

खबर संक्षेप

नाली में कचरा डालने के विवाद में युवक पर हमला
गोहाना। गांव महमूदपुर में नाली में कचरा डालने को लेकर हुए विवाद में एक युवक पर हमला कर घायल कर दिया गया। सदर थाना पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। तुषार ने पुलिस को बताया कि पड़ोसी जगबीर का परिवार उनके घर के बाहर बनी नाली में कचरा डालता है। गुरुवार को इसी बात को लेकर कहासुनी हुई थी, लेकिन बाद में मामला शांत हो गया। आरोप है कि शुक्रवार शाम जब वह घर के बाहर से गुजर रहा था, तब आरोपितों ने रास्ता रोककर हमला कर दिया। एक युवक ने कस्सी से उसके कंधे के पास वार किया। शोर सुनकर ग्रामीण मौके पर पहुंचे, जिसके बाद आरोपित जान से मारने की धमकी देकर फरार हो गए। घायल को अस्पताल में भर्ती कराया गया।

अवैध पिस्तौल और चार कारतूस सहित युवक काबू
गोहाना। जिले की एसटीएफ टीम ने गांव महमूदपुर के पास एक युवक को अवैध देशी पिस्तौल और चार कारतूस सहित गिरफ्तार किया है। आरोपित की पहचान नवीन उर्फ पटवारी निवासी महमूदपुर के रूप में हुई है। एसटीएफ टीम गोहाना-जींद रोड पर गश्त कर रही थी। इसी दौरान सूचना मिली कि एक युवक पावर हाउस के पास अवैध हथियार के साथ खड़ा है। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर युवक को काबू किया और तलाशी के दौरान उसके पास से अवैध हथियार बरामद किया। सदर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

रंजिश में दो पक्षों में झगड़ा, तीन घायल



गोहाना। थाना बरोदा क्षेत्र के गांव रिंढाना में पुरानी रंजिश को लेकर दो पक्षों में झगड़ा हो गया। मारपीट में पति-पत्नी और उनका बेटा घायल हो गए। पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। सतपाल ने पुलिस को बताया कि उसका बेटा मनदीप भैंस लेकर घर लौट रहा था। रास्ते में गांव के वजीर और समुंद्र ने गाली-गलौच शुरू कर दी, जिसके बाद विवाद बढ़ गया। आरोप है कि दूसरे पक्ष के लोगों ने मनदीप के साथ मारपीट की। बीच-बचाव करने पहुंचे सतपाल और उनकी पत्नी शीला को भी पीटा गया। घायल मनदीप को गंभीर हालत में खानपुर मेडिकल कॉलेज रेफर किया गया। आरोप है कि अगले दिन आरोपित लाठी-डंडों के साथ घर में घुस आए और दोबारा हमला किया। मामले के जांच अधिकारी ने बताया कि जल्द आरोपियों को गिरफ्तार कर पूछताछ की जाएगी।

नाबालिग की हालत गंभीर
प्राथमिक उपचार के बाद रोहतक पीजीआई रेफर

हरिभूमि न्यूज सोनीपत

बैंयापुर औद्योगिक क्षेत्र की एक फैक्ट्री में दिल दहला देने वाला हादसा सामने आया है, जहां औद्योगिक अपनी स्कूल की क्षेत्र में दिल परीक्षा फीस और दहला देने किताब-कॉपी का बाला हादसा खर्च जुटाने गया एक नाबालिग किशोर गंभीर रूप से घायल हो गया। फैक्ट्री में असुरक्षित तरीके से काम करवाए जाने के कारण किशोर की रीढ़ की हड्डी टूट गई, जिससे वह पूरी तरह से बिस्तर पर आ गया है। इस मामले में पीडित की शिकायत पर सदर थाना पुलिस ने फैक्ट्री मालिक के खिलाफ लापरवाही बरतने का मुकदमा दर्ज किया है। सदर थाना पुलिस को दी गई

भटगांव-लुहारी टिब्बा रोड पर वारदात बाइक सवार युवकों ने किया हमला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

शहर के भटगांव-लुहारी टिब्बा रोड पर युवक की गोलियां मारकर हत्या कर दी गई। युवक फैक्ट्री से घर जा रहा था। सदर थाना पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है। पुलिस परिजनों के बयान दर्ज कर कार्रवाई करेगी। गांव भटगांव के बिट्टू फैक्ट्री में नौकरी करते थे। वह शनिवार देर शाम फैक्ट्री से अपने घर की तरफ चले थे। जब वह गांव से पहले लुहारी टिब्बा रोड पर पहुंचे तो इसी दौरान बाइक पर सवार होकर आए दो युवकों ने उन पर हमला कर दिया। हमलावरों ने बिट्टू के हाथ और सिर में दो गोलियां मारी और बाइक पर बैठकर मौके से भाग गए।

वारदात से अफरातफरी

घटना के बाद आसपास के लोगों में अफरा-तफरी मच गई। सूचना मिलते ही परिजन मौके पर पहुंचे और घायल युवक को तुरंत खानपुर स्थित भगत फूल सिंह महिला मेडिकल कालेज के अस्पताल लेकर गए। वहां उपचार के दौरान युवक ने दम तोड़ दिया। युवक की मौत की सूचना मिलते ही परिवार में मातम पसर गया। परिजनों का रोकर बुरा हाल है।

पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने से गिरा पारा सुबह छाए रहे बादल, दोपहर को गर्मी ने फिर दिखाया प्रचंड रूप

स्कूलों में ग्रीष्मकालीन अवकाश की घोषणा, खिलखिलाते चेहरे लेकर स्कूलों से लौटे विद्यार्थी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

काफी दिनों से भीषण गर्मी की मार झेल रहे जिलावासियों के लिए शनिवार का दिन थोड़ा राहत भरा रहा। तापमान में 4 डिग्री की गिरावट से लोगों को प्रचंड गर्मी व लू के थपड़ों से थोड़ी राहत मिली। मौसम विशेषज्ञों के अनुसार कमजोर पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होने से शनिवार को पश्चिमी पंजाब के ऊपर बादलों के समूह बन गए। ऐसे में पश्चिमी हरियाणा, उत्तर-पूर्वी राजस्थान और हरियाणा एनसीआर दिल्ली के कुछ हिस्सों में सुबह के समय तेज हवाओं के साथ हल्की बूंदाबांदी भी हुई। सोनीपत में भी आंशिक रूप से बादल छाने व तेज हवाएं चलने से कुछ घंटों के लिए तापमान में हल्की गिरावट दर्ज की गई। वहीं गर्मी के चलते बिजली के अघोषित कटों का दौर जारी है। बिजली की खपत लगातार बढ़ती जा रही है। जिले में शनिवार को दिन का अधिकतम तापमान 40 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया, वहीं न्यूनतम तापमान शुक्रवार की अपेक्षा एक डिग्री कम 26 डिग्री रहा। सुबह के समय कुछ घंटों के लिए सक्रिय हुए पश्चिमी विक्षोभ के चलते आंशिक रूप से बादल छाए रहे। साथ ही तेज हवाएं चलने से अधिकतम व न्यूनतम तापमान में हल्की गिरावट दर्ज की गई। दोपहर होते-होते प्रचंड गर्मी दोबारा अपने चरम पर पहुंच गई। मौसम विशेषज्ञों की माना तो आगामी दिनों में तापमान बढ़ोतरी के साथ 46 डिग्री तक पहुंचने व गर्मी बढ़ने की संभावना बनी हुई है, लू का दौर भी जारी रहेगा।

फैक्ट्री में किशोर पर गिरी 600 किलो की मशीन, रीढ़ की हड्डी टूटी



शिकायत के अनुसार, बैंयापुर स्थित फैक्ट्री के मालिक ने नियमों को ताक पर रखकर नाबालिग किशोर को करीब 600 किलोग्राम वजनी भारी-भरकम मशीन को उतारने के लिए खिचम भर काम में लगा दिया। कार्यस्थल पर सुरक्षा के कोई पुख्ता इंतजाम नहीं थे, जिसके कारण

फैक्ट्री से लौट रहे युवक की गोली मारकर हत्या

गोली लगते ही बिट्टू सड़क पर गिर पड़ा। सूचना मिलने पर पहुंचे परिजन उसे तुरंत अस्पताल लेकर गए



मामले की जानकारी मिलने के बाद सदर थाना प्रभारी उमेश कुमार व जांच अधिकारी नरेश मलिक मौके पर पहुंचे और वारदात स्थल का निरीक्षण किया। प्रारंभिक जांच में सामने आया है कि हमलावर बाइक पर सवार होकर आए थे और वारदात को अंजाम देने के बाद मौके से भाग गए। पुलिस वारदात स्थल के पास लगे सीसीटीवी खंगाल रही है।

वारदात के बाद आरोपी फरार

मामले की जानकारी मिलने के बाद सदर थाना प्रभारी उमेश कुमार व जांच अधिकारी नरेश मलिक मौके पर पहुंचे और वारदात स्थल का निरीक्षण किया। प्रारंभिक जांच में सामने आया है कि हमलावर बाइक पर सवार होकर आए थे और वारदात को अंजाम देने के बाद मौके से भाग गए। पुलिस वारदात स्थल के पास लगे सीसीटीवी खंगाल रही है।

ट्रेन संख्या 64451 अब शाम 4:50 बजे दिल्ली से होगी रवाना

सोनीपत। उत्तर रेलवे मंडल ने पुरानी दिल्ली-पानीपत रूट पर चलने वाली ट्रेन संख्या 64451 पैसेंजर ट्रेन की समय सारिणी में बदलाव किया है। नई समय सारिणी शनिवार से लागू कर दी गई है। अब यह ट्रेन पुरानी दिल्ली स्टेशन से निर्धारित समय से 10 मिनट देरी से शाम 4:50 बजे रवाना होगी। नई समय सारिणी के अनुसार ट्रेन सोनीपत स्टेशन पर शाम 6:00 बजे पहुंचेगी और 6:01 बजे आगे रवाना होगी। वहीं पानीपत जंक्शन पर ट्रेन शाम 7:25 बजे पहुंचेगी। रेलवे अधिकारियों के अनुसार समय सारिणी में बदलाव यात्रियों को बेहतर सुविधा देने और ट्रेनों के संचालन को अधिक व्यवस्थित बनाने के उद्देश्य

गाड़ी से बैट्री चोरी करने का आरोपी गिरफ्तार

सोनीपत। थाना सिविल लाइन पुलिस ने गाड़ी से बैट्री चोरी करने के मामले में एक आरोपित को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपित की पहचान जीवन विहार निवासी योगेश के रूप में हुई है। पुलिस ने उसके कब्जे से चोरीशुदा बैटरी और वारदात में प्रयुक्त गाड़ी बरामद की है। पुलिस के अनुसार प्रेम नगर एटलस रोड निवासी वसीम अकरम ने शिकायत दी थी कि 18 मई को उसकी दुकान के सामने खड़ी गाड़ी से अज्ञात व्यक्ति बैटरी चोरी कर ले गया। घटना सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई थी। शिकायत के आधार पर थाना सिविल लाइन में मामला दर्ज कर जांच शुरू की गई। जांच अधिकारी उप निरीक्षक रविदास ने पुलिस टीम के साथ कार्रवाई करते हुए आरोपित योगेश को गिरफ्तार कर लिया।

क्रिकेट खेलते समय विवाद में युवक पर बैट से हमला, केस दर्ज

सोनीपत। गांव लिवसपुर में क्रिकेट खेलने के दौरान दो युवकों के बीच हुआ विवाद मारपीट में बदल गया। आरोप है कि कहासुनी के बाद एक युवक ने क्रिकेट बैट से हमला कर दूसरे युवक को घायल कर दिया। घायल को उपचार के लिए नागरिक अस्पताल में भर्ती कराया गया है। इंद्रा कॉलोनी निवासी दीपक ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह गांव के कुछ युवकों के साथ क्रिकेट खेल रहा था। इसी दौरान किसी बात को लेकर उसकी एक युवक से बहस हो गई। देखते ही देखते विवाद बढ़ गया और दोनों पक्षों में कहासुनी शुरू हो गई। दीपक का आरोप है कि विवाद के बाद जब वह घर लौट रहा था, तब आरोपी ने रास्ते में रोककर क्रिकेट बैट से उसके सिर पर हमला कर दिया। हमले में वह घायल हो गया। आरोप है कि आरोपी ने दोबारा वहां खेलने आने पर जान से मारने की धमकी भी दी।

पुरानी दिल्ली-पानीपत पैसेंजर ट्रेन की समय सारिणी बदली

नई समय सारिणी

स्टेशन	आगमन	प्रस्थान
दिल्ली जंक्शन	4.50	
सबजी मंडी	5.04	5.05
दिल्ली आजादपुर	5.11	5.12
आदर्श नगर दिल्ली	5.17	5.18
बादली	5.23	5.24
खेड़ा कलां	5.28	5.29
होलंखी कलां	5.33	5.34
नरला	5.40	5.41
राठवना	5.47	5.48
हरसाना कलां	5.53	5.54
सोनीपत	6.00	6.01
सादल कलां	6.08	6.09
राजलू गढ़ी	6.13	6.14
गन्वर	6.19	6.20
भोड़वाल माजरी	6.25	6.26
समालखा	6.32	6.33
दिवाना	6.39	6.40
पानीपत	7.25	

मालौट ब्रांच नहर को कंक्रीट से पक्का करने का विरोध

गोहाना। मालौट बांच नहर को नीचे व किनारों से कंक्रीट से पक्का करने के विरोध में किसानों का धरना शनिवार को भी जारी रहा। किसानों ने कहा कि यदि नहर को पूरी तरह पक्का किया गया तो क्षेत्र का भूजल स्तर गिर जाएगा और फसलों की सिंचाई को पर्याप्त पानी न रहने से वे बर्बाद हो जाएंगे। किसानों ने सरकार से मांग की कि नहर के नीचे के हिस्से को पहले की स्थिति में ही छोड़ा जाए। पूर्व मंत्री एवं गोहाना हलका के पूर्व विधायक जगबीर मलिक ने भी धरने पर बैठे किसानों से बातचीत करके उनकी समस्या जानी। मलिक ने कहा कि मालौट बांच नहर को पूरा पक्का किया गया तो भूजल स्तर पर असर जरूर पड़ेगा। यह मामला सीधे तौर पर किसानों से जुड़ा है।

सफाईकर्मी आंदोलन तेज करेंगे : टॉकी

खरखोदा। ग्रामीण सफाई कर्मचारियों की हड़ताल शनिवार को नौवें दिन में प्रवेश कर गई। ग्रामीण सफाई कर्मचारी झुलसाती गर्मी में ब्लॉक कार्यालय प्रांगण में हट चुके हैं। धरने की अध्यक्षता प्रधान रोहतास चंडालिया व मंच संचालन सचिव चांद ने किया। इनके सहयोग व समर्थन में आशा वर्कर्स की जिला सचिव पूनम, ब्लॉक प्रधान रेखा, सहयोगी सोनिया भी उपस्थित रही। जिला संयोजक राजेश कुमार टॉकी की माने तो खरखोदा के साथ साथ राई, गन्वर, सोनीपत, मुंडलाना ब्लॉक के सफाई कर्मचारियों ने नरवाना जाने की पूरी तैयारी कर ली है।

South Point GROUP OF EDUCATION (DELHI-NCR) SONEPAT 98120 20033, 98124 21919, 90344 72910

ADMISSIONS OPEN

SOUTH POINT INST. OF TECH. & MANAGEMENT B.Tech / LEET (CSE, ECE, MECHANICAL, CIVIL) Diploma / LEET (CSE, ECE, ELECT., MECH. CIVIL) BBA, BCA

SOUTH POINT COLLEGE OF LAW B.A. LL.B (Hons.), L.L.B. (Hons.), LL.M

SOUTH POINT DEGREE COLLEGE B.A., B.Sc. (Medical/ Non-Med.) B.Com

SOUTH POINT COLLEGE OF PHARMACY D.Pharm, B. Pharm / LEET, DMLT

SOUTH POINT COLLEGE OF NURSING B.Sc. (Nursing)

www.southpoint.net.in

DILBAG SAKHATRI Chairman

5 म्यूचुअल फंड्स ने बनाया निवेशकों का भरोसा मजबूत

बिजनेस डेस्क

शेयर बाजार में लगातार बढ़ती अस्थिरता के बीच निवेशकों के सामने सबसे बड़ी चुनौती सही म्यूचुअल फंड चुनने की होती है। आज बाजार में 1500 से ज्यादा म्यूचुअल फंड स्कीम मौजूद हैं और हर फंड खुद को सबसे बेहतर साबित करने की कोशिश करता है। ऐसे में केवल ज्यादा रिटर्न देखकर निवेश करना जोखिम भरा साबित हो सकता है। विशेषज्ञ मानते हैं कि किसी भी फंड का सही आकलन केवल रिटर्न से नहीं, बल्कि उसके "रिस्क एडजस्टेड रिटर्न" से किया जाना चाहिए। यानी ऐसा फंड जो जोखिम कम रखते हुए लगातार बेहतर प्रदर्शन करे। हाल ही में किए गए एक विस्तृत विश्लेषण में कई म्यूचुअल फंड स्कीमों को शार्प रेशियो, सॉर्टिनो रेशियो, स्टैंडर्ड डिविएशन और रोलिंग रिटर्न जैसे मानकों पर परखा गया। इस विश्लेषण में पांच फंड सबसे मजबूत विकल्प बनकर सामने आए।

एचडीएफसी फ्लेक्सी कैप फंड

सूची में पहला नाम एचडीएफसी फ्लेक्सी कैप फंड का है। यह फंड हाल ही में 1 लाख करोड़ रुपये से ज्यादा एसेट अंडर मैनेजमेंट (एएयूएम) पार करने वाला चुनिंदा फंड बना है। फंड ने पिछले कई वर्षों में लगातार मजबूत प्रदर्शन किया है। रोलिंग रिटर्न के आधार पर इसने तीन और पांच साल की अवधि में 19 प्रतिशत से ज्यादा रिटर्न देने की क्षमता दिखाई है। विशेषज्ञों के मुताबिक, इस फंड की सबसे बड़ी ताकत बाजार गिरने के दौरान नुकसान को सीमित रखना रही है। इसका शार्प रेशियो और सॉर्टिनो रेशियो भी श्रेणी के अन्य फंड्स से बेहतर रहा। फंड का बड़ा निवेश बैंकिंग, ऑटोमोबाइल, हेल्थकेयर और आईटी सेक्टर में है। एचडीएफसी बैंक, आईसीआईसीआई बैंक और एसबीआई जैसी कंपनियां इसकी प्रमुख होल्डिंग्स में शामिल हैं।

बंधन लार्ज एंड मिड कैप फंड

दूसरे स्थान पर बंधन लार्ज एंड मिड कैप फंड रहा। इस फंड ने पिछले 10 वर्षों में अपनी श्रेणी के ज्यादातर फंड्स से बेहतर प्रदर्शन किया है। तीन साल की रोलिंग अवधि में इस फंड ने औसतन 24 प्रतिशत से ज्यादा रिटर्न दिया, जबकि श्रेणी का औसत लगभग 18 प्रतिशत रहा। यह फंड लगातार बदलते बाजार के हिसाब से पोर्टफोलियो में बदलाव करता है और इसी रणनीति ने इसे मजबूत बनाया है। फंड का निवेश मुख्य रूप से फाइनेंशियल, सर्विसेज, एनर्जी और हेल्थकेयर सेक्टर में है।

निप्पोन इंडिया लार्ड कैप फंड

निप्पोन इंडिया लार्ड कैप फंड भी जोखिम और रिटर्न के संतुलन के मामले में मजबूत विकल्प माना गया। पिछले 10 वर्षों में किसी भी सात साल की अवधि में इस फंड ने औसतन 15 प्रतिशत से ज्यादा रोलिंग रिटर्न दिया। यह श्रेणी औसत और निफ्टी 100 दोनों से बेहतर रहा। विशेषज्ञों के अनुसार इसकी सबसे बड़ी ताकत स्थिर प्रदर्शन और मजबूत स्टॉक चयन है। लंबे समय से एक ही फंड मैनेजर के नेतृत्व में रहने का फायदा भी इसे मिला है। फंड की प्रमुख हिस्सेदारी बैंकिंग, एनर्जी, हेल्थकेयर और कंप्यूटर सेक्टर में है।

एचडीएफसी मिड कैप फंड एसआईपी

एचडीएफसी मिड कैप फंड लंबे समय से मिडकैप निवेशकों के बीच लोकप्रिय बना हुआ है। अगर किसी निवेशक ने 10 साल पहले हर महीने 10 हजार रुपये की एसआईपी शुरू की होती, तो आज उसका निवेश लगभग 35 लाख रुपये तक पहुंच चुका होता। फंड ने लंबे समय में करीब 20 प्रतिशत सालाना रिटर्न देने का रिकॉर्ड बनाया है। विशेषज्ञों का कहना है कि मिडकैप श्रेणी में अस्थिरता ज्यादा होती है, लेकिन इस फंड ने लगातार बेहतर संतुलन बनाए रखा। फंड का निवेश मुख्य रूप से फाइनेंशियल, हेल्थकेयर और ऑटोमोबाइल सेक्टर में फैला हुआ है।

इनवेस्को इंडिया स्मॉल कैप फंड

सूची में पांचवां नाम इनवेस्को इंडिया स्मॉल कैप फंड का रहा। स्मॉलकैप फंड्स को आमतौर पर ज्यादा जोखिम वाला माना जाता है, लेकिन इस फंड ने जोखिम के मुकाबले मजबूत रिटर्न दिया है। तीन साल की रोलिंग अवधि में इसने लगभग 26 प्रतिशत तक का रिटर्न दिया, जबकि पांच और सात साल की अवधि में भी प्रदर्शन मजबूत रहा। फंड का फोकस तेजी से बढ़ने वाली कंपनियों की पहचान कर शुरुआती दौर में निवेश करना है। इसकी प्रमुख हिस्सेदारी हेल्थकेयर, सर्विसेज, ऑटोमोबाइल और कंप्यूटर सेक्टर में है।

आखिर क्या होता है रिस्क एडजस्टेड रिटर्न

विशेषज्ञों के मुताबिक, केवल ज्यादा रिटर्न देने वाला फंड हमेशा बेहतर नहीं होता। अगर किसी फंड में उतार-चढ़ाव बहुत ज्यादा हो, तो वह निवेशकों के लिए जोखिम बढ़ा सकता है। रिस्क एडजस्टेड रिटर्न ऐसे फंड्स को पहचानने का तरीका है जो कम जोखिम के साथ स्थिर और भरोसेमंद रिटर्न देते हैं।

8 साल से ज्यादा निवेश में नुकसान की संभावना लगभग न के बराबर

सुझाव

बिजनेस डेस्क

शेयर बाजार में उतार-चढ़ाव हमेशा निवेशकों की चिंता बढ़ाता है। बाजार कभी तेजी से ऊपर जाता है तो कभी अचानक गिरावट निवेशकों का भरोसा डामगा देती है। खासकर छोटे निवेशक अक्सर इसी डर में रहते हैं कि कहीं उनकी मेहनत की कमाई बाजार की मंदी में डूब न जाए। लेकिन अब एक ईस्ट स्टडी ने यह साबित कर दिया है कि अगर निवेशक धैर्य बनाए रखें और लंबी अवधि तक एसआईपी (सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान) में निवेश जारी रखें, तो बाजार की वोलैटिलिटी भी उन्हें नुकसान नहीं पहुंचा पाती। हाल ही में सामने आई एक रिसर्च रिपोर्ट में कहा गया है कि इक्विटी एसआईपी में जितनी लंबी अवधि तक निवेश किया जाता है, नुकसान का खतरा उतना ही कम होता जाता है। यहां तक कि 8 साल या उससे अधिक समय तक लगातार निवेश करने वाले निवेशकों को किसी भी अवधि में नुकसान नहीं हुआ। यह रिपोर्ट उन लाखों निवेशकों के लिए बहुत भरी खबर है जो हर महीने म्यूचुअल फंड में एसआईपी के जरिए निवेश करते हैं।

15 साल की एसआईपी में रिटर्न ज्यादा स्थिर और भरोसेमंद

विशेषज्ञ बोले-कम से कम एक दशक तक रखें निवेश

बाजार में बढ़ी अनिश्चितता, निवेशकों की पहली पसंद बन रहे लिक्विड फंड

अप्रैल में लिक्विड फंड्स ने लगभग 5.5 से 6 प्रतिशत तक रिटर्न दिया

पूंजी सुरक्षित और जरूरत पड़ने पर आसानी से निकाला जा सकता है पैसा

शेयर बाजार में लगातार जारी उतार-चढ़ाव ने निवेशकों की चिंता बढ़ाई, रहना होगा अलर्ट

निवेश मंत्रा

बिजनेस डेस्क

विदेशी बाजारों में तनाव, वैश्विक आर्थिक मंदी की आशंकाएं और भू-राजनीतिक घटनाक्रम निवेशकों को जोखिम लेने से रोक रहे

वैश्विक तनाव, शेयर बाजार की अस्थिरता और आर्थिक अनिश्चितताओं के बीच निवेशकों का भरोसा अब सुरक्षित निवेश विकल्पों की ओर तेजी से बढ़ रहा है। यही वजह है कि अप्रैल 2026 में लिक्विड फंड्स में निवेश सात साल के सबसे ऊंचे स्तर पर पहुंच गया। निवेशक फिलहाल जोखिम से दूरी बनाकर ऐसे विकल्प चुन रहे हैं जहां पूंजी अपेक्षाकृत सुरक्षित रहे और जरूरत पड़ने पर पैसा आसानी से निकाला भी जा सके। म्यूचुअल फंड उद्योग से जुड़े संगठन एसोसिएशन ऑफ म्यूचुअल फंड्स इन इंडिया (एएमएफआई) के आंकड़ों के अनुसार अप्रैल 2026 में लिक्विड फंड्स में शुद्ध निवेश 1.65 लाख करोड़ रुपये तक पहुंच गया। पिछले वर्ष अप्रैल में यह आंकड़ा 1.19 लाख करोड़ रुपये था। यानी एक साल में लगभग 46 हजार करोड़ रुपये से अधिक की बढ़ोतरी दर्ज की गई। यह बीते कई वर्षों में सबसे बड़ा उछाल माना जा रहा है। विशेषज्ञों का कहना है कि शेयर बाजार में लगातार जारी उतार-चढ़ाव ने निवेशकों की चिंता बढ़ा दी है। विदेशी बाजारों में तनाव, वैश्विक आर्थिक मंदी की आशंकाएं और भू-राजनीतिक घटनाक्रम निवेशकों को ज्यादा जोखिम लेने से रोक रहे हैं। ऐसे माहौल में लोग अपने निवेश को सुरक्षित रखने के लिए लिक्विड फंड्स का सहारा ले रहे हैं।



बैंकिंग सिस्टम में बढ़ी नकदी बनी बड़ी वजह

विशेषज्ञों के अनुसार इस बढ़ोतरी के पीछे बैंकिंग सिस्टम में मौजूद अतिरिक्त नकदी भी अहम कारण रही। अप्रैल के दौरान बैंकिंग सिस्टम में अतिरिक्त नकदी 2 लाख करोड़ से 5.5 लाख करोड़ रुपये के बीच रही, जबकि पिछले साल यह आंकड़ा काफी कम था। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) की नीतियों और बाजार में पर्याप्त लिक्विडिटी बनाए रखने के प्रयासों का असर भी साफ दिखाई दिया। बैंकों और कंपनियों के पास अतिरिक्त नकदी रही, जिसे उन्होंने बेहतर रिटर्न और सुरक्षित पार्किंग के लिए लिक्विड फंड्स में निवेश किया।

कम जोखिम में बेहतर रिटर्न का आकर्षण

लिक्विड फंड्स में बढ़ती दिलचस्पी की एक और बड़ी वजह इनका अपेक्षित बेहतर रिटर्न रहा। अप्रैल में लिक्विड फंड्स ने लगभग 5.5 से 6 प्रतिशत तक का रिटर्न दिया, जबकि ओवरनाइट दरें लगभग 5 प्रतिशत के आसपास रहीं। इसके अलावा सर्टिफिकेट ऑफ डिपॉजिट (सीडी) की ब्याज दरें 6.5 प्रतिशत से 7.5 प्रतिशत तक पहुंचीं, जिसने निवेशकों को आकर्षित किया। ऐसे में कम जोखिम के साथ थोड़े बेहतर रिटर्न की तलाश कर रहे निवेशकों के लिए लिक्विड फंड्स एक बेहतर विकल्प बनकर उभरे। विशेषज्ञ मानते हैं कि जब शेयर बाजार में अस्थिरता बढ़ती है, तब निवेशक पूंजी बचाने को प्राथमिकता देते हैं। ऐसे समय में इक्विटी निवेश की तुलना में लिक्विड फंड्स ज्यादा सुरक्षित माने जाते हैं क्योंकि इनमें पैसा कम अवधि वाले डेट इंस्ट्रुमेंट्स में लगाया जाता है।

निवेश के ऑप्शन, जहां सुरक्षित रहेगा पूरा पैसा

तैयारी

बिजनेस डेस्क

आज के दौर में कमाई करना जितना कठिन हो गया है, उतना ही मुश्किल सही जगह निवेश करना भी हो गया है। शेयर बाजार, क्रिप्टो और हाई रिटर्न वाले कई विकल्प लोगों को आकर्षित जरूर करते हैं, लेकिन इनमें जोखिम भी काफी रहता है। ऐसे में ज्यादातर लोग ऐसी स्कीम चाहते हैं जहां पैसा सुरक्षित रहे और रिटर्न भी भरोसेमंद मिले। भारत में सरकार समर्थित कई निवेश योजनाएं हैं जो सुरक्षा, स्थिरता और टैक्स बचत तीनों का फायदा देती हैं। अगर आप भी गिना ज्यादा जोखिम उठाए अपने भविष्य को आर्थिक रूप से मजबूत बनाना चाहते हैं, तो ये कुछ निवेश विकल्प आपके लिए बेहद काम के साबित हो सकते हैं।

1. बैंक फिक्स्ड डिपॉजिट (एफडी)

भारतीय परिवारों में फिक्स्ड डिपॉजिट यानी एफडी सबसे लोकप्रिय निवेश विकल्पों में से एक है। इसमें एक तय अवधि के लिए पैसा जमा किया जाता है और बैंक पहले से निश्चित ब्याज देता है। एफडीकी सबसे बड़ी खासियत यह है कि बाजार के उतार-चढ़ाव का इस पर कोई असर नहीं पड़ता। निवेशकों को पहले दिन से ही पता होता है कि मैच्युरिटी पर कितनी रकम मिलेगी। 5 साल की टैक्स सेविंग एफडी पर आयकर की धारा 80सी के तहत 1.5 लाख रुपये तक की टैक्स छूट भी मिलती है। वहीं वरिष्ठ नागरिकों को सामान्य वाहकों की तुलना में अधिक ब्याज दर दी जाती है। यही वजह है कि सुरक्षित निवेश चाहने वालों के लिए एफडी आज भी पहली पसंद बनी हुई है।

2. पब्लिक प्रोविडेंट फंड

अगर आपका लक्ष्य बच्चों की पढ़ाई, शादी या रिटायरमेंट के लिए बड़ा फंड तैयार करना है, तो पीपीएफ शानदार विकल्प माना जाता है। यह सरकार समर्थित योजना है, इसलिए इसमें पैसा पूरी तरह सुरक्षित रहता है। पीपीएफ की अवधि 15 साल होती है, लेकिन जरूरत पड़ने पर इसे आगे भी बढ़ाया जा सकता है। इसकी सबसे खास बात यह है कि इसमें मिलने वाला ब्याज, निवेश और मैच्युरिटी राशि तीनों टैक्स फ्री होते हैं। लंबी अवधि में कंपाउंडिंग का फायदा मिलने से छोटी-छोटी बचत भी बड़ा फंड बन जाती है। यही कारण है कि इसे सबसे भरोसेमंद लॉन्ग टर्म निवेश योजनाओं में गिना जाता है।

3. नेशनल पेंशन सिस्टम (एनपीएस)

एनपीएसयानी नेशनल पेंशन सिस्टम एक बेहतर निवेश विकल्प है। इसे पेंशन फंड रेगुलेटरी एंड डेवलपमेंट ऑथरिटी (पीएफआरडीए) संचालित करती है। इस योजना में निवेश का एक हिस्सा सरकारी बॉन्ड और कॉर्पोरेट बॉन्ड में लगाया जाता है, जिससे जोखिम कम रहता है। एनपीएस में धारा 80सी के तहत टैक्स छूट मिलती ही है, साथ ही अतिरिक्त 50 हजार की अलग टैक्स छूट का लाभ भी मिलता है।

4. गोल्ड निवेश

भारत में सोना सिर्फ गहना नहीं, बल्कि सुरक्षित निवेश भी माना जाता है। हालांकि अब फिजिकल गोल्ड खरीदने के बजाय लोग एक्सजीबी और गोल्ड ईटीएफ जैसे विकल्पों की ओर बढ़ रहे हैं। सोने की कीमतें लंबे समय में आमतौर पर बढ़ती रही हैं, इसलिए इसे महानाई के खिलाफ मजबूत सुरक्षा माना जाता है। खास बात यह है कि एक्सजीबी में निवेश करने पर सरकार करीब 2.5 प्रतिशत सालाना ब्याज भी देती है। मैच्युरिटी पर टैक्स छूट का फायदा इसे और आकर्षक बनाता है। यही वजह है कि विशेषज्ञ निवेश पोर्टफोलियो में कुछ हिस्सा गोल्ड में रखने की सलाह देते हैं।

धैर्य रखने वालों को ही मिलता है बड़ा मुनाफा, बनाएं बेहतर रणनीति

लंबी अवधि की एसआईपी बनेगी बाजार की ढाल

युवाओं के लिए छोटी रकम से बड़ा फंड बनाने का आसान तरीका

दस साल तक निवेश बनाए रखें

एसआईपी का असली फायदा तभी मिलता है जब निवेशक लंबे समय तक निवेश बनाए रखें। उनका मानना है कि कम से कम 10 साल तक निवेश करना चाहिए ताकि बाजार के विभिन्न चक्रों का फायदा मिल सके।

समय के साथ बढ़ी रिटर्न की संभावना

स्टडी में यह भी सामने आया कि निवेश की अवधि बढ़ने के साथ 10 प्रतिशत से ज्यादा रिटर्न मिलने की संभावना भी तेजी से बढ़ती गई। 3 साल की एसआईपी में केवल 67 प्रतिशत मामलों में 10 प्रतिशत से ज्यादा रिटर्न मिला। 10 साल की एसआईपी में यह आंकड़ा 95 प्रतिशत तक पहुंच गया।12 से 15 साल की अवधि में 98 प्रतिशत निवेशकों को 10 प्रतिशत से ज्यादा का रिटर्न मिला। यानी निवेशक जितना अधिक समय तक बाजार में बने रहते हैं, उनके अच्छे रिटर्न पाने की संभावना उतनी ही मजबूत हो जाती है।

एसआईपी बंद करना बड़ी गलती

अक्सर देखा जाता है कि बाजार में गिरावट आते ही निवेशक घबरा जाते हैं और अपनी एसआईपी बंद कर देते हैं। विशेषज्ञ इसे सबसे बड़ी गलती मानते हैं। दरअसल, बाजार में गिरावट के दौरान ही निवेशकों को कम कीमत पर ज्यादा यूनिट मिलती हैं, जो भविष्य में बाजार सुधरने पर बड़ा मुनाफा देती हैं। अगर निवेशक गिरावट के समय निवेश बंद कर देता है, तो वह बाजार की रिकवरी का पूरा फायदा नहीं उठा पाता। इसलिए निवेशकों को बाजार की अस्थायी गिरावट से घबराने के बजाय अनुशासन बनाए रखना चाहिए।

युवा निवेशकों के लिए बड़ा अवसर

विशेषज्ञों का कहना है कि युवाओं के लिए एसआईपी सबसे अच्छा निवेश विकल्प बनकर उभरा है। नौकरी की शुरुआत में छोटी रकम से निवेश शुरू करके लंबे समय में बड़ा फंड तैयार किया जा सकता है। अगर कोई निवेशक 25 साल की उम्र में हर महीने 5 हजार रुपये की एसआईपी शुरू करता है और औसतन 12 प्रतिशत सालाना रिटर्न मिलता है, तो 25-30 साल में करोड़ों रुपये का फंड तैयार हो सकता है। यही कारण है कि वित्तीय योजनाकार एसआईपी को दीर्घकालिक संपत्ति निर्माण का सबसे प्रभावी तरीका मानते हैं।

धैर्य ही सफलता की कुंजी

इस पूरी स्टडी का सबसे बड़ा संदेश यही है कि शेयर बाजार में सफलता पाने के लिए धैर्य बेहद जरूरी है। कम समय में बाजार का उतार-चढ़ाव निवेशकों को परेशान कर सकता है, लेकिन लंबी अवधि में यही बाजार संपत्ति बनाने का सबसे मजबूत माध्यम बन जाता है। एसआईपी निवेशकों के लिए सबसे जरूरी बात यह है कि वे नियमित निवेश जारी रखें, बाजार की गिरावट से न डरें और लंबी अवधि का नजरिया अपनाएं। क्योंकि समय के साथ बाजार की अस्थिरता कम होती जाती है और निवेशकों के लिए बेहतर रिटर्न की संभावना कमजूर होती जाती है।

पाता। इसलिए निवेशकों को बाजार की अस्थायी गिरावट से घबराने के बजाय अनुशासन बनाए रखना चाहिए।

युवा निवेशकों के लिए बड़ा अवसर

विशेषज्ञों का कहना है कि युवाओं के लिए एसआईपी सबसे अच्छा निवेश विकल्प बनकर उभरा है। नौकरी की शुरुआत में छोटी रकम से निवेश शुरू करके लंबे समय में बड़ा फंड तैयार किया जा सकता है। अगर कोई निवेशक 25 साल की उम्र में हर महीने 5 हजार रुपये की एसआईपी शुरू करता है और औसतन 12 प्रतिशत सालाना रिटर्न मिलता है, तो 25-30 साल में करोड़ों रुपये का फंड तैयार हो सकता है। यही कारण है कि वित्तीय योजनाकार एसआईपी को दीर्घकालिक संपत्ति निर्माण का सबसे प्रभावी तरीका मानते हैं।

धैर्य ही सफलता की कुंजी

इस पूरी स्टडी का सबसे बड़ा संदेश यही है कि शेयर बाजार में सफलता पाने के लिए धैर्य बेहद जरूरी है। कम समय में बाजार का उतार-चढ़ाव निवेशकों को परेशान कर सकता है, लेकिन लंबी अवधि में यही बाजार संपत्ति बनाने का सबसे मजबूत माध्यम बन जाता है। एसआईपी निवेशकों के लिए सबसे जरूरी बात यह है कि वे नियमित निवेश जारी रखें, बाजार की गिरावट से न डरें और लंबी अवधि का नजरिया अपनाएं। क्योंकि समय के साथ बाजार की अस्थिरता कम होती जाती है और निवेशकों के लिए बेहतर रिटर्न की संभावना कमजूर होती जाती है।



निवेश से पहले यह रखें ध्यान

फंड का कम से कम 5-10 साल का रिकॉर्ड देखें, फंड मैनेजर का अनुभव जांचें

बिजनेस डेस्क

आज के दौर में केवल बचत करना आर्थिक सुरक्षा के लिए काफी नहीं माना जाता। बढ़ती महंगाई, रिटायरमेंट की चिंता और भविष्य की जरूरतों ने निवेश को हर नौकरीपेशा व्यक्ति की प्राथमिकता बना दिया है। ऐसे में म्यूचुअल फंड एसआईपी यानी सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान सबसे लोकप्रिय निवेश विकल्पों में शामिल हो चुका है। हालांकि निवेशकों के मन में एक सवाल हमेशा रहता है कि आखिर किस उम्र में कितनी एसआईपी करना चाहिए। विशेषज्ञों का मानना है कि निवेश में सबसे बड़ा अंतर ज्यादा रकम नहीं, बल्कि जल्दी शुरुआत पड़ करती है। जितना जल्दी निवेश शुरू किया जाता है, कंपाउंडिंग उतनी ही बड़ा फायदा देती है।

20 की उम्र में शुरुआत सबसे ताकतवर

वित्तीय विशेषज्ञों के मुताबिक 20 से 29 साल की उम्र निवेश की शुरुआत के लिए सबसे बेहतरीन समय माना जाता है। इस दौर में जिम्मेदारियां कम होती हैं और जोखिम लेने की क्षमता ज्यादा होती है। अगर कोई व्यक्ति 20 साल की उम्र में हर महीने 10 हजार रुपये की एसआईपी शुरू करता है और उसे औसतन 12 प्रतिशत सालाना रिटर्न मिलता है, तो 60 साल की उम्र तक करीब 11.88 करोड़ रुपये का फंड तैयार हो सकता है। लेकिन अगर वही निवेश 30 साल की उम्र से शुरू किया जाए, तो अंतिम फंड घटकर लगभग 3.5 करोड़ रुपये रह जाता है। यानी सिर्फ 10 साल की देरी से संभावित संपत्ति में 8 करोड़ रुपये से ज्यादा का अंतर आ सकता है। विशेषज्ञों के अनुसार इस उम्र में फ्लेक्सी कैप, मिडकैप, इंडेक्स और इंफ्लेक्सेस फंड बेहतर विकल्प माने जाते हैं क्योंकि लंबी अवधि में इनमें बेहतर ग्रोथ की संभावना रहती है। हालांकि इस उम्र में सबसे बड़ी गलती निवेश टालते रहना और जल्दी अमीर बनने के चक्कर में हाई रिस्क थीमैटिक या स्मॉलकैप फंड्स में जरूरत से ज्यादा पैसा लगाना माना जाता है।

30 की उम्र में संतुलन जरूरी

30 की उम्र तक पहुंचते-पहुंचते आमतौर पर आय बढ़ती है, लेकिन जिम्मेदारियां भी तेजी से बढ़ने लगती हैं। पर का लोन, शादी, बच्चों की पढ़ाई, बीमा और रिटायरमेंट प्लानिंग जैसी जरूरतें निवेश रणनीति को प्रभावित करती हैं। अगर कोई व्यक्ति 30 साल की उम्र से हर महीने 10 हजार रुपये की एसआईपी शुरू करता है और 60 साल तक निवेश जारी रखता है, तो 12 प्रतिशत अनुमानित रिटर्न के आधार पर लगभग 3.5 करोड़ रुपये का फंड तैयार हो सकता है। लेकिन यदि वही निवेश 40 की उम्र तक टाल दिया जाए, तो अंतिम फंड करीब 1 करोड़ रुपये तक सीमित रह सकता है। विशेषज्ञों का कहना है कि इस उम्र में संतुलित निवेश रणनीति अपनाना ज्यादा जरूरी होता है। फ्लेक्सी कैप, लार्ज एंड मिडकैप और एक्सेसिव हाइड्रिफ फंड अच्छे विकल्प माने जाते हैं। इसके अलावा हर साल एसआईपी बढ़ाने की आदत यानी "स्टेप-अप एसआईपी" लंबे समय में बड़ा अंतर देवा कर सकती है।

40 की उम्र में फोकस बदलना जरूरी

40 की उम्र तक पहुंचते-पहुंचते निवेशकों का ध्यान केवल ज्यादा रिटर्न कमाने पर नहीं, बल्कि पूंजी की सुरक्षा और रिटायरमेंट प्लानिंग पर भी होता है। अगर कोई व्यक्ति 40 साल की उम्र में निवेश शुरू करता है और 60 साल तक करीब 3.5 करोड़ रुपये का फंड बनाना चाहता है, तो उसे हर महीने लगभग 35 से 40 हजार रुपये की SIP करनी पड़ सकती है। विशेषज्ञों का कहना है कि ऐसा इसलिए क्योंकि निवेशक कंपाउंडिंग के 10 अहम साल खो देता है और समय की कमी को ज्यादा निवेश से पूरा करना पड़ता है। इस उम्र में लाजिकैप, बैलेंस्ड एडवॉंटेज, मल्टी सेक्टर और शॉर्ट ड्यूरेसन डेट फंड जैसे विकल्प बेहतर माने जाते हैं।

हर उम्र में अलग होती है निवेश रणनीति

विशेषज्ञों का मानना है कि उम्र बढ़ने के साथ निवेशकों को इक्विटी से पूरी तरह बाहर नहीं निकलना चाहिए, बल्कि अपने जोखिम और वित्तीय जरूरतों के हिसाब से पोर्टफोलियो में बदलाव करना चाहिए। युवा निवेशक ज्यादा जोखिम लेकर ग्रोथ पर फोकस कर सकते हैं, जबकि 40 के बाद स्थिरता और पूंजी संरक्षण ज्यादा महत्वपूर्ण हो जाता है।

निवेशकों की सबसे बड़ी गलतियां

- निवेश शुरू करने में देरी करना
- बाजार गिरने पर एसआईपी बंद कर देना
- सोशल मीडिया टिप्स पर आंख बंद कर भरोसा करना
- बार-बार फंड बदलना
- बिना लक्ष्य के निवेश करना

क्या कहते हैं जानकार

विशेषज्ञों का कहना है कि म्यूचुअल फंड कोई जल्दी अमीर बनने का जरिया नहीं है। यह लंबे समय तक अनुशासन और धैर्य के साथ संपत्ति बनाने का माध्यम है। जो निवेशक जल्दी शुरुआत करने हैं, नियमित निवेश बनाए रखते हैं और बाजार की गिरावट से घबराने के बजाय टिके रहते हैं, वही लंबे समय में बड़ा फंड तैयार कर पाते हैं।

निवेश से पहले समझें जोखिम

म्यूचुअल फंड निवेश बाजार जोखिमों के अधीन होते हैं। फंड का प्रदर्शन बाजार, ब्याज दरों और आर्थिक परिस्थितियों के अनुसार बदल सकता है। इसलिए निवेश करने से पहले अपनी जोखिम क्षमता, वित्तीय लक्ष्य और निवेश अवधि को समझना जरूरी है। जरूरत पड़ने पर वित्तीय सलाहकार की मदद लेना भी बेहतर विकल्प हो सकता है।

ख़बर संक्षेप

बहालगढ़ में पौधरोपण अभियान चलाया
सोनीपत। पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक कार्यों में अग्रणी हिंदुस्तान यूथ आइकॉन अवार्डी रामनिवास के नेतृत्व में गांव बहालगढ़ में एक विशेष पौधारोपण अभियान चलाया गया। अभियान का मुख्य उद्देश्य केवल पौधे लगाना नहीं, बल्कि उनके जीवित रहने और पूरी देखरेख करने पर ध्यान केंद्रित करना था। युवाओं को प्रेरित करते रामनिवास ने कहा कि यह जरूरी नहीं कि हम अनेक पौधे लगाएं, बल्कि एक ही पौधा लगाकर उसकी जिम्मेदारी लें ताकि वह विशाल वृक्ष बन सके। आज पौधारोपण से ज्यादा जरूरी पौधों का संरक्षण है।

दि विज्डम स्कूल ने रोलर स्केटिंग में जीते 5 पदक गोहाना। दि विज्डम स्कूल, गोहाना के नन्हें खिलाड़ियों ने रोहतक में आयोजित चौथी प्रमोशनल रोलर स्केटिंग चैंपियनशिप-2026 में दमदार प्रदर्शन करते हुए 5 पदक झटक लिए। शनिवार को स्कूल में पदक विजेताओं को सम्मानित किया। 17 मई को शिव रोलर स्केटिंग सोसाइटी रोहतक व एसआरएस अकादमी द्वारा रोहतक में माता दरवाजा स्थित जैन पब्लिक स्कूल में आयोजित की गई चैंपियनशिप में छात्र आरव, आव्या और वैग ने शानदार प्रदर्शन करते हुए प्रथम स्थान प्राप्त करके स्वर्ण पदक, युवन व अनिका ने द्वितीय स्थान प्राप्त करके रजत पदक अपने नाम कर लिया।

लोगों ने गुरु गोरखनाथ की पूजा-अर्चना कर श्रद्धांजलि दी

■ भारत के प्रसिद्ध संत और महान योगी थे गुरु गोरखनाथ : आजाद दांगी

हरिभूमि न्यूज ►► गोहाना

शनिवार को गुरु गोरखनाथ के प्रकट दिवस पर श्रद्धांजलि समारोह आयोजित किया गया। यह समारोह रोहतक रोड गोहाना स्थित चोपड़ा कॉलोनी में आयोजित हुआ जिसमें लोगों ने गुरु गोरखनाथ की पूजा-अर्चना करके श्रद्धांजलि दी। मुख्य वक्ता आजाद हिंद देशभक्त मोर्चा के मुख्य संरक्षक आजाद सिंह दांगी ने कहा गुरु गोरखनाथ भारत के एक प्रसिद्ध संत और महान योगी थे। उन्होंने योग और आध्यात्मिक अनुशासन के माध्यम से समाधि प्राप्त करने के महत्व पर बल दिया। गुरु गोरखनाथ ने भारत भर में यात्राएं की और विभिन्न स्थानों पर योग और आध्यात्मिक अभ्यास का



गोहाना। गुरु गोरखनाथ की मूर्ति पर माल्यार्पण करते हुए नागरिक।
फोटो : हरिभूमि

प्रचार-प्रसार किया। समारोह की अध्यक्षता मंदिर के पुजारी विश्वनदत शर्मा ने की। उन्होंने कहा गुरु गोरखनाथ एक उच्च कोटि के विद्वान और कवि थे। संस्कृत और हिंदी में उनके कई ग्रंथ प्रसिद्ध हैं। उन्होंने जाति-पाति और आर्द्धबर्गों का विरोध किया। मार्गदर्शन समाजसेवी हर भगवान चोपड़ा का रहा। इस मौके पर कृष्ण लाल पांचाल, रामफल सेन, भानेराम पांचाल, केशव, रश्मि, आरती, राजबाला, शीला देवी व निर्मला देवी विशेष रूप से मौजूद रहे।

नई मोटर लगने से पानी की समस्या का समाधान

गन्नौर। पुरानी अनाज मंडी के पीछे स्थित सरकारी स्कूल में लगे ट्यूबवेल नंबर-6 पर जनस्वास्थ्य विभाग द्वारा 20 हार्स पावर क्षमता की नई मोटर लगवा दी गई है। नई मोटर लगाने से आसपास के क्षेत्र में लंबे समय से बनी पानी की समस्या का समाधान होला। स्थानीय लोगों ने इस कार्य पर संतोष जताया है। पाण्डव जैन 15 शिवाजी गौरव वेंड ने बताया कि पहले ट्यूबवेल में लगी सबमर्सिबल मोटर से पानी के साथ मिट्टी आने की समस्या बनी हुई थी। इसके कारण पानी की सफाई प्रभावित हो रही थी और लोगों को पर्याप्त पानी नहीं मिल पा रहा था। कई बार शिकायत मिलने के बाद इस समस्या को जनस्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों के समक्ष उठाया गया था। उन्होंने बताया कि विभाग द्वारा अब 20 एचपी की नई मोटर लगवा दी गई है, जिससे पानी की सफाई पहले के मुकाबले बेहतर और सुचारु हो गई है। नई मोटर शुरू होने के बाद लोगों को साफ पानी मिलने लगा है।



गन्नौर। नई मोटर लगने के बाद ट्यूबवेल से निकल रहा स्वच्छ पानी।



सोनीपत। छात्राओं को सम्मानित करते प्रधान साथ में अतिथि एवं प्राचार्य।

शिक्षा जीवन में उन्नति का मूल आधार : दहिया

सोनीपत। टीका राम शिक्षा महाविद्यालय में वार्षिक पुरस्कार वितरण समारोह हर्षोल्लास एवं गरिमामयी वातावरण में आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि टीका राम शिक्षा समिति के अध्यक्ष सुरेंद्र सिंह दहिया रहे, जबकि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सम्मानित और 'सेलेफ़ी फ़ंड डॉटर' अभियान के लिए विख्यात महाविद्यालय के पूर्व छात्र सुनील जगलान विशिष्ट अतिथि के रूप में मौजूद रहे। समारोह का शुभारंभ दीप प्रज्ज्वलन एवं सरस्वती वंदना के साथ हुआ। विद्यार्थियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति देकर उपस्थितजनों का मन मोह लिया। मुख्य अतिथि सुरेंद्र सिंह दहिया ने कहा कि शिक्षा जीवन में उन्नति का मूल आधार है तथा अनुशासन, परिश्रम और संस्कार विद्यार्थियों को सफलता की ऊंचाइयों तक पहुंचाते हैं। विद्यार्थियों को समाज और राष्ट्र निर्माण में योगदान देने के लिए प्रेरित किया। प्राचार्य डॉ. सुरेंद्र सिंह राणा ने सत्र 2025-26 की शैक्षणिक उपलब्धियों की जानकारी दी। वार्षिक परीक्षा 2025 में संजना ने प्रथम, तन्वू ने द्वितीय और रश्मि ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। बीपड प्रथम वर्ग में प्रियंका, स्वाति और इशिता तथा द्वितीय वर्ष में पुष्पा, आरती और उर्मि ने उत्कृष्ट प्रदर्शन किया।

ट्रांसपोर्टरों ने तीसरे दिन जारी रखी हड़ताल, बैठक कर किया विचार-विमर्श ट्रैकों के पहिये थमने से माल ढुलाई प्रभावित, कारोबार पर पड़ेगा असर



सोनीपत। फाजिलपुर स्थित ट्रक यूनिनय में हड़ताल के दौरान खड़े ट्रक, गेट पर लगा ताला।
फोटो : हरिभूमि

दिल्ली की तरफ वाहन भेजने के लिए तैयार हैं। अन्यथा ट्रांसपोर्टर अपने नुकसान के लिए दिल्ली का रुख नहीं करेंगे। उधर ऑल इंडिया मोटर ट्रांसपोर्टर्स कांग्रेस के आह्वान पर शुरू की गई 3 दिवसीय हड़ताल का आगे बढ़ाने या खत्म करने पर कोई ठोस निर्णय नहीं लिया गया। ट्रांसपोर्टरों का कहना है कि उन्हें देर शाम तक हड़ताल पर ऊपर से ट्रक सूचना नहीं मिली है। वह पदाधिकारियों के अनुसार ही आगामी निर्णय लेंगे। वहीं ट्रांसपोर्टर की बेरुखी से औद्योगिक क्षेत्रों के व्यापारियों की चिंता बढ़ती जा रही है। ट्रैकों के पहिये थमने व माल ढुलाई प्रभावित होने से कारोबार पर असर पड़ने लगा है। उद्योगपतियों को कच्चा माल मुहैया नहीं होने से परेशानी झेलनी पड़ रही है। भाईचारा ट्रक ऑनर्स एसोसिएशन के प्रधान अमित कटारिया ने बताया कि ईसीसी शुल्क बढ़ाकर और बीएस-4 वाहनों पर लागू गए प्रतिबंध को ट्रक मालिकों और चालकों को आर्थिक संकट झेलना पड़ रहा है। मेहनत करने के बावजूद उन्हें लाभ नहीं हो रहा है। ट्रक ऑपरेटरों का कहना है कि जब

व्यापारिक गतिविधियों पर पड़ेगा असर

बुकिंग बंद और ट्रकों का चक्का जाम होने से बड़ी कंपनियों में कच्चे माल की आपूर्ति और तैयार माल की डिलीवरी प्रभावित होने लगी है। लगातार दूसरे दिन ट्रकों का चक्का जाम रहने से औद्योगिक और व्यापारिक गतिविधियों पर गहरा असर पड़ रहा है। रोजमर्रा की चीजों पर जल्द असर पड़ता दिखाई दे रहा है। फाजिलपुर स्थित ट्रक यूनिनय में सज्जाटा पसरा हुआ है। ऐसे में रोजमर्रा के सामान से लेकर औद्योगिक व निर्माण सामग्री की सप्लाई पर असर पड़ने लगा है। उद्योगपतियों के बार-बार फोन करने पर भी ट्रांसपोर्टर वाहनों को दिल्ली भेजने के लिए राजी नहीं हैं।

नाए-नाए नियम बना परेशान करने का आरोप

ट्रक ऑपरेटरों का आरोप है कि सरकार आए दिन नाए-नाए नियम बनाकर बेवजह उन्हें परेशान कर रही है। डीजल की लगातार बढ़ती कीमतें, टैक्स और अन्य खर्च पहले ही कारोबार पर भारी पड़ रहे हैं। ऐसे में ईसीसी शुल्क और नाए प्रतिबंधों ने उनकी मुश्किलें और बढ़ा दी हैं। आर्थिक बोझ बढ़ने से कई छोटे ट्रांसपोर्टर अब घाटे में पहुंच चुके हैं, उनका किश्तें मरना भी मुश्किल हो रहा है।

उद्योगपतियों व व्यापारियों को सताने लगा डर

उद्योगपतियों व व्यापारियों को डर सताने लगा है कि यदि ट्रांसपोर्टरों ने दिल्ली माल के लिए आवागमन शुरू नहीं किया, तो उनके समक्ष बड़ी परेशानी खड़ी हो सकती है। समय पर माल नहीं पहुंच पाने से उद्योग और व्यापार जगत में चिंता बढ़ गई है। साथ ही बाजार में फिलहाल स्टॉक के भरोसे व्यापार चल रहा है। अगर यहीं स्थिति रही, तो सामान की आपूर्ति व सप्लाई प्रभावित हो सकती है। इसका असर सीधे तौर पर कारोबार पर भी पड़ता दिख रहा है। रोजाना भारी तादाद में आवश्यक सामान, निर्माण सामग्री और औद्योगिक माल ढोने वाले ट्रक अब सड़कों से गायब नजर आ रहे हैं। हड़ताल के तीसरे दिन भी ट्रांसपोर्ट कंपनियों ने बुकिंग को बंद रखा।

तक उनकी मांगों को पूरा नहीं जाता गया, तो दिल्ली की ओर अपने वाहन नहीं ले जाएंगे। अन्यथा ग्राहक से ईसीसी शुल्क मिलने पर वह दिल्ली का रुख करने को तैयार हैं।



खरखौदा। पैचक सिलाट मुकाबला शुरू कराते मुख्य अतिथि।
फोटो :हरिभूमि

प्रताप स्कूल में पेंचक सिलाट चैंपियनशिप का शुभारंभ
खरखौदा। सोनीपत पैचक सिलाट चैंपियनशिप के तत्वावधान में प्रताप स्कूल में 7 वीं जिला सोनीपत पैचक सिलाट चैंपियनशिप का शुभारंभ किया गया। जिसमें जिला भर से आए खिलाड़ी उत्साहपूर्वक भाग ले रहे हैं। हरियाणा पैचक सिलाट एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं भारतीय जनता पार्टी के पूर्व जिला अध्यक्ष तीर्थ राणा तथा प्रताप स्कूल के एकेडमिक डायरेक्टर डॉ सुबोध दहिया ने दीप प्रज्वलित कर किया। स्कूल प्रबंधन समिति की तरफ से मुख्य अतिथि तीर्थ राणा का बुके भेंट कर गर्मजोशी से स्वागत किया। मुख्य अतिथि तीर्थ राणा ने खिलाड़ियों को संबोधित करते कहा कि खेल केवल शारीरिक विकास का माध्यम नहीं है, बल्कि यह युवाओं में अनुशासन, आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता एवं सकारात्मक सोच का भी विकास करते हैं। खिलाड़ियों को मेहनत, लगन और समर्पण के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया तथा कहा कि निरंतर अभ्यास ही सफलता की कुंजी है। चैंपियनशिप के दौरान विभिन्न आयु व भार वर्गों के मुकाबले आयोजित किए जाएंगे।

कृष्ण को स्कूल हेड ब्वाँय जानवी को हेड गर्ल चुना

■ जयंती प्रसाद डीएवी स्कूल में विद्यार्थी परिषद अलंकरण समारोह आयोजित

हरिभूमि न्यूज ►► गन्नौर

जयंती प्रसाद डीएवी पब्लिक स्कूल, गन्नौर में विद्यार्थी परिषद के लिए अलंकरण समारोह का आयोजन किया गया। समारोह में विभिन्न पदों के लिए चयनित विद्यार्थियों को जिम्मेदारियाँ सौंपीं। कार्यक्रम के दौरान स्कूल के छात्र कृष्ण को स्कूल हेड ब्वाँय तथा जानवी को हेड गर्ल चुना गया। वहीं अक्षरा को वाइस हेड गर्ल और मयंक को वाइस हेड बॉय की जिम्मेदारी दी गई। विद्यालय को चार सदनों अग्नि, अंबर, पृथ्वी और वायु सदन में विभाजित किया गया है। विद्यार्थी परिषद के लिए विद्यार्थियों का चयन लड़के और लड़कियों में समान रूप से किया गया। अग्नि सदन से प्रेरित और सुहाना, पृथ्वी सदन से



गन्नौर। अलंकरण समारोह में चयनित विद्यार्थी प्रधानाचार्य सुनील शर्मा के साथ।

नितिन और स्वीटी, अंबर सदन से आयुष और श्रुति तथा वायु सदन से जतिन और मेधा को हाउस कैप्टन नियुक्त किया गया। इसके अतिरिक्त वाइस कैप्टन, स्पोर्ट्स कैप्टन, कोषाध्यक्ष, सचिव और एक्विविटी मैनेजर सहित अन्य पदों पर भी विद्यार्थियों का चयन किया गया। विद्यालय के प्रधानाचार्य सुनील शर्मा ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि अनुशासन जीवन की सबसे महत्वपूर्ण नींव है।

ब्राइट स्कॉलर स्कूल में क्षमता निर्माण कार्यक्रम

शिक्षकों को सिखाए ज्ञान के सिद्धांत के गुर

तर्क करने तथा चिंतन के महत्व पर विचार साझा किए
हरिभूमि न्यूज ►► सोनीपत

ब्राइट स्कॉलर सीनियर सेकेंडरी स्कूल में ज्ञान का सिद्धांत (थ्योरी ऑफ नॉलेज) विषय पर एक दिवसीय क्षमता निर्माण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य शिक्षकों में ज्ञान की समझ, आलोचनात्मक सोच और कक्षा में प्रभावी शिक्षण-अभिगम प्रथाओं को बढ़ावा देना



सोनीपत। ब्राइट स्कॉलर स्कूल में प्रतिभागी शिक्षकों के साथ अतिथि एवं अन्य।

था। सत्र का संचालन श्रीजी इंटरनेशनल स्कूल की निधि (पीजीटी रसायन विज्ञान) और डीएवी मल्टीपर्पज पब्लिक स्कूल से नीलम मित्तल द्वारा किया गया। दोनों विशेषज्ञ शिक्षकों ने ज्ञान की अवधारणा, छात्रों में विश्लेषणात्मक सोच विकसित करने के तरीकों और शिक्षा में सवाल पूछने, तर्क करने तथा चिंतन के महत्व पर बहुमूल्य विचार साझा किए।

प्रोत्साहित किया

कार्यशाला में संवादात्मक चर्चाएं, व्यावहारिक उदाहरण और आकर्षक गतिविधियां शामिल थीं, शिक्षकों की सक्रिय भागीदारी को प्रोत्साहित किया। प्रस्तुतकर्ताओं ने सीखने के विभिन्न दृष्टिकोणों पर प्रकाश डाला और बताया कि कैसे यह सिद्धांत छात्रों को वास्तविक जीवन की स्थितियों के साथ अवधारणाओं को जोड़ने में मदद कर सकता है। समापन पर विशेषज्ञ शिक्षकों को धन्यवाद प्रस्ताव दिया गया।

न्यूज डायरी



जैन विद्या मंदिर स्कूल में पुरस्कार वितरण समारोह

सोनीपत। जैन विद्या मंदिर सीनियर सेकेंडरी स्कूल के समागार में वार्षिक पुरस्कार वितरण एवं पद ग्रहण समारोह हर्षोल्लास के साथ आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि मेयर राजीव जैन, विद्यालय प्रधान राकेश जैन, प्राचार्य डॉ. नीरू और प्रबंधक समिति के सदस्यों ने दीप प्रज्ज्वलित कर किया। समारोह में हेड गर्ल कांजल और हेड बॉय अनिकेत ने स्कूल को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने की शपथ ली। सत्या सदन से यशवी और निधि, प्रेम सदन से शिवम और देवांशी, शांति सदन से भव्या और तनीषा तथा धर्म सदन से प्राची और वाणी को नेतृत्व की निमनदारी सौंपी गई। खेलकूद गतिविधियों के लिए हर्ष और जतिन को स्पोर्ट्स कैप्टन व वाइस कैप्टन चुना गया।

ऋषिकुल विद्यापीठ में अंग्रेजी भाषण प्रतियोगिता

सोनीपत। ऋषिकुल विद्यापीठ गोहाना रोड में अंतर्विद्यालयी अंग्रेजी भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में ऋषिकुल विद्यापीठ अलीपुर, ऋषिकुल वर्कट अकादमी और ऋषिकुल विद्यापीठ गोहाना रोड के विद्यार्थियों ने भाग लिया। प्राइमरी, मिडिल व सीनियर वर्ग के विद्यार्थियों ने स्वास्थ्य, पर्यावरण और अन्य प्रेरणादायक विषयों पर अपने विचार प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किए। प्रतियोगिता का उद्देश्य विद्यार्थियों को विचार अभिव्यक्ति के लिए प्रेरित करना रहा। प्रतिभागियों की प्रस्तुतियों ने निर्णायक मंडल और उपस्थितजनों को प्रभावित किया। प्राइमरी वर्ग में एंजल, मिडिल वर्ग में अलीशा और अनव्या तथा सीनियर वर्ग में जन्वत ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। विद्यालय संस्थापक एस.के. शर्मा ने विद्यार्थियों की सराहना करते हुए उन्हें पुरस्कृत किया। विद्यालय अध्यक्ष नीरज शर्मा ने कहा कि आज के बच्चे ही भविष्य के नेता हैं। निदेशिका रीमा शर्मा और चंचल शर्मा ने विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की।



योग से बच्चों को बनाया जा रहा मजबूत : नीलम

खरखौदा। 12वें विश्व योग दिवस की तैयारियों के तहत हरियाणा योग आयोग और आयुष विभाग के तत्वाधान में जिला भर स्कूलों में योग प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। जिला आयुर्वेद अधिकारी डॉ राम अवतार, जिला योग समन्वयक डॉ विनोद व योग विशेषज्ञ संगीता देवी के मार्गदर्शन में योग शिक्षक अजय, नीलम, सुमन, मोहित द्वारा तीन दिवसीय योग प्रोटोकॉल शिविर का आयोजन नकलोई, सिलाना, थाना कर्ला, सेहरी, खेड़ी दहिया सहित ब्लॉक के अन्य गांवों में किया गया। सिलाना स्कूल के पीटीआई मनोज कुमार, सेहरी स्कूल की मुख्य अध्यापिका बबली अत्रि, खेड़ी दहिया स्कूल की प्रिंसिपल राजवती सहरावत, नकलोई स्कूल के प्रधानाचार्य रविंद्र गहलवाल उपस्थित रहे। योग शिक्षक नीलम ने बताया ने बताया स्कूली बच्चों को योग सिखाने के लिए सरकारी और निजी स्कूलों में विशेष अभियान चलाया जा रहा है और योग शिविर लगाए जा रहे हैं।



कन्या भूषा हत्या समाज के लिए कलंक : एसएमओ

गोहाना। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र मुंडलाना की टीम द्वारा मुंडलाना में स्वास्थ्य जांच शिविर लगाया। शिविर का शुभारंभ सीएसडी मुंडलाना के कार्यालयहक एसएमओ डॉ. सुमित मलिक ने किया। ग्रामीणों को स्वास्थ्य संबंधी परामर्श देने के साथ कन्या भूषा हत्या न करवाने बारे जागरूकता संदेश देते समाज में इसके नुकसान बताए। डॉ. सुमित मलिक ने कहा कि कन्या भूषा हत्या समाज के लिए एक कलंक है। इससे समाज में लिंग भेद बढ़ने से असंतुलन की स्थिति उत्पन्न होती है। कन्या भूषा हत्या समाज में एक बड़ी समस्या है। उन्होंने कहा कि लोग लडका और लडकी में भेद न करें और जीवन में आगे बढ़ने के लिए दोनों को समान अवसर प्रदान करें। लोग कन्या भूषा हत्या उत्पन्न समस्या की गंभीरता को समझें।

प्रताप स्कूल में छात्रों के सर्वांगीण विकास पर मंथन

खरखौदा। प्रताप सिंह मेमोरियल व्मावि खरखौदा में शनिवार को अभिभावक-अध्यापक बैठक (पीटीएम) का आयोजन किया गया। जिसका उद्देश्य विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति, अनुशासन, खेल गतिविधियों तथा सर्वांगीण विकास को लेकर अभिभावकों और अध्यापकों के बीच सकारात्मक संवाद स्थापित करना था। विद्यालय परिषद में बैठक में बड़ी संख्या में अभिभावकों ने भाग लिया। विद्यालय प्राचार्य दया दहिया ने अभिभावकों का स्वागत करते कहा कि विद्यार्थियों की सफलता में अभिभावकों और अध्यापकों की समान भूमिका होती है। जब विद्यालय और परिवार मिलकर बच्चों का मार्गदर्शन करते हैं, तब विद्यार्थी शिक्षा, संस्कार और अनुशासन के क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हैं। अभिभावकों से बच्चों की नियमित पढ़ाई, समय प्रबंधन तथा मोबाइल के सीमित उपयोग पर विशेष ध्यान देने की अपील की। बैठक के दौरान अध्यापकों के विद्यार्थियों की परीक्षा परिणाम, कक्षा में उपस्थिति, व्यवहार, गृहकार्य तथा विभिन्न गतिविधियों में सहभागिता की विस्तृत जानकारी अभिभावकों को दी।



शिविर में 33 नागरिकों ने कमाया रक्तदान का पुण्य

गोहाना। गांव कटवाल स्थित माता मसणी मंदिर में शनिवार को रक्तदान शिविर और भंडारा आयोजित किया गया। शिविर में एक महिला समेत 33 नागरिकों ने रक्तदान का पुण्य कमाया और श्रद्धालुओं ने भंडारे में प्रसाद ग्रहण करके माता मसणी की पूजा-अर्चना करके मन्नतें मांगी। शिविर में वार नागरिकों ने पहली बार रक्तदान का खाता खोला। कार्यक्रम का आयोजन ग्रामीणों के सहयोग से पूर्व सरपंच सुभाष लोकां द्वारा किया गया। आयोजन समिति में रोहतास दूहन, नीरज दूहन, सोमबीर और रवि दूहन सहित अन्य ग्रामीणों ने अपनी सेवाएं दीं। संयोजन मौजूद दूहन और संदीप दूहन का रहा। शिविर में एकमात्र महिला रक्तदाता रूचिका, दिव्यांग बलकेश, नियमित रक्तदाता रविंद्र दूहन, रमेश, अनिल, जय भगवान, बिजेन्द्र, अरविंद, अमरजीत, सोमवीर, संदीप, राहुल, रमेश, अमित भट्टेजा और संदीप सहित अन्य नागरिकों ने रक्तदान किया। नीरज, राजकुमार, मोहित और नवीन ने पहली बार रक्तदान किया।



सेफ इंडिया फाउंडेशन ने लावारिस अस्थियों का किया विसर्जन

सोनीपत। सेफ इंडिया फाउंडेशन द्वारा सोनीपत जिले के विभिन्न इमेशन घाटों से एकत्रित चार लावारिस अस्थियों का हरिद्वार में गंगा जी में विधि-विधान से विसर्जन किया गया। इनमें गन्नौर क्षेत्र की दो अस्थियां भी शामिल थीं। संस्था के उपप्रधान प्रवीण म्हा, नरेंद्र भूटानी, सीतेश बात्यान, सुभाष रिसोदिया और मनीष बंसल अस्थियां लेकर हरिद्वार पहुंचे, जहां धार्मिक रीति-रिवाजों के साथ अस्थि विसर्जन किया गया। संस्था के प्रधान संजय सिलाल और चेयरमैन वाई.के. रयानी ने बताया कि फाउंडेशन पिछले कई वर्षों से यह सेवा कार्य लगातार कर रहा है। संस्था जन्मरक्तमंद परिवारों को हरिद्वार आने-जाने की नि:शुल्क सुविधा भी उपलब्ध करवाती है। इसके अलावा सूखे तुलसी और अन्य धार्मिक पौधों को भी सम्मानपूर्वक गंगा में प्रवाहित किया गया। संस्था की ओर से पुराने वर्मक एक्टिव कर हरिद्वार में जन्मरक्तमंद लोगों में वितरित किए गए।



खबर संक्षेप

4 जून को मनाया जाएगा श्री श्याम जन्मोत्सव
सोनीपत। रोहतक रोड स्थित श्री खाटू श्याम मंदिर सोनीपत धाम में चौथे श्री श्याम जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में भव्य धार्मिक कार्यक्रमों का आयोजन श्रद्धा एवं उत्साह के साथ किया जाएगा। श्री खाटूश्याम मंदिर ट्रस्ट, श्री खाटूश्याम चूलकाना धाम सेवा मंडल व सोनीपत धाम की ओर से श्याम जन्मोत्सव पर 4 जून वीरवार को सुबह 8:15 बजे श्री श्याम निशान यात्रा निकालकर शाम को भजन संध्या का आयोजन किया जाएगा।

कृष्णा चुघ के निधन के बाद परिवार ने करवाया नेत्रदान सोनीपत। वर्धमान गाडेनिया सेक्टर-10 निवासी कृष्णा चुघ के निधन के बाद उनके परिवार ने नेत्रदान कर मानवता की मिसाल पेश की। कृष्णा चुघ काफी समय से एक निजी अस्पताल में उपचाराधीन थीं और शनिवार सुबह उन्होंने अंतिम सांस ली। इसके बाद उनके पति शिव दयाल चुघ और बेटे अश्विनी चुघ ने सहमति से नेत्रदान कराने का निर्णय लिया। नेत्रदान की प्रक्रिया के लिए हिन्दू मंच सोनीपत के महासचिव हर भगवान रहेजा से संपर्क किया गया। उनकी पहल पर श्राफ अस्पताल के तकनीशियन नरेंद्र लोहमोर और उनकी टीम ने सफलतापूर्वक नेत्रदान की प्रक्रिया पूरी कराई।

नागरिक अस्पताल में अनियमितताओं की हो जांच सोनीपत। सामाजिक कार्यकर्ता एवं न्याय युद्ध मंच के संस्थापक देवेंद्र गोयाम ने अतिरिक्त मुख्य सचिव (एसीएस हेल्थ) को शिकायत भेजकर सोनीपत नागरिक अस्पताल में प्रशासनिक अनियमितताओं, आशा वर्कर भर्ती प्रक्रिया और विभागीय आदेशों की अवहेलना के मामलों की उच्च स्तरीय जांच की मांग की है। देवेंद्र गोयाम ने आरोप लगाया कि भैसवाल कलां में तैनात एक मेडिकल ऑफिसर विभागीय आदेशों के विपरीत लंबे समय तक सोनीपत नागरिक अस्पताल में प्रभावी भूमिका निभाते रहे।

देवडू रोड पर घटिया निर्माण मिलने पर भड़के मेयर सोनीपत। देवडू रोड पर 33 फुट रोड के निर्माण में गड़बड़ी की शिकायतों के चलते मेयर राजीव जैन ने मौके पर जाकर जांच की। उन्होंने ठेकेदार को सड़क में घटिया क्वालिटी की टाइलों लगाने, ईंटों के नीचे रेत न डालने तथा सीवर मैनहोल के साथ सीमेंट न लगाने के लिए फटकार लगाई।

कबाड़ी की दुकान के बाहर खड़ी बाइक चोरी

गन्नीौर। गांधी नगर में कबाड़ी की दुकान के बाहर खड़ी मोटरसाइकिल चोरी होने हो गई। मोटरसाइकिल मालिक ने मोटरसाइकिल चोरी का पुलिस में मामला दर्ज करवाया है। पुलिस ने अज्ञात दो युवकों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में गांव भौरा रसूलपुर निवासी राजीव कुमार ने बताया कि वह 22 मई को अपनी मोटरसाइकिल पर महादेव सर्विस स्टेशन, गुमडू रोड स्थित अपनी कबाड़ी की दुकान पर आया था। दुकान पहुंचने के बाद वह मोटरसाइकिल में बाबी लगी छोड़कर दुकान का ताला खोलने लगा। इसी दौरान दो अज्ञात युवक उसकी मोटरसाइकिल चोरी कर मौके से फरार हो गए। जब उसने आसपास तलाश की तो बाइक का कोई सुराग नहीं लगा। इसके बाद मामले की सूचना गन्नीौर थाना पुलिस को दी गई। गन्नीौर थाना पुलिस ने शिकायत के बाद मामला दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी। मामले की जांच कर रहे एसएसआई एवं हेड कॉन्स्टेबल सुरेंद्र ने बताया कि मोटरसाइकिल बरामद करने का प्रयास किया जाएगा।

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 कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन : 9653530209, 9253681005, 9253681010

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

साईंज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 × 8 से.मी	स्थानीय संस्करण के	छ. 2000/-
10 × 8 से.मी	अन्दर के पृष्ठ पर	छ. 2500/-

+5% GST Extra

नोट : विशेष छूट राशि केवल उपरोक्त साईंज पर मान्य। अन्य किसी साईंज के लिए कई रेट लागू।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें
हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फोन 0130-4012310, 9253681028

खेल विश्वविद्यालय राई में छात्र की मौत मामले की जांच तेज

हरिभूमि न्यूज ►► सोनीपत

हरियाणा खेल विश्वविद्यालय (एचएसयू), राई में क्रिकेट कोचिंग के पीजी डिप्लोमा छात्र निशांत गौतम की स्वमिंग पूल में डूबने से हुई संदिग्ध मौत के मामले में जांच तेज कर दी गई है। घटना की गंभीरता को देखते हुए विश्वविद्यालय प्रशासन द्वारा गठित उच्च स्तरीय जांच समिति विभिन्न पहलुओं की गहन पड़ताल कर रही है। इस बीच परिसर में आयोजित शोक सभा में शिक्षकों, स्टाफ और विद्यार्थियों ने नम आंखों से अपने साथी को श्रद्धांजलि दी।

दक्षिण दिल्ली के गौतम नगर निवासी 30 वर्षीय निशांत गौतम विश्वविद्यालय के हॉस्टल में रहकर एक वर्षीय डिप्लोमा कोर्स कर रहे थे। वीरवार रात करीब साढ़े आठ बजे वह स्वमिंग पूल में गए थे, जहां डूबने से उनकी मौत हो गई। मामले ने उस समय नया मोड़ ले लिया जब परिजनों ने निशांत के कुशल तैराक होने का हवाला देते हुए घटना पर संदेह जताया और निष्पक्ष जांच की मांग की। इसके बाद विश्वविद्यालय प्रशासन ने तुरंत तीन सदस्यीय आंतरिक जांच समिति गठित की।



सोनीपत। विवि में शोक सभा के दौरान विद्यार्थी, स्टाफ एवं अन्य।



गवाहों और प्रशिक्षकों के बयान दर्ज

विश्वविद्यालय के सीनियर कंसल्टेंट (स्पोर्ट्स) राजेंद्र प्रसाद गर्ग की अध्यक्षता में गठित जांच समिति ने घटना से जुड़े लोगों से पूछताछ शुरू कर दी है। समिति ने तैराकी कोच विनीत, क्रिकेट कोच अमित सरोहा और जूनियर कोच संजय सिंह के बयान दर्ज किए हैं। इसके अलावा घटना के समय परिसर में मौजूद दो से तीन छात्रों से भी विस्तृत पूछताछ की गई है। जांच समिति यह पता लगाने का प्रयास कर रही है कि हदसे के समय स्वमिंग पूल पर सुरक्षा के पर्याप्त इंतजाम थे या नहीं। साथ ही यह भी जांच की जा रही है कि वह लाइफगार्ड मौजूद था या नहीं और रात के समय छात्रों को पूल उपयोग की अनुमति नियमों के तहत थी या नहीं।

विसरा रिपोर्ट पर टिकी पुलिस जांच

पुलिस भी मामले की समानांतर जांच कर रही है। अधिकारियों के अनुसार पोस्टमार्टम के बाद शव परिरजनों को सौंप दिया गया है, लेकिन मौत के वास्तविक कारणों का पता लगाने के लिए विसरा सुरक्षित रखा गया है। पुलिस अब केमिकल एग्जामिनेशन रिपोर्ट का इंतजार कर रही है। जांच अधिकारियों का कहना है कि रिपोर्ट आने के बाद ही मौत के वास्तविक कारण स्पष्ट हो सकेंगे।

फिर बढ़े ईंधन के दाम : वाहन चालकों से लेकर किसानों तक हर वर्ग को झटका

9वें दिन हैट्रिक के साथ पेट्रोल शतक पार डीजल 91 पैसे बढ़कर 92.66 रुपये पहुंचा

► **युवा से बुजुर्गों तक सभी वाहनों के लिए पेट्रोल, डीजल पर निर्भर**

हरिभूमि न्यूज ►► सोनीपत

ईंधन के दामों में लगातार 9वें दिन बढ़ोतरी की लगी हैट्रिक के बाद पेट्रोल 86 पैसे बढ़कर शतक पार 100.12 रुपये पहुंच चुका है, जबकि डीजल में 91 पैसे की बढ़ोतरी से दाम 92.66 रुपये पहुंच गए हैं। इससे पहले 15 मई को पेट्रोल-डीजल के दाम में पहली बार सीधे 3-3 रुपये की बढ़ोतरी की गई थी। वहीं 19 मई को पेट्रोल पर 87 पैसे, जबकि डीजल के दाम में 91 पैसे की बढ़ोतरी की गई थी। लगातार आसमान छूते पेट्रोल-डीजल के दाम से लोगों को 9 दिन में ही तीसरी बार झटका लगा है। फिलहाल पेट्रोल-डीजल के दामों में अभी 10 रुपये तक की बढ़ोतरी होने की संभावना जताई जा रही है। उधर सीएनजी के दाम 6 मई को 80 पैसे बढ़ोतरी के बाद 89 रुपये प्रति किलो पर स्थिर हैं।

पश्चिम एशिया में जारी तनाव के चलते पेट्रोल-डीजल के दामों में लगातार हो रही बढ़ोतरी आए दिन लोगों की आर्थिक परेशानी बढ़ाती जा रही है। 10 दिन के अंदर पेट्रोल-डीजल के तीन बार दाम आमजन से लेकर किसान तक हर वर्ग को झटका लगा है। वर्तमान में युवा से बुजुर्गों तक सभी वाहनों के लिए पेट्रोल-डीजल पर निर्भर हैं। पहली बार दाम बढ़ते ही जाहें ऑटो चालकों ने किराया बढ़ाकर लोगों का सफर महंगा कर दिया था, वहीं अब खाद्य पदार्थों के भावों के साथ खेती पर भी असर पड़ता दिखाई दे रहा है। खाद्य बाजार में भी महंगाई बढ़ने रूपी संकट के बादल मंडरा सके हैं। अब लोगों की नजर खाद्य सामग्री के भावों पर टिकी है।



सोनीपत। ओल्ड डीसी रोड स्थित पंप पर पेट्रोल भरवाने के लिए खड़े वाहन चालक।

जिले में रोजाना हजारों लीटर ईंधन की खपत

बता दें कि जिले में इंडियन ऑयल, हिंदुस्तान पेट्रोलियम, भारत पेट्रोलियम व रिलायंस के करीब 222 पेट्रोल पंपों का संचालन किया जा रहा है। इन पंपों के माध्यम से जिलेभर में रोजाना हजारों लीटर ईंधन की खपत हो रही है। इस बीच अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कमी व कीमतों में वृद्धि के कारण सभी पंपों पर लगातार तीसरी बार पेट्रोल-डीजल के नए दाम लागू कर दिए गए हैं। हालांकि बढ़ते दाम के बावजूद किसी पंप पर ईंधन की किल्लत का मामला सामने नहीं आया है। वहीं लोगों ने सरकार से मांग की है कि पेट्रोलियम पदार्थों के दामों में कटौती कर उन्हें राहत दी जाए।

तीन बार तेल के दामों पर गर्म हुआ चर्चाओं का बाजार

तेल के दाम बढ़ने से चर्चाओं का बाजार लगातार गर्म होने लगा है। लोगों में संशय बना है कि जहां एक ओर तेल की कीमतों में इजाफा हो रहा है, वहीं ट्रांसपोर्टर्स की हड़ताल से माल दुलाई के मालभाड़े में बढ़ोतरी की संभावना बनी है। आशंका है कि मालभाड़ा बढ़ने से खाद्य पदार्थों व सब्जियों के दाम बढ़ाकर महंगाई कमी भी लोगों को बड़ा झटका दे सकती है। बता दें कि जिले में अधिकतर सब्जियां व खाद्य सामग्री दिल्ली से आपूर्ति हो रही हैं। यही कारण है कि तेल के दाम बढ़ने से ऑटो चालक जिले में सीधे तौर पर 50 प्रतिशत किराए में बढ़ोतरी कर चुके हैं। इसका असर आमजन के साथ किसान वर्ग पर भी पड़ने वाला है। डीजल के दाम बढ़ने से किसानों को खेतों में जुताई-बुआई करना महंगा पड़ेगा।

विभिन्न कंपनियों के पंपों पर योजना तेल खपत

- इंडियन ऑयल के पंपों पर 155 लीटर पेट्रोल, 384 लीटर डीजल
- हिंदुस्तान पेट्रोलियम के पंपों पर 1.10 लाख लीटर पेट्रोल, 2.41 लाख लीटर डीजल
- भारत पेट्रोलियम के पंपों पर 68500 लीटर पेट्रोल व 1.80 लाख लीटर डीजल
- रिलायंस के पंपों पर 25.16 लीटर पेट्रोल व 75.7 लीटर डीजल

ईंधन के बढ़े दाम पर नजर

ईंधन	पहले दाम	नया दाम
पेट्रोल	99.26	100.12 रुपये
डीजल	91.75	92.66 रुपये
सीएनजी	88.20	89.00 रुपये

पेट्रोल-डीजल कीमतों में बढ़ोतरी

पेट्रोल-डीजल के दामों में लगातार तीसरी बार ऊपर से बढ़ोतरी की गई है। सभी पेट्रोल पंपों पर पेट्रोल-डीजल के तय दाम शनिवार से लागू कर दिए गए हैं। फिलहाल तेल संबंधी कोई किल्लत नहीं है। उपभोक्ताओं को जरूरत अनुसार तय रेट के हिसाब से वितरण किया जा रहा है।

-प्रविट खत्री, प्रधान, पेट्रोल पंप एसोसिएशन, सोनीपत

शोक सभा में भावुक हुआ परिसर

घटना के बाद विश्वविद्यालय परिसर का माहौल गमगीन बना हुआ है। शनिवार को प्रशासनिक ब्लॉक में आयोजित श्रद्धांजलि सभा में कुलपति अशोक कुमार सहित प्राध्यापकों, कोच, गैर-शिक्षण स्टाफ और विद्यार्थियों ने भाग लिया। सभी ने दो मिनट का मौन रखकर दिवंगत आत्मा की शांति के लिए प्रार्थना की। निशांत के सहपाठियों ने उन्हें मिलनसार, अनुशासित और हमेशा दूसरों की मदद करने वाला बताया। श्रद्धांजलि सभा के दौरान कई सहपाठी भावुक नजर आए।

अधूरा रह गया क्रिकेट नर्सरी का सपना

करीबियों के अनुसार निशांत केवल एक छात्र नहीं थे, बल्कि क्रिकेट जगत में अपनी अलग पहचान बनाने का सपना भी संजोए हुए थे। डिप्लोमा पूरा करने के बाद वह एक आधुनिक क्रिकेट नर्सरी स्थापित करना चाहते थे, जहां गामीण और आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के प्रतिभावाक खिलाड़ियों को उच्चस्तरीय प्रशिक्षण मिल सके। खिलाड़ियों की तकनीक सुधारने से जुड़े नोट्स वह अपनी डायरी में नियमित रूप से लिखते थे, लेकिन उनका यह सपना अधूरा रह गया।



गन्नीौर। इंटर विलेज क्रिकेट टूर्नामेंट में विधायक देवेद्र कादियान मैच का शुभारंभ करते।

उमेदगढ़ इंटर विलेज क्रिकेट टूर्नामेंट में राठधाना की जीत

■ विधायक ने खिलाड़ियों का बढ़ाया हौसला, विजेता टीम को मिलेगा 41 हजार का पुरस्कार

हरिभूमि न्यूज ►► गन्नीौर

गांव उमेदगढ़ में पावर हाउस के समीप चल रही इंटर विलेज क्रिकेट टूर्नामेंट में शनिवार को खिलाड़ियों ने शानदार खेल का प्रदर्शन किया। टूर्नामेंट के पहले मुकाबले में राठधाना और उल्हेपुर की टीम आमने-सामने हुई। राठधाना ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 10 ओवर में 4 विकेट खोकर 157 रन का मजबूत स्कोर खड़ा किया। टीम के बल्लेबाजों ने शुरुआत से ही आक्रामक अंदाज अपनाते हुए तेजी से रन बढ़ाए। लक्ष्य का पीछा करने उतरी उल्हेपुर की टीम दबाव में नजर

आई और निर्धारित ओवरों में 7 विकेट के नुकसान पर 110 रन ही बना सकी। इस तरह राठधाना ने मुकाबला अपने नाम कर लिया। मैच में शानदार प्रदर्शन करने वाले सुशील को मैन ऑफ द मैच चुना गया। वहीं दूसरा मुकाबला उमेदगढ़ और मलिकपुर की टीमों के बीच खेला गया, जो देर शाम तक जारी रहा। टूर्नामेंट को देखने के लिए आसपास के गांवों से बड़ी संख्या में ग्रामीण और खेल प्रेमी पहुंचे। टूर्नामेंट में गन्नीौर के विधायक देवेद्र कादियान ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। उन्होंने कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में इस प्रकार की खेल प्रतियोगिताएं युवाओं को आगे बढ़ने का मंच प्रदान करती हैं। खेल न केवल शारीरिक विकास बल्कि अनुशासन और टीम भावना भी सिखाते हैं।

पुडुचेरी में होगी राष्ट्रीय नेटबॉल चैंपियनशिप प्रदेश टीम के लिए रोहतक में ट्रायल आज

सोनीपत। पुडुचेरी में आयोजित होने वाली 5वीं फास्ट 5 सीनियर राष्ट्रीय नेटबॉल चैंपियनशिप (पुरुषों एवं महिलाओं) के लिए प्रदेश की टीम (पुरुषों व महिलाओं) के ट्रायल/कैप की घोषणा कर दी गई है। नेटबॉल चैंपियनशिप का आयोजन 25 से 28 जून तक किया जाएगा। यह प्रतियोगिता पुडुचेरी स्थित वास्की इंटरनेशनल स्कूल मथुलपेट में होगी। हरियाणा नेटबॉल एसोसिएशन की महासचिव बबिता दहिया ने बताया कि चैंपियनशिप में हरियाणा की पुरुषों व महिला वर्ग की टीमों भी हिस्सा लेकर खिताब के लिए अपनी दावेदारी पेश करेंगी। राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता के लिए बेहतरनी खिलाड़ियों के चयन एवं प्रशिक्षण के लिए 24 मई को विशेष कैप आयोजित किया जाएगा।

कार्यशाला में विज्ञान व प्रौद्योगिकी पर की चर्चा

हरिभूमि न्यूज ►► सोनीपत

ट्रिपल आईटी सोनीपत में अनुसंधान नेशनल रिसर्च फाउंडेशन के सहयोग से पांच दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। 18 से 22 मई तक चली इस अंतर्विभागीय कार्यशाला में विज्ञान, प्रौद्योगिकी और स्वास्थ्य सेवा क्षेत्रों पर गहन चर्चा हुई। उद्घाटन समारोह में मुख्य अतिथि ट्रिपल आईटी भोपाल के निदेशक डॉ. आशुतोष कुमार सिंह, विशिष्ट अतिथि आईआईटी इंदौर के प्रोफेसर डॉ. रामबिलास पंचौरी और संस्थान की निदेशक डॉ. मनीषा शर्मा उपस्थित रहीं। कार्यक्रम के संयोजक डॉ. मोहन बंसल और सह-संयोजक डॉ. रमेश साहा व डॉ. गौरव जैन रहे।

कार्यशाला में आईआईटी दिल्ली के डॉ. ललन कुमार, मैनिट भोपाल के डॉ. वरुण बजाज, एनआईटी रायपुर के डॉ. बिकेश कुमार सिंह व डॉ. सौरभ गुप्ता, आईआईटी बॉम्बे के डॉ. ओमजी पांडेय, आईआईटी



सोनीपत। कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए अतिथिगण, साथ में अन्य।

रुड़की के डॉ. तरुण कुमार रेड्डी, एनआईटी कुरुक्षेत्र के डॉ. घनप्रिया सिंह व डॉ. गौरव वर्मा, एनआईटी सिक्किम के डॉ. वरुण गुप्ता और जेएनटी के सीईओ वर्षिका तलवार ने व्याख्यान दिए। विशेषज्ञों ने एआई, आईओटी और बायोमेडिकल सिग्नल्स से विभिन्न रोगों की पहचान पर सत्र लिए। इस दौरान वैदिक मंत्रोच्चार का ईईजी सिग्नल पर वास्तविक समय प्रभाव प्रयोगात्मक रूप से दिखाया गया। समापन समारोह में आईआईटी दिल्ली सोनीपत के कैपस के प्रभारी प्राध्यापक डॉ. सोमनाथ बैद्यराय मुख्य अतिथि रहे।

सरीना गहलोत ने नेशनल रैकिंग टेनिस टूर्नामेंट में जीता एकल खिताब

सोनीपत। ज्ञान गंगा ग्लोबल स्कूल (जी-3) की प्रतिभाशाली लान टेनिस खिलाड़ी सरीना गहलोत ने जालंधर, पंजाब में आयोजित आल इंडिया एआईटीए नेशनल रैकिंग टेनिस टूर्नामेंट में लड़कियों की अंडर-18 आयु वर्ग का एकल खिताब जीतकर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। अंडर-18 आयु वर्ग के युगल मुकाबले में भी सरीना ने बेहतर प्रदर्शन करते हुए सीमीफाइनल तक का सफर तय किया। स्कूल पहुंचने पर सरीना का फूलमालाओं से जोरदार स्वागत किया गया। स्कूल के चेयरमैन सुधीर जैन, डायरेक्टर ध्रुव जैन व प्राचार्या गीता चोपड़ा ने सरीना को बधाई देते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। पंजाब लान टेनिस एसोसिएशन के तत्वावधान में जालंधर के सिंघा स्पोर्ट्स एकेडेमी में पिछले दिनों आयोजित नेशनल रैकिंग टेनिस टूर्नामेंट के दौरान लड़कियों के अंडर-18 आयु वर्ग के एकल फाइनल में सरीना गहलोत ने दिल्ली की वैष्णवी सिंह को 6-1, 6-2 से हराकर खिताब जीता। सरीना के पिता कृष्ण गहलोत ने भी अपनी लाडली की सफलता पर प्रसन्नता व्यक्त की है।



सोनीपत। ज्ञान गंगा ग्लोबल स्कूल की लान टेनिस खिलाड़ी सरीना गहलोत की प्राचार्या गीता चोपड़ा व स्पोर्ट्स इंचार्ज संजीत के साथ।

ट्रेन संख्या 64451 की नई समय सारिणी, यात्रियों को बेहतर सुविधाएं देना उद्देश्य

पुरानी दिल्ली-पानीपत रूट पर चलने वाली पैसेंजर ट्रेन के समय में बदलाव

हरिभूमि न्यूज ►► सोनीपत

उत्तर रेलवे मंडल ने पुरानी दिल्ली से पानीपत रूट पर चलने वाली ट्रेन संख्या 64451 पैसेंजर ट्रेन की समय सारिणी में बदलाव किया है। उक्त ट्रेन पुरानी दिल्ली स्टेशन से अब अपने निर्धारित समय से 10 मिनट की देरी से शाम 4:50 बजे अपनी यात्रा प्रारंभ करेगी। मार्ग में सोनीपत स्टेशन पर 9 मिनट बाद शाम 6 बजे होते हुए पानीपत जंक्शन पर 25 मिनट बाद शाम 7:25 बजे अपनी यात्रा संपन्न करेगी। रेलवे ने इस पैसेंजर ट्रेन के परिचालन में शनिवार से नई समय सारिणी लागू कर दी है। दिल्ली रेल मंडल के अधिकारियों ने बताया कि ट्रेनों की समय सारिणी में बदलाव करना नियमित प्रक्रिया का



सोनीपत। स्टेशन पर ट्रेन से उतरने के बाद गंतव्य की ओर जाते यात्री।

नई समयसारिणी से बचेगा समय

दिल्ली रेल मंडल का प्रयास रहता है कि वह यात्रियों को बेहतर सुविधा दे सके। अधिकारियों ने 64451 पैसेंजर ट्रेन में सफर करने वाले यात्रियों से नई समय सारिणी के अनुसार ही स्टेशन पर पहुंचने का आह्वान किया, ताकि वह समय की बचत के साथ अतिरिक्त भागदौड़ से बच सकें। उत्तर रेलवे के मुख्य जनसंपर्क अधिकारी हिमांशु शेखर उपाध्याय ने बताया कि पुरानी दिल्ली-पानीपत 64451 पैसेंजर ट्रेन अब सभी स्टेशनों पर अपनी नई समय सारिणी के अनुसार पहुंचेगी। ट्रेन के परिचालन की नई समय सारणी को शनिवार से लागू कर दिया गया है। दिल्ली से पानीपत क्षेत्र में विभिन्न कार्यालयों में नौकरी करने वाले दैनिक यात्री आसानी से अपने गंतव्य तक पहुंच सकेंगे।

यह जारी की गई नई समय सारिणी	आगमन	प्रस्थान
दिल्ली जंक्शन	4:50	
सबजी मंडी	5:04	5:05
दिल्ली आजादपुर	5:11	5:12
आदर्श नगर दिल्ली	5:17	5:18
बादली	5:23	5:24
खेड़ा कलां	5:28	5:29
होलावी कलां	5:33	5:34
नरौला	5:40	5:41
राठधाना	5:47	5:48
हरसाणा कलां	5:53	5:54
सोनीपत	6:00	6:01
सोदल कलां	6:08	6:09
राजलू गढ़ी	6:13	6:14
गन्नीौर	6:19	6:20
भोड़वाल माजरी	6:25	6:26
समालखा	6:32	6:33
दिवाना	6:39	6:40
पानीपत	7:25	

जापानी संस्कृति अपनी विशिष्ट जीवनशैली और अनूठे दर्शन के लिए पूरी दुनिया में जानी जाती है। यहां पर मेनीफेस्टेशन को केवल इच्छा पूर्ति का साधन ही नहीं, बल्कि अनुशासन, कृतज्ञता और ब्रह्मांड के साथ तालमेल बिठाने की एक कला भी माना जाता है। इसमें कई ऐसी कारगर तकनीकें अपनाई जाती हैं, जो आपके जीवन को पूरी तरह सकारात्मक दिशा में मोड़ देती हैं। इनमें से कुछ तकनीकों के बारे में जानिए।

कवर स्टोरी
शिखर चंद जैन

एक मशहूर जापानी कहावत है- 'सात बार गिरो, आठ बार उठो।' इससे ही साबित होता है कि जापानी संस्कृति और जीवनशैली में कितनी सकारात्मकता शामिल है। जापानी जीवनशैली और दर्शन में जीवन की धारा बदलने के लिए मेनीफेस्टेशन के नायाब और बेहतरीन तरीके मौजूद हैं। जापानी मेनीफेस्टेशन को इच्छा पूर्ति का साधन मात्र नहीं माना जाता है। यह जीवन में संतुलन बनाने और तालमेल बिठाने की एक कला सिखाता है। जापानी मेनीफेस्टेशन तकनीकें हमें सिखाती हैं कि सपने देखना केवल पहला कदम है। उन सपनों को अनुशासन, कृतज्ञता और धैर्य के साथ सींचना ही असली कला है। कह सकते हैं कि मेनीफेस्टेशन का असली जादू, हार न मानने वाले जज्बे में छिपा होता है।

क्या है जापानी मेनीफेस्टेशन

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में हर व्यक्ति अपने सपनों को साकार करना चाहता है। उसके लिए हर संभव प्रयास करता है। पश्चिमी देशों में 'लॉ ऑफ अट्रैक्शन' की चर्चा जोरों पर है। लेकिन इसके विपरीत पूर्व में, विशेषकर जापान में, इच्छा पूर्ति के लिए सदियों पुराने ऐसे तरीके मौजूद हैं, जो न केवल प्रभावी हैं बल्कि व्यक्ति के चरित्र निर्माण में भी मदद करते हैं। जापानी मेनीफेस्टेशन तकनीकें केवल सोचने पर नहीं, बल्कि हमारे प्रयास करने और सपने साकार होने के गहरे संतुलन पर आधारित होती हैं। यहां जापानी मेनीफेस्टेशन से जुड़ी कुछ पद्धतियों के बारे में बता रहे हैं।

योशुकु करें सफलता का पूर्वाभास

यह एक प्राचीन जापानी तकनीक है, जिसे प्री सेलिब्रेशन के रूप में जाना जाता है। इसका मूल सिद्धांत यह है कि आप अपनी सफलता की खुशी पहले ही मना लें, ताकि उसे हकीकत में बदला जा सके। जापानी संस्कृति में यह माना जाता है कि 'भविष्य की वर्तमान में जीना' सफलता को आकर्षित करता है। यह उस भावना को पूरी तरह महसूस करने के बारे में है, जो आपको लक्ष्य प्राप्त करने के बाद होगी। इसमें कहा जाता है कि



टोहे / डॉ. शरद नारायण खरे दिन बरसाता आग

सूरज आतिश बन गया, तबे नगर सब गांव।
जीवों में अकूलाहट, दूढ़ रहे सब छव।।
लू घलती है गति लिए, बिलख रहा इंसान।।
सब नदियों से छिन गई, अब बस सारी आग।।
चाबुक सड़कों पर चले, आतिशक हर एक।
दिनकर के तो आगकल, नहीं इरादे नैक।।
कूलर, पंखे रंस रहे, शीतलता का गान।।
गटके ने इस पल 'शरद', पाया नवत विलग।।
किरणें ना किरणें लगे, बरस रही है आग।
बघना तुम चाहो अंगर, तो लो बयकर भाग।।
कंबल अब बेकार हैं, बिरथा ऊनी दख।।
किरणें रूग्ने कर रही, बनकर गित ही शख।।
बीर सरीखा बर रहा, तब से बेहद खेद।।



इस मौसम में हो रहा, हर इक जग को खेद।।
बिग्ली लगती है सुखद, जिससे झरती शीत।
रुम तुम, सब ही कटप में, सुन लो मेरे भीत।।
सुबर रूग्ने लगती भली, दिन बरसाता आग।
फिर जी-अर कुंफकारता, आतप का तो नाग।।
बीर गिरे आकाश से, देखे गानव राह।
पर अब इस पल जग रही, हर दिल से ही आह।।

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

सामाजिक बदलाव की कहानियां

वरिष्ठ कथाकार कैलाश बनवासी का आठवां कथा संग्रह 'हवा बहुत तेज है' हाल में प्रकाशित होकर आया है। इसमें संकलित ग्यारह कहानियों में मध्य वर्गीय जीवनशैली के विभिन्न स्तरों में हाल के वर्षों में हुए बाहरी ही नहीं आंतरिक बदलावों की भी सूक्ष्म पड़ताल की गई है। शीर्षक कहानी 'हवा बहुत तेज है' के मुख्य पात्र जगन्नाथ बाबू अपने आस-पास के बदलावों, सामाजिक बहुरूपिएपन, नई पीढ़ी की सोच के बीच विस्मित नजर आते हैं तो अभूतपूर्व छल के समय में सामान्य सी ईमानदारी भी कितनी असामान्य लगती है, इसे 'एक पुराना आदमी' कहानी में प्रकट किया गया है। बाजारवाद के प्रभाव को 'दाग अच्छे हैं' कहानी में व्यक्त किया गया है। संग्रह की सभी कहानियां ठहरकर विचार करने को बाध्य करती हैं। *

पुस्तक: हवा बहुत तेज है (कहानी संग्रह), लेखक: कैलाश बनवासी, मूल्य: 299 रुपये, प्रकाशक: राजकमल प्रकाशन, नई दिल्ली

जीवन की दिशा बदल देगा जापानी मेनीफेस्टेशन



सबसे पहले स्पष्ट करें कि आप क्या हासिल करना चाहते हैं? इसके बाद इमेजिन करें कि वह सफलता आपको प्राप्त हो चुकी है। इसे रियल फील करने के लिए अपने दोस्तों या परिवार के सदस्यों और रिश्तेदारों के साथ एक छोटी-सी पार्टी करें, दूसरों की 'बधाई' स्वीकार करें। आंखें बंद करें और इमेजिन करें कि आप क्या पहन रहे हैं, कौन आपके पास है और आप कैसा महसूस कर रहे हैं? फिर ब्रह्मांड को 'धन्यवाद' कहें जैसे कि काम पहले ही पूरा हो चुका है। या फिर अपनी डायरी में आज की तारीख डालें और लिखें, 'आज मैंने अपना लक्ष्य प्राप्त कर लिया और मुझे बहुत खुशी हो रही है।' योशुकु दिमाग की प्रोग्रामिंग को प्रभावित करता है। यह आपके अवचेतन मन को सफलता के लिए ट्यून करता है। जब आप पहले ही 'जीत' महसूस करते हैं, तो असफलता का डर खत्म हो जाता है।

अरिगातो व्यक्त करते रहें कृतज्ञता



जापानी संस्कृति में 'कृतज्ञता' को सबसे बड़ी ऊर्जा माना गया है। 'अरिगातो' यानी 'धन्यवाद' शब्द में जापानी लोग जादू मानते हैं। इस दर्शन के तहत मेनीफेस्टेशन की खास एक तकनीक है- 'पैसों को धन्यवाद देना'। जब आप पैसे खर्च करते हैं, तो मन ही मन उसे 'अरिगातो' कहें ताकि वह समाज में खुशी फैलाए। जब पैसे आएँ, तब भी 'अरिगातो' कहें। यह सकारात्मक ऊर्जा का एक चक्र बनाता है, जो प्रचुरता को आकर्षित करता है। आप स्वयं को संपन्न मानकर ज्यादा आत्मविश्वास के साथ काम करते हैं।

एमा ब्रह्मांड को अपनी इच्छा सौंपने की तकनीक

एमा एक तरह की प्रार्थना पट्टिकाएं होती हैं। जापानी मंदिरों (शिंतो मंदिरों) में लकड़ी की पट्टिकाएं लगी होती हैं, जिन्हें एमा कहा जाता है। लोग इन पर अपनी इच्छाएं लिखकर मंदिर में टांग देते हैं। यह आत्मसमर्पण की प्रक्रिया है। अपनी इच्छा को लिखकर ब्रह्मांड (या ईश्वर) को सौंप देना तनाव को खत्म करता है और आत्मविश्वास बढ़ाता है। जिससे मेनीफेस्टेशन की गति बढ़ जाती है।



दारुमा गुड़िया संकल्प की दिलाए याद

दारुमा गुड़िया जापान की सबसे प्रसिद्ध मेनीफेस्टेशन तकनीकों में से एक है। यह लाल रंग की गोल गुड़िया होती है, जिसकी आंखें खाली यानी सफेद होती हैं। जब आप कोई बड़ा लक्ष्य निर्धारित करते हैं, तो दारुमा की बाईं आंख को काले रंग से भरते हुए अपनी इच्छा दोहराएं। अब इस गुड़िया को घर के किसी ऐसे कोने में रखें, जहां आपकी नजर बार-बार पड़े। जब वह लक्ष्य पूरा हो जाए, तब इसकी दूसरी (दाईं) आंख को काले रंग से भरें। यह तकनीक हमें लगातार हमारे संकल्प की याद दिलाती रहती है।

कइजन हर दिन सीखें नई तकनीक



मेनीफेस्टेशन केवल कल्पना करना नहीं होता है। कइजन तकनीक कहती है कि हर दिन केवल 1 प्रतिशत सुधार करें। अगर आप अमीर बनना चाहते हैं, तो हर दिन धन प्रबंधन के बारे में एक छोटी-सी ही सही कोई उपयोगी बात या तरीका सीखें। यह निरंतरता आपके अवचेतन मन को विश्वास दिलाती है कि आप बदल रहे हैं, और यही विश्वास हकीकत को बदल देता है।

कहने का सार है कि जापानी जीवनशैली और संस्कृति, मेनीफेस्टेशन के जरिए जीवन की धारा सकारात्मक दिशा में मोड़ने के लिए प्रेरित करती है। *

इस बात में कोई दो राय नहीं है कि हमारी वर्तमान पहचान, हमारे अतीत पर टिकी होती है। यह इस बात पर निर्भर करती है कि हम अपनी स्मृतियों से कितना जुड़े हैं, उसे कितना मान देते हैं। आज तकनीक हमें अपने अतीत, रिश्तों और संवेदनाओं से निरंतर दूर कर रही है। ऐसे में स्मृतियों को संजोने का संकट खड़ा हो गया है।



स्मृतियां ही संजोती हैं यादें-रिश्ते-विरासत

जीवनशैली / लोकमित्र गौतम

आज की तेज रफ्तार जिंदगी में जहां लोग भविष्य की दौड़ में लगातार आगे बढ़ रहे हैं, वहीं पीछे छूटती स्मृतियां हमें बार-बार यह याद दिलाती हैं कि बिना जड़ों के कोई भी वृक्ष लंबे समय तक हरा-भरा नहीं रह सकता। बचपन की शरारतें, बुजुर्गों की सीखें, संघर्षों की कहानियां, देश के इतिहास की गौरव गाथाएं और अपनों के साथ बिताए छोटे-छोटे पल, ये वो धरोहरें हैं, जो इंसान को अंदर से संपन्न बनाती हैं। वास्तव में स्मृतियां ही हर सभ्य समाज की सांस्कृतिक और भावनात्मक पूंजी होती हैं। जिस समाज की अपनी स्मृतियां जीवित रहती हैं, उसकी संवेदनाएं भी जीवित रहती हैं।

तस्वीरों से नहीं रहा भावनात्मक जुड़ाव: आज का डिजिटल युग स्मृतियों को एक अजीब से मोड़ पर ले आया है। हमारे हाथ में मौजूद मोबाइल फोन में एक ही समय पर लाखों तस्वीरें मौजूद होती हैं। जबकि पिछली सदी के श्याम-बेल्ट जमाने में लोग कुछ फोटोज को हमेशा अपने सीने से लगाए रहते, उससे जुड़ी यादों के सवरे कभी हंस तो कभी रो लिया करते थे। एक दौर था, जब हमारे पास कई सारी तस्वीरें होना बहुत बड़ी खुशी लेने वाली बात होती थी। लेकिन अब ऐसा नहीं है। अब शायद ही कोई व्यक्ति हो, जिसके मोबाइल में अपनी और अपनों की बेशुमार तस्वीरें न हों। लेकिन शायद ही उन तस्वीरों से कोई भावनात्मक जुड़ाव महसूस होता हो, जैसे पहले होता था। तस्वीरों को लेकर स्मृतियों का गायब होना या तस्वीरों को लेकर हमारे दिलोदिमाग में कोई खास पल, कोई खास मौका याद न आना, इस बात का सबूत है कि अब तस्वीरें हमारे जेहन में अपनी वैसेी जगह नहीं बनातीं, जैसे पहले बनाया करती थीं।

स्मृतियां बनाती हैं संवेदनशील: स्मृतियां व्यक्ति को एक संवेदनशील नागरिक बनाने में भी महती भूमिका निभाती हैं। बचपन के दिन, गांव की गलियां, मां के साथ जुड़ी अनंगिनत स्मृतियां, दादा-दादी की कहानियां, शिक्षकों की सीखें और ऐतिहासिक घटनाओं के एहसास से बनी स्मृतियां वाकई यही सब चीजें होती हैं, जो हमें एक बेहद संवेदनशील मनुष्य बनाती हैं। जब कोई व्यक्ति अपनी स्मृतियों से कट जाता है, तो वह अपने मूल से अपने जीवन के सबसे गहन हिस्से से कट जाता है। इसलिए राष्ट्रीय स्मृति दिवस हमें अपनी जड़ों से और अपने मूल से जुड़ने की प्रेरणा देता है।

स्मृतियों की सांस्कृतिक महत्ता: जब हम अपनी उपलब्धियों और संघर्षों को याद करते हैं, तब हम केवल इतिहास से नहीं गुजर रहे होते हैं, बल्कि अपने वर्तमान को भी मजबूत बना रहे होते हैं। हमारे अपने देश भारत में तो स्मृतियों का और भी गहरा महत्व है, क्योंकि हमारी समृद्ध विरासत लिखित होने से ज्यादा मौखिक है। लोककथाएं, लोकगीत, रामायण,

महाभारत की कथाएं, गांवों और खेड़ों की दास्तानें, हमारे यहां पीढ़ी दर पीढ़ी ये स्मृतियां अगली पीढ़ियों को मिलती रहती हैं। यही कारण है कि भारतीय समाज में स्मरण को आध्यात्मिक और सांस्कृतिक महत्व तक दिया गया है।

प्रदान करती हैं भावनात्मक शक्ति: आज के समय में स्मृतियों का एक और महत्व है, क्योंकि आज हम उन्हें मानसिक स्वास्थ्य की दृष्टि से भी देखते हैं। सकारात्मक यादें, हर इंसान को भावनात्मक शक्ति देती हैं। परिवार के साथ बिताए गए मधुर क्षण, मित्रों की संगति या किसी प्रेरणादायक घटना की स्मृति, हमारे कठिन समय का सहारा होती है, क्योंकि उसमें सामाजिक जुड़ाव और भावनात्मक संतुलन की मजबूती होती है। हालांकि हमें यह भी नहीं भूलना चाहिए कि स्मृतियों का संबंध केवल सुखद अनुभव और यादों से ही नहीं होता है। इतिहास की त्रासदियों भी इंसान के सामूहिक स्मृति का हिस्सा होती हैं। युद्ध, महामारी, विभाजन या प्राकृतिक आपदाएं, मुनस्य को न केवल गहरे तक झकझोरती हैं बल्कि लंबे समय के लिए एक टीस हो जाती हैं। फिर इन्हें याद रखना इसलिए जरूरी होता है ताकि हम भविष्य में ऐसी गलतियों को न दोहराएं।

इसलिए जरूरी है अपनी स्मृतियों से जुड़ाव: अपनी स्मृतियों से जुड़ाव बनाए रखना इस दृष्टि से नई पीढ़ी के लिए विशेष रूप से प्रभावी है, क्योंकि बच्चों और युवाओं में अपने परिवार और समाज के प्रति जो संवेदनशीलता और सामाजिक जुड़ाव का भाव आता है, वह इन स्मृतियों का ही नतीजा होता है। दादा-दादी की जीवन यात्राएं, पुराने संघर्षों की कहानियां और पारिवारिक परंपराएं, युवा पीढ़ी को जीवन के गहरे अर्थ समझाने में मदद करती हैं। लेकिन राष्ट्रीय स्मृति दिवस हमें यह भी सिखाता है कि आधुनिकता और परंपरा के बीच संतुलन बनाना भी बहुत जरूरी है। तकनीक का इस्तेमाल स्मृतियों को सहेजने के लिए तो किया जा सकता है, लेकिन अगर इसी तकनीक की चकाचौंध के गुलाम बने रहें, तो स्मृतियों को बनने का मौका नहीं मिलता।

तकनीक का हो संतुलित इस्तेमाल: आज की युवा पीढ़ी की सबसे बड़ी समस्या यह है कि वह अपने दिन का बहुत बड़ा समय, अपने मोबाइल फोन के साथ अकेले में गुजारते हैं। स्मृतियों पर यह बहुत बड़ा हमला है। जब हम अपने दिन का ज्यादातर खाली समय मोबाइल फोन को दे देंगे, तो भला हमारी याद रह जाये वाली स्मृतियां कब बनेंगी, किससे बनेंगी? इसलिए स्मृतियों के संबंध में तकनीक का अंधाधुंध इस्तेमाल थोड़ा फायदा लेकिन बहुत ज्यादा नुकसान भी देता है। क्योंकि भावनाओं का स्थान कभी तकनीक नहीं ले सकती। इसलिए हमें ध्यान रखना चाहिए कि तकनीक हमारे जीवन में इतनी अधिक हावी न हो जाए कि जो हमसे हमारी स्मृतियों को ही दूर करने लगे। *

तकनीक का हो संतुलित इस्तेमाल: आज की युवा पीढ़ी की सबसे बड़ी समस्या यह है कि वह अपने दिन का बहुत बड़ा समय, अपने मोबाइल फोन के साथ अकेले में गुजारते हैं। स्मृतियों पर यह बहुत बड़ा हमला है। जब हम अपने दिन का ज्यादातर खाली समय मोबाइल फोन को दे देंगे, तो भला हमारी याद रह जाये वाली स्मृतियां कब बनेंगी, किससे बनेंगी? इसलिए स्मृतियों के संबंध में तकनीक का अंधाधुंध इस्तेमाल थोड़ा फायदा लेकिन बहुत ज्यादा नुकसान भी देता है। क्योंकि भावनाओं का स्थान कभी तकनीक नहीं ले सकती। इसलिए हमें ध्यान रखना चाहिए कि तकनीक हमारे जीवन में इतनी अधिक हावी न हो जाए कि जो हमसे हमारी स्मृतियों को ही दूर करने लगे। *

खंग्य / डॉ. मुकेश असीमित

सड़क का भी एक दर्शन होता है, खासकर उस सड़क का, जो खुद सड़कछाप हो। वह सड़क जो कहीं टिककर नहीं रहती, हर मोहल्ले, हर मोड़, हर चुनौती बांटे में आवारगी करती मिल जाती है। आजकल ऐसी सड़कें खूब चलन में हैं। चलन में इसलिए कि चलने लायक कम और दिखने लायक ज्यादा होती हैं।

सड़क साम्यवाद का जीवंत, धूल-धूसरित उदाहरण है। यहां गंधे और घोड़े एक ही ताल में चलते हैं। कभी-कभी तो पहचान ही गड़बड़ा जाती है कि कौन-सा किस श्रेणी में है। पशु, पक्षी, मानव सबको सड़क समान भाव से अपनाती है। सड़क सबकी मां है। अब अगर मां की गोद में बैठकर कोई पूछे कि गंधे-घोड़े का फर्क क्यों नहीं दिख रहा, तो इसमें मां का क्या दोष। सड़क तो बस बनी है आओ, चलो, दौड़ो, गिरो, रौंदो, जो लिखा लाए हो, वही होगा। आप सड़क पर हैं या सड़क पर लाए गए हैं, यह नियति का मामला है, सड़क का नहीं।

सड़क और संसद का रिश्ता भी बड़ा दार्शनिक है। आदमी कब सड़क से संसद पहुंच जाए और कब संसद से सड़क पर लौट आए, कहा नहीं जा सकता। जनता सड़क के रास्ते ही नेताओं को संसद का पता देती है और उसी रास्ते से वापसी का न्योता भी। इसलिए सड़क है तो संभावनाएं हैं धरने की, हड़ताल की, रैली की, जाम की और कभी-कभी नंगे नाच की भी। सड़क लोकतंत्र की खुली प्रयोगशाला है।

सड़क है तो गड़बड़े हैं। गड़बड़े हैं तो मरम्मत है। मरम्मत है तो बजट है। बजट है तो फाइलें हैं। फाइलें हैं तो अफसर का चूल्हा जलता है। सड़क सरकार का बहुउद्देशीय औजार है। शौचालय, पेशाबघर और कचरा निस्तारण की कई योजनाओं से बचा लेती है। लोग सड़क पर ही अभ्यास कर लेते हैं, और सड़क 'राइट एट योर डोरस्टेप' कचरा सेवा दे देती है बिना टेंडर, बिना उद्घाटन।



कोरोना के दिनों में जब सड़कें सूनी हुईं, तो उन्हें भी बुरा लगा। पर जल्दी ही फैक्ट्री मालिकों ने मजदूरों को निकाला और सड़कें फिर गुलजार हो गईं। मजदूरों के रेलों ने सड़कों को धन्य कर दिया, मां की गोद फिर भर गई।

सड़कें हैं तो एक्सीडेंट हैं। ट्रैफिक पुलिस का डंडा अभियान निरंतर है। चालान से जेबें भी फुल टॉस फूल रही हैं। सड़कें हैं तो फुटपाथ हैं, और फुटपाथ हैं तो उन पर सोते लोग। वरना सड़कें हैं धुत रईसों को कुचलने के लिए लोग मिलेंगे कहां? सड़कें ही तो हैं जो रोल और सेल्फी प्रेमियों की कर्मभूमि हैं, जहां जोखिम जितना बड़ा, व्यू उतने ज्यादा।

सड़कें हैं तो सड़कछाप गुंडे भी हैं। राजनीति की प्रारंभिक पाठशाला यही है। रेहड़ियों से शुरू हुई हभतावसूली आगे चलकर

लघुकथा / डॉ. यशोधरा भटनागर

गूंज

दरवाजा खुलते ही रात का अंधियारा मंगलू के साथ घर में घुस आया था। कच्चे-पक्के घर में चूल्हे के गहरे स्लेटी धुएं में लालटेन की रोशनी अपना प्रकाश फैलाने के लिए जूझ रही थी। 'छुटका.. ऐ छुटका! ऐ कमली..! कितने को मर गए र सब के सब?' लड़खड़ाते कदमों से घर में घुसते हुए मंगलू चीखते हुए बोला। एक तीखी गंध पूरे घर में पसर गई।

आठ बरस का दीपू कमरे की कच्ची दीवार से चिपका सहमा हुआ उस देख रहा था।

मंगलू ने जब से आधी भरी बोटल निकाली और जोर से चिल्लाया, 'का देख रया है बे। दौड़ के एक गिल्लास लाओ हमारे लाने।' कुछ पल बाद दीपू स्टील का गिलास मंगलू के हाथ में थमाते हुए बोला, 'बापू, आज स्कूल में टीचर ने पूछो हतो कि हम बड़े होकर का बनेहें?' मंगलू ने उसको चपतियाते हुए पूछा, 'तुमने का

बड़े घोटालों का पाठ्यक्रम बनती है। सड़क कैडर तैयार करती है, छुटपेय से गैंगस्टर तक।

आजकल सड़कों पर ध्यान कम है। ध्यान दें भी तो कैसे, सड़कें बड़ी बेवफा हैं। बनाई नहीं कि उखड़ने को तैयार। इतना भी सन्न नहीं कि एक चुनावी कार्यकाल पूरा हो जाए। मरम्मत का बजट पास होते-होते नेता बदल जाता है और ब्रेस्ट डिस्टेंस को ले ले जाता है। समानान सरल है हर नेता अपने नाम की सड़क बनवाए। चुनाव हार जाए तो सड़क उठाकर घर ले जाए।

सड़कें मां जैसी ही होती हैं। पान की पीक, कचरा, मल-मूत्र सब समेट लेती हैं, बिना शिकायत। अब प्रश्न उठता है कि तो सड़क है, बाप कौन? जब भी सड़क पर वाहन चालकों के बीच बहस या हाथापाई की नौबत आती है तो पहला सवाल यही पूछा जाता है, 'सड़क तेरे बाप की है क्या?' पर बाप का पता आज तक नहीं चला। मिलते ही इसकी सूचना दी जाएगी।

कभी-कभी सड़कें उधड़ती हैं ताकि शहर को ग्रामीण जीवन की झलक मिल सके कंक्रीट, धूल, मिट्टी, जमीन से जुड़े रहने का प्रशिक्षण। चिकनी सड़क पर खेलेंगे तो बच्चों की इम्युनिटी कैसे बनेगी?

सड़कें पतित-पावनी भी हैं, मोक्षदायिनी भी। प्राचीन योगियों की परंपरा आज सड़कें निभा रही हैं। कहीं दुर्गम, कहीं अजस्य, कहीं कीचड़, कहीं खाई हैं भी, नहीं भी-ब्रह्मस्वरूपका। फाइलों में हैं, वादों में हैं, पर चलने में अकसर नहीं। न शुरुआत दिखती है, न अंत। कोई पूछे, 'यह सड़क कहां जाती है?' भाग्यशाली हैं वे जिनकी जाती है। यहां तो सालों से देख रहे हैं नजर ही नहीं आती।

सड़कें वही हैं जहां चाहो मोड़ लो, बिना शिकायत। और अगर सरकारी बजट की हों, तो नेता जी उन्हें अपने बंगले तक भी ले जा सकते हैं। सड़कछाप सड़क बस महसूस करने की चीज है। मानने की, जानने की नहीं। *

कहो फिर?' दीपू थोड़ी देर चुप खड़ा रहा फिर अपनी पूरी हिम्मत बटोर कर बोला, 'बापू हमने कह दओ कि हम बड़े होकर तुमओ जैसा नहीं बनहें।' 'टन्न...!'

टन्न की यह जोरों की गूंज, घर की कच्ची दीवारों में समा गई।

दरअसल, मंगलू ने गिलास सामने रखे खाली कनस्तर पर दे मारा था।

मंगलू ने गुस्से से दीपू की ओर देखा, बेटे की आंखें आईने की तरह साफ थीं। इन आंखों में उसे खुद का विकृत चेहरा साफ नज्द आ रहा था। *



परंपरा-संस्कृति का मोहक आयोजन तमिलनाडु का येरकौड उत्सव

दक्षिण भारतीय राज्य तमिलनाडु अपनी संस्कृति, परंपरा और लोकपर्वों के लिए मशहूर है। राज्य पर्यटन विभाग द्वारा हर वर्ष आयोजित होने वाला येरकौड उत्सव भी इन्हीं सांस्कृतिक आयोजनों में से एक है। यहां पर्यटक विभिन्न तरह के अनुभवों का आनंद ले सकते हैं। इस उत्सव की खासियतों पर एक नजर।

सांस्कृतिक उत्सव

दक्षिण भारतीय राज्य तमिलनाडु के सलेम जिले में स्थित एक प्रसिद्ध हिल स्टेशन है-येरकौड। समुद्र तल से 1500 मीटर की ऊंचाई पर स्थित यह हिल स्टेशन, शेवरॉय पहाड़ियों पर बसा है, जहां कॉफी, मसालों, फूलों और फलों की शानदार और सघन खेती होती है। धुंध से ढंकी पहाड़ियों व झीलों के लिए मशहूर पर्वतीय नगर येरकौड सिर्फ अपनी प्राकृतिक सुंदरता और फल-फूलों की खेती के लिए ही नहीं जाना जाता बल्कि यह जनजातीय संस्कृति, लोकनृत्य, पारंपरिक संगीत और स्थानीय हस्तशिल्प का भी गढ़ है। ये सब खूबियां मिलकर इस क्षेत्र को सांस्कृतिक रूप से बेहद समृद्ध बनाती हैं। यहां की इन्हीं खूबियों को देश-दुनिया के सामने लाने के लिए हर साल येरकौड उत्सव मनाया जाता है। आमतौर पर मई महीने के अंतिम सप्ताह में मनाया जाने वाला यह रंगीन-सांस्कृतिक उत्सव इस साल 22 मई से शुरू हो चुका है और 28 मई 2026 तक आयोजित होगा।

सांस्कृतिक अभिव्यक्ति का माध्यम: इस उत्सव की शुरुआत तमिलनाडु पर्यटन विभाग और स्थानीय प्रशासन ने मुख्यतः दो उद्देश्यों से की थी। पहला येरकौड की सांस्कृतिक पहचान और स्थानीय परंपराओं को बढ़ावा देने के लिए तथा दूसरा, पर्यटन को प्रोत्साहित करने के लिए। धीरे-धीरे यह आयोजन केवल पर्यटकों को लुभाने वाला उत्सव ही नहीं रहा बल्कि



लोकनृत्यों का भी होता है आयोजन

स्थानीय लोगों की सांस्कृतिक अभिव्यक्ति का प्रमुख मंच बन गया। आज इस उत्सव से जुड़कर सैकड़ों कलाकारों, किसानों, जनजातीय समुदायों, हस्तशिल्पियों, लोकनर्तकों और संगीतकारों की भी न केवल पहचान बनी है बल्कि यह उनकी समृद्धि का जरिया भी बना है। सिर्फ येरकौड की स्थानीय संस्कृति ही नहीं, तमिलनाडु की सांस्कृतिक पहचान को चमकदार बनाने में भी येरकौड उत्सव ने अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। येरकौड का सांस्कृतिक उत्सव शेवरॉय पहाड़ियों में रहने वाली जनजातियों की सांस्कृतिक आत्मा है।

उनके लोकनृत्य, उनकी पारंपरिक वेशभूषा, उनका स्थानीय लोकसंगीत, रीति-रिवाज, इस उत्सव के न केवल आकर्षण हैं बल्कि उन्होंने तमिलनाडु और दुनिया के दूसरे हिस्सों को भी अपनी ओर आकर्षित किया है। यही कारण है कि दक्षिण भारत में बड़े पैमाने पर लोग इस मौके पर यहां आकर अपनी रोजमर्रा की भाग-दौड़ भरी जिंदगी के बीच आह्लादित करते सुकून के पल महसूस करते हैं।

परंपरा-आधुनिकता का संगम: उत्सव के दौरान यहां के स्थानीय कलाकार अपनी लोक-लुभावन वेशभूषाओं में जुलूस निकालते हैं तथा तमिल लोक-जीवन की शानदार झांकी प्रस्तुत करते हैं। यह उत्सव एक साथ न केवल यहां की सांस्कृतिक उत्सवधर्मिता को प्रस्तुत करता है बल्कि आधुनिक जीवनशैली और पारंपरिक लोक संस्कृति का एक लुभावना प्यूनजन भी प्रदर्शित करता है। इसलिए येरकौड उत्सव

प्लावर शो-बोट रेसिंग का आकर्षण

येरकौड लोक उत्सव की दो और महत्वपूर्ण खासियतें हैं, जिसमें एक है प्लावर शो और दूसरा है नौका दौड़। येरकौड उत्सव इन दोनों आयोजनों के लिए विशेष तौर पर जाना जाता है। प्लावर शो के दौरान यहां पाए जाने वाले सैकड़ों किस्म के खुशबूदार और रंग-बिरंगे फूलों की कलात्मक सजावट पर्यटकों को मंत्रमुग्ध कर देती है। इस उत्सव के दौरान येरकौड झील में एक बोट रेस भी आयोजित की जाती है, जो इस उत्सव का एक विशेष आकर्षण होती है। दूर-दूर से आए पर्यटक उत्सव के दौरान नौकायन का भरपूर आनंद लेते हैं।



सीजनल डाइट

अक्सर हेल्थ एक्सपर्ट्स कार्बोनेटेड कोल्ड ड्रिंक न पीने की हिदायत देते हैं। लेकिन चिंता न करें, गर्मी और उमस से राहत पाने के लिए कई तरह के देसी ठंडे पेय आप पी सकते हैं, जो न केवल प्यास बुझाते हैं बल्कि शरीर को अंदर से ठंडा रखने में भी मदद करते हैं। दरअसल, बाजार में मिलने वाले कोल्ड ड्रिंक में अत्यधिक शुगर (चीनी), कैफीन और हानिकारक केमिकल होते हैं, जो वजन बढ़ाते हैं और डिहाइड्रेशन का कारण बन सकते हैं। इनके ज्यादा सेवन से हाई ब्लड प्रेशर, डायबिटीज जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं। इसके विपरीत, प्राकृतिक पोषक तत्वों से भरपूर देसी ड्रिंक्स शरीर को ताजगी देते हैं और इनका शरीर पर कोई दुष्प्रभाव भी नहीं पड़ता।

लस्सी: गर्मी के दिनों में लस्सी तो हम सब के घरों में बनती ही रहती है। इसे बनाने में न कोई झंझट है ना ज्यादा समय ही लगता है। बस अच्छी क्वालिटी के दही में चीनी मिला लें। या फिर भुना-पिसा जीरा और काला नमक मिलाकर पी



लस्सी

लींजिए। यह शरीर को तुरंत ठंडक प्रदान करता है। **जलजीरा:** जीरा, पुदीना, इमली और नीबू रस के मिश्रण से तैयार यह चटपटा पेय पाचन को सुधारता है और शरीर को ठंडा रखता है। आप चाहें तो अच्छी कंपनी का जलजीरा पावडर लाकर उसमें पुदीना, नीबू का रस मिलाकर पी सकते हैं।

आम पन्ना: इन दिनों मार्केट में कैरी (कच्चा आम) भरपूर मिल रही है। कैरी को भून कर मसल लींजिए और छान कर उस पानी में हल्की-सी चीनी, जीरा और काला नमक मिला लींजिए। यह पेय लू से बचाने में रमबाण माना जाता है।



आम पन्ना

सत्तू शरबत: भुने हुए चने के आटे (सत्तू), नीबू, पानी और नमक से बना यह पेय पौष्टिक होने के साथ-साथ पेट को ठंडा और शरीर को ऊर्जावान

रखता है। यह मुख्य रूप से बिहार, झारखंड और पूर्वी उत्तर प्रदेश में प्रचलित है। **गोंधाराज घोल:** यह पश्चिम बंगाल की खास छाछ है, जिसमें सुगंधित 'गोंधाराज' नामक विशेष तरह के नीबू के रस का उपयोग किया जाता है।

नीरू मजिगा (नीर मोर): यह पेय मुख्य रूप से आंध्र प्रदेश, तमिलनाडु और कर्नाटक में पिया जाता है। यह एक ठंडी छाछ है, जिसे मसाले, कुरी पत्ते और अदरक मिलाकर तैयार किया जाता है। **जिगरठंडा:** दूध, गोंद कतीरा और नन्नारी सिरप से बना यह पेय शरीर की गर्मी को कम करने के

के साथ कई डॉस नंबरर्स, आज भी दर्शकों के जेहन में जिंदा हैं। ऐसे में जब इस शो में आपके डॉस वाले गानों पर पार्टिसिपेंट्स परफॉर्म करते हैं तो उस समय आपका क्या रिएक्शन होता है ?

जब पार्टिसिपेंट्स को मैं पूरी शिद्दत के साथ अपने गानों पर डॉस करते हुए देखती हूं तो मुझे बहुत खुशी होती है। उनका हार्ड वर्क और डेडिकेशन इन्स्पायरिंग लगता है। आप फिल्मी बैकग्राउंड से हैं, जहां कहानी

देखना चाहती हूं, जो टैक्निकली सही हो, इमोशन से भरपूर और सहज हो। ऐसी परफॉर्मेंस जो दर्शकों के दिलों पर गहरा असर छोड़ें। 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स 5' में आपके साथ गीता कपूर, जावेद जाफरी और टैरेस लुईस भी बतौर जज आ रहे हैं। उनके साथ आपका तालमेल कैसा है ?

बहुत ही अच्छा है। शो की जजिंग के अलावा भी हम आपस में मजाक मस्ती करते रहते हैं। गीता जहां मस्तीखोर है, वहीं जावेद जाफरी का सेंस ऑफ ह्यूमर बहुत अच्छा है। इन सभी जजेज के साथ शो का हिस्सा बनने का अनुभव मजेदार है। 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स' देश भर के उभरते कलाकारों के लिए एक अहम प्लेटफॉर्म बन चुका है। ऐसे में जो डॉसर्स इस शो में भाग लेना चाहते हैं, ऐसे कंटेस्टेंट्स को आप क्या मेसेज देना चाहेंगी ?

उनसे मैं यही कहना चाहूंगी कि अपने ऊपर विश्वास रखें, खुद के प्रति सच्चे रहें, कुछ ना कुछ नया सीखने की कोशिश करें, चुनौतियों का सामना करें, कभी निराशा ना हों और ना ही हार मानें। एक दिन आपकी मेहनत जरूर रंग लाएगी। आपका टैलेंट आपको सब में अलग और अच्छा दिखाएगा। ऐसे लोगों का इस शो में स्वागत है। ये मंच ऐसे ही लोगों के लिए बना है, जहां आकर वह अपना डॉसिंग टैलेंट पेश कर सकते हैं। क्या आपके बच्चों को भी डॉस और एक्टिंग में इंटररेस्ट है ?

इस बारे में अभी तो मैं कुछ कह नहीं सकती, क्योंकि मेरे दोनों ही बच्चे फिलहाल पढ़ाई कर रहे हैं। भविष्य में वे कौन-सा करियर चुनते हैं, यह अभी से कहना मुश्किल है। *

इस तपिश में पक्षियों को देगा राहत थोड़ा सा दाना-थोड़ा सा पानी

इन दिनों की तपती गर्मी से हम सब इंसान ही नहीं नन्हे बेजुबान पक्षी भी बेहद बेचैन हैं। दिन के समय इनके लिए दाने-पानी को खोजना बहुत कठिन हो जाता है। इन पक्षियों की बेचैनी को कम करने के लिए हम सब उनके लिए थोड़े से दाने और पानी का इंतजाम कर उनको बड़ी राहत दे सकते हैं।

सरोकार / के.पी. सिंह

तपती दोपहरी में जब धरती अंगारों की तरह दहकती है और आसमान से आग बरसती महसूस होती है, तब सबसे ज्यादा संकट, उन नन्हे परिंदों पर आता है, जिनकी चहचाहट हमारी सुबहों को जीवंत बनाती है। पानी की कुछ बूंदें और अनाज के कुछ दाने उनके लिए जीवनदायी बन सकते हैं। इसलिए अगर हम सब इन बेचैन करने वाली गर्मी के दिनों में अपने घर की छत, बालकनी या खिड़की के बाहर बने स्पेस पर एक कटोरा पानी का भरकर रख दें और उसी जगह एक मुट्ठी दाना डाल दें तो यह नन्हे परिंदों को जिंदगी की बहुत राहत देगा। यह छोटा-सा प्रयास उनके लिए सुरक्षित ठिकाना और जिंदगी का सहारा बन सकता है।

बढ़ते ताप से पक्षी होते बेहाल: बीते कुछ दिनों से गर्मी का प्रकोप लगातार बढ़ रहा है। इसके चलते हम इंसानों से भी ज्यादा शहरों की सड़कों से लेकर गांव के खुले आकाश तक पक्षियों के लिए भारी संकट पैदा हो गया है। देखने में आ रहा है कि पिछले कुछ सालों से गर्मी के दिनों में तापमान में लगातार हो रही वृद्धि, पक्षियों के प्राकृतिक जीवन चक्र को बाधित कर रहा है। पहले जहां 38 से 40 डिग्री का तापमान मई के आखिरी दिनों में हुआ करता था, वहीं अब यह अप्रैल के अंतिम सप्ताह से लेकर मई के पहले सप्ताह में होने लगा है। इन दिनों तो कई जिलों में तापमान 45 डिग्री सेंटीग्रेड को भी पार कर रहा है। जब गर्मी इतनी ज्यादा पड़ती है तो छोटे पक्षियों के लिए यह बहुत चुनौती बन जाती है। उनके लिए सुरक्षित आश्रय और दाना-पानी की जबर्दस्त किल्लत हो जाती है। पक्षियों का शरीर छोटा और बेहद संवेदनशील होता है, इससे वे तापमान में हल्के बदलाव से भी प्रभावित होते हैं। गर्मियों में जब जलस्रोत सूखने लगते हैं, तो उन्हें पानी की तलाश में दूर-दूर तक उड़ान भरनी पड़ती है। इस दौरान उनकी ऊर्जा तेजी से खत्म होती है और कई बार पानी की तलाश में ही वो हीट स्ट्रोक का शिकार हो जाते हैं।

शहरी क्षेत्रों में बड़ी समस्या: शहरी क्षेत्रों में गर्मी की स्थिति और गंभीर है। कंक्रीट के जंगलों में न तो पेड़ों की छाया बची है और न ही प्राकृतिक जलस्रोत। यही कारण है कि कबूतर, गौरैया, कौआ, मैना जैसे पक्षी भी अब पानी के लिए तरसने लगें हैं। कई रिपोर्ट्स में यह सामने आया है कि हर साल गर्मियों



में उत्तर भारत से दक्षिण भारत तक हजारों पक्षी सिर्फ प्यास और अत्यधिक गर्मी के कारण दम तोड़ देते हैं। तेजी से हो रहे शहरीकरण के कारण लगातार पेड़ कट रहे हैं। ये पेड़ केवल ऑक्सीजन ही नहीं देते बल्कि पक्षियों के लिए भोजन और आशियाना भी होते हैं। पुराने पेड़ जिनमें पक्षी पहले घोंसले बनाया करते थे, अब नहीं लगाए जा रहे हैं। सड़कों के किनारे अब इमारती लकड़ी वाले पेड़ लगाए जाते हैं, जिसका असर यह होता है कि सड़क किनारे पेड़ होने के बावजूद उसमें पक्षी अपना घोंसला नहीं बना पाते और न ही राहगीरों को उनसे कोई छाया मिलती है। यही कारण है कि शहरों में रहने वाली गौरैया और बुलबुल जैसी पक्षियों की हाल के सालों में काफी ज्यादा संख्या कम हुई है, क्योंकि पानी और आश्रय की कमी से इंसानों की तरह पक्षी भी लू का शिकार हो जाते हैं।

कर सकते हैं ये प्रयास: अत्यधिक गर्मी में नन्हे पक्षियों का शरीर, तापमान नियंत्रित नहीं कर पाता, जिससे वे गिरकर बेहोश हो जाते हैं। इसलिए अपनी जिम्मेदारी समझते हुए हम सबको गर्मियों में अपने घरों, अपने आंगनों, खेतों, छतों और मुडेरों यानी जहां भी संभव हो, पक्षियों को आश्रय और भोजन प्रदान करना चाहिए। इससे इनकी जान भी बचाई जा सकती है और हमें इससे नन्हे पक्षियों की जान बचाने की खुशी भी भरपूर मिलेगी। इससे कई तरह के तनाव और लाइफस्टाइल समस्याओं से हम मुक्त रहेंगे। सरकार और पर्यावरण संगठन इस संबंध में हालांकि कई तरह के प्रयास कर रहे हैं। लेकिन यह सिर्फ सरकार और मुट्ठी भर गैर-सरकारी संगठनों के प्रयासों से नहीं होगा। जैसे ही गर्मियों में पारा 40 डिग्री के पार पहुंचता है, शहरी क्षेत्रों में 70 फीसद जलस्रोत सूख जाते हैं। इसीलिए पिछले कई सालों से हर साल विशेषकर मई से लेकर जून तक देशभर में हजारों पक्षी हीट स्ट्रोक या लू से मरते पाए गए हैं। ऐसे में हम अगर अपने घर के आस-पास या कहीं भी मिट्टी के एक बर्तन में हर रोज थोड़ा पानी भरकर रख दें और उसी के आस-पास ज्वार, बाजरा और चावल जैसे कुछ दाने भी डाल दें, तो इस छोटे से प्रयास से हर साल हजारों पक्षियों की जान बचाई जा सकती है। *

एक कटोरा पानी और एक मुट्ठी दाना का इंतजाम पक्षियों के लिए जरूर करना चाहिए। इससे इनकी जान भी बचाई जा सकती है और हमें इससे नन्हे पक्षियों की जान बचाने की खुशी भी भरपूर मिलेगी। इससे कई तरह के तनाव और लाइफस्टाइल समस्याओं से हम मुक्त रहेंगे। सरकार और पर्यावरण संगठन इस संबंध में हालांकि कई तरह के प्रयास कर रहे हैं। लेकिन यह सिर्फ सरकार और मुट्ठी भर गैर-सरकारी संगठनों के प्रयासों से नहीं होगा। जैसे ही गर्मियों में पारा 40 डिग्री के पार पहुंचता है, शहरी क्षेत्रों में 70 फीसद जलस्रोत सूख जाते हैं। इसीलिए पिछले कई सालों से हर साल विशेषकर मई से लेकर जून तक देशभर में हजारों पक्षी हीट स्ट्रोक या लू से मरते पाए गए हैं। ऐसे में हम अगर अपने घर के आस-पास या कहीं भी मिट्टी के एक बर्तन में हर रोज थोड़ा पानी भरकर रख दें और उसी के आस-पास ज्वार, बाजरा और चावल जैसे कुछ दाने भी डाल दें, तो इस छोटे से प्रयास से हर साल हजारों पक्षियों की जान बचाई जा सकती है। *



सत्तू शरबत

रखता है। यह मुख्य रूप से बिहार, झारखंड और पूर्वी उत्तर प्रदेश में प्रचलित है। **गोंधाराज घोल:** यह पश्चिम बंगाल की खास छाछ है, जिसमें सुगंधित 'गोंधाराज' नामक विशेष तरह के नीबू के रस का उपयोग किया जाता है।

नीरू मजिगा (नीर मोर): यह पेय मुख्य रूप से आंध्र प्रदेश, तमिलनाडु और कर्नाटक में पिया जाता है। यह एक ठंडी छाछ है, जिसे मसाले, कुरी पत्ते और अदरक मिलाकर तैयार किया जाता है। **जिगरठंडा:** दूध, गोंद कतीरा और नन्नारी सिरप से बना यह पेय शरीर की गर्मी को कम करने के

के साथ कई डॉस नंबरर्स, आज भी दर्शकों के जेहन में जिंदा हैं। ऐसे में जब इस शो में आपके डॉस वाले गानों पर पार्टिसिपेंट्स परफॉर्म करते हैं तो उस समय आपका क्या रिएक्शन होता है ?

जब पार्टिसिपेंट्स को मैं पूरी शिद्दत के साथ अपने गानों पर डॉस करते हुए देखती हूं तो मुझे बहुत खुशी होती है। उनका हार्ड वर्क और डेडिकेशन इन्स्पायरिंग लगता है। आप फिल्मी बैकग्राउंड से हैं, जहां कहानी

देखना चाहती हूं, जो टैक्निकली सही हो, इमोशन से भरपूर और सहज हो। ऐसी परफॉर्मेंस जो दर्शकों के दिलों पर गहरा असर छोड़ें। 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स 5' में आपके साथ गीता कपूर, जावेद जाफरी और टैरेस लुईस भी बतौर जज आ रहे हैं। उनके साथ आपका तालमेल कैसा है ?

बहुत ही अच्छा है। शो की जजिंग के अलावा भी हम आपस में मजाक मस्ती करते रहते हैं। गीता जहां मस्तीखोर है, वहीं जावेद जाफरी का सेंस ऑफ ह्यूमर बहुत अच्छा है। इन सभी जजेज के साथ शो का हिस्सा बनने का अनुभव मजेदार है। 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स' देश भर के उभरते कलाकारों के लिए एक अहम प्लेटफॉर्म बन चुका है। ऐसे में जो डॉसर्स इस शो में भाग लेना चाहते हैं, ऐसे कंटेस्टेंट्स को आप क्या मेसेज देना चाहेंगी ?

उनसे मैं यही कहना चाहूंगी कि अपने ऊपर विश्वास रखें, खुद के प्रति सच्चे रहें, कुछ ना कुछ नया सीखने की कोशिश करें, चुनौतियों का सामना करें, कभी निराशा ना हों और ना ही हार मानें। एक दिन आपकी मेहनत जरूर रंग लाएगी। आपका टैलेंट आपको सब में अलग और अच्छा दिखाएगा। ऐसे लोगों का इस शो में स्वागत है। ये मंच ऐसे ही लोगों के लिए बना है, जहां आकर वह अपना डॉसिंग टैलेंट पेश कर सकते हैं। क्या आपके बच्चों को भी डॉस और एक्टिंग में इंटररेस्ट है ?

इस बारे में अभी तो मैं कुछ कह नहीं सकती, क्योंकि मेरे दोनों ही बच्चे फिलहाल पढ़ाई कर रहे हैं। भविष्य में वे कौन-सा करियर चुनते हैं, यह अभी से कहना मुश्किल है। *



इंडियाज बेस्ट डॉसर्स की जज बनकर मुझे बहुत मजा आ रहा है: करिश्मा कपूर

खास गुलाकात / आरती सक्सेना

अपने दौर की टॉप एक्ट्रेसस में शुमार करिश्मा कपूर ने शादी के बाद कुछ समय के लिए अभिनय से संन्यास ले लिया था और वह पूरी तरह घर-परिवार की जिम्मेदारियों में व्यस्त हो गई थीं। लेकिन आज हालात अलग हैं, उनके बच्चे बड़े हो चुके हैं। एक बार फिर वे एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री में एक्टिव हो गई हैं। जल्द ही करिश्मा, सोनी एंटरटेनमेंट टेलीविजन और सोनी लिव पर प्रसारित होने वाले डॉस रियलिटी शो 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स 5' में बतौर जज नजर आएंगी। इस शो और करियर से जुड़े सवाल करिश्मा कपूर से।

आप एक बार फिर 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स' सीजन 5 में बतौर जज आएंगी। इस बार इस शो में आपको किस बात ने आकर्षित किया ? इस बार इस सीजन का थीम 'इंडिया

वाला डॉस' है। जिसका मतलब है 'इंडिविजुएलिटी और सेल्फ एक्सप्रेसशन, यह अपनी यूनिक शैली को अपनाने, खुद पर कॉन्फिडेंस रखने और एकदम अलग दिखने से ना डरने के बारे में है। कहने का मतलब यह है कि जब प्रतियोगी सच में अपनी कला के जरिए अपनी पहचान से जुड़ते हैं, तभी उनकी परफॉर्मेंस यादगार साबित होती है। 'इंडिया वाला डॉस' की इसी सोच से इंग्रेस होकर मैं एक बार फिर इस शो से जुड़ी।

बॉलीवुड के कई सुपरहिट गानों का आप हिस्सा रही हैं। 'दिल तो पागल है' में माधुरी दीक्षित के साथ आईकॉनिक डॉस, गोविंदा

वाला डॉस' है। जिसका मतलब है 'इंडिविजुएलिटी और सेल्फ एक्सप्रेसशन, यह अपनी यूनिक शैली को अपनाने, खुद पर कॉन्फिडेंस रखने और एकदम अलग दिखने से ना डरने के बारे में है। कहने का मतलब यह है कि जब प्रतियोगी सच में अपनी कला के जरिए अपनी पहचान से जुड़ते हैं, तभी उनकी परफॉर्मेंस यादगार साबित होती है। 'इंडिया वाला डॉस' की इसी सोच से इंग्रेस होकर मैं एक बार फिर इस शो से जुड़ी।

बॉलीवुड के कई सुपरहिट गानों का आप हिस्सा रही हैं। 'दिल तो पागल है' में माधुरी दीक्षित के साथ आईकॉनिक डॉस, गोविंदा



'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स 5' में की-जजेज के साथ करिश्मा कपूर

(मुस्क्रांते हुए) पुरानी यादें ताजा हो जाती हैं। बहुत खुशी होती है जब अपने डॉस नंबर पर किसी को ठुमके लगाते हुए देखती हूं। मेरी फिल्मी जर्नी में डॉस का अहम हिस्सा रहा है। 'इंडियाज बेस्ट डॉसर्स' में मेरे गाने पर किया गया हर परफॉर्मेंस मुझे उन पलों की याद दिलाता है।

मैं फिल्में में भी काम करने के लिए तैयार हूं बशर्ते...

टीवी शोज के अलावा फिल्मों और वेब सीरीज में एक्टिंग को लेकर क्या प्लानिंग है, इस बारे में पूछने पर करिश्मा बताती हैं, 'फिल्म हो, ओटीटी हो या टीवी, मुझे हर जगह काम करने में कोई प्रॉब्लम नहीं है। बस मैं जो भी काम करूं वह अच्छा होना चाहिए। जैसे मैंने कुछ सालों पहले 'मेटल हुड' और 'मर्डर मुबारक' वेब सीरीज की थीं। फिलहाल मैं अगिवन देव के निर्देशन में 'बाउन' सीरीज कर रही हूं। फिल्मों में भी काम करने के लिए मैं तैयार हूं बशर्ते उसमें मेरा रोल मीनिंगफुल और दमदार होना चाहिए।'