हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, रविवार,7 अप्रैल, 2024

11 स्थापना दिवस पर भाजयुमो ने निकाली रैली

12 100 मीटर दौड़ में तनिष तो पांच हजार मीटर में सूरज बने विजेता

खबर संक्षेप

मानसिक रूप से परेशान व्यक्ति ने फंदा लगा दी जान

झज्जर। गांव अमादलपुर में एक व्यक्ति ने फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली। मृतक की पहचान करीब 51 वर्षीय अजीत के तौर पर हुई है। जांच अधिकारी राजीव ने बताया कि मृतक के परिजनों के अनुसार वह दिहाड़ी-मजदूरी का कार्य करता था तथा पिछले कई दिनों से मानसिक रूप से परेशान था। शनिवार की सुबह करीब पांच बजे वह घर से बाहर निकला था। इसके बाद उसके भाई आजाद के प्लाट में उसने फंदा लगा ली। मृतक के पुत्र यशवीर के बयान पर कार्रवाई करते हुए पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया।

गर्ल्स कॉलेज की करीब 143 छात्राओं को मिली डिग्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

- विभिन्न प्रतियोगिताओं और अध्ययन क्षमता के आधार पर छात्राओं को किया पुरस्कृत

राजकीय महिला महाविद्यालय बहादुरगढ़ में शनिवार को पहले स्नातक उपाधि समारोह और दूसरे वार्षिक पुरस्कार वितरण समारोह का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता प्राचार्या अल्का गुलाटी ने की। मुख्य अतिथि के रूप में एमडीयू के रजिस्ट्रार प्रोफेसर गुलशन लाल तनेजा ने छात्राओं की मेहनत और प्रयासों की प्रशंसा की। समारोह में विभिन्न पाठ्यक्रमों से स्नातकों को उनकी डिग्री और प्रमाण पत्रों का वितरण किया गया। इसके साथ ही विभिन्न प्रतियोगिताओं और अध्ययन क्षमता के आधार पर छात्राओं को पुरस्कृत किया गया।

गर्ल्स कॉलेज की प्रिंसिपल अल्का गुलाटी ने महाविद्यालय की वार्षिक रिपोर्ट प्रस्तुत करते हुए वार्षिक गतिविधियों, छात्राओं व स्टाफ सदस्यों की उपलब्धियों से अवगत करवाया। एमडीयू के रजिस्ट्रार प्रोफेसर गुलशन लाल तनेजा ने छात्राओं की उपलब्धियों की सराहना करते हुए उनके भविष्य के लिए आशीर्वाद दिया। दुजाना राजकीय महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ तराना नेगी ने विशेष अतिथि के रूप में छात्राओं की मेहनत व प्रतिभा की प्रशंसा की। समारोह में कला संकाय की लगभग 100, विज्ञान की 26 और वाणिज्य की 17 छात्राओं को स्नातक उपाधि से सुशोभित किया गया।

बहादुरगढ़। छात्रा को डिग्री प्रदान करते रजिस्ट्रार व प्रिंसिपल आदि व दीक्षांत समारोह के दौरान छात्राओं के साथ अतिथि व स्टॉफ। फोटो : हरिभूमि

छात्राओं को आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया

अंतर-महविद्यालय और अंतर-विश्वविद्यालय की विभिन्न गतिविधियों में श्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाली छात्राओं को प्रशंसा पत्र व पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। महाविद्यालय की आईक्यूएसी सैल की संयोजिका एवं महाविद्यालय रजिस्ट्रार संगीता गोयल ने समारोह का आयोजन किया। उन्होंने छात्राओं को सफलतापूर्वक पूरे किए गए पाठ्यक्रमों के लिए बधाई दी। मंच संचालन डॉ. शिल्पा व मोना ने किया। डॉ राजेश कुमार ने सभी का धन्यवाद करते हुए छात्राओं को आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया।

एचएल सिटी क्रॉफ्ट मेले में उमड़ रही भीड़

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

- ृहणियों को यहां हैंडलूम उत्पाद भा रहे

शहर की एचएल सिटी में स्थित एवेन्यू-37 मॉल में चल रहे एचएल सिटी क्रॉफ्ट मेला-2024 में लोगों की भारी भीड़ उमड़ रही है। शनिवार को दूसरे दिन ही लोगों का तांता लगा रहा। बड़ी संख्या में महिलाएं यहां पहुंची और शिल्पकारों की प्रतिभा को मुक्तकंठ से सराहा। प्रदर्शनी के संयोजक राजेंद्र बोंदवाल ने बताया कि यह प्रदर्शनी रविवार 14 अप्रैल को संपन्न होगी।

बता दें कि स्थानीय हस्तशिल्प एवं हथकरघा उत्पादों को बढ़ावा देने और उन्हें बाजार उपलब्ध कराने के उद्देश्य से प्राचीन कारीगर एसोसिएशन द्वारा एचएल सिटी के सहयोग से दस दिवसीय प्रदर्शनी लगाई गई है। यहां गृहणियों को यहां हैंडलूम उत्पाद भा रहे हैं। ब्लॉक प्रिंटिड कपड़ों को लोग पसंद कर रहे हैं। युवाओं की चित्रकारी के मुरीद भी कम नहीं हैं। महेंद्र सिंह की राजस्थानी ज्वैलरी महिलाओं को पसंद आ रही हैं। बहादुरगढ़ के उभरते कलाकारों के उत्पाद भी युवाओं की पसंद बने हुए हैं। दिल्ली और हरियाणा के टेराकोटा उत्पाद भी लोगों को अपनी ओर खींच रहे हैं। पेपर कटिंग वाली साक्षी गर्ग, मंडाला आर्ट वाली ट्विंकल, क्ले वर्क वाली उषा व चिंकी, पेंटर ज्योति व विभु की कला को सराहने वाले भी कम नहीं हैं। चंद्रकांत बोंदवाल के अनुसार प्रदर्शनी के माध्यम से स्थानीय हस्तशिल्प कला को बढ़ावा देने और उन्हें बाजार उपलब्ध कराने का प्रयास किया गया। नीरज बोंदवाल ने बताया कि समय-समय पर ऐसी प्रदर्शनी लगाने से स्थानीय बुनकर एवं शिल्पियों को काफी फायदा मिलता है।

बहादुरगढ़। प्रदर्शनी में कलाकृतियां व उत्पाद देखते आगुंतक। फोटो : हरिभूमि

सड़क दुर्घटना में बाइक सवार व्यक्ति की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

बादली में सड़क दुर्घटना में एक बाइक सवार व्यक्ति की मौत हो गई। बाइक अनियंत्रित होकर फिसलने से वह हादसे का शिकार हुआ। मृतक की पहचान विजनपाल के रूप में हुई है। झज्जर जिले के गांव सिलानी का रहने वाला था। पेशे से चालक था। जानकारी के अनुसार, शुक्रवार को वह किसी काम के सिलसिले में बादली तहसील जा रहा था। जब बादली बाईपास पर पहुंचा तो बाइक अनियंत्रित होकर फिसल गई। इस हादसे में उसे काफी चोट आई। राहगीरों ने उसे संभाला और अस्पताल ले गए। जहां चिकित्सकों ने मौत की पुष्टि कर दी। सूचना पाकर बादली चौकी से पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। शनिवार को परिजनों के बयान के बाद पुलिस ने बहादुरगढ़ के नागरिक अस्पताल में शव का पोस्टमार्टम कराया। इसके बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया। जांच अधिकारी राकेश कुमार का कहना है कि दुर्घटनावश एक व्यक्ति की बादली में मौत हो गई थी। परिजनों के बयान पर घटना को संयोग मानकर कार्रवाई की गई है।

ग्यारह को मनेगा गणगौर उत्सव

बहादुरगढ़। होली के बाद मनाए जाने वाले गणगौर उत्सव को लेकर बहादुरगढ़ में रहने वाले राजस्थान मूल के लोगों में बेहद उत्साह भी दिख रहा है। राजस्थान सेवा समिति बहादुरगढ़ द्वारा वीरवार 11 अप्रैल को गणगौर उत्सव धूमधाम से मनाया जाएगा। यह जानकारी देते हुए समिति के अध्यक्ष मूलचंद जोशी ने बताया कि मॉडल टाउन की गली नंबर-2 में सुखदेव ठेकेदार के आवास पर सुबह 9 बजे पूजन कार्यक्रम होगा। वहीं सवारी शाम के 4 बजे निकाली जाएगी। यह सुखदेव के मकान से होते हुए वेस्ट जुआं ड्रेन रोड, नाहरी रोड, दिल्ली रोड से होकर मॉडल टाउन गली नंबर-2 में वापस आएगी।

ब्रिगेडियर रण सिंह पब्लिक स्कूल, दुजाना
क्षेत्र का सर्वश्रेष्ठ फिर भी सबसे कमखर्च स्कूल
चहुमुखी विकास और चरित्र निर्माण में समर्पित
एडमिशन ओपन
एडमिशन टैस्ट प्रतिदिन 9 से 12
फ्री एडमिशन : नर्सरी से तीसरी कक्षा तक
सी.सी. टी. वी. | कम्प्यूटर लैब | स्मार्ट क्लास | स्वीमिंग पूल | साईंस लैब
योग केन्द्र | फुटबाल | हैंडबाल | क्रिकेट | टेबल टेनिस
कबड्डी | खो - खो | मैथ्स लैब | वाई-फाई | वालीबॉल
Cont. : 9991838693, 9518454232, 8708636693, 9466594125

चिकित्सक को थप्पड़ मारने का मामला

चिकित्सक की शिकायत पर आरोपी महिला के खिलाफ केस दर्ज

झज्जर। नागरिक अस्पताल में स्टॉफ सदस्यों से जानकारी लेते हुए पुलिसकर्मी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

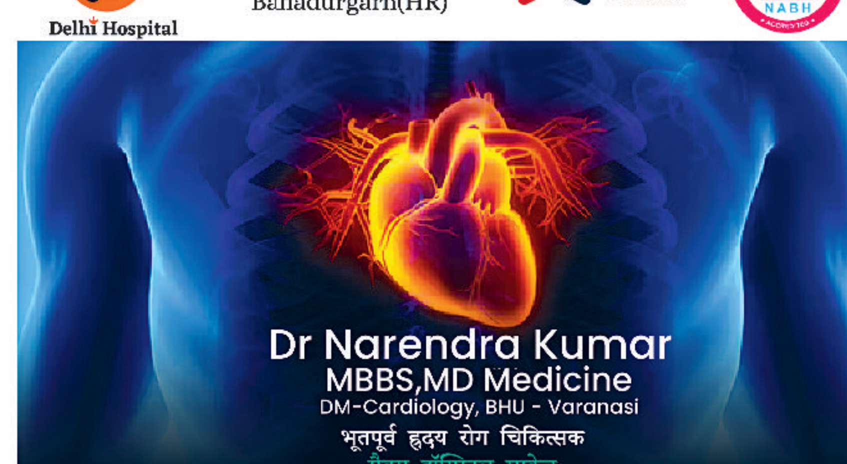
- चिकित्सक ने यह भी अंदेशा जताया है कि यह साजिश अस्पताल में कार्यरत किसी व्यक्ति की भी हो सकती है

नागरिक अस्पताल में चिकित्सक को महिला द्वारा थप्पड़ मारने के मामले में चिकित्सक ने पुलिस को शिकायत दी है। पुलिस को दी शिकायत में डॉक्टर विकास अहलावत ने बताया कि वह स्थानीय अस्पताल में हड्डी विभाग में सर्जन के पद तैनात है। बीती पांच अप्रैल को जब वह ओपीडी में मरीजों की जांच कर रहा था तो एक महिला अपने पति के साथ उपचार के लिए आई। थोड़ी देर बाद वह महिला एक बुजुर्ग महिला के साथ आई उसने अपना मोबाइल नंबर देते हुए उसका एक्स-रे भेजने की बात कही। डॉक्टर विकास के अनुसार इसके बाद वह मरीजों की जांच में लग गया। इस दौरान जब वे कहीं और फोन करने लगे तो भूलवश फोन उस महिला के मोबाइल पर कॉल चली गई। जिसका नंबर देखते ही उन्होंने फोन काट दिया। इसके बाद मरीजों के देखने के दौरान उक्त महिला ने भी उसके पास फोन किया। जिसे उन्होंने नहीं उठाया। उसके तीसरी बार फोन करने पर जब उन्होंने फोन उठाया तो बात नहीं हो पाई। इसके बाद उन्होंने उस महिला के मोबाइल पर हां का मैसेज भेजा। इस घटना की थोड़ी देर बाद ही महिला अपने पति के साथ उनके पास पहुंची तथा गाली-गलौच करते हुए उसके मुंह पर थप्पड़ मारा। डॉक्टर विकास का कहना है कि ऐसा करके जहां उस महिला ने सरकारी कार्य में बाधा डाली है वहीं उसे यह भी अंदेशा है कि यह साजिश अस्पताल में कार्यरत किसी व्यक्ति की है।

Delhi Hospital
Bahadurgarh(HR)
Institute of Heart & Lung Diseases
NABH

Bronchoscopy Thoracoscopy
Pulmonary Function Test
Allergy Testing
Sleep Study
ICU & Ventilator
• दमा रोग
• TB (तपेदिक)
• खर्राटों से निदान
• फेंफड़ों के कैंसर की जांच
• फेंफड़ों मैं पानी भर जाना
• फेंफड़ों मैं इन्फेक्शन और निमोनिआ
Daily OPD 9:00AM 2:00 PM
We provide cashless treatment services for
ESIC ECHS DMRC Government of Haryana दिल्ली सरकार Ayushman Bharat
ALL MAJOR INSURANCE COMPANIES AND TPA
Heart & Lung Helpline +91-9518406565
DELHI ROHTAK ROAD ,NEAR SHYAMJI COMPLEX, BAHADURGARH (Delhi NCR)

Delhi Hospital
Bahadurgarh(HR)
Institute of Heart & Lung Diseases
NABH



Echo Cardio-graphy
Tread Mill Test (TMT)
ECG & X-Ray
Stress Echo
Coronary Cardiac Unit (CCU)
• Angiography
• Angioplasty
• Cath Studies
• Pacemaker Implant
• Baloon Mitral Valvoplasty
Daily OPD 9:00AM 2:00 PM 4:00 PM 6:00 PM
We provide cashless treatment services for
ESIC ECHS DMRC Government of Haryana दिल्ली सरकार Ayushman Bharat
ALL MAJOR INSURANCE COMPANIES AND TPA
Heart & Lung Helpline +91-9518406565
DELHI ROHTAK ROAD ,NEAR SHYAMJI COMPLEX, BAHADURGARH (Delhi NCR)

खबर संक्षेप

कार की चपेट में आने से बाइक सवार घायल

बहादुरगढ़। रोहतक-दिल्ली मार्ग पर सड़क दुर्घटना में एक बाइक सवार घायल हो गया। कार से टक्कर लगने के चलते यह दुर्घटना हुई। घायल की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज कर लिया है। घायल की पहचान रामाजी के रूप में हुई है। वह लाइनपार का रहने वाला है। रामाजी का कहना है कि वह बाइक पर सवार होकर पुराने बस अड्डे के पास किसी काम के सिलसिले में आया था। इसके बाद यादव फिलिंग स्टेशन से पेट्रोल बाइक में डलवाने के बाद रोड क्रास करने लगा। इसी दौरान एक कार ने टक्कर मार दी। दुर्घटना के बाद कार चालक मौके से फरार हो गया। राहगीरों ने मुझे संभाला और अस्पताल में भर्ती कराया। उधर, सिटी पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है।

अवैध शराब सहित चार आरोपी पकड़े

बहादुरगढ़। बादली पुलिस ने अवैध शराब सहित चार लोगों को काबू किया है। इनके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत केस दर्ज किया गया है। आरोपियों से पूछताछ की जा रही है। दरअसल, पुलिस को सूचना मिली थी कि बादली का निवासी मोहित अवैध शराब बेचता है। फिलहाल व बादली से बुपनिया की तरफ जाएगा। इस सूचना पर टीम ने बुपनिया मोड़ पर नाका लगाकर एक बोलेरो गाड़ी रुकवाई। गाड़ी की तलाशी लेने पर शराब की 32 पेटियां बरामद हुई। गाड़ी से दो युवक भी काबू किए गए। जिनकी पहचान रोहित और मोहित के रूप में हुई है। उधर, एक अन्य टीम ने बादली से खेड़ीजट के बीच एक गाड़ी रुकवाई। तलाशी लेने पर इस गाड़ी से भी शराब की 34 पेटियां बरामद हुई। दो आरोपी अमित व विशाल भी पकड़े गए। इन सभी के खिलाफ बादली थाने में केस दर्ज हुए हैं।

24वीं जिला स्तरीय सीनियर एथलेटिक्स प्रतियोगिता का आयोजन

100 मीटर दौड़ में तनिष तो पांच हजार मीटर में सूरज बने विजेता

- विजेता खिलाड़ी कुरुक्षेत्र में होने वाली राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में दिखाएंगे दमखम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

बादली रोड स्थित डॉ. भीमराव अंबेडकर स्टेडियम में शनिवार को 24वीं जिला स्तरीय सीनियर एथलेटिक्स प्रतियोगिता का आयोजन हुआ। युवाओं ने उत्साह के साथ भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। इस प्रतियोगिता के विजेता कुरुक्षेत्र में होने वाली राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में दमखम दिखाएंगे।

लड़कों की 100 मीटर दौड़ में मातन के तनिष ने पहला स्थान पाया। जबकि बहादुरगढ़ का गौतम और कबलाना का गौरव क्रमाशः दूसरे व तीसरे स्थान पर रहा। इसी तरह 200 मीटर दौड़ में डाबोदा कलां के राहुल ने पहला, कानोंदा के गुरमीत ने दूसरा और कबलाना के प्रवेश ने तीसरा स्थान हासिल किया। बराही के निखिल, कबलाना के गौरव और बहादुरगढ़ के हिमांशु ने 400 मीटर दौड़ में पहला, दूसरा तथा तीसरा स्थान पाया।

बहादुरगढ़। भीम अवॉर्डी चरण सिंह के साथ पदक विजेता खिलाड़ी। फोटो : हरिभूमि

लड़कों की 800 मीटर दौड़ में बराही का निखिल प्रथम, कबलाना का प्रशांत द्वितीय तथा इसी गांव का प्रवेश तृतीय स्थान पर रहा। वहीं, पांच हजार मीटर दौड़ में खानपुर कलां के सूरज ने पहला, हर्ष ने दूसरा तथा बादली के टिंकू ने तीसरा स्थान अर्जित किया। लांग जंप में कबलाना के प्रवेश ने बाजी मारी। मातन का तनिष दूसरे और बहादुरगढ़ का गौतम तीसरे स्थान पर रहा।

कोच विक्रांत दलाल, धर्मवीर छिकारा, सुमित दलाल, जयभगवान, संजय, सुनील, जगदीश कबलाना की देखरेख में यह प्रतियोगिता सफलतापूर्वक संपन्न हुई। जिला एथलेटिक्स संघ के सचिव भीम अवॉर्डी चरण सिंह राठी सहित अन्य पदाधिकारियों व खेल प्रेमियों ने खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया। हरियाणा एथलेटिक्स संघ के प्रधान राजेंद्र सिंह मलिक ने विजेता खिलाड़ियों को बधाई देते हुए उज्ज्वल भविष्य की कामना की है। भीम अवॉर्डी चरण सिंह ने कहा कि प्रतियोगिता में लगभग 100 खिलाड़ियों ने भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया है। विजेता खिलाड़ी आगामी 13-14 अप्रैल को कुरुक्षेत्र में होने वाली प्रतियोगिता में दमखम दिखाएंगे। हमें यकीन है कि हमारे खिलाड़ी वहां से भी पदक जीतकर लाएंगे।

बहादुरगढ़। कांग्रेस में शामिल होने वाले युवाओं के साथ विधायक राजेंद्र सिंह जून।

कांग्रेस में युवाओं का किया स्वागत

बहादुरगढ़। शहर के वार्ड नंबर-26 में स्थित कृष्णा नगर में अनेक युवा कांग्रेस में शामिल हुए सभी का स्वागत करते हुए विधायक राजेंद्र सिंह जून ने पार्टी का पटका पहनाकर उन्हें मान-सम्मान देने का भरोसा दिया। कार्यक्रम में रमेश मलिक, संदीप छिकारा, सुमित, अमित, विजय छिकारा, जतिन, अमन मलिक, राहुल, अजय खत्री, अरुण, राकेश कादियान, जितेंद्र, रितिक जांगड़ा, नितिन कौशिक, हिमांशु, मुंशीराम मलिक, रामपाल, अनिल राठी, आर्यन, दीपक, मंजीत मलिक, सोमबीर, शमशेर, सुखबीर दलाल, नैतिक, आदित्य दलाल, नक्ष छिकारा, करण, समीर, रौनक, प्रदीप, आकाश कादियान, आयुष, अंश, आलोक, अभि, अविनाश, आरुष, अशोक छिकारा, संदीप आदि कांग्रेस में शामिल हुए। विधायक राजेंद्र सिंह जून ने कहा कि सभी युवा भाजपा की जनविरोधी नीतियों की जानकारी आमजन को दें और कांग्रेस पार्टी की जनहितैषी विचारधारा का प्रचार करें। इस अवसर पर प्रदीप जून, पंडित राज पहलवान, सुरेंद्र जून व वेदपाल दलाल आदि मौजूद रहे।

स्कूल के निकट आधा दर्जन से अधिक लड़कों ने दो छात्रों को पीटा

बहादुरगढ़। झज्जर रोड स्थित एक कॉलोनी में मौजूद स्कूल के बाहर कुछ छात्रों में झगड़ा हो गया। आधा दर्जन से अधिक लड़कों ने दो छात्रों पर पत्थर व कड़े से हमला किया। दोनों को काफी चोट आई। पीड़ित छात्र की शिकायत पर इस संबंध में सेक्टर-6 थाना पुलिस ने मारपीट व धमकी की धारा के तहत केस दर्ज कर लिया है। पुलिस को दी शिकायत में अग्रवाल कॉलोनी के एक लड़के ने कहा है कि वह सब्जी मंडी के नजदीक स्थित एक स्कूल में 12वीं कक्षा का छात्र है। उसी स्कूल में 11वीं कक्षा के छात्र के साथ मेरी अनबन चल रही है। फिलहाल वह लड़का स्कूल नहीं आ रहा। शुक्रवार की दोपहर करीब दो बजे छुट्टी के बाद स्कूल के निकट गली में खड़ा था। इसी दौरान वह लड़का अपने कुछ साथियों संग वहां आया। मुझसे कहने लगा कि साइड आ, तुझ से बात करनी है। जब मैं उनके साथ गया तो मेरे साथ मारपीट शुरू कर दी गई। हाथ में पहनने वाले कड़ों और पत्थरों से वार किए गए। मेरा सहपाठी मुझे बचाने लगा तो उसके साथ भी मारपीट की गई। इसके बाद हमलावर धमकी देकर भाग गए। उधर, सेक्टर-6 थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर तीन नामजद सहित अन्य अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज कर लिया है। हमले की वजह अभी स्पष्ट नहीं है। पुलिस मामले की जांच में जुटी है।

नंबरदार ने नेत्रहीनों में बांटे फल

- भाजपा के स्थापना दिवस को सेवा दिवस के रूप में मनाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

पूर्व मंत्री स्वर्गीय मांगेराम नंबरदार के पुत्र एवं वरिष्ठ भाजपा नेता सतीश नंबरदार ने भाजपा के स्थापना दिवस को सेवा दिवस के रूप में मनाया। उन्होंने बादली रोड पर डॉ भीमराव अंबेडकर स्टेडियम के नजदीक स्थित श्री अशेश्वर महादेव नेत्रहीन आश्रम में फल बांटे तथा आश्रम की गोशाला में गोमाता को हरा चारा खिलाया।

उन्होंने कहा कि कार्यकर्ताओं की मेहनत से भाजपा आज विश्व का सबसे बड़ा राजनीतिक दल बन चुकी है। यहां एक साधारण कार्यकर्ता भी प्रधानमंत्री, मुख्यमंत्री, सांसद, विधायक व चेयरमैन बनकर राष्ट्र व आमजन की सेवा कर रहे हैं। उन्होंने सभी कार्यकर्ताओं से भाजपा को लगातार मजबूत करने का आह्वान किया।

बहादुरगढ़। नेत्रहीन आश्रम में फल वितरित करते शतीश नंबरदार।

बहादुरगढ़। कार्यक्रम के दौरान ब्रह्मकुमारियों के साथ अन्य अतिथि।

कला-संस्कृति को लेकर चलाया प्रोजेक्ट

बहादुरगढ़। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के बहादुरगढ़ सेक्टर-2 सेंटर पर सहयोगी संस्था राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन के अंतर्गत कला एवं संस्कृति प्रभाव द्वारा एक विशेष प्रोजेक्ट चलाया जा रहा है। इस प्रोजेक्ट के माध्यम से पूरे वर्ष के दौरान भारत के सभी राज्यों में अभियान चलाया जाएगा। बहादुरगढ़ ब्रह्माकुमारीज की मुख्य संचालिका बीके अंजलि दीदी और सेक्टर-2 सेवा केंद्र की मुख्य प्रभारी बीके विनीता दीदी की प्रेरणा से ट्रेनिंग का आयोजन किया गया। उन्होंने बताया कि यह प्रोजेक्ट स्कूल, कॉलेज, आर्ट इंस्टीट्यूशन, ड्रामा एकेडमी आदि आदि स्थानों पर होंगे। हर इंसान हमेशा अपने जीवन में प्रेम, शांति और सद्भावना को पहली प्राथमिकता देता है। आईटी के विस्तार के कारण हमारे जीवन से मूल्य, आदर, सत्कार और सहिष्णुता गायब होते जा रहे हैं। बीके संदीप ने ट्रेनिंग के सत्र लिए। बीके लक्ष्मी और बीके अंजू दीदी ने ट्रेनिंग के दौरान हुई कार्यशाला का अनुभव सुनाया।

झज्जर। अनाज मंडी परिसर में गेट पास कटवाते हुए किसान व अनाज मंडी परिसर में सरसों की ढेरियां। फोटो : हरिभूमि

गेटपास कटवाने के लिए अनाजमंडी के गेट नंबर एक पर बनाए दो काउंटर

- अनाजमंडी में आवक के साथ-साथ उठान कार्य भी शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

स्थानीय अनाजमंडी में हो रही गेहूं व सरसों की बंपर आवक के कारण शनिवार को मंडी के गेट नंबर एक पर किसानों की सुविधा के लिए दो काउंटर बनाए गए। इस कारण लंबी कतार दो लाइनों में बंटने के कारण किसानों को राहत मिली। अनाजमंडी सुपरवाइजर रणदीप ने बताया कि अनाजमंडी में अभी तक 82763 क्विंटल सरसों की आवक दर्ज की गई हैं जबकि गेहूं की आवक अभी तक 9148 क्विंटल है। इसके अलावा साथ-साथ किए जा रहे उठान कार्य के चलते अभी तक 2700 क्विंटल सरसों का उठान हो चुका है।

बता दें कि पहले फसल लेकर पहुंचे किसानों को गेट पास कटवाने के लिए घंटों लाइनों में लगना पड़ रहा है। लंबी कतारों को देखकर किसानों द्वारा अन्य काउंटर बनाए जाने की मांग की जा रही थी। किसानों की इसी समस्या को ध्यान में रखते हुए आज दो काउंटर बनाए गए। इसके अलावा अनाजमंडी में बनाया गया धर्मकांटा शुक्रवार से सुचारू होने के कारण किसानों को अपनी फसलों का वजन कराने के लिए कहीं और नहीं जाना पड़ा।

शनिवार को खरीदी 596 क्विंटल सरसों

बहादुरगढ़। शहर की अनाज मंडी में सरसों की खरीद जारी है। शनिवार को यहां 598.95 क्विंटल सरसों खरीदी गई। अभी तक बहादुरगढ़ की अनाज मंडी में कुल 4771.90 क्विंटल सरकारी खरीद हो चुकी है। दरअसल, बहादुरगढ़ में 30 मार्च से सरसों की सरकारी खरीद शुरू हुई थी। सरकार की ओर से एमएसपी 5650 रुपए तय की गई है। इसलिए किसान सरकारी खरीद को ही तवज्जो दे रहे हैं। रोजाना विभिन्न गांवों से किसान अपनी फसल मंडी में लेकर आ रहे हैं। हालांकि यहां के कुछ किसान दूसरे इलाके की मंडियों का भी रुख कर रहे हैं। बहादुरगढ़ में अभी तक 4771.90 क्विंटल सरकारी खरीद हो सकी है। जबकि 1739 क्विंटल प्राइवेट खरीद हुई है। शनिवार को कुल 598.95 क्विंटल सरसों सरकारी तौर पर खरीदी गई। अभी तक 1665 क्विंटल फसल का उठान हो चुका है। उधर, गेहूं की खरीद के लिए पूरी तैयारियां कर ली गई हैं। लेकिन गेहूं की फसल अभी मंडी में नहीं पहुंची है। खेतों में गेहूं कटाई का कार्य चल रहा है।

कॉलेज में साप्ताहिक एनएसएस कैंप संपन्न

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

राजकीय महाविद्यालय बहादुरगढ़ में एक साप्ताहिक एनएसएस शिविर का भव्य समापन हुआ। प्राचार्या सुमन हुड्डा के नेतृत्व में एनएसएस यूनिट-1 के प्रभारी जोगेंद्र सिंह और एनएसएस यूनिट-2 की प्रभारी रचना शर्मा ने स्वयंसेवकों का मार्गदर्शन किया। उप प्राचार्य डॉ. अमित छिकारा ने मुख्य अतिथि के रूप में एनएसएस स्वयंसेवकों के कार्यों की सराहना की।

प्राचार्या सुमन हुड्डा ने स्वयंसेवकों के मनोबल को बढ़ाते हुए कहा कि युवा राष्ट्र के पहरेदार हैं। सेवा और श्रमदान की भावना होने से वे राष्ट्र निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। सहायक प्रोफेसर रचना शर्मा ने शिविर के दौरान हुए कार्यों की एक विस्तृत रिपोर्ट प्रस्तुत की। इसके अलावा, पीपीटी प्रस्तुतिकरण के माध्यम से सात दिनों में संपन्न हुई गतिविधियों का प्रदर्शन किया गया। एक खास प्रस्तुति में स्वयंसेवकों ने नशे के विरोध में एक लघु नाटिका की प्रस्तुति दी। शिविर के समापन समारोह में एनएसएस यूनिट-1 के प्रभारी जोगेंद्र सिंह ने सभी का आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर डॉ. मनोज कुमार, डॉ. विकास शौकीन और नरेश दलाल आदि उपस्थित रहे।

बहादुरगढ़। कैंप के समापन पर स्वयंसेवकों को प्रमाण पत्र देते प्राध्यापक।

बहादुरगढ़। योगाभ्यास करवाती वैश्य कॉलेज की स्वयंसेविकाएं। फोटो : हरिभूमि

स्कूली छात्रों को बताया योग का महत्व

बहादुरगढ़। शहर के वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय की स्वयंसेविकाओं ने परनाला के पीएम श्री राजकीय सीनियर सेकेंडरी विद्यालय में छात्रों को स्वस्थ रहने के बारे में जागरूक किया। योग व आसनों के माध्यम से शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए प्रोत्साहित किया। मुख्यवक्ता के रूप में आदिपुरूष फाउंडेशन के चेयरमैन हरज्ञान ने उचित खान-पान, संतुलित आहार व योग का महत्व समझाया। उन्होंने बताया कि संतुलित जीवन शैली को अपनाकर ही स्वस्थ जीवन जीया जा सकता है। प्राचार्या डॉ. राजवंती शर्मा ने कहा कि हम सभी को पाश्चात्य जीवन शैली छोड़कर अध्यात्मिक जीवन शैली को अपनाना चाहिए। योगाभ्यास को दिनचर्या का अहम हिस्सा बनाकर तथा संतुलित आहार व सदाचार को अपनाकर तन व मन को स्वस्थ रखना चाहिए। कार्यक्रम प्रभारी डॉ. नेहा नैन ने बताया कि 15 स्वयंसेविकाओं ने सूर्यनमस्कार, योग व आसन करके स्कूली छात्रों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया। कार्यक्रम में स्कूल प्रिंसिपल जगदीश, प्राध्यपिका मंजू शर्मा व गीता के साथ पूनम रानी का भरपूर सहयोग रहा।

नूना माजरा में कैंप लगाकर जांचा स्वास्थ्य

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय द्वारा गांव नूना माजरा में महाराजा अग्रसेन सत्यनारायण गुप्ता हॉस्पिटल के सहयोग से विश्व स्वास्थ्य दिवस के उपलक्ष में निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। इसमें मैनेजर प्रियंका, एमएस डॉ. शोभा, डॉ. निशा, डॉ. हिमानी, डॉ. उमेश जोशी, राहुल, अमित, सोनिया व सार्थक ने सक्रिय भूमिका निभाई। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ आशा शर्मा ने बताया कि हर साल 7 अप्रैल को विश्व स्वास्थ्य दिवस के रूप में मनाया जाता है। लोगों को अपने स्वास्थ्य के प्रति हमेशा सजग रहना चाहिए क्योंकि समय पर छोटी बीमारियों का इलाज नहीं होने पर बीमारी गंभीर हो जाती है। डॉक्टर्स ने लोगों को उचित सलाह के साथ-साथ आवश्यक दवाएं भी दी। कॉलेज प्रधान सत्यनारायण अग्रवाल ने कहा कि स्वास्थ्य ही हमारे जीवन की पूंजी है। कैंप में सभी के ब्लड प्रेशर, ब्लड शुगर, ब्लड ग्रुप, हिमोग्लोबिन, वजन, दंत व आंखों की जांच की गई। साथ ही स्वयंसेविकाओं ने गांव में घर-घर जाकर लोगों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया। सरपंच जयभगवान शर्मा ने आयोजन की सराहना की।

तलाव गांव में गैस सिलेंडर व नकदी चोरी

झज्जर। क्षेत्र के गांव तलाव में एक मकान में चोरी की वारदात को अंजाम दिया गया। जिसके चलते पीड़ित परिवार का काफी नुकसान हुआ है। पूरा मामला सीसीटीवी में कैद हो गया है। पुलिस सीसीटीवी फुटेज के आधार पर आरोपियों को पकड़ने का प्रयास कर रही है। तलाव गांव निवासी सुनीता ने बताया कि वह दिल्ली में नौकरी करती है। शुक्रवार सुबह करीब सात बजे घर से अपनी नौकरी पर दिल्ली चली गई थी। सुबह करीब दस बजे उसे घर में चोरी होने की सूचना मिली। इसके बाद जब वह वापिस घर लौटी तो उसने देखा कि उसके घर में सामान इधर-उधर बिखरा पड़ा था। जब उसने घर में रखे सामान का निरीक्षण किया तो पता चला कि रसोई से एक गैस सिलेंडर व अलमारी में रखी करीब दस हजार रुपये की राशि गायब है। अपने स्तर पर पड़ोस में लगे सीसीटीवी फुटेज चेक की तो दो युवक मकान में घुसते दिखाई देते हैं।

राजकीय स्कूल से गैस सिलेंडर व कंप्यूटर चोरी

झज्जर। क्षेत्र के गांव खापड़वास स्थित राजकीय विद्यालय की कंप्यूटर लैब से सामान चोरी करने की वारदात को अंजाम दिया गया। पुलिस को दी शिकायत में ईएसएचएम धर्म सिंह ने बताया कि शुक्रवार की सुबह जब पीसीसी भागमती विद्यालय पहुंची तो उसने देखा कि जीएमएस व जीपीएस कक्षा के ताले टूटे हुए हैं। इसके अलावा सामान भी अस्त-व्यस्त है। इसके बाद पुलिस को डायल 112 पर सूचना दी गई। जिसके बाद पुलिस टीम ने मौके पर पहुंची और स्थिति का जायजा लिया। जब सामान की जांच की गई तो पता चला कि विद्यालय से एक कंप्यूटर सैट, प्रिंटर, दो इंवर्टर बैट्री, दो टैब, डिजिटल बोर्ड उपकरण, वायरलैस की-बोर्ड, गैस सिलेंडर, रिकार्ड रजिस्टर जीपीएस आदि चोरी हो चुका है। बता दें कि चोरों के लिए आजकल राजकीय स्कूल चोरी का सॉफ्ट कार्नर बने हुए हैं।

जरूरतमंदों विद्यार्थियों के लिए मददगार बना निःशुल्क बुक बैंक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

बैंक का जिक्र आते ही जहन में वो तस्वीर उभरती है, जहां रुपयों का लेनदेन होता है। लेकिन बहादुरगढ़ इलाके में एक ऐसा बैंक है, जहां रुपयों का नहीं बल्कि किताबों का लेनदेन होता है। इस बैंक में स्कूली शिक्षा से लेकर प्रतियोगी परीक्षाओं की भी पुस्तकें उपलब्ध हैं। खास बात ये कि जरूरतमंद बच्चों को किताबें पूरी तरह से निःशुल्क दी जा रही हैं। हां, इसके बदले में छात्र अपनी पुरानी किताबें जरूरी यहां दान कर सकते हैं।

यह निःशुल्क पुस्तक बैंक बहादुरगढ़ से सटे गांव सांखोल में है। डॉ. भीमराव अंबेडकर जयंती के मौके पर करीब तीन साल पहले संघर्षशील जनकल्याण सेवा समिति द्वारा इसकी शुरुआत गई थी। इसके पीछे यही मकसद था कि समाज में मौजूद जरूरतमंद परिवारों के बच्चें किताबों के अभाव में शिक्षा से वंचित न रहें। सकारात्मक सोच के साथ शुरू किया गया यह प्रयास विद्यार्थियों के भविष्य को संवारने में अच्छा कदम साबित हो रहा है। इस बैंक से हजारों किताबें आर्थिक रूप से कमजोर विद्यार्थी प्राप्त कर चुके हैं। चूंकि इन दिनों दाखिले का समय चल रहा है तो बुक बैंक में रोजाना काफी विद्यार्थी पहुंच रहे हैं। केवल किताबें लेने ही नहीं बल्कि काफी विद्यार्थी पुस्तकें दान भी करने बैंक में आ रहे हैं। इन प्रयासों की लोग भी खूब प्रशंसा कर रहे हैं।

बहादुरगढ़। पुस्तकें प्राप्त करने व दान करने पहुंचे विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

वहीं समिति के पदाधिकारियों का कहना है कि राष्ट्र की तरक्की के लिए शिक्षा बहुत जरूरी है और शिक्षा प्राप्त करना सभी का अधिकार है। समाज में कुछ परिवार ऐसे हैं जो आर्थिक तंगी के चलते अपने बच्चों के लिए किताबें खरीदने में सक्षम नहीं हैं। इसी को ध्यान में रखते हुए यह प्रयास किया गया है। समाज के सहयोग से इन प्रयासों के सकारात्मक परिणाम आ रहे हैं। यहां से किताबें पाकर बच्चों के चेहरे खुशी से चहक रहे हैं। कुछ विद्यार्थी ऐसे भी आते हैं, जिनके लिए हमारे पास यहां किताब नहीं होती तो हम उन्हें नई दिला देते हैं। बहुत से अभिभावक व बच्चे अपनी पुरानी किताबें दान करने आ रहे हैं। हम भी स्कूल, कॉलेज के विद्यार्थियों से अपील कर रहे हैं कि अपनी पढ़ाई पूरी होने के बाद किताबें बेचने के बजाय उन्हें दान करें ताकि ये किसी और का भविष्य संवार सकें।

बहादुरगढ़। कैंप में लोगों के स्वास्थ्य की जांच करती चिकित्सक। फोटो : हरिभूमि

खबर संक्षेप

बेरी में रक्तदान शिविर आज

झज्जर। रविवार को विश्व स्वास्थ्य दिवस के उपलक्ष्य में बेरी के अग्रवाल स्वागत भवन में रक्तदान शिविर का आयोजन किया जाएगा। क्षेत्र की गैर-सरकारी संस्था युवा जागृति एवं सामाजिक उत्थान मंच द्वारा प्रातः नौ बजे से शुरू किए जाने वाले इस रक्तदान शिविर में एम्स बाढ़सा ब्लड बैंक व स्थानीय नागरिक अस्पताल स्थित ब्लड बैंक की टीमें सेवाएं देंगी।

अपने घरों-दफ्तरों पर लहराया झंडा

बहादुरगढ़। भाजपा महिला मोर्चा की प्रदेश उपाध्यक्ष व नगर पार्षद एडवोकेट डा. नीना सतपाल राठी ने दिल्ली-रोहतक रोड स्थित कार्यालय पर भाजपा स्थापना दिवस को लेकर कार्यक्रम किया। अपने कार्यालय पर भाजपा का झंडा लगाया और मजबूत संगठन विस्तार को लेकर विमर्श किया। भाजपा के पुरोधा रहे डा. श्यामा प्रसाद मुखर्जी, पंडित दीनदयाल उपाध्याय व भारत रत्न अटल बिहारी वाजपेई को याद कर उन्हें नमन किया।

घर के बाहर खड़ी मोटरसाइकिल चोरी

धारूहेड़ा। नंदरामपुर बास से चोर एक मकान के बाहर खड़ी बाइक चोरी कर ले गए। पुलिस शिकायत में प्रेमसिंह ने बताया कि वह एक कंपनी में काम करता है। कंपनी से घर आने के बाद उसने बाइक बाहर खड़ी की थी। कुछ समय बाद वह खेत में जाने के लिए घर से बाहर निकला, तो उसे बाइक गायब मिली। आसपास देखने के बाद भी बाइक का कोई पता नहीं चला। पुलिस ने उसकी शिकायत पर चोरी का केस दर्ज करने के बाद जांच शुरू की दी।

मोटर व्हीकल एक्ट के तहत एक गिरफ्तार

कुंड। थाना खोल पुलिस ने मोटर व्हीकल एक्ट तहत दर्ज मामले के आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने गत 3 मार्च को सड़क हादसे के बाद मौके से फरार हुए गाड़ी चालक राजस्थान के बरावंडा निवासी प्यारेलाल सैनी के खिलाफ केस दर्ज किया था। वाहन को पुलिस ने पहले ही कब्जे में ले लिया था।

भारतीय जनता पार्टी के स्थापना दिवस पर शक्ति केंद्र पर कार्यक्रम आयोजित

कार्यकर्ताओं के घरों पर झंडा लगाकर मनाया स्थापना दिवस

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

भारतीय जनता पार्टी के स्थापना दिवस पर शक्ति केंद्र पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान भाजपा नेता मनीष बंसल के नेतृत्व में कार्यक्रम संयोजक एवं पूर्व जिला प्रधान दिनेश गोयल व सह संयोजक अनिल शर्मा ने कार्यकर्ताओं के घरों पर झंडा लगाकर स्थापना दिवस की बधाई दी। दिनेश गोयल ने कहा कि किसी भी संगठन की रीढ़ उसके कार्यकर्ता होते हैं। सह संयोजक अनिल शर्मा ने कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे केंद्र व प्रदेश की जनकल्याणकारी नीतियों को घर-घर तक पहुंचाएं ताकि आमजन इनका लाभ उठा सके। मनीष बंसल ने कहा कि वो दिन दूर नहीं जब भारत विश्व गुरु बनकर अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपना लोहा मनवाने का काम करेगा। इस मौके पर पूर्व पार्षद जय सिंह, आदित्य बंसल, सुशीला लांबा, अशोक जांगड़ा, औंकारनाथ सिंघल, डॉक्टर सुभाष वर्मा, नवीन बंसल, नितिन दीवान, सतबीर सैनी, पीतांबर चौहान, विनय जैन, डॉक्टर गौरी शंकर वर्मा, यशपाल प्रजापति, अजय प्रजापति, जयपाल सिंह सहित अन्य भी मौजूद रहे।

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित मनीष बंसल एवं अन्य भाजपाई।

बहादुरगढ़। शनिवार को रैली के दौरान लोगों का अभिवादन करते भाजपा नेता।

स्थापना दिवस पर भाजयुमो ने निकाली रैली

बहादुरगढ़। भाजयुमो जिलाध्यक्ष शेखर यादव के नेतृत्व में भाजपा के स्थापना दिवस पर विशाल बाइक रैली निकाली गई। रेलवे स्टेशन से बाइक रैली शुरू होने के बाद काठ मंडी, रेलवे रोड, दिल्ली-रोहतक रोड से होकर मेन बाजार, पुरानी सब्जी मंडी, सुभाष चौक, गांधी चौक, मांडोठी बाजार, झज्जर रोड से होती हुई दिल्ली-रोहतक रोड स्थित शहीद स्मारक समाप्त हुई। शहीद स्मारक स्थल पर भाजपा नेताओं तथा कार्यकर्ताओं ने शहीदों को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। भाजपा जिलाध्यक्ष राजपाल जांगड़ा, पूर्व जिलाध्यक्ष बिजेंद्र दलाल, दिनेश कौशिक, जिला उपाध्यक्ष डॉ पंकज जैन, जिला पार्षद रविंद्र छिल्लर बराही, युद्धवीर भारद्वाज, ऋषि भारद्वाज, पंकज गर्ग व विजय दलाल आदि ने स्थापना दिवस पर निकाली गई रैली में हिस्सा लिया और पार्टी को मजबूत करने का संकल्प लिया। शेखर यादव ने बताया कि 6 अप्रैल 1980 को पूर्व प्रधानमंत्री भारत रत्न अटल बिहारी वाजपेई की अध्यक्षता में जनसंघ से जुड़े श्रेष्ठ लोगों ने भाजपा का गठन किया था। तब से पार्टी राष्ट्र व आमजन की सेवा करती आ रही है। पीएम नरेंद्र मोदी व सीएम नायब सिंह सैनी उसी रास्ते पर चलते हुए सर्व समाज की भलाई कर रही है।

झज्जर। पदयात्रा निकालते हुए जिला महामंत्री रतन सागर। फोटो :हरिभूमि

पार्टी स्थापना दिवस पर निकाली पदयात्रा

झज्जर। भारतीय जनता पार्टी के स्थापना दिवस पर पार्टी के कार्यकर्ताओं व पदाधिकारियों द्वारा जिले में बाइक रैली, पदयात्रा एवं ध्वजारोहण कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान बेरी विधान सभा में जिला महामंत्री रतन सागर ने बाइक रैली व झज्जर में महिला मोर्चा अध्यक्ष सोमवती जाखड़ के साथ पदयात्रा निकाली। इस दौरान काफी संख्या में भाजपा कार्यकर्ता मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। सेक्टर-6 स्थित कार्यालय में हुए हवन में आहुति डालते डॉ. पंकज जैन।

स्थापना दिवस पर सेक्टर-6 में किया हवन

बहादुरगढ़। भाजपा के स्थापना दिवस पर सेक्टर-6 स्थित अपने कार्यालय में जिला उपाध्यक्ष डॉ पंकज जैन ने हवन में आहुति डाली। हवन के उपरांत कुष्ठ आश्रम में फल वितरित किए। डॉ पंकज जैन ने कहा कि पीएम नरेंद्र मोदी ने प्रधान सेवक के रूप में कार्य करते हुए 10 वर्ष के कार्यकाल में भारत को नई बुलंदियों पर पहुंचाया है। पूरे विश्व में भारत एक मजबूत राष्ट्र के रूप में स्थापित हुआ है। उनके अनुसार 6 अप्रैल 1980 को जनसंघ से भाजपा की स्थापना के बाद से ही पार्टी राष्ट्र हितैषी सोच के साथ आगे बढ़ रही है।

विक्रम संवत का हिंदू धर्म में विशेष महत्व : पंकज

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

झज्जर। पंडित पंकज भारद्वाज।

■ विक्रम संवत हिंदुओं के लिए एक ऐतिहासिक कैलेंडर

हिंदू धर्म में किसी भी शुभ कार्य जैसे विवाह, मुंडन, संस्कार, नामकरण आदि से पहले संवत जरूर देखा जाता है। संवत का हमारे धर्म में बहुत महत्व है। विक्रम संवत हिंदुओं के लिए एक ऐतिहासिक कैलेंडर है।

यह एक प्रचलित हिंदू पंचांग है। राजा विक्रमादित्य अपने ज्ञान, वीरता और उदारता के लिए जाने जाते थे, उन्होंने अपनी जीत के साथ ही हिंदू विक्रम संवत की शुरूआत की थी। इसीलिए उनके नाम पर ही इस संवत का विक्रम संवत पड़ा। यह बात ज्योतिषाचार्य पंडित पंकज भारद्वाज ने कही। उन्होंने हिंदू नववर्ष का महत्व के बारे में बताया कि ब्रह्म पुराण में इस बात का वर्णन मिलता है कि भगवान विष्णु ने सृष्टि के निर्माण का कार्य ब्रह्म देव को सौंपा और चैत्र माह के शुक्ल पक्ष में आने वाली प्रतिपदा तिथि पर ही ब्रह्मा जी ने सृष्टि का निर्माण किया था। इसलिए इस तिथि से ही हिंदू धर्म में विशेष महत्व दिया जाता है और इसे नव वर्ष के रूप में मनाया जाता है।

पुण्यतिथि पर इनेलो ने दी ताऊ देवीलाल को श्रद्धांजलि

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

पूर्व उप प्रधानमंत्री ताऊ देवीलाल की पुण्यतिथि पर इनेलो की ओर से देवीलाल पार्क में श्रद्धांजलि सभा आयोजित की गई। इनेलो के पूर्व प्रदेशाध्यक्ष स्व. नफे सिंह राठी की धर्मपत्नी शीला राठी ने कार्यकर्ताओं के साथ ताऊ देवीलाल की प्रतिमा पर माल्यार्पण किया। इसके बाद उन्होंने दिल्ली में संघर्ष स्थल पर भी कपूर सिंह राठी, भूपेंद्र राठी, दीपक राठी व जितेंद्र राठी के साथ पहुंचकर श्रद्धासुमन अर्पित किए। शीला नफे सिंह राठी ने कहा कि ताऊ देवीलाल आज भी जनता के दिलों में बसते हैं। उन्होंने हमेशा देश के मेहनतकश किसानों-मजदूरों की आवाज उठाई। पूरा देश पेंशन समेत उनके द्वारा चलाई गई कल्याणकारी योजनाओं का लाभ उठा रहा है। इनेलो उनके दिखाए रास्ते पर चलकर उनके सपनों को साकार कर रही है। स्व. नफे सिंह राठी ने भी अपना पूरा जीवन जनता की समस्याओं को उठाने में लगा दिया। जनहित में हमेशा अग्रणी भूमिका निभाने के कारण ही वे सदा लोगों के दिलों में बसे रहेंगे। नफे सिंह का परिवार भी उनके दिखाए रास्ते पर चलेगा और समाज की सेवा करता रहेगा।

बहादुरगढ़। देवीलाल की प्रतिमा पर श्रद्धांजलि अर्पित करती शीला नफे सिंह राठी व अन्य। फोटो :हरिभूमि

जजपा ने किया देवीलाल को याद

बहादुरगढ़। देवीलाल को याद करते जजपा कार्यकर्ता। फोटो :हरिभूमि

बहादुरगढ़। पूर्व उपप्रधानमंत्री चौधरी देवीलाल की पुण्यतिथि पर जजपा कार्यकर्ताओं ने ताऊ देवीलाल पार्क में उनकी मूर्ति पर पुष्प अर्पित करके श्रद्धांजलि दी। जजपा हलकाध्यक्ष एवं जिला पार्षद संजय दलाल ने कहा कि ताऊ देवीलाल ने संघर्ष करके राजनीति को गांव की चौपाल तक ले जाकर गरीब-किसानों व मजदूरों को लाभांवित किया। इस मौके पर जिलाध्यक्ष संजय कबलना, पूर्व जिलाध्यक्ष राकेश जाखड़, वाइस चेयरमैन मास्टर राजीव दलाल, मिंटू ठेकेदार, कृष्ण सिलाना, मनोज पांचाल, धर्मवीर फौजी, दिलबाग सिंह, उधम दलाल, राजू दलाल, सुभाष बागड़ी, ओमप्रकाश मलिक, अमर सिंह, राजेश महराना, राजेंद्र छारा, हरीश दलाल, बंटी दलाल, जोगेंद्र जांगड़ा, विनोद दुल, नारायण सिंह दहिया, प्रियांशु अहलावत व गगन सांगवान आदि मौजूद रहे।

स्लोगन लिखकर दिया मतदान करने का संदेश

झज्जर। मतदाता जागरुकता के लिए दीवार पर लिखे स्लोगन के साथ प्राचार्या एवं छात्राएं। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

महाराजा अग्रसेन पीजी महिला महाविद्यालय की छात्राओं द्वारा शनिवार को दीवारों पर स्लोगन लिखकर मतदाताओं को वोट डालने के लिए प्रेरित किया गया। कार्यक्रम की नोडल अधिकारी नीलम गर्ग ने बताया कि होने वाले लोकसभा चुनाव को ध्यान में रखते हुए मतदाताओं को जागरुक करने के लिए विभिन्न कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। छात्राओं द्वारा जहां दीवारों पर स्लोगन लिखकर मतदाताओं को मतदान की प्रेरणा दी जा रही हैं वहीं छात्राएं अपने आस-पड़ोस में भी लोगों को जागरुक करते हुए 18 वर्ष की आयु पूर्ण कर चुके युवाओं से 26 अप्रैल तक वोट बनवाने व मतदान का प्रयोग अवश्य करने के लिए प्रेरित कर रहीं हैं। प्राचार्या डॉ. माधवी शर्मा ने भी वोट डालने का अधिकार रखने वाली छात्राओं से मतदान का प्रयोग अवश्यक करने का आह्वान किया। छात्राओं ने इस दौरान वोट डालने सभी को जाना, देश का भविष्य बनाना तथा वोट डालकर आएंगे, अपना फर्ज निभाएंगे आदि प्रेरणादायक स्लोगन दीवारों पर लिखकर मतदान करने का संदेश दिया।

सड़क पर गलत तरीके से वाहन खड़े करने वालों पर कार्रवाई

बहादुरगढ़। सड़कों पर अक्सर बेतरतीब ढंग से वाहन खड़े कर दिए जाते हैं। ऐसी स्थिति में मार्ग तो अवरुद्ध होता ही है, दुर्घटना की भी आशंका बनी रहती है। खासकर केएमपी व नेशनल हाइवे पर खतरा अधिक बढ़ जाता है। इसे ध्यान में रखते हुए पुलिस की ओर से लापरवाह वाहन चालकों के खिलाफ कार्रवाई की जा रही है। पुलिस ने एक ही दिन में दर्जनभर से अधिक वाहन चालकों पर आमजन के लिए बाधा तथा संकट पैदा करने की धाराओं के तहत केस दर्ज किया है। लगभग सभी थानों की पुलिस द्वारा यह कार्रवाई की गई है। सेक्टर-6 थाना पुलिस ने पारले फैक्ट्री के पास ट्रक चालक ललित तथा सेक्टर-16 मोड़ पर पकड़े गए कैंटर चालक मुश्ताक के खिलाफ केस दर्ज किया। इसी तरह एचएल सिटी चौकी के नजदीक ट्रक चालक इंद्रजीत, तथा रोहतक-दिल्ली हाइवे पर से काबू वाहन चालक दीपक के खिलाफ पर्चा दर्ज किया गया। सिटी पुलिस ने एमआईई में पकड़े गए ट्रक चालक ललित, सेक्टर-9 बाईपास पर पकड़े गए ट्रक चालक अनिल, लाइनपार थाना पुलिस ने बामड़ोली के पास पकडे. गए बोलेरो चालक राकेश के खिलाफ कार्रवाई की। जबकि आसौदा थाना पुलिस ने छारा टोल के पास ट्रक चालक मोहर सिंह, जाखोदा बाइपास के निकट कैंटर चालक पुरुषोत्तम, रोहद ट्रक यूनियन के पास से पकड़े गए कैंटर चालक दिलबाग सिंह, बादली थाना पुलिस ने केएमपी पुलिया के पास से कंटेनर चालक गौरव तथा बादली-गुरुग्राम रोड से आई-20 कार चालक बिजेंद्र के खिलाफ केस दर्ज किया है।

छारा कॉलेज में छात्रों को किया जागरुक

■ डॉ. तपस पाल ने पर्यावरण को बचाने के तरीकों की जानकारी दी

हरिभूमि न्यूज ⏭ बहादुरगढ़

छारा के चौधरी हरद्वारी लाल राजकीय महाविद्यालय में प्रिंसिपल तराना नेगी के दिशा-निर्देशन में 7 दिवसीय एनएसएस कैंप का समापन हुआ। सुबह के सत्र में बच्चों को योगाभ्यास किया। फिर मतदाता जागरूकता रैली निकाली गई। इस अवसर पर डॉ. तपस पाल ने पर्यावरण को बचाने के तरीकों की जानकारी दी। उन्हें पौधे लगाने के लिए प्रेरित किया। प्लास्टिक वेस्ट मैनेजमेंट के लिए भी स्टूडेंट्स को जागरूक किया। पश्चिम बंगाल की बर्दवान यूनिवर्सिटी के डॉ. भूपेंद्र नाथ और डॉ सुकांता दास ने भूकंप आपदा प्रबंधन पर व्याख्यान दिया। स्वयं बचने और दूसरों को बचाने के बारे में जागरूक किया। एनएसएस कॉर्डिनेटर मंजू मलिक, देवेंद, डॉ. अश्वनी कुमार, डॉ मनोज कुमार व मोहित ने अतिथियों का स्वागत किया। डॉ अश्वनी कुमार ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण बहुत जरूरी है। कार्यक्रम में डॉ अनीता दलाल, डॉ संजय देसवाल, डॉ मंजू देसवाल, ज्योति, डॉ. ललिता व लोकेश आदि मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। जागरुकता रैली का शुभारंभ करते प्राध्यापक। फोटो :हरिभूमि

मासिक धर्म के दौरान स्वच्छता पर खास ध्यान देने की जरुरत

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान मौजूद अध्यापिकाएं एवं छात्राएं। फोटो :हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

■ ग्रामीण महिलाओं एवं छात्राओं को सैनेटरी पैड वितरित किए

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सिंकदरपुर में शनिवार को आयोजित कार्यक्रम के दौरान छात्राओं मासिक धर्म से संबंधित समस्याएं, इलाज व स्वच्छता संबंधी जानकारी दी गई। कार्यक्रम में महाराजा अग्रसेन महिला महाविद्यालय से महिला प्रकोष्ठ प्रभारी डॉक्टर अनुपमा यादव के नेतृत्व में विज्ञान विभाग की छात्राएं एवं शिक्षिकाएं मौजूद रहीं। उन्होंने ग्रामीण महिलाओं एवं छात्राओं को सैनेटरी पैड भी वितरित किए। मुख्य वक्ता के रूप में छात्राओं को संबोधित करते हुए डॉक्टर सुनीता ने बताया कि मासिक धर्म के दौरान स्वच्छता पर खास ध्यान देने की जरूरत है। क्योंकि इससे कई तरह के इंफेक्शन और बीमारियों का खतरा बन सकता है।

इस मौके पर स्कूल प्राचार्य सतबीर सिंह, जीतराम शास्त्री, अंग्रेजी प्रवक्ता पिंकी जाखड़ सहित अन्य भी मौजूद रहे।

कार्यक्रम अभिभावकों को संस्थान में दी जा रही विभिन्न सुविधाओं की जानकारी दी

पीटीएम में अभिभावकों ने लिया अपने बच्चों की शैक्षणिक प्रगति का जायजा

■ विद्यार्थियों को अपने विषय में पारंगत होने, अनुशासित होने व सास्कृतिक गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित किया

हरिभूमि न्यूज ⏭ झज्जर

झज्जर। विभागाध्यक्षों व प्राध्यापकों से मिलकर अपने बच्चों की शैक्षणिक रिपोर्ट लेते हुए अभिभावक। फोटो :हरिभूमि

गंगा इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी एडं मैनेजमेंट कबलाना में इंजीनियरिंग फर्स्ट ईयर के विद्यार्थियों के लिए पेरेंट्स-टीचर्स मीटिंग का आयोजन किया गया। संस्था में पहुंचे अभिभावकों ने विभिन्न विभागाध्यक्षों व प्राध्यापकों से मिलकर अपने बच्चों की शैक्षणिक प्रगति संबंधी जानकारी ली। संस्था निदेशक प्रोफेसर डॉक्टर अमन अग्रवाल ने जहां अभिभावकों को संस्थान में दी जा रही विभिन्न सुविधाओं की जानकारी दी वहीं विद्यार्थियों को अपने विषय में पारंगत होने, अनुशासित होने व सास्कृतिक गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित किया। विद्यार्थियों के उज्वल भविष्य के लिए वे अभिभावकों के साथ मिलकर इस तरह के कार्यक्रम करते रहेगें। इस मौके पर संस्थान के रजिस्ट्रार इंजीनियर विवेक अरोड़ा, जोगिंद्र, विवेक खोखर, जितेंद्र नरवाल, सितेंद्र के अलावा विभागाध्यक्ष डॉक्टर नीतिन कुमार, डॉक्टर राकेश जून, पूनम हुड्डा, डॉक्टर अनुराग जैन सहित अन्य भी मौजूद रहे।

बरहाना की तनीषा ने जीता गोल्ड

झज्जर। प्रतियोगिता के दौरान रिंग में खिलाड़ी।

झज्जर। शनिवार को रोहतक में आयोजित नेशनल ओपन हंट बॉक्सिंग चैंपियनशिप में जिले के गांव बरहाना की तनीषा जांगड़ा ने गोल्ड मेडल जीत कर जिले व प्रदेश का नाम रोशन किया है। तनीषा जांगड़ा के पिता राकेश ने बताया कि उनकी पुत्री पिछले तीन वर्षों से रोहतक में कोच दीपक छिक्कारा व मनोज कादियान की देख-रेख में अभ्यास कर रही है। उसने सब जूनियर गर्ल्स के मुकाबले में 54 से 57 किलोग्राम भार वर्ग में अपनी प्रतिद्वंदी को 4-1 से हराकर गोल्ड मेडल हासिल किया है। इस जीत पर ग्राम सरपंच संदीप शास्त्री, प्रवीण कुमार जांगड़ा, जयभगवान, संदीप कुमार जांगड़ा, रामेश्वर शर्मा आदि ने होनहार खिलाड़ी व अभिभावकों को बधाई देते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

झज्जर। बैठक के दौरान स्कूल प्रांगण में एकत्रित निजी स्कूल संचालक।

निजी स्कूल संगठन ने शिक्षण एकेडमियों का किया विरोध

झज्जर। निजी स्कूल संगठन की जिला इकाई द्वारा बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में मौजूद निजी स्कूल संचालकों ने जगह-जगह खुली एकेडमियों का विरोध करते हुए उन्हें बंद कराने की मांग की। संगठन के जिला प्रधान सुखबीर धनखड़ ने बताया कि बगैर किसी मान्यता के चल रही इन एकेडमियों के कारण मान्यता प्राप्त स्कूल भी प्रभावित हो रहे हैं। इस प्रकार की एकेडमी नियमों को ताक पर रख विद्यार्थियों को शिक्षा देने का कार्य कर रही है। बैठक में निर्णय लिया गया सभी स्कूल संचालक लामबंद होकर शीघ्र ही जिला शिक्षा अधिकारी व डीसी से मिलकर इस समस्या के समाधान के लिए ज्ञापन सौंपेंगे। इस मौके पर स्कूल संचालक मदन लाल शर्मा, दीपक शर्मा, सुभाष सैनी, राजबीर यादव, रवि यादव, जितेन्द्र रोहिल्ला, अनिल गुलिया, हिम्मत भारद्वाज, रमेश सैनी, जोगेंद्र देशवाल, अजय, नवींद्र सहित अन्य भी मौजूद रहे।

K.R. MANGALAM
World School
Bahadurgarh

ENGAGE. LEARN. INNOVATE.

ADMISSIONS OPEN
SESSION 2024-25 NURSERY - GRADE IX

(Play Group Also Available)

ADMISSIONS
CLOSING SOON
LIMITED SEATS

STAR ATTRACTIONS

- ★ Signature Programs: Personality development, typo-tech, DEAR (Drop Everything and Read), growth mindset.
- ★ Vocational Courses: Design thinking and innovation, financial literacy, handicrafts.
- ★ Teacher's enhancement programs
- ★ Project based tutoring
- ★ Innovation Lab where imagination meets invention
- ★ Hi-tech learning with steam
- ★ Personal attention to the students
- ★ Safe campus with comprehensive security
- ★ Health and wellness program

STATE-OF-THE-ART INFRASTRUCTURE

Discover a world of possibilities with our cutting-edge facilities:

- Centralized air – conditioned premises
- GPS enabled air-conditioned buses
- Tech-driven classrooms
- Fully equipped laboratories
- Massive sports complex with world class sports facilities
- Specialized sports coaches for after school sports program
- Dedicated skating rink
- Refreshing splash pool
- Well equipped medical room with annual health Check-up

EXCELLENCE SHINES AT K.R. MANGALAM WORLD SCHOOL BAHADURGARH

Ranked No. 1

INNOVATORS CATEGORY BY TIMES SCHOOL SURVEY 2023

KRM LEGACY

- 25,000+ Students Studying
- 10,000+ Alumni Members
- 2500 Faculty on Board
- Best Academic Experts
- Seamless Admission Process
- Innovative Signature Programs
- Students Friendly Campus
- Global Student Exchange Programs

9992227273
9992227578

School Opens for Admissions on All Days

admission@krmangalambahadurgarh.com

www.krmangalambahadurgarh.com

Sector-2, Near Gauri Shankar Mandir, Bahadurgarh

G.K.- II | Vikaspuri | Kailash Colony | Paschim Vihar | Vaishali | Greater Noida | Faridabad | Gurugram | Bahadurgarh | Panipat | G.K.- I (IB)

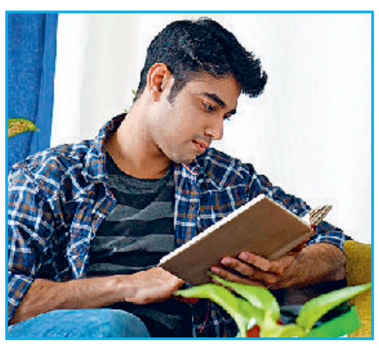
हेल्दी रहने के लिए अच्छा पौष्टिक भोजन, व्यायाम और आसन करना तो जरूरी है ही, साथ ही मन से आनंदित रहना भी जरूरी है, तभी आप स्वस्थ, खुश और संतुष्ट रह सकते हैं। मन से आनंदित रहने के लिए आपको अपनी जीवनशैली में दस फंडों को अपनाना होगा। आज विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर हम आपको बता रहे हैं, इन्हीं दस फंडों के बारे में।

विश्व स्वास्थ्य दिवस आज

जिंदगी के मकान में जरूर हों ये 10 कमरे

जीवनशैली
शिखर चंद जैन

हम में से अधिकतर लोग सोचते हैं कि भरपूर धन-दौलत से ही आसानी से जिंदगी में स्वस्थ रह सकते हैं, खुशी महसूस कर सकते हैं। लेकिन ऐसा पूरी तरह सच नहीं है। दर्जनों प्रेरक पुस्तकें लिखने वाले विद्वान लेखक डॉ. फ्रैंक क्रेन ने अच्छी सेहत और खुशहाल जिंदगी पाने के अचूक नुस्खे एक लेख में बताए हैं। यह लेख 'द अमेरिकन मैगजीन' में करीब सौ साल पहले (1920 के आस-पास) छपा था। इस लेख में उन्होंने स्वास्थ्य से संबंधित कई अनमोल सूत्र बताए हैं।



कला से लगाव : यह दुनिया खूबसूरत चीजों से भरी हुई है। लेकिन उस खूबसूरती का लुत्फ उठाना आप तभी सीख पाएंगे, जब आपको कला की समझ होगी। इसलिए कला से लगाव बढ़ाएं। जब आप कला की कद्र करने लगेंगे तो आपको इससे ऐसी खुशी मिलने लगेगी, जैसी भूख लगने पर स्वादिष्ट भोजन प्राप्त होने पर मिलती है। चित्रकला हो, काष्ठकला या मूर्तिकला जिसमें आपका मन रमे, उसमें कुछ समय जरूर दें।

साहित्य से प्रेम : जिसे साहित्य पढ़ने में रुचि होती है, उसे इसमें ढेर सारी खुशी और ज्ञान प्राप्त होता है। इसमें रुचि लेने से वैचारिक स्तर पर आप समृद्ध होते जाएंगे। साहित्य से प्रेम करेंगे, तो आपको जीवन से प्रेम होने लगेगा और ताजगी महसूस करने लगेंगे।

संगीत का आनंद : डॉ. फ्रैंक के अनुसार जिसे संगीत से प्यार नहीं, वो दुनिया का सबसे गरीब आदमी कहा जा सकता है। जिंदगी में सुर और ताल बनाए रखने के लिए संगीत में रुचि बहुत कारगर साबित होती है। यकीन करें, अगर आप अपनी आत्मा को संगीत से सींचेंगे तो आपको आलौकिक आनंद महसूस होने लगेगा।

घुमक्कड़ी का शौक : शहरों में रहने वाले अधिकतर लोग दिन हो या रात चारदीवारी में ही घिरे रहते हैं। अधिकांश समय खुली, ताजा हवा में सांस नहीं ले पाते। स्वस्थ रहना है तो खुला आसमान, हरियाली भरे जंगल, जीवंतता के प्रतीक झरने आदि का आनंद उठाना सीखें। कभी खुले आसमान के नीचे लेट कर आकाश के तारे निहारें, हरी दूब पर लेटें, ताजा हवा के झोंकों में खुद को खुला छोड़ दें, पहाड़ों की गोद में यूं ही घूमने चले जाएं, फिर देखिए कैसी खुशी मिलती है!

संवेदनशील मन: संवेदनशील बनना भी स्वस्थ रहने के लिए बहुत कारगर है। हृदय के दरवाजे हमेशा खोल कर रखें। दूसरों के सुख-दुख को महसूस करें और उनमें शरीक हों। स्नेह, प्यार, मित्रता, रिश्ते आदि सुख और खुशी देते हैं। इससे मन में सकारात्मकता बढ़ती है, जो स्वस्थ रहने में बहुत मददगार होती है।

बच्चों से जुड़ाव : अपने जीवन को सेहतमंद और खुशहाल बनाने के लिए बच्चों से जुड़ना भी बहुत प्रभावी होता है। बच्चे जिंदगी के मकान का बेहद अहम हिस्सा होते हैं। इनसे जुड़ेंगे तो आप रोजमर्रा के अपने दुख-दर्द भूल जाएंगे।

खेलकूद में रुचि : क्या आप अखबार में आने वाले स्पोर्ट्स पेज को पढ़ते हैं? चेस, टेनिस, क्रिकेट कोई भी खेल खेलते हैं? अगर नहीं तो आपको पता होना चाहिए कि जो लोग खेलकूद पसंद नहीं करते, वे स्वास्थ्य और खुशी की दृष्टि से दुनिया के गरीब लोगों में शुमार होते हैं। अगर आप खेलते हैं या खेलकूद की गतिविधियों में दिलचस्पी लेते हैं, तो आप जीवन के कठिन दौर में भी खुश रहने की कला सीख लेंगे।

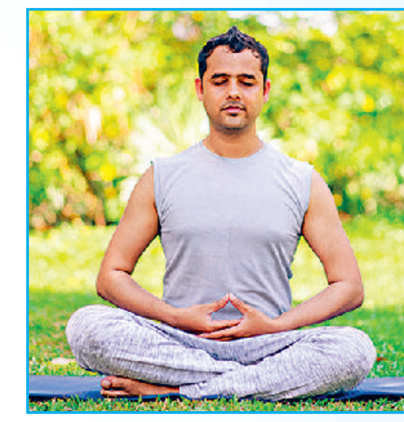
आनंद की अनुभूति : अपनी दिनचर्या की छोटी-छोटी चीजों में आनंद ढूंढ़ने की आदत आपको बहुत खुश और स्वस्थ बना सकती है। अपने बिस्तर की नरमी, भोजन का स्वाद और सुगंध, कपड़ों के रंग और डिजाइन, नंगे पांव मिट्टी पर चलने, ऑफिस की चाय, घर से दफ्तर तक का सफर, स्नान से मिलने वाली ऊर्जा और शांति आदि सब में आनंद के पल ढूंढ़े जा सकते हैं। शुरुआत में भले कुछ असहज लगे लेकिन कुछ समय बाद आप जीवन के हर पल में आनंद महसूस करने लगेंगे।

ईश्वर में आस्था : अध्यात्म और ईश्वरीय शक्ति में आस्था सचमुच सुकून और राहत देती है। ईश्वर में आस्था आपको सकारात्मकता और ऊर्जा से भर देती है। जो लोग प्रार्थना, अध्यात्म, सुपर नेचुरल पावर आदि की ताकत महसूस करते हुए भी खुद को बुद्धिजीवी करार देने के लिए इनसे दूर रहते हैं, वे सचमुच जीवन के आनंद से महरूम रहते हैं।

अपने काम से प्यार : हम सब को जीविका के लिए कोई न कोई काम करना पड़ता है। लेकिन हममें से ज्यादातर काम को बोझ समझते हैं। जरा सोचकर देखिए कि अगर आप काम में व्यस्त नहीं रहते, हर रोज संघर्ष न करते, मन में कोई लक्ष्य न होता, किसी से कोई आशा न होती तो आपकी जिंदगी कितनी रीती और सूनी होती? यकीन नहीं होता, तो दो-तीन दिन बिना कुछ किए घर में पड़े रहकर देखें, कितना उदास और बीमार महसूस करने लगेंगे, इसलिए प्रोफेशन का आनंद उठाएं। इसे एंज्वॉय करेंगे तो कभी भी वर्क प्रेशर महसूस नहीं होगा और आप स्ट्रेस, टेंशन, एंग्जाइटी से मुक्त रहते हुए स्वस्थ जीवन जिएंगे। *

मेडिकल केयर से अधिक लाभकारी है सेल्फ केयर

यह सही है कि बीमार होने पर हमें मेडिकल केयर की जरूरत पड़ती है। लेकिन सवाल है कि हम बीमार ही क्यों पड़ते हैं? अगर हम अपनी जीवनशैली के साथ आहार में समुचित बदलाव कर लें और सेल्फ केयर करें तो मेडिकल केयर की जरूरत ही नहीं पड़ेगी।



आत्मप्रेरणा / राजयोगी बीके निकुंज

भगवान गौतम बुद्ध की उक्ति है-स्वास्थ्य सबसे बड़ा उपहार है, संतोष सबसे बड़ा धन है, वफादारी सबसे बड़ा संबंध है। इसी से समझा जा सकता है कि अच्छे स्वास्थ्य का हम सभी के जीवन में कितना महत्व होता है? जिसका शरीर स्वस्थ है, वही स्वस्थ कार्य कर सकता है। इसीलिए तो हम हमेशा अपने प्रियजनों के लिए खुशी और स्वास्थ्य की कामना रखते हैं, क्योंकि कोई भी व्यक्ति बीमार होकर अपनी मेहनत की कमाई को डॉक्टर और दवाइयों पर जाया करना नहीं चाहता। मनोवैज्ञानिकों के अनुसार मनुष्य वास्तविक रूप से तभी स्वस्थ कहलाता है, जब वह स्वयं को मानसिक, भौतिक, भावात्मक, आध्यात्मिक एवं सामाजिक स्तर पर स्वस्थ अनुभव करे। दुर्भाग्य से आज के आधुनिक जगत की इस भाग-दौड़ भरी जिंदगी में लोगों के पास पर्याप्त समय ही नहीं होता कि वे अपने स्वास्थ्य की जांच समय-समय पर कराते रहें। इसलिए कुछ लोग स्वस्थ दिनचर्या को अपनाकर रोगों से दूर रहने की कोशिश करते हैं, किंतु उनका यह प्रयास अनेक प्रकार के सामाजिक दबाव के कारण उतना सफल नहीं हो पाता है, अंततोगत्वा निराश होकर वे अस्वस्थ जीवनशैली को अपना लेते हैं। हम यह अकसर भूल जाते हैं कि मां प्रकृति ने हमें, हमारे स्वास्थ्य के लिए आवश्यक सब कुछ प्रदान किया है। जरूरत है एक स्वस्थ और सकारात्मक जीवनशैली को अपनाने की।

दवाओं पर कम करें निर्भरता: आज, दवा की गोलियां, कैप्सूल अधिकतर लोगों के जीवन का हिस्सा बन गए हैं। इसकी वजह यह है कि समय की कमी और व्यस्त जीवनशैली के कारण हम हमेशा स्वयं की देखभाल यानी कि 'सेल्फ केयर' की तुलना में चिकित्सा यानी कि 'मेडिकल केयर' को अधिक पसंद करते हैं। हम जंक फूड, जरूरत से ज्यादा खाना, व्यायाम और उचित आराम न करना, भावनात्मक अस्थिरता, धूम्रपान और मद्यपान जैसी अनेक गलत आदतों के जाल में इस कदर फंसे हुए हैं कि हमें इस बात का एहसास तक नहीं होता कि इन सभी आदतों का हमारे स्वास्थ्य पर खतरनाक प्रभाव पड़ रहा है। तो फिर क्यों न एक स्वस्थ जीवनशैली को अपनाया जाए? पर क्या यह इतना सरल है? जी हां! बिल्कुल सरल हैं।

जीवनशैली में करें सुधार: यदि अपने बेहतर स्वास्थ्य के लिए हम कुछ छोटे-मोटे परिवर्तन अपनी दिनचर्या में लाएं तो हम एक समग्र संतुलित स्वस्थ जीवन जी सकते हैं। मसलन, जल्दी सोना और जल्दी उठना, इस आदत को यदि हम गंभीरता से अपना लें, तो प्रातःकाल से लेकर रात्रि तक हमारा दिन बहुत अच्छा बीतेगा। इसी प्रकार से सुबह को या शाम को यदि हम कुछ हल्का-फुल्का व्यायाम, जैसे कि सैर, जॉगिंग आदि को सिर्फ आधा घंटा कर लें, तो हम एक नई स्वस्थ पहल कर सकते हैं।

पौष्टिक भोजन का सेवन: पोषण विशेषज्ञों के अनुसार, आरोग्य का सबसे मुख्य भाग है, संतुलित आहार। जी हां! डाइटिंग के नाम पर अपने को भूखा रखना हानिकारक सिद्ध हो सकता है, इसके बजाय अपनी भोजन शैली में व्यावहरिक परिवर्तन कर सारे पौष्टिक तत्वों से भरपूर भोजन लेने के नियम का पालन करना और यदा-कदा रूप में कुछ भी खा लेने की आदत से बचना ज्यादा हितकारक है।

ध्यान का सकारात्मक प्रभाव: पिछले कुछ वर्षों में किए गए चिकित्सा अनुसंधानों के द्वारा यह तथ्य सामने आया है कि 'अध्यात्म', मानव चरित्र का एक ऐसा महत्वपूर्ण हिस्सा है, जो उसके भावनात्मक पक्ष को प्रभावित करता है, अतः उसकी उपेक्षा करना नुकसानकारक सिद्ध हो सकता है। इसीलिए विश्व भर के चिकित्सक आज दवाई के साथ-साथ अपने मरीजों को ध्यान (मेडिटेशन) करने की राय देते हैं, क्योंकि उनका यह स्पष्ट मानना है कि ध्यान के द्वारा मनुष्य अपने दिन-प्रतिदिन की नकारात्मकता से दूर रह सकता है और वह उनके शारीरिक स्वास्थ्य के बेहतरी में भी सहायक होगा। याद रहे! अपनी केयर खुद करें ताकि मेडिकल केयर से बचे रहें। *

पर्व-संस्कृति / डॉ. घनश्याम बादल

आगामी मंगलवार चैत्र शुक्ल प्रतिपदा से नवरात्र और नवसंत्सर का शुभारंभ हो रहा है। इस तिथि का जितना प्राकृतिक, ज्योतिषीय और धार्मिक महत्व है, उतना ही सांस्कृतिक महत्व भी है। इससे जुड़ी पौराणिक-सांस्कृतिक महत्ता पर एक दृष्टि।

नवसंवत्सर 2081 नवारंभ का सांस्कृतिक उत्सव

हिंदू कैलेंडर के अनुसार हर साल चैत्र प्रतिपदा से नया विक्रम संवत शुरू हो जाता है। एक बार फिर कालचक्र के परिवर्तन के साथ नववर्ष दस्तक दे रहा है। चैत्र मास के शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा यानी 9 अप्रैल मंगलवार से नव विक्रम संवत्सर 2081 आरंभ हो रहा है। साथ ही इस दिन से ही चैत्र नवरात्र भी आरंभ हो रहे हैं।

ज्योतिषीय-पौराणिक मान्यताएं: ज्योतिषीय पंचांग के अनुसार नव संवत्सर 2081 का नाम क्रोधी और पंचांग भेद से इसका नाम कालयुक्त है। इसका राजा मंगल और मंत्री शनि होंगे। ज्योतिष के अनुसार इस वर्ष ग्रहों के दशाधिकार में सात विभाग क्रूर ग्रहों को और तीन शुभ ग्रहों को मिले हैं। मंगल के राजा और शनि के मंत्री होने से इस वर्ष के उथल-पुथल भरा रहने की आशंका है। मान्यता है कि नए संवत्सर में ब्रह्मांड में नई व्यवस्था का गठन भी होता है। मान्यता यह भी है कि ब्रह्मा जी ने सृष्टि का आरंभ इसी तिथि से किया था। यह भी माना जाता है कि सबसे पहले सतयुग का प्रारंभ इसी तिथि यानी चैत्र प्रतिपदा से हुआ था। यह तिथि सृष्टि के कालचक्र प्रारंभ और पहला दिन भी माना जाता है। इसी दिन भगवान विष्णु ने दशावतार में से पहला मत्स्य अवतार लेकर प्रलयकाल में अथाह जलराशि में से मनु की नौका को सुरक्षित स्थान पर पहुंचाया था। प्रलयकाल समाप्त होने पर मनु से ही नई सृष्टि की शुरुआत हुई। हिंदू विक्रम संवत, अंग्रेजी कैलेंडर के वर्ष से 57 वर्ष आगे होता है। चैत्र नवरात्र की प्रतिपदा तिथि से अगले 9 दिनों तक देवी दुर्गा की उपासना का महापर्व नवरात्र भी आरंभ होता है।

सांस्कृतिक धरोहर : राष्ट्रीय स्वाभिमान और सांस्कृतिक धरोहर के संरक्षण के प्रतीक की शुरुआत इस चैत्र नवरात्र से ही होती है। महाराष्ट्र में इस दिन को गुड़ी पड़वा और दक्षिण भारत में इसे उगादि के रूप में मनाया जाता है।

शुक्ल पक्ष से आरंभ होता नववर्ष: यह नववर्ष किसी जाति, वर्ग, देश, संप्रदाय का नहीं अपितु संपूर्ण मानवता का नववर्ष है। यह पर्व विशुद्ध रूप से भौगोलिक पर्व है, क्योंकि प्राकृतिक दृष्टि से भी इस दौरान वनस्पतियों, फूलों और पत्तियों में भी नयापन दिखाई देता है। हिंदू कैलेंडर में कुल 12 माह होते हैं- चैत्र, वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, श्रावण, भाद्रपद, अश्विन, कार्तिक, मार्गशीर्ष, पौष, माघ और फाल्गुन। हिंदू कैलेंडर के सभी महीने नक्षत्र के नाम पर रखे गए हैं। पूर्णिमा तिथि पर जो नक्षत्र रहता है, उसी नक्षत्र के नाम पर हिंदी महीनों के नाम रखे गए हैं। जैस चैत्र का महीना चित्रा नक्षत्र के नाम पर रखा गया है, इसी प्रकार वैशाख, विशाखा के नाम पर, ज्येष्ठ, ज्येष्ठा नक्षत्र के नाम पर रखा गया है। एक प्रश्न यह उठता है कि चैत्र महीना हिंदू नववर्ष का पहला महीना होता है, जो होली के बाद शुरू हो जाता है। यानी फाल्गुन पूर्णिमा तिथि के बाद चैत्र कृष्ण प्रतिपदा लग जाती है फिर भी उसके 15 दिन बाद नया हिंदू नववर्ष क्यों मनाया जाता है? इसका उत्तर यह है कि हिंदू पंचांग के अनुसार कृष्ण पक्ष, पूर्णिमा से अमावस्या तिथि के 15 दिनों तक रहता है और कृष्ण पक्ष के इन 15 दिनों में चंद्रमा धीरे-धीरे लगातार घटने के कारण पूरे आकाश में अंधेरा छाने लगता है। सनातन धर्म का आधार हमेशा अंधेरे से उजाले की तरफ बढ़ने का रहा है यानी 'तमसो मा ज्योतिर्गमय'। इसी वजह से चैत्र माह के लगने के 15 दिन बाद जब शुक्ल पक्ष लगता है तभी प्रतिपदा तिथि से हिंदू नववर्ष मनाया जाता है। अमावस्या के अगले दिन शुक्ल पक्ष लगने से चंद्रमा हर एक दिन बढ़ता जाता है, जिससे कालक्रम अंधकार से प्रकाश की ओर बढ़ता है।

क्या है प्रतिपदा: हिंदू पंचांग की प्रथम तिथि प्रतिपदा कही जाती है। यह तिथि मास में दो बार आती है पूर्णिमा के पश्चात और अमावस्या के पश्चात। पूर्णिमा के पश्चात आने वाली प्रतिपदा को कृष्ण पक्ष की प्रतिपदा और अमावस्या के पश्चात आने वाली प्रतिपदा को शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा कहा जाता है। शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा से चंद्रमा पूर्णता की ओर बढ़ता है, अतः इसे प्रतिपदा कहते हैं। शुक्ल पक्ष में सूर्य और चंद्र का अंतर 0 से 12 डिग्री तक होता है, जबकि कृष्ण पक्ष में सूर्य और चंद्र का अंतर 181 से 192 डिग्री तक होता है, तब प्रतिपदा तिथि होती है। कृष्ण प्रतिपदा को चंद्रमा की प्रथम कला होती है। शुक्ल पक्ष प्रतिपदा में चंद्रमा अस्त रहता है। कृष्ण पक्ष प्रतिपदा में स्थिति एकदम विपरीत होती है। कृष्ण प्रतिपदा में चंद्र अपने ह्रास की ओर बढ़ता है। अतः कह सकते हैं कि हिंदू संस्कृति में नया वर्ष आनंददायक भाव के साथ शुरू किया जाता है। *

शुभकामना गीत / शिवचरण चौहान

नव संवत्सर मंगलमय हो !

भारत के जन-जन की जय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।
चैत्र शुक्ल प्रतिपदा हमारी।
नए वर्ष की शुभ तिथि प्यारी।।
भारत की सर्वत्र विजय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।
ऋतु बसंत पावन, मनभावन।
चैत्र मास नव मास सुहावन।।
महाराज विक्रम की जय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।
पूरित शस्य धरा अति पावन।
नव पल्लव फल-फूल सुहावन।।
ग्रह नक्षत्र शुभ मंगलमय हो।
भारत के जन-जन की जय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।

कहानी
रेखा शाह आरबी

लाल गमछा

रामदीन रोज रेल की पटरियों के किनारे वाले जंगल में अपनी बकरियां चराने ले जाता था। यहां बड़ी-बड़ी और मुलायम घास बकरियों को आसानी से उपलब्ध हो जाती थी। रामदीन पढ़ा-लिखा नहीं था। बचपन में मात्र चार-पांच दिन ही स्कूल गया था। उसका स्कूल में मन नहीं लगा तो स्कूल जाना छोड़ दिया। उसने घर में अपनी बकरियों को चराने की जिम्मेदारी ले ली।

उस दिन बकरियां जंगल में घास चर रही थीं। रामदीन कोई गीत गुनगुनाते हुए पटरियों के किनारे टहल रहा था। अचानक उसकी नजर रेल की टूटी पटरी पर पड़ी। वह चौंका, 'हे भगवान! यहां तो रेल की पटरी टूटी हुई है। रेल आएगी तो दुर्घटनाग्रस्त हो जाएगी।'

रामदीन ने सोचा गांव जाकर लोगों को खबर करे, लेकिन गांव दूर था। दोपहर बाद शाम शुरू होते ही आने वाली ट्रेन का टाइम हो रहा था। वह सोच में पड़ गया, यदि ट्रेन आ गई तो भयंकर दुर्घटना हो जाएगी। ना जाने कितनी जानें चली जाएंगी, कितने लोग हताहत हो जाएंगे। दोपहर खत्म हो रही थी। ठीक इसी समय ट्रेन आती थी, रामदीन को पता था। क्योंकि रोज वह बकरियों को चराकर इसी समय अपने गांव की ओर वापस लौटता था। वह जाती हुई उस ट्रेन के यात्रियों को हाथ हिलाकर अभिवादन करता था। यात्री भी उसे इस तरह हाथ हिलाते देखकर मुस्कुराते हुए अपने हाथ हिलाकर उसके अभिवादन का जवाब देते थे।

रामदीन का दिमाग सुन्न हो रहा था। उसे समझ में नहीं आ रहा था, करे तो क्या करे? कैसे ट्रेन को दुर्घटनाग्रस्त होने से बचाए? उसे अचानक याद आया, जब वह बचपन में चार-पांच दिन के लिए स्कूल गया था तो मास्टर जी ने बच्चों को बताया था कि यदि आपातकाल में कभी ट्रेन रुकवानी पड़े तो तुम किसी भी लाल रंग के कपड़े को ट्रेन के ड्राइवर को दिखाओ, ड्राइवर ट्रेन रोक देगा, क्योंकि लाल रंग खतरे का प्रतीक होता है। ड्राइवर समझ जाएगा कि आगे कहीं कुछ खतरा है, इसलिए ट्रेन रुकने का इशारा किया जा रहा है।

रामदीन ने अपने कपड़े देखे। उसने देखा, गले में लाल रंग का गमछा पड़ा हुआ है। उसने अपने डंडे में गमछे के दोनों सिरों को बांधा और पटरी के पास खड़ा हो गया। कुछ ही देर में उसे दूर से ट्रेन के आने की आवाज सुनाई दी। वह डंडे में बंधे लाल गमछे को हिलाते हुए ट्रेन की दिशा में दौड़ पड़ा।

ड्राइवर ने दूर से ही देख लिया था, एक व्यक्ति लाल रंग का कपड़ा लहराते हुए ट्रेन की तरफ आ रहा है। वह समझ गया कि कहीं न कहीं कुछ गड़बड़ है, उसने ट्रेन रोक दी।

ट्रेन रुकने के बाद ड्राइवर, गार्ड, टीटी और कुछ यात्री उतर कर रामदीन के पास आए। उसने सबको ट्रेन की टूटी पटरी दिखाई। टूटी पटरी देखकर लोग दंग रह गए। ड्राइवर बोला, 'आपने एक बहुत बड़ी दुर्घटना होने से बचाई है, लोगों की जान बचाई है।'

तुरंत स्टेशन से इंजीनियरों की टीम बुलाकर पटरियों की मरम्मत करवाई गई। ट्रेन जब अपने गंतव्य की ओर रवाना हुई तो टीटी, ड्राइवर, गार्ड और यात्रियों ने हाथ हिलाकर रामदीन के प्रति कृतज्ञता प्रकट की।

शाम होते ही रामदीन अपनी बकरियों को लेकर घर आ गया। रात को जब रामदीन अपनी खाट पर सोने के लिए लेटा तो सोच रहा था- 'मैं जब चार-पांच दिन स्कूल गया तो मुझे इतना ज्ञान मिल गया कि एक ट्रेन के कितने सारे लोगों की जान बचा ली। अगर लंबे समय तक शिक्षा ग्रहण की होती तो मैं ना जाने कितने और बड़े-बड़े काम करने के लिए समक्ष हो जाता।'

उसी रात रामदीन ने मन ही मन संकल्प लिया कि वह तो अनपढ़ रह गया, लेकिन अपने बच्चों को अनपढ़ नहीं रहने देगा। जल्द ही अपने बच्चों का स्कूल में दाखिला कराएगा। *

खरी-खरी / अशोक अंजुम

चुनावी मौसम में

बेईमानी, झूठ के सब कारखाने चल पड़े।
लो सभी नेता स्वयं को आजमाने चल पड़े।
जो सदा करते रहे बातें उजालों की यहां,
वे तिमिर के वंशजों के गीत गाने चल पड़े।
आ गया मतदान का मौसम, 'रे पंछी जाग जा'
फिर शिकारी वायदों के लेके दाने चल पड़े।

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से।
हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-
- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com

हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

इस सृष्टि की संपूर्ण शक्ति की स्रोत आदिशक्ति मां दुर्गा के नौ रूपों की आराधना का पर्व नवरात्र, आगामी मंगलवार से आरंभ हो रहे हैं। इस दौरान प्रकृति भी अपना पुराना आवरण त्याग कर नया स्वरूप धारण करती है। ऐसे संक्रांति काल में पवित्र मन से उपासना करने पर मां शक्तिस्वरूपा की कृपा अवश्य प्राप्त होती है।

चैत्र नवरात्र शक्ति की कामना का उत्सव

आस्था / सरस्वती रमेश

धार्मिक ही नहीं ज्योतिष की दृष्टि से भी चैत्र नवरात्र का विशेष महत्व है, क्योंकि इस दौरान सूर्य का राशि परिवर्तन होता है। यह अपनी आत्मशक्ति को जागृत करने और सात्विक गुणों को विकसित करने के लिए सबसे उपयुक्त समय माना जाता है। नवरात्र में हम देवी के नौ रूपों की अर्चना करते हैं। असल में ये नौ रूप हमारी विभिन्न मनोदशाओं के परिष्कार, उनकी शुद्धि से जुड़े हुए हैं। तरह-तरह की तामसिक प्रवृत्तियां हम सब के इर्द-गिर्द विचरण करती रहती हैं। नवरात्र के दौरान किया जाने वाला तप, उपवास हमें इन नकारात्मक ऊर्जा से मुक्त कर शुद्ध और सृजनशील बनाता है। इसलिए चैत्र नवरात्र को आध्यात्मिक साधना से शक्ति अर्जित करने का सबसे उपयुक्त समय माना जाता है।

संपूर्ण सृष्टि की स्रोत आदिशक्ति

यह संपूर्ण सृष्टि, शक्तिस्वरूपा में निहित सृजनात्मकता का प्रतिफल है। इस सृजनात्मकता का आरंभ आदिशक्ति से माना जाता है। हमारी पौराणिक मान्यताओं के अनुसार इस सृष्टि के सृजन के लिए आदिशक्ति के अंश स्वरूप ब्रह्मा, विष्णु और शिव की उत्पत्ति हुई थी, जिन्होंने इस ब्रह्मांड की परिकल्पना की। नवरात्र पर्व स्त्री शक्ति की इसी सृजनात्मकता और उसके अनगिन रूपों की आराधना का पर्व है। आदिशक्ति संसार की सभी शक्तियों का केंद्र बिंदु हैं। इसलिए नवरात्र में देवी की उपासना से हमें मानसिक, आध्यात्मिक हर तरह की शक्ति प्राप्त हो सकती है। हमारी वैदिक संस्कृति के अनुसार प्रत्येक नारी अपने आप में दैदीप्यमान ज्योतिर्मयी सत्ता है। यानी आदिशक्ति का ही प्रतीक रूप। अपने भीतर की शक्ति को जागृत करने के लिए आदिशक्ति से शक्ति की कामना का ही पर्व है नवरात्र।

उपवास से उपासना

नवरात्र के नौ दिन साधना और संयम के साथ आत्मजागरण करने का अवसर होता है। बिना संयम और चित्त पर नियंत्रण किए साधना नहीं की जा सकती। चित्त के हठीले संस्कार, लोभ, ईर्ष्या, जड़ता, भय जैसी नकारात्मक शक्तियां हमारे आगे बढ़ने की राह में सबसे बड़ी बाधा होती हैं। इनसे पार पाने के लिए नियमित साधना आवश्यक है। नवरात्र के दौरान किए जाने वाले उपवास से इस साधना पथ पर आगे बढ़ने का मार्ग प्रशस्त होता है। साधना हमारे भावनात्मक संतुलन को साधती है। आंतरिक शक्ति का विस्तार कर संकल्पों को साकार करने में मदद करती है। मानसिक विकारों को दूर करती है और आध्यात्मिक चेतना को जागृत करने के लिए सात्विक शक्तियों का बीजारोपण करती है।

साधना का उद्देश्य

नवरात्र में उपवास और साधना का उद्देश्य स्व को परिमार्जित करना होता है। जिस तरह हमारा बाहरी व्यक्तित्व हमारे कपड़ों, गहनों और आचार-विचार से निर्धारित होता है, ठीक उसी तरह हमारा आंतरिक व्यक्तित्व आत्मसंयम, आत्मबल, इच्छाशक्ति, विवेक और ज्ञान से परिभाषित होता है। साधना के द्वारा ज्ञान और विवेक अर्जित किया जा सकता है। इसके अलावा साधना आत्म से साक्षात्कार का सबसे बड़ा माध्यम होती है। आत्म से साक्षात्कार समस्त शक्तियों और ज्ञान के मूल से परिचित होना है। बिना आत्म से मिले हुए कोई भी साधना अपूर्ण ही मानी जाएगी क्योंकि आत्म से मिलन अपनी चेतना में आदिशक्ति के अंश को पहचानना है। उसे अपने भौतिक जीवन में उतारना है। उसकी प्रेरणा से अपने जीवन की दिशाएं तय करना है।

उपासना से होता है कल्याण

चैत्र मास में प्रकृति अपने सुंदरतम रूप में व्याप्त होती है। प्रकृति का यह उल्लास पूरे वातावरण पर प्रभाव डालता है। मान्यता है कि इस दौरान आध्यात्मिक साधना करने वालों पर सृष्टि में पर्याप्त सकारात्मक ऊर्जा दैवीय अनुकंपा के रूप में बरसती है। इस तरह प्रकृति से प्राप्त ऊर्जा का संयोजन आध्यात्मिक ऊर्जा से होता है। साधक के मन-मस्तिष्क और आचार-विचार का कायाकल्प हो जाता है। यानी हर तरह से हमारा कल्याण होता है। आत्मचेता मनुष्य सिर्फ अपने जीवन में बदलाव नहीं लाते बल्कि समाज में भी सकारात्मक बदलाव लाकर जीवन में सार्थकता लाते हैं। *

स्त्रियों में विद्यमान देवी अंश

शक्ति स्वरूपा देवी का अंश स्त्रियों में भी विद्यमान होता है। इसीलिए उनकी ऊर्जा निरंतर और अक्षुण्ण होती है। बात संस्कार की हो या समर्पण की, कर्तव्य की हो या अपनत्व की इस सांसारिक यात्रा में स्त्रियां निरंतर सक्रिय रहती हैं, अपना दायित्व निभाती रहती हैं। उनमें मौजूद विभिन्न गुणों के आधार पर ही उन्हें लक्ष्मी, सरस्वती, काली और दुर्गा का अंश कहा जाता है। हम नवरात्र में दुर्गा जी की आराधना अवश्य करें लेकिन साथ ही शक्ति का अंश धारण करने वाली स्त्रियों को भी घर, बाहर और समाज में हर जगह आदर-सम्मान देना कभी ना भूलें।

इंद्रधनुषी पर्व-संस्कृति का गुलदस्ता है बैसाखी

आगामी 13 अप्रैल को बैसाखी का पर्व मनाया जाएगा। यह पर्व जहां एक तरफ किसानों के उल्लास का प्रतीक है तो साथ ही यह कई धर्मों के अनुयायियों के लिए भी महत्वपूर्ण पर्व माना जाता है। इसे देश में कई रूपों में मनाया जाता है।

पर्वोल्लास / दिव्यज्योति 'नंदन'

बैसाखी एक ऐसा पर्व है, जिसके नाम लेते ही मन में रंग-बिरंगे परिधानों में सजे सिख समुदाय के हमारे भाइयों की भांगड़ा करती छवि तैर जाती है। लेकिन बैसाखी सिर्फ पंजाब, हरियाणा भर का त्योहार नहीं है।

फसल तैयार होने का उल्लास: बैसाखी का यह पर्व होली के बाद रबी के फसल के पककर तैयार हो जाने और किसान भाइयों द्वारा इसकी भीनी-भीनी खुशबू से रोमांचित होकर दर्शाई गई खुशी और उमंग का नाम है। चूंकि रबी की फसल सिर्फ पंजाब, हरियाणा या उत्तर भारत में ही नहीं पैदा होती बल्कि पूरे भारत में थोड़े-थोड़े अंतराल के बीच दस्तक देती है। इसलिए देश के कई प्रांतों में बैसाखी के आस-पास कई ऐसे पर्व मनाए जाते हैं, जिनका संबंध प्राचीन भारतीय संस्कृति में बहुत गहरे तक जुड़ा हुआ है।

कई धर्मों से जुड़ा पर्व: बैसाखी वास्तव में वैशाख मास की संक्रांति है यानी, सौर मास का प्रथम दिन। बैसाखी हिंदू कैलेंडर के वैशाख महीने का अपभ्रंश है। बैसाखी के दिन सूर्य मेष राशि में संक्रमण करता है, इस कारण इसे वैदिक संस्कृति और ज्योतिष विधान में मेष संक्रांति या विषुवत संक्रांति भी कहते हैं।

बिहू पर्व पर नाचती-गातीं स्थानीय महिलाएं

बैसाखी विशुद्ध रूप से भारतीय उपमहाद्वीप का सांस्कृतिक पर्व है। इसलिए इसका जितना रिश्ता सिख धर्म से है, उतना ही हिंदू धर्म से भी है और उतना ही हिंदुस्तान में जन्मे बौद्ध और जैन धर्मों से भी है। यही वजह है कि बैसाखी का पर्व किसी न किसी रूप में पूरे देश में मनाया जाता है। बस फर्क इतना होता है कि अलग-अलग जगहों में इसका नाम अलग-अलग हो जाता है। इसे कहीं बसोआ, कहीं बिसुआ, कहीं जुड़ शीतल, कहीं पोहेला बौसाख, कहीं बिहू, कहीं विशु, कहीं पुथंडु कहते हैं। बैसाखी वास्तव में पकी फसल की सोंधी खुश्बू के उल्लास का पर्व है।

कई रूपों में मनाते हैं पर्व: बैसाखी का नाम लेते ही कानों में 'जट्टा आई रे बैसाखी...' की धुन गूंजने लगती है। देश के दूसरे हिस्सों में भी इस दिन सुर और ताल का खूब समां बंधता है। बैसाखी के दिन ही सिखों के दूसरे गुरु श्री अंगद देव जी का जन्म हुआ था और इसी दिन ब्रह्माजी ने सृष्टि की रचना आरंभ की थी। मान्यता है कि भगवान श्री राम का राज्याभिषेक भी इसी दिन हुआ था। इसी दिन केरल और तमिलनाडु में बिशु पर्व और असम में बिहू तथा पश्चिम बंगाल में पोएला बैशाख पर्व मनाया जाता है। इस दिन पूरे भारत में लोग पवित्र नदियों, सरोवरों में स्नान करते हैं। दान-पुण्य करते हैं और इन सभी स्नानस्थलों पर लगने वाले मेलों में शामिल होते हैं। पंजाब में तो इस दिन पूरे प्रांत में 100 से ज्यादा जगहों पर छोटे-बड़े मेले लगते हैं। इस दिन लोग सुबह-सुबह नहाकर मंदिरों और गुरुद्वारों में जाते हैं। गली-गली में लंगर लगाए जाते हैं। इस अवसर पर हर तरफ खुशी और उल्लास का वातावरण दिखाई देता है। चित्रकूट और प्रयाग में भी इस दिन पवित्र स्नान और मेलों का आयोजन होता है। उत्तर प्रदेश में खासकर बुंदेलखंड के इलाके में इस दिन लोग नहा-धोकर और पूजा करके सत्तू खाते हैं। देशभर में इस समय गेहूं की फसल कट रही होती है या कटनी शुरू होती है। इसलिए किसान इस त्योहार को फसलों के इर्द-गिर्द नाचते-गाते हुए मनाते हैं।

सिख समुदाय का पवित्र पर्व: गुरु गोविंद सिंह ने वैशाख माह की षष्ठी को ही खालसा पंथ की स्थापना की थी। सिख समुदाय के लोग इसलिए भी बैसाखी को बड़े उल्लास से मनाते हैं। गुरु गोविंद सिंह जी ने 1699 ई. को बैसाखी पर श्री आनंदपुर साहिब में विशेष समागम किया था। इसमें देशभर की संगत ने आकर इस ऐतिहासिक अवसर पर अपना सहयोग दिया था। गुरु गोविंद सिंह जी ने इसी मौके पर संगत को ललकार कर कहा था, 'देश को गुलामी से आजाद करने के लिए मुझे एक शीश चाहिए।' गुरु साहिब की ललकार को सुनकर पांच वीरों दया सिंह खत्री, धर्म सिंह जट, मोहकम सिंह छीवां, साहिब सिंह और हिम्मत सिंह ने अपने-अपने शीश गुरु गोबिंद सिंह जी को भेंट किए थे। इन्हीं पांच वीरों के जरिए खालसा पंथ की स्थापना हुई थी, जिसने किस तरह संकट से घिरे हिंदू धर्म को बचाया, यह इतिहास के पन्नों में दर्ज है। *

दो महाद्वीपों में फैला देश अजरबैजान

रोचक / मच्छिंद्र ऐनापुरे

इस पृथ्वी पर महाद्वीप, हम इंसानों द्वारा अपनी राजनीतिक सुविधा के लिए भौगोलिक सीमाओं का उपयोग करके बनाए गए विभाजन हैं। लेकिन अकसर प्रकृति का विभाजन बहुत सख्त नहीं होता और इसीलिए पृथ्वी पर दो महाद्वीपों में फैले देश मौजूद हैं। ऐसा ही एक देश है-अजरबैजान। यह देश पूर्वी यूरोप और पश्चिमी एशिया की सीमा पर स्थित है, इसलिए यह दोनों महाद्वीपों के बीच विभाजित है। एक तरफ कैस्पियन सागर और दूसरी तरफ काकेशस पर्वत के बीच बसा यह छोटा सा देश हमारे अपने देश के पश्चिम बंगाल राज्य से भी छोटा है।

इस देश की राजधानी बाकू, समुद्र तल से नीचे विश्व की सबसे निचली राजधानी है। बाकू शहर समुद्र तल से 92 मीटर नीचे है। बाकू शहर को वहां बहने वाली तेज हवाओं के कारण 'हवाओं का शहर' भी कहा जाता है। इस शहर में स्थित 'फ्लेम टावर्स' अपने अनूठे डिजाइन के कारण पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र बन गए हैं। ओल्ड सिटी सेंटर में एक पहाड़ी पर स्थित, ये टावर कैस्पियन सागर का सुंदर दृश्य प्रस्तुत करते हैं।

देश का इतिहास: ईसा पूर्व चौथी शताब्दी में एट्रोपेटस इस भूमि का शासक हुआ करता था। एट्रोपेटस शब्द का अर्थ है 'पवित्र अग्नि की भूमि।' इस देश में स्थित यानरदाग एक ऐसा स्थान है, जहां प्राकृतिक गैस से प्रज्वलित आग देखी जा सकती है और लगातार जलती रहती है, इसलिए यह नाम अग्नि की भूमि से आया होगा। माना जाता है कि इसी एट्रोपेटस से इस देश का नाम अजरबैजान पड़ा।

अनोखे हैं तीन टावर्स: यहां स्थित तीन फ्लेम टावरों में सबसे ऊंचा दक्षिण में 39 मंजिला टावर है। इस आवासीय टावर में 130 लक्जरी अपार्टमेंट हैं। उत्तरी कोने में 36 मंजिला टावर में 318 कमरों वाला फेयरमोंट होटल है। पश्चिमी तरफ, कॉर्पोरेट ऑफिसेस वाला टावर है। इन टावरों का निर्माण 2007 में शुरू हुआ और 2012 में इनका निर्माण पूरा हुआ था। इन टावरों का आकार आग की लपटों जैसा है, लेकिन उनकी सतह एलईडी स्क्रीन से बनी है और ये स्क्रीन आग की लपटों का दृश्य प्रदर्शित करती हैं, जिन्हें शहर में कहीं से भी देखा जा सकता है। *

जब लगाएं परफ्यूम इन बातों का रखें ध्यान

लाइफस्टाइल / किरण भास्कर

मॉडर्न लाइफस्टाइल में आपकी ड्रेस और दूसरी एक्सेसरीज की तरह आपका परफ्यूम भी आपकी पर्सनालिटी को दर्शाता है। कई लोग अपने को रिफ्रेश करने के लिए बार-बार परफ्यूम का छिड़काव करते हैं, जबकि कई लोग ऐसे परफ्यूम लगाते हैं, जिसकी खुशबू लंबे समय तक बनी रहती है। दरअसल, खुशबू में इस्तेमाल किए जाने वाले तेल का महत्व ज्यादा होता है। यही वजह है कि वे परफ्यूम ज्यादा महंगे होते हैं, जिनमें यूज किया गया तेल महंगा होता है।

परफ्यूम का असर: विभिन्न इलेक्ट्रो फिजियो-लॉजिकल अध्ययनों से स्पष्ट हुआ है कि वास्तव में हमारे परफ्यूम की खुशबू या सुगंध हमारे मूड को तय करती है। यही नहीं फ्रेगरेंस का रिश्ता हमारे तनाव और भावनाओं से भी सीधे तौर पर होता है। कई अध्ययनों से यह बात स्पष्ट हो गई है कि अलग-अलग तरह की सुगंध अलग-अलग तरह का प्रभाव डालती है। इसलिए हर किसी को यह जानना चाहिए कि उसके मूड का रिमोट आखिर कौन-सा परफ्यूम है और पूरी सजगता के साथ ऐसे परफ्यूम का इस्तेमाल करना चाहिए। अध्ययनों से यह भी साफ हुआ है कि फ्रेगरेंस का रिश्ता हमारी बेहतर नींद से भी है। इसलिए अपने लिए ऐसे परफ्यूम को चुनें, जो आपको बेहतर नींद मुहैया कराए। लब्बोलुआब यह कि अपने परफ्यूम को अपने मूड का रिमोट बनाइए।

जब लगाएं परफ्यूम: अपने लिए परफ्यूम सेलेक्ट और यूज करते समय कुछ बातों का ध्यान रखें।

- महिलाओं के लिए इस्तेमाल होने वाले ज्यादातर नियमित परफ्यूम देर तक खुशबू देते हैं। इनमें आमतौर पर 30 प्रतिशत से ज्यादा एसेंशियल ऑयल होता है और ये सुबह से लेकर शाम तक करीब 7-8 घंटे अपनी भीनी-भीनी खुशबू बिखेरते हैं और आप महकते रहते हैं।
- 15 से 22 प्रतिशत एसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम 3 से 5 घंटे तक खुशबू देते हैं। ऐसे परफ्यूम कलाई और गर्दन पर लगाने चाहिए।
- 8 से 15 प्रतिशत एसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम स्प्रे में आते हैं और इन्हें भी अकसर आम लोग इस्तेमाल करते हैं।
- 4 प्रतिशत एसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम को शरीर के हर हिस्से पर लगाया जा सकता है। यह स्पेशल बोतल में आता है और दो घंटे तक इसकी महक बनी रहती है।
- अगर लंबे समय तक परफ्यूम की खुशबू चाहते हैं तो इसे लगाने के लिए उसकी लेयरिंग टोन को कंसीडर करें और उसी महक को अलग-अलग प्रोडक्ट के रूप में इस्तेमाल करें। शावर या बाथ जैल के अलावा इसे बॉडी में लोशन या स्प्रे के साथ नहाने के बाद बाथ स्प्रे के रूप में भी इस्तेमाल कर सकते हैं। जब सेंट को परफ्यूम के रूप में इस्तेमाल करें तो इसे नीचे से ऊपर की ओर लगाएं। इससे पूरे शरीर में महक बनी रहती है।
- परफ्यूम को बॉडी प्वाइंट जैसे कोहनियों, बैक, घुटनों, कलाई, गर्दन और वक्ष स्थल में लगाएं, जहां इसकी महक लंबे समय तक रहती है। *

छोटे पर्दे से बड़े पर्दे पर आईं प्राची देसाई का सिक्का ओटीटी पर काफी जम चुका है। इन दिनों वह ओटीटी फिल्म 'साइलेंस : द नाइट आउल बार शूटआउट' को लेकर चर्चा में हैं। इसमें प्राची का क्या किरदार है? क्या प्राची ने फिल्मों से दूरी बना ली है? करियर से जुड़े अहम सवालों पर प्राची देसाई से खुली बातचीत।

ओटीटी पर मुझे फिल्मों के मुकाबले ज्यादा चैलेंजिंग किरदार मिल रहे हैं : प्राची देसाई

खास मुलाकात / पूजा सामंत

ओटीटी की लोकप्रियता को देखते हुए बॉलीवुड और टीवी से जुड़े कई नामी सितारों ने इसकी ओर रुख किया है। इनमें एक और एक्ट्रेस का नाम जुड़ गया है-प्राची देसाई। उन्होंने ओटीटी पर डेब्यू किया था फिल्म 'साइलेंस' से। प्राची ने तेलुगू भाषा के सुपरस्टार नागा चैतन्य के साथ भी एक वेब शो 'धूता' किया है। इन दिनों वह मनोज बाजपेयी के साथ 'साइलेंसःद नाइट आउल बार शूटआउट' को लेकर चर्चा में हैं। यह वेब सीरीज 16 अप्रैल को जी-5 पर रिलीज होगी। पेश है प्राची देसाई से हुई बातचीत के प्रमुख अंश -

'साइलेंस' के एक सीन में मनोज बाजपेयी के साथ प्राची देसाई

फिल्म के बड़े पर्दे और ओटीटी प्लेटफॉर्म पर काम करके क्या फर्क पाती हैं?

मेरी नजर में ओटीटी के लिए शूटिंग करना ज्यादा आसान है। सात-आठ एपिसोड्स की कहानी वाले वेब शो की शूटिंग ज्यादा से ज्यादा एक से डेढ़ महीने में खत्म हो जाती है। फिल्मों में बड़ा ताम-झाम होता है। बल्क में डेट्स ली जाती है। कभी फिल्म की शूटिंग नहीं हो पाई तो पूरा शेड्यूल गड़बड़ा जाता है। मेहनत तो फिल्म और ओटीटी दोनों जगहों पर है ही। वैसे ओटीटी पर मुझे फिल्मों के मुकाबले ज्यादा चैलेंजिंग किरदार मिल रहे हैं।

आपने कुछ वर्ष पहले 'साइलेंस' सीजन-1 भी की थी। इसी फिल्म का दूसरा सीजन करने की क्या खास वजह रहीं, यानी आपने इसे क्यों एक्सेप्ट किया?

2020 के कोरोना लॉक डाउन के दौर में मैंने फिल्म 'साइलेंस' सीजन-1 की थी। यह एक सस्पेंस-थ्रिलर जॉनर की बहुत दिलचस्प फिल्म है। इस जॉनर की फिल्में आजकल खूब पसंद की जा रही हैं। 'साइलेंस' सीजन 1 की शूटिंग के समय बहुत सारे प्रोटोकॉल निभाने थे। शूटिंग करने की भी इजाजत आसानी से नहीं मिलती थी। इस मुश्किल समय में शूटिंग करना बिल्कुल आसान नहीं था। लेकिन सभी कलाकारों ने मिलजुल कर काम किया। उस अनुभव को, उन दिनों को मैं कभी नहीं भूला सकती। हम बस इंतजार ही कर रहे थे कि कब 'साइलेंस' का दूसरा सीजन बने। जब दूसरे सीजन का ऑफर मिला, इसे एक्सेप्ट करना तो बनता ही था।

क्या इसकी कहानी-किरदार का आकर्षण नहीं था आपके लिए?

ऑफकोर्स था। कलाकार के लिए कहानी और किरदार का आकर्षण ना हो तो वह कलाकार कैसा? फिल्म में अभिनेता मनोज बाजपेयी के साथ काम करना एक बहुत बड़ा आकर्षण किसी भी एक्टर के लिए हो सकता है।

फिल्म में अपने किरदार के बारे में बताएं?

इस फिल्म में मेरा किरदार इन्वेस्टिगेटिव पुलिस ऑफिसर संजना भाटिया का है। मेरा किरदार अंडर कवर्ड है। मस्ती-मजाक में भी पुलिस ऑफिसर संजना भाटिया अपने कर्तव्य को उचित अंजाम देती है।

अपने किरदार के लिए आपने क्या कोई खास तैयारी की थी? इसके लिए निर्देशक की कोई विशेष हिदायत थी?

अमूमन पुलिस अफसर जब किसी हीरो को दिखाया जाता है तब उसमें अकसर कई एक्शन सीन होते हैं, लेकिन निर्देशक अबन भरुचा देवहंस, जो एक सक्षम महिला निर्देशक हैं, उन्होंने मेरे किरदार को थोड़ा लाइट हार्टेड बनाया। सभी पुरुष पुलिस वालों में मैं एक महिला पुलिस ऑफिसर हूं, जो कहानी में हल्के-फुल्के संवाद बोलती है, सभी को हंसाती रहती है। संजना के कारण तनाव भरे माहौल में हल्का-फुल्का माहौल बनता है। हालांकि इसमें छोटे-मोटे एक्शन सीन हैं, लेकिन बहुत ज्यादा नहीं। यह मर्डर मिस्ट्री है। कहानी में सभी कड़ियों को जोड़े रखने में संजना कारगर मालूम होती है। इसलिए एक्शन, स्टंट्स करने वाली यह पुलिस अफसर नहीं है। यह संजना दर्शकों को याद रहेगी।

आप अचानक फिल्मों से गायब हो गईं। अब चार वर्षों बाद ओटीटी पर नजर आ रही हैं? आप फिल्मों से दूर क्यों हुईं?

मैं फिल्मों में नजर नहीं आई, जिसके कई कारण थे। कोरोना काल के लॉक डाउन में मेरी क्या शायद ही किसी अन्य एक्टर की फिल्म रिलीज हुई हो। मैंने जो फिल्में साइन की थीं, उनमें कोई फिल्म शुरू नहीं हो पाई। मैं अपने पैशन के लिए फिल्में करती हूं, यह जरूरी नहीं मेरी हर वर्ष दो-चार फिल्में रिलीज हों। एक वर्ष में बस एक फिल्म रिलीज हो, जिसे करने में मुझे खुशी हो, इतना काफी है मेरे लिए। मैं बहुत चूजी हूं, जो पसंद आए सिर्फ उसे ही एक्सेप्ट करती हूं। ओटीटी पर जो भी प्रोजेक्ट किए, मेरे परफॉर्मेंस की प्रशंसा हुई। ऐसा नहीं है कि मैं बड़े पर्दे से दूर हो गई हूं।

'साइलेंस' सीजन-2 के अलावा ओटीटी प्लेटफॉर्म पर इधर और क्या किया है?

अमेजॉन प्राइम पर 'धूता' रिलीज हुए अभी तीन महीने हुए हैं। इस वेब शो का रिजल्ट काफी उत्साहवर्धक रहा। आठ कड़ियों वाले इस शो का जो फीडबैक मिला, देखकर खुशी हुई। लगा मेरा यह निर्णय सही था कि मैं ओटीटी के नए प्लेटफॉर्म पर खुद को आजमा लूं। विक्रम कुमार इसके निर्देशक हैं, मेरे को-स्टार नागा चैतन्य हैं। मुझे निर्देशक विक्रम कुमार और नागा चैतन्य ने काफी कन्विंस किया कि मैं यह शो कर खुद को आजमाऊं। अगर मेरे लिए यह रिस्क है तो रिस्क लेना सही है। बिना रिस्क, बिना चैलेंज एक एक्टर के रूप में मैं कैसे ग्रो करूंगी? उनके इस तरह समझाने के बाद मैं वेब शो 'धूता' के लिए मान गई। इस वेब शो का यह पहला सीजन है। दूसरे सीजन की तैयारी चल रही है। *