

हरीभूमि सोनीपत भूमि

ਖ਼ਬਰ ਸੰਖੇਪ

ट्रक की टक्कर में बाइक सवार युवक की मौत

गन्धौर। बस अड्डे के पास ट्रक की टक्कर से बाइक सवार 28 वर्षीय युवक की मौत हो गई। मृतक की पहचान गांव पाँची गुरुरान के दीपक के रूप में हुई है। दीपक किसी काम से जरी रोड पर गया था। काम पूरा करने के बाद वह बाइक से घर लौट रहा था। इसी दौरान गन्धौर अड्डे के पास ट्रक ने उसकी बाइक को टक्कर मार दी। टक्कर लगने से दीपक सड़क पर दूर जा गिरा और गंभीर चोट लगने से उसकी मौके पर ही मौत हो गई।

केबल चोरी करने के आरोप में दो पकड़े

सोनीपत थुलाना सिविल लाइन सोनीपत पुलिस ने टावर से कॉपर केबल काटकर चोरी करने के मामले में दो आरोपितों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपितों की पहचान आदित्य पुत्र बिजेन्द्र निवासी शम्भर नगर, सोनीपत और रवि पुत्र जसबीर निवासी गांव चटिया औप, जिला सोनीपत के रूप में हुई है। दोनों को न्यायालय में पेश किया गया, जहां से उन्हें न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया। दोनों पर ओल्ड डीसी रेड पर लगे टॉवर से तार चोरी करने का आरोप है।

फायरिंग करने का चौथा आरोपी भी काबू

सोनीपत। पुलिस ने फायरिंग कर जानलेवा हमला करने के मामले में चौथे आरोपित महावीर पुत्र लालचंद निवासी गांव अटायल, सोनीपत को गिरफ्तार किया है। आरोपित को न्यायालय में पेश किया गया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया। पुलिस मामले में तीन आरोपितों को पहले ही गिरफ्तार कर चुकी है।

सड़कों किनारे पेड़ों की शाखाएं और धुंधले संकेतक बढ़ा रहे चालकों की परेशानी

सड़क के हर मोड़ पर खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत



सोनीपत। रोहतक रोड पर बाहर निकली पेड़ों की टहनियां।



सोनीपत । खरखौदा रोड पर पेड़ों की टहनियों से छिपी सफेद पट्टी ।

संपर्क मार्गों पर बड़ा जोखिम

वाहन चालकों प्रमोद, नरेश, सुरेंद्र और रासलेश ने बताया कि सड़कों के सुधार पर करोड़ों रुपये खर्च किए जा रहे हैं, लेकिन यातायात सुविधा से जुड़ी कई समस्याएँ आज भी बनी हुई हैं। रोहतक रोड, अखिया रोड, गोहाना रोड, कामी, कंठारे रोड, रोहता, रिहाट, भगवाँ, मोहनारोड, महलाना, हुल्लाहोली, पैराल नहरों के बाँव बचे मार्ग, बहानारोड रोड समेत कई सड़कें मार्ग पर पड़ें की शाखाएँ सफेद पट्टी से बाहर आ गई हैं। कई सड़कों पर संकेतों का अभाव है। जहाँ संकेतक लगे हैं, उनमें से कई शाखाओं में छिपे हुए हैं या धुंधले पड़ चुके हैं।

बैटकों तक सिमटा अभियान

प्रशासन की बैठकों में संबंधित विभागों को सड़कों और खाली जगहों पर ओढ़ पोंछों की नियमित कटाई के निर्देश दिए जाते रहे हैं। अक्सर में हुई बैठकों में भी सड़कों को संबंधित समस्याओं का समाधान करवाने के निर्देश दिए गए थे। इसके बाद विभागों ने कृषि विभाग अमिताज चलाया, लेकिन खर कहीं सड़कों पर स्थिति फिर नहीं जैसी हो गई है। ऐसे में सड़कों किनारे बढ़ी पेड़ों की शाखाओं और धुंधले अथवा छिपे संकेतकों की वजह से वाहन चालकों के सामने हादसे का खतरा बढा हुआ है। सड़क का मौसम शुरू होने पर चालकों की परेशानी और बढने वाली है।

दुष्कर्म केस में फंसाने की धमकी से परेशान व्यक्ति ने दी जान

गन्नौर। शहर की रहड़ा बस्तो में 48 वर्षीय प्रकाश ने कथित रूप से जहररीला पदार्थ खाकर आत्महत्या की। घटना से क्षेत्र में शोक का माहौल है। परिजनों के अनुसार जहर खाने के बाद प्रकाश ने पुलिस को फोन कर दो महिलाओं पर झूठे दुष्कर्म के मामले में फंसाने की धमकी देकर गलागला परेशान करने का आरोप लगाया था। मुक्त के बेटे साहित्य ने बताया कि उसके पिता पिछले करीब पांच वर्षों से लॉन्डी का काम करते थे। उसका आरोप है कि दोनों महिलाएँ प्यार से और मैसैज के माध्यम से गलागला मानसिक चमत् के पताबिंद कर रही थीं। परिजनों का दावा है कि

कि प्रकाश के मोबाइल में धक्की भरे कई कॉल और संदेश भी मौजूद हैं। परिजनों ने बताया कि प्रकाश पिछले कुछ दिनों से गुमसुम और तनाव में रहने लगा था। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम करवाया। पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया है।

नाबालिग से दुष्कर्म में दोषी को 20 साल की सजा और ज़ुर्माना

सोनीपत। नाबालिग किशोरों को बहला-फुसलाकर पानीपत ले जाने और किराये के कमरे में करीब तीन महीने तक रखकर दुष्कर्म करने के मामले को फास्ट ट्रैक विशेष अदालत ने दोषी प्रमोद अंत अविनाश अंत अंति 20 साल की कठोर कैद की सजा सुनाई है। अतिरिक्त जिला एच 52 न्यायाधीश नरेंद्र की अदालत ने दोषी पर कुल 53 हजार रुपये जर्जनी भी लगाया है। जर्जनी नहीं भरने पर उसे आठ माह का अतिरिक्त साधारण कारावास भोगना होगा।

जुनैनी की राशि में से 45 हजार रुपये पाँडिता को मानसिक क्षति के लिए देने के आदेश दिवंग है। मामले के अनुसार 29 अक्टूबर 2024 को करीब 15 वर्षीय किशोरी पर से निक्की ली, लेकिन तब नहीं लौटी। परिजनों को बताया गया था कि कंपनी में उसकी तबीयत खराब हो गई है। इसके बाद उसकी बहन उसे लेने के लिए घर से गई थी। बाद में दोनों के वापस नहीं लौटने पर परिजनों ने पुलिस शुरू की। 31 अक्टूबर को फ्रांसीसी थाने में शिकायत दी गई, जिस पर तलाश में अपहरण की धारा में प्रचंडी की दर्ज की।

2 लाख रुपये की घूस लेता एएलएम गिरफ्तार, 5 लाख पहले ले चुका था

हरिभूमि न्यूज ▶▶ सोनीपत

बिजली मीटर कनेक्शन, बिजली का खर्चा लगवाने और अन्य विद्युत कार्यों के नाम पर 7 लाख रुपए रिश्ता माफ़ का मामला सामने आया है। एंटी करप्शन ब्यूरो सोनियापट्टी टीएम ने कार्रवाई करते हुए यूएचबीवीएन बहालगढ़ में एचकेआरएन के तहत कार्यरत एएलएम प्रेम को 2 लाख रुपए रिश्ता लते रंगे हाथ गिरफ्तार किया है। इस मामले में बिजली निगम के एक कर्मक और एक अन्य कर्मचारी की भूमिका भी जांच के दायरे में है। शिकायतकर्ता ने एसीबी को बताया कि उसके टे फार्म के लिए बिजली मीटर कनेक्शन, बिजली का खर्चा लगवाने और अन्य विद्युत कार्यों

किसान से 1.40 लाख रुपये की साइबर ठगी

सेनी।पति। साइबर ठग ने व्हाट्सएप पर किसान को उसके विश्वेश ने गौकरी करने वाले रिश्तेदार के नाम से संदेश भेजकर 1.40 लाख रुपये ठग लिए। पांजी गुजरान निवासी रियासत ने साइबर थाना पुलिस को शिकायत देकर मामला दर्ज करवाया है। रियासत ने बताया कि 17 सितंबर को उनके मोबाइल पर व्हाट्सएप कॉल आई। कॉल करने वाले ने खुद को उनका रिश्तेदार मंदीदा मलिक बताया और अचानक पैसे की जरूरत होने की बात कहकर एचडीएफसी बैंक खाते में रुपये भेजने को कहा। विवादा से आकर रियासत ने बताए गए खाते में 1.40 लाख रुपये ट्रान्सफर कर दिए। इसके बाद कथित रिश्तेदार ने दोबारा रुपये भेजने को भीषण कर चुका हुआ। उन्होंने रुपये से संपर्क किया तो उसने रुपये भेजने से इंकार करते हुए बताया कि उसकी व्हाट्सएप आईडी ठग ही गई है।

■ बिजली मीटर व अन्य कामों के लिए मांगे थे सात लाख रुपये



- एसीबी ने शिकायत पर ट्रैप लगाकर रंगे हाथ दबोचा
- बिजली निगम के क्लर्क व एक अन्य कर्मचारी की भूमिका भी संदिग्ध

करवाने थे। आरोप है कि इन कामों के बदले आरोपी पक्ष ने उससे कुल 7 लाख रुपए रिश्तत की मांग की। शिकायतकर्ता के अनुसार, आरोपी उससे पहले ही 5 लाख रुपए रिश्तत के तौर पर ले चुका था। इसके बाद बिजली से जुड़े बाकी काम करवाने के लिए दोबारा 2 लाख रुपए की

मांग की गई। शिकायत मिलने के बाद एसीबी सोनीपत ने मामले की जांच की और ट्रैप कार्रवाई की योजना बनाई।

मामले में बहालगढ़ के एक क्लर्क और एक अन्य अज्ञात कर्मचारी की भूमिका भी सामने आई है। दोनों की अभी गिरफ्तारी नहीं हुई है।

बिना भुगतान सात जोड़ी कपड़े लेकर फरार हुए तीन आरोपी गिरफ्तार

गोशाना। शहर थाणा पुलिस ने रेडीमेड कपड़ों की दुकान से छिना मुग़लान किए सात जोड़ी कपड़े लेकर फरार होने के मामले में गांव विप्लवाजी निवासी मोहन, सागर और जेनक को गिरफ्तार किया है। ब्यायाचन के आदेश पर तीनों को न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया। मुख्य हाजिरा निवासी प्रिंस ने गुजरात को पुलिस को शिकारत दी थी कि उसकी रेडीमेड कपड़ों की दुकान पर बाइक सवार तीन युवक आए थे। तीनों ने १,४०० रुपये कीमत के सात जोड़ी कपड़े लिए। इनमें से एक युवक ने स्कैटर से मुग़लान करने के बाद सड़पा जमा होने की बात कही। प्रिंस ने बैंक खात के कितना तो उसकी कहेंगे जमाना नहीं दूहे थी।

सेक्टर-14 से लाखों के गहने व नकदी चोरी

सोनीपता। सेक्टर-14 में बंद मकान का ताला तोड़कर चोर सोने-चांदी के आभूषण, 1.30 लाख रुपये नकद और अन्य सामान चोरी कर ले गए। वारदात के दौरान पड़ोसी ने मकान के अंदर संदिग्ध गतिविधियां देख लीं और शोर मचा दिया। निजी सुरक्षा गार्डों ने दो संदिग्धों का पीछा कर उन्हें पकड़ लिया, लेकिन पुलिस के पहुंचने से पहले दोनों फरार हो गए। सेक्टर-27 थाना पुलिस ने फाल्केएस दहिया की शिकायत पर मामला दर्ज कर चार शुरू कर दी है।

गुरुग्राम निवासी एलकेएस दहिया ने बताया कि सेक्टर-14 में उनका मकान है, जिसमें उनकी मां रानी रहिया रहती हैं। तबीयत खराब होने के कारण वह मां को उपचार के लिए गुरुग्राम ले गए थे। उन्होंने बताया कि चार सोने के कडें, दो अंगूठियां, तीन छोटी बालियां, दो हथ, 1.30 लाख रुपये, करीब 10 चांदी के बरतन, एकड़ी की रसीदें, सोसैटीटी का वार्ड-फाई राउटर व अन्य सामान ले गए।



बत्रा

सुपर स्पेशलिटी हस्पताल

A Unit of Batra Heart & Lung Institute LLP *we give hope*

प्लॉट न. 1, रंगोली ग्रीन, सैक्टर-16, सोनीपत





निःशुल्क

विश्व हृदय दिवस के उपलक्ष्य में

मेगा हृदय रोग जाँच शिविर

रविवार, 27 सितम्बर 2026

समय : प्रातः 9 बजे से दोपहर 1 बजे तक

सुविधाएँ :

निःशुल्क परामर्श, ई.सी.जी., सी.डी.ईको, ब्लड थूगर

श्री निखिल मदान
विधायक, सोनीपत

श्री पवन खरखौदा
विधायक, खरखौदा

श्री देवेन्द्र कादयान
विधायक, गन्जौर

श्री राजीव जैन
मेयर, सोनीपत

श्रीमती कृष्णा गहलावत
विधायिका, राई

श्री ललित बत्रा
पूर्व वाईस चेयरमैन, हरियाणा सरकार

डॉ. अलंकृता मेरा
सिविल सर्जन, सोनीपत

उपलब्ध चिकित्सक

डॉ. रमेश बत्रा

MBBS, FCGP, FIAMS, FIAE
Fellow Indian Academy of
Echocardiography
निदेशक

डॉ. अंकुर बत्रा

MD (Medicine), DM (Interventional
Cardiology) FNIC, FAPSC (Singapore),
FACC (USA) Sr. Interventional Cardiologist
चरिष्ठ हृदय रोग विशेषज्ञ

डॉ. धीरज झांब

MS, M.Ch., FIACFS
यथार्थ हस्पताल, नई दिल्ली
चरिष्ठ हार्ट सर्जन

डॉ. गौरव गर्ग

MD, FNB
BLK-Max Hospital, Delhi
चरिष्ठ बाल हृदय रोग विशेषज्ञ

CGHS (Central Govt. Health Scheme)

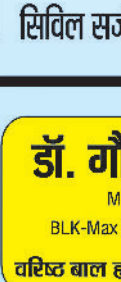
DRDO (Defence Research & Development Organisation)

CERC (Central Electricity Regulatory Commission)

सभी TPA उपलब्ध

(हृदय रोगियों के ईलाज के अत्याधुनिक
IVUS, FFR, OCT, ROTA BLATION
से सुसज्जित मशीन अब हमारे यहाँ उपलब्ध है)

**कृपया अपना पुराना रिकार्ड
साथ लेकर आएं**



HELPLINE

86056 86056

कैथ लैब

FACILITIES

- CD ECHO • TMT
- STRESS ECHO
- HOLTER-MONITOR
- एन्जियोप्लाफ़ी
- एन्जियोप्लास्टी (छल्ला लगाना)
- पेसमेकर
- दिल की धड़कन का इलाज (RFA)
- दिल के छेद को बिना ऑपरेशन बन्द करना (ASD, PDA)
- ICD, CRT - D
- बच्चों के हृदय रोग विशेषज्ञ की सुविधा




Arya Eye Hospital

एटलस रोड, सोनीपत

अब CGHS

के पैनल पर भी



हम हरियाणा सरकार के पैनल पर भी



हरियाणा सरकार
(Haryana govt.)

हमारे अन्य पैनल :



ECHS



ESIC



DDA



आयुष्मान
भारत








अधिक जानकारी के लिए कॉल करें

0130-2245644

+91-8168629274

और अन्य मुख्य टी.पी.ए. भी

 Arya Eye Hospital, Atlas Road, Sonipat
  aryaeyehospital@hotmail.com

तीन मिडकैप फंड ने किया बेंचमार्क से बेहतर प्रदर्शन

- » व्हाइटओक, एडेलवाइज़ और निप्पॉन इंडिया ने दिया खूब रिटर्न
- » निवेश से पहले जोखिम और लागत को समझना बेहद जरूरी
- » मिडकैप में ज्यादा रिटर्न की संभावना के साथ उतार-चढ़ाव भी अधिक
- » तीनों फंडों ने अलग-अलग अवधि में बेंचमार्क को पीछे छोड़ा
- » पिछले प्रदर्शन को भी भविष्य की गारंटी का मानें

बिगनेस डेस्क

मिडकैप न्यूउअल फंड उन कंपनियों में निवेश करते हैं जो बड़ी कंपनियों से छोटी, लेकिन स्मॉलकैप कंपनियों से अपेक्षाकृत बड़ी होती हैं। इनमें विकास की संभावनाएं मजबूत हो सकती हैं, लेकिन बाजार में गिरावट आने पर इनका उतार-चढ़ाव भी अधिक हो सकता है। हाल के आंकड़ों में मिडकैप सेगमेंट की रफ्तार कुछ धीमी हुई है। 10 सितंबर 2026 तक एक साल में निपटी मिडकैप 150 टीआरआई का रिटर्न 7.19% रहा, जबकि तीन साल में इसका सालाना औसत रिटर्न करीब 15% रहा। ऐसे माहौल में यह देखना महत्वपूर्ण हो जाता है कि कौन-से सक्रिय मिडकैप फंड अपने बेंचमार्क से आगे रहे हैं। इक्विटीमास्टर की 30 से अधिक फंडों की स्क्रीनिंग में तीन योजनाएं सामने आईं व्हाइटओक कैपिटल मिड कैप फंड, एडेलवाइज़ मिड कैप फंड और निप्पॉन इंडिया ग्रोथ मिड कैप फंड। इस विश्लेषण में रिटर्न के साथ जोखिम-समायोजित प्रदर्शन को भी देखा गया। आंकड़े 10 सितंबर 2026 तक के हैं।

1. व्हाइटओक कैपिटल मिड कैप फंड

यह तीनों में अपेक्षाकृत नया फंड है। सितंबर 2022 में शुरू हुए इस फंड ने उपलब्ध अवधि में बेंचमार्क से काफी बेहतर प्रदर्शन किया है। एक साल में फंड का रिटर्न 14.92% रहा, जबकि निपटी मिडकैप 150 टीआरआई का रिटर्न 7.19% था। तीन साल में फंड ने 21.73% सालाना रिटर्न दिया, जबकि बेंचमार्क का रिटर्न 14.92% रहा। इस फंड की खासियत इसका अपेक्षाकृत विविध पोर्टफोलियो है। मैक्स फाइनेंशियल सर्विसेज, भारती हेक्साकॉम, फेडरल बैंक, लॉरेस लैब्स और कोफोर्ज इसकी प्रमुख हिस्सेदारी में शामिल हैं। शीर्ष होल्डिंग का वजन भी बहुत ज्यादा नहीं है। तीन साल की अवधि में इसकी अस्थिरता 15.86 रही। शार्प अनुपात 0.33 और सॉर्टिनो अनुपात 0.62 रहा। ये आंकड़े बताते हैं कि उपलब्ध तीन साल की अवधि में फंड ने जोखिम के मुकाबले अच्छा प्रदर्शन किया।

2. एडेलवाइज़ मिड कैप फंड

एडेलवाइज़ मिड कैप फंड का इतिहास बाकी दोनों की तुलना में लंबा है। यह फंड दिसंबर 2007 में शुरू हुआ था और इसके पास अलग-अलग बाजार परिस्थितियों का अपेक्षाकृत लंबा रिकॉर्ड है। पांच साल में इसने 18.89% और सात साल में 25.40% सालाना रिटर्न दिया। इसी अवधि में निपटी मिडकैप 150 टीआरआई का रिटर्न क्रमशः 16.52% और 22.68% रहा। तीन साल में फंड का रिटर्न 20.65% रहा, जबकि बेंचमार्क का रिटर्न 14.92% था। फंड का निवेश वित्तीय कंपनियों और बाजार से जुड़ी कुछ कंपनियों की ओर अपेक्षाकृत अधिक रहा है। इसके पोर्टफोलियो में एमसीएक्स, बीएसई, फेडरल बैंक और एयू स्मॉल फाइनेंस बैंक जैसी कंपनियां शामिल हैं। यही सेक्टर झुकाव इसके प्रदर्शन का एक महत्वपूर्ण पहलू है। तीन साल की अवधि में इसकी अस्थिरता 16.61 रही, जो इन तीनों में सबसे अधिक थी। शार्प अनुपात 0.30 और सॉर्टिनो अनुपात 0.56 रहा। इस फंड की एक महत्वपूर्ण बात इसका लंबा ट्रैक रिकॉर्ड है। हालांकि, निवेशकों को यह भी देखना चाहिए कि मौजूदा फंड मैनेजमेंट टीम के कार्यकाल और पूरे ऐतिहासिक प्रदर्शन में कितना अंतर है।

3. निप्पॉन इंडिया ग्रोथ मिड कैप फंड

निप्पॉन इंडिया ग्रोथ मिड कैप फंड तीनों में सबसे पुराना है। अक्टूबर 1995 में शुरू हुआ यह फंड कई बाजार चक्रों से गुजर चुका है। इसके लंबे इतिहास में डाट-कॉम संकट, 2008 की वैश्विक वित्तीय मंदी, टेपर वेट्टम, नोटबंदी, कोविड और मिडकैप में आई बड़ी गिरावट जैसे दौर शामिल हैं। एक साल में फंड ने 8.44% तीन साल में 17.73%, पांच साल में 18.31% और सात साल में 24.11% सालाना रिटर्न दिया। संबंधित अवधि में निपटी मिडकैप 150 टीआरआई का रिटर्न क्रमशः 7.19%, 14.92%, 16.52% और 22.68% रहा। इससे पता चलता है कि उपलब्ध सभी प्रमुख अवधियों में फंड का रिटर्न बेंचमार्क से ऊपर रहा। तीन साल की अवधि में इसकी अस्थिरता 16.07 रही। शार्प अनुपात 0.27 और सॉर्टिनो अनुपात 0.51 रहा। फंड का आकार करीब 39,100 करोड़ रुपये बताया गया है, जो इन तीनों में सबसे बड़ा है। बड़ा आकार एक तरफ मजबूत निवेशक को दर्शाता है, लेकिन मिडकैप क्षेत्र में बहुत बड़े फंड के लिए छोटी कंपनियों में बड़ी हिस्सेदारी बनाना अपेक्षाकृत कठिन हो सकता है। इसका प्रत्यक्ष योगदान व्यय अनुपात करीब 0.81% है।

सिर्फ रिटर्न देखकर निवेश न करें

मिडकैप फंड में पिछले रिटर्न को देखकर निवेश करना जोखिमपूर्ण हो सकता है। इस श्रेणी में शेयरों की कीमतों में बड़े उतार-चढ़ाव की संभावना रहती है। इसलिए निवेशकों को कम से कम पांच बातों पर ध्यान देना चाहिए—फंड का निवेश उद्देश्य, पोर्टफोलियो की गुणवत्ता, फंड मैनेजर का रिकॉर्ड, खर्च और अपने पोर्टफोलियो में मिडकैप का उचित हिस्सा। इसके अलावा फंड के आकार को भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। बहुत बड़े फंड के लिए छोटी और मझोली कंपनियों में पर्याप्त हिस्सेदारी बनाना मुश्किल हो सकता है, जबकि छोटे फंड में दूसरी तरह के जोखिम हो सकते हैं।

एसआईपी निवेशकों के लिए क्या समझना जरूरी

मिडकैप फंड को आम तौर पर लंबी अवधि के निवेश के नजरिए से देखना चाहिए। बाजार में गिरावट के दौरान एसआईपी जारी रखने के लिए निवेशक में पर्याप्त जोखिम क्षमता होनी चाहिए।

उदाहरण के लिए, किसी फंड में पिछले तीन या पांच वर्षों में बेंचमार्क को पीछे छोड़ा है, इसका अर्थ यह नहीं है कि अगले तीन या पांच वर्षों में भी ऐसा ही होगा। बाजार की परिस्थितियां, कंपनियों की कमाई, मूल्यांकन और फंड की निवेश रणनीति बदल सकती हैं। इसलिए निवेश का निर्णय केवल किसने सबसे ज्यादा रिटर्न दिया के आधार पर नहीं, बल्कि अपने वित्तीय लक्ष्य, निवेश अवधि, जोखिम क्षमता और पहले से मौजूद पोर्टफोलियो को ध्यान में रखकर करना चाहिए।

फंड चुनते समय रिटर्न संग जोखिम पर ध्यान दें

व्हाइटओक कैपिटल मिड कैप फंड के आंकड़े उपलब्ध छोटी अवधि में मजबूत रहे हैं, एडेलवाइज़ मिड कैप के पास लंबा और मजबूत प्रदर्शन रिकॉर्ड है, जबकि निप्पॉन इंडिया ग्रोथ मिड कैप का इतिहास तीनों में सबसे लंबा है। तीनों की निवेश शैली, पोर्टफोलियो संरचना, फंड का आकार और लागत अलग-अलग हैं। इसलिए इन आंकड़ों को निवेश की गारंटी या भविष्य के रिटर्न का संकेत नहीं माना जाना चाहिए। मिडकैप फंड चुनते समय रिटर्न के साथ जोखिम, खर्च, पोर्टफोलियो और निवेशक की अपनी परिस्पति-वितरण रणनीति को भी समान महत्व देना जरूरी है।

स्मार्ट बीटा फंड : दिला सकता है बढ़िया मुनाफा, जोखिम भी ज्यादा नहीं

कम लागत में बेहतर रणनीति से करें निवेश

निवेश मंत्रा

बिगनेस डेस्क

न्यूउअल फंड में निवेश करने वाले लोगों के सामने अब केवल पारंपरिक इंडेक्स फंड और सक्रिय रूप से संचालित फंड ही विकल्प नहीं हैं। स्मार्ट बीटा फंड भी निवेश की एक ऐसी रणनीति है, जो पैसिव निवेश की नियम-आधारित प्रक्रिया को अलग-अलग फैक्टर के आधार पर शेयर चुनने की रणनीति से जोड़ती है। इनका उद्देश्य बाजार के पारंपरिक इंडेक्स से अलग तरीके से निवेश करना और जोखिम के मुकाबले बेहतर रिटर्न हासिल करने की कोशिश करना होता है। हालांकि, स्मार्ट बीटा का मतलब यह बिल्कुल नहीं है कि फंड हर समय बाजार या सामान्य इंडेक्स से बेहतर प्रदर्शन करेगा।

साधारण इंडेक्स फंड किसी तय इंडेक्स की संरचना को दोहराने की कोशिश करते हैं। उदाहरण के लिए, किसी इंडेक्स में जिस कंपनी का जितना वजन है, फंड भी लगभग उसी अनुपात में उसमें निवेश करता है। स्मार्ट बीटा फंड इससे अलग तरीके से काम करते हैं। इनमें शेयरों का चयन और उनका वजन पहले से तय नियमों के आधार पर किया जाता है। यानी फंड मैनेजर की व्यक्तिगत पसंद के बजाय किसी निर्धारित रणनीति या फैक्टर को प्राथमिकता दी जाती है। यही वजह है कि स्मार्ट बीटा को सक्रिय और निष्क्रिय निवेश के बीच की रणनीति के तौर पर देखा जाता है। इसमें सक्रिय फंड की तरह अलग-अलग विशेषताओं वाले शेयर चुने जाते हैं, लेकिन चयन प्रक्रिया नियम-आधारित होती है।

चार प्रमुख फैक्टर को समझें

- वैल्यू** : इस रणनीति में ऐसे शेयरों पर ध्यान दिया जाता है जिन्हें निर्धारित वित्तीय मानकों के आधार पर उनकी कीमत की तुलना में आकर्षक माना जाता है। इसका आधार मूल्यांकन से जुड़े आंकड़े हो सकते हैं।
- क्वालिटी** : इसमें मजबूत वित्तीय स्थिति वाली कंपनियों को प्राथमिकता देने की कोशिश होती है। लाभप्रदता, कर्ज, आय की स्थिरता और अन्य वित्तीय मानक इसके आधार हो सकते हैं।
- मोमेंटम** : इसमें हाल के समय में बेहतर प्रदर्शन करने वाले शेयरों की चाल को महत्व दिया जाता है। रणनीति का आधार यह होता है कि कुछ शेयरों में बनी सकारात्मक या नकारात्मक गति कुछ समय तक जारी रह सकती है।
- लो वोलैटिलिटी** : इसमें अपेक्षाकृत कम उतार-चढ़ाव वाले शेयरों पर ध्यान दिया जाता है। इसका उद्देश्य पोर्टफोलियो में बाजार की तुलना में उतार-चढ़ाव को नियंत्रित करने की कोशिश करना होता है।

साधारण इंडेक्स फंड किसी तय इंडेक्स की संरचना को दोहराने की कोशिश करते हैं। उदाहरण के लिए, किसी इंडेक्स में जिस कंपनी का जितना वजन है, फंड भी लगभग उसी अनुपात में उसमें निवेश करता है। स्मार्ट बीटा फंड इससे अलग तरीके से काम करते हैं। इनमें शेयरों का चयन और उनका वजन पहले से तय नियमों के आधार पर किया जाता है। यानी फंड मैनेजर की व्यक्तिगत पसंद के बजाय किसी निर्धारित रणनीति या फैक्टर को प्राथमिकता दी जाती है। यही वजह है कि स्मार्ट बीटा को सक्रिय और निष्क्रिय निवेश के बीच की रणनीति के तौर पर देखा जाता है। इसमें सक्रिय फंड की तरह अलग-अलग विशेषताओं वाले शेयर चुने जाते हैं, लेकिन चयन प्रक्रिया नियम-आधारित होती है।

कैसे अलग होता है पोर्टफोलियो पारंपरिक बाजार पूंजीकरण आधारित इंडेक्स में बड़ी कंपनियों का वजन उनके बाजार मूल्य के आधार पर अधिक होता है। स्मार्ट बीटा रणनीति में ऐसा जरूरी नहीं है। मान लीजिए कोई फंड क्वालिटी फैक्टर पर आधारित है। तब वह बाजार पूंजीकरण की बजाय कंपनियों की वित्तीय गुणवत्ता से जुड़े मानकों के आधार पर शेयरों का चयन कर सकता है। इसी तरह मोमेंटम फंड में हाल की कीमत की चाल महत्वपूर्ण हो सकती है।



निवेशकों को क्या फायदे मिलेंगे

- नियम-आधारित निवेश : शेयरों के चयन के लिए पहले से निर्धारित नियम होते हैं। इससे निवेश प्रक्रिया अपेक्षाकृत व्यवस्थित और पारदर्शी रहती है।
- कम लागत की संभावना : सक्रिय रूप से संचालित फंड की तुलना में स्मार्ट बीटा फंड की लागत आम तौर पर कम हो सकती है, हालांकि हर फंड का वास्तविक खर्च अलग होता है।
- विशेष रणनीति का विकल्प : निवेशक वैल्यू, क्वालिटी, मोमेंटम या लो वोलैटिलिटी जैसे किसी खास फैक्टर पर आधारित रणनीति चुन सकते हैं।
- पोर्टफोलियो में विविधता : पारंपरिक इंडेक्स से अलग कंपनियों और अलग वजन वाली कंपनियों में निवेश होने के कारण यह निवेश पोर्टफोलियो में एक अलग रणनीतिक एक्सपोजर दे सकता है।

सेक्टर या शेयरों का झुकाव बढ़ेगा

फैक्टर आधारित निवेश का एक दूसरा जोखिम कंसंट्रेशन है। किसी खास नियम के कारण पोर्टफोलियो में कुछ सेक्टर या कंपनियों की हिस्सेदारी अपेक्षाकृत अधिक हो सकती है। ऐसे में यदि उस सेक्टर या कंपनियों के समूह का प्रदर्शन कमजोर रहता है तो पूरे फंड के रिटर्न पर असर पड़ सकता है। इसलिए फंड की शीर्ष होल्डिंग, सेक्टर आवंटन और इंडेक्स की निर्माण पद्धति को समझना जरूरी है।

बार-बार रीबैलेंसिंग से बढ़ेगी लागत

कुछ स्मार्ट बीटा रणनीतियों में समय-समय पर पोर्टफोलियो को रीबैलेंस किया जाता है। यानी तय नियमों के अनुसार कुछ शेयरों का वजन बढ़ाया या घटाया जाता है और कुछ शेयरों को शामिल अथवा बाहर किया जाता है। मोमेंटम जैसी रणनीतियों में यह बदलाव अपेक्षाकृत अधिक हो सकता है। ज्यादा बदलाव का मतलब लेनदेन की लागत और पोर्टफोलियो में शेयरों के आने-जाने की दर बढ़ना हो सकता है। इसका असर फंड के वास्तविक रिटर्न पर पड़ सकता है।

सैलरी आते ही पैसा खत्म हो जाता है तो बदलें कुछ आदतें

बिगनेस डेस्क

हर महीने सैलरी आते ही लगता है कि इस बार खर्च संभालकर चलेगें, लेकिन कुछ ही दिनों बाद खाते का बैलेंस तेजी से कम होने लगता है। महीने के आखिर में जरूरी खर्चों के लिए भी पैसों का हिसाब लगाना पड़ता है। ऐसी स्थिति को हमेशा कम आय का नतीजा मानना सही नहीं है। कई बार बिना बजट खर्च करना, छोटी-छोटी खरीदारी को नजरअंदाज करना और बचत को महीने के आखिर के लिए छोड़ देना भी आर्थिक दबाव की बड़ी वजह बनता है। पैसे को बेहतर तरीके से मैनेज करने के लिए बहुत जटिल वित्तीय रणनीति की जरूरत नहीं होती। कुछ आसान आदतों को नियमित रूप से अपनाना आय और खर्च के बीच बेहतर संतुलन बनाया जा सकता है।

सैलरी आते ही पहले बचत करें

सबसे आम गलती यह होती है कि लोग पूरे महीने खर्च करने के बाद बची रकम को बचत करने के लिए रखते हैं। व्यवहार में अक्सर महीने के अंत तक बचने के लिए बहुत कम पैसा रह जाता है। इसका आसान तरीका है, 'पहले बचत, फिर खर्च'। सैलरी खाते में आते ही तय रकम को अलग बचत खाते या निर्धारित निवेश में भेज दें। इससे खर्च करने के लिए उपलब्ध पैसा अपने आप सीमित हो जाएगा। उदाहरण के लिए, यदि किसी व्यक्ति की मासिक आय 50,000 रुपये है तो वह अपनी क्षमता के अनुसार पहले ही 5,000 या 10,000 रुपये अलग कर सकता है। इसके बाद बाकी रकम से महीने का खर्च चलाया जाए। बचत की राशि छोटी हो तो भी नियमितता ज्यादा महत्वपूर्ण है। इससे महीने के बीच में पैसा खत्म होने की संभावना कम होगी।

» कमाई कितनी है, इससे ज्यादा जरूरी है उसका सही बंटवारा

» पहले बचत, फिर खर्च और निवेश का नियम अपनाएं

» महीने के आखिर में होने वाली पैसों की तंगी से बच सकेंगे



माह की शुरुआत में बनाएं बजट

सैलरी आने के बाद बिना योजना के खर्च शुरू करना बजट बिगड़ने का सबसे आसान तरीका है। इसलिए महीने की शुरुआत में ही जरूरी खर्चों की सूची बनाएं। सबसे पहले किराया, ईंधन, बिजली-पानी, राशन, स्कूल फीस, बीमा प्रीमियम और दूसरी अनिवार्य जरूरतों के लिए रकम अलग करें। इसके बाद यात्रा, खरीदारी, मनोरंजन और बाहर खाने जैसे खर्चों के लिए सीमा तय करें। बजट का मतलब हर खर्च रोकना नहीं है। इसका उद्देश्य यह तय करना है कि किस मद में कितना पैसा खर्च किया जा सकता है। यदि महीने की शुरुआत में ही 50,000 की आय में से 25,000 जरूरी खर्चों के लिए निर्धारित हैं और 10,000 रुपये बचत या निवेश के लिए अलग कर दिए गए हैं, तो बाकी 15,000 ही वैकल्पिक खर्चों के लिए उपलब्ध होंगे। इससे महीने के बीच में पैसा खत्म होने की संभावना कम होगी।

छोटे खर्चों को नजरअंदाज न करें

बजट अक्सर किसी एक बड़े खर्च से नहीं, बल्कि कई छोटे खर्चों से बिगड़ता है। रोज की कॉफी, ऑनलाइन खाना, कैश, छोटी-मोटी खरीदारी, मनोरंजन और ऐसे डिजिटल सब्सक्रिप्शन जिनका इस्तेमाल बहुत कम होता है इनकी कुल रकम महीने के अंत में काफी बड़ी हो सकती है। इसलिए कम से कम एक महीने तक हर खर्च लिखने की आदत डालें। मोबाइल के नोट्स, डायरी या किसी खर्च ट्रैकिंग ऐप का इस्तेमाल किया जा सकता है। महीने के अंत में खर्चों को तीन हिस्सों में बांटे। जरूरी, उपयोगी और गैर-जरूरी। इसके बाद देखें कि किन खर्चों को कम किया जा सकता है। मान लीजिए रोजाना 100 का छोटा खर्च हो रहा है। महीने में यह करीब 3,000 और सालभर में करीब 36,500 हो सकता है।

इमरजेंसी फंड को प्राथमिकता

बजट और बचत के साथ आपातकालीन कोष यानी इमरजेंसी फंड भी जरूरी है। अचानक नौकरी में रुकावट, घर से जुड़ी जरूरत, वाहन की मरम्मत या कोई अप्रत्याशित खर्च आने पर अगर अलग पैसा नहीं है तो व्यक्ति को निवेश तोड़ना पड़ सकता है या क्रेडिट कार्ड और कर्ज पर निर्भर होना पड़ सकता है। इमरजेंसी फंड का उद्देश्य ज्यादा रिटर्न कमाना नहीं, बल्कि जरूरत के समय पैसा उपलब्ध रखना है। इसे ऐसे विकल्प में रखना चाहिए जहां जरूरत पड़ने पर रकम आसानी से निकाली जा सके।

निवेश को आदत बनाएं

सिर्फ पैसा बचाकर रखना पर्याप्त नहीं है। लंबे समय के वित्तीय लक्ष्यों के लिए बचत के साथ निवेश भी जरूरी हो सकता है। निवेश का विकल्प चुनते समय लक्ष्य, अवधि और जोखिम क्षमता को ध्यान में रखना चाहिए। नियमित निवेश के लिए एसआईपी एक तरीका हो सकता है। इसमें हर महीने एक तय रकम न्यूउअल फंड योजना में निवेश की जाती है। हालांकि, न्यूउअल फंड बाजार जोखिम के अधीन होते हैं और रिटर्न की गारंटी नहीं होती।



सैलरी का आसान बंटवारा करें

- **जरूरी खर्च**: घर, राशन, बिजली, ईंधनआई और दूसरी अनिवार्य जरूरतें।
- **बचत**: भविष्य की जरूरतों और बड़े खर्चों के लिए।
- **निवेश**: लंबे समय के वित्तीय लक्ष्यों के लिए।
- **वैकल्पिक खर्च**: घूमना, मनोरंजन, खरीदारी और दूसरी इच्छाओं पर खर्च।
- इस बंटवारे को अपनी वास्तविक आय और जिम्मेदारियों के अनुसार बदला जा सकता है।

क्रेडिट कार्ड और ईएमआई पर भी रखें नजर

अगर हर महीने सैलरी का बड़ा हिस्सा पुरानी ईएमआई या क्रेडिट कार्ड भुगतान में चला जाता है तो बचत और निवेश के लिए रकम निकालना मुश्किल होगा। इसलिए नए कर्ज लेने से पहले यह देखना जरूरी है कि उसकी मासिक किस्त बजट पर कितना दबाव डालेगी। क्रेडिट कार्ड का इस्तेमाल सुविधा के लिए किया जा सकता है, लेकिन ऐसा खर्च नहीं करना चाहिए जिसे समय पर चुकाना मुश्किल हो। ब्याज और लेट फीस जैसी लागत छोटे खर्च को भी महंगा बना सकती है।

सिर्फ हर महीने निवेश करना काफी नहीं, सही फंड का चयन और लंबी अवधि तक अनुशासन भी जरूरी

एसआईपी से उम्मीद के मुताबिक नहीं बन रहा पैसा, तो कुछ गलतियों से बचें

सुझाव

बिगनेस डेस्क

व्यवस्थित निवेश योजना यानी एसआईपी आज छोटे और बड़े निवेशकों के बीच लंबी अवधि में संपत्ति बनाने का लोकप्रिय माध्यम बन चुकी है। हर महीने तय राशि निवेश करने की सुविधा के कारण नौकरीपेशा और सीमित आय वाले लोग भी धीरे-धीरे बड़ा कोष तैयार करने की उम्मीद रखते हैं। लेकिन कई निवेशकों की शिकायत रहती है कि वर्षों तक एसआईपी चलाते के बाद भी पैसा उनकी उम्मीद के मुताबिक नहीं बढ़ रहा। ऐसे में वे अक्सर फंड, बाजार या फंड प्रबंधक को जिम्मेदार मान लेते हैं। अक्सर में एसआईपी कोई ऐसा निवेश उत्पाद नहीं है, जो निश्चित या गारंटीशुद्ध रिटर्न देता हो। यह केवल नियमित अंतराल पर निवेश करने का तरीका है। निवेश का अंतिम परिणाम इस बात पर निर्भर करता है कि हर महीने कितनी राशि लगाई जा रही है, किस प्रकार के न्यूउअल फंड का चयन किया गया है, निवेश का लक्ष्य और अवधि क्या है, बाजार की स्थिति कैसी है और निवेशक किसने समझ तक लगातार निवेश बनाए रखा है। यदि एसआईपी उम्मीद के मुताबिक नतीजे नहीं दे रही है तो बाहर निकलने से पहले निवेशक को अपनी रणनीति की इन पांच महत्वपूर्ण कमियों की जांच करनी चाहिए।

लक्ष्य के मुकाबले बहुत कम

है एसआईपी की राशि

एसआईपी में सबसे आम गलती यह होती है कि निवेशक पहले यह तय करता है कि वह हर महीने कितनी रकम आसानी से बचा सकता है, लेकिन यह नहीं देखता कि उसके वित्तीय लक्ष्य को हासिल करने के लिए वास्तव में कितने महीने की जरूरत हैं। 2,000 या 5,000 रुपये की मासिक एसआईपी निवेश की अच्छी शुरुआत हो सकती है, लेकिन हर लक्ष्य के लिए यह रकम पर्याप्त नहीं होती। मसलन, यदि कोई व्यक्ति पांच साल में 50 लाख या एक करोड़ रुपये का कोष बनाना चाहता है, तो केवल 5,000 रुपये मासिक निवेश से लक्ष्य तक पहुंचना संभव नहीं होगा। इसलिए निवेश की शुरुआत करते समय सवाल केवल यह नहीं होना चाहिए कि हर महीने कितना निवेश कर सकता हूँ, बल्कि यह होना चाहिए कि अपने लक्ष्य तक पहुंचने के लिए कितना निवेश करना जरूरी है। इसे एक उदाहरण से समझा जा सकता है। यदि कोई निवेशक पांच साल तक हर महीने 5,000 रुपये की एसआईपी करता है और औसतन 12 प्रतिशत वार्षिक रिटर्न मान लिया जाए, तो उसके पास करीब 4.1 लाख रुपये का कोष बन सकता है। यदि उसका लक्ष्य पांच लाख रुपये है तो वह लगभग 90 हजार रुपये पीछे रह जाएगा। इसी अनुमान रिटर्न और औसत में पांच लाख रुपये के लक्ष्य तक पहुंचने के लिए करीब 6,100 रुपये मासिक निवेश की जरूरत पड़ सकती है। आय बढ़ने के साथ एसआईपी की रकम बढ़ाना भी जरूरी है।

लक्ष्य और अवधि के हिसाब

से गलत फंड चुनना

हर न्यूउअल फंड हर निवेशक और हर लक्ष्य के लिए उपयुक्त नहीं होता। फंड चुनते समय केवल ज्यादा रिटर्न देखने के बजाय निवेश की अवधि, लक्ष्य और जोखिम उठाने की क्षमता को प्राथमिकता देनी चाहिए। उदाहरण के लिए, तीन साल बाद घर खरीदने के लिए पैसा जुटा रहे निवेशक और 20 साल बाद सेवानिवृत्ति के लिए निवेश करने वाले व्यक्ति की रणनीति एक जैसी नहीं हो सकती। लंबी अवधि वाले निवेशक अपेक्षाकृत अधिक उतार-चढ़ाव सहन कर सकते हैं, जबकि कम अवधि के लक्ष्य के लिए बहुत अधिक जोखिम वाले इक्विटी फंड परेशानी पैदा कर सकते हैं। मिड और स्मॉल कैप शेयरों में ज्यादा निवेश करने वाले फंड लंबी अवधि में बेहतर वृद्धि की संभावना दे सकते हैं, लेकिन इनमें उतार-चढ़ाव भी काफी अधिक हो सकता है।

पिछले शानदार रिटर्न के पीछे भागना

कई निवेशक ऐसे न्यूउअल फंड चुन लेते हैं, जिन्होंने पिछले एक, तीन या पांच साल में सबसे ज्यादा रिटर्न दिया हो। लेकिन किसी फंड का पिछला प्रदर्शन भविष्य में उसी तरह के रिटर्न की गारंटी नहीं देता। आज सबसे बेहतर प्रदर्शन करने वाला फंड आने वाले वर्षों में भी शीर्ष पर रहेगा, यह जरूरी नहीं है। इसी तरह कुछ समय के लिए कमजोर प्रदर्शन करने वाला फंड भी हर स्थिति में खराब निवेश साबित नहीं होता। बाजार के अलग-अलग दौर में विभिन्न फंडों का प्रदर्शन बदल सकता है। निवेशकों को किसी फंड का चयन करते समय यह देखना चाहिए कि उसका प्रदर्शन अलग-अलग बाजार परिस्थितियों में कितना स्थिर रहा है।

बाजार को समय देने के बजाय बाजार का

समय पकड़ने की कोशिश

एसआईपी की सबसे बड़ी ताकत नियमित निवेश और अनुशासन है। इसके बावजूद कई निवेशक बाजार बढ़ने पर उत्साह से निवेश करते हैं, लेकिन बाजार गिरे तो एसआईपी रोक देते हैं। उन्हें लगता है कि बाजार और नीचे आने पर दोबारा निवेश शुरू करेंगे। समस्या यह है कि बाजार का सबसे निचला स्तर और सबसे ऊंचा स्तर पहले से तय करना बेहद मुश्किल है। कब बाजार गिरेगा और कब तेजी से ऊपर जाएगा, इसका सटीक अनुमान लगाना आसान नहीं है। नियमित एसआईपी में बाजार की अलग-अलग स्थितियों में निवेश जारी रहता है।

क्या करें निवेशक

यदि आपको एसआईपी उम्मीद के मुताबिक आने नहीं बढ़ रही है तो सबसे पहले घबराकर निवेश बंद करने या फंड बेचने की जरूरत नहीं है। अपनी पूरी निवेश योजना की समीक्षा करें। देखें कि एसआईपी की राशि लक्ष्य के अनुरूप है या नहीं, फंड आपके निवेश अवधि और जोखिम क्षमता के हिसाब से सही है या नहीं और कहीं आप बार-बार बाजार के उतार-चढ़ाव के आधार पर निवेश के फैसले तो नहीं बदल

बहुत जल्दी बड़े रिटर्न की उम्मीद करना

एसआईपी को कुछ लोग जल्दी पैसा बनाने का साधन समझ लेते हैं, जबकि यह मुख्य रूप से लंबी अवधि में अनुशासित निवेश की रणनीति है। शुरुआती वर्षों में कोष की वृद्धि अपेक्षाकृत धीमी दिखाई दे सकती है, क्योंकि निवेशित राशि अभी बहुत बड़ी नहीं होती। समय के साथ नियमित निवेश जारी रहने पर कुल निवेश राशि बढ़ती है और यदि निवेश को बढ़ने का पर्याप्त समय मिलता है तो चक्रवृद्धि का प्रभाव भी अधिक दिखाई दे सकता है। निवेश से होने वाली संभावित कमाई यदि निवेश में बनी रहती है, तो वह भी आगे रिटर्न पैदा करने में योगदान दे सकती है।

रहे। जरूरत पड़ने पर एसआईपी की रकम बढ़ाई जा सकती है, फंड चयन की समीक्षा की जा सकती है और अलग-अलग निवेश माध्यमों में राशि के बंटवारे पर भी विचार किया जा सकता है। कोई एक ऐसा जादूई फंड नहीं है, जो हर समय सबसे बेहतर रिटर्न दे। बेहतर रणनीति वही है, जो आपके लक्ष्य और जोखिम क्षमता के अनुरूप हो और जिसे आप लंबे समय तक अनुशासन के साथ जारी रख सकें।

खबर संक्षेप



गन्ने का भाव 600 रुपये प्रति क्विंटल करने की मांग

गोहाना। गन्ने का भाव 6 सू रुपये प्रति क्विंटल करने की मांग को लेकर शनिवार को प्रदेश के के अनेक 'चीनी मिलों की किसान कमेटियों की बैठक गोहाना जाट धर्मशाला में आयोजित हुई। इस मांग को लेकर बैठक में आंदोलन की योजना बनाई गई। बैठक में बाद सहकारिता मंत्री डॉ. अरविंद शर्मा के नाम उनके कार्यालय पर उनके पीए सुनील को ज्ञापन सौंपा गया। किसानों ने गन्ने का भाव 600 रुपये प्रति क्विंटल करने की मांग की।

देवीलाल जयंती पर रागनी गायन 24 को खरखोदा। निकटवर्ती गांव रोहणा में 24 सितंबर को देवीलाल की जयंती के उपलक्ष्य में रागनी प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा।मास्टर टिल्लू ने यह जानकारी देते हुए बताया कि भूतपूर्व उप प्रधानमंत्री देवीलाल की जयंती पर प्रतिवर्ष गांव रोहणा में रागनी कंपीटिशन का आयोजन किया जाता है।

हमला करने के मामले में दूसरा आरोपी गिरफ्तार सोनीपत। थाना मोहाना पुलिस ने दराती, कस्सी और डंडों से हमला कर गंभीर चोट पहुंचाने के मामले में दूसरे आरोपित सुरेन्द्र पुत्र छत्र सिंह निवासी गांव रोलद लतीफपुर, सोनीपत को गिरफ्तार किया है। आरोपित को 18 सितंबर को न्यायालय में पेश किया गया, जहां से उसे पांच दिन के रिमांड पर लिया है।

रक्तदान शिविर और भंडारा आज

गोहाना। सेवा ही संकल्प अभियान के तहत रविवार को गोना नवमी पर रक्तदान शिविर और भंडारा आयोजित होगा। यह कार्यक्रम गोरख धूना, गोमा मेढ़ी धाम ड्रेन संख्या-8, महमूदपुर मार्ग गोहाना में आयोजित होगा। रक्तदान शिविर एवं भंडारा महंत तरताई नाथ के सानिध्य में आयोजित होंगे।

जीवन जीने की कला सिखाते हैं वेद : आर्य

गोहाना। गांव सिकंदरपुर माजरा स्थित राघव गिरी मंदिर में आयोजित चार दिवसीय यजुर्वेद महापरायण यज्ञ के तीसरे दिन शनिवार को वैदिक विदुषी एवं



वैदिक विदुषी आचार्य तितिक्षा आर्य ने कहा कि वेद हमें जीवन जीने की कला सिखाते हैं। आज का मनुष्य धन दौलत तो कमा रहा है लेकिन जीना भूल गया है। तनाव, अशान्ति व बीमारियों के कारण वेदों से दूर होना है। वेद कहते हैं, मनुमर्त्य, अर्थात् मनुष्य बनो और ,कृण्वन्तो विप्रवर्मासीम, अर्थात् सारे विप्रव को श्रेष्ठ बनाओ। वेद हमें कर्म करना सिखाते हैं। सुबह उठने से लेकर रात को सोने तक का हर कार्य यदि वेद के अनुसार किया जाए तो वही जीवन जीने की कला है। पूर्णाहुति राष्ट्रीय वैदिक परमार्थ ट्रस्ट के राष्ट्रीय अध्यक्ष रामेश्वर दास जैनी ने की।

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
फ़ोन : 8295154800, 96533530209, 9253681005, 9253681010

मृत्यु अंत नहीं है

मृत्यु कभी भी अंत नहीं हो सकती
मृत्यु एक पथ है, जीवन एक पथ है।
आत्मा पथ प्रदर्शक है।

हरिभूमि

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

इस शोकाकुल समय में हम आपके सहभागी हैं।

तेरहवीं/श्रद्धान्जलि/शोक संदेश

आप अर्पित कीजिये अपने श्रद्धा-सुमन **हरिभूमि** के माध्यम से

साईज	संस्करण	विशेष छूट राशि
5 X 8 से.मी	स्थानीय संस्करण के	रु. 2000/-
10X 8 से.मी	अन्तर के पृष्ठ पर	रु. 2500/-

+5% GST Extra

नोट : विशेष छुट राशि केवल उपरोक्त साईज पर मान्य। अन्य किसी साईज के लिए कोई रेट लागू नहीं है।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें

हरिभूमि कार्यालय, बीएसएनएल के सामने, पुल के साथ, सोनीपत
फ़ोन 0130-4012310, 9253681028



उत्तर रेल मंडल ने यात्रियों की सुविधा को देखते हुए लिया निर्णय

त्योहारों पर घर जाना आसान: सोनीपत के रास्ते चलेगी मऊ-अंबाला स्पेशल ट्रेन

1 अक्टूबर से 27 नवंबर तक अप-डाउन रूट पर होगा परिचालन



सोनीपत। स्टेशन पर ट्रेन में सवार होते यात्री।

खासकर पूर्वांचल व उत्तर भारत के बीच सफर करने वाले यात्रियों को राहत मिलने की उम्मीद है। मऊ-अंबाला रूट पर विशेष ट्रेन के अतिरिक्त रेल सेवा उपलब्ध होगी। इससे नियमित ट्रेनों में यात्रियों की भीड़ का दबाव कम करने में मदद मिलेगी। यात्रियों को

ट्रेन का यह रहेगा शेड्यूल

शेड्यूल के अनुसार मऊ जंक्शन से अंबाला कैट तक साप्ताहिक त्योहार स्पेशल ट्रेन का अप-डाउन रूट पर सप्ताह में एक-एक बार परिचालन होगा। ट्रेन संख्या 05301 प्रत्येक वीरवार को 1 अक्टूबर से 26 नवंबर तक मऊ जंक्शन से सुबह 4:40 बजे अपनी यात्रा प्रारंभ कर सोनीपत के रास्ते अगले दिन सुबह 3:55 बजे अंबाला कैट पहुंचेगी। ट्रेन का सोनीपत स्टेशन पर रात 11:57 बजे ठहराव रहेगा। वापसी में ट्रेन संख्या 05302 प्रत्येक शुक्रवार को 2 अक्टूबर से 27 नवंबर तक अंबाला कैट से सुबह 5:45 बजे अपनी यात्रा प्रारंभ कर सोनीपत के रास्ते अगले दिन सुबह 4:30 बजे मऊ जंक्शन पर अपनी यात्रा संपन्न करेगी। सोनीपत स्टेशन पर हर शुक्रवार को ट्रेन का सुबह 8:05 बजे ठहराव रहेगा।

लंबी वेटिंग व भीड़ से मिलेगा मुक्तकारा

मऊ जंक्शन से सोनीपत के रास्ते अंबाला कैट तक त्योहार स्पेशल ट्रेन का परिचालन शुरू होने से जीटी रोड से लगते प्रदेश के जिले अंबाला, सोनीपत व सोनीपत में रह रहे को इसका खास फायदा मिल सकेगा। प्रवासी लोग अपने घरों में त्योहार मनाने के लिए इन दिनों घर की तरफ रुख करने की तैयारी शुरू कर देते हैं।

अक्टूबर और नवंबर में चलाई जाएगी

रेलवे ने ट्रेनों में बढ़ती भीड़ को देखते हुए साप्ताहिक त्योहार स्पेशल ट्रेन चलाने का निर्णय लिया है। स्पेशल ट्रेन (05301/02) तय समय अवधि के लिए अक्टूबर व नवंबर में चलाई जाएंगी। इससे ट्रेन से जाने वाले यात्रियों को कंफर्म टिकट मिलने में आसानी होे और लंबी दूरी का सफर आसान हो सके।

-हिमांशु शेखर, उपाध्याय, मुख्य जनसंपर्क अधिकारी, उत्तर रेलवे

धार्मिक आयोजनों से भाईचारा होता है मजबूत : दिवान

- मिशन चौक पर युवा शक्ति सेवा समिति ने श्रद्धा व उल्लास के साथ मनाया गणपति महोत्सव

हरिभूमि न्यूज़ ►► सोनीपत

धार्मिक एवं सांस्कृतिक आयोजन भारतीय संस्कृति की आत्मा हैं, जो समाज को एकता के सूत्र में पिरोने का कार्य करते हैं। ऐसे पावन पर्वों से न केवल आपसी भाईचारा मजबूत होता है, बल्कि समाज में सकारात्मक ऊर्जा और सोहार्दपूर्ण वातावरण का निर्माण भी होता है। यह विचार जिला कांग्रेस कमेटी शहरी के जिलाध्यक्ष कमल दिवान ने शनिवार को मिशन चौक पर आयोजित भव्य गणपति महोत्सव के दौरान व्यक्त किए। रोहतक रोड स्थित मिशन चौक पर युवा शक्ति सेवा समिति द्वारा आयोजित इस



सोनीपत। कार्यक्रम में पहुंचे कांग्रेस जिलाध्यक्ष कमल दिवान का स्वागत करते हुए।

धार्मिक अनुष्ठान में कमल दिवान मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। कार्यक्रम का सफल आयोजन वाई नंबर -16 के पार्षद अनुराग जैन के नेतृत्व में संपन्न हुआ। कमल दिवान ने कहा कि विघ्नहर्ता भगवान श्रीगणेश प्रथम पुज्य हैं और उनके पूजन से सभी प्रकार की बाधाएं दूर होती हैं। कार्यक्रम स्थल पर पहुंचने पर समिति के पदाधिकारियों एवं स्थानीय नागरिकों ने जिलाध्यक्ष कमल

गणपति बप्पा मोरया से गुंजा वातावरण

पार्षद अनुराग जैन ने मुख्य अतिथि कमल दिवान का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि धार्मिक व जनहित के कार्यों में उनका मार्गदर्शन सदैव प्रेरणा देता है। कार्यक्रम में भजन-कीर्तन पर श्रद्धालु भावविभोर होकर झूमते नजर आए। पूजा वातावरण 'गणपति बप्पा मोरया' के गायकों से गुंजायमान रहा। पूजा-अर्चना के उपरांत समिति की ओर से उपस्थित जनसमूह में महाप्रसाद का वितरण किया गया। इस अवसर पर युवा शक्ति सेवा समिति के पदाधिकारी, विभिन्न सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि, वरिष्ठ कार्यकर्ता और बड़ी संख्या में महिला एवं पुरुष श्रद्धालु मौजूद रहे।

स्वच्छ सुंदर सोनीपत अभियान के तहत चलाया सफाई अभियान



सोनीपत। सेवा संकल्प अभियान के तहत स्वच्छ, स्वस्थ और सुंदर सोनीपत अभियान के 48वें सप्ताह शनिवार को गौता भवन चौक से दयाल चौक तक गुरुद्वारा रोड पर स्वच्छता अभियान चलाया गया। नगर निगम मेयर राजीव जैन ने अभियान में शामिल होकर शहर को स्वच्छ और सुंदर बनाए रखने का संदेश दिया। उन्होंने लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक करते हुए अपने आसपास साफ-सफाई रखने की अपील की। अभियान के दौरान मेयर राजीव जैन ने दुकानदरों, दाबा संचालकों और अन्य प्रतिष्ठान संचालकों से अपने प्रतिष्ठानों के आसपास गंदनी जमा नहीं होने देने की अपील की। उन्होंने कहा कि कूड़ा सड़क पर न फैके और उसे इस्टैबल में डालकर नगर निगम की कूड़ा उठाने वाली गाड़ी से भी बचते हैं।

बड़ी औद्योगिक क्षेत्र फेस-1 में सड़क पर बने गड्ढे हादसों को दे रहे न्योता



गन्नीर। बड़ी औद्योगिक क्षेत्र फेस-1 में सड़कों की बदहाल स्थिति वाहन चालकों के लिए परेशानी का कारण बनी हुई है। सड़क पर जगह-जगह बने गहरे गड्ढे हादसों को न्योता दे रहे हैं। औद्योगिक क्षेत्र में रोजाना बड़ी संख्या में छोटे-बड़े वाहन आवागमन करते हैं, ऐसे में सड़क की खस्ताहाल स्थिति से वाहन चालकों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। वाहन चालकों का कहना है कि सड़क पर बने गड्ढे कई जगह इतने गहरे हैं कि दोपहिया वाहन चालकों के लिए विशेष खतरा बना हुआ है। रात के समय पर्याप्त रोशनी नहीं होने के कारण गड्ढे दिखाई नहीं देते, जिससे दुर्घटना की आशंका और बढ़ जाती है। कई वाहन चालक अचानक गड्ढे सामने आने पर संतुलन खोने से भी बचते हैं।

लगातार मेहनत से ही मिलती सफलता : पवन खरखोदा



खरखोदा। विधानसभा क्षेत्र खरखोदा के गांव ककरौड़ के सरकारी स्कूल में आयोजित सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत ड्रिडिंग और भाषण प्रतियोगिता में विद्यार्थक पवन खरखोदा बतौर मुख्य अतिथि पहुंचे। उन्होंने कहा कि व्यक्ति को जीवन में मेहनत जब तक करनी चाहिए जब तक उसे सफलता प्राप्त नहीं हो जाती। कहने की जरूरत नहीं कि व्यक्ति का जीवन हमेशा संघर्षों से भरा हुआ है। एक लक्ष्य निर्धारित करके जब व्यक्ति किसी कार्य को करने के लिए मेहनत करता है, तो वह लक्ष्य जरूर साधने में कामयाब होता है। उन्होंने कहा कि अच्छी शिक्षा, अच्छे संस्कार व्यक्ति में होने अति आवश्यक है। क्योंकि इनके बिना व्यक्ति का जीवन संभव है। स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में सरपंच कर्मवीर, पूर्व सरपंच सोमवीर, रामचंद्र, जगदीश, सोनू, रमेश, जयकंवार, रणबीर, श्रीकृष्ण बहिया, जसवीर आदि मौजूद रहे।

कुंडली में तीन रात बंद रहेगा एनएच-44 का एक हिस्सा, सर्विस रोड से निकलेगा ट्रैफिक

एरेवशन कार्य के चलते 22 से 25 सितंबर तक रात 11 से सुबह 5 बजे तक डायवर्जन

हरिभूमि न्यूज़ ►► सोनीपत

कुंडली में नरेला बॉर्डर के पास एनएच-44 से गुजरने वाले वाहन चालकों को अगले सप्ताह तीन रात परेशानी का सामना करना पड़ सकता है। यहां फुट ओवर ब्रिज (एफओबी-1) के एरेवशन कार्य के चलते सोनीपत पुलिस ने रात्रिकालीन यातायात डायवर्जन प्लान लागू किया है। 22 सितंबर की रात से शुरू होने वाला यह डायवर्जन 25 सितंबर की सुबह तक प्रभावी रहेगा। इस दौरान करीब 400 मीटर मुख्य मार्ग पर यातायात की आवाजाही प्रभावित रहेगी और जरूरत के अनुसार वाहनों को सर्विस रोड से निकाला जाएगा। पुलिस के अनुसार 22 सितंबर की रात 11 बजे से 23 सितंबर की सुबह 5 बजे तक पहले चरण में यातायात डायवर्ट किया जाएगा। इसके बाद 23 सितंबर की रात 11 बजे से 24 सितंबर की सुबह 5 बजे तक दूसरे चरण और 24 सितंबर की रात 11 बजे से 25 सितंबर की सुबह 5 बजे तक तीसरे चरण में भी इसी तरह यातायात व्यवस्था लागू रहेगी।

यातायात प्रबंधन की योजना तैयार

दिन के समय सामान्य यातायात के लिए यह रात्रिकालीन व्यवस्था लागू नहीं होगी। एफओबी के निर्माण के लिए एरेवशन कार्य के चलते सोनीपत पुलिस ने रात्रिकालीन यातायात डायवर्जन प्लान लागू किया है। 22 सितंबर की रात से शुरू होने वाला यह डायवर्जन 25 सितंबर की सुबह तक प्रभावी रहेगा। इस दौरान करीब 400 मीटर मुख्य मार्ग पर यातायात की आवाजाही प्रभावित होने की संभावना है। इसे देखते हुए पुलिस ने पहले से यातायात प्रबंधन की योजना तैयार की है। मुख्य मार्ग के प्रभावित हिस्से में वाहनों को रोकने के बजाय निर्धारित सर्विस रोड के माध्यम से आगे निकाला जाएगा, ताकि निर्माण कार्य भी जारी रह सके और यातायात को पूरी तरह बाधित न होना पड़े।

पुलिस बल रहेगा तैनात

मौके पर पुलिस बल तैनात रहेगा। यातायात पुलिसकर्मियों वाहनों की आवाजाही पर नजर रखेंगे और जरूरत के अनुसार वाहन चालकों को दिशा-निर्देश देंगे। पुलिस का प्रयास रहेगा कि डायवर्जन के दौरान किसी स्थान पर अनावश्यक जाम की स्थिति न बने। विशेष रूप से रात के समय एनएच-44 से दिल्ली और सोनीपत की ओर आने-जाने वाले वाहन चालकों को मौके पर तैनात पुलिसकर्मियों के निर्देशों का पालन करना होगा। पुलिस ने वाहन चालकों से अपील की है कि वे 22 से 25 सितंबर के बीच रात 11 बजे से सुबह 5 बजे के बीच कुंडली के नरेला बॉर्डर के पास से गुजरते समय अतिरिक्त सावधानी बरतें। वाहन चालक निर्धारित वैकल्पिक मार्ग और सर्विस रोड का ही इस्तेमाल करें। निर्माण क्षेत्र में गति नियंत्रित रखने और पुलिस द्वारा दिए जा रहे दिशा-निर्देशों का पालन करने को कहा गया है। आमजन से भी पुलिस ने अपनी यात्रा की योजना पहले से बनाने का अनुरोध किया है। पुलिस के मुताबिक निर्माण कार्य के दौरान कुछ समय के लिए यातायात की रफ्तार प्रभावित हो सकती है।

न्यूज़ डायरी

खेड़ी रोड पर जलभराव से मिलेगी राहत 45 लाख से बनेगा नाला : देवेन्द्र कादियान



गन्नीर। खेड़ी रोड पर बारिश के दौरान होने वाले जलभराव से जल्द राहत मिलने की उम्मीद है। यहां करीब 45 लाख रुपये की लागत से 900 मीटर लंबा नाला बनाया जाएगा। नाला मुहमि प्लाईओवर के नीचे बनी स्टॉम वाटर लाइन से खेड़ी रोड पर नगरपालिका सीमा तक तैयार होगा। विधायक देवेन्द्र कादियान ने नारियल तेलकड़ निर्माण कार्य का शिलान्यास किया। नाला स्वच्छ भारत मिशन स्कीम के तहत बनाया जाएगा। इसके बनने से खेड़ी रोड पर बारिश के पानी की निकासी बेहतर होने की उम्मीद है उन्होंने कहा कि नाला बनने के बाद खेड़ी रोड पर बारिश के पानी की निकासी बेहतर होगी और जलभराव की समस्या कम होने में मदद मिलेगी। इस दौरान नपा सचिव प्रदीप खर्ब, नपा के पूर्व अध्यक्ष ईश्वर कश्यप, पार्षद दिनेश अद्वैत, शमशेर जैनी, अजय सरोहा, सलबीर शर्मा, कृष्ण टांक, विकास शर्मा और वेत्रपाल रापड़िया, अंकित मल्होत्रा, राज देशवाल, मिलन गोयल, रामचन्द्र मौजूद रहे।

सेवा संकल्प अभियान के तहत लगाई प्रदर्शनी



गोहाना। सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत गांव वजीरपुरा स्थित राजकीय माध्यमिक विद्यालय, मुख्य बाजार स्थित जैन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय और बाल भारती विद्यापीठ, गोहाना में पेंटिंग प्रतियोगिता करावाई गई। प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने अपनी रचनात्मकता, कलात्मक प्रतिभा एवं सामाजिक सरोकारों को रंगों के माध्यम से सुंदर ढंग से प्रस्तुत किया और अपनी रचनाओं की प्रदर्शनी लगाई। मुख्य अतिथि भाजपा नेता कुलदीप कौशिक ने विद्यार्थियों की कलाकृतियों का अवलोकन किया तथा उनकी प्रतिभा और रचनात्मक सोच की सराहना की। प्रतियोगिताओं की अध्यक्षता राजकीय विद्यालय वजीरपुरा के मुख्याध्यक्षक जयभगवान भारद्वाज, बालभारती विद्यापीठ की प्राचार्या सोनू शमा और जैन स्कूल के मुख्य अध्यापक कृष्ण दुरेजा ने की। इस प्रतियोगिता के आयोजन में जगत सिंह, विजय, वीरेंद्र जैन, निर्मला देवी, सुनीता रोहिल्ला और भी प्रदीप कुमार का विशेष सहयोग रहा।

जीडी गोयंका स्कूल में मनाया गैडपेरेंट्स डे



राई। खेवड़ा स्थित जीडी गोयंका स्कूल में दादा-दादी और नाना-नानी के प्रति सम्मान, स्नेह और कुतूहल प्रकट करने के उद्देश्य से गैडपेरेंट्स डे हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों के दादा-दादी और नाना-नानी बड़ी संख्या में शामिल हुए। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि बच्चों के दादा-दादी, नाना-नानी तथा स्कूल के चेयरमैन गोरोश जितल ने दीप प्रज्वलित कर किया। स्कूल की प्रशासनिक प्रमुख निधि दाता ने सभी बुजुर्ग अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम को यादगार बनाने के लिए विद्यार्थियों ने रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दीं। नन्हें-मुन्ने बच्चों ने दादा-दादी और नाना-नानी के सम्मान में गीत, नृत्य और नाटक प्रस्तुत कर सभी का मन मोह लिया। कार्यक्रम के दौरान बुजुर्गों के लिए विभिन्न मनोरंजक खेलों का भी आयोजन किया गया, जिसमें उन्होंने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

विद्यार्थियों को दिए करियर चयन के टिप्स

सोनीपत। छोट राम आर्य महाविद्यालय, सोनीपत में विद्यार्थियों के करियर मार्गदर्शन के लिए संवाद सत्र आयोजित किया गया। कार्यक्रम में कलकता में कमिश्नर के पद पर कार्यरत आईआरएस अधिकारी विकास सांगवान ने विद्यार्थियों से संवाद किया। उन्होंने विभिन्न करियर विकल्पों, लक्ष्य निर्धारण और भविष्य के लिए उचित क्षेत्र के चयन को लेकर मार्गदर्शन दिया। विकास सांगवान ने अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि करियर का चयन अपनी रुचि, क्षमता, योग्यता और लक्ष्य को ध्यान में रखकर करना चाहिए। विद्यार्थियों ने करियर से जुड़े सवाल पूछे, जिनका उन्होंने जवाब देकर उनकी जिज्ञासाओं का समाधान किया। कार्यक्रम में टीकराम शिक्षा समिति के प्रधान सुरेंद्र सिंह बहिया विशेष अतिथि और समिति के महासचिव भूपेंद्र सिंह बहिया उपस्थित रहे। इनके साथ अजमेर सांगवान और अधिवक्ता जितेंद्र सांगवान भी मौजूद रहे। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रोफेसर राजीव कुमार ने कहा कि ऐसे संवाद कार्यक्रम विद्यार्थियों को करियर की संभावनाओं की समझाने और सही दिशा चुनने में मदद करते हैं। कार्यक्रम में शिक्षण और गैर-शिक्षण स्टाफ के सदस्य तथा विद्यार्थी मौजूद रहे।

चित्रकला में खींचा विकसित भारत का खाका

गोहाना। सेवा ही संकल्प अभियान के तहत आयोजित विभिन्न गतिविधियों के क्रम में शनिवार को शहर में सोनीपत मार्ग स्थित शेर सिंह पब्लिक स्कूल में चित्रकला प्रतियोगिता आयोजित की गई। विद्यार्थियों ने इस प्रतियोगिता के माध्यम से विकसित भारत का खाका तैयार किया। मार्गदर्शन स्कूल के एमडी महेंद्र सिंह मलिक का रहा और अध्यक्षता प्राचार्य कुलदीप

देशवाल ने की। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि वरिष्ठ भाजपा नेता एवं पंजाबी महासभा गोहाना के अध्यक्ष ईश्वरजी विरमानी ने कहा कि वर्ष 2047 तक विकसित भारत के निर्माण में देश के हर व्यक्ति के सहयोग की जरूरत है। हमें इस प्रयास में अपना सहयोग देना होगा। एमडी महेंद्र सिंह मलिक ने चित्रकला प्रतियोगिता में अपनी रचनात्मक प्रतिभा का सराहनीय प्रदर्शन करते वाले विद्यार्थियों को पुरस्कृत किया। इस अवसर पर शिक्षिका निर्मला देवी, कुसुम, रितु रानी और बलवान सहित अन्य शिक्षकगण उपस्थित रहे।

जनता विद्या भवन के रवि ने जीते दो रजत पदक



गोहाना। जनता विद्या भवन, बुटाना के कक्षा 12वीं के विद्यार्थी गांव भंमेवा निवासी रवि घणघस ने राज्य स्तरीय स्कूली खेलों में गोला फेंक और चक्का फेंक प्रतियोगिताओं में रजत पदक हासिल करके विद्यालय का नाम गौरवान्वित किया है। जनता वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के प्राचार्य मनोज सांगवान के अनुसार 16 से 18 सितंबर तक करनाल में राज्य स्तरीय स्कूल खेलकूद प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। रवि घणघस ने इन खेलों में अंडर -19 आयु वर्ग में चक्का फेंक में 51.74 मीटर की दूरी तय करके और गोला फेंक में 18.68 मीटर का शानदार प्रदर्शन करते हुए रजत पदक जीत लिए। विद्यालय पहुंचने पर संस्थान के अध्यक्ष अजीत सिंह सचिव एवं सरपंच राम निवास सांगवान, उपाध्यक्ष महिपाल मोर, सह-सचिव कृष्ण सांगवान, खजंजी राजेंद्र कुंहु आदि ने रवि को सम्मानित किया।



स्लीपकेशन घुमक्कड़ी के साथ मिलेगी भरपूर आराम वाली नींद

आज की भाग-दौड़ मरी जीवनशैली में अधिकतर लोगों को सुकून और चैन मरी नींद की कमी अकसर महसूस होती है। इस कमी को पूरा करने में स्लीपकेशन का ट्रेंड बहुत कारगर साबित होता है। जहां घूमने के साथ ही भरपूर आराम का भी मौका मिलता है। स्लीपकेशन क्या है, इसका ट्रेंड क्यों बढ़ रहा है, आप भी जानना चाहेंगे।

दिल की बीमारी और मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं के बोझ को और बढ़ा रही है।

इसलिए बढ़ रहा स्लीपकेशन का ट्रेंड

यूपस सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन जैसे बड़े हेल्थ ग्रुप्स के दिशा-निर्देशों की मानें, तो ज्यादातर स्वस्थ वयस्कों को बेहतर ढंग से काम करने के लिए हर रात 7 से 9 घंटे की नींद की जरूरत होती है। लेकिन ‘लोकल सर्कलस’ का एक सर्वे बताता है कि आज लगभग 10 में से 6 भारतीय वयस्कों को छह घंटे से भी कम की बिना रुकावट वाली नींद मिलती है। करीब 50 फीसदी से अधिक काम-काजी लोग नींद की कमी से जूझ रहे हैं। इससे दिमाग पर बोझ बढ़ रहा है और वे



थका हुआ महसूस करते हैं। इस ‘स्लीप डेब्ट’ को दूर करने के लिए ही स्लीपकेशन पर जाने का चलन बढ़ रहा है।

टूरिज्म सेक्टर का नया बाजार

आज कई बड़े टूरिज्म कॉर्पोरेट्स ने इस नए बाजार को देखते हुए ऋषिकेश, कुर्ग, केरल, धर्मशाला और उदयपुर के कई प्रीमियम वेलनेस रिजॉर्ट्स में इस उभरते सेक्टर के लिए तैयारी करनी शुरू कर दी है। इन रिजॉर्ट्स के कमरों में टीवी या डिजिटल गैजेट्स की मनाही होती है। कमरों में पूरी तरह सन्नाटा और अंधेरा बनाए रखने के लिए विशेष पर्दों का इस्तेमाल किया जाता है। सोने से पहले लेवेंडर एरोमा थैरेपी और विशेष मेलेटोनिन रिच डाइट या हर्बल टी दी जाती है, जो गहरी नींद लाने में मदद करती है। उत्तराखंड के मारचुला में एक रिजॉर्ट के संचालक करण कहते हैं, ‘आजकल की शहरी जिंदगी से हर कोई बाकिफ है। देर रात तक लैपटॉप पर काम करना, टीवी या मोबाइल देखना, एक ऐसी आदत बन गई है कि उससे छुटकारा नहीं मिल पा रहा। डेडलाइंस को पूरा करने के लिए पेशेवर लोग आधी-आधी रात तक स्क्रीन से चिपके होते हैं। इसका सेहत पर असर पड़ता है। इसलिए स्लीपकेशन के दौरान उनके सुकून का विशेष ध्यान रखा जाता है। कोई डिस्टर्ब न करे ताकि वे साथ आए दोस्तों अथवा परिजनों से बात करें। सुबह के समय उनके लिए योग एवं ध्यान और शाम को संगीत का सेशन रखा जाता है, जिससे कि उनका दिमाग शांत रहे और वे अच्छी नींद ले सकें।’

कवर स्टोरी / अंशु सिंह

हाल के वर्षों में हमारे यात्रा करने के तरीके में एक अलग तरह का बदलाव आ रहा है। तेजी से घूमने-फिरने और व्यस्त शेड्यूल के बजाय अब लोग घुमक्कड़ी के दौरान आराम, शांति और सुकून भरे पलों की तलाश कर रहे हैं। इसे स्लीपकेशन या स्लीप टूरिज्म कहा जा रहा है। यानी एक ऐसी सोच-समझकर की गई धीमी गति वाली यात्रा, जो भाग-दौड़ के बजाय आराम को प्राथमिकता देती है।

सोने के लिए जा रहे घूमने

पेशे से चिकित्सक मेघना सेठ की दिनचर्या कुछ ऐसी रहती थी कि उन्हें नींद पूरी करने के लिए जद्दोजहद करनी पड़ती थी। नींद की इस कमी का असर कहीं न कहीं उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने लगा था। उनके व्यवहार में हल्का चिड़चिड़ापन भी आ गया था, जो उनके पेशे के लिए सही नहीं था। उनके कुछ दोस्तों ने उन्हें कहीं घूमने जाने की सलाह दी और मेघना निकल पड़ीं, दोस्तों के साथ चार दिन के वीकेंड ट्रिप पर। लेकिन पहले दिन के गुजरते ही उन्होंने सबको साफ-साफ कह दिया कि वे अब और कहीं घूमेंगी नहीं, बल्कि कमरे में आराम करेंगी और अपनी नींद पूरी करेंगी। दोस्तों को पहले पहल उनका साथ घूमने से इंकार करना अच्छा नहीं लगा। कुछ देर तक सबने मौन साध लिया। लेकिन फिर मेघना ने उन्हें राजी कर लिया और इस तरह अगले दो दिन वे रिजॉर्ट में ही रहीं। गुरुग्राम के एक एमएनसी में सीनियर एनालिस्ट अमित मिश्रा भी जब कभी फैमिली ट्रिप पर जाते हैं, तो ये सुनिश्चित करते हैं कि वहां उन्हें अपनी नींद पूरी करने का पूरा मौका मिले। इसलिए वे ज्यादा भाग-दौड़ या आस-पास के इलाकों को एक्सप्लोर करने के बजाय रिजॉर्ट में रहकर ही छुट्टियां मनाने को प्राथमिकता देते हैं।



अनोखा होता है स्लीपकेशन का अनुभव

- ▶ इसमें व्यक्ति को सुबह बिना आलार्म के जागना होता है।
- ▶ बादलों को घुमड़ते हुए देखने के साथ कोई गर्म पेय पीना।
- ▶ अपने विचारों को लिखना या पूरी तरह से शांति में बैठना।
- ▶ बिना किसी मंजिल के लंबी सैर पर यूं ही घूमने निकल जाना।
- ▶ इसमें कोई तय कार्यक्रम नहीं होता। हर पल को रिकॉर्ड करने का कोई दबाव नहीं होता।
- ▶ स्लीपकेशन के दौरान धीरे-धीरे कुछ बदलाव महसूस होते हैं।
- ▶ मेडिटेशन से मन शांत होने लगता है।
- ▶ शरीर आराम महसूस करने लगता है।



गजल
डॉ. माणिक विश्वकर्मा ‘नवरंग’

याद नहीं करता कोई भी

याद नहीं करता कोई भी वक्त निकल जाने के बाद
लाथ छोड़ देते हैं अक्सर लोग संगल जाने के बाद

इस जग का दस्तूर यही है सब साथी हैं त्रियायारे के
घुस जाते हैं लोग घरों में सूरज ढल जाने के बाद

रूप-रंग, कौमार्य उसे नित बांधे रखता है गुलशन से
पास नहीं जाता फिर भौंरा गुल के फल जाने के बाद

इश्क हुआ तो बेफिक्री में कुछ भी संभव हो जाता है
ढल जाता है हर सांघे में लोह पिघल जाने के बाद

दिल से जो भी निकलेगा वो लौट नहीं पाएगा फिर से
जैसे लौट नहीं पाता है बीता कल जाने के बाद

केवल आप प्रतीक्षा करिए दिन के ढल जाने का ‘नवरंग’
परवानों की भीड़ लगेगी शम्भा जल जाने के बाद

लंगर / धर्मेन्द्र जोशी

आजकल अधिकतर शहरों की सड़कों पर जगह-जगह ‘कार्य प्रगति पर है!’ के बोर्ड लगे हुए दिख जाते हैं। बोर्ड धुंधला जाते हैं, मगर कार्य को गति नहीं मिल पाती है। प्रगति जमीन पर नहीं बल्कि केवल बोर्ड पर ही लिखी दिखाई देती है। यही वजह है कि जो गड़बड़ पिछली बारिश में नन्हें-नन्हें अवतरित हुए थे, वे अब पाताल के द्वार रूप में अपनी उपस्थिति दर्ज करा रहे हैं। न जाने कितने दो पहिया वाहन सवार पुरुषों, महिलाओं और बच्चों को खुद पर गिरा कर हमेशा के लिए उनकी स्मृति इनमें अंकित हो चुकी है।

इधर, शहर के लोग सड़क पर फैले कीचड़ की फिसलन से हलकान हो रहे हैं और उधर, नेता, अधिकारी, इंजीनियर और ठेकेदार स्वीकृत राशि पर अपनी-अपनी पकड़ बनाने के लिए बेताब दिख रहे हैं। यही कारण है कि जो कार्य तीन महीनों में पूर्ण होना था, वो एक साल तीन महीने के बाद भी अधूरा पड़ा हुआ है। लोगों के घर धूल के गुबार से गुलजार हो रहे हैं। गृहिणियों का गृहकार्य बढ़ चुका है। वे सफाई में हाथ बंटाने के लिए अपने वीटो पावर का उपयोग कर

मेरी कॉलोनी में रहने वाले एक वृद्ध की दिनचर्या वर्षों से नहीं बदली थी। हर शाम वह चारपाई पर बैठकर दरवाजे की ओर टकटकी लगाए रहते। लोग समझते, शायद बेटे का इंतजार है। बेटा महीने में केवल एक बार आता। जल्दबाजी में हाल-चाल पूछता, दवाइयां रखता और कहता, ‘पिताजी, किसी चीज की जरूरत हो तो बता दिया कीजिए।’ वृद्ध मुस्कुरा देते, ‘सब है बेटा कुछ नहीं चाहिए।’

एक सर्द रात वह चुपचाप इस दुनिया से विदा हो गए। घर समेटते समय बेटे ने उनका पुराना तकिया उठाया। तकिया भारी लगा। खोलकर देखा तो उसमें न पैसे थे, न गहने, केवल संभालकर रखी छोटी-छोटी पर्चियां थीं। हर पर्ची पर एक तारीख और अधूरी-सी टीस लिखी थी, ‘आज बहुत मन था कि बेटा थोड़ी देर बैठ जाता।’ ‘आज पहली बार खाना अकेले खाया।’ ‘डॉक्टर ने कहा, बातें करते रहिए। मगर किससे?’ ‘आज बरामदे में दो कप चाय रखी दूसरी टंडी हो गई।’

सबसे आखिरी पर्ची पर लिखा था, ‘अब उसे बुलाना मता वह बहुत व्यस्त होगा।’ पर्चियां पढ़ते-पढ़ते बेटे की आंखें धुंधला गईं। उसे पहली बार समझ आया कि उसने पिता को हर जरूरत पूरी की, पर उनके अकेलेपन को

कार्य प्रगति पर है!

शहर के लोग सड़क पर फैले कीचड़ की फिसलन से हलकान हो रहे हैं और उधर, नेता, अधिकारी, इंजीनियर और ठेकेदार स्वीकृत राशि पर अपनी-अपनी पकड़ बनाने के लिए बेताब दिख रहे हैं। यही कारण है कि जो कार्य तीन महीनों में पूर्ण होना था, वो एक साल तीन महीने के बाद भी अधूरा पड़ा हुआ है।

घर के पुरुषों को भी बरामदे, कमरों और पोर्च की सफा-सफाई के लिए आदेश देती रहती हैं। इससे बचने के लिए काम-काजी पुरुष वर्ग, बहाने बनाकर अपने कार्यस्थल पर सुबह जल्दी जाते और शाम को विलंब से घर लौटते हैं।

सड़क के किनारे मौजूद गटर और नालियां भी लंबे समय से अपने जीर्णोद्धार के लिए खुली हुई हैं, जिससे जमा गंदे पानी में मच्छरों के झुंड बिना रोक-टोक के

यायावरी करते रहते हैं। उनकी सक्रियता से सरकारी और निजी अस्पताओं में मलेरिया, डेंगू और चिकनगुनिया के मरीजों की लाइन दिन-प्रतिदिन लंबी होती जा रही है।

कुछ जागरूक नागरिकों ने अपने घर के सामने मौजूद जलयुक्त कुंड को पार करने के लिए पट्टिए के अस्थाई पुल का निर्माण कर रखा है। लेकिन सावधानी हटते ही उस पर भी दुर्घटना घटित हो जाती है। मुख्य सड़क से लगे मकान के रहवासी बेचारे जी,



लघुकथा / कृति आर.के. जैन

पिता का तकिया



कभी नहीं पढ़ा। उसने तर्किए को सीने से लगा लिया। उस दिन वह पहली बार फूट-फूटकर रोया, क्योंकि दुनिया का सबसे महंगा तकिया वही होता है, जिसमें रुई नहीं, अधूरी प्रतीक्षाएं भरी हों। रिश्ते अभाव से नहीं, उपेक्षा और प्रतीक्षा से दम तोड़ते हैं।



ऑनलाइन शॉपिंग का बढ़ता ट्रेंड ऑफर-रिटर्न ट्रैप से रहें सावधान

फेस्टिव सीजन के साथ ही जमकर शॉपिंग भी शुरू हो जाती है। इसी के चलते ऑनलाइन शॉपिंग में ऑफर्स और कई लालच दिए जाते हैं। इसको अच्छी तरह समझना और इसके जाल में फंसने से बचने के लिए सावधानी जरूरी है।

लाइफस्टाइल / विवेक कुमार

कभी बाजार जाने के लिए समय निकालना पड़ता था, दुकान-दुकान घूमना पड़ता था, फिर भी मनपसंद चीज मिलेगी या नहीं, इसकी कोई गारंटी नहीं होती थी। अब वही खरीदारी मोबाइल स्क्रीन पर कुछ मिनटों में ही हो जाती है। कपड़ों से लेकर कॉस्मेटिक, किचन का सामान, जूते, बैग, बच्चों की चीजें और रोजमर्रा का राशन तक घर बैठे मंगाया जा सकता है। इससे महिलाओं को बहुत सुविधा हुई है। लेकिन इस सुविधा में नई तरह की चुनौतियां और फंसाने वाले जाल भी मौजूद होते हैं।

ऑफर के लालच से बचें: ऑनलाइन बाजार में ग्राहक को आकर्षित करने के लिए लगातार सेल, कूपन, फ्लेश डील, आज आखिरी मौका, सिर्फ दो पीस बाकी, मुफ्त डिलिवरी जैसे संदेश बार-बार इस तरह दोहराए जाते हैं कि आपके दिमाग में बैठ जाएं। ऐसे में कई बार हमें जरूरत नहीं होती, फिर भी हम ढेर सारी चीजें खरीद लेते हैं। क्योंकि ऑनलाइन खरीदारी में एक भ्रम यह बना दिया गया है कि यहां सब कुछ बहुत सस्ता मिल रहा है। ऐसे में लोग सोचते हैं, जब 40 फीसदी तक सस्ता है, तो खरीद ही लेना चाहिए। लेकिन जब हमें किसी चीज की जरूरत न हो, तो उसकी खरीदारी बचत नहीं बल्कि एक तरह का खर्च होता है। इसलिए किसी भी डील को देखकर सबसे पहले खुद से पूछना चाहिए, अगर इस पर छूट नहीं होती, तो क्या मैं इसे खरीदता? अगर जवाब नहीं है, तो इसका मतलब है खरीदारी की जरूरत नहीं थी, बस विज्ञापन के प्रभाव में आकर खरीद लिया। एक बात और याद रखें ऑनलाइन खरीदारी में सबसे बड़ा आकर्षण तस्वीरों का होता है। शानदार रोशनी में खींची गई मॉडल की तस्वीर देखकर कोई ड्रेस बेहद खूबसूरत लग सकती है। लेकिन वास्तविक उत्पाद का रंग, कपड़े की गुणवत्ता या फिट का आकार जरूरी नहीं कि अच्छा ही हो। इसलिए केवल तस्वीर



पर भरोसा करना सही नहीं है। उत्पाद का विवरण पढ़ना भी बहुत जरूरी है।

जरूर पढ़ लें रिव्यू: जब ऑनलाइन खरीदारी करें, तो सबसे कारगर होते हैं पहले के खरीदारों के खरीद संबंधी रिव्यू। इसलिए जब भी ऑनलाइन कोई चीज खरीदें, तो उसके पहले ऑनलाइन रिव्यू जरूर पढ़ें। हालांकि यहां भी हर खरीदार की उसकी अपनी समीक्षा को बिल्कुल सत्य न मान लें। बेहतर है कि कई खरीदारों की प्रतिक्रियाएं पढ़ें, खासकर उन टिप्पणियों को विशेष रूप से देखें, जिनमें उत्पाद की कमियां विस्तार से बताई गई हों।

रेंटिंग स्टार्स से रहें सावधान: जहां तक रेंटिंग की बात है तो रेंटिंग के स्टार देखकर अंतिम निष्कर्ष पर न पहुंचें बल्कि लिखी हुई टिप्पणी का मतलब ज्यादा सच होता है। पांच सितारे देखकर तुरंत प्रभावित होने की बजाय, यह देखना ज्यादा उपयोगी होता है कि ग्राहक ने वास्तव में लिखा क्या है? कई बार हजारों लोगों की अच्छी रेंटिंग के बावजूद आपकी जरूरत के लिए उत्पाद अनुपयुक्त हो सकता है।

जान लें रिटर्न पॉलिसी: ऑनलाइन खरीदारी में एक भ्रम यह बना दिया गया है कि यहां सब कुछ बहुत सस्ता मिल रहा है। ऐसे में लोग सोचते हैं, जब 40 फीसदी तक सस्ता है, तो खरीद ही लेना चाहिए। लेकिन जब हमें किसी चीज की जरूरत न हो, तो उसकी खरीदारी बचत नहीं बल्कि एक तरह का खर्च होता है। इसलिए किसी भी डील को देखकर सबसे पहले खुद से पूछना चाहिए, अगर इस पर छूट नहीं होती, तो क्या मैं इसे खरीदता? अगर जवाब नहीं है, तो इसका मतलब है खरीदारी की जरूरत नहीं थी, बस विज्ञापन के प्रभाव में आकर खरीद लिया। एक बात और याद रखें ऑनलाइन खरीदारी में सबसे बड़ा आकर्षण तस्वीरों का होता है। शानदार रोशनी में खींची गई मॉडल की तस्वीर देखकर कोई ड्रेस बेहद खूबसूरत लग सकती है। लेकिन वास्तविक उत्पाद का रंग, कपड़े की गुणवत्ता या फिट का आकार जरूरी नहीं कि अच्छा ही हो। इसलिए केवल तस्वीर

शॉपिंग में सबसे जरूरी है रिटर्न पॉलिसी। ऑनलाइन खरीदारी की सबसे बड़ी भूल है कि उत्पाद खरीदने से पहले रिटर्न पॉलिसी न पढ़ना। कई उत्पादों पर रिटर्न उपलब्ध नहीं होता। कुछ पर केवल रिफ्लेसमेंट होता है। जबकि कुछ में रिफंड के लिए विशेष शर्तें होती हैं। कपड़े, कॉस्मेटिक्स, इलेक्ट्रॉनिक्स और व्यक्तिगत उपयोग की वस्तुओं के नियम अलग-अलग हो सकते हैं। इसलिए भुगतान करने से पहले यह देखना चाहिए कि उत्पाद वास्तव में रिटर्न किया जा सकता है या नहीं। कितने दिनों के भीतर किया जा सकता है और रिफंड किस माध्यम से मिलेगा?

सही प्लेटफॉर्म चुनें: सस्ती कीमत देखकर किसी अनजान वेबसाइट पर तुरंत भुगतान करना जोखिमभरा हो सकता है। वेबसाइट का नाम, संपर्क, जानकारी, रिटर्न नीति और भुगतान का विकल्प देखकर ही खरीदारी करनी चाहिए।

सड़क निर्माण में विलंब को पक्ष और विपक्ष के नेता आपदा में अक्सर के रूप में देखते हैं। वे नेता जो चार साल पहले चुनावी रण में धूल काट चुके थे, वे एक लंबे अंतराल के बाद अपने पंख फड़फड़ा कर मुद्दा लपकने की चेष्टा में जुट जाते हैं, ताकि उनकी राजनीतिक बेरोजगारी दूर हो सके। वहीं सत्तासीन नेता यह प्रयास करते हैं कि सड़क निर्माण कार्य चुनाव के ठीक पहले ही पूर्ण हो, ताकि उनके अपने क्षेत्र में विकास कार्यों की फेहरिस्त में इसे जोड़ा जा सके और जाते जाते के जरिए को और मजबूत किया जा सके।

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

कविता के आकाश में स्त्री चेतना के स्वर

कवित्री आरती आस्था का पांचवां कविता संग्रह ‘छत पर लड़कियां’ कुछ समय पूर्व प्रकाशित हुआ है। इन कविताओं की रेंज बहुत बड़ी ही नहीं बहुस्तरीय भी है। यहां सदियों से पितृसत्तात्मक सोच वाले समाज में पली-बढ़ी स्त्री को दारुण व्यथा के साथ ही स्त्री चेतना का वह स्वर भी गुंजता है, जो हर अनुचित प्रतिबंध को अस्वीकारता है। ‘छत पर खड़ी लड़कियां/देखते हुए डूबते



कविता संग्रह ‘छत पर लड़कियां’ कुछ समय पूर्व प्रकाशित हुआ है। इन कविताओं की रेंज बहुत बड़ी ही नहीं बहुस्तरीय भी है। यहां सदियों से पितृसत्तात्मक सोच वाले समाज में पली-बढ़ी स्त्री को दारुण व्यथा के साथ ही स्त्री चेतना का वह स्वर भी गुंजता है, जो हर अनुचित प्रतिबंध को अस्वीकारता है। ‘छत पर खड़ी लड़कियां/देखते हुए डूबते

बदलाव को संग्रह की कई अन्य कविताओं में स्पष्ट तौर पर लक्षित कर सकते हैं। ‘मी लॉर्ड! मुझे च्याय दीजिए’ कविता में वह कहती हैं, ‘मैंने कल कर दिया/मी लॉर्ड/उस लड़की का/परंपराओं, संस्कारों के हवन कुंड में/होम किए दे रही थी जो/खुद को/रखने को झूठा मान/घर परिवार का।’ ‘सुनो नादिया’ जैसी कविता को शामिल करने से इस संग्रह की कविताओं का कैमवास और भी विस्तारित सूरज को/सीखती हैं, डूबना नहीं है डूबना/यह प्रक्रिया भर है/दोबारा से उगने की।’ जैसी पंक्तियां यह साबित करती हैं कि स्वतंत्रचेता स्त्री प्रतिकूल परिस्थितियों में भी हार मानने के बजाय नई उड़ान भरने को तत्पर रहती है। ‘बिंदी और सिंदूर’ कविता एक ऐसा बिंब उकेरती है, जो पारंपरिक प्रतीकों को भी नए संदर्भ में परिभाषित करती है। यहां स्पष्ट होता है कि आज स्त्री अपने अस्तित्व को स्वीकारने में जरा भी नहीं हिचकिचाती है। स्त्री की सोच में आए क्रांतिकारी

पुस्तक: छत पर लड़कियां (कविता संग्रह), लेखिका: आरती आस्था, मूल्य: 299 रुपये, प्रकाशक: न्यू वर्ल्ड पब्लिकेशन, नई दिल्ली



गणपति बप्पा का भव्य विसर्जन आस्था-सामूहिकता का उत्सव

पर्व-संस्कृति
धीरेज बसाक

विघ्न विनाशक गणपति की विदाई का दृश्य अपने आपमें भारतीय संस्कृति का एक अनूठा दृश्य होता है। सिर पर पगड़ी बांधे बुजुर्ग, जयघोष करते युवा और रंग-बिरंगे कपड़ों में सजी महिलाएं, कंधों पर गणपति की प्रतिमा उठाए भक्तगण और ढोल की थाप पर थिरकते अलग-अलग उम्र के लोग-सब एक ही स्वर में पुकारते हैं, ‘गणपति बप्पा मोरया!’ कुछ घंटे पहले तक जो प्रतिमा किसी घर, गली या मुहल्ले के एक मंडप की केंद्र बिंदु थी, विसर्जन के समय वह हजारों लोगों की साझी आस्था और भावनाओं का केंद्र बन जाती है। यही गणेश विसर्जन की सबसे बड़ी सांस्कृतिक विशेषता है। यही भव्य दृश्य आगामी (25 सितंबर) अनंत चतुर्दशी को फिर देखने को मिलेगा।

सामूहिकता-साझेदारी का उत्सव

गणेशोत्सव की खूबसूरती केवल प्रतिमा की स्थापना और पूजा में नहीं बल्कि उसके आस-पास निर्मित होने वाली सामुदायिक दुनिया में भी है। मुहल्ले में मंडप लगाना, मिलकर सजावट करना, सामूहिक रूप से प्रसाद तैयार करना और फिर मिलकर आरती में शामिल होना, वास्तव में गणेश स्थापना से लेकर गणेश विसर्जन तक एक लंबा सांस्कृतिक उल्लास लोगों के बीच छाया रहता है। यह उल्लास विसर्जन के समय चरम पर पहुंचकर भावुक विदाई में बदल जाता है। अगर गणेश विसर्जन को ध्यान से देखें तो लगता ही नहीं कि यह किसी मूर्ति का विसर्जन है। ऐसे लगता है जैसे अपने किसी अत्यंत प्रिय से हम बिछड़ रहे हों। गणेश-प्रतिमा विसर्जन के समय सामूहिकता का सौंदर्य देखने लायक होता है। कोई प्रतिमा उठता है, कोई रास्ता साफ करता है, कोई पानी बांटता है, कोई ढोल बजाता है, कोई फूल बरसाता है, कोई पीछे चल रहे बच्चों का ध्यान रखता है, यह समूचा उल्लास सामूहिकता और साझेदारी का उत्सव होता है।



मिट जाते हैं सभी भेदभाव

गणेश विसर्जन भारतीय समाज की उस पुरानी परंपरा को जीवित करता है, जिसमें उत्सव केवल देखने की चीज नहीं है, मिलकर जीने का आयोजन होता है। सामान्य दिनों में भले भारतीय समाज की सामाजिक संरचना में जाति, वर्ग, पेशा और आर्थिक स्थिति की अनेक दूरियां दिखाई पड़ती हों, लेकिन गणपति पूजा में यह कहीं नहीं दिखती।

किसी हाथ में आरती की थाली होती है, तो कोई रस्सी पकड़कर प्रतिमा के साथ चल रहा होता है, कोई ढोल बजा रहा

होता है और कोई नृत्य कर रहा होता है। यहां व्यक्ति की सामाजिक पहचान से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण उसकी साझी भागीदारी बन जाती है। यही वजह है कि गणेशोत्सव सिर्फ पूजा का पर्व नहीं बल्कि सामाजिक मेल-जोल का सार्वजनिक उत्सव होता है।

पीढ़ियों को जोड़ता उत्सव

गणेश विसर्जन सांस्कृतिक उत्सव कई पीढ़ियों को एक साथ जोड़ देता है। बुजुर्गों के पास परंपरा की स्मृतियां होती हैं, युवाओं के पास ऊर्जा और आयोजन की जिम्मेदारी संभालने का भाव होता है। बच्चे पूरे उत्सव में उत्सुकता और विस्मय के साथ भागीदार रहते हैं। एक बुजुर्ग जब बच्चे को समझाता है कि गणपति की स्थापना क्यों की जाती है और विसर्जन का अर्थ क्या है, तो यह सिर्फ एक धार्मिक जानकारी नहीं होती। यह उस

विशेष: अनंत चतुर्दशी, 25 सितंबर

अनंत चतुर्दशी के अवसर पर सैकड़ों ढोल की थाप, सामूहिक जयघोष और भक्तों की नम आंखों के बीच गणपति बप्पा की विदाई केवल एक प्रतिमा का विसर्जन नहीं, बल्कि सामूहिक आस्था और अपनत्व का उत्सव भी होता है। हजारों हाथ जब बप्पा को विदा करते हैं, तो हर कदम में परंपरा, साझेदारी और अगले बरस लौटने की उन्मीद साथ चलती है।

सांस्कृतिक स्मृति को अगली पीढ़ी तक पहुंचाने का जरिया होती है, जो ऐसी ही परंपराओं से मिलती है। इस तरह हर साल होने वाला विसर्जन परंपरा की पुनरावृत्ति के साथ-साथ उसके हस्तांतरण का भी अवसर बन जाती है।

विदाई के साथ पुनर्मिलन का विश्वास

गणपति विसर्जन का सबसे भावुक क्षण वह होता है, जब भक्त गणपति की प्रतिमा को विदा करते हैं, लेकिन इस विदाई में स्थाई वियोग का भाव नहीं होता। क्योंकि विदाई के दौरान जो जयकारा लगता है, उसमें विदाई के साथ-साथ वापसी का निवेदन कहीं ज्यादा मुखर होता है, ‘गणपति बप्पा मोरया, अगले बरस तू जल्दी आ।’ यह जयघोष भारतीय संस्कृति के एक गहरे जीवनदर्शन को व्यक्त करता है। यहां विदाई के साथ पुनर्मिलन का विश्वास मौजूद होता है। इसलिए विसर्जन का दुःख अगले आगमन की प्रतीक्षा के एहसास में कम हो जाता है। मिट्टी की प्रतिमा का पानी में विलीन होना भी इसी भाव को विस्तार देता है, जिस मिट्टी से आकृति बनी, वह फिर प्रकृति में लौट जाती है। प्रतीकात्मक रूप में यह प्रक्रिया यह बताती है कि रूप बदलता है, लेकिन संबंध और स्मृति बने रहते हैं।

गढ़ते हैं जीवंत लोक-संस्कृति

गणेश विसर्जन केवल धार्मिक जुलूस नहीं होता। ढोल-ताशे, लोकगीत, नृत्य, पारंपरिक वाद्य और सामूहिक जयघोष यह सब मिलकर एक जीवंत लोक-संस्कृति गढ़ते हैं। महाराष्ट्र में विशेषकर ढोल, ताशा तथा विसर्जन यात्रा का हिस्सा होते हैं। उनकी यह सामूहिक लय केवल संगीत नहीं पैदा करती बल्कि साथ चल रही भीड़ को भी एक रिश्ता, एक साझी ताल देती है। हजारों कदम जब एक ही ताल पर उठते हैं और एक ही ताल पर जमीन में गिरते हैं, तो व्यक्ति भीड़ का एक हिस्सा भर नहीं रहता बल्कि सामूहिक अनुभव का सहभागी बन जाता है। गणेश विसर्जन में यही सांस्कृतिक अनुभव हर कोई महसूस करता है।

साझी भावनाओं का सांस्कृतिक प्रदर्शन

गणेश प्रतिमा भले किसी एक परिवार ने स्थापित की हो या किसी सार्वजनिक मंडल ने, पर उसकी विदाई सामूहिक होती है। विसर्जन यात्रा जहां-जहां से गुजरती है, वहां-वहां के लोग इसका हिस्सा हो जाते हैं, फिर भले चाहे वो कुछ कदम चलकर इससे अलग हो जाएं। विसर्जन जुलूस जहां से गुजरता है, वह अजनबी भीड़ के रूप में नहीं गुजरता बल्कि हर जगह मौजूद लोग इसमें शामिल हो जाते हैं। इसलिए विसर्जन वास्तव में प्रतिमा को महज पानी में प्रवाहित करने की प्रक्रिया नहीं है, यह साझी आस्था, साझी जिम्मेदारी और साझी भावनाओं का सामूहिक और सांस्कृतिक प्रदर्शन है। *

डिजिटल इंपैक्ट
डी. जे. नंदन

एक समय था, जब बॉलीवुड सितारों की लोकप्रियता का पैमाना सिनेमाघरों के बाहर लगी भीड़, फिल्मी पत्रिकाओं के कवर और टीवी इंटरव्यू हुआ करते थे। किसी अभिनेता की फिल्म रिलीज होती थी, तो शहरों की दीवारें उसके पोस्टर से ढक जाती थीं। आज का दौर उस दौर से बिल्कुल अलग है। अब किसी भी फिल्म की सफलता का पहला संकेत टिकट खिड़की पर नहीं बल्कि इंस्टाग्राम रीलस, यू-ट्यूब शॉर्ट्स और एक्स (ट्विटर) के ट्रेंडिंग हैशटैग में दिखाई देता है। बदल गई स्टारडम की परिभाषा: बॉलीवुड में स्टारडम का गणित इस सोशल मीडिया के युग में पूरी तरह से बदल चुका है। आज किसी अभिनेता की लोकप्रियता का पैमाना, सिर्फ उसकी अभिनय क्षमता नहीं बल्कि सोशल मीडिया पर उसकी फैन फॉलोइंग मानी जाती है। आज के इस डिजिटल दौर में फैन आर्मी और सोशल मीडिया पर पैदा होने वाले बज से किसी भी स्टार का असली स्टारडम तय होता है। डिजिटल प्लेटफॉर्म, अब हिंदी फिल्मों की खोज और दर्शकों को सिनेमाघरों तक पहुंचाने वाले सबसे प्रभावी माध्यमों में गिने जा रहे हैं। फैन आर्मी में बदला फैन क्लब: 1990 और 2000 के दशक में फिल्म स्टार्स के फैन क्लब हुआ करते थे। वे पोस्टर लगाते थे, अपने पसंदीदा एक्टर का जन्मदिन मनाते थे और कभी-कभी वो थिएटर के बाहर जहां उनके फेवरेट एक्टर की फिल्म लगी होती थी, वहां जश्न मनाया करते थे। लेकिन आज यही फैन क्लब, फैन आर्मी में तब्दील हो चुके हैं। किसी फिल्म का टीजर आते ही उस फिल्म के एक्टर के हजारों प्रशंसक उसे सोशल मीडिया में शेयर करते हैं। पहले जो चर्चा गली-गली तक पहुंचने के लिए कई दिन और कई हफ्तों लिया करती थी, आज वह चर्चा सोशल मीडिया के जरिए प्रशंसकों के बीच कुछ ही घंटों में पहुंच जाती है।

इनसे प्रूफ होता है सोशल मीडिया इंपैक्ट

‘अल्फा’ का टीजर और डिजिटल ट्रैकिंग: कुछ समय पहले आलिया भट्ट अभिनीत फिल्म ‘अल्फा’ का टीजर आते ही सोशल मीडिया पर जबरदस्त चर्चा शुरू हो गई। कई बड़े सितारों ने सार्वजनिक रूप से इसकी सरहना की, जिससे फिल्म को अत्यधिक डिजिटल बढत मिल गई। यू-ट्यूब फैनफेस्ट: वरुण धवन ने यू-ट्यूब फैनफेस्ट में अपनी फिल्म के गीत का लाइव प्रार किया है।यह दिखाता है कि डिजिटल आयोजनों का महत्व अब पारंपरिक प्रेस कॉन्फ्रेंस से ज्यादा हो गया है। वायरल वीडियो का इंपैक्ट: 2026 के गणतंत्र



दिवस रिवरसल में सेनिकों का एक बॉलीवुड गीत पर गांव करते हुए वीडियो वायरल हुआ और पुराने हिट गीत को एक इन्स्टेंट में नई पीढ़ी तक पहुंचा दिया गया। इस तरह सोशल मीडिया पुराने कंटेंट को भी लोकप्रिय बनाने में देर नहीं लगाना। इंपलूएंसर मार्केटिंग: फिल्म निर्माता, इंस्टाग्राम और यू-ट्यूब इंप्लूएंसर्स के साथ साझेदारी कर रहे हैं ताकि पारंपरिक विज्ञापनों से आगे सीधे युवाओं तक पहुंच सकें। हालिया बॉलीवुड अध्ययनों के अनुसार यू-ट्यूब, इंस्टाग्राम और कुछ एप्स अब दबक्यों को फिल्म देखने के लिए प्रेरित करने लगे हैं।

दूसरों की सलाह या उपदेश पर निर्भर होना या अपने जीवन के सवालों के जवाब हमेशा किसी और से पूछना, सही नहीं है। यह प्रवृत्ति क्यों लोगों में देखी जाती है? इसके बजाय हमें किस तरह अपने निर्णय स्वयं लेने में सक्षम बनना चाहिए, आप जरूर जानना चाहेंगे।

खुद ही तलाशने चाहिए जीवन के सवालों के जवाब

सेल्फ मोटिवेशन

वीरेंद्र बहादुर सिंह

हमारे जीवन की सबसे बड़ी विडंबना यह है कि हम अपने हर छोटे-बड़े सवाल का जवाब दूसरों से चाहते हैं। पढ़ाई किस विषय में करें, नौकरी कहाँ करें, विवाह किससे करें, किस रास्ते पर चलें, कौन-सा निर्णय सही होगा? इन सबका फैसला भी अक्सर हम किसी और की राय से लेते हैं। मानो कोई दूसरा व्यक्ति हमारे जीवन की पूरी किताब पढ़ चुका हो और हमें हमसे बेहतर जानता हो। सवाल है, लोग अपने जीवन के निर्णय लेने के लिए दूसरों से सलाह या उपदेश क्यों लेना चाहते हैं?

आकर्षित करते हैं उपदेश

अक्सर लोग इसलिए उपदेश सुनना या दूसरों की सलाह मानना पसंद करते हैं, क्योंकि इससे जिम्मेदारी किसी और पर डालना आसान हो जाता है। अगर निर्णय सफल हुआ तो गाइड करने वाले की महानता और अगर असफल हुआ तो दोष भी उसी पर डाल देना आसान होता है। इस प्रकार व्यक्ति स्वयं सोचने और अपने निर्णय की जिम्मेदारी लेने से बच जाता है। दूसरी बात, जब इंसान किसी समस्या का सामना करते हुए मानसिक रूप से टूटता है तो उसके भीतर असुरक्षा का भाव भी पैदा होता है। तब उसका मन किसी व्यक्ति, किसी विचारधारा, किसी गाइड या किसी समूह की छाया तलाशने लगता है ताकि उसे फिर से मानसिक सुरक्षा मिल सके।



विचारधारा को अपनाना चाहिए और किसे छोड़ देना चाहिए? ऐसे उपदेश सुनने में सरल लगते हैं। अगर कोई इंसान ऐसे किसी के भी उपदेश को बिना सोचे-विचारे मानने लग जाए, तो उसकी स्वतंत्र सोच और निर्णय लेने की क्षमता धीरे-धीरे समाप्त होने लगती है।

गाइड के तौर पर लें सलाह

दूसरों के अनुभव हमारे लिए दिशासूचक संकेत हो सकते हैं, लेकिन वे हमारी मजल तय नहीं कर सकते। जैसे सड़क किनारे लगा बोर्ड केवल दिशा बताता है, यात्रा हमारे स्थान पर नहीं करता, उसी प्रकार विद्वानों, गुरुओं, शिक्षकों और अनुभवी लोगों का काम केवल रास्ता दिखाना है। उस रास्ते पर चलना या न चलना हमारा निर्णय होना चाहिए।



स्वविवेक से ही लें निर्णय

अच्छे विचार वही हैं, जो व्यक्ति को भीतर से बदल दें, उसकी दृष्टि को व्यापक बना दें और उसे अधिक संवेदनशील, अधिक स्वतंत्र तथा अधिक जिम्मेदार बना दें। दूसरों की बातें सुनिए, उनके अनुभवों से सीखिए, महान ग्रंथ पढ़िए, श्रष्ट विचारकों का अध्ययन कीजिए, लेकिन किसी की बात को अंतिम सत्य मानकर अपनी सोच बंद मत कीजिए। याद रखिए, जीवन का सबसे बड़ा गाइड अंततः हमारा विवेक और अपना अनुभव ही होता है। कहने का मतलब है कि जीवन के हर महत्वपूर्ण प्रश्न का उत्तर बाहर यानी दूसरों की सलाह में नहीं, हमारे ही भीतर छिपा होता है। उसे खोजने का श्रम हमें स्वयं करना पड़ता है। वही श्रम हमें परिपक्व बनाता है, वही आत्मविश्वास देता है और वही वह शाश्वत संतोष प्रदान करता है जिसे कोई तैयार उपदेश कभी नहीं दे सकता। *

कॉफी सिर्फ एक पेय नहीं है, बल्कि यह वैश्विक संस्कृति और न जाने कितनी अनेकही कहानियों का हिस्सा भी है। सुबह या शाम गरमा-गरम कॉफी पीना दुनिया के करोड़ों लोगों की दिनचर्या का हिस्सा है। कॉफी बाँस को वनस्पति विज्ञान के नजरिए से देखा जाए, तो यह नाम पूरी तरह से एक भ्रांति है। कॉफी का एक छोटा पेड़ होता है, जिस पर चमकीले लाल रंग के फल लगते हैं, जिन्हें ‘कॉफी चेरी’ कहा जाता है। इन फलों के अंदर दो बीज होते हैं। जब फल पक जाते हैं, तो उनके गूदे को हटाकर इन बीजों को निकाला जाता है, जिन्हें हम भूनकर कॉफी पावडर बनाते हैं। क्या आप जानते हैं कि कॉफी से जुड़े कुछ किस्से भी बेहद मजेदार और हैरान करने वाले हैं?

कॉफी के खिलाफ महिलाओं का आंदोलन: 17वीं शताब्दी के लंदन में कॉफी हाउसेस, पुरुषों के सामाजिक जीवन का मुख्य केंद्र बन गए थे। पुरुष दिन भर घरो से बाहर रहकर कॉफी हाउसों में राजनीति, व्यापार और दर्शनशास्त्र पर चर्चा करते थे। इससे तंग आकर साल 1674 में लंदन की महिलाओं ने एक अनेखा मोर्चा खोला, जिसे हिस्ट्री में ‘द विमैस पिटीशन अगेंस्ट कॉफी’ के

पक्षी जगत
एन. के. अरोड़ा

जमीन से मीलों ऊपर उड़ते हुए कुछ पक्षी जब हजारों किलोमीटर की अपनी लंबी यात्रा पर होते हैं, तो हर समय जगें हुए नहीं होते, बीच-बीच में सोते भी हैं। फिर चाहे वे आसमान में उड़ रहे हों, उसके नीचे चारों तरफ हजारों मील तक समुद्र ही क्यों न पसर हो। यही नहीं अगर सैकड़ों किलोमीटर तेज आंधी भी चल रही होती है, तो भी उनकी सेहत पर फर्क नहीं पड़ता। वे उस समय भी उड़ते हुए अपनी जरूरी नौद ले लेते हैं। ऐसी ही अद्भुत विशेषताओं वाले पक्षियों में ग्रेट फ्रिगेटबर्ड भी शामिल है।

वैज्ञानिकों ने किया अँज्वर्य: ग्रेट फ्रिगेटबर्ड पर लगातार नजर रखते हुए वैज्ञानिकों ने पाया है कि यह कई-कई दिनों तक आसमान में उड़ते हुए जमीन पर नहीं उतरता और बिना रुके अपनी यात्रा जारी रखता है। ऐसा करते हुए इसके मस्तिष्क का एक हिस्सा घंटों-घंटों आराम करता है और दूसरा हिस्सा जरूरी काम यानी उड़ान को संचालन करता है। ऐसा करते समय इसकी एक आंख बंद हो सकती है और मस्तिष्क का विपरीत हिस्सा आराम कर सकता है, जबकि दूसरी आंख और मस्तिष्क का दूसरा हिस्सा संजग रहता है और अपनी परिस्थितियों तथा वातावरण पर लगातार नजर रखता है।

रोचक / शिखर चंद जैन टेस्टी कॉफी से जुड़ी इंट्रेस्टिंग स्टोरीज



हिस्सा माना जाता था। वहाँ एक कानून था कि यदि कोई पति अपनी पत्नी को रोजाना एक निश्चित मात्रा में कॉफी उपलब्ध कराने में असमर्थ रहता था, तो पत्नी को इस आधार पर अपने पति से कानूनी रूप से तलाक लेने का पूरा अधिकार था। उस दौर में पुरुषों के लिए पत्नी के लिए कॉफी का इंतजाम करना सबसे जरूरी काम माना जाता था। *

आपको जानकर अचरज होगा कि आकाश में कई मील की ऊँचाई पर उड़ते पक्षी अपनी लंबी उड़ान के दौरान सो भी लेते हैं। उड़ते-उड़ते सोने का यह कमाल वे कैसे कर लेते हैं?

कैसे बेफिक्र होकर सोते हैं आसमान में उड़ते पक्षी



हवा का भी लेते हैं सहारा: वैज्ञानिकों ने यह भी पाया है कि ग्रेट फ्रिगेटबर्ड और लंबी उड़ान भरने वाले अन्य पक्षी उड़ते समय हवा को अपने एक सहारे के रूप में इस्तेमाल करते हैं। यही कारण है कि जब वे ऊँचे आसमान में लंबी उड़ान पर होते हैं, तब बार-बार पंख नहीं फड़फड़ाते। वास्तव में समुद्र के ऊपर उठने वाली गर्म हवा और वातावरण में मौजूद हवा की धाराओं का बड़ी चतुराई से इस्तेमाल करते हुए ये पक्षी उसमें ग्लाइडिंग करते हैं। यह ऊर्जा बचाने और लगातार उड़ान के बावजूद न थकने का एक सीक्रेट तरीका भी है। जैसे कोई ग्लाइडर

विमान, हवाओं की धाराओं का इस्तेमाल करते हुए कम या बिल्कुल कम ऊर्जा का इस्तेमाल करके उड़ान की दूरी तय कर सकता है। उसी तरह ये पक्षी भी वातावरण की ऊर्जा को अपने हित में इस्तेमाल करने की जुगत जानते हैं।

ऐसे लेते हैं हवा में नौद: वैज्ञानिकों ने अब तक जो स्टडी की है, उसके आधार पर आसमान में लंबी उड़ान के दौरान पक्षियों की नौद सीमित तथा नियंत्रित होती है। इसे वैज्ञानिकों ने ‘स्लो वेब स्लीप’ माना है और पाया है कि उड़ान के दौरान इनकी यह नौद जमीन पर उनके सोने की तुलना में बिल्कुल अलग होती है।