

आर्य स्कूल में धूमधाम से मनाया अध्यापक दिवस

जींद। आर्य स्कूल में शनिवार को डा. सर्वपल्ली राधाकृष्णन के जन्मदिवस के उपलक्ष में अध्यापक दिवस धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय में विभिन्न सांस्कृतिक एवं मनोरंजक गतिविधियों का आयोजन किया गयाए जिनमें विद्यालय के सभी अध्यापकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने अपने अध्यापकों के लिए विभिन्न प्रकार की गतिविधियां आयोजित की। शिक्षकों ने भी विद्यार्थियों के साथ इन गतिविधियों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया और कार्यक्रम का आनंद उठाया।

बास्केटबॉल प्रतियोगिता के खिलाड़ियों का चयन

जींद। छोटा राम किसान कालेज में जिला जींद युथ बास्केटबॉल लड़के एवं लड़कियों टीमों की ट्रायल ली गई। जिला बास्केटबॉल एसो.जींद के प्रधान डा. राजपाल ढांडा ने बताया कि ट्रायल में लड़कों के वर्ग में 64 प्रतिभागियों ने तथा लड़कियों के वर्ग में 30 लड़कियों ने चयन प्रक्रिया में भाग लिया । दोनों वर्गों में 12-12 खिलाड़ियों का चयन किया गया है। चयनित टीमें 11 सितंबर से 13 सितम्बर तक गांव बराही बहादुरगढ़ जिला स्ट्रेटर में 39वीं हरियाणा राज्य रज्ज्वर युथ बास्केटबॉल (लड़के व लड़कियों) चैम्पियनशिप में भाग लेगी।

लोक कल्याण मेला 30 सितंबर तक चलेगा

जींद। जिला नगर आयुक्त अनिल कुमार दून ने बताया कि प्रधानमंत्री स्वनिधि योजना के तहत जिला में पथ विक्रेताओं एवं छोटे व्यवसाय करने वाले लोगों को आर्थिक रूप से सशक्त बनाने के उद्देश्य से 30 सितंबर तक लोक कल्याण मेले का आयोजन किया जा रहा है। यह मेला नप जींद, नरवाना, सफोदों, उचाना तथा जुलाना में आयोजित किए जा रहे हैं। बताया कि मेले के दौरान पात्र रेहड़ी पट्टरी विक्रेताओं एवं छोटे व्यवसायियों का पंजीकरण किया जाएगा तथा उन्हें प्रधानमंत्री स्वनिधि योजना के तहत तीन चरणों में 15, 25 हजार तथा 50 हजार रुपये तक का बिना किसी शिक्वोरिटी के ऋण उपलब्ध करवाया जाएगा।

नव प्रगति स्कूल में मनाया शिक्षक दिवस

जींद। नव प्रगति वमावि डाहौला में शिक्षक दिवस के उपलक्ष्य में सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कक्षा 11वीं और 12वीं के विद्यार्थियों को एक दिन के लिए अध्यापक व अध्यापिकाओं की जिम्मेदारी सौंपी गई। गतिविधि से छात्रों को शिक्षक की जीवनशैली जिम्मेदारियों तथा योग्य अध्यापक में होने वाले गुणों का अनुभव करवाया गया। प्राचार्या राज रेडू की अध्यक्षता में कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने विभिन्न कक्षाओं में अध्यापक व अध्यापिकाओं की भूमिका निभाई और विद्यालय की व्यवस्थाओं को संभाला।

उमंग-उत्साह के साथ मनाया शिक्षक दिवस

कैथल। शिक्षक वह दीप है, जो स्वयं जलकर विद्यार्थियों के जीवन को ज्ञान और संस्कारों के प्रकाश से आलोकित करता है। इसी भावना को साकार करते ओएसडीएवी स्कूल में देश के महान शिक्षाविद् एवं पूर्व राष्ट्रपति डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन की जयंती के उपलक्ष्य में शिक्षक दिवस बड़े हर्षोल्लास, उमंग एवं उत्साह के साथ मनाया गया। इस दिवस का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में अपने शिक्षकों के प्रति सम्मान, कृतज्ञता एवं आदर की भावना विकसित करना तथा शिक्षक-विद्यार्थी के मधुर संबंधों को और अधिक सुदृढ़ करना रहा।

फूड ग्रेन डीलर एसो.चुनाव को लेकर सरगमियां तेज

उचाना। 16 सितम्बर को होने वाले दा फूड ग्रेन डीलर एसो उचाना मंडी के प्रधान पद के चुनाव में अब केवल 10 दिन शेष रह गए हैं। चुनाव को लेकर मंडी में सरगमियां तेज हो गई हैं। प्रधान पद के लिए मैदान में उतरे सत्यवान पेगां, हरिकेश चहल अपने-अपने समर्थकों के साथ आढ़तियों से संपर्क कर समर्थन जुटाने में लगे हुए हैं। कपास मंडी में आढ़ती अमित डूमरखा द्वारा प्रधान पद के उम्मीदवार हरिकेश चहल के समर्थन में कार्यक्रम आयोजित किया गया।

जींद में उत्साह के साथ मनाया शिक्षक दिवस

जींद में उत्साह के साथ मनाया शिक्षक दिवस

विद्यार्थियों ने शिक्षक दिवस के महत्व को रेखांकित करते दी विभिन्न प्रस्तुतियां

मोतीलाल नेहरू पब्लिक विद्यालय में शिक्षक दिवस के अवसर पर विशेष प्रार्थना सभा एवं शिक्षक सम्मान समारोह का आयोजन हर्षोल्लास और गरिमापूर्ण वातावरण में किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य शिक्षकों के योगदान, समर्पण और विद्यार्थियों के जीवन को दिशा देने में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका के प्रति सम्मान एवं कृतज्ञता व्यक्त करना रहा। इस अवसर पर विद्यालय के सभी शिक्षकों एवं स्टाफ सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम की शुरुआत विशेष प्रार्थना सभा से हुई। विद्यार्थियों ने शिक्षक दिवस के महत्व को रेखांकित करते हुए विभिन्न प्रस्तुतियां दीं। विद्यार्थियों ने अपने शिक्षकों के प्रति सम्मान और आभार व्यक्त करते हुए गीत कवितार्ओं, भाषणों व सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से गुरु व शिष्य परंपरा की सुंदर झलक प्रस्तुत की। विद्यालय प्रबंध समिति अध्यक्ष संदीप दहिया एवं प्राचार्य रविंद्र कुमार ने शिक्षक दिवस की शुभकामनाएं देते कहा कि शिक्षक



जींद। मोतीलाल स्कूल में नृत्य की प्रस्तुति देती शिक्षकाएं। *फोटो:हरिभूमि*

शिक्षकों ने अनुभव सांझा किए

उन्होंने कहा कि शिक्षक का प्रभाव कक्षा की चारदीवारी तक सीमित नहीं रहता बल्कि उसके द्वारा दिए गए संस्कार और मार्गदर्शन विद्यार्थी के पूरे जीवन को प्रभावित करते हैं। प्रत्येक शिक्षक अपने दायित्व का निर्वहन पूरी निष्ठा से करता है और यही सामूहिक प्रयास विद्यालय को निरंतर आगे बढ़ाने में सहायक बनता है। उन्होंने सभी शिक्षकों को उनके समर्पण के लिए धन्यवाद देते हुए कहा कि शिक्षकों का सम्मान वास्तव में ज्ञानए संस्कार और शिक्षा का सम्मान है। कार्यक्रम के दौरान विद्यालय के शिक्षकों ने भी अपने अनुभव सांझा किए। शिक्षकों ने कहा कि विद्यार्थियों की उपलब्धियां उनके लिए सबसे बड़ा पुरस्कार हैं। जब कोई विद्यार्थी अपने जीवन में सफलता प्राप्त करता है और अपने शिक्षक को याद करता है तो इससे बड़ी संतुष्टि एक शिक्षक के लिए कुछ नहीं हो सकती। उन्होंने विद्यालय प्रबंधन एवं प्राचार्य का आभार व्यक्त किया कि शिक्षक दिवस के अवसर पर शिक्षकों के लिए विशेष आयोजन कर उन्हें सम्मान और अपनापन मददसु करवा गया। विद्यालय प्रशासक पी शर्मा ने शिक्षक दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि एक अच्छे शिक्षक की पहचान केवल इस बात से नहीं होती कि उसने कितने विद्यार्थियों को कितने अंक दिलाए बल्कि इस बात से होती है कि उसने कितने विद्यार्थियों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाया।

किसी भी राष्ट्र के निर्माण की सबसे महत्वपूर्ण कड़ी होते हैं। एक शिक्षक केवल विषय का ज्ञान नहीं देता बल्कि विद्यार्थी को सही और गलत

के बीच अंतर समझाने, अनुशासन, नैतिक मूल्यों और जिम्मेदारी की भावना विकसित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

समाज और राष्ट्र के निर्माण में शिक्षक की भूमिका सर्वोपरि : सतपाल जांबा

पूंडरी। पर्यावरण एवं संस्कृति संरक्षण मंच पूंडरी के तत्वावधान में शनिवार को राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पूंडरी के मुख्य सभागार में शिक्षक सम्मान समारोह का आयोजन गरिमापूर्ण ढंग से किया गया। कार्यक्रम में पूंडरी के विधायक सतपाल जाम्बा ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की व अध्यक्षता संस्था के प्रधान अनिल आर्य ने की। समारोह का शुभारंभ मुख्य अतिथि विधायक सतपाल जांबा, मंच प्रधान अनिल आर्य, मार्केट कमेट्री पाई चेंबरमैन कृष्ण पिलनी, वरिष्ठ उपप्रधान निरंजन आचार्य, सचिव रोशनलाल, डाक्टर देवेंद्र सैनी व किसान नेता सरदार अजीत सिंह हाबड़ी जांबा के सपरंक लाभ सिंह जांबा सहित अन्य पदाधिकारियों द्वारा दीप प्रज्वलित कर और गुरु वंदना के साथ किया गया। कार्यक्रम में उत्कृष्ट कार्य करने वाले शिक्षकों को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम को संबोधित करते मुख्यातिथि ने कहा कि हमारे समाज



और राष्ट्र के निर्माण में शिक्षक की भूमिका सर्वोपरि है। संत-महात्माओं और शास्त्रों ने भी गुरु को ईश्वर से ऊंचा दर्जा दिया है, क्योंकि गुरु ही शिष्य को सही और गलत का ज्ञान करारकर चरित्र निर्माण करते हैं। इस अवसर पर संस्था के सचिव रोशन लाल, वरिष्ठ उप प्रधान निरंजन आचार्य, सचिव सोहन सिंह आर्य, प्रेस सचिव संजय तलवाड़ एवं फाउंडर मेम्बर हरिचंद सैनी व सुभाष चंद आदि मौजूद रहे।



जींद। कार्यक्रम में अध्यापकों का सम्मान करते हुए। *फोटो:हरिभूमि*

शिक्षा के साथ मानवीय गुणों का विकास आवश्यक

जींद। विवेकानंद नगर स्थित बह्माकुमारीज सेवा केंद्र में शनिवार को शिक्षक दिवस बड़े ही उत्साह, उमंग एवं आध्यात्मिक वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम में जींद शहर के विभिन्न विद्यालयों के प्रधानाचार्यों एवं शिक्षकों ने भाग लिया। कार्यक्रम के दौरान बीके विजय दीदी एवं बीके विजय माई द्वारा विभिन्न विद्यालयों से आए प्रधानाचार्यों एवं शिक्षकों को सम्मानित किया । शिक्षकों के शिक्षा के क्षेत्र में दिए जा रहे योगदान की सराहना करते कहा गया कि शिक्षक केवल विद्यार्थियों को विषयों का ज्ञान ही नहीं देते बल्कि उनके व्यक्तित्वपर संस्कार एवं भविष्य के निर्माण में भी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। बीके विजय दीदी ने कहा कि एक श्रेष्ठ शिक्षक समाज की नई पीढ़ी को सही दिशा देने वाला मार्गदर्शक होता है। आज के समय में शिक्षा के साथ-साथ विद्यार्थियों ने मूल्य, संस्कार, अनुशासन, सकारात्मक सोच और मानवीय गुणों का विकास करना भी अत्यंत आवश्यक है। सम्मान समारोह ने शिक्षकों के प्रति कृतज्ञता एवं सम्मान की भावना को और मजबूत किया। कार्यक्रम का वातावरण उमंग, उत्साह और सम्मान की भावना से ओतप्रोत रहा।

हिंदू कन्या महाविद्यालय में रामायण के महत्व विषय पर कार्यशाला का आयोजन

छात्राओं को रामायण के साहित्यिक, सांस्कृतिक नैतिक एवं सामाजिक महत्व से अवगत करवाया

हरिभूमि न्यूज ►►जींद

हिंदू कन्या महाविद्यालय के संस्कृत विभाग द्वारा आधुनिक युग में महर्षि वाल्मीकि द्वारा विरचित रामायण के महत्व विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्देश्य छात्राओं को रामायण के साहित्यिक, सांस्कृतिक, नैतिक एवं सामाजिक महत्व से परिचित करवाना एवं आधुनिक युग में इसकी प्रासंगिकता को समझाना था तथा महर्षि वाल्मीकि द्वारा विरचित रामायण के विभिन्न पक्षों पर विस्तारपूर्वक प्रकाश डालते हुए



जींद। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए वक्ता। *फोटो:हरिभूमि*

रामायण के विषय में ये भी बताया था कि यह केवल एक महाकाव्य ही नहीं अपितु भारतीय संस्कृति, जीवन दर्शन एवं मानवीय मूल्यों का महत्वपूर्ण ग्रंथ है। इसमें सत्य, धर्म, मर्यादा, कर्तव्य,

त्याग, सेवा, प्रेम एवं करुणा जैसे जीवन मूल्यों का सुंदर चित्रण मिलता है। जोकि आधुनिक युग की बदलती जीवनशैली और सामाजिक परिस्थितियों के मध्य आदर्श आज को



नरवाना। शिक्षकों को सम्मानित करते हुए। *फोटो:हरिभूमि*

छात्रों को नई ऊंचाइयों तक ले जाने के लिए प्रेरित किया

नरवाना। शिक्षक दिवस के अवसर पर चिराग पब्लिक स्कूल, पटेल नगर, नरवाना में विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों ने कविता, भाषण एवं भावपूर्ण प्रस्तुतियों के माध्यम से अपने शिक्षकों के प्रति सम्मान और कृतज्ञता व्यक्त की। इस अवसर पर अखिलीजांजी सुदेश मैडन,स्वीटी, उम्लीा एवं अन्वू मैडन ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए मेहनत, अनुशासन, अच्छे संस्कार और सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। विद्यालय के प्राचार्य रमेश वर्मा ने कहा कि शिक्षक केवल पाठ्यक्रम पूरा करने वाला व्यक्ति नहीं, बल्कि विद्यार्थियों के भविष्य को दिशा देने वाला मार्गदर्शक होता है। बच्चों के व्यक्तित्व, संस्कार और सफलता के निर्माण में शिक्षक की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। शिक्षक और विद्यार्थी के बीच विश्वास, सम्मान एवं आत्मीयता का रिश्ता शिक्षा को और प्रभावी बनाता है। कार्यक्रम के दौरान विद्यालय प्रबंधन की ओर से प्रत्येक शिक्षक को एक डीक्यूमेंट फाइल एवं पेज गेट कर सम्मानित किया गया। एक शिक्षक जिस लवण से विद्यार्थियों को पढ़ाता और संस्कार देता है, उसका प्रभाव लंबे समय तक बच्चों के जीवन में दिखाई देता है। विद्यालय में पिछले 15 वर्षों से शिक्षक दिवस पर शिक्षकों को सम्मानित करने की परंपरा निरंतर चली आ रही है। विद्यालय प्रबंधन समिति ने इस गौरवपूर्ण परंपरा को आगे बढ़ाते हुए सभी शिक्षकों के योगदान के लिए उनका आभार व्यक्त किया और उन्हें विद्यालय एवं विद्यार्थियों को नई ऊंचाइयों तक ले जाने के लिए प्रेरित किया।

महाराजा अग्रसेन

विद्यालय में हर्षोल्लास से मनाया शिक्षक दिवस

शिक्षक राष्ट्र के भविष्य का निर्माण करने वाले स्तंभ

■ डीएन मॉडल स्कूल में उमंग के साथ मनाया शिक्षक दिवस

हरिभूमि न्यूज ►►जींद

डीएन मॉडल स्कूल में शिक्षक दिवस के अवसर पर विशेष कार्यक्रम का आयोजन हर्षोल्लास एवं उत्साह के साथ किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य शिक्षकों के प्रति सम्मान्न कृतज्ञता एवं उनके अमूल्य योगदान को सम्मानित करना रहा। कार्यक्रम की शुरुआत बारात के महान शिक्षाविद् एवं पूर्व राष्ट्रपति डा. सर्वपल्ली राधाकृष्णन को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए की गई। इस अवसर पर विद्यार्थियों ने विभिन्न मनोरंजक खेल एवं गतिविधियों का भी आयोजन किया



डीएन मॉडल स्कूल में शिक्षक दिवस पर एकसाथ अध्यापक। *फोटो:हरिभूमि*

प्रस्तुत कीं। विद्यार्थियों ने अपने शिक्षकों के प्रति प्रेम और आभार व्यक्त करते उनके मार्गदर्शन को अपने जीवन की महत्वपूर्ण प्रेरणा बताया। शिक्षक दिवस के अवसर पर विद्यालय में शिक्षकों के लिए विभिन्न मनोरंजक खेल एवं गतिविधियों का भी आयोजन किया

सभी शिक्षकों को उपहार भेंट कर उनका सम्मान किया गया। उपहार पाकर शिक्षकनग भी उत्साहित एवं भावुक हुए आए। इस पहल ने शिक्षकों के प्रति विद्यालय प्रबंधन के सम्मान एवं कृतज्ञता की भावना को दर्शाया। प्रधानाचार्या मीनाक्षी गुप्ता ने सभी शिक्षकों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि शिक्षक केवल पाठ्यक्रम पूरा करने का कार्य नहीं करते बल्कि वे विद्यार्थियों को जीवन के मूल्योंए संस्कारों और जिम्मेदारियों का ज्ञान भी देते हैं। इस अवसर पर निदेशक वीरेंद्र डिल्लों ने सभी शिक्षकों को शिक्षक दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं देते कहा कि शिक्षक राष्ट्र के भविष्य का निर्माण करने वाले महत्वपूर्ण स्तंभ हैं।



जींद। प्राध्यापकों को सम्मानित करते प्राचार्य सत्यवान मलिक। *फोटो:हरिभूमि*

संगीतमय गतिविधियों से दिया तनाव प्रबंधन का संदेश

जींद। संत शिरोमणि श्री सैन भगत राजकीय महाविद्यालय जींद में शिक्षक दिवस के अवसर पर विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्यए तनाव प्रबंधन और सकारात्मक भावनात्मक अभिव्यक्ति को बढ़ावा देने के उद्देश्य से मनोरंजक एवं जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का आयोजन मनोविद्यालय विभाग, भूगोल विभाग तथा विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य हेतु राष्ट्रीय टास्क फोर्स के संयुक्त तत्वावधान में किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय के प्राचार्य सत्यवान मलिक ने की। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों के शैक्षणिक विकास के साथ उनके मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य का ध्यान रखना भी जरूरी है। संगीत एवं रचनात्मक गतिविधियां तनाव कम करनेए सकारात्मक सोच विकसित करने और व्यक्तित्व के समग्र विकास में सहायक होती हैं। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने विभिन्न न्यूज़िजल गेम्स और मनोरंजक गतिविधियों में उत्साहपूर्वक भाग लिया।



नरवाना। शिक्षक दिवस पर विद्यार्थी शिक्षकों को सम्मानित करते हुए।

केएम राजकीय कॉलेज में शिक्षक दिवस मनाया

नरवाना। केएम राजकीय महाविद्यालय, नरवाना में एमए हिंदी द्वितीय वर्ष के विद्यार्थियों द्वारा शिक्षक दिवस के अवसर पर एक काटकर शिक्षक दिवस मनाया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने महाविद्यालय के हिंदी विभाग के शिक्षकों के प्रति सम्मान एवं कृतज्ञता व्यक्त करते उन्हें स्मृति-चित्रएं भेंट कर सम्मानित किया। विद्यार्थियों ने शिक्षक दिवस के महत्व पर अपने विचार प्रकट करते कहा कि शिक्षक केवल विद्यार्थियों को विषय का ज्ञान ही नहीं देते, बल्कि उनके व्यक्तित्व निर्माण, संस्कार एवं जीवन में सही दिशा प्रदान करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। शिक्षक और विद्यार्थी का संबंध ज्ञान, अनुशासन, मार्गदर्शन एवं सम्मान पर आधारित होता है। विद्यार्थियों ने डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन के व्यक्तित्व एवं शिक्षा के क्षेत्र में उनके योगदान को स्मरण करते शिक्षक दिवस की प्रासंगिकता पर प्रकाश डाला। हिंदी विभागाध्यक्ष प्रफेसर जगबीर दूहन ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की तथा निरंतर अध्ययन, अनुशासन और सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़ने का संदेश दिया।

नगर परिषद की चैयरपर्सन ने शिक्षक सम्मान समारोह को किया संबोधित

शिक्षकों की समाज में अहम भूमिका

उनका सम्मान करना सभी का कर्तव्य

युवाओं से सेवा के कार्यों में भाग लेने का आह्वान किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ पृष्ठरी

एक किरण उम्मीद की और यूथ रेड क्रॉस सोसायटी एवं रेड रिबन क्लब के सहयोग से कन्या महाविद्यालय में रक्तदान शिविर और शिक्षक सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम संयोजक किरणजोत, प्रवीन राजकुमार वर्मा, डॉ. मनीषा मंगल व सुनील मित्तल रहे।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में नगर परिषद कैथल की चैयरपर्सन सुरभि गर्ग उपस्थित रही। विशिष्ट अतिथियों में सीडब्ल्यूसी कैथल के अध्यक्ष भीमसेन अग्रवाल तथा सीएमओ कैथल डॉ. रेनु चावला और पूर्व विधायक चौधरी तेजवीर सिंह ने शिरकत की। चैयरपर्सन सुरभि गर्ग ने कहा कि रक्तदान सबसे बड़ा मानव धर्म है। उन्होंने युवाओं से समाज सेवा के कार्यों में बढ़-चढ़कर भाग लेने का आह्वान किया तथा कहा कि शिक्षक समाज के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते



पृष्ठरी। रक्तदाताओं को सम्मानित करते एक किरण उम्मीद के सदस्य।

हैं, इसलिए उनका सम्मान करना हम सभी का कर्तव्य है।

रक्तदान सबसे बड़ा दान

अध्यक्ष भीमसेन अग्रवाल ने कहा कि रक्तदान से बढ़कर कोई दान नहीं है। एक यूनिट रक्त किसी जरूरतमंद व्यक्ति को नया जीवन दे सकता है। उन्होंने समाज के सभी वर्गों से नियमित रूप से रक्तदान करने की अपील की और आयोजन समिति के प्रयासों की सराहना की। डॉ. रेनु चावला ने उपस्थित सभी को "बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ" की शपथ दिलाई। उन्होंने कहा कि बेटियों को शिक्षा और समान अवसर प्रदान करना समाज की जिम्मेदारी है तथा महिलाओं के

सशक्तिकरण से ही देश का समग्र विकास संभव है। एक किरण उम्मीद की अध्यक्ष निधि मोहन ने सभी अतिथियों, शिक्षकों, रक्तदाताओं एवं सहयोगियों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि संस्था भविष्य में भी समाजहित के ऐसे सेवा कार्यों का आयोजन करती रहेगी। साथ ही शिक्षक दिवस के अवसर पर बलवंत गोलन, मा. रामलुभाया मिगलानी, कर्म सिंह सांच, कर्मवीर बंलीवाल कोच, डॉ. शकुंतला को शिक्षा खेल के क्षेत्र में उनके उत्कृष्ट योगदान के लिए सम्मानित किया गया। डा. मनीषा मंगल, राजकुमार वर्मा, बलवंदर वालिया, परवीन मित्तल, नरेंद्र पटपटिया, मुनीश आदि मौजूद रहे।



कैथल। शिक्षक दिवस पर हवन में भाड़ित देते जाट संस्था के पदाधिकारी तथा विद्यार्थी।

जाट शाइनिंग स्टार पब्लिक स्कूल में शिक्षक दिवस पर मय्य हवन एवं सम्मान समारोह

कैथल। जाट शाइनिंग स्टार पब्लिक स्कूल में शिक्षक दिवस का पर्व अत्यंत श्रद्धा, उल्लास एवं गरिमायुग माहौल में मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ हवन-यज्ञ से हुआ, जिसमें विद्यालय के उज्ज्वल भविष्य और राष्ट्र कल्याण की कामना की गई। समारोह की अध्यक्षता विद्यालय के प्रधानाचार्य पंकज ने की। इस अवसर पर जाट हाई स्कूल समिति के प्रधान राजकुमार बेनीवाल ने अपने संबोधन में कहा - /'शिक्षक केवल किताबी ज्ञान ही नहीं देता, बल्कि वह एक कुम्हार की तरह विद्यार्थी के जीवन को गढ़ता है। आज का यह हवन हमारे गुरुओं के प्रति सम्मान और कृतज्ञता का प्रतीक है। समिति हमेशा शिक्षकों के सम्मान और विद्यालय की प्रगति के लिए प्रतिबद्ध रहेगी।" प्रधानाचार्य पंकज गुप्ता ने कहा कि शिक्षक दिवस भारत रत्न डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन की जयंती के उपलक्ष्य में मनाया जाता है और शिक्षक ही सच्चे अर्थों में राष्ट्र निर्माता हैं। इस मौके पर उप-प्रधान बलजिंदर बनवाला, सचिव एडवोकेट रश्मि दुल, कोषाध्यक्ष बलकार नैन, जसवीर, सरयान माजरा, राजपाल, सखी, स्वर्तन पाल, रजत राणड़िया, कुलदीप सिंह सहित समस्त कार्यकारिणी सदस्य उपस्थित रहे। सभी ने शिक्षकों को शुभकामनाएं दीं। अंत में प्रबंधक समिति द्वारा सभी शिक्षकों के लिए विशेष लंच का आयोजन किया गया तथा विद्यार्थियों को लड्डू वितरित किए गए।

गुरु के सम्मान में झूमे शिष्य



राजौड़। आदर्श स्कूल जाखौली में शिक्षक दिवस के अवसर पर विद्यार्थियों एवं स्टाफ सदस्यों द्वारा भावपूर्ण और यादगार कार्यक्रम का आयोजन किया गया। पूरा विद्यालय परिसर गुरु-शिष्य के प्रेम, सम्मान और अष्टात्मत्व की भावनाओं से सराबोर दिखाई दिया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने अपने शिक्षकों के सम्मान में मनमोहक नृत्य प्रस्तुतियां, भावपूर्ण नाटक तथा विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। बच्चों की शानदार प्रस्तुतियों ने उपस्थित सभी शिक्षकों एवं विद्यार्थियों का मन मोह लिया। प्रस्तुतियों के माध्यम से विद्यार्थियों ने यह संदेश दिया कि एक शिक्षक केवल पढ़ाता नहीं, बल्कि अपने विद्यार्थियों को जीवन में आगे बढ़ने की सही दिशा भी प्रदान करता है। इस अवसर पर विद्यार्थियों ने शिक्षकों के सम्मान में केक काटा तथा मिठाइयां और उपहार भेंट किए। शिक्षक विद्यार्थियों को केवल पुस्तकीय ज्ञान ही नहीं देते, बल्कि अनुशासन, संस्कार, मेहनत, ईमानदारी और जीवन में सफलता प्राप्त करने की प्रेरणा भी देते हैं। शिक्षकों ने विद्यार्थियों की शानदार प्रस्तुतियों और उनके प्रेम एवं सम्मान की भावना की सराहना की। शिक्षकों ने कहा कि विद्यार्थियों की सफलता और उनके दिल में शिक्षक के लिए सम्मान ही एक शिक्षक के जीवन की सबसे बड़ी उपलब्धि है।

किठाना पब्लिक स्कूल में गुरुजनों का सम्मान

राजौड़। किठाना पब्लिक स्कूल, किठाना में 5 सितंबर को शिक्षक दिवस बड़े उत्साह, सम्मान और हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों ने अपने गुरुजनों के प्रति सम्मान एवं कृतज्ञता व्यक्त करते हुए शिक्षक दिवस को यादगार बनाया। विद्यालय के प्रधानाचार्य ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि शिक्षक विद्यार्थियों के जीवन को सही दिशा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने सभी विद्यार्थियों को अपने शिक्षकों का सम्मान करने तथा उनके मार्गदर्शन से निरंतर सीखने के लिए प्रेरित किया। विद्यालय के प्रबंध निदेशक विकास दांडा ने भी सभी शिक्षकों को शिक्षक दिवस की शुभकामनाएं दीं और उनके समर्पण एवं मेहनत की सराहना की। उन्होंने विद्यार्थियों को शिक्षा के साथ-साथ अच्छे संस्कार और अनुशासन को अपने जीवन का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया।कार्यक्रम के दौरान विद्यालय परिसर में गुरु-शिष्य के बीच प्रेम, सम्मान और विश्वास का भाव देखने को मिला। समारोह विद्यार्थियों और शिक्षकों के बीच रिश्ते को और मजबूत करने वाला यादगार अवसर रहा। उन्होंने कहा कि एक अच्छा शिक्षक केवल पढ़ाता नहीं, बल्कि अपने विद्यार्थियों के भविष्य को आकार देता है।



गौरव पब्लिक स्कूल में मनाया शिक्षक दिवस



राजौड़। शिक्षक दिवस के पावन अवसर पर गौरव पब्लिक स्कूल रोहड़ा में उत्साहजनक और भव्य कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस विशेष दिन को यादगार बनाते हुए विद्यार्थियों ने स्वयं शिक्षकों की भूमिका निभाई और संपूर्ण विद्यालय व्यवस्था का कुशलतापूर्वक संचालन किया। कार्यक्रम में राजविंदर सुपुत्री सुरेंद्र ने प्रधानाचार्य तथा सुजल सुपुत्री मनोज ने उप-प्रधानाचार्य की जिम्मेदारी को बेहद जिम्मेदारी और प्रभावी ढंग से निभाया। विद्यार्थियों ने शिक्षकों की भूमिका निभाकर उनकी जिम्मेदारियों और कार्यशैली को करीब से समझने का प्रयास किया। इस दौरान बाल सभा का भी आयोजन किया गया, जिसमें छात्र-छात्राओं ने विभिन्न सांस्कृतिक प्रस्तुतियों, भाषणों एवं कविताओं के माध्यम से गुरुजनों के प्रति अपना आदर व कृतज्ञता व्यक्त की। विद्यालय के प्रधानाचार्य दर्शन सिंह मौन ने विद्यार्थियों के उत्कृष्ट क्षेुशवासन और कुशल मंच संचालन की सराहना करते हुए सभी को शिक्षक दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि इस प्रकार की गतिविधियों से विद्यार्थियों में जिम्मेदारी, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता का विकास होता है।

रोशन गोयत सर्वसम्मति से लगातार तीसरी बार बने जाट धर्मशाला के प्रधान

■ जाट धर्मशाला कैथल का चुनाव सर्वसम्मति से संपन्न, नई कार्यकारिणी गठित

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कैथल

जाट धर्मशाला कैथल के चुनाव पूर्ण रूप से शांतिपूर्ण और पारदर्शी तरीके से संपन्न हो गया। नामांकन 25 अगस्त को हुआ, नामांकन पत्रों की जांच 26 अगस्त, नाम वापसी 27 अगस्त रही। र्टिनर्ग ऑफिसर एडवोकेट हरबंश की देखरेख में आज 5 सितंबर को चुनाव परिणाम की औपचारिक घोषणा की गई। चुनाव प्रक्रिया में सर्वसम्मति से नई कार्यकारिणी का गठन कर दिया



कैथल। जाट धर्मशाला के नवनिर्वाचित प्रधान रोशन गोयत पाडला अन्य सदस्यों के साथ।

गया। लगातार तीसरी बार सर्वसम्मति से प्रधान पद पर रोशन गोयत पाडला को चुना गया। उपप्रधान का दायित्व सुरेश नंबरदार बुढ़ाखेड़ा को सौंपा गया। कोषाध्यक्ष पद पर जयकिशन मान अटैला, महासचिव पद पर सत्यदेव धारीवाल छौत तथा सचिव पद पर मुकेश नंबरदार ग्योंग को सर्वसम्मति

से चयनित किया गया। कार्यकारिणी सदस्यों में प्रताप चहल गुहणा, सुरजीत श्योराण बलवंती, भरत सिंह बैनीवाल, दरबारा नैन, महेंद्र सिंह दुल और शमशेर सिंह फौजी को शामिल किया गया। नवनिर्वाचित प्रधान रोशन गोयत पाडला ने सभी पदाधिकारियों व सदस्यों की ओर से समाज का आभार व्यक्त किया।

अंडरवाटर स्पर्धा में कनिश प्रथम और प्रांचल द्वितीय रहे

पृष्ठरी। करनल रोड स्थित श्वेता रॉयल सॉनियर सेकेंडरी पब्लिक स्कूल फतेहपुर पृष्ठरी में सत्र 2026-27 की अंतरविद्यालयी तैराकी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में अंडर-14 और अंडर-17 वर्ग के करीब 30 तैराकों ने भाग लिया। प्रतियोगिता के दौरान पानी में लाइफ सेविंग, सांस रोकने, पानी के ऊपर लेटने और लेंग एक्शन जैसी तकनीकों पर विशेष फोकस किया गया। अंडर-17 वर्ग में 50 मीटर तैराकी में कनिश ने प्रथम और प्रांचल ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। अंडर-14 वर्ग की 25 मीटर अंडरवाटर स्पर्धा में कनिश प्रथम और प्रांचल द्वितीय रहे। किकिंग स्पर्धा में मनीष ने प्रथम तथा तनिष कथान ने द्वितीय स्थान हासिल किया। 100 मीटर रेस में खिलाड़ियों के बीच कड़ा मुकाबला देखने को मिला, जिसमें कनिश ने प्रथम और मनदीप ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। लाइफ सेविंग स्पर्धा में आपातकालीन स्थिति में जीवन रक्षा तकनीकों का प्रदर्शन करते हुए कनिश, मनदीप और प्रांचल ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया।



रोल बॉल खिलाड़ियों ने उत्तर भारत में लहराया परचम

कैथल। कैथल के लिए यह गर्व और खुशी का अवसर है कि जिले के नन्हें खिलाड़ियों ने द्वितीय गिनी अंडर 11 नेशनल नाथं जोन रोल बाल प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन करते हुए अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। 29 से 31 अगस्त 2026 तक स्कैटिंग रिक, परेड वाउड, देहरादून में आयोजित इस प्रतियोगिता में U-11 वर्ग में कैथल की लड़कियों की टीम ने स्वर्ण पदक जीतकर शानदार उपलब्धि हासिल की, वहीं लड़कों की टीम ने रजत पदक प्राप्त किया। कैथल के होनहार खिलाड़ियों में दिव्यांश, अदबजोत और जयेश ने लड़कों की टीम का प्रतिनिधित्व करते हुए रजत पदक जीतने में महत्वपूर्ण योगदान दिया। वहीं स्त्रुल ने लड़कियों की टीम के साथ शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक हासिल किया। इस शानदार सफलता का श्रेय खिलाड़ियों की कड़ी मेहनत, अनुशासन, खेल के प्रति समर्पण और टीम भावना को जाता है।



न्यूज डायरी



शिक्षक दिवस समारोह हर्षोल्लास से मनाया राजौड़। किठाना कॉलेज ऑफ एजुकेशन में 5 सितंबर को पूर्व राष्ट्रपति एवं महान शिक्षाविद् डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन की जयंती के उपलक्ष्य में शिक्षक दिवस समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ माँ सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्ज्वलन से हुआ। विद्यार्थियों ने भाषण, कविताओं एवं सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से शिक्षकों के प्रति सम्मान एवं कृतज्ञता व्यक्त की।प्राचार्य डॉ. सुमन दांडा ने कहा कि शिक्षक विद्यार्थियों के व्यक्तित्व एवं भविष्य का निर्माण करते हैं। चैयरमैन श्री रामफल दांडा ने शिक्षकों को राष्ट्र निर्माण की आधारशिला बनाया, वहीं एमडी विकास दांडा ने विद्यार्थियों को शिक्षकों के ज्ञान एवं संस्कारों को जीवन में अपनाने का संदेश दिया।



जन्माष्टमी: सुंदर झांकियां बनी आकर्षण का केंद्र राजौड़। कृष्ण जन्माष्टमी के उपलक्ष्य में नगर के दुर्गा मंदिर में देर रात तक कृष्ण मजनों की गुंज सुनाई देती रही। चंद्रमा निकलने तक मजनों का सिलसिला जारी रहा। राधा-कृष्ण के मजनों की मधुर गुंज से श्रद्धालु भाव-विभोर हो उठे और बड़ी संख्या में मंदिर पहुंचे। कार्यक्रम में ज्योति प्रवंड ज्ञानदीप स्कूल के प्रबंधक कुलबीर दक्षित के परिवार द्वारा ज्योति प्रवंड की गुंई। दुर्गा मंदिर में पहुंचे कलाकारों ने कृष्ण मजनों की शानदार प्रस्तुतियां देकर श्रद्धालुओं को झूमने पर मजबूर कर दिया। कलाकारों ने मजनों के माध्यम से भगवान कृष्ण की लीलाओं का वर्णन किया।

गोशाला कमेटी ने राजेश शर्मा को किया सम्मानित गुरुल-चौका। श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के पावन अवसर पर चौका गोशाला कमेटी की ओर से विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया। गोशाला कमेटी के प्रधान दर्शन लाल स्थित सदस्यों ने भाजपा नेता राजेश शर्मा पिंटू को सम्मानित किया। इस दौरान गौ सेवा, गौ संरक्षण, गोशाला की वर्तमान व्यवस्थाओं तथा भविष्य की योजनाओं को लेकर विस्तार से विचार-विमर्श किया गया। इस अवसर पर राजेश शर्मा पिंटू ने कहा कि जन्माष्टमी केवल भगवान श्रीकृष्ण के जन्मोत्सव का पर्व नहीं, बल्कि भारतीय संस्कृति, धर्म और संस्कारों से जुड़ा पवित्र अवसर है। भगवान श्रीकृष्ण का गौश्र्ण और गौ सेवा से विशेष संबंध रहा है। इसलिए जन्माष्टमी के अवसर पर गौ सेवा का महत्व और भी बढ़ जाता है।

निर्धारित गतिविधियों को समयबद्ध तरीके से पूरा करें

सेवा सेतु शिविरों के माध्यम से नागरिकों को एक ही स्थान पर मिलेंगी विभिन्न सेवाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ कैथल

डीसी अपराजिता ने कहा कि 17 सितंबर से 17 अक्टूबर 2026 तक चलने वाले सेवा संकल्प अभियान के तहत विभिन्न गतिविधियां आयोजित की जाएंगी। सभी संबंधित विभागों के अधिकारी आपसी तालमेल के साथ कार्य करते हुए अभियान की रूपरेखा अनुसार तैयारियां सुनिश्चित करें। सरकार द्वारा



डीसी अपराजिता होनी चाहिए। डीसी अपराजिता

शनिवार को अभियान को लेकर अधिकारियों की बैठक को सम्बोधित कर रहीं थीं। इससे पहले मुख्यमंत्री नायब सिंह सेनो ने वीसी के माध्यम से सभी जिला उपायुक्तों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने इस अभियान को अधिक से अधिक जन भागीदारी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। डीसी अपराजिता ने कहा

कि इस 30 सेवा संकल्प अभियान' सुशासन, जनसेवा और विकसित भारत-2047 के संकल्प को जन-जन तक पहुंचाने का महत्वपूर्ण माध्यम है। अभियान का उद्देश्य सरकारी योजनाओं एवं सेवाओं की जानकारी लोगों तक पहुंचाने के साथ-साथ पात्र नागरिकों को योजनाओं का लाभ उपलब्ध करवाना और जनभागीदारी को बढ़ावा देना है। उन्होंने बताया कि 17 सितंबर की शाम आयोजित होने वाले आशीर्वाद का दीया कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा, जिसके तहत विभिन्न योजनाओं के लाभार्थियों द्वारा बूथ स्तर पर दीया प्रज्वलित किया जाएगा।

ये रहे मौजूद

उन्होंने बताया कि 25 सितंबर से 7 अक्टूबर तक आंगन का उत्सव के तहत आंगनवाड़ी केंद्रों पर पोषण, महिला एवं बाल विकास तथा स्वास्थ्य योजनाओं से संबंधित गतिविधियां आयोजित होंगी। डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि अभियान के प्रत्येक कार्यक्रम की प्रभावी मॉनिटरिंग की जाए और गतिविधियों का जिला स्तर पर रिपोर्ट तैयार की जाए। सभी विभागध्यक्ष अपने निर्धारित दायित्वों का गंभीरता से पालन करते हुए अभियान को सफल बनाने में सक्रिय भूमिका निभाएं। इस अवसर पर डीएससी कपिल शर्मा, सीटीएम केप्टन प्रमेश सिंह, जिला शिक्षा अधिकारी प्रमोद राणा, जिला सुचना एवं जनसंपर्क अधिकारी नसीब सेनी सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

सफलता की कहानियां लाई जाएंगी जनता के सामने

उन्होंने बताया कि 2014 से 2026 के बीच सरकारी योजनाओं एवं विकास कार्यों से सकारात्मक बदलाव लाने वाले लाभार्थियों की सफलता की कहानियां सामने लाई जाएंगी। इसी प्रकार सेवा ही मेरा योगदान के तहत स्वच्छता अभियान एवं रक्तदान शिविर आयोजित किया जाएगा।

बीर बांगड़ा के खिलाड़ियों को मिली क्रिकेट किट

राजौड़। सांसद नवीन जिन्दल के नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में नवीन जिन्दल फाउंडेशन की ओर से गांव बीर बांगड़ा में युवा खिलाड़ियों को क्रिकेट किट वितरित की गई। क्रिकेट किट मिलने पर खिलाड़ियों में उत्साह देखने को मिला। इस दौरान फाउंडेशन की टीम ने खिलाड़ियों से बातचीत कर उन्हें खेलों में बेहतर प्रदर्शन करने और नियमित अभ्यास के लिए प्रोत्साहित किया। सांसद नवीन जिन्दल के कैथल कार्यालय प्रभारी रविन्द्र ने कहा कि सांसद नवीन जिन्दल ग्रामीण क्षेत्रों के लिए प्रतिभाओं को आगे बढ़ाने के लिए उन्हें आवश्यक सुविधाएं और संसाधन उपलब्ध कराने के प्रयास कर रहे हैं। कहा कि खिलाड़ियों को क्रिकेट किट उपलब्ध कराने का उद्देश्य अभ्यास के लिए जरूरी खेल सामग्री पहुंचा करवाना है।

खबर संक्षेप

जकार्ता एशियाड के गोल्डन बॉय मनजीत सिंह बने डीएसपी

नरवाना। नरवाना क्षेत्र के लिए गर्व का क्षण। 2018 जकार्ता एशियाई खेलों में 800 मीटर दौड़ में देश को स्वर्ण पदक दिलाने वाले पथलीट मंजीत सिंह के खेल कोटे से पुलिस उप अधीक्षक नियुक्त होने पर पूरे क्षेत्र में जश्न का माहौल है। चौधरी छोटू राम मेमोरियल ट्रस्ट, नरवाना की कार्यकारिणी बैठक 5 सितंबर को सम्पन्न हुई, जिसमें ट्रस्ट ने सर्वसम्मति से मंजीत सिंह को इस ऐतिहासिक उपलब्धि पर बधाई देने का निर्णय लिया। पूर्व केंद्रीय मंत्री चौधरी बीरेंद्र सिंह का विशेष बधाई संदेश डॉ. राजेंद्र श्योकंद द्वारा पढ़ा गया। ट्रस्ट द्वारा मंजीत सिंह को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर ट्रस्ट के महासचिव जगदीश उझाना, कार्यकारिणी सदस्य श्योकंद, सुदेश चोपड़ा, रामकुमार सराण सहित कई गणमान्य सदस्य उपस्थित रहे।

गोवंश तस्करी में तीन आरोपी गिरफ्तार

कैथल। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से दो गाड़ियों में ले जाए जा रहे चार बैल बरामद किए हैं व तीन आरोपी पकड़े हैं। अमन निवासी प्यौदा की शिकायत के अनुसार धनौरी बाईपास-पाडला रोड से प्यौदा की ओर आते समय रेलवे अंडरपास के पास एक गाड़ी को रोका गया। गाड़ी चालक की पहचान मयंक ठाकुर निवासी गांव मेरठ व कमलेश राय निवासी बिहार के रूप में हुई। गाड़ी में दो बैल लदे हुए मिले। दूसरे मामले में अमन की शिकायत अनुसार उन्हें एक सूचना मिली की एक महिंद्रा वीरो गाड़ी में गौवंश को तस्करी के लिए कलायत होते हुए दिल्ली की तरफ ले जाया जाएगा। खरक पांडवा टोल के पास गाड़ी को रुकवाया। गाड़ी की जांच करने पर उसमें दो बैल मिले तथा गाड़ी चालक की पहचान अमर यादव निवासी फिरोजाबाद, उत्तर प्रदेश के रूप में हुई।

सीएम ने किया शिक्षक विनोद को सम्मानित

कैथल। राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गांव करोड़ा के टीजीटी विज्ञान शिक्षक विनोद कुमार को राज्य शिक्षक पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। इस संबंध में पंचकूला में एक रासना स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में राज्यपाल प्रोफेसर असीम कुमार घोष, मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, शिक्षा मंत्री महिपाल डांडा मौजूद रहे। विनोद कुमार की उपलब्धियों के बारे में बताया गया कि उनके परीक्षा परिणाम प्रतिशत रहे हैं। उनके प्रयासों से विद्यालय में भव्य कामुख्य द्वार व सुसज्जित पुस्तकालय का निर्माण हुआ। विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण की भावना विकसित करने के लिए उन्होंने प्रसिद्ध वैज्ञानिकों का जीवन वृत्तांत एवं उनका योगदान नामक पुस्तक भी लिखी है।

मैथमेटिक्स ओलंपियाड परीक्षा आज

कैथल। जिले में इंटरनेशनल मैथमेटिक्स ओलंपियाड परीक्षा का आयोजन रविवार को सात केंद्रों पर होगा। जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय की ओर से निर्देश जारी किए गए हैं।

हरिभूमि

आवश्यक सूचना

जिना पाठकों को ख़बर मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य ख़बर दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-

हडा कॉम्पलेक्स, डी.आर.डी.ए. के सामने, जीन्द
हरिभूमि कार्यालय, करनाल रोड, जाट रेस्टीम के सामने, कैथल
फोन : 8295154800, 8295157800, 8814939186, 8814939166, 9253681005

हमेटी जींद में पांच दिवसीय सीआरपी प्रशिक्षण कार्यक्रम संपन्न

किसानों को प्राकृतिक खेती की तकनीकों के साथ दूसरे किसानों को प्रशिक्षित करने का दिया गया प्रशिक्षण

हरिभूमि न्यूज ►►जींद

खेतों में रसायनों का इस्तेमाल कम करने और प्राकृतिक खेती को गांव-गांव तक पहुंचाने के लिए अब किसान ही किसानों के प्रशिक्षक बनेंगे। हरियाणा के 16 जिलों से चयनित 43 किसानों को कम्प्युनिटी रिसोर्स पर्सन (सीआरपी) के रूप में तैयार किया गया है। ये किसान अपने-अपने क्षेत्रों में अन्य किसानों को प्राकृतिक खेती की तकनीकों, प्राकृतिक संसाधनों के उपयोग और रसायन मुक्त खेती के तौर तरीकों की जानकारी देकर उन्हें इस पद्धति को अपनाने के लिए प्रेरित करेंगे। हरियाणा कृषि प्रबंधन एवं विस्तार प्रशिक्षण संस्थान (हमेटी) जींद में आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रम के समापन के साथ इन किसानों को प्राकृतिक खेती के विस्तार की जिम्मेदारी सौंपी गई। प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन हमेटी के निदेशक डा. सुरेंद्र सिंह यादव के दिशा-निर्देशन में किया गया



जींद। प्रशिक्षण लेने वाले मास्टर ट्रेनर हमेटी के अधिकारियों के साथ।

►► प्राकृतिक खेती आज की आवश्यकता

हमेटी के निदेशक डा. सुरेंद्र सिंह यादव ने कहा कि प्राकृतिक खेती आज समय की आवश्यकता है। उन्होंने बताया कि प्रदेश सरकार प्राकृतिक खेती को प्रोत्साहित करने के लिए किसानों को निशुल्क प्रशिक्षण के साथ देशी गाय खरीदने के लिए 30 हजार रुपये की सहायता और एक एकड़ प्राकृतिक खेती करने पर चार हजार रुपये की प्रोत्साहन राशि प्रदान कर रही है।

गांव-गांव प्राकृतिक खेती पहुंचाने का लिया संकल्प

प्रशिक्षण के समापन पर सीआरपी किसानों ने प्राकृतिक खेती को गांव-गांव तक पहुंचाने तथा अधिक से अधिक किसानों को रसायन मुक्त और टिकाऊ खेती के लिए प्रेरित करने का संकल्प लिया। पांच दिवसीय प्रशिक्षण के बाद अब ये किसान अपने-अपने क्लस्टरों में किसानों और कृषि विभाग के बीच कड़ी का काम करेंगे। विभाग को उम्मीद है कि ये किसान जागरूकता फैलाएंगे।

फार्म विजिट में देखा प्राकृतिक खेती का मॉडल

प्रशिक्षणार्थी किसानों को गुरुकुल कुरुक्षेत्र के प्राकृतिक खेती फार्म तथा गांव करोड़ा के प्राकृतिक खेती करने वाले सीआरपी किसान मनोज कुमार के फार्म का शैक्षणिक भ्रमण भी करवाया गया। मनोज कुमार के फार्म पर एक एकड़ में मकईलेवर खेती के माध्यम से एक साथ चार फसलें उगाने का मॉडल दिखाया गया। किसानों ने इस मॉडल को उपयोगी बताया।



नरवाना। संयुक्त किसान मोर्चे के सदस्य प्रदर्शन करते हुए। फोटो : हरिभूमि

सफाई कर्मचारियों का भी मनर्थन किया

संयुक्त किसान मोर्चा हरियाणा ने प्रदेश भर में आंदोलनरत सफाई कर्मचारियों और अग्निशमन कर्मियों की मांगों का समर्थन किया है और सरकार से जल्द उनके मुद्दों को समाधान की मांग की है। इस मौके पर बलबीर सिंह,जोगेंद्र नैन ,करनल सिंह,कवरजीत सिंह,सुरेश कोथ,रणवीर मलिक,विकास सीसर,राजकुमार,विजयपाल,रामफल जागलान,सतीश आजाद, सुमित दलाल,राजीव मलिक,कुसदीप पूर्निया,लीला राम,नायब सिंह,गुरनाम,बलवान सिंह ,कुलदीप दांडा आदि शामिल रहे।

पीजी कोर्स में रिक्त सीटों पर 12 तक होंगे दाखिले

हरिभूमि न्यूज ►►जींद

पोस्ट ग्रेजुएट कोर्स में पहली मेरिट लिस्ट के बाद खाली बची सीटों पर दाखिले के लिए एक सप्ताह का समय बचा है। 12 सितंबर तक कालेजों में फिजिकल काउंसिलिंग में भाग लेकर खाली सीटों पर दाखिला ले सकते हैं। 29 अगस्त को उच्चतर शिक्षा विभाग द्वारा दोबारा से पोर्टल खोला गया था, जिसमें विद्यार्थी रजिस्ट्रेशन और पहले वाले आवेदन में बदलाव के लिए आवेदन कर सकते थे। इसके बाद 30 अगस्त से पांच सितंबर तक 100 रुपये लेट फीस के साथ दाखिले हुए थे। इसके बाद भी सीट खाली रहने पर छह से 12 सितंबर तक पहले वाले 100 रुपये और हर रोज 100 रुपये लेट फीस के साथ



जींद। फिजिकल काउंसिलिंग में भाग लेने आए छात्र।

दाखिले हो सकेंगे। यूजी कोर्स में 15 सितंबर तक फिजिकल काउंसिलिंग चलेगी। वहीं जिलेभर के छह राजकीय व निजी कालेजों में पीजी कोर्स में लगभग एक हजार सीट हैं। पहले फीस जमा करवाने की अंतिम तिथि 27 अगस्त थी लेकिन बाद में इसे बढ़ाते हुए 28 अगस्त तक कर दिया गया। राजकीय पीजी कालेज में पहली मेरिट लिस्ट में अलग-

अलग छह संकायों में निर्धारित 280 सीटों पर 176 सीट अलट हुई थी। राजकीय महिला महाविद्यालय में बीए आर्ट्स में 400 में नौ, बीए इंग्लिश में 40 में से 23, बीए ज्योग्राफी में 40 में से आठ, बीकॉम में 200 में से 126, बीसीए में 60 में से एक, बैचलर ऑफ साइंस इन फिजिकल साइंस में 160 में से 115, बैचलर ऑफ साइंस विद मेजर इन

राजकीय महाविद्यालय में सीटें

संकाय	कुल सीट	फीस जमा	■ छह से 12 सितंबर तक हर रोज 100 रुपये लेट फीस के साथ दाखिले हो सकेंगे
एमए इकोनामिक्स	40	13	
एमए इंग्लिश	40	21	
एमए हिंदी	40	36	
एमकॉम	60	26	
एमएससी मैथेमेटिक्स	40	20	
पीजीडीसीए	60	8	
कुल	280	122	

■ चाणक्य इंटरनेशनल स्कूल कसूहन में शिक्षक दिवस पर कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ►►उधाना

चाणक्य इंटरनेशनल स्कूल कसूहन में शिक्षक दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन हुआ। भाजपा विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री, सुषमा अत्री ने मुख्य अतिथि के तौर पर शिरकत की। विद्यार्थियों ने शिक्षक दिवस की महता पर प्रकाश डालते हुए विभिन्न सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दीं। विद्यार्थियों ने देशभक्ति, हरियाणवी एवं सामाजिक संदेश से जुड़े गीतों पर मनमोहक प्रस्तुतियां देकर सभी का मन मोह लिया। विधायक देवेंद्र

नाबालिग को दोपहिया वाहन न दें

हरिभूमि न्यूज ►►राजौद

जन कल्याण मंच के राष्ट्रीय अध्यक्ष टेकराम कंडेला ने जन कल्याण मंच के प्रभारी सुभाष बहसीकरी के निवास पर समाज के लोगों से रूबरू होते हुए बच्चों की सुरक्षा और नशे की बढ़ती प्रवृत्ति को लेकर चिंता जताई। उन्होंने अभिभावकों से अपील की कि 18 वर्ष से कम आयु के बच्चों को, चाहे वे स्कूल, कॉलेज या कोचिंग सेंटर में जाते हों, स्कूटी अथवा मोटरसाइकिल न दें। जन कल्याण मंच के प्रभारी सुभाष बहसीकरी ने कहा कि आज अधिकांश परिवारों में एक ही संतान है। ऐसे में यदि कोई बड़ा हादसा हो जाता है तो परिवार के पास पछतावे के अलावा कुछ नहीं बचता।



उधाना। कार्यक्रम में विद्यार्थियों के साथ झूमते हुए विधायक देवेंद्र चतरभुज अत्री, सुषमा अत्री। फोटो : हरिभूमि

चतरभुज अत्री, सुषमा अत्री भी विद्यार्थियों का उत्साह बढ़ाते हुए उनके साथ गीतों पर झूमते रहते आए। अत्री ने कहा कि शिक्षक समाज के निर्माण में महत्वपूर्ण

प्रेरित किया

शिक्षक केवल विद्यार्थियों को किताबी ज्ञान ही नहीं देते, बल्कि उन्हें अच्छे संस्कार, अनुशासन, नैतिक मूल्यों और जीवन में आगे बढ़ने की प्रेरणा भी देते हैं। एक विद्यार्थी के भविष्य को संवारने में माता-पिता के साथ शिक्षक का योगदान भी बेहद महत्वपूर्ण होता है। शिक्षक दिवस हमें अपने गुरुजनों के प्रति सम्मान और कृतज्ञता व्यक्त करने का अवसर प्रदान करता है। जीवन में सफलता हासिल करने के लिए मेहनत, अनुशासन और लगन को हमेशा अपने साथ रखें। विद्यार्थियों को शिक्षा के साथ-साथ खेलकूद एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में भी बढ़-चढ़कर भाग लेना चाहिए, जिससे उनका सर्वांगीण विकास हो सके।



राजौद। जन कल्याण मंच के राष्ट्रीय अध्यक्ष टेकराम कंडेला व अन्य समाज के लोगों से बातचीत करते हुए। फोटो : हरिभूमि

गलत संगत से नशे की ओर बढ़ रहे बच्चे

उन्होंने कहा कि कुछ बच्चे गलत संगत के कारण नशे की ओर भी बढ़ रहे हैं। कई बच्चे अभिभावकों से कोचिंग सेंटर जाने की बात कहकर घर से निकलते हैं, लेकिन वहां जाने के बजाय इधर-उधर घूमते रहते हैं। उन्होंने अभिभावकों से बच्चों की दिनचर्या पर ध्यान देने और उन्हें गलत संगत से बचाने की अपील की। बैठक में जाट स्कूल के पूर्व प्रधान वजीर सिंह, पूर्व इन्स्पेक्टर सखीबीर कोटड़ा, बलकर दुग्रा तथा गांव पाई के सरपंच नरेश ने भी अपने विचार रखे।

उच्चतर शिक्षा विभाग ने दाखिले के लिए एक और अवसर दिया

एडमिशन 15 सितंबर तक होंगे स्नातक प्रथम वर्ष में दाखिले

15 सितंबर तक होंगे स्नातक प्रथम वर्ष में दाखिले

■ स्नातकोत्तर प्रथम वर्ष के विभिन्न पाठ्यक्रमों में दाखिले के लिए 12 सितंबर तक होंगे

हरिभूमि न्यूज ►►कैथल

नए शैक्षणिक सत्र 2026-27 में दाखिले से वंचित विद्यार्थियों के लिए उच्चतर शिक्षा विभाग ने एक और अवसर दिया है। स्नातकोत्तर प्रथम वर्ष के विभिन्न पाठ्यक्रमों में दाखिले के लिए 12 सितंबर तक प्रक्रिया जारी रहेगी, लेकिन अब विलंब शुल्क देना होगा। वहीं, स्नातक प्रथम वर्ष की रिक्त सीटों पर दाखिले की अंतिम तिथि बढ़ाकर 15 सितंबर कर दी गई है। ऐसे में कॉलेजों में उपलब्ध रिक्त सीटों पर



कैथल। आरकेएसडी कॉलेज में दाखिला लेते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

प्रवेश लेने के इच्छुक विद्यार्थियों के पास दाखिला सुनिश्चित करने का अंतिम मौका है। पीजी पाठ्यक्रमों के लिए 30 अगस्त से 5 सितंबर तक 100 रुपये विलंब शुल्क निर्धारित था। अब 6 से 12 सितंबर तक

प्रतिदिन अतिरिक्त 100 रुपये विलंब शुल्क देना होगा। कॉलेज प्रशासन ने विद्यार्थियों से शीघ्र प्रवेश लेने की अपील की है, ताकि उन्हें अनावश्यक आर्थिक भार न उठाना पड़े।

○ पीजी में इन पाठ्यक्रमों में हुए 247 दाखिले

स्नातकोत्तर प्रथम वर्ष में अब तक कुल 247 प्रवेश हो चुके हैं। इनमें एमए अर्थशास्त्र में 21, अंग्रेजी में 46, हिंदी में 24, इतिहास में 41, राजनीति विज्ञान में 47, राजनीति विज्ञान (स्व-चिंतपोषित) में 15, एमकॉम में 30 और एमएससी गणित में 23 प्रवेश शामिल हैं। जिन अग्रार्थियों ने अभी तक पंजीकरण प्रपत्र नहीं भरा है, वे उच्चतर शिक्षा विभाग के प्रवेश पोर्टल पर नया आवेदन कर सकते हैं। जिन विद्यार्थियों ने आवेदन किया था, लेकिन आरकेएसडी कॉलेज को अपनी पसंद में शामिल नहीं किया था, वे आवेदन संशोधित कर कॉलेज का विकल्प जोड़ सकते हैं। स्नातक के किसी भी सेमेस्टर में पुनः परीक्षा देने वाले विद्यार्थी भी संबंधित पीजी पाठ्यक्रम में आवेदन एवं प्रवेश के पात्र हैं। प्रथम मेरिट सूची में नाम आने के बावजूद फीस जमा नहीं कर पाने वाले अग्रार्थी भी रिक्त सीटों के आधार पर प्रवेश ले सकते हैं।

‘पहले आओ, पहले पाओ’ के आधार पर मौका

आरकेएसडी पीजी कॉलेज में स्नातक प्रथम वर्ष की रिक्त सीटों पर दाखिले की अंतिम तिथि 15 सितंबर कर दी गई है। प्रवेश ‘पहले आओ, पहले पाओ’ के आधार पर होगा। यूजी में अब तक कुल 1886 प्रवेश हो चुके हैं। इनमें बीए मॉर्निंग में 639, बीए इवनिंग में 267, बीबीए में 66, बीकॉम मॉर्निंग में 233, बीकॉम इवनिंग में 150, बीसीए में 123, बीसीए (एआई) में 46, बीसीए (डाटा साइंस) में 47, बीएससी स्पेर्टर्स में 51, बीएससी लाइफ साइंसेज में 125 तथा बीएससी फिजिकल साइंसेज में 139 विद्यार्थी शामिल हैं।



रील नहीं रियल एक्टिविटीज को दें टाइम फील करेंगे हैप्पीनेस-मिलेगा सुकून

हम में से अधिकतर लोग जरा भी फ्री टाइम मिलने पर सोशल मीडिया पर रील स्कॉल करने लगते हैं। इससे कई फिजिकल और मेंटल प्रॉब्लम्स होने लगती हैं। इसके बजाय अगर हम कुछ इंटेस्टिंग फिजिकल एक्टिविटीज करें तो न केवल फिजिकली-मेंटली हेल्दी रहेंगे, खुशी महसूस करेंगे, साथ ही लाइफ में सुकून का भी अनुभव करेंगे। इन एक्टिविटीज के बारे में जानिए।

किसी जजमेंट के सुनते हैं। सुकून देगी संगीत की धुन: अपनी पसंद का कोई इंस्ट्रूमेंटल म्यूजिक जैसे बांसुरी या सितार की धुन सुनिए। उस धुन के उतार-चढ़ाव को महसूस कीजिए। जब धुन कंची हो, तो अपनी खुशी जाहिर कीजिए, जब धीमी हो, तो उदासी। हार्वर्ड हेल्थ की एक रिपोर्ट के अनुसार, संगीत केवल सुनने की चीज नहीं है, यह दिमाग के न्यूरोंस के साथ संवाद करता है। एक सर्वे में पाया गया कि जो लोग इंस्ट्रूमेंटल म्यूजिक सुनते हुए अपनी भावनाओं को उस धुन के साथ बहने देते हैं, उनका ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है और मन की उलझनें स्वतः सुलझने लगती हैं।

रात के आसमान में निहारें चांद-सितारे: रात के समय छत, आंगन या बालकनी में खाट बिछाकर लेट जाइए। आसमान के तारों या चांद को देखकर अपनी छिपी हुई इच्छाएं या वो बातें कह डालिए, जो आप किसी इंसान से नहीं कह सकते। खगोल-मनोविज्ञान के विशेषज्ञों के अनुसार, जब इंसान ब्रह्मांड की विशालता को देखता है और उससे मानसिक संवाद करता है, तो उसके भीतर 'ओं' (विरम्य) की भावना पैदा होती है। यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया के एक सर्वे के मुताबिक, इस 'ओं' इफेक्ट से इंसान की अपनी परेशानियां बहुत छोटी लगने लगती हैं। यह कॉस्मिक संवाद आपके अहंकार को शांत करता है और मन को असीम सुकून देता है।

डायरी के करें पन्ने: अपनी डायरी को एक जीवित दोस्त मानिए। पेन उठाइए और पन्नों से कहिए, 'आज मेरा दिन बहुत अजीब रहा, सुनो।' और लिखना शुरू कर दीजिए। एक्सप्रेसिव राइटिंग के जनक डॉ. जेम्स पेनेबेकर के एक शोध के अनुसार, जब हम कागज और कलम के माध्यम से संवाद करते हैं, तो यह हमारे मस्तिष्क के 'अभिगडाल' (डर और तनाव का केंद्र) को शांत करता है। सर्वे बताते हैं कि जो लोग रात को सोने से पहले डायरी से 'बात' करते हैं, उनकी नींद की गुणवत्ता में 35 प्रतिशत का सुधार होता है। कागज कभी आपकी बात काटता नहीं, बस सब समेट लेता है।



कवर स्टोरी / शिखर चंद जैन

आजकल खाली समय बिताने के लिए लोग अपने स्मार्टफोन पर रील बहुत देखते हैं। इसका नतीजा होता है समय की बर्बादी, आंखों की रोशनी पर बुरा असर और स्ट्रेस। माना कि आज की भाग-दौड़ भरी इस जिंदगी में हम सब 'सुकून' की तलाश में हैं और थोड़ा हंसना-मुस्कुराना चाहते हैं। मगर इसके लिए सोशल मीडिया पर रील्स स्कॉल करने की बजाय रियल लाइफ की कुछ रियली मजेदार एक्टिविटीज को आजमाएं तो मानसिक शांति का एक बिल्कुल नया लेवल और ताजगी का अनुभव किया जा सकता है।

पेड़-पौधे से करें बातें: अपनी कॉलोनी या फिर नजदीकी पार्क में लगे या सड़क किनारे उगे किसी बड़े या पुराने पेड़ के पास बैठिए। अपनी उलझनें उसे धीरे से बोलकर बताइए, जैसे वह कोई मूक मार्गदर्शक हो। पेड़ पौधों से बातचीत करना वाकई सुकून देता है। जापान में 'शिनरिन-योकु' पर की गई रिसर्च के अनुसार, पेड़-पौधों के साथ समय बिताने और उनसे बात करने से हमारे ब्रेन की अल्फा वेव्स सक्रिय होती हैं, जो गहरी शांति का अहसास कराती हैं। ब्रिटेन की रॉयल हॉर्टिकल्चरल सोसाइटी के एक सर्वे में पाया गया कि 70 प्रतिशत लोग, जो पौधों से नियमित बात करते हैं, वे दूसरों की तुलना में अधिक शांत और खुश रहते हैं। पौधे आपकी बात बिना



देखें अपने बचपन की तस्वीर

जब टाइम मिले, अपने बचपन और किशोरावस्था की तस्वीरों को सामने रखिए। उनसे वैसे ही बात कीजिए जैसे आप किसी माहसू बच्चे से करते हैं। उनसे पूछिए, 'क्या मैं वैसा ही बना जैसा बनना चाहता था?' अमेरिकी साइकोलॉजिकल एप्सोसिप्शन के कई शोध बताते हैं कि इनर चाइल्ड हीलिंग मानसिक तनाव को कम करने का सबसे अच्छा तरीका है। एक सर्वे के अनुसार, जब लोग अपने बचपन की तस्वीर को देखकर खुद से सकारात्मक बातें करते हैं, तो उनके शरीर में कॉर्टिसोल (स्ट्रेस हार्मोन) का स्तर 22 प्रतिशत तक कम हो जाता है। यह संवाद आपको अपनी जड़ों से जोड़ता है और वर्तमान की असफलताओं के बोझ को हल्का करता है।

बेजुबानों से करें बात

अपने पालतू या गली में मटकने वाले किसी आवारा कुत्ते या बिल्ली की आंखों में देखकर बस दो मिनट अपने मन की बात कीजिए। 'ह्यूमन-एनिमल बॉन्ड रिसर्च इंस्टीट्यूट' के एक वैश्विक सर्वे के अनुसार, बेजुबान जानवरों से बात करने या उन्हें सहलाने से मानव शरीर में ऑक्सीटोसिन (लव हार्मोन) और डोपामाइन का स्तर तेजी से बढ़ता है। 84 प्रतिशत पेट और स्ट्रीट एनिमल फ्रीडर्स ने माना कि इन बेजुबानों से दो मिनट की बातें उनके पूरे दिन के वर्क-स्ट्रेस को घुटकियों में गायब कर देती हैं। उनकी मूक प्रतिक्रिया में जो विश्रुतता होती है, वही हमें सुकून प्रदान करता है।



खुद से भी कीजिए बातें: आइने के सामने खड़े हो जाइए। अपनी ही आंखों में आंखें डालिए और खुद का हाल-चाल पूछिए, 'तुम कैसे हो? थक गए हो क्या?' 'मिरर मेंडिटेशन' पर कोलंबिया यूनिवर्सिटी द्वारा किए गए एक अध्ययन से पता चलता है कि खुद को आइने में देखकर बात करने से आत्म-करुणा बढ़ती है। सर्वे में शामिल 65 प्रतिशत युवाओं ने माना कि जब वे आइने में खुद को सांत्वना देते हैं या अपनी तारीफ करते हैं, तो उनका सोशल एंग्जाइटी का स्तर काफी हद तक घट जाता है। दुनिया को सुनने वाले कान, कभी खुद की आवाज भी सुनना चाहते हैं।

बारिश की बूंदों से मिलिए: जब बारिश हो रही हो या आप किसी नदी के किनारे हों, तो पानी की गिरती बूंदों की लय से अपनी सांसें को आप किसी नदी के किनारे हों, तो पानी की गिरती बूंदों की लय से अपनी सांसें को जोड़िए और इनका आनंद लीजिए। मैरीन बायोलॉजिस्ट वालेस जे. निकोलस ने अपनी किताब 'ब्लू माइंड' में साबित किया है कि पानी के पास रहने और उसके संगीत से संवाद करने से हमारा दिमाग एक ध्यानपूर्ण अवस्था में चला जाता है। एक अन्य मनोवैज्ञानिक सर्वे के अनुसार, प्रकृति के जल-स्रोतों की आवाज सुनने और उनसे मानसिक रूप से जुड़ने से एंग्जाइटी अटेक्स में 40 प्रतिशत तक की कमी देखी गई है।

कहने का सार यही है कि जब भी कुछ पल फुर्सत के मिलें तो उसे सोशल मीडिया की रील्स को स्कॉल करने में न गंवाकर ऐसी एक्टिविटीज करिए, जिससे आप खुद को अपने करीब महसूस कर सकें। यही नहीं इससे आपको खुशी मिलेगी और आपको एक अलग तरह का सुकून भी मिलेगा। *



मेमोरी और इंटेलिजेंस पर बुरा असर डाल रहे गैजेट्स

टेक्नोलाइफ

अंजू जैन

इस बात में कोई दो राय नहीं कि गैजेट्स ने निश्चित रूप से हमारी दुनिया को आसान और सुलभ बनाया है, लेकिन इसकी कीमत हमें अपनी मानसिक और शारीरिक सेहत से चुकानी पड़ रही है। आज हम किसी भी सवाल का जवाब जानने के लिए अपनी बुद्धि पर जोर नहीं देते। एक साधारण क्लिक से दुनिया भर की जानकारी हमारे सामने आ जाती है। विज्ञान इस स्थिति को 'डिजिटल एम्नेशिया' या 'गूगल इफेक्ट' कहता है। यदि हम समय रहते सचेत नहीं हुए और अपने दिमाग को धार देना, इसे एक्टिव रखना बंद कर देंगे, तो हमारी आने वाली पीढ़ियां मानसिक रूप से पूरी तरह इन मशीनों की गुलाम बन जाएंगी।

क्या है गूगल इफेक्ट: डिजिटल एम्नेशिया या गूगल इफेक्ट एक मनोवैज्ञानिक स्थिति है, जहां लोग जानकारी को इंसालि भूल जाते हैं क्योंकि उन्हें पता होता है कि इसे ऑनलाइन आसानी से खोजा जा सकता है। हम तथ्यों को याद रखने के बजाय अब केवल यह याद रखते हैं कि उन तथ्यों को खोजना कहाँ है। मस्तिष्क एक मांसपेशी की तरह है। यदि इसका उपयोग नहीं किया जाएगा, तो यह कमजोर होने लगता है। इससे हमारी जैविक स्मृति धीरे-धीरे सुस्त होने लगती है।

स्मार्टफोन बना एक्सटर्नल ड्राइव: प्राचीन काल में लोग लंबी कविताएं, धार्मिक ग्रंथ और ऐंठहासिक घटनाएं जुबानी याद रखते थे। कुछ दशक पहले तक लोगों को अपने करीबियों के दर्जनों फोन नंबर और पते याद होते थे। आज स्थिति यह है कि लोगों को अपने परिवार के सदस्यों के नंबर भी याद नहीं रहते। स्मार्टफोन अब हमारी यादशत के लिए एक

निश्चित ही डिजिटल गैजेट्स ने हमारी डेली लाइफ को बहुत ईजी बना दिया है। लेकिन इसका ओवरयूज हमारी मेमोरी और इंटेलिजेंस पावर पर बुरा असर भी डाल रही है। इस बारे में जानने के साथ ही हमें इससे बचने के उपायों पर भी अमल करना जरूरी है।

ज. पी. एस. पर बढ़ती निर्भरता: पहले लोग रास्तों को याद रखने के लिए लैंडमार्क्स, दिशाओं और अपनी स्थानिक समझ का उपयोग करते थे। इससे मस्तिष्क का 'हिप्पोकैपस' हिस्सा सक्रिय रहता था, जो यादशत और दिशा-ज्ञान के लिए जिम्मेदार है। आज की. पी. एस. और गूगल

मैप्स ने इस क्षमता को पूरी तरह से हाईजैक कर लिया है। बिना सोचे-समझे स्क्रीन पर दिखाई देने वाले तीरों का पालन करने से हमारी खुद की रास्तों को याद रखने की क्षमता खत्म हो रही है। बच्चों के मानसिक विकास पर प्रभाव: मेमोरी पावर में कमी की यह समस्या वयस्कों से कहीं ज्यादा नई पीढ़ी या बच्चों को प्रभावित कर रही है। जो बच्चे गैजेट्स के साथ बड़े हो रहे हैं, वे स्पेलिंग, पढ़ाई और बुनियादी गणनाओं के लिए भी स्क्रीन पर निर्भर हैं। शारीरिक खेलों और किताबों से दूरी के कारण उनकी कल्पनाशीलता और याद रखने की क्षमता का विकास नहीं हो पा रहा है। *

(मनोचिकित्सक डॉ. संजय गर्ग से बातचीत पर आधारित)

गैजेट्स के इस्तेमाल में संतुलन की आवश्यकता

गैजेट्स आधुनिक जीवन का अविभाज्य हिस्सा हैं और उन्हें पूरी तरह छोड़ना संभव नहीं है। समाधान इस बात में है कि हम तकनीक का उपयोग अपनी यादशत को बढ़ाने के लिए करें, न कि उसे बदलने के लिए। हमें जागरूक होकर कुछ कदम उठाने होंगे।

- फोन नंबर, कैलेंडर की तारीखें और महत्वपूर्ण पते जुबानी याद रखने का प्रयास करें।
- सप्ताह में कम से कम एक दिन या दिन के कुछ घंटे गैजेट्स से पूरी तरह दूर रहें।
- स्क्रीन के बजाय कागजी किताबें पढ़ने की आदत डालें, जिससे एकाग्रता बढ़ती है।
- किसी भी पल को कैमरे में कैद करने से पहले अपनी आंखों और अनुभव के जरिए दिमाग में दर्ज करें।



खग्य

सूर्य कुमार पांडेय

कविता

पुरुषोत्तम व्यास

बहुत मुश्किल-सा लगने लगा

कितने शब्दों के बीच
कितने दिशों के बीच
कितने थपड़ों के बीच
कितने जातों के बीच
गैना और अपने को बचाना
बहुत मुश्किल-सा लगने लगा।
कितनी घृणा के बीच
कितनी ईर्ष्या के बीच
कितनी कुंसांग के बीच
कितनी लात्स के बीच
गैना और अपने को बचाना
बहुत मुश्किल-सा लगने लगा।
कितने शत्रुओं के बीच
गैना और अपने को बचाना
बहुत मुश्किल-सा लगने लगा।
कितने झगड़ों के बीच
कितने सन्नतों के बीच
कितने अग्रमार्गों के बीच
कितने सम्मार्गों के बीच
गैना और अपने को बचाना
बहुत मुश्किल-सा लगने लगा।
कितने झगड़ों के बीच
कितने झगड़ों के बीच
कितने झगड़ों के बीच
कितने झगड़ों के बीच
कितने झगड़ों के बीच
कितने झगड़ों के बीच

पुस्तक चर्चा / अनुवाद मनींद्र

ओम निश्चल की गजलगोई

समकालीन हिंदी गजल के महत्वपूर्ण हस्ताक्षर हैं ओम निश्चल। हाल में विज्ञान भूषण के संपादन में ओम निश्चल की गजलगोई पर केंद्रित पुस्तक 'गजलगोई : ओम निश्चल' प्रकाशित होकर आई है।

यह पुस्तक ओम निश्चल की रचनात्मक यात्रा, काव्य-दृष्टि और उनकी गजलगोई के विविध आयामों का समग्र मूल्यांकन तो प्रस्तुत करती ही है, उनके बहुआयामी व्यक्तित्व पर भी प्रकाश डालती है। पुस्तक में ज्ञान प्रकाश विवेक, डॉ. हरेराम पाठक, डॉ. वेदमित्र शुक्ल, डॉ. भावना शंखर, डॉ. आनंद वर्धन द्विवेदी, आरुण जयवर्धन, आरती आस्था, सरस्वती रमेश और संपादक समेत 16 रचनाकारों ने ओम निश्चल के व्यक्तित्व एवं कृतित्व पर आलोचनात्मक दृष्टि से अपने विचार प्रस्तुत किए हैं। खास बात यह है कि इस आलोचनात्मक पुस्तक को पढ़ते हुए पाठक, ओम निश्चल की विभिन्न गजलों-गीतिकाओं से उद्धृत बेहतरीन शेरों से भी रू-रू-रू हो पाएंगे, जिसका प्रयोग विभिन्न लेखों में संदर्भ के तौर पर किया गया है। प्रसिद्ध साहित्यकार ज्ञान प्रकाश विवेक ओम निश्चल के बहुआयामी व्यक्तित्व के विविध पहलुओं पर प्रकाश डालते हैं, जिसमें एक संवेदनशील,



साहित्य के प्रति समर्पित, जिंदादिल-गरिमापूर्ण व्यक्तित्व झलकता है। वे लिखते हैं, 'वो एक व्यक्ति नहीं प्रवाह का नाम है। ...ओम निश्चल में एक इनबिल्ट डिस्प्लिन है। वो जो भी काम करते हैं, संपूर्णता और एकाग्रता के साथ करते हैं।'

डॉ. हरेराम पाठक ओम निश्चल की गजलों को समय से काफी आगे मानते हैं, वे लिखते हैं, 'गजल में लाक्षणिक प्रयोग और व्यंग्यार्थ का अच्छा प्रयोग होते देखकर सहज ही अनुमान लगाया जा सकता है कि ओम निश्चल की गजलें समसामयिकता के दायरे से बहुत आगे निकल चुकी हैं।'

डॉ. भावना शंखर, ओम निश्चल के काव्य संग्रह 'मेरा दुख सिरहाने रख दो' की चर्चा करते हुए लिखती हैं, 'किताब से गुजरते हुए गजल और गीतिका की गंगा-जमुनी धार में डूबते-उतरते पाठक को दुष्यंत कुमार से लेकर अदम गोंडवी तक कितने ही गजलकारों की शायरी का आस्वाद मिलता है।'

संपादक विज्ञान भूषण के लेख 'गजलगोई का नया मुहावरा गढ़ती गजलें' में ओम निश्चल की गजलों के सौंदर्य, संवेदना, सामाजिक सरोकार, भाषिक प्रयोग, शिल्प तथा वैचारिक गहराई का सूक्ष्म, बहुआयामी एवं सम्यक विश्लेषण है। *

पुस्तक: गजलगोई : ओम निश्चल (आलोचना), संपादक: विज्ञान भूषण,

मूल्य: 449 रुपए, प्रकाशक: सर्व भाषा ट्रस्ट, नई दिल्ली

सीनियर घोटालेबाज से नवोदित भ्रष्टाचारी की मुलाकात

नवोदित भ्रष्टाचारी जिस घाट से फ्रेश होकर आ रहा था, वरिष्ठ घोटालेबाज उसी जानिब वरिष्ठ घोटालेबाज उसी जानिब जा रहा था। वह अतिशय उदास था। नवोदित भ्रष्टाचारी के जलवाँ की धूम के चलते कुंठित भी था। इसीलिए वह कदाचित डूब मरने जा रहा होगा। लोकतंत्र के राजपथ पर दोनों आमने-सामने आ गए। नवोदित भ्रष्टाचारी बेशर्मीपूर्वक शरमाता हुआ कज्जी काट कर आगे बढ़ गया।

दामन पाक-साफ है किंतु सभी को ज्ञात था कि वह अंदर से मटमैला था। वह भ्रष्टाचार के सरोवर में डूबकी लगाने की लत से मजबूर था। जिस तरह पानी अपनी ढाल की तरफ बहता है और पैसा पैसे को खींचता है, उसी तरह एक भ्रष्टाचारी भी निर्वस्त्र होकर अपने नहाने के लिए समुचित घाट की तलाश स्वयमेव कर लिया करता है। उसने भी यह तलाश पूरी कर ली थी।

एक रोज वह भ्रष्टाचार के सरोवर के प्रदूषण घाट से डूबकी मारकर वापस लौट रहा था। तभी राह में उसको एक सीनियर भ्रष्टाचारी मिल गया। वह सीनियर एक वरिष्ठ घोटालेबाज के नाम से कुख्यात था। वह जमीन से जुड़ा हुआ था, इसके चलते जीवन में महत्वाकांक्षाओं की स्वनिर्धारित सीमा से कभी भी



आगे नहीं जा सका था। नवोदित भ्रष्टाचारी जिस घाट से फ्रेश होकर आ रहा था, वरिष्ठ घोटालेबाज उसी जानिब जा रहा था। वह अतिशय उदास था। नवोदित भ्रष्टाचारी के जलवाँ की धूम के चलते कुंठित भी था। इसीलिए वह कदाचित डूब मरने जा रहा होगा।

लोकतंत्र के राजपथ पर दोनों आमने-सामने आ गए। नवोदित भ्रष्टाचारी बेशर्मीपूर्वक शरमाता हुआ कज्जी काट कर आगे बढ़ गया। वरिष्ठ ने उसे पीछे से आवाज दी, 'ओ राजा बेटा, ऐसे तो मुंह फेर कर न जाओ!' नवोदित बोला, 'दादा, चाहे और कुछ कह लो, पर मुझको राजा बेटा कहकर न बुलाओ। यों ही मेरी बहुत बदनामी हो चुकी है।'

वरिष्ठ घोटालेबाज ने उसकी पीठ पर धौल जमाते हुए कहा, 'तो क्या कहें? तुम्हें राजा बेटा न कहें, तो क्या अपना बाप कहें? वाह बेटा, तुम तो बापों के भी बाप निकलें। हम तो अपने टाइम में करोड़ों की ही जमा-पूंजी बटोर पाए थे, तुम 'पहले पाओ, पहले खाओ' की राह पर चलकर कई लाख करोड़ के पार निकल लिए। हम जैसे पुराने घोटालेबाज यूरिया, चीनी, चारा, कोयला, अनाज जैसी हद्दी-पिढी कलाबाजियों के आगे नहीं जा सके। तुम सबको पीछे छोड़कर असीमित घोटाले की सीमा के पार पहुंच गए हो। मुझे पक्की उम्मीद है कि तुम्हारे बाद की पीढ़ी और भी तरक्की करेगी।'

नवोदित भ्रष्टाचारी निलंज मुस्कान के साथ बोला, 'दादा, आप मेरे पुरखे हो। पथ-प्रदर्शक हो। गुरु समान हो। आप अपने समय के खांटी खिलाड़ी रहे हो। आपने ही मुझ एकलव्य को इस सुगम और सहज मार्ग पर चलना सिखाया है। आपको देख-देखकर ही मैंने यह विद्या सीखी है। मेरी आप को ज्ञान देने की ओकांत नहीं है।' वरिष्ठ घोटालेबाज ने उस नवोदित भ्रष्टाचारी की पीठ थपथपाते हुए कहा, 'शाबास बेटा, इसी बात पर मेरे साथ वापस लौट चलो। इस बार भ्रष्टाचार के सरोवर के उसी घाट पर हम दोनों मिलकर डबल डूबकियां लगाएंगे।'

अब दोनों ही गठबंधन वाली मुद्रा में एक ही दिशा में एक साथ चल रहे थे। *

लघुकथा / तनुजा चौबे

उपेक्षा से प्रेरणा



एक कंपनी ने तीन कर्मचारियों-अभय, निखिल और रोहन को एक महत्वपूर्ण प्रोजेक्ट सौंपा। काम बांट दिया गया। अभय ने पूरी जिम्मेदारी से हर काम समय पर संभाला और प्रोजेक्ट को व्यवस्थित किया। निखिल ने भी मेहनत की, मगर अभय जितनी नहीं। रोहन ने सबसे कम योगदान दिया।

प्रोजेक्ट पूरा हुआ तो कंपनी के मालिक ने पुरस्कार की घोषणा की। रोहन का नाम सबसे पहले, निखिल का उसके बाद और अभय का सबसे अंत में था। अभय को इस बात का दुःख हुआ कि उसकी मेहनत को अपेक्षित पहचान नहीं मिली। कुछ समय बाद

समय मिले रिजेक्शन ने ही मुझे अपनी राह चुनने और अपनी योग्यता को साबित करने का साहस दिया था।' यह सुनकर पुराने मालिक के चेहरे पर मुकान तैर गई। *

सैर-सपाटा

समीर चौधरी

विदा होते मानसून के इस मौसम में अगर उमस से राहत और ठंडी हवाओं का साथ चाहिए, तो पहाड़ों का रुख कीजिए। धुंध, हरियाली, झरनों और बादलों से सजे माउंटआबू, चिकमंगलूर, नैनीताल और ऊटी बारिश में मीगकर और भी निखर उठते हैं। यहां का सुहाना मौसम, शांत हरी-भरी वादियां और प्रकृति के अद्भुत नजारे आपकी यात्रा को यादगार बना देंगे।

जन्मत से कम नहीं लगते ये खूबसूरत हिल स्टेशन



काँफी की खुशबू से महकता चिकमंगलूर

कर्नाटक के चिकमंगलूर में जब मानसून की बारिश काँफी एस्टेट्स और पश्चिमी घाटों की पहाड़ियों को हरियाली, कोहरे से ढंक देती है और हेब्बे, झारी व कल्लाथिगिरी जैसे झरने जीवंत हो उठते हैं, तो कुदरत में मानो एक अलग ही ऊर्जा का प्रवाह हो उठता है। किसी वर्किंग काँफी एस्टेट पर ठहरना, सुबह उठते ही ताजी बू की गई मलनाड काँफी पीना, बाबा बुदनगिरी पहाड़ियों में ड्राइव करते हुए दिन गुजारना, हिरिकोलाले झील पर रुकना या झरनों को विजित करना सबका अपना मजा आता है। बारिश के बीच में स्थानीय व्यंजनों जैसे अक्की रोटी, कटुबू व बांस के शोरेबे (तरी) का आनंद लेना, आपको यात्रा का एक बेहद सुकुन्दायक-आनंददायक अनुभव कराएंगे। हालांकि यहां मानसून ट्रैकिंग रूट्स का फिसलन भरा व घुमावदार घाट सड़कों पर रोशनी कम कर देता है, लेकिन इससे घूमने का मजा कम नहीं होता है। यहां दिन का तापमान 18 डिग्री सेल्सियस से 22 डिग्री सेल्सियस के आस-पास रहता है और रातें अच्छी खासी ठंडी हो जाती हैं। *



खूबसूरत झील वाला नैनीताल

उत्तराखंड का नैनीताल हालांकि मई-जून की तुलना में अगस्त-सितंबर के महीने में शांत हो जाता है फिर भी इस दौरान यहां घूमना बेहद रोमांचक अनुभव देता है। हरी-भरी पहाड़ियों से घिरी सुंदर झील, शांत पुराने कॉटेज, बाजार, वॉकिंग ट्रैक्स का जाल, बोटिंग, प्राचीन मंदिरों व हेरिटेज बिल्डिंग्स, इस झील नगर में देखने व एंजॉय करने को बहुत कुछ है। इसके अलावा अगर ट्रैकिंग का मन है और उगते हुए सूरज को देखना है तो टिफिन टॉप पर जा सकते हैं। पहाड़ों के पीछे से धीरे-धीरे उगते सूरज को देखने का अनुभव आप कभी नहीं भूल पाएंगे। नैनीताल आकर अगर आपने टिफिन टॉप से उगते हुए सूरज का नजारा नहीं किया, तो मानना होगा कि प्रकृति के सबसे सुंदर स्थलों में से एक के आपने दर्शन ही नहीं किए। इसे देखते हुए मन करता है कि काश समय ठहर जाए और इस नजारे को देखते ही रहें। *

फैशन ट्रेंड

प्रतिमा अरोड़ा

कभी फैशन का मतलब हुआ करता था, जो चल रहा है वही पहनना। फिर एक ऐसा दौर आया, जब सेलिब्रिटी ने जो कुछ पहना, बाजार में उसी की नकल चल निकली। जब सोशल मीडिया प्रभावी हुआ, तो इंफ्लुएंसर ने जिस नए ट्रेंड का जिक्र और तारीफ किया, अगले दिन कॉलेज कैंपस में वही स्टाइल खूब दिखने लगा। लेकिन अब युवा इस तरह की भेड़चाल में नहीं पड़ते। आज का युवा सिर्फ यह नहीं चाहता कि वह ट्रेंड में दिखे, वह दूसरों से अलग भी दिखना चाहता। अब युवा आंख मूंदकर इन विकल्पों के पीछे नहीं दौड़ता बल्कि अपनी स्टाइल आईडेंटिटी चुनता है। एक स्टाइल को नहीं करते फॉलो: आज के युवा किसी एक स्टाइल को अपनाने की बजाय सप्ताह के अलग-अलग दिनों में अलग-अलग स्टाइल में दिखना पसंद करते हैं। सरल भाषा में कहें तो आज के युवाओं के लिए स्टाइल का यह फैशन स्टाइल ट्राइब है, जिसमें फैशन पसंद, एस्थेटिक और विजुअल आईडेंटिटी को एक साथ देखा जाता है। मसलन, जेंटल वुमेन एस्थेटिक्स में टेलर्ड ट्राउजर, स्ट्रक्चर्ड ब्लेजर, क्रिस्प शर्ट, लोफर्स और पॉलिशड एसेसरीज शामिल हैं। यहां जेंटल वुमेन फैशन की एक स्टाइल है, जो सोफेस्टीकेटेड है और थोड़ी सी मेल लाइक भी है। इसे सलीकेदार, स्मार्ट और क्लासिकल महिला स्टाइल भी कहा जाता है और यह मूलतः पुरुषों के पारंपरिक फॉर्मल टेलरिंग को महिलाओं की शैली और फिट के साथ मिलाने वाला लुक है।

सिने ट्रेंड / मनोज प्रकाश

बॉलीवुड की फिल्मों में शायद ही कोई ऐसा पर्व या उत्सव होगा, जिसका जिक्र न हुआ हो। सावन-भादो के महीने की बारिश, उसकी हरियाली, उसमें उमड़ते प्रेम और झूलों को भी कई फिल्मों में अलग-अलग तरह से पेश किया जाता रहा है। झूले सदियों से हमारे जीवन का जिस तरह से अंग रहे हैं, ठीक उसी तरह से यह एक समय बॉलीवुड की फिल्मों में छाए रहते थे। हालांकि अब झूले फिल्मों से गायब हो चुके हैं। दिखता था अलग ही समां: झूले सिर्फ नायिकाओं के उल्लास को प्रकट नहीं करते थे बल्कि वे अपने सुख-दुःख में इस पर बैठकर गुनगुनाती हुई ऐसे मन की बात बयान करती थीं कि हर युवक-युवती समझते थे कि वह उनकी ही बात कर रहे हैं। ठंडी हवा, दूर आसमान में उमड़-धुमड़ते बादल, कोयल और दूसरे पक्षियों की मधुर आवाजों के बीच झूले पर झूलती नायिका के मुख से निकलती सुरों की बरखा ने लाखों-करोड़ों दिलों को कभी रुलाया तो कभी झूमने पर बाध्य किया। पर आज ये हिंडोले बॉलीवुड फिल्मों से कहीं गायब से हो गए लगते हैं। अब सावन-भादों के महीने में सचियों के संग हवा में उड़ती-सी प्रतीत होती नायिका की अउखेलियां देखने के लिए पुरानी फिल्में ही याद आती हैं। वियोग-रहस्य को दर्शाते गीत: मानसून का मौसम हो, हल्की-हल्की फुहारें पड़ रही हों और नवविवाहिता अपने पीछर आइं हो तो उसकी सहेलियां जब उसके साथ किसी बाग या खेत में पड़े झूले पर झूलती हुई उससे चुहल करतीं, तो वह बरबस गा उठती थी, ‘सावन के झूले पड़े, तुम चले आओ...’ राखी और अमिताभ पर यह गीत सन 1979 में आई फिल्म ‘जुर्माना’ में फिल्माया गया था। इस गीत ने विरह को एक मधुर मिलन की आस का रंग दिया, तो सन 1949 में आई ‘महल’ का रहस्यमय गीत ‘आएगा आने वाला आएगा...’ को दर्शक आज भी नहीं भूल पाते। इस गीत में



आज का युवा फैशन को सिर्फ ट्रेंड नहीं, स्टाइल स्टेटमेंट मानता है। वह किसी एक स्टाइल की नकल करने के बजाय विंटेज, स्ट्रीटवियर, मिनिमलिज्म और देसी प्यूजन को मिलाकर अपनी अलग आइडेंटिटी फैशन स्टाइल गढ़ रहा है।

अब यंगस्टर्स चाहते हैं फैशन में आइडेंटिटी लुक

सोशल मीडिया का भी बड़ा रोल: पहले फैशन ट्रेंड पत्रिकाओं और सेलिब्रिटीज के पहनावों के जरिए समाज तक पहुंचा करता था। लेकिन अब यह सोशल मीडिया के जरिए पहुंच रहा है। सोशल मीडिया के चलते कई बार इसका क्रम उलट भी जाता है यानी जरूरी नहीं है कि सेलिब्रिटी का फैशन सोशल मीडिया में ट्रेंड करे। ऐसा भी हो सकता है कि आम लोगों का फैशन सोशल मीडिया में ट्रेंड करे और उसे सेलिब्रिटी अपनाएं। यही कारण है कि आज फैशन में माइक्रो ट्रेंड्स और नीस एस्थेटिक्स का चलन ज्यादा है। एक युवा आज यह जानने के लिए किसी फैशन मैगजीन के अगले अंक का इंतजार नहीं करता कि कौन सा फैशन इन दिनों ट्रेंड है या कि इस मौसम में क्या पहनना चाहिए? वास्तव में उसके फोन में ही दिन भर नए-नए विकल्प और ट्रेंड की झड़ी लगी रहती है।



आ रहा है। विशेषकर ओवरसाइज्ड शर्ट, जैकेट और यूटैलिटैरियन क्लोथिंग के मामले में। भारतीय युवा हमेशा ग्लोबल ट्रेंड को लोकल कल्चर के साथ मिलाकर अपनाते हैं। इसमें उनकी अपनी निजी पहचान, निजी पसंद और निजी सोच शामिल है।

इंडिविजुएलिटी सबसे इंपॉर्टेंट: स्टाइल ट्राइब्स की सबसे बड़ी खूबी इंडिविजुएलिटी यानी आइडेंटिटी है। आज के युवा फैशन में लैंगिक पहचान भी धुंधली हो रही है। आप निश्चित रूप से

यह नहीं कह सकते कि यह शर्ट लड़कियों के लिए है या लड़कों के लिए। ओवरसाइज्ड शर्ट, वाइड-लेग ट्राउजर अब लड़का-लड़की दोनों पहनते हैं। यहां तक कि रंगों में भी अब बहुत फर्क नहीं रह गया। जहां लड़कों ने बहुत कुछ लड़कियों जैसा अपनया है, वहीं आज लड़कियों के फैशन में एक मैस्कूलिन टेलरिंग का लुक नजर आ रहा है। विशेषकर ओवरसाइज्ड शर्ट, जैकेट और यूटैलिटैरियन क्लोथिंग के मामले में। भारतीय युवा हमेशा ग्लोबल ट्रेंड को लोकल कल्चर के साथ मिलाकर अपनाते हैं। इसमें उनकी अपनी निजी पहचान, निजी पसंद और निजी सोच शामिल है।

नैसर्गिक सौंदर्य से समृद्ध माउंट आबू



माउंट आबू राजस्थान का एकमात्र हिल स्टेशन है, जिसे मानसून की बारिश, धुंध व हरियाली ढंक देती है। इस मौसम में माउंट आबू का रूप ही बदल जाता है। मौसम की ठंडक आपको आमंत्रित करती है कि आप अचलगढ़ किले के खंडहरों में घूमें, नक्की झील में नौका विहार करें और पहाड़ों के ऊपर तैरते हुए बादलों को देखें या ऐतिहासिक स्थलों जैसे दिलवाड़ा मंदिरों के दर्शन करें। अगर आसमान साफ हो तो सनसेट प्वाइंट बारिश से धुले लैंडस्केप जैसा नजारा प्रदान करता है, जबकि घुमावदार सड़कें और जंगल की ढलानें यात्रा के अनुभव में चार चांद लगा देती हैं। इन दिनों माउंट आबू का तापमान 22 से 27 डिग्री सेल्सियस के बीच में रहता है और रात में 17 डिग्री सेल्सियस तक भी गिर जाता है यानी औसत तापमान 19 से 25 डिग्री सेल्सियस के बीच में रहता है। इससे अंदाजा लगा सकते हैं वहां का मौसम कितना खुशनुमा लगता है। *



कुछ पसंदीदा फैशन ट्रेंड्स: आज के यंगस्टर्स को कुछ फैशन स्टाइल बहुत पसंद हैं। जेंटल वुमेन- पुरुषों के पहनावे को महिलाओं की शैली में फिटिंग के साथ मिलाने वाला लुक। आर्किविस्ट- विंटेज, रेप्टो और आर्काइवल फैशन को आज के तरीके से पहनना। बोहो बूढ़ी- अर्थी कलर्स यानी मिट्टी और प्रकृति से जुड़े रंग के खुले-खुले, ढीले-ढाले कंफर्टेबल ड्रेस। स्ट्रेटवियर ट्राइब्स- ओवरसाइज्ड टी-शर्ट, स्नीकर्स, कागो, हुडीज और ग्राफिक एलीमेंट। मिनिमलिस्ट-कम रंगीन, क्लीन सिलहड्रूड्स और सिंपल एक्सेसरीज तथा टाइमलेस पीसेज। देसी प्यूजन- इसमें इंडियन ड्रेसेज के साथ वेस्टर्न आउटफिट्स को केरी किया जाता है। *

मीगी-ठंडी वादियों से घिरा ऊटी

मानसून में तमिलनाडु की नीलगिरि पहाड़ियों में स्थित ऊटी हिल स्टेशन भी देखने लायक है। ऊटी में दोनों दक्षिण-पश्चिम व उत्तर-पूर्व मानसूनों से भारी वर्षा होती है, जिससे यहां का तापमान कभी-भी बहुत अधिक नहीं होता है। ऊटी में आज तक रिकॉर्ड किया गया अधिकतम तापमान 29.4 डिग्री सेल्सियस है, जो 30 अप्रैल 2024 को दर्ज किया गया था। ऊटी झील के पास स्थित बोट हाउस नौका विहार का अवसर प्रदान करता है, इसलिए यह पर्यटकों के लिए आकर्षण का मुख्य केंद्र है। 1842 में बना गवर्नमेंट बोटैनिकल गार्डन में जहां पौधों की अनेक देशज व विदेशी प्रजातियां हैं, वहीं एलक हिल की ढलान पर बने रोज गार्डन में गुलाबों की हजारों वैयाडोज हैं। झील के किनारे ही डियर पार्क भी है। अगर आप वाइल्ड लाइफ के शौकीन हैं तो वहां का भी रुख कर सकते हैं। *



महानगरों में सोशलाइजेशन के नए ठिकाने बनते रनिंग क्लब

हाल के दिनों में महानगरों के पार्कों में सुबह के समय रनिंग क्लब्स से जुड़कर दौड़ते युवा एक नए सामाजिक बदलाव की तस्वीर पेश कर रहे हैं। रनिंग क्लब फिटनेस के साथ-साथ दोस्ती, नेटवर्किंग और सामुदायिक जुड़ाव का नया मंच बन रहे हैं।

न्यू लाइफस्टाइल

विवेक कुमार

रविवार की सुबह के 6 बजे हैं। दिल्ली के लोधी गार्डन, मुंबई के मरीन ड्राइव, बैंगलुरु के कब्बन पार्क और हैदराबाद के केबीआर पार्क में सैकड़ों युवा एक साथ दौड़ते दिखाई दे रहे हैं। दौड़ खत्म होने के बाद कोई काँफी पर चर्चा कर रहा है, कोई किसी मैराथन की योजना बना रहा है और कोई नए दोस्तों के साथ तस्वीरें साझा कर रहा है। यह दृश्य बताता है कि भारत के बड़े शहरों में ‘रनिंग क्लब’ अब केवल फिटनेस की जगह नहीं रहे, बल्कि युवाओं की नई सोशल लाइफ बन चुके हैं।

नया सोशल मीटिंग प्वाइंट: जिस तरह एक समय कैफे, मॉल और पब युवाओं के मिलने-जुलने के प्रमुख ठिकाने हुआ करते थे, उसी तरह अब रनिंग ट्रैक और पार्क नई पौढ़ी के सामाजिक मिलन का केंद्र बन रहे हैं।

दरअसल कोविड-19 महामारी के बाद लोगों की रोजमर्रा की जीवनशैली में बड़ी बदलाव आया है। घर से काम, लंबे समय तक स्क्रीन के सामने बैठना और सीमित सामाजिक संपर्क ने युवाओं को ऐसी गतिविधियों की तलाश करना सिखा दिया है, जहां स्वास्थ्य भी सुधरे और लोगों से जुड़ने का अवसर भी मिले। रनिंग क्लबों ने इस जरूरत को बहुत अच्छी तरह से पूरा किया है। यहां कोई सदस्यता शुल्क नहीं है, कोई औपचारिकता नहीं है और न ही किसी विशेष फिटनेस की अनिवार्यता है। बस खेल भावना और नियमितता चाहिए। विशेषज्ञों का मानना है कि नियमित दौड़ तनाव कम करने, अच्छी नींद पाने और मानसिक संतुलन बनाए रखने में मदद करती है। इसलिए भी कॉर्पोरेट क्षेत्र में काम करने वाले युवा सप्ताह भर के तनाव को कम करने के लिए वीकेंड की सुबह रनिंग क्लबों का हिस्सा बन रहे हैं।

बढ़ती है सोशल नेटवर्किंग: मौजूदा समय में हमारे महानगरों में नौकरी और अन्य कार्यों से लाखों युवा अकेले रहते हैं, उनके लिए नए दोस्त बनाना आसान नहीं है। ऐसे में रनिंग क्लब उनकी इस कमी को पूरा करते हैं। दौड़ के दौरान होने वाली बातचीत, समूह अभ्यास और सप्ताहांत की गतिविधियां उन्हें एक-दूसरे के साथ जोड़ती हैं। आज कई स्टार्टअप



करते हैं। इन रनिंग क्लबों में स्पोर्ट्स न्यूट्रिशन, फिटनेस टेक्नोलॉजी, वियरेबल डिवाइस और कम्प्यूटरी हेल्थ से रिलेटेड प्रोग्राम और लोग भी जुड़ते हैं। इसलिए इन क्लबों का चार्म दिन पर दिन बढ़ रहा है। महिलाओं की बड़ी भागीदारी: पहले सार्वजनिक स्थानों पर महिलाओं की दौड़ सीमित दिखाई देती थी। लेकिन इन रनिंग क्लबों में महिलाओं की अच्छी-खासी भागीदारी देखी जा रही है। अनेक शहरों में महिला रनिंग ग्रुप भी सक्रिय हैं। ये समूह महिलाओं को सुरक्षित वातावरण, प्रेरणा और नियमित अभ्यास का अवसर देते हैं। कई महिलाओं ने इन रनिंग क्लबों के माध्यम से न केवल अपना स्वास्थ्य सुधारा है बल्कि अपने आत्मविश्वास को भी बढ़ाया है। निभाते हैं सामाजिक जिम्मेदारी: रनिंग क्लब दौड़ के माध्यम से लोगों को हेल्थ के प्रति अवेयर तो करते ही हैं, साथ-साथ रक्तदान शिविर, पर्यावरण सुरक्षा अभियान, स्वच्छता कार्यक्रम और चैरिटी रन जैसे सामाजिक अभियानों का भी आयोजन ये क्लब करते हैं। इनसे युवाओं में सामाजिक भागीदारी की भावना विकसित होती है। *

यंगस्टर्स इसलिए पसंद करते हैं रनिंग क्लब

- ▶ फिटनेस एक्टिविटीज अकेले में करना उबाऊ लेकिन समूह में आकर्षक महसूस होती है।
- ▶ इससे नए दोस्त बनाने के साथ प्रोफेशनल नेटवर्किंग को बढ़ाने में मदद मिलती है।
- ▶ इससे तनाव और अकेलेपन से राहत मिलती है।
- ▶ इन रनिंग क्लबों के जरिए मैराथन दौड़ की वैज्ञानिक तैयारी हो जाती है।
- ▶ ऐसे रनिंग क्लबों में महिलाओं को भी अनुकूल माहौल मिलता है।
- ▶ इन रनिंग क्लबों के जरिए कम खर्च में नियमित और प्रभावी व्यायाम करना संभव हो जाता है।



‘दामिनी’ का गीत ‘बिन साजन झूला झूले’

मंगेशकर की चहकती आवाज में गाए इस गीत की एक-एक लाइन बरखा बहार की तरंगों में समाहित कर देती है। नायिका का कहना, ‘ओ डोले मुन मोरा सजना, चुनरिया बार-बार ढलके, झूले में पवन के आई बहार’ और ‘नायक’ का- ‘भोरी तान से ऊंचा तेरा झूलना गोरी, तू है जीवन सिंगार प्यार छलके..।’ बस यहीं पर ठहर जाते हैं, दो प्रेमियों की दुनिया और उनके सपने।

लोकप्रिय हुआ यह फिल्मी कजरी गीत: सावन-भादो के महीने से ही त्योहार आने आरंभ होते हैं और नवविवाहिताएं अपने पीछर में आती हैं। यहां पर वे अपने विरह को, अपने प्रियतम को याद करने के लिए जिस एकांत को तलाशती हैं, वह उन्हें कभी कदंब की डार पर, कभी आम की तो कभी नीम की ओर कभी-कभी आंगन में देहरी पर पड़े झूलों पर ही मिलती है। इन पर बड़ी संख्या में गीत रचे गए हैं। इनमें से कई आज भी खूब गाए-गुनगुनाए जाते हैं। इन कुछ गीतों में बूज का प्रतिनिधित्व करने वाला वहां का लोकरंग में रंगा गीत आज भी हर किसी की पसंद है। चंद्राणी मुखर्जी तथा सुशील कुमार को आवाज में यह गीत है, ‘झूला तो पड़ गए अमृता को डाल पे जी, ये जी कौन राधा को गोपाला बिना राधा को, झुलावे झूला कौन..।’ वर्ष 1982 में आई फिल्म ‘बूज भूमि’ में शामिल



‘निगाहें’ का गीत ‘सावन के झूलों ने’

अभिनय से सजी फिल्म ‘झूला’ का गीत, ‘झूले के संग झूलो मेरे मन’ खासा चर्चित हुआ। सन 1962 में ‘झूला’ नाम से ही एक और फिल्म बनी। इसमें सुनील दत्त, वैजयंती माला मुख्य भूमिका में थे। भले ही इसमें झूलों को अधिक महत्व नहीं दिया गया हो, पर मन्ना डे की आवाज में गंभीर किस्म का यह गीत खूब पसंद किया गया। गीत के बोल थे, ‘एक समय पर दो बरसातें, बादल के संग आंख भी बरसे, चारों ओर है जल-थल-थल, फिर प्यासा मक्का गरसे।’ *



‘जुर्माना’ के गीत ‘सावन के झूले पड़े, तुम चले आओ’



‘दो बीधा जमीन’ का गीत ‘हरियाला सावन ढोल बजाता आया’ नायिका मधुबाला झूले पर कभी बैठी हुई नजर आती हैं, तो कभी खाली झूला हवा में लहराता हुआ, संगीत को इस तरह से बिखेरता है कि मन वहीं उठर सा जाता है।



‘बैजू बावरा’ का गीत ‘झूले में पवन के आई बहार’



प्रीत का माइलस्टोन झूला गीत: सन 1952 में आई मूवी ‘बैजू बावरा’ का गीत, ‘झूले में पवन के आई बहार’ आज भी माइलस्टोन माना जाता है। मोहम्मद रफी तथा लता