हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, रविवार, 15 मार्च 2026

9 शोभायात्रा के साथ हुई आर्य समाज के दो दिवसीय...

10 घंटों इंतजार के बाद नहीं मिला एलपीजी सिलेंडर...

खबर संक्षेप

तापमान में गिरावट से मिली राहत

बहादुरगढ़। पिछले कुछ दिनों लगातार तेज गर्मी के बाद बीते दो दिन से मौसम में हल्का परिवर्तन देखने को मिला है। तापमान में 4 से 5 डिग्री गिरावट आने से लोगों को थोड़ी राहत महसूस हुई है। गत 12 मार्च को जहां अधिकतम तापमान 35 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया था, वहीं शुक्रवार को यह घटकर 32 डिग्री पर पहुंच गया। जबकि शनिवार को भी तापमान में और हल्की गिरावट दर्ज की गई और अधिकतम तापमान करीब 31 डिग्री सेल्सियस रहा। सुबह और शाम के समय चल रही ठंडी हवा के कारण मौसम में यह बदलाव महसूस किया जा रहा है। दिन में धूप तो निकल रही है, लेकिन पहले की तुलना में गर्मी का असर थोड़ा कम हुआ है। मौसम विशेषज्ञों के अनुसार, रविवार को भी इसी तरह का मौसम बने रहने की संभावना है।

हादसे में जान गंवाने वाले की शिनाख्त नहीं

बहादुरगढ़। गांव जाखोदा में स्थित एक मकान में फंदे पर लटके मिले अज्ञात व्यक्ति के शव का मामला रहस्य बना हुआ है। दो दिन बीत जाने के बाद अभी तक मृतक की शिनाख्त भी नहीं हो पाई है। पुलिस मामले में जांच कर रही है।

मृतक की उम्र करीब 45 वर्ष आंकी जा रही है। प्रथमदृष्टया प्रवासी प्रतीत हुआ था। बताते हैं कि वीरवार की सुबह वह अचानक जाखोदा स्थित एक मकान के बाथरूम में घुसा और कुंडी लगा ली। कुछ समय जैसे-तैसे दरवाजा खोला तो वह फंदे पर लटका हुआ था। पुलिस ने लोगों से पूछताछ की लेकिन मृतक किसी का परिचित नहीं निकला। व्यक्ति कौन था, किन कारणों के चलते वह फंदे पर लटका आदि सवाल बने हुए हैं। निर्धारित 72 घंटे में शिनाख्त नहीं हो पाई तो पुलिस पोस्टमार्टम कर दाह संस्कार करवाएगी। वहीं, नेशनल हाइवे पर केएमपी पुल के नीचे बुधवार रात को मिले शव की भी शिनाख्त नहीं हुई है। किसी वाहन की चपेट में आकर उसकी जान गई थी। उसकी पहचान के भी पुलिस प्रयास कर रही है।

बंद मकान में चोरी की वारदात, दी शिकायत

बहादुरगढ़। गांव सौंधी में स्थित एक बंद मकान में चोरी की वारदात हो गई। काफी आभूषणों व जरूरी दस्तावेजों पर हाथ साफ किया गया है। एक युवक पर शक जताया गया है। शिकायत के आधार पर पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। पुलिस को दी शिकायत में सौंधी की निवासी सुरेश ने कहा है कि वह पिछले करीब एक साल से समयपुर बादली दिल्ली में रह रही है। पीछे से मकान बंद था। शुक्रवार को वह जरूरी दस्तावेज लेने के लिए सौंधी स्थित मकान पर आई तो गेट खुला हुआ था और टूटा हुआ ताला बाथरूम में पड़ा था। अंदर गई तो सामान बिखरा हुआ था और एक बक्सा गायब था। बक्से में तीन अंगूठी, कानों की बालिया, हाथफूल, तगड़ी सहित अन्य जरूरी दस्तावेज थे। इसके बाद पुलिस को सूचना दी।

जींद की नैन फाउंडेशन को दिया गया था तीन हजार कुत्तों की नसबंदी का वर्क ऑर्डर

शहर में शेल्टर स्थापित न करने पर कुत्तों की नसबंदी का टेंडर रद्द

काम की शुरुआत में ही लगे थे गंभीर आरोप, इससे पहले रोहतक में भी हो चुका है टेंडर रद्द

मनीष कुमार ▶▶ बहादुरगढ़

रोहतक के बाद अब बहादुरगढ़ में भी कुत्तों की नसबंदी के लिए नैन फाउंडेशन को दिया गया टेंडर रद्द कर दिया गया है। शेल्टर स्थापित न करने पर नगर परिषद की ओर से यह कार्रवाई की गई है। इसके अलावा जीव प्रेमियों द्वारा भी गंभीर आरोप लगाते हुए पशु कल्याण विभाग, विजिलेंस, जिला प्रशासन सहित अन्य जगह शिकायतें दी गई थीं।

दरअसल, कुछ महीने पूर्व नगर परिषद ने तीन हजार कुत्ते पकड़ने का वर्क ऑर्डर जारी किया था। दिसंबर माह में नैन फाउंडेशन ने नसबंदी के लिए कुत्ते पकड़ने शुरू किए। शुरुआती दो दिनों में ही कुत्ते पकड़ने की शैली पर सवाल खड़े हुए। जीव प्रेमियों ने शहर में शेल्टर स्थापित करने के बजाय 50 किलोमीटर दूर रोहतक में ले जाकर नसबंदी करने के आरोप लगाए। इस वजह से काम रुक गया।

रोहतक के बाद अब बहादुरगढ़ में भी वर्क ऑर्डर कैंसिल करने की मांग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

- रोहतक में 32 मृत कुत्ते मिलने के मामले में चल रही जांच

बहादुरगढ़ शहर में कुत्तों की नसबंदी का ठेका लेने वाली एजेंसी से रोहतक में काम बंद करा दिया गया है। बीते दिनों 32 मृत कुत्ते मिलने के मामले में हुई जांच के बाद नगर निगम ने वहां नसबंदी कार्य को रद्द किया है। बहादुरगढ़ में भी प्रशासन से संस्था को दिए वर्क ऑर्डर को कैंसिल करने तथा मामले में उपयुक्त कार्रवाई की मांग उठ रही है।

दरअसल, गत 13 जनवरी की सुबह रोहतक में सुनारिया रोड पर 32 कुत्तों के शव मिले थे। आहत जीव प्रेमियों ने इसके लिए कुत्तों की नसबंदी करने वाली एजेंसी को जिम्मेदार ठहराया था, जिसके बाद एफआईआर और जांच शुरू हुई। जांच के दौरान मिली भारी खामियों आधार पर फाउंडेशन का वर्क ऑर्डर कैंसिल कर दिया गया है।

इसी फाउंडेशन को बहादुरगढ़ में भी तीन हजार कुत्तों की नसबंदी का वर्क ऑर्डर प्राप्त है। कुछ समय पहले यहां नसबंदी के लिए कुत्ते उठाकर रोहतक ले जाए गए तो विवाद गहराया गया था। एजेंसी पर एबीसी के नियमों की घोर उल्लंघना के आरोप लगे। जिसकी शिकायत पुलिस, विजिलेंस रोहतक, उपायुक्त झज्जर, पशु कल्याण विभाग सहित अन्य अधिकारियों, विभागों में दी गई। हालांकि विजिलेंस रोहतक की ओर से भी पत्र जिला उपायुक्त को भेजकर जांच करने का अनुरोध किया गया है। एडवोकेट नवीन सिंगल, मनजीत सहरावत आदि जीव प्रेमियों का कहना है कि यह फाउंडेशन अक्सर विवादों में रही है। बहादुरगढ़ और रोहतक में हुई घटनाएं ताजा उदाहरण है। रोहतक में तो जांच के दौरान खामियां खुलकर सामने आ गई हैं।

बहादुरगढ़। एजेंसी की कार्यप्रणाली को लेकर हरिभूमि में प्रकाशित समाचार।

यह पूरा मामला

नगर परिषद के कार्यकारी अधिकारी द्वारा जारी पत्र के अनुसार, कहा गया है कि कुत्तों को पकड़ने और उनकी नसबंदी करने का कार्य एजेंसी को सौंपा था। शहर में डॉग शेल्टर स्थापित करने के निर्देश भी दिए गए थे। एजेंसी द्वारा अब तक न तो डॉग शेल्टर स्थापित किया गया और न ही नसबंदी का कार्य शुरू किया गया। इस संबंध में 19 फरवरी को नोटिस भी जारी किया गया था। नोटिस के बावजूद एजेंसी की ओर से न तो काम शुरू किया गया और न ही कोई जवाब प्रस्तुत किया गया। इससे यह प्रतीत होता है कि एजेंसी इस कार्य में रुचि नहीं ले रही है। इसी के चलते वर्क ऑर्डर को रद्द करने का निर्णय लिया है। इस संबंध में पत्र जारी कर संबंधित संस्था को सूचित कर दिया गया है। वहीं, नप के सेनेट्री इंस्पेक्टर सुनील हुड्डा ने कहा कि जल्द ही इस कार्य के लिए नई व्यवस्था या एजेंसी तय की जाएगी। उधर, जीव प्रेमियों का कहना है कि नियमों के हिसाब से ही जीवों की नसबंदी का कार्य कराया जाए।

इस संबंध में जीव प्रेमियों ने एंटी करप्शन ब्यूरो, पशु कल्याण विभाग, शहरी निकाय विभाग सहित अन्य अधिकारियों के पास शिकायत भेजी। बाद में विजिलेंस रोहतक ने जिला प्रशासन को पत्र लिखकर जांच का अनुरोध किया। इसी बीच रोहतक में 13 जनवरी की सुबह सुनारिया रोड पर 32 कुत्ते मृत मिले। वहां भी इसी फाउंडेशन को वर्क ऑर्डर प्राप्त था। रोहतक में टेंडर रद्द हुआ तो बहादुरगढ़ के जीव प्रेमियों ने भी जांच की मांग उठाई थी। अब यहां भी टेंडर रद्द कर दिया है।

बहादुरगढ़। डीएवी स्कूल में हुई कार्यशाला में उपस्थित अध्यापिकाएं।

डीएवी में क्षमता संवर्धन कार्यशालाः दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

शहर के डीएवी सेंटेनरी पब्लिक स्कूल में शिक्षकों के कौशल को विकसित करने के उद्देश्य से दो दिवसीय क्षमता संवर्धन कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्घाटन डीएवी के जोन एआरओ वीके मित्तल द्वारा किया गया। मित्तल ने विद्यार्थियों को प्रभावशाली शिक्षा देने के लिए शिक्षकों को प्रेरित किया।

स्कूल प्राचार्य राजदीप कुलश्रेष्ठ ने एआरओ वीके मित्तल समेत सभी प्रधानाचार्यों, विषय विशेषज्ञों तथा अध्यापकों का अभिनंदन किया। कार्यशाला में जोन के 17 स्कूलों से लगभग 300 अध्यापक व 7 प्रधानाचार्य शामिल हुए। समालखा से रिंकू वर्मा, गन्नौर से सुनील शर्मा, सोनीपत से सविता धनखड़, नारनौल से राजेश कुमार, पानीपत से भव्य शर्मा व रोहतक से वंदना भी उपस्थित रही। सभी विषयों पर विषय विशेषज्ञों द्वारा कार्यशाला के विभिन्न सत्रों के माध्यम से नर्सरी से 12वीं कक्षा तक गतिविधि आधारित शिक्षण, प्रभावी कक्षा प्रबंधन, मूल्यांकन पद्धति तथा विद्यार्थियों में रचनात्मकता विकसित करने से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी दी। शिक्षकों ने समूह चर्चा, गतिविधियों तथा प्रस्तुतियों के माध्यम से अपने अनुभव सांझा किए। कार्यशाला में नई शिक्षा प्रणाली द्वारा अध्यापकों को प्रशिक्षित किया गया।

दैनिक जीवन में गणित का महत्व समझाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

शनिवार को वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय के गणित विभाग द्वारा अंतरराष्ट्रीय गणित दिवस पर विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। राजकीय महाविद्यालय जसिया के सेवानिवृत्त प्रिंसिपल डॉ. रणबीर सिंह कादयान ने प्राध्यापिकाओं व छात्राओं को दैनिक जीवन में गणित की आवश्यकता व उपयोग से अवगत कराया। कॉलेज प्राचार्या डॉ. राजवंती शर्मा ने डॉ. रणबीर सिंह कादयान का स्वागत और आभार व्यक्त करते हुए कहा कि आज के युग में प्रतिदिन हो रही तरक्की गणित की ही देन है। गणित के बिना नए-नए आविष्कार संभव नहीं हो सकते हैं। तमाम कैलकुलेशन गणित पर निर्भर करती है। गणित के बिना विज्ञान, कंप्यूटर आदि की कल्पना भी नहीं की जा सकती। डॉ. रणबीर सिंह कादयान ने छात्राओं को गणित पढ़ने के लिए प्रेरित करते हुए बताया कि गणित पढ़ने वाले बच्चे में निर्णय लेने की क्षमता स्ट्रांग व कॉन्फिडेंट होते हैं। गणित के प्रति आपका रुझान आपके जीवन को सफल व सरल बनाने में योगदान देगा। मंच का संचालन कॉलेज प्रवक्ता डॉ. भारती मिश्रा ने किया। गणित विभाग की एचओडी स्वीटी ने धन्यवाद किया। कार्यक्रम में कोमल, रॉकी, वैशाली, कुसुम, रितु, काजल व शीतल आदि मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। प्रतिभागी छात्राओं को पुरस्कृत करते डॉ. रणबीर सिंह कादयान व डॉ. राजवंती शर्मा। *फोटो : हरिभूमि*

भेड़ चोरी के मामले में आरोपी गिरफ्तार

बहादुरगढ़। बादली थाना पुलिस ने भेड़ चोरी के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी को तीन दिन के रिमांड पर लिया गया है। दरअसल, जालौर राजस्थान के निवासी प्रेमाराम ने शिकायत दी थी कि वह भेड़ बकरियां चराता है। अपने साथियों के साथ पाहसौर मोड़ पर भेड़ सो रहा था। शुक्रवार की सुबह करीब 3 बजे अज्ञात व्यक्ति उनकी 15 भेड़ चोरी कर ले गए। मामले में कार्रवाई करते हुए थाना बादली में केस दर्ज किया गया। मुख्य सिपाही सुनील कुमार की टीम ने त्वरित कार्रवाई करते हुए आरोपी मिथुन निवासी मध्य प्रदेश को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने 15 भेड़ बरामद कर ली हैं।

छह ट्रकों की 12 बैट्रियां निकाल ले गए चोर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

परनाला रोड स्थित ट्रक यूनियन में शनिवार की सुबह चोरी की वारदात हो गई। कार में सवार होकर आए चोरों ने यूनियन परिसर में खड़े छह ट्रकों को निशाना बनाते हुए उनकी 12 बैट्रियां चोरी कर ली। पुलिस ने मामले में जांच शुरू कर दी है।

सुबह करीब चार बजे की यह घटना बताई जा रही है। कार में सवार होकर चोर आए थे। चोरों ने ट्रकों की खिड़की और शीशे तोड़कर अंदर से बैट्री निकाल लीं तथा मौके से फरार हो गए। सुबह जब ट्रक मालिक अपने वाहनों के पास पहुंचे तो टूटे हुए शीशे देखकर उनके होश उड़ गए। जांच करने पर पता चला कि छह ट्रकों से 12 बैट्रियां गायब हैं। इसके बाद ट्रक मालिकों ने तुरंत पुलिस को सूचना दी। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने मौके पर पहुंचकर जांच शुरू की है। आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगाली जा रही है, जिसमें एक कार में सवार होकर आए तीन से चार संदिग्ध चोर दिखाई दे रहे हैं। यूनियन के प्रधान संजय की ओर से इस संबंध में पुलिस को शिकायत दी गई है। पुलिस का कहना है कि सीसीटीवी फुटेज के आधार पर आरोपियों की पहचान करने का प्रयास किया जा रहा है और जल्द ही उन्हें गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

बहादुरगढ़। इन ट्रकों को बनाया गया निशाना। *फोटो : हरिभूमि*

पीएम किसान सम्मान निधि को बताया हितकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना को भाजपा किसान मोर्चा के जिलाध्यक्ष राम अहलावत ने किसानों के लिए हितकारी बताया है। इसके लिए सरकार का आभार भी जताया है।

राम अहलावत।

राम अहलावत ने कहा कि हाल ही में 22वीं किस्त जारी हुई है। इसके तहत झज्जर जिले के 74 हजार 667 किसानों के खातों में 15 करोड़ 47 लाख रुपये की राशि सीधे ट्रांसफर की गई है, जिससे किसानों को आर्थिक रूप से बड़ी राहत मिली है। अहलावत ने कहा कि यह योजना केवल आर्थिक सहायता ही नहीं, बल्कि देश के अन्नदाताओं के प्रति प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा व्यक्त विश्वास और सम्मान का प्रतीक भी है। केंद्र सरकार का उद्देश्य किसानों को आर्थिक रूप से सशक्त बनाना और कृषि क्षेत्र को और अधिक मजबूत बनाना है। किसानों की खुशहाली और समृद्धि के बिना देश का समग्र विकास संभव नहीं है। कृषि क्षेत्र को सशक्त बनाना विकसित भारत के निर्माण की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजनाकिसानों के लिए हितकारी बताया है।

कार्ल मार्क्स को पुण्यतिथि पर किया नमन

- महान क्रांतिकारी कार्ल मार्क्स ने केवल दुनिया की केवल व्याख्या ही नहीं की अपितु बदलने वाले नियमों को दुनिया के सामने रखा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

लाइनपार स्थित सुभाष नगर में महान चिंतक कार्ल मार्क्स की पुण्यतिथि पर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की गई।

कामरेड रामकिशन ने उनके जीवन संघर्ष और विचारों पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि महान क्रांतिकारी कार्ल मार्क्स ने केवल दुनिया की केवल व्याख्या ही नहीं की अपितु बदलने वाले नियमों को दुनिया के सामने रखा। कार्यक्रम में देवेंद्र, सुरेंद्र, राजकुमार, रामेश्वर प्रसाद और रमेश ने उनकी याद में एक मिनट का मौन रखा और उन्हें लाल सलाम किया। रामकिशन के अनुसार कार्ल मार्क्स ने कमेरा वर्ग को आगाह किया था कि यदि दुनिया को बदलना है, तो श्रमिक वर्ग को पहले अपने आपको बदलना होगा। गरीब अमीर की खाई को मिटाना है तो समाज में वैयक्तिक मालिकाना के स्थान पर सामूहिक मालिकाना स्थापित करना होगा। सर्वहारा वर्ग संस्कृति को लागू करना होगा, निजी स्वार्थ की भावना से मुक्ति पानी होगी और इंकलाबी लहर खड़ी करनी होगी। इन्हीं विचारों से समाज में बदलाव लाया जा सकता है।

बहादुरगढ़। महान चिंतक कार्ल मार्क्स को याद करते मंच से जुड़े लोग।

सीएम योगी को किया सम्मानित

बहादुरगढ़। कलायत के गांव सोंगल में आयोजित एक कार्यक्रम में राष्ट्रीय सैनी सभा के हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष जसबीर सैनी ने यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ का शॉल भेंट कर स्वागत-सम्मान किया। उन्होंने तिजारा के विधायक बाबा बालकनाथ योगी का आभार जताया।

बिना डॉक्टर की सलाह के कोई दवा ना लें मधुमेह रोगी

- डॉ गौरव अग्रवाल के अनुसार ब्लड शुगर के स्तर को तेजी से बढ़ा सकती हैं स्टेरॉयड युक्त दवाएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

डायबिटीज से पीड़ित मरीजों एवं उनके परिजनों के लिए एक जागरूकता सेमिनार का आयोजन किया गया। विशेषकर मधुमेह रोगी को दी गई स्टेरॉयड दवाएं शुगर लेवल को अचानक और अत्यधिक बढ़ा सकती हैं। अपने चिकित्सक से परामर्श किए बगैर दवा लेना ठीक नहीं है। आयुर्वेदिक चिकित्सक डॉ गौरव अग्रवाल ने बताया कि कई मरीजों की शुगर अचानक बहुत अधिक बढ़ जाती है। हिस्ट्री खंगालने पर पता चलता है कि उन्होंने सर्दी-जुकाम, फ्लू या त्वचा संक्रमण जैसी सामान्य समस्या के लिए नजदीक की केमिस्ट शॉप से दवा ली थी। कई बार मरीज की सही स्वास्थ्य स्थिति जाने बिना ही स्टेरॉयड युक्त दवाएं दे दी जाती हैं। गलत दवा के कारण बढ़ी हुई शुगर कई बार इतनी अधिक हो जाती है कि मरीज को अस्पताल में भर्ती करना पड़ता है। गंभीर परिस्थितियों में भीषण दुष्प्रभाव और जटिलताएं उत्पन्न हो सकती हैं।

वार्ड-9 में 15 लाख से बनेंगी 3 गलियां

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

विधायक राजेश जून ने वार्ड नंबर-9 की तीन गलियों के निर्माण कार्य का नारियल फोड़कर विधिवत शुभारंभ किया। इन गलियों का निर्माण विधायक कोटे से लगभग 15 लाख रुपए में होगा।

रेलवे फाटक पार स्थित कॉलोनी में आयोजित कार्यक्रम में स्थानीय निवासियों ने विधायक राजेश जून का जोरदार स्वागत किया। कॉलोनी के लोगों ने लंबे समय से चली आ रही गली निर्माण की मांग पूरी होने पर विधायक राजेश जून का आभार व्यक्त किया। राजेश जून ने ठेकेदार को गलियों के निर्माण कार्य में गुणवत्ता का विशेष ध्यान रखने के निर्देश दिए। विधायक राजेश जून ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में क्षेत्र में सड़कों, गलियों और अन्य मूलभूत सुविधाओं को मजबूत करने के लिए लगातार विकास कार्य कराए जा रहे हैं। भविष्य में भी विकास कार्यों की यह गति इसी तरह जारी रहेगी। इस अवसर पर युवराज छिल्लर, अशोक राठी, राकेश, दिलबाग व राजेश आदि मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। लाइनपार इलाके में निर्माण कार्य का शुभारंभ करते विधायक राजेश जून।

काम की तलाश में आया युवक लापता

बहादुरगढ़। उत्तर प्रदेश से गांव छारा में काम के लिए आया एक मजदूर लापता हो गया है। काफी तलाशने के बाद भी नहीं मिला तो परिजनों ने पुलिस से तलाश की गुहार लगाई है। प्रतापगढ़ के राजेश का कहना है कि उसका भाई राकेश बोलने में सक्षम नहीं है। गांव के कुछ लोगों के साथ वह छारा स्थित एक भट्ठे पर काम करने के लिए आया था। हाल ही में वे युवक गांव लौटे लेकिन उनके साथ राकेश नहीं था। उन्होंने बताया कि राकेश वहीं रह गया। इसके बाद हमने यहां आकर देखा तो वह नहीं मिला। काफी तलाश के बाद भी कुछ पता नहीं चला।

विजेता को ट्रॉफी व 2100 रुपये देकर पुरस्कृत किया

बीएड की ज्योति को बेस्ट एथलीट का आवार्ड

वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय में 11वीं वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता हुई संपन्न

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय में चल रही 11वीं वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता के अंतिम दिन विभिन्न एथलेटिक्स प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। द्वितीय वर्ष की ज्योति को बेस्ट एथलीट चुना गया। उसे ट्रॉफी तथा 2100 रुपए देकर पुरस्कृत किया गया। विजेता खिलाड़ियों को मेडल व प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। शारीरिक शिक्षा प्रभारी सुनीता रानी ने बताया कि मटका दौड़ में प्रथम नैना व द्वितीय ज्योति सिंह रही। बोरी दौड़ मे ज्योति प्रथम, लक्ष्मी द्वितीय, अंकिता तृतीय स्थान पर रही। थ्री लेग दौड़ में प्रथम अनुष्का व दिव्या, द्वितीय अन्नु व पूजा दहिया व तृतीय स्थान पर अंकिता व रितिका तथा ज्योति व साक्षी रही। सौ मीटर दौड़ मे अंकिता प्रथम, ज्योति द्वितीय व साक्षी तृतीय स्थान पर रही। जबकि 4 गुणा 100 मीटर रिले दौड़ में ज्योति, तन्नु, दिव्या, साक्षी प्रथम स्थान, अनुष्का, अंकिता, दिशा, तमन्ना द्वितीय स्थान व लता, लक्ष्मी, निशा, आभा तृतीय स्थान पर रही। रस्साकशी प्रतियोगिता के दोनों राउंड में द्वितीय वर्ष की छात्राओं ने बाजी मारी।

बहादुरगढ़। बेस्ट एथलीट बनी ज्योति को ट्रॉफी देते कॉलेज पदाधिकारी। *फोटो : हरिभूमि*

कबूतर उड़ाकर खेलों की विधिवत शुरुआत

कॉलेज प्रधान सत्यनारायण अग्रवाल ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। उप प्रधान पवन जैन, संयुक्त सचिव एमसी जोशी, महासचिव सुरेश अग्रवाल व डायल 112 इंचार्ज एएसआई सरला देवी विशेष रूप से मौजूद रही। स्वागत व ध्वजारोहण उपरांत तीनों सदनों द्वारा मार्च पास्ट करके मुख्य अतिथि व अन्य अतिथियों को सलामी दी गई। इसके बाद मशाल जलाई गई। कबूतर उड़ाकर खेलों की विधिवत शुरुआत हुई। खिलाड़ियों को नियमों का पालन करने व सच्ची भावना से खेलने की शपथ दिलाई गई। सत्यनारायण अग्रवाल ने कहा कि खेलकूद जीवन में अनुशासन, आत्मविश्वास और टीम भावना को विकसित करते हैं। प्राचार्य डॉ. आशा शर्मा ने सभी विजेता खिलाड़ियों को बधाई देते हुए शानदार प्रदर्शन करने के लिए प्रोत्साहित किया।

भजनों के माध्यम से आर्य समाज की महिमा का गुणगान किया

शोभायात्रा के साथ हुई आर्य समाज के दो दिवसीय वार्षिकोत्सव की शुरूआत

ट्रैक्टर-ट्राली में किया गया हवन व प्राचीन गुरुकुल के ब्रह्मचारियों के हैरेत अंगेज कारनामे आकर्षण का केंद्र रहे

झज्जर। शोभायात्रा के दौरान हवन में आहुति डालते हुए आर्यजन। फोटो : हरिभूमि

झज्जर। शोभायात्रा के अंतर्गत पथ संचलन करते हुए ब्रह्मचारी। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

आर्य समाज द्वारा शनिवार को शहर के वैदिक कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में दो दिवसीय वार्षिकोत्सव की शुरूआत की गई। वार्षिकोत्सव के पहले दिन शोभायात्रा निकाली गई जिसमें आर्यजनों ने देशभक्ति व आर्य समाज के कार्यों संबंधी भजनों के साथ पद यात्रा की। इस दौरान ट्रैक्टर-ट्राली में किया गया हवन व प्राचीन गुरुकुल के ब्रह्मचारियों के हैरेत अंगेज कारनामे आकर्षण का केंद्र रहे। यज्ञ के ब्रह्मा ब्रह्मचारी इंद्रजीत ने विधिवत रूप से हवन में आहुति डलवाई तथा मंत्रोच्चारण के साथ हवन कराया। यह शोभायात्रा स्कूल परिसर से शुरू होकर शहर के मेन बाजार से होते हुए अंबेडकर चौक, बीकानेर चौक, यादव धर्मशाला चौक, सिलानी गेट व दिल्ली गेट से होते हुए वापिस स्कूल परिसर पहुंच कर संपन्न हुई। शाम करीब सात बजे शुरू हुए भजन एवं प्रवचन कार्यक्रम में आर्य प्रतिनिधि सभा दिल्ली से विनय आर्य, गुरुग्राम से हर्षप्रिय आर्य व स्थानीय प्राचीन गुरुकुल आचार्य शतक्रतु ने मुख्य वक्ता के रूप में शिरकत की। इस दौरान भजनोपदेशक विवेक पथिक द्वारा भजनों के माध्यम से आर्य समाज की महिमा का गुणगान किया गया। इस मौके पर प्रकाशवीर आर्य, विजय आर्य, सत्यदेव आर्य, विनीत आर्य सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

समापन आज, ओपी धनखड़ होंगे मुख्य अतिथि

आर्य समाज के महामंत्री लाला प्रकाशवीर ने बताया कि कार्यक्रम के दूसरे दिन की शुरुआत भी वैदिक यज्ञ से होगी। गुरुकुल के अधिष्ठाता आचार्य विजयपाल की अध्यक्षता में आयोजित इस कार्यक्रम में प्रोफ़ेसर अर्चना प्रिय आर्य, आचार्य ओमप्रकाश शास्त्री जहां मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित रहेंगे वहीं भाजपा के राष्ट्रीय सचिव ओमप्रकाश धनखड़ बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करेंगे।

सेवानिवृत्त राजस्व अधिकारियों से मांगे आवेदन

■ इच्छुक सेवानिवृत्त राजस्व अधिकारी अपना आवेदन न्यायालय में 18 मार्च तक प्रस्तुत कर सकते हैं

बहादुरगढ़। उपमंडल में लंबित भूमि विभाजन (तकसीम) मामलों के त्वरित निपटान के लिए प्रशासन द्वारा महत्वपूर्ण पहल की गई है। इस संबंध में एसडीएम अभिनव सिवाच की अदालत द्वारा आदेश जारी किए गए हैं। संयुक्त खातेदारी वाले भूमि मालिकों के बीच अनिवार्य विभाजन से संबंधित संशोधित धारा 111ए को प्रभावी रूप से लागू करने तथा लंबित भूमि विभाजन मामलों के शीघ्र निपटान के लिए वैकल्पिक विवाद समाधान प्रणाली के माध्यम से कार्यवाही की जाएगी। भूमि विभाजन मामलों में आपसी सहमति के आधार पर समाधान कर मुकदमों की संख्या कम करने और लंबित मामलों के त्वरित निपटान के उद्देश्य से सेवानिवृत राजस्व अधिकारियों को संविदा आधार पर नियुक्त करने के लिए आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। इच्छुक सेवानिवृत्त राजस्व अधिकारी अपना आवेदन न्यायालय में 18 मार्च तक प्रस्तुत कर सकते हैं।

खबर संक्षेप

तीन दिन पहले मिले शव की नहीं हो पाई पहचान, करवाया पोस्टमार्टम

झज्जर। क्षेत्र के गांव अकेहड़ी मदनपुर स्थित पंप हाउस से तीन दिन पहले मिले शव की शिनाख्त अभी तक नहीं हो पाई। पुलिस द्वारा शव का पोस्टमार्टम कराने के बाद उसे नागरिक अस्पताल के शवगृह में रखवा दिया गया है। मामले के जांच अधिकारी एसआई संजय ने बताया कि अकेहड़ी मदनपुर पंप हाउस से बीती बारह मार्च को गली-सड़ी हालत में एक युवक का शव मिला था। प्रथम दृष्ट्या यह करीब चालीस वर्षीय युवक का शव प्रतीत होता है। उसकी शिनाख्त के प्रयास किए जा रहे हैं। फिलहाल शव को पोस्टमार्टम कराकर उसे शवगृह में रखवाया गया है। यदि सोमवार तक शिनाख्त नहीं हो पाई तो उसे अंतिम संस्कार के लिए नगर परिषद कर्मचारियों को सौंप दिया जाएगा।

क्षमता निर्माण कार्यक्रम में शिक्षकों को दिया प्रशिक्षण

झज्जर। स्थानीय डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल में शिक्षकों के व्यावसायिक विकास तथा शिक्षण गुणवत्ता को और अधिक प्रभावी बनाने के उद्देश्य से दो दिवसीय क्षमता निर्माण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें विभिन्न विषयों के शिक्षकों को आधुनिक शिक्षण विधियों, नवीन तकनीकों तथा प्रभावी कक्षा प्रबंधन से संबंधित प्रशिक्षण प्रदान किया गया। इस दौरान अपने संबोधन में एआरओ वी के मित्तल ने कहा कि वर्तमान समय में शिक्षा के क्षेत्र में निरंतर परिवर्तन हो रहे हैं, इसलिए शिक्षकों के लिए समय-समय पर प्रशिक्षण प्राप्त करना अत्यंत आवश्यक है। वहीं विषय विशेषज्ञों ने शिक्षा से संबंधित कई महत्वपूर्ण एवं शिक्षाप्रद विषयों पर विचार साझा किए।

दुजाना में लगे शिविर में सैंकड़ों ग्रामीणों ने करवाई स्वास्थ्य जांच

झज्जर। वर्ल्ड मेडिकल कॉलेज रिसर्च एंड हास्पिटल गिरावड़ द्वारा शनिवार को क्षेत्र के गांव दुजाना में एक स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में अस्पताल के मेडिसिन विभाग, सर्जरी, नेत्र रोग, ईएनटी, हड्डी रोग, स्त्री एवं प्रसूति रोग विभाग के चिकित्सकों ने सेवाएं दी। इस दौरान शिविर में पहुंचे सैंकड़ों लोगों की स्वास्थ्य जांच की गई तथा जरुरतमंद लोगों में निःशुल्क दवाइयां भी विरतित की गई। कम्युनिटी मेडिसिन विभाग के प्रोफेसर डॉक्टर चरण सिंह ने बताया कि संस्थान के संस्थापक डॉक्टर नरेंद्र सिंह के नेतृत्व में आयोजित इस शिविर के दौरान लोगों को स्वास्थ्य की उचित देखभाल के लिए आवश्यक परामर्श भी दिए गए।

लेफ्टिनेंट बने दिनेश का लोवा खुर्द में हुआ स्वागत

बहादुरगढ़। लोवा खुर्द गांव के दिनेश जून भारतीय सेना में लेफ्टिनेंट बनने के बाद अपने गांव पहुंचे तो विधायक राजेश जून समेत ग्रामीणों ने उनका भव्य स्वागत और सम्मान किया। वरिष्ठ कांग्रेस नेता नरेश जून ने भी दिनेश जून का अभिनंदन करते हुए उज्ज्वल भविष्य की कामना की। विधायक राजेश जून ने दिनेश जून को आशीर्वाद देते हुए कहा कि हरियाणा प्रदेश पूरे देश में जवान, किसान और पहलवानों की भूमि के रूप में विख्यात है। प्रदेश के युवा लगातार सेना में भर्ती होकर देश की सेवा कर रहे हैं, जो पूरे प्रदेश के लिए गर्व की बात है। विधायक का परिवार भी सेना में रहकर देश सेवा कर चुका है और अब उनके गांव लोवा खुर्द का बेटा दिनेश भी भारतीय सेना में लेफ्टिनेंट बनकर देश की सेवा करेगा। भारतीय सेना में हरियाणा के सैनिक और अधिकारी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। देश की सुरक्षा में उनका योगदान अतुलनीय है और पूरे देश को उन पर गर्व है। इस मौके पर संजय जून, मंजीत जून, विनोद जून व बलजीत आदि मौजूद रहे।

सीएम ने किया बुल्लड़ को सम्मानित

बहादुरगढ़। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने चंडीगढ़ में आयोजित एक समारोह के दौरान समाजसेवी वीरेंद्र उर्फ बुल्लड़ पहलवान को सम्मानित किया। बुल्लड़ छोटूराम खेल संस्था के माध्यम से लड़के-लड़कियों को निशुल्क कुश्ती व कबड्डी सहित अन्य खेलों का प्रशिक्षण दिलवाकर उन्हें आगे बढ़ा रहे हैं। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के साथ केबिनेट मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा और कृष्ण बेदी ने भी बुल्लड़ पहलवान को बधाई दी। बुल्लड़ पहलवान जरूरतमंद परिवारों की मदद, गरीब बेटियों की शादी में सहयोग, विकलांग एवं मूक-बधिर लोगों की सहायता जैसे कार्यों में भी सक्रिय भूमिका निभाते रहे हैं। इसके अलावा वे गोसेवा, धार्मिक कार्यों में दान, होनहार छात्रों और खिलाड़ियों को सम्मानित करने में भी आगे रहते हैं। सम्मान मिलने पर बुल्लड़ पहलवान ने सीएम नायब सैनी का भी आभार किया।

होनहार विद्यार्थियों की निकली विजय परेड, दिया आशीर्वाद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। विजय परेड के दौरान गाड़ियों पर सवार होनहार विद्यार्थी व स्वागत करते हुए लोग।

शनिवार को पेस ग्रुप द्वारा आईआईटी-जेईई मेंस में शानदार सफलता प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों के सम्मान में विजय परेड का आयोजन किया गया। झज्जर व बेरी में निकाली यह विजय परेड मुख्य चौक-चौराहों से होकर निकली। इस दौरान परेड को रुकवा कर जगह-जगह लोगों ने फूलों मालाओं और उपहारों के साथ होनहार विद्यार्थियों को आशीर्वाद दिया। पेस ग्रुप के निदेशक जय विकास ने कहा कि उनके संस्थान के सफल विद्यार्थियों में रुपेश ने 99.4 परसेंटाइल, रेयांश ने 99.30, नींव ने 99.04, महक ने 98.7, अभिषेक ने 98.4, वंशिका ने 98, तन्नू ने 97.25, कंचन ने 97.15, सिमरन ने 97, नमित ने 96, दिव्या ने 95, सौमय और लोकेश ने 94 तथा दीपांशु ने 93 परसेंटाइल प्राप्त किए। इस दौरान मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित व्यापारी सुमित चावला विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्वल भविष्य की कामना की। इस मौके पर पेस ग्रुप के चेयरमैन युद्धवीर, प्रबंध निदेशक हरीश, संदीप, अश्विनी सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

ग्रामीणों को किया नशे के दुष्प्रभाव व साइबर क्राइम के प्रति जागरूक

झज्जर। शनिवार को नशा मुक्ति टीम द्वारा गांव गोच्छी में जागरूकता अभियान चलाया गया। इस अभियान का उद्देश्य ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों, आपातकालीन सेवा डायल 112 तथा साइबर क्राइम के प्रति जागरूक करना है। एएसआई पवन कुमार ने बताया कि नशा व्यक्ति के जीवन को अंधकार की ओर धकेल देता है। इससे न केवल शरीर पर दुष्प्रभाव पड़ता है, बल्कि परिवार और समाज भी प्रभावित होता है। नशे की लत व्यक्ति की आर्थिक स्थिति को कमजोर करती है और पारिवारिक संबंधों में दरार पैदा कर देती है। इसलिए प्रत्येक नागरिक का कर्तव्य है कि वह स्वयं नशे से दूर रहे और अपने आसपास के लोगों को भी इसके दुष्परिणामों के बारे में जागरूक करें। उन्होंने कहा कि सामूहिक प्रयासों से ही नशा मुक्त समाज का निर्माण संभव है। उन्होंने आपातकालीन परिस्थितियों में डायल 112 का उपयोग करने की अपील करते हुए बताया कि यह सेवा नागरिकों की त्वरित सहायता के लिए उपलब्ध है। इसके अलावा साइबर क्राइम के बढ़ते मामलों पर भी विस्तार से जानकारी दी गई। उन्होंने बताया कि आज का युग तकनीकी युग है,जिसमें इंटरनेट और मोबाइल फोन का व्यापक उपयोग हो रहा है। साइबर ठग लोगों को फर्जी लिंक, कॉल या संदेश भेजकर ठगी का शिकार बनाते हैं। किसी भी अनजान लिंक पर क्लिक न करें और किसी के साथ ओटीपी साझा न करें।

झज्जर। ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभाव के प्रति जागरूक करते हुए पुलिस टीम।

लेफ्टिनेंट नीरज मोर ने रखी स्वीमिंग पूल की नींव

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान शिक्षकों व विद्यार्थियों के साथ उपस्थित लेफ्टिनेंट नीरज मोर। फोटो : हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

एचडी स्कूल साल्हावास में लेफ्टिनेंट नीरज मोर ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत करते हुए स्वीमिंग पूल की नींव रखी। यह स्वीमिंग पूल प्राइमरी कक्षाओं के विद्यार्थियों के लिए बनाया जा रहा है। एचडी ग्रुप के डायरेक्टर रमेश गुलिया ने बताया कि गर्व की बात है कि नीरज मोर उनके ही स्कूल की पूर्व छात्रा है जो आज लेफ्टिनेंट बनकर विद्यालय लौटी है। इस दौरान एचडी ग्रुप सचिव विशाल नेहरा, हेमंत गुलिया, गणित प्राध्यापक रोहताश बल्हारा ने नीरज मोर का स्वागत किया। मुख्यातिथि ने विद्यालय की बैंड ध्वनि और एनसीसी यूनिट के साथ मिनी स्वीमिंग पूल का शुभारंभ किया। उन्होंने विद्यार्थियों से कहा कि मेहनत का जज्बा रखो, धैर्यशील बनो और निरंतर प्रयास करते रहो, सफलता तुम्हारे कदम जरूर चूमेगी। इस मौके पर नीरज के पिता जय नारायण मोर व चाचा विजय मोर सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

पार्ट टाइम जॉब का लालच देकर लाखों रुपये की धोखाधड़ी करने के मामले में एक आरोपी गिरफ्तार

■ पकड़े गए आरोपी की पहचान हीरालाल निवासी पाड़वा शेरी नानरबाडा सिरोही राजस्थान के तौर पर की गई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। पकड़ा गया आरोपी पुलिस टीम के साथ।

साइबर क्राइम थाना की एक टीम द्वारा पार्ट टाइम जॉब का लालच देकर धोखाधड़ी करने मामले में कार्रवाई करते हुए एक आरोपी को गिरफ्तार किया गया है। साइबर क्राइम थाना प्रभारी निरीक्षक सोमवीर ने बताया कि झज्जर निवासी ने शिकायत देते हुए बताया कि मेरे मोबाइल फोन पर व्हाट्सएप के माध्यम से एक मैसेज आया कि आप घर पर बैठे टास्क पूरा करके मुनाफा कमा सकते हैं। शुरुआत में उन्होंने प्रॉफिट भी दिया। जिसके बाद उसने उनके कहे अनुसार उनके खाता में पैसे डालता गया। फिर जब वह पैसे निकालने लगा तो पैसे नहीं निकले। उन्होंने कहा कि अपने पैसे निकालने में गलती की है इसलिए आपका अकाउंट फ्रीज हो गया है फिर मुझे शक हुआ कि मेरे साथ साइबर फ्रॉड हुआ है। शिकायत के आधार पर कार्यवाई करते हुए मामला दर्ज किया गया। उन्होंने बताया कि एएसआई अनिल कुमार की टीम ने मामले में कार्रवाई करते हुए एक आरोपी को पकड़ा है। पकड़े गए आरोपी की पहचान हीरालाल निवासी पाड़वा शेरी नानरबाडा सिरोही राजस्थान के तौर पर की गई है। आरोपी के खिलाफ नियमानुसार कार्यवाई करते हुए स्थानीय अदालत में पेश किया गया। जहां से आरोपी को अदालत के आदेशानुसार न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया।

बेरी हलके में नहरी तंत्र की स्थिति चरमराई : विक्रम कादियान

विक्रम कादियान

झज्जर। बेरी हलके में नहरी तंत्र की लगातार बिगड़ती स्थिति को लेकर कांग्रेस के वरिष्ठ नेता विक्रम कादियान ने सरकार की कार्यशैली पर गंभीर सवाल उठाए हैं। उन्होंने कहा कि जो बेरी क्षेत्र कभी अपने बेहतर नहरी प्रबंधन के लिए जाना जाता था, वहीं आज सरकारी उपेक्षा के कारण बदहाल स्थिति में पहुंच गया है। झज्जर सब ब्रांच, बाकरा हेड, गुढ़ा हेड, धांधलान हेड, बहराणा और छुड़ानी सहित कई हेडों के पंप हाउसों पर लिफ्टिंग सिस्टम बेहद खराब हालत में है। इसके चलते किसानों को समय पर और पर्याप्त मात्रा में सिंचाई का पानी नहीं मिल पा रहा, जिससे खेती पर गंभीर प्रभाव पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि दूबलधन, सिवाना, मलिकपुर और छोछी माइनर की हालत भी अत्यंत खराब है और लंबे समय से इन माइनरों की टेल तक पानी नहीं पहुंच पा रहा। वहीं बरसात और जलभराव के समय इन माइनरों में अवैध रूप से पानी छोड़ दिया जाता है। जिससे खेतों में पानी भर जाता है और फसलें खराब हो जाती हैं। बेरी हलके में नहरी तंत्र सिंचाई का साधन बनने के बजाय कई स्थानों पर बाढ़ और जलभराव का कारण बन गया है। जिसके चलते किसान भगवान भरोसे खेती करने को मजबूर हैं। उन्होंने सरकार से मांग करते हुए कहा कि बेरी हलके के नहरी तंत्र तथा झज्जर सब ब्रांच को तुरंत सुदृढ़ किया जाए।

दयानंद एंग्लो वैदिक महाविद्यालय जालंधर में 16 से 20 मार्च तक आयोजित होगा टूर्नामेंट

ताईक्वांडो टूर्नामेंट में प्रतिभा दिखाएंगे दुजाना महाविद्यालय के खिलाड़ी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। शिक्षकों के साथ उपस्थित होनहार खिलाड़ी प्रियांशु व सूर्य नारायण। फोटो : हरिभूमि

दयानंद एंग्लो वैदिक महाविद्यालय जालंधर में होने वाले ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी ताईक्वांडो टूर्नामेंट में राजकीय महाविद्यालय दुजाना के खिलाड़ी भी अपनी प्रतिभा दिखाएंगे। शारीरिक शिक्षा विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. अजय जून ने बताया कि 16 से 20 मार्च तक आयोजित इस टूर्नामेंट में बीए प्रथम वर्ष से प्रियांशु चौहान 87 किलोग्राम भारवर्ग से नीचे व बीए द्वितीय वर्ष छात्र सूर्यनारायण वीके 87 किलोग्राम भारवर्ग से ऊपर की कैटेगरी में भाग लेंगे। दोनों खिलाड़ियों का चयन महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय रोहतक द्वारा अंतः विश्वविद्यालयीय ताइक्वांडो टूर्नामेंट के लिए किया गया था। इस मौके पर डॉक्टर अनिल, डॉक्टर सीमा कंडू, डॉक्टर सुनीता, नसीब सिंह, जितेंद्र सिंह, डॉक्टर अनिता, डॉक्टर दीपा व निधि बाई ने होनहार खिलाड़ियोंके बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

जूनियर व सब जूनियर मुक्केबाजी प्रतियोगिता के लिए ट्रायल आज

झज्जर। जिला स्तरीय अंडर-17 जूनियर व अंडर-15 सब जूनियर मुक्केबाजी प्रतियोगिता के लिए रविवार को स्थानीय महर्षि दयानंद सरस्वती खेल स्टेडियम में खिलाड़ियों का ट्रायल लिया जाएगा। जिला मुक्केबाजी संघ के प्रधान हितेश देशवाल ने बताया कि सुबह सात से आठ बजे तक खिलाड़ियों का वजन किया जाएगा जबकि मुकाबले सुबह ग्यारह बजे से शुरू होंगे। अंडर-17 के बालक व बालिका वर्ग में वेट कैटेगरी 46, 48, 50, 52, 54, 57, 60, 63, 66, 70, 75, 80 व 80 से अधिक किलोग्राम भार वर्ग जबकि अंडर-15 बालक व बालिका की वेट कैटेगरी में 33, 35, 37, 40, 43, 46, 49, 52, 55, 58, 61, 64, 67, 70 व 70 से अधिक किलोग्राम भार वर्ग शामिल रहेगा। खिलाड़ियों को आवश्यक दस्तावेजों के अलावा मेडिकल फिटनेस टेस्ट, एचआईवी टेस्ट, हेपेटाइटिस बी व सी टेस्ट आदि भी शामिल हैं।

कृषि योजनाओं के लिए फार्मर आईडी बनवाना अनिवार्य

झज्जर। डीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल ने डिजिटल एग्री स्टैक के तहत फार्मर आईडी बनाने के कार्य को प्राथमिकता के आधार पर तेजी से पूरा करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि आने वाले समय में प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना सहित विभिन्न कृषि योजनाओं का लाभ फार्मर आईडी के माध्यम से ही प्रदान किया जाएगा, इसलिए जिले का कोई भी पात्र किसान इस प्रक्रिया से वंचित नहीं रहना चाहिए। जिला प्रशासन द्वारा डिजिटल एग्री स्टैक अभियान को मिशन मोड में लागू किया गया है और सभी संबंधित विभागों को आपसी समन्वय के साथ कार्य करने के निर्देश दिए गए हैं। उन्होंने कहा कि कार्य में किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

सूचना

मैं, सुरेन्द्र पुत्र रामफल निवासी गांव उखलचना तहसील व जिला झज्जर बयान करता हूं कि मेरे ड्राइविंग लाइसेंस में मेरा नाम गलती से सुंदर सिंह लिखा गया। सुंदर सिंह और सुरेंद्र मेरे ही दो नाम है। भविष्य में मुझे सुरेंद्र पुत्र रामफल नाम से ही जाना व पहचाना जावे।

गैस एजेंसियों के बाहर लग रही लंबी कतारें

घंटों इंतजार के बाद भी नहीं मिला सिलेंडर, परेशान लोगों ने लगाया जाम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

शनिवार को एलपीजी गैस सिलेंडर न मिलने से परेशान लोग सड़कों पर उतर आए। लोगों ने बैंक लेन मार्ग पर स्थित गैस एजेंसी के बाहर जाम लगा दिया। जिसके कारण यातायात व्यवस्था प्रभावित हो गई और वाहन चालकों को परेशानियों का सामना करना पड़ा। लोगों ने गैस एजेंसी संचालकों पर रसूखदारों और जान पहचान वालों को पहले सिलेंडर देने की बात कही। जाम की सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और लोगों को समझा बुझाकर जाम खुलवाया। वहीं गैस एजेंसी संचालक भी धैर्य बनाए रखने की बात कहते हुए दिखाई दिए।

पैनिक खरीद सबसे ज्यादा परेशानी

एलपीजी सिलेंडर लेने के लिए मारामारी मची हुई है। लोग अलसुबह से ही अपने सभी कार्य छोड़कर सिलेंडर लेने के लिए लंबी-लंबी लाइनों में लग रहे है। स्थिति यह है कि लोगों ने बुजुर्ग महिलाओं को लाइन में लगाना शुरू कर दिया है ताकि सिलेंडर जल्द उपलब्ध हो सके। एलपीजी सिलेंडर की किल्लत के बीच पैनिक खरीद सबसे ज्यादा परेशानी का कारण बन रही है। विभाग और एजेंसी संचालकों का कहना है कि एलपीजी सिलेंडरों की कोई कमी नहीं है, लेकिन लोग युद्ध के लंबा चलने के कारण स्टॉक में सिलेंडर रखने के लिए लंबी-लंबी लाइनों में लग रहे है।

झज्जर। सड़क के बीचों बीच सिलेंडर रखकर लगाया जाम व जाम की सूचना के बाद एजेंसी के बाहर खड़ी पुलिस टीम। फोटो: हरिभूमि

सड़कों से गायब होने लगी फॉस्ट-फूड की रेहड़ियां

कर्मिशयल सिलेंडर की आपूर्ति बंद होने के कारण अब छोटे दुकानदारों पर रोजी रोटी का संकट आने लगा है। फास्ट फूड सहित अन्य खाद्य पदार्थों की लगी रेहड़ियों की संख्या में प्रतिदन कमी आ रही है। ऐसे में कुछ रेहड़ी चालक भट्ठी बनाने की तैयारी कर रहे है तो कोई इलेक्ट्रिक उपकरण लाने की बात कह रहे है।

गैस किल्लत के कारण किसी ने बढ़ाए दाम तो किसी ने बंद किया काम

बहादुरगढ़। गैस सिलेंडरों की कमी के कारण लोगों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। कमर्शियल सिलेंडर बाजार में आसानी से उपलब्ध नहीं हो रहे, जबकि घरेलू सिलेंडर के लिए भी मारामारी की स्थिति बनी हुई है। गैस एजेंसियों पर लंबी-लंबी कतारें देखने को मिल रही हैं और ऑनलाइन बुकिंग भी नहीं हो पा रही। सिलेंडरों की कमी के बीच कालाबाजारी भी बढ़ने लगी है। घरेलू गैस सिलेंडर दोगुने-तीन गुने दामों में बेचे जाने की शिकायतें सामने आ रही हैं। इसका सबसे ज्यादा असर ढाबों, होटलों, चाय की दुकानों और रेस्टोरेंट्स पर पड़ा है। वहीं दूसरी ओर फूड सप्लाई विभाग के अधिकारी गैस एजेंसियों की मॉनिटरिंग करने की बात तो कर रहे हैं, लेकिन अब तक कालाबाजारी पर रोक लगाने के लिए किसी तरह की छापेमारी सामने नहीं आई है। शनिवार को कुछ एजेंसियों पर गैस का स्टॉक खत्म हो गया, जिसके कारण कई उपभोक्ताओं को बिना सिलेंडर लिए ही लौटना पड़ा। मेन बाजार में गोलगप्पे की रेहड़ी लगाने वाले सोनू का कहना है कि कमर्शियल सिलेंडर मिल नहीं रहा और घरेलू सिलेंडर भी करीब तीन हजार रुपये में मिल रहा है। ऐसी स्थिति में काम करना मुश्किल हो गया है। उन्होंने बताया कि एक दिन गोलगप्पे के दाम थोड़ा बढ़ाए तो ग्राहकों ने विवाद शुरू कर दिया, इसलिए फिलहाल काम बंद करने का फैसला लिया है।

रोडवेज बस की टक्कर से एसपीओ की मौत

- डीसीपी कार्यालय बहादुरगढ़ से ड्यूटी करने के बाद स्कूटी पर शेरियां गांव लौट रहे थे विजयभान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ झज्जर

क्षेत्र के बेरी-दुजाना मार्ग पर शनिवार की दोपहर बाद हुए एक दर्दनाक सड़क हादसे में पुलिस विभाग के स्पेशल पुलिस ऑफिसर की मौत हो गई। मृतक की पहचान जिले के गांव शेरिया निवासी एसपीओ विजयभान पुत्र जय सिंह के तौर पर हुई है।

विजयभान बहादुरगढ़ के डीसीपी कार्यालय में तैनात थे। वे जब शनिवार को अपनी ड्यूटी खत्म करके स्कूटी पर घर की ओर लौट रहे थे तो दुजाना-बेरी मार्ग पर हरियाणा रोडवेज की एक बस ने उन्हें टक्कर मार दी। टक्कर लगने से वे स्कूटी सहित दूर सड़क पर जा गिरे। इस हादसे में एसपीओ विजयभान ने मौके पर ही दम तोड़ दिया। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंची तथा राहगीरों व परिजनों से मामले की जानकारी लेते हुए शव को पोस्टमार्टम के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल भिजवाया।

पुलिस ने रोडवेज बस को कब्जे में लेकर चालक की लापरवाही और ओवरस्पीडिंग के पहलुओं को ध्यान में रखते हुए मामले की जांच शुरू कर दी है। देर शाम होने के कारण शव का पोस्टमार्टम रविवार को कराया जाएगा।

झज्जर। नागरिक अस्पताल परिसर में उपस्थित परिजन और पुलिसकर्मी।

सिंचाई करते समय करंट की चपेट से किसान की मौत

झज्जर। खेतों में सिंचाई करते समय एक किसान करंट की चपेट में आ गया। जिस कारण उसकी मौत हो गई। मृतक की पहचान जिले के गांव पेलपा निवासी करीब चालीस वर्षीय नवीन कुमार पुत्र राजकुमार के तौर पर हुई है। परिजनों ने बताया कि नवीन कुमार शुक्रवार की सुबह खेतों में काम करने गया था। जब वह देर तक वापिस नहीं लौटा तो वे उसे देखने के लिए खेत पहुंचे। यहां खेत में बने कोठड़े के पीछे नवीन का शव पड़ा था। मामले के जांच अधिकारी संदीप ने बताया कि इस संबंध में मृतक के पिता राजकुमार के बयान पर इत्तिफाकिया कार्रवाई अमल में लाई गई है। पोस्टमार्टम कराने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया है।

लेनदेन मामले से परेशान युवक ने फंदा लगाकर दी जान,महिला सहित दो पर केस

झज्जर। कस्बा बेरी के हिंदयान पान्ना में रुपये के लेनदेन से परेशान एक युवक ने फांसी का फंदा लगाकर अपनी जान दे दी। परिजनों को पता चलने पर सूचना पुलिस को दी गई। जिसपर कार्रवाई करते हुए पुलिस टीम मौके पर पहुंची और मामले की जानकारी लेते हुए शव को पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल भिजवाया। पुलिस को मृतक के पास से एक सुसाइड नोट भी बरामद हुआ है। जिसमें एक व्यक्ति और एक महिला पर उसके रुपये नहीं देने का आरोप लगाया है। मृतक की पहचान बेरी के हिंदयान पान्ना निवासी विक्की पुत्र राजवीर के रूप में हुई है। बेरी थाना प्रभारी विकास कुमार ने बताया कि जांच के दौरान सुसाइड नोट बरामद हुआ है। जिसके आधार पर एक व्यक्ति और एक महिला के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है। पोस्टमार्टम करवाने के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

युद्ध से बहादुरगढ़ में उद्योगों पर बढ़ा शटडाउन का खतरा

कच्चे माल के बढ़े दामों से परेशान हुए उद्योगपति, 40 प्रतिशत तक घटा उत्पादन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

अमेरिका-ईरान और इजरायल के बीच चल रहे युद्ध के कारण बहादुरगढ़ में उद्योगों पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ना शुरू हो गया है। कच्चे माल की आपूर्ति घटने और कीमतों के बढ़ने के कारण अब जूते और चप्पलों के दाम भी 10 से 20 प्रतिशत तक बढ़ गए हैं।

दरअसल, जूता उद्योग में इस्तेमाल होने वाला पीयू, ईवा और रेग्जिन बाहर से मंगवाया जाता है। बाहर से सप्लाई कम हो गई है और स्टॉकिस्टों ने कच्चे माल में दाम 50 प्रतिशत तक बढ़ा दिए हैं। मजबूरी में उन्हें उत्पादन भी घटाना पड़ रहा है और जूते चप्पलों के दाम भी 10 से 20 प्रतिशत तक बढ़ाने पड़ रहे हैं।

बहादुरगढ़ में 15 सौ से ज्यादा जूता निर्माण और उससे जुड़ी ईकाईयां काम कर रही है। यहां से करीब 700 करोड़ का एक्सपोर्ट होता है और लगभग 30 हजार करोड़ का उत्पादन किया जा रहा है। जूते चप्पल में इस्तेमाल होने वाला करीब 5 हजार करोड़ का कच्चा माल बाहर से मंगवाना भी पड़ता है। युद्ध से बने हालात का असर केवल जूता उद्योग पर ही नही कैमिकल उद्योग पर भी जबरदस्त असर पड़ा है।

बहादुरगढ़। एक फुटवियर कंपनी में चप्पल बनाने में जुटी श्रमिक।

जूता उद्योग की कमर तोड़ दी

फुटवियर एसोसिएशन के महासचिव सुभाष जग्गा ने बताया कि जूता उद्योग तो एमएसएमई के 45 दिन में पेमेंट की बाध्यता के कारण पहले से ही प्रभावित हो रहा था और अब युद्ध के चलते बने हालातों ने जूता उद्योग की कमर तोड़ दी है।

फैक्ट्रियों में गैस की सप्लाई बंद

कोबी के उपाध्यक्ष विपिन बजाज ने बताया कि पेट्रो कैमिकल बेस्ड कच्चे माल और सोलवैंट की सप्लाई बेहद कम हो गई है। दूसरी तरफ फैक्ट्रियों में गैस की सप्लाई भी बंद हो गई है, जिसके कारण उत्पादन घट गया है। उद्योग जगत के लिए हालत खराब हो रहे हैं।

वर्क वीजा पर यूके-फिनलैंड भेजने के नाम पर लाखों ठगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

फिनलैंड और यूके भेजने के नाम पर लाखों रुपये की ठगी का मामला सामने आया है। इस मामले में आर्थिक अपराध शाखा की जांच के बाद सदर बहादुरगढ़ थाना पुलिस ने दो आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है।

वारदात लोवा खुर्द के निवासी अजय व उसके परिचितों के साथ हुई है। अजय का कहना है कि गत आठ अप्रैल 2025 को उसकी मुलाकात गांव अहरी के निवासी सचिन से हुई थी। सचिन ने खुद को विदेशों में वर्क वीजा लगवाने का काम करने वाला बताया और फिनलैंड का वर्क वीजा लगवाने का भरोसा दिलाया।

पुलिस ने दो आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज किया

अजय कुमार के अनुसार, उसने अपने दोस्त बन्नी रणौत के साथ फिनलैंड जाने की प्रक्रिया शुरू की। सचिन ने वर्क वीजा लगवाने के लिए प्रति व्यक्ति 16 लाख रुपये की मांग की। इसके तहत शुरुआती किस्त के रूप में दोनों से करीब छह लाख रुपये चेक के माध्यम से लिए गए। बाकी रकम वीजा लगने के बाद नकद देने की बात तय हुई। कुछ समय बाद सचिन ने उन्हें फिनलैंड की कथित ऑफर लेटर और अपॉइंटमेंट रसीद भेजी। जब इन दस्तावेजों की ऑनलाइन जांच की गई तो वे फर्जी पाए गए। इस पर अजय और उसके साथी ने सचिन से पैसे वापस मांगे। आरोपी ने पैसे नहीं लौटाए और फिर अपने साथी दीपक निवासी जिला रेवाड़ी से बात करवाई।

विशेषः विश्व खुशी दिवस, 20 मार्च

कभी दूर ना हो मन-जीवन से खुशी

आज के दौर में लोगों के पास सुख-सुविधाओं की कमी नहीं है, आर्थिक विकास भी हो रहा है, लेकिन फिर भी वास्तविक खुशी बहुत कम ही लोग महसूस कर पाते हैं। खुशी कोई चीज नहीं है, जिसे पैसा, सुख, सुविधाओं से पाया जा सकता है। खुशी तो जीवनशैली है। इसे महसूस करने के लिए अपनी सोच और जीने के अंदाज में बदलाव करना होगा।

कवर स्टोरी

लोकमित्र गौतम

वर्तमान में इंसान जितनी सुख-सुविधाओं के संग जी रहा है, अब के पहले किसी भी दौर में इसकी कल्पना तक नहीं की गई थी। लेकिन हैरानी की बात यह है कि इंसान फिर भी खुश नहीं है। साल 2012 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने भी इस बात पर गहराई से सोचा और खुशी की भूटान द्वारा तय की गई अवधारणा को न केवल वास्तविक खुशी के रूप में मान्यता दी बल्कि दुनिया भर को इस तरह की खुशी हासिल करने की दिशा में प्रेरित करने के लिए 20 मार्च को अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस मनाए जाने की घोषणा भी की।

भूटान ने बताया जीएनएच का महत्व

संयुक्त राष्ट्र संघ ने विश्व खुशी दिवस मनाने के संबंध में निर्णय लेते हुए यह माना कि आर्थिक विकास के साथ-साथ लोगों की खुशी और कल्याण की वैश्विक नीतियों का लक्ष्य ही वास्तविक खुशी होती है। इसकी बुनियाद में भूटान की जो खुशी संबंधी अवधारणा थी, वह खुशी को सकल घरेलू उत्पाद के रूप में मान्यता देने की थी। भूटान ने वास्तव में जीडीपी की जगह जीएनएच यानी 'ग्रॉस नेशन हैप्पीनेस' की अवधारणा प्रस्तुत की थी। संयुक्त राष्ट्र ने इसे विश्व स्तर पर स्वीकार्य बनाने के लिए ही 20 मार्च को वैश्विक खुशी के दिन के रूप में मान्यता दी और तब से हर साल यह दिन मनाया जाता है।

ऐसे बनती है हैप्पीनेस रिपोर्ट

विश्व खुशी दिवस के मौके पर हर साल वर्ल्ड हैप्पीनेस रिपोर्ट जारी की जाती है, जिसमें दुनिया के अलग-अलग देशों के लोगों की कुछ निश्चित पैमानों के मुताबिक उनकी खुशी का आकलन किया जाता है। इस पैमाने के तहत खुशी के लिए जो मानक तय किए जाते हैं, उसमें किसी व्यक्ति के लिए मौजूद सामाजिक समर्थन, उसकी आय और उसका जीवन स्तर, स्वास्थ्य और जीवन प्रत्याशा, व्यक्तिगत आजादी, उस देश और समाज में भ्रष्टाचार का स्तर, वहां के लोगों के बीच आपसी विश्वास और जीवन संबंधी उदारता को पैमाना बनाया जाता है। इस रिपोर्ट के अनुसार पिछले कई सालों से दुनिया के सबसे खुश देशों में फिनलैंड, डेनमार्क, आइसलैंड और स्वीडन जैसे देश लगातार शीर्ष पर बने हुए हैं, क्योंकि इन देशों में बेहतर सामाजिक सुरक्षा, संतुलित जीवनशैली और सामुदायिक विश्वास को खुशहाली का मुख्य कारण माना जाता है। दुर्भाग्य से हमारे अपने देश की स्थिति इस रिपोर्ट में अपेक्षाकृत काफी नीचे रही है। इससे स्पष्ट होता है कि वास्तव में खुशी पाने के लिए आर्थिक विकास के साथ-साथ सामाजिक और मानसिक संतुलन पर भी ध्यान देना जरूरी है।

खुशी दिवस मनाने का उद्देश्य

विश्व खुशी दिवस केवल एक औपचारिक उत्सव भर नहीं है। यह आधुनिक जीवन की कई गंभीर समस्याओं की ओर ध्यान दिलाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया में आज करोड़ों लोग तनाव, अवसाद और चिंता जैसी समस्याओं से जूझ रहे हैं। आधुनिक जीवन में प्रतिस्पर्धा, नौकरी के दबाव, आर्थिक चिंताएं और सामाजिक अपेक्षाएं लगातार बढ़ती जा रही हैं। ऐसे माहौल में खुशी और मानसिक संतुलन को प्राथमिकता देना बेहद जरूरी हो गया है। चूंकि आज सफलता को लोग पद, पैसा और प्रतिष्ठा से जोड़ते हैं। ऐसे में विश्व खुशी दिवस हमें याद दिलाता है कि जीवन की यह वास्तविक सफलता, मानसिक संतोष और रिश्तों की गर्माहट में ही होती है।

असंतोष से दूर हो रही खुशी

देखने में आता है कि सोशल मीडिया की वजह से पहले की तुलना में लोग आपस में कहीं ज्यादा जुड़े रहते हैं। लेकिन हकीकत यह है कि लोगों के बीच से सामाजिक संबंध आज बेहद कमजोर हो गए हैं। अकेलापन आज कई देशों में एक बड़ी सामाजिक समस्या बन चुका है। ऐसे में यह खुशी दिवस हमें परिवार, मित्रों और समाज के साथ वास्तविक जुड़ाव की अहमियत बताता है। किसी देश-समाज में चाहे जितना भी आर्थिक विकास हो गया हो, लेकिन अगर वहां लगातार तनाव रहता है, लोग अनेक किस्म के असंतोषों के साथ जी रहे होते हैं, तो वह विकास अधूरा ही कहलाएगा। इसलिए आज कई अर्थशास्त्री तथा नीति-निर्माता जीवन की गुणवत्ता को विकास का महत्वपूर्ण मापदंड मानते हैं। यही वजह है कि आज की तेज रफ्तार जीवनशैली में लोगों के पास जीवन जीने के साधन चाहे जितने बढ़ गए हों, लेकिन वह खुशी के मामले में अतीत से काफी पिछड़े हुए हैं।

प्रकृति से दूरी ने कम की खुशी

यकीनन, मोबाइल फोन ने हमारे रोजमर्रा के जीवन के काम-काज को तो आसान बनाया है, लेकिन इसकी वजह से लगातार हम जितने ज्यादा लोगों के संपर्क में रहते हैं, हमारे असंतुष्ट और तनावग्रस्त होने की उतनी ही अधिक आशंका मौजूद रहती है। आज दुनिया के 97 फीसदी से ज्यादा लोग किसी न किसी वजह से अपने आपको इतिहास के किसी भी दूसरे समय के मुकाबले कहीं ज्यादा व्यस्त पा रहे हैं। यही कारण है कि आज दुनिया में आधे से ज्यादा लोगों का प्रकृति के साथ पहले जो सीधा रिश्ता हुआ करता था, वह रिश्ता पूरी तरह से खत्म हो गया है। जिन लोगों का थोड़ा बहुत रिश्ता बचा भी है, वह बेहद औपचारिक तथा लेन-देन का हो गया है। प्रतिस्पर्धा की लगातार बढ़ती आदत हमें प्राकृतिक रूप से खुश नहीं रहने देती है। ऐसे में इस खुशी दिवस के मौके पर हर किसी को यह अपने मन में गांठ बांध लेनी चाहिए कि जीवन की असली सफलता और उपलब्धियां कहीं पहुंच जाना भर नहीं है बल्कि कहीं पहुंचकर भी खुश और संतुलित जीवन बिताना ही सही मायनों में जिंदगी की समग्र खुशी है। *

हमारे भीतर होते हैं खुशी के रसायन

आधुनिक मनोविज्ञान काफी पहले यह साबित कर चुका है कि खुशी को केवल भावनात्मक अनुभव ही नहीं बल्कि मानसिक और जैविक प्रक्रिया भी समझा जाता है। जब हम खुश होते हैं तो वैज्ञानिकों के मुताबिक हमारे शरीर में से कई महत्वपूर्ण रसायनों का स्राव होता है, जैसे डोपामाइन जो हमें प्रेरणा और आनंद की स्थिति में ले जाता है। सेरोटोनिन, जो मन को स्थिर और संतुलित बनाए रखता है। इसी क्रम में ऑक्सीटोसिन एक ऐसा रासायनिक स्राव है, जो हममें सामाजिक संबंधों और विश्वास से जुड़े हार्मोन पैदा करता है, जिससे कि हम खुश रहते हैं और एक-दूसरे के प्रति लगाव महसूस करते हैं। इसी तरह एंडोर्फिन भी इसी क्रम का एक हार्मोन है, जो खुश रहने पर हमारे शरीर में पैदा होता है और जिससे हम अपने दर्द को कम करने व खुशी को बढ़ाने में कामयाब होते हैं।

जीवनशैली

शिखर चंद जैन

वैसे तो खुशी पाने के लिए अपने स्तर पर आप हर संभव प्रयास करते ही होंगे। लेकिन यहां हम कुछ ऐसे छोटे-छोटे आसान और नायाब तरीकों के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें अपनाकर आपको जिंदगी में भरपूर खुशी हासिल होगी।

आपको खुशियों से भर देंगे ये आसान-नायाब तरीके

इस दुनिया का हर इंसान खुशी हासिल करना चाहता है। लोग खुशी के लिए न जाने कितने जतन करते हैं। लेकिन कई बार खुशी बड़ी-बड़ी चीजों से नहीं मिल पाती बल्कि छोटी-छोटी सी कोशिशों से मिल जाती है।

इमेजिनेशनः केवल 30 सेकेंड के लिए कल्पना करें कि जो चीजें आपके पास हैं (जैसे आपका घर, पसंदीदा डिवाइस या कोई प्यारा रिश्ता) वो आपके पास नहीं हैं। इनकी अनुपस्थिति वाली स्थिति से जब आप हकीकत में लौटेंगे और अपने पास इन चीजों को पाएंगे तो आपको उन चीजों के होने की असली खुशी भीतर तक महसूस होगी।

भविष्य के नाम खतः आने वाले कुछ वर्षों बाद जैसे जीवन की चाहत आप करते हैं, उसको ध्यान में रखते हुए 'स्वयं' को अपनी आज की खुशियों और सपनों के बारे में एक पत्र लिखें और उसे छिपा दें। जब कभी आप उसे पढ़ेंगे, खुशी मिलेगी।

पुराने किस्सों का पिटाराः बचपन की सुखद यादें या परिवार के साथ बिताई गई छुट्टियां 'हैप्पीनेस एंकर' की तरह काम करती हैं, जो भविष्य में कठिन समय आने पर हमें सहारा देती हैं। परिवार या पुराने दोस्तों को फोन करें और पुरानी यादें ताजा करें। अच्छी यादें दिल और दिमाग को सुकून देती हैं। बुजुर्गों से उनके चटपटे अनुभव और सीख देने वाली दिलचस्प कहानियां सुनना भी सुकून देता है।

साइलेंट डिस्को पार्टीः घर पर अकेले या परिवार के साथ हेडफोन लगाकर अपनी पसंद के गानों पर कुछ देर नाचें। इससे बिना किसी शोर-शराबे के तनाव कम होगा, मूड अच्छा होगा और आपको खुशी मिलेगी।

बच्चों वाली शरारतेंः जब कभी मन करे चॉक लेकर स्लेट पर या पेन, पेंसिल से कॉपी में कुछ मजेदार चित्र बनाएं या हॉप-स्कॉच (पकड़ा-पकड़ी) जैसा कोई खेल खेलें। अपने 'इनर चाइल्ड' को बाहर लाना खुशी का बेहतरीन स्रोत है। कभी-कभी बच्चों की तरह बिना किसी खास वजह के जोर से हंसने की कोशिश करें। यह शरीर में एंडोर्फिन हार्मोन रिलीज करता है, इससे मूड तुरंत हैप्पी फील करता है।

पास्ट-सेल्फ को 'थैंक यू' कहेंः केवल भविष्य की चिंता करने की बजाय, हर हफ्ते कुछ मिनट निकालकर अपने 'पुराने स्वरूप' को धन्यवाद दें। अपने पुराने स्वरूप को धन्यवाद कहना खुद से जुड़ने और अपनी प्रगति को सराहने का एक खूबसूरत तरीका है। जैसे मुश्किल समय में डटे रहने के लिए, सही चुनाव करने के लिए, सीखने और बढ़ने के लिए, खुद पर विश्वास रखने के लिए, धैर्य के लिए।

द मिस्टेक सेलिब्रेशनः जब आपसे कोई छोटी गलती हो जाए, तो उस पर झुंझलाने के बजाय मुस्कुराएं और कहें, 'वाह, एक और सीख मिली!' अपनी गलतियों को उत्सव की तरह देखने से तनाव कम होता है।

नकली मुस्कान का जादूः विज्ञान कहता है कि भले ही आप अंदर से खुश न हों, लेकिन शीशे में देखकर जबरदस्ती मुस्कुराने से दिमाग में खुशी वाले न्यूरोकेमिकल्स रिलीज होते हैं। इससे खुशी का अहसास होता है। इसे 'फेक इट टिल यू मेक इट' कहते हैं।

मिट्टी से जुड़ावः नंगे पैर मिट्टी या घास पर चलें। यह शरीर की इलेक्ट्रिकल ऊर्जा को संतुलित करता है और मन को शांत-खुश रखने में मदद करता है।

घर की सजावट बदलेंः अपने रहने की जगह को व्यवस्थित करें। साफ-सुथरा और सजा हुआ घर मानसिक शांति और खुशी देता है।

पेड़ों-पक्षियों को निहारनाः पेड़-पौधों और पशु-पक्षियों को निहारना मन को सुकून देता है। केवल एक मिनट के लिए किसी ऊंचे पेड़ को ऊपर की ओर देखें। यह आपको रोजमर्रा की भाग-दौड़ में ठहरने और प्रकृति से जुड़ाव महसूस कराएगा। किसी पार्क में बैठें और बस पक्षियों की चहचहाहट और हरकतों पर ध्यान दें। शोध बताते हैं कि पक्षियों के संग समय बिताने से खुशी मिलती है।

वर्क प्लेस के लिएः ऑफिस में तनाव को कम करने और छोटी-छोटी खुशियां ढूंढ़ने के लिए अपनी डेस्क पर ऐसी चीजें रखें, जो आपको मुस्कुराने पर मजबूर कर दें, जैसे कोई मजेदार मैग्नेट, छोटा पौधा या अपनी पसंदीदा वैकेशन की फोटो। बोरियत या स्ट्रेस के समय, दिन भर की छोटी-छोटी उपलब्धियों को लिखें। यह आपको एहसास कराएगा कि आप प्रगति कर रहे हैं। हर एक घंटे में 2-3 मिनट के लिए अपनी सीट से उठें। गहरी सांस लें या बस थोड़ा चलें, इससे दिमाग को ताजगी-खुशी मिलती है। *

लघुकथा / रंजना जायसवाल

राजा बेटा

आज सुबह से माया को अपने बेटे विक्रम की बहुत याद आ रही थी। उसे आज भी वह दिन याद है, जब वह उसका आंचल पकड़े दिन भर इधर से उधर घूमता रहता था। उसकी इस हरकत पर उसका नाम ही पड़ गया था पिछलग्गू। पर वक्त के साथ कितना कुछ बदल गया था। बगल वाली शुक्ला भाभी अपने दो छोटे बच्चों को छोड़ जब इस दुनिया से चली गई थीं। कितना डर गया था विक्रम। कहीं उसकी मां भी शुक्ला आंटी की तरह...।

उनके बच्चे बार-बार यही कहकर रो रहे थे, 'अब हम बिल्कुल शैतानी नहीं करेंगे, मां आप वापस आ जाओ।' बेचारे कहां जानते थे उनकी मां तो ऐसी दुनिया में चली गई थीं जहां से कोई लौटकर नहीं आता। विक्रम ने सहम कर पूछा था, 'मां! आप तो मुझे छोड़कर कहीं नहीं जाएंगी न'

'तुझे छोड़कर भला मैं कहां जा सकती हूं। तू तो मेरा राजा बेटा है।'

माया ने विक्रम के भोले चेहरे को पुचकारते हुए कहा था। 'और मां आप? राजा की मां तो रानी मां हुई न' वह खिलखिला कर हंस पड़ी थीं, 'हां बिल्कुल।'

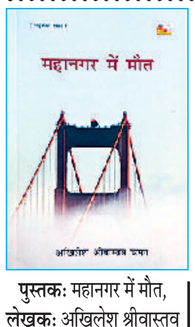
'रानी मां कहां रहती हैं?' विक्रम के सवाल खत्म होने को नहीं आते थे। 'वोवो तो महलों में रहती हैं, अपने राजा बेटे के साथ।'

'मैं भी आप के साथ महलों में रहूंगा' विक्रम खुशी से चिल्ला पड़ा था, उसकी इस हरकत से उनकी आंखें भर आई थीं। तभी एक तेज आवाज से माया की तंद्रा टूटी। वह वर्तमान में लौटी। उसकी नजर आश्रम के बोर्ड पर पड़ी जहां बड़े-बड़े अक्षरों में लिखा था 'वृद्धाश्रम।'

वह मन ही मन बुदबुदाई, 'राजा बेटे ने तो रानी मां के साथ रहने का वायदा किया था पर वह उन्हें यहां छोड़कर क्यों चला गया?' *

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

मर्मस्पर्शी लघुकथाएं



पुस्तकः महानगर में मौत, **लेखकः** अखिलेश श्रीवास्तव चमन, **मूल्यः** 225 रुपए, **प्रकाशकः** न्यू वर्ल्ड पब्लिकेशन, नई दिल्ली

वरिष्ठ साहित्यकार अखिलेश श्रीवास्तव चमन का नया लघुकथा संग्रह 'महानगर में मौत' कुछ समय पूर्व छपकर आया है। इसमें कुल जमा 55 लघुकथाएं संकलित हैं। ये लघुकथाएं अपने छोटे कलेवर में भी जीवन से जुड़े तमाम पहलुओं की श्याम-श्वेत छवियां उजागर करती हैं। महानगरीय जीवनशैली ने किस तरह हमें संवेदनशून्य बना दिया है और हमारे रिश्तों में से भावनात्मक जुड़ाव छीजता जा रहा है, इसकी बानगी 'महानगर में मौत' और 'बीमारी' लघुकथाओं में देखी जा सकती है। हमारे समाज में सांप्रदायिकता और जातिवाद आज भी किस कदर हावी है और इस मानसिकता का स्वार्थी लोग कैसे दुरुपयोग करते रहते हैं, इसे प्रभावी तरीके से 'राजनीति' और 'इंटरव्यू' में पढ़ सकते हैं। 'अजूबा' और 'गाली' जैसी कुछ लघुकथाओं में लेखक ने आज के दौर की जीवनशैली और नेताओं पर कटाक्ष किया है। कह सकते हैं कि ये लघुकथाएं हमारे समय के विद्रूप को मार्मिकता से व्यक्त करती हैं। *

व्यंग्य / पंकज प्रसून

घर पहुंचा विश्व युद्ध!

कल दोपहर किचन में दाल पक रही थी। जैसे ही कुकर की सीटी बजी, मैं डाइनिंग टेबल के नीचे दुबक गया। मुझे लगा ईरान ने इजराइल के चक्कर में मिसाइलें इधर ही दाग दी हैं और अब अगला सायरन साक्षात यमराज ही बजाएंगे।

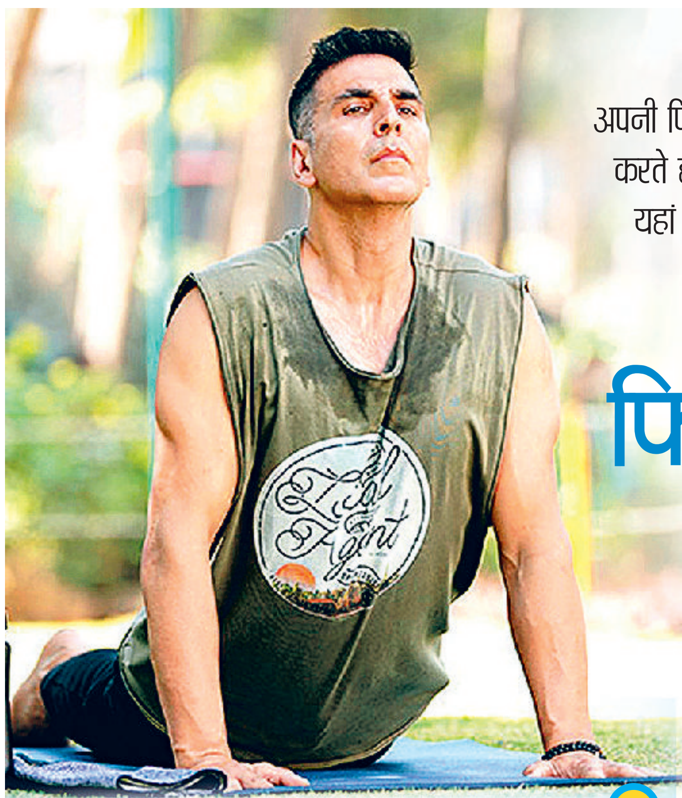
आजकल मेरी रीढ़ की हड्डी के स्थान पर 55 इंच का एक एलईडी पैनल फिट हो चुका है, जिस पर चौबीसों घंटे ब्रेकिंग न्यूज का हड़कंप मचा रहता है। मेरा हाल यह है कि मैं अपने घर के सोफे के बजाय एक अभेद्य बंकर में विराजमान होता हूं। शाम के सात बजने पर जैसे ही न्यूज चैनल चालू होता है, मेरे ड्राइंग रूम में भी जैसे तीसरे विश्व युद्ध का आगाज हो जाता है। एंकर महोदय इस तरह चिल्लाते हैं मानो मिसाइल का पिछला हिस्सा उन्हीं के स्टूडियो में रखा हो और वे बस माचिस दिखाने ही वाले हों। उनके चिल्लाने की आवृत्ति इतनी तीव्र होती है कि घर की छिपकलियां तक सरेंडर कर देती हैं।

मेरी इंद्रियों का पूरी तरह सैन्यीकरण हो चुका है। कल दोपहर किचन में दाल पक रही थी। जैसे ही कुकर की सीटी बजी, मैं डाइनिंग टेबल के नीचे दुबक गया। मुझे लगा ईरान ने इजराइल के चक्कर में मिसाइलें इधर ही दाग दी हैं और अब अगला सायरन साक्षात यमराज ही बजाएंगे। पत्नी ने तंज कसा, 'उठिए महाराज, यह कोई 'आयरन डोम' फेल होने की आवाज होने से रही, अरहर की दाल है, तीन सीटी में गलती है।' मगर उसे क्या पता कि जिसे वह दाल कहती है, मुझे उसमें बारूद की गंध आती है। शाम को पड़ोस का बच्चा छत पर पतंग उड़ा रहा था, नीले आसमान में वह लाल पतंग मुझे साक्षात किलर-ड्रोन नजर आई। मैं वहीं बालकनी में लेट गया और रेंगते हुए अंदर आया। मुझे पूरा यकीन था कि यह पतंग महज कागज का टुकड़ा होने के बजाय मोसाद द्वारा भेजा गया कोई सर्वेक्षण यान है, जो मेरी फटी हुई बनियान की जासूसी कर रहा है।

फेसबुक खोलता हूं तो लगता है कि देश का हर वह व्यक्ति, जिसके पास डेढ़ जीबी का डेटा पैक है, वह व्हाइट हाउस का मुख्य सलाहकार बना बैठा है। जिस आदमी को यह पता तक है कि पड़ोस की गली में नाली क्यों जाम है, वह भी फेसबुक पर दुनिया का नक्शा लेकर समझा रहा है कि ईरान को मिसाइलें किस एंगल से छोड़नी चाहिए थीं। हमारे मित्र वर्मा जी, जो मोहल्ले की क्रिकेट टीम में 'एक्स्ट्रा' खिलाड़ी बनने के लायक भी नहीं समझे जाते, फेसबुक पर चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ बने घूम रहे हैं। उन्होंने पोस्ट डाली है- 'अगर मैं नेतन्याहू की जगह होता, तो अब तक बटन दबा चुका होता।' नीचे उनके साढ़ू ने कमेंट किया है, 'भाई साहब, पहले सुबह मोटर चलाकर पानी तो भर लिया कीजिए, भाभी चिल्ला रही हैं।' न्यूज चैनलों पर बैठने वाले रक्षा विशेषज्ञ तो और भी अद्भुत हैं। वे ऐसे चहकते हैं जैसे युद्ध के बजाय गांव का मेला चल रहा हो। एक रिटायर्ड सैन्य अधिकारी ने पेन उठाकर नक्शे पर ऐसी लकीर खींची जैसे वे स्कूल में बच्चों को 'क' से कबूतर सिखा रहे हों। उन्होंने कहा, 'देखिए, यहां से मिसाइल जाएगी और सीधे किचन में गिरेगी।' मैंने डर के मारे चाय का कप नीचे रख दिया, कहीं मिसाइल मेरी चाय में ही लैंड न कर जाए।

ऑफिस से घर लौटकर चैन की उम्मीद थी, मगर वहां द्विपक्षीय वार्ता पहले ही विफल हो चुकी थी। पत्नी ने पूछा, 'सब्जी लाए?' मैंने कहा, 'युद्ध के कारण वैश्विक बाजारों में उतार-चढ़ाव है, टमाटर की कीमतों ने बैलिस्टिक मिसाइल की गति पकड़ ली है।' पत्नी का पारा सातवें आसमान पर पहुंच गया। उसने जो 'वाक-युद्ध' शुरू किया, उसके सामने न्यूज चैनल के एंकर भी पानी भरें। उसने कहा, 'ये जो चौबीस घंटे टीवी देखते हो, इससे दिमाग का सॉफ्टवेयर करप्ट हो गया है। घर में गृहयुद्ध की स्थिति है और तुम्हें ईरान-इजराइल की चिंता है।' झगड़ा बढ़ा तो उसने बेलन हाथ में उठा लिया। उस क्षण मुझे अहसास हुआ कि असली हाइपरसोनिक वेपन तो यही है। मैंने तुरंत युद्धविराम की घोषणा कर दी। बिना शर्त माफी मांगना ही सबसे सुरक्षित डिफेंस सिस्टम है।

रात को जब टीवी बंद करता हूं और सन्नाटा छाता है, तो दिल के किसी कोने में एक सिहरन दौड़ जाती है। टीवी के पर्दे पर जो आग दिखती है, वह दूर किसी के घर को सचमुच राख कर रही होती है। आसमान में उड़ती पतंग जब ड्रोन लगने लगे और कुकर की सीटी सायरन बन जाए, तो समझ लेना चाहिए कि युद्ध केवल सीमाओं पर लड़े जाने के बजाय हमारे दिमागों के भीतर घुसकर बमबारी कर रहा है। हम सब एक ऐसे 'वॉर जोन' में जी रहे हैं, जहां शांति एक ब्रेकिंग न्यूज बनकर रह गई है और हमारी संवेदनाएं कहीं मलबे में दबी पड़ी हैं। मिसाइल शायद मेरे घर पर गिरने से रही, मगर उस डर की मिसाइल ने मेरे सुकून को तो जख्मी कर ही दिया है। टीवी का रिमोट हाथ में है, पर जीवन का कंट्रोल शायद उन लोगों के हाथ में है, जो युद्ध की कमेंट्री बेचकर अपना घर चला रहे हैं। *



सेलेब्स लाइफस्टाइल / दिव्यज्योति 'नंदन'

अपनी फिजिकल और मेंटल फिटनेस के लिए कई बॉलीवुड सेलिब्रिटीज योग का अभ्यास करते हैं। अच्छी बात यह है कि उनसे इंस्पायर होकर उनके फैंस भी योगा करते हैं। यहां बता रहे हैं, कुछ योगा लवर स्टार्स और उनके फेवरेट योगासनों के बारे में।

इन बॉलीवुड सेलिब्रिटीज की फिटनेस का राज है योग

अक्षय कुमार योग बनाता है मजबूत-ऊर्जावान

अक्षय कुमार को बॉलीवुड का सबसे अनुशासित और फिट अभिनेता माना जाता है। वह सुबह 4 बजे उठते हैं, रात में 9 बजे तक सो जाते हैं। अक्षय सुबह उठकर जॉगिंग करने के बाद अष्टांग योग, सूर्य नमस्कार, प्राणायाम और ध्यान नियमित रूप से करते हैं। उनका मानना है कि योग शरीर को भीतर से मजबूत बनाता है और उम्र बढ़ने के बावजूद ऊर्जा बनाए रखता है। उनकी फुर्ती का सबसे बड़ा कारण योग अभ्यास ही है। वह जिन योगासनों को खासतौर से करते हैं, उनमें भुजंगासन, वृक्षासन और अनुलोम-विलोम प्राणायाम शामिल हैं। *

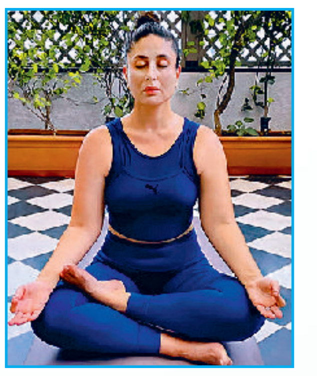
शिल्पा शेट्टी योग रखे फिजिकली-मेंटली फिट

बॉलीवुड और नए जमाने की महिलाओं में योग को लोकप्रिय बनाने में शिल्पा शेट्टी का बड़ा योगदान है। शिल्पा शेट्टी अपनी योग गतिविधियों की सीडी और डीवीडी बनाया करती थीं। अब वे सोशल मीडिया के जरिए अपने फैंस को योगा के लिए इंस्पायर करती हैं। आज भी पूरी तरह से फिट शिल्पा शेट्टी आमतौर पर हठ योग, पावर योग और फ्लैक्सिबिलिटी बेस्ड आसनों पर विशेष ध्यान देती हैं। शिल्पा शेट्टी जिन योगासनों को नियमित तौर पर करना पसंद करती हैं, उनमें शीर्षासन, नौकासन, धनुरासन और त्रिकोणासन शामिल हैं। शिल्पा शेट्टी का मानना है कि योग केवल आपको शारीरिक रूप से ही फिट नहीं रखता बल्कि मानसिक तौर पर भी स्वस्थ बनाता है। *

मलाइका अरोड़ा संतुलन बनाने में सहायक योग

50 साल की उम्र पार करने के बाद भी मलाइका अरोड़ा की फिटनेस चर्चा का विषय रहती है। मलाइका नियमित रूप से हठ योग, अष्टांग योग और पावर योग करती हैं। मलाइका अरोड़ा को जो आसन खास तौर पर पसंद हैं, उनमें शीर्षासन, चक्रासन और सूर्य नमस्कार शामिल हैं। मलाइका का मानना है कि योगासन सिर्फ बॉडी को शेप ही नहीं देते बल्कि आपको अनुशासित भी करते हैं। इससे शरीर को संतुलित बनाए रखने में मदद मिलती है। *

करीना कपूर गर्भावस्था में बताई योग की महत्ता



करीना कपूर अपनी गर्भावस्था के दौरान नियमित रूप से योग करती थीं और योग करते हुए उनके वीडियोज सोशल मीडिया में खूब वायरल होते थे। यही कारण है कि उनकी प्रेरणा से अनेक युवतियों ने गर्भावस्था में भी योग करना शुरू किया। करीना कपूर योग के जरिए पोस्ट डिलीवरी फिटनेस आइकन बनीं। वे मुख्य रूप से प्रीनेटल योग, पिलेट्स योग, मिक्स योग और ध्यान करती हैं। उनका कहना है कि योग की वजह से पोस्ट डिलीवरी टाइम में जल्द से जल्द रिकवर करने और अपना बेहतर स्टेमिना पाने में वह सफल रही हैं। करीना कपूर जिन आसनों को खासतौर पर करना पसंद करती हैं, उनमें बृहदकोण आसन, ताड़ासन, सुखासन और कुछ प्राणायाम हैं। *

टाइगर श्रॉफ मार्शल आर्ट्स के साथ योगाभ्यास

सबसे लचीली और चुस्त-दुरुस्त बॉडी वाले नई पीढ़ी के एक्टर्स में टाइगर श्रॉफ भी शामिल हैं। अपनी जबर्दस्त एथलेटिक बॉडी की वजह से टाइगर बहुत से युवाओं के फिटनेस आइकन हैं। टाइगर श्रॉफ वास्तव में मार्शल आर्ट्स और योग के मिश्रण का अभ्यास अपनी फिटनेस के लिए करते हैं। टाइगर मूलतः स्ट्रेचिंग आधारित आसनों पर जोर देते हैं ताकि उनका शरीर न केवल लचीला बना रहे बल्कि फिल्म की शूटिंग के दौरान लगने वाली चोटों से भी सुरक्षित रहे। टाइगर जो आसन करना पसंद करते हैं, उनमें हनुमान आसन, अधोमुख श्वानासन, वृक्षासन और प्राणायाम प्रमुख हैं। *

अनोखे ढंग से बनाई जाती हैं ये सबसे महंगी कॉफियां

रोचक
रजनी अरोड़ा

कॉफी तो आप अकसर पीते ही होंगे। लेकिन क्या आप जानते हैं कि कॉफी की कुछ वैरायटीज की कीमत हजारों रुपए किलो तक होती है? अगर आप भी कॉफी-लवर हैं, तो दुनिया की इन चुनिंदा महंगी कॉफियों के बारे में जरूर जानना चाहेंगे।

इसमें कोई दो राय नहीं कि जब सुस्ती या थकान महसूस हो रही हो तब एक कप गर्मा-गर्म कॉफी एनर्जी-बूस्टर का काम करती है। आज दुनिया भर में कॉफी की ढेरों वैरायटीज उपलब्ध हैं। कई अलग-अलग तरीकों से तैयार की जाने वाली इन कॉफियों के स्वाद ही नहीं, कीमतों में भी विविधता देखने को मिलती है। कॉफी की कुछ वैरायटीज की कीमत तो आसमान छूती है, फिर भी कॉफी-लवर इन्हें बड़े चाव से पीते हैं। दरअसल, इन कॉफी को बेशकीमती बनाती हैं इनकी प्रोसेसिंग यानी बनाने के अजीबो-गरीब तरीके। इनमें से कुछ के बारे में जानिए।

कोपी लुवाक या सिवेट कॉफी: इंडोनेशिया की पहचान है यह कॉफी। इस कॉफी को एशियन पाम सिवेट यानी लुवाक बिल्ली को खिलाकर प्रोसेस किया जाता है। सिवेट को पूरी तरह पकी हुई और मीठी कॉफी बींस खिलाए जाते हैं। उसकी आंतों के पाचक

एंजाइम्स, बींस के गूदे को पचा लेते हैं और बीजों को फर्मेंट करके उनकी कड़वाहट कम कर देते हैं। बीज डाइजेस्ट न हो पाने के कारण मल के जरिए बाहर निकल जाते हैं। फिर इन बीजों को साफ कर सुखाया जाता है। फिर रोस्ट कर कॉफी बनाई जाती है। सिवेट कॉफी, कैरेमल और चॉकलेट फ्लेवर की होती है। यह कॉफी करीब एक लाख रुपए प्रति किलो कीमत में बिकती है।

फिंका एल इंजेर्तो: ग्वाटेमाला में मिलने वाली यह कॉफी अपनी प्रीमियम क्वालिटी के लिए मशहूर है। इसके लिए पीबेरी कॉफी बींस का उपयोग किया जाता है, जिसकी खेती बहुत सीमित मात्रा में होती है। बींस को नियंत्रित फर्मेंटेशन और प्राकृतिक रूप से धूप में सुखाया जाता है। छोटे-छोटे बैच में हल्का रोस्ट कर कॉफी तैयार की जाती है। फूलों जैसी सुगंध और वाइन सरीखे स्वाद वाली यह कॉफी लग्जरी कॉफी कॉम्पिटिशन में कई बार हाई रैंक पा चुकी है। यह कॉफी करीब 90 हजार रुपए प्रति किलो में बिकती है।

ब्लैक आइवरी: थाइलैंड में मशहूर इस कॉफी को बनाने के लिए हाथियों की मदद ली जाती है। हाथी पकी हुई अरेबिका कॉफी बींस खाते हैं, जिन्हें वे पाचन क्रिया

धीमी होने की वजह से ठीक तरह से पचा नहीं पाते। उनके मल से बीजों को इकट्ठा करके कॉफी बनाई जाती है। यह कॉफी चॉकलेटी हल्की मिठास लिए होती है और इसमें कड़वाहट न के बराबर होती है। ब्लैक आइवरी कॉफी की कीमत करीब 80 हजार रुपए प्रति किलो होती है।

सेंट हेलेना: यह कॉफी अटलांटिक महासागर के मध्य में बसे सेंट हेलेना नामक छोटे-से द्वीप में उगाई जाती है। यह कॉफी दुर्लभ हरे बॉर्बन बीजों को प्राकृतिक तौर

पर हवा में सुखाकर और हल्का रोस्ट करके बनाई जाती है। इस कॉफी का स्वाद हल्का खट्टा, मसालेदार और वाइन जैसा होता है। सदियों पहले इटली के राजा नेपोलियन के समय में भी इसके प्रमाण मिलते हैं। आज इसकी कीमत करीब 70 हजार रुपए प्रति किलो है। *

चिंता
के.पी. सिंह

अब क्यों नहीं दिखती फुदकती-चहकती गौरैया

साल 2010 में भारत के पर्यावरण कार्यकर्ता मोहम्मद दिलावर और उनकी संस्था 'नेचर फॉर एवर सोसायटी' ने जब यह देखा कि देश में पाई जाने वाली घरेलू चिड़िया यानी गौरैया तेजी से कम हो रही है, तो उन्होंने दुनिया के पर्यावरण विशेषज्ञों का ध्यान इस ओर खींचने के लिए 20 मार्च 2010 को गौरैया दिवस मनाने की घोषणा की। बाद में उनकी पहल को पर्यावरण और पारिस्थितिकी विशेषज्ञों द्वारा सराहा गया। फ्रांस की वन्यजीव संस्था 'ईको-से-फाउंडेशन' ने भी बढ़-चढ़कर सहयोग दिया। तब से 20 मार्च को विश्व गौरैया दिवस दुनिया के 50 से ज्यादा देशों में मनाया जाता है।

पर्यावरण के लिए चिंताजनक: वास्तव में गौरैया एक इंडीकेटर स्पेसीज है। इंडीकेटर स्पेसीज उन जंतु प्रजातियों को कहते हैं, जिनके कम होने या संकटग्रस्त होने का मतलब होता है कि इंसानों की दुनिया में भी संकट आने वाला है। गौरैया की संख्या का घटना गंभीर पर्यावरण-पारिस्थितिकी की निशानी होती है। गौरैया, इंसानी समाज के लिए विशेषकर कृषि आधारित समाजों के लिए इसलिए बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि उसका बेसिक यानी बुनियादी भोजन कीट है। जब गौरैया की संख्या अच्छी खासी होती है, तो खेती में लगने वाले कीटों की समस्या नहीं रहती। क्योंकि गौरैया कृषि वातावरण से सारे कीटों को चट कर जाती है।

संख्या में हुई भारी कमी: विशेषज्ञों के अध्ययन से पता लगा कि भारत के शहरी क्षेत्रों में गौरैया की संख्या में 60 से 80 फीसदी तक की कमी हो गई है। सबसे ज्यादा यह कमी दिल्ली, बेंग्लुरु और मुंबई में देखने को मिली। इसी कारण साल 2012 में दिल्ली सरकार ने गौरैया को राज्य पक्षी घोषित किया। जहां तक इनकी संख्या में लगातार कमी होने की वजहों का सवाल है तो पिछली सदी के 80 और 90 के दशक तथा इस सदी के शुरुआती दशकों में जिस तरह से भारत में शहरीकरण का विस्तार हुआ है और कंकरीट के जंगल बढ़े हैं, उसके चलते गौरैया के आवास की सबसे बड़ी समस्या उठ खड़ी हुई है। इसके बाद हाल के दशकों में बेशुमार मोबाइल टावर से निकलने वाली विकिरणों को भी गौरैया की संख्या में कमी का कारण माना जा रहा है। हालांकि इस संबंध में वैज्ञानिक रूप से पुष्टि नहीं हुई है। इनके अलावा बढ़ता प्रदूषण, कीटनाशकों का अधिक इस्तेमाल भी इनकी घटती संख्या के लिए जिम्मेदार हैं।

लोगों में बढ़ी सजगता: जब से गौरैया दिवस मनाया जाना शुरू हुआ है, आम शहरी लोग गौरैया के महत्व को समझने लगे हैं और उसके संरक्षण के लिए जो कुछ हो सकता है, करने का प्रयास भी करने लगे हैं। आप भी अपनी बालकनी या छत पर कटोरी में अनाज के दाने और पानी की प्याली रख सकते हैं। गार्डन में झुरमुट वाले पौधे लगा सकते हैं। *

जागरूकता
अंजू जैन

हमें जीवनदायी ऑक्सीजन और अनेक उपयोगी वस्तुएं प्रदान करने वाले वन, किसी अनमोल खजाने से कम नहीं हैं। इसलिए हमें इनके संरक्षण के प्रयास करने चाहिए।

प्रकृति का अनमोल खजाना वन

आपने क्या कभी सोचा है, अगर जंगल न होते तो हमारी दुनिया कैसी होती? जंगल सिर्फ पेड़ों का समूह भर नहीं होते हैं, बल्कि वे धरती के 'फेफड़े' जैसे होते हैं, जो हमें सांस लेने के लिए स्वच्छ हवा देते हैं। वनों के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से ही हर साल 21 मार्च को अंतरराष्ट्रीय वन दिवस मनाया जाता है। इस वर्ष के लिए इस विशेष दिन की थीम 'वन और अर्थव्यवस्थाएं' निश्चित की गई है।

वन दिवस की शुरुआत: पिछली सदी में विश्व वन दिवस की शुरुआत का विचार आया। सबसे पहले वर्ष 1971 में यूरोपीय कृषि संघ की बैठक में इसे मनाने का विचार पेश किया गया था। बाद में 28 नवंबर 2012 को संयुक्त राष्ट्र महासभा ने एक प्रस्ताव पारित किया और हर साल 21 मार्च को आधिकारिक रूप से वन दिवस मनाने की घोषणा की। पहला अंतरराष्ट्रीय वन दिवस 21 मार्च 2013 को मनाया गया था।

इस वर्ष की थीम: इस वर्ष वन दिवस की थीम 'वन और अर्थव्यवस्थाएं', अर्थव्यवस्था में वनों के योगदान को रेखांकित करती है। जंगल न केवल पर्यावरण के लिए जरूरी हैं, बल्कि वे हमारे देश और दुनिया की अर्थव्यवस्था चलाने में भी बहुत मदद करते हैं। दुनिया भर में लाखों लोग वनों से जुड़े कामों, जैसे वन प्रबंधन, पर्यटन और शोध के जरिए अपनी आजीविका कमाते हैं। हमें जंगलों से लकड़ी, कागज, गोंद, फल और औषधियां मिलती हैं, जिन्हें बेचकर बड़ी संख्या में लोग अपना जीवनयापन करते हैं। जंगल का ईकोसिस्टम, जीव जंतु मिट्टी को उपजाऊ बनाए रखता है और वर्षा लाने में मदद करता है, जिससे हमारी खेती अच्छी होती है। इससे खाद्य पदार्थों की आपूर्ति तो होती ही है, कृषि अर्थव्यवस्था को भी बल मिलता है।

हम सभी के लिए आवश्यक: जंगल में लगे घने पेड़-पौधों का संजाल बाढ़ और सूखे जैसी प्राकृतिक आपदाओं से हमारी रक्षा करता है। अनगिनत पशु-पक्षी और कीड़े-मकोड़े जंगलों में ही रहते हैं। ये पशु-पक्षी, पृथ्वी और मानव समाज के लिए बेहद जरूरी और उपयोगी हैं। पेड़ धरती को ठंडा रखने में मदद करते हैं और ग्लोबल वार्मिंग को कम करते हैं।

हम समझें अपना दायित्व: हम सभी की लापरवाही और स्वार्थी स्वभाव के कारण विकास के नाम पर विनाश हो रहा है और जंगलों की बेतहाशा कटाई हो रही है। यह स्थिति हमारी पृथ्वी के लिए खतरनाक है। ऐसे में हम सभी छोटे-छोटे प्रयासों से भी जंगलों को बचाने में मदद कर सकते हैं। जैसे- आपको पता है कि कागज पेड़ों से बनता है, इसलिए इसे बर्बाद न करें। हमें अधिक से अधिक पेड़ लगाने का प्रयास करना चाहिए। अपने जन्मदिन या किसी खास मौके पर कम से कम एक पौधा जरूर लगाएं। बच्चों को भी ऐसा करने के लिए प्रेरित करें। वन और पर्यावरण संरक्षण के प्रति अपने मित्र, रिश्तेदारों और परिचितों को जागरूक करें। उन्हें बताएं कि जंगल हमारे लिए कितने कीमती हैं। याद रखिए, जब जंगल सुरक्षित रहेंगे, तभी हमारा भविष्य भी सुरक्षित और समृद्ध रहेगा। *

पर्यटन स्थल
समीर चौधरी

आपको रोमांच से भर देगा रिवर्स वाटरफॉल का नजारा

किसी पहाड़ की ऊंचाई से गिरता हुआ झरना बहुत ही मनोरम लगता है। लेकिन अगर आप उल्टे झरने का नजारा देखना चाहते हैं तो मानसून के दौरान महाराष्ट्र के कुछ खास स्थलों की यात्रा कर सकते हैं।

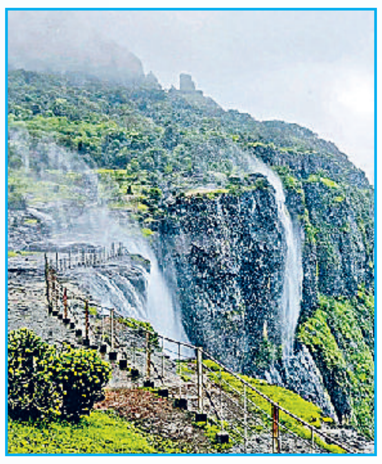
आपने पहाड़ों की ऊंचाई से गिरने वाला वाटरफॉल यानी झरना तो जरूर देखा होगा। लेकिन क्या आपने रिवर्स वाटरफॉल यानी झरने का पानी नीचे की बजाय ऊपर की तरफ जाते हुए देखा है? अगर नहीं तो मानसून के दौरान महाराष्ट्र के कुछ खास स्थलों की यात्रा कर सकते हैं। यहां आपको मंत्रमुग्ध करने वाला नजारा दिख जाएगा।

होता है अनोखा एहसास: रिवर्स झरना एक ऐसा नजारा है, जिसे देखकर लगता है कि एक नई दुनिया आपके सामने खुल गई है। महाराष्ट्र में रिवर्स वाटरफॉल की यह प्राकृतिक घटना, पर्यटकों को आश्चर्य में डाल देती है। इसमें पानी नीचे नहीं गिरता है बल्कि वापस उल्टा हवा में उड़ता है। पानी नीचे गिरने की बजाय हवा के बल से वापस आसमान की तरफ जाने लगता है, धुंध की तरह बिखरता हुआ। एक सामान्य झरना ऐसे दृश्य में बदल जाता है, जो तीव्र, अविश्वसनीय और लगभग जादुई-सा प्रतीत होती है। ऊपर की तरफ का यह नेचुरल स्प्रे, सिनेमाई नजारा उत्पन्न करता है और ऐसा प्रतीत होता है, जैसे प्रकृति गुरुत्वाकर्षण के नियमों को बदल रही है। इस अद्भुत नजारे के दीदार के साथ-साथ आस-पास की सुंदर जगहों की सैर और स्थानीय भोजन का स्वाद आपकी यात्रा को और यादगार बना देगा।

कुछ दिनों तक दिखता है: रिवर्स वाटरफॉल का यह अनोखा नजारा मानसून के कुछ खास दिनों में ही देखने को मिलता है, जब हवाएं शक्तिशाली होती हैं और पानी को नीचे की बजाय ऊपर की तरफ धकेलती हैं। यह रिवर्स वाटरफॉल अमूमन जून से अगस्त के बीच में देखने को मिलते हैं, जब मानसून की हवाएं सबसे शक्तिशाली होती हैं। अब आपको चार ऐसी जगहों के बारे में बताते हैं, जहां इस प्राकृतिक नजारे का अनुभव किया जा सकता है।

पश्चिमी घाट में स्थित नानेघाट: नानेघाट पास (नानेघाट दर्रा), जुन्नार के निकट पश्चिमी घाटों में स्थित है और मानसून के दिनों में रिवर्स वाटर फॉल का अदभुत नजारा प्रस्तुत करता है। नानेघाट से निकटतम रेलवे स्टेशन कल्याण जंक्शन है, जहां से आप टैक्सी या बस से जुन्नार जा सकते हैं और फिर नानेघाट की तरफ बढ़ सकते हैं। अगर सड़क की बात करें तो अनेक मार्गों से यह बहुत अच्छी तरह से जुड़ा हुआ है। पुणे से आप बस या कैब से जुन्नार पहुंच सकते हैं। यह दूरी लगभग 95 किमी. है। मुंबई से जाना चाहते हैं तो मुंबई-नासिक हाईवे (एनएच-3) या मुंबई-आगरा हाईवे (एनएच-61) पर सफर किया जा सकता है।

सघन घाटी में स्थित समराद गांव: गजब की सघन घाटी में समुद्र की सतह से 2000 फीट की ऊंचाई पर स्थित समराद गांव भी मानसून में उल्टे झरने का ऐसा अनुभव कराता है, जिसे कभी भुलाया नहीं जा सकता। इस गांव तक पहुंचने के लिए आप मुंबई या पुणे से सड़क मार्ग का उपयोग कर सकते हैं। दोनों जगहों से यह लगभग चार से पांच घंटे की ड्राइव के फासले पर है। पूरी सड़क यात्रा के दौरान भी सुंदर नजारों वाले दृश्य आप देख सकते हैं।



हरी-भरी पहाड़ियों में स्थित कवलशेत पॉइंट: कवलशेत पॉइंट, अंबोली की हरी-भरी पहाड़ियों में स्थित है, जो गहरी वादियों और अनेक छोटे-छोटे झरनों से घिरा हुआ है। यह पॉइंट मानसून के दौरान विशेष रूप से जादुई बन जाता है, जब तेज हवाएं नीचे गिरते पानी को ऊपर उठाने लगती हैं। कवलशेत पॉइंट पहुंचने के लिए मुंबई-गोवा हाईवे पर सावंत वादी की तरफ यात्रा करें। वहां से अंबोली की तरफ चलना होगा, जोकि लगभग 30 किमी. की दूरी पर स्थित है। अंबोली टाउन से कवलशेत पॉइंट पास में ही है।

हनुमान जी की जन्मस्थली अंजनेरी: नासिक से मात्र 20 किमी. की दूरी पर स्थित अंजनेरी में भी रिवर्स वाटरफॉल का शानदार नजारा देखने को मिलता है। अंजनेरी का बहुत अधिक धार्मिक व ऐतिहासिक महत्व भी है क्योंकि मान्यता है कि यह भगवान श्री हनुमान जी की जन्मस्थली है और इस जगह का नाम उनकी मां अंजनी के नाम पर पड़ा है।

अंजनेरी पहुंचने के लिए यहां से निकटतम रेलवे स्टेशन नासिक है, जहां से इस गांव के लिए टैक्सी ले सकते हैं। अगर सड़क से जाना है तो कैब या बस से नासिक रोड से त्र्यंबकेश्वर की तरफ चलें और फिर त्र्यंबकेश्वर-अंजनेरी सड़क पर यात्रा करनी होगी। *

इन बातों का रखें ध्यान

अगर कुछ महीने बाद आने वाले मानसून के दौरान आप रिवर्स वाटरफॉल देखने प्लानिंग बना रहे हैं तो कुछ बातों का अवश्य ध्यान रखें-

- उचित प्रकार के जूते-कपड़े लेकर जाएं क्योंकि मानसून में यहां के रास्ते फिसलन भरे हो सकते हैं।
- निर्धारित रूट पर ही यात्रा करें। जाने से पूर्व मौसम की जानकारी हासिल कर लें।
- अपने साथ पीने का पानी, सूखे स्नैक्स और बेसिक फर्स्ट एड किट रखें।
- स्थानीय गाइड की मदद ले सकते हैं। वे सही जानकारी देंगे और सुरक्षित अनुभव सुनिश्चित करेंगे।