



मिड या स्मॉल-कैप फंड: 10 साल में किसने दिखाया दम

दोनों का निफ्टी-50 से बेहतर रहा प्रदर्शन

- सिर्फ ज्यादा रिटर्न पर न करें फैसला, पहले जोखिम व वोलैटिलिटी भी समझें
- स्मॉल-कैप ने बेंचमार्क को पीछे छोड़ा, मिड-कैप कम जोखिम संग बेहतर
- विशेषज्ञ बोले, गिरावट से घबराने के बजाय विविधीकृत पोर्टफोलियो अपनाएं
- दोनों फंडों में संपत्ति बनाने की क्षमता, लेकिन क्षमता के अनुसार करें फैसला
- विविधीकरण और लंबी अवधि बेहतर रिटर्न दिलाने की सबसे कारगर रणनीति

निवेश मंत्रा

बिजनेस डेस्क

म्यूचुअल फंड में निवेश करने वाले अधिकांश निवेशकों के सामने सबसे बड़ा सवाल होता है कि लंबी अवधि के लिए मिड-कैप फंड चुने या स्मॉल-कैप फंड। दोनों श्रेणियों ने पिछले एक दशक में शानदार रिटर्न दिए हैं और निवेशकों की संपत्ति में उल्लेखनीय वृद्धि की है। हालांकि, सिर्फ रिटर्न देखकर निवेश का फैसला करना सही नहीं होता। किसी भी निवेश विकल्प का चयन करते समय उसके जोखिम, उतार-चढ़ाव, निवेश अवधि और वित्तीय लक्ष्य को भी ध्यान में रखना जरूरी है। एक रिपोर्ट के अनुसार पिछले 10 वर्षों में मिड-कैप और स्मॉल-कैप दोनों श्रेणियों ने लंबी अवधि के निवेशकों को आकर्षक रिटर्न दिया है। जहां स्मॉल-कैप फंड का औसत 10 वर्षीय वार्षिक रिटर्न (सीएजीआर) 16.69 प्रतिशत रहा, वहीं मिड-कैप फंड ने 16 प्रतिशत का औसत रिटर्न दिया। यानी दोनों के बीच रिटर्न का अंतर बहुत अधिक नहीं है, लेकिन जोखिम और प्रदर्शन के तरीके में स्पष्ट अंतर दिखाई देता है।

स्मॉल-कैप ने बेंचमार्क को पछड़ा

आंकड़ों के अनुसार, स्मॉल-कैप फंड अपने बेंचमार्क बीएसई 250 स्मॉलकैप टोटल रिटर्न इंडेक्स से बेहतर प्रदर्शन करने में सफल रहे। दूसरी ओर, मिड-कैप फंड अपने बेंचमार्क बीएसई 150 मिडकैप टोटल रिटर्न इंडेक्स से थोड़ा पीछे रहे। इससे यह संकेत मिलता है कि स्मॉल-कैप फंड मैनेजरो ने बेहतर स्टॉक चयन के जरिए अतिरिक्त रिटर्न (अल्फा) बनाने में सफलता हासिल की। 10 वर्षों के प्रदर्शन में निपॉन इंडिया स्मॉल कैप डायरेक्ट, क्वांट स्मॉल कैप, एक्सिस स्मॉल कैप और एसबीआई स्मॉल कैप जैसे फंड शीर्ष प्रदर्शनकर्ताओं में शामिल रहे। वहीं मिड-कैप श्रेणी में इनवेस्को इंडिया मिड कैप, एडलवाइड मिड कैप, निपॉन इंडिया ग्रोथ और कोटक मिडकैप फंड ने बेहतरीन प्रदर्शन किया।



रिटर्न के साथ जोखिम भी समझें

अक्सर निवेशक केवल अधिक रिटर्न देखकर निवेश कर देते हैं, जबकि वास्तविक तस्वीर जोखिम के आंकड़ों से सामने आती है। पिछले तीन वर्षों के आंकड़ों के अनुसार, स्मॉल-कैप फंड का स्टैंडर्ड डिविएशन 20.33 प्रतिशत रहा, जबकि मिड-कैप फंड का यह आंकड़ा 17.88 प्रतिशत था। इसका मतलब है कि स्मॉल-कैप फंड में कीमतों का उतार-चढ़ाव ज्यादा रहा और इनमें निवेश करने वालों को अधिक अस्थिरता का सामना करना पड़ा। इसी तरह जोखिम के मुकाबले मिलने वाले रिटर्न को मापने वाले शार्प रेशियो में भी मिड-कैप फंड आगे रहे। मिड-कैप फंड का शार्प रेशियो 0.79 रहा, जबकि स्मॉल-कैप फंड का 0.69। इसका अर्थ है कि मिड-कैप फंड ने अपेक्षाकृत कम जोखिम लेकर बेहतर जोखिम-समयोजित रिटर्न दिया। हालांकि दोनों श्रेणियों का सॉर्टिनो रेशियो समान रहा, जिससे स्पष्ट होता है कि डाउनसाइड जोखिम को ध्यान में रखने पर दोनों का प्रदर्शन लगभग बराबर रहा।

लंबी अवधि के निवेशकों को मिला फायदा : विशेषज्ञों का मानना है कि पिछले 10 वर्षों की सबसे बड़ी सीख यही है कि जिन्होंने बाजार की गिरावट के दौरान घबराकर निवेश नहीं निकाला और लंबे समय तक निवेश बनाए रखा, उन्हें दोनों श्रेणियों में शानदार रिटर्न मिला। बाजार में गिरावट हर चक्र का सामान्य हिस्सा है और इसे निवेश यात्रा का स्वाभाविक चरण माना जाना चाहिए। मिड-कैप और स्मॉल-कैप फंड को केवल अधिक उतार-चढ़ाव के कारण नजर अंदाज नहीं करना चाहिए। लंबी अवधि में दोनों श्रेणियों ने निफ्टी 50 से बेहतर प्रदर्शन किया है और निवेशकों के लिए अच्छी संपत्ति बनाने की क्षमता दिखाई है।

बहुत ज्यादा एसआईपी से नहीं, सही रणनीति से बनेगी दौलत

नया म्यूचुअल फंड जोड़ने से पहले जांचें कि वास्तव में जरूरत है या नहीं

बिजनेस डेस्क

शेयर बाजार में बढ़ती जागरूकता के साथ म्यूचुअल फंड में निवेश करने वालों की संख्या लगातार बढ़ रही है। बड़ी संख्या में निवेशक हर महीने सिस्टेमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) के जरिए निवेश कर रहे हैं। अक्सर यह धारणा बन जाती है कि जितने अधिक म्यूचुअल फंड होंगे, उतना ही बेहतर रिटर्न मिलेगा और जोखिम कम होगा। लेकिन निवेश विशेषज्ञों का कहना है कि यह सोच हमेशा सही नहीं होती। कई बार जरूरत से ज्यादा फंड रखने से पोर्टफोलियो में एक जैसी कंपनियों का दोहराव बढ़ जाता है, जिससे वास्तविक विविधीकरण नहीं हो पाता और निवेश का उद्देश्य भी प्रभावित हो सकता है।

फंडों की संख्या नहीं, गुणवत्ता और उद्देश्य है महत्वपूर्ण

विशेषज्ञों के अनुसार, किसी निवेशक के लिए कितनी एसआईपी या कितने म्यूचुअल फंड होने चाहिए, इसका कोई तय नियम नहीं है। यह पूरी तरह निवेश राशि, वित्तीय लक्ष्य, निवेश अवधि और जोखिम उठााने की क्षमता पर निर्भर करता है। यदि कोई निवेशक हर महीने 10 से 15 हजार रुपये की एसआईपी करता है, तो उसके लिए चार से छह अच्छे म्यूचुअल फंड पर्याप्त हो सकते हैं। वहीं, 40 से 50 हजार रुपये या उससे अधिक की मासिक एसआईपी करने वाले निवेशक आठ से दस फंड तक रख सकते हैं। हालांकि, इन फंडों का चयन अलग-अलग श्रेणियों और अलग-अलग एसेट मैनेजमेंट कंपनियों (एएमसी) से होना चाहिए, ताकि पोर्टफोलियो में वास्तविक विविधीकरण बना रहे।



ओवर-डाइवर्सिफिकेशन से भी हो सकता है नुकसान

निवेश में विविधीकरण जरूरी है, लेकिन जरूरत से ज्यादा विविधीकरण नुकसानदेह भी हो सकता है। यदि किसी निवेशक के कई फंड एक ही तरह की कंपनियों में निवेश करते हैं, तो फंडों की संख्या बढ़ने के बावजूद जोखिम कम नहीं होता। उदाहरण के लिए यदि किसी निवेशक के पास 10 इक्विटी फंड हैं और अधिकांश फंड एचडीएफसी बैंक, रिलायंस इंडस्ट्रीज, आईसीआईसीआई बैंक जैसी बड़ी कंपनियों में ही निवेश करते हैं, तो अलग-अलग स्कीम होने के बावजूद वास्तविक निवेश लगभग समान रहेगा। ऐसे में पोर्टफोलियो केवल दिखने में बड़ा होगा, लेकिन उसमें नई विविधता नहीं जुड़ेगी।

छोटी-छोटी बचत से बनाएं बड़ा फंड, भविष्य होगा सुरक्षित

मनी मंत्रा

बिजनेस डेस्क

बदली महंगाई, बदलती जीवनशैली और बढ़ते खर्चों के बीच हर व्यक्ति की सबसे बड़ी चिंता होती है कि आखिर बचत कैसे बढ़ाई जाए। आम धारणा यह है कि पैसे बचाने के लिए अपनी पसंद, शौक और मनोरंजन पर रोक लगानी पड़ती है, लेकिन वित्तीय विशेषज्ञों का कहना है कि अच्छी बचत का मतलब कंजूसी करना नहीं, बल्कि समझदारी से खर्च करना है। यदि आय, खर्च और निवेश के बीच संतुलन बनाया जाए तो बिना लाइफस्टाइल से समझौता किए हर महीने अच्छी-खासी बचत की जा सकती है। दरअसल, आज के समय में वित्तीय सुरक्षा केवल अधिक कमाई पर निर्भर नहीं करती, बल्कि इस बात पर भी निर्भर करती है कि कमाई का कितना हिस्सा सही तरीके से उपयोग और निवेश किया जा रहा है। यदि व्यक्ति छोटी-छोटी वित्तीय आदतों में बदलाव कर ले तो वह न केवल अपने मासिक खर्चों को नियंत्रित कर सकता है, बल्कि भविष्य के बड़े वित्तीय लक्ष्यों जैसे घर खरीदना, बच्चों की शिक्षा, रिटायरमेंट और इमरजेंसी फंड को भी आसानी से पूरा कर सकता है।



खर्चों का रिकॉर्ड रखना बचत की पहली सीढ़ी

वित्तीय योजना की शुरुआत हमेशा इस सवाल से होती है कि आपका पैसा आखिर खर्च कहाँ हो रहा है। अधिकांश लोग यह मानते हैं कि वे बहुत अधिक खर्च नहीं करते, लेकिन जब महीनेभर के बैंक स्टेटमेंट या डिजिटल भुगतान का रिकॉर्ड देखा जाता है तो कई ऐसे खर्च सामने आते हैं, जिनकी वास्तव में कोई जरूरत नहीं होती। बिना इस्तेमाल वाले ओटीटी सब्सक्रिप्शन, बार-बार ऑनलाइन खाना मंगाना, छोटी-छोटी ऑनलाइन शॉपिंग, महंगी कॉफी या बार-बार कैफे का उपयोग जैसी आदतें महीने के अंत तक हजारों रुपये का अतिरिक्त खर्च करा देती हैं। यदि व्यक्ति अपने सभी खर्चों को मोबाइल ऐप, एक्सेल शीट या डायरी में दर्ज करना शुरू कर दे तो उसे तुरंत समझ आ जाएगा कि बचत की सबसे अधिक संभावना कहाँ है।

जरूरत और वैल्यू में फर्क समझना जरूरी

अक्सर लोग आकर्षक ऑफर या फैशन के प्रभाव में ऐसी चीजें खरीद लेते हैं, जिनकी उन्हें वास्तव में आवश्यकता नहीं होती। वित्तीय विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि हर खरीदारी से पहले खुद से तीन सवाल पूछें क्या यह वास्तव में जरूरी है? क्या इसका उपयोग लंबे समय तक होगा? और क्या इसे अभी खरीदना आवश्यक है? ऐसी वस्तुओं या अनुभवों पर खर्च करना बेहतर माना जाता है जो लंबे समय तक लाभ दें। उदाहरण के लिए, कोई नई रिक्ल सीखना, स्वास्थ्य पर खर्च करना, परिवार के साथ यात्रा करना या अच्छी किताबें खरीदना ऐसे निवेश हैं जो लंबे समय तक मूल्य देते हैं। इसके विपरीत केवल दिखावे के लिए की गई खरीदारी कुछ समय बाद महत्व खो देती है।

पोर्टफोलियो ओवरलैप पर रखें नजर

म्यूचुअल फंड चुनते समय सबसे महत्वपूर्ण बात पोर्टफोलियो ओवरलैप होती है। इसका अर्थ है कि दो अलग-अलग फंडों में कितनी समान कंपनियां शामिल हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि यदि दो फंडों के बीच 20 से 30 प्रतिशत तक ओवरलैप है, तो इसे सामान्य माना जा सकता है। लेकिन यदि यह 40 से 50 प्रतिशत या उससे अधिक हो जाए, तो निवेशकों को अपने पोर्टफोलियो की समीक्षा करनी चाहिए। अधिक ओवरलैप का मतलब है कि अलग-अलग फंड रखने के बावजूद निवेश लगभग एक जैसी कंपनियों में ही हो रहा है।

हर नया एनएफओ खरीदना जरूरी नहीं

कई निवेशक बाजार में आने वाले हर नए म्यूचुअल फंड ऑफर (एनएफओ) में निवेश कर देते हैं। उन्हें लगता है कि नया फंड भविष्य में बेहतर रिटर्न देगा। जबकि वास्तविकता यह है कि किसी भी एनएफओ में निवेश करने से पहले उसकी निवेश रणनीति, उद्देश्य और मौजूदा पोर्टफोलियो से उसका अंतर समझना जरूरी है। यदि नया फंड वही काम कर रहा है जो पहले से मौजूद फंड कर रहे हैं, तो उसमें निवेश करना केवल दोहराव बढ़ाएगा।

संतुलित एसेट एलोकेशन है सफलता की कुंजी

विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि निवेशकों को बाजार की तेजी या गिरावट देखकर फैसले लेने से बचना चाहिए। इसके बजाय लक्ष्य आधारित निवेश रणनीति अपनानी चाहिए। इक्विटी पोर्टफोलियो में लगभग 55 प्रतिशत निवेश लार्ज कैप, 25 प्रतिशत मिड कैप और 20 प्रतिशत स्मॉल कैप फंड में रखने से संतुलन बनाया जा सकता है। इसके साथ ही जरूरत के अनुसार डेट फंड या अन्य परिसंपत्तियों में भी निवेश रखना चाहिए, ताकि बाजार में उतार-चढ़ाव का प्रभाव कम हो।

- लाइफस्टाइल से समझौता किए बिना हर माह कुछ न कुछ बचत करें
- अच्छी बचत का मतलब कंजूसी नहीं, बल्कि समझदारी से खर्च करना
- आय, खर्च और निवेश के बीच संतुलन बनाया जाना जरूरी
- स्मार्ट मनी मैनेजमेंट से वर्तमान और भविष्य दोनों होंगे खुशहाल
- हर खरीदारी से पहले खुद से सवाल पूछें क्या यह वास्तव में जरूरी है

'फन बजट' बनाएं, बचत भी होगी व खुशी भी

कई लोग बचत करने के उद्देश्य में अपने सभी मनोरंजन संबंधी खर्च बंद कर देते हैं। शुरुआत में यह आसान लगता है, लेकिन कुछ समय बाद व्यक्ति मानसिक रूप से थक जाता है और फिर अचानक जरूरत से ज्यादा खर्च करने लगता है। इस स्थिति से बचने के लिए विशेषज्ञ हर महीने एक निश्चित राशि केवल मनोरंजन, घूमने-फिरने, फिल्म देखने या दोस्तों के साथ समय बिताने के लिए अलग रखने की सलाह देते हैं। इसे 'फन बजट' कहा जाता है। इससे व्यक्ति बिना किसी अपराधबोध के अपनी पसंद की गतिविधियों का आनंद ले सकता है और उसका कुल बजट भी नहीं बिगड़ता।

लाइफस्टाइल इन्फ्लेशन बड़ा वित्तीय जाल

वित्तीय दुनिया में एक शब्द काफी लोकप्रिय है। 'लाइफस्टाइल इन्फ्लेशन'। इसका मतलब है कि जैसे-जैसे आय बढ़ती है, वैसे-वैसे व्यक्ति अपने खर्च भी बढ़ा देता है। नई नौकरी मिलने पर महंगा मोबाइल खरीद लेना, वेतन बढ़ते ही लक्जरी कार की ईएमआई शुरू कर देना या हर सप्ताह महंगे रेस्टोरेंट जाना इसी प्रवृत्ति के उदाहरण हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि वेतन बढ़ने पर सबसे पहले बचत और निवेश की राशि बढ़ानी चाहिए। यदि हर वेतन वृद्धि का कम से कम 40 से 50 प्रतिशत हिस्सा सीधे एसआईपी, पीपीएफ, एनपीएस या अन्य निवेश विकल्पों में लगाया जाए तो कुछ वर्षों में बड़ा निवेश कोष तैयार किया जा सकता है।

रोजमर्रा की छोटी आदतों में करें बड़ा बदलाव

बचत के लिए हमेशा बड़े बदलाव की जरूरत नहीं होती। छोटी-छोटी आदतें भी लंबी अवधि में बड़ा असर डालती हैं। उदाहरण के लिए, किसी भी सामान को खरीदने से पहले ऑनलाइन कीमतों की तुलना करना, कैशबैक और डिस्काउंट ऑफर का लाभ उठाना, अनावश्यक गैजेट अपग्रेड से बचना, बिजली और पानी की बचत करना तथा सप्ताह में कुछ दिनों बाहर खाने की बजाय घर का भोजन करना जैसी आदतें हर महीने अच्छी रकम बचा सकती हैं। इसी तरह क्रेडिट कार्ड का उपयोग केवल उनका ही करें, जितना समय पर चुका सकें। अनावश्यक ईएमआई से बचना और हर महीने आय का कम से कम 20 से 30 प्रतिशत बचत या निवेश के लिए अलग रखना वित्तीय अनुशासन का महत्वपूर्ण हिस्सा माना जाता है।

दोनों श्रेणियों ने दिया शानदार रिटर्न, लेकिन जोखिम और उतार-चढ़ाव में मिड-कैप

विविधीकरण सबसे बेहतर रणनीति

विशेषज्ञों का कहना है कि पूरे निवेश को केवल स्मॉल-कैप या केवल मिड-कैप में लगाना समझदारी नहीं है। बेहतर रणनीति यह है कि निवेशकों को पोर्टफोलियो सभी मार्केट कैप में संतुलित रूप से विभाजित हो। उदाहरण के तौर पर यदि किसी निवेशक के 10 लाख रुपये पूरी तरह स्मॉल-कैप फंड में लगे हों और बाजार में गिरावट आए, तो पूरे पोर्टफोलियो पर उसका असर पड़ेगा। जबकि यदि पोर्टफोलियो में लगभग 55 प्रतिशत लार्ज-कैप, 23 प्रतिशत मिड-कैप और 22 प्रतिशत स्मॉल-कैप का संतुलित निवेश हो, तो बाजार की गिरावट का प्रभाव काफी कम हो सकता है। यही कारण है कि वित्तीय योजनाकार हमेशा विविधीकरण को सफल निवेश की सबसे महत्वपूर्ण रणनीति मानते हैं।

किस निवेशक के लिए कौन सा फंड ?

यदि आपकी निवेश अवधि 7 से 10 वर्ष या उससे अधिक है और आप बाजार के उतार-चढ़ाव को सहन कर सकते हैं, तो स्मॉल-कैप फंड आपके पोर्टफोलियो में बेहतर वृद्धि की संभावना जोड़ सकते हैं। वहीं यदि आप अछूता रिटर्न चाहते हैं लेकिन अपेक्षाकृत कम जोखिम लेना पसंद करते हैं, तो मिड-कैप फंड अधिक उपयुक्त विकल्प हो सकते हैं। पहली बार निवेश करने वालों के लिए भी सलाह दी जाती है कि वे सीधे स्मॉल-कैप में बड़ी राशि लगाने के बजाय लार्ज-कैप और मिड-कैप के साथ सीमित हिस्सेदारी स्मॉल-कैप में रखें।

एसआईपी धन सृजन का सबसे प्रभावी तरीका

पिछले 10 वर्षों का रिकॉर्ड बताता है कि मिड-कैप और स्मॉल-कैप दोनों श्रेणियों ने निवेशकों को शानदार रिटर्न दिया है। जहां स्मॉल-कैप फंड ने थोड़ा अधिक रिटर्न और बेहतर अल्फा दिया, वहीं मिड-कैप फंड ने कम उतार-चढ़ाव और बेहतर जोखिम-समयोजित प्रदर्शन के दम पर अपनी अलग पहचान बनाई। निवेशकों को केवल अधिक रिटर्न के आकर्षण में निर्णय लेने के बजाय अपने वित्तीय लक्ष्य, निवेश अवधि और जोखिम उठाने की क्षमता के आधार पर पोर्टफोलियो तैयार करना चाहिए। निरन्तर एसआईपी, लंबी अवधि का नजरिया और विविधीकृत निवेश रणनीति ही धन सृजन का सबसे प्रभावी तरीका साबित हो सकती है।



निवेशकों को मिला बड़ा फायदा

5 वर्ष में 101 इक्विटी फंड्स ने दोगुना किया निवेश

- 310 में से हर तीसरे फंड ने दिया 100% से अधिक रिटर्न
- चार स्कीमों ने सिर्फ तीन साल में किया कमाल
- पुराने रिटर्न देखकर निवेश न करें, सेक्टरल फंड्स में लें एंटी

बिजनेस डेस्क

शेयर बाजार में पिछले दो वर्षों के उतार-चढ़ाव के बावजूद लंबी अवधि में इक्विटी म्यूचुअल फंड्स ने निवेशकों को शानदार रिटर्न दिया है। आंकड़े बताते हैं कि पिछले पांच वर्षों में 310 इक्विटी म्यूचुअल फंड्स में से 101 फंड्स ने निवेशकों का पैसा दोगुना या उससे अधिक कर दिया। यानी हर तीन में से लगभग एक इक्विटी फंड ने 100 फीसदी से ज्यादा एक्सील्यूट रिटर्न दिया। इतना ही नहीं, चार म्यूचुअल फंड ऐसे भी रहे जिन्होंने केवल तीन वर्षों में ही निवेशकों का पैसा दोगुना कर दिया। हालांकि विशेषज्ञों का कहना है कि निवेश का फैसला केवल पुराने रिटर्न के आधार पर नहीं करना चाहिए, क्योंकि बाजार और सेक्टर का प्रदर्शन समय के साथ बदलता रहता है।

इंफ्रास्ट्रक्चर और पीएसयू फंड्स रहे सबसे आगे

पांच साल के प्रदर्शन पर नजर डालें तो सबसे अधिक फायदा सेक्टरल और थीमैटिक फंड्स में निवेश करने वालों को मिला। खासतौर पर इंफ्रास्ट्रक्चर, पीएसयू, पावर और मिडकैप से जुड़े फंड्स ने जबरदस्त रिटर्न दिए।

सबसे आगे आईसीआईसीआई प्रूडेंशियल इंफ्रास्ट्रक्चर फंड रहा, जिसने पांच साल में करीब 188 प्रतिशत का एक्सील्यूट रिटर्न दिया। यानी एक लाख रुपये का निवेश लगभग 2.88 लाख रुपये हो गया। इसके बाद एसबीआई पीएसयू फंड और एलआईसी एमएफ इंफ्रास्ट्रक्चर फंड ने करीब 183 प्रतिशत का रिटर्न दिया। वहीं आदित्य बिड़ला सन लाइफ पीएसयू इक्विटी फंड ने 179 प्रतिशत, डीएसपी इंडिया टाइगर फंड ने 176.51 प्रतिशत और निपॉन इंडिया पावर एंड इंफ्रास्ट्रक्चर फंड ने लगभग 174 प्रतिशत का रिटर्न दिया। डायवर्सिफाइड मिडकैप श्रेणी में मोतीलाल ओसवाल मिडकैप फंड ने पांच वर्षों में करीब 172 प्रतिशत का रिटर्न देकर निवेशकों को शानदार कमाई कराई।

तीन साल में पैसा दोगुना करने वाले फंड

अगर केवल तीन वर्षों के प्रदर्शन को देखें तो एचडीएफसी डिफेंस फंड सबसे आगे रहा। इस फंड ने करीब 174 प्रतिशत का एक्सील्यूट रिटर्न दिया। यानी तीन साल पहले लगाए गए एक लाख रुपये बढ़कर लगभग 2.74 लाख रुपये हो गए। इसके अलावा बंधन स्मॉल कैप फंड ने 106 प्रतिशत, क्वांट बीएफएसआई फंड ने 101.73 प्रतिशत और एलआईसी एमएफ इंफ्रास्ट्रक्चर फंड ने 100.24 प्रतिशत का रिटर्न देकर निवेशकों का पैसा दोगुना कर दिया। हालांकि एसबीआई पीएसयू फंड 99.12 प्रतिशत रिटर्न के साथ इस सूची में शामिल होने से मामूली अंतर से चूक गया।

दो साल में कई स्टार फंड्स की रपतार हुई धीमी

- पांच वर्षों में शानदार प्रदर्शन करने वाले कई फंड्स का पिछले दो वर्षों का प्रदर्शन अपेक्षाकृत कमजोर रहा है।
- उदाहरण के लिए, आईसीआईसीआई प्रूडेंशियल इंफ्रास्ट्रक्चर फंड ने पिछले दो वर्षों में केवल 5.28 प्रतिशत रिटर्न दिया। एसबीआई पीएसयू फंड का रिटर्न 0.75 प्रतिशत रहा, जबकि आदित्य बिड़ला सन लाइफ पीएसयू इक्विटी फंड और इनवेस्को इंडिया पीएसयू इक्विटी फंड ने इस अवधि में नकारात्मक रिटर्न दर्ज किया।
- इसी तरह एचडीएफसी इंफ्रास्ट्रक्चर फंड और डीएसपी इंडिया टाइगर फंड का प्रदर्शन भी पिछले दो वर्षों में काफी धीमा रहा। इससे साफ है कि किसी सेक्टर में तेज रेली के बाद कुछ समय तक ठहराव या गिरावट आना सामान्य बात है।

ख़बर संक्षेप

प्रतिदिन होती है मां आदिशक्ति की पूजा

भिवानी। कोंट रोड भिनी बाईपास, काली माता मंदिर रोड स्थित दक्षिण काली नवदुर्गा मंदिर में गुप्त नवरात्रों के पावन अवसर पर प्रतिदिन मां आदिशक्ति की विशेष पूजा-अर्चना, दुर्गा सप्तशती पाठ, देवी मंत्रों का जाप, हवन एवं भव्य आरती का आयोजन श्रद्धापूर्वक किया जा रहा है। बड़ी संख्या में श्रद्धालु मंदिर पहुंचकर मां भगवती के दर्शन कर अपने परिवार की सुख-समृद्धि, उत्तम स्वास्थ्य, राष्ट्र की उन्नति एवं विश्व कल्याण की कामना कर रहे हैं।

अग्रवाल सभा की 21 सदस्यीय कमेटी गठित

चरखी दादरी। अग्रवाल सभा चरखी दादरी की गत 12 जुलाई को आयोजित आम सभा की बैठक में सर्वसम्मति से अध्यक्ष चुने गए कैलाश चंद रिटोलिया ने सभा के पंजीकरण, महाराजा अग्रसेन जयंती समारोह के आयोजन तथा सभा के आगामी चुनाव की प्रक्रिया को आगे बढ़ाने के लिए 21 सदस्यीय कमेटी का गठन किया है। अध्यक्ष कैलाशचंद रिटोलिया ने बताया कि आम सभा में उन्हें इन तीनों महत्वपूर्ण कार्यों की जिम्मेदारी सौंपी गई थी। विभिन्न क्षेत्रों के अनुभवी एवं सक्रिय सदस्यों को शामिल करते हुए कमेटी का गठन किया है, जो सभी विषयों पर समन्वय के साथ कार्य करेगी।

मुख्यमंत्री से मिलेगा धानक जनकल्याण मंच भिवानी। धानक जनकल्याण मंच श्रीधर ही चंडीगढ़ में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी से मुलाकात करके परिवार पहचान पत्र, बुढ़ापा पेंशन, डीएससी समाज में हो रही जन समस्याओं को लेकर मिलेंगे यह जानकारी मंच के जिला उपाध्यक्ष बबलु खनगवाल, एवं मंच के प्रदेश महासचिव कर्मवीर खन्ना ने दी उन्होंने बताया कि मंच के प्रदेश अध्यक्ष संदीप खरकिया के नेतृत्व में 11 सदस्य कमेटी मुख्यमंत्री से मुलाकात करेगी डीएससी समाज के नौकरी एवं अन्य नियुक्ति के मामले को लेकर मुख्यमंत्री के समक्ष मिलकर बुढ़ापा पेंशन, परिवार पहचान पत्र के बारे में विस्तार से बातचीत की जाएगी।

शिक्षा विभाग आधार नामांकन में लापतेजी

भिवानी। लघु सचिवालय स्थित डीआरडीए सभागार में एंडीसी दीपक बाबूलाल करवा की अध्यक्षता में जिला स्तरीय आधार मॉनिटरिंग कमेटी की बैठक आयोजित की गई। बैठक में एंडीसी ने आधार नामांकन, आधार अपडेट, बच्चों के अनिवार्य बायोमेट्रिक अपडेट तथा दस्तावेज सत्यापन कार्यों में तेजी लाने के निर्देश दिए। बैठक में एंडीसी ने कहा कि आधार से जुड़े कार्यों में किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

सोनम वांगचुक के समर्थन में प्रदर्शन कल

बाढ़ड़ा। सेंटर ऑफ इंडियन ट्रेड यूनियन्स (सीटू) ने सामाजिक कार्यकर्ता सोनम वांगचुक के समर्थन में 20 जुलाई को देशभर में प्रदर्शन करने का ऐलान किया है। यह निर्णय सीटू की राष्ट्रीय वर्किंग कमेटी की 17 से 19 जुलाई तक रांची में आयोजित बैठक में लिया गया। सीटू जिला संयोजक राजकुमार धिकाड़ा, जिला सहसंयोजक सुमेर सिंह धारणी और कमलेश भैरवी ने बताया कि संगठन ने सोनम वांगचुक के स्वास्थ्य को लेकर गहरी चिंता व्यक्त की है।

बौदकलां के स्कूल में पीटीएम का आयोजन

चरखी दादरी। आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बौदकलां में शनिवार को नर्सरी से कक्षा पांचवीं तक के विद्यार्थियों की अभिभावक-शिक्षक बैठक (पीटीएम) का आयोजन किया गया। इस दौरान शिक्षकों ने विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति, अनुशासन, व्यवहार व सह-शैक्षणिक गतिविधियों की विस्तृत जानकारी अभिभावकों को दी और उनके सर्वांगीण विकास को लेकर विचार-विमर्श किया। पीटीएम के दौरान अभिभावकों ने विद्यालय की उत्कृष्ट शिक्षण व्यवस्था, अनुशासित वातावरण व विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास के लिए किए जा रहे प्रयासों की सराहना की।

निरीक्षण के दौरान छात्राओं से की बात

छात्राएं गलत का विरोध करने में घबराएं नहीं: मीना परमार



हरियाणा राज्य महिला आयोग की उपाध्यक्ष मीना परमार ने किया खरक कलां और कलिंगा में राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज़ ►► भिवानी

हरियाणा राज्य महिला आयोग की प्रदेश उपाध्यक्ष मीना परमार ने शनिवार को गांव कलिंगा स्थित राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय और गांव खरक कलां स्थित श्रीमती त्रिवेणी देवी हाडा राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय का दौरा किया। उन्होंने यहां पर छात्राओं के लिए बने शौचालय और पेयजल व्यवस्था का निरीक्षण किया। उन्होंने छात्राओं से बात की और उनकी समस्याओं के बारे में जाना। निरीक्षण के दौरान मीना परमार ने



भिवानी। स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में छात्राओं को संबोधित करते हुए।

फोटो : हरिभूमि

छात्राओं से बात करते हुए कहा कि वे कड़ी मेहनत करें और अपना लक्ष्य निर्धारित कर जीवन में आगे बढ़ें। इसके साथ उन्होंने कहा कि छात्राओं को किसी भी प्रकार से घबराने या चिंता करने की जरूरत नहीं है। हरियाणा महिला आयोग हमेशा उनके साथ में खड़ा है। महिलाओं के हितों पर कभी भी आंच नहीं आने दी जाएगी। उन्होंने छात्राओं से आह्वान करते हुए कहा कि यदि उनके

साथ में किसी भी स्तर पर कुछ भी गलत होता है तो वे उसका विरोध करें। उन्होंने छात्राओं से कहा उनको गुड टच और बैड टच के बारे में मालूम होना चाहिए। उन्होंने कहा कि गलत कार्य का विरोध करने में हिचकिचाहट या शर्म महसूस ना करें। उन्होंने कहा कि गलत के प्रति चुप रहना भी एक तरह से अपराध है। ऐसे में वे हमेशा निडर रहें। मीना परमार ने स्कूल प्रबंधन

को निर्देश दिए की छात्राओं को पढ़ाई में किसी प्रकार की दिक्कत नहीं आनी चाहिए। यदि आयोग के पास में किसी प्रकार की कोई शिकायत पहुंचती है तो महिला आयोग उसे पर कड़ा संज्ञान लेगा। इसके अलावा उन्होंने स्कूल परिसर में स्वच्छता का पूरा ध्यान रखने के सख्त निर्देश दिए। इस दौरान स्कूल स्टाफ के सभी सदस्य और पंचायत प्रतिनिधि मौजूद रहे।

गांव खरक में चला स्वच्छता अभियान विधायक ने ग्रामीणों का किया सहयोग

- स्वच्छता केवल अभियान नहीं, बल्कि स्वस्थ और विकसित समाज की आधारशिला : कपूर सिंह वाल्मीकि

हरिभूमि न्यूज़ ►► बवानीखेड़ा

गांव खरक में आयोजित स्वच्छता अभियान के दौरान बवानी खेड़ा के विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने ग्रामीणों के साथ मिलकर श्रमदान किया और स्वच्छ एवं सुंदर गांव के संकल्प को साकार करने का संदेश दिया। इस अवसर पर उन्होंने ग्रामीणों से स्वच्छता बनाए रखने तथा पर्यावरण संरक्षण में सक्रिय भागीदारी निभाने का आह्वान किया।



अभियान के दौरान गांव की गलियों और सार्वजनिक स्थानों पर सफाई कार्य किया गया।

विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने कहा कि स्वच्छता केवल एक अभियान नहीं, बल्कि स्वस्थ और विकसित समाज की आधारशिला है। उन्होंने ग्रामीणों से अपने

आसपास के वातावरण को साफ-सुथरा रखने और स्वच्छता को जनआंदोलन बनाने की अपील की। विधायक कपूर सिंह वाल्मीकि ने कहा कि “स्वच्छ गांव, स्वस्थ गांव और विकसित गांव हमारा संकल्प है। जनसेवा और क्षेत्र के विकास के लिए हम सदैव प्रतिबद्ध हैं।”



चरखी दादरी। प्रतियोगिता में भाग लेते प्रतिभागी।

प्रत्येक बच्चा प्रतिभावान:डॉ. सुभाष

चरखी दादरी। संस्कार पब्लिक स्कूल में विद्यार्थियों की सृजनात्मक क्षमता को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से ड्राइंग एवं पेंटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में प्रकृति संरक्षण, स्वच्छ पर्यावरण, राष्ट्रप्रेम, बेटी बचाओ, जल संरक्षण और सामाजिक सरोकार जैसे विषयों पर आकर्षक चित्र बनाकर अपनी कल्पनाशीलता एवं कलात्मक अभिव्यक्ति का प्रभावशाली प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता का शुभारंभ मुख्य अस्थापिका अर्चना शर्मा ने किया। उन्होंने प्रतिभागी विद्यार्थियों को ड्राइंग शीट, रंग एवं अन्य आवश्यक सामग्री उपलब्ध कराते हुए कहा कि चित्रकला बच्चों के व्यक्तित्व विकास का महत्वपूर्ण माध्यम है। विद्यालय के निदेशक एवं अधिवक्ता डॉ. सुभाष जैन ने कहा कि प्रत्येक बच्चे में कोई न कोई विशेष प्रतिभा होती है, जिसे उचित मार्गदर्शन और अवसर मिलने पर नई पहचान मिल सकती है। उन्होंने कहा कि ऐसी प्रतियोगिताएं विद्यार्थियों में स्वस्थ प्रतिस्पर्धा, अनुशासन, धैर्य और सृजनात्मक सोच को बढ़ावा देती हैं।



बच्चों की सुरक्षा एवं लैंगिक संवेदनशीलता के संबंध में दी जानकारी

अनुशासन, ईमानदारी एवं समर्पण से बनती है पहचान: पांडे

प्रतिभागियों ने विद्यालयों में सीखी बातों को व्यवहार में लागू करने का लिया संकल्प

हरिभूमि न्यूज़ ►► चरखी दादरी

जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान (डाइट) बिरहीकलां में चतुर्थ श्रेणी कर्मियों का पांच दिवसीय क्षमता वर्धन प्रशिक्षण शनिवार को सफलतापूर्वक सम्पन्न हो गया। समापन पर प्रतिभागियों ने प्रशिक्षण के अनुभव साझा कर विश्वास जताया कि प्रशिक्षण के दौरान प्राप्त ज्ञान एवं कौशल का उपयोग वे



भिवानी। जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान बिरहीकलां में चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों को संबोधित करते दौरान। फोटो : हरिभूमि

अपने स्कूलों में बेहतर कार्य संस्कृति विकसित करने में करेंगे। कार्यक्रम के अंतिम दिन प्रातःकालीन प्रार्थना एवं फीडबैक सत्र हुआ। प्रतिभागियों ने बताया कि

प्रशिक्षण में उन्हें अपने दायित्वों, कार्य व्यवहार, अनुशासन, स्वच्छता, कार्यालयीन प्रक्रियाओं तथा विद्यालयी वातावरण के प्रति नई दृष्टि प्रदान की है।

‘न्यायक्षेत्र में गीताजी की प्रासंगिकता’ पर अधिवक्ताओं ने रखे विचार

न्याय का आधार धर्म, सत्य एवं विवेक है, केवल कानून नहीं: स्वामी ज्ञानानंद

श्रीमद्भगवद्गीता केवल धार्मिक ग्रंथ नहीं, जीवन, कर्तव्य एवं न्याय का सर्वोच्च मार्गदर्शक : गीता मनीषी

हरिभूमि न्यूज़ ►► भिवानी

न्याय तभी सार्थक होता है, जब उसका आधार धर्म, सत्य एवं विवेक हो। न्याय केवल कानून की धाराओं तक सीमित नहीं, बल्कि कर्तव्य, निष्पक्षता और मानवीय मूल्यों से भी उसका गहरा संबंध है, ये विचार गीता मनीषी ज्ञानानंद महाराज ने बार एसोसिएशन सभागार में आयोजित न्यायक्षेत्र में गीताजी की प्रासंगिकता विषय पर कार्यक्रम में व्यक्त किए। उन्होंने अधिवक्ताओं एवं न्यायविदों को संबोधित करते हुए कहा कि श्रीमद्भगवद्गीता केवल धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि जीवन, कर्तव्य और न्याय का सर्वोच्च मार्गदर्शक है। गीता का सबसे अधिक महत्व न्यायालयों में है, क्योंकि यहां सत्य, निष्पक्षता और धर्म के आधार पर निर्णय लिए जाते हैं।



भिवानी। अधिवक्ताओं को संबोधित करते स्वामी ज्ञानानंद महाराज। फोटो : हरिभूमि

स्वामी ज्ञानानंद ने कहा कि भगवान श्रीकृष्ण ने अर्जुन को निष्काम कर्म, सत्य और धर्म के मार्ग पर चलने का संदेश दिया, जो आज भी न्याय व्यवस्था के लिए समान रूप से प्रासंगिक है। स्वामी ज्ञानानंद ने कहा कि अधिवक्ता केवल अपने मुवकिल का पक्ष रखने तक सीमित न रहें, बल्कि न्याय की स्थापना और सत्य को रक्षा की भी अपना सर्वोच्च दायित्व मानें, जब कानून के साथ नैतिकता एवं आध्यात्मिक मूल्यों का समन्वय होता है, तभी समाज में वास्तविक न्याय स्थापित होता है। कार्यक्रम में उपस्थित अधिवक्ताओं,

ये रहे उपस्थित

इस मौके पर जिला बार एसोसिएशन के अध्यक्ष एडवोकेट संदीप तंवर, सचिव विनोद भारद्वाज, अधिवक्ता सुरेंद्र हंस, एडवोकेट बीबी जैन, एडवोकेट अविनाश सरदाना, एडवोकेट जोगेन्द्र तंवर, एडवोकेट युधिष्ठिर वत्स, एडवोकेट देवेन्द्र तंवर, एडवोकेट मुकेश चौहान, डॉ. विनोद अंचल, विनोद खबड़ा, आत्मप्रकाश टुटेजा व अशोक कुमार भारद्वाज आदि उपस्थित रहे।

न्यायविदों एवं गणमान्य नागरिकों ने भी गीता के शाश्वत सिद्धांतों पर अपने विचार साझा किए।

आरोग्य शिविर में दूसरे दिन भी पहुंचे मरीज

लोहारू। अनाजमंडी परिसर में बाबा गणेश यादव के सानिध्य में चल रहे आठ दिवसीय आरोग्य शिविर में काफी संख्या में लोग पहुंच रहे हैं। लोगों ने स्वास्थ्य लाभ का दावा भी किया है। समाजसेवी एवं वरिष्ठ आजपा नेता प्रवीण गोदारा ने बताया कि बहल में आरोग्य शिविर को मिले उपचार सहयोग के बाद लोगों की मांग पर लोहारू में शिविर लगाया गया है। उन्होंने कहा कि दूसरे दिन भी शिविर में मरीजों की संख्या काफी अधिक रही। आयोजकों के अनुसार शिविर में गठिया, सर्वाङ्गिकल, उच्च रक्तचाप (बीपी), शुगर, लकवा, पोलियो, निस्तान दंपतियों की समस्याएं, जोड़ों के दर्द सहित विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं से संबंधित नि:शुल्क परामर्श एवं उपचार उपलब्ध करवाया जा रहा है।



न्यूज़ डायरी



बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट में जैस्मिन प्रथम

भिवानी। श्रीमती उत्तमीबाई आर्य कन्या वमा विद्यालय में कक्षा 9वीं से 12वीं तक की छात्राओं के लिए बेस्ट आउट ऑफ वेस्ट प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का उद्देश्य छात्राओं में पर्यावरण संरक्षण, पुनर्वर्धन तथा रचनात्मक सोच को बढ़ावा देना है। छात्राओं ने बेकार पड़ी वस्तुएं जैसे प्लास्टिक की बोतलें, पुराने अखबार-गते, कपड़े के टुकड़े, आइसक्रीम स्टिक एवं अन्य कबाड़ सामग्री से प्लावर पॉट, नंद भवन, शिवलिंग, झूलू, वॉल हैंगिंग, डाल घोंसले व अनाज से अनेक आकर्षक व उपयोगी वस्तुएं तैयार कीं। प्रतियोगिता में कक्षा 12वीं की जैस्मिन और गुंजन प्रथम व द्वितीय तथा कक्षा 9वीं की तान्या तृतीय और कक्षा दसवीं की जानवी ने प्रोत्साहन पुरस्कार प्राप्त किया। विद्यालय प्रबंधकारिणी समिति ने छात्राओं के कला कौशल की प्रशंसा करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।



श्लोकोच्चारण में नालंदा सदन प्रथम रहा

बवानीखेड़ा। बौद्ध वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय श्लोकोच्चारण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें कक्षा छठी से आठवीं तक के विद्यार्थियों ने बड़-चढ़कर प्रतिभागिता की। प्रतियोगिता का परिणाम इस प्रकार रहा- नालंदा सदन ने निशांत,प्राची एवं श्लोक ने प्रथम इन्द्रप्रस्थ सदन से हिमांशु, दीपिका एवं तेजस्वी ने द्वितीय, शान्तिकेतरन सदन से दिक्षा, राधिका एवं रूनेहा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। निष्णयक मंडल की भूमिका आचार्या प्रेमिला वर्मा एवं सोनम ने निभाई। छात्रा सिल्ली एवं वंदना के द्वारा मंच का कुशलता पूर्वक संचालन किया गया।

पुलिस ने चलाया नशा जागरूकता अभियान

चरखी दादरी। जिले को नशामुक्त बनाने के उद्देश्य से पुलिस अधीक्षक लोनेश कुमार पी के निदेशन में जिला पुलिस द्वारा लगातार जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है। शनिवार को एटी नार्कोटिक सेल के एसएसआई राहुल फोगाट, यातायात थाना प्रभारी निरीक्षक विक्रान्त सिंह तथा थाना बाढ़ड़ा प्रभारी कुलदीप सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम ने गांव हंसावास कलां, किष्किन्धा, चांदवास, निमड बडैसरा और हंसावास खुर्द में ग्रामीणों को नशे के दुष्प्रभावों और कानूनी प्रावधानों के प्रति जागरूक किया। पुलिस अधिकारियों ने कहा कि नशा व्यक्ति के स्वास्थ्य, परिवार, सामाजिक जीवन और भविष्य पर गंभीर नकारात्मक प्रभाव डालता है।

सर्वकल्याण मंच चलाएगा पौधरोपण अभियान

चरखी दादरी। पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक सरोकारों को बढ़ावा देने के उद्देश्य से शनिवार को दादरी में सर्व कल्याण मंच हरियाणा की मासिक बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में भविष्य की कार्ययोजनाओं पर विस्तार से चर्चा की। बैठक की अध्यक्षता सर्व कल्याण मंच चरखी दादरी जिलाध्यक्ष धर्मेन्द्र सेनी ने की। नाप रेयररमेंट बख्शीराम सेनी बैठक में बतौर मुख्य मार्गदर्शक उपस्थित रहे। बैठक में सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि आने वाले समय में मंच द्वारा बड़ा त्रिवेणी रोपण अभियान चलाया जाएगा।

प्रदेश में नशे का अवैध व्यापार चरम : दलीप

तोशाम। तोशाम में बाईपास मार्ग पर चल रहे किसानों के धरने के संयोजक दलीप सिंह सांगवान ने धरने पर उपस्थित दर्ज करते हुए देश-प्रदेश में बढ़ते नशे के अवैध व्यापार के लिए सरकार को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा कि देश प्रदेश में नशे का अवैध व्यापार अपने चरम पर है। गांजा, सुल्फा, चरस, समैक, हेरोइन, चिट्ठा जैसे नशे गांव और गली-मोहल्लों तक बेरोक-टोक पहुंच रहे हैं। किसी भी स्तर पर नशे पर कोई पाबंदी नजर नहीं आ रही। लगाता है सरकार इस देश की भावी पीढ़ी को बर्बाद करने पर उतारू है।

गुप्त नवरत्न उपासकों के लिए अत्यंत गोपनीय भिवानी।

पीठाधीश्वर श्री महंत डॉ. अशोक गिरी ने बताया कि गुप्त नवरत्न का आध्यात्मिक महत्व सामान्य नवरत्न से बिल्कुल अलग है। चैत्र और शरद्वीय नवरत्न में जहां मां दुर्गा के नौ रूपों की सांकेतिक पूजा होती है, वहीं माघ और आषाढ़ माह में आने वाली गुप्त नवरत्न साधकों, तंत्रिकों और शाक्त उपासकों के लिए अत्यंत गोपनीय और शक्तिशाली साधना का समय है। यज्ञ और हवन का मुख्य महत्व पर महंत डॉ. अशोक गिरी ने कहा कि गुप्त नवरत्न में किए जाने वाले यज्ञ और हवन का महत्व इसलिए अधिक है क्योंकि यह तीन स्तरों पर काम करता है।

नीट-यूजी परीक्षा में जिले के कई होनहार बेटे-बेटियों ने गाड़े सफलता के झंडे

गोकुलपुरा की प्रियांशु पूनिया ने 720 में से 603 अंक किए हासिल

गांव सिरसी के तनवीर रंगा को नीट में मिली 642वीं रैंक

हरिभूमि न्यूज ►►बहल

नीट-यूजी परीक्षा में इस बार शहर के अलावा ग्रामीण प्रतिभाओं ने कामयाबी दिखाई है। बहल क्षेत्र के गांव गोकुलपुरा की छात्रा प्रियांशु पूनिया ने पहले प्रयास में ही परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। प्रतिभा ने 720 में से 603 अंक हासिल कर सरकारी मेडिकल कॉलेज में दाखिले की सीट पक्की कर ली है। गोकुलपुरा गांव के रामफल पुनिया की पुत्री प्रियांशु पुनिया ने अपनी मेहनत और लगन के बल पर पहले प्रयास में ही 12वीं के साथ नीट की परीक्षा उत्तीर्ण कर एमबीबीएस में सरकारी सीट सुनिश्चित कर ली है। प्रियांशु पूनिया की इस कामयाबी से पूरे गांव में खुशी का माहौल है और बधाई देने वालों का तांता लगा हुआ है। प्रियांशु पूनिया ने अपनी कामयाबी के पीछे अपने गुरुजनों, दादी, माता पिता और चाचा-चाची की प्रेरणा और उनका मार्गदर्शन बताया है। समाजसेवी एवं किसान नेता महावीर सिंह चहल गोकुलपुरा ने प्रियांशु पूनिया और उसके परिवार को बधाई दी और युवाओं से आह्वान किया है कि वो भी प्रियांशु पूनिया की कामयाबी से सीखें और उनका अनुसरण करते हुए उनको अपना प्रेरणा स्रोत मानकर उनके पद चिन्हों पर चलते हुए गांव का और अपने परिवार का नाम रोशन करने का काम करें और अपना जीवन सुखमय बनाएं।

हरिभूमि न्यूज ►►बहल

बहल क्षेत्र के गांव सिरसी के होनहार छात्र तनवीर रंगा ने नीट-यूजी 2026 परीक्षा में 642 अंक प्राप्त कर शानदार सफलता हासिल की है। तनवीर को इंडिया रैंक लेवल पर 2033 वीं रैंक हासिल हुई है जबकि उसे ऑल इंडिया लेवल पर 58 वीं कैटेगरी रैंक प्राप्त हुई है। तनवीर के दादा मांगेराम, पिता सुनील कुमार व माता फूलपति देवी ने इस सफलता का श्रेय उनकी कड़ी मेहनत, अनुशासन और निरंतर प्रयास को दिया है। तनवीर की सफलता पर पूरे परिवार में खुशी का माहौल है और शुभचिंतकों द्वारा लगातार बधाइयां दी जा रही हैं। तनवीर को गांव मोरका निवासी उसके मामा प्रवक्ता मनोज सुंडा, नेवी में पेटी ऑफिसर नरेश सुंडा ने बधाई देते हुए कहा कि यह उपलब्धि पूरे परिवार और क्षेत्र के लिए गर्व का विषय है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि तनवीर भविष्य में एक सफल एवं संवेदनशील चिकित्सक बनकर समाज की उत्कृष्ट सेवा करेगा। तनवीर की इस उपलब्धि पर परिजनों, शिक्षकों, मित्रों एवं क्षेत्रवासियों ने हर्ष व्यक्त करते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं।



ग्रीन मीडोज स्कूल के विद्यार्थियों ने किया शानदार प्रदर्शन

चरखी दादरी। गांव चरखी स्थित ग्रीन मीडोज वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों ने नीट एंव जेईई मेन्स 2026 के परीक्षा परिणामों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए क्षेत्र और जिले का गौरव बढ़ाया है। विद्यालय के प्राचार्य सुरेश सांगवान ने बताया कि नीट परीक्षा में मोहन ने 582 अंक, नितिका ने 574 अंक, खुशी ने 560 अंक तथा छवि ने 478 अंक प्राप्त कर सफलता हासिल की। वहीं जेईई मेन्स में मानसी ने 91 पर्सेंटाइड अंक अर्जित कर विद्यालय का नाम रोशन किया। विद्यार्थियों की इस उपलब्धि पर विद्यालय परिसर में खुशी का माहौल रहा। प्राचार्य सुरेश सांगवान ने कहा कि विद्यार्थियों की मेहनत, शिक्षकों के मार्गदर्शन और अभिभावकों के सहयोग का यह परिणाम है। उन्होंने सभी सफल विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। इस अवसर पर योगेंद्र सांगवान, अरविंद सांगवान, रविंद्र, रणजीत, रमन, मुकेश, नरेश, विकास, प्रदीप सांगवान, राजू सिंह, बबिता पूनिया, पुष्पा, अंजू व समस्त विद्यालय परिवार ने सफल विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया।

द्रोणाचार्य स्कूल की दीपिका ने नीट में किया शानदार प्रदर्शन

चरखी दादरी। हाल ही में घोषित नीट परीक्षा परिणाम में गोविंदपुरा स्थित द्रोणाचार्य सैनियर सेकेंडरी स्कूल की छात्रा एवं आर्य नगर निवासी रविंद्र आर्या की पुत्री दीपिका आर्या ने राष्ट्रीय मेरिट सूची में स्थान प्राप्त कर जिले और क्षेत्र का नाम रोशन किया है। दीपिका ने 720 में से 591 अंक हासिल किए हैं। स्कूल प्रबंधक रविंद्र आर्य ने बताया कि दीपिका की बड़ी बहन अदिति आर्या का चयन भी गत वर्ष नीट के माध्यम से हुआ था। अदिति वर्तमान में मिवानी के राजकीय मेडिकल कॉलेज में एमबीबीएस प्रथम वर्ष की पढ़ाई पूरी कर चुकी हैं। दोनों बहनों ने प्रारंभ से ही द्रोणाचार्य सैनियर सेकेंडरी स्कूल में शिक्षा ग्रहण की है। उन्होंने बताया कि दोनों छात्राओं के माता-पिता अध्यापक हैं और उन्होंने हमेशा बेटियों को शिक्षा तथा अपने लक्ष्य के प्रति समर्पित रहने के लिए प्रेरित किया। परिवार की इच्छा थी कि दोनों बेटियां चिकित्सा क्षेत्र में जाकर मानव सेवा करें, जिसे उन्होंने अपनी मेहनत और लगन से साकार करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम बढ़ाया है। स्कूल स्टाफ, ग्रामीणों तथा क्षेत्र के गणमान्य लोगों ने दीपिका और उनके परिवार को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

सावड़ की नेहा ने नीट में 627 अंक किए हासिल

चरखी दादरी। गांव सावड़ की नेहा जांगिड़ पुत्री अशोक जांगिड़ ने नीट 2026 की परीक्षा में 627/720 अंक प्राप्त करके मेडिकल शिक्षा क्षेत्र में सफलता प्राप्त की। नेहा ने बताया कि वह प्रतिदिन 12 घण्टे से भी ज्यादा समय पढ़ाई के लिए देती थी और मोबाइल फोन और टीवी से दूरी बनाकर पढ़ाई पर ही ध्यान केंद्रित किया लेकिन साथ में समाचार पत्र को भी हमेशा पढ़ती थी। उन्होंने ने अपनी इस कड़ी मेहनत का श्रेय अपने माता-पिता और अपने शिक्षकों के भरपूर सहयोग को दिया। गौरतलब है कि सत्र 2023 में हरियाणा बोर्ड से दादरी जिले टापर रही थी और 12वीं के दादरी में 90% अंक प्राप्त किए थे। नेहा ने अपने परिवार अपने गांव और जिले का नाम रोशन किया है नेहा ने कहा कि मुझे अच्छा डॉक्टर बन के जनहित की सेवा करना ही मेरा उद्देश्य है। इस दौरान गांव के लोगों ने नेहा को बधाई देते हुए।

खबर संक्षेप

हत्या के प्रयास मामले में दो और आरोपित गिरफ्तार

चरखी दादरी। थाना बौद कलां पुलिस ने हत्या के प्रयास के मामले में फरार चल रहे दो और आरोपितों को गिरफ्तार किया है। पुलिस प्रवक्ता योगेश कुमार ने बताया कि गांव हिंडोल निवासी दिनेश की शिकायत पर हत्या के प्रयास का मामला दर्ज किया गया था। इसी मामले में सांवड़ निवासी आरोपित नितिन को गिरफ्तार किया गया था। एसएसआई अजीत ने इसी मामले में दो आरोपितों योगेश निवासी हिंडोल तथा दिनेश उर्फ सुखा निवासी सांवड़ को गिरफ्तार किया है।

28 जुलाई को लगेगा स्वास्थ्य जांच शिविर

भिवानी। हरियाणा राज्य सफाई कर्मचारी आयोग के निर्देशानुसार 28 से 30 जुलाई को नगर परिषद, ग्राम पंचायतों, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग, स्वास्थ्य विभाग सहित विभिन्न कार्यालयों में कार्यरत सफाई से संबंधित कर्मचारियों के लिए स्वास्थ्य जांच शिविरों का आयोजन होगा। शिविर में विभिन्न विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा सफाई कर्मचारियों के स्वास्थ्य की जांच की जाएगी आवश्यक चिकित्सीय परामर्श दिया जाएगा। यह जानकारी डीसी साहिल गुप्ता ने दी है।

कारी रुपा में उप स्वास्थ्य केन्द्र की नींव रखी

बाढड़ा। गांव कारी रुपा में ग्राम पंचायत सदस्यों ने गांव में उपस्वास्थ्य केन्द्र के निर्माण कार्य का शिलान्यास सरपंच शीला देवी के सुपुत्र शुभम फौगाट ने किया। ग्रामीणों ने इस 55 लाख के स्वास्थ्य प्रोजेक्ट के लिए स्वीकृति मिलने पर प्रदेश सरकार का आभार प्रकट किया। गांव कारीरुपा में उप स्वास्थ्य केन्द्र के लिए कोई भवन नहीं था। मजबूरन स्वास्थ्य केंद्र गांव के पंचायत घर के दो कमरों में चलाया जा रहा था।

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, शॉप नं. 47, इन्फोवर्मेंट ट्रस्ट मार्केट, मिवानी
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-सुगम **हरिभूमि** के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 से.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2000/-
10X 8 से.मी		रु. 2500/-

+5% GST Extra

नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कोई रेट लागू।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें

मिवानी : हरिभूमि, शॉप नं. 47, इन्फोवर्मेंट ट्रस्ट मार्केट, मिवानी
फोन : 8814999170, दादरी : 9253681008

सीबीएलयू में आरक्षण देने की बजाय पहले से भर्ती युवाओं को हटाने का विरोध

प्रेमनगर के लोग बोले- 131 एकड़ जमीन के ठेके से तो हम यूनिवर्सिटी से ज्यादा बच्चों को खुद रोजगार दे देते

हरिभूमि न्यूज ►►मिवानी

प्रेमनगर गांव के लोगों ने एक बार फिर सरकार को खिलाफ आरपार की लड़ाई का ऐलान कर दिया है। ग्रामीण इस बार अपने गांव के बच्चों को यूनिवर्सिटी से हटाने से खफा हैं। गौरतलब है कि गांव प्रेमनगर के ग्रामीणों ने अपने गांव में सी बी एल यू (चौधरी बंसी लाल यूनिवर्सिटी) बनाने के लिए साल 2015 में 131 एकड़ भूमि दी थी मुफ्त में 131 एकड़ पंचायती भूमि सरकार को दी। साथ ही मेडिकल कॉलेज के लिए भी जमीन दी गई थी। जिसे चारदीवारी बनाने के बाद भिवानी में बनाया प्रस्तावित हुआ। पर यूनिवर्सिटी गांव में ही बनी और तब तत्कालीन सीएम मनोहरलाल ने प्रेमनगर गांव में करोड़ों रुपए से विकास कार्य करवाने व चतुर्थ श्रेणी में पांच फिसदी नौकरी प्रेमनगर के युवाओं को देने का वादा किया। जो लागू करवाने के लिए ग्रामीणों ने कई साल धरना दिया।

सुंदर नहर में जलापूर्ति की मांग को लेकर जमालपुर में धरना जारी

बबानीखेड़ा। सुंदर नहर में 15 दिन पूर्ण जलापूर्ति की मांग को लेकर जमालपुर में धरना 22वें दिन भी जारी रहा। धरने को समर्थन देने पहुंचे अनाफिस के जिला कोषाध्यक्ष मास्टर उमराव सिंह ने कहा कि इस समय खेती-किसानी गंभीर संकट के दौर से गुजर रही है।



भिवानी। मांगों को लेकर धरने पर बैठे प्रेमनगर के ग्रामीण। फोटो: हरिभूमि

►► ग्रामीणों ने दिया था लंबे समय तक धरना

गांव के सरपंच राजेश कुमार व धरना कमेटी के प्रधान कैप्टन कमल सिंह ने कहा कि इन वायदों को पूरा करवाने के लिए ग्रामीणों ने दिया था लंबे समय धरना दिया था। पर बीच बीच में स्थानीय नेताओं व सरकार के आश्वासन पर धरना स्थगित किया गया। पर अब तक गांव का ना पूरा विकास हुआ, बल्कि उल्टा भर्ती किये गांव के युवाओं को चार साल बाद हटाया जा रहा है। इनका कहना है कि हमने 131 एकड़ जमीन दी, इतनी जमीन के ठेके से तो हम खुद यूनिवर्सिटी से ज्यादा बच्चों को रोजगार दे देते। ग्रामीणों ने अब सरकार को वादा पूरा ना करने पर आरपार की लड़ाई लड़ने की खुली चेतावनी दी है।

अब एक बार फिर प्रेमनगर गांव के लोगों ने प्रदेश सरकार के खिलाफ आरपार की लड़ाई का ऐलान कर दिया है। जिसकी बड़ी वजह सीबीएलयू से गांव के कई कर्मचारियों को हटाना है। ऐसे में इन कर्मचारियों को दोबारा नौकरी पर रखने व गांव के युवाओं को यूनिवर्सिटी में 10 फिसदी आरक्षण देने का किया था वाद।

मांगों को लेकर किसान आज करेंगे पंचायत

बाढड़ा। भारतीय किसान मजदूर संगठन के तत्वावधान में आज रविवार को बाढड़ा की नई अनाज मंडी में किसानों की महापंचायत आयोजित की जाएगी। महापंचायत में सुरेश कोथ मुख्य वक्ता के रूप में किसानों की संबोधित करेंगे। इसमें क्षेत्रभर के किसानों से अधिक से अधिक संख्या में पहुंचने का आह्वान किया गया है। राजकुमार हड़दी ने बताया कि सरकार की मंशा ट्यूबवेल पर लागू लैट रेट व्यवस्था को समाप्त कर मीटर आधारित प्रणाली लागू करने की है, जिसका किसान संगठन विरोध कर रहे हैं।

पीएलवी न्यायपालिका व आमजन के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी: सीजेएम

■ एडीआर सेंटर के सभागार में मासिक बैठक का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ►►मिवानी

जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के चेयरमैन एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश डॉ. गगनदीप कौर सिंह के मार्गदर्शन में एडीआर सेंटर के सभागार में मासिक बैठक एवं विधिक जागरूकता कार्यशाला का आयोजन किया गया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी (सीजेएम) पवन कुमार की अध्यक्षता में आयोजित इस कार्यशाला में पैलन अधिवक्ताओं, मध्यस्थ अधिवक्ताओं तथा अधिकार मित्र ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। सीजेएम पवन कुमार ने कहा कि प्राधिकरण का मूल उद्देश्य समाज के प्रत्येक जरूरतमंद, कमजोर एवं वंचित वर्ग तक निःशुल्क, सुलभ और प्रभावी कानूनी सहायता पहुंचाना है। उन्होंने जोर देकर कहा कि पैलन अधिवक्ता, मॉडिएटर्स और पीएलवी न्यायपालिका व आमजन के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी हैं।



भिवानी। राजकीय कन्या स्कूल दिनोद में पौधरोपण कर पौधरोपण अभियान की शुरुआत करते सीजेएम पवन कुमार व प्राचार्या सीमा कुमारी। फोटो: हरिभूमि

भिवानी मौजूद रही। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय की प्राचार्य

जनविरोधी नीतियों के विरोध गरजे कर्मचारी

भिवानी। शनिवार को हरियाणा गर्व पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल वर्कर्स यूनियन (संभंधित सर्व कर्मचारी) के सदस्यों ने जमकर सरकार की जनविरोधी नीतियों के विरोध में जहर उगला। सिवाई विभाग में कर्मचारियों ने सरकार के खिलाफ जमकर वारेबाजी की। इस दौरान कर्मचारियों को संबोधित करते हुए एक कर्मचारी नेता ने कहा कि वर्ष 2014 में भाजपा सरकार कर्मचारियों के साथ अनेक वायदे करके सत्ता में आई थी। उस वक्त भाजपा पार्टी ने अपने संकल्प पत्र में भी कर्मचारियों की पुरानी मांगों को बहाल करने का भरोसा दिया था। पर सत्ता में आने के बाद भाजपा सरकार सारे वायदे को भूल गई है। कर्मचारियों की मांग पूरी करने की बजाए सरकार कौशल निगम के नाम पर सरकारी विभागों का निजीकरण करने पर उतर आई है। खासकर जनता से जुड़े विभागों को निजी कम्पनी के हाथों में सौंपने की तैयारी कर रही है। अगर सरकार ने इस तरह का निर्णय जारी रखा तो वे आंदोलन चलाने पर मजबूर होंगे। यहां यह बताते चले कि आज उक्त विभागों के कर्मचारी सर्व कर्मचारी संघ के बनेर तले मंत्री रणबीर गंगवा के आवास का घेराव करने के लिए रवाना हुए हैं।

■ मंत्री का आवास घेरने पहुंचे विभिन्न विभागों के कर्मचारी।



भिवानी। रवाना होने से पहले प्रदर्शन करते कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

सोनम वांगचुक के समर्थन में धरना

हरिभूमि न्यूज ►►चरखी दादरी

शिक्षाविद एवं पर्यावरण कार्यकर्ता सोनम वांगचुक के समर्थन में दादरी के किला मैदान में चल रहा धरना-प्रदर्शन शनिवार को तीसरे दिन भी जारी रहा। धरना समिति ने घोषणा की कि अब आंदोलन अनिश्चितकाल के लिए 24 घंटे दिन-रात जारी रहेगा। आंदोलनकारियों ने शिक्षा व्यवस्था में सुधार, युवाओं के भविष्य की सुरक्षा और पारदर्शी एवं निष्पक्ष परीक्षा प्रणाली लागू करने की मांग दोहराई। धरना स्थल पर युवा



कांग्रेस के प्रदेश सचिव नीटू चरखी, संजीव दहिया, हर्ष कादयान, संजय साहू, मुकेश रानीला सहित अनेक सामाजिक और राजनीतिक प्रतिनिधियों ने पहुंचकर समर्थन दिया।

सरकार की कार्यप्रणाली पर उठाए सवाल

बाढड़ा। शांतिपूर्ण अनशन पर बैठे सोनम वांगचुक के साथ हुई कार्यवाई को लेकर इनसे दादरी ने सरकार की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाए हैं। इनसे जिला अध्यक्ष संजीव काकड़ीली ने कहा कि सरकार ने आंदोलन समाप्त कराने के लिए बातचीत का रास्ता अमाने के बजाय जबरदस्ती और दमन का सहारा लिया। उन्होंने कहा कि यह लोकतंत्र के लिए दुर्भाग्यपूर्ण है और इससे साफ है कि सरकार छात्रों की बुलंद आवाज से घबरा गई है।

कैदियों को दिया जाएगा रोजगारपरक प्रशिक्षण

भिवानी। प्राधिकरण की चेयरमैन एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश डॉ. गगनदीप कौर सिंह तथा सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी (सीजेएम) पवन कुमार ने स्थानीय जिला कारागार का निरीक्षण किया। इस दौरान डॉ. कौर ने कहा कि जिला कारागार में बंदियों को समाज की मुन्छाधरा से जोड़ने और उन्हें आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा एक ऐतिहासिक कदम उठाया है। एमओयू पर हुए क्षस्ताक्षर: बंदियों के कल्याण के लिए डीएलएसए भिवानी और ओम यूनिवर्सिटी के बीच एक महत्वपूर्ण समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए गए हैं। इस समझौते का प्राथमिक उद्देश्य जेल में बंद कैदियों को रोजगारपरक एवं कौशल विकास प्रशिक्षण उपलब्ध कराना है।

पौधों के बिना जीवन संभव नहीं

कार्यक्रम में मंच संचालन प्रवक्ता ममता पालीवाल ने किया। प्राचार्या सीमा कुमारी ने कहा कि हमें बचपन से ही पर्यावरण संरक्षण, स्वच्छता व कानून की जानकारी होनी चाहिए। कार्यक्रम को सफल बनाने में प्रवक्ता प्रसेन सिंह चौहान, सुरेंद्र सिंह, सुशील कुमार, सुनीता कुमारी, अमरजीत व लक्ष्मण गौड़ का विशेष सहयोग रहा। फैलन एडवोकेट प्रिया लेवा व मीना कौशिक पीएलबी नरेंद्र ने पोस्टर अभियान के बारे में समझाया। मुख्यतिथि सीजेएम पवन कुमार ने बताया कि पौधों के बिना जीवन संभव नहीं है, हमें आगे आने वाली पीढ़ी के बारे में सोचकर पौधे रोपित करने चाहिए तथा पर्यावरण संरक्षण के लिए पौधों से बढ़कर कोई विकल्प नहीं है। उन्होंने पोस्टर एक्ट 2012 अभियान के बारे में विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने कहा कि ये कानून विद्यार्थियों के अंदर नई जानकारी पैदा करेगा, अपराधों में रोक लगेगी तथा पौधे बच्चों को कानूनी सहायता उपलब्ध करवाई जाएगी।

के समक्ष द्वीप प्रज्वलित करके कार्यक्रम का शुभारंभ किया। मुख्यतिथि, शिक्षकों व बच्चों ने

सर्वप्रथम विद्यालय परिसर में 51 पौधरोपित किए और 200 पौधे छात्राओं को वितरित किए।

एक समय तक रोजमर्रा की आपा-धापी, दुख और तनाव को दूर करने के लिए लापटर क्लब्स को कारगर माना जाता था। लेकिन हाल के वर्षों में दुख-अवसाद से राहत दिलाने में क्रायिंग क्लब को ज्यादा कारगर माना जाने लगा है। इसीलिए विदेशों में ही नहीं अपने देश में भी इसका ट्रेंड बढ़ रहा है। ये क्रायिंग क्लब कैसे दुखों से राहत दिलाते हैं, यहां बता रहे हैं विस्तार से।

क्राइंग क्लबों का बढ़ता ट्रेंड मिलकर रोने से-दुःख हो जाए कम



कवर स्टोरी / शाहिद ए. चौधरी

एक दिन सुबह चहलकदमी करने के दौरान मैंने पार्क के एक कोने में कुछ बुजुर्गों को एक सुर में जोर-जोर से हसते हुए देखा। अपने-अपने दुःखों को दूर करने, डिप्रेशन से बचे रहने और अपने स्वास्थ्य को बेहतर बनाने का उनका यह तरीका है। बीते कई वर्षों से दुनिया भर में हंसी को सबसे अच्छी दवा मानकर उसे अगुआने का ट्रेंड काफी पॉपुलर हो चुका है। यह देखकर अच्छा लगा। लेकिन संयोग रहा कि जब पार्क से घर लौटा तो दुःखद समाचार मिला कि पड़ोस में रहने वाले एक व्यक्ति को दिल का दौरा पड़ने से डेथ हो गई। मैं शोक व्यक्त करने के लिए उनके घर पहुंचा तो देखा कि गुमसुम बैठी मुतक की पत्नी को अनेक महिलाएं रूलाने का प्रयास कर रही हैं और उनमें से एक को मैंने यह कहते हुए सुना, ‘अरे, इन्हें रूला दो, कुछ तो गम गलत होगा, वरना सदम की वजह से डिप्रेशन में चली जाएंगी।’ इन दोनों घटनाओं से मैं इस नतीजे पर पहुंचा कि मनुष्य के लिए अपने और रोने दोनों का बहुत अधिक महत्व है। वैसे भी कुदरत ने ये दोनों गुण इंसानों को ही दिए हैं। चोट लगने पर जानवर चिल्लाते अवश्य हैं, लेकिन इंसानों की तरह रोते नहीं हैं।



लापटर मैन से बने क्रायिंग मैन
लिम्का बुक ऑफ रिकॉर्ड्स ने कमलेश मसाला वाला को ‘पहला लापटर टीचर’ घोषित किया था। तकरीबन आठ साल पहले उन्होंने तय किया कि लोगों को 25 साल तक बहुत हंसा लिया, अब उन्हें रूलाया जाए और उन्होंने ‘हल्की क्रायिंग क्लब’ की स्थापना सबसे पहले गुजरात के सूरत में की। गौरतलब है कि 2008 में मसाला वाला ने इंटरनेशनल लापटर योग कांफ्रेंस के दौरान अचिरल रोने की प्रतियोगिता जीती थी। उन्होंने अपनी दिवंगत माता को याद करके एकदम से रोना शुरू कर दिया था। बाद में उन्हें एहसास हुआ कि भावनात्मक आंसुओं में भी मेडिकल लाभ होते हैं। अब तो कई स्टडीज में सामने आया है कि जब हम दुःख, तनाव या कंटा की वजह से रोते हैं तो हमारा शरीर कोर्टिसोल स्ट्रेस हार्मोन उत्पन्न करता है। हंसने से जो आंसू निकलते हैं, उनमें यह हार्मोन नहीं होता है। यानी सुकून महसूस करने के लिए हंसी के साथ आंसू भी जरूरी हैं।

लघुकथाएं

यादों का बैंक



शहर में एक नया बैंक खुला-यादों का बैंक। यहां लोग पैसे नहीं, अपनी यादें जमा करते थे। खुशियों की यादों पर अच्छा ब्याज मिलता था, जबकि दुखद यादें हटाने के लिए लोग फीस देते थे। एक दिन पचपन वर्षीय अजित वहां पहुंचा। उसने अपनी सबसे प्रिय याद जमा करने का फॉर्म भरा। कर्मचारी ने पूछा, ‘कौन-सी याद है?’ अजित मुस्कुराया, ‘वह दिन, जब मेरा पांच साल का बेटा पहली बार साइकिल चलाते हुए गिर पड़ा था। रोते-रोते फिर उठा और बोला-पापा, मैं हारूंगा नहीं।’ बैंक कर्मचारी चौंका, ‘इतनी प्यारी याद

क्यों जमा करना चाहते हैं? इस पर तो आपको अच्छा लाभ मिलेगा।’ अजित ने धीमे स्वर में कहा, ‘इसलिए क्योंकि मेरा बेटा अब इस दुनिया में नहीं है। उसकी याद हर दिन मुझे रूलाती है।’ याद बैंक की मशीन ने अजीत की उस स्मृति को उसके मन से निकाल कर जमा कर लिया। अजित हल्का महसूस करने लगा। कुछ महीने बाद वह फिर बैंक पहुंचा। इस बार उसके चेहरे पर बेचैनी थी, ‘मुझे अपनी जमा की हुई याद वापस चाहिए।’ उसने बैंक कर्मों से कहा। ‘लेकिन क्यों? आपने तो दर्द से छुटकारा पाने के लिए उसे जमा किया था!’ अजित की आंखें भर आईं। वह बोला, ‘दर्द चला गया, पर उसके साथ मेरा बेटा भी चला गया। अब मैं रोता नहीं, लेकिन मुस्कुरा भी नहीं पाता। समझ में आया कि कुछ दुख बोझ नहीं होते, वे हमारे अपनों के आखिरी निशान होते हैं।’ बैंक कर्मों ने उसकी याद लौटा दी। बैंक से बाहर निकलते समय अजित की आंखों में आंसू थे, पर होंठों पर मुस्कान भी। उसे पहली बार लगा कि हर घाव भर जाना जरूरी नहीं, कुछ घाव ही हमें इंसान बनाए रखते हैं। * -कृति आरके जैन

संवेदना से भरी कहानियां

चार दशक से अधिक समय से कहानी लेखन में सक्रिय वरिष्ठ लेखक गोविंद सेन की चर्यनित कहानियों का संकलन कुछ समय पूर्व प्रकाशित होकर आया है। इसमें उनकी अठारह कहानियां संकलित हैं। ये कहानियां जीवन की विडंबनाओं और रिशतों की पेचीदगियों को उजागर करने के साथ ही हमारी संवेदनाओं को झकझोरी भी हैं। मिसाल के तौर पर ‘स्पीड ब्रेकर’ कहानी मानवीय मनुवृत्ति को सामने लाती है, जिसमें पढ़े-लिखे व्यक्ति के मन में सहज तौर पर हीनभावना जन्म लेती है, जब उसे अपने से कम शिक्षित व्यक्ति, आर्थिक रूप से अर्थक संपन्न दिखाता है।



गरीब तबके के लोगों का जीवन, किस तरह छोटी-छोटी चीजों से भी वंचित रहने का दर्श सहता रहता है, इसका मार्मिक वर्णन ‘गुमशुदा चांद की वापसी’ में किया गया है। संग्रह की एक छोटी सी कहानी ‘दाढ़ी’ में बहुत सरलता से सामाजिक विषमता की दुखी राग पर अंगुली रखी गई है। संग्रह की लगभग सभी कहानियां पठनीयता से भरपूर हैं। इन कहानियों में न तो किसी वाद का झंडा उठाया गया है, न ही किसी विमर्श को लेकर हाय-तौबा की गई है। जानबूझ कर गढ़े गए शिल्प और भाषायी कलाबाजियों से मुक्त ये कहानियां बहुत सरल और सहज तरीके से हमारे मन के किसी कोने में हमेशा के लिए दर्ज होने में सक्षम हैं। * किताब: चर्यनित कहानियां (कहानी-संग्रह), लेखक: गोविंद सेन, मूल्य: 225 रुपए, प्रकाशक: न्यू वर्ल्ड पब्लिकेशन, नई दिल्ली

जिंदगी की नई शुरुआत करने के लिए तैयार न हो जाए।
काफ़ी लोग हो रहे शामिल
क्राइंग क्लब, दशकों पुराने लापटर क्लबों का जवाब-सा प्रतीत हो रहे हैं। मुंबई, दिल्ली, बैंगलूर और हैदराबाद में लोग कॉफी शॉप्स, पब्स में आयोजित होने वाले क्रायिंग सेशन में शामिल हो रहे हैं। सूरत में तो ‘हल्दी क्रायिंग क्लब’ को चलते हुए अब आठ वर्ष हो गए हैं, जिसके सदस्य हर माह के अंतिम रविवार को एकत्र होते हैं और जी भरकर रोते हैं।
ऐसे हुई क्रायिंग क्लब की शुरुआत
सबसे पहले टोक्यो (जापान) के हिरोकी तेराई ने ग्रुप थेरेपी के तौर पर वर्ष 2013 में रुक कत्सू (आंसू बहाना) आरंभ किया। पहले तेराई, तलाक समारोह आयोजित करने के लिए विख्यात थे, जिसमें पूर्व जोड़े अपनी शादी की अंगुली पर हथोड़े मारते थे ताकि अपने अतीत के बोझ से मुक्त हो सकें। तेराई ने बाद में आक्रामकता को खत्म करते हुए इसका एक कोमल रूप विकसित किया, जिसमें हल्की रोशनी में भावनात्मक फिल्में देखी जाती हैं। आपसी सहमति से एक-दूसरे को खाना खिलाते हैं और क्रायिंग सेशन में लोग हिस्सा लेते हैं। अपने देश में ‘स्मॉल वर्ल्ड’ (डिजिटल से इतर रियल सोशल कनेक्शन को प्रमोट करने वाली संस्था) के संस्थापक सौरव आर्य ने क्रायिंग क्लब लॉंच किया। इसे शुरू करने के पीछे उनका तर्क यह था कि ‘ऑनलाइन दोस्तों से घिरे रहने के बावजूद लोग अकेलापन महसूस कर रहे हैं।’ इस क्लब के सत्र प्राइवेट कैफे व पब्स में आयोजित किए जाते हैं, जिनमें दोस्त के लिविंग रूम जैसा एहसास होता है। सेशन में सभी को बोलना जरूरी नहीं होता। बहुत से लोग दूसरों की सफा सुनते हैं। सुनते हुए ही उसके दर्द को सुनकर या अपना दर्द यादकर वे रोने लगते हैं। सत्र में पुरुष और महिलाएं सभी भाग लेते हैं। आमतौर पर इसमें 20-40 वर्ष के लोग आते हैं।

रोने की विभिन्न वजहें
अमेरिका में रहने वाले 45 वर्षीय रमेश, मुंबई लौटे थे। वह ग्रुप एक्टिविटी की तलाश करते हुए एक ऐसी जगह पहुंच गए, जिसकी उन्हें उम्मीद भी न थी। एक क्रायिंग क्लब, जिसका आयोजन मुंबई के एक बार में हो रहा था, जो उन्हें दिलचस्प लगा, विशेषकर इसलिए कि उन्हें भी अपनी कुछ भावनाओं से मुक्ति पानी थी। रमेश को वह जगह नकारात्मक भावना दूर करने से अधिक संपर्क स्थापित करने वाली अधिक लगी, क्योंकि उनकी वहां ऐसे लोगों से बॉन्डिंग बनी, जो अपनी नकारात्मक भावनाओं से जूझ रहे थे। सच यही है कि ऐसे क्लबों में आने वाले लोगों के रोने के विविध कारण हो सकते हैं- ब्रेकअप, जीवन में अनपेक्षित परिवर्तन या नुकसान। अनाम थकान जिसे शब्दों में व्यक्त न किया जा सके। एक लड़की तो रोने के लिए केवल इसलिए क्रायिंग क्लब में पहुंची कि उसने पांच दिन से किसी से बात ही नहीं की थी। उसे अपने गुमनाम होने का एहसास हो रहा था। उसने सत्र में दो नए दोस्त बनाए। सत्र में शामिल होने की एक व्यक्ति ने यह वजह बताई, ‘मुझे राहत नहीं चाहिए। मुझे तो बस वह जगह चाहिए, जहां मेरी उदासी को बरकरार रहने का अवसर मिले।’ सच यह है कि अलग-अलग स्थानों और परिवेश के लोग अलग-अलग तरह से रोते हैं। महानगरों में लोग बर्नआउट और अकेलेपन की वजह से रोते हैं। छोटे शहरों में रहने वाले लोग अक्सर पारिवारिक या सामाजिक दबाव के कारण रोते हैं। ऐसे क्लबों में एक बार जब रोना बंद हो जाता है, तो आपसी समानुभूति का संपर्क स्थापित होना शुरू हो जाता है। लोग नए संपर्क और मुस्कान लेकर लौटते हैं। *



अनपेक्षित परिवर्तन या नुकसान। अनाम थकान जिसे शब्दों में व्यक्त न किया जा सके। एक लड़की तो रोने के लिए केवल इसलिए क्रायिंग क्लब में पहुंची कि उसने पांच दिन से किसी से बात ही नहीं की थी। उसे अपने गुमनाम होने का एहसास हो रहा था। उसने सत्र में दो नए दोस्त बनाए। सत्र में शामिल होने की एक व्यक्ति ने यह वजह बताई, ‘मुझे राहत नहीं चाहिए। मुझे तो बस वह जगह चाहिए, जहां मेरी उदासी को बरकरार रहने का अवसर मिले।’ सच यह है कि अलग-अलग स्थानों और परिवेश के लोग अलग-अलग तरह से रोते हैं। महानगरों में लोग बर्नआउट और अकेलेपन की वजह से रोते हैं। छोटे शहरों में रहने वाले लोग अक्सर पारिवारिक या सामाजिक दबाव के कारण रोते हैं। ऐसे क्लबों में एक बार जब रोना बंद हो जाता है, तो आपसी समानुभूति का संपर्क स्थापित होना शुरू हो जाता है। लोग नए संपर्क और मुस्कान लेकर लौटते हैं। *

भूटान, ग्लोबल कंपैशन डिवेलोपेशन (जीसीडी) पर हस्ताक्षर करने वाला पहला देश बना है। क्या है यह डिवेलोपेशन और किस तरह समाज की चुनौतियों से निपटने में यह सहायक हो सकता है? इसके साथ ही कुछ ज्वलंत सवालों पर नोबेल शांति पुरस्कार से सम्मानित कैलाश सत्यार्थी ने साझा किए अपने विचार।

दूसरे की तकलीफ को अपनी पीड़ा की तरह महसूस करने से जन्मती है करुणा की शक्ति

विशिष्ट अभिव्यक्ति / कैलाश सत्यार्थी

हाल ही में हमारे पड़ोसी देश भूटान ने ग्लोबल कंपैशन डिवेलोपेशन (जीसीडी) पर हस्ताक्षर किया है। ग्लोबल कंपैशन डिवेलोपेशन, एक महत्वपूर्ण, अनूठा दस्तावेज है। पिछले साल सितंबर में संयुक्त राष्ट्र संघ के महाधिवेशन में सत्यार्थी मूवमेंट फॉर ग्लोबल कंपैशन ने मोनाको देश की सहभागिता में एक विशेष बैठक आयोजित किया, जो करुणा के वैश्वीकरण से शासन तंत्र को करुणामय बनाने के विचार से आयोजित किया गया था। उस उच्च स्तरीय बैठक में राष्ट्राध्यक्ष, संयुक्त राष्ट्र संघ के वरिष्ठ अधिकारी, नोबेल पुरस्कार विजेता और मानवाधिकार कार्यकर्ता शामिल हुए थे। इसमें संवाद के बाद जो सहमति बनी, वह एक घोषणापत्र के रूप में सामने आई, जिसमें सबसे बड़ी बात यह थी कि उन्होंने करुणा की हमारी बदली परिभाषा को स्वीकार किया। सामान्य तौर पर करुणा को एक नाजुक भाव मान लिया जाता है। हमारी परिभाषा में करुणा वह शक्ति है, जो दूसरे की तकलीफ को अपनी पीड़ा की तरह महसूस करने से जन्मती है और उसके समाधान की प्रेरणा शक्ति बनती है। इसी के आधार पर समाज के हर क्षेत्र में विवेकपूर्ण समाधान की संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए यह घोषणापत्र तैयार हुआ। भूटान पहला देश है, जिसने इसे अनुमोदित किया और वहां के प्रधानमंत्री ने इस पर हस्ताक्षर किया। बाद में एक अन्य छोटे से देश तिमोर लेस्ते ने भी हस्ताक्षर किया।
विकसित करना होगा करुणामय नेतृत्व: आज जब समाधानकर्ताओं और पीड़ितों के बीच खाई चौड़ी होती चली जा रही है, तब यह आवश्यक है कि शासन व्यवस्था, शिक्षा, चिकित्सा, न्याय, मीडिया आदि में करुणामय नेतृत्व विकसित किया जाए। इसका अर्थ यह हुआ कि इन सभी संस्थाओं या क्षेत्रों में लोग दूसरे की समस्याओं को अपना समझकर उसके निपटान के लिए नेतृत्व करें। यह काम लगातार व्यावहारिक प्रशिक्षण संवाद और अनुभवजनित ज्ञान जैसे प्रयोगों से संभव है। ऐसे कुछ वैज्ञानिक शोध हुए हैं, जिनसे साबित हुआ है कि अस्पतालों में चिकित्साकर्मियों के करुणजनित व्यवहार के परिणामस्वरूप मरीजों का जल्दी और प्रभावशाली उपचार हो सका। इसी तरह कॉर्पोरेट जगत में करुणामय नेतृत्व के कारण प्रबंधन में परस्पर विश्वास और सक्रिय भागीदारी, कर्मचारियों में संतोष, उत्साह और कंपनियों में उत्पादन-मुनाफा बढ़ गया।
युद्ध का खामियाजा भुगतते हैं बच्चे: यह पूरी मानवता के लिए बेहद चिंताजनक तथ्य है कि आज दुनिया में



लगभग 47 करोड़ बच्चे युद्धग्रस्त क्षेत्रों में रहने को विवश हैं। हम सबको यह समझना जरूरी है कि इतिहास में बच्चे कभी युद्ध का कारण नहीं रहे। न ही कभी वे युद्ध लड़ते हैं। परंतु युद्ध का सबसे ज्यादा खामियाजा उन्हीं को भुगतना पड़ता है। परिवार से बिछड़ना, पढ़ाई छूट जाना, मनोवैज्ञानिक और मानसिक आघात जैसे स्थाई घाव उनके पूरे जीवन को प्रभावित करते हैं। दुर्भाग्य है कि वे हमारी राष्ट्रीय, अंतरराष्ट्रीय प्रार्थमिकता नहीं हैं। यदि वैश्विक नेताओं, नेतृत्वकर्ताओं ने अपनी जिम्मेदारी को ठीक से समझा होता तो दुनिया भर में इतने बच्चे असमय मौत के मुंह में न समाते।
आवश्यक है करुणामय शिक्षा प्रणाली: जब तक शिक्षा का उद्देश्य खुद की और देशों की आर्थिक तरक्की मात्र रहेगा, तब तक नागरिक स्वार्थी और आत्मकेंद्रित रहेंगे। इसलिए जरूरी है कि पाठ्यक्रम और शिक्षा नीतियों के माध्यम से बच्चों में एक-दूसरे के प्रति नैतिक जवाबदेही का भाव सिखाया जाए, जिसे हम करुणामय शिक्षा प्रणाली कहते हैं।
तभी होगा वैश्विक चुनौतियों का समाधान: आज दुनिया के सामने मौजूद प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन जैसी तमाम वैश्विक चुनौतियों के लिए कई कारण जिम्मेदार हैं। सबसे बड़ा कारण कथनी और करनी का अंतर है। उपभोक्तावाद, औद्योगीकरण और मुनाफा पर आधारित जीवनशैली, पृथ्वी और पर्यावरण के विनाश का बड़ा कारण है। दूसरा कारण, इस दिशा में राजनैतिक इच्छा शक्ति का अभाव है। तीसरा, पर्यावरण विनाश और संरक्षण एकदेशीय नहीं हो सकता। यह धरती पर रहने वाले सभी लोगों को प्रभावित करता है। कम आबादी वाले अमीर देश, ज्यादा आबादी वाले गरीब देशों से कहीं अधिक कार्बन उत्सर्जन करते हैं। इसलिए अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जवाबदेही तय होनी चाहिए।
पर्यावरण संरक्षण के लिए मिसाल है भूटान: भूटान ने ऐसे कई प्रयोग किए हैं, जो पर्यावरण, मानवता और संस्कृति की रक्षा के लिए जाने जाते हैं। इसमें ग्रांस हैप्पीनेस इंडेक्स भी शामिल है। खुशी के इस पैमाने को दूसरे कई देश भी मानते हैं। साथ ही भूटान के संविधान में यह प्रावधान है कि देश का सत्तर प्रतिशत जमीन वन क्षेत्र रहेगा, जिससे जैव विविधता और पर्यावरणीय संतुलन बना रहे। वहां के महाराज, जिग्मे खेसर नामग्येल वांगचुक और राजकुमारी सोनम जो सहित राजपरिवार, देश के मुख्य न्यायाधीश और अनेक राजनेताओं के साथ करुणामय समाज बनाने पर ठोस सहमति बनी, जिसे हम मिलकर लागू करने का समयबद्ध कार्यक्रम बना रहे हैं। *

प्रस्तुति: सरस्वती रमेश

दुबलेपन की जड़ पर करें वार

MUSHROOMEX[®]

MUSHROOM WEIGHT GAIN AYURVEDIC POWDER

शरीर की 3 ज़रूरी ज़रूरतों में सहायक

भूख को बेहतर बनाने में

नए ब्लड सेल्स बनाने में

पाचन को मज़बूत बनाने में

12 आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियों की ताक़त

ऑयस्टर मशरूम प्राकृतिक पोषण और दैनिक ऊर्जा का समृद्ध स्रोत

अश्वगंधा स्टेमिन और सेज़मर्ल की मधुनयनिक के लिए

सफ़ेद मूखली शरीर की ताकत और वाइटेलिटी को समर्थन करें

काजी पुसली ऊर्जा और शारीरिक मज़बूती का साथ

ओटी हर्ब पाचन शक्ति और पोषण उपयोग का श्रेष्ठ आयुर्वेदिक आधार

2 करोड़+ संतुष्ट ग्राहकों का भरोसा

10 दिनों में फर्क दिखाना शुरू*

आपके नज़दीकी सभी मेडिकल स्टोर पर उपलब्ध !

Also Available at : www.mymushroomworld.com | [amazon](https://www.amazon.in) | [Flipkart](https://www.flipkart.com)

Mushroom World Ayurved & Food Pvt. Ltd.

For Trade Enquiry - +91 888 922 5353

[Facebook](https://www.facebook.com/mushroomworld) [Instagram](https://www.instagram.com/mushroomworld) [YouTube](https://www.youtube.com/mushroomworld)

हरिभूमि | 19 जुलाई 2026 | P-1

लोक-संस्कृति / शिखर चंद जैन

दुनिया के अनेक देशों की संस्कृतियों में बादल और बारिश को उम्मीद, समृद्धि और जीवन का संदेशवाहक माना जाता है। इसी खुशी को अलग-अलग देशों में अनूठे उत्सवों, लोक-परंपराओं, प्रार्थनाओं, नृत्य और सामुदायिक अनुष्ठानों के जरिए उत्साहपूर्वक मनाया जाता है। वर्षा ऋतु से जुड़े ऐसे ही कुछ उत्सवों पर एक नजर।



दुनिया भर में मनाते हैं रंग-बिरंगे वर्षा उत्सव



चाऊ की खूबसूरत घाटी में होता है। इस उत्सव में गांव के लोग पारंपरिक वाद्ययंत्र बजाते हैं, सामूहिक रूप में लोक गीत गाते हैं और अच्छी बारिश की कामना के लिए अनुष्ठान करते हैं। वियतनाम में रहने वाले जराई समुदाय के लोग प्लो ऑई नामक वर्षा प्रार्थना उत्सव, किसी राष्ट्रीय ऐतिहासिक-सांस्कृतिक स्थल पर सामूहिक तौर पर मनाते हैं। यह आयुन हा कम्यून और जिया लाई प्रांत में मनाया जाता है। *

बरशा बंदोना, बांग्लादेश

हमारे पड़ोसी देश बांग्लादेश में आषाढ़ महीने के पहले दिन मनाए जाने वाले इस उत्सव बरशा बंदोना में संगीत, कविता पाठ और साल की पहली बारिश में स्नान करने की अनूठी परंपरा है। इस उत्सव में ग्रामीण महिलाएं आसमानी नीले रंग की साड़ियां पहनकर बादलों का स्वागत करती हैं। वर्षा का आह्वान करती हैं। *



नेचुरल प्लेस / बाल मुकुंद ओझा

लंदन, दुनिया के अग्रणी पर्यटन स्थलों में से एक है। यहां अगर तापमान 22 डिग्री सेल्सियस हो तो यह अच्छे मौसम का परिचायक माना जाता है। लंदन प्रवास के दौरान एक दिन ऐसे ही अनुकूल मौसम का फायदा उठाते हुए हमने सपरिवार घूमने का प्रोग्राम बनाया और पहुंच गए बॉक्स हिल की तलहटी पर बहने वाली मोल नदी पर बने मशहूर स्टेपिंग स्टॉप्स पर। **खूबसूरत वॉकिंग प्लेस:** मोल नदी, दक्षिणी इंग्लैंड में टेम्स नदी की एक सहायक नदी है। यह गेटविक एयरपोर्ट के पास वेस्ट ससेक्स में निकलती है और सरे शहर से उत्तर-पश्चिम में 80 किमी. बहकर हैंपटन कोर्ट पैलेस में टेम्स नदी तक पहुंचती है। यह नदी सरे जिले के मोल वैली को अपना नाम देती है। यह खूबसूरत वॉकिंग प्लेस, साउथ लंदन स्थित हमारे घर से लगभग 50 किमी. दूर ही है। स्टेपिंग स्टॉप्स, सरे काउंटी स्टेड के इस हिस्से में एक मशहूर जगह है और नदी को बहते हुए बिल्कुल करीब से देखने के लिए यह एक परफेक्ट जगह है।

बराक नदी केवल जलधारा नहीं, बल्कि ब्रह्मपुत्र के बाद उत्तर-पूर्व भारत की अर्थव्यवस्था, कृषि, संस्कृति और पारिस्थितिकी की दूसरी महत्वपूर्ण जीवन रेखा है। इस नदी की विशेषताओं के बारे में जानिए।

पूर्वोत्तर भारत की दूसरी जीवन रेखा बराक नदी

विशिष्ट नदी

वीना गौतम

नदियां जीवनदायिनी होती हैं। नदी किनारे ही दुनिया की सभी सभ्यताएं व संस्कृतियां फली-फूली हैं। पूर्वोत्तर भारत की नदियों की बात करें, तो ब्रह्मपुत्र के बाद बराक नदी, दूसरी महत्वपूर्ण नदी है। बराक नदी के बारे में कहा जाता है कि यह केवल एक जलधारा नहीं है बल्कि एक जीवंत सभ्यता, संस्कृति और पारिस्थितिकी का आधार है। **उद्गम और अपवाह तंत्र:** बराक नदी मणिपुर से निकलती है और असम की बराक घाटी से होकर बहती है। बराक घाटी से आगे बढ़कर यह बांग्लादेश में प्रवेश कर जाती है और वहां यह मेघना नदी घाटी तंत्र का हिस्सा बन जाती है। मणिपुर में जहां बराक नदी का जन्म होता है, वहां यह छोटी-छोटी धाराओं के रूप में आगे बढ़ती है और फिर आगे चलकर एक विशाल नदी का रूप ले लेती है। इसकी कुल लंबाई 900 किलोमीटर है और इसका प्रवाह क्षेत्र मणिपुर, मिजोरम



और असम है। बांग्लादेश में घुसने के बाद यह दो धाराओं में बंट जाती है। एक सूसा और दूसरा कुशियारा। जब यह मेघना नदी घाटी तंत्र का हिस्सा बनकर बंगाल की खाड़ी में गिरती है, उस समय यह भारत और बांग्लादेश के बीच एक महत्वपूर्ण अंतरराष्ट्रीय जलधारा का रूप ले लेती है। **पारिस्थितिकीय महत्व:** बराक नदी का बेसिन जैव-विविधता का समृद्ध केंद्र है। घने वनों, वेटलैंड और मैदानों से भरपूर इलाकों से गुजरती बराक नदी, दर्जनों किस्म की मछलियों, सैकड़ों किस्म के

बहुरंगी पक्षियों और मोठे अन्न की उपजाऊ फसलों का समृद्ध ठिकाना है। इस नदी में नियमित बाढ़ आती है। लेकिन यह बाढ़ वहीं जितना प्रत्यक्ष नुकसान करती है, उससे कई गुना ज्यादा अपने साथ उर्वरक मिट्टी लाकर खेती का जरिया भी बनती है। **पूर्वोत्तर की कृषि-अर्थव्यवस्था में योगदान:** पूर्वोत्तर के कृषि जीवन में इस नदी का योगदान ब्रह्मपुत्र नदी से भी ज्यादा है। असम के लाखों लोगों के जीवन जीने का यह मुख्य आधार है। धान, जूट और सब्जियों की खेती, इस नदी के उर्वरक मिट्टी की देन है। बाढ़ के कारण यह हर

बिना फिसले संतुलन बनाए रखने की कोशिश करते हैं। ये बैलेंस ब्लॉक, शारीरिक गतिविधि और सक्रिय प्रयास को बढ़ावा देते हैं। विशेषकर बच्चे, किशोर और युवाओं को ये स्टेपिंग स्टॉप्स, पूरे शरीर के व्यायाम के लिए कूदने, खिंचाव, चढ़ाई और संतुलन बनाने के लिए प्रेरित करते हैं। मैंने भी नदी को इन लगभग 15 स्टेपिंग स्टॉप्स पर चलकर पार किया। कई बार बैलेंस बिगड़ा मगर तुरंत संभल भी गया। एक बारगी तो ऐसे लगा जैसे इस बार तो गिर ही जाऊंगा, मगर इन स्टेपिंग स्टॉप्स को आखिर पार कर ही लिया।

दूसरी तरफ है शानदार नजारों: एक बार स्टेपिंग स्टोन पार करने के बाद, रास्ता नदी के साथ-साथ चलता है, जहां से पानी और आस-पास की मंत्र मुग्ध कर देने वाली हरियाली के खूबसूरत नजारे दिखते हैं। बॉक्स हिल स्टेपिंग स्टॉप्स वॉक, सरे हिल्स नेशनल लैंडस्केप में 3.2 किमी. का हाइकिंग रूट है। लगभग 1 घंटे में 477 फीट की चढ़ाई चढ़ लेते हैं। वॉक का यह हिस्सा थोड़ा मुश्किल है, लेकिन बहुत रोमांचक है। *

साल को उपजाऊ मिट्टी लेकर आती है, वह एक तरह से उत्तर पूर्व का खाद्यान्न भंडार भरती है। असल में यह नदी जल परिवहन का भी महत्वपूर्ण हिस्सा है। बराक नदी केवल जल का नहीं बल्कि कृषि, रोजगार और आर्थिक स्थिरता का भी स्रोत है। **ऐ ति हा सि क - स मा जि क - सांस्कृतिक महत्व:** बराक नदी के किनारे बसे गांवों में ल्योहारों पर अकसर मेलों का आयोजन होता है। बराक नदी के किनारे बंगाली और दूसरे समुदायों का निवास है, जिनकी सांस्कृतिक पहचान में इस नदी का महत्वपूर्ण योगदान है। इतिहास में बराक नदी ने उत्तर-पूर्व को अन्य क्षेत्रों से जोड़ने का महत्वपूर्ण काम किया था। प्राचीन और मध्यकाल में यह व्यापारिक मार्ग रही है। सिलचर जैसा सांस्कृतिक शहर इसी नदी के किनारे विकसित हुआ है। **संरक्षण है जरूरी:** उत्तर-पूर्व की यह दूसरी सबसे महत्वपूर्ण नदी कई तरह की समस्याओं, जैसे- प्रदूषण, अवैध रेत खनन, जलवायु परिवर्तन आदि का सामना कर रही है। यदि इसका संरक्षण न हुआ तो पूर्वोत्तर भारत की यह दूसरी जीवनरेखा संकट में पड़ सकती है। *

मकाहिकी उत्सव, अमेरिका

अमेरिका के हवाई द्वीप में मनाया जाने वाला मकाहिकी उत्सव वर्षा ऋतु, उर्वरता और शांति के देवता 'लोने' को समर्पित है। चार महीनों तक चलने वाले इस पारंपरिक लोक उत्सव में कृषि कार्यों को रोककर दावतें, संगीत और पारंपरिक नृत्य किए जाते हैं। भरपूर वर्षा और उससे उपजी फसल के लिए देवता की धन्यवाद दिया जाता है। इस उत्सव के दौरान किसी भी तरह का विवाद, झगड़ा करना वर्जित होता है। सभी मिलकर प्रेम और सौहार्द के साथ सामूहिक तौर पर पहली बारिश का जश्न मनाते हैं। *



लॉंगटैटो महोत्सव, चीन

चीन में मनाए जाने वाले पारंपरिक त्योहार लॉंगटैटो में लोग बारिश के देवता माने जाने वाले 'ड्रैगन' के प्रति अपनी आदरंजलि अर्पित करते हैं, ताकि वे प्रसन्न रहें और उनकी कृपा से पूरे वर्ष कृषि के लिए अच्छी वर्षा होती रहे। 'लॉंगटैटो' का शाब्दिक अर्थ 'अजगर (ड्रैगन) का अपना सिर उठाना' होता है। प्राचीन काल में चीन के निवासियों का मानना था कि इस दिन के बाद बारिश बढ़ जाती है, क्योंकि बारिश लाने वाला ड्रैगन राजा अपनी सदियों की नींद से जाग जाता है। इस त्योहार की सबसे प्रसिद्ध परंपरा इस दिन बाल कटवाना है। चीनी लोगों का मानना है कि इस दिन नाई के पास जाने या बाल कटवाने से दुर्भाग्य दूर होता है और पूरे साल अच्छी किस्मत बनी रहती है। इस दिन लोग 'ड्रैगन' नाम से जुड़े या ड्रैगन के अंगों का प्रतीक माने जाने वाले व्यंजन खाते हैं, जैसे- ड्रैगन की मुँहों वाले नूडल्स (लॉंगक्वू नूडल्स) और पकोड़ी, ताकि अच्छी फसल और मौसम के लिए अपने भोजन के जरिए भी प्रार्थना की जा सके। *

मर्लिन मुनरो से इंस्पायर रहीं बॉलीवुड की टॉप एक्ट्रेससेस

हॉलीवुड की टॉप एक्ट्रेससेस में शामिल रहीं मर्लिन मुनरो ने दुनिया भर के दर्शकों को ही नहीं, हिंदी सिनेमा की कई फेमस एक्ट्रेससेस को भी इंस्पायर किया। मर्लिन मुनरो की जन्मशती केवल एक एक्ट्रेस को याद करने का अवसर नहीं, बल्कि उस खूबसूरती, ग्लैमर और व्यक्तित्व के प्रभाव को समझने का भी समय है।

ग्लैमर आइकन डी. जे. नंदन

साल 2026, 20वीं सदी की सबसे मशहूर हॉलीवुड एक्ट्रेस में से एक मर्लिन मुनरो का जन्मशती वर्ष है। मर्लिन मुनरो की जन्मशती केवल हॉलीवुड के लिए खास नहीं है, बॉलीवुड के लिए भी यह विशेष है। क्योंकि बॉलीवुड में भी मर्लिन मुनरो के ग्लैमर ने न केवल अपनी स्थाई छाप छोड़ी है बल्कि आज भी बॉलीवुड के ग्लैमर में मर्लिन मुनरो की साफ-साफ मौजूदगी देखी जा सकती है। हालांकि मर्लिन ने कभी-भी बॉलीवुड की कोई फिल्म नहीं की, लेकिन उनकी छवि, उनका ग्लैमर, उनका फैशन सेंस और कैमरे के सामने उनकी सहज आत्मविश्वास से भरी मौजूदगी ने बॉलीवुड की कई पीढ़ियों को प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से प्रभावित किया है। **बॉलीवुड पर प्रभाव:** वास्तव में 1950 और 1960 के दशक का भारतीय सिनेमा, परिवर्तन के दौर का सिनेमा था। पहले जहां नायिकाएं सादगी और पारंपरिक पहनावों तक सीमित रहती थीं, वहीं धीरे-धीरे आधुनिक परिधान, पश्चिमी फैशन और कहीं ज्यादा आत्मविश्वासी नायिका पदों पर दिखाई देने लगीं, जिसमें मर्लिन मुनरो के ग्लैमर का साफ-साफ असर देखा जा सकता है। भारतीय फिल्मों की नायिकाओं ने मर्लिन मुनरो



मधुबाला



जीनत अमान

ड्रेसिंग स्टाइल-फोटो शूट पर भी दिखा असर

बॉलीवुड में मर्लिन मुनरो का सबसे ज्यादा और गहरा प्रभाव किसी चीज पर पड़ा है, तो वह है कॉन्ट्रैसुस ड्रिजइंग। यह अकारण नहीं है कि बॉलीवुड की हीरोइनों के बीच सफेद और आइवरी कलर के गाउन सबसे ज्यादा आकर्षण बिखेरते रहे हैं, जो कि मर्लिन मुनरो के सबसे ज्यादा प्रसिद्ध थे। मर्लिन मुनरो की तरह ही बॉलीवुड की अभिनेत्रियों ने हॉफ शोल्डर और हॉल्टर नेक ड्रेस को अपनी पहचान से बार-बार जोड़ा है। उन्हीं की तरह प्लेटिनम या हल्के सुनहरे बालों का पोणग, लाल लिपस्टिक, क्लासिक मेकअप तथा कैमरे की ओर हल्की मुस्कान के साथ पोज देने की शैली, ये सब कुछ बॉलीवुड की अभिनेत्रियों ने मर्लिन मुनरो से ही सीखा। ड्रेसिंग स्टाइल के अलावा फिल्म प्रतिकाओं में अनेक अभिनेत्रियों ने वैसे ही फोटो शूट करवाए जैसे पछ जमाने में मर्लिन मुनरो करती थीं। युगवर्धर रोशनी, वकील अप मुस्कान और क्लासिक हेयर स्टाइल, ये सभी प्रभाव बॉलीवुड में मर्लिन मुनरो से ही आए हैं। आज भी कई सेलिब्रिटी फोटो शूट पोज में ओल्ड हॉलीवुड थीम अपनाते हैं, जिसमें मर्लिन मुनरो की शैली सबसे खास होती है।

से बहुत कुछ सीखा है और बहुत कुछ उनकी तरह बनने और ढलने की भी कोशिश की है। मर्लिन मुनरो की मुस्कान, कैमरे के सामने संवाद अदा करने का उनका अंदाज, बॉडी लैंग्वेज और फैशन ने भारतीय फिल्मकारों को यह एहसास कराया कि ग्लैमर भी अभिनय की भाषा का हिस्सा हो सकता है।

मर्लिन मुनरो से मधुबाला की तुलना: बॉलीवुड की जिस नायिका पर सबसे पहला और सबसे ज्यादा मर्लिन मुनरो का असर दिखा, वह मधुबाला थीं। उस दौर में अकसर मधुबाला की तुलना मर्लिन मुनरो से की जाती थी। दोनों ही असाधारण सुंदर थीं, दोनों के पास सहज मुस्कान का जबर्दस्त जादू था और दोनों ही कम उम्र में असमय मृत्यु को प्राप्त हुईं। हिंदी सिनेमा के दर्शक मधुबाला को मर्लिन मुनरो की तरह देखते थे। हालांकि दोनों की अभिनय शैली और फिल्मी यात्रा एक-दूसरे से बिल्कुल अलग थे। फिर भी यह सच है कि दोनों अपने-अपने देशों में सौंदर्य और आकर्षण का स्थाई प्रतीक बन गईं। मधुबाला की लोकप्रियता भारतीय सांस्कृतिक परिवेश में



दीपिका पादुकोण



विकसित हुई, जबकि मर्लिन वैश्विक पॉप कल्चर की पहचान बनीं। **परवीन बांबी-जीनत अमान पर प्रभाव:** परवीन बांबी की भी तुलना कई संदर्भों में मर्लिन मुनरो से की जाती है। यह स्वाभाविक भी है, क्योंकि अगर पश्चिमी ग्लैमर की सबसे साफ झलक बॉलीवुड की किसी अभिनेत्री में आजतक सबसे ज्यादा दिखी है, तो वह परवीन बांबी ही थीं। 1970 और 1980 के दशक में उन्होंने भारतीय फिल्मों में आधुनिक, आत्मनिर्भर और फैशनेबल महिला की नई छवि प्रस्तुत की थी। पश्चिमी परिधान, खुले विचार और कैमरे के सामने सहज आत्मविश्वास ने उन्हें उस दौर की सबसे अलग अभिनेत्री बना दिया था। ऐसे ही जीनत अमान ने एक दौर में न सिर्फ बॉलीवुड अभिनेत्रियों को पारंपरिक परिभाषा को बदला था बल्कि वह भी पश्चिमी फैशन, मर्लिन मुनरो की तरह बड़े-बड़े धूप के चश्मे, स्टाइलिश गाउन पहनने और आत्मविश्वास से बॉलीवुड की सिने स्क्रीन को अपनी मौजूदगी से चौंधिया दिया था। हालांकि जीनत अमान या परवीन बांबी के बारे में यह नहीं कह सकते कि वे सीधे-सीधे मर्लिन मुनरो को कॉपी करती थीं। इन दोनों ग्लैमरस एक्ट्रेससेस ने मुनरो से प्रेरणा तो ली थी, लेकिन उन्होंने अपना ग्लैमर भारतीय संदर्भों में विकसित किया था। **इन एक्ट्रेससेस पर भी दिखा असर:** 1980-90 के दशक में श्रीदेवी ने ग्लैमर और अभिनय का वैसा ही संतुलन पेश किया था, जैसा कभी मर्लिन मुनरो ने हॉलीवुड में किया था। श्रीदेवी के अभिनय में उनका गजब का आकर्षण शामिल होकर उन्हें अद्वितीय बनाता था। बाद की पीढ़ियों में करीना कपूर, प्रियंका चोपड़ा और दीपिका पादुकोण भी अपने ग्लैमर के प्रदर्शन में मर्लिन मुनरो से प्रेरित दिखाई पड़ती हैं। *