



खबर संक्षेप

मुख्यमंत्री आज फतेहाबाद में गांवों का दौरा करेंगे

फतेहाबाद। मुख्यमंत्री नाथ सिंह 7 सितंबर को फतेहाबाद में अनेक गांवों का दौरा करेंगे। जिलाधीश मनदीप कौर ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता 2023 की धारा 163 के तहत प्रदत्त शक्तियों का प्रयोग करते हुए 7 सितंबर को जिला में हरियाणा के मुख्यमंत्री नाथ सिंह सैनी के प्रस्तावित दौरा कार्यक्रम की सुरक्षा के दृष्टिगत किसी भी प्रकार के मानव रहित हवाई उड़ान जैसे ड्रोन व पैराग्लाइडर इत्यादि की उड़ान पर प्रतिबंध लगाया है।

देहेज को लेकर मारपीट करने वाला आरोपी काबू

फतेहाबाद। महिला अपराधों के प्रति शून्य सहनशीलता नीति के तहत फतेहाबाद पुलिस द्वारा एक मामले में कार्रवाई करते हुए देहेज के लिए मारपीट करने वाले आरोपी को गिरफ्तार किया है। महिला थाना प्रभारी निरीक्षक अरुणा ने बताया कि एक पीड़िता द्वारा महिला थाना फतेहाबाद में शिकायत दर्ज करवाई गई कि उसके पति एवं ससुराल पक्ष द्वारा देहेज की मांग को लेकर उसके साथ लगातार उत्पीड़न किया जा रहा है।

गिराजा पुलिस ने कच्ची शराब की भट्टी पकड़ी

फतेहाबाद। गांव भिरडाणा में थाना सदर फतेहाबाद पुलिस ने कार्रवाई करते हुए एक व्यक्ति को कच्ची शराब की भट्टी सहित काबू किया है। थाना प्रभारी कुलदीप सिंह ने बताया कि उपनिरीक्षक बलजीत सिंह पुलिस टीम के साथ गश्त पर थे। इस दौरान गुप्त सूचना मिली कि गांव भिरडाणा निवासी चिमन लाल पुत्र फुमन सिंह अपने घर के आंगन में भट्टी लगाकर अवैध शराब निकाल रहा है।

हेरोइन सहित एक युवक को किया गिरफ्तार

फतेहाबाद। नशा तस्करो के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत एएनसी फतेहाबाद पुलिस की टीम ने एक युवक को 10 ग्राम हेरोइन सहित काबू किया है। एएनसी फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक प्रहलाद ने जानकारी दी कि एएनसी टीम भद्रकला क्षेत्र में नशीले पदार्थों की रोकथाम हेतु गश्त कर रही थी। इस दौरान कार्रवाई की गई।

साइबर फ्रॉड में महिला आरोपी गिरफ्तार

सिरसा। साइबर क्राइम थाना सिरसा पुलिस ने ऑनलाइन फ्रॉड मामले में एक महिला आरोपी माधुरी विजय पत्नी आनंद विजय निवासी जयपुर राजस्थान को गिरफ्तार किया है। साइबर क्राइम प्रभारी सुभाष ने बताया कि गौरव बंसल पुत्र राजेश बंसल निवासी भगत सिंह कॉलोनी सिरसा ने शिकायत दर्ज करवाई थी कि अज्ञात व्यक्ति ने उसे व्हाट्सएप व टेलीग्राम के माध्यम से निवेश कर उच्च लाभ का झांसा देकर 65,000 की साइबर ठगी की है।

बीमार युवक की नशीला इंजैक्शन लगाने से मौत

फतेहाबाद। जिले के गांव खूनन में बीमार रहने वाले एक युवक द्वारा नशीला इंजेक्शन लगाने से उसकी मौत होने का समाचार है। मृतक युवक के पिता ने गांव के ही एक युवक पर उसे नशीला पदार्थ लाकर देने का आरोप लगाते हुए पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई है। इस मामले में पुलिस ने आरोपी युवक पर केस दर्ज कर लिया है। पुलिस को दी शिकायत में मंगल सिंह निवासी खूनन ने कहा है कि वह ड्राईवरी का काम करता है। उसके लडके 24 वर्षीय दिलशान की तबीयत ठीक नहीं रहती थी। इस बात का सभी को पता था। गत दिवस दिलशान की अचानक तबीयत ज्यादा खराब होने पर परिवार के लोग उसे उपचार के लिए नागपुर के निजी अस्पताल में ले गए जहां दिलशान की मौत हो गई।

सिंचाई विभाग व जिला प्रशासन के अधिकारी दिन-रात कर रहे निरीक्षण

अहमदपुर व फरवाई कलां के निकट टूटे घग्गर के रिंग बांध, फसलें जलमग्न



घग्गर नदी का रौद्र रूप

हरिभूमि न्यूज

जिला से गुजरने वाली बरसाती नदी घग्गर में बढ़ रहा जलस्तर अब डराने लगा है। शनिवार को घग्गर नदी के अंदर बने छोटे बांध के टूटने से फरवाई व बुजकर्मगढ़ के खेतों में सैकड़ों एकड़ में पानी फेल गया। ग्रामीण व प्रशासन इस बांध को पाटने में जुट गए हैं। यही नहीं शहर से ही सट घग्गर किनारे बसे



सिरसा। सेमनाला में आए कटाव को रोकते डेरा के सेवादर। फोटो: हरिभूमि

हिसार घग्गर ड्रेन सेमनाला टूटा, 70 फुट हुआ कटाव

हरिभूमि न्यूज

क्षेत्र के गांव मोडिया खेड़ा में हिसार घग्गर ड्रेन शनिवार तड़के करीबन चार बजे अचानक टूट गई। इससे 70 फुट कटाव होने से पानी तेजी से खेतों की तरफ बढ़ रहा है। सेमनाला के घटने से नरमा व धान की करीबन सिंचाई विभाग 600 एकड़ व जिला फसल डूब चुकी प्रशासन के अधिकारी टूटने की ग्रामीणों मौके पर पहुंचे न जिला प्रशासन को सूचना दी। सूचना मिलते ही सिंचाई विभाग व जिला प्रशासन के अधिकारी मौके आरती के बाद 11 बजे फतेहाबाद के सेवादर भी मौके पर पहुंचे और स्थिति को संभाला।

सिरसा। फरवाई के निकट टूटा घग्गर का रिंग बांध, घग्गर के तटबंधों का मजबूत कराने ग्रामीण तथा गांव रंगा के निकट तटबंध मजबूत करते समय घग्गर में गिरा टैक्टर। फोटो: हरिभूमि

गांव अहमदपुर के नजदीक भी रिंग बांध में दरार आ गई, जहां सैकड़ों एकड़ फसल पानी की चपेट में आ गई। पंजाब की सीमा से सटे जिला के गांव रंगा में घग्गर के तटबंध को मजबूत करते समय एक टैक्टर भी घग्गर में गिर गया, लेकिन जेसीबी की मदद से टैक्टर व ड्राइवर को सफुशल बाहर निकाल लिया गया। पिछले चार दिनों से घग्गर में बढ़ रहे जलस्तर व शनिवार बाद दोपहर हुई बरसात के कारण बाढ़ प्रबंधों में भी परेशानी आ रही है।

घग्गर के बढ़ते जलस्तर को देखते हुए तटबंध किनारे बसे करीबन दो दर्जन गांव के लोगों की

जल स्तर 45,500 क्यूबिक दर्ज

शनिवार को दोपहर एक बजे तक सरदूलगाढ़ प्लांट पर घग्गर का जल स्तर 45500 क्यूबिक वर्ग ऑटो वीयर डाउन स्ट्रीम में 26300 क्यूबिक रहा। उपयुक्त शांतनु शर्मा ने बताया कि घग्गर नदी, खरीफ चैनल व ड्रेन आदि के तटबंधों को लेकर जिला प्रशासन सतर्क है।

सांसे अटकी हुई हैं। उधर, घग्गर के जलस्तर और तटबंधों की सुरक्षा को लेकर जिला प्रशासन पूरी सतर्कता के साथ कार्य रहा है। सिंचाई विभाग की 8 सेक्टरों में 24 टीमों तो लगातार निगरानी कर ही रही हैं, वहीं जिला प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारी रात में भी मौका

जिला प्रशासन के अधिकारी व सिंचाई विभाग की टीम दिन-रात निगरानी में जुटी हुई है। आवश्यकता अनुसार तटबंधों को मजबूत किया जा रहा है, जिसमें ग्रामीणों का पूरा सहयोग मिल रहा है। नागरिकों किसी भी प्रकार की अफवाह पर ध्यान न दें।

निरीक्षण कर पुख्ता व्यवस्था सुनिश्चित कर रहे हैं। एएडीएम, तहसीलदार, नायब तहसीलदार, बीडीपीओ आदि अधिकारियों की टीमों दिन के अलावा रात को घग्गर के तटबंधों को मजबूत करने की दिशा में कार्य करते हुए ग्रामीणों के साथ लगातार संवाद कर रही हैं

मुख्य तटबंध सुरक्षित

उपयुक्त शांतनु शर्मा भी लगातार स्थिति पर बारीकी से नजर रख रहे हैं। फिलहाल जिला में घग्गर नदी के मुख्य तटबंध सुरक्षित हैं और किसी को खबरने की आवश्यकता नहीं है। तटबंधों को और मजबूत करने के लिए मिट्टी के कट्टे लगाए जा रहे हैं, वहीं जेसीबी, पोकलेन आदि की सहायता से तटबंधों की मजबूती की जा रही है। बारिश की बावजूद लगातार टीमों व्यवस्था पुख्ता करने में जुटी हैं।

और बिजली व्यवस्था सहित जरूरत अनुसार अन्य संसाधन मुहैया करवा रही है। इसके अलावा टीमों ड्रेन व खरीफ चैनलों का भी निरीक्षण कर रही हैं।



भूमा। मॉडल टाउन में जलभराव। फोटो: हरिभूमि

भूमा में जलभराव से हालात बिगड़े बारिश ने बढ़ाई मुसीबत, सीएम दौरे से पहले प्रशासन अलर्ट

शहर की कई रिहायशी कॉलोनियों में पानी भरा

हरिभूमि न्यूज

मुख्यमंत्री के प्रस्तावित दौरे से पहले भूमा में जलभराव की गंभीर समस्या एक बार फिर प्रशासन के लिए चुनौती बन गई है। शनिवार को हुई 24 एमएम बारिश ने हालात और बिगाड़ दिए। शहर की कई रिहायशी कॉलोनियों में अब भी पानी भरा हुआ है। खासकर वार्ड नंबर 10, 11, 12, 13, 14 और 15 में जलभराव की स्थिति बंद से बदतर बनी हुई है।

सुरक्षा का कड़ा इंतजाम

भूमा। मुख्यमंत्री के प्रस्तावित दौरे को लेकर भूमा कक्षा पूरी तरह पुलिस सुरतदेई में नजर आ रहा है। शनिवार को पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने कार्यक्रम स्थल, वीआईपी स्ट, पार्किंग स्थल व अन्य अहम स्थानों का पैदल निरीक्षण कर सुरक्षा प्रबंधों की समीक्षा की। इस दौरान उन्होंने संबंधित थाना प्रभारियों, ट्रैफिक पुलिस, खुफिया इकाई और अन्य सुरक्षा एजेंसियों के साथ बैठक की। एएसपी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सुरक्षा व्यवस्था में कोई ढील नहीं होनी चाहिए। कार्यक्रम स्थल पर थ्री-लेयर सुरक्षा व्यवस्था लागू की जा रही है। ड्रेन और सीसीटीवी से निगरानी की जाएगी।

बरसात से शहर हुआ पानी-पानी



नेक जगह पर गलियां और सड़क धंसी

हरिभूमि न्यूज

शनिवार दोपहर एकाएक तेज बारिश ने पूरे शहर को पानी-पानी कर दिया। पिछले एक सप्ताह से बरसात रुकने का नाम नहीं ले रही है। भारी बारिश के कारण पहले ही शहर की विभिन्न कालोनियों में जलभराव की स्थिति बनी हुई है। सीवर चॉक हो चुके हैं। अनेक जगह पर गलियां व सड़क धंसी चुकी है। अनेक घरों में फर्श बैठ गए हैं और दीवारों पर दरारें बन गई हैं। लोग बारिश से भयभीत होने लगे हैं। जल निकासी न होने के कारण शहर की कारोबारी गतिविधियां ठप होकर रह जाती हैं। लोग घर से बाहर निकलने में संकोच करने लगे हैं, क्योंकि सड़कों पर जगह-जगह गड्ढे बन रहे हैं।

सिरसा। शहर के एक बाजार में भरा बरसाती पानी तथा पानी निकासी करते विभागीय कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

विभाग की टीमों फील्ड में उतरी

बरसात के मौसम को देखते हुए जल निकासी को लेकर नगर परिषद और जनस्वास्थ्य एवं अभियांत्रिकी विभाग की टीमों दिन-रात काम कर रही हैं। शहर में जलभराव की समस्या से शीघ्र निपटने के लिए नगर परिषद के कर्मचारी मौकों संभाल रहे हैं। एडीसी वीरेंद्र सहरावत ने कहा कि शहर में पानी की निकासी के लिए ठोस कदम उठाए जा रहे हैं। उन्होंने अधिकारियों को अतिरिक्त पंप सेट की व्यवस्था करने और प्रत्येक मशीन को बरसात के समय तुरंत लगातार चालू रखने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जलभराव रोकना प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकता है। साथ ही नगर परिषद व जनस्वास्थ्य विभाग को आपसी तालमेल के साथ कार्य कर रहे हैं। वहीं नगर परिषद के कर्मचारी जलनिकासी कार्य में जुटे हुए हैं। उन्होंने बताया कि सुरक्षा डिस्ट्रिक्ट पर जनस्वास्थ्य विभाग की टीम लगातार सक्रिय है। यहां पंपिंग व्यवस्था लगातार चल रही है और पानी की निकासी बिना किसी बाधा के जारी है।

जानता भवन रोड सहित विभिन्न जगहों पर जलभराव से लोगों को आने-जाने में दिक्कत हुई। उधर घग्गर में पानी उफान मार रहा है। जिससे चिंता बनी हुई है। शनिवार को सिरसा शहर में 32 एमएम बरसात हुई, जबकि ओटू क्षेत्र में 25 एमएम बरसात हुई।

2022 के बाद भारत में दिखाई देने वाला यह सबसे लंबा पूर्ण चंद्रग्रहण होगा

उपछाया ग्रहण आज रात को 8:58 बजे शुरू होगा

हरिभूमि न्यूज

इस वर्ष का अंतिम पूर्ण चन्द्रग्रहण आज देर रात को दिखाई देगा। 27 जुलाई 2018 के बाद यह पहला ऐसा चन्द्रग्रहण होगा जो देश के सभी हिस्सों में देखा जा सकेगा। 2022 के बाद भारत में दिखाई देने वाला यह सबसे लंबा पूर्ण चंद्रग्रहण है। इसके बाद अगला चन्द्रग्रहण 31 दिसम्बर 2028 को लगेगा। आज सुबह भोग आरती के बाद 11 बजे फतेहाबाद के सभी मंदिरों के कपाट बंद हो जाएंगे जो अगली सुबह सोमवार को

पितृपक्ष शुरू होने के साथ चन्द्रग्रहण आज 11 बजे बंद हो जाएंगे मंदिरों के कपाट

हरिभूमि न्यूज

11 से 12 बजे के बीच पूजा वर्जित

ग्रहण में भगवान की मूर्तियों को हाथ लगाया निषेध रविवार को चन्द्रग्रहण के चलते मेन बाजार स्थित श्री श्याम मंदिर, फतेहाबाद में प्रातः साढ़े 10 बजे भोग आरती के बाद मंदिर के कपाट बंद कर दिए जाएंगे। ऐसे ही अन्य मंदिरों में भी 11 से 12 बजे के बीच कपाट बंद कर दिए जाएंगे। इस दौरान पूजा वर्जित होगी।

नगी आंखों, दूरबीन या टेलीस्कोप से देख सकेंगे

उपछाया ग्रहण यानि चंद्रमा जब पृथ्वी की हल्की छाया से टक जाता है, को बिना सहायता आंखों से देखना कठिन होता है। इसके लिए दूरबीन या टेलीस्कोप की जरूरत होती है। आंशिक ग्रहण यानि पृथ्वी की छाया चंद्रमा के एक हिस्से को ढक लेती है, बिना किसी सहायता के आसानी से देख सकते हैं। सूर्य ग्रहण के विपरीत पूर्ण चंद्र ग्रहण देखने के लिए विशेष उपकरणों की जरूरत नहीं है। इसे नगी आंखों, दूरबीन या टेलीस्कोप से देखा जा सकता है। आंशिक ग्रहण 7 सितंबर को रात 9:57 बजे से देखा जा सकता है।

पूर्ण ग्रहण आज रात 11:01 से 12:23 बजे तक

पंडित सोनु शर्मा ने बताया कि पूर्ण ग्रहण चरण आज रात 11:01 बजे शुरू होने की उम्मीद है। उन्होंने बताया कि चंद्रमा पूर्ण ग्रहण रात 11:01 बजे से रात 12:23 बजे तक रहेगा। इसकी अवधि 82 मिनट होगी। आंशिक चरण रात 1:26 बजे और ग्रहण 8 सितंबर को सुबह 2:25 बजे समाप्त होगा। जब चंद्रमा पूरी तरह से छाया में होता है तो वह आकर्षक तांबे के रंग जैसा लाल हो जाता है।



सिरसा। हादसे में विधायक की गाड़ी का टूटा हिस्सा। फोटो: हरिभूमि

विधायक की गाड़ी को पंजाब रोडवेज ने मारी टक्कर, सभी सफुशल

सिरसा। पंजाब रोडवेज की बस की टक्कर से कालावाली के विधायक शीशपाल केहरवाला की गाड़ी क्षतिग्रस्त हो गई। गाड़ी में सवार विधायक सहित सभी लोग सुरक्षित हैं। जानकारी के मुताबिक दोपहर में विधायक शीशपाल केहरवाला सांसद कुमारी रैलजा के साथ बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों का दौरा कर वापस सिरसा लौट रहे थे। बरानाला रोड पर पनहारी गांव के नजदीक पंजाब रोडवेज की एक बस ने पीछे से विधायक की इजोला गाड़ी को पीछे से टक्कर दे मारी, जिससे पीछे का शीशा टूट गया। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंची और घटना की जांच शुरू कर दी।

लगातार दमक रहे सोना-चांदी, आठ माह में दिया 36% व 42% तक रिटर्न

- ▶ रिटर्न देने में सभी एसेट्स को पीछे छोड़ा, निवेशक मालामाल
- ▶ सही रणनीति बनाकर निवेश किया जाए तो मिलेगा फायदा
- ▶ हाल में आई तेजी के बीच सोने में निवेश की सही प्लानिंग करें
- ▶ गोल्ड व सिल्वर पर आधारित ज्यादातर ईटीएफ ने 40% से ज्यादा रिटर्न दिया

निवेश मंत्रा

बिजनेस डेस्क

दुनिया में अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के टैरिफ की दहशत के बीच सोना-चांदी निवेश के सबसे भरोसेमंद विकल्प बनकर उभर रहा है। एक रिपोर्ट के मुताबिक सोने ने इस साल अब तक 8 माह में करीब 36% तक और चांदी ने करीब 42% तक रिटर्न दिया है। यानी इन 8 महीनों में चांदी सोने से काफी आगे निकल गई है। अगर रुपये में बात करें तो चांदी 37,281 रुपये प्रति किलोग्राम महंगा हुई है। वहीं, सोना 27,976 रुपये प्रति 10 ग्राम महंगा हुआ है। जानकारों का कहना है कि इस साल के आखिरी तक रिटर्न के मामले में चांदी सोने को बहुत पीछे छोड़ सकती है। सोने लगातार बढ़ती कीमतों के बीच लोगों को अब इसमें प्लानिंग तहत निवेश करना होगा। वरना यह झटका भी दे सकता है। हालांकि कहा जाता है कि सोना पुराने समय से ही भरोसे का निवेश रहा है। सोने-चांदी की कीमतों में जबरदस्त तेजी देखी जा रही है। बीते एक साल में गोल्ड और सिल्वर पर आधारित ज्यादातर ईटीएफ ने भी 40% से ज्यादा एक्जट रिटर्न दिया



है। निवेशकों के लिए बड़ा सवाल यह है कि क्या इस तेजी के बाद अब भी सोने-चांदी में निवेश करना सही रहेगा? और अगर हां, तो किस तरीके से।

सोने-चांदी की कीमतें रिकॉर्ड ऊंचाई पर

सोने-चांदी की कीमतें नई ऊंचाईयों पर चढ़ी हैं। इनका असर ईटीएफ पर भी पड़ा है। पिछले 12 महीनों में गोल्ड ईटीएफ ने औसतन 40.44% का रिटर्न दिया है। इस दौरान 16 गोल्ड ईटीएफ मार्केट में एक्टिव रहे, जिनमें टाटा गोल्ड ईटीएफ ने सबसे ज्यादा 40.76%, आईसीआईसीआई प्रूडिशियल गोल्ड ईटीएफ ने 40.74% और आदित्य बिरला सनलाइफ गोल्ड ईटीएफ ने भी 40.67% का मजबूत रिटर्न दिया।

वयों बढ़ रही है सोने-चांदी की चमक

जानकारों के मुताबिक सोने और चांदी की कीमतों में यह उछाल जियो-पॉलिटिकल टेंशन, टैरिफ को लेकर जारी उथल-पुथल और इंडस्ट्रियल डिमांड की वजह से आया है। खासतौर पर सिल्वर की डिमांड सेमीकंडक्टर, सोलर पैनल, इलेक्ट्रिकल व्हीकल (ईवी) और वॉन टेक्नोलॉजी में ज्यादा हो रही है। यही वजह है कि चांदी 10 साल के ऊंचे स्तर पर पहुंची है। सोना पारंपरिक रूप से एक डिफेंसिव एसेट माना जाता है, जो बाजार में अनिश्चितता और डर के समय निवेशकों को सुरक्षा देता है। यही कारण है कि हर अस्थिर दौर में सोने की कीमतें ऊपर जाती हैं।

पोर्टफोलियो में कितना हो गोल्ड-सिल्वर का हिस्सा

आपके पोर्टफोलियो में सोने-चांदी की हिस्सेदारी 10-20% से ज्यादा नहीं होनी चाहिए। बाकी निवेश इक्विटी और डेट में होना चाहिए। आमतौर पर 80:20 का इक्विटी-डेट रेशियो संतुलित माना जाता है, और सोना-सिल्वर इसमें हेजिंग यानी रिस्क से बचाने का काम करते हैं। इसका मतलब है कि गोल्ड और सिल्वर आपके लगातार ऊंचा रिटर्न नहीं देंगे, लेकिन आपके पोर्टफोलियो को अस्थिरता से बचाने और डाइवर्सिफिकेशन देने का काम करेंगे।

ईटीएफ और एसआईपी के जरिये निवेश बेहतर

सोने-चांदी की मौजूदा ऊंची कीमतों पर एकमुश्त निवेश करना जोखिम भरा हो सकता है। बेहतर है कि निवेशक एसआईपी (एसआईपी) के जरिये धीरे-धीरे इनमें पैसा लगाएं। इससे कीमतों के उतार-चढ़ाव की एक्जिजिंग हो जाती है और लंबी अवधि में बेहतर नतीजे मिलते हैं। ईटीएफ सोने-चांदी में निवेश का सबसे आसान और ज्यादा पारदर्शी तरीका है। गोल्ड ईटीएफ में हर यूनिट आम तौर पर 1 ग्राम सोने की वैल्यू को बताती है। इन्हें आप डिमेंट अकाउंट के जरिये शेयरों की तरह खरीद-बेच सकते हैं। सिल्वर ईटीएफ भी इसी तरह काम करते हैं।

निवेशकों के लिए क्या है सही रणनीति

अगर आप सोने-चांदी में निवेश करना चाहते हैं तो इसे स्पेक्युलेटिव यानी सट्टे नजरिए से नहीं बल्कि एसेट एलोकेशन के नजरिए से देखें। यह लंबे समय में आपके पोर्टफोलियो में स्टैबल और सुरक्षित बनाने है।
▶ पोर्टफोलियो में गोल्ड और सिल्वर की हिस्सेदारी 10-20% तक रखें
▶ एकमुश्त निवेश की बजाय एसआईपी से धीरे-धीरे खरीदें
▶ ईटीएफ को प्रायोरिटी दें क्योंकि वे पारदर्शी, आसान और लिक्विड होते हैं



▶ अगर प्रोफेशनल मैनेजमेंट चाहिए तो मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड भी विकल्प हो सकते हैं

सावधानी से बढ़ाएं कदम

सोने-चांदी में तेजी के बावजूद निवेशकों को सावधानी से कदम बढ़ाना चाहिए। यह सही है कि हाल में ईटीएफ ने 40% तक का रिटर्न दिया है, लेकिन भविष्य में इनका रोल मुख्य रूप से पोर्टफोलियो को स्टैबल रखने और जोखिम कम करने का रहेगा। सही रणनीति यही है कि इन्हें लंबी अवधि के लिए एसेट एलोकेशन का हिस्सा बनाएं, न कि शॉर्ट-टर्म मुनाफे के लिए। कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि 2025 की पहली छमाही में सोने में जो तेजी देखी गई है, वह लंबी खिंच सकती है और अब नई खरीदारी से बचना चाहिए, क्योंकि कीमतें पहले से ही काफी ऊंचाई पर पहुंच गई हैं।

क्या होती है नो-कॉस्ट ईएमआई क्या सच में नहीं लगता ब्याज?

जानकारी

बिजनेस डेस्क

त्यो हारी सीजन आते ही ऑनलाइन शॉपिंग प्लेटफॉर्मों और बैंक 'नो-कॉस्ट ईएमआई' का खूब प्रचार करते हैं। मोबाइल, लैपटॉप, टीवी से लेकर फ्रिज और वॉशिंग मशीन तक, हर जगह यह ऑफर देखने को मिल जाता है। सुनने में तो यह बहुत लुभावना लगता है कि महंगी चीज बिना ब्याज के आसान किस्तों में मिल जाएगी। इसे देखकर अक्सर ग्राहक भी ललचा जाते हैं और ज्यादा से ज्यादा सामना खरीदने का प्रयास करते हैं। ऐसे त्योहारी सीजन में खासकर होता है। लेकिन क्या नो-कॉस्ट ईएमआई सच में 'फ्री' है? इस रिपोर्ट में हम आपको बताने जा रहे हैं ऐसे ही कुछ तथ्य जिनसे पता चलेगा की नो-कॉस्ट ईएमआई कभी भी फ्री नहीं होता। इसके कुछ नुकुछ हैंडक चार्ज जरूर होते हैं, जिन्हें बहक बड़ी अंशानी से एडजस्ट करते हैं और कस्टमर को पता तक नहीं चलने देते। आइए एक्सपर्ट समझते हैं नो-कॉस्ट का पूरा खेल। जानकारों का कहना है कि नो-कॉस्ट ईएमआई का मतलब यह होता है कि जब आप कोई प्रोडक्ट किस्तों में खरीदते हैं, तो आपको अतिरिक्त ब्याज नहीं देना पड़ता। लेकिन हकीकत में 'नो कॉस्ट' ईएमआई पूरी तरह से फ्री नहीं होती, बल्कि इसमें ब्याज या चार्ज को अलग तरीके से एडजस्ट किया जाता है।

- ▶ जानिए कैसे रिटेलर और बैंक ब्याज को एडजस्ट करते हैं
- ▶ किस तरह सही ऑफर चुनकर बचत की जा सकती है
- ▶ कोई भी सामान खरीदने से पहले एक बार जरूर देख लें
- ▶ तकनीकी रूप से देखें, तो 'नो कॉस्ट ईएमआई' कभी पूरी तरह मुफ्त नहीं होता



कैसे काम करती है नो-कॉस्ट ईएमआई

डिस्काउंट या सब्सिडी: अब मान लीजिए कि आपने 30,000 का स्मार्टफोन ईएमआई पर खरीदा। इसकी ईएमआई पर बैंक ब्याज लेना, क्योंकि यही तो उसका बिजनेस है। सामान्य ईएमआई पर बैंक 12% ब्याज दर से 12 महीने की ईएमआई बनाएगा। ऐसे में कुल लागत लगभग 31,800 रुपये हो जाती, लेकिन रिटेलर या ब्रांड आपको ब्याज जितना डिस्काउंट दे देता है। उसल में आप कुल 30,000 ही चुकते हैं। 1,800 के ब्याज का बोझ कंपनी उठा लेती है। कई ऑफर में ब्याज सीधे नहीं दिखाया जाता। यानी आपको लगता है नो-कॉस्ट ईएमआई है, कोई ब्याज नहीं लगेगा। जैसे कि प्रोडक्ट का केश प्राइस 30,000 है। डिस्काउंट के साथ यह 27,000 में मिलता। ईएमआई पर वही प्रोडक्ट 30,000 के कुल ईएमआई में बांट दिया गया। आपको लगता है नो-कॉस्ट ईएमआई है, लेकिन आप 3000 रुपये की बचत गंवा रहे।

क्या वाकई मुफ्त है नो-कॉस्ट ईएमआई: अगर तकनीकी रूप से देखें, तो नो-कॉस्ट ईएमआई कभी पूरी तरह मुफ्त नहीं होता। अगर रिटेलर सब्सिडी दे रहा है तो उसका खर्च कंपनी वहन कर रही है, जिससे उसका मार्जिन घटता है। अगर कीमत बढ़ाकर एडजस्ट किया गया है तो ग्राहक को इनडायरेक्ट तरीके से ब्याज ही चुकना पड़ता है।
कई बार नहीं मिलते ऑफर: कई बार नो-कॉस्ट ईएमआई के साथ अन्य डिस्काउंट ऑफर उपलब्ध नहीं होते। यानी केशबिक या कूपन का फायदा हाथ से जा सकता है। जैसे कई बार कंपनियां 30,000 के प्रोडक्ट का एएमआई ही 32,000 लिख देती हैं और नो-कॉस्ट ईएमआई पर बेचती हैं। ग्राहक को लगता है कि ब्याज नहीं लगा, जबकि उसने पहले से बड़ी हुई कीमत चुका दी।

क्या है आरबीआई का नियम

भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने 2013 में साफ किया था कि नो-कॉस्ट ईएमआई स्कॉप्स में ब्याज शुल्क दिखाया मामक हो सकता है। इसके बाद एनबीएफसी और बैंकों ने इन ऑफर्स को अलग तरह से डिजाइन किया। अब प्रिवेटकली ब्याज का बोझ मैनुफैक्चरर या रिटेलर उठाना है, ग्राहक को 'नो-कॉस्ट' का अनुभव देने के लिए।

इन बातों पर जरूर दें ध्यान

एमआरपी और सेलिंग प्राइस चेक करें। जैसे कि क्या ईएमआई प्रोडक्ट अगली डिस्काउंट प्राइस पर मिल रहा है या बड़ी हुई कीमत पर? ऑफर्स की तुलना करें। कई बार सीधा डिस्काउंट ऑफर लेना नो-कॉस्ट ईएमआई से सस्ता पड़ता है। प्रोसेसिंग फीस देखें। कुछ बैंकों में प्रोसेसिंग फीस या जीएसटी अलग से लिया जाता है। टेब्योर को जरूर समझें। जैसे कि ईएमआई कितने महीनों में देंगे और क्या पहले भुगतान करने पर कोई डिस्काउंट लगेगा? अपने बजट में भी ध्यान दें। किस्तों में पेमेंट आसान लगता है, लेकिन खर्च बढ़ाने का लालच भी दे सकता है।

सैलरी का सिर्फ 10 पर्सेंट हर महीने बचाकर भी बन सकते हैं करोड़पति

- पहले लक्ष्य तय करें, इसके बाद लंबे समय तक निवेश में डटे रहें
- 30 साल में बनाया जा सकता है 1.23 करोड़ का फंड
- छोटी-छोटी बचत और लंबे समय तक निवेश बना देगा धनवान

आज के समय में हर किसी का सपना होता है कि वह रिटायरमेंट तक अपने लिए एक बड़ा फंड जमा कर सके, लेकिन कई लोग सोचते हैं कि करोड़ों रुपये की बचत के लिए बहुत बड़ी सैलरी होनी चाहिए। जबकि सच यह है कि छोटी-छोटी बचत और लंबे समय तक निवेश की आदत किसी को भी करोड़पति बना सकती है। एक उदाहरण से आप इसे बेहतर तरीके से समझ सकते हैं। एक निजी कंपनी में काम करने वाले भी अपनी सैलरी का सिर्फ 10% हर महीने बचाकर एसआईपी के जरिए 30 साल में 1.23 करोड़ रुपये का फंड जमा कर सकते हैं। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे कि कैसे एक निजी कंपनी में काम करने वाले भी धीरे-धीरे करोड़ों रुपये का फंड बना सकते हैं।

ऐसे समझें निवेश का गणित

मान लीजिये आपकी उम्र अभी 22 साल है और वह एक प्राइवेट कंपनी में काम करते हैं। आपकी हर महीने की सैलरी 40,000 रुपये है। युवा उम्र में ही आपने तय कर लिया कि वह अपनी रिटायरमेंट की प्लानिंग अभी से शुरू करने में आपको हर महीने अपनी कमाई का सिर्फ 10% यानी 4,000 को न्यूयुअल फंड की एसआईपी में लगाना शुरू करना होगा। इसे आप किसी भी हालत में निकासने नहीं और समय के साथ अपने फंड का बढ़ाते जाएंगे। आप देखेंगे की कुछ ही समय में आपका पैसा बढ़ने लगेगा।

50 की उम्र तक करोड़पति बनने के

अगर आप अपना लक्ष्य लेकर चलते हैं और निवेश को लगातार बढ़ाते जाएंगे तो आखिरी से 50 साल की उम्र तक करोड़पति बन सकते हैं। इसके कंपउजिंग का पैसा आपकी रकम को और बढ़ाता जाएगा। आपका लक्ष्य था कि जब वह 50 साल की उम्र को पार करें, तो उसके पास एक करोड़ रुपये से ज्यादा का रिटायरमेंट फंड हो। इस तरह आपका लक्ष्य पूरा हो सकेगा। इसके लिए आपको लगातार 30 साल तक 4,000 हर महीने एसआईपी में निवेश करना जरूरी होगा। एसआईपी के लिए 12% सालाना रिटर्न वाले इक्विटी म्यूचुअल फंड को चुनना होगा।

बचत



पूरा कैलकुलेशन

आपने 30 साल तक हर महीने 4,000 की एसआईपी की। इस तरह उसका कुल निवेश 4,000 x 12 महीने x 30 साल = 14,40,000 रुपये हुआ। इस निवेश पर उसे 12% की औसत वार्षिक रिटर्न दर मिली। कंपउजिंग के जादू से 30 साल बाद उसका निवेश बढ़कर 1,23,23,893 रुपये हो गया। यानी, 14.4 लाख रुपये निवेश करने पर उसे 1,08,83,893 का रिटर्न मिला। यह दिखाता है कि लंबे समय तक नियमित निवेश करने से छोटी रकम भी करोड़ों में बदल सकती है।

युवाओं के लिए बड़ी सीख

यह कहानी हर युवा के लिए प्रेरणादायक हो सकती है जो अपनी रकम को बढ़ाना चाहते हैं। अक्सर लोग सोचते हैं कि रिटायरमेंट या भविष्य की प्लानिंग के लिए बड़ी सैलरी या मोटा निवेश जरूरी है, लेकिन सही रणनीति, अनुशासन और जल्दी शुरुआत से यह लक्ष्य हासिल किया जा सकता है। अगर आप 10 साल बाद यानी 32 साल की उम्र में निवेश शुरू करता, तो उसे 20 साल का समय मिलता। इतने समय में उसका निवेश लगभग आधा ही होता। इससे साबित होता है कि निवेश जितनी जल्दी शुरू करें, उतना बेहतर।

ये मंत्र भी अपनाएं

- वित्तीय शिक्षा प्राप्त करें**
वित्तीय शिक्षा आपको पैसे के प्रबंधन, निवेश व बचत के बारे में जानने में मदद करेगी। यह आपको वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए ठोस योजना बनाने में मदद करेगी।
- नियमित बचत करें**
नियमित बचत करना करोड़पति बनने का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। अपने आय का एक हिस्सा नियमित रूप से बचाएं और इसे निवेश में लगाएं।
- निवेश करें**
निवेश करना आपके पैसे को बढ़ाने का एक अच्छा तरीका है। शेयर बाजार, म्यूचुअल फंड, और रियल एस्टेट जैसे विभिन्न निवेश विकल्पों का पता लगाएं और अपने वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश करें।
- व्यवसाय शुरू करें**
व्यवसाय शुरू करना करोड़पति बनने का एक अच्छा तरीका है। अपने आय का एक हिस्सा निवेश के अनुसार व्यवसाय शुरू करें और इसे सफल बनाने के लिए कड़ी मेहनत करें।
- नेट वर्थ बढ़ाएं**
नेट वर्थ बढ़ाने के लिए, अपनी आय बढ़ाने और व्यय कम करने पर ध्यान दें। अपने खर्चों का भुगतान करें और अपनी संपत्ति बढ़ाने के लिए कड़ी मेहनत करें।
- धैर्य रखें**
करोड़पति बनने में समय लगता है। धैर्य रखें और अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करते रहें।
- वित्तीय अनुशासन**
वित्तीय अनुशासन करोड़पति बनने के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अनुशासन में रहें और अपने व्यय को नियंत्रित रखें।
- नेटवर्क बनाएं**
नेटवर्क बनाना करोड़पति बनने में मदद कर सकता है। अपने उद्योग में लोगों से मिलें और अपने व्यवसाय को बढ़ावा देने के लिए नेटवर्क का उपयोग करें।
- जोखिम उठाएं**
जोखिम उठाना करोड़पति बनने का एक हिस्सा है। अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए जोखिम उठाने के लिए तैयार रहें, लेकिन जोखिम को प्रबंधित करने के लिए भी तैयार रहें।
- सीखना जारी रखें**
सीखना जारी रखना करोड़पति बनने के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। उद्योग में नवीनतम रुझानों और तकनीकों के बारे में सीखें व अपने कौशल को बेहतर बनाने के लिए काम करें।

प्लानिंग जैसे-जैसे आय बढ़ती है, वैसे-वैसे निवेश की रफ्तार को भी बढ़ाएं, इससे जल्द पैसा बढ़ेगा

अनावश्यक खर्च करने से बचें, ऑफर का देखकर ललचाएं नहीं निवेश की अच्छी रणनीति बनाएं और अपने भविष्य को सुरक्षित करें

जीवन में आगे बढ़ने के साथ, बढ़ाते जाएं अपना निवेश, स्टेप अप एसआईपी आपको अमीर बनाने में निभाएगी बड़ी भूमिका

सुझाव

बिजनेस डेस्क

अगर आप भी निवेश करके अपना पैसा बढ़ाना चाहते हैं तो आपको थोड़ा संयम बरतना होगा और जीवन में आगे बढ़ने के साथ-साथ अपने निवेश को भी बढ़ाना होगा। तभी आप अपने धन को बढ़ा पाएंगे और बुढ़ापे में खुद को आर्थिक रूप से मजबूत रख पाएंगे। देखने में आता है कि नए अवसर, बड़े सपने और बदलती जीवनशैली के साथ जीवन आगे बढ़ते रहने की कहानी है। जैसे-जैसे आपकी आय बढ़ती है, वैसे-वैसे आपकी ख्वाहिशें और खर्च भी बढ़ते हैं। क्या आपकी निवेश रणनीति भी इसी रफ्तार से आगे बढ़ रही है? जिस तरह आप अपने सपनों की नई बाइक खरीदते हैं, या बेहतर घर में शिफ्ट होते हैं, उसी तरह जरूरी है कि आप अपने एसआईपी (सिस्टमैटिक इनवेस्टमेंट प्लान) को भी अपग्रेड करें ताकि, जो आपके बदलते जीवन के साथ कदम से कदम मिला सके। आइए समझते हैं कि स्टेप-अप एसआईपी (एसआईपी राशि को बढ़ाना) क्या है और कैसे यह आपको वित्तीय रूप से आगे बनाए रखने में मदद करता है।

स्टेप-अप एसआईपी क्या है?

स्टेप-अप एसआईपी (जिसे टॉप-अप एसआईपी भी कहा जाता है) एक ऐसी सुविधा है जिसमें आप अपने एसआईपी निवेश को हर अंतराल पर (सालाना या अर्धवार्षिक) एक निश्चित राशि या प्रतिशत के हिसाब से बढ़ा सकते हैं। इसका मतलब है कि हर महीने एक ही राशि निवेश करने की बजाय, आप जैसे-जैसे कमाते हैं, वैसे-वैसे अपना निवेश भी बढ़ाते हैं।

आपकी बढ़ती आय और खर्चों के साथ तालमेल

जब आपकी सैलरी बढ़ती है या प्रमोशन होता है, तो आपकी जीवनशैली भी बेहतर होती है। शायद आप नई बाइक खरीदते हैं, बेहतर फ्लैट में शिफ्ट होते हैं, या खूब घूमते हैं। ऐसे में खर्च बढ़ता है और आर्थिक लक्ष्य भी बड़े हो जाते हैं। एसआईपी को स्टेप-अप करके आप यह सुनिश्चित करते हैं कि आपकी बढ़ती आय और आकांक्षाओं के साथ आपके निवेश का तालमेल बना रहे।

महंगाई को मात देने के लिए निवेश जरूरी

हर साल महंगाई की वजह से जीवन-यापन में



होने वाला खर्च बढ़ता रहता है। अगर आपकी एसआईपी की राशि एक स्थान ही रहती है, तो भविष्य में वह आपकी जरूरतों, लक्ष्यों को पूरा नहीं कर पाएगी। एसआईपी बढ़ाने से आपका निवेश तेजी से बढ़ता है और आप महंगाई के असर से बेपरवाह रह सकते हैं।

बड़े लक्ष्य जल्दी हासिल करें

स्टेप-अप एसआईपी के जरिए आप अपने आर्थिक लक्ष्यों को जल्दी हासिल कर सकते हैं। इसकी मदद से आप बड़े सपनों जैसे लक्जरी कार, विदेश यात्रा या रिटायरमेंट के लिए बड़ी

रकम को भी बिना किसी आर्थिक तनाव के हासिल कर सकते हैं।

चक्रवृद्धि ब्याज की ताकत का जादू

हर साल एसआईपी की राशि थोड़ी सी भी बढ़ाने पर लंबे समय में आपकी संपत्ति में बड़ा फ्रक देखने को मिल सकता है। जितनी जल्दी और जितना अधिक आप निवेश करते हैं, रिटर्न उतना ही ज्यादा होता है। इसी को चक्रवृद्धि ब्याज की ताकत कहते हैं।

स्टेप-अप एसआईपी कैसे काम करता है?

- ▶ मान लीजिए आप 5,000 रुपये प्रति माह की एसआईपी शुरू करते हैं, जिसमें हर साल 1,000 रुपये स्टेप-अप करते हैं।
- ▶ पहले साल में, आप 5,000 रुपये/माह निवेश करते हैं
- ▶ दूसरे साल में, यह 6,000 रुपये/माह हो जाता है
- ▶ तीसरे साल में, 7,000 रुपये/माह, और यह इसी तरह आगे बढ़ता है।
- ▶ धीरे-धीरे बढ़ती एसआईपी आपकी बढ़ती सैलरी के साथ मेल खाती है। जैसे-जैसे आपका वेतन बढ़ता है, आपका निवेश भी बढ़ता है और आपकी जेब भर भी एकसाथ ज्यादा बोझ नहीं पड़ता।

स्टेप-अप एसआईपी बेहतरीन तरीका

स्टेप-अप एसआईपी यह सुनिश्चित करने का एक आसान, लेकिन असरदार तरीका है कि आपका निवेश आपकी जिंदगी की गति के साथ आगे बढ़े। जैसे-जैसे आपकी आमदनी और जरूरतें बढ़ती हैं आप अपनी एसआईपी को बढ़ाकर नए सपनों और आर्थिक लक्ष्यों को हासिल करने के लिए बेहतर ढंग से तैयार होंगे। तो, क्या आप निवेश का सही कदम उठाने के लिए तैयार हैं?

ऐसे तैयार करें निवेश की रणनीति

विविधीकरण: विविधीकरण एक महत्वपूर्ण निवेश रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश को विभिन्न परिस्थितियों में फैलाने हैं, जैसे कि शेयर, बॉन्ड, रियल एस्टेट, और अन्य। इससे जोखिम कम होता है और रिटर्न बढ़ सकता है।
लंबी अवधि का निवेश: लंबी अवधि का निवेश एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश को लंबी अवधि के लिए रखते हैं। इससे आपको बाजार की अस्थिरता से बचने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।
नियमित निवेश: नियमित निवेश एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप नियमित रूप से एक निश्चित राशि निवेश करते हैं। इससे आपको बाजार की अस्थिरता से बचने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।
जोखिम प्रबंधन: जोखिम प्रबंधन एक महत्वपूर्ण निवेश रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश को जोखिम को प्रबंधित करते हैं। इससे आपको अपने निवेश को सुरक्षित रखने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।
वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश: वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप अपने वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश करते हैं। इससे आपको अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।
निवेश की लागत को कम करना: निवेश की लागत को कम करना एक महत्वपूर्ण रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश की लागत को कम करते हैं। इससे आपको अपने रिटर्न को बढ़ाने में मदद मिलती है।
नियमित रूप से पोर्टफोलियो की समीक्षा करना: नियमित रूप से पोर्टफोलियो की समीक्षा करना एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश पोर्टफोलियो की समीक्षा करते हैं और आवश्यकतानुसार बदलाव करते हैं। इससे आपको अपने निवेश को सुरक्षित रखने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।

खबर संक्षेप

सीजेएम ने नागरिक अस्पताल का किया निरीक्षण
फतेहाबाद। जिला एवं सत्र न्यायाधीश एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के अध्यक्ष दीपक अग्रवाल के निर्देशानुसार मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी एवं जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण की सचिव गायत्री ने नागरिक अस्पताल में नशा मुक्ति केंद्र का निरीक्षण किया व रिपोर्ट के जांचा।

केंद्र सरकार जल्द करे 8वें वेतन आयोग का गठन
सिरसा। आठवां वेतन आयोग बिठाने में भारत सरकार की देरी को लेकर केंद्रीय रेलवे कर्मचारी एवं सेवा निवृत्त रेलवे कर्मचारियों में काफी रोष है। सेवानिवृत्त रेल कर्मचारी एसोसिएशन उत्तर पश्चिम रेलवे सिरसा शाखा के सचिव लक्ष्मीनारायण खरों ने बताया कि भारत सरकार ने अभी तक 8वें वेतन आयोग का गठन नहीं किया है, जबकि भारत सरकार की यूनियन कैबिनेट ने 16 जनवरी 2025 को प्रस्ताव पारित कर दिया था की 8वें वेतन आयोग का शीघ्र गठन कर दिया जाएगा।

अफीम तस्करी मामले में दो आरोपी गिरफ्तार
सिरसा। पुलिस ने 2 किलो 696 ग्राम अफीम तस्करी मामले का भंडाफोड़ करते हुए दो आरोपियों को पश्चिम चम्पारण क्षेत्र से गिरफ्तार किया है। शनिवार को सीआईएफ सिरसा प्रभारी प्रेम कुमार ने बताया कि पकड़े गए आरोपियों की पहचान राजेश कुमार व गोपाल प्रसाद निवासी जिला पश्चिम चम्पारण के रूप में हुई है।

निगमायुक्त ने सफाई कार्यों का किया निरीक्षण
हिसार। हरियाणा शहर स्वच्छता अभियान के तहत शहर में निरंतर सफाई कार्य किए जा रहे हैं। शनिवार को निगमायुक्त नीरज ने पीएलए क्षेत्र, कैमरी रोड, सेक्टर 15 ए, सेक्टर 15 हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, कैमरी रोड के नजदीक सेक्टर 15 खाली प्लॉट को समतल करने के कार्य, आईटीआई चौक व इसके आस-पास के क्षेत्र सफाई कार्यों और सैकण्डरी प्लांटों का निरीक्षण किया। निरीक्षण के उपरांत उन्होंने अधिकारियों व कर्मचारियों को आदेशित किया कि सेकेंडरी प्लांटों की सफाई दिन में 2 समय करें। इसके साथ ही सफाई कार्य भी नियमित करवाना सुनिश्चित करें।

400 विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र वितरित
हिसार। गुरु गोरखनाथ राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय में आयोजित समारंभ का समापन समारोह आयोजित किया गया, जिसमें लगभग 400 विद्यार्थियों को सहभागिता के प्रमाण पत्र वितरित किए गए। इस समारंभ के छात्रों ने टीचिंग एंड द राइट लेवल के तहत शिक्षण के सही स्तर के बारे में व्यावहारिक जानकारी प्राप्त की। इस अवसर पर प्राचार्य डॉ. विवेक सेनी ने छात्रों को संबोधित करते हुए कहा कि एप्रैल 2020 में इंटरनेट बच्चों के शैक्षणिक कौशल और सर्वांगीण विकास के लिए एक संरक्षित माध्यम है जिसे हर बच्चे को लगन से करना चाहिए। उन्होंने इंटरनेटिंग की सफलता के लिए प्रथम टीम, इंटरनेटिंग सेल और महाविद्यालय के सभी संकाय सदस्यों की सराहना की।

धर्म सभा की ओर से श्रीमद भागवत कथा का आयोजन
सत्संग मानव निर्माण का कारखाना: दिनेशानंद

हरिभूमि न्यूज **सिरसा**
सत्संग मानव निर्माण का कारखाना है। आज का मानव संयमहीन, नशेड़ी, दुराचारी होने के कारण दानव बन गया है। दुराचारी होने से मानव पशुस्तर का हो गया है और इसका मुख्य कारण कुसंगति है। उक्त विचार अखिल भारतीय धर्म सभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर स्वामी दिनेशानंद महाराज ने श्री मद्भागवत कथा के दूसरे दिन शनिवार को अनाज मंडी स्थित श्री श्याम बगीची धाम में अखिल भारतीय धर्मसभा के तत्वाधान में आयोजित श्रीमद् भागवत कथा पर प्रवचन करते हुए

लघु सचिवालय में आयोजित समीक्षा बैठक में उपायुक्त ने दिए निर्देश
जल निकासी के कार्यों में तेजी लाएं
अधिकारी, नागरिकों को न हो पेशानी

हरिभूमि न्यूज **फतेहाबाद**

जिले में लगातार हो रही बारिश और उसके कारण विभिन्न क्षेत्रों में जल निकासी के कार्यों की समीक्षा को लेकर शनिवार को लघु सचिवालय के सभागार में उपायुक्त मनदीप कौर की अध्यक्षता में एक बैठक में जल निकासी के विभिन्न विभागों के अधिकारियों को निर्देश दिए गए। बैठक में जल निकासी संबंधी कार्यों की रिपोर्ट उपायुक्त के समक्ष प्रस्तुत कर जानकारी दी। बैठक में उपायुक्त मनदीप कौर ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि जिन क्षेत्रों में जल निकासी का कार्य चल रहा है उन कार्यों में तेजी लाई जाए ताकि नागरिकों को किसी भी प्रकार की समस्या ना आए। इसके लिए जरूरी है कि सभी विभाग आपसी समन्वय बनाकर कार्य करें। जल निकासी के कार्य के दौरान यदि किसी विभाग को कोई समस्या आती है तो उसे तुरंत जिला प्रशासन के व्हाट्सएप ग्रुप में साझा किया जाए,



फतेहाबाद। अधिकारियों की बैठक लेती उपायुक्त मनदीप कौर। फोटो: हरिभूमि

स्वच्छ पानी की व्यवस्था करें सुनिश्चित

उपायुक्त ने कहा कि सभी विभाग विभिन्न क्षेत्रों में जल निकासी से संबंधित कार्यों की रिपोर्ट प्रतिदिन उपायुक्त कार्यालय में दें। बैठक में उपायुक्त ने बिजली विभाग को निर्देश दिए कि बारिश के चलते अगर कहीं तार टूटें तो उन्हें तुरंत बदला जाए। सिविल विभाग को खेतों से पानी निकालने और तटबंधों की मजबूती करने के निर्देश दिए गए। इसके साथ ही जन स्वास्थ्य विभाग नागरिकों के पीने के लिए स्वच्छ पानी की व्यवस्था सुनिश्चित करें। वहीं संबंधित क्षेत्रों में पंचायत व शहरी स्थानीय निकाय विभाग स्वच्छता पर विशेष ध्यान दें। इसी तरह डीडीपीओ व संबंधित बीडीपीओ को संबंधित गांवों में जल निकासी के कार्य को तेज करने के निर्देश दिए। उन्होंने स्वास्थ्य विभाग को आवश्यक दवाओं की उपलब्धता सुनिश्चित करने के भी निर्देश दिए। उपायुक्त ने पशुपालन विभाग को पशुओं के लिए चारे इत्यादि की व्यवस्था करने के निर्देश दिए। उपायुक्त संबंधित विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि गांवों व शहरों में फोहिंग करवाई जाए।

ताकि उसका समय पर समाधान सुनिश्चित हो सके। बैठक के दौरान पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने जानकारी दी कि कानून-व्यवस्था बनाए रखने और यातायात प्रबंधन के लिए आवश्यक पुलिस अधिकारियों व कर्मचारियों की इट्यूटी लगा दी गई है।



सिरसा। बाबा ब्रह्मदास बाद पीड़ितों को राशन वितरित करते हुए।

बाबा ब्रह्मदास और सेवादार बाढ़ पीड़ितों की सेवा में जुटे

सिरसा। डेरा बाबा भूमणशाह संघरसरिस्ता सिरसा के गद्दैनशीन संत बाबा ब्रह्मदास महाराज व सेवादार पंजाब व हरियाणा के बाढ़ प्रभावित ग्रामीणों की सेवा में दिन-रात लगे हुए हैं। डेरे के सेवक सचिव विनोद एडवोकेट ने बताया कि बाबा ब्रह्मदास महाराज सिरसा, फतेहाबाद के अलावा पंजाब के अबोहर, फाजिल्का, जलालाबाद व गुरुहरसहाय में बाढ़ पीड़ितों को सूखा राशन, पशुओं के लिए चारा, पानी व अन्य जरूरत की चीजें उपलब्ध करा रहे हैं। डेरे के सेवादार प्रशासन के साथ मिलकर बाढ़ पीड़ितों को सुरक्षित स्थानों पर भी पहुंचा रहे हैं। सेवादार बाढ़ पीड़ितों के लिए जरूरतमंदों के लिए आवश्यक सामान की किट तैयार कर पंजाब व हरियाणा के बाढ़ पीड़ितों को बाबा ब्रह्मदास महाराज के सांनिध्य में भेज रहे हैं और वाहन सुविधा भी उपलब्ध कराई जा रही है। वहीं बाबा ब्रह्मदास महाराज बाढ़ पीड़ितों के गांव-गांव जाकर उनके साथ दुख-दर्द साझा करते हुए लोगों की हौसलाफजाई कर रहे हैं।



फतेहाबाद। भूना क्षेत्र का दौरा करते बीजेपी प्रदेशाध्यक्ष मोहन लाल बड़ौली।

बाढ़ से प्रभावित किसानों को मिलेगा मुआवजा : बड़ौली

बीजेपी प्रदेश अध्यक्ष ने भुना में बाढ़ प्रभावित इलाकों का दौरा किया
हरिभूमि न्यूज **फतेहाबाद**
भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली भुना व गोरखपुर में पहुंचे। वहां बाढ़ से प्रभावित गांवों का दौरा किया और लोगों से सीधे मिलके उनकी तकलीफें सुनीं। बड़ौली ने कहा कि सरकार और प्रशासन पूरी तरह से मदद में लगे हैं और जितनी भी जरूरत होगी, वो पूरी की जाएगी। निरीक्षण के दौरान उनके साथ भाजपा के जिला अध्यक्ष एडवोकेट प्रवीण जोड़ा, पूर्व सांसद सुनीता दुग्गल, पूर्व विधायक दुडाराम सहित कई कार्यकर्ता मौजूद रहे। उन्होंने खेतों, गलियों, और घरों का निरीक्षण करके प्रभावित लोगों से बातचीत की। लोगों ने पानी भरे रास्तों, राशन की कमी और इलाज की दिक्कतों के बारे में बताया। बड़ौली ने लोगों की बात ध्यान से सुनी और तुरंत अधिकारियों को आवश्यक मदद करने की हिदायत दी। मीडिया से बात करते हुए उन्होंने बताया कि पानी निकासी का काम तेजी से चल रहा है और जरूरत की हर चीज जैसे पीने का पानी, खाना, दवाइयां, प्रशासन द्वारा पहुंचाई जा रही है। उन्होंने कहा कि सरकार ऐसी आपदा फिर से ना हो इसके लिए योजनाएं बना रही है और लंबी अवधि तक मदद दी जाएगी।

घर रखने की अपील

बड़ौली ने साफ कहा कि जो किसान और व्यापारी बाढ़ से प्रभावित हुए हैं, उन्हें पूरा मुआवजा दिया जाएगा। पिछले साल बाढ़ में जिन किसानों का मुआवजा बाकी है, वो भी जल्द से जल्द उनके खाते में जमा जाएगा। उन्होंने भरोसा दिलाया कि भाजपा सरकार हर प्रभावित परिवार के साथ खड़ी है और उनकी हर समस्या का समाधान करेगी। इस मौके पर भाजपा कार्यकर्ताओं ने भी मदद का भरोसा दिया और कहा कि जरूरत पड़ने पर वो दिन-रात सेवा में लगे रहेंगे। बड़ौली लोगों से धैर्य रखने की अपील की और कहा कि प्रशासन पूरी कोशिश कर रहा है कि हालात जल्दी सामान्य होंगे।

श्रीमद्भागवत कथा के उपलक्ष्य में निकाली भव्य कलश यात्रा

हरिभूमि न्यूज **सिरसा**
दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान की ओर से सात दिवसीय श्रीमद् भागवत कथा के उपलक्ष्य में भव्य कलश यात्रा का आयोजन किया गया। मुख्य यजमान परिवार सुनील बंसल, संजीव बंसल, अनिल बंसल ने हरी झंडी देकर कलश यात्रा का शुभ आरंभ किया। इस मंगल कलश यात्रा में अनेकों बृहस्पति युवक-युवतियों ने भी बढ़ चढ़ कर भाग लिया, जो इस बात की पुष्टि करता है कि यदि समाज का युवा ब्रह्मज्ञान धारण कर सच्चाई पथ पर चले तो वह समाज



सिरसा। श्रीमद्भागवत कथा के उपलक्ष्य में शोभा यात्रा निकालते श्रद्धालु।

की दशा को बदल सकता है। केवल एक जागृत आत्मा में ही दूसरों को जगाने और वैश्विक शांति स्थापित करने की शक्ति होती है।

शोभायात्रा के साथ किया गणपति बप्पा का विसर्जन

हरिभूमि न्यूज **सिरसा**
श्री नर्मदे धाम कंगनपुर रोड सिरसा में स्थापित किए गए गणपति बप्पा की प्रतिमा का शनिवार को अगले साल फिर से आने के जयकारे के साथ पंजुआना नहर में विसर्जन किया गया। मंदिर के मुख्य पुजारी महेश ने बताया कि श्री राधे-कृष्ण चैरिटेबल ट्रस्ट की प्रधान माया चोयल व उपप्रधान बलजिंद्र जोसन सहित सभी ट्रस्टीगण व वार्डवासियों ने गणपति विसर्जन के लिए भव्य शोभायात्रा निकाली। अनेक स्थानों पर शोभायात्रा का लोगों द्वारा फूलों से स्वागत किया गया।



सिरसा। श्रद्धालुज गणपति बप्पा की प्रतिमा का पंजुआना नहर में विसर्जन करते हुए। फोटो: हरिभूमि

भक्तों को प्रसाद किया वितरित

प्रधान माया चोयल व उपप्रधान बलजिंद्र जोसन ने इस अवसर पर कहा कि गणपति विसर्जन अपने में आस्था और जीवना का गहरा संदेश छिपाए है। यह परंपरा जीवन में कुछ भी गिश्चित न होने का सबक सिखाती है। बप्पा का आगमन और फिर विदाई इसी चक्र को दर्शाता है कि सुख और दुख आते-जाते रहते हैं, आप अपने कर्म और विश्वास को सही रखें। इस मौके पर काफी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित थे। गणपति विसर्जन के बाद सभी को प्रसाद वितरित किया गया।

सेवा पखवाड़े के रूप में मनाया जाएगा प्रधानमंत्री का जन्मदिन: बड़ौली

सिरसा। पत्रकारों से बात करते हुए भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली।



सिरसा। भाजपा प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली ने कहा कि पूरा उत्तर भारत बाढ़ की चपेट में है। संकट की इस घड़ी में शासन-प्रशासन आमजन के साथ तालमेल बैठकर मुस्लिमी से कार्य कर रहे हैं। सरकार की कोशिश है कि जल्द से जल्द जिन जिलों में पानी भरने से नुकसान हुआ है, उसका आकलन कर पीड़ितों को राहत दी जाए। 17 सितंबर को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का जन्मदिन है और इसे सेवा पखवाड़े के रूप में मनाया जा रहा है, इस दिन भगवान विश्वकर्मा की भी जयंती है। 17 सितंबर से लेकर 2 अक्टूबर तक 12 सेवा कार्य पार्टी की ओर से जिला स्तर से लेकर मंडल स्तर पर कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। मोहन लाल बड़ौली शनिवार को भाजपा कार्यालय में पत्रकारों से बातचीत कर रहे थे। उनके साथ प्रदेश संगठन मंत्री फणिंद्रनाथ, जिलाध्यक्ष भाजपा यतींद्र सिंह एडवोकेट, पूर्व सांसद सुनीता दुग्गल, पूर्व विधायक मखन लाल सिंगला, शोषपाल कंबोज, डबलवाली जिलाध्यक्ष रेणु शर्मा, अमीरचंद मेहता आदि मौजूद रहे।

श्याम बाबा का लिया आशीर्वाद

जया किशोरी ने समाज में प्रेम, श्रद्धा व सेवा की भावना से जुड़े रहने का दिया संदेश
हरिभूमि न्यूज **सिरसा**
कथावाचक जया किशोरी शनिवार को प्राचीन श्री श्याम मंदिर नोहरिया बाजार पहुंचीं जहां उनका स्वागत मंदिर की संरक्षक तारा शर्मा ने परंपरागत तरीके से किया। इस अवसर पर मंदिर प्रांगण में काफी संख्या में श्रद्धालुओं ने कथावाचक जया किशोरी से आशीर्वाद लिया। मंदिर संरक्षक तारा शर्मा ने जया किशोरी को श्याम नाम का दुपट्टा ओढ़ाकर व स्मृति चिह्न भेंट किया। इस अवसर पर जया किशोरी ने बाबा श्याम के दरबार में विधिवत पूजन-अर्चन किया और समाज में प्रेम, श्रद्धा व सेवा की भावना से जुड़े रहने का संदेश दिया।



सिरसा। श्याम मंदिर की संरक्षक तारा शर्मा कथा वाचक जयाकिशोरी को स्मृति चिह्न भेंट करते हुए। फोटो: हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस मौके पर मंदिर सेवक परिवार से योगी शर्मा, तेजपाल शर्मा, राजकुमार शर्मा, चंद झूथरा, रमन सरफ, राजकुमार सराफ, हर्ष महिपाल, दीपक गुप्ता, हेमंत साहुवाल, मोहित शर्मा, दीपक वधवा, शुभम भरतिया, शुभम गर्ग, भारत भूषण सरदानी, जेपी पुरिया, कपिल गर्ग, अनिल सोलंकी, गौतम गोपाल, रूपेश, प्रिंस शर्मा, कपिल शर्मा, शिवरत्न शर्मा, ललित मोहन जिंदगार सहित अनेक श्याम भक्त मौजूद थे।

कोचिंग सेंटर संचालिका का बैग छीनकर भागे नकाबपोश

हरिभूमि न्यूज **फतेहाबाद**
शहर के भट्ट रोड पर कोचिंग सेंटर संचालिका युवती से बाइक सवार दो युवक बैग छीन ले गए। बैग में करीब 25 हजार रुपए व जरूरी कागजात हजार रुपए व थे। युवती ने शोर मचाया। मगर तब तक युवक फरार हो गए। बाद में पुलिस को सूचना दी गई। सूचना पाकर सिटी थाना प्रभारी सुरेंद्र भी मौके पर पहुंचे। पुलिस आरोपियों की तलाश में जुटी हुई है। कोचिंग सेंटर संचालिका ब्यूटी रानी पुत्री प्रेम सिंह ने बताया कि वह शुक्रवार रात को अपने ठाकर बस्ती स्थित कोचिंग सेंटर पर कामकाज निपटा



घटना बारे जानकारी देते युवती।
कर पैदल ही भट्ट रोड होते हुए घर जा रही थी। इसी दौरान पीछे से बाइक सवार दो युवक आए। उन्होंने आते ही उसका बैग छीन लिया। बैग इतनी जोर से खींचा कि वह गिरते-गिरते बची। बैग में 25 हजार रुपए, कैश, चांदी की रिंग, मोबाइल व पर्सनल डॉक्यूमेंट्स थे। युवती ने बताया कि इन युवकों ने नकाब से चेहरा ढका हुआ था। इनके बाइक पर कोई नंबर प्लेट भी नहीं लगी हुई थी।

डटे रहे दिगोह लाइन पर बहाल रखी बिजली आपूर्ति

हरिभूमि न्यूज **टोहाना**
भारी बारिश और जलभराव की स्थिति में चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों के बावजूद दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम की टीम ने भुना, कुलां और आसपास क्षेत्र में उपभोक्ताओं को निर्बाध बिजली आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए सराहनीय कार्य कर रही है। उपायुक्त मनदीप कौर के निर्देश पर बिजली विभाग की टीम लगातार निगरानी कर रही है। बिजली विभाग की टीम ने 33 केवी दिगोह लाइन पर गश्त की और क्षेत्रों में पहुंचकर फॉल्ट्स को तुरंत दुरुस्त किया है। खेतों में भी बिजलीकर्मियों ने पूरी निष्ठा और साहस के साथ कार्य किया ताकि

एसडीएम लगातार कर रहे निगरानी
टोहाना के एसडीएम आकाश शर्मा लगातार इसकी निगरानी कर रहे हैं। क्षेत्र में कहीं भी कोई बिजली आपूर्ति बाधित नहीं है। किसी भी कठिन परिस्थिति में बिजली व्यवस्था बनाए रखना प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकता में शामिल है। अतीक्ष्ण अभियंता एसएस राय ने बताया कि निगम के अधिकारी और कर्मचारी दिन-रात मेहनत में डटे हुए हैं और जनता को निर्बाध बिजली आपूर्ति उपलब्ध करा रहे हैं। जिला के अंतर्गत आने वाले सभी गांवों और शहर में लट्टी कोई बिजली बाधित नहीं है। जहाँ कहीं भी बिजली आपूर्ति बाधित हुई तो तय समय में बिजली आपूर्ति सुचारु रूप से चालू करके लोगों को राहत प्रदान की जा रही है।
क्षेत्रवासियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो।

कहे। स्वामी ने श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए कहा कि श्रीमद् भागवत कथा सर्व प्रथम भगवान विष्णु ने ब्रह्मा जी को, ब्रह्मा जी ने नारद जी को और नारद जी ने श्री श्याम को सुनाते हुए कहा कि श्रीमद् भागवत कथा ऐसी कथा है जिसमें भगवान श्रीकृष्ण के पावन चरित्र का, लीलाओं का विस्तार से वर्णन है जो मनुष्य को भक्ति के मार्ग पर ले जाकर भगवान से मिलवाने का काम करता है। स्वामी जी ने कहा कि यदि मनुष्य संतों की शरण में आता है तो अवश्य ही वह दानव से मानव बन सकता है। कथा का श्रवण करने भारी मात्रा में पुरुष व महिलाएं उपस्थित हुईं और आरती में भाग लिया।



सिरसा। श्रीमद् भागवत कथा प्रवचन करते स्वामी दिनेशानंद महाराज तथा कथा श्रवण करते श्रद्धालु।

देव ऋषि नारद के पुर्नजन्म का प्रसंग सुनाया

स्वामी जी ने देव ऋषि नारद के पुर्नजन्म प्रसंग पर बोलते हुए कहा कि मानव वह है कि जिसमें मानवोचित गुण हों, जीवन मूल्य हों और मानवता हो, लेकिन जिस मानव में सद्गुण नहीं, नैतिक मूल्य नहीं केवल खाना, पीना, भोग भोगना और निद्रा लेने तक सीमित रहना, वह मानव नहीं दरिद्र है। उन्होंने कहा कि जीवन के चार सूत्र हैं। कथा श्रवण, कीर्तन, तपस्या और परमात्मा का स्मरण करना है। उन्होंने कहा कि यदि मनुष्य परमात्मा का स्मरण करता है तो उसका लोक और परलोक दोनों संवर जाते हैं। उन्होंने फरमाया कि मानव धर्म, सद्बिचार, शुद्धाचारण धारण करके ही सच्चा नर बनता है। पतित से पतित मानव भी जब धर्मा महापुरुषों और संतों के शरण में आता है तब उनके प्रभाव से मानव का जीवन बदलने लगता है। उसमें सद्गुण आने लगते हैं और वह प्रभु की तरफ मुड़ता है। मानव में भक्ति की भावना जागृत होने लगती है, जिसके कारण वह परमार्थ का कार्य करने लगता है और देखते ही देखते वह आलार्ज का इंसान बन जाता है। यह सब करने से उसके जीवन में सद्गुणों की महक आने लगती है। स्वामी जी ने फरमाया कि सद्गना, पिंगला, जीवित वैश्या, जगार्थ, कैथार्थ, कोडा और अनामोल जैसे पतित मनुष्य भी सत्संग के प्रभाव से मानव बन गए। उन्होंने कहा कि नारद पुर्न जन्म में एक दासी पुत्र थे और उनका नाम हरी दास था जो कि एक भक्ता हुआ सामान्य जन था, उसने चार माह तक संतों का संग किया जिससे उसका जीवन बदल गया।

जब कोई अपना हो परेशान-तनावग्रस्त कुछ देर रहने दें उसे अपने मन के साथ

हम सभी के जीवन में परेशानियाँ और तनाव के क्षण आते रहते हैं। ऐसे में कुछ लोग दूसरों से सलाह लेने में असहज महसूस करते हैं, वे नहीं चाहते कि उनसे कोई सवाल पूछा जाए। वे कुछ समय तक अपने मन के साथ एकांत रहना चाहते हैं। इस कंडीशन में हमें अपने अजीब की भावनाओं का सम्मान करना चाहिए।

हरदम कुछ पछूते रहने के बर्ताव पर लगाम लगाने की जरूरत को रेखांकित करती हैं। समझना आवश्यक है कि उलझाऊ हालातों में, क्या चल रहा है? कैसा चल रहा है? कैसे हो? खुश क्यों नहीं दिखते हो? या टेंशनफ्री होने-रहने का प्रयास करो। जैसी सलाहों और सवालों का दोहराव हमारे दिमाग की मुश्किलों को और बढ़ा देता है। पहले से ही तकलीफ के घेरे में आए मन को और पीड़ा देने लगता है। उदाहरण के तौर पर जूझते युवा और सशक्त हो जाते हैं। अपने ही जीवन की दिशा को लेकर घबरेने वाली ये शंकाएं-आशंकाएं और भटकने वाली साबित होती हैं। साथ ही मन में आक्रोश भी उपजने लगता है, कभी खुद के प्रति तो कभी उन अपनों-परायों को लेकर, जो बिना मांगी सलाहें देते हैं। हर समय सवाल पूछते हैं। सही गाइडेंस की जरूरत बताते हुए पहले से ही उलझे-बिखरे दिलो-दिमाग को और भटकाते हैं। ऐसे दौर में किसी भी इंसान को थोड़ा समय देना सही रहता है। समस्याओं से जूझ रहा इंसान चाहता है कि कोई बेवजह सवाल ना पूछे। आते-जाते तसल्ली ना दे। बात-बात में कोई नसीहत कोई राय ना मिले। ऐसी बातें और बर्ताव मददगार बनने के बजाय मनोभावों को और उलझाते हैं।

बताना चाहते। ऐसी परिस्थितियों में कोई गाइडलाइन देने के बजाय गंभीरता से उनकी मन-स्थिति को समझना एक अच्छा तरीका है। बेहतर महसूस करने के बाद वे स्वयं आपसे अपनी बात साझा करने की सोचेंगे। अगर नहीं तो यह उनका अधिकार है कि वे कितना और क्या दूसरों को बताना चाहते हैं? युवा पीढ़ी अपने निजी जीवन में दूसरों की ताक-झांक को ज्यादा पसंद नहीं करती। ऐसे में समझना आवश्यक है कि आपका संवाद



एकतरफा तो नहीं। आपके सवाल बहुत अधिक पर्सनल हुए तो अगले इंसान को असहज ही करोगे। साथ ही बिना मांगी सलाह भी दूसरे के लिए भार और तनाव का कारण बन सकती है।

समझें तनावग्रस्त व्यक्ति की मनोदशा

आज के दौर में अधिकांश लोग जो कुछ भी अपनों-परायों, परिचितों-अपरिचितों से साझा करना चाहते हैं, वह वर्चुअल दुनिया में मौजूद होता है। ऐसे में निजी समस्याओं को खुद तक रखकर अपनी प्राइवसी चाहने वालों को परेशान करना सही नहीं होता है। देखा जाए तो कई बार निजी संबंधों में दूरियां आने की बड़ी वजह जरूरत से अधिक ऐसी दखलंदाजी भी होती है। ठीक जस्टिन की तरह ही किसी को यह कहना कि 'मेरी तरह रहे, मेरे जैसे बने या इस हाल में यह करो, वह करो।' किसी भी व्यक्ति, खासकर युवाओं को नहीं भाता। ऐसा व्यवहार जीवन में दूरियां और मन में शिकायतें बढ़ाता है। खासकर जब यह पता ही ना हो कि अगला इंसान किन हालातों से जूझ रहा है। कुछ बातों पर गौर करते हुए उसकी मनोदशा को समझना का प्रयास करना उचित है। आपसे जुड़ा इंसान अगर आई कॉन्टैक्ट किए बिना बात करे, आते-जाते बचकर निकलने की सोचे, पछने पर कुछ भी स्पष्ट कहने से बचे या शब्दों को घुमा-फिराकर अपनी बात रखे तो समझ जाइए कि वह अपनी परिस्थिति और मन-स्थिति को बताने में सक्षम नहीं है। कुछ समय के लिए ऐसे लोगों को उनके हाल पर छोड़ देना चाहिए। उनके दिलो-दिमाग को रिकवर होने का वक्त मिलना ही चाहिए। आगे सही समय देखकर उनके साथ संवाद की राह बनानी चाहिए। *



बजाय जांच-पड़ताल करते रहने का व्यवहार मन को ठेस पहुंचाता है। इसीलिए जान-पहचान वाले घर में किसी व्यक्ति की नौकरी छूट जाए। उम्मीद के मुताबिक परीक्षा का परिणाम ना आए। रिश्ते-नाते टूट जाएं या कोई हारी-बीमारी घेर ले तो ऐसे में उनकी निजता का सम्मान करना जरूरी है। आमना-सामना होने पर असहज महसूस करवाने वाले प्रश्नों के बजाय संभलने का समय देना चाहिए। बहुत से लोग दूसरों से अपना सब कुछ नहीं



यह सही है कि तकनीक और आधुनिक महानगरीय जीवनशैली ने बेहतर सुविधाएं प्रदान की हैं। लेकिन इन पर आश्रित होकर हद से अधिक आलसी या निष्क्रिय बने रहना आपको शारीरिक, मानसिक रूप से बीमार बनाने के साथ ही सामाजिक रूप से एकाकी भी कर सकता है।

सही नहीं हद से अधिक निष्क्रियता

लाइफस्टाइल / चैतन्य

हाल ही में सोशल मीडिया पर एक पोर्टल डिलीवरी एजेंट का वीडियो वायरल हुआ। वीडियो में उसने बताया कि उसे दो मिनट की दूरी पर पार्सल पहुंचाने का ऑर्डर आया। इसके लिए डिलीवरी एजेंट ने हंसी-मजाक के सहज अंदाज में ग्राहक को आलसी कहा। स्वयं पोर्टल डिलीवरी एजेंट द्वारा बनाए गए वीडियो में वह बताया है कि ऑर्डर एक ही अपार्टमेंट के टॉवर सी से उठाकर टॉवर ई में देना था। यह दूरी इतनी कम थी कि पैदल चलकर सिर्फ दो मिनट में तय की जा सकती थी। यही वजह है कि डिलीवरी एजेंट मजाकिया लहजे में कहता है कि 'ये लोग इतने आलसी हैं कि सिर्फ एक बिल्डिंग से दूसरी बिल्डिंग में सामान पहुंचाने के लिए भी खुद नहीं चल सकते, इसके लिए भी पोर्टल बुक कर रहे हैं।' देखा जाए तो यह वाक्या हंसकर टाल देने भर का लगता है। गंभीरता से सोचा जाए तो हमारी बदलती जीवनशैली और दूसरों पर बढ़ती निर्भरता की कड़वी सच्चाई से रूबरू

निर्भरता की अति के नुकसान: व्यस्त जीवनशैली, तकनीकी विस्तार और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म की बढ़ती पहुंच के चलते ऐसी बहुत सी सुविधाओं पर डिपेंडेंसी बढ़ी है। व्यस्तता के साथ-साथ एक पहलू यह भी है कि अपने-अपने कोजी कॉर्नर में बैठे लोग अब सब्जी तक लेने घर से बाहर नहीं जाना चाहते। क्लिक भर में ऑर्डर कर फ्री हो जाने का काम सुविधाजनक लगने लगा है। अफसोस कि यह स्थिति शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य पर तो नेगेटिव असर डालती ही है, सामाजिक फ्रंट पर भी इसके कई नुकसान हैं। फूड डिलीवरी एप्स के जरिए दस मिनट में कुछ भी मंगा लेने की सुविधा लोगों में हरदम कुछ ना कुछ खाते रहने की आदत भी डाल रही है। बहुत से लोगों को ऑनलाइन शॉपिंग की लत लग रही है। अनचाहा सामान भी ऑर्डर किया जा रहा है। देखा जाए तो यह स्थिति साइकोलॉजिकल निर्भरता बढ़ने से जुड़ा पहलू भी लिए है। जिसका मॉडल हेल्थ पर भी बुरा असर पड़ता है। धीरे-धीरे आलस के कारण हर तरह की रचनात्मकता और सक्रियता भी खत्म होने लगती है। चिंता, अवसाद और तनाव जैसी प्रॉब्लम जड़ें जमाने लगती हैं। सब कुछ घर बैठे ऑर्डर कर देने की आदत हो जाए तो सामाजिक गतिविधियों में भी भागीदारी कम होने लगती है। इसीलिए इस तरह की डिपेंडेंसी को सीमा तय करना आवश्यक है।



किसी बहाने बने रहें सक्रिय: कोई भी सुविधा जब आदत बनकर हद से ज्यादा निर्भर बनाने लगे तो चेतना चाहिए। जरूरत से ज्यादा निर्भर होना केवल सुविधा का लाभ लेना भर बल्कि अपनी क्षमताएं खो देने के हालात पैदा करता है। इसीलिए सक्रिय बने रहना जरूरी है। अपने काम-काज निपटाने के लिए एक्टिव रहना शारीरिक ही नहीं मानसिक और सामाजिक रूप से सक्रिय रहने से भी जुड़ा है। आस-पास के बाजार तक जाना या आस-पड़ोस के किसी घर में कोई सामान लेने या पहुंचाने जाना इंसानी जीवन का सहज हिस्सा रहा है। इन एक्टिविटीज से सामाजिक संबंध बनते हैं। एक्टिव रहने के बहाने तलाशिए। हर काम के लिए उपलब्ध सुविधाओं के इस दौर में खुद को निष्क्रियता से बचाने के लिए खास कोशिशें करने की दरकार है। *

कवर स्टोरी

डॉ. मोनिका शर्मा

बी दे दिनों मशहूर कैनेडियन सिंगर जस्टिन बीबर ने अपने सोशल मीडिया अकाउंट इंस्टाग्राम पर खुलासा किया कि वह टूट चुके हैं। गुस्से की समस्या से जूझ रहे हैं। जस्टिन ने अपनी मानसिक सेहत को लेकर भी चिंता जताई। दुनिया भर में मशहूर इस सिंगर ने अपनी पोस्ट में लिखा कि 'लोग मुझे ठीक होने के लिए कहते रहते हैं। क्या आपको नहीं लगता कि अगर मैं खुद को ठीक कर सकता, तो मैं पहले ही कर चुका होता? मुझे पता है कि मैं टूट चुका हूँ। मुझे पता है कि मुझे गुस्से की समस्या है। मैंने अपनी पूरी जिंदगी उन लोगों की तरह बनने की कोशिश की, जो मुझे कहते रहे कि मुझे उनके जैसा ठीक होना चाहिए। यही बात मुझे और ज्यादा थका देती है, ज्यादा गुस्सा दिलाती है।' अपनी एक दूसरी पोस्ट में जस्टिन यह भी कह चुके हैं कि 'मुझे यह पूछना बंद करो कि मैं ठीक हूँ या नहीं। मुझे यह पूछना भी बंद करो कि मैं कैसा हूँ? क्या कर रहा हूँ? मैं जानता हूँ कि हम सभी के लिए जीवन कठिन है। आइए हम अपने लोगों को प्रोत्साहित करें, न कि अपनी सुरक्षाओं को एक-दूसरे पर प्रोजेक्ट करें। हर बार आपकी चिंता देखभाल के रूप में सामने नहीं आती है। यह सिर्फ अजीब रूप से ऑप्रिसिव यानी चिंता और तकलीफ थोपने वाली भी हो सकती है।'

उचित नहीं ज्यादा सवाल-सलाह

असल में जस्टिन के विचार आम लोगों के लिए भी सार्थक सलाह लिए हैं। इस युवा और चर्चित चेहरे की बातें किसी अपने-पराए के जीवन में आई हैरान-परेशान करने वाली परिस्थितियों में

इमोशंस / अंतरा पटल

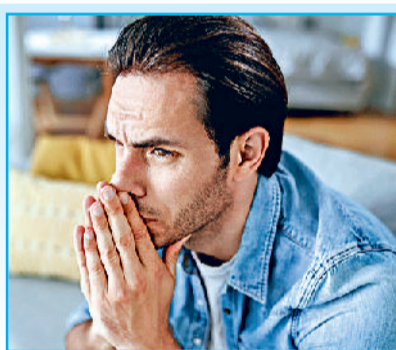
कई लोग ऐसे होते हैं, जिन्हें आसानी से रोना नहीं आता है। उनके किसी रिलेटिव या करीबी की डेथ हो जाए तब भी नहीं रोते। जब उनका कोई अपमान हो जाए या उन्हें गहरा सदमा लगे या कोई गंभीर नुकसान हो जाए वे तब भी नहीं रोते। जिन अवसरों जैसे-अंतिम संस्कार, विदाई या भावनात्मक फिल्म देखते हुए, जब अधिकतर लोग रोते हैं, उन पर भी उनके आंसू नहीं छलकते। हालांकि उनकी आंखों में आंसू होते हैं, लेकिन वो आंखों से छलकते नहीं। तो क्या इससे यह साबित होता है वे भावनाशून्य इंसान होते हैं? शायद ऐसे ही कठोर या कर्हें मजबूत मन वाले लोगों के लिए सुदर्शन फाकिर ने यह शेर कहा है, 'आप कहते थे कि रोने से न बदलेंगे नसीब/उम्र भर आपकी इस बात ने रोने न दिया।' इनसे उलट कुछ लोग ऐसे भी होते हैं, जो अपनी भावनाओं को, आंसुओं को छिपाते नहीं हैं। जैसे एक बार टैनिस स्टार अमांडा अनिसिमोवा

आमतौर पर आंसू बहाने को कमजोरी की निशानी और न रोने वाले को कठोर हृदयी मान लिया जाता है। लेकिन वास्तव में आंसू केवल मन की अमिष्यवित होते हैं, जो कई बार हमारे मन का उपचार भी करते हैं।

आंसुओं से बयां होती है मन की सच्ची हकीकत

विंबलडन फाइनल में हारने के बाद सबसे सामने फूट-फूट कर रो पड़ी थीं। सैंकड़ों लोगों और कैमरों के जरिए पूरी दुनिया के सामने भी उन्होंने अपने आंसुओं को रोकने का प्रयास नहीं किया और न ही चेहरे पर दिखावटी मुस्कान लाने की कोई कोशिश की थी। कुछ लोगों को उनका ऐसे रोना, अजीब या कर्हें अनुचित लगा। लेकिन वास्तव में देखा जाए तो अमांडा के रोने में सच्चाई

थी और बहादुरी भी। वास्तव में सबसे सामने रोने वालों और न रोने वालों को लेकर समाज में अलग-अलग तरह की राय रखी जाती है। मानते हैं कमजोरी का लक्षण: आमतौर पर रोने को, कमजोरी या अत्यधिक भावुकता या नियंत्रण के खोने से जोड़ते हैं। विशेषकर पुरुषों के संदर्भ में कहा जाता है कि 'मर्द रोते नहीं हैं।' बचपन में जब कोई लड़का रोता है तो उससे कहा जाता है,



'लड़कियों की तरह रोना बंद करो।' रोने को लड़कियों का एक्सक्लूसिव गुण मान लिया गया है। ऐसे जुमले केवल लड़कों या पुरुषों को नीचा दिखाने के लिए ही नहीं बल्कि लड़कियों या स्त्रियों का भी अपमान है। घर और स्कूल में बच्चों की इस सोच के साथ परवरिश की जाती है कि संयम (या बर्दाश्त) का अर्थ ताकत है और आंसू बहाना, कमजोरी या अस्थिरता की निशानी है।

गम-खुशी में छलकते हैं आंसू: वास्तव में रोना हमारी सोच और धारणा से कर्हें अधिक जटिल है। यकीनन दुःख (जो किसी के निधन पर होता है) रोने का सबसे आम कारण है। लेकिन लोग कुंठा, पीड़ा, असफलता या भयंकर अपमान के कारण भी रोते हैं। इसी के साथ खुशी के आंसुओं को कैसे अनदेखा किया जा सकता है? शतरंज का विश्व कप (महिला) जीतने के बाद दिव्या देशमुख खुशी से रो पड़ी थीं। हालांकि वह जब पिछली प्रतियोगिता में हार गई थीं, तब नहीं रोई थीं, लेकिन विजयी होने पर रोईं। अक्सर राहत, बड़ी सफलता, अत्यधिक खुशी भी दुःख जितना ही हमें भाव-विभोर कर देती है। बड़े-बड़े नेता, कलाकार, खिलाड़ी सार्वजनिक मंच पर रो पड़ते हैं। असम के बाद पीड़ितों का हाल सुनाते हुए हेम बरुआ संसद में रोए थे। अपनी फेयरवेल स्पीच देते हुए क्रिकेटर राहुल द्रविड रोए थे। आंसुओं ने इन लोगों को छोटा नहीं कर दिया। आंसुओं ने उन्हें अधिक संवेदनशील मनुष्य और भावनाओं से जुड़ा हुआ साबित किया।

मन का उपचार करे आंसू: रोना दवा की तरह भी काम करता है। बड़े-बुजुर्ग कहते हैं कि रोने से गम हल्का हो जाता है। चिकित्सा विज्ञान भी यही कहता है, भावनात्मक आंसुओं में स्ट्रेस हॉर्मोन होते हैं। रोने से तनाव कम हो जाता है, नर्वस सिस्टम को आराम मिलता है और राहत का अहसास होता है। इसलिए लोग कहते हैं, 'रोने के बाद हल्का महसूस हो रहा है।' जापान में तो रोने के लिए क्लब भी बने हैं, जहां लोग साथ रोने के लिए एकत्र होते हैं। इस प्रथा को 'रू-कत्सु' (आंसुओं की लालाश) कहते हैं। कहने का सार है कि हमें आंसुओं को कमजोरी की निशानी के तौर पर नहीं देखना चाहिए कि व्यक्ति ने अपने ऊपर का नियंत्रण खो दिया है। बल्कि यह समझना चाहिए कि आंसू व्यक्ति की सच्ची अभिव्यक्ति है। आज जब हम सब दिखावे के युग में जी रहे हैं, बनावटी सोशल मीडिया के विभिन्न माध्यमों पर। ऐसे संसार में सच्चे आंसू ही इंसान की सच्ची अभिव्यक्ति है, जो साबित करते हैं कि हम इंसान हैं। *

गीत / कृष्ण बिहारी

क्या लिखोगे



देवता बनकर दिखोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर लिखोगे, क्या लिखोगे?
सादगी से पूर्ण रचना एक भी तो जन नहीं पाए,
सय करूं तो आदमी भी इसलिए तुम बन नहीं पाए।
खोजकर अमृत पियोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर दिखोगे, क्या लिखोगे?
जो अर्धनिष्क एक घातक विष पिएगा वह रवेगा,
छटपटाई गौत मरकर जो जिएगा वह बवेगा।
तुम शहीदाना प्रियोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर लिखोगे, क्या लिखोगे?
करोे कागजों पर तुमने बस थिडिया उड़ाई है,
अबतलक समझे नहीं यह भी कि झूठी कमाई है।
रदियों जैसे बिकोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर लिखोगे, क्या लिखोगे?

व्यंग्य

केदार शर्मा

वैश्विक स्तर पर भारत डेटा उपयोग में दुनिया का नंबर एक देश बना हुआ है, यह समाचार अखबार में पढ़कर गर्व से मस्तक ऊंचा हो गया। दरअसल डेटा, स्क्रीन पर चलने वाली समस्त गतिविधियों का ईंधन है। अगर डेटा न हो तो स्क्रीन की हालत धोबी के कुत्ते जैसी हो जाए, जो न घर का रहता, न घाट का। इस समय डेटा का थोक में उपयोग सबसे लोकप्रिय गतिविधि रील बनाने और देखने में भरपूर हो रहा है। धीरे-धीरे ऐसे लोगों की संख्या में इजाफा होता जा रहा है, जिनके लिए रील अगर शमा है, तो वे उसके परवाने हैं। रील ही इनका धर्म, कर्म और मर्म है, जान है, मान है और सम्मान है। जिनका श्रम, समय और डेटा, सब कुछ रीलों पर कुर्बान है। सुबह बिस्तर से उठने से लेकर रात को सोने तक ये रील-रानी के संग ही उठते-बैठते हैं। कई बार तो हैरतअंगेज रीलों देखकर दांतों तले अंगुली दब जाती है। प्री-वेडिंग शूटिंग में वर-वधु के बकरा-बकरी की आवाज निकाल कर उनके पोज में एक-दूसरे को प्रोपोज करते हुए, क्लास रूम में डांस करती शिक्षिका की, गधे पर उल्टा बैठकर वीडियो वाली टाइप, एक से बढ़कर

धीरे-धीरे ऐसे लोगों की संख्या में इजाफा होता जा रहा है, जिनके लिए रील अगर शमा है, तो वे उसके परवाने हैं। रील ही इनका धर्म, कर्म और मर्म है, जान है, मान है और सम्मान है। जिनका श्रम, समय और डेटा, सब कुछ रीलों पर कुर्बान है।

रील की झील में डूबते लोग



एक अनगिनत रीलों इंस्टाग्राम, यू-ट्यूब और फेसबुक के आकाश में बरोक-टोक पतंगों की तरह मंडरा रही हैं। अभिव्यक्ति की बेलगाम, बेकाबू असीम और स्वच्छंद आजादी के एक साथ यहां दर्शन होते हैं। इनमें से ही कुछ लोग रील देखते-देखते रील बनाने में उस्ताद बन गए हैं। वे ही इनके प्रोड्यूसर हैं और वे ही कैमरामैन। खत

माया के दर्शन कराने और कमर लचकाने की। रीलों ने हर हाथ और हर आंख को काम धमा रखा है। अगर कोई रील खूब वायरल हो गई, तो कमाई भी बल्ले-बल्ले होती है। रीलों की इस दुनिया के आगे 'रीयल' दुनिया फीकी, नीरस और बेमजा लगने लगी है। संस्कारों की दुनिया में भले ही मंदी हो, पर रीलों के सितारों पर बुलंदी है। संस्कारों की थाली भले ही खाली हो, पर रीलों की थाली नित नए मसालेदार 'व्यंजनों' से मालामाल है।

यह कहना बहुत मुश्किल है कि रील को हम बना रहे हैं या रील हमें बना रही है। रील को हम चला रहे हैं या रील हमें चला रही है। एक बार बिना सेंसर की इस गाड़ी में बैठने के बाद दलान पर लुढ़काती हुईं हमें कहाँ ले जाकर छोड़ेगी, भगवान ही मालिक है। कर्हीं हम रील युग में तो प्रवेश नहीं कर रहे हैं? कुछ भी हो बिना विवेक का इस्तेमाल किए इसमें सफर करने की लत लग गई तो गत का बिगड़ना सुनिश्चित है। रील की इस झील में जो एक बार डूबता है तो बस डूबता ही चला जाता है। रील देखने और बनाने की दीवानगी इस कदर हर उम्र और वर्ग के लोगों पर हावी है कि जैसे उन्हें अपने आस-पास किसी की सुध-बुध ही नहीं रहती, जैसे उनका पूरा अस्तित्व स्मार्टफोन के तल पर टिका गया है। *

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

निर्बंध-उदात्त प्रेम कविताएं

तसलीमा नसरिन जो भी लिखती हैं, वो निर्बंध, भयमुक्त और विचारों का नया आयाम खोलने वाली होती हैं। हाल में छपकर आई उनकी प्रेम कविताओं के अनुवाद की किताब 'यदि प्यार करो' में भी उनकी लेखनी का वही तेवर देख सकते हैं। वे प्रेम को मन की गहनतम अनुभूति मानती हैं, और इन्हें अभिव्यक्त करने से परहेज नहीं करती हैं। 'जब मेरे साथ तुम नहीं होते/मेरे साथ तब तुम सबसे ज्यादा रहते हो।' और 'तुम्हें देखने पर/मन करता है, शुरू से/शुरुआत करूं जीवन की।' जैसी भावप्रणय पंक्तियों के साथ ही वे इसकी जटिलता को भी बयां करती हैं 'कौन कहता है प्रेम/क्रि चाहो और हो जाय'। *

पुस्तक: यदि प्यार करो, लेखिका: तसलीमा नसरिन, अनुवाद: कल्लोल चक्रवर्ती, मूल्य: 199 रुपये, प्रकाशक: राजकमल प्रकाशन, नई दिल्ली

अगर आपकी है

रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेक और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से। हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-

- विरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर
- प्रशिक्षु उप संपादक
- भी आवेदन कर सकते हैं।

रयाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-

E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com

हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित



अगर आप घूमने-फिरने के शौकीन हैं, साथ ही रोमांचक और साहसिक गतिविधियों में भी आपकी रुचि है, तो वाइल्डरनेस टूर यानी रोमांचक-साहसी पर्यटन, आपके लिए परफेक्ट ट्रैवल-चॉइस हो सकती है। हाल के वर्षों में इसका ट्रेंड काफी बढ़ रहा है। इस ट्रेंड और इसके फायदों पर एक नजर।

एंज्वॉयमेंट-थेरेपी का कॉम्बो एडवेंचर ट्रैवलिंग का बढ़ता क्रेज

ट्रैवल ट्रेंड / अंशु सिंह

पर्यटकों की बदलती पसंद को देखते हुए ट्रैवल इंडस्ट्री में नित नए बदलाव होते रहते हैं। अब लोग सिर्फ घूमने-फिरने के लिए यात्रा नहीं कर रहे, बल्कि उन यात्राओं पर जाना पसंद कर रहे हैं जिसमें रोमांच के साथ थोड़ी मुश्किलों का भी सामना करना पड़ता है। यही वजह है कि इन दिनों ट्रैवल थेरेपी के तौर पर वाइल्डरनेस टूर को लोग प्राथमिकता दे रहे हैं। ट्रैवल कंपनियों भी ऐसे ट्रैवलर्स की जरूरतों का ध्यान रखते हुए साहसिक टूर पैकेज डिजाइन कर रही हैं।

ट्रैवलिंग का नया तरीका: जरूरी नहीं कि हर किसी को पहाड़ों पर चढ़ना, बर्फ पर स्केटिंग करना या मानसून के दौरान घने जंगलों में ट्रेकिंग करना पसंद हो। लेकिन इन दिनों ऐसी साहसिक यात्राओं को लेकर लोगों की खास दिलचस्पी देखी जा रही है। टूर एंड ट्रैवल से जुड़ी कई कंपनियां भी इस तरह के वाइल्डरनेस टूर (साहसिक यात्रा) पैकेज उपलब्ध करा रही हैं। वाइल्डरनेस टूर के दौरान ट्रिस्ट को कुछ दिन या हफ्ते भर के लिए उजाड़ और बंजर इलाके में अकेले छोड़ दिया जाता है। वहां से वे खुद ही रास्ता ढूँढते हैं और बाहर निकलते हैं। ट्रिस्ट वाइल्डरनेस टूर के लिए अपनी पसंद से देश या स्थान का चयन करते हैं, जैसे- कोई जंगल, रेगिस्तान, पहाड़ या ध्रुवीय इलाका आदि। पूरी दुनिया में इन दिनों ऐसी यात्राएं हो रही हैं। इनमें मंगोलिया, पेरू और आर्कटिक महासागर में नौवें का द्वीप समूह स्वालबार्ड जैसे एडवेंचर डेस्टिनेशन शामिल हैं।



कई डेस्टिनेशंस हैं मौजूद: हालांकि प्रतिकूल मौसम और दुर्गम स्थान संबंधी कारणों से आम पर्यटक इनसे बचते हैं। फिर भी एडवेंचर के शौकीन लोग इस तरह की साहसिक यात्राओं का लुप्त जरूर उठाते हैं। अपने देश में वाइल्डरनेस टूर के इच्छुक पर्यटकों के लिए अनेक ट्रैवल डेस्टिनेशंस मौजूद हैं। वे हिमालय की तलहटी में बसे दार्जिलिंग की पहाड़ियों में ट्रेकिंग ट्रिप और रॉक क्लाइंबिंग कर सकते हैं। हिमाचल की पहाड़ियों में माउंटेनियरिंग पर जा सकते हैं या फिर राजस्थान के दूर तक फैले रेगिस्तान में ऊंट की सवारी की यात्रा को रोमांचकारी बना सकते हैं। इसके अलावा, वन्यजीव यानी वाइल्डलाइफ को देखना भी भारतीय साहसिक पर्यटन का प्रमुख हिस्सा है। देश के राष्ट्रीय उद्यानों में सफारी और जीप टूर की सुविधा भी प्रदान की जाती है। वाइल्डरनेस टूर एंड ट्रैवल पैकेज में स्कीइंग, पैरालाइडिंग, कैम्पिंग और स्कूबा डाइविंग जैसी गतिविधियां भी शामिल होती हैं।



कंपनियां ग्राहकों की पसंद के अनुसार, वाइल्डरनेस टूर पैकेज डिजाइन करती हैं। जैसा डेस्टिनेशन होगा, उसी अनुसार यात्रा का खर्च आएगा। विदेश की यात्रा करने पर ये खर्च लाखों में हो सकता है। जैसे, एक मशहूर ट्रैवल कंपनी ने 'गेट लॉस्ट' नाम से एक पैकेज डिजाइन किया है। इसके तहत यात्री खुद को खोजने में खो जाते हैं। दरअसल, उन्हें किसी अनजान इलाके में छोड़ दिया जाता है, जहां से उन्हें खुद ही बाहर निकलना होता है। कुछ वेसे ही जैसे 'मैन वर्सेज वाइल्ड' टीवी शो में बेयर ग्रिल्स किया करते हैं। हां, वाइल्डरनेस टूर के दौरान कंपनियां जीपीएस और सैटेलाइट ट्रैकर से अपने यात्रियों पर नजर रखती हैं, ताकि किसी परेशानी में उनकी मदद कर सकें। *

वाइल्डरनेस टूर के फायदे

वाइल्डरनेस ट्रैवलिंग को आज एक हीलिंग थेरेपी की तरह देखा जा रहा है। इसमें यात्री जब अकेले कठिन रास्तों से गुजरते हुए अपनी मंजिल तक पहुंचते हैं, तो उनका आत्मविश्वास कई गुणा बढ़ जाता है। इससे वे जिंदगी में आने वाली चुनौतियों का बेहतर तरीके से सामना करना सीख लेते हैं। इसमें न केवल रोमांच होता है, बल्कि शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य भी ठीक रहता है। तनाव कम होने से नई ऊर्जा का अनुभव करते हैं। प्रकृति के साथ रहने से उससे रिश्ता गहरा होता है। इसमें दुनिया घूमने का मौका मिलता है। नई जगहों और संस्कृतियों को जानने से किशोरिता भी बढ़ती है।

बैंकिंग फ्रॉड से संबंधित घटनाएं आए दिन देखने-सुनने को मिलती रहती हैं। ऐसे में जरूरी है कि बैंक से संबंधित तमाम गतिविधियों के दौरान विशेष सावधानी बरती जाए। इसके लिए बैंक, एटीएम, यूपीआई और नेट बैंकिंग से संबंधित नियम जानना जरूरी है।

जरूर जानें एटीएम-यूपीआई नेट बैंकिंग से जुड़े रूल्स



अवेयरनेस
प्रणाली कठोर

इन दिनों बढ़ती आर्थिक धोखाधड़ी और बैंकिंग फ्रॉड के मद्देनजर प्रत्येक उपभोक्ता को एटीएम, यूपीआई, नेट बैंकिंग और बैंकिंग से संबंधित अन्य नियम जानने जरूरी हैं। ये नियम भारतीय रिजर्व बैंक और बैंकों की ग्राहक सुरक्षा नीति के तहत आते हैं। इन बैंकिंग नियमों की जानकारी के अभाव में आप इकोनॉमिक फ्रॉड के शिकार बन सकते हैं।

जानें आरबीआई के नियम: इस नियम के तहत किसी भी सरकारी या शेड्यूल्ड प्राइवेट बैंक में अगर आपके किसी खाते से कोई धोखाधड़ी हो जाती है तो आपका नुकसान पूरी तरह से बच सकता है बशर्ते इस धोखाधड़ी के तीन दिन के भीतर आप अपने बैंक को इस धोखाधड़ी की लिखित सूचना दें। अगर आप बैंक को अपने साथ हुई धोखाधड़ी की सूचना तीन दिन के भीतर न देकर चार से सात दिनों के भीतर देते हैं तो आपके सेविंग अकाउंट में 5000 से 25 हजार तक

किसी के साथ शेयर न करें। अगर कभी बैंक कर्मचारी भी इसकी मांग करता है, तो आपको उसे यह नहीं देना चाहिए, क्योंकि आरबीआई के नियम के तहत कोई बैंक कर्मचारी अपने बैंक के ग्राहकों से यूपीआई पिन नहीं मांग सकता। अगर आपको रिक्वेस्ट मनी या कलेक्ट रिक्वेस्ट जैसी कोई सूचना मिलती है तो उसे ध्यान से चेक करें, गलती से अप्रूव करने पर आपके अकाउंट से पैसा कट सकता है और बैंक इसके लिए जिम्मेदार नहीं होगा। पर हां, अगर आपने कोई यूपीआई ट्रांजेक्शन किया है और ट्रांजेक्शन फेल हो गया है, लेकिन आपका पैसा कट चुका है तो तुरंत शिकायत करें। सामान्यतया तीन दिनों में अपने आप ही कटा हुआ पैसा वापस आ जाएगा।



एटीएम का इस्तेमाल: यदि एटीएम से पैसा निकलते समय पैसा न निकले और बैलेंस कट जाए तो तुरंत संबंधित बैंक से इसकी शिकायत करें। पांच कामकाजी दिनों के भीतर आपका पैसा वापस आ जाएगा। जहां तक एटीएम ट्रांजेक्शन लिमिट का सवाल है तो मेट्रो शहरों में हर बैंक ग्राहक को तीन ट्रांजेक्शन प्रतिमाह मुक्त है। अगर आप किसी गैर मेट्रो शहर में रहते हैं तो आपको

पांच बार किए गए ट्रांजेक्शन के लिए भी कोई फीस नहीं देनी पड़ती। लेकिन इससे ज्यादा बार की ट्रांजेक्शन पर बैंक की तय फीस देनी पड़ती है। अगर आपने एटीएम से ट्रांजेक्शन के दौरान तीन बार गलत पिन डाल दिया है तो 24 घंटे तक के लिए आपका खाता ब्लॉक हो जाएगा। 24 घंटे के बाद आप पुनः सही पिन डालकर एटीएम से ट्रांजेक्शन कर सकते हैं।

नेट बैंकिंग से संबंधित नियम: नेट बैंकिंग के लिए टू फैक्टर ऑथेंटिकेशन अनिवार्य है जैसे ओटीपी और पासवर्ड। अगर लंबे समय तक आपका नेट बैंकिंग अकाउंट एक्टिव नहीं रहता है तो आपके अकाउंट से ऑटो लॉग आउट हो जाएगा। हर तीन से छह महीने के भीतर आपको अपने नेट बैंकिंग अकाउंट का पासवर्ड चेंज कर लेना चाहिए। कभी भी ईमेली गैस या ब्रेक किए जा सकने वाले पासवर्ड न बनाएं।

बैंकों की जिम्मेदारी: धोखाधड़ी से संबंधित किसी भी रिपोर्ट को बैंक को दस कार्य दिवस में हल करना होता है यानी आप जो शिकायत करते हैं, उसकी जांच उन्हें दस दिन के भीतर करनी होती है। अगर बैंक दस दिनों तक आपकी रिपोर्टों में जांच पूरी नहीं करती, तो कानून के हिसाब से वह आपके अकाउंट से हुई धोखाधड़ी की रकम पर ब्याज भी देगा। साथ ही बैंक आपके पैसे की सुरक्षा के लिए ओटीपी, एसएमएस अलर्ट, लिमिटेड सेंटिंग, कार्ड ऑन/ऑफ फीचर देने के लिए भी बाध्य है। हर बैंक अपने ग्राहक को साइबर क्राइम की रिपोर्ट कराने के लिए 1930 नंबर पर

तत्काल कॉल करने की सुविधा देती है ताकि धोखाधड़ी को तुरंत रोका जाए। इसके अलावा www.cybercrime.gov.in इस आधिकारिक ऑनलाइन पोर्टल पर आप ऑनलाइन रिपोर्ट कर सकते हैं। बैंक आपके दावे को सही माने, इसलिए एफआईआर भी ऑनलाइन शिकायत का रसीद, कर्मेशन नंबर अपने पास रखना जरूरी है। *

मुश्किल नहीं है कुछ भी अगर ठान लीजिए

टूढ़ इच्छा शक्ति, मेहनत और लगन के बल पर जीवन में कुछ भी हासिल किया जा सकता है। जीवन में सफलता पाने के कुछ गोल्डन रूल्स हैं, जिन्हें फॉलो करके मुश्किल से मुश्किल लक्ष्य को साधा जा सकता है।

सेल्फ मोटिवेशन / शिखर चंद जैन

महान संत स्वामी विवेकानंद ने युवाओं को हमेशा निडर, कर्मठ और सकारात्मक सोच रखने की प्रेरणा दी। स्वामी जी कहा करते थे, 'जो भी करो पूरी लगन और एकाग्रता से करो। खुद को कमजोर समझना सबसे बड़ा पाप है।' युवाओं को प्रेरित और प्रोत्साहित करने के लिए दुनिया भर के विद्वानों और मोटिवेशनल स्पीकर्स ने समय-समय पर बड़ी कारगर, महत्वपूर्ण और उपयोगी बातें कही हैं। इनके बारे में आप भी जानिए।



जरूरी है सेल्फ कॉन्फिडेंस: अगर आप जीवन में सफल होना चाहते हैं तो खुद को दायरे में बांधना बंद करें और पूर्वाग्रह से मुक्त रहने की कोशिश करें। ऐसा कभी ना सोचें कि जो कभी आपके किसी मित्र या परिवार के किसी सदस्य ने नहीं किया वह आप भी नहीं कर सकेंगे। आपको अपनी क्षमताओं और कमियों को पहचानना होगा और खुद को इस योग्य बनाना होगा कि आप जो चाहे कर सकें।

समय को बढ़ाकर ही हम अपना सर्वश्रेष्ठ दे सकेंगे। उन्होंने लिखा है, 'हाइपर फोकसिंग से ही हम अपना सबसे बेहतरीन संस्करण बन सकते हैं।' **समस्याओं को धैर्यपूर्वक हल करें:** किसी समस्या के सामने आते ही अगर आप घबरा जाते हैं या हड़बड़ा जाते हैं तो जल्दबाजी में न सही उपाय सोच पाते हैं, न ही उसका हल निकाल पाते हैं। यहाँ तक कि आप अपने सच्चे और विश्वसनीय मददगार का नाम भी याद नहीं कर पाते। इस स्थिति में समस्या के एक ही हिस्से पर आपका नियंत्रण होता है और वह है आपकी प्रतिक्रिया। समस्याएं हमारे भीतर के सर्वश्रेष्ठ गुणों को बाहर निकालती हैं, क्योंकि मुसीबत में ही हम अपनी क्षमताओं के बारे में ठीक से सोच पाते हैं। पुस्तक 'थिंकिंग फास्ट एंड स्लो' के लेखक डेनियल कानमैन कहते हैं, 'जब आप चिंतित होने की बजाय किसी समस्या को रचनात्मक तरीके से हल करने की कोशिश करेंगे तो ज्यादा प्रभावशाली

न समझें खुद को कमजोर: डर हमें जीवन में कुछ नया नहीं करने देता। नई स्किल सीखने, चुनौतियां स्वीकार करने, नया प्रोफेशन या बिजनेस करने में असफल होने का जोखिम होता है। लेकिन इस जोखिम या असफलता के डर से कोशिश नहीं करना बिल्कुल भी सही नहीं है। जो खुद को कमजोर समझते हैं या डरते रहते हैं, वे जीवन में कुछ भी नया या बड़ा हासिल नहीं कर पाते हैं।

पुस्तक 'करेज एंड कॉन्फिडेंस एन एंथोलॉजी' के लेखक नॉर्मन विसेंट पील ने अपनी पुस्तक में लिखा है, 'डर लोगों को शारीरिक रूप से कमजोर बना देता है। किसी न किसी रूप में डर लोगों को वह हासिल करने से रोक देता है, जो वे जीवन में वाकई हासिल करना चाहते हैं।'

एकाग्र होकर काम करें: एक समय में एक काम करें और ऐसा करते समय अपनी पूरी ऊर्जा और ताकत उसमें डाल दें और बाकी सब कुछ भूल जाएं। आज के डिजिटल युग में विभिन्न माध्यमों से सूचनाओं और जानकारीयों की बाढ़ ने हमारे मस्तिष्क को एकाग्रता को छीन लिया है। चाहे पढ़ाई-लिखाई करनी हो या वर्क प्लेस पर अपना हिसाब-किताब लिखना हो, अपने ग्राहक से डील करनी हो या फिर कोई प्रोडक्ट बनाना हो। आप कोई भी काम तभी ठीक से कर सकते हैं, जब आप उसे पूरी तरह एकाग्रचित होकर करें। पुस्तक 'हाइपर फोकस' के लेखक क्रिस बेली लिखते हैं, 'अगर आपको अपने चंचल चित्त को स्थिर करना है तो सबसे पहले फालतू चीजों पर अनफोकस करें।' वे कहते हैं कि आज हम बिना ध्यान बंटए कंप्यूटर पर सिर्फ 40 सेकेंड ही लगातार काम कर पाते हैं। इस

परिणामस्वरूप आप खुद को पहले से ज्यादा बड़ी समस्याएं हल करने के लायक बना लेंगे। **अनुशासन का पालन करें:** स्वतंत्रता और मनचाहा करने की छूट लेना हमारे स्वभाव में होता है। लेकिन यह विवेकपूर्ण, संयमित और अनुशासन युक्त होनी चाहिए। यह आप पर निर्भर करता है कि आप सीमा में रहकर अपनी क्षमता से जीवन को उत्कृष्ट बनाएं या उसकी उपेक्षा करके अपने लिए दुख आमंत्रित करें। स्वच्छता वास्तव में स्वतंत्रता नहीं है। इसका परिणाम अन्ततः विनाश ही है। इस संदर्भ में बेस्ट सेलर पुस्तक 'द नाउ हैबिट' के लेखक नील फियोरे ने कहा है, 'दिमाग वही कारण चाहता है जो उसे पसंद है। लेकिन जो व्यक्ति जीवन में अपने दिमाग की पसंद और सुविधा से चलता है वह कभी कुछ हासिल नहीं कर पाता।' इसलिए जरूरी कामों को टालने की बजाय प्राथमिकता से करना जरूरी है। *

आज से पितृ पक्ष आरंभ हो रहे हैं। पुराणों में इस दौरान अपने पूर्वजों को श्राद्ध एवं तर्पण के द्वारा तृप्त करने का विधान दिया गया है। इससे न केवल जीवन में शांति-समृद्धि आती है, पुरखों का आशीर्वाद भी प्राप्त होता है।

पुरखों से पाएं सुख-शांति समृद्धि का आशीर्वाद



किए गए तर्पण एवं श्राद्ध को स्वीकार करते हैं। जो व्यक्ति पूरी श्रद्धा से श्राद्ध करता है, उसे पितरों का आशीर्वाद प्राप्त होता है, जिससे

निवृत्तम किसी भी पवित्र धार्मिक-स्थल, नदी, तालाब, कुंड, सागर कहीं भी किया जा सकता है। **दान-पुण्य:** श्राद्ध-पक्ष में दान का मिलानक तर्पण करना चाहिए। यह पितरों को जल अर्पित करने का एक उपाय है, जिससे उनकी प्यास बुझती है। **श्राद्ध की विधि:** पितरों की मृत्यु तिथि के अनुसार श्राद्ध कर्म करना चाहिए। श्राद्ध के दिन किसी योग्य ब्राह्मण को आमंत्रित कर भोजन कराएं। भोजन में खीर, पूड़ी तथा पितरों की पसंद के सात्विक भोज्य पदार्थ शामिल करें। **पिंडदान:** आटा, जौ, चावल एवं

उसके जीवन में सुख, समृद्धि, आयु, यश, धन आदि की प्राप्ति होती है। मार्कंडेय पुराण में कहा गया है कि 'श्राद्ध से तृप्त होकर पितृ-गण श्राद्धकर्ता को दीर्घायु, संतति, धन, विद्या, सुख, राज्य, स्वर्ग एवं मोक्ष प्रदान करते हैं।' महर्षि सुमुंतु के अनुसार, 'इस संसार में पितरों से बढ़कर कोई दूसरा कल्याणप्रद कर्म नहीं है।' **ऐसे होते हैं पितृ प्रसन्न:** पितरों को प्रसन्न रखने एवं उनका आशीर्वाद पाने के लिए पितृ-पक्ष में नियमानुसार कुछ विशेष कार्य तथा अनुष्ठान किए जाते हैं, जिनका

तिल से बने पिंडों को पितरों को अर्पित किया जाता है। बोध गया जैसे पवित्र तीर्थ-स्थलों पर पिंडदान का विशेष महत्व माना गया है। हालांकि यह कार्य

