हरिभूमि
हिसार-हांसी भूमि
रोहतक, रविवार 3 मई 2026

12 नशा रोकने को केमिस्ट शॉप्स पर रखी जाएगी नजर

12 मित्रता, स्मृतियों और विरासत का दिखा संगम सहपाठी...

खबर संक्षेप

नवनियुक्त जज अभिषेक वर्मा ने किया ज्वाइन

नारनौंद। उपमंडल न्यायालय में नवनियुक्त न्यायाधीश जेएमआईसी अभिषेक वर्मा ने शनिवार को नारनौंद में ज्वाइन किया। शनिवार को नारनौंद बार एसोसिएशन की ओर से स्वागत समारोह आयोजित कर अभिनंदन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता बार एसोसिएशन के प्रधान ज्ञानप्रकाश लोहान ने की। नारनौंद में दूसरी कोर्ट की स्थापना के बाद न्यायधीश के रूप में नियुक्त हुए जेएमआईसी अभिषेक वर्मा के आगमन पर बार एसोसिएशन के पदाधिकारियों ने उन्हें बुके भेंट कर सम्मानित किया। इस मौके पर सीनियर सब डिविजनल जुडिशल मजिस्ट्रेट पीयूष गखड़ और प्रिंसिपल जज फैमिली कोर्ट ईशा खत्री का भी गुलदस्ता भेंट कर स्वागत किया गया। इस अवसर पर सचिव एडवोकेट सुनील पनिहार, सुशील शर्मा, जितेंद्र खर्ब, कुलदीप अहलावत, अमनदीप ढांडा, सुनीता, सुमेश, सुमन, पूनम, संदीप लोहान और प्रदीप लोहान सहित अनेक अधिवक्ता मौजूद रहे।

स्वच्छता के नियमों के उल्लंघन पर किए चालान

हिसार। शहर को साफ-सुथरा बनाए रखने के लिए नगर निगम लगातार सख्त कदम उठा रहा है। इसी कड़ी में एएसआई राहुल सैनी, एएसआई विजेता, एएसआई रोहित और एएसआई राहुल पंवार ने सिंगल यूज पॉलिथीन का इस्तेमाल करने पर तीन बेकरी के 1500-1500 और एक दुकानदार के द्वारा रुपए कचरा सेग्रीगेशन न करने पर 500 रुपए का एक चालान किया। निगम की टीम ने कार्रवाई के साथ-साथ लोगों को स्वच्छता बनाए रखने और सिंगल यूज प्लास्टिक के इस्तेमाल से होने वाले नुकसान के बारे में भी जागरूक किया।

72 बोतल अवैध शराब सहित एक युवक काबू

नारनौंद। मिर्चपुर पुलिस चौकी ने अवैध शराब तस्करी के मामले कार्रवाई करते हुए एक युवक को गिरफ्तार किया है। उप निरीक्षक खेता राम ने बताया कि पुलिस टीम मिर्चपुर बस स्टैंड पर गश्त के दौरान मौजूद थी। सूचना मिली कि विनोद उर्फ पंडी निवासी मिर्चपुर सफेद रंग की आल्टो कार में अवैध शराब लेकर गांव नाडा से मिर्चपुर की ओर आ रहा है। पुलिस टीम ने तत्परता दिखाते हुए वाहन को रोककर चालक को काबू किया। पूछताछ में उसने अपना नाम विनोद उर्फ पंडी बताया। वाहन की तलाशी लेने पर पिछली सीट से 4 पेटी तथा डिग्गी से 2 पेटी ठेका शराब देशी मार्का शराब बरामद हुई, जिनमें कुल 72 बोतल शराब पाई गई। आरोपित युवक से शराब संबंधी कोई परमिट या लाइसेंस प्रस्तुत नहीं किया गया।

टेनिस बॉल क्रिकेट में हरियाणा बना विजेता

हिसार। सीनियर टी-10 टेनिस बॉल क्रिकेट चैंपियनशिप में हरियाणा टीम का शानदार प्रदर्शन जारी है। हरियाणा ने अपने पहले मुकाबले में महाराष्ट्र को हराकर दूसरे राउंड में प्रवेश कर लिया है। टीम के खिलाड़ी अर्जुन बाना (फतेहाबाद) ने बेहतरीन खेल दिखाते हुए मैन ऑफ द मैच का खिताब अपने नाम किया। वही सोनीपत के विकेटकीपर सौरव का भी प्रदर्शन बेहतरीन रहा। अब हरियाणा टीम का अगला मुकाबला दिल्ली के साथ होगा।

अंडर-19 टेनिस बॉल क्रिकेट चैंपियनशिप 6 से

हिसार। विकास डिफेंस स्कूल एंड स्पोर्ट्स एकेडमी, धीरनवास में 6 एवं 7 मई को जिला स्तरीय जूनियर अंडर-19 टेनिस बॉल क्रिकेट चैंपियनशिप का आयोजन किया जाएगा। इस प्रतियोगिता में हिसार जिले के विभिन्न स्कूलों व अकादमियों की टीमें भाग लेंगी। प्रतियोगिता में भाग लेने वाली प्रमुख टीमों में गीता राम मेमोरियल स्कूल मतलोडा, महर्षि विद्या मंदिर गंगवा, आर्यभट्ट स्कूल, नीव द स्पोर्ट्स एकेडमी तथा ग्लोबल इंटरनेशनल स्कूल शामिल हैं।

नीट यूजी : 15 केंद्रों पर 6 हजार 776 अभ्यर्थी देंगे परीक्षा

- 112 पर कॉल कर इमरजेंसी रिस्पांस व्हीकल की सहायता ले सकेंगे परीक्षार्थी
- परीक्षार्थियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए प्रशासन ने व्यापक स्तर पर व्यवस्थाएं की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। बैठक में परीक्षा व्यवस्थाओं की समीक्षा करते हुए उपायुक्त महेंद्र पाल।

जिले में 3 मई को आयोजित होने वाली नीट यूजी परीक्षा को पूरी पारदर्शिता, शांतिपूर्ण और नकल-रहित वातावरण में संपन्न करवाने को लेकर प्रशासन ने सभी तैयारियां पूरी कर ली है। नीट यूजी परीक्षा के लिए जिले में 15 परीक्षा केंद्र बनाए गए है। इन परीक्षा केंद्रों पर 6 हजार 776 परीक्षार्थी परीक्षा देंगे। एनटीए द्वारा आयोजित यह नीट परीक्षा दोपहर 2 बजे से सायं 5 बजे तक ऑफलाइन मोड में आयोजित की जाएगी। परीक्षार्थियों को सुबह 11 बजे से दोपहर 1:30 बजे तक परीक्षा केंद्रों में प्रवेश दिया जाएगा, जिसके बाद प्रवेश बंद कर दिया जाएगा। डीसी ने अधिकारियों को यह भी निर्देश दिए कि परीक्षा के दौरान यातायात व्यवस्था को सुचारू बनाए रखने के लिए विशेष योजना तैयार की जाए, ताकि परीक्षा केंद्रों के आसपास जाम की स्थिति उत्पन्न न हो। बैठक में पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन, अतिरिक्त उपायुक्त उत्सव आनंद सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे। सभी अधिकारियों ने परीक्षा को सफलतापूर्वक संपन्न कराने के लिए पूर्ण सहयोग का आश्वासन दिया।

डीसी ने ली अधिकारियों की बैठक, दिए निर्देश

परीक्षा के सफल एवं शांतिपूर्ण संचालन को सुनिश्चित करने के उद्देश्य से उपायुक्त महेंद्र पाल ने शनिवार को इयूटी मजिस्ट्रेट, ऑब्जर्वर तथा परीक्षा से जुड़े विभिन्न विभागों के अधिकारियों की विस्तृत बैठक ली। परीक्षा व्यवस्थाओं की समीक्षा करते हुए उपायुक्त ने सभी संबंधित अधिकारियों को जिम्मेदारी पूर्वक कार्य करने के निर्देश दिए।कहा कि नीट यूजी जैसी महत्वपूर्ण परीक्षा में पारदर्शिता, निष्पक्षता एवं अनुशासन बनाए रखना प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकता है। उन्होंने स्पष्ट किया कि किसी भी प्रकार की लापरवाही या अनियमितता को बिल्कुल भी बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। उन्होंने कहा कि केंद्र अधीक्षक, इयूटी मजिस्ट्रेट, नोडल अधिकारी तथा राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी (एनटीए) द्वारा नियुक्त ऑब्जर्वर की भूमिका परीक्षा के दौरान अत्यंत महत्वपूर्ण रहती है, इसलिए सभी अधिकारी आपसी समन्वय के साथ कार्य करते हुए अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन करें।

इयूटी में लगे अधिकारी रहें अलर्ट

उपायुक्त ने इयूटी मजिस्ट्रेट, नोडल अधिकारियों तथा पुलिस विभाग के अधिकारियों को विशेष रूप से निर्देशित किया कि वे परीक्षा के दिन पूरी तरह सतर्क रहें। यदि किसी परीक्षार्थी को परीक्षा केंद्र तक पहुंचने में किसी प्रकार की समस्या आती है, तो उसे तुरंत सहायता प्रदान की जाए और आवश्यकता पड़ने पर सरकारी वाहनों के माध्यम से उसे केंद्र तक पहुंचाया जाए। उन्होंने कहा कि प्रशासन का उद्देश्य प्रत्येक पात्र अभ्यर्थी को बिना किसी बाधा के परीक्षा में शामिल होने का अवसर प्रदान करना है।

डीसी ने परीक्षार्थियों से की अपील

उपायुक्त ने परीक्षार्थियों से भी अपील करते हुए कहा कि वे समय से पहले अपने परीक्षा केंद्र पर पहुंचें तथा सभी आवश्यक दस्तावेज अपने साथ रखें। उन्होंने यह भी कहा कि यदि किसी अभ्यर्थी को रास्ते में किसी प्रकार की कठिनाई का सामना करना पड़ता है, तो वह तुरंत आपातकालीन नंबर 112 पर कॉल कर इमरजेंसी रिस्पांस व्हीकल की सहायता ले सकता है, जिससे उसे समय पर परीक्षा केंद्र तक पहुंचाया जा सके।

नागरिक अस्पताल में परिजनों ने किया हंगामा, पुलिस पर जड़े आरोप

चिकित्सकों ने अग्रोहा मेडिकल कॉलेज में किया शिक्षिका का पोस्टमार्टम

- पुलिस ने आश्वासन देकर परिजनों को समझाया, महिला आयोग ने मांगी रिपोर्ट

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। परिजनों को समझाते पुलिस अधिकारी।

शहर के सेक्टर-13 में शिक्षिका सोनिया आनंद की हत्या के रोषस्वरूप परिजनों ने आरोपी पति व अन्य की तुरंत गिरफ्तारी की मांग की है। सोनिया के परिजनों ने आरोपितों की गिरफ्तारी की मांग पर नागरिक अस्पताल में हंगामा कर दिया और कहा कि जब तक आरोपितों की गिरफ्तारी नहीं होगी वे शव का अंतिम संस्कार नहीं करेंगे। पुलिस जब शव को पोस्टमार्टम के लिए मेडिकल कालेज अग्रोहा ले जाने लगी तो उस समय भी परिजनों ने विरोध किया। पुलिस ने काफी देर तक उनको समझाया फिर पोस्टमार्टम के लिए लेकर गए। मेडिकल कालेज अग्रोहा में चिकित्सकों के बोर्ड ने शव का पोस्टमार्टम किया।

पुलिस ने मृतका के परिजनों को आश्वासन दिया है कि मृतका के पति, जेठ, जेठानी और सास के खिलाफ हत्या का केस दर्ज कर लिया है और जेठ नितिन, जेठानी वंदना और सास शकुंतला से पूछताछ की जा रही हैं। आरोपित पति सौरभ की तलाश के लिए पुलिस की तीन टीमें बनाई गई है। पुलिस से मिले आश्वासन के बाद परिजनों ने शव उठाया और दोपहर बाद शव का अंतिम संस्कार कर दिया गया। नागरिक अस्पताल में शनिवार सुबह मृतका के परिजन पहुंचे और उन्होंने पुलिस की कार्रवाई पर सवाल उठाते हुए आरोप लगाया कि पुलिस ने अभी तक घर के आसपास लगे सीसीटीवी नहीं खंगाले और न ही अभी तक आरोपित सौरभ को गिरफ्तार किया है। आरोपित सौरभ खुलेआम घूम रहा है। उन्होंने बताया कि सोनिया आनंद का पति और ससुरालवाले दहेज की खातिर उसको प्रताड़ित करते थे। तीन माह पहले भी सौरभ ने सोनिया को गला दबा कर मारने का प्रयास किया था। उस समय पुलिस में शिकायत भी दी थी। परिजनों के अनुसार पुलिस आरोपितों के साथ मिली हुई है। उनसे पूछताछ करने की बजाय उनकी फोन पर किसी से बात करवाई जा रही है।

बेटी बोली, मां के साथ करता था मारपीट

मृतका की बहन शालू ने बताया कि सोनिया की आठ साल की बेटी मिसीका है। उसका रो-रो कर बुरा हाल है। रोते समय वह बोल रही है कि पिता अक्सर मां के साथ मारपीट करते थे। उनका कई बार गला भी दबाया गया। परिजनों का कहना है कि मिसीका अपनी मां को तलाश कर रही है। अब आठ साल की बच्ची को कैसे समझाए।

महिला आयोग ने मांगी रिपोर्ट

उधर, हरियाणा राज्य महिला आयोग ने पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन को मेल कर सेक्टर 13 में शिक्षिका सोनिया आनंद हत्याकांड की कार्रवाई की रिपोर्ट मांगी है। मेल पर भेजे गए पत्र में लिखा है कि यह एक अत्यंत गंभीर और संवेदनशील मामला है। इस मामले की गंभीरता को देखते हुए हरियाणा राज्य महिला आयोग ने इस मामले में कार्रवाई की कार्रवाई की रिपोर्ट, आरोपितों की गिरफ्तारी और जांच कमेटी की रिपोर्ट तीन दिन में मांगी है।

हांसी। मेडिकल स्टोर पर जांच करते ड्रग कंट्रोल इंस्पेक्टर डॉक्टर अजय कुमार।

ड्रग इंस्पेक्टर ने मेडिकल स्टोर का किया निरीक्षण

- एक मेडिकल स्टोर संचालक को नोटिस जारी कर रिकॉर्ड मेंटेन रखने की दी हिदायत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

हिसार ड्रग कंट्रोल अधिकारी डॉ. अजय कुमार ने शनिवार को हांसी शहर के तीन मेडिकल स्टोरों का औचक निरीक्षण किया। इस दौरान दवाइयों के स्टॉक, रिकॉर्ड और प्रतिबंधित दवाओं की गहन जांच की गई। ड्रग कंट्रोलर डॉ अजय कुमार ने इस दौरान सुभाष मेडिकल हॉल, भाटिया मेडिकल हॉल तथा जीवन ज्योति मेडिकल हॉल का निरीक्षण किया गया। इस दौरान एक मेडिकल स्टोर पर कुछ खामियां मिलने पर उसे नोटिस जारी किया।

इस अवसर पर डॉ. अजय कुमार ने बताया कि यह औचक निरीक्षण सभी मेडिकल स्टोर संचालकों के लिए एक चेतावनी है। उन्होंने निर्देश दिए कि सभी मेडिकल स्टोर अपने रिकॉर्ड पूरी तरह अपडेट रखें। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि दुकानों पर सीसीटीवी कैमरे, वैध लाइसेंस और स्टॉक रजिस्टर का सही रखरखाव अनिवार्य है। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि किसी मेडिकल स्टोर पर रिकॉर्ड में गड़बड़ी या स्टॉक रजिस्टर में कमी पाई जाती है, तो संबंधित संचालक के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।

एनसीसी ग्रुप कमांडर बर्न ने निरीक्षण कर कैडेट्स को दिए जरूरी सुझाव

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। एनसीसी कैडेट्स को सम्मानित करते ग्रुप कमांडर ब्रिगेडियर हरदीप सिंह बर्न।

थर्ड हरियाणा बटालियन एनसीसी में एनसीसी ग्रुप मुख्यालय रोहतक के ग्रुप कमांडर ब्रिगेडियर हरदीप सिंह बर्न का कमांडर निरीक्षण दौरा संपन्न हुआ। ब्रिगेडियर बर्न ने यूनिट के स्टाफ एवं एनसीसी अधिकारीयों के साथ विस्तारपूर्वक संवाद करते हुए प्रशिक्षण, प्रशासनिक व्यवस्थाओं एवं समग्र कार्यप्रणाली की गहन समीक्षा की दिशा-निर्देश प्रदान किए। उन्होंने एनसीसी कैडेट्स के साथ भी प्रेरणादायक संवाद किया, जिसमें अनुशासन, नेतृत्व क्षमता, राष्ट्रभक्ति एवं लक्ष्य प्राप्ति के महत्व पर विशेष बल दिया। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले कैडेट्स को कैडेट्स वेलफेयर स्कीम के अंतर्गत सम्मानित कर उनका मनोबल बढ़ाया गया। दौरे के समापन पर उन्होंने 3 हरियाणा बटालियन के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल सुनील कटारिया के प्रभावशाली नेतृत्व एवं समर्पण की सराहना की। साथ ही बटालियन के प्रशासनिक अधिकारी कर्नल विनय खेतरपाल को भारतीय सेना में 31 वर्षों की गौरवशाली सेवा पूर्ण करने पर उनके सेवानिवृत्ति अवसर पर शुभकामनाएं दी।उनके स्थान पर कर्नल किशन दत्त ने नए प्रशासनिक अधिकारी के रूप में कार्यभार संभाला।

नारनौंद। रिटायरमेंट के अवसर पर स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए।

आईएएस अधिकारी जयबीर सिंह आर्य सेवानिवृत्त

नारनौंद। हरियाणा कैडर के वरिष्ठ आईएएस अधिकारी जयबीर सिंह आर्य 30 अप्रैल 2026 को तीन दशकों से अधिक के गौरवशाली एवं विशिष्ट प्रशासनिक कार्यकाल के उपरांत सेवानिवृत्त हो गए। अपने लंबे सेवाकाल के दौरान उन्होंने जन-केंद्रित, पारदर्शी एवं परिणामोन्मुख प्रशासन का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया। आर्य ने वर्ष 1997 में हरियाणा सिविल सेवा (कार्यकारी) में चौथा स्थान प्राप्त कर सेवा प्रारंभ की और अपनी दक्षता एवं समर्पण के बल पर आईएएस में पदोन्नत हुए। जनवरी 2025 से वे आयुक्त एवं सचिव के पद पर कार्यरत रहे। उन्होंने कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय से बीए, पंजाब विश्वविद्यालय से लोक प्रशासन में एमए तथा कॉर्नेल विश्वविद्यालय, अमेरिका से एक्जीक्यूटिव प्रोग्राम इन मैनेजमेंट किया। अपने करियर में उन्होंने सचिव-सह-सीईओ हरियाणा मानवाधिकार आयोग, विशेष सचिव/सचिव वित्त, अतिरिक्त सीईओ जीएमडीए, आयुक्त नगर निगम, प्रबंध निदेशक कॉन्फेड, हरियाणा वेयरहाउसिंग कॉर्पोरेशन, एचएलआरडीसी सहित अनेक महत्वपूर्ण पदों पर कार्य किया।

चोरी के मामले में दूसरा आरोपी गिरफ्तार

हिसार। घर में हुई चोरी के मामले में अग्रोहा पुलिस ने दूसरे मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी की पहचान अग्रोहा की शिव कॉलोनी निवासी रवि के रूप में हुई है। अग्रोहा थाना प्रभारी प्रवेश कुमार ने बताया कि इस संबंध में अग्रोहा की स्वागत कॉलोनी निवासी संजय ने शिकायत दी थी। शिकायत के अनुसार वह करीब 20 दिन पहले सपरिवार दिहाड़ी मजदूरी के लिए हांसी गया हुआ था। गत 8 अप्रैल को जब वह वापस लौटा, तो उसके घर के ताले टूटे हुए थे। संदूक से करीब 100 ग्राम चांदी के जेवरात और एक गैस सिलेंडर गायब था। पुलिस ने केस दर्ज करके जांच करते हुए गत दिवस एक आरोपी अग्रोहा निवासी सतीश को पहले ही गिरफ्तार करके उससे 6140 रुपये की नगदी बरामद कर ली थी।

ड्रेन सफाई व मुआवजे की मांग लेकर किसानों ने बैठक कर आवाज की बुलंद

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हांसी

हांसी। रामायण टोल प्लाजा पर बैठक करते किसान भारतीय किसान यूनियन एकता सिद्धपुर के पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

रामायण टोल प्लाजा पर शनिवार को किसानों की एक बैठक हुई। इसमें क्षेत्रभर से कई किसानों ने भाग लिया। बैठक में किसानों ने ड्रेनों की सफाई, फसल मुआवजे और लंबित भुगतान की मांग की गई। बैठक में मौजूद किसानों ने बताया कि पिछले साल अत्यधिक बारिश के कारण कई गांवों में बाढ़ जैसे हालात बन गए थे, जिससे फसल और पशुधन को भारी नुकसान हुआ था। उन्होंने प्रशासन से आगामी बरसात से पहले सभी ड्रेनों की समय पर सफाई करवाने की मांग की। इसके अलावा, आगजनी की घटनाओं में जिन किसानों की फसल और पशुधन का नुकसान हुआ है, उन्हें जल्द से जल्द मुआवजा देने की मांग की गई। किसानों ने कहा कि मंडियों में फसल बिकने के बावजूद अभी तक भुगतान उनके खातों में नहीं पहुंचा है, जिसे तुरंत जारी किया जाना चाहिए। साथ ही, जिन गांवों में पिछले साल बाढ़ के कारण लंबे समय तक पानी भरा रहा, वहां किसानों को राहत देने के लिए अस्थायी बिजली कनेक्शन देने की मांग भी रखी गई। इस अवसर पर भारतीय किसान यूनियन एकता सिद्धपुर के जोन प्रभारी कैलाश मलिक, दशरथ मलिक, नसीब सातरोड़, सुधीर सिंघवा, राजू खरड़, प्रदीप बामल, राजबीर मायड़, जोगेंद्र मायड़, संदीप आदि मौदूद रहे।

एनफोर्समेंट, अवेयरनेस और ट्रीटमेंट तीनों पहलुओं पर करें फोकस

नशे का अड्डा बने जर्जर भवनों को ध्वस्त करने के निर्देश

- डीसी की अध्यक्षता में नशा नियंत्रण को लेकर समन्वय समिति की बैठक आयोजित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| हिसार

हिसार। विभिन्न विभागों के अधिकारियों के साथ चर्चा करते डीसी महेंद्र पाल व एसपी सिद्धांत जैन। फोटो : हरिभूमि

उपायुक्त महेंद्र पाल की अध्यक्षता में जिला स्तर पर नशा नियंत्रण एवं रोकथाम को लेकर गठित समन्वय समिति (एनकोर्ड) की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई। बैठक में विभिन्न विभागों के अधिकारियों को जिले में नशे की रोकथाम के लिए व्यापक कार्य योजना के तहत समन्वित रूप से कार्य करने के निर्देश दिए गए। बैठक के दौरान उपायुक्त महेंद्र पाल ने ड्रग कंट्रोलर को जिले के सभी केमिस्ट दुकानों की नियमित निगरानी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए, ताकि किसी भी प्रकार की अवैध गतिविधि पर अंकुश लगाया जा सके। वहीं शिक्षा विभाग के अधिकारियों को हिदायत दी गई कि स्कूलों में विशेष सतर्कता बरतें और यह सुनिश्चित करें कि कोई भी विद्यार्थी नशे की चपेट में न आए। शहरी स्थानीय निकाय विभाग तथा पंचायत विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए गए कि वे अपने-अपने क्षेत्र में पुराने व जर्जर भवनों (खंडहरों) को चिन्हित कर उन्हें ध्वस्त करवाएं, ताकि ऐसे स्थान नशाखोरी के अड्डे न बन सकें। इसके साथ ही पंचायत विभाग को भांग के पौधों को समयबद्ध तरीके से नष्ट करवाने के निर्देश भी दिए गए। उपायुक्त ने यह भी कहा कि जो व्यक्ति नशा छोड़ चुके हैं, उन्हें समाज की मुख्यधारा से जोड़ते हुए विभिन्न रचनात्मक गतिविधियों में शामिल किया जाए।

नशे के नाश के लिए लोगों में जागरूकता जरूरी

बैठक में पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने विस्तृत प्रस्तुति देते हुए सभी विभागों को उनकी जिम्मेदारियों के बारे में सेंसटाइज किया। उन्होंने स्पष्ट किया कि नशे के खिलाफ लड़ाई को प्रभावी बनाने के लिए एनफोर्समेंट, अवेयरनेस और ट्रीटमेंट तीनों पहलुओं पर समान रूप से फोकस करना आवश्यक है। सभी विभागों को अपने-अपने कार्यक्षेत्र में ठोस कदम उठाने और आपसी तालमेल के साथ कार्य करने के निर्देश दिए गए। उन्होंने विभागवार कार्यों की जानकारी देते हुए निर्देश दिए कि अगली बैठक में सभी अधिकारी अपनी-अपनी एक्शन टेकन रिपोर्ट (एटीआर) के साथ उपस्थित हों। इस अवसर पर अतिरिक्त उपायुक्त उत्सव आनंद, एसडीएम बरवाला अश्वीर नैन, जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी सुभाष चंद्र, सीएमओ डॉ. सपना गहलावत सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

टर्म इंश्योरेंस लेते समय रखें ध्यान, वरना टूट जाएगा 'सुरक्षा कवच'

सुझाव | बिजनेस डेस्क

टर्म इंश्योरेंस किसी भी व्यक्ति की वित्तीय योजना का सबसे अहम हिस्सा होता है। यह वह सुरक्षा कवच है, जो आपके न रहने पर आपके परिवार को आर्थिक संकट से बचाता है। लेकिन अक्सर लोग जानकारी के अभाव या थोड़े पैसे बचाने के लालच में ऐसी गलतियां कर बैठते हैं, जिनका खामियाजा उनके परिवार को उठाना पड़ता है। कई मामलों में तो क्लेम तक रिजेक्ट हो जाता है और पूरी योजना बेकार साबित हो जाती है। इसलिए जरूरी है कि टर्म इंश्योरेंस लेते समय कुछ बुनियादी बातों का खास ध्यान रखा जाए।

पर्याप्त कवर न लेना: सबसे बड़ी भूल

अक्सर लोग कम प्रीमियम के चक्कर में कम बीमा राशि चुन लेते हैं। यह सबसे गंभीर गलती है। बीमा का उद्देश्य केवल औपचारिकता पूरी करना नहीं, बल्कि परिवार को पूरी आर्थिक सुरक्षा देना है। विशेषज्ञों के अनुसार, आपकी बीमा राशि आपकी सालाना आय का कम से कम 15 से 20 गुना होनी चाहिए। इसके अलावा, होम लोन, कार लोन और अन्य देनदारियों को भी इसमें शामिल करना जरूरी है, ताकि आपके बाद परिवार पर कर्ज का बोझ न आए।

बीमा लेने में देरी करना

कई लोग यह सोचकर टर्म इंश्योरेंस लेने में देरी करते हैं कि वे अभी युवा और स्वस्थ हैं। लेकिन बीमा के मामले में देरी महंगी पड़ती है। कम उम्र में प्रीमियम सस्ता होता है और वह पूरे कार्यकाल के लिए लॉक हो जाता है। जैसे-जैसे उम्र बढ़ती है, बीमारियों का खतरा बढ़ता है और बीमा लेना मुश्किल या महंगा हो सकता है। इसलिए जितनी जल्दी हो सके, टर्म प्लान लेना समझदारी है।

क्लेम सेटलमेंट रेशियो को नजरअंदाज करना

सिर्फ कम प्रीमियम या बड़े ब्रांड के नाम पर कंपनी चुनना सही नहीं है। सबसे जरूरी है कंपनी का क्लेम सेटलमेंट रेशियो (सीएसआर), जो बताता है कि कंपनी कितने प्रतिशत क्लेम्स का भुगतान करती है। हमेशा ऐसी कंपनी चुनें, जिसका सीएसआर 95% या उससे अधिक हो। इससे यह भरोसा मिलता है कि जरूरत पड़ने पर आपका परिवार क्लेम पाने में परेशानी का सामना नहीं करेगा।

नॉमिनी की गलत या पुरानी जानकारी

नॉमिनी की जानकारी सही और अपडेट होना बेहद जरूरी है। कई बार लोग नॉमिनी का नाम या अन्य विवरण अपडेट नहीं करते, जिससे क्लेम के समय कानूनी जटिलताएं पैदा हो जाती हैं। शादी, तलाक या नॉमिनी के निधन जैसी स्थितियों में तुरंत जानकारी अपडेट करना जरूरी है। साथ ही, अपडेट का प्रमाण भी संभालकर रखना चाहिए।

राइडर्स व एड-ऑन्स को नजरअंदाज करना

टर्म इंश्योरेंस के साथ मिलने वाले राइडर्स आपके प्लान को और मजबूत बनाते हैं, लेकिन लोग थोड़े पैसे बचाने के लिए इन्हें नजरअंदाज कर देते हैं। यह एक बड़ी गलती है। क्रिटिकल इलनेस राइडर गंभीर बीमारियों में आर्थिक सहायता देता है, वहीं प्रीमियम वेवर राइडर विकलांगता या बीमारी की स्थिति में भविष्य के प्रीमियम माफ कर देता है। एक्सीडेंटल डेथ बेनिफिट भी परिवार को अतिरिक्त सुरक्षा प्रदान करता है। ये छोटे-छोटे एड-ऑन्स मुश्किल समय में बड़ा सहारा बनते हैं।

स्वास्थ्य और जानकारी छुपाना

बीमा लेते समय अपनी स्वास्थ्य संबंधी जानकारी, धूम्रपान की आदत या पहले से चल रही बीमारियों को छुपाना सबसे खतरनाक गलती है। बीमा कंपनी आपके मेडिकल रिकॉर्ड की जांच करती है, और यदि जानकारी गलत पाई जाती है तो क्लेम रिजेक्ट हो सकता है। इसलिए पूरी पारदर्शिता रखना बेहद जरूरी है। ईमानदारी ही यह सुनिश्चित करती है कि जरूरत के समय आपका परिवार बिना किसी परेशानी के क्लेम प्राप्त कर सके।

सही कवर चुने

टर्म इंश्योरेंस कोई निवेश नहीं, बल्कि आपके परिवार के भविष्य की सुरक्षा का वादा है। इसे लेते समय छोटी-छोटी गलतियां भी बड़े नुकसान का कारण बन सकती हैं। सही कवर चुनना, समय पर पॉलिसी लेना, कंपनी की विश्वसनीयता जांचना और पूरी ईमानदारी से जानकारी देना ये सभी बातें आपके फैसले को मजबूत बनाती हैं। याद रखें, आज लिया गया एक सही निर्णय आपके परिवार को कल आर्थिक संकट से बचा सकता है।

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

- सिर्फ चांदी नहीं, पोर्टफोलियों में डाइवर्सिफिकेशन ही असली ताकत
- ईटीएफ और डिजिटल सिल्वर भी बन रहे हैं निवेशकों की पसंद

40% टूटी चांदी, सावधानी और धैर्य के साथ करेंगे निवेश तो होगा लाभ

चांदी की गिरावट में छिपा मौका लेकिन रणनीति भी बेहद जरूरी

जनवरी 2026 में जहां चांदी 4 लाख रुपये प्रति किलो के स्तर को पार कर गई थी, वहीं अब यह करीब 2.3–2.4 लाख रुपये के दायरे में कारोबार कर रही है। ऐसे में सबसे बड़ा सवाल यही है। क्या यह गिरावट खरीदारी का सुनहरा अवसर है या अभी सतर्क रहने का समय?

चांदी (सिल्वर) की कीमतों में हालिया गिरावट ने निवेशकों के बीच नई बहस छेड़ दी है। जो धातु साल 2025 में शानदार प्रदर्शन करते हुए निवेशकों की पहली पसंद बनी हुई थी, वही अब अपने ऑल टाइम हाई से करीब 40% नीचे फिसल चुकी है। जनवरी 2026 में जहां चांदी 4 लाख रुपये प्रति किलो के स्तर को पार कर गई थी, वहीं अब यह करीब 2.3–2.4 लाख रुपये के दायरे में कारोबार कर रही है। ऐसे में सबसे बड़ा सवाल यही है—क्या यह गिरावट खरीदारी का सुनहरा अवसर है या अभी सतर्क रहने का समय?

गिरावट के पीछे क्या हैं कारण

चांदी की कीमतों में आई इस तेज गिरावट के पीछे कई वैश्विक और आर्थिक कारण एक साथ काम कर रहे हैं। सबसे प्रमुख कारण अमेरिकी डॉलर की मजबूती है। जब डॉलर मजबूत होता है, तो अन्य देशों के लिए चांदी खरीदना महंगा हो जाता है, जिससे इसकी मांग में कमी आती है और कीमतों पर दबाव बनता है। इसके अलावा, वैश्विक स्तर पर ब्याज दरों में बढ़ोतरी की उम्मीद ने भी निवेशकों के रुझान को बदला है। निवेशक अब ऐसे विकल्पों की ओर झुक रहे हैं जो उन्हें नियमित आय दे सकें। चूंकि चांदी से कोई ब्याज या डिविडेंड नहीं मिलता, इसलिए इसमें निवेश अपेक्षाकृत कम आकर्षक हो जाता है। तीसरा बड़ा कारण है मुनाफावसूली। लंबे समय तक तेजी के बाद निवेशकों ने अपने मुनाफे को सुरक्षित करना शुरू किया, जिससे बाजार में बिकवाली बढ़ी और कीमतें तेजी से नीचे आईं।

इंडस्ट्रियल डिमांड: चांदी की ताकत

चांदी की खासियत यह है कि यह केवल निवेश का माध्यम नहीं है, बल्कि इसका बड़ा उपयोग उद्योगों में भी होता है। इसकी कुल मांग का 60% से अधिक हिस्सा इंडस्ट्रियल सेक्टर से आता है। इलेक्ट्रॉनिक्स, सोलर पैनल, ऑटोमोबाइल और ग्रीन एनर्जी जैसे सेक्टर में चांदी की मांग लगातार बढ़ रही है। विशेष रूप से सोलर इंडस्ट्री में इसका उपयोग तेजी से बढ़ा है, जो भविष्य में इसकी कीमतों को मजबूती दे सकता है। यही वजह है कि भले ही कीमतों में गिरावट आई हो, लेकिन इसके फंडामेंटल अभी भी मजबूत माने जा रहे हैं।

जियोपॉलिटिकल तनाव का असर

वैश्विक तनाव भी चांदी की कीमतों को प्रभावित करते हैं। आमतौर पर जब दुनिया में अनिश्चितता बढ़ती है, तो निवेशक सुरक्षित विकल्पों जैसे सोना और चांदी की ओर रुख करते हैं। लेकिन इस बार स्थिति थोड़ी अलग रही। पश्चिम एशिया में बढ़ते तनाव और कच्चे तेल की कीमतों में उछाल के कारण निवेशकों ने नकदी को प्राथमिकता दी। ऐसे हालात में अक्सर देखा जाता है कि अच्छे एसेट्स भी बिक जाते हैं, क्योंकि निवेशक अपने पोर्टफोलियो को संतुलित करने के लिए नकदी बढ़ाना चाहते हैं।

क्या यह निवेश का सही समय है?

विशेषज्ञों की राय में इस गिरावट को पूरी तरह नकारात्मक नजरिए से नहीं देखना चाहिए। यदि कीमतों में गिरावट अस्थायी कारणों जैसे डॉलर की मजबूती या बाजार की घबराहट की वजह से है, तो यह निवेश का अवसर बन सकती है। लंबी अवधि के निवेशकों के लिए यह "बाय ऑन डिप्स" यानी गिरावट पर खरीदारी का अच्छा मौका हो सकता है। हालांकि, इसमें एकमुश्त निवेश करने के बजाय धीरे-धीरे निवेश करना ज्यादा सुरक्षित माना जाता है।

निवेश के लिए सही रणनीति

■ एक बार में पूरी रकम निवेश करने से बचें ■ चरणबद्ध तरीके से निवेश करें (एसआईपी या नियमित खरीदारी) ■ अपने पोर्टफोलियो में विविधता बनाए रखें ■ केवल चांदी पर निर्भर न रहें ■ ईटीएफ या डिजिटल सिल्वर जैसे विकल्पों पर भी विचार करें ■ आज के समय में कई निवेशक फिजिकल चांदी खरीदने के बजाय ईटीएफ और डिजिटल माध्यमों को प्राथमिकता दे रहे हैं, क्योंकि ये अधिक सुरक्षित और सुविधाजनक होते हैं।

तकनीकी संकेत क्या कहते हैं?

तकनीकी विश्लेषण के अनुसार, चांदी के कुछ महत्वपूर्ण स्तर सामने आए हैं। अगर कीमतें 2.46 लाख के ऊपर टिकती हैं, तो आगे 2.48 लाख तक तेजी देखने को मिल सकती है। वहीं, नीचे की ओर 2.35–2.30 लाख का स्तर मजबूत सपोर्ट माना जा रहा है। इसका मतलब है कि यहां से गिरावट सीमित हो सकती है, और कीमतें स्थिर होने की संभावना बनती है।

सप्लाई-डिमांड का समीकरण

चांदी के पक्ष में एक और मजबूत फैक्टर इसका सप्लाई-डिमांड बैलेंस है। पिछले कुछ वर्षों से बाजार में सप्लाई की तुलना में मांग अधिक बनी हुई है, जिससे सप्लाई डेफिसिट की स्थिति पैदा हो गई है। इसके अलावा, चीन जैसे बड़े बाजारों से लगातार मांग बनी हुई है। अंतरराष्ट्रीय बाजारों में कम इन्वेंट्री भी इस बात का संकेत देती है कि आने वाले समय में कीमतों को सपोर्ट मिल सकता है।

घबराएं नहीं, आगे बढ़ें

चांदी में आई हालिया गिरावट निश्चित रूप से चिंता पैदा करती है, लेकिन इसे पूरी तरह नकारात्मक संकेत नहीं माना जा सकता। बाजार में उतार-चढ़ाव स्वाभाविक है, खासकर तब जब किसी एसेट में पहले तेज तेजी देखने को मिली हो। लंबी अवधि के निवेशकों के लिए चांदी अभी भी एक आकर्षक विकल्प बनी हुई है, बशर्ते निवेश सोच-समझकर और रणनीति के साथ किया जाए।

यह रखें ध्यान

- जल्दबाजी में निवेश से बचें
- गिरावट को अवसर के रूप में देखें, लेकिन जोखिम समझें
- चरणबद्ध निवेश सुरक्षित तरीका है
- पोर्टफोलियो में संतुलन बनाए रखें
- निवेश का सही समय वही होता है जब आप सही रणनीति और धैर्य के साथ फैसला लेते हैं।

सुरक्षा और ग्रोथ का संतुलन बनाकर महंगाई को दें मात, अपनाएं स्मार्ट निवेश रणनीति

45 के बाद निवेश : डर नहीं, समझदारी से ही बन पाएगी 'गोल्डन' रिटायरमेंट

तैयारी | बिजनेस डेस्क

आज के दौर में महंगाई सबसे बड़ा खतरा है। जो चीज आज 100 रुपये में मिलती है, वही 15-20 साल बाद 250 रुपये या उससे अधिक में मिल सकती है। ऐसे में केवल सुरक्षित निवेश विकल्पों पर निर्भर रहना आपके पैसे की वास्तविक वैल्यू को घटा सकता है। इसलिए जरूरी है कि निवेश का एक हिस्सा ऐसे साधनों में लगाया जाए, जो महंगाई को मात दे सकें और लंबी अवधि में बेहतर रिटर्न दे सकें।

45 साल की उम्र को अक्सर निवेश के लिहाज से एक 'टर्निंग पॉइंट' माना जाता है। इस उम्र में पहुंचते ही अधिकांश लोग जोखिम लेने से कतराने लगते हैं और अपनी पूरी बचत को फिक्स्ड डिपॉजिट (एफडी) या पारंपरिक स्कीमों में डालने की सोचने लगते हैं। लेकिन विशेषज्ञों का मानना है कि यह सोच अधूरी है। दरअसल, 45 की उम्र 'फिनिश लाइन' नहीं, बल्कि रिटायरमेंट की तैयारी का सबसे अहम दौर है। अभी भी आपके पास लगभग 15 साल का समय है, जिसे सही रणनीति के साथ इस्तेमाल कर आप अपने बुढ़ापे को आर्थिक रूप से मजबूत और सुरक्षित बना सकते हैं। आज के दौर में महंगाई सबसे बड़ा खतरा है। जो चीज आज 100 रुपये में मिलती है, वही 15-20 साल बाद 250 रुपये या उससे अधिक में मिल सकती है। ऐसे में केवल सुरक्षित निवेश विकल्पों पर निर्भर रहना आपके पैसे की वास्तविक वैल्यू को घटा सकता है। इसलिए जरूरी है कि निवेश का एक हिस्सा ऐसे साधनों में लगाया जाए, जो महंगाई को मात दे सकें और लंबी अवधि में बेहतर रिटर्न दे सकें।

45 के बाद निवेश का सबसे महत्वपूर्ण सिद्धांत है संतुलन। न तो पूरा पैसा जोखिम वाले विकल्पों में लगाना समझदारी है और न ही पूरी तरह सुरक्षित विकल्पों में। इसके लिए 40:40:20 का फॉर्मूला काफी प्रभावी माना जाता है। इस फॉर्मूले के अनुसार, 40% निवेश सुरक्षा के लिए (बीमा और पेंशन योजनाएं), 40% ग्रोथ के लिए (म्यूचुअल फंड या इक्विटी) और 20% स्थिरता के लिए (सोना या सरकारी बॉन्ड) में लगाया जाना चाहिए।

बीमा और पेंशन: मजबूत नींव

45 की उम्र के बाद सबसे पहले आपको अपने और अपने परिवार की वित्तीय सुरक्षा सुनिश्चित करनी चाहिए। टर्म इंश्योरेंस इस मामले में एक मजबूत ढाल का काम करता है, जो आपके न रहने पर परिवार को आर्थिक सुरक्षा देता है। वहीं, हेल्थ इंश्योरेंस भी बेहद जरूरी है, क्योंकि इस उम्र के बाद स्वास्थ्य संबंधी जोखिम बढ़ने लगते हैं और इलाज का खर्च आपकी बचत को तेजी से खत्म कर सकता है। इसके अलावा, एन्युटी या पेंशन योजनाएं रिटायरमेंट के बाद नियमित आय का भरोसा देती हैं। इससे आपको दूसरों पर निर्भर रहने की जरूरत नहीं पड़ती और आप आत्मनिर्भर जीवन जी सकते हैं।

इक्विटी से दूरी बनाना गलती

अक्सर लोग यह मान लेते हैं कि 45 के बाद शेयर बाजार में निवेश करना जोखिम भरा है, इसलिए वे इससे दूरी बना लेते हैं। लेकिन यह एक बड़ी गलती हो सकती है। महंगाई को मात देने के लिए इक्विटी निवेश जरूरी है। हालांकि, इसमें निवेश सोच-समझकर और लंबे समय के नजरिए से करना चाहिए। यदि सीधे शेयर बाजार की समझ नहीं है, तो म्यूचुअल फंड के जरिए निवेश करना बेहतर विकल्प हो सकता है। जब भी बाजार में अस्थिरता बढ़ती है, सोना आपके पोर्टफोलियो को संतुलन देता है। इसलिए कुल निवेश का 10-20% हिस्सा सोने में रखना एक अच्छी रणनीति मानी जाती है।

अनुशासन और धैर्य जरूरी

45 की उम्र में सबसे बड़ा जोखिम 'जल्दी अमीर बनने' की चाह होती है। कई लोग ज्यादा रिटर्न के लालच में गलत निवेश कर बैठते हैं और अपनी पूंजी गंवा देते हैं। इसलिए इस उम्र में निवेश करते समय अनुशासन और धैर्य बेहद जरूरी है। नियमित निवेश लंबी अवधि का नजरिया सफलता की कुंजी हैं।

वित्तीय ज्ञान बढ़ाना भी जरूरी

सिर्फ निवेश करना ही काफी नहीं है, बल्कि निवेश की समझ होना भी जरूरी है। अच्छी वित्तीय किताबें पढ़ना, विशेषज्ञों की सलाह लेना और समय-समय पर अपने पोर्टफोलियो की समीक्षा करना आपको सही दिशा में आगे बढ़ने में मदद करता है। याद रखें, अमीर बनना जितना जरूरी है, उतना ही जरूरी है अमीर बने रहना।

समझदारी से मैनेज करें

45 के बाद निवेश का मतलब जोखिम से भागना नहीं, बल्कि उसे समझदारी से मैनेज करना है। यह वह समय है जब आपको अपनी कमाई को सुरक्षित रखने के साथ-साथ उसे बढ़ाने पर भी ध्यान देना चाहिए। सही रणनीति, संतुलित पोर्टफोलियो और अनुशासित निवेश के जरिए आप अपने रिटायरमेंट को न केवल सुरक्षित, बल्कि आरामदायक भी बना सकते हैं। आज लिया गया सही फैसला ही आने वाले वर्षों में आर्थिक स्वतंत्रता और मानसिक शांति देगा।

बच्चों की पढ़ाई के लिए ऐसे तैयार करें 1 करोड़ का फंड

बिजनेस डेस्क

आज के दौर में शिक्षा सिर्फ जरूरत नहीं, बल्कि एक बड़ा वित्तीय लक्ष्य बन चुकी है। खासकर अगर आप अपने बच्चे को विदेश में पढ़ाना चाहते हैं, तो खर्च आसानी से 1 करोड़ रुपये या उससे अधिक तक पहुंच सकता है। ऐसे में माता-पिता के सामने सबसे बड़ा सवाल यही होता है। इतनी बड़ी रकम कैसे जुटाई जाए? अच्छी बात यह है कि सही रणनीति, समय पर शुरुआत और अनुशासित निवेश के जरिए यह लक्ष्य पूरी तरह हासिल किया जा सकता है।

जल्दी शुरुआत ही सबसे बड़ी ताकत

बच्चे की पढ़ाई के लिए फंड बनाने में समय सबसे अहम फैक्टर है। अगर आपका बच्चा अभी 2–5 साल का है, तो आपके पास 12–15 साल का लंबा समय होता है। यह समय आपको कंपाउंडिंग (ब्याज पर ब्याज) का पूरा फायदा देता है। जितनी जल्दी निवेश शुरू करेंगे, उतना कम पैसा लगाकर भी बड़ा फंड बना सकते हैं।

सही रणनीति

टर्म प्लान+एसआईपी का कॉम्बिनेशन

टर्म इंश्योरेंस क्यों जरूरी

अगर परिवार के कमाने वाले व्यक्ति के साथ कोई अनहोनी हो जाए, तो बच्चे की पढ़ाई प्रभावित न हो—इसके लिए टर्म प्लान सुरक्षा कवच का काम करता है।

एसआईपी कैसे मदद करती है?

म्यूचुअल फंड में एसआईपी के जरिए हर महीने छोटी-छोटी रकम निवेश करके बड़ा फंड बनाया जा सकता है।

ऐसे समझें

- अगर आप हर महीने 20,000 एसआईपी में निवेश करते हैं और औसतन 12% रिटर्न मिलता है, तो 12–15 साल में लगभग 90 लाख रुपये से 1 करोड़ रुपये तक का फंड तैयार हो सकता है।
- सिर्फ शेयर बाजार (इक्विटी) में निवेश करना जोखिम भरा हो सकता है। इसलिए निवेश को संतुलित रखना जरूरी है।

पीपीएफ (पब्लिक प्रोविडेंट फंड)

अगर आप हर साल 1.5 लाख रुपये (महीने के 12,500 रुपये) पीपीएफ में निवेश करते हैं, तो 15 साल में करीब 40 लाख रुपये का फंड बन सकता है।

एसआईपी+पीपीएफ का कॉम्बिनेशन

- 10,000 मासिक एसआईपी लगभग 60 लाख रुपये
- 1.5 लाख सालाना पीपीएफ लगभग 40 लाख रुपये
- कुल मिलाकर: 1 करोड़ रुपये का लक्ष्य हासिल

बेटी के लिए सुकन्या समृद्धि योजना

अगर आपकी बेटी है, तो सुकन्या समृद्धि योजना (एसएसवाई) एक शानदार विकल्प है। इसमें सरकार द्वारा तय किया गया आकर्षक ब्याज मिलता है और यह पूरी तरह सुरक्षित है। लंबे समय में एसएसवाई से लगभग 60–70 लाख रुपये तक का फंड बन सकता है। इसके साथ 3,000–5,000 रुपये की एसआईपी जोड़ने से 1 करोड़ का लक्ष्य आसानी से पूरा किया जा सकता है।

चाइल्ड इंश्योरेंस प्लान : फायदे और सीमाएं

कुछ माता-पिता चाइल्ड इंश्योरेंस प्लान भी चुनते हैं, जिसमें बीमा और निवेश दोनों शामिल होते हैं। माता-पिता के न रहने पर भी प्रीमियम जारी रहता है। मैच्योरिटी पर बच्चे को पूरा पैसा मिलता है।

कुछ कमियां भी

- रिटर्न अपेक्षाकृत कम
- लंबा लॉक-इन पीरियड
- कम लचीलापन
- इसलिए विशेषज्ञ आमतौर पर टर्म प्लान+एसआईपी को ज्यादा बेहतर विकल्प मानते हैं। अगर आप हर साल 1–1.5 लाख रुपये का निवेश करते हैं और औसतन 10–12% का रिटर्न मिलता है, तो 12–15 साल में 1 करोड़ रुपये का लक्ष्य हासिल किया जा सकता है।

अनुशासित निवेश व कंपाउंडिंग मामूली बचत को बना देगा बड़ा फंड

रणनीति | बिजनेस डेस्क

हर माह 10,000 के निवेश से बना सकते हैं 3 करोड़ तक, '10x12x30' के फॉर्मूले से समझें अमीर बनने का गणित, छोटी बचत, लंबा समय और कंपाउंडिंग का जादू देगा आर्थिक ताकत

हर व्यक्ति चाहता है कि उसकी रिटायरमेंट लाइफ आर्थिक रूप से सुरक्षित और तनावमुक्त हो। लेकिन अक्सर यह सवाल उठता है कि करोड़ों का फंड आखिर कैसे तैयार किया जाए? क्या इसके लिए भारी-भरकम कमाई या कोई बड़ी विरासत जरूरी है? जवाब है नहीं। सही रणनीति, अनुशासन और समय के साथ आप एक सामान्य आय में भी बड़ा फंड बना सकते हैं। इसी सोच को आसान बनाने के लिए वित्तीय जगत में एक लोकप्रिय फार्मूला चर्चा में है '10x12x30' फॉर्मूला। यह कोई जादू नहीं, बल्कि एक साधारण गणित है, जो म्यूचुअल फंड एसआईपी के जरिए करोड़ों का फंड तैयार करने का रास्ता दिखाता है।

क्या है '10x12x30' फॉर्मूला?

- यह फॉर्मूला तीन मुख्य स्तंभों पर आधारित है—बचत, रिटर्न और समय।
- 10 (बचत) : हर महीने 10,000 रुपये की नियमित निवेश राशि।
- 12 (रिटर्न): औसतन 12% सालाना रिटर्न (लॉन्ग टर्म इक्विटी म्यूचुअल फंड्स में संभावित)।
- 30 (समय): लगातार 30 साल तक धैर्य के साथ निवेश किया जाए।
- इन तीनों का संयोजन ही इस फॉर्मूले की ताकत है। यह बताता है कि छोटे-छोटे निवेश भी समय के साथ कितना बड़ा रूप ले सकते हैं।

कैसे बनता है 3 करोड़ रुपये का फंड

- मान लीजिए आप 30 साल की उम्र में निवेश शुरू करते हैं और 60 साल तक जारी रखते हैं।
- मासिक एसआईपी : 10,000 रुपये
- कुल अवधि: 30 साल
- अनुमानित रिटर्न: 12%
- इस दौरान आपका कुल निवेश होगा करीब 36 लाख रुपये, लेकिन कंपाउंडिंग की वजह से यह रकम बढ़कर लगभग 3.08 करोड़ रुपये तक हो सकती है।
- यानी आपने जितना पैसा लगाया, उससे कई गुना ज्यादा आपको रिटर्न के रूप में मिलता है। यही इस फॉर्मूले का असली आकर्षण है।

कंपाउंडिंग: असली गेम चेंजर

इस पूरी रणनीति की जान है कंपाउंडिंग, जिसे "ब्याज पर ब्याज" भी कहा जाता है। शुरुआती वर्षों में आपका निवेश धीमी गति से बढ़ता नजर आता है। कई लोगों को लगता है कि फायदा कम हो रहा है, लेकिन यही वह समय होता है जब नींव तैयार हो रही होती है। जैसे-जैसे समय बढ़ता है, आपका निवेश तेजी से बढ़ने लगता है। खासकर आखिरी 10-15 सालों में कंपाउंडिंग का असर विस्फोटक हो जाता है। उदाहरण के तौर पर, पहले 15 साल में जो ग्रोथ दिखती है, उससे कई गुना ज्यादा ग्रोथ अगले 15 साल में देखने को मिलती है।

जल्दी शुरुआत का बड़ा फायदा

इस फॉर्मूले का सबसे अहम हिस्सा है समय। अगर आप 30 की बजाय 25 साल की उम्र में निवेश शुरू करते हैं और 35 साल तक एसआईपी जारी रखते हैं, तो वही 10,000 की राशि करीब 6 करोड़ रुपये तक पहुंच सकती है। इसका मतलब साफ है कि जितनी जल्दी शुरुआत करेंगे, उतना ज्यादा फायदा मिलेगा।

स्टेप-अप एसआईपी से लक्ष्य आसान

केवल 10,000 रुपये पर ही टिके रहना जरूरी नहीं है। जैसे-जैसे आपकी आय बढ़ती है, वैसे-वैसे एसआईपी राशि भी करीब 10 फीसदी तक बढ़ाई जानी चाहिए। इसे ही स्टेप-अप एसआईपी कहा जाता है। अगर आप हर साल अपनी एसआईपी में 5% से 10% की बढ़ोतरी करते हैं, तो आप 3 करोड़ का लक्ष्य और भी जल्दी हासिल कर सकते हैं। यह तरीका खासतौर पर उन लोगों के लिए उपयोगी है, जिनकी सैलरी हर साल बढ़ती है।

निवेश के दौरान रखें ध्यान

1. **अनुशासन बनाए रखें** : बाजार में गिरावट या उतार-चढ़ाव के समय एसआईपी बंद करना सबसे बड़ी गलती हो सकती है।
2. **लंबी अवधि का नजरिया रखें** : शेयर बाजार में शॉर्ट टर्म उतार-चढ़ाव सामान्य है, लेकिन लंबी अवधि में ग्रोथ की संभावना अधिक रहती है। इसलिए हमेशा लंबी अवधि के लिए निवेश करें।
3. **धैर्य जरूरी है** : पहले कुछ सालों में रिटर्न कम दिख सकता है, लेकिन धैर्य रखने से ही बड़ा फायदा मिलता है।

क्या यह फॉर्मूला हर किसी के लिए सही है

यह फॉर्मूला एक सामान्य गाइडलाइन है, न कि गारंटी। 12% रिटर्न एक अनुमान है, जो बाजार की स्थिति पर निर्भर करता है। इसलिए निवेश शुरू करने से पहले अपनी जोखिम क्षमता, लक्ष्य और समय सीमा को समझना जरूरी है। जरूरत पड़े तो वित्तीय सलाहकार से भी सलाह ली जा सकती है।

सही योजना और अनुशासन जरूरी

'10x12x30' फॉर्मूला यह साबित करता है कि अमीर बनने के लिए असाधारण आय नहीं, बल्कि सही योजना और अनुशासन जरूरी है। 10,000 रुपये जैसी साधारण मासिक बचत भी 30 साल में 3 करोड़ सही योजना और अनुशासन जरूरी से ज्यादा का फंड बना सकती है बस जरूरत है समय, धैर्य और निरंतरता की। कुल मिलाकर यही कहा जा सकता है कि निवेश की दुनिया में सबसे बड़ा हथियार पैसा नहीं, बल्कि समय और अनुशासन है। जो व्यक्ति इन दोनों को सही तरीके से इस्तेमाल करता है, वही असली मायने में आर्थिक रूप से मजबूत बनता है और आपकी आर्थिक आजादी को सुनिश्चित करता है।

खबर संक्षेप

पक्षियों के लिए 100 सकोरे लगाएगा भाविप

आदमपुर। भीषण गर्मी में पक्षियों के संरक्षण के लिए भारत विकास परिषद्, शाखा आदमपुर द्वारा लगभग 100 शिकोरे रखने का संकल्प लेते हुए शांति पार्क, टेलवाला कुटिया हनुमान मंदिर परिसर एवं मार्केट कमेटी के पास पार्क में कार्यक्रम आयोजित किया गया। शाखा अध्यक्ष एडवोकेट अनिल गोयल ने बताया कि परिषद् सदैव सेवा व पर्यावरण संरक्षण के कार्यों में अग्रणी रही है। इस अवसर पर प्रदीप बिश्नोई, सजन गर्ग, विनोद सोनी, रजनीश गर्ग, संदीप सिंगला, विनोद गोयल, जेपी पाहवा, मनोज बंसल, महेश विनोचा, डॉ. मनोज एवं सुशील मित्तल आदि मौजूद थे।

गोपुत्र सेना की जिला कार्यकर्ता बैठक सम्पन्न

हिसार। गौ सेवा के प्रति समर्पित संगठन गौपुत्र सेना की ओर से सातरोड कैंट में जिला कार्यकर्ता बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में संगठन के पदाधिकारियों व कार्यकर्ताओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। गौपुत्र सेना जिला उपाध्यक्ष सुमित पूनिया ने सभी अतिथिगणों का फूल मालाओं से स्वागत सत्कार किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में ग्राम पंचायत सातरोड कलां के सरपंच नरेश उपस्थित रहे। विशिष्ट अतिथि के रूप में हांसी जिला अध्यक्ष अनिल सैनी एवं निर्माण सेना के प्रदेश अध्यक्ष योगी कृष्णनाथ उपस्थित रहे। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए राष्ट्रीय संगठन महामंत्री गौपुत्र सुनील क्रांतिकारी ने कहा कि गौरक्षा केवल संगठन का कार्य नहीं, बल्कि समाज के हर युवा की जिम्मेदारी है।

सुरक्षित डिजिटल भुगतान के लिए दिए सुझाव

हिसार। डिजिटल भुगतान ने भारत भर में लाखों उपयोगकर्ताओं के लिए रोजमर्रा के लेनदेन को तेज, आसान और अधिक सुलभ बना दिया है। जैसे-जैसे यह सुविधा बढ़ रही है, उपयोगकर्ताओं के लिए जागरूक और सतर्क रहना महत्वपूर्ण है। एनपीसीआई नागरिकों को सुरक्षित डिजिटल भुगतान के लिए कुछ महत्वपूर्ण सुझावों के साथ सशक्त बनाता है। सुरक्षित भुगतान के तरीके अपनाना आसान है और यह सुरक्षित डिजिटल अनुभव सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। भुगतान करने से पहले स्क्रीन पर दिखाई देने वाले नाम को जांच लें। सुनिश्चित करें कि वह वही व्यक्ति या व्यवसाय है जिसे आप भुगतान करना चाहते हैं। पुष्टि करने के लिए कुछ सेकंड लेना गलतियों से बचने में मदद कर सकता है। केवल विश्वसनीय भुगतान ऐप्स और वेबसाइटों का ही उपयोग करें।

एलपीजी की कीमतों में भारी वृद्धि का विरोध

हिसार। एसयूसीआई (कम्युनिस्ट) के राज्य सचिव मंडल सदस्य व जिला सचिव मेहर सिंह बांगड़ व महासचिव प्रभास घोष ने गैस सिलेंडर की कीमतों में भारी बढ़ोतरी पर कड़ा विरोध जताते हुए कहा कि चार राज्यों और एक केंद्र शासित प्रदेश में विधानसभा चुनाव समाप्त होते ही केंद्र सरकार ने व्यावसायिक गैस की कीमतों में भारी वृद्धि कर दी है। इस भारी वृद्धि से रेस्तरां, भोजनालयों और अन्य व्यवसायों पर निश्चित रूप से बुरा असर पड़ेगा। पार्टी एलपीजी की कीमतों में इस तीव्र वृद्धि का पुरजोर विरोध करती है।

रेल विस्तार के लिए विधायक को दिया ज्ञापन

नारनौंद। नारनौंद क्षेत्र में रेलवे लाइन की मांग पिछले काफी सालों से चली आ रही है। पूर्व वित्त मंत्री कैप्टन अभिमन्यु के समय रेलवे लाइन को लेकर कुछ सर्वे भी हुए थे लेकिन उसके बाद में इसको ठंडा बस्ते में डाल दिया गया। ट्रेन का विस्तार करने के लिए ग्रामीणों ने विधायक जस्सी पेटवाड़ से मुलाकात करके उन्हें ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन के माध्यम से भिवानी से हांसी होते हुए धुरी जाने वाले ट्रेन का अमृतसर तक विस्तार करने की मांग रखी गई। इस मौके पर ग्रामीण राजेंद्र काजल, राम कुमार लोहान, मास्टर सत्यनारायण दुहन, भीमसैन, सोनू दुहन, सतबीर बुढ़ाना, दिलबाग लोहान आदि मौजूद थे।

जरूरत पड़े तो संसद में लाएं अध्यादेश

टेट की अनिवार्यता समाप्त करे केंद्र सरकार: शिक्षक संघ

अध्यापक संघ ने आदमपुर व उकलाना हलका के विधायकों को सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हिसार। विधायक प्रतिनिधि को ज्ञापन सौंपते अध्यापक संघ पदाधिकारी। फोटो : हरिभूमि

स्कूल टीचर्स फेडरेशन ऑफ़ इंडिया व सर्व कर्मचारी संघ से संबंधित हरियाणा विद्यालय अध्यापक संघ ने आदमपुर व उकलाना हलका के विधायकों को टेट की अनिवार्यता समाप्त करवाने की मांग को लेकर ज्ञापन सौंपा।

जिला सचिव विनोद प्रभाकर ने बताया कि आदमपुर हलका के विधायक चंद्र प्रकाश व उकलाना के विधायक नरेश सेलवाल को ज्ञापन सौंपकर टेट की अनिवार्यता को समाप्त करवाने के लिए अपनी पार्टी के सांसदों के माध्यम से संसद में आवाज उठाएं। उन्होंने बताया कि 3 मई को हिसार की विधायक सावित्री जिंदल, नलवा के विधायक रणधीर पनिहार व बरवाला के विधायक रणबीर गंगवा को भी ज्ञापन सौंपा जाएगा। इसके लिए अध्यापक 3 मई को प्रातः 9.30 बजे क्रांतिमान पार्क में एकत्रित होंगे और उसके बाद प्रदर्शन करते हुए विधायकों को ज्ञापन सौंपा जाएगा। उन्होंने बताया कि आदमपुर हलका के विधायक को ब्लॉक प्रधान दलवीर भादू व उकलाना हलका के विधायक को ब्लॉक प्रधान ईश्वर की नेतृत्व में ज्ञापन सौंपा गया। इस अवसर पर जिला प्रधान प्रमोद जांगड़ा वित्त सचिव विजेंद्र सिंह उप प्रधान वीरेंद्र सिंह आदमपुर के सचिव लीलू राम, उकलाना के सचिव जयवीर सिंह सिहाग, जोगेंद्र सिंह, कृष्ण कुमार , रामचंद्र चालिया, अनिल घायल, बलजीत जांगड़ा, रण सिंह, निरंजन, बलराज, कृष्णा शर्मा, रामसूरत यादव, सतबीर धायल व रामपाल आदि भी मौजूद रहे।

मोबाइल व नकदी चोरी करने वाले दो काबू

हिसार। पीएलए पुलिस चौकी टीम ने दुकान से मोबाइल फोन और नकदी चोरी मामले में दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। उनकी पहचान आजाद नगर निवासी अभिनव एचटीएम कॉलोनी निवासी चिराग के रूप में हुई है। सहायक उप निरीक्षक संदीप ने बताया कि हरिहर मंदिर जवाहर नगर की महिला ने शिकायत दर्ज करवाई थी कि वह अपने घर से छोटी दुकान चलाकर परिवार का पालन-पोषण करती है। 30 अप्रैल शाम लगभग आठ बजे एक लड़का उनकी दुकान पर आया। वह सामान तौलने लगी तो आरोपी दुकान में रखा मोबाइल फोन और कवर में रखे 1100 रुपये लेकर फरार हो गया। शिकायत पर पुलिस केस दर्ज कर जांच शुरू की थी।

हांसी : विद्यार्थियों को संबोधित करते स्कूल चेयरमैन आनंद यादव।

आनंद स्कूल में विद्यार्थियों ने मनाई बुद्ध पूर्णिमा

हांसी। आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस में शनिवार को बुद्ध पूर्णिमा एवं विश्व मजदूर दिवस का संयुक्त रूप से भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय चेयरमैन आनंद यादव द्वारा सरस्वती पूजन एवं दीप प्रज्वलन के साथ किया गया। इस अवसर पर विभिन्न कक्षाओं के विद्यार्थियों ने महात्मा बुद्ध के जीवन और शिक्षाओं पर आधारित कविता, कहानी एवं नाटक प्रस्तुत किए। साथ ही विश्व मजदूर दिवस के महत्व को भी बच्चों ने अपनी प्रस्तुतियों के माध्यम से प्रभावशाली ढंग से दर्शाया। विद्यार्थियों की प्रस्तुतियों ने सभी उपस्थित लोगों का मन मोह लिया। मुख्यातिथि आनंद यादव ने अपने संबोधन में महात्मा बुद्ध के चरित्र को अपनाने की सीख दी और मजदूर दिवस के इतिहास पर भी विस्तार से प्रकाश डाला। विद्यालय प्रिंसिपल नीतीश मिश्र ने महात्मा बुद्ध के जीवन से जुड़े महत्वपूर्ण पहलुओं पर प्रकाश डालते हुए बच्चों को उनके आदर्शों पर चलने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने स्कूल के सभी ड्राइवर, कंडक्टर, हेल्पर को "हीरो ऑफ द डे" की संज्ञा दी।

भगवान वेंकटेश का महाभिषेक कर निकाली शोभायात्रा

हिसार। दक्षिण भारतीय शैली की नक्काशी से सुसज्जित तिरुपति बालाजी धाम में वैशाख पूर्णिमा पर भगवान वेंकटेश का विधि-विधान के अनुसार महाभिषेक करके सवारी शोभा यात्रा निकाली गई। इस दौरान विभिन्न क्षेत्रों से काफी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित रहे। अग्रोहा रोड पर टोल प्लाजा के पास स्थापित तिरुपति धाम में अर्चकों ने मंत्रोच्चारण के साथ भगवान वेंकटेश के विग्रह को पूरी श्रद्धा के साथ रथ पर स्थापित पालकी में विराजमान किया और फिर पूजा-अर्चना के साथ धूमधाम से सवारी व शोभा यात्रा निकाली गई। इस दौरान श्रद्धालुओं ने सवारी को रस्सों से खींचकर अपनी आस्था व्यक्त की। सवारी शोभा यात्रा के दौरान श्रद्धालु जय श्रीमन्नारायण, जय भगवान वेंकटेश व जय तिरुपति बालाजी का उद्घोष करते रहे। इस आलौकिक अभिषेक व सवारी दर्शन के लिए दूर-दूर से श्रद्धालु धाम में पहुंचे। इस दौरान श्रद्धालुओं ने आशीर्वाद भी ग्रहण किया।

हिसार। तिरुपति धाम में भगवान वेंकटेश की शोभायात्रा में हिस्सा लेते श्रद्धालुगण। फोटो : हरिभूमि

नलवा विधायक रणधीर पनिहार ने नागरिकों की सुनीं समस्याएं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

नलवा के विधायक रणधीर पनिहार ने शनिवार को अपने निवास स्थान पर जनसुनवाई करते हुए क्षेत्र के नागरिकों की समस्याएं सुनीं। इस दौरान बड़ी संख्या में लोग अपनी विभिन्न समस्याएं लेकर पहुंचे, जिनमें मुख्य रूप से बिजली, परिवार पहचान पत्र, सड़क, सीवरेज, पेंशन तथा राजस्व विभाग से जुड़े मामले शामिल रहे। विधायक ने प्रत्येक शिकायत को गंभीरता से लेते हुए मौके पर ही संबंधित विभागों के अधिकारियों से बातचीत की और समस्याओं के त्वरित समाधान के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि आमजन की समस्याओं के समाधान में किसी प्रकार की ढिलाई न बरती जाए और निर्धारित समय सीमा के भीतर सभी मामलों का निपटान सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने कहा कि जनता की सेवा ही जनप्रतिनिधि का पहला दायित्व है।

उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार आमजन के कल्याण के लिए निरंतर कार्य कर रही है। विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के माध्यम से समाज के प्रत्येक वर्ग को लाभ पहुंचाया जा रहा है। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सरकार की योजनाओं का व्यापक प्रचार-प्रसार किया जाए।

सर्व समाज ने जताया सांसद रेखा शर्मा की टिप्पणी पर रोष, सिटी थाने में दी शिकायत

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

हिसार। शहर थाना में शिकायत देते सर्व समाज के गणमान्य व्यक्ति फोटो : हरिभूमि

भाजपा सांसद रेखा शर्मा द्वारा राज्य के पूर्व मुख्यमंत्री स्व. भजनलाल के खिलाफ सार्वजनिक मंच से की गई टिप्पणी को आपत्तिजनक बताते हुए सर्व समाज के गणमान्य नागरिकों ने रोष जताया है। बिश्नोई मंदिर में हुई सर्व समाज की बैठक में एक सुर से मांग की गई कि रेखा शर्मा तुरंत माफी मांगे। इसके साथ ही पुलिस अधीक्षक कार्यालय पहुंचकर रेखा शर्मा के खिलाफ शिकायत दी गई। सांसद की टिप्पणी के खिलाफ बिश्नोई मंदिर में सर्व समाज की बैठक बुलाई गई। बैठक में सभी समाजों के प्रतिनिधि एवं गणमान्य जनप्रतिनिधियों ने भाग लिया जिसमें ब्राह्मण समाज, पंजाबी समाज, बनिया समाज, जाट समाज, धानक समाज, खटीक समाज, सैनी समाज, जांगडा समाज, आंबेडकर समाज, अनुसूचित जाति समाज, सिख समाज, बिश्नोई सभा फतेहाबाद, रतिया, टोहाना, आदमपुर, सिवानी, कुरुक्षेत्र एवं हिसार के पदाधिकारी एवं सदस्य, विभिन्न गावों के सरपंच, पंच, ब्लॉक समिति मेंबर, जिला पार्षद, पूर्व पार्षद, हिसार जिले के पूर्व मेयर के अलावा अनेक संगठनों एवं संस्थाओं के चुने हुए प्रतिनिधियों एवं 36 बिरादरी के लोगों ने बिश्नोई मंदिर में इकट्ठे होकर रेखा शर्मा द्वारा की गई टिप्पणी के विरोध में गहरा रोष प्रकट किया। सभी ने एकमत होकर कहा कि रेखा शर्मा को सार्वजनिक मंच पर आकर माफी मांगनी चाहिए। सांसद के माफी न मांगने पर सर्व समाज के लोगों ने कानूनी प्रक्रिया अपनाने की एकमत से सहमति प्रदान की।

इसी महीने नारनौंद में शुरू होगी दूसरी कोर्ट

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नारनौंद

नारनौंद में कोर्ट की शुरुआत हो चुकी हैं। ज्यादा केस लंबित होने के कारण मई के आखिर तक दूसरी कोर्ट भी तैयार हो जाएगी। नारनौंद में पहले जज के रूप में एसडीजेएम पीयूष गक्खड़ की नियुक्ति हुई थी। दूसरे सिविल जज अभिषेक वर्मा होंगे। दूसरी कोर्ट तहसील परिसर की बिल्डिंग के ऊपर ही तैयार की जा रही हैं। इसके लिए हिसार की सैशन जज अलका मलिक ने दौरा करके स्थिति का जायजा लिया और अधिकारियों को जल्द बिल्डिंग तैयार करने के आदेश दिए ताकि लोगों को जल्द न्याय मिल सके।

इस क्षेत्र के लोगों ने देश के चीफ जस्टिस सूर्यकांत के सामने नारनौंद में कोर्ट बनाने की मांग रखी थी। उन्होंने लोगों की मांग को पूरा करते हुए कोर्ट की शुरुआत कर थी। नारनौंद में लगभग छह हजार से ज्यादा केस लंबित हैं। ऐसे में लोगों को न्याय के लिए लंबा इंतजार करना पड़ रहा था। इसको देखते हुए दूसरी कोर्ट भी तहसील परिसर में चल कोर्ट के ऊपर ही तैयार की जा रही हैं। तहसील के प्रयोग में लाए जा कमरों से सामान को शिफ्ट करवाया जा रहा हैं। इन्हीं कमरों में कोर्ट के लिए कोर्ट रूम, स्टेनो रूम सहित कमरे तैयार किए जा रहे हैं जो इस महीने में बनकर तैयार हो जाएंगे।

लड़ाई झगड़ा व मारपीट के मामले में दूसरा मुख्य आरोपी गिरफ्तार

हिसार। आजाद नगर थाना क्षेत्र के गांव चौधरीवास में हुए जानलेवा हमले के मामले में पुलिस ने दूसरे मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी की पहचान गांव के ही कृष्ण उर्फ किछु के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपी को राजगढ़ नाका के पास से काबू किया। आजाद नगर थाना प्रभारी निरीक्षक दलवीर ने बताया कि इस संबंध में चौधरीवास गांव निवासी सूरत सिंह ने पुलिस को शिकायत दी थी। शिकायत के अनुसार इस वर्ष 6 मार्च की रात करीब 11 बजे आरोपियों ने पुरानी रंजिश के चलते उनके घर पर हमला किया था। आरोपी सफेद रंग की गाड़ी और दो मोटरसाइकिलों पर सवार होकर आए थे। शिकायत के अनुसार आरोपी कृष्ण उर्फ किछु ने कुल्हाड़ी से सूरत सिंह की गर्दन पर वार किया था।

750 वाहन चेक, 237 चालान काटे

हिसार। जिला में कानून-व्यवस्था को सुदृढ़ एवं प्रभावी बनाए रखने के लिए पुलिस द्वारा दिन-रात्रि के समय विशेष गश्त अभियान लगातार चलाया जा रहा है। इस अभियान के तहत पैदल गश्त के साथ-साथ पीसीआर, राइडर एवं ईआरवी टीमों द्वारा शहर तथा आसपास के संवेदनशील क्षेत्रों में सतत निगरानी रखी जा रही है, ताकि किसी भी प्रकार की आपराधिक गतिविधि को समय रहते रोका जा सके। इसी क्रम में जिला पुलिस द्वारा विभिन्न स्थानों पर नाकाबंदी कर सघन चेकिंग अभियान चलाया गया। इस अभियान के दौरान कुल 750 वाहनों की बारीकी से जांच की गई। जांच के दौरान यातायात नियमों की अवहेलना करने वाले 237 वाहन चालकों के चालान किए गए, जिनमे 4 ट्रिंकिंग के चालान, दो चालान बिना नंबर प्लेट, 8 ट्रिपल राइडिंग, 27 लाइन चेंज के चालान शामिल है जिससे स्पष्ट होता है कि पुलिस यातायात नियमों के पालन को लेकर पूरी तरह गंभीर है।

जाट कॉलेज में ओरियंटेशन कार्यक्रम

हिसार। छाजूराम मैमोरियल जाट कॉलेज की इंटर्नशिप सेल के तत्वावधान में दो दिवसीय ओरियंटेशन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्रकोष्ठ के समन्वयक डॉ. सुरेश कुमार ने बताया कि ओरिएंटेशन कार्यक्रम का उद्देश्य स्नातक एवं स्नातकोत्तर पाठ्यक्रम पढ़ रहे विद्यार्थियों को ग्रीष्मकालीन इंटर्नशिप के बारे में जानकारी देना था। कॉलेज प्राचार्य डॉ. सुरेन्द्र कुमार बाजिया ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अंतर्गत विद्यार्थियों के कौशल निर्माण के लिए ग्रीष्मकालीन इंटर्नशिप को पाठ्यक्रम का हिस्सा बनाया गया है जिससे विद्यार्थियों के लिए रोजगार के अवसर सुनिश्चित होंगे। वर्तमान सत्र से गुरु जंभेश्वर विश्वविद्यालय से संबद्ध महाविद्यालयों में स्नातकोत्तर कोर्स के विद्यार्थियों के लिए भी इंटर्नशिप की शुरुआत की गई है। उन्होंने कहा कि इंटर्नशिप की अवधि 4 से 6 सप्ताह अथवा 120 घंटे की होगी जिसमें विद्यार्थी किसी सरकारी, सहकारी, निजी उद्योग, एनजीओ, ग्राम पंचायत या अन्य किसी संस्थान की देखरेख में यह इंटर्नशिप कर सकेंगे।

न्यूज डायरी

एएसआई कृष्ण कुमार बने एसआई

हिसार। जिला पुलिस में कार्यरत मोहल्ला डोगरान चौकी के एएसआई कृष्ण कुमार को पदोन्नति मिलने पर एसआई बनाया गया है। पुलिस अधीक्षक ने उनके कंधों पर स्टार लगाकर सम्मानित किया और उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दी। पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने कहा कि पदोन्नति किसी भी कर्मचारी की मेहनत, ईमानदारी और कर्तव्यनिष्ठा का परिणाम होती है। उन्होंने एसआई कृष्ण कुमार से उम्मीद जताई कि वे आगे भी पूरी लगन, निष्पक्षता और जिम्मेदारी के साथ अपने कर्तव्यों का निर्वहन करते हुए पुलिस विभाग का नाम रोशन करेंगे।

राजकीय महिला कॉलेज में पौधरोपण

हिसार। राजकीय महिला महाविद्यालय के सरस्वती गर्ल्स हॉस्टल में ग्रीन हिसार फिट हिसार फाउंडेशन के सहयोग से पौधरोपण अभियान का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाना तथा छात्राओं को हरित एवं स्वच्छ वातावरण के निर्माण के लिए प्रेरित करना था। इस अवसर पर हॉस्टल की छात्राओं, शिक्षकों तथा संस्था के सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। हॉस्टल परिसर में विभिन्न प्रकार के पौधे लगाए गए। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. सतबीर सिंह सांगा ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रम विद्यार्थियों में पर्यावरण के प्रति जिम्मेदारी की भावना विकसित करते हैं। उन्होंने कहा कि वृक्षारोपण पर्यावरण संतुलन बनाए रखने और सतत विकास के लिए अत्यंत आवश्यक है। इस मौके पर हॉस्टल वार्डन डॉ. अनीता तनेजा ने भी छात्राओं को प्रेरित करते हुए कहा कि वे पर्यावरण संरक्षण को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं और ऐसे अभियानों में बढ़-चढ़कर भाग लें।

पुलिस ने 148 वाहनों का किया चालान

हांसी। जिला पुलिस द्वारा यातायात नियमों की पालना व सड़क सुरक्षा को मजबूत बनाने के उद्देश्य से हांसी पुलिस द्वारा रविवार रात को विशेष चेकिंग अभियान चलाया गया। इस अभियान के तहत शहर के विभिन्न प्रमुख स्थानों, बाजारों, मुख्य सड़कों एवं भीड़भाड़ वाले क्षेत्रों में पुलिस टीमों द्वारा सघन जांच की गई। अभियान के दौरान 586 वाहनों की जांच की गई। और यातायात नियमों का उल्लंघन करने वाले वाहन चालकों के विरुद्ध कार्रवाई करते हुए बिना नंबर प्लेट वाहन के 12 तथा ओवरस्पीड के 25, बिना सीट बैल्ट 3 तथा बिना हेलमेट के 6 चालान सहित अन्य यातायात नियमों के तहत 148 वाहनों के चालान किए गए। इस दौरान पुलिस द्वारा वाहन चालकों को यातायात नियमों के प्रति जागरूक किया गया तथा उन्हें हेलमेट, सीट बेल्ट, वैध दस्तावेज रखने एवं सुरक्षित ड्राइविंग के महत्व के बारे में जानकारी दी गई। ट्रैफिक पुलिस अधिकारियों ने बताया कि सड़क दुर्घटनाओं में कमी लाने तथा आमजन की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए इस प्रकार के अभियान निरंतर जारी रहेंगे।

दूसरे दिन भी नहीं हुआ डोर टू डोर कचरा कलेक्शन

हिसार। नगर पालिका कर्मचारी संघ ने हड़ताल के दूसरे दिन भी नगर निगम में फील्ड, डोर टू डोर व आफिस का कार्य बंद रखा। शहर में सफाई का कार्य नहीं हुआ। शहर में कई स्थानों पर कूड़े के ढेर नजर आए। डोर टू डोर कचरा कलेक्शन नहीं होने से शहरवासियों को भी परेशानी उठानी पड़ी। उधर, कर्मचारियों ने निगम कार्यालय के प्रवेश द्वार पर धरना दिया। दूसरे दिन हड़ताल की अध्यक्षता इकाई प्रधान सुरेंद्र उर्फ गोलू ने की। धरने को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने कहा कि अपनी मांगों को लेकर सरकार के साथ लंबे समय से लड़ाई जा रही है। सरकार जायज मांगों को हल करने की बजाय टालमटोल करने में जुटी है। उनकी प्रमुख मांगों में कच्चे कर्मचारियों को पक्का करना, डोर टू डोर व ठेका के कर्मचारियों को न्यूनतम वेतन 30000 रुपये देना, फायर विभाग के शहीद कर्मचारियों को उचित मुआवजा व एक परिवार के सदस्य को स्थाई नौकरी देना आदि शामिल है। धरने पर जिला प्रधान सनी सारसर, रिटायर्ड कर्मचारी संघ से अशोक बोहत, किसान नेता सुरेंद्र मान, फायर विभाग से जिला के प्रधान राजेश महला, इकाई सचिव अनिल डोली, धर्मपाल, राजेंद्र, मनदीप, संदीप, सोमबीर, बक्शीश, विजेंद्र आदि मौजूद रहें।

सफाई कर्मचारियों की दूसरे दिन भी रही हड़ताल

नारनौंद। नगर पालिका नारनौंद में दूसरे दिन भी सफाई कर्मचारी मांगों को लेकर हड़ताल पर रहे। कर्मचारियों ने सरकार के खिलाफ नारेबाजी करते हुए प्रदर्शन किया। धरने की अध्यक्षता पूर्व इकाई प्रधान धर्मवीर ने की व मंच संचालन जिला वरिष्ठ प्रधान नसीब ने किया। नसीब ने कहा की जब तक सरकार हमारी मांगों को पूरा नहीं करती, तब तक हमारी हड़ताल जारी रहेगी। कर्मचारियों मुख्य मांग है कि ठेका प्रथा को बंद किया जाए, कौशल रोजगार को बंद करके कच्चे कर्मचारियों को पक्का किया जाए और 400 की आबादी पर एक सफाई कर्मचारी की नियुक्ति करके समान काम समान वेतन लागू हो, नगर पालिका में जितने भी खाली पद पड़े हैं उनको तुरंत प्रभाव से भरा जाए। इस मौके पर जसवीर श्योकंद, नरेश कुमार, पवन, कमलेश, संतोष, ओमपति, विद्या मौजूद रहीं।

योगदान | 30 से अधिक गेहूं, जौ, दलहन और चावल की किस्में की थी विकसित

डॉ. भ्याण बोले- घटती किसानी पर गंभीरता से ध्यान देने की जरुरत

- कृषि वैज्ञानिक स्व. डा. रामधन सिंह की जयंती पर जाट धर्मशाला में गोष्ठी

हरिभूमि न्यूज ▶▶ हिसार

डॉ. रामधन सिंह के शोध करोड़ों लोगों के पेट भरने का जरिया बने : डॉ. राणा

हिसार। कृषि वैज्ञानिक स्वर्गीय डॉ. रामधन सिंह के जन्मदिन पर आयोजित गोष्ठी को संबोधित करते हुए वक्ता। उपस्थित गणमान्य लोग। फोटो : हरिभूमि

राय बहादुर रामधन सिंह मेमोरियल ट्रस्ट के तत्वाधान में दुनिया के जाने माने कृषि वैज्ञानिक स्व. डा. रामधन सिंह का जन्मदिन बड़ी धूमधाम के साथ जाट धर्मशाला में मनाया गया। गोष्ठी का संचालन ट्रस्ट के सचिव डा. कुलबीर सिंह बागड़वा ने किया व स्वागत डॉ. इन्द्रजीत मलिक ने किया। गोष्ठी के मुख्य वक्ता डॉ. राम कंवर राणा ने डॉ. रामधन सिंह के कृषि के क्षेत्र मे खोज और किसानों के लिए उनके द्वारा किये गये कार्यों के लिये उन्हें याद करते हुए उनके प्रति कृतज्ञता प्रकट की। उन्होंने उनके जीवन के संस्मरणों को साझा करते हुए बताया कि डा. रामधन सिंह का जन्म 01 मई 1891 को शंकर सिंह के घर गांव सांघी जिला रोहतक में हुआ। उन्होंने कृषि की पढ़ाई भारत और इंग्लेंड में पूरी की। वे कृषि कालेज लायलपुर के प्राचार्य रहे और उन्होंने कृषि के क्षेत्र में अनुसंधान किए। उन्होंने 30 से अधिक गेहूं, जौ, दलहन और चावल आदि की किस्में विकसित की। उनके इस योगदान से करोड़ों लोगों को भोजन मिल पाया।

गोष्ठी में अध्यक्षीय संबोधन में डॉ. बलजीत सिंह भ्याण ने कहा कि डा. रामधन सिंह के कृषि शोध में लग्न, मेहनत और दूरदर्शिता के कारण करोड़ों लोगों को भूख से बचाया जा सका। वर्तमान समय में उनकी विरासत को आगे बढ़ाने की जरुरत है। अब किसानों की आमदनी घट रही है और किसान खेती छोड़ने को मजबूर हो रहे हैं। उन्होंने कृषि क्षेत्र को प्राइवेट कंपनियों के हवाले करने पर चिंता जताई और कहा कि यह डॉ. रामधन सिंह के विचारों के विपरीत है।

गोष्ठी में डा. सतीश कुमार कालड़ा ने विचार व्यक्त करते हुए बताया कि डॉ. रामधन सिंह ने जेनेटिक्स के नियमों का वैज्ञानिक तरीके से अध्ययन करके फसलों की किस्मों को विकसित किया था। विज्ञान का हर क्षेत्र में बड़ा योगदान रहा है। उन्होंने चिन्ता व्यक्त करते हुए कहा कि अब विज्ञान को प्रसारित करने की बजाय उसे संकुचित किया जा रहा है। गोष्ठी में डॉ. सतीश खोखर, डॉ. देवेंद्र दहिया, धर्मपाल ढुल, डॉ. रोशन लाल, डॉ. राजबीर सिंह सांगवान, डॉ. रमेश चंद्र पूनियां, डॉ. राजपाल खर्ब, डॉ. खजान सिंह नैन, डॉ. धर्म सिंह, अनिता शर्मा आदि मौजूद रहें।

खबर संक्षेप

हकृवि के कुलपति प्रो. काम्बोज को मातृशोक

हिसार। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज की माता शिक्षा देवी का शनिवार को स्वर्गवास हो गया। वह लगभग 80 वर्ष की थी। शिक्षा देवी एक सरल स्वभाव की महिला थी। उनके निधन का समाचार सुनकर विश्वविद्यालय परिवार में शोक की लहर दौड़ गई। विश्वविद्यालय परिवार प्रो. काम्बोज तथा उनके परिजनों के प्रति इस दुख की घड़ी में गहरी संवेदना प्रकट करता है और श्रद्धांजलि देते हुए भगवान से यह कामना करता है कि इस दुःख में शोकाकुल परिवार को शक्ति प्रदान करें। करनाल जिले के गांव संगोहा में अनेक राजनेताओं, विभिन्न सामाजिक संगठनों एवं संस्थाओं से जुड़े प्रतिनिधियों, विश्वविद्यालय के अधिकारियों, कर्मचारियों और आसपास के गांवों के बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने दिवंगत आत्मा को श्रद्धांजलि दी।

महेंद्र सिंह धानिया ने शीर्ष नेतृत्व का जताया आभार

हिसार। बहुजन समाज पार्टी के वरिष्ठ नेता महेंद्र सिंह धानिया को हरियाणा प्रदेश का स्थानीय स्टेट प्रभारी नियुक्त किया गया है। अपनी नियुक्ति पर उन्होंने पार्टी के शीर्ष नेतृत्व का आभार व्यक्त किया है। महेन्द्र सिंह धानिया ने कहा कि यह जिम्मेदारी उनके लिए सम्मान के साथ-साथ एक बड़ी जिम्मेदारी भी है, जिसे वे पूरी निष्ठा और ईमानदारी के साथ निभाएंगे। उन्होंने यह भी बताया कि इससे पहले वे बहुजन समाज पार्टी में जॉन नंबर तीन के प्रभारी, हरियाणा प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य,प्रदेश महासचिव जैसे महत्वपूर्ण पद की जिम्मेदारी निभा चुके हैं।

बुद्ध पूर्णिमा श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाई

हिसार। सातरोड़ गांव में पावन पर्व बुद्ध पूर्णिमा पूरे श्रद्धा भाव अनुशासन और सामाजिक एकता के साथ मनाया गया। अंबेडकर धर्मशाला में आयोजित इस कार्यक्रम में गांव के सभी वर्गों की भागीदारी देखने को मिली विशेष रूप से महिलाओं और बच्चों की सक्रिय उपस्थिति ने आयोजन को और अधिक सफल प्रेरणादायक और सामाजिक रूप से सशक्त बनाया। कार्यक्रम की शुरुआत सामूहिक प्रार्थना और दीप प्रज्वलन के साथ की गई जिसमें उपस्थित लोगों ने शांति भाईचारे और समानता का संदेश दिया। इस अवसर पर बहुजन समाज पार्टी के जिला प्रवक्ता पवन बलराज सातरोड़ विशेष रूप से उपस्थित रहे।

दिव्यांग केंद्र में निःशुल्क नेत्र ऑपरेशन शिविर आज

हिसार। दिव्यांग पुनर्वास केंद्र में 3 मई को निशुल्क नेत्र ऑपरेशन शिविर लगाया जाएगा। यह शिविर जनहित के कार्यों से जुड़े पुनीत मैनी के स्व. पिता धर्मपाल मैनी की स्मृति में लगाया जाएगा। इस दौरान दिव्यांग केंद्र के अनुभवी व प्रशिक्षित चिकित्सक आंखों के सफेद मोतियाबिंद से पीड़ित जरूरतमंद बुजुर्गों की आंखों का ऑपरेशन निशुल्क करेंगे। इसके साथ ही यथासंभव दवाइयां भी निशुल्क उपलब्ध करवाई जाएंगी। उल्लेखनीय है कि हाल ही में समाजसेवी पुनीत मैनी की पत्नी शिक्षाविद डॉ. अल्का मैनी को राष्ट्रीय पुरस्कार से अलंकृत किया गया है। 3 मई को दिव्यांग केंद्र में समस्त स्वास्थ्य सेवाएं विशेष रूप से उपलब्ध रहेंगी।

दोषियों के खिलाफ सख्त कदम उठाए जाएंगे

नशा रोकने को केमिस्ट शॉप्स पर रखी जाएगी नजर : डीसी

पीडब्ल्यूडी विश्राम के कांफ्रेंस हॉल मे नार्को कॉर्डिनेशन की जिला स्तरीय बैठक हुई

हरिभूमि न्यूज ⏭हांसी

हांसी। बैठक में अधिकारियों को संबोधित करते उपायुक्त राहुल नरवाल। फोटो : हरिभूमि

उपायुक्त राहुल नरवाल ने जिले में नशे के अवैध धंधे के खिलाफ कड़ी कार्रवाई के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि किसी भी स्तर पर नशे के कारोबार को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा और दोषियों के खिलाफ सख्त कदम उठाए जाएंगे। डीसी राहुल नरवाल शनिवार को पीडब्ल्यूडी विश्राम गृह के कॉन्फ्रेंस हॉल में आयोजित जिला स्तरीय नार्को कोऑर्डिनेशन बैठक की अध्यक्षता करते हुए उपायुक्त ने पुलिस प्रशासन व संबंधित विभागों के अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

उन्होंने कहा कि केमिस्ट दुकानों पर नियमित रूप से छापेमारी की जाए। यदि कहीं भी गैरकानूनी रूप से नशीली दवाइयों की बिक्री की सूचना मिलती है तो तुरंत सख्त कार्रवाई करते हुए जिला मुख्यालय को अवगत कराया जाए। उन्होंने आम नागरिकों से भी अपील की कि वे नशे से दूर रहें और समाज को इस बुराई से मुक्त करने में सहयोग दें। उन्होंने बताया कि जिला बाल कल्याण परिषद सहित विभिन्न स्थानों पर नशा मुक्ति केंद्र संचालित हैं, जहां सरकार द्वारा नशा छोड़ने के इच्छुक व्यक्तियों को निःशुल्क सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं। कोई भी प्रभावित व्यक्ति इन केंद्रों में दाखिला लेकर लाभ उठा सकता है।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर एसडीएम हांसी राजेश खोथ, एसडीएम नारनौंद विकास यादव, डीएसपी मुख्यालय विनोद शंकर शर्मा, तहसीलदार डॉ. अनिल विधान, डीडीपीओ नरेंद्र सिंह, वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी डॉ. राहुल बुद्धिराजा, एसएमओ डॉ. भवनेश, एसएमओ नरेंद्र शर्मा, एसएमओ डॉ. मीनू, खंड शिक्षा अधिकारी सुरेश कुमार व सुनील कुमार, सीएमजीजीएए प्रतीक्षा सांगवान, सीडीपीओ सुदेश राणा व नीलम, डीएसओ नरेश सैनी, जिला कल्याण अधिकारी दीपिका सारसर, जिला समाज कल्याण अधिकारी सतवीर सिंह, नगर पालिका सचिव प्रदीप कुमार व राजेंद्र सोनी सहित अन्य अधिकारी उपस्थित रहे।

60 शिक्षकों को प्रशिक्षित किया

■ यदुवंशी शिक्षा निकेतन में किया क्षमता निर्माण प्रशिक्षण का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ⏭हांसी

हांसी। शिक्षक क्षमता निर्माण प्रशिक्षण शिविर में शिक्षकों को संबोधित करती प्रशिक्षिका।

यदुवंशी शिक्षा निकेतन में शनिवार को प्रशिक्षिका सीनम सहगल पीजीटी शिक्षिका सेंट मैरी स्कूल हिसार और अन्नू मेहता सीनियर कोर्डिनेटर सिद्धार्थ इंटरनेशनल स्कूल हिसार के नेतृत्व में शिक्षक क्षमता निर्माण प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विभिन्न स्कूलों से आए करीब 60 शिक्षकों को प्रशिक्षित किया गया। विदित रहे कि नई शिक्षा नीति की अनुपालना करते हुए सीबीएसई पंचकूला की तरफ से इस प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन शिक्षकों में विभिन्न कौशलों और क्षमताओं का विकास करना व शिक्षा के उद्देश्यों की प्राप्ति करना है। इस अवसर पर यदुवंशी ग्रुप आफ इंस्टिट्यूशंस के संस्थापक व चैयरमेन राव बहादुर सिंह ने नई शिक्षा नीति को शिक्षा के क्षेत्र में एक क्रान्तिकारी परिवर्तन बताया। उन्होंने शिक्षा के क्षेत्र में अच्छी तरह से प्रशिक्षित शिक्षकों को ही भविष्य की नींव तैयार करने वाला निर्माता बताया।

पुरुषोत्तम एक्सप्रेस का हिसार तक विस्तार संभव नहीं : रेल विभाग

■ दो दर्जन संस्थाओं की ओर से पुनः पत्र लिखकर गाड़ी का विस्तार भिवानी तक करने की पुरजोर मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭हिसार

पुरुषोत्तम एक्सप्रेस का हिसार तक विस्तार किए जाने की पुरजोर मांग पर रेलवे विभाग की तरफ से पूर्वांञ्चल जन कल्याण संगठन समिति, हिसार को प्राप्त हुए पत्र में इस गाड़ी को हिसार तक करने में असमर्थता जताई गई है। हिसार की लगभग दो दर्जन से अधिक संस्थाओं ने प्रधानमंत्री, रेल मंत्री, रेल विभाग के आला अधिकारियों को पत्र भेजकर तथा विधायक सावित्री जिंदल, सांसद नवीन जिंदल को ज्ञापन देकर गाड़ी संख्या 12801/12802 पुरुषोत्तम एक्सप्रेस का हिसार तक विस्तार करवाने की पुरजोर मांग की थी। स्वयं विधायक सावित्री जिंदल ने भी रेल मंत्री को पत्र लिखकर जनहित में इस गाड़ी का हिसार तक विस्तार करने का अनुरोध किया था।

मंडल रेल प्रबंधक बताया यह कारण

मंडल रेल प्रबंधक उत्तर पश्चिम रेलवे, बीकानेर मंडल ने पूर्वांञ्चल जन कल्याण संगठन समिति के कोषाध्यक्ष आचार्य शिवपूजन मिश्र को पत्र भेजकर कहा है कि रेलवे के परिचालन विभाग द्वारा वर्तमान में हिसार स्टेशन पर यार्ड, वाशिंग लाइन एवं अनुरक्षण संबंधी समस्याओं के कारण गाड़ी संख्या 12801/12802 पुरुषोत्तम एक्सप्रेस का हिसार तक विस्तार संभव नहीं है। इस पत्र की प्राप्ति के बाद पूर्वांञ्चल जन कल्याण संगठन समिति की ओर से पुनः पत्र लिखकर अनुरोध किया गया है कि गाड़ी संख्या 12801/12802 पुरुषोत्तम एक्सप्रेस का फिलहाल अंतरिम रूप से भिवानी तक संचालन कर दिया जाए।

गंभीर बीमारियों से बचाव जरूरी

■ श्री काली देवी विद्यालय में एचपीवी टीकाकरण जागरूकता कार्यक्रम आयोजित

हरिभूमि न्यूज ⏭हांसी

हांसी। श्री काली देवी विद्या मंदिर में छात्राओं को एचवीपी वैक्सीन के बारे में जानकारी देती डॉ मोनिका। फोटो : हरिभूमि

श्री काली देवी विद्या मंदिर में शनिवार को स्वास्थ्य विभाग की टीम सर्वाइकल कैंसर की रोकथाम के प्रति जागरूक करने के लिए एचपीवी (ह्यूमन पैपिलोमा वायरस) टीकाकरण को लेकर एक विशेष जागरूकता सत्र का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं एवं अभिभावकों को इस गंभीर बीमारी के प्रति जागरूक करना तथा टीकाकरण के प्रति सकारात्मक माहौल तैयार करना रहा। कार्यक्रम का संचालन नागरिक अस्पताल में तैनात एमडी पीडियाट्रिशियन डॉ. निकिता द्वारा किया गया। इस अवसर पर आयुष इंचार्ज डॉ. मोनिका शर्मा एवं एचआई जीत राम भी उपस्थित रहे। कार्यक्रम में विशेषज्ञ के रूप में उपस्थित डॉ. निकिता एवं डॉ. मोनिका ने छात्राओं और शिक्षकों को विस्तारपूर्वक जानकारी दी। डॉ. निकिता ने कैंसर के लक्षण, कारण तथा समय रहते बचाव के उपायों पर विस्तार से प्रकाश डाला। डॉ. मोनिका ने स्पष्ट किया कि एचपीवी वैक्सीन पूरी तरह सुरक्षित, प्रभावी और वैज्ञानिक रूप से प्रमाणित है।

एनसीसी कैडेट्स ने चलाया सफाई अभियान

■ स्कूल के बाहर सड़कों और आसपास के इलाकों में की साफ-सफाई

हरिभूमि न्यूज ⏭हांसी

हांसी। विद्यालय परिसर में सफाई करते एनसीसी कैडेट्स व विद्यालय के विद्यार्थी। फोटो : हरिभूमि

सिसाय रोड़ स्थित हिंदू सीनियर सेकेंडरी स्कूल में शनिवार को एनसीसी कैडेट्स व विद्यालय के विद्यार्थियों द्वारा स्वच्छ भारत अभियान के अंतर्गत सफाई अभियान चलाया गया। इस अभियान में बड़ी संख्या में छात्रों ने भाग लिया और पूरे जोश व उत्साह के साथ विद्यालय परिसर तथा आसपास के क्षेत्रों में सफाई की। कार्यक्रम का शुभारंभ प्रार्थना सभा में विद्यार्थियों को स्वच्छता के महत्व के बारे में विस्तार से बताया गया। इसके पश्चात एनसीसी कैडेट्स के नेतृत्व में छात्रों को अलग-अलग समूहों में बांटकर स्कूल के कक्षाओं, मैदान, गलियारों तथा स्कूल के बाहर सड़कों और आसपास के इलाकों में सफाई अभियान चलाया गया। इस दौरान छात्रों ने झाड़ू लगाकर, कूड़ा इकट्ठा कर तथा उसे निर्धारित स्थान पर डालकर स्वच्छता का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया। इस अवसर पर विद्यार्थियों एवं एनसीसी कैडेट्स ने संकल्प लिया कि वे स्वयं स्वच्छता बनाए रखेंगे और दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करेंगे।

स्वच्छता के लिए किया प्रेरित

विद्यालय प्रबंधन समिति चेयरमैन अनिल कुमार ने एनसीसी कैडेट्स व विद्यार्थियों की इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे कार्यक्रम न केवल छात्रों में स्वच्छता की आदत विकसित करते हैं, बल्कि उनमें सामाजिक जिम्मेदारी और देश के प्रति कर्तव्य भावना भी उत्पन्न करते हैं।

हांसी। रिबन काट कर भगवान परशुराम गेट का विधिवत उद्घाटन करते प्रदेशाध्यक्ष मोहन लाल बड़ौली, मंत्री डॉ अरविन्द शर्मा व विधायक विनोद भयाना।

भगवान परशुराम सत्य, न्याय और धर्म की स्थापना के प्रतीक

हांसी। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष पंडित मोहन लाल बड़ौली ने शनिवार को भगवान परशुराम सेवा समिति द्वारा आयोजित भगवान परशुराम जयंती कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। उन्होंने भगवान परशुराम के आदर्शों को समाज के लिए प्रेरणास्रोत बताया। इस मौके पर बड़ौली ने भगवान परशुराम द्वार का विधिवत उद्घाटन भी किया। उन्होंने कहा कि यह क्षण पूरे क्षेत्र के लिए गौरवपूर्ण है और इस प्रकार के प्रयास हमारी सांस्कृतिक विरासत को जीवंत बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मोहन लाल बड़ौली ने कहा कि भगवान परशुराम सत्य, न्याय और धर्म की स्थापना के प्रतीक हैं। उनके जीवन से हमें यह सीख मिलती है कि अन्याय के विरुद्ध संघर्ष करना और समाज में संतुलन बनाए रखना प्रत्येक व्यक्ति का कर्तव्य है। उन्होंने युवाओं से आह्वान किया कि वे भगवान परशुराम के आदर्शों को अपने जीवन में अपनाएं और समाज के निर्माण में सकारात्मक योगदान दें।

गुजवि की प्रवेश अधिसूचना जारी

■ दाखिला प्रक्रिया 4 से, कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने किया दाखिला पोर्टल का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ⏭हिसार

हिसार। पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए दाखिला पोर्टल का शुभारंभ करते कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई। फोटो : हरिभूमि

गुरु जम्भेश्वर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए विभिन्न स्नातक (यूजी), एकीकृत यूजी-पीजी एवं स्नातकोत्तर (पीजी) पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए अधिसूचना जारी कर दी है। विश्वविद्यालय द्वारा नियमित मोड में संचालित इन पाठ्यक्रमों के लिए ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया 04 मई से प्रारंभ होगी। कुलपति प्रो. नरसी राम बिश्नोई ने दाखिला पोर्टल का शुभारंभ किया। इस अवसर डीन एकेडमिक अफेयर प्रो. योगेश चाबा सहित विभिन्न संकायों के डीन तथा चेयरपर्सन उपस्थित रहे। कुलपति प्रो. बिश्नोई ने इस अवसर पर कहा कि विश्वविद्यालय के सभी कोर्स रोजगारपरक एवं उद्योगों की वैश्विक स्तरीय मांग को देखते हुए अति उपयोगी हैं। विश्वविद्यालय ने दाखिला प्रक्रिया की पूरी तैयारी कर ली है। कुलसचिव डॉ. विजय कुमार ने भी कहा है कि दाखिला प्रक्रिया को लेकर विश्वविद्यालय में उत्साह है।

प्रॉस्पेक्टस 2026-27 में उपलब्ध होगी

प्रवेश से संबंधित विस्तृत जानकारी जैसे सीटों की संख्या, पात्रता मानदंड, प्रवेश प्रक्रिया, प्रवेश परीक्षा (जहां लागू हो), काउंसलिंग शेड्यूल एवं शुल्क संरचना आदि विश्वविद्यालय के प्रॉस्पेक्टस 2026-27 में उपलब्ध होगी, जिसे 4 मई से विश्वविद्यालय की वेबसाइट पर देखा जा सकेगा। सभी अभ्यर्थियों को सलाह दी जाती है कि वे विश्वविद्यालय की वेबसाइट नियमित रूप से देखते रहें। बी.टेक, बी.फार्मा एवं संबंधित लेटरल एंट्री कार्यक्रमों में प्रवेश हरियाणा स्टेट काउंसलिंग सोसायटी (एचएसटीईएस), पंचकूला के माध्यम से ऑनलाइन काउंसलिंग द्वारा किया जाएगा।

हांसी। श्रमवीरों को सम्मानित करती स्कूल प्राचार्या रेनू बंसल। फोटो : हरिभूमि

एसडी कन्या विद्यालय में मनाया श्रमवीर सम्मान दिवस

हांसी। श्री सनातन धर्म कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में प्रातः कालीन सभा में श्रमवीर-देश के निर्माणकर्ता के उपलक्ष्य में श्रमवीर-सम्मान दिवस श्रद्धा व उत्साह के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय परिवार द्वारा समाज के उन कर्मठ श्रमिकों के प्रति सम्मान एवं आभार व्यक्त किया गया, जो अपने परिश्रम से देश के विकास में महत्वपूर्ण योगदान देते हैं। कार्यक्रम का शुभारंभ प्रार्थना सभा के साथ हुआ। इसके पश्चात विद्यार्थियों ने श्रम के महत्व पर अपने विचार कविता एवं लघु नाटिका तथा समूह गीत के माध्यम से प्रकट कर सभी को श्रम के प्रति सम्मान का संदेश दिया। विद्यालय प्रांगण में कार्यरत श्रमवीरों को विद्यालय प्राचार्या रेणु बंसल ने स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया। इस दौरान उत्तरार्द्ध कालांश के दौरान विद्यालय में इंडोर गेम्स का आयोजन किया गया जिसमें कि कक्षा प्रथम से कक्षा आठवीं के विद्यार्थियों के लिए लुडो, सांप सीढ़ी तथा कैरम बोर्ड तथा कक्षा नौवीं से 12वीं तक के विद्यार्थियों के लिए शतरंज प्रतियोगिता आयोजित की गई। इस अवसर पर प्राचार्या रेनू बंसल ने कहा कि श्रमवीर समाज की रीढ़ है तथा उनके अथक परिश्रम के बिना देश की प्रगति संभव नहीं है।

1200 ग्राम गांजा व 21 हजार से अधिक की ड्रग मनी सहित आरोपी गिरफ्तार

बरवाला। जिले में नशा तस्करों के खिलाफ चलाए जा रहे विशेष अभियान के तहत एंटी नारकोटिक सेल ने एक बड़ी सफलता हासिल करते हुए बरवाला से गांजा तस्करी में संलिप्त एक आरोपी को काबू किया है। प्रभारी एंटी नारकोटिक सेल इंद्र सिंह गोदारा के नेतृत्व में कार्रवाई करते हुए पुलिस टीम को सूचना मिली कि एक व्यक्ति बरवाला क्षेत्र में गांजा बेचने का अवैध कारोबार कर रहा है। के बाद पुलिस टीम ने छापा मारकर बरवाला के वार्ड 8 स्थित वाल्मीकि मोहल्ला निवासी मनदीप काबू किया। तलाशी में उसे कब्जे से 1200 ग्राम गांजा तथा 21 हजार 400 रुपये ड्रग मनी बरामद हुई। आरोपी के खिलाफ बरवाला थाना में केस दर्ज कर लिया गया है।

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, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार
फोन : 7988727916, 9315429403, 9253681005

कमर्शियल सिलेंडरों के दामों में हुई बढ़ोत्तरी को वापस लेने की मांग

हांसी। आम आदमी पार्टी ने कमर्शियल एलपीजी सिलेंडरों व पांच किलो वाले छोटे सिलेंडरों के दाम में बेतहाशा वृद्धि किए जाने की कड़ी निंदा करते हुए सरकार से तुरंत इस बढ़ोतरी को वापिस लेने की मांग की है। पार्टी ने चेतावनी दी है कि अगर बढ़ाये हुए रेट वापिस न लिए तो प्रदेश भर में जनता के सहयोग से आंदोलन चलाया जाएगा। पार्टी के जिला अध्यक्ष राजेन्द्र सोरखी ने आरोप लगाया कि चुनावों के बाद हमेशा अपनी आदतन से मजबूर भाजपा जनता पर तरह-तरह के ओच्छे हथकंडे अपनाकर जनता पर बोझ डालने का काम करती है। हाल में कुछ राज्यों में हुए विधानसभा चुनावों के बाद अब जनता की बुरी तरह से कमर तोड़ने का काम किया है।

लम्हें यादों के पशु चिकित्सा महाविद्यालय 1976 बैच का स्वर्ण जयंती समारोह मनाया

मित्रता, स्मृतियों और विरासत का दिखा संगम सहपाठी एक-दूसरे से मिले, पुरानी यादें हुई ताजा

हरिभूमि न्यूज ⏭हिसार

हिसार। समारोह में उपस्थित पशु चिकित्सा महाविद्यालय के पूर्व छात्र।

पशु चिकित्सा महाविद्यालय के 1976 बैच की ओर से अपनी स्नातक उपाधि के 50 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में स्वर्ण जयंती समारोह अत्यंत गरिमामय, भावनात्मक और उत्साहपूर्ण वातावरण में सम्पन्न हुआ। यह आयोजन केवल एक पुनर्मिलन नहीं, बल्कि पांच दशकों से चले आ रहे अटूट संबंधों, मित्रता और साझा यादों का जीवंत उत्सव बनकर सामने आया। देश के विभिन्न हिस्सों तथा विदेशों से आए पूर्व छात्र अपने जीवनसाथियों सहित इस विशेष अवसर पर एकत्रित हुए। वर्षों बाद मिलन की इस घड़ी में भावनाओं का अद्भुत संगम देखने को मिला। जैसे ही सभी सहपाठी एक-दूसरे से मिले, पुरानी यादें ताजा हो उठीं और कॉलेज जीवन के सुनहरे पल फिर से जीवंत हो गए। इस सफल आयोजन का श्रेय कोर कमेटी के सदस्यों डॉ. मुनीश बत्रा, डॉ. सुरेंद्र गुप्ता, डॉ. सुरेश गाबा, डॉ. दिनेश दुआ एवं डॉ. एमके गुप्ता-की समर्पित एवं अथक मेहनत को जाता है। समारोह के समापन अवसर पर सभी सदस्यों ने भविष्य में भी इस आत्मीयता और जुड़ाव को बनाए रखने का संकल्प लिया तथा आगामी पुनर्मिलन फरवरी 2027 में जयपुर में आयोजित करने का निर्णय लिया गया। इस अवसर पर आयोजन समिति के संयोजक डॉ. मुनीश बत्रा ने कहा कि यह केवल एक पुनर्मिलन नहीं था, बल्कि 50 वर्षों में और अधिक मजबूत हुए हमारे रिश्तों का उत्सव था।

सांस्कृतिक कार्यक्रमों से बांधा समां

तीन दिवसीय इस आयोजन में सांस्कृतिक संध्या, संगीत, नृत्य, मनोरंजक गतिविधियां और आत्मीय संवादों ने समां बांध दिया। सहपाठियों ने अपने-अपने अनुभव साझा किए, जीवन की उपलब्धियों और संघर्षों को याद किया तथा हंसी-मजाक और अपनत्व के माहौल ने पूरे कार्यक्रम को यादगार बना दिया। ऐसा प्रतीत हो रहा था मानो समय ने 50 वर्षों का अंतर मिटाकर सभी को फिर से छात्र जीवन में पहुंचा दिया हो।

हरिभूमि
रविवार भारती
haribhoomi.com
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक,रविवार 3 मई 2026

वर्ल्ड लाफ्टर-डे स्पेशल

आमतौर पर हंसने को सामान्य शारीरिक क्रिया माना जाता है। लेकिन दुनिया भर में हुए अनेक मेडिकल स्टडीज से यह साबित हुआ है कि हंसी, नेचुरल मेडिसिन की तरह होती है। हमारी मेंटल हेल्थ को बेहतर बनाने में हंसने की बहुत कारगर भूमिका होती है। हंसने के क्या फायदे होते हैं, इसे कैसे थेरेपी की तरह यूज कर सकते हैं, इस बारे में विस्तार से जानिए।

स्ट्रेस करे दूर-मेंटल हेल्थ को बनाए बेहतर हंसी

कवर स्टोरी
रजनी अरोड़ा

भारती पीएचडी के अंतिम वर्ष में थी। थीसिस सबमिशन की डेडलाइन नजदीक आने के कारण अत्यधिक तनाव, एंग्जाइटी और नींद न आने की समस्या का सामना कर रही थी। उसका मानसिक संतुलन बिगड़ रहा था, पढ़ाई पर फोकस नहीं कर पा रही थी। यहां तक कि उसकी दिनचर्या भी गड़बड़ा गई थी। पैरेंट्स ने उसकी स्थिति को देखते हुए मनोवैज्ञानिक को कंसल्ट किया। उसकी केस हिस्ट्री जानने और थेरेपेटिक इंटरवेंशन के बाद डॉक्टर ने उसे 'लाफ्टर रूलः 3-10-30' फॉलो करने की सलाह दी। शुरुआत में भारती को यह अभ्यास साधारण और प्रभावहीन लगा, लेकिन दो सप्ताह के भीतर उसने तनाव में कमी, मूड स्थिरता और कंसंट्रेशन में सुधार महसूस किया। यह परिवर्तन केवल संयोग नहीं, बल्कि मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों पर आधारित माइक्रो-बिहेवियरल इंटरवेंशन का परिणाम था।

जीवन में बढ़ रहा है तनाव

आज की तेज रफ्तार भरी जिंदगी में बढ़ती अपेक्षाएं, प्रतिस्पर्धा, हाई प्रेशर जॉब्स, डिजिटल निर्भरता ने हम सभी के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित किया है। व्यक्ति हंसना मानो भूलता जा रहा है। स्ट्रेस, एंग्जाइटी, डिप्रेशन, ओवर थिंकिंग, बर्नआउट जैसी मानसिक समस्याएं तेजी से उभर रही हैं और गंभीर वैश्विक चुनौती बनती जा रही हैं। डब्ल्यूएचओ के अनुसार विश्व स्तर पर लगभग हर 8 में से 1 व्यक्ति किसी न किसी मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्या से जूझ रहा है। भारत में भी लगभग 14 प्रतिशत जनसंख्या अपने जीवनकाल में मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का अनुभव करती है।

हंसना है कारगर उपाय

एक शोध के अनुसार बच्चे दिन में औसतन 300-400 बार हंसते हैं, जबकि वयस्क केवल 8-10 बार। यानी बड़े होते-होते हम हंसी की यह अद्भुत प्राकृतिक शक्ति खो देते हैं। हालांकि व्यक्ति इन समस्याओं की गिरफ्त में न आने और मानसिक स्वास्थ्य को मजबूत बनाए रखना चाहता है, जिसके लिए कई तरह की साइकोलॉजिकल थेरेपी, मेडिटेशन एप्स, मेडिकेशन का भी सहारा लेता है। लेकिन प्रकृति-प्रदत्त उस सहज उपलब्ध और अनमोल उपहार को अकसर नजरअंदाज कर जाता है। वो उपहार है-हंसी या कुछ पल के लिए खुलकर हंसना। हास-परिहास को मानव की एक सहज भावना या स्वाभाविक प्रक्रिया है। खुशी किसी बड़ी उपलब्धि में नहीं, बल्कि रोजमर्रा के छोटे-छोटे पलों में छिपी होती है। अगर हम डेली रुटीन में पॉवरफुल टूल यानी हास्य को अपनाने की आदत डाल लें तो निश्चय ही तमाम तरह की मानसिक परेशानियों से आसानी से बचा जा सकता है।

फॉलो करें लाफ्टर रूल

जीवन को खुशहाल बनाने के लिए वैज्ञानिक भी 'लाफ्टर रूलः 3-10-30' फॉलो करने पर बल देते हैं। भले ही छोटा लगे, लेकिन इसका प्रभाव बहुत गहरा होता है। माइक्रो-बिहेवियरल इंटरवेंशन के माध्यम से यह रूल व्यक्ति को अपने मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में मदद करता है। इसमें तीन मुख्य घटक हैं- 3 यानी, दिन में कम से कम तीन बार दिल से मुस्कुराएं या खुलकर हंसें। किसी भी रूप में, कुछ मजेदार देखते या सुनते हुए। 10 यानी, अपने कार्य के दौरान दस मिनट का एक लाफ्टर ब्रेक लें। हास्यपूर्ण गतिविधियों में शामिल हों, जो हमें हंसने या मुस्कुराने का मौका दें। जैसे- कॉमेडी वीडियो देखना, मजेदार किताब पढ़ना, दोस्तों या परिवार के साथ हंसी-मजाक करना या बच्चों के साथ खेलना। 30 यानी, दिन में कई बार 30 सेकेंड के लिए हंसने या मुस्कुराने का प्रयास करें। छोटी-छोटी खुशियों को महसूस करना और उन पर मुस्कुराना भी इसमें शामिल है। जैसे- किसी सुंदर दृश्य को देखकर, किसी बच्चे की मासूम हरकत पर या किसी हल्के-फुल्के मजाक पर मुस्कुरा देना।

कैसे काम करती है हंसी

हंसी को नेचुरल एंटी-डिप्रेसेंट भी कहा जाता है। यह एक नेचुरल स्ट्रेस रिलीफ मैकेनिज्म के रूप में कार्य करती है। जब हम खुलकर हंसते हैं, तो हमारे शरीर में कई महत्वपूर्ण न्यूरोकेमिकल का स्राव बढ़ जाता है। एंडोर्फिन (प्राकृतिक दर्द निवारक, जो खुशी और संतुष्टि की भावना उत्पन्न करता है), डोपामाइन (मोटिवेशन और खुशी से जुड़ा न्यूरोट्रांसमीटर), सेरोटोनिन (मूड को संतुलित रखने वाला रसायन)। वहीं हंसी, कॉर्टिसोल (तनाव हार्मोन) के स्तर को घटाती है। ये केमिकल मूड को बेहतर बनाते हैं, शरीर की मांसपेशियों को आराम पहुंचाते हैं और तनाव को कम करते हैं।

हंसी के पीछे का मनोविज्ञान

मनोविज्ञान के सिद्धांतों के माध्यम से भी हंसी के प्रभाव को समझा जा सकता है। इस बारे में यहां विस्तार से बता रहे हैं।

इमोशनल रेग्युलेटरः मनोविज्ञान के अनुसार हंसी एक प्रभावी इमोशनल रेग्युलेटर है, जो तनाव और नकारात्मक भावनाओं को कम करने में मदद करती है। कठिन परिस्थितियों का सामना करने में मदद करती है।

बिहेवियरल एक्टिवेशन थ्योरीः इसके हिसाब से केवल भावनाएं ही व्यवहार को प्रभावित नहीं करतीं, बल्कि व्यवहार भी भावनाओं को बदल सकता है। यानी यदि व्यक्ति जान-बूझकर हंसता है, तो उसका मूड स्वतः बेहतर हो सकता है।

फेशियल फीडबैक हाइपोथीसिसः सिर्फ मुस्कुराने से भी खुशी का अनुभव हो सकता है। मुस्कुराने पर चेहरे की मसल्स अनायास ही ब्रेन को संकेत भेजती हैं, जिससे भावनाएं प्रभावित होती हैं और मूड में सुधार होता है।

मूड कॉन्ग्रुएंट बिहेवियरः यह एक मनोवैज्ञानिक पैटर्न है, जिसमें व्यक्ति अपने वर्तमान मूड के अनुरूप ही कंटेंट या गतिविधियों को चुनता है। जैसे- जब हम दुःखी होते हैं, तो हम दुःख भरे गाने, वीडियो या विचारों की ओर आकर्षित होते हैं। यह पैटर्न नकारात्मक भावनात्मक चक्र को बढ़ा सकता है। लेकिन यदि हम दुखी होने पर सचेत रूप से अपने व्यवहार में बदलाव लाएं या हंसने की कोशिश करें, तो इस नकारात्मक चक्र को तोड़ सकते हैं।

मेंटल बैलेंस को सुधारे हंसी

हंसी केवल खुशी का प्रतीक नहीं, बल्कि मानसिक संतुलन बनाए रखने की एक गहरी और वैज्ञानिक प्रक्रिया भी है। इससे कॉग्नीटिव फ्लेक्सिबिलिटी बढ़ती है। नर्वस सिस्टम पर सकारात्मक असर पड़ता है। जब हम हंसते हैं, तो हमारा ब्रेन अधिक सक्रिय और क्रिएटिव हो जाता है। समस्याओं को नए दृष्टिकोण से देख पाता है और आउट ऑफ द बॉक्स सोच विकसित होती है। कई बार कठिन समस्या का हल भी निकाल पाता है। बार-बार हंसने से दिमाग में नए न्यूरल पाथवे बनते हैं। इससे धीरे-धीरे नकारात्मक सोच की आदत कमजोर और सकारात्मक सोच मजबूत होती है। हंसने से भावनात्मक मजबूती बढ़ती है। मुश्किल परिस्थितियों में भी टिके रहने की शक्ति देती है। जो लोग कठिन समय में भी हल्का-फुल्का हास्य बनाए रखते हैं, वे तनाव और असफलताओं से जल्दी उबर जाते हैं। लगातार काम, जिम्मेदारियों और तनाव के कारण जो थकान या बर्नआउट होता है, उसमें हंसी एक रिचार्ज बटन की तरह काम करती है। दिमाग को रीसेट होने का मौका मिलता है। संक्रामक प्रवृति होने के कारण हंसी, सोशल एंग्जाइटी को कम करती है। यह शरीर में सकारात्मक जैविक बदलाव लाकर तनाव कम करती है, मांसपेशियों को आराम देती है, रक्त संचार को सुधारती है और प्रतिरक्षा तंत्र को मजबूत बनाती है। समग्र भावनात्मक स्वास्थ्य को बेहतर बनाकर व्यक्ति को दीर्घकालिक बीमारियों से लड़ने में सक्षम बनाती है। हंसने से शरीर में मेलाटोनिन हार्मोन का स्राव बढ़ता है, जो रात में सुकून की नींद दिलाने में सहायक है। *

(बहरीन स्थित ब्रिटिश यूनिवर्सिटी में साइकोलॉजी की प्रोफेसर डॉ. कोमल चावला से बातचीत पर आधारित)

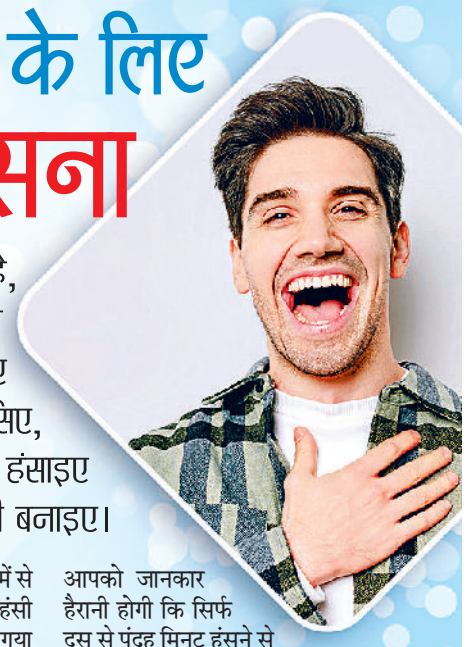
बेहतरीन थेरेपेटिक टूल भी है लाफिंग

वर्तमान दौर में हास्य का इस्तेमाल थेरेपेटिक टूल या स्ट्रक्चर थेरेपी की तरह बड़े पैमाने पर किया जा रहा है। कई जगह लाफ्टर क्लब संचालित होते हैं, जिनमें मानसिक स्वास्थ्य, खासकर तनाव प्रबंधन के लिए लाफ्टर-थेरेपी या लाफ्टर-योगा कराया जाता है। इसमें कराई जाने वाली लाफिंग-एक्सरसाइज आर्टिफिशियल हंसी होती है, जिसमें व्यक्ति को बिना किसी कारण के जबरदस्ती हंसाया जाता है। शुरू में भले ही यह हंसी जबरन होती है, लेकिन चंद सेकेंड के बाद यह कुदरती रूप ले लेती है। ब्रेन का पैटर्न बनता है। ब्रेन, असली और बनावटी हंसी में अंतर नहीं कर पाता। आर्टिफिशियल हंसी को वास्तविक इमोशनल सिगनल मानता है और मानसिक परेशानियों को भुलाने में मदद करता है।

लाइफस्टाइल
सरस्वती रमेश

हैप्पी लाइफ के लिए जरूरी है हंसना

हंसने से हेल्थ अच्छी रहती है, सोशल रिलेशन स्ट्रॉन्ग बनते हैं, फील गुड होता है। इसलिए जब जहां मौका मिले खूब हंसिए, खिलखिलाइए, दूसरों को भी हंसाइए और अपनी लाइफ को हैप्पी बनाइए।



दुनिया के महानतम हास्य कलाकारों में से एक चार्ली चैपलिन ने कहा है कि हंसी के बिना बीत गया दिन बर्बाद किया गया दिन है। उनकी इस उक्ति में वास्तव में जीवन का गहनतम दर्शन छिपा हुआ है। क्योंकि हंसी से विहीन जीवन, नीरस और बोझिल होता है। हंसी जीवन को उल्लास से जीने की प्रेरणा है। इस प्रेरणा के सहारे जीवन के उतार-चढ़ाव, कमी-बेसी, जीत-हार भरे दिन धैर्य से बीत जाते हैं। उनसे मिले सबक से जीवन को अनुभवों से युक्त किया जाता है। यही अनुभव भविष्य में हमारे मार्गदर्शक बन जाते हैं और हमें अच्छे दिनों की रोशनी में ले जाते हैं। उस रोशनी में हम अपने प्रियजनों के साथ दिल खोलकर हंसते हैं। खुशियां मनाते हैं।

हंसी एक खजाना हैः अमेरिकी दार्शनिक विलियम जेम्स का कहना है कि हम खुश होते हैं, इसलिए नहीं हंसते बल्कि हम हंसते हैं, इसलिए खुश होते हैं। मतलब साफ है कि जीवन का आनंद हमारी मुट्ठी में है। यदि हम खुश रहना चाहते हैं तो हमें हंसना-हंसाना सीखना होगा। जीवन में हंसी का खजाना बेशकीमती होता है। जिसके पास यह खजाना है, वह दुनिया का सबसे दौलतमंद इंसान है। वह बड़ी से बड़ी परेशानी का सामना हंसते हुए कर लेता है। जरा एक छोटे से बच्चे की हंसी को देखिए। उसकी हंसी कितनी निश्छल और उन्मुक्त होती है। बिल्कुल किसी राजा के शाही खजाने की तरह। ऐसी ही मुस्कान की जरूरत हमें उम्र के हर पड़ाव पर होती है। मगर जीवन की आपाधापी में उम्र बढ़ने के साथ अकसर हम हंसना भूल जाते हैं। हमें हंसी की महत्ता को स्वयं तो समझना ही होगा और दूसरों को भी समझाना होगा। हंसी को संक्रमण की तरह फैलाना होगा। धूप, हवा, पानी और प्रकृति की हजारों नेमतों की तरह हंसी भी मुफ्त का उपहार है। कुदरत ने हमें यह उपहार जीवन को सुंदर बनाने के लिए ही दिया है।

कई बीमारियों के उपचार में सहायकः हंसने के अनेक फायदे होते हैं। मनोचिकित्सकों और डॉक्टरों का कहना है कि हंसने से सिर्फ हमारा मूड अच्छा नहीं होता बल्कि हमारे संपूर्ण स्वास्थ्य पर भी इससे सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। हम मानसिक रूप से बेहतर महसूस करते हैं। आपको जानकार हैरानी होगी कि सिर्फ दस से पंद्रह मिनट हंसने से चालीस कैलोरी तक बर्न होती है। हमारा हार्ट अच्छे से काम करता है और ब्लड प्रेशर नियमित रहता है। कैंसर के मरीजों पर जब लाफ्टर थेरेपी का प्रयोग किया गया तो नतीजे चौंकाने वाले निकले। हंसने से उनका दर्द आधा रह गया था। आपको 'मुन्ना भाई एम. बी. बी. एस.' फिल्म तो याद ही होगी। फिल्म का मुख्य किरदार मुन्ना, मरीजों को हंसाकर और खुश करके ठीक करने की कोशिश करता है। यह महज कल्पना नहीं बल्कि इसमें कुछ सच्चाई भी है। ऐसा कई स्टडीज में पाया गया है कि जिन मरीजों को उपचार के साथ हंसी की खुराक भी मिलती है, वे जल्दी स्वस्थ होते हैं। यानी हंसी से दूर रहने वालों को शारीरिक और मानसिक दोनों तरह का नुकसान भुगतना पड़ सकता है।

सामाजिक रिश्ते बनाए मजबूतः हंसने से हमारे सामाजिक रिश्ते भी मजबूत बनते हैं। किसी के साथ हंसकर बात करने से हम भावनात्मक रूप से सुदृढ़ महसूस करते हैं। यही भावना साथ वाले व्यक्ति के प्रति आत्मीयता में इजाफा करती है और हमारे भरोसे को बढ़ाती है। जब हम अपने मित्रों, परिचितों और रिश्तेदारों के साथ रहते हैं, तब हंसी-मजाक की संभावना भी बढ़ जाती है और रिश्तों में प्रगाढ़ता भी। दरअसल, हंसने-हंसाने से ही हमारे संबंधों को खाद पानी और नई ऊर्जा मिलती है। हमारे परिवार के हर सदस्य को प्रतिदिन हंसी की छोटी-बड़ी खुराक देने की जरूरत पड़ती है।

बढ़ती है इम्यूनिटी पावरः दिल खोलकर हंसने से तनाव कम होता है। कई शोधों से यह भी पता चला है कि हंसने से हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता में भी इजाफा होता है, क्योंकि हंसने से शरीर में एंटीऑक्सीडेंट्स का उत्पादन बढ़ जाता है और यह इम्यून सेल्स को सक्रिय करता है। हमारे शरीर में यही सेल्स बीमारियों और संक्रमण से लड़ने में हमारी मदद करते हैं। इसलिए नियमित रूप से हंसने से इम्यून सिस्टम को बूस्ट मिलता है।

कह सकते हैं कि हंसी जीवन को खुशहाल बनाने का अचूक नुस्खा है। इसलिए मुफ्त में उपलब्ध इस कुदरती नियामत का भरपूर उपयोग करने में ही समझदारी है। *

नवगीत
डॉ. गुरु सरन लाल

मुश्किल बहुत बना डाला

कितना सरल है जीवन लेकिन
मुश्किल बहुत बना डाला।
अव्यवस्थित जीवनशैली
बातें भी हैं जाने कैसी
किसी का कोई लिहाज नहीं है
रिश्तों की तो ऐसी-तैसी
अक्ल पर लगा दिया ताला।
भौतिकता के पागलपन में
आपाधापी मची जीवन में
नियम कानून को ताक पे रखते
पानी सूख गए आंखियन में
नैतिकता को पड़ गया पाला।
कितना सरल है जीवन लेकिन
मुश्किल बहुत बना डाला।

व्यंग्य
राजा चौरसिया

जबरन हंसना पड़ेगा

समय बहुत ही परिवर्तनशील है। आज और कल में अर्थात अब और तब में धरती-आसमान जैसा विशाल अंतराल है। यह विकराल होकर भी अनिवार्य रूप से स्वीकार्य है। असली फूलों का विकल्प नकली फूल हैं। जिगर से ज्यादा फिगर तथा मुखड़े से ज्यादा मुखौटे के चलन के प्रतिफलन से ही कुशलता है। उसी के पास अपडेट फिटनेस का सर्टिफिकेट है, जो बयार के अनुसार ही चलता है। इस दिखाऊ युग की कभी जरा भी निंदा करना, जिस थाली में खाना उसी में छेद करना माना जाता है। मगर से बैर करने से खैर नहीं, अगर उसके ही पानी में रहना है। इस जगाने में स्वाभाविकता, सहजता और दुग्ध-धवलता के अकाल के दौर में जबरन के शिष्टाचार की लपेट या चपेट में आना प्रासंगिक है। अंदर से खुशी या हंसी न रहते हुए भी औपचारिकता के नाम पर जबरदस्ती की हंसी अत्यंतावश्यक हो गई है। बॉस पर क्यों न आपको गुस्सा बेहिसाब आ रहा हो, उसके हंसने पर आपको भी हंसना जरूरी ही नहीं मजबूरी भी हो जाती है। जब पारदर्शिता के बिना प्यारदर्शिता का जलवा है और सच की हालत हलवा है, तब स्वाभाविक हंसी के बारे में किंचित भी चिंतित नहीं होना चाहिए। जब रियल से भी बढ़कर आर्टिफिशियल हो जाए, तब जबरन हंसने की गुणवत्ता की ही महत्ता है।

अंदर से खुश न रहते हुए भी बाहर जबरन हंसना, गुड बीइंग से बढ़कर गुड लुकिंग बनाता है। स्किल से पहले स्किन का तथा कर्म सौंदर्य के पहले चर्म सौंदर्य की मान्यता है। आज आचरण से बढ़-चढ़कर आवरण को लाइक करना स्वयं के लायक होने का प्रमाण है। नकलियत के अनुकूल जबरन हंसमुखता को प्रमुखता प्रदान करने की कला से ही भला है। घोर निंदक होकर भी दूसरों के सम्मुख हंसमुख दिखाकर उनकी प्रशंसा करने की मंशा वह विशेषण है, जिसका विश्लेषण करना मीटर से किलोमीटर नापना है।

चार दिन की चांदनी यह जिंदगी है। किसी को आईना दिखाना, अर्थात दुर्मति के कारण अपनी दुर्गति कराना है। जैसे फोटो खिंचवाते समय स्माइल प्लीज सुनते ही जबरन हंसना पड़ता है, वैसे ही वर्तमान यारी, रिश्तेदारी एवं दुनियादारी को फीड करने और बची-खुची मौलिकता को डिलीट करने का हुनर हर नर में होना चाहिए। 'समथिंग इज बैटर देन नथिंग' के अनुसार सीधी चतुराई से ज्यादा चालाकी वाली ट्रिक को क्लिक ही करना है। बिल्कुल खुश न रहते हुए भी भरपूर खुश दिखने से ही व्यावहारिकता को प्राथमिकता देना है। भीतर से झुलसते हुए भी बाहर से जबरन हंसते हुए नमस्ते करना ही शिष्टाचार का नीक व सटीक प्रतीक है। डिफेक्टिव होकर भी अट्रैक्टिव तथा अफेक्टिव दिखने के जबरिया नेचर को सिग्नेचर जैसे स्थाई बनाए रखना है। बिकाऊ जिंस की तरह जिस्म को भी दिखाऊ तथा रिझाऊ बनाए रखने के चातुर्य का प्राचुर्य होना परिवार में भी बेहद आवश्यक है।

आधुनिकता के परवाने जैसे दीवाने पति महोदय मिर्ची जैसी सुपत्नी को मिश्री से बढ़कर मीठी कहकर, हर तरह की आपत्ति और विपत्ति से मुक्त रहते हैं। क्रुद्ध होकर भी गृहयुद्ध से बचने के लिए जबरन हंसकर प्राणप्यासी को प्राणप्यारी कहना दुःखिया होकर भी सुखिया दिखने की बुद्धिमानी है। वातावरण के अनुसार ही आचरण होना चाहिए।

अब जब हंसने के दिन आए हैं, तो इसे सामयिक कटु सत्य मानकर उसी में चलने-ढलने में ही सार है। जब सब कुछ ऊपर-ऊपर ही चलता है, तब दिल को छूकर देखने की बात हास्यास्पद है। आज तो हर कमाऊ व्यक्ति बहुत ही बिजी होने के कारण ईजी नहीं रह सकता। इसीलिए नकली या फसली हास्य-मुद्राएं ही बेहद आवश्यक हैं। प्योरिटी की श्योरिटी न होने के कारण नकली फूलों पर इत्र का स्प्रे स्वाभाविक है। खाद्य से लेकर पेय तक शुद्धता की गारंटी या वारंटी नहीं है। मंचों पर संबोधन से लेकर उद्बोधन तक जबरन स्माइल की स्टाइल मोस्ट वांटेड है। केवल लाफ्टर डे पर ही नहीं, रोजमर्रा की जिंदगी में भी जबरन ही सही हंसना ही पड़ता है। *

पत्रिका चर्चा / विज्ञान भूषण

पाठ पत्रिका का असम विशेषांक

विगत बीस वर्षों से निरंतर प्रकाशित हो रही त्रैमासिक पत्रिका 'पाठ' अपने विशेषांकों के लिए खासतौर पर चर्चित रहती है। हाल में ही इसका ताजा अंक 'असम विशेष' के रूप में प्रकाशित होकर आया है। इस विशेषांक से गुजरते हुए लगता है, जैसे अपने छोटे कलेवर में भी पाठ पत्रिका, असम की विविधवर्णी साहित्यिक-सांस्कृतिक झांकी को समेटे हुए है। यहां नंदेश्वर दैमारी और सैयद अब्दुल मलिक की अनूदित कहानियों, चंद्रमोहन और दिनकर कुमार की कविताओं के अलावा असमिया कहानियों, असमिया उपन्यासों, असमिया सिनेमा और असमिया समाज-संस्कृति पर अच्छे लेख मौजूद हैं। विश्व विख्यात गायक भूपेन हजारिका के व्यक्तित्व को प्रकट करता बढ़िया लेख भी यहां पढ़ सकते हैं। असमिया पत्रकारिता और बोडो साहित्य के बदलते रचना संसार को रेखांकित करता लेख, इस पत्रिका के महत्व को और बढ़ा देता है। इसके साथ ही इस अंक में हाल में दिवंगत हुए विनोद कुमार शुक्ल, ज्ञानरंजन और रंजीत भट्टाचार्य पर स्मृति लेख भी हैं। *

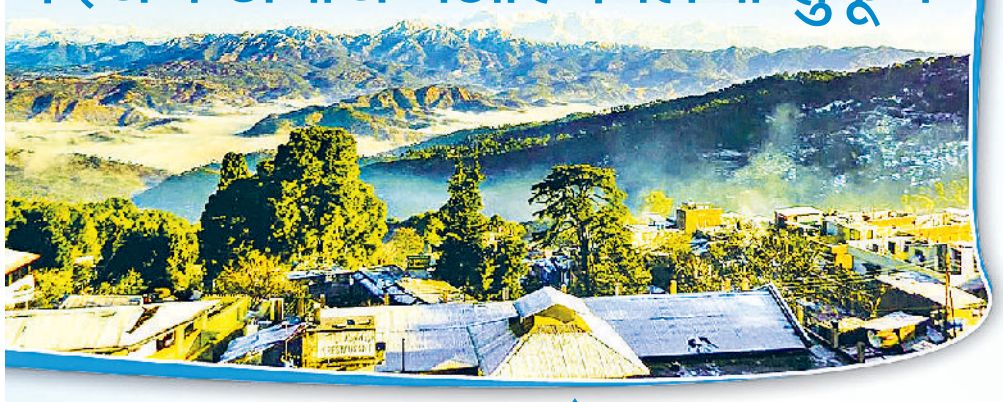
पत्रिकाः पाठ (अप्रैल-जून 2026 अंक) असम विशेष, **संपादकः** देवांशु, **मूल्यः**125 रुपए, **प्रकाशन स्थलः** बिलासपुर, छत्तीसगढ़

लघुकथा / विनय मोघे

सबक

एक बड़ी मल्टी नेशनल कंपनी की इंदौर शाखा के लिए मैनेजर के पद के लिए कंपनी के एचआर विभाग में हजारों की संख्या में ऑनलाइन और ऑफलाइन आवेदन प्राप्त हुए। हर आवेदन पत्र एक से बढ़कर एक। हर आवेदक ने अपनी योग्यता, अनुभव को अपने रिज्यूमे में आकर्षक ढंग से प्रस्तुत किया था। ऐसा लगता था कि लगभग हर रिज्यूमे को एआई की मदद से बनाया गया है। एचआर विभाग के अनुभवी अधिकारियों ने इन आवेदनों में से कुछ आवेदकों को इंटरव्यू के लिए बुलाया। इंटरव्यू के दिन सभी आवेदक अच्छी वेशभूषा में अपने जरूरी दस्तावेजों के साथ कंपनी के दफ्तर में पहुंचे। सभी आवेदकों को एक हॉल में बिठा दिया गया, जैसे स्कूल-कॉलेज में परीक्षा कक्ष में परीक्षार्थियों को बैठाया जाता है। सभी आवेदकों को निर्देश दिए गए कि उन्हें निश्चित समय में अपना रिज्यूमे वहीं लिखकर तैयार करना है, बिना किसी तकनीकी सहायता के। इंटरव्यू के लिए आए आवेदकों के लिए यह अनपेक्षित था। सभी प्रश्नवाचक नजरों से एक-दूसरे को देखने लगे। उनके चेहरे के हाव-भाव बता रहे थे कि लगभग सभी आवेदकों ने एआई की सहायता से ही अपने रिज्यूमे बनाए थे और अब बिना किसी सहायता के अपना वैसा ही प्रभावी रिज्यूमे बनाना उनको मुश्किल लग रहा था। रेज्यूमे जमा करने का समय खत्म होने वाला था। पर इक्का-दुक्का आवेदकों को छोड़कर किसी ने लिखना तक शुरू नहीं किया था। उन्हें देखकर लग रहा था कि कई सालों बाद वे कागज-कलम का उपयोग कर रहे हैं। आवेदकों में कुछ न लिख पाने के कारण बेचैनी दिखाई दे रही थी। समय समाप्त होने पर दो-तीन आवेदकों ने ही अपना रिज्यूमे लगभग वैसा लिखा था, जैसा उन्होंने भेजा था। इसके बाद सभी आवेदकों को प्रतीक्षा कक्ष में इंतजार करने लिए कहा गया। यहां अपनी बारी का इंतजार करते आवेदक एक-दूसरे से यही बात कर रहे थे कि किसी भी काम के लिए एआई की मदद लेना अच्छी बात है, पर पूरी तरह एआई पर निर्भर होकर अपनी कल्पनाशीलता और मौलिक लिखने की योग्यता को कभी नहीं छोड़ना चाहिए। सभी के चेहरे पर इस बात का संतोष दिखाई दे रहा था कि उन्हें जीवन का एक सबक मिल गया था। *

उत्तराखंड के ऑफबीट हिल स्टेशंस दिखेंगे अनोखे नजारे-मिलेगा सुकून



गर्मियों में जब भी हिल स्टेशन पर सैर की बात आती है तो कश्मीर और हिमाचल प्रदेश के साथ ही उत्तराखंड भी पर्यटकों की हिट लिस्ट में शामिल होता है। लेकिन उत्तराखंड में केवल मसूरी, नैनीताल, हरिद्वार या अल्मोड़ा ही नहीं कई ऐसे छोटे ऑफबीट प्लेसेस भी हैं, जहां आपको दिलकश नजारे और अनोखा सुकून मिलेगा। ऐसे ही कुछ स्थलों पर एक नजर।

सैर-सपाटा / समीर चौधरी

इस तपती गर्मी में अगर आप उत्तराखंड की यात्रा करने की सोच रहे हैं तो भीड़-भाड़ भरे हिल स्टेशंस के बजाय इस बार कुछ ऑफबीट प्लेसेस का रुख कर सकते हैं। यहां की हरी-भरी वादियां और ऊंचे पर्वतों के बीच में से निकलती घुमावदार सड़कों से गुजरते हुए आपको अनोखा अनुभव मिलेगा। हम आपको उत्तराखंड में स्थित ऐसे ही कुछ डिफरेंट हिल स्टेशंस के बारे में बता रहे हैं, जो इन गर्मियों में आपके घूमने के लिए परफेक्ट डेस्टिनेशंस हो सकते हैं।

सर्द एहसास कराता है एबट

उत्तराखंड के एबट माउंट हिल स्टेशन के बारे में तो बहुत ही कम लोग जानते हैं, यही वजह है कि यहां लोगों की भीड़ देखने को नहीं मिलती। यह सुंदर जगह चीड़ व देवदार के जंगलों से घिरी हुई है। ब्रिटिश काल में बनाए गए यूनिक कॉटेज, इस जगह की खूबसूरती में चार चांद लगा देते हैं। यहां मौसम हमेशा ठंडा और माहौल बेहद सुकून भरा रहता है। यही वजह है कि यह जगह कपल्स, लेखकों, कलाकारों और अकेले घूमने वालों के लिए बहुत पसंदीदा मानी जाती है। यहां उगते हुए सूरज का सुंदर नजारा देखने के लिए, जंगल घूमने के लिए और पुराने ब्रिटिश कॉटेज देखने के लिए भी आपको जाना चाहिए।

प्राकृतिक सुंदरता-शांति का संगम पियोरा

उत्तराखंड का एक छुपा रुस्तम हिल स्टेशन है पियोरा, जो मुक्तेश्वर के नजदीक है। यह जगह अपनी प्राकृतिक सुंदरता व शांति के लिए विख्यात है। यहां की मोहक वादियों और दूर दिखने वाले हिमालय के पर्वतों का नजारा अत्यधिक सुकून प्रदान करता है। यहां न तो अधिक होटल हैं और न ही भीड़-भाड़ है। इसलिए गर्मियों में घूमने के लिए पियोरा अच्छी च्वाइस हो सकती है। पियोरा में आप जंगल के रास्तों पर ट्रैकिंग कर सकते हैं, डूबते हुए सूरज को देख सकते हैं।

पियोरा की मनमोहक वादियां

सदाबहार वन और घास के मैदान के लिए विख्यात चोपटा

ओक के घने पेड़ों से घिरा पंगोट

नैनीताल के पास पंगोट एक शांत एवं दिलकश हिल स्टेशन है, जो ओक और रोडोडेड्रोन के जंगलों से घिरा हुआ है। अगर आप ठंडे और सुकून भरे वातावरण घूमते हुए अनेक तरह के पक्षियों को देखना चाहते हैं तो यह स्थान आपके लिए परफेक्ट है। किलबरी बर्ड सेंचुरी यहीं पर है। यहां ट्रैकिंग भी कर सकते हैं।

पंगोट का खूबसूरत नजारा

मिनी स्विटजरलैंड जैसा चोपटा

चोपटा, रुद्रप्रयाग जिले में स्थित एक बेहद सुंदर हिल स्टेशन है, जिसे 'मिनी स्विटजरलैंड' भी कहा जाता है। यहां दूर-दूर तक सदाबहार वन और घास के मैदान फैले हुए हैं। यहां गर्मियों में भी मौसम ठंडा रहता है। ऐसे में सुंदर रास्तों पर ड्राइव करने में बहुत आनंद आता है। पक्षी प्रेमियों के लिए तो यह स्थान जन्नत से कम नहीं है, क्योंकि यहां 240 से अधिक प्रजातियों के पक्षी देखे जा सकते हैं।

सुहाने मौसम के लिए मशहूर खिर्सू

पौड़ी-गढ़वाल के सबसे सुंदर गांवों में से एक है खिर्सू। गर्मियों में भी खिर्सू का मौसम ठंडा व सुहावना रहता है। सुहाना मौसम और नजारे इतने दिलकश कि बर्फ से ढंके हिमालय को देखकर ऐसा जी करता है कि समय ठहर जाए, मंजर बदले ही नहीं। भीड़भाड़ से दूर अगर आपको अच्छे मौसम के साथ शांति भी चाहिए तो आपके लिए खिर्सू परफेक्ट ट्रैवल डेस्टिनेशन हो सकता है। यहां के खास आकर्षणों में सेब के बागान, ओक के जंगल, प्राचीन मंदिर और हिमालय व्यू पॉइंट हैं।

खिर्सू, ऋषिकेश से तकरीबन 130 किमी. के फासले पर स्थित है। ऋषिकेश से खिर्सू पहुंचने का यात्रा अनुभव भी आप कभी नहीं भूल पाएंगे। ऋषिकेश से लगभग 3 घंटे की सड़क यात्रा के बाद आप खिर्सू पहुंचेंगे। वहां कदम रखते ही आपको लगेगा जैसे प्रकृति अपनी बांहें फैलाए आपके स्वागत को तैयार है। प्रकृति प्रेमियों के लिए तो खिर्सू जन्नत सा एहसास देता है- कोई भागम भाग नहीं, बस सुकून भरे पल। वहां पर आप इस गांव की सैर करने के अलावा, हिमालय का अद्भुत नजारा देख सकते हैं। प्राचीन चालेश्वर महादेव मंदिर में भगवान शिव के दर्शन कर सकते हैं। इसके अलावा ट्रैकिंग का लुत्फ उठा सकते हैं और नेचर वॉक कर सकते हैं। सेब के बागानों की सैर करते हुए दूर तक फैले देवदार और चीड़ के जंगल भी खिर्सू के मुख्य आकर्षण हैं। गर्मी की छुट्टियों के अलावा सितंबर से नवंबर या फिर फरवरी मार्च में भी आप खिर्सू जाने की योजना बना सकते हैं। यहां ठहरने के लिए सरकारी गेस्ट हाउस ही सबसे अच्छा विकल्प है।

प्रकृति की गोद में बसा चौकोरी

उत्तराखंड के कुमाऊं मंडल के पिथौरागढ़ में चौकोरी एक बेहद सुंदर-शांत हिल स्टेशन है, जहां आप बर्फ से ढंकी हिमालय की चोटियां, विशेष रूप से नंदा देवी और पंचचूली के दिलकश नजारे देख सकते हैं। यहां खूबसूरत चाय के बागान भी हैं। इनमें घूमना आपको अनोखे एहसास से भर देगा। प्रकृति की गोद में बसा यह स्थान आपको एक अलग ही अनुभव देगा।

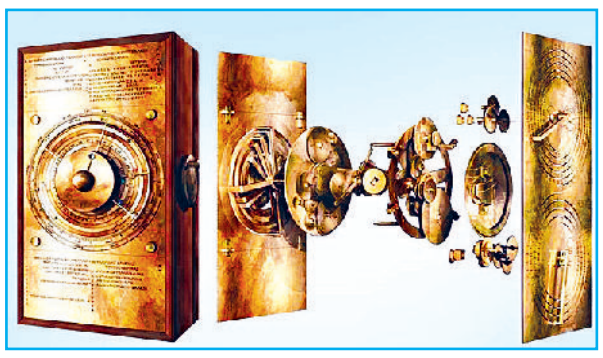
भीड़ से दूर सुकून के लिए जखोल

उत्तरकाशी जिले के बेहद सुंदर हिल स्टेशन जखोल का महत्व इस लिहाज से भी है कि यह पारंपरिक व ऐतिहासिक गांव है, जो सांकरी के पास स्थित है। जखोल को 'पोटैटो विलेज' के नाम से भी जाना जाता है। जखोल में लकड़ी के घर, सीढ़ीदार खेत और सुंदर पहाड़ आप देख सकते हैं। गांव में घूमते हुए स्थानीय पहाड़ी संस्कृति को समझने के लिए भी यह स्थान उपयुक्त है। यहां हिमालयी ट्रैकिंग के कुछ प्रवेश द्वार भी हैं। इस तरह से कहा जा सकता है कि भीड़भाड़ से दूर सुकून और एडवेंचर पसंद करने वालों के लिए उत्तराखंड का जखोल आदर्श पर्यटन स्थल माना जा सकता है। *

एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म दो हजार साल पुराना कंप्यूटर

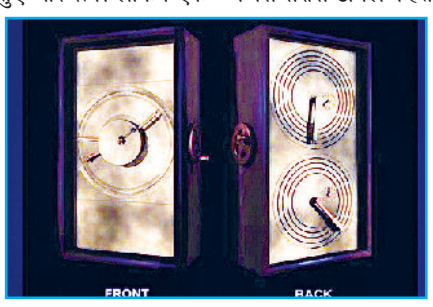
आधुनिक कंप्यूटर का आविष्कार भले ही 19वीं सदी की बात हो। लेकिन आज से लगभग दो हजार वर्ष पूर्व ऐसे डिवाइस मौजूद थे, जो किसी एनालॉग कंप्यूटर की तरह काम करते थे। ऐसे ही एक प्राचीन कंप्यूटर एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म के बारे में जानिए।

रोचक / शिखर चंद जैन



आपको शायद यह पढ़कर यकीन नहीं होगा कि आज से 2000 साल पहले भी कंप्यूटर मौजूद था। भले ही वो आज की तरह हाईटेक नहीं था लेकिन उसे कंप्यूटर का पहला स्वरूप माना जाता है।

समुद्र में मिला पहला कंप्यूटर: 1900 के पहले दशक की शुरुआत की बात है। ग्रीस (प्राचीन यूनान) के पास समुद्र की गहराइयों में डूबे एक जहाज के मलबे से मिली एक अजीबो-गरीब चीज ने पूरी दुनिया के वैज्ञानिकों को हैरान कर दिया था। भूमध्य सागर में, एंटीकाइथेरा नाम के एक छोटे से यूनानी द्वीप के पास, कुछ गोताखोर समुद्र की गहराइयों में मोती और स्पंज (समुद्री जीव) खोज रहे थे। उन्हें अचानक समुद्र के तल पर एक पुराना, डूबा हुआ जहाज मिला। यह जहाज सैकड़ों साल पुराना था। गोताखोरों ने मलबे से कई अद्भुत चीजें बाहर निकालीं- सुंदर मूर्तियां, धातु के बर्तन, ढेर सारी कीमती धातुएं और रत्न। लेकिन एक चीज सबसे अलग थी। वह धातु का एक अजीब-सा टुकड़ा था, जिस पर बहुत जंग लगी थी। यह कोई साधारण पत्थर या मिट्टी का बर्तन नहीं था। यह एक मशीन थी, जिसमें बहुत सारे गियर और पहिए लगे थे, ठीक वैसे ही जैसे हाथ घड़ी में होते हैं। इसे एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म कहा जाता है।



जब वैज्ञानिक इस जंग लगे टुकड़े को एथेंस के नेशनल आर्कियोलॉजिकल म्यूजियम में ले गए और उसे साफ किया, तो वे हैरान रह गए। यह कोई साधारण टुकड़ा नहीं था, यह दुनिया का सबसे पुराना 'एनालॉग कंप्यूटर' था!

इसलिए माना गया इसे कंप्यूटर: आज के कंप्यूटर बिजली से चलते हैं और उनमें कई चिप लगी होती हैं। एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म, बिजली से नहीं चलता था। यह एक मैकेनिकल कंप्यूटर था। इसका मतलब है कि यह छोटे-छोटे धातु के पहियों, जिन्हें गियर कहते हैं, से बना था। एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म में कम से कम 30 अलग-अलग गियर थे। जब कोई व्यक्ति इसमें एक हैंडल घुमाता था, तो मशीन के आगे और पीछे लगे डायल पर लगी सुइयां हिलती थीं। यह मशीन कंप्यूटर की तरह ही सटीक गणनाएं करती थी। हजारों साल पहले लोगों के अद्भुत इंजीनियरिंग की समझ का उदाहरण है एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म।

कई गणनाओं में था सक्षम: यह एक प्रकार का खगोलीय कैलकुलेटर था, जो अंतरिक्ष के बारे में गणना कर सकता था। यह ग्रहों और चंद्रमा की चाल बता सकता था। यह इस बात की भी गणना कर लेता था कि आने वाले महीनों और सालों में आकाश में चंद्रमा और सूर्य की स्थिति क्या होगी? यह कंप्यूटर पूर्णिमा और अमावस्या के साथ ही ग्रहण की भी गणना कर सकता था।

एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म में एक खास डायल था, जिसे सरोस डायल कहते थे। यह डायल सटीक तरीके से बता सकता था कि अगले 18 सालों में सूर्य और चंद्र ग्रहण कब-कब होंगे? उस जमाने में यह किसी आश्चर्य से कम नहीं था।

कंप्यूटर की संरचना: यह मशीन एक लकड़ी के बक्से के अंदर रखी हुई थी और इसके चारों ओर दरवाजे थे, जिन पर निर्देश लिखे थे। वैज्ञानिकों ने एक्स-रे तकनीक का उपयोग करके मशीन के अंदर देखा, उन्होंने पाया कि अंदर के गियर कांस्य यानी कॉपर के बने थे। उनकी संरचना छोटी और जटिल थी। कुछ गियर तो सिर्फ एक मिलीमीटर चौड़े थे। यह दिखाता है कि उस समय के कारीगर कितने कुशल थे। वे जानते थे कि गियर को एक-दूसरे के साथ सही अनुपात में कैसे फिट किया जाए ताकि वे गणितीय/खगोलीय गणनाएं कर सकें।

यह इतना महत्वपूर्ण क्यों है: इस मशीन की खोज से पहले, वैज्ञानिकों को लगता था कि इतनी जटिल मशीनें मध्य युग या पुनर्जागरण काल तक नहीं बनाई गई थीं। एंटीकाइथेरा मैकेनिज्म ने यह सोच बदल दी। इसने साबित कर दिया कि 2,000 साल पहले भी, लोगों के पास अविश्वसनीय तकनीकी ज्ञान था। यह मशीन आज की जटिल घड़ियों, कंप्यूटर और खगोलीय उपकरणों की पूर्वज मानी जाती है। *

टेक्नोइंपैक्ट / अपराजिता

एक समय तक लोग हंसने के लिए एक-दूसरे को चुटकुले सुनाते, सर्कस में जोकर की हरकतें, स्टैंडअप कॉमेडी शो या कॉमेडी मूवीज देखते थे। लेकिन आज एआई और चैट-जीपीटी के जमाने में हंसना-हंसाना भी स्वाभाविक न होकर टेक्नोलॉजी जेनरेटेड होता जा रहा है। हास्य के बदलते ट्रेंड पर एक नजर।

लाफ्टर पर हावी होती टेक्नोलॉजी हंसने-हंसाने का बदल गया तरीका

हर साल मई के पहले रविवार को वर्ल्ड लाफ्टर-डे मनाया जाता है। आज लाफ्टर-डे है। हास्य दिवस हमें इस बात की याद दिलाता है कि हंसी सिर्फ एक भाव नहीं बल्कि सामाजिक ऊर्जा भी है। एक ऐसी ताकत, जो तनाव, अलगाव और भय को दूर कर देती है। लेकिन इस एआई के दौर में सब चीजें वैसी ही नहीं रहीं, जैसी हम उन्हें अब तक जानते रहे हैं।

हास्य में एआई का हस्तक्षेप

हास्य के क्षेत्र में एआई ने जबरदस्त हस्तक्षेप किया है। आज का हास्य सिर्फ इंसानी अनुभव नहीं है बल्कि एक खास तरह का एल्गोरिद्म बन चुका है, डेटा और मशीन लर्निंग का मिला-जुला रूप है। आज एआई टूल्स ने हास्य को कहीं ज्यादा लोकतांत्रिक बना दिया है। पहले स्टैंडअप कॉमेडी या व्यंग्य लेखन एक विशेष कौशल माना जाता था। लेकिन आज यह कौशल नहीं बल्कि प्रॉम्प्ट्स बनकर रह गया है। आप चैटजीपीटी या किसी भी लार्ज लैंग्वेज मॉडल को कुछ संकेत करिए, वो पल भर में आपको चुटकुले, मीम्स या व्यंग्यात्मक लेख तैयार करके दे देगा। इसका एक सकारात्मक पहलू यह है कि छोटे शहरों, कस्बों और गांवों में भी हंसने की नई-नई विधाएं, नई-नई आवाजें उभर रही हैं। लेकिन इसका एक दूसरा पहलू भी है, जब हर कोई हास्य बना सकता है, तो भला हंसने की जरूरत कहां रहती है? अगर हंसाना कोई खास गुण नहीं है, तो कोई दूसरे के हंसाने पर क्यों हंसेगा?

खो रही मौलिकता

पहले जब हम किसी के मौलिक हास्य से रूबरू होते थे, तो उसे एक खास प्रतिभा मानते थे, जो किसी-किसी को मिलती है। आज एआई ने इसमें भी एक तरह का संकट पैदा कर दिया है। कॉपी-पेस्ट कॉमेडी का खतरा बढ़ चला है। अगर आप गौर से सुनें तो एक हजार चुटकुलों में शायद ही दो-चार ऐसे आपको मिलेंगे, जिन्हें आपने पहले कभी न सुना हो। दरअसल, हास्य का यह मशीनीकरण बहुत गहरे अर्थों में हमें हास्य से धीरे-धीरे दूर कर रहा है क्योंकि मशीन चाहे जितना बढ़िया हास्य भाव या हास्य रस पैदा कर ले, हम इंसान कभी संतुष्ट ही नहीं होंगे, न ही कभी उसे किसी तरह का रचनात्मक कर्म मानेंगे।

हास्य का पर्सनलाइजेशन

हास्य की दुनिया में एआई का एक बड़ा प्रभाव यह भी है कि इसने हंसने की समूची प्रक्रिया का 'पर्सनलाइजेशन' कर दिया है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म हमारे व्यवहार, हमारी पसंदगी-नापसंदगी और हमारे देखने के ढंग पर इतनी बारीक निगाह रखती है कि जब वो हमें हास्य परोसती है, तो वही हास्य परोसती है, जिस पर हम हंसते हैं। लेकिन यह शुरू-शुरू में तो हंसाती है, बाद में एक ही जैसे कंटेंट देख-देखकर हम बोर होने लगते हैं। कहने का मतलब यह कि एआई का हास्य जितनी तेजी से आकर्षित करता है, उतनी ही तेजी से हमें विकर्षित भी करता है यानी मोहभंग भी उसी रफ्तार से होता है। क्योंकि एआई हमें एक खास तरह के ईको चैंबर में कैद कर देती है और यह इंसानी फितरत होती है कि वह किसी भी एकरसता से ऊब जाता है, चाहे फिर एकरसता उसकी कितनी ही पसंद की क्यों न हो? हास्य व्यंग्य के सामने एआई ने यही सबसे बड़ा खतरा पैदा कर दिया है कि थोक के भाव में जब किसी किस्म का हास्य तैयार होगा, तो वह कितने दिनों तक हंसा पाएगा या उसके हंसाने में कितने दिनों तक नयापन, ताजगी या अनोखापन रह पाएगा। आज के दौर का सबसे लोकप्रिय हास्य माध्यम मीम है। एआई ने मीम निर्माण को इतना मशीनीकृत कर दिया है कि कोई घटना घटती नहीं कि कुछ ही मिनट में हजारों, लाखों मीम्स तैयार हो जाते हैं। शुरू-शुरू में इस कौशल ने जरूर रोमांचित किया था। क्योंकि उसके पहले इंसान की रफ्तार इतनी तेज नहीं थी, लेकिन आज ये कौशल रोमांच नहीं कर रहा बल्कि कुछ ही देर में उबाने लगता है। एआई का हास्य के क्षेत्र में सबसे बड़ा खतरा यही है कि यह इसे डेड कॉमेडी बनाती जा रही है। *

एआई-लाफ्टर के पांच बड़े ट्रेंड

इंस्टेंट कॉमेडी: यह वो हास्य ट्रेंड है, जिसमें सेकेंडों में चुटकुले और मीम्स तैयार किए जाते हैं।

पर्सनलाइजेशन: आज एआई, हर व्यूवर और हर लिसनर को ध्यान में रखकर उसकी पसंद, नापसंद के मुताबिक हास्य तैयार करता है। यह अलग ही किस्म का हास्य अनुभव है।

ग्लोबल ह्यूमर: आज बाकी क्षेत्रों की तरह ही हास्य की दुनिया में भी भाषा और संस्कृति की सीमाएं टूट रही हैं।

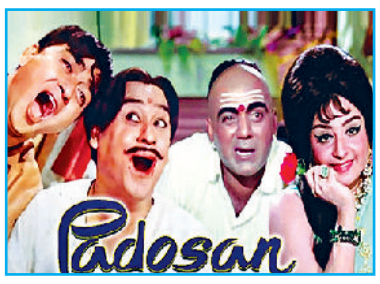
एथिकल चैलेंज: पहले मजाक सिर्फ मजाक तक सीमित रहता था, वह अपमान की हद तक नहीं जाती थी, लेकिन आज एआई के प्रभाव में कॉमेडियन भी हास्य को अपमान की सीमा तक ले जाने में संकोच नहीं करते हैं।

ह्यूमन-एआई सहयोग: यह एक ऐसा भविष्य का कॉमेडी मॉडल है, जो अभी पूरी तरह से सामने नहीं आया है, मगर इसके कुछ-कुछ रूप रंग दिखने लगे हैं, जिससे पता चलता है कि ये बाकी सबसे ज्यादा मशीनी होगा।

लाफ्टर डोज से भरपूर बेहतरीन कॉमेडी फिल्में

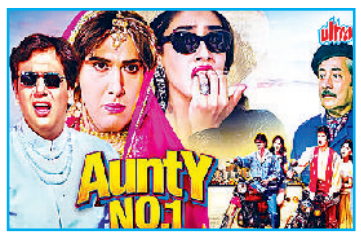
अपने शुरुआती दौर से ही हिंदी फिल्मों में कॉमेडी, दर्शकों का पसंदीदा जॉनर रहा है। इसीलिए कॉमेडी करने वाले एक्टर्स ही नहीं सीरियस एक्टर्स ने भी कई फिल्मों में कॉमेडी की। नए-पुराने दौर की कुछ बेहतरीन कॉमेडी फिल्मों पर एक नजर।

सिने ट्रेंड / अशोक वाधवाणी



रोजमर्रा की भाग-दौड़ और तनाव से कुछ देर राहत पाने के लिए अधिकांश दर्शक हिंदी कॉमिक फिल्में देखना खूब पसंद करते हैं। यही वजह है कि शुरुआती दौर से ही लाफ्टर के डोज से भरपूर एक से बढ़कर एक कॉमेडी फिल्में बनती रही हैं। ऑल टाइम फेवरेट कुछ कॉमेडी फिल्मों और एक्टर्स के बारे में यहां बता रहे हैं।

महमूद की कॉमेडी फिल्में: हिंदी सिनेमा के आरंभिक दौर में नाममात्र की कॉमेडी फिल्में बनती थीं। पुराने दौर के फेमस कॉमेडियन और वर्सेटाइल एक्टर महमूद ने फिल्मों में एक्टिंग के साथ-साथ कई कॉमेडी फिल्मों का निर्माण भी किया। इनमें प्रमुख हैं- 'छोटे नवाब', 'भूत बंगला', 'पड़ोसन', 'बॉम्बे टू गोवा' आदि। 'पड़ोसन' एक कल्ट क्लासिक कॉमेडी है, जो बॉलीवुड कॉमेडी मूवीज का माइलस्टोन है। उत्कृष्ट गीत-संगीत, संवाद के अलावा सुनील दत्त, किशोर कुमार, महमूद और सायरा बानो के बेहतरीन अभिनय का संगम है यह फिल्म। आज भी इस फिल्म का क्रेज कायम है।



किशोर कुमार की यादगार कॉमेडी मूवीज: बेहतरीन गायक और अभिनेता, किशोर कुमार ने भी कई कॉमेडी फिल्मों के माध्यम से दर्शकों को खूब हंसाया-गुदगुदाया। 'हाफ टिकट', 'चलती का नाम गाड़ी', 'दिल्ली का ठग', 'मिस्टर एक्स इन बॉम्बे', 'प्यार किए जा' ऐसी ही फिल्में हैं, जिनमें किशोर कुमार की नायक और गायक दोनों ही भूमिकाओं को दर्शकों का खूब प्यार मिला।

सीरियस डायरेक्टर्स की कॉमिक फिल्में: कॉमेडी फिल्मों के क्रेज को देखते हुए ही सीरियस फिल्में बनाने वाले कई डायरेक्टर्स ने भी कॉमेडी फिल्में बनाईं। हृषिकेश मुखर्जी ने पहले 'गोलमाल' (1979) बनाई जो हिट रही। फिर इसकी सक्सेस से प्रेरित होकर 'चुपके-चुपके', 'रंग-बिरंगी', 'खूबसूरत' जैसी कॉमेडी मूवी बनाकर ऑडियंस को चौंकाया। इसी तरह गुलजार की 'अंगूर' (1982) ऑल टाइम लाइक की जाने वाली कॉमेडी मूवी है। राजकुमार संतोषी की 'अंदाज अपना-अपना' (1994) बढ़िया कॉमेडी मूवी है।

कॉमेडी करने वाले सीरियस एक्टर: दिलीप कुमार जैसे सीरियस एक्टर ने भी 'राम और श्याम', 'गोपी' के अलावा 'आजाद' और 'कोहिनूर' में भी मीना कुमारी के साथ जमकर कॉमेडी की। 'खूबसूरत' में रेखा ने भी अपनी कॉमिक टाइमिंग का कमाल दिखाया। संजीव कुमार जैसे संजीदा अभिनेता ने 'मनचली', 'अपने रंग हजार', 'अंगूर' जैसी फिल्मों में अपनी स्वाभाविक शैली में खूब मनोरंजन किया। अशोक कुमार ने 'विक्टोरिया नंबर 203' में प्राण के साथ मिलकर जबरदस्त कॉमेडी की। इनके अलावा परेश रावल, पंकज त्रिपाठी, नवाजुद्दीन सिद्दिकी, नसीरुद्दीन शाह, ओम पुरी ने भी कई कॉमिक रोल किए हैं।

नए दौर की कॉमेडी फिल्में: हाल के दशकों में आई हिंदी कॉमेडी फिल्मों की बात करें तो निर्देशक प्रियदर्शन ने कुछ बेहतरीन कॉमेडी मूवीज बनाई हैं। 'हेरा फेरी', 'हंगामा', 'हलचल', 'दे दनादन' 'ढोल', 'चुप-चुपके' प्रियदर्शन की ऐसी ही फिल्में हैं, जिन्हें देखते हुए दर्शक लोट-पोट हो जाते हैं। कुछ अन्य फिल्म मेकर्स ने भी कमाल की कॉमेडी फिल्में बनाई हैं। कॉमेडी फिल्म 'धमाल' (2007) की दिलचस्प बात यह है कि फिल्म में कोई एक्ट्रेस नहीं है। 'चाची-420' में कमल हासन और 'आंटी नंबर वन' में गोविंदा लेडीज गेटअप में नजर आए हैं। इन दोनों फिल्मों ने भी दर्शकों को खूब हंसाया।

ये कॉमिक गाने भी हुए हिट: बॉलीवुड फिल्मों में ऐसे कई सॉन्ग्स भी बने हैं, जिनमें कॉमेडी का तड़का है। महमूद पर तो बड़ी संख्या में कॉमेडी गीत पिक्चराइज हुए हैं। 'पड़ोसन' का गीत 'एक चतुर नार, बड़ी होशियार...' को कौन भूल सकता है भला! इसी तरह 'नमक हलाल' का गीत 'पग घुंघरू बांध मीरा नाची थी...' मनोरंजक है। हाल के दौर में इस तरह के गीतों की बात करें तो 'साड़ी के फॉल सा...' (आर. राजकुमार), 'चिंता ता ता चित्ता चित्ता...' (राउडी राठौर), 'मां दा लाडला बिगड़ गया...' (दोस्ताना), 'चलाओ ना नैनों के बाण रे...' (बोल बच्चन) 'हट्टे-कट्टे, उल्लू के पट्ठे। एक ही थाली के चट्टे-बट्टे...' (चश्मे बद्दूर) आदि ऐसे लोकप्रिय गीत हैं, जो गुदगुदाते भी हैं।

क्लाइमैक्स में कॉमेडी: जिस तरह एक्शन फिल्मों का क्लाइमैक्स काबिले गौर होता है, ठीक वही बात कॉमेडी फिल्मों पर भी लागू होती है। निर्माता राज कपूर और निर्देशक राहुल रवैल की जोड़ी की मूवी 'बीवी-ओ-बीवी' के अंत में कार रेस के साथ, रणधीर कपूर द्वारा बाइक पर किया गया पीछा हंगामेदार है। कारों की ऐसी कलाबाजियां होती हैं, जिसे देखकर दर्शक अपनी हंसी रोक नहीं पाते। इसी तरह 'धमाल' (2007) में खजाना पाने की लालसा में सारे कलाकार एक-दूसरे को पछाड़ते हुए आगे निकलने के लिए जो तिकड़में लगाते हैं, वो कहकहे लगाने के लिए काफी हैं। 'वेलकम' (2007) में मधुमक्खियों के छत्ते का झुंड सभी कलाकारों पर आक्रमण करता है। उसके बाद जो भगदड़ मचती है, हंगामा होता है, वो देखने लायक है। प्रियदर्शन की 'हलचल' में अक्षय खन्ना और करीना कपूर के विवाह से पहले मंगलसूत्र को लेकर छीना-झपटी होती है। सबके बीच ऐसी भागदौड़ शुरू होती है कि दर्शक हंसते-हंसते लोट-पोट हो जाते हैं। *