हरिभूमि
महेन्द्रगढ़-नारनौल भूमि
रोहतक, रविवार 22 फरवरी 2026

11 भीम अवार्डी संदीप कुमार ने जीता रजत पदक

12 नई एजेंसी करेगी शहर में डोर टू-डोर कूड़ा उठान कार्य

आम रास्ते व धर्मशालाओं पर हिंसक जानवरों का जमावड़ा

सुप्रीम कोर्ट के आदेशों पर भी ग्रामीणों को नहीं मिली कुत्तों के आंतक से निजात

- सीएचसी में आवारा कुत्तों से काटे हुए मरीजों की ओपीडी 30 तक पहुंची
- भयभीत ग्रामीणों का खेतों में आना-जाना व घरों से बाहर टहलना हुआ मुश्किल

हरिभूमि न्यूज ⏭ नांगल चौधरी

नांगल चौधरी। शहबाजपुर दत्ताल सड़क मार्ग पर कृष्णावती नदी में आवारा कुत्तों का जमावड़ा व सीएचसी में कुत्तों से काटे का टीका लगवाने पहुंची गांगोताना की महिला। फोटो : हरिभूमि

सुप्रीम कोर्ट ने हिंसक कुत्तों को पकड़ने व नलबंदी करने के निर्देश दिए हैं। साथ ही सार्वजनिक स्थान व आमरास्तों को आवारा कुत्तों से मुक्त करने की जिम्मेवारी जिला प्रशासन को दी है। इसके बावजूद नांगल चौधरी निजामपुर ब्लॉक के गांवों में स्थिति गंभीर बनी हुई है। आमरास्तों से लेकर धर्मशालाओं पर आवारा कुत्तों का जमावड़ा बढ़ रहा है। खेतों में जाने वाले किसान तथा अलसुबह मॉर्निंग वॉक करने वाले लोग कुत्तों का शिकार होने लगे हैं। सीएचसी में कुत्ते काटने से पीड़ितों की ओपीडी 30 तक पहुंच गई है। ऐसे में सुप्रीम कोर्ट के आदेश मजाक साबित होने लगे हैं।

आपको बता दें कि छोटे बच्चों को आवारा कुत्तों द्वारा नोचने, राहगीरों पर जानलेवा हमला तथा काटने की शिकायतों पर सुप्रीम कोर्ट ने राज्य सरकारों को नोटिस जारी किए थे। जिसमें आवारा व पालतू कुत्तों की गणना संबंधी जानकारी मांगी गई थी। आमजन को कुत्तों के काटने पर जबाब तलब किया, संतोषजनक जबाब नहीं मिलने पर उच्चत्तम न्यायलय ने कुत्तों को मारने के निर्देश दिए थे। इसके बाद विभिन्न सामाजिक संगठनों ने पशु क्रूरता का तर्क देकर अपील दायर की। जिसमें पुनर्विचार की गुहार लगाई। संगठनों का तर्क सुनने के बाद अदालत ने आवारा कुत्तों के नियंत्रण, नसबंदी व टीकाकरण को लेकर स्पष्ट दिशानिर्देश जारी कर रखे हैं। सुप्रीम कोर्ट के आदेशों के अनुसारए स्थानीय निकाय व पंचायतों की जिम्मेदारी है कि वे पशु जन्म नियंत्रण कार्यक्रम को प्रभावी ढंग से लागू करें, कुत्तों की नसबंदी और रेबीज टीकाकरण सुनिश्चित करें, ताकि आम नागरिकों की सुरक्षा बनी रहे और पशु क्रूरता भी न हो, लेकिन जमीनी हकीकत यह है कि न तो नियमित नसबंदी अभियान चल रहे हैं और न ही कुत्तों की संख्या पर कोई प्रभावी नियंत्रण नजर आ रहा है। नतीजतन अधिकांश गांवों के आमरास्तों में कुत्तों के जमावड़े की स्थिति बनी हुई है। शहबाजपुर दत्ताल सड़क मार्ग पर निर्मित एक तिबारे पर इनके कब्जे की स्थिति बनी हुई है।

कुत्तों के शेल्टर होम का जल्द करेंगे टेंडर

नांगल चौधरी के एसडीएम उमेद सिंह ने बताया कि सुप्रीम कोर्ट की गाइड लाइन के अनुसार आवारा कुत्तों पर नियंत्रण करने की प्रक्रिया आरंभ कर दी है। डीडीपीओ को नोडल अधिकारी नियुक्त करके गांवों वाइज कुत्तों की सूची मांगी है। जल्द ही टेंडर प्रक्रिया से एजेंसी हायर करेंगे। इसके बाद ग्रामीणों को हिंसक कुत्तों से निजात मिल जाएगी।

प्रशासन का दावा : जिले में अब तक 1200 से अधिक कुत्ते पकड़कर शेल्टर होम भेजे

नारनौल। सर्वोच्च न्यायालय के दिशानिर्देशों के अनुपालन और उपायुक्त कैप्टन मनोज कुमार के मार्गदर्शन में जिला महेंद्रगढ़ के शहरी क्षेत्रों तथा सार्वजनिक स्थानों में आवारा कुत्तों को पकड़ने, उनका पंजीकरण करने और उनकी संख्या नियंत्रित करने के लिए नसबंदी का कार्य युद्धस्तर पर जारी है। जिला नगर आयुक्त रणवीर सिंह ने बताया कि अब तक जिले की विभिन्न नगर पालिकाओं व नगर परिषद के तहत कुल 1239 कुत्तों को पकड़ा जा चुका है।

- जिले के शहरी क्षेत्रों में आवारा कुत्तों को पकड़ने व संख्या नियंत्रित करने का अभियान जारी

उन्होंने बताया कि नारनौल नगर परिषद में 18 जनवरी से शुरू हुए अभियान के तहत अब तक 483 कुत्ते पकड़े गए हैं। नारनौल में 396 कुत्तों की नसबंदी का कार्य पूरा किया जा चुका है। इसी प्रकार नगर पालिका नांगल चौधरी में अब तक 375 कुत्तों को पकड़ा गया है और इन सभी 375 कुत्तों की नसबंदी का कार्य भी पूर्ण कर लिया गया है। नगर पालिका कनीना में तीन फरवरी से शुरू हुए अभियान के तहत अब तक 280 कुत्ते पकड़े गए हैं, जिनमें से 260 कुत्तों की नसबंदी की जा चुकी है। नगर पालिका अटेली मंडी में 12 जनवरी से जारी इस मुहिम के तहत अब तक 101 कुत्ते पकड़े गए हैं और 95 कुत्तों की नसबंदी प्रक्रिया पूरी हो चुकी है। वहीं नगर परिषद महेंद्रगढ़ में भी इस दिशा में ठोस कदम उठाए जा रहे हैं।

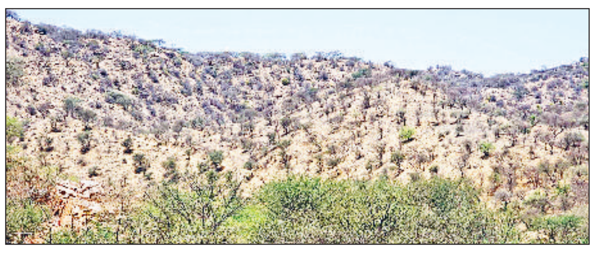
नारनौल। कुत्तों को पकड़ती टीम। फोटो : हरिभूमि

निजी एजेंसी को दिया टेंडर: डीएमसी

डीएमसी ने बताया कि नगर परिषद ने लगभग 1550 कुत्तों को पकड़ने, उनकी नसबंदी व टीकाकरण के लिए टेंडर एक निजी एजेंसी को दिया है। उन्होंने बताया कि अगर कहीं भी कुत्ता अधिक एग्रेसिव है या पागल हो चुका है, तो वह एनिमल अटेंडेंट विकास के मोबाइल नंबर 80536 77859 पर सूचना दें। उसे तुरंत प्रभाव से पकड़ लिया जाएगा। उन्होंने बताया कि सबसे पहले उन इलाकों पर ध्यान दिया जा रहा है। जहां कुत्तों के काटने की शिकायतें अधिक हैं। साथ ही कुत्तों को पकड़ने के लिए विशेष डॉग वैन का उपयोग किया जा रहा है।

9.97 करोड़ से सुधरेगी जेरपुर, ऊष्मापुर व राजावास के गिरते भूजल की स्थिति

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़



महेंद्रगढ़। पहाड़ की तलहटी में वो स्थान जहां इस प्रोजेक्ट के अंतर्गत जोहड़ खोदकर जोड़े जाएंगे।

ब्लॉक महेंद्रगढ़ के गांव जेरपुर, ऊष्मापुर, राजावास सहित आधा दर्जन से भी अधिक गांवों के गिरते भूजल स्तर को सुधारने के लिए 9.97 करोड़ के प्रोजेक्ट का टेंडर लगा दिया गया है। इस बारे में अधिक जानकारी देते हुए विकास एवं निगरानी समिति सदस्य संदीप मालड़ा ने बताया कि गांव ऊष्मापुर, जेरपुर, पालड़ी, मांडोला, आदि में भूजल स्तर लगातार गिरता जा रहा है। बहुत से ट्यूबवेलों पानी या तो समाप्त हो गया है या फिर लगातार गिरता जा रहा है। इससे इन गांवों में न सिर्फ खेती पर संकट खड़ा हो गया है, बल्कि पीने के पानी की समस्या होने लगी है। इन गांवों में गिरते भूजल स्तर की समस्या के समाधान के लिए यहां कि पंचायतों ने सांसद धर्मबीर सिंह से हस्तक्षेप करने की मांग की थी। पिछले वर्ष हुई फ्लड कंट्रोल बोर्ड की बैठक में ये प्रोजेक्ट मंजूर तो हो गया था, परंतु किन्हीं कारणों से इसके बजट को मंजूरी नहीं मिली। इसके बाद पंचायतों ने सांसद धर्मबीर सिंह से इस मामले में हस्तक्षेप कर इनके लिए बजट जारी करवाने की मांग थी। सांसद धर्मबीर सिंह ने उच्चाधिकारियों से बात कर इस महत्वपूर्ण प्रोजेक्ट के लिए फंड जारी करने बारे निर्देश दिए थे। सांसद धर्मबीर सिंह ने जिला उपायुक्त को भी पत्र लिखकर इस प्रोजेक्ट को इस बार दोबारा फ्लड कंट्रोल बोर्ड की बैठक में एजेंडे के रूप में शामिल करने बारे कहा था। संदीप मालड़ा ने बताया कि सांसद धर्मबीर सिंह की पैरवी से इस मेगा रीचार्ज एवं सिंचाई परियोजना के लिए फंड जारी किया गया था।

गांव ऊष्मापुर, जेरपुर व राजावास प्रोजेक्ट

- चार से पांच जोहड़ खोदे जाएंगे।
- प्रेशराइजड पाइप लाइन के माध्यम से कुरहावटा स्थित एमडी एक पंप से जोड़े जाएंगे।
- लागत लगभग 9 .97 करोड़।
- गांव ऊष्मापुर, मांडोला, जेरपुर, राजावास, पालड़ी सहित आधा दर्जन गांवों को होगा सीधा लाभ।

ट्राले की टक्कर से कार सवार की मौत

नारनौल। नेशनल हाईवे नंबर 148बी पर नांगल नूनिया के पास शनिवार दोपहर ट्राला व कार के बीच टक्कर हो गई, जिससे कार सवार चंडीगढ़ रह रहे व्यक्ति की मौत हो गई। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंचकर आवश्यक कार्रवाई शुरू की और शव का नागरिक अस्पताल पहुंचाया। जानकारी के अनुसार चंडीगढ़ में रह रहे मनविंद्र सिंह चहल अपनी कार में सवार होकर किसी कार्य से राजस्थान की ओर जा रहे थे। गांव नांगल नूनिया के पास उसकी कार की एक ट्राला से टक्कर हो गई। मनविंद्र कार में अकेला था। हादसे में उनकी मौके पर ही मौत हो गई। आसपास के लोगों ने उनको कार से निकाला तथा पुलिस को भी सूचना दी। मौके पर पहुंची पुलिस ने आवश्यक कार्रवाई शुरू की और शव की शिनाख्त का प्रयास किया। जबकि शव को पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल पहुंचाया। बाद में कार के नंबरों के आधार पर पुलिस ने मृतक की पहचान कर ली तथा परिजनों को सूचित किया।

पायगा में बीमारी से पुलिसकर्मी की मौत

महेंद्रगढ़। बीमारी के चलते एक पुलिसकर्मी की मौत हो गई। वह रेवाड़ी में हरियाणा पुलिस में कार्यरत था। शनिवार को पुलिस ने शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सौंप दिया। हार्ट अटैक के बाद उसकी तबीयत बिगड़ी थी। मृतक की पहचान गांव पायगा निवासी मुकेश कुमार के रूप में हुई है। मुकेश अपने पीछे दो बच्चे एक बेटा और एक बेटी छोड़ गया है। मुकेश के चाचा शमशेर सिंह ने पुलिस को दिए बयान में बताया कि गत 4 फरवरी को मुकेश को हार्ट अटैक आया था। उसका नारनौल के एक निजी अस्पताल में इलाज कराया गया था, जहां डॉक्टरों ने स्टेंट डालकर उसे छुट्टी दे दी थी। अब 20 फरवरी को मुकेश की तबीयत अचानक फिर बिगड़ गई। उसे इलाज के लिए नारनौल के उसी अस्पताल में ले जाया गया, जहां इलाज के दौरान उसकी मौत हो गई। रात के समय शव को मोर्चरी हाउस में रखवाया गया था। शनिवार को पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया।

!! महायोगी गुरुगोरक्षनाथाय नमः!!
!! श्री बाबा मस्तनाथो विजयतेतराम!!
श्री बाबा मस्तनाथ मठ
सादर आमंत्रण
18वीं सदी से चली आ रही परम्परानुसार
सिद्ध शिरोमणि श्री बाबा मस्तनाथ जी की पुण्यस्मृति में लगने वाला
सालाना मेला व भण्डारा
दिनांक : 23, 24 व 25 फरवरी, 2026
तदनुसार फाल्गुन मास, शुक्ल पक्ष : सप्तमी, अष्टमी, नवमी (सोमवार, मंगलवार, बुधवार) को मनाया जा रहा है।
इस बहुआयामी आध्यात्मिक मेले में आप सभी सहपरिवार सादर आमंत्रित हैं।
अतः सभी महानुभाव, साधु-संत, योगी-संन्यासी, माता बहनें, बच्चे-बुजुर्ग
एवं श्रद्धालु, परिजन-पूरजन-स्वजन के साथ पहुँचकर मेले का आनन्द उठाएँ तथा बाबा जी की दिव्य कृपा और आशीर्वाद प्राप्त करें।
मेले के दौरान निम्नलिखित कार्यक्रम आयोजित किये जाएंगे।
सर्कल कबड्डी
24 फरवरी, 2026
विशाल इनामी कुश्ती दंगल
25 फरवरी, 2026
गोरक्ष स्वरुप सिद्ध शिरोमणि
श्री बाबा मस्तनाथ जी महाराज
तपस्वी रणपतनाथ योगी जी
तपस्वी मानधातानाथ योगी जी
BABA MASTNATH UNIVERSITY ROHTAK
विधेयम् जन सेवनम्
बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय
अस्थल बोहर, रोहतक
श्रीयुत महंत
श्रेयोनाथ जी महाराज
पूर्व स्वास्थ्य मंत्री, हरियाणा सरकार
ब्रह्मलीन महंत
चाँदनाथ जी महाराज
पूर्व सांसद, अलवर
महंत बालकनाथ योगी
गद्दीनशीन महंत श्री बाबा मस्तनाथ मठ, अस्थल बोहर, रोहतक-124021 (हरियाणा)
कुलाधिपति-बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय | विधायक-तिजारा एवं पूर्व सांसद, अलवर व पूर्व प्रदेश उपाध्यक्ष, भाजपा (राजस्थान)

सुरक्षित निवेश के कई मजबूत विकल्प, मिलेगा बढ़िया रिटर्न

- पीपीएफ, एनएससी, एससीएसएस और सुकन्या जैसी योजनाएं दे रही हैं आकर्षक ब्याज और टैक्स लाभ
- कम जोखिम में स्थिर आय और लंबी अवधि में मजबूत फंड बनाने के विकल्प
- बैंक एफडी से आगे बढ़कर सोचें, सरकारी योजनाओं में छिपा है बेहतर रिटर्न

बिजनेस डेस्क

आज के दौर में निवेशकों की सबसे बड़ी प्राथमिकता है पूंजी की सुरक्षा और स्थिर रिटर्न। शेयर बाजार की अस्थिरता से घबराने वाले या जोखिम कम लेना चाहने वाले लोग आमतौर पर बैंक एफडी का सहारा लेते हैं। लेकिन क्या एफडी ही एकमात्र सुरक्षित विकल्प है? असल में, सरकार समर्थित कई ऐसी योजनाएं हैं जो न केवल सुरक्षित हैं, बल्कि कई मामलों में एफडी से बेहतर ब्याज भी देती हैं। आइए जानते हैं ऐसे ही भरोसेमंद निवेश विकल्पों के बारे में, जहां सुरक्षा के साथ अच्छा रिटर्न भी मिल सकता है।

कंपाउंडिंग के लिए सबसे बेहतर

1. पब्लिक प्रोविडेंट फंड (पीपीएफ) अगर आपका लक्ष्य लंबी अवधि में सुरक्षित तरीके से बड़ा फंड बनाना है, तो पीपीएफ एक बेहतरीन विकल्प है।

- निवेश अवधि: 15 वर्ष
- वर्तमान ब्याज दर : 7.1% (सरकार द्वारा तिमाही आधार पर तय)
- अधिकतम निवेश : 1.5 लाख रुपये प्रति वर्ष
- टैक्स लाभ : धारा 80सी के तहत छूट
- पीपीएफ की सबसे बड़ी खासियत है इसका ईईई स्टेटस निवेश, ब्याज और मैच्योरिटी राशि तीनों टैक्स-फ्री होती हैं। यह योजना खासकर उन निवेशकों के लिए उपयुक्त है जो रिटायरमेंट या बच्चों की उच्च शिक्षा जैसे दीर्घकालिक लक्ष्य के लिए सुरक्षित निवेश करना चाहते हैं।

2. नेशनल सेविंग सर्टिफिकेट (एनएससी)

- यदि आप 5 साल की अवधि के लिए सुरक्षित निवेश चाहते हैं, तो एनएससी एक अच्छा विकल्प हो सकता है।
- निवेश अवधि : 5 वर्ष
- ब्याज दर : लगभग 7.7%
- टैक्स लाभ : 80सी के तहत छूट
- एनएससी में निवेश की गई राशि सुरक्षित रहती है और तय ब्याज दर के अनुसार परिपक्वता पर रिटर्न मिलता है। यह योजना उन लोगों के लिए बेहतर है जो मध्यम अवधि के लक्ष्य के लिए निवेश करना चाहते हैं और जोखिम नहीं लेना चाहते।

3. सीनियर सिटीजन सेविंग स्कीम (एससीएसएस)

- यह योजना विशेष रूप से 60 वर्ष या उससे अधिक आयु के वरिष्ठ नागरिकों के लिए है।
- निवेश अवधि : 5 वर्ष (आवश्यकतानुसार बढ़ाई जा सकती है)
- ब्याज दर : लगभग 8% से अधिक (तिमाही समीक्षा के अधीन)

नियमित ब्याज भुगतान

- एससीएसएस उन सेवानिवृत्त लोगों के लिए बेहद उपयोगी है जो अपने रिटायरमेंट फंड से नियमित आय चाहते हैं। ब्याज तिमाही आधार पर मिलता है, जिससे नकदी प्रवाह बना रहता है।

4. पोस्ट ऑफिस मंथली इनकम स्कीम (एमआईएस)

- अगर आप सुरक्षित निवेश के साथ हर महीने नियमित आय चाहते हैं, तो पोस्ट ऑफिस मंथली इनकम स्कीम एक बेहतर विकल्प है।
- निवेश अवधि: 5 वर्ष
- ब्याज दर: लगभग 7.4%
- मासिक ब्याज भुगतान

5. सुकन्या समृद्धि योजना (एसएसवाई)

- बेटियों के भविष्य को सुरक्षित करने के लिए यह योजना विशेष रूप से बनाई गई है।
- पात्रता: 10 वर्ष या उससे कम आयु की बेटी
- निवेश अवधि: 15 वर्ष
- मैच्योरिटी: 21 वर्ष
- अधिकतम निवेश: 1.5 लाख रुपये प्रति वर्ष
- ब्याज दर: लगभग 8.2%
- एसएसवाई वर्तमान में सबसे अधिक ब्याज देती है।

सिर्फ एसआईपी नहीं एसडब्लूपी भी जरूरी

एसआईपी संपत्ति निर्माण का एक आसान और व्यवस्थित तरीका बिना योजनाबद्ध निकासी निवेश को कर देती है बर्बाद

बिजनेस डेस्क

जनवरी 2026 में निवेशकों ने सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) के जरिए म्यूचुअल फंड में 31,000 करोड़ रुपये का निवेश किया। एसआईपी अब आदत जैसी बन गई है। यह संपत्ति निर्माण का एक आसान और व्यवस्थित तरीका बन गया है। लेकिन असली परीक्षा तब शुरू होती है जब आप इसका उपयोग करना शुरू करते हैं। बिना योजनाबद्ध निकासी रणनीति के वर्षों का अनुशासित निवेश जल्दी ही बिखर सकता है। इसलिए हर एसआईपी के साथ एक सिस्टमैटिक विदड्रॉल प्लान (एसडब्लूपी) होना भी जरूरी है। एसआईपी संपत्ति संचय का एक प्रभावी साधन है, लेकिन यह सुचारु परिणाम की गारंटी नहीं देता। इसलिए एसआईपी से बाहर निकलने का समय बेहद महत्वपूर्ण होता है। इससे फर्क नहीं पड़ता कि आपका एसआईपी कितने समय तक चला या आपने इसे किस बाजार परिस्थिति में शुरू किया। अंतिम चरण में बाजार में गिरावट आपकी योजनाओं को पटरी से उतार सकती है। मान लीजिए एक निवेशक ने जनवरी 2005 में एसबीआई निफ्टी इंडेक्स फंड में 10,000 रुपये की मासिक एसआईपी शुरू की। लक्ष्य था 2020 के मध्य तक घर की डाउन पेमेंट के लिए 40 लाख रुपये जुटाना। 31 जनवरी 2020 तक 18 लाख रुपये का निवेश बढ़कर 40.73 लाख रुपये हो गया। लक्ष्य आसानी से हासिल होता दिख रहा था। फिर महामारी के कारण बाजार में गिरावट आई। 23 मार्च 2020 तक यह कॉर्पस घटकर 26 लाख रुपये रह गया यानी अचानक 14 लाख रुपये की कमी। पोर्टफोलियो को दोबारा संभलने में लगभग आठ महीने लग गए। यदि निवेशक ने लक्ष्य तिथि से 12-18 महीने पहले एसडब्लूपी के माध्यम से चरणबद्ध निकासी शुरू कर दी होती तो कुछ मुनाफा सुरक्षित किया जा सकता था। एसडब्लूपी मूलतः एसआईपी का उल्टा है। नियमित अंतराल पर निश्चित रकम निवेश करने के बजाय आप तय समयावधि में नियमित रूप से निश्चित राशि निकालते हैं। जैसे-जैसे लक्ष्य नजदीक आता है, एसडब्लूपी एक संतुलित और क्रमिक निकासी का मार्ग तैयार करता है।

बकेट रणनीति भी बनाएं

रिटायरमेंट में हर फंड एसडब्लूपी के लिए उपयुक्त नहीं होता। विशेषज्ञ तीन-बकेट रणनीति सुझाते हैं। तीन साल के खर्च लिक्विड फंड में, चौथे से सातवें वर्ष के खर्च कंजरवेटिव हाइब्रिड फंड में और दीर्घकालिक निवेश इक्विटी में ताकि मुद्रास्फीति को मात दी जा सके। निकासी पहले बकेट से शुरू होती है। जैसे-जैसे वह कम होता है, दूसरे बकेट से उसे भरा जाता है और बाद में तीसरे बकेट से। यह स्तरीय संरचना निकट अवधि के खर्चों को इक्विटी की अस्थिरता से बचाती है और दीर्घकालिक वृद्धि को बनाए रखती है।

चक्र को पूरा करना जरूरी

हर वित्तीय यात्रा व्यक्तिगत लक्ष्यों, आय पैटर्न और जोखिम सहनशीलता से प्रभावित होती है। लेकिन सिद्धांत सार्वभौमिक है। वितरण योजना के बिना संचय अधूरा है। एसआईपी से एसडब्लूपी तक सुचारु संक्रमण आवश्यक है। सही तरीके से किया जाए तो यह साझेदारी चक्रवृद्धि की शक्ति को जारी रखते हुए आपको नियमित आय भी देती रहती है।

एसडब्लूपी है वितरण की संरचना

इस संरचना के दो प्रमुख लाभ हैं। पहला यह अंतिम समय की बाजार अस्थिरता से अर्जित लाभ के एक हिस्से की सुरक्षा करता है। दूसरा जो राशि नहीं निकाली जाती, वह निवेशित बनी रहती है और अंतिम चरण में संभावित बढ़त का लाभ उठाती है। उद्योग के विशेषज्ञ अब एसआईपी और एसडब्लूपी को एक संयुक्त रणनीति के दो हिस्सों के रूप में देखते हैं। वे इस संयोजन को जीवन भर का एसआईपी बताते हैं। कमाई के वर्षों में व्यवस्थित बचत और आय कम होने पर व्यवस्थित निकासी, बिना चक्रवृद्धि की ताकत को तोड़े। असल में एसआईपी संचय का इंजन है, जबकि एसडब्लूपी वितरण की संरचना। यह दोनों मिलकर संपत्ति निर्माण, संरक्षण और वितरण का निरंतर चक्र बनाते हैं।

सेवानिवृत्ति से आगे की भी सोचें

परंपरागत रूप से एसडब्लूपी को रिटायरमेंट आय के साधन के रूप में देखा जाता रहा है, लेकिन यह धारणा बदल रही है। एसडब्लूपी जीवन के विभिन्न चरणों में एक लचीला और कर-कुशल नकदी प्रवाह समाधान बनकर उभर रहा है। यह लोन की ईएमआई, बच्चों की फीस या अनियमित आय से जुड़े जीवनशैली खर्च जैसे नियमित खर्चों में मदद कर सकता है। एसडब्लूपी फ्रीलांसर, कंसल्टेंट या चक्रीय आय वाले व्यवसायियों के लिए भी उपयोगी है। अधिक आय वाले महीनों में अतिरिक्त कमाई निवेश की जा सकती है, जबकि एक छोटा एसडब्लूपी निश्चित मासिक खर्चों के लिए स्थिर आय प्रदान कर सकता है। यहां तक कि एकमुश्त लक्ष्यों जैसे शादी या घर की मरम्मत के लिए भी एसडब्लूपी चरणबद्ध निकासी की सुविधा देता है, जिससे टाइमिंग जोखिम कम होता है और शेष पूंजी निवेशित बनी रहती है।

संक्रमण की योजना भी हो

विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि निवेश के तुरंत बाद एसडब्लूपी शुरू नहीं करना चाहिए। निकासी शुरू होने से पहले पोर्टफोलियो को बढ़ने का समय चाहिए। बहुत जल्दी शुरुआत करने से यदि बाजार अस्थिर हो जाए, तो मूलधन पर असर पड़ सकता है। कर दक्षता भी इसका एक बड़ा लाभ है। प्रत्येक एसडब्लूपी किस्त में मूलधन और पूंजीगत लाभ दोनों शामिल होते हैं, लेकिन कर केवल लाभ वाले हिस्से पर लगता है। कम से कम एक वर्ष तक निकासी टालने से इक्विटी निवेश दीर्घकालिक पूंजीगत लाभ कर के दायरे में आ जाता है, जिसमें सालाना 1.25 लाख रुपये तक के लाभ पर छूट मिलती है। अनिवार्य लक्ष्यों के लिए आदर्श रूप से लक्ष्य तिथि से 2-3 वर्ष पहले एसडब्लूपी शुरू कर देना चाहिए। भले ही कॉर्पस थोड़ा कम हो। अंतिम वर्ष तक इंतजार करने से जोखिम बढ़ जाता है। चरणबद्ध निकासी परिणामों को संतुलित बनाती है।

कितनी निकासी सुरक्षित है?

दीर्घकालिक स्थितियों जैसे सेवानिवृत्ति में निकासी दर यह तय करती है कि बचत 20-30 वर्षों तक चलेगी या समय से पहले खत्म हो जाएगी। जोखिम केवल बाजार की अस्थिरता नहीं, बल्कि सीक्वेंस-ऑफ-रिटर्न्स का भी होता है। यदि शुरुआती वर्षों में खराब रिटर्न के दौरान निकासी होती है तो कॉर्पस तेजी से घट सकता है। एसआईपी के विपरीत, जहां गिरते बाजार में अधिक यूनिट जमा होती हैं, एसडब्लूपी में गिरावट के दौरान समान नकदी प्रवाह के लिए अधिक यूनिट बेचनी पड़ती हैं। इसलिए निकासी दर संतुलित और सावधानीपूर्ण होनी चाहिए। आदर्श रूप से निकासी दर पोर्टफोलियो के दीर्घकालिक संभावित रिटर्न से कम होनी चाहिए। एक सामान्य नियम यह है कि निकासी वास्तविक रिटर्न यानी मुद्रास्फीति समायोजित रिटर्न के आधार पर तय हो। यदि अपेक्षित रिटर्न 10% और मुद्रास्फीति 5% है, तो निकासी 5% से अधिक नहीं होनी चाहिए। स्थिरता बनाए रखने के लिए निकासी दर अपेक्षित रिटर्न से 2-3 प्रतिशत अंक कम रखनी चाहिए। वैश्विक शोध अक्सर 3.5-4% को एक टिकाऊ दर मानता है, लेकिन इसकी उपयुक्तता एसेट आवंटन, जीवन प्रत्याशा और जीवनशैली की जरूरतों पर निर्भर करती है। प्रदर्शन के आधार पर समायोजित होने वाली डायनेमिक निकासी रणनीतियां भी मजबूती बढ़ा सकती हैं।

क्या एसआईपी सच में बना सकती है अमीर?

नौकरीपेशा लोगों के लिए छोटी बचत को निवेश में बदलना व्यावहारिक तरीका

अनुशासन लंबे समय में संपत्ति निर्माण की रखता है नींव

बिजनेस डेस्क

आज के दौर में हर कमाने वाला व्यक्ति चाहता है कि उसकी आय सिर्फ खर्च तक सीमित न रहे, बल्कि भविष्य में बड़ी पूंजी में बदले। नौकरीपेशा लोगों के लिए हर महीने छोटी-छोटी बचत को निवेश में बदलना सबसे व्यावहारिक तरीका है। इसी संदर्भ में एसआईपी सबसे ज्यादा चर्चा में रहता है। लेकिन सवाल यह है क्या एसआईपी वास्तव में आपको अमीर बना सकती है? सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि एसआईपी कोई निवेश उत्पाद (प्रोडक्ट) नहीं, बल्कि निवेश करने का तरीका है। असल निवेश म्यूचुअल फंड में होता है और एसआईपी उस फंड में नियमित अंतराल पर तय रकम लगाने की प्रणाली है। यानी आप हर महीने एक निश्चित राशि निवेश करते हैं, चाहे बाजार ऊपर हो या नीचे। यही अनुशासन लंबे समय में संपत्ति निर्माण की नींव रखता है। अमीर बनने की संभावना इस बात पर निर्भर करती है कि आप कितने समय तक निवेश करते हैं और कितनी निरंतरता बनाए रखते हैं। शेयर बाजार से जुड़े फंड्स में ऐतिहासिक रूप से लंबी अवधि में बेहतर रिटर्न देखने को मिले हैं, लेकिन अल्पकाल में उतार-चढ़ाव स्वाभाविक है। जो निवेशक 8–10 साल या उससे अधिक का धैर्य रखते हैं, उन्हें चक्रवृद्धि का वास्तविक लाभ मिलता है। छोटी रकम भी समय के साथ बड़ी पूंजी में बदल सकती है। बशर्ते निवेश नियमित और दीर्घकालिक हो।

जल्दी अमीर बनने का शॉर्टकट नहीं

हालांकि, यह समझना भी जरूरी है कि एसआईपी "जल्दी अमीर बनने" का शॉर्टकट नहीं है। बाजार में गिरावट आएगी, रिटर्न कभी ज्यादा तो कभी कम होंगे। जो लोग कुछ महीनों में चमत्कार की उम्मीद करते हैं, वे अक्सर निराश होते हैं। असली ताकत अनुशासन और समय में छिपी है, न कि तात्कालिक मुनाफे में। जोखिम, रणनीति और समझदारी का संतुलन एसआईपी बाजार से जुड़ा निवेश है, इसलिए इसमें जोखिम भी शामिल है। यह फिक्स्ड डिपॉजिट या पीपीएफ की तरह पूरी तरह सुरक्षित विकल्प नहीं है। सही फंड का चयन, अपने जोखिम स्तर की पहचान और निवेश लक्ष्य की स्पष्टता बेहद जरूरी है। यदि आपका लक्ष्य 10-15 साल दूर है जैसे रिटायरमेंट या बच्चों की पढ़ाई तो इक्विटी आधारित फंड उपयुक्त हो सकते हैं, लेकिन कम अवधि के लक्ष्य के लिए संतुलित या डेट फंड बेहतर विकल्प हो सकते हैं।

बाजार गिरने पर घबराएं नहीं

बाजार गिरने पर घबराहट में एसआईपी रोक देना सबसे बड़ी गलती मानी जाती है। दरअसल, गिरावट के समय कम कीमत पर अधिक यूनिट मिलती हैं, जो बाजार सुधरने पर बेहतर रिटर्न दे सकती हैं। यही "रूपीकॉस्ट एवरेजिंग" का फायदा है। इसलिए समझदारी यही है कि उतार-चढ़ाव को निवेश यात्रा का हिस्सा मानें। एक और आम गलती है बहुत सारे फंड में निवेश कर देना। अलग-अलग सलाह के चक्कर में पोर्टफोलियो इतना जटिल हो जाता है कि निगरानी मुश्किल हो जाती है। बेहतर है कि अपने लक्ष्य के अनुसार सीमित और संतुलित फंड चुनें। गुणवत्ता पर ध्यान दें, संख्या पर नहीं। एसआईपी की एक बड़ी खूबी लचीलापन भी है। आपकी आय बढ़े तो निवेश राशि बढ़ा सकते हैं, जरूरत पड़े तो घटा या रोक भी सकते हैं। यह कोई कठोर अनुबंध नहीं है। लेकिन बार-बार बदलाव से बचना चाहिए; रणनीति सोच-समझकर तय करें।

यह जानना जरूरी

एसआईपी आपको रातोंरात अमीर नहीं बनाएगी, लेकिन समय, अनुशासन और सही रणनीति के साथ यह मजबूत संपत्ति निर्माण का प्रभावी साधन बन सकती है। समझदारी से किया गया निवेश, धैर्य और लक्ष्य-आधारित योजना यही वह सूत्र है जो सामान्य आय वाले व्यक्ति को भी आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बना सकता है। अमीरी केवल बड़ी कमाई से नहीं, बल्कि सही निवेश आदतों से भी आती है।

फंड तैयार करने की जल्दबाजी छोड़िए, एसआईपी को समय दें

बिजनेस डेस्क। सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) आज म्यूचुअल फंड में निवेश का सबसे लोकप्रिय तरीका बन चुका है। छोटे-छोटे मासिक निवेश के जरिए बड़ा फंड तैयार करने का यह अनुशासित माध्यम है। लेकिन एक सवाल लगभग हर निवेशक के मन में आता है। एसआईपी में रिटर्न असली रफ्तार कब पकड़ता है? कई निवेशक 1-2 साल में शानदार मुनाफे की उम्मीद करते हैं। अगर ऐसा नहीं होता, तो वे एसआईपी बंद भी कर देते हैं। जबकि सच्चाई यह है कि एसआईपी का असली फायदा समय के साथ खुलकर सामने आता है।

शॉर्ट टर्म में क्यों निराश कर सकता है एसआईपी?

अगर आप 1 से 3 साल की अवधि में एसआईपी का प्रदर्शन देखें, तो तस्वीर उतनी आकर्षक नहीं दिखती। ऐतिहासिक आंकड़ों के आधार पर निफ्टी 50 पर आधारित एसआईपी के रिटर्न का विश्लेषण बताता है कि छोटे समय में रिटर्न कई बार फ्लैट या निगेटिव भी रहा है।

कुछ अवधियों में

1. साल का एक्सआईआरआर रिटर्न -60% से ज्यादा तक गिरा
2. साल में -40% के आसपास
3. साल में -20% से ज्यादा गिरावट

शुरुआती रिटर्न कमजोर

यह सुनकर घबराहट होना स्वाभाविक है। लेकिन इसका कारण समझना जरूरी है। शेयर बाजार साइकिल में चलता है कभी तेजी, कभी गिरावट। यदि आपने एसआईपी की शुरुआत बाजार के ऊपरी स्तर पर की और उसके बाद गिरावट आई, तो शुरुआती रिटर्न कमजोर दिख सकते हैं। इसे ही टाइमिंग रिस्क कहते हैं। शॉर्ट टर्म में बाजार की दिशा आपके निवेश अनुभव को प्रभावित करती है।

5 साल के बाद बदलती है तस्वीर

- ⏭जैसे-जैसे निवेश की अवधि 5 साल के आसपास पहुंचती है, उतार-चढ़ाव का असर कम होने लगता है।
- ⏭5 साल के अधिकांश रोलिंग पीरियड में एसआईपी का रिटर्न 5% से 10% के बीच रहा है। लंबी अवधि में रिकवरी का मौका मिलता है।

दो चीजें काम करती हैं

- ⏭रुपया लागत औसत : बाजार गिरने पर आपकी तय राशि से ज्यादा यूनिट्स मिलती हैं।
- ⏭कंपाउंडिंग : शुरुआती निवेश पर मिलने वाला रिटर्न आगे रिटर्न कमाता है।
- ⏭ शुरुआती सालों की कमजोरी संतुलित होने लगती है और निवेश स्थिरता दिखाने लगता है।

7 साल के बाद बढ़ती है रफ्तार

- ⏭इतिहास बताता है कि 7 साल या उससे अधिक की अवधि में एसआईपी पर निगेटिव रिटर्न की संभावना लगभग खत्म हो जाती है। डबल डिजिट रिटर्न सामान्य हो जाते हैं। यहां सबसे बड़ा बदलाव बाजार में नहीं, बल्कि निवेशक के अनुभव में आता है। बाजार गिरता है, तो आपके पास रिकवरी का पर्याप्त समय होता है। तेजी आने पर आप उस पूरी रैली का हिस्सा बनते हैं। कंपाउंडिंग का प्रभाव स्पष्ट दिखने लगता है।

ऐसे समझें

उदाहरण के तौर पर, अगर कोई निवेशक हर महीने 10,000 रुपये एसआईपी करता है और औसतन 12% रिटर्न मिलता है, तो 3 साल में कुल निवेश 3.6 लाख पर फंड लगभग 4–4.5 लाख के आसपास हो सकता है। 10 साल में कुल निवेश 12 लाख पर फंड 23–24 लाख से ज्यादा हो सकता है। यही है कंपाउंडिंग की असली ताकत।

कब शुरू करें और कितना समय दें

- ⏭जितनी जल्दी शुरू करेंगे, उतना बेहतर।
- ⏭कम से कम 7–10 साल का नजरिया रखें।
- ⏭बाजार गिरने पर बंद न करें, जारी रखें।
- ⏭लक्ष्य आधारित निवेश करें।

असली रफ्तार कहां से

- ⏭ पहले 2–3 साल: उतार-चढ़ाव
- ⏭5 साल: स्थिरता
- ⏭7 साल+: कंपाउंडिंग का प्रभाव
- ⏭10 साल+: वास्तविक वेल्थ क्रिएशन

धैर्य ही असली रणनीति

एसआईपी कोई जादुई फार्मूला नहीं, बल्कि अनुशासित निवेश की प्रक्रिया है। छोटे समय में परिणाम आकर्षक न दिखें, लेकिन लंबी अवधि में यह प्रभावशाली बन जाता है। अगर आप बाजार के उतार-चढ़ाव को सहन करने का धैर्य रखते हैं और निवेश को 7–10 साल का समय देते हैं, तो एसआईपी मजबूत संपत्ति निर्माण करेगी।

सस्ती किस्तों का जाल : क्या सच में 'नो कॉस्ट' है ईएमआई

ईएमआई में नहीं दिखता ब्याज, लेकिन कीमत बदल जाती है

ऑनलाइन शॉपिंग के दौर में यह सबसे लुभावना मौका

जानकारी
बिजनेस डेस्क

ऑनलाइन शॉपिंग के दौर में एक लाइन सबसे ज्यादा लुभाती है वो है 'नो कॉस्ट' ईएमआई। छोटी-छोटी किस्तें देखकर खरीदारी का फैसला आसान लगने लगता है। दिमाग कहता है "इतनी सी ईएमआई है, अभी ले लेते हैं।" लेकिन निवेश और व्यक्तिगत वित्त के नजरिए से देखें तो 'नो कॉस्ट' ईएमआई उतनी सरल नहीं, जितनी दिखाई देती है। अब सवाल यह है कि क्या वाकई इसमें कोई लागत नहीं होती? या फिर लागत सिर्फ नजर नहीं आती?

'नो कॉस्ट' ईएमआई होती क्या है?

सरल शब्दों में, 'नो कॉस्ट' ईएमआई का मतलब है कि आप किसी प्रोडक्ट की कीमत किस्तों में चुकाते हैं और आपको अलग से ब्याज नहीं देना पड़ता। यानी कुल ईएमआई जोड़ने पर रकम उतनी ही होगी जितनी प्रोडक्ट की कीमत। लेकिन बैंक या फाइनेंस कंपनी बिना कमाई के पैसा उधार नहीं देती। तो फिर ब्याज कौन दे रहा है? यहीं से असली खेल शुरू होता है।

बैंक की कमाई कैसे होती है?

जब आप ईएमआई चुनते हैं, तो आमतौर पर प्रोडक्ट पर मिलने वाला सीधा डिस्काउंट कम कर दिया जाता है। उसी घटे हुए डिस्काउंट से बैंक का ब्याज एडजस्ट कर दिया जाता है। मतलब ये कि कागजों में आपको "ब्याज नहीं" दिखता है। लेकिन आपको मिलने वाला फायदा पहले ही कम कर दिया जाता है। बैंक को उसका हिस्सा मिल जाता है, और ग्राहक को लगता है कि वह बिना अतिरिक्त खर्च के सुविधा ले रहा है।

एक उदाहरण से समझिए

- ⏭मान लीजिए आप 60,000 रुपये का स्मार्टफोन खरीदना चाहते हैं।
- ⏭फुल पेमेंट पर ऑफर: 5,000 रुपये का सीधा डिस्काउंट
- ⏭अंतिम कीमत: 55,000 रुपये
- ⏭अब आप नो कॉस्ट ईएमआई चुनते हैं
डिस्काउंट घटकर 2,500 रुपये रह जाता है
- ⏭नई कीमत: 57,500 रुपये
- ⏭आपने शुरुआत में ही 2,500 रुपये ज्यादा दे दिए।
- ⏭अगर इसमें 499 प्रोसेसिंग फीस और उस पर 18% जीएसटी जोड़ दें, तो कुल खर्च लगभग 58,000 रुपये से ऊपर पहुंच सकता है।
- ⏭दिखने में ईएमआई आसान थी, लेकिन कुल भुगतान बढ़ चुका है।

सबसे बड़ा भ्रम है: ईएमआई

- ⏭सुविधा=सस्ता सौदा
- ⏭असल में ईएमआई सिर्फ भुगतान को छोटे हिस्सों में बांटती है। खर्च कम नहीं करती।
- ⏭छोटी ईएमआई दिमाग पर दबाव कम डालती है। एकमुश्त 55,000 देने से ज्यादा आसान लगता है 4,800 रुपये की मासिक किस्त देना। लेकिन कुल रकम का हिसाब अक्सर नजरअंदाज हो जाता है।
- ⏭यह मनोवैज्ञानिक प्रभाव है—छोटे नंबर कम डराते हैं।
- ⏭छिपे हुए चार्ज जिन पर कम ध्यान जाता है

ये अतिरिक्त खर्च संभव

- ⏭प्रोसेसिंग फीस : 199 से 999 रुपये या उससे अधिक
- ⏭जीएसटी : प्रोसेसिंग फीस या ब्याज वाले हिस्से पर 18%
- ⏭ईएमआई कन्वर्जन चार्ज

moneycontr
NO COST EMI
FEES
ROEO
BOOR FEES
%
GST

- ⏭लेट पेमेंट पेनल्टी (यदि किस्त समय पर न भरी जाए)
- ⏭ये सभी बातें अक्सर शर्तों में छिपी होती हैं, प्रोडक्ट पेज पर बड़े अक्षरों में नहीं लिखी होतीं।
- ⏭तुलना: फुल पेमेंट बनाम नो कॉस्ट ईएमआई

⏭भुगतान तरीका	दिखने वाली कीमत	संभावित असली खर्च
⏭फुल पेमेंट	55,000	55,000
⏭नो कॉस्ट ईएमआई	57,500	58,000+

यह अंतर छोटा लग सकता है, लेकिन महंगे इलेक्ट्रॉनिक्स, फर्नीचर या एसी जैसे उत्पादों में यह हजारों रुपये तक पहुंच सकता है।

कब नो कॉस्ट ईएमआई सही विकल्प

- ⏭हर बार नो कॉस्ट ईएमआई गलत नहीं होती। कुछ परिस्थितियों में यह उपयोगी हो सकती है। आपके पास पूरी रकम उपलब्ध नहीं है। ईएमआई लेने से डिस्काउंट कम नहीं हो रहा। प्रोसेसिंग फीस शून्य है। आप कैश फ्लो मैनेजमेंट के लिए भुगतान फैलाना चाहते हैं। अगर इन शर्तों में से अधिकतर पूरी होती हैं, तो ईएमआई एक व्यावहारिक विकल्प हो सकता है।

निवेश के नजरिए से

व्यक्तिगत वित्त का एक मूल सिद्धांत है खर्च से पहले गणित करें। यदि आपके पास पर्याप्त बचत है और आप फुल पेमेंट कर सकते हैं, तो अक्सर वह सस्ता विकल्प होता है। ईएमआई चुनने से पहले यह सोचें।

सोचें क्या यह जरूरत है

- ⏭क्या ईएमआई के कारण मैं अतिरिक्त खर्च कर रहा हूं?
- ⏭क्या मैं कई ईएमआई का बोझ एक साथ उठा रहा हूं?
- ⏭कई बार लोग एक साथ 3-4 ईएमआई ले लेते हैं। छोटी-छोटी किस्तें मिलकर बड़ी मासिक देनदारी बन जाती हैं।

मार्केटिंग बनाम समझदारी

आज का ई-कॉमर्स माहौल भावनात्मक फैसले लेने को प्रेरित करता है। अभी खरीदें, बाद में भुगतान करें। लेकिन समझदार खरीदार पहले कैलकुलेशन करता है, फिर निर्णय लेता है। नो कॉस्ट ईएमआई धोखा नहीं है, लेकिन अधूरी जानकारी नुकसान में बदल सकती है। नो कॉस्ट ईएमआई सुविधा देती है, लेकिन हर सुविधा की एक कीमत होती है चाहे वह सीधी दिखे या छिपी हुई हो। इसलिए पहले पूरा गणित समझें, कुल भुगतान जोड़ें, और फिर फैसला लें। क्योंकि समझदारी से किया गया खर्च ही असली बचत है।

खबर संक्षेप

मॉडर्न स्कूल के चेयरमैन ने भतीजे का बिना दहेज किया विवाह

महेंद्रगढ़। मॉडर्न वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय भोजावास के निदेशक राजकुमार यादव के पुत्र ने हाल ही में बिना दहेज के सादगीपूर्ण विवाह कर समाज में एक सराहनीय उदाहरण प्रस्तुत किया। इस दौरान परिवारजन, रिश्तेदारों, सामाजिक कार्यकर्ताओं तथा विद्यालय के शिक्षकों ने नवदंपति को शुभकामनाएं दी। विवाह समारोह अत्यंत सादगी और पारंपरिक रीति-रिवाजों के साथ संपन्न हुआ। सबसे विशेष बात यह रही कि इस विवाह में दहेज का पूर्णतः बहिष्कार किया गया। संस्था चेयरमैन अमरजीत सिंह यादव ने बताया कि दहेज प्रथा समाज के लिए एक अभिशाप है और इसे समाप्त करने के लिए प्रत्येक परिवार को आगे आना चाहिए। संस्था की प्रबंधन समिति के सदस्य हवासिंह यादव ने भी दहेज प्रथा को समाज के लिए कलंक बताते हुए कहा कि जब शिक्षण संस्थानों से जुड़े लोग स्वयं सामाजिक कुरीतियों के विरुद्ध उदाहरण प्रस्तुत करेंगे तो युवा पीढ़ी और समाज पर सकारात्मक प्रभाव पड़ेगा।

चैंपियनशिप में प्रदेश के 36 रेस वाक एथलीट ले रहे भाग

भीम अवार्डी संदीप कुमार ने जीता रजत पदक

13वीं इंडियन ओपन रेस वाकिंग चैंपियनशिप का आयोजन

संदीप कुमार 10 किलोमीटर रेस वाक इवेंट में 38 मिनट 49 सेकेंड और 21 माइक्रोन का समय देकर राष्ट्रीय कीर्तिमान स्थापित कर चुका है तथा 50 किलोमीटर रेस वाक इवेंट में तीन घंटे 55 मिनट और 59 सेकेंड के समय के साथ भारतीय रिकार्ड भी अपने नाम कर चुका है।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

दिलबाग सिंह अध्यक्ष एथलेटिक्स हरियाणा ने बताया कि 13वीं इंडियन ओपन रेस वाकिंग चैंपियनशिप का आयोजन 21 से 22 फरवरी तक सुखना लेक चंडीगढ़ में एथलेटिक्स फेडरेशन ऑफ इंडिया की ओर से आयोजन किया जा रहा है। इस नेशनल चैंपियनशिप में भारत के समस्त राज्यों के 279 रेस वाक एथलीट खिलाड़ी भाग लेकर बेहतरीन खेल प्रदर्शन कर रहे हैं और हरियाणा राज्य से 20 पुरुष व 16 महिला एथलीट खिलाड़ी सहित 36 एथलीट खिलाड़ियों का बड़ा दल भाग ले रहा है।

सत्यवीर धनखड़ फरीदाबाद मीडिया प्रभारी खेल ने बताया कि 13वीं इंडियन ओपन रेस वाक चैंपियनशिप में हरियाणा राज्य से संदीप कुमार भीम अवार्डी एवं ओलम्पियन ने पुरुष वर्ग फुल मैराथन रेस वाक इवेंट में राष्ट्रीय प्रतियोगिता के पहले दिन के पहले इवेंट में तीन घंटे 11 मिनट 18 सेकेंड समय देकर रजत पदक जीतकर हरियाणा राज्य का गौरव बढ़ाते हुए हरियाणा ध्वज फहराया और इस इवेंट में रामबाबू उत्तरप्रदेश ने तीन घंटे नौ मिनट और 17 सेकेंड के समय के साथ पहला स्थान प्राप्त कर स्वर्ण पदक पर कब्जा किया। रेशम मिधुन तेलंगाना ने तीन घंटा 12 मिनट व 11 सेकेंड के साथ कास्य पदक जीता। इससे पहले संदीप कुमार 10 किलोमीटर रेस वाक इवेंट में 38 मिनट 49 सेकेंड और 21 माइक्रोन का समय देकर राष्ट्रीय कीर्तिमान स्थापित कर चुका है तथा 50 किलोमीटर रेस वाक इवेंट में तीन घंटे 55 मिनट और 59 सेकेंड के समय के साथ भारतीय रिकार्ड भी अपने नाम कर चुका है। विश्व एथलेटिक्स चैंपियनशिप 2015 में भाग लिया और 50 किलोमीटर रेस वाक पूरी करने का सपना पूरा किया था।

IDIGARH ATHLETICS ASSOCIATION

नारनौल। भीम अवार्डी संदीप कुमार व अन्य। फोटो : हरिभूमि

संदीप कुमार प्रसिद्ध भारतीय रेस वाकर एथलीट

प्रदीप मलिक महासचिव एथलेटिक्स हरियाणा ने बताया कि संदीप कुमार महेंद्रगढ़ प्रसिद्ध भारतीय रेस वाकर एथलीट हैं और देश के लिए अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी पदक जीते हुए हैं। मलिक ने बताया कि संदीप कुमार ने 2016 रियो डी जेनेरियो ओलम्पिक गेम्स में 34वां स्थान प्राप्त किया और 2020 टोक्यो (जापान) ओलम्पिक गेम्स रेस वाक इवेंट में 23वां स्थान प्राप्त किया था। कामनवेल्थ गेम्स 2022 बर्घिगम (इंग्लैंड) में 10 किलोमीटर रेस वाक इवेंट में 38 मिनट 49 सेकेंड और 21 माइक्रोन के समय के साथ कांस्य पदक जीतकर भारतवर्ष को दिया था। रजत पदक विजेता संदीप कुमार को एथलेटिक्स हरियाणा के भीष्म पितामह एवं वरिष्ठ उपाध्यक्ष हनुमान सिंह भादू,निदेशक नरेंद्र मोर, राजकुमार मिटान सदस्य ग्रीवेंस कमेटी एथलेटिक्स फेडरेशन ऑफ इंडिया और प्रदीप यादव महेंद्रगढ़ जिला एथलेटिक्स संघ सचिव एवं एथलेटिक्स हरियाणा के अन्य पदाधिकारियों ने जीत की बधाई दी।

आरपीएस में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पर हुई कार्यशाला

महेंद्रगढ़। कार्यशाला को संबोधित करते हुए। फोटो : हरिभूमि

- संस्थान सदैव गुणवत्तापूर्ण एवं तकनीक-आधारित शिक्षा प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

आरपीएस महाविद्यालय बलाना के रसायन विज्ञान विभाग द्वारा रसायन विज्ञान में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का उपयोग विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला आयोजित की गई। इस कार्यशाला का उद्देश्य विद्यार्थियों को आधुनिक तकनीक आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के माध्यम से रसायन विज्ञान में हो रहे नवीन शोध, प्रयोग एवं नवाचारों से अवगत कराना था। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. देवेंद्र सिंह द्वारा दीप प्रज्वलन के साथ किया गया। विद्यार्थी नई तकनीकों को अपनाते हैं, तो वे वैश्विक स्तर पर प्रतिस्पर्धा करने में सक्षम बन सकते हैं। सीईओ मनीष राव एवं चेयरपर्सन डॉ. पवित्रा राव भी विशेष रूप से उपस्थित रहे। उन्होंने कहा कि संस्थान सदैव गुणवत्तापूर्ण एवं तकनीक-आधारित शिक्षा प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध है। ऐसे आयोजनों से विद्यार्थियों में नवाचार एवं शोध के प्रति रुचि विकसित होती है, जो उनके उज्ज्वल भविष्य की नींव रखती है। कार्यशाला में विषय विशेषज्ञ के रूप में डॉ. शंकर ने विस्तृत व्याख्यान प्रस्तुत किया। उन्होंने मशीन लर्निंग, डेटा एनालिसिस एवं कंप्यूटेशनल केमिस्ट्री के माध्यम से दवा निर्माण, रासायनिक संरचनाओं की भविष्यवाणी, स्पेक्ट्रोस्कोपी डेटा विश्लेषण तथा नई सामग्रियों के विकास में एआई के उपयोग पर प्रकाश डाला।

बीआर स्कूल के विद्यार्थियों ने जीते गोल्ड मेडल, सम्मानित

महेंद्रगढ़। बीआर स्कूल सेहलंग में एनएसओ साइंस ओलंपियाड में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर विद्यालय परिसर में एक विशेष सम्मान समारोह आयोजित किया गया, जिसमें मेधावी विद्यार्थियों को गोल्ड मेडल ऑफ एक्सीलेंस एवं गोल्ड मेडल ऑफ डिस्टिंक्शन प्रदान कर प्रोत्साहित किया गया। कार्यक्रम में विद्यालय चेयरमैन हरीश भारद्वाज मुख्यातिथि, जबकि प्राचार्या ज्योति भारद्वाज ने अध्यक्षता की। कक्षा दूसरी से यावी पुत्र राजीव नौताना, जियांशी पुत्री नवीन पालड़ी तथा खुशांत पुत्र अक्षय नौताना को गोल्ड मेडल ऑफ एक्सीलेंस से सम्मानित किया गया। कक्षा तीसरी से रिया पुत्री अमन सेहलंग, आरव पुत्र मनोज खेड़ी तथा एकलव्य पुत्र रविंद्र मालड़ा को गोल्ड मेडल ऑफ डिस्टिंक्शन प्रदान किया गया। कक्षा चौथी से काव्या शर्मा पुत्री कृष्ण सेहलंग को गोल्ड मेडल ऑफ एक्सीलेंस मिला। कक्षा पांचवीं से अक्षित पुत्र सचिन स्याणा, भावना पुत्री गोविंद बसई तथा जयंत पुत्र अनूप सेहलंग को गोल्ड मेडल ऑफ एक्सीलेंस से सम्मानित किया गया। कक्षा छठी से विक्रांत पुत्र प्रवीण सेहलंग, कक्षा सातवीं से आरव पुत्र हरीश सेहलंग तथा कक्षा आठवीं से मोहित पुत्र सुनील बवाना को भी गोल्ड मेडल ऑफ एक्सीलेंस प्रदान किया गया।

LORD KRISHNA PUBLIC SCHOOL
Sihma Narnaul

लॉर्ड कृष्णा ने सिल्वर जोन ओलंपियाड में जीता गोल्ड

नारनौल। लॉर्ड कृष्णा पब्लिक स्कूल सिहमा के होनहार छात्रों ने सिल्वर जोन ओलंपियाड परीक्षा में शानदार सफलता प्राप्त की है। इस परीक्षा में स्कूल के छात्र प्रशांत पुत्र राजकुमार सिहमा व दिया पुत्री सुनील कुमार खासपुर ने ऑल ओवर इंडिया 102वी रैंक प्राप्त कर उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए गोल्ड मेडल प्राप्त किया। संस्था के प्रिंसिपल ने बताया कि कुल 25 बच्चों ने यह ओलंपियाड एग्जाम दिया, जिसमें से 11 बच्चों को गोल्ड, 8 बच्चों को सिल्वर और 2 बच्चों को ब्रोंज मेडल मिला है। विद्यालय प्रबंधन ने सभी सफल छात्रों को बधाई दी है और उनके उज्जवल भविष्य की कामना की है। प्राचार्य ने कहा कि यह उपलब्धि हमारे शिक्षकों की मेहनत और छात्रों की दृढ़ संकल्प का परिणाम है।

सिटी किड्जी वर्ल्ड स्कूल में खेल प्रतियोगिता आयोजित

महेंद्रगढ़। सिटी किडजी वर्ल्ड स्कूल में खेल प्रतियोगिता आयोजित की गई। चेयरमैन विजय सिंह ने कहा कि खेलों का हमारे जीवन में बहुत महत्व होता है। खेलों के बिना मनुष्य का जीवन नीरस हो जाता है। खेलों के बिना किसी व्यक्ति का जीवन ऐसा माना जाता है जैसे बिना सूरज सौरमंडल, परंतु आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली के कारण खेलों के प्रति लोगों का ध्यान हटता जा रहा है। प्रतियोगिता के दौरान विद्यालय के विद्यार्थियों ने विभिन्न खेलों में हिस्सा लेकर अपनी प्रतिभा को प्रदर्शित कि। प्रतियोगिता का शुभारंभ गायत्री मंत्र और राष्ट्रीय गान के साथ किया गया। चेयरमैन विजय सिंह ने विद्यार्थियों को खेलों के महत्व के बारे में बहुत से रोचक जानकारियां दी। उन्होंने कहा कि खेल जीवन का अहम हिस्सा होता है, स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है। विद्यालय के खेल के मैदान में विभिन्न प्रतियोगिता का आयोजन किया ग। सभी अध्यापकों ने बच्चों का हौसला बढ़ा। खेल प्रतियोगिता के समापन पर विजेता प्रतिभागियों ने नृत्य कर अपनी खुशी जाहिर की। मैनेजिंग डायरेक्टर नितिन ने बताया कि हार जीत तो एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। इसलिए हमें हार जीत के बारे में ना सोचकर खेल को खेल की भावना से ही खेलना चाहिए।

KIDZEE
City Kidz World

सीएल स्कूल में बच्चों को पढ़ाया नैतिकता का पाठ

नारनौल। सीएल पब्लिक स्कूल में प्राचार्य रविन्द्र सिंह की अध्यक्षता में नैतिक, वैदिक व चरित्र निर्माण कार्यक्रम रखा गया। जिसमें मुख्य वक्ता जगराम आर्य ने बताया कि देश का प्राचीन नाम आर्यवर्त है। यहा श्रेष्ठ आर्ष पाठ विधि द्वारा गुरुकुलों के माध्यम से विद्यार्थियों को पढ़ाते थे तथा इसमें अन्य देशों के विद्यार्थी पढ़ने आते थे। जिसके कारण देश विश्व गुरु कहलाया। प्रत्येक गृहस्थी नित्यप्रति दोनों समय यज्ञ हवन करने से समय समय पर वर्षा होती थी। जिससे अन्न, फल, मेवे, औषधियां, वनस्पतियां पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध होती थी। जिसके कारण देश सोने की चिड़ियां कहलाता था। आपसी फूट व मूर्ति पूजा के कारण महाभारत का युद्ध हुआ। जिसमें विद्वान योद्धा, आचार्यए महार्थी मारे गए। विद्या व विज्ञान का लोप हो गया। द्वापर का अंत हो गया, कलयुग प्रारम्भ हो गया और हम विदेशियों के गुलाम हो गए। महर्षि दयानंद ने देश को इन चीजों से आजाद करवाया। अंत में प्राचार्य रविन्द्र सिंह ने आर्य का सम्मान करते हुए विद्यार्थियों को बताया कि इनके बताए हुए सिद्धांतों पर चलकर अपना भविष्य उज्ज्वल कर आकाश की ऊंचाईयों को छू सकते हो। अमृतलाल पीटीआई ने भी अपने विचार रखे। मंच संचालन सुरेन्द्र यादव हिन्दी प्रवक्ता ने किया।

नशे के खिलाफ विद्यार्थियों ने उठाई आवाज

- राजकीय महाविद्यालय में विभिन्न जागरूकता गतिविधियों का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

राजकीय महाविद्यालय में जिला प्रशासन के मार्गदर्शन में यूथ रेडक्रॉस एवं एनएसएस के संयुक्त तत्वावधान में नशे के विरुद्ध जनजागरूकता को बढ़ावा देने के लिए नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत विभिन्न जागरूकता गतिविधियों का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम जिला उपायुक्त तथा जिला उच्चतर शिक्षा अधिकारी महेंद्रगढ़ के दिशा-निर्देशों के अनुसार आयोजित किया गया। कार्यक्रम में नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों ने भाग लेते हुए नशे के दुष्परिणामों पर अपने विचार व्यक्त किए। प्रतियोगिता के उपरांत विद्यार्थियों द्वारा जागरूकता रैली निकालकर समाज को नशा मुक्त बनाने का संदेश दिया गया। रैली को महाविद्यालय प्राचार्य प्रोफेसर विजय यादव ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। रैली के दौरान विद्यार्थियों ने नशा उन्मूलन से संबंधित संदेशों के माध्यम से समाज को जागरूक करने का संकल्प लिया। कार्यक्रम का उद्देश्य युवाओं को नशे के दुष्परिणामों से अवगत कराते हुए स्वस्थ, जागरूक एवं जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए प्रेरित करना रहा। प्राचार्य प्रोफेसर विजय यादव ने कहा कि नशा युवा पीढ़ी के भविष्य के लिए गंभीर चुनौती है और इससे दूर रहकर ही स्वस्थ एवं सशक्त समाज का निर्माण संभव है। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे स्वयं जागरूक बनें तथा समाज में भी नशा विरोधी संदेश फैलाएं। महाविद्यालय के एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी प्रोफेसर जितेंद्र कुमार वशिष्ठ ने नशे के दुष्प्रभावों पर विस्तार से प्रकाश डाला तथा उन्हें नशा न करने और दूसरों को भी इसके प्रति जागरूक करने की प्रेरणा दी।

Government College, Mahendergarh
जन-जन को यही सन्देश
नशा मुक्त हो अपना देश।
नशा मुक्ति अभियान

राव सुल्तान सिंह स्कूल में हुई सुलेख प्रतियोगिता

महेंद्रगढ़। राव सुल्तान सिंह किड्स प्ले स्कूल निम्बेहड़ा में अंग्रेजी सुलेख प्रतियोगिता आयोजित की गई। इस दौरान संस्था निदेशक एडवोकेट सतपाल यादव मुख्यातिथि व विशिष्ट अतिथि चेयरपर्सन सुषमा यादव रहे। यादव ने बताया कि समय–समय पर ऐसी प्रतियोगिता करवाने से जहां एक ओर बच्चे की लिखाई सुंदर बनती है। मात्राओं का ज्ञान भी बढ़ता है। इस प्रतियोगिता के आयोजक प्रवीण ने बताया कि इसमें कक्षा तीसरी और दूसरी के बच्चों ने भाग लिया, जिसमें भावेश, जीया, प्रिया, हनीश मानवी, शौर्या, नायरा प्रथम, टिवंकल, नैन्शी, खुशी, निधि, मिताशी, रिया, नेहा, द्वितीय व हर्ष, ज्योति जानवी, चेतना, तृतीय स्थान पर रहे। मौके पर किड्स हैड स्नेहलता, सीमा, बबीता, पूनम, सुनीता आदि उपस्थित रही।

इंटर यूनिवर्सिटी यूथ फेस्टिवल में छाए आरपीएस कॉलेज के विद्यार्थी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महेंद्रगढ़

राव पहलाद सिंह इंजीनियरिंग कॉलेज बलाना के विद्यार्थियों ने एमएम यूनिवर्सिटी अंबाला में तीन से सात फरवरी के दौरान आयोजित इंटर यूनिवर्सिटी नॉर्थ सेंट्रल जोन के यूथ फेस्टिवल में शानदार प्रदर्शन कर नेशनल यूथ फेस्टिवल के लिए क्वालीफाई कर लिया है। कॉलेज पहुंचने पर सभी का जोरदार स्वागत किया गया। कॉलेज रजिस्ट्रार डॉ. देवेंद्र सिंह यादव ने बताया कि एमएम यूनिवर्सिटी अंबाला में नॉर्थ सेंट्रल जोन की यूनिवर्सिटीज के यूथ फेस्टिवल का आयोजन किया गया, जिसमें 20 से ज्यादा यूनिवर्सिटीज ने भाग लिया। आरपीएस कॉलेज के विद्यार्थियों ने इस दौरान इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर का प्रतिनिधित्व किया तथा माइम में द्वितीय, वन एक्ट प्ले में चतुर्थ, ग्रुप सोंग इंडियन व ग्रुप सॉन्ग वेस्टर्न में पांचवा स्थान प्राप्त किया। कॉलेज निदेशक डॉ. महेश कुमार यादव ने बताया कि अब आरपीएस कॉलेज के विद्यार्थी इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय की टीम के रूप में चेन्नई में 10 से 14 मार्च को एसआईएसटी यूनिवर्सिटी चेन्नई में आयोजित हो रहे, नेशनल यूथ फेस्टिवल में विश्वविद्यालय का प्रतिनिधित्व करेंगे, जिसमें देशभर से विश्वविद्यालय भाग लेंगे। डीन एकेडेमिक प्रो. राजेंद्र सिंह यादव ने बताया कि गत सेमेस्टर में आयोजित महेंद्रगढ़ जॉन के यूथ फेस्टिवल में तथा इंदिरा गांधी विश्वविद्यालय मीरपुर में आयोजित इंटर कॉलेज यूथ फेस्टिवल में आरपीएस कॉलेज ओवरआल चैंपियन रहा था।

NATIONAL SERVICE SCHEME

एनएसएस शिविर खटोटी खुर्द में शुरू

नारनौल। राजकीय महाविद्यालय कृष्ण नगर की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई की ओर से सात दिवसीय विशेष शिविर का राजकीय माध्यमिक विद्यालय खटोटी खुर्द में विधिवत शुभारंभ किया। जिसका उद्घाटन महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. सुमन यादव ने किया। प्राचार्या ने स्वयंसेवकों को संबोधित करते हुए कहा कि राष्ट्रीय सेवा योजना युवाओं को राष्ट्र के प्रति उनकी जिम्मेदारी का अहसास कराती है। उन्होंने स्वयंसेवकों से अपील की कि वे शिविर के दौरान सौंपे गए कार्यों को पूरे समर्पण भाव से करें। शिविर के दौरान सभी स्वयंसेवकों व स्वयंसेविकाओं ने सामूहिक रूप से शपथ ली कि वे स्वच्छता, शिक्षा और स्वास्थ्य के प्रति ग्रामीणों को जागरूक करेंगे। कार्यक्रम में मंच संचालन डॉ. अजय यादव ने किया। कार्यक्रम अधिकारी सोमदत्त व निर्मला देवी ने सात दिन तक चलने वाले शिविर की रूपरेखा प्रस्तुत की। इस मौके पर महाविद्यालय परिवार से अजीत सिंह, डॉ. नरेश, डॉ. सुशील, डॉ. सुनील, डॉ. नवीन, मुख्याध्यापक बजरंग, बाबूलाल आदि मौजूद थे।

चंदपुरा स्कूल में योग प्रतियोगिता आयोजित

नारनौल। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय चंदपुरा में योग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें स्कूल के लगभग 50 बच्चों ने भाग लिया। परीक्षा का आयोजन दो भागों में किया गया। कक्षा नौंवी से 10वीं में प्रथम स्थान पर मोनिका, द्वितीय स्थान पर प्रिंस एवं तृतीय स्थान पर लोकेश रहा। 11वीं से 12वीं में प्रथम स्थान पर सोनम, द्वितीय स्थान पर भावना शर्मा व तृतीय स्थान पर रितिका रही। इस मौके पर चंदपुरा योगशाला के प्रभारी आयुष योग सहायक अमित कुमार को स्कूल के प्रधानाचार्य डॉ. राजेंद्र सिंह के द्वारा सम्मानित किया। इस मौके पर प्रधानाचार्य डॉक्टर राजेंद्र सिंह, पीटीआई अनूप, सुनील, महेश, इंदुबाला, पूनम व राजेश आदि शिक्षकगण उपस्थित रहे।

पटीकरा गांव में आयोजित सात दिवसीय एनएसएस शिविर का समापन

कैम्प में ओवरऑल सुमित व निशा चुने गए बेस्ट स्वयंसेवक

मुख्य अतिथि ने कहा कि एनएसएस जैसे कार्यक्रम युवाओं में सेवा भावना व राष्ट्र निर्माण की सोच विकसित करते हैं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारनौल

राजकीय महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना की तीनों इकाइयों की ओर से गांव पटीकरा में आयोजित सात दिवसीय विशेष शिविर का समापन समारोह गरिमामय वातावरण में संपन्न हुआ। समापन अवसर पर महेंद्र सिंह मुद्गिल मुख्य अतिथि थे। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. राजवीर सिंह ने की। उन्होंने अपने संबोधन में इतिहास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाले लोगों को याद किया और लोकगीत भी प्रस्तुत किया। मुख्य अतिथि महेंद्र सिंह मुद्गिल ने कहा कि एनएसएस जैसे कार्यक्रम युवाओं में सेवा भावना व राष्ट्र निर्माण की सोच विकसित करते हैं।

इस अवसर पर डॉ. हवासिंह ने युवाओं को समाजसेवा व नैतिक मूल्यों को अपनाने की प्रेरणा दी। कार्यक्रम अधिकारी डॉ. सतीश ने मुख्य अतिथि, अध्यक्ष व अन्य गणमान्य अतिथियों का स्वागत करते हुए सभी का आभार व्यक्त किया। इसके पश्चात डॉ. अमित ने सात दिवसीय शिविर की रिपोर्ट प्रस्तुत की। उन्होंने बताया कि शिविर के दौरान योगाभ्यास, नशा मुक्ति रैली, महिला सशक्तिकरण कार्यक्रम, पर्यावरण संरक्षण गतिविधियां, पोस्टर मेकिंग, वाद-विवाद, नुक्कड़ नाटक, सांस्कृतिक कार्यक्रम तथा श्रमदान जैसी अनेक गतिविधियां आयोजित की गई। एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर डॉ. पलक ने स्वयंसेवकों की अनुशासन, समर्पण व सक्रिय भागीदारी की सराहना की। उन्होंने कहा कि इस शिविर ने युवाओं में सामाजिक जिम्मेदारी और नेतृत्व क्षमता का विकास किया है।

नारनौल। समापन कार्यक्रम में मौजूद स्वयंसेवक व अन्य। फोटो : हरिभूमि

उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले सम्मानित

ग्रामवासी भरपूर सिंह व समाजसेवी जीडी शर्मा ने विद्यार्थियों के कार्यों की सराहना की। डॉ. पूनम ने स्वयंसेवकों का उत्साहवर्धन किया। समापन समारोह में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले स्वयंसेवकों को सम्मानित किया गया। पब्लिक रिलेशन ऑफिसर प्रोफेसर डॉ. चंद्र मोहन ने बताया कि ओवरऑल बेस्ट मेल व फीमेल स्वयंसेवक के रूप में सुमित व निशा का चयन किया गया, जबकि छवि, सुधीर व योगेंद्र को बेस्ट वॉलंटियर के रूप में सम्मानित किया गया। सभी विजेताओं को प्रमाण-पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया। प्राचार्य डॉ. राजवीर सिंह ने कार्यक्रम अधिकारियों व स्वयंसेवकों को सफल आयोजन के लिए बधाई दी। कार्यक्रम का समापन राष्ट्रगान के साथ हुआ।

PUBLIC NOTICE

I, Abhey Singh S/o Rohtash Singh R/o Village-Badganv, Distt.Mahendergarh (Haryana) (property id 3NP9T4L6) declare that have lost my shop 20 (P-1, Housing Board Colony, Nasibpur, Narnaul) original allotment letter of Anil Kumar, Conveyance Deed No.2075, Dated:-14-09-2006 and Re-Allotment Letter of Naresh Kumar. Lost on 18-10-2025. Which Police Complaint No.132330082501959. If any-body found please send above address.

खबर संक्षेप

अवैध हथियार रखने के आरोप में युवक गिरफ्तार

नारनौल। नांगल चौधरी क्षेत्र में पुलिस ने अवैध हथियार रखने के आरोप में एक युवक को गिरफ्तार किया है। जिसके पास से एक अवैध देसी कट्टा व जिंदा कारतूस बरामद किया है। पुलिस प्रवक्ता सुमित कुमार ने बताया कि थाना नांगल चौधरी पुलिस की टीम गश्त के दौरान शाहबाजपुर मोड़ पर मौजूद थी। इसी दौरान पुलिस को सूचना मिली कि धानोता निवासी मधुसूदन नाम का युवक लूजोता गांव में एक मकान में बैठा है और उसके पास अवैध देसी कट्टा है। सूचना मिलते ही पुलिस टीम ने तुरंत कार्रवाई करते हुए उक्त स्थान पर दबिश दी।

दुकान में चोरी करने वाला आरोपित गिरफ्तार

नारनौल। पुलिस थाना शहर ने कॉम्प्लेक्स स्थित एक गारमेंट्स की दुकान में हुई सामान व नकदी की चोरी के मामले में एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। जिसकी पहचान त्रिलोक निवासी आदर्श नगर के रूप में हुई है। जांच में पुलिस ने पता लगाया कि आरोपित नशे का आदी है, जिसके खिलाफ पहले भी कई मामले दर्ज हैं। शिकायतकर्ता भजन सिंह निवासी खामपुरा की शिकायत पर भारतीय न्याय संहिता की धारा के तहत मामला दर्ज किया गया था। शिकायतकर्ता के अनुसार तीन चार फरवरी रात को दुकान के शटर व गल्ले के ताले तोड़कर नकदी और भारी मात्रा में रेडीमेड कपड़े चोरी कर लिए गए थे।

सलीमपुर में हिंदू सम्मेलन आज

मंडी अटेली। हिंदू जागरण की दिशा को नई ऊर्जा एवं चेतना प्रदान करने के लिए सर्व हिंदू सनातन संस्कृति, सनातन धर्म और सामाजिक एकता के प्रतीक विराट हिंदू सम्मेलन 22 फरवरी को बाबा पालवाला मंदिर में सुबह 10 बजे आयोजित किया जा रहा है। यह कार्यक्रम में हिंदू सम्मेलन समिति सिहमा मण्डल द्वारा किया जा रहा है। इस हिंदू सम्मेलन में संस्कृति, संस्कारों और गौरवशाली इतिहास पर चिंतन होगा। इस कार्यक्रम में क्षेत्र के विभिन्न गांवों के ग्रामीण बड़ी संख्या में उपस्थित रहेंगे।

ताजपुर में क्रिकेट प्रतियोगिता आज से

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र के गांव ताजपुर में क्रिकेट प्रतियोगिता 22 फरवरी को आयोजित की जा रही है, जिसमें मुख्य अतिथि श्रीश्री 1008 रामेश्वर दास महाराज होंगे। इस क्रिकेट प्रतियोगिता में प्रथम विजेता टीम को 41 हजार द्वितीय को 21 हजार, तृतीय को 11 हजार एवं चतुर्थ स्थान पर रहने वाली टीम को 51 सौ रुपये का नगद ईनाम दिया जाएगा। इस क्रिकेट प्रतियोगिता में मैन ऑफ द सीरीज विजेता खिलाड़ी को 31 सौ रुपये का पुरस्कार दिया जाएगा। इस क्रिकेट प्रतियोगिता में अटेली क्षेत्र की अनेक टीम भाग लेंगी।

रंग पंचमी पर विशेष कार्यक्रम 8 मार्च को

नारनौल। प्रगतिशील शिक्षक ट्रस्ट की ओर से रंग पंचमी के अवसर पर दिव्यांगजनों के उत्साहवर्धन व समाज में सकारात्मक दृष्टिकोण को बढ़ावा देने के उद्देश्य तथा महिला सशक्तीकरण के निहितार्थ विशेष कार्यक्रम का आयोजन आठ मार्च को किया जाएगा। यह कार्यक्रम सरस्वती स्कूल पुल बाजार में सुबह 10 बजे होगा। जिसमें रंगों के साथ संवेदनाओं, सम्मान व सशक्तिकरण का अनूठा संगम देखने को मिलेगा। ट्रस्ट के अध्यक्ष डॉ. संजय शर्मा व ट्रस्टी नरोत्तम सोनी ने बताया कि कार्यक्रम का प्रथम चरण दिव्यांगजनों के साथ रंग पंचमी उत्सव को समर्पित रहेगा। शर्मा ने बताया कि कार्यक्रम का दूसरा महत्वपूर्ण आयाम महिला सशक्तिकरण को समर्पित होगा। इसी दिन अंतर राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर क्षेत्र की 11 ऐसी महिलाओं को सम्मानित किया जाएगा।

अटल इनोवेशन मिशन : जिले के 17 राजकीय स्कूलों में नई अटल टिंकरिंग लैब होंगी स्थापित

कक्षा 6 से 12 तक के छात्रों में रचनात्मक सोच व नवाचार को बढ़ावा देना योजना का उद्देश्य

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

अटल टिंकरिंग लैब भारत सरकार के नीति आयोग की ओर से अटल इनोवेशन मिशन के तहत स्थापित एक अभिनव कार्यक्षेत्र है, जो स्कूलों में कक्षा छठी से 12वीं तक के विद्यार्थियों में रचनात्मकता, जिज्ञासा व वैज्ञानिक सोच विकसित करता है। यह डू इट योरसेल्फ के सिद्धांत पर आधारित है, जहां छात्र रोबोटिक्स, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, थ्री डी प्रिंटर और इलेक्ट्रॉनिक्स जैसे उपकरणों का उपयोग करके नई तकनीकें सीखते हैं। अभी तक भारत वर्ष में सरकार की ओर से 10 हजार से ज्यादा लैब स्थापित की जा चुकी हैं।

जिला विज्ञान विशेषज्ञ रविंद्र कुमार ने बताया कि शिक्षा विभाग की ओर से प्राप्त पत्र के अनुसार अब हरियाणा के 391 राजकीय विद्यालयों में अटल टिंकरिंग लैब स्थापित की जाएगी, जिसमें से जिला महेंद्रगढ़ के 17 राजकीय विद्यालय है। केंद्रीय बजट 2025-26 में अगले पांच वर्षों में 50000 नए अटल टिंकरकंग लैब स्थापित करने की घोषणा की गई है, जो विशेष रूप से सरकारी स्कूलों पर केंद्रित होगा। इनका उद्देश्य कक्षा छठी से 12वीं तक के छात्रों में रचनात्मक सोच व नवाचार को बढ़ावा देना है।

उन्होंने बताया कि जिले के तीन राजकीय विद्यालयों आरोही मॉडल स्कूल मंढाणा, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नीरपुर व राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय महेंद्रगढ़ में पहले से ही अटल टिंकरिंग लैब सरकार की ओर से स्थापित की जा चुकी है।

नारनौल। लैब में नई तकनीकें सीखते विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

व्यावसायिक समझ होती है पैदा

जिला शिक्षा अधिकारी डॉ. विश्वेश्वर कौशिक ने बताया कि सरकार की इस तरह की योजनाओं से विद्यार्थी रटने के बजाय, विज्ञान, प्रौद्योगिकी, इंजीनियरिंग व गणित की अवधारणाओं को मॉडल बनाकर सीखते हैं। विद्यार्थियों में वास्तविक जीवन की समस्याओं को तकनीकी समाधानों के माध्यम से सुलझाने की क्षमता विकसित होती है और उनमें व्यावसायिक समझ व इनोवेटिव सोच पैदा होती है।

अब इन 17 विद्यालयों में बनाई जाएगी लैब

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नायन, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बाघोत, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खेड़ी तलवाना, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय अकोदा, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जैलाफ, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बोचडिया, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नांगल चौधरी, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय निवाजनगर, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय निजामपुर, राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय धौलेड़ा, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कोरियावास, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय जड़वा, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बूढ़वाल, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बुचावास, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पाली, राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सतनाली व राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नियामतपुर शामिल है।

नगर परिषद परिसर में 15 नई गाड़ियां पहुंची, जिनसे किया जाएगा कचरा संग्रहण

नई एजेंसी करेगी शहर में डोर टू-डोर कूड़ा उठान कार्य

5 साल के लिए नप ने दिया कम्पनी को ठेका

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

शहर में अब डोर-टू-डोर कूड़ा उठान का काम नई एजेंसी के माध्यम से किया जाएगा। जिसके लिए नगर परिषद ने ठेका क्लासिक मैन पावर कंपनी को पांच साल के लिए लगभग साढ़े 12 करोड़ रुपये में दिया है। जानकारी के अनुसार नई एजेंसी सोमवार से अपना काम शुरू कर देगी। इसके लिए नगर परिषद परिसर में 15 नई गाड़ियां भी पहुंच चुकी हैं, जिनका उपयोग शहर व परिषद क्षेत्र के गांवों से कचरा संग्रहण के लिए किया जाएगा।

बता दें कि इस बार कचरा उठान व्यवस्था में विशेष बदलाव किया गया है। नई गाड़ियों में एक ही वाहन के भीतर गीले व सूखे कचरे के लिए अलग-अलग ट्रॉलियां बनाई गई हैं, ताकि कचरे का वैज्ञानिक तरीके से निस्तारण संभव हो सके। पहले दोनों प्रकार का कचरा एक साथ ही डाला जाता था, जिससे आगे प्रक्रिया में दिक्कतें आती थी। नगर परिषद अधिकारियों के अनुसार नई एजेंसी से सफाई व्यवस्था में सुधार और अधिक प्रभावी कार्य की उम्मीद है। शहर में कुल 31 वार्ड हैं, जिनसे प्रतिदिन कचरा उठान किया जाएगा। नगर परिषद क्षेत्र में शामिल नसीबपुर, नीरपुर, पटीकरा सहित अन्य गांवों से कचरा उठाना भी एजेंसी की जिम्मेदारी होगी। ग्रामीण क्षेत्रों से नियमित कचरा उठान अब तक चुनौती बना रहा है, जिसे नई व्यवस्था से बेहतर करने का लक्ष्य रखा गया है। लोगों को किया जाएगा जागरूक इसके साथ-साथ लोगों को जागरूक करने के लिए अभियान भी चलाया जाएगा। घर-घर जाकर नागरिकों को गीले और सूखे कचरे को अलग रखने, कूड़ा निर्धारित समय पर देने व कचरा निस्तारण के तरीकों के बारे में जानकारी दी जाएगी। अधिकारियों का कहना है कि आमजन के सहयोग से ही शहर को स्वच्छ तथा सुंदर बनाया जा सकता है।

नारनौल। नगर परिषद भवन। फोटो : हरिभूमि

नगर परिषद नारनौल
STOP PLASTIC

क्या कहते है नगर परिषद जेई

इस बारे में नगर परिषद के जेई विकास शर्मा ने बताया कि शहर में डोर-टू-डोर कूड़ा उठाने वाली नई कंपनी सोमवार से काम शुरू कर देगी। इसके लिए एजेंसी ने पूरी तैयारी कर ली है। इस बार एक ही ट्रॉली में दो पार्ट कर सूखे व गीले कचरे को अलग-अलग डाला जाएगा।

रामनगर कॉलोनी में बंद मकान के ताले तोड़कर लाखों की चोरी

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

महेंद्रगढ़ रोड पर रामनगर कॉलोनी में चोरों ने बंद मकान को निशाना बनाते हुए वहां से लाखों रुपये के जेवर और नकदी चोरी कर ली। इस बारे में पीड़ति ने पुलिस में शिकायत दी है। शिकायत मिलने के बाद पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। रामनगर गली नंबर दो निवासी पीड़ित रामसिंह ने बताया कि वह अपने परिवार के साथ शादी समारोह में प्रहलादगढ़ गए हुए थे। शुक्रवार को जब वे वापस घर लौटे तो मुख्य दरवाजे का ताला टूटा हुआ मिला और घर के अंदर सामान बिखरा पड़ा था। पीड़ित ने बताया कि जब उन्होंने घर का सामान चेक किया तो अलमारी से सोने की एक चेन, एक जोड़ी सोने के टॉप्स, पांच जोड़ी चांदी की पायजेब, चांदी के सात छल्ले और करीब 50 हजार रुपये गायब मिले। घर की हालत देखकर स्पष्ट था कि चोरों ने आराम से घर खंगाला और कीमती सामान लेकर फरार हो गए। घटना के बाद परिवार के सदस्यों में दहशत का माहौल है। रामसिंह ने अज्ञात चोरों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई करने की मांग करते हुए पुलिस को लिखित शिकायत दी है। वहीं पुलिस का कहना है कि शिकायत के आधार पर मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज भी खंगाली जा रही है।

आकोदा में जेवरात चोरी

महेंद्रगढ़। गांव आकोदा (खरकड़ा) में एक बंद मकान से अज्ञात चोर जेवरात चोरी करके ले गए। पीड़ित ने पुलिस थाने में शिकायत दी हैं। पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। धर्मबीर ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह आकोदा (खरकड़ा) का निवासी है। उसका मकान खरकड़ा रोड पर नजदीक बिजली घर के पास है। बीती शाम करीब छह बजे के आसपास वह अपनी पत्नी व बच्चों के साथ गांव आकोदा एक शादी में गया था। जब वह शादी समारोह में शामिल होकर वापस आया, देखा कि उसके घर से दो व्यक्ति दीवार कूदकर भाग गए। चोरों ने घर में एक जोडी टॉप्स सोना, एक रानीहार सोना, एक जोड़ी कान की बाली सोना, एक कृष्ण भगवान का छल्ला सोना, चार पांच जोडी पाजेब चांदी और दो कलाई घड़ी, एक चैन चांदी चोरी मिली।

तेज रफ्तार बस ने दो गोवंश को मारी टक्कर

नारनौल। नांगल चौधरी रोड पर नई अनाज मंडी क्षेत्र में शुक्रवार देर रात तेज रफ्तार रोडवेज बस ने सड़क किनारे खड़े दो गोवंशों को टक्कर मार दी। जिससे दोनों गोवंशों की मौके पर ही मौत हो गई। हादसे के बाद बस चालक वाहन लेकर मौके से फरार हो गया। घटना की सूचना मिलते ही आसपास के लोग मौके पर एकत्रित हो गए और हादसे को लेकर रोष व्यक्त किया। मंडी के दुकानदार नितेश अग्रवाल ने बताया कि वह दुकान से घर जा रहा था। उसने देखा कि मंडी के गेट के सामने दो गोवंश खड़े थे। उसको एक रोडवेज बस ड्राइवर ने टक्कर मारी। जिससे एक गोवंश तो करीब 100 मीटर दूर जाकर गिरा। वहीं एडवोकेट हितेश ने बताया कि गोवंशों को इस प्रकार टक्कर मारकर फरार होना बेहद गैरजिम्मेदाराना कृत्य है। आरोपित ड्राइवर के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जानी चाहिए। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची तथा स्थिति को संभाला।

ज्ञानस्वरूप भारद्वाज का संपूर्ण जीवन अनुकरणीय रहा: कमांडेंट आर के स्वामी

नारनौल। क्षेत्र के वरिष्ठ पत्रकार एवं समाजसेवी ज्ञानस्वरूप भारद्वाज 85 वर्ष का शनिवार को सांसारिक यात्रा पूरी करके परलोक गमन हो गया। बड़े ही सम्मान के साथ उनकी अंतिम यात्रा निकली, जिसमे क्षेत्र के गणमान्य लोग शामिल हुए। उनका दाहसंस्कार रेवाड़ी रोड स्थित स्वर्गाश्रम में किया गया। मुखाग्नि उनके पुत्र पुनीत भारद्वाज ने दी। उनके भतीजे भाजपा नेता गोविंद भारद्वाज, सेवा भारती दिल्ली के संगठन मंत्री सुखदेव भारद्वाज, सिद्धार्थ भारद्वाज, जगदीश चंद शर्मा अटेली सहित पूरे परिवार के शोकाकुल सदस्य व रिश्तेदार मौजूद रहे। उनके बचपन के मित्र पूर्व कमांडेंट आर के स्वामी व राधेलाल सोनी ने बताया कि ज्ञानस्वरूप भारद्वाज का संपूर्ण जीवन ही बड़ा अनुकरणीय रहा है। उन्होंने बाल्यकाल में पहलवानी, युवावस्था में भारतीय सेना में देश सेवा की। तत्पश्चात पत्रकारिता के क्षेत्र में अपनी तेज तर्रार, निर्भीक लेखनी के लिए जाने जाते रहे। 1965 व 1971 के युद्ध मे सेना में रहकर देश भक्ति व वीरता का परिचय दिया। सेवानिवृत्ति के बाद वे श्रीराम हनुमान गुणगान मंडल के संस्थापक व संरक्षक रहे तथा उन्होंने श्रीराम नाम को घर घर पहुंचाने का कार्य किया। उन्होंने अपने सामजिक जीवन में गोपाल गोशाला के प्रधान व प्रेस क्लब के प्रथम प्रधान सहित अनेक धार्मिक तथा सामाजिक संस्थाओं में विभिन्न पदों पर रहते हुए अनूठी मिसाल पेश की। विधायक ओमप्रकाश यादव ने कहा कि ज्ञानस्वरूप भारद्वाज एक सामाजिक व्यक्तित्व के धनी व्यक्ति थे। अंतिम यात्रा में गौड़ सभा के प्रधान राकेश मेहता एडवोकेट, पूर्व चैयरमेन गोपाल शरण गर्ग, प्रेम सैनी, सत्यव्रत शास्त्री, नरेंद्र झिमरिया, बेगराज गोयल, महावीर प्रसाद अग्रवाल, मदन मोहन संघी, महेश शर्मा, क्रांति निर्मल शास्त्री, मनीष शास्त्री, अनिल भारद्वाज एडवोकेट, भाजपा मंडल अध्यक्ष हेमंत चौबे, मनोज निर्मल, राजेश बंटी, विजय गोस्वामी, विकास अग्रवाल, संदीप संघी, वासुदेव यादव, विनय शर्मा, योगेश शर्मा, कुलभूषण शर्मा सहित अनेक गणमान्य लोग शामिल हुए।

बाल विवाह रोकथाम पर निकाली जागरूकता रैली

नारनौल। सोसायटी फॉर एजुकेशन एंड वैलफेयर एक्टिविटिज सेवा संस्था की ओर से बालविवाह रोकथाम अभियान के तहत गांव बुचावास जागरूकता रैली निकाली गई। जिसमें राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय बुचावास के बच्चों ने भाग लिया। प्राचार्य बिरेंद्र ने रैली को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। स्कूल के अध्यापकों व अन्य सामाजिक व्यक्तियों ने बढ़ चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम का आयोजन सेवा संस्था की ओर से संचालित एक्सैस टू जस्टिस प्रोग्राम फॉर चिल्ड्रन परियोजना के तहत किया गया। सेवा संस्था कार्यकर्ता हेमंत शर्मा ने बताया कि रैली विद्यालय से निकलकर गांव के मुख्य रस्ते से होते हुए बस स्टैंड होते हुए वापस स्कूल में पहुंची। सेवा संस्था से दरियाव सिंह ने बाल विवाह पर जागरूकता करते हुए बच्चों को बाल विवाह को रोकने का आग्रह किया। सेवा संस्था प्रतिनिधि मोहित ने बताया कि बाल विवाह से बच्चों का भविष्य अंधकार में चला जाता है।

प्रतिबंधित चाइनीज मांझे को लेकर चलाया सघन चेकिंग अभियान

- किसी भी दुकान से चाइनीज मांझा या कोई अन्य संदिग्ध सामग्री बरामद नहीं हुई

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

पुलिस ने प्रतिबंधित चाइनीज मांझे को लेकर सघन चेकिंग अभियान चलाया। एसपी पूजा वशिष्ठ के सख्त निर्देशों की पालना कर शहर थाना प्रभारी एसआई पवन ने अपनी पुलिस टीम के साथ शहर के बाजार और पतंग-डोर विक्रेताओं की दुकानों पर औचक छापेमारी की। यह कदम त्योहारी सीजन के दौरान चाइनीज मांझे से होने वाली जानलेवा दुर्घटनाओं को रोकने के लिए एहतियातन उठाया गया है।

शहर महेंद्रगढ़ के विभिन्न स्थानों पर की गई इस व्यापक छापेमारी और चेकिंग के दौरान पुलिस टीम ने दुकानों के स्टॉक की गहनता से जांच की। जांच अभियान के दौरान किसी भी दुकान से चाइनीज मांझा या कोई अन्य संदिग्ध सामग्री बरामद नहीं हुई। इस चेकिंग अभियान के दौरान, एसएचओ शहर ने सभी दुकानदारों को स्पष्ट और सख्त हिदायत दी है कि भविष्य में भी किसी भी परिस्थिति में चाइनीज या प्लास्टिक नायलॉन का मांझा न तो अपनी दुकान में रखें और न ही बेचें। यदि कोई भी व्यक्ति या दुकानदार इस जानलेवा और प्रतिबंधित मांझे की बिक्री या भंडारण करता हुआ पाया गया, तो उसके खिलाफ नियमानुसार सख्त कार्रवाई की जाएगी। कनीना में भी चाइनीज मांझे की रोकथाम को लेकर थाना शहर कनीना की पुलिस टीम द्वारा अलग-अलग स्थानों पर रेड की गई। वहां भी कोई संदिग्ध सामान नहीं मिला, जिस पर टीम द्वारा सभी दुकानदारों को चाइनीज मांझा न रखने और न बेचने के बारे में हिदायत दी गई।

महेंद्रगढ़। दुकान पर चेकिंग करती पुलिस। फोटो : हरिभूमि

महेंद्रगढ़। अभियान के दौरान उपस्थित स्वयंसेवक। फोटो : हरिभूमि

यदुवंशी डिग्री कॉलेज महेन्द्रगढ़
सात दिवसीय NSS कैंप

यदुवंशी के एनएसएस शिविर में चलाया सफाई अभियान

हरिभूमि न्यूज ⏭ महेंद्रगढ़

यदुवंशी डिग्री कॉलेज के राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर के तीसरे दिन स्वयंसेवकों द्वारा राजकीय कन्या माध्यमिक विद्यालय नांगल सिरोही में स्वच्छता अभियान सफलतापूर्वक चलाया गया।

इस अवसर पर कॉलेज की ओर से रचना यादव, विनय कुमार एवं अन्य स्टाफ सदस्य स्वयंसेवकों के साथ विद्यालय में पहुंचे, जहां पर मुख्याध्यापक सुरेन्द्र सिंह, दीपक कुमार, बलवान सिंह, पंकज कुमार, कुलदीप कुमार, सुचेता ने सभी का स्वागत किया और स्वयंसेवकों की इस पहल की सराहना की। कार्यक्रम के इस दिन के समापन पर विद्यालय प्रशासन द्वारा एनएसएस स्वयंसेवकों को सम्मानित किया गया। शिविर के दौरान उत्कृष्ट कार्य करने वाले स्वयंसेवकों तथा अनुशासन एवं सफल संचालन के लिए समन्वयक को चुना गया। चयनित प्रतिभागियों को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। मुख्याध्यापक ने स्वयंसेवकों की प्रशंसा करते हुए कहा कि ऐसे अभियान से युवाओं में सेवा भावना, नेतृत्व क्षमता एवं सामाजिक जिम्मेदारी का विकास होता है। कार्यक्रम का समापन धन्यवाद ज्ञापन एवं स्वच्छता संकल्प के साथ हुआ।

आकोदा बस स्टैंड पर गायत्री यज्ञ कार्यक्रम संपन्न

महेंद्रगढ़। अखिल विश्व गायत्री परिवार शांतिकुंज हरिद्वार के तत्वावधान में गायत्री चेतना केंद्र एवं महाकाल मंदिर बस स्टैंड आकोदा पर संस्कार परंपरा के अंतर्गत वैद्य बद्री प्रसाद गुप्ता के 86वें जन्मदिवस पर गायत्री यज्ञ कार्यक्रम संपन्न किया गया, जिसमें वैद्य बद्री प्रसाद के स्वस्थ्य, निरोग, सुखी एवं खुशहाल जीवन की मंगल कामना करते हुए परिवारजनों सहित काफी श्रद्धालुओं ने आहुतियां अर्पित की। इस अवसर पर पूर्व सरपंच कैलाश पालड़ी, अतर सिंह यादव, बुधराम यादव, डॉ. भगवान दास मित्तल, डॉ. सुनीता मित्तल, कमला चरखी दादरी, संतोष, लाल सिंह, रामशरण यादव, रोहताश यादव आदि उपस्थित रहे।

श्रीश्याम सेवा मंडल की निरंतर सेवा समाज के लिए प्रेरणास्त्रोत: अमित शर्मा

सेवा शिविर सद्भाव व आध्यात्मिक ऊर्जा का करते हैं संचार: पवन बाछौदिया

हरिभूमि न्यूज ⏭ नारनौल

श्रीश्याम सेवा मंडल श्रीश्याम मंदिर कमेटी अटेली मंडी की ओर से पिछले 33 वर्षों से खाटूश्याम जाने वाले पद यात्रियों के लिए निरंतर सेवा शिविरों का आयोजन करना अत्यंत सराहनीय एवं प्रेरणादायक कार्य है। यह शिविर केवल धार्मिक आयोजन नहीं बल्कि सेवा, समर्पण और सामाजिक एकता का सशक्त उदाहरण है। सावन मास में शिव भक्तों एवं फाल्गुन मास में श्याम भक्तों के लिए निःशुल्क देसी घी का भोजन, विश्राम व्यवस्था, केसर युक्त दूध, गोंद के लड्डू तथा अन्य सुविधाएं उपलब्ध कराना वास्तव में पुण्य का कार्य है।

उक्त विचार जनसेवा मंडल के राष्ट्रीय अध्यक्ष पवन बाछौदिया ने मुख्य अतिथि के रूप में पुलिस थाना अटेली मंडी के समीप आयोजित श्रीश्याम सेवा मंडल अटेली के 33वें सेवा शिविर के उद्घाटन अवसर पर व्यक्त किए। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि जिला समाज कल्याण अधिकारी अमित शर्मा, प्रसिद्ध शिक्षाविद व समाजसेवी दीपक शर्मा ने कहा कि ऐसे आयोजनों से समाज में भाईचारा, सद्भाव व आध्यात्मिक ऊर्जा का संचार होता है तथा युवा पीढ़ी को सेवा भावना की प्रेरणा मिलती है। कार्यक्रम की अध्यक्षता श्रीश्याम सेवा मंडल के अध्यक्ष कमलेश सैनी ने की। कार्यक्रम में विशेष रूप से बद्रीनाथ धाम से पधारे महाराज सुखराम दास उपस्थित रहे और उनके सानिध्य में सर्वप्रथम मंडल की ओर से हवन-यज्ञ में आहुति देकर पूजन का शुभारंभ किया गया।

श्याम सेवा मंडल के संस्थापक व अध्यक्ष कमलेश सैनी जो पिछले 33 वर्षों से इस सेवा शिविर का निरंतर संचालन कर रहे हैं उन अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि बाबा श्याम की असीम कृपा और सभी के सहयोग से सेवा की यह ज्योति निरंतर प्रज्ज्वलित है। उन्होंने क्षेत्रवासियों व भक्तजनों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि आप सभी की उपस्थिति हमें नई ऊर्जा प्रदान करती है। कार्यक्रम के दौरान मुख्य अतिथि व अन्य विशिष्ट अतिथियों का पगड़ी पहनाकर, फूलमालाएं एवं स्मृति चिह्न भेंट कर सम्मान किया गया।

नारनौल। श्रीश्याम सेवा शिविर का शुभारंभ करते हुए। फोटो :हरिभूमि

ये रहे मौजूद

इस मौके पर मंडल के कोषाध्यक्ष दिनेश जिंदल, सचिव नवनीत जिंदल, प्रबंधक महेश जांगिड़, पवन गोयल, अनिल जांगिड़, ललित अग्रवाल, दीपक गुप्ता, पुष्पा दीवान, पूजा सोनी, शीला सैनी, शकुंतला सैनी, गोविंद सोनी, मुकेश गर्ग, जगमल रोहिल्ला, चेतन प्रकाश, यश, तम्मना कुमारी, अंशू गोयल, निशा गोयल, रुक्मणी देवी, पायल जिंदल सहित अनेक गणमान्यजन उपस्थित रहे।

कहीं से भी काम करने की आजादी
वर्क फ्रॉम एनीवेयर

कुछ साल पहले तक वर्क फ्रॉम होम के बारे में कम ही लोग जानते थे। लेकिन आज कंडीशन इससे भी एक कदम आगे बढ़कर वर्क फ्रॉम एनीवेयर तक पहुंच चुकी है। कई सर्विस सेक्टर्स ऐसे हैं, जिसमें यह वर्क मोड खूब पॉपुलर हो चुका है। इस मोड के अनेक फायदे हैं तो कुछ कमियां भी हैं। इन सबके बारे में आप जरूर जानना चाहेंगे।

{ **कवर स्टोरी / कीर्तिशेखर** }

करीब पांच वर्ष पहले कोरोना महामारी ने कार्यशैली में जिस बदलाव को मजबूरी में शुरू कराया था, वह अब स्थायी जीवनशैली का विकल्प बनता जा रहा हैं। पहले सवाल था- क्या घर से काम करना संभव है? अब सवाल बदल चुका है- क्यों न कहीं से भी काम किया जाए? इसी सवाल से जन्म होता है, वर्क फ्रॉम एनीवेयर की अवधारणा का यानी, ऐसा काम जिसे करने के लिए न तो ऑफिस की दीवारें जरूरी हैं, न किसी तय शहर की सीमा, बस आपका अपना लैपटॉप हो, इंटरनेट कनेक्शन हो और थोड़ी-सी मानसिक एकाग्रता, इसके बाद कहीं पर भी आप अपना ऑफिस वर्क शुरू कर सकते हैं।

ऐसे बदलती गई कार्यशैली: वर्क फ्रॉम होम ने लोगों को यह सिखाया कि जरूरी नहीं कि हर काम मीटिंग रूम या ऑफिस डेस्क पर ही बैठकर किया जाए। इस अवधारणा ने यह भी बताया कि प्रोडक्टिविटी का मतलब केवल कुर्सी पर बैठना नहीं होता। आउटपुट ज्यादा मायने रखता है। इसके बाद लोगों ने महसूस किया कि अगर घर से काम करना संभव है, तो फिर इंटरनेट की बदौलत कहीं से भी काम करना संभव है। कोरोना और उसके बाद से ही लोगों ने घूमने गए हिल स्टेशनों, समुद्र किनारे या शहर से अपने गांव जाकर घर के एक कोने में बैठकर देश-विदेश की मल्टीनेशनल कंपनियों का काम करने लगे। यहीं से वर्क फ्रॉम एनीवेयर का कॉन्सेप्ट व्यवहार में उतरा।

इसलिए चुन रहे यह तरीका: वर्क फ्रॉम एनीवेयर का कॉन्सेप्ट पॉपुलर होने की कई वजहें हैं। महानगरों में भीड़ बहुत बढ़ती जा रही है। भारी-भरकम किराए के बाद ही किराए का मकान मिलता है, बल्कि वहां जिंदगी भी बहुत मुश्किल भरी हो जाती है। ऑफिस आने-जाने में रोज ट्रैफिक जाम से पाला पड़ता है। परिवार साथ न होने की वजह से खाने की समस्या होती है। घर और परिवार से दूर रहने के कारण हर समय मानसिक अशांति रहती है। इस तरह काम तो होता है, पर जीवन बेचैन रहता है। इसलिए युवाओं का कहना है कि अब वो जीवन के लिए काम करना चाहते हैं, काम के लिए जीवन की हायतौबा नहीं झेलना चाहते। नतीजा यह है कि नई पीढ़ी के बहुत से लोग वर्क फ्रॉम एनीवेयर का विकल्प बड़ी सहजता से चुन रहे हैं, क्योंकि यह विकल्प उन्हें भरपूर आजादी का एहसास कराता है।

इस कॉन्सेप्ट का मेन टार्गेट: वर्क फ्रॉम एनीवेयर के बारे में इस बात को समझना जरूरी है कि इसका मतलब डिजिटल घुमक्कड़ी नहीं है, न ही इसका मतलब है कि कहीं भी घूमते-फिरते रहें और जब मौका मिले या मन करे तो काम कर लें। अगर इस धारणा का मतलब यह हो जाएगा, तब तो काम करना प्राथमिकता नहीं रह जाएगी। प्रोफेशनल्स के लिए उनका वर्क बहुत मायने रखता है। ऐसे में इंटरनेट ने बौद्धिक काम करने वाले लोगों को यह सुविधा तो दी ही है कि अगर हिल स्टेशन पर घूमने जाएं, तो समय निकालकर वहां से भी अपना काम कर सकें। मां-बाप के पास गांव जाएं तो वहां भी साथ अपना काम लेकर जाएं और कहीं किसी जरूरी यात्रा पर निकल रहे हों तो भी अपना काम अपने साथ रख सकते हैं।

इन फील्ड्स में है सफल यह मॉडल: वर्क फ्रॉम एनीवेयर का कॉन्सेप्ट सर्विस सेक्टर में ही संभव है कि आप कहीं से भी अपनी विशेषज्ञता संबंधी सेवाएं अपने नियोक्ता को दे सकें। हर काम वर्क फ्रॉम एनीवेयर के ढांचे में फिट नहीं होता है। बहरहाल, जो काम इस मोड में सही से किए जा सकते हैं, वो क्षेत्र हैं- आईटी और सॉफ्टवेयर, डिजिटल मार्केटिंग, एडिटिंग, कंटेंट राइटिंग, डिजाइनिंग, ऑनलाइन टीचिंग, कस्टमर सपोर्ट-कंसल्टेंसी, एचआर असिस्टेंस और फाइनेंस एनालिसिस भी इस वर्क पैटर्न से संभव है। दूसरे शब्दों में जिन कामों में फिजिकल उपस्थिति या मशीनरी की मौजूदगी की जरूरत नहीं होती, उन क्षेत्रों में यह मॉडल तेजी से अपनाया जा रहा है।

एंप्लॉई-एंप्लॉयर दोनों खुश: कंपनियां इसलिए इस मॉडल को स्वीकार कर रही हैं, क्योंकि इससे उनको भी फायदा है। इससे उन्हें ऑफिस स्पेस पर खर्च नहीं करना पड़ता। ऑफिस चलाने के लिए जो एस्टेब्लिशमेंट खर्च होते हैं, उनसे भी बचाव हो जाता है और सबसे बड़ी बात तो यह है कि लोगों को भर्ती करने के लिए पूरी दुनिया का दायरा मिल जाता है। कर्मचारी भी इससे संतुष्ट रहते हैं, क्योंकि हर रोज घर से काम करने के लिए नहीं निकलना पड़ता और न ही यात्रा करने की जो परेशानियां और तनाव होती हैं, उनसे निपटना पड़ता है।

कंपनियां भी अब इस बात को समझ चुकी हैं कि अगर सहूलियतों के बीच कर्मचारी को काम करने का मौका मिलता है तो उसका परफॉर्मेंस बेहतर होता है। इसलिए वे ऐसे कर्मचारियों को रखना पसंद करती हैं। इससे कर्मचारियों को सबसे बड़ा फायदा यह होता है कि उनके रहने और दूसरी जगह पर जाकर खाने-पीने की जो भारी भरकम लागत आती है, उससे छुटकारा मिल जाता है। घर से ऑफिस तक जाने में जो समय लगता है, उससे भी मुक्ति मिल जाती है। यह बचा हुआ समय व्यक्तिगत रुचियों का आनंद लेने और आराम करने के लिए इस्तेमाल होता है। कह सकते हैं इस अवधारणा से काम कराने वाला भी खुश होता है और काम करने वाला भी खुश और दोनों को फायदा होता है।

प्रोफेशनल्स का बचता है टाइम: काम की इस अवधारण का एक फायदा यह है कि लोग दिन में ऑफिस का काम करते हैं और फिर जो उनका दफ्तर तक जाने और आने का समय बचता है। उस समय का उपयोग बागवानी करने, संगीत सीखने, लेखन करने या अपने किसी शौक को पूरा करने के लिए लगाते हैं।

मौजूद हैं कुछ चुनौतियां: इस वर्क मोड में सबसे पहली चुनौती तो यह है कि ये काम वहीं हो सकता है, जहां इंटरनेट की सुविधा अच्छी हो, बिजली की आपूर्ति चौबीसों घंटे हो और काम करने के लिए एक सुरक्षित और एकांत जगह हो। साथ ही वहां दफ्तर जैसा माहौल बनाने की सुविधा हो। इसके अलावा सेल्फ डिसिप्लीन भी जरूरी होता है। कुछ लोग जब खुद निर्णय लेना होता है, तो कंसंट्रेट होकर काम नहीं करते। ऐसे काम करने के तरीके से कई प्रोफेशनल्स का निजी जीवन डिस्टर्ब हो जाता है। वे ऑफिस वर्क में बहुत समय देने लगते हैं। इसलिए बहुत सारे लोग शुरू-शुरू में यह फॉर्मूला अपनाते हैं, लेकिन जल्द ही ऊब कर ऑफिस आने लगते हैं। क्योंकि घर में काम करते हुए उनके वर्किंग ऑवर बहुत बढ़ जाते हैं। वर्क फ्रॉम एनीवेयर करते समय भले तनाव कम होता हो, आजादी खूब महसूस होती हो, लेकिन सामाजिक संपर्क से कट जाते हैं और अकेलेपन की आशंका से घिर जाते हैं। इसलिए कई बार कहीं से भी काम करने की सुविधा का नुकसान मानसिक रूप से बीमार होने के रूप में सामने आता है। इसलिए लोग अब हाइब्रिड मॉडल को बेहतर मान रहे हैं यानी चार दिन घर में और दो दिन दफ्तर में काम करना, सही संतुलन है। हां, महिलाओं को जरूर काम करने की इस शैली का फायदा मिलता है, क्योंकि इसके चलते उन्हें होम मेकिंग और करियर में संतुलन बनाने में मदद मिलती है। *

वर्क फ्रॉम एनीवेयर के लिए जरूरी सुविधाएं

- घर में तेज रफ्तार इंटरनेट कनेक्शन होना जरूरी है।
- घर में लैपटॉप के साथ बैकअप पावर की सुविधा होना जरूरी है।
- घर में काम करने के लिए ऑफिस जैसे स्थान का होना जरूरी है।
- रोज सुबह अनुशासित ढंग से तैयार होकर दफ्तर की तरह काम करना जरूरी है।
- घर से काम करते समय कंप्यूटर और साइबर सिक्योरिटी का ज्ञान भी जरूरी है। अगर कंप्यूटर की बेसिक समझ नहीं है तो कभी-भी अगर लैपटॉप या वर्क स्टेशन में कोई समस्या आ गई, तो तब तक काम नहीं कर पाएंगे, जब तक घर कोई मैकेनिक आकर समस्या हल न करे।
- घर से काम करने के लिए लगातार तकनीक में भी माहिर होते रहना जरूरी है।
- घर से काम करते समय लगातार उत्साह बनाए रखना भी जरूरी है ताकि अपना नियमित रूटीन सही से पूरा कर सकें।

आज के दौर में जीवन को सुविधाजनक बनाने वाला मोबाइल बेशुमार लोगों को अपना लती भी बना रहा है। इसके दुष्प्रभावों से बचने के लिए अब लोग तरह-तरह के उपाय आजमा रहे हैं। इनके बारे में आप भी जानिए।

मोबाइल एडिक्शन से बचने के लिए
आजमाए जा रहे तरह-तरह के उपाय

{ **टेक्नोलाइफ**
लोकमित्र गौतम }

हर सुबह आंख खुलते ही मोबाइल। रात में सोते समय आखिरी नजर तक मोबाइल। दिन में बीच-बीच में सैकड़ों बार स्क्रीन चेक करना। अब ये किसी व्यक्ति विशेष की आदत नहीं बल्कि ज्यादातर लोगों की लाइफस्टाइल बन गई है। अब मोबाइल में नोटिफिकेशन देखना याद नहीं रखना पड़ता। लोगों की यह स्वतः आदत बन गई है। लेकिन इसी दौर में कुछ और भी दिलचस्प और विरोधाभासी बातें भी हो रही हैं। एक ट्रेंड बहुत तेजी से उभर रहा है और यह है मोबाइल से दूरी बनाने का। नहीं, लोग तकनीक छोड़ नहीं रहे बल्कि उसके साथ नई-नई शर्तों के तहत रिश्ता तय कर रहे हैं। कोई नोटिफिकेशन बंद कर रहा है, कोई फोन ग्रे स्केल पर डाल रहा है, कोई डंब फोन खरीद रहा है, तो कोई रविवार को मोबाइल अलमारी में बंद करके उसमें ताला लगा देता है। मोबाइल को लेकर उसके पक्ष और उसके विरोध में एक से बढ़कर एक आदतें दुनिया का ध्यान खींच रही हैं।

क्यों छोड़ना चाहते हैं फोन: हाल के कुछ सालों में ऐसे कई अनुभव सामने आए हैं, जिससे पता चलता है कि मोबाइल लोगों का ध्यान बहुत जल्दी भटका देता है। यह भी महसूस किया गया है कि लगातार मोबाइल का इस्तेमाल करने से अधूरेपन का एहसास बढ़ जाता है। मोबाइल की लत लग जाए, तो कब देखते ही देखते टाइम फुर्र हो जाता है, पता ही नहीं चलता। इन सबके अलावा हाल के सालों में बिना कुछ किए लोगों को एक ऐसी थकान जकड़ रही है, जो जानकारों के मुताबिक मोबाइल की देन है। ऐसे ही और भी अनेक कारण हैं, जिसके चलते अब लोग मोबाइल से अगर पूरी तरह से नहीं, तो बीच-बीच में कुछ समय तक के लिए पिंड छुड़ाना चाहते हैं। इसलिए इन दिनों लोग मोबाइल से दूर रहने के लिए तरह-तरह के उपाय आजमा रहे हैं। इनमें से कुछ के बारे में बता रहे हैं।

नोटिफिकेशन मिनिमलिज्म: बहुत से लोग अब सिर्फ कॉल और जरूरी एप्स के नोटिफिकेशन ही चालू रखते हैं। व्हाट्सएप ग्रुप, सोशल मीडिया लाइक और ई-मेल अलर्ट, सब कुछ लोग बंद कर रहे हैं। इस कारण फोन हाथ में लेने की अपने आप जरूरत कम रह जाती है। ऐसे उपाय अपनाने वाले लोग बताते हैं- जहां वह पहले 125 से 150 बार तक स्क्रीन अनलॉक करते थे, वहीं ऊपर बताए गए उपाय यानी नोटिफिकेशन मिनिमलिज्म के बाद अब ये संख्या घटकर 40 से 50 बार रह गई है।

ग्रे स्केल मोड: इसका मतलब है फोन की रंगीन स्क्रीन को ब्लैक एंड व्हाइट में बदल देना। फोन की दुनिया काली-सफेद होते ही लोगों का रील्स में आकर्षण घट जाता है और स्क्रॉल करने का मन ही नहीं रह जाता। यह एक छोटा-सा उपाय है, लेकिन इसके बेहद असरदार मनोवैज्ञानिक नतीजे हासिल होते हैं। इसके साथ ही कुछ लोग अपने फोन में डाउनलोड किए गए हर मीडिया एप के लिए दिन में 20 से 30 मिनट की लिमिट तय कर देते हैं और लिमिट खत्म होते ही यह एप अपने आप ही लॉक हो जाते हैं, जिससे इनसे मुक्ति मिल जाती है। ये उपाय शुरू में तो झुंझुलाहट पैदा करता है, मगर 3-4 दिन के बाद इसकी आदत बन जाती है।

फोन मुक्त दिन की शुरुआत: कुछ लोग इन दिनों सुबह जगने के बाद एक से दो घंटा तक बिल्कुल मोबाइल के पास नहीं जाते, इस दौरान उनका मोबाइल स्विच ऑफ रहता है। जब तक मोबाइल स्विच ऑफ रहता है, वे फ्रेश होते हैं, चाय पीते हैं, अखबार पढ़ते हैं, एक्सरसाइज का अपना रुटीन खत्म करते हैं या ऐसा कुछ नहीं भी करते हैं तो इस दौरान सिर्फ खिड़की या बालकनी से बाहर झांकते हैं। जो लोग ये उपाय आजमा रहे हैं, उनका अनुभव बताता है कि इससे पूरा दिन शांति महसूस होती है।

सोशल मीडिया फास्टिंग: कुछ लोग सोशल मीडिया फास्टिंग का उपाय भी आजमा रहे हैं। फोन से दूर रहने का यह एक और उपाय है। इसके चलते जैसे कुछ लोग धार्मिक रूप से हफ्ते में किसी एक या दो दिन उपवास रखते हैं। लगभग उसी तरह इस प्रयोग के तहत लोग हफ्ते में एक दिन या 15 दिन में एक दिन फोन से पूरी तरह से दूर रहने का उपाय आजमाते हैं।

बेडरूम से बाहर फोन: कुछ लोग अपने फोन को बेडरूम से बाहर रखकर सोते हैं। इस तरह फोन को बेडरूम से बाहर रखने के बहुत फायदे मिलते हैं। इससे नींद बेहतर आने लगती है। रात की स्क्रॉलिंग खत्म हो जाती है। *

मानसिक स्वास्थ्य के लिए है जरूरी

लोग इस बात को भली-भांति समझने लगे हैं कि फोन के बहुत ज्यादा इस्तेमाल के कारण उनकी आंखों पर ही नहीं, ध्यान लगाने की क्षमता पर, भावनात्मक स्थिरता पर और यहां तक कि आत्मसंतोष की अनुभूति पर भी जबर्दस्त असर पड़ने लगा है। मोबाइल से दूर रहना एक तरह से खुद के पास होने जैसा है। क्योंकि जो लोग बहुत ज्यादा फोन इस्तेमाल करते हैं, उन लोगों के अनुभव बताते हैं कि वो जितना ही ज्यादा फोन में रहते हैं, उतना ही ज्यादा अकेलापन महसूस करते हैं। ऐसे में इससे दूरी बनाने की आदत मानसिक स्वास्थ्य बेहतर बनाती है।

{ **गजल**
हबीब कैफी }

मोहब्बत में जो लिखता है
अंधेरे में भी दिखता है

वहां कुछ फूल खिलते हैं
जहां वो पांव टिकता है

जिसे सब इश्क कहते हैं
सर-ए-बाजार बिकता है

फकत रोटी नहीं सिकती
तवे पर दिल भी सिकता है

महकता फूल लिखना था
उसी को खार लिखता है

{ **व्यंग्य**
महेश कुमार केशरी }

मेरे घर आ धमकने का पड़ोसी महोदय को बस बहाना चाहिए। कभी चीनी, कभी टमाटर, कभी धनिया पत्ती तो कभी मिर्च गोलकी मांगने चले आते हैं। गोया मेरा घर नहीं, कोई धर्मशाला हो।

प्रभु बचाए ऐसे पड़ोसी से

कहते हैं, सांप चंदन के पेड़ से हमेशा लिपटे रहते हैं। हालांकि मैं चंदन जैसा तो बिल्कुल नहीं हूं, फिर भी न जाने क्यों आस-पड़ोस के लोग मुझसे लिपटने को आतुर रहते हैं। कुछ ऐसे ही बगल के घर में रहने वाले मेरे एक पड़ोसी भी हैं। मेरे घर आ धमकने का उनको बस बहाना चाहिए। कभी चीनी, कभी टमाटर, कभी धनिया पत्ती तो कभी मिर्च गोलकी मांगने चले आते हैं। उन पड़ोसी महाशय को जब-जब कोई जरूरत होती है, वे भुजंग की तरह मुझसे आकर चिपट जाते हैं। गोया कि मैं आदमी नहीं बल्कि चंदन का पेड़ होऊं। उनका मेरे घर आना-जाना ऐसे होता है, जैसे मेरा घर नहीं, कोई धर्मशाला हो। ऐसे पड़ोसी मुझे मिले हैं, जिनको दिन भर में मुझसे दसियों बार काम पड़ता है। 'भाई साहब! भाई साहब!' कह-कह कर वे मुझे चूना लगाते रहते हैं। कभी-कभी तो मुझे लगता है, जैसे मैंने इन पड़ोसी महाशय को गोद लिया हुआ है। और वे मेरे बच्चे सरीखे हैं। वाह रे भाई! मान-न-मान मैं तेरा मेहमान। कभी 'हम बाहर जा रहे हैं, जरा घर देखिएगा।' कभी 'जरा बाइक की चाबी दीजिएगा बच्चे को स्कूल छोड़ने जाना है।' तो कभी 'बाजार जा रहे हैं, जरा मेरा फलना-ढिमकाना सामान भी लेते आइएगा।' अगर कभी थोड़ी नाराजगी मैं जताता तो दांत निपोरते हुए बोलते, 'अब एक पड़ोसी ही तो दूसरे पड़ोसी के काम आता है!' किसी दिन आकर पूछते हैं, 'भाई आपके पास कैंची होगी?' तो किसी रोज कहते, 'भाई साहब आपके पास रस्सी तो होगी?' मन आता है कि कह दूं, 'जिस भी चीज की जरूरत पड़े, वो आपको मुझसे ही चाहिए होती है। भला मैं आपूर्ति मंत्रालय में काम तो नहीं करता कि हर चीज का जुगाड़ करके आपके लिए रखा होऊं। भाई मैंने आपका ठेका थोड़ी न लेकर रखा है।' अभी बीते दिनों उन्हीं पड़ोसी का खल चोरी हो गया। वे मुझ पर झल्लाने लगे, 'आप के भरोसे घर छोड़कर गया था, देखिए मेरा खल चोरी हो गया।' मन में आया उसी खल में उन्हें कूट दूं। कह दूं कि आपने मुझे अपना खरीदा हुआ नौकर समझ लिया है क्या, जो मैं आपकी चाकरी करूंगा।

पता नहीं कब मेरा पिंड छूटेगा इन महाशय से! भगवान बचाए ऐसे पड़ोसी से। *

पुस्तक: सुखन तुम्हारे, **लेखक:** फैज अहमद फैज-एलिस फैज, **अनुवाद:** जफर इकबाल, **मूल्य:** 550 रुपए, **प्रकाशक:** राजकमल प्रकाशन, नई दिल्ली

{ **पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण** }

दो दिलों की खत-ओ-किताबत

गजलों-नज्मों का शायद ही कोई ऐसा कद्रदान होगा, जो फैज अहमद फैज के नाम से नावाकिफ हो। अपनी शायरी में इंकलाबी तेवर और हुकूमत की बंदिशों को चुनौती देने वाले फैज के भीतर एक नाजुक दिल पति और बेहद जज्बाती पिता भी मौजूद था, इसकी बानगी उनके द्वारा लिखे उन खतों में दिखती है, जिनको उन्होंने कैद के दौरान अपनी पत्नी और बच्चों को लिखे थे। हाल में छपकर आई किताब 'सुखन तुम्हारे' में फैज के द्वारा लिखे गए 135 खत और उनकी पत्नी एलिस के द्वारा लिखे गए 178 खतों को संकलित किया गया है। वर्ष 1951 में पाक सरकार द्वारा गैर कानूनी तौर पर गिरफ्तार किए गए फैज, करीब चार वर्ष तक जेल में रहे। इस दौरान फैज और एलिस के बीच हुई खत-ओ-किताबत का महत्व किसी ऐतिहासिक दस्तावेज से कम नहीं है। यहां गौर करने वाली बात है कि फैज की गिरफ्तारी ने उन्हें बेबस नहीं और मजबूत बना दिया था। 17 जुलाई 1952 को लिखे खत में वह कहते हैं, 'यह जख्म बहुत अचानक, बहुत बेसबब लगा है लेकिन इसे सहने का बल मुझमें है। और इसके सामने भी मेरा सिर नहीं झुकेगा।' 24 अगस्त 1954 को एलिस, फैज को लिखे खत में भीगे जज्बातों से उनकी गैरमौजूदगी को महसूस करती हैं, 'जब मीजू ने केक काटा, उसने अपना मुंह बना लिया। आंखें बंद कीं और उस चीज की दुआ मांगी, जिसके लिए हम सब मांग रहे थे- खुदा तुम्हें हमारे पास घर भेज दें।' कह सकते हैं इस किताब में एक इंकलाबी शायर और उनकी पत्नी के व्यक्तित्व का बिल्कुल नया पहलू हमारे सामने उजागर होता है। *

{ **लघुकथा / डॉ. रंजना जायसवाल** }

डुबकी

खोया-पाया कैंप में उस बूढ़े बाबा को बैठे छह घंटे हो गए थे। रात गहराती जा रही थी। अभी तक उन्हें कोई ढूंढने भी नहीं आया था। बाबा की आंखें एक आशा के साथ हर आहट के साथ दरवाजे तक जातीं, लेकिन वह निराश होते। कैंप के कर्मचारी की ड्यूटी बदलने का समय हो गया था। नए कर्मचारी ने पानी का गिलास पकड़ाते हुए बाबा से पूछा, 'आप कहां से आए हैं?'

'बेटा काफी दूर से आए हैं।'

'कुछ नाम तो होगा।'

'नाम...' बाबा ने याद करने की कोशिश की।

'किसके साथ आए हैं?'

'कलुवा, हमारा इकलौता बेटा'

'कुंभ नहाए आए थे?'

'हमार बेटवा ब्याह के दस बरस के बाद पैदा हुआ था। उसकी अम्मा मन्नत की रही, गंगा मैया को साड़ी चढ़ाएगी पर परमात्मा को कुछ और ही मंजूर था। अब जइबे तब जइबे करते-करते बख्त निकल गया। उसकी अम्मा ने मरते बख्त कसम ली थी। बचुवा के साथ मन्नत उतारे आए रहे। कुंभ नहाए लेब और मन्नत भी उतार देब।'

'बेटा कहां है बाबा?'

'हमसे बोला कुछ खाए का सामान लेने जाए रहे। इहां बैठे रहो हम अबही आत है।'

'फिर?'

'हमको बैठाकर पता नहीं कहां चला गवा? पुलिस वाले हमको इहां पहुंचा गए। बेचारा कितना परेशान हो रहा होगा।' बाबा की आंखों में अपने बेटे कलुवा के लिए चिंता उभर आई। कर्मचारी समझ चुका था, बीते कुछ दिनों में बाबा जैसे न जाने कितने लोग अपनों की तलाश और इंतजार में भटक रहे थे। 'बाबा, दस बार माइक पर कलुवा का नाम पुकारा जा चुका है। फोन नंबर याद है उसका?'

'फोन?'

'वापसी कब थी?'

'छः बजे की टरेन थी।'

'पर बाबा अब तो नौ बज रहे हैं।'

'नौ!' बाबा की आंखों के जुगनू धप्प पड़ गए।

'कलुवा आता ही होगा। हमें लिए बिना कैसे जाएगा?'

बाबा ने धीरे से बुदबुदाया। सामने गंगा मैया मंद-मंथर गति से बह रही थी। वह एक और पाप की साक्षी थी। जिसे कोई डुबकी धुल नहीं सकती थी। *

मध्य प्रदेश का प्राणपुर गांव

तमिलनाडु स्थित औरोविले गांव

वैसे तो पर्यटन के लिहाज से अपने भारत देश में अलग-अलग तरह के बेशुमार स्थल मौजूद हैं। लेकिन अगर आप बिल्कुल अनोखे और सुकून भरे पर्यटन स्थल घूमना चाहते हैं तो आपको कुछ विशिष्ट पर्यटन गांवों का रुख करना चाहिए। यहां बता रहे हैं देश के कुछ ऐसे खूबसूरत गांवों के बारे में, जो आपके लिए परफेक्ट ग्राम्य-पर्यटन स्थल हो सकते हैं।

गांवों में मिलेगी सुकून की छांव

टूरिस्ट प्लेसेस

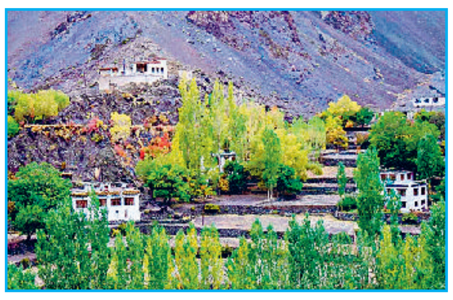
समीर चौधरी

आमतौर पर माना जाता है कि गांवों में सुविधाओं की कमी होती है। इसीलिए शहर के लोग वहां जाना पसंद नहीं करते हैं। लेकिन आपको जानकर अच्छा लगेगा कि कुछ प्रदेशों के चुने हुए गांवों को विशिष्ट पर्यटन स्थल के रूप में विकसित किया गया है। जहां आप आधुनिकता और शहरी शोर-शराबे से दूर शांत, स्वच्छ और सुकून भरा अनुभव पा सकते हैं। लद्दाख की पहाड़ियों और छत्तीसगढ़ के जंगलों से लेकर, तमिलनाडु और उत्तर प्रदेश तक में कई ऐसे गांव हैं, जो विरासत और प्रकृति को सुरक्षित रखे हुए हैं। अपनी इसी विशेषता के कारण यह उन पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र बने हुए हैं, जिनकी ग्रामीण जीवनशैली, संस्कृति व इतिहास में दिलचस्पी होती है। ऐसे ही कुछ गांवों के बारे में जानिए।

सावरवानी-लाड़पुरा खास-प्राणपुर, मध्य प्रदेश: मध्य प्रदेश के ये तीन गांव आपको ग्रामीण भारत की सुंदर छवियों से रूबरू कराते हैं। प्राणपुर, सावरवानी व लाड़पुरा खास गांवों को वर्ष 2024 में सर्वश्रेष्ठ पर्यटन गांवों के रूप में सम्मानित किया जा चुका है। सावरवानी, आपको गोंड आदिवासी जीवन का अनुभव कराता है। यहां आरामदायक होमस्टे और सुंदर फार्मलैंड्स हैं। लाड़पुरा आपको विश्वसनीय बुंदेली एहसास से आकर्षित करता है। यहां के परंपरागत घर व हाथ से पेंट की गईं खूबसूरत दीवारें पर्यटकों को मोहित करती हैं। प्राणपुर, भारत का पहला क्राफ्ट हैंडलूम पर्यटन गांव है, जहां लगभग 900 बुनकर हैं, जो चंदेरी कपड़ा बुनने की कला में माहिर हैं। इन गांवों में आप क्राफ्ट वर्कशॉप्स, फॉरेस्ट वॉक, साइकिलिंग ट्रेल्स और सांस्कृतिक कार्यक्रमों का अनुभव कर सकते हैं। ग्वालियर एयरपोर्ट से प्राणपुर 240 किमी. और लाड़पुरा खास 123 किमी. की दूरी पर है, जबकि जबलपुर से सावरवानी की दूरी 220 किमी. है।

उत्तर प्रदेश का कारिकोट गांव

तार गांव, लद्दाख: लद्दाख क्षेत्र में इस गांव को पहला सीसीए (कम्युनिटी-डिक्लेयर्ड कंजरवेशन एरिया) घोषित किया गया। लद्दाख का यह खूबसूरत गांव भी पर्यटन मंत्रालय की भारत के सर्वश्रेष्ठ पर्यटन गांव की 2024 की सूची में शामिल हो चुका है। इसके संरक्षित क्षेत्र का प्रबंधन स्थानीय समितियां करती हैं, जोकि अपने प्राकृतिक संसाधनों, संस्कृति व परंपराओं को सुरक्षित रखने की जिम्मेदारी निभाती हैं। इनके पास समुदाय की निगरानी वाला पर्यटन, शून्य-प्लास्टिक अभियान और लद्दाखी सांस्कृतिक प्रथाओं के संरक्षण का भी दायित्व है। यहां आप ऊंचाई पर ट्रैकिंग, प्राचीन मठों को देख सकते हैं और ईको-होमस्टे में ठहर सकते हैं। यहां आने के लिए निकटतम एयरपोर्ट लेह है, जहां से तार लगभग 85 किमी. के फासले पर है।



खूबसूरत वादियों के बीच स्थित लद्दाख का तार गांव

कारिकोट गांव, उत्तर प्रदेश: उत्तर प्रदेश के बहराइच जिले में स्थित कारिकोट गांव को इंडियन सब-कॉन्टिनेंट रेस्पॉन्सिबल टूरिज्म अवार्ड 2025 (पीस, अंडरस्टैंडिंग एंड इन्क्लूसिविटी) से सम्मानित किया जा चुका है। स्थानीय थारू आदिवासी समुदाय के प्रयासों से इस गांव में होमस्टे, क्रॉस-बॉर्डर ईको-टूरिज्म व सांस्कृतिक अनुभव को प्रोत्साहित करने के साथ ही देशज क्राफ्ट, खान-पान व लोककला को पुनर्जीवित किया गया है, जिससे यह गांव थारू विरासत का लाइव म्यूजियम बन गया है। आप यहां खासतौर से विलेज वॉक, स्थानीय खान-पान, हस्तकला ट्रेल, झील के किनारे पक्षियों को देखने के साथ ही स्थानीय कहानी सुनाने के आयोजनों का अनुभव कर सकते हैं। इससे निकटतम एयरपोर्ट लखनऊ है, जहां से यह गांव लगभग 200 किमी. दूर है।

छत्तीसगढ़ के बस्तर क्षेत्र में स्थित धुडमारास गांव

औरोविले गांव, तमिलनाडु-पुड्डुचेरी: औरोविले गांव वैसे तो तमिलनाडु में है, लेकिन इसका कुछ हिस्सा पुड्डुचेरी में भी है। यह भारत में स्थित एक अंतरराष्ट्रीय टाउनशिप है, जिसे यूनेस्को द्वारा मान्यता प्राप्त है। इसकी भूमि एक जमाने में कटाव के कारण बेकार हो गई थी, लेकिन अब दशकों के वनीकरण, ईको-आर्किटेक्चर और वेस्ट-फ्री सिस्टम से फिर हरी-भरी हो गई है। यहां पर आप मैत्री मंदिर देख सकते हैं। इसके अलावा सस्टेनेबल-लिविंग वर्कशॉप, पॉटरी, वीविंग और योग सत्र में हिस्सा लेने के साथ ही 3,000 एकड़ में फिर से लगाए गए वन में साइकिलिंग का रोमांचक अनुभव ले सकते हैं। औरोविले गांव चेन्नै एयरपोर्ट से लगभग 140 किमी. और पुड्डुचेरी से तकरीबन 11 किमी. की दूरी पर स्थित है।

धुडमारास गांव, छत्तीसगढ़: छत्तीसगढ़ के बस्तर क्षेत्र में धुर्वा कबीले द्वारा संचालित यह पर्यटन गांव ईको-फ्रेंडली अनुभव प्रदान करता है, जैसे- बैंबू राफ्टिंग, कयाकिंग और ट्रैकिंग। यहां सोलर-पॉवर इंफ्रास्ट्रक्चर है। वन संरक्षण प्रयासों के कारण परंपरागत जल स्रोतों को दुरुस्त किया गया है और स्थानीय तौर पर निर्मित होम स्टे भी हैं। इस गांव में आदिवासी संस्कृति, परंपरागत शिल्प व साल वन ट्रेल्स का आनंद लेने के साथ ही लोक संगीत और स्थानीय खेतों से मेज तक जायकेदार भोजन का अनुभव ले सकते हैं। सतत पर्यटन विकास के लिए धुडमारास गांव का चयन यूएनडब्लूटीओ बेस्ट टूरिज्म विलेज अपग्रेड प्रोग्राम 2024 में किया गया था। यहां से निकटतम एयरपोर्ट जगदलपुर है, जहां से यह गांव लगभग 35 किमी. के फासले पर है। ❋

भय को जब करेंगे पराजित तब मिलेगी मनचाही सफलता

कई बार हमारे भीतर कुछ ऐसे डर समा जाते हैं, जो सफलता और खुशहाल जीवन की राह में बड़ी रुकावट बन जाते हैं। कौन से हैं ये डर और इनसे कैसे निपटा जाए, मनचाही सफलता पाने के लिए आपको जरूर जानना चाहिए।

सेल्फ मोटिवेशन / **शिखर चंद जैन**

डर सफलता की राह में सबसे बड़ी अड़चन होती है। 'जो डर गया समझो मर गया', 'डर के आगे जीत है।' ये कुछ पॉपुलर कोटेशंस या फिल्मी डायलॉग हैं, जिन्हें आपने कहीं न कहीं पढ़ा या सुना होगा। सवाल है कि आखिर ये कौन से डर हैं, जिनसे उबरना जरूरी है और इनसे कैसे उबरें, ताकि आप सफल, समृद्ध जीवन की ओर बढ़ सकें।

पैसे न होने का डर: अमीर हो या मध्य वर्ग के लोग, पैसों की कमी होने से सब डरते हैं। मध्य और निम्न वर्ग को और ज्यादा गरीब होने का डर सताता है। पैसे की कमी का डर व्यक्ति की महत्वाकांक्षाओं, जोखिम लेने की क्षमता और हिम्मत को खत्म कर देता है। सबसे पहले निर्णय की शक्ति का उपयोग करके इस डर को दूर करें। अपनी चेतना को हमेशा धन की कमी से हटाकर धन की अधिकता पर केंद्रित करें। धन कमाने के तरीकों के बारे में सोचें, न कि गरीबी के परिणामों के बारे में। अपनी आय बढ़ाने का एक स्पष्ट और लिखित लक्ष्य और योजना बनाएं। जब आपके पास काम करने की एक ठोस योजना होती है, तो डर की जगह आत्मविश्वास ले लेता है। हमेशा यह सोचें कि आपकी आंतरिक खुशी भौतिक संपत्ति से अधिक महत्वपूर्ण है। इसके साथ ही पूरी मेहनत से धन कमाने के अपने प्रयास जारी रखें।

आलोचना का डर: यह डर अकसर लोगों को नए विचार आजमाने, जोखिम लेने या अपने सपनों का पीछा करने से रोकता है, क्योंकि उन्हें लगता है कि दूसरे लोग क्या सोचेंगे या कहेंगे? इस डर को दूर करने का आसान तरीका यही है कि दूसरों की राय की परवाह न करें। लोग अकसर आपकी आलोचना इसलिए करते हैं, क्योंकि या तो वे खुद डरे हुए होते हैं या फिर आपसे ईर्ष्या करते हैं। अपने कार्यों और निर्णयों के लिए खुद को जवाबदेह बनाएं। आत्म-अनुशासन आपको बाहरी आलोचनाओं से प्रभावित हुए बिना अपने लक्ष्य पर टिके रहने में मदद करता है। आलोचना का डर आपकी रचनात्मकता और कल्पनाशक्ति को खत्म कर देता है। इसलिए खुद को रचनात्मक कार्यों में लगाएं।

बीमारी-मृत्यु का डर: यह डर अकसर किसी क्रॉनिक बीमारी या नियमित शारीरिक दर्द से उत्पन्न होता है। कई बार किसी नजदीकी की बीमारी देखकर भी ऐसा होता है। यह डर अकसर मानसिक तनाव पैदा करता है। इसे दूर करने के लिए बीमारी के बारे में लगातार सोचना या बात करना बंद करें। अपने मन को सकारात्मक और स्वस्थ विचारों से भरें। स्वास्थ्यवर्धक जीवनशैली अपनाएं। नियमित व्यायाम, संतुलित आहार और पर्याप्त आराम पर ध्यान केंद्रित करें। अपनी दिमागी शक्ति का उपयोग करें। यह विश्वास करें कि एक स्वस्थ दिमाग एक स्वस्थ शरीर का निर्माण करता है। अपनी मानसिक ऊर्जा को ठीक होने या स्वस्थ रहने में लगाएं, न कि बीमार पड़ने के डर में।

रिश्ते खोने का डर: यह डर किसी प्रियजन, जीवनसाथी या परिवार के सदस्य से बिछड़ने या उन्हें खोने के भय से जुड़ा होता है। इसे दूर करने के लिए आत्म-प्रेम और आत्मविश्वास बढ़ाएं। जब आप खुद से प्यार करते हैं और खुद पर भरोसा करते हैं, तो आप दूसरों पर भावनात्मक निर्भरता कम कर देते हैं। ईर्ष्या इस डर का सबसे बड़ा संकेत है। तर्कसंगत रूप से अपनी असुरक्षाओं को पहचानें और उन्हें तर्क से दूर करें। यह समझें कि आप किसी को नियंत्रित नहीं कर सकते। रिश्ते विश्वास और आपसी सम्मान पर टिके होते हैं, डर पर नहीं।

बुढ़ापे का डर: यह डर अकसर उम्र बढ़ने के साथ आने वाली शारीरिक कमजोरी, शारीरिक आकर्षण में कमी, आर्थिक अभाव और मृत्यु की संभावना से जुड़ा होता है। इसे दूर करने के लिए बुढ़ापे को अनुभव और ज्ञान के रूप में देखें। उम्र बढ़ने को कमजोरी के रूप में नहीं, बुद्धिमत्ता के संचय के रूप में स्वीकार करें। शारीरिक और मानसिक रूप से सक्रिय रहकर इस डर का मुकाबला करें। नए कौशल सीखें और जीवन में उत्साह बनाए रखें। अपनी आर्थिक सुरक्षा शुरू से ही सुनिश्चित करें। वित्तीय योजना बनाकर बुढ़ापे में संभावित गरीबी के डर को कम करें।

इनमें से कोई डर हो या कोई अन्य प्रकार का डर, सभी डरों को दूर करने का मूल मंत्र 'इच्छाशक्ति' और 'सकारात्मक मानसिक दृष्टिकोण' है। इन दो मूल मंत्रों को अपनाकर आप भयमुक्त खुशहाल जीवन जी सकते हैं। ❋

भारत की प्राचीनतम और महानतम नदियों- गंगा, नर्मदा की तरह ही ताप्ती नदी का भी भारतीय संस्कृति, भूगोल एवं अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण स्थान है। ताप्ती नदी से जुड़े कुछ महत्वपूर्ण तथ्यों के बारे में बता रहे हैं, जिनसे आप इस नदी की महत्ता को और भी अच्छे से जान-समझ पाएंगे।

गंगा-नर्मदा जैसी महत्वपूर्ण पश्चिमवाहिनी ताप्ती नदी

नदी गाथा / **वीना गौतम**

ताप्ती जिसे तापी नदी भी कहते हैं, भारत की उन चुनिंदा बड़ी पश्चिम वाहिनी नदियों में से है, जो मध्य भारत से निकलकर अरब सागर में गिरती है। यह विशेषता इसे गंगा जैसी विशाल पूर्व वाहिनी नदी और नर्मदा जैसी महान पश्चिम वाहिनी नदी के समकक्ष बनाती है। भौगोलिक, आर्थिक, पारिस्थितिक और सांस्कृतिक स्तरों पर इस नदी की भूमिका अत्यंत व्यापक है।

उद्गम-प्रवाह: ताप्ती नदी का उद्गम मध्य प्रदेश के बेतूल जिले के पास सतपुड़ा पर्वतमाला में है। यहां से लगभग 724 किलोमीटर की यात्रा तय करते हुए महाराष्ट्र और गुजरात से गुजरती यह नदी अंततः अरब सागर में जा मिलती है। यह पूर्व से पश्चिम की ओर बहती है। इस नदी की सहायक नदियां इसकी जलराशि को संपन्नता प्रदान करती हैं। ताप्ती की सहायक नदियों में पूर्णा, गिर्णा, वाघुर और अंजली जैसी नदियां शामिल हैं। ताप्ती को गंगा और नर्मदा के समकक्ष महत्वपूर्ण नदी इसलिए माना जाता है, क्योंकि यह भी इन्हीं की तरह विशाल नदी घाटी प्रणाली बनाती है। ताप्ती नदी का जलभरण क्षेत्र लगभग 65 हजार वर्ग किलोमीटर है।

ताप्ती नदी के तट पर स्थित मंदिर

जहां तक इसके बहाव की गति की बात है, तो शुष्क मौसम में इसका बहाव 0.3 से 0.6 मीटर प्रतिसेकेंड होता है, जबकि मानसून के दौरान ताप्ती नदी का बहाव 1.5 से 3 मीटर प्रति सेकेंड तक पहुंच जाता है। ताप्ती का औसत वार्षिक प्रवाह 17 से 18 बिलियन घन मीटर आंका गया है। इसका अधिकांश भाग जून से सितंबर यानी मानसून के दौरान प्राप्त होता है। ताप्ती नदी की वर्षा पर निर्भरता करीब 75 फीसदी है और शेष 25 फीसदी जलराशि इसके भूजल, पुनर्भरण और सहायक नदियों के जरिए प्राप्त होता है।

संस्कृति की वाहक: जिस तरह गंगा नदी-घाटी में प्राचीन सभ्यताएं विकसित हुईं, वैसे ही ताप्ती घाटी में भी आदिवासी समाज, कृषि संस्कृतियां और व्यापारिक नगर विकसित हुए। गंगा और नर्मदा की तरह ताप्ती को भी अनेक स्थानों में पवित्र नदी का दर्जा प्राप्त है और इसके किनारे मेले और पवित्र स्नानों से संबंधित पर्व आयोजित किए जाते हैं। देश की दूसरी पवित्र नदियों की तरह ताप्ती के तट पर भी अनेक महत्वपूर्ण मंदिर स्थित हैं।

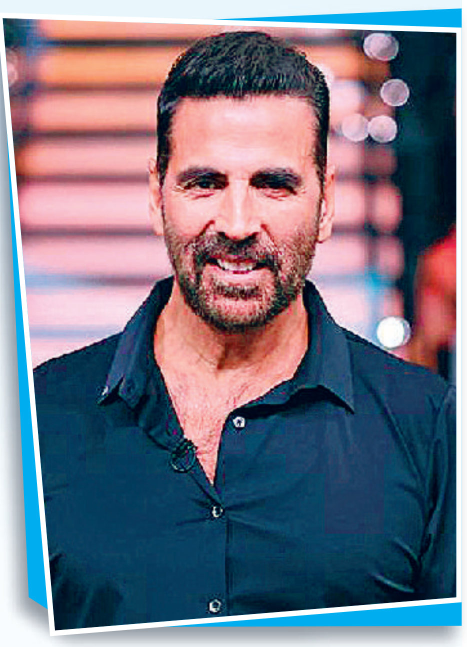
अर्थव्यवस्था में योगदान: चूंकि ताप्ती पश्चिम वाहिनी नदी है, इसलिए इसमें ढाल अपेक्षाकृत ज्यादा है। यही कारण है कि इसका प्रवाह पूर्वगामी नदियों के मुकाबले ज्यादा है, जिससे जल विद्युत उत्पादन के लिए ताप्ती महत्वपूर्ण नदी मानी जाती है। इसके पानी का उपयोग सिंचाई के लिए, पेयजल के रूप में, औद्योगिक उपयोग हेतु तथा विद्युत उत्पादन आदि में किया जाता है। ताप्ती नदी की मिट्टी जलोढ़ है, जो अत्यंत उपजाऊ होती है। इस कारण इसके परिक्षेत्र में दोहरी फसल प्रणाली सहजता से संभव है और किसान अपेक्षाकृत कम सिंचाई लागत में खेती कर पाते हैं। ताप्ती बेसिन एक स्वतंत्र और बड़ा जलग्रहण क्षेत्र है, जो लाखों लोगों की कृषि, पेयजल और औद्योगिक आवश्यकताओं को पूरा करती है। यह गुण ही इसे पश्चिम की नर्मदा और पूर्व की गंगा जैसी नदियों के समकक्ष बनाता है। ताप्ती घाटी कपास, सोयाबीन, गन्ना, केला और विभिन्न तरह की दालों की खेती के लिए जानी जाती है। गंगा की तरह ताप्ती नदी भी कृषि आधारित जीवनरेखा की भूमिका निभाती है। ताप्ती नदी कृषि एवं ग्रामीण रोजगार का भी बड़ा आधार बनाती है।

ताप्ती नदी के किनारे स्थित शहर विशेष रूप से कपड़ा, रसायन, हीरा कटाई और खाद्य प्रसंस्करण उद्योगों के लिए प्रसिद्ध हैं। इससे लाखों रोजगार और शहरी विकास को बल मिलता है। इसी नदी के किनारे सूरत जैसा औद्योगिक और व्यापारिक शहर स्थित है।

समृद्ध पारिस्थितिक तंत्र: ताप्ती नदी में मीठे पानी की अनेक महत्वपूर्ण प्रजातियों की मछलियां पाई जाती हैं, जिनमें रोहू, कतला और मृगल शामिल हैं। सतपुड़ा क्षेत्र से गुजरते समय यह नदी कई वन क्षेत्रों को सिंचित करती है, जिससे वन क्षेत्रों का पारिस्थितिकी तंत्र गतिशील रहता है। ताप्ती नदी के डेल्टा क्षेत्र में पक्षियों की कई प्रजातियां पाई जाती हैं और प्रवासी पक्षियों का भी यह आश्रय स्थल बनती है। ताप्ती बेसिन में नदी का पानी आस-पास के जलस्रोतों को भरता है, जिससे कुओं, नलकूपों आदि में पूरे साल जल उपलब्ध रहता है।

मौजूद हैं कई संकट: देश की अन्य बड़ी नदियों की तरह ताप्ती भी कई तरह की औद्योगिक और पर्यावरणीय चुनौतियों का सामना कर रही है। यह भी औद्योगिक प्रदूषण से ग्रस्त है। इस नदी में भी बड़े पैमाने पर शहरी अपशिष्ट आकर मिलता है तथा इसके आस-पास में भी अवैध रेत खनन आदि की घटनाएं होती रहती हैं। सबसे चिंताजनक बात यह है कि हाल के कुछ सालों में जलवायु परिवर्तन और वर्षा की अनिश्चितता की भी यह नदी शिकार हुई है। यही नहीं इस सबके चलते ताप्ती नदी की गुणवत्ता और जैव विविधता दोनों प्रभावित हुई है। ताप्ती नदी पर मंडरा रहे इन संकटों के मद्देनजर इसके संरक्षण के लिए कई कदम उठाए गए हैं। जैसे अपशिष्ट जलशोधन संयंत्र, नदी किनारे हरित पट्टी का विकास, सामुदायिक जागरुकता और सतत जल प्रबंधन। ❋

पिछले महीने से सोनी एंटरटेनमेंट चैनल और सोनी लिव पर एक नया शो शुरू हुआ है- 'व्हील ऑफ फॉर्चून', जिसे होस्ट कर रहे हैं अक्षय कुमार। इस शो को उन्होंने क्यों एक्सेप्ट किया? इस शो, अपकमिंग फिल्मों के साथ-साथ अपनी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ से जुड़े सवालों पर अक्षय कुमार ने खुलकर जवाब दिए हैं इस खास मुलाकात में।



जो आपकी तकदीर में है वह जरूर आपके पास आएगा: अक्षय कुमार

खास मुलाकात

आरती सक्सेना

हाल में ही अक्षय कुमार टीवी और ओटीटी प्लेटफॉर्म पर एक ऐसा रियालिटी शो लेकर आए हैं, जो पहले से ही 60 देशों में पॉपुलर हो चुका है। यह अमेरिका का नंबर वन रियालिटी शो है। इस शो का नाम 'व्हील ऑफ फॉर्चून' है। गेम का पूरा फॉर्मेट अक्षय कुमार खुद बतौर होस्ट इस शो की शुरुआत में समझाते हैं, साथ ही मजाकिया अंदाज में सबको हंसाते नजर आते हैं। इस शो के अलावा अक्षय की फिल्म 'हैवान' रिलीज होने वाली है, जबकि एक और फिल्म 'भूत बंगला' अप्रैल में रिलीज होगी। दोनों ही फिल्मों को प्रियदर्शन ने डायरेक्ट किया है। अक्षय का अपने इस शो और आने वाली फिल्मों को लेकर क्या कहना है? और भी पर्सनल सवालों के जवाब अक्षय कुमार ने एक मुलाकात में बेबाक अंदाज में दिए। पेश है अक्षय कुमार से हुई लंबी बातचीत के प्रमुख अंश-

आप इन दिनों सोनी एंटरटेनमेंट चैनल पर टेलिकास्ट हो रहे गेम शो 'व्हील ऑफ फॉर्चून' को होस्ट कर रहे हैं। इस गेम शो को होस्ट करने के पीछे खास वजह क्या है?

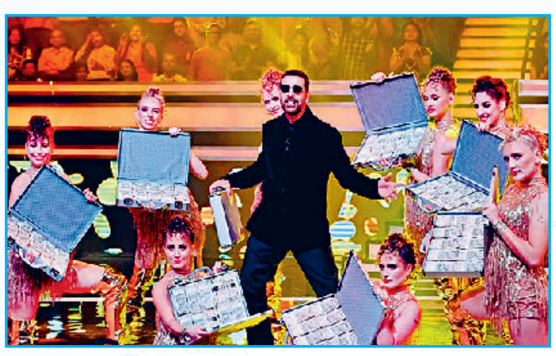
मुझे यह शो बहुत ही दिलचस्प लगा, क्योंकि इसमें पार्टिसिपेंट्स को ज्यादा से ज्यादा पैसा कमाने का मौका मिलता है। बहुत ज्यादा दिमाग नहीं लगाना है। अगर तकदीर ने साथ दिया तो कंटेस्टेंट्स, कुछ मिनटों में लाखों रुपए और कई अच्छे और महंगे गिफ्ट जीत सकते हैं। इस शो का फॉर्मेट सिर्फ भारत में ही नहीं बल्कि विदेशों में भी पॉपुलर है। पर्सनली मुझे भी इस शो में कई सारी खूबियां नजर आईं, इसलिए मैंने बतौर होस्ट यह शो करना स्वीकार किया।

अमिताभ बच्चन ने टीवी पर 'कौन बनेगा करोड़पति' और सलमान खान ने 'बिग बॉस' जैसे सुपरहिट शो के कई सीजंस सफलतापूर्वक होस्ट किए हैं। ऐसे में क्या आपको इन दोनों कलाकारों से कंपेरिजन का भी प्रेशर है?

नहीं, ऐसा कुछ नहीं है। मैं इस मामले में बहुत पॉजिटिव हूं। मुझे कुछ करना है तो मैं करता हूं, नेगेटिव बातें सोच कर अपने आप को कमजोर नहीं बनाता। मुझे 'व्हील ऑफ फॉर्चून' का कॉन्सेप्ट दिलचस्प लगा तो मैंने शो होस्ट करना मंजूर कर लिया। जहां तक अमित जी और सलमान का सवाल है तो अमित जी मेरे लिए फादर फिगर हैं, सलमान मेरा अच्छा दोस्त है। दोनों ही लोग अपना काम बहुत अच्छे से कर रहे हैं। मेरा उनके साथ कोई कॉम्पिटिशन नहीं है। मैं इस शो को एंज्वॉय कर रहा हूं।

अगर 'व्हील ऑफ फॉर्चून' में आप होस्ट की जगह पार्टिसिपेंट होते तो आप दिमाग से खेलते या नसीब के भरोसे गेम को आगे बढ़ाते?

यह शो दिमाग से ज्यादा तकदीर के साथ खेला जा सकता है। शो में दिमाग सिर्फ इतना ही लड़ा सकते हैं कि गेम के दौरान पूछे गए सवालों का जवाब सोच-समझ कर दें, बाकी जब व्हील घूमता है तो जीरो पर भी रुक सकता है और एक करोड़ पर भी। मैंने इस शो में कई लोगों को लाखों रुपए जीतते हुए देखा है। सो अगर मैं कंटेस्टेंट होता तो मुझे भी सही जवाब देना पड़ता, बाकी किस्मत कितना साथ देती है, वह तो अपने हाथ में नहीं होता है।



'व्हील ऑफ फॉर्चून' में अक्षय कुमार का निराला अंदाज

अपने इस शो में क्या आप किसी खास बॉलीवुड एक्टर को बुलाना चाहेंगे?

अगर बॉलीवुड एक्टर को अपने शो में बुलाने की बात करें तो मैं सलमान, शाहरुख, विद्या बालन, सुनील शेट्टी, संजय दत्त इन सभी को अपने शो में बुलाना चाहूंगा।

आप तकदीर पर ज्यादा विश्वास करते हैं या मेहनत पर?

मेरा मानना है अगर आपकी तकदीर में कुछ नहीं है तो आप लाख कोशिश कर लो वह नहीं मिलेगा और अगर तकदीर में कुछ है तो आप वो पा ही लेंगे। मैं जब छोटा था तो अपने पापा के कंधों पर चढ़कर राजेश खन्ना साहब की शूटिंग और उनका बंगला देखने जाया करता था, मुझे क्या पता था कि एक दिन मेरी उनकी बेटी से ही शादी हो जाएगी। इसलिए मेरा मानना है कि जिंदगी में कुछ भी असंभव नहीं है। जो आपकी तकदीर में लिखा है, वह जरूर आपके पास आएगा।

बीते कुछ समय में आपकी कई फिल्में असफल रहीं। क्या फ्लॉप फिल्मों ने आपको निराश किया?

फ्लॉप फिल्में कुछ समय के लिए दुःखी जरूर कर देती हैं, लेकिन जिंदगी में कभी मैं निराश नहीं होता हूं। करियर की शुरुआत में मैंने 12 से 15 फिल्में एक साथ फ्लॉप दी थीं। लेकिन बाद में तकदीर ने पलटा खाया और मेरी कई फिल्में हिट हो गईं, जैसे 'खिलाड़ी', 'मोहरा', 'मैं खिलाड़ी तू अनाड़ी' एक्सेक्ट्रा। मेरा मकसद अपने किरदार के साथ पूरा न्याय करना है। फिर फिल्म फ्लॉप होती है या हिट, यह तो आने वाला वक्त ही बताएगा।

आने वाली फिल्म 'हैवान' में आप नेगेटिव रोल कर रहे हैं, क्या यह आपकी हीरो वाली इमेज को नुकसान पहुंचा सकता है?

मेरे ख्याल में ऐसा होगा नहीं, क्योंकि दर्शक भी अपने हीरो को हर तरह के किरदार में देखना चाहते हैं। 'हैवान' में मैं एक बार फिर नेगेटिव रोल कर रहा हूं। मुझे ऐसा लगता है कि दर्शक मुझे इस फिल्म के किरदार में भी बतौर एक्टर खूब पसंद करेंगे। ❋

पैसों से ज्यादा महत्वपूर्ण प्यार और रिश्ते

अक्षय कुमार के लिए लाइफ में पैसा ज्यादा महत्वपूर्ण है या प्यार, पूछने पर उनका जवाब होता है, 'मेरी नजर में लाइफ में पैसों से ज्यादा प्यार और रिश्तों की अहमियत है। मुझे अपनी बेटी के साथ वक्त बिताना बहुत अच्छा लगता है। खाली वक्त में मैं घर पर अपने परिवार के लिए खाना भी बनाता हूं। अगर आपके अपने आप के साथ हैं तो आप मेहनत करके पैसा कमा सकते हैं, लेकिन पैसों से आप रिश्ते या प्यार नहीं खरीद सकते हैं।'