

खबर संक्षेप

खाते से निकले 2 लाख 44 हजार रुपये

झज्जर। क्षेत्र के गांव दुलीना स्थित एक पेट्रोल पंप पर सेल्समेन के खाते से करीब दो लाख 44 हजार रुपये निकलने का मामला सामने आया है। पुलिस को दी शिकायत में कड़ौदा निवासी नरेश कुमार ने बताया कि बीती 12 मई को उसके मोबाइल ने अचानक काम करना बंद कर दिया। उस दौरान उसे कुछ रुपयों की जरूरत थी ऐसे में उसने एटीएम कार्ड से रुपये निकालने चाहे तो वे भी नहीं निकले। नरेश कुमार के अनुसार जब उसने अगले दिन बैंक जाकर पता कि उसके खाते से विभिन्न ट्रांजेक्शन के माध्यम से 2,44,102 रुपये की धोखाधड़ी की गई है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

महिला ने निगला जहरीला पदार्थ, रेफर

झज्जर। जहरीला पदार्थ निगलने के कारण नागरिक अस्पताल में उपचार के लिए लाई गई एक प्रवासी महिला को गंभीर हालत के चलते प्राथमिक उपचार के बाद पीजीआई रोहतक रेफर किया गया है। जानकारी के अनुसार मूल रूप से मध्यप्रदेश के गुलगंज की रहने वाली मालती पत्नी मुन्ना पिछले करीब तीन माह से कबलाना गांव में निर्माणाधीन स्कूल में काम करती है। मालती के अनुसार उसने भूलवश जहरीला पदार्थ निगल लिया। जब परिजनों को पता चला तो वे उसे लेकर अस्पताल पहुंचे। यहां चिकित्सकों ने उसे प्राथमिक उपचार के बाद रोहतक के पीजीआई रेफर दिया है।

बेरोजगारी व महंगाई पर इनेलो कल देगी ज्ञापन

झज्जर। प्रदेश में लगातार बढ़ रही बेरोजगारी, महंगाई, युवाओं के भविष्य से जुड़े गंभीर मुद्दों व आमजन की विभिन्न समस्याओं को लेकर इंडियन नेशनल लोकदल द्वारा सोमवार को डीसी को ज्ञापन सौंपा जाएगा। इनेलो जिलाध्यक्ष सतपाल पहलवान ने बताया कि कार्यक्रम में डबवाली विधायक आदित्य देवीलाल मुख्य रूप से उपस्थित रहेंगे। उन्होंने कहा कि आज प्रदेश का युवा बेरोजगारी की मार झेल रहा है जबकि सरकार रोजगार के नौके के बड़े-बड़े दावे कर रही है। इसके अलावा महंगाई ने आम आदमी की कमर तोड़ दी है। किसान, कर्मचारी, मजदूर और छोटे व्यापारी भी विभिन्न परेशानियों का सामना कर रहे हैं।

सेक्टर 9ए: निर्माणाधीन मकान से तार चोरी

बहादुरगढ़। सेक्टर-9ए में स्थित एक निर्माणाधीन मकान में चोरी हो गई। अज्ञात चोर मकान में से बिजली की तार निकालकर ले गए। इस संबंध में मकान मालिक ने पुलिस को शिकायत दे दी है। लक्ष्मण दास का कहना है कि फिलहाल मकान में चिनाई चल रही है। गत 28 मई को बिजली की तारें लगावाई थी। शुक्रवार को देखा तो तारें नहीं मिली। उधर, सिटी थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

अभियान

शहर की कई समाजसेवी संस्थाएं एक साथ मंच पर आईं बेजुबानों की प्यास बुझाने को बांटे जाएंगे 1200 सकोरे

■ अपील-घरों के बाहर सकोरों में पानी भरकर रखें नागरिक

हरिभूमि न्यूज़ ►► बहादुरगढ़

भीषण गर्मी और लू के बीच पक्षियों व छोटे जीवों के लिए पानी की व्यवस्था करने के उद्देश्य से शहर की कई सामाजिक संस्थाएं रविवार को विशेष अभियान चलाएंगी। इस दौरान शहर के विभिन्न क्षेत्रों में करीब 1200 मिट्टी के पानी के सकोरे निःशुल्क वितरित किए जाएंगे। इस अभियान में सार्थक सेवा समिति, क्लीन एंड ग्रीन ट्रस्ट, राॅबिन हुड आर्मी, श्रीश्याम सेवा समिति, श्रीश्याम बिहारी सेवा ट्रस्ट, जैन सेवा मंडल और सर्व कल्याण सेवा समिति सहित कई सामाजिक संगठन संयुक्त रूप से भाग ले रहे हैं। वितरण कार्य सुबह 8 से 10 बजे तक किया जाएगा।

सेक्टर-9 में सार्थक सेवा समिति व क्लीन एंड ग्रीन ट्रस्ट यह कार्य करेंगी। ओमेक्स रोहतक रोड और दयानंद नगर में राॅबिन हुड आर्मी तथा श्रीश्याम सेवा समिति, धर्मविहार में श्रीश्याम बिहारी सेवा ट्रस्ट, सेक्टर-6 व ओमेक्स क्षेत्र में जैन सेवा मंडल तथा सेक्टर-2 में सर्व कल्याण सेवा समिति की ओर

से सकोरे वितरित किए जाएंगे। संस्थाओं के पदाधिकारियों ने बताया कि अभियान का उद्देश्य केवल सकोरे बांटना नहीं, बल्कि लोगों को पक्षियों और छोटे जीवों के संरक्षण के प्रति जागरूक करना भी है। कार्यकर्ता घर-घर जाकर लोगों को सकोरे उपलब्ध कराएंगे और



बहादुरगढ़। वितरण के लिए लाए गए मिट्टी के सकोरे।

लोगों को पक्षियों और छोटे जीवों के संरक्षण के प्रति जागरूक करना भी है। कार्यकर्ता घर-घर जाकर लोगों को सकोरे उपलब्ध कराएंगे और

दिल्ली में सख्ती के बाद प्लास्टिक स्क्रेप कारोबारियों ने बहादुरगढ़ में कब्जा जमाया

आबोहवा के साथ आबादी का दम घोंट रहा प्लास्टिक स्क्रेप का अवैध कारोबार

हरिभूमि न्यूज़ ►► बहादुरगढ़

इलाके में तेजी से फैल रहा प्लास्टिक स्क्रेप का अवैध कारोबार पर्यावरण और जनस्वास्थ्य के लिए गंभीर चुनौती बनता जा रहा है। शहर के कई हिस्सों, वि श प क र छोटराम नगर में खाली प्लांटों और खुले भूखंडों पर बड़े पैमाने पर प्लास्टिक कबाड़ के ढेर लगे हुए हैं। आबादी के बीच संचालित हा रहे इन स्क्रेप यार्डों से न केवल वातावरण दूषित हो रहा है, बल्कि किसी बड़े हादसे की आशंका भी लगातार बनी रहती है। दरअसल, दिल्ली में प्लास्टिक स्क्रेप कारोबार पर सख्ती और प्रतिबंध के बाद बड़ी संख्या में



बहादुरगढ़। छोटराम नगर में लगा प्लास्टिक कबाड़ का ढेर।

कारोबारियों ने बहादुरगढ़ का रुख किया था। भूमालिकों की रुपयों की चाहत व प्रशासन के ढीले रबैये के कारण यह कारोबार यहां पांव पसार गया। प्रशासन द्वारा समय-समय पर नोटिस जारी करने, चेतावनी देने और जेसीबी से कार्रवाई की गई। कुछ जगह से कारोबारी हटे भी लेकिन पूरी तरह से सफलता नहीं मिली। छोटराम नगर में तो प्रशासन

की चेतावनी को भी ठेगा दिखाया जा रहा है। छोटराम नगर सहित कई रिहायशी क्षेत्रों में प्लास्टिक कचरे के विशाल ढेर खुले में पड़े रहते हैं। इन ढेरों में अक्सर आग लगने की घटनाएं सामने आती रहती हैं। आग लगने पर उठने वाला जहरीला धुआं आसपास रहने वाले लोगों के लिए स्वास्थ्य पर गंभीर खतरा पैदा कर देता है और लोगों का सांस

लेना तक मुश्किल हो जाता है। पिछले दिनों छोटराम नगर में एक प्लास्टिक स्क्रेप यार्ड में लगी आग के दौरान एक प्रवासी व्यक्ति की जिंदा जलकर मौत भी हो गई थी। ये घटनाएं ऐसे अवैध कारोबारों से जुड़े खतरों को उजागर करती हैं लेकिन इसके बावजूद हालात में कोई विशेष सुधार दिखाई नहीं दे रहा है।

आसपास के लोगों के लिए गंभीर खतरा

पर्यावरण प्रेमी रजत छिकारा ने कहा कि आबादी के बीच प्लास्टिक कचरे के ढेर किसी भी दृष्टि से सुरक्षित नहीं हैं। ये स्थल शहर में बढ़ते प्रदूषण की बड़ी वजह बन रहे हैं। साथ ही आगजनी की घटनाएं आसपास के मकानों और लोगों की जान-माल के लिए भी खतरा पैदा कर रही हैं। प्रशासन को जल्द ही इस मामले में सख्त कार्रवाई करनी चाहिए।



प्लास्टिक कचरे पर स्थायी नीति की जरूरत

सुप्रीम कोर्ट के अधिवक्ता नवीन सिंगल ने कहा कि केवल नोटिस जारी करने या अस्थायी कार्रवाई करने से समस्या का समाधान नहीं होगा। रिहायशी क्षेत्रों से इस अवैध कारोबार को पूरी तरह हटाने और इसके लिए स्थायी नीति बनाकर सख्ती से लागू करने की आवश्यकता है।

छोटराम नगर में सबसे ज्यादा दिक्कत

पार्षद प्रतिनिधि हरिमोहन धाकरे ने कहा कि छोटराम नगर में यह बहुत गंभीर समस्या है। प्रशासन से कई बार आग्रह किया जा चुका है लेकिन कार्रवाई के नाम पर खानापूर्ति की जाती है। इसका खामियाजा आम नागरिक भुगत रहे हैं। प्रशासन को संजीवनी दिखाने हुए कार्रवाई करनी चाहिए।



►► नगर परिषद की चेयरपर्सन सरोज राठी ने डीसी से मिलकर लगाई गुहार

खींचतान में अटके 18 करोड़ के टेंडर

■ चेयरपर्सन ने नगर परिषद कार्यालय में कंप्यूटर ऑपरेटर की तत्काल नियुक्ति की मांग भी उठाई

हरिभूमि न्यूज़ ►► बहादुरगढ़

नगर परिषद की चेयरपर्सन सरोज राठी ने जिला उपायुक्त वर्षा खांगवाल से मुलाकात की। उन्होंने नगर परिषद और जिला नगर आयुक्त कार्यालय के अधिकारियों के बीच चल रहे विवाद को समाप्त कराने तथा लंबित विकास कार्यों को जल्द शुरू कराने की मांग की। यह भी कहा कि प्रशासनिक खींचतान के कारण शहर के विकास कार्य प्रभावित हो रहे हैं और जनता को इसका नुकसान उठाना पड़ रहा है।



बहादुरगढ़। उपायुक्त वर्षा खांगवाल के साथ चेयरपर्सन सरोज राठी।

सरोज राठी ने बताया कि नगर परिषद द्वारा विभिन्न वार्डों और कॉलोनीयों में विकास कार्यों के लिए जारी किए गए करीब 18 करोड़ रुपये के टेंडर अब तक नहीं खोले गए हैं। कई टेंडर एक वर्ष से लंबित हैं, जबकि हाल में जारी करोड़ों रुपये के कार्य भी प्रक्रिया पूरी होने का इंतजार कर रहे हैं। इससे सड़क, गली, पार्क, नाला सफाई और अन्य आधारभूत सुविधाओं से जुड़े प्रोजेक्ट अटक हुए हैं। पार्षद लगातार अपने-अपने वार्डों में विकास कार्य शुरू कराने की मांग कर रहे हैं, लेकिन टेंडर लंबित होने से कोई प्रगति नहीं हो पा रही। चेयरपर्सन ने नगर परिषद

कार्यालय में कंप्यूटर ऑपरेटर की तत्काल नियुक्ति की मांग भी उठाई। उन्होंने उपायुक्त से लंबित टेंडर जल्द खुलवाकर विकास कार्यों को गति देने का आग्रह किया।

उपायुक्त वर्षा खांगवाल ने शहर के विकास से जुड़े मामलों की समीक्षा कर आवश्यक कार्रवाई का आश्वासन दिया। लंबित टेंडरों में सेक्टर-2 और सेक्टर-9 के पार्कों का नवीनीकरण, श्रीराम मंदिर कॉलोनी व माया विहार कॉलोनीयों के विकास कार्य, शहर व वेस्ट जुआं डेन की सफाई, दूषित पानी की टेंपिंग, बराही रोड निर्माण तथा विभिन्न वार्डों में सीसी गलियों और नालों के निर्माण व मरम्मत जैसे कार्य शामिल हैं। इन सभी परियोजनाओं की कुल अनुमानित राशि करीब 18 करोड़ रुपये है।

तेज आंधी के साथ बूढ़ाबांदी आने से लुढ़का पारा

बहादुरगढ़। भीषण गर्मी के बाद बीते दो-तीन दिन से मौसम बदला हुआ है। पहले के मुकाबले गर्मी कम है और तापमान भी कई डिग्री नीचे गया है। शनिवार को भी बहादुरगढ़ में सुबह के वक्त ठंडी हवा चली तो दोपहर बाद आसमान में बादल छांने के साथ बूढ़ाबांदी हुई। दरअसल, मई माह में तापमान लगातार तेजी से बढ़ रहा था। चिलचिलाती धूप और गर्मी से लोगों का हाल बेहाल था। तापमान 45 डिग्री तक चला गया था। इसी बीच वीरवार को मौसम ने करवट ली। पहले आसमान में बादल छाए और फिर गर्जना के साथ देर शाम को बूढ़ाबांदी हुई। हालांकि तेज बारिश नहीं हुई लेकिन मौसम में नरमाई जरूर आई। तब से ही मौसम बदल हुआ है। तापमान कई डिग्री नीचे हैं और गर्मी से राहत मिली हुई है। सुबह व शाम के वक्त ठंडी हवा चल रही है। शनिवार को दोपहर बाद भी मौसम बदल गया। पहले तेज आंधी आई और फिर हल्की बूढ़ाबांदी हुई। देर शाम तक आसमान में बादल छाए हुए थे। बरसात होने के आसार बने हुए थे।

मकान से 50 हजार नकदी और लाखों के आमूषण चोरी

■ गांव लुकसर में रहस्यमयी परिस्थितियों के बीच अलमारी के लॉकर से करीब 16 लाख रुपये के सोने के आभूषण ले गए चोर, पुलिस ने किया केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज़ ►► बहादुरगढ़

इलाके में चोरी के मामले लगातार बढ़ रहे हैं। अब गांव लुकसर में स्थित एक किसान के मकान में रहस्यमयी परिस्थितियों में वारदात हो गई। मकान की अलमारी में रखे 50 हजार केश तथा 16 लाख से अधिक के गहने चोरी हुए हैं। जब अलमारी खोली गई तो वारदात का पता चला। वारदात किसने की यह फिलहाल सवाल बना हुआ है। बादली थाना पुलिस ने केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है। वारदात धर्मबीर के मकान में हुई है।

धर्मबीर ने पुलिस को दी शिकायत में कहा है कि गत 25 मई को बड़े बेटे ने 50 हजार रुपये दिए थे। वे रुपये मैंने अपनी अलमारी में जेवरत वाले लॉकर में रख दिए। शुक्रवार को बेटे ने वे रुपये किसी को देने के लिए मुझसे मांगे। मैंने अलमारी का लॉकर खोला तो उसमें 50 हजार रुपये नहीं थे। इतना ही नहीं, गहने भी गायब थे। जांच करने पर सोने का रानी हार, 2 चैन, 1 कंठी, 1 मंगलसूत्र, 1 जोड़ी टॉप्स, बालियां व 2 कड़े नहीं थे। अपने स्तर पर जांच की लेकिन कुछ पता नहीं चला। इसके बाद पुलिस को शिकायत दी। सूचना पाकर पुलिस मौके पर पहुंची और जांच शुरू की। पुलिस ने फिलहाल धर्मबीर की शिकायत पर अज्ञात के खिलाफ केस दर्ज कर लिया है। मामले को जल्द सुलझाने की बात कही जा रही है।

स्नातक में दाखिले के लिए आवेदन का अंतिम दिन आज, 11 को आएगी लिस्ट

हरिभूमि न्यूज़ ►► बहादुरगढ़

महाविद्यालयों में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के स्नातक प्रथम वर्ष में प्रवेश के लिए ऑनलाइन पंजीकरण की अंतिम तिथि 31 मई निर्धारित की गई है। वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. राजवंती शर्मा ने बताया कि बीए, बीकॉम, बीएससी और बीसीए पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए योग्य छात्राओं से आवेदन आमंत्रित किए गए हैं।

उन्होंने कहा कि छात्राएं अंतिम समय का इंतजार किए बिना समय रहते पंजीकरण प्रक्रिया पूरी करें ताकि तकनीकी समस्याओं से बचा जा सके। पहली मेरिट सूची 11 जून को जारी होगी, जिसके बाद दाखिला प्रक्रिया शुरू होगी। महाविद्यालय में स्मार्ट कक्षाएं, प्रयोगशालाएं, कंप्यूटर लैब, पुस्तकालय, खेल सुविधाएं तथा विषय परामर्श के लिए हेल्प डेस्क उपलब्ध हैं। ऑनलाइन पंजीकरण पूरी तरह निशुल्क है। रविवार व



अन्य अवकाश के दिनों में भी सुबह 9:30 बजे से दोपहर 1 बजे तक पंजीकरण सुविधा उपलब्ध रहेगी। प्रवेश नोटल अधिकारी सुजाता वर्मा ने बताया कि छात्राओं को 10वीं व 12वीं की अंकतालिका, आधार कार्ड, परिवार पहचान पत्र, हरियाणा डीमिसाइल, माइग्रेशन प्रमाणपत्र, फोटो तथा आरक्षित वर्ग की छात्राओं के लिए आवश्यक प्रमाणपत्र साथ रखने होंगे। प्रवेश प्रक्रिया निर्धारित सीटों के आधार पर की जाएगी।

- संबंधित खबरें पेज 12 पर



निवेश : सहज पके सो मीठा होय, जल्दबाजी में घाटा सुझाव बिजनेस डेस्क

आज के समय में निवेश का सबसे लोकप्रिय तरीका एसआईपी यानी सिस्टेमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान बन चुका है। छोटी-छोटी रकम से निवेश शुरू करने की सुविधा और लंबी अवधि में बड़ा फंड बनाने की क्षमता ने इसे आम लोगों के बीच बेहद लोकप्रिय बना दिया है। खासकर नौकरीपेशा और मध्यम वर्ग के लोग एसआईपी को भविष्य की आर्थिक सुरक्षा का मजबूत साधन मान रहे हैं। हालांकि, कई निवेशक बाजार में गिरावट आते ही घबरा जाते हैं और जल्दी पैसा निकाल लेते हैं। यही जल्दबाजी उन्हें नुकसान पहुंचाती है। विशेषज्ञों का कहना है कि एसआईपी में असली मुनाफा धीरे-रखने वालों को मिलता है। हाल ही में सामने आई एक स्टडी भी यही साबित करती है कि जितनी लंबी अवधि तक निवेश जारी रखा जाए, जोखिम उतना कम होता जाता है और रिटर्न ज्यादा भरोसेमंद बनते हैं।

30 वर्ष की स्टडी में सामने आई बड़ी बात

एक स्टडी में अगस्त 1996 से अप्रैल 2024 तक के सेसेक्स टीआरआई के आंकड़ों का विश्लेषण किया गया। इसमें मंथली एसआईपी निवेश के प्रदर्शन को अलग-अलग अवधियों में जांचा गया। स्टडी के मुताबिक कम समय के निवेश में रिटर्न काफी उतार-चढ़ाव वाला रहा, जबकि लंबी अवधि में यह अंतर कम हो गया। यानी जो निवेशक थोड़े समय के लिए एसआईपी करते हैं, उन्हें कभी बड़ा मुनाफा तो कभी बड़ा नुकसान देखने को मिल सकता है। लेकिन जो लोग लंबे समय तक निवेश में बने रहते हैं, उन्हें अपेक्षाकृत स्थिर और बेहतर रिटर्न मिलता है।

तीन साल की एसआईपी में बड़ा जोखिम

स्टडी के अनुसार, तीन साल की एसआईपी में रिटर्न का अंतर बहुत ज्यादा देखने को मिला। कुछ निवेशकों को जहां 55.6 प्रतिशत तक का शानदार मुनाफा मिला, वहीं कई मामलों में 24.6 प्रतिशत तक का नुकसान भी हुआ। यह आंकड़े बताते हैं कि कम समय में शेयर बाजार की अस्थिरता निवेश पर गहरा असर डालती है। यदि बाजार गिरावट के दौर में हो और निवेशक जल्दबाजी में पैसा निकाल ले, तो नुकसान होने की संभावना बढ़ जाती है। इसलिए विशेषज्ञ एसआईपी को शॉर्ट टर्म नहीं बल्कि लॉन्ग टर्म निवेश मानते हैं।

8 साल बाद घाटे की संभावना खत्म

स्टडी की सबसे महत्वपूर्ण बात यह रही कि जिन निवेशकों ने लगातार 8 साल या उससे ज्यादा समय तक एसआईपी जारी रखी, उन्हें किसी भी अवधि में नुकसान नहीं हुआ। यानी लंबे समय तक निवेश बनाए रखने पर बाजार के उतार-चढ़ाव का असर धीरे-धीरे कम हो जाता है। विशेषज्ञों का कहना है कि लंबी अवधि में बाजार की गिरावट अस्थायी साबित होती है और अर्थव्यवस्था की ग्रेथ के साथ निवेश का मूल्य बढ़ता है। यही कारण है एसआईपी में समय सबसे बड़ा हथियार माना जाता है।

10 साल बाद बढ़ जाती है भरोसेमंद कमाई

स्टडी के मुताबिक, तीन साल की एसआईपी में 10 प्रतिशत से ज्यादा रिटर्न मिलने की संभावना 67 प्रतिशत रही। लेकिन जैसे-जैसे निवेश की अवधि बढ़ी, यह संभावना भी मजबूत होती गई। 10 साल के निवेश में 10 प्रतिशत से अधिक रिटर्न मिलने की संभावना 95 प्रतिशत तक पहुंच गई। वहीं 12 से 15 साल की एसआईपी में यह आंकड़ा 98 प्रतिशत रहा। इसका मतलब है कि लंबे समय तक निवेश करने वालों के लिए बेहतर रिटर्न की संभावना बेहद मजबूत हो जाती है।

15 वर्ष की एसआईपी ने दिया स्थिर रिटर्न

यदि 15 साल की एसआईपी का प्रदर्शन देखें तो रिटर्न का दायरा 7.3 प्रतिशत से 18.2 प्रतिशत के बीच रहा। यह अंतर तीन साल की तुलना में काफी कम है। लंबी अवधि में निवेश ज्यादा स्थिर और भरोसेमंद बन जाता है। विशेषज्ञ यह भी कहते हैं कि बहुत लंबी अवधि में रिटर्न थोड़ा औसत या संतुलित हो सकता है। यानी शुरुआती वर्षों की तरह बहुत अधिक तेजी नहीं दिखती, लेकिन जोखिम भी काफी कम हो जाता है। एसआईपी को सुरक्षित और अनुशासित निवेश का तरीका माना जाता है।

लंबी अवधि ही सफलता की कुंजी

स्टडी संकेत देती है कि एसआईपी में जल्दबाजी नुकसान पहुंचा सकती है, जबकि धीरे-रखने वाले निवेशकों को बेहतर और स्थिर रिटर्न मिलता है। कम समय में जोखिम ज्यादा रहता है, लेकिन 8 से 10 साल के बाद घाटे की संभावना कम हो जाती है। एसआईपी का बड़ा फायदा कंपाउंडिंग होता है।

डिजिटल ठगी के जाल से रहें अलर्ट, वरना हो सकता है भारी नुकसान

सावधानी	बिनेस डेस्क
---------	-------------

आज के दौर में शेयर बाजार में निवेश करने वालों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। मोबाइल ऐप और डिजिटल प्लेटफॉर्म ने निवेश को आसान बनाया है, लेकिन इसके साथ ही ऑनलाइन ठगी और फर्जी निवेश सलाह का खतरा भी कई गुना बढ़ गया है। खासकर इंस्टाग्राम, टेलीग्राम, व्हाट्सएप और फेसबुक जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर चल रहे ट्रेंडिंग चैनल और टिप्स ग्रुप लाखों लोगों को आसान कमाई का सपना दिखाकर जाल में फंसा रहे हैं। कई लोग बिना रिसर्च किए इन प्लेटफॉर्म पर बताए गए शेयरों में पैसा लगा देते हैं और बाद में भारी नुकसान उठाते हैं। हाल ही में एनएसई और सेबी ने निवेशकों को ऐसे फर्जी सोशल मीडिया हैडलस और टेलीग्राम चैनलों से सावधान रहने की सलाह दी है। एक्सचेंजों ने स्पष्ट किया है कि कई लोग खुद को ट्रेडिंग एक्सपर्ट, मार्केट गुरु या निवेश सलाहकार बताकर निवेशकों के अकाउंट तक एक्सेस मांगते हैं और बाद में रकम गायब कर देते हैं। कई मामलों में ‘डबल पैसा’, ‘गारंटीड प्रॉफिट’, ‘100 प्रतिशत सटीक कॉल’ और ‘इंट्राडे में लाखों कमाएं’ जैसे झूठे दावे किए जाते हैं।



निवेश मंत्रा बिजनेस डेस्क

- ▶ कंपाउंडिंग की ताकत भविष्य बना सकती है आर्थिक रूप से मजबूत
- ▶ निवेश से पूरे हो सकते हैं घर, शिक्षा और रिटायरमेंट के सपने
- ▶ एसआईपी और म्यूचुअल फंड युवाओं की पहली पसंद बन रहे

आज के दौर में आर्थिक सुरक्षा हर व्यक्ति की सबसे बड़ी जरूरत बन चुकी है। बढ़ती महंगाई, अनिश्चित नौकरियां, महंगी शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं ने लोगों को भविष्य को लेकर अधिक गंभीर बना दिया है। ऐसे समय में निवेश केवल अमीर लोगों की आदत नहीं, बल्कि हर व्यक्ति की जरूरत बन गया है। विशेषज्ञ मानते हैं कि निवेश एक पेड़ की तरह होता है। यदि आज इसके बीज बोए जाएं और समय-समय पर इसकी देखभाल की जाए, तो यही पेड़ भविष्य में छाया, फल और सुरक्षा प्रदान करता है। यही कारण है कि वित्तीय योजनाकार युवाओं को कम उम्र से ही निवेश की शुरुआत करने की सलाह देते हैं। अक्सर लोग सोचते हैं कि निवेश का मतलब केवल शेयर बाजार में पैसा लगाना है, जबकि ऐसा नहीं है। निवेश का अर्थ है अपने पैसे को ऐसे साधनों में लगाना, जहां वह समय के साथ बढ़ सके और भविष्य में आर्थिक मजबूती दे सके। यह शेयर बाजार, म्यूचुअल फंड, फिक्स्ड डिपॉजिट, बॉन्ड, पीपीएफ, सोना, रियल एस्टेट या किसी व्यवसाय में निवेश के रूप में हो सकता है। हर निवेश का उद्देश्य भविष्य में बेहतर रिटर्न और आर्थिक सुरक्षा प्राप्त करना होता है।

विशेषज्ञों के अनुसार निवेश की शुरुआत हमेशा स्पष्ट लक्ष्य के साथ करनी चाहिए। बिना लक्ष्य के किया गया निवेश अक्सर बीच रास्ते में रुक जाता है या सही दिशा नहीं पकड़ पाता। इसलिए पहले यह तय करना जरूरी है कि निवेश किस उद्देश्य से किया जा रहा है।

संयम के साथ किया गया एसआईपी में निवेश बना सकता है करोड़पति

जानकारी	बिजनेस डेस्क
---------	--------------

आज के समय में कार या मकान खरीदना हर व्यक्ति का सपना होता है। लेकिन बढ़ती कीमती और महंगे लोन के कारण यह सपना कई लोगों के लिए बोझ बन जाता है। अधिकतर लोग घर या कार खरीदने के लिए बैंक से लोन लेते हैं और फिर वर्षों तक ईएमआई चुकते रहते हैं। खासकर होम लोन में ब्याज इतना ज्यादा होता है कि कई बार व्यक्ति मूल रकम से लगभग दोगुनी राशि चुका देता है। ऐसे में यदि सही समय पर निवेश की योजना बना ली जाए तो बिना लोन लिए भी कार या मकान खरीदा जा सकता है। वित्तीय विशेषज्ञों का मानना ​​है कि यदि कोई व्यक्ति 10 से 15 साल पहले से योजना बनाकर म्यूचुअल फंड में एसआईपी यानी सिस्टेमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान शुरू करे तो वह बड़ा फंड तैयार कर सकता है। यही फंड भविष्य में कार या मकान खरीदने में मदद कर सकता है। एसआईपी न केवल निवेश की आदत विकसित करती है बल्कि लंबे समय में कंपाउंडिंग का लाभ भी देती है। लोन लेने का सबसे बड़ा नुकसाना ब्याज होता है। उदाहरण के लिए यदि कोई व्यक्ति 50 लाख रुपये का होम लोन लेता है तो 20 से 25 वर्षों में उसे लगभग 90 लाख से 1 करोड़ रुपये तक चुकाने पड़ सकते हैं। यानी आधे से ज्यादा पैसा केवल ब्याज के रूप में चला जाता है। कार लोन में भी स्थिति कुछ ऐसी ही रहती है। नई कार खरीदते समय डाउन पेमेंट के बाद कई वर्षों तक ईएमआई भरनी पड़ती है। इससे मासिक बजट पर दबाव बढ़ता है और बचत की क्षमता कम हो जाती है। इसलिए जो लोग भविष्य की योजना पहले से बनाते हैं, उनके लिए एसआईपी बेहतर विकल्प साबित हो सकती है।

फर्जी ट्रेडिंग टिप्स से मिनटों में खाली हो सकता है अकाउंट

सोशल मीडिया पर निवेश सलाह के नाम पर बढ़ रहा फ्रॉड डब्बा ट्रेडिंग बना बड़ा खतरा

डिजिटल फ्रॉड के साथ-साथ डब्बा ट्रेडिंग का नेटवर्क भी तेजी से फैल रहा है। यह पूरी तरह अवैध ट्रेडिंग व्यवस्था है, जिसमें लेन-देन आधिकारिक स्टॉक एक्सचेंज के बाहर किया जाता है। इसमें निवेशकों का पैसा सीधे उगों के हाथ में चला जाता है और किसी प्रकार की कानूनी सुरक्षा नहीं मिलती। एनएसई ने कई ऐसे प्लेटफॉर्म और मोबाइल नंबरों के खिलाफ चेतावनी जारी की है जो फर्जी ट्रेडिंग सेवाएं चला रहे हैं। विशेषज्ञों के अनुसार, छोटे शहरों और नए निवेशकों को सबसे ज्यादा निशाना बनाया जा रहा है।

बदल रहा निवेश का तरीका

भारत आज दुनिया का चौथा सबसे बड़ा शेयर बाजार बन चुका है। करोड़ों नए निवेशक हर महीने बाजार से जुड़ रहे हैं। डिजिटल इंडिया और ऑनलाइन ट्रेडिंग प्लेटफॉर्म के विस्तार ने निवेश को घर-घर तक पहुंचा दिया है। लेकिन इसी सेवाएं चला रहे हैं। विशेषज्ञों के अनुसार, छोटे शहरों और नए निवेशकों को सबसे ज्यादा निशाना बनाया जा रहा है।

एनएसई और सेबी ने जारी की चेतावनी, निवेशक भी बरतें सावधानी

एनएसई और सेबी ने निवेशकों को सावधान रहने की सलाह दी है। एक्सचेंजों ने स्पष्ट किया है कि कई लोग खुद को ट्रेडिंग एक्सपर्ट, मार्केट गुरु या निवेश सलाहकार बताकर निवेशकों के अकाउंट तक एक्सेस मांगते हैं और बाद में रकम गायब कर देते हैं। कई मामलों में ‘डबल पैसा’, ‘गारंटीड प्रॉफिट’, ‘100 प्रतिशत सटीक कॉल’ और ‘इंट्राडे में लाखों कमाएं’ जैसे झूठे दावे किए जाते हैं।

क्रिप्टो व विदेशी निवेश के नाम पर ठगी

क्रिप्टोकॉरेंसी और विदेशी ट्रेडिंग प्लेटफॉर्म भी उगों का नया हथियार बन चुके हैं। “एक महीने में पैसा दोगुना”, “विदेशी बाजार से रोज कमाई” और “एआई ट्रेडिंग बॉट” जैसे ऑफर देकर लोगों को निवेश के लिए उकसाया जाता है। कई प्लेटफॉर्म बिना किसी रेगुलेशन के काम कर रहे हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि अगर किसी निवेश योजना में अत्यधिक मुनाफे का दावा किया जा रहा है तो निवेशकों को तुरंत सतर्क हो जाना चाहिए।

आज के दौर में शेयर बाजार में निवेश करने वालों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। मोबाइल ऐप और डिजिटल प्लेटफॉर्म ने निवेश को आसान बनाया है, लेकिन इसके साथ ही ऑनलाइन ठगी और फर्जी निवेश सलाह का खतरा भी कई गुना बढ़ गया है। खासकर इंस्टाग्राम, टेलीग्राम, व्हाट्सएप और फेसबुक जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर चल रहे ट्रेंडिंग चैनल और टिप्स ग्रुप लाखों लोगों को आसान कमाई का सपना दिखाकर जाल में फंसा रहे हैं। कई लोग बिना रिसर्च किए इन प्लेटफॉर्म पर बताए गए शेयरों में पैसा लगा देते हैं और बाद में भारी नुकसान उठाते हैं। हाल ही में एनएसई और सेबी ने निवेशकों को ऐसे फर्जी सोशल मीडिया हैडलस और टेलीग्राम चैनलों से सावधान रहने की सलाह दी है। एक्सचेंजों ने स्पष्ट किया है कि कई लोग खुद को ट्रेडिंग एक्सपर्ट, मार्केट गुरु या निवेश सलाहकार बताकर निवेशकों के अकाउंट तक एक्सेस मांगते हैं और बाद में रकम गायब कर देते हैं। कई मामलों में ‘डबल पैसा’, ‘गारंटीड प्रॉफिट’, ‘100 प्रतिशत सटीक कॉल’ और ‘इंट्राडे में लाखों कमाएं’ जैसे झूठे दावे किए जाते हैं।

समय पर निवेश ही बनाता है आर्थिक सुरक्षा की मजबूत नींव, छोटी बचत और लंबी अवधि से तैयार हो सकती है बड़ी पूंजी

आज का निवेश, कल की सुरक्षा पेड़ की तरह छाया देता है पैसा

बच्चों की पढ़ाई, घर खरीदना, रिटायरमेंट, मेडिकल सुरक्षा, विदेश यात्रा या आर्थिक स्वतंत्रता। जब लक्ष्य स्पष्ट होते हैं, तो निवेश की रणनीति बनाना आसान हो जाता है। इसके साथ ही निवेश में सबसे महत्वपूर्ण चीज है अनुशासन। बहुत से लोग शुरुआत तो कर देते हैं, लेकिन कुछ समय बाद निवेश बंद कर देते हैं। यह सबसे बड़ी गलती मानी जाती है। निवेश को नियमित आदत बनाना जरूरी है।



कंपाउंडिंग की ताकत बदल सकती है भविष्य

निवेश की दुनिया में कंपाउंडिंग को सबसे बड़ा जादू माना जाता है। इसका अर्थ है कि निवेश पर मिलने वाला रिटर्न भी आगे चलकर कमाई करना शुरू कर देता है। यही कारण है कि छोटी-छोटी रकम भी लंबे समय में बड़ी पूंजी में बदल सकती है। उदाहरण के लिए यदि कोई व्यक्ति 25 वर्ष की उम्र से हर महीने पांच हजार रुपये निवेश करना शुरू करता है और उसे औसतन 12 प्रतिशत वार्षिक रिटर्न मिलता है, तो 60 वर्ष की उम्र तक वह करोड़ों रुपये का फंड तैयार कर सकता है। वहीं यदि यही निवेश 40 वर्ष की उम्र से शुरू किया जाए, तो अंतिम राशि काफी कम रह जाएगी।

बिना लोन के भी पूरा हो सकता है कार और मकान का सपना

अगर आपको पूरी तरह से लार्ज-कैप इंडेक्स में ही निवेश करना है, तब तो आपके लिए सिर्फ निफ्टी 50 इंडेक्स फंड ही काफी है। या फिर आप निफ्टी 100 इंडेक्स फंड को भी देख सकते हैं, जिसका 85 फीसदी एलोकेशन निफ्टी 50 में और बाकी 15 फीसदी निफ्टी नेक्स्ट 50 में होता है, लेकिन अगर आप पैसिव फंड्स के जरिए मिड-कैप में निवेश करना चाहते और बेहतर रिटर्न की उम्मीद में ज्यादा रिस्क लेने को तैयार हैं, तो नेक्स्ट 50 और मिडकैप 150 इंडेक्स फंड के बीच किसी एक का चुनाव कर सकते हैं।



एसआईपी कैसे करती है मदद

एसआईपी के जरिए हर महीने एक निश्चित रकम म्यूचुअल फंड में निवेश की जाती है। यह निवेश बाजार के उतार-चढ़ाव के बावजूद नियमित रूप से जारी रहता है। लंबी अवधि में यही छोटी-छोटी रकम बड़ा फंड बन जाती है। विशेषज्ञों के अनुसार इक्विटी म्यूचुअल फंड लंबे समय में औसतन 10 से 15 प्रतिशत तक रिटर्न दे सकते हैं। यदि कोई व्यक्ति अनुशासन के साथ लगातार निवेश करता रहे तो 10 से 15 वर्षों में लाखों या करोड़ों रुपये का फंड तैयार हो सकता है।

20 हजार की एसआईपी से बन सकता है बड़ा फंड

यदि कोई व्यक्ति हर महीने 20 हजार रुपये की एसआईपी शुरू करता है और उसे औसतन 12 प्रतिशत वार्षिक रिटर्न मिलता है, तो 10 वर्षों में उसके पास लगभग 45 लाख रुपये का फंड तैयार हो सकता है। इसमें करीब 24 लाख रुपये उसका कुल निवेश होगा, जबकि लगभग 21 लाख रुपये केवल रिटर्न या ब्याज के रूप में मिलेंगे। इतनी रकम में व्यक्ति आसानी से एक अच्छी और प्रीमियम कार खरीद सकता है।

निवेश हरिभूमि 10

समय पर निवेश ही बनाता है आर्थिक सुरक्षा की मजबूत नींव, छोटी बचत और लंबी अवधि से तैयार हो सकती है बड़ी पूंजी

आज का निवेश, कल की सुरक्षा पेड़ की तरह छाया देता है पैसा

बच्चों की पढ़ाई, घर खरीदना, रिटायरमेंट, मेडिकल सुरक्षा, विदेश यात्रा या आर्थिक स्वतंत्रता। जब लक्ष्य स्पष्ट होते हैं, तो निवेश की रणनीति बनाना आसान हो जाता है। इसके साथ ही निवेश में सबसे महत्वपूर्ण चीज है अनुशासन। बहुत से लोग शुरुआत तो कर देते हैं, लेकिन कुछ समय बाद निवेश बंद कर देते हैं। यह सबसे बड़ी गलती मानी जाती है। निवेश को नियमित आदत बनाना जरूरी है।

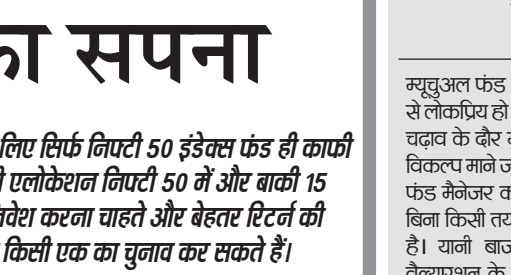


कंपाउंडिंग की ताकत बदल सकती है भविष्य

निवेश की दुनिया में कंपाउंडिंग को सबसे बड़ा जादू माना जाता है। इसका अर्थ है कि निवेश पर मिलने वाला रिटर्न भी आगे चलकर कमाई करना शुरू कर देता है। यही कारण है कि छोटी-छोटी रकम भी लंबे समय में बड़ी पूंजी में बदल सकती है। उदाहरण के लिए यदि कोई व्यक्ति 25 वर्ष की उम्र से हर महीने पांच हजार रुपये निवेश करना शुरू करता है और उसे औसतन 12 प्रतिशत वार्षिक रिटर्न मिलता है, तो 60 वर्ष की उम्र तक वह करोड़ों रुपये का फंड तैयार कर सकता है। वहीं यदि यही निवेश 40 वर्ष की उम्र से शुरू किया जाए, तो अंतिम राशि काफी कम रह जाएगी।

आज के दौर में शेयर बाजार में निवेश करने वालों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। मोबाइल ऐप और डिजिटल प्लेटफॉर्म ने निवेश को आसान बनाया है, लेकिन इसके साथ ही ऑनलाइन ठगी और फर्जी निवेश सलाह का खतरा भी कई गुना बढ़ गया है। खासकर इंस्टाग्राम, टेलीग्राम, व्हाट्सएप और फेसबुक जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर चल रहे ट्रेंडिंग चैनल और टिप्स ग्रुप लाखों लोगों को आसान कमाई का सपना दिखाकर जाल में फंसा रहे हैं। कई लोग बिना रिसर्च किए इन प्लेटफॉर्म पर बताए गए शेयरों में पैसा लगा देते हैं और बाद में भारी नुकसान उठाते हैं। हाल ही में एनएसई और सेबी ने निवेशकों को ऐसे फर्जी सोशल मीडिया हैडलस और टेलीग्राम चैनलों से सावधान रहने की सलाह दी है। एक्सचेंजों ने स्पष्ट किया है कि कई लोग खुद को ट्रेडिंग एक्सपर्ट, मार्केट गुरु या निवेश सलाहकार बताकर निवेशकों के अकाउंट तक एक्सेस मांगते हैं और बाद में रकम गायब कर देते हैं। कई मामलों में ‘डबल पैसा’, ‘गारंटीड प्रॉफिट’, ‘100 प्रतिशत सटीक कॉल’ और ‘इंट्राडे में लाखों कमाएं’ जैसे झूठे दावे किए जाते हैं।

आज का निवेश, कल की सुरक्षा पेड़ की तरह छाया देता है पैसा



निवेश के प्रमुख प्रकार

निवेश मुख्य रूप से तीन प्रकार के होते हैं। पहला वित्तीय निवेश, जिसमें शेयर, बॉन्ड, म्यूचुअल फंड, एसआईपी और बैंकिंग योजनाएं शामिल हैं। दूसरा वास्तविक निवेश, जिसमें जमीन, मकान, सोना और अन्य भौतिक संपत्तियां आती हैं। तीसरा व्यवसायिक निवेश, जिसमें किसी कारोबार में पूंजी लगाई जाती है। आज युवाओं के बीच एसआईपी यानी सिस्टेमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान तेजी से लोकप्रिय हो रहा है।

निवेश क्यों जरूरी है

महंगाई धीरे-धीरे पैसे की कीमत कम करती रहती है। आज जो चीज 100 रुपये में मिलती है, वह कुछ वर्षों बाद 200 या 300 रुपये की हो सकती है। यदि पैसा केवल बचत खाते में पड़ा रहे, तो उसकी वास्तविक वैल्यू घटती जाती है। निवेश इस नुकसान से बचाने का माध्यम बनता है। सही निवेश न केवल पूंजी बढ़ाता है, बल्कि अतिरिक्त आय का जरिया भी बन सकता है। कुछ निवेश साधन टेक्स बचाने में भी मदद करत हैं। इसके अलावा निवेश आर्थिक आरामनिर्भरता देता है, जिससे व्यक्ति भविष्य की जरूरतों के लिए दूसरों पर निर्भर नहीं रहता।

जोखिम को समझना भी बेहद जरूरी

हर निवेश के साथ कुछ न कुछ जोखिम जुड़ा होता है। शेयर बाजार में उतार-चढ़ाव, आर्थिक मंदी, महंगाई और वैश्विक घटनाएं निवेश को प्रभावित कर सकती हैं। इसलिए निवेश करने से पहले अपनी जोखिम उठाने की क्षमता को समझना जरूरी है। यदि कोई व्यक्ति जोखिम कम लेना चाहता है, तो उसे सुरक्षित निवेश विकल्प चुनने चाहिए। वहीं युवा निवेशक लंबी अवधि के कारण थोड़ा अधिक जोखिम लेकर बेहतर रिटर्न हासिल कर सकते हैं। लेकिन किसी भी निवेश में बिना जानकारी और बिना रिसर्च के पैसा लगाना खतरनाक हो सकता है। विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि निवेश हमेशा विविध होना चाहिए। यानी सारा पैसा एक ही जगह नहीं लगाना चाहिए। यदि निवेश अलग-अलग क्षेत्रों में किया जाए, तो जोखिम कम हो जाता है। यही कारण है कि कहा जाता है कि “सभी अंडे एक टोकरी में नहीं रखने चाहिए।”

डिजिटल दौर में सावधानी भी जरूरी

आज ऑनलाइन निवेश तेजी से बढ़ रहा है। मोबाइल ऐप और डिजिटल प्लेटफॉर्म ने निवेश को आसान बना दिया है। लेकिन इसके साथ साइबर ठगी और फर्जी निवेश सलाह का खतरा भी बढ़ा है। सोशल मीडिया पर कई लोग खुद को निवेश गुरु बताकर लोगों को गुमराह कर रहे हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि निवेश हमेशा विश्वसनीय और रजिस्टर्ड प्लेटफॉर्म के जरिए ही करना चाहिए। किसी भी “गारंटीड रिटर्न” या “दोगुना पैसा” जैसी योजनाओं से दूरी बनाकर रखनी चाहिए। निवेश से पहले पूरी जानकारी लेना बेहद जरूरी है।

ऐसे करें निवेश की शुरुआत

निवेश शुरू करने के लिए सबसे पहले अपनी आय और खर्च का आकलन करें। इसके बाद हर महीने एक निश्चित राशि निवेश के लिए अलग रखें। इन्वरजेंसी फंड तैयार करना भी जरूरी है, ताकि अचानक जरूरत पड़ने पर निवेश तोड़ना न पड़े। इसके अलावा बाजार और निवेश साधनों के बारे में लगातार सीखते रहना चाहिए। अखबार पढ़ना, वित्तीय किताबें समझना और विशेषज्ञों की सलाह लेना फायदेमंद हो सकता है।

उतार-चढ़ाव के बीच दमदार साबित हुए फ्लेक्सी कैप फंड

बिजनेस डेस्क

म्यूचुअल फंड निवेशकों के बीच फ्लेक्सी कैप फंड तेजी से लोकप्रिय हो रहे हैं। बाजार में अनिश्चितता और उतार-चढ़ाव के दौर में ये फंड निवेशकों के लिए ‘ऑल वेडर’ विकल्प माने जाते हैं। इसकी सबसे बड़ी वजह यह है कि फंड मैनेजर को बड़ी, मिड और स्मॉल कैप कंपनियों में बिना किसी तय सीमा के निवेश करने की आजादी होती है। यानी बाजार की स्थिति, आर्थिक हालात और वैल्यूएशन के हिसाब से फंड मैनेजर पोर्टफोलियो का संतुलन बदल सकते हैं। तेजी के दौर में मिड और स्मॉल कैप में अधिक निवेश किया जा सकता है, जबकि गिरावट के समय बड़े और मजबूत शेयरों का सहारा लिया जाता है। यही लचीलापन फ्लेक्सी कैप फंड को अन्य इक्विटी फंड्स से अलग बनाता है। जोखिम के मुकाबले बेहतर रिटर्न देने वाले फ्लेक्सी कैप फंड का विश्लेषण किया गया, जिसमें 6 महीने, 1 साल, 3 साल और 5 साल के रोलिंग रिटर्न के साथ शार्प, सॉलिनो और स्टैंडर्ड डिविएशन जैसे जोखिम संकेतकों की आधार बनाया गया।

एचडीएफसी फ्लेक्सी कैप फंड

जनवरी 1995 में शुरू हुआ यह फंड लंबे समय से निवेशकों के बीच भरोसेमंद माना जाता है। फंड की रणनीति मजबूत कंपनियों को चुनकर लंबे समय तक बनाए रखने की रही है। पिछले तीन वर्षों में इस फंड ने लगभग 23.2 प्रतिशत सीएजीआर रिटर्न दिया, जबकि इसी अवधि में निफ्टी-500 टीआरआई का रिटर्न करीब 17 प्रतिशत रहा। फंड की खास बात यह है कि इसने कम उतार-चढ़ाव के साथ बेहतर रिटर्न दिया। फंड के प्रमुख निवेशों में आईसीआईसीआई बैंक, एक्सिस बैंक, एचडीएफसी बैंक, एसबीआई और एसबीआई लाइफ शामिल हैं। सेक्टर के लिहाज से बैंकिंग, ऑटो और हेल्थकेयर में इसका बड़ा निवेश है। पिछले एक साल में फंड ने करीब 75 प्रतिशत निवेश लार्ज कैप में रखा।

पराग पारिख फ्लेक्सी कैप फंड

यह फंड निवेशकों के बीच सबसे चर्चित फ्लेक्सी कैप फंड में गिना जाता है। मई 2013 में लॉन्च हुए इस फंड की रणनीति वैल्यू इन्वेस्टिंग पर आधारित है। फंड मजबूत कंपनियों में निवेश करता है और विदेशी शेयरों में भी एक्सपोजर देता है। एफ्फाबेट, अमेजन, माइक्रोसॉफ्ट, और मेटा जैसी वैश्विक कंपनियां इसके पोर्टफोलियो में शामिल हैं। पिछले तीन वर्षों में फंड ने करीब 21.6 प्रतिशत सीएजीआर रिटर्न दिया। सबसे खास बात यह रही कि इसकी वॉलेटिलिटी कैटेगरी में सबसे कम रही। शार्प और सॉलिनो रेशियो के मामले में भी यह फंड सबसे आगे रहा। फंड का लगभग 64 प्रतिशत हिस्सा लार्ज कैप में, जबकि कुछ हिस्सा इंटरमेशनल इक्विटी और डेट इन्स्ट्रूमेंट्स में निवेशित है।

आईसीआई प्रूडेंसियल फ्लेक्सी कैप फंड

जुलाई 2021 में शुरू हुआ यह फंड अपेक्षाकृत नया है, लेकिन कम समय में मजबूत प्रदर्शन के कारण तेजी से लोकप्रिय हुआ है। फंड की रणनीति मजबूत बिजनेस और उचित वैल्यूएशन वाली कंपनियों में निवेश करने की है। पिछले तीन वर्षों में इस फंड ने करीब 20.4 प्रतिशत सीएजीआर रिटर्न दिया। इसकी वॉलेटिलिटी कैटेगरी औसत के बराबर रही, लेकिन जोखिम के मुकाबले रिटर्न बेहतर रहा। फंड के प्रमुख निवेशों में टैलीएफ मोटर, आईसीआईसीआई बैंक, मारुति सुजुकि और एवेन्यू सुपरमार्ट शामिल हैं। वर्तमान में इसका करीब 61 प्रतिशत निवेश लार्ज कैप व करीब 25 प्रतिशत स्मॉल कैप में है।

क्यों खास है फ्लेक्सी कैप फंड

फ्लेक्सी कैप फंड की सबसे बड़ी ताकत उनकी लचीलापन वाली रणनीति है। बाजार में तेजी हो या गिरावट, फंड मैनेजर बाजार की स्थिति के अनुसार पोर्टफोलियो में बदलाव कर सकते हैं। इसी वजह से इन्हें लंबी अवधि के निवेश के लिए अच्छा विकल्प माना जाता है। विशेषज्ञों के मुताबिक ये फंड निवेशकों के पोर्टफोलियो का ‘कोर’ हिस्सा बन सकते हैं।

ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन के कार्यकर्ताओं ने किया प्रदर्शन

पेट्रोल-डीजल और रसोई गैस के बढ़े दाम वापस लेने की मांग

महंगाई बढ़ाने वाले सरकारी आदेशों की प्रतियां फूंककर जताया विरोध



हरिभूमि न्यूज़ ►► बहादुरगढ़

कबीर बस्ती में शनिवार को ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन के कार्यकर्ताओं और समर्थकों ने पेट्रोल, डीजल तथा रसोई गैस की कीमतों में बढ़ोतरी के विरोध में प्रदर्शन किया।

इस दौरान प्रदर्शनकारियों ने महंगाई बढ़ाने वाले सरकारी आदेशों की प्रतियां फूंककर अपना विरोध दर्ज कराया। प्रदर्शन के दौरान कार्यकर्ताओं ने इंकलाब जिंदाबाद, पेट्रोल-डीजल व रसोई गैस के बढ़े दाम वापस लो, भारत-अमेरिका

आरोप: तेल कंपनियों के मुनाफे को बढ़ाने के लिए पेट्रोलियम उत्पादों के दाम बढ़ाकर आम लोगों का जीवन कठिन बनाया जा रहा

जनविरोधी समझौते बंद करो तथा भाजपा सरकार पूंजीपतियों की ताबेदारी करना बंद करे जैसे नारे लगाए। ब्लॉक कमेटी सदस्य सोनिया ने कहा कि केंद्र सरकार द्वारा बार-बार पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस के दाम

बढ़ाए जाने से आम जनता पर आर्थिक बोझ लगातार बढ़ रहा है। जब अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतें अपेक्षाकृत कम थीं, तब तेल कंपनियों ने उपभोक्ताओं को राहत नहीं दी और भारी मुनाफा कमाया। अब कंपनियों के मुनाफे को बढ़ाने के लिए पेट्रोलियम उत्पादों के दाम बढ़ाकर आम लोगों का जीवन और कठिन बनाया जा रहा है। प्रदर्शनों में संजय, मनीष, संजोग, सुनिता, मीनू, सोन्या, संतराम, मोहन, रजत और विशाल सहित संगठन के अनेक कार्यकर्ता व समर्थक शामिल रहे।

■ 8 जून को शिक्षा विभाग पंचकूला का घेराव करने का किया ऐलान



हरिभूमि न्यूज़ ►► झज्जर

हरियाणा के कंप्यूटर टीचर्स और कंप्यूटर लैब अटेंडेंट्स ने अपनी लंबित मांगों को लेकर 8 जून को शिक्षा विभाग मुख्यालय, पंचकूला के घेराव का ऐलान किया है। इस आंदोलन में प्रदेशभर से करीब चार हजार कंप्यूटर टीचर और लैब अटेंडेंट अपने परिवारों सहित भाग लेंगे। कंप्यूटर अध्यापक कल्याण समिति के प्रधान सोनू नरवाल ने बताया कि कंप्यूटर टीचर और लैब अटेंडेंट पिछले 14 वर्षों से रोजगार पक्का करने तथा सेवा सुरक्षा की मांग कर रहे हैं, लेकिन अब तक सरकार की ओर से कोई ठोस कदम नहीं उठाया गया है। उन्होंने कहा कि ये कर्मचारी स्कूलों में कंप्यूटर शिक्षा

देने के साथ-साथ विभिन्न ऑनलाइन कार्यों का संचालन भी करते हैं। इसके अलावा निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार बीएलओ, विशेष पुनरीक्षण और जनगणना जैसे महत्वपूर्ण कार्यों में भी उनकी ड्यूटी लगाई जाती है। यूनियन पदाधिकारियों ने बताया कि कंप्यूटर टीचर्स को लगभग 18 हजार रुपये तथा लैब अटेंडेंट्स को करीब 12 हजार रुपये मासिक वेतन दिया जा रहा है, जो उनकी जिम्मेदारियों के अनुरूप नहीं है। कर्मचारियों की प्रमुख मांगों में सेवा सुरक्षा एक्ट लागू करना, सर्विस रिकॉर्ड पोर्टल पर अपलोड करना, ओटीपी सुविधा उपलब्ध कराना, अवकाश अवधि का वेतन देना, न्यूनतम वेतन लागू करना करना है।



35 दिवसीय ब्यूटी पार्लर प्रशिक्षण शिविर में 26 युवतियों व महिलाओं को बांटे प्रमाण पत्र

झज्जर। पीएनबी ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान द्वारा स्वरोजगार को बढ़ावा देने के उद्देश्य से आयोजित 35 दिन का ब्यूटी पार्लर प्रशिक्षण शनिवार को संपन्न हो गया। कार्यक्रम में 26 युवतियों एवं महिलाओं ने सक्रिय रूप से भाग लिया। संस्थान निदेशक उमेश भूकर गोरिया ने बताया कि आज के समय में कौशल आधारित प्रशिक्षण ही आत्मनिर्भर भारत की नींव है, और ब्यूटी एवं वेलनेस क्षेत्र में स्वरोजगार की अपार संभावनाएं हैं।



संत दर्शन सिंह महाराज की पुण्य स्मृति में लगाई छबील, पिलाया टंडा और मीठा पानी

बहादुरगढ़। सावन कृपालू रूहानी मिशन की शाखा कृपालू आश्रम, संत राजेंद्र सिंह मार्ग की संगत और सेवादारों ने संत दर्शन सिंह महाराज की पुण्य स्मृति में पंडित श्रीराम शर्मा मेट्रो स्टेशन के पास मीठे एवं शीतल जल की छबील लगाई। संगत के सेवादारों ने निःस्वार्थ भाव से सेवा निभाई। आश्रम पदाधिकारियों ने बताया कि संत दर्शन सिंह महाराज ने इसी दिन अपना भौतिक शरीर त्यागा था। उन्होंने 15 वर्षों के गुरु पद काल में सावन कृपालू रूहानी मिशन की स्थापना कर संतमत की शिक्षाओं का व्यापक प्रचार-प्रसार किया। कार्यक्रम में प्रबंधन समिति के प्रधान राज सिंह कटारिया, उपप्रधान हेमचंद्र गर्ग, सचिव सुभाष चंद्र, खर्जांची धर्मवीर, राजेश कुमार, कर्मवीर, सुरेश हुड्डा आदि उपस्थित रहे।

फसल अवशेषों को जलाने की बजाय उपयोग में लाएं किसान, यंत्रों पर अनुदान: उपायुक्त

झज्जर। डीसी वर्षा खांगवाल ने बताया कि राष्ट्रीय कृषि विकास योजना के अंतर्गत फसल अवशेष प्रबंधन कृषि यंत्रों से फसल अवशेषों को खेतों में मिलाने व अन्य प्रबंधन के लिए किसानों को 50 प्रतिशत अनुदान पर कृषि यंत्र उपलब्ध कराने का निर्णय लिया गया है। इसके लिए किसान 15 जून तक ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि किसान फसल अवशेष को जलाने की बजाय उन्हें प्रयोग में लाने का प्रयास करें। उन्होंने कहा कि कृषि यंत्रों पर अनुदान योजना लागू की गई है।

सरकार की बारह वर्षों की उपलब्धियों को लोगों तक पहुंचाएगा संगठन : वाल्मीकि

■ प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार के 12 साल पूर्ण होने के उपलक्ष्य में की बैठक

हरिभूमि न्यूज़ ►► झज्जर

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार के 12 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में भारतीय जनता पार्टी के जिला कार्यालय कमलम में जिला समिति, मंडल अध्यक्षों, मंडल महामंत्रियों एवं मंडल समिति की बैठक आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता भाजपा जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि ने की। बैठक में मोदी सरकार के 12 वर्षों की उपलब्धियों, जनकल्याणकारी योजनाओं तथा विकसित भारत के संकल्प को आमजन तक पहुंचाने



झज्जर। कार्यकर्ताओं को संबोधित करते भाजपा जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि।

के लिए विस्तृत कार्ययोजना पर चर्चा की गई। साथ ही विभिन्न सरकारी योजनाओं के लाभार्थियों से संपर्क बढ़ाने तथा उन्हें संगठन से जोड़ने की रणनीति भी तैयार की

गई। अपने संबोधन में जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश ने विकास, सुशासन, सुरक्षा और जनकल्याण क्षेत्र में अभूतपूर्व

विद्यार्थियों को करवाया भारतीय नदियों पर्वतों व ऐतिहासिक स्मारकों से अवगत

एचडी स्कूल साल्हावास में चल रहा समर कैंप

हरिभूमि न्यूज़ ►► झज्जर

एचडी वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय साल्हावास में सात दिवसीय समर कैंप के छठे दिन विद्यार्थियों ने नदियों, पर्वतों और ऐतिहासिक स्मारकों के नामों के माध्यम से इतिहास और भूगोल की गहनतम जानकारी प्राप्त की।

पंजाबी प्राध्यापिका अमनदीप कौर ने बड़े ही सरल और सहज तरीके से उन्हें भौतिक मानचित्रों का उपयोग, श्रव्य-दृश्य संसाधन सामग्री आदि की विस्तृत जानकारी दी। नदियों, पर्वतों व ऐतिहासिक स्मारकों की वचुंअल जानकारी देते हुए उन्होंने बताया कि इन्हें संभालकर रखना हमारा परम



कर्तव्य है। एचडी ग्रुप सचिव विशाल नेहरा ने कहा कि जिस देश में हम रहते हैं, उसकी भौगोलिक जानकारी होना आवश्यक है। इसकी प्राकृतिक सुंदरता को हर कीमत पर

बनाए रखें। उन्होंने बताया कि विद्यालय में सात दिवसीय भाषा समर कैंप में विद्यार्थी पंजाबी भाषा का ज्ञान अर्जित कर तीसरी भाषा के रूप में सीख रहे हैं, जिसके साथक

परिणाम सामने आए हैं। इस मौके पर एचडी ग्रुप डायरेक्टर रमेश गुलिया, सचिव हेमंत गुलिया, प्राचार्या प्रीति राठी सहित अन्य भी उपस्थित रहे।

गांव बिठला में रात्रि ठहराव में पहुंचा प्रशासन उपायुक्त ने सुनीं ग्रामीणों की समस्याएं

इस कार्यक्रम के माध्यम से प्रशासन पहुंच रहा जनता के द्वार पर : उपायुक्त

हरिभूमि न्यूज़ ►► झज्जर

गांव बिठला में रात्रि ठहराव कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर डीसी वर्षा खांगवाल ने ग्रामीणों से सीधा संवाद करते हुए गांव व आसपास के क्षेत्रों से आई पांच दर्जन से अधिक शिकायतें सुनीं। उन्होंने कहा कि रात्रि ठहराव जनसंवाद में ग्रामीणों और जिला



प्रशासन के बीच अपनेपन और आत्मीयता का संचार होता है। इस

कार्यक्रम के माध्यम से प्रशासन जनता के द्वार तक पहुंच रहा है, जिससे

समस्याओं को समझने और उनका समाधान करने में पारदर्शिता आई है। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि शिविर में प्राप्त शिकायतों का निवारण प्राथमिकता व समयबद्धता से सुनिश्चित किया जाए ताकि किसी भी नागरिक को अपनी समस्या दोहराने की आवश्यकता न पड़े। रात्रि ठहराव कार्यक्रम में गांव बिठला के पांच दर्जन से ज्यादा ग्रामीणों ने सड़क, जल निकासी, फसल बीमा, सेम की समस्या से निजात दिलाने, पशु चिकित्सा केंद्र, अवैध कब्जे छुड़वाने, बिजली और शिक्षा से जुड़ी समस्याएं रखीं। डीसी ने मौके पर संबंधित अधिकारियों को अविलंब समाधान निर्देश दिए।

गांव रेवाड़ी खेड़ा में ड्रेन पर डेढ़ करोड़ की लागत से बनेगा पुल



■ भाजपा जिलाध्यक्ष राजपाल जांगड़ा का ग्रामीणों ने किया भव्य स्वागत

बहादुरगढ़। गांव रेवाड़ीखेड़ा में ड्रेन के ऊपर बनने वाले पुल के निर्माण कार्य का शनिवार को शुभारंभ हो गया। करीब डेढ़ करोड़ रुपये की लागत से बनने वाले इस पुल का शुभारंभ हवन के साथ किया गया। कार्यक्रम में पूर्व भाजपा जिलाध्यक्ष राजपाल जांगड़ा मुख्य रूप से उपस्थित रहे। गांव पहुंचने पर ग्रामीणों ने उनका फूल-मालाओं से स्वागत किया। इसके बाद हवन कर पुल निर्माण कार्य की शुरुआत कराई गई। ग्राम प्रधान रणबीर दलाल ने बताया कि पुल बनने से ग्रामीणों को

आवागमन में बड़ी सुविधा मिलेगी। इस दौरान ग्रामीणों ने गांव की अन्य विकास संबंधी मांगें भी रखीं, जिनमें एक और पुल तथा पानी की दिग्गी की मांग प्रमुख रही। राजपाल जांगड़ा ने कहा कि इन मांगों को भी पूरा कराने का प्रयास किया जाएगा। उन्होंने बताया कि इससे पहले भी गांव में करीब एक करोड़ रुपये के विकास कार्य कराए जा चुके हैं। उन्होंने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी और संचाई मंत्री श्रुति चौधरी का आभार जताते हुए कहा कि प्रदेश में विकास कार्यों को गति दी जा रही है।

न्यूज डायरी

पूर्व विधायक कौशिक ने की प्रदेशाध्यक्ष से मुलाकात शॉल ओढ़ाकर किया सम्मानित



बहादुरगढ़। पूर्व विधायक नरेश कौशिक ने गुरुवाम में हरियाणा भाजपा की नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष डॉ. अर्चना गुप्ता से शिष्टाचार भेंट कर उन्हें नई जिम्मेदारी के लिए बधाई दी। इस अवसर पर उन्होंने शॉल ओढ़ाकर और पुष्पगुच्छ भेंट कर उनका सम्मान किया। नरेश कौशिक ने कहा कि डॉ. अर्चना गुप्ता के नेतृत्व में पार्टी संगठन और अधिक सशक्त व गतिशील बनेगा। उन्होंने संगठन को मजबूत करने और कार्यकर्ताओं को जोड़ने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। उनकी नियुक्ति से महिला कार्यकर्ताओं का उत्साह और बढ़ेगा। उन्होंने कहा कि भाजपा में समर्पित और मेहनती कार्यकर्ताओं को आगे बढ़ने का अवसर मिलता है तथा डॉ. अर्चना गुप्ता की नियुक्ति इसी परंपरा का उदाहरण है।

डॉ. अर्चना गुप्ता से पूर्व पार्षद जसबीर सैनी ने साथियों सहित की मुलाकात, दी बधाई

बहादुरगढ़। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष बनाए जाने पर डॉ. अर्चना गुप्ता को पूर्व पार्षद जसबीर सैनी ने साथियों सहित मुलाकात कर शुभकामनाएं दीं। उन्होंने भाजपा शीर्ष नेतृत्व का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि लंबे समय बाद प्रदेश संगठन की कमान किसी महिला को सौंपी गई है, जो महिलाओं के प्रति पार्टी की प्रतिबद्धता को दर्शाता है। पुजित प्रधान, धर्मबीर, जीवन्, सुभाष, राजपाल, कृष्ण, ललित, हर्ष, नवीन, नीरज आदि अवसर पर मौजूद रहे।



भाजपा नेता डॉ. पंकज ने चेयरमैन बने एडवोकेट वेदपाल को किया सम्मानित

बहादुरगढ़। भाजपा नेता डॉ. पंकज जैन ने भाजपा हरियाणा के वरिष्ठ नेता व पूर्व प्रदेश महामंत्री एडवोकेट वेदपाल को हरियाणा स्टेट एक्सीक्यूटिव मार्केटिंग बोर्ड का चेयरमैन नियुक्त किए जाने पर बधाई दी। इस अवसर पर उन्होंने शॉल ओढ़ाकर उनका सम्मान किया तथा सफल कार्यकाल के लिए शुभकामनाएं प्रेषित कीं। डॉ. जैन ने कहा कि एडवोकेट वेदपाल के अनुभव, संगठनात्मक क्षमता और नेतृत्व कौशल का लाभ बोर्ड को मिलेगा। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि नई जिम्मेदारी में वेदपाल प्रदेश के कृषि क्षेत्र के विकास और किसानों की सुविधाओं के विस्तार में महत्वपूर्ण योगदान देंगे।



हिंदी पत्रकारिता राष्ट्रीय चेतना को सशक्त बनाने का साधन: डॉ. आशा

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय के युवा रेडर्कों व राष्ट्रीय सेवा योजना की स्वयंसेविकाओं द्वारा हिंदी पत्रकारिता दिवस के अवसर पर पत्रकारों की समाज तथा राष्ट्र निर्माण में निभाई जा रही महत्वपूर्ण भूमिका को सम्मानपूर्वक नमन किया गया। इस अवसर पर स्वयंसेविकाओं ने हिंदी पत्रकारिता के जनक पंडित जुगल किशोर शुक्ल को श्रद्धापूर्वक स्मरण करते हुए लोकतंत्र के चौथे स्तंभ के रूप में पत्रकारों की निष्पक्ष, निर्भीक व जनहितकारी सेवाओं के प्रति अपनी कृतज्ञता व्यक्त की तथा उनके सम्मान में सलामी अर्पित की। प्राचार्या डॉ. आशा शर्मा ने कहा कि हिंदी पत्रकारिता केवल समाचारों का माध्यम नहीं, बल्कि समाज में जागरूकता, राष्ट्रीय चेतना और सामाजिक उत्तरदायित्व को सशक्त बनाने का एक प्रभावी साधन है।

एमआर स्कूल में कैंप के दौरान विद्यार्थियों ने तैयार किए व्यंजन

झज्जर। एमआर स्कूल हसनपुर में आयोजित भारतीय भाषा समर कैंप के चौथे विद्यार्थियों ने स्वादित व्यंजन बनाए। विद्यार्थियों ने विभिन्न स्थानीय मसालों, सब्जियों एवं फलों के नामों की जानकारी प्राप्त की तथा उनकी विशेषताओं पर चर्चा की। उन्होंने अपने शिक्षकों के मार्गदर्शन में पारंपरिक व्यंजनों एवं खाद्य पदार्थों को तैयार किया। शिक्षकों ने विद्यार्थियों को भारतीय खान-पान संस्कृति, स्थानीय भाषाओं तथा पारंपरिक ज्ञान से परिचित कराया गया। प्राचार्या संगीता ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 विद्यार्थियों को भारतीय संस्कृति, भाषाओं और परंपराओं से जोड़ने का सशक्त माध्यम है।



सूचना

हम, जयप्रकाश पुत्र जयनारायण व श्रीमति सरिता पत्नी जयप्रकाश निवासी गांव विरोहड, तहसील माननहेल, जिला झज्जर (हरियाणा) बयान करते हैं कि हमारा पुत्र विक्रान्त हमारे कहने-सुनने से बाहर है। इसलिये हम इसकी अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करते हैं। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। हमारी व हमारे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

सूचना

मैं, महावीर सिंह डागर पुत्र श्री धर्म सिंह निवासी गांव सुरखपुर टण्णा हवेली, पीओ नेहरू कालेज, जिला झज्जर, हरियाणा बयान करता हूँ कि मेरा पुत्र राहुल डागर व पुत्रवधु श्रुति मेरे कहने-सुनने से बाहर हैं। इसलिये मैं इनको अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल करता हूँ। इससे लेन-देन, व्यवहार करने वाला स्वयं जिम्मेवार होगा। मेरी व मेरे परिवार की कोई जिम्मेवारी नहीं होगी।

खबर संक्षेप

संदिग्ध परिस्थितियों में प्रवासी युवक की मौत

झज्जर। गांव महराना में संदिग्ध परिस्थितियों में एक प्रवासी युवक की मौत हो गई। उसका शव शुक्रवार को गांव की निर्माणाधीन फैक्ट्री में मिला। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंची शव को पोस्टमार्टम के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल भिजवाया। मामले के जांच अधिकारी प्रवीण ने बताया कि मृतक की पहचान रायबरेली यूपी के मिश्रा का पूर्वा, ऊंचाहर देहात निवासी करीब 30 वर्षीय संतोष कुमार पुत्र रामबख्श के तौर पर हुई है। संतोष कुमार निर्माणाधीन फैक्ट्री में पिछले करीब दो माह से काम कर रहा था। वह रात को वह फैक्ट्री में सोया हुआ था। जब देर तक नहीं उठा तो कर्मचारियों को उसकी मौत का पता चला।

ट्यूबवेल उखाड़ने व सामान क्षतिग्रस्त करने का आरोप

झज्जर। गांव दराणा के खेतों में लगाए गए ट्यूबवेल को उखाड़ फेंकने व वहां रखे सामान को क्षति पहुंचाने का मामला सामने आया है। हंदिद्याण पाना निवासी अनिल कुमार ने बताया कि वह रोहतक के सिंचाई विभाग में एसडीओ के पद पर तैनात है। उसने दराणा गांव में खेती की जमीन खरीदकर उसमें अपना ट्यूबवेल तथा वहां छोटा कमरा बनवाने के लिए सामान डाला हुआ था। 22 मई को उसे पता चला कि किसी ने उसका ट्यूबवेल उखाड़ दिया और कमरा बनाने से संबंधित सामान भी नष्ट कर दिया। मौके पर देखा तो वहां ट्यूबवेल की मोटर भी चोरी पाई गई। पुलिस ने केस दर्ज जांच शुरू कर दी है।



झज्जर। शिविर में विद्यार्थियों की नेत्र जांच करते हुए चिकित्सक। फोटो: हरिभूमि

पीटीएम के साथ पुस्तक मेला और नेत्र जांच शिविर लगाया

अभिभावकों ने शिक्षकों के साथ मिलकर विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति पर चर्चा की

हरिभूमि न्यूज झज्जर

आरईडी स्कूल में पेरेंट्स-टीचर मीटिंग के साथ-साथ पुस्तक मेले व नेत्र जांच शिविर का आयोजन किया गया। प्राचार्या गीता गाबा ने बताया कि पीटीएम में अभिभावकों ने शिक्षकों के साथ मिलकर विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति, व्यवहार, दैनिक आदतों, सश-पाठ्यचर्या गतिविधियों तथा स्वास्थ्य संबंधी पहलुओं पर चर्चा की। इस दौरान जहां विद्यालय परिसर में लगाए गए

कॉलेजों में स्नातक कोर्स में दाखिले के लिए आवेदन का आज अंतिम दिन
नेहरू कॉलेज में यूजी कक्षाओं की 1200 सीटों के लिए आए सिर्फ 889 आवेदन

सही कॉलेज के चयन से तय होती है भविष्य की दिशा : डॉ. अमित

हरिभूमि न्यूज झज्जर

बारहवीं के परीक्षा परिणाम घोषित होने के बाद विद्यार्थी कॉलेज में एडमिशन लेने की तैयारी कर रहे हैं। विभिन्न कॉलेजों में बीए, बीएससी, बीकॉम, बीबीए और बीसीए आदि स्नातक कक्षाओं में दाखिले के लिए आवेदन जारी हैं। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय के जनसंचार विभागाध्यक्ष और मीडिया प्रभारी डॉक्टर अमित भारद्वाज ने बताया कि विद्यार्थी उच्चतर शिक्षा विभाग के एडमिशन पोर्टल admissions.highereduhry.ac.in पर 31 मई तक ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। उन्होंने बताया कि शनिवार शाम तक यूजी कक्षाओं की 1200 सीटों के लिए 889 आवेदन किए गए हैं। इनमें से बीए की 480 सीटों के लिए 366, बीसीए की 80 सीटों के लिए 164, बीबीए की 80 सीटों के लिए 92, बीकॉम की 140 सीटों के लिए 93, बीएससी फिजिकल साइंस की 300 सीटों के लिए 61, बीएससी लाइफ साइंस की 80 सीटों के लिए 85 और बीएससी गणित की 40 सीटों के लिए 28 आवेदन किए गए हैं।

विद्यार्थी सोशल मीडिया प्रचार, विज्ञापनों या बाहरी दिखावे से प्रभावित न हों

डॉ. अमित भारद्वाज ने बताया कि आजकल अनेक विद्यार्थी सोशल मीडिया प्रचार, विज्ञापनों या बाहरी दिखावे से प्रभावित होकर कॉलेज का चयन कर लेते हैं। केवल प्रचार सामग्री पर भरोसा करने के बजाय कॉलेज की आधिकारिक वेबसाइट, मान्यता संबंधी जानकारी और पूर्व विद्यार्थियों के अनुभवों का अध्ययन करना अधिक उचित है।



झज्जर। राजकीय स्नातकोत्तर नेहरू महाविद्यालय का भवन। फोटो: हरिभूमि

कॉलेज की मान्यता और संबद्धता की जांच करें

डॉ. अमित भारद्वाज ने बताया कि किसी भी कॉलेज में प्रवेश लेने से पहले यह सुनिश्चित करना आवश्यक है कि वह संस्थान मान्यता प्राप्त हो। यदि कोई संस्था प्राइवेट है तो यह जांच करनी चाहिए कि वह किसी विश्वविद्यालय या नियामक संस्था से संबद्ध है या नहीं तथा उसे आवश्यक मान्यता प्राप्त है या नहीं। केवल मान्यता प्राप्त संस्थान से प्राप्त डिग्री ही भविष्य में रोजगार, प्रतियोगी परीक्षाओं और उच्च शिक्षा के लिए उपयोगी होती है।

अपनी रुचि और लक्ष्य के अनुसार कॉलेज चुनें

डॉ. अमित भारद्वाज ने बताया कि कॉलेज का चयन करते समय यह भी देखना चाहिए कि वहां आपकी रुचि और करियर से संबंधित विषय उपलब्ध हैं या नहीं। यदि कोई विद्यार्थी प्रक्रारिता, जनसंचार, कानून, विज्ञान, वाणिज्य, कला या तकनीकी शिक्षा में आने बढ़ना चाहता है, तो उसे उसी क्षेत्र के संस्थान का चयन करना चाहिए।

पुस्तकालय और प्रयोगशालाओं की स्थिति

डॉ. अमित भारद्वाज ने बताया कि उच्च शिक्षा केवल कक्षा तक सीमित नहीं होती। पुस्तकालय, प्रयोगशालाएं और अन्य संसाधन भी शिक्षा की गुणवत्ता को प्रभावित करते हैं। विद्यार्थियों को प्रवेश लेने से पहले यह जानकारी प्राप्त करनी चाहिए कि कॉलेज में पर्याप्त पुस्तकें, संसाधन, इंटरनेट सुविधा और प्रौद्योगिकी व्यवस्था उपलब्ध है या नहीं।

आईटीआई में प्रवेश के लिए 2 से 15 जून तक करें आवेदन

झज्जर। आईटीआई झज्जर एट गुडा में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए प्रवेश प्रक्रिया आगामी 2 जून से शुरू होगी। प्राचार्य एवं नोडल अधिकारी जीतपाल ने बताया कि अगस्त 2 जून से 15 जून तक ऑनलाइन माध्यम से प्रवेश के लिए आवेदन कर सकते हैं। आवेदन <https://admission.iti-haryana.gov.in> पोर्टल पर किए जा सकते हैं। उन्होंने बताया कि संस्थान में कंप्यूटर ऑपरेटर एंड प्रोग्रामिंग असिस्टेंट (कोपो), सेविंग टेक्नोलॉजी, मैकेनिक डीजल, कारपेंटर, मैकेनिक मोटर व्हीकल, मैकेनिक ट्रेक्टर, वेल्डर, फिटर, इलेक्ट्रीशियन, प्लंबर, रेफ्रिजरेशन एंड एयर कंडीशनिंग, ड्राफ्ट्समैन

सिविल, वायरमैन तथा इलेक्ट्रॉनिक्स मैकेनिक सहित विभिन्न व्यवसायों में प्रशिक्षण उपलब्ध है। संस्थान में 15 टेडों की 33 यूनिटों में कुल 508 सीटों पर प्रवेश किए जा रहे। संस्थान में कोपा-48, इलेक्ट्रीशियन-40, फिटर-40, रेफ्रिजरेशन एंड एयर कंडीशनिंग-48, इलेक्ट्रॉनिक्स मैकेनिक-24, वायरमैन-20, वेल्डर-40, प्लंबर-48, सेविंग टेक्नोलॉजी-20, सोलर टेक्नोलॉजी-20, मैकेनिक मोटर व्हीकल-24, मैकेनिक डीजल-48, मैकेनिक ट्रेक्टर-40, ड्राफ्ट्समैन सिविल-24 तथा बुड वर्क टेक्नोलॉजी-24 सीटें निर्धारित हैं।



खिलाड़ियों को बताए योग व औषधीय पौधों के लाभ

हरिभूमि न्यूज बहादुरगढ़

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में ग्राम पंचायत सांखोल स्थित एथलेटिक्स खेल नर्सरी में शनिवार को आयुष विभाग की ओर से विशेष योग प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य खिलाड़ियों और युवाओं को योग के महत्व से अवगत कराना तथा स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना रहा।

योगाचार्या निशा ने उपस्थित खिलाड़ियों व प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम और



बहादुरगढ़। कार्यक्रम में योगाभ्यास करते खिलाड़ी।

फोटो: हरिभूमि

ध्यान की विधियों का अभ्यास करवाया। उन्होंने बताया कि नियमित योग करने से शरीर स्वस्थ, मन शांत और एकाग्रता में वृद्धि होती

है। खिलाड़ियों के लिए योग विशेष रूप से लाभकारी है क्योंकि इससे शारीरिक क्षमता, लचीलापन और मानसिक संतुलन बेहतर होता है।

पहलवानों ने किया योग का अभ्यास

बहादुरगढ़। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के मद्देनजर गांव बुनिया स्थित जयवीर अखाड़े में आयोजित दो दिवसीय योग शिविर का संपन्न हो गया। शिविर में युवा पहलवानों को योग के विभिन्न आसनों, प्राणायाम और उनके स्वास्थ्य संबंधी लाभों की जानकारी दी गई। योग शिक्षिका रेणु व सुमन ने लगातार 2 दिनों तक अखाड़े में प्रशिक्षण देते हुए युवा खिलाड़ियों को योग के गुर सिखाए। नियमित योगाभ्यास के महत्व और उससे होने वाले शारीरिक एवं मानसिक लाभों के बारे में विस्तार से बताया। कार्यक्रम में कोच रामपाल और कोच संजीत ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकां कर खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया। इस अवसर पर सत पहलवान, धर्मवीर, कुलदीप, नरेंद्र, बंटी सहित अन्य उपस्थित रहे।



बहादुरगढ़। शिविर में योग अभ्यास करते पहलवान।

फोटो: हरिभूमि

शिक्षकों व कर्मचारियों का स्वास्थ्य जांच

हरिभूमि न्यूज बहादुरगढ़

एचएल सिटी स्थित जीडी गोयनका पब्लिक स्कूल में कर्मचारियों के स्वास्थ्य व कल्याण को ध्यान में रखते हुए विशेष स्वास्थ्य शिविर आयोजित किया गया। शिविर में शिक्षकों, प्रशासनिक कर्मचारियों तथा सहयोगी स्टाफ के स्वास्थ्य की जांच कर आवश्यक चिकित्सकीय परामर्श दिया गया।

शिविर में विशेषज्ञ चिकित्सकों ने विभिन्न स्वास्थ्य मानकों की जांच की। साथ ही संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, स्वस्थ



जीवनशैली और समय-समय पर स्वास्थ्य परीक्षण के महत्व की जानकारी दी। विद्यालय की

बहादुरगढ़। शिविर में जांच कराती एक शिक्षिका। फोटो: हरिभूमि

निदेशिका शैलजा जून ने कहा कि किसी भी संस्थान की सफलता उसके कर्मचारियों के स्वास्थ्य और समर्पण पर निर्भर करती है। स्वस्थ कर्मचारी सकारात्मक व उत्पादक कार्य वातावरण के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

उन्होंने इस पहल में सहयोग के लिए डॉ. लाल पैथ लेब्स की टीम का आभार जताया। विद्यालय प्रबंधन ने कर्मचारियों के हित में भविष्य में भी ऐसे स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम आयोजित करने की प्रतिबद्धता व्यक्त की।

सिक्स सिग्मा के नेतृत्व में पहली बार कैलाश मानसरोवर दल में 8 सुपर-स्पेशलिस्ट डॉक्टर मौजूद

कैलाश मानसरोवर यात्रा के लिए 38 लोगों का प्रथम दल रवाना

हरिभूमि न्यूज झज्जर

कैलाश मानसरोवर यात्रा 2026 के लिए प्रथम दल ने हर हर महादेव के गगनभेदी नारों के साथ रवानगी की। इस यात्रा का संचालन पर्वतीय चिकित्सा एवं हाई एल्टीट्यूड रेस्क्यू संस्था सिक्स सिग्मा द्वारा किया जा रहा है। विशेष बात यह है कि कैलाश मानसरोवर यात्रा के इतिहास में पहली बार किसी दल के साथ 8 सुपर-स्पेशलिस्ट डॉक्टर हैं।

इस अभियान का नेतृत्व सिक्स सिग्मा के सीईओ व हाई एल्टीट्यूड मेडिकल विशेषज्ञ डॉ. प्रदीप भारद्वाज स्वयं कर रहे हैं। यात्रा के लायजन ऑफिसर आरए संजीव, आईपीएस व दीपा अग्रवाल को नियुक्त किया गया है, जो सम्पूर्ण अभियान के समन्वय एवं प्रबंधन की निगरानी करेंगे। 38 सदस्यों का यह दल दिल्ली-लखनऊ से प्रारम्भ होकर नेपाल-तिब्बत-चीन के दुर्गम हिमालयी



झज्जर। कैलाश मानसरोवर यात्रा के लिए रवाना होता दल।

मार्गों को पार करते हुए 19,300 फीट ऊंचे कैलाश मानसरोवर तक पहुंचेंगे। यात्रियों को 45 डिग्री सेल्सियस की गर्मी से लेकर शून्य से नीचे तापमान, कम ऑक्सीजन व ऊंचाई की चुनौतियों और दुनिया के सबसे कठिन तीर्थ मार्गों का सामना करना होगा।

डॉ. भारद्वाज ने बताया कि यात्रा प्रारम्भ होने से पूर्व प्रत्येक यात्री का विस्तृत मेडिकल परीक्षण किया गया। सभी श्रद्धालुओं को विशेष हाई एल्टीट्यूड ट्रेवल किट, कैप, बैग, जैकेट, पोर्टेबल ऑक्सीजन सपोर्ट

तथा 31 आवश्यक दवाओं से युक्त माउंटेन मेडिसन किट प्रदान की गई। उन्होंने कहा कि कैलाश केवल एक पर्वत नहीं, बल्कि आस्था का सर्वोच्च शिखर है। हमारा प्रयास है कि श्रद्धालु केवल शिव साधना और

फोटो: हरिभूमि

यात्रा का दूसरा बैच 22 जुलाई को रवाना होगा

सिक्स सिग्मा ने जानकारी दी कि कैलाश मानसरोवर यात्रा 2026 का सेकंड बैच 22 जुलाई 2026 को रवाना होगा। सफल परिक्रमा पूर्ण करने वाले सभी यात्रियों को सिक्स सिग्मा द्वारा विशेष 'कैलाशी सन्मान पत्र' प्रदान किया जाएगा, जो जीवनभर महादेव की कृपा और इस दिव्य यात्रा की स्मृति का प्रतीक रहेगा।

आध्यात्मिक अनुभव पर ध्यान दें, जबकि उनकी सुरक्षा, स्वास्थ्य और आपातकालीन सहायता की सम्पूर्ण जिम्मेदारी हमारी विशेषज्ञ टीम संभाले। इस वर्ष की यात्रा को विशेष रूप से शुभ माना जा रहा है क्योंकि 2026 तिब्बती परंपरा का दुर्लभ 'चोड़ा वर्ष' है, जो लगभग 160 वर्षों बाद आया है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार यह वर्ष-महाकुंभ ऑफ कैलाश माना जाता है।



झज्जर। होनहार छात्र भूमित स्कूल स्टाफ सदस्यों के साथ। फोटो: हरिभूमि

इंडो अमेरिकन का छात्र भूमित भारतीय सेना में चयनित

झज्जर। इंडो-अमेरिकन स्कूल के छात्र भूमित का चयन भारतीय सेना में क्लेरिकल पद पर हुआ है। इस उपलब्धि पर विद्यालय परिवार, अभिभावकों और क्षेत्र में हर्ष का माहौल है। विद्यालय निदेशक विजेंद्र कादियान ने बताया कि भूमित ने अपनी कड़ी मेहनत, दृढ़ संकल्प और अनुशासित जीवनशैली के बल पर यह सफलता प्राप्त की है। भूमित को बधाई देते हुए उन्होंने कहा कि यह उपलब्धि न केवल छात्र और उसके परिवार के लिए बल्कि पूरे विद्यालय के लिए गर्व का विषय है। यह सफलता विद्यालय के अन्य विद्यार्थियों के लिए प्रेरणा का स्रोत बनेगी। विद्यालय परिवार ने भूमित को भारतीय सेना में चयन के लिए बधाई देते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।



झज्जर। आर्मी में चयनित यश गहलावत को मिठाई खिलाकर बधाई देते शिक्षक।

आर्मी में चयनित छात्र को किया सम्मानित

झज्जर। एलए सीनियर सेकेंडरी स्कूल के पूर्व छात्र यश गहलावत का चयन इंडियन आर्मी में हुआ है। यश गहलावत जब अपने परिजनों के साथ स्कूल पहुंचा तो उसका स्कूल प्रबंधन द्वारा भव्य स्वागत किया गया। स्कूल संचालक जगपाल गुलिया, जयदेव दहिया, अनीता गुलिया, नीलम दहिया, मैनेजर केएम डांगर व प्राचार्या निधि कादियान द्वारा यश व उसके पिता योगेश को उपहार भेंट करके सम्मानित किया। उन्होंने कहा कि यश ने इस सिलेक्शन से अपनी बौद्धिक क्षमता व शारीरिक प्रतिभा का लोहा मनवाया। इस मौके पर स्कूल एचओडी रविंद्र लोहचब, पुष्पा यादव, सपना अहलावत, भूगोल प्राध्यापक मुकेश शर्मा सहित अन्य भी उपस्थित रहे।



झज्जर। कथा के दौरान झुमते हुए श्रद्धालु।

फोटो: हरिभूमि

श्रद्धालुओं ने किया श्रीमद्भागवत कथा का रसपान

झज्जर। बाबा प्रसाद गिरी मंदिर में चल रही श्रीमद् भागवत कथा में आचार्य उपेंद्र कृष्ण द्वारा भगवान श्रीकृष्ण की महिमा का वर्णन किया। कथा के बीच-बीच में सुनाए गए मधुर भजनों ने श्रद्धालुओं को नाचने पर मजबूर कर दिया। सेवक सूबे हरित, उमाशंकर, दुर्गा प्रसाद द्वारा छबील लगाकर श्रद्धालुओं में मीठे पानी व जलजीरे का वितरण भी किया। कार्यक्रम में मंदिर महंत परमानंद गिरी महाराज, उद्भवआनंद महाराज व मृत्युंजय गिरी महाराज ने भी श्रद्धालुओं को भगवान की महिमा से अवगत करवाया। कथा वाचक आचार्य उपेंद्र कृष्ण ने बताया कि भागवत कथा जीवन का सार है। भागवत कथा से हम एकजुट हो सकते हैं। उन्होंने गृहस्थ आश्रम की जानकारी देते हुए बताया कि जीवन में गृहस्थ आश्रम सर्वोपरि है। धार्मिक मान्यता के अनुसार यह साधु संतों के जीवन से भी अधिक महत्व रखता है। उन्होंने बताया कि यह कलयुग का प्रथम चरण चल रहा है। जब घोर कलयुग आएगा तो भगवान कलकी अवतार लेंगे जो धर्म की रक्षा करेंगे।



कवर स्टोरी / स्नेहा सिंह

आज हम सब तकनीक के उन्नत दौर में जी रहे हैं। स्मार्टफोन, लैपटॉप, टैबलेट और टेलीविजन जैसे उपकरणों ने हमारे जीवन को सुविधाजनक तो बनाया है, लेकिन इसी सुविधा ने हमें धीरे-धीरे प्रकृति से दूर भी कर दिया है। सुबह आँख खुलते ही हाथ मोबाइल तक पहुँचता है और रात में नींद आने तक स्क्रीन हमारी आँखों के सामने रहती है। ऐसा लगता है मानो आधुनिक जीवन का हर पल किसी न किसी डिजिटल उपकरण से जुड़ गया हो।

तकनीक का नकारात्मक प्रभाव: तकनीक ने संचार, शिक्षा, व्यापार और मनोरंजन के क्षेत्र में अभूतपूर्व परिवर्तन कर दिया है, लेकिन इसका दूसरा पक्ष भी उतना ही गंभीर है। लगातार स्क्रीन के सामने रहने की आदत ने हमारे शरीर और मन दोनों पर गहरा नकारात्मक प्रभाव डालना शुरू कर दिया है। यही कारण है कि आज पूरी दुनिया में डिजिटल डिटॉक्स की अवधारणा तेजी से बढ़ रही है। इसका सीधा अर्थ है, कुछ समय के लिए डिजिटल उपकरणों से दूरी बनाकर प्रकृति के करीब जाना जरूरी है।

बहुत कारगर है नेचर हीलर: आज विज्ञान भी यह स्वीकार कर चुका है कि प्रकृति केवल सौंदर्य निहारने का माध्यम नहीं, बल्कि एक प्रभावशाली चिकित्सक की तरह भी होती है। पेड़, हरियाली, खुला आकाश, मिट्टी और ताजी हवा हमारे शरीर और मानसिक स्वास्थ्य के लिए किसी औषधि से कम नहीं होते हैं। जब कोई व्यक्ति प्रकृति के बीच समय बिताता है, तब उसके शरीर में कई सकारात्मक जैव-रासायनिक परिवर्तन शुरू हो जाते हैं। वैज्ञानिक शोध बताते हैं कि बगीचे में घास पर नंगे पैर चलना अत्यंत लाभदायक है। इस प्रक्रिया को अर्थिंग या ग्राउंडिंग कहा जाता है। आधुनिक जीवनशैली ने मनुष्य का पृथ्वी से सीधा संपर्क लगभग समाप्त कर दिया है। डाबर की सड़कें, सीमेंट के फर्श और रबर के जूते हमें प्रकृति से अलग कर चुके हैं। जबकि

प्रिक्शन लोकमित्र गीतम

हर साल 31 मई को दुनिया भर में 'वर्ल्ड नो टोबैको-डे' यानी विश्व तंबाकू निषेध दिवस मनाया जाता है। लेकिन हैरानी की बात ये है कि यह दिवस जोर-शोर से मनाए जाने के बावजूद आखिरकार दुनिया तंबाकू की जानलेवा गिरफ्त से बाहर क्यों नहीं आ पा रही है?

चिंता बढ़ाते आंकड़े: दुनिया भर में तंबाकू का सेवन लगातार बढ़ रहा है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक हर साल दुनिया में 70 लाख से ज्यादा लोग सीधे तंबाकू सेवन के कारण मौत का शिकार हो रहे हैं, जबकि 12 से 13 लाख लोग परोक्ष धूम्रपान यानी धूम्रपान करने वाले लोगों के साथ रहने के कारण अपनी जान गंवा रहे हैं।

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

विडंबनाओं पर कटाक्ष

वरिष्ठ साहित्यकार ज्ञान चतुर्वेदी के व्यंग्यों का नया संग्रह 'बाराखड़ी' हाल में छपकर आया है। इसमें कुल 61 व्यंग्य संकलित हैं। पुस्तक की भूमिका में उन्होंने लिखा है कि पिछली सदी की तुलना में इस सदी के तेजी से बदलते दौर में व्यंग्य लेखन की शैली का बदलना भी जरूरी है। इस संग्रह के व्यंग्यों से गुजरते हुए, उनकी यह बात सही साबित होती है। विभिन्न प्रकार के संक्रमणों से ग्रस्त समाज की विडंबनाओं के नए-नए चेहरों को लेखक ने नए अंदाज में व्यंग्यों में अनावृत किया है। 'घोटालातुर' व्यंग्य में वे आम लोगों की मानसिकता पर सटीक कटाक्ष करते हुए कहते हैं, 'सभी कर रहे हैं, सब तफ़फ़ हो रहा है तो समय रहते मैं भी कर डालूँ, यह सोचा है।' राजनीति किस तरह भोले-भाले इंसान के भरोसे के साथ खिलवाड़ करती है, और फिर वह हतप्रभ होकर अपना मार्ग बदल लेता है, इसे 'नारा रिपेयरिंग सेंटर' में पढ़ा जा सकता है। 'वह सालों तक खुशफहमी पाले रहा कि नारों पर अमल करके एक दिन यह देश बदल जाएगा, यहाँ क्रांति होगी।' पुस्तक के लगभग सभी व्यंग्य हमें झिंझोड़कर हमारी वह तस्वीर दिखाते हैं, जिन्हें देखने से हम बचना चाहते हैं। *

पुस्तक: बाराखड़ी (व्यंग्य-संग्रह), **लेखक:** ज्ञान चतुर्वेदी, **मूल्य:** 395 रुपए, **प्रकाशक:** राजपाल एंड संस, दिल्ली

विशेष: विश्व पर्यावरण दिवस 5 जून

यह चिंताजनक बात है कि प्रकृति की निकटता का महत्व समझते हुए भी आज के समय में अधिकांश लोग उससे दूर होकर दिन के कई घंटे विभिन्न डिजिटल स्क्रीन के साथ बिताते हैं। इससे कई समस्याएं पैदा होती हैं। इनसे बचने के लिए हमें प्रकृति के सान्निध्य में रहना चाहिए। साथ ही उसे स्वच्छ और सुरक्षित बनाए रखने का संकल्प भी हमें लेना चाहिए।

प्रकृति से जुड़ाव सुधारेगा स्वास्थ्य बेहतर होगा पर्यावरण

हमारे पैरों के तलवों में शरीर के विभिन्न अंगों से जुड़े तंत्रिका बिंदु होते हैं। घास और मिट्टी पर चलने से इन बिंदुओं पर प्राकृतिक दबाव पड़ता है, जिससे रक्त संचार बेहतर होता है और शरीर में ऊर्जा का प्रवाह बढ़ता है।

प्रकृति केवल मानसिक शांति ही नहीं देती, बल्कि शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता को भी मजबूत बनाती है। पेड़-पौधे वातावरण में फाइटोसाइड्स नामक जैविक रसायन छोड़ते हैं। ये तत्व मनुष्य के शरीर में जाकर श्वेत रक्त कोशिकाओं की सक्रियता बढ़ाते हैं, जिससे रोगों से लड़ने की क्षमता मजबूत होती है। नीम, पीपल, बरगद और अन्य विशाल वृक्ष केवल छाया देने का काम नहीं करते, बल्कि वे वातावरण को शुद्ध बनाकर हमारे स्वास्थ्य की रक्षा भी करते हैं। यही कारण है कि गांवों और हरियाली वाले क्षेत्रों में रहने वाले लोगों का मानसिक संतुलन और शारीरिक स्वास्थ्य अकसर बेहतर पाया जाता है।

स्क्रीन की लत से बिगड़ता स्वास्थ्य: अगर आप वर्किंग हैं तो ऑफिस का ज्यादातर काम कंप्यूटर पर होता है, खाली समय मोबाइल पर स्क्रॉल करते बीतता है और मनोरंजन टेलीविजन या ओटीटी प्लेटफॉर्म के जरिए होता है। परिणामस्वरूप शरीर लगातार कृत्रिम रोशनी के संपर्क में रहता है। मोबाइल और कंप्यूटर स्क्रीन से निकलने वाली ब्लू लाइट आंखों पर सबसे अधिक दुष्प्रभाव डालती है। इससे आंखों में जलन, सूखापन और धुंधलापन बढ़ने लगता है।

लंबे समय तक स्क्रीन देखने से सिरदर्द, गर्दन और कंधों में दर्द तथा मांसपेशियों में जकड़न जैसी समस्याएं होने लगती हैं। बच्चे हों या बड़े, लगभग हर आयु वर्ग इसके दुष्प्रभावों का सामना कर रहा है।

सबसे गंभीर प्रभाव हमारी नींद पर पड़ता है। रात में देर तक मोबाइल देखने से शरीर में मेलैटोनिन हार्मोन का उत्पादन बाधित होता है, जो नींद को नियंत्रित करता है। परिणामस्वरूप अनिद्रा, बेचैनी और मानसिक थकान बढ़ने लगती है। धीरे-धीरे यह स्थिति तनाव, अवसाद और चिड़चिढ़ेपन का कारण बन जाती है।

आंखों-मस्तिष्क को मिले आराम: लगातार स्क्रीन देखने से आंखों की मांसपेशियां थक जाती हैं। हमारा ध्यान केवल

समय मोबाइल पर स्क्रॉल करते बीतता है और मनोरंजन टेलीविजन या ओटीटी प्लेटफॉर्म के जरिए होता है। परिणामस्वरूप शरीर लगातार कृत्रिम रोशनी के संपर्क में रहता है। मोबाइल और कंप्यूटर स्क्रीन से निकलने वाली ब्लू लाइट आंखों पर सबसे अधिक दुष्प्रभाव डालती है। इससे आंखों में जलन, सूखापन और धुंधलापन बढ़ने लगता है।

लंबे समय तक स्क्रीन देखने से सिरदर्द, गर्दन और कंधों में दर्द तथा मांसपेशियों में जकड़न जैसी समस्याएं होने लगती हैं। बच्चे हों या बड़े, लगभग हर आयु वर्ग इसके दुष्प्रभावों का सामना कर रहा है।

सबसे गंभीर प्रभाव हमारी नींद पर पड़ता है। रात में देर तक मोबाइल देखने से शरीर में मेलैटोनिन हार्मोन का उत्पादन बाधित होता है, जो नींद को नियंत्रित करता है। परिणामस्वरूप अनिद्रा, बेचैनी और मानसिक थकान बढ़ने लगती है। धीरे-धीरे यह स्थिति तनाव, अवसाद और चिड़चिढ़ेपन का कारण बन जाती है।

आंखों-मस्तिष्क को मिले आराम: लगातार स्क्रीन देखने से आंखों की मांसपेशियां थक जाती हैं। हमारा ध्यान केवल

विशेष: तंबाकू निषेध दिवस 31 मई

इसलिए नहीं छूटती तंबाकू की लत

किसी भी रूप में तंबाकू का सेवन बेहद खतरनाक होता है। ऐसे में केवल एक दिन ही नहीं हर रोज अनेक स्तरों पर प्रयास करने, लोगों को जागरूक किए जाने की जरूरत है।

तब से तब तक स्क्रीन देखने से सिरदर्द, गर्दन और कंधों में दर्द तथा मांसपेशियों में जकड़न जैसी समस्याएं होने लगती हैं। बच्चे हों या बड़े, लगभग हर आयु वर्ग इसके दुष्प्रभावों का सामना कर रहा है।

सबसे गंभीर प्रभाव हमारी नींद पर पड़ता है। रात में देर तक मोबाइल देखने से शरीर में मेलैटोनिन हार्मोन का उत्पादन बाधित होता है, जो नींद को नियंत्रित करता है। परिणामस्वरूप अनिद्रा, बेचैनी और मानसिक थकान बढ़ने लगती है। धीरे-धीरे यह स्थिति तनाव, अवसाद और चिड़चिढ़ेपन का कारण बन जाती है।

आंखों-मस्तिष्क को मिले आराम: लगातार स्क्रीन देखने से आंखों की मांसपेशियां थक जाती हैं। हमारा ध्यान केवल

कहानी / रश्मि वैगव गर्ग

सोमेश जी का मन आज कुछ व्याकुल-सा था। आज सुबह, उनका पुत्र राहुल और उनकी पुत्रवधु, घर के नवीनीकरण का प्रस्ताव लेकर उनके पास आए थे। दोनों ही पति-पत्नी नवीनीकरण को लेकर काफी उत्साहित थे, तकरीबन सब कुछ तय करके ही आए थे। बस सोमेश जी की सहमति की मुहर लगवाना चाहते थे।

अपने बेटे-बहू का उत्साह देखकर सोमेश जी भी खुश थे, लेकिन एक बात जो उनके मन को कचोट रही थी, वह यह थी कि उनके कमरे के बाहर बगीचे में एक पुराना नीम का पेड़ था, उसके कटवाए जाने की बात की जा रही थी।

सोमेश जी के जीवन पर्यंत का साथी, नीम का पेड़, जिसकी टहनियां अकसर उनके कमरे की खिड़की से अंदर आ जाती थीं, जिससे उन्हें लगता था मानो वो उनसे गलबहियां करना चाहती हों। पत्नी सुधा के निधन के बाद, वो नीम ही उनके अकेलेपन का साथी था, जो उनके जीवन के हर सुख और दुःख का साक्षी था। कभी-कभी जीवन में ऐसे सान्निध्य मिल जाते हैं, जो न केवल हमारे दिल के करीब होते हैं, वरन् उनसे भावनात्मक जुड़ाव, खून के रिश्तों से भी गहन हो जाता है।

सोमेश जी कभी बच्चों की खुशी से खिला चेहरा देखते, जिसमें घर के नवीनीकरण की तस्वीर सज रही थी, तो कभी अपना नीम के साथ बिताया एकाकीपन। अपने पिता की स्मृति को वो यूं भी खोना नहीं चाहते थे। बचपन से उस नीम की छांव तले ही तो बड़े हुए थे वो।

सोमेश जी चाहते थे कि घर के नवीनीकरण में उनका पुरातन साथी नीम का पेड़ भी बना रहे, जिससे वो अपना सुख-दुःख बांट सकें।

सोमेश जी अपनी दुविधा अपने बेटे-बहू से कह नहीं पा रहे थे। शायद दुविधायुक्त मन अपने करीबी लोगों को दूढ़ ही लेता है, इसलिए, सोमेश जी को अपने पौत्र पलाश की याद आई। पलाश इसी वर्ष इंजीनियरिंग की पढ़ाई के लिए दूसरे



नजदीकी वस्तुओं पर केंद्रित रहता है, जिससे आंखों पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है। इसके विपरीत जब व्यक्ति हरियाली और दूर तक फैले प्राकृतिक दृश्यों को देखता है, तो आंखों को आराम मिलता है।

हरा रंग आंखों के लिए सबसे आरामदायक माना जाता है। प्रकृति की हरियाली आंखों की थकान कम करती है और मानसिक तनाव को भी घटाती है। यही कारण है कि पार्क में कुछ समय बिताने के बाद व्यक्ति स्वयं को अधिक शांत और ताजगी से भरा महसूस करता है।

पौधों के संग बिताएं समय: आज के दौर में लोग अधिकांश समय डिजिटल दुनिया से जुड़े रहते हैं। आधुनिक जीवन की भाग-दौड़ में यदि हम प्रतिदिन कुछ समय प्रकृति के साथ बिताएं तो अपने शरीर और मस्तिष्क को पुनः ऊर्जावान बना सकते हैं। इसके लिए हम रोज कुछ समय अपने गार्डन में या बालकनी के गमलों में लगे पौधों की देखभाल कर सकते हैं। सुबह-शाम उनको पानी दे सकते हैं। उनकी मिट्टी की गुड़ाई कर सकते हैं, उसकी सफाई कर सकते हैं। इससे आपको पेड़-पौधों के करीब रहने का अवसर मिलेगा। यही नहीं आप रोज सुबह-शाम अपने आस-पास के किसी पार्क में वॉक करने जा सकते हैं। कुछ देर वहां की ताजी हवा में सांस ले सकते हैं। पेड़ों के झुरमुट में पक्षियों के कलरव को सुन सकते हैं। यकीन मानिए, पूरे दिन में से प्रकृति के करीब बिताए गए कुछ मिनट आपको न केवल ताजगी से भर देंगे, आपको प्रकृति की महत्ता का अहसास भी कराएंगे। जाहिर है, इससे आप प्रकृति के प्रति, अपने आस-पास के वातावरण के प्रति संवेदनशील बनेंगे। आप उसको स्वच्छ और सुंदर बनाने के लिए भी प्रेरित होंगे। *

विशेष: विश्व साइकिल दिवस 3 जून

साइकिलिंग का डबल फायदा स्वस्थ शरीर-शुद्ध वातावरण

मले ही आज की फास्ट लाइफ में साइकिल चलाना कम ही लोग पसंद करते हैं। लेकिन इसे चलाने से न केवल स्वास्थ्य संबंधी अनेक फायदे मिलते हैं, पर्यावरण को शुद्ध रखने में भी यह मददगार है। इससे होने वाले तमाम फायदों पर एक नजर।

अवेयरनेस / नमता नदीम

आज के दौर में खान-पान में होने वाले बदलाव, निष्क्रिय जीवनशैली और जीवन में बढ़ते तनाव के कारण कम उम्र में ही लोग गंभीर बीमारियों का शिकार हो रहे हैं। इसीलिए डॉक्टरों स्वस्थ रहने के लिए फिजिकल एक्टिविटी को बेहद जरूरी मानते हैं। इन एक्टिविटीज में साइकिलिंग को बहुत कारगर माना जाता है, जिसे करके हम न केवल वजन घटा सकते हैं, कई बीमारियों के जोखिम को कम कर सकते हैं, साथ ही अपने आस-पास के वातावरण को भी प्रदूषणमुक्त रखने में अपना योगदान दे सकते हैं।

वातावरण को लाभ: साइकिल में पेट्रोल, डीजल या किसी अन्य प्रकार का ईंधन इस्तेमाल नहीं होता है। इसलिए इससे वायु प्रदूषण बिल्कुल नहीं होता है। इसमें बिजली का भी यूज नहीं होता, इस तरह एनर्जी को बचत होती है। इसमें तेज आवाज वाले हॉर्न नहीं होते हैं, इससे ध्वनि प्रदूषण भी नहीं होता है। इसका आकार छोटा होता है, इससे ट्रैफिक जाम की स्थिति उत्पन्न नहीं होती है।

उपयुक्त समय-स्थान: साइकिल चलाने के लिए सुबह का समय सबसे उपयुक्त होता है, क्योंकि खाली पेट साइकिल चलाने से बांडी फैट जल्दी बर्न होता है। शुरुआती दौर में सीधी सपाट रोड पर साइकिलिंग और बाद में ज्यादा कैलेंजरी बर्न करने के लिए, वजन घटाने के लिए चढ़ाई पर भी साइकिलिंग की जा सकती है। जिस समय साइकिल चला रहे हों, अपने पोस्चर पर फोकस करें। साइकिल चलाते समय एक ही पोस्चर में न रहकर उसमें बदलाव करते रहें ताकि शरीर के दूसरे हिस्सों पर भी जोर पड़े।

पैंडलिंग: साइकिलिंग के रूटीन को शुरू करने से पहले कहां से पैंडलिंग करनी है और कहां आराम से राइड करना है, यह ध्यान रखना जरूरी है। पैरों की मदद से जब पैंडलिंग की जाती है तो पैर ऊपर से नीचे की तरफ एक्टिविटी करते हैं। इससे पैरों की मसल्स से लेकर शरीर के निचले हिस्से और ऊपर के हिस्से की मसल्स मजबूत होती हैं और शरीर में ऑक्सीजन की मात्रा बढ़ती है।

होने वाले स्वास्थ्य लाभ: साइकिलिंग दिल के स्वास्थ्य



के लिए बहुत बेहतर एक्सरसाइज है। इससे ब्लड सर्कुलेशन से जुड़े जोखिम को कम कर सकते हैं। जो लोग ऑफिस या किसी दूसरे स्थान पर दिन भर बैठकर काम करते हैं, उनके लिए साइकिलिंग इसलिए भी बेहतरीन एक्सरसाइज है, क्योंकि इससे डायबिटीज का खतरा कम होता है। साइकिल चलाने से इंसुलिन लेवल कम होता है। प्रतिदिन एक घंटे अगर साइकिलिंग की जाए तो 500 कैलोरी बर्न होती है और इससे वजन भी जल्दी कम होता है। विभिन्न शोध इस बात की ओर इशारा करते हैं कि पुरुषों ही नहीं महिलाओं के लिए भी साइकिलिंग एक फायदेमंद एक्सरसाइज है। यह उनमें ब्रेस्ट कैंसर के जोखिम को कम करती है। जोड़ों से जुड़ी समस्याओं की रोकथाम करने के लिए भी साइकिलिंग काफी फायदेमंद होती है। अर्थराइटिस में भी साइकिल चलाना एक ऐसा व्यायाम है, जिससे मसल्स मजबूत होती हैं और एनर्जी लेवल भी बढ़ता है। साइकिलिंग से हमें डिप्रेशन और टैशन कम होता है।

बुजुर्गों के लिए फायदेमंद: जैसे-जैसे हमारी उम्र बढ़ती है, हमारी हड्डियां और मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं, जिसके कारण व्यायाम करना मुश्किल होता है। लेकिन उम्र बढ़ने के बावजूद साइकिल चलाना एक ऐसा व्यायाम है, जो आसानी से हो सकता है और जिसके कई फायदे हैं। विभिन्न अध्ययन इस बात की पुष्टि करते हैं कि साइकिल चलाने से उम्र बढ़ने की प्रक्रिया धीमी होती है। साइकिल चलाने से ओल्ट्र एज में भी निरोगता बढ़ती है। नियमित रूप से साइकिल चलाने वालों में कैंसर, हृदय रोग और समय पूर्व मृत्यु की आशंका कम होती है। साइकिलिंग से पहले अतिरिक्त काबोहाइड्रेट डाइट लें। इस दौरान आप स्नैक्स भी ले सकते हैं। साइकिलिंग करते समय हाइड्रेट रहें। जो लोग सामाजिक रूप से दूसरों से अलग रह रहे हैं, इस उम्र में उनमें अवसाद की आशंका रहती है। इसलिए फ्रेंड्स के साथ साइकिलिंग करने से न केवल आत्मविश्वास बढ़ता है बल्कि आप खुशमिजाज जीवन जी सकते हैं। *

संबंधी समस्याएं पैदा होती हैं। युवाओं में बढ़ा ट्रेंड: दुनिया में तंबाकू का कारोबार लगातार बढ़ रहा है। अगर विशेष तौर पर युवाओं की बात करें तो वे फिटनेस एप डाउनलोड कर रहे हैं, जिम जा रहे हैं, ऑर्गेनिक भोजन पर जोर दे रहे हैं, लेकिन सिगरेट, गुटखा और विभिन्न

निकोटिन उत्पादों की लत से निराल नहीं पा रहे। पहले जहां बीड़ी और सिगरेट ही युवाओं को गिरफ्त में लेने के दो बड़े तंबाकू उत्पाद थे, वहीं अब प्लेवर्ड वेप, ई-सिगरेट, निकोटिन पाउच और न जाने कितने आकर्षक पैकेजिंग वाले तंबाकू उत्पाद बाजार में आ गए हैं, जिनके मोहजाल से युवा तो छोड़िए, किशोर भी नहीं छूट पा रहे। कंपनियां इन्हें कूल, स्टाइलिश और तनाव दूर करने वाला बताकर पेश करती हैं। सोशल मीडिया पर फिल्मों, वेब सीरीज और इंफ्लुएंसर संस्कृति ने भी धूम्रपान को एक नई तरह के ग्लैमर से जोड़ दिया है। इसलिए यंगस्टर्स इसकी गिरफ्त में बढ़ते जा रहे हैं।

स्थिति तो विशेष रूप से चिंताजनक है, क्योंकि भारत दुनिया के सबसे बड़े तंबाकू उपभोक्ता देशों में शामिल है। यहां धूम्रपान के अलावा चबाने वाले तंबाकू का भी एक भारी-भरकम बाजार है। गुटखा, खैनी, जर्दा, पान मसाला और सुगंधित निकोटिन उत्पाद, गांवों से लेकर महानगरों तक युवाओं की कमजोरी बनकर रह गए हैं। सरकार एक तरफ तो

स्थिति तो विशेष रूप से चिंताजनक है, क्योंकि भारत दुनिया के सबसे बड़े तंबाकू उपभोक्ता देशों में शामिल है। यहां धूम्रपान के अलावा चबाने वाले तंबाकू का भी एक भारी-भरकम बाजार है। गुटखा, खैनी, जर्दा, पान मसाला और सुगंधित निकोटिन उत्पाद, गांवों से लेकर महानगरों तक युवाओं की कमजोरी बनकर रह गए हैं। सरकार एक तरफ तो

स्थिति तो विशेष रूप से चिंताजनक है, क्योंकि भारत दुनिया के सबसे बड़े तंबाकू उपभोक्ता देशों में शामिल है। यहां धूम्रपान के अलावा चबाने वाले तंबाकू का भी एक भारी-भरकम बाजार है। गुटखा, खैनी, जर्दा, पान मसाला और सुगंधित निकोटिन उत्पाद, गांवों से लेकर महानगरों तक युवाओं की कमजोरी बनकर रह गए हैं। सरकार एक तरफ तो

स्थिति तो विशेष रूप से चिंताजनक है, क्योंकि भारत दुनिया के सबसे बड़े तंबाकू उपभोक्ता देशों में शामिल है। यहां धूम्रपान के अलावा चबाने वाले तंबाकू का भी एक भारी-भरकम बाजार है। गुटखा, खैनी, जर्दा, पान मसाला और सुगंधित निकोटिन उत्पाद, गांवों से लेकर महानगरों तक युवाओं की कमजोरी बनकर रह गए हैं। सरकार एक तरफ तो

तंबाकू के सेवन पर बहुत चिंतित होती है, दूसरी तरफ हर तरह के तंबाकू उत्पाद गांवों से लेकर शहरों तक हर जगह इतनी आसानी से उपलब्ध हैं कि जरा-सा इनकी तरफ कोई फिसला नहीं कि हमेशा के लिए इसके चक्रव्यूह में फंसेरह रह जाता है।

हद तो यह है कि जैसे-जैसे विकास के नाम पर, आधुनिकीकरण के नाम पर, तेज रफ्तार लाइफस्टाइल के नाम पर, लोग स्मार्ट हो रहे हैं, वैसे-वैसे तंबाकू उत्पादन के सेवन को सामान्य आदत मानते जा रहे हैं। इसीलिए हर साल 'नो टोबैको-डे' की रस्म अदायगी के बावजूद तंबाकू का सेवन पूरी दुनिया में दिन दूनी, रात चौपनी रफ्तार से बढ़ रहा है। इसलिए विशेषज्ञ मानते हैं कि केवल प्रतिबंध को नहीं नहीं बनने वाली बल्कि धूम्रपान के विरुद्ध एक जन सांस्कृतिक अभियान की जरूरत है, तब कुछ असर होगा। *

मन का साथी चाहिए। कुछ समय पश्चात ही पलाश का व्हाट्सएप पर मैसेज आया, सोमेश जी ने तुरंत अपना फोन खोला और बेसब्री से उसे पढ़ना शुरू किया- आदर्शपूर्ण दादा जी सादर अभिवादन मैं कितना भाग्यशाली हूं कि जीवन में पहली चिट्ठी मुझे आपकी मिली, जिससे मुझे न केवल पत्रों का वजुद पता चला, बल्कि आपके स्नेहपूर्ण जज्बात भी पता चले। आप घर में सबसे बड़े हैं, आपकी भावनाएं घर के नवीनीकरण से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण हैं। नीम का पेड़ न केवल आपके जीवन का साक्षी है, बल्कि मेरे और मेरे पापा के जीवन का भी साक्षी है, तो ऐसे पेड़ को हम कैसे कटवा सकते हैं? साथ ही नीम रात्रि में ऑक्सीजन छोड़ने वाला पेड़ है, जो पर्यावरण की दृष्टि से अत्यंत लाभदायक भी है। मैं तीन दिन बाद घर आ रहा हूं। आकर मां, पापा से पेड़ को नहीं काटने की बात कर लूंगा, उन्हें कहूंगा कि मैं नहीं चाहता कि यह पेड़, जिसकी छांव में मैं बड़ा हुआ हूं, काटा जाए। उन्हें नीम का पर्यावरण में महत्त्व भी बताऊंगा। आप निश्चित रहें, और हां दादा जी, हम एक नया पौधा भी लगाएंगे, जिसके छांव तले हमारी भावी पीढ़ियां पल्लवित हों, ताकि उनसे मैं कह सकूं कि यह मेरे दादा जी की अमानत है, जो मेरे घर के पर्यावरण के साथ मेरे जीवन के सभी सुख-दुःख का भी साक्षी रहा है।

आपका सबसे छोटा दोस्त पलाश

पलाश का ऐसा भावपूर्ण पत्र पढ़कर सोमेश जी की आंखें स्नेह से भर आईं। सोमेश जी सोच रहे थे कि जिस पेड़ की जड़ों में भावों का इतना अकूत खजाना हो, उसकी परवरिश कमतर कैसे हो सकती है। सोमेश जी का सीना गर्व से फूल गया कि पलाश आखिर इसी नीम की छांव में बड़ा जो हुआ है। यह सब सोचकर सोमेश जी मंद-मंद मुस्कुराते हुए सोच रहे थे। पेड़ न केवल पर्यावरण का संतुलन रखते हैं, वरन् मन के आंगन के पर्यावरण का भी भावनात्मक संतुलन बनाए रखते हैं। *



मन का पर्यावरण

सोमेश जी को जब मालूम हुआ कि घर के नवीनीकरण के लिए उनका पुराना साथी नीम का पेड़ कटने वाला है तो वे बहुत बेचैन हो गए। अपनी मनोदशा उन्होंने अपने पौत्र से साझा की। फिर जो हुआ, वे सुखद एहसास से भर गए।

शहर में चला गया था। सोमेश जी ने पलाश को अपनी भावनाएं व्यक्त करने का सही साथी माना, लेकिन अपनी बात उन्हें फोन पर कहना उचित नहीं लगा। उन्होंने पलाश को एक पत्र लिखा।

प्रिय बेटा पलाश, स्नेहाशीष

आशा है तुम कुशल होगे। शायद यह तुम्हारे जीवन का पहला खत होगा, आज की डिजिटल दुनिया में खतों का अस्तित्व मिट-सा गया है। लेकिन आज भी मुझे यह ही अभिव्यक्ति का सर्वोत्तम माध्यम लग रहा है, जिसमें मैं अपने आप को सहज महसूस कर रहा हूं। मेरे मन में एक कसक है, जिसको मैं तुमसे बांटना चाहता हूं। तुम्हारे माता-पिता घर का नवीनीकरण करवाना चाहते हैं, जिसमें वो नीम के पेड़ को कटवाना चाहते हैं। तुम जानते हो इस नीम से मुझे गहरा लगाव है, उसकी जड़ मेरे जीवन की जड़ों से जुड़ी हैं। वो मेरे

अकेलेपन का साथी है, साथ ही मेरे पिता द्वारा लगाया गया स्नेह भी है, जिसकी छाया में मैं बड़ा हुआ हूं। इस स्नेह को मैं भावी पीढ़ियों को भी हस्तांतरित करना चाहता हूं। मुझे उस पेड़ से भावनात्मक प्रेम है। आशा है तुम मेरे एहसास समझोगे। बेटा और कोई उपयुक्त हल निकालोगे। यह पेड़ न केवल मेरी आत्मा से जुड़ा है वरन् हमारे घर के पर्यावरण और सकारात्मकता का प्रतिबिंब भी है।

असौम स्नेह के साथ तुम्हारा दादा जी सोमेश जी ने अपने मन के भाव खत में उकेर कर उसकी फोटो लेकर, पलाश को भेज दिया। सोमेश जी, बेसब्री से पलाश की प्रतिक्रिया का इंतजार कर रहे थे। सृष्टि में एकाकी कोई नहीं, आज सोमेश जी को नीम का पेड़ अपने अकेलेपन का साथी लग रहा था, जिसके बचाव के लिए उन्होंने अपने दूसरे साथी पलाश को चुना। जीवन यात्रा में हर पड़ाव पर

