हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, रविवार 1 फरवरी 2026

10 रेलवे रोड पर अतिक्रमण व नो पार्किंग के चालान काटे

11 प्रदर्शनी में रचना और दीक्षा का मॉडल रहा प्रथम

अंतरराज्यीय डकैत व चोर गिरोह का भंडाफोड़

कोमल ज्वेलर्स पर ढाई करोड़ की चोरी में 3 आरोपी गिरफ्तार

- आरोपियों पर दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश में डकैती के छह केस दर्ज
- चोरी हुए आभूषण और अन्य आरोपियों की पूछताछ के लिए आरोपी रिमांड पर लिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

कोमल ज्वेलर्स के यहां हुई वारदात के मामले में पुलिस को बड़ी सफलता मिली है। पुलिस ने मामले में तीन आरोपियों को गिरफ्तार करने के साथ ही अंतरराज्यीय डकैत गिरोह का भंडाफोड़ किया है। अन्य आरोपियों तक पहुंचने व आभूषण बरामदगी के संबंध में पूछताछ के लिए आरोपी छह दिन के रिमांड पर लिए गए हैं।

गत आठ अक्टूबर की अलसुबह यह वारदात हुई थी। वैगनआर कार में सवार होकर आए बदमाश लगभग ढाई करोड़ के आभूषणों पर हाथ साफ कर गए थे। तब सीसीटीवी में पांच बदमाश देखे गए। शनिवार को आयोजित पत्रकार वार्ता में डीसीपी क्राइम अमित दहिया ने बताया कि यह सफलता एवीटी सेल प्रभारी जितेंद्र कुमार के नेतृत्व में गठित पुलिस टीम को मिली है। टीम ने सीसीटीवी फुटेज, एआई आधारित तकनीकी, साइबर सेल व गुप्तचर तंत्र की सहायता से गहन जांच की। आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए पंजाब, उत्तराखंड, दिल्ली व मध्य प्रदेश में कई स्थानों पर लगातार दबिश दी गई। कड़ी मशक्कत के बाद अब तीन आरोपी काबू किए गए हैं। आरोपियों की पहचान परमजीत व जसविंद्र निवासी झंगोला दिल्ली तथा राम सिंह निवासी नांगलोई दिल्ली के रूप में हुई है।

बहादुरगढ़। पुलिस की गिरफ्त में आरोपी।

दिल्ली में जला दी थी गाड़ी

आरोपी दिल्ली से आए थे और तेज रफ्तार में उसी तरफ भागे। फिर वारदात में प्रयुक्त गाड़ी यमुना नदी के किनारे दिल्ली में जला दी गई। आरोपियों को छह दिन के रिमांड पर लिया गया है। रिमांड के दौरान आरोपियों से डकैती में चुराए गए आभूषणों की बरामदगी तथा अन्य आपराधिक वारदातों के संबंध में गहन पूछताछ की जाएगी और अन्य आरोपी को गिरफ्तार करने के लिए भी लगातार कार्रवाई की जा रही है।

एक दिन पहले भी किया था वारदात का प्रयास

आरोपी जसविंद्र के विरुद्ध पूर्व में चोरी के छह आपराधिक मामले दर्ज हैं, जबकि परमजीत व राम सिंह के विरुद्ध भी दिल्ली, हरियाणा व मध्य प्रदेश में चोरी तथा डकैती से संबंधित आपराधिक मामले दर्ज हैं। डीसीपी क्राइम अमित दहिया ने बताया कि इस मामले में पूर्व में भी एक आरोपी सोनू को गिरफ्तार कर जेल भेजा जा चुका है। आरोपियों ने वारदात में चोरी की गाड़ी का प्रयोग किया था। यह भी सामने आया कि वारदात से एक रात पहले भी कोशिश की गई थी लेकिन तक सफाई कर्मचारियों को देखकर वारदात नहीं कर पाए। फिर अगले दिन वारदात की।

ऑटो मार्केट का सर्वे कर दुकानें होंगी अलॉट

बहादुरगढ़। ऑटो व्यवसायी एवं सामाजिक कार्यकर्ता आरबी गौड़ ने कहा कि ऑटो मार्केट में लंबे समय से वंचित चल रहे दुकानदारों को जल्द राहत मिलेगी। ऑटो मार्केट में नजफगढ़ रोड, झज्जर रोड व रोहतक रोड पर स्थित कई दुकानदार किसी न किसी कारणवश अब तक दुकान आवंटन से वंचित हैं।

सरकार तक भी मामला पहुंचाया गया, जिस पर संज्ञान लेते हुए सरकार ने उच्च अधिकारियों को आवश्यक निर्देश दिए हैं। एचएसवीपी के अधिकारी विजय राठी ने आश्वासन दिया कि ऑटो मार्केट का सर्वे जल्द कराया जाएगा। इसके लिए सर्वे टीम का गठन किया जा रहा है और सर्वे के बाद वंचित दुकानदारों को उनकी दुकानों का आवंटन किया जाएगा।

पंकज एनकाउंटर विवाद : एसआईटी जांच के बाद तीन में से दो युवक रिहा

- अब मुख्य आरोपी व भाजपा नेता का भाई पंकज पर बचा है केस
- आरोपियों के पक्ष में कई बार हो चुकी पंचायत, सीएम से मिले थे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

करीब पंद्रह दिन पूर्व हुई पुलिस मुठभेड़ मामले में जांच के लिए गठित की गई एसआईटी की रिपोर्ट के आधार पर हिरासत में लिए गए दो युवकों नीतिश निवासी बंबूलिया और रोहित निवासी पहाड़ीपुर को अदालत के आदेशानुसार शुक्रवार सायं रिहा कर दिया गया। पूरे मामले में पुलिस ने स्वीकार किया है कि इन दोनों युवकों की गिरफ्तारी तथ्य की भूल थी और उनके खिलाफ कोई ठोस सबूत नहीं मिले हैं। अब केवल पुलिस पर गोली चलाने वाले पंकज अहलावत पर केस बाकी है। पंकज की गोली से एएसआई घायल हुए थे।

अब जांच के बाद एसआइटी ने निष्कर्ष निकाला कि नीतिश और रोहित के खिलाफ कोई अपराध नहीं बनता है। पुलिस ने अदालत में आवेदन दाखिल कर बताया कि यह गिरफ्तारी भारतीय न्याय संहिता, 2023 की धारा 14 व 17 के तहत तथ्य की भूल का परिणाम थी। वहीं बेरी थाने की इस एफआईआर को झज्जर शहर थाना में दर्ज मुख्य केस में मर्ज कर दिया गया है।

एक एएसआई हुए थे घायल

झज्जर में 15 जनवरी की रात को गैलेक्सी होटल में हुए विवाद में डीघल निवासी भाजपा नेता प्रदीप अहलावत के भाई पंकज अहलावत वहां से निकले थे। उसके बाद पंकज की गाड़ी का पीछा होने पर उसने लाइसेंसी हथियार से गोली चला दी। वह गोली एएसआई को लगी। पुलिस के अनुसार, अवैध हथियार की सूचना पर पुलिस छापेमारी के लिए पहुंची थी। जिस पर पंकज ने पुलिस पर गोली चलाई। बाद में पुलिस ने पीछा कर पंकज के पैर में गोली मारकर उस समेत तीन युवकों को काबू किया। इसके बाद एनकाउंटर को फर्जी बताकर खाप पंचायतों ने पंचायत कर सीएम से भी मुलाकात की थी।

हर समय पोर्टल पर अब दो की जगह डाउनलोड कर सकेंगे पांच एफआईआर

- एफआईआर के लिए आम नागरिकों को थाने के चक्कर काटने की नहीं जरूरत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

हरियाणा पुलिस ने आमजन की सुविधा को ध्यान में रखते हुए हर समय पोर्टल पर उपलब्ध सेवाओं का विस्तार किया है। अब नागरिक इस पोर्टल के माध्यम से एक समय में पांच एफआईआर डाउनलोड कर सकेंगे। पुलिस कमिश्नर डॉक्टर राजश्री सिंह ने बताया कि पहले पोर्टल पर केवल दो एफआईआर डाउनलोड करने की ही अनुमति थी, जिसे अब बढ़ाकर पांच कर दिया गया है। यह सुविधा पूरी तरह निःशुल्क है और इसका लाभ आम नागरिक घर बैठे उठा सकते हैं।

उन्होंने कहा कि इस पहल का मुख्य उद्देश्य पुलिसिंग में पारदर्शिता लाना, नागरिकों का समय बचाना और थानों में अनावश्यक भीड़ को कम करना है। अब लोगों को एफआईआर की प्रतिलिपि के लिए थानों में नहीं जाना पड़ेगा। उन्होंने बताया कि हर समय पोर्टल के माध्यम से शिकायत दर्ज कराने, एफआईआर की स्थिति जानने और अन्य पुलिस सेवाओं का लाभ भी आसानी से लिया जा सकता है।

डॉक्टर राजश्री सिंह, पुलिस कमिश्नर

सेक्टर 13 में दुकान के बाहर से गाड़ी और 1.43 लाख कैश चोरी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

सेक्टर-13 में चोरी की वारदात हुई है। चोर एक कार, दो कारों की चाबी व एक लाख 43 हजार रुपये चुरा ले गए। इस संबंध में पुलिस को शिकायत दे दी गई है। खरखौदा निवासी विजय का कहना है कि सेक्टर 13 में उसकी गाड़ी सेल परचेज की दुकान है। हाल ही में वह वेन्यू कार खरीदकर लाया था। वह कार उसने दुकान के बाहर खड़ी की थी। दुकान के बाहर से गाड़ी चोरी हो गई। इसके बाद अपने स्तर पर जांच की तो पता चला कि रोहतक निवासी विशाल और अंकित उस कार को चुराकर ले गए। इतना ही नहीं, वे ऑफिस के अंदर से दो कारों की चाबियां, सेल्टास कार से एक लाख 43 हजार रुपये भी निकालकर ले गए हैं। पीड़ित ने जल्द न्याय की गुहार लगाई है। उधर, सदर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

समाज सेवा से जुड़ी दो खबरें : स्कूल में विद्यार्थियों की मदद को आगे बढ़े हाथ

कंवरपाल जून ने सरकारी स्कूल का पुनर्निर्माण कराया

बहादुरगढ़। कार्य पूरा होने पर रिबन काटते कंवरपाल जून।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

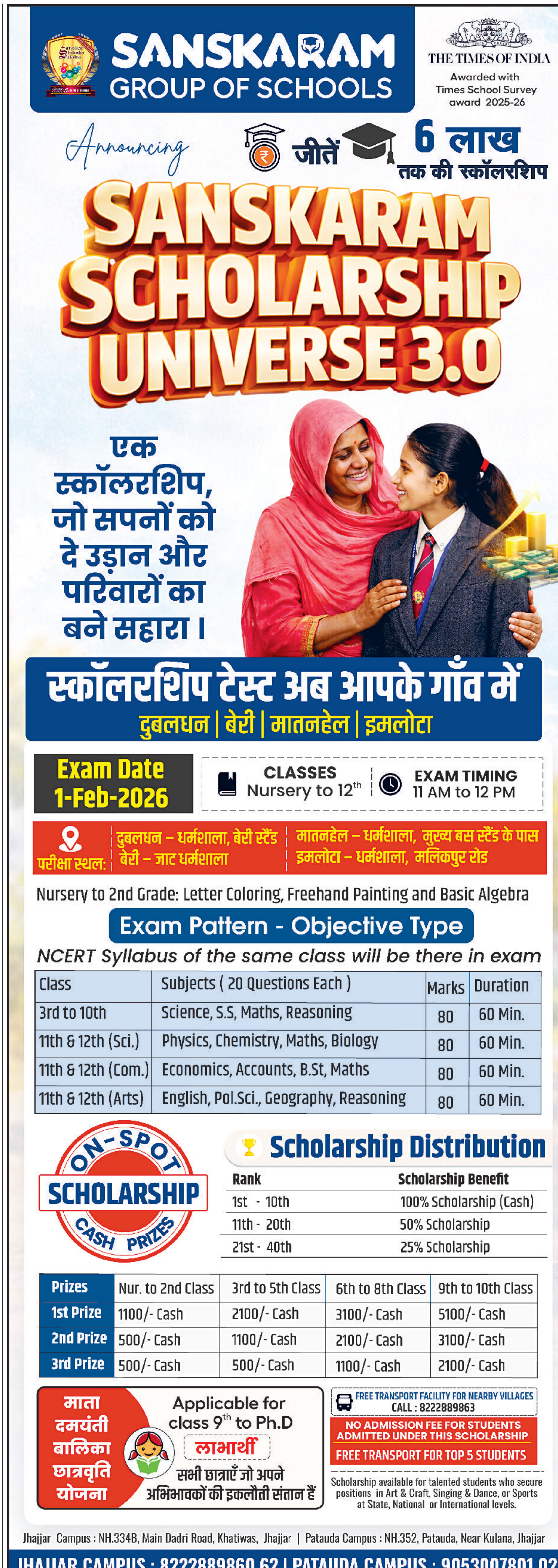
गांव नूना माजरा के जर्जर हो चुके राजकीय प्राथमिक विद्यालय का समाजसेवी कंवरपाल जून ने अपने निजी खर्च से पुनर्निर्माण कराया। स्कूल के चार कमरों, बरामदे व गेट का पुनर्निर्माण कराकर उन्होंने स्कूल का अस्तित्व बचाया। यह कार्य उन्होंने अपने स्व. दादा चौधरी गोरधन सिंह की शिक्षा-सेवा की विरासत को आगे बढ़ाते हुए किया। साथ ही कार्यालय में पीवीसी पैनल, बिजली उपकरण और बच्चों के लिए स्पोर्ट्स टेबल भी उपलब्ध कराई। कार्य पूर्ण होने पर ग्राम सरपंच जयभगवान, पूर्व पंच विनोद, प्राचार्य कैलाश देवी, प्राथमिक स्कूल प्रभारी समुंद्र सिंह, ज्योति तथा शैक्षणिक स्टाफ ने अभिनंदन किया।

गुरुकुल में 200 कन्याओं को ट्रैक सूट वितरित किए

बहादुरगढ़। ट्रैक सूट वितरित करने वाले परिवार के साथ छात्राएं।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

लोवा कलां स्थित कन्या गुरुकुल में सर्दी के मौसम को ध्यान में रखते हुए छात्राओं को गर्म ट्रैक सूट वितरित किए गए। आर्य प्रतिनिधि सभा जिला झज्जर के प्रधान आर्य हरिओम दलाल ने बताया कि गांव झाड़ौदा निवासी सोहनलाल पुत्र स्व. ज्ञानीराम ने लगभग 200 छात्राओं के लिए करीब एक लाख रुपये की लागत से गर्म ट्रैक सूट भेंट किए। इस अवसर पर सोहनलाल के साथ वीरेंद्र सिंह सहित उनके परिवार के अनेक सदस्य उपस्थित रहे। इस अवसर पर गुरुकुल की ओर से आचार्या डॉ. राजन, विद्यावती, प्रीति, अनु आर्या, प्रतिभा आर्या मौजूद रहीं। गुरुकुल समिति की ओर से भेंटकर्ताओं को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया।



खबर संक्षेप

बहादुरगढ़। योगाभ्यास करतीं छात्राएं।

योग शिविर में छात्राओं ने किया योगाभ्यास

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय में एक दिवसीय योग शिविर का आयोजन किया गया। आयुष विभाग से रेणु सिंधु व निशा ने योग के महत्व पर प्रकाश डाला और बताया कि योग से शरीर स्वस्थ, मन शांत तथा एकाग्रता बढ़ती है। इसके पश्चात उन्होंने विभिन्न योगासन सूर्य नमस्कार, सूक्ष्म व्यायाम और प्राणायाम की विधियां सिखाई। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. राजवंती शर्मा ने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन का निवास होता है। शारीरिक शिक्षा विभागाध्यक्ष कुमारी प्रीति ने छात्राओं को नियमित रूप से योगाभ्यास करने की प्रेरणा दी।

बहादुरगढ़। सूर्य नमस्कार कार्य में भाग लेते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

छात्रों को सूर्य नमस्कार के लाभ समझाए

बहादुरगढ़। अशोका इंटरनेशनल स्कूल में सूर्य नमस्कार समारोह का आयोजन किया गया। आयुष योग इंस्ट्रक्टर प्रीति ने बच्चों को सूर्य नमस्कार की विभिन्न 12 योग मुद्राओं व योग करने से होने वाले फायदों के बारे में बताया। बच्चों ने उनके साथ योग क्रियाएं की। प्रीति ने कहा कि इस अभियान का मकसद, योग के ज़रिए शारीरिक, मानसिक, और आत्मिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाना है। स्कूल की निदेशिका विजय लक्ष्मी ने बच्चों को अपने दैनिक जीवन में सूर्य नमस्कार को शामिल करने के लिए प्रेरित किया। प्रिंसिपल जैनेंद्र कुमार ने कहा कि योग सेहत के लिए लाभकारी है।

कर्मचारियों को यातायात नियमों की जानकारी दी

बहादुरगढ़। सड़क सुरक्षा माह के तहत सोमानी टाइल कंपनी में सड़क सुरक्षा व नशा विरोधी जागरूकता अभियान चलाया गया। उप निरीक्षक सत्य प्रकाश की टीम ने कर्मचारियों को यातायात नियमों, हेलमेट व सीट बेल्ट के महत्व तथा नशे में वाहन चलाने के दुष्परिणामों की जानकारी दी। कार्यक्रम के अंत में सभी को नशामुक्ति व सड़क सुरक्षा नियमों के पालन की शपथ दिलाई गई।

विधायक ने भंडारे में शिरकत की

बहादुरगढ़। विधायक राजेश जून ने शनिवार को गांव सराय औरंगाबाद के शिव मंदिर जोहड़ वाला पर आयोजित भंडारा कार्यक्रम में शिरकत की। भंडारा कार्यक्रम में विधायक राजेश जून ने भोले बाबा की पूजा अर्चना की और प्रसाद ग्रहण किया। विधायक राजेश जून ने मंदिर कमेटी को 11 हजार रुपए की धनराशि दान स्वरूप भेंट कर धार्मिक कार्यों के प्रति अपनी आस्था प्रकट की। मंदिर कमेटी ने भंडारा कार्यक्रम में पहुंचे विधायक राजेश जून का फूल मालाएं पहनाकर स्वागत किया गया।

नो पार्किंग जोन में खड़े 50 से अधिक वाहनों के भी चालान काटे कुछ गाड़ी इंपाउंड

रेलवे रोड पर एसडीएम ने बरती सख्ती, दुकानदारों में हड़कंप

अतिक्रमण पर 42 हजार रुपये से अधिक के चालान काटे

बहादुरगढ़। व्यापारियों को हिदायत देते एसडीएम अभिनव सिवाच, नो पार्किंग में खड़ी गाड़ी के चालक को फटकार लगाते एसडीए व जब्त किए गए सामान को ट्रैक्टर में डालते हुए। फोटो : हरिभूमि

कार्रवाई के दौरान कुछ दुकानदारों ने नाराजगी जताई तो कुछ गुहार लगाते नजर आए लेकिन अधिकारी नहीं माने

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

अतिक्रमण के खिलाफ शनिवार को एसडीएम आईएएस अभिनव सिवाच एक्शन मोड़ में नजर आए। उनकी अगुवाई में पुलिस और नगर परिषद की टीम ने कार्रवाई करते हुए अतिक्रमण पर शिकंजा कसा। इस दौरान अतिक्रमण फैला रहे दुकानदारों के लगभग 42 हजार रुपये के चालान किए गए, जबकि नो पार्किंग में खड़ी 50 से अधिक गाड़ियों के चालान काटे गए और कुछ गाड़ियां इंपाउंड की गई। इस कार्रवाई के चलते दुकानदारों में हड़कंप मच गया। कार्रवाई के दौरान रेलवे रोड खुला-खुला नजर आया। दुकानों के बाहर हुए पक्के कब्जों को तोड़ने के लिए भी एसडीएम ने निर्देश दिए हैं।

बहादुरगढ़। कार्रवाई के बाद खुला-खुला नजर आया रेलवे रोड। फोटो : हरिभूमि

दरअसल, शहर के बाजार अतिक्रमण से सिकुड़े हुए हैं। विशेषकर रेलवे रोड पर तो दुकानों के काफी बाहर तक सामान रख लिया जाता है। शिकायतों पर संज्ञान लेते हुए शनिवार को एसडीएम अभिनव सिवाच (आईएएस) ने कड़ा रुख अपनाया और खुद ही रेलवे रोड पर उतरकर अतिक्रमण फैला रहे दुकानदारों तथा बेतरतीब ढंग से वाहन खड़े करने वालों को कड़ी फटकार लगाई। रेलवे मोड़ से लेकर विश्वकर्मा धर्मशाला तक यह कार्रवाई चली।

इस दौरान अतिक्रमण फैला रहे दुकानों के ढाई से दस हजार रुपये तक के चालान हुए। वहीं अवैध पार्किंग के 50 हजार रुपये के चालान किए गए। कुछ गाड़ियां इंपाउंड की गई। कार्रवाई के दौरान दुकानदारों में हड़कंप मच गया। वे अपना सामान समेटते नजर आए। इस दौरान कुछ दुकानदारों ने नाराजगी जताई तो कुछ गुहार लगाते नजर आए, लेकिन अधिकारी नहीं माने।

अब पक्के कब्जे भी हटाए जाएंगे

एसडीएम अभिनव सिवाच ने कहा कि रेलवे रोड बेहद खुला रास्ता है लेकिन अतिक्रमण के कारण यह सिकुड़ जाता है। फिलहाल अस्थाई अतिक्रमण हटाया गया है और अब आगे पक्के कब्जों को हटवाया जाएगा। यदि कोई इस कार्रवाई में खलल उत्पन्न करता है तो उसके खिलाफ कानूनी कार्रवाई की जाएगी। इसलिए दुकानदारों और नागरिकों से अपील है कि वे अतिक्रमण और अवैध पार्किंग की समस्या उत्पन्न न करें। अब लगातार इस तरह की कार्रवाई शहर में जारी रहेगी। जल्द ही अन्य सड़कों का रुख किया जाएगा। कार्रवाई के दौरान एसएचओ ट्रैफिक सतीश कुमार, सिटी थाने से एसआई धर्मेंद्र सहित नगर परिषद के अधिकारी मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। प्राचार्या के साथ स्लोगन दिखातीं छात्राएं। फोटो : हरिभूमि

पोस्टर व स्लोगन में दर्शाई संत रविदास की सीख

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय में संत शिरोमणि रविदास की जयंती के अवसर पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। स्वयंसेविकाओं ने पोस्टर व स्लोगन के माध्यम से समाज में समानता, भाईचारे और मानवता का संदेश दिया। प्राचार्या डॉ. आशा शर्मा ने कहा कि संत रविदास के विचार आज के समय में अत्यंत प्रासंगिक हैं। उन्होंने समाज को समानता, आत्मसम्मान और मानवीय मूल्यों का मार्ग दिखाया। युवा पीढ़ी को उनके आदर्शों को अपनाकर एक समरस और समावेशी समाज के निर्माण में सक्रिय भूमिका निभानी चाहिए। उन्होंने स्वयंसेविकाओं द्वारा किए गए इस जागरूकता प्रयास की सराहना भी की।

राष्ट्रव्यापी हड़ताल की रणनीति पर चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

शनिवार को बहादुरगढ़ ब्लॉक में सीटू से संबद्ध सभी यूनियनों की संयुक्त बैठक आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता ग्रामीण चौकीदार यूनियन के ब्लॉक प्रधान जय भगवान ने की, जबकि आशा वर्कर यूनियन से दुर्गा विशेष रूप से मौजूद रहीं। बैठक का संचालन ग्रामीण चौकीदार धर्मेंद्र ने किया। यह बैठक आगामी 12 फरवरी को प्रस्तावित राष्ट्रव्यापी हड़ताल की तैयारियों को लेकर बुलाई गई थी।

बहादुरगढ़। अपनी मांग उठाती आशा वर्कर्स। फोटो : हरिभूमि

ब्लॉक प्रधान जय भगवान ने सभी चौकीदारों को स्थायी करने, न्यूनतम 30 हजार रुपये वेतन देने और न्यायालय के फैसले के अनुसार 10 वर्ष पूरे कर चुके कर्मचारियों को पक्का करने की मांग की। ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन के ब्लॉक प्रधान अजय परनाला ने कहा कि 10 वर्ष की सेवा पूरी कर चुके ग्रामीण सफाई कर्मचारियों को स्थायी किया जाए और 6 वर्ष का एरियर तत्काल दिया जाए। सीटू के उपप्रधान मुकेश ने श्रम संहिताओं को मजदूर और कर्मचारियों के अधिकारों पर हमला बताया। सीटू तालमेल समिति की कन्वीनर किरण ने मनरेगा पर बोलते हुए कहा कि केवल नाम बदलने से मजदूरों का पेट नहीं भरता, बल्कि काम देने से भरता है।

एनएसएस शिविर में छात्राओं को डिजिटल साक्षरता का पाठ पढ़ाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय एनएसएस इकाई द्वारा आयोजित एनएसएस शिविर के चौथे दिन प्रातःकालीन सत्र में डिजिटल साक्षरता पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। वहीं, सांस्कृतिक गतिविधियों की प्रस्तुतियां भी दी गईं।

सांस्कृतिक नृत्य करतीं छात्राएं

मुख्य वक्ता शिखा तिवारी ने स्वयंसेविकाओं व ग्राम परनाला की महिलाओं को डिजिटल तकनीक के महत्व, सुरक्षित उपयोग और जिम्मेदार ऑनलाइन व्यवहार की जानकारी दी। महाविद्यालय की प्राचार्या राजवंती शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय तकनीक का युग है, ऐसे में डिजिटल ज्ञान के अभाव में व्यक्ति पीछे रह जाता है। मुख्य वक्ता शिखा तिवारी ने स्पष्ट किया कि डिजिटल साक्षरता केवल मोबाइल या कंप्यूटर चलाने तक सीमित नहीं है, बल्कि तकनीक को समझदारी, सुरक्षा और जिम्मेदारी के साथ प्रयोग करने की क्षमता विकसित करना भी इसका अहम हिस्सा है। सुनील दहिया ने मेडिटेशन के लाभों पर प्रकाश डाला। सेल्फ डिफेंस टीम की टीना व मीनाक्षी ने आत्मरक्षा के गुर सिखाए। सायंकालीन सत्र में स्वयंसेविकाओं ने भाषण, काव्य पाठ व नृत्य प्रस्तुत कर सामाजिक विषयों पर प्रभावी संदेश दिए।

बहादुरगढ़। कैंप के तहत खेड़ी जट गांव के स्कूल में पहुंचे स्वयंसेवक।

स्वयंसेवकों ने राजकीय स्कूल में किया पौधरोपण

बहादुरगढ़। बादली स्थित राजकीय कॉलेज में आयोजित एनएसएस शिविर के तीसरे दिन की शुरुआत योगाभ्यास से हुई। इसके बाद स्वयंसेवकों द्वारा खेड़ी जट गांव स्थित राजकीय विद्यालय में बच्चों के साथ विभिन्न गतिविधियां करवाई गईं। विद्यालय परिसर में खेल-कूद प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया, जिसमें रस्साकशी व दौड़-भाग जैसी गतिविधियां शामिल रहीं। इसके साथ ही कॉलेज के स्वयंसेवकों द्वारा विद्यालय परिसर में पौधरोपण भी किया गया। गांव के वरिष्ठ नागरिक सत्यनारायण ने हरियाणवी कविता के माध्यम से हरियाणवी व भारतीय संस्कृति के महत्व को प्रस्तुत किया। प्राचार्य डॉ. आनंद कादयान ने विद्यार्थियों को नैतिक मूल्यों के विषय में प्रेरक संबोधन दिया। खेड़ी जट गांव भ्रमण के दौरान स्वयंसेवकों के साथ कॉलेज के अन्य स्टाफ सदस्य डॉ. रमेश, बेबी मैम, डॉ. पूनम व समता भी उपस्थित रहे। डॉ. रेणु गुलिया व डॉ. संदीप के मार्गदर्शन में गतिविधियां संपन्न हुईं।

नंबरदार ने केंद्रीय मंत्री से मिलकर जल संकट पर की समाधान की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

भाजपा नेता एवं नंबरदार एसोसिएशन के चेयरमैन सतीश नंबरदार ने दिल्ली में केंद्रीय जल शक्ति मंत्री सीआर पाटिल से मुलाकात की। उन्होंने बहादुरगढ़ और दिल्ली एनसीआर क्षेत्र में स्वच्छ पेयजल के बढ़ते संकट के समाधान पर चर्चा भी की। नंबरदार ने केंद्रीय मंत्री को बुके भेंट कर सम्मानित किया और उन्हें बहादुरगढ़ आने का निमंत्रण भी दिया।

बहादुरगढ़। केंद्रीय मंत्री को फूलों का गुलदस्ता भेंट करते सतीश नंबरदार।

बैठक के दौरान शतीश नंबरदार ने केंद्रीय मंत्री के समक्ष बहादुरगढ़, दिल्ली एनसीआर और आसपास के क्षेत्रों में पानी की कमी व गुणवत्ता से जुड़ी समस्याओं को प्रमुखता से रखा। उन्होंने बताया कि इस क्षेत्र में तेजी से होते शहरीकरण के कारण स्वच्छ जल की मांग और आपूर्ति के बीच बड़ा अंतर पैदा हो गया है, जिसका सीधा असर निवासियों पर पड़ रहा है। उन्होंने बहादुरगढ़ में अत्याधुनिक वॉटर ट्रीटमेंट प्लांट, पानी की लाइनों का सुदृढ़ीकरण, और भूजल संरक्षण की योजनाओं को लागू करने की मांग की।

सरकार से गैर जरूरी खर्चों पर रोक लगाने की मांग

बहादुरगढ़। हरियाणा युवा कांग्रेस के प्रदेश मीडिया चेयरमैन प्रदीप यादव ने कहा कि भारतीय रिजर्व बैंक द्वारा जारी ताजा आंकड़ों ने प्रदेश की आर्थिक सच्चाई सामने रख दी है। उन्होंने बताया कि राज्य

सरकार ने लगभग 94 हजार करोड़ रुपये का राजस्व एकत्र किया, लेकिन इसका करीब 27 प्रतिशत यानी लगभग 25 हजार करोड़ रुपये केवल ब्याज चुकाने में खर्च हो गया। इससे स्पष्ट है कि सरकार की वित्तीय नीतियां संतुलित नहीं हैं और विकास कार्य प्रभावित हो रहे हैं। यादव ने आरोप लगाया कि भाजपा सरकार बिना दीर्घकालिक योजना के लगातार कर्ज ले रही है, जबकि शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार और किसानों के कल्याण जैसे बुनियादी क्षेत्रों की अनदेखी की जा रही है। भारी कर्ज के बावजूद सरकार करोड़ों रुपये खर्च कर भव्य पार्टी कार्यालय बनवा रही है। युवा कांग्रेस ने सरकार से नीतियों की समीक्षा, गैर-जरूरी खर्चों पर रोक और वित्तीय पारदर्शिता की मांग की है।

बहादुरगढ़। शिक्षकों के साथ मिस्टर व मिस फेयरवेल। फोटो : हरिभूमि

अध्यापकों को स्मृति चिह्न भेंट किए

बहादुरगढ़। माउंट व्यू स्कूल के प्रांगण में विदाई समारोह का आयोजन किया गया। कक्षा 11वीं के विद्यार्थियों ने 12वीं कक्षा के विद्यार्थियों को विदाई दी। कक्षा 12वीं के विद्यार्थियों ने अपने विदाई समारोह के दौरान अपने अध्यापकों को स्मृति चिन्ह भेंट किए। बच्चों ने इस विदाई के दौरान अनेक रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत किए। इस अवसर पर मिस और मिस्टर माउंट व्यू का भी चयन किया गया, जिसमें राशि को मिस माउंट व्यू तथा अर्हान को मिस्टर माउंट व्यू चुना गया। विद्यालय के प्रिंसिपल छिल्लर ने विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की तथा उनका मनोबल बढ़ाया। वहीं स्कूल निदेशक देवेंद्र लाठर ने बच्चों को आगामी परीक्षाओं के लिए शुभकामनाएं दीं।

बहादुरगढ़। योग व सूर्य नमस्कार का अभ्यास करते डॉक्टर व स्टाफ सदस्य।

डॉक्टरों ने किया सूर्य नमस्कार व योग

बहादुरगढ़। गांव नूना माजरा स्थित महाराजा अग्रसेन सत नारायण गुप्ता हॉस्पिटल में सूर्य नमस्कार व योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ. संगीता व जिला योग संयोजक डॉ. पवन देशवाल के दिशा-निर्देशों अनुसार नोडल अधिकारी डॉ. उषा देशवाल, सुमन देशवाल के मार्गदर्शन में हुआ। कार्यक्रम में आयुष योगा ट्रेनर रेणु देवी ने अस्पताल के डॉक्टरों एवं स्टाफ को योग के महत्व के बारे में जानकारी दी तथा सभी को सूर्य नमस्कार का अभ्यास करवायामहाराजा अग्रसेन केदार नाथ गुप्ता मेडिकल कॉलेज की डीन डॉ. पूनम अग्रवाल भी उपस्थित रहीं। अस्पताल के मेडिकल सुपरिंटेंडेंट डॉ. हर्ष राज नेहरा सहित अस्पताल के चिकित्सकगण व स्टाफ सदस्य भी मौजूद रहे। सभी ने उत्साहपूर्वक सूर्य नमस्कार किया और योग को नियमित रूप से अपनाने का संकल्प लिया।

बहादुरगढ़। विद्यार्थियों को जागरूक करतीं डॉ. सुनीता छिल्लर। फोटो : हरिभूमि

तनाव जीवन का स्वाभाविक हिस्सा समय पर करें पहचान : डॉ. सुनीता

बहादुरगढ़। सुनहरा कल फाउंडेशन के तत्वावधान में रेलवे रोड स्थित द्रोणाचार्य कोचिंग सेंटर में मानसिक स्वास्थ्य एवं तनाव प्रबंधन विषय पर एक एक्सटेंशन लेक्चर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता निदेशक जगबीर सिंह ने की। फाउंडेशन की संस्थापक व सीनियर काउंसलर डॉ. सुनीता छिल्लर ने मुख्य वक्ता के रूप में विद्यार्थियों को संबोधित किया। उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि तनाव जीवन का एक स्वाभाविक हिस्सा है, लेकिन समय पर उसकी पहचान और सही प्रबंधन से इसे सकारात्मक ऊर्जा में बदला जा सकता है। कार्यक्रम संयोजक सत्येंद्र दहिया ने भी बच्चों को संबोधित किया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने सक्रिय सहभागिता की, प्रश्न पूछे और सत्र को अत्यंत उपयोगी व प्रेरणादायक बताया। शिक्षाविद प्रीति व विजेंद्र सिंह भी इस मौके पर उपस्थित रहे।

रजत खनेजा ने दूसरी बार जीता मास्टर्स राष्ट्रीय स्नूकर का खिताब

बहादुरगढ़। एचएल सिटी स्थित शाइनिंग स्टार स्पोर्ट्स एकेडमी में 92वीं एसबीए राष्ट्रीय बिलियर्ड्स एवं स्नूकर चैंपियनशिप का समापन यादगार रहा। हरियाणा के रजत खनेजा ने दिल्ली के संदीप गुलाटी को 4–2 के अंतर से पराजित कर खिताब अपने नाम किया। रजत खनेजा ने मास्टर्स राष्ट्रीय स्नूकर चैंपियनशिप का खिताब दूसरी बार अपने नाम किया है। उन्होंने इससे पहले यह खिताब दो वर्ष पूर्व चेन्नई में जीता था। राजत खनेजा गोवा में आयोजित राष्ट्रीय खेलों में कांस्य पदक भी जीत चुके हैं। बहादुरगढ़ की शाइनिंग स्टार स्पोर्ट्स एकेडमी में हुई यह राष्ट्रीय चैंपियनशिप अब तक की सर्वश्रेष्ठ आयोजित प्रतियोगिताओं में से एक मानी गई। आयोजकों ने इसके लिए एकडेमी की निदेशिका शैलजा जून और मुस्कान जून का आभार जताया है।

बहादुरगढ़। एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष आईपीएस पंकज नैन के साथ रजत खनेजा।

बच्चों को फास्ट फूड से दूर रहने की सलाह दी

बहादुरगढ़। गांव आसौदा टोडराण स्थित राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के प्रांगण में योगाचार्य जगदीश कुमार सहवाग द्वारा निशुल्क योग व प्राणायाम शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय के प्राचार्य ऋषि कुमार ने की। इस अवसर पर मालती कांगड़ा, संतोष, हरिओम शर्मा, उषा, रीना, ललित कुमार, रविंद्र, दीपक, स्नेहलता, रचना, बीना कुमारी, मुकेश कुमार, प्रीति, उर्वशी, संजय कुमार, जयवीर आदि शिक्षक भी मौजूद रहे। योगाचार्य जगदीश कुमार सहवाग ने विद्यार्थियों को अष्टांग योग के साथ-साथ देशभक्ति, माता-पिता की सेवा, प्रकृति संरक्षण तथा शिक्षा के महत्व जैसे विषयों पर विस्तार से जानकारी दी। जगदीश कुमार ने विद्यार्थियों को नशे, फास्ट फूड, जंक फूड और सामाजिक बुराइयों से दूर रहने का संदेश दिया। शारीरिक रूप से शक्तिशाली बनने के लिए सदैव घर का बना शुद्ध, सात्विक एवं संतुलित भोजन करना चाहिए।

बहादुरगढ़। बच्चों को योगाभ्यास करवाते योगाचार्य जगदीश सहवाग।

इस्कॉन मंदिर में श्रद्धापूर्वक मनाई नित्यानंद त्रयोदशी

बहादुरगढ़। लाइनपार स्थित इस्कॉन मंदिर में नित्यानंद त्रयोदशी शनिवार को श्रद्धा, भक्ति और उल्लास के साथ मनाई गई। इस अवसर पर मंदिर परिसर में दिनभर आध्यात्मिक व सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लिया। कार्यक्रम का शुभारंभ सुबह साढ़े चार बजे मंगल आरती से हुआ। इसके बाद साढ़े सात बजे गुरु पूजा संपन्न हुई। आठ बजे नित्यानंद प्रभु की महिमा पर प्रवचन दिया गया, जिसमें वक्ताओं ने प्रभु के करुणामय जीवन और भक्ति मार्ग पर प्रकाश डाला। फिर विशेष श्रृंगार दर्शन कराए गए और महाअभिषेक किया गया। साढ़े 11 बजे सांस्कृतिक महोत्सव में भजन, कीर्तन व आध्यात्मिक प्रस्तुतियों ने श्रद्धालुओं को भावविभोर कर दिया। आरती के पश्चात दोपहर एक बजे से एकादशी प्रसाद का वितरण किया गया। श्रद्धालुओं ने दोपहर तक उपवास रखा और प्रभु की सेवा में भोग अर्पित किए।

बहादुरगढ़। महा अभिषेक करते पुजारी।

124 लोगों ने कराई स्वास्थ्य जांच

बहादुरगढ़। राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन के तहत वार्ड 15 के बसंत विहार स्थित टाउन पार्क में शहरी पॉलीक्लीनिक स्वास्थ्य केंद्र किला मोहल्ला की ओर से नगर पार्षद प्रीति भूपेंद्र राठी के सहयोग से एक निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। डॉ. ममता, डॉ. ऋतु, डॉ. अभिजीत, डॉ. भरत और एएनएम शुभलता, कोमल, फार्मासिस्ट विक्रांत, अमन के साथ आशा वर्कर निशा, नीलम, सुमन व उर्मिला ने शिविर में सेवाएं दीं। कुल 124 लोगों की निःशुल्क स्वास्थ्य जांच की गई। ब्लड प्रेशर, शुगर, सामान्य रोगों की जांच के साथ-साथ आवश्यक परामर्श भी दिया गया। मरीजों को मुफ्त दवाइयां भी वितरित की गईं। एडवोकेट विपिन ने शिविर के संचालन में सक्रिय भूमिका निभाई।

बहादुरगढ़। लोगों का स्वास्थ्य जांचते चिकित्सक।

खबर संक्षेप

एग्री स्टैक फार्मर आईडी अभियान में तेजी लाएं

स्वप्निल रविंद्र पाटिल, डीसी

झज्जर। डीसी स्वप्निल रविन्द्र पाटिल ने डिजिटल एग्री स्टैक फार्मर आईडी अभियान की प्रगति की समीक्षा करते हुए संबंधित अधिकारियों एवं फील्ड में कार्यरत टीमों को कार्य में और अधिक तेजी लाने के निर्देश दिए हैं। जिला प्रशासन द्वारा डिजिटल एग्री स्टैक फार्मर आईडी अभियान को मिशन मोड में संचालित किया जा रहा है तथा सभी संबंधित विभाग आपसी समन्वय के साथ कार्य करें। कार्य में किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने कहा कि प्रत्येक किसान की फार्मर आईडी बनना अत्यंत आवश्यक है, क्योंकि भविष्य में पीएम किसान सम्मान निधि योजना सहित किसानों को मिलने वाली सभी कृषि संबंधी सरकारी योजनाओं, अनुदान, सब्सिडी एवं सेवाओं का लाभ इसी आईडी के माध्यम से दिया जाएगा।

राज्य स्तरीय पशुधन प्रदर्शनी 6 से

झज्जर। पशुपालन एवं डेयरिंग विभाग के उपनिदेशक डॉक्टर मनीष डबास ने बताया कि कुरुक्षेत्र स्थित कुरुक्षेत्र विकास बोर्ड मेला मैदान में आगामी छह फरवरी से आठ फरवरी तक तीन दिवसीय 41वीं राज्य स्तरीय पशुधन प्रदर्शनी का आयोजन किया जाएगा। इस राज्य स्तरीय प्रदर्शनी में प्रदेश भर से लगभग 15सौ उन्नत नस्ल के पशु विभिन्न श्रेणियों में भाग लेंगे। उन्होंने बताया कि पशुपालन विभाग द्वारा जिला के पशुपालकों को प्रदर्शनी स्थल तक ले जाने एवं वापस लाने के लिए प्रतिदिन दस बसों की विशेष व्यवस्था की गई है।

पुराना बर्फखाना मार्ग पर सड़क निर्माण कार्य शुरू

झज्जर। पुराना बर्फखाना मार्ग पर सड़क निर्माण कार्य शुरू होने से आमजन और स्थानीय दुकानदारों ने राहत की सांस ली है। दुकानदारों ने उम्मीद जताई है कि सड़क निर्माण कार्य अब बिना किसी गतिरोध के जल्द पूर्ण होगा। नगर परिषद चेयरमैन जिले सिंह सैनी ने कहा कि सड़क निर्माण कार्य शुरू करवा दिया गया था। लेकिन बाद में प्रशासन द्वारा ग्रैप की पाबंदियां लगने के कारण कार्य को रूकवा दिया गया था। ग्रैप की पाबंदियां हटने के बाद निर्माण कार्य शुरू करवा दिया गया है। प्रयास यही है कि सप्ताह भर के अंदर पूरी सड़क निर्माण करवा दिया जाएगा। बता दें कि सड़क उखाड़ने के दौरान जगह जगह पर सीवरेज लीकेज और नालों के ओवर फ्लो होने के कारण गंदा पानी सड़क पर भर गया था।

अधिकारिता मंत्री जटेला धाम में आज

झज्जर। हरियाणा सरकार के सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्री कृष्ण कुमार बेदी रविवार को गांव माजरा दूबलधन स्थित जटेला धाम में आयोजित पूर्णिमा महोत्सव एवं सम्मान समारोह में बतौर मुख्यातिथि शिरकत करेंगे।

अंतर जिला विज्ञान प्रदर्शनी में 14 कॉलेजों के 53 मॉडल प्रदर्शित

रसायन शास्त्र में राजकीय महाविद्यालय की छात्रा रचना और दीक्षा का मॉडल रहा प्रथम

- मोबाइल क्रांति और एआई ने दुनिया को बहुत प्रभावित किया है लेकिन अपनी प्राकृतिक बुद्धिमत्ता को बरकरार रखें और मौलिक चिंतन को नष्ट न होने दें : डॉ. वर्मा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय में शनिवार को अंतर जिला विज्ञान प्रदर्शनी का आयोजन रसायनशास्त्र प्राध्यापक राकेश कुमार पसरीजा ने किया। जिसमें झज्जर तथा गुरुग्राम जिले के 14 कॉलेजों के 53 मॉडल प्रदर्शित किए गए। कार्यक्रम में एसजीटी यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉक्टर हेमंत वर्मा ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की, जबकि प्राचार्य डॉक्टर दलबीर सिंह ने अध्यक्षता की। कुलपति डॉक्टर हेमंत वर्मा ने कहा कि जीवन में सफलता के लिए कड़ी मेहनत, दृढ़ संकल्प, समर्पण भावना और ईमानदारी बहुत जरूरी है। मानव जीवन की परिस्थितियां तेजी से बदल रही हैं। आज के विद्यार्थी की सोच अपने समय से बहुत आगे है। मोबाइल क्रांति और एआई ने दुनिया को बहुत प्रभावित किया है लेकिन अपनी प्राकृतिक बुद्धिमत्ता को बरक़रार रखें और मौलिक चिंतन को नष्ट न होने दें।

झज्जर। प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए डॉक्टर हेमंत वर्मा एवं अन्य।

ये रहे परिणाम

रसायन शास्त्र में राजकीय महाविद्यालय झज्जर की रचना और दीक्षा का मॉडल खाद्य अपमिश्रण प्रथम, राजकीय महाविद्यालय बहादुरगढ़ की कोमल और नैंसी का मॉडल कचरे से खजाने तक द्वितीय तथा राजकीय महिला महाविद्यालय बहादुरगढ़ की खुशी वर्मा और दीपिका का नैनो डाइमेंशन तृतीय रहा। जबकि भौतिकी विषय में राजकीय महाविद्यालय झज्जर के यशवीर और भूपेश का मॉडल ऊर्जा दक्ष स्मार्ट सिटी प्रथम, राजकीय महाविद्यालय बादली के जतिन और आर्यन का मॉडल खतरा मुक्त शहर द्वितीय तथा राजकीय महाविद्यालय सेक्टर 14, गुरुग्राम की मुस्कान और हितांशा का मॉडल फ्लड प्रूफ सिटी तृतीय रहा। वहीं वनस्पति विज्ञान विषय में द्रोणाचार्य महाविद्यालय गुरुग्राम के शिवम और हेमंत कुमार का मॉडल हरित श्वास प्रथम तथा प्रारम्भ शिक्षण संस्थान, झज्जर की रेणु और गीतांजलि का मॉडल पादप रोग पहचान द्वितीय रहा। प्राणी विज्ञान विषय में प्रारंभ शिक्षण संस्थान, झज्जर की प्रांजल और हर्षिका का मॉडल कम कीमत पर डायलसिस प्रथम तथा राजकीय महाविद्यालय बहादुरगढ़ की दीपिका और आकाश का मॉडल पर्ल डीएनए फिंगर प्रिंटिंग द्वितीय रहा।

झज्जर। प्रदर्शनी के विजेता विद्यार्थियों को पुरस्कृत करते हुए अतिथि।

प्राणी विज्ञान श्रेणी में प्रांजल व हर्षिका रहीं प्रथम

झज्जर। स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ एडवांस्ड स्टडीज इन टीचर एजुकेशन के विद्यार्थियों ने अंतर-जिला विज्ञान प्रदर्शनी में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए प्राणी विज्ञान एवं वनस्पति विज्ञान श्रेणियों में शीर्ष स्थान प्राप्त किया है। प्राणी विज्ञान श्रेणी में प्रांजल व हर्षिका द्वारा तैयार किया गया लो-कॉस्ट डायलिसिस मॉडल प्रथम रहा जबकि वनस्पति विज्ञान श्रेणी में रेणू व गीतांजलि द्वारा बनाया गया डिजिटली सहायक पादप रोग पहचान मॉडल द्वितीय रहा। इस उपलब्धि पर संस्थान निदेशक डॉ. ऋषि गोयल व प्राचार्या डॉ. संतोष्ण ने विजेता विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य कामना करते हुए उनकी तैयारी कराने वाले शिक्षक डॉ. राजवंती, डॉ. सीमा छिल्लर, सतपाल, सारिका व पवन के प्रयासों की सराहना की।

विशाल को मिस्टर और छात्रा शिवानी को मिस एफपीएस चुना

बहादुरगढ़। डायरेक्टर, प्रिंसिपल व शिक्षकों के साथ विद्यार्थी।

बहादुरगढ़। फाउंडेशन पब्लिक स्कूल में कक्षा 12वीं के विद्यार्थियों के लिए एक भव्य व भावनात्मक विदाई समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ स्वागत गीत के साथ किया गया। विद्यालय की प्रिंसिपल ने कहा कि यह विदाई समारोह विद्यार्थियों के जीवन के नए अध्याय की शुरुआत है। उन्होंने विद्यार्थियों को अनुशासन, परिश्रम, आत्मविश्वास और नैतिक मूल्यों को अपनाने की प्रेरणा दी तथा उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों द्वारा रंगारंग, नृत्य, गीत वं मनोरंजक गतिविधियां प्रस्तुत की गईं। जूनियर विद्यार्थियों ने सीनियर छात्रों के लिए विशेष कार्यक्रम प्रस्तुत कर उन्हें विदाई दी। इस अवसर पर मेधावी, अनुशासित एवं प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को सम्मानित भी किया गया। कक्षा बारहवीं के छात्र विशाल को मिस्टर एफपीएस और छात्रा शिवानी को मिस एफपीएस चुना गया। विद्यालय के निदेशक हर्षदीप राठी ने सभी विद्यार्थियों के उज्ज्वल, सफल व सुनहरे भविष्य की हार्दिक शुभकामनाएं दीं।

अक्षिता मिस तो तुषार बने मिस्टर फेयरवेल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

सेंट सोल्जर एमआर पब्लिक स्कूल में कक्षा बारहवीं के विद्यार्थियों के सम्मान में विदाई समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय के निदेशक डॉ. एचएस दहिया व प्रिंसिपल मधु दहिया ने किया। कक्षा बारहवीं के विद्यार्थियों ने रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से अपने विद्यालय जीवन की मधुर स्मृतियों को साझा किया। विद्यार्थियों द्वारा प्रस्तुत नृत्य, गीत व अन्य मंचीय कार्यक्रमों ने सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। विद्यार्थियों द्वारा रैंप वॉक का आयोजन किया गया। इसके अलावा टैलेंट राउंड में विद्यार्थियों ने नृत्य, गायन, कविता पाठ व अन्य रचनात्मक प्रस्तुतियों के माध्यम से अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। छात्रा अक्षिता को मिस फेयरवेल तथा छात्र तुषार को मिस्टर फेयरवेल के खिताब से सम्मानित किया गया। निदेशक डॉ. एचएस दहिया प्रिंसिपल मधु दहिया ने कहा कि परिश्रम, अनुशासन और सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़कर ही जीवन में सफलता प्राप्त की जा सकती है।

बहादुरगढ़। स्कूल निदेशक व प्रिंसिपल के साथ मिस्टर और मिस फेयरवेल।

रिमोट सेंसिंग व पोषण के प्रति छात्राओं को जागरूक किया

बहादुरगढ़। छात्राओं को जागरूक करतीं वक्ता।

बहादुरगढ़। गांव जसोरखेड़ी स्थित राजकीय कन्या महाविद्यालय में शनिवार को एक विशेष व्याख्यान का आयोजन किया गया। इस अवसर पर राजकीय महाविद्यालय बड़ोता से डॉ. बिजेंद्र सिंह अतिथि वक्ता रहे। उन्होंने छात्राओं को रिमोट सेंसिंग एवं जीआईएस में रोजगार के अवसर विषय पर विस्तारपूर्वक जानकारी प्रदान की। अपने व्याख्यान में उन्होंने रिमोट सेंसिंग और जीआईएस के क्षेत्र में उपलब्ध करियर विकल्पों, रोजगार की संभावनाओं, आवश्यक कौशल तथा भविष्य की संभावनाओं पर प्रकाश डाला। महाविद्यालय में महिला सेल के अंतर्गत पोषण और आहार पर व्याख्यान आयोजित किया गया। राजकीय महाविद्यालय सुल्तानपुर से डॉ. मोना कुमारी ने मुख्य वक्ता के तौर पर बताया कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए पोषणयुक्त भोजन अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन और खनिज लवणों की भूमिका को सरल भाषा में समझाते हुए दैनिक जीवन में इनके संतुलित उपयोग पर बल दिया। प्राचार्य डॉ. संदीप, डॉ. प्रियंका अग्रवाल, डॉ. सुनील, डॉ. सुनील कुमार और डॉ. पूनम व प्राध्यापिका लक्ष्मी इस अवसर पर उपस्थित रहे।

प्रत्येक बूथ को सशक्त बनाना हमारी प्राथमिकता : शर्मा

- अत्तर सिंह यादव ने सभी वरिष्ठ नेताओं का स्वागत किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश संगठन महामंत्री फणीन्द्र नाथ शर्मा ओबीसी समाज के प्रदेश स्तरीय नेता अत्तर सिंह यादव के कार्यालय पहुंचे। इस महत्वपूर्ण संगठनात्मक बैठक में पार्टी की जड़ों को और मजबूत करने के लिए गहन चर्चा की गई। पार्टी का विस्तार और प्रत्येक बूथ को सशक्त बनाना हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता है। उन्होंने अत्तर सिंह यादव के नेतृत्व में ओबीसी समाज की सक्रियता की सराहना की और आह्वान किया कि सरकार की जनहितैषी नीतियों को समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाया जाए। इस दौरान जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि , जिला प्रभारी कैप्टन भूपेंद्र , नप चेयरमैन जिले सिंह सैनी, जिलाध्यक्ष व्यापार मंडल केशव सिंगल मौजूद रहे। बैठक में व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष केशव सिंघल की उपस्थिति ने व्यापारियों के मुद्दों को भी संगठन के समक्ष मजबूती से रखा। नगर परिषद चेयरमैन जिले सिंह सैनी ने स्थानीय विकास कार्यों और संगठन के समन्वय पर अपनी बात रखी। अत्तर सिंह यादव ने सभी वरिष्ठ नेताओं का स्वागत किया और विश्वास दिलाया कि वे अपने स्तर पर हर संभव बेहतर प्रयास करेंगे।

झज्जर। संगठन मंत्री का शॉल ओढ़ाकर स्वागत करते हुए नप चेयरमैन जिले सिंह सैनी। फोटो : हरिभूमि

एचडी स्कूल के प्राचार्य सतबीर सिंह ने अतिथि शिक्षकों व विद्यार्थियों का स्वागत किया

विद्यार्थियों ने किया एचडी स्कूल का शैक्षिक भ्रमण

- विद्यार्थियों ने स्कूल के विभिन्न विभागों का दौरा कर अपने शैक्षणिक ज्ञान को बढ़ाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

प्रदेश सरकार द्वारा संचालित ट्विनिंग प्रोग्राम के अंतर्गत शनिवार को राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय अंबोली के विद्यार्थियों ने एचडी स्कूल साल्हावास का शैक्षणिक भ्रमण किया। भ्रमण का उद्देश्य सरकारी व निजी विद्यालयों के बीच शैक्षणिक गुणवत्ता के अंतर को कम करना, संसाधनों का साझा उपयोग करना तथा विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देना रहा। एचडी स्कूल के प्राचार्य सतबीर सिंह ने अतिथि शिक्षकों व विद्यार्थियों का स्वागत किया। प्राध्यापक राजेंद्र प्रसाद वशिष्ठ के नेतृत्व में विद्यार्थियों ने स्कूल के विभिन्न विभागों का दौरा कर अपने शैक्षणिक ज्ञान को बढ़ाया। उन्होंने विद्यालय की लाइब्रेरी, साइंस लैब, कंप्यूटर लैब, बाल रंगमंच हॉल तथा आधुनिक सुविधाओं से युक्त खेल मैदान का अवलोकन किया। इस दौरान दोनों विद्यालयों के विद्यार्थियों के बीच खेल गतिविधियां भी कराई गईं। अतिथि छात्र राकेश कुमार व छात्रा पारुल ने कहा कि उन्होंने इस विद्यालय के बारे जैसा सुना था यह उससे बेहतर है। यहां का वातावरण शिक्षा और खेलों दोनों के लिए अनुकूल है। एचडी ग्रुप डायरेक्टर रमेश गुलिया ने विद्यार्थियों को जीवन में सफलता प्राप्त करने के गुर बताते हुए उन्हें निरंतर सीखने के लिए प्रेरित किया। राजबाला गुलिया, सचिव विशाल नेहरा व हेमंत गुलिया ने भी विद्यार्थियों के साथ अपने अनुभव साझा किए।

झज्जर। एचडी स्कूल परिसर में उपस्थित राजकीय स्कूल अंबोली के विद्यार्थी एवं शिक्षक।

न्यूज डायरी

छुछकवास क्षेत्र में पहुंची बाल विवाह मुक्ति रथ यात्रा

झज्जर। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण व एमडीडी ऑफ इंडिया संस्था द्वारा चलाई जा रही बाल विवाह मुक्ति रथ यात्रा शनिवार को छुछकवास क्षेत्र के विभिन्न गांवों में पहुंची। जागरुकता टीम सदस्यों ने फोर्टपुरा, तामसपुरा, बीड़ छुछकवास, छुछकवास व मातनहेल गांव में पहुंच लोगों को बाल विवाह की रोकथाम के लिए जागरुक किया। इस दौरान चलाए जा रहे हस्ताक्षर अभियान में विद्यार्थियों, शिक्षकों, सामुदायिक केंद्र संचालकों व धार्मिक स्थलों के मुखियाओं ने बाल विवाह मुक्ति रथ यात्रा में भाग लेते हुए अपने हस्ताक्षर भी किए। मातनहेल ग्राम सरपंच विजयलता ने कहा कि इस यात्रा से लोगों में बाल विवाह रोकथाम की समझ बढ़ेगी। इस मौके पर अक्षय, महावीर, मनीष, अभिमन्यु सहित अन्य ग्राम पंचायत प्रतिनिधियों ने भी संबोधित किया।

गीत-संगीत के साथ सीनियर्स को दी विदाई

बहादुरगढ़। झज्जर रोड पर स्थित त्रिवेणी मेमोरियल सीनियर सेकेंडरी स्कूल में 11वीं के विद्यार्थियों द्वारा कक्षा 12वीं के विद्यार्थियों के लिए एक भव्य, गरिमामय एवं भावनात्मक विदाई समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत स्कूल निदेशिका संगीता वर्मा, प्रबंधक एस श्याम, उपनिदेशिका सुमित्रा महला, प्रिंसिपल श्रीमंत अनिल कुमार द्वारा विधिवत रूप से दीप प्रज्वलन व सरस्वती वंदना के साथ की। कक्षा 11वीं के विद्यार्थियों ने विभिन्न सांस्कृतिक गतिविधियों की आकर्षक प्रस्तुतियां दीं। इनमें समूह नृत्य, एकल गायन, नाटक, हास्य प्रस्तुति एवं कविता पाठ शामिल रहे। कार्यक्रम के दौरान कक्षा बारहवीं के विद्यार्थियों ने भी अपने अनुभव साझा किए और शिक्षकों, विद्यालय प्रबंधन तथा अपने सहपाठियों के प्रति कृतज्ञता व्यक्त की। इसके पश्चात कक्षा 12वीं के विद्यार्थियों को स्मृति चिह्न प्रदान किए गए, जो उनके विद्यालय जीवन की अमूल्य यादों के प्रतीक हैं।

नागरिक अस्पताल के कर्मचारी राजकपूर हुए सेवानिवृत्त

झज्जर। नागरिक अस्पताल में सीवरमैन के पद पर कार्यरत राजकपूर अपने करीब पन्द्रह वर्षों के कार्यकाल के उपरांत शनिवार को सेवानिवृत्त हो गए। उनकी सेवानिवृत्ति के उपलक्ष्य में अनुबंध स्वास्थ्य कर्मचारी संघ द्वारा एक विदाई समारोह का आयोजन किया गया। समारोह में उपस्थित अधिकारियों व कर्मचारियों ने राजकपूर द्वारा की दी गई सेवाओं की सराहना करते हुए कहा कि उन्होंने वर्ष 2011 से स्थानीय नागरिक अस्पताल में अपनी सेवाएं शुरू की थी। उन्होंने अपनी ड्यूटी को पूरी कर्त्तव्यनिष्ठा से निभाया। कार्यक्रम उपरांत अनुबंध स्वास्थ्य कर्मचारी संघ की ओर से राजकपूर को फूल मालाओं से सम्मानित कर ढोल-नगाड़ों के साथ विदाई दी गई। इस मौके पर जिला किशोर स्वास्थ्य काउंसलर संदीप कुमार जांगड़ा, सुरेंद्र भारद्वाज, कंवरपाल, मोहिता सैनी, सुमन शर्मा, शालू सैनी, सुरेश, सतीश, सचिन, सुमित, गणेश, रवि कुमार, राजबीर सिंह, विजय कुमार, सोमबीर सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

श्रद्धालुओं को समझाया भागवत कथा का सार

झज्जर। स्थानीय सुनारों वाली धर्मशाला में हरिपुरी महाराज के सानिध्य में चल रही श्रीमद् भागवत महायज्ञ सप्ताह शनिवार को संपन्न हो गया। कथा व्यास आचार्य उपेंद्र कृष्ण द्वारा भजनों के माध्यम से बृज के होली महोत्सव सुदामा चरित्र का श्रवण करा कर भागवत विदाई दी गई। उन्होंने उपस्थित श्रद्धालुओं के समक्ष जब द्वारकाधीश और सुदामा जी के मिलन से संबंधित भजन की प्रस्तुति दी तो श्रद्धालु भाव विभोर हो उठे। उन्होंने श्रीमद् भागवत कथा का पूर्ण सार समझाते हुए जरुरतमंद लोगों की सहायता करने के लिए प्रेरित किया। इस दौरान श्रद्धालुओं को सद्मार्ग पर चलने संबंधी शपथ भी दिलाई गई। महंत हरिपुरी महाराज ने अपने संबोधन में कहा कि आज का युवा नशे की गिरफ्त में आ रहा है। अभिभावकों को चाहिए कि वे अपने बच्चों के साथ थोड़ा समय जरूर बिताएं। और उन्हें अपनी सभ्यता व संस्कृति से अवगत कराने के लिए धार्मिक आयोजनों में लेकर पहुंचे। धर्मशाला प्रधान भारत सोनी ने बताया कि रविवार को श्रीमद् भागवत कथा के समापन के उपलक्ष्य में भंडारे का आयोजन किया

सामान्य ज्ञान स्पर्धा में भगत सिंह सदन के विद्यार्थी प्रथम

झज्जर। कैंब्रिज इंटरनेशनल स्कूल बिरड़ में शनिवार को अंतर सदनीय सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में विद्यालय के चारों सदनों भगत सिंह, सुखदेव थापर, शिवराम राजगुरु व सुभाष चंद्र बोस सदन के विद्यार्थियों ने भाग लिया। प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों के सामान्य ज्ञान, तर्कशक्ति और त्वरित सोच क्षमता का विकास करना रहा। कैंब्रिज ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशंस के चेयरमैन शरद यादव व प्राचार्य डॉक्टर मंजीत कुमार विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए उन्हें इस प्रकार की प्रतियोगिताओं में भागीदारी के लिए प्रेरित किया। प्रतियोगिता परिणामों में भगत सिंह सदन के विद्यार्थियों ने प्रथम स्थान हासिल किया।

नप चेयरमैन ने लिया शहर में चल रहे विकास कार्यों का जायजा

झज्जर। शनिवार को नगर परिषद के चेयरमैन जिले सिंह सैनी ने शहर में हो रहे विकास कार्यों का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने डाकखाना परिसर में बने शौचालय, नव निर्मित नालियां, महाराजा अग्रसेन पार्क व टाऊनहॉल में बने शौचालय का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष केशव सिंघल ने बताया कि डाकखाना परिसर स्थित शौचालय में मरम्मत कार्य के चलते व्यापारियों को परेशानी हो रही है। व्यापारियों की समस्या सुनकर चेयरमैन जिले सिंह सैनी ने संबंधित अधिकारियों को शीघ्र शौचालय का कार्य पूरे करने के निर्देश दिए तथा सोमवार से टाऊनहॉल में बनाए गए शौचालय को व्यापारियों के लिए खोले जाने की बात कही। इस मौके पर नगर पार्षद जयपाल सिंह बांगड़, पार्षद प्रतिनिधि बिट्टू छाबड़ा, सुनील यादव, प्रशांत आर्य, जगदीश गेरा, विनीत पोपली, हैप्पी, महेश टुटेजा, विशाल बिंद्रा,पीयूष आर्य सहित अन्य भी मौजूद रहे।

सूचना

हम, मोहम्मद हदीश पुत्र भीखई मियां और फातमा बेगम पत्नी मोहम्मद हदीश निवासीयान ग्राम मुंढेरा उर्फ देउरबा, शाहजहांपुर देवरिया, उत्तरप्रदेश हाल आबाद छोटूराम नगर, लाइनपार, बहादुरगढ़, जिला झज्जर, हरियाणा बयान करते हैं कि हमारा पुत्र मुबारक अली हमारे कहने सुनने से बाहर है। हम उससे अपने तमाम संबंध समाप्त करते हुए अपनी चल-अचल संपति से बेदखल करते हैं। भविष्य में उसके साथ किसी तरह का लेन-देन करने व व्यवहार रखने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। वह अपने प्रत्येक कार्य के लिए स्वयं जिम्मेवार होगा। हमारा व हमारे परिवार के सदस्यों का उससे कोई संबंध व सरोकार नहीं रहा।

सूचना

मैं, नेहा (Neha) पुत्री श्री जयपाल सिंह (Jaipal Singh) निवासी मकान नंबर-736, वार्ड नंबर-1, विकास नगर, गली नंबर-4, बहादुरगढ़, जिला झज्जर, हरियाणा घोषणा करती हूं कि मेरा आधार कार्ड नंबर-293522213254 है। मैंने अपना नाम नेहा (Neha) से बदलकर स्नेहा (Sneha) कर लिया है। नेहा (Neha) और स्नेहा (Sneha) ये दोनों एक ही व्यक्ति अर्थात मेरे ही नाम हैं। मुझे भविष्य में स्नेहा (Sneha) के नाम से ही जाना जाए।

नीलामी सूचना

सूचित किया जाता है कि ग्राम न्यौला (झज्जर) में स्थित राजकीय प्राथमिक पाठशाला न्यौला के 2 कंडम कमरों की नीलामी दिनांक 10.02.2026 को प्रातः 11:30 बजे मौके पर की जाएगी जिसकी अनुमानित लागत 101000/-एक लाख एक हजार रुपए है। बोलीदाता को 10% का डीडी टोकन के रूप में जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी झज्जर के नाम देना होगा।

राजकीय माध्यमिक विद्यालय न्यौला के 2 कंडम कमरों की नीलामी दिनांक 10.02.2026 को दोपहर 12:30 बजे मौके पर की जाएगी जिनकी अनुमानित लागत 55500/-पचपन हजार पांच सौ रुपए है बोलीदाता को 10% का डीडी जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी झज्जर के नाम से देना होगा इसके अतिरिक्त कुल कीमत की 25% राशि बोली के तुरंत बाद जमा करवानी होगी। अन्य नियम एवं शर्तें मौके पर बोली लगने से पूर्व बता दी जाएंगी।

मुख्याध्यापक राजकीय माध्यमिक विद्यालय न्यौला (झज्जर)
PH 9729613180

K.R. MANGALAM

World School
Bahadurgarh

Where Curiosity Grows into Confidence

Affiliated to CBSE

Ranked No. 1

INNOVATORS CATEGORY
BY TIMES SCHOOL SURVEY
2025

ADMISSIONS OPEN
2026-27

Nursery to Grade IX & XI
(Play Group Also Available)

Curious Minds | Strong Academics | Future Ready Learning

At K.R. Mangalam World School, Bahadurgarh, academics are designed to build strong foundations, clear thinking, and confident learners. With an innovative curriculum and a future-focused approach, we help every child learn with purpose and curiosity.

Our Academic Approach
- Experiential and project-based learning
- STEAM integrated across all grades
- Focus on critical thinking and problem-solving
- Multiple Intelligences based teaching

Learning Environment
- Smart digital classrooms
- Robotics and Atal Tinkering Lab
- Well-equipped subject-specific labs
- Rich libraries with digital resources

Beyond the Classroom
- PSPE for emotional and social growth
- Career readiness and life skills
- Speech, debate, and creative expression
- Sports, yoga, and mindfulness

The KRM Legacy of Excellence

40,000+ Students Studying | 50,000+ Alumni Members | 4,000 Faculty On Board

K.R. Mangalam stands as a trusted name in education. Our seamless admission process, modern infrastructure, and value-driven philosophy empower every learner to excel and lead with purpose.

admission@krmangalambahadurgarh.com | www.krmangalambahadurgarh.com

Sector 2, Near Gauri Shankar Mandir, Bahadurgarh, Haryana 124507

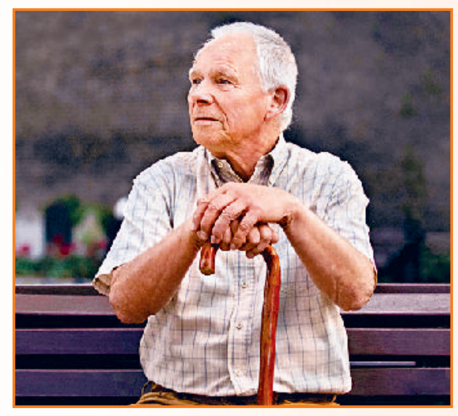
9549899503

The School is Open for Admissions on All Days

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

दुनिया की भीड़ में क्यों बढ़ रहा है अकेलापन

देश-दुनिया की आबादी भले ही दिनों-दिन बढ़ रही हो, लेकिन इसके उलट लोगों का अकेलापन भी बढ़ रहा है। अकेलेपन की समस्या विश्वव्यापी है। भारत समेत अनेक देशों के लोग इस समस्या का सामना कर रहे हैं। अकेलेपन का हमारे स्वास्थ्य ही नहीं पूरे जीवन पर दुष्प्रभाव पड़ता है। ऐसे में यह बहुत जरूरी है कि इसके कारणों को जाना जाए और इसे दूर करने का हर संभव प्रयास किया जाए।



कवर स्टोरी
एस. भाग्यम शर्मा

यह सही है कि दुनिया में आठ अरब से अधिक और हमारे अपने देश में 140 करोड़ से अधिक लोग रहते हैं। लेकिन दुख की घड़ी में शायद ही एक कंधा ऐसा मिले, जिस पर सिर रखकर हम रो सकें। सोशल मीडिया पर भले ही हमारे हजारों दोस्त होंगे, फॉलोअर्स होंगे, लेकिन असल जिंदगी में एक भी हमारे साथ नहीं होता। यानी आज लोगों की भीड़ में भी हर कोई खुद को अकेला महसूस कर रहा है।

स्वास्थ्य के लिए हानिकारक

अगर कोई शारीरिक बीमारी हो तो इसका असर दूसरों को नजर आता है। अकेलेपन का दुष्प्रभाव धूम्रपान और मोटापे की तरह शरीर पर नजर नहीं आता है। दरअसल, अकेलापन हमारे मन को बीमार बना देता है। अकेलापन एक दिन में 15 सिगरेट पीने से भी ज्यादा खतरनाक असर हमारे स्वास्थ्य पर डालता है। अकेलापन समय से पहले मृत्यु के खतरे को 25% तक बढ़ा देता है। अकेलेपन से ब्रेन स्ट्रोक और हृदय रोग का खतरा 30% तक बढ़ता है। यह डिमेंशिया के खतरे को 50% तक बढ़ा देता है, इसलिए यह बहुत आवश्यक है कि समय रहते अकेलेपन की इस बीमारी को पहचान लें और यह जानें कि कहीं आप भी अकेलेपन के अंधेरे में खोते तो नहीं जा रहे हैं।

दुनिया भर में लोग हैं परेशान

वर्ष 2023 में विश्व स्वास्थ्य संगठन ने अकेलेपन को एक वैश्विक स्वास्थ्य संकट घोषित किया था। अकेलेपन को परिभाषित करते हुए डब्ल्यूएचओ ने कहा था कि अकेलापन व्यक्ति की अपनी भावनात्मक पीड़ा है, जो सामाजिक अलगाव और सार्थक रिश्तों की कमी से पैदा होती है। आज के दौर में अकेलापन दुनिया भर में एक गंभीर बीमारी का रूप ले चुका है। जापान और दक्षिण कोरिया जैसे देशों में कई लोग इस कदर अकेले हो चुके हैं कि अगर उनकी मृत्यु भी हो जाए तो कई-कई दिनों तक बाहरी दुनिया को उनकी मौत के बारे में पता ही नहीं चलता।

वहां से आई खबरों के अनुसार पिछले साल जापान में करीब 76,000 लोगों की उनके घर में अकेले रहते हुए मौत हुई। 4,000 लोग ऐसे थे, जिनके मरने के करीब एक महीने के बाद बाहर के लोगों को उनकी डेड बॉडीज मिलीं। जापान में तो अकेलेपन को दूर करने के लिए ज्यादा उम्र के लोग कई बार जान-बूझकर अपराध करने के लिए भी तैयार हो जाते हैं, जिससे उन्हें सजा मिले और सजा के बाद वे जेल में दूसरे लोगों से मिलकर कुछ बातचीत कर सकें, उनका अकेलापन दूर हो, उनका मन लग सके।

बढ़ रहे हैं एकल परिवार

भारत में भी अकेलापन तेजी से फैल रहा है। इसकी मुख्य वजह है भारतीय समाज में टूटते संयुक्त परिवार। पहले के दौर में हमारे घर-परिवार में साथ रहने वाले अपने माता-पिता, दादा-दादी, नाना-नानी के साथ हम अपना सुख-दुख शेयर कर लिया करते थे। लेकिन अब वह दौर नहीं रहा। अब संयुक्त परिवारों की जगह एकल परिवारों ने ले ली है, जहां परिवार में पति-पत्नी ही रहते हैं। कई कपल तो बच्चे तक पैदा नहीं करना चाहते। बच्चे इसलिए नहीं पैदा करना चाहते, क्योंकि वे जानते हैं कि अगर बच्चे हुए तो उनकी देखभाल करने वाला परिवार में कोई नहीं है। महानगरों में 'ड्यूल इनकम-नो किड्स' का चलन बढ़ रहा है।

बढ़ती सामाजिक दूरी भी है वजह

पिछली सदी तक हम सब अनजान लोगों से भी बातचीत कर लिया करते थे। कोई रास्ता पूछता था तो बड़े मन से उसे रास्ता बताते, कई बार तो उन्हें उनके गंतव्य तक छोड़ कर आ जाते थे। बाजार जाते तो किराने की दुकान या सब्जी की दुकान पर दुकानदार से बातचीत कर लिया करते थे। अड़ोसी-पड़ोसी से उनका हाल-चाल पूछ लिया करते थे। चाय की दुकानों पर जाने-अंजाने लोग भी खूब बतियाते थे। लेकिन अब ऑनलाइन शॉपिंग के बढ़ते ट्रेंड से लोगों का बाजार आना-जाना भी बहुत कम हो गया है। सब इतने व्यस्त हो गए हैं कि किसी के पास समय ही नहीं रह गया है, एक-दूसरे की खबर लेने का।

बच्चे-युवा भी हो रहे प्रभावित

2021 के ग्लोबल सर्वे के मुताबिक, अकेलेपन से प्रभावित होने वाला तीसरा सबसे बड़ा देश भारत है। इस रिपोर्ट के अनुसार, भारत के शहरों में 43% लोग अकेलापन महसूस करते हैं। चिंताजनक बात यह है कि 13 से 15 साल की उम्र के 25 % बच्चे भी अकेलापन अनुभव कर रहे हैं। सोशल मीडिया की वजह से भी अकेलापन तेजी से बढ़ रहा है। कई स्टडीज में सामने आया है कि सोशल मीडिया की लत, युवाओं में अलगाव, अकेलापन और डिप्रेशन को बढ़ा रही है।

मशीनी हो रही भावनाएं

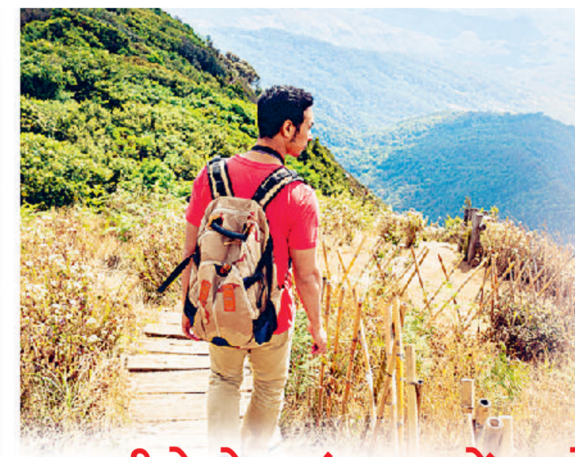
अकेलापन इसलिए भी बढ़ रहा है कि लोग एक-दूसरे के साथ अपनी भावनाएं साझा नहीं करते हैं। सोशल मीडिया में कोई इमोजी भेजकर खुद को दायित्वमुक्त समझ लेते हैं। आजकल लोगों को लगता है कि भावनाओं को व्यक्त करने के लिए किसी की आंखों में आंख डालने की जरूरत नहीं है। किसी का हाथ थामने की जरूरत नहीं है। लोगों को लगता है कि भावनाओं को व्यक्त करने के लिए इमोजीज भेजना ही पर्याप्त है। यानी जब हम दुखी महसूस करते हैं तो हमारे साथ किसी की वास्तविक भावनाओं के स्थान पर ढेरों इमोजीज होते हैं।

अकेलापन दूर करने का करें प्रयास

हमें बचपन से ही सिर्फ यह सिखाया जाता है कि सफलता ही खुशी का सबसे बड़ा पैमाना है और जीवन में हर कीमत पर सफल होना सबसे जरूरी है। जो सफल है, वह खुश भी रह लेगा। हमें रिश्तों की अहमियत नहीं सिखाई जाती। सफलता और अधिक से अधिक पैसा, सुख-सुविधएं अर्जित करने की अंधी दौड़ में ज्यादातर लोग अपने रिश्तों को पीछे छोड़ देते हैं। जाहिर है, इससे जीवन में अकेलापन आएगा ही। अकेलापन किसी सफलता से या दौलत कमाने से या शानदार करियर से नहीं, अपनों के साथ होने से दूर होता है। इसलिए अगर आप भी अकेलापन महसूस करते हैं तो सोशल मीडिया पर ही नहीं अपने दोस्तों, रिश्तेदारों से मिलने उनके घर जाइए, उन्हें अपने घर बुलाइए। परिवार के साथ समय बिताइए। अंजान लोगों से भी बात करने में न हिचकिचाइए। यही नहीं अगर आपके परिवार में या आस-पास कोई ऐसा व्यक्ति है, जो अकेलापन महसूस कर रहा है तो उससे बात कीजिए। उसके अकेलेपन को दूर करने का प्रयास कीजिए। जरूरत पड़ने पर काउंसलर की मदद भी ले सकते हैं। ऐसा करने से उस व्यक्ति का अकेलापन तो दूर होगा ही, आपको भी आत्मीय खुशी, संतुष्टि मिलेगी। *

कई देशों में हो रही नई पहल

अकेलेपन की समस्या से निपटने के लिए अलग-अलग देशों में अब कई तरह की पहल की जा रही है। जैसे दक्षिण कोरिया में बुजुर्गों के लिए हैप्पी कैब्स चलाई जा रही हैं। यह एक कैब सर्विस है, जिसमें बुजुर्ग लोग अंजान लोगों के साथ बैठकर घूमने जा सकते हैं। उनसे बातचीत कर सकते हैं, अपने सुख-दुख साझा कर सकते हैं। इससे उन्हें अपना अकेलापन दूर करने में मदद मिलती है। इसी तरह अकेलेपन की समस्या के समाधान को तलाशने के लिए ब्रिटेन ने वर्ष 2018 में ही लोनलीनेस मिनिस्टर की नियुक्ति शुरू कर दी थी। एक अलग मंत्रालय, एक अलग मंत्री, जो सिर्फ यह देखेगा कि देश में लोगों के अकेलेपन को कैसे दूर किया जा सकता है? वहां अकेलेपन से जूझ रहे लोगों को काउंसिलिंग और मेडिकल सपोर्ट उपलब्ध कराए जाते हैं।



जिंदगी को खुशमिजाज बनाना हमारे ही हाथों में होता है। अगर हम अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में कुछ बदलाव कर लें, कुछ आदतों को शामिल कर लें तो हमारी जिंदगी खुशमिजाज बन सकती है। ऐसा किस तरह हो सकता है, जानिए।

जीने के अंदाज में करें बदलाव खुशमिजाज हो जाएगी जिंदगी

लाइफस्टाइल
शिखर चंद जैन

हमारा दिमाग ही हमारी सोच और नजरिए का स्रोत होता है। जब दिमाग अशांत या उद्वेलित रहता है तो हमें हर चीज में उथल-पुथल, नकारात्मकता और बुराई नजर आती है। लेकिन जब दिमाग शांत रहता है, हम खुशमिजाज रहते हैं तो हमें हर चीज सकारात्मक अच्छी और सही लगती है। खुशमिजाजी और सुकून के लिए कुछ बातें और आदतें अपनानी जरूरी हैं।

लोगों से बनाए अच्छे संबंध

भले ही सबको खुश रखना दुनिया का सबसे कठिन काम है लेकिन सबके साथ खुश रहना दुनिया का सबसे आसान काम है। हार्वर्ड स्टडी ऑफ एडल्ट डेवलपमेंट के डायरेक्टर और मनोचिकित्सक रॉबर्ट वालडिंगर का कहना है कि लोगों के साथ मजबूत और मधुर संबंध खुशी की प्रमुख वजह बन सकते हैं। ये लोग रोमांटिक पार्टनर, आपके दोस्त, बच्चे, सहकर्मी, पड़ोसी, रिश्तेदार या भाई-बहन कोई भी हो सकते हैं। भले ही हम सब स्वतंत्रता को खास मानते हों, लेकिन यह ना भूलें कि हम सब एक-दूसरे पर निर्भर होते हैं। जब हम अपने इर्द-गिर्द मौजूद लोगों के साथ अच्छे संपर्क रखते हैं तो मानसिक खुशी तो मिलती ही है, एक बड़ा सपोर्ट सिस्टम भी मिलता है, जो हमें हर तरह से सुकून देता है।

अजनबियों से करें बातचीत

ओटावा (कनाडा) की कार्लटन यूनिवर्सिटी के मनोविज्ञानी जॉन जेलवेंसकी कहते हैं कि आपको एक्सट्रोवर्ट होना चाहिए। अंतर्मुखी, गंभीर और चुप्पी साध कर रहने वाले लोग उदास रहते हैं, जबकि सबसे आसानी से घुल-मिल जाने वाले और अजनबी लोगों से बातचीत करने की कला जानने वाले अकसर खुशमिजाज रहते हैं। साथ ही ऐसे लोग आसानी से अपना सोशल सर्किल और बिजनेस सर्किल भी बढ़ा लेते हैं, जिससे इन्हें सफलता मिलती है। जाहिर है, सफलता भी खुशी मिलने की एक महत्वपूर्ण वजह है।

पालतू के साथ समय बिताएं

वाशिंगटन स्टेट यूनिवर्सिटी द्वारा किए गए एक ताजा अध्ययन में पाया गया कि पालतू जानवर के साथ बिताया गया 10 मिनट का समय भी दिमाग को सुकून देने वाला होता है। इससे कार्टिसोल नामक स्ट्रेस हार्मोन का स्तर गिरता है। अमेरिकी नागरिकों द्वारा किए गए एक शोध में पाया गया कि सबसे ज्यादा सुकून देने वाले पालतू कुत्ते होते हैं।

कुदरत को निहारें

यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया के शोधकर्ताओं ने 90 स्टूडेंट्स पर किए गए शोध में पाया कि कुदरत को निहारना मन को सुकून देने वाला एहसास होता है। जब हम पेड़-पौधों और जीव-जंतुओं को निहारते हैं तो हमारा ध्यान परेशानियों से हटकर पूरी तरह उन्हीं पर लग जाता है। इससे दिमाग को सुकून मिलता है।

फल-सब्जी ज्यादा खाएं

सोशल साइंस एंड मेडिसिन जर्नल में प्रकाशित ताजातरीन स्टडी रिपोर्ट में कहा गया है कि प्रचुर मात्रा में फल और सब्जी खाने से खुशमिजाजी और सुकून मिलता है। इसलिए रोज कच्ची सब्जियों का सलाद और फल खाएं। सबसे बड़ी बात यह है कि अगर आप खान-पान, आराम और सोने का समय निर्धारित कर लेते हैं तो आपका हैप्पीनेस लेवल बढ़ जाता है। न्यूट्रीशन, एक्सरसाइज और रेस्ट, खुशी के मूल मंत्र हैं।

वाटर बॉडीज के पास जाएं

जर्नल आफ एनवॉयर्नमेंटल साइकोलॉजी में प्रकाशित एक अध्ययन में पाया गया कि पानी के संग्रह स्थल नजदीक रहने से लोगों में पॉजिटिव इमोशंस का संचार होता है। स्विमिंग पूल, समुद्र या नदी के किनारे खड़े होकर पानी की हलचल को निहारना सुकून देता है। इससे स्ट्रेस लेवल भी कम होता है। *

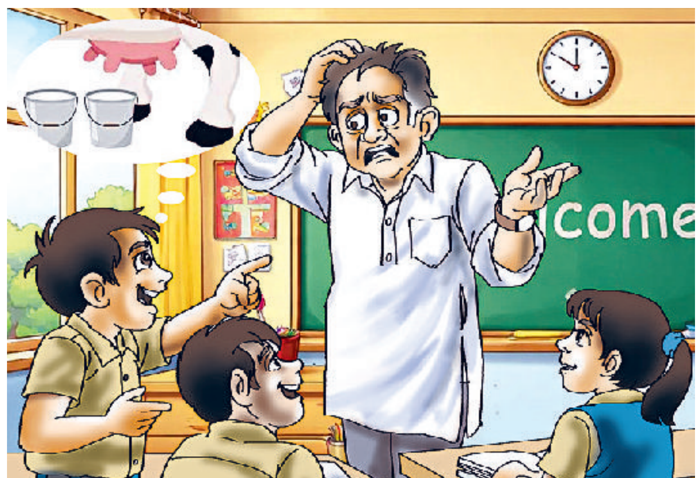
इन पर भी करें अमल

जीवन के हर आयाम को बराबर समय देने की कोशिश करें, जैसे- परिवार, व्यापार, मित्र, जीवनसाथी, समाज आदि क्षेत्रों में सक्रिय रहें। हंसी-मजाक करें, लेकिन दूसरों का मजाक ना उड़ाएं। कई बार इससे स्थिति बिगड़ जाती है और तनाव का सामना करना पड़ता है। इसके अलावा नए अनुभवों पर पैसा और समय खर्च करें। उन कार्यों को करे, जो आपने कभी नहीं किया और देखा। जैसे हॉर्स राइडिंग करना, घुड़दौड़ देखना, अंडरवाटर स्पोर्ट देखना या इसमें शामिल होना, थिएटर में जाकर नाटक देखना, किसी बर्फीले स्थान की यात्रा करना आदि।

व्यंग्य
अंशुमान खरे

गणित के मास्साब को पहली बार किसी सवाल पर नर्वस होते देखा। इसलिए मैं बार-बार उनसे इस प्रश्न को पूछता रहा। मास्साब को भी समझ नहीं आ रहा था कि कौन-सा फार्मूला लगाएं कि दो लीटर दूध बराबर चालीस लीटर दूध हो जाए। कुछ तो गड़बड़ है।

प्रतिभा सम्मान



गणित में बचपन से ही हम बगैर होशियार होकर भी होशियार थे। न मालूम गणित के मास्साब कहां-कहां से सवाल लाते थे, लेकिन पिटते-पिटाते किसी तरह गणित में पास कर दिए जाते थे। घर वालों की तमन्ना डॉक्टर, इंजीनियर बनाने की थी। कक्षा में हमेशा अपराधी की तरह बैठे रहते थे। गणित के गुरु जी हमेशा हमें अंतरराष्ट्रीय गणितज्ञ बनाने का मजाक करते रहते थे। पर हमें कुछ भी समझ नहीं आता। हमारे गणित के गुरु जी फिरकी लेते थे कि मुझे भगवान भी नहीं समझा सकते। गणित की क्लास हमारे लिए आफत से कम नहीं थी। मास्साब के सवाल भी माशाअल्लाह अद्भुत होते थे। एक औरत एक काम को चार घंटे में पूरा कर लेती है तो बताओ उसी काम को आठ औरतें कितने समय में पूरा करेंगी? मैं कहता, 'आठ औरतें काम तो पूरा कर नहीं पाएंगी। हां, रायता जरूर फैला देंगी।'

सवाल से सवाल निकालने की कला में हमारे मास्साब का कोई सानी नहीं था। कपड़े पर अटक गए तो उसी से जुड़े सवाल पर सवाल पूछने लगते, 'बताओ बच्चो, अगर एक साड़ी धूप में एक घंटे में सूखती है तो चार साड़ियां सूखने में कितना समय लेंगी?'

बहुत सरल सवाल सोचकर मैं हाथ उठाकर बोल पड़ा, 'वेरी सिंपल, चार घंटे।' मास्साब जवाब सुनकर आपे से बाहर हो गए। मैं समझ नहीं पा रहा था, मास्साब को सीधा-सा गुणा करना नहीं आता क्या?

मैंने हिम्मत करके एक सवाल पूछ लिया, 'गुरु जी, अगर एक गांव में एक गाय है और वह दो लीटर दूध देती है तो बताइए गांव वाले चालीस-चालीस लीटर दूध बाहर कैसे सप्लाई करते हैं?' मास्साब का माथा ठनका और तमतमा कर क्लास से बाहर चले गए। मेरा सवाल अनुत्तरित रह गया। मेरे सवाल पर क्लास में चर्चा होने लगी। सब हैरान। प्रश्न तो उचित है। मास्साब नाराज क्यों हो गए? गणित के मास्साब का वैसे भी स्कूल में काफी जलवा था। प्रधानाचार्य से लेकर सभी अध्यापक और छात्र उनको आदर की दृष्टि से देखते थे। दूध की सप्लाई का सवाल गणित के मास्साब के गले की फांस बन गया। कुछ दोस्तों ने कहा, 'पानी मिला लेते होंगे।'

पर इतना पानी मिलाकर दूध रह ही नहीं पाएगा। सब पानी-पानी हो जाएगा।

मास्साब इस बात को पता लगाने में जी-जान से जुट गए कि इस प्रश्न को किसके इशारे पर उनसे पूछा गया है। यह किस अध्यापक की साजिश है, पता लगाना जरूरी है। गणित के मास्साब को पहली बार किसी सवाल पर नर्वस होते देखा। इसलिए मैं बार-बार उनसे इस प्रश्न को पूछता रहा। मास्साब को भी समझ नहीं आ रहा था कि कौन-सा फार्मूला लगाएं कि दो लीटर दूध बराबर चालीस लीटर दूध हो जाए। कुछ तो गड़बड़ है। इस तरह के सवाल किसी किताब में नहीं होते हैं। मास्साब मेरे प्रश्न में उलझते जा रहे थे। मैं उनकी तरफ आशाभरी दृष्टि से टकटकी लगाकर धैर्य से देखता रहता था।

मेरे प्रश्न को दूर-दूर तक पहुंचाया गया। कहीं से समस्या का समाधान निकले। प्रधानाचार्य जी ने ऐसा गांव पहचाना, जहां के लोग दो लीटर दूध से चालीस लीटर दूध बनाने में सफल हुए हैं। उन्होंने गांव के लोगों को सम्मानित करने की योजना बनाई। गांव के प्रधान गांव को सम्मानित करने के नाम से उत्साहित दिखे। ऐसे प्रतिभाशाली लोगों की ओर सबका ध्यान खींचने के लिए मुझे भी मालाओं से लाद दिया गया। क्षेत्र के विधायक, सांसद, सभी ने गांव को सम्मानित करने में रुचि दिखाई। श्वेत क्रांति के लिए पूरे गांव के लोगों को बधाई देने वालों का तांता लग गया। शासन, प्रशासन ने भी गांव को सम्मानित करने के सुर में सुर मिला दिया। जिलाधिकारी से लेकर सारे कर्मचारी मुस्तैदी से सम्मान समारोह की तैयारी में जुट गए हैं। लेकिन मैं और गणित के मास्साब प्रश्न अनुत्तरित रहने से चिंतित हैं। हम दोनों शून्य में उत्तर खोजने की कोशिश कर रहे हैं। दुग्ध क्रांति की गुत्थी उलझती जा रही है। सुना है कि गांव के सम्मान समारोह में प्रदेश के मुख्यमंत्री भी आएंगे और ऐसी प्रतिभाओं को सम्मानित करेंगे, जो दो लीटर दूध से चालीस लीटर दूध सप्लाई करने का 'हुनर' जानते हैं। *

लघुकथा / निशा भास्कर

छांव से दूर

अस्पताल जाते समय सड़क की भीड़ और अब वहां सैकड़ो की संख्या में कतारबद्ध खड़े लोगों को देखकर बाबूजी बोले, 'महानगरों के सड़कों पर दौड़ती-हांफते वाहनों के साथ, यहां का आम जीवन थरथराते हुए गुजरता है।'

'राजधानी में अच्छी सुविधा मिलेगी, यह सोचकर सभी राज्यों से लोग आकर यहां बसना चाहते हैं और बसते भी हैं, इसलिए भीड़ तो होगी ही।' बाबूजी की ओर देखकर मयंक धीरे से बोला। बाबूजी बड़ी मुश्किल से इलाज के लिए अपना घर और गांव छोड़कर अपने बेटे मंयक के पास इस महानगर में आए थे। कहीं बाबूजी गांव वापस जाने की जिद्द न करने लग जाएं, यह ख्याल आते ही मयंक बोला, 'बाबूजी एक बार आपका अच्छी तरह से इलाज हो जाए बस और हमें क्या चाहिए!' 'अरे बेटा! मुझे लगता है यहां तो हम और भी बीमार हो जाएंगे। स्वस्थ क्या खाक होंगे?' कहकर वे तेज-तेज खांसने लगे। उनकी आंखें भी लाल हो गईं। मयंक ने घबराकर इधर-उधर देखा। अस्पताल का प्रतीक्षालय पूरी तरह से भरा हुआ था। एक भी सीट खाली नहीं थी, जहां बाबूजी को वह बैठा सके। एक व्यक्ति जो उसी की तरह दिख रहा था। मयंक ने उसे आग्रहपूर्ण नजरों से देखा। उस व्यक्ति ने खड़े होकर बाबूजी को बिठाने का इशारा किया। मयंक ने बाबूजी को बिठाया और दोनों हाथ जोड़कर उस व्यक्ति का आभार व्यक्त किया और बाबूजी से बोला, 'मैं अभी आया।' फिर वह शीघ्रता से अस्पताल से बाहर निकल गया। थोड़ी ही देर में पानी की बोतल लेकर आया और बाबूजी को पानी पिलाकर बोला, 'आप चिंता न करें, हम जिस डॉक्टर से दिखाने के लिए आए हैं, उनका बहुत नाम है। उनके इलाज से कितना भी पुराना रोग, ठीक हो जाता है।' बाबूजी, बेटे की बात सुनकर बोले, 'अरे! यह तो बुढ़ापे का रोग है। खांसना-खंखारना तो लक्षण है, बुढ़ापे का। लेकिन बेटा, मेरी एक बात ध्यान से सुन, यह शहर बड़ा है, डॉक्टर बड़ा है पर हम तो बड़े लोग नहीं हैं न! बड़ा शहर और इसकी सुविधाएं बड़े लोगों के लिए होती हैं। हम इनके फोटो देखकर अपने से झूठ बोलते हैं कि मैं भी इसका हिस्सा हूं। पर हमारी इतनी औकात नहीं है।' मयंक की आंखें गीली हो गईं। वह बोला, 'सच कह रहे हैं बाबूजी! बीस साल की नौकरी में क्या ही कर लिया मैंने? आज तक बीवी बच्चों को इस शहर में एक छत भी न दे सका।' बेटे को इस तरह उदास देखकर बाबूजी उसके सिर पर हाथ रखकर बोले, 'बेटा हम अपने गांव चलेंगे। वहीं के अंग्रेजी स्कूल में मेरी पोती पढ़ेगी और मैं अपने बड़े से आंगन में नीम की छांव तले बैठकर उसके साथ खेलूंगा और' तभी नर्स ने टोकन नंबर बहत्तर रामजस को आवाज दी। मयंक बाबूजी का हाथ थाम कर बोला, 'चलिए बाबूजी, अपना नंबर आ गया।' *

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

अलग मिजाज की कहानियां

वरिष्ठ कथाकार हबीब कैफी की चुनी हुई सत्रह कहानियां 'तमन्ना खानम' पुस्तक में प्रकाशित हुई हैं। करीब साढ़े पांच दशक के कालखंड में लिखी गई ये कहानियां, हमें समाज के अलग-अलग तबके से ताल्लुक रखने वाली स्त्रियों की जिंदगी से रूबरू कराती हैं। कहीं पुरुषत्व के दंभ से दमित लेकिन फिर भी उसके साथ रहने को विवश भंवरी नजर आती है (औरत), तो कहीं गणिकाओं के जीवन की त्रासदी भोगती मरजीना की कराह सुनाई पड़ती है (मरजीना)। 'तमन्ना खानम' कहानी में उच्च वर्ग की महिला तमन्ना को अपनी जिंदगी की पेचीदगियों को अपने अंदाज में सुलझाते देखा जा सकता है। बहुत अलग मिजाज की ये कहानियां, कहीं-कहीं उर्दू के मशहूर कथाकार मंटो की याद दिलाती हैं। इन कहानियों में भाषा की रवानगी भी देखने लायक है। *

पुस्तक: तमन्ना खानम (कहानी संग्रह), **लेखक:** हबीब कैफी,
मूल्य: 299 रुपए, **प्रकाशक:** कौटिल्य बुक्स, नई दिल्ली

जरा सोचिए, प्रकृति और जीवन में रंग और सुगंध न हों तो यह दुनिया कितनी नीरस हो जाएगी। ये फूल ही तो हैं, जो हमारी दुनिया को रंगीन बनाते हैं, खुशबू से महकाते हैं। वासंती मौसम में तो बाग-बगीचों में फूलों की बहार ही आ जाती है। ऐसे में आइए, बात करें फूलों की...

वासंती मौसम में बात फूलों की

प्रकृति

शिखर चंद जैन

हर ऋतु में प्रकृति हमारे लिए कई बेशकीमती सौगातें लेकर आती है। प्रकृति की इन सौगातों में कुछ बेहद खूबसूरत फूल भी शामिल हैं। फूलों की यह मनमोहक दुनिया, हमें एहसास कराती है कि जीवन में रंग और खुशबू का कितना महत्व है। हर फूल अपनी जगह खास है, चाहे वह सड़क किनारे खिला छोटा-सा अनाम फूल हो या किसी बगीचे में खिला राजसी गुलाब। अगली बार जब आप किसी फूल को देखें, तो रुककर उसकी मोहक बनावट, उसकी सुगंध के बारे में जरूर सोचें। इन्हें जितना गौर से, प्यार से देखेंगे आपको इनसे उतना ही ज्यादा लगाव हो जाएगा।

संभालें नाजुक फूलों को: फूल हमारी धरती को खूबसूरती तो प्रदान करते ही हैं। इसके अलावा कई कीट-पतंगों को अपना रस, कई औषधीय लाभ और हमें खुशी का अहसास भी कराते हैं। ये मधुमक्खियों और तितलियों को आकर्षित करते हैं, जिससे परागण होता है। इससे पौधे बीज बना पाते हैं और नए पौधे उगते हैं। इस तरह फूल हमारे पर्यावरण का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं। इसलिए हमारा भी फर्ज है कि हम उनकी रक्षा करें। ज्यादा कुछ नहीं तो इतना तो कर ही सकते हैं कि हम बिना कारण फूलों को न तोड़ें। जब हम फूल तोड़ते हैं, तो वह पर्याप्त मात्रा में बीज नहीं बना पाते और नए पौधे नहीं उग पाते हैं। फूलों की हिफाजत की शुरुआत अपने घर से करें। घर के गमलों में लगे फूलों वाले पौधों को नियमित तौर पर पानी दें और उन्हें कुछ समय के लिए सूरज की रोशनी में भी रखें। तितलियों, मधुमक्खियों और भौंरों को फूलों पर बैठकर उनका रस चूसने दें। उन्हें भगाने का प्रयास न करें। न भूलें कि इससे उन कीटों को भोजन तो मिलता ही है, उस फूल वाले पौधे का परागण भी होता है। प्रकृति का सम्मान करें और अधिक से अधिक फूलों के पौधे लगाएं ताकि हमारे आस-पास हमेशा फूल महकते रहें।

बात भी करते हैं फूल: फूलों की मूल भाषा सुगंध होती है। ये हम मनुष्यों से अपनी मादक महक के माध्यम से बतियाते हैं। खुशबू से वे अपनी उपस्थिति का एहसास कराते हैं। हमें अपनी ओर आकर्षित करते हैं। सभी फूल अपनी अलग-अलग खुशबू फैलाते हैं। कुछ मधुमक्खियों और तितलियों को बुलाने के लिए और कुछ कीड़े-मकोड़ों को दूर भगाने के लिए। वैसे फूलों के पौधों समेत सभी पौधे, अपनी जड़ों और फंगस के नेटवर्क के जरिए भी एक-दूसरे से जुड़े होते हैं और पोषक तत्वों या पानी की कमी जैसी जानकारी साझा करते हैं। साथ ही हवा में रसायन छोड़कर भी वे संवाद करते हैं। जब किसी पौधे पर हानिकारक कीट हमला करते हैं तो वह हवा में कुछ रसायन छोड़ते हैं, जिसे आस-पास के दूसरे पौधे महसूस कर लेते हैं और अपनी सुरक्षा के लिए तैयार हो जाते हैं। प्रसिद्ध भारतीय वनस्पति विज्ञानी सर जगदीश चंद्र बोस ने बताया था कि पौधे इलेक्ट्रिक सिग्नल्स के जरिए भी संवाद करते हैं।

हमें इसलिए भाते हैं फूल: फूल हमें इसलिए अच्छे लगते हैं, क्योंकि उनके सुंदर रंग, मनमोहक सुगंध और आकर्षक बनावट हमारे दिमाग में खुशी के हार्मोन (डोपामाइन और सेरोटोनिन) पैदा करते हैं, जिससे हमें शांति और ताजगी महसूस होती है। फूल प्रकृति की सुंदरता, जीवन की सरसता और सकारात्मक ऊर्जा का प्रतीक माने जाते हैं। इतना ही नहीं, ये दवा के रूप में भी महत्वपूर्ण होते हैं। पौराणिक काल में किसी स्थान पर फूलों की मौजूदगी इंसानों को यह संकेत देती थी कि आस-पास पानी, पोषक तत्व और भोजन (फल) उपलब्ध हैं। यही वजह है कि मानव सभ्यता के विकास से ही फूलों से हमारा गहरा जुड़ाव रहा है। फूलों के चटक, खूबसूरत रंग, इनकी मुलायमियत और सिमेट्रिकल बनावट आंखों को बहुत आकर्षित करती हैं।

कम नहीं सांस्कृतिक-प्राकृतिक महत्व: फूलों का सांस्कृतिक और प्रतीकात्मक महत्व भी है। ये खुशी, प्रेम, सम्मान और उत्सव के प्रतीक माने जाते हैं, इसलिए जन्मदिन, शादियों और अन्य शुभ अवसरों पर फूलों को बुके, माला, गुच्छ के रूप में भेंट किया जाता है। वास्तु और ज्योतिष के अनुसार, फूल घर में सकारात्मक ऊर्जा लाते हैं और नकारात्मकता को दूर करते हैं, जिससे खुशहाली आती है। ✻

आर्थिक लाभ भी कराते हैं फूल

फूलों को पसंद किए जाने की एक वजह यह भी है कि ये लाखों लोगों को आर्थिक लाभ भी कराते हैं। कोई फूल उगा कर, कोई इन्हें बेच कर, कोई सजा कर, कोई निर्यात करके और कोई इनसे सजावटी सामान, मालाएं और बुके आदि बनाकर धनार्जन करता है। भारत में फूलों का कारोबार तेजी से बढ़ रहा है, जिसका बाजार 2022 में लगभग 23,000 करोड़ रुपए का था और 2028 तक 46,700 करोड़ रुपए तक पहुंचने की उम्मीद है। बेंगलुरु, तमिलनाडु और पश्चिम बंगाल प्रमुख पुष्प उत्पादक राज्य हैं। गुलाब, गेंदा, रजनीगंधा और ऑर्किड जैसे फूलों की मांग दुनिया भर में सबसे अधिक है। भारत के फूल संयुक्त अरब अमीरात, अमेरिका, नाइजीरिया सहित कई देशों में भी भेजे जाते हैं।

सफलता के लिए जानना है जरूरी

आप क्या नहीं करना चाहते

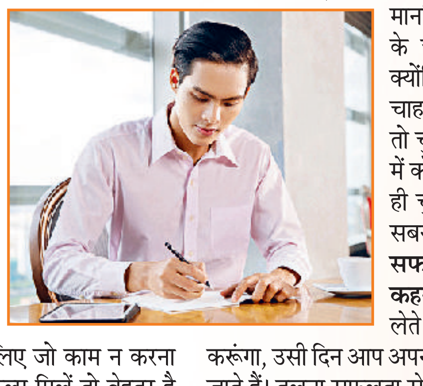
करियर फील्ड कोई भी हो, उसमें सफल होने के लिए आपका फोकस्ड होना सबसे जरूरी है। फोकस्ड होने के लिए यह जानना जितना जरूरी है कि आपको क्या-क्या करना है, उतना ही जरूरी यह भी होता है कि क्या-क्या नहीं करना चाहते हैं?

सेल्फ मोटिवेशन

कीर्तिशेखर

कई बार जीवन में 'हां' से ज्यादा जरूरी और ताकतवर होता है, 'नहीं'। विशेषकर करियर में सफल होने के लिए अगर शुरू से ही हमें यह पता हो कि हम क्या नहीं बनना चाहते, तो बहुत फायदा होता है।

क्या कहती हैं स्टडीज: करियर में सक्सेस के संबंध में ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी में हुए एक शोध के मुताबिक 60 फीसदी से ज्यादा लोग ऐसे कामों में लगे होते हैं, जिन्हें वो करना पसंद नहीं करते, मगर जोखिम न उठाने के चलते वो ऐसे काम जीवनभर करते रहते हैं। इसके साथ ही एक दूसरा जबर्दस्त शोध इस विषय पर हुआ है कि दुनिया में जितने सफल लोग हैं, उसमें 90 फीसदी से ज्यादा ऐसे हैं, जो उस काम को कर रहे हैं, जिसे वह करना चाहते थे। जी हां, जब हम कोई ऐसा काम करते हैं, जो हमारा मनपसंद होता है, उसमें सफल होने के चांस 10-20 फीसदी नहीं पूरे 100 फीसदी ज्यादा होते हैं। इसलिए, सफलता की असली नींव क्या करना है, से नहीं बल्कि क्या नहीं करना है, से पड़ती है। जिस दिन हम यह समझ लेते हैं कि हम जीवन में क्या नहीं करना चाहते, उसी समय हमारे करने वाले कामों की लिस्ट बिल्कुल साफ और सफलता की उम्मीद बिल्कुल स्पष्ट हो जाती है।



'नहीं' क्यों जरूरी है: हम अकसर यह मानकर चलते हैं कि हां कहना सकारात्मक होता है और नहीं कहना नकारात्मक। लेकिन बात अगर स्पष्ट रूप से जिंदगी में करियर की दिशा चुनने की हो तो न कहना ज्यादा सकारात्मक होता है बजाय हर काम के लिए हां कर देने के। 'हां' कहना जितना आसान होता है, उसका नुकसान उतना ही बड़ा होता है। इसलिए जो काम न करना चाहते हों, उसे करने के आसान विकल्प मिलें तो बेहतर है 'नहीं' करना सीखें।

सफलता का पहला स्टेप: सफल लोग पहले यह तय करते हैं कि उन्हें क्या नहीं करना। इसलिए वे कुछ बातों को अमल में लाते ही हैं।

- हर काम और हर मौके पर कूद नहीं पड़ते।
- हर चमकदार विकल्प में नहीं फंसते।
- वे हर सलाह को आदेश नहीं मानते।
- सुनते सबकी हैं, लेकिन करते हैं, जो उनके मन में चल रहा होता है। यानी जो उन्हें सही लगता है।
- ऐसे लोग हर अपेक्षा को अपने सिर पर नहीं ढोते हैं।

दरअसल, सफलता का दर्शन दुनिया में कई नामों से जाना जाता है जैसे- फोकस, प्राथमिकता, सीमाएं और आत्मनियंत्रण। लेकिन सबका मूल एक ही है। आखिर मैं क्या करना चाहता हूं और क्या नहीं करना चाहता हूं?

इसलिए नहीं कहने से डरते हैं लोग: नहीं कहने से ज्यादातर लोग इसलिए डरते हैं, क्योंकि न कहना गैरसामाजिक माना जाता है। न कहने में एक किस्म की बगावत, विरोध होता है। इसलिए लोग न कहने से बचते हैं। लेकिन बचना वास्तव में 'बचना' नहीं होता। अगर न कहने से आप बचते हैं तो आखिरकार उसी न में फंस भी जाते हैं। इसलिए जब करियर के बारे में गंभीरता से सोचें तो अपनी सबसे पहली और जरूरी लिस्ट यह बनाएं कि आप क्या-क्या नहीं करना चाहते हैं? अगर समय रहते आपमें यह स्पष्टता नहीं आई तो एक दिन आपको मजबूर होकर 'नहीं' खुद सिखा देगी। मसलन, मानसिक तनाव के जरिए, असफलता के चलते या पछतावे के रूप में। क्योंकि जो काम आप नहीं करना चाहते और फिर भी करते हैं, तो कीमत तो चुकानी ही पड़ती है। इसलिए बाद में कोई कीमत चुकाने से बेहतर पहले ही चुका लें, क्योंकि शुरुआत में यह सबसे छोटी होती है।

सफलता दिलाएंगे इन्हें 'नहीं' कहना: जिस दिन आप यह तय कर लेते हैं कि मैं अपनी तुलना 'नहीं' करूंगा, उसी दिन आप अपनी प्रतिभा से असफल होने से बच जाते हैं। तुलना सफलता से दूर करती है। सोशल मीडिया के दौर में तो तुलना एक धीमा जहर बन चुकी है।

खुद को हर जगह साबित 'नहीं' करने का निर्णय भी कारगर है। दरअसल, हर जगह अपनी काबिलियत दिखाने की कोई जरूरत नहीं होती, क्योंकि सभी जगहें आपकी सफलता नहीं तय करती हैं। इसलिए अपनी काबिलियत वहीं दिखाइए, जहां वाकई उसकी जरूरत है। लोग क्या कहेंगे, इस डर से अनचाहा फैसला 'नहीं' करना भी जरूरी है। जिस दिन आप फैसले लेने में 'लोग क्या कहेंगे' को माइनस कर लेते हैं तो आपके सारे फैसले सही होने लगते हैं। आजकल एक धारणा बन चुकी है, जो व्यस्त है, वही सफल है। जिस दिन आप इस भेड़चाल को मानने से इनकार कर देंगे, उस दिन से सफलता आपके कदम चूमेगी। रिश्ता भी वही स्वस्थ होता है, जिसमें सम्मान हो और जिसे याद करते हुए भी खुशी हो। जिस रिश्ते को याद करके खुशी न हो, उसे तोड़ना ही बेहतर होता है। ✻

निवेश, बचत और फाइनेंस से संबंधित अन्य कई पहलुओं को लेकर अकसर लोग असमंजस या भ्रम की स्थिति में रहते हैं। एक सुरक्षित वित्तीय भविष्य के लिए जरूरी है कि आप वित्त से संबंधित इन मिथ और फैक्ट को अच्छी तरह जानें-समझें।

समृद्ध जीवन के लिए समझें

फाइनेंस से जुड़े मिथ-फैक्ट

सजेशन

अंजू जैन

हमारे मन में पैसों को लेकर पारंपरिक तौर पर कई ऐसी धारणाएं बैठा दी गई हैं, जो भ्रम होती हैं। घर की फाइनेंसियल कंडीशन अच्छी रखने के लिए ऐसे भ्रमों और उनसे जुड़े सच के बारे में जानना जरूरी है। इससे आप सुखी और समृद्ध रहेंगे।

मिथ: अगर आपकी इनकम ज्यादा है तो आप अमीर हो ही जाएंगे।

फैक्ट: अमीर होना सिर्फ इस बात पर निर्भर नहीं करता कि आप कितना कमाते हैं, बल्कि इस पर भी निर्भर करता है कि आप कितना बचाते हैं और कितनी समझदारी से निवेश करते हैं। मार्गन हाउसेल अपनी किताब 'द साइकोलॉजी ऑफ मनी' में लिखते हैं कि असली धन वह है, जो लोगों को सामने दिखाई नहीं देता बल्कि जिसे आपने अच्छी जगह निवेश कर रखा है। जैसे जमीन-जायदाद, शेयर, सोना, चांदी, एफडी, म्यूचुअल फंड आदि।

मिथ: घर खरीदना हमेशा ही एक बेहतरीन संपत्ति मानी जाती है।

फैक्ट: नहीं, अगर घर का मेंटेनेंस बहुत ज्यादा है, आपके कार्यस्थल से दूर है, डेली शॉपिंग की सुविधा नजदीक नहीं है या इसकी रीसेल वैल्यू बढ़ने वाली नहीं है तो आपके लिए यह नुकसानदायक ही होगा। रॉबर्ट कियासाकी अपनी पुस्तक 'रिच डैड-पुअर डैड' में बताते हैं कि अगर आपका घर आपकी जेब से विभिन्न मदों में पैसा निकाल रहा है तो वह एक लायबिलिटी है, एसेट नहीं। एसेट वह है, जो आपकी जेब में पैसा डाले।

मिथ: निवेश करने के लिए बहुत सारे पैसों की जरूरत होती है।

फैक्ट: निवेश के लिए इसकी आदत और खर्च पर नियंत्रण जरूरी होता है। पुस्तक 'द रिचेस्ट मैन इन बेबीलोन' के अनुसार, अपनी कमाई का कम से कम 10 प्रतिशत हिस्सा खुद के लिए बचाकर निवेश की शुरुआत करना ही सबसे बड़ी रणनीति है। 'कंपाउंडिंग' की शक्ति कम पैसों से भी बड़ा फंड बना सकती है।

मिथ: कर्ज हमेशा नुकसानदायक ही होता है।

फैक्ट: विशेषज्ञ 'अच्छे कर्ज' और 'बुरे कर्ज' में फर्क बताते हैं। अगर कर्ज का उपयोग ऐसी चीज खरीदने के लिए किया जाए, जिसकी वैल्यू बढ़े या जो आय पैदा करे (जैसे बिजनेस लोन), तो वह अच्छा कर्ज है। लेकिन लग्जरी, झूठे दिखावे और फिजूल चीजों के लिए कर्ज लेना गलत है।

मिथ: ज्यादा जोखिम मतलब ज्यादा मुनाफा।

फैक्ट: बिल्कुल नहीं। सफल निवेशक हमेशा जोखिम कम करने पर ध्यान देते हैं। बेंजामिन ग्राहम की पुस्तक 'द इंटेलिजेंट इंवेस्टर' सिखाती है कि अपनी पूंजी की सुरक्षा का ख्याल रखना और सोच-समझकर निवेश का विविधीकरण करना ही असली समझदारी है।

मिथ: रिटायरमेंट का मतलब 'काम बंद और पूरा आराम करना' है।

फैक्ट: हमेशा याद रखें कि खाली दिमाग शैतान का घर होता है। बिना किसी काम के शरीर और दिमाग को जंग लग जाती है। इससे दिमाग परेशानियों और बीमारियों में उलझ जाता है। बेहतर होगा कि रिटायर होने के बाद पसंदीदा काम करें और उससे चार पैसा कमाने की सोचें। टिम फेरिस की पुस्तक 'द 4-आवर वर्कवीक' के अनुसार, वित्तीय स्वतंत्रता का मतलब काम छोड़ना नहीं, बल्कि पसंद का काम करने की आजादी होना है।

मिथ: बजट बनाना खुद पर पाबंदी लगाना है।

फैक्ट: बजट आपको यह नहीं बताता कि आप क्या नहीं कर सकते, बल्कि यह तय करता है कि आपका पैसा कहां जाना चाहिए? यह आपको फिजूलखर्ची से बचाकर आर्थिक आजादी की ओर ले जाता है।

मिथ: अमीर लोग अकसर कंजूस होते हैं।

फैक्ट: अमीर लोग समझदार होते हैं, सोच-समझकर खर्च करते हैं और अपनी इसी आदत के कारण वे अमीर बनते हैं। थॉमस जे. स्टेनली की पुस्तक 'द मिलिनेयर नेक्स्ट डोर' के अनुसार, ज्यादातर करोड़पति साधारण जीवन जीते हैं। वे 'दिखावे' पर नहीं बल्कि 'वित्तीय स्वतंत्रता' पर खर्च करते हैं।

मिथ: पैसा ही सारी बुराइयों की जड़ है।

फैक्ट: यह एक बहुत पुराना भ्रम है। असल में पैसा नहीं 'पैसे का लालच' समस्याओं की जड़ है। पैसा अपने आप में केवल एक जरिया यानी टूल है, जो आपके पास मौजूद संसाधनों को बढ़ाने की क्षमता रखता है।

मिथ: निवेश के लिए मार्केट को 'टाइम' करना (सही समय का इंतजार) जरूरी है।

फैक्ट: 'टाइम इन द मार्केट' (बाजार में समय बिताना) 'टाइमिंग द मार्केट' (बाजार का सही समय चुनना) से कहीं ज्यादा शक्तिशाली है। नियमित रूप से निवेश करना (जैसे एस आई पी के जरिए) और धैर्य रखना ही धन सृजन का सबसे विश्वसनीय तरीका है। शेयर बाजार में 'कब' निवेश करना है, इससे ज्यादा महत्वपूर्ण है कि आप 'कितने समय' तक निवेशित रहते हैं, क्योंकि निरंतरता ही वेल्थ क्रिएशन की असली कुंजी है। बाजार में अधिक समय बिताने से लंबी अवधि में चक्रवृद्धि ब्याज और धैर्य के कारण बेहतर रिटर्न मिलता है, जो पोर्टफोलियो को बढ़ने का मौका देता है। ✻

(वित्तीय सलाहकार प्रदीप अग्रवाल और चार्टर्ड अकाउंटेंट शुभम तोदी से बातचीत पर आधारित)

बॉलीवुड ट्रेंड

डी. जे. नंदन

'हम दोनों' का गीत 'अभी न जाओ..'

'वो कौन थी' का गीत 'लग जा गले..'

अब क्यों नहीं बन पाते

रूहानी सुकून देते गीत

पुराने फिल्मी गीतों को आज भी सुनें, तो ऐसा लगता है मानो किसी ने कानों में मिश्री घोल दी हो। ठहराव और सकून से भरे ये गीत सीधे रूह में उतरते हैं। आज ऐसे गीत कम ही बनते हैं। बॉलीवुड सॉन्ग्स के इस बदले हुए ट्रेंड पर एक नजर।

कई फिल्मी गीत ऐसे होते हैं, जो सीधे दिल में उतरते हैं। बीते दौर के सदाबहार गीतों पर यह बात पूरी तरह लागू होती है। ये गाने सुनने के दौरान ही नहीं बल्कि उसके बाद भी देर तक दिलो-दिमाग में गूंजते रहते हैं। अब ऐसे गीत कम ही बनते हैं। आज ऐसे गीत कम इसलिए नहीं हैं कि प्रतिभा खत्म हो गई है, बल्कि इसलिए कि दिल तक पहुंचने का रास्ता बदल गया है और यह छोटा भी कर दिया गया है। अगर हम आज के बॉलीवुड गीत-संगीत को ध्यान से सुनें, तो साफ पता चलता है कि मंद्र सप्तक यानी नीचे सुर में गाए गए, ठहरे हुए, भावप्रधान और गहराई वाले गीत अब अपवाद बनते जा रहे हैं।

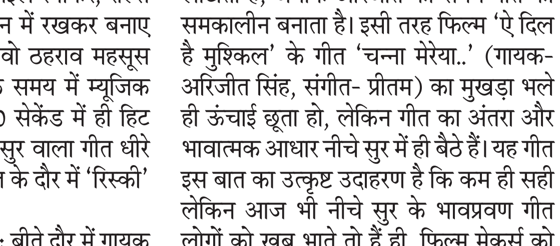
सदाबहार गीतों का दौर: बीते दौर के गीतों को सुनते हुए एक सुकून, एक ठहराव-सा महसूस होता है। मसलन, फिल्म 'वो कौन थी' के इस गीत पर गौर करें, 'लग जा गले...'(स्वर-लता मंगेशकर, संगीत-मदन मोहन) यह गीत सुकून की पराकाष्ठा पर पहुंचाता है। आवाज में न कोई जल्दबाजी है, न दिखावा। बस एक अंतिम आग्रह, जो सरगोशी में भी अमर हो गया। इसी

'अमर प्रेम' का गीत 'चिंगारी कोई भड़के'

तरह फिल्म 'अमर प्रेम' का 'चिंगारी कोई भड़के...'(स्वर-किशोर कुमार, संगीत-आर. डी. बर्मन), किशोर कुमार का यह गीत यह साबित करता है कि मध्यम और नीचा सुर कमजोरी नहीं, गीत की ताकत भी होती है। 'अभी न जाओ छोड़कर...'(फिल्म 'हम दोनों', स्वर-मोहम्मद रफी और आशा भोसले, संगीत-जयदेव) गीत को सुनें तो इस गीत में संवाद है, आग्रह है और प्रेम का सभ्य ठहराव है। सुर इतने संयमित हैं कि आज भी इस गीत को सुनते हुए लोग इसमें खो जाते हैं। ऐसे ही 'कहीं दूर जब दिन ढल जाए...' (फिल्म 'आनंद', स्वर-मुकेश, संगीत- सलिल चौधरी) गीत दिन और जीवन- दोनों के ढलने का संगीतात्मक रूपक है। और इसी तरह 'वो शाम कुछ अजीब थी..' (फिल्म 'खामोशी', स्वर-किशोर कुमार, संगीत- हेमंत कुमार) गीत में सुर सिर्फ चलते ही नहीं, ठहरते भी हैं। यही ठहराव इस गीत की आत्मा है।

क्यों कम बन रहे ऐसे गीत: सवाल यह है कि आज के समय में बीते दौर की तरह सुकूनदायक, रूहानी और ठहराव भरे गीत क्यों नहीं बनते? खोजने पर इसके कई कारण निकलकर सामने आते हैं। जैसे-आज के गीत 'सुनाई देने' के लिए बनाए जाते हैं, 'महसूस होने' के लिए नहीं। तेज बीट्स और ऊंचे सुर तुरंत ध्यान खींचते हैं, जबकि नीचे सुर धीरे और स्थायी असर करते हैं। आज की फास्ट लाइफ, मोबाइल स्पीकर, रील्स और जिम प्लेलिस्ट को ध्यान में रखकर बनाए जा रहे गीतों में वो सुकून, वो ठहराव महसूस करना मुश्किल है। आज के समय में म्यूजिक कंपनियां चाहती हैं पहले 10 सेकेंड में ही हिट और व्यूज मिल जाए। नीचे सुर वाला गीत धीरे खुलता है, इसलिए उसे आज के दौर में 'रिस्की' माना जाता है।

वॉल्यूम-बीट्स को महत्व: बीते दौर में गायक फिल्म के किरदार से पहले गीत के भाव खोजते थे। आज के अधिकतर गाने में एक्टर और उसकी स्क्रीन इमेज का पहले ध्यान रखा जाता है। इस प्रयास में कई बार गायकी पर वॉल्यूम और बीट्स भारी पड़ जाते हैं।



'ऐ दिल है मुश्किल' का गीत 'चन्ना मेरेया'

शास्त्रीय प्रशिक्षण की कमी: नीचे और मध्यम सुर में गाना आसान नहीं होता। इसके लिए रियाज, सांस पर नियंत्रण और धैर्य चाहिए होता है, जो आज के गायकों में कम होता जा रहा है।

कभी-कभार सुनाई पड़ते हैं मधुर गीत: अच्छे, मधुर गीत भले ही आज फिल्म संगीत के हाशिए पर चले गए हैं, लेकिन ये पूरी तरह खत्म नहीं हुए हैं। आज भी कुछ मधुर गीत बन रहे हैं, जो बिना शोर किए दिल में उतर जाते हैं। उदाहरण के तौर पर हम आज के दौर के कुछ बेहतरीन सीधे रूह में उतरने वाले गीतों को देख सकते हैं- फिल्म 'तमाशा' के गीत 'अगर तुम साथ हो..' (गायक-अरिजीत सिंह और अलका याग्निक, संगीत- ए. आर. रहमान) गीत आज के दौर में मधुर गीत की सबसे सशक्त वापसी है। अलका याग्निक की आवाज पुराने दौर की गंभीरता लौटाती है, जबकि अरिजीत का संयम गीत को समकालीन बनाता है। इसी तरह फिल्म 'ऐ दिल है मुश्किल' के गीत 'चन्ना मेरेया..' (गायक-अरिजीत सिंह, संगीत- प्रीतम) का मुखड़ा भले ही ऊंचाई छूता हो, लेकिन गीत का अंतरा और भावात्मक आधार नीचे सुर में ही बैठे हैं। यह गीत इस बात का उत्कृष्ट उदाहरण है कि कम ही सही लेकिन आज भी नीचे सुर के भावप्रवण गीत लोगों को खूब भाते तो हैं ही, फिल्म मेकर्स को व्यावसायिक सफलता भी दिलवा सकते हैं।

बाजार का है दबाव: आज का संगीत उद्योग जिनके हिसाब से चलता है, उनमें से बड़ी संख्या रील देखने वाले युवाओं की है। पहले 10 सेकेंड में रुकने या स्क्रॉल करने वाले श्रोता और दर्शक, जिनकी पसंद पर पैसा, प्रमोशन और ट्रेंड तय होता है- वे तेज, ऊंचे और तुरंत पकड़ में आने वाले सुर चाहते हैं। मध्यम और नीचे सुर का गीत धीरे खुलता है, दो-तीन बार सुनने पर असर करता है, अकेलापन और ठहराव की मांग करता है। आज के संगीत प्रेमियों और इंडस्ट्री को गायक से ज्यादा परफॉर्मर चाहिए। लाइव शो, डांस, स्क्रीन प्रेजेंस भी मायने रखता है। इन्हीं सब पहलुओं को ध्यान में रखकर आज के गीत-संगीत को रचा जाता है। देखा जाए, तो मामला सीधा-सीधा प्रोफेशनल प्रेशर के साथ ही 'डिमांड एंड सप्लाई' का माना जा सकता है। ✻