने माथुर साहब के हाथों को थामकर, उन्हें आश्वस्त किया।

उधर कमरे के कोने में बैठे पुत्र के मुंह से अपने बारे में ऐसी बातें सुनकर माथुर साहब के पिताजी की बूढ़ी आंखों से झर-झर बहते आंसू बहुत कुछ कह रहे थे। जिसमें असीम खुशी और संतुष्टि घुली हुई थी। *

विशेष : अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

आज की डिजिटल दुनिया में बढ़ती व्यस्तता हमारे तन-मन की थकान का प्रमुख कारण बनता जा रहा है। ऐसे में अगर आप योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना लें तो डिजिटल थकान और उससे उत्पन्न होने वाले दुष्प्रभावों से काफी हद तक बचे रह सकते हैं। ऐसे ही कुछ कारगर योगासनों और योग गतिविधियों के बारे में जानिए।

डिजिटल थकान दूर करने में बहुत कारगर है योगा

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

हर रोज सुबह आंख खुलते ही मोबाइल स्क्रीन, दिनभर लैपटॉप और शाम होते ही सोशल मीडिया पर सक्रियता। आज की लाइफस्टाइल में ज्यादातर लोगों का अधिकांश समय किसी न किसी डिजिटल स्क्रीन के साथ जुड़ा रहता है। डिजिटल दुनिया में रहने की यह व्यस्तता हमारे शरीर के विभिन्न अंगों, विशेष रूप से आंखों, गर्दन, पीठ समेत हमारे मन को भी बुरी तरह से थका रही है। इसे डिजिटल थकान या डिजिटल फटीग कहते हैं। इसके कारण आंखों में जलन, सिरदर्द, गर्दन में अकड़न, पीठ में दर्द, नींद में कमी, चिड़चिड़ापन और एकाग्रता में जबर्दस्त कमी देखने को मिलती है। ऐसी स्थिति में विभिन्न प्रकार के योगासन और योगिक क्रियाएं, प्रभावी और स्वाभाविक समाधान के रूप में भूमिका निभा सकती हैं। दरअसल योग केवल शरीर को लचीला बनाने भर का अभ्यास नहीं होता है बल्कि शरीर, मन और श्वास के बीच संतुलन स्थापित करने की संपूर्ण पद्धति होती है। यही कारण है कि डिजिटल युग की चुनौतियों से निपटने के लिए योग की उपयोगिता अब पहले से कहीं ज्यादा बढ़ गई है।

आंखों की थकान के लिए: डिजिटल स्क्रीन पर लगातार देखने से आंखों की मांसपेशियां तनावग्रस्त हो जाती हैं। इससे आखों में सूखापन, धुंधलापन और जलन महसूस हो सकती है। योग में कुछ सरल नेत्र व्यायाम आंखों को आराम देने में कारगर माने जाते हैं। पामिंग यानी दोनों हथेलियों को आपस में रगड़कर आंखों की बंद पलकों पर रखना। इससे आंखों को तत्काल विश्राम मिलता है। इसी प्रकार ऊपर-नीचे, दाएं-बाएं और गोलाकार दिशा में आंखों को धीरे-धीरे घुमाने से भी आंखों की मांसपेशियों को राहत मिलती है। कुछ मिनटों का यह अभ्यास लंबे समय तक स्क्रीन में काम करने वालों के लिए विशेष रूप से उपयोगी होता है।

गर्दन-पीठ दर्द से राहत के लिए: डिजिटल उपकरणों का उपयोग करते समय अधिकांश लोग झुककर बैठते हैं, इससे गर्दन, कंधों और रीढ़ पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है। कई बार यह स्थिति 'टेक्स्ट नेक सिंड्रोम' का रूप ले लेती है। ऐसे में भुजंगासन, ताड़ासन, मार्जरी-व्याघ्रासन और शशांकासन जैसे योगासन रीढ़ की लचक को बढ़ाने तथा गर्दन-कंधों के तनाव को कम करने में मदद करते हैं। इसके अलावा गर्दन पर दबाव डालते हुए दाएं-बाएं घुमाने से भी आराम मिलता है। नियमित अभ्यास से शरीर की मुद्रा (पोस्चर) में सुधार आता है और लंबे समय तक बैठकर काम करने की क्षमता बढ़ती है।

मानसिक थकान के लिए : डिजिटल दुनिया में सक्रियता केवल शरीर को नहीं बल्कि दिमाग को लगातार सक्रिय रखती है। संदेश, नोटिफिकेशन, ई-मेल और सोशल मीडिया अपडेट मस्तिष्क को विश्राम का अवसर नहीं देते हैं। परिणामस्वरूप तनाव, चिंता और थकान बढ़ने लगती है। योग का सबसे बड़ा लाभ यह है कि व्यक्ति को वर्तमान में रहना सिखाता है। प्राणायाम और ध्यान के अभ्यास मन को शांत करते हैं तथा तनाव, हार्मोन के स्तर को कम करने में सहायक होते हैं। अनुलोम-विलोम, भ्रामरी और गहरी श्वास का अभ्यास कुछ ही मिनटों में मानसिक शांति प्रदान कर सकता है।

अनिद्रा की समस्या के लिए: डिजिटल थकान का प्रमुख दुष्प्रभाव खराब नींद भी है। देर रात तक मोबाइल चलाने से नींद का प्राकृतिक चक्र बाधित होता है। लोग अनिद्रा के शिकार हो रहे हैं। ऐसे में योग निद्रा, ध्यान और श्वास आधारित योगाभ्यास शरीर तथा मस्तिष्क को विश्राम अवस्था में ले जाती है। इससे नींद जल्दी आने और उसकी गुणवत्ता बेहतर होने में सहायता मिलती है। अच्छी नींद डिजिटल थकान को काफी हद तक कम करती है।

बढ़ रही है योग की स्वीकार्यता: आज की डिजिटल वर्कस्टाइल के तमाम दुष्प्रभावों को जिस तरीके से योग दूर करता है, यही कारण है कि आज कॉर्पोरेट जगत में योग का महत्व बढ़ता जा रहा है। भारत समेत दुनिया भर की अनेक कंपनियां अपने कर्मचारियों के लिए योग और वेलनेस कार्यक्रम शुरू कर रही हैं। दरअसल, स्वस्थ और तनावमुक्त कर्मचारी अधिक उत्पादक होते हैं। उनकी कार्यक्षमता बेहतर रहती है। *

ये गतिविधियां हैं कारगर

आप अपनी डिजिटल थकान दूर करने के लिए प्रतिदिन 10 मिनट का योगा रूटीन जरूर अपनाएं। इस दौरान आप यहां बताई जा रही योग गतिविधियां कर सकते हैं-

- एक मिनट आंखों के लिए पामिंग करें यानी हथेलियां रगड़कर बंद पलकों पर रखें।
- एक मिनट गर्दन को धीरे-धीरे चारों दिशाओं में घुमाएं।
- एक मिनट ताड़ासन और इसके साथ ही एक मिनट हाथों को स्ट्रेच करें।
- एक मिनट मार्जरी योगासन और एक मिनट व्याघ्रासन भी करें।
- दो मिनट अनुलोम-विलोम प्राणायाम का अभ्यास करें।
- एक मिनट भ्रामरी प्राणायाम करें।
- एक मिनट आंखें बंद करके शांत ध्यान मुद्रा में बैठें।

जीवनशैली

अजेश कुमार

तनावपूर्ण जीवनशैली से राहत दिलाए योग

योग केवल शारीरिक स्वास्थ्य नहीं, मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। आधुनिक विज्ञान भी मानता है कि आज की तनावपूर्ण जीवनशैली से उत्पन्न विभिन्न दुष्प्रभावों से बचने और जीवन में संतुलन बनाए रखने में योगमय जीवन बेहद कारगर सिद्ध होता है।

आज के दौर में हम सभी अभूतपूर्व सुविधाओं के संग जी रहे हैं, लेकिन इसके साथ ही तनाव, चिंता, अनिद्रा, अवसाद और जीवनशैली से जुड़े अनेक शारीरिक-मानसिक रोग भी तेजी से बढ़ रहे हैं। व्यस्त दिनचर्या, अनियमित भोजन, देर रात तक जागना, मोबाइल और अन्य डिजिटल उपकरणों के स्क्रीन का अत्यधिक उपयोग, मानसिक प्रतिस्पर्धा तथा भावनात्मक असंतुलन व्यक्ति को धीरे-धीरे शारीरिक ही नहीं मानसिक रूप से भी कमजोर बना रहे हैं। ऐसे समय में योग, संतुलित और स्वस्थ जीवन जीने की एक संपूर्ण पद्धति सिखाता है।

भारतीय योग दर्शन में योग को शरीर, मन और चेतना के संतुलन का विज्ञान माना गया है। महर्षि पतंजलि 'योगसूत्र' में कहते हैं- 'योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः।' अर्थात् मन की चंचल वृत्तियों का निरोध ही योग है। जब मन शांत और संतुलित होता है, तब उसका सकारात्मक प्रभाव शरीर पर भी दिखाई देता है।

तनाव के दुष्प्रभाव: आधुनिक जीवनशैली में आज अधिकांश रोगों का संबंध केवल शरीर से नहीं, बल्कि मानसिक तनाव से भी है। लगातार तनाव की स्थिति में शरीर में कोर्टिसोल और एड्रेनेलीन जैसे स्ट्रेस हार्मोंस बढ़ जाते हैं। इससे उच्च रक्तचाप, हृदयगति और मानसिक अशांति बढ़ने लगती है। लंबे समय तक तनाव बने रहने पर उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा, पाचन विकार, अनिद्रा और अवसाद जैसी समस्याएं विकसित हो सकती हैं। विज्ञान के अनुसार तनाव की अवस्था में सिंपेथेटिक नर्वस सिस्टम, अत्यधिक सक्रिय हो जाता है, जबकि योग शरीर को तनाव मुक्त प्रतिक्रिया की ओर ले जाकर पैरा सिंपेथेटिक नर्वस सिस्टम को सक्रिय करता है। यही कारण है कि योगाभ्यास के बाद व्यक्ति स्वयं को अधिक शांत, हल्का और संतुलित अनुभव करता है।

शारीरिक स्वास्थ्य के लिए योग: योगासन शरीर को केवल लचीला नहीं बनाते, बल्कि शरीर की आंतरिक प्रणालियों को भी संतुलित करते हैं। नियमित योगाभ्यास से मांसपेशियां मजबूत एवं लचीली बनती हैं। योगाभ्यास से रक्तसंचार बेहतर होता है। श्वसन क्षमता में सुधार होता है। पाचन क्रिया संतुलित रहती है। रीढ़ की लचक और संतुलन बना रहता है। रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि होती है। योग उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा और हृदय रोगों जैसी लाइफस्टाइल रोगों में अत्यंत लाभकारी है।

मानसिक स्वास्थ्य में योग: योग, मन को स्थिर और संतुलित बनाने का प्रभावी माध्यम है। आधुनिक जीवन में चिंता, क्रोध, असुरक्षा और मानसिक थकान सामान्य समस्याएं बन चुकी हैं। योगाभ्यास से मन की चंचलता कम होती है और व्यक्ति में भावनात्मक संतुलन विकसित होता है। इसके अभ्यास से होने वाले मानसिक लाभों में शामिल हैं- तनाव और चिंता कम होती है। एकाग्रता बढ़ती है। नींद की गुणवत्ता सुधरती है। भावनात्मक स्थिरता आती है। सकारात्मक सोच विकसित होती है। आत्मविश्वास, धैर्य में वृद्धि होती है।

संतुलित जीवनशैली का मार्ग: तैत्तिरीय उपनिषद् में मनुष्य के अस्तित्व को पांच कोशों में विभाजित किया गया है- अन्नमय कोश, प्राणमय कोश, मनोमय कोश, विज्ञानमय कोश, आनंदमय कोश। योग इन सभी स्तरों पर कार्य करता है।

कहने का सार है कि आधुनिक जीवनशैली से उत्पन्न अधिकांश रोगों की शुरुआत मानसिक स्तर अर्थात् मनोमय कोश से होती है। योग शरीर और मन दोनों को संतुलित करके व्यक्ति को समग्र स्वास्थ्य प्रदान करता है। इसी कारण योग में प्राणायाम, ध्यान और योगनिद्रा को विशेष महत्व दिया गया है। *

फादर्स-डे स्पेशल

ऐसे हैप्पी होंगे पापा

सजेशन

शिखर चंद जैन

अपने पापा को अगर आप सचमुच हैप्पी देखना चाहते हैं तो उन्हें दीजिए कुछ ऐसे उपहार जो उन्हें आंतरिक और सच्ची खुशी दे। इसलिए आप इस फादर्स-डे पर उन्हें कुछ ऐसे उपहार रेग्युलर देने का निश्चय करें, ये उन्हें सचमुच पसंद आएंगे।

पर्याप्त समय दें: माना कि आप जॉब करते हैं, घर-बाहर की तमाम जिम्मेदारियों में व्यस्त रहते हैं। लेकिन इन सबके बीच आपको याद रखना चाहिए कि एक दौर में आपके पापा भी अपनी तमाम व्यस्तताओं के बावजूद आपकी खुशियों और जरूरतों का ध्यान रखते थे, आपको हंसाते और आपके संग खेलते थे। अब आपका फर्ज बनता है कि तमाम व्यस्तताओं के बीच आप अपने पापा के लिए वक्त जरूर निकालें। पापा को अपनी जॉब या ऑफिस कुलीग्स की मजेदार बातें बताएं, उनके साथ कभी चेस, लूडो या कैरम खेलें। उन्हें नई तकनीक जैसे वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग, जूम मीटिंग अटेंड करना, वीडियो कॉलिंग, व्हाट्सएप कॉलिंग आदि सिखाएं। उनके साथ फिल्म, मौसम या राजनीति की बातें डिस्कस करें। यकीन मानिए, आपके साथ समय बिता कर उन्हें बहुत खुशी मिलेगी।

उनकी सलाह को महत्व दें: दुनिया के ज्यादातर पिता चाहते हैं कि उनकी संतान कोई नया काम करे, कुछ अलग या बड़ा करे तो उनसे मशविरा जरूर ले। इससे उनका मान बढ़ता है और उन्हें संतुष्टि मिलती है। जब आप किसी मुश्किल स्थिति में फंस जाएं, व्यापार या दोस्तों के किसी झमेले में पड़ जाएं तो अपने पिता को पूरी बात बताकर उनसे राय जरूर लें। इससे आपके और उनके बीच नजदीकी तो बढ़ेगी ही साथ ही आपको उनके अनुभव का लाभ भी मिलेगा।

उन्हें महसूस कराएं स्पेशल: आप मन ही मन अपने पिता का चाहे जितना सम्मान करते हों लेकिन इस सम्मान को समय-समय पर प्रकट करना भी जरूरी है। आपके पिता चाहते हैं कि आप उन्हें तवज्जो दें और उनकी प्रशंसा करें। आप उनके लिए विशेष अवसरों पर उनकी जरूरत की चीजें गिफ्ट कर सकते हैं, उनके लिए सरप्राइज पार्टी का आयोजन कर सकते हैं, जिसमें उनके दोस्तों को भी निमंत्रण दे सकते हैं, उनके लिए वैकेशन प्लान कर सकते हैं। उनके पसंदीदा एक्टर की फिल्म के लिए टिकट बुक करवा सकते हैं। उन्हें खास महसूस कराने का एक तरीका यह भी है कि आप घर से निकलते वक्त उनसे बोल कर जाएं और वापस आएं तो एक बार उनसे अवश्य मिलें। *

पुरुषवादी सामाजिक मान्यताएं और बनी-बनाई मानसिकता की वजह से अधिकतर पिता खामोश ही रहते हैं। ऐसा न हो, वे भी अपनी भावनाएं खुलकर व्यक्त करें, इसके लिए संतान को भी पहल करनी चाहिए।

इतने चुप क्यों रहते हैं भारतीय पिता !

रिलेशन

शैलेंद्र सिंह

अगर घर-परिवार पर कोई संकट आता है, तो सबसे पहले आगे बढ़कर उस संकट के सामने खड़े होने वाला व्यक्ति पिता ही होता है। बच्चों को संरक्षण देना हो या संबल, पिता ही आगे बढ़कर अपनी भूमिका निभाते हैं। लेकिन एक विडंबना यह है कि जो व्यक्ति पूरे परिवार की भावनाओं का सहारा बनता है, वह अपनी भावनाओं के बारे में आखिर सबसे कम बात क्यों करता है? भारतीय पिता आखिरकार इतने चुप क्यों होते हैं? दरअसल, सदियों से भारतीय परिवारों में पिता को अपनी भावनाओं को व्यक्त करने की छूट नहीं रही। हमेशा से यही कहा जाता रहा है कि पुरुष बहुत मजबूत, बहुत संयमी, गंभीर और जिम्मेदार व्यक्ति होता है। इसलिए पिता के साथ यह छवि बचपन से ही चस्पा कर दी गई होती है। इसलिए जो पिता घर के हर सदस्य के दुःख और परेशानी में बेहद संवेदनशील होता है, वही पिता कभी अपनी परेशानियां या दुःख किसी के साथ साझा करना जरूरी नहीं समझता।

कायम है लंबी परंपरा: भारतीय पिताओं की चुप्पी, उनका कोई जैविक गुण नहीं बल्कि उनकी सामाजिक निर्मिती होती है। पिता से हमेशा अपेक्षा की जाती है कि वह समस्याओं का समाधान करे, आर्थिक जिम्मेदारियां निभाए और कठिन परिस्थितियों में भी विचलित न हो। यह एक ऐसी परिपाटी है, जिसमें बचपन से ही पुरुष अपनी कई समस्याओं को दबाकर रखना सीख जाता है। वास्तव में उनकी इस आदत के पीछे एक लंबी परंपरा होती है।

बचपन से शुरू होता है सिलसिला: वास्तव में भारत में पुरुषों की चुप्पी का सिलसिला बचपन से ही शुरू हो जाता है। हम अपने घरों में कुछ वाक्य बार-बार सुनते हैं, खास करके लड़कों के संबंध में। मसलन 'अरे तू कैसा लड़का है, रो रहा है?' 'मर्द की तरह मजबूत बनो, लड़कियों की तरह कमजोरी नहीं दिखाओ।' 'इतनी छोटी-सी बात पर परेशान हो गए, कैसे लड़के हो?' बचपन से ही अपने इर्द-गिर्द इस तरह के शब्द सुनने वाले लड़के धीरे-धीरे मानने लगते हैं कि भावनाओं को व्यक्त करने का हक उन्हें नहीं है। ऐसा करने पर लोग उन्हें कमजोर समझेंगे।

जिम्मेदारियों का बोझ: भारतीय पिता, परिवार की रीढ़ माने जाते हैं। नौकरी, व्यापार, बच्चों की शिक्षा, घर का खर्च, बुजुर्ग माता-पिता की देखभाल और भविष्य की चिंताएं, सबका बोझ उन्हीं पर होता है। ये सारी चिंताएं उन्हें व्यस्त रखती हैं और वो अपने बारे में बात करना भूल जाते हैं। जिन्हें याद भी रहता है, वह इसलिए अपनी चिंताओं, कमजोरियों आदि का खुलासा नहीं करते, क्योंकि उन्हें लगता है ऐसा करने से परिवार असुरक्षित महसूस करेगा।

बदल रहे हैं पिता: अब कई मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ पुरुषों और विशेष रूप से पिताओं को भावनात्मक संवाद बढ़ाने की सलाह दे रहे हैं। नई पीढ़ी के पिता पहले से कुछ अलग भी हैं, वे बदल रहे हैं। वे अपनी भावनाएं भी व्यक्त कर रहे हैं। ऐसे में आज फादर्स-डे पर पिताओं के साथ उनके बच्चों को भी इस बात की गंभीरता को समझना होगा कि अगर उनके पिता बहुत चुप रहते हैं, तो उनके इस स्वभाव को बदलवाने में उनकी भी भूमिका होनी चाहिए। इसके लिए हर संभव प्रयास भी करना चाहिए। *

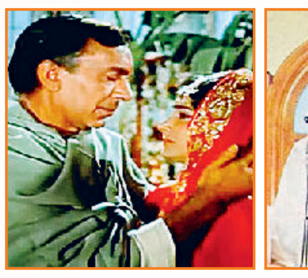
हिंदी फिल्मी गीतों में अन्य रिश्तों की तरह ही पिता और उसकी संतान के रिश्ते को भी बेहद खूबसूरती से प्रस्तुत किया जाता रहा है। पिता-पुत्र और पिता-पुत्री के भावनात्मक जुड़ाव पर रचे गए कुछ यादगार फिल्मी गीतों पर एक नजर।

फिल्मी गीतों में खूब छलकीं पिता की कोमल भावनाएं

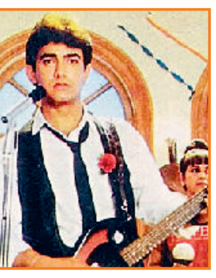
सिने ट्रेंड

हेमंत पाल

सिनेमा केवल मनोरंजन का जरिया नहीं है, बल्कि उसने समाज के रिश्तों, संस्कारों और भावनाओं को भी अपने भीतर समेटकर रखता है। हिंदी फिल्मों के गीतों ने भी रिश्तों को शब्द और संगीत के माध्यम से अमर बनाया है। मां की ममता, भाई-बहन के स्नेह और प्रेम के गीतों की तरह पिता पर आधारित गीतों की संख्या भले अपेक्षाकृत कम रही हो, लेकिन जो भी गीत रचे गए, उसने दर्शकों-श्रोताओं के मन पर गहरी छाप छोड़ी है। पिता का चरित्र भारतीय परिवारों में त्याग, अनुशासन, संरक्षण और जिम्मेदारी का प्रतीक माना जाता है। यही कारण है कि फिल्मों में पिता पर लिखे गए गीत केवल भावुकता नहीं, बल्कि सम्मान, विश्वास और जीवन-मूल्यों की अभिव्यक्ति भी बन गए।



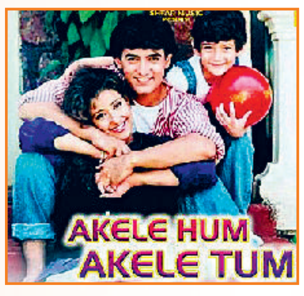
'नील कमल' का भावुक गीत



'कयामत से कयामत तक' का गीत

'मैं ऐसा ही हूं' का गीत-दृश्य

पिता-पुत्री के रिश्तों पर गीत: अगर पिता-पुत्री के बेहद प्यारे रिश्ते पर आधारित गीतों की बात करें तो इस रिश्ते के इर्द-गिर्द कई बेहतरीन गाने बने हैं। साल 2001 में आई सुभाष घई की फिल्म 'यादें' का शीर्षक गीत 'यादें याद आती हैं' ऐसा ही एक गीत है। आनंद बख्शी के लिखे इस गीत को अनु मलिक ने संगीत दिया था। जैकी श्रॉफ, करीना कपूर एवं अन्य कलाकारों पर फिल्माए गए इस गीत में दिखता है कि मां की गैर मौजूदगी में एक पिता किस तरह अपनी बेटियों के लिए मां और बाप दोनों की भूमिका निभाता है। 2003 में प्रदर्शित फिल्म 'मैं प्रेम की दीवानी हूं' में देव कोहली लिखित और अनु मलिक द्वारा संगीतबद्ध गीत 'पापा की परी हूं मैं' में एक बेटी अपने पिता के स्नेह और लाड़-प्यार को अभिव्यक्त करती है। करीना कपूर पर फिल्माया गया यह गीत उस दौर की नई पीढ़ी की बेटियों और उनके पिता के बीच की आत्मीयता को दर्शाता है। 'मैं ऐसा ही हूं' (2005) के गीत 'पापा, मेरे पापा' में पिता-पुत्री के संबंधों का अत्यंत भावुक चित्रण है। समीर के लिखे इस गीत को हिमेश रेशमिया ने संगीत दिया और सोनू निगम तथा श्रेया घोषाल ने अपनी आवाज से इसे यादगार बना दिया। अजय देवगन और बाल कलाकार के बीच फिल्माया गया यह गीत दर्शाता है कि पिता केवल संरक्षक नहीं, बल्कि बच्चे की पूरी दुनिया भी हो सकता है।



बच्चों के विकास के लिए पिता के लाड़-प्यार के साथ कठोर अनुशासन भी जरूरी है। इसकी बानगी हमें 2016 में आई फिल्म 'दंगल' के लाकप्रिय गीत 'बापू सेहत के लिए तू तो...' में देखने को मिलती है। गीत को अमिताभ भट्टाचार्य ने लिखा और संगीत दिया प्रीतम ने। आमिर खान और बाल कलाकारों पर फिल्माया गया यह गीत बच्चों की दृष्टि से पिता के कठोर अनुशासन को हास्यपूर्ण अंदाज में प्रस्तुत करता है।

पिता-पुत्र के रिश्तों पर केंद्रित गाने: पिता पर केंद्रित गीतों की चर्चा हो और 'पापा कहते हैं बड़ा नाम करेगा' का उल्लेख न हो, यह कैसे हो सकता है? सन् 1988 में आई फिल्म 'कयामत से कयामत तक' का यह गीत हिंदी सिनेमा में पिता और पुत्र के रिश्ते का सबसे लोकप्रिय संगीतात्मक दस्तावेज बन गया। आमिर खान पर फिल्माए गए इस गीत को उदित नारायण ने गाया था। गीत के बोल मजरूह सुल्तानपुरी ने लिखे थे और संगीत दिया था आनंद-मिलिंद ने। आमिर खान पर ही फिल्माया गया फिल्म 'अकेले हम अकेले तुम' (1995) का गीत 'तू मेरा दिल, तू मेरी जान' को बाप-बेटे के रिश्ते पर आधारित बेहतरीन गीतों में गिना जाता है। सन् 2000 में आई फिल्म 'पापा द ग्रेट' का गीत 'ओ मेरे पापा द ग्रेट' सीधे पिता के सम्मान और गौरव का गीत था। यह गीत पिता को सबसे बड़े नायक के रूप में प्रस्तुत करता है। 'बॉस' (2013) का गीत 'पिता से है नाम तेरा, पिता पहचान तेरी' में भी कुछ ऐसे ही भाव दिखते हैं। कुमार के लिखे और मीत ब्रदर्स द्वारा संगीतबद्ध इस गीत को सोनू निगम ने गाया है। अक्षय कुमार और मिथुन चक्रवर्ती पर फिल्माए गए इस गीत में पिता को व्यक्ति की पहचान और मूल्यों की जड़ के रूप में प्रस्तुत किया गया है।

हाल के वर्षों में पिता-पुत्र संबंधों का सबसे जटिल और भावनात्मक चित्रण 'एनिमल' (2023) के गीत 'पापा मेरी जान' में दिखाई देता है। राज शेखर के शब्दों और हर्षवर्धन रामेश्वर के संगीत से सजा यह गीत फिल्म में पिता-पुत्र के बीच रिश्ते की गहराई को अभिव्यक्त करता है। इसे गाया है सोनू निगम ने। रणबीर कपूर और अनिल कपूर पर फिल्माया गया यह गीत उस बेटे की भावनात्मक भूख को दर्शाता है, जो अपने पिता के प्रेम और स्वीकृति के लिए जीवन भर तरसता रहता है।

बेटी की विदाई पर यादगार गीत: हिंदी सिनेमा के आरंभिक दौर में पिता पर सीधे गीत कम लिखे गए, लेकिन पिता की संवेदनाओं और जिम्मेदारियों को कई गीतों में अभिव्यक्ति मिली। सन् 1968 में प्रदर्शित फिल्म 'नीलकमल' का अमर गीत 'बाबुल की दुआएं लेती जा, जा तुझको सुखी संसार मिले' बेटी की विदाई के समय पिता की भावनाओं का मार्मिक उदाहरण है। मोहम्मद रफी की करुण आवाज में गाए और बलराज साहनी पर फिल्माए गए इस गीत को साहिर लुधियानवी ने लिखा था और इसे संगीतबद्ध किया था रवि ने। वर्षों बाद, साल 2018 में आई फिल्म 'राजी' का 'दिलबरो' सॉन्ग भी बेटी की विदाई की बेला की एक अलग ही भावभूमि रचता है। गुलजार के संवेदनशील शब्दों और शंकर-एहसान-लॉय के संगीत से सजा यह गीत बेटी की विदाई के दर्द को बेहद सादगी और गहराई से प्रस्तुत करता है। *