हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, रविवार 28 जून 2026

11 देश को गुलामी की तरफ धकेल रहा टैक्स मुक्त कृषि समझौता : जगतार

12 93 हजार बच्चों को पिलाई जाएगी पोलियो की दवा

खबर संक्षेप

अवैध शराब के साथ युवक गिरफ्तार

फतेहाबाद। सीआईए फतेहाबाद पुलिस ने गश्त के दौरान एक कार सवार युवक को भारी मात्रा में अवैध शराब के साथ गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान सुभाष उर्फ बागड़ी पुत्र रामकुमार, निवासी गांव भिरानी, जिला हनुमानगढ़, राजस्थान के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ थाना सदर फतेहाबाद में आबकारी अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर लिया है।

अफीम व हेरोइन सप्लाई चेन का मुख्य आरोपी काबू

फतेहाबाद। नशा तस्करों के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत थाना सदर रतिया पुलिस ने अफीम, हेरोइन और प्रतिबंधित नशीली दवाइयों की सप्लाई करने वाले मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। यह कामयाबी हाल ही में पकड़ी गई एक महिला तस्कर से पूछताछ और तकनीकी जांच के बाद मिली है।

अवैध शराब मामले में दूसरा आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। फतेहाबाद पुलिस ने वर्ष 2025 के एक अवैध शराब तस्करी मामले में बड़ी कार्रवाई करते हुए दूसरे आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। पकड़े गए आरोपी की पहचान पंकज निवासी बाडया, जिला हिसार के रूप में हुई है। थाना शहर फतेहाबाद प्रभारी निरीक्षक सुरेंद्रा ने बताया कि 20 फरवरी 2025 को गश्त के दौरान पुलिस टीम ने एक संदिग्ध कैंटर की तलाशी ली थी। तलाशी के दौरान गाड़ी से 169 पेटियां अवैध अंग्रेजी शराब बरामद हुई थी।

जुलाई की शुरुआत में मानसून पहुंचने के संकेत

उमस ने बढ़ाई लोगों की परेशानी आज और कल बारिश के आसार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

जिले में प्री-मानसून की दस्तक के बावजूद उमस भरी गर्मी लोगों की परेशानी बढ़ा रही है। दिन में तेज धूप और बीच-बीच में बादलों की आवाजाही के कारण मौसम लगातार करवट बदल रहा है। हवा में नमी बढ़ने से चिपचिपी गर्मी का असर बना हुआ है और लोगों को दिनभर पसीने से राहत नहीं मिल रही। मौसम विभाग के अनुसार 28 और 29 जून को एक अपेक्षाकृत मजबूत पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने की संभावना है। मौसम विशेषज्ञों के अनुसार शनिवार को जिले में अधिकतम तापमान करीब 41 डिग्री सेल्सियस और न्यूनतम 31 डिग्री सेल्सियस के आसपास दर्ज किया गया। हालांकि तापमान सामान्य से बहुत अधिक नहीं है, लेकिन बढ़ी हुई आर्द्रता के कारण गर्मी का अहसास अधिक हो रहा है। दोपहर के समय बाजारों और सड़कों पर लोगों को उमस का सबसे ज्यादा सामना करना पड़ा। विशेषज्ञों का कहना है कि अगले तीन-चार दिन तक इसी तरह उमस भरे मौसम की स्थिति बनी रह सकती है। दक्षिण-पश्चिम दिशा से लगातार आ रही नम हवाओं के कारण वातावरण में नमी बढ़ रही है, जिससे हरियाणा और दिल्ली-एनसीआर के अधिकांश क्षेत्रों में चिपचिपी गर्मी बनी रहेगी।

फतेहाबाद। कर्फ्यू नहीं, गर्मी का सितम : शहर में शनिवार को रविवार जैसे हालात। सुनसान पड़ा हाइवे। *फोटो: हरिभूमि*

मजबूत पश्चिमी विक्षोभ होगा सक्रिय

मौसम विभाग के अनुसार 28 और 29 जून को एक अपेक्षाकृत मजबूत पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने की संभावना है। इसके प्रभाव से हवाओं की दिशा में बदलाव आएगा और मौसम में बड़ा परिवर्तन देखने को मिल सकता है। कई स्थानों पर बादल छाने, तेज हवाएं चलने और हल्की से मध्यम बारिश की संभावना है, जिससे तापमान में गिरावट दर्ज हो सकती है और उमस से भी राहत मिलने की उम्मीद है।

जुलाई की शुरुआत में मानसून पहुंचने के संकेत

मौसम विशेषज्ञों का अनुमान है कि हरियाणा और दिल्ली-एनसीआर में मानसून जुलाई के पहले सप्ताह में दस्तक दे सकता है। यदि वर्तमान मौसमी सिस्टम सक्रिय बने रहते हैं तो प्रदेश के अधिकांश हिस्सों में मानसून समय पर पहुंच सकता है। मौसम विशेषज्ञ डॉ. चंद्रमोहन ने बताया कि वर्तमान में एक कमजोर पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय है। इसके प्रभाव से राजस्थान के मध्य भाग में साइक्लोनिक सर्कुलेशन और ट्रफ रेखा विकसित हो रही है। इसी कारण राजस्थान के कई इलाकों में आंधी, तेज हवाएं और बारिश की गतिविधियां देखने को मिल रही हैं। आने वाले दिनों में यही सिस्टम हरियाणा के मौसम को भी प्रभावित करेगा।

हालांकि बीच-बीच में प्री-मानसून की गतिविधियां और कमजोर पश्चिमी विक्षोभ हल्की बारिश या बूंदाबांदी के जरिए राहत देते रहेंगे।

सिरसा। आंधी के कारण क्षतिग्रस्त कार और गिरा बिजली का पोल।

सिरसा में तेज आंधी से टूटे बिजली के पोल

ओढां। तेज आंधी और तूफान के कारण गांव ख्योंवाली व रोहिडांवाली में जनजीवन बुरी तरह प्रभावित हो गया। आंधी के दौरान ख्योंवाली निवासी अमन गोदारा व रीना बीरट की कारों पर एक पेड़ की शाखा गिरने से कारें क्षतिग्रस्त हो गई। गनीमत रही कि इस घटना में जानी नुकसान नहीं हुआ। आंधी के कारण कई स्थानों पर बिजली के खंभे और लाइनें क्षतिग्रस्त हो गईं, जिससे गांव ख्योंवाली में बिजली आपूर्ति ठप रही। बिजली नहीं होने से ग्रामीणों को भीषण गर्मी, उमस और मच्छरों के बीच रातभर भारी परेशानी का सामना करना पड़ा। पूर्व सरपंच रीना बीरट ने बताया कि उनके कार्यकाल के दौरान गांव में बिजली घर का निर्माण करवाया गया था। उसी समय उन्होंने यह मांग भी उठाई थी कि बिजली घर से गांव तक लगभग एक किलोमीटर लंबी बिजली लाइन को भूमिगत केबल के माध्यम से बिछाया जाए। उनका कहना है कि यदि उस समय यह कार्य कर दिया जाता तो बार-बार बिजली बाधित होने की समस्या काफी हद तक समाप्त हो सकती थी और आंधी-तूफान जैसी परिस्थितियों में भी बिजली व्यवस्था अधिक सुरक्षित एवं विश्वसनीय रहती।

रतिया। भाखड़ा नहर में बहे युवकों की तलाश करती एसडीआरएफ की टीम।

भाखड़ा नहर में बहे तीन युवकों की तलाश जारी

- तीन अलग-अलग घटनाओं में लापता हुए युवक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रतिया

गांव रोझावाली के पास भाखड़ा नहर में शुक्रवार को तीन अलग-अलग घटनाओं में लापता हुए तीन युवकों की तलाश शनिवार को भी जारी रही। पुलिस की सूचना पर हिसार से एसडीआरएफ की 6 सदस्यीय टीम मौके पर पहुंची और स्थानीय पुलिस के साथ संयुक्त रूप से सर्च ऑपरेशन शुरू किया। राजेश कुमार के नेतृत्व में पहुंची एसडीआरएफ टीम नाव और गोताखोरों की मदद से नहर के तेज बहाव वाले हिस्सों में युवकों की तलाश कर रही है। पहले मामले में गांव ब्राह्मणवाला निवासी 19 वर्षीय अमनदीप सिंह शुक्रवार को जिम से स्कूटी पर घर लौट रहा था। इसके बाद वह संदिग्ध परिस्थितियों में लापता हो गया। है। दूसरी घटना में गांव खेड़ा निवासी 18 साल का गगनदीप सिंह अपने दोस्तों के साथ रोझावाली के पास नहर में नहाने गया था। नहाते समय संतुलन बिगड़ने से वह तेज बहाव में बह गया।

परिवारों में मातम

तीसरी घटना में गांव निकुवाना निवासी 36 वर्षीय मनजीत सिंह गांव भूंदड़वास के पास भाखड़ा नहर में नहाने के लिए उतरा था। इसी दौरान वह तेज बहाव की चपेट में आ गया और लापता हो गया। तीनों घटनाओं के बाद संबंधित परिवारों में मातम का माहौल है। परिजन लगातार नहर किनारे मौजूद हैं और युवकों के सुरक्षित मिलने की उम्मीद लगाए बैठे हैं। पुलिस और एसडीआरएफ की टीमें नहर के अलग-अलग हिस्सों में लगातार सर्च अभियान चला रही हैं, लेकिन समाचार लिखे जाने तक तीनों का कोई सुराग नहीं मिल पाया था।

पुरानी रंजिश के चलते युवक पर चाकुओं से हमला

रतिया। बुढ़लाडा रोड पर पुरानी रंजिश के चलते एक युवक पर चाकुओं से हमला कर घायल कर दिया गया। हालत गंभीर होने पर युवक को इलाज के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घायल युवक की पहचान गांव नंगल निवासी सोनू के रूप में हुई है। प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि हमले के बाद खून से लथपथ सोनू खुद को बचाने के लिए सरकारी अस्पताल की ओर भागा, लेकिन अस्पताल के मुख्य गेट के बाहर स्टेट हाईवे पर गिर गया। राहगीरों ने उसे तुरंत रतिया के सरकारी अस्पताल में भर्ती कराया। प्राथमिक उपचार के बाद चिकित्सकों ने सोनू की गंभीर हालत को देखते हुए उसे हायर सेंटर रेफर कर दिया। घटना की सूचना मिलने पर शहर थाना प्रभारी पुष्पा सिहाग पुलिस टीम के साथ मौके पर पहुंचीं और घटनास्थल का निरीक्षण किया। पुलिस ने आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगालनी शुरू कर दी है।

मुंबई-दिल्ली नहीं, बल्कि छोटे शहर भी बन रहे हैं निवेश के हब

40% से अधिक नए एसआईपी टियर-2, 3 और 4 शहरों से, पीडब्ल्यूसी की रिपोर्ट में दावा : हर महीने 3 अरब डॉलर का निवेश
अगले दशक में 1.5 ट्रिलियन डॉलर की संपत्ति का हस्तांतरण, भारतीय बाजारों को मिलेगा बड़ा फायदा, निवेशक भी होंगे मालामाल

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

भारत में निवेश का परिदृश्य तेजी से बदल रहा है। अब केवल महानगर ही नहीं, बल्कि टियर-2, टियर-3 और टियर-4 शहर भी निवेश वृद्धि के प्रमुख केंद्र बन रहे हैं। प्राइसवाटरहाउसकूपर्स (पीडब्ल्यूसी) की ताजा रिपोर्ट के अनुसार देश में शुरू होने वाले 40 फीसदी से अधिक नए सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) छोटे शहरों से आ रहे हैं। मासिक एसआईपी निवेश 3 अरब डॉलर तक पहुंच चुका है, जो भारतीय शेयर बाजार को स्थिर और दीर्घकालिक पूंजी उपलब्ध करा रहा है। भारतीय निवेश बाजार में छोटे शहरों की भूमिका लगातार मजबूत होती जा रही है। रिपोर्ट में कहा गया है कि भारतीय बाजारों को खुदरा निवेशकों और हाई नेटवर्थ इंडिविजुअल (एचएनआई) दोनों वर्गों की बढ़ती भागीदारी का लाभ मिलेगा। भारत में वर्तमान में हर महीने करीब 3 अरब डॉलर का एसआईपी निवेश आ रहा है। पीडब्ल्यूसी ने इसे प्राइस इंसेंसिटिव इक्विटी फ्लो बताया है, क्योंकि बाजार में उतार-चढ़ाव के बावजूद निवेशक नियमित निवेश जारी रखे हुए हैं। इससे शेयर बाजार को स्थिर और दीर्घकालिक पूंजी मिल रही है। विशेषज्ञों का मानना है कि घरेलू निवेशकों की बढ़ती ताकत भारतीय बाजार को वैश्विक अनिश्चितताओं से बचाने में भी मदद कर रही है। देश में डिजिटल क्रांति ने निवेश के तरीके को पूरी तरह बदल दिया है। पहले जहां निवेश की सुविधा मुख्य रूप से बड़े शहरों तक सीमित थी, वहीं अब मोबाइल ऐप, ऑनलाइन ट्रेडिंग प्लेटफॉर्म और डिजिटल केवाईसी जैसी सुविधाओं ने छोटे शहरों के लोगों को भी बाजार से जोड़ दिया है। यही वजह है कि अब निवेश का नया केंद्र छोटे शहर और कस्बे बनते जा रहे हैं।

क्या कहता है अनुमान

रिपोर्ट के अनुसार अगले 10 वर्षों में भारत में 1.5 ट्रिलियन डॉलर से अधिक की संपत्ति एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को हस्तांतरित होगी। इस वेल्थ ट्रांसफर का बड़ा हिस्सा वित्तीय उत्पादों, म्यूचुअल फंड, शेयर बाजार और वेल्थ मैनेजमेंट सेवाओं की ओर जा सकता है। पीडब्ल्यूसी का अनुमान है कि वर्ष 2030 तक भारत में एचएनआई आबादी एशिया-प्रशांत क्षेत्र में सबसे तेज गति से बढ़ेगी। विशेषज्ञों का मानना है कि यह संपत्ति हस्तांतरण भारतीय वित्तीय क्षेत्र के लिए एक बड़ा अवसर साबित होगा। नई पीढ़ी पारंपरिक निवेश साधनों की तुलना में शेयर बाजार, म्यूचुअल फंड और अन्य आधुनिक वित्तीय उत्पादों में अधिक रुचि

दिखा रही है। इससे निवेश उद्योग को नई गति मिलने की संभावना है। भारत की डिजिटल अर्थव्यवस्था को भी रिपोर्ट में निवेश वृद्धि का प्रमुख आधार बताया गया है। डिजिटल भुगतान, ऑनलाइन ट्रेडिंग प्लेटफॉर्म, मोबाइल-फर्स्ट निवेशक वर्ग और एआई आधारित वित्तीय सेवाओं ने निवेश को आसान और सुलभ बनाया है। यही कारण है कि छोटे शहरों से निवेशकों की संख्या तेजी से बढ़ रही है।

रिपोर्ट की प्रमुख बातें

- 40% से अधिक नए एसआईपी टियर-2, 3 और 4 शहरों से।
- हर महीने करीब 3 अरब डॉलर का एसआईपी निवेश।
- अगले 10 वर्षों में 1.5 ट्रिलियन डॉलर की पीढ़ीगत संपत्ति हस्तांतरण की संभावना।
- 2030 तक भारत में हाई नेटवर्थ इंडिविजुअल आबादी एशिया-प्रशांत क्षेत्र में सबसे तेज गति से बढ़ने का अनुमान।
- भारत वैश्विक निवेशकों और भारतीय पूंजी के लिए दोतरफा निवेश गलियारा बन रहा है।

छोटे शहरों से क्यों बढ़ रहा निवेश

- इंटरनेट और स्मार्टफोन की पहुंच में तेजी
- डिजिटल भुगतान प्रणाली का विस्तार
- म्यूचुअल फंड कंपनियों की बढ़ती पहुंच
- युवाओं में निवेश के प्रति जागरूकता
- वित्तीय शिक्षा और निवेश अभियानों का असर
- डिजिटल इंफ्रास्ट्रक्चर बना ताकत

क्या कहती है रिपोर्ट

रिपोर्ट के अनुसार भारत का मजबूत डिजिटल इंफ्रास्ट्रक्चर, बड़ी एआई इंजीनियरिंग प्रतिभा, मोबाइल-फर्स्ट निवेशक वर्ग और नवाचार आधारित वित्तीय प्रणाली उसे एशिया-प्रशांत क्षेत्र के अन्य देशों से आगे खड़ा करती है। देश में मौजूद विशाल डिजिटल नेटवर्क निवेशकों को कम लागत और कम समय में वित्तीय सेवाएं उपलब्ध करा रहा है। जीआईएफटी सिटी के माध्यम से अंतरराष्ट्रीय निवेश अवसरों को भी महत्वपूर्ण बताया गया है। रिपोर्ट के अनुसार यह भारत के लिए एक समयबद्ध अवसर है, जो देश को वैश्विक वित्तीय सेवाओं के केंद्र के रूप में स्थापित करने में मदद कर सकता है।

एशिया-प्रशांत में भारत की बढ़त

पीडब्ल्यूसी का अनुमान है कि 2026 से 2030 के बीच एशिया-प्रशांत क्षेत्र का एसेट और वेल्थ मैनेजमेंट बाजार 6.8 फीसदी की वार्षिक दर से बढ़ेगा। यह उत्तर अमेरिका के 6.2 फीसदी और यूरोप के 5.6 फीसदी की तुलना में अधिक है। भारत इस वृद्धि का प्रमुख लाभार्थी बन सकता है। रिपोर्ट में कहा गया है कि मजबूत आर्थिक विकास, युवा आबादी और बढ़ती आय भारत को निवेश के लिए सबसे आकर्षक बाजारों में शामिल कर रही है।

निवेश के उभरते अवसर

म्यूचुअल फंड, पैसिव फंड, शेयर बाजार, वैकल्पिक निवेश, प्राइवेट क्रेडिट, वेल्थ मैनेजमेंट सेवाएं, वैकल्पिक निवेश में बड़ा अवसर

निवेशकों के लिए संकेत

विशेषज्ञों का मानना है कि छोटे शहरों से बढ़ती निवेश भागीदारी बाजारों को अधिक गहराई और स्थिरता प्रदान करेगी। बढ़ती वित्तीय जागरूकता, डिजिटल पहुंच और लंबी अवधि की निवेश संस्कृति आने वाले वर्षों में भारतीय पूंजी बाजारों की सबसे बड़ी ताकत बन सकती है। यदि मौजूदा रुझान जारी रहता है तो भारत वैश्विक निवेश मानचित्र पर और अधिक मजबूत स्थिति में दिखाई देगा और घरेलू निवेशक इसकी सबसे बड़ी शक्ति बनकर उभरेंगे।

निवेश विशेषज्ञ अब दे रहे सोने से दूर रहने की सलाह

सुझाव
बिजनेस डेस्क

पिछले कुछ वर्षों में सोने ने निवेशकों को शानदार रिटर्न दिया है। वैश्विक आर्थिक अनिश्चितता, केंद्रीय बैंकों की खरीदारी और डॉलर पर घटते भरोसे जैसे कारणों से सोने की कीमतों में जबरदस्त तेजी देखने को मिली। लेकिन अब एक ऐसे निवेश विशेषज्ञ, जिनकी पिछली कई भविष्यवाणियां सही साबित हुई हैं, निवेशकों को सोने से दूरी बनाने की सलाह दे रहे हैं। मौजूदा स्तर पर सोना आकर्षक निवेश नहीं रह गया है। उनके अनुसार इक्विटी और डेट मार्केट फिलहाल निवेशकों के लिए बेहतर अवसर प्रदान कर रहे हैं। नवंबर 2023 में जब निवेशकों का भरोसा सोने पर कमजोर था और बाजार में नकारात्मक माहौल था, तब बुलियन में निवेश की जोरदार पैरवी की थी। बाद में चांदी की कीमतों को लेकर भी उनकी चेतावनी काफी हद तक सही साबित हुई। अब उनका कहना है कि जो परिस्थितियां पहले सोने के पक्ष में थीं, वे काफी हद तक बदल चुकी हैं। इसलिए नए निवेश के लिए सोना उनकी प्राथमिकता नहीं है।

ईटीएफ निवेश ने बढ़ाई कीमतें

हाल की तेजी में केवल केंद्रीय बैंकों की खरीदारी ही नहीं, बल्कि गोल्ड और सिल्वर ईटीएफ में आए बड़े निवेश का भी योगदान रहा है। विशेषज्ञों का मानना है कि जब किसी एसेट में अत्यधिक उत्साह पैदा हो जाता है, तो उसके रिटर्न की संभावनाएं धीरे-धीरे कम होने लगती हैं।

इक्विटी में दिख रहा बेहतर मूल्यांकन

भारतीय शेयर बाजार में 2024 के दौरान वैल्यूएशन काफी महंगे हो गए थे। लेकिन बाद की गिरावट और करेक्शन के बाद अब कई सेक्टर और कंपनियां अधिक उचित मूल्य पर उपलब्ध हैं। उनके अनुसार अगले 3 से 5 वर्षों में इक्विटी बाजार सोने की तुलना में बेहतर रिटर्न देने की क्षमता रखता है। खासकर लंबी अवधि के निवेशकों के लिए यह अवसर महत्वपूर्ण हो सकता है। भारतीय अर्थव्यवस्था की मजबूत विकास दर, बढ़ता घरेलू निवेश और कॉरपोरेट आय में सुधार की संभावनाएं इक्विटी बाजार के पक्ष में नजर आती हैं। यही वजह है कि कई फंड मैनेजर अब सोने की बजाय शेयर बाजार को प्राथमिकता दे रहे हैं।

बेहतर यील्ड का फायदा

विशेषज्ञों का मानना है कि वर्तमान समय में डेट मार्केट भी निवेशकों को आकर्षक अवसर प्रदान कर रहा है। ब्याज दरों और बॉन्ड यील्ड के मौजूदा स्तर कई निवेशकों के लिए अच्छा जोखिम-रिटर्न संतुलन पेश कर रहे हैं। डेट निवेश उन लोगों के लिए उपयोगी हो सकता है जो नियमित आय, अपेक्षाकृत कम जोखिम और पोर्टफोलियो में स्थिरता चाहते हैं।

10 लाख हों तो क्या करें?

यदि किसी निवेशक के पास 10 लाख रुपये निवेश के लिए उपलब्ध हैं, तो फिलहाल सोने में अतिरिक्त निवेश से बचना बेहतर हो सकता है। इसके बजाय राशि को इक्विटी और डेट निवेश के बीच संतुलित रूप से बांटना अधिक उपयुक्त रणनीति हो सकती है। हालांकि निवेश का अनुपात प्रत्येक व्यक्ति की उम्र, जोखिम क्षमता, वित्तीय लक्ष्य और निवेश अवधि के अनुसार अलग-अलग हो सकता है।

क्या सोने को पूरी तरह छोड़ देना चाहिए?

यह समझना जरूरी है कि किसी विशेषज्ञ द्वारा सोने को कम आकर्षक बताने का अर्थ यह नहीं है कि निवेशक अपने पोर्टफोलियो से सोना पूरी तरह हटा दें। वित्तीय योजनाकार आमतौर पर कुल पोर्टफोलियो का 5% से 10% हिस्सा सोने में रखने की सलाह देते हैं ताकि विविधीकरण बना रहे। सोना अब भी भू-राजनीतिक संकट, मुद्रास्फीति और बाजार की अनिश्चितता के समय सुरक्षा कवच का काम कर सकता है। लेकिन वर्तमान मूल्य स्तरों पर असाधारण रिटर्न की उम्मीद करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है।

क्यों बदल गया सोने का निवेश समीकरण?

पहले वैल्यूएशन आकर्षक था : विशेषज्ञों के अनुसार कुछ साल पहले सोना अपेक्षाकृत कम कीमतों पर उपलब्ध था। उस समय डी-डॉलराइजेशन, केंद्रीय बैंकों की खरीदारी और वैश्विक आर्थिक चिंताओं जैसे कारक सोने के लिए मजबूत आधार तैयार कर रहे थे। हालांकि आज स्थिति अलग है। पिछले वर्षों की तेज बढ़त के बाद सोने की कीमतों में काफी वृद्धि हो चुकी है और निवेशकों का उत्साह भी चरम पर पहुंच गया है। ऐसे माहौल में आगे की तेजी की संभावना सीमित हो सकती है।

नॉर्मल, फिक्स्ड टॉप-अप और वैरिएबल टॉप-अप एसआईपी

● छोटी बढ़ोतरी से करोड़ों का बन सकता है अतिरिक्त फंड ● 25 साल में रिटर्न का बड़ा अंतर, आय बढ़ने के साथ एसआईपी बढ़ाना जरूरी ● 10 हजार रुपये की मासिक एसआईपी पर वैरिएबल टॉप-अप से बन सकता है 4.46 करोड़ तक का फंड

जानकारी
बिजनेस डेस्क

म्यूचुअल फंड में निवेश का सबसे लोकप्रिय और आसान तरीका सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) माना जाता है। छोटी-छोटी रकम को नियमित रूप से निवेश कर लंबे समय में बड़ा फंड तैयार किया जा सकता है। यही कारण है कि बीते कुछ वर्षों में एसआईपीनि वेशकों की संख्या तेजी से बढ़ी है। हालांकि वित्तीय विशेषज्ञों का मानना है कि केवल एसआईपी शुरू करना ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि समय के साथ निवेश राशि को बढ़ाना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। बढ़ती आय के साथ यदि एसआईपी राशि भी बढ़ाई जाए तो लंबी अवधि में रिटर्न कई गुना बढ़ सकता है। निवेशकों के लिए सामान्य तौर पर तीन प्रकार की एसआईपी रणनीतियां उपलब्ध हैं। इनमें नॉर्मल एसआईपी , फिक्स्ड टॉप-अप एसआईपी और वैरिएबल टॉप-अप एसआईपी शामिल हैं। तीनों का उद्देश्य नियमित निवेश करना है, लेकिन निवेश राशि बढ़ाने के तरीके और अंतिम फंड में काफी अंतर देखने को मिलता है।

क्या है नॉर्मल एसआईपी

नॉर्मल एसआईपी सबसे सामान्य और पारंपरिक निवेश विकल्प है। इसमें निवेशक हर महीने एक तय राशि म्यूचुअल फंड में निवेश करता है और पूरी अवधि के दौरान यह राशि समान रहती है। उदाहरण के तौर पर यदि किसी व्यक्ति ने 10,000 रुपये मासिक एसआईपी शुरू की है तो अगले वर्ष और उसके बाद भी वह हर महीने 10,000 रुपये ही निवेश करेगा। नॉर्मल एसआईपी उन लोगों के लिए उपयुक्त मानी जाती है जो निवेश में सरलता चाहते हैं और अपनी मासिक बचत को एक निश्चित सीमा में रखना पसंद करते हैं। हालांकि इसमें एक कमी यह है कि आय बढ़ने के बावजूद निवेश राशि नहीं बढ़ती, जिससे लंबी अवधि में संभावित फंड का आकार सीमित रह सकता है।

नॉर्मल एसआईपी की विशेषताएं

■ हर महीने एक निश्चित राशि का निवेश ■ निवेश प्रक्रिया सरल और आसान ■ बजट प्रबंधन में सुविधा ■ नए निवेशकों के लिए बेहतर विकल्प ■ आय बढ़ने का पूरा लाभ निवेश में नहीं जुड़ता

क्या है फिक्स्ड टॉप-अप एसआईपी

फिक्स्ड टॉप-अप एसआईपी उन निवेशकों के लिए बनाई गई है जो अपनी एसआईपी राशि को समय-समय पर बढ़ाना चाहते हैं। इसमें निवेशक हर वर्ष अपनी मासिक एसआईपी में एक निश्चित रकम जोड़ता है। यह बढ़ोतरी पहले से तय होती है और हर साल समान रहती है। उदाहरण के तौर पर यदि कोई निवेशक 10,000 रुपये की एसआईपी शुरू करता है और हर साल 1,000 रुपये का टॉप-अप चुनता है, तो अगले साल उसकी एसआईपी 11,000 रुपये, फिर 12,000 रुपये और उसके बाद 13,000 रुपये हो जाएगी। विशेषज्ञों के अनुसार यह विकल्प उन वेतनभोगी लोगों के लिए अच्छा है जिन्हें हर साल नियमित वेतन वृद्धि मिलती है। इससे आय बढ़ने के साथ निवेश भी बढ़ता रहता है और लंबी अवधि में बड़ा फंड तैयार करने में मदद मिलती है।

फिक्स्ड टॉप-अप एसआईपी के फायदे

■ हर साल निवेश राशि में बढ़ोतरी ■ वेतन वृद्धि का लाभ निवेश में शामिल ■ लंबी अवधि में अधिक संपत्ति निर्माण ■ निवेश योजना पहले से तय रहती है ■ वित्तीय लक्ष्यों को तेजी से हासिल करने में मदद

क्या है वैरिएबल टॉप-अप एसआईपी

वैरिएबल टॉप-अप एसआईपी सबसे उन्नत और आक्रामक एसआईपी रणनीति मानी जाती है। इसमें निवेशक हर साल अपनी एसआईपी राशि को एक निश्चित प्रतिशत के आधार पर बढ़ाता है। यह प्रतिशत 5, 10 या 15 फीसदी हो सकता है। मान लीजिए किसी निवेशक ने 10,000 रुपये की मासिक एसआईपी शुरू की और 10 फीसदी वार्षिक टॉप-अप चुना। ऐसे में अगले साल उसकी एसआईपी 11,000 रुपये होगी। दूसरे साल यह 12,100 रुपये और तीसरे साल 13,310 रुपये तक पहुंच जाएगी। यानी हर साल बढ़ी हुई राशि पर भी वृद्धि का लाभ मिलता है।

वैरिएबल टॉप-अप एसआईपी बेहतर क्यों

■ प्रतिशत आधारित वृद्धि ■ बढ़ी हुई राशि पर भी कंपाउंडिंग का लाभ ■ लंबी अवधि में सबसे अधिक फंड बनने की संभावना ■ बढ़ती आय वाले युवाओं के लिए उपयुक्त ■ महंगाई के प्रभाव को संतुलित करने में मदद

25 साल में कितना बन सकता है फंड

यदि कोई निवेशक 25 वर्षों तक हर महीने 10,000 रुपये से निवेश शुरू करता है तो तीनों एसआईपी विकल्पों में अंतिम फंड का आकार काफी अलग हो सकता है।

एसआईपी	कुल निवेश	
नॉर्मल	30 लाख रु.	2.27 करोड़ रु.
फिक्स्ड टॉप-अप	66 लाख रु.	3.44 करोड़ रु.
वैरिएबल	1.18 करोड़ रु	4.46 करोड़ रु

निवेशकों के लिए सही विकल्प क्या

सही एसआईपी रणनीति का चुनाव निवेशक की आय, वित्तीय लक्ष्यों और जोखिम लेने की क्षमता पर निर्भर करता है। यदि किसी व्यक्ति की आय सीमित है और वह निवेश को सरल रखना चाहता है तो नॉर्मल एसआईपी बेहतर विकल्प हो सकती है। वहीं जिन लोगों की आय हर साल बढ़ती है, उनके लिए फिक्स्ड टॉप-अप एसआईपी अधिक फायदेमंद साबित हो सकती है। दूसरी ओर युवा निवेशक, पेशेवर और तेजी से बढ़ती आय वाले लोग वैरिएबल टॉप-अप एसआईपी के जरिए लंबी अवधि में बड़ा कोष तैयार कर सकते हैं।

अलर्ट सही अवधि का चुनाव बढ़ा सकता है रिटर्न, सुरक्षित होगा भविष्य, ब्याज दर के साथ निवेश अवधि और वित्तीय लक्ष्य भी हैं अहम

सही एफडी का चुनाव बढ़ा सकता है आपकी कमाई और बचत

1, 3 या 5 साल... किस फिक्स्ड डिपॉजिट में मिलेगा ज्यादा मुनाफा? ब्याज दर, टैक्स और भविष्य की जरूरतों को ध्यान में रख करें निवेश

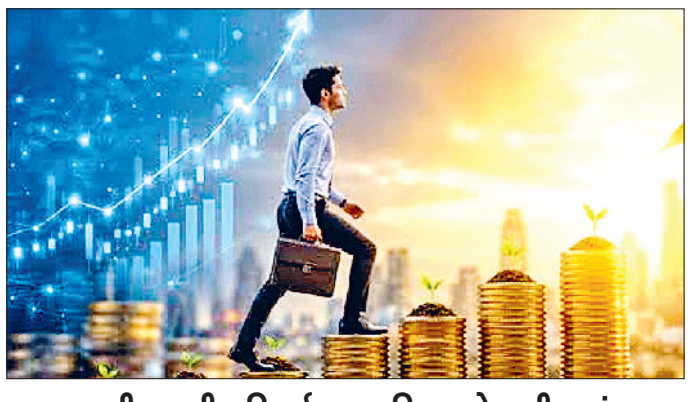
समझदारी
बिजनेस डेस्क

शेयर बाजार की उठापटक के बीच यदि कोई निवेश विकल्प आज भी सबसे भरोसेमंद माना जाता है तो वह है फिक्स्ड डिपॉजिट (एफडी)। पूंजी की सुरक्षा और पहले से तय रिटर्न के कारण एफडी आज भी लाखों निवेशकों की पहली पसंद बनी हुई है। खासकर नौकरीपेशा, वरिष्ठ नागरिक और जोखिम से बचने वाले निवेशक एफडी को सुरक्षित निवेश मानते हैं। हालांकि एफडी में निवेश करते समय सबसे बड़ा सवाल यह होता है कि 1 साल, 3 साल या 5 साल में से किस अवधि की एफडी सबसे अधिक लाभ देगी।

इसका जवाब केवल ब्याज दरों में नहीं छिपा है। सही एफडी का चुनाव आपकी वित्तीय जरूरत, निवेश की अवधि, ब्याज दरों के रुझान और टैक्स प्लानिंग पर निर्भर करता है। वर्तमान में विभिन्न सरकारी, निजी और स्मॉल फाइनेंस बैंक अलग-अलग अवधि पर अलग ब्याज दरें दे रहे हैं। ऐसे में निवेश करने से पहले इनकी तुलना करना जरूरी हो जाता है।

1 साल की एफडी : कम समय के लिए बेहतर विकल्प

अगर आप अपना पैसा लंबे समय तक लॉक नहीं करना चाहते या निकट भविष्य में पैसों की जरूरत पड़ सकती है, तो 1 साल की एफडी आपके लिए बेहतर विकल्प हो सकती है। इस अवधि की एफडी में निवेशक को यह सुविधा मिलती है कि मैच्योरिटी के बाद वह उस समय की नई ब्याज दरों के अनुसार दोबारा निवेश कर सकता है। यदि भविष्य में ब्याज दरें बढ़ती हैं तो इसका फायदा भी आसानी से उठाया जा सकता है। वर्तमान में स्मॉल फाइनेंस बैंक इस अवधि में सबसे अधिक ब्याज दे रहे हैं। सूर्योदय स्मॉल फाइनेंस बैंक और उज्जीवन स्मॉल फाइनेंस बैंक 1 साल की एफडी पर 7.25 प्रतिशत तक ब्याज दे रहे हैं, जबकि इक्विटास स्मॉल फाइनेंस बैंक 7.10 प्रतिशत की दर ऑफर कर रहा है। निजी बैंकों में यस बैंक 6.65 प्रतिशत, जबकि आईसीआईसीआई बैंक और एचडीएफसी बैंक 6.25 प्रतिशत ब्याज दे रहे हैं। सरकारी बैंकों में एसबीआई 6.25 प्रतिशत और बैंक ऑफ इंडिया 6.50 प्रतिशत तक ब्याज दे रहा है।



3 साल की एफडी : रिटर्न व अवधि का बेहतरीन संतुलन

जो निवेशक मध्यम अवधि के लिए निवेश करना चाहते हैं और बिना बहुत लंबा इंतजार किए अच्छा रिटर्न पाना चाहते हैं, उनके लिए 3 साल की एफडी आकर्षक विकल्प मानी जाती है। इस अवधि में कई बैंक 1 साल की तुलना में अधिक ब्याज दे रहे हैं। जन स्मॉल फाइनेंस बैंक, उत्कर्ष स्मॉल फाइनेंस बैंक और शिवालिक स्मॉल फाइनेंस बैंक 3 साल की एफडी पर 7.50 प्रतिशत तक ब्याज की पेशकश कर रहे हैं। वहीं आईडीएफसी फर्स्ट बैंक 7.35 प्रतिशत ब्याज दे रहा है। अगर सरकारी योजनाओं की बात करें तो पोस्ट ऑफिस की 3 वर्षीय टाइम डिपॉजिट योजना पर 7.10 प्रतिशत ब्याज मिल रहा है। निजी क्षेत्र के एचडीएफसी बैंक और आईसीआईसीआई बैंक 6.45 प्रतिशत, जबकि एसबीआई 6.30 प्रतिशत ब्याज दर की पेशकश कर रहा है।

5 साल की एफडी : टैक्स बचत

यदि आपका उद्देश्य लंबी अवधि का निवेश करना है और साथ ही आयकर में बचत भी करनी है तो 5 साल की टैक्स-सेवर एफडी सबसे उपयुक्त विकल्प हो सकती है। आयकर अधिनियम की धारा 80सी के तहत इस एफडी में निवेश करने पर सालाना 1.5 लाख रुपये तक की टैक्स कटौती का लाभ लिया जा सकता है। 5 साल की अवधि में भी स्मॉल फाइनेंस बैंक सबसे अधिक ब्याज दे रहे हैं। सूर्योदय स्मॉल फाइनेंस बैंक 7.90 प्रतिशत, जन स्मॉल फाइनेंस बैंक 7.77 प्रतिशत और डीसीबी बैंक 7.50 प्रतिशत तक ब्याज दे रहे हैं। बड़े निजी बैंकों में आईसीआईसीआई बैंक 6.50% और एचडीएफसी बैंक 6.40% ब्याज की पेशकश कर रहे हैं। वहीं सरकारी बैंकों में एसबीआई 6.05 प्रतिशत, बैंक ऑफ इंडिया 6 प्रतिशत और पंजाब नेशनल बैंक 5.95 प्रतिशत ब्याज दे रहा है।

सीनियर सिटीजन को अतिरिक्त फायदा

लगभग सभी बैंक वरिष्ठ नागरिकों को सामान्य ग्राहकों की तुलना में 0.25 से 0.75 प्रतिशत तक अतिरिक्त ब्याज देते हैं। कई बैंक सुपर सीनियर सिटीजन के लिए भी विशेष ब्याज दरें लागू करते हैं। इसलिए वरिष्ठ नागरिकों को निवेश से पहले बैंक की विशेष एफडी योजनाओं की जानकारी अवश्य लेनी चाहिए।

सिर्फ ब्याज दर देखकर फैसला न करें

निवेश विशेषज्ञों का मानना है कि एफडी चुनते समय केवल सबसे अधिक ब्याज दर पर ध्यान देना सही रणनीति नहीं है। बैंक की विश्वसनीयता, जमा राशि की सुरक्षा, समय से पहले निकासी के नियम, ब्याज भुगतान का विकल्प और आपकी वित्तीय जरूरत भी उतनी ही महत्वपूर्ण हैं। यदि निवेश की अवधि कम है तो 1 साल की एफडी बेहतर हो सकती है, जबकि मध्यम अवधि के लक्ष्य के लिए 3 साल और टैक्स बचत व लंबी अवधि के लिए 5 साल की एफडी अधिक उपयोगी साबित हो सकती है।

किसके लिए कौन-सी एफडी?

1 साल की एफडी
- कम अवधि का निवेश
- पैसों की जल्द जरूरत होने की संभावना
- ब्याज दर बढ़ने पर दोबारा निवेश का अवसर

3 साल की एफडी
- बेहतर रिटर्न और संतुलित अवधि
- मध्यम अवधि के वित्तीय लक्ष्य
- जोखिम कम, रिटर्न अपेक्षाकृत बेहतर

5 साल की एफडी
- लंबी अवधि का सुरक्षित निवेश
- धारा 80सी के तहत टैक्स बचत
- भविष्य के बड़े वित्तीय लक्ष्यों के लिए उपयुक्त

निवेश टिप्स

- निवेश का उद्देश्य और अवधि पहले तय करें।
- विभिन्न बैंकों की ब्याज दरों की तुलना करें।
- केवल अधिक ब्याज के बजाय बैंक की विश्वसनीयता भी देखें।
- टैक्स बचत चाहिए तो 5 साल की टैक्स-सेवर एफडी चुनें।
- वरिष्ठ नागरिक अतिरिक्त ब्याज दर का लाभ अवश्य लें।
- मैच्योरिटी के बाद राशि का पुनर्निवेश करने की योजना पहले से बनाएं।

खबर संक्षेप

भाजपा जिला कार्यालय में माता की चौकी आज

फतेहाबाद। भाजपा के भूना रोड स्थित जिला कार्यालय में रविवार 28 जून को माता की चौकी का आयोजन किया जाएगा। यह कार्यक्रम सायं 4 बजे से 7 बजे तक आयोजित होगा। इस धार्मिक कार्यक्रम की अध्यक्षता भाजपा जिलाध्यक्ष एडवोकेट प्रवीण जोड़ा करेंगे। यह जानकारी देते हुए मीडिया प्रभारी कंवल चौधरी ने बताया कि इस धार्मिक आयोजन में श्री विचार आश्रम ट्रस्ट फतेहाबाद के स्वामी विज्ञान प्रेमानंद का पावन सान्निध्य तथा महंत हरवंशलाल बंसी का शुभ आशीर्वाद प्राप्त होगा। वहीं प्रसिद्ध वैष्णो आराधक भजनाचार्य ईश मेहता माता रानी के भजनों की मधुर प्रस्तुति देकर श्रद्धालुओं को भक्तिरस में सराबोर करेंगे। उन्होंने बताया कि

बाइक सवार युवक अफीम सहित काबू

सिरसा। पुलिस ने ऐलनाबाद क्षेत्र से बाइक सवार युवक को 39 ग्राम 71 मिलीग्राम अफीम सहित गिरफ्तार किया है। सीआईए ऐलनाबाद पुलिस टीम के प्रभारी ने बताया कि गिरफ्तार किए गए युवक की पहचान हनुमानगढ़ राजस्थान निवासी सुनील कुमार के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि पुलिस टीम गश्त के दौरान नजदीक रिलायंस पेट्रोल पंप क्षेत्र में मौजूद थी। इसी दौरान सामने से बाइक सवार युवक आता हुआ दिखाई दिया। जो कि सामने पुलिस की गाड़ी को देखकर अचानक घबरा गया और बाइक को वापस मोडक़र खिसकने का प्रयास करने लगा। पुलिस ने शक के आधार पर उसे काबू कर तलाशी ली तो उसके कब्जे से 39 ग्राम 71 मिलीग्राम अफीम बरामद हुई।

शीतला मंदिर में लगाई मां की चौकी

रतिया। मां शीतला मंदिर परिसर में धूमधाम से हुआ मां की चौकी का आयोजन किया गया। सबसे पहले भक्तों द्वारा संयुक्त रूप से ज्योति प्रचंड की गई। मां की चौकी मां में भजनों से हुए भगतजन मंत्र मुग्ध हो गए। लवली गिलहोत्रा ने अपने भजनों से, प्रिंस हैरी ने सितारे चुन्नी दे, अजय भुक्कल जैसे कलाकारों ने गीत गाकर भक्त जनों को नाचने पर मजबूर कर दिया। इस मौके पर मां शीतला मंदिर सेवा ट्रस्ट की तरफ से मंदिर को लाइटों और फूलों से सजाया गया था। इस मौके पर मां नैना देवी लंगर कमेटी बादलगढ़ से दिनेश मेहता, अरोडवंश समाज के प्रधान महावीर ग्रोवर, शिवदल लंगर कमेटी के प्रधान पुजारालाल चुघ, रतिया पतंजलि योग के अध्यक्ष सुरेश मंगला, सचिन ललित आदि मौजूद रहे।

हरियाणा में कानून व्यवस्था पूरी तरह चरमराई: सैलजा

सिरसा। सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने कहा कि हरियाणा में कानून व्यवस्था की स्थिति लगातार बद से बदतर होती जा रही है। अपराधियों के हौसले इतने बुलंद हो चुके हैं कि अब वे जनप्रतिनिधियों को भी खुलेआम जान से मारने की धमकियां देने लगे हैं और करोड़ों रुपये की फिरौती मांग रहे हैं। कुमारी सैलजा ने कहा कि कुछ दिन पहले महम से कांग्रेस विधायक बलराम दांगी के कार्यालय के बाहर फायरिंग की घटना हुई थी और अब उन्हें 5 करोड़ रुपये की फिरौती मांगते हुए जान से मारने की धमकी दी गई है। यह घटना केवल एक विधायक पर हमला नहीं, बल्कि पूरे लोकतांत्रिक तंत्र और कानून व्यवस्था को खुली चुनौती है।

गांव ओढ़ां में भगत धन्ना जी ट्रस्ट का गठन

ओढां। गांव ओढ़ा में शनिवार को सामुदायिक केंद्र में भक्ति आंदोलन के महान संत शिरोमणि धन्ना भगत की शिक्षाओं और उनके आदर्शों को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से एक विशेष बैठक का आयोजन किया गया। बैठक को संबोधित करते हुए ट्रस्ट संरक्षक डॉ. राजेंद्र कडवासरा और अध्यक्ष अमरीक सिंह राही ने बताया कि ट्रस्ट का मुख्य उद्देश्य ग्रामीण और पिछड़े वर्ग के बच्चों, विशेषकर बेटियों की उच्च शिक्षा के लिए विशेष प्रयास किए जाएंगे। संत धन्ना जी की सेवा भावना से प्रेरणा लेकर जरूरतमंदों के लिए भोजन और सहायता की व्यवस्था की जाएगी।

माकपा ने फूंका पुतला, केंद्र की नीतियों के खिलाफ फूटा गुस्सा

देश को गुलामी की तरफ धकेल रहा टैक्स मुक्त कृषि समझौता : जगतार

- जिला कमेटी सदस्य ओमप्रकाश अनेजा की अध्यक्षता में हुआ विरोध प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ⏭ भूना

देश में बढ़ती महंगाई, नीट पेपर लीक, बढ़ते अपराधीकरण और अमेरिका के साथ किए गए टैक्स-मुक्त कृषि समझौते के विरोध में शनिवार को भूना के पुराने बस स्टैंड चौक पर माकपा द्वारा प्रदर्शन किया गया। इस दौरान पार्टी कार्यकर्ताओं ने केंद्र सरकार और अमेरिकी नीतियों के खिलाफ जमकर नारेबाजी करते हुए पीएम नरेंद्र मोदी और पूर्व अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप का पुतला दहन किया। जिला कमेटी सदस्य ओमप्रकाश अनेजा की अध्यक्षता में आयोजित इस विरोध प्रदर्शन के लिए पार्टी कार्यकर्ता पहले शहीद भगत सिंह पार्क में एकत्रित हुए। प्रदर्शनकारियों को संबोधित करते हुए माकपा के जिला सचिव जगतार सिंह ने कहा कि हाल ही में अमेरिका के साथ किया गया टैक्स-मुक्त कृषि व्यापार समझौता देश की खेती को तबाह कर देगा। इसके तहत अमेरिकी अनाज, दालें, सब्जियां, फल और दूध बिना किसी टैक्स के भारतीय बाजारों में बिकेंगे। अमेरिकी कृषि उत्पाद बेहद सस्ते होने के कारण भारतीय किसान, मजदूर और स्थानीय दुकानदार पूरी तरह बर्बाद हो जाएंगे। उन्होंने चेतावनी दी कि यह निर्णय आत्मघाती और सर्वनाशी साबित होगा, जिससे देश में बेरोजगारी का ऐसा दौर आएगा जिससे उबरना नामुमकिन होगा।

भूना। प्रदर्शन कर पुतला फूंकते माकपा कार्यकर्ता। फोटो : हरिभूमि

बिगड़ती कानून व्यवस्था सामाजिक ताने-बाने को छिन्न-भिन्न कर रही

देश में नीट समेत करीब 90 परीक्षाओं के पेपर लीक हो चुके हैं। छात्रों के इतने बड़े आंदोलन के बाद भी शिक्षा मंत्री को बर्खास्त नहीं किया जा रहा है, जो सरकार की मंशा पर गंभीर सवाल खड़े करता है। माकपा नेताओं ने आरोप लगाया कि सरकार कंपनियों को फायदा पहुंचाने के लिए प्रीपेड बिजली मीटर लगाने पर आमादा है, ताकि जनता की जेब आसानी से काटी जा सके। इसके अलावा, क्षेत्र में बढ़ता नशा और बिगड़ती कानून व्यवस्था सामाजिक ताने-बाने को छिन्न-भिन्न कर रही है और भ्रष्टाचार चरम पर है। माकपा ने दो टूक शब्दों में कहा कि यदि अमेरिका से टैक्स-मुक्त कृषि समझौते, प्रीपेड मीटर नीति, महंगाई, बेरोजगारी और पेपर लीक जैसी समस्याओं पर तुरंत रोक नहीं लगाई गई, तो आने वाले दिनों में इस जन-आंदोलन को और अधिक उग्र व तेज किया जाएगा।

फतेहाबाद। मुख्यअतिथि को सम्मानित करते ट्रस्ट सदस्य। फोटो : हरिभूमि

फतेहाबाद अनाज मंडी में मनाया गया संत कबीर साहेब का प्रकट दिवस

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

पुरानी अनाज मंडी में शनिवार को श्री संत कबीर युवा क्लब एवं अनाज मंडी मजदूर सभा ट्रस्ट के संयुक्त तत्वावधान में संत शिरोमणि कबीर साहेब का 629वां प्रकट दिवस श्रद्धा, भक्ति और सामाजिक समरसता के संदेश के साथ धूमधाम से मनाया गया। समारोह में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लेकर संत कबीर साहेब को श्रद्धासुमन अर्पित किए। कार्यक्रम में विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया और पूर्व विधायक दूड़ा राम मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए, जबकि समाजसेवी देवी दयाल तायल ने ज्योति प्रज्वलित कर समारोह का शुभारंभ किया। इस अवसर पर व्यापार मंडल फतेहाबाद के प्रधान जगदीश भादू व उनकी कार्यकारिणी, पूर्व सांसद डॉ. सुशील इंदौरा, सेवानिवृत्त एडीसी रोशनलाल, पूर्व कुलपति प्रो. विजय कायत तथा संत कबीर सेवा समिति हिसार के पूर्व प्रधान रतन कुमार बड़गुर्जर सहित अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

ये भी बोले वक्ता

वक्ताओं ने संत कबीर साहेब के जीवन, उनके आदर्शों और सामाजिक समरसता, मानवता, समानता तथा भाईचारे के संदेश पर प्रकाश डालते हुए कहा कि उनकी शिक्षाएं आज भी समाज को सत्य और सद्भाव के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देती हैं। उन्होंने सामाजिक कुरीतियों के खिलाफ संत कबीर के विचारों को आज के समय में भी प्रासंगिक बताया। समारोह के दौरान आकर्षक धार्मिक एवं सांस्कृतिक झांकियों की प्रस्तुति ने श्रद्धालुओं का मन मोह लिया। कार्यक्रम के अंत में उपस्थित लोगों ने संत कबीर साहेब के बताए मार्ग पर चलने और समाज में प्रेम, सौहार्द व भाईचारे को बढ़ावा देने का संकल्प लिया। इस अवसर पर ट्रस्ट के प्रधान धर्मेन्द्र खटक, उपप्रधान राज कुमार, सीताराम तुरकिया, संदीप मोरवाल, सतीश कायत सहित अनेक श्रद्धालु मौजूद रहे।

रतिया में पेयजल पाइपलाइन परियोजना

गुणवत्ता से किसी प्रकार का समझौता नहीं : एसडीओ

हरिभूमि न्यूज ⏭ रतिया

शहर में डीआई पेयजल पाइपलाइन परियोजना को लेकर फैलाई जा रही भ्रामक जानकारियों का जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी विभाग ने सिरे से खंडन किया है। उपमंडल अभियंता आंचल जैन ने कहा कि विभाग द्वारा कराया जा रहा समस्त कार्य निर्धारित तकनीकी मानकों एवं विभागीय दिशा-निर्देशों के अनुरूप किया जा रहा है तथा गुणवत्ता से किसी प्रकार का समझौता नहीं किया जा रहा। उपमंडल अभियंता आंचल जैन ने बताया कि कुछ लोगों द्वारा यह भ्रामक प्रचार किया जा रहा है कि पाइपलाइन के नीचे सीमेंट कंक्रीट का बेस नहीं बनाया जा रहा। उन्होंने स्पष्ट किया कि डीआई पाइप बिछाने के लिए विभागीय तकनीकी मानकों के अनुसार सीसी बेस की आवश्यकता नहीं होती। यह कार्य स्वीकृत डिजाइन एवं विभागीय नियमों के अनुरूप ही किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि परियोजना में उपयोग की जा रही पाइपों एवं अन्य सामग्री की गुणवत्ता पर उठाए जा रहे सवाल भी पूरी तरह निराधार हैं। उन्होंने बताया कि डीआई पाइप एवं टायटन रिंग्स की खरीद सरकार की हाई पावर परचेज कमेटी के माध्यम से की जाती है। निर्धारित गुणवत्ता परीक्षण एवं उच्चस्तरीय जांच के बाद ही सामग्री सरकारी स्टोर में प्राप्त होती है।

- यह कार्य स्वीकृत डिजाइन एवं विभागीय नियमों के अनुरूप ही किया जा रहा है

मानसून सिर पर, 60% नहरों-ड्रेनों की सफाई अब तक अधूरी, बाढ़ का खतरा बरकरार : सुनैना चौटाला

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

इनेलो की महिला प्रदेश प्रभारी सुनैना चौटाला ने प्रदेश की भाजपा सरकार को जनहित के विभिन्न मुद्दों पर आड़े हाथों लिया। उन्होंने मानसून से पूर्व जल निकासी की तैयारियों, सिंचाई व पेयजल संकट, कानून व्यवस्था और हालिया बैंक घोटाले को लेकर सरकार की कार्यप्रणाली पर गंभीर सवाल खड़े किए। सुनैना चौटाला ने कहा कि हर साल मानसून के आगमन से पहले बाढ़ जैसी प्राकृतिक आपदा से बचाव के लिए नहरों और ड्रेनों की सफाई करवाई जाती है। इस कार्य को पूरा करने की अंतिम तिथि 30 जून तय की गई है। इसके बावजूद, अब तक करीब 60 प्रतिशत नहरों और ड्रेनों की सफाई का काम अधूरा पड़ा है। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि समय रहते प्रशासनिक स्तर पर कदम नहीं उठाए गए, तो इस साल भी सिरसा और फतेहाबाद जैसे जिलों में बाढ़ की स्थिति उत्पन्न हो सकती है, जिससे जान-माल और फसलों का भारी नुकसान होगा।

सिंचाई व पेयजल संकट को लेकर आंदोलन की चेतावनी

इनेलो नेता ने नरवाना ब्रांच में पानी की कमी का मुद्दा उठाते हुए कहा कि प्रदेश में किसानों को न तो सिंचाई के लिए और न ही आम जनता को पीने के लिए पर्याप्त पानी मिल रहा है। चनेत गांव के पेयजल संकट का जिक्र करते हुए उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार ग्रामीणों को पहले से बिछाई गई पाइपलाइन से पानी देने में आनाकानी कर रही है। भाजपा सरकार की नीति हमेशा से जनता को धरने-प्रदर्शन के लिए मजबूर करने की रही है। चनेत गांव ही नहीं, बल्कि पानी के हक को लेकर पूरे प्रदेश में आंदोलन खड़ा होगा, जिसमें इनेलो का हर एक कार्यकर्ता शामिल रहेगा। उन्होंने शहरों में दूषित जलापूर्ति पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि कई जिलों के नागरिकों को केमिकल युक्त पानी पीना पड़ रहा है, जिससे लोग कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों की चपेट में आ रहे हैं।

आर्थिक और कानून व्यवस्था पर घेरा : सुनैना चौटाला ने अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतों का हवाला देते हुए कहा कि क्रूड ऑयल के दाम घटकर 72 डॉलर प्रति बैरल पर आ चुके हैं, लेकिन सरकार पेट्रोल और डीजल की कीमतों को कम करके आम जनता को राहत नहीं दे रही है। प्रदेश की कानून व्यवस्था को पूरी तरह ध्वस्त बताते हुए उन्होंने कहा कि राज्य में भ्रष्टाचार लगातार बढ़ रहा है। हाल ही में सामने आए बैंक घोटाले पर बोलते हुए उन्होंने सीधा हमला मुख्यमंत्री कार्यालय पर बोला।

न्यूज डायरी

रतिया में कुम्हार, सैनी व खटीक समाज की बैठक, मंदिर निर्माण का लिया फैसला

रतिया। कुम्हार धर्मशाला रतिया में तीन समुदायों के प्रतिनिधियों ने बैठक का आयोजन किया जिसकी अध्यक्षता कुम्हार समाज के पूर्व अध्यक्ष पाला राम ने की। पाला राम ने बताया कि उनके समाज की जो पुश्तैनी जमीन सती माई मंदिर के पास है, वहां पर श्मशान भूमि हुआ करती थी, जिसमें अब बाबा रामदेव जी की प्रतिमा भी स्थापित है। शीघ्र ही वहां पर कुम्हार, सैनी व खटीक समाज द्वारा भव्य मंदिर का निर्माण किया जाएगा। बैठक में भाग लेते हुए खटीक समाज के जिला अध्यक्ष सुभाष खटीक ने कहा कि तीन समाज के लोगों द्वारा इस मंदिर निर्माण के लिए शहरवासियों का सहयोग लिया जाएगा। इन समाज के लोग शीघ्र ही विधायक जरनैल सिंह, नवनियुक्त चेयरमैन बलदेव ग्रोहा, चेयरमैन रविंदर बलियाला, पूर्व सांसद सुनीता दुग्गल से भी मंदिर के निर्माण में सहयोग को लेकर मिलेंगे। बैठक में बलराम, लखमी चंद, निरंजन सिंह, साहब सिंह, राम प्रताप सोलंकी, राजकुमार, लालाराम, जोगी सैनी आदि मौजूद रहे।

रूट्स फाउंडेशन के प्रोजेक्ट भूमि अभियान से धान की सीधी बिजाई अपना रहे हैं किसान

रतिया। भूजल स्तर में लगातार हो रही गिरावट को देखते हुए चंबल फर्टिलाइजर्स के सहयोग से रूट्स फाउंडेशन द्वारा प्रोजेक्ट भूमि के अंतर्गत किसानों को धान की सीधी बिजाई अपनाने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। इसको लेकर हंसगा गांव में किसान गोष्ठी का आयोजन किया गया, जिसमें रूट्स फाउंडेशन के जिला अधिकारी नसीब कैरो ने बताया कि यह अभियान हरियाणा के फतेहाबाद, जींद, सोनीपत, हिसार तथा कुरुक्षेत्र सहित पांच जिलों में चलाया जा रहा है। उन्होंने बताया की रूट्स फाउंडेशन की टीम गांव-गांव और खेत-खेत जाकर किसानों को धान की सीधी बिजाई के लाभों के बारे में जागरूक कर रही है। किसानों को आधुनिक तकनीक अपनाने, जल संरक्षण करने तथा खेती की लागत कम करने के लिए निरंतर सहयोग दिया जा रहा है। किसानों पर बुवाई के खर्च का अतिरिक्त बोझ न पड़े, इसके लिए संस्था उन्हें आर्थिक सहयोग भी प्रदान कर रही है। इस पहल के सकारात्मक परिणाम सामने आए हैं और बड़ी संख्या में किसान इस तकनीक से जुड़ रहे हैं। जिले में इस वर्ष रूट्स फाउंडेशन की टीम द्वारा डेमो प्लॉट स्थापित किए गए हैं। इसमें स्मार्ट किसान के डायरेक्टर सूरजभान संस्था के साथ जुड़कर अपना सहयोग दे रहे हैं। जिले के भूना, टोहाना, फतेहाबाद और रतिया ब्लॉकों में यह अभियान प्रभावी रूप से संचालित है, जिसके तहत अब तक लगभग 250 एकड़ क्षेत्र में किसानों ने धान की सीधी बिजाई तकनीक को अपना लिया है।

एससी वर्ग की महिला से बेरहमी से मारपीट

हांसी। शहर में अनुसूचित जाति (एससी) की एक महिला के साथ कथित तौर पर बेरहमी से मारपीट का मामला सामने आया है। घटना का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल होने के बाद पुलिस हरकत में आई है और मामले की जांच शुरू कर दी है। पीड़िता का आरोप है कि पड़ोसियों ने उसे सड़क पर दौड़ाकर पीटा, घर के अंदर घसीटकर मारपीट की, कपड़े फाड़ दिए और उसका अश्लील वीडियो भी बनाया। वायरल वीडियो में कुछ महिलाएं और युवक पीड़िता के साथ मारपीट करते दिखाई दे रहे हैं। वीडियो में महिला को सड़क से खींचकर एक मकान के अंदर ले जाया जाता है, जहां कई लोग उसे फर्श पर गिराकर पीटते नजर आते हैं। हिसार के अस्पताल में उपचाराधीन पीड़िता ने बताया कि 24 जून की शाम पड़ोसियों के साथ किसी बात को लेकर विवाद हुआ था। आरोप है कि इसके बाद आरोपियों ने उसके घर में घुसकर हमला किया और फिर उसे बाहर घसीटकर लाठी-डंडों से पीटा। महिला का दो महीने का बच्चा भी है। मारपीट के बाद वह बच्चे को गोद में लेकर सड़क पर बैठ गई और लोगों से पुलिस व मीडिया को बुलाने की गुहार लगाती रही।

मुकेश भूटानी लगातार चौथी बार लायंस क्लब भूना रॉयल के अध्यक्ष बने

हरिभूमि न्यूज ⏭ भूना

लायंस क्लब भूना रॉयल की वार्षिक चुनाव बैठक शनिवार को क्लब कार्यालय में निदेशक दलबीर सिंह की अध्यक्षता में आयोजित हुई। बैठक में वर्ष 2026-27 के लिए नई कार्यकारिणी का सर्वसम्मति से गठन किया गया। सदस्यों ने एक बार फिर समाजसेवी मुकेश भूटानी पर विश्वास जताते हुए उन्हें लगातार चौथी बार क्लब का अध्यक्ष चुना।

नई कार्यकारिणी में डॉ. जितेंद्र तूर को सचिव, एडवोकेट रिछपाल सिंह को कोषाध्यक्ष, दलबीर सिंह को क्लब निदेशक तथा पवन कुमार सिंगला को चीफ कोऑर्डिनेटर की जिम्मेदारी सौंपी गई। नई टीम के गठन पर सदस्यों ने सभी पदाधिकारियों का स्वागत किया और उनके नेतृत्व में क्लब की सेवा गतिविधियों के विस्तार की उम्मीद जताई।

भूना। लायंस क्लब भूना रॉयल की नवगठित कार्यकारिणी। फोटो : हरिभूमि

समाज सेवा की परंपरा और अधिक मजबूत होगी

नवनिर्वाचित अध्यक्ष मुकेश भूटानी ने कहा कि क्लब समाज सेवा की अपनी परंपरा को और अधिक मजबूत करेगा। जरूरतमंद परिवारों की सहायता, रक्तदान शिविर, निशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर, पर्यावरण संरक्षण के लिए पौधारोपण अभियान तथा अन्य जनकल्याणकारी कार्यक्रम पहले की तरह निरंतर आयोजित किए जाएंगे। उन्होंने सभी सदस्यों का आभार व्यक्त करते हुए टीम भावना के साथ कार्य करने का भरोसा दिलाया। बैठक के अंत में सभी सदस्यों ने नवगठित कार्यकारिणी को शुभकामनाएं देते हुए हर स्तर पर सहयोग का विश्वास दिलाया।

आईआईटी हैदराबाद में चयनित साहिल नागल को माखोसरानी में किया सम्मानित

चोपटा। क्षेत्र के गांव माखोसरानी निवासी साहिल का आईआईटी हैदराबाद में चयन होने पर गोविंदम देशी गाय फार्म माखोसरानी की ओर से सम्मान समारोह आयोजित कर उन्हें सम्मानित किया गया। इस अवसर पर ग्रामीणों ने साहिल की उपलब्धि को पूरे गांव के लिए गौरव का क्षण बताया। सम्मान समारोह में गोविंदम देशी गाय फार्म के संचालक पवन कुमार पूनिया और दिनेश कुमार पूनिया सहित धर्मपाल पूनिया, ओमप्रकाश, रमेश कुमार कासनियां, रोहताश कस्वां, भारत पूनिया, छोटूराम, जगदीश, राजू और विकास कुमार उपस्थित रहे। सभी ने साहिल को स्मृति चिन्ह देकर उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं। साहिल ने बताया कि उन्होंने 10वीं कक्षा बराच मॉडल स्कूल से तथा 12वीं कक्षा राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, चोपटा से उत्तीर्ण की। उन्होंने बिना किसी कोचिंग के कठिन परिश्रम और नियमित अध्ययन के दम पर आईआईटी हैदराबाद में चयन हासिल किया। साहिल ने अपनी सफलता का श्रेय अपने माता-पिता, दादा-दादी, शिक्षकों और परिवार के सहयोग को दिया। साहिल के दादा ने कहा कि पोते की इस उपलब्धि से पूरे परिवार को गर्व है और यह गांव के अन्य विद्यार्थियों के लिए भी प्रेरणा बनेगी।

एसआईआर : एसडीएम ने नाढोडी कंट्रोल रूम का किया निरीक्षण

- एसआईआर अभियान की एसडीएम ने प्रगति की समीक्षा की

हरिभूमि न्यूज ⏭ टोहाना

एसडीएम आकाश शर्मा ने शनिवार को नाढोडी स्थित एसआईआर के लिए बनाए गए कंट्रोल रूम का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार चलाए जा रहे एसआईआर अभियान की प्रगति की समीक्षा की तथा बीएलओ, सुपरवाइजर एवं नोडल अधिकारियों से कार्य की वर्तमान स्थिति की जानकारी लेकर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। एसडीएम आकाश शर्मा ने कहा कि विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान के अंतर्गत गणना प्रपत्रों के वितरण का कार्य पूर्ण हो चुका है। अब प्राथमिकता के आधार पर प्राप्त प्रपत्रों का समयबद्ध तरीके से ऑनलाइन अपलोड किया जा रहा है। उन्होंने नोडल अधिकारियों को निर्देश दिए कि निर्धारित समय सीमा के भीतर सभी प्रपत्रों का डिजिटलीकरण सुनिश्चित किया जाए, ताकि निर्वाचन आयोग द्वारा निर्धारित लक्ष्य समय पर पूरे किए जा सकें।

उन्होंने कहा कि ऑनलाइन अपलोडिंग का कार्य पूरी सावधानी एवं शुद्धता के साथ किया जाए। प्रत्येक प्रपत्र का सत्यापन करते हुए सही विवरण दर्ज किया जाए, ताकि मतदाता सूची में किसी प्रकार की त्रुटि की संभावना न रहे। उन्होंने कहा कि निर्वाचन प्रक्रिया की पारदर्शिता एवं विश्वसनीयता बनाए रखने के लिए प्रत्येक अधिकारी और कर्मचारी अपनी जिम्मेदारी का पूरी निष्ठा से निर्वहन करे।

टीबी उन्मूलन के लिए 100 दिवसीय एसीएफ अभियान को लेकर स्टेकहोल्डर मीटिंग

संवेदनशील आबादी में चलेगा विशेष स्क्रीनिंग अभियान

हरिभूमि न्यूज ⏭ फतेहाबाद

राष्ट्रीय क्षय उन्मूलन कार्यक्रम के अंतर्गत टीबी मुक्त भारत के लक्ष्य को प्राप्त करने के उद्देश्य से जिला में टीबी एक्टिव केस फाइंडिंग द्वारा 100 दिवसीय अभियान के संबंध में स्टेकहोल्डर मीटिंग का आयोजन किया गया।

बैठक की अध्यक्षता जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अशोक कुमार द्वारा की गई। बैठक में वर्ल्ड हेल्थ पार्टनर के डायरेक्टर अखिलेश शर्मा, जिला एसीएफ कोऑर्डिनेटर धर्मशील शुक्ला, डॉ अमित कुमार, शिक्षा विभाग, महिला एवं बाल विकास विभाग, आरबीएसके, जिला परिषद, पंचायती राज विभाग तथा एनटीईपी के समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने भाग लिया।

बैठक का मुख्य उद्देश्य विभिन्न विभागों के समन्वय से टीबी के संभावित मरीजों की शीघ्र पहचान, जांच एवं उपचार सुनिश्चित करना था। जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अशोक कुमार ने बताया कि 100 दिवसीय एसीएफ अभियान के अंतर्गत जिले के उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों, शहरी बस्तियों, कमजोर वर्गों एवं संवेदनशील आबादी में विशेष स्क्रीनिंग अभियान चलाया जाएगा। अभियान के दौरान घर-घर जाकर टीबी के लक्षणों वाले व्यक्तियों की पहचान की जाएगी तथा आवश्यकतानुसार एक्स-रे एवं अन्य जांच सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएंगी।

फतेहाबाद। राष्ट्रीय क्षय उन्मूलन कार्यक्रम के अंतर्गत बैठक में मौजूद स्टेकहोल्डर्स। फोटो : हरिभूमि

सामूहिक रूप से कार्य करें

बैठक में उपस्थित विभागीय प्रतिनिधियों को अपने-अपने स्तर पर जन-जागरूकता गतिविधियां बढ़ाने, टीबी के लक्षणों की जानकारी आमजन तक पहुंचाने तथा संदिग्ध मरीजों को जांच एवं उपचार के लिए स्वास्थ्य संस्थानों तक भेजने का आह्वान किया गया। जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अशोक कुमार ने कहा कि टीबी एक पूर्णतः उपचार योग्य बीमारी है और समय पर जांच एवं नियमित उपचार से इसे पूरी तरह ठीक किया जा सकता है। समाज के प्रत्येक व्यक्ति की भागीदारी से ही टीबी मुक्त भारत के लक्ष्य को प्राप्त किया जा सकता है। बैठक के दौरान सभी विभागों ने 100 दिवसीय अभियान को सफल बनाने तथा जिले में टीबी उन्मूलन के लिए सामूहिक रूप से कार्य करने का संकल्प लिया।

खबर संक्षेप

हेरोइन सहित युवक गिरफ्तार, केस दर्ज

डबवाली। पुलिस ने एक युवक को हेरोइन सहित काबू किया है। पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि एएनसी स्टाफ डबवाली प्रभारी रणजोध सिंह की टीम गश्त व चैकिंग के दौरान जोगेवाला रोड गांव डबवाली से संदेह के आधार पर एक व्यक्ति को काबू कर उसकी नियमानुसार तलाशी ली। तलाशी के दौरान उसके कब्जे से 7 ग्राम 220 मिलीग्राम हेरोइन बरामद हुई। आरोपी की पहचान अरुण कुमार के रूप में हुई। आरोपी के खिलाफ थाना शहर डबवाली में एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है।

सतपाल जोत बने लायंस क्लब सिरसा के अध्यक्ष

सिरसा। लायंस क्लब इंटरनेशनल प्रांत 321ए-3 के अंतर्गत लायंस क्लब सिरसा उमंग के चुनाव करवाए गए। चार्टर प्रधान रवि अरोड़ा ने बताया कि वर्ष 2026-27 के लिए नवगठित कमेटी में सर्वसम्मति से सतपाल जोत को अध्यक्ष चुना गया। इसके अतिरिक्त राकेश कटारिया को उपाध्यक्ष, ऋषभ भारद्वाज को सचिव, हरिंद्र मेहता को सहसचिव, हिमांशु शर्मा को कोषाध्यक्ष, किशोर सोनी को सहकोषाध्यक्ष, नीरज मेहता को पीआरओ, विनोद नागर को मीडिया प्रभारी नियुक्त किया गया।

नरेंद्र पारीक व डॉ. अनिल धानुका होंगे सम्मानित

सिरसा। सामाजिक कार्यकर्ता नरेंद्र पारीक तथा डॉ. अनिल धानुका को नई दिल्ली स्थित भारतीय संविधान क्लब में आयोजित समारोह में उनके उत्कृष्ट योगदान के लिए आगामी 28 जून को सम्मानित किया जाएगा। नरेंद्र पारीक को सूचना का अधिकार के माध्यम से समाज में जागरूकता फैलाने, पारदर्शिता एवं जनहित के मुद्दों पर सक्रिय भूमिका निभाने तथा आरटीआई विषय पर लिखी उनकी पुस्तक के माध्यम से आम नागरिकों को जागरूक करने के उल्लेखनीय योगदान के लिए सम्मानित किया जाएगा।

जोहड़ों पर अवैध कब्जों के खिलाफ कार्रवाई की तैयारी

सिरसा। प्रदेश सरकार गांव-गांव में पंचायती जोहड़ों पर अवैध कब्जों के मामले में सख्त कार्रवाई करने के मूड में प्रतीत होती है। कयास लगाए जा रहे है कि जल्द ही गांव के जोहड़ों को अवैध कब्जों से मुक्ति दिलाने का अभियान चलाया जाएगा। इस बारे सरकार की ओर से सभी जिलों के उपायुक्तों से जोहड़ों के रकबे की जानकारी मांगी गई है।

अग्रवाल वैश्य समाज की विस इकाई गठित

फतेहाबाद। अग्रवाल वैश्य समाज हरियाणा के प्रदेश अध्यक्ष अशोक बुवानीवाला के निर्देशों पर जिला अध्यक्ष राजेंद्र मित्तल ने टोहाना विधानसभा इकाई का गठन किया है। जिला महासचिव वीरेंद्र जैन ने बताया कि जिला अध्यक्ष राजेंद्र मित्तल ने विकास जिंदल को अध्यक्ष, जॉनी कांसल को महासचिव, वरुण गोयल को कोषाध्यक्ष नियुक्त नियुक्त किया है। जिला महासचिव वीरेंद्र जैन ने बताया कि जिला इकाई का भी जल्द गठन कर दिया जाएगा और जिले में सामाजिक गतिविधियों को बढ़ावा दिया जाएगा। युवाओं को साथ में जोड़ा जाएगा।

संतुलित आहार, नियमित व्यायाम आरोग्य जीवन की कुंजीः स्वामी विज्ञानानंद

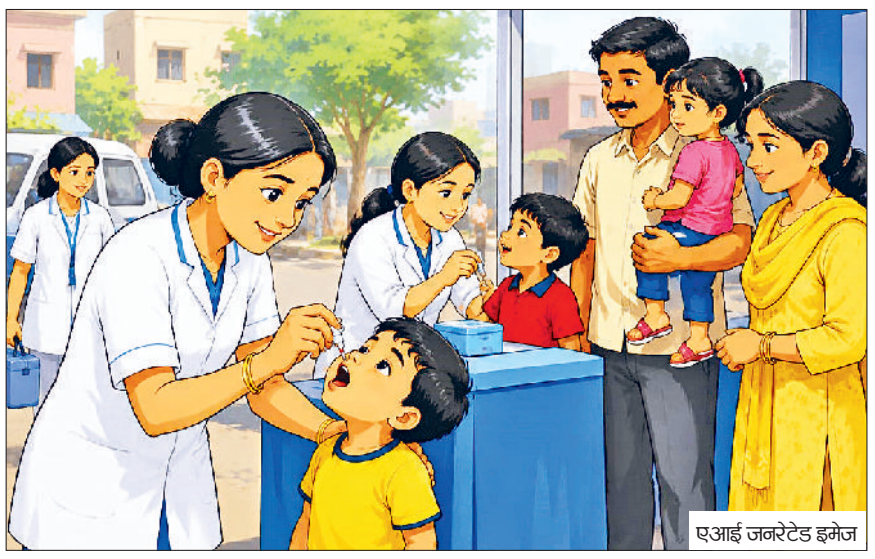
सिरसा। दिव्य ज्योति जागृति संस्थान द्वारा हुड्डा सेक्टर 20 के श्री राम पार्क में जारी विलक्षण योग शिविर के दूसरे दिन योगाचार्य स्वामी विज्ञानानंद ने कब्ज विषय पर विस्तार से विवेचना करते हुए इसके कारणों, दुष्प्रभावों तथा प्राकृतिक उपायों के बारे में जानकारी प्रदान की। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में अनियमित दिनचर्या, असंतुलित खान-पान, शारीरिक श्रम का अभाव तथा तनावपूर्ण जीवनशैली के कारण कब्ज की समस्या तेजी से बढ़ रही है। यह समस्या केवल पाचन तंत्र तक सीमित नहीं रहती, बल्कि अनेक अन्य रोगों को भी जन्म देती है। कब्ज को उपेक्षित करना उदर स्वास्थ्य के लिए दूरगामी दुष्परिणामों का कारण बन सकता है। स्वास्थ्य के प्रति सजगता, संतुलित आहार और नियमित व्यायाम कब्ज-मुक्त जीवन की कुंजी हैं। स्वामी विज्ञानानंद ने कहा कि स्वस्थ शरीर और निरोग जीवन के लिए पाचन तंत्र का सुचारु रूप से कार्य करना अत्यंत आवश्यक है।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 9315429403, 8291554800, 7988727916

600 बूथों सहित मोबाइल एवं ट्रांजिट टीमें रहेंगी सक्रिय

93 हजार बच्चों को पिलाई जाएगी पोलियो ड्राप्स

आज से शुरू होगा अभियान, 2800 स्वास्थ्य कर्मियों की लगाई गई ड्यूटी


एआई जनरेटेड इमेज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

जिले में 28 से 30 जून तक राष्ट्रीय पल्स पोलियो अभियान चलाया जाएगा। अभियान के तहत पांच वर्ष तक की आयु के प्रत्येक बच्चे को पोलियो रोधी खुराक पिलाई जाएगी। सिविल सर्जन डॉ. बुधराम ने जिले के सभी अभिभावकों से अपील की है कि वे अपने पांच वर्ष तक के बच्चों को पोलियो की दो बूंद अवश्य पिलाएं और अभियान को सफल बनाने में प्रशासन का सहयोग करें। उन्होंने कहा कि पोलियो मुक्त समाज का निर्माण तभी संभव है, जब कोई भी पात्र बच्चा इस जीवनरक्षक खुराक से वंचित न रहे।

सिविल सर्जन डॉ. बुधराम ने कहा कि जिला प्रशासन और स्वास्थ्य विभाग ने अभियान की सभी तैयारियां पूरी कर ली हैं। उन्होंने स्वास्थ्य अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों के साथ-साथ निर्माण स्थलों, झुग्गी-झोपडिय़ों तथा प्रवासी परिवारों के बच्चों तक भी अभियान की पूरी पहुंच सुनिश्चित की जाए, ताकि जिले का प्रत्येक पात्र बच्चा पोलियो रोधी खुराक प्राप्त कर सके। सिविल सर्जन डॉ. बुधराम ने बताया कि अभियान के दौरान जिले में पांच वर्ष तक की आयु के लगभग 93 हजार बच्चों को पोलियो रोधी खुराक पिलाने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। इसके लिए पूरे जिले में 600 पोलियो बूथ, मोबाइल टीमें व ट्रांजिट टीम स्थापित की गई हैं, जिनमें 2800 स्वास्थ्य कर्मियों की ड्यूटी शामिल हैं।

निर्माण स्थलों पर विशेष अभियान चलाया जाएगा

संवेदनशील स्थानों पर विशेष नजर

उन्होंने बताया कि बूथों के अतिरिक्त बस अड्डों, रेलवे स्टेशनों, निर्माण स्थलों तथा अन्य संवेदनशील स्थानों पर पहुंचकर बच्चों को पोलियो की दवा पिलाएंगी। अभियान के सफल संचालन के लिए उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों को विशेष रूप से चिह्नित कर वहां सघन निगरानी एवं विशेष अभियान चलाया जाएगा। सिविल सर्जन ने अभिभावकों से अपील की कि वे पोलियो उन्मूलन अभियान में सक्रिय भागीदारी निभाएं और अपने बच्चों को नजदीकी पोलियो बूथ पर ले जाकर पोलियो की दो बूंद अवश्य पिलाएं। इसके साथ ही पात्र लाभार्थी 14 से 15 वर्ष एचपीवी टीकाकरण का भी लाभ उठाएं।

शातिर ठगों ने उड़ाए 6 लाख, साइबर थाना पुलिस ने दर्ज किया मामला

विदेशी पार्सल और डायमंड हार के जाल में फंसा फास्ट फूड रेहड़ी संचालक

भट्ठकलां के परिवार से कस्टम ड्यूटी और परमिशन के नाम पर क्यूआर कोड भेजकर ऐंठे लाखों रुपये

हरिभूमि न्यूज ▶▶ फतेहाबाद

डिजिटल क्रांति के इस दौर में साइबर ठग मासूम और भोले-भाले लोगों को अपना शिकार बनाने के लिए नए-नए पैंतरे अपना रहे हैं। ताजा मामला फतेहाबाद के भट्ठकलां से सामने आया है, जहां एक फास्ट फूड की रेहड़ी लगाने वाले गरीब परिवार को डायमंड हार और विदेशी पार्सल का झांसा देकर साइबर ठगों ने 6 लाख 100 रुपये की मोटी रकम ठग ली। पीड़ित की शिकायत पर साइबर थाना फतेहाबाद पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में भट्ठकलां निवासी राजेन्द्र पुत्र राम खिलाड़ी ने बताया कि वह भट्ठकलां में ही फास्ट फूड की रेहड़ी लगाकर अपने परिवार का गुजारा करता है। ठगी के खेल की शुरुआत 14 मई को हुई, जब उसकी बेटी दिव्या के मोबाइल पर एक अज्ञात व्हाट्सएप कॉल आई। फोन करने वाले ने अपना नाम रवि बताया और बड़े ही शातिराना अंदाज में कहा कि वह भारत आ रहा है और दिव्या के लिए एक कीमती डायमंड का हार भेज रहा है। ठग ने झांसा दिया कि उसे भारत आने के लिए परमिशन की जरूरत है, जिसके लिए 10,100 रुपये लगेंगे। उसने दिव्या के व्हाट्सएप पर एक क्यूआर कोड भेजा। जालसाज की बातों में आकर दिव्या ने 18 मई को उस कोड पर 10,100 रुपये ट्रांसफर कर दिए।

कस्टम विभाग का डर दिखाकर लगाई चपत

एक बार रकम हाथ लगते ही ठगों के हौसले बुलंद हो गए। इसके बाद ठगी का सिलसिला कुछ इस तरह आगे बढ़ा। 19 मई को खुद को कस्टम अधिकारी बताकर फोन किया गया कि पार्सल बहुत महंगा है, इसे छुड़ाने के लिए कस्टम ड्यूटी देनी होगी। पीड़ित ने फोन-पे के जरिए दो बार में 85,000 भेज दिए। कुछ देर बाद फिर कॉल आया कि सामान लाने का अलग से चार्ज लगेगा। राजेंद्र ने गांव के ही एक सीएससी सेंटर से 50,000 और 55,000 ट्रांसफर करवा दिए। पार्सल की डिलीवरी पक्की करने के नाम पर उसी दिन तीन अलग-अलग ट्रांजेक्शन में 3 लाख 80 हजार और ऐंठ लिए गए। शिकायतकर्ता के अनुसार 20 मई को फिर डराया गया कि पार्सल कस्टम विभाग ने पकड़ लिया है, इसे छुड़ाने के लिए 1.70 लाख और दो। पीड़ित ने घबराकर 20,000 और भेज दिए।

यूके भेजने का झांसा देकर भाइयों से 8 लाख की ठगी

फतेहाबाद। सोशल मीडिया पर अनजान चेहरों से दोस्ती करना और उनकी बातों पर अंधाधुंध भरोसा करना कितना भारी पड़ सकता है, इसका एक बेहद चौंकाने वाला मामला टोहाना के डांगरा गांव से सामने आया है। यहां इंस्टाग्राम पर हुई एक दोस्ती की आड़ में साइबर ठगों ने विदेश भेजने के नाम पर एक किसान परिवार से 8 लाख 1 हजार 500 रुपये की मोटी रकम ठग ली। पुलिस को दी शिकायत में डांगरा निवासी मनजीत सिंह ने बताया कि वह खेतीबाड़ी का काम करता है। जुलाई 2022 में इंस्टाग्राम पर उसकी मुलाकात दृष्टि नाम की एक लड़की से हुई थी। धीरे-धीरे दोनों के बीच बातचीत बढ़ी और वे काफी समय तक चैट और मोबाइल पर बातें करने लगे। मनजीत का भरोसा जीतने के बाद दृष्टि ने अपनी चाल चली। उसने मनजीत को बताया कि उसका एक दोस्त रिषभ है, जिसने यूनाइटेड किंगडम में अपना नया बिजनेस शुरू किया है। दृष्टि ने कहा कि रिषभ को वहां काम के लिए लड़कों की जरूरत है और अगर मनजीत या उसका कोई जानकार यूके जाकर अच्छी कमाई करना चाहता है, तो वह रिषभ से बात करके उन्हें वहां नौकरी दिलवा सकती है। लड़की की बातों में आकर मनजीत सिंह ने अपने परिवार और रिश्तेदारों से इस बारे में चर्चा की। विदेश जाने और मोटी कमाई की चाह में मनजीत का चचेरे भाई कमल निवासी डांगरा, भांजा विपिन निवासी प्रेम नगर ढाणी, हिसार और दूसरा भांजा हर्ष निवासी अग्रोहा यूके जाने के लिए तैयार हो गए। ठग लड़की ने प्रति व्यक्ति 4 लाख रुपये का खर्च और 75 हजार रुपये हवाई टिकट का किराया बताया। मनजीत इस बात पर राजी हो गया और उसने दृष्टि द्वारा दिए गए अलग-अलग बैंक खातों में कुल 8,01,500 रुपये ट्रांसफर कर दिए। जैसे ही ठगों के खातों में लाखों रुपये ट्रांसफर हुए, लड़की का असली चेहरा सामने आ गया। पैसे मिलने के बाद दृष्टि ने मनजीत का फोन उठाना बंद कर दिया और इंस्टाग्राम आईडी ही डिलीट कर दी, जिसके जरिए वह संपर्क में थी।

प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना के तहत चलाया विशेष नामांकन अभियान

- महिला एवं बाल विकास विभाग ने लोगों को जागरूक किया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ चोपटा

चोपटा। कार्यक्रम में भाग लेती आंगनवाड़ी वर्कर। फोटो : हरिभूमि

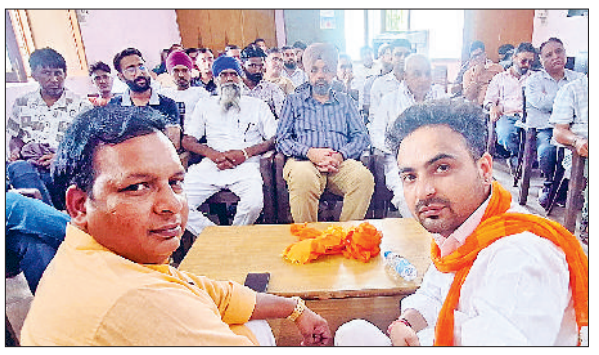
महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना के तहत बीती 15 जून से 15 जुलाई तक विशेष नामांकन अभियान चलाया जाएगा।

अभियान को सफल बनाने के लिए शनिवार को आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को प्रशिक्षण दिया गया। पर्यवेक्षक ज्योति सैनी द्वारा ब्लॉक मधोसिंघाना के सामुदायिक केंद्र में 150 आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को प्रशिक्षण प्रदान किया गया। प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य पीएमएमवीवाई योजना में पात्र लाभार्थियों का नामांकन बढ़ाना है। ज्योति सैनी ने बताया कि प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना के अंतर्गत पहली बार गर्भवती होने वाली महिलाओं को 5 हजार रुपए की सहायता राशि तीन किस्तों में तथा दूसरी संतान बालिका होने पर 6 हजार रुपए की एकमुश्त राशि सीधे बैंक खाते में प्रदान की जाती है।

युवा शक्ति राष्ट्र की सबसे बड़ी ताकतः प्रो. दुग्गल

- भारत रक्षा मंच के स्थापना दिवस पर कार्यक्रम

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रानियां


रानियां। कार्यक्रम में प्रो. सुनील दुग्गल व अन्य। फोटो : हरिभूमि

भारत रक्षा मंच के स्थापना दिवस के अवसर पर शनिवार को रानियां के विश्रामगृह में आयोजित कार्यक्रम में राष्ट्रहित, सामाजिक समरसता और युवा जागरण को केंद्र में रखकर विचार-विमर्श किया गया। कार्यक्रम में वक्ताओं ने युवाओं से राष्ट्र निर्माण में सक्रिय भागीदारी निभाने, नशे जैसी सामाजिक बुराइयों से दूर रहने तथा देशहित के प्रति समर्पित भाव से कार्य करने का आह्वान किया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि प्रो. सुनील दुग्गल ने महाराजा रणजीत सिंह की जयंती का स्मरण करते हुए उनके राष्ट्र निर्माण में दिए गए योगदान को नमन किया। उन्होंने गुरु तेग बहादुर जी के अद्वितीय बलिदान का उल्लेख करते हुए कहा कि धर्म एवं मानवीय मूल्यों की रक्षा के लिए दिया गया उनका सर्वोच्च बलिदान सदैव समाज के लिए प्रेरणास्रोत रहेगा। अपने संबोधन में उन्होंने राष्ट्रीय नागरिक रजिस्टर (एनआरसी), समान नागरिक संहिता (यूसीसी) तथा जनसंख्या नियंत्रण जैसे विषयों पर भी विचार व्यक्त करते हुए कहा कि इन विषयों पर जागरूक करने की जरूरत है।

नशे से दूर रहें

प्रो. सुनील दुग्गल ने कहा कि युवा शक्ति राष्ट्र की सबसे बड़ी ताकत है। यदि युवाओं की ऊर्जा को सही दिशा मिले तो देश का भविष्य और अधिक सशक्त बन सकता है। उन्होंने कहा कि संगठन की विशेष प्राथमिकता युवाओं को नशे जैसी सामाजिक बुराइयों से दूर रखकर उनमें राष्ट्रभक्ति, अनुशासन और सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना विकसित करना है। इसी उद्देश्य से संगठन के पदाधिकारी युवाओं को जागरूक करेंगे।

रेलवे बुकिंग काउंटर पुनः शुरू करने की मांग ने जोर पकड़ा

- प्रोग्रेसिव काउंसिल ने रेल मंत्री को भेजा पत्र

फतेहाबाद। जिला मुख्यालय पर रेलवे का कोई फिजिकल टिकट काउंटर न होने के कारण स्थानीय नागरिकों और रेल यात्रियों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है, जिसके स्थाई समाधान के लिए प्रोग्रेसिव फतेहाबाद काउंसिल ने आवाज उठाई है। काउंसिल के चेयर मुकेश नारंग के अनुसार, जिला मुख्यालय होने के बावजूद फतेहाबाद शहर में एक भी रेलवे टिकट काउंटर नहीं है, जिसके कारण दूर-दराज या अन्य राज्यों में जाने वाले सैकड़ों यात्रियों को केवल एक साधारण या तत्काल टिकट बुक कराने के लिए भी पड़ोसी जिलों जैसे हिसार या सिरसा के चक्कर काटने को मजबूर होना पड़ता है। इस गंभीर समस्या के समाधान के लिए रेल मंत्री को पत्र लिखा गया है। पत्र के साथ सूचना के अधिकार के तहत उत्तर-पश्चिम रेलवे, बीकानेर मंडल से प्राप्त पुख्ता दस्तावेज और आंकड़े भी संलग्न किए गए हैं। इन दस्तावेजों से यह खुलासा हुआ है कि वर्ष 2006 से संचालित यह काउंटर कभी घाटे में नहीं रहा और वित्तीय वर्ष 2015-16 में इससे रेलवे को लगभग 1.35 करोड़ रुपये की कमाई हुई थी तथा बाद के वर्षों में भी यह लगातार 1 करोड़ रुपये से अधिक का सालाना मुनाफा दे रहा था।

सिरसा। गांव बकरियांवाली में सफाई अभियान चलाते डेरा श्रद्धालु।

सेवादारों ने चमकाए बकरियांवाली और साहुवाला सार्वजनिक स्थल

सिरसा। डेरा सच्चा सौदा के सेवादारों द्वारा चलाए जा रहे स्वच्छता अभियान दूसरे दिन गांव बकरियांवाली और साहुवाला द्वितीय में व्यापक स्तर पर सफाई अभियान चलाया। सेवादारों ने कुछ ही घंटों में दोनों गांवों के विभिन्न सार्वजनिक स्थलों को स्वच्छ बनाकर ग्रामीणों को स्वच्छता की सौगात दी। उन्होंने कस्सी, तसला और दराती जैसे पारंपरिक उपकरणों की सहायता से सफाई कार्य किया। गांव बकरियाँवाली में श्मशान भूमि की साफ-सफाई कर पूरे परिसर को व्यवस्थित किया गया, जबकि साहुवाला द्वितीय में सरकारी स्कूल, गांव की गलियों, अंबेडकर पार्क सहित अन्य सार्वजनिक स्थानों से कूड़ा-कचरा हटाकर उन्हें साफ-सुथरा बनाया गया। अभियान के दौरान सेवादार पूरे उत्साह और अनुशासन के साथ सेवा कार्य में जुटे रहे।

नशे को खत्म करने के लिए संगठित प्रयास जरूरी : प्रदीप कुमार

सिरसा। अंतरराष्ट्रीय नशा विरोधी दिवस पर गांव रंगड़ी खेड़ा में कार्यक्रम हुआ। कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि नाथूसरी थाना इंचार्ज प्रदीप कुमार, बेटा बचाओ अभियान के राष्ट्रीय संयोजक तरुण भाटी शामिल हुए। प्रदीप कुमार ने कहा कि वैश्वीकरण और आधुनिकता के इस दौर में मानव सभ्यता ने विज्ञान, तकनीक और आर्थिक क्षेत्रों में अभूतपूर्व प्रगति की है, लेकिन इस प्रगति के समानांतर एक ऐसी सामाजिक, आर्थिक और स्वास्थ्य संबंधी बुराई ने हमारे समाज की जड़ों को खोखला करना शुरू कर दिया है, जिसे हम मादक पदार्थों की लत या नशाखोरी कहते हैं। नशीले पदार्थों का अवैध व्यापार और उनका दुरुपयोग आज किसी एक देश, समाज या वर्ग की समस्या नहीं रह गया है।

सिरसा। श्री ब्राह्मण महासभा के पदाधिकारी नंदू महाराज का अभिनंदन करते हुए।

श्री ब्राह्मण महासभा के समाजहित में कार्य प्रशंसनीयः नंदू महाराज

सिरसा। बेगू रोड स्थित शर्मा पेट्रोल पंप पर नंदू महाराज पहुंचे। पंप के संचालक रोहित शर्मा व श्री ब्राह्मण महासभा के प्रधान सुशील शर्मा ने पंप पर पहुंचने पर नंदू महाराज का फूल मालाओं से स्वागत किया। श्री ब्राह्मण महासभा के महसचिव सुधीर सारस्वत, उपप्रधान श्यामलाल शर्मा, विशेष सलाहकार हुकुमचंद सांखी, इंद्रमोहन शर्मा, संरक्षक हीरालाल शर्मा, ट्रस्टी हरीप्रकाश शर्मा, आईटी सैल प्रमुख हरीश शर्मा ने पटका पहनाकर नंदू महाराज का अभिनंदन किया। नंदू महाराज ने कहा कि बाबा श्याम जी कृपा के दातार हैं, जो कोई भी सच्चे मन से उनका ध्यान करता है, वो खुशियों से उसकी झोलियां भर देते हैं। नंदू महाराज ने श्री ब्राह्मण महासभा द्वारा समाजहित में किए जा रहे कार्यों की प्रशंसा की और इसी प्रकार समाजहित में अग्रणी रहकर कार्य करने का आशीर्वाद दिया।

योगाचार्य नरेंद्र योगी ने विभिन्न योग आसनों का करवाया अभ्यास

तनाव रहित जीवन के लिए योग को दिनचर्या में शामिल करें

श्रीमत सिटी सेंटर द्वारा महात्मा बुद्ध योग संस्थान ने लगाया योग शिविर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सिरसा

सिरसा। शिविर में योगाभ्यास करते साधक। फोटो : हरिभूमि

श्रीमत सिटी सेंटर द्वारा महात्मा बुद्ध योग संस्थान के सहयोग से रेलवे पार्क में बीती 15 जून से आयोजित किया जा रहा योग शिविर स्वास्थ्य के साथ-साथ सुकून का भी संगम बन चुका है। सुबह-सवेरे योग के लिए आने वाले योग साधक यहां योग अ यास के दौरान सुकून भी हासिल कर रहे है। न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक तनाव से भी उन्हें मुक्ति मिल रही है। चारों ओर हरियाली और सुबह के शांत माहौल में योग क्रियाओं में हिस्सा लेकर हर योग साधक स्वयं को निहाल समझ रहा है।

सुखासन का अभ्यास करवाया

योगाचार्य नरेंद्र योगी द्वारा विभिन्न योगों के साथ-साथ सुखासन का भी अभ्यास करवाया जा रहा है, जिसमें योग साधक दिनभर के तनाव, पारिवारिक चिंता, स्वास्थ्य की चिंता से मुक्त होकर आनंद महसूस कर रहे है। योगाचार्य इस बात का भी पूरा ख्याल रखते है कि कब योग क्रियाओं के माध्यम से शरीर गर्म किया जाए और कब आराम दिया जाए। शिविर के दौरान योगाचार्य इसका भी ख्याल रखते है और निर्देश देते हैं कि कौन-सा योग सांस छोड़ते हुए करना है और कौन-सी क्रिया सांस अंदर लेते हुए करनी है। शनिवार को योग शिविर में योगाचार्य नरेंद्र योगी ने अर्ध तितली, पूर्ण तितली, घुटना संचालन, जानु शिरासन, वज्रासन एवं अनुलोम-विलोम का अ यास करवाया। इस मौके पर महात्मा बुद्ध योग संस्थान के सचिव योग साधक गोपाल कायत, सदस्य मोनिका, प्रीति, मीत, राधेश्याम, महेंद्र शर्मा, सुभाष शर्मा, राजू शर्मा के अलावा अन्य गण्यमान्यजन उपस्थित थे। श्रीमत सिटी सेंटर की ओर से योग साधकों को मिनरल वॉटर, आयुर्वेदिक काढ़ा व अंकुरित मोठ निःशुल्क वितरित प्रदान किए गए।

हरिभूमि
रविवार भारती
haribhoomi.com
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक, रविवार 28 जून 2026

मन-जीवन को कर रहा अशांत
सोशल मीडिया नोटिफिकेशंस

{ कवर स्टोरी / डॉ. मोनिका शर्मा }

कभी किसी परिचित के सुंदर घर की तस्वीर तो कभी किसी फ्रेंड के विदेश घूम आने के अपडेट, वर्चुअल दुनिया में जुड़े किसी अनजान वर्चुअल मित्र ने अचानक अपना लुक बदल लिया, तो किसी के बच्चों की कमाल की उपलब्धियां। सब कुछ स्क्रीन के जरिए हम तक पहुंचता रहता है। हर उम्र के लोगों में लगातार सोशल मीडिया पर अपडेट रहने और दूसरों को अपडेट करने की सोच बढ़ रही है। इस वजह से सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के नोटिफिकेशन की टोन कई बार मन को बेचैन करने वाली दस्तक-सी लगने लगती है। दूसरों के लुक्स, करियर, महंगे शौक और एडवेंचरस ट्रिप्स को देखकर मन में कमतरी के भाव आने लगते हैं। जबकि वास्तविकता यह है कि किसी के भी जीवन की हकीकत इतनी सुंदर-सहज नहीं होती है, जितनी सोशल मीडिया पर दिखती है। ऐसे में बनावटी-सजावटी आभासी दुनिया के बहकावे में आने के बजाय अपने मन-जीवन को साधना जरूरी है।

बढ़ने लगी है तुलनात्मक प्रवृत्ति

आज के दौर में स्क्रीन के जरिए दस्तक देता कंटेंट, हर उम्र के लोगों को कमतरी और बेहतरी के जाल में उलझा रहा है। शुभ कार्य हों या कोई व्यक्तिगत उपलब्धि, आभासी दुनिया में अजीब से नाप-तौल वाले मनोभावों से देखी, समझी और स्वीकारी जाने लगी है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म से लेकर फैमिली ग्रुप्स में शेयर की जाने वाली सूचनाओं और क्लिक्स तक, हर बात और जज्बात तुलना करने की सोच की ओर धकेल रहा है। इसके चलते मन में आने वाली अनचाही तल्खी, व्यावहारिक जिंदगी की भरपूर समझ होने के बावजूद, दिलो-दिमाग को बोझिल कर रही है। सुंदरता, सहृदयता और संपन्नता की जो चमक स्क्रीन पर तैरते अपडेट्स में दिखती है, वही जीवन का सच नहीं है, यह जानते-बूझते हुए भी रंग-रूप, कद-काठी और उपलब्धियों से लेकर खुशियों और उत्सवीय रंग-ढंग तक एक असंतोष की भावना पनप रही है। ध्यान रहे कि सोशल मीडिया के जरिए क्लिक भर में आप तक पहुंच जाने वाले कंटेंट से तुलना का भाव स्वयं यूजर्स में तो बढ़ ही रहा है। बाजार ने भी इसे बढ़ाया है क्योंकि यह भी एक तरह की मार्केटिंग स्ट्रेटेजी ही है।

गहरा होता है कमतरी का भाव

जाने-अनजाने लोगों के अपडेट्स देखकर पैदा हो रहा तुलना का भाव, खुद के जीवन में कमियां देखने को प्रेरित कर रहा है। इसके चलते हमारा मन रिश्तों, जीवनशैली और अपने हिस्से आए स्नेह-सम्मान की भी अनदेखी करने लगता है। नतीजतन जिंदगी की नेमतों को लेकर शुक्रिया कहने के भाव की जगह शिकायतों ने ले ली है। नोटिफिकेशन टोन के साथ पल-पल में अवतरित होते संदेश, सूचनाएं, चित्र, असंतुष्टि भरी सोच और बेचैनी भी साथ लाते हैं। विशेषज्ञ भी मानते हैं कि वर्चुअल दुनिया में अपने दोस्तों, रिश्तेदारों और दूसरे जाने-अनजाने चेहरों के अपडेट्स हर उम्र के लोगों के लिए व्यक्तिगत जीवन में असंतुष्टि की बड़ी वजह बन रहे हैं। स्मार्ट गैजेट्स की स्क्रीन के जरिए अमूमन अपनों-परायों तक अपनी कमियां, कमजोरियां और दिल की कसक नहीं पहुंचाई जाती। यह जानते-समझते हुए भी दूसरों के चमकदार, सफल और सुखी दिखते जीवन की वर्चुअल आभा में खुद को कहीं कमतर महसूस करने का भाव पनपने लगता है। नेशनल यूनिवर्सिटी ऑफ सिंगापुर के शोधकर्ताओं द्वारा किए गए एक अध्ययन के मुताबिक आमतौर पर सोशल मीडिया पर लोग अपने बारे में सकारात्मक जानकारी ही प्रस्तुत करते हैं। फिल्टर्स का उपयोग करके अपनी उपस्थिति को और प्रभावी बना देते हैं। इसके चलते यह लगने लगता है कि हमारे मित्र या संबंधी कितने सुंदर हैं! कितने सफल हैं! इससे कई बार ऐसा भी लगने लगता है कि हमारे अलावा सब के पास सब कुछ है, सब बहुत खुश और संतुष्ट हैं, जबकि यह एक आभासी सोच भर होती है।

खो रहीं सहज-सी खुशियां

लगातार मिलने वाले सोशल मीडिया नोटिफिकेशंस के जरिए इंसानी व्यवहार और विचार में चाहे-अनचाहे स्क्रीन पर दिखी तस्वीरों, सूचनाओं और उपलब्धियों का ही लेखा-जोखा रहने लगता है। ऐसे में हम उस सुख को भी भूल जाते हैं, जो हमारी झोली में मौजूद होते हैं। इसकी वजह यह भी है कि वास्तविक दुनिया में तुलना करने के दायरे में बहुत कम लोग शामिल होते हैं। सोशल मीडिया का डिजिटल यूनिवर्स, दूसरों के साथ तुलना करने की स्थितियों को कई गुना बढ़ा देता है। समझना जरूरी है कि दूसरों की जिंदगी के वर्चुअल अपडेट्स में दिखने और होने के फर्क को समझते हुए अपने जीवन की सहजता को बनाए रखिए। अपनी खुशियों को जीने से दूरी मत बनाइए। *

सही नहीं सबका पीछा करना

दूसरों के मीडिया अपडेट्स के चलते मन में आ रही खिन्नता लोगों को उनका फॉलोअर बना देती है। हम हरदम यह जानने की कोशिश में लगे रहते हैं कि उनके ताजा अपडेट्स क्या हैं? आज उनकी क्या गतिविधियां हैं? अन्य लोग उनकी कैसे और कितनी सराहना कर रहे हैं? दूर बैठे लोगों की जिंदगी का पीछा करने की सोच से ऐसी बातों के चलते खुद आपके जज्बात बदलने लगते हैं। मन-जीवन में असंतोष भरी स्याह उदासी जगह बना लेती है। यहां तक कि ईर्ष्या का भाव भी पनपने लगता है। सोचने वाली बात यह है कि यह सब होने की कोई वास्तविक वजह ही नहीं होती है। सोच-समझकर दी गई जानकारियां और बना-संवारकर साझा की गई तस्वीरें लोगों को हैरान-परेशान करती हैं, जबकि खुद उनके ही द्वारा साझा की जा रही सामग्री के इतर उनके जीवन की असलियत का दूसरों को कोई अंदाजा ही नहीं। ऐसे में यह आदत बेवजह आपकी ऊर्जा और समय खपाने लगती है। सोशल मीडिया का उपयोग यूजर्स जिस इरादे से करते हैं, उनके मन-मस्तिष्क पर वैसा ही असर पड़ता है। बिना सोचे-समझे दूसरों के अपडेट्स के इंतजार में स्क्रीन स्क्रॉल करने से अवसाद और घबराहट पैदा होती है। जिन लोगों के अपडेट्स मन में भटकाव या नकारात्मक भाव लाते हैं, उन्हें अनफॉलो कीजिए। चिंतित और उदास महसूस करवाने वाले कंटेंट से दूरी बनाएं। वर्चुअल दुनिया हो या असल संसार औरों से ज्यादा अपनी जिंदगी में रुचि रखिए।

स्पेशलः वर्ल्ड सोशल मीडिया-डे, 30 जून

आज के दौर में अधिकांश लोग किसी न किसी सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म से जुड़े हुए हैं। लेकिन हाल के सालों में देखने में आ रहा है कि इन पर दिन में कई-कई बार आने वाले नोटिफिकेशंस से लोगों का मन-जीवन बेचैन और अशांत होता जा रहा है। इसके पीछे क्या वजहें हैं, इनका क्या प्रभाव पड़ता है और इनसे कैसे बच सकते हैं, आपको जरूर जानना चाहिए।

भारत के सरकारी स्पेस इंस्टीट्यूट इसरो की उपलब्धियां तो जगजाहिर हैं ही, अब इसी के नक्शेकदम पर चलते हुए कई स्पेसटेक निजी कंपनियां भी देश-दुनिया में अपनी धाक जमा रही हैं। स्पेसटेक के क्षेत्र में नित नई ऊंचाई हासिल कर रही देश की प्राइवेट स्पेसटेक कंपनियों की अचीवमेंट पर एक नजर।

अंतरिक्ष में नई ऊंचाइयां छू रहीं देश की निजी स्पेसटेक कंपनियां

{ अचीवमेंट / संजय श्रीवास्तव }

हाल में 'गैलेक्सआई' द्वारा मिशन दृष्टि नामक दुनिया का पहला ऑप्टोसार उपग्रह सफलतापूर्वक लॉन्च करने के बाद दुनिया भर की मीडिया में भारत की निजी स्पेस कंपनियों की कम लागत के साथ तकनीकी दक्षता तथा इस आधार पर वैश्विक अंतरिक्ष बाजार में उनकी तीव्र बढ़त की चर्चा हो रही है।

गैलेक्सआई ने रचा इतिहासः जब भारत ने 'मिशन दृष्टि' के तहत 190 किलो वजनी दुनिया का पहला ऑप्टोसार उपग्रह अमेरिका के कैलिफोर्निया स्थित वैंडेनबर्ग स्पेस फोर्स बेस से स्पेसएक्स के फाल्कन 9 रॉकेट के जरिए प्रक्षेपित किया, तब बहुतों ने गैलेक्सआई का नाम पहली बार सुना। देश ने स्पेस तकनीकी क्षमता का लोहा वैश्विक स्तर पर मनवाया हो और खबरों में इसरो की जगह देश के सबसे बड़ा पृथ्वी अवलोकन उपग्रह बनाने वाली किसी ऐसी निजी कंपनी का नाम सुर्खियों में शामिल हो, जिसके अस्तित्व में आए महज पांच साल हुए हैं, ऐसा पहले कभी नहीं हुआ। इतने कम समय में यह अनूठी सफलता हासिल कर इसने बता दिया है कि भारत के निजी अंतरिक्ष क्षेत्र की प्रगति कितनी तेज गति से हो रही है।

बहुपयोगी है इसकी तकनीकः गैलेक्सआई द्वारा लांच मिशन दृष्टि की ऑप्टोसार तकनीक में इलेक्ट्रो-ऑप्टिकल यानी ईओ और सिंथेटिक, पर्चर रडार या एसएआर सेंसर को एक ही प्लेटफॉर्म पर जोड़ा गया है। इस संयोजन के कारण यह उपग्रह हर मौसम और दिन-रात में डेटा संग्रह करने में सक्षम है। यह क्षमता अब तक सीमित देशों या अलग-अलग प्रणालियों में बंटी हुई थी, जबकि भारत ने इसे एकीकृत रूप में प्रस्तुत किया है। वैश्विक संदर्भ में देखें तो अमेरिका, चीन और कुछ यूरोपीय देश पृथ्वी अवलोकन में अग्रणी रहे हैं, लेकिन रणनीतिक दृष्टि से 'गेम चेंजर' ऑप्टोसार तकनीक जैसी एकीकृत प्रणाली भारत को तकनीकी बढ़त देती है। यह उपग्रह सेना को डेढ़ मीटर के दायरे में सीमा पार की सटीक जानकारी देगा। कृषि मॉनिटरिंग, आपदा प्रबंधन, तटीय सुरक्षा और शहरी नियोजन जैसे क्षेत्रों में इसकी उपयोगिता व्यापक है। बाढ़ या चक्रवात के समय यह त्वरित और सटीक डेटा निर्णय लेने की क्षमता को कई गुना बढ़ा सकता है। इस प्रकार 'मिशन दृष्टि' ड्यूल-यूज टेक्नोलॉजी का उत्कृष्ट उदाहरण है, जिससे नागरिक और सैन्य दोनों लाभ एक साथ प्राप्त होंगे।

कई और कंपनियां भी हैं एक्टिवः गैलेक्सआई तो महज एक उदाहरण है, देश में इसरो के साथ मिलकर काम करने वाली कॉमर्शियल स्पेस इंडस्ट्री स्टैब्लिश हो चुकी है। अनुमान है कि फिलवक्त निजी क्षेत्र में 400 स्पेसटेक स्टार्टअप काम कर रहे हैं। 150 से ज्यादा कंपनियां छोटे उपग्रह, लॉन्च व्हीकल्स, अर्थ ऑब्जर्वर और एआई एनालिटिक्स आदि पर शानदार काम कर रही हैं। स्काईरूट एयरोस्पेस, जिसने निजी क्षेत्र का पहला सफल रॉकेट विक्रम एस. बनाया और हाइपरस्पेक्ट्रल इमेजिंग में वैश्विक पहचान बनाने वाली पिक्सेल कंपनी से सभी परिचित हैं। अग्निकुल कॉस्मॉस, जो थ्री-डी प्रिंटेड इंजन अग्निलेट का निर्माण कर सुर्खियों में आई थी, अब उपग्रहों के लिए स्पेसएक्स की स्पेस बस की अवधारणा से उलट एक स्पेस 'टैक्सी' बनाना चाहती है। थ्री-डी प्रिंटरों का उपयोग करके, यह फॉलकन 9 से छोटे और दोबारा इस्तेमाल होने वाले रॉकेट बनाने की सोच रहा है, जिन्हें ग्राहक की इच्छानुसार कहीं से भी लॉन्च किया जा सकता है और उनके उपग्रह को ठीक उसी कक्षा में सटीकता से स्थापित किया जा सकता है, जिसकी उसे जरूरत है। मुमकिन है कि इस साल के अंत तक वह लक्ष्य पा लें। दिगांत्रा कंपनी एक कक्षीय हवाई-यातायात नियंत्रक के रूप में काम कर रही है, जो विभिन्न कंपनियों के उपग्रहों के अंतरिक्ष मलबे से टकराने के जोखिम की निगरानी में मदद करती है।

हो रहा वैश्विक प्रसारः देश की ये स्पेसटेक कंपनियां देश से बाहर भी अपनी धाक जमा रही हैं। आज पिक्सेल नासा के साथ डेटा साझेदारी कर रही है, तो स्काईरूट अंतरराष्ट्रीय ग्राहक लॉन्च सेवाएं दे रही है और ध्रुव स्पेस ग्लोबल सैटेलाइट सेवाओं में आगे है। इसी तरह तमाम निजी स्पेस कंपनियां विभिन्न परियोजनाओं पर काम कर रही हैं यानी शोधरत हैं। भारतीय प्राइवेट स्पेस कंपनियों की बढ़ती प्रसिद्धि के पीछे कारण यह है कि भारतीय स्पेसटेक कंपनियों का मॉडल 'कम लागत पर उच्च-दक्षता नवाचार' पर आधारित है। स्पेस टेक की दिशा में भारत अब 'सेवा प्रदाता' से 'तकनीक प्रदाता' बन रहा है। इसीलिए उम्मीद की जा रही है कि भारतीय स्पेसटेक व्यापार 2030 तक 40 अरब डॉलर तक पहुंच जाएगा। *

{ गजल / डॉ. माणिक विश्वकर्मा 'नवरंग' }

भूल गए हैं लोग सलीका

भूल गए हैं लोग सलीका आमंत्रण का,
भाव नहीं दिखता आंखों में अपनेपन का।
भरमाने वाले पेड़ों की भीड़ लगी है,
मोल नहीं होता कानन में अब चंदन का।
याद किसी की आने पर सर दीवारों से
टकराए तो दोष नहीं होता दरपन का।
इकदिन उम्र ढला करती है सबकी जग में,
धीरे-धीरे रंग उतरता है आनन का।
साथ न हो गर मन का मीत सफर में 'नवरंग'
लगने लगता है हर मौसम फिर बेमन का।

{ व्यंग्य / सूर्यदीप कुशवाहा }

मेहमान इन पकवानों पर ऐसे टूट पड़ते हैं, जैसे इसके बाद कभी उन्हें खाना मिलेगा ही नहीं। एक तरफ मेहमान पकवान उड़ाते हैं, उधर लड़की के बाप का बीपी बढ़ता जाता है।

शादी का झमेला

आजकल समाज में शादी-ब्याह केवल दो आत्माओं का मिलन नहीं, बल्कि दो परिवारों के बैंक बैलेंस, प्रतिष्ठा और धैर्य की परीक्षा का महायज्ञ बन गया है। यह वह अवसर होता है, जब एक अदना-सा इंसान अचानक शादी समारोह प्रबंधक बन जाता है और अपनी सारी जमापूंजी, साख और यहां तक कि भविष्य को सुरक्षित बनाने के लिए रखी गई पूंजी भी एक रात के दिखावे में झोंक देता है।

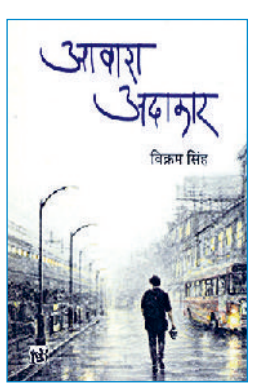
समारोह में दुल्हन को इतना पेंट किया जाता है कि पेंट किया हुआ घर भी फीका दिखने लगता है। चेहरे पर पुताई की इतनी परतें होती हैं कि अगर दुल्हन को छींक आ जाए, तो आस-पास के लोग उस गुबार से लाल हो जाएं। इसे ब्राइडल ग्लो कहा जाता है, जो सुबह होते ही वॉटरप्रूफ न होने की स्थिति में बह जाता है। आम धारणा है कि दुल्हन का लहंगा भी उतना ही भारी होना चाहिए, जितना दुल्हन के पिता का सिर कर्ज के बोझ से भारी हो जाता है।

शादी समारोह अब रिश्तों का उत्सव कम और कॉम्पिटिशन ज्यादा बन गया है। पड़ोसी की बेटी की शादी में पचास पकवान थे, तो हमें शुभ इक्यावन करने ही होंगे। चाहे इसके लिए पिता को क्यों न बैंक से लोन लेना पड़े। लगन के इस मौसम में सबसे ज्यादा प्रभाव उस मध्यमवर्गीय पिता पर होता है, जो तीन घंटे के दिखावे के लिए तीस साल की कमाई स्वाहा कर देता है। मेहमानों को खिलाने के लिए मेनू में तरह-तरह के व्यंजन होते हैं, जिसमें से अधिकतर मेहमान केवल वही स्पेशल डिश खाते हैं, जो उनके घर में नहीं बनते हैं। मेहमान इन पकवानों पर ऐसे टूट पड़ते हैं, जैसे इसके बाद कभी उन्हें खाना मिलेगा ही नहीं। एक तरफ मेहमान पकवान उड़ाते हैं, उधर लड़की के बाप का बीपी बढ़ता जाता है। यह ऐसा मेला है, जहां रिश्तेदार यह देखने आते हैं कि हलवाई ने पनीर की सब्जी में पनीर डाला था या सिर्फ ग्रेवी? वास्तव में शादी में आए मेहमानों का मुख्य उद्देश्य दूल्हा-दुल्हन को आशीर्वाद देना नहीं, बल्कि समारोह में कमियां उघाड़ना होता है। बिना बात नाराज होने वाले दूल्हे के फूफाजी अगर पनीर के चार टुकड़े खा लें तो यह उनकी दयालुता मानी जाती है। ये वही लोग होते हैं, जो अपनी बेटी की शादी में सबसे कंजूसी करते हैं, लेकिन दूसरे की शादी में फाइव स्टार होटल जैसी सुविधा चाहते हैं। इनके लिए शादी एक फ्री फूड फेस्टिवल होता है, जहां वे वीआईपी बन अपनी पसंद का खाना न मिलने पर दुल्हन के पिता को कोस और लताड़ सकते हैं। लेकिन समारोह का असली मजा या सजा सड़क पर बारात के रूप में मिलता है। डीजे वाले बाबू चाहे कैसा भी गाना बजाएं, बारातियों को तो बस वही एक स्टेप आता है-नागिन डांस। ऐसा लगता है जैसे सांपों ने पूरी बारात को डस लिया हो। दूल्हा घोड़ी पर बैठा ऐसे मुस्कुराता है, जैसे उसने देश के लिए स्वर्ण पदक जीता हो, जबकि सच्चाई यह है कि वह कुछ ही देर में स्वतंत्रता से परतंत्रता की ओर कदम बढ़ाने वाला होता है।

हर कोई चाहता है कि उसकी शादी यादगार हो। शायद इसीलिए आज के दौर में शादी समारोह समाज के सामने अपनी औकात बताने का एक जरिया बन गया है। शादी के बाद दूल्हा-दुल्हन शान से नई कार में घूमते हैं और पीछे दुल्हन के पिता उस कार की ईएमआई भरते हैं। इसे ही लड़की का बाप कहते हैं। *

{ पुस्तक चर्चा / मेनका त्रिपाठी }

संवेदना-संघर्ष का कथालोक



हाल में प्रकाशित हुआ विक्रम सिंह का कहानी-संग्रह 'आवारा अदाकार' समकालीन जीवन की जटिलताओं, विडंबनाओं और मानवीय संघर्षों के दस्तावेज की तरह है। उनकी कहानियों में एक ओर यथार्थ की खुरदुरी जमीन दिखाई देती है, तो दूसरी ओर कल्पना की ऐसी ऊंचाई भी, जो साधारण जीवन को अर्थपूर्ण बना देती है। यही कारण है कि उनकी कहानियां केवल घटनाओं का विवरण नहीं लगतीं, बल्कि पाठक के भीतर संवेदना और विचार दोनों को जगाती हैं।

लेखक ने खाड़ी देशों में संघर्षरत मजदूरों की पीड़ा, कोरोना काल की त्रासदी, बेरोजगार युवाओं की बेचैनी, इंटरनेट ठगी और आभासी रिश्तों के खोखलेपन जैसे समकालीन विषयों को अत्यंत संवेदनशीलता से उठाया है। वे केवल दुख की दास्तां नहीं सुनाते, बल्कि जीवन की कठोर परिस्थितियों के बीच मनुष्य की जिजीविषा और छोटे-छोटे सुखों की तलाश को भी रेखांकित करते हैं। उनकी भाषा सहज, प्रवाहपूर्ण और आज के जीवन के जीवंत मुहावरों से भरपूर है। संवादों में स्वाभाविकता है, जिससे पात्र पाठक के बेहद करीब आ जाते हैं। हालांकि, विविध विषयों के कारण कहीं-कहीं कथ्य का हल्का बिखराव दिखाई देता है, फिर भी उनकी रचनात्मक ईमानदारी और मानवीय दृष्टि इस कमी को ढंक लेती है। *

पुस्तकः आवारा अदाकार (कहानी संग्रह), **लेखकः** विक्रम सिंह,
मूल्यः 250 रुपए, **प्रकाशकः** लोकभारती प्रकाशन, प्रयागराज

हरिभूमि
रविवार भारती
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक, रविवार 28 जून 2026

{ टूरिस्ट प्लेसेस / समीर चौधरी }

बाली-मालदीव जैसे ही अमेजिंग हैं ये भारतीय द्वीप-समुद्र तट

खूबसूरत समुद्र तट और द्वीपों का शानदार नजारा देखने के लिए अनेक टूरिस्ट, बाली या मालदीव का रुख करना पसंद करते हैं। जबकि अपने देश भारत में भी कुछ ऐसे द्वीप और समुद्र तट मौजूद हैं, जो किसी मायने में बाली-मालदीव से कम नहीं हैं। कौन से हैं ये अमेजिंग टूरिस्ट प्लेसेस और क्या हैं इनकी खासियतें, जानकर आप भी इनका दीदार करने से खुद को रोक नहीं पाएंगे।

मिनी मालदीव जैसा तर्कारली-मालवण, महाराष्ट्र

महाराष्ट्र के कोंकण तट पर तर्कारली व मालवण को महाराष्ट्र का मिनी मालदीव भी कहा जाता है। दरअसल, यहां का साफ पानी पर्यटकों का मन मोह लेता है। सिंधुदुर्ग जिले में स्थित यह तट सी बीचेज, शांत बैकवाटर्स के लिए जाना जाता है। यहां स्कूबा डाइविंग, स्नोरकेलिंग या पैरासेलिंग जैसे वाटर स्पोर्ट्स और एक्टिविटीज बहुत कम खर्च में उपलब्ध हैं। तर्कारली में आपको स्थानीय कोंकणी संस्कृति देखने को मिलेगी। सिंधुदुर्ग किले में बोट राइड्स का आनंद लिया जा सकता है। यहां के स्थानीय रेस्तराओं में मालवणी सीफूड थाली का लुत्फ उठाया जा सकता है। यहां पहुंचने के लिए सबसे नजदीकी रेलवे स्टेशन कुडाल और सिंधुदुर्ग हैं। यह स्थल गोवा एयरपोर्ट से कुछ ही घंटों के फासले पर है। *

शांत समुद्री किनारे वाला स्वराज द्वीप, अंडमान

स्वराज द्वीप (पुराना नाम-हेवलॉक द्वीप) आपको जीवंत ट्रॉपिकल द्वीप का अनुभव प्रदान करता है। यह अंडमान व निकोबार द्वीप समूह का हिस्सा है और अपने शानदार सी बीचेज के लिए विख्यात है। यहां गोताखोरी का आनंद खूब लिया जाता है। यहां जंगलों से भरे समुद्र के किनारे हैं और वातावरण बिल्कुल शांत रहता है। इस द्वीप का मुख्य आकर्षण राधानगर बीच है, जो अपने सफेद रेत के कारण एशिया के सबसे आकर्षक सी बीचेज में गिना जाता है। यहां डूबते हुए सूरज का नजारा देखने लायक होता है। पर्यटक यहां विभिन्न वाटर स्पोर्ट्स का भी मजा ले सकते हैं। यहां जाने का सबसे आसान रास्ता यह है कि पोर्ट ब्लेयर के अंतरराष्ट्रीय एयरपोर्ट पर फ्लाइट से उतरने के बाद स्वराज द्वीप के लिए फेरी ले ली जाए, जो डेढ़ से ढाई घंटे के बीच में आपको द्वीप पर पहुंचा देगी। *

मालदीव का एहसास कराता लक्षद्वीप

भारत में मालदीव से सबसे अधिक मिलती-जुलती जगह लक्षद्वीप है। छोटे-छोटे कोरल द्वीप, नीले रंग के शानदार शेड्स में छोटे-छोटे लगून और भीड़-भाड़ से दूर सफेद रेत के समुद्र तट। ये सब समानताएं एकदम मालदीव में होने का एहसास कराती हैं। अरब सागर में केरलम के तट पर फैला हुआ लक्षद्वीप 36 कोरल द्वीपों से बना हुआ है, हालांकि इनमें से कुछ द्वीप ही पर्यटकों के लिए खुले हुए हैं। अगत्ती, बंगाराम और थिन्नाकारा द्वीपों पर लोग अधिक जाना पसंद करते हैं, विशेषकर वे टूरिस्ट, जो शांत, एकांत में स्टे को प्राथमिकता देते हैं। यहां आप कोरल रीफ पर स्नोरकेलिंग, शांत लगूनों में कयाकिंग, स्कूबा डाइविंग के जरिए फिश के साथ गोता लगाते हुए या समुद्र के किनारे चहलकदमी करने का आनंद ले सकते हैं। लक्षद्वीप पहुंचने के लिए अगत्ती मुख्य प्रवेश द्वार माना जाता है क्योंकि द्वीपों के इस समूह में केवल यहीं पर एकमात्र एयरपोर्ट है। कोच्ची से यहां पहुंचने में लगभग 90 मिनट की हवाई यात्रा करनी होती है। *

पर्यटकों-योगप्रेमियों के लिए जन्नत के जैसा गोकर्ण, कर्नाटक

कर्नाटक में स्थित गोकर्ण, दिलकश तटीय आकर्षण से आध्यात्मिकता का मिलन कराता है। यहां महाबलेश्वर मंदिर साल भर भक्तों को आकर्षित करता है और शांत बीच जैसे ओम, कुड्ले व हाफ मून पर्यटकों और योग प्रेमियों के लिए जन्नत हैं। यहां आप चट्टानों के पास वाकिंग, बीचसाइड कैफे में खाने-पीने के साथ वाटर स्पोर्ट्स का आनंद ले सकते हैं। अरब सागर के किनारे रिलैक्स भी कर सकते हैं। गोकर्ण का ग्रामीण एहसास इसे और अनोखा बना देता है। *

बाली के सर्फ-टाउन जैसा नजारा वर्कला, केरलम

जो पर्यटक बाली की सर्फ-टाउन एनर्जी से आकर्षित होते हैं, उन्हें वर्कला में लगभग वही वातावरण मिलेगा। यह केरलम के दक्षिणी तट पर स्थित है। यह टाउन लाल चट्टानों के इर्द-गिर्द बसा हुआ है, जहां के होमस्टे से अरब सागर का नजारा मिलता है। उत्तरी चट्टान क्षेत्र, समय गुजारने के लिए सबसे अच्छी जगह है। यहां स्मूदी कैफे, सफर स्कूल, आयुर्वेदिक मसाज केंद्र और रूफटॉप स्पॉट्स हैं, जहां शाम गुजारते हुए आनंद आ जाता है जो रात तक जारी रहता है। सर्फिंग वर्कला की पहचान बन गई है। यहां आने वाले पर्यटक बाली की तरह ही सप्ताह भर का सर्फ व स्टे पैकेज लेते हैं। यहां तक पहुंचने के लिए करीबी रेलवे स्टेशन वर्कला सिवगीरी है। *

अनिश्चित परिस्थितियों में ऐसे रहें आर्थिक रूप से सुरक्षित

{ अवेयरनेस / शिखर चंद जैन }

हालांकि ईरान-अमेरिका में अभी युद्ध विराम चल रहा है, लेकिन अभी भी परिस्थितियां अनिश्चित बनी हुई हैं। ऐसे में आने वाले दिनों में आर्थिक परिदृश्य क्या होगा, कुछ नहीं कहा जा सकता। इसलिए समझदारी इसी में है अपनी आर्थिक योजनाएं समझदारी से बनाई जाएं। आपके लिए उपयोगी सलाह।

अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष की हालिया रिपोर्टों और कई अर्थशास्त्रियों के अनुसार, मध्य-पूर्व में हुए युद्ध से वैश्विक अर्थव्यवस्था को भारी नुकसान हुआ है। अगर आने वाले दिनों में शांति बरकरार रहती है तो भी आर्थिक दशा पहले जैसी होने में कई महीने से लेकर कुछ साल लग सकते हैं। ऐसे में व्यक्तिगत आर्थिक सुरक्षा और वित्तीय स्थिरता के लिए कुछ बातों पर ध्यान देना जरूरी है।

मुद्रास्फीति का प्रभाव: युद्ध और आपूर्ति श्रंखला में रुकावटों के कारण ऊर्जा, खाद्य और अन्य आवश्यक वस्तुओं की कीमतों में तेजी का रुख है। आमदनी का बड़ा हिस्सा खर्च होने से बचने के लिए बजट में कटौती और गैर-जरूरी खर्चों को रोकना जरूरी है।

इमरजेंसी फंड: आर्थिक मंदी या नौकरी के संकट के समय कम से कम 6 से 12 महीने का मासिक खर्च इमरजेंसी फंड में रखना चाहिए। इसे आसानी से निकाले जा सकने वाले साधनों या सेविंग एकाउंट में रखना बहुत उपयोगी होता है।

सुरक्षित निवेश: संकट के समय शेयर बाजारों में भारी उतार-चढ़ाव आते हैं। जैसा पिछले तीन महीने तक लगातार चले युद्ध के दौरान हम सबने देश-दुनिया में देखा। ऐसे में वित्तीय सलाहकार गोल्ड या सॉवरेन बॉन्ड जैसे सुरक्षित और स्थिर निवेश विकल्पों को पोर्टफोलियो का हिस्सा बनाने की सलाह देते हैं।

लोन-ईएमआई का प्रबंधन: बढ़ती ब्याज दरों के कारण लोन की किस्तें बढ़ सकती हैं। इसलिए सबसे पहले महंगे कर्ज (जैसे पर्सनल लोन या क्रेडिट कार्ड का बकाया) को चुकाना चाहिए ताकि मासिक बोझ कम हो सके। इससे आप काफी राहत महसूस करेंगे।

स्वदेशी वस्तुओं का उपयोग: वैश्विक तनाव के कारण विदेशों से आयातित सामानों की कीमत और उपलब्धता प्रभावित हो जाती है। साथ ही देश की मुद्रा भी प्रभावित होती है। इसलिए अपने दैनिक जीवन और व्यापार में स्थानीय उत्पादों का उपयोग बढ़ाना सुरक्षित रहता है। इसलिए देश में बनने वाली चीजें ही खरीदें।

आय के नए स्रोत अपनाएं: नौकरी जाने से होने वाले संकट से बचने के लिए स्किल्स को अपग्रेड करते रहें और फ्रीलांसिंग, निवेश या ऑनलाइन माध्यमों से आय के अतिरिक्त स्रोत बनाने पर ध्यान दें, ताकि आय का एक स्रोत बाधित हो तो दूसरे का सहारा मिले।

महंगी देनदारियों से छुटकारा पाएं: हाई इंट्रेस्ट वाले लोन, जैसे क्रेडिट कार्ड का बकाया या पर्सनल लोन में आपकी मेहनत की कमाई का एक बड़ा भाग खर्च होता है और आपकी बचत कमजोर होती है। ऐसे में आप इन उच्च ब्याज वाले कर्ज का भुगतान जल्द से जल्द करें। इससे जो पैसा आप ब्याज बचाने में लगाते हैं, उसे रिटायरमेंट फंड में निवेश किया जा सकता है।

पर्याप्त बीमा कवर करें: अचानक कोई बीमारी या दुर्घटना होने पर किसी पर भी भारी आर्थिक बोझ पड़ जाता है। इससे राहत के लिए टर्म लाइफ इंश्योरेंस और हेल्थ इंश्योरेंस पॉलिसीज जरूर लेना चाहिए।

समय के साथ रिटायरमेंट फंड बढ़ाएं: महंगाई दर समय के साथ पैसे के मूल्य को कम करती है। आपकी लाइफस्टाइल और खर्च रिटायरमेंट के समय तक बढ़ जाएंगे। इसलिए अपनी रिटायरमेंट योजना की नियमित रूप से समीक्षा करें (कम से कम सालाना)। जैसे-जैसे आपकी इनकम बढ़ती है (वेतन वृद्धि, बोनस), अपने मंथली रिटायरमेंट इन्वेस्टमेंट फंड को भी बढ़ाएं।

कहने का सार है कि इस दौर में सही इंवेस्टमेंट, सेविंग्स और बजट से ना केवल आपको फाइनेंसियल सिक्योरिटी मिलेगी, बल्कि फ्यूचर की कई परेशानियों से भी बचा जा सकता है। *

(वित्तीय सलाहकार प्रदीप अग्रवाल और चार्टर्ड एकाउंटेंट शुभम तोदी से बातचीत पर आधारित)

दुनिया की सबसे खूबसूरत नदियां

{ प्रकृति / अंजू जैन }

देश-दुनिया में अनेक ऐसी नदियां हैं, जो अपनी विविध उपयोगिताओं के साथ-साथ अपने अद्भुत सौंदर्य के लिए भी जानी जाती हैं। विश्व की कुछ सबसे खूबसूरत नदियों के बारे में जानिए।

नदियां इस धरती पर मानव सभ्यता के विकास का केंद्र रही हैं। इसके अलावा यातायात का अनूठा मार्ग होने के साथ ही ये किसी भी देश की अर्थव्यवस्था के लिए भी बहुत महत्वपूर्ण होती हैं। इसके अलावा कई शहरों में पेय जल की आपूर्ति और सिंचाई के लिए भी नदियों का उपयोग सदियों से होता आ रहा है। इन खूबियों के अलावा देश-दुनिया भर में कई नदियां अपनी प्राकृतिक सुंदरता, ऐतिहासिक महत्व और अद्भुत पारिस्थितिकी के लिए भी जानी जाती हैं।

कानो क्रिस्टेलस कोलंबिया: कोलंबिया के मेटा प्रांत में सेरानिया-डे ला मैकेरेना नेशनल पार्क में स्थित यह नदी बेहद खूबसूरत और जादुई लगती है। यह अपनी प्राकृतिक सुंदरता और रंग बदलने की क्षमता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। कानो क्रिस्टेलस की यात्रा आपको प्रकृति के बिल्कुल करीब ले जाती है और यह ईको-टूरिज्म का एक बेहतरीन उदाहरण है। इसे पांच रंगों की नदी भी कहा जाता है। पानी का रंग बदलने का मुख्य कारण नदी में मौजूद मैक्रेनिया क्लेविगेरा नामक शैवाल हैं। बारिश के मौसम में जब इनको सही धूप और पानी मिलता है, तो ये चमकीले लाल और अन्य रंगों में खिल जाते हैं। इन्हीं के कारण पानी के नीचे लाल, पीला, हरा, नीला और काला रंग दिखाई देता है। इसीलिए कानो क्रिस्टेलस नदी को लिक्विड रेनबो यानी तरल इंद्रधनुष भी कहते हैं। यह अद्भुत नजारा मुख्य रूप से जुलाई से नवंबर के बीच (वर्षा ऋतु के दौरान) दिखाई देता है।

ली नदी, चीन: चीन की 'ली' नदी के आस-पास स्थित नुकीले चूना पत्थर के पहाड़ इसे किसी पारंपरिक चीनी पेंटिंग जैसा दृश्य प्रदान करते हैं। गुइलिन से यांग्शुओ तक बहने वाली यह नदी चूना पत्थर के ऊंचे पहाड़ों के बीच से गुजरती है। यह दृश्य इतना आइकॉनिक है कि इसे चीन के 20 युआन के नोट पर भी दर्शाया गया है। सदियों से इस नदी ने चीनी चित्रकारों और कवियों को प्रेरित किया है।

सोका नदी स्लोवेनिया: यह नदी अपनी शुद्धता और पन्ना जैसे हरे रंग के कारण प्रसिद्ध है। इसे प्यार से 'पन्ना ब्यूटी' कहा जाता है। यह नदी आल्प्स पर्वतमाला से निकलती है और अपनी पूरी लंबाई के दौरान अपना जादुई रंग बरकरार रखती है, जो कि बहुत दुर्लभ है। जुगैलियन आल्प्स से बहने वाली यह नदी अत्यधिक साफ-सुथरी होने के लिए भी जानी जाती है।

फुटालेउफू नदी अर्जेंटीना/चिली: फुटालेउफू नदी अर्जेंटीना और चिली के उत्तरी पेटागोनिया क्षेत्र में स्थित एक बेहद शानदार और प्राकृतिक रूप से समृद्ध नदी है। पेटागोनिया के पहाड़ों से निकलने वाली यह नदी अपने आश्चर्यजनक रूप से साफ, फिरोजी नीले पानी और शानदार राफ्टिंग रूट्स के लिए जानी जाती है। यह अपनी बेमिसाल सुंदरता, उग्र जलधाराओं और विश्व-स्तरीय साहसिक खेलों के केंद्र के रूप में दुनियाभर में मशहूर है। मापुचे भाषा में 'फुटालेउफू' का अर्थ 'बड़ी नदी' होता है। स्थानीय लोग इस घाटी को 'उन पैसजे पिंटाडो पोर डियोस' अर्थात ईश्वर द्वारा चित्रित परिदृश्य कहते हैं। इस नदी का उद्गम, अर्जेंटीना के यूनेस्को संरक्षित लॉस एलेर्सेस राष्ट्रीय उद्यान के हिमनदों की पिघली हुई बर्फ से होता है। यह नदी अर्जेंटीना और चिली देश की सीमा को पार करती है। यह चिली के बेहद खूबसूरत लॉस लागोस क्षेत्र से बहते हुए अंततः प्रशांत महासागर में जाकर गिरती है। फुटालेउफू नदी दुनिया के बेहतरीन व्हाइटवॉटर कयाकिंग और राफ्टिंग स्थलों में से एक है। इसके तीव्र बहाव, क्रिस्टल-क्लियर नीले पानी और विशाल घाटी के बीच राफ्टिंग करने का अनुभव रोमांच प्रेमियों के लिए खास है। *

अत्यंत स्वच्छ-सुंदर नदी उमंगोट

अपने देश के मेघालय की दावकी नदी के नाम से मशहूर उमंगोट नदी दुनिया की सबसे साफ नदियों में से एक है। इसका पानी इतना पारदर्शी है कि इसमें चलने वाली नाव हवा में तैरती हुई सी प्रतीत होती है। यह नदी अपनी असाधारण पारदर्शिता के लिए विश्व भर में प्रसिद्ध है। इसका पानी इतना साफ है कि नदी तल के पत्थर और मछलियां 8 मीटर की गहराई तक स्पष्ट दिखाई देते हैं। यह नदी भारत और बांग्लादेश के बीच एक प्राकृतिक सीमा बनाती है। स्थानीय समुदायों द्वारा इसकी स्वच्छता का विशेष ध्यान रखा जाता है।

एक्शन-रोमांच से भरपूर 'अल्फा' का हिस्सा बनना मेरे लिए बेहद रोमांचक रहा: आलिया भट्ट

आगामी 3 जुलाई को रिलीज होने वाली यशराज बैनर की फिल्म 'अल्फा' में आलिया भट्ट लीड रोल में नजर आएंगी। इस फिल्म में वह जबर्दस्त एक्शन करती दिखेंगी। यह फिल्म उन्होंने क्यों एक्सेप्ट की? अनिल कपूर और बॉबी देओल के साथ एक्टिंग करने के कैसे एक्सपीरियंस रहे? इस फिल्म के साथ प्रोफेशनल-पर्सनल लाइफ से जुड़े सवाल आलिया भट्ट से।

{ खास मुलाकात / आरती सक्सेना }

बॉलीवुड की टॉप एक्ट्रेसेस में शुमार आलिया भट्ट इन दिनों अपनी अपकमिंग फिल्म 'अल्फा' को लेकर चर्चा में हैं। आलिया अपनी इस फिल्म को लेकर बेहद उत्साहित हैं। हाल ही में आलिया भट्ट ने फिल्म 'अल्फा' में काम करने के अनुभव के साथ-साथ अपनी प्रोफेशनल-पर्सनल लाइफ को लेकर खास बातचीत की। पेश है इस बातचीत के प्रमुख अंश-

अपनी आगामी फिल्म 'अल्फा' को लेकर आप इन दिनों बहुत उत्साहित हैं। इस फिल्म में काम करने का आपका अनुभव कैसा रहा ?

'अल्फा' की शूटिंग करते हुए मैंने बहुत अच्छा समय बिताया। यह किसी फिल्म के सेट पर मेरे सबसे मजेदार और यादगार अनुभवों में से एक रहा। यशराज के स्पाई यूनिवर्स बैनर के एक्शन-रोमांच से भरे इस भव्य प्रोजेक्ट का हिस्सा बनना मेरे लिए बेहद रोमांचक रहा। इस फिल्म को करते वक्त मैंने उन चैलेंजेज को फेस किया, जिनका मैंने पहले कभी अनुभव नहीं किया था। मैं इस एक्शन एंटरटेनर फिल्म के सेट पर जाने के लिए हमेशा उत्साहित रहती थी। मैंने इसका हर मिनट पूरी तरह से एंज्वॉय किया।

'अल्फा' के एक सीन में शरवरी वाघ के साथ आलिया भट्ट

इस फिल्म को साइन करते वक्त फिल्म की कौन-सी बात ने आपको सबसे ज्यादा प्रभावित किया ?

वैसे तो इस फिल्म में बहुत सारी बाते हैं, जिसने मुझे फिल्म करने के लिए इंस्पायर किया, लेकिन मुझे सबसे ज्यादा यह बात पसंद आई कि इस फिल्म के केंद्र में दो महिलाएं हैं, जो पूरी एक्शन स्टोरी को आगे बढ़ा रही हैं। बॉलीवुड फिल्मों में ऐसा हमें बहुत कम देखने को मिलता है। 'अल्फा' एक एटीट्यूड का जश्न है।

इस फिल्म में आप के साथ शरवरी वाघ, अनिल कपूर और बॉबी देओल भी हैं, इन सभी के साथ काम करने का अनुभव कैसा रहा ?

'अल्फा' फिल्म में काम करने के अनुभव को और भी खास बनाने वाली बात यह थी कि मुझे इतने शानदार लोगों के साथ काम करने का मौका मिला। चाहे फिल्म के निर्देशक शिव रवैल हों, हमारे को-एक्टर्स शरवरी, अनिल कपूर और बॉबी देओल हों या एक्शन टीम और पर्दे के पीछे काम करने वाला पूरा क्रू ही क्यों ना हो, इस फिल्म को लेकर सभी के भीतर जबरदस्त उत्साह था। वो एनर्जी, वो वाइब दर्शकों को पर्दे पर भी दिखाई देगी।

'अल्फा' फिल्म के लिए भारत के सबसे तेज धावक गुरिंदरवीर सिंह ने आप को स्पेशल ट्रेनिंग दी है, इस बारे में कुछ बताएंगी ?

हां, भारत के सबसे तेज धावक गुरिंदरवीर सिंह ने इस फिल्म के लिए मुझे बहुत अच्छी ट्रेनिंग दी है। मैंने उनसे जिंदगी जीने का असली फलसफा भी सीखा है कि जिंदगी में कभी हार नहीं माननी चाहिए, हमेशा हौसले बुलंद रखने चाहिए।

'अल्फा' के अलावा आप और कौन-कौन सी फिल्में कर रही हैं ?

संजय लीला भंसाली की अपकमिंग फिल्म 'लव एंड वॉर' कर रही हूं। इसके अलावा 'चामुंडा', 'जी ले जरा' जैसी कुछ फिल्में लाइनअप हैं।

आपके पसंदीदा डायरेक्टर्स कौन हैं, जिनके साथ आप काम करने की इच्छा रखती हैं ?

मैं राजकुमार हिरानी, अयान मुखर्जी और जोया अख्तर के साथ फिल्म करने की इच्छा रखती हूं। ये सभी मेरे पसंदीदा डायरेक्टर्स हैं।

आपके कोई तीन सीक्रेट्स या कमजोरी, जो आप अपने फैंस के साथ शेयर करना चाहेंगी ?

(हंसते हुए) मुझे अंधेरे से डर लगता है, मुझे जोर से डकार लेने की आदत है और मैं इमोशनल सॉन्ग्स सुनकर कई बार रो पड़ती हूं। इन्हें आप मेरी वीकनेस मान सकती हैं। *

सब मैनेज करना पड़ता है

आलिया सक्सेसफुल एक्ट्रेस होने के साथ-साथ एक अच्छी वाइफ और मां भी हैं। पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ के बीच बैलेंस बनाना, उनके लिए कितना आसान या मुश्किल होता है? यह पूछे जाने पर आलिया कहती हैं, 'आसान तो कुछ भी नहीं होता, सब मैनेज करना पड़ता है। लेकिन मैं यह भी कहना चाहूंगी कि अगर आपको घर वालों का सपोर्ट मिले तो कई सारी मुश्किलें आसान हो जाती हैं। मुझे अपनी फैमिली का प्यार और सपोर्ट किसी न किसी रूप में मिलता रहता है। फिर चाहे मेरे पति रणबीर हों, बेटी राहा हो या सास नीतू सिंह क्यों ना हों। सासू मां और राहा तो मेरी जान हैं। स्पेशली सासू मां से मैंने सीखा कि जिंदगी में चाहे कितने ही उतार-चढ़ाव आ जाएं, हार नहीं माननी चाहिए और हमेशा पॉजिटिव सोच रखनी चाहिए। राहा से मैंने हमेशा खुश रहना सीखा है। जहां तक मेरे पति रणबीर की बात है तो वह मेरी जिंदगी का वो खूबसूरत एहसास हैं, जिनकी मैं शुरू से फैन थी। जहां वो पर्सनल लाइफ में शांत पति हैं, वहीं एक जिम्मेदार पिता भी हैं। हमारी बेटी राहा में तो उनकी जैसे जान ही बसती है।