



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

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



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

**म्यूचुअल फंड**  
म्यूचुअल फंड्स पैसा निवेश करने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक माना जाता है। शब्द के अनुसार, एक म्यूचुअल फंड धन का एक सामूहिक पूल है, जिसका उद्देश्य प्रतिभूतियों की खरीद (फंड के माध्यम से) करना है। यह निवेशकों को एक मार्ग प्रदान करता है। पैसे बचाएं और समय के साथ रिटर्न कमाते हैं। म्यूचुअल फंड विविध निवेश विकल्प प्रदान करते हैं जैसे बांड, डेट, इक्विटीज, आदि ये निवेशकों को अलग खरीदारी और व्यापार करने की आवश्यकता के बिना भी निवेश का अच्छा विकल्प प्रदान करते हैं। म्यूचुअल फंड में

कई प्रकार से निवेश किया जा सकता है। पैसा निवेश करने की योजना बनाने समय उस पर विचार कर सकते हैं। इसमें निवेशक कम से कम राशि के साथ निवेश शुरू कर सकते हैं। म्यूचुअल फंड में 500 रुपये से भी निवेश की शुरुआत की जा सकती है। भारत में 44 म्यूचुअल फंड कंपनियों हैं। जिन्हें संपत्ति प्रबंधन कंपनियों एफएमसी कहा जाता है। ये म्यूचुअल फंड योजनाएं प्रदान करती हैं और इन कंपनियों द्वारा ही नियंत्रित किया जाता है।

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

## तैयारी बिजनेस डेस्क

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

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

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

## इस साल बेहतर हो सकते हैं मल्टी एसेट अलोकेशन फंड

### उम्मीद बिजनेस डेस्क

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

### क्या है एसेट अलोकेशन

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

### ये फंड हैं बेस्ट विकल्प

साल 2024 जहां शेयर बाजार के लिए उतार चढ़ाव भरा साबित हो रहा है, मल्टी एसेट अलोकेशन म्यूचुअल फंड फोकस

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

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

### कैसे करना चाहिए निवेश

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

### 1 साल से 10 साल में रिटर्न

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

### 5 साल में टॉप स्कीम

- व्वांट मल्टी एसेट अलोकेशन फंड: 28.54%
- कोटक मल्टी एसेट अलोकेशन फंड एफओएफ: 20.49%
- आईसीआईसीआई आई पू मल्टी एसेट अलोकेशन फंड: 19.63%
- एबीएसएल फाइनेंशियल प्लानिंग एफओएफ निवेशिक: 15.78%
- एचडीएफसी मल्टी एसेट अलोकेशन फंड: 15%



### निवेश मंत्रा बिजनेस डेस्क

■ इस समय सभी एसेट्स ऑल-टाइम हाई के करीब कर रहे हैं

■ निवेशक हो रहे कनफ्यूज क्या करें, क्या न करें, क्या रहेगा बढ़िया

■ सेंसेक्स और निफ्टी 50 अपने उच्चतम स्तर के करीब पहुंचे

■ ब्याज दरों में कटौती की संभावना से डेट फंड्स भी बेहतर

■ सोना भी ऑल-टाइम हाई पर, पोर्टफोलियो का 15 से 20 फीसदी निवेश करें

■ बिटकॉइन सबसे रिस्की, लेकिन दे रहा सबसे ज्यादा रिटर्न

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

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

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



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

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



### बिटकॉइन

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

### कितना कैश होना चाहिए

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

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

### औसतन रिटर्न 53 फीसदी रहा, निवेशकों ने करोड़ों रुपये कमाए

# स्मॉलकैप फंड निवेशकों को बना रहे धनवान, लेकिन सावधानी रखें

निवेश यानी बचत हर किसी को करनी चाहिए, क्योंकि इससे भविष्य आर्थिक रूप से मजबूत होता है। बचत बच्चों की पढ़ाई, शादियों और बुढ़ापे में काफी मददगार साबित होते हैं। इसलिए हर किसी को अपनी कमाई का कम से कम 10 फीसदी तो जरूर बचत करना चाहिए। जानकारों का कहना है कि इस बचत को सावधानी के साथ यदि म्यूचुअल फंड में निवेश किया जाए तो अच्छा खास फंड बनाया जा सकता है। इन दिनों स्मॉलकैप शेयर काफी चर्चा में हैं। बीते 1 साल के दौरान इन्होंने आउटपرفॉर्म किया है। बीएसई स्मॉलकैप इंडेक्स ने फाइनेंशियल इंडर 2024 में करीब 65 फीसदी रिटर्न दिया है, जबकि लाजिकैप का रिटर्न 25

फीसदी रहा है, इस दौरान कई स्मॉलकैप स्टॉक में 100 फीसदी या इससे ज्यादा तेजी आई है। फिलहाल स्मॉलकैप की इस तेजी का फायदा म्यूचुअल फंड निवेशकों को भी मिला है। बीते फाइनेंशियल इंडर में स्मॉलकैप फंड रिटर्न देने के मामले में इक्विटी कैटेगरी में नंबर 1 साबित हुए हैं। देखने में आ रहा है कि स्मॉलकैप फंड निवेशकों को मालामाल कर रहे हैं, लेकिन निवेश करने से पहले अपने लक्ष्य तय करें और पोर्टफोलियो में डायवर्सिटी रखें इससे आपको नुकसान नहीं होगा। बाजार के जानकारों का कहना कि किसी भी एसेट्स में निवेश से पहले सावधानी बरतें, यानी जिस फंड में निवेश करने जा रहे हैं उसे एक बार अच्छे से जांच परख लें।

### अलर्ट बिजनेस डेस्क

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



### ऐसे समझें रिटर्न

- स्मॉलकैप फंड: 53 फीसदी
- मिडकैप फंड: 52.60 फीसदी
- लाजिकैप फंड: 41 फीसदी
- लाज एंड मिडकैप फंड: 44 फीसदी
- प्लेक्सरी कैप फंड: 39.67 फीसदी
- मल्टीकैप फंड: 45.62 फीसदी
- ईएलएसएस: 39.37 फीसदी
- वैल्यू ओरिएटेड: 50 फीसदी
- (वित्त वर्ष 24: इन 30 इक्विटी स्कीमों में 50 से 72% बढ़ा पैसा।)

### टॉप परफॉर्म करने वाले म्यूचुअल फंड

- व्वांट स्मॉल कैप: 68%
- निरपॉन इंडिया स्मॉल कैप: 57%
- इनवेस्टो इंडिया स्मॉलकैप: 55%
- बैंक ऑफ इंडिया स्मॉल कैप: 51%
- एडलवाइस स्मॉल कैप: 50%
- एचएसबीसी स्मॉल कैप: 49%
- आईसीआईसीआई पू स्मॉलकैप: 43%
- एक्सिस स्मॉल कैप: 41%
- केनरा रोबेको स्मॉल कैप: 41%
- टाटा स्मॉल कैप: 41%

### छोटी कंपनियों के शेयर क्यों चढ़े

जानकारों का कहना है कि मौजूदा वित्त वर्ष में सेंसेक्स की तुलना में छोटी कंपनी के शेयरों का बेहतर प्रदर्शन भारतीय घरेलू बाजार की गतिशील प्रकृति और निवेशकों को प्रदान किए जाने वाले विविध अवसरों का बर्ताना है। विश्लेषकों के अनुसार, छोटी

कंपनियों के शेयर आमतौर पर स्थानीय निवेशकों द्वारा खरीदे जाते हैं, जबकि विदेशी निवेशक बड़ी कंपनियों के शेयर पर ध्यान केंद्रित करते हैं। निवेशकों के सेंटिमेंट में यह बदलाव भारत में मजबूत व्यापक आर्थिक स्थितियों से प्रेरित है। यह परंपरागत रूप से आर्थिक विस्तार की अवधि के दौरान छोटी कंपनियों के शेयरों में तेज गति को बढ़ावा देता है।

### क्या होते हैं स्मॉलकैप फंड

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

### स्मॉलकैप फंड में कौन करे निवेश

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

**खबर संक्षेप**

**कमल बने भाजपा कला सांस्कृतिक प्रकोष्ठ के सदस्य महम।** रागनी, गीत और भजन लेखक कमल सिंह पुट्टी को भारतीय जनता पार्टी ने कला एवं सांस्कृतिक प्रकोष्ठ का प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य बनाया है। कमल सिंह हिसार जिले के पुट्टी सैमाण गांव के रहने वाले हैं और उनका गांव महम क्षेत्र के साथ सटा हुआ है। उनका न केवल हिसार व रोहतक जिले में प्रभाव है, बल्कि वे पूरे हरियाणा में अपनी एक खास पहचान रखते हैं। उनकी नियुक्ति से पार्टी को काफी फायदा होगा। कमल सिंह ने अपनी नियुक्ति पर मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी समेत प्रदेश व जिला स्तर के सभी नेताओं का आभार जताया है।

**पूर्व मंत्री चलाएंगे डोर टू डोर अभियान**

रोहतक। पूर्व मंत्री व भाजपा के प्रवक्ता कृष्ण मूर्ति हुड्डा ने कहा कि रविवार को सुबह 9 बजे लाडौत व भैयापुर गांव में घर-घर जाकर भाजपा के लोकसभा के प्रत्याशी डॉ अरविन्द शर्मा के लिए वोट मांगेंगे। पूर्व मंत्री ने कहा कि पूर्व मुख्य मंत्री भूपेन्द्र सिंह हुड्डा व उनके सांसद पुत्र अपने 10 वर्ष के मुख्यमंत्री काल में हुए कामों के लिए वोट नहीं मांगें, बल्कि वह आगे चोहर लाने की बात कहकर वोट मांग कर लोगों को गुमराह कर रहे हैं।



**एसडीएम व एएसओ से मिले महम के व्यापारी**

महम। हरियाणा व्यापार मंडल की महम इकाई का प्रतिनिधिमंडल शहर में व्यापार समस्याओं के समाधान की मांग को लेकर एएसडीएम दलबीर सिंह फोगाट से मिला। इस दौरान उन्होंने शहर में पेयजल, साफ सफाई अन्य मूलभूत सुविधाओं की मांग को लेकर उनकी ज्ञान सौंपा। व्यापारियों की सुरक्षा को लेकर हरियाणा व्यापार मंडल के प्रदाधिकारियों ने महम के थाना प्रभारी से भी मुलाकात की।

**मॉडल स्कूल के विद्यार्थियों ने वेस्ट मैटिरियल से बनाए आकर्षक फूल**



महम। मॉडल स्कूल महम में 'आर्ट एंड क्राफ्ट एक्टिविटी' के तहत कक्षा तीसरी से दसवीं के सभी विद्यार्थियों ने वेस्ट पेपर से अलग-अलग डिजाइन के फूल बनाए। स्कूल प्राचार्या राजेश नांदल ने कहा कि बच्चों में छिपी प्रतिभा को उभारने के लिए एक प्लेटफार्म की आवश्यकता होती है और इस प्रकार की गतिविधियाँ बच्चों की प्रतिभा को निखारने में सहायक सिद्ध होती हैं। मॉडल एजुकेशन सोसाइटी के अध्यक्ष अजय कुमार तथा सचिव राजेश कुमार सहजाल ने विद्यालय में आयोजित होने वाली इस प्रकार की गतिविधियों की प्रशंसा करते हुए विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया।

**किसानों और आढ़तियों से भी की बातचीत**

**मंडल आयुक्त ने अनाज मंडी का किया निरीक्षण, फसल खरीद का लिया जायजा**

**अधिकारियों से मौके पर रिपोर्ट मांगी और आवश्यक दिशा निर्देश जारी किए**

हरिभूमि न्यूज रोहतक

मंडल आयुक्त संजीव वर्मा शनिवार को रोहतक की अनाज मंडी में पहुंचे और उन्होंने फसल खरीद कार्यों का जायजा लिया। अधिकारियों से मौके पर रिपोर्ट मांगी और आवश्यक दिशा निर्देश जारी किए। उन्होंने कहा कि मंडियों में किसानों को उपलब्ध करवाए जाने वाली मूलभूत सुविधाओं का आकलन करने के लिए वे रोहतक अनाज मंडी पहुंचे हैं। वर्मा ने कहा कि रबी खरीद सीजन में रोहतक जिले की मंडियों में समुचित प्रबंध किए गए हैं और किसानों को किसी भी तरह की परेशानी नहीं होने दी जाएगी। किसानों के लिए पेयजल, शौचालय, अटल कैटिन व विश्राम गृह आदि जैसी सभी मूलभूत सुविधाओं की व्यवस्था की गई है।

**फसलों का उचित मूल्य मिल रहा**

संजीव वर्मा ने कहा कि किसानों को उनकी फसलों का उचित मूल्य मिल



रोहतक। अनाज मंडी में फसल खरीद कार्यों का जायजा लेते मंडल आयुक्त संजीव वर्मा ।

**नमी की मात्रा सरसों में 8 व गेहूं में 12 प्रतिशत**

संजीव वर्मा ने नमी मापक यंत्र की भी जांच पड़ताल की। उन्होंने कहा कि सरकार की हिदायतों के अनुसार सरसों में नमी की निर्धारित मात्रा 8 प्रतिशत तथा गेहूं में 12 प्रतिशत होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि जिला प्रशासन द्वारा रबी खरीद सीजन के सुचारु संचालन के लिए एच डी जोडल अधिकारी व यातायात प्रबंधक नियुक्त किए जा चुके हैं। उन्होंने मंडियों से सरसों व गेहूं के उठान व भंडारण के बारे में रिपोर्ट ली और आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए। इस अवसर पर नगर निगम के संयुक्त आयुक्त विजय सिंह मलिक, मार्केट कमिटी सचिव देवेन्द्र दुल, वीरेंद्र सिंह व आदती एसोसिएशन के अधिकारी मौजूद थे।

रहा है और राशि का समय पर भुगतान किया जा रहा है। उठान का कार्य भी तय समय अनुसार सुचारु रूप से जारी है। उन्होंने कहा कि किसान अब जागरूक हैं और वह सभी नॉर्म पूरे करके अपनी फसल को मंडियों में ला रहे हैं। उन्होंने कहा कि आने वाले सप्ताह में गेहूं की आवक और बढ़ेगी। संजीव वर्मा ने मौके पर आदती संगठन के पदाधिकारी और मौके पर मौजूद किसानों से भी बातचीत की।



**गांवों में की फसल खराबे की जांच-पड़ताल**

मंडल आयुक्त संजीव वर्मा ने गांवों में की फसल खराबे की जांच-पड़ताल की। उन्होंने कहा कि भारी वर्षा में ओलावृष्टि से नष्ट हुई फसलों की मुआवजा राशि सीधे किसानों के बैंक खातों में जाएगी। प्रभावित किसानों को मुआवजा देने की भी प्रक्रिया तेजी से चल रही है। मंडल आयुक्त संजीव वर्मा ने गांव भालौत, आसान व कंसाला में पहुंचकर रबी फसलों के नुकसान की जांच पड़ताल की। नुकसान का आकलन करके मौके पर ही राजस्व विभाग के अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश भी जारी किए गए। जांच पड़ताल के दौरान गांव भालौत के 1200 एकड़ कृषि क्षेत्र में 50 से 75 प्रतिशत तथा आसान में 1800 एकड़ में 76 से 100 फीसदी तक नुकसान का आकलन किया गया। इसी प्रकार से गांव कंसाला के लगभग 2100 एकड़ कृषि क्षेत्र में भी 76 से 100 प्रतिशत खराबे का आकलन किया गया। इस अवसर पर तहसीलदार राजेश कुमार व नायब तहसीलदार बंसीलाल बांगड़ सहित राजस्व विभाग के अधिकारी व कर्मचारी मौजूद रहे।



**स्लोगन में मधुबाला प्रथम**

हरिभूमि न्यूज रोहतक  
पोस्टर, रंगोली, योगा, नृत्य एवं भाषण प्रतियोगिता शामिल रही। मधुबाला ने सभी प्रतियोगिताओं में सहभागिता करते हुए स्लोगन प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त किया। महाविद्यालय पहुंचने पर प्राचार्य डॉ. अनिल कुमार तनेजा ने एनएसएस प्रोग्राम ऑफिसर्स व मधुबाला को बधाई दी। उन्होंने कहा कि ऐसे गतिविधियों से विद्यार्थियों को व्यक्तिगत विकास के अनेकों अवसर मिलते हैं, साथ ही ताकिक शक्ति व आत्मविकास भी बढ़ता है।



**ओंकार दीक्षा के साथ एक नए बसंत की शुरुआत**

रोहतक। ओशोधारा नानक धाम गुरुद्वारा आश्रम से समर्थगुरु सिद्धार्थ ओलिया ने ऑनलाइन आकर रोहतक के 42 नए साधकों को ओंकार दीक्षा दी। समर्थगुरु ने अपने अध्यात्मिक संदेश में कहा कि ओंकार दीक्षा के साथ ही साधकों के जीवन में एक नए बसंत की शुरुआत हुई है। उन्होंने ओंकार की डोर पकड़कर आध्यात्मिक यात्रा को निरंतर आगे बढ़ाने के लिए साधकों को अग्रिम शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर आचार्य एकंता, अमित सिंहाण, दलशेर मलिक, ओशोधारा के सैनिकर साधक राजू स्वामी, ओंकार, अनाहद, डॉ. परमवीर, प्रिंसिपल वेद प्रकाश श्योरण, नरेश मलिक, सोमबीर, विजय बोहर, अजय देशवाल, अजय जोगड़ा इत्यादि मौजूद रहे।

**देश में ग्रीन जॉब्स के लिए सस्टेनेबल स्टार्टअप की जरूरत है: नवीन कुमार**

हरिभूमि न्यूज रोहतक

वैश्य महाविद्यालय में कला संकाय के तत्वाधान में उच्चतर शिक्षा विभाग पंचकुला हरियाणा से अनुमोदित एक दिवसीय ऑनलाइन राष्ट्रीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया। जिसका विषय 'सतत विकास मुद्दे और चुनौतियाँ' रहा। कार्यक्रम का शुरुआत वैश्य शिक्षण संस्था के प्रधान नवीन कुमार जैन एवं सहसचिव श्याम लाल गर्ग ने किया। उन्होंने कहा कि देश में ग्रीन जॉब्स के लिए सस्टेनेबल स्टार्टअप की जरूरत है। प्राचार्य डॉ. संजय गुप्ता ने संगोष्ठी के विषय से सभी प्रतिभागियों को रूबरू करवाया। प्रथम सत्र में बतौर को-नेट स्पीकर महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के रिटायर्ड प्रो. डॉ. अंजना गर्ग, लोक



रोहतक। कार्यक्रम का दीप जलाकर शुभारंभ करते हुए वैश्य शिक्षण संस्था के प्रधान नवीन कुमार जैन व सहसचिव, श्याम लाल गर्ग ।

प्रशासन विभाग ने सतत विकास पर बहुत ही उम्दा व प्रभावी जानकारी दी। साथ ही बतौर चेयरपर्सन डॉ. आरपी गर्ग, डॉन, प्रोफेसर एंड डायरेक्टर, शारीरिक शिक्षा विभाग महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय ने प्रतिभागियों को ओजस्वी वाणी में प्रभावपूर्ण जानकारी प्रदान की। द्वितीय सत्र में बतौर रिसोर्स परसन डॉ. बीन सांगवान, भूगोल विभाग, महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय एवं चेयर पर्सन प्राचार्या डॉ. तरुणा मलहोत्रा, वैश्य एजुकेशन कॉलेज रहे। उन्होंने सतत विकास से जुड़े कुछ ऐसे मुद्दों से रूबरू करवाया, जिससे सभी प्रतिभागियों अपना ज्ञानवर्धन किया।

**दर्शकों के मनोविज्ञान को भी समझने की जरूरत**

सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश की समझ के साथ-साथ जनमानस तथा दर्शकों के मनोविज्ञान को भी समझने की जरूरत

हरिभूमि न्यूज रोहतक

प्रभावी फिल्म निर्माण तथा वृत्त चित्र निर्माण के लिए सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश की समझ के साथ-साथ जनमानस तथा दर्शकों के मनोविज्ञान को भी समझने की जरूरत है। साथ ही फिल्म मेंकिंग के तकनीकी व्याकरण को भी पकड़ लेनी चाहिए। आज प्रतिष्ठित फिल्म निदेशक, संचारकर्ता राकेश अंदानिया ने यह मंत्र महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग में आयोजित कार्यशाला में विद्यार्थियों के साथ सांझा की। एमडीयू पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग के प्रतिष्ठित एलुमनस, राष्ट्रीय विज्ञान संचार फिल्म



रोहतक। आयोजित कार्यशाला में विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए मुख्य वक्ता राकेश अंदानिया, आयोजित कार्यशाला में शामिल पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग के शोधार्थी-विद्यार्थी।

पुरस्कार विजेता राकेश अंदानिया ने शनिवार को कार्यशाला में टीवी कार्यक्रम प्रोडक्शन तथा फिल्म निर्माण के तकनीकी पहलुओं की विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने कैमरा वर्क, विभिन्न प्रकार के कैमरा शॉट्स, संपादन के मूल तत्व, फोटोग्राफी विधा समेत प्रस्तुतीकरण के विविध पहलुओं को ऑडियो विजुअल प्रेजेंटेशन के जरिए सांझा किया। राकेश अंदानिया ने

नैरेशन के प्रभावी विजुअल जेनरेशन पर विशेष जोर दिया। कार्यक्रम के प्रारंभ में कुमार ने कार्यशाला के उद्देश्य बारे बताया। उन्होंने कहा कि ये कार्यशाला विद्यार्थियों को टीवी कार्यक्रम निर्माण तथा फिल्म मेंकिंग की तकनीकी ज्ञान समेत प्रस्तुतीकरण के विविध पहलुओं को ऑडियो विजुअल प्रेजेंटेशन के जरिए सांझा किया। राकेश अंदानिया ने

विद्यार्थियों में टेक्निकल प्रोडक्शन वर्क की समझ विकसित हुई है। प्रो. हीरेश ने कहा कि भविष्य में विभागीय विद्यार्थियों से लघु फिल्मों निर्मित करवाई जाएंगी। प्राध्यापक सुनित मुखर्जी ने आभार प्रदर्शन किया। उन्होंने कहा कि पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग में भविष्य में कैपीसिटी बिल्डिंग कार्यशालाओं का आयोजन किया जाएगा।

**मनरेगा कर्मियों ने सम्मेलन बुलाकर लोकसभा चुनाव में कांग्रेस के समर्थन का किया ऐलान**

हरिभूमि न्यूज रोहतक

कांग्रेस की ओर से मनरेगा मेट मजदूर श्रमिक सम्मेलन का आयोजन हुआ। इसमें प्रदेशभर से आए मनरेगा कर्मियों ने लोकसभा चुनाव में कांग्रेस के समर्थन का ऐलान किया। सम्मेलन को हरियाणा कांग्रेस अध्यक्ष चौधरी उदयभान और राज्यसभा सांसद दीपेंद्र सिंह हुड्डा ने संबोधित किया। मनरेगा कर्मियों ने रोहतक से दीपेंद्र हुड्डा को रिकार्ड मतों के साथ जितवाने का उद्घोष किया। चौधरी उदयभान ने कहा कि आर्टीआई, राइट टू फूड और मनरेगा जैसी योजनाएं कांग्रेस की देन हैं। क्योंकि गरीब, दलित, पिछड़े और वंचितों को प्रोत्साहन देना कांग्रेस की रीति और नीति है। सम्मेलन में



रोहतक। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए राज्यसभा सांसद दीपेंद्र सिंह हुड्डा।

विधायक भारत भूषण बतरा, शकुंतला खटक, बलबीर वाल्मीकि, मनरेगा व भवन निर्माण यूनियन के प्रदेश प्रभारी सज्जन, प्रदेश अध्यक्ष मनरेगा मजदूर समुद्र सिंह, प्रधान जितेंद्र, कीर्तन यूनियन टोहाना प्रधान सूरजभान कामरेड, दिलबाग कलावत, रामभज, दीपक पंडित, सुमित खत्री, धर्मवीर, नीटू, प्रदीप

लंबरदार, बिल्लू, राकेश, धर्मेंद्र, बिट्टू, रामायण, बलवान रंगा, नरेश वाल्मिकी, सुनील मेडल, बलजीत वरिया, अनिल बंसल, राम बहादुर, श्यामलाल, राकेश, रामदुलारी, मंसौर, मुकेश, बर्बन, मुन्ना भाई, सीमा, पूनम करमगढ़, पूजा, मेजर टेकेदार, ईश्वर, दीपू समेत के कई वरिष्ठ नेता भी मौजूद रहे।

**व्यक्तिगत परेशानियां, रिलेशनशिप मामले आदि बन रहे आत्महत्या का कारण**

हरिभूमि न्यूज रोहतक

महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के चौधरी रणबीर सिंह इंस्टीट्यूट ऑफ सोशल एंड इकोनॉमिक चेंज के तत्वावधान में शनिवार को विश्व स्वास्थ्य दिवस के पूर्व दिवस पर आत्महत्या के सामाजिक पर्यावरणीय कारणों पर विशेष व्याख्यान का आयोजित किया गया। राजस्थान से प्रतिष्ठित समाजशास्त्री डॉ. ऋतु सारस्वत ने इस कार्यक्रम में मुख्य व्याख्यान दिया। भारतीय चुनावों पर परिषद की अध्यक्ष डॉ. शरणजीत कौर ने इस विशेष व्याख्यान कार्यक्रम की अध्यक्षता की। डॉ. शरणजीत कौर ने कहा कि मन की बात की साझेदारी अवश्य करें। सोशल कनेक्टिविटी के महत्व को डॉ. शरणजीत कौर ने विशेष रूप से रेखांकित किया। विशेषज्ञ वक्ता डॉ. ऋतु सारस्वत ने

कहा कि व्यक्तिगत परेशानियां, रिलेशनशिप मामले, आपसी विश्वास कमी, मनमुटाव आदि आत्महत्या का कारण बनते जा रहे हैं। समाज में बढ़ रहे तनाव-अवसाद के कारणों की चर्चा करते हुए ऋतु सारस्वत ने कहा कि जरूरत है कि आज पारिवारिक जुड़ाव बेहद जरूरी है। निदेशिका सीआरएसआई प्रो. सोनिया मलिक ने स्वागत भाषण दिया। प्रो. सोनिया मलिक ने कहा कि जरूरत है कि आत्महत्या की प्रवृत्ति रोकने के लिए मनोवैज्ञानिक पहल जरूरी है। आभार प्रदर्शन डॉ. नीरजा अहलावत ने किया। मंच संचालन प्राध्यापिका डॉ. महक डांगी ने किया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय शैक्षणिक विभागों के अध्यक्ष, प्राध्यापकगण, शास्त्रालय निदेशक, सुरप्रवाहजन, शोधार्थी, एनएसएस तथा वाईआरसी वालंटियर्स उपस्थित रहे।

**जजपा कार्यकर्ताओं ने देवीलाल की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर किया नमन**

**किसान, मजदूर व कमेरा वर्ग के मसीहा थे देवीलाल**

हरिभूमि न्यूज रोहतक

जननायक जनता पार्टी द्वारा पूर्व उपप्रधानमंत्री स्व. चौधरी देवीलाल की पुण्यतिथि के अवसर पर सेक्टर एक स्थित ताऊदेवी लाल पार्क में हवन यज्ञ का आयोजन किया गया। सर्व प्रथम जजपा कार्यकर्ताओं ने ताऊ देवीलाल की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर नमन किया। इस अवसर पर जजपा पार्टी के कानून प्रकोष्ठ के प्रदेश अध्यक्ष बलवान सुहाग ने कहा कि चौधरी देवीलाल किसान, मजदूर व कमेरा वर्ग के मसीहा थे। उन्होंने कहा कि ताऊ देवीलाल ने ही देश में बुजुर्गों के लिए सम्मान के लिए सौ



रोहतक। पूर्व उपप्रधानमंत्री स्व. चौधरी देवीलाल की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर नमन करते हुए जननायक जनता पार्टी के कार्यकर्ता।

रूपये मासिक पेंशन की शुरुआत की और किसानों के कर्ज माफ सहित अनेक जनकल्याणकारी योजनाएं लागू की। साथ ही किसान, मजदूर और कमेरो के हक के लिए आवाज बुलंद की। बलवान सुहाग ने कहा कि ताऊ देवीलाल के सिद्धांतों पर ही जननायक जनता पार्टी प्रदेश में काम कर रही है। इस अवसर पर जजपा जिला प्रवक्ता फूल सिंह राणा, जीतेन्द्र बल्लार, मनोज बालंद, राजन बोहत, मीना मकडौली, रविन्द्र बखेता, सुरेन्द्र बल्लार, जोगेंद्र हुड्डा, डॉ. प्रीत सिंह, डॉ. रमेश नांदल, नरेन्द्र फोगाट, राजेश राठी, अजय इंदौरा, काला खेडी साध, जगदीश प्रमुख रूप से मौजूद रहे।

**Top-in-Town रोहतक बाजार**  
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें: विज्ञापन विभाग, हरिभूमि कार्यालय, नजदीक इण्डर पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक  
मो. 9996959400, 9996985800, 9996965600, 9996954600

**मानसरोवर हॉस्पिटल**  
**REQUIRES**  
❖ COMPUTER OPERATOR (F) 4  
❖ COMPUTER OPERATOR (M) 4  
❖ ACCOUNTANT 1  
❖ RECEPTIONIST 2  
नजदीक पी.एन.बी. बैंक, विकास नगर के सामने, सोनीपत रोड, रोहतक  
Tel. :- +91-1262-253500 Mobile: 9254302848, 9053005599

**JOIN CRASH/1YEAR COURSE**  
**CUET**  
SCIENCE | HUMANITIES | COMMERCE | APTITUDE  
**IPM (5 Years MBA)**  
**IIM** Rohtak, Indore, Jammu, Ranchi, Bodhgaya  
**T.I.M.E.** D-Park, Delhi Road  
Triumphant Institute of Management Education Pvt. Ltd. 9215598698

खबर संक्षेप



रस्साकशी में रजत और गीनाक्षी की टीम प्रथम

रोहतक। पंडित नेकीराम शर्मा राजकीय महाविद्यालय में रस्साकशी प्रतियोगिता में पुरुष एवं महिला वर्ग की टीमों में भाग लिया। जिसमें पुरुष वर्ग में रजत जाखड़ की टीम और महिला वर्ग में गीनाक्षी की टीम विजयी रही। इसके अलावा दो दिवसीय क्रिकेट प्रतियोगिता में चार शिक्षण एवं गैर शिक्षण स्टाफ की टीम ने शिरकत की। शनिवार को डॉ. प्रदीप मलिक की टीम ने डॉ. अनिल की टीम को दो विकेट से पराजित कर जीत हासिल की। प्राचार्य डॉ. लोकेश बलहारा ने सर्वश्रेष्ठ गेंदबाज के तौर पर दीपक, सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाज प्रवीण हुड्डा और प्रिंस को मैन ऑफ द सीरीज की ट्रॉफी देकर सम्मानित किया।



मतदातान के प्रति जागरूक किया

रोहतक। उपायुक्त एवं जिला निर्वाचन अधिकारी अजय कुमार (आईएस) के मार्गदर्शन में मतदाताओं को जागरूक करने के लिए सिस्टमेटिक वोटर्स एजुकेशन एंड इलेक्टोरल पार्टिसिपेशन (स्वीप) अभियान जोर-शोर से चलाया जा रहा है। एडीसी एवं स्वीप की नोडल अधिकारी वैशाली सिंह (आईएस) के दिशा निर्देशानुसार शनिवार को भी विभिन्न स्थानों पर मतदाताओं को जागरूक करने के लिए कार्यक्रम आयोजित किए गए।

**बीजेपी ने स्थापना दिवस पर निकाली बाइक रैली सांपला।** बीजेपी ने शनिवार को कस्बे में बाइक रैली निकालकर स्थापना दिवस मनाया। रैली को प्रदेश उपाध्यक्ष सतीश नांदल ने झंडी दिखाकर रवाना किया। इस मौके पर मौके पर ब्लॉक समिति के अध्यक्ष टीनु खत्री, रमेश बोहर, उपाध्यक्ष अभिनंदन, नगर पालिका अध्यक्ष प्रतिनिधि विजेंद्र नंबरदार, पार्षद राजेश पोषी, संदीप वालिया, जितेंद्र, पवन, हेमंत, संजीव, मनोज, आजाद, कुलदीप, श्री भगवान, ऋषि पाल व अन्य मौजूद रहे।

भाजपा कार्यकर्ताओं ने सांसद रामचंद्र जांगडा के साथ उनके आवास पर मनाया पार्टी का स्थापना दिवस

महम। भाजपा कार्यकर्ताओं ने महम में पार्टी का स्थापना दिवस धूमधाम से मनाया। इस दौरान राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगडा के काठमंडी स्थित आवास पर हवन किया गया। जिसमें भाजपा के चरिष्ठ नेता महंत सतीश दास भी शामिल हुए। इस दौरान भाजपा कार्यकर्ताओं ने विश्व शांति की मंगलकामना की। राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगडा के साथ पार्टी कार्यकर्ताओं ने राज्यसभा सांसद के स्थानीय कार्यालय की छत पर भाजपा का झंडा भी फहराया। सांसद जांगडा ने कहा कि संघर्ष, सुशासन और विकास के 44 साल पूरे हुए हैं।

**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 नंबरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-  
**हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक ऑफिस नं. : 9253681019-20, फोन : 9253681010, 9253681005**

**मृत्यु अंत नहीं है**  
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है आत्मा पथ प्रदर्शक है।  
**हरिभूमि** राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक  
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।  
**तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश**  
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन **हरिभूमि** के माध्यम से  
साईज वि. संस्करण विशेष छूट राशि  
5 X 8 से.मी स्थानीय संस्करण के ₹. 2500/-  
10X 8 से.मी अन्तर के प्रष्ठ पर ₹. 3000/-  
+5% GST Extra  
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए काई रेट लागू।  
**अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें**  
सिटी कार्यालय : हरिभूमि, कृषि विज्ञान केंद्र के सामने, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9998959340  
मुख्य कार्यालय : हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9253681019-20

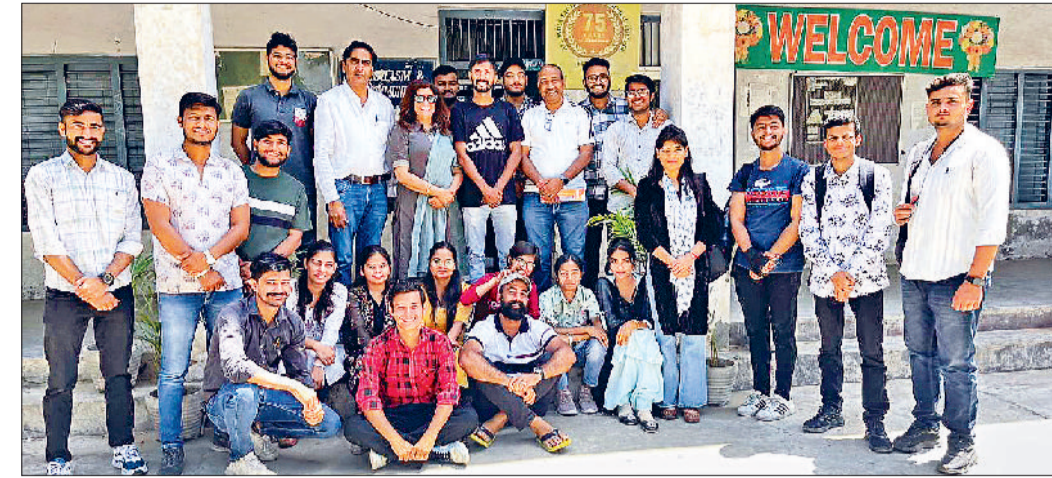
विदेशों में भ्रमण के लिए सांकेतिक भाषा पर पकड़ होना जरूरी: अज्यू देशवाल

अखिल भारतीय जाट सुरमा स्मारक महाविद्यालय में शनिवार को पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग में विशेष व्याख्यान का आयोजन हुआ

19 देशों में साइकिल पर यात्रा कर चुके साइकिलिस्ट एवं जाट कॉलेज के पूर्व छात्र अज्यू देशवाल ने विद्यार्थियों को किया संबोधित

पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग की कोऑर्डिनेटर डॉ. मुनीष नांदल और विभाग के अध्यक्ष डॉ. जसमेर सिंह, डॉ. अजय कुमार, डॉ. प्रदीप बलहारा, डॉ. शमशेर धनखड़ ने बधाई दी

हरिभूमि न्यूज ॥ रोहतक



रोहतक। छात्र को सम्मानित करती पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग की कोऑर्डिनेटर डॉ. मुनीष नांदल व अन्य शिक्षकगण। फोटो: हरिभूमि

अखिल भारतीय जाट सुरमा स्मारक महाविद्यालय में शनिवार को पत्रकारिता

एवं जनसंचार विभाग में विशेष व्याख्यान का आयोजन हुआ, जिसमें 19 देशों में

साइकिल पर यात्रा कर चुके अंतरराष्ट्रीय साइकिलिस्ट एवं जाट कॉलेज के पूर्व छात्र

अज्यू देशवाल ने विद्यार्थियों को साइकिलिंग में विदेशों की यात्रा के

अब गांवों में भी पहुंचे चैन स्नेचर युवक से 7 तोले की चैन झपटी दो बदमाशों ने दिया वारदात को अंजाम, कैमरे में कैद हुए आरोपित

हरिभूमि न्यूज ॥ रोहतक

जिले में लंबे समय से शांत झपटमार एक बार फिर से सक्रिय हो गए हैं। बीस दिनों में एक के बाद एक कई वारदातों को अंजाम दे दिया गया। शहर के साथ गांवों तक स्नेचर पहुंच गए हैं। शनिवार को गांव भालौठ में दो बदमाश एक व्यक्ति के गले से करीब साढ़े 7 तोले की सोने की चैन तोड़ ले गए। बदमाश वहां लगे सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गए। जो मात्र 10 सेकेंड में चोरी करके फरार होते दिखाई दे रहे हैं। वहीं, सांपला में बुधवार की रात को दो स्कूटी सवार दो युवक 70 हजार रुपये लूट कर ले गए थे। साथ ही 19 मार्च को सेक्टर-2 से एक महिला के गले से 15 ग्राम की सोने की चैन तोड़कर ले गए थे। जबकि अमृत कॉलोनी में बदमाश रेहड़ी चालक से 8 हजार की नकदी छीनकर ले गए। पुलिस ने सभी आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज करके मामले की जांच शुरू कर दी है।  
**वारदात-1:** गांव भालौठ निवासी मंजीत ने आईएमटी पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 5 अप्रैल की शाम को अपने प्लाट में गया हुआ था। प्लाट से करीब 7 बजकर 40 मिनट पर अपने घर आ गया। इसी दौरान जब घर के सामने मोटरसाइकिल खड़ी करने लगा तो पीछे से एक मोटरसाइकिल पर सवार होकर आए दो युवकों ने उसके गले से सोने की चैन छीनकर फरार हो गए। उन्होंने बताया कि यह वारदात वहां लगे सीसीटीवी कैमरे में भी कैद



रोहतक। भालौठ में चैन स्नेचर सीसीटीवी में हुए कैद। फोटो: हरिभूमि

हो गई। जिसमें आरोपी छीनाझपटी करते व भागते हुए दिखाई दे रहे हैं। दोनों आरोपी युवक का पीछा करते हुए मोटरसाइकिल पर आए। उनमें से एक युवक मोटरसाइकिल पर ही रहा और दूसरा चैन छीन ले गया। जब उसने चैन छीनने के बाद पीछे मुड़कर देखा तो दोनों मोटरसाइकिल पर बैठकर फरार हो गए। पुलिस को दी शिकायत में बताया कि जिस युवक ने चैन तोड़ी वह कैप पहने हुए था। वहीं, मोटरसाइकिल सवार हेलमेट पहने हुए था। रात का समय होने के कारण चेहरा सफा नहीं दिखाई दिया। मंजीत ने बताया कि उसकी चैन करीब साढ़े 7 तोले की थी, जिसकी कीमत 3 लाख रुपये से अधिक थी। पुलिस ने अज्ञात युवकों के खिलाफ केस दर्ज करके जांच शुरू कर दी।  
**वारदात-2:** सांपला निवासी नीतु ने सांपला थाना पुलिस में दी शिकायत में बताया कि उनकी बाजार में किरायणा की दुकान है। वे बुधवार रात को दुकान से करीब 70 हजार रुपये लेकर घर के लिए चली थीं। वह अपने

वारदात-3: रात 11 बजे छीने आठ हजार रुपये

गढ़ी मोहल्ला निवासी ने दी शिकायत में बताया कि वह 15 साल से अमृत कॉलोनी में शिव मंदिर के पास बिजली वाले के नजदीक किराए पर रहता है। 24 मार्च की रात करीब 11 बजे सब्जी की रेहड़ी अपने भाई के मकान पर खड़ी करके वापस अपने कमरे में जा रहा था। रास्ते में परचूण की दुकान के सामने तीन बाइक सवार युवकों ने उसे रोक लिया। साथ ही जेब से आठ हजार रुपये की नकदी निकाल कर ले गए। उसने बाइक सवार युवकों का पीछा करने का प्रयास किया, लेकिन वह गिरकर घायल हो गया।  
**वारदात-4:** सेक्टर 2 निवासी नीलम ने 19 मार्च को पुलिस को शिकायत दर्ज कराई थी कि शाम वह त्रिवेणी पार्क के सामने वाले रोड पर घूम रही थी। मकान नंबर 1226 के सामने पहुंची तो सामने से एक स्कूटी सवार आया, जिसने हेलमेट लगा रखा था। आरोपी झपटा मारकर 15 ग्राम सोने की चैन तोड़कर ले गया। जबकि चैन का लॉक टूट कर गिर गया, जो उसने उठा लिया। वह आरोपी का चेहरा नहीं देख सकी।

हरकी देवी कॉलोनी में प्रॉपर्टी डीलर के घर में चोरी

रोहतक। हरकी देवी कॉलोनी में प्रॉपर्टी डीलर के घर चोरी का मामला सामने आया है। घटना उस समय हुई, जब परिवार बाहर गया हुआ था और मकान बंद था। पीछे से अज्ञात युवकों ने घर में घुसकर ताले तोड़े। वहीं चोरी करके फरार हो गए। इसका पता लगते ही घटना को सूचना पुलिस को दे दी। पुलिस ने मामला दर्ज करके जांच शुरू कर दी। हरकी देवी कॉलोनी निवासी मनोज कुमार ने अर्बन एस्टेट थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह प्रॉपर्टी डीलर का काम करता है। 4 अप्रैल को सुबह वह अपने परिवार के साथ बाहर गया था। वहीं 4 अप्रैल को ही वापस घर आ गया। इसके बाद वह करीब 12 बजे काम से सिरसा चला गया। वहां से 5 अप्रैल को वापस आया। पुलिस को बताया कि घर आकर देखा तो उसके घर के ताले टूटे पड़े थे। वहां सारा सामान छिपरा हुआ था। जब चैक किया तो पाया कि उसके कमरे में रबी 2 अलमारियों से करीब सवा लाख रुपये व 7-8 तोले सोने के आभूषण चोरी मिले। इसके अलावा अन्य सामान किया गया है। इसकी सूचना पुलिस को दे दी। पुलिस ने केस दर्ज करके मामले की जांच शुरू कर दी है।

घर स्कूटी पर जा रही थी। उसके साथ उसका करीब 10 वर्षीय बेटा चौकू भी था। जब वे घर के बाहर पहुंचे और दरवाजा खोलने लगीं। उनका बैग स्कूटी में आगे रखा हुआ था, जिसमें कैश, मोबाइल फोन व अन्य वस्तुएं जेब में थीं। उसका बेटा चौकू स्कूटी पर बैठा

हुआ था। नीतु ने बताया कि इसी दौरान 2 युवक स्कूटी पर सवार होकर आए। उनमें से एक युवक ने मुंह ढका हुआ था। एक आरोपी युवक ने उसके बेटे से बैग छीन लिया और वहां से भाग गए। सांपला पुलिस ने केस दर्ज करके मामले की जांच शुरू कर दी।

मुकेश नैनकवाल ने साइकिलिंग करने के फायदे बताए

साइकिलिस्ट मुकेश नैनकवाल ने भी विद्यार्थियों को साइकिलिंग करने के फायदे बताए। इस दौरान पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग की कोऑर्डिनेटर डॉ. मुनीष नांदल और विभाग के अध्यक्ष डॉ. जसमेर सिंह, डॉ. अजय कुमार, डॉ. प्रदीप बलहारा, डॉ. शमशेर धनखड़ ने बधाई दी। साइकिलिस्ट अज्यू देशवाल ने बताया कि वे अब तक छोटे-बड़े 19 देशों में साइकिल के माध्यम से यात्रा कर चुके हैं। इस दौरान वे इन देशों में पर्यावरण संरक्षण, जल संरक्षण और पौधारोपण जैसे कार्यों के लिए वहां के लोगों को प्रेरित तो करते हैं बल्कि कई देशों में पौधारोपण भी स्थानीय लोगों के साथ मिलकर किया है। उन्होंने विद्यार्थियों से कहा कि आप भाषा के साथ-साथ सांकेतिक भाषा में भी निपुण होना जरूरी है। क्योंकि जहां भाषा से कार्य पूर्ण नहीं होता वहां सांकेतिक भाषा संवाद करने में सबसे बेहतर होती है। उन्होंने कहा कि अब तक वे लाइबेरिया, श्रीलियोन, गीनी कोनोकी, गाबिया, सेनेगल, सिंगापुर, मलेथिया, इंडोनेशिया, नेपाल, भूटान के साथ-साथ विश्व के कई देशों में साइकिल के माध्यम से अपनी यात्रा कर रहे हैं। जल बचाने, उसे प्रदूषित न करने और पौधारोपण करने के साथ-साथ जलजनित बीमारियों से बचाव के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए भारत के कई राज्यों में 85 हजार से अधिक किलोमीटर साइकिलिंग कर चुके मुकेश नैनकवाल ने कहा कि आप अपना ब्रेस्ट जिसमें दे सकते हैं वही आपके लिए बेहतर होगा लगन हो इच्छा होनी चाहिए। इस दौरान डॉ. जसमेर सिंह, डॉ. अजय कुमार, डॉ. प्रदीप बलहारा, डॉ. शमशेर धनखड़, मुकेश नैनकवाल भी उपस्थित रहे।

व्यक्तिगत अनुभव साझा किए और फायदों के बारे में अवगत कराकर विद्यार्थियों को साइकिलिंग से होने वाले साइकिलिंग के लिए प्रेरित किया।



रोहतक। आरोपित पुलिस की गिरफ्त में। फोटो: हरिभूमि

स्नैचिंग के मामले में 5 हजार रुपये का इनामी वांछित आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ॥ रोहतक

पुलिस की टीम ने सनसिटी के पास चार युवकों के साथ हुई स्नैचिंग की वारदात में 5 हजार रुपये अति वांछित आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी को कोर्ट में पेश किया गया है। सीआईए-2 प्रभारी आजाद सिंह ने बताया कि नेपाल हाल किराएदार सेक्टर-3 निवासी प्रेम की शिकायत पर केस दर्ज किया गया था। जांच में सामने आया कि प्रेम खाना बनाने का काम करता है। 26 अगस्त 2023 को प्रेम अपने दोस्त प्रवेश, नरेश व नदीम के साथ सनसिटी में काम कर वापिस अपने घर की तरफ आ रहे थे। प्रेम अपने दोस्तों के साथ जब सनसिटी सेक्टर-34 पानी पम्प के सामने बने तालाब के पास पहुंचे तो दो मोटरसाइकिल पर सवार चार युवक मुंह पर कपड़ा बांधे हुए आए। चारों युवकों ने प्रेम व उसके दोस्तों का रास्ता रोककर थपड़ मारकर प्रेम व उसके दोस्तों के पर्स छीनकर मौके से भाग गए। प्रेम के पर्स में 18 हजार रुपये, प्रवेश के पर्स में 2 हजार रुपये, नरेश के पर्स में 500 रुपये व नदीम के पर्स में 1 हजार रुपये व सभी के आधार कार्ड मौजूद थे। जांच के दौरान 5 अप्रैल को 5 हजार रुपये इनामी अति वांछित आरोपी श्याम उर्फ टाइगर निवासी मकडौली कला को गिरफ्तार किया गया है। आरोपी पुलिस की अति वांछित सूची में शामिल है और आरोपी पर जिला पुलिस द्वारा 5 हजार रुपये का इनाम रखा हुआ है।

भाजपा कार्यकर्ताओं ने सांसद रामचंद्र जांगडा के साथ उनके आवास पर मनाया पार्टी का स्थापना दिवस

महम। भाजपा कार्यकर्ताओं ने महम में पार्टी का स्थापना दिवस धूमधाम से मनाया। इस दौरान राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगडा के काठमंडी स्थित आवास पर हवन किया गया। जिसमें भाजपा के चरिष्ठ नेता महंत सतीश दास भी शामिल हुए। इस दौरान भाजपा कार्यकर्ताओं ने विश्व शांति की मंगलकामना की। राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगडा के साथ पार्टी कार्यकर्ताओं ने राज्यसभा सांसद के स्थानीय कार्यालय की छत पर भाजपा का झंडा भी फहराया। सांसद जांगडा ने कहा कि संघर्ष, सुशासन और विकास के 44 साल पूरे हुए हैं।

**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 नंबरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-  
**हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक ऑफिस नं. : 9253681019-20, फोन : 9253681010, 9253681005**

**मृत्यु अंत नहीं है**  
मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती मृत्यु एक पथ है, जीवन एक यात्रा है आत्मा पथ प्रदर्शक है।  
**हरिभूमि** राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक  
इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।  
**तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश**  
आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन **हरिभूमि** के माध्यम से  
साईज वि. संस्करण विशेष छूट राशि  
5 X 8 से.मी स्थानीय संस्करण के ₹. 2500/-  
10X 8 से.मी अन्तर के प्रष्ठ पर ₹. 3000/-  
+5% GST Extra  
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए काई रेट लागू।  
**अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें**  
सिटी कार्यालय : हरिभूमि, कृषि विज्ञान केंद्र के सामने, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9998959340  
मुख्य कार्यालय : हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9253681019-20

भाजपा ने मनाया स्थापना दिवस

हरिभूमि न्यूज ॥ रोहतक

रोहतक विधानसभा के हुडा कॉम्प्लेक्स स्थित कार्यालय पर भारतीय जनता पार्टी के 45 वें स्थापना दिवस पर भाजपा के वरिष्ठ नेता एवं पूर्व सहकारिता मंत्री मनीष कुमार श्रोवर ने सैकड़ों कार्यकर्ताओं के साथ विधानसभा कार्यालय पर झंडा फहराया। उन्होंने अपने संबोधन में बताया कि 6 अप्रैल 1980 को पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय अटल बिहारी वाजपेयी के नेतृत्व में भारतीय जनता पार्टी की स्थापना हुई। कितने संघर्षों के बाद आज भारतीय जनता पार्टी देश की सबसे बड़ी पार्टी बन गई। 2 सांसदों से चली पार्टी आज 303 सांसदों तक पहुंची। अब लोकसभा के आम चुनावों में देश के प्रधानमंत्री ने जो नारा दिया अब की बार 400 पार।



रोहतक। भाजपा नेता स्थापना दिवस मनाते हुए। फोटो: हरिभूमि

देश की जनता ने अब की बार मन बना लिया है कि देश का भला भारतीय जनता पार्टी ही कर सकती है। उन्होंने कहा कि आज देश के हर बूथ पर कार्यकर्ताओं ने पार्टी का झंडा लगवाया। कार्यक्रम में पार्टी के प्रदेश उपाध्यक्ष सतीश नांदल, रोहतक विधानसभा के प्रभारी रमेश भाटिया, रोहतक विधानसभा के संयोजक ओम प्रकाश बागड़ी, तीनों मंडलों के अध्यक्ष अशोक सहगल, राजीव भांकर, जय भगवान जांगड़ा, मंडलों के महामंत्री मनोज मक्कड़, संजय वर्मा, रंकी सहगल, प्रशांत राणा, सुरेश किराड़ पूर्व पार्षद, अशोक खुराना, अशोक कथूरिया, सरिता नारायण पूर्व विधायक उपस्थित रहे।

इंडस स्कूल के 'टैलेंट हंट' में बच्चों ने किया शानदार प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ॥ रोहतक

इंडस पब्लिक स्कूल में शनिवार को साप्ताहिक रचनात्मक गतिविधियों में कक्षा तीसरी के छात्रों के लिए अंतर कक्षा प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें नृत्य, गायन, कविता, ड्राइंग, स्केटिंग, दोहे, श्लोक आदि शामिल रहे। सभी प्रतिभाशाली छात्रों ने एक से बढ़कर एक अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। विद्यालय की डायरेक्टर प्रधानाचार्या डॉ. सुषमा झा ने कहा कि छोटे बच्चों में अपार प्रतिभा छिपी होती है और उनके आंतरिक गुणों को निखारने के लिए इस प्रतियोगिता को आयोजित किया गया है विद्यालय निदेशिका डॉ. एकता सिंधु ने कहा कि इस



रोहतक। प्रतिभाशाली विद्यार्थियों के साथ विद्यालय की डायरेक्टर प्रधानाचार्या डॉ. सुषमा झा। फोटो: हरिभूमि

गतिविधि के पीछे मुख्य उद्देश्य छात्रों के बीच मंच के डर को दूर करना व उनका आत्मविश्वास बढ़ाने में उनकी मदद करना है। सभी अध्यापकगण उनकी प्रतिभा से मंत्रमुग्ध थे।

स्वामी निरंजन गिरी की पुण्यतिथि पर लगा रक्तदान शिविर खेड़ी महम के शिवानंद आश्रम में 185 लोगों ने किया रक्तदान

हरिभूमि न्यूज ॥ महम

खेड़ी महम गांव स्थित श्री शिवानंद धर्माथ ओषधालय में श्री 1008 स्वामी निरंजन गिरी महाराज की छठी पुण्य तिथि समेत विभिन्न संगठनों के प्रतिनिधियों और विभिन्न प्रदेशों के साधु संतों ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम में राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगड़ा समेत विभिन्न संगठनों के प्रतिनिधियों और विभिन्न प्रदेशों के साधु संतों ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम दो दिन तक चला। शुरुवार को यहां रक्तदान शिविर लगाया गया। शिविर में 185 रक्तदाताओं ने रक्तदान किया।



महम। शिविर में रक्तदाताओं का हौसला बढ़ाते डॉक्टर कृष्ण कुमार लांबा व साधु समाज।

कार्यक्रम में राज्यसभा सांसद रामचंद्र जांगड़ा के समेत विभिन्न सामाजिक, राजनैतिक, शैक्षणिक, व्यापारिक संगठनों के प्रतिनिधियों और विभिन्न प्रदेशों के साधु

संतों ने भाग लिया। श्री शिवानंद धर्माथ चिकित्सालय के डॉक्टर कृष्ण कुमार लांबा ने बताया कि जब खेड़ी गांव बसा था उसी समय से इस आश्रम में औषधालय बना हुआ था। उन्होंने बताया कि निरंजन गिरी महाराज ने लगभग 70 वर्ष तक आश्रम में वैद्य के रूप में कार्य किया। उन्होंने आश्रम की जमीन पर तरह-तरह की जड़ी बूटियां उगाकर कर लोगों का निशुल्क इलाज किया। उसके बाद निरंजन गिरि ने उनको शिष्य बनाया। कृष्ण कुमार ने बताया कि अब वे उनके इस कार्य को आगे बढ़ा रहे हैं। आज इस चिकित्सालय में प्रतिदिन लगभग 300 से 350 ओपीडी होती है। इस चिकित्सालय में देश विदेश से भी मरीज दवाई लेने आते हैं।

**आश्रम व ग्रामीणों ने संतों को किया सम्मानित**  
डॉक्टर कृष्ण कुमार लांबा ने देश के अन्य राज्यों से आए साधु संतों को आश्रम व गांव की ओर से सम्मानित किया। डॉक्टर लांबा ने रक्तदान शिविर के लिए आईएस की टीम को भी चिकित्सालय की ओर से सम्मानित किया। रक्तदाताओं को महंत सतीश दास, महम नगर पालिका के वाइस चेयरमैन बख्त लाल गिरधर, डॉक्टर कृष्ण लांबा, कर्नल जगदेव यादव, स्वामी राजकुमार, स्वामी देव स्वरुपा गिरी ऋषिकेश, स्वामी चेतन गिरी ऋषिकेश, स्वामी सूर्यानंद सरस्वती, ओम आनंद बल्लारजी ने सम्मानित किया। महम के विद्यार्थी बलराज कुंडू ने भी कार्यक्रम में शिरकत की।



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

विश्व स्वास्थ्य दिवस आज

मेडिकल केयर से अधिक

लाभकारी है सेल्फ केयर

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



आत्मप्रेरणा / राजयोगी बीके निकुंज

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

**दवाओं पर कम करें निर्भरता:** आज, दवा की गोशियां, कैप्सूल अधिकतर लोगों के जीवन का हिस्सा बन गए हैं। इसकी वजह यह है कि समय की कमी और व्यस्त जीवनशैली के कारण हम हमेशा स्वयं की देखभाल यानी कि 'सेल्फ केयर' की तुलना में चिकित्सा यानी कि 'मेडिकल केयर' को अधिक पसंद करते हैं। हम जंक फूड, जरूरत से ज्यादा खाना, व्यायाम और उचित आराम न करना, भावनात्मक अस्थिरता, धूम्रपान और मद्यपान जैसी

अनेक गलत आदतों के जाल में इस कदर फंसे हुए हैं कि हमें इस बात का एहसास तक नहीं होता कि इन सभी आदतों का हमारे स्वास्थ्य पर खतरनाक प्रभाव पड़ रहा है। तो फिर क्यों न एक स्वस्थ जीवनशैली को अपनाया जाए? पर क्या यह इतना सरल है? जी हां! बिल्कुल सरल है।

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

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

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

जीवनशैली  
शिखर चंद जैन

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

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

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

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



को संगीत से सींचेंगे तो आपको आलौकिक आनंद महसूस होने लगेगा।

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

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

**बच्चों से जुड़ाव :** अपने जीवन को सेहतमंद और खुशहाल बनाने के लिए बच्चों से जुड़ना भी बहुत प्रभावी होता है। बच्चे जिंदगी के मकान



का बेहद अहम हिस्सा होते हैं। इनसे जुड़ेंगे तो आप रोजमर्रा के अपने दुख-दर्द भूल जाएंगे।

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

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



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

**अपने काम से प्यार :** हम सब को जीविका के लिए कोई न कोई काम करना पड़ता है। लेकिन हममें से ज्यादातर काम को बोझ समझते हैं। जरा सोचकर देखिए कि अगर आप काम में व्यस्त नहीं रहते, हर रोज संघर्ष न करते, मन में कोई लक्ष्य न होता, किसी से कोई आशा न होती तो आपकी जिंदगी कितनी रीती और सूनी होती? यकीन नहीं होता, तो दो-तीन दिन बिना कुछ किए घर में पड़े रहकर देखें, कितना उदास और बीमार महसूस करने लगेंगे, इसलिए ऊर्जा और शांति आदि सब में आनंद के पल ढूँढे जा सकते हैं। शुरुआत में थोड़े थोड़े असहज लगे लेकिन कुछ समय बाद आप जीवन के हर पल में आनंद महसूस करने लगेंगे।

पर्व-संस्कृति / डॉ. धनश्याम बादल

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

**ज्योतिषीय-पौराणिक मान्यताएं:** ज्योतिषीय पंचांग के अनुसार नव संवत्सर 2081 का नाम क्रोध और पंचांग भेद से इसका नाम कालयुक्त है। इसका राजा मंगल और मंत्री शनि होंगे। ज्योतिष के अनुसार इस वर्ष ग्रहों के दशाधिकार में सात विभाग क्रूर ग्रहों को और तीन शुभ ग्रहों को मिले हैं। मंगल के राजा और शनि के मंत्री होने से इस वर्ष के उथल-पुथल भरा रहने की आशंका है। मान्यता है कि नए संवत्सर में ब्रह्मांड में नई व्यवस्था का गठन भी होता है। मान्यता यह भी है कि ब्रह्मा जी ने सृष्टि का आरंभ इसी तिथि से

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

## नवसंवत्सर 2081 नवरात्र का सांस्कृतिक उत्सव

किया था। यह भी माना जाता है कि सबसे पहले सतयुग का प्रारंभ इसी तिथि यानी चैत्र प्रतिपदा से हुआ था। यह तिथि सृष्टि के कालचक्र प्रारंभ और पहला दिन भी माना जाता है। इसी दिन भगवान विष्णु ने दशावतार में से पहला मत्स्य अवतार लेकर प्रलयकाल में अथाह जलराशि में से मनु की नौका को सुरक्षित स्थान पर पहुंचाया था। प्रलयकाल समाप्त होने पर मनु से ही नई सृष्टि की शुरुआत हुई। हिंदू विक्रम संवत्, अंग्रेजी कैलेंडर के वर्ष से 57 वर्ष आगे होता है। चैत्र नवरात्र की

प्रतिपदा तिथि से अगले 9 दिनों तक देवी दुर्गा की उपासना का महापर्व नवरात्र भी आरंभ होता है।

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

**शुक्ल पक्ष से आरंभ होता नववर्ष:** यह नववर्ष किसी जाति, वर्ग, देश, संप्रदाय का नहीं अपितु संपूर्ण मानवता का नववर्ष है। यह पर्व विशुद्ध रूप



से भौगोलिक पर्व है, क्योंकि प्राकृतिक दृष्टि से भी इस दौरान वनस्पतियों, फूलों और पत्तियों में भी नयापन दिखाई देता है। हिंदू कैलेंडर में कुल 12 माह होते हैं- चैत्र, वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, श्रावण, भाद्रपद, अश्विन, कार्तिक, मार्गशीर्ष, पौष, माघ और फाल्गुन। हिंदू कैलेंडर के सभी महीने नक्षत्र के नाम पर रखे गए हैं। पूर्णिमा तिथि पर जो नक्षत्र रहता है, उसी नक्षत्र के नाम पर हिंदी महीने के नाम रखे गए हैं। जैसे चैत्र का महीना चित्रा नक्षत्र के नाम पर रखा गया है, इसी प्रकार वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, श्रावण, भाद्रपद, अश्विन, कार्तिक, मार्गशीर्ष, पौष, माघ और फाल्गुन नक्षत्र के नाम पर रखा गया है।

विशाखा के नाम पर, ज्येष्ठ, ज्येष्ठ नक्षत्र के नाम पर रखा गया है। एक प्रश्न यह उठता है कि चैत्र महीना हिंदू नववर्ष का पहला महीना होता है, जो होली के बाद शुरू हो जाता है। यानी फाल्गुन पूर्णिमा तिथि के बाद चैत्र कृष्ण प्रतिपदा लग जाती है फिर भी उसके 15 दिन बाद नया हिंदू नववर्ष क्यों मनाया जाता है? इसका उत्तर यह है कि हिंदू पंचांग के अनुसार कृष्ण पक्ष, पूर्णिमा से अमावस्या तिथि के 15 दिनों तक रहता है और कृष्ण पक्ष के इन 15 दिनों में चंद्रमा धीरे-धीरे लगातार घटने के कारण पूरे आकाश में अंधेरा छाते लगता है। सनातन धर्म का आधार हमेशा अंधेरे से उजाले की तरफ बढ़ने का रहा है यानी 'तमसो मा ज्योतिर्गमय'। इसी वजह से चैत्र माह के लगने के 15 दिन बाद जब शुक्ल पक्ष लगता है तभी प्रतिपदा तिथि से हिंदू नववर्ष मनाया जाता है। अमावस्या के अगले दिन शुक्ल पक्ष लगने से चंद्रमा हर एक दिन बढ़ता

जाता है, जिससे कालक्रम अंधकार से प्रकाश की ओर बढ़ता है।

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

शुभकामना गीत / शिवचरण चौहान

## नव संवत्सर मंगलमय हो!



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

कहानी  
रेखा शाह आरबी

रामदीन रोज रेल की पटरियों के किनारे वाले जंगल में अपनी बकरियां चराने ले जाता था। यहां बड़ी-बड़ी और मुलायम घास बकरियों को आसानी से उपलब्ध हो जाती थी। रामदीन पढ़ा-लिखा नहीं था। बचपन में मात्र चार-पांच दिन ही स्कूल गया था। उसका स्कूल में मन नहीं लगा तो स्कूल जाना छोड़ दिया। उसने घर में अपनी बकरियों को चराने की जिम्मेदारी ले ली। उस दिन बकरियां जंगल में घास चर रही थीं। रामदीन कोई गीत गुनगुनाते हुए पटरियों के किनारे टहल रहा था। अचानक उसकी नजर रेल की टूटी पट्टी पर पड़ी। वह चौंका, 'हे भगवान! यहां तो रेल की पट्टी टूटी हुई है। रेल आएगी तो दुर्घटनाग्रस्त हो जाएगी।' रामदीन ने सोचा गांव जाकर लोगों को खबर करे, लेकिन गांव दूर था। दोपहर बाद शाम शुरू होते ही आने वाली ट्रेन का टाइम हो रहा था। वह सोच में पड़ गया, यदि ट्रेन आ गई तो भयंकर दुर्घटना हो जाएगी। ना जाने कितनी जानें चली जाएंगी, कितने लोग हताहत हो जाएंगे। दोपहर खत्म हो रही थी। ठीक इसी समय ट्रेन आती थी, रामदीन को पता था। क्योंकि रोज वह बकरियों को चराकर इसी समय अपने गांव की ओर वापस लौटता था। वह जाती हुई उस ट्रेन के यात्रियों को हाथ हिलाकर अभिवादन करता था। यात्री भी उसे इस तरह हाथ हिलाते देखकर मुस्कुराते हुए अपने हाथ हिलाकर उसके अभिवादन का जवाब देते थे। रामदीन का दिमाग सुन्न हो रहा था। उसे समझ में

## लाल गमछा



नहीं आ रहा था, करे तो क्या करे? कैसे ट्रेन को दुर्घटनाग्रस्त होने से बचाए? उसे अचानक याद आया, जब वह बचपन में चार-पांच दिन के लिए स्कूल गया था तो मास्टर जी ने बच्चों को बताया था कि यदि आपातकाल में कभी ट्रेन रुकवानी पड़े तो तुम किसी भी लाल रंग के कपड़े को ट्रेन के ड्राइवर को दिखाओ, ड्राइवर ट्रेन रोक देगा, क्योंकि लाल रंग खतरा का प्रतीक होता है। ड्राइवर समझ जाएगा कि आगे कहीं कुछ खतरा है, इसलिए ट्रेन रुकने का इशारा किया जा रहा है। रामदीन ने अपने कपड़े देखे। उसने देखा, गले में लाल रंग का गमछा पड़ा हुआ है। उसने अपने डंडे में गमछे के दोनों सिरों को बांधा और पट्टी के पास खड़ा

हो गया। कुछ ही देर में उसे दूर से ट्रेन के आने की आवाज सुनाई दी। वह डंडे में बंधे लाल गमछे को हिलाते हुए ट्रेन की दिशा में दौड़ पड़ा। ड्राइवर ने दूर से ही देख लिया था, एक व्यक्ति लाल रंग का कपड़ा लहराते हुए ट्रेन की तरफ आ रहा है। वह समझ गया कि कहीं न कहीं कुछ गड़बड़ है, उसने ट्रेन रोक दी। ट्रेन रुकने के बाद ड्राइवर, गार्ड, टीटी और कुछ यात्री उतर कर रामदीन के पास आए। उसने सबको ट्रेन की टूटी पट्टी दिखाई। टूटी पट्टी देखकर लोग दंग रह गए। ड्राइवर बोला, 'आपने एक बहुत बड़ी दुर्घटना होने से बचाई है, लोगों की जान बचाई है।' तुरंत स्टेशन से इंजीनियरों की टीम बुलाकर पटरियों की मरम्मत कराई गई। ट्रेन जब अपने गंतव्य की ओर रवाना हुई तो टीटी, ड्राइवर, गार्ड और यात्रियों ने हाथ हिलाकर रामदीन के प्रति कृतज्ञता प्रकट की। शाम होते ही रामदीन अपनी बकरियों को लेकर घर आ गया। रात को जब रामदीन अपनी खाट पर सोने के लिए लेटा तो सोच रहा था- 'मैं जब चार-पांच दिन स्कूल गया तो मुझे इतना ज्ञान मिल गया कि एक ट्रेन के कितने सारे लोगों की जान बचा ली। अगर लंबे समय तक शिक्षा ग्रहण की होती तो मैं ना जाने कितने और बड़े-बड़े काम करने के लिए समझ हो जाता।' उसी रात रामदीन ने मन ही मन संकल्प लिया कि वह तो अनपढ़ रह गया, लेकिन अपने बच्चों को अनपढ़ नहीं रहने देगा। जल्द ही अपने बच्चों का स्कूल में दाखिला कराएगा। \*

खरी-खरी / अशोक अंजुम

## चुनावी मौसम में

बैंगनी, सूट के सब कारखाने चल पड़े। तो सभी नेता सयों को आजमाने चल पड़े। जो सा करते रहे बाते उजालों की यहां, वे तिगिर के वंशजों के गीत गाते चल पड़े। ग्रा ग्या मतदान का मौसम, 'रे पंछी गज गज' फिर शिकारी वायदों के लेके दाने चल पड़े।



**अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि**

अगर आप अपने आस पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप छटकर सोचते हैं, आपके मीटर विवेचन और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से। हमें दिल्ली में अपने **पीयर विभाग** के लिए आवेदनकता है-

- विरट ३५ संपादक / ३५ संपादक
- हिबो एडिटर/डिप्टी एडिटर
- प्रशिष्ठ ३५ संपादक
- मी आवेदन कर सकते हैं।

रथारोघ अपना बायोडाटा मेल करें-  
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com

हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित



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

## चैत्र नवरात्र शक्ति की कामना का उत्सव

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

### संपूर्ण सृष्टि की स्रोत आदिशक्ति

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

### उपवास से उपासना

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



हमारा आंतरिक व्यक्तित्व आत्मसंयम, आत्मबल, इच्छाशक्ति, विवेक और ज्ञान से परिभाषित होता है। साधना के द्वारा ज्ञान और विवेक अर्जित किया जा सकता है। इसके अलावा साधना आत्म से साक्षात्कार का सबसे बड़ा माध्यम होती है। आत्म से साक्षात्कार समस्त शक्तियों और ज्ञान के मूल से परिचित होता है। बिना आत्म से मिले हुए कोई भी साधना अपूर्ण ही रहती है।

### साधना का उद्देश्य

नवरात्र में उपवास और साधना का उद्देश्य स्व को परिमार्जित करना होता है। जिस तरह हमारा बाहरी व्यक्तित्व हमारे कपड़ों, गहनों और आचार-विचार से निर्धारित होता है, ठीक उसी तरह

हमारा आंतरिक व्यक्तित्व आत्मसंयम, आत्मबल, इच्छाशक्ति, विवेक और ज्ञान से परिभाषित होता है। साधना के द्वारा ज्ञान और विवेक अर्जित किया जा सकता है। इसके अलावा साधना आत्म से साक्षात्कार का सबसे बड़ा माध्यम होती है। आत्म से साक्षात्कार समस्त शक्तियों और ज्ञान के मूल से परिचित होता है। बिना आत्म से मिले हुए कोई भी साधना अपूर्ण ही रहती है।

### उपासना से होता है कल्याण

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

### रिचयों में विद्यमान देवी अंश

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

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

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

## दो महाद्वीपों में फैला देश अजरबैजान



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

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

### लाइफस्टाइल / किरण भास्कर

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

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

## जब लगाएं परफ्यूम इन बातों का रखें ध्यान



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

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

- ▶ महिलाओं के लिए इस्तेमाल होने वाले ज्यादातर नियमित परफ्यूम देर तक खुशबू देते हैं। इनमें आमतौर पर 30 प्रतिशत से ज्यादा एंसेंशियल ऑयल होता है और ये सुबह से लेकर शाम तक करीब 7-8 घंटे अपनी भीनी-भीनी खुशबू

बिखरते हैं और आप महकते रहते हैं।

- ▶ 15 से 22 प्रतिशत एंसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम 3 से 5 घंटे तक खुशबू देते हैं। ऐसे परफ्यूम कलाई और गर्दन पर लगाने चाहिए।
- ▶ 8 से 15 प्रतिशत एंसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम स्प्रे में आते हैं और इन्हें भी अकसर आम लोग इस्तेमाल करते हैं।
- ▶ 4 प्रतिशत एंसेंशियल ऑयल वाले परफ्यूम को शरीर के हर हिस्से पर लगाया जा सकता है। यह शैफाली बोटल में आता है और दो घंटे तक इसकी महक बनी रहती है।
- ▶ अगर लंबे समय तक परफ्यूम को खुशबू चाहते हैं तो इसे लगाने के लिए उसकी लेयरिंग टोन को कंडीसर करें और उसी महक को अलग-अलग प्रोडक्ट के रूप में इस्तेमाल करें। शावर या बाथ जैल के अलावा इसे बाँधी में लोशन या स्प्रे के साथ चहाने के बाद बाथ स्प्रे के रूप में भी इस्तेमाल कर सकते हैं। जब सेंट को परफ्यूम के रूप में इस्तेमाल करें तो इसे खींचे से ऊपर की ओर लगाएं। इससे पूरे शरीर में महक बनी रहती है।
- ▶ परफ्यूम को बाँधी प्लांट जैसे कोहिनियों, बैक, घुटनों, कलाई, गर्दन और वक्ष स्थल में लगाएं, जहाँ इसकी महक लंबे समय तक रहती है। \*



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

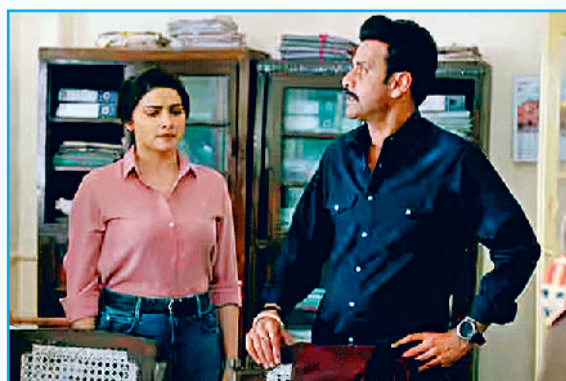
## ओटीटी पर मुझे फिल्मों के मुकाबले ज्यादा चैलेंजिंग किरदार मिल रहे हैं : प्राची देसाई

### खास मुलाकात / पूजा सागंत

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

**फिल्म के बड़े पर्दे और ओटीटी प्लेटफॉर्म पर काम करके क्या फर्क पति है?**

मेरी नजर में ओटीटी के लिए शूटिंग करना ज्यादा आसान है। सात-आठ एपिसोड्स की कहानी वाले वेब शो की शूटिंग ज्यादा से ज्यादा एक से डेढ़ महीने में खत्म हो जाती



'साइलेंस' के एक सीन में मनोज बाजपेयी के साथ प्राची देसाई हैं। फिल्मों में बड़ा ताम-झाम होता है। बल्क में डेट्स ली जाती हैं। कभी फिल्म की शूटिंग नहीं हो पाई तो पूरा शेड्यूल गड़बड़ा जाता है। मेहनत तो फिल्म और ओटीटी दोनों जगहों पर है ही। वैसे ओटीटी पर मुझे फिल्मों के मुकाबले ज्यादा चैलेंजिंग किरदार मिल रहे हैं।

**आपने कुछ वर्ष पहले 'साइलेंस' सीजन-1 भी की थी। इसी फिल्म का दूसरा सीजन करने की क्या खास**

वजह रहीं, यानी आपने इसे क्यों एक्सेप्ट किया ?

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

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

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

**फिल्म में अपने किरदार के बारे में बताएं ?**

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

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

अमूमन पुलिस अफसर जब किसी हीरो को दिखाया जाता है तब उसमें अकसर कई एक्शन सीन होते हैं, लेकिन निर्देशक अबन भरुचा देवहंस, जो एक सक्षम महिला निर्देशक हैं, उन्होंने मेरे किरदार को थोड़ा लाइट हाट ड बनाया। सभी पुरुष पुलिस वालों में मैं एक महिला पुलिस ऑफिसर हूँ, जो कहानी में हल्के-फुल्के संवाद बोलती है, सभी को हंसाती रहती है। संजना के कारण तनाव भरे माहौल में हल्का-फुल्का माहौल

बनता है। हालांकि इसमें छोटे-मोटे एक्शन सीन हैं, लेकिन बहुत ज्यादा नहीं। यह मर्डर मिस्ट्री है। कहानी में सभी कड़ियों को जोड़े रखने में संजना कागूर मालूम होती है। इसलिए एक्शन, स्टंट्स करने वाली यह पुलिस अफसर नहीं है। यह संजना दर्शकों को याद रहेगी।

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

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

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

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