हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, रविवार 29 मार्च 2026

11 सर्व श्री चंडी माता मंदिर में नवरात्र महोत्सव का समापन

12 बिजली निगम की बड़ी कार्रवाई, डिफॉल्टरों पर गिरा गाज

खबर संक्षेप

घेराबंदी कर नशा तस्कर को दबोचा, हेरोइन बरामद

फतेहाबाद। थाना शहर फतेहाबाद की गुरुनानकपुरा पुलिस चौकी की टीम ने एक युवक को हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान संदीप कुमार पुत्र राजकुमार निवासी कारियां के रूप में हुई है। थाना प्रभारी निरिक्षक सुरेन्द्रा ने बताया कि पुलिस टीम गश्त के दौरान हांसपुर रोड बाईपास से हिसार-सिरसा रोड बाईपास की तरफ मौजूद थी। इसी दौरान सिरसा की तरफ से एक युवक आता दिखाई दिया। पुलिस ने घेराबंदी कर उसे काबू कर लिया।

टोहाना में भाजपा कार्यकर्ताओं की बैठक

टोहाना। गांव ढाणी सांचला स्थित कम्युनिटी सेंटर में टोहाना विधानसभा के भाजपा कार्यकर्ताओं की बैठक आयोजित की गई। बैठक में मुख्य वक्ता के रूप में प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य सुलेख जैन और प्रवीण जैन ने शिरकत की, जबकि अध्यक्षता भाजपा जिलाध्यक्ष एडवोकेट प्रवीण जोड़ा ने की। बैठक के दौरान पार्टी के आगामी कार्यक्रमों और संगठनात्मक गतिविधियों को लेकर चर्चा की।

नए दाखिले के लिए चलाया जागरूकता अभियान

रतिया। कस्तूरबा गांधी बालिका विद्यालय खाई में वर्ष 2026- 27 को नए दाखिले के लिए समूह स्टाफ ने खाई गांव में घर-घर जाकर प्रत्येक बच्चे को जागृत किया। हरियाणा सरकार के द्वारा जो सुविधा बच्चों को दी जा रही है, उसके बारे में बताया। स्टाफ द्वारा आज राजकीय माध्यमिक पाठशाला रतनगढ़, भूंदड़वास तथा नंगल ढाणी विद्यालय में जाकर अधिक से अधिक दाखिले के लिए प्रेरित किया।

चेक बाउंस मामले में वांछित भगोड़ा काबू

सिरसा। पुलिस ने चेक बाउंस मामले में वांछित भगोड़े आरोपी को गांव मानावाली फतेहाबाद क्षेत्र से काबू किया है। पीओ स्टाफ प्रभारी जनक राज ने बताया कि अदालत द्वारा आरोपी को बार-बार नोटिस देने पर भी आरोपी अदालत में हाजिर नहीं आया। अदालत के आदेशों की अवहेलना करने पर आरोपी होशियार सिंह को पीओ घोषित किया था।

समय-समय पर शरीर की जांच जरूरी

सिरसा। नेहरू पार्क सिरसा में वेदा इंडिया पैथ लैब द्वारा कैंप लगाया गया, जिसका उद्घाटन हरियाण प्रदेश व्यापार मंडल के शहरी प्रधान कीर्ति गर्ग ने किया। इस मौके पर लैब संचालक डा. मोहित सुथार बताया कि आज शरीर में आहिस्ता-आहिस्ता बीमारियां बढ़ रही है, जिनके प्रति सभी को सचेत रहना चाहिए। जिस तरह सुबह की सैर व व्यायाम शरीर के लिए जरूरी है, उसी तरह शरीर की जांच भी समय पर होनी चाहिए। हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के शहरी प्रधान कीर्ति गर्ग ने कहा कि इस प्रकार के शिविर जरूरतमंद लोगों के लिए काफी कारगर साबित हो सकते हैं। शिविर में सैकड़ों लोगों की जांच की गई।

अल्फा, जगजीवनपुरा व डीएसपी रोड के रेट में 45 फीसदी तक बढ़ोतरी

भट्टू और भूना रोड पर नई विकसित हो रही कॉलोनियों में नहीं बढ़ेंगे कलेक्टर रेट

सुरेन्द्र असीजा ⏭ फतेहाबाद

फतेहाबाद में एक अप्रैल से जमीनों व प्लाटों के रेट महंगे हो जाएंगे। सरकार के आदेशानुसार जिला प्रशासन ने एक अप्रैल से कलेक्टर रेटों में वृद्धि की प्रक्रिया शुरू कर दी है। कलेक्टर रेटों की प्रस्तावित रेटों में शहर की कई कालोनियों के रेटों में 10 से 45 फीसदी तक वृद्धि की गई है। अल्फा, जगजीवनपुरा व लाजपत नगर में 25 फीसदी तो डीएसपी रोड के रेटों में 45 फीसदी की बढ़ोतरी की गई है। इसके विपरीत शहर के भट्टू रोड, भूना रोड व नेशनल हाइवे पर विकसित हो रही नई कालोनियों के दामों में वृद्धि नहीं की गई है। पहले इस बात की व्यापक चर्चा थी कि नई कालोनियों में कलैक्टर रेट बढ़ेंगे। नए कलेक्टर रेटों को लेकर जिला प्रशासन द्वारा 30 मार्च तक आपत्तियां मांगी गई है। इसके बाद इसे अंतिम रूप दे दिया जाएगा। माना जा रहा है कि एक अप्रैल से नए कलेक्टर रेट लागू हो जाएंगे। थाना रोड से अरोडवंश धर्मशाला रोड पर रिहायशी प्लाटों के दाम 25 फीसदी, मॉडल टाऊन में 15 प्रतिशत, बीघड़ रोड व रतिया चुंगी पर 15-15 फीसदी की वृद्धि की गई है। फतेहाबाद में बाईपास के दोनों ओर लगती जमीनों के रेटों में कोई बढ़ोतरी नहीं की गई है। हांसपुर रोड, रतिया रोड, खान मोहम्मद में एग्रीकल्चर के रेटों में भी कोई बदलाव नहीं किया गया है। यहां पर पुराने रेट ही लागू रहेंगे। राजस्व विभाग ने नए वर्ष 2026-27 के लिए प्रस्तावित रेट लिस्ट तैयार कर ली है।

राजस्व विभाग ने नए वर्ष 2026-27 के लिए प्रस्तावित रेट लिस्ट तैयार की

अल्फा सिटी।

30 मार्च तक दे सकते हैं आपत्ति व सुझाव

जिला प्रशासन ने आम नागरिकों को सूचित किया है कि हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार वर्ष 2026-27 के लिए कलेक्टर रेट निर्धारित किए जाने प्रस्तावित हैं। इसके तहत प्रस्तावित कलेक्टर रेट जिला प्रशासन द्वारा आधिकारिक वेबसाइट पर अपलोड कर दिए गए हैं, ताकि आमजन उन्हें देख सकें। यदि किसी व्यक्ति को प्रस्तावित कलेक्टर रेट को लेकर कोई आपत्ति या सुझाव है, तो वह संबंधित तहसील कार्यालय में 30 मार्च को दोपहर 3 बजे तक लिखित रूप में प्रस्तुत कर सकता है। प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि निर्धारित तिथि और समय के बाद किसी भी प्रकार की आपत्ति या सुझाव स्वीकार नहीं किए जाएंगे। प्राप्त आपत्तियों और सुझावों का विश्लेषण करने के बाद ही वित्त वर्ष 2026-27 के लिए अंतिम कलेक्टर रेट निर्धारित किए जाएंगे। जिला प्रशासन ने नागरिकों से समय पर अपने सुझाव देने की अपील की है, ताकि पारदर्शी एवं संतुलित दरें तय की जा सकें।

जमीनों के दाम

कालोनी/क्षेत्र	पहले रेट	नए रेट
जगजीवनपुरा	7810	9762
सुन्दर नगर	6600	8250
योग नगर	5520	6900
लाजपत नगर	8400	10500
डीएसपी रोड	6050	8772
अल्फा	14500	18125
थाना रोड से धर्मशाला रोड	16800	20000
मॉडल टाऊन	44800	51500
बीघड़ रोड	28600	32890
रतिया चुंगी कमर्शियल	29040	33396
भाटिया कालोनी	3700	4255
डीसी कालोनी	6050	6957
शक्ति नगर	2800	3220
इंडस्ट्रीयल एरिया	9000	10350

(इनमें 15 से 45 फीसदी की वृद्धि है)

कृषि योग्य भूमि (प्रति एकड़)

क्षेत्र	पहले रेट	नए रेट
हांसपुर रोड	53.24 लाख	53.24 लाख
रतिया रोड	53.24 लाख	53.24 लाख
बीघड़ रोड़	53.13 लाख	53.13 लाख
खान मोहम्मद	25 लाख	25 लाख
बाईपास के दोनों ओर	90.75 लाख	90.75 लाख

(शहर के साथ सही इस कृषि भूमि के रेट पुराने रहेंगे)

सार्वजनिक की जाएगी लिस्ट

जिला प्रशासन से आमजन से 30 मार्च तक आपत्तियां मांगी है। अगर कोई आपत्ति दर्ज करवाता है तो उस पर सुनवाई कर रेट पर विचार किया जाएगा। इसके बाद कलैक्टर रेट की लिस्ट को आम जनता के लिए पोर्टल पर अपलोड करके सार्वजनिक कर दिया जाएगा।

4 से 5 रिहायशी कॉलोनियां विकसित की जा रही

बता दें कि शहर के भट्टू रोड स्थित मिनी बाईपास पर इस समय 4 से 5 रिहायशी कालोनियां विकसित की जा रही हैं। हालांकि यह कालोनियां लाइसेंसशुदा है लेकिन लोगों को उम्मीद थी कि इन कालोनियों में एग्रीकल्चर से रिहायशी होने के बाद कलेक्टर रेटों मे वृद्धि होगी। ऐसे ही भूना रोड व नेशनल हाइवे बाइपास पर रतिया ओवरब्रिज से भूना ओवरब्रिज तक कालोनियां विकसित हो रही हैं। लोगों में जिज्ञासा इस बात की है कि इन कालोनियों में प्रदेश के मंत्रियों का हिस्सा है और लोकल नेता भी इसमें शामिल हैं। यही कारण है कि इन कालोनियों के रेट नहीं बढ़ाए गए। इसके विपरीत पुरानी आबादी की कालोनियों के रेटों में 15 फीसदी की वृद्धि की गई है।

फतेहाबाद। खेतों में खिली गेहूं की फसल। *फोटो : हरिभूमि*

तीन दिन गरज के साथ तेज आंधी और बारिश के आसार

■ शहर का अधिकतम पारा 32 डिग्री सेल्सियस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

फतेहाबाद जिले में मौसम के मिजाज तेजी से बदल रहे हैं। शनिवार को दिनभर खिली धूप और पश्चिमी हवाओं के कारण उमस ने पसीने छुड़ाए। फतेहाबाद का अधिकतम तापमान 32 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया, वहीं न्यूनतम तापमान भी 20 डिग्री रहा। उत्तर पर्वतीय क्षेत्रों में सक्रिय कमजोर पश्चिमी विक्षोभ के चलते दोपहर बाद बादलों की आवाजाही शुरू हो गई। बता दें कि एक बार फिर से मौसम में बदलाव आज से दिखेगा, जब एक नया और ताकतवर पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होगा। इसके प्रभाव से 29 और 30 मार्च को पूरे प्रदेश में मेघ गर्जन के साथ तेज आंधी और हल्की बारिश की संभावना है। मौसम में यह परिवर्तन लगातार सक्रिय हो रहे पश्चिमी विक्षोभ के कारण हुआ है। इस वजह से तापमान में भी उतार-चढ़ाव दर्ज हो रहा है। मौसम विशेषज्ञ के अनुसार आने वाले दिनों में प्रदेश के कई हिस्सों में हल्की बारिश, बूंदाबांदी और कहीं-कहीं ओलावृष्टि की संभावना बनी हुई है।

कृषि विशेषज्ञों का कहना है कि पकी फसल में किसान सिंचाई न करें। अनाज व धान मंडियों में खुले में रखी जिंसों को तिरपाल से ढककर रखें या सुरक्षित स्थान पर शिफ्ट करें। जिखुले आसमान के नीचे रखी फसलों को भीगने से बचाने के लिए पुख्ता प्रबंध करें।

परिवर्तनशील रहेगा मौसम

कृषि मौसम विज्ञान विभाग चौधरी चरणसिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय हिसार के अनुसार हरियाणा राज्य में एक अप्रैल तक मौसम आमतौर पर परिवर्तनशील रहने की संभावना है। इस दौरान पश्चिमी विक्षोभ की आज रात्रि से सक्रियता बढने की संभावना को देखते हुए राज्य में 29 मार्च से एक अप्रैल के दौरान राज्य में बीच-बीच में आंशिक बादलवाई तथा हल्की से मध्यम गति से हवाएं चलने की संभावना है। इसके अलावा गरज चमक के साथ कहीं-कहीं हल्की से मध्यम बारिश हो सकती है। इस दौरान बीच-बीच में हवाओं में बदलाव आने से दिन के तापमान में गिरावट होने व रात्रि तापमान में हल्की बढ़ोतरी होने की संभावना है।

पशुओं के पेयजल पर संकट, जोहड़ सूखे

■ खंड के गांव कुम्हारिया में ग्रामीणों को हो रही परेशानी

हरिभूमि न्यूज ⏭ चोपटा

खंड के गांव कुम्हारिया में जोहड़ में पानी की कमी से पशुओं के पीने के पानी का संकट भी गहराता जा रहा है। गर्मी का मौसम शुरू होते ही पशुओं को पानी पिलाने के लिए ग्रामीणों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। गांव में जोहड़ पूरी तरह से सूख चुका है। ग्रामीण महेंद्र सिंह, जगदीश, महावीर, रामकुमार, सतवीर सिंह, ने बताया कि इस समय गर्मी शुरू हुई है ओर पानी की किल्लत पैदा हो गई है।

सिरसा। कुम्हारिया में सूखे जोहड़। *फोटो : हरिभूमि*

तालाबों को भरवाने की मांग

गर्मी के मौसम में पशुओं को पानी पिलाने के लिए जोहड़ में ले जाना पड़ता है। लेकिन गांव में बने जोहड़ो में पानी तो पूरी तरह से सूख चुका है जिसमें दरारें पड़ गई है। अभी बारिश का मौसम भी दूर है और गर्मी भी दिनों दिन बढ़ती जा रही है। अब खेतों मे काम का समय चल रहा है। पशुओं के लिए पानी का प्रबंध जरूरी हो जाता है। ग्रामीणों ने जिला प्रशासन से मांग की है कि बढ़ती गर्मी के प्रकोप को देखते हुए पशुओं के पीने के पानी के तालाबों को पानी से भरवाया जाए। गांव के सरपंच रूपेश बैनीवाल ने बताया की जोहड़ में पानी की कमी को दूर किया जाएगा।

होमगार्ड पर हमला, महिला ने फाड़ी वर्दी

■ पुलिस ने महिला समेत तीन लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया

शहर में कानून व्यवस्था को चुनौती देने वाला एक सनसनीखेज मामला सामने आया है। शुक्रवार रात ड्यूटी पर तैनात एक होमगार्ड जवान के साथ मारपीट की गई और उसकी वर्दी फाड़ दी गई। पुलिस ने इस मामले में एक महिला और दो युवकों के खिलाफ गंभीर धाराओं में केस दर्ज किया है। मिली जानकारी के अनुसार, गांव नन्हेड़ी निवासी होमगार्ड जवान सोमनाथ शुक्रवार रात सरदूलगढ़ रोड पर पुलिस टीम के साथ नाके पर तैनात थे। चेकिंग के दौरान एक बाइक को रोका गया, जिसके चालक के पास न तो ड्राइविंग लाइसेंस था और न ही वाहन के दस्तावेज। नियमों के उल्लंघन पर पुलिस ने बाइक को इपाउंड कर लिया। जब सोमनाथ जब्त की गई बाइक को लेकर शहर थाने की ओर जा रहे थे, तभी बाइक सवार युवकों ने फोन कर अपने परिजनों को बुला लिया। फतेहाबाद रोड पर बड़ी नहर के पास हमलावरों ने होमगार्ड को बीच रास्ते में रोक लिया और उनके साथ मारपीट शुरू कर दी।

रतिया। अस्पताल में उपचाराधीन होमगार्ड का जवान। *फोटो : हरिभूमि*

वीडियो वायरल

पीड़ित होमगार्ड ने बताया कि मौके पर पहुंची एक महिला ने उनके साथ बेहद अभद्र व्यवहार किया। महिला ने जवान का कॉलर पकडक़र उन्हें घसीटा, अश्लील गालियां दीं और धक्का-मुक्की के दौरान उनकी वर्दी फाड़ डाली। इस पूरी घटना का एक वीडियो भी सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है, जिसमें कुछ लोग जवान के साथ हाथापाई करते नजर आ रहे हैं। गनीमत यह रही कि उसी समय शहर थाना प्रभारी की गाड़ी वहां से गुजर रही थी। झगड़ा होता देख उन्होंने तुरंत पुलिस बल के साथ हस्तक्षेप किया। हमलावर पुलिस को देख वहां से खिसक गए, जिसके बाद घायल होमगार्ड को तुरंत नागरिक अस्पताल में भर्ती कराया गया।

लाखों की ठगी करने वाली कंपनी की एमडी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

15 प्रतिशत मुनाफे का लालच देकर भूना के लोगों से की ठगी

लोगों को निवेश के नाम पर भारी मुनाफे का झांसा देकर लाखों रुपये की धोखाधड़ी करने के मामले में भूना पुलिस ने कंपनी की एमडी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी महिला की पहचान खुशी पत्नी उमेश निवासी सिम्बलवाला, टोहाना के रूप में हुई है। भूना थाना प्रभारी उप-निरिक्षक ओमप्रकाश ने मामले की जानकारी देते हुए बताया कि इस बारे पुलिस ने बलजीत सिंह निवासी जाण्डली कलां और कविता निवासी भूना की शिकायत पर केस दर्ज किया था। पुलिस को दी शिकायत में शिकायतकर्ताओं ने बताया कि आरोपियों ने प्रिंस पाखी एजुकेशन वल्र्ड प्राइवेट लिमिटेड नामक एक फर्जी कंपनी बनाई हुई थी। आरोपियों ने पीड़ितों को विश्वास दिलाया कि उनकी कंपनी दुबई में गोल्ड और शेयर ट्रेडिंग का काम करती है और निवेश करने पर हर महीने 10 से 15 प्रतिशत मुनाफे का लालच देकर कुल 29 लाख 25 हजार रुपये निवेश करवाए।

3 वारदातों में शामिल आरोपी काबू

■ राजस्थान के भालू ने पॉलीटेक्निक छात्रा सहित कई लोगों को बनाया था निशाना; छीने हुए मोबाइल बरामद

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

शहर में आपराधिक गतिविधियों पर अंकुश लगाने के लिए चलाए जा रहे एंटी-स्नैचिंग अभियान के तहत, फतेहाबाद पुलिस ने एक शातिर अपराधी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान सुभाष उर्फ भालू पुत्र लाल चंद निवासी रामसरा जिला हनुमानगढ़, राजस्थान के रूप में हुई है। थाना शहर फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक सुरेन्द्रा ने बताया कि इस बारे पुलिस ने गांव शहीदांवाली निवासी ईशा की शिकायत पर केस दर्ज किया था। शिकायतकर्ता ईशा ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 25 मार्च को एक अज्ञात व्यक्ति ने उसका मोबाइल फोन झपट लिया और फरार हो गया। इस संबंध में थाना शहर फतेहाबाद में मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई थी।

फतेहाबाद। झपटमारी मामले में गिरफ्तार राजस्थान का युवक।

पूछताछ की

गहन पूछताछ के दौरान आरोपी ने फतेहाबाद शहर में की गई 3 अन्य वारदातों को स्वीकार किया है। युवक ने बताया कि उसने 25 मार्च को हंस मार्केट में पॉलीटेक्निक छात्रा से विवो मोबाइल फोन छीना। इसके अलावा 23 मार्च को गुरुनानक पुरा मोहल्ला में एक अज्ञात युवक से विवो मोबाइल फोन छीना। तीसरे मामले में 20-21 मार्च को बीघड़ रोड स्थित शगुन पैलेस से भारत गैस का सिलेंडर चोरी किया था।

पुलिस ने नशे के खिलाफ चलाया तलाशी अभियान

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

ऑपरेशन जीवन ज्योति के तहत नशे के खिलाफ कार्रवाई करते हुए थाना सदर फतेहाबाद पुलिस द्वारा क्षेत्र में नशीले पदार्थों की रोकथाम को लेकर सघन तलाशी अभियान चलाया गया। यह अभियान थाना सदर फतेहाबाद के अन्तर्गत आने वाली दरियापुर चौंकी प्रभारी उप निरीक्षक हन्सराज के नेतृत्व में आयोजित किया गया, जिसमें डॉग स्क्वॉड तथा कमांडो टीम का विशेष सहयोग लिया गया। अभियान का उद्देश्य नशा तस्करी पर प्रभावी नियंत्रण, संदिग्ध गतिविधियों की जांच तथा आमजन में सुरक्षा और विश्वास की भावना को मजबूत करना रहा। तलाशी अभियान के दौरान थाना क्षेत्र के विभिन्न संवेदनशील स्थानों, सार्वजनिक स्थलों, गली-मोहल्लों, संदिग्ध ठिकानों व आवागमन वाले मार्गों पर गहन जांच की गई।

फतेहाबाद। दरियापुर में तलाशी अभियान चलाते पुलिस टीम।

15 लाख रुपये की हेरोइन सहित चार तस्कर गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ डबवाली

पुलिस ने नशा तस्करों पर शिकंजा कसते हुए सिरसा जिला क्षेत्र से चार तस्करों को करीब 15 लाख रुपये की हेरोइन सहित गिरफ्तार किया है। पुलिस ने तस्करों से करीब 78 ग्राम हेरोइन पकड़ी है। सीआईए डबवाली प्रभारी ने शनिवार को बताया कि पकड़े गए आरोपियों की पहचान गुरमन सिंह, अमनदीप सिंह, राजन व हरभजन सिंह के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि पुलिस टीम गश्त के दौरान डबवाली के जवाहर नगर क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान एक मोटरसाइकिल पर दो युवक आते दिखाई दिए। पुलिस ने शक के आधार पर उन्हें काबू कर तलाशी ली 8तो उनके कब्जे से 50 ग्राम हेरोइन मिली।

सिरसा। पकड़े गए हेरोइन तस्कर।

चर्चा

कहा: पेट्रोल पंप व गैस एजेंसियों पर उपलब्धता की जानकारी प्रदर्शित करना अनिवार्य

जिले में डीजल, पेट्रोल व रसोई गैस की आपूर्ति पूरी तरह सुचारू, अफवाहों पर न दें ध्यान : डीसी

वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से हुई बैठक के बाद डीसी ने अधिकारियों को दिए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

जिला में डीजल, पेट्रोल और रसोई गैस की आपूर्ति व्यवस्था पूरी तरह सुचारू बनी हुई है और किसी प्रकार की कोई कमी नहीं है। डीसी डॉ. विवेक भारती ने नागरिकों से अपील करते हुए कहा कि वे किसी भी तरह की अफवाहों पर ध्यान न दें और केवल आवश्यकतानुसार ही ईंधन व गैस की खरीदारी करें। मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से आयोजित बैठक के उपरांत जिला अधिकारियों को दिशा-निर्देश देते हुए डीसी ने कहा कि सभी गैस एजेंसियों और पेट्रोल पंपों पर ईंधन की उपलब्धता की जानकारी प्रदर्शित करना अनिवार्य किया जाए, ताकि उपभोक्ताओं को सही स्थिति की जानकारी मिल सके।

राशन वितरण प्रणाली सुचारू रूप से संचालित रहे

उन्होंने खाद्य एवं आपूर्ति विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि राशन डिपो पर वितरण प्रणाली सुचारू रूप से संचालित रहे। साथ ही, जिला में कार्यरत मजदूरों को समय पर भुगतान सुनिश्चित किया जाए। डीसी ने यह भी कहा कि सभी सरकारी कैंटीनों पर पर्याप्त मात्रा में गैस सिलेंडर उपलब्ध रहें। डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि हेल्पलाइन नंबर पर प्राप्त शिकायतों और सुझावों का गंभीरता से निपटान किया जाए।

जिला प्रशासन ने जारी किया हेल्पलाइन नंबर

डीसी ने बताया कि मुख्यमंत्री के निर्देशानुसार जिला में कंट्रोल रूम स्थापित किया गया है। नागरिक डीजल, पेट्रोल या रसोई गैस से संबंधित किसी भी समस्या या जानकारी के लिए हेल्पलाइन नंबर 01667-230773 पर कार्य दिवसों में सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे तक संपर्क कर सकते हैं। उन्होंने अधिकारियों को अपने-अपने क्षेत्रों में आपूर्ति व्यवस्था की नियमित निगरानी करने और कालाबाजारी व जमाखोरी पर सख्त कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। जिला वासियों को आश्वस्त करते हुए डीसी डॉ. विवेक भारती ने कहा कि जिले में सभी आवश्यक ईंधन व गैस की आपूर्ति सामान्य है। उन्होंने लोगों से अपील की कि अनावश्यक भंडारण से बचें, प्रशासन का सहयोग करें और किसी भी प्रकार की अफवाहों से सावधान रहें।

सिप+हिप+ टिप पैसा बनाने के साथ देते हैं लाइफ और सुरक्षा

सुझाव | बिजनेस डेस्क

आज के समय में केवल कमाई करना ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि उस कमाई को सही दिशा में लगाना, सुरक्षित रखना और भविष्य के लिए बढ़ाना भी उतना ही जरूरी हो गया है। महंगाई, बढ़ते मेडिकल खर्च और जीवन की अनिश्चितताओं के बीच एक संतुलित वित्तीय योजना ही आपको मजबूत बना सकती है। यही कारण है कि 2026 में सिप, हिप और टिप का कॉम्बिनेशन स्मार्ट निवेशकों के बीच तेजी से लोकप्रिय हो रहा है। यह तीनों मिलकर आपकी वेल्थ, हेल्थ और सिक्योरिटी तीनों को संतुलित करते हैं। इसलिए निवेशक इन्हें अपनाकर अपना भविष्य सरक्षित कर सकते हैं।

क्यों जरूरी है तीनों का कॉम्बो?

- आज की आर्थिक परिस्थितियों में एक ही विकल्प पर निर्भर रहना जोखिम भरा हो सकता है।
- महंगाई लगातार बढ़ रही है
- हेल्थकेयर खर्च तेजी से बढ़ रहे हैं
- जीवन में अनिश्चितता हमेशा बनी रहती है
- ऐसे में एक ऐसा प्लान जरूरी है, जो हर स्थिति में आपका साथ दे। सिप, हिप और टिप का कॉम्बो आपकी आय को बढ़ाने, बचाने और सुरक्षित रखने का संतुलन बनाता है। यही एक समझदार निवेशक की पहचान भी है।

सिपः छोटे निवेश से बड़ा फंड का फॉर्मूला

सिटेमैटिक प्लान यानी सिप हर महीने थोड़ी-थोड़ी रकम निवेश करने की रणनीति, जो समय के साथ बड़ा फंड तैयार करती है। इसमें आप 500 रुपये, 1000 रुपये या 5000 रुपये जैसी छोटी रकम से भी शुरुआत कर सकते हैं। सबसे बड़ी ताकत है "कंपाउंडिंग" यानी आपके पैसे पर भी पैसा बनना।

- लंबी अवधि में 10–12% तक रिटर्न की संभावना
- मार्केट के उतार-चढ़ाव का औसत असर
- अनुशासित निवेश की आदत
- जितना लंबा समय, उतना बड़ा फंड यही सिप की खासियत है। इसलिए इसे लॉन्ग टर्म वेल्थ क्रिएशन का सबसे भरोसेमंद तरीका माना जाता है।

हिप : आपकी सेविंग्स का बॉडीगार्ड

हेल्थ इंश्योरेंस प्लान यानी हिप को अक्सर लोग खर्च समझ लेते हैं, जबकि असल में यह आपकी बचत की सुरक्षा करता है। आज के दौर में एक गंभीर बीमारी या मेडिकल इमरजेंसी कुछ ही दिनों में लाखों रुपये खर्च करा सकती है। ऐसे में अगर आपके पास हेल्थ इंश्योरेंस नहीं है, तो आपकी सालों की जमा पूंजी खत्म हो सकती है। ऐसे में हेल्थ इंश्योरेंस आपकी संभाल करता है। इसलिए इसे लेना न भूलें। से अपातकालीन हालात में आपकी रक्षा करता है।

- अस्पताल का खर्च बीमा कंपनी उठाती है
- आपकी सेविंग्स और निवेश सुरक्षित रहते हैं
- मानसिक तनाव कम होता है
- विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि हर व्यक्ति को अपनी सालाना आय के कम से कम 50% के बराबर हेल्थ कवर जरूर लेना चाहिए। यानी अगर आपकी सालाना आय 10 लाख रुपये है, तो कम से कम 5 लाख का हेल्थ इंश्योरेंस होना चाहिए।

टिप : परिवार की आर्थिक सुरक्षा की ढाल

- टर्म इंश्योरेंश प्लान यानी आपके परिवार के लिए सबसे मजबूत वित्तीय सुरक्षा कवच माना जाता है। जीवन अनिश्चित है, और अगर कमाने वाले व्यक्ति के साथ कुछ अनहोनी हो जाए, तो परिवार पर आर्थिक संकट आ सकता है। ऐसे में टर्म इंश्योरेंस परिवार को आर्थिक सहारा देता है।
- कम प्रीमियम में बड़ा कवरेज
- परिवार के खर्च, बच्चों की पढ़ाई व लोन की सुरक्षा
- लंबी अवधि के लिए मानसिक शांति
- उदाहरण के तौर पर, 30 साल की उम्र में करीब 1 करोड़ रुपये का टर्म प्लान सालाना 10,000–12,000 रुपये में मिल सकता है। यह छोटी सी लागत आपके परिवार के भविष्य को सुरक्षित करने में बहुत बड़ी भूमिका निभाती है।

तीनों का संतुलन ही असली प्लानिंग

सिप, हिप और टिप तीनों अलग-अलग जरूरतों को पूरा करते हैं, लेकिन जब इन्हें एक साथ अपनाया जाता है, तो यह एक मजबूत वित्तीय ढांचा तैयार करते हैं।

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

निवेशकों के बीच असमंजस और चिंता का माहौल, कई लोग बाजार की गिरावट देखकर जल्दबाजी में अपने निवेश को निकालने का कर रहे विचार

विशेषज्ञों की सलाह : हड़बड़ाहट में पैसा न निकालें, निवेश बनाएं रखें, एसआईपी में बढ़ा सकते हैं निवेश

बाजार में उतार-चढ़ाव के बीच शांति व धैर्य जरूरी

ऐसे समय में धैर्य खोना निवेशकों के लिए नुकसान का कारण बन सकता है। इसलिए संयम से काम लें और निवेश बनाएं रखें। लंबी अवधि में निवेश आपको फायदा देकर ही जाएगा।

वैश्विक स्तर पर बढ़ते भू-राजनीतिक तनाव खासतौर पर अमेरिका-इजराइल और ईरान के बीच जारी टकराव का असर अब दुनियाभर के शेयर बाजारों पर साफ नजर आने लगा है। लगातार हो रहे उतार-चढ़ाव के कारण निवेशकों के बीच असमंजस और चिंता का माहौल है। कई लोग बाजार की गिरावट देखकर जल्दबाजी में अपने निवेश को निकालने का विचार कर रहे हैं। हालांकि विशेषज्ञों का कहना है कि ऐसे समय में घबराने की बजाय संयम और समझदारी से काम लेना ही सबसे बेहतर रणनीति होती है। उन्होंने कहा कि भारतीय बाजार के फंडामेंटल्स मजबूत हैं और लंबी अवधि के निवेशकों को आगे चलकर इसका फायदा मिल सकता है। निवेशक चाहें तो एसआईपी में निवेश बढ़ा सकते हैं, चूंकि लंबी अवधि में इसका लाभ मिलेगा। यह गिरावट कुछ समय के लिए हो सकती है। इसलिए लंबी अवधि का लक्ष्य लेकर शांति और धैर्य के साथ निवेश करते जाएं। बाजार के जानकारों ने निवेशकों को स्पष्ट संदेश दिया है कि बाजार में गिरावट के दौरान जल्दबाजी में शेयर बेचना नुकसानदेह हो सकता है। उनका कहना है कि वर्तमान में जो उतार-चढ़ाव दिखाई दे रहा है, वह केवल भारत तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक वैश्विक ट्रेंड है। दुनिया के कई बड़े बाजारों में 7% से 10% तक की गिरावट देखी जा रही है, जो असामान्य नहीं बल्कि बाजार की सामान्य प्रक्रिया का हिस्सा है। शेयर बाजार हमेशा सीधी रेखा में नहीं चलता। इसमें उतार-चढ़ाव आते रहते हैं, और यही इसकी प्रकृति है।

लंबी अवधि का नजरिया सफलता की कुंजी

विशेषज्ञों का मानना है कि शेयर बाजार में सफलता का सबसे बड़ा मंत्र है। लंबी अवधि का नजरिया। जब कोई निवेशक किसी कंपनी के शेयर खरीदता है, तो वह उस कंपनी के भविष्य में निवेश कर रहा होता है। ऐसे में रोजाना के उतार-चढ़ाव पर ध्यान देना जरूरी नहीं होता। अगर निवेशक 5 से 10 साल के दृष्टिकोण से निवेश करते हैं, तो बाजार के अस्थायी उतार-चढ़ाव का असर कम हो जाता है और बेहतर रिटर्न मिलने की संभावना बढ़ जाती है। इतिहास भी यही बताता है कि लंबे समय तक बाजार में बने रहने वाले निवेशकों को अक्सर अच्छा लाभ मिला है।

भारत की अर्थव्यवस्था मजबूत

- भले ही बाजार में अल्पकालिक गिरावट देखने को मिल रही हो, लेकिन भारत की आर्थिक स्थिति मजबूत बनी हुई है।
- देश की जीडीपी ग्रोथ दर स्थिर और सकारात्मक बनी हुई है
- महंगाई नियंत्रण में है, औद्योगिक उत्पादन में वृद्धि हो रही है
- बिजली खपत और इंफ्रास्ट्रक्चर गतिविधियों में तेजी है
- ये सभी संकेत बताते हैं कि भारतीय अर्थव्यवस्था का आधार मजबूत है। यही कारण है कि लंबे समय में बाजार की दिशा सकारात्मक रहने की उम्मीद की जाती है।
- भारत का शेयर बाजार भी लगातार विस्तार कर रहा है। निवेशकों की संख्या तेजी से बढ़ रही है और नए आईपीओ की भरमार इस बात का संकेत है कि बाजार पर लोगों का भरोसा कायम है।

एसआईपी से अस्थिरता में अवसर

- बाजार की गिरावट को अक्सर लोग नकारात्मक रूप में देखते हैं, लेकिन समझदार निवेशक इसे अवसर के रूप में भी देखते हैं।
- सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) के जरिए निवेश करने वालों के लिए यह समय और भी फायदेमंद हो सकता है।
- गिरावट के समय कम कीमत पर यूनिट्स मिलती हैं
- औसत लागत कम होती है
- लंबे समय में बेहतर रिटर्न की संभावना बढ़ती है
- विशेषज्ञों का मानना है कि जो निवेशक अपनी एसआईपी को जारी रखते हैं या उसमें बढ़ोतरी करते हैं, वे बाजार की अस्थिरता का लाभ उठा सकते हैं।

धैर्य और अनुशासन ही निवेश की असली ताकत

- शेयर बाजार में सफल होने के लिए केवल सही स्टॉक चुनना ही काफी नहीं होता, बल्कि सही व्यवहार और मानसिकता भी जरूरी होती है।
- हर गिरावट पर घबराना नुकसानदायक हो सकता है
- बार-बार खरीद-बिक्री से लागत बढ़ती है
- भावनात्मक फैसले अक्सर गलत साबित होते हैं
- इसलिए निवेशकों को चाहिए कि वे अपने वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार योजना बनाएं और उसी पर टिके रहें।
- धैर्य और अनुशासन ही वे दो गुण हैं, जो लंबे समय में निवेशकों को सफलता दिलाते हैं।

वैश्विक संकट का असर

- वर्तमान समय में वैश्विक स्तर पर अनिश्चितता का माहौल है। युद्ध, आर्थिक नीतियों में बदलाव और अन्य अंतरराष्ट्रीय घटनाएं बाजार को प्रभावित करती हैं, लेकिन यह भी सच है कि बाजार इन परिस्थितियों से उबरने की क्षमता रखता है। इतिहास गवाह है कि हर बड़े संकट के बाद बाजार ने वापसी की है और नए उच्च स्तर भी हासिल किए हैं। ऐसे में निवेशकों को यह समझना जरूरी है कि मौजूदा गिरावट स्थायी नहीं है।

संयम रखें, रणनीति पर टिके रहें

- बाजार में उतार-चढ़ाव निवेश का स्वाभाविक हिस्सा है
- घबराकर निवेश निकालना अक्सर नुकसानदायक होता है
- लंबी अवधि का नजरिया और अनुशासन जरूरी है
- एसआईपी जैसे विकल्प अस्थिरता में भी अवसर देते हैं
- निवेश एक लंबी यात्रा है, जिसमें धैर्य और समझदारी सबसे बड़े साथी होते हैं। मौजूदा परिस्थितियों में घबराने के बजाय शांत रहकर अपनी रणनीति पर टिके रहना ही सही निर्णय साबित हो सकता है।

टैक्स बचाने और बचत सुरक्षित रखने की यह है मास्टर प्लानिंग

एजुकेशन लोन अब बोझ नहीं बन सकेगा स्मार्ट इन्वेस्टमेंट

जानकारी | बिजनेस डेस्क

"अगली बार जब एजुकेशन लोन लेने का विचार आए, तो इसे बोझ नहीं, बल्कि अपने उज्जवल भविष्य में किया गया एक समझदारी भरा निवेश मानें।

आज के समय में उच्च शिक्षा का खर्च लगातार बढ़ रहा है। इंजीनियरिंग, मेडिकल, मैनेजमेंट या विदेश में पढ़ाई हर क्षेत्र में फीस लाखों से लेकर करोड़ों तक पहुंच चुकी है। ऐसे में अधिकांश छात्र और अभिभावक एजुकेशन लोन को एक मजबूरी या बोझ के रूप में देखते हैं। लेकिन वित्तीय विशेषज्ञों की मानें, तो सही योजना और समझदारी के साथ लिया गया एजुकेशन लोन एक लायबिलिटी नहीं, बल्कि एक मजबूत निवेश साबित हो सकता है, जो आपके भविष्य को आर्थिक रूप से सुरक्षित बनाने में मदद करता है।

एजुकेशन लोन का सबसे बड़ा फायदा टैक्स बचत के रूप में मिलता है। इनकम टैक्स एक्ट की धारा सेक्शन 80ई के तहत, लोन पर चुकाए गए ब्याज पर पूरी तरह टैक्स छूट मिलती है। इसका मतलब यह है कि आप जितना ब्याज चुकाते हैं, उतनी ही आपकी टैक्सेबल इनकम कम हो जाती है। खास बात यह है कि इस छूट की कोई ऊपरी सीमा नहीं होती। यह सुविधा लोन चुकाना शुरू करने के बाद अधिकतम 8 वर्षों तक मिलती है।यानी आप पढ़ाई पूरी करने के बाद नौकरी शुरू करते ही टैक्स बचत का लाभ उठा सकते हैं, जिससे आपकी कुल वित्तीय योजना और मजबूत हो जाती है।

आत्मनिर्भरता और आत्मविश्वास

एजुकेशन लोन का एक महत्वपूर्ण पहलू यह भी है कि यह छात्रों को आत्मनिर्भर बनाता है। जब छात्र अपनी पढ़ाई का खर्च खुद उठाते हैं, तो उनमें जिम्मेदारी की भावना विकसित होती है। वे अपने करियर को लेकर अधिक गंभीर होते हैं और नौकरी मिलने के बाद अपने वित्तीय लक्ष्यों को लेकर सजग रहते हैं। यह अनुभव उन्हें जीवनभर काम आता है और आर्थिक रूप से मजबूत बनाता है।

समझदारी से लिया गया कर्ज, भविष्य की ताकत

एजुकेशन लोन को केवल कर्ज के रूप में देखना एक अधूरी सोच है। सही रणनीति के साथ यह एक ऐसा वित्तीय टूल बन सकता है, जो न केवल आपकी शिक्षा का रास्ता आसान करता है, बल्कि टैक्स बचत, क्रेडिट स्कोर सुधार और निवेश सुरक्षा के जरिए आपके भविष्य को भी मजबूत बनाता है।

क्रेडिट स्कोरः मजबूत आर्थिक पहचान की शुरुआत

युवाओं के लिए एजुकेशन लोन सिर्फ पढ़ाई का जरिया नहीं, बल्कि उनके वित्तीय जीवन की पहली सीढ़ी भी होता है। जब कोई छात्र समय पर अपनी ईएमआई भरता है, तो उसका क्रेडिट स्कोर मजबूत होता है। यह स्कोर भविष्य में होम लोन, कार लोन या बिजनेस लोन लेने में बेहद अहम भूमिका निभाता है। अच्छा क्रेडिट स्कोर होने से न केवल आसानी से लोन मिलता है, बल्कि कम ब्याज दर पर भी लोन मिल सकता है। इसके अलावा, खुद की पढ़ाई का खर्च उठाने से छात्रों में जिम्मेदारी और वित्तीय अनुशासन विकसित होता है, जो लंबे समय में उनके करियर और जीवन दोनों के लिए फायदेमंद साबित होता है।

निवेश की सुरक्षाः बचत को बढ़ने का मौका

अक्सर देखा जाता है कि माता-पिता बच्चों की पढ़ाई के लिए अपनी जीवनभर की बचत—जैसे फिक्स्ड डिपॉजिट (एफडी), पीएफ या रिटायरमेंट फंड तोड़ देते हैं। यह निर्णय भावनात्मक रूप से सही लग सकता है, लेकिन वित्तीय दृष्टि से हमेशा लाभकारी नहीं होता। विशेषज्ञों का मानना है कि यदि इन बचतों को बाजार में निवेशित रहने दिया जाए, तो वे 12% से 15% तक का रिटर्न दे सकती हैं। वहीं, एजुकेशन लोन की ब्याज दरें अपेक्षाकृत कम होती हैं और कई मामलों में सरकारी सब्सिडी भी मिलती है। इस तरह लोन लेकर आप अपनी पूंजी को सुरक्षित रखते हुए उसे कंपाउंडिंग के जरिए बढ़ने का मौका देते हैं। यह रणनीति लंबे समय में अधिक लाभदायक साबित हो सकती है।

सही योजना जरूरी

- लोन लेने से पहले कोर्स और उसके करियर स्कोप का आकलन करें
- ब्याज दर और शर्तों की तुलना करें
- समय पर ईएमआई चुकाने की योजना बनाएं
- अनावश्यक रूप से अधिक कर्ज लेने से बचें

रिटायरमेंट के करीब हैं तो कर लें ये जरूरी काम

हर व्यक्ति की ख्वाहिश होती है कि वह रिटायरमेंट के बाद की जिंदगी बिना तनाव और आर्थिक चिंता के सुकून से बिताए। लेकिन यह तभी संभव है, जब समय रहते सही वित्तीय योजना बनाई जाए। अक्सर लोग नौकरी के दौरान तो बचत और निवेश करते हैं, लेकिन रिटायरमेंट के बिल्कुल करीब आकर कई जरूरी पहलुओं को नजरअंदाज कर देते हैं। अगर आपकी रिटायरमेंट अब ज्यादा दूर नहीं है, तो यह समय बेहद अहम है। इस दौरान लिए गए सही फैसले आपके आने वाले जीवन को सुरक्षित और संतुलित बना सकते हैं। आइए जानते हैं ऐसे 5 जरूरी वित्तीय काम, जिन्हें रिटायरमेंट से पहले जरूर पूरा कर लेना चाहिए।

1. कुल बचत और आय का सही आकलन करें

रिटायरमेंट के करीब पहुंचते ही सबसे पहले अपनी वित्तीय स्थिति का स्पष्ट आकलन करना जरूरी है। इसमें आपकी सेविंग्स, पेंशन, पीएफ, ग्रेच्युटी और अन्य निवेश शामिल होने चाहिए। इसके साथ ही पिछले कुछ वर्षों के खर्च का विश्लेषण करें और यह समझें कि रिटायरमेंट के बाद आपकी मासिक जरूरतें कितनी होंगी। महंगाई को ध्यान में रखते हुए भविष्य के खर्च का अनुमान लगाना भी बेहद जरूरी है।

2. गैर-जरूरी खर्चों पर लगाएं लगाम

रिटायरमेंट के बाद नियमित आय सीमित हो जाती है, इसलिए खर्चों पर नियंत्रण बेहद जरूरी हो जाता है। ऐसे में अपनी वर्तमान जीवनशैली का मूल्यांकन करें और फिजूल खर्चों को कम करने की आदत डालें। इसके अलावा, रिटायरमेंट के बाद नए कर्ज लेने से बचें। क्रेडिट कार्ड का अत्यधिक उपयोग भी भविष्य में आर्थिक दबाव बढ़ा सकता है। बेहतर होगा कि आप अपने सभी पुराने कर्ज समय रहते खत्म कर लें, ताकि रिटायरमेंट के बाद किसी तरह की वित्तीय बाधा न आए।

3. निवेश को विविध बनाएं

एक ही जगह निवेश करना हमेशा जोखिम भरा होता है। इसलिए अपनी बचत को अलग-अलग निवेश विकल्पों में बांटना समझदारी भरा कदम है। रिटायरमेंट से पहले आप अपने पोर्टफोलियो की समीक्षा करें और जरूरत के अनुसार बदलाव करें। सुरक्षित विकल्पों जैसे फिक्स्ड डिपॉजिट, पेंशन स्कीम या सीनियर सिटिजन सेविंग्स स्कीम में निवेश बढ़ाया जा सकता है, जबकि कुछ हिस्सा ऐसे निवेश में रखें जो महंगाई को मात दे सके। विविध निवेश से जोखिम कम होता है और रिटर्न संतुलित रहता है।

4. हेल्थ प्लान और मेडिकल फंड तैयार रखें

रिटायरमेंट के बाद स्वास्थ्य सबसे बड़ी प्राथमिकता बन जाता है। उम्र बढ़ने के साथ मेडिकल खर्च भी तेजी से बढ़ते हैं, इसलिए एक मजबूत हेल्थ इंश्योरेंस पॉलिसी होना बेहद जरूरी है। यदि आपके पास पहले से हेल्थ इंश्योरेंस है, तो उसकी कवरेज की समीक्षा करें और जरूरत के अनुसार बढ़ाएं। इसके साथ ही एक अलग इमरजेंसी मेडिकल फंड बनाना भी समझदारी है, ताकि अचानक आने वाले खर्चों से आपकी बचत पर ज्यादा असर न पड़े।

5. पैसे निकालने की रणनीति बनाएं

रिटायरमेंट के बाद सबसे बड़ी चुनौती होती है। बचत को लंबे समय तक कैसे चलाया जाए। इसके लिए पहले से ही एक स्पष्ट रणनीति बनाना जरूरी है। आपको यह तय करना चाहिए कि हर महीने कितनी राशि निकालनी है, किन निवेशों से पैसे निकालने हैं और किन्हें लंबे समय तक बने रहने देना है। सिस्टमेटिक विड्रॉल प्लान जैसे विकल्प इस मामले में मददगार हो सकते हैं। सही योजना के साथ आप अपने फंड को लंबे समय तक सुरक्षित रख सकते हैं और नियमित आय का प्रवाह बनाए रख सकते हैं।

उठापटक वाले बाजार में मल्टी एसेट फंड है बेहतर विकल्प

एक ही एसआईपी से स्टॉक्स, गोल्ड व बॉन्ड में निवेश

वर्तमान भू-राजनीतिक परिस्थितियों में अमेरिका-इजराइल-ईरान संघर्ष, वैश्विक महंगाई का दबाव और राजनीतिक अनिश्चितता शामिल हैं। इनको देखते हुए निवेशकों को मल्टी-एसेट रणनीति अपनानी चाहिए। । ऐसे माहौल में मल्टी-एसेट फंड निवेशकों के लिए एक आदर्श विकल्प बन जाते हैं, क्योंकि ये इक्विटी, डेट, कमोडिटी और कीमती धातुओं में निवेश का अवसर देते हैं। मल्टी-एसेट फंड ऑटोमैटिक रीबैलेंसिंग, प्रोफेशनल मैनेजमेंट और डायनेमिक एसेट एलोकेशन प्रदान करते हैं, जो खासतौर पर अधिक अस्थिरता के समय में उपयोगी होता है। साथ ही यह समय अत्यधिक आक्रामक होने का नहीं है, बल्कि एक संतुलित और विविधीकृत पोर्टफोलियो बनाए रखने का है, जो झटकों को सह सके और संभावित बढ़त में भी भाग ले सके।

पश्चिम एशिया में जारी जंग को एक माह हो गया है। इस दौरान बाजार में उठा-पटक जोरदार है। तेल की कीमतें आसमान छू रही हैं। बाजार दवाब में हैं। सोना और चांदी पहले चमके, फिर गिरे। बॉन्ड्स ने कुछ राहत दी है और जो निवेशक सिर्फ एक जगह पैसा लगाए बैठे थे, वो सबसे ज्यादा नुकसान में हैं। यही वो वक्त है जब एक पुरानी बात फिर साबित होती है कि किसी एक एसेट पर निर्भर नहीं रहना चाहिए फिर चाहे वो इक्विटी हो, डेट हो या सोना, लेकिन एक व्यक्ति कहां-कहां निवेश करे? आम निवेशक के पास क्या विकल्प हैं? इसलिए एक ऐसा निवेश का ऑप्शन आपकी सभी जरूरतों को पूरा कर सकता है। आप बस हर महीने पैसा डालते रहो और आपका पैसा हर जगह निवेश होता रहेगा। फिर शेयर हो या सोना। एसेट अलोकेशन का मतलब होता है कि आप अपना पैसा कहां-कहां डाल रहे हैं और इसका सबसे आसान रास्ता है मल्टी एसेट्स एलोकेशन फंड। बाजार विशेषज्ञों का मानना है कि वर्तमान भू-राजनीतिक परिस्थितियों, राजनीतिक अनिश्चितता और वैश्विक महंगाई के दबाव को देखते हुए निवेशकों को मल्टी-एसेट रणनीति को प्राथमिकता देनी चाहिए, क्योंकि विविधीकरण (डाइवर्सिफिकेशन) अशांत समय में जोखिम को कम करने में मदद करता है।

केवल फंड स्तर पर विविधीकरण सही नहीं

विशेषज्ञों के अनुसार पिछले दिनों वैश्विक आर्थिक अनिश्चितताओं और केंद्रीय बैंकों की खरीदारी के कारण सोने की कीमतों में तेजी आई है। चांदी को औद्योगिक मांग और कीमती धातु के रूप में उसकी पारंपरिक भूमिका दोनों का लाभ मिला है, जबकि इक्विटी बाजार उच्च विदेशी निवेश (एफआईआई इनफ्लो), मजबूत आय संभावनाओं और मैक्रो स्थिरता के कारण अपने सर्वकालिक उच्च स्तर पर पहुंच गया। इन सकारात्मक रुझानों के कारण इस श्रेणी ने निवेशकों को आकर्षित किया। लेकिन, अब हालात बदल चुके हैं। सोना और चांदी अपने उच्चतम स्तर से काफी नीचे आ चुके हैं। ऐसे में एक ही श्रेणी के निवेशक काफी दिक्कत में आ चुके हैं। इसके लिए अगर आपने अलग-अलग एसेट में निवेश किया होता तो बेहतर रहता। हालांकि, यह ध्यान रखना चाहिए कि केवल फंड स्तर पर विविधीकरण करना सही नहीं है, क्योंकि जरूरत पड़ने पर विभिन्न एसेट क्लास के बीच पुनः आवंटन करना मुश्किल हो जाता है। विशेषज्ञ बताते हैं कि 29 मल्टी-एसेट फंड्स में से अधिकांश फंड्स में 65% से अधिक निवेश इक्विटी में, 25% डेट में और 10% अन्य (जैसे सोना/कमोडिटी) में होता है। डीएसपी मल्टी एसेट एलोकेशन फंड एक अपवाद है, जिसमें लगभग 88% निवेश 'अन्य' श्रेणी में है। अधिकांश योजनाओं में एक जैसी संरचना होने से विविधीकरण और लचीलापन दोनों सीमित हो जाते हैं। चूंकि इक्विटी हिस्सा अक्सर लार्ज-कैप शेयरों में केंद्रित होता है, इसलिए कई बार ऐसे फंड्स में निवेश करने पर भी पर्याप्त विविधीकरण नहीं मिल पाता। वे सलाह देते हैं कि सिर्फ मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड्स पर निर्भर रहने के बजाय निवेशकों को अपने पूरे पोर्टफोलियो स्तर पर एसेट एलोकेशन तय करना चाहिए।

फ्लेक्सी-कैप और बैलेंस्ड एडवांटेज फंड्स भी विकल्प

इसके बावजूद मल्टी-एसेट फंड्स में निवेशकों की रुचि लगातार बढ़ रही है। मध्यम जोखिम प्रोफाइल वाले नए निवेशकों के लिए मल्टी-एसेट फंड्स के साथ फ्लेक्सी-कैप और बैलेंस्ड एडवांटेज फंड्स भी एक अच्छा विकल्प है। पिछले एक वर्ष में 24 मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड्स में से 8 ने दो अंकों (डबल डिजिट) का रिटर्न दिया, 14 ने एक अंक (सिंगल डिजिट) का रिटर्न दिया, जबकि 2 फंड्स ने नकारात्मक रिटर्न दिया। कई बार मल्टी-एसेट फंड्स पूर्व-निर्धारित एलोकेशन संरचना के कारण हर एसेट की पूरी क्षमता का लाभ नहीं उठा पाते। ये फंड्स अभी भी इक्विटी पर अधिक निर्भर रहते हैं और इक्विटी फंड्स से बहुत अलग नहीं हैं। यदि निवेशक पहले से ही अपने पोर्टफोलियो स्तर पर एसेट मिक्स तय कर रहे हैं, तो मल्टी-एसेट फंड जोड़ने से अनावश्यक दोहराव या एक ही एसेट में अधिक निवेश (कंसंट्रेशन) हो सकता है, खासकर जब फंड इक्विटी की ओर झुका हुआ हो। ऐसे निवेशकों को मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड्स से बचने पर विचार करना चाहिए और अपनी वित्तीय लक्ष्यों और जोखिम प्रोफाइल के अनुसार इक्विटी और डेट में अलग-अलग निवेश करना चाहिए। इससे बेहतर रिटर्न, दीर्घकालिक वृद्धि और संपत्ति निर्माण की आदर्श रणनीति बन सकती है। जबकि नए व आम निवेशकों के लिए मल्टी एसेट फंड एक बेहतर विकल्प रहता है। भले ही कुछ परिस्थितयों में इसमें रिटर्न कम हो सकता है, लेकिन जोखिम घटाने के लिए यह बेहतर विकल्प है। हाल के आंकड़े गवाह हैं कि इस फंड ने अनेक मामलों में बेहतर रिटर्न भी दिया है। इसके बावजूद निवेश हमेशा अपनी जोखिम क्षमता, निवेश अवधि और वित्तीय लक्ष्यों के आधार पर ही करना चाहिए।

खबर संक्षेप

दिव्य देव स्थानम में मनाया वार्षिक उत्सव

हिसार। सरसौद गांव स्थित दिव्य देव स्थानम में चतुर्थ वार्षिक उत्सव एवं रामनवमी उत्सव के उपलक्ष्य में भव्य धार्मिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। इस अवसर पर सैकड़ों श्रद्धालु मंदिर परिसर में एकत्र हुए। मनोहर लाल ज्ञानी देवी जन कल्याण सोसायटी के प्रधान मदनलाल गोयल ने बताया कि मंदिर में विशेष पूजा-अर्चना, हवन, कन्या पूजन एवं भंडारे का आयोजन किया गया। नौ दिनों तक चले इस उत्सव में विभिन्न धार्मिक कार्यक्रम आयोजित किए गए।

संस्कृत निबंध प्रतियोगिता में पारुल रही प्रथम

हिसार। राजकीय महिला महाविद्यालय में संस्कृत विभाग की ओर से संस्कृत निबंध प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता के परिणामों में तृतीय वर्ष की छात्रा पारुल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। द्वितीय स्थान तृतीय वर्ष की छात्रा प्रिया ने प्राप्त किया तथा तृतीय स्थान तृतीय वर्ष की छात्रा चेतना ने हासिल किया। इस अवसर पर संस्कृत विभागाध्यक्ष डॉ. अमित कुमार ने सर्वप्रथम छात्राओं को संबोधित करते हुए संस्कृत भाषा के महत्व पर प्रकाश डाला।

बिजली कर्मचारियों ने सरकार का जताया विरोध

नारनौंद। ऑल हरियाणा पावर कॉरपोरेशन वर्कर यूनियन सब यूनिट नारनौंद की जनरल मीटिंग शनिवार को उप मंडल कार्यालय के प्रांगण में हुई, जिसकी अध्यक्षता सब यूनिट प्रधान रामदिया शर्मा ने की तथा संचालन सब यूनिट सचिव सत्यवान रंगा ने किया। मीटिंग में यूनिट की तरफ से यूनिट प्रधान सुरेंद्र हुड्डा, यूनिट सचिव जोनी कुमार, यूनिट के सीनियर उप प्रधान सतीश शर्मा, वित्त सचिव सुनील यादव के साथ-साथ सर्व कर्मचारी संघ ब्लॉक नारनौंद की तरफ से ब्लॉक प्रधान योगेंद्र मास्टर तथा रिटायर्ड कर्मचारी संघ के ब्लॉक सचिव रोहतास शर्मा ने भी विशेष रूप से भाग लिया।

गोयंका सेवा सदन में संत प्रवचन कल से

हिसार। सोहम महामंडल शाखा हिसार समिति की एक बैठक समिति के प्रधान इंद्र चंद राठी की अध्यक्षता में स्थानीय देवी भवन स्कूल के प्रांगण में आयोजित की गई। बैठक में समिति के राकेश गर्ग ने बताया कि 30 मार्च से 5 अप्रैल तक देवी भवन स्थित गोयंका सेवा सदन में संत प्रवचन कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। यह आयोजन परम पूज्य अनन्त श्री विभूषित महामंडलेश्वर स्वामी विवेकानंद महाराज (वृंदावन) की प्रेरणा एवं उनके कृपापात्र सोहम पीठाधीश्वर सत्यानंद महाराज जी की अध्यक्षता में संपन्न होगा।

ध्यान की खिलावट विषय पर आधारित ध्यान सत्र आज

हिसार। ओशो ध्यान उपवन में 29 मार्च को ध्यान की खिलावट विषय पर आधारित ध्यान सत्र का आयोजन किया जाएगा। प्रातः 9 बजे से दोपहर 12 बजे तक चलने वाले इस ध्यान सत्र में न केवल ध्यान का महत्व समझाया जाएगा बल्कि ध्यान की विभिन्न सरल विधियों का अभ्यास भी करवाया जाएगा। ध्यान सत्र के आयोजक स्वामी संजय व मां सांची ने बताया कि 29 मार्च के ध्यान सत्र में साधक ध्यान की खिलावट से रूबरू होकर आनंदमय मार्ग की तरफ अग्रसर होंगे। उन्होंने बताया कि इस अवसर पर साधकों के साथ 10 से 12 अप्रैल तक आयोजित होने वाले मेडिटेशन कैंप के बारे में जानकारी दी।

सर्व श्री चंडी माता मंदिर में नवरात्र महोत्सव का समापन

भक्ति और शक्ति का संगम : नौ दिनों तक गूंजते रहे माता रानी के जयकारे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

शहर के अशोक नगर स्थित सुप्रसिद्ध सर्व श्री चंडी माता मंदिर में इस वर्ष शारदीय नवरात्र महोत्सव अपार श्रद्धा और उल्लास के साथ संपन्न हुआ। गद्दीनशीन माता सत्यम देवा के पावन सानिध्य में आयोजित इस नौ दिवसीय अनुष्ठान में भक्ति की ऐसी अविरल धारा बही कि पूरा क्षेत्र माता रानी के जयकारों से गुंजायमान रहा। नवरात्रों के दौरान मंदिर में आध्यात्मिक कार्यक्रमों की लंबी फेहरिस्त रही।

माता सत्यम देवा की देखरेख में प्रतिदिन विधिवत पूजा-अर्चना एवं हवन यज्ञ का आयोजन हुआ। दुर्गा स्तुति और दुर्गा चालीसा के सामूहिक पाठ किए गए। भक्तों द्वारा माता रानी की सुंदर भेंटों के माध्यम से गुणगान किया गया। मंदिर पहुंचे श्रद्धालुओं का कहना है कि इस मंदिर में 'भक्ति से शक्ति' का साक्षात अनुभव होता है। यही कारण है कि नौ दिनों तक यहां भक्तों का सैलाब उमड़ा और श्रद्धालुओं ने माता के चरणों में अपनी मनोकामनाएं अर्पित कीं।

फतेहाबाद। सर्व श्री चंडी माता मंदिर में प्रवचन देते हुए माता सत्यम देवा तथा लंगर ग्रहण करते श्रद्धालु।

महोत्सव के समापन अवसर पर वातावरण पूरी तरह भक्तिमय हो गया। संरक्षक माता सत्यम देवा के सानिध्य में नवचंडी महायज्ञ का आयोजन किया गया, जिसमें विद्वान ब्राह्मणों द्वारा मंत्रोच्चारण के बीच भक्तों ने पूर्ण आहुति डाली। इसके पश्चात लगभग 250 कन्याओं का पूजन कर उन्हें उपहार व दक्षिणा भेंट की गई। महायज्ञ की पूर्णाहुति के बाद विशाल लंगर लगाया गया, जिसमें सैकड़ों की संख्या में आए श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया। सफल आयोजन के उपरांत अपने प्रवचनों में माता सत्यम देवा ने कहा कि आध्यात्मिक आयोजन किसी एक व्यक्ति के पुरुषार्थ का फल नहीं होते। उन्होंने कहा इतना बड़ा उत्सव सभी के सामूहिक सहयोग से ही संभव हो पाता है। कोई तन से, कोई मन से तो कोई धन से सेवा करता है, तब जाकर प्रभु का कार्य सफल होता है।

उन्होंने समस्त सेवादारों और भक्तों को आशीर्वाद देते हुए मंगल कामना की कि माता रानी सभी के जीवन में सुख-समृद्धि और खुशहाली का संचार करें। माता सत्यम देवा ने मंदिर समिति के कार्यकर्ताओं और सेवादारों की निष्काम सेवा की सराहना करते हुए उनका विशेष आभार व्यक्त किया। मंदिर की व्यवस्था और अनुशासन ने आने वाले हर श्रद्धालु का मन मोह लिया।

श्री श्याम गोरक्षा दल मैमोरियल ट्रस्ट ने आयोजित श्रीमद्भागवत कथा से पूर्व निकाली भव्य कलश यात्रा

सिरसा। श्री श्याम गोरक्षा दल मैमोरियल ट्रस्ट द्वारा आयोजित की जा रही श्रीमद्भागवत कथा से पूर्व भव्य कलश यात्रा निकाली गई। यह जानकारी देते हुए कमल सोनी ने बताया कि कलश यात्रा सारूं मंदिर नेजाडेला रोड से शुरू हुई, जोकि मुख्य स्थानों का भ्रमण करते हुए वापस गौशाला प्रांगण में कथास्थल पर पहुंची। कलश यात्रा का अनेक स्थानों फूलों से स्वागत किया गया। कथावाचक कपिल देव महाराज वृंदावन वाले ने बताया कि श्रीमद्भागवत कथा भक्ति, ज्ञान, वैराग्य और समाजधर्म का ज्ञान देती है। उन्होंने कहा कि भगवान श्रीकृष्ण ने अपने दिव्य देह का तेज इस महापुराण में प्रवेश करा दिया था। इसलिए इसे भगवान का शरीर माना जाता है तथा इसे सुनने मात्र से तमाम तरह के कष्टों से मुक्ति मिल जाती है। कथा व्यास ने कहा कि जब-जब पृथ्वी पर अत्याचार बढ़ता है, तब परमात्मा स्वयं आकर लीलाएं करते हैं। उन्होंने बताया कि भागवत पुराण को सुनने वाले भक्त मोक्ष प्राप्त करते हैं। जिस तरह राजा परीक्षित श्राप से मुक्त हुए, उसी तरह कई राक्षस और पापी भी परमात्मा की शरण में जाकर मुक्ति पा गए। श्रीमद्भागवत पुराण को सभी ग्रंथों में महापुराण की संज्ञा मिली है।

सिरसा। कलश यात्रा निकाले श्रद्धालु। फोटो : हरिभूमि

फतेहाबाद। गांव मानावाली में ग्रामीणों को साइबर अपराधों बारे जागरूक करते सहायक उपनिरीक्षक सुनीता। फोटो : हरिभूमि

पुलिस ने साइबर अपराधों के प्रति किया जागरूक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भट्टूकलां

- आज के डिजिटल युग में साइबर अपराध तेजी से बढ़ रहे हैं, इसलिए सतर्क रहना जरूरी
- विशेष रूप से डिजिटल अरेस्टिंग जैसे नए साइबर फ्रॉड के बारे में भी जागरूक किया गया

गांव मानावाली में जिला पुलिस द्वारा जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें ग्रामीणों को साइबर ठगी से बचाव के विभिन्न तरीकों के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। कार्यक्रम का संचालन साइबर थाना फतेहाबाद में तैनात महिला सहायक उपनिरीक्षक सुनीता के नेतृत्व में किया गया। इस दौरान टीम ने उपस्थित लोगों को बताया कि आज के डिजिटल युग में साइबर अपराध तेजी से बढ़ रहे हैं, इसलिए सतर्क रहना बेहद जरूरी है। उन्होंने लोगों को अनजान कॉल, फर्जी लिंक, ओटीपी शेयर करने के खतरे, और सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म्स के सुरक्षित उपयोग के बारे में विस्तार से समझाया। विशेष रूप से डिजिटल अरेस्टिंग जैसे नए साइबर फ्रॉड के बारे में भी लोगों को जागरूक किया गया, जिसमें ठग खुद को पुलिस या अन्य एजेंसी का अधिकारी बताकर लोगों को डराकर पैसे ठगने का प्रयास करते हैं। लोगों को स्पष्ट रूप से बताया गया कि कोई भी सरकारी एजेंसी इस प्रकार फोन या वीडियो कॉल के माध्यम से गिरफ्तारी नहीं करती, इसलिए ऐसे मामलों में तुरंत पुलिस को सूचित करें। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित लोगों को साइबर हेल्पलाइन नंबर 1930 और ऑनलाइन शिकायत पोर्टल के बारे में भी जानकारी दी गई, ताकि किसी भी प्रकार की साइबर ठगी होने पर तुरंत कार्रवाई की जा सके। पुलिस द्वारा आमजन से अपील की गई कि वे जागरूक रहें, दूसरों को भी जागरूक करें और किसी भी संदिग्ध गतिविधि की सूचना तुरंत पुलिस को दें।

नेशनल कालेज में प्रतियोगिताओं का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

सीएमके नेशनल स्नातकोत्तर महाविद्यालय में मनोविज्ञान विभाग द्वारा किशोरावस्था के लिए खतरे-नशा, धूम्रपान एवं मद्यपान विषय पर पोस्टर निर्माण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का शुभारंभ कॉलेज प्राचार्या अंशु उप्पल ने किया।

कॉलेज प्राचार्या अंशु उप्पल ने कहा की प्रतियोगिता का आयोजन छात्रों और युवाओं में छिपी प्रतिभा को निखारने, आत्मविश्वास बढ़ाने और उन्हें स्वस्थ प्रतिस्पर्धा के लिए प्रेरित करने का एक शानदार मंच है। यह मंच अनुशासन, टीम वर्क और लक्ष्य निर्धारित करने की कला सिखाता है। ऐसी गतिविधियां न केवल कौशल विकास करती हैं, बल्कि मानसिक दृढ़ता भी विकसित करती हैं।

उन्होंने बताया कि इस प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूकता फैलाना तथा उनके रचनात्मक कौशल का विकास करना है। प्रतियोगिता के दौरान विद्यार्थियों ने रंगों, चित्रों और प्रतीकों का सुंदर उपयोग करते हुए अपने विचारों को स्पष्ट और प्रभावी रूप से प्रस्तुत किया।

मनोविज्ञान विभाग के अध्यक्ष सुश्री सरोज द्वारा संपन्न कराई गई। सुश्री सरोज ने बताया की पोस्टरों में नशे के दुष्परिणामों को दर्शाया गया, वहीं कुछ में स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया गया। प्रतियोगिता ने विद्यार्थियों में सामाजिक जागरूकता बढ़ाने के साथ-साथ उन्हें सही दिशा में सोचने और स्वस्थ जीवन अपनाने के लिए प्रेरित किया।

सिरसा। सीएमके नेशनल स्नातकोत्तर महाविद्यालय में आयोजित प्रतियोगिता में भाग लेते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

बस स्टैंड पर भीड़ का फायदा उठाकर जेब काटने वाली दो महिलाएं गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

बस स्टैंड पर भीड़ का फायदा उठाकर एक यात्री का पर्स चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना सदर टोहाना की कुलां पुलिस चौकी ने दो महिलाओं को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार महिला आरोपियों की पहचान बिमला देवी उर्फ इन्द्रा पत्नी पप्पू निवासी रहन खेड़ी, फतेहाबाद और रोशनी पत्नी जगदीप निवासी हरयाऊ, पटियाला, पंजाब के रूप में हुई है। थाना सदर टोहाना प्रभारी उप-निरीक्षक सादीराम ने मामले की जानकारी देते हुए बताया कि इस बारे पुलिस ने अवतार सिंह निवासी धारसुल कलां, जोकि पेशे से ड्राइवर है की शिकायत पर केस दर्ज किया था।

फतेहाबाद। पुलिस गिरफ्त में जेब काटने वाली महिलाएं। फोटो : हरिभूमि

पुलिस को दी शिकायत में अवतार सिंह ने बताया कि 25 मार्च की सुबह करीब 9 बजे वह पटियाला जाने के लिए कुलां बस स्टैंड पर खड़ा था। बस आने पर यात्रियों की काफी भीड़ हो गई। भीड़ का फायदा उठाकर किसी ने बस में चढ़ते समय अवतार की जेब से पर्स निकाल लिया। पर्स में 5 हजार रुपये नगद और आधार कार्ड की छाया प्रति थी। पीड़ित की शिकायत पर कार्रवाई करते हुए थाना सदर टोहाना में मुकदमा दर्ज किया था। पुलिस ने तकनीकी साक्ष्यों और स्थानीय सूचनाओं के आधार पर दोनों महिला आरोपियों को काबू किया। पुलिस ने गिरफ्तार महिलाओं के कब्जे से चोरी किए गए 5 हजार रुपये की पूरी राशि बरामद कर ली है।

छात्रा रविना ने 85 प्रतिशत अंक प्राप्त कर विश्वविद्यालय में 5वां स्थान किया हासिल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| चोपटा

- छात्राओं ने टॉप 10 की सूची में अपना स्थान सुनिश्चित करके कॉलेज का नाम रोशन किया

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय द्वारा घोषित स्नातकोत्तर परीक्षा परिणाम में चौधरी कुरड़ाराम मैमोरियल महिला कॉलेज जमाल की छात्राओं ने एक बार फिर टॉप 10 की सूची में अपना स्थान सुनिश्चित करके कॉलेज का नाम रोशन किया। हिंदी विभाग में एमए फर्स्ट सेमेस्टर में रवीना ने 85 प्रतिशत अंकों के साथ पांचवा स्थान प्राप्त किया। आठवां में दसवें स्थान पर रवीना, सुदेश कुमारी ने 83.83 प्रतिशत और 83.67 प्रतिशत अंकों के साथ टॉप 10 लिस्ट में अपना स्थान सुनिश्चित किया भूगोल विभाग में प्रथम सेमेस्टर के परिणाम में मनीषा ने 76.83 में निशु 74.50 प्रतिशत अकों के साथ क क्रमशः चौथा व नौवां स्थान प्राप्त किया। इतिहास विभाग में मनोज ने 70. 83 प्रतिशत अंकों के साथ सातवां स्थान प्राप्त किया। हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी स्नातकोत्तर के परीक्षा परिणाम में चौधरी के आर एम महिला डिग्री कॉलेज का शत प्रतिशत परीक्षा परिणाम रहा।

शरीर दान कर मानवता की मिसाल बने दिनेश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

- अनेक लोगों, सामाजिक संगठनों व साध-संगत ने उपस्थित होकर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की
- पवित्र नारों के साथ उन्हें अंतिम विदाई दी

अमर ज्योति मंदिर वाली गली निवासी दिनेश कुमार इन्सां ने अपने जीवन के साथ-साथ मृत्यु के पश्चात भी मानव सेवा का अद्वितीय उदाहरण प्रस्तुत किया। उनके निधन के उपरांत परिजनों ने उनका शरीर मेडिकल शोध के लिए यूपी अमरोहा मेडिकल कॉलेज को दान कर समाज के सामने एक प्रेरणादायक मिसाल कायम की। इस पुनीत कार्य से भविष्य के चिकित्सकों को शिक्षा व शोध में महत्वपूर्ण सहयोग मिलेगा। शनिवार को उनकी अंतिम यात्रा उनके निवास स्थान से प्रारंभ होकर बीमा बस्ती, जवाहर चौक तथा पुराना बस स्टैंड से होते हुए निकाली गई।

इस दौरान शहर के अनेक लोगों, सामाजिक संगठनों व साध-संगत ने उपस्थित होकर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। पूरे मार्ग में श्रद्धालुओं द्वारा पवित्र नारों के साथ उन्हें अंतिम विदाई दी गई। परिजनों ने बताया कि डेरा सच्चा सौदा प्रमुख संत गुरमीत राम रहीम सिंह इन्सां की पावन शिक्षाओं से प्रेरित होकर यह शरीर दान किया गया है, जो मानवता की सच्ची सेवा का प्रतीक है। दिनेश कुमार इन्सां व उनकी पत्नी रेनू सदैव समाजसेवा के कार्यों में अग्रणी रहे हैं। उनका यह महान कार्य आने वाली पीढ़ियों को सेवा, त्याग और मानवता का संदेश देता रहेगा। अंतिम यात्रा के दौरान उस समय भावुक दृश्य देखने को मिला जब उनकी पुत्रियों जीनम व कोमल ने अपने पिता की अर्थी को कंधा देकर सामाजिक परंपराओं में सकारात्मक बदलाव का संदेश दिया।

दुष्कर्म का आरोपी पकड़ा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद।

एक युवती के साथ नशीला पदार्थ पिलाकर दुष्कर्म करने, उसकी अश्लील वीडियो बनाने और उसे सोशल मीडिया पर वायरल करने के मामले में कार्रवाई करते हुए महिला थाना फतेहाबाद पुलिस ने मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान उगम सिंह पुत्र मानसिंह, निवासी ढाबी कलां, जिला फतेहाबाद के रूप में हुई है। महिला थाना प्रभारी निरीक्षक अरुणा ने बताया कि पीड़िता ने महिला थाना में दी अपनी शिकायत में बताया कि अप्रैल 2019 में जब वह घर पर अकेली थी, तो उनके पड़ोस में रहने वाला आरोपी उसे कोल्ड ड्रिंक पिलाकर बेहोश कर दिया और उसके साथ गलत काम किया। आरोपी ने इस कृत्य की वीडियो बना ली और पीड़िता को बदनाम करने की धमकी देकर उसे बार-बार ब्लैकमेल किया। पीड़िता ने डर के मारे अपनी 42 हजार रुपये भी आरोपी को दे दिए वा आरोपी ने पीड़िता की अश्लील वीडियो इंस्टाग्राम पर वायरल कर दी। पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए भारतीय न्याय संहिता की धाराओं के तहत मुकदमा दर्ज किया था।

संसद में गूंजी बढ़ते कैंसर के मामलों की आवाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

- सांसद सैलजा ने वैज्ञानिक अध्ययन करवाने की मांग की

सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने लोकसभा में हरियाणा विशेषकर सिरसा और आसपास के क्षेत्रों में तेजी से बढ़ रहे कैंसर के मामलों को लेकर गंभीर चिंता व्यक्त की। सैलजा ने शनिवार को जारी एक प्रेस बयान में कहा कि सिरसा, फतेहाबाद, हिसार और जींद जैसे जिलों में कैंसर के मामले लगातार बढ़ रहे हैं, जो अत्यंत चिंताजनक हैं। उन्होंने विशेष रूप से घग्गर और यमुना नदी से प्रभावित क्षेत्रों का उल्लेख करते हुए कहा कि इन इलाकों में पर्यावरण एवं जल प्रदूषण की स्थिति की गहन जांच आवश्यक है। उन्होंने कहा कि रासायनिक उर्वरकों, कीटनाशकों और अन्य हानिकारक तत्वों के अत्यधिक उपयोग के कारण मिट्टी और भूजल दोनों दूषित हो रहे हैं, जिसका सीधा असर आमजन के स्वास्थ्य पर पड़ रहा है। उन्होंने सरकार से मांग की कि यह पता लगाने के लिए तत्काल व्यापक और वैज्ञानिक अध्ययन कराया जाए कि क्या भूजल में प्रदूषण कैंसर के बढ़ते मामलों का प्रमुख कारण है। कुमारी सैलजा ने कहा कि सरकार को तुरंत ठोस कदम उठाते हुए इस गंभीर समस्या के वास्तविक कारणों की पहचान करनी चाहिए और प्रभावी रोकथाम के उपाय लागू करने चाहिए। इसके साथ ही उन्होंने सिरसा में एक सुपर स्पेशलिटी कैंसर अस्पताल स्थापित करने की जोरदार मांग की। उन्होंने कहा कि इस अस्पताल के बनने से न केवल सिरसा बल्कि आसपास के जिलों के हजारों मरीजों को समय पर जांच, बेहतर इलाज और समुचित देखभाल की सुविधा मिल सकेगी।

पशुपालन एवं डेयरिंग विभाग की योजनाओं की दी जानकारी

सिरसा। राजकीय पशु चिकित्सालय पंजुआना में महिला जागृति कैम्प का आयोजन किया गया। इस कैंप में डॉ. अंशुल कम्बोज ने उपस्थित महिलाओं को पशुपालन एवं डेयरिंग विभाग की विभिन्न स्कीमों के बारे में विस्तार से बताया। कैंप में उपस्थित महिलाओं को पशुओं की साफ-सफाई एवं स्वास्थ्य के बारे अवगत करवाया तथा पशुओं में समय-समय पर विभाग द्वारा चलाये जाने वाले टीकाकरण अभियान गलघोटू एवं मुंह पका, खुरपका, लंपी व त्वचा संबंधित बिमारियों के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। इस कैंप में पशुपालन एवं डेयरिंग विभाग राजकीय चिकित्सालय पंजुआना के स्टाफ सदस्यों वीएलडीए प्रदीप कुमार, वीएलडीए मुरारी शर्मा, वीएलडीए रविकांत एवं राकेश कुमार ने भी अपना योगदान दिया। दौरान ग्राम पंचायत प्रतिनिधि लवकेश ने उपस्थित होकर महिलाओं का उत्साहवर्धन किया तथा पशुचिकित्सालय को हरसंभव सहायता का आश्वासन दिया।

एनईएफटी/आरटीजीएस लेनदेन विफल रहने से प्रभावित उपभोक्ताओं को राहत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम ने 23 से 26 मार्च के दौरान एनईएफटी या आरटीजीएस लेनदेन में आई तकनीकी समस्या के चलते प्रभावित उपभोक्ताओं को बड़ी राहत दी है। इस अवधि में लगभग 1900 उपभोक्ता प्रभावित हुए, जिनमें से 1526 उपभोक्ताओं की बिल भुगतान की अंतिम तिथि 25 मार्च या 27 मार्च थी। प्रबंध निदेशक विक्रम सिंह के निर्देशानुसार इन 1526 उपभोक्ताओं की भुगतान अंतिम तिथि बढ़ाकर 30 मार्च कर दी है। जिन उपभोक्ताओं के मोबाइल नंबर सीसीबी में पंजीकृत हैं, उन्हें इस संबंध में एसएमएस के माध्यम से सूचना भी भेज दी गई है। निगम प्रवक्ता संजय चुघ ने बताया कि प्रभावित 1900 से अधिक उपभोक्ताओं की सूची संबंधित सर्कल कार्यालयों को भेज दी गई है, ताकि फील्ड स्तर पर क्षेत्रीय कार्यालय एवं अधिकारी ऐसे उपभोक्ताओं की तुरंत सहायता कर सकते हैं। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया है कि यदि कोई अन्य उपभोक्ता, जिसने एनईएफटी या आरटीजीएस के माध्यम से भुगतान किया है और किसी प्रकार की समस्या का सामना किया है, तो वह ऑनलाइन सूचना दे सकता है। ऐसे मामलों में भी आवश्यकता अनुसार व्यक्तिगत केस-टू-केस आधार पर उचित कार्रवाई की जाएगी।

- डीएचबीवीएन ने जिन उपभोक्ताओं की अंतिम तिथि 25 मार्च या 27 मार्च थी उसे बढ़ाकर 30 मार्च कर दी है

सार्वजनिक वाईफाई नेटवर्क पर सुरक्षा सावधानियों का पालन जरूरी

फ्री वाईफाई उपयोग के दौरान साइबर अपराधों से रहें सतर्क : एसपी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन की ओर से आमजन को सचेत करते हुए सार्वजनिक व फ्री वाईफाई नेटवर्क के सुरक्षित उपयोग को लेकर पुलिस एडवाइजरी जारी की गई है। एसपी ने बताया कि वर्तमान समय में साइबर अपराधी सार्वजनिक वाईफाई का उपयोग करने वाले नागरिकों को ठगी और डेटा चोरी का शिकार बना रहे हैं। साइबर अपराधी फर्जी वाईफाई हॉटस्पॉट, संदिग्ध लिंक और मैलवेयर के माध्यम से लोगों की व्यक्तिगत जानकारी, बैंक डिटेल और पासवर्ड हासिल करने का प्रयास करते हैं।

आमजन के स्मार्टफोन, लैपटॉप और अन्य डिजिटल उपकरण सार्वजनिक नेटवर्क पर असुरक्षित रहने पर अपराधियों के लिए आसान लक्ष्य बन जाते हैं। एसपी ने लोगों को सावधान करते हुए कहा कि सार्वजनिक वाईफाई पर ऑनलाइन बैंकिंग या संवेदनशील लेन-देन न करें। अज्ञात लिंक, पॉप-अप या फर्जी नेटवर्क से दूरी बनाए रखें। अपने डिवाइस में हमेशा अपडेटेड एंटीवायरस और फ़ायरवॉल रखें। दो-चरणीय प्रमाणीकरण का प्रयोग करें।

एसपी सिद्धांत जैन।

ठगी होने पर 1930 पर शिकायत दर्ज करवाएं

फ्री वाईफाई उपयोग के बाद नेटवर्क से अपने डिवाइस को डिस्कनेक्ट कर दें। केवल प्रमाणिक और विश्वसनीय नेटवर्क का ही उपयोग करें। यदि कोई व्यक्ति सार्वजनिक वाईफाई का उपयोग करते हुए साइबर अपराध का शिकार हो जाता है, तो वह तुरंत नजदीकी थाना या फतेहाबाद साइबर सेल से संपर्क करे अथवा राष्ट्रीय साइबर अपराध हेल्पलाइन नंबर 1930 पर शिकायत दर्ज करवाए। एसपी ने स्पष्ट किया कि फतेहाबाद पुलिस साइबर अपराधों पर सतत निगरानी रख रही है और ऐसे मामलों में संलिप्त आरोपियों के विरुद्ध सख्त कानूनी कार्रवाई की जाएगी। आमजन की सतर्कता ही फ्री वाईफाई उपयोग के दौरान साइबर अपराध से बचाव का सबसे प्रभावी उपाय है।

खबर संक्षेप

छुट्टी के दिन भी खुला बिजली निगम कार्यालय

टोहाना। शहर के चंडीगढ़ रोड स्थित 33 केवी बिजलीघर परिसर में शनिवार को छुट्टी के दिन भी लोग बिजली का बिल भरने के लिए पहुंचे। इस बारे में बिजली निगम एसडीओ संजीव सिंगला ने बताया कि शहर के लगभग 29 हजार उपभोक्ताओं में से 8267 लोगो की तरफ बिजली निगम का करीबन 23 करोड़ 74 लाख रुपए बिजली बिल बकाया होने के चलते कार्यवाही की जा रही है जिसके तहत करीबन 1500 लोगो ने एक करोड़ 96 लाख रुपए के बिल जमा करवा दिए है। उन्होंने कहा कि करीबन 9 करोड़ की राशि जमा न करवाने वाले 223 उपभोक्ताओं के कनेक्शन काटे जा चुके है।

पानी की पाइप लीकेज से मकान में आई दरार

टोहाना। शहर के वॉर्ड 6 स्थित अपूर्वा फाउंडेशन वाली गली में पानी की पाइप लीकेज के कारण मकान में दरार आ गई है,जिसकी सूचना जनस्वास्थ्य विभाग के जेई मुख्तयार सिंह को देकर ठीक करने की गुहार लगाई है। बुर्जुग महिला सोना देवी ने बताया कि बड़ी मुश्किल से एक-एक रुपया जोडक़र यह मकान बनाया था लेकिन पानी की पाइप लीकेज के कारण उसके मकान में दरार आ चुकी है जिसको लेकर वॉर्ड के पार्षद व जन स्वास्थ्य विभाग को अवगत करवाया जा चुका है। इस समस्या का स्थाई समाधान किया जाए और मकान के नुकसान की भरपाई की जाए। वॉर्ड के पार्षद प्रतिनिधि अमित भाटिया ने बताया कि इस गली का निर्माण करीबन 15 साल पहले किया गया था उस समय घर द्वारा पर्सनल कनेक्शन लिया होगा जिसमें लीकेज के कारण समस्या आई है। उन्होंने बताया कि अब नगर परिषद द्वारा सडक़ का निर्माण किया जा रहा है जिसके चलते यह लीकेज सामने आई है। जन स्वास्थ्य विभाग द्वारा लीकेज को ठीक करवाया है।

डिजाइन विजेता को मिलेंगे 50 हजार रुपये

सिरसा। भारत सरकार के ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा विकसित भारत - जी राम जी अधिनियम, 2025 के लिए लोगो डिजाइन प्रतियोगिता शुरू की है। लोगो डिजाइन प्रतियोगिता में विजेता प्रतिभागियों को 50,000 तक का आकर्षक इनाम दिया जाएगा। इस प्रतियोगिता की अंतिम तिथि बढ़ाकर अब 4 अप्रैल कर दी गई है। इसका उद्देश्य ऐसा लोगो बनाना है जो ग्रामीण रोजगार, विकास और 2047 के विकसित भारत के विजन को दिखाए। इस योजना के तहत ग्रामीण परिवारों को साल में 125 दिन का रोजगार देने का प्रावधान है। आवेदन माईजीओवी पोर्टल पर ऑनलाइन करना होगा। सबसे अच्छा लोगो बनाने वाले को 50,000 रुपये का इनाम मिलेगा। डिजाइन मौलिक होना चाहिए और उसके साथ छोटा सा विवरण भी देना जरूरी है।

चोरी के आभूषण खरीदने वाला बुलंदशहर से दबोचा

सिरसा। सीआईए ऐलनाबाद पुलिस ने चोरी के आभूषण खरीदने के मामले में एक आरोपी को उत्तर प्रदेश के बुलंदशहर से गिरफ्तार किया है, जबकि एक अन्य की पहचान की गई है। सीआईए ऐलनाबाद पुलिस टीम के प्रभारी ने शनिवार को बताया कि ऐलनाबाद के वार्ड नंबर 13 निवासी दिवान चंद ने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई कि परिवार के सदस्य किसी रिश्तेदारी में बाहर गए हुए थे। वापस लौटे तो घर का ताला टूटा हुआ था और अंदर सामान बिखरा हुआ था। अज्ञात लोग घर से करीब 30 ग्राम सोने के आभूषण व दस हजार रुपये की नकदी चुरा ले गए हैं। पुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर जांच शुरू की। पुलिस ने जांच शुरू की और मुख्य आरोपी ऐलनाबाद निवासी रवि को गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में आरोपी ने बताया कि उसने बताया कि उसने आभूषण बेच दिए हैं। जांच के दौरान पुलिस टीम ने महत्वपूर्ण सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए आभूषण खरीदार आरोपी रवि कुमार को बुलंदशहर उत्तर प्रदेश से काबू कर लिया है। गिरफ्तार किए गए आरोपी से पूछताछ के दौरान चोरी की घटना में संलिप्त एक अन्य आरोपी की भी पहचान की गई है।

2000 से अधिक बकाया वाले 70 उपभोक्ताओं के कनेक्शन कटे

टोहाना में बिजली निगम की कार्रवाई, डिफॉल्टरों पर सख्ती

अब तक 1.73 करोड़ रुपये की वसूली से बकायदारों में मचा हड़कंप

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

जिले में बिजली चोरी और बिल अदायगी में कोताही बरतने वालों के खिलाफ बिजली निगम ने कड़ा रुख अख्तियार कर लिया है। जिले के टोहाना उपमंडल में निगम की टीमों ने मौजूदा वित्त वर्ष 2025-26 के तहत विशेष अभियान चलाकर डिफॉल्टर उपभोक्ताओं के खिलाफ सर्जिकल स्ट्राइक शुरू कर दी है। इस कार्रवाई की जद में शहर की पॉश मानी जाने वाली लैंडमार्क गार्डन सिटी भी आ गई है, जिसका भारी बकाया होने के कारण बिजली कनेक्शन काट दिया गया है। बिजली निगम के अनुसार, हिसार-रतिया रोड बाईपास पर स्थित लैंडमार्क गार्डन सिटी (उदय डेवलपर) ने सोसाइटी के कार्यों के लिए एक अस्थायी बिजली कनेक्शन लिया हुआ था। इस कनेक्शन पर करीब 2 लाख रुपए से अधिक का बिल बकाया चल रहा था।

निगम के सीए देवीलाल ने बताया कि इस बकाया राशि को लेकर संबंधित सोसाइटी को बार-बार नोटिस जारी किए गए थे, लेकिन भुगतान न होने के कारण पिछले वर्ष ही इस कनेक्शन को काटने की प्रक्रिया शुरू की गई थी, जो अब पूर्ण रूप से प्रभावी है। बकाया जमा न होने तक यह कॉलोनी अंधेरे में ही रहेगी। निगम की सक्रियता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि अब तक टोहाना क्षेत्र में 70 से अधिक बड़े डिफॉल्टरों के कनेक्शन काटे जा चुके हैं। विभाग उन उपभोक्ताओं को निशाना बना रहा है जिनका बिल 2000 रुपए से अधिक बकाया है। इस अभियान के तहत अब तक विभाग के खजाने में 1 करोड़ 73 लाख रुपए जमा हो चुके हैं। निगम अब तक शहर के कुल बकाया बिलों का लगभग 35 प्रतिशत वसूलने में सफल रहा है। बिजली विभाग की अलग-अलग टीमें लगातार फील्ड में गश्त कर रही हैं। विभाग का स्पष्ट संदेश है कि यदि बिलों का भुगतान समय पर नहीं किया गया, तो बिना किसी रियायत के कनेक्शन काट दिए जाएंगे।

विभाग का स्पष्ट संदेश है कि यदि बिलों का भुगतान समय पर नहीं किया गया, तो बिना किसी रियायत के कनेक्शन काट दिए जाएंगे।

टोहाना। डिफाल्टरों के बिजली कनैक्शन काटती निगम की टीम। **फोटो : हरिभूमि**

रविवार को भी खुलेंगे दफ्तर

उपभोक्ताओं की सुविधा और राजस्व लक्ष्य को समय पर पूरा करने के लिए बिजली निगम ने विशेष कदम उठाए हैं। सीए देवीलाल ने जानकारी दी कि रविवार को भी निगम के कार्यालय खुले रहेंगे। उन्होंने अपील की है कि जिन उपभोक्ताओं के बिल बकाया हैं, वे तुरंत भुगतान करें ताकि उन्हें बिजली कटने जैसी असुविधा का सामना न करना पड़े। जब इस पूरे मामले और बिजली कनेक्शन कटने के संबंध में लैंडमार्क कॉलोनी के मैनेजर अनीश से संपर्क करने का प्रयास किया गया, तो उन्होंने एक समारोह में व्यस्त होने का हवाला देते हुए इस विषय पर बात करने से मना कर दिया।

तीन दिवसीय नाट्य उत्सव का समापन

सिरसा। नाटक का मंचन करते कलाकार। **फोटो : हरिभूमि**

- केएल थियेटर प्रोडक्शन्स एवं संस्कार भारती सिरसा के संयुक्त संयोजन में हुआ कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

केएल थियेटर प्रोडक्शन्स एवं संस्कार भारती सिरसा के संयुक्त संयोजन में आयोजित तीन दिवसीय नाट्य उत्सव संपन्न हो गया। विश्व रंगमंच दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित इस नाट्य उत्सव के प्रथम दिन राजकीय नेशनल महाविद्यालय सिरसा में कलाकृति आर्ट्स के कलाकारों द्वारा नाटक प्रतिकार का मंचन किया गया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. शत्रुजीत सिंह मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। नाटक निर्देशिका कुसुम कलाकृति के निर्देशन में प्रस्तुत यह नाटक अत्यंत मार्मिक एवं प्रभावशाली रहा। नाटक ने समाज में स्त्रियों के सामने बढ़ती चुनौतियों, भय, पीडा और टूटते विश्वास को संवेदनशीलता के साथ उजागर किया। साथ ही यह प्रस्तुति समाज की मानसिकता, कानून की धीमी प्रक्रिया, पारिवारिक चुप्पी और सामूहिक संवेदनहीनता पर तीखा प्रहार करती नजर आई। इसी श्रृंखला में दूसरे दिन जेसीडी विद्यापीठ, सिरसा के सभागार में मसखरे रंगमंच के कलाकारों द्वारा हास्य नाटक वो कल फिर आएगी का मंचन किया गया।

व्यंग से किया प्रहार

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जेसीडी विद्यापीठ के महानिदेशक डॉ. जय प्रकाश उपस्थित रहे तथा संस्कार भारती के उपाध्यक्ष राजेंद्र शर्मा ने अध्यक्षता की। नाटक का निर्देशन नागेंद्र शर्मा द्वारा किया गया। व्यंग्य और हास्य से भरपूर इस प्रस्तुति ने समकालीन सामाजिक व्यवहार और मानवीय प्रवृत्तियों पर सटीक प्रहार किया। कलाकारों की उत्कृष्ट कॉमिक टाइमिंग और सशक्त संवादों ने दर्शकों को निरंतर बांधे रखा तथा सभागार ठहाकों से गूंज उठा। नाट्य उत्सव के अंतिम दिन राजकीय महिला महाविद्यालय, सिरसा के सभागार में के.एल. थियेटर प्रोडक्शन्स के कलाकारों द्वारा नाटक मुक्तिधाम का मंचन किया गया।

कन्या भ्रूण हत्या को जड़ से समाप्त करना जरूरी: साध्वी

सिरसा। दिव्य ज्योति जागृति संस्थान द्वारा नवरात्रों के उपलक्ष्य में सिरसा के सुरखाब पैलेस में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर साध्वी जगदीशा भारती ने बताया दिव्य ज्योति जागृति संस्थान द्वारा लिंग समानता प्रकल्प संतुलन पिछले दो दशकों से कन्या भ्रूण हत्या और महिला सशक्तिकरण पर कार्य किया जा रहा है। साध्वी ने बताया कि एक तरफ तो नवरात्रों पर देवी रूप कंजकों की पूजा की जाती है। वहीं दूसरी और समाज कन्या भ्रूण हत्या और महिलाओं के विरुद्ध होने वाली हिंसा जैसे जघन्य अपराधों में लिप्त है। साध्वी ने कहा कि यह एक गंभीर सामाजिक विडंबना है, जिसे बदलने के लिए समाज के प्रत्येक वर्ग को जागरूक होना आवश्यक है। उ उन्होंने जोर देते हुए कहा कि वास्तविक नवरात्र तभी सार्थक होंगे, जब हम केवल पूजा ही नहीं, बल्कि अपने व्यवहार और सोच में भी नारी के प्रति सम्मान को अपनाएं। उन्होंने कहा कि नारी अपने भीतर छिपी दैवीय शक्ति को पहचाने और उसे जागृत करें।

किसान व मजदूर विरोधी नीतियों से हालात बद से बदतर

- किसान बैंकों व साहूकारों के कर्ज में डूबता जा रहा: लखविंद्र

हरिभूमि न्यूज ⏭ सिरसा

बकाया बीमा क्लेम, बकाया मुआवजा व अनाज मंडियों में बायोमेट्रिक वाले तुगलकी फरमान को लेकर गांव फग्गू में किसानों की बैठक हुई। बैठक को संबोधित करते हुए किसान नेता लखविंद्र सिंह ने कहा कि केंद्र व राज्य सरकार की किसान व मजदूर विरोधी नीतियों से किसानों के हालात बद से बदतर हो गए हैं। किसान बैंकों व साहूकारों के कर्ज में डूबता जा रहा है। पिछले कई सालों से नरमे की उपज नहीं हो पा रही है। खरीफ-2025 में भारी बरसात, जल भराव व बाढ़ से फसलें खराब हो गई थी। गांव फग्गू में खराब हुई फसलों का अभी तक बीमा क्लेम या मुआवजा जारी नहीं किया गया है। लखविंद्र सिंह ने कहा कि हमारी जिला प्रशासन व सरकार से अपील है कि जिन किसानों ने प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना के तहत अपनी फसल का बीमा करवाया है, उन्हें जल्द बीमा क्लेम जारी किया जाए और जिन किसानों ने फसल बीमा नहीं करवाया है, उन्हें खराब हुई फसल का बनता मुआवजा दिया जाए। कालांवाली तहसील में खरीफ-2020 का बकाया मुआवजा कई किसानों को अभी तक नहीं दिया गया है। कई किसानों के मुआवजे के चेक एसबीआई बैंक कालांवाली ने कई महीनों से अपने पास रखे हुए हैं, उनकी पेमेंट किसानों को नहीं की गई है। उसमें फग्गू गांव के भी किसान शामिल है, खरीफ 2020 का बकाया मुआवजा भी जारी किया जाए। फग्गू अनाज मंडी में धान खरीद में नमी के नाम पर किसानों से लूट हुई थी 20 किलो प्रति क्विंटल तक वजन में कटौती की गई थी, किसानों की इस लूट में कालांवाली मार्केट कमेटी के सचिव वेयरहाउस के डीएम तथा राइस शेलर मालिक मिले हुए थे। फग्गू मंडी धान घोटाले पर बनी कमेटी को हमने इनके खिलाफ सारे सबूत दे दिए हैं, लेकिन अभी तक इनके खिलाफ मुकदमा दर्ज करके किसानों की भरपाई नहीं करवाई गई है।

सिरसा। गांव फग्गू में बैठक करते किसान। ***फोटो : हरिभूमि***

ये रहे मौजूद

बैठक में सरबजीत कंबोज, बलकार सिंह, शीरा सिंह, निक्का सिंह, भूतपूर्व सैनिक सुदागर सिंह, मौला सिंह, काका सिंह, जसवीर सिंह, चंद सिंह, आत्मा सिंह, दर्शन सिंह, राज सिंह, जग्गा सिंह, मास्टर जरनैल सिंह, रिछपाल सिंह, गुरचरण सिंह सहित सैकड़ों किसान मौजूद रहे।

अव्वल विद्यार्थियों को प्रधानाचार्य ने पुरस्कार देकर किया सम्मानित

सिरसा। राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय परीक्षा परिणाम घोषित किया। मेधावी विद्यार्थियों को प्रधानाचार्य मदन मलिक ने सम्मानित किया। उन्होंने कहा कि परीक्षा परिणाम के साथ-साथ हम विद्यार्थियों के सर्वांगीण भविष्य के लिए वचनबद्ध हैं, विद्यालय के सौंदर्यीकरण इंफ्रास्ट्रक्चर और अनुशासन के बारे में विद्यालय की साफ-सफाई, सुखद वातावरण और अन्य गतिविधियों जैसे खेल, सांस्कृतिक कार्यक्रम और प्रतियोगी परीक्षा में यहां से पड़े हुए विद्यार्थियों ने विद्यालय का, गुरुजनों का और माता-पिता का नाम रोशन किया है। इसके बारे में भी विस्तार से बताया। इस कार्यक्रम में नेहा, पूजा छाबड़ा, नवतेज, अलका, डा. विम्मी, रेखा, प्रमोद, पंकज, देवेंद्र कुमार, भूपेंद्र कुमार, सुरेश गिरी, राजकुमार, जितेंद्र पांडे, जगतार, अनूप एवं अन्य स्टाफ सदस्य भी उपस्थित थे।

महिला कॉलेज की चार छात्राओं का उत्कृष्ट प्रदर्शन, विवि की टॉप-10 सूची में मिला स्थान

- पूजा का 89 प्रतिशत के साथ प्रथम स्थान, सोनिया को 86 .14 प्रतिशत के साथ पांचवां स्थान
- सुखप्रीत कौर को 86 प्रतिशत के साथ छठा तथा गगनदीप कौर को 85 प्रतिशत अंकों के साथ दसवां स्थान मिला

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया

चौधरी देवीलाल विवि , सिरसा द्वारा घोषित एमए हिन्दी स्नातकोत्तर द्वितिय वर्ष के तृतीय सैमेस्टर के परीक्षा परिणाम में शहीद दविन्द्र सिंह राजकीय स्नातकोत्तर महिला महाविद्यालय रतिया की 4 छात्राओं ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए विश्वविद्यालय की टॉप-10 मैरिट सूची में स्थान प्राप्त कर महाविद्यालय का नाम रोशन किया है। पूजा रानी ने 89 प्रतिशत के साथ प्रथम स्थान, सोनिया ने 86.14 प्रतिशत के साथ पांचवां स्थान, सुखप्रीत कौर ने 86 प्रतिशत के साथ छठा तथा गगनदीप कौर ने 85 प्रतिशत अंकों के साथ दसवां स्थान प्राप्त किया। कार्यकारी प्राचार्य डॉ. राजेन्द्र कुमार ने छात्राओं एवं हिन्दी विभाग प्रो. सुरेन्द्र शर्मा, डॉ. सैन कुमार और प्रो. सरबजीत कौर, प्रो सर्वजीत सिंह, डॉ स्नेहलता को बधाई देते हुए कहा महाविद्यालय की छात्राओं ने एमए हिन्दी में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर विवि की मैरिट सूची में स्थान प्राप्त किया है, जो हम सबके लिए गर्व का विषय है। हिन्दी विभागाध्यक्ष डॉ. सुरेन्द्र शर्मा ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए बताया कि एमए हिन्दी द्वितिय वर्ष का परिणाम शत-प्रतिशत रहा। एमए हिन्दी तृतीय सेमेस्टर में 43 छात्राओं ने परीक्षा दी जिसमें छात्राओं ने शानदार प्रदर्शन करते हुए, 4 छात्राओं ने विवि मैरिट लिस्ट में स्थान प्राप्त किया एवं 5 छात्राओं ने 85 प्रतिशत, 20 छात्राओं ने 80 से 85 प्रतिशत, 10 छात्राओं ने 75 से 80 प्रतिशत और 8 छात्राओं ने 70 से 75 प्रतिशत के मध्य अंक हासिल किए।

पूजा रानी

गैस, सीएनजी और पेट्रोल, डीजल की कमी नहीं, अफवाहों से बचें: हरवीर

सिरसा। जिला में घरेलू गैस, सीएनजी और पेट्रोल-डीजल की पर्याप्त उपलब्धता बनी हुई है। आमजन को घबराने या किसी भी प्रकार की अफवाहों पर ध्यान देने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि सप्लाई पूरी तरह सामान्य रूप से जारी है।

जिला खाद्य नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले नियंत्रक हरवीर सिंह ने बताया कि बीते दिन जिले में कुल 7903 गैस सिलेंडर वितरित किए गए, जिससे स्पष्ट है कि आपूर्ति सुचारू रूप से चल रही है। एजेंसियों का लगातार निरीक्षण किया जा रहा है और नियमित रूप से स्टॉक की जानकारी ली जा रही है, ताकि कहीं भी किसी प्रकार की कमी न हो। उन्होंने बताया कि घरेलू गैस सिलेंडरों की कोई कमी नहीं है और सभी एजेंसियों के पास पर्याप्त स्टॉक उपलब्ध है। उपभोक्ताओं को गैस की डिलीवरी निर्धारित प्रक्रिया के अनुसार ही की जा रही है। एजेंसी संचालकों को निर्देश दिए गए हैं कि उपभोक्ताओं से तय कीमत से अधिक राशि न वसूली जाए। यदि कोई एजेंसी या व्यक्ति निर्धारित मूल्य से अधिक वसूली करता पाया गया, तो उसके खिलाफ कड़ी कार्रवाई की जाएगी।

पुलिस ने झुग्गी-बस्ती में चलाया जागरूकता अभियान

लोगों को नशे से शरीर को होने वाले नुकसानों से अवगत करवाया

शिक्षा अभियान से जुड़े अध्यापकों ने कार्यक्रम में भाग लिया

हरिभूमि न्यूज ⏭ डबवाली

समाज में जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से डबवाली पुलिस द्वारा एक महत्वपूर्ण जन-जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में मंडी क्षेत्र के पार्षदगण, रेडक्रॉस के प्रतिनिधि तथा घर से शिक्षा अभियान से जुड़े अध्यापकों ने भाग लिया। कार्यक्रम के दौरान मंडी कालांवाली क्षेत्र में झुग्गी बस्ती में निवास कर रहे लोगों एवं उनके बच्चों को शिक्षा के महत्व के बारे में विस्तार से समझाया गया। बच्चों को नियमित रूप से स्कूल भेजने तथा उन्हें पढ़ाई के प्रति प्रेरित करने का आह्वान किया गया। अभिभावकों को विशेष रूप से जागरूक करते हुए यह संदेश दिया गया कि वे अपने बच्चों से किसी भी प्रकार की भीख न मंगवाएं, बल्कि उन्हें शिक्षा की मुख्यधारा से जोड़े, ताकि उनका भविष्य उज्ज्वल बन सके। इसके साथ ही नशे के दुष्प्रभावों के बारे में भी विस्तार से जानकारी दी गई। उपस्थित लोगों को नशे से दूर रहने तथा अपने परिवार और समाज को नशा मुक्त बनाने के लिए प्रेरित किया गया।

डबवाली। झुग्गी बस्ती में शिक्षा के प्रति लोगों को जागरूक करते हुए। ***फोटो : हरिभूमि***

नशा परिवार को करता है कमजोर

कालांवाली के एसएचओ सुनील कुमार ने बच्चों एवं उनके अभिभावकों को संबोधित करते हुए कहा कि शिक्षा ही एक ऐसा माध्यम है, जो जीवन को सही दिशा प्रदान करता है। उन्होंने कहा कि नशा समाज और परिवार दोनों को कमजोर करता है, इसलिए इससे दूर रहना अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने यह भी अपील की कि कोई भी व्यक्ति यदि नशा तस्करी या अन्य अवैध गतिविधियों के बारे में जानकारी रखता है, तो तुरंत पुलिस को सूचित करें। कार्यक्रम के दौरान पुलिस एवं सहयोगी संस्थाओं द्वारा लोगों को जागरूक करने के साथ-साथ उनके सवालों के उत्तर भी दिए गए और उन्हें हर संभव सहायता का आश्वासन दिया गया। पुलिस विभाग द्वारा इस प्रकार के जागरूकता कार्यक्रम आगे भी निरंतर जारी रखे जाएंगे, ताकि समाज के प्रत्येक वर्ग को जागरूक कर एक सुरक्षित, शिक्षित एवं नशा मुक्त वातावरण का निर्माण किया जा सके।

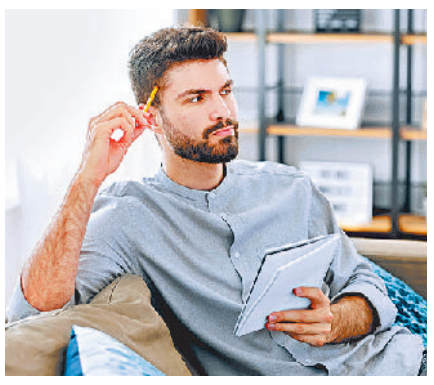
पुरस्कार के लिए आवेदन आमंत्रित

सिरसा। भारत सरकार के गृह मंत्रालय के अधीन राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण की ओर से आपदा प्रबंधन के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले व्यक्तियों और संस्थाओं को सम्मानित करने के लिए सुभाष चन्द्र बोस आपदा प्रबंधन पुरस्कार-2027 के लिए ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। यह पुरस्कार देश में आपदा प्रबंधन को मजबूत बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल माना जाता है। इस सम्मान के लिए केवल भारतीय नागरिक और भारतीय संस्थान ही पुरस्कार के लिए आवेदन करने के पात्र हैं। संस्थानों, स्वैच्छिक संगठनों, कॉर्पोरेट संस्थाओं, शैक्षणिक, अनुसंधान संस्थानों, वर्दीधारी बलों या किसी अन्य संस्थान के लिए पुरस्कार के लिए एक संस्था के रूप में आवेदन कर सकते हैं।

हरिभूमि
रविवार भारती
haribhoomi.com
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक,रविवार 29 मार्च 2026

जीवन की दिशा बदल देगा जापानी दर्शन
मिलेगी अच्छी सेहत-खुशी और सुकून

शांति पसंद करने वाले खुशहाल-समृद्ध देश जापान के लोगों का जीवन दर्शन ही ऐसा है, जो उन्हें बेहतर स्वास्थ्य और भरपूर सुकून देता है। जापानी जीवन दर्शन के कुछ सरल सिद्धांत अपनाकर आप भी अपने जीवन में खुशहाली के साथ सफलता भी हासिल कर सकते हैं। जापानी दर्शन के ऐसे ही कुछ सिद्धांतों के बारे में जानिए।



{ कवर स्टोरी
शिखर चंद जैन }

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में हर कोई सफलता के साथ-साथ सुकून और शांति की चाहत भी रखता है। लेकिन समृद्धि और सामाजिक प्रतिष्ठा के पीछे भागते हुए हम अकसर उस सबसे कीमती चीज को खो देते हैं, जिसे 'सुकून' कहते हैं। गलत खान-पान, बढ़ती मानसिक-शारीरिक बीमारियां, तनाव, अकेलापन और हर वक्त मन में कुछ अधूरा-सा महसूस होना, आधुनिक समय में लगभग हर व्यक्ति की समस्या बन चुकी है। ऐसे में सदियों पुराने जापानी जीवन दर्शन से हम बहुत कुछ सीख सकते हैं।

हारा हाची बु सेहत-दीर्घायु का आहार मंत्र

जापानी स्वास्थ्य दर्शन का एक गोल्डन रूल है 'हारा हाची बु'। इसका सरल अर्थ है, 'केवल तब तक खाएं, जब तक आपका पेट 80 प्रतिशत न भर जाए।' यह सिद्धांत हमें 'ओवर ईटिंग' से बचाता है। वैज्ञानिक रूप से, मस्तिष्क को पेट भरने का संकेत मिलने में लगभग 20 मिनट लगते हैं। जब हम 80 प्रतिशत पर रुक जाते हैं, तो हम वास्तव में अपनी भूख के अनुसार सटीक मात्रा में खाते हैं। यह आदत हमें मोटापे, हृदय रोग और मधुमेह को दूर रखती है। जापान के प्रांत ओकिनावा के लोगों की लंबी उम्र का एक बड़ा कारण इस जीवन दर्शन को माना जाता है।

शोकूनिन अपने काम में रुचि लेना

जो लोग अपने पेशे या व्यवसाय को बोझ समझते हैं और अपनी किस्मत को कोसते हुए इसे किसी तरह निपटाने की मानसिकता रखते हैं, वे न तो प्रोफेशनल फ्रंट पर सफल हो पाते हैं न सुखी रहते हैं। ऐसे में आपको जापानी दर्शन 'शोकूनिन' समझना चाहिए। इसका अर्थ केवल 'कारीगर' से संबंधित नहीं है, बल्कि यह एक दृष्टिकोण है। एक शोकूनिन अपने काम को पूर्णता के साथ करने के लिए अपना पूरा जीवन समर्पित कर देता है, चाहे वह सुशी जैसी डिश बनाना हो या जूते की सिलाई करना हो। इसमें हमारे काम के प्रति गहरी जिम्मेदारी का भाव निहित होता है। यह दर्शन हमें सिखाता है कि काम केवल पैसा कमाने का जरिया नहीं, बल्कि अपने व्यक्तित्व को निखारने का एक साधन भी है। जब हम शोकूनिन भाव से काम करते हैं, तो काम बोझ नहीं, बल्कि आनंद का जरिया बन जाता है।

काइजन छोटे सुधारों का जादू महसूस करें

जापानी दर्शन काइजन का अर्थ है-बेहतरी के लिए बदलाव। अकसर हम सोचते हैं कि जीवन बदलने के लिए रातों-रात कोई बड़ा परिवर्तन करना होगा। लेकिन काइजन कहता है कि आप हर दिन स्वयं में केवल एक प्रतिशत सुधार करें। जैसे आदतों में, अनुशासन में, नई चीजें सीखने में, रिश्तों में। ये छोटे-छोटे सुधार साल के अंत में आपको एक नया इंसान बना देंगे। टोयोटा जैसी कंपनियों की सफलता में बड़ी भूमिका निभा चुकी यह जीवन पद्धति, व्यक्ति के रूप में हमें भी नई ऊंचाइयों पर ले जाती है।

वाबी-साबी अपूर्णता में सुंदरता की तलाश

हम एक ऐसे युग में जी रहे हैं, जहां 'परफेक्ट' दिखने का जुनून हम में से अधिकतर लोगों पर हावी है। जापानी दर्शन 'वाबी-साबी' इसके विपरीत बात कहता है। यह हमें सिखाता है कि कुछ भी स्थायी नहीं है और कुछ भी पूर्ण नहीं है। पुराने पत्थरों पर जमी काई या दरार पड़े मिट्टी के बर्तनों में भी एक इतिहास और सुंदरता होती है। यह दर्शन हमें अपनी कमियों को स्वीकार करना सिखाता है। जब हम अपनी 'अपूर्णता' को स्वीकार कर लेते हैं, तो अनावश्यक सामाजिक प्रदर्शन का अनावश्यक बोझ उतर जाता है।

किंतसुगी जख्मों का स्वर्ण श्रृंगार

जापान में जब कोई मिट्टी का बर्तन टूटता है, तो उसे फेंकने के बजाय सोने की परत से जोड़ा जाता है। इसे 'किंतसुगी' कहते हैं। यह हमें सिखाता है कि हमारे जीवन के घाव, असफलताएं और बुरे अनुभव हमें कमजोर नहीं, बल्कि और भी कीमती बनाते हैं। टूटने के बाद जब हम खुद को फिर से जोड़ते हैं, तो हम पहले से कहीं ज्यादा मजबूत, सुंदर और अद्वितीय होकर उभरते हैं।

शिनरिन-योकू प्रकृति की मौन चिकित्सा

जापानी लोग 'फॉरेस्ट बाथिंग' में विश्वास रखते हैं। इसका अर्थ है प्रकृति के माहौल को अपनी पांचों इंद्रियों से महसूस करना। मोबाइल, टीवी, लैपटॉप को छोड़कर नेचर के करीब समय बिताना एक कारगर चिकित्सा है। नेशनल ज्योग्राफिक के शोध के अनुसार, पेड़ों के बीच समय बिताने से तनाव का हार्मोन 'कोर्टिसोल' कम होता है और इम्यूनिटी बढ़ती है।

गमन धैर्य और गरिमा का संगम

जापानी दर्शन 'गमन' का अर्थ है प्रतिकूल परिस्थितियों में भी धैर्य बनाए रखना। चाहे सुनामी आए या व्यक्तिगत संकट, जापानी समाज विलाप करने के बजाय शांत रहकर पुनर्निर्माण में जुट जाता है। यह दर्शन हमें सिखाता है कि सहनशीलता का अर्थ हार मानना नहीं, बल्कि कठिन समय में गरिमा के साथ अडिग रहना है।

इकिगाई सुबह जागने का ठोस कारण

जापान के ओकिनावा द्वीप को 'ब्लू जोन' कहा जाता है, जहां लोग 100 साल से अधिक जीते हैं। उनकी लंबी आयु का रहस्य है-इकिगाई के अनुसार जीना। इकिगाई का अर्थ है, जीवन जीने का उद्देश्य। यह चार स्तंभों पर टिका होता है। आप क्या पसंद करते हैं, आप किसमें कुशल हैं, दुनिया को इससे क्या मिलेगा और आपको किस काम के लिए पैसे मिल सकते हैं? फोर्ब्स के अनुसार, जिस दिन व्यक्ति को अपनी इकिगाई मिल जाती है, उसके जीवन से बोरियत, ऊब, तनाव और 'रिटायरमेंट' जैसे शब्द गायब हो जाते हैं, क्योंकि वह ऐसा काम कर रहा होता है जिससे उसे प्यार होता है।

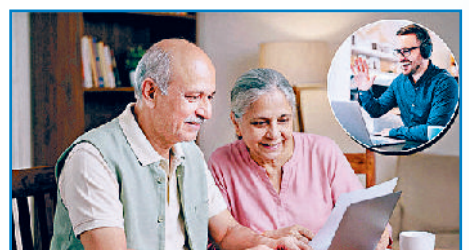
जापानी दर्शन के ये सरल सिद्धांत अगर आप अपनाकर जीवन जीना सीख लें तो आपको जीवन में भरपूर खुशी और सुकून मिलेगा। *

सोलो एजिंग बढ़ती उम्र में जिंदगी का भरपूर मजा

अभी तक यही माना जाता रहा है कि सेवानिवृत्त और दायित्वों से मुक्त होने के बाद बुजुर्ग लोग अकेलेपन-उदासी भरी जिंदगी जीते हैं। लेकिन कई अध्ययनों से साबित हुआ है कि बुजुर्ग अब सोलो एजिंग को खूब एंज्वॉय करना सीख गए हैं। अब वे उदास नहीं हर पल को खुल कर जीते हैं।

{ लाइफस्टाइल
डॉ. मोनिका शर्मा }

एक ताजा अध्ययन में बुजुर्गों से जुड़ा यह निष्कर्ष सामने आया है कि उम्रदराज लोग अब शिकायतों के बजाय खुद को संभालने की राह चुन रहे हैं। स्टडी में शामिल अधिकतर वरिष्ठजनों ने बताया कि वे पांच साल से ज्यादा समय से अकेले रह रहे हैं। उम्र के इस पड़ाव पर जिंदगी को मैनेज करने में आने वाली परेशानियों को भूलकर उन्होंने अकेले रहना चुना है। सोलो एजिंग के इस सफर में अपने जीवन से खुश रहने वाले बुजुर्गों का आंकड़ा ज्यादा है। एजवेल फाउंडेशन की इस रिपोर्ट के मुताबिक हमारे देश में सोलो एजिंग का चलन तेजी से बढ़ रहा है। अकेले रहने वाले बुजुर्गों में 46.9 फीसदी सोलो एजर्स अपनी जिंदगी से खुश हैं, जबकि 41.5 प्रतिशत असंतुष्ट हैं। 10,000 बुजुर्गों को लेकर की गई यह स्टडी उम्रदराज लोगों के मन और जीवन का बदलता खाका हमारे सामने रखती है।



शिकायत नहीं एडजस्टमेंट की सोचः बच्चों के करियर के लिए विदेश या दूसरे शहरों में जाने के बाद अकेले रह रहे बुजुर्ग, दोषारोपण के बजाय अपनी देखभाल खुद ही करने की राह चुन रहे हैं। यह सच है कि संयुक्त परिवारों के टूटने से घर के बड़े सदस्यों में अकेलापन बढ़ा है पर वे अपने आप को बिजी रखना भी सीख रहे हैं। दूर रहने वाले बच्चों से जुड़े रहने के लिए गैजेट्स को यूज करना सीख रहे हैं। बुजुर्ग यह समझते हैं कि उनके बच्चे चाहकर भी हर समय उनके साथ नहीं रह सकते। यही वजह है कि इन हालातों में तनाव में घिरने के बजाय वे खुशी-खुशी जीवन से जूझने के रास्ते पर चलने लगे हैं। सोलो एजिंग का यह ट्रेंड बड़े-बुजुर्गों की बदलती लाइफस्टाइल से जुड़े इसी पहलू की तस्दीक करता है।

सक्रियता को प्राथमिकताः सुखद यह है कि सोलो एजिंग का ट्रेंड कोई थोपे जाने वाला चलन नहीं है। अकेले रहने वाले बुजुर्ग बहुत-सी परेशानियों का सामना करने के बावजूद खुद को सक्रिय रखने के फ्रंट पर जी-जान से जुटे रहते हैं। थकते कदमों के बावजूद अपनी जिम्मेदारियों का बोझ नहीं, बल्कि सक्रिय रहने का बहाना मानते हैं। अकेले सब कुछ मैनेज करने के दबाव को एक्टिव और सधी हुई जीवनशैली के रूप में देखने लगे हैं। इस उम्र में सेहत और सामाजिक जीवन से जुड़ी बहुत-सी उलझनों के बीच भी अपने मन को संभालने का जतन वे खुशी से कर रहे हैं। किसी भी तरह के व्यायाम, वॉकिंग, योग आदि के लिए समय निकालते हैं। एक्टिव एजिंग वाली जीवनशैली, उनको स्वस्थ रखने में भी अहम भूमिका निभाती है। वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाइजेशन के मुताबिक एक्टिव एजिंग, बुढ़ापे को एक प्रोडक्टिव और खुशनुमा अनुभव बनाने की स्ट्रेटजी है, न कि इसे अंत मानने की। मौजूदा दौर में बुजुर्ग इस खुशनुमा ट्रांसफॉरमेशन के लिए तकनीक की मदद भी ले रहे हैं। ऑनलाइन सुविधाओं से लेकर अपने बच्चों और रिश्तेदारों से जुड़े रहने तक, बुजुर्गों ने तकनीक के नए रंगों को सहजता से अपनाया है।

कर रहे आजादी का एहसासः असल में सोलो एजिंग के चलन से आत्मनिर्भर बनने का भाव भी जुड़ा है। अपनी जिंदगी को अपने अंदाज में जीने से आजादी का गहरा एहसास भी जुड़ा है। यही वजह है कि अकेलेपन और हेल्थ से जुड़ी बहुत-सी चुनौतियों के बावजूद बुजुर्गों का एक बड़ा वर्ग यानी 46.9 प्रतिशत बुजुर्ग इन हालातों को स्वतंत्र रूप से अपना जीवन जीने के तौर पर भी देख रहा है। इसी एक पॉजिटिव सोच के चलते उम्रदराज लोग अकेले रहकर भी अपने जीवन से खुश हैं। इस स्टडी के मुताबिक 31 फीसदी से ज्यादा बुजुर्गों ने फाइनेंशियल और सोशल स्वतंत्रता के लिए अकेले रहने का विकल्प चुना है। वहीं 26.7 फीसदी का कहना है कि परिवार के युवा मेंबर्स के बाहर जाने से वे अकेले रह रहे हैं। नई पीढ़ी के दूर जाने को लेकर कोई शिकायत करने के बजाय बुजुर्ग इसे इंडिपेंडेंट रहने के अवसर की तरह देखने लगे हैं। शारीरिक रूप से नहीं भावनात्मक फ्रंट पर भी बुजुर्ग अब दूसरों पर निर्भर नहीं रहना चाहते। उम्रदराज लोगों के लिए यह स्वतंत्रता उनके सुकून से भी जुड़ी है। *

{ व्यंग्य / राजा चौरसिया }

बने रहो पगला...

'बने रहो पगला, काम करे अगला' की रीति-नीति से प्रीति का रवैया आज सुपरहिट हो चुका है। आप ऐड़ा बनकर पेड़ा खाते रहेंगे और जो बुद्धिमान हैं, काम में खपते और मन ही मन कुढ़ते रहेंगे।

यह सेंट पर्सेंट पेटेंट सत्य है कि एकरसता से नीरसता ही उपजती है। पतझड़ के बाद ही वसंत वाली बहार की भरमार आती है। इसी प्रकार बीमार के लिए अनार परोसने के क्रिया-कलाप का प्रदर्शन अनिवार्य कार्य है। यदि उत्सव न होते तो ढेर सारी सुख- सुविधाओं के रहते हुए भी खुशी के अभाव में नदी किनारे घोंघा प्यासा की कहावत ही चरितार्थ होती रहती। जैसे रात के बाद ही प्रभात आता है, अमावस्या के उपरांत ही पूर्णिमा होती है। इसी प्रकार मूर्खता के पश्चात ही विद्वता का अवतरण होता है। कीचड़ के बिना कमल की कल्पना, धुएं के बादलों से बरसात की सरासर झूठी कल्पना सरीखी है। हार्ट को रुचने वाले शॉर्ट और स्मार्ट शब्दों में यह डंके की चोट पर कहा जा सकता है कि मूर्खता या मूढ़ता ही विद्वता की मातेश्वरी होती है। हाथी के दांत के आचरण वाले उदाहरण हवा-पानी की तरह यत्र-तत्र, सर्वत्र व्याप्त हैं। इसकी महत्ता को समझते हुए ही कुछ चतुर चालाक लोग बुद्धिमान होते हुए भी मूढ़ बने रहते हैं। इसीलिए संयोग नहीं बल्कि दुर्योग है कि असली और फसली मूर्खों से ज्यादा नकली मूर्खों की तादाद बेमियाद बढ़-चढ़ रही है। अत्याधुनिकता की मानसिकता एवं प्रासंगिकता को प्राथमिकता देने से नकली मूर्खों या धूर्तों की बाढ़ खासी प्रगति पर है। झूठे शुभचिंतकों तथा सच्चे अशुभचिंतकों के इस काबिलेगौर दौर में चातुर्य का प्राचुर्य रहते हुए भी दूसरों के सामने मूर्ख, बुद्धू, घुग्घू और उल्लू बने रहने के कायदे से फायदे ही फायदे हैं। मन से थू-थू करते हुए भी मुंह से आई लव यू कहना अवसरवाद का बढ़िया अपडेट सर्टिफिकेट है। मीठे गवाक्ष से तीखे कटाक्ष करने का बेहतरीन एवं हसीन आइडिया है। बुद्धिजीवी को मित्र बनाना मूर्खता है, लेकिन किसी मूर्ख को बुद्धिमान होने का आभास कराना सबसे कारगर बुद्धिजीविता है। 'बने रहो पगला, काम करे अगला' की रीति-नीति से प्रीति का रवैया आज सुपरहिट हो चुका है। घर, दफ्तर हो या आस-पड़ोस सरल से सरल काम भी न कर पाने का प्रमाण दिखाकर आपको मूर्ख घोषित कर दिया जाएगा तो आगे कभी कोई काम करने की जिम्मेदारी आपको नहीं मिलेगी। आप ऐड़ा बनकर पेड़ा खाते रहेंगे और जो बुद्धिमान हैं, काम में खपते और मन ही मन कुढ़ते रहेंगे। मूर्ख न होकर भी मूर्ख बने रहने से ही दांपत्य जीवन की कुशलता विशेष तो नहीं, मगर शेष बची ही रहती है। जान-बूझकर उल्लू यानी गृहलक्ष्मी के वाहन बने रहने से गृहस्थी की गाड़ी सरपट दौड़ती रहती है। ज्वालामुखी को चंद्रमुखी अर्थात् लालमिर्ची को मिश्री कहने का यह नीक-सलीका भरपूर स्वागतेय है। विद्वता झाड़ते हुए तर्क, वितर्क और कुतर्क से बेकार का भेजा भंजन ही होता है, जबकि जन्म से ही मूर्ख पैदा हुए उच्च पदासीन मंत्री या अफसर को इंटेलीजेंट, ब्रिलिएंट तथा डिलीजेंट होने का आभास कराते रहने से अपना उल्लू सीधा होता रहता है। जनता का सेवक बनकर महानुभाव कितनी मलाई खाते हैं, यह सेवा करवाने वाली जनता खूब जानती और समझती है। दरअसल, जनतंत्र में तो जनता मूर्ख न होकर भी मूर्ख बनती ही रहती है। उसके लिए कोई खास दिन नहीं, हर दिवस सहर्ष मूर्ख दिवस ही होता है। मूर्ख दिवस वास्तव में उन लोगों का ही उत्सव है, जो दीन, हीन और खुद को मूर्ख बताकर दूसरों को मूर्ख बनाते हैं, अपना काम निकलवाते हैं। *

विज्ञापन...
इंजेक्शन की नवीन तकनीक से स्पाइन रोगों का उपचार
नोट :- वरिष्ठ नागरिकों (60 वर्ष के ऊपर) का उपचार मात्र 12 हजार रुपए में।
सर्जरी के बिना ही सिर्फ इंजेक्शन तकनीक के जरिये स्पाइन (रीढ़) रोगों का बेहतर और विश्वसनीय उपचार विश्वविख्यात डॉ. प्रमोद पहारिया द्वारा ग्वालियर में हो रहा है। आइये जानते हैं इस तकनीक के असाधारण लाभ–

केन्द्रीय मंत्री श्री ज्योतिरादित्य सिंधिया जी से स्पाइन के क्षेत्र में विशेष योगदान के लिए डॉ प्रमोद पहारिया अवार्ड प्राप्त करते हुए।

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।

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

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। NBC@

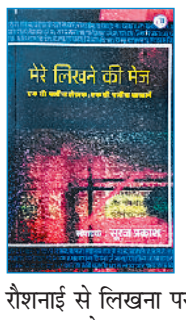
इस ट्रीटमेंट का असर कब तक रहता है?
इसमें जड़ से इलाज होता है।

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।

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 हॉस्पिटल, 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

{ पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण }

मेरे लिखने की मेज



हाल में वरिष्ठ साहित्यकार सूरज प्रकाश के संपादन में 'मेरे लिखने की मेज' पुस्तक छपकर आई है। इसमें नई और वरिष्ठ पीढ़ी के कुल मिलाकर 125 लेखकों की उनके लेखन से जुड़ी दास्तानें दर्ज हैं। यह किताब पढ़कर लेखन प्रक्रिया को अलग-अलग दृष्टिकोणों से समझा जा सकता है। कोई रचना लिखने की शुरुआत कैसे होती है, उसके लिए अनुकूल स्थिति या वस्तुएं क्या होती हैं, लिखने के पहले और उसके बाद किस तरह का अनुभव होता है, कौन से कारण लिखने के लिए किसी लेखक को विवश करते हैं? ऐसे तमाम सवालों के जवाब किताब में शामिल लेखकों ने दिए हैं। वरिष्ठ लेखक असगर वजाहत अपने लेखन के बारे में कहते हैं, 'सफेद कागज पर काली रौशनाई से लिखना पसंद करता हूं। सफेद को काला करने का जुनून सा उठता रहता है। सफेद कागज मुझे बेचैन कर देता है।' अपने लेखन के बारे में आकांक्षा पारे कहती हैं, 'मुझे रात की जरूरत होती है, जब मुझे पता है, कोई फोन नहीं करेगा, दरवाजे की कोई घंटी नहीं बजेगी।' वरिष्ठ कथाकार प्रकाश मनु लेखन को पूजा-अर्चना की तरह पवित्र कर्म मानते हैं। वह कहते हैं, 'अपने कमरे के जिस कोने में बैठकर मैं लिखता-पढ़ता हूं, वहां गंगा, यमुना, सरस्वती तीनों नदियां बहती हैं। इसलिए उससे पवित्र स्थान तो कोई और हो ही नहीं सकता।' वरिष्ठ कवि लीलाधर मंडलोई अपनी रचना प्रक्रिया के बारे में कहते हैं, 'लिखते वक्त अपने संगतकारों यानी डायरी, कागज, पेन और लिखने की आधार जगह से संगत बनाता हूं... और मैं आगत रचना के सामने विनत भाव से बैठ जाता हूं।'

भले ही यह किताब किस्से, कहानी या कविता की नहीं है लेकिन इसे पढ़ने के दौरान रोचक कहानियों के पढ़ने जैसा ही आनंद आता है। *

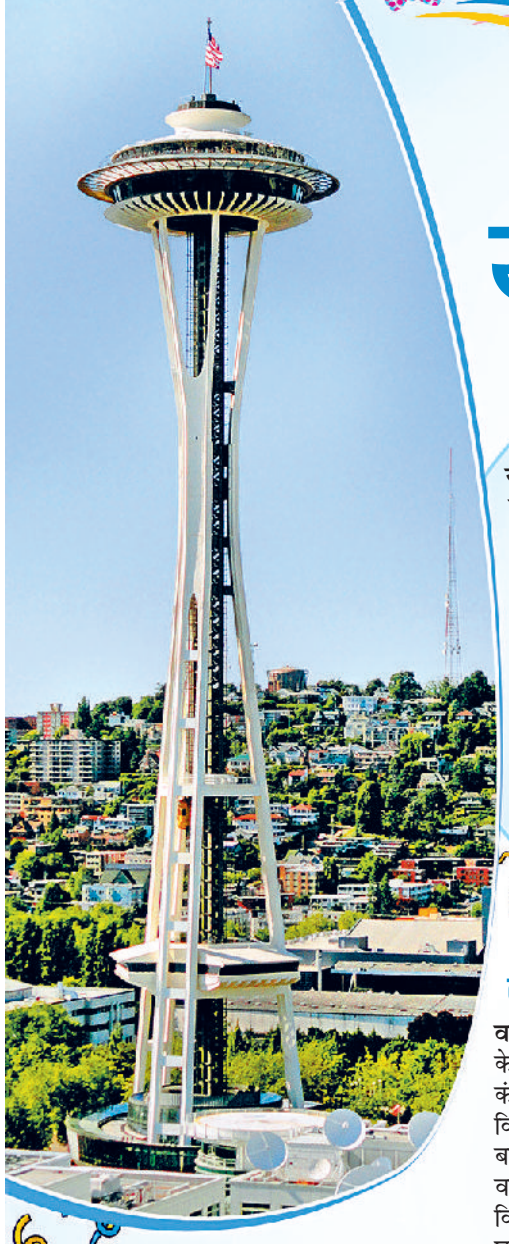
पुस्तकः मेरे लिखने की मेज, संपादकः सूरज प्रकाश, मूल्यः 449 रुपए, प्रकाशकः अद्विक पब्लिकेशन, दिल्ली

रोचक
अंजू जैन

अप्रैल फूल-डे स्पेशल

फर्स्ट अप्रैल यानी अप्रैल फूल डे पर लोग एक-दूसरे के साथ प्रैंक कर खूब एंज्वॉय करते हैं। अतीत में इस मौके पर कुछ मशहूर कंपनियों, टेलीविजन और रेडियो स्टेशंस ने ऐसे प्रैंक्स किए, जिसकी पूरी दुनिया में चर्चा हुई। यहां ऐसे ही कुछ चर्चित अप्रैल फूल प्रैंक्स के बारे में बता रहे हैं।

दुनिया भर में मशहूर हुईं ये मजेदार शरारतें



स्पेस नीडल गिरने की खबर

यह प्रैंक 1 अप्रैल 1989 को शाम के समय टीवी पर प्रसारित किया गया था। सिएटल के एक स्थानीय स्केच कॉमेडी शो, 'ऑलमोस्ट लाइव!' ने किंग टीवी पर एक विशेष रिपोर्ट प्रसारित की थी। रिपोर्ट में गंभीरता से दावा किया गया कि शाम 6:53 पर वाशिंगटन के सिएटल में स्थित स्पेस नीडल गिर गई है। शो ने टॉवर के गिरने की फर्जी तस्वीरें और चश्मदीदों के झूठे इंटरव्यू भी दिखाए। यह प्रैंक इतना विश्वसनीय लगा कि पूरे सिएटल में दहशत फैल गई। लोगों ने घबराहट में इमरजेंसी सेवाओं पर इतने फोन किए कि लाइनें ठप हो गईं। यहां तक कि टॉवर के आस-पास रहने वाले लोग भागने लगे। स्थिति बिगड़ने के बाद, चैनल को तुरंत स्पष्ट करना पड़ा कि यह सिर्फ एक मजाक था। बाद में, शो के निर्माताओं और चैनल को इस प्रैंक के लिए सार्वजनिक रूप से माफी मांगनी पड़ी थी। *

टूथपेस्ट से बर्गर की स्मेल

साल 2017 में फास्ट-फूड चेन बर्गर किंग ने दावा किया कि उन्होंने एक ऐसा टूथपेस्ट बनाया है, जिसमें एक्टिव हॉपर अर्क है, इसके कारण आपके मुंह से हमेशा बर्गर की खुशबू आएगी। लोग ब्रश करने के बाद भी अपने पसंदीदा बर्गर के स्वाद का आनंद ले सकेंगे। विज्ञापन में बताया गया कि इसमें 'व्हाइटनिंग अनियन' (सफेद करने वाले प्याज), 'डेली फ्रेश टोमैटो' (ताजा टमाटर) और एंटी-कैविटी स्टेक (कैविटी रोकने वाला मांस) जैसी चीजें शामिल हैं। इस प्रैंक को असली दिखाने के लिए बर्गर किंग फ्रांस और विज्ञापन एजेंसी बजमैन ने एक 60 सेकेंड का कमर्शियल वीडियो भी जारी किया था। यह प्रैंक मार्च के अंत में (29-31 मार्च) शुरू किया गया था ताकि 1 अप्रैल तक लोगों को भ्रमित किया जा सके। यह केवल एक मजेदार विज्ञापन अभियान था और बर्गर किंग ने कभी-भी ऐसा कोई टूथपेस्ट बाजार में नहीं बेचा। *

लेफ्ट-हैंडेड बर्गर

वर्ष 1998 में एक अप्रैल के आस-पास बर्गर किंग कंपनी ने अखबारों में विज्ञापन दिया कि उन्होंने बाएं हाथ से काम करने वाले लोगों के लिए एक विशेष बर्गर बनाया है, जिसमें सभी मसाले 180 डिग्री घुमाकर रखे गए हैं। यह सुनकर हजारों लोग इसे ऑर्डर करने लगे। बाद में पता चला कि यह प्रैंक था। *

हूटर्स वेट्रेस और योडा

वर्ष 2001 में घटित हुई एक घटना, जो एक मजाक के रूप में शुरू हुई थी, लेकिन बाद में यह कानूनी लड़ाई में बदल गई थी। इसे 'टॉय योडा' केस के रूप में जाना जाता है। हुआ यह कि अप्रैल 2001 में, पनामा सिटी बीच, फ्लोरिडा के हूटर्स रेस्तरां के मैनेजर ने अपनी वेट्रेसेस के बीच बीयर बेचने की एक प्रतियोगिता रखी। मैनेजर ने वादा किया कि जो सबसे ज्यादा बीयर बेचेगी, उसे इनाम में एक नई टोयोटा (कार) दी जाएगी। जोडी बेरी नाम की वेट्रेस ने सबसे ज्यादा बिक्री की और प्रतियोगिता जीत ली। जब इनाम देने का वक्त आया, तो मैनेजर ने जोडी की आंखों पर पट्टी बांधी और उसे पार्किंग लॉट में ले गया। लेकिन वहां कोई कार नहीं थी। इसके बजाय उसे 'स्टार वार्स' फिल्म के पात्र योडा का एक खिलौना थमा दिया गया। जोडी को यह मजाक बिल्कुल पसंद नहीं आया। उसने नौकरी छोड़ दी। यही नहीं रेस्तरां पर धोखाधड़ी और अनुबंध तोड़ने का मुकदमा भी दायर कर दिया। *

स्क्रीन में सुगंध

साल 2013 में गूगल ने अपने एक नए फीचर 'गूगल नोज' के जरिए दावा किया था कि अब लोग सर्च इंजन के माध्यम से चीजों को सूंघ भी सकेंगे। दावा किया गया कि उनके पास 15 मिलियन से अधिक सुगंधों का डेटाबेस है। गूगल यूजर्स को इसका अनुभव लेने के लिए कहा गया कि वे सर्च बार में जाकर कुछ सर्च करें और फिर अपने डिवाइस की स्क्रीन के करीब जाकर सूंघें। इसमें 'नई कार की महक', 'गीले कुत्ते की महक' और यहां तक कि 'मिस्र के मकबरे' जैसी अजीबो-गरीब चीजों को सूंघने का विकल्प दिया गया था। लेकिन इसे टेस्ट करने के लिए जब लोग स्क्रीन सूंघने की कोशिश करते और कुछ महसूस नहीं होता, तो अंत में एक संदेश आता कि यह अप्रैल फूल प्रैंक था। *

पर्यटन स्थल
समीर चौधरी

स्पीति घाटी हिमाचल प्रदेश का प्रसिद्ध पर्यटन स्थल है। लेकिन अगर आप यहां स्वच्छ, मनोरम वादियों के बीच आध्यात्मिक शांति का अनुभव लेना चाहते हैं तो 'की गोंपा' यानी 'की मठ' जरूर जाना चाहिए। इसकी विशेषताओं पर एक नजर।

स्वर्ग जैसी अनुभूति देता है स्पीति घाटी का 'की मठ'

हिमाचल प्रदेश के स्पीति में काजा से लगभग 12 किलोमीटर की दूरी पर स्थित 'की मठ' की सैर के दौरान आपको एहसास होगा कि जैसे स्वर्ग पृथ्वी पर उतर आया है। हालांकि अपने देश और हिमाचल प्रदेश के अन्य पर्वतीय पर्यटन स्थलों की तुलना में यहां पर्यटकों की आवक कम होती है।

सबसे पुराना-बड़ा मठः लगभग 13,500 फीट की ऊंचाई पर स्थित 'की मठ' स्पीति घाटी में सबसे पुराना और सबसे बड़ा मठ है। पहाड़ के ऊपर स्थित यह मठ कई मंजिला है, जिसकी तुलना अकसर लेह के निकट स्थित आइकॉनिक थिकसे मठ से की जाती है। अपने ऐतिहासिक और धार्मिक महत्व के अतिरिक्त 'की गोंपा' अपनी सुंदर संरचना और शांत वातावरण के लिए भी विख्यात है।

निर्माण और नवीनीकरणः की गोंपा का निर्माण 11वीं सदी के आस-पास माना जाता है। इस मठ का गहरा संबंध बौद्ध संत लोचेन रिनचेन जंगपो के पूजनीय अवतारों से है, जो 958 से 1055 ईस्वी के बीच हुए थे। इसकी गहरी जड़ें प्राचीन कदंपा विरासत से भी जुड़ी हैं और इसे लोचेन तुलकुस विरासत की पीठ माना जाता है। इस विरासत के माध्यम से 'की मठ' 11वीं शताब्दी के विख्यात बौद्ध विद्वान और संत अतिशा दिपांकर से भी जुड़ जाता है।

इस मठ का पुनर्निर्माण 15वीं शताब्दी के शुरू में शेरपा जंगपो ने करवाया, जो गेलुग्पा समुदाय के संस्थापक जे त्सोंगखापा के शिष्य थे। पांचवें दलाई लामा के युग में यानी 17वीं शताब्दी में इस मठ पर मंगोलों ने हमला किया, जिसके बाद यह औपचारिक रूप से गेलुग्पा स्कूल (प्रमुख तिब्बती बौद्ध संप्रदाय) का हिस्सा बन गया। फिर 1820 के लद्दाख-कुल्लू टकराव के दौरान भी इसे नुकसान पहुंचा। 1841 में डोगरा सेना और सिख सेना ने इसे काफी नुकसान पहुंचाया। 1840 के दशक में इसमें भयंकर आग भी लगी थी। 1975 में आए भूकंप की वजह से भी इस मठ को काफी नुकसान पहुंचा था। तब आर्कियोलॉजिकल सर्वे ऑफ इंडिया और स्टेट पब्लिक वर्क्स डिपार्टमेंट ने इसकी मरम्मत कराई थी।

बहुत कुछ है दर्शनीयः 'की मठ' की बाहरी सुंदरता तो मनोरम और स्वार्गिक अनुभूति देने वाली है ही, मठ के भीतर भी बहुत कुछ ऐसा है, जो दर्शनीय है।

साल 2000 में 14वें दलाई लामा ने इस मठ में एक नए विशाल असेंबली हॉल का उद्घाटन किया था। इस हॉल की दीवारों पर कुछ बहुत ही सुंदर प्राचीन पेंटिंग्स लटकी हुई हैं, जो बुद्ध के पिछले जन्मों की कहानियों को व्यक्त करती हैं। मुख्य असेंबली हॉल के सामने पूजा करने का कमरा है, जिसमें एक विशाल पूजा चक्र है। इसके अलावा पद्मसंभव और अमितायुस की प्रतिमाएं भी हैं। 'की मठ' अपनी वॉल हैंगिंग्स और ऐतिहासिक कलाकृतियों के लिए विख्यात है। मठ के टॉप फ्लोर पर जो अपार्टमेंट है, वह दलाई लामा के लिए आरक्षित है। निचले माले पर मठ की रक्षा करने वाले देवताओं को समर्पित एक मंदिर है, जबकि उसके नीचे जो एक अन्य असेंबली हॉल है, उसे छोटे आयोजनों के लिए इस्तेमाल किया जाता है। यहां दुर्लभ धर्मग्रंथ, पुरानी वॉल पेंटिंग्स और भविष्य के बुद्ध मैत्रेय की मूर्ति भी है।

यात्रा का उपयुक्त समयः 'की मठ' की यात्रा के लिए आदर्श समय मई से अक्टूबर के बीच का है, जब यहां हल्की-सुहानी ठंड पड़ रही होती है। सड़कें खुली होती हैं और स्पीति वादी की सुंदरता अपने शबाब पर होती है। इस दौरान यहां का तापमान आमतौर से 10 डिग्री सेंटीग्रेड से 25 डिग्री सेंटीग्रेड के बीच में होता है।

ठंड के मौसम में तो यहां तापमान माइनस 20 डिग्री सेंटीग्रेड तक गिर जाता है। भारी बर्फबारी के कारण सड़कें बंद हो जाती हैं। हालांकि मठ तो खुला रहता है, लेकिन उस तक पहुंचना मुश्किल हो जाता है।

जो पर्यटक सांस्कृतिक अनुभव लेने की इच्छा रखते हैं, उन्हें अपनी यात्रा की योजना जुलाई में बनानी चाहिए, जब यहां चाम उत्सव का आयोजन किया जाता है। इस उत्सव में बौद्ध भिक्षु परंपरागत मुखौटा नृत्य करते हैं। यह नृत्य बुराई पर अच्छाई की विजय के प्रतीक रूप में किया जाता है। *

मौसम में गर्माहट घुलने के साथ ही युवाओं का फैशन और ड्रेसिंग स्टाइल बदलने लगा है। बदलते हुए फैशन ट्रेंड को देखकर लगता है कि इन गर्मियों में जेंडर न्यूट्रल फैशन का क्रेज रहेगा। यंगस्टर्स को यह फैशन ट्रेंड क्यों इतना भा रहा है?

इन गर्मियों में रहेगा जेंडर न्यूट्रल फैशन का क्रेज

ट्रेंड
प्रतिमा अरोड़ा

मार्च की शुरुआत के साथ ही हल्की गर्माहट जैसे वातावरण में फैली तो कॉलेज परिसरों, कैफे और शहर की सड़कों पर एक नया फैशन ट्रेंड दिखाई पड़ने लगा। यह है जेंडर न्यूट्रल फैशन। वास्तव में यह केवल ड्रेस का बदलाव नहीं, बल्कि सोच और पहचान का बदलाव भी है। अब फैशन यह नहीं पूछता कि आप मेल हैं या फीमेल। अब फैशन यह जानना चाहता है कि आप कौन हैं? भारत के युवा विशेषकर जेन-जी और नए प्रोफेशनल्स अब ऐसी ड्रेसेस चुन रहे हैं, जो आरामदायक हों, अभिव्यक्ति के अनुकूल हों और किसी जेंडर विशेष की सीमाओं में न बंधते हों।

बदल रही है फैशन की परिभाषा

लंबे समय तक फैशन की दुनिया स्त्री और पुरुषों के दो अलग-अलग खांचों में बंटी रही है। लेकिन हाल के सालों में फैशन के बीच जेंडर की यह दूरी धीरे-धीरे धुंधली होने लगी है। आज के युवा मानते हैं, ड्रेस शरीर के लिए होती है, किसी जेंडर विशेष के लिए नहीं। दिल्ली, मुंबई, पुणे और बैंग्लुरु के कॉलेजों में यह अब आम दृश्य है कि एक ही तरह के ओवर साइज शर्ट लड़कियां भी पहनती हैं और लड़के भी। वैसे ही ढीले ट्राउजर भी दोनों पहनते खूब दिखते हैं। जेंडर न्यूट्रल फैशन अब सिर्फ बड़े शहरों और सेलिब्रिटी क्लास की ही सोच नहीं दर्शाता बल्कि यह अवधारणा छोटे शहरों से लेकर मझोले शहरों और कस्बों तक में फैल रही है।

गर्मियों के लिए है उपयुक्त

जेंडर न्यूट्रल फैशन, किसी और मौसम में चाहे दोनों के लिए उपयुक्त न हो, लेकिन गर्मी के मौसम में यह ब्वॉयज और गर्ल्स दोनों के लिए आरामदायक फैशन माना जाता है। लूज ड्रेसेस, शरीर को जहां पसीने की परेशानी से दूर रखती हैं, वहीं लिनेन और कॉटन जैसे नेचुरल फैब्रिक, त्वचा के अनुकूल होते हैं। यही कारण है कि इन गर्मियों में लिनेन की शर्ट, कॉटन कुर्ते और ढीले ट्राउजर खूब लोकप्रिय होने जा रहे हैं।

ये कलर्स रहेंगे पॉपुलर

जेंडर न्यूट्रल फैशन की पहचान केवल डिजाइन या फैब्रिक से नहीं, रंगों से भी होती है। आने वाले दिनों में ब्राइट कलर्स की जगह, बेज, व्हाइट, ग्रे, ऑलिव ग्रीन और लाइट ब्लू जैसे प्लीजेंट कलर्स का बोलबाला रहने वाला है। क्योंकि ये कलर्स हमारी आंखों के साथ-साथ त्वचा और पूरे शरीर को गर्मी से राहत देते हैं। इन कलर्स की ड्रेसेस मेल-फीमेल सभी पर सूट करते हैं।

सोशल मीडिया का रोल

जेंडर न्यूट्रल फैशन की ओर झुकाव की एक बड़ी वजह सोशल मीडिया भी है। इंस्टाग्राम, यू-ट्यूब और पिंटरेस्ट जैसे सोशल साइट्स पर हजारों युवा इन दिनों फैशन कंटेंट खूब बना रहे हैं, जो जेंडर की सीमाओं को तोड़ते हैं। अब फैशन डिजाइनर ही फैशन ट्रेंड तय नहीं करते बल्कि कॉलेज के युवा, यंग प्रोफेशनल्स और कंटेंट क्रिएटर्स भी फैशन के नए ट्रेंड सेट कर रहे हैं। एक सिंपल ओवर साइज शर्ट और लूज ट्राउजर में बनी इंस्टाग्राम की वायरल रील भी लाखों युवाओं को यह फैशन अपनाने के लिए प्रेरित कर सकती है।

कंफर्ट-स्टाइल से कहीं बढ़कर

जेंडर न्यूट्रल फैशन, केवल कंफर्ट या स्टाइल का मामला नहीं है। इसे आत्मविश्वास और स्वतंत्र सोच से भी जोड़कर देखा जाता है। यह फैशन स्टाइल युवाओं को यह संदेश देता है कि वे अपनी पहचान स्वयं तय कर सकते हैं। आज के युवा फैशन को पारंपरागत ड्रेस पहनने के नियम का पालन करने के लिए नहीं, बल्कि अपनी सोच, पसंद और स्वतंत्रता को व्यक्त करने के लिए अपना रहे हैं। यही कारण है कि जेंडर न्यूट्रल फैशन, तेजी से युवाओं की पसंद बनता जा रहा है।

बदल रही फैशन इंडस्ट्री

यंगस्टर्स की पसंद को देखते हुए, देश के प्रमुख फैशन ब्रांड्स में भी अब जेंडर न्यूट्रल यूनिसेक्स कलेक्शन की बड़ी रेंज दिखती है। कई नए स्टार्टअप्स जेंडर-न्यूट्रल ड्रेसेस पर ध्यान केंद्रित कर रहे हैं। इससे यह स्पष्ट है कि फैशन उद्योग भी अब जेंडर न्यूट्रल जैसे बदलाव को स्वीकार कर चुका है। विशेषज्ञों का मानना है कि आने वाले वर्षों में फैशन में मैन और वुमेन की बजाय ऑल या यूनिसेक्स जैसे सेक्शन हुआ करेंगे।

कह सकते हैं कि इस साल की गर्मियां अभी से यह स्पष्ट संकेत दे रही हैं कि फैशन अब जेंडर की सीमाओं से मुक्त हो रहा है। जेंडर न्यूट्रल फैशन न्यू एज फैशन का पसंदीदा ट्रेंड बनकर उभर रहा है। *

सिने ट्रेंड
अशोक वाधवाणी

दर्शकों को खूब आती हैं पसंद हॉरर-कॉमेडी कॉम्बो फिल्में

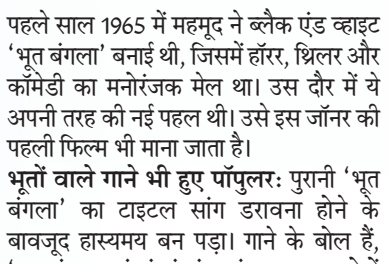
हालांकि शुरुआती दौर से ही बॉलीवुड में हॉरर फिल्में बनती रही हैं। लेकिन बीते कुछ वर्षों से हॉरर फिल्मों में कॉमेडी का कॉम्बो दर्शकों को काफी पसंद आ रहा है। यही वजह है कि ऐसी फिल्में लगातार बन रही हैं और दर्शकों को पसंद भी आ रही हैं। ऐसी ही कुछ हॉरर-कॉमेडी फिल्मों पर एक नजर।

बीते कई वर्षों से हिंदी फिल्मों में हॉरर, थ्रिलर के साथ कॉमेडी वाला तड़का दर्शकों को खूब अट्रैक्ट कर रहा है। रहस्य-रोमांच और साफ-सुथरी कॉमेडी पसंद करने वाले दर्शक इसे सपरिवार देख सकते हैं, क्योंकि इस तरह की फिल्मों में हॉरर और कॉमेडी का कॉम्बो देखने को मिल जाता है। यह इसका प्लस प्वाइंट है।

हॉरर-थ्रिलर-कॉमेडी का कॉकटेलः कुछ वर्षों से हॉरर कॉमेडी जॉनर की फिल्मों का दौर चल पड़ा है। ऐसी मूवी में ह्यूमर और हॉरर का कॉकटेल नजर आता है। अजय देवगन की 'गोलमाल अगेन' (2017) में हॉरर और कॉमेडी के साथ-साथ इमोशनल टच भी देखने को मिला। इसी थीम पर बेस्ड 'गो गोवा गॉन' (2013) फिल्म ने भी दर्शकों को बांधे रखा। यह गोवा में फिल्माई गई हॉरर, थ्रिलर और जॉम्बिज एक्शन वाली कॉमेडी मूवी है। वर्ष 2025 में रिलीज हुई 'थाम्मा' में आयुष्मान खुराना ने बेताल (पिशाच) की भूमिका निभाई। इसी फिल्म में नवाजुद्दीन सिद्दीकी ने मनुष्यों का खून चूसने वाले खतरनाक विलेन का रोल निभाया। वर्ष 2024 में रिलीज्ड 'मुंज्या' भी एक कॉमेडी हॉरर फिल्म है। कोई बड़ा स्टार नहीं होने के बावजूद इस फिल्म ने दर्शकों के दिलों में जगह बनाई। इससे काफी पहले अमिताभ बच्चन की 'भूतनाथ' (2008) और 'भूतनाथ रिटर्न्स' (2014) भी सुपरनेचुरल कॉमेडी ड्रामा फिल्में थीं। इन दोनों ही फिल्मों की कहानी में नयापन था, ताजगी थी। साथ ही कलाकारों के जानदार अभिनय और कमाल के पिक्चराइजेशन ने दर्शकों को बांधे रखा। इसीलिए ये फिल्में सफल रहीं।

'स्त्री' ने कर दिखाया कमालः साल 2018 में आई हॉरर-कॉमेडी फिल्म 'स्त्री' की सफलता ने इस ट्रेंड को सेट करने में बड़ा रोल निभाया। राजकुमार राव, श्रद्धा कपूर, पंकज त्रिपाठी जैसे कलाकारों के अभिनय से सजी इस फिल्म में हर घर के सामने लिखी लाइन 'ओ स्त्री, कल आना!' दर्शकों के दिलोदिमाग में घर कर गई। इस फिल्म के कई दृश्य दर्शकों के मन में आज भी तरोताजा हैं। 'स्त्री' की सफलता के बाद से इस तरह की फिल्मों का ट्रेंड-सा चल पड़ा। 2024 में आई 'स्त्री-2' भी दर्शकों की कसौटी पर खरी उतरी, इस फिल्म को भी बड़ी सफलता मिली।

इस साल आएगी 'भूत बंगला'ः इस साल हॉरर-कॉमेडी जॉनर में अक्षय कुमार की 'भूत बंगला' रिलीज होने वाली है। फिल्म के निर्देशक है प्रियदर्शन। ये वही प्रियदर्शन हैं, जिन्होंने साइकोलॉजिकल थ्रिलर 'भूल-भुलैया' बनाकर कैरेक्टर मोंजूलिका (विद्या बालन) को फेमस किया था। वैसे आपको बता दें कि कई दशक पहले साल 1965 में महमूद ने ब्लैक एंड व्हाइट 'भूत बंगला' बनाई थी, जिसमें हॉरर, थ्रिलर और कॉमेडी का मनोरंजक मेल था। उस दौर में ये अपनी तरह की नई पहल थी। उसे इस जॉनर की पहली फिल्म भी माना जाता है।



भूतों वाले गाने भी हुए पॉपुलरः पुरानी 'भूत बंगला' का टाइटल सांग डरावना होने के बावजूद हास्यमय बन पड़ा। गाने के बोल हैं, 'भूत बंगला, हां हां हां हां कहां आ गए हम दोनों।' इस गाने में महमूद और आर. डी. बर्मन के साथ भूतों को नाचते दिखाया गया है। महमूद, आर. डी. बर्मन और सुदेश की डरावनी आवाजें डराती कम, हंसाती-गुदगुदाती ज्यादा हैं। आने वाली 'भूत बंगला' में भी ऐसे ही एक गाने के बोल हैं, 'रामजी आकर सबका भला करेंगे।' इसमें अक्षय कुमार अजीबो-गरीब वेशभूषा में अजीब, अटपटी हरकतें करते हुए, भूतों के साथ नाचते-गाते दिखते हैं। दर्शकों के मन में सस्पेंस जगाने, डराने के लिए स्पेशल इफेक्ट का सहारा भी लिया गया है। यह कोई नया चलन नहीं है। ऐसे गीतों का सिलसिला काफी पहले से शुरू हो चुका है। फिल्म 'चाचा-भतीजा' (1977) में हेमा मालिनी और सोनिया साहनी पर फिल्माया गया गीत, 'भूत राजा बाहर आ जा। सीधी तरह से मान जा नहीं तो बजा दूंगी तेरा बैंड बाजा।' इसमें उनके साथ धर्मेंद्र और रणधीर कपूर भी हैं। आगे चलकर ऐसा ही गाना 'चालबाज' (1989) में श्रीदेवी और रजनीकांत पर पिक्चराइज किया गया। गाने के बोल थे, 'ओ भूत राजा फंस गई मुश्किल में, भूतों की महफिल में।' कविता कृष्णमूर्ती, सुदेश भोसले की आवाज में यह गाना मनोरंजक है। 'हाउसफुल-4' का 'द भूत सॉन्ग।' अलग-थलग अंदाज वाले गाने का रिमिक्स वर्जन है। मिका सिंह, फरहाद द्वारा गाए इस रैपनुमा गाने में बड़े, खर्चीले सेट और कई स्टार दिखाए गए हैं। इस दिलचस्प गाने को देखते-सुनते समय डर तो नहीं लगता, हां मजा जरूर आता है। इसीलिए यह गाना काफी हिट भी रहा।

हॉरर-कॉमेडी फिल्मों का फंडाः हॉरर फिल्मों में दिल दहला देने वाले दृश्य देखकर दर्शक कई बार अचंभित-भयभीत होते हैं। डर के मारे रोमांचित भी होते हैं। उसी समय उनका ध्यान कंवर्ट करने के लिए कॉमेडी सींस दिखाए जाते हैं। इससे वे भयमुक्त होकर हंसने लगते हैं। यही वजह है कि हॉरर, थ्रिलर, कॉमेडी का कॉम्बिनेशन दर्शकों को लुभा रहा है। इसी कारण धड़ल्ले से इनकी फ्रेंचाइजी फिल्में भी बन रही हैं। जैसे- 'भूल-भुलैया', 'स्त्री', 'भेड़िया', 'मुंज्या' आदि। *