



M.R. DEGREE COLLEGE

Affiliated to Indira Gandhi University, Meerpur (Rewari)

GET UPTO 100% SCHOLARSHIP

COURSE AVAILABLE

B.SC. (Medical) | B.SC. (Non-Medical)

B.A. | B.COM | M.SC. (Phy. & Chem.)

B.Ed. | JBT D-PHARMA

ADMISSION OPEN

Session 2026-27
For Admission Visit College Campus



Bus Facility Available From All Routes

MITTERPURA (M/GARH) HRY.
9466886066, 9416903367, 9416903021
mrcollegemitterpura@gmail.com

नीट आज

हरिभूमि न्यूज | नारनौल

जिले में 21 जून को होने वाली नीट परीक्षा के सफल संचालन के लिए जिला प्रशासन ने सभी प्रकार की तैयारियां पूरी कर ली है। हरियाणा सरकार व जिला प्रशासन का पूरा ध्यान इस समय परीक्षार्थियों को परीक्षा के दौरान हर संभव सहूलियत प्रदान करने पर केंद्रित है। प्रशासन की

परीक्षार्थियों को सहूलियतें देने के लिए पुख्ता इंतजाम : राज्य परिवहन की साधारण बसों में एडमिट कार्ड दिखाने पर मुफ्त यात्रा

प्रशासन अलर्ट, 9 केंद्रों पर 3800 परीक्षार्थी होंगे शामिल

ओर से सुनिश्चित किया जा रहा है कि विद्यार्थियों को केंद्रों तक पहुंचने में और परीक्षा देने में एक सकारात्मक व तनावमुक्त माहौल मिले। इसके लिए सभी जरूरी बुनियादी प्रबंध पूरे कर लिए गए हैं। लघु सचिवालय के वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग रूम को कंट्रोल रूम बनाया गया है। जिसमें डीआईओ प्रशांत कुमार को नोडल अधिकारी लगाया गया है। परीक्षार्थियों की

सुविधा के लिए बस अड्डों व रेलवे स्टेशनों से परीक्षा केंद्रों तक पहुंचने के लिए स्थानीय परिवहन के पुख्ता इंतजाम किए गए हैं। गर्मी को देखते हुए परीक्षा केंद्रों के बाहर छांव, टेंट, एयर कूलर और पंखों से लैस विशेष प्रतीक्षालय तैयार किए जा रहे हैं, ताकि दूर दराज से आने वाले छात्रों और उनके अभिभावकों को कोई असुविधा न हो। साफ पीने के पानी

की व्यवस्था के साथ साथ किसी भी आपातकालीन स्थिति से निपटने के लिए केंद्रों पर प्राथमिक उपचार किट, एम्बुलेंस और विशेष चिकित्सा टीमें पूरी तरह से तैनात रहेंगी। इसके अलावा बिजली निगम के साथ समन्वय स्थापित कर निर्बाध विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित की गई है और हर कमरे में समय देखने के लिए दीवार घड़ियां भी लगाई गई हैं।

पुलिस अधीक्षक दीपक ने किया परीक्षा केंद्रों का औचक निरीक्षण

पुलिस अधीक्षक दीपक ने परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण कर सुरक्षा व अन्य आवश्यक प्रबंधों का जायजा लिया। परीक्षा को सुचारु व सुरक्षित रूप से संपन्न कराने के लिए जिलेमर में करीब 290 पुलिस अधिकारियों व कर्मचारियों की इयूटी लगाई गई है। आपात स्थिति से निपटने के लिए क्यूआरटी के जवान गश्त पर रहेंगे व दंगा रोधी उपकरणों के साथ दो पुलिस रिजर्व टीम भी बनाई गई हैं। यातायात व्यवस्था को सुचारु बनाए रखने के लिए शहर के नौ प्रमुख स्थानों पर नाके लगाए गए हैं और परीक्षा केंद्रों के रूटों पर आठ राइडर पर जवान तैनात किए गए हैं। परीक्षार्थियों को सुविधा के लिए महेन्द्रगढ़ व नारनौल बस स्टैंड पर भी पुलिस कर्मचारी तैनात हैं।



खबर संक्षेप

खाईवाली करते एक काबू, डायरी बरामद

महेन्द्रगढ़। जिले में अवैध गतिविधियों के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत महेन्द्रगढ़ पुलिस ने सट्टेबाजी के कारोबार पर बड़ी कार्रवाई करते हुए एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से नकदी, सट्टा पंचियां और हिसाब-किताब से संबंधित डायरी बरामद की है। जानकारी के अनुसार सीआईएफ महेन्द्रगढ़ की टीम को गुप्त सूचना मिली थी कि सैनीपुरा मोहल्ला निवासी सूरज गंगा देवी अस्पताल के निकट अपनी डीजे की दुकान के सामने अवैध रूप से सट्टा खाईवाली का काम कर रहा है।

अवैध हथियार सहित आरोपित गिरफ्तार

नारनौल। पुलिस ने एक व्यक्ति को अवैध देशी पिस्टल सहित गिरफ्तार किया गया है। इस संबंध में थाना सिटी में आरम्भ एक्ट के तहत मामला दर्ज किया गया है। पुलिस ने आरोपित केशव निवासी मोहल्ला मोतीनगर को मुकदमे में गिरफ्तार कर लिया। आमजन से भी अपील की जाती है कि किसी भी संदिग्ध व्यक्ति अथवा अवैध गतिविधि को सूचना तुरंत पुलिस को दें, ताकि समय रहते कार्रवाई की जा सके।

उच्चतर शिक्षा विभाग ने 40 सीटों के साथ इलेक्ट्रॉनिक्स विषय को दी मंजूरी

ब्वॉयज कॉलेज में नॉन मेडिकल सीटों की संख्या बढ़कर हुई 440

बीएससी फिजिकल साइंस में विद्यार्थियों को मिला चौथा विषय विकल्प

हरिभूमि न्यूज | नारनौल

राजकीय महाविद्यालय के नॉन मेडिकल संकाय के विद्यार्थियों के लिए अच्छी खबर है। उच्चतर शिक्षा विभाग हरियाणा ने शैक्षणिक सत्र 2026-27 से बीएससी फिजिकल साइंस (नॉन मेडिकल) में इलेक्ट्रॉनिक्स विषय शुरू करने की मंजूरी प्रदान कर दी है। इसके लिए 40 सीटें स्वीकृत की गई हैं। नए विषय के जुड़ने से नॉन मेडिकल वर्ग की कुल सीटें 400 से बढ़कर 440 हो गई हैं।

अब तक बीएससी फिजिकल साइंस में प्रवेश लेने वाले विद्यार्थियों को गणित एवं भौतिक विज्ञान (फिजिक्स) अनिवार्य रूप से पढ़ने के साथ वैकल्पिक विषय के रूप में कैमिस्ट्री, कंप्यूटर साइंस अथवा जियोलॉजी में से किसी एक विषय का चयन करना पड़ता था। अब विद्यार्थियों को इलेक्ट्रॉनिक्स के रूप में चौथा विकल्प भी उपलब्ध होगा। इससे विद्यार्थियों को अपनी रुचि और भविष्य की आवश्यकताओं के अनुरूप विषय चुनने का अवसर मिलेगा।

यह कहते हैं एडमिशन इंचार्ज

उच्चतर शिक्षा विभाग द्वारा बीएससी फिजिकल साइंस में इलेक्ट्रॉनिक्स विषय की 40 सीटों को मंजूरी दी गई है। इससे विद्यार्थियों को नया विषय विकल्प मिलेगा और विज्ञान शिक्षा को मजबूती मिलेगी। वर्तमान में ऑनलाइन प्रवेश प्रक्रिया जारी है तथा इच्छुक विद्यार्थी निर्धारित समयवधि में आवेदन कर सकते हैं। — डॉ. प्रतीश, नोडल अधिकारी (प्रवेश), राजकीय महाविद्यालय नारनौल।



कॉलेज में प्रवेश को लेकर बढ़ा उत्साह

महेन्द्रगढ़। स्नातक पाठ्यक्रमों में ऑनलाइन प्रवेश आवेदन की अंतिम तिथि 30 जून तक बढ़ाए जाने के बाद राजकीय महाविद्यालय महेन्द्रगढ़ में विद्यार्थियों का उत्साह बढ़ गया है। विभिन्न पाठ्यक्रमों में आवेदन संख्या लगातार बढ़ रही है। ऑनलाइन एडमिशन नोडल अधिकारी प्रो. गगनदीप यादव ने बताया कि अब तक बीए. की 600 सीटों के लिए 850, बीकॉम की 80 सीटों के लिए 123, बीसीए की 40 सीटों के लिए 224, बीएससी लाइफ साइंस की 160 सीटों के लिए 206 तथा बीएससी फिजिकल साइंस की 400 सीटों के लिए 376 आवेदन प्राप्त हो चुके हैं।

इलेक्ट्रॉनिक्स विषय की स्वीकृति मिलने से विज्ञान वर्ग के विद्यार्थियों में उत्साह बढ़ा है। कॉलेज प्रशासन का मानना है कि नए विषय के शुरू होने से न केवल विद्यार्थियों को आधुनिक तकनीकी शिक्षा का अवसर मिलेगा, बल्कि जिले के विद्यार्थियों को उच्च शिक्षा के लिए अन्य शहरों की ओर रुख करने की आवश्यकता भी कम होगी।

लंबे इंतजार के बाद जिले के दो प्रमुख कॉलेजों को मिले नियमित प्राचार्य

नारनौल। लंबे समय बाद जिले के दो प्रमुख सरकारी महाविद्यालयों को नियमित प्राचार्य मिलने जा रहे हैं। हरियाणा सरकार के उच्चतर शिक्षा विभाग द्वारा जारी आदेशों के अनुसार राजकीय महाविद्यालय नारनौल में प्रो. कृष्ण कुमार तथा राजकीय महिला महाविद्यालय नारनौल में प्रो. अमित चौधरी को नियमित प्राचार्य नियुक्त किया गया है। दोनों अधिकारियों की नियुक्ति पदेनक्ति के आधार पर की गई है। उच्चतर शिक्षा विभाग द्वारा जारी आदेशों में राज्यभर के 17 सहयक प्राध्यापकों को पदेनक्ति कर ग्रुप-ए कॉलेज केडर में प्राचार्य नियुक्त किया गया है। इनमें इतिहास विषय के प्रवक्ता अमित चौधरी, जो वर्तमान में राजकीय महाविद्यालय करनाल में कार्यरत हैं, को राजकीय महिला महाविद्यालय नारनौल का प्राचार्य बनाया गया है। वहीं समाजशास्त्र विषय के प्रवक्ता कुण्डा कुमार, जो राजकीय महाविद्यालय नरवाना में कार्यरत हैं, को राजकीय महाविद्यालय नारनौल का प्राचार्य नियुक्त किया गया है।

12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आज योगमय होगा जिला महेन्द्रगढ़

नारनौल। 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर जिला स्तर, उपमंडल तथा खंड स्तर पर होने वाले कार्यक्रमों के लिए मुख्य अतिथियों की नई सूची जारी की गई है। इस कार्यक्रम को लेकर जिला प्रशासन की ओर से सभी प्रकार की तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। यह जानकारी देते हुए अतिरिक्त उपमुख्य तस्म कुमार पावरिया ने बताया कि 21 जून को आईटीआई मैदान में आयोजित होने वाले जिला स्तरीय मुख्य समारोह में विधायक ओमप्रकाश यादव मुख्य अतिथि होंगे। कमीना में उपमंडल स्तर के कार्यक्रम में महेन्द्रगढ़ के विधायक डॉ. कंकर सिंह मुख्य अतिथि के तौर पर शिरकत करेंगे। उपमंडल महेन्द्रगढ़ में सीईओ जिला परिषद निर्मल नागर मुख्य अतिथि होंगे। नांगल चौधरी में बीजेपी जिला अध्यक्ष डॉ. यतेंद्र राव शिरकत करेंगे। इसी प्रकार खंड निजामपुर में आयोजित योग शिविर में डीएससी रणवीर सिंह मुख्य अतिथि के तौर पर उपस्थित रहकर योग साधकों का उत्साहवर्धन करेंगे। खंड अटेली में आयोजित होने वाले कार्यक्रम में एसडीएम नांगल चौधरी उदय सिंह मुख्य अतिथि होंगे।

सख्ती नप ने नागरिकों से प्रॉपर्टी टैक्स व अन्य शुल्क जल्द जमा कराने की अपील

बकाया कर नहीं चुकाने वालों पर होगी सख्त कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज | नारनौल

नगर परिषद शहर में प्रॉपर्टी टैक्स, डेवलपमेंट चार्ज, कचरा संग्रहण उपयोग शुल्क तथा अन्य देय राशियों को वसूली को लेकर आगामी दिनों में सख्ती अपनाएगी। परिषद ने बकाया राशि जमा नहीं कराने वाले संपत्ति धारकों को जल्द भुगतान करने का आह्वान करते हुए स्पष्ट किया है कि लंबे समय से बकाया रखने वालों के खिलाफ हरियाणा नगर पालिका अधिनियम-1973 के तहत नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी। नगर परिषद के अनुसार शहर के विकास कार्यों और नागरिक सुविधाओं के संचालन के लिए कर एवं शुल्क से प्राप्त राजस्व महत्वपूर्ण स्रोत है। इसी राशि से सफाई व्यवस्था, सड़क निर्माण एवं मरम्मत, स्ट्रीट लाइटों का रखरखाव, पेयजल एवं सीवरेज सेवाओं का संचालन, पार्कों की देखरेख तथा अन्य विकास कार्य संचालित किए जाते हैं।

यह कहते हैं अधिकारी

नगर परिषद को प्राप्त राजस्व का उपयोग नागरिक सुविधाओं और विकास कार्यों पर किया जाता है। सभी नागरिक समय पर अपने कर एवं शुल्क जमा करवाएं, अन्यथा नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी। — जोगेन्द्र सिंह कालीरामण, कार्यकारी अधिकारी, नगर परिषद नारनौल।



नारनौल। नगर परिषद कार्यालय।

परिषद का कहना है कि समय पर कर एवं शुल्क जमा होने से विकास कार्यों को गति मिलती है और नागरिकों को बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराई जा सकती हैं। वहीं बकाया राशि बढ़ने से विकास योजनाओं पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है तथा वित्तीय संसाधनों पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है। नगर परिषद ने

चेतावनी दी है कि जिन व्यक्तियों अथवा संपत्ति धारकों द्वारा लंबे समय से बकाया राशि जमा नहीं करवाई गई है, उनके विरुद्ध वसूली अभियान चलाया जाएगा। आवश्यकता पड़ने पर बकाया वसूली के लिए संपत्ति कुर्की, भवन सीलिंग तथा अन्य वैधानिक उपाय भी अपनाए जा सकते हैं।

सुशीला देवी ने 63 वर्ष की आयु में पास की 10वीं परीक्षा

हरिभूमि न्यूज | नारनौल

जहां अधिकांश लोग बढ़ती उम्र को अपने सपनों की राह में बाधा मान लेते हैं, वहीं गांव चामधेड़ा (देवनगर) निवासी बाबूलाल की पत्नी तथा 63 वर्षीय सुशीला देवी ने जिम्मेदारियों व घरेलू कार्यों के कारण बचपन में अपनी पढ़ाई पूरी नहीं कर सकी थीं।

विद्यालयी शिक्षा संस्थान से 10वीं की परीक्षा उत्तीर्ण कर उदाहरण प्रस्तुत किया है। सुशीला देवी गांव चामधेड़ा (देवनगर) निवासी बाबूलाल की पत्नी तथा 63 वर्षीय सुशीला देवी ने जिम्मेदारियों व घरेलू कार्यों के कारण बचपन में अपनी पढ़ाई पूरी नहीं कर सकी थीं।



SINGHANIA UNIVERSITY

BUILD YOUR FUTURE WITH EXCELLENCE

ADMISSIONS OPEN 2026-27

Learn | Innovate | Lead | Excel

MODERN LABS

PRACTICAL LEARNING

PLACEMENT PREPARATION

SPORTS & TEAM SPIRIT

UNDERGRADUATE PROGRAMS

D.C. SINGHANIA SCHOOL OF LAW

- B.A. LL.B. (Hons.)
- LL.M.

Recognised by the Bar Council of India (BCI) ✓ 100% Internship opportunities with leading law firms ✓ Most courts, legal aid clinics & advocacy training ✓ Mentored by experienced advocates and judges

OTHER UNDERGRADUATE PROGRAMS

- B.Tech. (Artificial Intelligence & Machine Learning/ Computer Science/ Cyber Security/ Artificial Intelligence & Data Science/ Mining/ Electronics & Communication)
- Bachelor of Computer Applications (BCA)
- Bachelor of Business Administration (BBA)
- B.Com./ B.Com. (Hons.)
- B.Sc./ B.Sc. (Hons.)
- (Life Sciences/ Physical Sciences/ Agriculture)
- B.A./ B.A. (Hons.) (English/ Hindi/ Sanskrit/ Sociology/ Physical Education/ Social Sciences/ Journalism & Mass Communication)

POSTGRADUATE PROGRAMS

- Master of Computer Applications (MCA)
- Master of Business Administration (MBA)
- M.Com.
- M.Sc. (Chemistry/ Physics/ Agriculture)
- MA. (English/ Hindi/ Geography/ History/ Psychology/ Yoga/ Physical Education)

POSTGRADUATE DIPLOMA PROGRAMS

- Post Graduate Diploma (Computer Science/ Sports Management/ Yoga)

DIPLOMA PROGRAMS

- Diploma in Architecture (D.Arch.)

Recognised by the Council of Architecture (COA)

- Diploma (Sports Coaching/ Yoga/ Paurahitya and Sanskrit)

FACILITIES

- MODERN LABS
- Smart Classrooms
- Digital Library
- Wi-Fi Campus
- Indoor & Outdoor Stadium
- Bus Facilities

WHY CHOOSE SINGHANIA UNIVERSITY?

- Industry-aligned Curriculum
- Experienced Faculty & Mentorship
- Modern Labs & Smart Classrooms
- Seminars, Workshops & Expert Sessions
- Career Guidance & Placement Support

SPECIAL FEES CONCESSION

85% & ABOVE → 100% FREE FEES

75% & ABOVE → 50% CONCESSION ON FEES

FREE FEES FOR NATIONAL & INTERNATIONAL PLAYERS

Encouraging sporting excellence with 100% Free Fees

EMPOWERING MINDS - INSPIRING FUTURE

ADMISSIONS OPEN 2026-27

APPLY NOW Take the first step towards a brilliant future in Physics.

www.singhaniauniversity.ac.in | 9467520744 | 94163 31230 | 7454047857 | admissions@singhaniauniversity.ac.in | Jhunjhunu, Rajasthan

योग में राष्ट्रीय स्तर पर रजत पदक जीत चुकी रीना वर्मा बोलीं, नियमित करें योग का अभ्यास

30 साल तक की योग की साधना, अब कर रही लोगों को जागरूक

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

आज 12वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस है। भारत के साथ और अन्य देश भी 21 जून को बड़े धूमधाम से योग करते हुए योग दिवस को मनाते हैं। अबकी बार बुजुर्ग जनों के स्वास्थ्य के लिए योग का थीम रखा गया है। हरिभूमि ने योग में लंबे समय से जुड़ी महिला रीना वर्मा से बातचीत की। राष्ट्रीय स्तर पर रजक पदक हासिल करने वाली इस महिला ने अपने अनुभव को साझा किया और बच्चे हो या युवा या फिर बुजुर्ग, सभी को नियमित योग करने का आह्वान किया। रीना वर्मा बताती है



नारनौल। योग करती रीना वर्मा।

योग शरीर को निरोग बनाने का माध्यम

उन्होंने बताया कि योग और प्राणायाम करने से हमारे मानसिक और शारीरिक रूप से जो भी विकार होते हैं, वह ठीक होते हैं व्यक्ति मानसिक रूप से स्वस्थ होकर अपना कार्य अच्छे से कर सकता है। अब तो योग की अलग जगाने के लिए हमारे हर जिले, हर ब्लॉक, हर खंड में योग सहायक नियुक्त किए गए हैं, जो हर गांव, गली, हर डिपार्टमेंट में किया जा रहा है जो योग को बढ़ावा देते हैं। 21 जून को पूरा संसार एक साथ एक टाइम पर एक प्रोटोकॉल कर देश को और अपने आप को मजबूत बनाने में लगा हुआ है। योग और प्राणायाम करने से बहुत सी बीमारी से छुटकारा पाया जा सकता है। आजकल भागदौड़ भरी जिंदगी में लोग अपने सेहत की तरफ कम ध्यान दे पा रहे हैं तो योग ही एक ऐसा माध्यम है जिससे हम अपने आप को बीमारी व दवाइयों से दूर रख सकते हैं। हम सब मिलकर योग दिवस को बड़े धूमधाम से मनाएं।

कि अपने जीवन में योग की यात्रा में सबसे पहले उन्होंने स्कूल शुरूआत जिला ओलंपिक क्लब से 30 साल पहले की थी। योग की

होनी वाली प्रतियोगिता में हिस्सा लिया। फिर जिला लेवल पर बेहतर प्रदर्शन करते हुए स्टेट लेवल पर जगह बनाई। इस तरह राष्ट्रीय स्तर पर अपने आप को प्रस्तुत किया और राष्ट्रीय स्तर पर रजत पदक प्राप्त किया। यह बहुत बड़ी उपलब्धि थी। साल 2002 के बाद से योग प्रशिक्षक के रूप में वह स्कूलों में योग सिखाया। जिनमें सेंट्रल स्कूल, बाल भवन, सरकारी स्कूल में सर्व शिक्षा अभियान के तहत छह माह के पैकेज किए हैं और बच्चों को योग के प्रति जागरूक किया है। वह करीब 30 वर्षों से योग कर रही है और करवा

खबर संक्षेप



सिहमा ने युवाओं ने खबील लगाकर पिलाया ठंडा पानी

मंडी अटेली। खंड सिहमा में शनिवार को पड़ रही भीषण गर्मी के बीच गांव के युवाओं ने सेवा और मानवता का उत्कृष्ट उदाहरण पेश किया। गर्मी से परेशान राहगीरों को राहत पहुंचाने के लिए युवाओं ने सिहमा कनीका सड़क मार्ग पर खबील लगाकर शीतल ठंडा जल वितरित किया। दिनभर चलने वाली इस सेवा में बड़ी संख्या में राहगीरों, वाहन चालकों और स्थानीय लोगों ने रुककर पानी पिया और युवाओं के इस प्रयास की सराहना की। गर्मी के इस मौसम में जहां लोग घरों से निकलने से बच रहे हैं वहीं गांव के युवाओं ने आगे बढ़कर समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारी निभाई। खबील स्थल पर साफ-सफाई, ठंडे पानी की व्यवस्था और लोगों को सम्मानपूर्वक पानी पिलाने का विशेष ध्यान रखा गया। भारतीय सेना में कर्माटेंट हेमंत ने कहा कि इस तरह की पहल समाज में भाईद्वेष और सेवा भावना को बढ़ावा देती है। इस सेवा कार्य में कंवर सेन, बाबूलाल दिगोदिया, पंकज पटवारी, अमित फौजी, दीपांशु फौजी और प्रवीण सहित अन्य युवाओं ने सक्रिय भागीदारी निभाई।

एसडीएम योगेश सैनी के नेतृत्व में उड़नदस्ता टीम ने की बीएलओ के कार्यों की समीक्षा एसआईआर अभियान ने पकड़ी रफ्तार कई मतदान केंद्रों का किया निरीक्षण

हरिभूमि न्यूज़ ►► महेंद्रगढ़

भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार चल रहे विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभियान ने महेंद्रगढ़ विधानसभा क्षेत्र में गति पकड़ ली है। मतदाता सूची को शुद्ध, अद्यतन और त्रुटिरहित बनाने के उद्देश्य से निर्वाचक पंजीयन अधिकारी एवं एसडीएम महेंद्रगढ़ योगेश सैनी के नेतृत्व में गठित उड़नदस्ता टीम ने क्षेत्र के सैकड़ों मतदान केंद्रों का औचक निरीक्षण कर अभियान के तहत चल रहे कार्यों की समीक्षा की।



महेंद्रगढ़। मतदाता सूचियों का निरीक्षण करते एसडीएम योगेश सैनी।

कार्यों का निरीक्षण किया तथा आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए। निरीक्षण के दौरान एसडीएम योगेश सैनी ने कहा कि निर्वाचन आयोग का यह अभियान लोकतांत्रिक प्रक्रिया को मजबूत बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। उन्होंने सभी बीएलओ एवं सुपरवाइजरों द्वारा किए जा रहे

गणना प्रपत्र लेकर घर-घर जाएं और प्रत्येक परिवार से संपर्क स्थापित कर निर्धारित समय सीमा में शत-प्रतिशत कार्य पूरा करें। उन्होंने कहा कि किसी भी पात्र मतदाता का नाम सूची से छूटना नहीं चाहिए तथा प्रत्येक प्रविष्टि का सत्यापन पूरी गंभीरता और पारदर्शिता के साथ किया जाए।

दैनिक प्रगति की समीक्षा करने के निर्देश

एसडीएम ने अधिकारियों को प्रत्येक बूथ की दैनिक प्रगति की समीक्षा करने के निर्देश भी दिए। उन्होंने कहा कि जिन परिवारों तक अभी गणना प्रपत्र नहीं पहुंचे हैं, वहां प्राथमिकता के आधार पर संपर्क किया जाए। साथ ही निर्वाचन आयोग द्वारा निर्धारित समय सीमा का पूर्ण पालन सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने आमजन से भी अपील की कि वे अपने गणना प्रपत्र सही एवं पूर्ण रूप से भरकर संबंधित बीएलओ को समय पर उपलब्ध कराएं, ताकि प्रारूप मतदाता सूची में उनका नाम और विवरण सही रूप में दर्ज किया जा सके। उन्होंने कहा कि मतदाता सूची में सही जानकारी दर्ज कराना प्रत्येक नागरिक की लोकतांत्रिक जिम्मेदारी है। उड़नदस्ता टीम ने श्यामपुरा, बांसड़ी, सोहड़ी, पथरवा, ढाणा, नंगला, ढाणी कुम्हारान, सतनाली बास, बीरसिंह वास, सूरहेती जाखल, बलाना, माधोगढ़, डालनवास, डिगरोला, राजावास, नांवां, खुडाना, बसई और रिवसा सहित अनेक गांवों का दौरा कर मतदान केंद्रों का निरीक्षण किया। इस दौरान बीएलओ द्वारा भरे जा रहे प्रपत्रों, अमिलेखों और प्रगति रजिस्टरों की भी जांच की गई।

रोजगार मेले में 42 युवाओं को मौके पर ही दिए चयन पत्र

नारनौल। केंद्र सरकार के सुशासन व गरीब कल्याण को समर्पित 12 गौरवशाली वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में जिला रोजगार कार्यालय में जिला रोजगार मेले का आयोजन किया। कार्यक्रम का शुभारंभ जिला रोजगार अधिकारी रणजीत सिंह रावत व प्रख्यात नागरिक एवं सीएम विंडो के प्रतिनिधि अमित गोयल ने किया। रोजगार मेले में 135 प्रार्थियों ने अपना पंजीकरण करवाया। जिसमें से 42 प्रार्थियों को उपरोक्त कम्पनियों की ओर से रोजगार के लिए मौके पर ही चयन पत्र दिया गया। इस आयोजन का मुख्य उद्देश्य युवाओं को रोजगार के अवसर प्रदान करना तथा रोजगारपरक शिक्षा में योजनाओं व कौशल विकास के बारे में जागरूक करना है। सीएम विंडो प्रख्यात नागरिक अमित गोयल ने इस कार्यक्रम का अवलोकन कर भाग लेने वाले सभी प्रार्थियों को रोजगार के प्रति मार्गदर्शन दिया। इसी कड़ी में रोजगार अधिकारी ने प्रार्थियों को कौशल विकास, स्व-रोजगार, व्यवसायिक मार्गदर्शन, पीएम विकसित भारत रोजगार योजना के बारे में जानकारी दी गई।

भवन निर्माण के लिए 1.51 लाख दान किए



नारनौल। गौड़ बाहमण समा के प्रधान राकेश मेहता को भवन निर्माण के लिए सेवानिवृत्त प्राचार्य एवं पूर्व प्रधान गौड़ बाहमण समा गजानंद कौशिक ने एक लाख 51 हजार रुपये का अनुदान दिया। इस अवसर पर समा प्रधान एवं वरिष्ठ अधिवक्ता राकेश मेहता ने कहा कि कोई भी भवन बन जाने के बाद व्यक्ति विशेष या जाति का न होकर समाज के काम आता है। उन्होंने गजानंद कौशिक द्वारा दिए गए अनुदान के लिए आभार प्रकट करते हुए कहा कि इस प्रकार के प्रयास से समाज के अन्य गणमान्य नागरिकों को भी प्रेरणा मिलेगी। इस मौके पर गौड़ बाहमण समा के सचिव कृष्ण शर्मा ठेकेदार, कालेजियम सदस्य अधिवक्ता केके शर्मा आदि मौजूद रहे।



महेंद्रगढ़। भीषण गर्मी के बीच राहगीरों और आमजन को राहत पहुंचाने के उद्देश्य से शनिवार को भगवान परशुराम चौक पर समाजसेवियों द्वारा सेवा शिविर लगाया गया। शिविर में राहगीरों, रिक्शा व ऑटो चालकों तथा बाजार आने-जाने वाले लोगों को शीतल मीठा पेयजल और शुद्ध देशी घी से बना हलवा वितरित किया गया। इस सेवा कार्य का नेतृत्व समाजसेवी घीसाराम सैनी ने किया। उनके साथ सेवानिवृत्त मुख्य अध्यापक दिनेश दत्त, समाजसेवी राजेश लवानिया और नरेंद्र तिवारी ने भी सक्रिय सहयोग दिया। सभी ने स्वयं अपने हाथों से लोगों को प्रसाद और पेयजल वितरित किया। आयोजकों ने बताया कि यह सेवा अभियान पिछले एक माह से लगातार चलाया जा रहा है। इसका उद्देश्य गर्मी के मौसम में राहगीरों को राहत पहुंचाना और मानव सेवा के प्रति लोगों को प्रेरित करना है। घीसाराम सैनी और दिनेश दत्त ने कहा कि प्यासे को पानी पिलाना और जरूरतमंद की सेवा करना सबसे बड़ा धर्म है। उन्होंने भविष्य में भी ऐसे सेवा कार्य जारी रखने का संकल्प दोहराया। स्थानीय नागरिकों और दुकानदारों ने समाजसेवियों के इस प्रयास की सराहना करते हुए इसे प्रेरणादायक पहल बताया।

खबर संक्षेप

गुरु रविदास महासभा की बैठक आज

नारनौल। गुरु रविदास महासभा की आवश्यक बैठक 21 जून प्रातः 10 बजे मोहल्ला दीर्घासर स्थित गुरु रविदास मंदिर में होगी। जिसकी अध्यक्षता सभा के प्रधान बाबूलाल नारनौलिया करेंगे। सभा के कोषाध्यक्ष अशोक कुमार पटीकरा ने बताया कि बैठक का मुख्य एजेंडा अप्रैल माह में किए गए आय व व्यय के ऑडिट विवरण को अनुमोदन हेतु साधियों के समुख प्रस्तुत करना है।

अटेली में निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर आज

मंडी अटेली। अध्यात्म विज्ञान सत्संग केंद्र जोधपुर की ओर से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर रविवार को सिद्धयोग अध्यात्मिक उत्थान एवं रोग मुक्ति हेतु मंडी अटेली में निःशुल्क शिविर का आयोजन किया जाएगा। शिविर सायं साढ़े छह से साढ़े सात बजे तक राधाकृष्ण मंदिर में होगा। अध्यात्म विज्ञान सत्संग केंद्र जोधपुर के साधक उमा दत्त शर्मा ने बताया कि सिद्धयोग अध्यात्मिक उत्थान एवं रोग मुक्ति हेतु योगिक क्रियाएं, जैस आसन, बंध, मुद्राएं, प्राणायाम आदि स्वतः सिद्धयोग से होंगी।

भगइना की लेखा यादव जेआरएफ में उत्तीर्ण

महेंद्रगढ़। गांव भगइना की लेखा यादव ने भारत सरकार के विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी मंत्रालय के जैव प्रौद्योगिकी विभाग द्वारा आयोजित जैव-प्रौद्योगिकी पात्रता परीक्षा (बीईटी)-2026 में ओबीसी श्रेणी से जेआरएफ (जूनियर रिसर्च फेलोशिप) हासिल कर परिवार और क्षेत्र का नाम रोशन किया है। लेखा के पिता हवलदार सुनील पटवारी ने बताया कि उन्होंने दिल्ली विश्वविद्यालय के किरोड़ीमल कॉलेज से बीएएससी ऑनर्स तथा वनस्पति विज्ञान विभाग से एमएएससी (बॉटनी) की है। लेखा के चाचा ने बताया कि इससे पहले भी लेखा वैज्ञानिक तथा औद्योगिक अनुसंधान परिषद (सीएसआईआर) द्वारा आयोजित नेट परीक्षा दो बार उत्तीर्ण कर चुकी हैं।

स्व. बिरजू सिंह तंवर को दी श्रद्धांजलि



हरिभूमि न्यूज़ ►► महेंद्रगढ़

स्वर्गीय एडवोकेट बिरजू सिंह तंवर की पुण्य स्मृति में आयोजित श्रद्धांजलि सभा में क्षेत्र के अनेक राजनीतिक प्रतिनिधियों, गणमान्य नागरिकों, अधिवक्ताओं, सामाजिक कार्यकर्ताओं ने उपस्थित होकर उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित किए। सभा को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने कहा कि स्वर्गीय बिरजू सिंह तंवर एक सरल, मिलनसार, न्यायप्रिय एवं समाजसेवी व्यक्तित्व के धनी थे। उन्होंने अपने जीवनकाल में वकालत तथा समाज सेवा के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान दिया, जिसे सदैव

याद रखा जाएगा। वक्ताओं ने उनके न्यायिक कार्यों, राजनीतिक यात्रा तथा सामाजिक कार्यों को स्मरण करते हुए कहा कि उन्होंने न्याय के क्षेत्र में अपनी अलग पहचान और सम्मानजनक मुकाम स्थापित किया। इस अवसर पर समाज एवं गांव के गणमान्य लोगों ने उनके बड़े पुत्र ललित सिंह तोमर

महेंद्रगढ़। बिरजू सिंह तंवर की श्रद्धांजलि सभा में भाग लेते लोग।

जैतपुर धाम में 5 जुलाई को होगा श्याम कुंड का उद्घाटन

मंडी अटेली। अटेली क्षेत्र से सटे हुडिया-जैतपुर स्थित बाबा दयालदास आश्रम के महामंडलेश्वर रामेश्वरदास महाराज द्वारा श्याम भक्तों के लिए जैतपुर धाम श्याम मंदिर के समीप विशाल श्याम कुंड का निर्माण कराया गया है। इस श्याम कुंड का उद्घाटन 5 जुलाई को केंद्रीय वन एवं पर्यावरण मंत्री मुरैद यादव के कर-कमलों से किया जाएगा। शनिवार को बाबा दयालदास आश्रम में आयोजित पत्रकार वार्ता में महामंडलेश्वर रामेश्वरदास महाराज ने बताया कि जैतपुर धाम में प्रतिवर्ष लगने वाले विशाल श्याम मेले में देशभर से लाखों श्रद्धालु पहुंचते हैं। श्रद्धालुओं की सुविधा और धार्मिक आस्था को ध्यान में रखते हुए खाट्टायाम की तर्ज पर श्याम कुंड का निर्माण कराया गया है, जहां भक्त स्नान कर सकेंगे। उन्होंने बताया कि 5 जुलाई को उद्घाटन समारोह के अवसर पर प्रसिद्ध भजन गायक लखवीर सिंह लखवा की भजन संध्या का आयोजन होगा तथा विशाल भंडारा भी लगाया जाएगा।

पौधरोपण सामाजिक कार्यकर्ता रिचा के नेतृत्व में पर्यावरण संरक्षण कार्यक्रम से जुड़ी महिलाएं

कार्यक्रम का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्र में पर्यावरण संतुलन को सुदृढ़ करना

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल



नारनौल। गांव दौंगड़ा अहीर में पौरोपण करते हुए।

ग्रामीण क्षेत्र में हरियाली को बढ़ावा देना, पर्यावरण संतुलन को सुदृढ़

करना व लोगों को प्रकृति संरक्षण के प्रति जागरूक करना है। विश्व

अवैध पार्किंग बनी जानलेवा हादसे में पिता-पुत्र घायल



मंडी अटेली। नारनौल-रेवाड़ी मार्ग पर अवैध पार्किंग और अतिक्रमण अब लोगों की जान के लिए खतरा बनते जा रहे हैं। अटेली स्थित बर्फ फैक्ट्री के समीप हुई एक सड़क दुर्घटना ने यातायात व्यवस्था की पोल खोलकर रख दी। यहां गलत दिशा में खड़े वाहनों के चलते एक रिक्वा और अटिंग कार की आपस में टक्कर हो गई। इस हादसे की चोट में एक मोटरसाइकिल सवार पिता-पुत्र आ गये, जो गंभीर रूप से घायल हो गए। दोनों को प्राथमिक उपचार के बाद हायर सेंटर रेफर किया गया है। इसी मार्ग पर बाईपास के पास एक अन्य हादसा भी सामने आया जहां गलत दिशा से आ रही एक कंपनी बस को ट्रक ने टक्कर मार दी। हादसे में बस में सवार



बेटे दक्ष राव के जन्मदिन पर किया पौधरोपण



माना जाता है। यह लंबे समय तक जीवित रहता है तथा दिन-रात ऑक्सीजन प्रदान करने की अपनी विशेषता के कारण पर्यावरण संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इसके अलावा यह पक्षियों के लिए सुरक्षित आश्रय, छाया और भोजन का भी प्रमुख स्रोत बनता है।

दौंगड़ा अहीर में महिलाओं ने मन में हरित भविष्य का संकल्प लेकर किया पौधरोपण

ये रहे मौजूद

इस अभियान में भावना जांगड़ा, यशवती, मोनु, पूजन, आरती, पिकी, निर्मला, प्रीति, कविता, मुनेश, सुमन, सरिता, प्रिया, मंजु, दीपा व ममता सहित अनेक महिलाओं की महत्वपूर्ण भागीदारी है।

पर्यावरण दिवस से लगातार चल रही इस मुहिम के माध्यम से अब तक अनेक लोगों को पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रेरित किया जा चुका है। पर्यावरण संरक्षण की आवश्यकता तथा हरित जीवनशैली अपनाने के लाभों की जानकारी दी जा रही है। रिचा ने कहा कि बढ़ते प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन की चुनौतियों से

CBSE गाइड, हरियाणा गाइड पढ़ें



10th & 12th topics ओपन सेवास करें।

O.B. GROUP OF INSTITUTIONS

पोस्ट ग्रेजुएट शिक्षकों के लिए सुनहरा मौका, विज्ञान व गणित में विशेषज्ञता हासिल करने के लिए आवेदन शुरू

सरकारी स्कूलों में विज्ञान विशेषज्ञ के 22 और गणित विशेषज्ञ के 21 पद भरे जाएंगे

हरिभूमि न्यूज़ ►► नारनौल

हरियाणा के सरकारी स्कूलों में कार्यरत पोस्ट ग्रेजुएट टीचर्स के लिए शिक्षा विभाग ने आगे बढ़ने का एक बेहतरीन अवसर प्रदान किया है। माध्यमिक शिक्षा निदेशालय हरियाणा की ओर से जारी एक आधिकारिक नोटिस के अनुसार राज्य के सरकारी स्कूलों में नियमित आधार पर कार्यरत पोस्ट ग्रेजुएट शिक्षकों से जिला विज्ञान विशेषज्ञ और जिला गणित विशेषज्ञ के पदों पर तैनाती के लिए सीधे आवेदन आमंत्रित

किए गए हैं। विभाग इस प्रक्रिया के माध्यम से पूरे राज्य में जिला विज्ञान विशेषज्ञ के 22 और जिला गणित विशेषज्ञ के 21 पदों को भरने जा रहा है, हालांकि प्रशासनिक आवश्यकताओं के अनुसार इन पदों की संख्या में बदलाव भी संभव है। इस महत्वपूर्ण विशेषज्ञ पद पर आवेदन करने के लिए केवल वही पीजीटी शिक्षक पात्र होंगे, जो नियमित आधार पर फिजिक्स, केमिस्ट्री, बायोलॉजी या मैथमेटिक्स विषय पढ़ा रहे हैं और जिनके पास अपने संबंधित विषय में कम से कम पांच साल का

शुरुआत में तीन साल तक होंगे तैनात

चयनित होने वाले शिक्षकों को शुरुआत में तीन साल की अवधि के लिए तैनात किया जाएगा। जिसे उनके बेहترین प्रदर्शन और विभाग की संतुष्टि के आधार पर आगे एक और साल के लिए बढ़ाया जा सकता है। योग्य उम्मीदवारों का चयन पूरी तरह पारदर्शी तरीके से तैयार होने वाली मेरिट सूची के आधार पर होगा। जिसके लिए एक लिखित परीक्षा और इंटरव्यू का आयोजन किया जा रहा है।

► पीजीटी शिक्षक वही पात्र होंगे जो फिजिक्स, केमिस्ट्री, बायोलॉजी या मैथमेटिक्स विषय पढ़ा रहे, पांच साल का अनुभव जरूरी

40 अंकों का होगा रीजनिंग टेस्ट

इस भर्ती के लिए होने वाला रीजनिंग टेस्ट कुल 40 अंकों का होगा, जिसके लिए अभ्यर्थियों को 60 मिनट का समय मिलेगा। इस परीक्षा के पहले भाग में 20 अंकों के विषय-विशिष्ट ऑब्जेक्टिव प्रश्न होंगे, जबकि दूसरे भाग में 10 अंकों के विश्लेषणात्मक तर्कशक्ति (ग्राफिकल प्रश्न, सिलोगिज्म आदि) और तीसरे भाग में 10 अंकों के सामान्य जागरूकता व वर्तमान शिक्षा नीतियों से जुड़े प्रश्न पूछे जाएंगे। लिखित परीक्षा में सफल रहने वाले अभ्यर्थियों का मुख्यालय स्तर पर गठित

समिति द्वारा 10 अंकों का विषय-विशेष इंटरव्यू लिया जाएगा। इच्छुक और योग्य शिक्षकों को इसके लिए ऑनलाइन माध्यम से आवेदन करना होगा। विभाग ने आवेदन की अंतिम तिथि 19 जून की रात 11:59 बजे तक बचे तक निर्धारित की है। सभी पात्र शिक्षक अपने विभागीय एमआईएस लॉगिन के माध्यम से इस लिंक पर जाकर सीधे अपनी अर्जी जमा कर सकते हैं। शिक्षा क्षेत्र में प्रशासनिक और विशेषज्ञ स्तर पर अपनी सेवाएं देने के इच्छुक शिक्षकों के लिए यह एक शानदार अवसर है।

खरकड़ा बास में बिजली मीटर लगाने को लेकर उपजा विवाद महिला ने बिजली मीटर को उखाड़कर फेंका खंभे से नीचे गिराने पर कर्मचारी घायल



कनीना । लगाए गए बिजली मीटर को उखाड़ कर फेंकती महिला ।

हरिभूमि न्यूज़ ►► कनीना

कनीना सब डिवीजन के अंतर्गत आने वाले गांव खरकड़ा बास में उपभोक्ता सुंदरलाल के घर पर नया घरेलू बिजली मीटर लगाने को लेकर विवाद उत्पन्न हो गया। पारिवारिक अड़चनों के बीच हुए इस एक पक्षीय हंगामे में एक बिजली कर्मचारी अजीत घायल हा गया। जिसे उप नागरिक अस्पताल में दक्षिण कराया गया है।

विवाद की गंभीरता और मौके पर भारपीट की संभावना को देखते हुए दक्षिण हरियाणा बिजली

- भारी पुलिस बल की मौजूदगी में भी नहीं हो सका कनेक्शन
- बिजली निगम के एसडीओ की शिकायत पर आरोपितों के खिलाफ होगी कार्रवाई
- गांव में दोबारा कनेक्शन करने पुलिसबल के साथ जाएगा टीम



कनीना । मौके पर उपस्थित पुलिस बल तथा एसडीओ की ओर से पुलिस फोर्स की मांग को लेकर एसपी को भेजे गए पत्र की प्रति ।

पुलिस की मौजूदगी में हुई कार्रवाई

शनिवार को पुलिस प्रशासन की मुस्तेदी व पर्याप्त पुलिस फोर्स के साथ बिजली कर्मचारी उपभोक्ता के घर पहुंचे। सुरेंद्र सिंह, ललिता देवी, मनोषा, रविंद्र ने पुलिस की पुलिस की मौजूदगी में बिजली निगम कर्मचारियों से अमर्द व्यवहार करते हुए सरकारी कार्य में बाधा डाली। एसडीओ ने कड़ा रुख अपनाया तो माफ़ी भी मांगी, लेकिन महिला ललिता ने मीटर उखाड़ कर फेंक दिया। इस दौरान खंभे से गिरे कर्मचारी को उठाकर अस्पताल में दाखिल कराया गया। अंततः बिना बिजली कनेक्शन किए टीम बैरंग लौट गई। बिजली निगम के एसडीओ की शिकायत पर पुलिस अब सरकारी काम में बाधा डालने वालों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई कर रही है। टीम शीघ्र ही बिजली कनेक्शन करने के लिए प्रस्थान करेगी।

विवाद से बचने के लिए एसडीओ ने की थी सुरक्षा की मांग

आवेदक सुंदरलाल पुत्र बनवारी लाल की ओर से नए घरेलू बिजली कनेक्शन के लिए आवेदन किया था। आवेदन मिलने पर पांच पहली बार बिजली निगम के लाइन्मैन व कर्मचारी मीटर लगाने मौके पर पहुंचे, तो आवेदक के भाई सुरेंद्र, उसकी पत्नी ललिता देवी व एक अन्य व्यक्ति अशोक कुमार ने कर्मचारियों का रास्ता रोका तथा काम में बाधा डाली। जिसके चलते कर्मचारी वापस लौट गए। दोबारा बिजली कनेक्शन करते समय किसी भी विवाद से बचने के लिए एसडीओ की ओर से पुलिस अधीक्षक से सुरक्षा की मांग की थी। सरकारी कार्य में बाधा डालने को लेकर निगम के एसडीओ उमेश वर्मा ने कनेक्शन चालू करने हेतु महिला पुलिसकर्मियों सहित कुल 15 पुलिस जवानों की सुरक्षा मांगी थी।

ट्रांसफार्मर से क्वाइल गायब, बिजली आपूर्ति ठप

कनीना थाना क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले गांव भड़फ में अज्ञात चोरों ने एक ट्रांसफार्मर से क्वाइल चोरी कर ली। 18 जून को रात के समय घटित इस घटना का अगले दिन मालूम हुआ। किसान बिजेन्द्र कुमार निवासी वार्ड नंबर पांच ने कनीना सिटी पुलिस स्टेशन में शिकायत लेकर अज्ञात चोरों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की है। उन्होंने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 11 केवी नारायण एपी फांडर पर लगे 25 केवीए ट्रांसफार्मर से चोरों ने एचटी व एलटी क्वाइल चोरी कर ली। इस चोरी के कारण उनके दयुबवेल की बिजली आपूर्ति पूरी तरह से ठप हो गई है। चोरी की गई इस संपत्ति का कुल मूल्य लगभग 10 हजार रुपये आंका गया है। पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

सब्जियों पर 30 व फलों पर 40 हजार प्रति एकड़ का मिलेगा सुरक्षा कवच

नारनौल। केंद्र सरकार के सुशासन व गरीब कल्याण को समर्पित 12 गौरवशाली वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में जारी देशव्यापी चेतना अभियान के तहत शनिवार को जिला के ग्रामीण क्षेत्रों में बागवानी विभाग की ओर से जागरूकता गतिविधियों का सिलसिला जारी रहा। विभाग के अधिकारियों ने किसानों की आधुनिक व सुरक्षित कृषि पद्धतियों से जुड़ने का आह्वान किया। इस विशेष मुहिम के तहत शनिवार को नाल चौधरी खंड के आसरावास व अकोली, सतनाली के पथरवा, अटेली के खोड़, निजामपुर के मोखुता व नारेडी, सिहमा के सागरपुर और कनीना खंड के मोड़ी गांव में चौपालों पर किसान गोष्ठियों का आयोजन किया गया। इन बैठकों में पहुंचे किसानों को पारंपरिक फसलों के बजाय फल, फूल और सब्जियों की खेती अपनाने के लिए प्रेरित किया गया। आज के इस कार्यक्रम में विभागीय अधिकारियों ने मुख्य रूप से मुख्यमंत्री बागवानी बीमा योजना की बारीकियों और इसके महत्वपूर्ण आंकड़ों से किसानों को अवगत कराया।

जीनियस एकेडमी के कई विद्यार्थियों ने दिल्ली पुलिस परीक्षा में पाई सफलता

हरिभूमि न्यूज़ ►► महेंद्रगढ़

हाल ही में घोषित दिल्ली पुलिस कांस्टेबल लिखित परीक्षा में जीनियस एकेडमी के 30 से ज्यादा विद्यार्थियों ने सफलता प्राप्त की। इस अवसर पर सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों ने एक दूसरे को मिठाई खिलाकर अपनी खुशी का इजहार किया। एकेडमी के डायरेक्टर अमित यादव ने भी उत्तीर्ण विद्यार्थियों को उनकी सफलता पर बधाई देते उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उन्होंने अपने व्यक्तित्व में कहा कि यह परीक्षा राष्ट्रीय स्तर आयोजित की गई थी। सभी विद्यार्थियों ने कठोर मेहनत करते हुए यह परीक्षा उत्तीर्ण की



है। एकेडमी चेयरपर्सन सोनिका यादव ने भी सभी उत्तीर्ण विद्यार्थियों को बधाई दी। इस अवसर पर दिलेर सिंह, देवेन्द्र, सतीश, दीपक, सोमवीर, प्रवीन, सोनु, ओमबीर, राधिका, सुरेन्द्र, पूनम, रामरती सहित अन्य उपस्थित थे।

कृषि विज्ञान केंद्र में पीएम किसान सम्मान निधि कार्यक्रम का किया सीधा प्रसारण

हरिभूमि न्यूज़ ►► महेंद्रगढ़

कृषि विज्ञान केंद्र, महेन्द्रगढ़ में प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना के तहत आयोजित कार्यक्रम का सीधा प्रसारण किसानों को दिखाया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में महेन्द्रगढ़ विधायक कंवर सिंह यादव उपस्थित रहे, जबकि कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उप कृषि निदेशक डॉ. देवेन्द्र सिंह विशिष्ट अतिथि के रूप में



महेंद्रगढ़। कार्यक्रम को संबोधित करते विधायक कंवर सिंह यादव ।

मौजूद रहे। बड़ी संख्या में किसानों ने कार्यक्रम में भाग लेकर प्रधानमंत्री का संबोधन सुना। इस दौरान प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना की

23वीं किस्त किसानों के खातों में जारी की गई। कृषि विज्ञान केंद्र के संयोजक डॉ. सत्यजीत ने योजना की जानकारी देते हुए बताया कि पीएम

शहीद जयपाल यादव की प्रतिमा का अनावरण

हरिभूमि न्यूज़ ►► महेंद्रगढ़

उपमंडल के गांव बुचौली में शहीद जयपाल यादव की प्रतिमा का अनावरण समारोह श्रद्धा और सम्मान के साथ आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में महंत बालकनाथ और महेंद्रगढ़ के विधायक कंवर सिंह यादव ने शिरकत की। इस अवसर पर महंत बालकनाथ ने शहीद जयपाल यादव की धर्मपत्नी शरण देवी को सम्मानित किया। शहीद जयपाल यादव का जन्म वर्ष 1954 में गांव बुचौली में हुआ था। वर्ष 1974 में वे भारतीय सेना में भर्ती हुए और देश सेवा के दौरान, सैन्य अभियान में वीरगति को प्राप्त हुए। इस अवसर पर सांसद धर्मवीर सिंह, भाजपा जिला अध्यक्ष यतेंद्र राव,



पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह, चेयरमैन अशोक बुचौली, पूर्व सैनिक लीग के प्रधान रामस्वरूप यादव, सरपंच अलका यादव सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नीरपुर के विद्यार्थियों के लिए खुशखबरी

जेएस यादव मेमोरियल ट्रस्ट ने 10 विद्यार्थियों को लिया गोद

प्रेरणा दिवस पर ट्रस्ट प्रतिभावान छात्रों को प्रदान करता है छात्रवृत्ति

ट्रस्ट पिछले 13 वर्ष से प्रेरणा दिवस पर इस विद्यालय के 10-12वीं कक्षा में पढ़ाई के साथ साथ खेल आदि अन्य क्षेत्रों में अत्कल स्थान प्राप्त करने वाले प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को जेएस यादव छात्रवृत्ति प्रदान करता है। ट्रस्ट ऐसी ही छात्रवृत्ति व पुरस्कार कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के प्राणीशास्त्र विभाग के एमएससी-I व II के प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले व कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय स्थित सरकारी प्राथमिक पाठशाला के जरूरतमंद तथा अत्कल स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति व अन्य सहायता प्रदान करता है। इसके अतिरिक्त ट्रस्ट कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के विज्ञान संकाय के शोधार्थियों को जेएस यादव युवा साइंटिस्ट अवार्ड भी देता है।

विद्यार्थियों को फीस, ड्रेस व पुस्तकों आदि का सारा खर्च ट्रस्ट वहन करेगा। ट्रस्ट इन विद्यार्थियों की स्कूल कक्षा के बाद उच्चतर शिक्षा प्राप्त करने में भी सहयोग करेगा। इसी कड़ी में शनिवार को राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय नीरपुर में आयोजित कार्यक्रम के

दौरान चयनित विद्यार्थियों को पाठ्य पुस्तकें, स्टेशनरी सामग्री एवं विद्यालयी ड्रेस वितरित की गई। कार्यक्रम में पूर्व प्राचार्य मदन यादव मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि शिक्षा ही समाज और राष्ट्र निर्माण का सबसे सशक्त माध्यम

है। आर्थिक रूप से कमजोर विद्यार्थियों को सहयोग देकर ट्रस्ट ने सामाजिक उत्तरदायित्व का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया है। उन्होंने कहा कि ऐसे प्रयास न केवल विद्यार्थियों को शिक्षा प्राप्त करने के लिए प्रेरित करते हैं, बल्कि उनमें आत्मविश्वास और आगे बढ़ने की

बिधा। विद्यालय प्रशासन, अभिभावकों व विद्यार्थियों ने ट्रस्ट और लगन के साथ अध्ययन कर अपने परिवार, विद्यालय तथा क्षेत्र का नाम रोशन करने का आह्वान



नारनौल। विद्यार्थियों को स्टेशनरी वितरित करते हुए ।

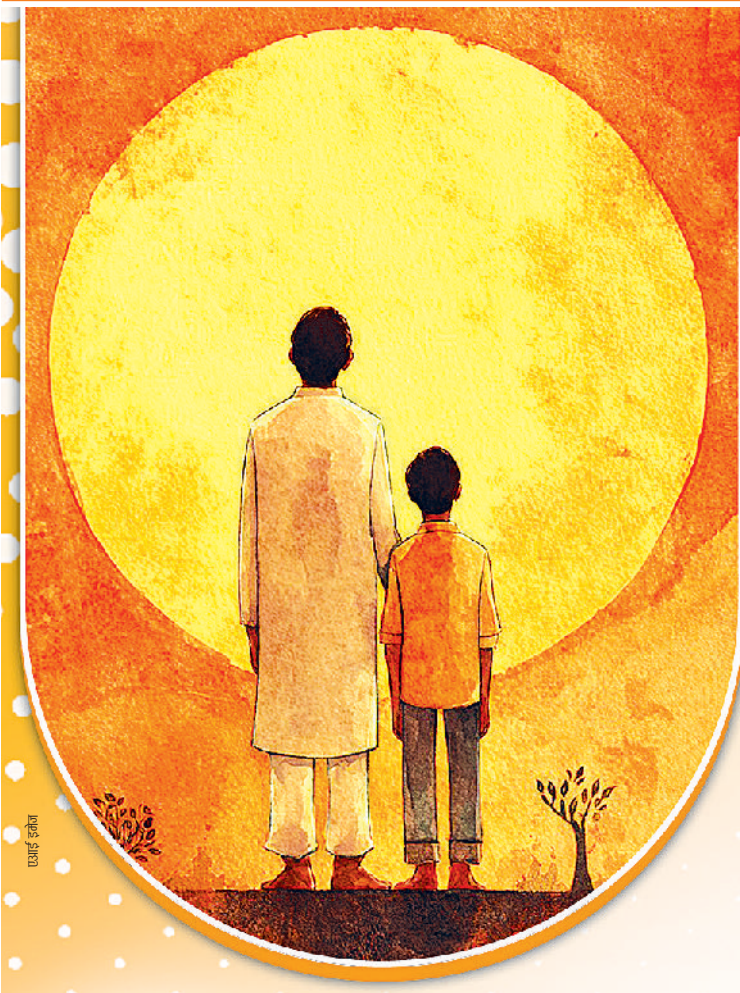
हरिभूमि आवश्यक सूचना

जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-

महेन्द्रगढ़ :- हरिभूमि कार्यालय, हुस्ना पार्क के सामने, डाक्टर भगत डैटल अस्पताल वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, महेंद्रगढ़।

नारनौल :- सत्य प्लाजा, प्रथम तल, तटणा कलर लेब वाली गली, नजदीक बस स्टैंड, नारनौल

फोन : 8295738500, 9253681005



आवरण कथा

मैं उसी तरह का इंसान हूँ, जैसे पिताजी थे

वरुण बडोला, अभिनेता-लेखक

मेरे पिता विश्वमोहन बडोला जाने-माने रंगकर्मी और पत्रकार थे। पढ़ने-लिखने के बहुत शौकीन। बचपन में मेरे सामने भी दो विकल्प थे कि मैं भी उनकी तरह पत्रकार बन जाऊँ या कलाकार। मैंने अभिनय को चुना। लिखने का शौक भी मेरे अंदर पिताजी से ही आया। चूँकि मैं एक कलाकार के घर में पल रहा था तो उस वातावरण में मैं बहुत सारी थिएटर, अभिनय और स्टेज से जुड़ी शुरुआती बेसिक स्किल्स, जो लोग बाहर जाकर कोर्स करके सीखते हैं, जैसे- कैसे बोलना है, चलना है, भाषा, उच्चारण आदि, यह सब मैंने पिताजी से घर पर ही सीखी। उन्हें थिएटर और रैंडियो में काम करते हुए देखकर, सुनकर



मुझे कहते थे कि मुझे ऐसा लग रहा है कि आने वाले दिनों में परिस्थितियाँ ऐसे बदलेंगी और इस तरीके की एक तस्वीर सामने आएगी। इसके अलावा कोई काम करना चाहिए या नहीं करना चाहिए। या एक ही जगह पर रुक जाना चाहिए? इस तरह की बहुत-सी बातों पर वे अपनी राय रखते थे। आज पापा को गए छह साल हो चुके हैं। मेरा और पापा का रिश्ता बहुत कुछ अनकहे पर आधारित था। हमारी एक-दूसरे को लेकर जो सोच और भावनाएँ थीं, वह हम दोनों ने शब्दों में बहुत ज्यादा कभी व्यक्त नहीं की, लेकिन मैं यह मानता हूँ कि भावनाओं का आदान-प्रदान बिना कुछ कहे भी हो सकता है। मैं उसी तरह का इंसान हूँ, जिस तरह के थे थे। समय के साथ रिश्ते आगे बढ़ते हैं लेकिन ऐसा कभी नहीं हुआ कि हम दोस्त हो गए। मैं चाहता भी नहीं था कि मेरे पिताजी मेरे दोस्त बनें। मैं अपने पिताजी को पिता के रूप में ही देखना चाहता था। *

पिता दिवस विशेष

आम लोग हों या सेलिब्रिटी, हर किसी के जीवन में पिता बहुत मायने रखते हैं। भले ही वे संतान से जुड़ी अपनी भावनाओं को व्यक्त ना करते हों, लेकिन उसके जीवन को संवारने के साथ उसे हमेशा सुरक्षा और संबल देते हैं। अलग-अलग क्षेत्र से जुड़ी कुछ नामचीन हस्तियां यहां बता रही हैं कि अपने पिता से उनकी कैसी बॉन्डिंग रही है, उन्होंने किस-किस तरह से उनका हौसला बढ़ाया, उनके जीवन को संवारा।

उदात्त-अद्वितीय पिता का साया

मेरी सफलता का सारा श्रेय पिताजी को जाता है

अनूप जलोटा, गायक



मेरे पिता श्री पुरुषोत्तम दास जलोटा ने मुझे पढ़ाने-लिखाने पर जितना ध्यान दिया, उतना ही गुरु के रूप में संगीत सिखाने के लिए भी हर संभव प्रयास किया। इस तरह वे मेरे पिता व गुरु दोनों थे। मेरे लिए वे ईश्वरतुल्य हैं, मुझे उनकी बहुत कृपा प्राप्त हुई। मेरी सफलता का सारा श्रेय पिताजी को जाता है। संगीत के क्षेत्र में करियर कैसे बनाना है, आगे कैसे बढ़ना है, सब उन्होंने का मार्गदर्शन रहा। उन्होंने जो कहा, मैंने वैसा किया। उन्होंने मुझे जीवन की एक ऐसी सीख दी, जिसमें मैं आज भी याद रखता हूँ। उन्होंने कहा था, 'बेटा सबसे प्रेम से मिला करो। चाहे कितना भी सफल हो जाना, घमंड कभी मत करना। ये नेम-फेम क्षणिक होता है। इसलिए अगर लोगों से प्रेम से मिलोगे, उनसे मधुर संबंध बनाओगे तो यह जीवन भर बहुत काम आएगा।' बतौर संगीत गुरु मेरे पिताजी बहुत सख्त और अनुशासनप्रिय थे। मुझे याद है, मैं जब सात-आठ साल का था, तब वे अकसर मुझे एक तानपुरा देकर कमरे में बंद कर देते और कहते थे कि अब दो घंटे बस एक ही सुर लगाओ। उस समय मुझे यह बहुत मुश्किल लगता था, लेकिन उस समय मैंने जो सुर लगाने का अभ्यास किया, वो आज तक बरकरार है। एक बार मुझे एक प्रोग्राम में गाने के लिए बुलाया गया, लेकिन अयोजकों के पास तबला, हारमोनियम वादक नहीं थे। मैंने सोचा कि मैं बिना संगत के कैसे गाऊंगा? मैंने पिताजी को सारी बात बताई। इस पर पिताजी बोले, 'तुम आज से हारमोनियम बजाना सीखो।' मैंने वैसा ही किया। उस समय मैं आठ वर्ष का था। तब से आज तक गाते समय मैंने कभी किसी हारमोनियम वादक को संगत के लिए नहीं बुलाया। मैं गाते वक्त खुद हारमोनियम बजाता हूँ। कहने का मतलब है कि उनकी हर सीख ने बतौर गायक मुझे संवारा। उनकी हर सीख मेरे साथ हमेशा रहती है। *



जीवन के हर पड़ाव पर पापा हमेशा मेरे साथ खड़े रहे हैं

स्नेहा चक्रधर, भरतनाट्यम नृत्यांगना



मैं बहुत भाग्यशाली हूँ कि एक ऐसे माहौल में पैदा हुई, जहां साहित्य व संगीत दोनों लगातार मौजूद रहे। ऐसा माहौल आम घरों में आसानी से नहीं मिलता, लेकिन मुझे विलासत में मिला। इसी माहौल ने मेरे व्यक्तित्व का निर्माण किया। बचपन से मैं देखती थी कि मेरे पापा, श्री अशोक चक्रधर जो भी काम करते हैं, बेहद परफेक्शनिज्म के साथ करते हैं। कोई कमी न रह जाए, इसलिए पूरा तन-मन-धन लगा देते हैं। बचपन की एक घटना मुझे याद है कि एक बार मैंने अपनी किसी सहेली से बोला, 'अगर मेरे पापा मोची होते तो दुनिया का सबसे सुंदर जूता बनाते।' मतलब, मैं बचपन से जानती थी कि पापा के काम में कमी निकालना बहुत मुश्किल काम है। मैंने समाजशास्त्र और नृत्य दो विषयों को चुना और इन दोनों को एक साथ देखने, समझने की प्रेरणा मुझे पापा से ही मिली। पापा का व्यक्तित्व बहुआयामी रहा है, चाहे फिल्म निर्माण हो, लेखन, कविता, नाटक, साहित्यिक आलोचना, कला, शिक्षण या प्रशासन हर क्षेत्र में उन्होंने अपनी विशिष्ट पहचान बनाई। उनके इसी बहुआयामी दृष्टिकोण से मैंने सीखा कि अलग-अलग रुचियों और ज्ञान क्षेत्रों को जोड़कर ही एक समृद्ध और सार्थक जीवन जिया जा सकता है। जीवन के हर पड़ाव पर पापा हमेशा मेरे साथ खड़े रहे हैं। हर चुनौती या मुश्किल समय में उन्होंने मेरा साथ दिया। उनकी बेटी होने के मुझे बहुत फायदे मिले हैं। चाहे दिल्ली के प्रतिष्ठित सांस्कृतिक और बौद्धिक परिवेश हों या छोटे-छोटे गांव, जहां भी मैं कार्यशालाओं के लिए गई। जब लोगों को पता चलता था कि मैं काका हाथरसी की नातिन और अशोक चक्रधर की बेटी हूँ तो जो अपनापन, प्यार, स्वागत, सत्कार मेरा होता रहा है कि उसे शब्दों में व्यक्त करना मुश्किल है। अब मैं अमेरिका में बस गई हूँ लेकिन आज भी जब पापा कुछ नया लिखते हैं तो मम्मी के बाद मैं उनकी दूसरी पाठक/श्रोता होती हूँ। मैं उनसे रोज बात करती हूँ और चाहती हूँ कि वे हमेशा स्वस्थ रहें और लिखते रहें। *



प्रस्तुति: रेणु खंतवाल

कहानी / प्रभा पारीक

सुरक्षा कवच

माथुर साहब के घर का वह कमरा सबसे महत्वपूर्ण था। उनके दादाजी के द्वारा बनवाया गया यह घर आज के जमाने को देखते हुए काफी बड़ा और हवादार था। उसमें भी आंगन वाले इस कमरे की बात अलग ही थी। पूरे दिन सारा कमरा माथुर साहब के पिताजी द्वारा पूजा में चढ़ाए फूलों व अगरबत्ती की खुशबू से सराबोर रहता। इस कमरे की सफाई घर में सबसे पहले होनी चाहिए, यह नियम वर्षों से था। कुछ फालतू सामान कमरे में रखा हो तो माथुर साहब स्वयं बाहर रख आते। प्रतिवर्ष पिताजी की कुर्सी-पलंग, दरवाजे-खिड़कियों पर पॉलिश होती। इसीलिए पूरा कमरा चमकता दिखता।

पेशे से वकील माथुर साहब ने पिताजी के इसी कमरे को अपना ऑफिस बना रखा था। ऑफिस के समय के दौरान घर का कोई भी सदस्य कमरे के अंदर नहीं आता। बच्चे भी दादाजी के पास शाम के बाद ही आते। दिन भर वकील साहब के पास लोगों का आना-जाना लगा रहता। पिताजी को भी इसकी आदत हो गई थी। शुरू-शुरू में एक-दो बार दबी जुबान से बेटे को कमरा बदल लेने की सलाह दी भी थी, पर माथुर साहब ने साफ इनकार कर दिया। फिर पिताजी ने भी इस विषय पर मौन धारण कर लिया था। काफी बड़ा हॉल नुमा कमरा था। माथुर साहब के पिताजी कमरे के एक कोने में बैठ कर किताब या अखबार पढ़ते कभी धीमी आवाज में रेडियो सुनते। कमरे में मौजूद छोटे से मंदिर के पास रैक में रखी धार्मिक पुस्तकें कमरे का अहम हिस्सा थीं। माथुर साहब की ओर से पिताजी के लिए कोई रोक-टोक नहीं थी। वह अपने हिस्सा से पूजा-पाठ या मंत्रोच्चारण करते रहते। जब उनके लिए चाय आती तब पिताजी को भी देते। पिताजी की खाने-पीने की सीमित आदतों के कारण उन्हें कोई शारीरिक तकलीफ तो नहीं थी, पर उम्र तो थी ही। माथुर साहब के पास वकालत के काम से आने-जाने वाले लोगों को पिताजी भी पहचानते थे, दुआ-सलाम के लिए वो भी अकसर उनके पास आ बैठते।

कुल मिलाकर पिताजी की उपस्थिति से माथुर साहब को कोई तकलीफ नहीं होती। पिता को क्या तकलीफ है इसकी उनको

पेशे से वकील माथुर साहब के घर में बने ऑफिस वाले कमरे में उनके वृद्ध पिताजी भी बैठे रहते। पिताजी को लगता कि उनकी वजह से बेटे को असुविधा होती होगी। लेकिन एक बार जब उन्होंने अपने पुत्र को पौत्र से उस कमरे और अपने बारे में बात करते सुना तो वे भावविभोर हो गए।

पिता-पुत्र के संबंध पर आधारित मार्मिक कहानी।



परवाह नहीं थी, ऐसा पिताजी का मानना था। उन्होंने अकसर ऐसा महसूस भी किया था पर पिताजी को इतना संतोष था कि इस बहाने से बेटा पूरे दिन उनकी आंखों के सामने रहता है। उन्हें भी अलग-अलग तरह के लोगों को नजर पर देखते रहने का अवसर मिलता। वर्षों यही सिलसिला चलता रहा। माथुर साहब का बेटा भी अब पढ़-लिखकर वकालत के लिए तैयार हो गया। उनके साथ ही काम करने लगा था। बेटे को भी यह कमरा पसंद था, क्योंकि इस कमरे में सारी सुविधाएं थीं। पर उस कमरे में दादाजी की उपस्थिति पोते को नहीं भाती थी। एक दिन उसने माथुर साहब से कहा, 'दादाजी का कमरा बदल दें या हम अपना ऑफिस किसी दूसरी जगह पर शिफ्ट कर लेते हैं।' वर्षों से माथुर साहब की पत्नी भी यही चाहती थीं, क्योंकि पिताजी की उपस्थिति के कारण वह कभी पति के पास जाकर बैठ नहीं पाती थीं। लेकिन लंबी बहस के बाद भी जब माथुर साहब इस बात के लिए तैयार नहीं हुए तो बेटा दो दिन रूठा

रहा। माथुर साहब ने समस्या की गंभीरता को समझते हुए बेटे को दूसरी जगह, जहां वह चाहे, ऑफिस लेने की अनुमति दे दी, और बहाने में आशीर्वाद भी। बेटे से माथुर साहब उसने अनुभव न होने के कारण ऐसे स्वीकार कर लिए, जिसमें अपयश की संभावनाएं अधिक थीं पर उसे तो मोटी फीस नजर आ रही थी। माथुर साहब ने भी सोचा परिपक्वता के लिए ठोकर और असफलता भी जरूरी है। इसी सोच के कारण उन्होंने बेटे के काम में दखल नहीं दिया। अब तो उसके पास इसी तरह के ही केस आने लगे और मुंह मांगी रकम के ऑफर भी। पर अनुभवहीन पुत्र तो पहले वाले केस को ही अभी पूरा नहीं कर पाया था। मुक्किल का सामना करना भी आसान न था। नतीजा

हुआ कि वह बहुत तनावग्रस्त रहने लगा। अपने सारे तनाव व चिंता लेकर वह एक दिन माथुर साहब के पास आकर बैठा। उस दिन किसी मुक्किल के न होने के कारण पिता-पुत्र कमरे में अकेले थे। पुत्र ने उस दिन अपने मन का सारा तनाव पिता को कह सुनाया। कोने में बैठे उसके दादाजी भी सारी बातें सुन रहे थे। सारी बात सुनकर माथुर साहब ने अपने पुत्र से कहा, 'मेरी सफलता, मान-सम्मान के पीछे अगर किसी की सबसे बड़ी भूमिका है तो यह कमरा और इसमें बैठे रहने वाले तुम्हारे दादाजी हैं। जब मैंने काम शुरू किया तभी से यह कमरा मुझे सुरक्षा देता आया है। तुम्हारे दादाजी ने अनेक बार कहा कि मैं दूसरे कमरे में बैठकर आराम से काम करूँ। पर उन्हें नहीं पता कि वे मेरे लिए कितने बड़े सुरक्षा कवच रहे हैं। शुरुआत से अपने पिता की नजरों के सामने रहा, इसीलिए किसी के लिए अपशब्द बोलना मेरी आदत में नहीं आया। पिताजी की उपस्थिति के कारण समय की मर्यादा का पालन करना मेरी आदत बन गई। इसी कमरे के कारण आने-जाने वालों ने भी मर्यादा का सदा पालन किया। तुम्हें आश्चर्य होगा कि मुझे आज तक किसी प्रकार के गलत तरह के पैसों का कोई प्रलोभन नहीं दिया गया, क्योंकि पिताजी की उपस्थिति में स्वीकारना तो दूर की बात थी, किसी को मुझसे अनैतिक कुछ कहने की हिम्मत ही नहीं हुई। इसीलिए बेटा इस पवित्र कमरे को, जिसमें मैं अपना सुरक्षा कवच समझता हूँ, इसके रहते मुझसे कभी कोई गलत काम नहीं होगा। अभी तक का जीवन सिद्धांतों पर चलकर बीता है, आगे भी बीत जाएगा। तुम्हें मैं यही कहूँगा कि अब समय बदल गया है। नई शैली से काम करने में परहेज मत करना, पर नैतिकता का चलन हर युग में रहा है और रहेगा। यही संस्कार मुझे अपने पिताजी से मिले और यही मैं तुमसे कहना चाहता हूँ। मेरा आशीर्वाद सदा तुम्हारे साथ है। तुम्हें कभी-भी मेरी आवश्यकता होगी, मैं तुम्हारे साथ रहूँगा।' यह सुनकर उनके युवा पुत्र ने माथुर साहब के हाथों को थामकर, उन्हें आश्चस्त किया।

उधर कमरे के कोने में बैठे पुत्र के मुंह से अपने बारे में ऐसी बातें सुनकर माथुर साहब के पिताजी की बूढ़ी आंखों से झर-झर बहते आंसू बहुत कुछ कह रहे थे। जिसमें असीम खुशी और संतुष्टि धुली हुई थी। *

अपने पिता को मैं हर सांस में याद करता हूँ

चित्तरंजन त्रिपाठी, एनएसडी डायरेक्ट-एक्टर

मेरे पिता श्री विश्वनाथ त्रिपाठी मेरे आदि गुरु हैं। मैंने अपने कला व सामाजिक जीवन में जो कुछ सीखा उसमें उनकी सबसे बड़ी भूमिका रही। पिताजी विद्वान होने के साथ सिंगर व एक्टर भी रहे हैं। वे कहते हैं, 'जीवन में कभी किसी का बुरा न करना, न सोचना। जीवन के हर मोड़ या परिस्थिति में सुकर्म करते रहना।' मूलतः उन्होंने मुझे यही सिखाया।



मुझे याद है, मैं बहुत छोटा था तभी मां का देहांत हो गया। हम तीनों भाई-बहन छोटे थे। उन्होंने हमें अकेले पाला। तमाम घरेलू काम अकेले करना, खाना बनाने से लेकर अपना काम भी करना। वे चाहते तो दूसरी शादी करके अपने जीवन को आसान बना सकते थे, लेकिन उन्होंने पूरा जीवन हम पर लगा दिया। तमाम कठिनाइयों को कठिनाई न मानकर हंसकर करने वाले व्यक्ति मेरे पिता हैं। उनकी परवरिश, देखभाल ऐसी थी कि हमें कभी मां की कमी महसूस ही नहीं हुई। समय पर खाना मिला, साफ धुले कपड़े, बिस्तर। रात को सोने से पहले हमारे पैर के तलवों पर तेल लगाया और रात को हमें दूध का गिलास पिलाना वे कभी नहीं भूलते थे।

संगीत की शुरुआती शिक्षा मैंने उन्हीं से ली। एक बार पिताजी ने मुझे 15 अगस्त पर ब्लॉक स्तर की गायन प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए भेजा। उस समय मैं बहुत छोटा था, वहां जाकर डर गया और बिना गाए वापस घर आ गया। घर आकर पिताजी को बताया तो उन्होंने कहा, 'जिसका बाप जिंदा हो वह बच्चा कभी डर या डर नहीं सकता।'



सिखाया। यह भी समझाया, 'तुम्हारी सारी जिम्मेदारी मेरी है, तो तुम्हें डर किस बात का!'

मैंने 1998 में जब पहली बार 'ताजमहल का टैंडर' नाटक किया तब उन्हें उड़ीसा से दिल्ली नाटक देखने बुलाया था। नाटक समाप्त होने के बाद जब उन्होंने देखा कि दर्शक लगातार तालियां बजा रहे हैं, मुझे बधाई दे रहे हैं तो उन्हें बहुत गर्व हुआ। रात को खाना खाते वक्त उन्होंने मेरी पीठ थपथपाई और कहा, 'बहुत अच्छा हुआ कि तुमने अपने दिल की आवाज सुनी और किसी नौकरी में खुद को नहीं बांधा।' वे खुद अच्छे कलाकार हैं, इसलिए समझते हैं कि एक कलाकार को जो तालियां और प्रोत्साहन जनता से मिलता है, वह अनमोल होता है। उनसे जुड़ी कई मीठी यादें मेरी स्मृतियों में दर्ज हैं। एक बार मैं स्कॉलरशिप लेकर लंदन पढ़ने गया था। मैंने उन्हें फोन किया और कहा, 'बधाई हो आप लंदन में घूम रहे हैं।' तो बोले, 'मैं लंदन कब चला गया?' तब मैंने कहा, 'मैं आपका अंश हूँ, संपूर्ण तो आप हूँ। अगर मैं यहां पढ़ रहा हूँ, घूम रहा हूँ, तो वह आप ही हैं।' इस पर वह मुस्कुरा दिए। आज भी जब मैं अपने घर (ओडिशा) जाता हूँ तो पिताजी से खूब देर तक देर सारी बातें करता हूँ। हालांकि वे 90 वर्ष के हो चुके हैं। लेकिन मेरी बातों को ध्यान से सुनते हैं, अपने मन की बात भी कहते हैं। फादर्स डे के खास मौके पर पर मैं उनसे यही कहना चाहूँगा, 'मैं आपको हर सांस में याद करता हूँ। हर पल आप मेरे दिलोदिमाग में रहते हैं। इसलिए मेरे लिए तो रोज फादर्स-डे है।' *

MUSHROOMEX[®]

मशरूम पाउडर

वजन बढ़ाय के सही तरीका ला अपनाव, आयुर्वेदिक की 12+ जड़ी बूटियों से निर्मित मशरुमेक्स मशरूम पाउडर

🍄 - 100% आयुर्वेदिक

🌞 - 10 दिनों में असर दिखना शुरू

🚫 - नो साइड इफेक्ट्स

2 करोड़+ संतुष्ट ग्राहक



आपके नज़दीकी सभी मेडिकल स्टोर पर उपलब्ध ! Also Available at : www.mymushroomworld.com | [amazon](https://www.amazon.in) | [Flipkart](https://www.flipkart.com)

Mushroom World Ayurved & Food Pvt. Ltd.

For Trade Enquiry - +91 888 922 3333





योगोपाचार
दिव्यज्योति 'नंदन'

ह रोज सुबह आंख खुलते ही मोबाइल स्क्रीन, दिनभर लैपटॉप और शाम होते ही सोशल मीडिया पर सक्रियता। आज की लाइफस्टाइल में ज्यादातर लोगों का अधिकांश समय किसी न किसी डिजिटल स्क्रीन के साथ जुड़ा रहता है। डिजिटल दुनिया में रहने की यह व्यस्तता हमारे शरीर के विभिन्न अंगों, विशेष रूप से आंखों, गर्दन, पीठ समेत हमारे मन को भी बुरी तरह से थका रही है। इसे डिजिटल थकान या डिजिटल फटीग कहते हैं। इसके कारण आंखों में जलन, सिरदर्द, गर्दन में अकड़न, पीठ में दर्द, नींद में कमी, चिड़चिड़ापन और एकाग्रता में जबर्दस्त कमी देखने को मिलती है। ऐसी स्थिति में विभिन्न प्रकार के योगासन और योगिक क्रियाएं, प्रभावी और स्वाभाविक समाधान के रूप में भूमिका निभा सकती हैं। दरअसल योग केवल शरीर को लचीला बनाने भर का अभ्यास नहीं होता है बल्कि शरीर, मन और श्वास के बीच संतुलन स्थापित करने की संपूर्ण पद्धति होती है। यही कारण है कि डिजिटल युग की चुनौतियों से निपटने के लिए योग की उपयोगिता अब पहले से कहीं ज्यादा बढ़ गई है।

आंखों की थकान के लिए: डिजिटल स्क्रीन पर लगातार देखने से आंखों की मांसपेशियां तनावग्रस्त हो जाती हैं। इससे आंखों में सूखापन, धुंधलापन और जलन महसूस हो सकती है। योग में कुछ सरल नेत्र व्यायाम आंखों को आराम देने में कारगर माने जाते हैं। पामिंग यानी दोनों हथेलियों को आपस में रगड़कर आंखों की बंद पलकों पर रखना। इससे आंखों को तत्काल विश्राम मिलता है। इसी प्रकार ऊपर-नीचे, दाएं-बाएं और गोलाकार दिशा में आंखों को धीरे-धीरे घुमाने से भी आंखों की मांसपेशियों को राहत मिलती है। कुछ मिनटों का ये अभ्यास लंबे समय तक स्क्रीन में काम करने वालों के लिए विशेष रूप से उपयोगी होता है।

बहुत कारगर है योगा

गर्दन-पीठ दर्द से राहत के लिए: डिजिटल उपकरणों का उपयोग करते समय अधिकांश लोग झुककर बैठते हैं, इससे गर्दन, कंधों और रीढ़ पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है। कई बार यह स्थिति 'टेक्स्ट नेक सिंड्रोम' का रूप ले लेती है। ऐसे में भुजंगासन, ताड़ासन, मार्जरी-व्याघ्रासन और शशांकासन जैसे योगासन रीढ़ की लचक को बढ़ाने तथा गर्दन-कंधों के तनाव को कम करने में मदद करते हैं। इसके अलावा गर्दन पर दबाव डालते हुए दाएं-बाएं घुमाने से भी आराम मिलता है। नियमित अभ्यास से शरीर की मुद्रा (पोस्चर) में सुधार आता है और लंबे समय तक बैठकर काम करने की क्षमता बढ़ती है।



मानसिक थकान के लिए: डिजिटल दुनिया में सक्रियता केवल शरीर को नहीं बल्कि दिमाग को लगातार सक्रिय रखती है। संदेश, नोटिफिकेशन, ई-मेल और सोशल मीडिया



अपडेटेड मस्तिष्क को विश्राम का अवसर नहीं देते हैं। परिणामस्वरूप तनाव, चिंता और थकान बढ़ने लगती है। योग का सबसे बड़ा लाभ यह है कि व्यक्ति को वर्तमान में रहना सिखाता है। प्राणायाम और ध्यान के अभ्यास मन को शांत करते हैं तथा तनाव, हार्मोन के स्तर को कम करने में सहायक होते हैं। अनुलोम-विलोम, भ्रामरी और गहरी श्वास का अभ्यास कुछ ही मिनटों में मानसिक शांति प्रदान कर सकता है।

अनिद्रा की समस्या के लिए: डिजिटल थकान का प्रमुख दुष्प्रभाव खराब नींद भी है। देर रात तक मोबाइल चलाने से नींद का प्राकृतिक चक्र बाधित होता है। लोग अनिद्रा के शिकार हो रहे हैं। ऐसे में योग निद्रा, ध्यान और

विशेष : अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

आज की डिजिटल दुनिया में बढ़ती व्यस्तता हमारे तन-मन की थकान का प्रमुख कारण बनता जा रहा है। ऐसे में अगर आप योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना लें तो डिजिटल थकान और उससे उत्पन्न होने वाले दुष्प्रभावों से काफी हद तक बचे रह सकते हैं। ऐसे ही कुछ कारगर योगासनों और योग गतिविधियों के बारे में जानिए।

डिजिटल थकान दूर करने में बहुत कारगर है योगा

तनावपूर्ण जीवनशैली से राहत दिलाए योग

योग केवल शारीरिक स्वास्थ्य नहीं, मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। आधुनिक विज्ञान भी मानता है कि आज की तनावपूर्ण जीवनशैली से उत्पन्न विभिन्न दुष्प्रभावों से बचने और जीवन में संतुलन बनाए रखने में योगमय जीवन बेहद कारगर सिद्ध होता है।



आज के दौर में हम सभी अभूतपूर्व सुविधाओं के संग जी रहे हैं, लेकिन इसके साथ ही तनाव, चिंता, अनिद्रा, अवसाद और जीवनशैली से जुड़े अनेक शारीरिक-मानसिक रोग भी तेजी से बढ़ रहे हैं। व्यस्त दिनचर्या, अनियमित भोजन, देर रात तक जागना, मोबाइल और अन्य डिजिटल उपकरणों के स्क्रीन का अत्यधिक उपयोग, मानसिक प्रतिस्पर्धा तथा भावनात्मक असंतुलन व्यक्ति को धीरे-धीरे शारीरिक ही नहीं मानसिक रूप से भी कमजोर बना रहे हैं। ऐसे समय में योग, संतुलित और स्वस्थ जीवन जीने की एक संपूर्ण पद्धति सिखाता है।

भारतीय योग दर्शन में योग को शरीर, मन और चेतना के संतुलन का विज्ञान माना गया है। महर्षि पतंजलि 'योगसूत्र' में कहते हैं- 'योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः'। अर्थात् मन की चंचल वृत्तियों का निरोध ही योग है। जब मन शांत और संतुलित होता है, तब उसका सकारात्मक प्रभाव शरीर पर भी दिखाई देता है।

तनाव के दुष्प्रभाव: आधुनिक जीवनशैली में आज अधिकांश रोगों का संबंध केवल शरीर से नहीं, बल्कि मानसिक तनाव से भी है। लगातार तनाव की स्थिति में शरीर में कोर्टिसोल और एड्रेनेलीन जैसे स्ट्रेस हार्मोन बढ़ जाते हैं। इससे उच्च रक्तचाप, हृदयगति और मानसिक अशांति बढ़ने लगती है। लंबे समय तक तनाव बने रहने पर उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा, पाचन विकार, अनिद्रा और अवसाद जैसी समस्याएं विकसित हो सकती हैं। विज्ञान के अनुसार तनाव की अवस्था में सिंपैथेटिक नर्वस सिस्टम, अत्यधिक सक्रिय हो जाता है, जबकि योग शरीर को तनाव मुक्त प्रतिक्रिया की ओर ले जाकर पैरा सिंपैथेटिक नर्वस सिस्टम को सक्रिय करता है। यही कारण है कि योगाभ्यास के बाद व्यक्ति स्वयं को अधिक शांत, हल्का और संतुलित अनुभव करता है।

शारीरिक स्वास्थ्य के लिए योग: योगासन शरीर को केवल लचीला नहीं बनाते, बल्कि शरीर की आंतरिक प्रणालियों को भी संतुलित करते हैं। नियमित योगाभ्यास से मांसपेशियां मजबूत एवं लचीली बनती हैं। योगाभ्यास से रक्तसंचार बेहतर होता है। श्वसन क्षमता में सुधार होता है। पाचन क्रिया संतुलित रहती है। रीढ़ की लचक और संतुलन बना रहता है। रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि होती है। योग उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा और हृदय रोगों जैसी लाइफस्टाइल रोगों में अत्यंत लाभकारी है।

मानसिक स्वास्थ्य में योग: योग, मन को स्थिर और संतुलित बनाने का प्रभावी माध्यम है। आधुनिक जीवन में चिंता, क्रोध, असुरक्षा और मानसिक थकान सामान्य समस्याएं बन चुकी हैं। योगाभ्यास से मन की चंचलता कम होती है और व्यक्ति में भावनात्मक संतुलन विकसित होता है। इसके अभ्यास से होने वाले मानसिक लाभों में शामिल



हैं- तनाव और चिंता कम होती है। एकाग्रता बढ़ती है। नींद की गुणवत्ता सुधरती है। भावनात्मक स्थिरता आती है। सकारात्मक सोच विकसित होती है। आत्मविश्वास, धैर्य में वृद्धि होती है।

संतुलित जीवनशैली का मार्ग: तैत्तिरीय उपनिषद् में मनुष्य के अस्तित्व को पांच कोशों में विभाजित किया गया है- अन्नमय कोश, प्राणमय कोश, मनोमय कोश, विज्ञानमय कोश, आनंदमय कोश। योग इन सभी स्तरों पर कार्य करता है। कहने का सार है कि आधुनिक जीवनशैली से उत्पन्न अधिकांश रोगों की शुरुआत मानसिक स्तर अर्थात् मनोमय कोश से होती है। योग शरीर और मन दोनों को संतुलित करके व्यक्ति को समग्र स्वास्थ्य प्रदान करता है। इसी कारण योग में प्राणायाम, ध्यान और योगनिद्रा को विशेष महत्व दिया गया है। *

संज्ञान
शिखर चंद जैन

अपने पापा को अगर आप सचमुच हैप्पी देखना चाहते हैं तो उन्हें दीजिए कुछ ऐसे उपहार जो उन्हें आंतरिक और सच्ची खुशी दे। इसलिए आप इस फादर्स-डे पर उन्हें कुछ ऐसे उपहार रेग्युलर देने का निश्चय करें, ये उन्हें सचमुच पसंद आएंगे।

पर्याप्त समय दें: माना कि आप जॉब करते हैं, घर-बाहर की तमाम जिम्मेदारियों में व्यस्त रहते हैं। लेकिन इन सबके बीच आपको याद रखना चाहिए कि एक दौर में आपके पापा भी अपनी तमाम व्यस्तताओं के बावजूद आपको खुशियों और जरूरतों का ध्यान रखते थे, आपको हंसाते और आपके संग खेलते थे। अब आपका फर्ज बनता है कि तमाम व्यस्तताओं के बीच आप अपने पापा के लिए वक्त जरूर निकालें। पापा को अपनी जॉब या ऑफिस कुलीग्स की मजेदार बातें बताएं, उनके साथ कभी चेस, लूडो या कैरम खेलें। उन्हें नई तकनीक जैसे वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग, जूम मीटिंग अटेंड करना, वीडियो कॉलिंग, व्हाट्सएप कॉलिंग आदि सिखाएं। उनके साथ फिल्म, मौसम या राजनीति की बातें डिस्कस करें। यकीन मानिए, आपके साथ समय बिता कर उन्हें बहुत खुशी मिलेगी।

उनकी सलाह को महत्व दें: दुनिया के ज्यादातर पिता चाहते हैं कि उनकी

ऐसे हैप्पी होंगे पापा



अपने पिता का चाहे जितना सम्मान करते हों लेकिन इस सम्मान को समय-समय पर प्रकट करना भी जरूरी है। आपके पिता चाहते हैं कि आप उन्हें तबज्जो दें और उनकी प्रशंसा करें। आप उनके लिए विशेष अवसरों पर उनकी जरूरत की चीजें गिफ्ट कर सकते हैं, उनके लिए सरप्राइज पार्टी का आयोजन कर सकते हैं, जिसमें उनके दोस्तों को भी निमंत्रण दे सकते हैं, उनके लिए वैंकेशन प्लान कर सकते हैं। उनके पसंदीदा एक्टर की फिल्म के लिए टिकट बुक करवा सकते हैं। उन्हें खास महसूस कराने का एक तरीका यह भी है कि आप घर से निकलते वक्त उनसे बोल कर जाएं और वापस आएं तो एक बार उनसे अवश्य मिलें। *

फादर्स-डे स्पेशल

संतान कोई नया काम करे, कुछ अलग या बड़ा करे तो उनसे मशविरा जरूर ले। इससे उनका मान बढ़ता है और उन्हें संतुष्टि मिलती है। जब आप किसी मुश्किल स्थिति में फंस जाएं, व्यापार या दोस्तों के किसी झमेले में पड़ जाएं तो अपने पिता को पूरी बात बताकर उनसे राय जरूर लें। इससे आपके और उनके बीच नजदीकी तो बढ़ेगी ही साथ ही आपको उनके अनुभव का लाभ भी मिलेगा।

उन्हें महसूस कराएं स्पेशल: आप मन ही मन तमाम व्यस्तताओं के बावजूद आपके खुशियों और जरूरतों का ध्यान रखते थे, आपको हंसाते और आपके संग खेलते थे। अब आपका फर्ज बनता है कि तमाम व्यस्तताओं के बीच आप अपने पापा के लिए वक्त जरूर निकालें। पापा को अपनी जॉब या ऑफिस कुलीग्स की मजेदार बातें बताएं, उनके साथ कभी चेस, लूडो या कैरम खेलें। उन्हें नई तकनीक जैसे वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग, जूम मीटिंग अटेंड करना, वीडियो कॉलिंग, व्हाट्सएप कॉलिंग आदि सिखाएं। उनके साथ फिल्म, मौसम या राजनीति की बातें डिस्कस करें। यकीन मानिए, आपके साथ समय बिता कर उन्हें बहुत खुशी मिलेगी।

उनकी सलाह को महत्व दें: दुनिया के ज्यादातर पिता चाहते हैं कि उनकी

सिने ट्रेंड
हेमंत पाल

सिनेमा केवल मनोरंजन का जरिया नहीं है, बल्कि उसने समाज के रिश्तों, संस्कारों और भावनाओं को भी अपने भीतर समेटकर रखा है। हिंदी फिल्मों के गीतों ने भी रिश्तों को शब्द और संगीत के माध्यम से अमर बनाया है। मां की ममता, भाई-बहन के स्नेह और प्रेम के गीतों की तरह पिता पर आधारित गीतों की संख्या भले अपेक्षाकृत कम रही हो, लेकिन जो भी गीत रचे गए, उसने दर्शकों-श्रोताओं के मन पर गहरी छाप छोड़ी है। पिता का चरित्र भारतीय परिवारों में त्याग, अनुशासन, संरक्षण और जिम्मेदारी का प्रतीक माना जाता है। यही कारण है कि फिल्मों में पिता पर लिखे गए गीत केवल भावुकता नहीं, बल्कि सम्मान, विश्वास और जीवन-मूल्यों की अभिव्यक्ति भी बन गए।

पिता-पुत्री के रिश्तों पर गीत: अगर पिता-पुत्री के बेहद प्यारे रिश्ते पर आधारित गीतों की बात करें तो इस रिश्ते के इर्द-गिर्द कई बेहतरीन गाने बने हैं। साल 2001 में आई सुभाष चड्डी की फिल्म 'यादें' का शीर्षक गीत 'यादें याद आती हैं' ऐसा ही एक गीत है। आनंद बख्शी के लिखे इस गीत को अनु मलिक ने संगीत दिया था। जैकी श्रॉफ, करीना कपूर एवं अन्य कलाकारों पर फिल्माए गए इस गीत में दिखाता है कि मां की गैर मौजूदगी में एक पिता किस तरह अपनी बेटियों के लिए मां और बाप दोनों की भूमिका निभाता है। 2003 में पिता-पुत्री के संबंधों का अत्यंत भावुक चित्रण है। समीर के लिखे इस गीत को हिमेश रेश्मिया ने संगीत दिया और सोनू निगम तथा श्रेया घोषाल ने अपनी आवाज से इसे यादगार बना दिया। अजय देवगन और बाल कलाकार के बीच फिल्माया गया यह गीत दर्शाता है कि पिता केवल संरक्षक नहीं, बल्कि बच्चे की पूरी दुनिया भी हो सकता है।

बच्चों के विकास के लिए पिता के लाड़-प्यार के साथ कठोर अनुशासन भी जरूरी है। इसकी बानगी हमें 2016 में आई फिल्म 'दंगल' के लाकप्रिय गीत 'बापू सेहत के लिए तू तो...' में



'नील कर्म' का भावुक गीत 'क्यामत से क्यामत तक' का गीत 'मैं ऐसा ही हूँ' का गीत-दृश्य

देखने को मिलती है। गीत को अमिताभ भट्टाचार्य ने लिखा और संगीत दिया प्रीतम ने। आमिर खान और बाल कलाकारों पर फिल्माया गया यह गीत बच्चों की दृष्टि से पिता के कठोर अनुशासन को हास्यपूर्ण अंदाज में प्रस्तुत करता है।

पिता-पुत्र के रिश्तों पर केंद्रित गाने: पिता पर गीत को अनु मलिक ने संगीत दिया था। जैकी श्रॉफ, करीना कपूर एवं अन्य कलाकारों पर फिल्माए गए इस गीत में दिखाता है कि मां की गैर मौजूदगी में एक पिता किस तरह अपनी बेटियों के लिए मां और बाप दोनों की भूमिका निभाता है। 2003 में पिता-पुत्री के संबंधों का अत्यंत भावुक चित्रण है। समीर के लिखे इस गीत को हिमेश रेश्मिया ने संगीत दिया और सोनू निगम तथा श्रेया घोषाल ने अपनी आवाज से इसे यादगार बना दिया। अजय देवगन और बाल कलाकार के बीच फिल्माया गया यह गीत दर्शाता है कि पिता केवल संरक्षक नहीं, बल्कि बच्चे की पूरी दुनिया भी हो सकता है।

बच्चों के विकास के लिए पिता के लाड़-प्यार के साथ कठोर अनुशासन भी जरूरी है। इसकी बानगी हमें 2016 में आई फिल्म 'दंगल' के लाकप्रिय गीत 'बापू सेहत के लिए तू तो...' में

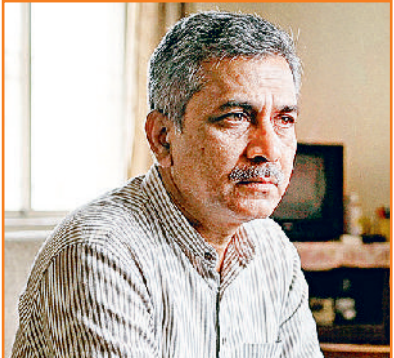
फिल्माए गए इस गीत में पिता को व्यक्ति की पहचान और मूल्यों की जड़ के रूप में प्रस्तुत किया गया है।

हाल के वर्षों में पिता-पुत्र संबंधों का सबसे जटिल और भावनात्मक चित्रण 'एनिमल' (2023) के गीत 'पापा मेरी जान' में दिखाई देता है। राज शेखर के शब्दों और हर्षवर्धन रामेश्वर के संगीत से सजा यह गीत फिल्म में पिता-पुत्र के बीच रिश्ते की गहराई को अभिव्यक्त करता है। इसे गैसो है सोनू निगम ने। रणबीर कपूर और अनिल कपूर पर फिल्माया गया यह गीत उस बेटे की भावनात्मक भूख को दर्शाता है, जो अपने पिता के प्रेम और स्वीकृति के लिए जीवन भर तरसता रहता है।

बेटी की विदाई पर यादगार गीत: हिंदी सिनेमा के आरंभिक दौर में पिता पर सीधे गीत कम लिखे गए, लेकिन पिता की संवेदनाओं और जिम्मेदारियों को कई गीतों में अभिव्यक्ति मिली। सन् 1968 में प्रदर्शित फिल्म 'नीलकमल' का अमर गीत 'बाबुल की दुआएं लेती जा, जा तुझको सुखी संसार मिले' बेटी की विदाई के समय पिता की भावनाओं का मार्मिक उदाहरण है। मोहम्मद रफी की करुण आवाज में गाए और बलराज साहनी पर फिल्माए गए इस गीत को साहिर लुधियानवी ने लिखा था और इसे



संगीतबद्ध किया था रवि ने। वर्षों बाद, साल 2018 में आई फिल्म 'राजी' का 'दिलबरो' सोनू नी बेटी की विदाई की बेला की एक अलग ही भावभूमि रचता है। गुलजार के संवेदनशील शब्दों और शंकर-एहसान-लॉय के संगीत से सजा यह गीत बेटी की विदाई के दर्द को बेहद सादगी और गहराई से प्रस्तुत करता है। *



रिलेशन
शैलेंद्र सिंह

अगर घर-परिवार पर कोई संकट आता है, तो सबसे पहले आगे बढ़कर उस संकट के सामने खड़े होने वाला व्यक्ति पिता ही होता है। बच्चों को संरक्षण देना हो या संबल, पिता ही आगे बढ़कर अपनी भूमिका निभाते हैं। लेकिन एक विडंबना यह है कि जो व्यक्ति पूरे परिवार की भावनाओं का सहारा बनता है, वह अपनी भावनाओं के बारे में आखिर सबसे कम बात क्यों करता है? भारतीय पिता आखिरकार इतने चुप क्यों होते हैं? दरअसल, सदियों से भारतीय परिवारों में पिता को अपनी भावनाओं को व्यक्त करने की छूट नहीं रही। हमेशा से यही कहा जाता रहा है कि पुरुष बहुत मजबूत, बहुत संयमी, गंभीर और जिम्मेदार व्यक्ति होता है। इसलिए पिता के साथ यह छवि बचपन से ही चस्पा कर दी गई होती है। इसलिए जो पिता घर के हर सदस्य के दुःख और परेशानी में बेहद संवेदनशील होता है, वही पिता कभी अपनी परेशानियां या दुःख किसी के

पुरुषवादी सामाजिक मान्यताएं और बनी-बनाई मानसिकता की वजह से अधिकतर पिता खामोश ही रहते हैं। ऐसा न हो, वे भी अपनी भावनाएं खुलकर व्यक्त करें, इसके लिए संतान को भी पहल करनी चाहिए।

इतने चुप क्यों रहते हैं भारतीय पिता !

साथ साझा करना जरूरी नहीं समझता।

कायम है लंबी परंपरा: भारतीय पिताओं की चुप्पी, उनका कोई जैविक गुण नहीं बल्कि उनकी सामाजिक निर्मिति होती है। पिता से हमेशा अपेक्षा की जाती है कि वह समस्याओं का समाधान करे, आर्थिक जिम्मेदारियां निभाए और कठिन परिस्थितियों में भी विचलित न हो। यह एक ऐसी परिपाटी है, जिसमें बचपन से ही पुरुष अपनी कई समस्याओं को दबाकर रखना सीख जाता है। वास्तव में उनकी इस आदत के पीछे एक लंबी परंपरा होती है।

बचपन से शुरू होता है सिलसिला: वास्तव में भारत में पुरुषों की चुप्पी का सिलसिला बचपन से ही शुरू हो जाता है। हम अपने घरों में कुछ वाक्य बार-बार सुनते हैं, खास करके लड़कों के संबंध में। मसलन 'अरे तू कैसा लड़का है, रो रहा है?' 'मर्द की तरह मजबूत बने, लड़कियों की तरह कमजोरी नहीं दिखाओ।' 'इतनी छोटी-सी बात पर परेशान हो गए, कैसे लड़के हो?' बचपन से ही अपने इर्द-गिर्द इस तरह के शब्द सुनने वाले लड़के धीरे-धीरे मानने लगते हैं कि भावनाओं को व्यक्त करने का हक उन्हें नहीं

है। ऐसा करने पर लोग उन्हें कमजोर समझेंगे।

जिम्मेदारियों का बोझ: भारतीय पिता, परिवार की रीढ़ माने जाते हैं। नौकरी, व्यापार, बच्चों की शिक्षा, घर का खर्च, बुजुर्ग माता-पिता की देखभाल और भविष्य की चिंताएं, सबका बोझ उनके कंधों पर पड़ता है। वे सारी चिंताएं उन्हें व्यस्त रखती हैं और वो अपने बारे में बात करना भूल जाते हैं।

जिन्हें याद भी रहता है, वह इसलिए अपनी चिंताओं, कमजोरियों आदि का खुलासा नहीं करते, क्योंकि उन्हें लगता है ऐसा करने से परिवार असुरक्षित महसूस करेगा।

बदल रहे हैं पिता: अब कई मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ पुरुषों और विशेष रूप से पिताओं को भावनात्मक संवाद बढ़ाने की सलाह दे रहे हैं। नई पीढ़ी के पिता पहले से कुछ अलग भी हैं, वे बदल रहे हैं। वे अपनी भावनाएं भी व्यक्त कर रहे हैं। ऐसे में आज फादर्स-डे पर पिताओं के साथ उनके बच्चों को भी इस बात की गंभीरता को समझना होगा कि अगर उनके पिता बहुत चुप रहते हैं, तो उनके इस स्वभाव को बदलवाने में उनकी भी भूमिका होनी चाहिए। इसके लिए हर संभव प्रयास भी करना चाहिए। *



विशेषज्ञ पुरुषों और विशेष रूप से पिताओं को भावनात्मक संवाद बढ़ाने की सलाह दे रहे हैं। नई पीढ़ी के पिता पहले से कुछ अलग भी हैं, वे बदल रहे हैं। वे अपनी भावनाएं भी व्यक्त कर रहे हैं। ऐसे में आज फादर्स-डे पर पिताओं के साथ उनके बच्चों को भी इस बात की गंभीरता को समझना होगा कि अगर उनके पिता बहुत चुप रहते हैं, तो उनके इस स्वभाव को बदलवाने में उनकी भी भूमिका होनी चाहिए। इसके लिए हर संभव प्रयास भी करना चाहिए। *