हरिभूमि
सिरसा-फतेहाबाद भूमि
रोहतक, रविवार, 13 अप्रैल 2025

9 जिलेभर की मिड डे मील वर्कर्स ने मांगों को शहर में

10 हनुमान जन्मोत्सव पर जिलेभर में कार्यक्रम...

तेज अंधड़ से जिले में 151 बिजली के पोल व 11 ट्रांसफार्मर धड़ाम, 12 से 15 घंटे बत्ती रही गुल

33 केवी की 38 लाइनें, 24 स्वतंत्र फीडर, 27 अर्बन फीडर, 71 आरडीएस फीडर व 308 एग्रीकल्चर फीडर हुए प्रभावित

सुरेन्द्र असीजा ⏭फतेहाबाद

शुक्रवार को फतेहाबाद जिले में आई आंधी और तेज तूफान से बिजली निगम को काफी नुकसान पहुंचा है। आंधी-तूफान से लगभग सभी फीडरों पर बिजली सप्लाई शनिवार दोपहर बाद शुरू हो पाई जबकि आंधी से 151 पोल और 11 ट्रांसफार्मर टूट कर जमीन पर गिर गए। तेज अंधड़ से निगम के 5 एग्रीकल्चर फीडर ब्रेक डाउन हो गए। उधर आंधी से आंधी से अनेक पेड़ भी टूटकर खेतों में गिर गए।

बिजली निगम सभी ट्रांसफार्मरों व खंबों को ठीक करने में लगा है। जहां-जहां पोल व ट्रांसफार्मर लगाने का काम पूरा हो गया है, वहां बिजली सप्लाई बहाल कर दी गई है। देर रात को आंधी व तूफान से बिजली कर्मचारियों को बिजली सप्लाई बहाल करने में कड़ी

फतेहाबाद। तेज अंधड़ से जमीन पर गिरे बिजली के पोल। फोटो: हरिभूमि

मशक्कत का सामना करना पड़ा। फतेहाबाद सर्कल के अंतर्गत पड़ने वाले टोहाना डिवीजन व फतेहाबाद डिवीजन में कर्मचारी देर रात तक बिजली बहाल करने में जुटे रहे। शुक्रवार दोपहर को क्षेत्र में आंधी-तूफान के बाद बारिश हुई तो 33 केवी की 38 लाइनें, 24 स्वतंत्र फीडर, 27 अर्बन फीडर, 71 आरडीएस फीडर व 308 एग्रीकल्चर फीडरों पर बिजली सप्लाई ठप हो गई। दरअसल यहां तारें झूलने लग गई और कुछ पोल और ट्रांसफार्मर जमीन पर गिर गए। परिणामस्वरूप सभी 33 केवी सब स्टेशनों पर निगम को बिजली बंद करनी पड़ी। शनिवार सुबह जब निगम के अधिकारियों ने रिपोर्ट मंगाई तो पता चला कि पूरे डिवीजन में 151 पोल टूट गए हैं और 11 ट्रांसफार्मर जमीन पर गिर गए हैं। शनिवार सुबह ही कर्मचारी टूटे खंबों और ट्रांसफार्मरों को बदलने के काम में जुट गए। जहां-जहां बिजली खंबे और ट्रांसफार्मर बदलने का काम पूरा हुआ, दोपहर बाद वहां बिजली सप्लाई शुरू कर दी गई। उधर, वन विभाग के अनुसार जिले के जाखल, टोहाना के सीमावर्ती इलाकों, कुलां व भूना के अनेक गांवों में तेजी से तूफान आया जिससे करीब 14 पेड़ टूट कर जमीन पर गिर गए। इनमें अधिकांश नहर व सडक़ों के किनारे खड़े पेड़ थे। विभाग के रेंजरों ने अलसुबह मौके पर जाकर व्यवस्था बहाल करनी शुरू की। डीएफएसओ राजेश कुमार का कहना है कि टूटे वृक्षों को सुबह ही हटा दिया गया था।

दोपहर 12 बजे बहाल हुई बिजली

शुक्रवार को आए तेज अंधड़ से जिले में बिजली निगम को काफी नुकसान पहुंचा है। यहां 33 केवी की करीब 63 लाइनें व 52 अर्बन फीडरों के अलावा 493 एग्रीकल्चर फीडरों पर बिजली बंद करनी पड़ी। शनिवार सुबह तब निगम के सभी कर्मचारी बिजली बहाल करने में जुट गए। दोपहर 12 बजे तक क्षेत्र में बिजली सप्लाई बहाल कर दी गई थी। दूर-दराज के क्षेत्रों में पोल टूटा है तो वहां कर्मचारी काम में लगे हुए हैं।

-संदीप मेहता, एक्सईन, द.ह.बि.वि. निगम

- तूफान से करीब 14 पेड़ टूट कर जमीन पर गिरे
- बिजली निगम सभी मरम्मत कार्य में लगा

सर्कल में सब डिवीजन वाइज नुकसान

डिवीजन	9 मी. पोल	11 मी. पोल	ट्रांसफार्मर
सिटी फतेहाबाद	2	0	1
सब अर्बन फतेहाबाद	4	2	3
सिटी रतिया	5	0	0
सब अर्बन रतिया	27	4	1
भट्टू	25	2	0
बड़ोपल	0	0	0
सिटी टोहाना	22	3	3
सब अर्बन टोहाना	11	0	0
जाखल	11	0	0
भूना	19	0	0
उकलाना	14	0	3
कुल	140	11	11

खबर संक्षेप

कार की टक्कर से बाइक सवार की मौत

चोपटा। गांव दड़बा कलां के समीप शनिवार दोपहर को सडक हादसा हुआ, जिसमें बाइक सवार की मौत हो गई है। घटना की सूचना मिलने पर चौपटा पुलिस मौके पर पहुंची। मृतक की पहचान गांव दड़बा कलां निवासी करीबन 50 वर्षीय हरपाल सिंह यादव के रूप में हुई।

बाबा भूमणशाह के जन्म उत्सव पर कार्यक्रम कल

सिरसा। डेरा बाबा भूमणशाह में संत बाबा भूमणशाह महाराज के 338वें जन्मोत्सव पर 14 अप्रैल को धार्मिक कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा। डेरे के सेवक सचिव विनोद एडवोकेट ने बताया कि जन्मोत्सव पर होने वाले कार्यक्रमों की तैयारियां श्रद्धालुओं के द्वारा पूरी कर ली गई है। उन्होंने बताया कि जन्मोत्सव पर सुबह 9 बजे अखंड पाठ का भोग डाला जाएगा।

नशा पीड़ित 28 मरीजों का किया उपचार

सिरसा। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र रानियां में शनिवार को नशा मुक्ति जागरूकता एवं उपचार शिविर लगाया गया। इस शिविर में नशे से पीड़ित 28 मरीजों की काउंसलिंग कर उपचार किया गया। इस दौरान जिला मानसिक स्वास्थ्य टीम द्वारा वहां आए सभी लोगों को मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया एवं नशा मुक्त, हरियाणा के तहत 27 अप्रेल को होने वाली साइक्लोथन-2 में भाग लेने के लिए प्रेरित किया।

किसान के घर से सरसों की बोरियां चोरी

सिरसा। जिला के गांव बचेर में चोर एक व्यक्ति के घर से सरसों की बोरियां चोरी कर ले गए। पुलिस को दी शिकायत में गांव निवासी जगदीश ने बताया कि आज सुबह करीब 4 बजे उसके घर के आंगन में रखी सरसों की 3 बोरियां चोरी हो गई। सुबह परिवार के लोग उठे तो घटना के बारे में पता चला। उसने बताया कि कुछ दिन पहले भी मेरे घर से करीब 3 बोरी गेहूं चोरी कर ले गया था। सरसों की बोरी चोरी करने वाला गांव का ही युवक पुनीत है।

हजारों रूपये की अफीम सहित आरोपी काबू

डबवाली। एएनसी स्टाफ डबवाली टीम ने मंडी डबवाली से हजारों रुपए की 106.6 ग्राम अफीम सहित एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान संदीप सिह निवासी वार्ड नंबर 19 गुरुनानक नगर डबवाली के रूप में हुई है। निरीक्षक गजराज सिंह ने बताया कि बताया कि एएसआई बेअंत सिंह पुलिस पार्टी के साथ गश्त पर बठिंडा चौक से होते हुऐ मलोट रोड पुल के नीचे पहुंचे तो पुल के नीचे फुटपाथ के पास एक युवक खड़ा दिखाई दिया। सामने से पुलिस की गाड़ी आती देखकर युवक एकदम तेज कदमों से पास में लगी रेहड़ी के पास जाकर खड़ा हो गया।

जब तक डीएफएससी खरीद नहीं करती, तब तक गेहूं नहीं बेचेंगे : आढ़ती

फतेहाबाद मंडी में हैफेड को नहीं मिली एक भी ढेरी, आढ़तियों ने बुलाई बैठक

आढ़तियों से गेहूं लिखवाने की अपील, अब तक करीब 2 लाख बैग गेहूं की हो चुकी आवक

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

फतेहाबाद। अनाज मण्डी में रोष जताते व्यापार मंडल के पदाधिकारी व दुकानों से बैरंग लौटते हैफेड एजीएम व टीम सदस्य। फोटो: हरिभूमि

गेहूं की सरकारी खरीद एजेंसी हैफेड द्वारा शनिवार को फतेहाबाद की अनाज मंडी में गेहूं की खरीद के लिए दुकान-दुकान जाकर गेहूं लिखवाने के लिए पहुंची तो आढ़तियों ने गेहूं लिखवाने से साफ इंकार कर दिया। हैफेड के एजीएम सुरेन्द्र सिहाग, मार्केटिंग बोर्ड के ऑक्शन रिकार्डर राहुल व सत्यपाल आदि की टीम मण्डी में आढ़तियों से गेहूं लिखवाने की अपील की तो आढ़तियों ने यह कह कर मना कर दिया कि जब तक मण्डी में डीएफएससी गेहूं की खरीद नहीं करती, तब तक वह गेहूं नहीं बेचेंगे।

उधर, व्यापार मंडल के पदाधिकारी प्रधान जगदीश भादू के नेतृत्व में मणंडी में प्रत्येक दुकान पर गए और आढ़तियों का साथ मांगा। शनिवार को पहले दिन अनाज मण्डी में एक भी आढ़ती ने हैफेड को गेहूं नहीं बेची जबकि फतेहाबाद की दोनों मण्डियों में अब तक करीब 2 लाख बैग गेहूं की आवक हो चुकी है। शनिवार को हैफेड के एजीएम सुरेन्द्र सिहाग, मार्केटिंग बोर्ड के ऑक्शन रिकार्डर राहुल व सत्यपाल की टीम पहले दिन गेहूं खरीद के लिए मंडी की प्रत्येक दुकान पर पहुंचे। उन्होंने आढ़तियों से अपील की कि वह गेहूं लिखवाए ताकि उसके बाद उसकी नमी चैक कर गेहूं की खरीद की जा सके लेकिन आढ़तियों ने गेहूं लिखवाने से साफ इंकार कर दिया। व्यापार मंडल के प्रधान जगदीश भादू, उपप्रधान रामनिवास शर्मा, सचिव रमेश नागपाल, सहसचिव राजेन्द्र कुमार मक्खन, कोषाध्यक्ष प्रवीण गर्ग, उपप्रधान राजेन्द्र प्रसाद सहित अनेक आढ़तियों ने मण्डी में जाकर आढ़तियों से अपील की कि वह डीएफएससी के बिना किसी एजेंसी को गेहूं न लिखवाएं। इस बीच व्यापार मंडल पदाधिकारियों ने डीएफएससी के विरूद्ध नारेबाजी भी की। बता दें कि इस समय फतेहाबाद की दोनों मण्डियों में करीब 2 लाख बैग गेहूं की आवक हो चुकी है। सरकार की ओर से यहां हैफेड और वेयर हाऊस को खरीद का जिम्मा सौंपा गया है। आढ़तियों का कहना है कि बिना डीएफएससी के गेहूं खरीद पूरी नहीं हो सकती। इस मामले में आढ़तियों ने सोमवार को व्यापार मंडल की बैठक बुलाई है। इससे पहले रविवार को व्यापार मंडल के पदाधिकारी सांसद सुभाष बराला से मिलकर अपनी बात रखेंगे।

जिले में सैंटर वाइज गेहूं की खरीद

भट्टू	960 एमटी
भूना	1604 एमटी
ढाण्ड	235 एमटी
रतिया	733 एमटी
सनियाना	1250 एमटी
टोहाना	1754 एमटी
भट्टू साइलो	1929 एमटी
पौलीमंदौरी	1485 एमटी
कुल	9950 एमटी

गेहूं खरीद की हमारी तैयारी पूर्ण

आज अनाज मण्डी में किसी भी आढ़ती ने गेहूं की खरीद नहीं लिखवाई। गेहूं खरीद की हमारी तैयारी पूर्ण है। ठेकेदार की लिस्ट आ चुकी है। बारदाना पर्याप्त मात्रा में है। जहां गेहूं की अनलोडिंग होनी है, उन गोदामों की लिंकेज हो चुकी है। शनिवार को हमारी टीम अनाज मण्डी में गई थी लेकिन किसी व्यापारी ने खरीद नहीं लिखवाई। हम आढ़ती के पास गए इसलिए थे कि जिनके गेट पास कटे हैं, उस ढेरी की ऑक्शन की जा सके। 12 प्रतिशत नमी वाली गेहूं हैफेड खरीद रही है।

-सुरेन्द्र सिहाग, एजीएम हैफेड

सोमवार को व्यापर मंडल की होगी बैठक

डीएफएससी जब तक खरीद नहीं करती, हम गेहूं खरीद-बेचने को तैयार नहीं। हमने आढ़तियों को सोमवार तक रोका है। सोमवार को व्यापार मंडल की बैठक होगी जिसमें फैसला लिया जाएगा कि आगे क्या रणनीति बनाई जाए। रविवार को हम इस मामले में सांसद सुभाष बराला से भी मिलेंगे। इस बीच बारिश आती है तो गेहूं के नुकसान की जिम्मेवारी सरकार की होगी।

-जगदीश भादू, प्रधान व्यापार मंडल फतेहाबाद

फतेहाबाद में अब तक 9,950 एमटी गेहूं की खरीद

फतेहाबाद। डीसी मनदीप कौर ने कहा कि जिला की विभिन्न मंडियों व खरीद केंद्रों में गेहूं की आवक जारी है। जिला की विभिन्न अनाज मंडियों व खरीद केंद्रों में अब तक 9950 मीट्रिक टन गेंहू की खरीद हुई है, जिसमें खाद्य आपूर्ति विभाग द्वारा 235 मीट्रिक टन, हैफेड द्वारा 3832 मीट्रिक टन, हरियाणा वेयर हाउसिंग कार्पोरेशन द्वारा 2469 मीट्रिक टन तथा एफसीआई द्वारा 3414 मीट्रिक टन गेहूं की खरीद की जा चुकी है। उन्होंने बताया कि सरकार द्वारा गेहूं की फसल का न्यूनतम समर्थन मूल्य 2425 रुपये निर्धारित किया गया है। इसके अलावा मंडियों तथा खरीद केंद्रों से गेहूं की फसल का उठान भी जारी है। अब तक अनाज मंडियों से 1930 मीट्रिक टन गेहूं का उठान किया जा चुका है।

फतेहाबाद। क्रिकेट लीग को लेकर ट्रायल में भाग लेते खिलाड़ी।

छीपी प्रतिभाओं को एक मंच प्रदान करना उद्देश्य

फतेहाबाद क्रिकेट लीग के ट्रायल में 300 खिलाड़ियों ने लिया भाग

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

- ट्रायल के आधार पर तीनों आयु वर्ग की टीमें चुनीं

तेहाबाद क्रिकेट लीग को लेकर एवरेस्ट स्पोर्ट्स क्लब द्वारा गांव बहबलपुर स्थित रॉयल पब्लिक स्कूल की क्रिकेट अकैडमी में ट्रायल का आयोजन किया गया। इस ट्रायल में अंडर-11, अंडर-14 व अंडर-17 आयु वर्ग के लिए 300 से अधिक खिलाड़ियों ने भाग लिया और अपनी खेल प्रतिभा का प्रदर्शन किया। एवरेस्ट स्पोर्ट्स क्लब के प्रधान प्रहलाद सिंह कुलरिया ने बताया कि ट्रायल के आधार पर तीनों आयु वर्ग की अलग-अलग टीमें बनाई जाएगी और फतेहाबाद क्रिकेट लीग के दौरान इनके आपस में मुकाबले करवाए जाएंगे। उन्होंने बताया कि क्लब का उद्देश्य क्षेत्र में छिपी हुई खेल प्रतिभाओं को एक मंच प्रदान कर उन्हें आगे आने का मौका देना है। उन्होंने कहा कि खेल आज केवल मनोरंजन का साधन नहीं बल्कि खेलों में शानदार प्रदर्शन के आधार पर युवा अपने भविष्य को भी उज्ज्वल बना सकते हैं। रॉयल पब्लिक स्कूल के मैनेजिंग डायरेक्टर हरमिन्द्र सिंह ने एवरेस्ट क्रिकेट क्लब के अधिकारियों का स्वागत किया और खिलाडिय़ों का भी हौंसला बढ़ाया। उन्होंने कहा कि रॉयल स्कूल की तरफ से खिलाडिय़ों को हर प्रकार की सुविधाएं मुहैया करवाई जाएंगी।

ये रहे मौजूद

इस अवसर पर एवरेस्ट स्पोर्ट्स क्लब के सचिव अरूण खोड, कोच मनदीप सिंह, कोच सुनील कुमार, कोच करण यादव, रवि, विजय मिढा, सत्यप्रकाश, कोच संजय जोधा, कोच सन्नी कुमार सहित अनेक गणमान्य लोग मौजूद रहे।

परशुराम चौक पर स्कूल बस धंसी

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

- शहर में चल रहा है सीवरेज लाइन डालने का काम
- समस्या को नगर परिषद के चेयरमैन डीसी से मिले

शहर के हालात बरसात के बाद बुरे हो गए हैं। कहीं शहर की सडक़ें धंस गई और कहीं जलभराव से पुलिस को रूट डायवर्ट करना पड़ा। कई जगह पर सडक़ों किनारे वाहन धंस गए। वाहन चालकों को काफी परेशानी हुई। एक स्कूल बस सडक़ के बीचोंबीच धंस गई। जानकारी के अनुसार सिरसा डेरे के पास बने निजी स्कूल से स्टाफ को शहर छोडऩे के लिए इसी रोड से अक्सर आते हैं। शुक्रवार शाम को भी स्टाफ को छोडऩे बस सिरसा आ रही थी। तभी शहर में परशुराम चौक के पास पहुंचने पर बस सडक़ के बीचोंबीच धंस गई। हालांकि, बस में ड्राइवर व एक अन्य स्टाफ था। एक साइड के दोनों टायर सडक़ पर जमीन में नीचे धंस गए।

कल यात्रा पर सोच-समझ कर जाएं सामान्य से आधी बसें चलेंगी रोड पर

- फतेहाबाद से करीब 100 बसें बीजेपी कार्यकर्ताओं को लेकर जाएंगी हिसार

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

फतेहाबाद जिले से 14 अप्रैल को हिसार एयरपोर्ट के उद्घाटन पर होने वाली प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सभा में शामिल होने के लिए रोडवेज की 100 बसें भेजी जाएंगी। जिले से हजारों बीजेपी कार्यकर्ताओं के हिसार जाने की संभावना है। पार्टी संगठन की ओर से विधानसभा वाइज संयोजक भी बनाए गए हैं। प्रमुख नेताओं को भी लोगों को ले जाने की जिम्मेदारी दी गई है। बीजेपी नेताओं की ओर से फतेहाबाद, भट्टू भूना के लिए 40 और टोहाना, जाखल के लिए 35 बसों और रतिया विधानसभा क्षेत्र से 25 बसों को भेजे जाने की संभावना है। फतेहाबाद में पूर्व विधायक दुड़ाराम और टोहाना में पूर्व मंत्री देवेंद्र बबली को संयोजक बनाया गया है। मंडल अध्यक्षों की ओर से हिसार जाने वालों की सूची तैयार की जा रही है। भाजपा कार्यकर्ताओं के हिसार जाने के दौरान बसों में उनके पीने के लिए पानी की व्यवस्था रहेगी। साथ ही उन्हें खाने का पैकेट भी दिया जाएगा। सुबह 8.30 बजे तक फतेहाबाद से हिसार पहुंच कर पंडाल में स्थान ग्रहण करने का आह्वान किया गया है। इस हिसाब से सुबह 7.30 बजे तक रवानगी होने की संभावना है। बसों के अतिरिक्त प्रमुख नेता अपने पर्सनल व्हीकल्स लेकर भी जाएंगे। फतेहाबाद डिपो के पास करीब 200 रोडवेज बसें हैं। ऐसे में 50 फीसदी बसों को हिसार भेजने से नियमित रूटों के यात्रियों को दिक्कत आएगी। हालांकि, 14 अप्रैल को डॉ.भीमराव अंबेडकर जयंती की सरकारी छुट्टी होने के कारण सामान्य दिनों की अपेक्षाकृत यात्रियों की संख्या कम रहेगी। मगर फिर भी जरूरी कार्यों के लिए बाजारों में आने वालों को परेशानी हो सकती है। फतेहाबाद डिपो के कार्य प्रबंधक विजय कुमार ने बताया कि ट्रैफिक ब्रांच की टीम बसों की मांग के अनुसार व्यवस्था कर रही है। उसी अनुरुप ड्राइवर कंडक्टरों की ड्यूटी लगाई जाएगी।

बिजली पेंशनर्स एसो. ने सम्मान समारोह किया आयोजित

सिरसा। बिजली पेंशनर्स एसोसिएशन ने 9वां वरिष्ठ पेंशनर सम्मान समारोह आयोजित किया। इस मौके पर 85 वर्ष की आयु पार कर चुके सरदार बच्चन सिंह सीए व 80 वर्ष की आयु पार कर चुके आत्माराम सेठी सीए कृष्ण लाल चौधरी को एसोसिएशन की ओर से सम्मानित किया गया। वहीं 75 साल की उम्र पार कर चुके जिला प्रधान वीके गर्ग, अमीचंद, बृजलाल, राधाकृष्ण मेहता, सुभाष चंद्र कुकरेजा, श्याम सिंह एएफएम, सोहनलाल को भी सम्मानित किया गया। मीटिंग में आरके सोढ़ा डायरेक्टर व आरके जैन डायरेक्टर तथा प्रेम प्रकाश मित्तल एक्सईएन फरीदाबाद को भी विशेष तौर पर सम्मानित किया गया।

रात्रिकालीन ठहराव के दौरान ग्रामीणों की सुनीं समस्याएं

नशा मुक्त समाज बनाना हमारी जिम्मेदारी: एसपी

- युवाओ में बढ़ती ड्रग्स की प्रवृति को हर हाल में रोकना के लिए आमजन को मिलकर प्रयास करने होगें

हरिभूमि न्यूज ⏭डबवाली

पुलिस अधीक्षक सिद्धांत जैन ने गांव मटदादू में रात्रिकालीन ठहराव के दौरान ग्रामीणों की समस्याएं सुनी। पुलिस अधीक्षक ने कहा की युवाओ में बढ़ती ड्रग्स की प्रवृति को हर हाल में रोकना है। इसके लिए प्रशासन और आमजन को मिलकर प्रयास करने होगें।

उन्होंने कहा कि खेल हमारे शारीरिक विकास के लिए बहुत आवश्यक है। खेलें हमारे शरीर को स्वस्थ व तंदुरुस्त बनाते हैं। खेल हमें शारीरिक व मानसिक बीमारियों से बचाते हैं। खेल शारीरिक विकास के साथ-साथ मानसिक विकास के लिए भी महत्वपूर्ण है।

उन्होने गांव के सरपंच व प्रतिष्ठित व्यक्तियों से गांव में समय-समय पर खेलों का आयोजन करवाने का अनुरोध किया। पुलिस अधीक्षक ने गांव में सभी मौजूद ग्रामीणों को ग्राम प्रहरी के बारे में बताया और कहा गया कि आपके गांव का प्रहरी, गांव की कोई भी समस्या हो तो आप तुरंत अपने प्रहरी के माध्यम से पुलिस को बताएं। प्रहरी के माध्यम से आप कोई भी सूचना दे सकते जिसमे कोई नशा तस्कर और अन्य अवैध धंधों में शामिल लोग इत्यादि हो। जो सूचना देगा उसका नाम गोपनीय रखा जाएगा।

सिरसा। रात्रिकालीन ठहराव के दौरान ग्रामीणों की समस्याएं सुनते एसपी।

गांव में बुजुर्गों से की बातचीत, किया प्रेरित

पुलिस अधीक्षक ने गांव में मौजूद बुजुर्ग व्यक्तियों से बातचीत की व नौजवानों को नशे से दूर रहने बारे प्रेरित किया। इस रात्रि ठहराव के दौरान पुलिस अधीक्षक ने गांव के सरपंच व ग्रामीणों से उनके गांव में अनाज मंडी, बैंक, पीने के व सिंचाई के पानी की समस्या, खेल स्टेडियम व क्रिकेट प्रशिक्षक उपलब्ध कराने जैसे विषयों पर चर्चा हुई। उन्होंने ग्रामीणों की समस्याओं के समाधान के निर्देश दिए। इस अवसर पर उप पुलिस अधीक्षक कालांवाली संदीप धनखड़, प्रभारी थाना सदर निरीक्षक ब्रह्मप्रकाश, प्रभारी चौकी गोरीवाला एएसआई जयवीर, प्रभारी सुरक्षा शाखा उप निरीक्षक सुभाष चंद्र, एसए गुरदीप सिंह व अन्य पुलिस कर्मचारियों सहित सरपंच प्रतिनिधि मटदादू रणदीप सिंह, पंच, नंबरदार व ग्रामीण मौजूद थे।

रिटायरमेंट पर तीन करोड़ चाहिए, तो ऐसे करें निवेश

सुझाव | बिजनेस डेस्क

- कुछ निवेश की स्कीम आपको बना सकती हैं धनवान
- हर कोई बना सकता है रिटायरमेंट के लिए बड़ा फंड
- एनपीएस और म्यूचुअल फंड निवेश के बेहतर विकल्प

क्या आप चाहते हैं कि जब आप अपनी नौकरी से रिटायर हों तो आपके पास कम से कम 3 करोड़ रुपये की रकम जरूर हो। यानी रिटायरमेंट फंड 3 करोड़ रुपये हो, ताकि आप बाकी की जिंदगी आराम से गुजार सकें और अपने खर्चों को मेंटेन कर सकें। इसके लिए आपको कई स्कीम में निवेश करना होगा। बेहतर होगा कि निवेश का प्लान जल्दी से जल्दी बना लिया जाए। अगर आपकी उम्र अभी 35 साल है तो भी अगले 25 साल में आप 3 करोड़ रुपये का रिटायरमेंट फंड इकट्ठा कर सकते हैं। इस रिपोर्ट में हम आपको बताएंगे कि आप किस तरह की रणनीति बनाएं कि 25 साल में 3 करोड़ रुपये का फंड जुटा सकें और बुढ़ापे को आराम से काट सकें।

एक उदाहरण ऐसे समझें रणनीति

मान लिजिए एक्स की उम्र अभी 35 साल है। उसका लक्ष्य है कि वह 10 साल में 20 लाख रुपये जमा करें। साथ ही अगले 25 साल में 3 करोड़ रुपये का रिटायरमेंट फंड बनाए। एक्स ने अपने लक्ष्य को पाने के लिए कदम उठाने शुरू कर दिए हैं। वह पहले से ही नेशनल पेंशन सिस्टम (एनपीएस) में योगदान कर रहे हैं। अब वह हर महीने 20,000 रुपये म्यूचुअल फंड में लगाना चाहते हैं। हालांकि एक्स जानना चाहते हैं कि वह रकम को और कहां निवेश कर सकते हैं। जिससे उसके पैसे से मोटा पैसा बनाया जा सके।

क्या है एक्सपर्ट की राय

बाजार के जानकारों का कहना हहै कि एक्स अभी एम्प्लॉयर-एम्प्लॉई स्कीम में योगदान कर रहे हैं। इसका मतलब है कि वह अपनी सैलरी से 10% योगदान करते हैं और एम्प्लॉयर 14% योगदान करते हैं। अभी वह हर महीने 15,000 रुपये निवेश कर रहे हैं। अगर सैलरी में हर साल 7% की बढ़ोतरी होती है और उसी के अनुसार योगदान भी बढ़ता है। ऐसे में 10% सीएजीआर (सीएजीआर) के हिसाब से उनका एनपीएस निवेश 25 साल में करीब 3.42 करोड़ रुपये तक बढ़ सकता है। सीएजीआर का मतलब है सालाना चक्रवृद्धि ब्याज दर। चक्रवृद्धि ब्याज ही एक ऐसा उपाय है जो आपको कम समय में अमीर बना सकता है।

एनपीएस में इस बात का रखें ध्यान

एनपीएस में निवेश के जरिए वह रिटायरमेंट पर 3 करोड़ रुपये का फंड पा सकते हैं। हालांकि, यह ध्यान रखना जरूरी है कि एनपीएस फंड का केवल 60% ही रिटायरमेंट के समय एकमुश्त निकाला जा सकता है। बाकी 40% का इस्तेमाल एन्युटी खरीदने के लिए किया जाना चाहिए। एन्युटी का मतलब है कि आपको हर महीने एक निश्चित राशि मिलती रहेगी।

म्यूचुअल फंड से कितनी मिलेगी रकम

एक्स एनपीएस के अलावा हर महीने 20,000 रुपये म्यूचुअल फंड में भी निवेश करने की योजना बना रहे हैं। अगर 12% का सालाना रिटर्न मान लें तो 10 साल में उनके पास करीब 45 लाख रुपये का फंड इकट्ठा हो जाएगा। ऐसे में वह इस रकम का इस्तेमाल अपने किसी जरूरी काम में कर सकते हैं। वहीं अगर वह इस एसआईपी को पूरे 25 साल तक जारी रखते हैं तो वह इतने समय में करीब 3.40 करोड़ रुपये का फंड इकट्ठा कर लेंगे। यानी रिटायरमेंट पर उन्हें जितनी रकम मिलेगी, करीब उतनी रकम वह एसआईपी में निवेश से भी ले सकेंगे। ऐसे में वह रिटायरमेंट पर कुल करीब 7 करोड़ रुपये का फंड तैयार कर लेंगे। अगर आप एनपीएस में निवेश नहीं करना चाहते तो एसआईपी के जरिए म्यूचुअल फंड में भी निवेश करके 3 करोड़ रुपये से ज्यादा का रिटायरमेंट फंड तैयार कर सकते हैं।

निवेश मंत्रा
बिजनेस डेस्क

- यह निवेशकों के लिए सुरक्षित विकल्प, इक्विटी से बेहतर
- 25 साल में सोने ने 2,027% और निफ्टी ने 1,470% रिटर्न दिया
- एसजीबी की अनुपलब्धता में गोल्ड ईटीएफ निवेश का अच्छा तरीका

गोल्ड ने शेयर बाजार से कहीं बेहतर प्रदर्शन किया, देश में आर्थिक मंदी के दौरान भी चमकता रहा सोना

असली रिटर्न तो सोने ने दिया 25 वर्ष में 2,027% का मुनाफा

2008 की आर्थिक मंदी और कोरोना महामारी के दौरान भी सोने ने अच्छा प्रदर्शन किया। भारतीय निवेशकों के लिए सोना अच्छा विकल्प है। यह उन्हें अपने निवेश को अलग-अलग चीजों में बांटने में मदद करता है। अब सॉवरेन गोल्ड बॉन्ड (एसजीबी) उपलब्ध नहीं हैं। इसलिए गोल्ड ईटीएफ सोने में निवेश करने का सबसे अच्छा तरीका हो सकता है।

निवेश के मामले में सोना आखिरकार खरा सोना है। यह निवेश का सबसे सुरक्षित और अच्छा मुनाफा देने वाला विकल्प है। सोने में कई तरीके से निवेश किया जा सकता है। देश में चाहे मंदी हो या शेयर बाजार में उथल-पुथल, लेकिन सोना हमेशा चमकता रहा और निवेशकों को मालामाल करता रहा। इसलिए बाजार के जानकार भी सोने में निवेश करने की कहते हैं। पिछले 25 सालों के आंकड़े को देखा जाए तो सोने ने इक्विटी (शेयर बाजार) से कहीं बेहतर प्रदर्शन किया है। इसके अलावा, हाल के वर्षों और खासकर आर्थिक मंदी के दौरान भी सोने ने अच्छा रिटर्न दिया है। सोने में निवेश का सबसे अच्छा तरीका गोल्ड ईटीएफ माना जा रहा है, खासकर भारतीय निवेशकों के लिए। निवेशकों के लिए सोना एक सुरक्षित विकल्प माना जाता है। यह उन्हें भरोसा दिलाता है कि उनका पैसा भरोसेमंद चीज में लगा है। एक ऑनलाइन प्लेटफॉर्म जेरोधा ने सोने और निफ्टी-50 के प्रदर्शन की तुलना की है। उन्होंने पाया कि वर्ष 2,000 से सोने ने 2,027% का रिटर्न दिया है। वहीं, नेशनल स्टॉक एक्सचेंज के बेंचमार्क इंडेक्स ने 1,470% का रिटर्न दिया। यह दिखाता है कि सोना मुश्किल समय में भी अच्छा प्रदर्शन करता है। 2008 की आर्थिक मंदी और कोरोना महामारी के दौरान भी सोने ने अच्छा प्रदर्शन किया। भारतीय निवेशकों के लिए सोना अच्छा विकल्प है। यह उन्हें अपने निवेश को अलग-अलग चीजों में बांटने में मदद करता है। अब सॉवरेन गोल्ड बॉन्ड (एसजीबी) उपलब्ध नहीं हैं। इसलिए गोल्ड ईटीएफ सोने में निवेश करने का सबसे अच्छा तरीका हो सकता है।

ऐसे की तुलना

जेरोधा ने एक चार्ट भी दिखाया, जिसमें सोने और निफ्टी के प्रदर्शन की तुलना की गई। चार्ट में दिखाया गया है कि निफ्टी आर्थिक मंदी के दौरान नीचे गिर गया था, लेकिन सोना स्थिर रहा। उन्होंने कहा, 'कोई नहीं बता सकता कि सोने की कीमतें क्यों बढ़ती हैं, लेकिन यह काम करता है।'

2025 में सोने की कीमत 18% बढ़ी

हाल के दिनों में सोने ने अच्छा प्रदर्शन किया है। 2025 में सोने की कीमत 18% बढ़ी, जबकि निफ्टी लार्ज मिडकैप 250 में 6% की गिरावट आई। 2024 में सोने ने 25% का रिटर्न दिया, जबकि निफ्टी लार्जकैप 250 ने 19% का रिटर्न दिया। यह दिखाता है कि सोना बाजार में अस्थिरता के समय में भी अच्छा प्रदर्शन करता है। 2005 से सोने ने हर साल औसतन 20% का रिटर्न दिया है। सिर्फ तीन बार ऐसा हुआ है जब सोने का रिटर्न नेगेटिव रहा है। 2023 में यह 18% गिरा, 2015 में 8% और 2021 में 2%। सोने ने इक्विटी से बेहतर रिटर्न दिया है। उन्होंने कहा, 'मैं तारीखों को थोड़ा बदल रहा हूं, लेकिन यह सच है कि 2000 से सोने ने निफ्टी से ज्यादा रिटर्न दिया है।'

सोने में निवेश का सबसे अच्छा तरीका

गोल्ड ईटीएफ भारतीय निवेशकों के लिए सोने में निवेश करने का सबसे अच्छा तरीका है। खासकर अब जब एसजीबी उपलब्ध नहीं हैं। जेरोधा एएमसी के गोल्ड ईटीएफ गोल्डकेस के लॉन्च के बारे में भी बात की। यह सही समय पर लॉन्च हुआ है, क्योंकि सोने की कीमतें बढ़ रही हैं और एसजीबी का जारी होना बंद हो गया है। सोने को ज्यादातर निवेशक एक सुरक्षित ठिकाना मानते हैं। उन्हें लगता है कि सोना एक ऐसी संपत्ति है जिस पर वे भरोसा कर सकते हैं। पिछले कुछ सालों में सोने ने शेयर बाजार से बेहतर प्रदर्शन किया है।

सोने में निवेश के तरीके

- भौतिक सोना खरीदना
- सोने के सिक्के या बार : सोने के सिक्के या बार खरीदना एक पारंपरिक तरीका है।
- सोने के जेवर : सोने के जेवर भी एक अच्छा विकल्प हो सकता है।
- सोने के बर्तन : सोने के बर्तन भी एक अच्छा विकल्प हो सकता है।

गोल्ड एक्सचेंज-ट्रेडेड फंड्स (ईटीएफ)

- गोल्ड ईटीएफ में निवेश करना एक अच्छा विकल्प हो सकता है।
- गोल्ड ईटीएफ में निवेश करने से आप सोने की कीमत में उतार-चढ़ाव से लाभ उठा सकते हैं।

गोल्ड म्यूचुअल फंड्स

- गोल्ड म्यूचुअल फंड्स में निवेश करना एक अच्छा विकल्प हो सकता है।
- गोल्ड म्यूचुअल फंड्स में निवेश करने से आप सोने की कीमत में उतार-चढ़ाव से लाभ उठा सकते हैं।

ऑनलाइन प्लेटफॉर्म

- ऑनलाइन प्लेटफॉर्म जैसे कि पेटीएम गोल्ड, गोल्डबाजार, आदि पर सोने में निवेश करना एक अच्छा विकल्प हो सकता है।
- ऑनलाइन प्लेटफॉर्म पर सोने में निवेश करने से आप सोने की कीमत में उतार-चढ़ाव से लाभ उठा सकते हैं।

सोने के शेयर और फ्यूचर्स

- सोने के शेयरों में निवेश करना एक अच्छा विकल्प हो सकता है।
- सोने के फ्यूचर्स में निवेश करना एक जोखिम भरा विकल्प हो सकता है।

निवेश से पहले यह करें

- सोने में निवेश करने से जोखिम जुड़ा हो सकता है। इसलिए जरूरी है कि अपने निवेश के लक्ष्य तय करें, जैसे कि लंबी अवधि के लिए निवेश करना या अल्पावधि में लाभ कमाना। अपने निवेश की राशि तय करें, जो आपके लक्ष्यों और जोखिम सहनशीलता के अनुसार हो।

कम अमाउंट से भी बढ़ता जाएगा आपका पैसा, कुछ दिनों में आपके पास अच्छी खासी रकम होगी, रिकरिंग डिपॉजिट एक सुरक्षित निवेश विकल्प

सेविंग के लिए मोटी रकम नहीं है तो आरडी की आदत डालें

जानकारी | बिजनेस डेस्क

देखा जाए तो आरडी उन लोगों के लिए बेहतर है, जिनकी इनकम फिक्स है और वे नियमित रूप से बचत करना चाहते हैं। यह विशेष रूप से उन लोगों के लिए उपयुक्त है जो बड़ी रकम एकमुश्त जमा नहीं कर सकते हैं। आरडी आपको छोटी-छोटी बचत से बड़ा फंड बनाने में मदद करता है।

भारत में निवेश के लिए फिक्स्ड डिपॉजिट एक बहुत ही लोकप्रिय और सुरक्षित विकल्प है। इसमें निवेशकों का पैसा सुरक्षित रहता है और रिटर्न की गारंटी भी मिलती है, लेकिन इसके लिए बड़ी रकम की जरूरत होती है। अगर आपके पास बड़ी रकम नहीं है, तो चिंता की बात नहीं! रिकरिंग डिपॉजिट भी एक ऐसा विकल्प है, जिसमें आप छोटी-छोटी रकम जमा करके बड़ा फंड बना सकते हैं.

आरडी यानी रिकरिंग डिपॉजिट क्या है

आरडी यानी रिकरिंग डिपॉजिट एक ऐसी बचत योजना है, जिसमें आप हर महीने एक निश्चित रकम जमा करते हैं। यह उन लोगों के लिए आदर्श है, जिनकी इनकम फिक्स है और वे नियमित रूप से बचत करना चाहते हैं। आरडी में आप कम अमाउंट से शुरुआत कर सकते हैं और समय के साथ बड़ा रिटर्न पा सकते हैं।

आरडी कैसे करता है काम

आरडी में निवेशक हर महीने एक तय अमाउंट जमा करते हैं। यह समय 6 महीने से 10 साल तक हो सकता है। बैंक या पोस्ट ऑफिस इस जमा अमाउंट पर ब्याज देते हैं। यह ब्याज आमतौर पर हर तीन महीने में जोड़ा जाता है यानी क्वॉर्टर्ली कम्पाउंडेड होता है। जब आरडी मैच्योर होता है, तो निवेशक को कुल जमा रकम के साथ उस पर मिला ब्याज भी मिलता है। यह एक अच्छा तरीका है अपने पैसे को बचाने और बढ़ाने की शुरूआत कर सकते हैं। इससे कुछ समय में आप अपनी पूंजी को बढ़ा सकते हैं।

आरडी के फायदे

- हर महीने थोड़ी-थोड़ी रकम जमा कर आप बड़ी रकम जुटा सकते हैं और छोटी अवधि वाले वित्तीय लक्ष्यों जैसे बच्चों की फीस, छुट्टियों की प्लानिंग या नया मोबाइल फोन खरीद सकते हैं। पैसे को कहीं भी किसी भी काम में ला सकते हैं।
- जो लोग बचत के मामले में थोड़े आलसी हैं, उनके लिए आरडी एक बढ़िया तरीका है डिसिप्लिन लाने का। एक बार सेट कर दिया, फिर हर माह रकम अपने आप कटती रहेगी।
- स्टॉक मार्केट की तरह उतार-चढ़ाव नहीं, आरडी पूरी तरह सुरक्षित है। आपका पैसा पूरी तरह सुरक्षित रहता है और आपको गारंटीड रिटर्न भी मिलता है। इसलिए आपको इस निवेश में घबराने की जरूरत नहीं होती।
- आरडी पर मिलने वाला ब्याज फिक्स होता है, और उस पर कंपाउंडिंग लागू होती है। यानी ब्याज पर ब्याज, जिससे आपकी कमाई और बढ़ती जाती है।
- आरडी खोलना बेहद आसान है–बैंक की ऐप या वेबसाइट से बस कुछ क्लिक में अकाउंट खुल जाता है और अगर आप पोस्ट ऑफिस स्कीम चुनते हैं, तो वहाँ भी प्रोसेस सिंपल है।

आरडी के कुछ नुकसान भी

- समय से पहले निकासी पर नुकसान होता है। अगर आप आरडी को मैच्योरिटी से पहले तोड़ते हैं तो उस पर पेनाल्टी लगती है और ब्याज भी कम मिल सकता है। यानी 'जल्दबाजी में नुकसान हो सकता है। इसलिए आरडी पूरी होने पर ही पैसा निकलवाएं।
- आप एक बार जितना अमाउंट सेट कर देते हैं, वही हर महीने जमा करना होता है। बीच में ज्यादा पैसा डालना है? तो नए आरडी खोलनी पड़ेगी। यानी इसमें कोई फ्लेक्सिबिलिटी नहीं होती।
- अगर आरडी की शुरुआत के बाद मार्केट में ब्याज दरें बढ़ जाएं, तो आपको फायदा नहीं मिलेगा। आपकी आरडी पुरानी दर पर ही चलती रहेगी।
- आरडी पर मिलने वाला ब्याज पूरी तरह टैक्सेबल है। अगर सालाना ब्याज 40,000 रुपये (या सीनियर सिटीजन के लिए 50,000) से ज्यादा होता है, तो इस पर टीडीएस भी कटता है।

किन लोगों के लिए बेहतर

देखा जाए तो आरडी उन लोगों के लिए बेहतर है, जिनकी इनकम फिक्स है और वे नियमित रूप से बचत करना चाहते हैं। यह विशेष रूप से उन लोगों के लिए उपयुक्त है जो बड़ी रकम एकमुश्त जमा नहीं कर सकते हैं।

इंडेक्स फंड का क्या है, निवेश से समझ लें नफा व नुकसान

इंडेक्स फंड एक ऐसा इनवेस्टमेंट ऑप्शन है, जिसमें निवेशक एक तय इंडेक्स जैसे निफ्टी 50 या सेंसेक्स को फॉलो करने वाली स्कीम में पैसे लगाते हैं। निवेश का यह तरीका पैसिव इन्वेस्टमेंट कहलाता है, जिसमें फंड मैनेजर खुद स्टॉक्स नहीं चुनते, बल्कि इंडेक्स में शामिल शेयरों के अनुपात के अनुसार पोर्टफोलियो तैयार करते हैं। इंडेक्स फंड में निवेश करना हमारे लिए सही है या नहीं, यह जानने के लिए इसके मायने, फायदे और नुकसान को समझना जरूरी है।

क्या होते हैं इंडेक्स फंड

इंडेक्स फंड ऐसे म्यूचुअल फंड होते हैं जो किसी एक खास स्टॉक मार्केट इंडेक्स के प्रदर्शन को दोहराने की कोशिश करते हैं। मिसाल के तौर पर अगर कोई इंडेक्स फंड निफ्टी 50 को फॉलो करता है, तो वह उन्हीं 50 स्टॉक्स में उसी अनुपात में निवेश करेगा जैसे वो इंडेक्स में होते हैं। यह तरीका एक्टिव फंड्स से अलग होता है, जहां फंड मैनेजर बाजार से बेहतर रिटर्न हासिल करने के मकसद से स्टॉक्स का सेलेक्शन करते हैं।

इंडेक्स फंड में निवेश के फायदे

1. **डायवर्सिफिकेशन** : इंडेक्स फंड की सबसे बड़ी खूबी है। एक इंडेक्स फंड में निवेश करके आप एक ही बार में कई कंपनियों के शेयरों में पैसे लगा पाते हैं। इससे रिस्क का लेवल कम होता है।
2. **कम खर्च** : इन फंड्स का खर्च अन्य एक्टिव फंड्स की तुलना में काफी कम होता है, क्योंकि इसमें रिसर्च और स्टॉक सिलेक्शन की जरूरत नहीं होती।
3. **नए निवेशकों के लिए बेहतर विकल्प** : जो लोग निवेश की शुरुआत कर रहे हैं, उनके लिए यह एक समझने में आसान विकल्प होता है। निवेशक बिना ज्यादा रिसर्च के भी लॉन्ग टर्म में बेहतर रिटर्न पा सकते हैं।
4. **फंड मैनेजर पर निर्भर नहीं** : चूंकि इंडेक्स फंड पैसिव तरीके से चलते हैं, इसलिए किसी मैनेजर के गलत फैसले का रिस्क नहीं होता।

इंडेक्स फंड में निवेश के नुकसान

1. इन फंड्स का उद्देश्य सिर्फ इंडेक्स को फॉलो करना होता है, न कि उसे पीछे छोड़ना। इसलिए बाजार में तेजी के दौरान भी यह सीमित रिटर्न ही देते हैं।
2. एक्टिव फंड्स की तुलना में इंडेक्स फंड्स में फंड मैनेजर के हाथ बंधे होते है, लिहाजा गिरावट के दौरान भी वो पोर्टफोलियो में बदलाव नहीं कर सकते, जबकि फ्लेक्सी कैप या मल्टी कैप जैसे फंड्स में फंड मैनेजर वक्त के हिसाब से निवेश रणनीति में बदलाव करके बेहतर रिटर्न हासिल कर सकते हैं।
3. कई बार फंड का प्रदर्शन इंडेक्स से पूरी तरह मेल नहीं खाता, जिसे ट्रैकिंग एरर कहा जाता है। मामूली ट्रैकिंग एरर तो आम बात है, लेकिन यह एरर बढ़ जाए, तो निवेशक के रिटर्न पर असर डाल सकता है।

भारत के प्रमुख स्टॉक मार्केट इंडेक्स

निफ्टी 50 : यह इंडेक्स भारत की टॉप 50 बड़ी कंपनियों के प्रदर्शन को दर्शाता है और एनएसई का सबसे पॉपुलर इंडेक्स है।

बीएसई सेंसेक्स : यह बीएसई की टॉप 30 कंपनियों पर आधारित है और निफ्टी 50 की तरह ही भारतीय शेयर बाजार के मुख्य इंडेक्स में शामिल है।

निफ्टी नेक्स्ट 50 : यह निफ्टी 50 के बाद अगली 50 बड़ी कंपनियों का इंडेक्स है और डाइवर्सिफिकेशन के लिए बेहतर माना जाता है।

निफ्टी बैंक : यह इंडेक्स भारतीय बैंकिंग सेक्टर के टॉप स्टॉक्स को ट्रैक करता है।

बीएसई मिडकैप, निफ्टी स्मॉलकैप : ये इंडेक्स मिड कैप और स्मॉल कैप कंपनियों के प्रदर्शन को दिखाते हैं, जिनमें निवेश के साथ हाई रिटर्न और हाई रिस्क की संभावना जुड़ी हुई है। इंडेक्स फंड्स पर विचार करते समय समझने में आसान और डायवर्सिफिकेशन पर जोर देने वाले इंडेक्स को प्राथमिकता देनी चाहिए। आमतौर पर छोटे और नए निवेशकों को सेक्टोरल, थीमैटिक या एक से ज्यादा फैक्टर्स पर आधारित फैंसी नामों वाले मल्टी फैक्टर पैसिव फंड्स से दूर रहना चाहिए, क्योंकि उनमें रिस्क अधिक होता है।

सभी पुराने कर्ज मिलाकर नया लोन लेना फायदे का सौदा या मुसीबत

योजना | बिजनेस डेस्क

एक साथ कई कर्जों को संभालना और समय पर सबका भुगतान करना मुश्किल हो जाता है। इससे कभी-कभार किस्त चूकने का खतरा भी होता है। ऐसे में सभी कर्जों को मिलाकर एक ही आसान किस्त में चुकाना एक समझदारी भरा कदम हो सकता है। डेट कंसोलिडेशन यानी डेट कंसोलिडेशन एक ऐसी रणनीति है, जिसमें आपके सारे पुराने कर्जों को मिलाकर एक नया लोन बना दिया जाता है। इससे आपको कई किस्तों की जगह सिर्फ एक ही ईएमआई भरनी होती है। यह प्रक्रिया बैंक या फाइनेंशियल इंस्टिट्यूट के जरिए की जाती है। डेट कंसोलिडेशन से पुराने लोन चुकाने की प्रक्रिया आसान हो जाती है। साथ ही, इसमें ब्याज दर कम होने की संभावना होती है या चुकाने का समय बढ़ सकता है, जिससे आपकी जेब पर बोझ भी कम पड़ता है।

■ पैसे उधार लिए शख्स को सिर्फ एक ही ईएमआई भरनी होगी

अपने सभी मौजूदा कर्जों का आकलन करें

सबसे पहले यह समझें कि आपने कुल कितना कर्ज लिया हुआ है। हर लोन पर कितना ब्याज लग रहा है, कितने समय में चुकाना है और कहीं कोई जुर्माना या एक्स्ट्रा चार्ज तो नहीं है, ये सब बातें जांच लें। इससे आपको अपनी वित्तीय हालत का सही अंदाजा लगेगा और सही फैसला लेने में मदद मिलेगी।

लोन लेने की योग्यता समझें

आपका क्रेडिट स्कोर यह बताता है कि आपने अब तक अपने कर्ज कैसे चुकाए हैं। अगर ये स्कोर अच्छा है, तो आपको लोन पर कम ब्याज दर मिल सकती है और लोन लेना भी आसान हो जाता है। इसलिए सबसे पहले अपना क्रेडिट स्कोर चेक करें। अगर स्कोर ज्यादा है, तो आपको बेहतर शर्तों जैसे –कम ब्याज, ज्यादा लोन राशि या लोन चुकाने के लिए ज्यादा समय पर लोन मिलने की संभावना बढ़ जाती है। हालांकि, लोन को एक साथ मिलाकर नया लोन लेने से क्रेडिट स्कोर थोड़े समय के लिए थोड़ा घट सकता है, लेकिन अगर आप समय पर किस्तें भरते रहें तो आपका स्कोर फिर से अच्छा हो सकता है।

क्या कहते हैं जानकार

बाजार के जानकारों का कहना है कि अच्छा क्रेडिट स्कोर अक्सर आपको डेट कंसोलिडेशन पर कम ब्याज दरों के लिए योग्य बनाता है। इससे कुल ब्याज खर्च कम हो जाता है और रिपेमेंट को मैनेज करना हो सकता है। अच्छा क्रेडिट स्कोर होने पर आपको लोन चुकाने के लिए ज्यादा समय मिल सकता है या जरूरत से ज्यादा पैसा भी मिल सकता है। इससे लोन चुकाना आसान हो जाता है और आप अपने पैसों को बेहतर तरीके से संभाल सकते हैं।

ब्याज दर और दूसरे शुल्क देखें

अपने पुराने लोन को मिलाकर जब आप नया लोन लेने की सोच रहे हों, तो यह जरूर देखें कि कहीं उस पर ज्यादा ब्याज या कोई एक्स्ट्रा चार्ज तो नहीं हैं। नया लोन तभी फायदेमंद है जब उसकी ब्याज दर और बाकी चार्ज आपके पुराने लोन से कम हों। इसलिए अलग-अलग विकल्पों की तुलना करना जरूरी है।

लोन चुकाने की अवधि और योजना देखें

अगर आप लंबे समय के लिए लोन लेते हैं तो आपकी हर महीने की किस्त (ईएमआई) कम हो सकती है, लेकिन ऐसा करने से आपको कुल मिलाकर ज्यादा ब्याज देना पड़ सकता है। इसलिए चुकाने की अवधि सोच-समझकर चुनें, ताकि आपकी जेब पर ज्यादा बोझ न पड़े।

खर्च करने की आदतों पर लगाम लगाएं

सभी मौजूदा कर्जों को मिलाकर जब आप एक नया लोन लेते हैं यानी डेट कंसोलिडेशन स्टैटेजी अपनाते हैं, तो जरूरी है कि आप फालतू खर्च से बचें और कोई नया कर्ज न लें। अगर आप खर्च पर कंट्रोल नहीं रखेंगे तो कर्ज कम होने के बजाय और बढ़ सकता है। इसलिए समझदारी से बजट बनाएं, जरूरत के मुताबिक ही खर्च करें, और समय पर किस्त चुकाएं। अगर किसी बात को लेकर भ्रम हो, तो अपने वित्तीय सलाहकार से बात करके अपनी स्थिति के हिसाब से सही सलाह जरूर लें। ऐसा करने से आपको अपनी वित्तीय हालत के हिसाब से डेट कंसोलिडेशन रणनीति आपनाने में मदद मिल सकती है।

अच्छा तरीका संभव

सभी कर्जों को मिलाकर एक लोन लेना (डेट कंसोलिडेशन) कई बार कर्ज संभालने का अच्छा तरीका हो सकता है, लेकिन इसे अपनाने से पहले ये देखना जरूरी है कि ये तरीका आपके लिए सही है या नहीं। इसका आपके पैसों पर क्या असर पड़ेगा, ये समझकर ही कोई फैसला लें। अगर आप सोच-समझकर सही फैसला लेंगे, तो कर्ज चुकाने में आसानी होगी और आपकी आर्थिक हालत भी लंबे समय तक मजबूत बनी रहेगी। पहले तो कोशिश यही करें की लोन न लेना पड़े।

खबर संक्षेप

मार्केटिंग मैनेजर के साथ मारपीट

सिरसा। पुलिस ने संजीवनी अस्पताल के मार्केटिंग मैनेजर मांगेराम निवासी ताजियाखेड़ा की शिकायत पर एक महिला सहित तीन लोगों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया है। मांगेराम ने बताया कि 11 अप्रैल की दोपहर एक बजे वह अस्पताल में था। तभी दलवीर उर्फ सपल पुत्र नारायण निवासी कोटली, उसका भाई कृष्ण व उसकी पत्नी अस्पताल के भीतर आए और उसके साथ बहसबाजी करने लगे, उसके साथ मारपीट की। पुलिस ने शिकायत के आधार पर तीनों के खिलाफ मामला दर्ज किया है।

बिजली ट्रांसफार्मर के उपकरण चोरी

सिरसा। पुलिस ने विद्युत निगम के एसडीओ विकास की शिकायत पर अज्ञात के खिलाफ चोरी का मामला दर्ज किया है। एसडीओ की ओर से दर्ज करवाई गई शिकायत में बताया कि अज्ञात व्यक्ति ने पनिहारी निवासी गुरजीत कौर पत्नी सुखविंद्र सिंह के खेत में लगे बिजली के ट्रांसफार्मर से कीमती उपकरण चुरा लिए। चोरीशुदा उपकरणों की कीमत 20 हजार रुपये बताई गई है।

दो मोटरसाइकिल व एक स्कूटी चोरी, केस दर्ज

सिरसा। अलग-अलग स्थानों से चोर दो मोटरसाइकिल व स्कूटी चोरी कर ले गए। पुलिस को दी शिकायत में पहले मामले में जसविंद्र सिंह सेठी निवासी ई-ब्लॉक ने बताया कि बीती 5 अप्रेल को उसने अपने चाचा के घर के बाहर स्कूटी खड़ी की थी। कुछ देर बाद संभाली तो स्कूटी गायब मिली। दूसरे मामले में रानियां के वार्ड नंबर 4 निवासी गौरव गांधी ने बताया कि वह रानियां में मोबाइल रिपेयरिंग की दुकान करता है। उसने बताया कि सुबह वह बाइक लेकर दुकान पर आया था। बाइक दुकान के बाहर खड़ी कर वह अंदर काम में लग गया। कुछ देर बाद बाइक संभाली तो गायब मिली। ।

गेहूं खरीद के पुख्ता प्रबंध करे सरकार: गर्ग

सिरसा। हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रांतीय अध्यक्ष बजरंग गर्ग ने कहा कि सरकार की गलत नीतियों के कारण किसानों की हजारों किवंटल गेहूं व सरसों बारिश में भीगने के कारण खराब हो गई है। मौसम विभाग द्वारा अलर्ट करने के बावजूद भी सरकार ने फसलों को बचाने के कोई प्रबंध नही किए। उन्होंने कहा कि गेहूं उठान के लिए अभी तक सरकार ने न तो कोई टैंडर किए हैं और न ही आढ़तियों को बारदाना तक उपलब्ध नहीं करवाया।

जिले से विवाहिता सहित दो युवतियां लापता, केस दर्ज

फतेहाबाद। जिले में भूना व फतेहाबाद क्षेत्र से दो युवतियों के लापता होने का समाचार है। दोनों मामलों में परिजनों द्वारा पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई है। पुलिस को दी शिकायत में गांव सनियाना निवासी एक युवक ने कहा है कि गत दिवस दोपहर को वह अपनी पत्नी को सनियाना बस स्टैण्ड से नरवाना की बस में बिठा कर आया था। शाम को उसकी सास ने फोन कर उसे बताया कि उनक लडक़ी अभी घर नहीं पहुंची है।

आंगनबाड़ी केन्द्र से दो बैटरियां चोरी

फतेहाबाद(गांव जांडली कलां स्थित आंगनबाड़ी केन्द्र में घुसकर अज्ञात चोर हजारों रुपये का सामान चोरी कर ले गए। इस बारे भूना पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई है। पुलिस को दी शिकायत में गांव जांडली कलां निवासी मुकेश देवी ने कहा है कि वह गांव के आंगनबाड़ी केन्द्र पर बतौर वर्कश्र काम करता है। गत दिवस वह शाम को आंगनबाड़ी केन्द्र को बंद करके घर चली गई थी। रात को अज्ञात चोर आंगनबाड़ी केन्द्र में घुस गया और वहां से इन्वर्टर की दो बैटरियां चोरी कर ले गया है। सुबह जब वह आंगनबाड़ी केन्द्र में गई तो उसे चोरी का पता चला। इस पर पहले उसने आसपास तलाश की लेकिन जब चोरों बारे कुछ पता नहीं चला तो उसने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। पुलिस ने अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज कर जांच शुरू की।

टोहाना शहर से बाइक चोरी, केस दर्ज

फतेहाबाद। वाहन चोरों ने गत दिवस टोहाना शहर से एक मोटरसाइकिल चोरी कर लिया। इस बारे पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई है। पुलिस को दी शिकायत में न्यू गुप्ता कालोनी, वार्ड नं. 3 टोहाना निवासी मुनीष कुमार ने कहा है कि गत दिवस वह अपने मोटरसाइकिल पर सवार होकर किसी काम से बाजार गया था। उसने अपने मोटरसाइकिल को आजाद नगर, बस स्टैण्ड के पीछे वाली गली में खड़ा किया और काम पर चला गया। दोपहर को जब वह वापस आया तो उसने देखा कि वहां से उसका मोटरसाइकिल गायब था। इस पर पहले उसने आसपास तलाश की लेकिन जब मोटरसाइकिल बारे कुछ पता नहीं चला तो उसने पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई। इस मामले में टोहाना पुलिस ने केस दर्ज कर बाईक की तलाश शुरू कर दी है।

विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया को गिनाई मांगें, सौंपा पत्र

जिलेभर की मिड डे मील वर्कर्स ने मांगों को लेकर शहर में किया प्रदर्शन

वर्कर्स मॉडल टाऊन स्थित पपीहा पार्क में एकत्रित, सरकार के खिलाफ जताया रोष

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

मिड डे मील वर्कर्स यूनियन के आह्वान पर जिलेभर की मिड डे मील वर्कर्स द्वारा अपनी मांगों व समस्याओं को लेकर आज फतेहाबाद में रोष प्रदर्शन किया गया। मिड डे मील वर्कर्स मॉडल टाऊन स्थित पपीहा पार्क में एकत्रित हुई और वहां से सरकार के खिलाफ रोष प्रदर्शन करते हुए अनाज मण्डी स्थित विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया के कार्यालय पहुंची। यहां वर्करों ने सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी की और विधायक को मांग पत्र सौंपते हुए उन्हें अपनी मांगों से अवगत करवाया। उन्होंने विधायक से इन मांगों को लेकर सरकार से बातचीत करने और इनका समाधान करवाने की मांग की। प्रदर्शन का नेतृत्व मिड डे मील वर्कर्स यूनियन की गीता ढिंगसरा ने की व संचालन गगनदीप कौर ने किया। इस अवसर पर संयुक्त किसान मोर्चा से जगतार सिंह, रामकुमार बहबलपुरिया, ग्रामीण सफाई कर्मचारी यूनियन जिला प्रधान सुनील कुमार, मिड डे मील यूनियन से सुंदर पारता, अनिता दमकौरा, किरणपाल सहित अनेक वर्कर्स मौजूद रहे।

फतेहाबाद। मांगों को लेकर प्रदर्शन करती मिड डे मील वर्कर्स। फोटो : हरिभूमि

लंबे समय से कर रहे आंदोलन, सरकार वर्कर्स की मांगों को लेकर गंभीर नहीं

पपीहा पार्क में वर्कर्स को संबोधित करते हुए गीता ढिंगसरा व गगनदीप कौर ने बताया कि मिड डे मील वर्कर्स लंबे समय से अपनी मांगों व समस्याओं को लेकर आंदोलनरत है लेकिन प्रदेश सरकार उनकी मांगों को लेकर गंभीर नहीं है। सरकार की बेरूखी को लेकर मिड डे मील वर्कर्स यूनियन द्वारा प्रदेशभर में आंदोलन करने का निर्णय लिया गया था। इसी कड़ी में आज मिड डे मील वर्कर्स ने फतेहाबाद में अपनी मांगों को लेकर प्रदर्शन किया है। विधायक बलवान सिंह दौलतपुरिया को सौंपे ज्ञापन में यूनियन द्वारा मांग की गई है कि वर्कर्स का बकाया मानदेय व कटा हुआ मानदेय तुरंत जारी किया जाए। बच्चे कम होने या स्कूल बंद/मर्ज होने पर वर्कर्स को न हटाए जाए व हटाई गई वर्करों को दोबारा काम पर लिया जाए। बच्चे कम होने पर वर्कर को अन्य सरकारी स्कूल में समायोजित किया जाए। वर्कर्स का वेतन न्यूनतम 26 हजार रुपये किया जाए और मानदेय पूरे 12 महीने मिले। कुक का मानदेय उसके खाते में 7 तारीख तक डाला जाए। केन्द्र व राज्य का मानदेय इकट्ठा और बिना काट-छांट के दिया जाए। इसके अलावा वर्कर्स को सेवानिवृति लाभ देने, वर्दी का भत्ता देने, दुर्घटना में घायल या मृत्यु होने पर मुआवजा देने, स्कूलों में स्वयं सहायता समूह बंद करने, कुक को महीने में 2 अवकाश देने, मेडिकल निःशुल्क करने, 12वीं तक बच्चों को मिड डे मील योजना में लाने व वर्कर्स को पक्का कर ईएसआई व पीएफ में कवर करने की भी मांग की गई। विधायक ने वर्कर्स को उनकी मांगों को लेकर सरकार से बातचीत करने का आश्वासन दिया।

सिरसा। भंडारे में प्रसाद ग्रहण करते हुए श्रद्धालु।

श्री बजरंग भंडारा सेवा ट्रस्ट ने भंडार का किया आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

श्री बजरंग भंडारा सेवा ट्रस्ट द्वारा सालासर धाम में अंजनी माता मंदिर के निकट तीन दिवसीय 22वां अर्धवार्षिक विशाल भंडारा लगाया गया।प्रधान शिव शंकर गोयल ने बताया कि पिछले 21 सालों से लगातार ट्रस्ट की ओर से भंडारा लगाकर श्रद्धालुओं की सेवा की जा रही है। उन्होंने बताया कि सुबह 4 बजे जय श्री राम व बालाजी महाराज का जयकारा लगाकर भंडारे की शुरूआत की। भंडारे में खीर-चूरमा, दाल, पुरी, चाय का प्रसाद वितरित किया गया। भंडारे में हजारों लोगों ने प्रसाद ग्रहण किया।

ये रहे मौजूद

इस मौके पर पवन गोयल, बंसीलाल गोदारा, कृष्ण लाल श्योराण, प्रेम कुमार तागरा, सज्जन सोनी, ईश कुमार, गर्वित आहुजा, कर्ण महाईच, पीयूष शर्मा, गौरव शर्मा, अशोक आहुजा, दीपक बांसल, निर्मल सालगानी, विशाल कालिया, पंकज शर्मा, मनीष जैन, देवेंद्र गर्ग, रामनिवास बिरड़ा, ओमप्रकाश बिरड़ा, सुनील गर्ग, डॉ. सोमप्रकाश कामरा, प्रिया शर्मा, सतपाल हलवाई, रमेश कांसल, मुकेश मित्तल, विनोद जाखड़, अनिल जाखड़, राजेश अग्रवाल, रिंपी बांसल, सोमा, डॉ. सुरेंद्र कुमार आदि मौजूद थे।

किसान सभा स्थापना दिवस पर सेमिनार आयोजित

■ नए मंडीकरण ड्राफ्ट और एमएसपी गारंटी कानून को लेकर किसान सभा संघर्षरत : राजेंद्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

किसान सभा स्थापना दिवस के अवसर पर गांव भूथन कलां के मेन चौक में शनिवार को सेमिनार आयोजित किया गया। किसान सभा के जिला सचिव मास्टर राजेंद्र सिंह बाटू ने सेमिनार में पहुंचकर झंडा फहराया। सेमिनार की की अध्यक्षता एडवोकेट चंद्रभान और रामकिशन ने संयुक्त रूप से की। सेमिनार को संबोधित करते हुए मुख्य वक्ता मास्टर राजेंद्र सिंह ने स्थापना से लेकर आज तक के किसान सभा के इतिहास और संघर्ष पर विस्तार से चर्चा की। एडवोकेट चंद्रभान ने बताया कि किसान सभा की विरासत लंबे संघर्षों की है। आजादी से ठीक पहले तेलंगाना के किसानों का निजाम के खिलाफ शानदार सशस्त्र संग्राम चला। इसमें किसानों ने 3000 गांवों में राज स्थापित किया और 10 लाख एकड़ जमीन बांटी गई। पुनपरा व्यालार की लड़ाई, बंगाल का तेभागा आंदोलन, सुरमा वैली, गोरा घाटी, वर्ली आदिवासियों का विद्रोह किसान सभा के शानदार इतिहास का हिस्सा है। आज किसान सभा पूरे देश के साथ हरियाणा में नये मंडीकरण ड्राफ्ट, स्मार्ट मीटर योजना की वापसी और न्यूनतम समर्थन मूल्य को कानून बनाने समेत अनेकों मांग मुद्दों को लेकर संघर्षरत है। कार्यक्रम में महेंद्र बिजारणिया, अजीत ढाका, कृष्ण ज्याणी, अनूप, माईराम पटीर, धर्मपाल कुलडिया, कमल शर्मा, कृष्ण जांदू, राजकुमार सैनीवाल, रामकुमार ताखर, रण सिंह फगेडिया आदि मौजूद रहे।

फतेहाबाद। भूथनकलां में स्थापना दिवस पर ध्वजा फहराते किसान। फोटो: हरिभूमि

भगत सिंह के नाम पर बने रोजगार गारंटी कानून

■ शहीद करतार सिंह सराभा हाल में राष्ट्रीय अध्यक्ष सुखजिंद्र माहेश्वरी ने सम्मेलन को किया संबोधित

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

अखिल भारतीय नौजवान सभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष सुखजिंद्र माहेश्वरी ने शहीद करतार सिंह सराभा हाल में अखिल भारतीय नौजवान सभा के जिला स्तरीय सम्मेलन को संबोधित करते हुए कहा कि देश में रोजगार एक प्रमुख मुद्दा है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली सरकार ने वादा किया था कि हर साल दो करोड़ युवाओं को रोजगार दिया जाएगा, जिसके हिसाब से दस सालों में 20 करोड़ युवाओं को रोजगार मिलना चाहिए था, लेकिन सरकार ने इस दिशा में कोई संज्ञान नहीं लिया। जिस प्रकार मनरेगा के तहत रोजगार की गारंटी है, ठीक उसी प्रकार हम बनेगा भगत सिंह इंप्लायमेंट नेशनल गारंटी कानून के नाम से कानून बने, ताकि युवाओं को रोजगार सुनिश्चित किया जा सके। उन्होंने कहा कि रोजगार न मिलने के कारण युवा पीढ़ी अपने लक्ष्य से भटककर नशे की ओर अग्रसर हो रही है, जोकि देश के लिए शुभ संकेत नहीं है। उन्होंने कहा कि सरकार ने गुजरात, जोकि खेलों में कोई विशेष स्थान नहीं रखता, उसके लिए सालाना खेल बजट बढ़ा दिया, जबकि हरियाणा जो कि खेलों में अपनी विशेष पहचान रखता है, उसके खेल बजट में सरकार द्वारा लगातार कटौती की जा रही है, जोकि खिलाडिय़ों के लिए अच्छी बात नहीं है।

सिरसा। सुखजिंद्र माहेश्वरी पत्रकारों से बात करते हुए। फोटो : हरिभूमि

किसानों की खराब हुई फसल का मुआवजा दे सरकार: केडिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

प्रदेश कांग्रेस कमेटी के डेलीगेट नवीन केडिया ने प्रदेश के कई जिलों में अंधड़ और बारिश के कारण फसलों को हुए नुकसान पर चिंता जाहिर की है और सरकार से फसलों की विशेष गिरदावरी करवा कर प्रभावित किसानों को मुआवजा देने की मांग की है।नवीन केडिया ने शनिवार को जारी बयान में कहा कि हरियाणा के किसान केंद्रीय पूल में सर्वाधिक अन्न उत्पादन करके भेजते है। प्राकृतिक आपदा से किसानों को भारी नुकसान हुआ है और गेहूं की फसल कई जगह बिल्कुल बिछ गई है, सिरसा जिला गेहूं के उत्पादन में हमेशा अव्वल रहा है। इस बार भी सिरसा में एक लाख 70 हजार हेक्टेयर भूमि पर गेहूं की बिजाई की गई है। बरसात और अंधड़ से जहां फसलों को नुकसान पहुंचा है वहीं आसमानी बिजली गिरने चौपटा क्षेत्र में दो पशुओं की मौत भी हुई है। उन्होंने कहा कि जहां किसान प्राकृतिक प्रकोप से प्रभावित हुए है।

45 हजार 240 रुपये की जुआराशि सहित 10 लोगों को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

पुलिस ने सार्वजनिक जगहों पर जुआ व सट्टा खाईवाली करने वाले 10 लोगों को काबू कर उनके कब्जे से 45240 रुपए की जुआ व सट्टा राशि तथा ताश के पत्तों सहित पकड़ा है। सीआईए ऐलनाबाद प्रभारी सब इंस्पेक्टर जगदीश चंद्र ने बताया कि एसपी साहब के निर्देश पर सीआईए ऐलनाबाद की पुलिस टीम ने गश्त के दौरान महत्वपूर्ण सूचना मिली की काली कंबोज ठोबरियां रोड़ ढाणी बच्चन सिंह अपने खेत में बने मकान में जुआ खिलाने का काम करता है। उन्होंने बताया कि पुलिस पार्टी ने उक्त सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए खेत में बने मकान पर दबिश दी पुलिस उक्त तीनों लोगों को काबू कर उनके कब्जा से 27030 रुपए की जुआ राशि व ताश के पत्तों सहित काबू कर लिए। उन्होंने वहीं एक अन्य घटना में सीआईए ऐलनाबाद की एक टीम ने गश्त के दौरान महाराण प्रताप चौक सिरसा के तरफ जा रही थी। इस दौरान पुलिस पार्टी जब नजदकी उतराखंड ढाबा सिरसा के पास पंहुची तो एक व्यक्ति जगह सरेआम सट्टा खाईवाली कर रहा था और पुलिस पार्टी को देखकर अचानक वहां से भागने की कोशिश तो पुलिस पार्टी ने उक्त युवक को काबू कर लिया। उसके कब्जा से 5470 रुपयों सहित पैन व डायरी बरामद की गई। युवक की पहचान संदीप कुमार के रुप में हुई है।

अवैध शराब की बिक्री करने वालों पर करें कार्रवाई: एसपी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

पुलिस अधीक्षक विक्रांत भूषण ने जिला के थाना प्रभारियों को निर्देश देते हुए कहा है कि अपने-अपने थाना क्षेत्रों में एक विशेष अभियान चला कर अवैध रूप से शराब बेचने वालों, खुर्दा संचालकों तथा जुआ व सट्टा खाईवाली करने वालों की खोज खबर लेकर उनके खिलाफ कड़ी कार्रवाई करें।

पुलिस अधीक्षक ने आमजन से कहा है कि अगर उनके आसपास किसी भी प्रकार का गैर कानूनी धंधा हो रहा है तो बगैर किसी झिझक के पुलिस को सूचित करें ताकि ऐसे लोगों के खिलाफ कड़ी कानूनी कार्रवाई की जा सके। उन्होंने सभी थाना प्रभारियों को निर्देश देते हुए कहा है कि शराब ठेकेदार लाईसेंस की आड़ में अपने निजी फायदे के लिए दुकानों, होटलों, ढाबों यहां तक कि लोगों के घरों से भी शराब संचालित करते हैं, जिस कारण असामाजिक तत्व भी अवैध रुप से शराब बेचने लगते है।

डेरा प्रेमियों ने चलाया सफाई अभियान

■ आस पास के ब्लॉकों से काफी संख्या में सेवादारों ने अभियान में भाग लिया

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

शाह सतनाम जी ग्रीन एस वेलफेयर कमेटी के सेवादारों का डेरा सच्चा सौदा के रूहानी स्थापना महीने की खुशी में बरनाला रोड स्थित पुलिस लाइन में चलाया जा रहा सफाई अभियान दूसरे दिन शनिवार को भी जारी रहा। दूसरे दिन भी इस सेवा कार्य में सिरसा सहित आस पास के ब्लॉकों से काफी संख्या में सेवादारों ने भाग लिया।

सफाई अभियान के दौरान पुलिस लाइन के विभिन्न पार्कों, रिहायशी कॉलोनियों की सफाई में जुटी। सेवादारों की अलग अलग चार टीमें बनाकर पुलिस लाइन, महिला थाना, सिविल लाइन थाना सहित अन्य जगह सफाई अभियान चलाया गया।

वहीं पुलिस लाइन के विभन्न पार्कों में बिखरे सूखे पत्तों व गंदगी को झाड़ू से एक स्थान पर एकत्रित किया। वहीं कुछ सेवादारों ने एकत्रित किए गए कूड़े-कर्कट के ढेरों को पलियों की सहायता से कैंटर में डालकर कूड़ेदान में पहुंचाया। सेवादारों के सेवा कार्य की पुलिस अधिकारियों ने काफी प्रशंसा की।

सिरसा। पुलिस लाइन में सफाई अभियान चलाते डेरा श्रद्धालु।

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय में कार्यक्रम का आयोजन

विधि विभाग की मूट कोर्ट टीम ने जीता बेस्ट मेमोरियल अवार्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सिरसा

चौधरी देवीलाल विश्वविद्यालय के विधि विभाग की मूट कोर्ट टीम ने एक बार फिर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाते हुए स्वामी देवी दयाल लॉ कॉलेज पंचकूला द्वारा आयोजित राष्ट्रीय मूट कोर्ट प्रतियोगिता में बेस्ट मेमोरियल अवार्ड एवं बेस्ट स्पीकर अवार्ड अपने नाम किए।

असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. विकास पूनिया ने बताया कि स्वामी देवी दयाल लॉ कॉलेज पंचकूला द्वारा आयोजित राष्ट्रीय मूट कोर्ट प्रतियोगिता में सीडीएलयू की टीम ने भाग लिया। इस प्रतियोगिता में उत्कर्ष प्रदर्शन करते हुए विभाग की टीम जिसमें एलएलबी प्रथम वर्ष से महक वर्मा व निखिल मेहता तथा बीएएलएलबी प्रथम वर्ष से रितिका भड़ाना ने दो अवार्ड अपने नाम किए। जिसमें टीम के नाम बेस्ट मैमोरियल अवार्ड व टीम की सदस्य महक वर्मा को बेस्ट स्पीकर अवार्ड से नवाजा गया।

सिरसा। न्यायाधीश आलोक जैन व प्रिंसिपल डॉ. रिचा रंजन विजेता टीम को सम्मानित करते

डीएवी पुलिस स्कूल में बैसाखी का जश्न, विभिन्न कार्यक्रम किए आयोजित

विद्यार्थियों ने गिद्दा और भांगड़ा जैसे पारंपरिक नृत्यों का प्रदर्शन किया

पंजाबी परिधानों में पहुंचे बच्चों ने मन मोहा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| फतेहाबाद

हिसार रोड पर पुलिस लाइन स्थित डीएवी पुलिस पब्लिक स्कूल में बैसाखी का त्योहार बड़े उत्साह और उल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर स्कूल में विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए। पारम्परिक पंजाबी परिधानों में पहुंचे नन्हें-मुन्हें विद्यार्थियों ने सभी को अपनी ओर आकर्षिक करते हुए मन मोह लिया। विभिन्न प्रकार के सांस्कृतिक कार्यक्रमों में विद्यार्थियों ने अपनी प्रस्तुति से खूब वाहवाही लूटी। कार्यक्रम में छात्रों ने गिद्दा और भांगड़ा जैसे पारंपरिक नृत्यों का प्रदर्शन किया। इसके अलावा, छात्रों ने बैसाखी के महत्व और सिख धर्म में इसकी भूमिका के बारे में भी जानकारी प्राप्त की।

स्कूल के शिक्षकों और कर्मचारियों ने भी इस अवसर पर छात्रों के साथ मिलकर जश्न मनाया और उन्हें बैसाखी के महत्व के बारे में बताया। स्कूल प्रिंसीपल अरूण शर्मा ने बताया कि बैसाखी का त्योहार सिख धर्म में बहुत महत्व रखता है और यह पंजाबी नव वर्ष का भी प्रतीक है। उन्होंने कहा कि बैसाखी का त्योहार हमें आपसी प्रेम, भाईचारे और एकता का संदेश देता है। उन्होंने छात्रों को इस त्योहार के महत्व को समझने और इसका पालन करने के लिए प्रेरित किया। स्कूल में बैसाखी के जश्न के दौरान छात्रों और शिक्षकों ने मिलकर एक यादगार दिन बिताया।

फतेहाबाद। डीएवी पुलिस स्कूल में बैसाखी पर आयोजित कार्यक्रम में भाग लेते विद्यार्थी।

अपेक्स कान्वेंट स्कूल में धूमधाम से मनाया बैसाखी उत्सव

फतेहाबाद।अपेक्स कान्वेंट स्कूल में पारंपरिक उल्लास और उमंग के साथ बैसाखी का त्योहार मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय परिसर को रंग-बिरंगी सजावट से सजाया गया और बच्चों ने पारंपरिक परिधानों में भाग लिया। कार्यक्रम की शुरुआत सरस्वती वंदना से हुई, जिसके बाद विद्यार्थियों ने पंजाब की समृद्ध संस्कृति को दर्शाते हुए भांगड़ा और गिद्दा आदि नृत्य प्रस्तुत किए। छात्रों ने बैसाखी के ऐतिहासिक और सांस्कृतिक महत्व पर भाषण व कविताएं प्रस्तुत कीं, जिससे सभी उपस्थित जनों को इस पर्व के महत्व की जानकारी मिली। विद्यालय के प्रधानाचार्य उमंग कक्कड़ ने बच्चों को बैसाखी की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि ऐसे उत्सव हमें न केवल हमारी सांस्कृतिक विरासत से जोड़े रखते हैं, बल्कि आपसी भाईचारे और सौहार्द को भी बढ़ावा देते हैं।

फतेहाबाद। अपेक्स में आयोजित बैसाखी उत्सव में प्रस्तुति देते विद्यार्थी

खबर संक्षेप

अनाज मंडियों में 86145 क्विंटल सरसों की आवक

फतेहाबाद। जिला की विभिन्न मंडियों व खरीद केंद्रों में अब तक 86145 क्विंटल सरसों फसल की आवक हुई है, जिसमें से फतेहाबाद अनाज मंडी में 12611 क्विंटल, भट्टू कलां में 39062 क्विंटल तथा भूना में 34472 क्विंटल शामिल है। इसके साथ ही जिला की मंडियों से 65792 क्विंटल सरसों फसल की खरीद की जा चुकी है जिसमें से फतेहाबाद अनाज मंडी में 6199 क्विंटल की आवक हो चुकी है। अन्य मंडियों में काम चल रहा है।

आज पटवार भवन में मनेगी आंबेडकर जयंती

फतेहाबाद। बाबा साहेब डॉ. भीमराव अम्बेडकर सभा फतेहाबाद की बैठक प्रधान रामकिशन तंवर की अध्यक्षता में हुई। बैठक में सभा द्वारा डॉ. अम्बेडकर जयंती मनाने को लेकर चर्चा की गई। बैठक में निर्णय लिया गया कि भारत रत्न डॉ. भीमराव अम्बेडकर की 134वीं जयन्ती 13 अप्रैल रविवार को प्रातः 10 बजे पटवार भवन, फतेहाबाद में धूमधाम से मनाई जाएगी।

आदर्श कॉलोनी में आज लगेगा चिकित्सा शिविर

फतेहाबाद। सिटी वेलफेयर क्लब, जय हिंद मंच, सरबत दा भला एवं ऑल इंडिया अरोड़ा पंजाबी खत्री कम्युनिटी के संयुक्त तत्वाधान में 13 अप्रैल को निःशुल्क मैडिकल कैंप का आयोजन आदर्श कॉलोनी, मिनी बाइपास पर किया जाएगा। संस्था अध्यक्ष विनोद अरोड़ा ने बताया कि 13 अप्रैल को सरबत दा भला संस्था के चेयरमैन डॉ. एसपी सिंह ओबरॉय का जन्म दिवस है।

बहबलपुर कॉलेज में मनी आंबेडकर जयंती

फतेहाबाद। गांव बहबलपुर स्थित मुख्त्यार सिंह मैमोरियल पीजी कॉलेज में संविधान निर्माता व भारत रत्न बाबा साहब डॉ. भीमराव अम्बेडकर की जयन्ती धूमधाम से मनाई गई। सर्वप्रथम बाबा साहब को श्रद्धांजलि दी गई। कॉलेज प्राचार्य डॉ. ओपी नागपाल ने विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए बताया कि यह दिन भारत में सामाजिक न्याय, समानता और शिक्षा के महत्व को याद दिलाता है। डॉ. अम्बेडकर को भारतीय संविधान का जनक माना जाता।

फुलां मर्डर मामले में आरोपी गिरफ्तार

फतेहाबाद। सदर फतेहाबाद पुलिस ने गांव फुलां में एक युवक की हत्या करने के मामले में कार्यवाही करते हुए आरोपी युवक को गिरफ्तार कर लिया है। पकड़े गए युवक की पहचान राजेश कुमार उर्फ घोना पुत्र देवीलाल निवासी फुलां के रूप में हुई है। पुलिस ने उसके पास से एक मोटरसाइकिल व एक डंडा भी बरामद किया है।

खेत में लगे ट्रांसफार्मर से सामान चोरी

फतेहाबाद। चोरों ने भट्टू के गांव शेखुपुर दड़ौली में खेत में लगे ट्रांसफार्मर से हजारों का सामान चोरी कर लिया। इस बारे भट्टूकलां पुलिस को शिकायत दर्ज करवाई गई है। पुलिस को दी शिकायत में गांव शेखुपुर दड़ौली निवासी हरी सिंह ने कहा है कि उसके खेत में 25 किलोवाट का ट्रांसफार्मर लगा हुआ है।

ससुराल गए युवक की संदिग्ध मौत

फतेहाबाद। अपनी ससुराल गए टोहाना के एक युवक की संदिग्ध परिस्थितियों में मौत का मामला सामने आया है। गांव अमानी निवासी 22 वर्षीय गुरजीत की मौत के मामले में परिजनों ने पत्नी रीना, सास, ससुर और दो सालों पर हत्या का आरोप लगाया है। मृतक के पिता नानक के अनुसार, गुरजीत की शादी डेढ़ साल पहले उचाना के गांव तरखा निवासी रीना से हुई थी। शादी के बाद से ससुराल पक्ष के लोग गुरजीत को परेशान करते थे। कुछ समय पहले जब गुरजीत के घर बेटी का जन्म हुआ, ससुराल पक्ष के लोग उसकी पत्नी को अपने साथ ले गए थे। शुक्रवार को गुरजीत की सास ने उसे फोन कर बुलाया। शाम को सास ने फिर फोन किया और बताया कि गुरजीत ने जहरीला पदार्थ खा लिया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

जिलेभर के मंदिरों में शनिवार को श्री हनुमान जन्मोत्सव धूमधाम से मनाया गया

हनुमान जन्मोत्सव पर बाबा बालाजी को पिलाई शहद की घुट्टी, लगाया 56 भोग

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

जिलेभर के मंदिर में शनिवार को श्री हनुमान जन्मोत्सव धूमधाम से मनाया गया। फतेहाबाद के सभी मंदिरों में सुबह से ही भक्तों की भीड़ उमडऩी शुरू हो गई। भक्तों ने जय श्री बालाजी, जय श्री हनुमान के जयकारों से माहौल को भक्तिमय कर दिया। श्री हनुमान जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में श्री बाला जी श्याम सेवा संघ फतेहाबाद की ओर से लाल बत्ती चौक पर देसी घी के चूरमें का प्रसाद वितरित किया गया। टोहाना में हिसार रोड स्थित बालाजी मंदिर में शनिवार को भगवान श्री हनुमान जन्मोत्सव धूमधाम से मनाया गया। कार्यक्रम में विधायक परमवीर सिंह मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। पुजारी घनश्याम शर्मा ने विधि-विधान से पूजा संपन्न करवाई। कार्यक्रम में 108 महिलाओं ने थाली वादन किया। बालाजी को शहद की घुट्टी पिलाने के बाद 56 प्रकार का भोग अर्पित किया गया। विशेष बात यह रही कि न्यूजीलैंड और कनाडा से आए भक्तों ने भी भोग लगाया। भजन कलाकारों ने संकीर्तन के माध्यम से बालाजी की महिमा का गुणगान किया।

इसी अवसर पर शहर के रेलवे रोड स्थित अनाज मंडी के बालाजी मंदिर में भी विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। गायक कलाकार सोनू शर्मा ने अपने भजनों से श्रद्धालुओं को मंत्रमुग्ध कर दिया। 'मेरी राम जी से राम राम कहना, बालाजी का डंका बाज रहा है और मेरी मां बनभौरी वाली तेरी मौज कर देगी' जैसे भजनों ने भक्तों को झूमने पर मजबूर कर दिया।

रतिया। शीतला माता मंदिर में हनुमान जन्मोत्सव पर मौजूद श्रद्धालु।

सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया

रतिया में मां शीतला मंदिर सेवा ट्रस्ट द्वारा मंदिर परिसर में चैत्र पूर्णिमा के दिन श्री हनुमान जन्मोत्सव भक्ति उत्साह के साथ पर्व को बड़ी धूमधाम से मनाया गया। मंदिर पुजारी आचार्य सतीश शास्त्री ने श्री हनुमान जन्मोत्सव की बधाई दी। मंदिर कमेटी द्वारा मंदिर को सजाया गया। मंदिर कमेटी द्वारा आज श्री सुंदरकांड पाठ का आयोजन किया गया जिसमें शहर की मुख्य संस्थाएं शिवदलंकर कमेटी श्री शिव भोले नंदी शाला सेवादार कमेटी श्री अमरनाथ महिला मंडल व शक्ति नाटक क्लब के सदस्यों ने आज सुंदर कांड पाठ में शामिल होकर अपनी हाजिरी दर्ज कराई। मां शीतला मंदिर सेवा ट्रस्ट द्वारा बालाजी महाराज सवामणि का भोग लगाया गया व महिला मंडलों ने श्री बालाजी महाराज के गुणगान में भक्ति गीत गाकर सभी भगत जन झूम उठे। इसके अलावा रतिया के पुराना बाजार प्राचीन हनुमान मंदिर में हनुमान जन्मोत्सव पर मंदिर के पुजारी शास्त्री द्वारा हवन करवाया गया।

रतिया। हनुमान जन्मोत्सव सालासर धाम मंदिर में बालाजी महाराज के दर्शन करते श्रद्धालु। फोटो: हरिभूमि

बालाजी महाराज के दर्शनों को श्रद्धालुओं का तांता लगा

- हनुमान मंदिरों में उमड़ा श्रद्धालुओं का सैलाब

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

चैत्र मास की पूर्णिमा पर शनिवार को हनुमान जन्मोत्सव पर श्रद्धालुओं ने बाबा बजरंग बली के दर्शन कर सुख समृद्धि की कामना की। नगर के हनुमान मंदिरों में सुबह से ही श्री बालाजी महाराज के दर्शनों को श्रद्धालुओं का तांता लगा रहा। जिला भर में श्री हनुमान जन्मोत्सव धूमधाम से मनाया गया। मुख्य आयोजन लालबत्ती चौक स्थित श्री सालासर धाम मंदिर में हुआ। इसके अलावा गौशाला मोहल्ला स्थित प्राचीन हनुमान मंदिर, रानियां रोड स्थित वानरों वाला हनुमान मंदिर, सर्राफों का मंदिर, खजांचियान मंदिर, अग्रसेन कॉलोनी स्थित हनुमान मंदिर, खैरपुर स्थित हनुमान मंदिर, प्रेमनगर स्थित हनुमान मंदिर, चतरगढ़पट्टी स्थित पंचमुखी हनुमान मंदिर, गली गोलछा वाली स्थित इच्छापूर्ण हनुमान मंदिर, रानियां रोड स्थित वानरों वाला मंदिर, श्री श्याम बगीची सहित हनुमान मंदिरों में श्रद्धालुओं ने बालाजी महाराज के दर्शन कर घर में सुख समृद्धि की कामना की।

फतेहाबाद। कार्यकर्ताओं को संबोधित करते अधिकारिता मंत्री कृष्ण कुमार बेदी।

बेदी ने पीएम मोदी के कार्यक्रम का दिया न्योता

- बोले, 14 को करेंगे हिसार एयरपोर्ट का उद्घाटन, ऐतिहासिक क्षण का बनें हिस्सा

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

हरियाणा के सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्री कृष्ण कुमार बेदी ने शनिवार को भुना रोड स्थित भारतीय जनता पार्टी के कार्यालय में कार्यकर्ता बैठक को संबोधित किया। कैबिनेट मंत्री कृष्ण कुमार बेदी ने कहा कि डॉ. भीमराव अंबेडकर की जयंती के अवसर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 14 अप्रैल को महाराजा अग्रसेन हवाई अड्डे, हिसार का उद्घाटन करेंगे। इस ऐतिहासिक अवसर पर ज्यादा से ज्यादा संख्या में लोग पहुंचे।

उन्होंने कहा कि डॉ. भीमराव अंबेडकर की जयंती के अवसर पर 13 अप्रैल को पूरे दिल से स्वच्छता अभियान चलाया जाएगा। उन्होंने कहा कि बाबा साहेब ने महिलाओं के उत्थान के लिए संघर्ष किया, श्रमिकों के हित में कानून बनाने की बात की और आम आदमी को सम्मानपूर्वक जीवन जीने का अधिकार दिलाया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का प्रभाव पूरी दुनिया में है और मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी का प्रभाव पूरे प्रदेश में है। उन्होंने सभी कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे सामाजिक संगठनों के बीच जाकर पार्टी की नीतियों और सरकार की योजनाओं की जानकारी दें।

उन्होंने उपस्थितजनों को 14 अप्रैल को अधिक से अधिक संख्या में हिसार पहुंचने का आह्वान किया। इस अवसर पर हरियाणा अनुसूचित जाति आयोग के चेयरमैन प्रो. रविन्द्र बलियाला, पूर्व विधायक दुड़ाराम, जिलाध्यक्ष प्रवीण जोड़ा, चेयरमैन वेद फुलां, जिला प्रभारी सुरेन्द्र आर्य ने भी कार्यक्रम को संबोधित कर अपने विचार रखे। इस मौके पर पूर्व जिलाध्यक्ष बलदेव ग्रोहा, राजपाल बेनीवाल, कंवल चौधरी, अशोक जाखड़, मनजीत शर्मा, जगदीश शर्मा, बनवारी लाल गहलोत, भीम लांबा, राकेश भांभू, विकास ललौदा, अनिल सिहाग, राम मेहर धारसूल, सभी मंडल अध्यक्ष और जिला पदाधिकारी तथा बड़ी संख्या में पार्टी कार्यकर्ता मौजूद रहे।

खानपान का ध्यान रखें महिलाएं

- महिला एवं बाल विकास विभाग ने पोषण पखवाड़े का आयोजन किया

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

महिला एवं बाल विकास विभाग की ओर से शनिवार को पोषण पखवाड़े की शुरूआत हुई जिसमें मुख्यातिथि सीईओ सुभाषचंद्र थे जबकि अध्यक्षता डिप्टी डायरेक्टर डॉ. दर्शना सिंह ने की। मुख्यातिथि ने उपस्थितजनों को संबोधित करते हुए कहा कि गर्भवती महिलाओं को स्तनपान बारे जानकारी अवश्य होनी चाहिए। साथ ही सडक़ सुरक्षा का ध्यान रखते हुए नशे से पूरी तरह से दूर होना चाहिए। वहीं डिप्टी डायरेक्टर डॉ. दर्शना सिंह ने उपस्थितजनों को बताया कि नवजात शिशु के शुरूआती 1000 दिनों तक उसका विशेष ध्यान रखा जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि पोषण से संबंधित लोगों में व्यवहारिक परिवर्तन लाना अभियान का मुख्य उद्देश्य है। उन्होंने कहा कि गर्भावस्था में महिलाओं को खानपान पर विशेष ध्यान देना चाहिए। इनमें हरी सब्जियों, फल, दूध व दही का अधिकाधिक इस्तेमाल आवश्यक है। डॉ. सिंह ने बताया कि पोषण पखवाड़ा आगामी 22 अप्रेल तक मनाया जाएगा। इस पखवाड़े के दौरान मुख्य फोकस नवजात बच्चों के शुरूआती 1000 दिनों पर दिया जाएगा। कार्यक्रम में पार्षद पूजा रानी, चंचल रानी, मनीष कुमार, सुपरवाइजर रचना, बलविंद्र कौर, रेखा व अन्य मौजूद रहे।

सिरसा। गर्भवती महिलाओं को स्तनपान बारे जानकारी देते हुए। फोटो: हरिभूमि

सामाजिक न्याय के पक्षधर थे आंबेडकर

- राजकीय महिला महाविद्यालय में कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ⏭सिरसा

राजकीय महिला महाविद्यालय में शनिवार को भीमराव अंबेडकर जयंती के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें छात्राओं ने बढ़ चढक़र भाग लिया। कॉलेज प्राचार्य रामकुमार जांगड़ा ने इस अवसर पर छात्राओं को बाबा साहेब भीमराव अंबेडकर के विचारों से अवगत करवाते हुए कहा कि वे समाज सुधारक और सामाजिक न्याय के प्रबल पक्षधर थे। उनका जन्म 14 अप्रेल 1891 को मध्यप्रदेश के महु में हुआ। उनका बचपन संघर्षों से भरा रहा, लेकिन उन्होंने कठिनाइयों को पीछे छोड़ते हुए न केवल उच्च शिक्षा प्राप्त की, बल्कि देश के सामाजिक ढांचे में ऐतिहासिक बदलाव लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। बचपन में उन्हें जातिगत भेदभाव और शिक्षा में कई कठिनाइयों का सामना करना पड़ा, लेकिन उन्होंने कभी हार नहीं मानी। उन्होंने विदेश में उच्च शिक्षा प्राप्त की और भारत के पहले कानून मंत्री बने। इस अवसर पर विचार गोष्ठी और प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता भी करवाई गई जिसमें टीम डी ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। इस टीम में कमलदीप कौर, जसविंद्र कौर, यशिका शामिल थे। डॉ. प्रीत कौर ने छात्राओं से कहा कि उन्हें कॉलेज में होने वाली विभिन्न प्रतियोगिताओं में भाग लेते रहना चाहिए क्योंकि इससे आत्मविश्वास और बौद्धिक ज्ञान में वृद्धि होती है।

सिरसा। कार्यक्रम में भाग लेती छात्राएं।

महाविद्यालय में प्लेसमेंट ड्राइव का आयोजन

- मनोहर मैमोरियल शिक्षण महाविद्यालय, फतेहाबाद में शनिवार को एक दिवसीय प्लेसमेंट ड्राइव का आयोजन किया गया

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

मनोहर मैमोरियल शिक्षण महाविद्यालय, फतेहाबाद में आज एक दिवसीय प्लेसमेंट ड्राइव का आयोजन बड़े ही उत्साह और सफलता के साथ सम्पन्न हुआ। इस प्लेसमेंट ड्राइव का उद्देश्य विद्यार्थियों को शिक्षा पूर्ण करने के पश्चात रोजगार के अवसर उपलब्ध कराना था। इस प्लेसमेंट ड्राइव में फतेहाबाद के विभिन्न प्रतिष्ठित शैक्षणिक संस्थानों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया और बी.एड. व डी.एल.एड. के विद्यार्थियों का साक्षात्कार लिया। कुल 35 विद्यार्थियों ने इस ड्राइव में भाग लिया। कॉलेज की प्राचार्या डॉ. जनक रानी ने कहा कि इस प्रकार की पहल विद्यार्थियों को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम हैं। उन्होंने चयनित विद्यार्थियों को बधाई दी और भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं। कॉलेज प्लेसमेंट सेल के प्रभारी बलवंत सिंह ने आयोजन की रूपरेखा प्रस्तुत की और इसे सफल बनाने के लिए सभी प्रतिभागियों व स्टाफ का धन्यवाद किया। यह आयोजन विद्यार्थियों के लिए एक प्रेरणास्रोत सिद्ध हुआ और कॉलेज भविष्य में भी इस प्रकार के आयोजनों के लिए प्रतिबद्ध है।

फतेहाबाद। बीएड कॉलेज में प्लेसमेंट ड्राइव के दौरान विद्यार्थियों का साक्षात्कार लेते प्रतिनिधि। फोटो: हरिभूमि

क्रेसण्ट में मनी आंबेडकर जयंती

- 'समानता दिवस' के रूप में मनाई गई बाबा साहब की जयंती

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

क्रेसण्ट स्कूल में भारतीय संविधान के निर्माता भीमराव अंबेडकर के जन्म दिवस को 'समानता दिवस' थीम के साथ के मनाया गया। यह आयोजन विद्यार्थियों के लिए प्रेरणा और ज्ञान का संगम सिद्ध हुआ। कक्षा 10वीं के विद्यार्थियों ने डॉ. अंबेडकर के जीवन के अनछुए पहलुओं का वर्णन किया। मानिका ने डॉ. अंबेडकर की भारत के संविधान निर्माण में भूमिका को प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किया। छात्र दक्ष ने कविता 'एक साधारण बच्चा पिछड़ी जाति से आने वाला था, जाति के ठेकेदारों से भला कब तक दबाने वाला था' का सजीव पाठ कर सभी के हृदयों को छूते हुए डॉ. अंबेडकर के सामाजिक समानता एवं स्वतंत्रता का अधिकार दिलाने वाली अहम भूमिका का वर्णन किया। छात्रा साचीप्रीत ने 'अंबेडकर जी से जो हमने सीखा' थीम पर आधारित ज्ञानवर्धक एपिसोड का वर्णन किया। प्रधानाचार्या पूनम ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन हमारे जीवन में उमंग और उल्लास भरते हैं एवं हमारे देश के महान व्यक्तियों के त्याग की याद दिलाते हैं। उन्होंने डॉ. अंबेडकर के योगदान को याद करते हुए विद्यार्थियों को देश के विकास में भागीदार बनने के लिए प्रेरित किया।

फतेहाबाद। क्रेसंट स्कूल में डॉ. अम्बेडकर के जीवन पर विचार रखते विद्यार्थी।

ओवरटेक के दौरान कार पेड़ से टकराई, दो घायल

हरिभूमि न्यूज ⏭भूना

रतिया-भूना रोड पर शनिवार को तेज रफ्तार स्विफ्ट डिजायर कार ओवरटेक करते समय दुर्घटनाग्रस्त हो गई। हादसा सिंथला बस स्टैंड से आगे हुआ। कार में सवार गांव बुर्ज निवासी लवली, सुखजिंदर सिंह और मानक थे। लवली और सुखजिंदर घायल हो गए। मानक को चोट नहीं आई। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, कार तेज गति से चल रही थी। चालक ने ट्रैक्टर-ट्रॉली को ओवरटेक करने की कोशिश की। इसी दौरान संतुलन बिगड़ा और कार सडक़ किनारे कीकर से जा टकराई। टक्कर इतनी जबरदस्त थी कि कार के परखच्चे उड़ गए। हादसे की भयावहता कार की हालत देखकर समझी जा सकती है। लवली अपने दोस्त मानक के साथ गांव बुर्ज से भूना बस स्टैंड पर सुखजिंदर को छोडऩे आ रहे थे। सुखजिंदर गेहूं काटने वाली कंबाइन मशीन का ड्राइवर है। हादसा धौलू और सिंथला के बीच हुआ। दुर्घटना के बाद पास की ढाणी के लोग मौके पर पहुंचे। तीनों को कार से बाहर निकाला।

पोर्टल पर हाजिरी के विरोध में कर्मचारी

नगरपालिका कर्मी तीन दिन हॉफ डे काम करेंगे

हरिभूमि न्यूज ⏭फतेहाबाद

एसडब्ल्यूएम पोर्टल पर सफाई कर्मचारियों की हाजरी लगाने के फरमान के विरोध में नगरपालिका कर्मचारी संघ ने आंदोलन की घोषणा कर दी है। सरकार के कर्मचारी विरोधी रवैये को देखते हुए नगरपरिषद कर्मचारी15, 16 व 17 अप्रैल को हाफ डे काम करेंगे। इसके अलावा तीनों दिन कर्मचारी विरोध गेट मीटिंग के बाद शहर में उलटे झाड़ू लेकर सरकार के खिलाफ प्रदर्शन करेंगे। यह निर्णय नगरपालिका कर्मचारी संघ की जिला इकाई की फतेहाबाद में हुई बैठक में लिया गया। शनिवार को दूसरे दिन भी जिलेभर के कर्मचारियों ने काले बिल्ले लगाकर काम किया और सरकार के कर्मचारी विरोधी लिए जा रहे फैसलों की कड़े शब्दों में निंदा की। मीटिंग की अध्यक्षता राज्य वरिष्ठ उपप्रधान रमेश तुषामढ़ ने की व संचालन जिला सचिव विजय ढाका ने किया। बैठक में जिला कोषाध्यक्ष नरेश राणा, जिला मुख्य सलाहाकार सत्यवान टांक, इकाई कोषाध्यक्ष सहित अन्य मौजूद रहे।

फतेहाबाद। काले बिल्ले लगाकर पोर्टल पर हाजिरी का विरोध करते नगरपरिषद कर्मचारी। फोटो: हरिभूमि

सरकार मांगों व समस्याओं को लेकर गंभीर नहीं

बैठक को संबोधित करते हुए नगरपालिका कर्मचारी संघ के राज्य वरिष्ठ उपप्रधान रमेश तुषामढ़ ने कहा कि प्रदेश सरकार व जिला प्रशासन कर्मचारियों की मांगों व समस्याओं को लेकर गंभीर नहीं है। संघ द्वारा दिए गए अल्टीमेटम के बावजूद किसी भी अधिकारी ने संघ प्रतिनिधिमंडल से बातचीत तक नहीं की। सरकार व अधिकारियों के इस रवैये से कर्मचारियों में काफी रोष है। ऐसे में संघ ने आंदोलन को तेज करने का निर्णय लिया है। उन्होंने कहा कि सफाई कर्मचारी पूरी इमानदारी से अपने काम को कर रहे हैं लेकिन सरकार व नगरपरिषद प्रशासन द्वारा कर्मचारियों को बेवजह परेशान किया जा रहा है। कभी बेगार के नाम पर, कभी रात्रि सफाई अभियान के नाम पर, कभी शौचालयों की सफाई के नाम पर कर्मचारियों का शोषण हो रहा है वहीं अब सफाई कर्मचारियों की एसडब्ल्यूएम पोर्टल पर हाजिरी का फरमान जारी कर एक ओर कर्मचारी विरोध फैसला थोप दिया है, जिसे किसी कीमत पर सहन नहीं किया जाएगा।

हरिभूमि
रविवार भारती
haribhoomi.com
छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
रोहतक, रविवार 13 अप्रैल 2025

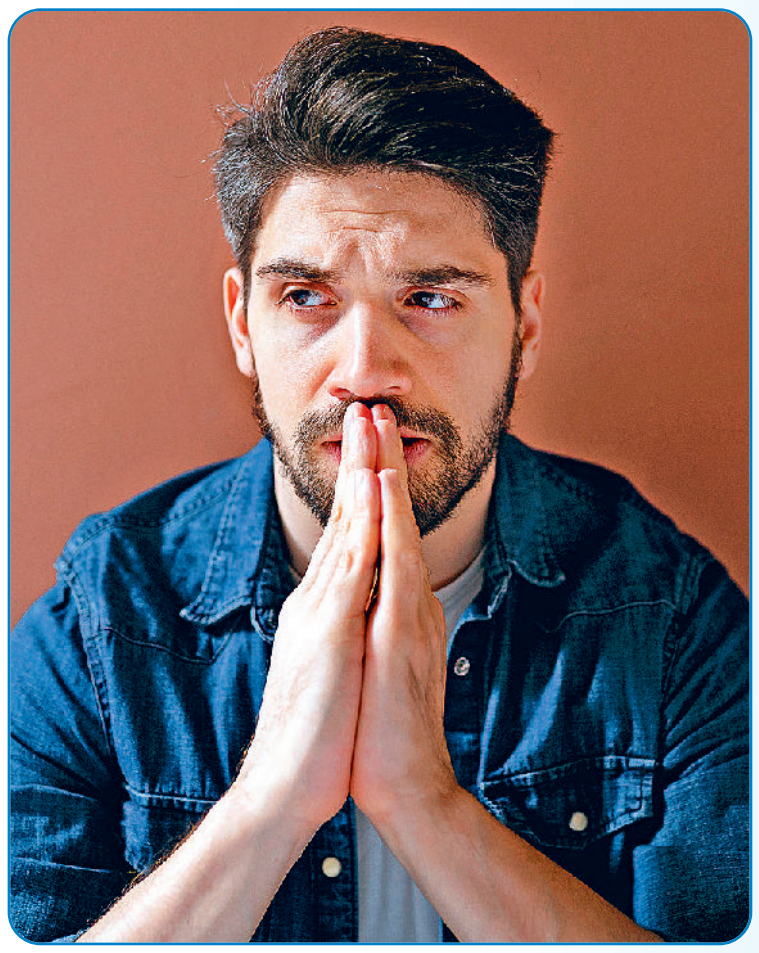
कवर स्टोरी

डॉ. मोनिका शर्मा

विशेषः अप्रैल-तनाव जागरूकता माह

लाइफ में न रहे टेंशन सीखें स्ट्रेस मैनेजमेंट

आज के दौर में जिस तरह की लाइफस्टाइल हम सब जी रहे हैं, उसमें टेंशन से बचना तो बहुत मुश्किल है। लेकिन हम ऐसा जरूर कर सकते हैं, जिससे टेंशन हम पर हावी न हो। इसके लिए हमें स्ट्रेस मैनेजमेंट सीखना होगा। इसे सीखना बहुत कठिन नहीं है। यहां दिए जा रहे कुछ सजेशंस आपके लिए उपयोगी हो सकते हैं।



वर्तमान समय में दुनिया के हर हिस्से में स्ट्रेस एक महामारी का रूप ले चुका है। आपा-धापी भरे आज के जीवन में हर आयुवर्ग के लोग तनाव के घेरे में हैं। तनाव की जकड़न बच्चों से लेकर बड़ों तक, बहुत सी शारीरिक और मानसिक समस्याओं का भी शिकार बना रही है। यही वजह है कि तनाव के कारणों, इससे बचाव और उपचार के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए 1992 से हर वर्ष अप्रैल को तनाव जागरूकता माह के रूप में मनाया जाता है। महीने भर स्ट्रेस से पैदा हो रहीं समस्याओं पर खुलकर बातचीत करने के लिए कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। तनाव के शिकार लोगों के बढ़ते आंकड़ों को देखते हुए जरूरी हो चला है कि स्ट्रेस मैनेजमेंट के लिए कुछ सहज सरल कदम हर कोई अपनाए।

तनाव को समझिए

सबसे पहले तो तनाव में घिरने की स्थिति को समझना आवश्यक है। आमतौर पर स्ट्रेस के कारण पैदा होने वाली गंभीर बीमारियों के जाल में फंसने से पहले तक स्ट्रेस को कोई परेशानी समझा ही नहीं जाता। जबकि स्ट्रेस के दुष्प्रभावों को समय रहते समझना ही इसके नेगेटिव असर से बचने की राह है। असल में स्ट्रेस को प्रबंधित करने का तरीका जानने के लिए भी इसका शिकार होने की स्थितियों को समझना आवश्यक है। यह समझ तनाव से निपटने के लिए स्वस्थ तरीके ढूंढ़ना भी आसान कर देती हैं। स्ट्रेस के कारण जानकर ही निवारण का मार्ग ढूंढ़ा जा सकता है। इसीलिए सबसे पहले उन ट्रिगर्स को पहचानें, जो तनाव पैदा करते हैं। उन बातों और हालातों को ट्रैक करते रहें, जब आप तनाव महसूस करते हैं। ऐसी परिस्थितियों में अपनी प्रतिक्रिया पर भी नजर रखें, क्योंकि कई बार अपने गलत रिएक्शन या ओवर रिएक्ट करने से भी अपराधबोध और तनाव बढ़ता है। याद रहे कि खुद अपने मन को विचलित करने वाली स्वास्थ्य समस्या के कारणों को समझना उसके इलाज की राह बहुत आसान बना देता है।

स्वस्थ-सकारात्मक जीवनचर्या

जिंदगी की जुड़ी भाग-दौड़ के अलावा लाइफस्टाइल से जुड़ी गलतियां भी तनाव के घेरे में लाने का कारण बन रही हैं। सधी हुई दिनचर्या से कमोबेश हर उम्र के लोग दूर हुए हैं। जबकि समय पर काम ना निपटाने से लेकर सोने-जागने का सही रूटीन न रखने जैसी आम सी बातें भी इंसान के मन को स्ट्रेस का शिकार बनाती हैं। अस्त-व्यस्त रहना, अनचाहा सामान जमा करना, खुद अपनी चीजों की देखभाल न करना, नींद पूरी न होना, बुरी लत या कसरत ना करना। सब कुछ मन पर एक अनचाहा सा बोझ बढ़ाने वाला परिवेश बनाकर स्ट्रेस का कारण बन जाते हैं। तनाव की जकड़न वाली गंभीर स्थितियों में डॉक्टर की सलाह लेना आवश्यक है। संतुलित जीवनशैली, स्ट्रेस के जाल में फंसने ही नहीं देती। साथ ही अनुशासित जीवनशैली हमारे विचारों को भी सकारात्मक दिशा देती है। पॉजिटिव सोच, तकलीफदेह परिस्थिति में भी 'सब खत्म हो गया', 'अब कुछ नहीं हो सकता' जैसे नकारात्मक विचारों से बचाती है। असल में आशावादी मन, जीवन के हर उतार-चढ़ाव में एक नयापन ढूंढ़ता है। यह सोच कभी तनाव के घेरे में नहीं आने देती।

जीवन से जुड़िए

आज के दौर में स्क्रीन में गुम रहना हो या चाहे-अनचाहे खुद तक सिमट जाने की प्रवृत्ति, अकेलापन और सामाजिक जीवन से दूरी तनाव के सबसे बड़े कारणों में शामिल हैं। इंसान का जीवन भावनाओं और सामाजिक संबंधों से गहराई से जुड़ा हुआ है। अपनेपन से पोषण पाता है। स्नेह और साथ, मन को सुख देने वाले भाव हैं। यही वजह है कि सामाजिक गतिविधियों का सिमटना तनाव को विस्तार दे रहा है। आज के समय में जिंदगी में एक नीरसता और रूखापन भी आया है। दुनिया भर से जुड़े होने के मुगालते में इंसान खुद अपनी जिंदगी से दूर हुआ है। स्ट्रेस में घिरी मनःस्थिति को साझा करने के लिए भी अधिकतर लोगों के पास कोई विश्वसनीय साथी नहीं होता। जबकि स्ट्रेस मैनेजमेंट का सबसे अहम पहलू ही यही है कि मन-मस्तिष्क की ऊहापोह सुनने या सही सलाह देने के लिए कोई साथी जरूर हो। विश्वसनीय मित्र या परिजन ही ऐसा कर सकते हैं। अपनेपन की यह बुनियाद बनाने के लिए सामाजिक-पारिवारिक मेल-जोल आवश्यक है। *

इस वर्ष की थीम-लीड विद लव

स्ट्रेस प्रॉब्लम को लेकर जागरूकता लाने का एक अहम पहलू मित्रों, परिजनों, सहकर्मियों और पेशेवर लोगों के साथ अपनी मानसिक-भावनात्मक स्थिति के बारे में खुलकर बात करने का परिवेश बनाने से भी जुड़ा है। साथ ही इन दिनों तनाव के घेरे में फंसे अपनों-परायों का संबल बनने की अवेयरनेस लाने के प्रयास भी किए जाते हैं। साल 2025 के लिए तो तनाव जागरूकता माह की थीम ही 'लीड विद लव' है। यह विषय स्ट्रेस की समस्या को लेकर स्वयं अपने और दूसरों के साथ दया, करुणा और सहज स्वीकार्यता के साथ पेश आने पर केंद्रित है। 'प्यार के साथ नेतृत्व करें' का यह विचार तनाव के चलते बहुत सी चुनौतियों से जूझते हुए भी सकारात्मक बने रहने के भाव को पोसने वाला है। कठिनाई के बावजूद जीवन के प्रति सहज बने रहने का संदेश देता है। यह थीम अपने आप के लिए तनाव प्रबंधन हेतु सधी जीवनशैली, संतुलित भोजन, कसरत, योग, मेडिटेशन और खुले संवाद जैसे बदलावों को अपनाने की राह सुझाती है तो दूसरों के मन को समझने के लिए भी सजग करती है।

आधुनिकता, तकनीकी निर्भरता और स्वार्थपरता की वजह से वर्तमान समय में इंसानी समाज के सामने नैतिकता और भरोसे का संकट आ खड़ा हुआ है। बेहतर समाज के लिए जरूरी है कि इसके ग्राफ को गिरने से बचाए रखा जाए।

बेहतर समाज के लिए न गिरने दें नैतिकता-भरोसे का ग्राफ

सोशल बिहेवियर

यशोधरा भटनागर

कहते हैं, शेयर बाजार में कब कौन-सा स्टॉक ऊपर जाएगा और कौन-सा औंधे मुंह गिरेगा, यह कोई नहीं बता सकता। ठीक वैसे ही आजकल इंसानों का भी हाल हो गया है। किसी पर भरोसा करो तो हो सकता है कि वह अगले ही पल आपको ठगने का प्लान बना रहा हो। रिश्तों और भरोसे की कीमतें इस कदर अस्थिर हो गई हैं कि कौन कब नैतिकता के बाजार में दिवालिया हो जाए, इसका कोई भरोसा नहीं।

बदल गया है नजरिया: पहले के जमाने में इंसान अपने चरित्र और नैतिकता से पहचाना जाता था, लेकिन अब यह पहचान उसके बैंक बैलेंस, सोशल मीडिया स्टेटस और अवसरवादी सोच पर आधारित हो गई है। ईमानदारी और सच्चाई के शेयर दिन-ब-दिन गिरते जा रहे हैं, जबकि स्वार्थ, धोखाधड़ी और अवसरवाद के स्टॉक्स बुल मार्केट में है। अब रिश्ते भी शेयर बाजार की तरह हो गए हैं। अगर आपका कोई मित्र या रिश्तेदार आपसे जुड़ा हुआ है, तो यह मत समझिए कि वह आपके अच्छे स्वभाव और ईमानदारी की वजह से है। हो सकता है कि उसने सिर्फ इसलिए आपका साथ पकड़ा हो, क्योंकि वह आपसे कोई मुनाफा निकालना चाहता हो। जैसे ही उसे कोई बेहतर 'इन्वेस्टमेंट ऑप्शन' मिलेगा, वह अपना सारा इमोशनल कैपिटल निकाल कर कहीं और लगा देगा। आजकल दोस्ती और रिश्ते भी आई.पी.ओ. (इनिशियल पब्लिक ऑफरिंग) की तरह होते हैं। पहले बड़े-बड़े वादे किए जाते हैं, भरोसे के लुभावने विज्ञापन दिए जाते हैं, और जैसे ही लोग इसमें निवेश करते हैं, धीरे-धीरे हकीकत सामने आने लगती है। कई दोस्त और रिश्तेदार सिर्फ तब तक साथ रहते हैं, जब तक उनकी 'रिटर्न ऑन इन्वेस्टमेंट' अच्छी बनी रहती है। जैसे ही उन्हें लगता है कि अब यहां कोई फायदा नहीं बचा, वे अपने शेयर बेचकर कहीं और चले जाते हैं।

दिखावा हुआ महत्वपूर्ण: इस नए दौर में दिखावा ही असली पूंजी बन गया है। लोग नैतिकता और ईमानदारी को कर्ज में डूबा हुआ शेयर मानते हैं, जबकि तड़क-भड़क और चालाकी का ग्राफ ऊपर चढ़ता जा रहा है। अगर आप सीधा-सादा जीवन जीते हैं और सच्चाई में विश्वास रखते हैं, तो आपको पुराने जमाने का 'लो वैल्यू स्टॉक' मान लिया जाएगा। लेकिन अगर आप थोड़े घमंडी, थोड़े धोखेबाज और बहुत बड़े दिखावटी हैं, तो आपको 'हाई ग्रोथ स्टॉक' माना जाएगा।

कम हुआ भरोसे का मान: आज की दुनिया में भरोसे का इंडेक्स इस कदर गिर चुका है कि आज किसी की बातों पर यकीन करना ही जोखिम भरा हो गया है। वायदा कारोबार की तरह, लोग बड़े-बड़े वादे तो कर लेते हैं, लेकिन जब डिलीवरी देने का समय आता है, तो 'मार्केट क्रैश' हो जाता है। कई दोस्त और रिश्तेदार इस दौर के 'इनसाइडर ट्रेडर' बन चुके हैं- बाहर से मासूम लगते हैं, लेकिन अंदर ही अंदर आपकी कीमत गिराने की साजिशें चल रही होती हैं। आजकल जब कोई आपसे बहुत मीठा बोलता है, तो यह समझने में देर नहीं लगती कि या तो वह आपसे कुछ उधार लेना चाहता है या फिर कोई और फायदा उठाने के लिए पास आ रहा है। यह दौर वही है, जहां दोस्ती भी 'मार्केट सिचुएशन' देखकर बनाई और तोड़ी जाती है।

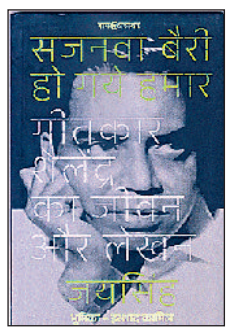
विश्वसनीयता का संकट: सवाल है आज की दुनिया में नैतिकता, सच्चाई और अच्छाई का मूल्य आखिर इतना कम क्यों हो गया है? ऐसा नहीं है कि यह दुनिया शुरू से ही ऐसी थी। पहले लोगों की पूंजी उनका चरित्र हुआ करता था। लेकिन अब हालात बदल चुके हैं। अब ईमानदार इंसान को 'अनप्रॉफिटेबल इन्वेस्टमेंट' मान लिया जाता है। किसी की मदद कर दो तो लोग सोचने लगते हैं कि इसमें आपकी क्या चाल है! आज के दौर में अगर आप बिना किसी स्वार्थ के किसी की मदद कर दें, तो सामने वाला शक की नजरों से देखने लगता है। लोग भरोसे की डीलिंग में इतने बार ठगे जा चुके होते हैं कि अब जल्दी किसी पर विश्वास करने से डरते हैं।

बनी रहे रिश्ते-भरोसे की गरिमा: अगर इंसान इसी राह पर चलता रहा, तो वह दिन दूर नहीं जब नैतिकता और मूल्यों की बाजार में कोई खरीद-फरोख्त नहीं बचेगी। लोग केवल दिखावे और मुनाफे के स्टॉक्स में निवेश करेंगे, और इंसानियत का सेंसेक्स हमेशा के लिए क्रैश हो जाएगा। इसलिए जरूरी है कि हम सिर्फ मुनाफे और अवसर के व्यापारी न बनें, बल्कि ऐसे निवेशक बनें जो रिश्तों और भरोसे के ब्लू-चिप स्टॉक्स में लॉन्ग-टर्म इन्वेस्टमेंट करें। तभी समाज का शेयर बाजार स्थिर रहेगा और नैतिकता का ग्राफ फिर से ऊपर जाएगा। *

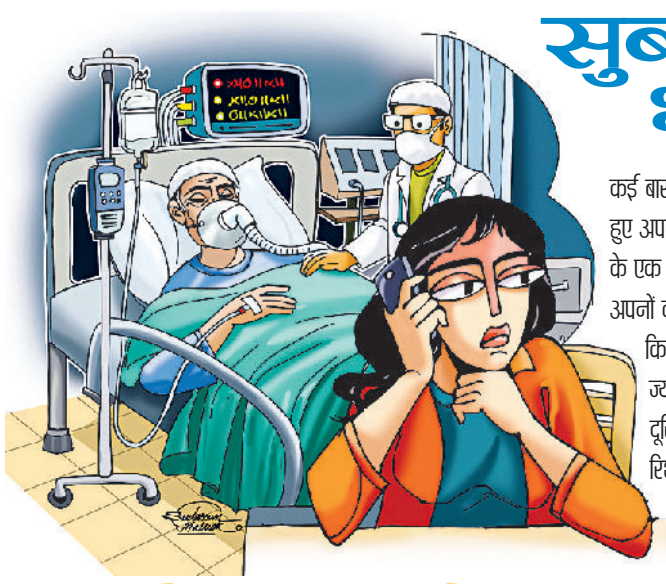
पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

शैलेंद्र का गीतों भरा जीवन

अपने छोटे से जीवन में ही गीतकार शैलेंद्र ने ऐसे यादगार और शानदार गीत रचे, जो आज भी लोगों की जुबान पर हैं। उनके फिल्मी, गैर फिल्मी गीतों के साथ ही उनके जीवन के तमाम अनछुए पहलुओं पर रोशनी डालती है किताब 'सजनवा बैरी हो गये हमार-गीतकार शैलेंद्र का जीवन और लेखन', जिसे लिखा है, चर्चित फिल्म समीक्षक और लेखक जय सिंह ने। इस किताब से गुजरते हुए हम शैलेंद्र के जीवन में आए तमाम उतार-चढ़ावों से रूबरू हो सकते हैं। परिश्रम से लिखी गई इस किताब में शैलेंद्र के जीवन से जुड़े कई रोचक और मार्मिक किस्सों को पूरी प्रामाणिकता के साथ संजोया गया है। जीवन के हर रंग और गहन दर्शन को सरल शब्दों में पिरोने वाले शैलेंद्र के बारे में इरशाद कामिल ने पुस्तक की भूमिका में सही ही लिखा है, 'शैलेंद्र शब्दों का शिल्प जानता था, कविता की कला जानता था, भावनाओं के सागर की गहराई जानता था और लोगों के दिलों तक पहुंचने का रास्ता जानता था।' *



पुस्तकः सजनवा बैरी हो गये हमार, लेखकः जय सिंह, मूल्यः 250 रुपए, प्रकाशकः वाम प्रकाशन, नई दिल्ली



सुबह का भूला

कई बार हम किसी दंभ में जीते हुए अपनों से दूर हो जाते हैं। उम्र के एक पड़ाव पर आकर हमें अपनों की जरूरत महसूस होती है, किसी विपदा में तो और भी ज्यादा, लेकिन तब तक बहुत दूरियां बन चुकी होती हैं, रिश्ते मुरझा चुके होते हैं। जीवन की विसंगति को प्रकट करती कहानी।

कहानी / संजय मृदुल

फाइव स्टार होटल जैसा बड़ा हॉस्पिटल, लॉबी में भीड़-भाड़ के बीच कॉफी शॉप की एक टेबल पर अल्पना अकेली बैठी थी। कॉफी से उठता धुआं अल्पना की आंखों में भर रहा था। अल्पना के चेहरे पर तनाव झलक रहा था। हॉस्पिटल का माहौल ऐसा होता ही है कि अच्छे-भले इंसान का दिल बैठ जाए। वार्डों में कहीं पट्टियों में लिपटे मरीज, किसी बिस्तर पर आंख बंद कर लेटे हुए इंसान के सिर के बाजू रखी मशीन की डरावनी आवाज। आईसीयू के बाहर बैठे परिवारजनों के चेहरे पर किसी आस के भाव, तो किसी की आंखों में निराशा की झलक। अल्पना का यह पहला अवसर था, जब उसे अस्पताल में एक जगह से दूसरी जगह भाग-दौड़ करनी पड़ रही थी।

उधर अल्पना के पिता जी का ऑपरेशन चल रहा था। उन्हें दो दिन पहले सुबह-सुबह सीने में दर्द उठा। अल्पना ने नौकर की मदद से जैसे-तैसे कार से लाकर उन्हें हॉस्पिटल में भर्ती किया। पता चला धमनियों में ब्लॉकेज है। तात्कालिक उपचार और जाने कितने टेस्ट के बाद आज ऑपरेशन हो रहा है।

अल्पना को समझ में नहीं आ रहा है, किसे कॉल करें। खुद पर उसे भरोसा नहीं हो रहा था कि वह सब संभाल पाएगी। जितने भी रिश्तेदार हैं शहर में, उनसे बस औपचारिक-सा रिश्ता है। न वो किसी के घर जाती है, न ही कोई उसके घर आता है। मन में एक ख्याल यह भी आ रहा था कि अकेले ही संभालना ठीक है, क्यों किसी का एहसान लिया जाए।

इसी ऊहापोह में अल्पना ने बैठे-बैठे कुछ लोगों को पिता जी के बारे में बताने के लिए कॉल किया। मामा जी, चाचा जी, मौसा जी जैसे निकट के रिश्तदारों को। सबने आश्चर्य जताया, सहानुभूति दिखाई और जरूरत पड़े तो बताना जैसे वाक्य बोल इतिश्री कर ली। पिता जी के चचेरे भाई को लगा, पैसे न मांग लें तो वो बिना कुछ कहे पैसों का दुखड़ा रोने लगे।

अल्पना को न पैसों की जरूरत थी न ही भीड़ की, उसे लग रहा था कि कोई होता यहां, जो उसकी हिम्मत बढ़ाता, उसका हाथ थामता, उसका अकेलापन बांटता। मुश्किल की इस घड़ी में उसे कोई ऐसा नजर नहीं आया, जो उसका साथ देता।

गलती किसकी है? अल्पना सोचती रही-हम ही तो समय, व्यस्तता के बहाने बनाकर लोगों से दूरी बना लेते हैं। न किसी के घर जाना, न किसी को बुलाना। सोशल मीडिया में भीड़ वाली लिस्ट में लोगों से जुड़े रहना और जीवन में तन्हा रहना, यही आज की कड़वी सच्चाई है।

पद-प्रतिष्ठा के रुआब में अकड़े हुए, शहर-शहर भटकते हुए जीवन बिता देने वाले उसके पिता ने न कभी रिश्ते जोड़े, न परिवार को जुड़ने दिया। मां भी अपने पति की ऐसी आज्ञाकारी थीं कि जैसा पति ने कहा, वही पत्थर की लकीर बन गया। न मायके में संबंध बनाए रखा, न ससुराल में नाता जोड़ पाईं वह। अल्पना सबको बस या तो नाम से जानती थी या पुरानी अलबम में देखी तस्वीरों से। जब पिता जी के रिटायर होने का समय आया तो उन्हें अपना शहर याद आया। आता भी क्यों नहीं, सारा जीवन अलग-अलग शहरों में घूमने के बाद कहीं तो ठिकाना बनाना था। फिर मां भी नहीं हैं, उनके साथ। भाग-दौड़ के बीच एक दिन मां दुनिया छोड़ कर चली गई थीं। हमेशा खामोश रहने वाली मां ने न अपनी बीमारी बताई, न मन में भरा हुआ बारूद खाली कर पाई। पति के अफसर वाले व्यवहार को झेलती-सहती एक रात वह जो सोईं तो सुबह उठी ही नहीं। अल्पना भी पढ़ाई के बाद पुणे में नौकरी कर रही है। छुट्टियों में आती है तो पिता जी के ढेर काम इकट्ठा होते हैं। रिटायर होने के बाद भी उनका व्यवहार अफसर वाला ही है। पिता कम अफसर ज्यादा लगते हैं वह। तीन-चार दिन की छुट्टियों में पिता जी को केवल काम याद रहता है। ऐसा नहीं कि बैठ कर मन की बातें करें, उसके भविष्य की प्लानिंग पूछें। मां को याद कर लें। बचपन में अल्पना सोचती थी, पिता कभी और लोगों की तरह नॉर्मल क्यों नहीं रहते? उसकी सहेलियों के पिताओं की तरह क्यों उसे लाड नहीं करते?

अल्पना को आज लग रहा था, कितनी बड़ी गलती की उन्होंने। सभी इसी शहर में रहते हैं, बुआ, चाचा, उनका परिवार, लेकिन आज कोई उसके साथ नहीं है। किसे फिक्र है उसकी? किसी ने भी उससे नहीं कहा, 'तुम चिंता मत करो, हम हैं ना।'

कॉफी के मग से उठते धुएं के बीच अल्पना सोचती है कि यह पिता जी की गलती सुधारने का सही मौका है। लेकिन यह भी भय था कि सब ऐसा न समझें कि मतलब पड़ा, तो सबसे संबंध जोड़ रही है वह। बड़ी हिम्मत कर अल्पना ने परिवार के व्हाट्स एप ग्रुप में स्थिति बयान की और सबसे माफी मांगते हुए निवेदन किया कि बीती बातों को भुलाकर पिता जी और उसे मौका दें फिर से जुड़ने का। आज जब उसके ऊपर परेशानी आई है तो उसके साथ खड़े हों, उसका हाथ थाम कर उसे संभालें। अब सबकी मर्जी चाहे अवसर दें या ठुकरा दें। अल्पना को उम्मीद थी, जब सुबह का भूला शाम को घर आना चाह रहा है, कोई तो दरवाजा खोलेगा। *

विज्ञापन.....

इंजेक्शन की नवीन तकनीक से स्पाइन रोगों का उपचार

सर्जरी के बिना ही सिर्फ इंजेक्शन तकनीक के जरिये स्पाइन (रीढ़) रोगों का बेहतर और विश्वसनीय उपचार विश्वविख्यात डॉ. प्रमोद पहारिया द्वारा ग्वालियर में हो रहा है। आईये जानते हैं इस तकनीक के असाधारण लाभ–

मुख्यमंत्री मध्यप्रदेश ने डॉ. प्रमोद पहारिया को प्राईड ऑफ एम.पी. अवार्ड दिया।

इस ट्रीटमेंट की कितनी बार आवश्यकता होती है?
सिर्फ एक ही बार पर्याप्त है।

सर्जरी की अपेक्षा इस तकनीक के क्या फायदे हैं?
सर्जरी के दौरान पैरालिसिस, पैलाप्लेजिया, ब्लेडर एवं बोवेल के कंट्रोल में क्षति, पैरों में कमजोरी, इंफेक्शन, इंप्लांट फैलियर जैसे जो कॉम्पिलकेशन देखने को मिलते हैं, वैसा इसमें खतरा नहीं है।

किन मरीजों का इलाज इस तकनीक से संभव है?
डिस्क प्रोलेप्स जैसे L4-L5, L5-S1, साइटिका, लंबर या सर्वाइकल रेडीक्युलोपैथी, डिजरनेरेटिव डिस्क, फैसिट जॉइन्ट सिंड्रोम, माइलोपैथी, लंबर कैनाल स्टेनोसिस, स्पॉन्डिलाइटिस आदि में कारगर है।

जो रोगी ऑपरेशन करवा चुके हैं उसमें भी यह कारगर है ?
यदि ऑपरेशन के बाद दबाव बना रहता या दोबारा दबाव आ जाता है तो उसमें भी यह तकनीकी कारगर है।

किस उम्र के लिये यह चिकित्सा है?
15 से 85 वर्ष के मरीजों के लिये।

ट्रीटमेंट में कितना खर्च आता है?
स्पाइन सर्जरी में जहां 3 लाख तक का खर्चा आता है वहीं यह उपचार मात्र 20000 तक में हो जाता है। विदेशों में इसका खर्च 50 गुना तक है।

कितने समय में रोगी घर जा सकता है?
एक घण्टे बाद ही घर जा सकता है। जबकि सर्जरी में 3 माह तक रोगी को अपने काम से अलग रहकर आर्थिक क्षति उठाना पड़ती है।

इस ट्रीटमेंट की सफलता की दर कितनी है?
90 से 95% सफल है। अब तक लगभग 7,500 मरीज हमेशा के लिए ठीक हो चुके हैं। यह इंजेक्शन प्रॉब्लम साइट में लगाया जाता है।

इस ट्रीटमेंट का असर कब तक रहता है?
इसमें जड़ से इलाज होता है।

क्या यह स्टेरॉइड इंजेक्शन है?
नहीं, यह एक भ्रम है। यह एक सेफ अमेरिकन प्रोसीजर है, जो एक विशेष मशीन की निगरानी में किया जाता है।

@DGN

डॉ. प्रमोद पहारिया
स्पाइन सर्जन
MBBS, D.Ortho, DNB, M.Ch. (Ortho)
पूर्व सर्जन- सर गंगाराम हॉस्पिटल एवं इंडियन स्पाइनल इंज्यूरी सेन्टर, नई दिल्ली

देहली हॉस्पीटल, ओल्ड श्री टॉकीज, बारादरी, मुरार, ग्वालियर (म.प्र.)
समयः दोपहर 12 बजे से 3 बजे तक
व्हाट्सएप पर रिपोर्ट भेजकर ही संपर्क करें
सम्पर्क – 7354858466
www.nonsurgicalspinecentre.in

नदियों किनारे लगने वाले बैसाख मेले

मनमोहक धार्मिक-सांस्कृतिक छटा

बैसाख माह में भारत की विभिन्न नदियों के किनारे लगने वाले मेले धार्मिक आस्था, कृषि परंपराओं और सांस्कृतिक धरोहर का संगम हैं। गंगा, यमुना, नर्मदा, गोदावरी, कावेरी और ब्रह्मपुत्र तट पर लगने वाले ये मेले बहुत धार्मिक महत्व रखते हैं। इन बैसाख मेलों की धार्मिक, सांस्कृतिक और ऐतिहासिक परंपराओं पर एक नजर।

पर्व-परंपरा / धीरज बसाक

भारत में सदियों से जीवन जीने का ढंग महज भौतिक नहीं रहा यानी खाने-पीने और आराम करने तक ही सीमित नहीं रहा। हमारे यहां जीवन प्रकृति, मौसम, धर्म और संस्कृति के खूबसूरत तालमेल का हिस्सा रहा है। यही वजह है कि प्राचीनकाल में हमारे यहां कोई भी मौसम आपदा या परेशानी का सबब नहीं माना जाता था, बल्कि सभी मौसम अपनी-अपनी तरह के उल्लास का स्रोत माने जाते रहे हैं।

प्राकृतिक बदलाव का स्वागत-पर्व: हमारे यहां रोजमर्रा के जीवन में, हर मौसम के साथ दोस्ती करने, उसके साथ जीवंत तालमेल बनाने की बकायदा जीवनशैली रही है। हम हर मौसम का उसके आने के पहले अपनी ऐसी ही धार्मिक और सांस्कृतिक गतिविधियों के जरिए स्वागत करते रहे हैं। उसके साथ तालमेल बिठाते रहे हैं, इस कारण हमारे यहां परंपराओं के नाम पर हर मौसम के अनुकूल उल्लास की चुनी और बुनी हुई गतिविधियां मौजूद रही हैं। यही वजह है कि बसंत ऋतु को विदा देने वाले और घनघोर गर्मियों की तरफ कदम बढ़ाने वाले बैसाख माह में सदियों से हमारे यहां नदियों के किनारे बकायदा उल्लास भरे सांस्कृतिक मेले लगते रहे हैं।

पंजाब में बैसाखी पर गिद्दा करती महिलाएं

बैसाखी मेले पर वृंदावन में कृष्णलीला का मंचन

नदियों किनारे लगते हैं मेले: हालांकि अब इन परंपरा को ढोने वाले मेलों में वह जीवंतता, लोगों की वह चुंबकीय भागीदारी नहीं बची, जो इन्हें उल्लास का कारक बनाती हैं। लेकिन आज भी बैसाख महीने में भारत की सभी बड़ी नदियों के किनारे किसी न किसी रूप में ये बैसाख मेले लगते हैं, जो हमें किसी हद तक हमारी धार्मिक आस्था, कृषि पर्व, और लोक-संस्कृति से जोड़ते हैं।

हरिद्वार-प्रयाग-काशी के बैसाख मेले: हरिद्वार में हर की पैड़ी और सप्तऋषि घाट, प्रयागराज में संगम के किनारे और वाराणसी में वृंदावन घाट, गांव के किनारे बैसाख मेले लगते हैं। गंगा नदी प्राचीन काल से हमारी सनातन आस्था और संस्कृति के केंद्र में रही है। इसके किनारे बसे महत्वपूर्ण धार्मिक और सांस्कृतिक शहरों हरिद्वार, प्रयागराज और काशी या वाराणसी में हर साल बैसाख माह में मेले लगते रहे हैं। आज भी प्रतीक रूप में बचे इन मेलों में लाखों श्रद्धालु भाग लेते हैं। इनकी प्रमुख गतिविधियों में गंगा आरती, भजन-कीर्तन और दान-पुण्य होता है। इस दौरान यहां संतों के प्रवचन और वैदिक अनुष्ठान भी होते हैं। वाराणसी में विशेष तौर पर क्षेत्रीय हस्तशिल्प, खान-पान, और पारंपरिक वस्त्रों के स्टॉल लगते हैं। यहां मेला मुख्य रूप से पंचकोशी परिक्रमा मार्ग पर स्थित वृंदावन गांव में लगता है, जो वाराणसी शहर से लगभग 10-12 किलोमीटर की दूरी पर है।

मान्यता है कि बैसाख माह में यहां यानी वृंदावन सरोवर घाट में स्नान करने से पुण्य की प्राप्ति होती है। यहां बैसाख मेले में स्थानीय कलाकारों द्वारा लोकगीत, नाटक, और भजन-कीर्तन किए जाते हैं। इससे यह एक सांस्कृतिक उत्सव बन जाता है।

पंजाब में बैसाखी मेले: बैसाखी का पर्व, सिख और पंजाबी समुदाय के लिए कई वजहों से बहुत महत्वपूर्ण है। वैसे यह फसल कटाई का त्योहार माना जाता है, लेकिन इसी दिन सन 1699 में गुरु गोविंद सिंह जी ने आनंदपुर साहिब में खालसा पंथ की स्थापना की थी। इसलिए पंजाब में यह पवित्र पर्व नदियों और सरोवरों के किनारे लगने वाले मेलों के रूप में भी मनाया जाता है। इस दिन गुरुद्वारों में विशेष कीर्तन और लंगर होता है।

तिरुचिरापल्ली में श्रीरंगनाथस्वामी मंदिर

कामाख्या मंदिर में बैसाखी मेले पर उमड़े श्रद्धालु

लोग खुशी व्यक्त करने के लिए पारंपरिक भांगड़ा-गिद्दा नृत्य करते हैं। स्वर्ण मंदिर (अमृतसर) और आनंदपुर साहिब में भव्य आयोजन होते हैं। हालांकि स्वर्ण मंदिर सीधे किसी नदी किनारे स्थित नहीं है। इसके कुछ किलोमीटर दूर कालीबेई और रावी नदी बहती हैं जबकि आनंदपुर साहिब सतलुज की सहायक नदी सिरसा के तट पर स्थित है, जहां बैसाख मेले की खूब रौनक सजती है। बैसाखी का दिन रबी फसल (गेहूं) की कटाई के बाद किसानों के लिए खुशियों का अवसर होता है। किसान नई फसल का उत्सव मनाते हैं।

मथुरा-वृंदावन में बैसाख मेला: विश्राम घाट, मथुरा और कोशी घाट, वृंदावन में आयोजित बैसाख मेलों के दौरान भगवान कृष्ण से जुड़ी कथाओं का मंचन और झांकी निकाली जाती हैं। लोग यमुना नदी में स्नान करते हैं और विशेष पूजा-अर्चना करते हैं।

नासिक का बैसाख मेला: बैसाखी मेला नासिक के पंचवटी क्षेत्र में रामकुंड में आयोजित होता है। श्रद्धालु यहां दूर-दूर से स्नान करने आते हैं। इस पूरे मेले वाले दिन यहां महाराष्ट्र की लोकसंस्कृति के साथ-साथ भजन और कीर्तन का आयोजन होता है।

नर्मदा तट पर मेला: बैसाखी के दिन नर्मदा उद्गम स्थल, अमरकंटक में श्रद्धालु पवित्र नर्मदा नदी में स्नान और धार्मिक अनुष्ठान करते हैं। बड़े पैमाने पर इस स्नान के लिए यहां देशभर से साधु-संत आते हैं। शाम को नर्मदा नदी की आरती होती है। अमरकंटक के अलावा होशंगाबाद के सेठानी घाट पर भी बैसाखी मेला लगता है।

कावेरी तट पर मेला: बैसाखी के दिन कर्नाटक और तमिलनाडु में बहने वाली पवित्र कावेरी और इसकी सहायक नदियों के किनारे बसे तिरुचिरापल्ली, कुंभकोणम और मैसूर शहर में विशेष बैसाखी मेले आयोजित होते हैं। तिरुचिरापल्ली में स्थित श्रीरंगनाथस्वामी मंदिर में इस दिन विशेष पूजन और उत्सव संपन्न होता है। कुंभकोणम में भी इस दिन पारंपरिक द्रविड़ शैली की भव्य झांकियां निकलती हैं। इसके साथ ही कावेरी के तट पर वैष्णव भक्तों का हुजूम उमड़ता है और भक्ति संगीत की त्रिवेणी बहती है।

ब्रह्मपुत्र नदी के तट पर बैसाखी मेला: कामाख्या मंदिर, गुवाहाटी में इस मेले के दौरान विशेष अनुष्ठान संपन्न होते हैं। इन अनुष्ठानों में तांत्रिक परंपराओं का पालन होता है। जिसमें असमिया लोक संस्कृति और बिहू नृत्य का प्रदर्शन होता है।

बिहार-झारखंड के बैसाख मेले: बिहार में सोनपुर का और झारखंड में गुमला स्थित रामरेखा धाम का बैसाख मेला बहुत प्रसिद्ध हैं। गंडक और गंगा के संगम में सोनपुर का यह मेला ऐतिहासिक हरिहरनाथ मंदिर से जुड़ा हुआ है। इस मेले में लोकनृत्य, पारंपरिक झूमर नृत्य का विशेष प्रदर्शन होता है। *

सही नहीं हर किसी को अनावश्यक उपदेश देना

दूसरों को उपदेश देना सामान्य मानवीय स्वभाव है। जब से सोशल मीडिया का ट्रेंड बढ़ा है, दूसरों को उपदेश देने वालों की बाढ़ आ गई है। लेकिन ऐसा बार-बार करने से घर के सदस्य हों या बाहर के लोग, आपसे दूरी बनाना शुरू कर सकते हैं।

बिहेवियर

विवेक कुमार

इन दिनों सोशल मीडिया पर हेल्थ रिलेटेड कई इंफ्लूएंसर यह शिकायत कर रहे हैं कि अब लोग उनकी टिप्स पर उतना ध्यान नहीं देते, जितना पहले दिया करते थे। दरअसल, इसकी वजह उनका लगातार उपदेश देते रहना है। यह विभिन्न शोध अध्ययनों से स्पष्ट हो गया है कि लोग एक हद तक ही किसी से ज्ञान ले सकते हैं या उनके उपदेश सुन सकते हैं। एक सीमा के बाद लोग ऊब जाते हैं, क्योंकि हर कोई अपनी सोच और फैसलों में आजादी चाहता है, जबकि उपदेश देने वाला हर हाल में उसे अपना फॉलोअर बनाना चाहता है।

संभव नहीं हमेशा सुनना: उपदेशों में आमतौर पर संवाद एकतरफा हो जाते हैं और सामने वाला सिर्फ सुनने को मजबूर हो जाता है। इसलिए एक न एक दिन वह उपदेशों से दूरी बनाने लगता है। यह बात सिर्फ बाहर ही नहीं घर-परिवार में भी लागू होती है। जिन बच्चों को मां-बाप कुछ न कुछ सिखाते रहते है यानी, उपदेश देते रहते हैं, वे बच्चे अकसर इन उपदेशों से किसी न किसी दिन बगावत कर देते हैं।

सोशल मीडिया से बढ़ा ट्रेंड: ज्यादा उपदेश सुनना किसी को पसंद नहीं होता, यह बात जानने-समझने के बावजूद आज सोशल मीडिया में हर तरफ, हर कोई उपदेश ही देते मिलता है। लोग अब सिर्फ बातें ही नहीं सिखाते बल्कि अपनी बात मनवाने के तमाम तर्क देते हैं, अपनी बताई दिशा में धकेलने का पूरा प्रयास करते हैं। ऐसा करना अनुचित है। लेकिन हमारे इर्द-गिर्द हर क्षेत्र के ढेरों तथाकथित विशेषज्ञ हो गए हैं, जो किसी भी शर्त पर हमारा मार्गदर्शन करने से चूकना नहीं चाहते। ऐसे लोगों के दिलो-दिमाग में हर समय उपदेश कुलबुलाते रहते हैं और वे यही चाहते हैं कि जैसे ही कोई मिले वह उन पर ये उपदेश उड़ेल दें।

हर कहीं मौजूद उपदेशक: आज के दौर में हमारे इर्द-गिर्द ऐसे उपदेशकों की भरमार है। टेलीविजन चैनल पर दिन-रात विशेषज्ञों और मार्गदर्शकों के उपदेश प्रसारित होते हैं। बहुत सारी सेल्फ हेल्प बुक्स हैं, उनमें उपदेशों की भरमार होती है। यहां तक कि बाजार में सब्जी या कोई सामान खरीदने जाएं तो वहां पर भी आपको ऐसे उपदेश सुनने को मिल सकते हैं। मसलन, आपने दुकान वाले को 50 की बजाय 100 रुपए का नोट थमा दिया और वह आपके पैसे वापस करता है तो भी उपदेश के साथ, जो वह ईमानदारी पर देता है और आपको उपदेश पर उसकी सारी बातें सुननी पड़ती हैं। घर आकर आपको लगता है कि कितना अच्छा होता वह आपको 50 रुपए भले वापस न करता, आपको इतने उपदेश तो न सुनने पड़ते।

मिलती है संतुष्टि: उपदेशक बनने में एक संतुष्टि मिलती है। आपने कोई अच्छी किताब पढ़ी या आपको कोई उक्ति कोट करने लायक लगती है तो आप जो कुछ सीखते हैं, उसे दूसरों को भी शेयर करते हैं, ऐसे में आप भी तो उपदेशक ही हुए न! उस समय आपको लगता है कि आप जो कह रहे हैं, वह सही है और आपने ऐसी बात कहकर जीवन में किसी को कुछ तो सिखाया है और आपको भी यह विश्वास हो जाता है कि दिल को अच्छी लगने वाली बातों को हम दूसरों से भी शेयर करें। दूसरों से जब हम शेयर करते हैं और वे भी हमारी बात से सहमत होते हैं तो इससे हमें एक सुख मिलता है।

संतुलन है जरूरी: हम आज ऐसी दुनिया में रह रहे हैं, जहां पर चारों ओर अच्छे विचारों और सलाहों के स्वर गूंज रहे हैं। यह अनुचित तभी होगा, अगर हम जबर्दस्ती दूसरों को उपदेश दें। हम एक-दूसरे को सलाह देते हैं कि हमें किसी भी सवाल का जवाब सबसे पहले खुद से पूछना चाहिए। लेकिन हममें से कितने ऐसे लोग हैं, जो अपनी किसी भी समस्या या प्रश्न के बारे में अपने आपसे पूछते हैं? हम हमेशा उसके समाधान के लिए दूसरों का मुंह ताकते हैं। इसलिए किसी को सलाह देना गलत नहीं है, लेकिन किसी को सही समय पर ही सलाह देनी चाहिए, सही जगह और सही नजरिए के साथ। जरूरत इस बात की है, हमें इसमें संतुलन बनाकर रखना चाहिए। जो आपसे सलाह या मार्गदर्शन मांगे, उसे जरूर दें। लेकिन जिसे आपके उपदेशों में रुचि नहीं है या किसी को अपना फॉलोअर बनाने के लिए दबाव डालना उचित नहीं है। *

टेक्नो ट्रेंड

नरेंद्र शर्मा

अगर आप सोशल मीडिया पर एक्टिव हैं, तो 'घिब्ली स्टाइल' के ट्रेंड से जरूर वाकिफ होंगे। क्या है घिब्ली स्टाइल, यह कहां से शुरू हुआ, क्यों हो रहा इतना वायरल? आप जरूर जानना चाहेंगे।

सोशल मीडिया का नया टाइम पास घिब्ली स्टाइल

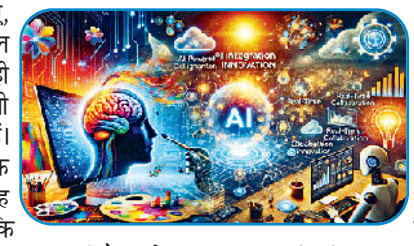
इंटरनेट और सोशल मीडिया पर आए दिन कोई-न-कोई फीचर या एप ट्रेंड करता रहता है। ऐसा ही एक ट्रेंड पिछले कुछ दिनों से इंटरनेट की दुनिया में छाया हुआ है, जिसका नाम है-घिब्ली स्टाइल। आपमें से कई लोगों ने अपनी और अपनों की फोटोज को घिब्ली स्टाइल में क्रिएट कर एंज्वॉय भी किया होगा।

क्या है घिब्ली स्टाइल: यह एक आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) आधारित टूल है, जो एडवांस्ड इमेज प्रोसेसिंग तकनीक के माध्यम से तस्वीरों को री-क्रिएट करता है। इस टूल के माध्यम से आप अपनी किसी भी तस्वीर को क्लासिक एनिमेशन स्टाइल तस्वीर में बदल सकते हैं। वैसे मूल 'घिब्ली' का शाब्दिक अर्थ है, रेगिस्तान में चलने वाली गर्म हवा। लेकिन इंटरनेट पर वायरल हो रहे 'घिब्ली स्टाइल' तस्वीरों के ट्रेंड्स को देखते हुए कह सकते हैं कि 'घिब्ली' से आशय हाथ से बनाई गई कार्टून तस्वीरों, समृद्ध जलरंग और एक्रेलिक पेंट्स और डिटेल्ड बैकग्राउंड वाली डिजाइन से है।

कैसे वायरल हुआ यह ट्रेंड: आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस कंपनी 'ओपन एआई' ने 25 मार्च, 2025 को अपने चैट जीपीटी 4 ओ मॉडल में एक नए इमेज जनरेशन फीचर 'घिब्ली स्टाइल' की घोषणा की, जिसके जरिए यूजर्स अपनी तस्वीरों के साथ अनोखे एक्सपेरिमेंट्स कर सकते हैं। सिएटल के सॉफ्टवेयर इंजीनियर ग्रांट स्लैटन ने उसी दिन अपनी पत्नी और डॉगी के साथ समुद्र तट पर ली गई एक तस्वीर को 'घिब्ली' शैली में परिवर्तित करके अपने एक्स एकाउंट पर पोस्ट कर दिया। देखते ही देखते सोशल मीडिया में न केवल इस तस्वीर को लाइक करने वाले लोगों की संख्या लाखों में पहुंच गई, बल्कि लोग खुद भी अपनी तस्वीरें घिब्ली स्टूडियो शैली में जनरेट करके अपलोड करने लगे और इस वजह से इस ट्रेंड की बाढ़ आ गई।

जापानी स्टूडियो की देन: 'घिब्ली' वास्तव में एक जापानी एनिमेशन स्टूडियो का नाम है, जिसे हायाओ मियाजाकी और इसाओ ताकाहाता ने 1985 में स्थापित किया था। इस स्टूडियो ने अपनी अनूठी कला शैली विकसित की है। इस कला शैली की कुछ खासियतें हैं, जैसे यह शैली बेहद भावनात्मक, सजीव और प्रकृति से गहराई से जुड़ी हुई विजुअल्स निर्मित करती है। इसमें अद्भुत कल्पनाशीलता का विस्तार है, जैसे उड़ते हुए महल, बोलते हुए जानवर और ऐसी ही सम्मोहक जादुई दुनिया।

नैतिकता के पैमाने पर घिब्ली: चैट जीपीटी का यह नवीनतम इमेज-जनरेशन फीचर ऐसी तस्वीरें और दृश्य बना रहा है, जो लगता है मानो सीधे 'स्टूडियो घिब्ली' के मालिक मियाजाकी की स्केचबुक से निकले हों। अब एआई टूल्स जैसे मिडजर्नी और डल-ए, इस स्टाइल की नकल करके पलक झपकते ही हू-ब-हू घिब्ली शैली जैसी तस्वीरें बना रहे हैं। एआई टूल्स की ये सटीक कलात्मकता अपनी जगह है, लेकिन सवाल है कि यह नैतिकता की दृष्टि से कितना सही है? क्योंकि घिब्ली स्टूडियो ने कभी किसी एआई को अपने काम से ट्रेनिंग की अनुमति नहीं दी। फिर भी कंपनियां एआई को यह स्टाइल सिखा रही हैं। वास्तव में यह उचित नहीं है। जिन पारंपरिक कलाकारों को यह स्टाइल सीखने में वर्षों लगे, उनकी वर्षों की मेहनत एआई उनसे पलक झपकते छीन रहा है। इससे दुनिया के वास्तविक कलाकारों का भविष्य खतरे में पड़ रहा है।



'जब एआई ये सब मुफ्त में बना सकता है, तो मैं किसी कलाकार को क्यों हायर करूं?' लोग यही सोचकर ऐसे क्रिएटिव आर्ट के लिए कलाकारों के बजाय एआई टूल्स की सेवा लेने लगे हैं। लेकिन जरा सोचिए, क्या एक मशीन द्वारा बनाई गई कला भी उतनी ही 'सच्ची' और 'इनसानी' हो सकती है, जितनी किसी इंसान द्वारा बनाई गई? बहरहाल, इन परिस्थितियों से हताश या निराश होने के बजाय हमें नई रचनात्मक दिशाओं की तलाश करनी होगी, जैसे-एआई के साथ मिलकर क्रिएटिविटी को अपनाना। हमें एआई को क्रिएटिविटी में सहयोगी बनाना चाहिए, ऑप्शन नहीं। तभी कला और तकनीक का बैलेंस्ड यूज हो पाएगा। *

हाल में रिलीज हुई फिल्म 'जाट' में सनी देओल अपने जाने-पहचाने एंग्री एक्शन मैन के रोल में दिख रहे हैं। साउथ फिल्मों के डायरेक्टर गोपीचंद मलिनेनी के डायरेक्शन में बनी इस फिल्म में काम करने के उनके एक्सपीरियंस कैसे रहे? अब तक की अपनी एक्टिंग जर्नी को वे कैसे देखते हैं? फिल्म और करियर से जुड़े कई सवालों के जवाब सनी देओल ने दिए इस बातचीत में।

बतौर एक्टर मेरा करियर अच्छा-खासा चल रहा है: सनी देओल

खास मुलाकात

पूजा सामंत

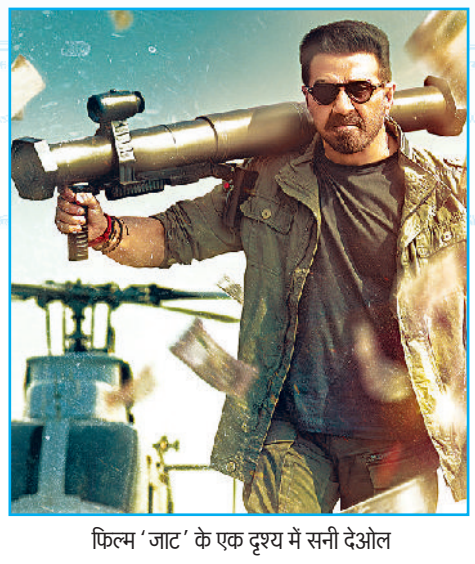
चार दशक पहले फिल्म 'बेताब' से बॉलीवुड में डेब्यू करने वाले सनी देओल को फिल्म इंडस्ट्री में 42 वर्ष हो चुके हैं। इन दिनों सनी देओल, बीते शुक्रवार को रिलीज हुई फिल्म 'जाट' को लेकर चर्चा में हैं। इस फिल्म की कहानी और पटकथा लिखने के साथ ही डायरेक्ट भी किया है साउथ फिल्मों के गोपीचंद मलिनेनी ने। फिल्म में सनी देओल के अपोजिट रेजिना कैसेंड्रा और सैयामी खेर हैं, जबकि रणदीप हुड्डा नेगेटिव रोल में नजर आ रहे हैं। इस फिल्म और करियर से जुड़ी बातें सनी देओल के साथ।

आपने पहली बार साउथ फिल्म मेकर के साथ फिल्म की है, इसकी क्या खास वजह रही?

साउथ फिल्म इंडस्ट्री की कई खासियतें हैं। यहां ज्यादातर आम लोगों के लिए फिल्में बनाई जाती हैं। मनोरंजन के साथ-साथ अच्छी कहानी का भी ध्यान रखा जाता है। गोपीचंद ने जब इस फिल्म की स्टोरी सुनाई, तो मुझे फिल्म की कहानी, इसमें मेरा किरदार बेहद पसंद आया, इसलिए मैंने बिना देर किए इस फिल्म के लिए हामी भर दी।

आप खुद जाट परिवार से ताल्लुक रखते हैं। ऐसे में आप अपनी फिल्म 'जाट' के साथ कैसे खुद को रिलेट करते हैं?

यह सच है कि मैं जाट परिवार से ताल्लुक रखता हूं। लेकिन अपने देश में अमूमन 'जट' यानी किसान को भी 'जाट' कहा जाता है। मैं इस फिल्म में जाट यानी किसान बना हूं। किसान कहीं का हो, उनका खान-पान, रहन-सहन, संस्कृति, जीवन तकरीबन एक-सा होता है। खेती-किसानी से हम जुड़े रहे हैं। इसलिए यह फिल्म और इसमें अपने किरदार से मैं आसानी से रिलेट करता हूं।



फिल्म 'जाट' के एक दृश्य में सनी देओल

आपने हाल-फिलहाल में यह कहा था कि आप साउथ में सैटल होना चाहते हैं। क्या वाकई ऐसी प्लानिंग है?

साउथ फिल्म इंडस्ट्री का डिसिप्लीन और वर्किंग स्टाइल देखकर मैं सरप्राइज्ड रह गया। 'जाट' साउथ में की मेरी पहली ही फिल्म है। इसका अनुभव बड़ा सुहाना, यादगार रहा। मैंने महसूस किया कि यहां लोग अपने काम को बड़ी गंभीरता से लेते हैं। यही वजह है कि यहां की अधिकांश फिल्में सफल होती हैं। इन्हीं सब कारणों से मैंने मजाकिया अंदाज में यह कह दिया था, मैं अब प्रोफेशनल कारणों से साउथ में बसने वाला हूं। नथिंग सीरियस!

आपने कुछ फिल्में डायरेक्ट भी की हैं, लेकिन इधर कुछ वर्षों से आपने कोई फिल्म डायरेक्ट नहीं की, इसकी क्या वजह है?

मैंने 1999 में 'दिल्लगी' फिर 2016 में 'घायल वंस अगेन' फिर 2019 में 'पल-पल दिल के पास' फिल्मों को निर्देशित किया था। जब भी मैंने डायरेक्शन की बागडोर संभाली, मुझे उन फिल्मों को मना करना पड़ा, जो उस दौरान मुझे ऑफर हुई थीं। मुझे मेरे वेल विशर्स ने यह सलाह दी कि दर्शक आपको बतौर एक्टर सिल्वरस्क्रीन पर देखना चाहते हैं। मुझे लगता है कि एक लीडिंग एक्टर के रूप में मेरा करियर जब अच्छा-खासा चल रहा है तो मुझे उसी पर फोकस करना चाहिए। इसलिए अब मैं डायरेक्शन के बजाय एक्टिंग को तवज्जो दे रहा हूं।

आपके फिल्मी करियर को 42 वर्ष हो चुके हैं, कैसा रहा अब तक का फिल्मी सफर?

बहुत ही अच्छा रहा। मेरी डेब्यू फिल्म 'बेताब' को आज भी लोग भूल नहीं पाए हैं, जबकि इस फिल्म को रिलीज हुए 42 वर्ष हो चुके हैं। मैं अपने करियर का पूरा श्रेय अपने पापा को देना चाहूंगा। अगर उन्होंने मुझे लॉन्च नहीं किया होता तो शायद मेरा एक्टिंग में करियर ही नहीं बनता! मेरे एक्टिंग करियर का दूसरा बड़ा श्रेय मेरे दर्शक, मेरे मेकर्स, मेरे को एक्टर्स सभी को जाता है। कई बार फिल्में नहीं चलीं, लगा अब खत्म हुआ फिल्मी सफर, लेकिन फिर कोई न कोई फिल्म चली और मैं कहता रहा, 'एक मोड़ आया, मैं उत्थे असफलता छोड़ आया' रब दी मेहर बड़ी रही।

आपके प्रति एक डर-सा रहता है लोगों और मीडिया के दिल में, इसकी क्या वजह है?

ऐसा शायद मेरे फिल्मी इमेज की वजह से हुआ है। लेकिन असल जिंदगी में मैं बहुत सॉफ्ट स्पोकन, अच्छे व्यवहार का शख्स हूं। सभी के साथ प्यार से पेश आता हूं। मुझसे मेरे फैंस या मीडिया के लोग डरें, ऐसा मेरा व्यवहार कभी नहीं रहा।

अपनी अपकमिंग फिल्मों के बारे में कुछ बताइए।

आमिर खान प्रोडक्शन की राजकुमार संतोषी निर्देशित 'लाहौर 1947' और जे.पी. दत्ता की 'बॉर्डर 2' आने वाली हैं। इसके अलावा और भी कुछ फिल्मों पर बातचीत चल रही है, वक्त आने पर इस बारे में भी बताऊंगा। *

मेरी पहचान-ढाई किलो का हाथ

जब भी सनी देओल की बात चलती है, 'ढाई किलो का हाथ' का जिक्र जरूर आता है। इस बारे में पूछे जाने पर सनी कहते हैं, 'इस डायलॉग के हिट होने के बाद जब हर जगह, हर कहीं 'ढाई किलो का हाथ' मेरी पहचान से जुड़ने लगा, तो मैं इससे ईरिटेट हो जाता था। लेकिन बाद में मुझे अहसास हुआ कि मेरे फैंस को मेरी यह पहचान पसंद है, तो मैंने भी इसे 'अडॉप्ट' कर लिया। अब मुझे बुरा लगना बंद हो गया है। अब तो मेरे करियर, मेरी पहचान का हिस्सा बन चुका है-ढाई किलो का हाथ।