हरिभूमि

रोहतक भूमि

रोहतक, रविवार, 7 सितंबर 2025

तापमान

अधिकतम 34 .5 डिग्री

न्यूनतम 23 .0 डिग्री

11 गौकर्ण तीर्थ से लेकर प्रीत विहार तक गणपति ...

12 डबल फाटक पर अंडरपास में तीन दिन भरा पानी ...

बरसाती पानी निकासी की मांग को लेकर ग्रामीणों ने दिया धरना

भैणी सुरजन के ग्रामीण पहुंचने वाले थे रोहतक, डीसी अमला लेकर पहुंचे गांव

- डीसी ने समस्याएं सुनी और पानी निकासी के लिए नाले की खुदाई शुरू करवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| महम

बरसाती पानी की निकासी न होने से भैणीसुरजन गांव के लोग काफी परेशान हैं। डेढ़ महीने से भी अधिक समय हो गया, लगातार बारिश होने से जलस्तर कम नहीं हो रहा। हालांकि जिला व उपमंडल प्रशासन पानी निकासी के इंतजाम में जुटा हुआ है। लेकिन ये प्रयास नाकाफी साबित हो रहे हैं। अंततः ग्रामीणों ने पानी निकासी के लिए जुई फीडर तक नाले के द्वारा पानी पहुंचना की योजना बनाई। लेकिन एक किसान ने नाले की खुदाई से इंकार कर दिया। ऐसे में सैकड़ों किसान ट्रैक्टर ट्रॉलियों में सवार होकर डीसी से मिलने रोहतक के लिए निकल पड़े। लेकिन डीसी ने कहा कि रोहतक आने की जरूरत नहीं है। वह खुद गांव में पहुंच रहे हैं। ग्रामीणों ने पानी निकासी की मांग को लेकर गांव के बस स्टैंड पर ही धरना शुरू कर दिया। विधायक बलराम दांगी भी ग्रामीणों की बीच पहुंचकर धरने पर बैठ गए।

नुकसान के आकलन का काम शीघ्र

महम। भैणीसुरजन गांव में धरने पर बैठे लोगों को समस्या के समाधान का भरोसा दिलाते डीसी। फोटो : हरिभूमि

प्रशासन ने मशीनें भेजी

भैणी सुरजन गांव के पानी की निकासी के लिए चैन से चलने वाली बड़ी मशीन को मौके पर भेजा गया। लगभग पांच बजे से बड़ी मशीन आ चुकी थी जबकि दो जे सी बी पहले ही काम शुरू कर चुकी हैं। कमेटी के एक सदस्य ने कहा कि कोई भी व्यक्ति काम में बाधा न डाले।

सीएम आज कर सकते हैं दौरा, प्रशासन अलर्ट

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी रविवार को महम में एनएच 9 पर जलभराव से प्रभावित इलाके को देखने पहुंच सकते हैं। इस दौरान वे किसानों से भी रूबरू होंगे। प्रशासन अलर्ट मोड पर है। कल कभी भी पहुंच सकते हैं सीएम। बताते हैं कि सीएम ने इच्छा जताई है कि वे रोहतक में जलभराव से प्रभावित इलाके का दौरा करके प्रभावित किसानों से बातचीत करें।

ग्रामीणों ने 31 सदस्यीय कमेटी गठित की

गांव के लोगों ने मिलकर पानी निकासी के लिए 31 सदस्यीय कमेटी गठित की है। जो पिछले एक डेढ़ माह से सिंचाई विभाग के अधिकारियों व एस डी एम कार्यालय के चक्कर लगा रही है। कमेटी के सदस्यों द्वारा ही धरने का निर्णय लिया गया था। कमेटी में पूर्व सरपंच रामनिवास को अध्यक्ष बनाया हुआ है। इनके अलावा कुलदीप, अंकुश, राज,संदीप, बिल्लू काला, जगबीर, धर्मवीर, जिले, बंसी, शीलू, संजीत, श्री भगवान, राजबीर रणबीर, धर्मवीर नंबरदार, बलजीता, काला मेंबर, राजकुमार, मोटा, संता, सेवा, टीनू,अजमेर, सचिन ओम सिंह व सरपंच प्रतिनिधि अमित सिंह शामिल हैं।

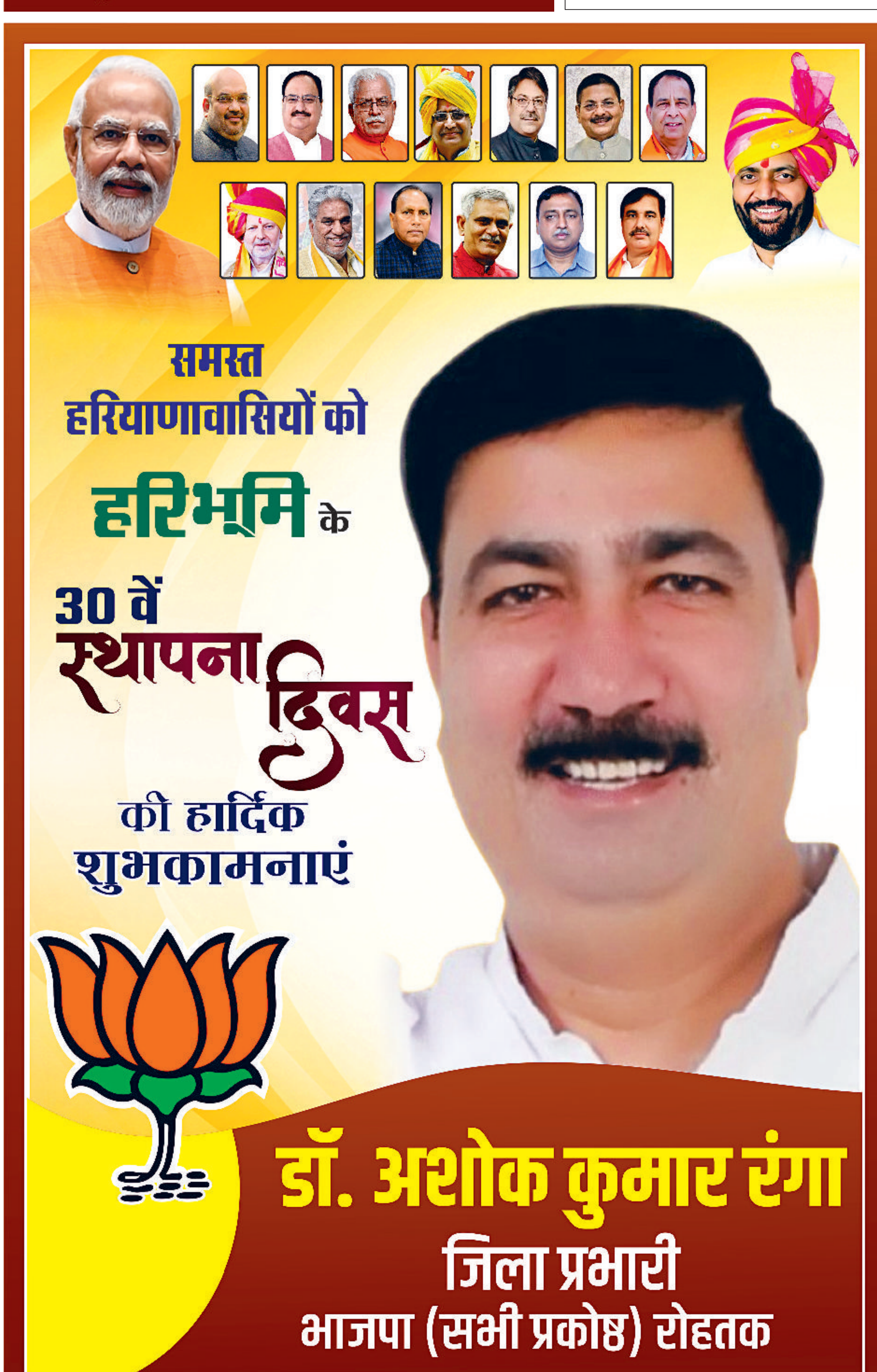
विधायक दांगी ने स्थाई समाधान करने की मांग की

विधायक बलराम दांगी ग्रामीणों के धरने पर सुबह लगभग साढ़े 10 बजे पहुंच गए थे। उन्होंने कहा कि पानी निकासी नहीं होने के कारण गांव भैणी सुरजन, सैमाण, भैणी चंद्रपाल, भैणी मातो व भैणी महाराजपुर, बहलबा, अजायब भराण, निन्दाना, आदि गांव के लोग पिछले लगभग डेढ़ माह से परेशान हैं। विधायक ने डीसी सचिन गुप्ता से इन गांवों के पानी निकासी का स्थाई समाधान करने की मांग की।

एनसीसी के लिए 84 छात्राओं ने दिया टेस्ट, 17 का होगा चयन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

महर्षि दयानंद महाविद्यालय में एनसीसी में चयन के लिए छात्राओं का टेस्ट लिया गया। 2 हरियाणा एनसीसी गर्ल्स बटालियन के सूबेदार मेजर लालचंद, सीनियर जीसीआई मंजू बराक के के देखरेख में चयन प्रक्रिया हुई। इनमें से 17 का चयन किया जाएगा। इस दौरान उन्होंने छात्राओं को एनसीसी व देश के लिए इसके महत्व व सेना में करियर के बारे में जानकारी दी। इसके बाद बीएचएम वेदप्रकाश, एनएनओ लेफ्टीनेंट विकास सिंधु, हवलदार शिव कुमार और सचिन ने पहले फिजिकल टेस्ट लिया व इसके बाद लिखित परीक्षा ली। इसके बाद सूबेदार मेजर लाल चंद, सीनियर जीसीआई मंजू बराक ने साक्षात्कार लिया। इस दौरान 84 छात्राओं ने भाग लिया।



लगातार दमक रहे सोना-चांदी, आठ माह में दिया 36% व 42% तक रिटर्न

- रिटर्न देने में सभी एसेट्स को पीछे छोड़ा, निवेशक मालामाल
- सही रणनीति बनाकर निवेश किया जाए तो मिलेगा फायदा
- हाल में आई तेजी के बीच सोने में निवेश की सही प्लानिंग करें
- गोल्ड व सिल्वर पर आधारित ज्यादातर ईटीएफ ने 40% से ज्यादा रिटर्न दिया

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

दुनिया में अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के टैरिफ की दहशत के बीच सोना-चांदी निवेश के सबसे भरोसेमंद विकल्प बनकर उभर रहा है। एक रिपोर्ट के मुताबिक सोने ने इस साल अब तक 8 माह में करीब 36% तक और चांदी ने करीब 42% तक रिटर्न दिया है। यानी इन 8 महीनों में चांदी सोने से काफी आगे निकल गई है। अगर रुपये में बात करें तो चांदी 37,281 रुपये प्रति किलोग्राम महंगी हुई है। वहीं, सोना 27,976 रुपये प्रति 10 ग्राम महंगा हुआ है। जानकारों का कहना है कि इस साल के आखिरी तक रिटर्न के मामले में चांदी सोने को बहुत पीछे छोड़ सकती है। सोने लगातार बढ़ती कीमतों के बीच लोगों को अब इसमें प्लानिंग तहत निवेश करना होगा। वरना यह झटका भी दे सकता है। हालांकि कहा जाता है कि सोना पुराने समय से ही भरोसे का निवेश रहा है। सोने-चांदी की कीमतों में जबरदस्त तेजी देखी जा रही है। बीते एक साल में गोल्ड और सिल्वर पर आधारित ज्यादातर ईटीएफ ने भी 40% से ज्यादा एवरेज रिटर्न दिया

है। निवेशकों के लिए बड़ा सवाल यह है कि क्या इस तेजी के बाद अब भी सोने-चांदी में निवेश करना सही रहेगा? और अगर हां, तो किस तरीके से।

सोने-चांदी की कीमतें रिकॉर्ड ऊंचाई पर

सोने-चांदी की कीमतें नई ऊंचाइयां छू रही हैं। इनका असर ईटीएफ पर भी पड़ा है। पिछले 12 महीनों में गोल्ड ईटीएफ ने औसतन 40.44% का रिटर्न दिया है। इस दौरान 16 गोल्ड ईटीएफ मार्केट में एक्टिव रहे, जिनमें टाटा गोल्ड ईटीएफ ने सबसे ज्यादा 40.76%, आईसीआईसीआई प्रूडेंशियल गोल्ड ईटीएफ ने 40.74% और आदित्य बिरला सनलाइफ गोल्ड ईटीएफ ने भी 40.67% का मजबूत रिटर्न दिया।

क्यों बढ़ रही है सोने-चांदी की चमक

जानकारों के मुताबिक सोने और चांदी की कीमतों में यह उछाल जियो-पोलिटिकल टेंशन, टैरिफ को लेकर जारी उथल-पुथल और इंडस्ट्रियल डिमांड की वजह से आया है. खासतौर पर सिल्वर की डिमांड सेमीकंडक्टर, सोलर पैनल, इलेक्ट्रिक व्हिकल (ईवी) और ग्रीन टेक्नोलॉजी में ज्यादा हो रही है। यही वजह है कि चांदी 10 साल के ऊंचे स्तर पर पहुंची है। सोना पारंपरिक रूप से एक डिफेंसिव एसेट माना जाता है, जो बाजार में अनिश्चितता और डर के समय निवेशकों को सुरक्षा देता है। यही कारण है कि हर अस्थिर दौर में सोने की कीमतें ऊपर जाती हैं।

पोर्टफोलियो में कितना हो गोल्ड-सिल्वर का हिस्सा

आपके पोर्टफोलियो में सोने-चांदी की हिस्सेदारी 10–20% से ज्यादा नहीं होनी चाहिए। बाकी निवेश इक्विटी और डेट में होना चाहिए। आमतौर पर 80:20 का इक्विटी-डेट रेशियो संतुलित माना जाता है, और सोना-सिल्वर इसमें हेजिंग यानी रिस्क से बचाने का काम करते हैं। इसका मतलब है कि गोल्ड और सिल्वर आपको लगातार ऊंचा रिटर्न नहीं देंगे, लेकिन आपके पोर्टफोलियो को अस्थिरता से बचाने और डाइवर्सिफिकेशन देने का काम करेंगे।

ईटीएफ और एसआईपी के जरिये निवेश बेहतर

सोने-चांदी की मौजूदा ऊंची कीमतों पर एकमुश्त निवेश करना जोखिम भरा हो सकता है। बेहतर है कि निवेशक एसआईपी (एसआईपी) के जरिए धीरे-धीरे इनमें पैसा लगाएं। इससे कीमतों के उतार-चढ़ाव की एवरेजिंग हो जाती है और लंबी अवधि में बेहतर नतीजे मिलते हैं। ईटीएफ सोने-चांदी में निवेश का सबसे आसान और ज्यादा पारदर्शी तरीका है। गोल्ड ईटीएफ में हर यूनिट आम तौर पर 1 ग्राम सोने की वैल्यू को बताती है। इन्हें आप डिमैट अकाउंट के जरिए शेयरों की तरह खरीद-बेच सकते हैं. सिल्वर ईटीएफ भी इसी तरह काम करते हैं।

निवेशकों के लिए क्या है सही रणनीति

अगर आप सोने-चांदी में निवेश करना चाहते हैं तो इसे स्पेक्युलेटिव यानी सट्टे नजरिए से नहीं बल्कि एसेट एलोकेशन के नजरिए से देखें। यह लंबे समय में आपके पोर्टफोलियो को स्टेबल और सुरक्षित बनाते हैं।

- पोर्टफोलियो में गोल्ड और सिल्वर की हिस्सेदारी 10–20% तक रखें
- एकमुश्त निवेश की बजाय एसआईपी से धीरे-धीरे खरीदें
- ईटीएफ को प्रायोरिटी दें क्योंकि वे पारदर्शी, आसान और लिक्विड होते हैं
- अगर प्रोफेशनल मैनेजमेंट चाहिए तो मल्टी-एसेट एलोकेशन फंड भी विकल्प हो सकते हैं

सावधानी से बढ़ाएं कदम

सोने-चांदी में तेजी के बावजूद निवेशकों को सावधानी से कदम बढ़ाना चाहिए। यह सही है कि हाल में ईटीएफ ने 40% तक का रिटर्न दिया है, लेकिन भविष्य में इनका रोल मुख्य रूप से पोर्टफोलियो को स्टेबल रखने और जोखिम कम करने का रहेगा। सही रणनीति यही है कि इन्हें लंबी अवधि के लिए एसेट एलोकेशन का हिस्सा बनाएं, न कि शॉर्ट-टर्म मुनाफे के लिए। कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि 2025 की पहली छमाही में सोने में जो तेजी देखी गई है, वह लंबी खिंच सकती है और अब नई खरीदारी से बचना चाहिए, क्योंकि कीमतें पहले से ही काफी ऊंचाई पर पहुंच गई हैं।

क्या होती है नो-कॉस्ट ईएमआई क्या सच में नहीं लगता ब्याज?

- जानिए कैसे रिटेलर और बैंक ब्याज को एडजस्ट करते हैं
- किस तरह सही ऑफर चुनकर बचत की जा सकती है
- कोई भी सामान खरीदने से पहले एक बार जरूर देख लें
- तकनीकी रूप से देखें, तो 'नो कॉस्ट ईएमआई कभी पूरी तरह मुफ्त नहीं होता

जानकारी
बिजनेस डेस्क

त्योहारी सीजन आते ही ऑनलाइन शॉपिंग प्लेटफॉर्म्स और बैंक 'नो-कॉस्ट ईएमआई' का खूब प्रचार करते हैं। मोबाइल, लैपटॉप, टीवी से लेकर फ्रिज और वॉशिंग मशीन तक, हर जगह यह ऑफर देखने को मिल जाता है। सुनने में तो यह बहुत लुभावना लगता है कि महंगी चीज बिना ब्याज के आसान किस्तों में मिल जाएगी। इसे देखकर अक्सर ग्राहक भी ललचा जाते हैं और ज्यादा से ज्यादा सामना खरीदने का प्रयास करते हैं। ऐसे त्योहारी सीजन में खासकर होता है। लेकिन क्या नो-कॉस्ट ईएमआई सच में 'फ्री' है? इस रिपोर्ट में हम आपको बताने जा रहे हैं ऐसे ही कुछ तथ्य जिनसे पता चलेगा की नो-कॉस्ट ईएमआई कभी भी फ्री नहीं होता। इसके कुछ ने कुछ हिडन चार्ज जरूर होते हैं, जिन्हें बैंक बड़ी असानी से एडजस्ट करते हैं और कस्टमर को पता तक नहीं चलने देते। आइए एक्सपर्ट समझते हैं नो-कॉस्ट का पूरा खेल। जानकारों का कहना है कि नो-कॉस्ट ईएमआई का मतलब यह होता है कि जब आप कोई प्रोडक्ट किस्तों में खरीदते हैं, तो आपको अतिरिक्त ब्याज नहीं देना पड़ता। लेकिन हकीकत में 'नो कॉस्ट' ईएमआई पूरी तरह से फ्री नहीं होती, बल्कि इसमें ब्याज या चार्जेज को अलग तरीके से एडजस्ट किया जाता है।

कैसे काम करती है नो-कॉस्ट ईएमआई

डिस्काउंट या सब्सिडी: अब मान लीजिए कि आपने 30,000 का स्मार्टफोन ईएमआई पर खरीदा। इसकी ईएमआई पर बैंक ब्याज लेगा, क्योंकि यही तो उसका बिजनेस है। सामान्य ईएमआई पर बैंक 12% ब्याज दर से 12 महीने की ईएमआई बनाएगा। ऐसे में कुल लागत लगभग 31,800 रुपये हो जाती, लेकिन रिटेलर या ब्रांड आपको ब्याज जितना डिस्काउंट दे देता है। असल में आप कुल 30,000 ही चुकाते हैं। 1,800 के ब्याज का बोझ कंपनी उठा लेती है। कई ऑफर में ब्याज सीधे नहीं दिखाया जाता। यानी आपको लगता है 'नो कॉस्ट ईएमआई है, कोई ब्याज नहीं लगेगा'। जैसे कि प्रोडक्ट का कैश प्राइस 30,000 है। डिस्काउंट के साथ वह 27,000 में मिलता। ईएमआई पर वही प्रोडक्ट 30,000 के कुल ईएमआई में बांट दिया गया। आपको लगता है 'नो कॉस्ट ईएमआई ' है, लेकिन आप 3000 रुपये की बचत गंवा रहे।

क्या वाकई मुफ्त है नो-कॉस्ट ईएमआई : अगर तकनीकी रूप से देखें, तो 'नो कॉस्ट ईएमआई कभी पूरी तरह मुफ्त नहीं होता। अगर रिटेलर सब्सिडी दे रहा है तो उसका खर्च कंपनी वहन कर रही है, जिससे उसका मार्जिन घटता है। अगर कीमत बढ़ाकर एडजस्ट किया गया है तो ग्राहक ने इनडायरेक्ट तरीके से ब्याज ही चुका दिया।

कई बार नहीं मिलते ऑफर : कई बार नो कॉस्ट ईएमआई के साथ अन्य डिस्काउंट ऑफर उपलब्ध नहीं होते, यानी कैशबैक या कूपन का फायदा हाथ से जा सकता है। जैसे कई बार कंपनियां 30,000 के प्रोडक्ट का एमआरपी ही 32,000 लिख देती हैं और नो कॉस्ट ईएमआई पर बेचती हैं। ग्राहक को लगता है कि ब्याज नहीं लगा, जबकि उसने पहले से बढ़ी हुई कीमत चुका दी।

क्या है आरबीआई का नियम

भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने 2013 में साफ किया था कि नो कॉस्ट ईएमआई स्कीम्स में ब्याज शून्य दिखाना भ्रामक हो सकता है। इसके बाद एनबीएफसी और बैंकों ने इन ऑफर्स को अलग तरह से डिजाइन किया। अब प्रैक्टिकली ब्याज का बोझ मैन्युफैक्चरर या रिटेलर उठाता है, ग्राहक को 'नो कॉस्ट' का अनुभव देने के लिए।

इन बातों पर जरूर दें ध्यान

एमआरपी और सेलिंग प्राइस चेक करें। जैसे कि क्या ईएमआई प्रोडक्ट असली डिस्काउंट प्राइस पर मिल रहा है या बढ़ी हुई कीमत पर? ऑफर्स की तुलना करें। कई बार सीधा डिस्काउंट ऑफर लेना नो कॉस्ट ईएमआई से सस्ता पड़ता है। प्रोसेसिंग फीस देखें। कुछ बैंकों में प्रोसेसिंग फीस या जीएसटी अलग से लिया जाता है। टेन्योर को जरूर समझें। जैसे कि ईएमआई कितने महीनों में देनी है और क्या पहले भुगतान करने पर कोई पेनल्टी लगेगी? अपने बजट पर भी ध्यान दें। किस्तों में पेमेंट आसान लगता है, लेकिन खर्च बढ़ाने का लालच भी दे सकता है।

सैलरी का सिर्फ 10 पर्सेंट हर महीने बचाकर भी बन सकते हैं करोड़पति

- पहले लक्ष्य तय करें, इसके बाद लंबे समय तक निवेश में डटे रहें
- 30 साल में बनाया जा सकता है 1.23 करोड़ का फंड
- छोटी-छोटी बचत और लंबे समय तक निवेश बना देगा धनवान

आज के समय में हर किसी का सपना होता है कि वह रिटायरमेंट तक अपने लिए एक बड़ा फंड जमा कर सके, लेकिन कई लोग सोचते हैं कि करोड़ों रुपये की बचत के लिए बहुत बड़ी सैलरी होनी चाहिए। जबकि सच यह है कि छोटी-छोटी बचत और लंबे समय तक निवेश की आदत किसी को भी करोड़पति बना सकती है। एक उदाहरण से आप इसे बेहतर तरीके से समझ सकते हैं। एक निजी कंपनी में काम करने वाले भी अपनी सैलरी का सिर्फ 10% हर महीने बचाकर एसआईपी के जरिए 30 साल में 1.23 करोड़ रुपये का फंड खड़ा कर सकते हैं। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे कि कैसे एक निजी कंपनी में काम करने वाले भी धीरे-धीरे करोड़ों रुपये का फंड बना सकते हैं।

बचत
बिजनेस डेस्क

ऐसे समझें निवेश का गणित

मान लीजिये आपकी उम्र अभी 22 साल है और वह एक प्राइवेट कंपनी में काम करते हैं। आपकी हर महीने की सैलरी 40,000 रुपये है। युवा उम्र में ही आपने तय कर लिया कि वह अपनी रिटायरमेंट की प्लानिंग अभी से शुरू करेंगे तो आपको हर महीने अपनी कमाई का सिर्फ 10% यानी 4,000 को म्यूचुअल फंड की एसआईपी में लगाना शुरू करना होगा। इसे आप किसी भी हालत में निकालेंगे नहीं और समय के साथ अपने फंड का बढ़ाते जाएंगे। आप देखेंगे की कुछ ही समय में आपका पैसा बढ़ने लगेगा।

50 की उम्र तक करोड़पति बनेंगे

अगर आप अपना लक्ष्य लेकर चलते हैं और निवेश को लगातार बढ़ाते जाएंगे तो आसानी से 50 साल की उम्र तक करोड़पति बन सकते हैं। इसके कंपाउंडिंग का पैसा आपकी रकम को और बढ़ाता जाएगा। आपका लक्ष्य था कि जब वह 50 साल की उम्र को पार करे, तो उसके पास एक करोड़ रुपये से ज्यादा का रिटायरमेंट फंड हो। इस तरह आपका लक्ष्य पूरा हो सकेगा। इसके लिए आपको लगातार 30 साल तक 4,000 हर महीने एसआईपी में निवेश करना जरूरी होगा। एसआईपी के लिए 12% सालाना रिटर्न वाले इक्विटी म्यूचुअल फंड को चुनना होगा।

पूरा कैलकुलेशन

आपने 30 साल तक हर महीने 4,000 की एसआईपी की। इस तरह उसका कुल निवेश 4,000 x 12 महीने x 30 साल = 14,40,000 रुपये हुआ। इस निवेश पर उसे 12% की औसत वार्षिक रिटर्न दर मिली। कंपाउंडिंग के जादू से 30 साल बाद उसका निवेश बढ़कर 1,23,23,893 रुपये हो गया। यानी, 14.4 लाख रुपये निवेश करने पर उसे 1,08,83,893 का रिटर्न मिला। यह दिखाता है कि लंबे समय तक नियमित निवेश करने से छोटी रकम भी करोड़ों में बदल सकती है।

युवाओं के लिए बड़ी सीख

यह कहानी हर युवा के लिए प्रेरणादायक हो सकती है जो अपनी रकम को बढ़ाना चाहते हैं। अक्सर लोग सोचते हैं कि रिटायरमेंट या भविष्य की प्लानिंग के लिए बड़ी सैलरी या मोटा निवेश जरूरी है, लेकिन सही रणनीति, अनुशासन और जल्दी शुरुआत से यह लक्ष्य हासिल किया जा सकता है। अगर आप 10 साल बाद यानी 32 साल की उम्र में निवेश शुरू करता, तो उसे 20 साल का समय मिलता। इतने समय में उसका निवेश लगभग आधा ही होता। इससे साबित होता है कि निवेश जितनी जल्दी शुरू करें, उतना बेहतर।

ये मंत्र भी अपनाएं

1. वित्तीय शिक्षा प्राप्त करें
वित्तीय शिक्षा आपको पैसे के प्रबंधन, निवेश व बचत के बारे में जानने में मदद करेगी। यह आपको वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए ठोस योजना बनाने में मदद करेगी।

2. नियमित बचत करें
नियमित बचत करना करोड़पति बनने का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। अपने आय का एक हिस्सा नियमित रूप से बचाएं और इसे निवेश में लगाएं।

3. निवेश करें
निवेश करना आपके पैसे को बढ़ाने का एक अच्छा तरीका है। शेयर बाजार, म्यूचुअल फंड, और रियल एस्टेट जैसे विभिन्न निवेश विकल्पों का पता लगाएं और अपने वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश करें।

4. व्यवसाय शुरू करें
व्यवसाय शुरू करना करोड़पति बनने का एक अच्छा तरीका हो सकता है। अपने जुनून और कौशल के अनुसार व्यवसाय शुरू करें और इसे सफल बनाने के लिए कड़ी मेहनत करें।

5. नेट वर्थ बढ़ाएं
नेट वर्थ बढ़ाने के लिए, अपनी आय बढ़ाने और व्यय कम करने पर ध्यान दें। अपने ऋणों का भुगतान करें और अपनी संपत्ति बढ़ाने के लिए निवेश करें।

6. धैर्य रखें
करोड़पति बनने में समय लगता है। धैर्य रखें और अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करते रहें।

7. वित्तीय अनुशासन
वित्तीय अनुशासन करोड़पति बनने के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अनुशासन में रहें और अपने व्यय को नियंत्रित रखें।

8. नेटवर्क बनाएं
नेटवर्क बनाना करोड़पति बनने में मदद कर सकता है। अपने उद्योग में लोगों से मिलें और अपने व्यवसाय को बढ़ावा देने के लिए नेटवर्क का उपयोग करें।

9. जोखिम उठाएं
जोखिम उठाना करोड़पति बनने का एक हिस्सा है। अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए जोखिम उठाने के लिए तैयार रहें, लेकिन जोखिम को प्रबंधित करने के लिए भी तैयार रहें।

10. सीखना जारी रखें
सीखना जारी रखना करोड़पति बनने के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। उद्योग में नवीनतम रुझानों और तकनीकों के बारे में सीखें व अपने कौशल को बेहतर बनाने के लिए काम करें।

प्लानिंग जैसे-जैसे आय बढ़ती है, वैसे-वैसे निवेश की रफ्तार को भी बढ़ाएं, इससे जल्द पैसा बढ़ेगा

अनावश्यक खर्च करने से बचें, ऑफर का देखकर ललचाएं नहीं निवेश की अच्छी रणनीति बनाएं और अपने भविष्य को सुरक्षित करें

जीवन में आगे बढ़ने के साथ, बढ़ाते जाएं अपना निवेश, स्टेप अप एसआईपी आपको अमीर बनाने में निभाएगी बड़ी भूमिका

सुझाव
बिजनेस डेस्क

अगर आप भी निवेश करके अपना पैसा बढ़ाना चाहते हैं तो आपको थोड़ा संयम बरतना होगा और जीवन में आगे बढ़ने के साथ-साथ अपने निवेश को भी बढ़ाना होगा। तभी आप अपने धन को बढ़ा पाएंगे और बुढ़ापे में खुद को आर्थिक रूप ये मजबूत रख पाएंगे। देखने में आता है कि नए अवसर, बड़े सपने और बदलती जीवनशैली के साथ जीवन आगे बढ़ते रहने की कहानी है। जैसे-जैसे आपकी आय बढ़ती है, वैसे-वैसे आपकी ख्वाहिशें और खर्च भी बढ़ते हैं। क्या आपकी निवेश रणनीति भी इसी रफ्तार से आगे बढ़ रही है? जिस तरह आप अपने सपनों की नई बाइक खरीदते हैं, या बेहतर घर में शिफ्ट होते हैं, उसी तरह जरूरी है कि आप अपने एसआईपी (सिस्टमैटिक इनवेस्टमेंट प्लान) को भी अपग्रेड करें ताकि, वो आपके बदलते जीवन के साथ कदम से कदम मिला सके। आइए समझते हैं कि स्टेप-अप एसआईपी (एसआईपी राशि को बढ़ाना) क्या है और कैसे यह आपको वित्तीय रूप से आगे बनाए रखने में मदद करता है।

स्टेप-अप एसआईपी क्या है?

स्टेप-अप एसआईपी (जिसे टॉप-अप एसआईपी भी कहा जाता है) एक ऐसी सुविधा है जिसमें आप अपने एसआईपी निवेश को तय अंतराल पर (सालाना या अर्धवार्षिक) एक निश्चित राशि या प्रतिशत के हिसाब से बढ़ा सकते हैं। इसका मतलब है कि हर महीने एक ही राशि निवेश करने की बजाय, आप जैसे-जैसे कमाते हैं, वैसे-वैसे अपना निवेश भी बढ़ाते हैं।

आपकी बढ़ती आय और खर्चों के साथ तालमेल

जब आपकी सैलरी बढ़ती है या प्रमोशन होता है, तो आपकी जीवनशैली भी बेहतर होती है। शायद आप नई बाइक खरीदते हैं, बेहतर फ्लैट में शिफ्ट होते हैं, या खूब घूमते हैं। ऐसे में खर्च बढ़ता है और आर्थिक लक्ष्य भी बड़े हो जाते हैं। एसआईपी को स्टेप-अप करके आप यह सुनिश्चित करते हैं कि आपकी बढ़ती आय और आकांक्षाओं के साथ आपके निवेश का तालमेल बना रहे।

महंगाई को मात देन के लिए निवेश जरूरी

हर साल महंगाई की वजह से जीवन-यापन में

होने वाला खर्च बढ़ता रहता है। अगर आपकी एसआईपी की राशि एक समान ही रहती है, तो भविष्य में वह आपकी जरूरतों, लक्ष्यों को पूरा नहीं कर पाएगी। एसआईपी बढ़ाने से आपका निवेश तेजी से बढ़ता है और आप महंगाई के असर से बेपरवाह रह सकते हैं।

बड़े लक्ष्य जल्दी हासिल करें

स्टेप-अप एसआईपी के ज़रिए आप अपने आर्थिक लक्ष्यों को जल्दी हासिल कर सकते हैं। इसकी मदद से आप बड़े सपनों जैसे लग्ज़री कार, विदेश यात्रा या रिटायरमेंट के लिए बड़ी रकम को भी बिना किसी आर्थिक तनाव के हसिल कर सकते हैं।

चक्रवृद्धि ब्याज़ की ताकत का जादू

हर साल एसआईपी की राशि थोड़ी सी भी बढ़ाने पर लंबे समय में आपकी संपत्ति में बड़ा फ़र्क देखने को मिल सकता है। जितनी जल्दी और जितना अधिक आप निवेश करते हैं, रिटर्न उतना ही ज़्यादा होता है। इसी को चक्रवृद्धि ब्याज़ की ताकत कहते हैं।

स्टेप-अप एसआईपी कैसे काम करता है?

- मान लीजिए आप 5,000 रुपये प्रति माह की एसआईपी शुरू करते हैं, जिसमें हर साल 1,000 रुपये स्टेप-अप करते हैं।
- पहले साल में, आप 5,000 रुपये/माह निवेश करते हैं
- दूसरे साल में, यह 6,000 रुपये/माह हो जाता है
- तीसरे साल में, 7,000 रुपये/माह, और यह इसी तरह आगे बढ़ता है।
- धीरे-धीरे बढ़ती एसआईपी आपकी बढ़ती सैलरी के साथ मेल खाती है। जैसे-जैसे आपका वेतन बढ़ता है, आपका निवेश भी बढ़ता है और आपकी जेब पर भी एकसाथ ज्यादा बोझ नहीं पड़ता।

स्टेप-अप एसआईपी बेहतरीन तरीका

स्टेप-अप एसआईपी यह सुनिश्चित करने का एक आसान, लेकिन असरदार तरीका है कि आपका निवेश आपकी ज़िंदगी की गति के साथ आगे बढ़े। जैसे-जैसे आपकी आमदनी और ज़रूरतें बढ़ती हैं आप अपनी एसआईपी को बढ़ाकर नए सपनों और आर्थिक लक्ष्यों को हासिल करने के लिए बेहतर ढंग से तैयार होंगे। तो, क्या आप निवेश का सही कदम उठाने के लिए तैयार हैं?

ऐसे तैयार करें निवेश की रणनीति

विविधीकरण : विविधीकरण एक महत्वपूर्ण निवेश रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश को विभिन्न परिसंपत्तियों में फैलाते हैं, जैसे कि शेयर, बॉन्ड, रियल एस्टेट, और अन्य। इससे जोखिम कम होता है और रिटर्न बढ़ सकता है।

लंबी अवधि का निवेश : लंबी अवधि का निवेश एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश को लंबी अवधि के लिए रखते हैं। इससे आपको बाजार की अस्थिरता से बचने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।

नियमित निवेश : नियमित निवेश एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप नियमित रूप से एक निश्चित राशि निवेश करते हैं। इससे आपको बाजार की अस्थिरता से बचने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।

जोखिम प्रबंधन : जोखिम प्रबंधन एक महत्वपूर्ण निवेश रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश के जोखिम को प्रबंधित करते हैं। इससे आपको अपने निवेश को सुरक्षित रखने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।

वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश : वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप अपने वित्तीय लक्ष्यों के अनुसार निवेश करते हैं। इससे आपको अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।

निवेश की लागत को कम करना : निवेश की लागत को कम करना एक महत्वपूर्ण रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश की लागत को कम करते हैं। इससे आपको अपने रिटर्न को बढ़ाने में मदद मिलती है।

नियमित रूप से पोर्टफोलियो की समीक्षा करना : नियमित रूप से पोर्टफोलियो की समीक्षा करना एक अच्छी रणनीति है जिसमें आप अपने निवेश पोर्टफोलियो की समीक्षा करते हैं और आवश्यकतानुसार बदलाव करते हैं। इससे आपको अपने निवेश को सुरक्षित रखने में मदद मिलती है और रिटर्न बढ़ सकता है।

खबर संक्षेप

रोहतक। सतनाम सिंह गिरोत्रा परिवार संग गणेश जी की प्रतिमा को विसर्जन के लिए ले जाते हुए।

महर्षि दयानंद विवि मनाया शिक्षक दिवस

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के फैकल्टी क्लब द्वारा शिक्षक दिवस पर समारोह का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम विश्वविद्यालय परिसर स्थित फैकल्टी क्लब सभागार में आयोजित हुआ, जिसमें बड़ी संख्या में प्राध्यापक और उनके परिजन शामिल हुए। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि कुलपति प्रो. राजबीर सिंह ने शिक्षक दिवस की सभी को बधाई देते हुए कहा कि शिक्षक केवल पाठ्यक्रम नहीं पढ़ाते, वे व्यक्तित्व गढ़ते हैं, समाज का भविष्य निर्माण करते हैं।

बहलबा में करंट लगने से भैंस की मौत

महम। बहलबा गांव में करंट लगने से एक भैंस की मौत हो गई। पशु पालक महा सिंह पुत्र जोधाराम ने बताया कि वह दो दिन पहले ही दूधारू भैंस 85 हजार रुपये में खरीद कर लाया था। उसी दिन तेज बरसात के कारण उसके मकान में पानी घुस गया। बताया कि मकान का पानी निकालने के लिए घर में मोटर पंप लगाया हुआ था। मोटर में करंट आ गया। जमीन गीली होने व मकान में पानी भरा होने के कारण पानी में करंट प्रवाहित हो गया। जिससे भैंस की मौके पर ही मौत हो गई। जिस वजह से उसको काफी आर्थिक नुकसान हो गया।

दयानंद मठ में मासिक वैदिक सत्संग आज

रोहतक। आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा कार्यालय अधीक्षक सत्यवान आर्य ने बताया कि मासिक वैदिक सत्संग का आयोजन रविवार को सुबह 9 बजे से 12.30 बजे तक पंडित जगदेवसिंह सिद्धान्ती भवन दयानंद मठ में होगा। आर्यजगत के सुप्रसिद्ध भजनोपदेशक रामनिवास आर्य (पानीपत) अपने भजन एवं उपदेशों के माध्यम से श्रोताओं को लाभान्वित करेंगे तथा विनय आर्य (मन्त्री, दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा) आर्यजनों को 30 अक्तूबर से 02 नवम्बर तक दिल्ली में हो रहे अन्तर्राष्ट्रीय आर्य महासम्मेलन के सम्बन्ध विस्तृत जानकारी देंगे। मुख्यवक्ता वैदिक विद्वान डॉ० राजेन्द्र विद्यालंकार (कुरुक्षेत्र) वैदिक प्रवचन के माध्यम से कार्यक्रम की शोभा बढ़ायेंगे।

गौकर्ण तीर्थ पर 4 हजार के लगभग गणपति विसर्जन हुए

गौकर्ण तीर्थ से लेकर प्रीत विहार तक गणपति बप्पा को दी भावभीनी विदाई

- दुर्गा भवन मंदिर में 78 संघ ने किया विसर्जन
- मॉडल टाउन में स्विमिंग पूल किया मूर्ति विसर्जन

श्री 78 संघ परिवार एवं दुर्गा भवन मंदिर के सहयोग से चल रहा 17 वे गणेश महोत्सव का आठवां दिन बड़े धूमधाम से बनाया गया, संध्या आरती में भक्तों ने भाग लिया, वह अंतिम दिन इन्होंने धूमधाम से गणेश विसर्जन किया गया, संपूर्ण क्लब ने भी किया गणेश विसर्जन

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

गणेश महोत्सव का समापन शहर में श्रद्धा, भक्ति और उल्लास के साथ हुआ। वैदिक सेवा ट्रस्ट मॉडल टाउन द्वारा आयोजित 11वां गणपति महोत्सव शनिवार को हवन, पूजन और भंडारे के साथ सम्पन्न हुआ। महामंडलेश्वर बाबा कपिलपुरी महाराज ने बताया कि गौकर्ण तीर्थ पर कुल 4 हजार के लगभग गणपति पधारे। वहीं शहर के अन्य हिस्सों, विशेषकर प्रीत विहार कॉलोनी में भी धूमधाम से गणपति बप्पा का विसर्जन किया गया। भक्तों ने 'गणपति बप्पा मोरया' के जयघोष के बीच बप्पा को विदाई दी। आचार्य धर्मवीर प्रसाद वेदपाठी के सान्निध्य में आचार्य देव कृष्ण शौनक और आचार्य विनोद कृष्ण ने वेद की ऋचाओं का पाठ किया। हवन में ट्रस्ट के सदस्यों के साथ बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल हुए। उन्होंने मंत्रोच्चारण के बीच आहुतियां समर्पित कीं। पूर्णाहुति और आरती के बाद वातावरण भक्तिमय हो गया। हवन और पूजन के उपरांत भंडारे का आयोजन किया गया। श्रद्धालुओं ने बढ़-चढ़कर प्रसाद ग्रहण किया। गणपति महोत्सव केवल धार्मिक आयोजन ही नहीं बल्कि समाज को एकजुट करने का माध्यम भी है। डीएलएफ आरडब्ल्यूए गणेश सेवा समिति से जुड़े भक्त गणेश प्रतिमाओं के नगर भ्रमण के बाद विसर्जन हेतु हरिद्वार के लिए रवाना हुए।

गणपति बप्पा का विसर्जन करवाते महामंडलेश्वर बाबा कपिलपुरी महाराज।

रोहतक। गणपति बप्पा का विसर्जन करने आए बड़ा बाजार के लोग।

गोपाल युवा समिति ने भी किया गणेश विसर्जन

गणेश महोत्सव के 11 दिन बाद गोपाल युवा समिति सुभाष नगर द्वारा नेताजी सुभाष पार्क में मिट्टी के इको फ्रेंडली गणेश का विसर्जन बड़ी धूमधाम से किया गया। समिति के सक्रिय सदस्य योगी अरोड़ा और चिराग गांधी ने बताया कि युवा समिति द्वारा सुभाष नगर के सनातन धर्म हनुमान मंदिर में पूरे 11 दिन सुबह शाम आरती और भजन किए गए और शनिवार 11वें दिन सुबह आरती के साथ हवन यज्ञ का आयोजन किया गया और नगर परिक्रमा निकाली गई।

प्रीत विहार कॉलोनी में भी दिखा उत्साह

प्रीत विहार कॉलोनी में भी शनिवार को गणपति विसर्जन धूमधाम से सम्पन्न हुआ। कॉलोनीवासियों ने रंग-बिरंगे जुलूस और भक्ति गीतों के बीच गणपति बप्पा की प्रतिमा को विदा किया। महिलाएं, बच्चे और बुजुर्ग सभी पूरे उत्साह से शामिल हुए। श्रद्धालुओं ने कहा कि गणेश महोत्सव दस दिन तक भक्तिभाव और उल्लास का प्रतीक रहा। इन दिनों में प्रतिदिन पूजन, भजन-कीर्तन और सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किए गए। अब बप्पा को विदा करते समय मन भावुक हो जाता है, लेकिन विश्वास है कि अगले वर्ष वे फिर आएंगे और भक्तों के दुख दूर करेंगे।

महाराजा सूरजमल शिक्षण संस्थान में कमेटी की बैठक

रोहतक। महाराजा सूरजमल शिक्षण संस्थान में शनिवार को पब्लिसिटी कमेटी की पहली बैठक सफलतापूर्वक आयोजित की गई। बैठक में संस्थान की शैक्षणिक एवं सांस्कृतिक, खेलकूद व अन्य गतिविधियों को व्यापक स्तर पर प्रचारित प्रसारित करने तथा विद्यार्थियों एवं संस्थान को विभिन्न सरकारी गैर सरकारी संस्थानों से प्राप्त रैंकिंग एवं समय-समय पर प्राप्त पुरस्कार राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जो प्राप्त हुए हैं उन्हें समाज के सबसे निचले पायदान तक विभिन्न संचार माध्यमों के द्वारा प्रचारित एवं प्रसारित करने पर मुख्य रूप से चर्चा हुई। बैठक की अध्यक्षता पब्लिसिटी कमेटी के अध्यक्ष डॉ. सुरेश नांदल ने की, इसमें कमेटी के सभी सदस्य जो कि अपने-अपने क्षेत्र के विद्वान एवं प्रतिभाशाली है। संस्थान की डायरेक्टर अर्चना बालियान एवं महाराज सूरजमल इंस्टीट्यूट के डायरेक्टर की तरफ से डॉक्टर मोनिका तुषीर ने संस्था की अभी तक की प्राप्त उपलब्धियां एवं भविष्य की योजनाओं पर बिंदुवार प्रकाश डाला। बैठक में मुख्य रूप से महाराजा सूरजमल शिक्षण संस्थान की पब्लिसिटी कमेटी के सदस्य मुख्य रूप से अरविंद पाल दहिया, प्रेमचंद देशवाल, वीरेंद्र चौधरी, प्रोफेसर चरण सिंह, राजेंद्र सिंह कमिश्नर स्टेट इनफॉरमेशन, प्रदीप माथुर, नंदलाल, संजीत, डॉ मनोज भांभू आदि रहे।

शिक्षक दिवस पर रमेश गिरधर और कणिका गिरधर को दिया अवार्ड

- गरीब परिवारों के बच्चों को निशुल्क शिक्षा दे रहे हैं और उनको पुस्तकें व कापियां भी देते हैं फ्री

हरिभूमि न्यूज ▸▸| महम

रोहतक। हिसार की ओम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी में आयोजित समारोह के दौरान अवार्ड प्राप्त करते रमेश गिरधर व उनकी पत्नी कणिका गिरधर।

शिक्षक दिवस के मौके पर सेवानिवृत मुख्य अध्यापक एवं श्री राम सेकेंडरी स्कूल महम के डायरेक्टर रमेश गिरधर और उनकी पत्नी कणिका गिरधर को ओम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी हिसार में सम्मानित किया गया है। उनको यह अवार्ड विश्वविद्यालय के प्रो. वाइस चांसलर डॉ. राजेंद्र एस छिल्लर और वाइस चांसलर डॉ. एनपी कौशिक ने प्रदान किया है। उनको यह सम्मान शिक्षा के क्षेत्र में उनके अमूल्य योगदान के लिए दिया गया है। यूनिवर्सिटी के वीसी डॉ. एनपी कौशिक ने कहा कि रमेश गिरधर और उनकी पत्नी कणिका गिरधर पिछले कई दशकों से समर्पित भाव से शिक्षण कार्य कर रहे हैं। उनके पढ़ाए गए बच्चे आज देश के उच्च पदों पर अपनी सेवाएं दे रहे हैं। खास बात यह है कि गरीब बच्चों की पढाई में उनका विशेष सहयोग रहता है। ये अनेक बच्चों को निशुल्क पढ़ाते हैं। अनेक ऐसे गरीब बच्चे हैं, जिनको पुस्तकें और कापियां फ्री में उपलब्ध करवाते हैं। कई बच्चे तो ऐसे हैं, जिनको उच्च शिक्षा के लिए भी इन्होंने आर्थिक सहायता की है। रोजगार उपलब्ध करवाने के लिए स्कूल छोड़ने के बाद भी ये बच्चों का मार्गदर्शन करते हैं।

सांगवान डिफेंस एकेडमी में मनाया टीचर्स-डे

रोहतक। सांगवान डिफेंस एकेडमी में सभी स्टूडेंट्स ने टीचर्स डे का सेलिब्रेशन किया। साथ ही सभी टीचर्स ने स्टूडेंट्स के उज्जवल भविष्य की कामना की और उन्हें भविष्य में ओर अधिक ऊंचाइयों के लिए प्रोत्साहन दिया। संस्थान के निदेशक दिनेश सांगवान के साथ सभी शिक्षक और मैनेजमेंट के सदस्य उपस्थित रहे। इस अवसर पर सभी टीचर्स ने सांस्कृतिक कार्यक्रम में भाग लेकर स्टूडेंट्स का मनोवल बढ़ाया। संदीप ने रागिनी सुनाकर सभी का मनोरंजन किया। निदेशक दिनेश सांगवान ने सभी शिक्षकों को शाल और मोमेंटो देकर सम्मानित किया। इस मौके पर संदीप, राहुल, नवीन, अमित देशवाल, अरुण, अजीत, राजदीप, राकेश, अभिनव, गीता, शानू आदि मौजूद रहे।

रोहतक। गौ कर्ण तीर्थ सरोवर पर गणपति बप्पा विसर्जन करते गढ़ी मोहल्लावासी।

खबर संक्षेप

जीडी गोयंका स्कूल में गणपति का किया विसर्जन

रोहतक। जीडी गोयंका इंटरनेशनल स्कूल के वरिष्ठ वर्ग में हॉस्टल के छात्रों एवं शिक्षकों ने भगवान गणपति का स्कूल के प्रांगण में ही भव्य विसर्जन किया। डायरेक्टर विक्रांत मायना एवं सान्या मायना, प्रधानाचार्या सविता नेहरा एवं सहनिदेशक हिमांशु गुप्ता समेत हॉस्टल में रहने वाले बच्चों, शिक्षकों एवं अन्य स्टाफ ने विघ्नहर्ता गणेश को संगीत, गुलाल, फूलों की वर्षा और ढोल ताशे नगाड़ों की ध्वनि के साथ विदाई दी। इस आयोजन ने न केवल भगवान गणेश के प्रति प्रेम और सम्मान को प्रदर्शित किया बल्कि छात्रों और शिक्षकों के बीच के बंधन को भी मजबूत किया।

श्रद्धालुओं ने बड़ी श्रद्धा धार्मिक अनुष्ठान किया

रोहतक। श्री दिगम्बर जैन मंदिर सराय मोहल्ला में अनंत चतुर्दशी एवं देवाधिदेव 1008 अरिहंत परमेष्ठी वासुपूज्य स्वामी के मोक्ष कल्याणक अवसर पर श्रद्धालुओं ने बड़ी श्रद्धा और उत्साह के साथ विशेष धार्मिक अनुष्ठान किए। सुबह मंदिर में मोक्ष कल्याणक निर्वाण कांड का पाठ हुआ, जिसमें श्रद्धालुओं ने 11 किलो लड्डू भगवान के चरणों में अर्पित किया और संगीतमय आरती की। इसके बाद बैंड-बाजों के साथ भक्तों ने पालकी यात्रा निकाली। मीडिया प्रभारी राजीव जैन ने बताया कि आज श्रुत पंचमी का भी विशेष महत्व है। प्रातः 5:30 बजे महावीर भगवान का जलाभिषेक समाजसेवी संजय जैन, विकास जैन व अन्य श्रद्धालुओं द्वारा किया गया।

शिक्षा भारती स्कूल में मनाया शिक्षक दिवस समारोह

रोहतक। शिक्षा भारती वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय गोहाना रोड में शिक्षक दिवस मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ मां सरस्वती की वंदना व दीप प्रज्वलन से हुआ। शिक्षकों ने सांस्कृतिक प्रस्तुतियों, कविताओं और भाषणों के माध्यम से अपने शिक्षकों के प्रति कृतज्ञता प्रकट की। इस अवसर पर विद्यालय की शिक्षिकाओं ने विभिन्न खेल गतिविधियों में भाग लेकर उत्साहपूर्ण माहौल बनाया तथा हरियाणवी नृत्य प्रस्तुत कर सभी का मन मोह लिया। प्रधानाचार्य जितेंद्र कुमार ने कहा कि शिक्षक केवल ज्ञान के दाता ही नहीं बल्कि जीवन मूल्यों के निर्माता भी होते हैं। समिति के सदस्यों ने कहा कि शिक्षक समाज व राष्ट्र की अमूल्य धरोहर हैं।

जीडी गोयनका टॉडलर हाउस में मनाया टीसर्च-डे

रोहतक। जीडी गोयनका टॉडलर हाउस सनसिटी रोहतक में अध्यापक दिवस बड़ी धूमधाम से मनाया गया। समारोह की शुरुआत छात्रों सरस्वती वंदना से हुई। इस मौके पर विद्यालय के निदेशक बलराज सिंह, सुनीता व प्रधानाचार्या अनामिका बलहारा ने सभी शिक्षकों को बधाई दी।

सूचना

मैं, रामेहरसिंह रेहडू पुत्र रणधीर सिंह निवासी गांव दालमवाला जिला जींद बयान करता हूं कि मेरा गन लाईसेंस नंबर 135/DMU/JC-2016 दिनांक 06.06.2016 गुम हो गया है जिसका उल्लेख मैंने हर जगह दाखिल करवा दिया है एवं नई प्रतिलिपि निकलवाने के लिए आवेदन किया है।

पठानिया पब्लिक व रोटरी क्लब ने मनाया टीचर्स-डे

रोहतक। पठानिया पब्लिक स्कूल में शिक्षक दिवस बड़े हर्षोल्लास एवं गरिमामय ढंग से मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय की सह-संस्थापक वर्षा पठानिया, संचालक अंशुल पठानिया एवं प्रधानाचार्य तन्वी पठानिया की विशेष उपस्थिति रही। इस अवसर पर रोटरी क्लब रोहतक से डॉ. एसएल वर्मा (प्रेसिडेंट), संजीव वाधवा (सदस्य), डॉ. सुनील मुंजाल (सेक्रेटरी) डीएस बुधवार (प्रोजेक्ट चेयरमैन) तथा डॉ. आरके चौधरी (डायरेक्टर क्लब सर्विसेज) ने विशेष अतिथि के रूप में शिरकत की। इस अवसर पर अशोक गुप्ता, अमित नागपाल, शशि दुरेजा, रोबिन सचदेवा उपस्थित रहे। इस कार्यक्रम में शिक्षाविदों का सम्मान एवं पुरस्कार वितरण किया गया। विद्यालय के सभी शिक्षकों ने मंच पर अपनी बहुमुखी प्रतिभा का प्रदर्शन करते हुए गायन, वादन और नृत्य प्रस्तुतियां दीं। इस अवसर पर मंच संचालन सुमन सैनी, सीमा सचदेव ने बखूबी निभाया। उप प्रधानाचार्य प्रीति ढांडा, सुनीता मोर, मुख्य अध्यापिका सुमन राठी, सभी को-ऑर्डिनेटर व अध्यापक अध्यापक मौजूद रहे।

आनुवांशिक रोगों की समझ और समाधान की ओर एक पहल

रोहतक। महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय के जेनेटिक्स विभाग ने जेनेटिक काउंसलिंग में एक एक वर्षीय परास्नातक डिप्लोमा पाठ्यक्रम प्रारंभ किया है, जो आनुवंशिक बीमारियों के निदान, परामर्श, रोकथाम और सामाजिक प्रभावों को समझने में विद्यार्थियों को दक्ष बनाएगा। विभाग अध्यक्ष प्रो. संतोष कुमार तिवारी ने बताया कि इस क्रम में विभाग द्वारा अगस्त माह को एसएमए (स्पाइनल मस्कुलर एट्रोफी) जागरूकता माह के रूप में मनाया गया। एसएमए जागरूकता कार्यक्रम आयोजन में जीवन विज्ञान संकाय की अधिष्ठाता प्रो. मीनाक्षी वशिष्ठ, विभागाध्यक्ष प्रो. संतोष कुमार तिवारी, विभागीय शिक्षक डॉ. रितु यादव, डॉ. नीलम सहरावत और डॉ. मुकेश तंवर, जेनेटिक काउंसलर अनुराधा शर्मा तथा डिप्लोमा के विद्यार्थी ऋतु रावत, श्वेता सहरावत और रचना कंबोज की अहम भूमिका रही।

पीजीआईएमएस को मिली बड़ी उपलब्धि : डॉ रूप सिंह

हरिभूमि न्यूज ▸▸| रोहतक

पंडित भगवत दयाल शर्मा स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय के कुलसचिव और पीजीआईएमएस के हड्डी रोग विभाग के अध्यक्ष डॉ. रूप सिंह ने बताया कि विभाग के लिए यह गर्व का क्षण है कि वे और डॉ राजेश रोहिल्ला शीर्ष भारतीय लेखकों में से एक चयनित हुए हैं। उन्होंने बताया कि हाल ही में हुए एक बिब्लियोमेट्रिक विश्लेषण में आईजेओ (आईजीओ) के शीर्ष उद्धृत पत्रों में विभाग का एक प्रकाशन शामिल है। डॉ. रूप सिंह ने बताया कि यह उपलब्धि विभाग के लिए बहुत महत्वपूर्ण है और यह विभाग के शोध कार्य की गुणवत्ता को दर्शाती है।

शोध कार्य के माध्यम से समाज को लाभ पहुंचाना ही उद्देश्य

डॉ. रूप सिंह ने बताया कि विभाग में शोध कार्य की गुणवत्ता को बढ़ावा देने के लिए निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। विभाग के शोधकर्ता विभिन्न क्षेत्रों में शोध कार्य कर रहे हैं और उनके निष्कर्षों को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रकाशित किया जा रहा है। डॉ. रूप सिंह ने बताया कि विभाग भविष्य में भी शोध कार्य को बढ़ावा देने के लिए निरंतर प्रयास करेगा।

यह उपलब्धि गौरव का क्षण: गर्व का क्षण स्पोर्ट्स इंजरी विभाग अध्यक्ष डॉ राजेश रोहिला ने बताया कि पीजीआईएमएस के हड्डी रोग विभाग की यह उपलब्धि न केवल विभाग के लिए बल्कि संस्थान के लिए भी गर्व का क्षण है। यह उपलब्धि विभाग के शोध कार्य की गुणवत्ता और उसके शोधकर्ताओं के प्रयासों का परिणाम है।

TOP-IN-TOWN रोहतक बाजार
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें: विज्ञापन विभाग, हरिभूमि कार्यालय, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
मो. 9996959400, 9996985800, 9996965600, 9996954600

आवश्यकता
आवश्यकता है रोहतक में गार्डन का काम करने के लिए
माली - 1
सम्पर्क करें - 9896678820

ADARSH COLLEGE OF EDUCATION
Adarsh School Of Nursing
MADINA, ROHTAK
Affiliated to Haryana Govt. HNRC & INC
ADMISSION OPEN
ANM 2 YEARS
GNM 3 YEARS
JBT 2 YEARS
LIMITED SEATS
SC/ST को सरकार से 100% फीस छात्रवृति
ELIGIBILITY: 10+2 in any stream with 45% Marks
SC/BC with 40% Marks | AGE LIMIT: 17-35 Years.
Required Nursing Tutors
रोहतक और नजदीक के गांव से बस सुविधा उपलब्ध
Mob.: 8307117069, 9306840763, 9485578148
Email: adarshschoolmadina@gmail.com

hartron ISO 9001 : 2015
Enhance your talent...
HARTRON
SKILL CENTRE For Computer Education & Training
M.7206002575, 8929411222
Above IDBI Bank, Power House, Chowk, Rohtak
ADMISSION OPEN-2025

Sr. No.	Name of Course	Course Duration
1.	Computer Hardware and Networking Associate	52 (Weeks)
2.	Course In Computer Application	52 (Weeks
3.	Course in Digital Accounting	52 (Weeks
4.	Course in Designing and Publishing	52 (Weeks
5.	Course in Web Technology	52 (Weeks
6.	Course in Software Development	52 (Weeks
7.	Advanced Course in Computer Application	52 (Weeks
8.	Digital Marketing Assistant	26 (Weeks
9.	Software Or Application Testing Assistant	26 (Weeks
10.	Assistant PHP Developer	26 (Weeks)
11.	Hardware Peripheral and Installation Assistant	26 (Weeks
12.	Application Development -Android	26 (Weeks
13.	Course in IT Foundation and Tools	26 (Weeks
14.	Certificate Course in Computer Basics & Accounting	26 (Weeks)
15.	Certificate Course in Web Designing and Multimedia	26 (Weeks
16.	C Language	04 (Weeks
17.	C Plus Plus With Oops	08 (Weeks)
18.	PHP With Mysql	04 (Weeks)
19.	Core Java	06 (Weeks
20.	Advance Java	08 (Weeks
21.	Financial Accounting	06 (Weeks)
22.	Autocad	08 (Weeks)
23.	Fundamentals of Cyber Security	06 (Weeks)
24.	Programming with Python	12 (Weeks)
25.	Fundamentals of Computer	12 (Weeks)

S.V. COLLEGE
18 वर्षों से शिक्षा के क्षेत्र में कार्यरत
हेल्थकेयर क्षेत्र में अपना भविष्य बनाने का सुनहरा मौका
Courses:- Limited Seats
DMLT
HOSPITAL MANAGEMENT
DOTT
Radio & Medical Imaging Technology
Eligibilty 12th in any Stream
All Para Medical Course
(6 Month Certificate, 2/3 Years Programme)
UNDER UGC & MHRD (Govt. of India) Approved
Online Course
(नौकरी के साथ पढ़ाई)
BA - MA
BCA - MCA
BBA - MBA
B. COM - M. COM
LLB - LLM
& many more...
UGC-अप्रूव्ड कोर्स के साथ काउंसिलिंग रजिस्ट्रेशन भी करवाया जाता हैं।
Jind Hissar Bypass Railway Bridge, (Nehru Colony) Rohtak -124001
98126-69100, 94665-10173

खबर संक्षेप

होमगार्ड सुरेश ने पैसों से भरा पर्स लौटाया

रोहतक। होमगार्ड सुरेश ने अपनी ड्यूटी के दौरान ईमानदारी और कर्तव्यनिष्ठा का परिचय देते हुए पैसों से भरा एक खोया हुआ पर्स उसके असली मालिक को लौटा दिया। पर्स में 15 हजार रुपये नकद, एटीएम कार्ड, क्रेडिट कार्ड, ड्राइविंग लाइसेंस तथा अन्य महत्वपूर्ण दस्तावेज मौजूद थे। सुरेश ने बिना किसी लालच के पर्स को सुरक्षित रखकर उसके मालिक तक पहुंचाया। होमगार्ड की इस ईमानदारी की घटना की सभी ने सराहना की और इसे समाज के लिए प्रेरणादायक उदाहरण बताया।

पीजी की रिक्त सीटों पर काउंसलिंग 10 को

रोहतक। महर्षि दयानंद विवि. में सत्र 2025-26 में पीजी पाठ्यक्रमों की रिक्त सीटों पर एडमिशन के लिए 10 सितंबर को काउंसलिंग का फाइनल राउंड आयोजित किया जाएगा। सहायक कुलसचिव शैक्षणिक शाखा तेजपाल ने बताया कि पहले रिक्त सीट प्रवेश परीक्षा की मेरिट के आधार पर ऑफर की जाएगी और फिर उसके बाद 25 अगस्त तक आवेदन करने वाले अभ्यर्थियों को एकेडमिक मेरिट के आधार पर सीट ऑफर की जाएगी।

चोरी की वारदात में आरोपी गिरफ्तार

रोहतक। पुलिस ने चोरी की वारदात में शामिल आरोपी को गिरफ्तार किया गया। अर्बन एस्टेट थाना प्रभारी नीरज कुमार ने बताया कि 4 सितंबर को खेड़ीसाध निवासी विकास की शिकायत के आधार पर केस दर्ज करके जांच शुरु की गई। जांच में सामने आया कि विकास ने सेक्टर-4 में तिकोना पार्क के सामने वीटा मिल्क बूथ चलाता है। 4 सितंबर बूथ के अंदर से करीब 8 हजार रुपये के कीमत का सामान चोरी हुआ मिला। जांच के दौरान 5 सितंबर को आरोपी जलदीप निवासी बागपुर जिला झज्जर को गिरफ्तार किया गया है।

रेलवे प्रशासन नहीं कर रहा कार्रवाई, पटरियों से गुजरना पड़ रहा

डबल फाटक अंडरपास में तीन दिन से भरा पानी

लोगों को जान जोखिम में डालकर करना पड़ रहा है सफर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

शहर का डबल फाटक अंडरपास लोगों की परेशानी का सबब बन गया है। पिछले तीन दिनों से अंडरपास के अंदर करीब दो फुट पानी भरा हुआ है, जिससे आमजन और वाहन चालकों का आवागमन बुरी तरह प्रभावित हो रहा है। समाजसेवी जसबीर कुमार ने बताया कि रोजाना हजारों लोग इस रास्ते से गुजरते हैं, लेकिन पानी और अंधेरे के कारण लोगों को जान जोखिम में डालकर सफर करना पड़ रहा है। हैरानी की बात यह है कि इस समस्या की सूचना रेलवे और प्रशासन को कई बार दी जा चुकी है, फिर भी अभी तक समाधान नहीं हुआ। ऐसे में लोगों को पटरियों से एक तरफ से दूसरी तरफ जाना पड़ रहा है। वाहनों को दस सेंकेंड का सफर 20 मिनट में तय करना पड़ रहा है। क्योंकि एक तरफ से दूसरी तरफ जाने के लिए घूमकर आना पड़ता है। ऐसे में दूसरी जगह से ट्रैफिक का सामना भी करना पड़ता है। अंडरपास दो कॉलोनियों को जोड़ता है। इसके जरिए लोग बाजार, स्कूल, कार्यालय और अन्य स्थानों पर आसानी से पहुंचते हैं। अब पानी भरने से लोग परेशान हैं। खासतौर पर स्कूल जाने वाले बच्चों को बड़ी समस्या हो रही है। पैदल आने-जाने वालों को पानी में उतरना पड़ रहा है, वहीं बाइक और कार सवार भी बड़ी मुश्किल से निकलते हैं। कई वाहन पानी में बंद भी हो गए।

अंडरपास में नहीं है रोशनी, अंधेरे में खतरा

अंडरपास के अंदर लाइट की व्यवस्था भी नहीं है। दिन में तो लोग किसी तरह निकल लेते हैं, लेकिन रात के समय वहां गहरा अंधेरा हो जाता है। पानी और अंधेरे के बीच से गुजरना लोगों के लिए और भी खतरनाक साबित हो रहा है। स्थानीय लोगों ने बताया कि कई बार छोटे बच्चे और बुजुर्ग पानी में फिसलने से गिर भी चुके हैं।

की जा रही निकासी

वहां पर मोटरें लगी हुई है, पानी ज्यादा होने के कारण मोटर खराब हो गई थी। मौके पर दूसरी मोटर लगाई हुई है जो पानी को लिफ्ट कर रही है। ऐसे में आज दूसरी मोटर भी लगा दी जाएगी। लेकिन बारिश के कारण दोबारा से पानी भर जाता है। ऐसे में समस्या बढ़ जाती है। लेकिन पानी लगातार लिफ्ट किया जा रहा है।

-मुकेश कुमार, रेलवे अधिकारी

मौके पर मौजूद रहे लोग

शनिवार को समस्या पर चर्चा करने के लिए एकत्रित हुए लोगों में डॉ. जयपाल सिंह, सुमित नागपाल, जसबीर कुमार, अमित कमल, महेश चंद, विनोद कथूरिया, सुनील, सुरेश, पारस, विनय और विकास सहित अन्य लोग शामिल रहे। सभी ने एक स्वर में कहा कि यदि समस्या का जल्द समाधान नहीं किया गया तो वे मजबूरन धरना-प्रदर्शन करने पर उतर आएंगे। स्थानीय निवासियों ने मांग की है कि अंडरपास से तुरंत पानी निकाला जाए और वहां स्थायी समाधान के लिए पंपिंग सिस्टम लगाया जाए। अंडरपास के अंदर रोशनी की व्यवस्था की जाए।

अधिकारी नहीं कर रहे सुनवाई

शनिवार को आसपास की कॉलोनियों के लोग अंडरपास के पास इकट्ठे हुए और समस्या का समाधान निकालने पर चर्चा की। लोगों का कहना था कि इस समस्या की जानकारी रेलवे अधिकारियों और स्थानीय प्रशासन को बार-बार दी गई, मगर किसी ने ध्यान नहीं दिया। तीन दिन बीत चुके हैं, लेकिन न तो पानी निकाला गया और न ही सफाई का कोई प्रबंध किया गया।

कॉलोनीवासियों में गुस्साः कॉलोनीवासियों ने प्रशासनिक लापरवाही पर गहरा रोष जताया है। उनका कहना है कि लगातार बारिश या सीवर लाइन की खराबी की वजह से पानी भरना आम बात हो गई है। लेकिन इस बार तीन दिन बीत जाने के बाद भी कार्रवाई न होना अधिकारियों की उदासीनता को दर्शाता है।

रोहतक। जलभराव के क्षेत्र का दौरा करते हुए भाजपा नेता डॉ अशोक कुमार रंगा।

जलभराव वाले क्षेत्रों में प्रशासन करें तीव्रता से कार्य : डॉ अशोक कुमार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कलानौर

■ जलभराव के चलते राजेश का मकान गिरा

रोहतक रेलवे लाइन के साथ रेलवे द्वारा किए जा रहे खुदाई कार्य से भारी जलभराव की स्थिति पैदा हो गई है। बारिश का पानी घरों तक पहुंच गया। जलभराव के चलते राजेश पुत्र रामकुमार का मकान गिर गया, वहीं आसपास के कई अन्य मकानों में गहरी दरारें आ गईं।

वार्ड एक निवासियों ने बताया कि लगातार पानी भरने से दीवारें और नींव कमजोर हो गई हैं। भाजपा के सभी प्रकोष्ठों के जिला प्रभारी डॉ. अशोक कुमार रंगा ने मौके का दौरा कर हालात का जायजा लिया और अधिकारियों को जलभराव की समस्या के समाधान के लिए आवश्यक कदम उठाने के लिए कहा। डॉ. अशोक रंगा ने सिंचाई और पब्लिक हेल्थ विभाग के अधिकारियों को कहा कि समय रहते जल निकासी की उचित व्यवस्था करे तथा किसी तरह भी जन हानि से बचाव करें। उन्होंने कहा कि यदि जल्द ही स्थायी समाधान नहीं निकाला गया तो जिम्मेदार अधिकारियों के खिलाफ कार्रवाई के लिए सरकार को अवगत कराया जाएगा।

ये रहे मौजूद

इस दौरान पार्षद सन्नी, राजेश , प्रकाश, सुरेन्द्र, मदन, विनोद, संदीप,मंगत व अमित भी मौजूद रहे।

युवका को अवैध हथियार सहित दबोचा

रोहतक। पुलिस ने युवक को अवैध हथियार सहित गिरफ्तार किया। कलानौर थाना प्रभारी सुलेंद्र सिंह ने बताया कि पुलिस टीम गुढाण कटेसरा रोड कलानौर के पास गश्त में मौजूद थी। इस दौरान युवक को शक के आधार पर काबू किया गया। युवक की पहचान सुखबीर निवासी गांव पिलाना के रुप में हुई। युवक के पास से एक देसी पिस्तौल बरामद हुआ है। आरोपी के खिलाफ केस दर्ज करके गिरफ्तार किया गया है।

न्यू हरियाणा सीसे.स्कूल में अध्यापकों को किया सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

■ सीनियर एवं जूनियर सभी बच्चों ने शिक्षक बनकर बहुत अच्छी भूमिका निभाई।

न्यू हरियाणा सीनियर सेकेंडरी स्कूल में शिक्षक दिवस के अवसर पर डॉक्टर सर्वपल्ली राधाकृष्णन के जन्म दिवस को शिक्षक दिवस के रूप में मनाया गया।

इस अवसर पर सीनियर एवं जूनियर सभी बच्चों ने शिक्षक बनकर बहुत अच्छी भूमिका निभाई। बतौर शिक्षक ऐसा महसूस हो रहा था कि आने वाले समय में एक बहुत ही अच्छे शिक्षक साबित होंगे। स्कूल निदेशक जेएस बूरा ने बताया कि जिस देश, राष्ट्र एवं समाज में सर्वश्रेष्ठ अध्यापक होते हैं वो राष्ट्र एवं समाज स्वर्ण अक्षरों में लिखने योग्य बन जाता है।

उन्होंने बताया कि डॉक्टर सर्वपल्ली राधाकृष्णन हमेशा यही कहते थे कि अगर किसी राष्ट्र एवं समाज को अच्छा बनाना है तो वहां पर अच्छे अध्यापक बनाने पड़ेंगे। अंत में स्कूल प्राचार्य मंजू बूरा एवं उपप्राचार्य पूजा कादियान ने सभी अध्यापकों का धन्यवाद किया और आगे भी शिक्षा जगत में अच्छे कार्य करने के लिए प्रेरित किया।

बीएमयू और एलएसआई पोर्ट्समाउथ में समझौता

■ दोनों संस्थान मिलकर उच्चस्तरीय शिक्षा और प्रशिक्षण उपलब्ध कराएंगे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय ने अंतरराष्ट्रीय शिक्षा और अनुसंधान के क्षेत्र में एक बड़ी उपलब्धि हासिल करते हुए यूनाइटेड किंगडम की प्रतिष्ठित संस्था एलएसआई पोर्ट्समाउथ के साथ शैक्षणिक सहयोग हेतु एक समझौता किया है।

इस समझौते के अंतर्गत दोनों संस्थान मिलकर विद्यार्थियों को उच्चस्तरीय शिक्षा और प्रशिक्षण उपलब्ध कराएंगे। इसमें विशेष रूप से इंजीनियरिंग, प्रौद्योगिकी, फिजियोथेरेपी, नर्सिंग और आयुर्वेद जैसे विषय शामिल किए गए हैं। साथ ही, छात्रों को अंग्रेजी भाषा के ज्ञान और दक्षता को बढ़ाने के लिए विभिन्न प्रकार के कार्यक्रम शुरू किए जाएंगे, जिनमें पेशेवरों के लिए अंग्रेजी, प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी और भाषा कौशल विकास शामिल है। विश्वविद्यालय कुलपति डॉ. एचएल वर्मा ने बताया कि इस साझेदारी से विद्यार्थियों को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर शिक्षा और शोध का अवसर मिलेगा। उन्हें नई तकनीकों, आधुनिक शिक्षण पद्धतियों और वैश्विक दृष्टिकोण से लाभ होगा।

इस समझौते के बाद बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय के विद्यार्थी अब विदेशों के नामी शैक्षणिक संस्थानों से जुड़कर अनुभव साझा करने, सांस्कृतिक आदान-प्रदान करने और नई शैक्षणिक पहल में भाग लेने का मौका पाएंगे। कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार ने बताया कि यह कदम छात्रों और शिक्षकों दोनों के लिए लाभकारी सिद्ध होगा।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर एलएसआई पोर्ट्समाउथ (यूके) के प्रिंसिपल ली ब्रोफी, जतिन कुमार हर जीवनदास सोनी, पूर्व कुलपति सौराष्ट्र यूनिवर्सिटी राजकोट, गगन अग्रवाल तथा बाबा मस्तनाथ यूनिवर्सिटी कुलपति डॉ. एचएल वर्मा, कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार, शैक्षणिक मामलों के अधिष्ठाता डॉ. नवीन कपिल कुमार, डॉ. सत्य प्रकाश आर्य, असिस्टेंट कुलसचिव एमएल बत्रा, डॉ. दीपक यादव, डॉ. शीतल व डॉ. वरुण कुमार झा उपस्थित थे।

बस की चपेट में आने से कर्मचारी की मौत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सांपला

हरियाणा रोडवेज बस ने नेशनल हाईवे नंबर 9 पर एक कंपनी के कर्मचारी को कुचल दिया। जिसकी मौत हो गई। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम करा परिजनों को सौंप दिया।

पुलिस ने हुमायूंपुर निवासी संजय के बयान पर रोडवेज बस चालक के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। संजय ने बताया कि वह झज्जर जिले के गांव निलोठी निवासी उसका जीजा विनोद एसबी पैकिंग कंपनी ने नौकरी करते थे। दो बजे छुट्टी के बाद विनोद रोड क्रोस कर रहा था। तभी दिल्ली की तरह से एक रोडवेज बस रॉंग साईड आई और विनोद को कुचल दिया। जिसकी मौत हो गई।

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 :-
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	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 सें.मी 10X 8 सें.मी	स्थानीय संस्करण के अन्दर के पृष्ठ पर	रु. 2500/- रु. 3000/-

+5% GST Extra
नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कार्ड रेट लागू।
अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
सिटी कार्यालय :- हरिभूमि, कृषि विज्ञान केन्द्र के सामने, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9996959400
मुख्य कार्यालय :- हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक फोन : 9253681019-20

विद्यार्थियों की सफलता केवल अंकों में नहीं, बल्कि उनके मानसिक संतुलन और आत्मविश्वास में निहितः मोनिका

■ एचडी स्कूल में हविद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर केंद्रित कार्यशाला का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

एचडी पब्लिक स्कूल बहुअकबरपुर में कैपेसिटी बिल्डिंग प्रोग्राम का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला का विषय था विद्यार्थियों में मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देना था। जिसका संचालन रिसोर्स पर्सन मोनिका सांगवान ने किया।

उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की सफलता केवल अंकों में नहीं, बल्कि उनके मानसिक संतुलन और आत्मविश्वास में निहित है। उन्होंने तनाव प्रबंधन, सकारात्मक सोच, आत्मबल वृद्धि तथा व्यावहारिक परामर्श से जुड़े अनेक प्रभावी उपाय साझा किए। विद्यालय निदेशक सुरेन्द्र सिंह फोगाट ने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि आज के समय में मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल, शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने जितनी ही आवश्यक है। संतुलित मन ही श्रेष्ठ शिक्षा का आधार है। शिक्षकों ने पूरे उत्साह से भाग लेकर समूह गतिविधियों, विचार-विमर्श और प्रश्नोत्तर सत्र में अपनी सहभागिता दर्ज कराई। उन्होंने कहा कि यह प्रशिक्षण उनके लिए विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य को समझने और उन्हें सशक्त बनाने का मार्ग प्रशस्त करेगा।

नेताजी सुभाष पार्क में इको-फ्रेंडली मिट्टी के गणेश का किया विसर्जन

रोहतक। गणेश महोत्सव के समापन अवसर पर बाल गोपाल युवा समिति सुभाष नगर द्वारा नेताजी सुभाष पार्क में इको-फ्रेंडली मिट्टी के गणेश का विसर्जन धूमधाम से किया गया। समिति के सक्रिय सदस्य योगी अरोड़ा और चिराग गांधी ने बताया कि 11 दिनों तक सुभाष नगर के सनातन धर्म हनुमान मंदिर में सुबह-शाम आरती और भजन-कीर्तन का आयोजन किया गया। 11वें दिन विशेष हवन यज्ञ के बाद नगर परिक्रमा निकाली गई। इसके उपरांत सुभाष पार्क में बड़े टब में पानी, गुलाब जल और गंगाजल से विधिवत मंत्रोच्चारण के साथ गणपति का विसर्जन किया गया। तत्पश्चात पानी और मिट्टी भक्तों में वितरित की गई तथा शेष जल को पौधों में अर्पित किया गया। बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया और गणपति बप्पा से सुख-समृद्धि की कामना की। इस अवसर पर समिति के सदस्य सोनू वधवा, राजेश मलिक, हिमांशु गांधी, हिमांशु भूटानी, विपुल गंभीर, निपुण गंभीर, आशीष चुघ, विक्की वधवा, अमित वधवा, अमित उप्पल आदि मौजूद रहे।

जलभराव को लेकर गांवों का दौरा किया 70 हजार प्रति एकड़ मिले मुआवजाः हुड्डा

रोहतक। पूर्व मुख्यमंत्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा ने शनिवार को गढ़ी सांपला किलोई क्षेत्र के 8 गांवों में जलभराव का निरीक्षण किया। उन्होंने अधिकारियों को तुरंत समाधान करने के निर्देश दिए और गांव वालों से उनकी समस्याएं और सुझाव भी सुने। पूर्व सीएम सबसे पहले गांव बलियाणा पहुंचे और फिर गांव पाकस्मा के खेतों में गए, जहां पानी लगभग 4 से 5 फुट तक भरा हुआ था। लोगों ने पानी में डूबी धान की फसल दिखाई और कहा कि खेतों से पानी निकालने के लिए उचित प्रबंध किया जाए। इसके बाद हुड्डा पंप हाउस गए और एसडीओ को पानी निकासी की व्यवस्था सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। पूर्व सीएम भूपेंद्र हुड्डा ने कहा कि समय पर ड्रेन, सीवर व नालों की सफाई होती तो जलभराव की समस्या नहीं होती। गांवों से निकलने वाले रजवाहों की सफाई नहीं करवाई, जिसके कारण जलभराव की समस्या पैदा हुई।

एमबीबीएस विद्यार्थियों को जल्द मिलेगी नए हॉस्टल की सुविधा

पीजीआईएमएस में बनेगा 6 मंजिला हॉस्टल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रोहतक

पंडित भगवत दयाल शर्मा स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. एचके अग्रवाल ने शनिवार को पीजीआईएमएस रोहतक में एमबीबीएस और बीडीएस छात्र-छात्राओं के लिए एक बड़ी सौगात का ऐलान किया। उन्होंने नए बनने जा रहे गर्ल्स और ब्वॉयज हॉस्टल के लिए हवन किया।

इस अवसर पर उपस्थित पीडब्ल्यूडी के अधिकारियों को संबोधित करते हुए कुलपति डॉ एचके अग्रवाल ने कहा कि संस्थान में बने हॉस्टल काफी पुराने हो गए थे जिसके चलते उन्हें समय सीमा खत्म होने पर तोड़ दिया गया था ऐसे में छात्र-छात्राओं के लिए काफी लंबे समय से हॉस्टल की कमी हो गई थी। इस कारण हॉस्टल में रहने वाले विद्यार्थियों को काफी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा था। डॉ अग्रवाल ने बताया कि ठेकेदार द्वारा अब पाइल टेस्ट किया जाएगा और टेस्ट के पास होने पर यहां हॉस्टल का निर्माण शुरू हो जाएगा और जल्दी ही औपचारिक कर ली जाएंगी।

3648 लख रुपये मंजूर

डॉ अग्रवाल ने बताया कि पहली बार विद्यार्थियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए 6 मंजिल का हॉस्टल संस्थान में बनवाया जाएगा। उन्होंने बताया कि ब्वॉयज हॉस्टल के लिए 3648 लख रुपए मंजूर किए गए हैं , वहीं गर्ल्स हॉस्टल के लिए 4698 लाख रुपए मंजूर किए गए हैं।डॉ अग्रवाल ने बताया कि अक्सर बच्चों की समस्या रहती थी कि गर्मियों के दिनों में हॉस्टल के अंदर एक न होने के चलते उन्हें काफी परेशानी झेलनी पड़ती थी ऐसे में इन हॉस्टलों में एयर कंडीशनर की सुविधा भी उपलब्ध रहेगी ताकि बच्चों को गर्मी का सामना न करना पड़े और वह अच्छे से अपनी पढ़ाई पर ध्यान केंद्रित कर सकें। कुलसचिव डॉ रूप सिंह ने कहा कि जिस कंपनी को यह टेंडर मिला है उसे विद्यार्थियों के हितों को ध्यान में रखते हुए कोशिश करनी चाहिए कि वह पैसे में सीमा के अंदर हो या उससे पहले ही इसका निर्माण पूरा करें ताकि सभी विद्यार्थियों को हॉस्टल मिल सके।

300 कमरें बनेंगे

डॉ. रूप सिंह ने बताया कि बॉयज हॉस्टल में 300 कमरों का निर्माण करवाया जाएगा , वहीं गर्ल्स हॉस्टल में 370 कमरों का निर्माण होगा। चिकित्सा अधीक्षक डॉक्टर कुंदन मित्तल ने बताया कि विद्यार्थियों की सुविधा के लिए हर हॉस्टल में दो लिफ्ट भी लगाई जाएंगी और इन हॉस्टलों में सभी अत्याधुनिक सुविधाओं को शामिल करवाया जाएगा। पीडब्ल्यूडी बीएंडआर विभाग के एक्सईएन विजय दलाल ने बताया कि हर तल पर 56 कमरे बनाए जाएंगे।

ये रहे मौजूदः इस अवसर पर एक्सईन विजय दलाल ,एसडीओ अशोक सिरोहा, सेक्रेटरी टू वीसी संजीव कुमार, जेई नवीन बल्हारा ,रमन जोशी, कुणाल छिल्लर ,प्रीतम देशवाल ,आशीष सहित कंपनी के सदस्य उपस्थित रहे।

खिलाड़ी राज्य स्तरीय खेलों में दमखम दिखाने को तैयार

रोहतक। शिक्षा विभाग द्वारा आयोजित 58वीं राज्य स्तरीय खेल प्रतियोगिता (अंडर-17 एवं अंडर-19, बालक एवं बालिकाएं) में रोहतक जिले से विभिन्न खेलों की टीमें चयनित की गई हैं। इस प्रतियोगिता में जिले से लगभग 220 खिलाड़ी भाग लेंगे, 8 से 10 सितंबर, 2025 को होने वाली राज्य स्तरीय प्रतियोगिताओं का आयोजन विभिन्न जिलों में किया जाएगा और प्रत्येक खेल अपने-अपने निर्धारित जिला मुख्यालय पर सम्पन्न होगा। जिला सहायक शिक्षा अधिकारी (खेल) संजय मलिक ने जानकारी दी कि सभी खेलों के लिए कोच-इंचार्ज नियुक्त किए गए हैं, जो खिलाड़ियों को मार्गदर्शन देंगे तथा प्रतियोगिता से संबंधित सभी आवश्यक सूचनाएं खिलाड़ियों तक पहुंचाएंगे।

ये होंगे इंचार्जः पानीपत में कबड्डी (अंडर-17 एवं अंडर-19, बालक वर्ग) के लिए दिनेश डांगी इंचार्ज होंगे, इसी प्रकार कुश्ती (अंडर-17, बालक वर्ग) का दायित्व सुनील को सौंपा गया है, जबकि कुश्ती (अंडर-19, बालक वर्ग) के लिए नरेश इंचार्ज नियुक्त किए गए हैं। फरीदाबाद में बैडमिंटन (अंडर-17 एवं अंडर-19, बालक वर्ग) के इंचार्ज ओमपाल होंगे, आर्चरी (अंडर-17 एवं अंडर-19, बालक एवं बालिका वर्ग) के लिए डॉक्टर जनक राज को जिम्मेदारी दी है।

जब कोई अपना हो परेशान-तनावग्रस्त
कुछ देर रहने दें उसे अपने मन के साथ

हम सभी के जीवन में परेशानियां और तनाव के क्षण आते रहते हैं। ऐसे में कुछ लोग दूसरों से सलाह लेने में असहज महसूस करते हैं, वे नहीं चाहते कि उनसे कोई सवाल पूछा जाए। वे कुछ समय तक अपने मन के साथ एकांत रहना चाहते हैं। इस कंडीशन में हमें अपने अजीज की भावनाओं का सम्मान करना चहिए।

कवर स्टोरी
डॉ. मोनिका शर्मा

बीते दिनों मशहूर कैनेडियन सिंगर जस्टिन बीबर ने अपने सोशल मीडिया अकाउंट इंस्टाग्राम पर खुलासा किया कि वह टूट चुके हैं। गुस्से की समस्या से जूझ रहे हैं। जस्टिन ने अपनी मानसिक सेहत को लेकर भी चिंता जताई। दुनिया भर में मशहूर इस सिंगर ने अपनी पोस्ट में लिखा कि 'लोग मुझे ठीक होने के लिए कहते रहते हैं। क्या आपको नहीं लगता कि अगर मैं खुद को ठीक कर सकता, तो मैं पहले ही कर चुका होता? मुझे पता है कि मैं टूट चुका हूं। मुझे पता है कि मुझे गुस्से की समस्या है। मैंने अपनी पूरी जिंदगी उन लोगों की तरह बनने की कोशिश की, जो मुझे कहते रहे कि मुझे उनके जैसा ठीक होना चाहिए। यही बात मुझे और ज्यादा थका देती है, ज्यादा गुस्सा दिलाती है।' अपनी एक दूसरी पोस्ट में जस्टिन यह भी कह चुके हैं कि 'मुझसे यह पूछना बंद करो कि मैं ठीक हूं या नहीं। मुझसे यह पूछना भी बंद करो कि मैं कैसा हूं? क्या कर रहा हूं? मैं जानता हूं कि हम सभी के लिए जीवन कठिन है। आइए हम अपने लोगों को प्रोत्साहित करें, न कि अपनी सुरक्षाओं को एक-दूसरे पर प्रोजेक्ट करें। हर बार आपकी चिंता देखभाल के रूप में सामने नहीं आती है। यह सिर्फ अजीब रूप से ऑप्रेसिव यानी चिंता और तकलीफ थोपने वाली भी हो सकती है।'

उचित नहीं ज्यादा सवाल-सलाह

असल में जस्टिन के विचार आम लोगों के लिए भी सार्थक सलाह लिए हैं। इस युवा और चर्चित चेहरे की बातें किसी अपने-पराए के जीवन में आई हैरान-परेशान करने वाली परिस्थितियों में हरदम कुछ पूछते रहने के बर्ताव पर लगाम लगाने की जरूरत को रेखांकित करती हैं। समझना आवश्यक है कि उलझाऊ हालातों में, क्या चल रहा है? कैसा चल रहा है? कैसे हो? खुश क्यों नहीं दिखते हो? या टेंशनफ्री होने-रहने का प्रयास करो। जैसी सलाहों और सवालों का दोहराव हमारे प्रिय की मुश्किलों को और बढ़ा देता है। पहले से ही तकलीफ के घेरे में आए मन को और पीड़ा देने लगता है। डगमगाते मन से जूझते युवा और सशंकित हो जाते हैं। अपने ही जीवन की दिशा को लेकर घेरने वाली ये शंकाएं-आशंकाएं और भटकाने वाली साबित होती हैं। साथ ही मन में आक्रोश भी उपजने लगता है, कभी खुद के प्रति तो कभी उन अपनों-परायों को लेकर, जो बिन मांगी सलाहें देते हैं। हर समय सवाल पूछते हैं। सही गाइडेंस की जरूरत बताते हुए पहले से ही उलझे-बिखरे दिलो-दिमाग को और भटकाते हैं। ऐसे दौर में किसी भी इंसान को थोड़ा समय देना सही रहता है। समस्याओं से जूझ रहा इंसान चाहता है कि कोई बेवजह सवाल ना पूछे। आते-जाते तसल्ली ना दे। बात-बात में कोई नसीहत कोई राय ना मिले। ऐसी बातें और बर्ताव मददगार बनने के बजाय मनोभावों को और उलझाते हैं।

संभलने का समय दें

मन हो या जीवन, किसी भी मोर्चे पर प्रतिकूल परिस्थितियों में पूछताछ करने वाले हमारे अपनों का इरादा हर बार गलत नहीं होता है। बावजूद इसके परेशान मन को संभलने का समय देने के बजाय जांच-पड़ताल करते रहने का व्यवहार मन को ठेस पहुंचाता है। इसीलिए जान-पहचान वाले घर में किसी व्यक्ति की नौकरी छूट जाए। उम्मीद के मुताबिक परीक्षा का परिणाम ना आए। रिश्ते-नाते टूट जाएं या कोई हारी-बीमारी घेर ले तो ऐसे में उनकी निजता का सम्मान करना जरूरी है। आमना-सामना होने पर असहज महसूस करवाने वाले प्रश्नों के बजाय संभलने का समय देना चाहिए। बहुत से लोग दूसरों से अपना सब कुछ नहीं बताना चाहते। ऐसी परिस्थितियों में कोई गाइडलाइन देने के बजाय गंभीरता से उनकी मनःस्थिति को समझना एक अच्छा तरीका है। बेहतर महसूस करने के बाद वे स्वयं आपसे अपनी बात साझा करने की सोचेंगे। अगर नहीं तो यह उनका अधिकार है कि वे कितना और क्या दूसरों को बताना चाहते हैं? युवा पीढ़ी अपने निजी जीवन में दूसरों की ताक-झांक को ज्यादा पसंद नहीं करती। ऐसे में समझना आवश्यक है कि आपका संवाद एकतरफा तो नहीं। आपके सवाल बहुत अधिक पर्सनल हुए तो अगले इंसान को असहज ही करेंगे। साथ ही बिन मांगी सलाह भी दूसरे के लिए भार और तनाव का कारण बन सकती है।

समझें तनावग्रस्त व्यक्ति की मनोदशा

आज के दौर में अधिकांश लोग जो कुछ भी अपनों-परायों, परिचितों-अपरिचितों से साझा करना चाहते हैं, वह वर्चुअल दुनिया में मौजूद होता ही है। ऐसे में निजी समस्याओं को खुद तक रखकर अपनी प्राइवेसी चाहने वालों को परेशान करना सही नहीं होता है। देखा जाए तो कई बार निजी संबंधों में दूरियां आने की बड़ी वजह जरूरत से अधिक ऐसी दखलंदाजी भी होती है। ठीक जस्टिन की तरह ही किसी को यह कहना कि 'मेरी तरह रहो, मेरे जैसे बनो या इस हाल में यह करो, वह करो।' किसी भी व्यक्ति, खासकर युवाओं को नहीं भाता। ऐसा व्यवहार जीवन में दूरियां और मन में शिकायतें बढ़ाता है। खासकर जब यह पता ही ना हो कि अगला इंसान किन हालातों से जूझ रहा है। कुछ बातों पर गौर करते हुए उसकी मनोदशा को समझने का प्रयास करना उचित है। आपसे जुड़ा इंसान अगर आई कॉन्टेक्ट किए बिना बात करे, आते-जाते बचकर निकलने की सोचे, पूछने पर कुछ भी स्पष्ट कहने से बचे या शब्दों को घुमा-फिराकर अपनी बात रखे तो समझ जाइए कि वह अपनी परिस्थिति और मनःस्थिति को बताने में सहज नहीं है। कुछ समय के लिए ऐसे लोगों को उनके हाल पर छोड़ देना चाहिए। उनके दिलो-दिमाग को रिकवर होने का वक्त मिलना ही चाहिए। आगे सही समय देखकर उनके साथ संवाद की राह बनानी चाहिए। *

यह सही है कि तकनीक और आधुनिक महानगरीय जीवनशैली ने बेशुमार सुख-सुविधाएं प्रदान की हैं। लेकिन इन पर आश्रित होकर हद से अधिक आलसी या निष्क्रिय बने रहना आपको शारीरिक, मानसिक रूप से बीमार बनाने के साथ ही सामाजिक रूप से एकाकी भी कर सकता है।

सही नहीं हद से अधिक निष्क्रियता

लाइफस्टाइल / चैतन्या

हाल ही में सोशल मीडिया पर एक पोर्टर डिलीवरी एजेंट का वीडियो वायरल हुआ। वीडियो में उसने बताया कि उसे दो मिनट की दूरी पर पार्सल पहुंचाने का ऑर्डर आया। इसके लिए डिलीवरी एजेंट ने हंसी-मजाक के सहज अंदाज में ग्राहक को आलसी कहा। स्वयं पोर्टर डिलीवरी एजेंट द्वारा बनाए गए वीडियो में वह बताता है कि ऑर्डर एक ही अपार्टमेंट के टॉवर सी से उठाकर टॉवर ई में देना था। यह दूरी इतनी कम थी कि पैदल चलकर सिर्फ दो मिनट में तय की जा सकती थी। यही वजह है कि डिलीवरी एजेंट मजाकिया लहजे में कहता है कि 'ये लोग इतने आलसी हैं कि सिर्फ एक बिल्डिंग से दूसरी बिल्डिंग में सामान पहुंचाने के लिए भी खुद नहीं चल सकते, इसके लिए भी पोर्टर बुक कर रहे हैं।' देखा जाए तो यह वाकया हंसकर टाल देने भर का लगता है। गंभीरता से सोचा जाए तो हमारी बदलती जीवनशैली और दूसरों पर बढ़ती निर्भरता की कड़वी सच्चाई से रूबरू करवाता है। ऐसी सच्चाई जो छोटे-छोटे काम भी खुद न करने के बर्ताव को सामने रखती है। हमारे चारों ओर कसते जाते आलस के घेरे की बानगी है।

सेवाओं-सुविधाओं का विस्तार: हाल के बरसों में जिंदगी को सहज बनाने वाली सर्विसेस बढ़ी हैं। सामान भिजवाना हो या मंगवाना, इन सुविधाओं का एक बड़ा बाजार बन गया है। गौरतलब है कि आमतौर पर शहर बदलने पर लोग सामान शिफ्ट करने के लिए पोर्टर सर्विसेस का इस्तेमाल करते हैं। पोर्टर एप की मदद से किसी भी तरह के सामान को बाइक या छोटे वाहनों के जरिए एक जगह से दूसरी जगह तक आसानी से पहुंचा दिया जाता है। एक ही शहर में लंबी दूरी के लिए भी ऐसी सर्विसेस बहुत काम की होती हैं। यही वजह है कि मामूली दूरी के लिए भी किसी सामान को खुद पहुंचाने की जहमत ना उठाने के बर्ताव से जुड़ा यह वाकया अजीब लगता है। चिंताजनक यह है कि ऐसी सर्विसेस पर निर्भर होने वाले लोगों के आंकड़े तेजी से बढ़ रहे हैं। सेवाओं-सुविधाओं का यह विस्तार खुद इंसानों के मूवमेंट को समेटने लगा है।

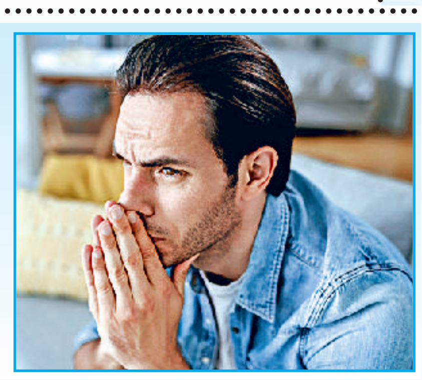
निर्भरता की अति के नुकसान: व्यस्त जीवनशैली, तकनीकी विस्तार और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म की बढ़ती पहुंच के चलते ऐसी बहुत सी सुविधाओं पर डिपेंडेंसी बढ़ी है। व्यस्तता के साथ-साथ एक पहलू यह भी है कि अपने-अपने कोजी कॉर्नर में बैठे लोग अब सब्जी तक लेने घर से बाहर नहीं जाना चाहते। क्लिक भर में ऑर्डर कर फ्री हो जाने का काम सुविधाजनक लगने लगा है। अफसोस कि यह स्थिति शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य पर तो नेगेटिव असर डालती ही है, सामाजिक फ्रंट पर भी इसके कई नुकसान हैं। फूड डिलीवरी एप्स के जरिए दस मिनट में कुछ भी मंगा लेने की सुविधा लोगों में हरदम कुछ ना कुछ खाते रहने की आदत भी डाल रही है। बहुत से लोगों को ऑनलाइन शॉपिंग की लत लग रही है। अनचाहा सामान भी ऑर्डर किया जा रहा है। देखा जाए तो यह स्थिति साइकोलॉजिकल निर्भरता बढ़ने से जुड़ा पहलू भी लिए है। जिसका मेंटल हेल्थ पर भी बुरा असर पड़ता है। धीरे-धीरे आलस के कारण हर तरह की रचनात्मकता और सक्रियता भी खत्म होने लगती है। चिंता, अवसाद और तनाव जैसी प्रॉब्लम्स जड़ें जमाने लगती हैं। सब कुछ घर बैठे ऑर्डर कर देने की आदत हो जाए तो सामाजिक गतिविधियों में भी भागीदारी कम होने लगती है। इसीलिए इस तरह की डिपेंडेंसी की सीमा तय करना आवश्यक है।

किसी बहाने बने रहें सक्रिय: कोई भी सुविधा जब आदत बनकर हद से ज्यादा निर्भर बनाने लगे तो चेत जाना चाहिए। जरूरत से ज्यादा निर्भर होना केवल सुविधा का लाभ लेना भर बल्कि अपनी क्षमताएं खो देने के हालात पैदा करता है। इसीलिए सक्रिय बने रहना जरूरी है। अपने काम-काज निपटाने के लिए एक्टिव रहना शारीरिक ही नहीं मानसिक और सामाजिक रूप से सक्रिय रहने से भी जुड़ा है। आस-पास के बाजार तक जाना या आस-पड़ोस के किसी घर में कोई सामान लेने या पहुंचाने जाना इंसानी जीवन का सहज हिस्सा रहा है। इन एक्टिविटीज से सामाजिक संबंध बनते हैं। एक्टिव रहने के बहाने तलाशिए। हर काम के लिए उपलब्ध सुविधाओं के इस दौर में खुद को निष्क्रियता से बचाने के लिए खास कोशिशें करने की दरकार है। *

इमोशंस / अंतरा पटेल

आमतौर पर आंसू बहाने को कमजोरी की निशानी और न रोने वाले को कठोर हृदयी मान लिया जाता है। लेकिन वास्तव में आंसू केवल मन की अभिव्यक्ति होते हैं, जो कई बार हमारे मन का उपचार भी करते हैं।

आंसुओं से बयां होती है मन की सच्ची हकीकत



कई लोग ऐसे होते हैं, जिन्हें आसानी से रोना नहीं आता है। उनके किसी रिलेटिव या करीबी की डेथ हो जाए तब भी नहीं रोते। जब उनका कहीं अपमान हो जाए या उन्हें गहरा सदमा लगे या कोई गंभीर नुकसान हो जाए वे तब भी नहीं रोते। जिन अवसरों जैसे-अंतिम संस्कार, विदाई या भावनात्मक फिल्म देखते हुए, जब अधिकतर लोग रोते हैं, उन पर भी उनके आंसू नहीं छलकते। हालांकि उनकी आंखों में आंसू होते हैं, लेकिन वो आंखों से छलकते नहीं। तो क्या इससे यह साबित होता है वे भावनाशून्य इंसान होते हैं? शायद ऐसे ही कठोर या कहें मजबूत मन वाले लोगों के लिए सुदर्शन फाकिर ने यह शेर कहा है, 'आप कहते थे कि रोने से न बदलेंगे नसीब/उम्र भर आपकी इस बात ने रोने न दिया।' इनसे उलट कुछ लोग ऐसे भी होते हैं, जो अपनी भावनाओं को, आंसुओं को छिपाते नहीं हैं। जैसे एक बार टेनिस स्टार अमांडा अनिसिमोवा विंबलडन फाइनल में हारने के बाद सबके सामने फूट-फूट कर रो पड़ी थीं। सैंकड़ों लोगों और कैमरों के जरिए पूरी दुनिया के सामने भी उन्होंने अपने आंसुओं को रोकने का प्रयास नहीं किया और न ही चेहरे पर दिखावटी मुस्कान लाने की कोई कोशिश की थी। कुछ लोगों को उनका ऐसे रोना, अजीब या कहें अनुचित लगा। लेकिन वास्तव में देखा जाए तो अमांडा के रोने में सच्चाई थी और बहादुरी भी। वास्तव में सबके सामने रोने वालों और न रोने वालों को लेकर समाज में अलग-अलग तरह की राय रखी जाती है।

मानते हैं कमजोरी का लक्षण: आमतौर पर रोने को, कमजोरी या अत्यधिक भावुकता या नियंत्रण के खोने से जोड़ते हैं। विशेषकर पुरुषों के संदर्भ में कहा जाता है कि 'मर्द रोते नहीं हैं।' बचपन में जब कोई लड़का रोता है तो उससे कहा जाता है, 'लड़कियों की तरह रोना बंद करो।' रोने को लड़कियों का एक्सक्लूसिव गुण मान लिया गया है। ऐसे जुमले केवल लड़कों या पुरुषों को नीचा दिखाने के लिए ही नहीं बल्कि लड़कियों या स्त्रियों का भी अपमान हैं। घर और स्कूल में बच्चों की इस सोच के साथ परवरिश की जाती है कि संयम (या बर्दाश्त) का अर्थ ताकत है और आंसू बहाना, कमजोरी या अस्थिरता की निशानी है।

गम-खुशी में छलकते हैं आंसू: वास्तव में रोना हमारी सोच और धारणा से कहीं अधिक जटिल है। यकीनन दुःख (जो किसी के निधन पर होता है) रोने का सबसे आम कारण है। लेकिन लोग कुंठा, पीड़ा, असफलता या भयंकर अपमान के कारण भी रोते हैं। इसी के साथ खुशी के आंसुओं को कैसे अनदेखा किया जा सकता है? शतरंज का विश्व कप (महिला) जीतने के बाद दिव्या देशमुख खुशी से रो पड़ी थीं। हालांकि वह जब पिछली प्रतियोगिता में हार गई थीं, तब नहीं रोई थीं, लेकिन विजयी होने पर रोईं। अकसर राहत, बड़ी सफलता, अत्यधिक खुशी भी दुःख जितना ही हमें भाव-विभोर कर देती है। बड़े-बड़े नेता, कलाकार, खिलाड़ी सार्वजनिक मंच पर रो पड़ते हैं। असम के बाढ़ पीड़ितों का हाल सुनाते हुए हेम बरुआ संसद में रोए थे। अपनी फेयरवेल स्पीच देते हुए क्रिकेटर राहुल द्रविड़ रोए थे। आंसुओं ने इन लोगों को छोटा नहीं कर दिया। आंसुओं ने उन्हें अधिक संवेदनशील मनुष्य और भावनाओं से जुड़ा हुआ साबित किया।

मन का उपचार करे आंसू: रोना दवा की तरह भी काम करता है। बड़े-बुजुर्ग कहते हैं कि रोने से गम हल्का हो जाता है। चिकित्सा विज्ञान भी यही कहता है, भावनात्मक आंसुओं में स्ट्रेस हॉर्मोन होते हैं। रोने से तनाव कम हो जाता है, नर्वस सिस्टम को आराम मिलता है और राहत का अहसास होता है। इसलिए लोग कहते हैं, 'रोने के बाद हल्का महसूस हो रहा है।' जापान में तो रोने के लिए क्लब भी बने हैं, जहां लोग साथ रोने के लिए एकत्र होते हैं। इस प्रथा को 'रुई-कत्सु' (आंसुओं की तलाश) कहते हैं।

कहने का सार है कि हमें आंसुओं को कमजोरी की निशानी के तौर पर नहीं देखना चाहिए कि व्यक्ति ने अपने ऊपर का नियंत्रण खो दिया है। बल्कि यह समझना चाहिए कि आंसू व्यक्ति की सच्ची अभिव्यक्ति है। आज जब हम सब दिखावे के युग में जी रहे हैं, बनावटी सोशल मीडिया के विभिन्न माध्यमों पर। ऐसे संसार में सच्चे आंसू ही इंसान की सच्ची अभिव्यक्ति है, जो साबित करते हैं कि हम इंसान हैं। *

गीत / कृष्ण बिहारी

क्या लिखोगे

देवता बनकर दिखोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर लिखोगे, क्या लिखोगे?
सादगी से पूर्ण रचना एक भी तो जन नहीं पाए,
सच कहूं तो आदमी भी इसलिए तुम बन नहीं पाए।
खोजकर अमृत पियोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर दिखोगे, क्या लिखोगे?
जो अहर्निश एक घातक विष पिएगा वह रचेगा,
छटपटाई मौत मरकर जो जिएगा वह बचेगा।
तुम शहीदाना जियोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर लिखोगे, क्या लिखोगे?
कोरे कागजों पर तुमने बस चिड़िया उड़ाई है,
अबतलक समझे नहीं यह भी कि झूठी कमाई है।
रद्दियों जैसे बिकोगे, क्या लिखोगे?
देवता बनकर लिखोगे, क्या लिखोगे?

व्यंग्य
केदार शर्मा

धीरे-धीरे ऐसे लोगों की संख्या में इजाफा होता जा रहा है, जिनके लिए रील अगर शमा है, तो वे उसके परवाने हैं। रील ही इनका धर्म, कर्म और मर्म है, जान है, मान है और सम्मान है। जिनका श्रम, समय और डेटा, सब कुछ रीलों पर कुर्बान है।

रील की झील में डूबते लोग

वैश्विक स्तर पर भारत डेटा उपयोग में दुनिया का नंबर एक देश बना हुआ है, यह समाचार अखबार में पढ़कर गर्व से मस्तक ऊंचा हो गया। दरअसल डेटा, स्क्रीन पर चलने वाली समस्त गतिविधियों का ईंधन है। अगर डेटा न हो तो स्क्रीन की हालत धोबी के कुत्ते जैसी हो जाए, जो न घर का रहता, न घाट का। इस समय डेटा का थोक में उपयोग सबसे लोकप्रिय गतिविधि रील बनाने और देखने में भरपूर हो रहा है। धीरे-धीरे ऐसे लोगों की संख्या में इजाफा होता जा रहा है, जिनके लिए रील अगर शमा है, तो वे उसके परवाने हैं। रील ही इनका धर्म, कर्म और मर्म है, जान है, मान है और सम्मान है। जिनका श्रम, समय और डेटा, सब कुछ रीलों पर कुर्बान है। सुबह बिस्तर से उठने से लेकर रात को सोने तक ये रील-रानी के संग ही उठते-बैठते हैं।

कई बार तो हैरतअंगेज रीलें देखकर दांतों तले अंगुली दब जाती है। प्री-वेडिंग शूटिंग में वर-वधु के बकरा-बकरी की आवाज निकाल कर उनके पोज में एक-दूसरे को प्रपोज करते हुए, क्लास रूम में डांस करती शिक्षिका की, गधे पर उल्टा बैठकर दौड़ाने वाली टाइप, एक से बढ़कर एक अनगिनत रीलें इंस्टाग्राम, यू-ट्यूब और फेसबुक के आकाश में बेरोक-टोक पतंगों की तरह मंडरा रही हैं। अभिव्यक्ति की बेलगाम, बेकाबू असीम और स्वच्छंद आजादी के एक साथ यहां दर्शन होते हैं। इनमें से ही कुछ लोग रील देखते-देखते रील बनाने में उस्ताद बन गए हैं। वे ही इनके प्रोड्यूसर हैं और वे ही कैमरामैन। खेत हो या खलिहान, छत की मुंडेर हो या रेल की ट्रैक, समंदर हो या बवंडर, जो जगह दिल को भाए, वही स्टूडियो बन जाता है। अभिनय के लिए पत्नी-बच्चे ही पर्याप्त हैं। दो से पांच मिनट की रील के लिए क्या स्क्रिप्ट, क्या पटकथा? जरूरत है तो बस चटपटे, हैरतअंगेज और कभी-कभी मूर्खतापूर्ण करतबों की, गालियों की, कंचन-काया की माया के दर्शन कराने और कमर लचकाने की। रीलों ने हर हाथ और हर आंख को काम थमा रखा है। अगर कोई रील खूब वायरल हो गई, तो कमाई भी बल्ले-बल्ले होती है। रीलों की इस दुनिया के आगे 'रीयल' दुनिया फीकी, नीरस और बेमजा लगने लगी है। संस्कारों की दुनिया में भले ही मंदी हो, पर रीलों के सितारों पर बुलंदी है। संस्कारों की थाली भले ही खाली हो, पर रीलों की थाली नित नए मसालेदार 'व्यंजनों' से मालामाल है।

यह कहना बहुत मुश्किल है कि रील को हम बना रहे हैं या रील हमें बना रही है। रील को हम चला रहे हैं या रील हमें चला रही है। एक बार बिना सेंसर की इस गाड़ी में बैठने के बाद ढलान पर लुढ़काती हुई यह हमें कहां ले जाकर छोड़ेगी, भगवान ही मालिक है। कहीं हम रील युग में तो प्रवेश नहीं कर रहे हैं? कुछ भी हो बिना विवेक का इस्तेमाल किए इसमें सफर करने की लत लग गई तो गत का बिगड़ना सुनिश्चित है। रील की इस झील में जो एक बार डूबता है तो बस डूबता ही चला जाता है। रील देखने और बनाने की दीवानगी इस कदर हर उम्र और वर्ग के लोगों पर हावी है कि जैसे उन्हें अपने आस-पास किसी की सुध-बुध ही नहीं रहती, जैसे उनका पूरा अस्तित्व स्मार्टफोन के तल पर टिका गया है। *

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

निर्बंध-उदात्त प्रेम कविताएं

तसलीमा नसरीन जो भी लिखती हैं, वो निर्बंध, भयमुक्त और विचारों का नया आयाम खोलने वाला होता है। हाल में छपकर आई उनकी प्रेम कविताओं के अनुवाद की किताब 'यदि प्यार करो' में भी उनकी लेखनी का वही तेवर देख सकते हैं। वे प्रेम को मन की गहनतम अनुभूति मानती हैं, और इन्हें अभिव्यक्त करने से परहेज नहीं करती हैं। 'जब मेरे साथ तुम नहीं होते/मेरे साथ तब तुम सबसे ज्यादा रहते हो।' और 'तुम्हें देखने पर/मन करता है, शुरू से/शुरुआत करूं जीवन की।' जैसी भावप्रवण पंक्तियों के साथ ही वे इसकी जटिलता को भी बयां करती हैं 'कौन कहता है बहुत आसान है प्रेम/कि चाहो और हो जाए।' *

पुस्तक: यदि प्यार करो, **लेखिका:** तसलीमा नसरीन, **अनुवाद:** कल्लोल चक्रवर्ती, **मूल्य:** 199 रुपए, **प्रकाशक:** राजकमल प्रकाशन, नई दिल्ली

अगर आपकी है रचनात्मक लेखन में रुचि

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

- वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
- प्रशिक्षु उप संपादक
- हिंदी टाइपिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।

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

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

अगर आप घूमने-फिरने के शौकीन हैं, साथ ही रोमांचक और साहसिक गतिविधियों में भी आपकी रुचि है, तो वाइल्डरनेस टूर यानी रोमांचक-साहसी पर्यटन, आपके लिए परफेक्ट ट्रैवल-चॉइस हो सकती है। हाल के वर्षों में इसका ट्रेंड काफी बढ़ रहा है। इस ट्रेंड और इसके फायदों पर एक नजर।

एंज्वॉयमेंट-थेरेपी का कॉम्बो एडवेंचर ट्रैवलिंग का बढ़ता क्रेज

ट्रैवल ट्रेंड / अंशु सिंह

पर्यटकों की बदलती पसंद को देखते हुए ट्रैवल इंडस्ट्री में नित नए बदलाव होते रहते हैं। अब लोग सिर्फ घूमने-फिरने के लिए यात्रा नहीं कर रहे, बल्कि उन यात्राओं पर जाना पसंद कर रहे हैं जिसमें रोमांच के साथ थोड़ी मुश्किलों का भी सामना करना पड़ता है। यही वजह है कि इन दिनों ट्रैवल थेरेपी के तौर पर वाइल्डरनेस टूर को लोग प्राथमिकता दे रहे हैं। ट्रैवल कंपनियां भी ऐसे ट्रैवलर्स की जरूरतों का ध्यान रखते हुए साहसिक टूर पैकेज डिजाइन कर रही हैं।

ट्रैवलिंग का नया तरीका: जरूरी नहीं कि हर किसी को पहाड़ों पर चढ़ना, बर्फ पर स्केटिंग करना या मानसून के दौरान घने जंगलों में ट्रैकिंग करना पसंद हो। लेकिन इन दिनों ऐसी साहसिक यात्राओं को लेकर लोगों की खास दिलचस्पी देखी जा रही है। टूर एंड ट्रैवल से जुड़ी कई कंपनियां भी इस तरह के वाइल्डरनेस टूर (साहसिक यात्रा) पैकेज उपलब्ध करा रही हैं। वाइल्डरनेस टूर के दौरान टूरिस्ट को कुछ दिन या हफ्ते भर के लिए उजाड़ और बंजर इलाके में अकेले छोड़ दिया जाता है। वहां से वे खुद ही रास्ता ढूंढते हैं और बाहर निकलते हैं। टूरिस्ट वाइल्डरनेस टूर के लिए अपनी पसंद से देश या स्थान का चयन करते हैं, जैसे- कोई जंगल, रेगिस्तान, पहाड़ या ध्रुवीय इलाका आदि। पूरी दुनिया में इन दिनों ऐसी यात्राएं हो रही हैं। इनमें मंगोलिया, पेरू और आर्कटिक महासागर में नॉर्वे का द्वीप समूह स्वालबार्ड जैसे एडवेंचरस डेस्टिनेशन शामिल हैं।

कई डेस्टिनेशंस हैं मौजूद: हालांकि प्रतिकूल मौसम और दुर्गम स्थान संबंधी कारणों से आम पर्यटक इनसे बचते हैं। फिर भी एडवेंचर के शौकीन लोग इस तरह की साहसिक यात्राओं का लुत्फ जरूर उठाते हैं। अपने देश में वाइल्डरनेस टूर के इच्छुक पर्यटकों के लिए अनेक ट्रैवल डेस्टिनेशंस मौजूद हैं। वे हिमालय की तलहटी में बसे दार्जिलिंग की पहाड़ियों में ट्रैकिंग ट्रिप और रॉक क्लाइंबिंग कर सकते हैं। हिमाचल की पहाड़ियों में माउंटेनियरिंग पर जा सकते हैं या फिर राजस्थान के दूर तक फैले रेगिस्तान में ऊंट की सवारी की यात्रा को रोमांचकारी बना सकते हैं। इसके अलावा, वन्यजीव यानी वाइल्डलाइफ को देखना भी भारतीय साहसिक पर्यटन का प्रमुख हिस्सा है। देश के राष्ट्रीय उद्यानों में सफारी और जीप टूर की सुविधा भी प्रदान की जाती है। वाइल्डरनेस टूर एंड ट्रैवल पैकेज में स्कीइंग, पैराग्लाइडिंग, कैंपिंग और स्कूबा डाइविंग जैसी गतिविधियां भी शामिल होती हैं।

डेस्टिनेशन के हिसाब से आएगा खर्च: अगर आप भी वाइल्डरनेस टूर का हिस्सा बनना चाहते हैं, तो लग्जरी ट्रैवल कंपनियों की सेवाओं का फायदा उठा सकते हैं। ये कंपनियां ग्राहकों की पसंद के अनुसार, वाइल्डरनेस टूर पैकेज डिजाइन करती हैं। जैसा डेस्टिनेशन होगा, उसी अनुसार यात्रा का खर्च आएगा। विदेश की यात्रा करने पर ये खर्च लाखों में हो सकता है। जैसे, एक मशहूर ट्रैवल कंपनी ने 'गेट लॉस्ट' नाम से एक पैकेज डिजाइन किया है। इसके तहत यात्री खुद को खोजने में खो जाते हैं। दरअसल, उन्हें किसी अनजान इलाके में छोड़ दिया जाता है, जहां से उन्हें खुद ही बाहर निकलना होता है। कुछ वैसे ही जैसे 'मैन वर्सेज वाइल्ड' टीवी शो में बेयर ग्रिल्स किया करते हैं। हां, वाइल्डरनेस टूर के दौरान कंपनियां जीपीएस और सैटेलाइट ट्रैकर से अपने यात्रियों पर नजर रखती हैं, ताकि किसी परेशानी में उनकी मदद कर सकें। *

वाइल्डरनेस टूर के फायदे

वाइल्डरनेस ट्रैवलिंग को आज एक हीलिंग थेरेपी की तरह देखा जा रहा है। इसमें यात्री जब अकेले कठिन रास्तों से गुजरते हुए अपनी मंजिल तक पहुंचते हैं, तो उनका आत्मविश्वास कई गुणा बढ़ जाता है। इससे वे जिंदगी में आने वाली चुनौतियों का बेहतर तरीके से सामना करना सीख लेते हैं। इसमें न केवल रोमांच होता है, बल्कि शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य भी ठीक रहता है। तनाव कम होने से नई ऊर्जा का अनुभव करते हैं। प्रकृति के साथ रहने से उससे रिश्ता गहरा होता है। इसमें दुनिया घूमने का मौका मिलता है। नई जगहों और संस्कृतियों को जानने से क्रिएटिविटी भी बढ़ती है।

मुश्किल नहीं है कुछ भी अगर ठान लीजिए

दृढ़ इच्छा शक्ति, मेहनत और लगन के बल पर जीवन में कुछ भी हासिल किया जा सकता है। जीवन में सफलता पाने के कुछ गोल्डन रूल्स हैं, जिन्हें फॉलो करके मुश्किल से मुश्किल लक्ष्य को साधा जा सकता है।

सेल्फ मोटिवेशन / शिखर चंद जैन

महान संत स्वामी विवेकानंद ने युवाओं को हमेशा निडर, कर्मठ और सकारात्मक सोच रखने की प्रेरणा दी। स्वामी जी कहा करते थे, 'जो भी करो पूरी लगन और एकाग्रता से करो। खुद को कमजोर समझना सबसे बड़ा पाप है।' युवाओं को प्रेरित और प्रोत्साहित करने के लिए दुनिया भर के विद्वानों और मोटिवेशनल स्पीकर्स ने समय-समय पर बड़ी कारगर, महत्वपूर्ण और उपयोगी बातें कही हैं। इनके बारे में आप भी जानिए।

जरूरी है सेल्फ कॉन्फिडेंस: अगर आप जीवन में सफल होना चाहते हैं तो खुद को दायरे में बांधना बंद करें और पूर्वाग्रह से मुक्त रहने की कोशिश करें। ऐसा कभी ना सोचें कि जो कभी आपके किसी मित्र या परिवार के किसी सदस्य ने नहीं किया वह आप भी नहीं कर सकेंगे। आपको अपनी क्षमताओं और कमियों को पहचानना होगा और खुद को इस योग्य बनाना होगा कि आप जो चाहे कर सकें।

न समझें खुद को कमजोर: डर हमें जीवन में कुछ नया नहीं करने देता। नई स्किल सीखने, चुनौतियां स्वीकार करने, नया प्रोफेशन या बिजनेस करने में असफल होने का जोखिम होता है। लेकिन इस जोखिम या असफलता के डर से कोशिश नहीं करना बिल्कुल भी सही नहीं है। जो खुद को कमजोर समझते हैं या डरते रहते हैं, वे जीवन में कुछ भी नया या बड़ा हासिल नहीं कर पाते हैं। पुस्तक 'करेज एंड कॉन्फिडेंस एन एंथोलोजी' के लेखक नॉर्मन विंसेंट पील ने अपनी पुस्तक में लिखा है, 'डर लोगों को शारीरिक रूप से कमजोर बना देता है। किसी न किसी रूप में डर लोगों को वह हासिल करने से रोक देता है, जो वे जीवन में वाकई हासिल करना चाहते हैं।'

एकाग्र होकर काम करें: एक समय में एक काम करें और ऐसा करते समय अपनी पूरी ऊर्जा और ताकत उसमें डाल दें और बाकी सब कुछ भूल जाएं। आज के डिजिटल युग में विभिन्न माध्यमों से सूचनाओं और जानकारियों की बौछार ने हमारे मस्तिष्क की एकाग्रता को छीन लिया है। चाहे पढ़ाई-लिखाई करनी हो या वर्क प्लेस पर अपना हिसाब-किताब लिखना हो, अपने ग्राहक से डील करनी हो या फिर कोई प्रोडक्ट बनाना हो। आप कोई भी काम तभी ठीक से कर सकते हैं, जब आप उसे पूरी तरह एकाग्रचित्त होकर करें। पुस्तक 'हाइपर फोकस' के लेखक क्रिस बेली लिखते हैं, 'अगर आपको अपने चंचल चित्त को स्थिर करना है तो सबसे पहले फालतू चीजों पर अनफोकस करें।' वे कहते हैं कि आज हम बिना ध्यान बंटाए कंप्यूटर पर सिर्फ 40 सेकेंड ही लगातार काम कर पाते हैं। इस समय को बढ़ाकर ही हम अपना सर्वश्रेष्ठ दे सकेंगे। उन्होंने लिखा है, 'हाइपर फोकसिंग से ही हम अपना सबसे बेहतरीन संस्करण बन सकते हैं।'

समस्याओं को धैर्यपूर्वक हल करें: किसी समस्या के सामने आते ही अगर आप घबरा जाते हैं या हड़बड़ा जाते हैं तो जल्दबाजी में न सही उपाय सोच पाते हैं, न ही उसका हल निकाल पाते हैं। यहां तक कि आप अपने सच्चे और विश्वसनीय मददगार का नाम भी याद नहीं कर पाते। इस स्थिति में समस्या के एक ही हिस्से पर आपका नियंत्रण होता है और वह है आपकी प्रतिक्रिया। समस्याएं हमारे भीतर के सर्वश्रेष्ठ गुणों को बाहर निकालती हैं, क्योंकि मुसीबत में ही हम अपनी क्षमताओं के बारे में ठीक से सोच पाते हैं। पुस्तक 'थिंकिंग फास्ट एंड स्लो' के लेखक डैनियल कानमैन कहते हैं, 'जब आप चिंतित होने की बजाय किसी समस्या को रचनात्मक तरीके से हल करने की कोशिश करेंगे तो ज्यादा प्रभावशाली बनेंगे। परिणामस्वरुप आप खुद को पहले से ज्यादा बड़ी समस्याएं हल करने के लायक बना लेंगे।'

अनुशासन का पालन करें: स्वतंत्रता और मनचाहा करने की छूट लेना हमारे स्वभाव में होता है। लेकिन यह विवेकपूर्ण, संयमित और अनुशासन युक्त होनी चाहिए। यह आप पर निर्भर करता है कि आप सीमा में रहकर अपनी क्षमता से जीवन को उत्कृष्ट बनाएं या उसकी उपेक्षा करके अपने लिए दुख आमंत्रित करें। स्वच्छंदता वास्तव में स्वतंत्रता नहीं है। इसका परिणाम अन्ततः विनाश ही है। इस संदर्भ में बेस्ट सेलर पुस्तक 'द नाउ हैबिट' के लेखक नील फियोरे ने कहा है, 'दिमाग वही करना चाहता है जो उसे पसंद है। लेकिन जो व्यक्ति जीवन में अपने दिमाग की पसंद और सुविधा से चलता है वह कभी कुछ हासिल नहीं कर पाता।' इसलिए जरूरी कामों को टालने की बजाय प्राथमिकता से करना जरूरी है। *

बैंकिंग फ्रॉड से संबंधित घटनाएं आए दिन देखने-सुनने को मिलती रहती हैं। ऐसे में जरूरी है कि बैंक से संबंधित तमाम गतिविधियों के दौरान विशेष सावधानी बरती जाए। इसके लिए बैंक, एटीएम, यूपीआई और नेट बैंकिंग से संबंधित नियम जानना जरूरी है।

जरूर जानें एटीएम-यूपीआई नेट बैंकिंग से जुड़े रूल्स

अवेयरनेस
प्रभाकांत कश्यप

इन दिनों बढ़ती आर्थिक धोखाधड़ी और बैंकिंग फ्रॉड के मद्देनजर प्रत्येक उपभोक्ता को एटीएम, यूपीआई, नेट बैंकिंग और बैंकिंग से संबंधित अन्य नियम जानने जरूरी हैं। ये नियम भारतीय रिजर्व बैंक और बैंकों की ग्राहक सुरक्षा नीति के तहत आते हैं। इन बैंकिंग नियमों की जानकारी के अभाव में आप इकोनॉमिक फ्रॉड के शिकार बन सकते हैं।

जानें आरबीआई के नियम: इस नियम के तहत किसी भी सरकारी या शेड्यूल्ड प्राइवेट बैंक में अगर आपके किसी खाते से कोई धोखाधड़ी हो जाती है तो आपका नुकसान पूरी तरह से बच सकता है बशर्ते इस धोखाधड़ी के तीन दिन के भीतर आप अपने बैंक को इस धोखाधड़ी की लिखित सूचना दे दें। अगर आप बैंक को अपने साथ हुई धोखाधड़ी की सूचना तीन दिन के भीतर न देकर चार से सात दिनों के भीतर देते हैं तो आपके सेविंग अकाउंट में 5000 से 25 हजार तक का नुकसान हो सकता है। यदि आप सात दिन के बाद बैंक को धोखाधड़ी की सूचना देते हैं, तब तो आपका पूरा नुकसान, आपके ही खाते में जाएगा यानी बैंक आपके नुकसान की कोई भरपाई नहीं करेगा। इसलिए जब भी आपके साथ कोई बैंकिंग धोखाधड़ी हो जाए तो तुरंत बैंक के टोल फ्री नंबर पर कॉल करके बैंक को इसकी सूचना दें और अगले चरण के रूप में अपने नजदीकी बैंक शाखा में जाकर यही शिकायत लिखित में दर्ज करें। इसके साथ ही www.cyber-crime.gov.in या हेल्पलाइन नंबर 1930 पर इस धोखाधड़ी की रिपोर्ट करा दें। शिकायत दर्ज कराने की तारीख, समय और संबंधित विवरण, जैसे एसएमएस, ईमेल या शिकायत भेजने संबंधी रसीद आदि सबूत के तौर पर अपने पास अवश्य रखें।

यूपीआई यूज करते समय रहें सावधान: यूपीआई पिन कभी भी किसी के साथ शेयर न करें। अगर कभी बैंक कर्मचारी भी इसकी मांग करता है, तो आपको उसे यह नहीं देना चाहिए, क्योंकि आरबीआई के नियम के तहत कोई बैंक का कर्मचारी अपने बैंक के ग्राहकों से यूपीआई पिन नहीं मांग सकता। अगर आपको रिक्वेस्ट मनी या कलेक्ट रिक्वेस्ट जैसी कोई सूचना मिलती है तो उसे ध्यान से चेक करें, गलती से अप्रूव करने पर आपके एकाउंट से पैसा कट सकता है और बैंक इसके लिए जिम्मेदार नहीं होगा। पर हां, अगर आपने कोई यूपीआई ट्रांजेक्शन किया है और ट्रांजेक्शन फेल हो गया है, लेकिन आपका पैसा कट चुका है तो तुरंत शिकायत करें। सामान्यतया तीन दिनों में अपने आप ही कटा हुआ पैसा वापस आ जाएगा।

एटीएम का इस्तेमाल: यदि एटीएम से पैसा निकालते समय पैसा न निकले और बैलेंस कट जाए तो तुरंत संबंधित बैंक से इसकी शिकायत करें। पांच कामकाजी दिनों के भीतर आपका पैसा वापस आ जाएगा। जहां तक एटीएम ट्रांजेक्शन लिमिट का सवाल है तो मेट्रो शहरों में हर बैंक ग्राहक को तीन ट्रांजेक्शन प्रतिमाह मुफ्त है। अगर आप किसी गैर मेट्रो शहर में रहते हैं तो आपको पांच बार किए गए ट्रांजेक्शन के लिए भी कोई फीस नहीं देनी पड़ती। लेकिन इससे ज्यादा बार की ट्रांजेक्शन पर बैंक की तय फीस देनी पड़ती है। अगर आपने एटीएम में ट्रांजेक्शन के दौरान तीन बार गलत पिन डाल दिया है तो 24 घंटे तक के लिए आपका खाता ब्लॉक हो जाएगा। 24 घंटे के बाद आप पुनः सही पिन डालकर एटीएम से ट्रांजेक्शन कर सकते हैं।

नेट बैंकिंग से संबंधित नियम: नेट बैंकिंग के लिए टू फैक्टर ऑथेंटिकेशन अनिवार्य हैं जैसे ओटीपी और पासवर्ड। अगर लंबे समय तक आपका नेट बैंकिंग अकाउंट एक्टिव नहीं रहता है तो आपके अकाउंट से ऑटो लॉग आउट हो जाएगा। हर तीन से छह महीने के भीतर आपको अपने नेट बैंकिंग अकाउंट का पासवर्ड चेंज कर लेना चाहिए। कभी भी ईजीली गेस या ब्रेक किए जा सकने वाले पासवर्ड न बनाएं।

बैंकों की जिम्मेदारी: धोखाधड़ी से संबंधित किसी भी रिपोर्ट को बैंक को दस कार्य दिवस में हल करना होता है यानी आप जो शिकायत करते हैं, उसकी जांच उन्हें दस दिन के भीतर करनी होती है। अगर बैंक दस दिनों तक आपकी रिपोर्ट पर जांच पूरी नहीं करती, तो कानून के हिसाब से वह आपके एकाउंट से हुई धोखाधड़ी की रकम पर ब्याज भी देगी। साथ ही बैंक आपके पैसे की सुरक्षा के लिए ओटीपी, एसएमएस अलर्ट, लिमिट सेटिंग, कार्ड ऑन/ऑफ फीचर देने के लिए भी बाध्य है। हर बैंक अपने ग्राहक को साइबर क्राइम की रिपोर्ट कराने के लिए 1930 नंबर पर तत्काल कॉल करने की सुविधा देती है ताकि धोखाधड़ी को तुरंत रोका जाए। इसके अलावा www.cybercrime.gov.in इस आधिकारिक ऑनलाइन पोर्टल पर आप ऑनलाइन रिपोर्ट कर सकते हैं। बैंक आपके दावे को सही माने, इसलिए एफआईआर या ऑनलाइन शिकायत का रसीद, कंफर्मेशन नंबर अपने पास रखना जरूरी है। *

धर्म-कर्म
भूपेंद्र शर्मा

आज से पितृ पक्ष आरंभ हो रहे हैं। पुराणों में इस दौरान अपने पूर्वजों को श्राद्ध एवं तर्पण के द्वारा तृप्त करने का विधान दिया गया है। इससे न केवल जीवन में शांति-समृद्धि आती है, पुरखों का आशीर्वाद भी प्राप्त होता है।

पुरखों से पाएं सुख-शांति समृद्धि का आशीर्वाद

पितृ-पक्ष में हम पूर्वजों को याद करते हैं और उनकी आत्मा की शांति के लिए प्रार्थना करते हैं। इन दिनों में हमें अपने मन को शांत एवं पवित्र रखकर पितरों के लिए बताए गए अनुष्ठान करने चाहिए। यदि हम ऐसा करते हैं तो पितृ प्रसन्न होकर हमें सुख, शांति एवं समृद्धि का आशीर्वाद देते हैं।

पवित्र अवसर है पितृ-पक्ष: पितृ-पक्ष पूर्वजों के प्रति श्रद्धा एवं सम्मान प्रकट करने का एक विशेष, पवित्र अवसर है। पितृपक्ष काल में परिजन न केवल अपने पूर्वजों को याद करते हैं, बल्कि उनकी आत्मा की शांति एवं मुक्ति के लिए विभिन्न अनुष्ठान भी करते-कराते हैं। श्राद्ध-पक्ष में पितरों के प्रति श्रद्धा भाव से किए जाने वाले अनुष्ठानिक कार्य कल्याणकारी माने गए हैं।

पौराणिक मान्यता: पुराणों में वर्णित श्राद्ध कर्म द्वारा लोग पितरों-पूर्वजों का स्मरण कर, उन्हें श्रद्धा अर्पित करते हैं। अपने जन्म एवं जीवन दाताओं को याद करते रहना, इसके लिए उनका आभार प्रकट करना, पुत्र-पौत्रादि का धर्म है। निश्चित रूप से ऐसा कर मन को शांति मिलती है। गरुड़ पुराण के अनुसार जब किसी व्यक्ति की मृत्यु हो जाती है, तो उसकी आत्मा तुरंत मोक्ष प्राप्त नहीं करती, बल्कि विभिन्न योनियों से होते हुए पितृलोक में पहुंचती है। यदि मृत्यु के बाद अंतिम संस्कार तथा उसके बाद के कर्मकांड ठीक से नहीं किए जाएं या हो पाएं, तो मृत-आत्मा भटकती है एवं अतृप्त रहती है। ऐसे में पितरों का अतृप्त आत्मा अपने वंशजों से रुष्ट हो जाती है। पितरों के अतृप्त आत्मा की स्थिति में परिवार में विभिन्न प्रकार की विघ्न-बाधाएं आती हैं, जिसे पितृ दोष कहा जाता है।

गरुड़ पुराण, मार्कंडेय पुराण एवं विष्णु पुराण जैसे ग्रंथों में श्राद्ध के महत्व को विस्तार से बताया गया है। इन ग्रंथों के अनुसार, पितृ-पक्ष के दौरान पितृ-गण पृथ्वी-लोक पर आते हैं तथा अपने वंशजों द्वारा किए गए तर्पण एवं श्राद्ध को स्वीकार करते हैं। जो व्यक्ति पूरी श्रद्धा से श्राद्ध करता है, उसे पितरों का आशीर्वाद प्राप्त होता है, जिससे उसके जीवन में सुख, समृद्धि, आयु, यश, धन आदि की प्राप्ति होती है। मार्कंडेय पुराण में कहा गया है कि 'श्राद्ध से तृप्त होकर पितृ-गण श्राद्धकर्ता को दीर्घायु, संतति, धन, विद्या, सुख, राज्य, स्वर्ग एवं मोक्ष प्रदान करते हैं।' महर्षि सुमंतु के अनुसार, 'इस संसार में श्राद्ध से बढ़कर कोई दूसरा कल्याणप्रद कर्म नहीं है।'

ऐसे होते हैं पितृ प्रसन्न: पितरों को प्रसन्न रखने एवं उनका आशीर्वाद पाने के लिए पितृ-पक्ष में नियमानुसार कुछ विशेष कार्य तथा अनुष्ठान किए जाते हैं, जिनका विवरण शास्त्रों में मिलता है।

तर्पण: प्रतिदिन सुबह स्नान के बाद दक्षिण दिशा की ओर मुख कर जल में काला तिल, जौ एवं कुश मिलाकर तर्पण करना चाहिए। यह पितरों को जल अर्पित करने का एक उपाय है, जिससे उनकी प्यास बुझती है।

श्राद्ध की विधि: पितरों की मृत्यु तिथि के अनुसार श्राद्ध कर्म करना चाहिए। श्राद्ध के दिन किसी योग्य ब्राह्मण को आमंत्रित कर भोजन कराएं। भोजन में खीर, पूड़ी तथा पितरों की पसंद के सात्विक भोज्य पदार्थ शामिल करें।

पिंडदान: आटा, जौ, चावल एवं तिल से बने पिंडों को पितरों को अर्पित किया जाता है। बोध गया जैसे पवित्र तीर्थ-स्थलों पर पिंडदान का विशेष महत्व माना गया है। हालांकि यह कार्य निकटतम किसी भी पवित्र धार्मिक-स्थल, नदी, तालाब, कुंड, सागर कहीं भी किया जा सकता है।

दान-पुण्य: श्राद्ध-पक्ष में दान का विशेष महत्व है। दान करने से न केवल पितृ प्रसन्न होते हैं, बल्कि जीवन की परेशानियां भी दूर होती हैं। पितृ-पक्ष में दान के योग्य मानी जाने वाली निम्न वस्तुएं उचित मानी जाती हैं। इसमें आप अन्न, फल, चांदी का दान कर सकते हैं। श्राद्ध कर्म के दौरान भोजन का कुछ हिस्सा गाय, कौवे, कुत्ते एवं चींटियों को भी खिलाना चाहिए।

ये भी है जरूरी: पितृ-पक्ष के 15 दिनों तक सात्विक जीवन का पालन करना अत्यंत महत्वपूर्ण है। पितृ-पक्ष के पंद्रह दिन परिवार में लहसुन, प्याज एवं मांसाहार का सेवन पूरी तरह से वर्जित होता है। इन दिनों ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिए तथा अपने घर एवं मन दोनों को पवित्र रखें। प्रतिदिन शाम के समय घर की दक्षिण दिशा में सरसों के तेल का दीपक जलाना चाहिए। पीपल के पेड़ में दूध, काला तिल एवं जल चढ़ाएं। पीपल के पेड़ को पितरों का वास माना जाता है। पितृ स्त्रोत का पाठ करना भी पुण्यकारी होता है। *