हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, रविवार, 7 अप्रैल 2024

11 कथा के पांचवे दिन कृष्ण जन्मोत्सव का मार्मिक प्रसंग सुनाया

12 टैंक में पानी कम, घरों में पहुंच रहा गंदा पानी, आज...

नारनौल शहर में पहली बार
विश्वस्तरीय व आधुनिक तकनीक से लैस
गैस्ट्रोएन्टेरोलॉजी विभाग
आँत, पेट, लीवर व पैनक्रियाज से सम्बंधित बिमारीयाँ
एण्डोस्कोपी, कॉलोनोस्कोपी एवं ERCP की सुविधा

डॉ. अशोक कुमार
MBBS, MD Medicine (GMCH, Chandigarh)
DM Gastroenterology (DMCH, Ludhiana)
Ex. Const. Saroj Super Speciality Hospital, Delhi
Ex. Const. Jaipur Golden Hospital, Delhi
Ex. Sr. Const. Ujala Sygnus : Sonia Hospital, Delhi
रेवाड़ी, जयपुर एवं दिल्ली की सभी सुविधाएं नारनौल में पहली बार

27 मार्च 2024 से नियमित ओपीडी सेवाएं
24 घण्टे आपातकालीन सेवा उपलब्ध
रेनबो मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल
एवं ट्रॉमा सैन्टर
सिंघाना रोड, महावीर चौक, नारनौल (हरि.)
Ph. 01282-298621, 9991116314

खबर संक्षेप

आज शहर में बिजली सप्लाई रहेगी बाधित

नारनौल। सात अप्रैल प्रातः 10 बजे से शाम चार बजे तक 33केवी धोलेड़ा फीडर, 11केवी नांगल चौधरी फीडर, लाल पहाड़ी एपी फीडर की बिजली सप्लाई बाधित रहेगी। सिटी एसडीओ मोहम्मद अजरूद्दीन ने बताया कि इस दौरान नारनौल शहर के कुछ हिस्से जल महल, नई सब्जी मंडी, नई अनाज मंडी, टहला रोड, ईदगाह कॉलोनी, आदि शहर के अनेक हिस्सों की

बीच सड़क पर खड़ा किया ट्रक, केस

मंडी अटेली। अटेली पुलिस ने एक वाहन चालक के खिलाफ बीच सड़क मार्ग पर ट्रक को खड़ा कर के यातायात को बाधित करने का मामला दर्ज किया है। कनीना रोड अटेली रोड पर ट्रक 10 टायरी चालक अपने ट्रक को सड़क बीच में खड़ा कर रखा था, जिससे आने-जाने वाले लोगों को बाधा हो रही थी। जब ट्रक चालक का नाम पता पूछा तो चालक ने अपनी पहचान राजस्थान के कायसा निवासी देवेंद्र के रूप में बताई।

इसरो में विभिन्न पदों की परीक्षा के प्रवेश पत्र जारी

नारनौल। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन ने विभिन्न पदों को भरने के लिए फरवरी माह में आवेदन आमंत्रित किए गए थे। इन पदों में वैज्ञानिक, इंजीनियर एससी, तकनीकी सहायक, वैज्ञानिक सहायक, पुस्तकालय सहायक, तकनीशियन बी, ड्राफ्ट्समैन बी, कुक, फायरमैन-ए, भारी वाहन चालक-ए, हल्के वाहन चालक-ए भर्ती की परीक्षा का आयोजन 18 अप्रैल को देश के 22 शहरों में सीबीटी बेस पर परीक्षा आयोजित करवाई जाएगी। इसरो ने अभ्यर्थियों को उनकी पंजीकृत मेल आईडी पर प्रवेश पत्र जारी कर दिए है।

दीवार फांद घर में घुस की मारपीट, केस दर्ज

मंडी अटेली। पुलिस ने शिकायत के आधार पर एक व्यक्ति के खिलाफ घर में घुस कर मारपीट व जान से मारने की धमकी देने का मामला दर्ज किया है। बिहाली निवासी अशोक कुमार ने पुलिस में दी शिकायत में कहा कि गत 26 फरवरी को अपने घर के अंदर पुरानी दीवार को मरम्मत कराने के लिए हथौड़ी से प्लास्टर की झड़ाई कर रहा था। उसी दौरान राजेश कुमार उसके घर की दीवार फांदकर घर में आकर गाली गलोच और बदतमीजी करने लगा।

मंडियों में सरसों की हो रही बंपर आवक, कहीं कदम रखने तक की नहीं कोई जगह

मंडी में सरसों लेकर पहुंचे 601 किसानों के कटे गेटपास, 5650 रुपये क्विंटल से हो रही खरीद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

आजकल मंडियों में सरसों की बंपर आवक हो रही है। इससे मंडियां सरसों से अटी पड़ी हैं। नारनौल समेत लगभग सभी अनाज मंडियों में ऐसे ही हालात बने हैं। बंपर आवक के कारण नारनौल को छोड़कर जिले की अन्य मंडियों में शनिवार को गेट पास काटने बंद करने पड़े हैं। शनिवार को नारनौल मंडी में शाम छह बजे तक 601 किसान सरसों लेकर पहुंचे, जिनके गेट पास काटे गए। प्रदेश सरकार द्वारा मंडियों में सरकारी समर्थन मूल्य 5650 रुपये प्रति क्विंटल की दर से सरसों की खरीद की जा रही है। सरकार हैफेड की कोआप्रेटिव सोसायटियों के माध्यम से शुरूआत में यह खरीद केंद्रीय एजेंसी नैफेड के लिए खरीद कर रही है, जब नैफेड का कोटा पूरा हो जाएगा, तब प्रदेश सरकार सरसों की खरीद शुरू करेगी। अकेले नारनौल मंडी में 5 अप्रैल को 764 किसान लगभग 15182 क्विंटल सरसों लेकर पहुंचे थे। जिन किसानों की सरसों मानदंडों पर खरी थी, उन किसानों की करीब 14590 क्विंटल सरसों खरीदी गई। इसी प्रकार 6 अप्रैल को 601 किसानों के अनाज मंडी में गेट पास काटे गए, जो काफी मात्रा में सरसों लेकर पहुंचे थे। शाम छह बजे तक इन किसानों की लगभग 12938 क्विंटल सरसों खरीदी जा चुकी थी और खरीद जारी थी।

दो टीमें कर रही खरीद

सरसों की आवक अधिकाधिक होने के चलते जहां महेंद्रगढ़, सतनाली, कनीना, अटेली एवं नांगल चौधरी की अनाज मंडियों में शनिवार को खरीद रोकनी पड़ी, वहीं नारनौल अनाज मंडी में अब दो टीमों को खरीद कार्य में लगा दिया गया है। हालांकि नारनौल मंडी में भी अब हर तरफ सरसों ही सरसों दिखाई देती है और ठीक से कदम रखने को जगह नहीं बची है, लेकिन अब रविवार को छुट्टी का दिन होने के चलते नई खरीद बंद रहेगी, जिससे जिले की सभी छह अनाज मंडियों में उठान कार्य में तेजी आने की पूरी संभावना है, उस दिन लेबर को केवल

नारनौल। मंडी में खरीदी जा चुकी सरसों तुलाई एवं भराई करते मजदूर। फोटो : हरिभूमि

लोडिंग का काम करना पड़ेगा। अन्यथा बाकी दिनों में उन्हें मंडी सरसों लेकर आए किसानों की सरसों को वाहनों से न केवल उतारना पड़ता था, बल्कि खरीद व तुलाई होने पर उसे ट्रकों में भी लोड करना पड़ता था। मंडियों में दिन-रात काम चल रहा है।

अब सोमवार को होगी खरीद

कोआप्रेटिव सोसायटी के मैनेजर रोशन लाल ने बताया कि रविवार को छुट्टी का दिन होने के चलते खरीद बंद रहेगी। इस कारण संडे को सरसों उठान में तेजी लाई जा सकेगी, जिससे मंडी में नई सरसों लाने की जगह भी बन जाएगी।

अटेली 2270 किसानों की आवक रही

मंडी अटेली। रबी सीजन 2023-24 का अटेली अनाज मंडी में शनिवार को सरसों की शनिवार के दिन 449 किसानों ने अपनी फसल लेकर अनाज मंडी में पहुंचे जिनका वजन 8407 क्विंटल रहा। सोसायटी के द्वारा कुल 560 किसानों की सरसों खरीदी गई। सरसों का वजन 33568 क्विंटल रहा। शनिवार को भी लिफ्टिंग का कार्य काफी धीमी गति से चला। अगर लिफ्टिंग कार्य तेजी से नहीं हो पाया तो कल किसानों को अपनी फसल रखने के लिए जगह उपलब्ध नहीं हो पाएगी। ठेकेदारों ने बताया कि हमारी तरफ से हमने सभी कट्टों को सील कर रख दिया। पर ट्रांसपोर्ट की व्यवस्था सही नहीं होने की वजह से यह कटे लिफ्टिंग नहीं हो पा रहे हैं। दोनों टीनशेड पूरी तरह से भरे हुए हैं। कल के दिन हमें भी वजन करने व सिलाई करने में काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ सकता है। अभी भी किसानों का माल टीनशेड के बाहर पड़ा हुआ है।

सतनाली में 54000 बैग सरसों खरीदें

सतनाली मंडी। अनाज मंडी में हैफेड खरीद एजेंसी द्वारा अब तक कुल 54000 बैग सरसों की खरीद की जा चुकी है। क्षेत्र में अधिकतर किसान फसल कटाई में व्यस्त होने से मंडी में गेहूं की आवक बहुत कम है जबकि सरसों की आवक जारी है। मंडी में शनिवार को खरीद के टोकन जारी नहीं हुए जबकि उठान प्रक्रिया जारी रही। हैफेड के फिल्ड इंस्पेक्टर हरपाल सिंह ने बताया कि बव तक विभाग की ओर से 54000 बैग सरसों की खरीद की जा चुकी है। उन्होंने बताया कि खरीदी गई फसल की पैकिंग एवं उठान का काम लगातार जारी है और अब तक करीब 25000 बैग सरसों का उठान किया जा चुका है।

नगर पालिका अधिकारी डीएमसी के आदेशों से बेपरवाह

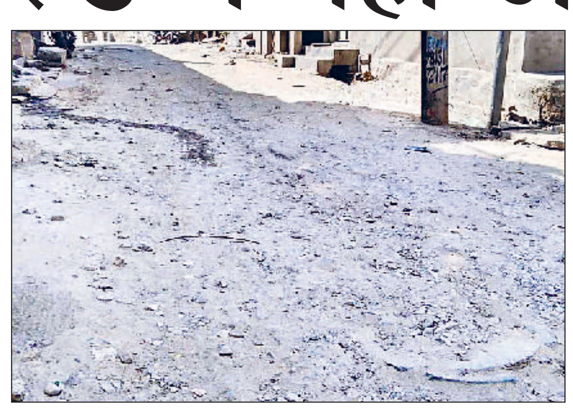
पैचवर्क की रिपोर्ट बनाने पार्षदों के साथ फील्ड में नहीं आए अधिकारी

शुक्रवार को डीएमसी ने एसडीएम के सामने शाम तक तलब की थी पेचवर्क की रिपोर्ट, डीएमसी को पहले पैचवर्क की गलत रिपोर्ट दें चुके नप अधिकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

नगर पालिका के अधिकारियों की मनमानी का खामियाजा शहर की जनता हो उठाना पड़ रहा हैं। नगर पालिका के अधिकारी शहर में विकास कार्यों को कराने का लेकर कितने गंभीर है, इसका अंदाजा इसी से लगाया जा सकता हैं कि अधिकारी डीएमसी के आदेशों को अधिकारी उनके जाते ही भूल गए। ऐसे में अंदाजा लगाया जा सकता है कि नगर पालिका कार्यालय में अपनी शिकायत लेकर पहुंचने वाले आमजन की शिकायत पर कितना अमल होता होगा।

शुक्रवार को डीएमसी व एसडीएम अधिकारियों व शहर के पार्षदों एवं चेयरमैन का मनमुटाव दूर करने के लिए पहुंचे थे। इस दौरान डीएसमसी व एसडीएम के समक्ष शहर की टूटी सड़कों की समस्या रखी गई थी। डीएमसी का कहना था कि उनके पास पहुंची रिपोर्ट के अनुसार शहर के विभिन्न वार्डों में पेचवर्क का कार्य चल रहा है, लेकिन पार्षदों का कहना था कि वर्तमान किसी वार्ड में कोई



महेंद्रगढ़। वार्ड नंबर-11 की मुख्य सड़क खस्ता हालात व वार्ड नंबर-7 की मुख्य सड़क जर्जर अवस्था में। फोटो: हरिभूमि।

पेंचवर्क का कार्य नहीं हो रहा। जिस पर संज्ञान लेते हुए डीएमसी ने अधिकारियों को पार्षदों का साथ लेकर शाम तक उनके पास रिपोर्ट भेजने के आदेश दिए थे। नगर पालिका चेयरमैन रमेश सैनी की ओर से चार पार्षदों के नाम भी कर्मचारियों को पेंचवर्क का कार्य देखने के लिए दिए थे। कुछ समय पश्चात डीएमसी नारनौल के लिए रवाना हो गए। डीएमसी के जाते ही उनके आदेश में हवा हवाई हो गए। पार्षद देर शाम तक अधिकारियों का इंतजार करते रहे।

किसी भी वार्ड में नहीं हो रहा पेंचवर्क

अगस्त 2023 में नगर पालिका की ओर से शहर के 15 वार्डों के 45 लाख रुपये का पेंचवर्क कार्य, करीब आठ लाख की लागत से साइन बोर्ड व करीब आठ लाख की लागत से नाला सफाई का टेंडर छोड़ा गया था। पेंचवर्क का कार्य दो ठेकेदारों को दिया गया था। जिसमें एक ठेकेदार ने वार्ड नंबर चार, वार्ड छह व वार्ड सात पेंचवर्क का कुछ कार्य भी किया गया था। लेकिन बाद पेमेंट जारी नहीं होने के डर से कार्य बंद कर दिया गया।

वहीं दूसरे ठेकेदार को शहर के नौ वार्ड में पेचवर्क, साइन बोर्ड व नाला सफाई के कार्य की जिम्मेदारी दी गई थी, लेकिन ठेकेदार की ओर तक कोई कार्य नहीं किया गया। इसको लेकर कई बार शहर के पार्षद नगर पालिका के उच्च अधिकारियों तक अपनी बात रख चुके हैं, लेकिन अभी तक ठेकेदार के खिलाफ कोई एक्शन नहीं लिया गया। यह ठेकेदार नगर पालिका में कार्यरत एक अधिकारी का रिश्तेदार बताया जा रहा है।

डीएमसी को स्थिति से करवाएंगे अवगत

नगर पालिका के चेयरमैन रमेश सैनी का कहना है कि उन्होंने शहर के सभी पार्षदों से पेंचवर्क के कार्य के प्रस्ताव मांगे गए हैं। इसके बाद अधिकारियों को प्रस्ताव सौंपे जाएंगे। उन्होंने पेचवर्क के कार्य की जांच के लिए पार्षदों के नाम कर्मचारियों को सौंप दिए थे, लेकिन अधिकारियों की ओर से अमल नहीं किया गया। डीएमसी को स्थिति से अवगत करवाया जाएगा।

रेलवे पटरियों पर मिली अज्ञात महिला की लाश: नारनौल। मुख्य डाकघर के समीप से गुजर रही डीएफसी की लाइनों पर प्रातःकाल को एक अज्ञात युवती की लाश मिली है। लोगों ने सवेरे लाश को देखकर करीब साढ़े छह बजे जीआरपी को सूचना दी। सूचना मिलने पर जीआरपी ने मौके पर पहुंच आवश्यक कार्रवाई करते हुए महिला के शव को नागरिक अस्पताल की मोर्चरी में रखवा दिया है। जानकारी के अनुसार मुख्य डाकघर के पास से गुजर रही रेल लाइनों पर करीब 25 वर्षीय महिला का शव पड़ा हुआ मिला। जब सवेरो हुआ, तब लोगों ने देखा। महिला करीब पांच फुट तीन इंच लंबी है तथा उसने नीले रंग का सूट तथा क्रीम कलर की सलवार पहनी हुई है। महिला की कोई पहचान नहीं हो सकती है। उसके पास से बस की टिकट मिली है, जो अकबरपुर से नारनौल की बताई जा रही है। इतना ही नहीं, महिला बीती देर शाम को रेलवे रोड पर घूमती हुई देखी गई थी, जो मंदबुद्धि बताई जा रही है। सब इंस्पेक्टर कैलाश यादव ने बताया कि महिला की मौत किसी मालगाड़ी की चपेट में आने से हुई है।

इसरो में चयनित एसडियन्स को किया सम्मानित

कनीना। एसडी विद्यालय ककराला में भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन में चयनित विद्यार्थियों के लिए सम्मान समारोह का आयोजन किया गया।

जिसमें चयनित विद्यार्थियों के साथ-साथ उनके अभिभावकों को भी प्रशस्ति पत्र व नगद राशि पुरुस्कार स्वरुप देकर समानित किया गया। इस सम्मान समारोह के मुख्य अतिथि दलबीर सिंह दुग्गल नायब तहसीलदार कनीना एवं विशेष अतिथि सुधीर कुमार सिटी थाना कनीना रहे। मां सरस्वती की पूजा अर्चना के बाद कार्यक्रम प्रारंभ किया गया जिसमें समुह नृत्य व समूहगान की भी प्रस्तुति दी गई। प्राचार्य ने बताया कि विद्यालय के पांच विद्यार्थियों माही राव सुपुत्री प्रशांत यादव, अदिति आर्य सुपुत्री जितेन्द्र कुमार, गरीमा यादव सुपुत्री हरिसिंह यादव, देवांशी यादव सुपुत्री पूर्ण सिंह, जसवीर सुपुत्र धर्मेन्द्र कुमार का इसरो में व हर्षिता सुपुत्री राजबीर कुमार का इन्सपार्यर अवार्ड में चयन हुआ। वहीं हिमांशी सुपुत्री दिनेश कुमार, यतिन अग्रवाल सुपुत्र बिशन दयाल का सीए फाऊंडेशन व प्रिया सुपुत्री धर्मवीर का सीएसईईटी के लिए चयन पूरे क्षेत्र के लिए बडे.ही गर्व की बात हैं।

धन्नौदा में शार्ट सर्किट से गेहूं की कटी फसल में लगी आग

मंडी अटेली। गांव धन्नौदा में बिजली के शार्ट सर्किट के चलते शनिवार को गेहूं की कटी फसल में आग लगने से करीब एक एकड़ की फसल कर राख हो गई। आग

की सूचना पाकर फायर ब्रिगेड मौके पर पहुंची, लेकिन उसे समय तक आग ने विकराल रूप धारण कर लिया था। आसपास के लोगों ने आग पर काबू पाने का प्रयास किया। सरपंच रिंकू ने बताया किसान गांव पृथ्वीपुरा निवासी नवीन कुमार पुत्र ओमवीर ने गांव धनौंदा की सीमा में गेहूं की बिजाई कर फसल तैयार की थी। किसान ने फसल कटाई कर गेहूं को एकत्रित किया हुआ था। शनिवार रोज बिजली के शॉर्ट सर्किट के कारण खड़ी फसल में आग लग गई। सरपंच रिंकू ने बताया किसान सामान्य परिवार से संबंध रखता है। इसलिए जिला उपयुक्त से आर्थिक सहायता की गुहार लगाई है।

व्यायामशाल तोड़ने पर डीसी से मिलेंगे शहरवासी

महेंद्रगढ़। शहर के चौधरी रणबहर सिंह हुड्डा पार्क में विधायक राव दानसिंह व आमजन के सहयोग से निमार्णाधीन योगशाला पर शुक्रवार को नपा प्रशासन द्वारा चलाए गए पीले पंजे का मामला लगातार गर्माता जा रहा है। शनिवार सुबह हुड्डा पार्क में लोग सब्जी मंडी के पूर्व प्रधान सत्यवीर सरपंच व पार्षद प्रतिनिधि चेतन राव के नेतृत्व में इकट्ठा हुए और नारेबाजी कर रोष व्यक्त किया। लोगों द्वारा बनाई जा रही योगशाला को तोड़कर अपनी खीज मिटा रहा है। हुड्डा पार्क में पिछले कई वर्षों से हालात बड़े नाजुक बने हुए हैं। महीनों बिजली का कनेक्शन कटा रहता है, लाइटें खराब रहती हैं, सफाई व्यवस्था चौपट रहती है और यहां पर तैनात कर्मचारियों को महीनों वेतन नहीं दिया जाता। पार्क के सुधारीकरण के लिए लोगों ने चंदा इकट्ठा करके लाखों रुपये खर्च किए हैं। यहां पर अनेक दानवीरों द्वारा बैठने की कुर्सियां, टेबल तथा राजस्थानी कारीगिरी से तैयार आधुनिक झोपड़ी तैयार करवाई है ताकि आम जन को इसका फायदा मिल सके। इसी तर्ज पर विधायक राव दानसिंह व आमजन के सहयोग से योगशाला बनाई जा रही थी।

एनसीईआरटी टीम चंडीगढ़ व सीएम फ्लाइंग ने जांची 6 किताबों की दुकान

महेंद्रगढ़। एनसीईआरटी टीम चंडीगढ़, मुख्यमंत्री उड़नदस्ता, गुप्तचर विभाग ने शनिवार की दोपहर को

शहर के मुख्य बाजारों में बुक डिपों की जांच की। टीम ने शहर के अलग-अलग छह बुक डिपो की जांच की। इस दौरान सभी बुक डिपों पर पुस्तकें सहीं पाई गई है। टीम की इस कार्रवाई से शहर के अन्य बुक डिपो संचालकों में हड़कंप मचा रहा। उत्पादन सहायक अधिकारी प्रकाशवीर, सहायक व्यवसाय प्रबंधक पदम सिंह, सीएम उड़नदस्ता के इंस्पेक्टर सतेंद्र िंह, सुनील, कर्मपाल, मनोज व सीआईडी लीलाराम को साथ लेकर शहर के पुस्तक भंडार पर छापेमारी की। टीम ने बाजार में स्थित पंकज बुक डिपो, अग्रवाल बुक डिपो की दो, बालाजी व लांबा बुक डिपो का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान टीम को सभी बुक डिपो पर पुस्तक की जांच की गई, जांच में सभी बुक सही पाई गई।

नया सत्र हुआ शुरू

एक अप्रैल से शिक्षा का नया सत्र शुरू हो गया है। ऐसे में बाजारों में पुस्तकों की दुकानों पर भीड़ देखी जा सकती है। प्राइवेट स्कूलों में तो अधिकतर प्राइवेट प्रकाशकों की किताबें ही लगवाई जाती हैं।

लोस चुनाव: नारनौल, नांगल चौधरी व निजामपुर में संदेश

पुलिस व पैरामिल्ट्री फोर्स का फ्लैग मार्च

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

लोकसभा चुनाव को ध्यान में रखते हुए पुलिस व पैरामिलिट्री के जवानों ने डीएसपी सुरेश कुमार के नेतृत्व में फ्लैग मार्च निकाला। यह मार्च नारनौल, नांगल चौधरी व निजामपुर क्षेत्र में निकाला गया।

पुलिस अधीक्षक अर्श वर्मा के निर्देशानुसार डीएसपी नारनौल सुरेश कुमार के नेतृत्व में पुलिस के अधिकारियों, कर्मचारियों और पैरामिलिट्री के जवानों ने सौहार्दपूर्ण, भाईचारा एवं सुरक्षा का संदेश देने के उद्देश्य से फ्लैग मार्च निकाला और लोगों से भयमुक्त मतदान करने की अपील की। वहीं उन्होंने असामाजिक तत्वों की गतिविधियों को लेकर पुलिस को सूचित करने की बात कही। थाना शहर नारनौल पुलिस और पैरामिलिट्री के जवानों ने नारनौल शहर क्षेत्र में फ्लैग मार्च निकाला। निजामपुर के गांव नांगल दर्गु, पवेरा, छिलरो, गांवड़ी जाट और निजामपुर क्षेत्र में फ्लैग मार्च निकाला गया। पुलिस और पैरामिलिट्री के जवानों द्वारा नांगल चौधरी शहर क्षेत्र में फ्लैग मार्च निकाला गया।

नारनौल। फ्लैग मार्च निकालते पुलिस व पैरामिलिट्री के जवान।

लोकसभा चुनाव को लेकर महेंद्रगढ़ पुलिस के अधिकारियों, कर्मचारियों और पैरामिलिट्री के जवानों ने नारनौल, नांगल चौधरी और निजामपुर क्षेत्र में डीएसपी सुरेश कुमार के नेतृत्व में फ्लैग मार्च निकालकर आमजन को निर्भीक होकर मतदान करने का संदेश दिया और सभी पुलिस जवानों को चुनाव के दौरान कड़ी चौकसी बरतने के निर्देश दिए गए।

इस अवसर पर डीएसपी ने सुरेश कुमार ने कहा कि लोकसभा चुनाव को लेकर पुलिस के अधिकारी व जवान पूरी तरह चौकसी व सतर्कता बरतें। उन्होंने कहा कि फ्लैग मार्च से जहां आम आदमी में सुरक्षा की भावना पैदा होगी और वे निर्भीक होकर मतदान करेंगे। इस अवसर पर उन्होंने पुलिस अधिकारियों व कर्मचारी/जवानों से कहा कि चुनाव के दौरान आम आदमी के साथ मैत्रीपूर्ण व्यवहार कर उनका सहयोग लें और उपद्रवियों और असामाजिक तत्वों से सख्ती से निपटा जाए। फ्लैग मार्च के दौरान जिला पुलिस ने युवाओं से कहा कि किसी प्रकार की अफवाहों में आकर उग्र प्रदर्शन ना करें। उग्र प्रदर्शन करने वाले किसी भी उपद्रवी को नहीं बख्शा जाएगा, उनके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। कानून व्यवस्था को बनाए रखने में पुलिस का सहयोग करें और किसी भी प्रकार की अफवाहों में ना आएं।

एडीसी ने किया विभिन्न बूथों का दौरा अधिकारियों को दिए आवश्यक निर्देश

नारनौल। एडीसी एवं नांगल चौधरी के एआरओ दीपक बाबूलाल करवा ने शनिवार लोकसभा आम चुनाव के मद्देनजर विभिन्न गांवों में जाकर बूथों का जायजा लिया। एडीसी ने कालबा, नांगल नुनिया, अमरपुरा, बनिहाड़ी व नांगल सोडा आदि गांवों का दौरा किया। उनके साथ एसडीएम मयंक भारद्वाज व तहसीलदार निशा भी मौजूद थी। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि चुनाव आयोग के निर्देश अनुसार बूथ पर सभी प्रकार की मूलभूत सुविधाएं होनी चाहिए। मतदाताओं को बूथ पर कोई परेशानी नहीं होनी चाहिए। सभी बूथ पर दिव्यांगजनो के लिए रैंप की व्यवस्था होनी चाहिए। मतदान के दिन 25 मई को वालंटियर भी दिव्यांगजनों की सहायता के लिए मौजूद रहेंगे। मतदाताओं के लिए मतदान केन्द्रों में प्रवेश और निकास अलग-अलग हो, ताकि मतदाताओं को वोट डालने में आसानी होगी। बूथो पर पीने के पानी की व्यवस्था रहे। वैकल्पिक रूप से मतदान के दिन पेयजल आपूर्ति सुनिश्चित करें। बूथ पर लाइट की उचित व्यवस्था होनी चाहिए। मतदान एजेंटों के लिए मतदान केंद्र पर टेबल, कुर्सी और बेंच आदि जैसे फर्नीचर का उचित प्रावधान होना चाहिए। प्रत्येक मतदान केन्द्र पर दिव्यांग, गर्भवती या वरिष्ठ नागरिक मतदाताओं के लिए पर्याप्त कुर्सियां व बेंच भी उपलब्ध कराई जानी चाहिए।

नारनौल। बूथ की चैकिंग करते एडीसी दीपक बाबूलाल करवा।

पैसे निवेश करने के कई तरीके, बाजार में उतरने पहले एक बार कर लें रिसर्च

■ म्यूचुअल फंड विविध विकल्प प्रदान करते हैं ■ एफडी पैसा निवेश करने के सबसे आम तरीकों में से एक व सुरक्षित
■ रियल एस्टेट सबसे पसंदीदा निवेश विकल्प ■ बुढ़ापे में आर्थिक रूप से सुरक्षित रहने के लिए एनपीएस भी बेहतर

तैयारी
बिजनेस डेस्क

आजकल, बहुत से लोग पैसा निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों की तलाश करते हैं, लेकिन ज्यादातर लोग अपनी वित्तीय जरूरतों को पूरा करने वाले सही निवेश साधन को चुनने में भ्रमित होते हैं। हालांकि, निवेश पैसा या निवेश का निर्णय लेना इतना आसान नहीं है, क्योंकि निवेशक सिर्फ एक साधन में कई उद्देश्यों की तलाश करते हैं। इसलिए एक सवाल उठता है- कहां निवेश करें? वैसे, पैसा निवेश करने के लिए विविध विकल्प हैं। रिपोर्ट में हम आपको कुछ विकल्पों के बारे में जानकारी देंगे जो आपकी निवेश जरूरतों को पूरा करने अहम भूमिका निभा सकते हैं।

म्युचुअल फंड

म्यूचुअल फंड्स पैसा निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक माना जाता है। शब्द के अनुसार, एक म्युचुअल फंड धन का एक सामूहिक पूल है, जिसका उद्देश्य प्रतिभूतियों की खरीद (फंड के माध्यम से) करना है। यह निवेशकों को एक मार्ग प्रदान करता है। पैसे बचाएं और समय के साथ रिटर्न कमाते हैं। म्यूचुअल फंड विविध निवेश विकल्प प्रदान करते हैं जैसे बांड, डेट, इक्विटीज, आदि ये निवेशकों को अलग खरीदारी और व्यापार करने की आवश्यकता के बिना भी निवेश का अच्छा विकल्प प्रदान करते हैं। म्यूचुअल फंड में कई प्रकार से निवेश किया जा सकता है। पैसा निवेश करने की योजना बनाते समय उस पर विचार कर सकते हैं। इसमें निवेशक कम से कम राशि के साथ निवेश शुरू कर सकते हैं। म्युचुअल फंड में 500 रुपये से भी निवेश की शुरूआत की जा सकती है। भारत में 44 म्यूचुअल फंड कंपनियां हैं। जिन्हें संपत्ति प्रबंधन कंपनियां एएमसी कहा जाता है। ये म्यूचुअल फंड योजनाएं प्रदान करती हैं और इन कंपनियों द्वारा ही नियंत्रित किया जाता है।

सावधि जमा (एफडी)

सावधि जमा यानी एफडी पैसा निवेश करने के सबसे आम तरीकों में से एक है। हर बैंक इसकी सेवाएं प्रदान करता है। एफडी आपको आकर्षक रिटर्न की ओर ले जाती है। एफडी एक निश्चित परिपक्वता अवधि के साथ आती है। चूंकि इसकी परिपक्वता अवधि 15 दिनों से लेकर पांच वर्ष तक होती है, इसलिए इसे अल्पकालिक और दीर्घकालिक निवेश दोनों के लिए माना जा सकता है। इसमें निवेशक औसतन 7 से 9 फीसदी प्रति वर्ष की ब्याज दर से रिटर्न कमा सकते हैं। यदि आप एक सुरक्षित निवेश चाहते हैं तो एफडी पैसे निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक है। इसमें रिटर्न भले ही कम हो लेकिन पैसा सुरक्षित रहता है।

रियल एस्टेट

सबसे पसंदीदा निवेश विकल्प है रियल एस्टेट रियल एस्टेट। मूल रूप से, अचल संपत्ति निवेश करती है और स्वामित्व, भूमि या संपत्ति (संपत्ति) की खरीद से संबंधित है। किसी भी प्रकार की संपत्ति में निवेश करने से पहले, पहले गहराई से विवरण प्राप्त करना बहुत महत्वपूर्ण है। उदाहरण के लिए, आपको संपत्ति/भूमि के स्थान पर विचार करना चाहिए, थोक संपत्तियों की तलाश करनी चाहिए आदि। इसमें निवेश करने के लिए एक बड़ी राशि लग सकती है, लेकिन यह उच्च रिटर्न निवेश के साथ कम जोखिम वाला है। हालांकि, अगर आप पैसे निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक की तलाश कर रहे हैं तो रियल एस्टेट सोचने लायक है।

सोना

पैसा निवेश करने के लिए सोना हमेशा सबसे अच्छे तरीकों में से एक रहा है। यह सबका पसंदीदा निवेश माना जाता है। इसमें सालान औसत 7 से 12 फीसदी तक रिटर्न मिल सकता है। इसके अलावा, भारतीयों का पारंपरिक रूप से सोन के के प्रति लगाव भी रहा है। लोगा सोने को हमेशा एक संपत्ति के रूप में देखते हैं, जो समय के साथ धन जमा करता है।

राष्ट्रीय पेंशन योजना (एनपीएस)

बुढ़ापे में आर्थिक रूप से सुरक्षित रहने के लिए आप राष्ट्रीय पेंशन योजना (एनपीएस) सबसे बेहतर निवेश विकल्पों में से एक मान जाता है। यह एक सेवानिवृत्ति बचत योजना है जहां नियोक्ता और कर्मचारी दोनों ही संपत्ति के निर्माण में योगदान करते हैं, जो सेवानिवृत्ति के समय संबंधित कर्मचारी पर बकाया है। एनपीएस भारत सरकार द्वारा शुरू किया गया है और इस योजना को पेंशन फंड नियामक और विकास प्राधिकरण (पीएफआरडीए) द्वारा नियंत्रित किया जाता है। हालांकि, एनपीएस को पैसा निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक माना जाता है, क्योंकि इसका टैक्स सेविंग निवेश। अगर निवेशक सालाना 1.5 लाख तक निवेश करते हैं तो वे टैक्स बचत कर सकते हैं। टैक्स कटौती की धारा 80सी के तहत इसमें टैक्स लाभ मिलता है। 18 से 60 वर्ष की आयु वर्ग का हर भारतीय नागरिक अस योजना में निवेश कर सकता है। अगर आपको अचानक नुकसान होने का डर है, या आप अपने परिवार के जीवन की रक्षा करना चाहते हैं, तो बीमा पैसा निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक है। बीमा आपको और आपके परिवार को आजीवन सुरक्षा प्रदान करता है। लोग जीवन में अनिश्चित समय के दौरान बीमा को रीढ़ की हड्डी के रूप में चुनते हैं।

इस साल बेहतर हो सकते हैं मल्टी एसेट अलोकेशन फंड

उम्मीद
बिजनेस डेस्क

■ नए फाइनेंशियल इयर में सधे कदमों से करें निवेश की तैयारी
■ निवेशकों लिए बेहतर हो सकते हैं मल्टी एसेट अलोकेशन फंड
■ निवेशक फीचर्स और रिटर्न देखकर ही करें निवेश का फैसला

नया फाइनेंशियल ईयर शुरू हो गया है। ऐसे में आपके लिए अपने पोर्टफोलियो का आकलन करने का समय आ गया है। मौजूदा समय में बाजार अपने आलटाइम हाई के करीब हैं और बीते एक साल की बात करें तो लार्जकैप, मिडकैप और स्मॉलकैप हर सेगमेंट में जोरदार रैली देखने को मिली है। लार्जकैप इंडेक्स निफ्टी करीब 28 फीसदी तो मिडकैप और स्मॉलकैप इंडेक्स 60 फीसदी से ज्यादा मजबूत हुए हैं। ऐसे में आगे इनमें बिकवाली संभव है। ऐसे में नए फाइनेंशियल की शुरूआत में निवेशकों के लिए मल्टी एसेट अलोकेशन स्ट्रैटेजी बेहतर हो सकती है, जिसके लिए मल्टी एसेट अलोकेशन फंड बेहतर विकल्प हैं। एक्सपर्ट भी कहते हैं कि जब भी बाजार को लेकर आशंका हो अपना पार्टफोलियो डाइवर्सिफाइड करें।

क्या है एसेट अलोकेशन

मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड निवेशकों को एक एकल निवेश प्रदान करते हैं जो ऋण, इक्विटी और एक अतिरिक्त परिसंपत्ति वर्ग जैसे रियल एस्टेट, सोना इत्यादि को जोड़ता है। इसके अलावा, ये योजनाएं विभिन्न परिसंपत्ति आवंटन एल्गोरिदम को नियोजित करती हैं जो बदलती बाजार स्थितियों पर प्रतिक्रिया देने के लिए डिजाइन की गई हैं। इसका मतलब है डाइवर्सिफाइड पोर्टफोलियो। यानी पोर्टफोलियो में अलग अलग एसेट क्लास को कुछ न कुछ हिस्सा देना। किस एसेट क्लास का कितना हिस्सा हो, यह निवेशक के रिस्क लेने और फाइनेंशियल गोल के अनुसार होना चाहिए। अलग में अलग अलग एसेट क्लास अलग अलग साइकिल में मार्केट लीडर बन सकते हैं यानी उनका प्रदर्शन अलग अलग साइकिल में अलग अलग हो सकता है। ऐसे में अगर कभी डेट में गिरावट आती है तो इक्विटी उसे बैलेंस कर सकता है। वहीं इक्विटी या डेट में गिरावट को गोल्ड या कमोडिटी से बैलेंस किया जा सकता है।

ये फंड हैं बेस्ट विकल्प

साल 2024 जहां शेयर बाजार के लिए उतार चढ़ाव भरा साबित हो रहा है, मल्टी एसेट अलोकेशन म्यूचुअल फंड फोकस में हैं। इस साल अब तक मल्टी एसेट अलोकेशन फंड का एवरेज रिटर्न सेंसेक्स और निफ्टी इंडेक्स से ज्यादा रहा है। वहीं, हाइब्रिड कैटेगरीज में इस कैटेगरी का रिटर्न इस साल अब तक सबसे ज्यादा रहा है। मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड निवेशकों को सिंगल इन्वेस्टमेंट के जरिए डायवर्सिफाइड पोर्टफोलियो प्रदान करते हैं। इनका निवेश इक्विटी, डेट, गोल्ड के अलावा रियल एस्टेट जैसे एसेट क्लास में होता है। इनकी यही खासियत निवेशकों को बेस्ट रिस्क-एडजस्टेड रिटर्न प्रदान करने की क्षमता रखती है। इन फंडों का उद्देश्य कई एसेट क्लास में मल्टी-एसेट अलोकेशन के माध्यम से निवेश पोर्टफोलियो को बढ़ाना व डाइवर्सिफिकेशन लाना है।

किसे करना चाहिए निवेश

मल्टी-एसेट एलोकेशन म्यूचुअल फंड उन निवेशकों के लिए बेहतर विकल्प है, जिनकी जोखिम लेने की क्षमता कम है, लेकिन वे अपने निवेश पर स्टेबल रिटर्न चाहते हैं। वहीं, जो निवेशक अपने पोर्टफोलियो में अलग अलग प्रमुख एसेट क्लास में डाइवर्सिफिकेशन चाहते हैं, उनके लिए भी विकल्प बेहतर हैं।

1 साल से 10 साल में रिटर्न

मल्टी एसेट अलोकेशन फंड की बात करें तो इस कैटेगरी ने 1 साल, 3 साल, 5 साल और 10 साल में लगातार हाई रिटर्न दिया है। इन फंडों का एवरेज रिटर्न 1 साल में 26.43 फीसदी, 3 साल में 15.04 फीसदी, 5 साल में 13.81 फीसदी और 10 साल में 10.72 फीसदी रहा है। साल 2024 में अबतक इनका एवरेज रिटर्न करीब 4.23 फीसदी है, जो सेंसेक्स व निफ्टी की तुलना में ज्यादा है।

5 साल में टॉप स्कीम

■ क्वांट मल्टी एसेट अलोकेशन फंड: 28.54%
■ कोटक मल्टी एसेट अलोकेशन फंड एफओएफ : 20.49%
■ आईसीआईसीआई प्रू मल्टी एसेट अलोकेशन फंड: 19.63%
■ एबीएसएल फाइनेंशियल प्लानिंग एफओएफ एग्रेसिव: 15.78%
■ एचडीएफसी मल्टी एसेट अलोकेशन फंड: 15%

बिटकॉइन, सोना, शेयर या बॉन्ड....किसमें करें निवेश

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

■ इस समय सभी एसेट्स ऑल-टाइम हाई के करीब कर रहे हैं ट्रेड
■ निवेशक हो रहे कन्फ्यूज क्या करें, क्या न करें, क्या रहेगा बढ़िया
■ सेंसेक्स और निफ्टी50 अपने उच्चतम स्तर के करीब पहुंचे
■ ब्याज दरों में कटौती की संभावना से डेट फंड्स भी बेहतर
■ सोना भी ऑल-टाइम हाई पर, पोर्टफोलियो का 15 से 20 फीसदी निवेश करें
■ बिटकॉइन सबसे रिस्की, लेकिन दे रहा सबसे ज्यादा रिटर्न

इस समय शेयर बाजार, सोना, बिटकॉइन समेत सभी एसेट्स अपने ऑल-टाइम हाई के करीब ट्रेड कर रहे हैं। बिटकॉइन ने पिछले सप्ताह नया रिकॉर्ड बनाया था। ब्याज दरों में कटौती की संभावना के बाद डेट फंड्स में भी अच्छा रिटर्न मिलने की उम्मीद दिख रही है। ऐसी स्थिति में निवेश कनफ्यूज हैं। उन्हें समझ नहीं आ रहा है कि अपना पैसा कहां निवेश करें। बाजार में हमेश रिस्क चलता रहता है। इसलिए कोई भी कदम उठाने से पहले एक बार अपने लक्ष्य और रिस्क क्षमता को देख लें तो बेहतर होगा।

निवेशकों में आजकल कनफ्यूजन की स्थिति है। इसकी वजह यह है कि निवेश के सभी विकल्पों में तेजी दिख रही है। घरेलू शेयर बाजार अपने ऑल-टाइम हाई के करीब ट्रेड कर रहे हैं। सोना भी अपने उच्चतम स्तर पर पहुंच चुका है। क्रिप्टो मार्केट में भी बहार आई हुई है। बिटकॉइन ने पिछले हफ्ते नया रेकॉर्ड बनाया था। ब्याज दरों में कटौती की संभावना के बाद डेट फंड्स में भी अच्छा रिटर्न मिलने की उम्मीद दिख रही है। ऐसी स्थिति में इन्वेस्टर्स कनफ्यूज हैं। उन्हें समझ नहीं आ रहा है कि अपना पैसा कहां निवेश करें। हालांकि कहा जाता है कि म्युचुअल फंड पैसा निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक है। लेकिन इस समय निवेश के सभी विकल्प गुलजार हैं। ऐसे में सभी ज्यादा से ज्यादा लाभ लेना चाहते हैं और निवेश के लिए तमाम जतन कर रहे हैं। इ रिपोर्ट के जरिये हम आपको बताएंगे कि जब हर तरह का बाजार बुलंदी पर हो तो क्या करना चाहिया या निवेश का कौना सा तरीका बेस्ट हो सकता है।

डेट

मीडियम-टर्म गोल के लिए डेट बेस्ट एसेट क्लास है। ब्याज दरों में कटौती की संभावना से डेट फंड्स पर ज्यादा रिटर्न मिलने की उम्मीद है। इंटरेस्ट रेट में कमी आती है तो बॉन्ड की कीमतें बढ़ती हैं। इसमें ज्यादा जोखिम भी नहीं रहती है। जो निवेशक ज्यादा जोखिम नहीं लेना चाहते हैं, वे अपने पोर्टफोलियो का 40 परसेंट डेट में निवेश कर सकते हैं। इसी तरह 40 फीसदी इक्विटी में और बाकी 20 फीसदी दूसरे एसेट क्लास में निवेश किया जा सकता है।

गोल्ड

सोना भी ऑल-टाइम हाई पर पहुंच गया। देश में इसका भाव 67,000 रुपये प्रति 10 ग्राम के करीब पहुंच गया है जो इसका नया रेकॉर्ड है। जानकारों की मानें को निवेशक को अपने पोर्टफोलियो का 15 से 20 फीसदी सोने में निवेश करना चाहिए। पिछले 20 साल में गोल्ड ने 11 फीसदी से अधिक सालाना रिटर्न दिया है जबकि इस दौरान चांदी की सालाना रफ्तार नौ फीसदी रही है। हाल के वर्षों में चांदी ने सोने से बेहतर रिटर्न दिया है।

इक्विटी

प्रमुख बेंचमार्क इंडेक्स सेंसेक्स और निफ्टी-50 अपने उच्चतम स्तर के करीब ट्रेड कर रहे हैं। जानकारों की मानें तो निवेशकों को अपने पोर्टफोलियो में सबसे ज्यादा इक्विटी में निवेश करना चाहिए। इसमें भी एसआईपी सबसे बेहतर विकल्प है। निवेशक के पोर्टफोलियो में 20 परसेंट पैसिव लार्ज-कैप फंड, 50 परसेंट फ्लेक्सी-कैप फंड और 30 परसेंट मिड-कैप फंड होना चाहिए। इससे आपके पोर्टफोलियो का डाइवर्सिफिकेशन होगा और जोखिम में संतुलन रहेगा।

बिटकॉइन

क्रिप्टोकरेंसीज की कीमत में हाल के दिनों में भारी तेजी देखने को मिली है। दुनिया की सबसे पुरानी, सबसे लोकप्रिय और सबसे बड़ी क्रिप्टोकरेंसी बिटकॉइन की कीमत पिछले हफ्ते ऑल-टाइम हाई पर पहुंच गई। भारत में सरकार ने क्रिप्टोकरेंसीज को रेगुलेट नहीं किया है। ऐसे में जानकारों का कहना है कि क्रिप्टो में अपने पोर्टफोलियो का 5-10 फीसदी से ज्यादा निवेश नहीं करना चाहिए। हालांकि हाल के वर्षों में बिटकॉइन ने सबसे ज्यादा रिटर्न दिया है।

कितना कैश होना चाहिए

जानकारों का कहना है कि सारा पैसा निवेश करना सही नहीं है। आपात स्थिति के लिए आपके सेविंग अकाउंट में कम से कम छह महीने की जरूरत के लिए कैश होना चाहिए। शेयर मार्केट में स्मॉलकैप और मिडकैप शेयरों में गिरावट की आशंका है। निवेशक को अपने पोर्टफोलियो में विविधता लाने की जरूरत है। आदर्श स्थिति देखें तो निवेशक को अपने पोर्टफोलियो का 50 फीसदी इक्विटी में, 20 परसेंट डेट में, 10 फीसदी गोल्ड में, 10 फीसदी कैश में, 5 फीसदी सिल्वर में और 5 फीसदी क्रिप्टो में निवेश करना चाहिए।

सुझाव कई स्कीमों ने 41 से 68% तक का सालाना रिटर्न दिया, एक साल में रिटर्न में स्मॉलकैप का प्रदर्शन दूसरे इक्विटी फंडों से बेहतर

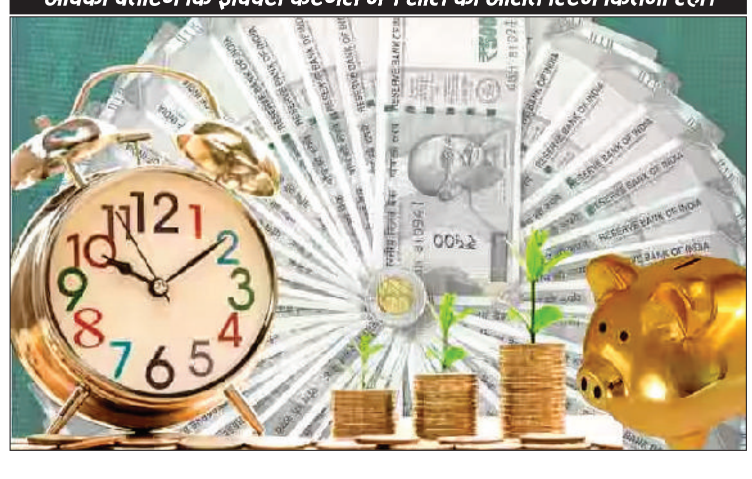
स्मॉलकैप फंड निवेशकों को बना रहे धनवान, लेकिन सावधानी रखें

औसतन रिटर्न 53 फीसदी रहा, निवेशकों ने करोड़ों रुपये कमाए

अलर्ट
बिजनेस डेस्क

निवेश यानी बचत हर किसी को करनी चाहिए, क्योंकि इससे भविष्य आर्थिक रूप से मजबूत होता है। बचत बच्चों की पढ़ाई, शादियों और बुढ़ापे में काफी मददगार साबित होते हैं। इसलिए हर किसी को अपनी कमाई का कम से कम 10 फीसदी तो जरूर बचत करना चाहिए। जानकारों का कहना है कि इस बचत को सावधानी के साथ यदि म्यूचुअल फंड में निवेश किया जाए तो अच्छा खास फंड बनाया जा सकता है। इन दिनों स्मॉलकैप शेयर काफी चर्चा में हैं। बीते 1 साल के दौरान इन्होंने आउटपरफॉर्म किया है। बीएसई स्मॉलकैप इंडेक्स ने फाइनेंशियल ईयर 2024 में करीब 65 फीसदी रिटर्न दिया है, जबकि लार्जकैप का रिटर्न 25 फीसदी रहा है, इस दौरान कई स्मॉलकैप स्टॉक में 100 फीसदी या इससे ज्यादा तेजी आई है। फिलहाल स्मॉलकैप की इस तेजी का फायदा म्यूचुअल फंड निवेशकों को भी मिला है। बीते फाइनेंशियल ईयर में स्मॉलकैप फंड रिटर्न देने के मामले में इक्विटी कैटेगरी में नंबर 1 साबित हुए हैं। देखने में आ रहा है कि स्मॉलकैप फंड निवेशकों को मालामाल कर रहे हैं, लेकिन निवेश करने से पहले अपने लक्ष्य तय करें और पोर्टफोलियों में डायवर्सिटी रखें इससे आपको नुकसान नहीं होगा। बाजार के जानकारों का कहना कि किसी भी एसेट्स में निवेश से पहले सावधानी बरतें, यानी जिस फंड में निवेश करने जा रहे हैं उसे एक बार अच्छे से जांच परख लें।

एक साल में रिटर्न देने के मामले में स्मॉलकैप फंड का प्रदर्शन दूसरे इक्विटी फंड कैटेगरी से बेहतर रहा है। इनका औसतन रिटर्न 53 फीसदी रहा। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे कि इक्विटी कैटेगरी में 1 साल का औसत रिटर्न कितना रहा।



ऐसे समझें रिटर्न

- स्मॉलकैप फंड: 53 फीसदी
- मिडकैप फंड: 52.60 फीसदी
- लार्जकैप फंड: 41 फीसदी
- लार्ज एंड मिडकैप फंड: 44 फीसदी
- फ्लेक्सी कैप फंड: 39.67 फीसदी
- मल्टीकैप फंड: 45.62 फीसदी
- ईएलएसएस: 39.37 फीसदी
- वैल्यू ओरिएंटेड: 50 फीसदी
- (वित्त वर्ष 24: इन 30 इक्विटी स्कीम में 50 से 72% बढ़ा पैसा।)

टॉप परफॉर्म करने वाले म्यूचुअल फंड

- क्वांट स्मॉल कैप: 68%
- निप्पॉन इंडिया स्मॉल कैप: 57%
- इनवेस्को इंडिया स्मॉलकैप: 55%
- बैंक ऑफ इंडिया स्मॉल कैप: 51%
- एडलवाइस स्मॉल कैप: 50%
- एचएसबीसी स्मॉल कैप: 49%
- आईसीआईसीआई प्रू स्मॉलकैप: 43%
- एक्सिस स्मॉल कैप: 41%
- केनरा रोबेको स्मॉल कैप: 41%
- टाटा स्मॉल कैप: 41%

छोटी कंपनियों के शेयर क्यों चढ़े

जानकारों का कहना है कि मौजूदा वित्त वर्ष में सेंसेक्स की तुलना में छोटी कंपनी के शेयरों का बेहतर प्रदर्शन भारतीय घरेलू बाजार की गतिशील प्रकृति और निवेशकों को प्रदान किए जाने वाले विविध अवसरों को दर्शाता है। विश्लेषकों के अनुसार, छोटी कंपनियों के शेयर आमतौर पर स्थानीय निवेशकों द्वारा खरीदे जाते हैं, जबकि विदेशी निवेशक बड़ी कंपनियों के शेयर पर ध्यान केंद्रित करते हैं। निवेशकों के सेंटीमेंट में यह बदलाव भारत में मजबूत व्यापक आर्थिक स्थितियों से प्रेरित है। यह परंपरागत रूप से आर्थिक विस्तार की अवधि के दौरान छोटी कंपनियों के शेयरों में तेज ग्रोथ को बढ़ावा देता है।

क्या होते हैं स्मॉलकैप फंड

स्मॉलकैप फंड की बात करें तो ये मार्केट कैप के लिहाज से स्मॉल कैप कंपनियों के स्टॉक और इक्विटी-रिलेटेड विकल्पों में निवेश करते हैं। सेबी के अनुसार, मिड कैप कंपनियां, मार्केट कैपिटलाइजेशन में 250 से 500 के बीच रैंक की जाती हैं। ये फंड आमतौर पर लार्ज-कैप और मिडकैप फंडों की तुलना में बेहतर रिटर्न देते हैं, लेकिन उनकी तुलना में इसमें अस्थिरता ज्यादा होती है। बाजार में गिरावट आने पर स्मॉलकैप में गिरावट दूसरे सेगमेंट की तुलना में ज्यादा हो सकती है। उसी तरह तेजी आने पर ये लार्जकैप या मिडकैप की तुलना में ज्यादा रिटर्न भी देते हैं। फाइनेंशियल एडवाइजर से सलाह ली जाए तो ये रिस्क और रिटर्न का सही संयोजन हो सकते हैं।

स्मॉलकैप फंड में कौन करे निवेश

अगर बाजार का रिस्क लेने को तैयार हैं और आपके निवेश का लक्ष्य 7 साल से 10 साल का है तो स्मॉलकैप फंड हाईरिटर्न पाने के लिए बेहतर विकल्प माने जाते हैं। लंबी अवधि तक निवेश बनाए रहने से बाजार का जोखिम कम हो जाता है। इनका एवरेज रिटर्न बेहतर हो जाता है। ऐसे में अगर युवा हैं और रिस्क लेने को तैयार हैं, तो आप फाइनेंशियल एडवाइजर की सलाह लेकर इन स्कीम में निवेश कर सकते हैं।

खबर संक्षेप

शनिदेव का मेला के मेले में उमड़े हजारों भक्त

नारनौल। शनिवार को मोहल्ला चांदुवाड़ा में श्री शनिश्चर मंदिर श्री भृगुवंशी ब्राह्मण समाज ट्रस्ट द्वारा मेले का आयोजन बड़ी धूमधाम से किया गया। इस मेले में श्री शनि महाराज के दरबार को फूलों एवं लाइटों से बहुत ही सुंदर ढंग से सजाया गया। इस विशाल मेले में हजारों की संख्या में भक्तजन दर्शन करने पहुंचे। भक्तों के लिए ट्रस्ट द्वारा देशी घी के चूरमा के प्रसाद का

देवीलाल की पुण्यतिथि पर लगा चिकित्सा कैंप

कनीना। खण्ड कनीना के गांव रामबास में पूर्व उप प्रधानमंत्री जगत ताऊ चौधरी देवीलाल की 23वीं पुण्य तिथि पर सर्वधर्म सभा आयोजित की गई। साथ ही गांव की धर्मशाला में इनेलो एससी सैल के प्रदेश उपाध्यक्ष वेदप्रकाश नंबरदार की अध्यक्षता में चौहान अस्पताल महेंद्रगढ़ द्वारा आंखों की जांच व उपचार शिविर लगाया गया।

चौधरी देवीलाल थे महान युग पुरुष : सरजीत

निजामपुर। पूर्व सरपंच सरजीत नंबरदार की अध्यक्षता में पूर्व उपप्रधानमंत्री चौधरी देवीलाल को उनकी पुण्यतिथि पर पुष्प अर्पित कर उन्हें याद किया गया। नंबरदार ने कहा कि चौधरी देवीलाल युग पुरुष थे, जो हजारों सालों में पैदा होते हैं। चौ. चांदराम और चौधरी देवीलाल की जोड़ी ने प्रदेश व प्रदेश की राजनीति की धारा को समय-समय पर बदलकर प्रदेश व देश के विकास में अहम रोल अदा किया।

कन्या के जन्मोत्सव पर किया कुआं पूजन

मंडी अटेली। गांव धन्नौदा में सब इंस्पेक्टर सुरेश कुमार ने पोती होने पर कुआं पूजन व प्रीतिभोज का आयोजन किया। कुआं पूजन पर महिलाओं ने मंगलमम व परम्परागत गीत गाकर कुआं पूजन की रस्में निभाई। जिसकी सर्वत्र चर्चा हो रही है। नवजात सृष्टि की माता नेहा और पिता अजय सिंह ने बताया कि उन्हें बहुत खुशी है कि उनके घर में बेटी ने जन्म लिया है। आज बेटियां किसी क्षेत्र में कम नहीं है।

यदुवंशी सतनाली में हुआ सांस्कृतिक कार्यक्रम

सतनाली मंडी। यदुवंशी शिक्षा निकेतन में शनिवार सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में नन्हें-नन्हें बच्चों ने रंगारंग प्रस्तुति देकर उपस्थित जनों का मन मोह लिया। बच्चों ने सोलो डांस, सोलो सिंगिंग, ग्रुप डांस व प्ले एक्ट जैसी विभिन्न एक्टिविटी करके प्रस्तुतियां दी। प्राचार्य जितेंद्र कुमार ने बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की व नए शैक्षणिक सत्र की शुरुआत होने के बाद आए नए विद्यार्थियों का स्वागत किया व उन्हें उनकी शैक्षणिक और मानसिक प्रगति का आश्वासन दिया।

श्रद्धालु सुबह 9:17 बजे से करें कलश स्थापना: पंडित राहुल

नौ अप्रैल से होगा हिंदू नववर्ष व चैत्र नवरात्रि का प्रारंभ, यह है शुभ मुहूर्त

इस संवत का नाम कलयुक्त और पिंगल रहेगा,चैत्र माह के शुक्ल पक्ष में आने वाली प्रतिपदा तिथि पर ही ब्रह्मा ने सृष्टि का निर्माण किया था

ज्योतिषाचार्य पंडित राहुल भारद्वाज।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़।

वैसे तो हम नए साल की शुरूआत अंग्रेजी कैलेंडर के हिसाब से एक जनवरी से कर लेते हैं, लेकिन अपना हिंदू नववर्ष उस दिन से नहीं, बल्कि चैत्र मास की शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि प्रारंभ होता है। ज्योतिषाचार्य पंडित राहुल भारद्वाज गढ़ी ने बताया कि इस वर्ष हिंदू नववर्ष और विक्रम संवत 2081 का प्रारंभ नौ अप्रैल से हो रहा है। इस संवत का नाम कलयुक्त और पिंगल रहेगा। उन्होंने बताया कि शास्त्रों के अनुसार ब्रह्म पुराण में इस बात का वर्णन मिलता है कि भगवान विष्णु ने सृष्टि के निर्माण का कार्य ब्रह्म देव को सौंपा और चैत्र माह के शुक्ल पक्ष में आने वाली प्रतिपदा तिथि पर ही ब्रह्मा ने सृष्टि का निर्माण किया था। इसलिए इस तिथि को विशेष महत्व दिया जाता है।

नववर्ष में राजा मंगल व शनि को मिलेगा मंत्री पद

भारद्वाज ने बताया कि मान्यताओं के अनुसार हिंदू नववर्ष पर जो वार पड़ता है, उसे ही वर्ष का राजा माना जाता है। इस नववर्ष के दिन मंगलवार रहेगा। इसलिए नए संवत्सर 2081 के राजा मंगल होंगे। वहीं सूर्य के मेष राशि में प्रवेश के अनुसार वर्ष का मंत्री नियुक्त किया जाता है। इसके अनुसार इस साल नव वर्ष के मंत्री शनि होंगे और जो राजा होता है, उसका प्रभाव पूरे साल मानव जीवन पर पड़ता है। इस संवत के राजा मंगल ग्रह के कारण हैं। मंगल को ग्रहों के सेनापति के रूप में जाना जाता है।

चैत्र मास के नवरात्रि होंगे प्रारंभ

भारद्वाज गढ़ी ने बताया कि हिंदू नव वर्ष के साथ-साथ चैत्र मास के नवरात्रि भी प्रारंभ हो जाएंगे। नवरात्र नौ अप्रैल से प्रारंभ होने और 17 अप्रैल रामनवमी बुधवार के दिन इनका समापन होगा। उन्होंने बताया कि नवरात्रि के नौ दिनों में मां दुर्गा शक्ति की नौ अलग-अलग स्वरूपों की पूजा आराधना की जाती है, जिसमें मां शैलपुत्री, मां ब्रह्मचारिणी, चंद्रघंटा, मां कूष्मांडा, मां स्कंदमाता, कात्यायनी, कालरात्रि, महागौरी, माता सिद्धिदात्री की उपासना होती है। इन नौ दिनों में माता के व्रत-उपासना की जाती है। दुर्गा सप्तशती और दुर्गा चालीसा व माता के विभिन्न स्त्रोत का पाठ किया जाता है।

पूजा का शुभ समय

भारद्वाज गढ़ी ने बताया कि नवरात्रि के प्रथम दिन शुभ मुहूर्त को ध्यान में रखते हुए (घटस्थापना) कलश स्थापना की जाती है। नौ अप्रैल को सुबह 7:31 तक पंचक रहने वाला है। इसके बाद ही घट स्थापना करना शुभ रहेगा। इसलिए इससे पहले घट स्थापना (कलश स्थापना) न करें। कलश स्थापना का शुभ मुहूर्त सुबह 9:17 से सुबह 10:52 तक रहेगा। इसके बाद अभिजित मुहूर्त में दोपहर 12:02 से दोपहर 12:52 तक रहेगा। उन्होंने बताया कि शुभ मुहूर्त में किया गया कार्य पूजा अनुष्ठान हमेशा ही सफल होता है। और भक्तों के हमेशा फलदायी रहता है।

इस नवरात्रि माता का वाहन घोड़ा रहेगा

- राहुल भारद्वाज ने बताया कि वैसे तो माता रानी सिंह (शेर) की सवारी करती हैं, लेकिन नवरात्र में धरती पर आते समय उनकी सवारी बदल जाती है। मां जगदंबे की सवारी नवरात्र के प्रारंभ होने वाले दिन पर निर्भर करती है। नवरात्रि का प्रारंभ जिस दिन होता है, उस दिन के आधार पर उनकी सवारी तय होती है। ठीक इसी प्रकार से वह जिस दिन विदा होती हैं, उस दिन के आधार पर प्रस्थान की सवारी तय होती है। इस बार मंगलवार को चैत्र नवरात्रि का प्रारंभ हो रहा है। दिन के आधार पर इस साल मां दुर्गा घोड़े पर सवार होकर पृथ्वी पर आएंगी। घोड़े को युद्ध का प्रतीक माना जाता है। माता का आगमन घोड़े पर होता है तो समाज में अस्थिरता, तनाव अचानक बड़ी दुर्घटना, भूकंप चक्रवात, सत्ता परिवर्तन, युद्ध आदि की स्थिति उत्पन्न होने की संभावना है। जबकि माता रानी हाथी पर प्रस्थान करेंगी। हाथी की सवारी काफी शुभ मानी जाती है, जिससे माता रानी भक्तों को सुख समृद्धि देकर विदा होंगी।

न्यूज डायरी

महेंद्रगढ़। खेलकूद प्रतियोगिता में भाग लेते स्कूल के विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

यदुवंशी महेंद्रगढ़ में मनाया अंतराष्ट्रीय खेल दिवस

महेंद्रगढ़। यदुवंशी शिक्षा निकेतन में अंतर्राष्ट्रीय खेल दिवस व विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर विभिन्न क्रियाकलापों के माध्यम से मनाया गया। इस अवसर पर बालवर्ग कक्षा दूसरी से पांचवी के लिए खेल प्रतियोगिता, कनिष्ठ वर्ग कक्षा छठी से आठवीं के लिए पौष्टिक भोजन पर लेखन प्रतियोगिता तथा वरिष्ठ वर्ग कक्षा नौवीं-दसवीं के विद्यार्थियों के लिए सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस अवसर पर यदुवंशी ग्रुप के चेयरमैन एवं पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह मुख्यातिथि, वाइस चेयरमैन एडवोकेट कर्ण सिंह यादव एवं चेयरपर्सन संगीता यादव विशिष्ट अतिथि तथा निदेशक विजय सिंह यादव ने अध्यक्ष के रूप में शिरकत की। बालवर्ग में कक्षावार हुई दौड़ प्रतियोगिता के मेंढक रेस में यशवी, आरव, रीया, रोहन, आरव सिंह तथा गौरव ने प्रथम स्थान हासिल किया।

मंडी अटेली। मुख्य अतिथि डॉ. विकास यादव को सम्मानित करते हुए महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. प्रवीण यादव व अन्य। फोटो : हरिभूमि

महिला महाविद्यालय अटेली ने मनाया स्वास्थ्य दिवस

मंडी अटेली। राजकीय महिला महाविद्यालय की ओर से शनिवार को विश्व स्वास्थ्य दिवस की पूर्व संध्या पर रेड रिबन क्लब, रेडक्रॉस सोसायटी एवं गृह विज्ञान विभाग द्वारा विश्व स्वास्थ्य दिवस मनाया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. प्रवीण यादव ने की। इस मौके पर मुख्य अतिथि डॉ. विकास यादव बाबा खेतानाथ मेडिकल कॉलेज पटीकरा रहे। उन्होंने छात्राओं को स्वास्थ्य संबंधित जानकारी प्रदान की इसके साथ ही शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक स्वास्थ्य के बारे में बताया। छात्राओं को मौसम संबंधित बीमारियों से बचने के उपाय भी बताएं। प्राचार्य डॉ. प्रवीण यादव ने छात्राओं को बताया कि अच्छा स्वास्थ्य ही जीवन का आधार है तथा मौसम के अनुसार अपना खान-पान रखने के लिए भी प्रेरित किया।

पूर्व उपप्रधानमंत्री चौधरी देवीलाल को श्रद्धांजलि

महेंद्रगढ़। इंडियन नेशनल लोकदल के कार्यकर्ताओं ने पूर्व उपप्रधानमंत्री जननायक स्व: चौधरी देवीलाल को 23वी पुण्यतिथि पर चौधरी देवीलाल पार्क में प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। इस अवसर पर सभी वक्ताओं ने कहा कि चौधरी देवीलाल एक क्षेत्र, प्रांत, जाति वर्ग, या समाज के प्रेणता ही नहीं थे बल्कि वे सच्चे अर्थों में पूरे समाज के मार्ग दर्शक थे और आज भी उन्हें पूरा देश याद करता है। ताऊ देवीलाल एक मात्र ऐसे जन नेता थे जिन्होंने देश के कानून में बदलाव करते हुए किसान हित में अनेक सख्त कानून बनाए थे। चौधरी देवीलाल 36 बिरादरी के नेता थे व उनकी बनाई हुए जन कल्याणकारी नीतियां न केवल हरियाणा में बल्कि पूरे भारत में लागू हुई। इस अवसर पर राव होशियार सिंह, सतबीर बडेसरा, छोटेलाल गहली, धर्मपाल नंबरदार, नवनीत सिंह ढिल्लो, बल्ली शेखावत

महेंद्रगढ़। चौधरी देवीलाल की प्रतिमा पर पुष्पार्पित करते हुए।

पृथ्वी की खूबसूरती को में दें योगदान : कर्मपाल

महेंद्रगढ़। गांव सिगड़ी के बस स्टैंड पर शनिवार को युवाओं ने पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। राज्य युवा पुरस्कार विजेता कर्मपाल यादव ने बताया कि पेड़-पौधों की कमी से निरंतर पर्यावरण संतुलन बिगड़ रहा है। पर्यावरण का संतुलन बनाए रखने के लिए पौधारोपण बहुत जरूरी है। पेड़-पौधे हमारे जीवन के लिए अति आवश्यक है, जो हमें ऑक्सीजन के साथ-साथ ठंडी छाया व फल भी देते हैं। पेड़-पौधे वातावरण को हराभरा रखने में सहायक साबित होते है। आज पेड़ पौधों के कम होने के कारण ग्लोबल वार्मिंग की समस्या खड़ी हो गई है, जिस कारण बरसात कम होने के कारण नदियां सूख रही है। ग्लेशियर गर्मी के कारण पिघल रहे है, जो वातावरण के लिए ठीक नहीं है। हमें खाली पड़ी अपनी भूमि पर अधिक से अधिक पौधे लगाकर वातावरण को बनाए रखने में सहयोग करना चाहिए।

महेंद्रगढ़। गांव के बस स्टैंड पर पौधरोपण करते युवा।

एसडीएम वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में चिराग योजना के तहत आवेदन आमंत्रित

कनीना। एसडीएम वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय छिथरोली में चिराग योजना के तहत 10 अप्रैल 2024 से पहले आवेदन कर सकते हैं। विद्यालय की प्राचार्य रेखा दांगी ने बताया कि हरियाणा सरकार की ओर से शिक्षा विभाग ने 134 ए के तहत दाखिले बंद करके चिराग योजना सीएम हरियाणा ईक्कल एजुकेशन रिलीफ असिस्टेंस एंड ग्रांट के अंतर्गत संचालित की गई है। जिसमें होनहार बीपीएल श्रेणी के विद्यार्थी जिनकी वार्षिक आय 180000 से कम हो वो विद्यार्थी निजी स्कूलों में दाखिला ले सकते हैं। शिक्षा निदेशालय द्वारा महेंद्रगढ़ जिले के सात स्कूलों की लिस्ट जारी की गई है।

प्राथमिक पाठशाला के स्टोर से सामान चुराया

महेंद्रगढ़। राजकीय प्राथमिक पाठशाला भगड़ाना के स्टोर रूम से अज्ञात चोर सामान चोरी करके ले गए हैं। विद्यालय के मुख्य शिक्षक ने पुलिस थाने में शिकायत देकर चोरों को पकड़ने व सामान बरामद करने की मांग की है। राजकीय प्राथमिक पाठशाला भगड़ाना के मुख्य शिक्षक राजेश कुमार ने पुलिस थाने में दी शिकायत में बताया कि पाठशाला में दो अप्रैल को पाठशाला की छुट्टी होने के बाद सभी घर पर चले गए थे। पुलिस मामले कर जांच में जुटर है।

महेंद्रगढ़। विजेता विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

मॉडर्न स्कूल में विजेता विद्यार्थियों को किया सम्मानित

महेंद्रगढ़। मॉडर्न सीनियर सेकेंडरी स्कूल में शनिवार को कार्यक्रम का आयोजन कर गांव ऊंची भंडोर में मेला अवसर पर आयोजित प्रतियोगिता में विजेता रहने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। बता दें कि गांव ऊंची भांडोर स्थित दादी मां वीर कंवर मंदिर प्रांगण में मेला अवसर पर खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन भी किया गया था। जिसमें मॉडर्न स्कूल के खिलाड़ियों ने भी भाग लिया। प्रतियोगिता के दौरान आयोजित लड़कियों की 400 मीटर दौड़ प्रतियोगिता में तीन स्थान मॉडर्न स्कूल की छात्राओं का कब्जा रहा। लड़कियों की 400 मीटर दौड में नताशा ने प्रथम, खुशी ने द्वितीय व हन्नी ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। वहीं लड़कों की 1600 मीटर दौड में केशव सैनी ने दूसरा स्थान प्राप्त किया। चारों खिलाड़ियों को शनिवार को प्राचार्य प्रदीप तंवर ने सम्मानित कर उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की व अन्य विद्यार्थियों को भी इस प्रकार की प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए प्रेरित किया। चेयरमैन सतन सिंह ने कहा कि हर बच्चें में कोई न कोई प्रतिभा अवश्य छीपी रहती है।

किड्जी स्कूल में मनाया विश्व स्वास्थ्य दिवस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़।

सिटी किड्जी वर्ल्ड स्कूल में विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर विद्यार्थियों ने पौष्टिक भोजन पर भाषण प्रतियोगिता के माध्यम से दिवस का महत्व समझाया। विश्व स्वास्थ्य दिवस का उद्देश्य लोगों को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना है, ताकि देश का हर व्यक्ति स्वस्थ रहे। कार्यक्रम में विद्यालय के चेयरमैन विजय सिंह यादव मुख्यातिथि तथा मैनेजिंग डायरेक्टर नितिन यादव ने अध्यक्ष के रूप में शिरकत की। विद्यालय की प्राचार्या विनय यादव ने कहा कि जंक फूड खाने से हृदय रोग, कैंसर, रक्तचाप, हड्डियों से संबंधित बीमारियां, मधुमेह व पाचन तंत्र की समस्याएं आती हैं। इस अवसर पर सभी विद्यार्थी अपने-अपने घर से पौष्टिक भोजन व्यंजन के रूप में बनवा कर लाए तथा विद्यालय में फ्रूट चाट व सलाद को आकर्षक रूप में डिजाइन के साथ काटकर बच्चों को प्रदान कर पौष्टिक भोजन का हिस्सा बनाया। मैनेजिंग डायरेक्टर नितिन यादव ने बच्चों को बताया कि पौष्टिक भोजन उत्तम स्वास्थ्य की आधारशिला हैं। इस वर्ष हेल्थ डे थीम माय हेल्थ माय राइट रखी है। उन्होंने बच्चों को अच्छी आदतें अपनाने, घर का बना खाना खाने, जंक फूड व नशीली चीजों से दूर रहने, व साफ-सफाई रखने की सलाह दी। विद्यालय के चेयरमैन विजय सिंह यादव ने कहा कि डब्लूएचओ का उद्देश्य स्वास्थ्य को बढ़ावा देना, विश्व को सुरक्षित रखना और दुनिया भर में कमजोर लोगों की मदद करना हैं।

महेंद्रगढ़। कार्यक्रम में भाग लेते स्कूल के विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

स्वास्थ्य दिवस पर बताया आहार का महत्व

- पौष्टिक आहार, जीवन का आधार जैसा खाए अन्न, वैसा हो मन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल।

सदियों से चली आ रही भारतीय परम्परा आज भी प्रासांगिक है और इसे आधुनिक विज्ञान ने भी वैज्ञानिक दृष्टिकोण के आधार पर सही माना है। बच्चों में खान-पान के प्रति जागरूकता पैदा करने के लिए पौष्टिक आहार, जीवन का आधार एवं माई हैल्थ, माई राईट विषय पर विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर कुलताजपुर रोड स्थित बीपीएस स्कूल के द्वारा प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में नर्सरी से आठवी तक के बच्चों ने उत्साहपुर्वक भाग लिया। प्रतियोगिता के नियमों के अनुसार अत्यधिक मिर्च-मसालों वाले खाद्य पदार्थ एवं किसी भी प्रकार के जंक फूड को प्रतियोगिता में शामिल नहीं किया गया। सभी छात्र-छात्राओं ने बहुत ही स्वादिष्ट, स्वास्थवर्धक एवं पौष्टिक आहार से परिपूर्ण खाद्य पदार्थों से भरे हुए टिफिन को इस प्रतियोगिता में प्रदर्शित किया। प्रतियोगिता सैक्शन वाइज एवं विंग हैड्स सुप्रिया कौशिक, रेणु जैन और रेणु गुप्ता के निर्देशन में आयोजित की गई।

नारनौल। प्रतियोगिता में हिस्सा लेते प्रतिभागी। फोटो : हरिभूमि

यह रहे परिणाम

कक्षा नर्सरी में रूहानी प्रथम, कृष्णा द्वितीय एवं भव्या तृतीय, कक्षा एलकेजी में केविन प्रथम, जियांश द्वितीय एवं वंश तृतीय, कक्षा यूकेजी में देवांशी प्रथम, जनेश द्वितीय एवं अनंत तृतीय, कक्षा पहली ट्युलिप में निवान प्रथम, देवांश द्वितीय एवं सुरभी तृतीय, कक्षा पहली लोटस में नक्ष प्रथम, भव्य द्वितीय एवं वंशदीप तृतीय, कक्षा दूसरी ट्युलिप में प्रतीक प्रथम, महक द्वितीय एवं सोम्या तृतीय, कक्षा दूसरी लोटस में कुंवर प्रथम, हेजल द्वितीय एवं नैन्सी तृतीय, कक्षा तीसरी लोटस में नक्ष प्रथम, पिशा द्वितीय एवं उदयराज तृतीय, कक्षा तीसरी ट्युलिप में जय प्रथम, दक्ष द्वितीय एवं संध्या तृतीय, कक्षा चौथी लोटस में हर्षिका प्रथम, हर्षित द्वितीय एवं चिराग तृतीय, कक्षा चौथी ट्युलिप में साहिब को मिला प्रथम स्थान।

हिंदी ओलंपियाड में छात्रों ने जीते 21 पदक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़।

बीआर स्कूल सेहलंग में हिंदी ओलंपियाड फाउंडेशन द्वारा आयोजित अंतर्राष्ट्रीय हिंदी ओलंपियाड कक्षा छह से 10वीं तक के विद्यार्थियों की ज्ञान परीक्षा का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों के शानदार प्रदर्शन से समस्त स्टाफ सदस्य व प्रबंधन ने खुशी जाहिर की है। विद्यार्थियों ने 21 पदक जिनमें 11 स्वर्ण पदक, छह कांस्य व 4 रजत पदक हासिल किए है। पदक हासिल करने वाले छात्रों को शनिवार को विद्यालय में चेयरमैन हरीश भारद्वाज और प्राचार्य डॉ. राममोहन वशिष्ठ द्वारा प्रमाण पत्र व प्रतीक चिह्न देकर सम्मानित किया। कक्षा छह से रोहन व हर्षिता, कक्षा सात से यशस्वी और प्राची, कक्षा आठ से युवराज व परिधी, कक्षा नौवीं से महक, जियांश और खुशी तथा कक्षा 10वीं से आशीष व प्रिंस ने स्वर्ण पदक हासिल किए। रजत पदक कक्षा सात से नितेश कक्षा आठ से युवराज व कक्षा नौवीं से महक तथा कक्षा 10वी से चेतन रहे और कक्षा छह से हर्षिका कक्षा सात से भू भारती, अंजलि व अभिषेक कक्षा नौवीं से खुशबू व खुशी और कक्षा 10वी से संदीप ने कांस्य पदक प्राप्त किए। प्रधानाचार्य डॉ. राममोहन वशिष्ठ ने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय मंचों पर विद्यार्थियों का शानदार प्रदर्शन विद्यालय में विद्यार्थियों को मिलने वाली उच्चतम शिक्षा का प्रमाण है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों का सम्माननीय मंचों पर विशिष्ट प्रदर्शन न केवल अपने लिए गौरव की बात है।

महेंद्रगढ़। सफलता प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए।

श्रीमद्भागवत कथा में कृष्ण जन्मोत्सव का प्रसंग सुनाया

भागवत कथा सुनने मात्र से होते है दुःख दूर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली।

श्रीमद्भागवत कथा सुनने उसकी शिक्षाओं को जीवन में अपनाने से समाज तथा परिवारों में सुख शांति आती है। उक्त विचार मिर्जापुर बाछौद में चल रही सात दिवसीय संगीतमय श्रीमद्भागवत कथा के पांचवे दिन व्यासपीठ पर विराजमान पंडित कालिया महाराज ने श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कृष्ण जन्मोत्सव का मार्मिक प्रसंग सुनाते हुए श्रद्धालुओं को भाव-विभोर कर दिया। श्रीकृष्ण की सुंदर मनमोहक झांकी को देखकर श्रद्धालु झूमने लगे। भागवत कथा के सुनने से व्यक्ति के दुर्गुण दूर होते हैं। व्यक्ति का भय और संशय दूर होता है तथा परोपकार की तरफ अग्रसर होकर समाज में सुख-शांति के लिए काम करता है। इस दौरान समाजसेवी अतर लाल एडवोकेट ने कथा स्थल पर पहुंचकर कथा वाचक पंडित कालिया महाराज को शॉल ओढ़ाकर तथा प्रशस्ति पत्र भेंट कर राष्ट्र गौरव अवार्ड से सम्मानित किया। उन्होंने कहा कि कथा वाचक पंडित कालिया महाराज जैसे धार्मिक कथावाचक ही राष्ट्र के सच्चे गौरव हैं। भागवत की एक-एक शिक्षा और एक-एक प्रसंग को जीवन उपयोगी बताते हुए श्रद्धालुओं से उनका अनुसरण करने करने को प्रेरित किया। इस मौके पर बलवंत सिंह, देवीदयाल, राजेंद्र, कंवर सिंह, सुरेश, जगदीश सिंह, सुमंत शास्त्री, अशोक कुमार, मानसिंह, मालाराम, शेरसिंह, मंगेज शर्मा, सतीश कुमार आदि रहे।

मंडी अटेली। कथा वाचक पंडित कालिया महाराज को सम्मानित करते ठाकुर अतर लाल।

नारनौल। महिला कॉलेज की छात्राएं व स्टॉफ के साथ प्राचार्य ज्ञानचंद राणा।

उच्च शिक्षण संस्थानों की राष्ट्र निर्माण में भूमिका विषय पर वाद-विवाद प्रतियोगिता आयोजित

राजकीय महिला महाविद्यालय में राजनीति विज्ञान विभाग के तत्वाधान में उच्च शिक्षण संस्थानों की राष्ट्र निर्माण में भूमिका विषय पर वाद-विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिताओं में छात्राओं ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। इस प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर सारिका बीए अंतिम वर्ष, द्वितीय स्थान पर खुशबू एमए प्रथम वर्ष, तृतीय स्थान पर खुशी बीए द्वितीय वर्ष रही। निर्णायक मंडल की भूमिका डॉ. ममता शर्मा, डॉ. सुनील कुमार व डॉ. पवन ने निभाई। वहीं राजनीति विज्ञान विभागाध्यक्ष सुमन यादव एवं प्राध्यापक डॉ. पूनम, डॉ. गीता यादव, डॉ. गिरीश यादव व डॉ. सुनीता यादव ने सक्रिय भूमिका निभाई। इस उपलक्ष्य पर प्राचार्य ज्ञानचंद राणा ने छात्राओं को प्रेरित किया कि वह अपनी जिम्मेदारियों का उचित रूप से निर्वहन करें। वहीं वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. यशपाल ने कहा कि राष्ट्र विकास के लिए छात्राएं पहले स्वयं के विकास पर ध्यान दें।

OFFICE OF THE ESTATE MANAGER HOUSING BOARD HARYANA REWARI
H.NO. 1227, Sec. - 3 Rewari, Phone. No. - 01274-260866 Email:rwremhbh@gmail.com

PUBLIC NOTICE

it is for information to the general public that H.No. CE02/SF/BPL, Housing Board Colony, Sec-19 Rewari, was alloted in the Nameof Sh/Smt. Roshan Lal S,W,D,/ Sh. Ram Pal, R/o- VPO- Dhanundha, Mahendergarh, Haryana, vide this office letter No. 749 Dt. 24.01.2019, under BPL Category. After The completion of 5 year of HPTA period, now Sh/Smt. Roshan Lal S,W,D/o Sh. Ram Pal, R/o-VPO - Dhanundha, Mahendergarh, Haryana has Submitted an application for transfer of above mentioned house/flat in favor of Sh/Smt. Manisha Yadav W/o Sh. Avinash Kumar Singh, R/o - Bada gaon Sultanpur, Teh.- Lambhua, Distt. - Sultanpur, Uttar Pradesh. if any person has any objection against the transfer of above mentioned house/flat, He/She may submitt his/her objection in the office of Estate Manager, Housing Board Haryana, H.No. 1227, Housing Board Colony, Sec.- 3, Rewari within 30 days of the publication of this notice. if no objection is received within 30 days the permission for transfer shall be granted of Sh/Smt. Manisha Yadav W/o Sh. Avinash Kumar Singh, R/o - bada Gaon Sultanpur, Teh.- Lambhua, Distt. Sultanpur, Uttar Pradesh after the expiry of 30 days and no objection of any kind will be enterained.

Estate Manager
Housing Board Haryana, Rewari

खबर संक्षेप

हकेंवि में राष्ट्रीय संगोष्ठी आयोजित

महेंद्रगढ़। हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में शनिवार को विख्यात कवि वानविल के रवि के रचनाकर्म में राष्ट्र, प्रकृति और नारी शक्ति पर केंद्रित एक दिवसीय राष्ट्रीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया। तमिल सांस्कृतिक शोध केंद्र (टीसीआरसी) व दयानंद कॉलेज अजमेर के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित इस कार्यक्रम में तमिल कवि वानविल के रवि मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. टंकेश्वर कुमार व सह अध्यक्षता विश्वविद्यालय की सम-कुलपति प्रो. सुषमा यादव ने की।

नरेंद्र बने बंधवा मुक्ति मोर्चा समिति के सदस्य

नारनौल। भाजपा के वरिष्ठ नेता व जिला कष्ट निवारण समिति के सदस्य नरेंद्र झिमरियां को जिला बंधुआ मुक्ति मोर्चा समिति का सदस्य मनाया है। इसके लिए उन्होंने मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, पूर्व शिक्षा मंत्री रामबिलास शर्मा, पूर्व राज्यमंत्री ओमप्रकाश यादव, सिंचाई मंत्री डा. अभय सिंह यादव, अटेली के विधायक सीताराम यादव व भाजपा जिला अध्यक्ष दयाराम यादव का आभार प्रकट किया है। नरेंद्र झिमरिया ने कहा कि पार्टी द्वारा उन्हें जो जिम्मेदारी सौंपी गई है, उसका वह पूर्ण ईमानदारी व निष्ठा से निर्वाह करेंगे। इस मौके पर भाजपा व अन्य सरकारी व गैर सरकारी संगठनों ने नरेंद्र झिमरिया को बंधवा मुक्ति मोर्चा समिति के जिला सदस्य बनाए जाने पर बधाई दी है।

गादड़वास फीडर से चोरों ने तार किए चोरी, केस दर्ज

महेंद्रगढ़। गादड़वास फीडर से अज्ञात चोर तार चोरी करके ले गए हैं। बिजली निगम के जेई ने पुलिस थाने में शिकायत देकर चोरों को पकड़ने तथा तार बरामद करने की मांग की है। पुलिस ने जेई की शिकायत पर अज्ञात चोरों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। बिजली निगम के जेई राधेश्याम ने पुलिस थाने में दी शिकायत में बताया कि वह दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम सतनाली में जेई के पद पर कार्यरत है। 23 दिसंबर 2023 को सुबह 10 बजे के लगभग बारड़ा पावर हाउस से फोन आया कि गादड़वास फीडर का तार चोरी हो गया है। इसके बाद उन्होंने साइट पर जाकर चेक किया तो साइट पर 10 स्पेन का तार चोरी होना पाया गया। यह तार लगभग 1800 मीटर व 80 एमएम साइज का है। पुलिस ने निगम जेई की शिकायत परकेस दर्ज कर जांच शुरू कर दिए।

इनेलो कार्यकर्ताओं ने दी चौधरी देवीलाल को श्रद्धांजलि

नारनौल। इंडियन नेशनल लोकदल जिला महेंद्रगढ़ के कार्यकर्ताओं ने पूर्व उपप्रधानमंत्री जननायक स्व. चौधरी देवीलाल को 23वीं पुण्यतिथि पर महेंद्रगढ़ में चौधरी देवीलाल पार्क व निजामपुर चौक पर उनकी प्रतिमा पर पुष्प

नहर में पानी देरी से आने के कारण शहर में गहरा रहा पेयजल संकट

टैंक में पानी कम, घरों में पहुंच रहा गंदा पानी, आज से रेगुलर पेयजल

तीन टैंक में पानी हो चुका है समाप्त, एक टैंक में है 2 फीट पानी, मोटर पानी के साथ उठा रहीं टैंक में फैली गंदगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

गांव देवास स्थित जनस्वास्थ्य विभाग के टैंक में पानी कम होने के कारण शहर में तीन दिन से गंदे पानी की सप्लाई हो रही है, जिसका असर लोगों की सेहत पर भी पड़ रहा है। जनस्वास्थ्य विभाग की अधिकारियों का कहना है कि शुक्रवार की देर रात को टैंक में पानी पहुंचाना शुरू हो गया है। रविवार को शहर में रेगुलर पेयजल सप्लाई शुरू की जाएंगी। बता दें कि महेंद्रगढ़ शहर पूरी तरह से नहरी पानी पर निर्भर है। नहरी पानी पर आधारित देवास जलघर में 85 लाख लीटर पानी की क्षमता के चार टैंक बने हुए है। इनके माध्यम से शहर में पेयजल सप्लाई होती हैं। नहर में 15 दिन तक पानी तक तथा उसके 15 दिन बाद शहर मे रेगुलर सप्लाई की जाती हैं। उसके बाद शहर में एक दिन छोड़कर एक दिन सप्लाई उपलब्ध कराया जाता हैं।

महेंद्रगढ़। शहर के मौहल्ला ढाणी में बाल्टी में भरा गंदा व मटमैला पानी व देवास स्थित टैंक में डाला जा रहा नहरी पानी। फोटो : हरिभूमि

10 मार्च को नहर में पानी आना बंद हो गया था। एक अप्रैल को नहर में पानी आना था, लेकिन करीब 5 दिन बाद नहर में पानी पहुंचा हैं। ऐसे में शहर के सामने पेयजल संकट खड़ा हो गया था।

मात्र एक टैंक में 3 फीट पानी

जनस्वास्थ्य विभाग की ओर से गांव देवास में 85 लाख लीटर पानी की क्षमता के चार टैंक बनाए गए हैं। वर्तमान में तीन टैंक खाली हो चुके हैं। एक टैंक में महज 2 फीट पानी बचा हुआ है। शहर की आबादी के हिसाब टैंक में 15 दिन का पानी स्टोर हो सकता है। प्रतिदिन शहर की 40 हजार की आबादी को प्रति व्यक्ति प्रतिदिन 155 लीटर पानी के हिसाब से कुल 6.45 लाख लीटर पानी की आवश्यकता होती है। देवास जलघर से पानी को शहर के अलग-अलग हिस्सों में बने सात बूस्टर में भेजा जाता है। यहां से अलग-अलग कॉलोनियों में पानी सप्लाई होता है। इन सात बूस्टर स्टेशन से शहर की करीब 40 हजार की आबादी को पानी दिया जाता है, लेकिन नहर में पानी नहीं आने से देवास जलघर के लगभग सभी टैंक खाली हो गए थे। विभाग लोगों के घरों में टैंक में बचे हुए पानी को सप्लाई किया जा रहा था।

उठाना पड़ रहा आर्थिक नुकसान

शहर निवासी अजय, सुरेंद्र, सुनीता, सोहन, अंकित, पिंकी, सुरेश, संदीप, विक्रम, अजय ने बताया कि सप्लाई में मटमैला व बदबूदार पानी आ रहा है। यह घरेलू कार्य योग्य नहीं है। बीमार होने का भी डर बना रहता है। मटमैला पानी आने से पीने के लिए 15 रुपये का कैंपर मोल लेकर खरीदने को मजबूर हैं। जिससे आर्थिक बोझ भी पड़ रहा है। लोगों ने संबंधित विभाग से साफ व स्वच्छ पानी सप्लाई करने की मांग की है।

टैंक में पानी आना हुआ शुरू

जेई दीपचंद ने बताया कि नहरी शेड्यूल के हिसाब शहर में पेयजल सप्लाई की जाती हैं। इस बार नहर में कुछ देरी से पानी आया है। जिस कारण लोगों को परेशानी उठानी पड़ रही है। टैंक में पानी कम होने के कारण घरों में गंदा पानी आ रहा है। शुक्रवार से टैंक में पानी पहुंचना शुरू हो गया है। रविवार से शहर में रेगुलर पेयजल सप्लाई शुरू की जाएगी।

नारनौल। दुकानदारों से डोर टू डोर मिलते राव सुखबिन्द्र सिंह।

शहर में जगह-जगह सीवर ओवरफ्लो से लोग परेशान

- नगर परिषद कार्यालय के सामने ही सड़क पर एकत्रित सीवर का गन्दा पानी, ध्यान नहीं दे रहे अधिकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

विधानसभा चुनाव की तैयारी में जुटे पूर्व राज्यसभा सांसद राव मानसिंह के बेटे एवं बिजली वितरण निगम के सेवानिवृत अधीक्षण अभियंता राव सुखबिन्द्र सिंह ने शनिवार पटवारी मार्किट, पुरानी कचेहरी रोड, शनि मंदिर मार्ग, नलापुर, फ्रांसखाना, मित्तल गली, मनिहार गली और सुनार गली में सभी दुकानदारों, रेहड़ी-खोखे वालों से व्यक्तिगत रूप से मिलकर उनकी समस्याएं और सुझाव सुने।

इस अवसर पर राव सुखबिंद्र सिंह को विभिन्न स्थानों पर व्यापारियों ने सीवर ब्लाक, ओवरफ्लो तथा ढक्कन टूटे होने की शिकायत की। दुकानदारों ने बताया कि नगर परिषद और लोकनिर्माण विभाग विश्राम गृह के बीच सड़क पर सीवर का गन्दा पानी भरा हुआ है, जिससे वहां के व्यापारी ही नहीं आम राहगीर भी परेशान हैं। इसी प्रकार नलापुर में सीवर का पानी सड़क पर एकत्रित है। प्रभात टाकिज के सामने सड़क के बीच में बने सीवर होल का ढक्कन टूटा हुआ है और कभी भी कोई हादसा हो सकता है।

शनि मंदिर के पास नाले का काम अधुरा होने से वहां के दुकानदार और नागरिक भी परेशान हैं। राव सुखबिन्द्र सिंह ने प्रशासन से मांग की है कि लोगों को गंदे पानी से निजात दिलाई जाए और टूटे हुए ढक्कन तुरंत बदलवाए जाएं। उनके साथ ऋषिदेव शास्त्री, रोशनलाल, सुबेसिंह हेडमास्टर, कैप्टन अभिजीत यादव, होशियार सिंह गोदारा, सत्यपाल यादव, सज्जन सिंह, शमशेर, डॉ दलीप सैनी, हेमंत शर्मा, सुरेन्द्र सिहमा, वेदप्रकाश, हनुमान सैनी, रामकिशन सैनी, मोनू सैनी, जसवंत सहित दर्जनों गणमान्य लोग और युवा उपस्थित रहे।

बीकानेर-दरभंगा ट्रेन का महेंद्रगढ़ में हो ठहराव

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ

रेलवे की ओर से बीकानेर से दंरभगा स्पेशल नई ट्रेन का संचालन शुरू किया है। रेलवे की ओर से इस ट्रेन का हरियाणा प्रदेश में केवल दो स्टेशनों पर ठहराव दिया है, जिससे दैनिक रेलयात्री महासंघ में रोष हैं। उनका कहना है कि बीकानेर मंडल के अधिकारियों की ओर से हरियाणा के साथ भेदभाव किया जा रहा हैं। इस गाड़ी का महेंद्रगढ़, पटौदी व ग्रुरुग्राम जैसे अमृत योजना में शामिल स्टेशनों पर ठहराव नहीं दिया है। दैनिक रेलयात्री महासंध के अध्यक्ष रामनिवास पाटोदा ने रेलवे विभाग के इस फैसले पर नाराजगी जाहिर की है। जयपुर जोन व बीकानेर मंडल के उच्च अधिकारी हमेशा से ही दक्षिण हरियाणा के साथ भेदभाव करते आएं हैं। काफी ट्रेनों का दक्षिण हरियाणा के अमृत योजना में शामिल स्टेशनों पर नहीं हैं। वहीं कई एक्सप्रैस ट्रेनों का राजस्थान के छोटे से छोटे स्टेशन पर भी ठहराव हैं। क्षेत्र के लोगों की ओर लगातार मांग करने पर भी यात्रियों के हित को देखते हुए ट्रेनों का ठहराव नहीं हो रहा।

सुदृढ़, सशक्त, समृद्ध भारत भाजपा का सपना

- अटेली विस के गांव सलीमपुर में मनाया भाजपा का स्थापना दिवस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

भाजपा जिला महिला मोर्चा की ओर से शनिवार भाजपा स्थापना दिवस पर अटेली मंडल के गांव सलीमपुर में पैदल मार्च निकाला गया। इसकी अध्यक्षता जिला अध्यक्ष एवं नगर परिषद की पूर्व चेयरपर्सन भारती सैनी ने की। जिला महिला भाजपा अध्यक्ष भारती सैनी ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी एक सुदृढ़, सशक्त, समृद्ध, समर्थ एवं स्वावलम्बी भारत के निर्माण हेतु निरंतर सक्रिय है। पार्टी की कल्पना एक ऐसे राष्ट्र की है जो आधुनिक दृष्टिकोण से युक्त एक प्रगतिशील एवं प्रबुद्ध समाज का प्रतिनिधित्व करता हो तथा प्राचीन भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति तथा उसके मूल्यों से प्रेरणा लेते हुए महान 'विश्वशक्ति' एवं 'विश्व गुरू' के रूप में विश्व पटल पर स्थापित हो। विश्व शांति व न्याययुक्त अंतर्राष्ट्रीय व्यवस्था को स्थापित करने के लिए विश्व के राष्ट्रों को प्रभावित करने की क्षमता रखे। भाजपा देश में एक प्रमुख राष्ट्रवादी शक्ति के रूप में उभर चुकी है एवं देश के सुशासन, विकास, एकता एवं अखंडता के लिए कृतसंकल्प है। मोदी के नेतृत्व में देश में पहली बार भाजपा की पूर्ण बहुमत के साथ सरकार बनी, जो आज 'सबका साथ-सबका विकास' की उद्घोषणा के साथ गौरव सम्पन्न भारत का पुनर्निर्माण कर रही है। राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा के नेतृत्व में भाजपा विश्व की सबसे बड़ी राजनैतिक पार्टी बनी है।

नारनौल। अटेली के गांव सलीमपुर में पैदल मार्च करते हुए।

कार्यकर्ताओं की मेहनत से ही भाजपा आज विश्व की सबसे बड़ी पार्टीः ओमप्रकाश

नारनौल। भाजपा के 45वें स्थापना दिवस पर शनिवार पूर्व मंत्री ओम प्रकाश यादव ने अपने विधानसभा क्षेत्र के गांव भूषण कला में भाजपा कार्यकर्ता के घर भाजपा का झंडा फहराकर कार्यकर्ताओं के साथ पार्टी का स्थापना दिवस मनाया। पूर्व मंत्री ओमप्रकाश यादव ने कहा कि भाजपा एक ऐसी पार्टी है जिसके लिए राष्ट्रीय व देश के लोगों के हित पहले हैं। कार्यकर्ताओं की मेहनत की बदौलत ही भाजपा आज विश्व की सबसे बड़ी पार्टी है, जिसमें छोटे से छोटे कार्यकर्ता को बड़ी से बड़ी जिम्मेदारी दी जाती है जबकि कांग्रेस व अन्य विपक्षी पार्टियों में केवल एक व एक परिवार का ही व्यक्ति पूरी पार्टी चलाता है। कांग्रेस का घोषणा पत्र केवल चुनावी स्टंट है जिसमें आम लोगों के हितों से कोई लेना-देना नहीं है। पीएम नरेंद्र मोदी ने अपने 10 वर्ष के शासनकाल में देश के प्रत्येक नागरिक के उत्थान के लिए कार्य किया है।

देश ने विकास की लिखी नई गाथा

- मोदी ने दिखाई देश को नई दिशा और दिशा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

भारतीय जनता पार्टी के 45वें स्थापना दिवस पर नारनौल भाजपा मंडल द्वारा विभिन्न शक्ति केंद्रों के बूथो पर भाजपा स्थापना दिवस मनाया। इस दौरान जिला अध्यक्ष दयाराम यादव ने उन सभी महान विभूतियों डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी, पंडित दीनदयाल उपाध्याय, पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेई, पूर्व उप प्रधानमंत्री लालकृष्ण आडवाणी, पूर्व केंद्रीय मंत्री मुरली मनोहर जोशी जैसे नेताओं की मेहनत व संघर्ष और त्याग से पार्टी को सींचकर इस ऊंचाई तक पहुंचाया है, उनको नमन करते हुए भाजपा का झंडा फहराया।

जिला अध्यक्ष दयाराम यादव ने कहा कि भाजपा देश की सबसे पसंदीदा पार्टी है, जो राष्ट्र प्रथम के मंत्र के साथ जन-जन की सेवा में जुटी है। यह हम सभी के लिए गौरव की बात है कि भाजपा अपने विकासवादी विजन, सुशासन और राष्ट्रवादी मूल्यों के प्रति हमेशा समर्पित रही है। मंडल अध्यक्ष मनीष संघी ने कहा कि भाजपा की सबसे बड़ी शक्ति इसके कार्यकर्ता हैं, जो 140 करोड़ देशवासियों की आकांक्षाओं को पूरा करने में दिन-रात जुटे रहते हैं। सपना गुप्ता, मंडल उपाध्यक्ष सतीश वाल्मीकि ने भी अपने विचार सांझा किए।

नारनौल। भाजपा स्थापना दिवस पर भाजपा ध्वज लगाते जिला अध्यक्ष दयाराम यादव।

शराब बेचते पुलिस ने एक को दबोचा

महेंद्रगढ़। गांव सुरजनवास में पुलिस ने अवैध शराब बेचते एक आरोपित को पकड़ा है। पुलिस ने आरोपित पर मामला दर्ज कर लिया है। पुलिस ने आरोपित के कब्जे से 11 बोतल बरामद की हैं। जानकारी के अनुसार पुलिस की एक टीम मेघनवास चौक पर मौजूद थी। इस दौरान टीम को गुप्त सूचना मिली कि गांव सुरजनवास निवासी अमरजीत उर्फ कालिया शराब बेचने का काम करता है। अपने रिहायशी मकान की बैठक के सामने प्लास्टिक कट्टे में शराब रखकर बेच रहा है। पुलिस टीम को देखकर प्लास्टिक कट्टे कसे उठाकर तेज कदमों से चलने लगा। पुलिस ने वपकड़कर नाम-पता पूछा तो उसने अपना अमरजीत उर्फ कालिया वासी सुरजनवास बताया। तलाशी ली तो उसमें बोतल देशी शराब व 16 पव्वे मिले।

कांवी विद्यालय में पीटीएम मीटिंग का आयोजन, समाजसेवी ने बच्चों को वितरित की स्कूल ड्रेस

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कांवी में अध्यापक-अभिभावक मीटिंग का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता विद्यालय प्राचार्य धर्मवीरसिंह ने की। ग्राम सरपंच उर्मिला देवी, विद्यालय प्रबंधन समिति के सदस्यों सहित अनेक गणमान्यजन उपस्थित रहे। मीटिंग में नए विद्यार्थियों के प्रवेश, नामांकन वृद्धि बारे में विशेष चर्चा की गई। जिसमें प्राचार्य धर्मवीर सिंह ने सभी ग्रामवासियों को अपने बच्चो को राजकीय विद्यालय में प्रवेश करवाने के लिए प्रेरित किया। ग्राम के समाजसेवी प्रवर्तन निदेशालय के पूर्व निदेशक मानसिंह यादव के सौजन्य से प्राथमिक विद्यालय के विद्यार्थियों को स्कूल ड्रेस वितरित की गई। मुख्यशिक्षक शेरसिंह एवं उपप्राचार्य विष्णु शर्मा ने कहा कि ग्राम के समाजसेवियों ने सदैव विद्यालय का सहयोग किया है। अंग्रेजी प्राध्यापक डॉ जितेन्द्र भारद्वाज ने दान को धन की उत्तम गति बताया। कार्यक्रम में लिपिक मनोज सोलंकी को विद्यालय से सहायक पद पर पदोन्नत होने पर सम्मानित किया गया। प्राचार्य धर्मवीर सिंह ने सभी का आभार व्यक्त किया। इस मौके पर पूर्व डीएसपी अमर सिंह, शिक्षाविद बिमला यादव, नित्यानन्द यादव, कपूर सिंह नंबरदार, दीपचंद नंबरदार, राजेश यादव, अतरसिंह यादव, धर्मवीर यादव, चेतराम मुरारपुर, शादीराम, प्रवक्ता राजेश कुमार, मुंशीराम, अशोक कुमार, डॉ जितेन्द्र भारद्वाज, सुनीता कुमारी, सुशीला अशोक, संदीप सहित समस्त स्टाफ उपस्थित रहे।

जजपा कार्यकर्ताओं ने जननायक ताऊ देवीलाल को किया याद

- 23वीं पुण्यतिथि पर निजामपुर में देवीलाल को किया याद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

देश के पूर्व उप प्रधानमंत्री जननायक स्व. चौधरी देवीलाल की शनिवार 23वीं पुण्यतिथि पर जननायक जनता पार्टी ने याद किया। पार्टी के कार्यकर्ता सुबह निजामपुर में ताऊ देवीलाल मूर्ति के समक्ष पहुंचे। वहां उन्हें श्रद्धासुमन पुष्प अर्पित किए और देशहित में किए गए उनके कार्यों को याद किया। प्रवक्ता सिकंदर गहली ने बताया कि इस अवसर पर जजपा जिला अध्यक्ष डा. मनीष शर्मा ने ताऊ के जीवन का परिचय देते हुए कहा कि चौधरी देवीलाल का जन्म 25 सितम्बर 1914 को हुआ। वे 19 अक्टूबर 1989 से 21 जून 1991 तक भारत के उप-प्रधानमंत्री रहे। वे दो बार (21 जून 1977 से 28 जून 1979 तथा 17 जुलाई 1987 से 2 दिसम्बर 1989) हरियाणा के मुख्यमंत्री भी रहे। चौ. देवीलाल उन कुछ चुनिंदा राजनीतिज्ञों में से हैं जो आजादी के बाद तथा आजादी के पहले दोनों ही समय में भारतीय राजनीति में सक्रिय रहे। चौ. देवीलाल पहली बार सन 1952, 1957 व 62 में पंजाब विधानसभा के सदस्य रहे। एडवोकेट तेजप्रकाश यादव ने कहा कि उन्होंने सन उन्नीस सौ नवासी में प्रधानमंत्री बनने से इनकार कर दिया था।

नारनौल। निजामपुर चौक पर ताऊ देवीलाल मूर्ति पर पुष्प अर्पित कर उन्हें याद करते जजपा नेता व कार्यकर्ता।

लागत 45 करोड़ | सिंचाई व मिकाडा विभाग ने बनाया प्रोजेक्ट, अभी किसानों को नहीं मिल रहा पूरा लाभ

सूक्ष्म सिंचाई प्रोजेक्ट के सर्वोत्तम इस्तेमाल, वाटर टैंकों का दौरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

तीन साल पहले सिंचाई विभाग ने निम्बहेड़ा प्रेशराइज्ड पाइप लाइन तथा इस पर छह पक्के वाटर टैंक का एक प्रोजेक्ट लगभग 25 करोड़ की लागत से पूरा किया था। बाद में मिकाडा विभाग ने इन सभी छह टैंकों पर अपना सूक्ष्म सिंचाई आधारित प्रोजेक्ट भी लगा दिया था।

पूरी परियोजना के पूर्ण होने के दो वर्ष बाद भी इसका सर्वोत्तम लाभ किसान को कैसे मिले इसको लेकर विभिन्न पहलूओं पर विचार किया जा रहा है। संदीप मालड़ा ने कहा कि इन सभी छह टैंकों का दौरा किया गया तथा इस बारे में विस्तार से हर पहलू का आंकलन भी किया गया है। ये टैंक गांव बुडीन, बलाना, जेरपुर, मांडोला, नांगलमाला तथा ऊष्मापुर में बनाए गए हैं। अभी इन टैंकों से किसानों को पूरा लाभ नहीं मिल पाया है। दौरा करके उन सभी पहलुओं का आंकलन किया गया, जिससे किसानों को इनका पूरा लाभ मिल सके। सभी टैंकों में खातोदड़ा स्थित पंप हाउस नंबर एमडी पांच से निम्बहेड़ा प्रेशराइजड पाइप लाइन से नहरी पानी पहुंचता है। ये सभी टैंक लगभग तीन साल पहले बनाए गए थे। निम्बहेड़ा प्रेशराइजड पाइप लाइन तथा इन टैंकों के निर्माण पर लगभग 25 करोड़ की लागत आई थी तथा हर टैंक पर सूक्ष्म सिंचाई का प्रोजेक्ट लगाने में तीन करोड़ की लागत आई थी। इस प्रकार ये प्रकार ये पूरी परियोजना लगभग 43 करोड़ में पूरी की गई है। साथ ही निम्बहेड़ा प्रेशराइजड पाइप लाइन से गांव बुडीन, ढाढोत, बलायचा, बलाना, राजावास, ऊष्मापुर तथा नांगलमाला का एक-एक जोहड़ भी जोड़ा गया है। सभी पक्के टैंकों के साथ एक रिचार्ज बोर भी किया गया है, जिससे बरसात के समय में टैंक से ओवरफ्लो पानी इस रिचार्ज बोर में जा सके जिससे भूजल स्तर में सुधार हो। इन सभी टैंकों का किसान को पूरा लाभ कैसे मिले इस बारे जल्द ही उच्चाधिकारियों को सुझाव भेजे जाएंगे। सबसे अहम बात तो पूरा पानी मिलने की है। इसको लेकर पाली भगडाना बड़ी नहर की सफाई का काम शुरू करवा दिया गया है। जिससे खातोदड़ा पंप हाउस पर अधिक पानी पहुंचेगा। निम्बहेड़ा प्रेशराइजड पाइप लाइन को चलाने की जिम्मेदारी भी अब बाकि पंप हाउसों की तरह मैकेनिकल विंग को सौंप दी गई है। दो टैंकों में अभी रिचार्ज बोर नहीं करवाए गए हैं तथा जिन चार टैंकों पर रिचार्ज बोर कर दिए गए हैं उनको अभी टैंक से नहीं जोड़ा गया है। इन सभी कार्यों को एक या दो महीने के अंदर ही कराने बारे सूक्ष्म सिंचाई विभाग के अधीक्षक अभियंता से बात हुई है। अबकी बार बरसात में इन सभी

महेंद्रगढ़। जेरपुर गोशाला स्थित वाटर टैंक का दौरा करते निगरानी समिति सदस्य संदीप मालड़ा। फोटो : हरिभूमि

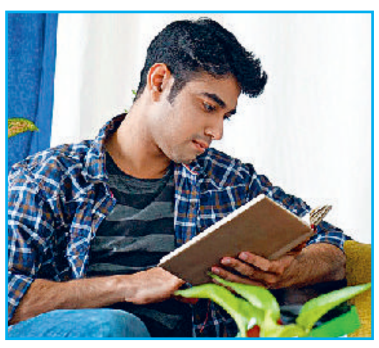
हेल्दी रहने के लिए अच्छा पौष्टिक भोजन, व्यायाम और आसन करना तो जरूरी है ही, साथ ही मन से आनंदित रहना भी जरूरी है, तभी आप स्वस्थ, खुश और संतुष्ट रह सकते हैं। मन से आनंदित रहने के लिए आपको अपनी जीवनशैली में दस फंडों को अपनाना होगा। आज विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर हम आपको बता रहे हैं, इन्हीं दस फंडों के बारे में।

विश्व स्वास्थ्य दिवस आज

जिंदगी के मकान में जरूर हों ये 10 कमरे

जीवनशैली
शिखर चंद जैन

हम में से अधिकतर लोग सोचते हैं कि भरपूर धन-दौलत से ही आसानी से जिंदगी में स्वस्थ रह सकते हैं, खुशी महसूस कर सकते हैं। लेकिन ऐसा पूरी तरह सच नहीं है। दर्जनों प्रेरक पुस्तकें लिखने वाले विद्वान लेखक डॉ. फ्रैंक क्रेन ने अच्छी सेहत और खुशहाल जिंदगी पाने के अचूक नुस्खे एक लेख में बताए हैं। यह लेख 'द अमेरिकन मैगजीन' में करीब सौ साल पहले (1920 के आस-पास) छपा था। इस लेख में उन्होंने स्वास्थ्य से संबंधित कई अनमोल सूत्र बताए हैं।



कला से लगाव : यह दुनिया खूबसूरत चीजों से भरी हुई है। लेकिन उस खूबसूरती का लुत्फ उठाना आप तभी सीख पाएंगे, जब आपको कला की समझ होगी। इसलिए कला से लगाव बढ़ाएं। जब आप कला की कद्र करने लगेंगे तो आपको इससे ऐसी खुशी मिलने लगेगी, जैसी भूख लगने पर स्वादिष्ट भोजन प्राप्त होने पर मिलती है। चित्रकला हो, काष्ठकला या मूर्तिकला जिसमें आपका मन रमे, उसमें कुछ समय जरूर दें।

साहित्य से प्रेम : जिसे साहित्य पढ़ने में रुचि होती है, उसे इसमें ढेर सारी खुशी और ज्ञान प्राप्त होता है। इसमें रुचि लेने से वैचारिक स्तर पर आप समृद्ध होते जाएंगे। साहित्य से प्रेम करेंगे, तो आपको जीवन से प्रेम होने लगेगा और ताजगी महसूस करने लगेंगे।

संगीत का आनंद : डॉ. फ्रैंक के अनुसार जिसे संगीत से प्यार नहीं, वो दुनिया का सबसे गरीब आदमी कहा जा सकता है। जिंदगी में सुर और ताल बनाए रखने के लिए संगीत में रुचि बहुत कारगर साबित होती है। यकीन करें, अगर आप अपनी आत्मा को संगीत से सींचेंगे तो आपको आलौकिक आनंद महसूस होने लगेगा।

घुमक्कड़ी का शौक : शहरों में रहने वाले अधिकतर लोग दिन हो या रात चारदीवारी में ही घिरे रहते हैं। अधिकांश समय खुली, ताजा हवा में सांस नहीं ले पाते। स्वस्थ रहना है तो खुला आसमान, हरियाली भरे जंगल, जीवंतता के प्रतीक झरने आदि का आनंद उठाना सीखें। कभी खुले आसमान के नीचे लेट कर आकाश के तारे निहारें, हरी दूब पर लेटें, ताजा हवा के झोंकों में खुद को खुला छोड़ दें, पहाड़ों की गोद में यूं ही घूमने चले जाएं, फिर देखिए कैसी खुशी मिलती है!

संवेदनशील मन: संवेदनशील बनना भी स्वस्थ रहने के लिए बहुत कारगर है। हृदय के दरवाजे हमेशा खोल कर रखें। दूसरों के सुख-दुख को महसूस करें और उनमें शरीक हों। स्नेह, प्यार, मित्रता, रिश्ते आदि सुख और खुशी देते हैं। इससे मन में सकारात्मकता बढ़ती है, जो स्वस्थ रहने में बहुत मददगार होती है।

बच्चों से जुड़ाव : अपने जीवन को सेहतमंद और खुशहाल बनाने के लिए बच्चों से जुड़ना भी बहुत प्रभावी होता है। बच्चे जिंदगी के मकान का बेहद अहम हिस्सा होते हैं। इनसे जुड़ेंगे तो आप रोजमर्रा के अपने दुख-दर्द भूल जाएंगे।

खेलकूद में रुचि : क्या आप अखबार में आने वाले स्पोर्ट्स पेज को पढ़ते हैं? चेस, टेनिस, क्रिकेट कोई भी खेल खेलते हैं? अगर नहीं तो आपको पता होना चाहिए कि जो लोग खेलकूद पसंद नहीं करते, वे स्वास्थ्य और खुशी की दृष्टि से दुनिया के गरीब लोगों में शुमार होते हैं। अगर आप खेलते हैं या खेलकूद की गतिविधियों में दिलचस्पी लेते हैं, तो आप जीवन के कठिन दौर में भी खुश रहने की कला सीख लेंगे।

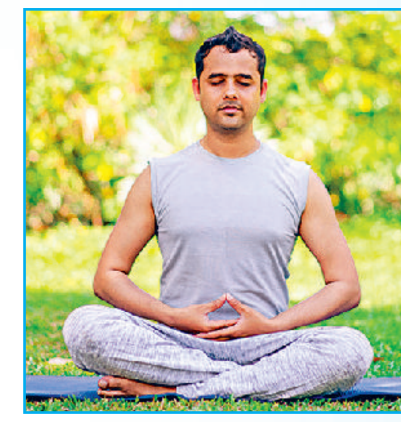
आनंद की अनुभूति : अपनी दिनचर्या की छोटी-छोटी चीजों में आनंद ढूंढ़ने की आदत आपको बहुत खुश और स्वस्थ बना सकती है। अपने बिस्तर की नरमी, भोजन का स्वाद और सुगंध, कपड़ों के रंग और डिजाइन, नंगे पांव मिट्टी पर चलने, ऑफिस की चाय, घर से दफ्तर तक का सफर, स्नान से मिलने वाली ऊर्जा और शांति आदि सब में आनंद के पल ढूंढ़े जा सकते हैं। शुरुआत में भले कुछ असहज लगे लेकिन कुछ समय बाद आप जीवन के हर पल में आनंद महसूस करने लगेंगे।

ईश्वर में आस्था : अध्यात्म और ईश्वरीय शक्ति में आस्था सचमुच सुकून और राहत देती है। ईश्वर में आस्था आपको सकारात्मकता और ऊर्जा से भर देती है। जो लोग प्रार्थना, अध्यात्म, सुपर नेचुरल पावर आदि की ताकत महसूस करते हुए भी खुद को बुद्धिजीवी करार देने के लिए इनसे दूर रहते हैं, वे सचमुच जीवन के आनंद से महरूम रहते हैं।

अपने काम से प्यार : हम सब को जीविका के लिए कोई न कोई काम करना पड़ता है। लेकिन हममें से ज्यादातर काम को बोझ समझते हैं। जरा सोचकर देखिए कि अगर आप काम में व्यस्त नहीं रहते, हर रोज संघर्ष न करते, मन में कोई लक्ष्य न होता, किसी से कोई आशा न होती तो आपकी जिंदगी कितनी रीती और सूनी होती? यकीन नहीं होता, तो दो-तीन दिन बिना कुछ किए घर में पड़े रहकर देखें, कितना उदास और बीमार महसूस करने लगेंगे, इसलिए प्रोफेशन का आनंद उठाएं। इसे एंज्वॉय करेंगे तो कभी भी वर्क प्रेशर महसूस नहीं होगा और आप स्ट्रेस, टेंशन, एंग्जाइटी से मुक्त रहते हुए स्वस्थ जीवन जिएंगे। *

मेडिकल केयर से अधिक लाभकारी है सेल्फ केयर

यह सही है कि बीमार होने पर हमें मेडिकल केयर की जरूरत पड़ती है। लेकिन सवाल है कि हम बीमार ही क्यों पड़ते हैं? अगर हम अपनी जीवनशैली के साथ आहार में समुचित बदलाव कर लें और सेल्फ केयर करें तो मेडिकल केयर की जरूरत ही नहीं पड़ेगी।



आत्मप्रेरणा / राजयोगी बीके निकुंज

भगवान गौतम बुद्ध की उक्ति है-स्वास्थ्य सबसे बड़ा उपहार है, संतोष सबसे बड़ा धन है, वफादारी सबसे बड़ा संबंध है। इसी से समझा जा सकता है कि अच्छे स्वास्थ्य का हम सभी के जीवन में कितना महत्व होता है? जिसका शरीर स्वस्थ है, वही स्वस्थ कार्य कर सकता है। इसीलिए तो हम हमेशा अपने प्रियजनों के लिए खुशी और स्वास्थ्य की कामना रखते हैं, क्योंकि कोई भी व्यक्ति बीमार होकर अपनी मेहनत की कमाई को डॉक्टर और दवाइयों पर जाया करना नहीं चाहता। मनोवैज्ञानिकों के अनुसार मनुष्य वास्तविक रूप से तभी स्वस्थ कहलाता है, जब वह स्वयं को मानसिक, भौतिक, भावात्मक, आध्यात्मिक एवं सामाजिक स्तर पर स्वस्थ अनुभव करे। दुर्भाग्य से आज के आधुनिक जगत की इस भाग-दौड़ भरी जिंदगी में लोगों के पास पर्याप्त समय ही नहीं होता कि वे अपने स्वास्थ्य की जांच समय-समय पर कराते रहें। इसलिए कुछ लोग स्वस्थ दिनचर्या को अपनाकर रोगों से दूर रहने की कोशिश करते हैं, किंतु उनका यह प्रयास अनेक प्रकार के सामाजिक दबाव के कारण उतना सफल नहीं हो पाता है, अंततोगत्वा निराश होकर वे अस्वस्थ जीवनशैली को अपना लेते हैं। हम यह अकसर भूल जाते हैं कि मां प्रकृति ने हमें, हमारे स्वास्थ्य के लिए आवश्यक सब कुछ प्रदान किया है। जरूरत है एक स्वस्थ और सकारात्मक जीवनशैली को अपनाने की।

दवाओं पर कम करें निर्भरता: आज, दवा की गोलियां, कैप्सूल अधिकतर लोगों के जीवन का हिस्सा बन गए हैं। इसकी वजह यह है कि समय की कमी और व्यस्त जीवनशैली के कारण हम हमेशा स्वयं की देखभाल यानी कि 'सेल्फ केयर' की तुलना में चिकित्सा यानी कि 'मेडिकल केयर' को अधिक पसंद करते हैं। हम जंक फूड, जरूरत से ज्यादा खाना, व्यायाम और उचित आराम न करना, भावनात्मक अस्थिरता, धूम्रपान और मद्यपान जैसी अनेक गलत आदतों के जाल में इस कदर फंसे हुए हैं कि हमें इस बात का एहसास तक नहीं होता कि इन सभी आदतों का हमारे स्वास्थ्य पर खतरनाक प्रभाव पड़ रहा है। तो फिर क्यों न एक स्वस्थ जीवनशैली को अपनाया जाए? पर क्या यह इतना सरल है? जी हां! बिल्कुल सरल हैं।

जीवनशैली में करें सुधार: यदि अपने बेहतर स्वास्थ्य के लिए हम कुछ छोटे-मोटे परिवर्तन अपनी दिनचर्या में लाएं तो हम एक समग्र संतुलित स्वस्थ जीवन जी सकते हैं। मसलन, जल्दी सोना और जल्दी उठना, इस आदत को यदि हम गंभीरता से अपना लें, तो प्रातःकाल से लेकर रात्रि तक हमारा दिन बहुत अच्छा बीतेगा। इसी प्रकार से सुबह को या शाम को यदि हम कुछ हल्का-फुल्का व्यायाम, जैसे कि सैर, जॉगिंग आदि को सिर्फ आधा घंटा कर लें, तो हम एक नई स्वस्थ पहल कर सकते हैं।

पौष्टिक भोजन का सेवन: पोषण विशेषज्ञों के अनुसार, आरोग्य का सबसे मुख्य भाग है, संतुलित आहार। जी हां! डाइटिंग के नाम पर अपने को भूखा रखना हानिकारक सिद्ध हो सकता है, इसके बजाय अपनी भोजन शैली में व्यावहरिक परिवर्तन कर सारे पौष्टिक तत्वों से भरपूर भोजन लेने के नियम का पालन करना और यदा-कदा रूप में कुछ भी खा लेने की आदत से बचना ज्यादा हितकारक है।

ध्यान का सकारात्मक प्रभाव: पिछले कुछ वर्षों में किए गए चिकित्सा अनुसंधानों के द्वारा यह तथ्य सामने आया है कि 'अध्यात्म', मानव चरित्र का एक ऐसा महत्वपूर्ण हिस्सा है, जो उसके भावनात्मक पक्ष को प्रभावित करता है, अतः उसकी उपेक्षा करना नुकसानकारक सिद्ध हो सकता है। इसीलिए विश्व भर के चिकित्सक आज दवाई के साथ-साथ अपने मरीजों को ध्यान (मेडिटेशन) करने की राय देते हैं, क्योंकि उनका यह स्पष्ट मानना है कि ध्यान के द्वारा मनुष्य अपने दिन-प्रतिदिन की नकारात्मकता से दूर रह सकता है और वह उनके शारीरिक स्वास्थ्य के बेहतरी में भी सहायक होगा। याद रहे! अपनी केयर खुद करें ताकि मेडिकल केयर से बचे रहें। *

पर्व-संस्कृति / डॉ. घनश्याम बादल

आगामी मंगलवार चैत्र शुक्ल प्रतिपदा से नवरात्र और नवसंत्सर का शुभारंभ हो रहा है। इस तिथि का जितना प्राकृतिक, ज्योतिषीय और धार्मिक महत्व है, उतना ही सांस्कृतिक महत्व भी है। इससे जुड़ी पौराणिक-सांस्कृतिक महत्ता पर एक दृष्टि।

नवसंवत्सर 2081 नवारंभ का सांस्कृतिक उत्सव

हिंदू कैलेंडर के अनुसार हर साल चैत्र प्रतिपदा से नया विक्रम संवत शुरू हो जाता है। एक बार फिर कालचक्र के परिवर्तन के साथ नववर्ष दस्तक दे रहा है। चैत्र मास के शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा यानी 9 अप्रैल मंगलवार से नव विक्रम संवत्सर 2081 आरंभ हो रहा है। साथ ही इस दिन से ही चैत्र नवरात्र भी आरंभ हो रहे हैं।

ज्योतिषीय-पौराणिक मान्यताएं: ज्योतिषीय पंचांग के अनुसार नव संवत्सर 2081 का नाम क्रोधी और पंचांग भेद से इसका नाम कालयुक्त है। इसका राजा मंगल और मंत्री शनि होंगे। ज्योतिष के अनुसार इस वर्ष ग्रहों के दशाधिकार में सात विभाग क्रूर ग्रहों को और तीन शुभ ग्रहों को मिले हैं। मंगल के राजा और शनि के मंत्री होने से इस वर्ष के उथल-पुथल भरा रहने की आशंका है। मान्यता है कि नए संवत्सर में ब्रह्मांड में नई व्यवस्था का गठन भी होता है। मान्यता यह भी है कि ब्रह्मा जी ने सृष्टि का आरंभ इसी तिथि से किया था। यह भी माना जाता है कि सबसे पहले सतयुग का प्रारंभ इसी तिथि यानी चैत्र प्रतिपदा से हुआ था। यह तिथि सृष्टि के कालचक्र प्रारंभ और पहला दिन भी माना जाता है। इसी दिन भगवान विष्णु ने दशावतार में से पहला मत्स्य अवतार लेकर प्रलयकाल में अथाह जलराशि में से मनु की नौका को सुरक्षित स्थान पर पहुंचाया था। प्रलयकाल समाप्त होने पर मनु से ही नई सृष्टि की शुरुआत हुई। हिंदू विक्रम संवत, अंग्रेजी कैलेंडर के वर्ष से 57 वर्ष आगे होता है। चैत्र नवरात्र की प्रतिपदा तिथि से अगले 9 दिनों तक देवी दुर्गा की उपासना का महापर्व नवरात्र भी आरंभ होता है।

सांस्कृतिक धरोहर : राष्ट्रीय स्वाभिमान और सांस्कृतिक धरोहर के संरक्षण के प्रतीक की शुरुआत इस चैत्र नवरात्र से ही होती है। महाराष्ट्र में इस दिन को गुड़ी पड़वा और दक्षिण भारत में इसे उगादि के रूप में मनाया जाता है।

शुक्ल पक्ष से आरंभ होता नववर्ष: यह नववर्ष किसी जाति, वर्ग, देश, संप्रदाय का नहीं अपितु संपूर्ण मानवता का नववर्ष है। यह पर्व विशुद्ध रूप से भौगोलिक पर्व है, क्योंकि प्राकृतिक दृष्टि से भी इस दौरान वनस्पतियों, फूलों और पत्तियों में भी नयापन दिखाई देता है। हिंदू कैलेंडर में कुल 12 माह होते हैं- चैत्र, वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, श्रावण, भाद्रपद, अश्विन, कार्तिक, मार्गशीर्ष, पौष, माघ और फाल्गुन। हिंदू कैलेंडर के सभी महीने नक्षत्र के नाम पर रखे गए हैं। पूर्णिमा तिथि पर जो नक्षत्र रहता है, उसी नक्षत्र के नाम पर हिंदी महीनों के नाम रखे गए हैं। जैस चैत्र का महीना चित्रा नक्षत्र के नाम पर रखा गया है, इसी प्रकार वैशाख, विशाखा के नाम पर, ज्येष्ठ, ज्येष्ठा नक्षत्र के नाम पर रखा गया है। एक प्रश्न यह उठता है कि चैत्र महीना हिंदू नववर्ष का पहला महीना होता है, जो होली के बाद शुरू हो जाता है। यानी फाल्गुन पूर्णिमा तिथि के बाद चैत्र कृष्ण प्रतिपदा लग जाती है फिर भी उसके 15 दिन बाद नया हिंदू नववर्ष क्यों मनाया जाता है? इसका उत्तर यह है कि हिंदू पंचांग के अनुसार कृष्ण पक्ष, पूर्णिमा से अमावस्या तिथि के 15 दिनों तक रहता है और कृष्ण पक्ष के इन 15 दिनों में चंद्रमा धीरे-धीरे लगातार घटने के कारण पूरे आकाश में अंधेरा छाने लगता है। सनातन धर्म का आधार हमेशा अंधेरे से उजाले की तरफ बढ़ने का रहा है यानी 'तमसो मा ज्योतिर्गमय'। इसी वजह से चैत्र माह के लगने के 15 दिन बाद जब शुक्ल पक्ष लगता है तभी प्रतिपदा तिथि से हिंदू नववर्ष मनाया जाता है। अमावस्या के अगले दिन शुक्ल पक्ष लगने से चंद्रमा हर एक दिन बढ़ता जाता है, जिससे कालक्रम अंधकार से प्रकाश की ओर बढ़ता है।

क्या है प्रतिपदा: हिंदू पंचांग की प्रथम तिथि प्रतिपदा कही जाती है। यह तिथि मास में दो बार आती है पूर्णिमा के पश्चात और अमावस्या के पश्चात। पूर्णिमा के पश्चात आने वाली प्रतिपदा को कृष्ण पक्ष की प्रतिपदा और अमावस्या के पश्चात आने वाली प्रतिपदा को शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा कहा जाता है। शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा से चंद्रमा पूर्णता की ओर बढ़ता है, अतः इसे प्रतिपदा कहते हैं। शुक्ल पक्ष में सूर्य और चंद्र का अंतर 0 से 12 डिग्री तक होता है, जबकि कृष्ण पक्ष में सूर्य और चंद्र का अंतर 181 से 192 डिग्री तक होता है, तब प्रतिपदा तिथि होती है। कृष्ण प्रतिपदा को चंद्रमा की प्रथम कला होती है। शुक्ल पक्ष प्रतिपदा में चंद्रमा अस्त रहता है। कृष्ण पक्ष प्रतिपदा में स्थिति एकदम विपरीत होती है। कृष्ण प्रतिपदा में चंद्र अपने ह्रास की ओर बढ़ता है। अतः कह सकते हैं कि हिंदू संस्कृति में नया वर्ष आनंददायक भाव के साथ शुरू किया जाता है। *

शुभकामना गीत / शिवचरण चौहान

नव संवत्सर मंगलमय हो !

भारत के जन-जन की जय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।
चैत्र शुक्ल प्रतिपदा हमारी।
नए वर्ष की शुभ तिथि प्यारी।।
भारत की सर्वत्र विजय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।
ऋतु बसंत पावन, मनभावन।
चैत्र मास नव मास सुहावन।।
महाराज विक्रम की जय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।
पूरित शस्य धरा अति पावन।
नव पल्लव फल-फूल सुहावन।।
ग्रह नक्षत्र शुभ मंगलमय हो।
भारत के जन-जन की जय हो।
नव संवत्सर मंगलमय हो।।

कहानी
रेखा शाह आरबी

लाल गमछा

रामदीन रोज रेल की पटरियों के किनारे वाले जंगल में अपनी बकरियां चराने ले जाता था। यहां बड़ी-बड़ी और मुलायम घास बकरियों को आसानी से उपलब्ध हो जाती थी। रामदीन पढ़ा-लिखा नहीं था। बचपन में मात्र चार-पांच दिन ही स्कूल गया था। उसका स्कूल में मन नहीं लगा तो स्कूल जाना छोड़ दिया। उसने घर में अपनी बकरियों को चराने की जिम्मेदारी ले ली।

उस दिन बकरियां जंगल में घास चर रही थीं। रामदीन कोई गीत गुनगुनाते हुए पटरियों के किनारे टहल रहा था। अचानक उसकी नजर रेल की टूटी पटरी पर पड़ी। वह चौंका, 'हे भगवान! यहां तो रेल की पटरी टूटी हुई है। रेल आएगी तो दुर्घटनाग्रस्त हो जाएगी।'

रामदीन ने सोचा गांव जाकर लोगों को खबर करे, लेकिन गांव दूर था। दोपहर बाद शाम शुरू होते ही आने वाली ट्रेन का टाइम हो रहा था। वह सोच में पड़ गया, यदि ट्रेन आ गई तो भयंकर दुर्घटना हो जाएगी। ना जाने कितनी जानें चली जाएंगी, कितने लोग हताहत हो जाएंगे। दोपहर खत्म हो रही थी। ठीक इसी समय ट्रेन आती थी, रामदीन को पता था। क्योंकि रोज वह बकरियों को चराकर इसी समय अपने गांव की ओर वापस लौटता था। वह जाती हुई उस ट्रेन के यात्रियों को हाथ हिलाकर अभिवादन करता था। यात्री भी उसे इस तरह हाथ हिलाते देखकर मुस्कुराते हुए अपने हाथ हिलाकर उसके अभिवादन का जवाब देते थे।

रामदीन का दिमाग सुन्न हो रहा था। उसे समझ में नहीं आ रहा था, करे तो क्या करे? कैसे ट्रेन को दुर्घटनाग्रस्त होने से बचाए? उसे अचानक याद आया, जब वह बचपन में चार-पांच दिन के लिए स्कूल गया था तो मास्टर जी ने बच्चों को बताया था कि यदि आपातकाल में कभी ट्रेन रुकवानी पड़े तो तुम किसी भी लाल रंग के कपड़े को ट्रेन के ड्राइवर को दिखाओ, ड्राइवर ट्रेन रोक देगा, क्योंकि लाल रंग खतरे का प्रतीक होता है। ड्राइवर समझ जाएगा कि आगे कहीं कुछ खतरा है, इसलिए ट्रेन रुकने का इशारा किया जा रहा है।

रामदीन ने अपने कपड़े देखे। उसने देखा, गले में लाल रंग का गमछा पड़ा हुआ है। उसने अपने डंडे में गमछे के दोनों सिरों को बांधा और पटरी के पास खड़ा हो गया। कुछ ही देर में उसे दूर से ट्रेन के आने की आवाज सुनाई दी। वह डंडे में बंधे लाल गमछे को हिलाते हुए ट्रेन की दिशा में दौड़ पड़ा।

ड्राइवर ने दूर से ही देख लिया था, एक व्यक्ति लाल रंग का कपड़ा लहराते हुए ट्रेन की तरफ आ रहा है। वह समझ गया कि कहीं न कहीं कुछ गड़बड़ है, उसने ट्रेन रोक दी।

ट्रेन रुकने के बाद ड्राइवर, गार्ड, टीटी और कुछ यात्री उतर कर रामदीन के पास आए। उसने सबको ट्रेन की टूटी पटरी दिखाई। टूटी पटरी देखकर लोग दंग रह गए। ड्राइवर बोला, 'आपने एक बहुत बड़ी दुर्घटना होने से बचाई है, लोगों की जान बचाई है।'

तुरंत स्टेशन से इंजीनियरों की टीम बुलाकर पटरियों की मरम्मत करवाई गई। ट्रेन जब अपने गंतव्य की ओर रवाना हुई तो टीटी, ड्राइवर, गार्ड और यात्रियों ने हाथ हिलाकर रामदीन के प्रति कृतज्ञता प्रकट की।

शाम होते ही रामदीन अपनी बकरियों को लेकर घर आ गया। रात को जब रामदीन अपनी खाट पर सोने के लिए लेटा तो सोच रहा था- 'मैं जब चार-पांच दिन स्कूल गया तो मुझे इतना ज्ञान मिल गया कि एक ट्रेन के कितने सारे लोगों की जान बचा ली। अगर लंबे समय तक शिक्षा ग्रहण की होती तो मैं ना जाने कितने और बड़े-बड़े काम करने के लिए समक्ष हो जाता।'

उसी रात रामदीन ने मन ही मन संकल्प लिया कि वह तो अनपढ़ रह गया, लेकिन अपने बच्चों को अनपढ़ नहीं रहने देगा। जल्द ही अपने बच्चों का स्कूल में दाखिला कराएगा। *

खरी-खरी / अशोक अंजुम

चुनावी मौसम में

बेईमानी, झूठ के सब कारखाने चल पड़े।
लो सभी नेता स्वयं को आजमाने चल पड़े।
जो सदा करते रहे बातें उजालों की यहां,
वे तिमिर के वंशजों के गीत गाने चल पड़े।
आ गया मतदान का मौसम, 'रे पंछी जाग जा'
फिर शिकारी वायदों के लेके दाने चल पड़े।

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से।
हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-
- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com
हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

इस सृष्टि की संपूर्ण शक्ति की स्रोत आदिशक्ति मां दुर्गा के नौ रूपों की आराधना का पर्व नवरात्र, आगामी मंगलवार से आरंभ हो रहे हैं। इस दौरान प्रकृति भी अपना पुराना आवरण त्याग कर नया स्वरूप धारण करती है। ऐसे संक्रांति काल में पवित्र मन से उपासना करने पर मां शक्तिस्वरूपा की कृपा अवश्य प्राप्त होती है।

चैत्र नवरात्र शक्ति की कामना का उत्सव

आस्था / सरस्वती रमेश

धार्मिक ही नहीं ज्योतिष की दृष्टि से भी चैत्र नवरात्र का विशेष महत्व है, क्योंकि इस दौरान सूर्य का राशि परिवर्तन होता है। यह अपनी आत्मशक्ति को जागृत करने और सात्विक गुणों को विकसित करने के लिए सबसे उपयुक्त समय माना जाता है। नवरात्र में हम देवी के नौ रूपों की अर्चना करते हैं। असल में ये नौ रूप हमारी विभिन्न मनोदशाओं के परिष्कार, उनकी शुद्धि से जुड़े हुए हैं। तरह-तरह की तामसिक प्रवृत्तियां हम सब के इर्द-गिर्द विचरण करती रहती हैं। नवरात्र के दौरान किया जाने वाला तप, उपवास हमें इन नकारात्मक ऊर्जा से मुक्त कर शुद्ध और सृजनशील बनाता है। इसलिए चैत्र नवरात्र को आध्यात्मिक साधना से शक्ति अर्जित करने का सबसे उपयुक्त समय माना जाता है।

संपूर्ण सृष्टि की स्रोत आदिशक्ति

यह संपूर्ण सृष्टि, शक्तिस्वरूपा में निहित सृजनात्मकता का प्रतिफल है। इस सृजनात्मकता का आरंभ आदिशक्ति से माना जाता है। हमारी पौराणिक मान्यताओं के अनुसार इस सृष्टि के सृजन के लिए आदिशक्ति के अंश स्वरूप ब्रह्मा, विष्णु और शिव की उत्पत्ति हुई थी, जिन्होंने इस ब्रह्मांड की परिकल्पना की। नवरात्र पर्व स्त्री शक्ति की इसी सृजनात्मकता और उसके अनगिन रूपों की आराधना का पर्व है। आदिशक्ति संसार की सभी शक्तियों का केंद्र बिंदु हैं। इसलिए नवरात्र में देवी की उपासना से हमें मानसिक, आध्यात्मिक हर तरह की शक्ति प्राप्त हो सकती है। हमारी वैदिक संस्कृति के अनुसार प्रत्येक नारी अपने आप में दैदीप्यमान ज्योतिर्मयी सत्ता है। यानी आदिशक्ति का ही प्रतीक रूप। अपने भीतर की शक्ति को जागृत करने के लिए आदिशक्ति से शक्ति की कामना का ही पर्व है नवरात्र।

उपवास से उपासना

नवरात्र के नौ दिन साधना और संयम के साथ आत्मजागरण करने का अवसर होता है। बिना संयम और चित्त पर नियंत्रण किए साधना नहीं की जा सकती। चित्त के हठीले संस्कार, लोभ, ईर्ष्या, जड़ता, भय जैसी नकारात्मक शक्तियां हमारे आगे बढ़ने की राह में सबसे बड़ी बाधा होती हैं। इनसे पार पाने के लिए नियमित साधना आवश्यक है। नवरात्र के दौरान किए जाने वाले उपवास से इस साधना पथ पर आगे बढ़ने का मार्ग प्रशस्त होता है। साधना हमारे भावनात्मक संतुलन को साधती है। आंतरिक शक्ति का विस्तार कर संकल्पों को साकार करने में मदद करती है। मानसिक विकारों को दूर करती है और आध्यात्मिक चेतना को जागृत करने के लिए सात्विक शक्तियों का बीजारोपण करती है।

साधना का उद्देश्य

नवरात्र में उपवास और साधना का उद्देश्य स्व को परिमार्जित करना होता है। जिस तरह हमारा बाहरी व्यक्तित्व हमारे कपड़ों, गहनों और आचार-विचार से निर्धारित होता है, ठीक उसी तरह हमारा आंतरिक व्यक्तित्व आत्मसंयम, आत्मबल, इच्छाशक्ति, विवेक और ज्ञान से परिभाषित होता है। साधना के द्वारा ज्ञान और विवेक अर्जित किया जा सकता है। इसके अलावा साधना आत्म से साक्षात्कार का सबसे बड़ा माध्यम होती है। आत्म से साक्षात्कार समस्त शक्तियों और ज्ञान के मूल से परिचित होना है। बिना आत्म से मिले हुए कोई भी साधना अपूर्ण ही मानी जाएगी क्योंकि आत्म से मिलन अपनी चेतना में आदिशक्ति के अंश को पहचानना है। उसे अपने भौतिक जीवन में उतारना है। उसकी प्रेरणा से अपने जीवन की दिशाएं तय करना है।

उपासना से होता है कल्याण

चैत्र मास में प्रकृति अपने सुंदरतम रूप में व्याप्त होती है। प्रकृति का यह उल्लास पूरे वातावरण पर प्रभाव डालता है। मान्यता है कि इस दौरान आध्यात्मिक साधना करने वालों पर सृष्टि में पर्याप्त सकारात्मक ऊर्जा दैवीय अनुकंपा के रूप में बरसती है। इस तरह प्रकृति से प्राप्त ऊर्जा का संयोजन आध्यात्मिक ऊर्जा से होता है। साधक के मन-मस्तिष्क और आचार-विचार का कायाकल्प हो जाता है। यानी हर तरह से हमारा कल्याण होता है। आत्मचेता मनुष्य सिर्फ अपने जीवन में बदलाव नहीं लाते बल्कि समाज में भी सकारात्मक बदलाव लाकर जीवन में सार्थकता लाते हैं। *

स्त्रियों में विद्यमान देवी अंश

शक्ति स्वरूपा देवी का अंश स्त्रियों में भी विद्यमान होता है। इसीलिए उनकी ऊर्जा निरंतर और अक्षुण्ण होती है। बात संस्कार की हो या समर्पण की, कर्तव्य की हो या अपनत्व की इस सांसारिक यात्रा में स्त्रियां निरंतर सक्रिय रहती हैं, अपना दायित्व निभाती रहती हैं। उनमें मौजूद विभिन्न गुणों के आधार पर ही उन्हें लक्ष्मी, सरस्वती, काली और दुर्गा का अंश कहा जाता है। हम नवरात्र में दुर्गा जी की आराधना अवश्य करें लेकिन साथ ही शक्ति का अंश धारण करने वाली स्त्रियों को भी घर, बाहर और समाज में हर जगह आदर-सम्मान देना कभी ना भूलें।

इंद्रधनुषी पर्व-संस्कृति का गुलदस्ता है बैसाखी

आगामी 13 अप्रैल को बैसाखी का पर्व मनाया जाएगा। यह पर्व जहां एक तरफ किसानों के उल्लास का प्रतीक है तो साथ ही यह कई धर्मों के अनुयायियों के लिए भी महत्वपूर्ण पर्व माना जाता है। इसे देश में कई रूपों में मनाया जाता है।

पर्वोल्लास / दिव्यज्योति 'नंदन'

बैसाखी एक ऐसा पर्व है, जिसके नाम लेते ही मन में रंग-बिरंगे परिधानों में सजे सिख समुदाय के हमारे भाइयों की भांगड़ा करती छवि तैर जाती है। लेकिन बैसाखी सिर्फ पंजाब, हरियाणा भर का त्योहार नहीं है।

फसल तैयार होने का उल्लास: बैसाखी का यह पर्व होली के बाद रबी के फसल के पककर तैयार हो जाने और किसान भाइयों द्वारा इसकी भीनी-भीनी खुशबू से रोमांचित होकर दर्शाई गई खुशी और उमंग का नाम है। चूंकि रबी की फसल सिर्फ पंजाब, हरियाणा या उत्तर भारत में ही नहीं पैदा होती बल्कि पूरे भारत में थोड़े-थोड़े अंतराल के बीच दस्तक देती है। इसलिए देश के कई प्रांतों में बैसाखी के आस-पास कई ऐसे पर्व मनाए जाते हैं, जिनका संबंध प्राचीन भारतीय संस्कृति में बहुत गहरे तक जुड़ा हुआ है।

कई धर्मों से जुड़ा पर्व: बैसाखी वास्तव में वैशाख मास की संक्रांति है यानी, सौर मास का प्रथम दिन। बैसाखी हिंदू कैलेंडर के वैशाख महीने का अपभ्रंश है। बैसाखी के दिन सूर्य मेष राशि में संक्रमण करता है, इस कारण इसे वैदिक संस्कृति और ज्योतिष विधान में मेष संक्रांति या विषुवत संक्रांति भी कहते हैं।

बिहू पर्व पर नाचती-गातीं स्थानीय महिलाएं

बैसाखी विशुद्ध रूप से भारतीय उपमहाद्वीप का सांस्कृतिक पर्व है। इसलिए इसका जितना रिश्ता सिख धर्म से है, उतना ही हिंदू धर्म से भी है और उतना ही हिंदुस्तान में जन्मे बौद्ध और जैन धर्मों से भी है। यही वजह है कि बैसाखी का पर्व किसी न किसी रूप में पूरे देश में मनाया जाता है। बस फर्क इतना होता है कि अलग-अलग जगहों में इसका नाम अलग-अलग हो जाता है। इसे कहीं बसोआ, कहीं बिसुआ, कहीं जुड़ शीतल, कहीं पोहेला बौसख, कहीं बिहू, कहीं विशु, कहीं पुथंडु कहते हैं। बैसाखी वास्तव में पकी फसल की सोंधी खुशबू के उल्लास का पर्व है।

कई रूपों में मनाते हैं पर्व: बैसाखी का नाम लेते ही कानों में 'जट्टा आई रे बैसाखी...' की धुन गूंजने लगती है। देश के दूसरे हिस्सों में भी इस दिन सुर और ताल का खूब समां बंधता है। बैसाखी के दिन ही सिखों के दूसरे गुरु श्री अंगद देव जी का जन्म हुआ था और इसी दिन ब्रह्माजी ने सृष्टि की रचना आरंभ की थी। मान्यता है कि भगवान श्री राम का राज्याभिषेक भी इसी दिन हुआ था। इसी दिन केरल और तमिलनाडु में बिशु पर्व और असम में बिहू तथा पश्चिम बंगाल में पोएला बैशाख पर्व मनाया जाता है। इस दिन पूरे भारत में लोग पवित्र नदियों, सरोवरों में स्नान करते हैं। दान-पुण्य करते हैं और इन सभी स्नानस्थलों पर लगने वाले मेलों में शामिल होते हैं। पंजाब में तो इस दिन पूरे प्रांत में 100 से ज्यादा जगहों पर छोटे-बड़े मेले लगते हैं। इस दिन लोग सुबह-सुबह नहाकर मंदिरों और गुरुद्वारों में जाते हैं। गली-गली में लंगर लगाए जाते हैं। इस अवसर पर हर तरफ खुशी और उल्लास का वातावरण दिखाई देता है। चित्रकूट और प्रयाग में भी इस दिन पवित्र स्नान और मेलों का आयोजन होता है। उत्तर प्रदेश में खासकर बुंदेलखंड के इलाके में इस दिन लोग नहा-धोकर और पूजा करके सत्तू खाते हैं। देशभर में इस समय गेहूं की फसल कट रही होती है या कटनी शुरू होती है। इसलिए किसान इस त्योहार को फसलों के इर्द-गिर्द नाचते-गाते हुए मनाते हैं।

सिख समुदाय का पवित्र पर्व: गुरु गोबिंद सिंह ने वैशाख माह की षष्ठी को ही खालसा पंथ की स्थापना की थी। सिख समुदाय के लोग इसलिए भी बैसाखी को बड़े उल्लास से मनाते हैं। गुरु गोविंद सिंह जी ने 1699 ई. को बैसाखी पर श्री आनंदपुर साहिब में विशेष समागम किया था। इसमें देशभर की संगत ने आकर इस ऐतिहासिक अवसर पर अपना सहयोग दिया था। गुरु गोविंद सिंह जी ने इसी मौके पर संगत को ललकार कर कहा था, 'देश को गुलामी से आजाद करने के लिए मुझे एक शीश चाहिए।' गुरु साहिब की ललकार को सुनकर पांच वीरों दया सिंह खत्री, धर्म सिंह जट, मोहकम सिंह छीवां, साहिब सिंह और हिम्मत सिंह ने अपने-अपने शीश गुरु गोबिंद सिंह जी को भेंट किए थे। इन्हीं पांच वीरों के जरिए खालसा पंथ की स्थापना हुई थी, जिसने किस तरह संकट से घिरे हिंदू धर्म को बचाया, यह इतिहास के पन्नों में दर्ज है। *

दो महाद्वीपों में फैला देश अजरबैजान

रोचक / मच्छिंद्र ऐनापुरे

इस पृथ्वी पर महाद्वीप, हम इंसानों द्वारा अपनी राजनीतिक सुविधा के लिए भौगोलिक सीमाओं का उपयोग करके बनाए गए विभाजन हैं। लेकिन अकसर प्रकृति का विभाजन बहुत सख्त नहीं होता और इसीलिए पृथ्वी पर दो महाद्वीपों में फैले देश मौजूद हैं। ऐसा ही एक देश है-अजरबैजान। यह देश पूर्वी यूरोप और पश्चिमी एशिया की सीमा पर स्थित है, इसलिए यह दोनों महाद्वीपों के बीच विभाजित है। एक तरफ कैस्पियन सागर और दूसरी तरफ काकेशस पर्वत के बीच बसा यह छोटा सा देश हमारे अपने देश के पश्चिम बंगाल राज्य से भी छोटा है।

इस देश की राजधानी बाकू, समुद्र तल से नीचे विश्व की सबसे निचली राजधानी है। बाकू शहर समुद्र तल से 92 मीटर नीचे है। बाकू शहर को वहां बहने वाली तेज हवाओं के कारण 'हवाओं का शहर' भी कहा जाता है। इस शहर में स्थित 'फ्लेम टावर्स' अपने अनूठे डिजाइन के कारण पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र बन गए हैं। ओल्ड सिटी सेंटर में एक पहाड़ी पर स्थित, ये टावर कैस्पियन सागर का सुंदर दृश्य प्रस्तुत करते हैं।

देश का इतिहास: ईसा पूर्व चौथी शताब्दी में एट्रोपेटस इस भूमि का शासक हुआ करता था। एट्रोपेटस शब्द का अर्थ है 'पवित्र अग्नि की भूमि।' इस देश में स्थित यानरदाग एक ऐसा स्थान है, जहां प्राकृतिक गैस से प्रज्ज्वलित आग देखी जा सकती है और लगातार जलती रहती है, इसलिए यह नाम अग्नि की भूमि से आया होगा। माना जाता है कि इसी एट्रोपेटस से इस देश का नाम अजरबैजान पड़ा।

अनोखे हैं तीन टावर्स: यहां स्थित तीन फ्लेम टावरों में सबसे ऊंचा दक्षिण में 39 मंजिला टावर है। इस आवासीय टावर में 130 लक्जरी अपार्टमेंट हैं। उत्तरी कोने में 36 मंजिला टावर में 318 कमरों वाला फेयरमोंट होटल है। पश्चिमी तरफ, कॉर्पोरेट ऑफिसेस वाला टावर है। इन टावरों का निर्माण 2007 में शुरू हुआ और 2012 में इनका निर्माण पूरा हुआ था। इन टावरों का आकार आग की लपटों जैसा है, लेकिन उनकी सतह एलईडी स्क्रीन से बनी है और ये स्क्रीन आग की लपटों का दृश्य प्रदर्शित करती हैं, जिन्हें शहर में कहीं से भी देखा जा सकता है। *

जब लगाएं परफ्यूम इन बातों का रखें ध्यान

लाइफस्टाइल / किरण भास्कर

मॉडर्न लाइफस्टाइल में आपकी ड्रेस और दूसरी एक्सेसरीज की तरह आपका परफ्यूम भी आपकी पर्सनालिटी को दर्शाता है। कई लोग अपने को रिफ्रेश करने के लिए बार-बार परफ्यूम का छिड़काव करते हैं, जबकि कई लोग ऐसे परफ्यूम लगाते हैं, जिसकी खुशबू लंबे समय तक बनी रहती है। दरअसल, खुशबू में इस्तेमाल किए जाने वाले तेल का महत्व ज्यादा होता है। यही वजह है कि वे परफ्यूम ज्यादा महंगे होते हैं, जिनमें यूज किया गया तेल महंगा होता है।

परफ्यूम का असर: विभिन्न इलेक्ट्रो फिजियो-लॉजिकल अध्ययनों से स्पष्ट हुआ है कि वास्तव में हमारे परफ्यूम की खुशबू या सुगंध हमारे मूड को तय करती है। यही नहीं फ्रेगरेंस का रिश्ता हमारे तनाव और भावनाओं से भी सीधे तौर पर होता है। कई अध्ययनों से यह बात स्पष्ट हो गई है कि अलग-अलग तरह की सुगंध अलग-अलग तरह का प्रभाव डालती है। इसलिए हर किसी को यह जानना चाहिए कि उसके मूड का रिमोट आखिर कौन-सा परफ्यूम है और पूरी सजगता के साथ ऐसे परफ्यूम का इस्तेमाल करना चाहिए। अध्ययनों से यह भी साफ हुआ है कि फ्रेगरेंस का रिश्ता हमारी बेहतर नींद से भी है। इसलिए अपने लिए ऐसे परफ्यूम को चुनें, जो

आपको बेहतर नींद मुहैया कराए। लब्बोलुआब यह कि अपने परफ्यूम को अपने मूड का रिमोट बनाइए।

जब लगाएं परफ्यूम: अपने लिए परफ्यूम सेलेक्ट और यूज करते समय कुछ बातों का ध्यान रखें।

- महिलाओं के लिए इस्तेमाल होने वाले ज्यादातर नियमित परफ्यूम देर तक खुशबू देते हैं। इनमें आमतौर पर 30 प्रतिशत से ज्यादा एसेंशियल ऑयल होता है और ये सुबह से लेकर शाम तक करीब 7-8 घंटे अपनी भीनी-भीनी खुशबू बिखेरते हैं और आप महकते रहते हैं।
- 15 से 22 प्रतिशत एसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम 3 से 5 घंटे तक खुशबू देते हैं। ऐसे परफ्यूम कलाई और गर्दन पर लगाने चाहिए।
- 8 से 15 प्रतिशत एसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम स्प्रे में आते हैं और इन्हें भी अकसर आम लोग इस्तेमाल करते हैं।
- 4 प्रतिशत एसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम को शरीर के हर हिस्से पर लगाया जा सकता है। यह स्पेशल बोतल में आता है और दो घंटे तक इसकी महक बनी रहती है।
- अगर लंबे समय तक परफ्यूम की खुशबू चाहते हैं तो इसे लगाने के लिए उसकी लेयरिंग टोन को कंसीडर करें और उसी महक को अलग-अलग प्रोडक्ट के रूप में इस्तेमाल करें। शावर या बाथ जैल के अलावा इसे बॉडी में लोशन या स्प्रे के साथ नहाने के बाद बाथ स्प्रे के रूप में भी इस्तेमाल कर सकते हैं। जब सेंट को परफ्यूम के रूप में इस्तेमाल करें तो इसे नीचे से ऊपर की ओर लगाएं। इससे पूरे शरीर में महक बनी रहती है।
- परफ्यूम को बॉडी प्वाइंट जैसे कोहनियों, बैक, घुटनों, कलाई, गर्दन और वक्ष स्थल में लगाएं, जहां इसकी महक लंबे समय तक रहती है। *

छोटे पर्दे से बड़े पर्दे पर आईं प्राची देसाई का सिक्का ओटीटी पर काफी जम चुका है। इन दिनों वह ओटीटी फिल्म 'साइलेंस : द नाइट आउल बार शूटआउट' को लेकर चर्चा में हैं। इसमें प्राची का क्या किरदार है? क्या प्राची ने फिल्मों से दूरी बना ली है? करियर से जुड़े अहम सवालों पर प्राची देसाई से खुली बातचीत।

ओटीटी पर मुझे फिल्मों के मुकाबले ज्यादा चैलेंजिंग किरदार मिल रहे हैं : प्राची देसाई

खास मुलाकात / पूजा सामंत

ओटीटी की लोकप्रियता को देखते हुए बॉलीवुड और टीवी से जुड़े कई नामी सितारों ने इसकी ओर रुख किया है। इनमें एक और एक्ट्रेस का नाम जुड़ गया है-प्राची देसाई। उन्होंने ओटीटी पर डेब्यू किया था फिल्म 'साइलेंस' से। प्राची ने तेलुगू भाषा के सुपरस्टार नागा चैतन्य के साथ भी एक वेब शो 'धूता' किया है। इन दिनों वह मनोज बाजपेयी के साथ 'साइलेंसः द नाइट आउल बार शूटआउट' को लेकर चर्चा में हैं। यह वेब सीरीज 16 अप्रैल को जी-5 पर रिलीज होगी। पेश है प्राची देसाई से हुई बातचीत के प्रमुख अंश -

'साइलेंस' के एक सीन में मनोज बाजपेयी के साथ प्राची देसाई

फिल्म के बड़े पर्दे और ओटीटी प्लेटफॉर्म पर काम करके क्या फर्क पाती हैं?

मेरी नजर में ओटीटी के लिए शूटिंग करना ज्यादा आसान है। सात-आठ एपिसोड्स की कहानी वाले वेब शो की शूटिंग ज्यादा से ज्यादा एक से डेढ़ महीने में खत्म हो जाती है। फिल्मों में बड़ा ताम-झाम होता है। बल्क में डेट्स ली जाती है। कभी फिल्म की शूटिंग नहीं हो पाई तो पूरा शेड्यूल गड़बड़ा जाता है। मेहनत तो फिल्म और ओटीटी दोनों जगहों पर है ही। वैसे ओटीटी पर मुझे फिल्मों के मुकाबले ज्यादा चैलेंजिंग किरदार मिल रहे हैं।

आपने कुछ वर्ष पहले 'साइलेंस' सीजन-1 भी की थी। इसी फिल्म का दूसरा सीजन करने की क्या खास वजह रहीं, यानी आपने इसे क्यों एक्सेप्ट किया?

2020 के कोरोना लॉक डाउन के दौर में मैंने फिल्म 'साइलेंस' सीजन-1 की थी। यह एक सस्पेंस-थ्रिलर जॉनर की बहुत दिलचस्प फिल्म है। इस जॉनर की फिल्में आजकल खूब पसंद की जा रही हैं। 'साइलेंस' सीजन 1 की शूटिंग के समय बहुत सारे प्रोटोकॉल निभाने थे। शूटिंग करने की भी इजाजत आसानी से नहीं मिलती थी। इस मुश्किल समय में शूटिंग करना बिल्कुल आसान नहीं था। लेकिन सभी कलाकारों ने मिलजुल कर काम किया। उस अनुभव को, उन दिनों को मैं कभी नहीं भूला सकती। हम बस इंतजार ही कर रहे थे कि कब 'साइलेंस' का दूसरा सीजन बने। जब दूसरे सीजन का ऑफर मिला, इसे एक्सेप्ट करना तो बनता ही था।

क्या इसकी कहानी-किरदार का आकर्षण नहीं था आपके लिए?

ऑफकोर्स था। कलाकार के लिए कहानी और किरदार का आकर्षण ना हो तो वह कलाकार कैसा? फिल्म में अभिनेता मनोज बाजपेयी के साथ काम करना एक बहुत बड़ा आकर्षण किसी भी एक्टर के लिए हो सकता है।

फिल्म में अपने किरदार के बारे में बताएं?

इस फिल्म में मेरा किरदार इन्वेस्टिगेटिव पुलिस ऑफिसर संजना भाटिया का है। मेरा किरदार अंडर कवर्ड है। मस्ती-मजाक में भी पुलिस ऑफिसर संजना भाटिया अपने कर्तव्य को उचित अंजाम देती है।

अपने किरदार के लिए आपने क्या कोई खास तैयारी की थी? इसके लिए निर्देशक की कोई विशेष हिदायत थी?

अमूमन पुलिस अफसर जब किसी हीरो को दिखाया जाता है तब उसमें अकसर कई एक्शन सीन होते हैं, लेकिन निर्देशक अबन भरुचा देवहंस, जो एक सक्षम महिला निर्देशक हैं, उन्होंने मेरे किरदार को थोड़ा लाइट हार्टेड बनाया। सभी पुरुष पुलिस वालों में मैं एक महिला पुलिस ऑफिसर हूं, जो कहानी में हल्के-फुल्के संवाद बोलती है, सभी को हंसाती रहती है। संजना के कारण तनाव भरे माहौल में हल्का-फुल्का माहौल बनता है। हालांकि इसमें छोटे-मोटे एक्शन सीन हैं, लेकिन बहुत ज्यादा नहीं। यह मर्डर मिस्ट्री है। कहानी में सभी कड़ियों को जोड़े रखने में संजना कारगर मालूम होती है। इसलिए एक्शन, स्टंट्स करने वाली यह पुलिस अफसर नहीं है। यह संजना दर्शकों को याद रहेगी।

आप अचानक फिल्मों से गायब हो गईं। अब चार वर्षों बाद ओटीटी पर नजर आ रही हैं? आप फिल्मों से दूर क्यों हुईं?

मैं फिल्मों में नजर नहीं आई, जिसके कई कारण थे। कोरोना काल के लॉक डाउन में मेरी क्या शायद ही किसी अन्य एक्टर की फिल्म रिलीज हुई हो। मैंने जो फिल्में साइन की थीं, उनमें कोई फिल्म शुरू नहीं हो पाई। मैं अपने पैशन के लिए फिल्में करती हूं, यह जरूरी नहीं मेरी हर वर्ष दो-चार फिल्में रिलीज हों। एक वर्ष में बस एक फिल्म रिलीज हो, जिसे करने में मुझे खुशी हो, इतना काफी है मेरे लिए। मैं बहुत चूजी हूं, जो पसंद आए सिर्फ उसे ही एक्सेप्ट करती हूं। ओटीटी पर जो भी प्रोजेक्ट किए, मेरे परफॉर्मेंस की प्रशंसा हुई। ऐसा नहीं है कि मैं बड़े पर्दे से दूर हो गई हूं।

'साइलेंस' सीजन-2 के अलावा ओटीटी प्लेटफॉर्म पर इधर और क्या किया है?

अमेजॉन प्राइम पर 'धूता' रिलीज हुए अभी तीन महीने हुए हैं। इस वेब शो का रिजल्ट काफी उत्साहवर्धक रहा। आठ कड़ियों वाले इस शो का जो फीडबैक मिला, देखकर खुशी हुई। लगा मेरा यह निर्णय सही था कि मैं ओटीटी के नए प्लेटफॉर्म पर खुद को आजमा लूं। विक्रम कुमार इसके निर्देशक हैं, मेरे को-स्टार नागा चैतन्य हैं। मुझे निर्देशक विक्रम कुमार और नागा चैतन्य ने काफी कन्विंस किया कि मैं यह शो कर खुद को आजमाऊं। अगर मेरे लिए यह रिस्क है तो रिस्क लेना सही है। बिना रिस्क, बिना चैलेंज एक एक्टर के रूप में मैं कैसे ग्रो करूंगी? उनके इस तरह समझाने के बाद मैं वेब शो 'धूता' के लिए मान गई। इस वेब शो का यह पहला सीजन है। दूसरे सीजन की तैयारी चल रही है। *