हरिभूमि
# महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, रविवार, 22 जून 2025

11 हजारों नागरिकों ने एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग...

12 जोधपुर से चली रेजांगला पराक्रम यात्रा का विधायक ओमप्रकाश...

MR DEGREE COLLEGE
॥ तमसो मा ज्योतिर्गमय ॥
Affiliated to Indira Gandhi University, Meerpur (Rewari)
GET UPTO 100% SCHOLARSHIP
COURSE AVAILABLE
B.SC. (Medical) / B.SC. (Non-Medical)
B.A. / B.COM / M.SC. (Phy. & Chem.)
B.Ed. / JBT / D-PHARMA
ADMISSION OPEN
Session 2025-26
For Admission Visit College Campus
Bus Facility Available From All Routes
MITTERPURA (M/GARH) HRY.
9466886066, 9416903367, 9416903021
mrcollegemitterpura@gmail.com

स्थाई अधिकारी बैठाने को लेकर नपा अध्यक्ष ने शहरी स्थानीय निकाय विभाग को भेजा पत्र

# नगर पालिका कार्यालय में नहीं हैं स्थाई तौर पर सचिव, एमई एवं लेखाकार

अधिकारियों की कमी के कारण आम आदमी को अपने काम करवाने में परेशानी आ रहीं हैं। जो कुछ अधिकारी हैं, उन पर काम का दबाव अधिक है।

हरिभूमि न्यूज ⏭महेंद्रगढ़

महेंद्रगढ़। नगर पालिका कार्यालय का मुख्यद्वार। फोटो : हरिभूमि

नगर पालिका में इन दिनों स्थाई तौर पर अधिकारियों की कमी और व्यवस्था राम भरोसे है, क्योंकि यहां अस्थाई तौर सचिव, एमई एवं लेखाकार लगाए हुए हैं। जिसके चलते सरकार द्वारा संचालित समाधान शिविर में प्राप्त शिकायत का निपटान व अतिक्रमण नहीं हट पा रहा हैं। नगर पालिका में स्थाई अधिकारी को बैठाने को लेकर नगर पालिका अध्यक्ष ने शहरी स्थानीय निकाय विभाग पंचकूला को पत्र भेजकर जल्द अधिकारी बैठाने की मांग की हैं।

अधिकारियों की कमी के कारण आम आदमी को अपने काम करवाने में परेशानी आ रहीं हैं। जो कुछ अधिकारी हैं, उन पर काम का दबाव अधिक है। नगर पालिका में फिलहाल अटेली मंडी नगर पालिका के सचिव अनिल कुमार को महेंद्रगढ़ का कार्यभार दिया हुआ हैं। इसके अलावा पालिका अभियंता का एक पद स्वीकृत हैं, संचालन के लिए नगर परिषद नारनौल के पालिका अभियंता को महेंद्रगढ़ का अतिरिक्त कार्यभार दिया हुआ है। इसके अतिरिक्त महेंद्रगढ़ नगर पालिका में लेखाकार का एक पद स्वीकृत हैं, संचालन के लिए लेखाकार नगर परिषद नारनौल को नगर पालिका महेंद्रगढ़ का अतिरिक्त कार्यभार दिया हुआ है। ऐसे में अतिरिक्त कार्य होने और मीटिंगों का दबाव होने के कारण वे भी नगर पालिका में पूरा समय नहीं दे पाते हैं। ऐसे में नगर पालिका में कुर्सियां खाली रहती हैं। जिस कारण कर्मचारी भी कुर्सी पर कम और आफिस से बाहर ज्यादा रहते हैं। नगर पालिका में सचिव का सबसे महत्वपूर्ण पद होता है।

### यह भेजा पत्र

नगर पालिका प्रधान रमेश सैनी ने शहरी स्थानीय निकाय विभाग पंचकूला को भेजे पत्र में लिखा है कि महेंद्रगढ़ नगर पालिका में सचिव का एक पद स्वीकृत हैं, जो कि रिक्त चल आ रहा है तथा संचालन के लिए अटेली मंडी नगर पालिका सचिव को महेंद्रगढ़ नगर पालिका का अतिरिक्त कार्यभार दिया हुआ है। इसके अलावा पालिका अभियंता का एक पद स्वीकृत है, जो कि रिक्त चल आ रहा है। संचालन के लिए नगर परिषद नारनौल के पालिका अभियंता को महेंद्रगढ़ का अतिरिक्त कार्यभार दिया हुआ है। इसके अतिरिक्त महेंद्रगढ़ नगर पालिका में लेखाकार का एक पद स्वीकृत हैं, जो कि रिक्त चल आ रहा है तथा संचालन के लिए लेखाकार नगर परिषद नारनौल को नगर पालिका महेंद्रगढ़ का अतिरिक्त कार्यभार दिया हुआ है। उन्होंने बताया कि नगर पालिका में स्थाई अधिकारी नहीं होने के कारण कार्य प्रभावित हो रहे हैं तथा सरकार द्वारा संचालित समाधान शिविर में प्राप्त शिकायत इत्यादि का निपटान करने में समस्याओं का सामना करना पड़ रहा हैं। समस्याओं का समय पर निपटान विकट परिस्थितियों में किया जा रहा हैं। नगर पालिका महेंद्रगढ़ में वर्तमान में काफी कार्यों के टेंडर लगाए जा चुके हैं तथा वर्तमान में कार्यों पर अतिक्रमण हटाने में तथा कार्यों को सक्षम अधिकारी को देखरेख में पूर्ण करने व अन्य कार्यों के लिए उपयुक्त वर्णित अधिकारियों व कर्मचारियों के नित्यंत आवश्यकता है। उन्होंने मांग की है कि महेंद्रगढ़ नगर पालिका में खाली पदों पर जनहित में नगर पालिका हित को देखते हुए स्थाई तौर पर अधिकारियों कर्मचारियों को नियुक्त किया जाए, ताकि नगर पालिका महेंद्रगढ़ का कार्य सुचारू रूप से चल सके तथा आम जन की समस्याओं का समय पर निदान किया जा सके, जिससे सरकार में नगर पालिका की छवि को बरकरार रखा जा सके।

## योग शिविर में वीआईपी कल्चर की रही प्रतिस्पर्धा

### 19 लोगों तक ही पहुंच पाई बोतलें व योग ट्रेनरों की सहायता

हरिभूमि न्यूज ⏭नांगल चौधरी

एक तरफ सरकार ने वीआईपी कल्चर को खत्म करने की मुहिम चलाई है। मंत्री, सांसद व विधायकों से लाल बत्ती छीन ली गई है, लेकिन विभागीय कार्यक्रमों में वीआईपी कल्चर की प्रतिस्पर्धा खत्म नहीं हुई है। यहीं प्रतिस्पर्धा अंतर राष्ट्रीय योग शिविर में देखने को मिली। यहां केवल 19 लोगों तक ही पानी की बातलें व ट्रेनरों की सहायता सिमटकर रह गई। अन्य लोगों को अव्यवस्थि माहौल में आधी अधूरी योग क्रियांए करनी पड़ी हैं।

आपको बता दें कि संयुक्त राष्ट्र संघ ने 2014 में 21 जून को अंतर राष्ट्रीय योग दिवस घोषित किया था। इसके बाद पूरे विश्व में 11वां अंतराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया है। सरकार के निर्देशानुसार उपमंडल स्तर पर बीते एक सप्ताह से योग प्रोटोकॉल तथा प्रशिक्षण शिविर लगाए जा रहे हैं। नांगल चौधरी उपमंडल में एसडीएम मनोज कुमार को नोडल अधिकारी व जिला प्रमुख डॉ. राकेश कुमार मुख्यातिथि बनाया गया है। करीब सात से 10 योग क्रियाएं शुरू हुई। इसके लिए पब्लिक को दो टुकड़ों में बांटा गया।

अंग्रिम पंक्ति में 19 वीआईपी लोग चयनित किए ग,ए जिन्हें योग करने के लिए गद्दे तथा अन्य सुविधाएं मुहैया कराई गई हैं। अधिकतर वीआईपी को योग करने में असहजता महसूस हुई। इस दौरान उन्हें तुरंत योग ट्रेनरों ने सहायता उपलब्ध कराई।

नांगल चौधरी। योग शिविर में योग अभ्यास करते वीआईपी व समान्य लोग।

### प्यास व अव्यवस्थाओं का करना पड़ा सामना

दूसरी तरफ आमजनों के लिए टाट पट्टी का प्रबंध किया। जिस पर घुटनों के बल योग करना संभव नहीं हो पाया। पीछे वाली पंक्तियों में योग ट्रेनर तैनात नहीं रहे। जिस कारण लोगों को अधिकांश योगासनों का अभ्यास नहीं हो पाया। अशोक कुमार, बिक्रम सिंह, राजू सैनी, योगेश ने बताया कि योग कार्यक्रम में 5:30 बजे पहुंचे थे तथा एक घंटे 30 मिनट इंतजार करने के बाद योग क्रियाएं शुरू हुई है। इस दौरान प्यास व अन्य अव्यवस्थाओं का सामना करना पड़ा।

### योगासनों से मानसिक विकारों का खात्मा संभव

जिला प्रमुख डॉ. राकेश कुमार ने कहा कि योगासनों का महत्व शारीरिक स्वास्थ्य तक ही सिमित नहीं। बल्कि योग क्रियाओं से मानसिक विकार व नकारात्मक सोच का प्रभाव खत्म होता है। 21 जून को सबसे बड़ा दिन होता है तथा इसी दिन से सौरमंडल के नक्षत्रों की दिशा बदलती है। इसी दिन को योग दिवस घोषित करने से लोगों को स्वस्थ समाज का निर्माण करने में मदद मिलेगी। इस मौके पर बीईओ सुनीता यादव, कॉलेज के प्राचार्य डॉ. अनिल यादव, भाजपा नेता रमेश तंवर, पूर्णचंद गोठड़ी, कर्मबीर, सचिव आदित्य यादव आदि मौजूद रहें।

BRCM EDUCATION SOCIETY
Bahal-127028, Bhiwani (HARYANA)
Transforming Values with Commitment...
BRCM HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS
ADMISSION OPEN FOR SESSION 2025-26

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

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

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

GDC MEMORIAL COLLEGE
Your Potential - Our Passion...
Estd. 2011
Approved by Govt. of Haryana
Permanently Affiliated to Chaudhary Bansi Lal University, Bhiwani
NAAC Accredited 'B' Grade (Second Cycle)
COURSES OFFERED
UG Courses
- B.Com. (Pass)
- B.A. (Bachelor of Arts)
- B.Sc. (Life Science/Medical)
- B.Sc. (Phy. Sci./Non-Med./Comp. Sci.)
- BPES (Phy. Edu. and Sports)
- B.Sc. Agriculture (Hons.)

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

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

BRCM LAW COLLEGE
Where Knowledge is for Justice...
Estd. 2018
Approved by Govt. of Haryana and
Bar Council of India, New Delhi
Affiliated to Chaudhary Bansi Lal University, Bhiwani
COURSES OFFERED
- LL.B. - 3 Years Course
- B.A.LL.B. - 5 Years Integrated Course
- LL.M. - 2 Years Course

Special Features
- Moot Court Competitions
- Internship Opportunities

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

BRCM SCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS
ADMISSION OPEN FOR SESSION 2025-26

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

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

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

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

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

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

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

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

### क्या है एसआईपी टॉप अप

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

### इंक्रीमेंट करोड़पति बनाने में कैसे आएगा काम

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

### ऐसे समझें रिटर्न का गणित केस-1

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

10 साल में कुल निवेश : 9,56,245 रुपये

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

### केस-2

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

### केस-3

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

### एसआईपी में टॉपअप ऐसे करें

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

### एसआईपी में टॉपअप के फायदे

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

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

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

ज्ञान
बिजनेस डेस्क

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

### बिजनेस टर्म लोन

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

### बिजनेस वर्किंग कैपिटल लोन

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

### प्रोफेशनल बिजनेस लोन

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

### मशीनरी फाइनेंस लोन

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

### क्या है बिजनेस लोन

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

### बिजनेस लोन के प्रकार

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

### बिजनेस लोन के लाभ

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

### ऐसे ले सकते हैं बिजनेस लोन

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

### आवश्यक दस्तावेज़

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

### यह भी जानिये

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

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

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

जरूरत
बिजनेस डेस्क

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

### जब जिंदगी अचानक बदल जाए

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

### मेडिकल एवैक्यूएशन से लेकर पार्थिव शरीर की वापसी तक

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

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

### मानसिक सहारे की भी होती है ज़रूरत

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

### समझदारी भरा फैसला

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

### क्या है ट्रैवल इंश्योरेंस

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

### ट्रैवल इंश्योरेंस के लाभ

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

### ट्रैवल इंश्योरेंस के प्रकार

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

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

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

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

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

समझदारी
बिजनेस डेस्क

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

### इक्विटी से होगा लॉन्ग टर्म वेल्थ क्रिएशन

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

### डेट में निवेश से मिलेगी स्टेबिलिटी और सुरक्षा

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

### गोल्ड यानी महंगाई और संकट से बचाने वाला निवेश

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

### रिटायरमेंट के लिए बैलेंस्ड पोर्टफोलियो कैसे बनाएं

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

### बेफिक्र रिटायरमेंट के लिए बैलेंस्ड अप्रोच जरूरी

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

## खबर संक्षेप

### स्पोर्ट्स क्लब खासपुर में किया योग

**नारनौल।** स्पोर्ट्स क्लब खासपुर में अंतर राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन बड़े उत्साह व भव्यता के साथ संपन्न हुआ। योग के प्रति ग्रामीणों की जागरूकता व सहभागिता इस आयोजन को विशेष बना गई। कार्यक्रम की शुरूआत प्रातः छह बजे हुई। जहां बीएसएफ के कमांडेंट सुरेंद्र यादव व श्री शनि शक्ति धाम खासपुर के प्रधान कै. कंवर सिंह ने सामूहिक योग अभ्यास की रिहर्सल करवाई। ग्राम पंचायत खासपुर की सरपंच रीना देहरान ने कार्यक्रम में भाग लेकर योग के सामाजिक महत्व पर प्रकाश डाला। इस मौके पर रामौतार यादव, बजरंगलाल यादव, बंटी राव, दारासिंह नंबरदार, सचिन रोहिल्ला, लालचंद यादव, रोनित, विहान आदि मौजूद थे।

### आईटीआई में मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

**महेंद्रगढ़।** एमडीएस आईटीआई जाटवास में शनिवार को अनुदेशक दिनेश कुमार ने योग करवाया। उन्होंने विद्यार्थियों को कपालभाति, अनुलोम, विलोम, योगासन, शीर्षासन, चक्रासन, भुजंगासन, पद्मासन आदि योग कराए। पंडित उमराव लाल शिक्षा समिति सचिव एडवोकेट गोपाल शर्मा ने बताया कि योग हमारी संस्कृति से जुड़ा हुआ है, भारत में योग की शुरूआत सदियों पहले हुई थी। इस अवसर पर प्रधानाचार्य आनंद कुमार शर्मा, इलेक्ट्रीशियन अनुदेशक प्रवीण कुमार, निदेशिका वंदना शर्मा, कार्यालय अधीक्षक सरिता यादव, अनुदेशक दिनेश कुमार, अनुदेशक तेजपाल, अनुदेशक नयनसुख उपस्थित रहे।

### आकाश एकेडमी में मनाया योग दिवस

**महेंद्रगढ़।** 11वीं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में इंटरनेशनल नेचुरोपैथी आगेर्नाइजेशन, सूर्या फाउंडेशन, मोराजी देसाई योग संस्थान व आयुष मंत्रालय के कार्यकारिणी के जिला संयोजिका डॉ. नेहा चौहान ने आयोजित आकाश एकेडमी में योग प्रोटोकॉल के तहत 15 से 21 जून तक नियमित योग अभ्यास करवाया। डॉ. नेहा चौहान ने सूक्ष्म व्यायाम, आसन, बैठकर व लेट कर किए जाने वाले आसन अनुलोम विलोम, कपालभाति आदि योगासनों के लाभों के बारे में विस्तृत रूप से बताया। मुख्यातिथि डॉ. विजय यादव निहालावास ने योग व प्राकृतिक चिकित्सा के महत्व को बताया।

### ग्राम पंचायत खोड़ में मनाया योग दिवस

**मंडी अटेली।** ग्राम पंचायत खोड़ में अंतरराष्ट्रीय 11वां योग दिवस मनाया गया, जिसमें मुख्य अतिथि बाला यादव एडवोकेट व नीरज कुमार ने दीप प्रज्वलित कर योग दिवस की शुरुआत की, जिसमें ग्रामीणों द्वारा इस अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग के बारे में जागरूक किया गया। योगाचार्य ओमप्रकाश ने बताया कि योग शरीर, मन और आत्मा को जोड़ता है। योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं है, बल्कि यह हमारे जीवन के हर पहलू को प्रभावित करता है। इस मौके पर कोच अनिल, नीलम, सरपंच प्रतिनिधि नरेश सिंह, कैप्टन अजीत सिंह, श्रवण सिंह, सुरेश सिंह व डा. रोशन लाल आदि ग्रामीण मौजूद रहे।

## जिलास्तरीय कार्यक्रम में पूर्व मंत्री एवं विधायक ओमप्रकाश यादव ने की शिरकत

# हजारों नागरिकों ने एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग थीम पर की योगिक क्रियाएं

- योग का संदेश देने के लिए तैयार की गई रंगोली को सभी ने बहुत सराहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

11वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर जिला महेंद्रगढ़ में विभिन्न स्थानों पर आयोजित योग कार्यक्रमों में हजारों लोगों की भागीदारी से प्रोटोकॉल के साथ एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग थीम पर योगिक क्रियाएं की गई। जिला स्तरीय कार्यक्रम नई अनाज मंडी में आयोजित किया गया। आयुष विभाग एवं हरियाणा योग आयोग की ओर से आयोजित इस कार्यक्रम में पूर्व मंत्री एवं विधायक ओमप्रकाश यादव ने मुख्य अतिथि के तौर पर पहुंच कर भगवान धन्वंतरि के चित्र के समक्ष दीप प्रज्ज्वलित कर योग शिविर का शुभारंभ किया। इसी प्रकार हरियाणा सरकार के दिशा निर्देश अनुसार सभी खंडों में एक साथ योग कार्यक्रम हुए। इसके अलावा नागरिकों ने अपने घरों की छतों पर बैठकर भी योग किया।

यादव ने कहा कि योग हमारी प्राचीन पद्धति है। इससे हमारे शरीर व मन को स्वस्थ रखा जा सकता है। योग केवल एक व्यायाम नहीं है। यह शरीर से मन और मन से आत्मा तक पहुंचने की एक यात्रा है। योग की सामूहिक ऊर्जा बहुत अधिक होती है। इस कार्यक्रम के दौरान सूचना, जनसंपर्क एवं भाषा विभाग द्वारा योग पर तैयार की गई एक पांच मिनट की डॉक्यूमेंट्री भी दिखाई गई। स्कूली बच्चों ने कठिन योग अभ्यास किया। पतंजलि योगपीठ से निलेश कुमार ने योगिक की क्रियाएं करवाई। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की ओर से बहन कमल दीदी ने शांति पाठ कराया। जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ. शशि बाला ने आगंतुकों का स्वागत किया। योग का संदेश देने के लिए तैयार की गई रंगोली को सभी ने बहुत सराहा।

नारनौल। जिला स्तरीय योग कार्यक्रम में एक साथ योग करते हजारों नागरिक।

### योग युक्त हरियाणा, नशा मुक्त हरियाणा की गूंज

नागरिकों ने बड़ी एलईडी स्क्रीन के जरिए विशाखापट्टनम से देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व कुरुक्षेत्र में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम से प्रदेश के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के संबोधन को सुना। जिला स्तरीय कार्यक्रम में संबोधित करते हुए विधायक ओमप्रकाश यादव ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में चल रही हरियाणा सरकार योग को बढ़ावा देने के लिए अनेक स्तर पर कार्य कर रही है। इसी उद्देश्य के लिए प्रदेश में योग शालाओं का निर्माण किया गया है। उन्होंने लोगों से आह्वान किया कि प्रदेश के मुख्यमंत्री की ओर से योग युक्त हरियाणा, नशा मुक्त हरियाणा का संदेश हम सब की भागीदारी के साथ घर घर तक जाना चाहिए।

### ये रहे मौजूद

इस मौके पर उपायुक्त डॉ. विवेक भारती, पुलिस अधीक्षक पूजा वशिष्ठ, बीजेपी के जिला प्रधान यतेंद्र राव, नगर परिषद चेयरपर्सन कमलेश सैनी, दयाराम यादव, राकेश शर्मा के अलावा अन्य गणमान्य नागरिक भी मौजूद थे।

महेंद्रगढ़। योगाभ्यास करते योगेश्वर दत्त व कुलपति प्रो. टंकेशवर कुमार।

## हकेंवि में 11वे अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का हुआ आयोजन

**महेंद्रगढ़।** 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में आयुष मंत्रालय की ओर से निर्धारित प्रोटोकॉल के अंतर्गत विद्यार्थियों, शिक्षकों, शोधार्थियों, कर्मचारियों व उनके परिवारजनों तथा स्थानीय गांवों के निवासियों ने योगाभ्यास किया। विश्वविद्यालय कुलपति प्रो. टंकेशवर कुमार की अध्यक्षता में आयोजित इस कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के समकुलपति प्रो. पवन कुमार शर्मा व कुलसचिव प्रो. सुनील कुमार के साथ मुख्यातिथि के रूप में पद्मश्री योगेश्वर दत्त उपस्थित रहे। आयोजन में मुख्यतिथि योगेश्वर दत्त ने कहा कि योग भारत की पुरातन पहचान का प्रतीक है और इसे समूचे विश्व में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पहचान दिलाई है। योग से तन भी मजबूत होता है, मन भी मजबूत होता है। योग दिवस पर जिस तरह से हरियाणा केंद्रीय विश्वविद्यालय में प्रतिभागी जुटे हैं वह बेहद सराहनीय है। योगेश्वर दत्त ने इस अवसर पर संकल्प से सिद्धी का मंत्र देते हुए विद्यार्थियो को कहा कि आप डॉक्टर, इंजीनियर, ओलम्पिक चैंपियन बन सकते हो, आपमें प्रतिभा है बस आवश्यकता है उसे पहचानने और संकल्प के साथ सफलता के लिए आगे बढ़ने की। इस अवसर पर योग विभाग के विद्यार्थियों ने सभी प्रतिभागियों को आयुष मंत्रालय के द्वारा निर्धारित योगा प्रोटोकॉल के अंतर्गत योगाभ्यास कराया। विश्वविद्यालय के योग विभाग, राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस), योग ट्रेकिंग व एडवेंचर क्लब व राष्ट्रीय कैडेट कोर (एनसीसी) के संयुक्त प्रयासों से आयोजित इस कार्यक्रम की रूपरेखा स्कूल आफ इंटरडिसिप्लिनरी एंड एप्लाइड साइंसेस के अधिष्ठाता प्रो. दिनेश गुप्ता ने प्रस्तुत की। मुख्यातिथि का परिचय योग विभाग के सहायक आचार्य डॉ. अजयपाल ने दिया, जबकि विश्वविद्यालय कुलपति का परिचय डॉ. खेराज ने प्रस्तुत किया। मंच का संचालन आयोजन समिति की सदस्य डॉ. नीलम ने किया जबकि धन्यवाद ज्ञापन योग विभाग के सहायक आचार्य डॉ. नवीन ने प्रस्तुत किया।

महेंद्रगढ़। कॉलेज में योग करते साधक। फोटो : हरिभूमि

### यदुवंशी डिग्री कॉलेज में मनाया योग दिवस

**महेंद्रगढ़।** यदुवंशी डिग्री कॉलेज महेंद्रगढ़ में शुक्रवार को योग दिवस उत्साह के साथ मनाया गया। इस दौरान कॉलेज परिसर में विशेष योगाभ्यास करवाया गया, जिसमें कॉलेज के शिक्षकों, कर्मचारियों व विद्यार्थियों ने भाग लिया। कार्यक्रम की शुरूआत संस्था चेयरमैन व पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह की अध्यक्षता में सूर्य नमस्कार ओम के उच्चारण से की गई। कार्यक्रम के मुख्य बिंदु में विभिन्न योगासन, योग के स्वरूप पर लाभ व योग के प्रति जागरूक पैदा करना रहा। इस अवसर पर चेयरमैन श्राव बहादुर सिंह के साथ-साथ, फाउंडर डायरेक्टर राजेंद्र यादव, ग्रुप डायरेक्टर विजय सिंह यादव, डॉ. प्रदीप यादव, प्राचार्य बबरुभान मौजूद रहे। सभी ने छात्रों को नियमित योगाभ्यास करने के लिए प्रेरित किया। चेयरमैन व पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह ने बताया कि यदुवंशी कॉलेज पूरे हरियाणा में एकमात्र कॉलेज है जो बीए योगा कोर्स करवाता है।

### सिंघानिया यूनिवर्सिटी में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस आयोजित

**नारनौल।** सिंघानिया यूनिवर्सिटी पचेरी बड़ी में 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में एक भव्य योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह आयोजन खेल विभाग के तत्वावधान में संपन्न हुआ। इस दौरान विश्वविद्यालय के छात्र, शैक्षणिक एवं गैर-शैक्षणिक स्टाफ तथा नर्मदा देवी सिंघानिया इंटरनेशनल स्कूल के विद्यार्थियों ने भाग लिया। कैंपस डायरेक्टर प्रोफेसर पीएस जस्सल ने सभी प्रतिभागियों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामना दी। प्रो-वाइस चांसलर डॉ. पवन कुमार त्रिपाठी ने कहा कि योग केवल एक शारीरिक अभ्यास नहीं है, बल्कि यह एक संपूर्ण जीवनशैली है जो मन, शरीर और आत्मा के बीच संतुलन स्थापित करती है। रजिस्ट्रार मोहम्मद इमरान हासमी ने सभी से योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करने का आह्वान किया ताकि सभी मानसिक और शारीरिक रूप से सशक्त बन सकें। योग सत्र का संचालन प्रशिक्षित योग प्रशिक्षक मंजीत सिंह द्वारा किया गया, जिसमें विभिन्न योगासन, प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम का समापन नियमित योगाभ्यास और स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के सामूहिक संकल्प के साथ हुआ।

### महिलाओं ने योग दिवस पर योग कर जगाई अलख

**नारनौल।** भाजपा महिला मोर्चा जिला अध्यक्ष भारती सैनी ने शनिवार योग दिवस पर अपने आवास मोर्चा से जुड़ी महिलाओं के साथ योग किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि इस वर्ष 11वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है। जिसका विषय एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य के लिए योग है। जो एक महत्वपूर्ण सत्य को प्रतिध्वनित करता है कि व्यक्ति स्वास्थ्य और ग्रह स्वास्थ्य अविभाज्य रूप से जुड़े हुए है। योग शरीर को मजबूत बनाता है। मन को शांत करता है और दैनिक जीवन में जागरूकता और जिम्मेदारी की भावना को बढ़ाता है। यह जागरूकता व्यक्त को स्वस्थ और अधिक टिकाऊ जीवन शैली चुनने की अनुमति देती है। खुद की देखभाल करने से हम पृथ्वी की देखभाल करना शुरू कर देते है, जो वसुधैव कुटुम्बकम के स्थायी भारतीय लोकाचार को दर्शाता है कि दुनिए एक परिवार है।

**नारनौल।** गांवों में सदस्यता अभियान चलाते जजपा नेतागण। फोटो : हरिभूमि

## जजपा के हलका प्रधान के नेतृत्व में पार्टी में बनाए जा रहे नए सदस्य

**नारनौल।** जननायक जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अजय चौटाला के दिशा–निर्देश पर 15 जून से 31 जुलाई तक पूरे हरियाणा में पार्टी के द्वारा सदस्य अभियान चलाया जा रहा है। पार्टी के आदेश अनुसार नारनौल हल्का प्रधान सुरेंद्र पटीकरा के नेतृत्व में वरिष्ठ अधिवक्ता विजयपाल, नगर पार्षद संदीप भांखर व सुनील जेवली आदि ने गांव महरमपुर व बापड़ोली में जनसंपर्क अभियान चलाया। हल्का प्रधान ने बताया कि रूठे हुई कई साथियों और नए साथियों को पार्टी के सदस्यता अभियान में शामिल करवा कर नए सदस्य बनाए गए। महरमपुर गांव में शेरू चौधरी के नेतृत्व में अनिल, ओमप्रकाश, शक्ति सिंह, अंकित जाखड़ व अंशु आदि साथियों ने पार्टी की सदस्यता ग्रहण की। बापड़ोली गांव में पहुंचने पर बिल्लू बापड़ोली के नेतृत्व में शीशपाल, महावीर, दयानंद, मंगल सिंह, अनूप व बाबूलाल आदि साथियों ने पार्टी की सदस्यता को ग्रहण किया। जिला प्रवक्ता विजय छिलरो ने बताया कि जिले की चारों विधानसभा में जिला प्रधान राजकुमार खातोद के दिशा–निर्देश में सभी हल्का प्रधान और सभी साथी घर–घर जाकर लोगों को पार्टी के साथ जोड़ रहे हैं। लोगों का भारी समर्थन मिल रहा और लोग पार्टी के साथ जुड़ रहे हैं। खासकर युवा साथी पूर्व उपमुख्यमंत्री दुष्यंत चौटाला में अपना भविष्य देख रहे हैं और पार्टी की सदस्यता ग्रहण कर रहे हैं।

नारनौल। योगिक क्रियाएं करवाते योगाचार्य श्यामसुंदर। फोटो : हरिभूमि

## न्यायिक परिसर में योग कार्यक्रम आयोजित

**नारनौल।** जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की ओर से अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश कंवरपाल सिंह की अध्यक्षता में न्यायिक परिसर में एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग की थीम के साथ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम का आयोजन किया। इस मौके पर सिविल जज जूनियर डिवीजन अनुराग यादव, सिविल जज जूनियर डिवीजन भुवनेश सैनी, जिला बार एसोसिएशन के प्रधान संतोष यादव के अलावा अधिवक्ता भी मौजूद थे। अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश कंवरपाल सिंह ने कहा कि योग एक ऐसी प्राचीन पद्धति है जो न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक व नैतिक स्तर तक स्वस्थ बनाए रखने में हमारी सहायता करती है। उन्होंने कहा कि योग हमारी पुरातन धरोहर है, जिसको हमें अपनाना है। योग केवल आसनों तक ही सीमित नहीं है, बल्कि परमात्मा से मिलने का सुगम रास्ता भी है। आत्मा और परमात्मा का मिलन ही योग है। आयुष विभाग से योगाचार्य श्यामसुंदर ने योगाभ्यास करवाया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य पर जिले वैदिक सेवा प्राधिकरण के पैनल अधिवक्ता व कानूनी समस्याओं की ओर से विभिन्न स्थानों पर योग दिवस कार्यक्रम का आयोजन किया।

# पर्यावरण संरक्षण का लिया संकल्प

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

हरियाणा आयुष विभाग एवं हरियाणा योग आयोग के संयुक्त तत्वावधान में नई अनाज मंडी में खंड स्तरीय 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम का आयोजन किया। खंड स्तरीय कार्यक्रम में जिला परिषद के अध्यक्ष डॉ. राकेश कुमार ने मुख्य अतिथि के तौर पर शिरकत की। कार्यक्रम की शुरुआत ब्रह्मसरोवर कुरुक्षेत्र में आयोजित राज्य स्तरीय समारोह में हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी व विशाखापट्टनम से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के लाइव टेलीकास्ट संबोधन से हुई। इसके उपरांत योग प्रोटोकॉल के अनुसार सामूहिक योगाभ्यास कराया गया। मुख्य अतिथि ने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के दिशा निर्देशानुसार राज्य, जिला व ब्लॉक स्तर पर भव्य योग कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। योग युक्त हरियाणा व नशा मुक्त हरियाणा, हर घर योग हर दिन योग स्वच्छता का भी संदेश दिया। साथ ही जल, अन्न एवं पर्यावरण संरक्षण का संकल्प लिया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए एसडीएम मनोज कुमार ने कहा कि इस वर्ष का आयोजन थीम एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग पर आधारित है।

नांगल चौधरी। योगिक क्रियाएं करते एसडीएम मनोज कुमार व आमजन।

### ये रहे मौजूद

इस मौके पर सतीश दहिया राजकीय महाविद्यालय से प्राचार्य डॉ. अनिल यादव, बैजनाथ चौधरी महिला महाविद्यालय से प्राचार्य डॉ. अनीता तंवर, बीईओ सुनीता यादव, डॉ. योगेश, डॉ चंचल, डॉ. करुणा, डॉ. विनय, एनसीसी अधिकारी बृजेश कुमार, कुमुद शास्त्री, वीरेन्द्र कुमार, रमेश तंवर, योग सहायक सुरेंद्र सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी, विद्यालयों के छात्र छात्राएं, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता व आम नागरिक उपस्थित थे।

# योग से शरीर रहेगा स्वस्थ, तनाव से छुटकारा मिलेगा: एसडीएम

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कनीना

पितामह कान्हा सिंह राजकीय महाविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग थीम पर आधारित योग कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के तौर पर एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह ने मुख्य अतिथि के तौर पर शिरकत की। सीएम नायब सिंह सैनी ने एलईडी स्क्रीन के माध्यम से प्रदेशवासियों को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए योग को दैनिक जीवन में अपनाने का आह्वान किया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का राष्ट्र के नाम विशेष संदेश प्रसारित किया गया।

एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह ने कहा कि योग से शरीर स्वस्थ रहेगा तथा तनाव से छुटकारा मिलेगा। योग अगर सही तरीके से किया जाए तो इसका जल्द ही फायदा दिखने लगता है। उन्होंने कहा कि प्रतिदिन व सही तरीके सहयोग करने पर गंभीर से गंभीर बीमारी पर भी अंकुश लगाया जा सकता है। आयुष योग सहायक पवन ने निर्धारित योग प्रोटोकॉल के तहत योगिक क्रियाएं करवाई। इस मोके पर नगर पालिका चेयरपर्सन डॉ. रिंपी लोढ़ा, नायब तहसीलदार दलबीर सिंह दुग्गल, बीडीपीओ नवदीप, बीईओ विश्वेशवर कौशिक, बीआरसी दिलबाग सिंह, एसएमओ डॉ. सुंदरलाल, डॉ. जितेंद्र मोरवाल, आयुष नोडल अधिकारी डॉ. शशि, सोमदत्त, माई भारत वॉलंटियर रचना शर्मा, डॉ. पूजा, डॉ. नेहा, नरेश कौशिश आदि मौजूद थे।

कनीना। योगिक क्रियाएं करते एसडीएम डॉ. जितेंद्र सिंह व अन्य। फोटो : हरिभूमि

### अटेली हलके के साथ भेदभाव बर्दाश्त नहीं करेंगे: अतरलाल

**नारनौल।** बहुजन समाज पार्टी के नेता प्रमुख समाजसेवी अतरलाल एडवोकेट ने हरियाणा सरकार की ओर से अटेली को उपमंडल बनाने सहित अनेक मांगों को पूरा करने में की जा रही देरी पर रोष व्यक्त किया है। उन्होंने चेतावनी दी है कि एक महीने के अंदर सरकार ने मांगों को पूरा नहीं किया तो बसपा अटेली झंडा चौक पर 24 घंटे का सत्याग्रह आंदोलन करेगी। अतरलाल ने उक्त घोषणा न्याय यात्रा के दौरान अटेली कस्बे में अनेक नुक्कड़ सभाओं को सम्बोधित करते हुए की। उन्होंने कहा कि अटेली के लोगों को न्याय न मिले इसलिए राज्य सरकार मांगों को दरकिनार कर हलके के साथ भेदभाव कर रही है। उन्होंने कहा कि अब हलके के लोग भेदभाव बर्दाश्त नहीं करेंगे। उन्होंने हल्का वासियों से एकजुट होकर सरकार पर अधिक दबाव बनाने की अपील की। अटेली को उपमंडल, दौंगड़ा अहीर को उपतहसील बनाने हलके में आईएमटी स्थापित करने, अंतर्राष्ट्रीय स्तर का खेल स्टेडियम, खेल विश्वविद्यालय बनाने, अटेली और कनीना के सरकारी अस्पतालों को फर्स्ट रेफरल यूनिट का दर्जा देने जैसी जनहितैषी मांगों को तत्काल पूरा करने की मांग की। उन्होंने कस्बे में स्थापित भगवान वाल्मीकि, भगवान विश्वकर्मा व बजरंगबली हनुमान जी की मूर्तियों पर माल्यार्पण कर आशीर्वाद लिया। इस मौके पर ब्लॉक प्रधान शेरसिंह यादव, रोहताश, रामसिंह, कैलाश, गोविंद कुमार, जयसिंह, सतबीर सिंह यादव, अजीत शास्त्री, कलावती, देवी शर्मा, कमलेश देवी, कांता, लक्ष्मी, कैलाश देवी, रूबी, श्यामसुन्दर, पवन, धर्मसिंह, विक्रम आदि अनेक पार्टी कार्यकर्ता उपस्थित थे।


## दादा छज्जू पीर धर्मसभा कमेटी

गांव: गुढ़ा, तहसील: कनीना, जिला: महेन्द्रगढ़ (हरियाणा)

### सार्वजनिक सूचना

दादा छज्जुपीर धर्मसभा गुढ़ा के सभी सामान्य सदस्यों को सूचित किया जाता है कि वे अपनी वार्षिक अंशदान राशि (प्रत्येक वित्त वर्ष 500/-रूपये की दर से) जितने वर्ष की भी देय है, कमेटी कार्यालय में दिनांक 30.06.2025 तक अवश्य जमा करवा दें अन्यथा कमेटी संविधान के अनुसार आगामी चुनाव में उन्हें मतदान के अधिकार से वंचित कर दिया जाएगा।

सचिव, दादा छज्जू पीर धर्मसभा कमेटी, गुढ़ा
मो. नं. 8053274868

प्रधान, दादा छज्जू पीर धर्मसभा कमेटी, गुढ़ा
मो. नं. 9813116806



## कार्यालय नगरपालिका कनीना

### नियम व शर्तें

नगरपालिका कनीना की कृषि योग्य भूमि के प्लाट नं. 1 से 4 व 5 की वर्ष 2025-26 के लिए खुली बोली पर दिनांक 23-06-2025 को प्रातः 11:00 बजे नगरपालिका कार्यालय में पट्टे पर छोडी जानी है। नियम व शर्तें निम्न प्रकार है-

1. यह कि बोली प्लाट की 1 से 4 तक की मु. 10,000/- रुपये स्कोरटी केस बोली के पूर्व नगरपालिका कार्यालय में जमा करानी होगी। तभी बोली दाता बोली दे सकेगा। जिस व्यक्ति के नाम बोली नहीं छूटेगी उनकी स्कोरटी की राशि बोली के बाद वापिस कर दी जायेगी।
2. यह कि कोई भी नगरपालिका का बाकीदार बोली नही लगा सकता।
3. यह कि सरकार की हिदायत अनुसार कुल रकबा का 1/3 हिस्सा प्लाट नं. 3 अनुसुचित जाति के लिए पट्टे पर छोड़ा जायेगा।
4. यह कि अन्य प्लाट सामान्य श्रेणी के लिए कोई भी बॉलीदाता बोली दे सकेगा।
5. यह कि बोली की किसी भी शर्तों को मौके पर प्रधान नगरपालिका कनीना व जिला नगर आयुक्त, नारनौल द्वारा नियुक्त प्रतिनिधि द्वारा स्वीकृत / अस्वीकृत करने का अधिकार होगा।
6. यह कि बोली की स्वीकृत अधिकतम राशि बोली स्वीकृत होने के पश्चात मौके पर नगद जमा करानी होगी।
7. यह कि शर्तें पूरी ना करनों को सूरत में किसी भी बोलीदाता की स्कोरटी की राशि जब्त कर ली जायेगी।
8. कृषि योग्य भूमि की एक वर्ष यानि 2025-26 के लिए पट्टे के लिए आम सूचना के लिए मुनादी करा दी गई है तथा अखबार में भी विज्ञापन प्रकाशित करवा दिया गया है।
9. सभी टैक्स पट्टेदार को देने होगें।।
10. बिजली का बिल यदि किसी प्रकार का होगा तो पट्टेदार द्वारा भरा जायेगा।
11. प्रस्तावित कृषि भूमि पार पट्टेदार किसी प्रकार का निर्माण नही करेगा।
12. भूमि पर लगे सभी उपकरण इत्यादि यदि कोई हो तो चालू हालत में प्राप्त करेगा और चालू हालत में वापिस करेगा।
13. बाकि शर्तें मौके पर सुना दी जायेगी।

हस्ता/- सचिव, नगरपालिका कनीना


## एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग-थीम के साथ आयोजित हुआ योग दिवस पर कार्यक्रम

# भारत में योग का इतिहास बहुत पुराना: विधायक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

उपमंडल प्रशासन व आयुष विभाग के संयुक्त तत्वावधान में शहर के स्थानीय चौधरी रणबीर सिंह हुड्डा पार्क में एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग-थीम के साथ 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन हुआ। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्यातिथि विधायक कंवर सिंह यादव ने दीप प्रज्वलित कर किया। कार्यक्रम में योग साधकों ने एकरूपता का परिचय देते हुए योग व प्राणायाम का अभ्यास किया। योगाचार्य मनोज कुमार ने सभी प्रतिभागियों को प्रोटोकॉल के अनुसार योग व प्राणायाम करवाए। विधायक कंवर सिंह यादव ने कहा कि भारत में योग का इतिहास बहुत पुराना है। इसलिए हमारे देश को विश्व गुरु कहा जाता है। 11 दिसंबर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा ने 21 जून को विश्व योग दिवस मनाने की घोषणा की थी, जिसके बाद वर्ष 2015 में 21 जून को दुनियाभर में पहला अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया और ये सिलसिला लगातार जारी है। इस बार विश्वभर में 11वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है। विधायक ने कहा कि योग शरीर के संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ भी योगासनों के नियमित अभ्यास की सलाह देते हैं। वैसे तो कई तरह के योगासन हैं, जो अलग-अलग तरह की शारीरिक और मानसिक समस्याओं में असरदार होते हैं।

महेंद्रगढ़। हुड्डा पार्क में योग करते मुख्यातिथि व अन्य। फोटो : हरिभूमि

### योगासनों व प्राणायाम का अभ्यास करवाया

इस दौरान प्रतिभागियों को ताड़ासन, वृक्षासन, पादहस्तासन, अर्ध चक्रासन व त्रिकोणासन, बैठकर करने वाले दंडासन, भद्रासन, व्रजासन, अर्ध उष्ट्रासन, उष्ट्रासन, शशकासन, उत्तानमंडूक व व्रजासन, पेट के बल लेटकर किए वाले मकरासन, भुजंगासन, शलभासन तथा सेतुबंधासन, उत्तानपाद आसन, अर्ध हलासन, पवनमुक्तासन व शवासन आदि योगासनों व प्राणायाम का अभ्यास करवाया गया। इसके अलावा कपालभाति, अनुलोम-विलोम, शीतली, भ्रामरी व ध्यान का अभ्यास कराया गया।

## खबर संक्षेप

### आर्य समाज कनीना का दो दिवसीय वार्षिकोत्सव शुरू

**कनीना।** आर्य समाज का दो दिवसीय वार्षिकोत्सव शनिवार को सुबह हवन यज्ञ से प्रारंभ हुआ। जिसमें प्रबुधजनों ने आहुति डाली। मा. कृष्ण प्रकाश यादव ने बताया कि राजकीय कन्या उच्च विद्यालय में आयोजित इस समारोह में सामाजिक कुरीतियों पर अंकुश लगाने का प्रयास किया गया। इस समारोह मे प्रसिद्ध कवि मोहन मनीषी के अलावा सोमदेव आर्य, भजनोपदेशिका अंजली आर्या ने शिरकत की। जिन्होंने भजन उपदेश के माध्यम से सामाजिक कुरीतियों को मिटाने का संदेश दिया। इस मौके पर सतीश आर्य, बलवान सिंह सहित आर्य प्रतिनिधि उपस्थित थे।

### हॉस्पिटल से फोन चोरी करने का आरोपी काबू

**नारनौल।** हॉस्पिटल से फोन चोरी करने के मामले में कार्रवाई करते हुए थाना शहर पुलिस ने मोबाइल चोरी करने वाले आरोपित अनिल वासी बीरन थाना तोशाम भिवानी व चोरी का मोबाइल खरीदने वाले आरोपित आकाश वासी भूरा थाना सिरौली जिला बरेली यूपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपित अनिल के पास से दो मोबाइल व आरोपित आकाश के पास से एक मोबाइल बरामद किया है। आरोपित अनिल ने मोबाइल चोरी कर आकाश को बेच दिया था।

### सिपाही के बंद मकान में नकदी और गहने चोरी

**नारनौल।** चोरों ने सीआरपीएफ में तैनात सिपाही के बंद मकान को अपना निशाना बनाकर 64 हजार रुपये नकद के अलावा हजारों रुपये के सोने चांदी के जेवरात पर हाथ साफ कर दिया। इस बारे में जवान की पत्नी ने पुलिस में शिकायत दी है। शिकायत मिलने के बाद पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। नांगल चौधरी थाना के गांव नेहरूनगर निवासी सुमन देवी ने बताया कि उसका बेटा परीक्षा की तैयारी के लिए राजस्थान के सीकर में कोचिंग ले रहा है। इसलिए वह भी उसके साथ सीकर में ही रह रही है। वहीं उसके पति सीआरपीएफ में कार्यरत हैं तथा उनकी पोस्टिंग फिलहाल उत्तराखंड के रानीखेत में है। जिसके चलते इन दिनों घर में कोई नहीं रहता तथा घर का ताला बंद रहता है। घर बंद रहने की वजह से चोरों ने घर का ताला तोड़ कर चोरी कर ली। इसकी सूचना उसकी बहन अर्चना ने दी।

### ट्रैक्टर की टक्कर लगने से बाइक सवार युवक घायल

**मंडी अटेली।** कंपनी से घर लौट रहे बाईक सवार युवक को ट्रैक्टर ने टक्कर मार दी। टक्कर लगने के बाद बाईक सवार युवक घायल हो गया। जानकारी के अनुसार नारनौल के नीरपुर निवासी कृष्ण कुमार ने बताया कि वह घिलोठ कंपनी में काम करता है। गत 12 जून को सायं सात वह अपनी बाईक से गिलोठ से कांटी अटेली के रास्ते उसके घर आ रहा था। जब वह बिहाली के सरकारी स्कूल के पास पहुंचा तो सामने से एक ट्रैक्टर चालक ने उसके ट्रैक्टर को तेज गति से लापरवाही से चलाकर उसकी बाईक की टक्कर मार दी।

### सराय बहादुर नगर के मकान से तांबे का बड़ा बर्तन चोरी

**नारनौल।** सराय बहादुर नगर में चोरों ने एक मकान से तांबे का बड़ा बर्तन चुरा ली। इससे पहले भी इस मकान से तांबे का बड़ा बर्तननुमा तामड़ी चुराई जा चुकी है। इस चोरी से परेशान परिवारजनों ने पुलिस में शिकायत दी है तथा चोर का पता लगाकर उसे दंडित करने की मांग की है। इस संदर्भ में पीड़ति यशविंद्र ने बताया कि वह भारतीय वायु सेना में कार्यरत है तथा इन दिनों उसके मकान में फर्श निर्माण का कार्य चल रहा है। उन्होंने बताया कि आज 21 जून को सुबह उन्होंने देखा कि घर से तांबा की तामड़ी गायब है। ऐसी ही घटना करीब दो साल पहले भी हो चुक है। तांबे की तामड़ी गायब होने पर पीड़ति परिवार ने डॉयल 112 पर पुलिस को फोन कर सूचना दी।

### संसाधनों का इस्तेमाल नहीं होने से उपचार प्रक्रिया में होती है असुविधा

# पशु अस्पताल का निर्माण तीन साल से अटका, छह गांवों के लोगों को परेशानी

सार्वजनिक अस्पताल में बीमार मवेशियों का इलाज करने को मजबूर हो रहे चिकित्सक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नांगल चौधरी

**नांगल चौधरी।** तीन साल से निर्माण पूरा होने का इंतजार करता पशु अस्पताल।

पशु पालकों की सुविधा के लिए मेघोत हाला में राजकीय पशु अस्पताल व स्टाफ की पोस्ट सैंक्सन की गई थी। बजट को अप्रूवल मिलने पर पीडब्ल्यूडी विभाग ने टैंडर अलॉट कर दिए। ठेकेदार को एक साल की निर्धारित अवधि में काम पूरा कराने की हिदायत थी, लेकिन उन्होंने भवन का लेंटर डालने के बाद फिनिशिंग व चारदीवारी का निर्माण कार्य बंद कर दिया। बीते करीब तीन साल से स्थिति यथावत बनी हुई है।

जिससे परेशान ग्रामीणों ने विभागीय अधिकरियों को अवगत करवा दिया है, इसके बावजूद निर्माण प्रक्रिया पर अमल नहीं हुआ है। आपको बता दें कि नांगल चौधरी व निजामपुर के गांवों में भूजल संकट बना हुआ है। जिस कारण ग्रामीणों को खेतीबाड़ी से कोई विशेष आमदनी नहीं होती। समाधान के लिए सरकार ने पशु पालन व्यवसाय को प्राथमिकता देने का अभियान चलाया तथा निर्धारित आबादी पर जीवीएच एवं डिस्पेंशरी स्वीकृत की गई हैं। करीब पांच साल पहले मेघोत हाला में राजकीय पशु अस्पताल तथा रोपड़ सराय में डिस्पेंशरी मंजूर की गई थी। नोटिफिकेशन जारी होने के बाद सरकार ने चिकित्सक व अन्य स्टॉफ की विभिन्न पोस्टों को स्वीकृति दे दी। विभागीय एस्टिमेट मिलने पर भवन के लिए लगभग 29 लाख रुपये स्वीकृति दी गई थी। निर्माण की जिम्मेवारी पीडब्ल्यूडी विभाग को सौंपी गई थी। इस विभाग ने टैंडर की औपचारिकता पूरी करके ठेकेदार को वर्क ऑर्डर रिलीज कर दिए। ठेकेदार ने भवन की छत डालकर चारदीवारी तथा लेंटर का प्लास्टर निर्माण नहीं कराया। प्लास्टर के आभाव में थोड़ी बारिश होते ही छत टपकने लगती है। जिससे लेंटर का सरिया फूलना शुरू हो गया है।

चारदीवारी नहीं होने से अस्पताल में सेवाएं देना चिकित्सकों के लिए संभव नहीं। ऐसे में चिकित्सक स्टॉफ को गांव की सार्वजनिक अस्पताल में सेवाएं देनी पड़ रही हैं। यहां बिजली की फिटिंग विभागीय मानकों के अनुसार नहीं, जिस कारण चिकित्सकों को उपकरणों का इस्तेमाल करने में परेशानी रहती है। दूसरी तरफ पशुओं का बेहतर इलाज नहीं होने से ग्रामीण भी परेशान हैं। जिन्होंने विभाग के अधिकारियों को समस्या से अवगत करवा दिया। इसके बावजूद अभी तक न तो ठेकेदार आया है और न ही विभागीय अधिकारियों ने मौका निरीक्षण किया है।

#### बारिश के दौरान छत से टपकता है पानी

मेघोत हाला के ओमप्रकाश, बृजेश यादव, कृष्ण कुमार ने बताया कि ठेकेदार ने लगभग 70 फीसदी काम पूरा कर दिया, लेकिन लेंटर पर प्लास्टर नहीं किया और थोड़ी बारिश होते ही छत से पानी टपकने लगता है। जिससे भवन की मजबूती प्रभावित होने के साथ दीवारों में सीलन बनी रहती है। चारदीवारी के आभाव में पशुओं का गर्भधारण कराना व अन्य इलाज करना संभव नहीं हो सकता।

#### दवा भंडारण की भी दिक्कत

जीवीएच में सेवारत डॉ. विनय कुमार ने बताया धर्मशाला में विवाह शादी के कार्यक्रम भी होते हैं। जिस कारण यहां फ्रीज व अन्य उपकरण संचालित करना संभव नहीं। फ्रीज के आभाव में वैक्सीन व अन्य दवाइयां खराब होने का अंदेशा रहता है। विभागीय भवन का निर्माण चिकित्सक व्यवस्था के अनुसार होता है। जहां पशु पालकों को बेहतर सुविधाएं देना संभव हो पाएगा।

# दुकान में लगी आग, साथ लगते मीटर बॉक्स भी जले

- फायर ब्रिगेड ने मौके पर पहुंच कर आग पर काबू पाया
- आसपास के दुकानदारों ने भी किया आग बुझाने में सहयोग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंडी अटेली

**मंडी अटेली।** बैंक के पास पिज्जा-बर्गर की दुकान में लगी आग का दृश्य।

अटेली कस्बे में आईसीआई बैंक के समीप शनिवार रात्रि एक पिज्जा-बर्गर की दुकान में अज्ञात कारणों से आग लग गई। साथ ही दुकान के साथ बिजली के मीटर बाक्स व हाई वोल्टेज लाइन को भी अपने लपेटे में ले लिया। समय पर आस-पास के दुकानदारों के कड़ी मशक्कत के बाद फायर ब्रिगेड के मौके पर पहुंच कर आग पर काबू पाया। आग की लपटें आसमान में ऊंची-ऊंची उठने से दुकानदारों व रोड पर गुजरने वालों में भय की स्थिति देखी गई। मीटर बॉक्स व बिजली की लाइन में आग लगने से आस-पास की एक दर्जन से अधिक दुकानों की बिजली गुल हो गई।

हालांकि बिजली कर्मियों ने हादसे के कुछ ही देर बाद आग बुझने के बाद जली कुछ लाइन को छोड़ कर सुचारू कर दिया। आग बुझाने में नीरज लांबा, कृष्ण पंडित, गौरव अग्रवाल, विजय सलीमपुर, अनिल अग्रवाल, राकेश, महाबीर प्रियंका, सुनील आदि ने आग को बुझाने में विशेष सहयोग किया। जानकारी के अनुसार गांव सीहमा निवासी आशीष व राहुल ने अटेली कस्बे में डेढ़ माह में पहले ही पिज्जा-बर्गर की दुकान खोली थी। उसने बताया कि वह दुकान में बर्गर आदि बना रहा उसी समय शार्ट सर्किट के कारण आग लग गई। आग से पिज्जा मशीन के अलावा दुकान में रखा लाखों रुपये का सामान जल गया। आग से उसे बड़ी आर्थिक क्षति पहुंची है। मौके पर वार्ड तीन के पार्षद प्रतिनिधि बिरेंद्र व वार्ड 11 के पार्षद मनफूल आदि ने फायर ब्रिगेड पर व अटेली पुलिस ने पहुंचकर अपनी कार्यवाही की। बिजली निगम के जेई नरेंद्र कुमार ने अपनी लाइनमैन फूल सिंह व दूसरे कर्मियों को मौके पर भेजा। जिन्होंने बिजली आपूर्ति को सुचारू किया।

# योग से दिया विश्व को स्वस्थ जीवन का संदेश

- योग, डिजिटल साक्षरता, समाज सेवा व स्टार्टअप पर आधारित 7 दिवसीय शिविर का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

**नारनौल।** कार्यक्रम में संबोधित करते विधायक ओमप्रकाश यादव। फोटो : हरिभूमि

हरियाणा उच्चतर शिक्षा विभाग के तत्वावधान में सात दिवसीय आवासीय राज्य स्तरीय एनएसएस विशेष शिविर का शुभारंभ यदुवंशी शिक्षा निकेतन में हुआ।

यह शिविर 21 से 27 जून तक आयोजित किया जाएगा। जिसमें प्रदेश के विभिन्न जिलों से आए एनएसएस स्वयंसेवक भाग ले रहे हैं। शिविर का उद्घाटन मुख्य अतिथि विधायक ओमप्रकाश यादव ने मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन कर किया। उन्होंने युवाओं को कहा कि भारत ने योग के माध्यम से पूरे विश्व को शांति व स्वस्थ जीवन का संदेश दिया है। उन्होंने कहा कि हरियाणा सरकार की ओर से चलाए जा रहे योग संगम, योग मैराथन और योग जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से योग को घर घर पहुंचाया गया। विधायक ने स्वयंसेवकों से आह्वान किया कि वे अपनी ऊर्जा को समाज व राष्ट्र के उत्थान में लगाएं।

विशिष्ट अतिथि एसडीएम रमेश यादव ने कहा कि एनएसएस युवाओं को समाजसेवा और राष्ट्रीय कर्तव्यों के प्रति जागरूक करने का एक सशक्त माध्यम है। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिला शिक्षा अधिकारी संतोष कुमार चौहान ने की। उन्होंने सभी स्वयंसेवकों को अंतर राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम के मेजबान व जिला एनएसएस समन्वयक चरण सिंह ने अतिथियों, स्वयंसेवकों और सभी उपस्थितजनों का स्वागत किया। कार्यक्रम में मंच संचालन धर्म सिंह ने किया। शिविर में महेन्द्रगढ़, चरखी दादरी, रोहतक, रेवाड़ी व झज्जर जिलों के 200 से अधिक एनएसएस स्वयंसेवक भाग ले रहे हैं। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी धर्मसिंह ने बताया कि शिविर में योग, पौधारोपण, स्वच्छता अभियान, जन जागरूकता रैलियां, सड़क सुरक्षा, नशा मुक्ति, स्टार्टअप व उद्यमिता, पर्यावरण संरक्षण आदि विषयों पर विशेष व्याख्यान व गतिविधियां आयोजित की जाएंगी।

यदुवंशी शिक्षा निकेतन के वाइस चेयरमैन एडवोकेट करणसिंह ने कहा कि इस प्रकार के राज्य स्तरीय शिविर की मेजबानी करना संस्थान के लिए गौरव की बात है। प्राचार्य डॉ. अनंत शर्मा व उपप्राचार्य नरेश कुमार यादव ने अपने विचार रखे।

# रोटरी क्लब नारनौल सिटी ने नई सब्जी मंडी में लगवाया 5वां वाटर कूलर

- सीटीएम मंजीत कुमार ने किया वाटर कूलर का उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

**नारनौल।** सब्जी मंडी में वाटर कूलर स्थापित करने के उपरांत मौजूद गणमान्य।

भीषण गर्मी को देखते हुए रोटरी क्लब नारनौल सिटी द्वारा क्षेत्र के विभिन्न सार्वजनिक स्थानों पर वाटर कूलर लगवाने की कड़ी में एक नया वाटर कूलर शनिवार को नई सब्जी मंडी नजदीक जल महल में स्थापित किया गया।

इससे पहले लघु सचिवालय में दो, मां बगलामुखी मंदिर में एक तथा रोटरी रसोई पर एक वाटर कूलर लगवाए जा चुके हैं। क्लब प्रधान विनोद चौधरी ने बताया कि एएनई इंडस्ट्रीज के सौजन्य से क्लब को 6 वाटर कूलर का सहयोग प्राप्त हुआ है तथा दो वाटर कूलर रोटरी क्लब की ओर से क्षेत्र के विभिन्न इलाकों में लगवाए जा रहे हैं। कुल 8 वाटर कूलर में से 5वां वाटर कूलर शनिवार को नई अनाज मंडी स्थित सब्जी मंडी परिसर में लगाया गया।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि सीटीएम मंजीत कुमार ने नई सब्जी मंडी में वाटर कूलर का शुभारंभ करते हुए कहा कि इस प्रकार के सार्वजनिक स्थान पर हजारों लोगों का प्रतिदिन आवागमन होता है और उनकी सेवा के लिए रोटरी क्लब द्वारा लगवाए गए वाटर कूलर से लोगों को पीने के लिए स्वच्छ ठंडे पानी की सुविधा उपलब्ध हो सकेगी। इसके उपरांत रोटरी क्लब द्वारा सीटीएम मंजीत कुमार व मार्केट कमेटी सचिव नुकुल यादव को सम्मानित किया।

# अवैध हथियार के साथ एक आरोपित पकड़ा

- सीआईए टीम ने गुप्त सूचना मिलने पर आरोपी को मौके से दबोचा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

सीआईए पुलिस टीम ने थाना सदर क्षेत्र से अवैध हथियार रखने के मामले में गुप्त सूचना के आधार पर एक आरोपित हरीश वासी मोहम्मदपुर थाना अटेली को अवैध हथियार के साथ गिरफ्तार किया है। आरोपित से पुलिस ने एक अवैध देसी पिस्टल बरामद किया है।

सीआईए की टीम गस्त के दौरान बस अड्डा नांगल सिरोही पर मौजूद थी, टीम को गुप्त सूचना मिली कि हरीश वासी मोहम्मदपुर, कुक्सी बस स्टैंड पर खड़ा है, जिसके पास अवैध हथियार है। सूचना के आधार पर टीम बस स्टैंड कुकसी पर पहुंची, टीम को कुकसी से डेरोली अहीर रोड पर एक नौजवान लड़का पैदल चलता हुआ दिखाई दिया, जिसको काबू करके नाम पता पूछा तो उसने अपना नाम हरीश बताया। जिसकी तलाशी के दौरान एक देशी पिस्टल बरामद हुआ। टीम ने अवैध हथियार को जब्त कर लिया और आरोपित के खिलाफ थाना सदर में मामला दर्ज कर लिया है।

# क्लीन महेंद्रगढ़-ग्रीन महेंद्रगढ़ अभियान से जुड़े प्रत्येक नागरिक : एसडीएम अनिल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

**महेंद्रगढ़।** डाइट में स्वच्छता अभियान चलाते हुए। फोटो : हरिभूमि

शहर की सफाई व्यवस्था को दुरुस्त करने के लिए एसडीएम अनिल कुमार यादव द्वारा शुरू किए गए क्लीन महेंद्रगढ़-ग्रीन महेंद्रगढ़ अभियान के तहत शनिवार को डाइट शिक्षण संस्थान में स्वच्छता अभियान चलाया गया। इस दौरान विधायक कंवर सिंह यादव भी उपस्थित रहे।

विधायक ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का यही लक्ष्य है कि देश व प्रदेश का प्रत्येक व्यक्ति स्वच्छता अभियान से जुड़कर शहर और गांव को स्वच्छ बनाने में सहयोग करें। उन्होंने एसडीएम अनिल कुमार की इस मुहिम की प्रशंसा की। एसडीएम अनिल कुमार द्वारा शुरू की गई स्वच्छता की मुहीम के महेंद्रगढ शहर में सकारात्मक परिणाम सामने आने लगे हैं। नगर पालिका के कर्मचारियों के साथ-साथ शहर के गणमान्य नागरिक व वेटरन एयर वारियर एसोसिएशन के सदस्यों ने मुहिम से जुड़कर प्रतिदिन शहर में अलग-अलग स्थानों पर स्वच्छता अभियान चला रहे हैं, जिनकी बदौलत शहर की सफाई व्यवस्था में सुधार दिखने लगे हैं। इसी कड़ी में शनिवार को वेटरन एयर वारियर एसोसिएशन के सदस्यों व नागरिकों ने स्थानीय डाइट परिसर में सफाई अभियान चलाकर लोगों को स्वच्छता का संदेश दिया। एसडीएम अनिल कुमार ने कहा कि महेंद्रगढ़ शहर को कचरा मुक्त व जाम मुक्त शहर बनाना उनका मुख्य उद्देश्य है।

# विधायक की बेटी ने किया लाइब्रेरी का उद्घाटन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

किसी की सदा के लिए फलीभूत होने वाली मदद अगर करनी है, तो उसे शिक्षित कीजिये और ज्ञानार्जन की राह में आगे बढ़ाने के लिए आवश्यक संसाधन उपलब्ध करवाएं। इसी विचारधारा को आत्मसात कर बड़कोदा गांव से अशोक व उनकी पत्नी सरिता ने अपनी बेटी कैनिका के नाम पर गांव बड़कोदा में सुंदर लाइब्रेरी का निर्माण करवाया है।

उल्लेखनीय है कि अशोक कुमार की बेटी कैनिका ने एमबीबीएस की डिग्री पूर्ण करने पर बेटी के नाम पर गांव में लाइब्रेरी का निर्माण करवाया है। उक्त लाइब्रेरी में कुछ आर्थिक सहयोग गांव की पंचायत द्वारा भी किया गया है। इस तरह की मिसाल अगर लगातार पेश की जाती रही तो वो दिन दूर नहीं जब शिक्षा की अलख प्रत्येक घर को आलोकित कर खुशियां ही खुशियां बिखेर देगी। लाइब्रेरी का उद्घाटन अवसर पर विधायक ने कैनिका द्वारा रिबन कटवा कर शुभारंभ करवाया।

**नारनौल।** शिविर में जांच करते चिकित्सक। फोटो : हरिभूमि

# रोटरी क्लब सिटी ने लगाया निःशुल्क दंत चिकित्सा शिविर

**नारनौल।** रोटरी क्लब सिटी की ओर से निःशुल्क दंत चिकित्सा जांच शिविर का आयोजन किया गया। रोटरी रसोई पर आयोजित दंत चिकित्सा जांच शिविर में डॉ मोनिका ने दंत रोगियों की जांच कर उन्हें उचपार हेतु उचित परामर्श दिया। डॉ. मोनिका ने बताया कि दांतों की समस्या को अक्सर लोग गंभीरता से नहीं लेते हैं, जिस कारण दांतों की समस्या बड़ा रूप ले लेती है। इसलिए दांत में दर्द, चीस चलना, दांत टेढे मेढे होना जैसी समस्याओं को अनदेखा न करें और तुरंत अपने दंत चिकित्सक से परामर्श अवश्य लें। सुबह व शाम दोनों समय ब्रुश अवश्य करें। दातों की अच्छे तरीके से सफाई न होना ही दांतों में कीड़े लगने का मुख्य कारण है। रोटरी प्रधान विनोद चौधरी ने शिविर में अपनी सेवाएं देने के लिए डॉ. मोनिका का आभार व्यक्त करते हुए उन्हें सम्मानित किया। इस मौके पर पवन यादव, पवन गुप्ता, नवीन गुप्ता, विजय जिंदल आदि उपस्थित रहे।

### जोधपुर से चली रेजांगला पराक्रम यात्रा का किया स्वागत

# भारत-चीन युद्ध में रेजांगला के शहीदों के बलिदान को भुलाया नहीं जा सकता : विधायक ओमप्रकाश

- शहीदों की बदौलत ही हम ले रहे हैं अमन-चैन की सांस : यादव
- यादव कल्याण सभा में शुक्रवार देर सायं रेजांगला शहीद सम्मान समारोह का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

**नारनौल।** रेजांगला के शहीदों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित करते पूर्व मंत्री ओमप्रकाश यादव

यादव कल्याण सभा में शुक्रवार देर सायं रेजांगला शहीद सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में विधायक एवं पूर्व मंत्री ओमप्रकाश यादव मुख्य अतिथि रहे। कार्यक्रम के दौरान राजस्थान के जोधपुर से चली लगभग 6500 किलोमीटर लंबी रेजांगला पराक्रम यात्रा के सदस्यों का पूर्व मंत्री ओमप्रकाश यादव ने गर्म जोशी से स्वागत किया। इस अवसर पर रेजांगला युद्ध के दौरान एकमात्र जीवित योद्धा कप्तान रामचंद्र यादव व शहीद परिवार के सदस्यों का पूर्व मंत्री ओमप्रकाश यादव ने स्मृति चिह्न व शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया।

#### रेवाड़ी व गुड़गांव में स्मारक बनाए

उन्होंने कहा कि शहीदों की बदौलत ही हम अमन चैन की सांस ले रहे हैं। शहीद व्यक्ति विशेष का न होकर सबका होता है। यादव ने कहा कि रेजांगला के शहीदों की जीवनी की देश के इतिहास में अमर गाथा है। 1962 के भारत चीन युद्ध में 18 नवंबर को लद्दाख की चुशूल घाटी में रेजांगला दर्रे पर यह लड़ाई लड़ी गई। इस लड़ाई में 13 कुमाऊं बटालियन की चार्ली कंपनी के 120 जवान शहीद हो गए थे, जिनमें से ज्यादाकर अहीरवाल क्षेत्र के थे। उन्होंने 5000 से अधिक चीनी सैनिकों का बड़े मजबूती से मुकाबला करते हुए उन्हें मिट्टी में मिलने का कार्य किया। रेजांगला की लड़ाई में अहीरवाल क्षेत्र के रेवाड़ी, गुड़गांव व महेंद्रगढ़ जिलों के सैनिक थे। कंपनी कमांडर मेजर शैतान सिंह को भारत सरकार की ओर से मरणोपरांत परमवीर चक्र से सम्मानित किया जा चुका है। रेजांगला के शहीदों की याद में रेवाड़ी व गुड़गांव में स्मारक बनाए जा चुके हैं। उन्होंने कहा कि हर साल 18 नवंबर को रेजांगला दिवस मनाया जाता है। जिसमें शहीदों को श्रद्धांजलि दी जाती व उनकी वीरता के लिए उन्हें याद किया जाता है।

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


कवर स्टोरी
संजय श्रीवास्तव

# पालतू जानवरों से बढ़ता लगाव
# देश में उभरता नया पेट कल्चर

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

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

### लगातार बढ़ रहा बाजार

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

### बढ़ रहे हैं पेट लवर्स

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

### विदेशों में भी बढ़ रहा ट्रेंड

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

### पेट कल्चर बढ़ने की वजह

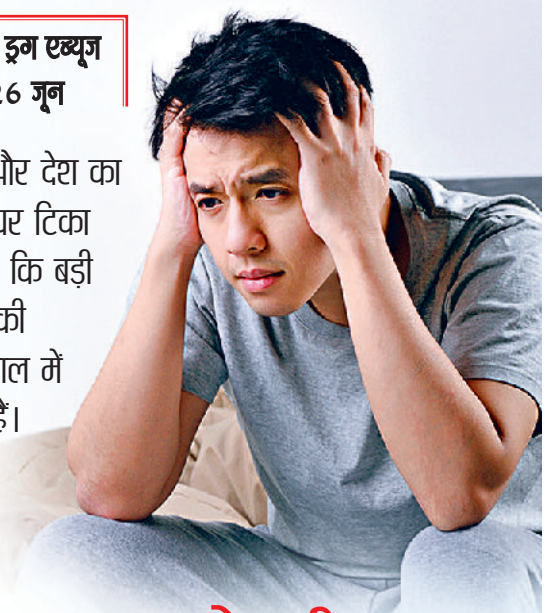
सर्वेक्षणों ने साबित किया है कि पेट कल्चर बढ़ने की बड़ी वजह, शहरी आबादी का बढ़ना, संयुक्त परिवार का टूटना है। फ्लैटों में रहने वाले एकल परिवार अकेलेपन की दवा कुत्ते-बिल्लियों के साथ में तलाश रहे हैं। पालतुओं के अधिकतर मालिक 20 से 30 साल की आयु के 'मिलेनियल्स' हैं। इनमें से ज्यादातर छोटे परिवार, बेहतर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

## स्वागत को तैयार बाजार-तकनीक

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

---

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



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

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

सोशल इश्यू
डॉ. मोनिका शर्मा

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

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

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

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

### इसलिए मनाते हैं यह दिवस

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

---

कहानी / संजीव ठाकुर

# अंतहीन

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

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

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

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

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

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

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

'और उसका बाप?'

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

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

'अरे! बदली तो साहब करते हैं।'

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

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

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

'हम कैसे जाएंगे? हम तो लंगड़ी हैं!'

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

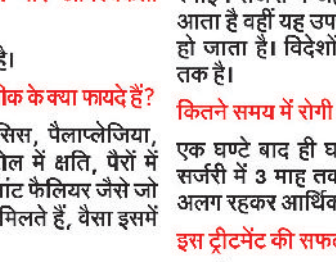
'खाली ठगते हो! कितने बार बोले, भागलपुर से दवाई लेते आना- वहां का अच्छा होता है। लाते नै हो!'

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

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


## इंजेक्शन की नवीन तकनीक से स्पाइन रोगों का उपचार

सर्जरी के बिना ही सिर्फ इंजेक्शन तकनीक के जरिये स्पाइन (रीढ़) रोगों का बेहतर और विश्वसनीय उपचार विश्वविख्यात डॉ. प्रमोद पहारिया द्वारा ग्वालियर में हो रहा है। आईये जानते हैं इस तकनीक के असाधारण लाभ–



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

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

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

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

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

**किस उम्र के लिये यह चिकित्सा है?**
15 से 85 वर्ष के मरीजों के लिये।

**एक डिस्क लेवल के ट्रीटमेंट में कितना खर्च आता है?**
स्पाइन सर्जरी में जहां 3 लाख तक का खर्चा आता है वहीं यह उपचार मात्र 20000 तक में हो जाता है। विदेशों में इसका खर्च 50 गुना तक है।

**कितने समय में रोगी घर जा सकता है?**
एक घण्टे बाद ही घर जा सकता है। जबकि सर्जरी में 3 माह तक रोगी को अपने काम से अलग रहकर आर्थिक क्षति उठाना पड़ती है।

**इस ट्रीटमेंट की सफलता की दर कितनी है?**
90 से 95% सफल है। अब तक लगभग 7,500 मरीज हमेशा के लिए ठीक हो चुके हैं। यह इंजेक्शन प्रॉब्लम साइट में लगाया जाता है।

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

**क्या यह स्टेरॉइड इंजेक्शन है?**
नहीं, यह एक भ्रम है। यह एक सेफ अमेरिकन प्रोसीजर है, जो एक **विशेष मशीन** की निगरानी में किया जाता है।

NBC@.

Advt...

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

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

## धार्मिक-सांस्कृतिक समरसता की मिसाल

# सिंधु दर्शन महोत्सव

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

सांस्कृतिक उत्सव
धीरज बसाक

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

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

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

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

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

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

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

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

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

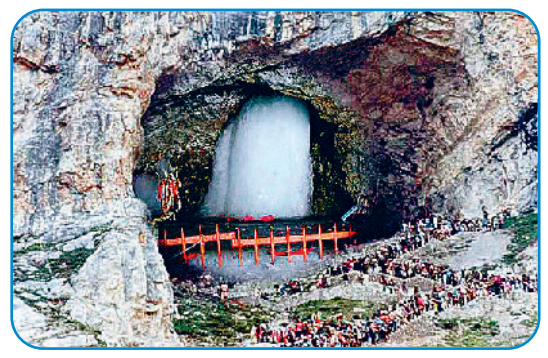
**महोत्सव का 29वां संस्करण:** पहली बार दुनिया के धार्मिक और सांस्कृतिक परिदृश्य में यह महोत्सव तब उभर कर आया था, जब 1997 में इस महोत्सव के पहले संस्करण के दौरान यहां फिल्म 'दिल से' की शूटिंग हुई थी। इस साल इस महोत्सव का यह 29वां संस्करण है, जिसमें बड़े पैमाने पर पर्यटकों के आने की उम्मीद है। इस साल दो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

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

## धार्मिक ही नहीं अखंडता का संदेश भी है

# अमरनाथ यात्रा

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



तीर्थयात्रा
एन.के. अरोड़ा

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

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

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

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

### यात्रा की प्राचीन परंपरा

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

बिहेवियर
शिखर चंद जैन

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

# क्या करें, जब कोई करे आलोचना

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

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

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

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

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

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

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

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

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

# मैं नेगेटिव किरदार कभी नहीं निभाऊंगी : नीना गुप्ता

खास मुलाकात / पूजा सामंत

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**आप अपने करियर से कितनी सैटिस्फाइड हैं?**

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

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

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

### मसाबा के साथ करती हूं गॉसिपिंग

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