हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, रविवार, 22 जून, 2025

11 अटल किसान-मजदूर कैंटीन के निर्माण पर जताया विरोध

12 जिलेभर में उत्साहपूर्वक मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस...

खबर संक्षेप

खाद के साथ दूसरी चीजें थोपने का किया विरोध

भूना। फसली सीजन में किसानों को खाद के साथ कुछ दुकानदारों द्वारा जबरदस्ती दूसरी चीजें थोंपने पर किसान सभा ने कड़ा विरोध जताया है। इस मामले को लेकर अखिल भारतीय किसान सभा, तहसील भूना कमेटी की बैठक आज बलबीर सिंह की अध्यक्षता में हुई। बैठक में किसानों की मांगों को लेकर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक में जिला कमेटी की तरफ से पूर्व जिला पार्षद रामस्वरूप ढाणी गोपाल ने भाग लिया।

अंडर-18 रग्बी ट्रायल 22 जून को चंद्रावल में

भूना। फतेहाबाद रग्बी संगठन की ओर से लडक़े एवं लड़कियों का अंडर-18 जिला स्तरीय रग्बी ट्रायल 22 जून को होगा। यह ट्रायल गांव चंद्रावल के एकता कबड्डी क्लब के ग्राउंड में सांय 4 बजे से शुरू होगा। संगठन के अध्यक्ष प्रदीप कुमार, सचिव वीरेंद्र भुक्कल व आयोजन सचिव प्रहलाद जाखड़ ने बताया कि ट्रायल में फतेहाबाद जिले के करीब 100 खिलाड़ी भाग लेंगे।

ट्रांसफार्मर झुका, हादसे का खतरा, ग्रामीण डरे

भूना। ढाणी गोपाल गांव के मुख्य चौक में लगा ट्रांसफार्मर झुका हुआ है। इसके दोनों पोल लंबे समय से टेढ़े हैं और कभी भी गिर सकते हैं। इस ट्रांसफार्मर के आसपास कई घर हैं वहीं चौक पर लोगों की आवाजाही लगातार बनी रहती है। ऐसे में यहां हर समय हादसे की आशंका बनी हुई है। ग्रामीणों ने बताया कि बिजली निगम को कई बार मौखिक रूप से शिकायत दी गई। एसडीओ, जेई और लाइनमैन को भी सूचना दी गई। फिर भी कोई अधिकारी मौके पर नहीं पहुंचा।

ग्रामीण बोले: ड्यूटी से गायब रहते हैं कर्मचारी

पेयजल किल्लत को लेकर ग्रामीणों ने जलघर के बाहर दिया धरना

चेतावनी : आगामी दो दिनों में पेयजल आपूर्ति की समस्या ठीक नहीं हुई तो जलघर पर की जाएगी तालाबंदी

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

सिरसा। गांव फूलकां के जलघर के बाहर धरना देते ग्रामीण। *फोटो : हरिभूमि*

जिला के गांव फूलकां पेयजल किल्लत को लेकर शनिवार को ग्रामीणों ने वाटर वर्क्स के बाहर धरना लगा दिया। ग्रामीणों ने विभागीय कर्मचारियों पर लापरवाही का आरोप लगाते हुए नारेबाजी की। सूचना मिलने पर विभागीय अधिकारी भी मौके पर पहुंचे और ग्रामीणों को समझा बुझाकर शांत करवाया। ग्रामीणों ने दो दिन का अल्टीमेटम देते हुए धरना समाप्त किया। जानकारी अनुसार गांव में सुचारू तरीके से पेयजल सप्लाई न होने से नाराज ग्रामीण सुबह जलघर में पहुंचे तो वहां पब्लिक हेल्थ विभाग द्वारा तैनात चार कर्मचारियों में से एक भी कर्मचारी मौजूद नहीं था। करीब दस बजे दो कर्मचारी पहुंचे तो ग्रामीणों ने उनको काफी खरी-खोटी सुनाई। ग्रामीण रामजी लाल खिचड़, युवराज कुलडिय़ा, कुलदीप, ओमप्रकाश, भरतसिंह आदि ने विभाग पर आरोप लगाते हुए कहा कि आलाधिकारियों को बार-बार अनुरोध के बावजूद वाटर सप्लाई की समस्या का हल नहीं हो रहा। उन्होंने कहा कि विभाग द्वारा यहां 4 कर्मचारी तैनात किए गए हैं, जिनमें से एक कर्मचारी ही नियमित रूप से डयूटी दे रहा है, जबकि बाकी कभी-कभार ही पहुंचते हैं। जिससे पेयजल सप्लाई सही तरीके से नहीं चल पा रही। वहीं गांव में कई जगह पेयजल पाइप लीकेज है, जिस कारण पानी गांव के अंतिम छौर पर बसे घरों तक पूरा नहीं पहुंच पाता। ग्रामीणों ने विभाग को चेतावनी देते हुए कहा कि यदि आगामी दो दिनों में पेयजल आपूर्ति की समस्या ठीक नहीं हुई तो जलघर पर तालाबंदी की जाएगी, जिसकी जिम्मेवारी विभाग के आलाधिकारियों की होगी। ग्रामीणों ने जलघर में सिरसा मेजर नहर से सप्लाई देने की तैयार कार्ययोजना को लागू नहीं करने को लेकर धरना शुरु कर दिया। इस दौरान ग्रामीणों ने कहा कि सीएम नायब सिंह सैनी द्वारा गांव के लिए सिरसा मेजर नहर से पेयजल सप्लाई को मंजूरी दी गई थी, जिसको लेकर विभाग अभी संजीदा नहीं है। कुसुंबी माइनर का अंतिम छोर होने के कारण गांव में दूषित पानी पहुंचता है जो घर-घर सप्लाई हो रहा है। मामले की भनक लगते ही पब्लिक हेल्थ विभाग के आलाधिकारी मौके पर पहुंचे और उनकी मांगों पर जल्द कार्रवाई का आश्वासन देकर धरना समाप्त करवाया।

दोषियों पर होगी कार्रवाई : गौरव कांसल

पब्लिक हेल्थ विभाग के एक्सईएन गौरव कांसल ने बताया कि फूलकां में पेयजल सप्लाई की समस्या आ रही थी, जिसको दुरुस्त करने के लिए कर्मचारियों को लगा दिया गया है। हालांकि ग्रामीणों ने 3 कर्मचारियों के गैरहाजिर होने की बात कही है, इसमें जो कर्मचारी दोषी होगा, उस पर विभागीय कार्रवाई होगी। सिरसा मेजर नहर से गांव को वाटर सप्लाई की कार्ययोजना करीब तैयार हो चुकी है, हालांकि फाइल पर कुछ दिक्कतें आ रही हैं, जिन्हें जल्द ठीक करवाया दिया जाएगा। इसके अलावा गांव में लीकेज व जिन घरों में पानी नहीं पहुंच रहा है, उसके लिए भी नई पाइप लाइन डालने को बोल दिया है। गांव में पब्लिक हैल्थ विभाग के पुराने टयूब्वैल में मोटर डालने के कार्य को भी दो दिन में पूरा कर दिया जाएगा, जिससे पानी की किल्लत जल्द खत्म हो जाएगी।

नशा तस्करों का पीछा करती पुलिस की प्राइवेट कार ने दो हादसों को दिया अंजाम

- तीन लोगों को मारी टक्कर, दो गंभीर रूप से घायल

हरिभूमि न्यूज ⏭डबवाली

सिरसा। हादसे के बाद दीवार से टकराई पुलिस की प्राइवेट गाड़ी।

कथित रूप से नशा तस्करों का पीछा कर रहे पुलिस वालों की प्राइवेट कार ने डबवाली के गांव अलीकां में दो अलग-अलग घटनाओं में तीन लोगों को टक्कर मार दी। इन घटनाओं में दो लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। हादसे के बाद पूरे गांव में हडक़ंप मच गया और भारी संख्या में ग्रामीण मौके पर इक_ा हो गए। हादसा उस वक्त हुआ जब सीआईए की टीम एक तेज रफ्तार मोटरसाइकिल का पीछा कर रही थी। इसी दौरान गाड़ी ने डबवाली से आ रहे एक स्कूटी सवार को जोरदार टक्कर मार दी। घायल व्यक्ति की पहचान गांव अलीकां निवासी गुरशामत सिंह पुत्र बलवंत सिंह के रूप में हुई है, जिनकी आंख और बाजू पर गंभीर चोटें आई हैं। इसके बाद पुलिस वालों की गाड़ी बेकाबू होकर आगे जा रही एक मोटरसाइकिल को घसीटते हुए दीवार से जा टकराई, जिससे मोटरसाइकिल सवार युवक हरमीत सिंह गंभीर रूप से घायल हो गया।

28 को मानसून करेगा प्रवेश

- कई जिलों में बारिश को लेकर अलर्ट जारी किया

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

फतेहाबाद। शहर में छाये बादल।

पिछले एक महीने से भीषण गर्मी से तप रहे लोगों के लिए राहत है कि अब प्री मानसून की उलटी गिनती शुरू हो गई है। प्रदेश में कभी भी प्री मानसून की बारिश हो सकती है। इसके बाद लगातार तीन दिन भारी बरसात के आसार बन रहे हैं। मौसम विभाग ने प्रदेश के कई जिलों में बारिश को लेकर अलर्ट जारी किया गया है। प्रदेश के कई जिलों में झमाझम बारिश तो कई इलाकों में हलकी व मध्यम बारिश की भविष्यवाणी की गई है। हालांकि मौसम विभाग ने शुक्रवार को भी प्री मानसून की बारिश की संभावना जताई थी लेकिन शनिवार को तेज धूप और गर्मी ने लोगों को निराश ही किया। शनिवार को फतेहाबाद का अधिकतम तापमान 35 डिग्री के आसपास घूमता रहा। मौसम वैज्ञानिकों के मुताबिक, मानसून अब हरियाणा से सिर्फ एक सप्ताह दूर है। अनुमान है कि 28 जून के आसपास मानसून प्रदेश में प्रवेश करेगा। इस बार मानसूनी हवाएं अरब सागर और बंगाल की खाड़ी दोनों तरफ से आ रही हैं, जिससे प्रदेश में अच्छी बारिश की उम्मीद बढ़ गई है। जब दोनों दिशाओं से नमी भरी हवाएं आपस में टकराती हैं, तो कई बार भारी बारिश भी होती है। मौसम वैज्ञानिकों ने राजस्थान और यूपी की ओर से हरियाणा में मानसून की एंट्री की संभावना जताई है।

आधा किलो अफीम सहित तस्कर गिरफ्तार

सिरसा। सीआईए डबवाली पुलिस ने गांव डबवाली क्षेत्र से कार सवार तस्कर को आधा किलो अफीम सहित गिरफ्तार किया है। सीआईए डबवाली प्रभारी राजपाल ने शनिवार को बताया कि पुलिस टीम को गुप्त सूचना मिली कि एक व्यक्ति कार में अफीम तस्करी करने की फिराक में हैं। पुलिस ने नाकाबंदी कर वाहनों की तलाश शुरू कर दी। इसी दौरान एक कार आई जिस पुलिस ने तलाशी के लिए रोका। तलाशी के दौरान गांव से करीब आधा किलो अफीम बरामद हुई। उन्होंने बताया कि तस्कर की पहचान हरीश निवासी मलिकपुरा सिरसा के रूप में हुई है। आरोपी के खिलाफ डबवाली थाना शहर में मादक पदार्थ अधिनियम के तहत अभियोग दर्ज कर कर जांच शुरू कर दी गई। उन्होंने बताया कि आरोपी हरीश को अदालत में पेश करके पुलिस रिमांड पर लेकर गहनता से पूछताछ की।

BRCM EDUCATION SOCIETY
Bahal-127028, Bhiwani (HARYANA)
Transforming Values with Commitment...

BRCM HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS — ADMISSION OPEN FOR SESSION 2025-26

BRCM COLLEGE OF ENGINEERING & TECHNOLOGY
Engineering New Vision...
Estd. 1999
Approved by AICTE, New Delhi & Affiliated to MDU, Rohtak
Recognized Under Section 2 (f) & 12 (B) of the UGC Act, 1956)
NAAC Accredited B+ Grade with 2.67 CGPA
NBA Accredited In B. Tech CSE & EE

PROGRAMS OFFERED

B.Tech.
- Computer Science & Engineering
- Civil Engineering
- Electrical Engineering
- Mechanical Engineering

M.Tech.
- Computer Science & Engineering
- Electrical & Electronics Engineering
- Structural Engineering

For Further Information Please Contact
Ph. No. - 8059900243, 8059900247
E-Mail : infocollege@brcm.edu.in
Website : www.brcmcet.edu.in

GDC MEMORIAL COLLEGE
Your Potential - Our Passion...
Estd. 2011
Approved by Govt. of Haryana
Permanently Affiliated to Chaudhary Bansi Lal University, Bhiwani
NAAC Accredited 'B' Grade (Second Cycle)

COURSES OFFERED

UG Courses
- B.Com. (Pass)
- B.A. (Bachelor of Arts)
- B.Sc. (Life Science/Medical)
- B.Sc. (Phy. Sci./Non-Med./Comp. Sci.)
- BPES (Phy. Edu. and Sports)
- B.Sc. Agriculture (Hons.)

PG Courses
- M.Sc. - Mathematics
- M.Sc. - Physics
- M.Sc. - Chemistry
- M.Sc. - Geography
- M.A. - History
- M.Com.
- M.Sc. - Psychology* (*Proposed New Course)

For Further Information Please Contact
Ph. No. - 9992000335, 9992500750, 9991500408
E-Mail : infogdc@gdccollege.edu.in | Website : www.gdccollege.edu.in

BRCM LAW COLLEGE
Where Knowledge is for Justice...
Estd. 2018
Approved by Govt. of Haryana and
Bar Council of India, New Delhi
Affiliated to Chaudhary Bansi Lal University, Bhiwani

COURSES OFFERED
- LL.B. - 3 Years Course
- B.A.LL.B. - 5 Years Integrated Course
- LL.M. - 2 Years Course

Special Features
- Moot Court Competitions
- Internship Opportunities

For Further Information Please Contact
Ph. No. - 9991500274, 9992500397
E-Mail : infolawcollege@brcm.edu.in
Website : www.brcmlawcollege.edu.in

BRCM SCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS — ADMISSION OPEN FOR SESSION 2025-26

BRCM PUBLIC SCHOOL
SHISHUKUNJ
CO-EDUCATIONAL SCHOOL AFFILIATED TO CBSE
JUNIOR WING
Ph. No. - 9992500733, 9992500507
E-Mail : infoshishukunj@brcm.edu.in | Website : www.brcmshishukunj.com

BRCM GYANKUNJ SCHOOL
(Day-Cum-Boarding School)
CO-EDUCATIONAL SCHOOL AFFILIATED TO CBSE
SENIOR WING — Science, Commerce & Humanities
Ph. No. - 9992500855, 9992206600
E-Mail : infogyankunj@brcm.edu.in | Website : www.brcmgyankunj.edu.in

SAINIK SCHOOL SOCIETY
(MINISTRY OF DEFENCE)
has approved
BRCM SAINIK SCHOOL
Ph. No. - 9992500855, 9992206600
E-Mail : infogyankunj@brcm.edu.in | Website : www.brcmgyankunj.edu.in

www.brcm.edu.in | brcmgoi | brcmes | brcmes | brcmes | brcmes | vidyagram | brcmes

पहली सैलरी से शुरू करें एसआईपी, हर इंक्रीमेंट पर टॉप अप, खूब बढ़ेगा पैसा

- कमाई में 5% सालाना हाइक जल्द बना देगी आपको करोड़पति
- इंक्रीमेंट को रोज की जरूरतों पर खर्च करने के बजाय निवेश करें
- इससे आप कम समय में ही अच्छा पैसा जुटाने में सक्षम होंगे
- इंक्रीमेंट के पैसों का सही इस्तेमाल बड़ा कॉर्पस तैयार करेगा

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

अगर आप भी जल्द करोड़पति बनना चाहते हैं तो सधे कदमों से लक्ष्य तय कर निवेश करें। कोशिश करें कि अपनी पहली सैलरी आते ही कम से कम उसका 5 फीसदी हिस्सा निवेश करें। इसके बाद हर इंक्रीमेंट पर टॉपअप के रूप में अपने निवेश को बढ़ाते जाएं। इससे आपका पैसा खूब बढ़ेगा और आप कम समय में ही करोड़पति बनने के अपने लक्ष्य को पूरा कर लें। चूंकि इसमें कंपाउड आपके पैसे को दिन दूनी और रात चौगुनी गति से बढ़ाएगा। आप कम समय में ही अमीर बन जाएंगे। क्या हाल फिलहाल में आपकी सैलरी में भी एनुअल इंक्रीमेंट हुआ है। यह सालाना इंक्रीमेंट आमतौर पर सैलरी का 5 से 10 फीसदी या और अधिक भी हो सकता है। इसका मतलब है कि इंक्रीमेंट पाने वालों की सैलरी अब बढ़कर आ रही होगी या आएगी। आप इस इंक्रीमेंट के पैसों को किस तरह से देखते हैं। क्या इसे आप अपनी रोज की जरूरतों पर ही खर्च करना चाहते हैं, या इसका इस्तेमाल आप अपने लिए फाइनेंशियल प्लानिंग में करना चाहेंगे। अगर आप इन अतिरिक्त पैसों का सही इस्तेमाल करें तो लंबी अवधि में इसी 5 से 10 फीसदी इंक्रीमेंट से बड़ा कॉर्पस बना सकते हैं। इसके लिए म्यूचुअल फंड एसआईपी और हर साल उसमें टॉप अप बेहतर विकल्प है।

क्या है एसआईपी टॉप अप

सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) म्यूचुअल फंड में निवेश की ऐसी व्यवस्था है, जहां आप किसी स्कीम में अपना पैसा एक साथ लगाने की बजाए, मंथली बेसिस पर लगाते हैं। मंथली निवेश के लिए उस स्कीम के तहत मिनिमम या कितना भी अमाउंट फिक्स किया जा सकता है। वहीं, हर साल बाद इस अमाउंट में इसके एक तय फीसदी रकम के साथ बढ़ोतरी करना टॉप-अप एसआईपी होता है। उदाहरण के लिए अगर आपने 5,000 रुपये मंथली एसआईपी से निवेश शुरू किया और 1 साल तक हर महीने 5,000 रुपये स्कीम में जमा होता रहा। वहीं 13वें महीने इस पूरे साल के लिए (13 से 24 महीने के लिए) आपने इस अमाउंट में 10 फीसदी बढ़ोतरी का विकल्प चुन लिया। ऐसे में 13वें महीने से 5,000 रुपये की जगह 5500 रुपये मंथली जमा होगा। फिर 25वें महीने यानी 2 साल पूरे होने पर आपने 5500 रुपये का 10 फीसदी फिर निवेश के लिए बढ़ा दिया। टॉप अप एसआईपी में ऐसी बढ़ोतरी हर साल बाद की जाती है।

इंक्रीमेंट करोड़पति बनाने में कैसे आएगा काम

मान लिया कि आपकी जॉब पिछले साल लगी थी और तब आपने सैलरी मिलते ही उसमें से 5000 रुपये की एसआईपी शुरू कर दी। वहीं आपने मन बनाया कि हर इंक्रीमेंट के एक हिस्से से हर साल एसआईपी टॉप अप करेंगे।

ऐसे समझें रिटर्न का गणित केस-1

- 10 साल के लिए एसआईपी टॉप-अप
- शुरुआती मंथली एसआईपी : 5,000 रुपये
- इन्यूरेशन : 10 साल
- अनुमानित रिटर्न : 12 फीसदी
- हर 1 साल पर 10% टॉप अप

10 साल में कुल निवेश : 9,56,245 रुपये

- 10 वर्ष बाद एसआईपी वैल्यू: 16,87,163 (करीब 17 लाख रुपये)
- कुल फायदा: 7,30,918 रुपये (7.30 लाख रुपये)

केस-2

- 15 साल के लिए एसआईपी टॉप-अप
- शुरुआती मंथली एसआईपी : 5,000 रुपये
- इन्यूरेशन : 15 साल
- अनुमानित रिटर्न: 12 फीसदी
- हर 1 साल पर 10% टॉप अप
- 15 साल में कुल निवेश: 19,06,349 रुपये
- 15 वर्ष बाद एसआईपी वैल्यू : 43,41,925 (करीब 43.50 लाख)
- कुल फायदा: 24,35,576 रुपये (24.35 लाख रुपये)

केस-3

- 20 साल के लिए एसआईपी टॉप-अप
- शुरुआती मंथली एसआईपी : 5000 रुपये
- इन्यूरेशन : 20 साल
- अनुमानित रिटर्न : 12 फीसदी
- हर 1 साल पर 10% टॉप अप
- 20 साल में कुल निवेश : 34,36,500 रुपये
- 20 वर्ष बाद एसआईपी वैल्यू : 99,44,358 (करीब 1 करोड़)
- कुल फायदा : 65,07,858 रुपये (65 लाख रुपये)

एसआईपी में टॉपअप ऐसे करें

- अपने एसआईपी प्रदाता से संपर्क करें : अपने एसआईपी प्रदाता की वेबसाइट या ग्राहक सेवा से संपर्क करें।
- टॉपअप विकल्प चुनें : अपने एसआईपी खाते में टॉपअप विकल्प चुनें और आवश्यक विवरण दर्ज करें।
- टॉपअप राशि निर्धारित करें : टॉपअप की जाने वाली राशि निर्धारित करें और यह सुनिश्चित करें कि आपके खाते में पर्याप्त धन है।
- टॉपअप आवृत्ति चुनें : टॉपअप की आवृत्ति चुनें, जैसे कि मासिक या त्रैमासिक।
- पुष्टि करें : अपने टॉपअप अनुरोध की पुष्टि करें और यह सुनिश्चित करें कि आपके एसआईपी खाते में आवश्यक अद्यतन हो गए हैं।

एसआईपी में टॉपअप के फायदे

- बढ़ता हुआ निवेश : एसआईपी में टॉपअप करने से आपका निवेश बढ़ सकता है और आपको अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद मिल सकती है।
- नियमित निवेश : टॉपअप सुविधा के साथ, आप नियमित रूप से अपने निवेश को बढ़ा सकते हैं।
- लचीला निवेश : एसआईपी में टॉपअप करने से आपको अपने निवेश को लचीला बनाने में मदद मिल सकती है, जिससे आप अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए आवश्यकतानुसार निवेश कर सकते हैं।
- एसआईपी में टॉपअप करने से आपको अपने निवेश को बढ़ाने और अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद मिल सकती है।

बिजनेस शुरू करने के लिए बना रहे हैं लोन का प्लान, तो जान लें कुछ बातें

पहले जान लें बिजनेस लोन आखिर कितने प्रकार के होते हैं | अगर खुद का कारोबार शुरू करना चाहते हैं, बैंक से लोन लें

ज्ञान
बिजनेस डेस्क

आजकल लोग बैंक से लोन लेकर अपनी जरूरतों को पूरा कर रहे हैं। इसमें होम लोन, कार लोन, एजुकेशन लोन और पर्सनल लोन आदि शामिल हैं। इसके अलावा बैंकों द्वारा अपने ग्राहकों को बिजनेस शुरू करने के लिए बिजनेस लोन भी दिए जाते हैं। बिजनेस लोन का इस्तेमाल लोग मशीनरी खरीदने, वर्किंग कैपिटल की जरूरतों और बिजनेस में निवेश करने के लिए ले सकते हैं। अगर आप भी खुद का बिजनेस शुरू करने वाले हैं और निवेश के लिए बिजनेस लोन लेने का प्लान बना रहे हैं, तो आपको बिजनेस लोन के प्रकार के बारे में जरूर पता होना चाहिए। आज हम इस रिपोर्ट के जरिये आपको बताएंगे कि बिजनेस लोन के कितने प्रकार होते हैं।

बिजनेस टर्म लोन

बिजनेस टर्म लोन वह लोन होता है, जिसमें एक निश्चित राशि निश्चित अवधि के लिए दी जाती है। इस लोन को नियमित किश्तों के जरिए चुकाना होता है।

बिजनेस वर्किंग कैपिटल लोन

बिजनेस वर्किंग कैपिटल लोन वह लोन होता है, जो कि एक व्यवसाय को उसकी दैनिक परिचालनों के खर्चे को पूरा करने के लिए दिया जाता है। यह लोन बिजनेस में कैश की समस्या से जूझ रहे लोगों को दिया जाता है। यह लोन आमतौर पर कर्मचारियों को वेतन देने, इन्वेंट्री खरीदने जैसी जरूरतों को पूरा करने के लिए दिया जाता है।

प्रोफेशनल बिजनेस लोन

प्रोफेशनल बिजनेस लोन सेल्फ-एंप्लॉयड पेशेवरों को दिया जाता है। इसमें डॉक्टर, आर्किटेक्ट, सीए जैसे पेशेवर शामिल होते हैं। सेल्फ-एंप्लॉयड पेशेवर अपने बिजनेस की जरूरतों को पूरा करने के लिए ये लोन ले सकते हैं।

मशीनरी फाइनेंस लोन

मशीनरी फाइनेंस लोन वह बिजनेस लोन होता है, जो कि बिजनेस से संबंधित मशीनरी या उपकरणों को खरीदने के लिए लिया जाता है।

क्या है बिजनेस लोन

बिजनेस लोन एक प्रकार का ऋण है जो व्यवसायों को उनके वित्तीय जरूरतों को पूरा करने के लिए प्रदान किया जाता है। यह ऋण व्यवसायों को अपने कारोबार को बढ़ाने, विस्तार करने, या वित्तीय चुनौतियों का सामना करने में मदद करने के लिए डिजाइन किया गया है।

बिजनेस लोन के प्रकार

- **कार्यशील पूंजी ऋण :** यह ऋण व्यवसायों को अपने दिन-प्रतिदिन के कार्यों को चलाने के लिए आवश्यक पूंजी प्रदान करता है।
- **व्यवसाय विस्तार ऋण :** यह ऋण व्यवसायों को अपने कारोबार को बढ़ाने और विस्तार करने के लिए आवश्यक पूंजी प्रदान करता है।
- **मशीनरी ऋण :** यह ऋण व्यवसायों को नई मशीनरी और उपकरण खरीदने के लिए आवश्यक पूंजी प्रदान करता है।
- **व्यवसाय अधिग्रहण ऋण :** यह ऋण व्यवसायों को अन्य व्यवसायों को अधिग्रहण करने के लिए आवश्यक पूंजी प्रदान करता है।

बिजनेस लोन के लाभ

- **वित्तीय सहायता:** बिजनेस लोन व्यवसायों को उनके वित्तीय जरूरतों को पूरा करने में मदद करता है।
- **व्यवसाय वृद्धि:** यह ऋण व्यवसायों को अपने कारोबार को बढ़ाने और विस्तार करने में मदद करता है।
- **लचीलापन:** बिजनेस लोन व्यवसायों को अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए आवश्यक लचीलापन प्रदान करता है।
- बिजनेस लोन एक महत्वपूर्ण वित्तीय साधन है जो व्यवसायों को उनके वित्तीय जरूरतों को पूरा करने में मदद करता है। यह ऋण व्यवसायों को अपने कारोबार को बढ़ाने और विस्तार करने में मदद करता है, और उन्हें वित्तीय चुनौतियों का सामना करने में मदद करता है।

ऐसे ले सकते हैं बिजनेस लोन

- वित्तीय जरूरतों का आकलन करें: अपने व्यवसाय की वित्तीय जरूरतों का आकलन करें और यह तय करें कि आपको कितनी राशि की आवश्यकता है।
- ऋणदाता का चयन करें: विभिन्न ऋणदाताओं की तुलना करें और अपने लिए सबसे अच्छा विकल्प चुनें।
- आवश्यक दस्तावेज इकट्ठा करें: आवश्यक दस्तावेज जैसे कि व्यवसाय का पंजीकरण प्रमाण पत्र, आयकर रिटर्न, बैलेंस शीट, और अन्य वित्तीय दस्तावेज इकट्ठा करें।
- आवेदन पत्र भरें: ऋणदाता के आवेदन पत्र को भरें और आवश्यक दस्तावेज संलग्न करें।
- आवेदन जमा करें: आवेदन पत्र और दस्तावेज ऋणदाता को जमा करें।
- प्रोसेसिंग और मंजूरी: ऋणदाता आपके आवेदन की जांच करेगा और आपको मंजूरी देगा या नहीं।

आवश्यक दस्तावेज़

■व्यवसाय का पंजीकरण प्रमाण पत्र ■ आयकर रिटर्न ■ बैलेंस शीट ■ व्यवसाय योजना ■ पहचान प्रमाण ■ पता प्रमाण

यह भी जानिये

- वित्तीय दस्तावेज को अद्यतन रखें : अपने वित्तीय दस्तावेज को अद्यतन रखें ताकि आपको ऋण के लिए आवेदन करने में आसानी हो।
- शर्तों को ध्यान से पढ़ें : ऋणदाता की शर्तों को ध्यान से पढ़ें और समझें कि आपको क्या करना होगा।
- समय पर भुगतान करें : समय पर भुगतान करें ताकि आपका क्रेडिट स्कोर अच्छा रहे।

करवा लें ट्रैवल इंश्योरेंस, हादसे के समय देता है आर्थिक सहारा

● बोइंग 787 ड्रीमलाइनर विमान हादसे के बाद आर्थिक सुरक्षा का सवाल ●

जरूरत
बिजनेस डेस्क

अहमदाबाद के सरदार वल्लभभाई पटेल अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे से लंदन के लिए उड़ान भरने के कुछ ही देर बाद एयर इंडिया का बोइंग 787 ड्रीमलाइनर विमान गुरुवार दोपहर (12 जून) को दुर्घटनाग्रस्त हो गया। यह विमान शहर के मेघानी इलाके में गिरा, जहां से काले धुएं का एक बड़ा गुबार उठा और राहत व बचाव दल तुरंत मौके पर पहुंचा। हादसे में 241 यात्रियों और 33 अन्य लोगों समेत कुल 274 लोगों की जान चली गई। इस हादसे के बाद लोगों में आर्थिक सुरक्षा का सवाल उठने लगा है। ऐसे में ट्रैवल इंश्योरेंस कराना बेहद जरूरी हो जाता है। ताकि ऐसे किसी हादसे में अनहोनी के बाद आपका परिवार को कुछ सहारा मिल सके। अहमदाबाद विमान यह त्रासदी एक बार फिर हमें याद दिलाती है कि यात्रा में हमेशा संभावनाएं होती हैं, लेकिन जोखिम भी उतना ही बड़ा होता है। ऐसी अनहोनी घटनाओं के बीच ट्रैवल इंश्योरेंस की भूमिका एक विकल्प नहीं, बल्कि जरूरत बन जाती है। आइए, समझते हैं हमारे एक्सपर्ट्स से कि क्यूं आज के समय में ट्रैवल इंश्योरेंस कराना बहुत जरूरी है।

जब जिंदगी अचानक बदल जाए

ऐसे हादसों में एक सही बीमा पॉलिसी आर्थिक रूप से टूटे परिवार को सहारा देने का काम कर सकती है। वे कहते हैं कि अगर किसी यात्री की जान दुर्घटना में चली जाती है, तो ट्रैवल इंश्योरेंस के तहत मिलने वाला एक्सीडेंटल डेथ बेनिफिट परिवार को 10 से 15 लाख तक की राहत राशि दे सकता है (यदि बीमित राशि करीब $1.5 लाख हो)। यह मदद उस समय आती है जब परिवार मानसिक और आर्थिक रूप से सबसे ज्यादा असहाय होता है। तो यह मदद उसे एक सांत्वना के रूप में उसके मनोबल को बढ़ा सकती है। हादसे में कमाने वाला ही चला जाए तो इस मदद से परिवार को बड़ी राहत मिल सकती है। ऐसे में ट्रेलव इंश्योरेंस करवाना फायदे का सौदा है।

मेडिकल एवैक्यूएशन से लेकर पार्थिव शरीर की वापसी तक

केवल मृत्यु ही नहीं, अगर कोई यात्री विदेश में गंभीर रूप से घायल होता है तो ट्रैवल इंश्योरेंस के अंतर्गत उसका इलाज, अस्पताल में भर्ती और जरूरत पड़ने पर एयर एम्बुलेंस से दूसरी जगह शिफ्ट करने का

खर्च भी बीमा कंपनी वहन करती है। और अगर किसी की मौत हो जाए, तो उसके पार्थिव शरीर को स्वदेश लाने की पूरी प्रक्रिया और खर्च भी कवर होता है जो न केवल महंगा, बल्कि परिवार के लिए मानसिक रूप से भी चुनौतीपूर्ण होता है।

मानसिक सहारे की भी होती है ज़रूरत

ट्रैवल इंश्योरेंस केवल आर्थिक नहीं, बल्कि भावनात्मक सहारा भी देता है। आजकल की कई पॉलिसियों में मनोवैज्ञानिक काउंसलिंग, शोक-संवेदना सहायता और इमरजेंसी सपोर्ट जैसी सुविधाएं भी शामिल हैं, जो परिवार को मुश्किल वक्त में भावनात्मक मजबूती देती हैं। जानकार कहते हैं कि हम जिंदगी में हर चीज को सुरक्षित करने की कोशिश करते हैं, लेकिन सबसे ज़्यादा असुरक्षित उस वक़्त होते हैं, जब हम यात्रा कर रहे होते हैं।

समझदारी भरा फैसला

सच्चाई यह है कि कोई बीमा जिंदगी की भरपाई नहीं कर सकता, लेकिन यह संकट के समय में परिवार को सम्मान, सुविधा और समय पर मदद जरूर दे सकता है। एक छोटी सी रकम, जो टिकट बुकिंग के समय ट्रैवल इंश्योरेंस के रूप में चुकाई जाती है, वही आपातकाल में बड़ी राहत बन सकती है। इसलिए अगली बार जब आप किसी यात्रा की योजना बनाएं, तो टिकट के साथ बीमा भी जरूर लें। क्योंकि जोखिम का समय कभी बता कर नहीं आता, लेकिन उसकी तैयारी हमेशा होनी चाहिए।

क्या है ट्रैवल इंश्योरेंस

ट्रैवल इंश्योरेंस एक प्रकार का बीमा है जो आपको यात्रा के दौरान होने वाली अप्रत्याशित घटनाओं से बचाता है। यह बीमा आपको वित्तीय नुकसान से बचाने में मदद करता है जो यात्रा के दौरान हो सकता है, जैसे कि यात्रा रद्द होना, चिकित्सा आपातकाल, सामान की चोरी या नुकसान, और अन्य।

ट्रैवल इंश्योरेंस के लाभ

- **यात्रा रद्द होने पर कवरेज :** ट्रैवल इंश्योरेंस यात्रा रद्द होने पर वित्तीय नुकसान से बचाता है।
- **चिकित्सा आपातकाल कवरेज:** यह बीमा आपको चिकित्सा आपातकाल के दौरान होने वाले खर्चों को कवर करता है।
- **सामान की चोरी या नुकसान कवरेज:** ट्रैवल इंश्योरेंस आपको सामान की चोरी या नुकसान के मामले में वित्तीय नुकसान से बचाता है।
- **यात्रा में देरी कवरेज:** यह बीमा आपको यात्रा में देरी के कारण होने वाले अतिरिक्त खर्चों को कवर करता है।

ट्रैवल इंश्योरेंस के प्रकार

- **डोमेस्टिक ट्रैवल इंश्योरेंस:** यह बीमा घरेलू यात्राओं के लिए होता है।
- **इंटरनेशनल ट्रैवल इंश्योरेंस:** यह बीमा अंतरराष्ट्रीय यात्राओं के लिए होता है।
- **सिंगल ट्रिप इंश्योरेंस:** यह बीमा एकल यात्रा के लिए होता है।
- **एनुअल मल्टी-ट्रिप इंश्योरेंस:** यह बीमा एक वर्ष के दौरान कई यात्राओं के लिए होता है।
- ट्रैवल इंश्योरेंस एक महत्वपूर्ण बीमा है जो आपको यात्रा के दौरान होने वाली अप्रत्याशित घटनाओं से बचाता है। यह बीमा आपको वित्तीय नुकसान से बचाने में मदद करता है और आपको यात्रा के दौरान अधिक सुरक्षित और तनावमुक्त महसूस करने में मदद करता है।

तैयारी | रिटायरमेंट के बाद खर्च का इंतजाम सही ढंग से करने के लिए करें निवेश

तीनों से मजबूत पोर्टफोलियो बनाता है जो हर हालात में आपके काम आता

इक्विटी, गोल्ड व डेट में बांटकर करें निवेश तभी बेहतर बनेगा बैलेंस्ड रिटायरमेंट प्लान

○ इक्विटी में ज़्यादा निवेश करने से बेहतर रिटर्न मिल सकता है○ इसे डेट और गोल्ड जैसे सुरक्षित निवेश के साथ बैलेंस करना जरूरी

समझदारी
बिजनेस डेस्क

रिटायरमेंट के बाद खर्च कैसे चलेगा, इसकी फिक्र हर नौकरीपेशा शख्स को रहती है। भविष्य को सुरक्षित और आरामदायक बनाना है, तो समय रहते सही निवेश की योजना बनाना जरूरी है। अगर आप एक सही रिटायरमेंट प्लान के लिए असरदार रणनीति की तलाश में हैं, तो इनवेस्टमेंट का बैलेंस्ड अप्रोच लेकर चलना होगा। इसका मतलब ये कि आप अपने पैसों को किसी एक ही एसेट क्लास में इनवेस्ट करने की जगह इक्विटी, गोल्ड और डेट जैसे तीन प्रमुख एसेट क्लास में बांटकर निवेश करें। यह डायवर्सिफिकेशन आपको बाजार की अस्थिरता और इंफ्लेशन के असर से बचाते हुए लंबे समय में बेहतर रिटायरमेंट कॉर्पस तैयार करने में काफी मददगार साबित हो सकता है।

इक्विटी से होगा लॉन्ग टर्म वेल्थ क्रिएशन

अगर आप लंबी अवधि में वेल्थ क्रिएशन करना चाहते हैं, तो इक्विटी में निवेश इसका बेहतरीन तरीका हो सकता है। यह निवेश आप सीधे शेयर बाज़ार में या इक्विटी म्यूचुअल फंड के जरिये कर सकते हैं। भारत के कई डायवर्सिफाइड इक्विटी फंड्स देश की इकनॉमिक ग्रोथ स्टोरी में हिस्सेदारी के जरिये पिछले 15-20 या उससे ज्यादा अवधि के दौरान भी सालाना 12 फीसदी या उससे ज्यादा एवरेज रिटर्न देते रहे हैं। हालांकि, इक्विटी में उतार-चढ़ाव ज्यादा होता है। अगर आप युवा हैं और आपकी निवेश अवधि लंबी है, तो इक्विटी में ज़्यादा निवेश करने से बेहतर रिटर्न मिल सकता है, लेकिन इसे डेट और गोल्ड जैसे सुरक्षित निवेश के साथ बैलेंस करना जरूरी है, ताकि रिस्क का लेवल कम रहे।

डेट में निवेश से मिलेगी स्टेबिलिटी और सुरक्षा

डेट इनवेस्टमेंट में सरकारी बॉन्ड, फिक्स्ड डिपॉजिट और डेट म्यूचुअल फंड आते हैं. ये निवेश इक्विटी की तुलना में कम रिस्की होते हैं. इनमें एफडी और पीपीएफ जैसे कई निवेश रेगुलर और फिक्स्ड रिटर्न देने के लिए जाने जाते हैं. शेयर बाजार में गिरावट के दौरान डेट में किया गया निवेश आपके पोर्टफोलियो को स्टेबिलिटी के साथ-साथ लिक्विडिटी भी देता है। अगर आप रिटायरमेंट के करीब हैं या अगले कुछ वर्षों में पैसों की जरूरत है, तो डेट में किया गया इनवेस्टमेंट काफी काम आता है. अगर डेट का सपोर्ट न हो तो बाजार में गिरावट का दौर मुश्किल में डाल सकता है।

गोल्ड यानी महंगाई और संकट से बचाने वाला निवेश

गोल्ड यानी सोने को दुनिया भर में एक सुरक्षित निवेश माना जाता है। जब भी आर्थिक या राजनीतिक संकट आते हैं, सोने की कीमत इसी वजह से बढ़ती है. यह महंगाई के खिलाफ हेजिंग का काम भी करता है यानी आपके निवेश की रियल वैल्यू को गिरने से बचाता है। आजकल फिजिकल गोल्ड के अलावा गोल्ड बॉन्ड, गोल्ड ईटीएफ या डिजिटल गोल्ड में निवेश करने के ऑप्शन भी मौजूद हैं। इनमें बेहतर लिक्विडिटी और सुरक्षा का फायदा मिलता है. अगर आप 5-10% हिस्सा गोल्ड में लगाते हैं, तो यह आपके रिटायरमेंट पोर्टफोलियो के डायवर्सिफिकेशन और सुरक्षा को बढ़ा सकता है।

रिटायरमेंट के लिए बैलेंस्ड पोर्टफोलियो कैसे बनाएं

रिटायरमेंट पोर्टफोलियो बनाते समय आपको अपनी उम्र, जोखिम लेने की क्षमता और निवेश की अवधि को ध्यान में रखना चाहिए. मिसाल के तौर पर अगर आप 30 साल के हैं, तो आपका फोकस लंबी अवधि के रिटर्न पर होना चाहिए, इसलिए इक्विटी का अनुपात 70-80% तक हो सकता है। वहीं 50 साल के व्यक्ति को अधिक स्टेबिलिटी और कम रिस्क पर जोर देते हुए डेट में निवेश को बढ़ाकर कम से कम 50 फीसदी तक ले जाना चाहिए. 55 साल की उम्र के बाद जब रिटायरमेंट करीब होता है, तब पूंजी की सुरक्षा सबसे जरूरी हो जाती है। ऐसे में इक्विटी का हिस्सा और भी घटाकर डेट और गोल्ड में निवेश बढ़ा देना चाहिए। अगर आप अपने पोर्टफोलियो के इस बैलेंस वक्त के साथ-साथ सही अनुपात में बदलते रहेंगे, तो आपका निवेश सुरक्षित होने के साथ ही साथ बढ़ता भी रहे।

बेफिक्र रिटायरमेंट के लिए बैलेंस्ड अप्रोच जरूरी

अगर आप चाहते हैं कि आपकी रिटायरमेंट लाइफ बिना पैसों की चिंता के आराम से बीते, तो अभी से सही रणनीति अपनाना जरूरी है. इक्विटी से ग्रोथ मिलेगी, डेट से सुरक्षा और गोल्ड से स्थिरता. साथ ही, अगर किसी एक एसेट क्लास में नुकसान होता है, तो बाकी दो इसे संभाल सकते हैं। तीनों एसेट क्लास मिलकर ऐसा मजबूत पोर्टफोलियो बनाते हैं जो हर हालात में आपके काम आ सकता है। एक बात और, इस रणनीति पर अमल की शुरुआत जितनी जल्दी करेंगे, रिटायरमेंट के बाद की जिंदगी आर्थिक रूप से उतनी ही बेहतर बन पाएगी।

आषाढ़ मास की अमावस्या 25 को : हलहारिणी अमावस्या से वर्षा ऋतु की होती शुरूआत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

आषाढ़ मास की अमावस्या 25 जून को पड़ रही है। किसानों के लिए यह अमावस्या एक महापर्व की तरह है, क्योंकि इस दिन किसान कृषि में इस्तेमाल होने वाले उपकरणों की पूजा करते हैं। हलहारिणी अमावस्या से वर्षा ऋतु की शुरुआत मानी जाती है।

ये समय नई फसल लगाने के लिए सबसे अच्छा है। श्री श्याम मंदिर फतेहाबाद के पुजारी पंडित सोनू शर्मा के अनुसार इस पर्व पर पूजा-पाठ और पितरों के लिए धूप-ध्यान करने के साथ ही किसी सार्वजनिक जगह पर छायादार पेड़ का पौधरोपना चाहिए। पौधा लगाने के साथ ही उस पौधे की देखभाल करने का भी संकल्प लेना चाहिए। आषाढ़ अमावस्या के दिन स्नान-दान का शुभ मुहूर्त 25 जून, प्रातः 4:05 बजे से प्रातः 4:45 बजे तक रहेगा। जबकि सर्वार्थ सिद्धि योग प्रातः 5:25 बजे से प्रातः 10:40 बजे तक शुभ रहेगा। जिसमें पूजन से क्लेश से राहत मिलेगी। पंडित सोनू शर्मा ने बताया कि जिन लोगों के पितृ तृप्त नहीं होते हैं, जिनकी आत्मा को मोक्ष नहीं मिल पाता है, उन घरों में क्लेश, विवाद, आर्थिक और शारीरिक परेशानी आने के साथ ही तरह-तरह की मुसीबतें आती हैं।

फतेहाबाद। श्री श्याम मंदिर। फोटो : हरिभूमि

विधिवत पूजन और व्रत करने से घर में आती है समृद्धि

- पंडित सोनू शर्मा के अनुसार पितृदोष होने पर यह परेशानी आती है
- विवाह में देरी या रिश्तों में रुकावट।
- नौकरी या व्यापार में लगातार असफल होना।
- संतान नहीं होना या होने में कठिनाई आना।
- मानसिक तनाव और डर से घिरे रहना।
- लगातार हादसे होना या असमय निधन होना।

पंडित सोनू शर्मा

आषाढ़ अमावस्या तिथि

आषाढ़ कृष्ण अमावस्या	आरंभ :	24 जून सायं 6:59 पर
आषाढ़ कृष्ण अमावस्या	समाप्त :	25 जून सायं 4:00 बजे।
आषाढ़ अमावस्या की	पूजन तिथि :	25 जून

अमावस्या पर यह शुभ कार्य कर सकते हैं

- दिन की शुरुआत सूर्य पूजा से करना चाहिए। तांबे के लोटे में जल भरें और ओम सूर्याय नमः मंत्र का जप करते हुए सूर्य को अर्घ चढ़ाएं।
- घर के मंदिर में भगवान गणेश, महादेव, श्रीहरि, देवी पार्वती, श्रीकृष्ण आदि देवी-देवताओं का अभिषेक करें।
- दोपहर में पितरों की शांति और तृप्ति के लिए धूप-ध्यान, तर्पण और श्राद्ध कर्म करें। गाय के गोबर से बने कंडे जलाएं और पितरों का ध्यान करते हुए अंगारों पर गुड़-घी अर्पित करें।
- हथेली में जल लेकर अंगूठे की ओर से पितरों को अर्पित करें। किसी पवित्र नदी में स्नान करें या घर पर ही पानी में गंगाजल डालकर स्नान करें।
- हनुमान जी के सामने दीपक जलाएं और हनुमान चालीसा का पाठ करें। आप चाहें तो राम नाम का जप भी कर सकते हैं।
- जरूरतमंद लोगों को जूते-चप्पल, अनाज, धन, या भोजन दान करें।
- अमावस्या की शाम तुलसी के पास दीपक जलाएं व तुलसी की परिक्रमा करें।
- शिवलिंग का विधिवत अभिषेक करें। तांबे के लोटे से शिवलिंग पर जल चढ़ाएं।
- ओम नमः शिवाय मंत्र का जप करें। बिल्व पत्र, धतूरा, आकड़े के फूल, दूर्वा, शमी के पत्ते चढ़ाएं। चंदन का लेप लगाएं। जनेऊ, अबीर, गुलाल आदि पूजन सामग्री चढ़ाएं। मिठाई का भोग लगाएं। धूप-दीप जलाकर आरती करें।

व्यापारियों ने कहा : संकरी जगह पर कैंटीन बनाना अनुचित

अटल किसान-मजदूर कैंटीन के निर्माण पर मंडी व्यापारियों ने जताया विरोध

- अनाज मंडी में हनुमान मंदिर के पास के पास हुई निर्माण कार्य की शुरूआत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भट्टूकलां

अनाज मंडी में हनुमान मंदिर के पास अटल किसान-मजदूर कैंटीन के निर्माण कार्य की शुरुआत हो चुकी है। निर्माण शुरू होते ही इस कैंटीन को लेकर मण्डी व्यापारियों का विरोध शुरू हो गया है। व्यापारियों का कहना है कि जिस स्थान पर कैंटीन बनाई जा रही है, वह बहुत ही संकरी जगह है। मंदिर के पास और शेड के नजदीक स्थित इस स्थान के सामने कई दुकानें हैं, जहां किसान अपनी फसलें जैसे कि जींस, अन्य उत्पादन और अनाज लेकर आते हैं। यदि यहां कैंटीन बना दी जाती है, तो किसानों और व्यापारियों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ेगा, क्योंकि उनके लिए फसलें उतारने और रखने की जगह नहीं बचेगी। व्यापारियों का सुझाव है कि कैंटीन को किसी अन्य खुले और सुविधाजनक स्थान पर स्थानांतरित किया जाए। व्यापारियों का यह भी आरोप है कि मार्केट कमेटी सचिव द्वारा कैंटीन के लिए जगह तय करते समय ना तो व्यापार मंडल, ना मंदिर कमेटी और ना ही अन्य व्यापारियों से कोई राय ली गई। बिना किसी सलाह-मशविरा के उच्च अधिकारियों को गुमराह कर मंदिर के पास का प्रस्ताव और नक्शा भेज दिया गया। व्यापारियों को जब पिछले सप्ताह निर्माण कार्य के लिए ठेकेदार द्वारा मजदूर और जेसीबी मशीन लगाई गई, तब जाकर इस कार्य की जानकारी मिली।

इसके बाद व्यापारियों का एक प्रतिनिधिमंडल मार्केट कमेटी सचिव से मिल चुका है और कैंटीन के स्थानांतरण की मांग कर चुका है। वहीं, पूर्व विधायक दुड़ाराम को भी इस समस्या से अवगत कराया गया है, लेकिन अब तक कोई ठोस कार्रवाई नहीं हुई है और निर्माण कार्य लगातार जारी है।

भट्टूकलां। अटल कैंटीन का स्थान बदलने की मांग करते अनाज मंडी के व्यापारी।

निर्माण को लेकर व्यापार मंडल से नहीं ली रायः महावीर सैनी

व्यापारी विजय सिंगला, सुनील सिंगला, प्रमोद गोयल, बृजमोहन सिंगला, बजरंग कुमार, संजय पुजारी, सुभाष शर्मा, संजय सिंगला, ओंकार, अरविंद कुमार, संजय सिंगला, सुनील, मनोज सहित कई अन्य फर्मों के मालिकों ने विरोध जताया है। व्यापार मंडल के प्रधान सुभाष भादू का कहना है कि कैंटीन का निर्माण एक अच्छी पहल है, लेकिन संबंधित विभाग के सचिव ने स्थान तय करते समय व्यापार मंडल से कोई राय नहीं ली। मार्केट कमेटी सचिव महाबीर सैनी ने कहा है कि अब स्थान को बदलना उनके अधिकार क्षेत्र में नहीं है, लेकिन व्यापारियों की मांग को उन्होंने पत्र के माध्यम से उच्च अधिकारियों तक पहुंचा दिया है। बता दें कि इस कैंटीन का उद्देश्य गरीब मजदूरों को मात्र 10 रुपये में भरपेट भोजन उपलब्ध कराना है। प्रदेश सरकार की योजना के तहत हरियाणा भर में लगभग 200 कैंटीनों का निर्माण किया जा रहा है, जिनका 15 अगस्त को मुख्यमंत्री द्वारा उद्घाटन किया जाना प्रस्तावित है।

न्यूनतम वेतन सहित मजदूर और कर्मचारियों के अधिकार व सुविधाएं बहाल करे सरकार : बेगराज

- सीटू व ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन ने मांगों को लेकर डीडीपीओ कार्यालय पर जताया रोष

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

मानदेय का समय पर भुगतान न करने, न्यूनतम वेतन 26 हजार रुपये लागू करने, चार लेबर कोड वापस लेने और सभी प्रकार के कच्चे कर्मचारियों को पक्का करने की मांग को लेकर सीटू और ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन द्वारा जिला पंचायत एवं विकास अधिकारी कार्यालय पर रोष सभा का आयोजन किया गया। सुनील कुमार की अध्यक्षता में आयोजित इस सभा में काफी संख्या में ग्रामीण सफाई कर्मचारियों व अन्य मजदूरों ने भाग लिया और डीडीपीओ के माध्यम से मुख्यमंत्री को मांग पत्र भेजा गया। सभा को सीटू के जिला प्रधान जगीर सिंह, सचिव ओमप्रकाश अनेजा, किसान सभा के जिला सचिव राजेन्द्र बाटू व कर्मचारी नेता बेगराज ने भी संबोधित किया।

मजदूर व कर्मचारी नेताओं ने कहा कि प्रदेश के मजदूरों के लिए 2015 से अब तक न्यूनतम वेतन रिवाइज नहीं हुए हैं , जबकि हर पांच सालों में न्यूनतम वेतन रिवाइज करना होता है। बेगराज ने कहा कि 2015 में हरियाणा व दिल्ली के न्यूनतम वेतन एक समान होते थे, दिल्ली के न्यूनतम वेतन 2020 में रिवाइज हो चुके हैं, लेकिन हरियाणा में नहीं, जिससे हरियाणा सरकार का न्यूनतम वेतन 6-7 हजार पीछे हो गया है जोकि हरियाणा के मजदूरों के साथ भारी अन्याय है। उन्होंने कहा कि आज मंहगाई लगातार बढ़ रही है व मजदूरों को अपने परिवारों का गुजारा करना मुश्किल हो रहा है। भारत सरकार पुराने कर्मचारी-मजदूर हितैषी श्रम कानूनों को बदलकर अब चार लेबर कोड्स को लागू करने जा रही है, जिससे मजदूरों के सभी अधिकारों को छीन लिए जाएंगे। इनके लागू होने से मजदूरों को न्यूनतम वेतन नही मिल पाएगा, काम के घंटे आठ से बढ़ाकर 12 होंगे, रोजगार गारंटी समाप्त हो जाएगी। सामाजिक सुरक्षा पर रोक लगेगी, कच्ची नौकरियों का प्रचलन आदि समस्याएं बढ़ेगी। मजदूर का जीवन बन्धुआ मजदूरों जैसा हो जाएगा। सीटू नेताओं ने कहा कि शिक्षा, स्वास्थ्य सुविधाएं निजी हाथों में सौंपी जा रही है। इस प्रकार वे बच्चों को पढ़ा नही पाएंगे व ईलाज से भी वंचित हो जाएंगे। मजदूर व कर्मचारी नेता बेगराज ने कहा कि चारों लेबर कोड रद्द करने, सार्वजनिक क्षेत्र के निजीकरण पर रोक लगाने, लोकतंत्र व संविधान की रक्षा के लिए 9 जुलाई को होने वाली राष्ट्र व्यापी हड़ताल में कर्मचारी, मजदूर और किसान बढ़-चढ़कर भाग लेंगे।

फतेहाबाद। देशव्यापी हड़ताल को लेकर एसडीएम को ज्ञापन सौंपते सीटू नेता।

जनता से सीधे जुड़ाव के साथ अपराधियों पर कसी जाएगी नकेलः एसपी

हरिभूमि न्यूजत ▶▶| फतेहाबाद

अपराधों पर लगाम कसने और जनता का विश्वास जीतने के लिए, एसपी अधीक्षक सिद्धांत जैन के निर्देश पर जिला पुलिस का फुट पेट्रोलिंग अभियान जारी है। शनिवार को डीएसपी टोहाना उमेद सिंह, डीएसपी फतेहाबाद ग्रामीण जगदीश काजला और डीएसपी रतिया नरसिंह के नेतृत्व में पूरे जिले में बड़े पैमाने पर यह अभियान चलाया गया, जिसमें पुलिस के अधिकारी और जवान पूरी मुस्तैदी से शामिल रहे। इस अभियान का मकसद पुलिस की लगातार और प्रभावी उपस्थिति दर्ज कराना है। इसका दोहरा फायदा है, एक तरफ आपराधिक तत्वों में डर का माहौल बनता है, वहीं दूसरी ओर आम जनता में सुरक्षा का भरोसा मजबूत होता है। पुलिसकर्मी सीधे जनता के बीच पहुंचकर उनसे बातचीत कर रहे हैं, जिससे उनकी समस्याओं को सुनने, समझने और उनका समाधान करने में मदद मिल रही है। इस सघन पैदल गश्त से अपराधियों के मन में दहशत फैली है, जबकि नागरिकों को पुलिस की सक्रियता से सुरक्षा का ठोस एहसास हुआ है। सार्वजनिक स्थानों, बाजारों और संवेदनशील इलाकों में पुलिस की मौजूदगी ने कानून व्यवस्था को और मजबूत किया है। यह अभियान अपराध पर प्रभावी ढंग से अंकुश लगाने में बेहद मददगार साबित हो रहा है।

फतेहाबाद। शहर में पेट्रोलिंग करते पुलिस कर्मचारी।

युवक अवैध पिस्तौल सहित काबू

ओढां। पुलिस ने गश्त के दौरान ओढां क्षेत्र से एक युवक को अवैध पिस्तौल सहित काबू किया है। ओढां थाना प्रभारी गजराज ने बताया कि एसआई पवन कुमार पुलिस पार्टी के साथ गश्त के दौरान बस अड्डा गांव ओढां में मौजूद थे। इस दौरान उनको गुप्त सूचना मिली कि एक युवक जिसके पास अवैध असलहा है जो अनाज मंडी शैड के नीचे बैठा है। सूचना के अनुसार बताए स्थान अनाज मंडी ओढां पहुंचे। पुलिस की गाड़ी देखकर एक युवक शैड के नीचे से एकदम उठकर तेज कदमों से खेतों की तरफ जाने लगा। पुलिस ने शक के आधार पर युवक को काबू करके उसकी तलाशी ली तो आरोपी के कब्जे से अवैध पिस्तौल बरामद हुई। आरोपी की पहचान गुरविंद्र सिंह उर्फ गुरी पुत्र गुरदेव सिंह निवासी ओढां के रुप में हुई है। आरोपी के खिलाफ ओढां थाना में शस्त्र अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया है।

न्यूज डायरी

कार्ड की लिमिट बढ़ाने के नाम पर हजारों की ठगी

फतेहाबाद। साइबर ठगों ने क्रेडिट कार्ड की लिमिट बढ़ाने के नाम पर एक युवक से हजारों रुपये की ठगी होने का मामला सामने आया है। इस मामले में पीड़ित युवक ने ऑनलाइन शिकायत दर्ज करवाई, जिसके बाद अब साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने शनिवार को धोखाधड़ी बारे केस दर्ज कर आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में अशोक नगर फतेहाबाद निवासी विजय कुमार ने कहा है कि वह ड्राईवरी का काम करता है। उसके पास एक्सिस बैंक का क्रेडिट कार्ड है। 7 मई को उसके मोबाइल पर कॉल आई। फोन करने वाले ने कहा कि वह एक्सिस बैंक से बोल रहा है। उसके क्रेडिट कार्ड की लिमिट बढक़र एक लाख रुपये हो जाएगी। इसके बाद उसके पास एक्सिस बैंक नाम से लिंक आया।

एक ही परिवार से मारपीट के दो और आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। गांव बड़ोपल में एक ही परिवार के लोगों के साथ मारपीट करने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने दो और आरोपियों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए आरोपियों की पहचान राधेश्याम उर्फ लागरी पुत्र जगदीश तथा अजय उर्फ हाईफाई पुत्र राजेंद्र निवासी बड़ोपल के रूप में हुई है। इसी मामले में पूर्व में दो महिलाओं रामशानी उर्फ गुड्डी पत्नी जगदीश और दर्शना पत्नी महेंद्र को गिरफ्तार कर न्यायिक हिरासत में जेल भेजा जा चुका है। बडोपल पुलिस चौकी प्रभारी उपनिरीक्षक रमेश कुमार ने बताया कि यह मामला 15 मई को जयप्रकाश निवासी बड़ोपल की शिकायत पर दर्ज किया गया था।

फर्जी निवेश योजना में धोखाधड़ी का आरोपी काबू

फतेहाबाद। फतेहाबाद पुलिस की इकोनॉमिक सेल ने फर्जी निवेश योजना के माध्यम से लाखों रुपये की ठगी के मामले में एक आरोपी को काबू किया है। आरोपी की पहचान राजकुमार उर्फ राजू पुत्र लाभ राम, निवासी गांव सहनाल, तहसील रतिया, के रूप में हुई है। पूछताछ के बाद आरोपी को नियमानुसार जमानत पर रिहा कर दिया गया है। इकोनॉमिक सेल प्रभारी निरीक्षक संदीप कुमार ने बताया कि यह कार्रवाई गांव सहनाल निवासी अमरीक सिंह पुत्र पूर्ण चंद द्वारा 16 अप्रैल को दर्ज करवाई गई शिकायत के आधार पर की गई। शिकायत में बताया गया कि गांव के ही डॉ. सुखदेव सिंह द्वारा शीशपाल फ्रंटलाइन कंसल्टेंसी एंड सर्विसेज प्राइवेट लिमिटेड नामक एक कंपनी चलाई जा रही थी, जो शुरू में उनके निवास स्थान से संचालित होती थी और बाद में किसी अन्य स्थान पर स्थानांतरित कर दी गई।

सोशल मीडिया पर हथियारों का प्रदर्शन, युवक काबू

फतेहाबाद। एसपी सिद्धांत जैन द्वारा सोशल मीडिया पर अवैध हथियारों का प्रदर्शन करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई के दिए गए निर्देशों के तहत रतिया पुलिस ने खूनन गांव के एक युवक के खिलाफ मामला दर्ज कर उसे काबू किया है। पकड़े गए युवक की पहचान अजय देव पुत्र हरजीत सिंह निवासी गांव खूनन के रूप में हुई है। पुलिस ने उसके पास से एक मोबाइल फोन भी बरामद किया है। प्रारंभिक पूछताछ के बाद उसे शामिल तफ्तीश कर जमानत पर रिहा कर दिया गया है। थाना सदर रतिया प्रभारी उपनिरीक्षक राजबीर सिंह बताया कि नागपुर पुलिस चौकी की टीम एएसआई सुरेश कुमार के नेतृत्व में गश्त पर थी, तभी उन्हें सूचना प्राप्त हुई कि अजय देव ने सोशल मीडिया इंस्टाग्राम व फेसबुक पर अवैध हथियारों के साथ स्टेटस डालकर लोगों में भय का माहौल पैदा कर रहा है।

चोरीशुदा मोटरसाइकिल सहित आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। जिला के गांव मुसाहिबवाला के समीप लगाए गए नाके पर सदर थाना पुलिस ने एक युवक को चोरी के मोटरसाइकिल सहित काबू किया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान शहर के शक्ति नगर गली नंबर 1 निवासी प्रभजोत सिंह के रूप में हुई है। सदर थाना पुलिस की टीम गांव मुसाहिबवाला के समीप नाका लगाकर वाहनों की जांच कर रही थी। इसी दौरान शक के आधार पर टीम सदस्यों ने बाइक सवार को रोककर कागजात मांगे तो वह कोई संतुष्टिजनक जवाब नहीं दे पाया। जब बाइक के नंबर से ट्रेस किया तो वह कृष्ण कुमार निवासी जमावड़ी जिला हिसार के नाम पर दर्शा रहा था। पुलिस टीम बाइक सहित आरोपी को पूछताछ के लिए थाने में ले आई, ताकि ये पता लगाया जा सके कि आरोपी ने किसी और घटना को अंजाम तो न दिया हो। पुलिस ने युवक के खिलाफ केस दर्जकर कार्रवाई शुरू की है।

जमीनी विवाद को लेकर किसान पर हमला

सिरसा। जमीनी विवाद के चलते गांव शेखूखेड़ा में एक किसान पर जानलेवा हमला किया गया है। पुलिस को दी शिकायत में ऐलनाबाद के शेखूखेड़ा गांव निवासी गुरमिंदर सिंह ने बताया कि वह खेतीबाड़ी करता है। उनकी गांव में काश्त की जमीन है। उनकी जमीन के साथ में तरसेम सिंह की जमीन लगती है। खेतों के लिए आने-जाने का रास्ता उनकी ढाणी के आगे से गुजरता है। उनकी जमीन व तरसेम की जमीन के बीच की जगह यानी डोली को लेकर विवाद है। सुबह साढे 8 बजे वह उस रास्ते से बाइक लेकर जा रहा था। तब तरसेम सिंह बीच रास्ते में खड़ा हो गया। पास में उसका बेटा भिंदा खड़ा था। गुरमिंद्र सिंह ने बताया कि तरसेम जमीन के विवाद के बारे में उससे गाली-गलौज करते हुए झगड़ने लगा।

गेहूं चोरी का आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। सीआईए कालांवाली पुलिस ने गेहूं चोरी के मामले में एक आरोपी जगजीत सिंह निवासी मटदादू को काबू किया है। सीआईए कालांवाली प्रभारी सुरेश कुमार ने बताया कि नरेश कुमार निवासी माडल टाऊन कालांवाली की शिकायत पर अज्ञात व्यक्ति द्वारा बीती 7जून की रात्रि को उसकी कालांवाली से तारूआना रोड पर स्थित स्टार वर्धक एग्री सीड्स नाम की फैक्ट्री से 60 कट्टे गेहूं चोरी कर लिए जाने पर थाना कालांवाली में मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी। जांच के दौरान उनकी टीम ने आरोपी जगजीत सिंह को गिरफ्तार किया गया है। आरोपी को अदालत में पेश करके पुलिस रिमांड पर लेकर गहनता से पूछताछ कर मामले की पूरी जानकारी हासिल की जाएगी व इससे जुड़े अन्य लोगों के बारे में नाम पता मालूम कर उनके खिलाफ भी कार्रवाई की जाएगी।

चंदड़कलां में दुकान में लगी आग

टोहाना। उपमंडल के गांव चंदडकला में स्थित वाहेगुरु ऑटो वक्रस में शुक्रवार देर रात आग लग गई। शॉर्ट सर्किट से लगी इस आग में दुकान का सामान जलकर राख हो गया। आग की सूचना पाकर सदर पुलिस भी मौके पर पहुंची थी। दुकान के मालिक अजय ने बताया कि वह रोजाना की तरह शुक्रवार रात को दुकान बंद करके घर गया था। कुछ समय बाद आसपास के लोगों ने उसे सूचना दी कि उसकी दुकान में आग लगी हुई है। सूचना मिलते ही वह दुकान पर पहुंचा तो देखा कि दुकान से आग की लपटें निकल रही थी। इस पर उसने तुरंत इस बारे दमकल विभाग को सूचना दी। सूचना मिलते ही फायर बिग्रेड की गाड़ी मौके पर पहुंची और टीम ने आग पर काबू पा लिया। दुकान मालिक के अनुसार आगजनी की इस घटना से दुकान में रखी कुर्सियां, फिटिंग, पंखा और लकड़ी का तख्त सहित अन्य सामान जलकर नष्ट हो गया।

शनिदेव मंदिर में चोरी का पर्दाफाश

फतेहाबाद। फतेहाबाद पुलिस ने शक्ति नगर स्थित ईष्टछापूर्ण शनिदेव मंदिर में दिनदहाड़े हुई चोरी की वारदात का खुलासा करते हुए एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान अजय पुत्र पृथ्वी सिंह, निवासी ढाणी ठोबा, फतेहाबाद के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से 20 हजार रुपये नगद राशि बरामद की है, जो मंदिर से चुराई गई थी। थाना शहर फतेहाबाद के प्रभारी उप-निरीक्षक ओमप्रकाश ने बताया कि इस संबंध में वार्ड नंबर-1 निवासी दीनदयाल शर्मा पुत्र हरि सिंह शर्मा की शिकायत पर 17 जून को मामला दर्ज किया गया था। शिकायत के अनुसार, दोपहर लगभग 12 से 1 बजे के बीच एक अज्ञात युवक मंदिर में दाखिल हुआ। उसने पहले शिवलिंग पर जल अर्पित किया, फिर गर्भगृह की रेकी की और मौके का फायदा उठाकर दान पात्र की चाबी खोजी।

पंजाबी कम्युनिटी ने किया सम्मानित

फतेहाबाद। ऑल इंडिया अरोड़ा खत्री पंजाबी कम्युनिटी द्वारा राष्ट्रीय अध्यक्ष साहिब दयाल वधवा की अध्यक्षता में विशेष सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के तौर पर संत कुमार एडवोकेट ने भाग लिया जबकि भाजपा महिला जिला अध्यक्ष डॉ. सुमन बजाज, पार्षद रविंद्र मेहता विशिष्ट अतिथि के तौर पर उपस्थित रहे। इस कार्यक्रम में 30 मई को महाराजा अरुट जयंती के उपलक्ष्य में लगाए गए रक्तदान शिविर में सहयोग करने वाली संस्थाओं सिटी वेलफेयर क्लब, सरबत दा भला संस्था तथा तन-मन-धन व निष्काम सेवा सहयोग करने वाले सदस्यों को प्रशंसा पत्र देकर सम्मानित किया गया और आगामी समय में भी ऐसे आयोजनों पर सहयोग बनाए रखने की अपील की गई। इस सम्मान समारोह दौरान शहीद मदन लाल ढींगड़ा को याद किया गया और हर वर्ष की तरह 20 जून को पंजाबी दिवस के तौर पर भी मनाया गया।

समीक्षा बैठक | एसपी ने समीक्षा बैठक में सभी थाना प्रभारियों को दिए आवश्यक दिशा-निर्देश

लूट, स्नैचिंग व चोरी जैसी घटनाओं पर अंकुश लगाने के लिए विशेष अभियान चलाएं पुलिस टीमें : एसपी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन की अध्यक्षता में पुलिस लाइन स्थित एनजीओ मैस में समीक्षा बैठक का आयोजन किया गया, जिसमें जिले के सभी थाना प्रभारियों ने भाग लिया। बैठक का मुख्य उद्देश्य क्षेत्र में कानून-व्यवस्था की स्थिति की समीक्षा करना तथा अपराध और अपराधियों पर प्रभावी नियंत्रण सुनिश्चित करना रहा। बैठक में डीएसपी मुख्यालय एवं क्राइम संजय कुमार, डीएसपी फतेहाबाद अर्बन जयपाल सिंह, डीएसपी फतेहाबाद रूरल जगदीश कुमार, डीएसपी यातायात कुलवंत सिंह, डीएसपी टोहाना उमेद सिंह, डीएसपी रतिया नरसिंह सहित सभी थाना प्रबंधक, पुलिस चौकी प्रभारी, विभिन्न यूनिटों के प्रभारी एवं ब्रांच हेड शामिल रहे।

बैठक में पुलिस अधीक्षक ने कहा कि अपराध नियंत्रण, पीड़ितों को त्वरित न्याय दिलाना, और समाज में शांति व सुरक्षा का वातावरण बनाए रखना पुलिस की सर्वोच्च प्राथमिकता है। उन्होंने सभी थाना प्रभारियों को निर्देश दिए कि संगीन अपराधों की जांच में तेजी लाई जाए, लंबित मामलों का शीघ्र निपटान हो और असामाजिक तत्वों पर कड़ी निगरानी रखी जाए। उन्होंने लूट, स्नैचिंग और चोरी जैसी घटनाओं पर अंकुश लगाने के लिए विशेष अभियान चलाने तथा इन मामलों में संलिप्त व्यक्तियों के खिलाफ त्वरित एवं प्रभावी कार्रवाई करने के निर्देश दिए। साथ ही गश्त व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ करने एवं संवेदनशील क्षेत्रों में विशेष निगरानी रखने को भी कहा। नशा, जुआ, सट्टा, चोरी और मारपीट जैसे अपराधों के विरुद्ध निरंतर अभियान चलाकर सख्त कार्रवाई करने के निर्देश भी दिए गए।

फतेहाबाद। समीक्षा बैठक को संबोधित करते एसपी सिद्धांत जैन। फोटो : हरिभूमि

जनविश्वास बनाए रखना आज की आवश्यकता

बैठक के दौरान महिला सुरक्षा, साइबर क्राइम, ट्रैफिक प्रबंधन और जनता के साथ बेहतर समन्वय बनाए रखने को लेकर भी विस्तार से चर्चा हुई। सभी थाना प्रभारियों को निर्देशित किया गया कि वे जनसंपर्क को प्राथमिकता दें, शिकायतों का निष्पक्ष एवं समयबद्ध निपटान सुनिश्चित करें और नागरिकों के बीच विश्वास बनाए रखें। पुलिस अधीक्षक ने अधीनस्थ कर्मचारियों के कल्याण पर भी विशेष बल दिया। उन्होंने कहा कि सभी अधिकारी अपने अधीन कार्यरत पुलिसकर्मियों की रहने, खाने, स्वास्थ्य देखभाल एवं मनोरंजन जैसी मूलभूत आवश्यकताओं का विशेष ध्यान रखें। पुलिस बल के मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए खेल, योग व अन्य गतिविधियों को प्रोत्साहित किया जाए। साथ ही कर्मचारियों की उचित मांगों को प्राथमिकता से पूरा करने और उनकी समस्याओं का संवेदनशीलता से समाधान करने के निर्देश दिए गए। अंत में पुलिस अधीक्षक ने स्पष्ट किया कि कर्तव्य में लापरवाही या अपराधों के प्रति उदासीनता किसी भी स्थिति में बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने कहा कि पुलिस विभाग की कार्यप्रणाली में पारदर्शिता, जवाबदेही और जनविश्वास बनाए रखना आज के समय की आवश्यकता है।

हेरोइन तस्करी का मुख्य सप्लायर काबू

फतेहाबाद। जिले में चलाए जा रहे नशा मुक्ति अभियान के अंतर्गत थाना शहर रतिया पुलिस ने हेरोइन तस्करी के मुख्य सप्लायर को काबू कर न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान सुरजीत सिंह पुत्र जागीर सिंह, निवासी गांव मीराना के रूप में हुई है। इस मामले में पुलिस पहले ही दो अन्य आरोपियों कमलदीप सिंह पुत्र सुमेर सिंह निवासी वार्ड नंबर 3, रतिया व बिंदर पुत्र कश्मीरी लाल, निवासी गांव कंदरगढ़ को काबू कर जेल भेज चुकी है। थाना शहर रतिया प्रभारी उपनिरीक्षक रणजीत ने बताया कि पुलिस टीम गश्त पर थी, तभी पुलिस को सूचना मिली कि दो व्यक्ति टोहाना रोड, रतिया पर स्थित पंजाब नेशनल बैंक के सामने एक स्कूटी पर खड़े हैं और उनके पास हेरोइन है। सूचना मिलते ही पुलिस टीम ने त्वरित कार्रवाई करते हुए मौके पर पहुंचकर दोनों व्यक्तियों की तलाशी ली। तलाशी के दौरान उनके कब्जे से 5.43 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। दोनों आरोपियों को मौके पर ही काबू कर विभिन्न धाराओं के तहत थाना शहर रतिया में मामला दर्ज किया गया।

जिलेभर में उत्साहपूर्वक मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस, योग करते नजर आए नेता, अधिकारी और शिक्षक

नियमित योगाभ्यास करने से जहां बीमारियों से लड़ने की क्षमता विकसित होती है वहीं तनाव से मिलती है निजात : मनदीप कौर

फतेहाबाद के एमएम कॉलेज में योग दिवस कार्यक्रम, डीसी-एसपी ने लोगों के साथ किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिला स्तरीय अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह एमएम कॉलेज के प्रांगण में आयोजित किया गया, जिसमें उपायुक्त मनदीप कौर ने मुख्य अतिथि शिरकत की और दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस अवसर पर पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन भी मौजूद रहे। कार्यक्रम में विशेष रूप से पूर्व विधायक दुड़ाराम, जिलाध्यक्ष प्रवीन जोड़ा, उपाध्यक्ष जगदीश शर्मा, विजय गोयल आदि उपस्थित रहे।

इस कार्यक्रम में राज्यसभा सांसद कार्तिकेय शर्मा को चीफ गेस्ट बनाया गया था, लेकिन वह कार्यक्रम में नहीं पहुंचे। कार्यक्रम में न पहुंचने का कारण चंडीगढ़ में व्यस्त होना बताया गया। जिला स्तरीय कार्यक्रम में इस बार अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की थीम एक पृथ्वी-एक स्वास्थ्य के साथ-साथ योगयुक्त हरियाणा-नशा मुक्त हरियाणा का संदेश दिया गया। कार्यक्रम के बाद उपायुक्त मनदीप कौर ने एमएम कॉलेज प्रांगण में पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश भी किया। कार्यक्रम में उपस्थित अधिकारियों को स्मृति चिह्न के तौर पर पौधे देकर सम्मानित किया। कार्यक्रम में उपस्थित जनों को योग युक्त एवं नशा मुक्त हरियाणा की शपथ भी दिलवाई गई।

जिला स्तरीय कार्यक्रम को संबोधित करते हुए उपायुक्त मनदीप कौर ने कहा कि योग भारत की प्राचीन पद्धति है। नियमित योगाभ्यास से व्यक्ति को निश्चित तौर पर स्वास्थ्य लाभ मिलता है। आज भारत ही नहीं विश्व के कई देशों में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है। योग की महत्ता को पूरा विश्व मान चुका है। योगाभ्यास से जहां बीमारियों से लडऩे की क्षमता विकसित होती है वहीं तनाव से भी मुक्ति मिलती है। उन्होंने कहा कि इस बार अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की थीम एक पृथ्वी-एक स्वास्थ्य का अर्थ है कि स्वस्थ और बेहतर भविष्य के लिए हमारे ग्रह पृथ्वी और हम सभी की सेहत आपस में जुड़ा हुआ है। इस अवसर पर योग प्रशिक्षकों ने योग साधकों को विभिन्न आसनों का योगाभ्यास करवाया।

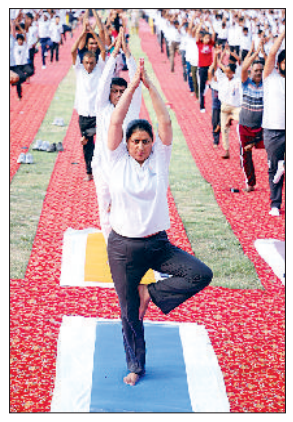
फतेहाबाद। एमएम कॉलेज में जिला स्तरीय कार्यक्रम में योगासन क्रियाओं का अभ्यास करती उपायुक्त मनदीप कौर व अन्य अतिथिगण व योगासनों की प्रस्तुति देते बच्चे।

अधिकारियों ने किया विभिन्न आसनों का अभ्यास

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर उपायुक्त ने योग साधकों के साथ सर्वाइकल, थायरॉयड हेतु ग्रीवा संचालन के 4 अभ्यास, फ्रोजन सोल्डर के लिए स्कंद संचालन, कटी एवं घुटने के सूक्ष्म अभ्यास, ताड़ासन, वृक्षासन, पादाहस्तासन, अर्ध-चक्रासन, त्रिकोणासन, दंडासन, भद्रासन, वज्रासन, अर्ध उष्टासन, पूर्ण उष्टासन, उतान मंडूकासन, वक्रासन, मकरासन, भुजंगासन, शलभासन, सेतुबंधासन, उतानपादासन, अर्ध-हलासन, पवन मुक्तासन, अनुलोम विलोम, शीतली प्राणायाम व भ्रामरी प्राणायाम तथा मानसिक, आत्मिक शांति एवं आध्यात्मिक विकास के लिए ध्यान का अभ्यास किया।

कार्यक्रम में ये रहे मौजूद

इस मौके पर नगरायुक्त संजय बिश्रोई, जीएम रोडवेज अजय दलाल, डीएसपी जय पाल, डीईओ संगीता बिश्रोई, सिविल सर्जन डॉ. कुलप्रतिभा, उप निदेशक सूचना, जन संपर्क एवं भाषा विभाग अमित पंवार, जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डा. प्रवीण शर्मा, एमएम कॉलेज के प्रिंसिपल डॉ. गुरचरण दास, जिला योग समन्वयक डॉ. अजीत कुमार, डॉ. राजेश सरदाना, अनिल शर्मा, प्रिंयका सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी व कर्मचारी तथा अनेक सामाजिक-धार्मिक संस्थाओं ने अपनी भागीदारी की।



फतेहाबाद। जिला स्तरीय कार्यक्रम में योग करती उपायुक्त मनदीप कौर व जिला स्तरीय कार्यक्रम में योग करते पूर्व विधायक दुड़ाराम। फोटो : हरिभूमि

योग विशेषज्ञों ने करवाया अभ्यास

कार्यक्रम में आयुष विभाग की योग विशेषज्ञा अंबिका पांटा, आयुष योग सहायक ज्योति, सोनू व जन्नत तथा पतंजलि की ओर से चन्द्रप्रकाश ने स्वस्तिवाचन से प्रारंभ करके शिथिलीकरण अभ्यास, खड़े होकर, पेट के बल तथा पीठ के बल लेटकर किए जाने वाले अभ्यास, ताड़ासन, पवन मुक्त आसन, वक्र आसन, तिकोणासन, कपालभाति, अनुलोम-विलोम, अर्धचक्रासन, शीतली, भ्रामरी, पाद्आसन, वज्रासन, उष्टासन, उतानमंडुआसन, भुजंगासन, शलभाषन इत्यादि की योग क्रियाओं का अभ्यास भी करवाया गया। कार्यक्रम में जॉन वैली स्कूल व धांगड़ तथा भिरडाना गांव की व्यायामशाला के बच्चों ने मंच पर योग क्रियाए कर सबको मंत्रमुग्ध कर दिया।

खबर संक्षेप

शिक्षण संस्थानों में योग दिवस की रही धूम

सिरसा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय सहित शहर कॉलेजों व स्कूलों में योग दिवस उत्साहपूर्वक मनाया गया जिसमें शिक्षकों व विद्यार्थियों ने बढ़ चढ़ कर भाग लिया। चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय में छात्र कल्याण अधिष्ठाता कार्यालय द्वारा शनिवार को 11वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस उत्साहपूर्वक मनाया गया जिसमें कुलपति प्रो. विजय कुमार ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। उन्होंने कहा कि हमें योग को अपने जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाना चाहिए क्योंकि योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक कला है। उन्होंने इस वर्ष की थीम एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग है पर कहा कि एक योग एक समग्र दृष्टिकोण को दर्शाता है जो पर्यावरण, पशु और मानव स्वास्थ्य को एक-दूसरे से जुड़ा हुआ मानता है।

नेशनल कॉलेज ऑफ एजुकेशन में मनाया योग दिवस

सिरसा। नेशनल कॉलेज ऑफ एजुकेशन के हैल्थ एंड फिटनस कलब की तरफ से शनिवार को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। प्राचार्या डॉ. पूनम मिगलानी ने कहा कि योग केवल बीमारियों को ही दूर नहीं करता बल्कि हमें नई उर्जा और सकारात्मक सोच प्रदान करने के साथ साथ मन को एकाग्र करने की शक्ति भी प्रदान करता है। हमें योग को अपने जीवन का एक मुख्य अंग बनाना चाहिए और दूसरों को भी इसे करने के लिए प्रेरित करना चाहिए। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर सर्वप्रथम ओम उच्चारण कर गायत्री मंत्र द्वारा योगासनों को प्रारंभ करवाया।

योग व्यक्ति के शरीर और मस्तिष्क दोनों के लिए फायदेमंद, योग को अपनाएं : एडीजे जैन

- अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर न्यायालय परिसर में योग शिविर आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के चैयरमैन एवं जिला एवं सत्र न्यायाधीश दीपक अग्रवाल के मार्गदर्शन में आयुष विभाग के सहयोग से न्यायिक परिसर में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश नवेंदु जैन ने कहा कि हमें अपने जीवन में योग को अपनाना चाहिए व नशा और धूम्रपान आदि से बचना चाहिए।

उन्होंने कहा कि भारत के लिए विश्व योग दिवस एक बड़ी उपलब्धि है। योग गुरू के तौर भारत विश्व में योग का प्रसार प्रचार कर रहा है। योग व्यक्ति के शरीर और मस्तिष्क दोनों के लिए फायदेमंद है। उन्होंने कहा कि योग करने से सारी बीमारियों से बचाव होता है। वहीं योगासन के नियमित अभ्यास से कई रोगों से मुक्ति भी मिल सकती है। सेहत के साथ ही शांत मन और प्रबल विचारों के लिए एकाग्रता का होना जरूरी है जो योग से ही संभव हो सकता है। उन्होंने कहा कि अगर आप भी खुद को और अपने दोस्तों, परिवार और करीबियों को स्वस्थ देखना चाहते हैं तो उन्हें योगासन के लिए प्रेरित करें और खुद भी नियमित योगाभ्यास की आदत डालें।

इस अवसर पर अतिरिक्त मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी मधुर बजाज, मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी सुयशा जावा की मौजूदगी में न्यायालय कर्मचारी, जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण के कर्मचारी एवं जिला बार एसोसिएशन के अधिवक्ताओं ने विभिन्न आसनों का योगाभ्यास किया। योग शिविर में आयुष विभाग से योग प्रशिक्षण रितु वर्मा व पंतजली योग पीठ से दीपक और सुमन देवी ने उपस्थिजन को योग व साधना का प्रशिक्षण दिया।

फतेहाबाद। योग दिवस के अवसर पर शनिवार को न्यायालय परिसर में योग शिविर में योगाभ्यास करते एडीजे नवेंदु जैन व अन्य। फोटो : हरिभूमि

स्वयंसेवकों ने पूर्ण अनुशासन में योग दिवस को बनाया यादगार

सिरसा। राजकीय नेशनल कॉलेज में योग दिवस पूरे उत्साह और अनुशासन के साथ मनाया गया, जिसमें एनएसएस ने अपनी सक्रिय और प्रेरणादायक भागीदारी से आयोजन को यादगार बनाया। कार्यक्रम का आयोजन एनएसएस प्रभारी डॉ. जीतराम शर्मा तथा एनसीसी अधिकारी लेफ्टिनेंट शेर सिंह वर्मा के कुशल नेतृत्व में हुआ। आयोजन में कॉलेज के प्राचार्य डॉ. हरजिंद्र सिंह ने इसकी अध्यक्षता की। इस वर्ष की थीम योगा फॉर वन अर्थ, वन हेल्थ के अनुरूप सुबह 6 बजे कॉलेज प्रांगण में आयोजित योग सत्र में एनएसएस स्वयंसेवकों ने प्राणायाम, सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, पश्चिमोत्तानासन और अन्य योग आसनों का अभ्यास किया। एनएसएस प्रभारी डॉ. जीतराम शर्मा ने योग के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभों पर प्रकाश डालते हुए कहा कि योग न केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है, बल्कि पर्यावरण के साथ सामंजस्य स्थापित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

फतेहाबाद। कार्यक्रम को संबोधित करते मंदिर सभा प्रधान टेकचंद मिढ़ा।

रघुनाथ मंदिर में मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

फतेहाबाद। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में श्री रघुनाथ मंदिर में योग शिविर का आयोजन किया गया। श्री रघुनाथ मंदिर सभा के प्रधान टेकचंद मिढ़ा की अध्यक्षता में यह कार्यक्रम आयोजित हुआ। योगाचार्य रमेश चंद्र कामरा व दीप्ति खुराना ने उपस्थित लोगों को अनेक तरह के योगासन व योग की क्रियाएं करवाई व शरीर में स्थित एक्युप्रेशर प्वाइंट्स के बारे में जानकारी दी। योगाचार्य रमेश कामरा ने योग का महत्त्व बताया व लोगों से योग को दैनिक जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि आज योग की बदौलत ही भारत पूरे विश्व में योग गुरु के रूप में जाना जाता है। प्रधान टेक चंद मिढ़ा ने योगाचार्य रमेश कामरा, दीप्ति खुराना व कमल कुलडिया सहित आए हुए लोगों का धन्यवाद किया तथा मंदिर के पुजारी राकेश शर्मा ने प्रसाद वितरित करवाया। इस मौके पर कोषाध्यक्ष ओम प्रकाश सरदाना, सुभाष सरदाना, दीवान चंद नागपाल, जुगल किशोर ढींगड़ा, हंस राज ग्रोवर, नरेंद्र चानना, बंटी निझारा, उमंग सरदाना, भारत बजाज, किशोर कुमार सहित अनेक लोग मौजूद थे।

योग केवल शारीरिक अभ्यास नहीं है, यह हमारे तन मन और आत्मा का समन्वय : डॉ. शर्मा

भूना। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर गुरु द्रोणाचार्य ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट में एक दिवसीय योग शिविर हुआ। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य डॉ. वीरेंद्र शर्मा ने की। शिविर में प्रशिक्षित योग शिक्षकों ने विद्यार्थियों को योग क्रियाएं करवाईं। साथ ही उनके लाभों की जानकारी दी। डॉ. शर्मा ने कहा, योग केवल शारीरिक अभ्यास नहीं है, यह तन, मन और आत्मा का समन्वय है। उन्होंने विद्यार्थियों से योग को जीवन का हिस्सा बनाने की अपील की। कहा, नियमित योग से शरीर स्वस्थ रहता है। मानसिक स्थिरता और एकाग्रता भी बढ़ती है। शिविर में संस्थान के विद्यार्थियों ने उत्साह से भाग लिया। नर्सिंग छात्राओं ने अनुशासन और समर्पण के साथ योग किया। उन्होंने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के प्रति सजगता दिखाई। उनकी ऊर्जा और सहभागिता से शिविर प्रभावशाली बना। इस मौके पर मानव लक्ष्य स्कूल ऑफ नर्सिंग की प्राचार्य प्रीत कौर, डॉ. प्रदीप गौतम, महिमा सिंह, आशा देवी, सुमन रानी, कुलदीप सिंह, राजेश कुमार, गीता, चंचल, पूनम, गगनदीप कौर, कविता, रेनू और पूनम सहित स्टाफ सदस्य मौजूद रहे।

आईटीआई में मनाया गया 11वां योग दिवस

सिरसा। राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान सिरसा में 11वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य की थीम के अंतर्गत बड़े उत्साह के साथ मनाया गया। इस कार्यक्रम की अध्यक्षता संस्थान के प्रधानाचार्य राकेश कुमार ने की। प्रधानाचार्य राकेश कुमार ने बताया कि योग न केवल शरीर को स्वस्थ रखने का माध्यम है, बल्कि यह मन को शांत करता है, हृदय को खोलता है और अहंकार को दूर करते हुए आत्मा के सच्चे स्वरूप को अपनाने की प्रेरणा देता है। योग जीवन के प्रवाह को समझने, समर्पण करने और सार्वभौमिक ज्ञान पर विश्वास करना सिखाता है। इस अवसर पर वर्ग अनुदेशक श्याम सिंह एवं अनुदेशक प्रभु दयाल भाटी ने छात्र-छात्राओं को योग के महत्व के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। इस दौरान अनुदेशक रणजीत सिंह ने स्टाफ सदस्यों व छात्र-छात्राओं को विभिन्न योगासनों का अभ्यास करवाया तथा उनके लाभों से अवगत कराया।

डीएवी पुलिस स्कूल में मनाया योग दिवस, एनसीसी व एनएसएस विंग का रहा सराहनीय योगदान

फतेहाबाद। पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल में शनिवार को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पूरे हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। विद्यालय परिसर योगमय वातावरण से गूंज उठा, जब सैंकड़ों विद्यार्थियों, शिक्षकों सहित अभिभावकों ने सामूहिक योगाभ्यास में भाग लिया। इस आयोजन में विद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना एवं राष्ट्रीय कैडेट कोर इकाईयों का उल्लेखनीय सहयोग रहा। कार्यक्रम की शुरुआत प्रार्थना मन्त्र के साथ की गई। योग प्रशिक्षक व एनएसएस इकाई के कार्यक्रम संयोजक राम बिलास शास्त्री द्वारा बच्चों को योगा प्रोटोकॉल के अभ्यास सहित विभिन्न आसनों जैसे वृक्षासन, ताड़ासन, भुजंगासन, अनुलोम-विलोम एवं कपालभाति का अभ्यास कराया गया। विद्यालय की प्राचार्य अरुण शर्मा ने योग दिवस के अवसर पर अपने संबोधन में कहा कि, योग केवल शरीर को स्वस्थ रखने का माध्यम नहीं, बल्कि यह आत्मिक विकास और मानसिक संतुलन का सशक्त साधन है। हमें इसे अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि विद्यार्थी जीवन में योग का काफी महत्व है। योग छात्रों को एकाग्रता, ध्यान और तनाव प्रबंधन में मदद करता है, जिससे वे बेहतर तरीके से अपनी पढ़ाई पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं। कार्यक्रम को सफल बनाने में एनसीसी व एनएसएस के विद्यार्थियों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। उन्होंने योगासन स्थल की व्यवस्था, अतिथि सत्कार, मंच संचालन, अनुशासन एवं स्वच्छता के कार्यों में पूरी निष्ठा के साथ योगदान दिया।

महिला कालेज में योगाभ्यास करते शिक्षक व विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

योग बढ़ाता है एकाग्रता और संतुलनः जयप्रकाश

सिरसा। जेसीडी विद्यापीठ में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष योग सत्र का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि जेसीडी विद्यापीठ के महानिदेशक प्रो. डॉ. जय प्रकाश थे। इस अवसर पर विद्यापीठ के विभिन्न कॉलेजों के प्राचार्यगण, फैकल्टी सदस्य, छात्र-छात्राएं एवं अन्य स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे। इस योग सत्र का संचालन योग गुरु सुमिता शर्मा द्वारा किया गया। उन्होंने उपस्थित सभी प्रतिभागियों को ताड़ासन, वृक्षासन, त्रिकोणासन, अर्धचक्रासन, त्रिकोणासन, वज्रासन, शशांकासन, मकरासन, भुजंगासन, शलभासन, सेतु बंधासन, पवनमुक्तासन, कपालभाति (क्रिया),अनुलोम-विलोम प्राणायाम,भ्रामरी प्राणायाम, शीतली, प्राणायाम जैसे योगासनों का अभ्यास करवाया एवं इनकी उपयोगिता पर विस्तृत जानकारी दी।

अधिकारियों, कर्मचारियों, खिलाड़ियों व स्कूली बच्चों ने किए विभिन्न योगासन

सिरसा। हरियाणा योग आयोग एवं आयुष विभाग के तत्वावधान में 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में शनिवार को स्थानीय शहीद भगत सिंह स्टेडियम में जिला स्तरीय कार्यक्रम हुआ जिसमें उपायुक्त शांतनु शर्मा ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत की, वहीं पुलिस अधीक्षक डॉ. मयंक गुप्ता विशेष रूप से उपस्थित रहे। इसके अलावा उपमंडल डबवाली, ऐलनाबाद, कालांवाली सहित रानियां, चोपटा में भी योग दिवस कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के संबोधन का सिरसा में लाइव प्रसारण भी किया गया। 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग' थीम के साथ जिला स्तरीय योग दिवस कार्यक्रम में प्रशासनिक अधिकारियों, कर्मचारियों, खिलाड़ियों स्कूली बच्चों व शहरवासियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। खंड स्तर पर भी योग दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किए गए। 'योग युक्त, नशा मुक्त हरियाणा' के संदेश के साथ कार्यक्रम में योग जागरूकता व नशामुक्ति की शपथ भी दिलवाई गई।

टोहाना, रतिया, जाखल, भट्टूकलां, भूना, नागपुर में भी धूमधाम से मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर पर जिला स्तरीय कार्यक्रम स्थानीय एमएम कॉलेज में आयोजित हुआ जिसमें उपायुक्त मनदीप कौर ने बतौर मुख्यातिथि शिरकत कर उपस्थितजन के साथ विभिन्न आसनों का योगाभ्यास किया। इसके साथ ही जिला के सभी उपमंडल व खंडों में भी अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम आयोजित किए गए। उपमंडल टोहाना में रेलवे रोड स्थित नई अनाज मंडी में आयोजित योग दिवस कार्यक्रम में सरस्वती हेरिटेज विकास बोर्ड के उपाध्यक्ष धुमन सिंह किरमच ने मुख्यातिथि के तौर पर शिरकत की। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने विश्व योग को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में एक अलग पहचान दिलाई है। कार्यक्रम में पूर्व मंत्री देवेन्द्र बबली भी मौजूद रहे। उपमंडल रतिया में नई अनाज मंडी में आयोजित योग कार्यक्रम में जिला परिषद की चेयरपर्सन सुमन खिचड़ ने मुख्यातिथि के तौर पर शामिल हुई। उन्होंने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की बधाई देते हुए और स्वयं योग करके सभी को योग के प्रति जागरूक किया। उन्होंने कहा कि योग एक प्राचीन पद्धति है और यह भारत की धरोहर है।खंड जाखल की अनाज मंडी में हुए योग कार्यक्रम में सीईओ जिला परिषद सुरेश कुमार मुख्यातिथि के तौर पर शामिल हुए और योग साधकों के साथ योगाभ्यास कर जन मानस को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक रहने का संदेश दिया। खंड भट्टूकलां की अनाज मंडी में हुए योग कार्यक्रम में मुख्यातिथि के तौर पर नगराधीश गौरव गुप्ता शामिल हुए। उन्होंने कहा कि इस बार अंतरराष्ट्रीय योग दिवस एक पृथ्वी-एक स्वास्थ्य की थीम पर मनाया गया। साथ ही राज्य सरकार ने भी योगयुक्त हरियाणा-नशा मुक्त हरियाणा का संदेश देते हुए योग दिवस कार्यक्रम आयोजित किए है। खंड भूना में राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में आयोजित हुआ।

टोहाना। योगाभ्यास करते सरस्वती हेरिटेज विकास बोर्ड के उपाध्यक्ष धुमन सिंह किरमच, साथ हैं देवेन्द्र बबली। फोटो : हरिभूमि

हमारे जीवन को बेहतर बनाता है योग : उपायुक्त

सिरसा। उपायुक्त शांतनु शर्मा ने कहा कि योग हमारे जीवन को बेहतर बनाता है। हर व्यक्ति को योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति हर रोज योग जरुर करे। उन्होंने कहा कि योग दिवस कार्यक्रम पर आज यही संदेश है कि आमजन योग के माध्यम से अपने जीवन को स्वस्थ बनाए रखने की दिशा में आगे बढ़ें और दूसरों को भी योग को जीवन में आत्मसात करने के लिए प्रेरित करें। पुलिस अधीक्षक डॉ. मयंक गुप्ता ने कहा कि योग जीवन जीने की कला है। स्वास्थ्य व योग एक दूसरे से जुड़े हुए हैं। इस दौरान उपायुक्त शांतनु शर्मा व पुलिस अधीक्षक डॉ. मयंक गुप्ता ने स्टेडियम परिसर में पौधारोपण भी किया। कार्यक्रम के दौरान आयुष विभाग के जिला कार्डिनेटर डॉ. सुरेंद्र नागर, योग सहायक साहिल, निशा ने लोगों को योग की विभिन्न क्रियाएं करवाई। इस अवसर पर डीएफएससी मुकेश कुमार, डीआरओ संजय कुमार, एमके भादू, नरेंद्र ढुल, सत्यवान ढिलौड, सिकंदर, जगदीप, तहसीलदार भुवनेश कुमार, शिक्षा विभाग के एईओ अनिल, एओ प्रेम कुमार, सीडीपीओ सुदेश, वरिष्ठ नागरिक लालचंद गोदारा, वरिष्ठ भाजपा नेता श्याम बजाज, भूपेश मेहता, सुमन शर्मा, बिमला सिंवर सहित काफी संख्या में खिलाड़ी, स्कूली बच्चे, आमजन, मौजूद रहे।

हरिभूमि
रविवार भारती
haribhoomi.com
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक, 22 जून 2025

कवर स्टोरी
संजय श्रीवास्तव

पालतू जानवरों से बढ़ता लगाव
देश में उभरता नया पेट कल्चर

हाल के वर्षों में महानगरों से लेकर छोटे शहरों और कस्बों में रहने वालों में भी पेट कल्चर यानी पालतू जानवरों के प्रति लगाव तेजी से बढ़ रहा है। यही वजह है कि इससे जुड़े बाजार में भी वर्ष दर वर्ष हजारों करोड़ रुपए की बढ़ोत्तरी हो रही है। समाज में आ रहे इस बदलाव के लिए जीवनशैली, सामाजिक प्रतिष्ठा और मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी अनेक वजहें जिम्मेदार हैं। इन वजहों पर एक नजर।

पिछले पांच सालों में अपने देश में पालतू जानवरों के पालने के ट्रेंड में अप्रत्याशित बढ़ोत्तरी हुई है। पालतू पालनहारे पचास फीसद बढ़ गए हैं। इससे संबंधित बाजार भी बेतहाशा बढ़ा है। इसके साथ ही इस सिलसिले में कई नवाचार भी सामने आए हैं। इस नए 'पेट कल्चर' के पीछे कई तरह के सामाजिक बदलाव काम कर रहे हैं।

लगातार बढ़ रहा बाजार

गौरतलब है कि देश में पालतू पशु-पक्षियों की खरीद-फरोख्त से जुड़ा दस हजार करोड़ रुपए के आस-पास का बाजार अगले दो बरस तक तकरीबन 14 हजार करोड़ तक और 2032 तक अनुमान है कि 21,000 करोड़ रुपए से ऊपर पहुंच जाएगा। यह उम्मीद इसलिए कि बीते एक दशक से छोटे-बड़े भारतीय शहरों और कस्बों में पालतू जानवर पालने का ट्रेंड और क्रेज बेतहाशा बढ़ा है और 16 फीसदी से ज्यादा की अप्रत्याशित ऊंची दर से बढ़ता ही जा रहा है।

बढ़ रहे हैं पेट लवर्स

बेशक देश में पालतू जानवर रखने वालों यानी पेट लवर्स की संख्या बढ़ रही है। देश में तकरीबन 35 करोड़ पंजीकृत पालतू जानवर हैं। साल दर साल इसमें 12 प्रतिशत से अधिक की बढ़ोत्तरी हो रही है। इनसे कई गुना गैर पंजीकृत पालतू जानवर हैं और उनकी बढ़त दर इससे दोगुनी होनी तय है। संबंधित सर्वेक्षण बताते हैं कि धनवानों के बड़े आलीशान घरों में ही नहीं निम्न मध्यम वर्ग के छोटे घरों में भी विभिन्न नस्लों के कुत्ते, बिल्ली, पक्षी वगैरह पल रहे हैं। वे अपने अनुरूप पालतू जानवरों को प्राथमिकता दे रहे हैं। अपने देश में कुत्ता सबसे लोकप्रिय पालतू जानवर है, इनकी संख्या करोड़ों में है। अब बिल्ली का चलन भी बढ़ रहा है। लोग मैना, खरगोश, कबूतर, मछलियों के अलावा कछुए और विदेशी पक्षियों को भी पाल रहे हैं। यह चलन छोटे-बड़े शहरों, कस्बों में जिस तरह बढ़ चला है, वह कतई कम होता नहीं दिखता। लोग शौकिया तौर पर पशु-पक्षी पहले भी पालते थे पर अचानक इसमें अप्रत्याशित बढ़ोत्तरी कुछ चौंकाती है। हर वर्ष छह लाख से अधिक नए लोग पालतू जानवर पालक बन रहे हैं तो निश्चित ही समाज के आचार, विचार, कार्य व्यवहार में कोई ऐसा बदलाव आया है, जिसने उसे इस ओर स्वतःस्फूर्त प्रेरित किया है।

विदेशों में भी बढ़ रहा ट्रेंड

भारत ही नहीं दुनिया भर में जबरदस्त पेट कल्चर विकसित हो रहा है। भारत समेत कई दूसरे एशियाई देशों में भी पिछले पांच बरसों में 50 फीसद पालतू बढ़ गए हैं। आज दुनिया में एक अरब से अधिक पालतू जानवर हैं। 52 फीसद लोगों के घर में कोई न कोई पालतू जानवर है। अमेरिका, ब्राजील, यूरोपीय संघ और चीन मिलकर संसार के आधे पालतू कुत्ते और बिल्ली रखते हैं। इस साल चीन दुनिया में सबसे ज्यादा पालतू जानवर वाला देश बन गया है। नया 'पेट कल्चर' सुर्खियों में है और इस पर वैश्विक चर्चा चल पड़ी है कि आखिर आधे दशक के भीतर ऐसे कौन से सामाजिक, आर्थिक बदलाव आए हैं कि पालतू जानवरों का बाजार बेतहाशा जोर पकड़ गया? उनकी देखरेख, भोजन, साज संभाल और दीगर जरूरतों, उत्पादों की तेजी और भारी मांग एवं इस दिशा में तकनीकी प्रयोगों तथा नवाचारों ने सबका ध्यान खींचा है।

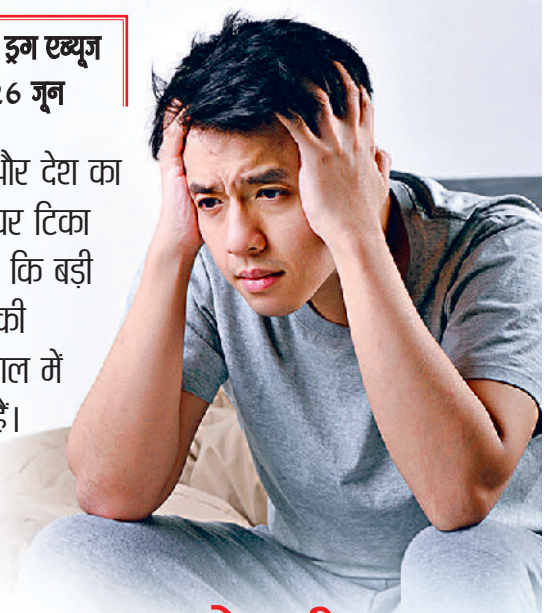
पेट कल्चर बढ़ने की वजह

सर्वेक्षणों ने साबित किया है कि पेट कल्चर बढ़ने की बड़ी वजह, शहरी आबादी का बढ़ना, संयुक्त परिवार का टूटना है। फ्लैटों में रहने वाले एकल परिवार अकेलेपन की दवा कुत्ते-बिल्लियों के साथ में तलाश रहे हैं। पालतुओं के अधिकतर मालिक 20 से 30 साल की आयु के 'मिलेनियल्स' हैं। इनमें से ज्यादातर छोटे परिवार, बेहतर या दोहरी आय, अच्छी शिक्षा वाले हैं, जो घर से काम करते हैं। वे देर से बच्चे पैदा करने, जीवनशैली में बदलाव के चलते पालतू पालते हैं। वे उन्हें मौज मजे, खेल का सामान नहीं, बतौर फैमिली मेंबर ट्रीट कर रहे हैं। ये पेट केयर उनके लिए माता-पिता बनने की ट्रेनिंग भी है। माता पिता बच्चों के मानसिक विकास में पालतू जानवरों की भूमिका को समझते हुए उन्हें उनके साथ विकसित होने का मौका दे रहे हैं। इसके अलावा सोशल मीडिया पर पालतू जानवरों से जुड़ी सामग्री लोगों को इन्हें अपनाने के लिए प्रेरित कर रही है। धनिकों के मुहल्लों के अलावा 'पेट कल्चर' उन जगहों पर ज्यादा तेजी से बढ़ रहा है, जहां 'मध्यम वर्ग' का विस्तार हो रहा है। एक तो पालतू जानवरों के प्रति नजरिया बदला है, कुछ पैसा आया है और अपने स्टेटस को बनाने, बनाए रखने, दूसरों से अलग दिखने के चक्कर में भी वे 'पेट कल्चर' की वृद्धि में सहयोग दे रहे हैं। नौकरी पेशा अकेला युवा, पालतू जानवर को अकेलेपन तथा मानसिक स्वास्थ्य की दवा मानता है, क्योंकि मनोचिकित्सक बताते हैं कि पालतू जानवर तनाव कम करने और खुशी बढ़ाने में मदद करते हैं। बुजुर्ग इसे बुढ़ापे के साथी के तौर पर ले रहे हैं। भारतीय अपने पालतू पर महीने में औसतन पांच हजार खर्चते हैं। हैसियत से बढ़कर व्यय करने में कोताही इसलिए नहीं बरतते, क्योंकि वे उन्हें परिवार का प्रिय सदस्य मानते हैं। सो इससे संबंधित बाजार छलांग लगा रहा है और इसमें प्रतिस्पर्धा के चलते हर दिन नए उत्पाद, नवाचार इस क्षेत्र में शामिल हो रहे हैं। *

स्वागत को तैयार बाजार-तकनीक

भारत का पेट केयर मार्केट संसार में सबसे तेज बढ़त वालों में से है। यह बाजार अभी 36 हजार करोड़ रुपए का है। अंदाजा है अगले तीन वर्षों में दोगुना और दस वर्षों में आठ गुना होगा। पालतू की देखभाल में ई-कॉमर्स की हिस्सेदारी 35 प्रतिशत पहुंचने जा रही है। व्यापक व्यावसायिक अवसर देख तमाम इंटरनेशनल ब्रांड, देशी स्टार्टअप्स इधर दौड़ पड़े हैं। पालतुओं के लिए रेस्टोरेंट, कैफे और पार्क जहां वे दूसरे जानवरों से मिल सकें, ग्रूमिंग सेंटर, मॉल तो खुलने ही लगे हैं, ओपीडी तथा सर्जरी की बीमा सुविधा का बाजार भी साढ़े छह हजार करोड़ के करीब पहुंच गया है। ज्यादातर नए पालतू पालक मिलेनियल्स और जेन जेड हैं, जिन्हें अपने प्रिय पालतू के लिए किसी भी कीमत पर अनोखे उत्पाद और बेहतर सेवाएं चाहिए। इसलिए साल दर साल बढ़ती मांग को पूरा करने के लिए इस क्षेत्र का बाजार नित नए उत्पाद और सेवाएं प्रस्तुत कर रहा है। जीपीएस और सेंसर लगे स्मार्ट कॉलर पालतू जानवरों की गतिविधि, नींद के पैटर्न और स्वास्थ्य संकेतों की तो खबर रखते ही हैं, उनकी तात्कालिक लोकेशन भी बताते हैं, इसके लिए रिमोट कैमरा मॉनिटरिंग सिस्टम भी आ रहा है। आर्टीफीशियल इंटेलिजेंस वाले हेल्थ मॉनिटरिंग सिस्टम उनकी स्वास्थ्य समस्याओं के आगत का संकेत देकर उन्हें सचेत करते हैं। पालतू जानवरों के मालिक उनके लिए ऑनलाइन डिजिटल हेल्थकेयर सर्विस तथा टेलीमेडिसिन सेवा के जरिए घर बैठे डॉक्टरी सलाह ले सकते हैं। पालतुओं के इलाज हेतु स्टेम सेल थेरेपी जैसी आधुनिक चिकित्सा तकनीक का भी उपयोग हो रहा है।

स्पेशल: इंटरनेशनल डे अगेंस्ट ड्रग एब्यूज एंड इलिसिट ट्रैफिकिंग, 26 जून



किसी भी परिवार, समाज और देश का भविष्य युवा पीढ़ी के कंधों पर टिका होता है। लेकिन विडंबना है कि बड़ी संख्या में युवा कूल बनने की भ्रामक चाहत में नशे के जाल में फंसने की भूल कर बैठते हैं। ऐसे में जरूरी है युवा पीढ़ी नशे के जाल से बचे रहने का हर संभव प्रयास करे।

न करें कूल बनने की भूल
नशे की लत से बचें युवा

सोशल इश्यू
डॉ. मोनिका शर्मा

अभी कुछ समय पहले सर्वोच्च न्यायालय ने युवाओं में बढ़ रही नशे की लत को लेकर चिंता जताते हुए कहा था, 'ड्रग्स का सेवन करना बिल्कुल भी 'कूल' नहीं है। यह खतरनाक है कि आज युवाओं के बीच इसका इस्तेमाल 'कूल' समझा जाने लगा है। यह लत दोस्ती का सबब बन गई है।' युवाओं की ही आम भाषा में चेताते हुए सुप्रीम कोर्ट के शब्द, आधुनिक जीवनशैली और नशा करने को जोड़कर देखने वाली मानसिकता पर चोट करने वाले हैं। न्यायालय की नसीहत, देश के युवाओं को जिंदगी के मनगढ़ंत अंदाज के जाल में फंसने को लेकर चेताती है। साथ ही अजब-गजब छवि गढ़ने के फेर में नशे की लत का शिकार हो जीवन को बिखराव से बचाने की सीख भी लिए है।

नकारात्मकता से घिरता जीवनः जमीनी जुड़ाव वाले भारतीय समाज में युवाओं की नई जीवनशैली चिंता का सबब बन गई। युवा पीढ़ी के दिखावटी-बनावटी होते बर्ताव से जुड़ी सबसे बड़ी चिंता नशीले पदार्थों के सेवन से जुड़ी है। महानगरों में ही नहीं दूर-दराज के गांवों में भी नशे का जाल फैल गया है, जबकि लत का रूप ले लेने वाली नशे की आदत जीवन के हर पहलू पर दुष्प्रभाव डालती है। ऊर्जावान आयुवर्ग में ही बीमारियों का शिकार बना देती है। परिवार का ही नहीं देश का भविष्य कहे जाने वाले युवाओं को सदा के लिए दिशाहीन कर देती है। नशीले पदार्थों का सेवन व्यक्तिगत, सामाजिक, आर्थिक और यहां तक कि मानवीय सोच पर भी नकारात्मक प्रभाव डालता है। इस जाल में फंसे युवा नशीले पदार्थ खरीदने के लिए आपराधिक गतिविधियों तक का हिस्सा बन जाते हैं। हिंसात्मक व्यवहार, सड़क दुर्घटनाएं और स्वयं अपना जीवन छीन लेने जैसी समस्याओं से भी नशे की लत गहराई से जुड़ी है। सुप्रीम अदालत द्वारा भी ड्रग तस्करी के एक मामले की सुनवाई करते हुए युवाओं से समझदारी दिखाने की अपील करते हुए कहा गया कि 'यंगस्टर्स को भी यह समझना होगा कि ड्रग्स के इस्तेमाल से दूर रहें और अपने विवेक का इस्तेमाल करें। ना केवल दोस्तों के दबाव में आकर ड्रग्स लेने की प्रवृत्ति से दूर रहें बल्कि उन लोगों को अनुसरण करने से भी बचें, जो इसकी लत के शिकार हैं।' यकीनन हर तरह की नकारात्मकता का घेरा कसने वाली इस आदत से युवाओं का दूर रहना ही उचित है।

आपराधिक गतिविधियों की बड़ी वजहः शोध पत्रिका 'ड्रग एंड अल्कोहल रिव्यू' द्वारा सेक्सुअल क्राइम और शराब के संबंध पर किए गए सर्वेक्षणों के मुताबिक सेक्सुअल क्राइम के लगभग आधे मामले नशे की हालत में ही होते हैं। ऐसे मामले भी सामने आ चुके हैं, जिनमें नशे के लती युवा चोरी, झूठ और जालसाजी के साथ ही परिवारजनों की जान तक लेने से नहीं चूके। एक रिपोर्ट के मुताबिक दुनिया भर में शराब पीना मौत और अपाहिज होने का पांचवां सबसे प्रमुख कारण है।

परिवार-समाज को आगे आना होगाः नयायालय ने अपने निर्णय में यह भी कहा है कि 'नशे की लत सामाजिक-आर्थिक और मनोवैज्ञानिक मोर्चे पर बुरा प्रभाव डालती है। यह देश के युवाओं की चमक को खत्म करने वाली चीज है। इस लत से बचाने के लिए अभिभावकों, समाज और एजेंसियों को गंभीर प्रयास करने होंगे। इस जाल को खत्म करने के लिए सभी अपने-अपने स्तर पर कोशिश करें।' सुप्रीम अदालत ने यह भी कहा है कि 'इस समस्या से बचाव हेतु कुछ दिशा-निर्देश तय करने आवश्यक हैं। साथ ही यह भी सलाह दी है कि स्नेह और सपोर्ट से नशे के जाल में फंसे लोगों को निकालने के प्रयास किए जाएं। ड्रग्स की लत के शिकार लोगों के प्रति हमारा नजरिया उनको सुधारने वाला होना चाहिए।' *

इसलिए मनाते हैं यह दिवस

युवाओं में, ड्रग्स से होने वाले नुकसान की समझ और सजगता को बढ़ाने के लिए हर वर्ष 26 जून को इंटरनेशनल डे अगेंस्ट ड्रग एब्यूज एंड इलिसिट ट्रैफिकिंग मनाया जाता है। यूनाइटेड नेशंस द्वारा 1989 से मनाया जा रहा यह दिन नशे के खिलाफ अवेयरनेस लाने और लोगों को स्वस्थ जीवन जीने के लिए प्रोत्साहित करता है। यह दिवस विशेष रूप से नशीली दवाओं के दुरुपयोग से मुक्त दुनिया बनाने का संदेश देता है। समझना आवश्यक है कि नशे की लत हर तरह से नुकसानदेह ही होती है। नशा चाहे जिस तरह से भी किया जाए, मन-जीवन ही नहीं परिवार, समाज और देश में भी बिखराव ही लाता है।

कहानी / संजीव ठाकुर

अंतहीन

उस बुढ़िया का उससे कोई रिश्ता-नाता नहीं था, लेकिन वह उनके घर की सदस्य जैसी घुल-मिल गई थी। अपना दुखड़ा सुनाती, बिन मांगे ही सलाहें देती और खूब नोक-झोक भी करती। एक अनाम मानवीय रिश्ते को उकेरती मार्मिक कहानी।

यह सुनते ही कि हम लोग यहां से चले जाएंगे, वह रो पड़ती है। उसे चुप कराना हमारे लिए मुश्किल हो जाता है। दो साल हुए हमारे नवगछिया आए। तब से आज तक एक भी दिन ऐसा नहीं हुआ, जब हमारे घर चाय बनी हो और उसे नहीं पिलाई गई हो। सुबह होते ही लाठी खटखटाते वह दरवाजे पर पहुंच जाती और तब तक दस्तक देती रहती, जब तक दरवाजा खोल नहीं दिया जाता। वह आती तो सबसे पहले भाषण देती, 'रोज-रोज कहते हैं सुबह उठा करो, घूमा करो लेकिन तुम मानते ही नहीं!' मैं झूठ बोलते हुए कहता, 'आने दो दूध वाले को, पूछ लेना, आज मैं सुबह-सुबह उसके घर गया था कि नहीं?' फिर कहता, 'लो चाय पियो।' वह चाय पीने लगती और बीच-बीच में अपने उपदेश की पोटली भी खोलती रहती। कभी कहती, 'आज पतोहू डांटी है। कल धकेल दी थी। रात में खाना भी नहीं दी।' हम उसे दिलासा देते हुए चुप कराते और खाने को कुछ न कुछ देते।

काली-कलूटी वह बुढ़िया हमारी कोई नहीं है, न जात की, न गोत्र की। जब पापा की बदली नवगछिया हो गई तो उनके ऑफिस के एक आदेशपाल की मां के रूप में उससे परिचय हुआ था।

जब भी उसे मौका मिलता है, मुझसे पूछने से नहीं चूकती, 'तुम कहां पढ़ते हो?' कभी-कभी तो उसके इस चिर-प्रश्न पर मैं खीज उठता पर कभी बतला देता, 'भागलपुर में।' वह फिर पूछती, 'कहां रहते हो?' मैं बता देता, 'नाथनगर में।' वह बोल पड़ती, 'हां, हमको पता है- वहां एक पुल है, जिसके नीचे से एक तरफ गाड़ी कलकत्ता जाता है, दूसरे तरफ डिल्ली जाता है, पार कर अलीगंज है, फिर मिरजान, फिर नाथनगर है न बेटा!' मैं अपनी हंसी दबाकर कह देता, 'हां, बिल्कुल!' जबकि मिरजान और नाथनगर अलग-अलग दिशाओं में हैं। वह कहती, 'हम सब जानते हैं। भागलपुर में हमरा बहुत लोग रहता है। सूजागंज में भाई का बेटा, अलीगंज में देवर का साला और जेहल (जेल) में बहिन का पोता।' इस पर जब मैं कहता कि 'हां, जेहल में तुम्हारा पोता बंद है शायद चोरी किया था।' तब वह उबल पड़ती, 'तुम खाली-खाली अट-पट बोलते हो। ऊ वहां सिपाही है।' बुढ़िया से मेरा वार्तालाप बहुत मनोरंजक होता था। इससे हमारे घर वाले क्या, आस-पास गुजरने वाले लोग भी हंस पड़ते थे। मैं कहता, 'बूढ़ी माय! तुम्हारा पति तुम्हें स्वर्ग बुला रहा है, जाओ!' वह कहती, 'भगवान की मर्जी, जब चाहे ले जाए।'

मैं कहता, 'मैं भी तुम्हारे साथ चलूंगा।' वह कहती, 'धत! फिर क्या अल-बल कहने लगे हो? तुम्हरा आंग-समांग बढ़िया रहे। तुम तीनों बाप-बेटा सुख से रहो। मरे तुम्हरा दुसमन!'

'अच्छा, वहां रेलवे लाइन पर बड़-गाछ में जो 'जख-बाबा' रहते हैं, वे क्या करते हैं?' एक घिसा-पिटा सवाल मैं करता तो वह कह उठती, 'अरे! बेटा, मत बोलो। नाम भी मत बोलो। ऊ बड़ा गुस्सैल देवता है-चलते गाड़ी को रोक देता है।'

बुढ़िया की इस गंभीर बात से भी मैं हंसी की दो-चार फुलझड़ियां निकाल ही लेता था। मैं अगला प्रश्न करता, 'तुम्हारे पति क्या करते थे?' बुढ़िया जवाब देती, 'ऊ सरदार था। बजार का सब मोटिया का सरदार! सब सेठ लोग उसको मानता था। हमको भी पहचानता था। अब न चलने-फिरने से लचार है। पहले तो घूमते थे। बाजार भी जाते थे।' 'अब यह बताओ सच-सच कि सिकंदर की पत्नी तुमको मानती है कि नहीं?' 'धत! ऊ कंकालिन हमरी पतोहू है? पता नहीं कोन खानदान की है...अरे! बेटा, कुछ मत बोलो! उसका भाय डकेट (डकैत) है। इधरो जेहल गया है।'

'और उसका बाप?'

'ऊ तो अच्छा है। टेलीफोन है। (टेलीफोन ऑफिस में काम करने के कारण बुढ़िया उसे टेलीफोन ही कहती है।) आता है तो अपने बेटी से कहता है-बूढ़ी माय को सताओ नहीं। इसे अच्छा से रखो। मगर कहां मानती है?'

'जानती हो, पापा की बदली छपरा और सिकंदर की बदली पंजाब हो गई है!' किसी दिन झूठ-मूठ का कह देने पर बुढ़िया भड़क जाती, 'तुम्हरे छपरा-खपड़ा आ पंजाब-तंजाब में क्या करेगा वहां जाकर... काहे करता है बदली?'

'अरे! बदली तो साहब करते हैं।'

'एंह! साहब-ताहब! मिले तो मू नोच लें!' इतने में मेरा छोटा भाई राजू आता और कहता, 'दादी! जानती हो, भायजी की शादी ठीक हो गई है।' बुढ़िया पूछ बैठी, 'हां... बेटा सच कहते हो?'

मैं कहता, 'बिल्कुल! लड़की बहुत सुंदर है-एकदम तुम्हारे जैसी!'

'हमरे जैसी? काहे मजाक करते हो बेटा! हम तो काली-कोयली, बिलाय के नोचली हैं।' बुढ़िया कहती तो राजू किसी फिल्मी हीरोइन का फोटो ले आता। फोटो देखकर वह कहती, 'अच्छी तो है, मगर ई फुलपेंट काहे पहनी है? इसका बाल एतना छोटा काहे है?' मैं कहता, 'अच्छा छोड़ो, बारात में तो चलोगी न?'

'हम कैसे जाएंगे? हम तो लंगड़ी हैं!'

'मैं तुम्हें दवाई दे दूंगा दर्द ठीक होने का।'

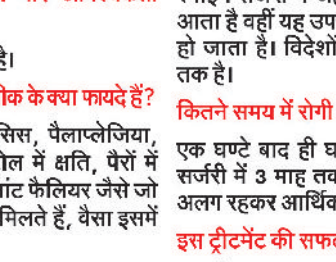
'खाली ठगते हो! कितने बार बोले, भागलपुर से दवाई लेते आना- वहां का अच्छा होता है। लाते नै हो!'

'अच्छा इस बार आऊंगा तो लेता आऊंगा। उजली वाली दवाई लेता आऊंगा।' 'नहीं, लाल वाला लाना। वही दवा अच्छा होता है।'

बुढ़िया के मन में यह बात बैठ गई है कि सिर्फ लाल वाली दवाई से ही उसकी हड्डी का दर्द, जो कि बहुत दिनों से उसके पैरों में है, छूट सकता है। पर मैं कहां-कहां बिना नाम की लाल दवाई ढूंढ़ता फिरूं? और मैं जानता हूं, अब इस अवस्था में उसका दर्द ठीक नहीं होगा। उसके हरेक दर्द की एक ही दवा है- मृत्यु!...मौत! सबको आनी है, बुढ़िया को भी आएगी। पर इसकी मृत्यु पर इसके घरवालों को जितनी खुशी होगी, उतना ही दुख मेरे घरवालों को होगा। इसकी मौत पर मेरे घर का एक-एक सदस्य आंसू बहाएगा- सिवा मेरे, क्योंकि मेरी आंखें तब पत्थर की हो जाएंगी और बहने को उतावले आंसुओं की बाढ़ को रोक कर मेरे पूरे शरीर में फैला देंगी जो कि खौलते हुए पानी के समान मेरे शरीर के अंदर अंतहीन वेदना सृजित करेंगी- अनंत वेदना! *

इंजेक्शन की नवीन तकनीक से स्पाइन रोगों का उपचार

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। आईये जानते हैं इस तकनीक के असाधारण लाभ–



मुख्यमंत्री मध्यप्रदेश ने डॉ. प्रमोद पहारिया को प्राईड ऑफ एम.पी. अवार्ड दिया।

इस ट्रीटमेंट की कितनी बार आवश्यकता होती है?
सिर्फ एक ही बार पर्याप्त है।

सर्जरी की अपेक्षा इस तकनीक के क्या फायदे हैं?
सर्जरी के दौरान पैरालिसिस, पैलाप्लेजिया, ब्लैडर एवं बोवेल के कंट्रोल में क्षति, पैरों में कमजोरी, इंफेक्शन, इंप्लांट फैलियर जैसे जो कॉम्पिलकेशन देखने को मिलते हैं, वैसा इसमें खतरा नहीं है।

किन मरीजों का इलाज इस तकनीक से संभव है?
डिस्क प्रोलेप्स जैसे L4-L5, L5-S1, साइटिका, लंबर या सर्वाइकल रेडीक्युलोपैथी, डिजरनेरेटिव डिस्क, फैसिट जॉइन्ट सिंड्रोम, माइलोपैथी, लंबर कैनाल स्टेनोसिस, स्पॉन्डिलाइटिस आदि में कारगर है।

जो रोगी ऑपरेशन करवा चुके हैं उसमें भी यह कारगर है ?
यदि ऑपरेशन के बाद दबाव बना रहता या दोबारा दबाव आ जाता है तो उसमें भी यह तकनीकी कारगर 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 खर्चा 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।

NBC@.

Advt...

डॉ. प्रमोद पहारिया
स्पाइन सर्जन
MBBS, D.Ortho, DNB, M.Ch. (Ortho)
पूर्व सर्जन– सर गंगाराम हॉस्पिटल एवं इंडियन स्पाइनल इंज्यूरी सेन्टर, नई दिल्ली

देहली हॉस्पीटल, ओल्ड श्री टॉकीज, बारादरी, मुरार, ग्वालियर (म.प्र.)
समय : दोपहर 12 बजे से 3 बजे तक
व्हाट्सएप पर रिपोर्ट भेजकर ही संपर्क करें
सम्पर्क – 7354858466 | www.nonsurgicalspinecentre.in

धार्मिक-सांस्कृतिक समरसता की मिसाल

सिंधु दर्शन महोत्सव

इतिहास, धार्मिक आस्था और संस्कृति का अनूठा संगम है सिंधु दर्शन महोत्सव। लद्दाख के लेह में सिंधु नदी के तट पर आयोजित होने वाले इस वार्षिक महोत्सव में भारत की वैविध्यपूर्ण संस्कृति की झलक देख सकते हैं। आगामी 23 से 26 जून तक आयोजित होने वाले इस सांस्कृतिक महोत्सव की विशिष्टताओं पर एक नजर।

सांस्कृतिक उत्सव
धीरज बसाक

सिंधु दर्शन महोत्सव, जैसा कि इसके नाम से ही पता चलता है, सिंधु नदी से जुड़ा एक उत्सव है। आज भारतीय संस्कृति के गौरव का प्रतीक बन चुका यह सिंधु दर्शन महोत्सव, साल 1997 में आरंभ किया गया था और अब यह उत्सव अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मनाया जाता है। महज 29 सालों में इस महोत्सव ने भारत के कोने-कोने में अपनी सांस्कृतिक धमक पहुंचाई है।

सांस्कृतिक-ऐतिहासिक महत्ता: सिंधु नदी का भारत के धर्म और संस्कृति में जो महत्व है, वह तो है ही। इसकी एक ऐतिहासिक और भौगोलिक महत्ता भी है। आज हम सब जिस हिंदू या हिंदुस्तान जैसी आइडेंटिटी को जानते हैं, दरअसल उसका उद्गम स्रोत सिंधु ही है। लेह के लेह शे मनला (लेह से मनाली के बीच का मार्ग) में आयोजित यह महोत्सव हिमालय की खूबसूरती और भौगोलिक सुंदरता के कारण भी भारत की ऐतिहासिकता और भौगोलिकता का गौरव उत्सव माना जाता है।

ऐसे हुई थी शुरुआत: इस महोत्सव की शुरुआत सिंधी समुदाय के 'सिंधु दर्शन अभियान' से हुई, जो अब 'सिंधु दर्शन महोत्सव' के नाम से जाना जाता है। लेह कस्बे से करीब 15 किलोमीटर दूर शेय नामक स्थान पर इस महोत्सव का आयोजन किया जाता है।

अपने आप में अनूठा महोत्सव: सिंधु नदी के तट पर पनपी सभ्यता और संस्कृति के अद्भुत संगम को दर्शाता यह उत्सव कई दिनों तक चलता है। आज इस महोत्सव में देश ही नहीं दुनिया के कोने-कोने से लोग आकर इसमें हिस्सा लेते हैं। इस महोत्सव के दौरान सिंधु नदी दर्शन उत्सव और सिंधु नदी के पूजा-पाठ के साथ-साथ लद्दाख की परंपराओं और संस्कृतियों के सम्मान में किए जाने वाले कार्यक्रमों का भी आयोजन किया जाता है।

जुटते हैं कई धर्मों के विद्वान: धार्मिक समभाव और समरसता का उत्कृष्ट उदाहरण है सिंधु दर्शन महोत्सव। इस महोत्सव के दौरान सनातन धर्म, बौद्ध धर्म और सिख धर्म के विद्वान, आपस में मिल-जुलकर सिंधु नदी की साझी पूजा-अर्चना करते हैं और अपने फलने-फूलने में तरह-तरह से योगदान देने के लिए उसके प्रति कृतज्ञता ज्ञापित करते हैं।

विविध संस्कृतियों की झांकी: इस महोत्सव में देश के अलग-अलग कोनों से अलग-अलग संस्कृतियों की विशिष्ट मंडलियां अपनी उपस्थिति दर्शाकर गौरव और आनंद महसूस करते हैं। इस उत्सव के दौरान सिंधु नदी की पूजा-अर्चना की जाती है। फिर देश के अलग-अलग कोनों से आए कलाकार अपने-अपने क्षेत्र के विशिष्ट सांस्कृतिक कार्यक्रमों का प्रदर्शन करते हैं।

पवित्र नदियों के जल का संगम: इस महोत्सव में भारत की समस्त महान और पवित्र नदियों से मिट्टी के घड़ों में भरकर जल लाया जाता है और उस पवित्र जल को सिंधु नदी में विसर्जित किया जाता है। इस तरह समस्त भारत की नदियों से जल मिलाकर सिंधु को भारत की पवित्रतम नदी बनाकर उसे पूजा जाता है।

आयोजन की विशेष व्यवस्था: इस महोत्सव के लिए लद्दाख में एक विशेष परिसर निर्मित किया गया है। इस परिसर में 500 लोगों के बैठने का एक सभागार, एक ओपन थिएटर, एक एग्जीबिशन गैलरी, एक संगीत कक्ष और एक छोटी सी

लाइब्रेरी है, जिसमें सिंधु नदी की महिमा से जुड़ा विशेष साहित्य मौजूद है। इस महोत्सव में भाग लेने वाले लोग, यहां से लद्दाख के हस्तशिल्प से जुड़ी विभिन्न सामग्री खरीद सकते हैं।

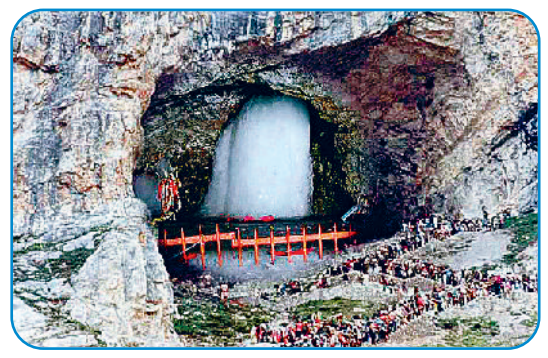
महोत्सव का 29वां संस्करण: पहली बार दुनिया के धार्मिक और सांस्कृतिक परिदृश्य में यह महोत्सव तब उभर कर आया था, जब 1997 में इस महोत्सव के पहले संस्करण के दौरान यहां फिल्म 'दिल से' की शूटिंग हुई थी। इस साल इस महोत्सव का यह 29वां संस्करण है, जिसमें बड़े पैमाने पर पर्यटकों के आने की उम्मीद है। इस साल दो आयोजनों की रूपरेखा तैयार की गई है। जून की शुरुआत में 5 से 8 जून 2025 तक होने वाली सिंधु दर्शन यात्रा का आयोजन खत्म हो चुका है। अब कल यानी 23 जून से 26 जून 2025 के बीच आयोजित होने वाला सिंधु दर्शन महोत्सव का पर्यटक और संस्कृतिप्रेमी बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

कुल मिलाकर, सिंधु दर्शन महोत्सव अपने सांस्कृतिक अनूठेपन, सर्व-धर्म समभाव और पर्यटन आधारित उत्सव का एक विशिष्ट मंच है। *

धार्मिक ही नहीं अखंडता का संदेश भी है

अमरनाथ यात्रा

अगले महीने से आरंभ हो रही वार्षिक धार्मिक अमरनाथ यात्रा की तैयारियां अपने अंतिम चरण में हैं। आस्था के साथ अखंड भारत का संदेश लिए इस बार की यात्रा कई मायने में विशिष्ट है।



तीर्थयात्रा
एन.के. अरोड़ा

पहलगाम आतंकी हमले के बाद कई लोगों को लग रहा था कि इस साल अमरनाथ यात्रा के लिए बहुत कम लोग जाएंगे। लेकिन ऐसा नहीं हुआ। चंडीगढ़, मोहाली और कई दूसरी जगहों पर इस यात्रा को लेकर पिछले सालों के मुकाबले कई गुना ज्यादा रजिस्ट्रेशन हुए। मोहाली में 2023 के मुकाबले 50 फीसदी से ज्यादा रजिस्ट्रेशन बढ़ा। 15 दिनों में 550 से ज्यादा रजिस्ट्रेशन हुए, जबकि पहले इतने रजिस्ट्रेशन 5 से 6 सप्ताहों में हुआ करते थे।

कम नहीं हुआ उत्साह: वास्तव में इस बार देश के कई हिस्सों में लोगों ने आतंकवाद से प्रतिरोध के तौर पर भी अमरनाथ यात्रा जाने का निश्चिय किया। क्योंकि कई श्रद्धालु इस बात से भी इस साल की यात्रा के लिए प्रेरित हुए हैं कि यह धार्मिक सेवा से कहीं ज्यादा देश सेवा होगी। बिहार से लेकर बंगाल तक कई लोगों ने यात्रा के लिए रजिस्ट्रेशन कराते हुए साफ कहा, 'मैं डरता नहीं हूं, हमारी सेना मजबूत है।' इन लोगों का यह भी कहना है कि इस तरह के हादसे हमारी यात्रा को प्रभावित नहीं करते और यह सच भी है। वास्तव में अमरनाथ यात्रा भले सदियों से हो रही हो, लेकिन इस साल की अमरनाथ यात्रा का बहुत ऐतिहासिक महत्व है। इस साल की अमरनाथ यात्रा दूसरे सालों से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण है। क्योंकि 22 अप्रैल 2025 की घटना से एक तरह से लोगों को मानसिक रूप से डराने की कोशिश की गई थी। लेकिन इसके बाद भी जिस तरह से लाखों श्रद्धालु यात्रा के लिए आगे आ रहे हैं, वह अपने आप में आतंक के खिलाफ एक धार्मिक प्रतिरोध की मिसाल है। खासतौर पर पंजाब, यूपी, दिल्ली, महाराष्ट्र और बिहार राज्यों से बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने रजिस्ट्रेशन कराकर आतंकवाद को मुंहतोड़ चुनौती दी है।

सरकार भी है मुस्तैद: सरकार भी अमरनाथ यात्रा के लिए किसी तरह की कोई कसर नहीं छोड़ना चाहती। ऑपरेशन सिंदूर के बाद जिस तरह से सीआरपीएफ, बीएसएफ, सेना और जम्मू-कश्मीर पुलिस की संयुक्त तैनाती हो रही है, जिस तरह से ड्रोन सर्विलांस, एआई आधारित ट्रैकिंग, हाईवे सुरक्षा और बेहतर मेडिकल इंफ्रास्ट्रक्चर जैसी व्यवस्थाएं की जा रही हैं, उससे पता चलता है कि सरकार अमरनाथ यात्रा को लेकर पूरी तरह से प्रतिबद्ध है। केंद्र सरकार, जम्मू-कश्मीर प्रशासन और धार्मिक संगठनों ने भी लगातार संदेश दिया है कि आतंकवाद के आगे आस्था घुटने नहीं टेक सकती। इस साल की यात्रा इसलिए ऐतिहासिक है, क्योंकि यह दिखाएगी कि कश्मीर घाटी में आम लोगों की सोच आतंक के खिलाफ बदल रही है और धार्मिक सहिष्णुता को नया समर्थन मिल रहा है।

डरे नहीं तीर्थयात्री: भक्तों की आस्था का ही बल है कि कितना भी उन्हें डराने का प्रयास किया जाता रहा हो लेकिन देश के लोगों ने कभी भी अमरनाथ की यात्रा करना नहीं छोड़ा, क्योंकि अमरनाथ यात्रा केवल एक धार्मिक अनुष्ठान नहीं बल्कि देश के आत्मबल का संदेश भी है। इसलिए अगर 2025 की यात्रा पिछले सालों से कहीं ज्यादा श्रद्धालुओं से भरी-पूरी हो तो आश्चर्य नहीं होना चाहिए। *

यात्रा की प्राचीन परंपरा

अमरनाथ यात्रा का इतिहास बहुत पुराना है। इसके प्रमाण शिव पुराण जैसे धार्मिक ग्रंथ में मिलते हैं। भगवान शिव ने माता पार्वती को अमरकथा सुनाने के लिए जिस स्थान का चयन किया था, वह अमरनाथ गुफा ही थी। अगर इस यात्रा को ऐतिहासिक दृष्टि से देखें तो पहली बार इसका उल्लेख 11वीं सदी में कश्मीरी इतिहासकार कल्हण के 'राजतरंगिणी' में मिलता है।

बिहेवियर
शिखर चंद जैन

जब भी कोई हमारी आलोचना या बुराई करता है तो बुरा लगता ही है। लेकिन हर छोटी-छोटी बात पर बुरा मानकर रिएक्ट करना या उदास होना सही नहीं। ऐसे में क्या करें, आपको जरूर जानना चाहिए।

क्या करें, जब कोई करे आलोचना

अनिकेत बेहद भावुक युवक है। कोई उसकी जरा सी बुराई कर दे या उसके काम में कमी निकाल दे तो वह घंटों तक उदास रहता है। उसका मूड ऑफ हो जाता है और रूटीन पूरी तरह डिस्टर्ब हो जाता है। जबकि उसका बेस्ट फ्रेंड दीपांशु उसे हमेशा समझाता है कि हर किसी की बात को दिल पर नहीं लेना चाहिए। हमें खुद की प्रतिभा और निर्णय क्षमता पर विश्वास रखना चाहिए। दूसरों द्वारा कही गई बातों को दिल से लगाकर बैठने के बजाय अगर हम खुद में कुछ सकारात्मक बदलाव लाएं तो इस तरह के सिचुएशंस को आसानी से हैंडल कर सकते हैं।

अहंकार ना करें: कई बार लोग स्वयं को परफेक्ट और किसी भी प्रकार की कमी से ऊपर मानते हैं। ऐसे में कोई कुछ कह दे तो उनके अहं पर चोट पहुंचती है। 'अमुक व्यक्ति की हिम्मत कैसे हुई मुझे ऐसा कहने की? क्या वह जानता नहीं कि मैं कौन हूं?' इस तरह के भाव और विचार उसे उद्वेलित कर देते हैं। ऐसे में वह व्यक्ति स्वयं के व्यर्थ अहंकार पर काबू पा ले और समझ ले कि दुनिया में कोई भी परफेक्ट नहीं होता, तो किसी के द्वारा की गई छोटी-छोटी आलोचनाओं पर वह दुःखी नहीं होगा।

लोगों का काम है कहना: एक मशहूर फिल्मी गीत है 'कुछ तो लोग कहेंगे, लोगों का काम है कहना।' अगर कोई बेवजह, सिर्फ आपको नीचा दिखाने या दुःखी करने के लिए आपमें कमियां निकाले तो ऐसी सिचुएशन में इस लोकप्रिय गीत को अपना मूल मंत्र बना लीजिए। अगर कोई आपकी आलोचना करे तो उत्तेजित होकर उससे उलझने के बजाय उसे तर्कपूर्ण जवाब दें। हो सके तो उसे नजरअंदाज करें।

चर्चा से मतभेद दूर करें: धैर्य रखना और भावनाओं की अभिव्यक्ति का सही तरीका मालूम होना, बेहद जरूरी कौशल है। कोई व्यक्ति आपसे विरोध जताता है या आपकी आलोचना करता है तो उसे पूरी तरह नकारने की बजाय बैठकर चर्चा करें। अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रखते हुए उसकी बात पर विचार करें और उसके द्वारा की जा रही आलोचना के निश्चित बिंदुओं पर उससे विमर्श करें। यहां विमर्श का उद्देश्य उसे फटकारना, दुत्कारना या नीचा दिखाना नहीं बल्कि उसके द्वारा की जा रही आलोचना की वजह और उसके मन को समझना होना चाहिए। यहां आपको यह भी समझना होगा कि कहीं आलोचक के मन में आपके प्रति कोई दुर्भावना तो नहीं। अगर ऐसा है तो आप तर्कों के सहारे भी उसे अपनी बात नहीं मनवा सकेंगे। इसलिए कोई कोशिश करना ही व्यर्थ होगा।

फीडबैक के लिए कहें थैंक्स: अकसर लोग पूर्वाग्रह की वजह से किसी निष्पक्ष आलोचक की हर बात को

नकारात्मक रूप में ले लेते हैं। जबकि कई बार सामने वाला इंसान हमें हमारी वास्तविक कमियां इसलिए बताता है, ताकि हम अपनी कमियों को दूर कर और अधिक बेहतर कर सकें। ऐसे में खुले मन से बातें सुनकर आप किसी के द्वारा दिए गए फीडबैक को अपनी बेहतरी के लिए इस्तेमाल कर सकते हैं। आपको फीडबैक देने वाले के प्रति कृतज्ञता भी जाहिर करनी चाहिए। आपके इस एटीट्यूड से लोगों को लगेगा कि आप उनके दिए हुए फीडबैक से चिढ़ते नहीं हैं बल्कि शांत भाव से सुनते हैं। तभी वे आगे भी आपके सामने अपनी राय बेबाकी और निष्पक्षता से जाहिर करेंगे।

ये चार स्टेप्स हैं जरूरी: जब कोई आपकी आलोचना करे तो आप यहां बताए जा रहे चार स्टेप्स को फॉलो करके आलोचना के नकारात्मक प्रभाव से बच सकते हैं।

- आलोचक को जवाब देने से पहले शांत होकर बैठ जाएं। अगर कुछ कहना चाहते हैं तो शब्दों के चयन में नरमी बरतें।
- अपने प्रति किसी की आलोचनात्मक बातें सुनकर गुस्सा आ जाए तो तुरंत रिएक्ट ना करें। सोच-समझ कर बाद में जवाब दें।
- अपने रूटीन को किसी आलोचक की वजह से बाधित न होने दें। ध्यान रहे, किसी के विचार आप पर इतने हावी ना हों कि वह आपको डिस्टर्ब कर दें।
- आमतौर पर आप बुराई करने वालों को इग्नोर करने की नीति अपनाएं। लेकिन पानी सिर से ऊपर निकल जाए तो स्पष्ट रूप से कह दें- कृपया आप मेरे बारे में कोई टिप्पणी न करें। *

अपने करियर के व्यस्ततम और सफलतम दौर से गुजर रहीं नीना गुप्ता अभिनीत 'पंचायत' वेब सीरीज का चौथा सीजन 24 जून को प्राइम वीडियो पर रिलीज होने वाला है। इस मौके पर इस सीरीज के पहले के सीजंस की सक्सेस, करियर और पर्सनल लाइफ से जुड़ी नीना से लंबी बातचीत हुई। प्रस्तुत है नीना गुप्ता से हुई उस बातचीत के प्रमुख अंश।

मैं नेगेटिव किरदार कभी नहीं निभाऊंगी : नीना गुप्ता

खास मुलाकात / पूजा सामंत

'पंचायत-सीजन 4' रिलीज हो रही है। 'पंचायत' के इस सीजन में ऐसा क्या नया होगा, जो पहले 3 सीजन में नहीं था?

मैं बतौर लीड आर्टिस्ट इस पॉपुलर वेब सीरीज का शुरू से हिस्सा रही हूं। इसके मेकर हैं अमेजॉन प्राइम और लेखक हैं चंदन कुमार। चंदन कुमार ही हर सीजन में अपनी कलम से इसे एक नया आयाम देते हैं। इसलिए 'पंचायत 4' में क्या नया फ्लेवर होगा, यह तो चंदन कुमार ही बता सकते हैं। हां, मैं इतना जरूर कह सकती हूं कि इस बार यह काफी ह्यूमरस है। सेट पर कई मर्तबा ऐसा हुआ कि निर्देशक विजय वर्गीय और दीपक कुमार मिश्रा को शूटिंग रोकनी पड़ती थी, क्योंकि सेट पर मौजूद हम सभी हंस-हंस कर लोट-पोट हो जाते थे।

'पंचायत' के अब तक के सभी सीजन में आपके को-एक्टर जितेंद्र कुमार रहे हैं। उनके बारे में कुछ बताइए।

जितेंद्र कुमार से तो फिल्म 'शुभ मंगल सावधान' के दौरान ही अच्छी दोस्ती हो गई थी। उस वक्त शूटिंग के लिए हम दोनों बनारस के एक ही होटल में रुके हुए थे। जब भी कलाकार किसी फिल्म या प्रोजेक्ट के लिए आउटडोर में एक साथ शूटिंग करते हैं, तो अकसर उनमें अच्छी बॉन्डिंग हो जाती है। 'पंचायत' की काफी शूटिंग हमने मध्य प्रदेश के सीहोर जिले के महोड़िया गांव में की। जितेंद्र से दोस्ती तो पहले से थी, अब हम एक-दूसरे को ज्यादा अच्छी तरह समझने लगे हैं। जब कलाकारों में अच्छी मित्रता हो तो वह कैमरे में भी झलकता है, परफॉर्मेंस बेहतर होती है।

'पंचायत' के एक दृश्य में जितेंद्र कुमार एवं साथी कलाकारों के साथ नीना गुप्ता

'पंचायत' की मंजू देवी का किरदार खूब पॉपुलर हुआ। इस किरदार से आपको एक अलग और नई पहचान मिली। इस पॉपुलैरिटी को कैसे देखती हैं आप?

मैंने जब से 'पंचायत सीजन 1' किया है, मुझे दर्शक उस समय से 'मंजू देवी' के नाम से जानने लगे हैं, यह मेरी नहीं मंजू देवी किरदार की पॉपुलैरिटी है। मैं देश के किसी भी कोने में जाऊं, मुझे देखकर दर्शक मंजू देवी नाम से पुकारने लगते हैं। हर वर्ग के दर्शकों का प्यार मेरे इस किरदार 'मंजू देवी' को मिला और मिल रहा है।

आपने 'पंचायत' में नेता का किरदार निभाया है, क्या कभी वास्तविक जीवन में आपको नेता बनने का यानी राजनीति में आने का ऑफर मिला है?

हां, मुझे राजनीति में शामिल होने का कई बार ऑफर मिला, लेकिन मैंने मना कर दिया। मुझे राजनीति की कोई समझ-बूझ है नहीं, तो वहां जाकर मैं करूंगी क्या? लेकिन जहां तक इस शो 'पंचायत' की बात है, मैंने इस शो में नेता बनना, बड़ा एंज्वॉय किया।

आपने अपने एक्टिंग करियर में कई तरह के किरदार निभाए हैं। क्या आप कभी नेगेटिव किरदार में भी नजर आएंगी?

बिल्कुल नहीं! कभी भी नहीं! मैंने अब तक के अपने करियर में सिर्फ एक ही बार नेगेटिव किरदार किया, जिसका मेरे करियर पर बहुत बुरा असर पड़ा। दरअसल, हमारे यहां लोग नेगेटिव, पॉजिटिव कंपार्टमेंट बना देते हैं। नेगेटिव से पॉजिटिव, यह शिफ्टिंग होना आसान नहीं है। एक कलाकार में असीमित संभावनाएं हो सकती हैं। लेकिन इंडस्ट्री कलाकारों को कैटेगरी में डाल देती है, यह गलत है। मेरी राय में एक महिला कलाकार को कभी कॉमेडियन या नेगेटिव किरदार नहीं करने चाहिए।

कभी आपने 'सांस', 'कमजोर कड़ी कौन' जैसे शो का निर्देशन किया था। अब आप निर्देशन से दूर क्यों हो गईं?

अब, जब मेरा एक्टिंग करियर बहुत अच्छा चल रहा है, ऐसे में निर्देशन करना यानी खुद का ध्यान भटकाने वाली बात लगेगी। मुझे अभी एक्टिंग पर ही फोकस करना है।

आप अपने करियर से कितनी सैटिस्फाइड हैं?

मैं अपने मौजूदा एक्टिंग करियर से खुश हूं। फिल्म और ओटीटी में मुझे बेहतरीन रोल मिल रहे हैं। मेरे टैलेंट का सही इस्तेमाल पहले नहीं हो पाया, लेकिन उस बारे में मेरे दिल में अब कोई मलाल नहीं है। हां, कभी किसी अन्य कलाकार को जब उम्दा रोल मिलता है तो मैं जेलस हो जाती हूं, क्योंकि मैं अच्छे काम, अच्छे किरदारों की भूखी हूं।

कुछ समय पहले ही आपकी बेटी मसाबा मां बनी हैं और आप बन गईं नानी। आपको नानी बनकर कैसा लग रहा है?

बेहद खुश हूं, जीवन की इस अनुभूति से। मुझे लगता है मैं उस नन्ही गुड़िया की मां हूं, नानी नहीं। वैसे भी, मुझे 'नीना' कहलाना ही पसंद है, 'नानी' नहीं (हंसते हुए)।' *

मसाबा के साथ करती हूं गॉसिपिंग

गॉसिप करना 'पंचायत' सीरीज का महत्वपूर्ण हिस्सा है। क्या नीना अपनी पर्सनल लाइफ में भी गॉसिप करती हैं? पूछने पर वह झट से कहती हैं, 'मैं अपनी बेटी मसाबा के साथ गॉसिप करती हूं। गॉसिप के लिए कोई एक विषय या कोई एक व्यक्ति हमारा टार्गेट नहीं होता। हमारे इर्द-गिर्द जो भी घटता है, जिन अनुभवों से हम गुजरते हैं, उनके हर पहलू के बारे में गपशप करना, यही हम मां-बेटी की गॉसिप होती है। हम मां-बेटी गॉसिपिंग का खूब मजा लेते हैं।'