हरिभूमि
सोनीपत भूमि
रोहतक, रविवार 15 मार्च 2026

तापमान
अधिकतम 34 .0 डिग्री
न्यूनतम 13 .3 डिग्री

9 सब्जी मंडी में अतिक्रमण की मार

10 जुआं गुरुकुलम् में वैदिक ज्ञान की गूंज

खबर संक्षेप

चरस की खेप के साथ तस्कर गिरफ्तार

गोहाना। क्राइम यूनिट गोहाना की पुलिस टीम ने एक युवक को भारी मात्रा में चरस के साथ गिरफ्तार किया। आरोपित की पहचान सेक्टर-7 के जयपाल के रूप में हुई। शुक्रवार रात लगभग पौने 10 बजे पुलिस को सूचना मिली कि आरोपित बाइक पर चरस लेकर उसे बेचने जा रहा है। सहायक उप निरीक्षक राकेश ने पुलिस टीम के साथ अनाज मंडी के पीछे मिनी बाइपास रोड पर नाका लगाया गया। कुछ देर बाद संदिग्ध युवक को रोककर तलाशी ली तो उसके पास 3.460 किलो चरस मिली।

वंदे भारत ट्रेन की चपेट में आया अधेड़

सोनीपत। बैंयापुर खुर्द के पास वंदे भारत ट्रेन की चपेट में आने से एक व्यक्ति की मौत हो गई। मामले की जानकारी ट्रेन के लोको पायलट ने जीआरपी को दी। मृतक की पहचान गांव तेवड़ी निवासी 40 वर्षीय प्रदीप के रूप में हुई। जांच अधिकारी अजय कुमार ने बताया कि प्रदीप शुक्रवार को अपने दोस्त से मिलने के लिए बैंयापुर खुर्द आया था। वापस घर लौटते समय रेल लाइन पार करते वक्त दिल्ली से अंबाला की ओर जा रही वंदे भारत एक्सप्रेस ट्रेन की चपेट में आ गया।

ट्रक की टक्कर से बाइक सवार घायल

खरखौदा। मारुति सुजुकी इंडिया लिमिटेड कंपनी में काम करके अपने आवास पर लौट रहे बाइक सवार को ट्रक ने टक्कर मार दी। जिससे बाइक सवार घायल हो गया। घायल केशव को अस्पताल में भर्ती करवाया गया है। पुलिस को दी जानकारी में केशव ने बताया कि वह मारुति कंपनी में काम करके ड्यूटी से लौट रहा था। पीछे से तेज गति से आ रहे ट्रक चालक ने उसकी बाइक को टक्कर मार दी।

सास ने बहू पर लगाया मारपीट करने का आरोप

खरखौदा। गांव चोलका की एक महिला ने अपनी बहू के खिलाफ मामला दर्ज कराया है। मूर्ति देवी ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह अपने घर पर थी। उसने अपनी बहू को पानी की टंकी भरने के बाद मोटर बंद करने के लिए कहकर अपने कमरे में आराम करने के लिए चली गई। कुछ देर बाद पड़ोसी ने उनके घर पर आकर उन्हें बताया कि तुम्हारी टंकी पानी से भर गई है। उसने अपनी बहू को मोटर बंद करने के लिए कहा तो उसने हाथ पकड़ कर बाहर खींचा और आंख पर मुक्का मार दिया। इतना ही नहीं उसकी बहू ने उसे लकड़ी के डोगे से पीटना शुरू कर दिया। पड़ोसी उसे अस्पताल लेकर गए, जहां से उसे पीजीआई रेफर कर दिया। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

गैस के लिए उपभोक्ताओं का एजेंसियों पर डेरा, शनिवार को भी सर्वर डाउन रहा

सिलेंडर की बुकिंग बढ़ने से बैकलॉग लगा, कुछ ब्लैक कर कूट रहे चांदी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

जिले में कमर्शियल गैस आपूर्ति बंद होने के साथ घरेलू सिलेंडर की पैनिक खरीद के चलते बुकिंग का आंकड़ा बढ़ने से बैक लॉग का नियम लागू हो गया है। बैक लॉग लगने से उपभोक्ताओं को अब 2 से 3 दिन में सिलेंडर की आपूर्ति हो सकेगी। बुकिंग का आंकड़ा बढ़ने का कारण यह भी माना जा रहा है कि कुछ लोग अब घरों में घरेलू सिलेंडर का स्टॉक करने लगे है। साथ ही कुछ लोग एडवांस दूसरा सिलेंडर लेकर उसे ब्लैक में देने लगे हैं। जब से कमर्शियल सिलेंडर पर पाबंदी लगी है, इसके बाद किसी भी व्यवसायी को सिलेंडर की आपूर्ति नहीं मिली है। ऐसे में शहर की अधिकांश दुकानों, मिष्ठान भंडारों, होटल-रेस्तरां व खाद्य पदार्थों संबंधी स्टॉल पर कॉमर्शियल सिलेंडरों का स्टॉक खत्म होने लगा है। सभी जगह धड़ल्ले से घरेलू गैस सिलेंडरों का प्रयोग होने लगा है। इसके अलावा मुरथल स्थिल ढाबों से लेकर छोटे दुकानदारों के लिए डीजल व लकड़ी की भट्ठी और इलेक्ट्रिक भट्ठी (इलेक्ट्रिक फर्नेस) रोजगार का सहारा बन रहे हैं। इससे डीजल, लकड़ी व इलेक्ट्रिक इंडक्शन की मांग भी बढ़ने लगी है। शहर में दुकानदारों, मिष्ठान भंडारों, होटल-रेस्तरां व खाद्य पदार्थों संबंधी स्टॉल संचालकों ने जहां व्यापार चलाने के लिए वैकल्पिक रास्ता खोज निकाला है, वहीं इससे घरेलू सिलेंडरों की डिमांड बढ़ गई है। रोजगार के लिए कई जगह लिक्विफाइड पेट्रोलियम गैस सिलेंडर नजर आने लगे हैं। उधर गैस एजेंसियों पर सिलेंडर बुकिंग का आंकड़ा बेकाबू होने लगा है।

- कमर्शियल गैस सिलेंडर की दिक्कत के बीच बढ़ी लकड़ियों, इलेक्ट्रिक इंडक्शन की डिमांड
- हलवाई भी प्रयोग करने लगे इलेक्ट्रिक फर्नेस

सोनीपत। सुभाष चौक स्थित गैस एजेंसी पर बुकिंग करवाने के लिए लगी उपभोक्ताओं की भीड़।

सोनीपत। शहर में खाने की स्टॉल पर प्रयोग हो रहा घरेलू गैस सिलेंडर।

ब्लैक में 1300 रुपये में बेच रहे घरेलू सिलेंडर

जिले में घरेलू गैस सिलिंडरों की आपूर्ति पर फिलहाल 25 दिन की कैपिंग जारी है। आमतौर पर घर में करीब एक महीना सिलेंडर चलने के बावजूद कुछ लोग एडवांस में दूसरे सिलेंडर की बुकिंग करवाकर उनका स्टॉक कर रहे हैं। दो दुकानदारों ने नाम प्रकाशित न करने की शर्त पर बताया कि कुछ लोग एडवांस लिए सिलेंडरों को दुकानदारों को ब्लैक कर रहे हैं। इसके बदले एक सिलेंडर के 922 रुपये खरीद के बाद करीब 1200 से 1300 रुपये वसूली की जा रही है। इसके अलावा छोटे सिलेंडरों में गैस भरवाने के लिए 150 रुपये प्रति किलो के हिसाब से चुकाने पड़ रहे हैं।

गैस की कोई कमी नहीं

कमर्शियल गैस सिलेंडरों की आपूर्ति पर फिलहाल रोक जारी है। हालांकि घरेलू गैस सिलेंडरों पर किसी प्रकार की किल्लत नहीं है, लेकिन बुकिंग बढ़ने से बैक लॉग व्यवस्था लागू की गई है। प्रत्येक एजेंसी पर करीब 1000 एडवांस बुकिंग हो चुकी है। इससे उपभोक्ता को 2 से 3 दिन के अंदर सिलेंडर मिल सकेगा। रोजाना गैस सिलेंडरों की आपूर्ति की जा रही है। हमारी गैस एजेंसी पर शनिवार को 341 बुकिंग दर्ज हुई है। इनमें ऑनलाइन व ऑफलाइन दोनों शामिल हैं।

-रवि मेहरा
अरविंद गैस एजेंसी, ओल्ड डीसी रोड

बुकिंग का आंकड़ा बढ़ रहा

आए दिन बुकिंग का आंकड़ा बढ़ता जा रहा है। शनिवार को बुकिंग सर्वर थोड़ा प्रभावित रहा। ऐसे में उपभोक्ता एजेंसी पर पहुंचकर भी बुकिंग करवा रहे हैं। आमतौर पर रोजाना 300 के करीब बुकिंग होती थी, लेकिन शनिवार को हमारी एजेंसी पर 475 बुकिंग दर्ज की गई हैं। इनमें करीब 200 बुकिंग ऑनलाइन हुई हैं, जबकि कंपनी से मंजूरी मिलने के बाद करीब 275 बुकिंग एजेंसी पर ऑफलाइन माध्यम से की गई हैं, ताकि उपभोक्ताओं को गैस सिलेंडर लेने में आसानी रहे।

-राजेंद्र कुमार
संचालक, मारवाह गैस एजेंसी, सुभाष चौक

ये बोले उपभोक्ता

घरेलू सिलेंडर को लेकर फिलहाल पैनिक खरीद बढ़ रही है। लोगों में बेवजह गैस किल्लत का माहौल बनाया जा रहा है। हमने वीरवार को मोबाइल से ऑनलाइन सिलेंडर की बुकिंग की थी। इसके बाद शुक्रवार को अपने आप सिलेंडर घर पहुंच गया था।

-पूनम शौनक, धोबीवाड़ा

अब तक सिलेंडर नहीं मिलने अव्यवस्था जैसा मामला सामने नहीं है। बुकिंग के आधार पर एक दिन बाद ही एजेंसी संचालक सिलेंडर घर तक पहुंचा रहे हैं। हमें घर बैठे 24 घंटे के अंदर सिलेंडर मिल गया है। लोगों को भी थोड़ा धैर्य अपनाकर सहयोग करना चाहिए।

-ज्योति शर्मा, हलवाई हट्टा

कपड़ा व्यापारी की चाकुओं से गोदकर निर्मम हत्या

कमरे में मिला शव, झारखंड का था

सोनीपत। नागरिक अस्पताल में मौजूद परिजन। इनसेट में युवक का फाइल फोटो।

सोनीपत। सोनीपत के गांव लिवान में एक कपड़ा दुकानदार की चाकुओं से हमला कर हत्या करने का मामला सामने आया है। मृतक दुकानदार की पहचान झारखंड के गोड्डा निवासी करीब 30 वर्षीय राजू कुमार के रूप में हुई है, वह फिलहाल गांव लिवान में किराये पर रहकर कुछ दूरी स्थित बाजार में कपड़े की दुकान चला रहे थे। उनका शव सुबह के समय कमरे में मिला।

इसकी सूचना पास में ही रहने वाले मृतक के चचेरे भाई दिनेश ने पुलिस को दी। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल के शवगृह में भिजवाया। साथ ही पुलिस ने चचेरे भाई की शिकायत पर अज्ञात के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। दिनेश ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि राजू कुमार करीब 5 साल पहले गोड्डा से रोजगार के लिए गांव लिवान आया था। यहां वह किराये पर एक कमरा लेकर रह रहे थे। साथ ही कुछ दूरी पर बाजार में एक कपड़े की दुकान चला रहे थे। उनका भाई राजू अविवाहित था। शुक्रवार रात को राजू रोजाना की तरह रात करीब 11:30 बजे अपनी दुकान बंद कर कमरे पर सोने के लिए चला गया था। वह जब शनिवार सुबह करीब 10 बजे जब राजू के कमरे पर पहुंचे, तो उनका भाई मृत अवस्था में मिला। उनके भाई के हाथ व शरीर पर कई जगह चाकू के गोदने के जख्म थे। तभी उन्होंने मामले की जानकारी पुलिस को दी। सूचना पाकर मौके पर पहुंची पुलिस ने पंचनामा व फॉरेंसिक एक्सपर्ट की जांच के बाद शव को पोस्टमार्टम के लिए नागरिक अस्पताल के शवगृह भिजवाया। मृतक के भाई ने बताया कि उनका किसी से कोई विवाद या रंजिश नहीं है। जांच में पुलिस आसपास लगे सीसीटीवी की फुटेज खंगालने में जुटी है।

जांच के लिए पुलिस टीमों का गठन

पुलिस को सूचना मिली थी कि गांव लिवान में एक युवक का शव कमरे में पड़ा हुआ है। युवक की पहचान मूलरूप से झारखंड निवासी राजू के रूप में हुई है। युवक की चाकुओं से हमला कर हत्या की गई है। वह कपड़े की दुकान चलाता था। मामले में जांच के लिए टीमों का गठन कर दिया गया है। जल्दी हत्या के असली कारणों खुलासा कर आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

-विपिन अहलावत, एसीपी, राई

मकान बेचने का झांसा देकर महिला से 2.11 करोड़ रुपये की ठगी

सोनीपत। महिला से मकान बेचने के नाम पर 2.11 करोड़ रुपये की ठगी का मामला सामने आया है। आरोप है कि महिला से आरोपियों ने मकान पर बैंक लोन होने की बात छिपाकर उसे बेचने का एग्रीमेंट किया था। महिला की शिकायत पर सेक्टर-27 थाना पुलिस ने दंपती सहित उनके दो बेटों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में बताया गया है कि रामकंवर छिक्कारा, उनकी पत्नी लीला, बेटे कुलदीप व अमनदीप छिक्कारा ने सेक्टर-15 की रहने वाली लक्ष्मी से खुद को सेक्टर-14 स्थित एक मकान का मालिक बताकर बेचने की पेशकश की थी। आरोप है कि 30 दिसंबर 2024 को दोनों पक्षों के बीच इस मकान को 6.11 करोड़ रुपये में बेचने के लिए एग्रीमेंट टू सेल किया गया।

दंपति सहित उनके बेटों पर केस दर्ज, पुलिस कर रही जांच

एग्रीमेंट के समय यह लिखित आश्वासन दिया कि मकान पर किसी प्रकार का कर्ज, बैंक लोन या कोई विवाद नहीं है। इसी भरोसे पर शिकायतकर्ता ने एग्रीमेंट के समय 1.11 लाख रुपये का भुगतान कर दिया। इसके बाद 50 लाख रुपये दे दिए। बाद में 17 अप्रैल, 2025 को 50 लाख रुपये और दे दिए। इस तरह शिकायतकर्ता ने कुल 2.11 करोड़ रुपये दिए। एग्रीमेंट की शर्तों के मुताबिक 31 दिसंबर, 2025 तक रजिस्ट्री होनी थी, लेकिन आरोपितों ने न तो एनओसी ली और न ही मकान ट्रांसफर की अनुमति प्राप्त की। बाद में जांच में सामने आया कि मकान पर पहले से ही एयू स्माल फाइनेंस बैंक का लोन चल रहा है, जिसे आरोपितों ने एग्रीमेंट करते समय छिपा लिया था। इसके बाद न तो मकान की रजिस्ट्री कर रहे हैं और न ही पैसा वापस कर रहे हैं। शिकायतकर्ता का आरोप है कि आरोपितों के खिलाफ पहले भी धोखाधड़ी और चेक बाउंस के कई मामले दर्ज हैं। पुलिस ने आरोपितों के खिलाफ मामला दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी है।

शराब तस्करी का आरोपी काबू, 2 दिन के रिमांड पर

सोनीपत। जिले की क्राइम यूनिट सेक्टर-3 की टीम ने अवैध शराब तस्करी के एक मामले में फरार चल रहे दूसरे आरोपित को गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपित की पहचान सतीश उर्फ लाला निवासी गांव लहराड़ा, जिला सोनीपत के रूप में हुई है। पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर दो दिन के पुलिस रिमाण्ड पर लिया है।पुलिस के अनुसार 23 फरवरी 2026 को क्राइम यूनिट सेक्टर-3 की टीम मुख्य सिपाही प्रवीन के नेतृत्व में जठेड़ी रोड के पास गश्त पर थी। इसी दौरान सूचना मिली थी कि सेक्टर-15 से दो गाड़ियों में चंडीगढ़ की अवैध शराब भरकर दिल्ली ले जाई जा रही है। सूचना के आधार पर पुलिस ने सुपरमैक्स सोसायटी के पास नाकाबंदी कर दी। कुछ देर बाद बिना नंबर की मारुति स्विफ्ट और हुंडई वैन्यू गाड़ी आती दिखाई दी। पुलिस ने रोकने का संकेत दिया तो दोनों गाड़ियों के चालक उतरकर भागने लगे। पुलिस ने स्विफ्ट गाड़ी के चालक प्रमोद को मौके पर ही काबू कर लिया, जबकि दूसरी गाड़ी का चालक अंधेरे का फायदा उठाकर फरार हो गया। तलाशी के दौरान स्विफ्ट गाड़ी से 46 पेटी देशी शराब और वैन्यू गाड़ी से 37 पेटी देशी शराब व 30 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद हुई थी। इस मामले में थाना सेक्टर-27 में आबकारी अधिनियम के तहत केस दर्ज किया गया था।

शादी का झांसा देकर दुष्कर्म करने का आरोपी पकड़ा

सोनीपत। थाना मुरथल पुलिस ने शादी का झांसा देकर युवती के साथ दुष्कर्म करने के मामले में एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित की पहचान सूरज निवासी गांव रिठाल, जिला रोहतक के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपित को न्यायालय में पेश करने के बाद न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया है। पुलिस के अनुसार 23 फरवरी 2026 को सोनीपत निवासी एक युवती ने थाना मुरथल में शिकायत दर्ज कराई थी। युवती ने आरोप लगाया था कि सूरज ने उसे शादी का झांसा देकर उसके साथ दुष्कर्म किया। शिकायत के आधार पर पुलिस ने भारतीय न्याय संहिता की धाराओं के तहत मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी थी। मामले की जांच महिला सहायक उप निरीक्षक मेनका को सौंपी गई। जांच के दौरान पीड़िता के बयान मजिस्ट्रेट के सामने दर्ज करवाए गए और महिला विशेषज्ञ तथा लीगल एड के माध्यम से काउंसलिंग भी करवाई गई। इसके बाद पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपित सूरज को गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने आरोपित को न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे जेल भेज दिया गया।

अवैध हथियार व कारतूस सहित दो युवक गिरफ्तार

सोनीपत। जिले की क्राइम यूनिट कुंडली की पुलिस टीम ने अवैध हथियार रखने के मामले में दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपितों के कब्जे से एक देशी पिस्तौल और जिंदा रौंद बरामद किए हैं। गिरफ्तार आरोपितों की पहचान मोहित और तरुण उर्फ बच्ची निवासी गांव सलीमपुर ट्राली, जिला सोनीपत के रूप में हुई है। पुलिस के अनुसार 13 मार्च 2026 को क्राइम यूनिट कुंडली में तैनात सहायक उप निरीक्षक आशीष अपनी टीम के साथ गश्त पर थे। इसी दौरान सूचना मिली कि दो युवक अवैध पिस्तौल लेकर मोहाना से सलारपुर माजरा रोड स्थित रेलवे अंडरब्रिज के पास खेतों में बने एक सूअर फार्म के पास बैठे हैं और किसी वारदात की योजना बना रहे हैं। सूचना के आधार पर पुलिस टीम मौके पर पहुंची तो दो युवक बैठे दिखाई दिए। पुलिस को देखकर वे घबराकर खेतों की तरफ जाने लगे, लेकिन पुलिस ने कुछ ही दूरी पर उन्हें काबू कर लिया। पूछताछ में उनकी पहचान मोहित और तरुण के रूप में हुई। तलाशी लेने पर मोहित के पास से .32 बोर की देशी पिस्तौल और चार जिंदा रौंद बरामद हुए, जबकि तरुण की जेब से दो जिंदा रौंद मिले। दोनों आरोपित हथियारों के संबंध में कोई लाइसेंस या परमिट नहीं दिखा सके। इस मामले में थाना मोहाना में भारतीय न्याय संहिता और शस्त्र अधिनियम की धाराओं के तहत केस दर्ज किया गया है।

सोशल मीडिया पर अफवाह : लोक अदालत में उमड़ी भीड़

बिजली बिल माफी की वीडियो देखकर सैकड़ों ग्रामीण पहुंचे, अधिकारियों ने बताया ऐसी कोई योजना नहीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

सोशल मीडिया पर फैली एक झूठी अफवाह के कारण शनिवार को सोनीपत में आयोजित लोक अदालत के बाहर सैकड़ों ग्रामीणों की भीड़ जमा हो गई। सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल की गई थी जिसमें दावा किया गया था कि लोक अदालत में बिजली के बिल माफ किए जा रहे हैं। इस वीडियो को देखकर कई गांवों के लोग अपने भारी-भरकम बिजली बिल लेकर लोक अदालत पहुंच गए, लेकिन मौके पर पहुंचने के बाद उन्हें पता चला कि ऐसी कोई योजना न तो सरकार की ओर से लागू की गई है और न ही लोक अदालत में इस तरह की कोई कार्रवाई हो रही है।

बताया गया है कि कई ग्रामीणों के बिजली बिल 50 हजार रुपये से भी अधिक थे। वीडियो में बिल माफी का दावा देखकर वे बड़ी उम्मीद के साथ लोक अदालत पहुंचे थे। जब मौके पर किसी प्रकार की कार्रवाई नहीं हुई तो ग्रामीणों ने कांग्रेस पार्टी के जिला उपप्रधान तथा जिला पार्षद संजय बड़वासनिया को सूचना दी। सूचना मिलने पर संजय बड़वासनिया मौके पर पहुंचे और वहां तैनात अधिकारियों व कर्मचारियों से बातचीत की। संजय बड़वासनिया ने बताया कि लोक अदालत में ड्यूटी पर मौजूद अधिकारियों ने स्पष्ट किया कि सरकार या विभाग की ओर से बिजली बिल माफी को लेकर कोई योजना नहीं है। लोक अदालत का उद्देश्य केवल दोनों पक्षों के आपसी विवादों का समझौते के माध्यम से समाधान करना है।

सोनीपत। लोक अदालत में पहुंचे लोग। फोटो : हरिभूमि

ये थी अफवाह

ग्रामीणों ने बताया कि सरकार ने बीपीएल परिवारों को 500 यूनिट बिजली मुफ्त देने का वादा किया था, लेकिन डेढ़ वर्ष बीत जाने के बाद भी इस घोषणा का लाभ लोगों को नहीं मिल पाया है। कई गरीब परिवारों के बिजली बिल 50-50 हजार रुपये तक पहुंच चुके हैं। इसी घोषणा के संदर्भ में सोशल मीडिया पर एक वीडियो ग्रामीणों को मिली थी। जिसमें बताया गया था कि शनिवार को अदालत परिसर में लोक अदालत लगाई जाएगी।

राष्ट्रीय लोक अदालत में 20259 मामलों का निपटारा

सोनीपत। जिला एवं उपमंडल न्यायालय परिसरों में आयोजित राष्ट्रीय लोक अदालत के दौरान हजारों लंबित मामलों का आपसी सहमति से निपटारा किया गया। इस लोक अदालत में कुल 20,259 मामलों का समाधान किया गया तथा 7 करोड़ 82 लाख 63 हजार 794 रुपये की राशि का निस्तारण किया गया।लोक अदालत के दौरान मोटर दुर्घटना क्लेम से जुड़े 49 मामलों का निपटारा किया गया, जिनमें वादियों के पक्ष में 3 करोड़ 5 लाख 97 हजार रुपये की समझौता राशि तय की गई। इसके अतिरिक्त 9 हजार 710 ट्रैफिक चालानों का निपटारा करते हुए 88 लाख 89 हजार 900 रुपये की राशि वसूली गई।

छात्राओं के बीच झगड़ा, एक-दूसरे के बाल पकड़कर खींचे, थप्पड़ मारे

निजी विवि में मारपीट का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

ओपी जिंदल ग्लोबल यूनिवर्सिटी में छात्राओं के बीच झगड़े का 23 सेकेंड का वीडियो तेजी से सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। वीडियों में यूनिवर्सिटी की मेस में छात्राओं के दो गुट एक-दूसरे पर हमला करते नजर आ रहे हैं। छात्राएं आपस में एक दूसरे के बाल पकड़कर आपस में घसीटते हुए थप्पड़ मार रही हैं। झगड़ा बढ़ता देख अन्य कई छात्राएं बीच बचाव करती दिख रही हैं। इस दौरान काफी छात्र-छात्राएं चारों तरफ खड़े होकर झगड़ा देख रहे हैं। फिलहाल वीडियो करीब 3 दिन पुराना बताया जा रहा है। झगड़े के दौरान वीडियो में साफ दिख रहा है कि 3-4 छात्राएं आपस में झगड़ा कर रही हैं। कुछ देर बाद अन्य छात्राएं भी झगड़े में शामिल हो जाती हैं। छात्राओं के दोनों गुटों के बीच मारपीट शुरू हो जाती है।

सिक्योरिटी गार्ड ने बीच-बचाव किया

इसी दौरान सिक्योरिटी गार्ड भी झगड़े को शांत करवाने के लिए मौके पर बीचबचाव करते दिख रहे हैं। झगड़े के दौरान कुछ विद्यार्थी मोबाइल से वीडियो बना रहे हैं तो काफी आसपास खड़े होकर तमाशा देख रहे हैं और हुटिंग कर रहे हैं। छात्राओं के झगड़े का वीडियो वायरल होने के बाद यूनिवर्सिटी की पीआरओ अंजू मोहन का कहना है कि छात्राओं के बीच झगड़ा हुआ था। मामले को आपस में ही सुलझा लिया गया है। इस पर वह फिलहाल कोई टिप्पणी नहीं करेंगी। संस्थान में हजारों की संख्या में विद्यार्थी पढ़ रहे हैं। ऐसे में कभी-कभी आपसी झगड़े की घटनाएं हो जाती हैं। सभी छात्र एक परिवार की तरह रहते हैं। फिलहाल इस मामले में पुलिस को कोई शिकायत नहीं दी गई है।

दो हफ्तों से कच्चे तेल के झटकों का सामना कर रहे दुनिया के बाजार

गिरता बाजार दे रहा निवेश का मौका सावधानी के साथ उठा सकते हैं फायदा

निवेशकों की संपत्ति में लगभग 34 लाख करोड़ की कमी आई

भारतीय इक्विटी बाजारों को पिछले दो हफ्तों से कच्चे तेल के झटके (क्रूड शॉक) का सामना करना पड़ रहा है। अमेरिका-इजराइल-ईरान युद्ध और बढ़ती तेल कीमतों ने वैश्विक निवेशकों को डरा दिया है और सेंसेक्स तथा निफ्टी भी इस बिकवाली से अछूते नहीं रहे हैं। संघर्ष शुरू होने के बाद से सिर्फ दो हफ्तों और नौ ट्रेडिंग सत्रों में निवेशकों की संपत्ति में लगभग 34 लाख करोड़ रुपये की कमी आ गई। युद्ध खत्म होने के अभी कोई संकेत नहीं दिख रहे हैं, इसलिए यह कहना मुश्किल है कि दलाल स्ट्रीट पर चल रही यह गिरावट कब और कहां थमेगी। 27 फरवरी को बीएसई में सूचीबद्ध कंपनियों का कुल बाजार पूंजीकरण 46,325,200.41 करोड़ रुपये था। 13 मार्च 2025 तक यह घटकर 42,939,960.29 करोड़ रुपये रह गया। कच्चे तेल की बढ़ती कीमतें (एक समय यह लगभग 120 डॉलर प्रति बैरल तक पहुंच गई थीं), वैश्विक बाजारों में लगातार बिकवाली, विदेशी निवेशकों द्वारा लगातार पूंजी निकासी और भारतीय रुपये की कमजोरी इन सभी ने बाजार की धारणा को कमजोर किया है। निफ्टी-50 ने कई वर्षों में अपनी सबसे बड़ी साप्ताहिक गिरावट दर्ज की है। होर्मुज जलडमरूमध्य के बंद होने का असर सिर्फ तेल और एलपीजी की आपूर्ति पर ही नहीं, बल्कि अन्य व्यापारिक गतिविधियों पर भी पड़ रहा है, जिसका प्रभाव भारत के कई क्षेत्रों पर पड़ सकता है। ऐसे में सवाल उठता है कि निवेशकों को क्या करना चाहिए— क्या उन्हें शेयर बाजार में निवेश बनाए रखना चाहिए?

शेयर बाजार की स्थिति : क्या दीर्घकालिक विकास की कहानी बरकरार है?

बाजार विशेषज्ञों का कहना है कि भू-राजनीतिक तनाव के समय सामान्य गिरावट भी वास्तविकता से कहीं ज्यादा गंभीर दिखाई दे सकती है। उनका मानना है कि भारतीय निवेशकों के नजरिये से भारतीय शेयर बाजार की दीर्घकालिक संभावनाएं अब भी सकारात्मक हैं। वे यह भी बताते हैं कि वैश्विक संकटों के बीच भी भारत की विकास दर मजबूत बनी हुई है। मूडीज एनालिटिक्स के अनुसार हालिया शिखरों से पिछले 12 महीनों की गिरावट को देखें तो चीन और भारत दोनों में गिरावट अपेक्षाकृत सीमित रही है और यह सामान्य बाजार उतार-चढ़ाव के अनुरूप है। रिपोर्ट के अनुसार, हालांकि दोनों अर्थव्यवस्थाएं खाड़ी सहयोग परिषद (जीसीसी) देशों से बड़ी मात्रा में तेल आयात करती हैं, लेकिन घरेलू खपत में ऊर्जा आयात का हिस्सा अपेक्षाकृत कम है, जिससे तेल कीमतों के झटकों के प्रति उनकी संवेदनशीलता सीमित रहती है। इसके अलावा शेयर बाजारों में विदेशी निवेशकों की भागीदारी भी अपेक्षाकृत कम है और चीन में पूंजी नियंत्रण भी अस्थिरता को सीमित करते हैं।

कॉरपोरेट आय का दृष्टिकोण मजबूत

जियोजित इन्वेस्टमेंट्स लिमिटेड के रिसर्च प्रमुख विनोद नायर का कहना है कि भारत की दीर्घकालिक विकास और निवेश की कहानी अभी भी मजबूत है। उनके अनुसार बढ़ती घरेलू खपत, निरंतर बुनियादी ढांचा निवेश, व्यापक डिजिटल परिवर्तन और कॉरपोरेट बैलेंस शीट में सुधार जैसे संरचनात्मक कारक बाजार के सकारात्मक दृष्टिकोण को समर्थन देते हैं। इसके साथ ही विनिर्माण को बढ़ावा देने वाली नीतियां, ऊर्जा संक्रमण, कर सुधार, बुनियादी ढांचा विकास और निजी पूंजी निवेश में बढ़ोतरी भी इस दृष्टिकोण को मजबूत करती है। एक प्रमुख धारणा यह भी है कि मौजूदा अमेरिका-ईरान युद्ध लंबे समय तक नहीं चलेगा। हालांकि इससे बाजार मूल्यांकन दीर्घकालिक औसत से नीचे आ गया है, लेकिन आने वाले महीनों में वैल्यू-बायिंग के कारण तेज उछाल देखने को मिल सकता है। वित्त वर्ष 2027 के लिए कॉरपोरेट आय का दृष्टिकोण भी मजबूत माना जा रहा है।

तेज गिरावट से अब वैल्यूएशन आकर्षक

एसबीआई सिक्योरिटीज में फंडामेंटल रिसर्च प्रमुख सनी अग्रवाल का कहना है कि इतिहास बताता है कि बाजार हमेशा चिंता की दीवार चढ़ता है। बाजार ने कई युद्ध, वैश्विक आर्थिक संकट और महामारी जैसी स्थितियां देखी हैं और हर बार नए उच्च स्तर तक पहुंचा है। ऐतिहासिक आंकड़े बताते हैं कि लगभग 17 महीने तक ठहराव के बाद अगले 6 महीने से 3 साल के दौरान इक्विटी ने शानदार रिटर्न दिए हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि पिछले कुछ महीनों में बाजार में आई तेज गिरावट के कारण अब वैल्यूएशन आकर्षक हो गए हैं। इनक्रेड मनी के सीईओ विजय कुप्पा बताते हैं कि विदेशी संस्थागत निवेशकों (एफआईआई) की भारी बिकवाली के कारण भारतीय बाजार प्रभावित हुआ है।

निवेश मंत्रा | **बिजनेस डेस्क**

18 प्रतिशत तक की गिरावट सामान्य

आनंद राठी वेल्थ के कार्यकारी निदेशक चिराग मुनी के अनुसार अगले पांच वर्षों में भारत की आर्थिक बुनियाद मजबूत बनी रहने की संभावना है। वास्तविक जीडीपी वृद्धि 6–7 प्रतिशत के आसपास रहने और मुद्रास्फीति 4–5 प्रतिशत के बीच रहने की उम्मीद है, जिससे नाममात्र जीडीपी वृद्धि लगभग 11–12 प्रतिशत रह सकती है। इससे दीर्घकाल में कॉरपोरेट आय और शेयर बाजार को समर्थन मिलेगा। वे बताते हैं कि 2001 के बाद से लगभग 18 प्रतिशत तक की गिरावट सामान्य रही है और बाजार आम तौर पर एक साल में इससे उबर जाता है। भू-राजनीतिक तनाव के दौरान भी निफ्टी में 5–7 प्रतिशत की गिरावट देखने को मिलती है और अधिकांश मामलों में एक महीने के भीतर बाजार संभल जाता है। घरेलू निवेशकों की भागीदारी भी बाजार को स्थिर रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। 2025 में घरेलू संस्थागत निवेशकों ने लगभग 7.88 लाख करोड़ रुपये का निवेश किया, जबकि विदेशी निवेशकों ने करीब 1.66 लाख करोड़ रुपये की बिकवाली की। मार्च 2026 में भी स्मॉल-कैप फंड्स में लगभग 700 करोड़ रुपये का शुद्ध निवेश आया। इससे पता चलता है कि निवेशक घबराहट में फैसले नहीं ले रहे हैं।

निवेशकों को क्या करना चाहिए?

विशेषज्ञों का मानना है कि मध्य-पूर्व युद्ध और ऊर्जा कीमतों पर इसका असर अगले कुछ हफ्तों में कम हो सकता है। एसबीआई सिक्योरिटीज के अनुसार निवेशकों को इस अवसर का उपयोग दीर्घकालिक निवेश के लिए करना चाहिए और मजबूत बुनियादी कंपनियों में निवेश बढ़ाना चाहिए। जिन क्षेत्रों में बेहतर प्रदर्शन की संभावना है उनमें बैंकिंग और वित्तीय सेवाएं (बीएफएसआई), ऑटो और ऑटो एंसिलरी, कंज्यूमर डिस्क्रिशनरी, न्यू-एज बिजनेस तथा पावर सेक्टर शामिल हैं। विजय कुप्पा का कहना है कि स्मॉल और मिडकैप शेयरों में अच्छी कीमत और समय के आधार पर सुधार हो चुका है। निवेशकों को हर गिरावट पर धीरे-धीरे निवेश बढ़ाना चाहिए। जो निवेशक सीधे शेयरों में निवेश करने में सहज नहीं हैं, वे ईटीएफ या म्यूचुअल फंड के माध्यम से निवेश कर सकते हैं। विशेषज्ञ संतुलित पोर्टफोलियो बनाए रखने की सलाह देते हैं। चिराग मुनी के अनुसार दीर्घकालिक निवेशकों को अनुशासन बनाए रखना चाहिए और निवेश रणनीति से विचलित नहीं होना चाहिए। उनके अनुसार पोर्टफोलियो में लगभग 80 प्रतिशत निवेश इक्विटी और 20 प्रतिशत डेट में रखना उचित हो सकता है। इक्विटी हिस्से में 55 प्रतिशत लार्ज-कैप और बाकी मिड व स्मॉल-कैप में निवेश किया जा सकता है। 10–15 प्रतिशत की बाजार गिरावट को अतिरिक्त निवेश के अवसर के रूप में देखा जा सकता है, जिससे निवेशक भविष्य में होने वाली रिकवरी का लाभ उठा सकें। हालांकि मिराए एसेट शेयरखान के रिसर्च विश्लेषक थॉमस वी. अब्राहम थोड़ी सावधानी बरतने की सलाह देते हैं। उनके अनुसार यदि संकट लंबा खिंचता है तो यह कॉरपोरेट मुनाफे पर दबाव डाल सकता है, पूंजी निवेश को टाल सकता है और विनिर्माण, फार्मा तथा हॉस्पिटैलिटी जैसे क्षेत्रों में आय वृद्धि को सीमित कर सकता है। उनकी सलाह है कि निवेशक मौजूदा निवेश बनाए रखें, लेकिन पोर्टफोलियो को अधिक स्थिरता के लिए पुनर्संतुलित करें। नई पूंजी को चरणबद्ध तरीके से मजबूत कंपनियों में लगाया जा सकता है।

ऐसा रख सकते हैं पोर्टफोलियो

- रक्षात्मक निवेश (60–70%): फार्मा और एफएमसीजी जैसे सेक्टर
- अवसरवादी निवेश (20–30%): बड़े कैप शेयर जैसे रिलायंस इंडस्ट्रीज में निवेश
- हेज (लगभग 10%): सोना, गोल्ड ईटीएफ, सॉवरेन बॉन्ड या 3–6 महीने की फिक्स्ड डिपॉजिट
- इस मिश्रण से अस्थिर दौर में स्थिरता बनाए रखते हुए अवसरों का लाभ उठाया जा सकता है।

सरकारी बैंकों की स्पेशल एफडी दे रही अच्छा रिटर्न

बिजनेस डेस्क

सुरक्षित निवेश की तलाश करने वाले लोगों के लिए इस समय सरकारी बैंकों की विशेष सावधि जमा (एफडी) योजनाएं आकर्षक विकल्प बनकर सामने आई हैं। देश के कई सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों ने सीमित अवधि के लिए विशेष सावधि जमा योजनाएं शुरू की हैं, जिनमें सामान्य सावधि जमा की तुलना में अधिक ब्याज दर दी जा रही है। इन योजनाओं की अवधि भी अपेक्षाकृत कम रखी गई है, जिससे निवेशकों को कम समय में बेहतर रिटर्न मिलने की संभावना रहती है। बैंक समय-समय पर ग्राहकों को आकर्षित करने के लिए ऐसी विशेष योजनाएं लाते हैं। इन योजनाओं का उद्देश्य बचत को बढ़ावा देना और बैंकिंग प्रणाली में निवेश को प्रोत्साहित करना होता है। वर्तमान में कई सरकारी बैंक 400 दिन से लेकर 666 दिन तक की अवधि वाली विशेष सावधि जमा योजनाएं चला रहे हैं, जिनमें सामान्य निवेशकों को लगभग 6.45 प्रतिशत से लेकर 6.75 प्रतिशत तक ब्याज दिया जा रहा है।

पंजाब एंड सिंध बैंक दे रहा सबसे अधिक ब्याज

इस समय सरकारी बैंकों में सबसे अधिक ब्याज दर पंजाब एंड सिंध बैंक की विशेष सावधि जमा योजना पर मिल रही है। यह बैंक 666 दिन की अवधि वाली विशेष एफडी पर लगभग 6.75 प्रतिशत वार्षिक ब्याज दे रहा है। सुरक्षित निवेश के साथ बेहतर ब्याज दर की तलाश करने वाले निवेशकों के लिए यह योजना आकर्षक मानी जा रही है। अन्य सरकारी बैंकों की विशेष सावधि जमा योजनाएं देश के अन्य कई सार्वजनिक क्षेत्र के बैंक भी अपनी विशेष एफडी योजनाओं के माध्यम से निवेशकों को आकर्षित कर रहे हैं।

किसी बैंक में कितनी ब्याज दर

- बैंक ऑफ महाराष्ट्र- 400 दिन की एफडी पर 6.65 प्रतिशत ब्याज
- बैंक ऑफ इंडिया- 450 दिन की एफडी पर 6.60 प्रतिशत ब्याज
- इंडियन बैंक- 444 दिन की एफडी पर 6.60 प्रतिशत ब्याज
- इंडियन ओवरसीज बैंक- 444 दिन की एफडी पर 6.60 प्रतिशत ब्याज
- पंजाब नेशनल बैंक- 444 दिन की एफडी पर 6.60 प्रतिशत ब्याज
- यूनियन बैंक ऑफ इंडिया- 444 दिन की एफडी पर 6.60 प्रतिशत ब्याज
- केनरा बैंक- 555 दिन की एफडी पर 6.60 प्रतिशत ब्याज
- सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया- 2222 और 3333 दिन की एफडी पर 6.50 प्रतिशत ब्याज
- बैंक ऑफ बड़ौदा- 444 दिन की एफडी पर 6.45 प्रतिशत ब्याज
- एसबीआई - 444 दिन की एफडी पर 6.45 प्रतिशत ब्याज

सीनियर सिटीजन को यह मिल रहा

- बैंक ऑफ महाराष्ट्र- 400 दिन की एफडी पर 7.15 प्रतिशत ब्याज
- बैंक ऑफ इंडिया- 450 दिन की एफडी पर 7.10 प्रतिशत ब्याज
- इंडियन बैंक- 444 दिन की एफडी पर 7.10 प्रतिशत ब्याज
- इंडियन ओवरसीज बैंक- 444 दिन की एफडी पर 7.10 प्रतिशत ब्याज
- पंजाब नेशनल बैंक- 444 दिन की एफडी पर 7.10 प्रतिशत ब्याज
- यूनियन बैंक ऑफ इंडिया- 444 दिन की एफडी पर 7.10 प्रतिशत ब्याज
- सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया- 2222 और 3333 दिन की एफडी पर 7 प्रतिशत ब्याज
- बैंक ऑफ बड़ौदा- 444 दिन की एफडी पर 7 प्रतिशत ब्याज
- एसबीआई- 444 दिन की एफडी पर 7.05 प्रतिशत ब्याज

इसलिए लोकप्रिय हो रही

निवेश विशेषज्ञों के अनुसार, हाल के समय में सुरक्षित निवेश की मांग बढ़ी है। शेयर बाजार में उतार-चढ़ाव और अन्य जोखिमों के कारण कई निवेशक अपने पैसे को सुरक्षित विकल्पों में लगाना पसंद कर रहे हैं। ऐसे में सरकारी बैंकों की एफडी योजनाएं भरोसेमंद मानी जाती हैं।

सैलरी बढ़ने के साथ बढ़ रहे खर्चे निवेश नहीं हो पा रहा तो यह करें

सही योजना और अनुशासन से ही बढ़ेगी बचत और निवेश

खर्चों पर नियंत्रण और बजट से ही बनेगी मजबूत आर्थिक स्थिति

बिजनेस डेस्क

आमतौर पर माना जाता है कि जब किसी व्यक्ति की आय बढ़ती है तो उसकी बचत और निवेश भी बढ़ने लगते हैं। लेकिन वास्तविकता अक्सर इससे अलग होती है। कई लोग सैलरी बढ़ने के बावजूद बचत नहीं कर पाते और निवेश भी नहीं कर पाते। इसका मुख्य कारण यह होता है कि आय बढ़ने के साथ-साथ खर्च भी तेजी से बढ़ने लगते हैं। वित्तीय भाषा में इस स्थिति को लाइफस्टाइल इंफ्लेशन कहा जाता है। इसका अर्थ है कि जैसे-जैसे व्यक्ति की कमाई बढ़ती है, वैसे-वैसे उसका रहन-सहन और खर्च का स्तर भी बढ़ जाता है। यदि समय रहते इस प्रवृत्ति पर नियंत्रण नहीं किया जाए तो अतिरिक्त आय का लाभ बचत और निवेश के बजाय खर्चों में ही समाप्त हो जाता है। विशेषज्ञों का मानना है कि यदि लोग अपनी बढ़ती आय के साथ खर्चों पर नियंत्रण रखें और व्यवस्थित तरीके से निवेश शुरू करें तो वे भविष्य के लिए मजबूत आर्थिक आधार तैयार कर सकते हैं।

छोटे-छोटे बढ़ते खर्चों पर रखें नजर

लाइफस्टाइल इंफ्लेशन अचानक नहीं बढ़ता, बल्कि यह धीरे-धीरे छोटे-छोटे खर्चों से शुरू होता है। उदाहरण के लिए, सैलरी बढ़ने के बाद कई लोग पहले की तुलना में अधिक कैब का इस्तेमाल करने लगते हैं, सामान्य ब्रांड की जगह महंगे ब्रांड खरीदने लगते हैं या फिर बार-बार बाहर खाना और घूमना शुरू कर देते हैं। इसके अलावा कई लोग प्रीमियम जिम, ऑनलाइन मनोरंजन प्लेटफॉर्म या अन्य डिजिटल सेवाओं की कई सदस्यताएं भी ले लेते हैं। शुरुआत में यह खर्च बहुत छोटे लगते हैं, लेकिन समय के साथ यह आपकी मासिक आय का बड़ा हिस्सा खर्च करने लगते हैं। इसलिए जरूरी है कि सैलरी बढ़ने के बाद भी अपने खर्चों पर नियमित नजर रखें और अनावश्यक खर्चों को सीमित करने की कोशिश करें।

वेतन वृद्धि सही नजरिए से देखें

जब आपकी सैलरी बढ़े तो सबसे पहले यह तय करें कि उस अतिरिक्त आय का कितना हिस्सा खर्च करना है और कितना हिस्सा बचत या निवेश में लगाना है। कई वित्तीय विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि सैलरी बढ़ने पर कम से कम आधा हिस्सा निवेश के लिए अलग कर देना चाहिए। इससे एक ओर आपकी बचत और निवेश लगातार बढ़ता रहेगा और दूसरी ओर आप अपनी आय में वृद्धि का आनंद भी ले पाएंगे। यदि आप अपनी आय बढ़ने के साथ बचत और निवेश भी बढ़ाते हैं तो लंबे समय में बड़ी पूंजी तैयार कर सकते हैं।

स्थायी खर्च करने से पहले सोचें

कुछ खर्च ऐसे होते हैं जो लंबे समय के लिए आपकी आर्थिक जिम्मेदारी बन जाते हैं। उदाहरण के लिए बड़ा घर किराए पर लेना, कार खरीदने के लिए कर्ज लेना या फिर महंगे क्लब और सेवाओं की सदस्यता लेना। ऐसे फैसले लेने से पहले यह जरूर सोचें कि यदि भविष्य में आपकी सैलरी कुछ समय तक नहीं बढ़ती या आय में कमी आ जाती है, तो क्या आप इन खर्चों को आसानी से संभाल पाएंगे। वित्तीय योजना बनाते समय यह ध्यान रखना जरूरी है कि आपकी आय का बड़ा हिस्सा स्थायी खर्चों में न फंस जाए। इससे आर्थिक दबाव बढ़ सकता है।

जीवनशैली को धीरे-धीरे सुधारें

सैलरी बढ़ने का मतलब यह नहीं है कि आप तुरंत अपनी पूरी जीवनशैली बदल दें। बेहतर तरीका यह है कि धीरे-धीरे और सोच-समझकर अपने जीवन स्तर में सुधार करें। उदाहरण के लिए, सबसे पहले स्वास्थ्य बीमा, आपातकालीन फंड और दीर्घकालीन निवेश जैसे जरूरी वित्तीय कदम उठाएं। इसके बाद ही अन्य खर्चों पर ध्यान दें। धीरे-धीरे जीवनशैली में बदलाव करने से आपकी आय और खर्च के बीच संतुलन बना रहता है और भविष्य के लिए मजबूत बचत भी तैयार होती है।

बजट बनाना भी जरूरी

लाइफस्टाइल इंफ्लेशन को नियंत्रित करने के लिए मासिक बजट बनाना भी बहुत जरूरी है। यदि आप अपनी आय और खर्च का रिकॉर्ड रखते हैं तो आपको आसानी से पता चल जाता है कि आपका पैसा कहां खर्च हो रहा है।
बजट बनाने से आप यह तय कर सकते हैं कि कितनी राशि जरूरी खर्चों पर जाएगी, कितनी बचत में और कितनी निवेश में। इससे अनावश्यक खर्चों को कम करना आसान हो जाता है।

निवेश की आदत बनाएं : विशेषज्ञों का कहना है कि निवेश को खर्च की तरह ही एक नियमित आदत बना लेना चाहिए। जैसे ही सैलरी आपके खाते में आए, उसी समय कुछ राशि निवेश के लिए अलग कर दें। यदि निवेश को प्राथमिकता दी जाए तो धीरे-धीरे बड़ी पूंजी तैयार हो सकती है और भविष्य में आर्थिक सुरक्षा भी मिलती है।

बाजार की अनिश्चितता में फ्लेक्सी कैप फंड बने निवेशकों की पसंद

भू-राजनीतिक तनाव और उतार-चढ़ाव के दौर में रणनीतिक परिसंपत्ति आवंटन से बेहतर रिटर्न की उम्मीद

वैश्विक स्तर पर बढ़ते भू-राजनीतिक तनाव और शेयर बाजार में बढ़ती अस्थिरता के बीच निवेशकों के लिए फ्लेक्सी-कैप फंड एक समझदारी भरा विकल्प बनकर उभर रहे हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि बाजार में उतार-चढ़ाव के दौर में ऐसे फंड निवेशकों को बेहतर संतुलन और दीर्घकालीन रिटर्न देने में मदद कर सकते हैं। फ्लेक्सी-कैप फंड की सबसे बड़ी खासियत यह है कि इनमें निवेश का वितरण बाजार पूंजीकरण के आधार पर तय नहीं होता। यानी फंड प्रबंधक अपनी रणनीति के अनुसार बड़ी, मझोली और छोटी कंपनियों के शेयरों में निवेश का अनुपात बदल सकते हैं। इससे बाजार की स्थिति के अनुसार जोखिम को नियंत्रित करने और अवसरों का लाभ उठाने में मदद मिलती है। फ्लेक्सी-कैप फंड का यही लचीलापन बाजार के विभिन्न चरणों में निवेशकों के लिए उपयोगी साबित होता है। उदाहरण के तौर पर, जब बाजार में अधिक अस्थिरता होती है तो फंड प्रबंधक अपेक्षाकृत स्थिर बड़ी कंपनियों के शेयरों में निवेश बढ़ा सकते हैं। वहीं जब बाजार में तेजी और विकास की संभावनाएं बढ़ती हैं, तब मझोली और छोटी कंपनियों में निवेश का अनुपात बढ़ाया जा सकता है। इस रणनीति के कारण फंड प्रबंधक बाजार में बदलती परिस्थितियों के अनुसार अपने पोर्टफोलियो को संतुलित कर सकते हैं। इससे निवेशकों को लंबे समय में स्थिर और प्रतिस्पर्धी रिटर्न मिलने की संभावना बढ़ जाती है।

बेहतर रिटर्न का रिकॉर्ड

आंकड़ों के अनुसार फ्लेक्सी-कैप फंड ने अन्य विविधीकृत इक्विटी फंड की तुलना में भी अच्छा प्रदर्शन किया है। पिछले तीन वर्षों में इन फंडों ने औसतन लगभग 17 प्रतिशत वार्षिक चक्रवृद्धि वृद्धि दर का रिटर्न दिया है। वहीं पिछले पांच वर्षों में इनका औसत रिटर्न लगभग 14.2 प्रतिशत रहा है। इसी कारण निवेशकों का भरोसा भी इन फंडों पर बढ़ रहा है। फरवरी 2026 में फ्लेक्सी-कैप फंड में करीब 6,925 करोड़ रुपये का निवेश आया, जो इक्विटी म्यूचुअल फंड की विभिन्न श्रेणियों में सबसे अधिक रहा। इससे यह संकेत मिलता है कि निवेशक शेयर बाजार में निवेश तो जारी रखना चाहते हैं, लेकिन वे ऐसी श्रेणी को प्राथमिकता दे रहे हैं जहां फंड प्रबंधकों को निवेश में लचीलापन मिलता हो।

अस्थिर बाजार में रणनीतिक विकल्प

फ्लेक्सी-कैप फंड निवेशकों के लिए इक्विटी पोर्टफोलियो का मुख्य हिस्सा बन सकते हैं। यदि निवेशक लंबे समय के लिए नियमित निवेश योजना के माध्यम से निवेश करते हैं तो वे बाजार के उतार-चढ़ाव के बावजूद चक्रवृद्धि लाभ का फायदा उठा सकते हैं। साल 2025 में बाजार में देखी गई अस्थिरता के दौरान कई फ्लेक्सी-कैप फंडों ने अपने निवेश का झुकाव अपेक्षाकृत स्थिर बड़ी कंपनियों की ओर बढ़ा दिया था। साथ ही उन्होंने लगभग 15 से 20 प्रतिशत निवेश मझोली कंपनियों में बनाए रखा और अधिक जोखिम वाले छोटी कंपनियों के शेयरों में निवेश को सीमित कर दिया था।

निवेश से पहले रखें ध्यान

फ्लेक्सी-कैप फंड में निवेश करने से पहले निवेशकों को कुछ महत्वपूर्ण बातों पर जरूर ध्यान देना चाहिए। सबसे पहले फंड प्रबंधक के पिछले प्रदर्शन और बाजार के विभिन्न चरणों में उनकी रणनीति को समझना जरूरी है। इसके अलावा यह भी देखना चाहिए कि फंड बड़ी, मझोली और छोटी कंपनियों में निवेश का संतुलन किस प्रकार बनाता है। निवेशकों को फंड के जोखिम प्रबंधन, खर्च अनुपात और पोर्टफोलियो के केंद्रीकरण जैसे पहलुओं का भी मूल्यांकन करना चाहिए। फ्लेक्सी-कैप फंड में निवेश करते समय फंड प्रबंधक की यह क्षमता बहुत महत्वपूर्ण होती है कि वह विभिन्न क्षेत्रों में मूल्यांकन के अवसरों की पहचान कैसे करता है।

बाजार में लगातार बदलाव

विशेषज्ञों का कहना है कि भू-राजनीतिक तनाव के कारण शेयर बाजार में अक्सर तेज उतार-चढ़ाव और विभिन्न क्षेत्रों में निवेश का रुझान बदलता रहता है। लंबे समय में बाजार के अलग-अलग हिस्से अलग समय पर बेहतर प्रदर्शन करते हैं। ऐसी परिस्थितियों में फ्लेक्सी-कैप फंड इन बदलावों का लाभ उठाने के लिए बेहतर स्थिति में होते हैं। यह निवेशकों के लिए फ्लेक्सी-कैप फंड व्यापक बाजार में निवेश का एक सुविधाजनक माध्यम हैं, क्योंकि इससे निवेश किसी एक क्षेत्र या श्रेणी तक सीमित नहीं रहता।

निवेशकों के लिए बेहतर विकल्प

विशेषज्ञों का मानना है कि फ्लेक्सी-कैप फंड उन निवेशकों के लिए अधिक उपयुक्त हैं जिनका निवेश दृष्टिकोण लंबी अवधि का है और जो अल्पकालिक बाजार उतार-चढ़ाव को सहन कर सकते हैं। यदि निवेशक नियमित और अनुशासित तरीके से निवेश करते हैं तो समय के साथ उन्हें बेहतर रिटर्न मिल सकता है। बदलते आर्थिक माहौल और वैश्विक अनिश्चितताओं के बीच फ्लेक्सी-कैप फंड निवेशकों के लिए ऐसा विकल्प बनकर उभर रहे हैं, जो जोखिम और अवसर के बीच संतुलन बनाते हुए दीर्घकालीन संपत्ति निर्माण में सहायक हो सकते हैं।

अलर्ट वरिष्ठ नागरिक आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बनें, ताकि बाद में पछताना न पड़े

बुजुर्गावस्था में अपनी आर्थिक स्थिति कैसे मजबूत करें समय रहते सही निवेश और आय के स्थायी स्त्रोत बनाएं

आर्थिक सुरक्षा सुनिश्चित करने के प्लान तैयार कर निवेश करें, इससे आसानी होगी

बिजनेस डेस्क

बढ़ती उम्र जीवन का स्वाभाविक चरण है, लेकिन इसके साथ आने वाली आर्थिक चुनौतियों को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। जब तक व्यक्ति युवा होता है, तब तक वह शारीरिक और मानसिक श्रम के माध्यम से नियमित आय अर्जित कर सकता है। किंतु 60 वर्ष की आयु के बाद शारीरिक क्षमता धीरे-धीरे कम होने लगती है और आय के अवसर सीमित हो जाते हैं। इसके साथ ही स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं बढ़ने लगती हैं, जिससे खर्च भी अधिक हो जाता है। ऐसे में बुजुर्गावस्था में आर्थिक सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए समय रहते निवेश की योजना बनाना बेहद आवश्यक हो जाता है। भारतीय समाज में परंपरागत रूप से यह माना जाता रहा है कि वृद्धावस्था में परिवार ही सबसे बड़ा सहारा होता है। लेकिन बदलती सामाजिक परिस्थितियों, छोटे होते परिवारों और बढ़ती जीवनशैली की लागत के कारण केवल पारिवारिक सहारे पर निर्भर रहना अब व्यावहारिक नहीं रह गया है। इसलिए यह जरूरी है कि व्यक्ति अपने कार्यकाल के दौरान ही ऐसी वित्तीय योजना बनाए जिससे रिटायरमेंट के बाद भी नियमित आय बनी रहे और उसे आर्थिक रूप से किसी पर निर्भर न रहना पड़े।

क्यों जरूरी है रिटायरमेंट प्लानिंग

- युवावस्था में व्यक्ति शारीरिक और मानसिक श्रम से आय अर्जित कर सकता है।
- 60 वर्ष के बाद शारीरिक क्षमता धीरे-धीरे कम होने लगती है।
- बढ़ती उम्र के साथ स्वास्थ्य पर खर्च भी बढ़ता है।
- इसलिए बुजुर्गावस्था में नियमित आय का स्रोत होना बेहद जरूरी है।

पेंशन और सरकारी योजनाएं

सरकारी सेवा या कुछ निजी संस्थानों में कार्यरत कर्मचारियों को मासिक पेंशन मिलती है। कर्मचारी पेंशन योजना 1995 (ईपीएस) संगठित क्षेत्र के कर्मचारियों को रिटायरमेंट के बाद आय प्रदान करती है। अटल पेंशन योजना (एपीवाई) असंगठित क्षेत्र के कामगारों के लिए है, जिसमें 60 वर्ष के बाद 1000 रुपये से 5000 रुपये तक मासिक पेंशन मिलती है।

वरिष्ठ नागरिक बचत योजना

- 60 वर्ष से अधिक आयु के लोग निवेश कर सकते हैं।
- ब्याज दर लगभग 8.2% वार्षिक।
- न्यूनतम निवेश 1000 रुपये और अधिकतम 30 लाख रुपये।
- अवधि 5 वर्ष, जिसे आगे 3 वर्ष बढ़ाया जा सकता है।
- ब्याज का भुगतान हर तिमाही किया जाता है।
- आयकर अधिनियम की धारा 80सी के तहत कर छूट का लाभ मिलता है।

डाकघर मासिक आय योजना

- नियमित मासिक आय का सुरक्षित साधन
- ब्याज दर लगभग 7.4%।
- एकल खाते में अधिकतम निवेश 9 लाख रुपये।
- संयुक्त खाते में 15 लाख रुपये तक निवेश संभव।
- लॉक-इन अवधि 5 वर्ष।
- ब्याज का भुगतान हर महीने किया जाता है।

सिस्टमैटिक विड्रॉल प्लान (एसडब्ल्यूपी)

- एकमुश्त निवेश के बाद हर महीने या तिमाही निश्चित राशि निकाल सकते हैं।
- केवल कुछ यूनिट्स बिकती हैं, बाकी निवेश बढ़ता रहता है।
- यह उन सेवानिवृत्त लोगों के लिए उपयोगी है जो पूंजी को सुरक्षित रखते हुए आय चाहते हैं।

बैंक फिक्स्ड डिपॉजिट

- वरिष्ठ नागरिकों को 6% से 8% तक ब्याज मिलता है।
- ब्याज दर बैंक और अवधि के अनुसार अलग-अलग हो सकती है।
- यह एक सुरक्षित और कम जोखिम वाला निवेश माना जाता है।

संपत्ति से आय के विकल्प

- मकान, दुकान या जमीन किराये पर देकर नियमित आय प्राप्त की जा सकती है।
- अनुभव का उपयोग कर ट्यूशन, लेखन, सलाहकार कार्य किया जा सकता है।
- किराने की दुकान
- घर का बना खाद्य पदार्थ बेचना
- ट्यूशन या कोचिंग
- ब्लॉगिंग या ऑनलाइन काम

50 लाख निवेश करने पर संभावित आय

योजना	निवेश राशि	अनु. ब्याज	मा.आय
व. नागरिक बचत योजना	15,00,000	8%	10,000
डाकघर मासिक आय	9,00,000	7.4%	5,500
बैंक मियादी जमा	16,00,000	7%	9,300
अन्य पेंशन योजना	10,00,000	7.4%	6,000

कुल अनुमानित मासिक आय : लगभग 30,800

एक ही जगह निवेश न करें

रिटायरमेंट के बाद पूरी बचत एक ही जगह निवेश न करें। अलग-अलग योजनाओं में निवेश करने से जोखिम कम और आय स्थिर रहती है। यदि व्यक्ति बचत, निवेश और छोटे काम जारी रखे तो बुजुर्गावस्था में आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर रह सकता है। इससे आपको किी का मुंह नहीं ताकना पड़ेगा और बुढ़ापा आराम से कटेगा।

खबर संक्षेप

अनीता ने जीता सर्वोत्तम माता का पुरस्कार

खरखौदा। महिला एवं बाल विकास की परियोजना अधिकारी खरखौदा नीलम रंगा के मार्गदर्शन में खांडा में सर्कल स्तरीय सर्वोत्तम माता प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। विभागीय सुपरवाइजर सुदेश के अनुसार अनीता पत्नी अशोक चौलका ने प्रथम, शिवानी पत्नी कपिल सेहरी ने द्वितीय व मनीषा पत्नी प्रमोद खांडा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। परिणाम घोषित करने के साथ साथ सुपरवाइजर ने सभी विभागीय स्कीमों की जानकारी दी। कार्यक्रम में खांडा सर्कल की आंगनबाड़ी वर्कर सुनीता, प्रमिला आदि मौजूद रही।

पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर ने मानसी को किया सम्मानित

सोनीपत। निगम के पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर राजीव सरोहा ने सरोहा खाप के प्रधान रणधीर सिंह सरोहा और खाप के गणमान्य प्रतिनिधियों के साथ यूपीएससी परीक्षा में 137वीं रैंक प्राप्त करने वाली मानसी डागर को सम्मानित किया। सेक्टर 23 स्थित निवास स्थान पर पहुंचकर उन्हें आशीर्वाद दिया और उज्ज्वल भविष्य की मंगलकामना की। राजीव सरोहा ने बिटिया की ऐतिहासिक सफलता पर विशेष रूप से बधाई देते कहा कि मानसी की उपलब्धि पूरे क्षेत्र के युवाओं के लिए प्रेरणा का स्रोत है और इससे हमारे समाज का गौरव बढ़ा है।

मिष्ठान भंडार व घर से 32 हजार नकदी चोरी

सोनीपत। शहर थाना क्षेत्र में चोरों ने मिष्ठान भंडार की दुकान व बाबा कॉलोनी में घर को निशाना बनाते 32 हजार रुपये नकदी व सोने-चांदी के आभूषणों पर हाथ साफ कर गए। मिठाई की दुकान से चोर 25 हजार रुपये व बाबा कॉलोनी स्थित घर से 7 हजार रुपये व सोने-चांदी के आभूषण चोरी कर ले गए। पुलिस ने दोनों शिकायतों पर मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। विजय नगर निवासी भास्कर ने बताया कि ककरोई रोड स्थित श्याम नगर में मिठाई की दुकान है। वह शुक्रवार की रात नौ बजे दुकान बंद कर घर चले गए थे। शनिवार की सुबह दुकान पर पहुंचे तो ताले टूटे मिले। अंदर देखा तो काउंटर में रखे 25 हजार रुपये गायब मिले।

कन्या कॉलेज की छात्राओं ने समझा गणित का महत्व

खरखौदा। कन्या महाविद्यालय, में इंचार्ज डॉ. दर्शना की अध्यक्षता में गणित विभाग द्वारा पाई डे का उत्साहपूर्वक आयोजन किया गया। जिसका आयोजन डॉ. शालिनी के निर्देशन में किया गया। कार्यक्रम में छात्राओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और गणित के महत्व को समझा। डॉ. शालिनी ने छात्राओं को पाई के इतिहास के बारे में बताया। बताया की पाई का इतिहास 4,000 वर्ष पुराना है, जिसकी शुरुआत बेबीलोन और मिस्रवासियों ने की थी, जिन्होंने इसे 3.125 से 3.16 के बीच माना। यूनानी गणितज्ञ आर्किमिडीज ने बहुभुज पद्धति का उपयोग कर इसे सटीक बनाया।

कमलेश जिला नर्सिंग एसो की प्रधान नियुक्त

सोनीपत। जिला नर्सिंग एसो की ओर से शनिवार को दिल्ली रोड स्थित नागरिक अस्पताल में बैठक कर नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। विभिन्न पदों पर पदाधिकारियों को जिम्मेदारियां सौंपकर एसो के प्रति निष्ठा व ईमानदारी से कार्य कर कर्मचारियों की मांगों को प्रमुखता से उठाने की शपथ दिलाई गई। बैठक में कमलेश मलिक को सर्वसम्मति से जिला नर्सिंग एसो का प्रधान चुना गया। उनके चयन पर नर्सिंग स्टाफ के सदस्यों ने खुशी जताते संगठन को मजबूत करने की आशा जताई।

जरूरतमंदों ने करवाई दस्तावेजों की जांच

गन्नौर। जनकल्याणकारी योजना विधवा पेंशन, वृद्धावस्था पेंशन एवं लक्ष्मी लाडो योजना से कोई भी पात्र व्यक्ति वंचित न रहे। इसके लिए शनिवार को नपा सचिव प्रदीप खर्ब की देखरेख में नगरपालिका कार्यालय परिसर में दो दिवसीय विशेष कैंप का आयोजन किया गया। कैंप में पहुंचे लोगों ने अपनी पात्रता से संबंधित दस्तावेजों की जांच करवाई। अधिकारियों व कर्मचारियों द्वारा मौके पर ही आवेदन स्वीकार किए गए तथा जिन लोगों के कागजात अधूरे थे, उन्हें आवश्यक दिशा-निर्देश भी दिए गए।

मार्केट कमेटी ने मंडी में रास्ते खुले व सौंदर्यीकरण के लिए लगवाई थी

अतिक्रमण रोकने के लिए लगवाई पीली पट्टी पर सब्जी बेच रहे विक्रेता

मंडी में खरीदारी के लिए आने वाले लोगों को आवाजाही में फिर परेशानी उठानी पड़ रही

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर

शहर की सब्जी मंडी में अतिक्रमण पर रोक लगाने के लिए मार्केट कमेटी द्वारा हाल ही में लगाई गई पीली पट्टी का असर कुछ ही दिनों में कमजोर पड़ता नजर आने लगा है। हालात ये हो गए है कि कई सब्जी विक्रेताओं ने पीली पट्टी को ढककर उसके आगे ही अपनी सब्जियां लगाकर बेचनी शुरू कर दी हैं, कमेटी सचिव द्वारा अगर सख्ताई नही की तो दोबारा से मंडी में एक बार फिर अतिक्रमण की स्थिति दिखाई देने लगेगी। मंडी में खरीदारी करने आने वाले लोगों को आवाजाही में फिर परेशानी होगी। मार्किट कमेटी द्वारा मंडी में व्यवस्था बनाए रखने के उद्देश्य से दुकानों और रेहड़ियों की सीमा निर्धारित करते हुए पीली पट्टी लगाई गई थी। इस पट्टी के पीछे ही सब्जी रखने और बिक्री करने के निर्देश दिए गए थे, ताकि मंडी के रास्ते खुले रहें और सब्जी मंडी में सब्जी लेने आने वाले लोगों को किसी प्रकार की असुविधा न हो। शुरुआत में चार-पांच दिन तक तो सब्जी विक्रेताओं ने नियमों का पालन किया, लेकिन अब कई विक्रेताओं ने पट्टी को ढककर उसके आगे सब्जी बेचनी शुरू कर दी है।

पीली पट्टी क्रास कर बेचने के लिए रखी सब्जी व सब्जी रखकर पीली पट्टी को ही किया गायब।

अतिक्रमण न करने के दिए निर्देश

» *मार्केट कमेटी ने व्यवस्था के उद्देश्य से तय की थी सीमा*

» *इस मामले में सख्ती से कार्रवाई करनी की जरूरत*

सब्जी मंडी में सब्जी खरीदने आए सुरेश, सतबीर, महेन्द्र, संतोष, बिमला आदि ने बताया कि जब सब्जी विक्रेता पट्टी से आगे सामान रखते हैं तो मंडी के रास्ते संकरे हो जाते हैं। मार्किट कमेटी को इस मामले में सख्ती से कार्रवाई करनी चाहिए, ताकि मंडी में अतिक्रमण दोबारा न बढ़े। कुछ सब्जी विक्रेता ऐसे भी हैं जिन्होंने मार्किट कमेटी के आदेशों का पालन करते हुए पीली पट्टी के पीछे ही अपनी सब्जियां रखी हैं। मंडी प्रशासन को उचित कदम उठाना होगा ताकि सब्जी मंडी में साफ-सुथरी और सुचारु व्यवस्था बनी रहे। मार्किट कमेटी सचिव शिव कुमार ने बताया कि मंडी में दोबारा से निरीक्षण कर नियमों की अवहेलना करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। अतिक्रमण न करने के सब्जी विक्रेता को सख्त आदेश दिए है।

रसोई गैस की बढ़ती कीमतों से जनता परेशान : सुशील

सोनीपत। विरोध प्रदर्शन करते हुए आम आदमी पार्टी के पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता।

- जनता को गैस की लाइनों में लगाकर परेशान करना बंद करें केंद्र व राज्य सरकार : गुप्ता

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

महंगाई, रसोई गैस की आसमान छूती कीमतों और तेल संकट के विरोध में आज 'आम आदमी पार्टी' जिला सोनीपत द्वारा सुभाष चौक सोनीपत में रोष प्रदर्शन किया गया। यह प्रदर्शन पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष सुशील कुमार गुप्ता के कुशल नेतृत्व और जिलाध्यक्ष रणबीर छिक्कारा की अध्यक्षता में आयोजित किया । आप के प्रदेश अध्यक्ष डॉ. गुप्ता ने प्रदर्शनकारियों को संबोधित करते कहा कि भाजपा सरकार की गलत नीतियों के कारण आज आम आदमी का बजट पूरी तरह बिगड़ चुका है। रसोई गैस और पेट्रोल-डीजल के दामों में बेतहाशा वृद्धि ने जनता की कमर तोड़ दी है। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि सरकार ने जल्द ही इन कीमतों पर लगाम नहीं लगाई, तो आम आदमी पार्टी सड़कों पर उतरकर उग्र आंदोलन करने को मजबूर होगी। कार्यक्रम में विशेष अतिथि के रूप में प्रदेश उपाध्यक्ष एवं सोनीपत जिला प्रभारी सुरेन्द्र अहलावत शामिल हुए। सरकार जनहित के मुद्दों से ध्यान भटका रही है, जबकि जनता बुनियादी सुविधाओं और महंगाई की वजह से परेशान है।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर जिला उपाध्यक्ष नरेश कौशिक, ओबीसी जिला अध्यक्ष सिद्धार्थ रोहिल्ला, एससी विंग के जिलाध्यक्ष करमबीर थाना, युवा विंग के जिलाध्यक्ष अंकुश त्यागी, सोनीपत शहर के विधानसभा अध्यक्ष योगेशपाल, खरखौदा विधानसभा के अध्यक्ष सुनील दहिया, अजय टोंक राई, सूरजभान आंतिल राई, सतबीर सिंह सती, अल्पसंख्यक मोर्चा के अध्यक्ष शेर मोहम्मद, बबीता, सुशीला, सोनिया, रामबीर सिंह, रोहित बड़ौली, सोशल मीडिया के जिला प्रभारी वंश आर्य, मनजीत फरमाणा, सलीम खान ,सुनील कुमार, ओम प्रकाश वाल्मीकि आदि मौजूद रहे।

नहरों की सफाई के लिए किया जागरूक

» महलाना में डिजीटल लिटरेसी विषय पर सात दिवसीय कैंप

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

टीकाराम कन्या महाविद्यालय में एनएसएस की यूनिट 1 व यूनिट 2 द्वारा यूथ फॉर माई भारत एंड डिजीटल लिटरेसी विषय के तहत सात दिवसीय कैंप गांव महलाना में लगाया जा रहा है। कैंप के चौथे दिन डॉ. जसमेर सिंह, जाट कॉलेज रोहतक ने सुनो नहरों की पुकार मिशन पर स्वयंसेविकाओं को नहरों की सफाई रखने व आस्था को अंधविश्वास न बनाने के लिए जागरूक किया। साथ अजय हुड्डा, साहिब सिंह धामड़, ईश्वर सिंह दलाल, धावक रणवीर मलिक, सामाजिक कार्यकर्ताओं ने अलग-अलग विषय - रक्तदान व एनीमिया, पौधारोपण, सामाजिक संस्कार और बढ़ती कुरुतियों, एवं नशे मुक्ति पर ईश्वर सिंह ने स्वयंसेविकाओं के समक्ष अपने विचार प्रस्तुत कर जीवन के प्रति एक स्वस्थ दृष्टिकोण रखने की के लिए प्रेरित किया। साइकिलिस्ट मुकेश रोहतक से साइकिल पर ही वहां पहुंचें। उन्होंने स्वयंसेविकाओं को हेपेटाइटिस बी, सी, डेंगू, चिकनगुनिया एवं मलेरिया जैसी बीमारियों से कैसे बचा जाए पर बात की। स्टेट अवॉर्डी जतिन मलिक ने राष्ट्रीय सेवा योजना के अवार्ड और शिक्षा में महत्व पर बात रखी।

सोनीपत। शिविर के दौरान शपथ लेती छात्राएं। *फोटो : हरिभूमि*

शिक्षिका अभ्यास वर्ग का शुभारंभ

सोनीपत। विश्व हिंदू परिषद हरियाणा की दुर्गा वाहिनी के प्रांत शिक्षिका अभ्यास वर्ग का शनिवार को एसएम हिंदू स्कूल में शुभारंभ हुआ। तीन दिवसीय यह प्रशिक्षण वर्ग 13, 14 और 15 मार्च तक आयोजित किया जा रहा है, जिसका समापन 15 मार्च को किया जाएगा। अभ्यास वर्ग का आयोजन क्षेत्रीय दुर्गा वाहिनी संयोजिका सीमा और प्रांत सह संयोजिका राधिका के सानिध्य में प्रारंभ हुआ। इस वर्ग में विभिन्न जिलों से आई दुर्गा वाहिनी की कार्यकर्त्रियां भाग ले रही हैं। प्रशिक्षण वर्ग के माध्यम से कार्यकर्त्रियों को संगठन की विचारधारा, सामाजिक दायित्व और विभिन्न गतिविधियों के बारे में प्रशिक्षण दिया जा रहा है। कार्यक्रम के आयोजन में जिला सह मंत्री पिंकी, दुर्गा वाहिनी संयोजिका नीतू, मातृ शक्ति की सुनीता सहित अन्य कार्यकर्त्रियों का सहयोग रहा।

उद्यमिता और स्टार्टअप सफलता पर विशेषज्ञों ने विद्यार्थियों को किया प्रेरित

- जीवीएम गर्ल्स कॉलेज सोनीपत में स्पार्क 2026 मैनेजमेंट कन्वेंशन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

जीवीएम गर्ल्स कॉलेज सोनीपत के बीबीए विभाग द्वारा शनिवार को कॉलेज के कॉन्फ्रेंस रूम में स्पार्क 2026– मैनेजमेंट कन्वेंशन का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आयोजन प्रेरणादायी थीम "संभावनाओं को जगाना – सॉफ्ट स्किल्स को सशक्त बनाना, उद्यमिता को बढ़ावा देना और स्टार्टअप की सफलता को गति देना" के अंतर्गत किया गया। संस्था के प्रधान डॉ. ओपी परुथी और प्राचार्या डॉ. मंजुला स्पाह ने सभी को बधाई दी। कन्वेंशन का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को उद्यमिता और प्रबंधन के क्षेत्र में उपलब्ध अवसरों से अवगत कराना तथा प्रतिस्पर्धी और नवाचार आधारित वातावरण में आवश्यक सॉफ्ट स्किल्स विकसित करने के लिए प्रेरित करना था। स्पार्क 2026 विद्यार्थियों के लिए एक संवादात्मक मंच साबित हुआ, जहां उन्होंने व्यावहारिक अनुभव प्राप्त किए ।

सोनीपत। कार्यक्रम का शुभारंभ करते अतिथि एवं अन्य। *फोटो :हरिभूमि*

खरखौदा। प्राचार्य तराना नेगी के साथ निबंध लेखक विद्यार्थी।

निबंध लेखन से विचार व्यक्त करने की भावना प्रबल

खरखौदा। शहीद दलबीर सिंह राजकीय महाविद्यालय में महिला प्रकोष्ठ द्वारा निबंध प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमें महाविद्यालय के 35 छात्र-छात्राओं ने भाग लिया। इस आयोजन में विद्यार्थियों ने अपनी लेखन कला का प्रदर्शन किया। प्राचार्या डॉ तराना नेगी ने विजेताओं को बधाई दी तथा इस प्रकार के कार्यक्रमों में बढ़ चढ़कर भाग लेने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि इससे छात्र छात्राओं के अंदर के लेखन कौशल को निखारा जा सकता है। वरिष्ठ प्राध्यापिका किरण सरोहा ने विद्यार्थियों का उत्साह वर्धन करते हुए कहा की इससे विद्यार्थियों में अपने विचारों को व्यक्त करने की भावना प्रबल होती है। इस प्रतियोगिता का आयोजन महिला प्रकोष्ठ प्रभारी डॉ. संगीता मान ने किया। जिसमें अंजलि बी ए द्वितीय वर्ष ने प्रथम स्थान तथा विवेक बी ए प्रथम वर्ष ने दूसरा स्थान व तन्नू बी ए तृतीय वर्ष ने तीसरा स्थान प्राप्त किया।

कॉलेज में स्वचालित मौसम केंद्र स्थापित किया

मौसम संबंधी शोध व अध्ययन के बेहतर अवसर प्राप्त होंगे

- भारतीय उष्णदेशीय मौसम विज्ञान संस्थान पुणे के सहयोग से लगाया

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गोहाना

राजकीय महाविद्यालय बड़ौता में स्वचालित मौसम केंद्र स्थापित किया गया। यह मौसम केंद्र भारतीय उष्णदेशीय मौसम विज्ञान संस्थान पुणे के सहयोग से लगाया गया है। इस संबंध में महाविद्यालय प्रशासन और संस्थान के अधिकारियों के बीच एक महत्वपूर्ण समझौता किया गया है। कालेज परिसर में स्थापित यह स्वचालित मौसम केंद्र हवा की गति, दिशा, तापमान, आर्द्रता तथा वायुदाब आदि मौसम संबंधी आंकड़ों को रिकॉर्ड करेगा। इन आंकड़ों के आधार पर मौसम के सटीक पूर्वानुमान तथा वैज्ञानिक अध्ययन में सहायता मिलेगी। कालेज प्रशासन के अनुसार केंद्र की स्थापना से जिले को स्थानीय स्तर पर मौसम संबंधी वैज्ञानिक आंकड़े उपलब्ध होंगे। आंकड़ों का उपयोग शोध, शिक्षा, कृषि, आपदा प्रबंधन, जलवायु अध्ययन तथा शहरी-ग्रामीण नियोजन जैसे क्षेत्रों में किया जा सकेगा। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो.अनिल ग्रोवर ने बताया कि मौसम विज्ञान के क्षेत्र में यह पहल महाविद्यालय के लिए एक बड़ी उपलब्धि होगी।

गोहाना। मौसम विज्ञान संस्थान पुणे के प्रतिनिधि व महाविद्यालय के शिक्षकगण।

प्राकृतिक चिकित्सा सम्मेलन का आयोजन

राई। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियों को लेकर हरियाणा योग आयोग, नवयोग सूर्योदय सेवा समिति द्वारा खेल विश्वविद्यालय परिसर में अंतरराष्ट्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा सम्मेलन का आयोजन किया । योग प्रोटोकॉल के अभ्यास में योग साधकों और विशेषज्ञों ने भाग लिया। अध्यक्षता डॉ. जयदीप आर्य, चेयरमैन योग आयोग ने की। मुख्य अतिथि राज्य मंत्री उत्तराखंड वीरेंद्र सेमवाल ने शिरकत की। विवि के कुलपति अशोक कुमार, योग आयोग के सदस्य डॉ. मदन मानव, डीन डॉ. योगेश कुमार, डॉ. विक्रम सिंह, अंतरराष्ट्रीय नाद योग गुरु डॉ. नवदीप जोशी, रजिस्ट्रार डॉ. राजकुमार तथा जिला आयुष अधिकारी डॉ. राम अवतार सिंह भी मौजूद रहे। समन्वयक रमेश भाटी ने बताया कि सम्मेलन के दौरान योग, नाद योग, प्राकृतिक चिकित्सा, स्वास्थ्य संवर्धन और शोध से जुड़े विषयों पर व्याख्यान, अभ्यास सत्र और प्रश्नोत्तर कार्यक्रम आयोजित किए गए।

राई। योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा सम्मेलन में पहुंचे अतिथिगण।

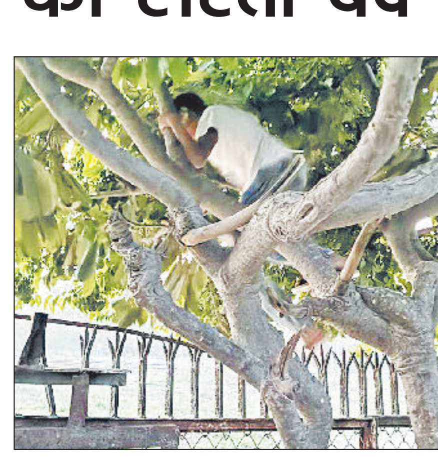
रेलवे प्रशासन से मांग, गुमड़ रोड फ्लाईओवर के नीचे अंडरपास का निर्माण

रेलवे पार्क से आवागमन का रास्ता बंद होने से बढ़ी परेशानी

अपनी जान जोखिम में डालकर पार कर रहे लोग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ गन्नौर

पुराने मार्केट कमेटी भवन के पास बने रेलवे पार्क में रेलवे लाइन की तरफ से आने-जाने के लिए बनाए गए रास्ते को बंद किए जाने से लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। मजबूरी में लोग बंद किए गए रास्ते को पार करने के लिए पेड़ों के सहारे चढ़कर या रास्ता बंद किए जाल के ऊपर से कूदकर दूसरी ओर जा रहे हैं। जिससे हादसा होने की आशंका बनी हुई है। लोगों में ऐसी स्थिति बनाने पर नगरपालिका के प्रति रोष व्यक्त करते हुए आवागमन के लिए कम से कम रास्ता खोलने की मांग की है। लोगों का कहना है कि रेलवे पार्क के भीतर से होकर गुजरने वाला यह रास्ता लंबे समय से लोगों के लिए आने-जाने का मुख्य मार्ग रहा है। रास्ता बंद होने के बाद लोगों को काफी लंबा चक्कर लगाकर आना पड़ता है। कुछ लोग तो समय बचाने के लिए जोखिम उठाकर बंद किए गए रास्ते को पार कर रहे हैं। राहगीर विकास, महेन्द्र, सुरेश, रणबीर ने बताया कि खुबडू रोड रेलवे फ्लाईओवर के पास शहर का कूड़ा डालने और उठाने के लिए स्थान बना दिया गया है। वहां पर कूड़े के ढेर लगे रहने के कारण उस रास्ते से भी लोगों का निकलना मुश्किल हो गया है। ऐसे में रेलवे पार्क के अन्दर से ही आते - जाते थे। अब का रास्ता बंद होने से उनकी परेशानी और अधिक बढ़ गई है।



गन्नौर। जान जोखिम में रखकर बंद रास्ते व पेड़ पर चढ़कर गंतव्य को निकलते हुए लोग। *फोटो : हरिभूमि*

सुरक्षित मार्ग के लिए अंडरपास बनाया जाए

रेलवे प्रशासन से लोगों की मांग है कि गुमड़ रोड फ्लाईओवर के नीचे अंडरपास का निर्माण कराया जाना चाहिए, ताकि लोगों को सुरक्षित रास्ता मिल सके। उनका कहना है कि अक्सर यात्री यहां बसों से उतरते हैं या अपने वाहन खड़े करके शहर के बाजार की ओर पैदल आते हैं। ऐसे में रेलवे लाइन पार करते समय कई बार लोग हादसों का शिकार हो चुके हैं। लेकिन इसके बावजूद सुरक्षित आवागमन की कोई स्थायी व्यवस्था नहीं की गई।

ई-रिक्शा चालक के सिर में डंडा मारकर किया घायल

सोनीपत। सेक्टर-27 थाना क्षेत्र में घर के बाहर ई-रिक्शा खड़ी करने पर विवाद हो गया। मकान मालिक ने ई-रिक्शा चालक के सिर में डंडा मारकर उसे घायल कर दिया। चालक ने मामले की शिकायत पुलिस को दी। पुलिस ने दंपती के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। कबीरपुर निवासी सुभाष ने शिकायत में बताया कि वह ई-रिक्शा में पानी सप्लाई का काम करते हैं। वह पानी की बोतल लेकर गुजरिया अस्पताल वाली गली में देने के लिए गए थे। इसी दौरान उन्होंने वहां पर एक घर के बाहर ई-रिक्शा खड़ी कर दी। कुछ देर बाद मकान मालिक हंसराज आया। उसने ई-रिक्शा हटाने के लिए कहा। जब सुभाष ई-रिक्शा लेकर जाने लगा तो मकान मालिक की पत्नी ने उसका रास्ता रोक लिया। इसी बीच दोनों पति-पत्नी ने उसके सिर पर डंडा मारा। सिर पर चोट लगने से वह चक्कर खाकर जमीन पर गिर गया और बेहोश हो गया।

खबर संक्षेप

खड़े ट्रक से टक्कर में परिचालक की मौत

गोहाना। जम्मू-कटरा एक्सप्रेस-वे पर बुटाना गांव के नजदीक खड़े ट्रक से टक्कर होने के कारण परिचालक की मौत हो गई, जबकि चालक घायल हो गया। मृतक की पहचान जम्मू-कश्मीर में उधमपुर के सतपाल के रूप में हुई है। चालक की शिकायत पर केस दर्ज किया गया। उधमपुर में राम नगर के विक्की ने पुलिस को बताया कि वह ट्रक में बहादुरगढ़ से लोहे के पाइप लादकर जम्मू जा रहा था। उसके साथ परिचालक सतपाल था। जब वे अपने ट्रक को लेकर बुटाना के निकट पहुंचे तो रोड के बीच एक ट्रक बिना पार्किंग लाइट व संकेत के खड़ा था। अंधेरे के कारण उनका ट्रक उससे टकरा गया।

रास्ता रोककर युवक की लाठी डंडों से की पिटाई

खरखौदा। दिल्ली मार्ग पर कई हमलावर युवकों ने पीट-पीटकर युवक को घायल कर दिया। सचिन ने पुलिस को दी सूचना में बताया कि वह दिल्ली मार्ग पर स्थित सब्जी मंडी के पास दुकान बढ़ाकर घर जा रहा था। रास्ते में कुछ युवक खड़े हुए थे। उन युवकों को उसने साइड में होने के लिए कहा तो उन्होंने अनदेखा कर दिया। उसने जब दोबारा कहा तो उन्होंने उसके साथ गाली-गलौज करते हुए मारपीट शुरू कर दी। जिससे वह घायल हो गया।

जुआं गुरुकुलम् में वैदिक ज्ञान की गूंज, 17वें वार्षिक उत्सव का शुभारंभ

भजन संध्या में श्रद्धालुओं को सही राह पर चलने की प्रेरणा मिली

विद्वानों ने युवाओं को संस्कार व समाज सेवा का दिया संदेश

यज्ञ और मंत्रोच्चारण के साथ दो दिवसीय समारोह शुरू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

वैदिक ज्ञान यज्ञ योग धर्मार्थ न्यास की ओर से गांव जुआं स्थित वैदिक ज्ञान योग महाविद्यालय (गुरुकुलम्) में शनिवार को दो दिवसीय 17वें वार्षिक उत्सव एवं सत्संग समारोह का शुभारंभ किया गया। समारोह के प्रथम दिन की शुरुआत सुबह कुरुक्षेत्र से यज्ञ के ब्रह्मा स्वामी विदेह योगी के ब्रह्म तत्व में आचार्य वेदनिष्ठ ने मंत्रोच्चारण के साथ श्रद्धालुओं से यज्ञ में आहुति डलवाकर की। तत्पश्चात भजन एवं उपदेश सत्र में अनेक विद्वानों ने अपने विचार रखें। समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में पूर्व मंत्री कर्ण देव कंबोज ने शिरकत की। विशिष्ट अतिथि के रूप में समारोह में ओमप्रकाश मलिक ने भाग लिया। आयोजकों की ओर से फूलमालाओं से अतिथियों का स्वागत कर उन्हें स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मान किया।

सोनीपत। गांव जुआं स्थित गुरुकुलम् में आयोजित वार्षिक उत्सव एवं सत्संग समारोह में पूर्व मंत्री कर्ण देव कंबोज को स्मृति चिन्ह प्रदान करते आयोजक।

सोनीपत। गांव जुआं स्थित गुरुकुलम् में आयोजित वार्षिक उत्सव एवं सत्संग समारोह के शुभारंभ पर यज्ञ करते विद्वान व श्रद्धालु।

श्रद्धालुओं व ग्रामीणों का मार्गदर्शन किया

वार्षिक उत्सव के पहले दिन बिजनौर से भजनोपदेशक टीकमचंद आर्य, हिसार से आचार्य वेदव्रत व आचार्य सत्यवान ने श्रद्धालुओं व ग्रामीणों का मार्गदर्शन किया। भजनोपदेशक टीकमचंद आर्य ने स्वामी दयानंद सरस्वती की जीवनी पर भजन सुनाया। साथ ही उन्होंने समारोह में पहुंचे सभी आर्यजन को समाज सेवा के प्रति प्रोत्साहित किया। उन्होंने कहा कि ऋषि-मुनियों ने युवाओं को अच्छे संस्कार दिए हैं। आज भी हमें युवाओं को अपनी प्राचीन संस्कृति से रूबरू करवाते हुए उन्हें संस्कारवान बनाना होगा। हम जीवन में यज्ञ आदि परोपकार के श्रेष्ठ कार्य कर सुखी रह सकते हैं। अगर हम दूसरों को सुख देते हैं, तो सुख प्राप्त करते हैं। दूसरों को हानि पहुंचाते हैं, तो हमारा भी नुकसान होना निश्चित है।

भजन प्रवचन सत्र का आयोजन

वहीं दोपहर को पुनः यज्ञ कर भजन प्रवचन के सत्र का आयोजन कर रात को भजन संध्या का आयोजन किया गया। भजनों के माध्यम से समारोह में आए विद्वानों ने आर्यजन व श्रद्धालुओं को समाजसेवा व सही राह पर चलने के लिए प्रेरित किया। समारोह में प्रधान मास्टर सुरजीत सिंह, कोषाध्यक्ष सत्यप्रकाश मलिक, सचिव संजीव आर्य, नरेंद्र सिंह बूरा, सुरेश आंतिल, संजय, डॉ. महिपाल आर्य, संदीप आर्य, कुलबीर सिंह छिक्कारा, जितेंद्र सिंह आर्य, वेद प्रचार मंडल के प्रधान देवेंद्र आर्य सहित गुरुकुल वासी व ग्रामीण मौजूद रहे।

राई। प्रशिक्षण में संबोधित करते माईराम कौशिक व अध्यक्षता मंडल अध्यक्ष शेखर अंतिल।

जाखौली मंडल में पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महा अभियान का आयोजन

राई। भारतीय जनता पार्टी के जाखोली मंडल में पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महा अभियान कार्यक्रम का आयोजन जाखौली मंडल अध्यक्ष शेखर आंतिल की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। अभियान की प्रभारी सोनिया मोर रहीं, कार्यक्रम प्रमुख नरेंद्र धीमान के मार्गदर्शन में पार्टी पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं ने पंडित दीनदयाल उपाध्याय के विचारों, संगठन की कार्यप्रणाली और भाजपा की नीतियों पर विस्तार से चर्चा की। भाजपा जिला अध्यक्ष अशोक भारद्वाज ने उपलब्धियां व क्रियान्वयन अभियान विषय पर अपने विचार रखे। भाजपा नेता माईराम कौशिक ने कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे सरकार की योजनाओं और उपलब्धियों को घर-घर तक पहुंचाकर लोगों को जागरूक करें। माई राम कौशिक ने भारतीय जनता पार्टी की स्थापना से लेकर अब तक की विकास यात्रा और संघर्ष की कहानी को विस्तार से बताया। मंच संचालन अशोक बामनवास ने किया। इस दौरान मंडल के दोनों महामंत्री पदम सिंह और जितेंद्र सरपंच ने भी आयोजन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। कार्यक्रम को सफल बनाने में मंडल जाखोली के सरपंच नवीन चौहान, कोषाध्यक्ष चेतन छाबड़ा, आईटी प्रमुख हैप्पी रोहिल्ला, प्रिंस चौहान सहित अनेक कार्यकर्ताओं ने सहयोग दिया।

गोहाना। समारोह में सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति देते हुए ओपीएस के नौनिहाल। फोटो : हरिभूमि

नौनिहालों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों में कला प्रतिभा की जमकर मचाई धूम

गोहाना। जीन्द मार्ग स्थित ओम पब्लिक स्कूल (ओपीएस) गोहाना में शनिवार को आयोजित द फेस्टिवल ओडीसी में फाउंडेशन कक्षाओं के नन्हे-मुन्ने विद्यार्थियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों में अपनी कला प्रतिभा की जमकर धूम मचाई। विद्यार्थियों ने अपनी प्रस्तुतियों से सांस्कृतिक मूल्यों के साथ आगे बढने की प्रेरणा दी। मुख्य अतिथि शिक्षाविद् डॉ. किरण दलाल थीं। मार्गदर्शन स्कूल की एमडी निर्मल लाठर का रहा। स्कूल के प्राचार्य डॉ. मनजीत खासा के अनुसार कार्यक्रम में फाउंडेशन कक्षाओं के 279 विद्यार्थियों ने प्रतिभागिता करके सांस्कृतिक कार्यक्रमों की मनमोहक प्रस्तुति देते हुए भारतीय संस्कृति के सांस्कृतिक मूल्यों, आध्यात्म और वैज्ञानिक महत्व पर प्रकाश डाला। मुख्य अतिथि डॉ. किरण दलाल ने कहा कि हमारी संस्कृति से ही हमारा वजूद है। कार्यक्रम का संयोजन उप प्राचार्या रेखा बजाज ने किया। इस अवसर पर स्कूल के शिक्षकण मौजूद रहे।

पेट्रोल पंप, दुकान और किराना स्टोर में लगाई सेंध

गोहाना। अलग-अलग स्थानों पर पेट्रोल पंप, कपड़े की दुकान और किराना स्टोर में ताले तोडक़र नकदी व सामान चोरी कर लिया गया। पुलिस द्वारा तीनों की शिकायत पर केस दर्ज किए गए। गांव महमूदपुर के सुमित ने पुलिस को बताया कि वह माहरा गांव स्थित श्री बालाजी पेट्रोल पंप पर मैनेजर है। वह पंप पर पहुंचा तो कार्यालय के दरवाजे, अलमारी और लाकर टूटे हुए मिले। लाकर में रखे करीब 66 सौ रुपये गायब थे। अज्ञात व्यक्ति ने चोरी की। गौरव शहर के आदर्श नगर में नारायण ट्रेडर्स के नाम से किराना की दुकान चलाता है। उसने पुलिस को बताया कि रात करीब दो से तीन बजे के बीच दुकान के ताले तोडक़र चोरी की गई। चोर दुकान से लगभग 30 हजार रुपये नकद और बड़ी मात्रा में सिगरेट ले गए। दुकान में लगे सीसीटीवी में पूरी घटना रिकार्ड हो गई। फुटेज को पुलिस के दिया गया। मुख्य बाजार स्थित कपड़े की दुकान को निशाना बनाया गया। दुकानदार राजकुमार ने बताया कि रात के समय चोरों ने शटर का ताला तोड़ दिया।

भगवान के प्रति आस्था जीवन को बनाती है सार्थक : बंसल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सोनीपत

भाजपा नेता एवं समाजसेवी अरुण बंसल शहर में आयोजित विभिन्न धार्मिक और सामाजिक कार्यक्रमों में हिस्सा ले रहे थे। सबसे पहले भगवान श्री जगन्नाथ की पावन शोभा यात्रा में उनकी धर्मपत्नी शिवानी बंसल ने श्रद्धा और भक्ति भाव से सहभागिता कर प्रभु का आशीर्वाद प्राप्त किया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भक्ति और उल्लास के साथ शोभायात्रा में भाग लिया। अरुण बंसल ने श्रीजी इंटरनेशनल स्कूल में आयोजित भजन क्लबिंग कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। कार्यक्रम में भक्ति संगीत और सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने सभी उपस्थित लोगों को

आध्यात्मिक वातावरण से सराबोर कर दिया। उन्होंने सेक्टर-15 स्थित जागृति धाम में आयोजित सुंदरकांड पाठ में भाग लिया और भगवान हनुमान का आशीर्वाद प्राप्त किया। इसके अलावा सेक्टर-14 कम्युनिटी सेंटर में आयोजित पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महाअभियान में भी हिस्सा लिया।

कार्यकर्ताओं को सेवा भाव के साथ कार्य करने की प्रेरणा दी

कार्यकर्ताओं को संगठन की नीतियों और सेवा भाव के साथ समाज के लिए कार्य करने की प्रेरणा दी गई। इस अवसर पर अरुण बंसल ने कहा कि धार्मिक और सामाजिक कार्यक्रम समाज को जोड़ने का कार्य करते हैं और युवाओं में संस्कारों का संचार करते हैं। उन्होंने कहा कि भगवान के प्रति आस्था और समाज सेवा का भाव हमारे जीवन को सार्थक बनाती है। उन्होंने कहा कि पंडित दीनदयाल उपाध्याय के अंत्योदय के विचार आज भी समाज के अंतिम व्यक्ति तक विकास पहुंचाने की प्रेरणा देते हैं और हमें उसी भावना से कार्य करना चाहिए।

नि:शुल्क हीमोग्लोबिन जांच शिविर लगाया

गन्नौर। भांवर खुबड़ू गांव स्थित नव ज्योति शिक्षा सदन में स्वास्थ्य जागरूकता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से निःशुल्क हीमोग्लोबिन जांच शिविर आयोजित किया गया। शिविर का उद्देश्य लोगों को एनीमिया जैसी समस्या के प्रति जागरूक करना

और समय पर जांच की सुविधा उपलब्ध कराना रहा। शिविर के दौरान करीब 310 लोगों के रक्त नमूनों के सैंपल लिए गए, जिनकी रिपोर्ट अगले दिन उपलब्ध कराई जाएगी। जिन लोगों में हीमोग्लोबिन की कमी पाई जाएगी, उन्हें आवश्यक चिकित्सकीय परामर्श और दवाई भी उपलब्ध कराई जाएगी। शिविर के आयोजन में प्रिया वशिष्ठ, आयुषी, सीमा, नितीश और जसवंत का विशेष सहयोग रहा। शिविर में भारत विकास परिषद शाखा गन्नौर और लाल पैथ लैब गन्नौर का भी सहयोग मिला। विद्यालय के प्रधानाचार्य राजेंद्र कौशिक ने बताया कि ऐसे शिविर लोगों में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ाने में अहम भूमिका निभाते हैं।

विशेषः विश्व खुशी दिवस, 20 मार्च

कभी दूर ना हो मन-जीवन से खुशी

आज के दौर में लोगों के पास सुख-सुविधाओं की कमी नहीं है, आर्थिक विकास भी हो रहा है, लेकिन फिर भी वास्तविक खुशी बहुत कम ही लोग महसूस कर पाते हैं। खुशी कोई चीज नहीं है, जिसे पैसा, सुख, सुविधाओं से पाया जा सकता है। खुशी तो जीवनशैली है। इसे महसूस करने के लिए अपनी सोच और जीने के अंदाज में बदलाव करना होगा।

कवर स्टोरी / लोकमित्र गौतम

वर्तमान में इंसान जितनी सुख-सुविधाओं के संग जी रहा है, अब के पहले किसी भी दौर में इसकी कल्पना तक नहीं की गई थी। लेकिन हैरानी की बात यह है कि इंसान फिर भी खुश नहीं है। साल 2012 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने भी इस बात पर गहराई से सोचा और खुशी की भूटान द्वारा तय की गई अवधारणा को न केवल वास्तविक खुशी के रूप में मान्यता दी बल्कि दुनिया भर को इस तरह की खुशी हासिल करने की दिशा में प्रेरित करने के लिए 20 मार्च को अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस मनाए जाने की घोषणा भी की।

भूटान ने बताया जीएनएच का महत्व

संयुक्त राष्ट्र संघ ने विश्व खुशी दिवस मनाने के संबंध में निर्णय लेते हुए यह माना कि आर्थिक विकास के साथ-साथ लोगों की खुशी और कल्याण की वैश्विक नीतियों का लक्ष्य ही वास्तविक खुशी होती है। इसकी बुनियाद में भूटान की जो खुशी संबंधी अवधारणा थी, वह खुशी को सकल घरेलू उत्पाद के रूप में मान्यता देने की थी। भूटान ने वास्तव में जीडीपी की जगह जीएनएच यानी 'ग्रॉस नेशन हैप्पीनेस' की अवधारणा प्रस्तुत की थी। संयुक्त राष्ट्र ने इसे विश्व स्तर पर स्वीकार्य बनाने के लिए ही 20 मार्च को वैश्विक खुशी के दिन के रूप में मान्यता दी और तब से हर साल यह दिन मनाया जाता है।

ऐसे बनती है हैप्पीनेस रिपोर्ट

विश्व खुशी दिवस के मौके पर हर साल वर्ल्ड हैप्पीनेस रिपोर्ट जारी की जाती है, जिसमें दुनिया के अलग-अलग देशों के लोगों की कुछ निश्चित पैमानों के मुताबिक उनकी खुशी का आकलन किया जाता है। इस पैमाने के तहत खुशी के लिए जो मानक तय किए जाते हैं, उसमें किसी व्यक्ति के लिए मौजूद सामाजिक समर्थन, उसकी आय और उसका जीवन स्तर, स्वास्थ्य और जीवन प्रत्याशा, व्यक्तिगत आजादी, उस देश और समाज में भ्रष्टाचार का स्तर, वहां के लोगों के बीच आपसी विश्वास और जीवन संबंधी उदारता को पैमाना बनाया जाता है। इस रिपोर्ट के अनुसार पिछले कई सालों से दुनिया के सबसे खुश देशों में फिनलैंड, डेनमार्क, आइसलैंड और स्वीडन जैसे देश लगातार शीर्ष पर बने हुए हैं, क्योंकि इन देशों में बेहतर सामाजिक सुरक्षा, संतुलित जीवनशैली और सामुदायिक विश्वास को खुशहाली का मुख्य कारण माना जाता है। दुर्भाग्य से हमारे अपने देश की स्थिति इस रिपोर्ट में अपेक्षाकृत काफी नीचे रही है। इससे स्पष्ट होता है कि वास्तव में खुशी पाने के लिए आर्थिक विकास के साथ-साथ सामाजिक और मानसिक संतुलन पर भी ध्यान देना जरूरी है।

खुशी दिवस मनाने का उद्देश्य

विश्व खुशी दिवस केवल एक औपचारिक उत्सव भर नहीं है। यह आधुनिक जीवन की कई गंभीर समस्याओं की ओर ध्यान दिलाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया में आज करोड़ों लोग तनाव, अवसाद और चिंता जैसी समस्याओं से जूझ रहे हैं। आधुनिक जीवन में प्रतिस्पर्धा, नौकरी के दबाव, आर्थिक चिंताएं और सामाजिक अपेक्षाएं लगातार बढ़ती जा रही हैं। ऐसे माहौल में खुशी और मानसिक संतुलन को प्राथमिकता देना बेहद जरूरी हो गया है। चूंकि आज सफलता को लोग पद, पैसा और प्रतिष्ठा से जोड़ते हैं। ऐसे में विश्व खुशी दिवस हमें याद दिलाता है कि जीवन की यह वास्तविक सफलता, मानसिक संतोष और रिश्तों की गर्माहट में ही होती है।

असंतोष से दूर हो रही खुशी

देखने में आता है कि सोशल मीडिया की वजह से पहले की तुलना में लोग आपस में कहीं ज्यादा जुड़े रहते हैं। लेकिन हकीकत यह है कि लोगों के बीच से सामाजिक संबंध आज बेहद कमजोर हो गए हैं। अकेलापन आज कई देशों में एक बड़ी सामाजिक समस्या बन चुका है। ऐसे में यह खुशी दिवस हमें परिवार, मित्रों और समाज के साथ वास्तविक जुड़ाव की अहमियत बताता है। किसी देश-समाज में चाहे जितना भी आर्थिक विकास हो गया हो, लेकिन अगर वहां लगातार तनाव रहता है, लोग अनेक किस्म के असंतोषों के साथ जी रहे होते हैं, तो वह विकास अधूरा ही कहलाएगा। इसलिए आज कई अर्थशास्त्री तथा नीति-निर्माता जीवन की गुणवत्ता को विकास का महत्वपूर्ण मापदंड मानते हैं। यही वजह है कि आज की तेज रफ्तार जीवनशैली में लोगों के पास जीवन जीने के साधन चाहे जितने बढ़ गए हों, लेकिन वह खुशी के मामले में अतीत से काफी पिछड़े हुए हैं।

प्रकृति से दूरी ने कम की खुशी

यकीनन, मोबाइल फोन ने हमारे रोजमर्रा के जीवन के काम-काज को तो आसान बनाया है, लेकिन इसकी वजह से लगातार हम जितने ज्यादा लोगों के संपर्क में रहते हैं, हमारे असंतुष्ट और तनावग्रस्त होने की उतनी ही अधिक आशंका मौजूद रहती है। आज दुनिया के 97 फीसदी से ज्यादा लोग किसी न किसी वजह से अपने आपको इतिहास के किसी भी दूसरे समय के मुकाबले कहीं ज्यादा व्यस्त पा रहे हैं। यही कारण है कि आज दुनिया में आधे से ज्यादा लोगों का प्रकृति के साथ पहले जो सीधा रिश्ता हुआ करता था, वह रिश्ता पूरी तरह से खत्म हो गया है। जिन लोगों का थोड़ा बहुत रिश्ता बचा भी है, वह बेहद औपचारिक तथा लेन-देन का हो गया है। प्रतिस्पर्धा की लगातार बढ़ती आदत हमें प्राकृतिक रूप से खुश नहीं रहने देती है। ऐसे में इस खुशी दिवस के मौके पर हर किसी को यह अपने मन में गांठ बांध लेनी चाहिए कि जीवन की असली सफलता और उपलब्धियां कहीं पहुंच जाना भर नहीं है बल्कि कहीं पहुंचकर भी खुश और संतुलित जीवन बिताना ही सही मायनों में जिंदगी की समग्र खुशी है। *

हमारे भीतर होते हैं खुशी के रसायन

आधुनिक मनोविज्ञान काफी पहले यह साबित कर चुका है कि खुशी को केवल भावनात्मक अनुभव ही नहीं बल्कि मानसिक और जैविक प्रक्रिया भी समझा जाता है। जब हम खुश होते हैं तो वैज्ञानिकों के मुताबिक हमारे शरीर में से कई महत्वपूर्ण रसायनों का स्राव होता है, जैसे डोपामाइन जो हमें प्रेरणा और आनंद की स्थिति में ले जाता है। सेरोटोनिन, जो मन को स्थिर और संतुलित बनाए रखता है। इसी क्रम में ऑक्सीटोसिन एक ऐसा रासायनिक स्राव है, जो हममें सामाजिक संबंधों और विश्वास से जुड़े हार्मोन पैदा करता है, जिससे कि हम खुश रहते हैं और एक-दूसरे के प्रति लगाव महसूस करते हैं। इसी तरह एंडोर्फिन भी इसी क्रम का एक हार्मोन है, जो खुश रहने पर हमारे शरीर में पैदा होता है और जिससे हम अपने दर्द को कम करने व खुशी को बढ़ाने में कामयाब होते हैं।

जीवनशैली / शिखर चंद जैन

वैसे तो खुशी पाने के लिए अपने स्तर पर आप हर संभव प्रयास करते ही होंगे। लेकिन यहां हम कुछ ऐसे छोटे-छोटे आसान और नायाब तरीकों के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें अपनाकर आपको जिंदगी में भरपूर खुशी हासिल होगी।

आपको खुशियों से भर देंगे ये आसान-नायाब तरीके

इस दुनिया का हर इंसान खुशी हासिल करना चाहता है। लोग खुशी के लिए न जाने कितने जतन करते हैं। लेकिन कई बार खुशी बड़ी-बड़ी चीजों से नहीं मिल पाती बल्कि छोटी-छोटी सी कोशिशों से मिल जाती है।

इमेजिनेशनः केवल 30 सेकेंड के लिए कल्पना करें कि जो चीजें आपके पास हैं (जैसे आपका घर, पसंदीदा डिवाइस या कोई प्यारा रिश्ता) वो आपके पास नहीं हैं। इनकी अनुपस्थिति वाली स्थिति से जब आप हकीकत में लौटेंगे और अपने पास इन चीजों को पाएंगे तो आपको उन चीजों के होने की असली खुशी भीतर तक महसूस होगी।

भविष्य के नाम खतः आने वाले कुछ वर्षों बाद जैसे जीवन की चाहत आप करते हैं, उसको ध्यान में रखते हुए 'स्वयं' को अपनी आज की खुशियों और सपनों के बारे में एक पत्र लिखें और उसे छिपा दें। जब कभी आप उसे पढ़ेंगे, खुशी मिलेगी।

पुराने किस्सों का पिटाराः बचपन की सुखद यादें या परिवार के साथ बिताई गई छुट्टियां 'हैप्पीनेस एंकर' की तरह काम करती हैं, जो भविष्य में कठिन समय आने पर हमें सहारा देती हैं। परिवार या पुराने दोस्तों को फोन करें और पुरानी यादें ताजा करें। अच्छी यादें दिल और दिमाग को सुकून देती हैं। बुजुर्गों से उनके चटपटे अनुभव और सीख देने वाली दिलचस्प कहानियां सुनना भी सुकून देता है।

साइलेंट डिस्को पार्टीः घर पर अकेले या परिवार के साथ हेडफोन लगाकर अपनी पसंद के गानों पर कुछ देर नाचें। इससे बिना किसी शोर-शराबे के तनाव कम होगा, मूड अच्छा होगा और आपको खुशी मिलेगी।

बच्चों वाली शरारतेंः जब कभी मन करे चॉक लेकर स्लेट पर या पेन, पेंसिल से कॉपी में कुछ मजेदार चित्र बनाएं या हॉप-स्कॉच (पकड़ा-पकड़ी) जैसा कोई खेल खेलें। अपने 'इनर चाइल्ड' को बाहर लाना खुशी का बेहतरीन स्रोत है। कभी-कभी बच्चों की तरह बिना किसी खास वजह के जोर से हंसने की कोशिश करें। यह शरीर में एंडोर्फिन हार्मोन रिलीज करता है, इससे मूड तुरंत हैप्पी फील करता है।

पास्ट-सेल्फ को 'थैंक यू' कहेंः केवल भविष्य की चिंता करने की बजाय, हर हफ्ते कुछ मिनट निकालकर अपने 'पुराने स्वरूप' को धन्यवाद दें। अपने पुराने स्वरूप को धन्यवाद कहना खुद से जुड़ने और अपनी प्रगति को सराहने का एक खूबसूरत तरीका है। जैसे मुश्किल समय में डटे रहने के लिए, सही चुनाव करने के लिए, सीखने और बढ़ने के लिए, खुद पर विश्वास रखने के लिए, धैर्य के लिए।

द मिस्टेक सेलिब्रेशनः जब आपसे कोई छोटी गलती हो जाए, तो उस पर झुंझलाने के बजाय मुस्कुराएं और कहें, 'वाह, एक और सीख मिली!' अपनी गलतियों को उत्सव की तरह देखने से तनाव कम होता है।

नकली मुस्कान का जादूः विज्ञान कहता है कि भले ही आप अंदर से खुश न हों, लेकिन शीशे में देखकर जबरदस्ती मुस्कुराने से दिमाग में खुशी वाले न्यूरोकेमिकल्स रिलीज होते हैं। इससे खुशी का अहसास होता है। इसे 'फेक इट टिल यू मेक इट' कहते हैं।

मिट्टी से जुड़ावः नंगे पैर मिट्टी या घास पर चलें। यह शरीर की इलेक्ट्रिकल ऊर्जा को संतुलित करता है और मन को शांत-खुश रखने में मदद करता है।

घर की सजावट बदलेंः अपने रहने की जगह को व्यवस्थित करें। साफ-सुथरा और सजा हुआ घर मानसिक शांति और खुशी देता है।

पेड़ों-पक्षियों को निहारनाः पेड़-पौधों और पशु-पक्षियों को निहारना मन को सुकून देता है। केवल एक मिनट के लिए किसी ऊंचे पेड़ को ऊपर की ओर

देखें। यह आपको रोजमर्रा की भाग-दौड़ में ठहरने और प्रकृति से जुड़ाव महसूस कराएगा। किसी पार्क में बैठें और बस पक्षियों की चहचहाहट और हरकतों पर ध्यान दें। शोध बताते हैं कि पक्षियों के संग समय बिताने से खुशी मिलती है।

वर्क प्लेस के लिएः ऑफिस में तनाव को कम करने और छोटी-छोटी खुशियां ढूंढ़ने के लिए अपनी डेस्क पर ऐसी चीजें रखें, जो आपको मुस्कुराने पर मजबूर कर दें, जैसे कोई मजेदार मैग्नेट, छोटा पौधा या अपनी पसंदीदा वैकेशन की फोटो। बोरियत या स्ट्रेस के समय, दिन भर की छोटी-छोटी उपलब्धियों को लिखें। यह आपको एहसास कराएगा कि आप प्रगति कर रहे हैं। हर एक घंटे में 2-3 मिनट के लिए अपनी सीट से उठें। गहरी सांस लें या बस थोड़ा चलें, इससे दिमाग को ताजगी-खुशी मिलती है। *

लघुकथा / रंजना जायसवाल

राजा बेटा

आज सुबह से माया को अपने बेटे विक्रम की बहुत याद आ रही थी। उसे आज भी वह दिन याद है, जब वह उसका आंचल पकड़े दिन भर इधर से उधर घूमता रहता था। उसकी इस हरकत पर उसका नाम ही पड़ गया था पिछलग्गू। पर वक्त के साथ कितना कुछ बदल गया था। बगल वाली शुक्ला भाभी अपने दो छोटे बच्चों को छोड़ जब इस दुनिया से चली गई थीं। कितना डर गया था विक्रम। कहीं उसकी मां भी शुक्ला आंटी की तरह...।

उनके बच्चे बार-बार यही कहकर रो रहे थे, 'अब हम बिल्कुल शैतानी नहीं करेंगे, मां आप वापस आ जाओ।' बेचारे कहां जानते थे उनकी मां तो ऐसी दुनिया में चली गई थीं जहां से कोई लौटकर नहीं आता। विक्रम ने सहम कर पूछा था, 'मां! आप तो मुझे छोड़कर कहीं नहीं जाएंगी न'

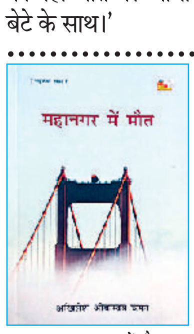
'तुझे छोड़कर भला मैं कहां जा सकती हूं। तू तो मेरा राजा बेटा है।'

माया ने विक्रम के भोले चेहरे को पुचकारते हुए कहा था। 'और मां आप? राजा की मां तो रानी मां हुई न' वह खिलखिला कर हंस पड़ी थीं, 'हां बिल्कुल।'

'रानी मां कहां रहती हैं?' विक्रम के सवाल खत्म होने को नहीं आते थे। 'वोवो तो महलों में रहती हैं, अपने राजा बेटे के साथ।'

'मैं भी आप के साथ महलों में रहूंगा' विक्रम खुशी से चिल्ला पड़ा था, उसकी इस हरकत से उनकी आंखें भर आईं थीं। तभी एक तेज आवाज से माया की तंद्रा टूटी। वह वर्तमान में लौटी। उसकी नजर आश्रम के बोर्ड पर पड़ी जहां बड़े-बड़े अक्षरों में लिखा था 'वृद्धाश्रम।'

वह मन ही मन बुदबुदाई, 'राजा बेटे ने तो रानी मां के साथ रहने का वायदा किया था पर वह उन्हें यहां छोड़कर क्यों चला गया?' *



पुस्तकः महानगर में मौत, **लेखकः** अखिलेश श्रीवास्तव चमन, **मूल्यः** 225 रुपए, **प्रकाशकः** न्यू वर्ल्ड पब्लिकेशन, नई दिल्ली

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

मर्मस्पर्शी लघुकथाएं

वरिष्ठ साहित्यकार अखिलेश श्रीवास्तव चमन का नया लघुकथा संग्रह 'महानगर में मौत' कुछ समय पूर्व छपकर आया है। इसमें कुल जमा 55 लघुकथाएं संकलित हैं। ये लघुकथाएं अपने छोटे कलेवर में भी जीवन से जुड़े तमाम पहलुओं की श्याम-श्वेत छवियां उजागर करती हैं। महानगरीय जीवनशैली ने किस तरह हमें संवेदनशून्य बना दिया है और हमारे रिश्तों में से भावनात्मक जुड़ाव छीजता जा रहा है, इसकी बानगी 'महानगर में मौत' और 'बीमारी' लघुकथाओं में देखी जा सकती है। हमारे समाज में सांप्रदायिकता और जातिवाद आज भी किस कदर हावी है और इस मानसिकता का स्वार्थी लोग कैसे दुरुपयोग करते रहते हैं, इसे प्रभावी तरीके से 'राजनीति' और 'इंटरव्यू' में पढ़ सकते हैं। 'अजूबा' और 'गाली' जैसी कुछ लघुकथाओं में लेखक ने आज के दौर की जीवनशैली और नेताओं पर कटाक्ष किया है। कह सकते हैं कि ये लघुकथाएं हमारे समय के विद्रूप को मार्मिकता से व्यक्त करती हैं। *

व्यंग्य / पंकज प्रसून

घर पहुंचा विश्व युद्ध!

कल दोपहर किचन में दाल पक रही थी। जैसे ही कुकर की सीटी बजी, मैं डाइनिंग टेबल के नीचे दुबक गया। मुझे लगा ईरान ने इजराइल के चक्कर में मिसाइलें इधर ही दाग दी हैं और अब अगला सायरन साक्षात यमराज ही बजाएंगे।

आजकल मेरी रीढ़ की हड्डी के स्थान पर 55 इंच का एक एलईडी पैनल फिट हो चुका है, जिस पर चौबीसों घंटे ब्रेकिंग न्यूज का हड़कंप मचा रहता है। मेरा हाल यह है कि मैं अपने घर के सोफे के बजाय एक अभेद्य बंकर में विराजमान होता हूं। शाम के सात बजने पर जैसे ही न्यूज चैनल चालू होता है, मेरे ड्राइंग रूम में भी जैसे तीसरे विश्व युद्ध का आगाज हो जाता है। एंकर महोदय इस तरह चिल्लाते हैं मानो मिसाइल का पिछला हिस्सा उन्हीं के स्टूडियो में रखा हो और वे बस माचिस दिखाने ही वाले हों। उनके चिल्लाने की आवृत्ति इतनी तीव्र होती है कि घर की छिपकलियां तक सरेंडर कर देती हैं।

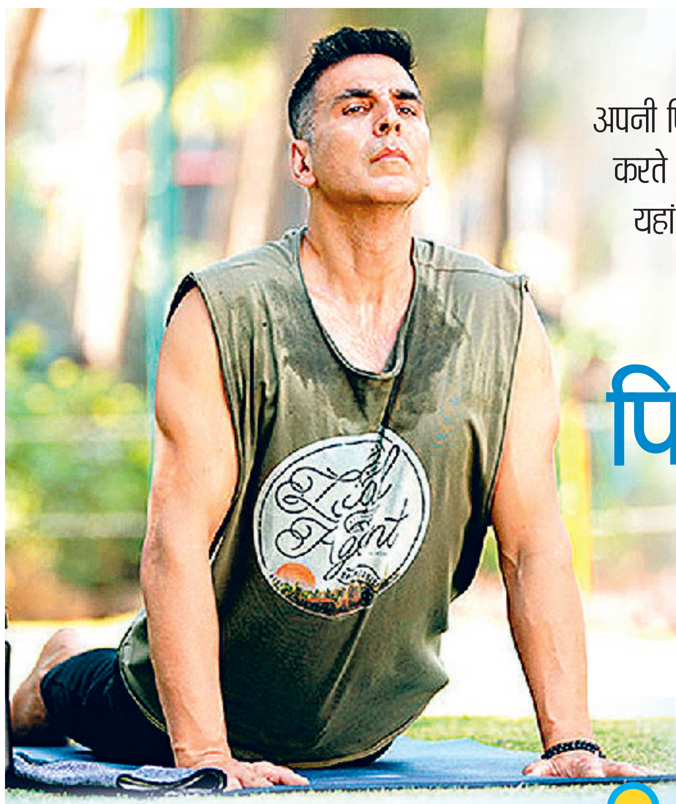
मेरी इंद्रियों का पूरी तरह सैन्यीकरण हो चुका है। कल दोपहर किचन में दाल पक रही थी। जैसे ही कुकर की सीटी बजी, मैं डाइनिंग टेबल के नीचे दुबक गया। मुझे लगा ईरान ने इजराइल के चक्कर में मिसाइलें इधर ही दाग दी हैं और अब अगला सायरन साक्षात यमराज ही बजाएंगे। पत्नी ने तंज कसा, 'उठिए महाराज, यह कोई 'आयरन डोम' फेल होने की आवाज होने से रही, अरहर की दाल है, तीन सीटी में गलती है।' मगर उसे क्या पता कि जिसे वह दाल कहती है, मुझे उसमें बारूद की गंध आती है। शाम को पड़ोस का बच्चा छत पर पतंग उड़ा रहा था, नीले आसमान में वह लाल पतंग मुझे साक्षात किलर-ड्रोन नजर आई। मैं वहीं बालकनी में लेट गया और रेंगते हुए अंदर आया। मुझे पूरा यकीन था कि यह पतंग महज कागज का टुकड़ा होने के बजाय मोसाद द्वारा भेजा गया कोई सर्वेक्षण यान है, जो मेरी फटी हुई बनियान की जासूसी कर रहा है।

एआई इमेज

फेसबुक खोलता हूं तो लगता है कि देश का हर वह व्यक्ति, जिसके पास डेढ़ जीबी का डेटा पैक है, वह व्हाइट हाउस का मुख्य सलाहकार बना बैठा है। जिस आदमी को यह पता तक है कि पड़ोस की गली में नाली क्यों जाम है, वह भी फेसबुक पर दुनिया का नक्शा लेकर समझा रहा है कि ईरान को मिसाइलें किस एंगल से छोड़नी चाहिए थीं। हमारे मित्र वर्मा जी, जो मोहल्ले की क्रिकेट टीम में 'एक्स्ट्रा' खिलाड़ी बनने के लायक भी नहीं समझे जाते, फेसबुक पर चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ बने घूम रहे हैं। उन्होंने पोस्ट डाली है- 'अगर मैं नेतन्याहू की जगह होता, तो अब तक बटन दबा चुका होता।' नीचे उनके साढ़ू ने कमेंट किया है, 'भाई साहब, पहले सुबह मोटर चलाकर पानी तो भर लिया कीजिए, भाभी चिल्ला रही हैं।' न्यूज चैनलों पर बैठने वाले रक्षा विशेषज्ञ तो और भी अद्भुत हैं। वे ऐसे चहकते हैं जैसे युद्ध के बजाय गांव का मेला चल रहा हो। एक रिटायर्ड सैन्य अधिकारी ने पेन उठाकर नक्शे पर ऐसी लकीर खींची जैसे वे स्कूल में बच्चों को 'क' से कबूतर सिखा रहे हों। उन्होंने कहा, 'देखिए, यहां से मिसाइल जाएगी और सीधे किचन में गिरेगी।' मैंने डर के मारे चाय का कप नीचे रख दिया, कहीं मिसाइल मेरी चाय में ही लैंड न कर जाए।

ऑफिस से घर लौटकर चैन की उम्मीद थी, मगर वहां द्विपक्षीय वार्ता पहले ही विफल हो चुकी थी। पत्नी ने पूछा, 'सब्जी लाए?' मैंने कहा, 'युद्ध के कारण वैश्विक बाजारों में उतार-चढ़ाव है, टमाटर की कीमतों ने बैलिस्टिक मिसाइल की गति पकड़ ली है।' पत्नी का पारा सातवें आसमान पर पहुंच गया। उसने जो 'वाक-युद्ध' शुरू किया, उसके सामने न्यूज चैनल के एंकर भी पानी भरें। उसने कहा, 'ये जो चौबीस घंटे टीवी देखते हो, इससे दिमाग का सॉफ्टवेयर करप्ट हो गया है। घर में गृहयुद्ध की स्थिति है और तुम्हें ईरान-इजराइल की चिंता है।' झगड़ा बढ़ा तो उसने बेलन हाथ में उठा लिया। उस क्षण मुझे अहसास हुआ कि असली हाइपरसोनिक वेपन तो यही है। मैंने तुरंत युद्धविराम की घोषणा कर दी। बिना शर्त माफी मांगना ही सबसे सुरक्षित डिफेंस सिस्टम है।

रात को जब टीवी बंद करता हूं और सन्नाटा छाता है, तो दिल के किसी कोने में एक सिहरन दौड़ जाती है। टीवी के पर्दे पर जो आग दिखती है, वह दूर किसी के घर को सचमुच राख कर रही होती है। आसमान में उड़ती पतंग जब ड्रोन लगने लगे और कुकर की सीटी सायरन बन जाए, तो समझ लेना चाहिए कि युद्ध केवल सीमाओं पर लड़े जाने के बजाय हमारे दिमागों के भीतर घुसकर बमबारी कर रहा है। हम सब एक ऐसे 'वॉर जोन' में जी रहे हैं, जहां शांति एक ब्रेकिंग न्यूज बनकर रह गई है और हमारी संवेदनाएं कहीं मलबे में दबी पड़ी हैं। मिसाइल शायद मेरे घर पर गिरने से रही, मगर उस डर की मिसाइल ने मेरे सुकून को तो जख्मी कर ही दिया है। टीवी का रिमोट हाथ में है, पर जीवन का कंट्रोल शायद उन लोगों के हाथ में है, जो युद्ध की कमेंट्री बेचकर अपना घर चला रहे हैं। *



सेलेब्स लाइफस्टाइल / दिव्यज्योति 'नंदन'

अपनी फिजिकल और मेंटल फिटनेस के लिए कई बॉलीवुड सेलिब्रिटीज योग का अभ्यास करते हैं। अच्छी बात यह है कि उनसे इंस्पायर होकर उनके फैंस भी योगा करते हैं। यहां बता रहे हैं, कुछ योगा लवर स्टार्स और उनके फेवरेट योगासनों के बारे में।

इन बॉलीवुड सेलिब्रिटीज की फिटनेस का राज है योग

अक्षय कुमार योग बनाता है मजबूत-ऊर्जावान

अक्षय कुमार को बॉलीवुड का सबसे अनुशासित और फिट अभिनेता माना जाता है। वह सुबह 4 बजे उठते हैं, रात में 9 बजे तक सो जाते हैं। अक्षय सुबह उठकर जॉगिंग करने के बाद अष्टांग योग, सूर्य नमस्कार, प्राणायाम और ध्यान नियमित रूप से करते हैं। उनका मानना है कि योग शरीर को भीतर से मजबूत बनाता है और उम्र बढ़ने के बावजूद ऊर्जा बनाए रखता है। उनकी फुर्ती का सबसे बड़ा कारण योग अभ्यास ही है। वह जिन योगासनों को खासतौर से करते हैं, उनमें भुजंगासन, वृक्षासन और अनुलोम-विलोम प्राणायाम शामिल हैं। *

शिल्पा शेट्टी योग रखे फिजिकली-मेंटली फिट

बॉलीवुड और नए जमाने की महिलाओं में योग को लोकप्रिय बनाने में शिल्पा शेट्टी का बड़ा योगदान है। शिल्पा शेट्टी अपनी योग गतिविधियों की सीडी और डीवीडी बनाया करती थीं। अब वे सोशल मीडिया के जरिए अपने फैंस को योगा के लिए इंस्पायर करती हैं। आज भी पूरी तरह से फिट शिल्पा शेट्टी आमतौर पर हठ योग, पावर योग और फ्लैक्सिबिलिटी बेस्ड आसनों पर विशेष ध्यान देती हैं। शिल्पा शेट्टी जिन योगासनों को नियमित तौर पर करना पसंद करती हैं, उनमें शीर्षासन, नौकासन, धनुरासन और त्रिकोणासन शामिल हैं। शिल्पा शेट्टी का मानना है कि योग केवल आपको शारीरिक रूप से ही फिट नहीं रखता बल्कि मानसिक तौर पर भी स्वस्थ बनाता है। *

मलाइका अरोड़ा संतुलन बनाने में सहायक योग

50 साल की उम्र पार करने के बाद भी मलाइका अरोड़ा की फिटनेस चर्चा का विषय रहती है। मलाइका नियमित रूप से हठ योग, अष्टांग योग और पावर योग करती हैं। मलाइका अरोड़ा को जो आसन खास तौर पर पसंद हैं, उनमें शीर्षासन, चक्रासन और सूर्य नमस्कार शामिल हैं। मलाइका का मानना है कि योगासन सिर्फ बॉडी को शेप ही नहीं देते बल्कि आपको अनुशासित भी करते हैं। इससे शरीर को संतुलित बनाए रखने में मदद मिलती है। *

करीना कपूर गर्भावस्था में बताई योग की महत्ता

करीना कपूर अपनी गर्भावस्था के दौरान नियमित रूप से योग करती थीं और योग करते हुए उनके वीडियोज सोशल मीडिया में खूब वायरल होते थे। यही कारण है कि उनकी प्रेरणा से अनेक युवतियों ने गर्भावस्था में भी योग करना शुरू किया। करीना कपूर योग के जरिए पोस्ट डिलीवरी फिटनेस आइकन बनीं। वे मुख्य रूप से प्रीनेटल योग, पिलेट्स योग, मिक्स योग और ध्यान करती हैं। उनका कहना है कि योग की वजह से पोस्ट डिलीवरी टाइम में जल्द से जल्द रिकवर करने और अपना बेहतर स्टेमिना पाने में वह सफल रही हैं। करीना कपूर जिन आसनों को खासतौर पर करना पसंद करती हैं, उनमें बृहदकोण आसन, ताड़ासन, सुखासन और कुछ प्राणायाम हैं। *

टाइगर श्रॉफ मार्शल आर्ट्स के साथ योगाभ्यास

सबसे लचीली और चुस्त-दुरुस्त बॉडी वाले नई पीढ़ी के एक्टर्स में टाइगर श्रॉफ भी शामिल हैं। अपनी जबर्दस्त एथलेटिक बॉडी की वजह से टाइगर बहुत से युवाओं के फिटनेस आइकन हैं। टाइगर श्रॉफ वास्तव में मार्शल आर्ट्स और योग के मिश्रण का अभ्यास अपनी फिटनेस के लिए करते हैं। टाइगर मूलतः स्ट्रेचिंग आधारित आसनों पर जोर देते हैं ताकि उनका शरीर न केवल लचीला बना रहे बल्कि फिल्म की शूटिंग के दौरान लगने वाली चोटों से भी सुरक्षित रहे। टाइगर जो आसन करना पसंद करते हैं, उनमें हनुमान आसन, अधोमुख श्वानासन, वृक्षासन और प्राणायाम प्रमुख हैं। *

अनोखे ढंग से बनाई जाती हैं ये सबसे महंगी कॉफियां

रोचक
रजनी अरोड़ा

कॉफी तो आप अकसर पीते ही होंगे। लेकिन क्या आप जानते हैं कि कॉफी की कुछ वैरायटीज की कीमत हजारों रुपए किलो तक होती है? अगर आप भी कॉफी-लवर हैं, तो दुनिया की इन चुनिंदा महंगी कॉफियों के बारे में जरूर जानना चाहेंगे।

इसमें कोई दो राय नहीं कि जब सुस्ती या थकान महसूस हो रही हो तब एक कप गर्मा-गर्म कॉफी एनर्जी-बूस्टर का काम करती है। आज दुनिया भर में कॉफी की ढेरों वैरायटीज उपलब्ध हैं। कई अलग-अलग तरीकों से तैयार की जाने वाली इन कॉफियों के स्वाद ही नहीं, कीमतों में भी विविधता देखने को मिलती है। कॉफी की कुछ वैरायटीज की कीमत तो आसमान छूती है, फिर भी कॉफी-लवर इन्हें बड़े चाव से पीते हैं। दरअसल, इन कॉफी को बेशकीमती बनाती हैं इनकी प्रोसेसिंग यानी बनाने के अजीबो-गरीब तरीके। इनमें से कुछ के बारे में जानिए।

कोपी लुवाक या सिवेट कॉफी: इंडोनेशिया की पहचान है यह कॉफी। इस कॉफी को एशियन पाम सिवेट यानी लुवाक बिल्ली को खिलाकर प्रोसेस किया जाता है। सिवेट को पूरी तरह पकी हुई और मीठी कॉफी बींस खिलाए जाते हैं। उसकी आंतों के पाचक

एंजाइम्स, बींस के गूदे को पचा लेते हैं और बीजों को फर्मेंट करके उनकी कड़वाहट कम कर देते हैं। बीज डाइजेस्ट न हो पाने के कारण मल के जरिए बाहर निकल जाते हैं। फिर इन बीजों को साफ कर सुखाया जाता है। फिर रोस्ट कर कॉफी बनाई जाती है। सिवेट कॉफी, कैरेमल और चॉकलेट फ्लेवर की होती है। यह कॉफी करीब एक लाख रुपए प्रति किलो कीमत में बिकती है।

फिंका एल इंजेर्तो: ग्वाटेमाला में मिलने वाली यह कॉफी अपनी प्रीमियम क्वालिटी के लिए मशहूर है। इसके लिए पीबेरी कॉफी बींस का उपयोग किया जाता है, जिसकी खेती बहुत सीमित मात्रा में होती है। बींस को नियंत्रित फर्मेंटेशन और प्राकृतिक रूप से धूप में सुखाया जाता है। छोटे-छोटे बैच में हल्का रोस्ट कर कॉफी तैयार की जाती है। फूलों जैसी सुगंध और वाइन सरीखे स्वाद वाली यह कॉफी लग्जरी कॉफी कॉम्पिटिशन में कई बार हाई रैंक पा चुकी है। यह कॉफी करीब 90 हजार रुपए प्रति किलो में बिकती है।

ब्लैक आइवरी: थाइलैंड में मशहूर इस कॉफी को बनाने के लिए हाथियों की मदद ली जाती है। हाथी पकी हुई अरेबिका कॉफी बींस खाते हैं, जिन्हें वे पाचन क्रिया

धीमी होने की वजह से ठीक तरह से पचा नहीं पाते। उनके मल से बीजों को इकट्ठा करके कॉफी बनाई जाती है। यह कॉफी चॉकलेटी हल्की मिठास लिए होती है और इसमें कड़वाहट न के बराबर होती है। ब्लैक आइवरी कॉफी की कीमत करीब 80 हजार रुपए प्रति किलो होती है।

सेंट हेलेना: यह कॉफी अटलांटिक महासागर के मध्य में बसे सेंट हेलेना नामक छोटे-से द्वीप में उगाई जाती है। यह कॉफी दुर्लभ हरे बॉर्बन बीजों को प्राकृतिक तौर पर

पर हवा में सुखाकर और हल्का रोस्ट करके बनाई जाती है। इस कॉफी का स्वाद हल्का खट्टा, मसालेदार और वाइन जैसा होता है। सदियों पहले इटली के राजा नेपोलियन के समय में भी इसके प्रमाण मिलते हैं। आज इसकी कीमत करीब 70 हजार रुपए प्रति किलो है। *

अब क्यों नहीं दिखती फुदकती-चहकती गौरैया

चिंता
के.पी. सिंह

साल 2010 में भारत के पर्यावरण कार्यकर्ता मोहम्मद दिलावर और उनकी संस्था 'नेचर फॉर एवर सोसायटी' ने जब यह देखा कि देश में पाई जाने वाली घरेलू चिड़िया यानी गौरैया तेजी से कम हो रही है, तो उन्होंने दुनिया के पर्यावरण विशेषज्ञों का ध्यान इस ओर खींचने के लिए 20 मार्च 2010 को गौरैया दिवस मनाने की घोषणा की। बाद में उनकी पहल को पर्यावरण और पारिस्थितिकी विशेषज्ञों द्वारा सराहा गया। फ्रांस की वन्यजीव संस्था 'ईको-से-फाउंडेशन' ने भी बढ़-चढ़कर सहयोग दिया। तब से 20 मार्च को विश्व गौरैया दिवस दुनिया के 50 से ज्यादा देशों में मनाया जाता है।

पर्यावरण के लिए चिंताजनक: वास्तव में गौरैया एक इंडीकेटर स्पेसीज है। इंडीकेटर स्पेसीज उन जंतु प्रजातियों को कहते हैं, जिनके कम होने या संकटग्रस्त होने का मतलब होता है कि इंसानों की दुनिया में भी संकट आने वाला है। गौरैया की संख्या का घटना गंभीर पर्यावरण-पारिस्थितिकी की निशानी होती है। गौरैया, इंसानी समाज के लिए विशेषकर कृषि आधारित समाजों के लिए इसलिए बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि उसका बेसिक यानी बुनियादी भोजन कीट है। जब गौरैया की संख्या अच्छी खासी होती है, तो खेती में लगने वाले कीटों की समस्या नहीं रहती। क्योंकि गौरैया कृषि वातावरण से सारे कीटों को चट कर जाती है।

संख्या में हुई भारी कमी: विशेषज्ञों के अध्ययन से पता लगा कि भारत के शहरी क्षेत्रों में गौरैया की संख्या में 60 से 80 फीसदी तक की कमी हो गई है। सबसे ज्यादा यह कमी दिल्ली, बेंगलुरु और मुंबई में देखने को मिली। इसी कारण साल 2012 में दिल्ली सरकार ने गौरैया को राज्य पक्षी घोषित किया। जहां तक इनकी संख्या में लगातार कमी होने की वजहों का सवाल है तो पिछली सदी के 80 और 90 के दशक तथा इस सदी के शुरुआती दशकों में जिस तरह से भारत में शहरीकरण का विस्तार हुआ है और कंक्रीट के जंगल बढ़े हैं, उसके चलते गौरैया के आवास की सबसे बड़ी समस्या उठ खड़ी हुई है। इसके बाद हाल के दशकों में बेशुमार मोबाइल टावर से निकलने वाली विकिरणों को भी गौरैया की संख्या में कमी का कारण माना जा रहा है। हालांकि इस संबंध में वैज्ञानिक रूप से पुष्टि नहीं हुई है। इनके अलावा बढ़ता प्रदूषण, कीटनाशकों का अधिक इस्तेमाल भी इनकी घटती संख्या के लिए जिम्मेदार हैं।

लोगों में बढ़ी सजगता: जब से गौरैया दिवस मनाया जाना शुरू हुआ है, आम शहरी लोग गौरैया के महत्व को समझने लगे हैं और उसके संरक्षण के लिए जो कुछ हो सकता है, करने का प्रयास भी करने लगे हैं। आप भी अपनी बालकनी या छत पर कटोरी में अनाज के दाने और पानी की प्याली रख सकते हैं। गार्डन में झुरमुट वाले पौधे लगा सकते हैं। *

प्रकृति का अनमोल खजाना वन

जागरूकता
अंजू जैन

हमें जीवनदायी ऑक्सीजन और अनेक उपयोगी वस्तुएं प्रदान करने वाले वन, किसी अनमोल खजाने से कम नहीं हैं। इसलिए हमें इनके संरक्षण के प्रयास करने चाहिए।

आपने क्या कभी सोचा है, अगर जंगल न होते तो हमारी दुनिया कैसी होती? जंगल सिर्फ पेड़ों का समूह भर नहीं होते हैं, बल्कि वे धरती के 'फेफड़े' जैसे होते हैं, जो हमें सांस लेने के लिए स्वच्छ हवा देते हैं। वनों के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से ही हर साल 21 मार्च को अंतरराष्ट्रीय वन दिवस मनाया जाता है। इस वर्ष के लिए इस विशेष दिन की थीम 'वन और अर्थव्यवस्थाएं' निश्चित की गई है।

वन दिवस की शुरुआत: पिछली सदी में विश्व वन दिवस की शुरुआत का विचार आया। सबसे पहले वर्ष 1971 में यूरोपीय कृषि संघ की बैठक में इसे मनाने का विचार पेश किया गया था। बाद में 28 नवंबर 2012 को संयुक्त राष्ट्र महासभा ने एक प्रस्ताव पारित किया और हर साल 21 मार्च को आधिकारिक रूप से वन दिवस मनाने की घोषणा की। पहला अंतरराष्ट्रीय वन दिवस 21 मार्च 2013 को मनाया गया था।

इस वर्ष की थीम: इस वर्ष वन दिवस की थीम 'वन और अर्थव्यवस्थाएं', अर्थव्यवस्था में वनों के योगदान को रेखांकित करती है। जंगल न केवल पर्यावरण के लिए जरूरी हैं, बल्कि वे हमारे देश और दुनिया की अर्थव्यवस्था चलाने में भी बहुत मदद करते हैं। दुनिया भर में लाखों लोग वनों से जुड़े कामों, जैसे वन प्रबंधन, पर्यटन और शोध के जरिए अपनी आजीविका कमाते हैं। हमें जंगलों से लकड़ी, कागज, गोंद, फल और औषधियां मिलती हैं, जिन्हें बेचकर बड़ी संख्या में लोग अपना जीवनयापन करते हैं। जंगल का ईकोसिस्टम, जीव जंतु मिट्टी को उपजाऊ बनाए रखता है और वर्षा लाने में मदद करता है, जिससे हमारी खेती अच्छी होती है। इससे खाद्य पदार्थों की आपूर्ति तो होती ही है, कृषि अर्थव्यवस्था को भी बल मिलता है।

हम सभी के लिए आवश्यक: जंगल में लगे घने पेड़-पौधों का संजाल बाढ़ और सूखे जैसी प्राकृतिक आपदाओं से हमारी रक्षा करता है। अनगिनत पशु-पक्षी और कीड़े-मकोड़े जंगलों में ही रहते हैं। ये पशु-पक्षी, पृथ्वी और मानव समाज के लिए बेहद जरूरी और उपयोगी हैं। पेड़ धरती को ठंडा रखने में मदद करते हैं और ग्लोबल वार्मिंग को कम करते हैं।

हम समझें अपना दायित्व: हम सभी की लापरवाही और स्वार्थी स्वभाव के कारण विकास के नाम पर विनाश हो रहा है और जंगलों की बेतहाशा कटाई हो रही है। यह स्थिति हमारी पृथ्वी के लिए खतरनाक है। ऐसे में हम सभी छोटे-छोटे प्रयासों से भी जंगलों को बचाने में मदद कर सकते हैं। जैसे- आपको पता है कि कागज पेड़ों से बनता है, इसलिए इसे बर्बाद न करें। हमें अधिक से अधिक पेड़ लगाने का प्रयास करना चाहिए। अपने जन्मदिन या किसी खास मौके पर कम से कम एक पौधा जरूर लगाएं। बच्चों को भी ऐसा करने के लिए प्रेरित करें। वन और पर्यावरण संरक्षण के प्रति अपने मित्र, रिश्तेदारों और परिचितों को जागरूक करें। उन्हें बताएं कि जंगल हमारे लिए कितने कीमती हैं। याद रखिए, जब जंगल सुरक्षित रहेंगे, तभी हमारा भविष्य भी सुरक्षित और समृद्ध रहेगा। *

आपको रोमांच से भर देगा रिवर्स वाटरफॉल का नजारा

पर्यटन स्थल
समीर चौधरी

किसी पहाड़ की ऊंचाई से गिरता हुआ झरना बहुत ही मनोरम लगता है। लेकिन अगर आप उल्टे झरने का नजारा देखना चाहते हैं तो मानसून के दौरान महाराष्ट्र के कुछ खास स्थलों की यात्रा कर सकते हैं।

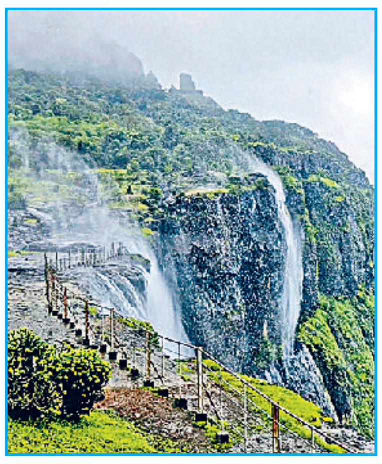
आपने पहाड़ों की ऊंचाई से गिरने वाला वाटरफॉल यानी झरना तो जरूर देखा होगा। लेकिन क्या आपने रिवर्स वाटरफॉल यानी झरने का पानी नीचे की बजाय ऊपर की तरफ जाते हुए देखा है? अगर नहीं तो मानसून के दौरान महाराष्ट्र के कुछ खास स्थलों की यात्रा कर सकते हैं। यहां आपको मंत्रमुग्ध करने वाला नजारा दिख जाएगा।

होता है अनोखा एहसास: रिवर्स झरना एक ऐसा नजारा है, जिसे देखकर लगता है कि एक नई दुनिया आपके सामने खुल गई है। महाराष्ट्र में रिवर्स वाटरफॉल की यह प्राकृतिक घटना, पर्यटकों को आश्चर्य में डाल देती है। इसमें पानी नीचे नहीं गिरता है बल्कि वापस उल्टा हवा में उड़ता है। पानी नीचे गिरने की बजाय हवा के बल से वापस आसमान की तरफ जाने लगता है, धुंध की तरह बिखरता हुआ। एक सामान्य झरना ऐसे दृश्य में बदल जाता है, जो तीव्र, अविश्वसनीय और लगभग जादुई-सा प्रतीत होती है। ऊपर की तरफ का यह नेचुरल स्प्रे, सिनेमाई नजारा उत्पन्न करता है और ऐसा प्रतीत होता है, जैसे प्रकृति गुरुत्वाकर्षण के नियमों को बदल रही है। इस अद्भुत नजारे के दीदार के साथ-साथ आस-पास की सुंदर जगहों की सैर और स्थानीय भोजन का स्वाद आपकी यात्रा को और यादगार बना देगा।

कुछ दिनों तक दिखता है: रिवर्स वाटरफॉल का यह अनोखा नजारा मानसून के कुछ खास दिनों में ही देखने को मिलता है, जब हवाएं शक्तिशाली होती हैं और पानी को नीचे की बजाय ऊपर की तरफ धकेलती हैं। यह रिवर्स वाटरफॉल अमूमन जून से अगस्त के बीच में देखने को मिलते हैं, जब मानसून की हवाएं सबसे शक्तिशाली होती हैं। अब आपको चार ऐसी जगहों के बारे में बताते हैं, जहां इस प्राकृतिक नजारे का अनुभव किया जा सकता है।

पश्चिमी घाट में स्थित नानेघाट: नानेघाट पास (नानेघाट दर्रा), जुन्नार के निकट पश्चिमी घाटों में स्थित है और मानसून के दिनों में रिवर्स वाटर फॉल का अदभुत नजारा प्रस्तुत करता है। नानेघाट से निकटतम रेलवे स्टेशन कल्याण जंक्शन है, जहां से आप टैक्सी या बस से जुन्नार जा सकते हैं और फिर नानेघाट की तरफ बढ़ सकते हैं। अगर सड़क की बात करें तो अनेक मार्गों से यह बहुत अच्छी तरह से जुड़ा हुआ है। पुणे से आप बस या कैब से जुन्नार पहुंच सकते हैं। यह दूरी लगभग 95 किमी. है। मुंबई से जाना चाहते हैं तो मुंबई-नासिक हाईवे (एनएच-3) या मुंबई-आगरा हाईवे (एनएच-61) पर सफर किया जा सकता है।

सघन घाटी में स्थित समराद गांव: गजब की सघन घाटी में समुद्र की सतह से 2000 फीट की ऊंचाई पर स्थित समराद गांव भी मानसून में उल्टे झरने का ऐसा अनुभव कराता है, जिसे कभी भुलाया नहीं जा सकता। इस गांव तक पहुंचने के लिए आप मुंबई या पुणे से सड़क मार्ग का उपयोग कर सकते हैं। दोनों जगहों से यह लगभग चार से पांच घंटे की ड्राइव के फासले पर है। पूरी सड़क यात्रा के दौरान भी सुंदर नजारों वाले दृश्य आप देख सकते हैं।



हरी-भरी पहाड़ियों में स्थित कवलशेत पॉइंट: कवलशेत पॉइंट, अंबोली की हरी-भरी पहाड़ियों में स्थित है, जो गहरी वादियों और अनेक छोटे-छोटे झरनों से घिरा हुआ है। यह पॉइंट मानसून के दौरान विशेष रूप से जादुई बन जाता है, जब तेज हवाएं नीचे गिरते पानी को ऊपर उठाने लगती हैं। कवलशेत पॉइंट पहुंचने के लिए मुंबई-गोवा हाईवे पर सावंत वादी की तरफ यात्रा करें। वहां से अंबोली की तरफ चलना होगा, जोकि लगभग 30 किमी. की दूरी पर स्थित है। अंबोली टाउन से कवलशेत पॉइंट पास में ही है।

हनुमान जी की जन्मस्थली अंजनेरी: नासिक से मात्र 20 किमी. की दूरी पर स्थित अंजनेरी में भी रिवर्स वाटरफॉल का शानदार नजारा देखने को मिलता है। अंजनेरी का बहुत अधिक धार्मिक व ऐतिहासिक महत्व भी है क्योंकि मान्यता है कि यह भगवान श्री हनुमान जी की जन्मस्थली है और इस जगह का नाम उनकी मां अंजनी के नाम पर पड़ा है।

अंजनेरी पहुंचने के लिए यहां से निकटतम रेलवे स्टेशन नासिक है, जहां से इस गांव के लिए टैक्सी ले सकते हैं। अगर सड़क से जाना है तो कैब या बस से नासिक रोड से त्र्यंबकेश्वर की तरफ चलें और फिर त्र्यंबकेश्वर-अंजनेरी सड़क पर यात्रा करनी होगी। *

इन बातों का रखें ध्यान

अगर कुछ महीने बाद आने वाले मानसून के दौरान आप रिवर्स वाटरफॉल देखने प्लानिंग बना रहे हैं तो कुछ बातों का अवश्य ध्यान रखें-

- उचित प्रकार के जूते-कपड़े लेकर जाएं क्योंकि मानसून में यहां के रास्ते फिसलन भरे हो सकते हैं।
- निर्धारित रूट पर ही यात्रा करें। जाने से पूर्व मौसम की जानकारी हासिल कर लें।
- अपने साथ पीने का पानी, सूखे स्नैक्स और बेसिक फर्स्ट एड किट रखें।
- स्थानीय गाइड की मदद ले सकते हैं। वे सही जानकारी देंगे और सुरक्षित अनुभव सुनिश्चित करेंगे।