हरिभूमि
झज्जर-बहादुरगढ़ भूमि
रोहतक, मंगलवार, 25 मार्च 2025

13 जीतकर लौटी बॉक्सर खनक दलाल का स्वागत

14 सज मत श्याम नजर लग जाएगी...

खबर संक्षेप

माता भीमेश्वरी देवी मेले को लेकर बैठक आज

झज्जर। धर्म नगरी बेरी में आगामी 30 मार्च से शुरू हो रहे माता भीमेश्वरी देवी नवरात्र मेला की तैयारियों को लेकर लघु सचिवालय बेरी में मंगलवार सुबह दस बजे अधिकारियों की बैठक होगी। बैठक की अध्यक्षता एसडीएम रेणुका नांदल करेंगी। उन्होंने बताया कि बैठक मेला की तैयारियों की समीक्षा की जाएगी। बैठक में संबंधित विभागों के अधिकारी उपस्थित रहेंगे।

रायपुर की कैंटीन से बैट्री व सामान चोरी

झज्जर। क्षेत्र के गांव रायपुर की कैंटीन में चोरी होने का मामला सामने आया है। पुलिस को दी शिकायत में खखाणा गांव निवासी संदीप ने बताया कि वह रायपुर के एक स्कूल में कैंटीन चलाता है। बीती 21 मार्च की रात उसकी कैंटीन से इंवर्टर की दो बैट्री व एक हुक्का चोरी हो गया। उसने अपने स्तर पर चोरी हुए सामान को तलाशने का प्रयास भी किया लेकिन कुछ पता नहीं चल पाया।

सरकारी स्कूलों में 30 तक चलेगा प्रवेश उत्सव

झज्जर। डीसी प्रदीप दहिया ने बताया कि हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद के निर्देशानुसार जिले के सभी सरकारी स्कूलों में शैक्षणिक सत्र 2025-26 के लिए प्रवेश उत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। यह अभियान 23 मार्च से शुरु हो चुकी है व आगामी 30 अप्रैल तक चलेगा, जिसका मुख्य उद्देश्य हर बच्चे को शिक्षा की मुख्यधारा से जोड़ना है। वहीं जिला शिक्षा अधिकारी राजेश खन्ना ने बताया कि सभी स्कूल मुखियाओं और शिक्षकों को निर्देश दिए गए हैं कि वे अभियान को सफल बनाएं।

पत्नी व बच्चों के हत्यारोपी को पुलिस ने क्राइम सीन रीक्रिएट के बाद जेल भेजा

दाह संस्कार के लिए नहीं आया कोई अपना

■ पुलिस ने पोस्टमार्टम के बाद चारों शव को सामाजिक संस्था को सौंपा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बहादुरगढ़

■ पुलिस ने परिजनों से किया था संपर्क, आने से इनकार

अपने परिवार मौत के घाट उतारने वाले आरोपी हरपाल सिंह को पुलिस ने अदालत में पेश करने के बाद जेल भेज दिया। इससे पहले पुलिस ने उसे मौके पर ले जाकर क्राइम सीन रीक्रिएट किया। वारदात में प्रयोग की गई रस्सी, चाकू और पेट्रोल की बोतल आदि भी बरामद की जा चुकी है। वहीं, दूसरी तरफ शवों का भी पोस्टमार्टम करा दिया गया। परिवार का कोई अपना नहीं आया तो पुलिस ने सामाजिक संस्था के हाथों शवों का दाह संस्कार करवाया।

दरअसल, उत्तराखंड का हरपाल सिंह करीब सात महीने पहले यहां सेक्टर 9 स्थित एक मकान में किराये पर रहने आया था।

शनिवार की देर शाम को उसके मकान में तेज धमाके हुए। आसपास के लोगों ने देखा तो मकान में आग लगी हुई थी। इसके बाद बचाव कार्य शुरू हुआ। मकान से घायल अवस्था में हरपाल मिला। जबकि उसके बीवी व तीनों बच्चों के शव कमरे में थे। प्रारंभिक तौर पर ब्लास्ट को लेकर तरह तरह की चर्चाएं चली लेकिन जांच आगे बढ़ी तो मामला हादसे के बजाय हत्या का पाया गया। मौके से मिले सुसाइड नोट व आरोपी के कबूलनामे से तस्वीर साफ हो गई।

आरोपी ने परिजनों की हत्या कर घर में लगा दी थी आग

आरोपी हरपाल ने ही पत्नी व तीनों बच्चों की हत्या के बाद मकान में आग लगाई थी। सोमवार को पुलिस आरोपी हरपाल को उसके मकान पर लेकर गई। क्राइम सीन रीक्रिएट किया गया। वारदात में प्रयोग किया गया चाकू, रस्सी आदि भी बरामद किया गया। इससे पहले 12 पेज का नोट व पेट्रोल की बोतल पुलिस ने वारदात की रात को ही मकान से बरामद कर ली थी। दूसरी तरफ, पुलिस ने नागरिक अस्पताल में शवों का पोस्टमार्टम कराया। पुलिस ने मृतकों के परिवार से संपर्क किया था लेकिन उन्होंने यहां आने से इंकार कर दिया। पुलिस ने पोस्टमार्टम कराने के बाद एक संस्था के हाथों दाह संस्कार की प्रक्रिया शुरू कराई।

ये बोले सिटी थाना प्रभारी

सिटी थाना प्रभारी हरेश कुमार का कहना है कि आरोपी को जेल भेज दिया गया है। शवों का भी पोस्टमार्टम कराया गया है।

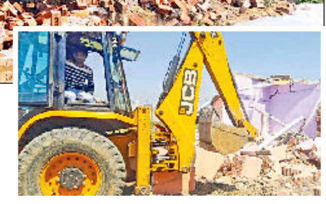
नई पॉलिसी बनने पर खत्म हुआ किसानों का आंदोलन

बहादुरगढ़। भारत सरकार के ऊर्जा मंत्री द्वारा एचटी लाइन को लेकर नई मुआवजा नीति बनाने के बाद सोमवार को दिल्ली और हरियाणा के किसान औचंदी बॉर्डर पर जुटे। भारतीय किसान कामगार अधिकार मोर्चा के तत्वावधान में एचटी लाइन के विरुद्ध चल रहे किसान आंदोलन की समाप्ति की घोषणा करते हुए मिठाई खिलाकर खुशी जताई। भारतीय किसान कामगार अधिकार मोर्चा के अध्यक्ष सतेंद्र लोहचब ने कहा कि किसानों को इस पॉलिसी के तहत हजारों-करोड़ों रुपए का मुआवजा मिलेगा। किसानों के लंबे संघर्ष की जीत हुई है। मार्केट रेट को लेकर भी इसमें प्रावधान किया गया है। किसानों के खेतों में भविष्य में कोई भी एचटी लाइन का काम नई पॉलिसी के तहत होगा। किसानों को आर्थिक नुकसान की भरपाई हो सकेगी।

टीम ने 2 ढांचे, 2 चारदीवारी, 15 डीपीसी व मिट्टी के रास्ते उखाड़े

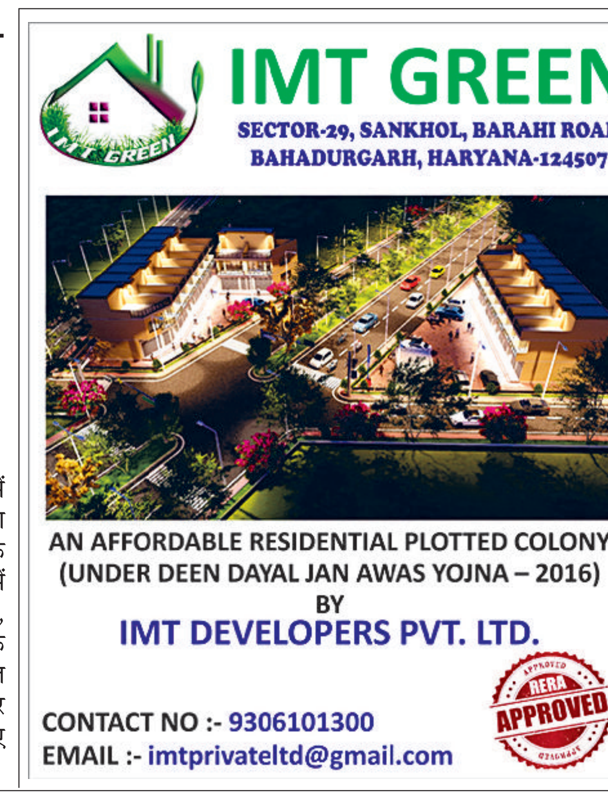
सिद्दीपर की अवैध कॉलोनी में चली डीटीपी की जेसीबी

बहादुरगढ़। सोमवार को जिला नगर योजनाकार विभाग की टीम ने सोमवार को सिद्दीपुर गांव के रकबे में कार्रवाई की। इस दौरान करीब 6 एकड़ में अवैध रूप से विकसित हो रही अवैध कॉलोनी में जेसीबी चलाई। डीटीपी की टीम द्वारा 2 ढांचे, 2 चारदीवारी और 15 डीपीसी के अलावा मिट्टी के रास्ते ध्वस्त कर दिए गए। एटीपी सतीश और जेई सुमित के नेतृत्व में सोमवार सुबह डीटीपी की टीम जेसीबी व पुलिस फोर्स लेकर गांव सिद्दीपुर पहुंचे। ड्यूटी मजिस्ट्रेट के रूप में बीडीपीओ उमेद सिंह मौजूद रहे। गांव सिद्दीपर में 6 एकड़ में फैली अवैध कॉलोनी में बने कच्चे रास्ते, डीपीसी, नींव, निर्माणाधीन ढांचों को जमींदोज किया गया। डीटीपी ने लोगों से भी बिल्डरों के बहकावे में आकर अनाधिकृत कॉलोनियों मे जमीन नहीं खरीदने की अपील की है। उन्होंने कोई भी प्लॉट या प्रॉपर्टी खरीदने से पहले जिला नगर योजनाकार कार्यालय में उसके वैध होने की पुष्टि करने की सलाह दी है। एटीपी सतीश व जेई सुमित ने लोगों से अवैध कॉलोनी में निर्माण नहीं करने की अपील की है। अन्यथा डीटीपी कार्यालय द्वारा तोड़फोड़ करने की चेतावनी भी दी गई है।



डीआरओ ने समाधान शिविर में सुनीं लोगों की समस्याएं

झज्जर। सोमवार को आयोजित समाधान शिविर में डीआरओ प्रमोद चहल ने लोगों की समस्याओं को सुना और संबंधित विभाग के अधिकारियों को समस्याओं के जल्द समाधान करने के निर्देश दिए। समाधान शिविर में पुलिस, राजस्व, बैंक, सामाजिक न्याय, यूएचबीवीएनएल, ग्रामीण विकास विभाग से जुड़ी समस्याएं लेकर नागरिक पहुंचे। शिविर में 10 शिकायतें दर्ज हुई। संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए गए कि सभी शिकायतों पर तुरंत कार्रवाई करते हुए समाधान सुनिश्चित किया जाए ताकि शिकायतकर्ताओं को राहत मिले।



हरिभूमि सहेली

चैत्र नवरात्र विशेष

चैत्र नवरात्र, मां दुर्गा की आराधना के माध्यम से स्वयं की आत्मचेतना को भी साधने का पावन अवसर बनकर आता है। इस दौरान प्रकृति में होने वाला सुहाना बदलाव, आस्था के भाव संग मन की ऊर्जा अर्जित करने का परिवेश बनाता है। आइए इस शुभ-पावन सुअवसर में हम भी आत्मशक्ति को जाग्रत करने का प्रयास करें।

मां दुर्गा की उपासना आत्मशक्ति जगाने वाले दिन

पर्व निहितार्थ

डॉ. मोनिका शर्मा

वासंतिक नवरात्र, मां शक्ति की उपासना के नौ दिन मन की शुद्धि और जीवन की समृद्धि की कामना से जुड़े होते हैं। व्रत और पूजा-अर्चना के माध्यम से स्वयं को साधने के प्रयास करने का यह पावन पर्व है। आने वाले नवरात्र, जीवन को हर तरह से उन्नत बनाने का समय है।

प्रकृति में होता नवसंचार

वासंतिक या कहें चैत्र नवरात्र में पूरे परिवेश में नई चेतना का संचार हो रहा होता है। खिलती प्रकृति के मौसम में आदिशक्ति को साधने का यह उत्सव हमारे भीतर नया उत्साह जगाता है। प्रकृति से जुड़ा सब कुछ दैवीय-सा लगता है। पेड़ों पर फूटती नई कोंपलों में नवसृजन की आहट होती है। कोयल की मीठी कूक हर ओर ऊर्जा बिखेर रही होती है। सचमुच, वासंतिक नवरात्र का यह समय ही नवजीवन का संचार करने वाला है। आस्था के भाव संग मन की ऊर्जा उपार्जित करने का परिवेश बनाता है।

सकारात्मक भावों से जुड़ाव

नवरात्र के उपवास और आस्था से जुड़ी सोच से जीवन में सकारात्मक ऊर्जा का प्रवाह होता है। संयम, नियम के पालन से शरीर और मन की शुद्धि होती है। शक्ति की उपासना से जुड़ी आस्था से उपजा शुद्धता का यह भाव सजग और चेतन अस्तित्व से जोड़ता है। शांत, स्थिर और सधा हुआ विश्वास मन को बल देने वाला होता है। मां दुर्गा की आराधना के नौ दिन भीतर की सकारात्मक ऊर्जा से साक्षात्कार करने का उत्सव बनकर आते हैं।

असल में यह पर्व मन की प्रफुल्लता, स्फूर्ति और तेजस्विता को बल देता है। दुःख-तकलीफ से मुक्ति और मनोकामनाओं की पूर्ति के लिए मां दुर्गा की उपासना, स्त्रियां पूरे मन से करती हैं। अपने लिए ही नहीं, अपने परिवार की कुशल कामना के लिए मां से आशीर्वाद मांगती हैं। अपने चेतनामयी अस्तित्व के लिए प्रार्थना करती हैं। हालांकि आज भी महिलाओं को बहुत से मोर्चों पर जाग्रत होने की दरकार है। महिलाओं के सामने घर के भीतर और बाहर जितनी भी परेशानियां आती हैं, उनकी एक बड़ी वजह अपने ही अस्तित्व को लेकर सजग न होना ही है। हर अच्छे-बुरे व्यवहार के प्रति स्वीकार्यता का भाव सही नहीं होता। विवेक रूपी अस्त्र का प्रयोग कर अपने जाग्रत अस्तित्व को समाज के सामने लाना बहुत आवश्यक है। नवसृजन का उल्लास बिखेरती प्रकृति के बीच भगवती दुर्गा की उपासना का यह उत्सव वास्तव में ऐसी सोच को पुष्ट करने वाला है। आस्था भरे भावों से वासंतिक छटा के माहौल में उम्मीद और सकारात्मक सोच का साथ भी मिलता है।

ऋतु परिवर्तन का समय

चैत्र नवरात्र, धार्मिक आस्था और अध्यात्म से ही नहीं जीवन के कई व्यावहारिक पक्षों से जुड़े दिन भी हैं। ऋतु परिवर्तन के समय में स्वच्छता और संयमित दिनचर्या जरूरी है। विक्रम संवत की शुरुआत के समय आने वाला यह नौ दिन का उत्सवीय अनुष्ठान वैज्ञानिक चिंतन के तार्किक पक्ष का आधार लिए है। मां शक्ति के पूजन के साथ ही बहुत से व्यावहारिक पहलू जुड़े हैं। प्रार्थना, जप और ध्यान नकारात्मक विचारों से दूर रखते हैं, मन-मस्तिष्क को स्थिरता देते हैं। सात्विक आहार, उपवास और सधी दिनचर्या शरीर और मन को डिटॉक्स करती है। यह अनुशासित जीवनशैली स्वास्थ्य और सक्रियता बनाए रखती है। मौसम के मुताबिक अपनों की संभाल-देखभाल करने वाली स्त्रियां सदा से ही इन वैज्ञानिक बातों को भी आस्था के भाव संग समझती आई हैं। मौजूदा दौर में भी महिलाओं का यह भाव-चाव कायम है।

बेटियों के पूजन की रीत

हमारे यहां शक्तिस्वरूपा के रूप में बेटियों के पूजन की रीत है। व्यावहारिक और धार्मिक धरातल पर जुड़ी आस्था संग सधी दिनचर्या के साथ नौ दिनों तक देवी के नौ रूपों की पूजा की जाती है। सर्दी के पूरी तरह खत्म होने और तपिश के मौसम की शुरुआत के समय नियमपूर्वक मां आदिशक्ति के नौ रूपों को नमन कर व्रत-अनुष्ठान किए जाते हैं। एक ओर परिवर्तन के इस काल में प्रकृति नवीन हो जाती है तो दूसरी ओर मन श्रद्धा के भावों से भरा होता है। बदलते परिवेश में ये दिन भीतरी परिवर्तन लाने की शक्ति देते हैं।

अपने सामर्थ्य को पहचानने का अवसर

चैत्र नवरात्र के पहले दिन से नववर्ष की शुरुआत होती है। ऋतुओं का यह संधि काल शारीरिक सेहत ही नहीं, मन का स्वास्थ्य भी बिगाड़ता है। ऐसे में मां दुर्गा की उपासना का यह उत्सव आध्यात्मिक और पारंपरिक पर्व तो है ही, अपने सामर्थ्य को पहचानने का अवसर भी है। मन-मस्तिष्क को सबल रखने के लिए शक्ति साध लेने का समय है। स्त्रियां अपनी सृजनशील सोच से परिवार ही नहीं, पूरे परिवेश को थामती आई हैं। अपनों को ही नहीं, परायों को भी संभालने की सोच रखती हैं। गहराई से देखा-समझा जाए तो मातृशक्ति का यही भाव घर-परिवार को थामे हुए है। संयमित, संस्कारित जीवन का आधार है।

देवी पूजन सामग्री की आध्यात्मिक महत्ता

नवरात्रों में हम सब देवी भगवती के नौ रूपों की पूजा-अर्चना करते हैं। इस पूजन में हम विभिन्न पूजन सामग्रियों का प्रयोग करते हैं। इनकी आध्यात्मिक महत्ता के बारे में आपको यहां बता रहे हैं।

महात्म्य

अनीता जैन, वास्तुविद

देवी भागवत पुराण के अनुसार, चैत्र नवरात्र में देवी दुर्गा के नौ रूपों की आराधना अत्यंत फलदायी मानी जाती है। यह पर्व भक्तों को शक्ति, ज्ञान और समृद्धि प्रदान करता है। नवरात्र के नौ दिन मां दुर्गा के अलग-अलग स्वरूपों-शैलपुत्री, ब्रह्मचारिणी, चंद्रघंटा, कूष्मांडा, स्कंदमाता, कात्यायनी, कालरात्रि, महागौरी, और सिद्धिदात्री की पूजा की जाती है। मान्यता है कि जो भक्त श्रद्धा और नियमपूर्वक नवरात्र में देवी की पूजा-अर्चना करते हैं, उन्हें जीवन में सफलता, स्वास्थ्य और समृद्धि प्राप्त होती है। नवरात्रों में भक्तजन मां की कृपा प्राप्त करने के लिए विभिन्न पूजन सामग्रियों का प्रयोग करते हैं। हर सामग्री का एक आध्यात्मिक और पौराणिक महत्व होता है, जो पूजा की प्रभावशीलता को बढ़ाता है।

कलश: कलश स्थापना किसी भी देवी-देवता की पूजा का एक महत्वपूर्ण हिस्सा होता है। इसे ब्रह्मांडीय ऊर्जा का प्रतीक माना जाता है, जिसमें देवी की उपस्थिति होती है। कलश में जल भर कर उसमें आम के पत्ते, सुपारी, पंचरत्न और नारियल रखे जाते हैं। आम के पत्ते सकारात्मक ऊर्जा को आकर्षित करते हैं, सुपारी मंगल कार्यों की सफलता का प्रतीक होती है, पंचरत्न पंचतत्वों का प्रतिनिधित्व करते हैं। कलश स्थापना करने से घर में सुख-समृद्धि और आध्यात्मिक ऊर्जा बनी रहती है।

माता का आसन: माता का आसन लाल या पीले कपड़े पर बनाया जाता है। लाल रंग शक्ति, ऊर्जा और विजय का प्रतीक होता है, जबकि पीला रंग शुभता और ज्ञान का प्रतीक है। देवी का आसन सही तरीके से स्थापित करने से पूजा में स्थायित्व और सकारात्मक ऊर्जा बनी रहती है। ऐसा माना जाता है कि उचित आसन पर स्थापित देवी की प्रतिमा से घर में शांति और समृद्धि आती है।

अक्षत: पूजन में प्रयोग किए जाने वाले चावल को अक्षत कहा जाता है, जिसका अर्थ होता है 'जो खंडित न हो।' यह संपूर्णता, अखंडता और समृद्धि का प्रतीक है। देवी को अक्षत अर्पित करने से घर में सुख-समृद्धि बनी रहती है। विशेष रूप से, हल्दी से रंगे चावल देवी लक्ष्मी और दुर्गा की पूजा में अत्यंत शुभ माने जाते हैं।

कुमकुम और हल्दी: कुमकुम और हल्दी देवी पूजन में अनिवार्य माने जाते हैं। कुमकुम सौभाग्य, शक्ति और समृद्धि का प्रतीक है, जबकि हल्दी स्वास्थ्य और पवित्रता का प्रतीक मानी जाती है।

अखंड दीपक: नवरात्र में अखंड दीपक जलाने की परंपरा अत्यंत शुभ मानी जाती है। खासतौर पर गाय के शुद्ध घी का दीपक जलाना बहुत ही लाभकारी होता है। यह न केवल वातावरण को पवित्र करता है बल्कि घर में दिव्य ऊर्जा को बनाए रखता है। घी का दीपक जलाने से देवी महालक्ष्मी, दुर्गा और सरस्वती की कृपा प्राप्त होती है। अखंड दीप जलाने से घर में कोई नकारात्मकता प्रवेश नहीं करती।

नारियल: नारियल को श्रीफल भी कहा जाता है, जिसका अर्थ है 'शुभ फल'। यह कठोर बाहरी आवरण वाला होता है, जो मनुष्य के अहंकार को दर्शाता है, जिसे त्यागने के बाद ही आंतरिक शुद्धता प्राप्त की जा सकती है। देवी को नारियल अर्पित करने से जीवन में उन्नति, सफलता और शांति आती है।

कपूर और धूप: कपूर और धूप जलाने से वातावरण शुद्ध और सकारात्मक ऊर्जा से भर जाता है। यह बुरी शक्तियों को दूर करता है और मन को शांति प्रदान करता है।

भोग: नवरात्र में मां दुर्गा को विशेष भोग अर्पित किया जाता है। नौ दिनों में अलग-अलग प्रसाद चढ़ाने की परंपरा होती है, जैसे- पहले दिन घी, दूसरे दिन शक्कर, तीसरे दिन दूध, चौथे दिन मालपुए, पांचवें दिन केले, छठे दिन शहद, सातवें दिन नारियल, आठवें दिन हलवा और नौवें दिन पूड़ी, खीर या हलवा का भोग अर्पित करने से मां की कृपा प्राप्त होती है।

चैत्र नवरात्र आरंभ होने वाले हैं। इस दौरान आप भी जरूर व्रत रखेंगी। व्रत के दौरान आपको कोई परेशानी न हो, दिन भर एनर्जी लेवल बना रहे, इसके लिए आपका डाइट प्लान परफेक्ट होना चाहिए। इस बारे में जानिए।

व्रत के लिए परफेक्ट डाइट प्लान

डाइट सजेशन

अंशु चौहान, डाइटीशियन

नवरात्र में कई महिलाएं पूरे नौ दिनों का उपवास रखती हैं तो कुछ पहले और आखिरी दिन ही व्रत रखती हैं। व्रत के दौरान ऐसा फलाहार करना चाहिए, जिससे आपको भरपूर एनर्जी मिलती रहे। कुछ लोग व्रत के दौरान कुछ नहीं खाते हैं, लेकिन ऐसा करना स्वास्थ्य के लिहाज से सही नहीं होता है। पौष्टिक फलाहार न खाने से कमजोरी लगने लगती है, क्योंकि आप हाउसवाइफ हों या वर्किंग वूमेन, दिन भर आपको कई तरह के काम तो करने ही पड़ते हैं। ऐसे में आपको जरूरी एनर्जी मिलती रहे, इसके लिए पौष्टिक फलाहार करना आवश्यक है। खान-पान सही ना हो तो व्रत के दौरान आपको कमजोरी, सिर में दर्द, चक्कर आने जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। ऐसा आपके साथ न हो, इसके लिए व्रत के दौरान आप यहां बताए जा रहे पौष्टिक आहार का सेवन कर सकती हैं।

इन्हें करें डाइट में शामिल

व्रत के दौरान आप अपनी डाइट में साबूदाना, समा के चावल, शकरकंद और ताजे फल शामिल कर सकती हैं। ये कार्बोहाइड्रेट के अच्छे सोर्स होते हैं। साबूदाना खिचड़ी और समा के चावल धीमी ऊर्जा रिलीज करने वाले हल्के और सुपाच्य पौष्टिक खाद्य पदार्थ हैं। इन्हें आप अपने व्रत के फलाहार में शामिल कर सकती हैं।

प्रोटीन-फाइबर्स: मांसपेशियों की मजबूती के लिए मूंगफली, दूध, दही, छाछ का सेवन कर सकती हैं। इनके अलावा कुट्टू, राजगीरा और सिंघाड़े का आटा प्रोटीन और फाइबर के बढ़िया स्रोत होते हैं। दिमाग और शरीर को ऊर्जा प्रदान करने के लिए नारियल, ड्राई फ्रूट्स जैसे बादाम, अखरोट, काजू और मखाना खा सकती हैं। शरीर में पर्याप्त विटामिंस, मिनरल्स और हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए नारियल पानी, फलों का जूस और नीबू पानी पीना फायदेमंद है, जो इलेक्ट्रोलाइट्स बैलेंस के साथ-साथ हाइड्रेशन को भी मेंटेन रखते हैं।

सुबह-दोपहर में क्या लें: सुबह के समय शरीर को हाइड्रेट करना और मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करना बेहद जरूरी होता है। इसके लिए नाश्ते में स्मूदी और एनर्जी से भरपूर फ्रूट्स सही समय पर लेना जरूरी है। इससे सुबह के कामों को निपटाने के लिए आपको भरपूर मात्रा में ऊर्जा मिलेगी। ऐसे पौष्टिक नाश्ते को करने से काम-काजी महिलाओं को भी ऑफिस वर्क के दौरान घंटों तक एनर्जी बनी रहेगी। आप सिंघाड़े या कुट्टू के आटे की रोटी, लौकी की सब्जी और दही दोपहर के भोजन में ले सकती हैं। शाम के समय हल्का लेकिन एनर्जी-बूस्टर स्नैक्स जरूरी है। शकरकंद चाट, लंबे समय तक आपको ऊर्जा देगा।

डिनर में क्या लें: रात का आहार हल्का और सुपाच्य होना चाहिए ताकि नींद अच्छी आए। इसमें समा के चावल की खिचड़ी और सोने के कुछ समय पहले गर्म दूध और खजूर रात में शरीर को ऊर्जा देने के लिए लाभदायक हैं।

इस तरह व्रत के दौरान सुबह से लेकर रात तक अपने आहार के बारे में छोटी-छोटी बातों को ध्यान में रखेंगी तो अपनी दिनचर्या और हेल्थ को ठीक रख सकती हैं।

प्रस्तुति: संध्या रानी

मेकअप रहेगा लॉन्ग-लास्टिंग आपको मिलेगा चार्मिंग लुक

मेकअप

सरिता गुप्ता

नवरात्रों के दौरान धार्मिक आयोजनों में अकसर शामिल होना होता है। ऐसे आयोजनों में आपका मेकअप भी सिंपल लेकिन अट्रैक्टिव होना चाहिए। हम आपको यहां मेकअप करने का ऐसा तरीका बता रहे हैं, जिनसे ना सिर्फ पसीना कंट्रोल होगा बल्कि आपका चेहरा भी ग्लो करेगा।

फेस क्लीनिंग: जब भी आप मेकअप करें तो सबसे पहले फेस को साफ करने के लिए चेहरे पर दो मिनट क्लींजर से मसाज करें। उसके बाद फेस को सुखा लें। फिर लिक्विड मॉयश्चराइजर लगाएं। इसके बाद स्किन के लिए एस्ट्रिंजेंट लोशन लगाएं और कुछ मिनट तक रुकने के बाद फाउंडेशन लगाने से पहले दाग-धब्बों को कंसीलर से कवर कर दें।

फाउंडेशन का शेड: फाउंडेशन लेते समय हमेशा अपनी स्किन-टोन का विशेष ध्यान रखें। कभी भी ज्यादा फेयर दिखने के लिए फाउंडेशन का शेड ज्यादा लाइट न लें। आपको सिर्फ अपनी स्किन-टोन से एक शेड लाइटर ही फाउंडेशन लेना है। ध्यान रहे कि शेड आपकी स्किन-टोन से मैच करता हुआ हो। इसके अलावा आप खास मौकों के लिए गोल्ड फाउंडेशन भी खरीद सकती हैं। रात के किसी आयोजन के लिए मेकअप करना हो तो गोल्डन फाउंडेशन के साथ गोल्डन टिंटेड पावडर का यूज भी एक बढ़िया विकल्प हो सकता है।

फाउंडेशन: फाउंडेशन हमेशा माथे, नाक और गालों पर जरूर लगाएं। अब इसे हल्के गीले स्पंज से पूरे चेहरे पर एक समान रूप से फैलाएं। हल्का-सा फाउंडेशन पलकों पर लगाकर फैलाएं। अब फाउंडेशन को चेहरे के निचले हिस्से चिन और दोनों तरफ जबड़े की रेखाओं पर लगाएं और इसे अच्छी तरह स्पंज से ब्लेंड करें। इससे त्वचा एक जैसी दिखेगी।

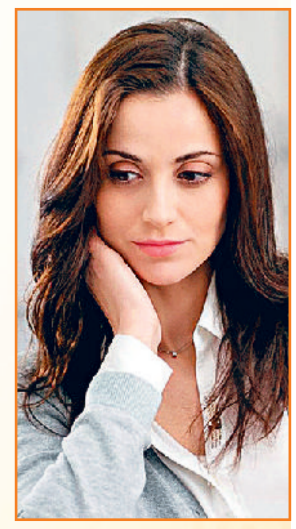
ब्लशर का यूज: मेकअप करने के बाद ब्लशर का यूज जरूर करें। ऐसा करने से चेहरे पर बहुत अच्छी शाइन आ जाती है। आप पावडर ब्लशर का ही यूज करें, क्योंकि इसे लगाना आसान होता है। ब्लशर को चीक बोंस पर लगाएं और इसे ब्रश से ब्लेंड करें।

आईशैडो: अगर आपको ग्लॉसी मेकअप करना है तो आप आइज पर ब्राउन, कॉपर या गोल्ड आईशैडो का यूज कर सकती हैं। ब्लैक और ब्राउन आईलाइनर भी अच्छे लगते हैं। आखिर में दो या तीन कोट मस्कारा के लगाएं, ध्यान रखें कि हर कोट के सूखने के बाद ही पलकों को ब्रश करें।

ऐसे लगाएं लिपस्टिक: मेकअप के बाद लिप्स को लिपस्टिक से हाईलाइट करें। लिप लाइनर का यूज बिल्कुल न करें। इसके कलर्स में पिंक, रेड, ऑरेंज या डार्क ब्राउन शेड्स में से किसी का यूज अपने आउटफिट से मैच करते हुए लगा सकती है।

(मेकअप आर्टिस्ट आरती खन्ना से बातचीत पर आधारित)

किसी कारण एकाकी जीवन जीने को मजबूर महिलाएं सवालों के घेरे में रहती हैं। वे अभिशप्त जीवन जीती हैं। उनको समाज का एक वर्ग हेय दृष्टि से देखता है। आखिर उन्हें भी हमारी मां, बहन और बेटी की तरह मान-सम्मान क्यों नहीं मिलता?



एकल नारी भी है सम्मान की हकदार

बदले दृष्टिकोण

एकता शर्मा

कल तक तो वह कुलवधु थी, परिवार में उसका मान-सम्मान था। लेकिन एक समय ऐसा भी आता है, जब उसके लिए अपमानजनक शब्दों का प्रयोग किया जाने लगता है। वह मासूम समझ नहीं पाती कि अब उसका कोई मान-सम्मान क्यों नहीं है? अगर अपने पति से वह अलग हो जाती है तो क्यों कभी उसके चरित्र पर अंगुली उठाई जाती है तो कभी डाइवोर्सी कहा जाता है? अपवादों को छोड़ दें तो आज भी महिलाओं की ही सहनशीलता पर टिके हैं घर-परिवार। तलाक भी सिर्फ तभी होता है, जब पुरुष पक्ष की प्रबलता हो। महिलाएं तो रिश्तों को बचाने का हर संभव प्रयास करती हैं। महिला तो उस राह पर जाती ही नहीं कि जिस पर उसका और उसके बच्चों का भविष्य गर्त में मिल जाए। फिर भी यह समाज महिलाओं पर ही तंज कसता है। इस दिशा में जम्मू-कश्मीर उच्च न्यायालय का महिलाओं के प्रति बदला नजरिया स्वागत योग्य है, जिसके अनुसार किसी महिला को 'डायवोर्सी' नहीं कहा जा सकता है।

हम स्त्री की विवशता को क्यों नहीं समझते: एकल नारी का जीवन अभिशाप नहीं है, वह अभिन्न अंग है समाज का। नारी मात्र देह नहीं, देह से परे एक मेधा शक्ति भी है। नारी हमारी संस्कृति की वाहक है, वह संवर्धन की हेतु और सेतु भी है। हम यह क्यों नहीं समझते? कभी-कभी कुछ स्त्रियों को विपरीत परिस्थितियों और असामयिक कारणवश एकल, एकांत जीवन को अपनाना पड़ता है। ऐसे में उनके व्यक्तिगत जीवन पर सवाल उठाना या हस्तक्षेप करना क्या गलत नहीं है? हमें किसी स्त्री की विवशता को समझना चाहिए।

जीने का समान अधिकार: एकल महिला को समाज संवेदनशील होकर क्यों नहीं देखता? आज भी हमारे समाज में एकल अविवाहित, तलाकशुदा और परित्यक्त महिलाओं को हेय दृष्टि से देखा जाता है। रूढ़िवादी, पूर्वाग्रही पितृसत्तात्मक समाज का एक वर्ग उन्हें अपनी कलुषित, कुदृष्टि से देखता है। यही नहीं, अशिक्षित वर्ग ही नहीं, पढ़े-लिखे लोग भी एकल महिलाओं को बर्दाश्त नहीं कर पाते। उनके जीवन पर तरह-तरह के सवाल उठाते हैं। दुखद यह है, इसमें पुरुष ही नहीं, महिलाएं भी शामिल होती हैं। दंभी पुरुष ऐसी महिलाओं के चरित्र पर लांछन लगाते हैं। समाज में उनका जीना दूभर कर देते हैं। ऐसे लोग भूल जाते हैं कि महिला भी इंसान है। उसे भी जीने का उतना ही अधिकार है, जितना उन्हें। क्यों हम अकसर एकाकी जीवन जी रही महिलाओं को देखकर अपमान भरी टिप्पणी करते हैं? क्या हम कुंठित समाज का हिस्सा हैं? हमें इन महिलाओं का सुख और उनकी स्वतंत्रता क्यों नही बर्दाश्त हो पाती?

मिले निजता को सम्मान: हमें समझना चाहिए कि एकल महिलाएं भी अपने स्वाभिमान, स्वावलंबन, आत्म-विश्वास और मेहनत के बल पर किसी अच्छे मुकाम पर पहुंची हैं। अपने बलबूते अपने बच्चों का भरण-पोषण कर रही हैं। याद रहे, नारी भी एक स्वतंत्र चेतना है। उसकी उत्पत्ति का इतिहास भी वही है, जो एक पुरुष का है। ऐसे में एकल नारियों को भी उतना ही सम्मान मिलना चाहिए, जितना अपने घर की मां, बेटी और बहन को मिलता है। यह रेडिकल फेमिनिज्म नहीं है, अपितु किसी की निजता का सम्मान है। यह संवैधानिक दृष्टिकोण ही नहीं, अपितु सभ्य समाज की पहचान है। सतत विकास, सशक्तिकरण, समावेशी दुनिया की बात करने वाले समाज को समानता के आधारभूत सिद्धांत को भी आत्मसात करना चाहिए। तभी हमारे राष्ट्र और समाज का चहुंमुखी विकास होगा।

खबर संक्षेप

पीएमएवाई-शहरी योजना से मिलेगा किफायती आवास

झज्जर। एसडीएम एवं नगरपालिका बेरी की प्रशासक रेणुका नांदल ने बताया कि जरूरतमंद पात्र नागरिकों के आवास के सपने को साकार करने के उद्देश्य से प्रधानमंत्री आवास योजना-शहरी 2.0 के तहत ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया शुरू हो चुकी है। यह योजना शहरी क्षेत्रों में रहने वाले आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग और निम्न आय वर्ग के परिवारों को किफायती आवास उपलब्ध कराने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल है।

डी प्लान की राशि खर्च करने में जिला तीसरे स्थान पर

झज्जर। एडीसी सलोनी शर्मा ने बताया कि डिस्ट्रिक्ट प्लान स्कीम के तहत विकास कार्यों पर राशि खर्च करने के मामले में जिला प्रशासन पूरे प्रदेश में शानदार प्रदर्शन करते हुए तीसरे स्थान पर है। वित्त वर्ष 2024-25 के लिए जिले को आवंटित 15.12 करोड़ रुपये की राशि में से 24 मार्च तक 10.57 करोड़ रुपये खर्च किए जा चुके हैं, जो कुल आवंटन का करीब 70 प्रतिशत है। उन्होंने बताया कि डी प्लान स्कीम के तहत जिले में गली व चौपालों का निर्माण, स्कूलों में शेड का निर्माण, सामुदायिक केंद्रों व श्मशान घाटों का जीर्णोद्धार और अन्य बुनियादी सुविधाओं से जुड़े कार्यों को प्राथमिकता दी जाती है।

सीताराम गेट में एक मकान से नकदी व आभूषण चोरी

झज्जर। शहर के सीताराम गेट में चोरों द्वारा एक घर से नकदी व आभूषण चोरी की वारदात को अंजाम दिया गया है। पुलिस को दी शिकायत सीताराम गेट निवासी भूप सिंह पुत्र हरीसिंह ने बताया कि बीती 22 मार्च की रात जब वह अपने परिवार के अन्य सदस्यों के साथ घर पर सो रहा था। सुबह जब उन्होंने उठकर देखा तो उनके घर में चोरी हो चुकी थी। चोर उसके पुत्र जसवंत के कमरे में रखी अलमारी से करीब 25 हजार रुपये की नकदी व सोने तथा चांदी के आभूषण चुरा ले गए। पुलिस ने पीड़ित की शिकायत पर मामला दर्ज करते हुए नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

स्वयंसेविकाओं ने पोस्टर बनाकर दी श्रद्धांजलि

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य शिक्षण महिला महाविद्यालय की स्वयंसेविकाओं ने शहीद भगत सिंह, सुखदेव और राजगुरु के बलिदान को पोस्टर बनाकर उनके बलिदान को श्रद्धांजलि दी। प्राचार्या डॉ आशा शर्मा ने कहा कि भारत का स्वतंत्रता संग्राम लाखों क्रांतिकारियों के बलिदान, त्याग और साहस की अमर गाथा है। शहीद भगत सिंह, सुखदेव और राजगुरु ने देश की आजादी के लिए हंसते-हंसते प्राण त्याग दिए थे।

सरकार को कर्मचारी विरोधी बताते हुए जमकर नारेबाजी की

लंबित मांगों को लेकर आशा वर्करों ने किया विरोध प्रदर्शन, सौंपा ज्ञापन

- सरकार आशा वर्करों की मांगों को पूरा नहीं करेगी तो आने वाले समय में एक बड़े आंदोलन की घोषणा की जाएगी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

झज्जर। लघु सचिवालय परिसर में प्रदर्शन करते हुए आशा वर्कर्स। लंबित मांगों को लेकर एसडीएम को ज्ञापन सौंपते हुए आशा वर्कर्स। फोटो :हरिभूमि

सोमवार को अपनी विभिन्न लंबित मांगों को लेकर आशा वर्करों ने लघु सचिवालय परिसर में विरोध प्रदर्शन किया। उन्होंने सरकार को कर्मचारी विरोधी बताते हुए जमकर नारेबाजी की। बाद में अपनी विभिन्न मांगों के संबंध में जिला प्रशासन के माध्यम से केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा के नाम एक मांग पत्र भेजा। यूनियन की प्रदेश उपाध्यक्ष प्रवेश मातनहेल ने कहा कि उनकी मुख्य मांगों में कच्चे कर्मचारियों को पक्का करना और जब तक सरकार पक्का नहीं करती तब न्यूनतम वेतन 26 हजार रुपये दिया जाए। उन्होंने कहा कि पिछले दिनों आशा वर्करों ने अपनी मांगों को लेकर जो 73 दिन की हड़ताल की थी, उसमें सरकार से समझौता हुआ था कि आशा वर्कर्स का वेतन नहीं काटा जाएगा। लेकिन उसके बाद भी वेतन काटा गया है। सरकार को उस कटे हुए वेतन को वापिस देना चाहिए। यूनियन की जिला सचिव अनीता ने कहा कि सरकार लगातार उनकी मांगों की अनदेखी कर रही है जिसको लेकर आशा वर्करों में रोष व्याप्त है। इसके उपरांत सभी आशा वर्कर्स जुलूस की शक्ल में मुख्य गेट तक पहुंची जहां उन्होंने एसडीएम रविंद्र के माध्यम से केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा के नाम ज्ञापन सौंपा। आशा वर्कर कर्मचारियों ने सरकार को चेतावनी देते हुए कहा कि अगर समय रहते सरकार आशा वर्करों की मांगों को पूरा नहीं करेगी तो आने वाले समय में एक बड़े आंदोलन की घोषणा की जाएगी। जिसकी जिम्मेवारी सरकार की होगी।

इनेलो पार्षदों ने किया सफाईकर्मियों का समर्थन

बहादुरगढ़। सफाई कर्मचारियों को संबोधित करते भूपेंद्र राठी। फोटो :हरिभूमि

बहादुरगढ़। पिछले आठ दिनों से वेतन नहीं मिलने के कारण नगर परिषद गेट के बाहर हड़ताल पर बैठे सफाई कर्मचारियों को इनेलो पार्षदों ने भी सोमवार को समर्थन दिया। पार्षद पति भूपेंद्र नफे सिंह राठी ने सफाई कर्मचारियों के हक की इस लड़ाई में साथ देने का आश्वासन भी दिया। इनेलो नेता भूपेंद्र नफे सिंह राठी ने कहा कि वेतन नहीं मिलने पर सफाई कर्मचारी कई बार हड़ताल कर चुके हैं, मगर उन्हें मामूली रकम व झूठे आश्वासन देकर हर बार उठा दिया जाता है। ऐसे में कुछ समय बाद फिर कर्मचारी वेतन न मिलने को लेकर हड़ताल पर बैठे जाते हैं। कर्मचारियों के परिवार के सामने आर्थिक संकट खड़ा हो गया है। सफाई कर्मचारी हड़ताल पर होने के कारण पूरे बहादुरगढ़ शहर में गंदगी के ढेर लगे हुए हैं। बीमारियां फैलने का खतरा बना हुआ है। पार्षद बिजेंद्र दलाल, पार्षद ज्योति नरेंद्र राठी, पार्षद रमन यादव, पार्षद जितेंद्र नफे सिंह राठी, पार्षद मोहित राठी, नरेंद्र राठी, एडवोकेट विपिन प्रधान व भूमित राठी आदि ने भी सफाई कर्मचारियों को अपना समर्थन दिया।

टीबी रोग के निदान व रोकथाम की दी जानकारी

झज्जर। टीबी की रोकथाम व उपचार की जानकारी देते हुए विषय विशेषज्ञ। फोटो :हरिभूमि

झज्जर। विश्व टीबी दिवस मनाने के लिए वर्ल्ड मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल गिरावड़ में एक सभा का आयोजन किया गया। संस्था के चेयरमैन डॉक्टर नरेंद्र सिंह की अध्यक्षता में आयोजित इस सभा में संस्थान के चिकित्सकों व विद्यार्थियों ने भागीदारी की। विद्यार्थियों द्वारा टीबी जागरुकता को लेकर विभिन्न पोस्टर एवं रंगोली बनाई। कार्यक्रम के दौरान माइक्रोबायोलॉजी विभाग से डॉक्टर अर्चना पांडे तथा टीबी एवं चेस्ट विभाग डॉक्टर कुलदीप गुलिया ने टीबी रोग के निदान, रोकथाम एवं उपचार बारे विस्तृत जानकारी प्रदान की जबकि प्रोफेसर एमसी गुप्ता ने टीबी की दवाइयां बेअसर होने के कारणों के बारे में जानकारी दी। संस्था के चेयरमैन डॉक्टर नरेंद्र सिंह ने अपने संबोधन में कहा कि प्रधानमंत्री द्वारा चलाए गए टीबी मुक्त भारत अभियान के प्रयासों को लागू करने का आह्वान किया। सभा के दौरान संस्थान के डीन डॉक्टर जेसी पासी, अस्पताल के डायरेक्टर डॉक्टर चांद सिंह ढुल, माइक्रोबायोलॉजी विभाग के अध्यक्ष डॉक्टर राकेश महाजन व प्रोफेसर डॉक्टर राजेश बरेजा ने टीबी की जल्दी पहचान, रोकथाम एवं उपचार विषय पर अपने विचार प्रकट किए।

दानी सज्जनों ने दिल खोल कर दिया दान

झज्जर। श्रीगोशाला के वार्षिक महोत्सव में मौजूद अतिथि एवं आयोजक। फोटो :हरिभूमि

झज्जर। क्षेत्र के गांव डीघल स्थित गोपाल श्रीकृष्ण गोशाला में चल रहा पांच दिवसीय वार्षिक महोत्सव सोमवार को संपन्न हो गया। 20 मार्च से 24 मार्च तक चले इस 105वें वार्षिक महोत्सव के दौरान दानदाताओं ने दिल खोल कर दान दिया। समापन समारोह में मुख्य अतिथि के तौर पर भाजपा किसान मोर्चा के जिलाध्यक्ष राम अहलावत ने शिरकत की। उन्होंने गौशाला में एक लाख रुपये दान स्वरूप देते हुए कहा कि वे गोमाता की सेवा के लिए सदैव तैयार रहते हैं। सरकार की तरफ से भी जो सहायता होगी वह उसे दिलाने का हर संभव प्रयास करेंगे।

रस्म तेरहवीं से लौट रहे कार सवारों को स्कार्पियो ने मारी टक्कर, चार घायल

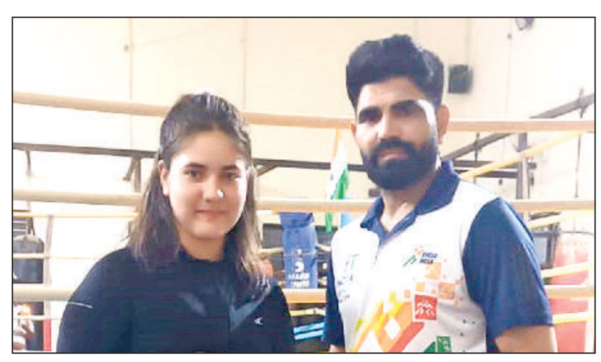
- स्थानीय नागरिक अस्पताल में दाखिल कराया गया

झज्जर। क्षेत्र के गांव ढाकला के नजदीक तेज रफ्तार गाड़ी ने एक कार को टक्कर मार दी। जिसके चलते जहां कार में सवार चार लोगों को हल्की चोट आई वहीं एक व्यक्ति गंभीर रूप से घायल हो गया। यह दुर्घटना उस समय हुई जब कार सवार लोग अपने किसी रिश्तेदार की रस्म तेरहवीं से गुरुग्राम से होकर वापिस लौट रहे थे। पुलिस को दी शिकायत में लडायन गांव निवासी हरेंद्र ने बताया कि वह रविवार को अपने परिवार के अन्य सदस्य सतपाल, संदीप, सुरेंद्र व सोमवीर के साथ कार में सवार होकर अपने किसी रिश्तेदार की रस्म तेरहवीं में शामिल होने के लिए गुरुग्राम गया था। जब वे गुरुग्राम से वापिस लडायन की ओर लौट रहे थे तो ढाकला मोड पर सामने से तेज गति से आ रही एक स्कार्पियो गाड़ी ने उनकी कार को टक्कर मार दी। इस घटना में कार सवार सभी लोगों को चोटे आई। उसे अधिक चोट लगने के कारण उपचार के लिए स्थानीय नागरिक अस्पताल में दाखिल कराया गया। हरेंद्र के अनुसार आरोपी गाड़ी सवार युवक किसी प्रकार का नशा किए हुए थे जो टक्कर मार कर मौके से फरार हो गए। पीड़ित द्वारा पुलिस को दी शिकायत में आरोपी गाड़ी चालक को नामजद भी किया गया है।

जीतकर लौटी बॉक्सर खनक दलाल का स्वागत

- खनक दलाल ने अंडर-17 आयुवर्ग और 80 किलोग्राम भारवर्ग में जीत हासिल की

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़



बहादुरगढ़। कोच संदीप के साथ बॉक्सर खनक दलाल। फोटो :हरिभूमि

अहलावत बॉक्सिंग क्लब में प्रशिक्षण प्राप्त कर रही खनक दलाल ने स्वर्ण पदक जीता और नेशनल प्रतियोगिता के लिए अपना स्थान सुनिश्चित किया। बॉक्सर खनक का क्लब में पहुंचने पर जोरदार स्वागत किया गया। बॉक्सिंग कोच संदीप अहलावत ने बताया कि 21 से 23 मार्च तक झज्जर में नेशनल टीम के लिए चयन हुआ था। ट्रायल में प्रदेश के सैकड़ों खिलाड़ियों ने भाग लिया था। अहलावत बॉक्सिंग क्लब की खिलाड़ी खनक दलाल ने अंडर-17 आयुवर्ग और 80 किलोग्राम भारवर्ग में जीत हासिल की। खनक सीबीएसई नेशनल में गोल्ड मेडल और आरईसी नेशनल में गोल्ड मेडल के अलावा हरियाणा स्कूल स्टेट चैंपियनशिप में सिल्वर मेडल जीत चुकी है।

खनक ने अपनी जीत का जीत का श्रेय कोच संदीप व अपनी मां सुनीता देवी को दिया। इस मौके पर पहलवान बिट्टू अहलावत, रोहित अहलावत, आशीष गुलिया, तेजपाल सैनी, बलजीत दलाल, पवन मान, महावीर पहलवान, दीपक मुदगिल, देव, सुनीता, रितु दहिया, सुदेश देवी व रानी गुलिया आदि ने खनक के उज्जवल भविष्य की कामना की।

शहीदों की याद में निकाली तिरंगा यात्रा

शहीदों को फांसी देने का मंचन करते कलाकार।

बहादुरगढ़। विद्यादान महादान ट्रस्ट प्रांगण में हवनोपरांत शहीद परिवारों का सम्मान किया गया। शक्ति नगर से रोहतक रोड स्थित शहीद स्मारक तक पैदल तिरंगा यात्रा निकाली गई। शहीद स्मारक पर भगत सिंह, राजगुरु व सुखदेव को फांसी देने के दृश्य का मंच किया गया। कार्यक्रम में सीआरपीएफ के वेदपाल सिंह हवलदार, दिल्ली पुलिस के विकास कुमार हवलदार, राजेंद्र सिंह एएसआई, राजबीर कादयान, सत्यदेव सिंह बीआरओ, ओम सिंह, कारगिल शहीद राजेंद्र सिंह, एसएसबी के महेंद्र सिंह आदि के परिजनों को सम्मानित किया गया। पवन वत्स ने मटके की थाप पर अपनी मंडली के साथ देशभक्ति रागिनियों से समां बांध दिया। खोखो कोच मुन्नी जून, वेटरन एथलीट रामचंद्र सहरावत, परमानंद मलिक को भीम गौरव सम्मान दिया गया। राज सिंह पहलवान, सत्यपाल सिंह, सतबीर सिंह, संजीव मलिक, दिनेश खोखर, प्रदीप यादव, मनीष चाहर, अतुल लोहिया, रमेश राठी व सतीश तहलान आदि ने भगत सिंह को ले कर अपने विचार व्यक्त किए। राजकुमार अरोड़ा व नफे सिंह कपूर ने देशभक्ति कविताएं सुनाई। कार्यक्रम में अनिल जून, नीरज वत्स व सुमित्रा तेवतिया आदि भी मौजूद रहे।

पार्कों की हालत सुधारने की मांग

सेक्टर-9ए के पार्क की टूटी दीवार देखते जसबीर सैनी।

बहादुरगढ़। भाजपा नेता एवं ग्रीवेंस कमेटी मेंबर जसबीर सैनी ने सेक्टर-9ए के कई पार्कों का निरीक्षण किया और उनकी खराब हालत पर नाराजगी जाहिर की। सैनी ने इस मामले में नगर परिषद के ईओ संजय रोहिल्ला से बात कर पार्कों के रेनोवेशन के लिए अलग-अलग लगाने टेंडर की मांग की। साथ ही पुलिस प्रशासन से रात के समय पार्कों में गश्त बढ़ाने की मांग की।

पोस्टर मेकिंग में ऋषिका ने पाया पहला स्थान

झज्जर। महाराजा अग्रसेन महिला महाविद्यालय में विश्व जल दिवस के उपलक्ष्य में पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। असिस्टेंट प्रोफेसर नीलम गर्ग ने बताया कि भूगोल विभाग द्वारा आयोजित इस पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में छात्राओं ने विश्व जल दिवस विषय पर आकर्षक पोस्टर बनाएं। प्रतियोगिता में 23 छात्राओं ने भाग लिया। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय की प्राचार्य डॉक्टर माधवी शर्मा ने की। उन्होंने छात्राओं को जल का महत्व समझाते हुए जल संरक्षण के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम का संचालन असिस्टेंट प्रोफेसर ममता तथा प्रीति द्वारा किया गया। प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका में राजनीतिक विभाग से डॉक्टर अनु बरवड़, विज्ञान विभाग से डॉक्टर मीनाक्षी तथा कॉमर्स विभाग से नीतू शामिल रहे। घोषित परिणामों में ऋषिका को प्रथम, पूजा को द्वितीय तथा ज्योति को तृतीय स्थान मिला। इस मौके पर सुमित, पूनम तथा सुनीता सहित अन्य भी मौजूद रहे।

स्वयंसेवकों को वितरित किए प्रमाण पत्र

झज्जर। समापन कार्यक्रम के दौरान महाविद्यालय स्टॉफ सदस्यों के साथ स्वयंसेवक। फोटो :हरिभूमि

झज्जर। राजकीय महाविद्यालय बिरोहड़ में चल रहा सात दिवसीय एनएसएस शिविर सोमवार को संपन्न हो गया। प्राचार्य डॉक्टर अनीता फौगाट की अध्यक्षता में आयोजित शिविर के सातवें दिन की शुरूआत एनएसएस क्लैप एवं गीत से हुई। सभी स्वयंसेवियों के साथ पारस्परिक बातचीत सत्र रखा गया, जिसमें सभी स्वयंसेवक एवं सेविकाओं ने सात दिवसीय शिविर के दौरान हुए अपने अनुभवों को सांझा किया। सत्र के दौरान प्राचार्या डॉक्टर अनीता फौगाट, एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी सुनीता और डॉक्टर सवीन, निशा रानी, डॉक्टर पवित्रा, राजेश और ओमबीर मौजूद रहे। इस दौरान डिजिटल एडिक्शन और डिजिटल डिटॉक्स विषय पर पोस्टर मेकिंग कंपीटिशन का आयोजन किया भी गया। जिसमें सभी स्वयंसेवियों ने बढ़चढ़ कर भाग लिया। सभी स्वयंसेवकों को एनएसएस सर्टिफिकेट वितरित किए गए।

हत्यारोपियों की तलाश कर रही पुलिस

बहादुरगढ़। हत्या कर शव कुएं में फेंके जाने के मामले में अभी तक किसी आरोपी की गिरफ्तारी नहीं हो सकी है। सदर थाना पुलिस नामजद आरोपियों को तलाश कर रही है। जल्द से जल्द मामले को सुलझाने की बात कही जा रही है। दरअसल, रविवार की सुबह कानोंदा गांव के कुएं में एक व्यक्ति का शव मिला था। मृतक की पहचान पवन के रूप में हुई थी। उसके सिर पर चोट के निशान भी मिले थे। लिहाजा परिजनों ने हत्या की आशंका जताई।

बहादुरगढ़। हड़ताली सफाईकर्मियों को संबोधित करते रवि खत्री। फोटो :हरिभूमि

पूर्व चेयरमैन ने दिया सफाईकर्मियों को समर्थन

बहादुरगढ़। गत 8 दिन से अपने वेतन के लिए हड़ताल पर चल रहे सफाई कर्मचारियों को नगर परिषद के पूर्व चेयरमैन रवि खत्री ने भी समर्थन दिया है। उन्होंने सोमवार को धरने पर पहुंचकर सफाई कर्मचारियों की मांग को उचित ठहराया। उन्होंने कहा कि सफाई कर्मचारियों की तनख्वाह दिलवाने में विफल रहे पूरे बोर्ड को इस्तीफा दे देना चाहिए। रवि खत्री ने कहा कि नप बोर्ड चाहे तो सफाई के करोड़ों रुपए के इस ठेके को खत्म करके सफाई कर्मचारियों को मस्टरोल पर लगाकर इनसे काम करवा सकता है। उन्होंने कहा कि 4 बार सफाई कर्मचारी अपनी मांग को लेकर हड़ताल कर चुके हैं। लेकिन वर्तमान बोर्ड का इनके समर्थन में आगे नहीं आना दुर्भाग्यपूर्ण है। जनप्रतिनिधियों की खामोशी ने पूरे शहर को गंदगी की तरफ धकेल दिया है। महामारी फैलने की आशंका बन गई है। उनके कार्यकाल में ठेकेदार द्वारा सफाई कर्मचारियों के शोषण की शिकायत पर सभी पार्षद सांसद दीपेंद्र हुड्डा से मिले और इस्तीफे की पेशकश कर दी थी। जिसके बाद ठेकेदारी प्रथा खत्म करके सफाई कर्मचारियों को डीसी रेट पर भर्ती किया गया था। वर्तमान पार्षदों को भी ऐसा ही कदम उठाना चाहिए।

अपहरण कर युवक से मारपीट और लूटपाट की

बहादुरगढ़। इलाके में आपराधिक वारदात थमने का नाम नहीं ले रहीं। अब यहां सेक्टर-4बी में एक प्रवासी युवक को बाइक सवार लुटेरों ने निशाना बना लिया। मारपीट कर उससे सोने की बाली उतरवा ली। इतना ही नहीं, बंधक बनाकर उसे एक दुकान पर ले गए और खाते से रुपये निकलवाकर छीन लिए। तीन लुटेरों ने इस वारदात को अंजाम दिया। मामले में त्वरित कार्रवाई करते हुए सेक्टर 16 चौकी पुलिस ने तीनों आरोपी गिरफ्तार कर जेल भी भेज दिए हैं। वारदात जनवेद के साथ हुई थी। जनवेद मूलतः राजस्थान के धौलपुर का जनवेद यहां एचएसआइआइडीसी सेक्टर-16 में स्थित एक कंपनी में काम करता है और वहीं पर रहता है। जनवेद के मुताबिक, शाम करीब साढ़े पांच बजे कंपनी से छुट्टी के बाद वह अपने चाचा नेनु व चचेरे भाई रामबरन के साथ राशन लेने जा रहा था। जब सेक्टर-4बी में न्यू लाइट कंपनी के पास पहुंचे तो बाइक सवार तीन युवकों ने रास्ता रोक लिया और मारपीट शुरू कर दी। इसी दौरान चाचा और चचेरा भाई तो वहां से भाग गए लेकिन वह लुटेरों के चंगुल में फंस गया। वे युवक मुझे बाइक पर जबरन बैठाकर चल दिए और रास्ते में रोककर मेरे कान से सोने की बाली उतार ली। फिर मुझसे पैसे मांगने लगे। इसके बाद अपहरण कर झज्जर रोड स्थित एक दुकान पर ले गए। वहां मेरे खाते से 1200 रुपये निकलवाए। फिर मुझे बाइक पर बैठाकर सुनसान जगह छोड़ दिया और धमकी देकर भाग गए। जैसे तैसे कंपनी में पहुंचा और ठेकेदार को मामले से अवगत कराया। इसके बाद पुलिस को शिकायत दी।

झज्जर। अनाज मंडी परिसर में लगी सरसों की ढेरियां। फोटो :हरिभूमि

चार हजार क्विंटल सरसों की हुई आवक, खरीद शुरू नहीं हुई

झज्जर। दिन-प्रतिदिन अनाज मंडी में सरसों की आवक तेज हो रही है। लेकिन अभी तक सरसों की सरकारी खरीद शुरू नहीं हो पाई है। जिसके कारण आढ़तियों और किसानों को परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। प्रारंभिक दिनों में जहां प्रशासनिक स्तर पर सरसों में नमी की मात्रा अधिक होना कारण माना जा रहा था। लेकिन बाद में एक पहलू यह भी सामने आया कि आढ़ती हैंडलिंग एजेंट बनने को ही तैयार नहीं है। जिसका कारण संबंधित इकाई और आढ़तियों के बीच कमीशन को लेकर सहमति नहीं बन पा रही है। अनाजमंडी आढ़ती एसोसिएशन के प्रधान हरेंद्र सिलाना ने बताया कि अनाजमंडी में सरसों की आवक निरंतर जारी है। अभी तक करीब चार हजार क्विंटल सरसों आ चुकी है। खरीद न होने के कारण किसानों व आढ़ती मायूस थे लेकिन अब सरकार द्वारा निर्धारित नई खरीद एजेंसी स्वराज द्वारा सरसों की खरीद की जाएगी।

साइबर ठगों का आतंक, लोगों से लाखों की धोखाधड़ी

- महिला के खाते से निकले दो लाख 98 हजार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

टास्क के नाम पर बहादुरगढ़ की निवासी एक महिला से ठगी की वारदात हो गई। शातिरों ने प्रोफिट का हवाला देकर महिला को करीब तीन लाख रुपये की चपत लगा दी। महिला की शिकायत पर साइबर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वारदात नेहा के साथ हुई है।

झज्जर रोड से सटी एक कॉलोनी में रहने वाली नेहा का कहना है कि कुछ दिन पहले टेलीग्राम पर एक मैसेज आया था। मैसेज का रिप्लाई दिया तो मुझे एक ग्रुप से जोड़ दिया गया। फिर टास्क दिए गए। इसके बाद मुझ से पैसे ट्रांसफर करवाए गए। शातिरों ने आठ बार ट्रांजक्शन के जरिये दो लाख 98 हजार 518 रुपये मंगवा लिए। जब वापस मांगे तो उन्होंने रेस्पांस देना बंद कर दिया। गत 27 फरवरी से तीन मार्च के दौरान यह वारदात हुई है। उधर, साइबर थाना पुलिस का कहना है कि मामले में जांच की जा रही है।

मुनाफा कमाने के झांसे में महिला ने गंवाए 57 हजार रुपये

झज्जर। घर बैठे ऑनलाइन काम करके मुनाफा कमाने के झांसे में आकर क्षेत्र के गांव खातीवास निवासी एक महिला 57 हजार रुपये गंवा दिए। धोखाधड़ी के बाद पीड़ितम महिला द्वारा पुलिस को शिकायत दी है। पुलिस को दी शिकायत में पीड़ित महिला द्वारा बताया गया कि जब वह बीती बीस फरवरी को वर्क फ्रोम होम के लिए अप्लाई कर रही थी तो उसके पास एक लिंक आया, जिसमें कुछ टास्क दिए गए थे। टॉस्क पूरा करने के दौरान उसके अकाउंट से 57 हजार रुपये कट गए। पुलिस ने शिकायत के आधार पर मामला दर्ज करते हुए नियमानुसार आगामी कार्रवाई शुरू कर दी है।

लक्की ड्रा के नाम पर ठगे चार लाख 74 हजार

बहादुरगढ़। शहर के निवासी एक व्यक्ति के साथ लक्की ड्रा के नाम पर ठगी की बड़ी वारदात हो गई। शातिरों ने पीड़ित को लक्की ड्रा की ईनामी राशि का झांसा दिया और चार लाख 74 हजार की चपत लगा दी। पीड़ित ने पुलिस को शिकायत दे दी है। साइबर थाना पुलिस ने केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। वारदात सत्यवान सिंह के साथ हुई है। सत्यवान का कहना है कि कुछ दिन पहले एक नंबर से मेरे पास कॉल आई। कॉलर ने कहा कि आपका हर्बल आयुर्वेद में लक्की ड्रा में छह लाख 90 हजार रुपये का ईनाम निकला है। आपको 6900 रुपये फीस भरनी होगी। उन्होंने बैंक चार्ज, टैक्स, जीएसटी व सर्विस आदि के नाम पर रुपये मंगवाने शुरू कर दिए। झांसे में आकर वह भी उनके पास रुपये भेज दिया गया। गत 16 जनवरी से लेकर 11 फरवरी तक शातिरों ने चार लाख 74 हजार रुपये ट्रांसफर करवा लिए। फिर बोले कि आपको तमाम राशि 11 मार्च को मिल जाएगी।

In the Court of A.C. First Grade Jhajjar
Case No. 21/N.T. dt. 02.08.2024
Khewat No. 191/182
Village Neola Tehsil and Distt Jhajjar
Date of hearing: 24/4/2025
Sukhdev etc Vs Rajbir etc
Publication: issuance to Respondent No. 1 to 21
To
Whereas it has been proved to the satisfaction of the Court that the
1. राजबीर सिंह पुत्र रामसिंह, 2. धनसिंह पुत्र रामसिंह, 3. सतपाल पुत्र चन्द्रदीप पुत्र रणपत, 4. धर्मपाल पुत्र माड़ुराम पुत्र बल्ला, 5. वीरसिंह दतक पुत्र रणधीर पुत्र रूपा, 6. दौलत सिंह पुत्र श्योदान पुत्र रणपत, 7. महेश, 8. दिनेश पुत्रान सत्यनारायण पुत्र श्योदान, 9. रमेश कुमार पुत्र चन्द्रदीप पुत्र रणपत, 10. वेदपाल, 11. कर्मपाल पुत्रान रमेश उर्फ रमेश कुमार, 12. श्रीमति आशारानी पुत्री रामपाल दतक पुत्र मुसद्दी, 13. ऋषिपाल पुत्र रामपाल, 14. शशीपाल मृतक पुत्र रामपाल दतक पुत्र मुसद्दी बजरिये कानुनी वारसान 14ए. प्रीती विधवा शशीपाल, 15. युवराज पुत्र निशारानी पुत्री रामपाल, 16. विना देवी विधवा खेमबीर पुत्र रामसिंह, 17. मीराबाई, 18. मौहनी कुमारी, 19. पिंकी पुत्रीयान, 20. राहुल पुत्र खेमबीर पुत्र रामसिंह, 21. सत्यनारायण पुत्र श्योदान सिंह सभी निवासीयान गांव न्योला तह व जिला झज्जर
cannot be served in the ordinary way of service. Hence, this proclamation under order 5 Rule 20 CPC is hereby issued against Respondent no. 1 to 21 and though persons who are interested in the matter should appear personally or through their counsel on 24/4/2025 at 9. A.M.
Take notice that in default of his/their appearance on the day before mentioned the above said case be heard and determined in his/their absence.
Given under my hand and the seal of the court dated 20/3/2025.
Seal of the Court/
Sd/- A.C. 1st Grade, Jhajjar

In the Court of A.C. First Grade Jhajjar
Case No. 22/N.T. dt. 02.08.2024
Khewat No. 192/183
Village Neola Tehsil and Distt Jhajjar
Date of hearing: 24/4/2025
Sukhdev etc Vs Rajbir etc
Publication: issuance to Respondent No. 1, 2 & 4 to 23
Whereas it has been proved to the satisfaction of the Court that the
1. राजबीर सिंह पुत्र रामसिंह, 2. धनसिंह पुत्र रामसिंह, 3. धर्मपाल पुत्र माड़ुराम पुत्र बल्ला, 4. वीरसिंह दतक पुत्र रणधीर पुत्र रूपा, 5. दौलत सिंह पुत्र श्योदान पुत्र रणपत, 6. महेश, 7. दिनेश पुत्रान सत्यनारायण पुत्र श्योदान, 8. रमेश कुमार पुत्र चन्द्रदीप पुत्र रणपत, 9. वेदपाल, 10. कर्मपाल पुत्रान रमेश उर्फ रमेश कुमार, 11. श्रीमति आशारानी पुत्री रामपाल दतक पुत्र मुसद्दी, 12. ऋषिपाल पुत्र रामपाल, 13. शशीपाल मृतक पुत्र रामपाल दतक पुत्र मुसद्दी बजरिये कानुनी वारसान 14ए. प्रीती विधवा शशीपाल, 14. युवराज पुत्र निशारानी पुत्री रामपाल, 15. तिना देवी विधवा खेमबीर पुत्र रामसिंह, 16. मीराबाई, 17. मौहनी कुमारी, 18. पिंकी पुत्रीयान, 19. राहुल पुत्र खेमबीर पुत्र रामसिंह, 20. सत्यनारायण पुत्र श्योदान सिंह, 21. नरेश कुमार पुत्र रामपाल पुत्र माड़ुराम, 22. मुकेश कुमार पुत्र रामपाल पुत्र माड़ुराम सभी निवासीयान गांव न्योला तह व जिला झज्जर।
cannot be served in the ordinary way of service. Hence, this proclamation under order 5 Rule 20 CPC is hereby issued against Respondent no. 1, 2, & 4 to 23 and though persons who are interested in the matter should appear personally or through their counsel on 24/4/2025 at 9. A.M.
Take notice that in default of his/their appearance on the day before mentioned the above said case be heard and determined in his/their absence.
Given under my hand and the seal of the court dated 20/3/2025.
Seal of the Court.
Sd/- A.C. 1st Grade, Jhajjar

खबर संक्षेप

कलेक्टर रेट निर्धारण की प्रक्रिया शुरू

झज्जर। जिला कलेक्टर एवं डीसी प्रदीप दहिया ने बताया कि वर्ष 2025-26 के लिए कलेक्टर रेट निर्धारण की प्रक्रिया शुरू कर दी है। उन्होंने बताया कि कलेक्टर रेट के निर्धारण को लेकर आमजन से सुझाव और आपत्तियां आमंत्रित की गई हैं। मुख्य रजिस्ट्रेशन शाखा द्वारा सुझाव और आपत्तियां 26 मार्च तक स्वीकार किए जाएंगे।

जल संरक्षण को लेकर किया ऑनलाइन सर्वेक्षण

बहादुरगढ़। वैश्य आर्य कन्या महाविद्यालय में रसायन शास्त्र विभाग द्वारा जल संरक्षण को लेकर ऑनलाइन सर्वेक्षण किया गया। इसमें लगभग 150 छात्राओं व अध्यापिकाओं ने पानी बचाने के महत्व को समझते हुए इसका समुचित प्रयोग करने की शपथ ली। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ राजवंती शर्मा ने कहा कि हमें पीने योग्य पानी का जरूरत के अनुसार उपयोग करना चाहिए।

लापता किशोरी का सुराग नहीं

बहादुरगढ़। लाइनपार के छोटूराम नगर से संदिग्ध परिस्थितियों में लापता किशोरी का काफी समय बीत जाने के बाद भी कुछ सुराग नहीं है। परिजनों ने बेटी को अगवा किए जाने की आशंका जताई है। पुलिस ने अपहरण की धारा के तहत केस दर्ज किया है। यूपी मूल की जरीना का कहना है कि उसकी करीब 16 वर्षीय बेटी अल्फिया गत 24 जुलाई को घर से बाहर गई थी लेकिन वापस नहीं आई। इसके बाद हमने उसकी तलाश शुरू की लेकिन कहीं नहीं मिली।

अस्पताल की लैब में चोरी, केस दर्ज

बहादुरगढ़। दिल्ली, रोहतक रोड स्थित एक अस्पताल की लैब में चोरी हो गई। लैब इंचार्ज ने एक युवक पर चोरी का आरोप लगाया है। दिल्ली के निवासी परीक्षित का कहना है कि वह बहादुरगढ़ में स्थित ब्रह्मशक्ति संजीवनी अस्पताल में बतौर कैथ लैब इंचार्ज कार्यरत है। गत 21 मार्च को राहुल और आशीष नाम के दो लड़के मुझे बिन बताए अस्पताल में आए। वे पहले यहां लैब में ही काम करते थे। गत 22 मार्च को हम जब एक ऑप्रेशन के लिए लैब में गए तो काफी कीमती सामान गायब मिला।

कीटनाशक डालकर तैयार फसल की बर्बाद

बहादुरगढ़। गांव मातन में एक किसान की तैयार गेहूं की फसल किसी ने कीटनाशक डालकर नष्ट कर दी। आसौदा थाना पुलिस ने शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

यह घटना उमेद के खेतों में हुई है। मातन के निवासी उमेद सिंह का कहना है कि उसने अपने खरखर की तरफ लगते खेतों में गेहूं की फसल उगाई थी।

श्रीगोपाल मंदिर में श्रीमद्भागवत कथा का चौथा दिन

सज मत श्याम नजर लग जाएगी... भजन पर भाव विभोर हुए श्रद्धालु

कथा वाचक बाल व्यास पुनीत महाराज ने भक्ति की महिमा का किया बखान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

दुःख में सुमिरन सब करे सुख में करै न कोय। जो सुख में सुमिरन करे दुःख काहे को होय। दुःख के समय सभी भगवान को याद करते हैं पर सुख में कोई नहीं करता। यदि सुख में भी भगवान को याद किया जाए तो दुःख हो ही क्यों। यह बात कथा वाचक बाल व्यास पुनीत महाराज ने चौधरियान मौहल्ला स्थित श्रीगोपाल मंदिर में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा के चौथे दिन उपस्थित श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए कही। कथा के दौरान सज मत श्याम नजर लग जाएगी, बाजे तेरी बांसुरी तो राधा चली आएगी, सज मत श्याम नजर लग जाएगी...भजन प्रस्तुत कर श्रद्धालुओं को भाव विभोर कर दिया। कथा व्यास ने अहिल्या प्रसंग की चर्चा करते हुए पांडवों की माता कुंती द्वारा भगवान श्रीकृष्ण से दुःख मांगने की कथा सुनाते हुए कहा कि भगवान श्रीकृष्ण द्वारिका लौट रहे थे। सारे पांडव दुःखी थे। श्रीकृष्ण उन्हें अपना शरीर का हिस्सा ही लगते थे। लेकिन श्रीकृष्ण को तो जाना ही था।

कोई भी श्रीकृष्ण को जाने नहीं देना चाहता था। भगवान भी एक-एक कर अपने सभी स्नेहीजनों से मिल रहे थे। सबसे मिलकर उन्हें कुछ ना कुछ उपहार देकर श्रीकृष्ण ने विदा ली। अंत में वे पांडवों की माता और अपनी बुआ कुंती से मिले। भगवान ने कुंती से कहा कि बुआ आपने आज तक अपने लिए मुझसे कुछ नहीं मांगा। आज कुछ मांग लीजिए। मैं आपको कुछ देना चाहता हूं। कुंती की आंखों में आंसू आ गए। उन्होंने रोते हुए कहा कि हे श्रीकृष्ण अगर कुछ देना ही चाहते हो तो मुझे दुख दे दो। मैं बहुत सारा दुःख चाहती हूं।

श्रीकृष्ण आश्चर्य में पड़ गए। श्रीकृष्ण ने पूछा कि ऐसा क्यों बुआ, तुम्हें दुःख ही क्यों चाहिए। कुंती ने जवाब दिया कि जब जीवन में दुख रहता है तो तुम्हारा स्मरण भी रहता है। हर घड़ी तुम याद आते हो। सुख में तो यदा-कदा ही तुम्हारी याद आती है। इसलिए अगर दुख रहेगा तो मैं तुम्हारी पूजा और प्रार्थना करती रहूंगी। आरती के बाद प्रसाद श्रद्धालुओं को वितरित किया गया।

झज्जर। श्रीमद्भागवत कथा के दौरान पूजा अर्चना करते हुए श्रद्धालु।

झज्जर। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित महंत राजेंद्र दास एवं अन्य।

संतों की वाणियों में जीवन जीने की कला : प्रोफेसर टंडन

झज्जर। भारतीय ज्ञान परंपरा पश्चिम के विज्ञान से कहीं ज्यादा जनोपकारी है। इस ज्ञान के अन्वेषक ऋषि मुनियों में संत नितानंद का नाम सबसे ऊपर आता है। उनके सुमिरन व साध के अंगों में भारतीय ज्ञान परंपरा का सही प्रस्तुतिकरण है जो विज्ञान के क्वांटम के सिद्धांत से कहीं ज्यादा सार्थक दिखाई देते है। यह बात माजरा दूबलधन स्थित जटेला धाम में राष्ट्रीय संगोष्ठी को संबोधित करते हुए जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय दिल्ली के चिंतक व महान विचारक प्रोफेसर रामनाथ झा ने कही। उन्होंने कहा कि इस ज्ञान संपदा के कारण ही भारत को विश्व गुरु का दर्जा प्राप्त था। संगोष्ठी की अध्यक्षता करते हुए पीठाधीश्वर महंत राजेंद्र दास ने आशीर्वचन देते हुए कहा कि संत नितानंद वाणी प्रचार प्रसार समिति व साधसंगत नितानंद महाराज के ब्रह्म ज्ञान को जन-जन तक पहुंचाने के लिए हर संभव प्रयास कर रही है। संत नितानंद की याद में विश्व स्तरीय आयुर्विज्ञान संस्थान मानव सेवा को समर्पित होगा, जिससे चिकित्सा के क्षेत्र में आयुर्वेद के नुस्खों और मेडिकल के नवाचार से असाध्य रोगों की सफल चिकित्सा होगी। वहीं दूसरे सत्र में वक्ता दिल्ली विश्वविद्यालय के प्रोफेसर पूरन चंद टंडन ने संत नितानंद कृत सत्य सिद्धांत प्रकाश के महत्व पर प्रकाश डाला।

बहादुरगढ़। गुरुग्राम में हुई दौड़ में शामिल होने वाले बीआरजी के धावक।

कई शहरों में दौड़ लगाकर जीते बीआरजी के धावक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

देश के अलग-अलग शहरों में आयोजित मैराथनों में बहादुरगढ़ रनर्स ग्रुप के धावकों ने अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। देहरादून हाफ मैराथन में कर्नल कृष्ण बधवार ने 21 किलोमीटर श्रेणी के 50 प्लस आयु वर्ग में प्रथम स्थान प्राप्त किया। दीपक छिल्लर और डा किरण छिल्लर ने खेलो इडिया पैरा एथलीट में विजयी धावकों को सम्मानित किया।

दीपक छिल्लर ने बताया कि दिल्ली के द्वारका में आयोजित हाफ मैराथन में बीआरजी के 45 धावकों ने बेहतरीन प्रदर्शन किया। बिजय सिंह ने 10 किलोमीटर मे पेसर की भूमिका निभाई। दस किलोमीटर में किरण नरूला ने 40 प्लस आयुवर्ग में प्रथम स्थान, अमृत कौर ने तृतीय स्थान, विजेंदर कुमार ने 45 प्लस आयुवर्ग में द्वितीय स्थान प्राप्त किया। पांच किलोमीटर में रणधीर गुलिया ने 60 प्लस आयुवर्ग में प्रथम स्थान, धर्मवीर ने 45 प्लस आयुवर्ग में प्रथम स्थान, राजिंदर पाल ने द्वितीय स्थान और ओपन कैटेगरी में अब्बास ने तृतीय स्थान हासिल किया।

नोएडा में हुई स्पर्धा में धावक दौड़े

नोएडा में हुई आईओएन कॉन्ट्रिब्यूशन में बीआरजी के 15 धावक दौड़े। पांच किलोमीटर के 30-40 आयुवर्ग में चंदन कुमार ने प्रथम स्थान, 50-60 आयु वर्ग में राजेश कुमार ने प्रथम स्थान, 40-50 आयुवर्ग में राजीव ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया। वहीं 21 किलोमीटर हाफ मैराथन के 60-70 आयु वर्ग में अशोक कुमार ने प्रथम स्थान, 10 किलोमीटर रेस के 18 प्लस ओपन आयु वर्ग में प्रशांत चौधरी ने प्रथम स्थान, 1600 मीटर बच्चों की दौड़ में सुनाक्ष ने प्रथम स्थान व पक्ष ने द्वितीय स्थान हासिल किया। रेवाड़ी में आयोजित में बीआरजी की हीना फोगाट ने प्रथम, स्नोवर ने तृतीय, साक्ष्य ने प्रथम, मोक्ष, तनय ने तृतीय, अंकुर ने प्रथम, अमन ने तृतीय स्थान और कुणाल ने 5वां स्थान हासिल किया। टफमैन गुरुग्राम हाफ मैराथन में बीआरजी के दीपक छिल्लर, किरण छिल्लर, जसवीर जून, शलभ खरे, अरुण विजयरण, रिंकी, सुमित राणा, सुनील सिकरी, आशीष, जितेंद्र सिंह, मनीष, अतुल, सनी राणा, रविता विजयरण, हंसराज, कमल पराशर, नवीन डबास ने दौड़ लगाई।

झोटों की लड़ाई में फायरिंग करने के तीन आरोपी गिरफ्तार

बहादुरगढ़। गांव मांडोठी में झोटों की लड़ाई में फायरिंग करने के मामले में मांडोठी चौकी पुलिस ने तीन आरोपी गिरफ्तार किए हैं। आरोपियों से पिस्तौल, तीन कारतूस और वारदात में प्रयोग की गई जेली बरामद की गई है। तीनों को जेल भेज दिया गया है।

मांडोठी चौकी प्रभारी जयभगवान के अनुसार, मांडोठी निवासी एक लड़के ने शिकायत दी थी कि मैं अपने पशुओं को चराने के लिए स्टेडियम में आया हुआ था। वहां पर ओमवीर, धर्मवीर व सोमबीर आदि तीनों अपने झोटे को लेकर आ गए। इस दौरान झोटों की लड़ाई हो गई। जब उन्होंने अपने झोटे को हारता हुआ देखा तो उन्होंने जेली से हमला कर दिया। इसी दौरान वहां पर मेरे पिताजी और भाई आ गया। इसके बाद आरोपियों ने हवाई फायर कर दिया।

चौकी इंचार्ज ने कहा कि इस संबंध में केस दर्ज कर जांच शुरू की। मामले में तीनों आरोपियों को काबू कर लिया है। आरोपियों से वारदात में प्रयोग किया पिस्तौल, तीन जिंदा कारतूस व जेली बरामद की गई है।

संस्कृत व्याकरण प्रतियोगिता में मंजीत विजयी

बहादुरगढ़। राजकीय महाविद्यालय बहादुरगढ़ में संस्कृत व्याकरण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्राचार्या सुमन हुड्डा की अध्यक्षता में संस्कृत विभाग की प्रवक्ता डॉ सरला ने यह प्रतियोगिता करवाई। प्रतियोगिता में मंजीत प्रथम, मुस्कान द्वितीय, सोनू कुमारी व हिमांशु तृतीय रहे। जबकि गरिमा को सांत्वना पुरस्कार मिला। प्राचार्य सुमन हुड्डा ने कहा कि एक अच्छी व्याकरण ज्ञान संवाद क्षमता में सुधार करती है। हमें सही रूप से संवाद करने की क्षमता प्रदान करता है। डॉ सरला ने कहा कि लेखन और संचार में स्पष्ट और सटीकता लाने में संस्कृत व्याकरण का बड़ा महत्व है। प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका प्रो भूपेंद्र, प्रो अमित कुमार व डॉ सरला ने निभाई। विजेता विद्यार्थियों को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर प्रो सीमा, प्रो निशा, प्रो प्रदीप मलिक ने विद्यार्थियों का उत्साह बढ़ाया। जबकि प्रो अमित छिकारा, प्रो राजीव दहिया व प्रो विकास शौकीन भी मौजूद रहे।

पेस ग्रुप के वार्षिकोत्सव में विद्यार्थी सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

- आईआईटी में चयनित छात्रों को सराहा

पेस ग्रुप द्वारा वार्षिक समारोह का आयोजन किया गया। पेस ग्रुप के डायरेक्टर जय विकास ने बताया कि उनके संस्थान के इस दूसरे वार्षिक समारोह में भाजपा के राष्ट्रीय सचिव ओम प्रकाश धनखड़ ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। अपने संबोधन में उन्होंने पेस ग्रुप की सराहना करते हुए कहा कि पेस के आ जाने के बाद बच्चों को कोचिंग लेने के लिए शहर से बाहर नहीं जाना पड़ता। पिछले दो साल में पेस ने आईआईटी व एनईईटी दोनों में बेहतरीन रिजल्ट दिए हैं। उन्होंने आईआईटी परिणाम में चयनित जियांश दलाल, हर्ष पूनिया, विक्की व कोमल तथा सीयूईटी ऑल इंडिया टॉपर निक्सिता राजैन को बधाई देते हुए उन्हें सम्मानित किया। वहीं जिप चेयरमैन कप्तान बिरधाना द्वारा भी एनडीए में चयनित विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की गई। भारतीय ओलंपिक बॉक्सर अमित पंघाल तथा नारनौल के एसडीएम रमित यादव ने स्पोर्ट्स में राष्ट्रीय स्तर पर स्वर्ण पदक जीतने वाले खिलाड़ी ऋषि, देव, धैर्य, हितेश, ईशू, गर्वित, युवराज व दिशा तथा कॉमनवेल्थ रजत पदक विजेता सागर अहलावत को सम्मानित किया।

इस दौरान यूपीएससी ऑल इंडिया टॉपर एवं वड़ोदरा के असिस्टेंट कमिश्नर सचिव नेहरा तथा वापी की असिस्टेंट कमिश्नर पूनम ने भी विद्यार्थियों को मोटिवेट करते हुए यूपीएससी के एग्जाम में सिलेक्शन हासिल करने के टिप्स बताए। इस मौके पर स्वामी रामकृष्ण, प्रसिद्ध कवि स्वयं श्रीवास्तव, पेस ग्रुप के चेयरमैन युद्धवीर अहलावत, मैनेजिंग डायरेक्टर संदीप, हरीश, सुमित चावला, अकेडमिक डायरेक्टर जय भगवान, भाजपा जिलाध्यक्ष विकास वाल्मीकि, मनीष बंसल, नरेंद्र चावला, सुरेंद्र नांदल, डॉक्टर मोहित नांदल सहित अन्य भी मौजूद रहे।

झज्जर। वार्षिकोत्सव के दौरान अपनी प्रस्तुति देते हुए छात्रा मेघना चौहान। फोटो : हरिभूमि

रमेश गुप्ता बने भाविप के शाखा अध्यक्ष

बहादुरगढ़। भाविप के नवचयनित पदाधिकारी व अन्य सदस्य।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

भारत विकास परिषद की बहादुरगढ़ शाखा ने ब्रहमशक्ति संजीवनी अस्पताल में बैठक की। बैठक में वर्ष 2025-26 के लिए शाखा पदाधिकारियों का सर्वसम्मति से चयन किया गया।

चुनाव पर्यवेक्षक के रूप में क्षेत्रीय सचिव (सेवा) शमशेर प्रकाश गोयल उपस्थित रहे। प्रांतीय उपाध्यक्ष एमसी जोशी और जिला समन्वयक सतीश शर्मा ने उनका स्वागत किया। रमेश गुप्ता शाखा अध्यक्ष बने। शाखा सचिव विजय पुन्हानी को चुना गया। कोषाध्यक्ष एमएस भाटी को बनाया गया। इस मौके पर डॉ. मनीष शर्मा, प्रवीण शर्मा, विरेंद्र कौशिक, मुकेश बंसल, डॉ. कुलदीप जून, एससी नेहरा, हरीश बजाज, रमेश सुखीजा, रमणीक सिंघल, विनोद गिरधर, दीपेश राठी, मास्टर जयभगवान, विजय पुन्हानी, अनिल शर्मा, डॉ. राजवंती शर्मा, सुरजीत घावरी, अशवनी शर्मा, संदीप अग्रवाल व दीपक पंवार आदि ने नवचयनित पदाधिकारियों को बधाई दी।

रूपेशवर धाम में हॉल निर्माण के लिए ग्रांट जारी

झज्जर। डीसी प्रदीप दहिया ने बताया कि मुख्यमंत्री ने अपने स्वैच्छिक कोष से गांव सुबाना स्थित रूपेशवर धाम में हॉल निर्माण के लिए घोषित पांच लाख रूपये की धनराशि जारी कर दी है। इसके अलावा कासनी गांव स्थित सत साहिब कुश्ती क्लब में रेसलिंग हॉल के निर्माण व रेसलिंग मैट खरीदने के लिए पांच लाख रूपये की धनराशि व अन्य जगह के लिए राशि पहुंच गई है।

कॉलेज में स्वदेशी का महत्व समझा

- एनएसएस शिविर के चौथे दिन स्वदेशी पर विस्तार व्याख्यान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

छारा के चौधरी हरद्वारी लाल राजकीय महाविद्यालय में चल रहे एनएसएस शिविर के चौथे दिन स्वदेशी पर विस्तार व्याख्यान हुआ। इसके उपरांत स्वयंसेवक छारा गांव के विख्यात पीलिया जोहड़ पर ऐतिहासिक महत्व जानने पहुंचे।

कार्यकारी प्रचार्या डॉ अनीता दलाल के दिशानिर्देशन में आयोजित कैंप में स्वयंसेवक उत्साह के साथ भाग ले रहे हैं। सोमवार को राजकीय महिला महाविद्यालय से अर्थशास्त्र के प्राध्यापक डॉ भूपेंद्र ने स्वदेशी के महत्व पर एक्सटेंशन लेक्चर दिया। उन्होंने स्वदेशी वस्तुओं को इस्तेमाल करके देश की अर्थवयवस्था को आगे बढ़ाने का आह्वान किया। उन्होंने इससे होने वाले फायदों को विस्तार से बताया। इसके बाद विद्यार्थियों को छारा के विख्यात पीलिया वाले जोहड़ पर ले जाकर एनएसएस कोर्डिनेटर मंजू मलिक ने उसके एतिहासिक महत्व के बारे में बताया। राजनीतीक विज्ञान के प्रध्यापक मोहित ने विभिन्न सामाजिक मुद्दों पर अपने विचार रखे। इस दौरान डॉ संजय देसवाल, देवेंद्र, डॉ अश्वनी कुमार, मोनिका, ज्योति, डॉ ललिता, मोहित व लोकेश आदि मौजूद रहे।

बहादुरगढ़। छारा के पीलिया जोहड़ पर पहुंचे स्वयंसेवक।

पुलिस की सख्ती का भी नहीं दिख रहा असर, नियमों को तोड़ रहे वाहन चालक

- बुलेट से पटाखे फोड़ना, ट्रिपल राइडिंग आम बात हो गई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| झज्जर

यातायात नियमों की पालना को लेकर जिला पुलिस द्वारा चलाए जा रहे जागरूकता अभियान का असर दुपहिया वाहन चालकों पर दिखाई नहीं दे रहा है। बुलेट से पटाखे फोड़ना, ट्रिपल राईडिंग आम बात है। लेकिन युवा एक ही मोटरसाईकिल पर चार-चार बैठकर भी नियमों की अवहेलना कर रहे है। हालांकि शहर के विभिन्न चौक चौराहों पर पुलिस के जवान तैनात है, फिर भी ये युवा पुलिस को चकमा देते हुए सरपट वाहन दौड़ा रहे है। खास बात यह भी है कि इन वाहनों की नंबर प्लेट भी टूटी हुई होती है या फिर दूसरे प्रदेशों की नंबर प्लेट लगी दिखाई देती है। पुलिस टीम को देखकर वाहनों को तेज गति से चलाकर बचने का प्रयास करते है। जिसके कारण दुर्घटना होने का भी अंदेशा रहता है।

झज्जर। शहरी क्षेत्र में एक मोटरसाईकिल पर चार युवक बैठकर जाते हुए।

प्रतिभा | प्रतियोगिता में देशभर से 1000 खिलाड़ी ले रहे हिस्सा

उत्तर प्रदेश में पदक जीकर जिले का गौरव बढ़ाया

ऑल इंडिया यूनिवर्सिटी किक बॉक्सिंग में मधु ने जीता गोल्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

उत्तर प्रदेश में हुई ऑल इंडिया यूनिवर्सिटी किक बॉक्सिंग चैंपियनशिप में झज्जर जिले की कुमारी मधु छाई रही। शानदार प्रदर्शन करते हुए मधु ने अपने भारवर्ग में गोल्ड मेडल हासिल किया। मधु की जीत पर परिजनों और खेल प्रेमियों ने खुशी जताई है। मेरठ स्थित सुभारती यूनिवर्सिटी में 21 से 25 मार्च तक यह चैंपियनशिप आयोजन की गई है। चैंपियनशिप में देशभर के विश्वविद्यालयों के करीब एक हजार खिलाड़ी भाग ले रहे हैं। झज्जर जिले के गांव देवरखाना की निवासी कुमारी मधु ने चित्कारा यूनिवर्सिटी की ओर से भाग लिया। मधु ने 56 केजी भारवर्ग में जबरदस्त प्रदर्शन करते हुए अपने तमाम मुकाबले जीते। फाइनल में सुभारती यूनिवर्सिटी की खिलाड़ी ज्योति को हराकर गोल्ड पर कब्जा जमाया। कोच जसवंत ने बताया कि मधु बेहद होनहार खिलाड़ी है। राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कई मेडल जीत चुकी है। वह चित्कारा यूनिवर्सिटी में एमबीए सेकंड इयर की छात्रा है। मधु कुमारी की जीत पर सभी को गर्व है। जीतकर लौटने पर उसका जोदार स्वागत किया जाएगा। सुभारती यूनिवर्सिटी के स्पोर्ट्स डायरेक्टर मेजर संदीप कुमार, भारतीय किक बॉक्सिंग संघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष संतोष कुमार ने खिलाड़ी को सराहा।

बहादुरगढ़। मधु को विजयी घोषित करते रेफरी। फोटो : हरिभूमि

बादली कॉलेज में 61 ने किया रक्तदान

- यूथ रेडक्रॉस ने किया रक्तदान शिविर का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बहादुरगढ़

बादली के चौ. धीरपाल राजकीय महाविद्यालय में यूथ रेडक्रॉस की तरफ से रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्य आनंद काद्याण और आयोजन यूथ रेडक्रास प्रभारी डॉ नवीन मलिक ने किया। कार्यक्रम का उद्घाटन मोहित गुलिया द्वारा किया गया। रक्त संचय एम्स बाढ़सा की टीम ने किया। कैंप में 61 यूनिट रक्त एकत्र हुआ। कॉलेज में सात दिवसीय एनएसएस कैंप के 5वें दिन केंद्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद के सदस्यों ने योगाभ्यास करवाकर स्वास्थ्य के प्रति सचेत किया। डॉ. रेनू गुलिया और संदीप के नेतृत्व में स्वयंसेवकों ने रक्तदान शिविर में अपनी भूमिका निभाई। इसके अलावा उन्होंने कविता, रंगोली, रस्साकस्सी आदि गतिविधियों में भाग लिया। सभी स्वयंसेवकों को उरी फिल्म देखी।

बहादुरगढ़। कैंप में रक्तदान करती डॉ. रेनू गुलिया।