

हरिभूमि मिवाणी-दादरी भूमि

रोहतक, रविवार, 5 अक्टूबर 2025

10 संडवा के किसानों ने बाजरे से मरी ट्राली सड़क...



9 गरपालिका चेरमैन और वाइस चेरमैन प्रतिनिधि ने...



वर्धमान ज्वैलर्स
Triveni DENTAL
त्रिवेणी डेंटल

मिवाणी का सबसे बड़ा

चांदी पायल व स्माइल उत्सव

सेवारत महिला सम्मान समारोह

दिनांक : 05 अक्टूबर 2025, रविवार समय : प्रातः 10 से रात्रि 08 बजे तक

स्थान : सूर्या बैंक चक

वैश्य मॉडल स्कूल के सामने, मिवाणी

देश विदेश से मशहूर कारीगरों द्वारा तैयार आकर्षक डिजाइनों में चांदी पायलों की प्रदर्शनी व बिक्री

आइए और जीतिए अनेकों ईनाम

For Enquiry 9215656444

प्री गिफ्ट प्री सर्विस लक्की ड्रा किट्स कॉर्नर गिफ्ट बास्केट

खबर संक्षेप

गोशाला को 15 किंवदंतल का अन्नदान भेंट किया
बाढ़ड़ा। अनाजमंडी आदती एसोसिएशन ने शनिवार को गोशाला गोशाला कन्या गुरुकुल पंचगावा को 15 किंवदंतल बाजरा दान किया। करुबे की अनाजमंडी में शनिवार को आदती एसोसिएशन अध्यक्ष हनुमान शर्मा की अगुवाई में आदतियों ने कन्या गुरुकुल पंचगावा गोशाला प्रबंधक कमेटो को बाजरे के अनाज दान करते हुए कहा कि गोसेवा सेवा करना प्रत्येक व्यक्ति का नैतिक धर्म है और हमें दैनिक कामकाज में परोपकार की भावना को बढ़ाना चाहिए। मंडी आदती एसो. हर सीजन पर अपनी नेक कमाई में से 15 किंवदंतल अनाज सामाजिक संगठनों को भेंट करते हैं। जिसमें से कन्या गुरुकुल पंचगावा गोशाला को 15 किंवदंतल बाजरा दान किया है।



एडवोकेट प्रदीप सीडब्ल्यूसी मिवाणी के चेरमैन बने
मिवाणी। जिला कोर्ट में अभ्यास कर रहे एडवोकेट प्रदीप तंवर देवसिरिया चाइल्ड वेलफेयर कमेटो मिवाणी के चेरमैन बने हैं। एडवोकेट प्रदीप ने वर्ष 2017 में एलएलबी तथा 2019 में एलएलएम किया। कार्यकारी का विस्तार करते हुए एडवोकेट धीरज सेनी, नीलम रानी, दिनेश अत्री सीडब्ल्यूसी के सदस्य मनोनित किए। नीलम रानी ने 17 साल तक शिक्षा क्षेत्र में अपनी सेवाएं दी, सात साल तक ओपव शैलरट होम में कार्य किया, पांच साल तक सदस्य के रूप में किशोर न्याय बोर्ड में अपनी सेवाएं दी। इसके बाद बाल कल्याण समिति की सदस्य नियुक्त हुई तथा लगभग नौ वर्षों से राष्ट्रीय सेविका समिति से जुड़ी हुई हैं। एडवोकेट धीरज सेनी राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ से बाल्यकाल से जुड़े हुए हैं। भाजपा मण्डल स्तर से प्रदेश स्तर तक पदों पर रहे हैं।

किसानों ने धरने पर सरकार के खिलाफ नारेबाजी की

हरिभूमि न्यूज ▶▶▶ बाढ़ड़ा

बाढ़ड़ा बिजली घर के परिसर में धरने पर मौजूद किसानों ने सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की। कार्यक्रम की अध्यक्षता पूर्व थानेदार जोरारसिंह व रणधीर उमरवास ने की तथा मंच संचालन रघवीर काकड़ौली ने किया।

संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर बाढ़ड़ा बिजली कार्यालय परिसर में धरना में क्षेत्र के अनेक किसान संगठनों व राजनैतिक संगठनों के पदाधिकारियों ने पहुंच कर समर्थन किया। किसानों ने

कपास की घरेलू कीमत पर पड़ेगा असर

किसान नेताओं ने कहा कि सरकार के इस फैसले को देश भर के कपास पैदा करने वाले किसानों को उजाड़ने वाला फैसला बताया है। आयात शुल्क समाप्त होने से कपास की घरेलू कीमत पर सीधा असर पड़ेगा। बाहर से कपास सस्ती कीमतों पर बाजार में आएगी जिससे हमारे कपास की कीमतें निश्चित रूप से गिरेगी और किसानों को और अधिक संकट और कर्ज का सामना करना पड़ेगा।

बकाया मुआवजा व मौजूदा नुकसान को भरपाई होने तक संघर्ष जारी रखने का एलान किया। धरने को संबोधित करते हुए किसान नेता पूर्व थानेदार जोरारसिंह व रणधीर उमरवास, राजकुमार हड़ोदी ने कहा कि किसान कौम देश व दुनिया का

पेट भरने वाली कौम है देश कितनी भराई होने तक संघर्ष जारी रखने का एलान किया। धरने को संबोधित करते हुए किसान नेता पूर्व थानेदार जोरारसिंह व रणधीर उमरवास, राजकुमार हड़ोदी ने कहा कि किसान कौम देश व दुनिया का

प्रभावी कक्षा अवलोकन इफेक्टिव क्लासरूम ऑब्जर्वेशन के लिए दिया प्रशिक्षण

पहले दिन मुख्य प्रशिक्षकों ने कर्मचारियों को दिया प्रशिक्षण

दीपक कुमार डुमड़ा ▶▶▶ बवानीछेड़ा

गुरुग्राम स्थित राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद, हरियाणा की तरफ से प्रभावी कक्षा अवलोकन इफेक्टिव क्लासरूम ऑब्जर्वेशन फेस-3 को लेकर एबीआरसी, बीआरपी की ऑनलाइन ट्रेनिंग का आयोजन किया गया।

राज्य के पहले हुए प्रशिक्षण से वंचित रहे एबीआरसी, बीआरपी कर्मचारियों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। प्रशिक्षण चार दिन के लिए निर्धारित किया गया है इसके पहले

दिन शनिवार को ऑनलाइन व सोमवार से बुधवार तक तीन दिन लगाकर ऑफलाइन प्रशिक्षण गुरुग्राम स्थित राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद में आयोजित निर्धारित किया जाएगा। ऑनलाइन ट्रेनिंग में एससीईआरटी निदेशक आईएस संवर्तक सिंह, एडिशनल डायरेक्टर सुनील कुमार सहित ईटी विंग प्रमुख मनोज कौशिक ने अहम भूमिका अदा की। इन मुख्य प्रशिक्षकों के कंधों पर अहम जिम्मेदारी होगी। शिक्षा विभाग द्वारा कर्मचारियों को ट्रेनिंग देने के लिए खरखोदा से किरण



मनोज कौशिक

नई-नई तकनीक अपनानी होगी

प्रशिक्षण में गुरुग्राम स्थित राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद के निदेशक आईएस संवर्तक सिंह, एडिशनल डायरेक्टर सुनील कुमार सहित ईटी विंग प्रमुख मनोज कौशिक ने बताया कि पुरानी तकनीक के सहारे शिक्षा स्तर को ऊंचा नहीं उठाया जा सकता इसके लिए नई-नई तकनीक अपनानी होगी। जिसके लिए शिक्षा विभाग दिन-प्रतिदिन प्रयास कर रहा है और कामयाबी भी हासिल हो रही है। वहीं उन्होंने बताया कि मॉडरन के इस प्रशिक्षण में यदि एक भी मॉडरन टूट गया तो सुरक्षा का चक टूट गया। इसलिए सभी मॉडरन का प्रशिक्षण करवाया जाएगा। जो विद्यालय में जाकर शिक्षा स्तर की जांच कर उसे ऊंचा उठाने का प्रयास कर सकें। ये प्रशिक्षण मील का पत्थर साबित होगा।

डारोलिया, कलायत से डॉ. नरेन्द्र जाजोल, सोनीपत से मोनिका कुमार बाल्यान, मातनहेल से चेतना जाजोल, मातनहेल से मोनिका

इसराना से सुशील, खंड कलानौर से अरविंद विकास, गन्नीर से शिवली अंतिल को जिम्मेवारी लगाई गई है जो 86 कर्मचारियों एबीआरसी, बीआरपी को प्रशिक्षण देने में अपनी अहम भूमिका अदा करेंगे। ऑनलाइन प्रशिक्षण में मुख्य प्रशिक्षकों के द्वारा 3 एरिया, 9 एलिमेंट्स तथा 29 बिहेवियर बारे अवगत करवाया गया तथा पहले दिन 2 एरिया, 3 एलिमेंट व 11 बिहेवियर एक-एक करके बहुत बारीकी से उदाहरण सहित चर्चा हुई। एलिमेंट तथा बिहेवियर पर चर्चा ऑफलाइन प्रशिक्षण में होगी।

इन विषयों पर हुई चर्चा

एक दिवसीय ऑनलाइन व तीन दिवसीय ऑफलाइन प्रशिक्षण में पहले दिन मुख्य प्रशिक्षकों द्वारा सीखने के लिए अनुकूल वातावरण, सकारात्मक व्यवहार संबंधित उपेक्षाएं, कक्षा परिवेश सहित अनेक विषयों पर चर्चा हुई जिसमें शिक्षक कक्षा में सभी विद्यार्थियों के साथ सम्मानपूर्वक व्यवहार करते हैं या अपमानजनक भाषा का व्यवहार आदर्श ग्रुप ऑफ इंस्ट्रुट्यूट कैरू के प्रदर्शित करते हैं, शिक्षक सभी विद्यार्थियों के साथ सम्मानपूर्वक व्यवहार करते हैं।

स्वास्थ्य सेवाओं को लेकर सिविल सर्जन मिवाणी एक्शन मोड में, कई जगह कार्रवाई

सीएमओ ने जिले के पांच स्वास्थ्य केंद्रों पर मारा छापा

स्थळी
उपमंडल अस्पताल तोशाम में सुबह 8:30 बजे 23 कर्मचारी अनुपस्थित मिले
पीएचसी बुसान में 9:45 बजे अनेक कर्मचारी गैर हाजिर पाए गए
संडवा में 10:35 बजे पर केवल दो कर्मचारी हाजिर मिले, बाकी अनुपस्थित थे
पीएचसी दिनोद में 12:15 बजे तक कई चिकित्सक व कर्मचारी गैर हाजिर रहे

हरिभूमि न्यूज ▶▶▶ मिवाणी

सिविल सर्जन मिवाणी डॉक्टर रघुवीर शांडिल्य ने आमजन के हित में स्वास्थ्य सेवाओं में व्यापक सुधार के लिए जिले की विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाओं का औचक निरीक्षण किया जिसमें उपमंडल अस्पताल तोशाम, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र बुसान, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र संडवा, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र ढाणी माहू तथा प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र दिनोद आदि संस्थाओं का निरीक्षण किया।

औचक निरीक्षण के दौरान विभिन्न संस्थाओं में काफी अधिकारी और काफी कर्मचारी अनुपस्थित पाए गए। अनुपस्थित सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को शोर्काज नोटिस दिया जाएगा। उनका



मिवाणी। निरीक्षण के दौरान कर्मचारियों की हाजिरी लेते और वाडोंका निरीक्षण करते सीएमओ।

अनुपस्थित दिन का वेतन आगामी आदेशों तक क्लेम नहीं किया जाएगा तथा अनुपस्थित के खिलाफ विभागीय कार्यवाही भी अमल में लाई जाएगी। ताकि भविष्य में कोई भी अधिकारी/कर्मचारी उच्च अधिकारियों की वीर अनुमति के छुट्टी पर या अनुपस्थित ना रहे।

छुट्टी बारे कोई सूचना नहीं

उपमंडल अस्पताल तोशाम में सुबह 8:30 पर 12 चिकित्सा अधिकारी, दो सीनियर नर्सिंग ऑफिसर, 12 नर्सिंग ऑफिसर, 12 नर्सिंग ऑफिसर, एक ऑपरेशन थिएटर अटेंडेंट के अतिरिक्त विभिन्न श्रेणी के 23 कर्मचारी अनुपस्थित पाए गए। अधिकारी के पास अनुपस्थित बारे या छुट्टी बारे कोई सूचना नहीं थी।

गंभीर लापरवाही: ड्यूटी रोस्टर डिस्पले नहीं मिला

उपमंडल अस्पताल तोशाम की सीनियर नर्सिंग ऑफिसर द्वारा नर्सिंग ऑफिसर तथा कर्मचारियों का ड्यूटी रोस्टर संस्था में बनाकर मौबाइल में था लेकिन किसी जगह पर ड्यूटी रोस्टर डिस्पले नहीं पाया गया। यह गंभीर लापरवाही है। उपमंडल अस्पताल तोशाम के आपातकालीन विभाग में कर्मचारी, नर्सिंग ऑफिसर तथा डॉक्टर आदि में से कोई भी ड्यूटी पर नहीं पाए गए। इसके अतिरिक्त वहां की मॉनिटरिंग और सफाई व्यवस्था अनसुटेडिफेक्टी थी।

वहीं पीएचसी बुसान में पीएचसी का निरीक्षण किया तो वहां पर कोई स्टॉक



रजिस्टर ओपीडी रजिस्टर नहीं था जगह-जगह पर सरकार द्वारा जारी किए गए आम जनता को जागरूक करने के लिए बोर्ड आदि जगह-जगह रखे हुए पाए गए तथा सफाई व्यवस्था भी दुस्तुत नहीं थी। सुबह 9:45 बजे पीएचसी बुसान का औचक निरीक्षण करने पर अनेक कर्मचारी गैर हाजिर मिले, जिनकी अनुपस्थित बारे या छुट्टी बारे कोई भी सूचना चिकित्सा अधिकारी के पास उपलब्ध नहीं थी। जिनका वेतन रोक्ने के लिए वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी तोशाम को आदेश दिए गए हैं।

सिर्फ दो कर्मचारी ड्यूटी पर

इसी तरह से 10:35 बजे पीएचसी संडवा का औचक निरीक्षण पर केवल दो

पर्याप्त मात्रा में रखें दवाइयों का स्टॉक : सीएमओ

12:15 बजे पीएचसी दिनोद का औचक निरीक्षण करने पर पाया कि यहां पर कई चिकित्सक व कर्मचारी अनुपस्थित बारे या छुट्टी बारे कोई भी सूचना चिकित्सा अधिकारी के पास उपलब्ध नहीं थी। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य विभाग मिवाणी के सभी अधिकारी और कर्मचारी अपनी-अपनी ड्यूटी पर समय पर जाए और ड्यूटी पूर्ण होने पश्चात ही अपनी संस्था छोड़ें। आम जनता को स्वास्थ्य सेवाओं में किसी भी प्रकार की कमी ना आने दें और आम जनता के साथ अच्छी तरह से व्यवहार करें। आमजन को स्वास्थ्य सेवाओं से किसी भी प्रकार की शिकायत नहीं होनी चाहिए। सभी स्वास्थ्य संस्थाओं में प्राथमिक उपचार की सभी प्रकार की आवश्यक दवाइयों का स्टॉक पर्याप्त मात्रा में रखना सुनिश्चित करें।

करने के निर्देश दिए ताकि जिले की सभी स्वास्थ्य संस्थाओं के क्वार्टर कंडम ना हो। नियमित तौर पर रहने और साफ सफाई होने से स्वास्थ्य संस्थाओं की बिल्डिंग कंडम नहीं होगी।

स्वदेशी वस्तुओं को अपनाएं तो देश होगा विकसित: सांसद

हरिभूमि न्यूज ▶▶▶ मिवाणी

लोकसभा सांसद चौधरी धर्मवीर सिंह ने कहा है कि देश को पूर्ण रूप से विकसित बनाने के लिए हमें अपने पैरों पर खड़ा होना होगा। यह तभी संभव है जब हम स्वदेशी वस्तुओं को अपनाएं। हमसे रोजगार के नए अवसर पैदा होंगे और देश का पैसा देश में ही रहेगा।

उन्होंने कहा कि पिछले 11 वर्षों में प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत ने दुनिया को यह दिखा दिया है कि हमारा



मिवाणी। पत्रकारों से बातचीत करते सांसद।

देश किसी भी क्षेत्र में पीछे नहीं है। देश का युवा प्रतिभावान है। कोरोना जैसी महामारी में हमारे वैज्ञानिकों ने इस बीमारी से बचाव के लिए वैक्सीन बनाई और वही वैक्सीन हमने दूसरे देशों को फ्री में दी जबकि

ऑपरेशन सिंदूर में स्वदेशी हथियारों का किया प्रयोग

पिछले दिनों हमारी सेना ने ऑपरेशन सिंदूर में पाकिस्तान को दिया जिसमें स्वदेशी हथियारों का ही प्रयोग किया। इसको देखकर बड़े-बड़े विकसित ताकतवर देश भी अचंचल रहे। उन्होंने कहा कि जब कोई वास्तु हमारे देश में बनेगी तो हमारा दूसरे देशों से मुकाबला नहीं रहेगा जबकि बड़े देश हथियारों के सौदे के नाम अपना प्रभाव जमाते हैं। सांसद ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी स्वदेशी के साथ-साथ खादी को अपनाने का आह्वान किया है। इससे लघु उद्योगों और बुनकरों को काम मिलेगा।

विदेशी वैक्सीन इतनी असरदार नहीं थी। उन्होंने नागरिकों से आह्वान करते हुए कहा कि वे दीपावली पर स्वदेशी वस्तुएं खरीदें और स्वदेशी सामान का ही उपयोग करने का प्रण लें। सांसद चौधरी धर्मवीर सिंह

लोक निर्माण विश्रामगृह में आत्मनिर्भर भारत और स्वदेशी अपनाओ अभियान को लेकर पत्रकारों को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि आज हम सुई से लेकर सैन्य हथियार तक बना सकते हैं।

गांव नरसिंह वास में शुक्ल पक्ष द्वादशी पर भंडारे का आयोजन

चरखी दादरी। गांव नरसिंह वास स्थित बाबा जमना गिरी मंदिर नरसिंह वास में आज शुक्ल पक्ष द्वादशी पर भंडारे का आयोजन किया गया। इसके साथ ही हवन यज्ञ व अन्य धार्मिक आयोजन मंदिर महंत बाबा अभय गिरी के सानिध्य में किया गया। इस दौरान महंत द्वारा बीते दिनों प्रथम नवरात्र से आरंभ किए गए उपवासों को आज ग्यारह दिन बाद खोला गया। सर्व प्रथम मंदिर परिसर में हवन किया गया। इसमें मौजिज व्यक्तियों द्वारा आहुति अर्पित की गई। इसके उपरांत महंत बाबा अभय गिरी द्वारा स्वयं खुद कन्याओं के दुध व जल से पैर धोकर अपने हाथों से कन्याओं को प्रसाद खिलाया गया।



तोशाम। तेजपाल को सम्मानित करते हुए।

तेजपाल ने पहले प्रयास में किया एनडीए क्वालीफाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶▶ तोशाम

प्रतिभा किसी की मोहताज नहीं होती, किसको कब बुलंदी पर पहुँचा दे किसी को मालूम नहीं होता, बस लगन की जरूरत होती है। कुछ ऐसा ही आदर्श कॉन्वेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल कैरू में अध्ययनरत कक्षा बारहवीं के छात्र तेजपाल पुत्र प्रदीप मनीठीया खापड़वास निवासी ने कर दिखाया। तेजपाल ने पहले ही प्रयास में एनडीए क्वालीफाई करके अपने क्षेत्र व स्कूल का नाम रोशन किया। छात्र की इस सफलता पर कैरू और आस-पास के गाँवों में खुशी और गर्व का माहौल बना हुआ है। तेजपाल की इस उपलब्धि पर आदर्श ग्रुप ऑफ इंस्ट्रुट्यूट कैरू के चेरमैन आरके बंगालिया व प्राचार्य डॉ. के सुबुलमाली ने प्रार्थना सभागार में फूल माला व पगड़ी पहनाकर स्वागत किया और उनके

■ आदर्श कॉन्वेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल कैरू में बारहवीं का छात्र है तेजपाल

उज्वल भविष्य की कामना करते हुए बताया कि तेजपाल बचपन से ही पढ़ाई के प्रति गंभीर रहा है। बचपन से ही उन्होंने वायु सेना को अपना करियर चुनने का फैसला किया। यह उनकी मेहनत और दृढ़ संकल्प का परिणाम है कि वे इस गर्व का माहौल बना हुआ है। तेजपाल की इस उपलब्धि पर आदर्श ग्रुप ऑफ इंस्ट्रुट्यूट कैरू के चेरमैन आरके बंगालिया व प्राचार्य डॉ. के सुबुलमाली ने प्रार्थना सभागार में फूल माला व पगड़ी पहनाकर स्वागत किया और उनके

शेयर बाजार बन रहा सांप-सीढ़ी का खेल, संभलकर करें निवेश

बाजार के उतार-चढ़ाव में फूल रही निवेशकों की सांसें, ऐसे में क्या करें? ● अपने निवेश को रोके नहीं, एसआईपी निवेश का सबसे बेहतर विकल्प ● करीब 11 इविटी न्यूचुअल फंड ने 5 साल में दिया 30% से ज्यादा रिटर्न ● बाजार के इस दौर में भी मुनाफा के साथ अच्छा रिटर्न दे रहे न्यूचुअल फंड

निवेश मंत्रा

बिजनेस डेस्क

शेयर बाजार इन दिनों सांप-सीढ़ी का खेल दिखा रहा है। ऐसे में निवेशक हैरान और परेशान हैं कि क्या करें, कैसे करें कि मुनाफा मिलता रहे। निवेश में नुकसान नहीं झेलना पड़े। बाजार की उठा-पटक में कमी इंडेक्स खूब चढ़ जाता है तो कमी काफी लुबक जाता है, लेकिन इन तमाम झंझावातों के बीच भी कुछ ऐसे इविटी न्यूचुअल फंड हैं जो निवेशकों को बीते 5 साल में 30 फीसदी या इससे ज्यादा का सीएजीआर का रिटर्न दिया है। ऐसे में नए निवेशक भी इनमें निवेश कर मुनाफा कमा सकते हैं। न्यूचुअल फंड बाजार के उतार-चढ़ाव वाले दौर में भी निवेशकों को लुभा रहे हैं। खासकर एसआईपी में निवेश सबसे बेहतर माना जाता है। करीब 11 इविटी न्यूचुअल फंड ने 5 साल में 30% से ज्यादा रिटर्न दिया है। ऐसे में आप भी इनमें निवेश कर अपने भविष्य को बेहतर बना सकते हैं।



झूले झूल रहा बाजार

इस समय शेयर बाजार में उठापटक का दौर चल रहा है। बीएसई सेंसेक्स कभी नीचे तो कभी ऊपर जा रहा है। ऐसे में निवेशक परेशान हैं कि क्या करें। सेंसेक्स कभी पॉजिटिव तो कभी निगेटिव के झूले झूल रहा है। इस वजह से इविटी न्यूचुअल फंड में शुद्ध निवेश कम होने की खबरें भी आ रही हैं। हालांकि ऐसी स्थिति में घबराने की जरूरत नहीं है। संयम और धैर्य के साथ किया गया निवेश आपको मुनाफा देगा। अभी भी कुछ न्यूचुअल फंड ऐसे हैं, जो मुनाफा ही नहीं, बल्कि अच्छा रिटर्न दे रहे हैं। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे ऐसे ही कुछ इविटी न्यूचुअल फंड के बारे में जिनमें पिछले 5 सालों में 30 फीसदी या इससे ज्यादा का सीएजीआर रिटर्न दिया है।

202 फंड, सभी ने दिया डबल डिजिट रिटर्न

एक रिपोर्ट के मुताबिक पिछले 5 साल की अवधि के दौरान सक्रिय सभी इविटी न्यूचुअल फंड को ट्रेक किया है। इस दौरान पाया गया कि इस दौरान इस सेक्टर में 202 न्यूचुअल फंड थे। उन सभी ने अपने निवेशकों को डबल डिजिट यानी 10 फीसदी से ज्यादा का रिटर्न दिया है। हम यहां 11 वैस फंड का चयन किया है, जिन्होंने इस अवधि में 30% से ज्यादा का सीएजीआर दिया है। सीएजीआर का मतलब है कंपाउंडेड एनुअल ग्रोथ रेट होता है।

कौन हैं टॉप रिटर्न देने वाले

5 साल में 30 फीसदी का ज्यादा रिटर्न देने वाले 11 फंडों में से तीन निपॉन इंडिया न्यूचुअल फंड के थे। वहीं, क्वॉट न्यूचुअल फंड, मोतीलाल ओसवाल न्यूचुअल फंड, एचडीएफसी न्यूचुअल फंड, एचएसबीसी न्यूचुअल फंड, इनवेस्को न्यूचुअल फंड, टाटा न्यूचुअल फंड और एसबीआई न्यूचुअल फंड जैसे फंड हाउसों का एक-एक स्कीम शामिल था।

लिस्ट में सबसे ऊपर कौन

इस लिस्ट में क्वॉट स्मॉल कैप फंड का नाम सबसे ऊपर रहा। इसने पिछले पांच वर्षों में 35.26% का सीएजीआर दिया है। इसके बाद मोतीलाल ओसवाल मिडकैप फंड का स्थान है जिसने इसी अवधि में 34.11% का सीएजीआर दिया। इसके बाद तीन स्मॉल कैप फंड थे। निपॉन इंडिया स्मॉल कैप फंड, जो कि एसेट मैनेजमेंट के हिस्से से सबसे बड़ा स्मॉल कैप फंड है, ने पिछले पांच सालों में 32.89% का सीएजीआर दिया। इसके बाद बंधन स्मॉल कैप फंड और एचडीएफसी स्मॉल कैप फंड रहे, जिन्होंने इसी अवधि में क्रमशः 31.38% और 31.15% का सीएजीआर दिया। निपॉन इंडिया स्मॉल कैप फंड ने पिछले पांच सालों में 30.96% का सीएजीआर दिया। इस मल्टी कैप फंड के बाद तीन स्मॉल कैप फंड थे। एचएसबीसी स्मॉल कैप फंड, इनवेस्को इंडिया स्मॉल कैप फंड और टाटा स्मॉल कैप फंड ने पिछले पांच सालों में क्रमशः 30.72%, 30.70% और 30.42% का सीएजीआर दिया।

क्या है इविटी न्यूचुअल फंड

इविटी न्यूचुअल फंड एक प्रकार का न्यूचुअल फंड है जो मुख्य रूप से शेयर बाजार में निवेश करता है। इसका उद्देश्य निवेशकों को शेयर बाजार में निवेश करने का अवसर प्रदान करना है, जिससे वे अपने निवेश पर अच्छा रिटर्न प्राप्त कर सकें।

इविटी न्यूचुअल फंड के प्रकार

- लार्ज-कैप फंड - ये फंड बड़े कैप शेयरों में निवेश करते हैं, जो आमतौर पर अच्छी तरह से स्थापित कंपनियों के शेयर होते हैं।
- मिड-कैप फंड - ये फंड मध्यम आकार की कंपनियों के शेयरों में निवेश करते हैं।
- स्मॉल-कैप फंड - ये फंड छोटी कंपनियों के शेयरों में निवेश करते हैं।
- मल्टी-कैप फंड - ये फंड विभिन्न कैप साइज (लार्ज, मिड, स्मॉल) के शेयरों में निवेश करते हैं।
- सेक्टरल फंड - ये फंड विशिष्ट क्षेत्रों या उद्योगों में निवेश करते हैं।
- थीमेटिक फंड - ये फंड विशिष्ट थीम या ट्रेड पर आधारित निवेश करते हैं।



निवेश की सही प्लानिंग बनाएं और आर्थिक चिंता को निपटाएं

तैयारी

बिजनेस डेस्क

वित्तीय आजादी का मतलब अक्सर बड़ी संपत्ति, कई प्रॉपर्टीज और बहुराष्ट्रीय निवेश समझा जाता है। लेकिन भारत में असली वित्तीय आजादी का पैमाना इससे काफी कम है। कई अमीर लोगों के लिए यह सिर्फ 10 करोड़ रुपये का पोर्टफोलियो है, जो जीवनभर की आरामदायक और सुरक्षित जिंदगी के लिए शुरुआती लक्ष्य माना जाता है। यह संख्या बेशक कम लगती है, लेकिन बेहद तार्किक है। दरअसल, फाइनेंशियल फ्रीडम खर्च करने के लिए नहीं, बल्कि अपने जीवन को सहज और सुरक्षित ढंग से चलाने के लिए होती है। 10 करोड़ रुपये के सही तरीके से निवेश किए पोर्टफोलियो से आप अपनी लाइफस्टाइल, हेल्थ इश्योर्स, बच्चों की पढ़ाई और भविष्य की योजनाओं को लंबे समय तक चला सकते हैं।

वित्तीय आजादी का असली मतलब

कई बार लोग फाइनेंशियल फ्रीडम का मतलब सिर्फ बेरोजगार ढौलत से समझते हैं। लेकिन, असल में इसका मतलब है कि आपकी संपत्ति और निवेश से इतनी कमाई हो कि आपकी जिंदगी की जरूरतें पूरी हों, बिना किसी नौकरी या नियमित आय पर निर्भर रहे बिना। यह संख्या ज्यादा नहीं, बल्कि आपके समय और विकल्प की स्वतंत्रता को दिखाती है।

भारत में फाइनेंशियल फ्रीडम के पहलू

भारत में फेमिली स्ट्रक्चर बाकी दुनिया के मुकाबले काफी अलग है। इसके चलते फाइनेंशियल फ्रीडम में और भी जिम्मेदारियां जुड़ी होती हैं। बच्चों की पढ़ाई, शादी, बुजुर्ग माता-पिता की देखभाल और प्रॉपर्टी ट्रांसफर जैसे जिम्मेदारियां यह तय करती हैं कि आजादी कितनी हो।

10 करोड़ क्यों सबसे बेस्ट

1. **स्थायी पेंसिव इनकम** - अगर 10 करोड़ रुपये को इविटी, फिक्स्ड इनकम और रियल एस्टेट में निवेश किया जाए तो सालाना 7-9% रिटर्न मिल सकता है। इसका मतलब 70-90 लाख रुपये सालाना या 6-7.5 लाख रुपये प्रति माह। यह आम भारतीय हाई-मिडिल क्लास फेमिली के लिए आरामदायक जीवनशैली, बच्चों की पढ़ाई, स्वास्थ्य, यात्रा और मनोरंजन के लिए पर्याप्त है।

2. महंगाई से सुरक्षा

भारत में महंगाई 5-6% रहती है। 10 करोड़ का सही तरह से निवेश किया पोर्टफोलियो इतना रिटर्न देगा कि महंगाई से ऊपर रहेगा। साथ ही, आपके पास जरूरी खर्चों के लिए पर्याप्त लिक्विडिटी बनी रहेगी।

3. इमरजेन्सी खर्च

जिंदगी अनिश्चित है। मेडिकल इमरजेन्सी या बच्चों की विदेश में पढ़ाई जैसी बड़ी जरूरतें कभी भी आ सकती हैं। 10 करोड़ का पोर्टफोलियो अपरदाशित खर्चों को पूरा करने में मदद करता है। व्यापक बीमा इस सुरक्षा को मजबूत बनाता है।

4. जीवनशैली की इछाएं

अधिकतर मिलियनेयर शानदार जीवनशैली की नहीं सोचते। उनका ध्यान आरामदायक घर, समय-समय पर घूमना-फिरना, भरोसेमंद स्वास्थ्य सेवा और बच्चों के भविष्य पर होता है। ऐसे में 10 करोड़ रुपये उनके लिए अच्छी रकम बन जाते हैं।

■ भारत में 10 करोड़ का पोर्टफोलियो आर्थिक आजादी का पहला लक्ष्य
■ अगर 10 करोड़ को इविटी, फिक्स्ड इनकम और रियल एस्टेट में निवेश करें तो सालाना 7-9% रिटर्न

5. **मानसिक राहत** - 10 करोड़ रुपये एक मानसिक सीमा भी है। यह आर्थिक अनिश्चितता से सुरक्षा की भावना देती है और लोग पेंसिव आय पर निर्भर होकर अपने शेक, विरासत योजना या वैरिटी पर ध्यान दे सकते हैं।

6. लचीलापन और सुविधा

एसआईपी की सबसे खास बात यह है कि इसे कभी भी बदला या रोका जा सकता है। आप चाहें तो निवेश की रकम बढ़ा सकते हैं, घटा सकते हैं या कैसल कर सकते हैं। इसमें कोई अनिश्चित शुरू नहीं लगता। एसआईपी को इविटी, डेब्ट या हाइब्रिड फंड- किसी भी भी लगाना जा सकता है। यही लचीलापन इसे हर निवेशक की जरूरतों के अनुकूल बनाता है।

अलग-अलग पीढ़ी में वित्तीय आजादी का मतलब

युवा पीढ़ी (25-35 साल) जल्दी आर्थिक आजादी पाना चाहते हैं। वे अक्सर 3-5 करोड़ रुपये का पोर्टफोलियो बनाने का लक्ष्य रखते हैं। उनका लक्ष्य होता है कि 40 की उम्र तक काम छोड़कर अपने मनमुताबिक जिंदगी बिता सकें। इस उम्र में उनके लिए समय और लचीलापन ज्यादा महत्वपूर्ण होते हैं। मिडल-एज लोग (35-50 साल) घर के लोग, बच्चों की पढ़ाई और माता-पिता की देखभाल जैसी जिम्मेदारियों में व्यस्त रहते हैं। उनके लिए 10-15 करोड़ रुपये का पोर्टफोलियो पर्याप्त हो सकता है, जिससे वे अपने खर्चों और परिवार की जरूरतों को आराम से पूरा कर सकें। वरिष्ठ मिलियनेयर (50 साल से ऊपर) रिटायरमेंट के करीब होते हैं। उनके लिए स्वास्थ्य, जीवन के आखिरी हिस्से की योजना और संपत्ति अगली पीढ़ी को देने की जिम्मेदारी सबसे बड़ी होती है। उनके लिए 20-25 करोड़ रुपये का पोर्टफोलियो उन्हें सुरक्षित जीवन और बच्चों को संपत्ति देने में मदद करता है।

10 करोड़ के फंड तक कैसे पहुंचें

■ 25 साल का युवा अगर 50,000 रुपये प्रति माह निवेश करता है और 12% रिटर्न पाता है, तो 55 की उम्र तक 10 करोड़ आसानी से बन सकते हैं।

■ इविटी, न्यूचुअल फंड, फिक्स्ड इनकम, रियल एस्टेट और गोल्ड का तालमेल जोखिम कम करता है। यह सुरक्षित तरीके से संपत्ति बढ़ाता है।

■ जैसे-जैसे कमाई बढ़ती है, खर्च भी बढ़ते हैं। ऐसे में बोनस और अन्य आय को निवेश में लगाना जरूरी है।

■ इनफ्लेक्सी फंड, हेल्थ इश्योर्स और रिटर्न करवरेज जैसे वित्तीय सुरक्षा सुनिश्चित होती हैं। इनसे मुश्किल वक्त में बचत को नहीं छेड़ना पड़ता।

सोना-चांदी ने मचाई धूम, गोल्ड 22% और सिल्वर 39% चढ़ा

दोनों धातुओं ने 30 साल का रिकॉर्ड तोड़ा, आगे भी ऐसी ही उम्मीद ■ दो वर्षों में सोने और चांदी की कीमतों की राह ऊपर की ही रही ■ चालू वित्त वर्ष के पहले छह महीनों में इनमें भारी बढ़त देखी गई ■ निवेशकों के सबसे प्रिय बनकर उमरी दोनों धातुएं

सुझाव

बिजनेस डेस्क

अमेरिका में ऊंची मुद्रास्फीति और धीमी वृद्धि को लेकर पैदा अनिश्चितताओं ने सोने-चांदी में तेजी को हवा दी है। इनके साथ-साथ अमेरिका के बढ़ते कर्ज और ट्रंप प्रशासन के आयात/निर्यात शुल्कों के कारण दुनिया की सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था कीमती धातुओं के दामों में लगातार रिकॉर्ड तेजी का केंद्र बन गई है। पिछले दो वर्षों में सोने और चांदी की कीमतों की राह ऊपर की रही है। लेकिन चालू वित्त वर्ष के पहले छह महीनों में इनमें भारी बढ़त देखी गई है। वित्त वर्ष 26 की पहली छमाही में अंतरराष्ट्रीय सोने ने 22.1 फीसदी का रिटर्न दिया है जो कम से कम 30 वर्षों के बाद किसी पहली छमाही में दर्ज अब तक का सबसे ज्यादा रिटर्न है। इसी तरह चांदी ने 39.5 फीसदी का रिटर्न दिया है जो पिछले तीन दशकों में दूसरा सबसे अच्छा रिटर्न है। इससे पहले, कोविड महामारी के कारण ऐतिहासिक लॉकडाउन वाले वर्ष 2020-21 की पहली छमाही में चांदी ने 66.3 फीसदी का बढ़त दर्ज की थी। ये रिटर्न और कीमतें 30 सितंबर शाम 5.40 बजे की कीमतों पर आधारित हैं। रुपये के लिहाज से वित्त वर्ष 26 की पहली छमाही में सोना 29.5 फीसदी बढ़ा है जो पिछले तीन दशकों में पहली छमाही का सबसे ज्यादा रिटर्न है। चांदी ने 43.1 फीसदी का रिटर्न दिया है जो लॉकडाउन वर्ष (वित्त वर्ष 21) की पहली छमाही की 53 फीसदी बढ़त के बाद दूसरा सर्वश्रेष्ठ आंकड़ा है।



विविधीकरण

लगातार बढ़ रही कीमतें

हालांकि, मंगलवार को सोने और चांदी की कीमतों में मामूली गिरावट के साथ तेजी थमी। सुबह के कारोबार में 3,871 डॉलर प्रति औंस के सर्वकालिक उच्च स्तर पर पहुंचने के बाद सोने की कीमतों में गिरावट आई और यह 3,815 डॉलर के आसपास कारोबार कर रहा था। चांदी भी 47.1 डॉलर प्रति औंस से गिरकर 46.3 डॉलर के आसपास कारोबार कर रही है, जो अपने सर्वकालिक उच्च स्तर 49 डॉलर प्रति औंस से थोड़ा कम है। मुंबई के हाजर बाजार में 995 शुद्धता वाला 24 कैरेट सोना 1,14,887 रुपये प्रति 10 ग्राम (1,16,435 रुपये की शुरुआती कीमत से कम) पर बंद हुआ। चांदी 1,42,434 रुपये प्रति किलोग्राम (सुबह के कारोबार में 1.45 लाख रुपये की कीमत से कम) पर बंद हुई जो अंतरराष्ट्रीय कीमतों के अनुरूप है।

तेजी के ये कारण

सोने में हालिया तेजी का मुख्य कारण अमेरिका में सरकारी कामकाज ठप होने की आशंका है। रिकॉर्ड 37.5 ट्रिलियन डॉलर के कर्ज का वित्तपोषण मुश्किल है और अमेरिका में ट्रंप प्रशासन और कांग्रेस के प्रतिनिधियों के बीच हाल में हुई बैठक में भी बंदी के मुद्दे को सुलझाने को लेकर कोई सकारात्मक नतीजा नहीं निकला। 1971 में अमेरिका में बंद की आशंकाओं के चलते निक्सन प्रशासन ने अमेरिकी डॉलर को सोने में बदलने पर रोक लगा दी थी। पिछले कुछ महीनों से अमेरिकी फेडरल रिजर्व द्वारा ब्याज दरों में बढ़ोतरी, अमेरिका में मुद्रास्फीति की आशंका, अमेरिकी फेड अधिकारियों के खिलाफ सरकार की टिप्पणियों और पश्चिम एशिया में भू-राजनीतिक अनिश्चितताओं ने कीमती धातुओं में तेजी को बढ़ावा दिया है। वैश्विक स्तर पर केंद्रीय बैंक भी सोने के बड़े खरीदार रहे हैं।

आखिर मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी अब कवरेज बेहद जरूरी क्यों?

■ आज की मागदौड़ भरी जिंदगी में काम का प्रेशर तो कभी पैसों की चिंता कर रही परेशान

■ समाज की उम्मीदों को भी पूरा करने का रहता है दबाव, ये सब बढ़ाते हैं तनाव
■ लगातार तनाव की वजह से चिंता और डिप्रेशन जैसी समस्याएं कर रही परेशान
■ ऐसे में जरूरी हो जाता है कवरेज, बिना किसी चिंता के करवा सकते हैं देखभाल



जानकारी मास्कर नेकरकर

मानसिक स्वास्थ्य शारीरिक स्वास्थ्य की तरह ही महत्वपूर्ण है। हाल के समय में कई महत्त्वपूर्ण हरितियों के अपने मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी बातों को खुलकर सामने रखने और भीड़ियों में हो रही चर्चा से इस समस्या के प्रति लोगों में जागरूकता आई है। बहुत से लोग इस बारे में खुलकर बात नहीं करते थे, जिस वजह से इसे कभी प्राथमिकता नहीं समझा गया। आज, चीजें बदल रही हैं। आज की मागदौड़ भरी जिंदगी में कभी काम का प्रेशर होता है, कभी पैसों की चिंता और ऊपर से समाज की उम्मीदों को भी पूरा करना पड़ता है और ये सब मिलकर रोजगारों का तनाव बढ़ाते हैं। इस लगातार तनाव की वजह से चिंता और डिप्रेशन जैसी समस्याएं हो सकती हैं। हालांकि टेकनोलॉजी की मदद से

हम एक दूसरे से जुड़े रहते हैं, लेकिन कई बार इससे हमें अकेलापन या तनाव का एहसास भी होता है, जो हमारे मन पर असर डालता है। समय रहते मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को समाधान करने से स्वास्थ्य में काफी सुधार हो सकता है। ऐसे माहौल में, मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम, 2017 ने इलाज तक पहुंच को बेहतर बनाने में अहम भूमिका निभाई। इस कानून के तहत, भारतीय बीमा विनियामक और विकास प्राधिकरण (आईआरडीएआई) ने दिशानिर्देश जारी किए, जिनके अनुसार 31 अक्टूबर 2022 से सभी हेल्थ इश्योर्स कंपनियों को मानसिक बीमारी से जुड़े इलाज को शारीरिक बीमारी के बराबर मानते हुए कवर करना और उससे जुड़े वेलफेयर स्वीकार करना अनिवार्य कर दिया गया। इसका मतलब है कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़ा रहे लोग अब बिना किसी चिंता के जरूरी देखभाल हासिल



मानसिक स्वास्थ्य के लिए कॉन्प्रिहेंसिव कवरेज के मुख्य लाभ

जल्दी मदद प्राप्त करना आसान : जब मानसिक स्वास्थ्य देखभाल आपके इश्योर्स का हिस्सा हो, तो जरूरत महसूस होते ही मदद लेना ज्यादा आसान और संभव हो जाता है। समय रहते इलाज प्राप्त करने से समस्या ज्यादा गंभीर नहीं होती है और रिकवरी भी जल्दी हो जाती है। हेल्थ इश्योर्स आपको मेडिकल बिल की लागत पर चिंता किए बिना तुरंत समस्या का समाधान करने का आत्मविश्वास देता है।

आपकी जेब पर पड़ता है कम बोझ

मानसिक स्वास्थ्य देखभाल महंगी होती है। इसमें अक्सर नियमित थेरेपी सेशन, दवाएं और कभी-कभी हॉस्पिटल में भर्ती होना शामिल होता है। ये खर्च तेजी से बढ़ सकते हैं और एक समय पर इलाज जारी रखना मुश्किल हो जाता है। एक अच्छे हेल्थ इश्योर्स कवर इन खर्चों का बड़ा हिस्सा चुका देता है, जिससे आप पैसे की चिंता किए बिना अपनी सेहत सुधारने पर ध्यान दे सकते हैं। कृपया ध्यान दें कि प्लान में क्या शामिल है, यह आपके द्वारा चुने गए प्लान के प्रकार पर निर्भर करता है।

हॉस्पिटलाइजेशन के बिना ली गई थेरेपी के लिए कवरेज

कुछ हेल्थ इश्योर्स प्लान में ओपीडी (आउटपैशेंट डिपार्टमेंट) की सुविधा मिलती है, जिसका मतलब है कि हॉस्पिटल में भर्ती हुए बिना भी थेरेपी या काउंसलिंग की सुविधा प्राप्त की जा सकती है। इससे जरूरत पड़ने पर नियमित मानसिक स्वास्थ्य सहायता प्राप्त करना आसान हो जाता है। यह सुविधाजनक और किफायती विकल्प है, जो आपको अपनी देखभाल जारी रखने में मदद करता है।

मौजूदा मानसिक स्वास्थ्य देखभाल में मदद

मानसिक स्वास्थ्य तुरंत ठीक नहीं होता है। कई लोगों को लंबे समय तक मदद की जरूरत होती है, जैसे कि लगातार थेरेपी लेना, दवाइयां लेना या नियमित रूप से मनोचिकित्सक के पास जाना जो इश्योर्स प्लान मानसिक स्वास्थ्य को कवर करते हैं, वे लंबे समय तक इलाज जारी रखने में मदद करते हैं, जिससे भावनात्मक रूप से स्वस्थ बने रहना आसान होता है।

विशेष मानसिक स्वास्थ्य प्लान

सामान्य हेल्थ इश्योर्स के अलावा, कुछ कंपनियां ऑटिज्म, पार्किंसंस रोग और बौद्धिक अक्षमताओं जैसी खास मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों के लिए विशेष प्लान भी प्रदान करते हैं। इन पॉलिसी में आयुष्य उपचारों के लिए भी कवरेज मिल सकती है, जिनमें आयुर्वेद, योग, युगाना, सिद्ध और होम्योपैथी शामिल हैं। कुछ बीमा कंपनियां इन विशेष प्लान के तहत पहले से मौजूद कुछ मानसिक बीमारियों को भी कवर करती हैं। एक संतुलित और अर्थपूर्ण जीवन जीने के लिए मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को समझना बहुत जरूरी है। बचपन से लेकर वृद्धावस्था तक, हमारी मानसिक सेहत इस बात को प्रभावित करती है कि हम क्या सोचते हैं, कैसा महसूस करते हैं और दुनिया के साथ कैसे तालमेल बैठते हैं। अगर हम मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक हों और समय पर देखभाल करें, तो हम एक ऐसा समाज बना सकते हैं जहां हेल्थ शारीरिक स्वास्थ्य के बराबर माना जाए। थेरेपी या मदद लेना कमजोरी नहीं, बल्कि ठीक होने, आगे बढ़ने और मजबूत बनने की एक बड़ी पहल है।

- (लेखक बजाज आलियांज जनरल इश्योर्स के हेल्थ एडमिनिस्ट्रेशन टीम के हेड हैं)

खबर संक्षेप

बच्चों ने दी सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुतियां

चरखी दादरी। सैनिक परिवार भवन आईटीआई में दीक्षांत समारोह केन्द्र निदेशिका कुमारी ममता दाता की अध्यक्षता में आयोजित किया। इस दौरान बच्चों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुतियां दी। आयोजन में स्टैनों हिंदी व अंग्रेजी का प्रशिक्षण पूरा करने वाले बच्चों को विदा किया। बतौर मुख्यतिथि पूर्व गौरव सैनिक सोसायटी प्रधान सुवेदार सोमबीर शर्मा ने बच्चों द्वारा स्वच्छता पखवाड़े के तहत चलाए गए अभियान की सराहना की। उन्होंने कहा कि युवा पीढ़ी मेहतन व परिश्रम कर अपनी स्किल को बढ़ा रही है, पूरा विश्वास है कि हमारे देश के विकास में योगदान देगी व स्वातंत्र्य व आत्मनिर्भर भारत का सपना पूरा करने में सहयोगी बनेगी।

विद्यार्थियों ने स्वच्छता का दिया संदेश

चरखी दादरी। स्वच्छता पखवाड़ा अभियान के तहत स्वतंत्रता सेनानी महात्मा गांधी की जयंती पर आर्य वमा विद्यालय झोझू कलां के छात्र-छात्राओं एवं शिक्षकों ने महा स्वच्छता अभियान शुरू किया। स्वच्छता अभियान का शुभारंभ भाजपा के जिला अध्यक्ष सुनील इंजीनियर, डॉ. सुरेंद्र सांगवान, प्राचार्य डॉ. परमेश चित्तौड़िया, अध्यक्ष अशोक शर्मा, सचिव सुरेंद्र सांगवान, पार्षद प्रतिनिधि सुरेंद्र कुमार, बीडीसी गजेंद्र सांगवान ने हरी झंडी दिखाकर शुरू किया। स्वच्छता अभियान को रवाना करते हुए जिला अध्यक्ष सुनील इंजीनियर ने कहा कि महात्मा गांधी का सपना था कि भारत का प्रत्येक गांव स्वच्छ रहे।

कलाली आईटीआई में चौथा कौशल दीक्षांत समारोह

बाढ़ड़ा। कलाली बलाली स्थित राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान आईटीआई में आज शनिवार को प्रशिक्षण महानिदेशालय डीजीटी, कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्रालय एमएसडीई, भारत सरकार एवं औद्योगिक प्रशिक्षण विभाग पंचकुला, हरियाणा के निदेशानुसार चौथा कौशल दीक्षांत समारोह-2025 धूमधाम से आयोजित किया गया। इसमें अलग अलग कार्यक्रम में प्रथम, द्वितीय व तृतीय विजेताओं को पुरस्कृत किया गया।

आदर्श स्कूल में पीटीएम का किया आयोजन

चरखी दादरी। कस्बा बौदकलां स्थित आदर्श वमा विद्यालय में शनिवार को शिक्षक-अभिभावक बैठक का आयोजन किया गया। विद्यालय के निदेशक प्रताप सिंह यादव ने सभी अभिभावकों को स्वागत करते हुए कहा कि छात्रों के समग्र विकास के लिए आपस में बैठक आवश्यक है। जिससे शिक्षक एवं अभिभावक एक साथ मिलकर छात्रों के भविष्य को बेहतर बनाने में मदद मिल सके।

आईटीआई में छात्रों को नशा न करने की दी सीख

चरखी दादरी। पुलिस ने शनिवार को आईटीआई कलाली-बलाली में स्टूडेंट फेस्टिवल के दौरान नशे के दुष्परिणामों से अवगत करवाया और नशे के खिलाफ अभियान चलाने बारे प्रेरित किया। इसके साथ ही उन्होंने विद्यार्थियों को नशा न करने की शपथ दिलवाई।

खानपान की जानकारी दी

बहल सर्कल में गोद भराई व टॉय मेकिंग वर्कशॉप करवाई

हरिभूमि न्यूज

महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा पोषण माह के अंतर्गत बहल सर्कल में गोद भराई एवं टॉय मेकिंग वर्कशॉप का आयोजन किया। कार्यक्रम में आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं के साथ-साथ बड़ी संख्या में बच्चों के अभिभावकों ने भाग लिया। कार्यक्रम की शुरुआत सुपरवाइजर रिनु ने गोद भराई कार्यक्रम से की, जिसमें गर्भवती महिलाओं को खानपान व स्वास्थ्य देखभाल संबंधी जानकारी दी। इसके पश्चात रॉकेट लॉन्गि संस्था की जिला समन्वयक सुलेखा व

मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान श्रीराम का जीवन चरित्र देश के सभी लोगों के लिए प्रेरणादायी: विपिन सैनी

नगरपालिका चेयरमैन और वाइस चेयरमैन प्रतिनिधि ने किया श्री राम का राज्याभिषेक

हरिभूमि न्यूज

लंका में रावण का वध करने और विभीषण को लंका राज्य सौंपकर भगवान श्री राम अपने अपनी पत्नी सीता और लक्ष्मण के साथ वापस अयोध्या लौट गए। इससे पहले सीता की अग्नि परीक्षा भी ली गई। नगरपालिका चेयरमैन प्रदीप तायल और वाइस चेयरमैन प्रतिनिधि विपिन सैनी ने श्री राम का राज्याभिषेक किया तथा लक्ष्मण, भरत व शत्रुघ्न का भी सम्मान किया। इस मौके पर नगरपालिका



लोहारू। राज्याभिषेक करके रामलीला का मंचन शुरू करवाते हुए। फोटो: हरिभूमि

चेयरमैन प्रदीप तायल ने रा म ली ला समिति को 5100 रुपये का अनुदान दिया

राष्ट्रभावन के साथ काम करते हुए राष्ट्रीय एकता और देश की समृद्धि के लिए काम करना चाहिए। रामलीला मंचन में दौरान लंका में रावण का वध होने के बाद विभीषण को लंका राजा बनाया गया तथा सीता ने भी अग्नि परीक्षा दी। बाद में हनुमान, सुग्रीव, जामवंत और विभीषण ने श्री राम, लक्ष्मण और सीता के साथ अयोध्या तक का सफर तय किया और भगवान श्रीराम के राज्याभिषेक कार्यक्रम में शामिल हुए।

समापन कार्यक्रम में ये रहे मौजूद

समापन कार्यक्रम में पार्षद अजय शर्मा, रवि केडिया, राजेश सैनी, सुनील सोलंकी, संतलाल, प्रतिनिधि अश्विनी सैनी, रामबीर, जितेंद्र भारद्वाज, मार्केट कमिटी वाइस चेयरमैन सुभाष सैनी, मनोज जोशी, प्रवीण जोशी, राजीव वत्स,

भरत सोनी, बिहारी लाल, रामअवतार शर्मा, सुरेंद्र शर्मा सहित अनेक गणमान्य लोग मौजूद रहे। उन्होंने बेहतर रामलीला मंचन के लिए रामलीला समिति सदस्यों, कलाकारों के

दिवाली मनाई गई। रामलीला समिति प्रधान संतलाल सैनी, पवन शर्मा, कैलाश जिंदल, गोपाल तायल आदि समिति सदस्यों रामलीला के सभी कलाकारों और गणमान्य लोगों को स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित भी किया। प्रधान संतलाल सैनी ने रामलीला मंचन

के सफल आयोजन के डायरेक्टर, कलाकारों, पुलिस प्रशासन और शहर के सभी गणमान्य लोगों का आभार प्रकट किया। इस बार रामलीला मंचन में अनेक युवा कलाकारों ने हिस्सा लिया और मंचन को आकर्षक बनाने में योगदान दिया।

सत्ता या पद से बड़ा भाईचारा कर्तव्य व आदर्श: करुणागिरी

हरिभूमि न्यूज

हालवास गेट स्थित लिटिल हार्ट्स पब्लिक स्कूल के सभागार में चल रहे संगीतमयी श्रीराम कथा महायज्ञ का सातवां दिन भक्तिमय माहौल में संपन्न हुआ। कथा व्यास श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर बाल योगिनी संत शिरोमणि साध्वी करुणागिरी ने भगवान श्रीराम, माता शबरी और भरत मिलाप प्रसंग का अत्यंत भावपूर्ण वर्णन किया। कथा स्थल पर भक्तों की भीड़ उमड़ी रही और पूरे वातावरण में 'जय श्रीराम' के जयघोष गूंजते रहे। साध्वी करुणागिरी ने अपने प्रवचन में कहा कि भगवान श्रीराम की लीला केवल कथा नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक कला है।



भिवानी। आयोजित सत्संग में रामकथा करते हुए। फोटो: हरिभूमि

भावविभोर हुए श्रद्धालु

कथा के दौरान कथा स्थल पर संगीत मयी भजनों की स्वर लहरियां वातावरण को पवित्र बना रही थीं। श्रद्धालु भावविभोर होकर भक्ति रस में डूबे रहे। कथा में बड़ी संख्या में श्रद्धालु, महिलाएं और स्थानीय नागरिक उपस्थित रहे। इस अवसर पर कथा आयोजन प्रधान राहुल गोयल, महासचिव संजय गोयल, एमडी पवन गोयल व भावना गोयल, वरिष्ठ प्रकाश शिव भगवान शर्मा, आर एस एस से सत्यनारायण मित्तल, पीसीसीआई अध्यक्ष सुरेंद्र लोडिया, सीमा गोयल, सचिव जैन, राहुल गोयल, विनय गोयल, निश्चल गोयल, ऐश्वर्या रामानंद सिंहल प्रधान सुरेश मंडी, मुरारी लाल तोला, सतीश गोयल, रवि कुमार गोयल, सुमन देवी निमिषा, मेधा, राशी, महक, पुष्पा देवी, नरेन्द्र उर्फ नवु, अमित कुमार सहित अनेक गणमान्य व्यक्तित्व कथा में शामिल रहे।

बच्चों की पढ़ाई को लेकर मंथन पशुओं के भी होते हैं अधिकार: मोहनलाल

हरिभूमि न्यूज

पीएच शिक्षण संस्थान में अभिभावक-शिक्षक बैठक (पीटीएम) का आयोजन किया गया। बैठक का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति पर चर्चा करना और अभिभावकों को उनके बच्चों की पढ़ाई से अवगत करवाना रहा।



चरखी दादरी। पीटीएम में बच्चों की शैक्षणिक रिपोर्ट लेते अभिभावक।

कार्यक्रम की शुरुआत प्राचार्य ओपी तिवारी के स्वागत भाषण से हुई। उन्होंने अभिभावकों को विद्यालय की उपलब्धियों और शिक्षण पद्धतियों की जानकारी दी। इसके बाद विभिन्न कक्षाओं के शिक्षकों ने विद्यार्थियों की अर्धवार्षिक परीक्षा प्रदर्शन पर व्यक्तिगत रिपोर्ट प्रस्तुत की।

डिजिटल शिक्षा पर भी विशेष चर्चा

अभिभावकों ने भी विद्यालय की शिक्षा व्यवस्था, अनुशासन और विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास पर अपने सुझाव दिए और स्कूल की शिक्षण गतिविधियों और कोशल की प्रशंसा की। बच्चों की पढ़ाई के साथ-साथ सह-पाठ्य गतिविधियों और डिजिटल शिक्षा पर भी विशेष चर्चा हुई। प्राचार्य तिवारी ने कहा कि अभिभावक और शिक्षक मिलकर ही विद्यार्थियों का भविष्य उज्ज्वल बना सकते हैं।

विश्व पशु कल्याण दिवस पर गोशाला ट्रस्ट प्रांगण में सेमिनार का हुआ आयोजन

हरिभूमि न्यूज

विश्व पशु कल्याण दिवस पर शनिवार को गोशाला ट्रस्ट के प्रांगण में पशु चिकित्सालय द्वारा सेमिनार का आयोजन किया। कार्यक्रम में बतौर मुख्यतिथि मोहनलाल बुवानीवाला ने शिरकत की। उन्होंने कहा कि 4 अक्टूबर को विश्व पशु कल्याण दिवस के रूप में मनाया जाता है। इसी संदर्भ में शनिवार को सेमिनार का आयोजन किया। उन्होंने कहा कि इंसानों की तरह पशुओं के भी अधिकार होते हैं।



भिवानी। गोशाला ट्रस्ट प्रांगण में विश्व पशु कल्याण दिवस पर सेमिनार को संबोधित करते पशु चिकित्सक। फोटो: हरिभूमि

ये रहे मौजूद

सेमिनार में बोल्ते हुए गोशाला विस्तार अधिकारी मोहनलाल बलसेरा ने कहा कि पशु बेजुबान होते हैं, उनके भी इंसानों की तरह अधिकार होते हैं। इस अवसर पर सत्यप्रकाश, जोगेंद्र, राजकुमार वर्मा, धर्मवीर स्वामी, सुनील यादव, सुक्रम प्रकाश, श्रेष्ठ, निखिल, राहुल, प्रदीप, मनीष व कुलदीप आदि मौजूद रहे।

मानव सबसे श्रेष्ठ प्राणी है, उसने पशुओं के प्रति दया भाव रखना चाहिए। उन्होंने कहा कि गोशाला में विशेष ध्यान रखना चाहिए, ताकि गोवंश पर किसी प्रकार का अत्याचार न हो।

तन-मन-धन से गोवंश की सेवा करें

उन्होंने कहा कि समय पर अच्छा चारा व साफ पानी पिलाया जाए, वे सभी तन-मन-धन से गोवंश की सेवा करें। पशु चिकित्सक विजय सन-सुवाल ने कहा कि वर्ष 2019 के आंकड़ों के अनुसार भिवानी जिले में दो लाख 77 हजार 738 भैंसों व एक लाख 5 हजार 436 गौवंश हैं, जबकि भेड़ों की संख्या 34 हजार 533 व बकरियां 32 हजार 270 हैं। उन्होंने कहा कि पशुपालन विभाग पशुओं के रख-रखाव, उन पर होने वाली ज्यादती आदि पर विशेष ध्यान रखता है। पशुओं को बीमारी से बचाने के लिए गुरुकुं, रावघोट, एलएसडी, भेड़ व बकरियों में सीप पोक्स, पीपीआर व इंडीवी आदि की समय-समय पर वैकसीनेशन की जाती है।

कृष्ण लंबू बने ई रिक्शा चालक यूनियन प्रधान

समाजसेवी रिम्पी फौगाट के कार्यालय में सबकी बैठक हुई।

हरिभूमि न्यूज

ई रिक्शा चलाकर अपने परिवार का पालन पोषण करने वाले सभी चालकों ने समस्याओं के निवारण के लिए बैठक कर कार्यकारिणी का चुनाव किया। आगामी दिनों में आने वाली परेशानियों के निराकरण के लिए कार्यकारिणी बड़े स्तर पर कार्य करेगी।



पहुंचे ई रिक्शा चालकों ने प्रधान पद के लिए कृष्ण लंबू को जिम्मेदारी सौंपी।

बस स्टैंड के पीछे मैदान में समाजसेवी रिम्पी फौगाट के कार्यालय में सबकी बैठक हुई। रिम्पी फौगाट के मार्गदर्शन में ई रिक्शा चालकों ने सर्वसम्मति से जिला कार्यकारिणी को चुना। दादरी व आसपास क्षेत्र से

चरखी दादरी। चालक यूनियन की नई कार्यकारिणी के पदाधिकारी। फोटो: हरिभूमि

यातायात नियमों का पालन करें

सभी चुने गए पदाधिकारियों व सदस्यों ने मनोनिहत साधियों का आभार जताया व संरोसा दिलाया कि ई रिक्शा चालकों की परेशानियों को हल करवाने के लिए अधिक से अधिक काम किया जाएगा। मार्गदर्शक रिम्पी ने सभी से आह्वान

किया कि वो अपने परिवार का पालन पोषण करने के लिए अपना काम करें, इसके साथ ही पूरी तरह से यातायात के नियमों का भी पालन करें, ताकि सड़क पर अव्यवस्था न फैले और आवागमन करने वाले नागरिकों की सुरक्षा बनी रहे।

चुना। इसके साथ ही मनोनिहत सदस्य विनोद रावलधी, विजय दादरी, संदीप समसपुर, राजेंद्र घसीला को जिम्मेदारी दी।

देश का आमजन महंगाई, बेरोजगारी, सरकार की अनदेखी के कठिन दौर से गुजर रहा: गुलिया

कांग्रेस जिलाध्यक्ष के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने किया वोट अधिकार जन चेतना प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज

नेता विपक्ष राहुल गांधी द्वारा उठाई गई 'वोट अधिकार' की आवाज के अनुरूप एवं देश में चोरी होते वोटों बाबत संयुक्त किसान मोर्चा के तत्वावधान में भिवानी के शहीद भगत सिंह चौक पर 22 अगस्त से जन चेतना प्रदर्शन शुरू किया, जो 43वें दिन भी निरंतर जारी रहा। प्रदर्शन का संचालन मोर्चा संयोजक दलीप सिंह सांगवान ने किया। भिवानी जिला कांग्रेस कमेटी के शहरी प्रधान प्रदीप गुलिया ने कांग्रेस कार्यकर्ताओं के



भिवानी। शहीद भगतसिंह चौक पर वोट अधिकार जन चेतना प्रदर्शन में शामिल कांग्रेस जिलाध्यक्ष प्रदीप गुलिया जोगी व अन्य। फोटो: हरिभूमि

साथ प्रदर्शन में भागीदारी की। प्रदर्शन परिवर्तित समय के अनुसार हररोज शाम को 5:30 बजे से 7:00 बजे तक किया जाता है।

सिर्फ कहने को देश में लोकतंत्र

प्रदर्शन में भागीदारी करते प्रदीप गुलिया ने संयुक्त किसान मोर्चा के प्रदर्शनकारियों की लोकतंत्र बचाने की मुहिम को प्रेरणास्रोत बताते हुए कहा कि आज सिर्फ कहने को देश में लोकतंत्र है, अन्यथा शासकों की हर हरकत तानाशाही की ओर इशारा करती है, सिर्फ प्रधानमंत्री के चहेते पूंजीपतियों को छोड़कर देश का हर वर्ग आमजन महंगाई, बेरोजगारी, सरकार की अनदेखी के कठिन दौर से गुजर रहा है। देश में असमंजस की स्थिति बनी है और इन सबके बीच सरकार ने संवैधानिक अधिकारों पर प्रहार करके शासक वर्ग द्वारा नागरिकों के वोट के अधिकार को खत्म करने की ओर कदम बढ़ाए हैं। वर्ष 2014 के बाद चुनाव आयोग व सरकार की मिलीभगत से इंडीएस का दुरुपयोग कर बेनामी वोट बनाकर चुनाव जीता जा रहा है। इस बारे में नेता विपक्ष राहुल गांधी ने दो बार प्रेस कॉन्फ्रेंस करके देश को समझाया है। वोट अधिकार एवं चोरी होते वोटों बाबत आवाज को बुलंद किया है, लेकिन गुड्डा सिर्फ कांग्रेस का मुद्दा नहीं है, ये देश का मुद्दा है।

खबर संक्षेप



**39 ने किया रक्तदान
167 का स्वास्थ्य जांचा**
चरखी दादरी। आरएसएस स्थापना के 50 वर्ष पूरे होने पर मॉडल दादरी जिला बनाओ संगठन ने गोपी, पंचगाव, बाढडा, बेरला में रक्तदान व मेडिकल कैम्प का आयोजन किया, जिसकी अध्यक्षता रविंद्र, मंगल आर्या, प्रदीप फोगाट, बिजेंद्र श्योराण आदि ने की। मुख्यतिथि धर्मपाल रावा, हरेंद्र सिंह, विकास व मोहिंद सिंह रहे। विधिवत आरंभ करवाते हुए संगठन की तारीफ की। एम्स बाढसा की टीम ने 39 यूनिट रक्त का एकजण किया, रक्तदाताओं को बैज लगाए व प्रमाण पत्र बांटे। मेडिकल कैम्प में रोग निदान, गीताजली, आई केयर, आई व्ही की टीम ने 167 के नेत्र व सामान्य रोग जांचे दवा वितरण हुआ। टीम नरेश, संतोष, श्रीभगवान, रंजन बडगुर्जर व सहयोगियों ने सेवा दी।

लोकशाम धनखड़ के निधन पर शोक जताया
बाढडा। गांव जगरामबास निवासी समाजसेवी लोकशाम धनखड़ के निधन पर अनेक सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधियों ने पहुंच कर गहरी संवेदना प्रकट की है। गांव जगरामबास निवासी लोकशाम धनखड़ के निधन पर पंचायत समिति चेयरमैन प्रतिनिधि आनंद फौजी, कन्या गुरुकुल अध्यक्ष ओम प्रकाश पंचगावां, जजपा जिला प्रभारी ऋषिपाल उमरवास, हलकाध्यक्ष विजय श्योराण काकड़ौली, राजेंद्र हुड्डे, मास्टर रणधीर पीटीआई आदि रहे।

पर्यावरण मित्र पवन ने पौधे मेंट कर मनाई खुशी

भिवानी। पुत्र रत्न की प्राप्ति की खुशी में डॉ. बीआर अंबेडकर युथ संगठन के प्रवेश अध्यक्ष पवन मेहरा ने निजी अस्पताल की निदेशक का पौधा भेंट कर धन्यवाद किया। उन्होंने अस्पताल में डॉ. सपना बोहरा को एक पौधा भेंट कर अपने नवजात बेटे को भी पर्यावरण संरक्षण की मुहिम से जोड़ा। पवन ने संकल्प लिया कि उनका बेटा भी अब से हर वर्ष उनकी पर्यावरण मुहिम में शामिल होगा।

प्रीटीएम का उद्देश्य माता-पिता व शिक्षकों के विचारों के संचार को बढ़ावा देना: जिले

चरखी दादरी। पीटीएम का अर्थ केवल शिक्षकों व अभिभावकों की संझ बैठक भर नहीं है, बल्कि इससे बढ़कर इसका उद्देश्य माता-पिता व अध्यापकों के बीच आपसी विचारों के संचार को बढ़ावा देना है, जिससे कि छात्रों की शैक्षिक प्रगति को बेहतर बनाने के लिए अधिक से अधिक काम किया जा सके, ये बात सुभाष चौक स्थित नेहरू हाई स्कूल में आयोजित पीटीएम के दौरान निदेशक जिले सिंह यादव ने कही। प्राचार्य अल्का यादव की अगुवाई में शिक्षकों द्वारा स्कूल परिसर में आए हुए अभिभावकों के संग उनके बच्चों की शिक्षा सहित अन्य सहनामी पाठ्य गतिविधियों में अधिक से अधिक सहभागिता को लेकर चर्चा की। दोनों पक्षों ने मंथन किया कि किस प्रकार बच्चों के सर्वांगीण विकास में सभी सहयोगी बन सकते हैं।

पीटीएम का उद्देश्य माता-पिता व शिक्षकों के विचारों के संचार को बढ़ावा देना: जिले

चरखी दादरी। पीटीएम का अर्थ केवल शिक्षकों व अभिभावकों की संझ बैठक भर नहीं है, बल्कि इससे बढ़कर इसका उद्देश्य माता-पिता व अध्यापकों के बीच आपसी विचारों के संचार को बढ़ावा देना है, जिससे कि छात्रों की शैक्षिक प्रगति को बेहतर बनाने के लिए अधिक से अधिक काम किया जा सके, ये बात सुभाष चौक स्थित नेहरू हाई स्कूल में आयोजित पीटीएम के दौरान निदेशक जिले सिंह यादव ने कही। प्राचार्य अल्का यादव की अगुवाई में शिक्षकों द्वारा स्कूल परिसर में आए हुए अभिभावकों के संग उनके बच्चों की शिक्षा सहित अन्य सहनामी पाठ्य गतिविधियों में अधिक से अधिक सहभागिता को लेकर चर्चा की। दोनों पक्षों ने मंथन किया कि किस प्रकार बच्चों के सर्वांगीण विकास में सभी सहयोगी बन सकते हैं।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, शां. नं. 47, इन्फोवर्ल्ड ट्रेड मार्केट, भिवानी फोन नं. : 8814999151, 9253681005, 8295157800

मृत्यु अंत नहीं है
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है आत्मा पथ प्रदर्शक है।
हरिभूमि
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।
तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन **हरिभूमि** के माध्यम से
साईज संस्करण विशेष छूट राशि
5 X 8 से.मी स्थानीय संस्करण के 10X 8 से.मी अन्दर के पृष्ठ पर
रु. 2000/- छ. 2500/-
+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कई रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
भिवानी : हरिभूमि, शां. नं. 47, इन्फोवर्ल्ड ट्रेड मार्केट, भिवानी फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

प्रदर्शन से सड़क पर लगाया लगा लंबा जाम, वाहन चालक दिखे परेशान संडवा के किसानों ने बाजरे से भरी ट्राली सड़क के बीचों-बीच पलटी



तोशाम। सड़क के बीच में खाली की गई बाजरे से भरी ट्राली, तोशाम में लगा जाम व वाहन व जाम लगा रहे किसानों को समझाती पुलिस।



तोशाम। सड़क के बीच में खाली की गई बाजरे से भरी ट्राली, तोशाम में लगा जाम व वाहन व जाम लगा रहे किसानों को समझाती पुलिस।



तोशाम। सड़क के बीच में खाली की गई बाजरे से भरी ट्राली, तोशाम में लगा जाम व वाहन व जाम लगा रहे किसानों को समझाती पुलिस।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ तोशाम
तोशाम स्थित अनाज मंडी में बाजरे की फसल की खरीद एमएसपी रेट पर ना होने से गुस्साए गांव संडवा के एक किसान ने बाजरे से भरी ट्राली तोशाम-सिवानी मार्ग पर सड़क के बीच खाली कर दी। जिसके कारण तोशाम-सिवानी मार्ग पूर्ण रूप से जाम हो गया, जिससे सूचना मिलते ही पुलिस भी मौके पर पहुंच गई। तत्पश्चात करीबन 1 घंटे तक मार्ग

▶▶ कम रेट पर बाजरा खरीदने का आरोप
किसान लीलाराम के अनुसार किसान ट्रैक्टर ट्राली किराए पर लेकर बाजरा बेचने के लिए मंडी में लाते हैं वहां आने के बाद कम भाव पर उनका बाजरा खरीदा जाता है जो किसानों के साथ धोखा है। इसी बात को लेकर गुस्साए किसान लीलाराम ने दोपहर करीबन एक बजे अपनी बाजरे से भरी ट्राली तोशाम में अनाज मंडी के बाहर सिवानी मार्ग पर खाली कर दी। जिसकी सूचना के बाद पुलिस मौके पर पहुंची। तत्पश्चात मंडी सचिव किसान से मिली तो उन्होंने किसान को समझाया। जिसके बाद करीबन 2:30 बजे किसान ने बाजरा सड़क से वापिस उठाया।
बाजरा 1700 रुपये से लेकर 1850 रुपये प्रति क्विंटल के हिसाब से खरीदा जा रहा है। जिससे किसान को कम से कम करीबन 300 से 400 रुपये प्रति क्विंटल नुकसान हो रहा है। किसान लीलाराम का कहना था

किसान को समझाने का प्रयास
इस संबंध में मार्केट कमिटी सचिव सुदेश कुमारी ने बताया कि किसान ने मंडी में गेट पास ही नहीं कटवाया था। किसान को समझाया गया कि वे गेट पास कटवाकर मंडी में डेरी लगाएं और खरीद एजेंसी के परचेजर को बुलाकर बाजरे की खरीद करवाई जाएगी। सचिव का कहना था कि प्रदेश सरकार की ओर से किसानों को यह सुविधा है कि वे हरियाणा की किसी भी मंडी में अपना अनाज बेच सकते हैं। जहां बेहतर भाव मिलेगा, वहां बिक्री करने की पूरी छूट दी गई है। उन्होंने बताया कि तोशाम मंडी में किसानों को उचित दाम पर खरीद की जा रही है और किसी को किसी प्रकार की परेशानी नहीं होने दी जाएगी।
बाजरा एमएसपी से करीबन 300 से 400 रुपये प्रति क्विंटल कम खरीदा जा रहा है जिससे किसान घाटे में है।

तरुण व गौरव एनडीए में सफल विद्यार्थियों को शिक्षा और करियर की दी जानकारी

सरस्वती विद्या विहार आसलवास दुबिया के तरुण कुमार व गौरव कल्याण ने एनडीए परीक्षा में सफलता पर दी बधाई



भिवानी। एनडीए परीक्षा उत्तीर्ण करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए।

किया सम्मानित
वहीं विद्यालय की हेडमिस्ट्रेस अमिता महता, सचिता जांगड़ा तथा अन्य सभी अध्यापक अध्यापिकाओं ने विद्यार्थियों को हार्दिक बधाई देते हुए कहा कि "हमें पूर्ण विश्वास है कि भविष्य में वह देश सेवा में विद्यालय और क्षेत्र का नाम और ऊंचा करेंगे।" इन दोनों विद्यार्थियों की सफलता से विद्यालय परिवार एवं क्षेत्रवासी गर्व का अनुभव कर रहे हैं और सभी ने उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। विद्यालय के डायरेक्टर अभिषेक ने विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करते हुए कहा कि "मेहनत और लगन से हर विद्यार्थी अपने सपनों को साकार कर सकता है।"

बी.के. कॉलेज ऑफ एजुकेशन, भिवानी खेड़ा में इंटरव्यू प्रोग्राम का सफल आयोजन



भिवानी खेड़ा। भिवानी खेड़ा के बी.के. कॉलेज ऑफ एजुकेशन में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित जन।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी
सरस्वती विद्या विहार विद्यालय, आसलवास दुबिया के लिए गौरव संगठन के प्रवेश अध्यक्ष पवन मेहरा ने निजी अस्पताल की निदेशक का पौधा भेंट कर धन्यवाद किया। उन्होंने अस्पताल में डॉ. सपना बोहरा को एक पौधा भेंट कर अपने नवजात बेटे को भी पर्यावरण संरक्षण की मुहिम से जोड़ा। पवन ने संकल्प लिया कि उनका बेटा भी अब से हर वर्ष उनकी पर्यावरण मुहिम में शामिल होगा।

भिवानी। एनडीए परीक्षा उत्तीर्ण करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए।
"तरुण और गौरव ने यह सिद्ध कर दिया कि कठिन मेहनत, अनुशासन और आत्मविश्वास से कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं है।" विद्यालय के चेयरमैन राजबीर सिंह ने भी विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि "तरुण व गौरव की यह उपलब्धि पूरे विद्यालय परिवार के लिए प्रेरणा है।"

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी खेड़ा
भिवानी खेड़ा के बी.के. कॉलेज ऑफ एजुकेशन, नए शैक्षणिक सत्र 2025-26 की शुरुआत के अवसर पर इंटरव्यू प्रोग्राम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को कॉलेज की शिक्षण प्रक्रिया, नियमावली, प्रशिक्षण पद्धति और भविष्य की शैक्षिक गतिविधियों से परिचित कराना था।
कार्यक्रम में कॉलेज के प्राचार्य डॉ. रविंदर ने विद्यार्थियों को शिक्षक शिक्षा के महत्त्व,

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी खेड़ा
अनुशासन और समर्पण के साथ अध्ययन करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने शिक्षा के क्षेत्र में उपलब्ध कैरियर अवसरों और भविष्य की संभावनाओं के बारे में भी विस्तारपूर्वक जानकारी दी। इस अवसर पर संस्था के वरिष्ठ सदस्य सुरेश जांगड़ा ने नई शिक्षा नीति 2020 के बारे में बच्चों को विस्तारपूर्वक बताया।

हरिभूमि आवश्यक सूचना

जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, शां. नं. 47, इन्फोवर्ल्ड ट्रेड मार्केट, भिवानी फोन नं. : 8814999151, 9253681005, 8295157800

कविता पाठ में पाणिनी सदन प्रथम

हिंदी कविता पाठ प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा



भिवानी। शिक्षकों के साथ विजेता विद्यार्थी।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी
शनिवार को दी आँकवुड विद्यालय में अंतर सदनिय कविता पाठ प्रतियोगिता का आयोजन हुआ। इस दौरान विद्यार्थियों को अलग-अलग सदन अनुसार चार भागों में बांटा तथा प्रत्येक सदन से चार प्रतिभागियों को प्रतियोगिता में भाग लेने को आमंत्रित किया। इस बात का विशेष ध्यान रखा गया कि सदन में छोटे व बड़े बच्चों का सही अनुपात निर्धारित किया जा सके। प्रातः कालीन सभा में मां सरस्वती की आराधना के पश्चात कार्यक्रम को विधिवत आरंभ किया। सभी प्रतिभागियों ने अपनी अभिरुचि के अनुसार कविताओं का शानदार चयन किया।

परिणाम घोषित किया
निर्णायक मंडल ने विद्यार्थियों के उच्चारण, कविता सामग्री चयन तथा प्रस्तुतिकरण के आधार पर परिणाम घोषित किया। प्राचार्य सज्जन भारद्वाज ने बताया कि चारों सदन में बेहद कड़ा मुकाबला रहा, जिसमें पाणिनी सदन ने प्रथम स्थान पर कब्जा किया। अगस्त्य सदन ने द्वितीय तथा कणाद सदन ने तृतीय स्थान जीता। प्राचार्य ने सभी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र एवं पुरस्कार प्रदान किये और सभी विद्यार्थियों का उत्साह वर्धन किया। उन्होंने कहा कि किसी भी प्रतियोगिता में स्थान प्राप्त करने से ज्यादा महत्वपूर्ण प्रतियोगिता में पूरे मन व आत्मविश्वास से भाग लेना है, जिससे आपके मन में आत्मविश्वास बढ़ता है तथा भविष्य में आप बेहतर प्रस्तुतियां दे पाते हैं। विद्यालय निदेशक दिनेश सिंह व मानवेंद्र सिंह ने भी विद्यार्थियों की प्रस्तुतियों को बेहद सराहा।

उपलब्धि सुजीत ने 65 किलोग्राम भारवर्ग में रखी चुनौती, देश के लिए जीतेंगे मेडल : योगेश

इमलोटा के युवा पहलवान सुजीत कलकल ने किया गांव का नाम रोशन

सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व



सुजीत कलकल।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चरखी दादरी
गांव इमलोटा निवासी युवा पहलवान सुजीत कलकल ने एक बार फिर अपने प्रदर्शन के जरिए पूरे भारत में दादरी जिले के नाम को रोशन किया है। अब आगामी दिनों में ये युवा इंटरनेशनल लेवल पर होने वाली बड़ी स्पर्धा में देश के लिए चुनौती रखेगा।
इस संबंध में दादरी जिला कुश्ती संघ के सचिव योगेश इमलोटा ने बताया कि लखनऊ में अंडर 23 वर्ल्ड रेसलिंग चैम्पियनशिप के

अब यह युवा इंटरनेशनल लेवल पर होने वाली बड़ी स्पर्धा में दिखाएगा प्रतिभा
लिफ्ट ट्रायल का आयोजन किया, जिसमें पूरे देश के पहलवानों ने हिस्सा लिया था। सुजीत ने भारवर्ग 65 किलोग्राम में अपनी चुनौती रखी। उसने सर्विसेज के पहलवान मोहित को 10-0 से शानदार तरीके से हराया व आगामी दिनों में यूरोप के देश सर्बिया में होने वाली बड़ी स्पर्धा के लिए अपना टिकट पक्का कर लिया है। यह इंटरनेशनल चैम्पियनशिप आगामी 20 से 27 अक्टूबर तक होगी। उम्मीद है कि सुजीत अपना शानदार प्रदर्शन यहां

सैंकड़ों कार्यकर्ता किसान रैली के लिए रवाना

भिवानी। अखिल भारतीय किसान सभा के दो दिन के राज्य सम्मेलन पर होने वाली भट्ट फतेहाबाद किसान रैली में भाग लेने के लिए भिवानी दादरी से सैंकड़ों किसान भिवानी से रवाना हुए। भट्ट फतेहाबाद रैली के लिए किसान सभा से सिवानी, तोशाम, बहल, लोहारू, कैरू, दादरी, भवानीखेड़ा व भिवानी तहसीलों से सैंकड़ों कार्यकर्ता अपने साधन लेकर रैली स्थल पर पहुंचे। कार्यकर्ताओं का नेतृत्व किसान सभा भिवानी के प्रधान रामफल देशवाल, उपप्रधान कामरेड ओमप्रकाश, जिला सचिव मास्टर जगरोशन तथा जिला कोषाध्यक्ष मास्टर उमराव सिंह कर रहे हैं। कहा कि भट्ट किसान रैली में हरियाणा भर से हजारों गांव में बाढ़ व जलप्रभाव की निकासी, बाबाद फसलों व मकानों का न्यायोचित मुआवजा आदि मांगें रखेंगे।

चौटाला ने भाजपा सरकार पर ली चुटकी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिवानी
रोहताक गेट स्थित चौ. देवीलाल सदन में शनिवार को जननायक जनता पार्टी का जिला स्तरीय कार्यकर्ता सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस सम्मेलन में जजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ अजय सिंह चौटाला ने शिरकत की। इस दौरान उनके साथ अजेजी प्रदेश अध्यक्ष बृज शर्मा, राष्ट्रीय संगठन सचिव राजेंद्र लितानी भी मौजूद रहे। जिला स्तरीय सम्मेलन के दौरान जजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अजय सिंह चौटाला ने केंद्र सरकार और सरकार पर जमकर हमला बोला। उन्होंने देश और प्रदेश में बड़े बदलाव की जरूरत पर जोर दिया और इसके लिए उन्होंने सभी से एकजुट होने का आह्वान किया। सम्मेलन की संबोधित करते हुए जजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ अजय सिंह चौटाला ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार को आड़े हाथों लिया। उन्होंने कहा कि पिछले 11 सालों से भाजपा सरकार देश पर एक छत्र राज कर रही है, लेकिन असल में सरकार अंबानी व अडानी की है।



सिंह चौटाला ने केंद्र सरकार और सरकार पर जमकर हमला बोला। उन्होंने देश और प्रदेश में बड़े बदलाव की जरूरत पर जोर दिया और इसके लिए उन्होंने सभी से एकजुट होने का आह्वान किया। सम्मेलन की संबोधित करते हुए जजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ अजय सिंह चौटाला ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार को आड़े हाथों लिया। उन्होंने कहा कि पिछले 11 सालों से भाजपा सरकार देश पर एक छत्र राज कर रही है, लेकिन असल में सरकार अंबानी व अडानी की है।

सागवान में दो दिवसीय निःशुल्क चिकित्सा

तोशाम। ऑल इंडिया किसान खेत मजदूर संगठन (एआईकेएमएस) की पहल पर गांव सागवान में दो दिवसीय निःशुल्क चिकित्सा राहत शिविर का शुभारंभ किया गया। प्राकृतिक आपदाओं में हमेशा ही आगे रहने वाले राष्ट्रीय संगठन मेडिकल सर्विस सेंटर (एमएससी) की पीजीआईएमएस, रोहताक यूनिट की दस सदस्यीय टीम ने शनिवार को ग्रामवासियों को निःशुल्क दवाइयां व चिकित्सा सेवाएं प्रदान कीं। शिविर के दौरान शनिवार को करीबन 200 मरीजों को चिकित्सीय सलाह और दवाइयां वितरित की गई हैं। यह राहत शिविर रविवार 5 अक्टूबर के दिन भी जारी रहेगा। डॉक्टरों ने बताया कि गांव में लोग चर्म रोग, नाक और गले की बीमारी, जोड़ों का दर्द, दूषित पानी जनित बीमारियों से ग्रसित हैं।

सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व

सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व
सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व
सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व

सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व
सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व
सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व

सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व
सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व
सुजीत अंडर 23 वर्ल्ड चैम्पियनशिप में करेगा भारत का प्रतिनिधित्व

कवर स्टोरी
डॉ. गरिमा संजय दुबे

आज के दौर की जीवनशैली इतनी तेज हो चुकी है कि हर कोई, सब कुछ तुरंत पा लेना चाहता है। तुरंत सफल न होने पर हम तनाव और अवसाद से घिर जाते हैं। जल्दबाजी की इस प्रवृत्ति के कारण हम जीवन का आनंद लेना ही भूलते जा रहे हैं। ऐसे में बहुत जरूरी है कि हम जरा ठहरें और जीवन को संतुलन के साथ जीने का प्रयास करें।

किस बात की है इतनी जल्दबाजी!



महान संत कवि कबीर दास का प्रसिद्ध दोहा है-
धीरे-धीरे रे बना, धीरे सब कुछ होय।
गाली सीधे सो घडा, ऋतु आये फल होय।।

इसमें कबीर दास जी कहते हैं कि मन में धीरज रखने से ही सब होता है। यानी किसी कार्य को पूरा होने में निर्धारित समय लगता है। इसलिए अनावश्यक जल्दबाजी या अधीर होना सही नहीं है। अकसर लोग यह भी कहते सुने जाते हैं कि समय से पहले और भाग्य से अधिक कुछ नहीं मिलता। यदि यहां भाग्य को नकार भी दिया जाए तो समय को तो नकारा नहीं जा सकता। लेकिन आज की भाग-दौड़ भरी जिंदगी और उस पर दिखावे के साथ भौतिकतावादी तत्वों के आकर्षण ने केवल युवा ही नहीं प्रौढ़ और अंधे उम्र के व्यक्तियों को भी अपनी चपेट में ले लिया है। इस वजह से लोगों में धीरज कम होता जा रहा है। हर कोई सब कुछ जल्द से जल्द पा लेना चाहता है। क्यों बढ़ रही है यह मनोवृत्ति, इसके क्या हैं परिणाम और इससे बचने के उपायों के बारे में हम सभी को विचार करना जरूरी है।

पहचान पाने की होड़

यह सही है कि इस दुनिया में हर इंसान अपनी अलग विशिष्ट पहचान बनाने के लिए संघर्ष करता है, करना भी चाहिए। लेकिन आज यह प्रवृत्ति बड़ी तेजी से असंतुलन का कारण बनती जा रही है। एक-दूसरे से अंतहीन होड़, उसकी कमीज मेरी कमीज से सफेद कैसे की तर्ज पर, अब यह अहंकार पुष्टि का पर्याय भी बनती जा रही है। अपनी अलग पहचान बनाने की इच्छा बुरी नहीं है, लेकिन उसकी हड़बड़ी जरूर व्यक्तिगत में असंतुलन पैदा कर सकती है। सब कुछ एक साथ, अभी के अभी मुझे मिल जाए। मैं हर जगह मौजूद रहूं, हर कहीं, पुरस्कार केवल मेरे हिस्से में आए, केवल मेरी ही चर्चा हो, सब मुझे चाहें, सब मुझे सराहें, केवल मेरे पास ही सब हो, सब मेरी सुनें, सब मेरे ज्ञान से लाभान्वित हो (गोया कि ज्ञान पर केवल आपका कॉपीराइट है) और मैं इस वाह-वाह के बादलों पर सवार हो उड़ान भरूं। ऐसी सोच ना तो पूरी तरह व्यावहारिक है और ना ही सही कही जा सकती है।

सोशल मीडिया की भूमिका

वास्तव में देखा जाए तो पहले की तुलना में पहचान का संकेत अब उतना रहा नहीं है कि आपमें कोई विशिष्ट गुण हो और आप अन्तर्दृष्टि रह जाएं। सोशल मीडिया ने प्रचार-प्रसार के तमाम साधन उपलब्ध करवाए हैं। हालांकि सोशल मीडिया के कई लाभ हैं तो कई नुकसान भी हैं। इसके जरिए पाँपुलर होने की धुन में इन दिनों रील बनाने की लत युवाओं को लग गई है। इस लत के चलते कई बार सफलता मिलने के बाद फिर फॉलोअर्स में कमी आने पर युवा अवसाद में भी चले जाते हैं। इससे

आत्महत्याओं की खबरें भी आती रहती हैं, जो बेहद चिंताजनक हैं। सोशल मीडिया के जरिए रातों-रात सफलता मिलने पर उसे सही तरीके से संतुलित करने का प्रयास होना चाहिए और उसकी लत से जीवन समाप्त कर देने की अति से भी बचा जाना चाहिए। यही नहीं इंस्टेंट सबसेस की चाह आज के दौर में सब कुछ बहुत तेजी से बदल रहा है। जीवनशैली में इस भाग-दौड़ की प्रवृत्ति का यह असर है कि लोग कामयाबी भी जल्दी हासिल करना चाहते हैं। इसके साथ ही आजकल कुछ लोग, दूसरे सफल लोगों की उपलब्धियों को देख-देखकर हीनभावना से ग्रस्त होने लगते हैं। सफलता पाने की आस कतई गलत नहीं है। सबके अपने-अपने लक्ष्य होते हैं, जिन्हें पाने का वे प्रयास करते हैं। लेकिन जीवन में कोई भी बड़ी सफलता इंस्टेंटली नहीं मिलती है। हमें नहीं भूलना चाहिए कि बड़ी सफलता पाने के लिए सही हुई निरंतर गति, प्रयास और स्तरीय रचनाधर्मिता जरूरी होती है। लक्ष्य की प्राप्ति, धैर्य के साथ सही प्रयास की मांग करती है। स्थायी सफलता, छोटे-छोटे लेकिन सार्थक कदमों का परिणाम होती है।

सबकी क्षमताएं होती हैं भिन्न

किसी को सफल देखकर हम यह नहीं सोचते कि उस व्यक्ति की क्षमता, योग्यता, समय की उपलब्धि, जिम्मेदारियों का प्रकार अलग हो सकता है। आमतौर पर किसी को सफल देखकर हम दो तरीके से प्रतिक्रिया देते हैं। एक, जब वो कर सकता या सकती है तो मैं क्यों नहीं? दूसरी, अरे उनके पास कोई काम-काज है नहीं, फुर्सत रहती है, इसलिए बस लगे रहते हैं। भई हमें तो और भी बहुत काम हैं। इसलिए उनके जैसी सफलता नहीं पा सके। दोनों ही प्रतिक्रियाएं अतिवादी हैं और गलत भी। न तो हर कोई हर कार्य कर सकता है और न ही वो इसलिए अच्छा काम कर पा रहा है, है क्योंकि उसके पास फालतू का टाइम रहता है। आपको समझना चाहिए कि उस व्यक्ति की लगन, प्रयास और समय प्रबंधन आपसे बेहतर है। जिस तरह यह कहा जाता है कि हर

बच्चा एक जैसा नहीं होता, सबकी अपनी-अपनी क्षमता होती है, ठीक यही बात बड़ों को भी समझनी होगी कि हम सब भिन्न-भिन्न प्रकृति के, भिन्न-भिन्न योग्यता वाले इंसान हैं। कोई कवि है, कोई खिलौना, कोई अच्चा खाना बनाता है तो कोई अच्छा गाता है, कोई सामाजिक स्तर पर सक्रिय है तो कोई चरलू मोर्चे पर सफल है, किसी ने जाँच को प्राथमिकता माना है तो किसी ने घर को, हममें से कोई भी असफल नहीं है। हमें अपने क्षेत्र में प्रवीणता हासिल कर सफल होने का प्रयास करना चाहिए, न कि दूसरों की नकल करके या उससे ईर्ष्या करके उस क्षेत्र में प्रयास करना चाहिए, जिसकी प्रतिभा हम में ही हो नहीं।

खुद को ना मानें असफल

ऐसा सोचना सही नहीं है कि जिसकी चर्चा अधिक होती है, तो वह सफल है। यदि किसी व्यक्ति में दुनिया को बताने या चर्चित होने के लिए कोई विशेष गुण न भी हो, तो भी वह एक व्यक्ति एक इकाई के रूप में तो सफल है ही। आखिर हम पर सफलता का इतना दबाव क्यों होना चाहिए? हमें सोचना चाहिए कि इससे क्या फर्क पड़ता है, यदि मुझे कुछ कम लोग जानते हैं? किसी को 2000 लोग जानते हैं और किसी को 500 तो क्या फर्क पड़ जाएगा? आपको सफलता का मानक सिर्फ आपकी सोशल पॉपुलैरिटी पर निर्भर नहीं करता है। इसका एक मानक यह भी है कि आपकी अपने परिवार, अपने सोशल और फ्रेंड सर्कल में कैसी इमेज है? आप अपने दायित्वों का कितनी अच्छी तरह से निर्वहन करते हैं?

सही नहीं जल्दबाजी का तनाव

यह कहना गलत नहीं होगा कि आधुनिक जीवनशैली ने स्लो एंड स्टेडी की जगह हमें फास्ट एंड फ्यूरियस बना दिया है। धैर्यवान की जगह हम में से अधिकतर अधीर होते जा रहे हैं। शांति के बजाय मन में बेचैनी सी छाई रहती है। अपने साथ दूसरों की उन्नति देख प्रसन्न होने की जगह ईर्ष्या का भाव जन्म लेने लगता है। सफलता की चाह में सक्रिय होने के बजाय हाइपर एक्टिव होते जा रहे हैं हम। इससे हम अनचाहे तनाव से धिरकर अपने जीवन को अशांत और अव्यवस्थित बना लेते हैं। ऐसे में उदरकर विचार करने की जरूरत है। कहते हैं, 'अति सर्वत्र वर्जयेत।' जरूरत से अधिक सक्रियता, तेजी और जल्दबाजी, स्वास्थ्य और मानसिक स्थिरता को नष्ट कर देती है। थोड़ा धैर्य और थोड़ी स्थिरता से हम बेहतर परिणाम पा सकते हैं। *

दोहे
प्रो. शरद नाशरवाण खरे

शरद पूर्णिमा



श्रमिय बरसात चांद से, गंगलमय है नेह। हृदय ब्रतत आश्रय में, हुई तरंगित देर। शशि की किरणें शुभ हैं, अंतर में आनंद। पूर्णमासी आ गई, सबको आनंद पसंद। प्रीति बढ़ी परवान है, मादक हुए दिवार। तम ने खाई मात है, निखर रहा श्रमियार। प्रेमातुर संसार है, दादों का विस्तार। सबको आकर्षित करे, देखो अब श्रमियार। छत पर बैठा है युगल, ले राश्यों में लक्ष। चंद्रा भी देने लगा, प्रेमपलों का साथ। रिखलती झोलना भली, बाँट रही जो प्यार। खीर खा रहा है जगत, बढ़ने लगा दुतार। शरद लिंगा चोखी हुई, बनी एक सौगात। कोमल है अब घेतना, दिव्य हुए उज्जात। शरद चांद में है दमक, नया लुआ संसार। प्रकृति पा गई प्रेम का, श्रुपुन बन उपहार।

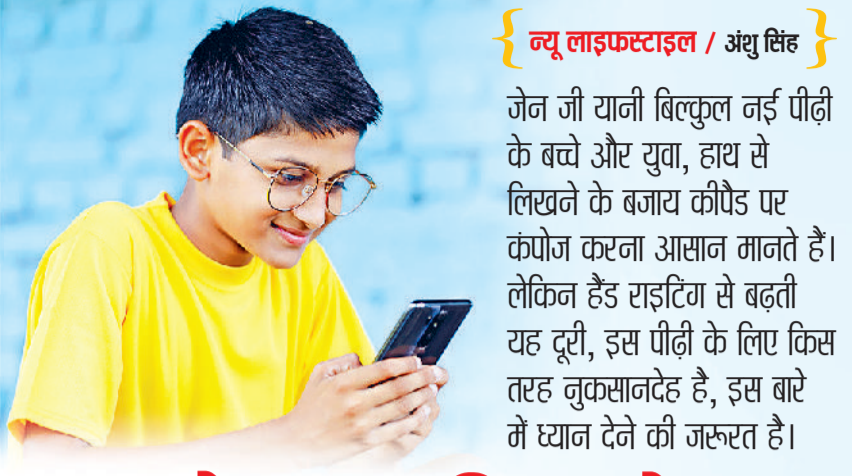
लंघ्य / अशोक गौतम

मंत्री जी का जंगलारोपण इवेंट

मंत्री जी ने चमचों के साथ दो घंटे से चल रही गणों की गंभीर बैठक अचानक रोकी और पीए को बुलाया, 'पीए साहब! इस महीने के सारे जनहित काम हो गए न? देखो, हमें पेंडिंग कर्नाई पसंद नहीं।' 'जी जनाब! आपके चुनाव क्षेत्र के बाढ़ग्रस्त परिवार का भाभी जी ने पूरा दौरा कर लिया। वह भी एक बार नहीं, चार-चार बार ताकि चुनाव क्षेत्र का कोई भी बाढ़ग्रस्त कोना उनकी आँखों से ओझल न रहे। आपके बाढ़ प्रभावितों के प्रति संवेदनाओं को लेकर जितने प्रेस नोट और फोटो अखबारों में छपे, वे दूसरे मंत्रियों से दुखने ही छपे। बधाई हो सर!'



'गुड! वरी गुड! और अब इस माह का बचा क्या है जनता को करने को?' 'सर! साँरी! एक बात तो बताना भूल ही गया था।' कहते हुए पीए ने अपना सिर झुका लिया तो मंत्री जी ने पूछा, 'क्या?' 'सर! बरसात गुजर गई। पर सर, इस बार आपके कर कमलों द्वारा अब तक सद्भावना का पौधा नहीं लगा।' 'क्यों?' 'सर आप जनहित के दूसरे कामों में व्यस्त ही इतने थे कि मुझे लगा आप ओवर लोडेड हो जाएंगे। लेकिन सर! हर साल आपका पर्यावरण बचाने के लिए पौधा लगाना बहुत जरूरी है। आपका लगाया एक पौधा लाखों पौधों में जान फूंकता है सर! जब तक आप पौधा नहीं लगाते, जनता भले ही कितने ही पौधे क्यों न लगा ले, उनका कोई महत्व नहीं होता। वे पर्यावरण की रक्षा नहीं कर पाते। वे जंगल नहीं बन पाते।' 'पर, ये इतना जरूरी है क्या?' मंत्री जी ने पूछा। 'सर! आपको पर्यावरण हित में पौधा हर हाल में लगाना होगा। अगर आप पौधा नहीं लगाएंगे तो ग्लोबल वार्मिंग और बढ़ जाएगी। अगर आप पौधा नहीं लगाएंगे तो अगले साल बसंत में ही लू चलनी शुरू हो जाएगी। इसलिए जनहित में आपको पौधा लगाना ही होगा सर।' 'अच्छा! पर यार लगाएंगे कहां?' 'इसका भी इंतजाम मैंने कर लिया है सर! आप अपने ऑफिस में ही जंगलारोपण करेंगे।' 'ऑफिस में! यहां मेरे कठोर अनुशासन के उर से पौधा सूख गया तो?' 'आप चिंता न करें जनाब! आपके विभाग के सारे अफसर बुला लिए जाएंगे। वे और करते भी क्या हैं सर? और आपके जंगल-महोत्सव में जो सबसे हटकर होगा वह ये कि सब हरे कपड़े, हरे जूते, हरे मौजे, मुंह पर हरा रंग पोते आएं ताकि पौधा लगने से पहले ही वातावरण हरा-भरा हो जाए।' 'पर पौधा किस चीज का लगाएंगे? तुम्हें तो पता है कि हम सेकुलर कम नॉन सेकुलर हैं। सब में पौधे को लेकर भी मेरी तरह भ्रम की स्थिति बनी रहनी चाहिए।' 'सब समझ गया जनाब! आप चिंता न करें! ऐसा ही होगा। सर! अब बजट की बात भी हो जाए तो?' 'बजट कितना?' 'सर! मोटा-मोटा एक लाख रख लीजिए। आपके जंगलारोपण के बाद सबको लंच, गमले में लगा नॉन सेकुलर कम सेकुलर पौधा देंगे।' 'डोट वरी, बस! इवेंट चकाचक हो जाए हर बार की तरह! और हां! मीडिया को बता देना कि पौधे से अधिक फोकस मुझ पर हो।' 'मेरे होते हुए चिंता की कोई बात नहीं जनाब।' पीए साहब ने उन्हें हद से अधिक आश्चर्य किया और कल के मंत्री जी के जंगल-महोत्सव हेतु उनके विभाग के मुखियाओं को अपने कमरे में आ मंत्री जी से भी अधिक गंभीर हो आवश्यक दिशा निर्देश देने में जुट गए। *



हैंड राइटिंग से बच रही जेन जी

आज की डिजिटल तकनीक के विस्फोट ने जहां हमारे संवाद और सीखने के तरीके को बदल दिया है। दूसरी ओर बच्चों की मोबाइल फोन और वीडियो गेम्स की लत से पहले से परेशान पैरेंट्स, अब उनकी लिखावट को लेकर भी चिंता रहने लगे हैं। खासकर जेन जी पीढ़ी (पीयू रिसर्च के मुताबिक, जेन जी यानी जेनरेशन जेड, वह पीढ़ी है, जो 1997 और 2012 के बीच पैदा हुई है। इन्हें

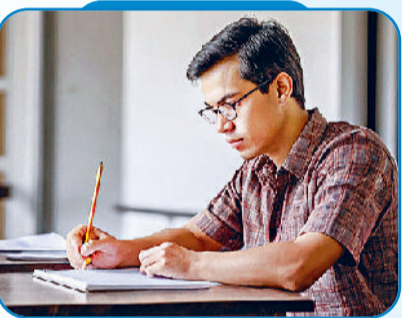
न्यू लाइफस्टाइल / अंशु सिंह

जेन जी यानी बिल्कुल नई पीढ़ी के बच्चे और युवा, हाथ से लिखने के बजाय कीपैड पर कंपोज करना आसान मानते हैं। लेकिन हैंड राइटिंग से बढ़ती यह दूरी, इस पीढ़ी के लिए किस तरह नुकसानदेह है, इस बारे में ध्यान देने की जरूरत है।



जमर्स या पोस्ट मिलेनियल्स भी कहते हैं।) पेन और पेंसिल से बचने लगी है। इसलिए वे हाथ से लिखना भूलते जा रहे हैं, जो चिंता का विषय है। अध्ययनों के अनुसार, हाथ से लिखना साक्षरता और संज्ञानात्मक विकास के लिए महत्वपूर्ण होता है। **नहीं लिखना चाहती नई पीढ़ी:** कोविड के दौरान जब ऑनलाइन क्लासेज का सिलसिला शुरू हुआ, तो बच्चों का डिजिटल समय पहले से कई गुणा बढ़ गया। उस दौर में शिक्षा जारी रखने का दूसरा कोई विकल्प भी नहीं था। लेकिन एक समय के बाद शिक्षकों और पैरेंट्स दोनों को आभास हुआ कि बच्चे लिखना नहीं चाह रहे। वे हाथ से लिखने से बच रहे हैं। अब स्टेवंगर यूनिवर्सिटी का एक अध्ययन बताता है कि करीब 40 फीसदी जेन जी पीढ़ी हस्तलिखित संवाद पर अपनी पकड़ खोती जा रही है। कम से कम शब्दों में सूचनाएं देने की कोशिश करते हैं। कई बार सिर्फ 10 शब्दों में पूरी बात खत्म हो जाती है। ये स्लैंग के माध्यम से साझा किए गए छोटे विचार होते हैं। इससे लिखने की आदत छूटती जा रही है। स्टेवंगर यूनिवर्सिटी की प्रोफेसर नेदरेट किलिसेरी ने जब इस प्रवृत्ति पर शोध किया तो पाया कि इन दिनों कॉलेज स्टूडेंट्स के पास बुनियादी लेखन कौशल की कमी होती जा रही है। वे लंबे वाक्य संरचनाओं के बजाय छोटे वाक्य लिख रहे हैं। कलम की जगह की-बोर्ड का प्रयोग करने के कारण कई स्टूडेंट्स के लिए कागज पर खुद को ठीक से अभिव्यक्त करना

मुश्किल हो रहा है। वे न पत्र लिख पाते हैं और न ही ऑपचारिक ई-मेल। यही पीढ़ी जब वर्कफोर्स का हिस्सा बनती है तो उन्हें कई प्रकार की चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। उनकी प्रेजेंटेशन स्किल से लेकर अन्य कौशल प्रभावित होते हैं। **हस्तलिपि से बढ़ती है यादशक्ति:** शिक्षा में हस्तलेखन एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, जो संज्ञानात्मक विकास, सीखने की क्षमता को बनाए रखने और शैक्षणिक प्रदर्शन में योगदान देता है। जब बच्चे हाथ से लिखना सीखते हैं, तो उनके मस्तिष्क के कई क्षेत्र सक्रिय होते हैं, जो गतिशील कौशल, स्मृति और भाषा अधिग्रहण के लिए महत्वपूर्ण होते हैं। इसके अलावा, यह प्रक्रिया तंत्रिका संबंधों को बढ़ाती है, जो पढ़ने और लिखने में सहायक होते हैं। साक्षरता और समग्र संज्ञानात्मक विकास की नींव रखते हैं। हस्तलेखन केवल संज्ञानात्मक लाभ ही नहीं प्रदान करता, यह रचनात्मकता और व्यक्तिगत अभिव्यक्ति को भी बढ़ावा देता है। प्रत्येक छात्र की अनूठी लेखन शैली उनके आत्मविश्वास और संलग्नता को बढ़ा सकती है, जिससे सीखने का अनुभव अधिक व्यक्तिगत और सार्थक बन जाता है। इसके अतिरिक्त, हस्तलेखन अनुशासन और



एकाग्रता को बढ़ावा देता है। इससे याददाश्त तेज होती है। तभी प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले नेट्स बनाने पर ध्यान देते हैं। लिखने का अभ्यास करते हैं। **मानसिक रोगों से निपटने में मददगार:** नॉर्वेजियन यूनिवर्सिटी ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी में न्यूरोसाइकोलॉजी की प्रोफेसर ऑर्डे वैन डेर मीर के अनुसार, हाथ से कुछ लिखना, टाइप करने की तुलना में मस्तिष्क पर अलग तरह से प्रभाव डालता है। इससे छात्र लिखी गई जानकारी को बेहतर ढंग से याद रख पाते हैं। कोई भी पीढ़ी हस्तलिपि के फायदों को नजरअंदाज नहीं कर सकती, क्योंकि हाथ से लिखने के अनेक लाभ हैं। इससे अलग हटकर सोचने में मदद मिलती है। यह दिमाग को दैनिक दिनचर्या से हटकर खुद को अभिव्यक्त करने की आजादी देता है। अकसर जब हमारा मन किसी खास चिंता में घिरा रहता है, तो हाथ से लिखने पर विचारों की गति धीमी होती जाती है। मनोचिकित्सकों का कहना है कि हस्तलेखन से अवसाद और चिंता दूर होती है। *

इंजेक्शन की नवीन तकनीक से स्पाइन रोगों का उपचार

दिल्ली, पिपल, म.प्र.
मुख्यमंत्री मध्यप्रदेश ने डॉ. प्रमोद पहारिया को ग्राइड ऑफ एम.पी. अवार्ड दिया।

इस ट्रीटमेंट की कितनी बार आवश्यकता होती है?
सर्जरी के बिना ही सिर्फ इंजेक्शन तकनीक के जरिये स्पाइन (रीढ़) रोगों का बेहतर और विश्वसनीय उपचार विश्वविख्यात डॉ. प्रमोद पहारिया द्वारा ग्वालियर में हो रहा है। आइये जानते हैं इस तकनीक के असाधारण लाभ-

दोबारा दबाव आ जाता है तो उसमें भी यह तकनीकी कारण है।
किस उम्र के लिये यह चिकित्सा है?
15 से 85 वर्ष के मरीजों के लिये।
एक डिस्क लेवल के ट्रीटमेंट में कितना खर्च आता है?
स्पाइन सर्जरी में जहां 3 लाख तक का खर्च आता है वहीं यह उपचार मात्र 20000 तक में हो जाता है। विदेशों में इसका खर्च 50 गुना तक है।
कितने समय में रोगी घर जा सकता है?
एक घण्टे बाद ही घर जा सकता है। जबकि सर्जरी में 3 माह तक रोगी को अपने काम से अलग रहकर आर्थिक क्षति उठाना पड़ती है।
इस ट्रीटमेंट की सफलता की दर कितनी है?
90 से 95% सफल है। अब तक लगभग 7,500 मरीज हमेशा के लिए ठीक हो चुके हैं। यह इंजेक्शन प्रॉब्लम साइट में लगाया जाता है।
इस ट्रीटमेंट का असर कब तक रहता है?
इसमें जड़ से इलाज होता है।
क्या यह स्टेरॉइड इंजेक्शन है?
नहीं, यह एक भ्रम है। यह एक सेफ अमेरिकन प्रोसीजर है, जो एक **विशेष मशीन** की निगरानी में किया जाता है।
जो रोगी ऑपरेशन करवा चुके हैं उसमें भी यह कारण है?
यदि ऑपरेशन के बाद दबाव बना रहता या

डॉ. प्रमोद पहारिया
स्पाइन सर्जन
MBBS, D-Ortho, DNB, M.Ch. (Ortho)
पूर्व सर्जन- सर गंगाराम होस्पिटल एवं इंडियन स्पाइनल इंश्यूरी सेंटर, नई दिल्ली
देहली हॉस्पिटल, ओल्ड श्री टॉकीज, वारादरी, मुयार, ग्वालियर (म.प्र.)
समय: दोपहर 12 बजे से 3 बजे तक
रहस्यपूर्ण पर रिपोर्ट भेजकर ही संपर्क करें
संपर्क - 7354858466
www.nonsurgicalspinecentre.in

मिनी स्विट्जरलैंड जैसा एहसास कराए कौसानी



उत्तराखंड और उसके सभी प्रमुख पर्यटक स्थलों को तो एक नहीं कई बार यात्रा कर चुका हूं। लेकिन मैं कौसानी कभी नहीं गया था। कौसानी के बारे में मैंने बहुत सुना था, विशेषकर इसकी सुंदरता और वहां के शानदार मौसम के बारे में। हालांकि वहां अब तक न जाने का कोई विशेष कारण नहीं था, बस यूँ कहिए कि जाना ही न सका। बहरहाल, पिछले महीने मैंने तय किया कि पांच दिन के लिए कौसानी घूम आया जाए। किसी भी हिल

स्टेशन के लिए इतना समय पर्याप्त होता है। इसलिए मैंने दिल्ली से पंतनगर के लिए फ्लाइट पकड़ी और फिर कौसानी पहुंचने के लिए टैक्सी किराए पर ली। पंतनगर से कौसानी लगभग 178 किमी. के फासले पर है। पहुंचने के कई तरीके: वैसे मैं बताता चला कि कौसानी रेल व सड़क मार्गों से भी पहुंचा जा सकता है। निकटतम रेलवे स्टेशन काठगोदाम है, जहां से अल्मोड़ा होते हुए कौसानी की चढ़ाई आरंभ हो जाती है। यहां से कौसानी की दूरी लगभग 141 किमी. है और टैक्सी के जरिए आसानी से पहुंचा जा सकता है। अगर सड़क मार्ग की बात करूं तो कौसानी अन्य कई हिल स्टेशनों से सड़क के जरिए जुड़ा हुआ है। मसलन, कौसानी अल्मोड़ा से 51 किमी., रानीखेत से 60 किमी., पिथौरागढ़ से 107 किमी., ग्वालदम से 39 किमी. और नैनीताल से 117 किमी. की दूरी पर है। दिल्ली से कौसानी पहुंचने के लिए सड़क पर 431 किमी. की यात्रा करनी पड़ती है।

याद आता है स्विट्जरलैंड: मेरी टैक्सी ने जैसे ही कौसानी में प्रवेश किया तो मुझे एकदम से अपनी स्विट्जरलैंड यात्रा याद आ गई। जिला बागेश्वर की गोद में बसे इस सुंदर हिल स्टेशन में स्विट्जरलैंड में होने का एहसास होता है और इससे भी बढ़कर बात यह है कि लाखों रुपए खर्च करने की जरूरत नहीं, चंद हजार रुपयों में ही स्विट्जरलैंड का आनंद कौसानी में पाया जा सकता है। मैंने अपने जीवन में कौसानी से सस्ता हिल स्टेशन

नहीं देखा। आपको सुनकर हैरत होगी कि मेरी पांच दिन की कौसानी यात्रा में सिर्फ 20,000 रुपए का ही खर्च आया। हालांकि कहीं भी घूमने का खर्च इस बात पर निर्भर करता है कि आप कितने समय वहां ठहरे, आपकी यात्रा शैली क्या है और आपने ठहरने के लिए किस स्तर की जगह का चयन किया है? लेकिन अगर आप कौसानी की बजट फ्रेंडली यात्रा करना चाहते हैं तो आप यहां 2 से 3 दिन तक मात्र 5,000 रुपए में भी घूम सकते हैं।

नशात करने के बाद कौसानी के आस-पास की पहाड़ी चोटियों की ओर टहलता हुआ निकल गया। चोटियों पर बादलों के रंगों के जादुई खेल को देखते हुए कब सुबह से शाम हो गई, मुझे पता ही न चला। चौड़ और नीले देवदार के जंगलों से ढंकी पहाड़ियों पर बसा यह गांव खासतौर से त्रिशूल, नंद देवी और पंचाचूली जैसे हिमालय की चोटियों के मनमोहक नजरों के लिए भी विख्यात है। इसकी सुंदरता ने तो मेरा दिल ही जीत लिया। मुझे रोमांटिक कवि जॉन कोट्स को यह पंक्ति याद आ गई कि सुंदर चीज हमेशा के लिए आनंद का स्रोत होती है। कौसानी की यात्रा केवल उसकी खूबसूरती के लिए भी की जा सकती है और मेरा तो मानना है कि कौसानी की यात्रा दिल के सुकून के लिए बार-बार की जा सकती है।



कई स्थलों पर दिखते हैं मनमोहक नैसर्गिक दृश्य



हर जगह मिसला है प्राकृतिक सान्निध्य का अनूठा अनुभव



बैजनाथ मंदिर

दिखते हैं लाजवाब नजारे: कौसानी में मुझे स्विट्जरलैंड में होने का एहसास अकारण नहीं हुआ। बाद में मुझे एहसास हुआ कि मन को लुभाने वाली खूबसूरती के कारण ही लोग कौसानी को 'मिनी स्विट्जरलैंड' भी कहते हैं। मैंने होटल में अपने कमरे में अपना सामान रखा, स्नान करके फ्रेश हुआ और हल्का सा

ट्रिस्ट प्लेस
सनीर चौधरी

वैसे तो उत्तराखंड में एक से बढ़कर एक सुंदर ट्रिस्ट प्लेस हैं। लेकिन उनमें भी कौसानी सबसे अलग और बेहद खूबसूरत है। बारिश के बाद की हल्की ठंड मरे इस मौसम में मिनी स्विट्जरलैंड कौसानी की यात्रा का अपना आनंद है। हाल में ही वहां की यात्रा से लौटे लेखक साझा कर रहे हैं, अपने अनुभव।

नशात करने के बाद कौसानी के आस-पास की पहाड़ी चोटियों की ओर टहलता हुआ निकल गया। चोटियों पर बादलों के रंगों के जादुई खेल को देखते हुए कब सुबह से शाम हो गई, मुझे पता ही न चला। चौड़ और नीले देवदार के जंगलों से ढंकी पहाड़ियों पर बसा यह गांव खासतौर से त्रिशूल, नंद देवी और पंचाचूली जैसे हिमालय की चोटियों के मनमोहक नजरों के लिए भी विख्यात है। इसकी सुंदरता ने तो मेरा दिल ही जीत लिया। मुझे रोमांटिक कवि जॉन कोट्स को यह पंक्ति याद आ गई कि सुंदर चीज हमेशा के लिए आनंद का स्रोत होती है। कौसानी की यात्रा केवल उसकी खूबसूरती के लिए भी की जा सकती है और मेरा तो मानना है कि कौसानी की यात्रा दिल के सुकून के लिए बार-बार की जा सकती है।

अगर आप मेरी तरह प्रकृति प्रेमी हैं तो कौसानी का दौरा आपको कम से कम एक बार अवश्य करना चाहिए। आमतौर पर महानगर के कंक्रीट के जंगल में रहते हुए लोग प्रकृति का अनुभव ही नहीं कर पाते हैं। यहां आस-पास के जंगलों में घूमते हुए प्रकृति से जुड़ने, कल-कल करती नदियों के किनारे बैठकर पक्षियों के गीत सुनने और जागती आंखों से सपनीले दृश्य देखने का अनुभव अमंगल्य है।

दिखे खूबसूरत पक्षी-मनमोहक बागान: कौसानी में 50 से अधिक विभिन्न प्रजातियों के पक्षियों को तो मैंने देखा, जिनमें मैं कुछ की ही पहचान कर सका जैसे कठफोड़ा, बारबेट, तोता, रोबिन, फोक टेल आदि, लेकिन जिन परिंदों को मैं पहचान न सका उनकी सुंदरता ने भी मुझे मंत्रमुग्ध कर दिया। कौसानी के चाय के बागान भी देखने लायक हैं। ऋतिक रोशन की फिल्म 'कोई मिल गया' (2003) की शूटिंग नैनीताल और भीमताल के अतिरिक्त कौसानी में भी हुई थी। कौसानी में ट्रेकिंग करते हुए मैं पास के ही पिन्नाथ गांव पहुंचा, जो गोपालकोट चोटी की तलहटी में बसा हुआ है। इस गांव में भगवान भैरो को समर्पित छोटा सा मंदिर है। कौसानी में ही एक प्रसिद्ध बैजनाथ मंदिर है। कौसानी, आदि कैलाश ट्रेक, बसे कौसानी ट्रेक और कफनी प्लेशियर के ट्रेक के लिए शुरुआती बिंदु भी है, जो 3,853 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। वहां से लौटते हुए मन ही मन वादा किया कि जब भी मौका मिलेगा मैं फिर से कौसानी जरूर आऊंगा। *



स्पेशल: वर्ल्ड मेंटल हेल्थ डे

10 अक्टूबर

पूर्ण स्वस्थ रहने के लिए फिजिकली के साथ मेंटली हेल्दी रहना भी जरूरी है। हालांकि इसके प्रति लोगों में अवेयरनेस बढ़ रही है लेकिन इस दिशा में और भी प्रयास किए जाने की जरूरत है।

फिजिकली ही नहीं मेंटली हेल्दी रहना भी है जरूरी

अवेयरनेस / रेखा देशराज

इंसान के जीवन का हर पहलू उसकी सोच, उसकी भावना, उसका व्यवहार, लोगों के साथ उसके संबंध और उसकी कार्यक्षमता आदि सबका रिश्ता उसके मानसिक स्वास्थ्य से होता है। इसलिए हमारे शारीरिक स्वास्थ्य जितना ही महत्वपूर्ण होगा मानसिक स्वास्थ्य भी होता है। बावजूद इसके हम इसके प्रति कितने लापरवाह हैं, इसका अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक 2012 से आगामी 2030 के बीच की अवधि में अकेले भारत में मानसिक स्वास्थ्य परेशानियों के कारण देश को 1.03 ट्रिलियन डॉलर या 85,49,000 करोड़ रुपए का नुकसान होना तय है। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि मानसिक स्वास्थ्य, सिर्फ हमारी सेहत की ही नहीं बल्कि हमारी अर्थव्यवस्था को भी

फिजिकली ही नहीं मेंटली हेल्दी रहना भी है जरूरी ताकि पूरे साल उस थीम विशेष के इर्द-गिर्द के मानसिक स्वास्थ्य पर फोकस किया जाए। चिंताजनक है स्थिति: आज पूरी दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति चिंताजनक हो गई है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक भारत में हर एक लाख व्यक्ति में 2,443 लोग मानसिक रूप से अस्वस्थ हैं और वह इसी अस्वस्थता के साथ जीवन जी रहे हैं। भारत में आत्महत्या की दर प्रति एक लाख लोगों में 21.1 है। इस दर की वजह भी बड़े पैमाने पर मानसिक स्वास्थ्य की समस्या का होना है। विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट बताती है कि मानसिक विकार जैसे- डिप्रेशन, स्ट्रेस, बाईपोलर डिसऑर्डर, सिजोफ्रेनिया



आदि रोग दुनिया के हेल्थ बर्दन का एक बड़ा हिस्सा बनाते हैं। वर्तमान यानी साल 2025 में मानसिक स्वास्थ्य को लेकर जो थीम घोषित की गई है, उसमें वही बात है कि आपातकाल, प्राकृतिक आपदाएं, विस्थापन, युद्ध और महामारी जैसी घटनाएं

फिजिकली ही नहीं मेंटली हेल्दी रहना भी है जरूरी ताकि पूरे साल उस थीम विशेष के इर्द-गिर्द के मानसिक स्वास्थ्य पर फोकस किया जाए। चिंताजनक है स्थिति: आज पूरी दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति चिंताजनक हो गई है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक भारत में हर एक लाख व्यक्ति में 2,443 लोग मानसिक रूप से अस्वस्थ हैं और वह इसी अस्वस्थता के साथ जीवन जी रहे हैं। भारत में आत्महत्या की दर प्रति एक लाख लोगों में 21.1 है। इस दर की वजह भी बड़े पैमाने पर मानसिक स्वास्थ्य की समस्या का होना है। विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट बताती है कि मानसिक विकार जैसे- डिप्रेशन, स्ट्रेस, बाईपोलर डिसऑर्डर, सिजोफ्रेनिया आदि रोग दुनिया के हेल्थ बर्दन का एक बड़ा हिस्सा बनाते हैं। वर्तमान यानी साल 2025 में मानसिक स्वास्थ्य को लेकर जो थीम घोषित की गई है, उसमें वही बात है कि आपातकाल, प्राकृतिक आपदाएं, विस्थापन, युद्ध और महामारी जैसी घटनाएं

मानसिक स्वास्थ्य पर ज्यादा दबाव बना रही है या दूसरे शब्दों में इनका रोग में बहुत ज्यादा बर्दन बढ़ चुका है। इसलिए आज आपातकाल, प्राकृतिक आपदाएं, विस्थापन, युद्ध और महामारी जैसी घटनाएं मानसिक स्वास्थ्य पर लगातार असर डाल रही हैं। इसलिए हर किसी का फर्ज है कि वह इस मानसिक स्वास्थ्य की समस्या से निपटने में खुद से पहल करे। **बढ़ रही है जागरूकता:** विशेषज्ञों का अनुमान है कि जब से यह दिन मनाया जाना शुरू हुआ है, तब से बहुत बड़े पैमाने पर दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य सजगता बढ़ी है। आज दुनिया के करीब 80 फीसदी लोग यह जानते हैं कि उनके लिए मानसिक स्वास्थ्य भी उतना ही जरूरी है, जितना शारीरिक स्वास्थ्य। इसलिए अब लोग न केवल सहजता से अपने मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति को समझने लगे हैं बल्कि इसके निवारण में पूरी ताकत से हिस्सा लेते हैं। कुल मिलाकर धीरे-धीरे मानसिक स्वास्थ्य के प्रति सजगता बढ़ रही है। *

रोकक / शैलेन्द्र सिंह

चाय महज एक पेय पदार्थ नहीं है। यह हमारी रोजमर्रा की लाइफस्टाइल की अनिगनत कहानियों का केंद्र भी है। कॉलेज के दिनों में कैटीन में बैठकर दोस्तों के साथ न जानें कितनी कहानियाँ इसी चाय की चुस्कीयों के बीच बनती-बिगड़ती हैं। ऑफिस में सहकर्मियों के साथ चाय की गणशप ब्रेक को कौन भूल सकता है। या घर में सदी-जुकाम होने पर दादी-नानी की अदरक, तुलसी वाली चाय से मिलने वाली राहत हो। मतलब यह कि चाय जीवन के हर खूबसूरत मौके पर एक बेहतरीन पुल का काम करती है।

चुल्नी-ताजगी भर दे: चाहे रिश्तों को जोड़ने का वाकया हो या किसी फैसले पर पहुंचने की रणनीति हो, शाम की तैयारी हो, दोस्ती की शुरुआत हो, प्रेम का इजहार हो या थकान भगाने का जरिया ही क्यों न हो, चाय हमारी जीवनशैली का जरूरी हिस्सा है। सुबह की नींद से लेकर रात की थकान तक, दोस्तों की बैठक से लेकर ऑफिस की थकाऊ मीटिंग, हर जगह चाय काम आती है। हममें से ज्यादातर की सुबह यह जुमला बोलते हुए शुरु होती है, 'अरे चाय बनी क्या?' नींद से अभी आंखें पूरी तरह से खुली भी नहीं होती कि गरम-गरम चाय का एक घूंट हममें चुल्नी, फुर्ती और ताजगी भर देता है।

रमरमा

शिव चरण चौहान

मोहब्बत तेरे अंजाम पे रोना आया/जाने, क्यों आज तेरे नाम पे रोना आया/जब जिक्र हुआ जमाने में मोहब्बत का शकील/मुझको अपने दिल ए नाकाम पे रोना आया।

गजल गायिका बेगम अख्तर की गाई इस गजल को जिसने भी सुना है, वह जानता है कि इसमें बेगम अख्तर का अपना दर्द भी समाया हुआ है। गजल हो या तुमरी, दादरा या खयाल गायकी, बेगम अख्तर को भारतीय शास्त्रीय संगीत में महारत हासिल थी। वह लखनऊ के समृद्ध शास्त्रीय संगीत परंपरा से संबंधित थीं। उनकी मोटी आवाज ने गजल गायकी को एक नई दिशा प्रदान की। **बचपन से था संगीत से लगाव:** बेगम अख्तर का जन्म 7 अक्टूबर 1910 को उत्तर प्रदेश के फैजाबाद में हुआ था। उनके बचपन का नाम उनकी मां ने बिब्बो रखा था। बाद में वह अख्तीर बाई फैजाबादी कहलाने लगीं। उनकी संगीत में विशेष रुचि थी। किराना घराने के अब्दुल वाहिद खान और पटियाला घराने के अता मोहम्मद से उन्होंने संगीत की तालीम हासिल की। उनकी पहली रिकार्डिंग 'वोह अख्तीर दम' से लेकर ऑल इंडिया रेडियो के लिए की गई अंतिम रिकार्डिंग 'मैं दूँदाता हूँ जिसे

रोजमर्रा की जिंदगी में ताजगी भर दे चाय



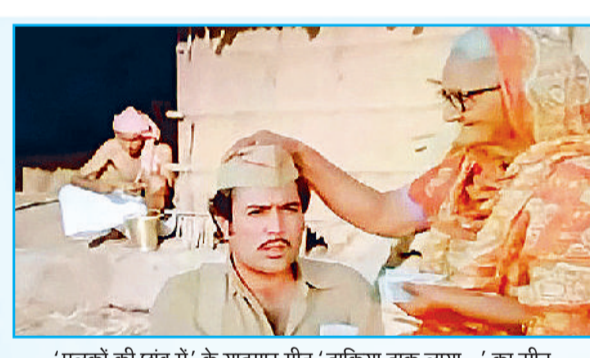
खोज की, क्योंकि द्वितीय विश्वयुद्ध के समय जब हिंदुस्तान में 24 घंटे कारखानों में काम करने का सिलसिला शुरू हुआ, तो इसके साथ ही अनिवार्य रूप से टी-ब्रेक होना शुरू हुआ। हर एक इयूटी में दो टी-ब्रेक और एक में नशाता होता था। यह एक ऐसी शुरुआत थी कि लोगों ने काम की थकान से ऊबने की शिकायतें करना बंद कर दिया। कर्मचारियों को सिर्फ काम के बीच चाय का ब्रेक याद रहता और उसी ब्रेक के लिए वे पूरे टाइम जी-जान लगाकर काम करते रहते हैं कि टी-ब्रेक में गर्मागर्म चाय पीएँ। यानी, चाय महज एक पेय पदार्थ नहीं बल्कि सैकड़ों कहानियों की जननी है। *

बेमिसाल गायिका बेगम अख्तर

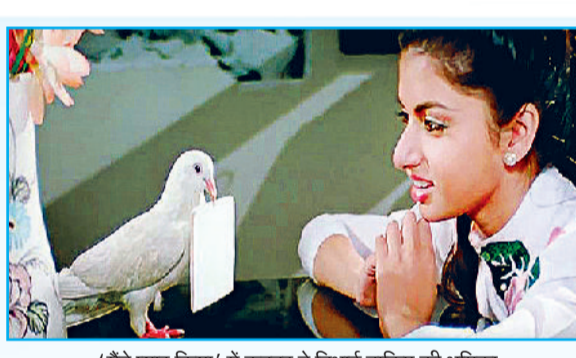


वो यहां नहीं मिली' तक के गायन के सफर में उन्होंने कई नज्मों और गजलों को अपना स्वर प्रदान कर अमर बना दिया। **ऐसे मिली लोकप्रियता:** सार्वजनिक मंच पर उनके गायन की शुरुआत से एक दिलचस्प घटना जुड़ी है। कलकत्ता (अब कोलकाता) की एक प्रख्यात नाटक कंपनी ने 1934 में बिहार में आए भूकंप पीड़ितों के सहायताार्थ संगीत सम्मेलन का आयोजन किया था। इसमें बड़े-बड़े फनकार आने वाले थे, लेकिन कुछ कारणों से वे लोग नहीं आ सके। दर्शकों ने शोर मचाया

शुरू कर दिया तो उस्ताद अता मोहम्मद खान ने घोषणा की कि आने वाले मशहूर कलाकारों की अनुपस्थिति में एक नवोदित गायिका गाएंगी। वह गायिका उनकी प्रिय शिष्या अख्तीर बाई ही थीं। उन्हें केवल दो गजलें गाने के लिए कहा गया था, लेकिन उनकी आवाज के सम्मोहन से दर्शक इतने अधिक प्रभावित हुए कि उन्हें दर्शकों की फरमाइश पर चार गजलें और तीन दादरे सुनाने पड़े। इस कार्यक्रम ने इस गायिका अख्तीर बाई फैजाबादी यानी बेगम अख्तर को लोकप्रियता की खुलंदी पर पहुंचा दिया।



'पलकों की छांव में' के यादगार गीत 'डाकिया डाक लाया...' का सीन



'मैंने प्यार किया' में कबूतर ने निभाई डाकिए की भूमिका

बॉलीवुड / अशोक वाघवाणी

सोशल मीडिया और ईमेल के इस सुपर फास्ट संदेश भेजने के दौर में भी डाक, डाकघर और डाकिए की अहमियत-जरूरत को नकारा नहीं जा सकता। डाक विभाग ने भी बदलते युग में जरूरत के अनुसार अपनी संरचना और कार्यप्रणाली में काफी बदलाव, सुधार किए हैं। डाकघर को स्मार्ट बनाया जा रहा है। हिंदी फिल्मों में भी शुरुआती दौर से ही पत्र, पत्र के जरिए भेजे जाने वाले संदेश और डाकिए की भूमिका को लेकर कई फिल्मों में यादगार गीत और दृश्य फिल्माए गए हैं। कुछ फिल्मों के तो नाम में ही पत्र या लेटर शब्द को शामिल किया गया है। **यादगार हैं ये गीत:** बात अगर शुरू करें उन गानों से, जिनमें खत, चिट्ठी, पत्र या डाकिए शब्द का इस्तेमाल हुआ है तो इसकी फेहरिस्त

विशेष: भारतीय डाक सप्ताह 9-15 अक्टूबर

जीवन और समाज का शाब्द ही कोई विषय हो, जिस पर हिंदी फिल्मों ने बनी हो या गीत न रचे गए हों। चिट्ठी, पत्र और उसे पहुंचाने वाले डाकिए के इर्द-गिर्द भी कई फिल्मों और गीत रचे गए हैं। इनमें से कुछ पर एक नजर।

फिल्मों में खूब दिखी है डाकिए की डाक

जिस गीत से भरपूर लोकप्रियता मिली वह गीत है 'डाकिया डाक लाया...' किशोर कुमार द्वारा गाए गए और राजेश खन्ना पर पिक्चराइज फिल्म 'पलकों की छांव में' के इस गाने का उल्लेख किए बिना आलेख अधूरा ही रह जाएगा। गुलजार की कलम का कमाल इस गीत में देख सकते हैं, जिन्होंने डाकिए की भूमिका को इस गाने में बहुत खूबसूरती से शब्दों में परोया है। 'चिट्ठी आई है, बड़े दिनों के बाद...(नाम)', 'कबूतर जा जा जा... पहले प्यार की पहली चिट्ठी...मैंने प्यार किया)', 'हमने सनम को खत लिखा, खत में लिखा...(शक्ति)', 'संदेश आते हैं, हमें तड़पाते हैं, जो चिट्ठी आती है...(बॉर्डर)' गीत भी बहुत मर्मस्पर्शी हैं। खासतौर पर 'बॉर्डर' का गीत से तो देश की सेवा में समर्पित सैनिक खुद को बहुत



'संगम' के हिट गीत 'ये मेरा प्रेमपत्र...' का सीन

लंबी है। वर्ष 1955 में बनी फिल्म 'हा.हा.ही.ही.ही.ही.' के गीत 'मैं हूँ पोस्टमैन...' को आशा भोंसले ने गाया है। फिल्म में एक लड़की पोस्टमैन की वेशभूषण पहनकर यह गीत गाते हुए नजर आती है। इसके बाद फिल्म 'संगम' का गीत 'ये मेरा प्रेम पत्र पढ़कर...' फिल्म 'सरस्वती चंद्र' का गीत 'फूल तुम्हें भेजा है खत में...', फिल्म 'कन्यादान' का गाना 'लिख जो खत तुझे, वो तेरी याद में...' फिल्म 'प्रेम पुत्रियों' का गीत 'फूलों के रंग से... तुझको लिखीं रोज पाती...' और फिल्म 'आए दिन बहार के में आशा भोंसले का गाना गीत 'खत लिख दे सांविरिया के नाम बाबू...' भी अपने दौर में खूब पसंद किए गए और आज भी लोग इनको गुनगुनाते हैं। लेकिन डाकिए की भूमिका को

ही नहीं। 'फर्स्ट लव लेटर' (1991) में विक्रम मुश्रान, मनीषा कोइराला लीड रोल में हैं। आज चिट्ठी-पत्र लिखने और डाक से भेजने का चलन बहुत कम हो गया है लेकिन ये हिंदी फिल्मों और उसके गीत हमें हमेशा इनकी महत्ता की याद दिलाते रहेंगे। *



'वेलकम टू सज्जनपुर' का एक दृश्य