

खबर संक्षेप

बाडोपट्टी गांव की लाइब्रेरी में लगी आग
हिसार। बाडोपट्टी गांव की लाइब्रेरी में शनिवार दोपहर अचानक आग लगी गई। आग लगने का समय करीब 2:30 से 3:00 बजे के बीच का बताया जा रहा है। घटना का एक वीडियो सामने आया है, जिसे गांव के ही एक युवक ने बनाया है। वीडियो में लाइब्रेरी से धुआं उठता दिख रहा है। आग लगने के कारणों की पुष्टि नहीं हो सकी है।

दिव्यांग सेवा शिविर आज, तैयारियां पूरी
हिसार। दिव्यांग बंधुओं के लिए सेवार्थ भाव से 29 जून को आयोजित होने वाले दिव्यांग सेवा शिविर की तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। प्रीमेसन ऑफ हिसार द्वारा 29 जून को दिल्ली रोड स्थित जेसीबी वर्कशॉप के सामने प्रीमेसन हॉल में प्रातः 11 बजे यह शिविर शुरू किया जाएगा। भारत विकास परिषद की विवेकानंद शाखा व दिव्यांग पुनर्वास केंद्र के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित होने वाले इस शिविर में दिव्यांग बंधुओं को कृत्रिम अंग, ट्राइसाइकिल, व्हीलचेयर, कान की मशीनें, छड़ी व बैसाखी निशुल्क प्रदान किए जाएंगे। इस शिविर के लिए दिव्यांग बंधुओं का निशुल्क पंजीकरण किया गया है। पंजीकृत दिव्यांगों को शिविर में कृत्रिम उपकरण उपलब्ध कराए जाएंगे।

श्याम बाबा का संकीर्तन आज, मव्य होगा स्वरूप
हिसार। महाभारतकाल की स्मृतियों को संजोने वाले बीड़ बबरान धाम में 29 जून को श्याम बाबा के संकीर्तन का आयोजन किया जाएगा। श्याम बाबा के दरबार को भव्य स्वरूप दिया जाएगा। संकीर्तन में विभिन्न क्षेत्रों से काफी संख्या में श्रद्धालु पहुंचेंगे और श्याम बाबा का गुणगान करेंगे। इस दौरान भजन गायक श्याम बाबा की महिमा से भी साक्षात्कार करवाएंगे। बीड़ बबरान धाम के निज पुजारी विनय शर्मा ने बताया कि श्रद्धालुओं की बीड़ बबरान धाम व श्याम बाबा के प्रति अगाध आस्था है। इसलिए 29 जून के संकीर्तन में काफी संख्या में भक्तगण उमड़ेंगे और बाबा की स्तुति करेंगे। संकीर्तन सायं 4 बजे से रात्रि 7 बजे तक जारी रहेगा।

कल बिजली उपभोक्तओं की शिकायतों की सुनवाई
हिसार। दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम द्वारा हिसार जौन के तहत आने वाले जिला हिसार, भिवानी, सिरसा, जींद, चरखी दादरी और फतेहाबाद के बिजली उपभोक्ताओं की शिकायतों की सुनवाई 30 जून को प्रातः 11 बजे से दोपहर 1 बजे तक मुख्य अभियंता/परिचालन, विद्युत नगर के कार्यालय में की जाएगी। निगम प्रवक्ता ने बताया कि चीफ इंजीनियर में कमेटी उपभोक्ताओं की शिकायतों की सुनवाई करेगी। एक लाख से तीन लाख तक की राशि के मामलों की सुनवाई हिसार जौन स्तर पर फोरम के अध्यक्ष के रूप में राजेंद्र कुमार सभरवाल करेंगे जिसमें मुख्यतः गलत बिलिंग (1 लाख से 3 लाख तक की राशि), वोल्टेज सम्बन्धित, बिजली आपूर्ति में बाधाएं।

किसानों ने की कालाबाजारी रोकने की मांग, कृषि उपनिदेशक को ज्ञापन

हृदिभूमि न्यूज ►हिसार

किसान सभा ने खाद की कालाबाजारी रोकने के लिए सोसायटियों के माध्यम से किसानों को खाद उपलब्ध करवाने के लिए कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपनिदेशक डॉ. राजबीर सिंह के माध्यम से किसानों को मिले व कालाबाजरी पर रोक लगाने के लिए गांव लाडवा, कैमरी, मिरकां, डायी, स्याहड़वा, भरी आदि के सैंकड़ों



किसानों ने कृषि अधिकारी को ज्ञापन सौंपा।

ज्ञापन में कहा गया है कि सोसायटियों के माध्यम से ही खाद उपलब्ध करवाई जाये जिससे किसान व्यापारियों की भारी लूट से बच सके। इस लूट को किसान कतई बर्दाश्त नहीं करेंगे। अगर यह कालाबाजारी नहीं रोकी गई तो

किसान सभा आंदोलन करेगी। ज्ञापन देने वालों में किसान नेता विजेन्द्र लाडवा, राजकुमार ठोलेदार, सत्यवान नम्बरदार, जगत सिंह कैमरी, विजय कैमरी, राजेश असरवां, दलीप सिंह, रमेश मिरकां, राम लाडवा, ईश्वर भगत, रणबीर फौजी, प्रदीप, जिलेंसिंह, बलजीत, संदीप, कुलवंत आदि शामिल रहे।

हृदिभूमि न्यूज ►हिसार

अर्बन एस्टेट-2 के हुड़ा पार्क में अखिल भारतीय सेवा संघ हिसार शाखा के तत्वावधान में चल रहे योग शिविर के अंतिम नगर निगम मेयर मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित हुए। इस अवसर पर मेयर प्रवीण पोपली ने कहा कि स्वस्थ रहने के लिए हमें योग को अपने जीवन में अपनाना चाहिए। पूरी दुनिया आज योग को अपना रही है। योग दिवस को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मनाया जाना हमारे लिए बड़े गर्व की बात है। हर भारतीय को इस पर गर्व



हिसार। मेयर प्रवीण पोपली के साथ अखिल भारतीय सेवा संघ सदस्य।

करना चाहिए कि भारत की प्राचीन पद्धति का आज पूरे विश्व में बोलबाला है।

विशिष्ट अतिथि के जगदीश

जिंदल, विक्रम जिंदल, राष्ट्रीय महासचिव विनोद धवन, पतंजलि प्रभारी ईश आर्य, कुलदीप अग्रवाल पार्क समिति प्रमुख आदि उपस्थित

हुए। शिविर में पतंजलि योग समिति हिसार के सह संयोजक संजीव शर्मा, रेखा गौतम, मुकेश कुमार ने उपस्थित लोगों को योग के विभिन्न

किसानों ने की कालाबाजारी रोकने की मांग, कृषि उपनिदेशक को ज्ञापन

सेवा संघ के योग शिविर के अंतिम दिन पहुंचे मेयर पोपली

स्वस्थ रहने को जीवन में योग को अपनाएं

डिवाइडर से टकराकर पलटी कार

- बस स्टैंड के पास शनिवार की दोपहर को हुआ हादसा।

हृदिभूमि न्यूज ►हिसार

बस स्टैंड के पास शनिवार की दोपहर बाद को काले रंग की एक स्कॉर्पियो अनियंत्रित हो डिवाइडर से टकराकर पलट गई। इस दौरान गाड़ी में तीन युवक सवार थे, जिन्हें मामूली चोटें आई हैं। इस घटना में डिवाइडर पर लगा स्ट्रीट लाइट का पोल भी टूट गया। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पहुंच गई और खानबीन में जुट गई। जानकारी के अनुसार शनिवार की दोपहर को बस स्टैंड के पास से एक स्कॉर्पियो तलाकी गेट से सिरसा रोड की तरफ जा रही थी। स्कॉर्पियो जगन्नाथ गर्ल्स सीनियर



हिसार। डिवाइडर से टकराने के बाद पलटी स्कॉर्पियो।

फोटो: हरिभूमि

सेकेंडरी स्कूल के गेट के सामने सड़क की दूसरी ओर पहुंची तो एकदम अनियंत्रित होकर डिवाइडर से टकराकर पलट गई। इससे डिवाइडर क्षतिग्रस्त हो गया और उस पर लगा बिजली का पोल टूटकर गिर गया। गनीमत यह रही कि जिस

समय स्कॉर्पियो पलटी, उसके आसपास कोई वाहन या राहगीर चपेट में नहीं आया। स्कॉर्पियो में सवार 3 युवक को मामूली चोट लगी है। राहगीरों व वाहन चालकों ने दौड़कर स्कॉर्पियो सवार तीनों युवकों को मदद कर बाहर निकाला।

माजरा में फायरिंग का आरोपी काबू

हृदिभूमि न्यूज ►नारनौद

पुलिस ने गांव माजरा में करीब एक सप्ताह पहले हवाई फायर कर दहशत फैलाने की कोशिश करने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। गांव माजरा निवासी आरोपी अनिल को अदालत में पेश किया गया, जहां उसको दो दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा दिया गया। जांच अधिकारी धर्मवीर सिंह ने बताया कि अनिल से रिमांड के दौरान वारदात में प्रयोग किया गया पिस्तोल बरामद किया जाएगा।

- अदालत ने आरोपी को दो दिन के पुलिस रिमांड पर भेजा

मामले के अन्य आरोपितों को भी जल्द ही गिरफ्तार कर लिया जाएगा। पुलिस मामले की गहनता से जांच कर रही है।

बता दें कि गांव माजरा में 22 जून को गांव के ही युवक अनिल ने पुलिस को फोन करके बुलाया कि उसके घर के पास फायरिंग की गई है। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर गोली का खाली एक खोल भी बरामद किया था। पुलिस ने इस

- तकनीकी खराबी से दो घंटे स्टेशन पर खड़ी रही ट्रेन।

हृदिभूमि न्यूज ►बरवाला

बरवाला रेलवे स्टेशन पर तकनीकी खराबी के चलते सिरसा जा रही रेलगाड़ी लगभग दो घंटे खड़ी रही। भीषण गर्मी व उमस के चलते यात्रियों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ा। ट्रेन धुरी से सिरसा जा रही थी कि रास्ते में इंजन में पावर संबंधी खराबी आ गई। रेलवे अधिकारियों के अनुसार ट्रेन हिसार-लुधियाना रेलवे मार्ग पर दौलतपुर स्टेशन से बरवाला की ओर आगे बढ़ रही थी। रास्ते में अचानक रेलवे ट्रैक पर बसेसहारा पशु आ गए, जिस ट्रेन को रोकने की



बरवाला। रेलवे स्टेशन पर खड़ी रेलगाड़ी।

फोटो: हरिभूमि

कोशिश में प्रेशर पाइप में खराबी आ गई। इसके बाद पायलट ने सूझबूझ

दिखाते हुए किसी तरह ट्रेन को बरवाला रेलवे स्टेशन तक पहुंचाया

श्रीचंद के शव का हुआ पोस्टमार्टम

हृदिभूमि न्यूज ►हिसार

ऋषिनगर में एक कबाड़ की दुकान के बाहर पाइप में हुए धमाके के मृतक हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी निवासी श्रीचंद के शव का शनिवार को नागरिक अस्पताल की मोर्चरी में पोस्टमार्टम करवाया गया। इस मामले में पुलिस ने अज्ञात पर गैर इरादतन हत्या का केस दर्ज किया है। बता दें कि सिरसा रोड स्थित हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी निवासी श्रीचंद फेरी लगाकर कबाड़ खरीदकर लाता था। वह 23 जून की दोपहर को सेक्टर 14 और सेक्टर

- कबाड़ की दुकान के बाहर पाइप में हुए धमाके का हुआ था शिकार

33 में फेरी लगाकर कबाड़ लेकर आया था। वह ऋषिनगर में एक कबाड़ की दुकान के बाहर खरीदकर लाए बंद पाइप को प्रहार कर तोड़ रहा था। तभी अंदर ज्वलनशील पदार्थ भरा होने के कारण पाइप में जोरदार धमाका हुआ था और श्रीचंद गंभीर रूप से घायल हो गया था। राजगढ़ रोड के निजी अस्पताल में उसका उपचार चल रहा था। दो बच्चों के पिता श्रीचंद ने शुक्रवार शाम को दम तोड़ दिया था।



हिसार। एचएयू के कुलसचिव परीक्षा केंद्र का निरीक्षण करते हुए।

हकृवि में विभिन्न कोर्सों में 6639 परीक्षार्थियों ने प्रवेश परीक्षा दी

हृदिभूमि न्यूज ►हिसार

हकृवि में विभिन्न स्नातक व स्नातकोत्तर कोर्सिंज के लिए आयोजित प्रवेश परीक्षा शांतिपूर्वक से संपन्न हुई। सभी परीक्षा केन्द्रों पर पुख्ता प्रबंध किए गए थे। वीसी डॉ. पवन कुमार ने परीक्षा केंद्रों का दौरा किया और उम्मीदवारों की सुविधा तथा परीक्षा के सुचारू संचालन के लिए की गई व्यवस्थाओं का भी जायजा लिया।

शनिवार को बीएससी ऑनर्स एग्रीकल्चर चार वर्षीय कोर्स, बीएससी आनर्स एग्री-बिजनेस मैनेजमेंट, मौलिक विज्ञान एवं मानविकी में बायो-केमिस्ट्री, केमिस्ट्री, इनवायरमेंटल साइंस, फूड साइंस एंड टेक्नोलॉजी, मैथेमेटिक्स, माइक्रो-बायोलॉजी, फिजिक्स, प्लांट फिजियोलोजी, सोशियोलॉजी, स्टैटिस्टिक्स व जूर्लॉजी, कॉलेज ऑफ बायो-टेक्नोलॉजी में एग्रीकल्चरल बायोटेक्नोलॉजी, बायो इंफोरमेटिक्स, मोलेक्यूलर बायोलॉजी व बायो-टेक्नोलॉजी,

- प्रवेश परीक्षा शांतिपूर्वक संपन्न, कुलसचिव ने किया परीक्षा केंद्रों का निरीक्षण

बायो नैनोटेक्नोलोजी व इंडस्ट्रीयल बायोटेक्नोलोजी कोर्सिंज की प्रवेश परीक्षा हुई।

प्रवेश परीक्षा के लिए 17 परीक्षा केंद्र बनाए गए थे। उपरोक्त पाठ्यक्रमों में दाखिले के लिए 9094 उम्मीदवारों ने आवेदन किए थे जिसमें 8441 उम्मीदवार प्रवेश परीक्षा के लिए योग्य पाए गए। सभी परीक्षा केंद्रों में कुल 6639 परीक्षार्थियों ने परीक्षा दी। प्रवेश परीक्षा के सफल आयोजन के लिए विश्वविद्यालय प्रशासन की ओर से विशेष निरीक्षण दलों का गठन किया गया था। परीक्षा के दौरान प्रत्येक उम्मीदवार की फोटोग्राफी भी की गई। उपरोक्त परीक्षा में उम्मीदवारों की कुल 78.64 प्रतिशत उपस्थिति दर्ज की गई। उपरोक्त पाठ्यक्रमों में दाखिला संबंधी नवीनतम जानकारीयों के लिए विश्वविद्यालय की वेबसाइट पर नियमित रूप से चेक करते रहें।

स्मॉलकैप कंपनियां फिर उड़ान भरने को तैयार, दे सकती है अच्छा मुनाफा

- लंबी अवधि के निवेश का लक्ष्य बनाकर लगाएं पैसा
- पिछले माह निफ्टी स्मॉलकैप 100 में 14.7% में तेजी
- अब स्मॉलकैप में निवेश का हो सकता है सही वक्त
- 74% स्मॉलकैप कंपनियों की ऑपरेशनल एफिशिएंसी बेहतर

निवेश मंत्रा बिजनेस डेस्क

बाजार के परिदृश्य को देखते हुए स्मॉलकैप कंपनियां एक बार फिर उड़ान भरने के लिए तैयार हैं। ये कंपनियां लंबी अवधि में निवेशकों को अच्छा मुनाफा दे सकती हैं। जो लोगों को मालामाल कर देंगी। एक रिपोर्ट के मुताबिक पिछले महीने भारतीय शेयर बाजार में स्मॉलकैप शेयरों ने जबरदस्त तेजी दिखाई, जबकि निफ्टी 50 केवल मामूली बढ़ा। मार्च तिमाही के नतीजों से पता चला कि 74% स्मॉलकैप कंपनियों की ऑपरेशनल एफिशिएंसी बेहतर हुई है। 'चाइना प्लस वन' स्ट्रेटजी से भी स्मॉलकैप कंपनियों को नई उड़ान मिल रही है, जो लंबी अवधि के निवेशकों के लिए सुनहरा मौका है। पिछला महीना भारत की अर्थव्यवस्था के लिए काफी अच्छा रहा। वैश्विक चुनौतियों और सीमा-पार तनावों के बावजूद मई महीने में भारतीय शेयर बाजारों ने तेज रिकवरी दिखाई। शेयर बाजारों में जहां एक ओर लाजिकैप इंडेक्स सीमित दायरे में घूमते रहे, वहीं असली हलचल स्मॉलकैप शेयरों में दिखी। ये छोटी कंपनियां उन निवेशकों के लिए सुनहरा मौका बन रही हैं, जो लंबी अवधि के लिए पोर्टफोलियो बनाना चाहते हैं।



बढ़ रहा रिटर्न

मार्च तिमाही के नतीजों के बाद एक अहम ट्रेंड सामने आया- टॉप 250 स्मॉलकैप कंपनियों में से 74% का रिटर्न ऑन कैपिटल एम्प्लॉइड दो अंकों में रहा। इसका मतलब यह है कि ये कंपनियां न केवल मुनाफा कमा रही हैं, बल्कि इनकी ऑपरेशनल एफिशिएंसी भी बेहतर हो रही है। इससे निवेशकों में स्मॉलकैप के प्रति भरोसा पैदा होगा और एक बार फिर निवेशक इन फंडों में निवेश कर अपने भविष्य को सुरक्षित कर सकेंगे।

स्मॉलकैप में निवेश का बढ़ता मौका

फिलहाल देखा जाए तो वैल्यूएशन की दृष्टि से बाजार में अभी एक अच्छा मौका है। बहुत सारे छोटे कंपनियों के शेयर अपने असली दाम से काफी सस्ते मिल रहे हैं। इसका मतलब है कि आप अच्छे बिजनेस वाले शेयर कम कीमत में खरीद सकते हैं। स्मॉलकैप शेयरों को ज्यादा जोखिम और ज्यादा मुनाफा वाली प्रोफाइल के लिए जाना जाता है, इसलिए इन्हें अक्सर कम रिस्क लेने वाले निवेशकों की पोर्टफोलियो में नजरअंदाज किया जाता रहा है, लेकिन अब इस सोच में बदलाव आ रहा है। जब बाजार में उतार-चढ़ाव कम हो रहा है, तो निवेशकों का रुख भी पॉजिटिव हो रहा है और वे ज्यादा जोखिम उठाने को तैयार हैं। यह बदलाव व्यापक सूचकांकों में भी दिखा है। जहां पिछले महीने निफ्टी 50 ने केवल 2.6% की मामूली बढ़त दर्ज की, वहीं निफ्टी स्मॉलकैप 100 ने प्रभावशाली 14.7% की तेजी दिखाई है।

स्मॉलकैप कंपनियों की विशेषताएं

- **उच्च जोखिम और उच्च रिटर्न** : स्मॉलकैप कंपनियों में निवेश करने से उच्च रिटर्न मिल सकता है, लेकिन जोखिम भी अधिक होता है क्योंकि इन कंपनियों का भविष्य अनिश्चित हो सकता है।
- **नए और छोटे व्यवसाय** : स्मॉलकैप कंपनियां अक्सर नए और छोटे व्यवसाय होते हैं जो अपने उत्पादों या सेवाओं को बाजार में स्थापित करने का प्रयास कर रहे हैं।
- **विकास की गुंजाइश** : स्मॉलकैप कंपनियों में विकास की गुंजाइश अधिक होती है, जिससे निवेशकों को आकर्षित किया जा सकता है।
- **कम तरलता** : स्मॉलकैप कंपनियों के शेयरों में तरलता कम हो सकती है, जिससे निवेशकों को अपने शेयर बेचने में कठिनाई हो सकती है।

लंबी अवधि में जबरदस्त मुनाफे के मौका

स्मॉलकैप यानी छोटी कंपनियों के शेयर, लंबे समय में बहुत अच्छा रिटर्न दे सकते हैं। पिछले 7 सालों में इन कंपनियों ने औसतन हर साल करीब 27.6% का मुनाफा दिया है, जो बड़ी कंपनियों के मुकाबले कहीं ज्यादा है। इन कंपनियों का दायरा भी काफी बड़ा होता है। ये बैंकिंग, हेल्थकेयर, एफएमसीजी और पावर जैसे कई सेक्टरों में ये फैली होती हैं। इसका मतलब है, आपको निवेश के लिए अलग-अलग इंडस्ट्री में मौके मिलते हैं।

'चाइना प्लस वन' स्ट्रेटजी से स्मॉलकैप कंपनियों को नई उड़ान

ग्लोबल स्तर पर देखें तो भारत को 'चाइना प्लस वन' स्ट्रेटजी का बड़ा फायदा मिल रहा है। इस स्ट्रेटजी के तहत कई मल्टीनेशनल कंपनियां अपनी मैनुफैक्चरिंग भारत की तरफ शिफ्ट कर रही हैं। इससे देश में इंडस्ट्रियल ग्रोथ तेज होगी और खासतौर पर स्मॉलकैप मैनुफैक्चरिंग कंपनियों को स्केलेबिलिटी और विस्तार का बड़ा मौका मिलेगा। आज के बदलते बाजार में स्मॉलकैप शेयर निवेशकों को एक अलग तरह का एक्सपोजर देते हैं। जहां कम कीमत पर निवेश के साथ कमाई की बड़ी संभावना होती है जो लोग लंबी अवधि के लिए निवेश सोच रहे हैं और थोड़ा रिस्क लेने को तैयार हैं, उनके लिए यह वक्त स्मॉलकैप में निवेश बढ़ाने और पोर्टफोलियो को मजबूत करने का सही मौका है।



स्मॉलकैप कंपनियां वे होती हैं जिनका मार्केट कैपिटलाइजेशन कम होता है, आमतौर पर ये नए या छोटे व्यवसाय होते हैं, जिनमें विकास की गुंजाइश अधिक होती है, लेकिन जोखिम भी अधिक होता है। सेबी के अनुसार, स्मॉलकैप कंपनियां वे होती हैं जो मार्केट कैपिटलाइजेशन के मामले में 25 वे स्थान से नीचे आती हैं।

ज्यादा रिटर्न के लिए लोग रिस्क लेने को तैयार, एमएफ में बढ़ रहा निवेश का क्रेज

ऑरशन बिजनेस डेस्क

बदती महंगाई के इस जमाने में लोग निवेश के नए-नए विकल्प खोज रहे हैं। निवेशकों में बैंक एफडी का क्रेज घटता जा रहा है। यही कारण है कि बैंक एफडी की लोकप्रियता काफी कम हो रही है। भारतीय लोग अब बैंक में पैसे जमा करने के बजाय दूसरी जगहों पर निवेश कर रहे हैं। आजकल लोगों के बीच में म्यूचुअल फंड और शेयर बाजार जैसी जगह निवेश के लिए ज्यादा पॉपुलर हो रही हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि इन जगहों पर बैंक से ज्यादा फायदा मिल रहा है। यह जानकारी रिजर्व बैंक ऑफ इंडिया (आरबीआई) के आंकड़ों से पता चली है। रिजर्व बैंक के आंकड़ों के अनुसार, लोगों की बैंक टर्म डिपॉजिट्स (एफडी, आरडी) में हिस्सेदारी वित्त वर्ष 2020 के अंत में 50.54% थी। वित्त वर्ष 2025 के अंत में यह घटकर 45.71% हो गई। इसका मतलब है कि लोग अब बैंकों में पहले जितना पैसा जमा नहीं कर रहे हैं। वे निवेश के दूसरे विकल्पों पर ज्यादा भरोसा जता रहे हैं। चूंकि इन विकल्पों में उन्हें एफडी से ज्यादा लाभ मिल रहा है जो महंगाई को मात देने में सक्षम है। अब लोग लंबी अवधि के लिए एसआईपी के जरिये और शेयर बाजार में निवेश को ज्यादा महत्व दे रहे हैं। महंगाई के दैर को देखते हुए लोग अब ज्यादा रिस्क लेने को भी तैयार हैं, ताकि भविष्य के लिए कम समय में अच्छा पैसा एकाग्र कर सकें। इसलिए भी निवेशकों में फिक्स डिपॉजिट यानी बैंक एफडी का क्रेज घटता जा रहा है।

अब कम हो रहा बैंक एफडी का क्रेज, निवेश के नए ऑरशन दूढ़ रहे लोग अब लोग बैंक में पैसे जमा करने के बजाय म्यूचुअल फंड और शेयर बाजार में निवेश कर रहे

यहां उन्हें ज्यादा फायदा लाभ मिल रहा, एसआईपी के जरिये निवेश ज्यादा पॉपुलर

निवेश विकल्पों में ज्यादा पैसा लगा रहे हैं। म्यूचुअल फंड के प्रबंधन के तहत संपति 30 अप्रैल को बढ़कर 69.50 लाख करोड़ रुपये हो गई। वित्त वर्ष 2020 के अंत में यह 22.26 लाख करोड़ रुपये थी। इसका मतलब है कि म्यूचुअल फंड में लोगों का निवेश बहुत तेजी से बढ़ा है। एक अन्य बैंक के अर्थशास्त्री ने कहा कि यह बाजार की वजह से है, लेकिन जरूरी नहीं कि जनसांख्यिकी के कारण हो।

रिस्क ले रहे लोग

दिसंबर 2024 में रिजर्व बैंक के एक पेपर में कहा गया था कि बचत करने वालों का तरीका बदल रहा है। साल 2022 में 17.8% भारतीय परिवारों ने जोखिम वाली संपत्तियों में निवेश किया था। वहीं साल 2019 में यह आंकड़ा 15.7% था। जोखिम वाली संपत्तियां मतलब ऐसी जगहों जहां पैसा डूबने का खतरा होता है, जैसे कि शेयर बाजार।

वया है एफडी में निवेश

एफडी (फिक्स्ड डिपॉजिट) में निवेश एक प्रकार का निवेश है जिसमें आप एक निश्चित अवधि के लिए अपने पैसे को बैंक या अन्य वित्तीय संस्थान में जमा करते हैं और बदले में एक निश्चित ब्याज दर प्राप्त करते हैं। ■ निश्चित आय: एफडी में निवेश करने से आपको एक निश्चित आय प्राप्त होती है जो आपके पैसे को बढ़ाने में मदद करती है। ■ जोखिम मुक्त: एफडी में निवेश जोखिम मुक्त होता है क्योंकि आपका पैसा बैंक या अन्य वित्तीय संस्थान के पास जमा होता है। ■ लिक्विडिटी: एफडी में निवेश करने से आपको अपने पैसे को आवश्यकता पड़ने पर निकालने की सुविधा होती है, हालांकि इसमें कुछ शर्तें और जुर्माना हो सकता है। ■ कर लाभ: एफडी पर ब्याज आय पर कर लगता है, लेकिन कुछ प्रकार के एफडी जैसे कि टैक्स सेवर एफडी पर कर लाभ मिलता है।

एसआईपी में निवेश के लाभ

■ एसआईपी में निवेश एक प्रकार का निवेश है जिसमें आप नियमित अंतराल पर एक निश्चित राशि का निवेश म्यूचुअल फंड में करते हैं। ■ नियमित निवेश: एसआईपी में निवेश करने से आपको नियमित अंतराल पर निवेश करने की आदत पड़ती है। ■ रुपये कॉस्ट एवरजिंग: एसआईपी में निवेश करने से आपको रुपये कॉस्ट एवरजिंग का लाभ मिलता है, जिससे आपको बाजार की उतार-चढ़ाव से बचने में मदद मिलती है। ■ लंबी अवधि का निवेश: एसआईपी में निवेश करने से आपको लंबी अवधि के लिए निवेश करने का अवसर मिलता है, जिससे आपको अपने वित्तीय लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद मिलती है। ■ विविधीकरण: एसआईपी में निवेश करने से आपको विभिन्न प्रकार के म्यूचुअल फंड में निवेश करने का अवसर मिलता है, जिससे आपको अपने पोर्टफोलियो को विविध बनाने में मदद मिलती है।

गिरावट का कारण यह भी

एक बड़े बैंक के मुख्य अर्थशास्त्री ने कहा कि जमा में गिरावट का कारण यह है कि लोगों की बचत कम हो रही है और वे शेयर बाजार जैसे अन्य

पांच साल के रिटर्न चार्ट पर स्मॉलकैप फंड सबसे आगे

टॉप 25 में 13 स्कीम ने 33 से 38% सालाना मिला रिटर्न दिया, म्यूचुअल फंड में स्मॉलकैप कैटेगरी हाई रिटर्न का बेहतर विकल्प है, निवेश के लिए लक्ष्य कम से कम 5 से 7 साल का रखना होना जरूरी

रिटर्न बिजनेस डेस्क

यदि आप भी निवेश कर रहे हैं या करने जा रहे हैं तो म्यूचुअल फंड की स्मॉलकैप कैटेगरी आपको लिए निवेश का बढ़िया विकल्प साबित हो सकती है। इसके लिए आपको थोड़ा संयम के साथ निवेश का लक्ष्य तय करना होगा। इस श्रेणी में अच्छा रिटर्न लेने के लिए आपको निवेश का लक्ष्य कम से कम 5 से 7 साल को लेकर चलना होगा। फाइनेंशियल एडवाइजर्स की यह सलाह रिटर्न चार्ट देखकर बिल्कुल सही साबित होती है। बीते 5 साल या 60 महीनों के दौरान रिटर्न के मामले में सबसे अच्छा प्रदर्शन करने वाले म्यूचुअल फंड स्कीम पर नजर डालें तो स्मॉलकैप फंड्स ने बाजी मार ली है। 5 साल के टॉप 25 स्कीम में 13 स्कीम स्मॉलकैप फंड कैटेगरी की हैं, जिनमें 33 से 38 फीसदी एनुअलाइज्ड रिटर्न मिल रहा है। 5 साल में 38 फीसदी एनुअलाइज्ड रिटर्न से कैलकुलेशन करें तो यह रिटर्न करीब 5 गुना होता है। यानी 38 फीसदी सीएजीआर रिटर्न वाली स्कीम ने 5 साल में निवेशकों का पैसा 5 गुना बढ़ा दिया। वहीं, 33 फीसदी एनुअलाइज्ड रिटर्न से कैलकुलेशन करें तो यह करीब 4 गुना रिटर्न होगा। इसका मतलब है कि 33 फीसदी सीएजीआर रिटर्न वाली स्कीम ने 5 साल में निवेशकों का पैसा 4 गुना बढ़ा दिया।

निपॉन इंडिया स्मॉलकैप फंड टॉपर निपॉन इंडिया स्मॉलकैप फंड 5 साल में 38 फीसदी सीएजीआर रिटर्न के साथ न सिर्फ स्मॉलकैप कैटेगरी का बल्कि ओवरऑल भी टॉपर रहा है। इस फंड ने 5 साल में 1 लाख का निवेश 5 लाख रुपये बना दिया। इसके बाद बेहतर प्रदर्शन करने वाली टॉप 5 में शामिल अन्य स्कीम बंधन स्मॉलकैप फंड ने 37.32% एनुअलाइज्ड रिटर्न, बैंक ऑफ इंडिया स्मॉलकैप फंड ने 36% एनुअलाइज्ड रिटर्न, इडेलवाइड स्मॉलकैप फंड ने 35.50% एनुअलाइज्ड रिटर्न और एचएसबीसी स्मॉलकैप फंड ने 35.35% रिटर्न दिया है।

ये हैं 5 साल के टॉप 13 फंड

1. निपॉन इंडिया स्मॉलकैप फंड : 38%
ये स्कीम 1 जनवरी 2013 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 25.50% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 63,007 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.65% है।
2. बंधन स्मॉलकैप फंड : 37.32%
ये स्कीम 25 फरवरी 2020 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 35.23% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 11,744 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.39% है।
3. बैंक ऑफ इंडिया स्मॉलकैप फंड : 36%
ये स्कीम 19 दिसंबर 2018 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 28.40% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 1,819 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.53% है।
4. इडेलवाइड स्मॉलकैप फंड : 35.50%
ये स्कीम 7 फरवरी 2019 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 27.84% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 4,590 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.43% है।
5. एचएसबीसी स्मॉलकैप फंड : 35.35%
ये स्कीम 12 मई 2014 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 21.12% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 16,061 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.63% है।
6. टाटा स्मॉलकैप फंड : 35%
ये स्कीम 12 नवंबर 2018 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 25.31% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 10,529 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.34% है।
7. इन्व्हेस्टो इंडिया स्मॉलकैप फंड : 35%
ये स्कीम 30 अक्टूबर 2018 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 25.74% सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 6,823 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.44% है।
8. केनरा रोबोको स्मॉलकैप फंड : 34.80%
ये स्कीम 15 फरवरी 2019 को लॉन्च हुई थी और तब से इसका रिटर्न 25.31%



फाइनेंशियल एडवाइजर्स भी बोले, लक्ष्य तय कर लंबी अवधि के लिए निवेश करें, निपॉन इंडिया स्मॉलकैप फंड 5 साल में 38 फीसदी सीएजीआर रिटर्न के साथ टॉपर

सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 4,590 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.43% है।

सालाना रहा है। फंड का लेटेस्ट एयूएम 10,529 करोड़ रुपये है, जबकि एक्सपेंस रेश्यो 0.34% है।

कम जोखिम में ज्यादा रिटर्न चाहते हैं तो अपनाएं म्यूचुअल फंड्स ट्रेड्स का फंडा

ट्रेड्स के जरिये कर सकते हैं अच्छी कमाई, हर निवेशक रखे जानकारी

यह टूल न तरलता को आसानी से मैनेज करने में मदद करता है

यह रिटर्न भी बढ़ाता है और पोर्टफोलियो को भी मजबूत बनाता है

एफएफ के लिए बेहतर रिटर्न, सुरक्षित निवेश और शानदार लिक्विडिटी

ट्रेड्स में एक पार्टी ट्रेजरी बिल्स को दूसरी पार्टी को बेचती है

जानकारी बिजनेस डेस्क

क्या म्यूचुअल फंड्स को कम जोखिम में ज्यादा रिटर्न मिल सकता है? तो इसका जवाब है हां! ट्रेड्स (ट्रेजरी बिल्स रिपरचेज) नाम के स्मार्ट टूल से म्यूचुअल फंड्स अपनी लिक्विडिटी को मैनेज करते हुए रिटर्न बढ़ाते हैं और पोर्टफोलियो को मजबूत बनाते हैं। ये टूल उन्हें न सिर्फ अपनी तरलता को आसानी से मैनेज करने में मदद करता है, बल्कि रिटर्न भी बढ़ाता है और पोर्टफोलियो को भी मजबूत बनाता है। ट्रेड्स की मदद से म्यूचुअल फंड्स सरकार की सिक्योरिटीज का सहारा लेते हुए शॉर्ट-टर्म में फंड्स खरीदने और बेचने का काम कर सकते हैं। तो चलिए, जानते हैं कि ट्रेड्स कैसे काम करता है और ये क्यों म्यूचुअल फंड्स के लिए एक शानदार टूल है। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे कि यह सरकारी सिक्योरिटीज पर बेस्ड शॉर्ट-टर्म इन्वेस्टमेंट का तरीका कैसे काम करता है और आपको

निवेश को कैसे बेहतर बना सकता है। ट्रेड्स यानी 'ट्रेजरी बिल्स रिपरचेज' एक शॉर्ट-टर्म इन्वेस्टमेंट का तरीका है, जो निवेशकों को इस्तेमाल ना होने वाले पैसों से रिटर्न कमाना में मदद करता है। इसे खासतौर पर बैंक, फाइनेंशियल इंस्टिट्यूशन और म्यूचुअल फंड्स इस्तेमाल करते हैं, ताकि वो अपनी कमाई को बढ़ा सकें। ट्रेड्स में एक पार्टी ट्रेजरी बिल्स को दूसरी पार्टी को बेचती है और फिर एक तय तारीख और कीमत पर इन्हें वापस खरीदने का समझौता करती है। ये लें-देन सरकार की सिक्योरिटी से सुरक्षित होता है, इसलिए इसमें जोखिम कम होता है। मान लीजिए, किसी म्यूचुअल फंड के पास ज्यादा पैसा पड़ा है और वो उसे ऐसा निवेश करना चाहता है, जिसमें लिक्विडिटी बनी रहे। तब वो उस पैसे को ट्रेड्स के जरिए के लिए एक शानदार टूल है। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे कि यह सरकारी सिक्योरिटीज पर बेस्ड शॉर्ट-टर्म इन्वेस्टमेंट का तरीका कैसे काम करता है और आपको

म्यूचुअल फंड्स में कैसे काम करता है ट्रेड्स

मान लीजिए, किसी म्यूचुअल फंड को अचानक बड़े अमाउंट की जरूरत पड़ गई, जैसे कि कस्टमर्स के द्वारा पैसे निकालने के कारण। ऐसे में वह ट्रेड्स का इस्तेमाल कर सकता है। इससे उसे अपनी लंबी अवधि के इन्वेस्टमेंट्स को बचाने में मदद मिलती है। ट्रेड्स सरकारी सिक्योरिटीज पर बेस्ड होते हैं, इसलिए ये काफी सुरक्षित माने जाते हैं। ट्रेड्स म्यूचुअल फंड्स के लिए एक शानदार तरीका है, जो उन्हें सेफ्टी, लिक्विडिटी और बेहतर रिटर्न का अच्छा संतुलन देता है।

ट्रेड्स के प्रमुख फायदे

- » निवेशकों के लिए ज्यादा रिटर्न: जब बाजार में ब्याज दरें बढ़ी होती हैं, तो ट्रेड्स के जरिए म्यूचुअल फंड्स अपनी खाली पड़ी नकदी से अच्छा मुनाफा कमा सकते हैं। इसमें वह उस फंड का इस्तेमाल करते हैं, जिसे वह उस समय शेयर मार्केट में निवेश नहीं करना चाहते हैं।
- » नियमों का पालन : सेबी ने यह नियम बनाया है कि म्यूचुअल फंड्स को अपनी लिक्विड एसेट का एक हिस्सा ट्रेड्स में निवेश करना होगा। इससे निवेशकों को यह भरोसा मिलता है कि उनके पैसे सुरक्षित हैं और सभी नियमों का पालन हो रहा है।
- » फास्ट लिक्विडिटी : ट्रेड्स की सबसे अच्छी बात यह है कि म्यूचुअल फंड्स को जल्दी से पैसा मिल जाता है। जब किसी को पैसे की जरूरत होती है, तो ट्रेड्स से वे जल्दी नकदी ले सकते हैं।



- » डायवर्सिफिकेशन : म्यूचुअल फंड्स के पोर्टफोलियो को अलग-अलग प्रकार के निवेशों में बांटना जरूरी है, ताकि जोखिम कम हो। ट्रेड्स इस डायवर्सिफिकेशन में मदद करता है और म्यूचुअल फंड्स को बाजार की उतार-चढ़ाव से बचाता है।
- » ट्रेड्स म्यूचुअल फंड्स के लिए एक बेहद तरीका है, जो उन्हें ज्यादा रिटर्न, सुरक्षित पोर्टफोलियो और पैसे की सुरक्षा देता है।

ट्रेड्स की विशेषताएं

- » अल्पकालिक निवेश : ट्रेड्स अल्पकालिक निवेश विकल्प है जिसमें निवेश की अवधि आमतौर पर कुछ दिनों से लेकर कुछ महीनों तक होती है।
- » सरकारी समर्थन : ट्रेड्स में निवेश करने से आपको सरकारी समर्थन मिलता है, जो इसे एक सुरक्षित निवेश विकल्प बनाता है।
- » लिक्विडिटी : ट्रेड्स में निवेश करने से आपको उच्च लिक्विडिटी मिलती है, जिससे आप अपने पैसे को आवश्यकता पड़ने पर निकाल सकते हैं।

ट्रेड्स के लाभ

- » सुरक्षित निवेश : ट्रेड्स एक सुरक्षित निवेश विकल्प है क्योंकि इसमें सरकारी समर्थन होता है।
- » निश्चित आय : ट्रेड्स में निवेश करने से आपको निश्चित आय प्राप्त होती है।
- » लिक्विडिटी : ट्रेड्स में निवेश करने से आपको उच्च लिक्विडिटी मिलती है।

खबर संक्षेप

रिटायर्ड कर्मचारी संघ की मासिक बैठक एक को फतेहाबाद। रिटायर्ड कर्मचारी संगठन फतेहाबाद की मासिक बैठक 01 जुलाई मंगलवार को प्रातः 10 बजे पुराना बस स्टैंड, जाट धर्मशाला के पास स्थित रेस्ट हाऊस में होगी। इस मीटिंग में रिटायर्ड कर्मचारियों की विभिन्न मांगों को लेकर चर्चा की जाएगी। इसके अलावा रिटायर्ड कर्मचारी संगठन की मांगों को लेकर राज्य कार्यकारिणी की सरकार से हुई बातचीत बारे भी सदस्यों को जानकारी दी जाएगी। यह जानकारी देते हुए संगठन के महासचिव सुभाष चन्द्र चौहान ने बताया कि इस बैठक की अध्यक्षता संगठन के जिला प्रधान मुंशीराम कम्बोज करेंगे वहीं निहाल सिंह मताना विशेष तौर पर भाग लेंगे। उन्होंने बताया कि बैठक के माध्यम से सरकार से मांग की जाएगी।

मायके में पति को बुलाकर पिटवाया, महिला गिरफ्तार

फतेहाबाद। पति को अपने मायके बुलाकर उसकी पिटाई करवाने के मामले में रतिया पुलिस ने महिला आरोपी को काबू किया है। थाना सदर रतिया के प्रभारी उपनिरीक्षक राजबीर ने बताया कि यह मामला मनदीप सिंह निवासी बलियाला की शिकायत पर दर्ज किया गया था। शिकायतकर्ता ने बताया कि उसकी शादी करीब चार वर्ष पूर्व ज्योति निवासी गांव सरदारवाला से हुई थी। कुछ समय पहले वह मायके गई और फिर वापसी पर विवाद उत्पन्न हुआ। जब मनदीप उसे लेने ससुराल पहुंचा, तो कुछ लोगों ने उसे लाठियों से पीटा।

4 साल से फरार उद्धोषित अपराधी को किया काबू

फतेहाबाद। थाना शहर रतिया पुलिस ने चार साल से फरार चल रहे उद्धोषित अपराधी को काबू किया है। थाना प्रभारी उपनिरीक्षक रणजीत ने बताया कि फतेहाबाद न्यायालय द्वारा अभियोग संख्या 251/2020 धारा 379, 201.34 आईपीसी के तहत दस मामलों में आरोपी मनोज उर्फ विनोद पुत्र मदनलाल निवासी चंदन नगर, मॉडल टाऊन, भुना को न्यायालय के आदेशों की अनुपालना न करने पर उद्धोषित अपराधी घोषित किया गया था।



उकलाना। हवन में आहुति डालते श्रद्धालु। फोटो: हरिभूमि

हवन के साथ दी श्री धेनु मानस यज्ञ की पूर्णाहुति

उकलाना। श्री कृष्ण गोशाला उकलाना द्वारा श्री धेनु मानस यज्ञ का आयोजन हुआ। संत राजेंद्रानंद महाराज के मुखारविंद से क्षेत्र की जनता निहाल हुई। इस यज्ञ में प्रतिदिन सैकड़ों की संख्या में श्रद्धालु ने गोमाता की कथा का सार सुन गोसेवा के लिए प्रेरित हुए। यज्ञ समापन होने पर हवन यज्ञ एवं भंडारे का आयोजन हुआ जिसमें सैकड़ों की संख्या में महिला व पुरुषों ने भाग लिया और अपनी आहुतियां यज्ञ में डाली भंडारा बांटने की व्यवस्था भारत विकास परिषद के अध्यक्ष पुण्यकिर्ति शर्मा एवं सदस्य द्वारा की गई। इस मौके पर श्रीनिवास गोयल, प्रधान अभैराम मंगला, जगदीश गोयल, महेश बंसल, रोशन मित्तल, सज्जन मित्तल, निहाल सिंह बरड, श्यामसुंदर बंसल, राजेंद्र गोदारा, अशोक गर्ग, बलवान घायल, राजेंद्र मंगला मौजूद रहे।

ऑनलाइन महिला काव्य मंच की गोष्ठी का आयोजन

‘मैं बिना प्यार की ज़िदगी क्या करूँ, हमसफ़र तू नहीं तो खुशी क्या करूँ’ पर बटोरी तालियां

- महिला रचनाकारों ने एक से बढ़कर एक रचना की पेश
- महिला काव्य मंच की महासचिव सीमा शर्मा सहित कई महिला कवयित्रियों ने काव्य गोष्ठी में दी अपनी प्रस्तुतियां।



ऑनलाइन गोष्ठी में हिस्सा लेती महिला काव्य मंच की पदाधिकारी व सदस्य।

काव्य गोष्ठी की अध्यक्षता एवं मंच संचालन हिसार इकाई की अध्यक्ष

हिसार
आज प्रभु मेरे घर आए जय जगन्नाथ, जय जगन्नाथ पर झूमे श्रद्धालु
भगवान जगन्नाथ को सेक्टर 14 से संकीर्तन के साथ दी भव्य विदाई



हिसार। संकीर्तन में भजन गाते डॉ. मोहन तनेजा व उपस्थित श्रद्धालु। और संकीर्तन में भजनो पर झूमते श्रद्धालु।



हिसार। संकीर्तन में भजन गाते डॉ. मोहन तनेजा व उपस्थित श्रद्धालु। और संकीर्तन में भजनो पर झूमते श्रद्धालु।

ये रहे मौजूद
इस अवसर पर समाजसेवी एस एन गुप्ता, मदनलाल बंसल, अनूप बंसल, रामनिवास अग्रवाल सी.ए., हनुमान प्रसाद कंसल, रामधारी गोयल, पवन अग्रवाल, आशीष गुप्ता, मोती कंसल, धीरज गर्ग, अंकुर बंसल इडलोकेट, जीसी नारंग, आनंद बंसल, विजयंत भट्टेजा, कलवंत जांगड़ा, विजय कंसल, जगमोहन लोहिया, विनोद जैन सहित अनेक गणमान्य लोग भी शामिल रहे।

सलोना मेरा जगन्नाथ..., ऐरी सखी मंगल गाओ रे, कोई काला टीका लगाओ रे...गाए तो श्रद्धालु झूम

जमीनी कार्यकर्ताओं की आवाज सुनना मकसद



हिसार। कांग्रेस भवन में पार्टी नेताओं व कार्यकर्ताओं के साथ अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के ऑब्जर्वर जगदीश जांगड़।

विचार-विमर्श करके विभिन्न प्रकोष्ठों से राय और व्यक्तिगत आवेदन भी लिए गए। अब यह पैनल अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी को भेजा जाएगा। यह दौरा संगठन को और अधिक सुदृढ़ करने तथा स्थानीय नेताओं और कार्यकर्ताओं के साथ सीधा संवाद

स्थापित करने के उद्देश्य से आयोजित किया गया था। उनके साथ हरियाणा प्रदेश कांग्रेस कमेटी के ऑब्जर्वर अमित सिहाग, जयपाल सिंह लाली व पंकज चौहान भी मौजूद रहे। उन्होंने कांग्रेस विधायकों एवं विस में उम्मीदवार रहे कांग्रेसी नेताओं से

मुलाकात की। बैठक में विधायक नरेश सेलवाल, आदमपुर से विधायक चंद्रप्रकाश जांगड़ा, नारनौद से विधायक जस्सी पेटवाड़ एवं नलवा से प्रत्याशी अनिल मान शामिल रहे। बैठक के दौरान उन्होंने जिला अध्यक्ष के नाम के लिए गहन विचार-विमर्श किया।

एचटेट जैसी होगी पीएमश्री स्कूलों के लिए परीक्षा

- 30 जून को प्रदेश भर के 42 परीक्षा केंद्रों पर 12 हजार 320 परीक्षार्थी देंगे परीक्षा : बोर्ड सचिव डा. मुनीष नागपाल



हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड के सचिव डा. मुनीष नागपाल ने बताया कि हरियाणा सरकार की ओर से प्रदेश में शिक्षा का स्तर बेहतर बनाने के लिए प्रदेश में 218 माडल संस्कृति और 250 पीएम श्री स्कूल बनाए हैं। इन्हें सीबीएसई से संबद्ध किया गया है। अब प्रदेश सरकार की ओर इन स्कूलों में रिक्रूट हुए और नए बने पढ़ाए पर भर्ती के लिए शिक्षकों से आनलाइन ड्राइव के तहत आवेदन

मांगे गए थे। जिसमें 12 हजार 320 ने आवेदन किया। यहां पांच कैटेगरी में आवेदन आमंत्रित किए गए हैं। जिनमें प्रिंसिपल, एलीमेंटरी स्कूल हेड मास्टर, ग्राइमरी टीचर्स एंड हेड टीचर्स, पीजीटी, टीजीटी और हेड मास्टर के पद हैं। इनका टेस्ट 30 जून को लिया जाएगा। जिसके लिए प्रदेश में कम्पिन्सरी स्तुर पर 42 परीक्षा केंद्र बनाए गए। उन्होंने

मूक बधिर स्कूल में दिए 12 पंखे, पौधरोपण



हिसार। मूक बधिर स्कूल में 12 छत वाले पंखे देते लायंस क्लब हिसार ए फ़िरोजा के सदस्य। फोटो: हरिभूमि

हरिभूमि न्यूज़ ►► हिसार

लायंस क्लब हिसार ए फ़िरोजा ने अपने समाज सेवा के कार्यों के कड़ी में लायनरिटिक वर्ष 2024-25 का समापन मूक बधिर स्कूल में 12 छत वाले पंखे देकर व पौधारोपण करके किया। प्रोजेक्ट चेयरमैन नीलम सरदाना ने

पौधारोपण कर इस प्रोजेक्ट का शुभारंभ किया। क्लब के सचिव पवन सरदाना ने बताया कि क्लब ने वर्ष भर अनेक सामाजिक कार्यों में अपना पूर्ण सहयोग दिया है। क्लब के सभी सदस्यों ने आगामी वर्ष 2025-2026 के लिये नवनिर्भुक्त प्रधान हरीश छाबड़ा को शुभकामनाएं दीं। इस अवसर पर

रिजन चेयरमैन नीरज वर्मा, जोन चेयरमैन प्रवीण नारंग, प्रधान दुनीचंद गोयल, सचिव पवन सरदाना, कैशियर राजेश बहार व क्लब के सदस्य हरीश छाबड़ा, मुकेश बजाज, सुरेंद्र बजाज, अनिल खट्टर, महेश चौधरी, सुरेंद्र छिन्दा, हंसराज नारंग, अशोक महता आदि भी उपस्थित रहे।

प्राचार्या ने दिए परीक्षा संबंधी टिप्स व सुझाव

हरिभूमि न्यूज़ ►► हिसार

छात्रावास शिक्षण महाविद्यालय में परीक्षा संबंधी कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्राचार्या प्रोफेसर उर्मिला मलिक ने विद्यार्थियों को परीक्षा संबंधी टिप्स व सुझाव दिए। उन्होंने कहा कि परीक्षा में सफलता पाने के लिए सुनियोजित तरीके से टारगेटेड होकर व अपने नोट्स बनाकर पढ़ाई करें। परीक्षा में अच्छे अंक पाने के लिए समग्र प्रबंधन का ध्यान रखें। तनाव रहित रहने व ध्यान केंद्रितता को बढ़ाने के लिए योग प्राणायाम करें व सात्विक भोजन ग्रहण करके स्वास्थ्य प्रबंधन कर अपनी ऊर्जा शक्ति को बनाए रखें। उन्होंने अपने संबोधन में कहा यदि आप अपनी संपूर्ण इनपुट देते हुए



परीक्षा की तैयारी करेंगे तो सफलता आपके कदम चूमेगी। अंत में सभी विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए सफल होने का आशीर्वाद दिया। लगभग 180 विद्यार्थियों ने इस कार्यक्रम का लाभ उठाया।

बद्रीनाथ हादसे में शिल्पा की मौत पर दिग्विजय चौटाला ने जताया शोक

- बद्रीनाथ-जोशीमठ हाइवे पर पातालगंगा के पास हादसा।

हरिभूमि न्यूज़ ►► फतेहाबाद

जननायक जनता पार्टी के युवा नेता दिग्विजय सिंह चौटाला ने हाल ही में उत्तराखंड के बद्रीनाथ में हुए दर्दनाक हादसे में जान गंवाने वाली फतेहाबाद निवासी महिला शिल्पा पत्नी अंकित गर्ग के घर पहुंचकर शोक व्यक्त किया। उन्होंने शिल्पा के परिजनों से मुलाकात कर इस दुखद समय में संवेदना प्रकट की और परिवार को हौसला बनाए रखने की अपील की। गौरतलब है कि यह हादसा बद्रीनाथ-जोशीमठ राष्ट्रीय राजमार्ग पर पातालगंगा के पास हुआ, जब भूस्खलन के दौरान एक बड़ा पत्थर शिल्पा की कार पर आ गिरा। हादसे में 36 वर्षीय शिल्पा



फतेहाबाद। शिल्पा की मौत पर उनके घर जाकर शोक जताते दिग्विजय चौटाला।

की मौके पर ही मृत्यु हो गई, जबकि उनके पति अंकित गर्ग और 10 वर्षीय बेटी ख्वाहिश गंभीर रूप से घायल हो गए। दोनों को तत्काल नजदीकी अस्पताल में इलाज के लिए भर्ती कराया गया है, जहां उनकी स्थिति अब स्थिर बताई जा रही है। दिग्विजय चौटाला ने परिवार के प्रति अपनी गहरी संवेदना प्रकट

करते हुए कहा कि यह हादसा बेहद पीड़ादायक और दुर्भाग्यपूर्ण है। उन्होंने कहा कि पार्टी और वे स्वयं इस संकट की घड़ी में परिवार के साथ खड़े हैं। इस मौके पर उनके जजपा जिलाध्यक्ष रविन्द्र बेनिवाल, कुलजीत कुलडिआ, कुलदीप सिंगड़, अजय संधू, सुभाष गोरखिया व अन्य मौजूद रहे।

ख़बर संक्षेप

साइबर सिक्योरिटी एंड सेफ्टी पर कार्यशाला
हिसार। अर्बन इस्टेट स्थित विश्वास सीनियर सेकेंडरी स्कूल में शनिवार को सीबीएसईके क्षमता निर्माण कार्यक्रम (केपेसिटी बिल्डिंग प्रोग्राम) के तहत शिक्षकों के लिए ‘साइबर सिक्योरिटी एंड सेफ्टी पर एक कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का नेतृत्व प्रतिष्ठित सीबीएसई रिसोर्स पर्सन संदीप कुमार और प्रिया बंगा ने किया। कार्यशाला का उद्देश्य डिजिटल युग में शिक्षकों को साइबर अपराधों, ऑनलाइन धोखाधड़ी, पासवर्ड सुरक्षा, डेटा गोपनीयता और फिशिंग हमलों जैसी चुनौतियों से निपटने तथा सुरक्षित ऑनलाइन वातावरण बनाए रखने के तरीके से अवगत करना था।

हनुमान मंदिर में भंडारा एक जुलाई को
हिसार। मिल गेट की हनुमान कॉलोनी स्थित हनुमान मंदिर में एक जुलाई को हवन व भंडारे का आयोजन किया जाएगा। मंदिर के पुजारी मनोज कुमार शास्त्री ने बताया कि एक जुलाई को सुबह 7:15 बजे हवन यज्ञ किया जाएगा। हवन व सत्संग के बाद 11:15 बजे बाबा का अटूट भंडारा चलाया जाएगा। मनोज शास्त्री ने बताया कि मंदिर में हर वर्ष हवन यज्ञ व भंडारे का आयोजन किया जाता है। उन्होंने श्रद्धालुओं से हवन व भंडारे में भाग लेने का अनुरोध किया है।

मनोज बने कष्ट निवारण समिति के सदस्य
बरवाला। पूर्व पार्षद प्रतिनिधि नगरपालिका बरवाला वार्ड न 3 एवं बरवाला मण्डल अध्यक्ष मनोज उर्फ मोनू संदूजा को जन परिवाद एवं कष्ट निवारण समिति का सदस्य मनोनीत किया गया है। सरकार की ओर से हाल ही में जारी सूची के अनुसार बरवाला मंडल अध्यक्ष मोनू संदूजा जन परिवाद समिति के सदस्य बनाए गए हैं। अपनी नियुक्ति पर मोनू संदूजा ने मुख्यमंत्री नागब सिंह सैनी, प्रदेश अध्यक्ष मोहनलाल बड़ोली, प्रदेश महामंत्री सुरेंद्र पुनिया, कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा, जिलाध्यक्ष अशोक सैनी एवं अन्य वरिष्ठ नेताओं का आभार जताते हुए कहा कि वह अपनी जिम्मेदारी को पूरी निष्ठा और ईमानदारी के साथ निभाने का प्रयास करेंगे।



नारनौद। कर्मचारी मांगो को लेकर विचार विमर्श करते हुए।

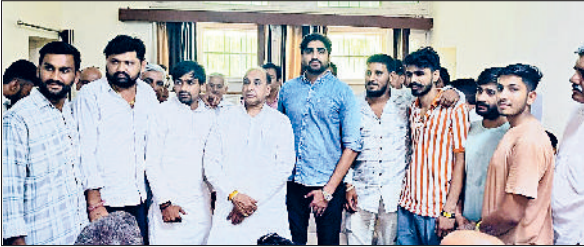
राष्ट्रव्यापी हड़ताल को लेकर रिटायर्ड कर्मचारी संघ ने की मीटिंग, पदाधिकारियों को सौंपी जिम्मेदारियां
नारनौद। रिटायर्ड कर्मचारी संघ ब्लॉक नारनौद की मीटिंग भगत सिंह पुस्तकालय में आयोजित की गई। इसकी अध्यक्षता ब्लॉक प्रधान मास्टर रामकृष्ण ने की और संचालन ब्लॉक सचिव रोहतास शर्मा ने किया। मीटिंग में रिटायर्ड कर्मचारी संघ के राज्य के उपप्रधान ओमप्रकाश सैनी ने विशेष रूप से मांग लिया। मीटिंग को संबोधित करते हुए राज्य के उप प्रधान सैनी ने बताया कि 9 जुलाई को राष्ट्रव्यापी हड़ताल का पूर्ण रूप से समर्थन करके सरकार की नौद उड़ाने का काम किया जाएगा। उन्होंने बताया कि 15 जुलाई को देश भर के डिप्टी कमिश्नरों के माध्यम से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नाम अपने मांग पत्र देने का काम किया जाएगा। अगर सरकार फिर भी नहीं जाती तो 17 सितंबर को जंतर मंतर पर ऑल इंडिया पेंशनर्स का धरना होगा। ब्लॉक सचिव रोहता शर्मा ने बताया कि रिटायर्ड कर्मचारी संघ के कर्मचारियों के हितों के लिए लड़ाई लड़कर लड़ रही हैं। इस अवसर पर बदन सिंह, सतवीर मास्टर, सतवीर पेटेवाड़, राजेंद्र पेटेवाड़, महेंद्र सिंह, धर्मपाल डाँक्टर, नसीब सिंह आदि मौजूद रहे।

जनता के हितों के लिए कार्य करना प्राथमिकता होनी चाहिए : चंद्रप्रकाश

- यूथ कांग्रेस पदाधिकारी विधायक चंद्रप्रकाश से मिले।

हरिभूमि न्यूज़ ►► आदमपुर

पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में जनता दरबार आयोजित करके विधायक चंद्रप्रकाश ने हलकावासियों की समस्याएं सुनीं। इस दौरान स्थानीय निवासियों ने रेस्ट हाउस में पहुंचकर पर्याप्त बिजली व पेयजल उपलब्ध न होने की समस्या से अवगत करवाया। समस्याओं पर संज्ञान लेते हुए चंद्रप्रकाश ने अधिकारियों से बातचीत करके समाधान के निर्देश दिए। इस दौरान उन्होंने सड़कों के निर्माण संबंधी जानकारी भी प्राप्त



आदमपुर। विधायक चंद्रप्रकाश से मुलाकात करते यूथ कांग्रेस के पदाधिकारी।

की। जनता दरबार के उपरांत पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में ही यूथ कांग्रेस के आदमपुर विधानसभा के प्रधान शुभम शर्मा , बालसमंद ब्लॉक के प्रधान आशीष नहरा व सदलपुर ब्लॉक के प्रधान सोनू खिचर ने युवा कांग्रेस के सैकड़ों



हांसी। सीलिंग प्लान के दौरान वाहनों की जांच करते पुलिस अधिकारी।

किया जाता है। सीलिंग प्लान के दौरान नाकाबंदी करके 686 वाहनों को चेक किया गया तथा 4 वाहन चालकों के ड्रिंक एंड ड्राइव सहित यातायात के नियमों के उल्लंघन करने वाले कुल 53 वाहनों के चालान किए गए।

पुलिस अधीक्षक अमित यशवर्धन ने बताया कि सीलिंग प्लान का उद्देश्य जिला के आम नागरिकों को सुरक्षा, अपराधों की रोकथाम व किसी भी आपात स्थिति से निपटने के लिए चलाया गया है। उन्होंने बताया कि पुलिस की



हांसी। सड़क पर खड़े वाहनों के फोटो लेकर चालान करते पुलिस अधिकारी।

नो पार्किंग में खड़ी गाड़ियों को हटा जाम फ्री किया बाजार, 3 वाहनों के चालान
हांसी। ट्रैफिक एसएचओ इंस्पेक्टर सुनील कुमार ने शनिवार को जाट धर्मशाला से एसडी महिला महाविद्यालय व तोशाम चुंगी से विश्वकर्मा चौक के बीच नो पार्किंग जोन में खड़ी गाड़ियों को हटाकर सड़क को जाम फ्री करवाया। इस दौरान पुलिस ने नो पार्किंग जोन में खड़े 3 वाहनों के चालान किए गए। ट्रैफिक एसएचओ इंस्पेक्टर सुनील कुमार ने बताया कि ट्रैफिक पुलिस द्वारा शहर को जाम फ्री करने के उद्देश्य से तोशाम चुंगी से विश्वकर्मा चौक तक सड़क किनारे नो पार्किंग जोन में खड़ी गाड़ियों के मालिकों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करते तीन वाहनों के चालान किए तथा सड़क पर खड़े किए गए वाहनों को हटवा कर सड़क को खाली करवाया तथा वाहन मालिकों को सड़क पर वाहन पार्क नहीं करने की हिदायत भी दी गई। इंस्पेक्टर सुनील कुमार ने बताया कि तोशाम चुंगी से विश्वकर्मा चौक तक के क्षेत्र में बैंक, अस्पताल व व्यस्त मार्केट होने के बावजूद नो पार्किंग क्षेत्र में देपहिया व चार पहिया वाहनों को सड़क किनारे खड़े किए जा रहे थे, जिससे आमजन को आवागमन में परेशानी होती है।

उपस्थिति से आम आदमी के मन में पुलिस व कानून के प्रति विश्वास बढ़ता है और सड़क पर होने वाला अपराध भी रुकता है। सीलिंग

संविधान की देखी हत्या होती, स्वयं झेला अत्याचार

- हरियाणा वेंयर हाउसिंग कॉरपोरेशन के पूर्व अध्यक्ष श्रीनिवास गोयल ने आपातकाल के काले अध्याय को किया साझा

हरिभूमि न्यूज़ ►► उकलाना

हरियाणा वेंयर हाउसिंग कॉरपोरेशन के पूर्व अध्यक्ष, वरिष्ठ भाजपा नेता और राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के समर्पित स्वयंसेवक श्रीनिवास गोयल ने आपातकाल के काले अध्याय को याद करते हुए बताया कि कैसे उस समय उन्होंने संविधान की हत्या होते देखी और स्वयं अत्याचार भी झेले। उन्होंने कहा कि आज भी जब वह उस दौर को याद करते हैं, तो उनकी आत्मा कांप उठती है।



श्रीनिवास गो य ल आपातकाल के समय आदमपुर की एक कॉटन फैक्ट्री में पर चेजर के पद पर कार्यरत थे। उस समय संघ के निर्देश पर उन्हें और कस्तूरी लाल को उन परिवारों की देखभाल की जिम्मेदारी सौंपी गई थी, जिनके सदस्य आपातकाल में जेल भेज दिए गए थे। वह गुप्त रूप से पुलिस की नजर से बचते हुए इन परिवारों की सहायता में लगे रहे। उन्होंने बताया कि 3 दिसंबर 1975 को तड़के 4 बजे उन्हें उस समय गिरफ्तार कर लिया गया, जब वे

भगत राम की दुकान पर ‘दर्पण पत्रक’ वितरित कर रहे थे। यह पत्रक संघ द्वारा प्रकाशित था। जिसमें आपातकाल के दौरान सरकार के काले कारनामों का खुलासा किया जाता था। सरकार को डर था कि ऐसे पत्रक जनता को जागरूक कर देंगे और उनके खिलाफ आक्रोश बढ़ा सकते हैं। श्रीनिवास गोयल ने बताया कि गिरफ्तार करने के बाद पुलिस ने उन्हें बेरहमी से पीटा। थाना प्रभारी मेहता द्वारा की गई पिटाई से उनके मुंह और कानों से खून निकल आया। इसके बावजूद पुलिस ने उनका कोई चालान नहीं किया और बिना किसी कानूनी प्रक्रिया के उन्हें चार महीनों तक थाने में ही अवैध रूप से रखा गया।

बीसीए और बीबीए कोर्स शुरू करने की मिली मंजूरी

- नए सत्र से छाजूराम मेमोरियल कॉलेज में शुरू होंगे कोर्स।

हरिभूमि न्यूज़ ►► हिसार

छाजूराम मैमोरियल जाट कॉलेज को बीसीए आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एवं बीबीए कोर्स शुरू करने के लिए एआईसीटीई से मान्यता मिल गई है। वर्तमान सत्र 2025-26 से ही इच्छुक विद्यार्थी महाविद्यालय में इन दोनों कोर्स में दाखिला ले सकते हैं। प्राचार्य डॉ कपेन्द्र सिंह ने बताया कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस तथा बिजनेस एडमिनिस्ट्रेशन की तरफ छात्रों के बढ़ते रुझान को देखते हुए महाविद्यालय ने इस सत्र से बीसीए

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस तथा बीबीए के कोर्स शुरू करने की अनुमति उच्चतर शिक्षा विभाग हरियाणा से मांगी थी। विभाग से यह अनुमति मिल गई थी। अब एआईसीटीई ने भी महाविद्यालय को यह दोनों कोर्स शुरू करने की अनुमति का पत्र जारी कर दिया है। दाखिले के लिए इन कोर्स में 60-60 सीट निर्धारित की गई हैं। एआईसीटीई के मानकों के आधार पर महाविद्यालय ने यह कोर्स शुरू करने का आवेदन किया था। छाजूराम मैमोरियल जाट कॉलेज आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जैसे आधुनिक विषय पर कोर्स शुरू करने वाला गुरु जंभेश्वर विश्वविद्यालय से संबद्ध हैं।

शिक्षा को बढ़ावा देने में ओम स्टर्लिंग ग्लोबल विवि का महत्वपूर्ण प्रयास

ओएसजीयू ने मेधावी विद्यार्थियों किए सम्मानित

हरिभूमि न्यूज़ ►► हिसार

ओम स्टर्लिंग ग्लोबल विश्वविद्यालय (ओएसजीयू) और गरिमा फाउंडेशन के संजन्म से महाराजा अग्रसेन भवन, अनाज मंडी रोड, सिवानी व लाला लखीराम धर्मशाला मंडी आदमपुर, में भव्य प्रतिभा सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। समारोह में इस वर्ष 12वीं कक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। विश्वविद्यालय के चांसलर डॉ पुनीत गोयल और प्रो चांसलर डॉ पूनम गोयल ने प्रसन्नता व्यक्त



हिसार। मेधावी छात्रों को सम्मानित करते अतिथिगण।

फोटो : हरिभूमि

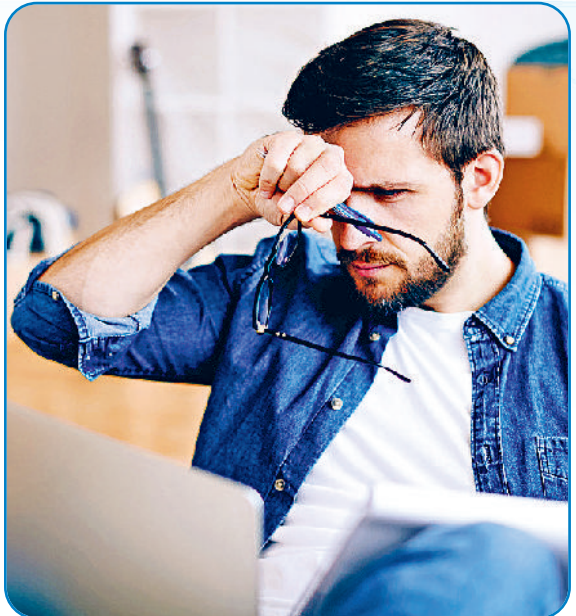
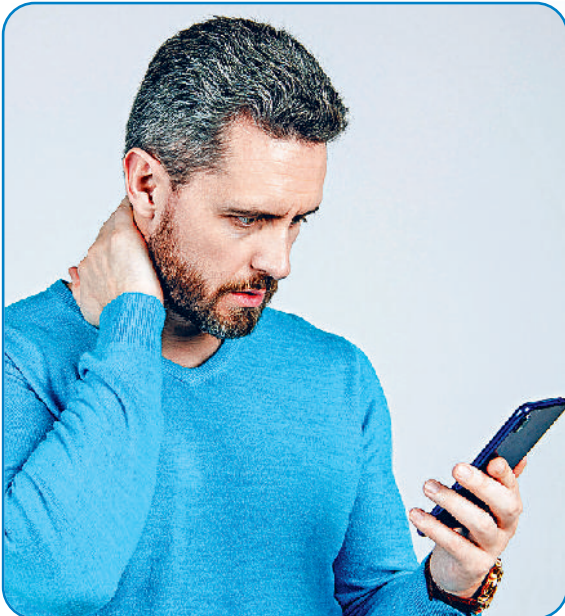
करते हुए मेधावी विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य कि कामना की। कार्यक्रम के दौरान सिवानी से 220 और

आदमपुर से लगभग 150 विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। मुख्य अतिथि तथा विश्वविद्यालय के गणमान्य व्यक्तियों द्वारा मेधावी विद्यार्थियों

को प्रमाण पत्र व स्मृति चिन्ह दिए गए। इसके अलावा कार्यक्रम में विद्यार्थियों का बहुमूल्य मार्गदर्शन भी किया गया कि वे अपनी रुचि और क्षमता के अनुसार अपने करियर की दिशा तय कर सकें। आदमपुर समारोह में ओएसजीयू के कुलपति डॉ. एनपी कौशिक ने मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित होकर अपने जीवन के अनुभवों को साझा करते हुए विद्यार्थियों को प्रेरित किया।

सिवानी के कार्यक्रम में ओएसजीयू के प्रति कुलपति डॉ. राजेंद्र सिंह छिल्लर ने मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित होकर

विद्यार्थियों को बधाई दी व प्रेरित किया। उन्होंने सफलता प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत, अनुशासन और सकारात्मक दृष्टिकोण के महत्व पर जोर दिया। विशिष्ट अतिथि के रूप में मीडिया प्रभारी व शिक्षकों ने विद्यार्थियों को प्रेरित करते हुए कहा कि सफलता केवल अंकों या प्रमाणपत्रों से नहीं मापी जाती, बल्कि यह आपके लगन और सीखने की इच्छा से भी निर्धारित होती है। यह समारोह डॉ. राकेश धोमान, मेवा सिंह, डॉ. दीपक गर्ग, डॉ. पूनम बिजला, बलबीर सिंह, रणजीत सिंह व उनकी पूरी टीम की देख-रेख में समपन्न हुआ।



तन-मन को कर रहा बीमार सोशल मीडिया एडिक्शन

कवर स्टोरी
डॉ. मौनिका शर्मा

आमतौर पर सोशल मीडिया एडिक्शन के नैगेटिव इफेक्ट्स को मानसिक सेहत से ही जोड़कर देखा जाता है। परिचित-अपरिचित लोगों की सुंदर तस्वीरों और अच्छी-बुरी सूचनाओं का मेल मन को नकारात्मक रूप से प्रभावित भी करता है। यहां ध्यान रखना जरूरी है कि सोशल मीडिया में हर तरह के कंटेंट को देखते रहना फिजिकल हेल्थ पर भी बुरा असर डालता है। शरीर के बहुत अंग स्क्रीन स्कॉलिंग को दिए जाने वाले समय के नैगेटिव असर को झेलते हैं।

स्कैन-विजन पर दुष्प्रभाव

सोशल मीडिया अपडेट्स को देखने के लिए हरदम स्क्रीन में झांके रहना, आंखों की रोशनी छीन रहा है। बच्चे-बड़े सभी की आईसाइट कमजोर हो रही है। आंखों में सूखापन, थकान और दूसरी समस्याएं बढ़ रही हैं। रात को सोते समय कम रोशनी में सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म को स्कॉल करना तो आंखों पर सबसे ज्यादा दुष्प्रभाव डाल रहा है। वर्चुअल वर्ल्ड में पल-पल दिखती दूसरी की अपडेट्स इतनी इंटरैस्टिंग लगती हैं कि बिना ब्रेक स्मार्ट फोन की स्क्रीन में देखते रहने की लत लग जाती है। रिसर्च फर्म 'रेडसियर' के अनुसार हमारे यहां हर यूजर हर दिन औसतन 7.3 घंटे अपने स्मार्टफोन की स्क्रीन पर बिता रहा है। इसमें से ज्यादातर टाइम सोशल मीडिया पर बीत रहा है। इस डिजिटल व्यस्तता से सिरदर्द के साथ ही आंखों में तनाव एवं थकान भी बढ़ती है। मौजूदा समय में अधिकतर यूजर्स की आंखें यह डिजिटल स्ट्रेस झेल रही हैं। अंधेरे में भी स्क्रीन स्कॉल करने की आदत ना केवल तेजी से नजर कमजोर करती है बल्कि आंखों

के नीचे डार्क सर्कल्स का भी कारण बनती है। इतना ही नहीं कई लोगों को स्मार्ट फोन से निकलने वाली ब्लू लाइट से चेहरे पर डार्क स्मॉट और पिगमेंटेशन की समस्या हो सकती है। असल में ब्लू लाइट त्वचा के रोम-रोम में समाते हुए स्किन में खुजली, रूखापन और टैनिंग की समस्या की भी वजह बनती है।



बिगड़ता बॉडी पोश्चर

पार्क में वॉक करते हुए, बिस्तर पर आराम करते हुए, गाड़ी चलाते हुए या जिम में एक्सरसाइज करते हुए। लोग हर समय स्मार्ट गैजेट्स की स्क्रीन खंगालते रहते हैं। इसका कारण सोशल मीडिया में मौजूदगी दर्ज करवाना ही है। असल दुनिया में अनुपस्थित होने से एक ओर उस समय की जा रही एक्टिविटी पर फोकस नहीं

करते तो दूसरी ओर शरीर के विशेष अंगों पर अधिक दबाव भी पड़ता है। फोन की स्क्रीन में नीचे की तरफ देखते रहने से टेक नेक की समस्या बढ़ रही है। यह हेल्थ प्रॉब्लम गर्दन में दर्द, अकड़न और सिरदर्द से जुड़ी है। साथ ही स्क्रीन स्कॉलिंग बैक पेन और कंधों के दर्द से जुड़ी परेशानियों की भी वजह साबित हो रही है। आड़े-टेंढ़े बॉडी पोश्चर में लोग घंटों सोशल मीडिया देखते रहते हैं। लगातार गलत शारीरिक स्थिति में बैठने से कई हड्डियों से जुड़ी समस्याएं पैदा हो रही हैं। सोशल मीडिया अपडेट्स देखते हुए लोग कुछ न कुछ लिखते भी हैं। गलत पोश्चर में टाईपिंग करने से 'टेक्स्ट नेक' की परेशानी बढ़ रही है। ध्यान रहे कि इसी शरीर पर

अपने सिर का वजन 4.5 किलो से 5.4 किलो तक होता है। लेकिन फोन देखने के लिए गर्दन झुकाने पर ग्रैविटी के कारण सिर पर पड़ने वाला भार करीब 27 किलो तक हो जाता है। फोन को हररम हाथ में थामे रहने से कलाई और स्कॉलिंग से अंगूठे में दर्द और नर्व्स में सुनपन की तकलीफ भी होने लगती है।

शारीरिक निष्क्रियता

हाल के वर्षों में सोशल मीडिया पर बीत रहे समय ने हर एजग्रुप के लोगों

इन दिनों हर उम्र के लोग सोशल मीडिया के एडिक्शन में उलझे हुए हैं। इस एडिक्शन से घंटों गैजेट्स से चिपके रहने और गलत अंदाज में उसे ऑपरेट करने से कई तरह की फिजिकल प्रॉब्लम्स लोगों को अपनी गिरफ्त में ले रही हैं। यही नहीं इसकी लत लोगों को मानसिक रूप से भी बीमार बना रही है। वो कौन सी बीमारियां हैं और इनसे बचने के लिए क्या उपाय अपना सकते हैं, इस बारे में आपको जरूर जानना चाहिए।

को फिजिकल एक्टिविटी कम कर दी है। इससे कम उम्र में ज्वॉइंट पेन और शरीर की जकड़न जैसी परेशानियां आ रही हैं। असल में हड्डियों के ज्वॉइंट्स में सूजन बढ़ना जकड़न और दर्द का अहम कारण होता है। फिजिकली एक्टिव ना रहना इस परेशानी को बढ़ाता है। बफेलो यूनिवर्सिटी की स्टडी के अनुसार सोशल मीडिया का हद से ज्यादा इस्तेमाल से सी-रिक्टिव प्रोटीन का स्तर बढ़ सकता है। यह स्थिति ज्वॉइंट्स में सूजन बढ़ने से जुड़ी है। सी-रिक्टिव प्रोटीन का स्तर बढ़ना शारीरिक अंगों में दर्द ही नहीं हृदय रोग और मधुमेह जैसी गंभीर हेल्थ इश्यूज की जड़ भी बन सकता है। देखने में आ रहा है कि पल-पल सामने आती रिल्स, मीम्स देखते हुए गुजर रहा समय बेवजह की व्यस्तता का कारण बन गया है। इसके कारण



लोगों में मोटापा भी बढ़ रहा है। शारीरिक छवि के मोर्चे पर सोशल मीडिया में दिखती तस्वीरों और वीडियो के कारण बच्चों से लेकर बड़ों तक, अपने ही शरीर की बनावट के प्रति नापसंदगी की सोच भी आ रही है। ऐसे में सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर बीत रहे समय को सीमित करना आवश्यक है। साथ ही समय-समय पर ब्रेक लेना और स्मार्ट गैजेट्स इस्तेमाल करते हुए बॉडी पोश्चर को सही रखना भी अहम है। *

स्पेशल: वर्ल्ड सोशल मीडिया डे
30 जून

टेक्नोबिहेवियर
नौशाबा परवीन

सोशल मीडिया यूजर्स एटिकेट्स का रखें ध्यान



लगभग दो दशक की अपनी विकास यात्रा में सोशल मीडिया ने समाज के बहुत बड़े वर्ग को प्रभावित किया है। लेकिन इसके पॉजिटिव यूज के साथ जमकर मिसयूज भी किया जाता है। इसके एटिकेट्स के बारे में न केवल आपको पता होना चाहिए, उसे फॉलो भी करना चाहिए।

इस बात में कोई संदेह नहीं कि सोशल मीडिया ने लोगों के परिवार, दोस्तों और दुनिया के साथ बातचीत, संवाद और साझा करने के तरीकों को नए सिरे से परिभाषित किया है। हमारे जीवन में सोशल मीडिया के महत्व का अंदाजा दो मुख्य बातों से लगाया जा सकता है। एक, संकोची स्वभाव के जो लोग महफिलों में कुछ कह नहीं पाते थे, वह भी सोशल मीडिया पर खुलकर अपने विचार रखते हैं बल्कि अपनी हर बात कह लेते हैं, क्योंकि यह माध्यम 'पढ़ के पीछे' से भी अपने विचार (अच्छे या बुरे) व्यक्त करने का अवसर प्रदान करता है। दूसरा यह कि सोशल मीडिया के जरिए राजनीतिक दलों से लेकर आम आदमी तक लोगों को इंफ्लुएंस (प्रभावित) करने का प्रयास करते हैं। इस वजह से इंफ्लुएंसर्स की एक नई जमात खड़ी हो गई है, विशेषकर इसलिए कि सोशल मीडिया, कंटेंट क्रिएटर्स को अच्छा पैसा कमाने का मौका भी देता है। इन महत्व के चलते मां दिवस, पिता दिवस आदि की तरह हर साल 30 जून को सोशल मीडिया दिवस भी मनाया जाने लगा है, जिसकी शुरुआत 2010 में मेशेबल ने की थी।

ऐसे होता गया पॉपुलर: सोशल मीडिया के पॉपुलर होने का सिलसिला 2002 में फ्रेंडस्टार और 2003 में माइस्पेस के लांच होने से शुरू हुआ और इसके बाद 2004 में सोशल मीडिया के सबसे पॉपुलर प्लेटफॉर्म फेसबुक की स्थापना हुई। दिवटर (जो अब एक्स हो गया है) ने हमें संक्षिप्त होने के लिए प्रोत्साहित किया कि 140 से कम अक्षरों में ही अपने विचार व्यक्त करने हैं। जिसे बाद में बढ़ाकर 280 कर दिया गया। इस्टाग्राम और फ्लिकर ने ऐसी इमेजरी के जरिए खुद को व्यक्त करने के लिए प्रेरित किया, जिसे हम संभाल सकते हैं। अगर वीडियो की बात करें तो टिक-टॉक और यूट्यूब मौजूद हैं। अभिव्यक्ति के लिए जब इतने मंच हों तो सोशल मीडिया दिवस मनाना आसान हो जाता है कि अपने पसंदीदा प्लेटफॉर्म पर कुछ पोस्ट किया जाए, मीम शेयर किए जाएं या किसी ऐसे व्यक्ति से जुड़ें जिससे लंबे समय से बात नहीं हुई है। अब तो अलग-अलग शहरों में सोशल मीडिया मीटिंग्स के जरिए भी इसकी पॉपुलैरिटी का जश्न मनाया जाता है।

होता है भरपूर मिसयूज: कोई चीज कितनी ही अच्छी क्यों न हो, उसका एक बुरा पहलू भी होता है। सोशल मीडिया भी इसका अपवाद नहीं है। अपने फॉलोवर्स बढ़ाने के उद्देश्य से अनेक कंटेंट क्रिएटर्स फेक न्यूज, क्लिक बेट (यानी वीडियो पर ऐसा थंब नेल लगाना, जिसका कंटेंट में जिक्र ही न हो) आदि का प्रयोग करते हैं। गलत धार्मिक या जातिगत आधारित कंटेंट से लोगों की भावनाओं को भी ठेस पहुंचाया जाता है। सोशल मीडिया पर झूठ बहुत बड़ा कारोबार है। इसे रोकने के लिए नियम और कानून अवश्य हैं, लेकिन इनका उल्लंघन भी काफी किया जाता है। साथ ही सरकारी और सामाजिक-राजनीतिक संगठन भी कंटेंट को नियंत्रित करने का प्रयास करते हैं। अनेक कंटेंट क्रिएटर्स को जेल की हवा तक खानी पड़ी है। दुखद है कि महिलाओं को भी



तर्ह-तर्ह से परेशान किया जाता है। कभी धमकी देकर, कभी ब्लैक मेलिंग, कभी धोखेबाजी में फंसाकर तो कभी उनके द्वारा पोस्ट किसी कंटेंट के लिए ट्रेलिंग के जरिए उन्हें प्रताड़ित करने का ट्रेंड काफी बढ़ गया है। चिंताजनक यह है कि कई बार तो कुछ लोग इतने असहनशील हो जाते हैं कि किसी कंटेंट के लिए हत्या करने जैसा जघन्य अपराध भी करने से नहीं कतराते। इक्कीसवीं सदी के ढाई दशक गुजरने और तकनीक के इतने विकसित दौर में समाज की ऐसी संकीर्ण सोच, विचारणीय है। सोशल मीडिया दिवस का जश्न मनाना तब ही अच्छा और सार्थक लगेगा, जब हम प्रण लें कि महिलाओं की ऑनलाइन ट्रेलिंग नहीं करेंगे और उनके विरुद्ध किसी भी तरह की हिंसा और अपराध का विरोध करेंगे। ना भूलें ये एटिकेट्स: सोशल मीडिया का पॉजिटिव यूज करने के लिए उसे ऑपरेट करते समय इसके कुछ एटिकेट्स को याद रखा जाना चाहिए। जैसे- ऑनलाइन बातचीत करते समय अपनी रियल आइडेंटिटी में रहें। किसी से फ्रेंडशिप करने के लिए पहले उसके विचारों को कंटेंट को समझें, लाइक करें, कमेंट करें फिर दोस्ती की तरफ आगे बढ़ें। ऑनलाइन चैटिंग करते समय विनम्र और पेशेवर लहजे का प्रयोग करें। ऑनलाइन कंटेंट साझा करते समय मूल स्रोत की विश्वसनीयता को परख लें। *

कविता
हरीश कुमार 'अमित'

सब

मुश्किल यही है कि रोता जा रहा है सब कम, और कम। किसी बड़ी बात के लिए सब खो देने की बात तो आती है समझ, मगर कई बार तो खो बैठता है सब कोई आदमी बिल्कुल छोटी-सी बात पर ही। रखा जाए सब श्रवण तो बचा जा सकता है बहुत-सी उलझनों से। रखा जाए सब श्रवण तो सुलझ जाती हैं कुछ उलझनें अपने आप ही वक्त बीतने के साथ-साथ। दाकड़ें बहुत काम की चीज हैं सब।

लखनऊ / संदीप भटनागर

मुर्गों की किस्मत में मुर्गियां कम, खंजर ज्यादा होते हैं। ये खंजर कभी उनकी गर्दन पर होते हैं तो कभी पांव में बंधे। यह समझना आसान है कि दुनिया में पहले मुर्गा आया होगा फिर खंजर। छुट्टी का दिन होने के नाते सामने वाले मैदान में चहल-पहल कुछ ज्यादा थी। बड़े से मैदान का एक कोना मुर्गाबाजों के लिए रिजर्व रहता है। सामान्य तौर पर यह जगह मुर्गा बाजार के रूप में जानी जाती है, जहां आम दिनों में मुर्गों की खरीद-फरोख्त होती है और छुट्टी के दिन खरीदे गए मुर्गों की जोर-आजमाइश। लड़ने वाले मुर्गों की कीमत से कई गुना ज्यादा पैसे दांव पर लग जाते हैं। मेरे लिए यह जानना रोचक था कि जिंदा रहते हुए लड़ते मुर्गे देश की जी.डी.पी. में कितना योगदान करते हैं? मुर्गा बाजार में खंजर बेचने वाला भी बैठता है। आम दिनों में उसके पास सामान्य खंजर होते हैं लेकिन मुर्गाबाजी वाले दिन उसके पास मुर्गों के पांव में बांधने वाले विशेष खंजर होते हैं। मुर्गों के मालिक से लेकर दांव लगाने वाले तक अपनी पसंद के मुर्गों के लिए एक से एक कागितल खंजर खरीदते हैं ताकि वो प्रतिद्वंद्वी मुर्गों को ज्यादा से ज्यादा चोटिल कर मुकाबला जीत सके। जी-जान से लड़ने वाले मुर्गे यह नहीं जानते कि जिबह तो हारने वाले और जीतने वाले दोनों मुर्गों को होना ही है। किसी को आज तो किसी को कल। इस मुकाबले में लड़ने वालों की अपनी साख और प्रतिष्ठा दांव पर लगी होती है और तमाशबीनों का पैसा, जबकि लड़ने वाले मुर्गों की अपनी जान दांव पर लगी होती है। पूरे तमाशे में खंजर बेचने वाले के खंजरों की मारक क्षमता भी दांव पर लगती है। जितना मारक खंजर उतनी ज्यादा डिमांड।

मुर्गे और खंजर



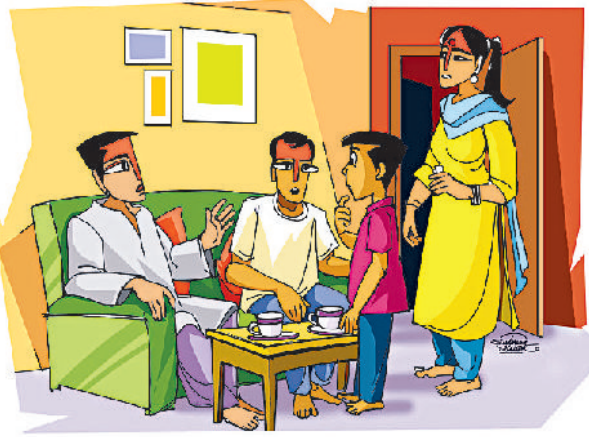
अखाड़ा बना दिया। खेल में रोज हलाक होने वाले जानवर नहीं ईंसान हैं इसलिए इस नए खेल पर दुनिया का कोई भी पशु क्रूरता अधिनियम लागू नहीं होता। इस नए खेल में आज भी पुराने खेल के कुछ नियम लागू हैं। यह खेल अभी भी मालिकों की प्रतियोगिता और ईंगो के लिए खेला जा रहा है। इस खेल में आज भी खंजर के सौदागर नफे में हैं। वे कमजोर और शक्तिशाली दोनों मुर्गों को अपने खंजर बेच कर मुनाफा पीट रहे हैं। आज भी जिंदा लड़ते मुर्गे खंजर बनाने वाले मालिकों के देश की जी.डी.पी. को बढ़ा रहे हैं और जो मुर्गे लड़ नहीं रहे हैं, वो अपनी बारी का इंतजार कर रहे हैं। *

लघुकथा
अशोक वाधवाणी

दिव्यांग का सम्मान

हैं। विकलांग लोगों को आजकल दिव्यांग कहकर पुकारा जाता है, यह एक पॉजिटिव सोच की निशानी है। संबोधन बदलने के बाद भी लोगों के व्यवहार में कोई सुधार नहीं हुआ है, जो गलत बात है। उसके माता-पिता ने बड़े चाव से अपनी बेटी का सुंदर सा नाम रखा होगा खुशबू! बेटा, तुम्हें हर किसी दिव्यांग का नाम पूरे मान-सम्मान के साथ लेना चाहिए। सिर्फ खुशबू दीदी भी तो कह सकते थे। 'हमारे घर में सभी उन्हें अंधी खुशबू ही तो कहते हैं।' बच्चे ने बड़े भोलेपन से बताया। आलोक ने दंपती की ओर देखा, वे दोनों उससे नज़रें नहीं मिला पा रहे थे। *

आलोक किसी काम के सिलसिले में एक जान-पहचान वाले दंपती के घर पहुंचे। औपचारिक अभिवादन और चाय-पानी के बाद उनसे बातचीत में व्यस्त हो गए। इतने में छठी कक्षा में पढ़ने वाला उनका बेटा बाहर से घर के अंदर आया। वह सीधे ड्राइंग रूम में पहुंचा जहां आलोक उसके मम्मी-पापा के साथ बैठे थे। आते ही उसने अपनी मां के हाथ में दो सौ रुपए का नोट पकड़ाते हुए बोला, 'मम्मी, वो जो पड़ोस में अंधी खुशबू दीदी रहती हैं न, उन्होंने ये पैसे दिए हैं।' किसी दिव्यांग के बारे में इस तरह के बोल सुनकर आलोक को बहुत बुरा लगा। उसने बच्चे को प्यार से समझाया, 'देखो बेटा, किसी की शारीरिक कमजोरी का ऐसे मजाक नहीं उड़ाते



पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

बहुरंगी गजलों का कोलाज

वेद मित्र शुक्ल दिल्ली विवि में अंग्रेजी पढ़ाते हैं लेकिन वे अंग्रेजी के साथ ही हिंदी साहित्य में रचनात्मक रूप से काफी सक्रिय हैं। इसका प्रमाण है, कई विधाओं में प्रकाशित उनकी मौलिक और संपादित ढेरों पुस्तकें। कुछ समय पहले उनका दूसरा गजल संग्रह 'दरिया की बातें पत्थर से' प्रकाशित हुआ है। इसमें उनकी गजलगाई के कई आयाम देखे जा सकते हैं। समय, समाज और जीवन के बेशुमार स्याह-श्वेत पहलू इन गजलों में उजागर हुए हैं। कहीं वे बढ़ते शहरीकरण के चलते बिखरते रिशतों की टीस बयां करते हैं, 'गांवों से आ बसे शहर में खोए हैं सब रिशते नाते/गीतों में ही देवर-भाभी, जीजा-साली होली खेलें।' तो कहीं समाज में छीजती जा रही मनुष्यता को लेकर वह अपनी चिंता ऐसे प्रकट करते हैं, 'तिल रखने की जगह नहीं पर/ अच्छे लोग बहुत ही कम हैं।' इसी तरह वे राजनीतियों के चार्जितक अवमूल्यन को बेबाकी से बयां करते हैं, 'गांधी का इक दौर रहा था/चिन आती है अब खदर सौ।' यानी जीवन के लगभग हर पक्ष पर वे गहरी नजर रखते हैं और अपने जज्बातों को बयां करने के लिए सटीक तासीर के शब्दों को गजल में पिरो देते हैं।

कह सकते हैं यह किताब वेद मित्र शुक्ल की बहुरंगी गजलों के कोलाज जैसी है। *



पुस्तक: दरिया की बातें पत्थर से (गजल संग्रह)
लेखक: डॉ. वेद मित्र शुक्ल, मूल्य: 290 रुपए,
प्रकाशक: सर्व भाषा ट्रस्ट, नई दिल्ली

भारत की विविधतापूर्ण संस्कृति का अजूता केंद्र है अलापुझा। बैकवाटर्स पर्यटन, यहीं नहीं पूरे केरल की पहचान है। यहां का मोहक प्राकृतिक सौंदर्य, इसकी ऐतिहासिक-सांस्कृतिक विशिष्टता में चार चांद लगा देता है। यही वजह है कि मानसून में इस जगह का आनंद लेने के लिए दुनिया भर से पर्यटक आते हैं।

टूरिस्ट स्पॉट लोकप्रिय गौतम

कोई शहर छोटा हो या बड़ा या चाहे कोई कस्बा ही क्यों न हो, हर शहर, हर महानगर और हर कस्बे की अपनी एक निजी पहचान, एक निजी विशेषता होती है, जो हर दूसरी जगह से अलग होती है। यही उस जगह की पहचान होती है, उसका लैंडमार्क कहलाता है। भारत के वेनिस कहे जाने वाले शहर अलापुझा को ‘बैकवाटर्स का स्वर्ग’ कहा जाता है। यही यहां का लैंडमार्क माना जाता है। घूमने के लिए बारिश है बेस्ट: भारत दुनिया के उन गिने-चुने देशों में से एक है, जहां हर मौसम के लिए विशिष्ट पर्यटन क्षेत्र को मुफ्रीद माना जाता है। अगर भारत के पहाड़, गर्मियों में घूमने के लिए स्वर्ग हैं और भारत के समुद्रतट सर्दियों की गरमाइश भरी पर्सदीदा जगह हैं तो मानसून में घुमककड़ी का लुत्फ लेने के लिए केरल, पर्यटन का स्वर्ग कहा जाता है। लेकिन इस केरल में भी एक खास पर्यटन क्षेत्र है, अलेप्पी या अलापुझा जिसे भारत के बैकवाटर्स का स्वर्ग कहा जाता है। इसे पूर्व का वेनिस भी कहते हैं। यहां के हाउसबोट (कुट्टनाड क्षेत्र में) पूरी दुनिया में प्रसिद्ध है। इसलिए अलापुझा है विशिष्ट: केरल में यूं तो पूरे प्रदेश में ही बैकवाटर्स के अद्भुत नजारे हैं- झीलों, नहरों, नदी तंत्र और तटीय लैगून ये सब मिलकर केरल को एक अद्भुत जल प्रदेश बनाते हैं। लेकिन केरल में भी जिस शहर को बैकवाटर्स स्वर्ग के नाम से जानते हैं, वो है- अलेप्पी या अलापुझा। आज के अलापुझा को अंग्रेजों के जमाने में अलेप्पी कहा जाता था। यह केरल के ऐतिहासिक नगरों में से एक है और इसे भारत के वेनिस होने का दर्जा हासिल है। अलेप्पी भारत के बैकवाटर्स का स्वर्ग माना जाता है। इसकी प्रसिद्धि यहां की सुंदर झीलों और जलमार्गों तक ही सीमित नहीं है बल्कि इसका एक गहरा ऐतिहासिक और सांस्कृतिक महत्व भी है। भौगोलिक स्थिति भी है अलग: अलेप्पी



इस मानसून में घूम आएं भारत के वेनिस अलापुझा



की भौगोलिक स्थिति भी इसे भारत का एक विशिष्ट शहर बनाती है। यह ऐतिहासिक शहर अरब सागर के किनारे स्थित है और इसके आस-पास की जमीन नदियों, नहरों, लैगून और झीलों से अटी पड़ी है। इस क्षेत्र को पहले कुट्टनाड के नाम से भी जाना जाता था, जो चावल की खेती और अपने जल परिवहन के लिए सदियों से प्रसिद्ध रहा है। कम नहीं ऐतिहासिक महत्ता: प्राचीनकाल में यह क्षेत्र केरल के चेर साम्राज्य के अधीन था, तब यहां के राजा जलमार्गों को नियंत्रण करते थे, जो व्यापार के मुख्य साधन थे। दक्षिण भारत के अन्य भागों से मसालों, नारियल और अन्य उत्पादों का आदान-प्रदान इन्हीं जलमार्गों के जरिए होता था। लेकिन 18वीं और 19वीं शताब्दी में अलेप्पी एक प्रमुख बंदरगाह शहर के रूप में विकसित हुआ। जब केरल के प्रमुख बंदरगाह कोंडुगल्लूर में बाढ़ और भू-स्खलन के कारण व्यापार पूरी तरह से बाधित हुआ, तब तत्कालीन त्रावणकोर के राजा मार्तंड वर्मा और उनके उत्तराधिकारियों ने अलेप्पी को नया व्यापारिक केंद्र बनाने का निर्णय लिया। राजा मार्तंड वर्मा और उनके दीवान वेल्लुथुरपी की इसमें निर्णायक भूमिका थी। उन्होंने यहां कृत्रिम नहरों और जलमार्गों का जाल बिछवाया ताकि नौकाओं और व्यापारिक जहाजों को यहां प्रवेश में सुविधा हो। यही वह समय था, जब अलेप्पी को भारत का वेनिस कहा जाने लगा। अलेप्पी धीरे-धीरे कपड़ों, मसालों, नारियल और चावल का प्रमुख निर्यातक केंद्र बन गया। पहचान हैं अनोखी हाउसबोट्स: बैकवाटर्स यानी झीलों, नहरों और समुद्र से बने जलमार्ग, यही तो अलेप्पी की आत्मा है। यहां की प्रमुख झील वेंबनाड झील है, जो भारत की सबसे बड़ी मीठे पानी की झीलों में से एक है। जब अलेप्पी का धीरे-धीरे बैकवाटर्स पर्यटन केंद्र के रूप में विकास होने लगा, तो यहां बड़े

पैमाने पर पारंपरिक हाउसबोट, जिन्हें मलयालम भाषा में कैटवुल्लम कहा जाता है, विकसित होने लगे। ये कैटवुल्लम एक जमाने में बड़ा सा जहाज हुआ करता था, जिसने बाद में आधुनिक हाउसबोट का रूप ले लिया। आज अलेप्पी की पहचान इन्हीं हाउसबोट की वजह से है। अलेप्पी के ये हाउसबोट लकड़ी, नारियल की रस्सियों और केले के पेड़ों के पारंपरिक साधनों से बने होते हैं। इनमें अद्भुत स्थानीय कलाकारी को विभिन्न कलाकृतियों के रूप में देखा जा सकता है। अपनी इन्हीं खूबियों के कारण आज अलेप्पी भारत में ही नहीं बल्कि पूरी दुनिया के लगजरी पर्यटन केंद्र के रूप में विकसित हुआ है।

टूरिस्ट सेंटर के रूप में विकसित: सन 1990 के दशक में अलेप्पी को नए सिरे से एक बैकवाटर्स पर्यटन केंद्र के रूप में विकसित किया गया। केरल की सरकार और यहां के स्थानीय लोगों ने पारंपरिक नावों को पर्यटकों के लिए हाउसबोट में बदला और आज अलेप्पी हाउसबोट टूरिज्म, आयुर्वेदिक स्पा, बर्ड वॉचिंग और फिशिंग विलेज विजिट जैसी पर्यटन गतिविधियों के लिए पूरी दुनिया में जाना जाता है। अलेप्पी के बैकवाटर्स का अनुभव केवल एक सौंदर्य नहीं बल्कि स्थानीय जीवनशैली, भोजन, जल परिवहन और प्रकृति के संतुलन को महसूस कराने वाली संस्कृति है। इसीलिए अलेप्पी को केरल के बैकवाटर्स का स्वर्ग कहते हैं। *



होता है हर वर्ष बोटस रेस का आयोजन

हर साल अगस्त माह में यहां पुनमड़ा झील में नेहरू ट्रॉफी बोट रेस आयोजित होती है, जिसमें सैकड़ों लोग चुंदवल्ली यानी सांप जैसी मुंह वाली लंबी नावों पर सवार होकर रेस में शामिल होते हैं। यह रेस केवल खेल नहीं होती बल्कि केरल की समृद्ध संस्कृति का एक अनोखा उत्सव है। यह रेस 1952 में भारत के पहले प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू की पुण्य यात्रा के दौरान आयोजित हुई थी।



उपयोगी पेड़ / वीना गौतम

भारत में सेब अभिजात्य फलों में से एक माना जाता है। डॉक्टर भी हर किसी को, रोगों से बचने के लिए रोज एक सेब खाने की सलाह देते हैं। सेब के स्वास्थ्य संबंधी फायदों की वजह से इसकी मांग हमेशा, हर मौसम में बनी रहती है। यही कारण है कि सेब प्रायः महंगा ही बिकता है। जाहिर है, सेब की खेती आर्थिक दृष्टि से किसानों के लिए भी बहुत फायदेमंद होती है। कहाँ होती है सेब की खेती: भारत में सेब के पेड़ मुख्यतः पर्वतीय और ठंडी जलवायु वाले इलाकों में उगते हैं। लेकिन जलवायु परिवर्तन और कृषि क्षेत्र में हुए तमाम तकनीकी उन्नति के कारण अब सेब मैदानी राज्यों में भी किसानों द्वारा उगाया जा रहा है। देश में पारंपरिक रूप से सेब का उत्पादन हिमाचल प्रदेश, जम्मू और कश्मीर, उत्तराखंड, अरुणाचल प्रदेश, नागालैंड और सिक्किम जैसे राज्यों के

शारीरिक-आर्थिक सेहत सुधारे सेब



ऊँचाई वाले क्षेत्रों में सदियों से होता रहा है। लेकिन अब हिमालय से सटे मैदानी राज्यों जैसे- पंजाब, हरियाणा और मध्य प्रदेश के कुछ जिलों में भी सेब की कुछ प्रजातियां उगाई जा रही हैं। लेकिन सेहत के लिए गुणकारी: सेब में कई तरह के विटामिंस, मिनरल्स, एंटीऑक्सिडेंट्स पाए जाते हैं। यह अनेक रोगों से बचाता है और शरीर को पोषण देता है। कहावत भी है कि रोज एक सेब खाइए, रोगों से दूर रहिए।

किसानों के लिए फायदेमंद: सेब एक नकदी फसल है। यह किसान के लिए ही आर्थिक सहायता नहीं पहुंचाता, बल्कि आम कृषि मजदूरों के लिए भी रोजगार के अवसर पैदा करता है। सेब की बागवानी में पौधा रोपण से लेकर उसकी कटाई, छंटाई, ग्रेडिंग, पैकिंग और परिवहन तक में कई लोगों को रोजगार मिलता है। अनुमानित आमदनी: सेब का बगीचा 5 से 7 साल में फल देना शुरू कर देता है। सेब के एक पेड़ से किसान को हर साल 100 से 200 किलो फल मिल जाते हैं। औसतन एक हेक्टेयर सेब का बगीचा हर साल लगभग 15 टन उपज देता है, जिससे किसान को सारे खर्च निकालकर 10 से 15 लाख रुपए तक का फायदा हो सकता है। लेकिन इसके लिए पहले किसान को हर साल सेब के बागीचे में 4 से 5 लाख रुपए खर्च करने पड़ते हैं। बाजार चाहे कितना भी डाउन हो, सेब की खेती किसानों को फायदा ही पहुंचाती है। *

रोचक / शिक्षा चंद जैन

आपने गिफ्ट शॉप, ऑनलाइन शॉपिंग साइट्स या छोटे बच्चों के पालने पर लगे ड्रीम कैचर्स जरूर देखे होंगे। यह एक छोटा सा वृत्ताकार फ्रेम (हूप) होता है, जिसमें मकड़ी के जाल की तरह धागों से बुनी हुई आकृति होती है, कुछ मोती होते हैं और पंख (फेंडर्स) लटके हुए होते हैं। यह सिर्फ सजावट की वस्तु नहीं है, इसे वास्तुशास्त्र में भी महत्वपूर्ण माना जाता है। कैसे हुई शुरुआत: ड्रीम कैचर का आविष्कार करने का श्रेय अमेरिकी जनजाति ओजिब्वे (चिपेवा) के लोगों को जाता है। इस जनजाति के लोग कनाडा और नॉर्थ अमेरिका के कुछ क्षेत्रों में रहते हैं। ओजिब्वे जनजाति के लोगों की मान्यता थी कि उनसे सभी बच्चों और बड़ों की सुरक्षा अंसिबाइकाशी नामक एक रहस्यमयी स्पाइडर वूमन करती है। जब इस जनजाति के लोगों की आबादी बढ़ने लगी और वे दूर-दूर तक जाकर रहने लगे, तो अंसिबाइकाशी ने स्पाइडर वेब के साथ एक जादुई यंत्र/ताबीज तैयार किया और अपने-अपने परिवार के सदस्यों की सुरक्षा के लिए ओजिब्वे समुदाय की महिलाओं को भी यह यंत्र बनाना सिखाया। उस यंत्र को ही आज वास्तु और फेंगशुई की दुनिया में ‘ड्रीम कैचर’ के नाम से जाना जाता है।

बुरे सपनों को दूर रखे लकी चार्म ड्रीम कैचर



तेजी से हुआ पॉपुलर: ओजिब्वे जनजाति के लड़के और लड़कियों के विवाह में अन्य वस्तुओं के साथ ड्रीम कैचर्स का भी आदान-प्रदान किया जाने लगा। नतीजतन ड्रीम कैचर का प्रचलन दूसरी जनजातियों, जैसे लकोटा जनजाति आदि में भी बढ़ने लगा। धीरे-धीरे ड्रीम कैचर विभिन्न अमेरिकी जातियों/समुदायों के साथ-साथ अन्य सभ्यताओं-संस्कृतियों में भी लोकप्रिय होने लगा।

ड्रीम कैचर के पाटर्स: ड्रीम कैचर में मुख्य रूप से एक वृत्त, धागों से बुना जाल, बीड और फेंडर्स होते हैं। हर तत्व का अपना महत्व और प्रतीक है। जीवन चक्र का प्रतीक वृत्त (हूप): यह हमारे जीवन चक्र का प्रतीक माना जाता है। यह भी मान्यता है कि यह वृत्त सूर्य और चंद्र का प्रतिनिधित्व करता है। बुरे सपनों को ट्रैप करता जाल (वेब): जैसे मकड़ी अपने जाल में शिकार फंसा लेती है, वैसे ही ड्रीमकैचर का वेब बुरे सपनों को जाल में फंसा लेता है। बीवों-बीच जो छेद होता है, वह अच्छे सपनों के प्रवेश द्वार की तरह काम करता है। सपनों की सीढ़ी पंख (फेंडर): ड्रीम कैचर में लगे पंख को अच्छे सपनों का वाहक या अच्छे सपनों की सीढ़ी माना जाता है। आजकल पक्षियों के पंख के स्थान पर जेमस्टोन भी लगाए जाते हैं। मकड़ी और बुरे सपने हैं बीड: ड्रीम कैचर के बीच में लगा सिंगल बीड मकड़ी का प्रतिनिधित्व करता है, जबकि इसके इर्द-गिर्द लगे मल्टीपल बीड्स पकड़ें गए बुरे सपनों के प्रतीक होते हैं। लकी चार्म बना ड्रीम कैचर: आज दुनिया के कई देशों में ड्रीम कैचर को माइंडफुलनेस, सुरक्षा और सकारात्मकता के प्रतीक के रूप में सजाया जाता है। लोगों के लिए एक लकी चार्म है ड्रीम कैचर। *



बारिश के मौसम में रिमझिम फुहारों से हर किसी का मन खिल उठता है। इस सुहाने मौसम में काले-काले बादलों से झरती बारिश की बूंदों से मीठी कई यादगार हिंदी फिल्मों और कर्णप्रिय गीत कभी भुलाए नहीं जा सकते। ऐसी ही कुछ फिल्मों और सदाबहार गानों पर एक नजर।

फिल्मों-गीतों को खूब भिगोया बारिश की रिमझिम फुहारों ने

सिने जगत / चेतना झा

अपने शुरुआती दौर से ही हिंदी सिनेमा ने बरसात के मौसम की खूबसूरती को पर्दे पर तरह-तरह से पेश किया है। कई फिल्मों के नाम और उनकी कहानी के प्लॉट में बरसात शामिल रही है तो अनेक फिल्मों में बारिश से जुड़े गीतों ने दर्शकों को झूमने पर मजबूर कर दिया। उम्मीदों को बरसती बूंदों के जरिए कभी पर्दे पर दिखाया गया है तो विरह के गीत के लिए भी सावन-भादो का सहारा लिया गया है। खासतौर पर प्रेमी जोड़ों को भिगोने वाले रोमांस के लिए बरसात का मौसम बॉलीवुड में सबसे मुफीद माना जाता रहा है। पर्दे के बाहर मचलता मन: कभी मशीनी बारिश में शिफॉन की साड़ी पहन कर अपने नृत्य से नायिका के गीत चर्चित हुए तो कभी वास्तविक बारिश में मुंबई की सड़कों पर ‘रिमझिम गिरे सावन’ जैसे यादगार गीत फिल्माए गए। आज



‘आज रपट जाए’ गाने के एक दृश्य में अमिताभ और रश्मिता पाटिल सोशल मीडिया के दौर में बहुत से यंगस्टर्स ऐसे गीतों को रिक्रिएट कर रीलस बनाने के लिए खूब उतावले दिखते हैं। यही तो जादू है बॉलीवुड फिल्मों की बारिश का। नायक-नायिकाओं की प्यार भरी तकरार, इंकार और फिर इजहार की अनगिनत दास्तानें टिप-टिप बारिश के बीच इतने दिलकश अंदाज में फिल्माई जाती रही हैं कि रियल

लाइफ में भी कुछ लोग इन्हें खुद अनुभव करने के लिए मचल उठते हैं। गीतों में उम्मीद-मिलन-विरह: ‘पुरवा के झोंकवा से आयो रे संदेसवा कि चल आज देसवा की ओर’ हो या ‘घनन-घनन घिर आए बदरा...’ फिल्मों में भी मानसूनी बादल, उम्मीद-उत्साह का संचार भरपूर करते हैं। ‘तुम्हें गीतों में ढालूंगा, सावन को आने दो...’ मौसम है आशिकाना, ऐ दिल कहीं से उनको ऐसे में ढूँढ लाना...’ मिलन और उम्मीद की बूंदों से भीगे ऐसे बेशुमार गाने सिनेप्रेमियों के पर्सदीदा गीतों में शामिल हैं। फिल्मों में बारिश का सावन का महीना, न केवल मिलन के गीत गाता है, बल्कि विरह की तान भी छेड़ता है। याद आता है, मोहम्मद रफी का वह गीत, ‘अजहू न आए बालमा, सावन बीता जाए।’ बरसात पर केंद्रित फिल्में: कई फिल्मों तो बरसात को केंद्र में रखकर ही फिल्माई गईं। कई फिल्मों के नाम ही बरसात और बरसात के प्रमुख महीने सावन से जुड़े हुए हैं। शुरुआत 1945 में आई मोतीलाल और शांता आटे की फिल्म ‘सावन’ से हुई। 1949 में आई राजकपूर की फिल्म ‘बरसात’ ने तो तय कर दिया कि बरसात फिल्मों की सफलता का अचूक मंत्र है। बाद में बरसात नाम की दो फिल्में और बनीं। इन दोनों के नायक बॉबी देओल थे। 1960 में भारत भूषण और मधुबाला की ‘बरसात की रात’ आई। 1981 में



अमिताभ बच्चन और राखी की हिट जोड़ी से सजी ‘बरसात की एक रात’ रिलीज हुई। ‘बरखा बहार’ फिल्म में भी बारिश का रोमांटिक अंदाज नजर आया था। ‘मानसून वेंडिंग’ नाम से भी एक फिल्म काफी चर्चित हुई थी। ‘तुम मिले’, ‘लगान’, ‘आया सावन झूम के’, ‘प्यासा सावन’, ‘सावन की घटा’, ‘सोलहवां सावन’, ‘सावन के गीत’, ‘प्यार का पहला सावन’, ‘सावन का महीना’, ‘सावन को आने दो’, ‘सावन-भादो’, इस श्रृंखला में कई फिल्में शामिल हैं। ये गीत भी हैं यादगार: ‘प्यार हुआ इकरार हुआ ...’ राजकपूर और नरगिस का बारिश के दौरान एक छतरी के नीचे चलते हुए यह गीत गाना, उस जमाने के रोमांस की शायद पराकाष्ठा ही थी। फिल्म ‘जी 420’ का यह गाना आज भी मन को प्यार की भावना से भिगो देता है। बरसात, प्रेमियों के लिए कितनी कीमती होती है, यह सरआम बयां किया फिल्म ‘रोटी कपड़ा और मकान’ के एक गीत में



जीनत अमान ने। जब वो दो टकिए की नौकरी के पीछे लाखों का सावन कुर्बान होने की शिकायत करती हैं। यह जीनत के इस गाने से जाहिर होता है कि ‘हाय-हाय ये मजबूरी, ये मौसम और ये दूरी’ आज भी कई लोगों को नून-तेल-हल्दी के फेर में गुम हो रहे रोमांस की याद दिला जाता है। इसी तरह मधुबाला और भारत भूषण पर फिल्माया गाना ‘जिंदगी भर नहीं भूलेगी वो बरसात की रात’ को भी नहीं भुलाया जा सकता है। इसी तरह ‘चांदनी’ फिल्म का गाना ‘लगी आज सावन की फिर वो झड़ी है’, आज भी दिल को तरंगित कर जाता है। माना गया हिट फॉर्मूला: दर्शकों द्वारा बारिश पर फिल्माए गीतों को पसंद किए जाने की वजह से कई फिल्मों में तो हिट फॉर्मूले की तरह बारिश के गाने को फिल्मों में जबर्दस्ती शामिल किया गया। याद कीजिए अमिताभ बच्चन और रश्मिता पाटिल पर फिल्माया गया ‘नमक हलाल’ फिल्म का गाना, ‘आज रपट जाएं तो हमें न उठइयो...’, जो सुपरहिट रहा था। इसी तरह फिल्म ‘गुले’ में ‘बरसो रे मेघा...’ गाने पर ऐश्वर्या राय ने बेहद दिलकश नृत्य किया था। बरसात के सीन पर फिल्माए ऐसे फेमस गीतों में ‘दिल तो पागल है’ का गाना ‘कोई लड़की है, जब वो हंसती है, बारिश होती है...’ फिल्म ‘मोहरा’ का गाना ‘टिप-टिप बरसा पानी’, ‘फना’ का गाना ‘ये साजिश है बूंदों की’ भी शामिल हैं। इसी कड़ी में याद आता है ‘1942 ए उडइयो...’ का गाना ‘रिम-झिम रिम-झिम, रुम-झूम रुम-झूम...’ कहने का सार है कि बारिश की फुहारों ने हिंदी फिल्मों और गानों को खूब भिगोया है। *