तापमान
अधिकतम 38.2 डिग्री
न्यूनतम 17.9 डिग्री

हरिभूमि
# जीटी रोड भूमि

रोहतक, रविवार, 4 मई 2025

12 जस्सा सिंह के जीवन से प्रेरणा लें युवा, हर्षोल्लास से मनाई जयंती

12 वार्ड में गंदगी मिली तो कटेंगे नंबर, तय होगी रैंकिंग

## खबर संक्षेप

### हादसे में दो युवकों की मौत, तीसरा गंभीर

**पानीपत।** दिल्ली पेरलल नहर किनारे बनी रोड पर देशवाल चौक के पास सीएनजी डिलीवरी कैंटर ने बाइक को टक्कर मार दी। हादसे में बाइक पर सवार 21 वर्षीय नीरज, 25 वर्षीय विजय व 22 वर्षीय सोनू निवासी कश्यप कालोनी, पानीपत घायल हो गए। तीनों को सिविल अस्पताल में भर्ती करवाया, जहां मेडिकल जांच के बाद चिकित्सकों ने नीरज व विजय को मृत घोषित कर दिया। जबकि सोनू का उपचार चल रहा है। पता चला कि तीनों महराणा गांव के रकबे में स्थित फैक्टरी में काम करते थे और एक ही बाइक पर फैक्टरी जाते थे।

### बाइक गड्ढे में आकर उछली, युवक की मौत

**पानीपत।** पानीपत के हुडा सेक्टर 25 स्थित हरिद्वार बाइपास पर 26 वर्षीय अमन पुत्र जगबीर निवासी निवासी गांव बुडश्याम जिला पानीपत की बाइक गड्ढे में आकर उछल गई। वहीं अमन उछल कर सड़क किनारे बनाए जा रहे स्ट्रीट लाइट के पोल पर जा गिरा। फाउंडेशन से सरिए निकले हुए थे, जो अमन की की गर्दन के आरपार हो गए। इस हादसे में अमन की मौत हो गई। अमन दो बहनों का इकलौता भाई था। पुलिस ने निगम के ठेकेदार पर केस दर्ज किया है।

### रेलवे स्टेशन के पास गहनों से भरा पर्स चोरी

**पानीपत।** राजस्थान के बीकानेर से ट्रेन में सवार होकर पानीपत आ रही मामी प्रियंका व भांजी मुस्कान का सादलपुर रेलवे स्टेशन के पास पर्स चोरी हो गया है। पर्स में एक मोबाइल फोन, एक सोने की चेन, कानों के टोप्स, 10 हजार रुपए कैश था। वहीं, भांजी के पर्स में दो मोबाइल फोन, चश्मा, 11 हजार कैश और 4 शगुन के लिफाफे थे। वहीं, ट्रेन में सवार प्रियंका के पति अनुज गर्ग की शिकायत पर पानीपत जीआरपी में जीरो एफआईआर दर्ज की है।

### टूटे तारों से लगा करंट भैंस और गाय की मौत

**इसराना।** पानीपत के गांव नौल्था निवासी किसान शिलम राम के खेत में आंधी व बारिश के चलते बिजली के तार टूट गए थे। उन्होंने इसकी शिकायत बिजली निगम में की थी। लेकिन बिजली निगम ने सुनवाई नहीं की। इधर, टूटे तारों की चपेट में आने से अनुज की 18 किलो दूध देने वाली अमेरिकन गाय व हरत जागलान की मुर्रा नस्ल की भैंस की करंट लगने से मौत हो गई। इधर, घटना की सूचना मिलते ही बिजली निगम के कर्मचारियों ने शिकायत रजिस्टर को गायब कर दिया और खंभे से खेत की लाइन के तार काट दिए।

### युवक की हत्या का आरोपी रिमांड पर

**पानीपत।** गंगाराम कॉलोनी में 28 वर्षीय रुई पिनने वाले मनीष मनीष निवासी गांव सुहागपुर जिला हरदोई, उत्तर प्रदेश की हत्या करने के आरोपी साथी अरेंद्र निवासी गिढया रंगीन शाहजहानपुर उत्तर प्रदेश को पुलिस ने कोर्ट में पेश कर एक रिमांड पर लिया है। पूछताछ में अरेंद्र ने बताया कि मनीष उसकी मजदूरी का पूरा हिसाब नहीं करवा रहा था। इसको लेकर ही उसने मनीष की हत्या की थी। इस मामले में संजय निवासी हाल किराएदार कच्चा कैंप पानीपत की शिकायत पर केस दर्ज है।

### रोडवेज वर्कर्स ने किया तबादला नीति का विरोध

**कुरुक्षेत्र।** ऑल हरियाण रोडवेज वर्कर्स यूनियन रजिस्टर्ड नंबर 1947 के राज्य प्रधान मायाराम उनियाल, राज्य महासचिव बलदेव सिंह मामू माजरा, राज्य कैशियर रघुबीर पंजाबी व प्रदेश प्रैस प्रवक्ता रणजीत करोडा ने संयुक्त बयान मे कहा है कि सरकार द्वारा रोडवेज में की गई ऑनलाइन तबादला बिल्कुल विफल रहा। कर्मशाला में इस तबादला का बहुत ज्यादा असर देखने को मिला है। यमुनानगर डिपो से आठ मेकैनिक का तबादला हुआ है।

करनाल

आढ़तियों, ठेकेदार और अफसरों की मिलीभगत उजागर

# मंडी में गेहूं की बोरियों की सिलाई में निकला घोटाला

## प्रति कट्टा सिलाई 2.12 रुपये लिए, मजदूरों को दिया 1 रुपये कट्टा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| करनाल

करनाल की अनाज मंडी में सरकारी गेहूं के कट्टों की सिलाई को लेकर बड़ा घोटाला सामने आया है। सरकार की ओर से पारदर्शिता के बड़े-बड़े दावे किए जाते हैं, लेकिन जमीनी हकीकत कुछ और ही है।

- मंडी में अब तक करीब 26 लाख कट्टों की हो चुकी है सिलाई

मंडी में आढ़तियों ने सरकार से प्रति कट्टा सिलाई के लिए 2 रुपए 12 पैसे लिए, लेकिन मजदूरों को और ठेकेदारों को महज एक रुपया प्रति कट्टा दिया गया। करनाल मंडी में अब तक करीब 26 लाख कट्टों की सिलाई हो चुकी है। ऐसे में लाखों रुपए का घोटाला सामने आया है, जिसमें बाकायदा मंडी प्रधान और आढ़तियों की आपसी एडजस्टमेंट से पैसा डकार लिया गया।

सिलाई का ठेका लेने वाले चंद्रवली यादव ने बताया कि वे और उनके पार्टनर अहमद चौधरी करनाल, मुनक, निगदू और पिल्लुखेड़ा मंडी में सिलाई का काम कर रहे हैं। करनाल मंडी में अब तक 30 लाख कट्टों की आवक हुई है, जिनमें से 26 लाख से अधिक कट्टों की सिलाई हो चुकी है। इस काम के लिए उन्होंने लगभग 100 कर्मचारियों को लगाया और 120 सिलाई मशीनें लेकर आए। चंद्रवली का कहना है कि एक कट्टे की सिलाई का रेट एक रुपया दिया गया, जबकि सारा मटेरियल, जिसमें धागा, मशीन और लेबर उनकी ओर से था। उन्होंने यह भी बताया कि अभी तक उन्हें सिर्फ 7 से 8 लाख रुपए ही मिले हैं, बाकी पैसे लेने के मंडी की पंचायत में बोली होती है।

### प्रधान का अहम रोल

चंद्रवली ने यह भी खुलासा किया कि मंडी में जब ठेका मिलता है, तो आढ़तियों की पंचायत होती है। जिसमें 5-7 ठेकेदार हिस्सा लेते हैं। इनमें बोली लगती है और मंडी एसोसिएशन प्रधान सुरेंद्र त्यागी का इसमें मुख्य रोल होता है। वही तय करते हैं कि किसे ठेका देना है और कितना रेट देना है।

### बचा पैसा आढ़ती के पास ही जाता है : मंडी प्रधान

जब इस सिलसिले में मंडी प्रधान सुरेंद्र त्यागी से बात की गई, तो उन्होंने बताया कि इस बार सिलाई का काम अच्छे से हुआ है और 85 मजदूर लगाए गए थे।

उन्होंने यह भी कहा कि पिछली बार कुछ दिक्कतें आई थीं, इसलिए ठेकेदार को बदल दिया गया था।लेकिन जब उनसे पूछा गया कि सरकार से तो 2 रुपए 12 पैसे प्रति कट्टा मिलते हैं, फिर ठेकेदार को सिर्फ एक रुपया क्यों दिया गया, तो वह कोई सीधा जवाब नहीं दे पाए। उन्होंने तर्क दिया कि यह तो शुरू से ही होता आ रहा है और आढ़ती ही ठेकेदार तय करते हैं, सरकार से कोई ठेकेदार नहीं आता।

सरकार को नहीं, पैसा आढ़ती को ही जाता है जब यह सवाल उठा कि 2.12 रुपए में से एक रुपया दिया गया तो बचा हुआ पैसा कहां गया, तो मंडी प्रधान ने जवाब दिया कि वह पैसा सरकार के पास नहीं जाता, बल्कि आढ़ती के पास ही आता है और वही उसे रखता है। उन्होंने यह भी कहा कि कई बार सीजन के अनुसार एडजस्टमेंट हो जाती है।

उदाहरण देते हुए बताया कि पिछली बार जीरी के सीजन में सिलाई में ज्यादा पैसे देने पड़े थे, जबकि सरकार की ओर से कम पैसे आए थे। लोडिंग में भी हमें 3.36 रुपए मिले थे और हमने 3.70 रुपए का रेट दिया, तो सिलाई के बचे पैसे वहां एडजस्ट हो गए।

# अधिक लाभ का लालच दे युवती से 5 लाख ठगे

- पुलिस ने साइबर ठगों के खिलाफ किया धोखाधड़ी का केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

साइबर ठगों ने कंपनी में पैसे इन्वेस्टमेंट करवा अधिक लाभ कमाने का लालच देकर शहर की कृष्णा नगर निवासी मुस्कान गुप्ता से पांच लाख पांच हजार रुपए ठग लिए। जब उसे अपने साथ हुई ठगी का पता चला तो उसने मामले की सूचना साइबर क्राइम थाना पुलिस को दी। पुलिस ने मामले की जांच के बाद अज्ञात साइबर ठगों के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

जानकारी के अनुसार कृष्णा नगर निवासी मुस्कान गुप्ता ने साइबर क्राइम थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उसने बीएससी फैशन टेक्सटाइल्स की पढ़ाई की है। वह घर पर ही रहती है। उसका पंजाब नेशनल बैंक में अकाउंट है। वह सोशल मीडिया पर एक्टिव रहती है। उसने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म इंस्टाग्राम पर इन्वेस्टमेंट के लिए एक विज्ञापन देखा। जब उसने लिंक पर क्लिक किया तो वह एक ग्रुप से जुड़ गई। उसे ग्रुप में लोगों को पैसे इन्वेस्टमेंट करने के फायदे के बारे में बताया गया था। इसके बाद उसे दूसरे ग्रुप में जोड़ दिया गया। उस ग्रुप में भी पैसे इन्वेस्टमेंट कर अधिक लाभ कमाने के संबंध में मैसेज आते थे। उसने बताया कि एक दिन उसके पास रितु वोहरा एसएमसी का मैसेज आया। आरोपी ने उसे कहा कि वह एसएमसी कंपनी की सदस्य है और कंपनी की तरफ से उसको एसिस्ट करूंगी।

### इन्वेस्टमेंट के फायदे बता बातों में उलझा लिया

इसके बाद उसने उसे इन्वेस्टमेंट के फायदे बताए और उसे कंपनी में पांच लाख इन्वेस्टमेंट करने के लिए कहा। उसने आरोपियों की बातों में आकर अपने अकाउंट से आरोपियों द्वारा दिए गए बैंक अकाउंट में आरटीजीएस के माध्यम से पांच लाख पांच हजार रुपए जमा करवा दिए। इसके बाद आरोपियों ने उसे कंपनी में और पैसे इन्वेस्टमेंट करने को कहा। इस दौरान उसे अहसास हुआ कि उसके साथ साइबर ठगों ने फ्रॉड किया है। उसने तुरंत इसकी शिकायत साइबर पोर्टल पर की। पुलिस ने मामले की जांच के बाद अज्ञात साइबर ठगों के खिलाफ धोखाधड़ी के आरोप में केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

# मामूली कहासुनी में व्यक्ति पर चाकू व रॉड से हमला

- घायल की टांग व बाजू में आया फैक्चर, पुलिस ने पांच आरोपियों के खिलाफ किया केस दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

जठलाना में यमुना नदी घाट के पास कहासुनी होने पर पांच युवकों ने एक व्यक्ति पर चाकू व लोहे की रॉड से हमला कर घायल कर दिया। हमले में व्यक्ति की बाजू व टांग में फैक्चर आया है। जिससे वह अस्पताल में उपचाराधीन है। पुलिस ने मामले की जांच के बाद पांच आरोपी युवकों के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

पुलिस सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार जठलाना निवासी शकील ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह यमुना नदी घाट पर किसी काम से गया था। इस दौरान वहां पर उसका अनीश, असलम, इमरान, शाहिद व मनकी के साथ किसी बात को लेकर कहासुनी हो गई थी। आरोप है कि कहासुनी के चलते आरोपियों ने उसके साथ गाली गलोज करना शुरू कर दिया। आरोपियों ने चाकू व लोहे की रॉड से उसे पीटा। जिससे उसकी बाजू व टांग में फैक्चर आ गया।

शोर सुनकर जब आसपास के लोग मौके पर पहुंचे तो आरोपी उसे जान से मारने की धमकी देकर मौके से भाग गए। उसने आरोपियों के खिलाफ पुलिस में शिकायत दी। पुलिस ने मामले की जांच के बाद सभी आरोपियों के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।

# पंजाब को हरियाणा का पानी रोकने का हक नहीं : उदयभान

- जगाधरी की पंजाबी धर्मशाला में कांग्रेस ने किया संविधान बचाओ कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

कांग्रेस के प्रदेशाध्यक्ष उदयभान ने कहा कि पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान को हरियाणा का पानी रोकने का कोई अधिकार नहीं है। उन्होंने उक्त शब्द शनिवार को कांग्रेस द्वारा जगाधरी की पंजाबी धर्मशाला में आयोजित संविधान बचाओ अभियान कार्यक्रम में कहे।

उन्होंने पानी रोकने के मामले में पंजाब के मुख्यमंत्री के खिलाफ मामला दर्ज किए जाने की मांग की। कार्यक्रम के संयोजक जगाधरी विधायक अकरम खान व सह संयोजक पूर्व प्रत्याशी रमन त्यागी ने कांग्रेस के प्रदेशाध्यक्ष उदयभान व अंबाला सांसद वरूण मुलाना का स्वागत किया। कांग्रेस के प्रदेशाध्यक्ष उदयभान ने कहा कि हमें संविधान बचाने की जरूरत है। हमें जन जन तक यह बात पहुंचानी है और डट कर मुकाबला करना है। भाजपा ने देश को बांटने का काम किया है। वह देश को बांट कर राजनीति करना चाहती है। चुनाव में महिलाओं को 2100 रूपये देने का वादा किया था। आठ महीने बीत जाने के बाद महिलाओं को कुछ नहीं दिया गया। भाजपा ने फर्जी वोट, फर्जी बीपीएल व ईवीएम आदि के सहारे पर सत्ता हासिल की है। प्रदेशाध्यक्ष उदयभान ने कहा कि पहलगाम हमले को लेकर सरकार ने आज तक कोई कार्रवाई नहीं की। 56 इंच का सीना दिखाने वाले कहां चले गए। सरकार को इस हमले पर कार्रवाई करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि पुलवामा हमले की अब तक जांच तक नहीं हुई। ऐसे कई हमले हैं जो आज भी ठंडे बस्ते में हैं। सरकार केवल लोगों को बांट कर वोट हथियाना चाहती है। लेकिन यह होने वाला नहीं है। विकास के नाम पर सरकार दिखावा कर रही है। सतलुज यमुना लिंक नहर को लेकर पहले से ही पंजाब और हरियाणा के बीच में विवाद चल रहा था। लेकिन अब तो भाखड़ा जल बोर्ड को लेकर भी एक नया विवाद सामने आ गया है। जिसके चलते पंजाब के मुख्यमंत्री मान ने पुलिस कर्मचारियों को साथ लेकर भाखड़ा जल प्रबंधन पर ताला लगा दिया और उसको लेकर विवाद और गर्मा गया है। अंबाला से कांग्रेस सांसद वरूण मुलाना ने कहा कि पंजाब के मुख्यमंत्री को इस प्रकार पानी रोकने का कोई अधिकार नहीं है। यदि उसके खिलाफ कार्रवाई की जाती है तो वह प्रदेश सरकार के साथ हैं। लेकिन प्रदेश की जनता के लिए अन्याय नहीं होने दिया जायेगा। इस मौके पर साढौरा विधायक रेणू बाला, पूर्व विधायक अर्जुन सिंह, पूर्व विधायक राजपाल भूखड़ी, पूर्व विधायक लहरी सिंह, राजकुमार त्यागी, सतपाल कौशिक, प्रदीप अग्रवाल, सतीश सांगवान, जाकिर हुसैन, निर्मला चौहान, विशाल शर्मा, संजू व विजय मरवाह आदि मौजूद थे।

**यमुनानगर।** जगाधरी की पंजाबी धर्मशाला में आयोजित संवधिान बचाओ अभियान कार्यक्रम में मंचासीन कांग्रेस के प्रदेशाध्यक्ष उदयभान व अन्य।

### हम सरकार के साथ

कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के साथ कांग्रेस इस लड़ाई को लेकर जहां तक भी जाना पड़ा वह पीछे नहीं हटेंगे। प्रधानमंत्री से बात भी की जाएगी और सुप्रीम कोर्ट में भी इस मामले को लेकर लड़ाई लड़ी जाएगी।

# शादी का झांसा देकर युवती का यौन शौषण

- विरोध करने पर आरोपी युवक पर मारपीट करने का लगया आरोप

**यमुनानगर।** जगाधरी की एक कॉलोनी निवासी युवती ने युवक पर उसे शादी का झांसा देकर दुष्कर्म करने का आरोप लगाया है। आरोप है कि आरोपी पहले से ही शादीशुदा था। जब उसने आरोपी को शादी करने के लिए कहा तो आरोपी ने अपनी पत्नी व मां के साथ मिलकर उसके साथ मारपीट की।

पुलिस ने मामले की जांच के बाद आरोपी तीनों आरोपियों के खिलाफ विभिन्न धाराओं के तहत केस दर्ज कार्रवाई शुरू कर दी। जगाधरी की एक कालोनी निवासी 25 वर्षीय युवती ने महिला पुलिस थाने में दी शिकायत में बताया कि उसकी सुमित नामक युवक के साथ जान पहचान हो गई थी। आरोपी ने उसे कहा कि वह उससे शादी करना चाहता है। वह आरोपी की बातों में आ गई। युवती ने बताया कि एक जनवरी 2024 को आरोपी ने उसे मिलने के लिए बुलाया। जब वह आरोपी से मिलने के लिए गई तो आरोपी शहर के होटल में लेकर गया। जहां आरोपी ने उसके साथ जबरदस्ती दुष्कर्म किया। युवती ने बताया कि आरोपी युवक गत 25 अप्रैल तक उसे शादी का झांसा देकर उसके साथ गलत काम करता रहा। जब उसे आरोपी से शादी करने के लिए कहा तो आरोपी से शादी करने से मना कर दिया। युवती ने बताया कि इस दौरान उसे पता चला कि आरोपी युवक पहले से ही शादीशुदा है। जब वह आरोपी युवक के घर गई तो वहां पर आरोपी ने अपनी पत्नी व मां के साथ मिलकर उसके साथ मारपीट की और उसे जान से मारने की धमकी दी। उसने आरोपी के खिलाफ पुलिस में शिकायत दी।

# लेफ्टिनेंट विनय नरवाल की श्रद्धांजलि सभा आज

- हरियाणा विधानसभा अध्यक्ष हरविंद्र कल्याण ने श्रद्धांजलि सभा स्थल का लिया जायजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| करनाल

लेफ्टिनेंट विनय नरवाल की 4 मई रविवार को प्रातः 11 बजे से दोपहर 1 बजे तक डॉ. मंगलसेन सभागार में आयोजित होने वाली श्रद्धांजलि सभा के स्थल पर जाकर हरियाणा विधानसभा के अध्यक्ष हरविंद्र कल्याण ने शनिवार को व्यवस्था का जायजा लिया। इस मौके पर उपायुक्त उत्तम सिंह सहित विनय नरवाल के परिवार के सदस्य भी मौजूद थे। हरविंद्र कल्याण ने कहा कि लेफ्टिनेंट विनय नरवाल की निर्मम हत्या से परिवार को जो क्षति हुई है, उसकी पूर्ति तो कोई नहीं कर सकता लेकिनजनप्रतिनिधि व समाज के नाते सब इस परिवार के साथ खड़े हैं। इस दुख की घड़ी में केंद्र और प्रदेश की सरकार परिवार के साथ खड़ी है।

उन्होंने अधिकारियों को कहा कि लेफ्टिनेंट विनय नरवाल की श्रद्धांजलि सभा में आने वाले लोगों के लिए सही व्यवस्था करें तथा सुरक्षा व यातायात के पुख्ता इंतजाम होने चाहिए। बता दें कि लेफ्टिनेंट विनय नरवाल गत 22 अप्रैल को कश्मीर में हुए आतंकवादी हमले में निधन हो गया था।

**अंबाला।** कार्यशाला के अंतिम दिन रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत करती कलाकार।

## पंद्रह दिवसीय हरियाणावी लोक नृत्य कार्यशाला का समापन

# हरियाणवी नृत्य से कलाकारों ने जमाया रंग

- कला एवं संस्कृति कार्य व जिला बाल कल्याण परिषद्, बाल भवन के संयुक्त तत्वाधान में कार्यशाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

लोक संस्कृति के संरक्षण के लिए कला एवं संस्कृति कार्य विभाग एवं जिला बाल कल्याण परिषद्, बाल भवन के संयुक्त तत्वाधान में हरियाणावी लोक नृत्य कार्यशाला का शनिवार को समापन हो गया। इस दौरान कार्यशाला में प्रशिक्षण लेने वाली छात्राओं ने हरियाणवी नृत्य की शानदार प्रस्तुतियों से रंग जमा दिया।

समापन अवसर पर मुख्य अतिथि हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद की मानद महासचिव डॉ. सुषमा गुप्ता पधारी थी। उन्होंने बच्चों को शिक्षा के साथ-साथ सांस्कृतिक कार्यशालाओं के माध्यम से हरियाणा की सांस्कृतिक परंपराओं की जानकारी भी दी। उन्होंने कहा कि युवा पश्चिमी सभ्यता के कुप्रभाव से बचकर अपनी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत का पेहरेदार बनें। ऐसे-ऐसे सांझे प्रयास निरन्तर चलते रहने चाहिए। जिला बाल कल्याण अधिकारी विश्वास मलिक द्वारा इस अवसर पर निदेशक, कला एव संस्कृति विभाग का धन्यवाद करते हुए कहा कि उपायुक्त के आदेशानुसार बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए उनमें छिपी प्रतिभा की एक मंच प्रदान किया जाए। इसके लिए जिला बाल कल्याण परिषद् ऐरोबिक्स, पेंटिंग, लोकनृत्य व कथक व अन्य विद्याओं की ग्रीष्मकालीन हॉबी क्लास बाल भवन में चल रही हैं।

रूचिकर कक्षाओं के समापन के अंतिम तिथि 30 जून 2025 को बाल भवन का अपना सभी का मनपसंदीदा सदियों का प्रोग्राम ''बाल भवन की एक शाम, आपके नाम'' के तहत एक बड़ा शो आयोजित कर बच्चों को एक मंच प्रदान किया जाएगा। एसए जैन कॉलेज के पूर्व प्राचार्य डॉ. प्रदीप स्नेही ने भी युवा पीढ़ी को आह्वाहन किया कि अपने संस्कृति धरोहर के पहरेदार बनकर इस सांस्कृतिक धरोहर को संजोय रखा जा सकें। इस अवसर पर बाल कल्याण अधिकारी सरोज मलिक, राजेश कुमार, कार्यक्रम अधिकारी, सचिन गुप्ता, हरबिंद्रर सिंह, राकेश मक्कड़, इंद्रजीत सिंह व अशोक कुमार, अभिमन्यु दुहन, एचएल बिंद्रा, अशोक राणा व जेपी सिंह भी मौजूद रहे।

**अंबाला।** कार्यशाला के अंतिम दिन रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत करती कलाकार।

### 22 बच्चे प्रशिक्षित

प्रशिक्षक बुधराम ने बताया कि समयानुसार कला में प्रयोग होना, समय की मांग है अन्यथा कला बूढ़ी हो जाएगी, तभी तो युवा कलाकार पुरातन, संस्कृति को महसूस कर पाएगा। बशर्ते उसके मूर्त स्वरूप से छेड़छाड़ या बदलाव न हो। उन्होंने बताया कि इस संयुक्त कार्यक्रम के तहत 22 बच्चों को हरियाणावी लोक संस्कृति नृत्य में प्रशिक्षित किया गया।

# पोल्ट्री फार्म के युवक ने फांसी लगा कर जान दी

- झगड़े के बाद पत्नी के घर से चले जाने पर पति ने लगा लिया फंदा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| करनाल

करनाल के झिंझरी गांव में पोल्ट्री फार्म पर काम करने वाले युवक ने शुक्रवार देर रात फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। युवक की पहचान 30 वर्षीय अमित कुमार के रूप में हुई है, जो मूल रूप से उत्तर प्रदेश का रहने वाला था। वह अपनी पत्नी के साथ फार्म हाउस पर रहकर काम करता था।

जानकारी के अनुसार पति-पत्नी के बीच अक्सर अनबन रहती थी और शुक्रवार देर रात भी दोनों के बीच झगड़ा हुआ था। इस झगड़े के बाद पत्नी गुस्से में घर से चली गई, जिसके बाद अमित ने यह कदम उठाया। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमॉर्टम करवाया और शव परिजनों को सौंप दिया। परिजनों की शिकायत के आधार पर आगे की कार्रवाई की जाएगी।

### पत्नी के वापस लौटने पर पुलिस करेगी पूछताछ

पोल्ट्री फार्म के अन्य कर्मचारियों ने जब युवक को फंदे पर लटका देखा तो तुरंत पुलिस को सूचना दी। मौके पर पहुंची सदर थाना पुलिस ने शव को कब्जे में लिया और पोस्टमॉर्टम के लिए कल्पना चावला मेडिकल कॉलेज भेजा। आज दोपहर को पोस्टमॉर्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया।

जांच अधिकारी एसआई तरसेम ने बताया कि मृतक अमित कुमार का अपनी पत्नी के साथ अक्सर विवाद होता रहता था। घटना के दिन भी झगड़े के बाद पत्नी मायके चली गई थी। जब वह लौटेगी तो उससे पूछताछ की जाएगी।

## खबर संक्षेप

### व्यक्ति ने महिला के साथ की छेड़छाड़, केस दर्ज

**यमुनानगर।** थाना छप्पर क्षेत्र के एक गांव में व्यक्ति ने महिला के साथ छेड़छाड़ की। पुलिस ने मामले की जांच के बाद आरोपी व्यक्ति के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी।थाना छप्पर क्षेत्र की एक गांव निवासी 35 वर्षीय महिला ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि 30 अप्रैल को दोपहर डेढ़ बजे वह गांव में ही किसी काम से जा रही थी। इस दौरान उनके गांव के ही मायाराम ने उसके साथ गलत नीयत से छेड़छाड़ की। इस दौरान आरोपी ने उसका दुपट्टा उतार दिया। जब उसने विरोध किया तो आरोपी वहां से फरार हो गया।

### चोरों ने सूने घर से चुराए लाखों रुपये के आभूषण

**यमुनानगर।** गांव काबूलपुर में चोरों ने दिनदहाड़े सूने घर में घुसकर अलमारी में रखें करीब आठ लाख रुपए के सोने व चांदी के आभूषण चोरी कर लिए। पुलिस ने मामले की जांच के बाद अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज कर कार्रवाई शुरू कर दी। गांव काबूलपुर निवासी गुलशन कुमार ने रादौर थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि वह 30 अप्रैल को घर का ताला लगाकर परिवार के सदस्यों के साथ किसी काम से बाहर गया था। जब वह वापस लौटे तो घर का लगा ताला टूटा हुआ था और अंदर सामान बिखरा पड़ा था। जांच करने पर अलमारी खुली मिली। जिसके अंदर से सोने व चांदी के जेवर गायब मिले।

### आईटीआई छछरौली में 9 मई को रोजगार मेला

**यमुनानगर।** राजकीय आईटीआई छछरौली में नौ मई को रोजगार मेले का आयोजन किया जाएगा। रोजगार मेले में मुख्यातिथि के रुप में छछरौली के एसडीएम रोहित कुमार भाग लेंगे। उक्त जानकारी जिला रोजगार अधिकारी डॉ. अरुण कुमार ने दी। जिला रोजगार अधिकारी डॉ. अरुण कुमार व राजकीय आईटीआई छछरौली के प्राचार्य रामकुमार धीमान ने बताया कि इस रोजगार मेले में संस्थान के अंतिम वर्ष के प्रशिक्षार्थी तथा पूर्व प्रशिक्षार्थियों को रोजगार के अवसर प्रदान करने के लिए कई प्रतिष्ठित कंपनियां इस्जेक हेवी इंजीनियरिंग लिमिटेड, लार्क इंजीनियरिंग, चंद्रपुर वर्क्स लि., गीता फैब सर्जिकल (इंडिया)यमुनानगर, एक्सिस बैंक यमुनानगर, एचडीएफसी बैंक बिलासपुर, डीएन इंजीनियरिंग यमुनानगर, गुरु अमर इंडस्ट्रीज जगाधरी आदि भाग लेंगी।

### राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन 10 मई को

**यमुनानगर।** जिला न्यायिक परिसर में दस मई को दूसरी राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया जाएगा। उक्त जानकारी जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं सीजेएम सुमित्रा कादियान ने दी सीजेएम सुमित्रा कादियान ने बताया कि राष्ट्रीय लोक अदालत में आपराधिक मामले, धारा.138 के तहत एनआई एक्ट के मामले, बैंक रिकवरी केस, एमएसीटी मामले, वैवाहिक विवाद मामले, श्रम विवाद मामले, भूमि अधिग्रहण मामले, बिजली और पानी से संबंधित मामले सुने जाएंगे।

# जीवन में बुलंदियों को छूने के लिए चहुंमुखी ज्ञान जरूरी: डॉ. सुरिंद्र कौर

## डीएवी गर्ल्स कॉलेज में पेरेंट्स टीचर मीट का हुआ आयोजन, छात्राओं की समस्याओं का निदान करने के लिए यह जरूरी

**यमुनानगर।** डीएवी गर्ल्स कॉलेज में आयोजित पेरेंटस व टीचर्स मीट में अपने विचार रखते हुए वक्ता।

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

डीएवी गर्ल्स कालेज यमुनानगर में शनिवार को पेरेंट्स टीचर मीट का आयोजन किया गया। कालेज की कार्यवाहक प्रिंसिपल डॉ. सुरिंद्र कौर व अंग्रेजी विभाग अध्यक्ष एवं कार्यक्रम कनवीनर डॉ. रीटा सिंह ने संयुक्त रूप से कार्यक्रम की अध्यक्षता की। करियर साइक्लोजिस्ट एवं काउंसलर गुरमीत कौर विशिष्ट अतिथि के रुप में मौजूद रही। कॉलेज की कार्यवाहक प्रिंसिपल डॉ. सुरिंद्र कौर ने कहा कि छात्राओं की समस्याओं का निदान करने के लिए पेरेंट्स टीचर मीट जरूरी है। आज टेक्नोलॉजी में बहुत तेजी से बदलाव आ रहे हैं। उसके प्रभाव से छात्राएं अछूती नहीं हैं। ऐसे में टीचर्स व अभिभावकों की जिम्मेदारी ज्यादा बढ जाती है कि वे छात्राओं का ध्यान रखें। ताकि वे टेक्नोलॉजी का सही प्रकार से इस्तेमाल कर सकें। उन्होंने छात्राओं से आह्वान किया कि वे सभी बातें अभिभावकों के साथ सांझा करें। अभिभावक भी बच्चों की भावनाओं को समझे। कालेज में पढ़ाई के साथ साथ छात्राओं को खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रमों सहित अन्य में भाग लेने का अवसर प्रदान किया जाता है। फ्री पीरियड में छात्राओं को योगा व मेडिटेशन की जानकारी मुहैया करवाई जाती है। नई एजुकेशन पॉलिसी में अभिभावकों व टीचर्स की क्या भूमिका है इसके बारे में विस्तार से चर्चा की। साथ ही कहा कि जीवन में बुलंदियों को छूने के लिए चहूंमुखी ज्ञान जरूरी है। उन्होंने छात्राओं से आह्वान किया कि वे सशक्त समाज की स्थापना के लिए स्वयं सशक्त बनें। मौके पर करियर साइक्लोजिस्ट एवं काउंसलर गुरमीत कौर ने कहा कि सोशल मीडिया का अत्याधिक प्रयोग से विद्यार्थियों में भावनात्मक घुटन बढ रही है। बच्चे हीनभावना के शिकार हो रहे हैं।

### अभिभावकों से आह्वान किया कि वे बच्चों को स्वतंत्र निर्णय लेने का अधिकार भी दें

ऐसे में अभिभावकों को बच्चों से जुडाव, उनके साथ समय बिताना और तकनीक के साथ बैलेंस बिठाना सीखाना चाहिए। उन्होंने अभिभावकों से आह्वान किया कि वे बच्चों को स्वतंत्र निर्णय लेने का अधिकार भी दें। मनोविज्ञान विभाग अध्यक्ष शालिनी छाबडा ने कहा कि बच्चों के जीवन में अभिभावकों व शिक्षकों की महत्वपूर्ण भूमिका है। आधुनिक परिवेश में पल रहे बच्चों के साथ अभिभावक रोजना थोडा समय जरूर बिताएं। कॉलेज में छात्राएं क्या पढ़ व सीख रही हैं। इसके बारे में अभिभावकों को जरूर पता होना चाहिए। मौके पर डॉ. अनीता मौदगिल, डॉ. मीनाक्षी सैनी, डॉ. नीता द्विवेदी, डॉ. गुरशरन कौर, डॉ. निताशा, डॉ. दीपिका घई, परमेश कुमार व हरकिशन स्टडी सर्कल के डिप्टी चीफ अजिंदर पाल सिंह आदि मौजूद रहे।

## नियमों की अवहेलना करने वाले खनिज वाहनों व अवैध खनन पर अंकुश की कवायद

# खनन विभाग की टीमों ने की 2045 वाहनों की चेकिंग, एक वाहन सीज

- सीज किए गए वाहन पर लगाया 4 लाख 26 हजार रुपये का जुर्माना
- अवैध खनन रोकने व बिना ई-रवाना बिल के निकलने वाले खनिज वाहनों पर पूरी संजीदगी के साथ की जा रही है मॉनिटरिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

**यमुनानगर।** नियमों की अवहेलना करने वाले खनिज वाहनों पर कार्रवाई करते हुए विभाग की टीम के सदस्य।

हरियाणा सरकार के निर्देशानुसार जिले में अवैध खनन करने वालों पर अंकुश लगाने व नियमों की अवहेलना करने वाले खनिज वाहनों पर प्रशासन द्वारा कड़ी कार्रवाई की जा रही है। इसी कार्रवाई के चलते जिला प्रशासन व खनन विभाग की संयुक्त टीमों ने जिले में 2045 वाहनों की चैकिंग कर एक वाहन को सीज कर उस पर चार लाख 26 हजार रुपये का जुर्माना लगाया। उक्त जानकारी उपायुक्त पार्थ गुप्ता ने की। उपायुक्त पार्थ गुप्ता ने बताया कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के निर्देशानुसार खनन विभाग के महानिदेशक केएम पांडुरंग खुद खनन विभाग की गतिविधियों पर मॉनिटरिंग कर रहे हैं। उन्होंने बताया कि जिला में जिला प्रशासन व खनन विभाग की संयुक्त टीमों द्वारा बीती रात 2045 वाहनों की चैकिंग के दौरान 1 वाहन सीज कर 4 लाख 26 हजार रुपये का जुर्माना लगाया गया। उपायुक्त पार्थ गुप्ता ने बताया कि एसडीएम छछरौली की टीमों द्वारा 1273 वाहनों की चैकिंग की गई। इसी प्रकार एसडीएम जगाधरी की टीमों द्वारा 264 वाहनों की चैकिंग के दौरान 1 वाहन सीज कर 4 लाख 26 हजार रुपये का जुर्माना लगाया गया। उन्होंने बताया कि एसडीएम रादौर की टीमों द्वारा 343 वाहनों की चैकिंग की गई। इसी प्रकार एसडीएम व्यासपुर की टीम द्वारा 165 वाहनों की चैकिंग की गई। उन्होंने बताया कि जिला के सभी एसडीएम, पुलिस विभाग व खनन विभाग के अधिकारियों द्वारा दिन रात चैकिंग की जा रही है।

### अवैध खनन को रोकने के लिए प्रशासन सजग

उपायुक्त पार्थ गुप्ता ने बताया कि अवैध खनन की रोकथाम को लेकर जिला प्रशासन पूरी तरह से सजग है। प्रशासन द्वारा जिला में अवैध खनन किसी भी सूरत में सहन नहीं किया जाएगा और ऐसे लोगों के खिलाफ सख्त कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। उन्होंने बताया कि यमुनानगर जिला से निकल रही यमुना नदी सहित अन्य स्थानों पर अवैध खनन रोकने व बिना ई.रवाना बिल के निकलने वाले खनिज वाहनों पर पूरी संजीदगी के साथ मॉनिटरिंग की जा रही है। जिला में दिन रात जिला प्रशासन द्वारा नियुक्त टीमें जहां सड़कों पर बिना ई.रवाना बिल के खनिज वाहनों की जांच कर रही हैं। वहीं नियमों की अवहेलना करने वालों पर कार्रवाई भी सुनिश्चित की जा रही है।

### वर्क फॉम होम के नाम पर ठगी करने वालों से रहें सावधान: एसपी

**यमुनानगर।** साइबर ठगों द्वारा लोगों को ठगने के लिए आए दिन नए नए तरीके अपनाए जा रहे हैं। अब साइबर ठगों द्वारा वर्क फॉम होम के नाम पर झांसा देकर लोगों को ठगने का तरीका अपनाया है। जिससे बचने के लिए लोगों को सावधान रहना जारी है। इस प्रकार की ठगी से बचने के लिए लोगो को जागरुक करने के लिए पुलिस अधीक्षक सुरेंद्र सिंह भौरिया ने विशेष एडवाइजरी जारी की है।

एसपी सुरेंद्र सिंह भौरिया ने लोगों को जागरुक करने के लिए की विशेष एडवाइजरी जारी

पुलिस अधीक्षक सुरेंद्र सिंह भौरिया ने बताया कि साइबर अपराधियों द्वारा आजकल वर्क फॉम होम के नाम पर ठगी की जा रही है। इस प्रकार की ठगी में घर बैठे महिलाओं को ज्यादा टारगेट किया जाता है। पढ़े लिखे लोगों से भी ठगी की जा रही है। उन्होंने बताया कि ऐसे मामले सामने आए हैं जिनमें महिलाओं को वर्क फॉम होम का झांसा देकर अच्छे रुपये कमाने के नाम पर ठगी की जाती है। यह देखने में आया है कि ज्यादातर महिला अपने साथ ठगी होने पर वह इस बात का जिक्र अपने परिवार या पति से नहीं करती हैं। पुलिस अधीक्षक सुरेंद्र सिंह भौरिया ने बताया कि साइबर ठग एक क्लिक करने के नाम पर 50 रुपये मिलने का झांसा देकर अपने चंगुल में फंसाते हैं और उनके स्क्रीन पर इतना पैसा नजर आता है कि लालच बढ़ने लगता है। साइबर ठग किसी प्रकार की गलती करने का बहाना बनाकर आपके सभी पॉइंट खत्म होने की बात बोलते हैं। उसे रिकवर करने के लिए दूसरे खेल में पैसा लगाकर सदस्य बनाने की बात कहते हैं।

### अवैध हथियार के साथ युवक गिरफ्तार

**यमुनानगर।** अवैध हथियार के साथ पुलिस ने एक युवक को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से एक अवैध देसी पिस्तौल व एक जिंदा कारतूस बरामद किया है। आरोपी के खिलाफ पुलिस ने मामला दर्ज कर उसे अदालत में पेश कर कार्रवाई शुरू कर दी। पुलिस सूत्रों ने बताया कि जिला पुलिस की अपराध अन्वेषण शाखा वन के प्रभारी वीरेंद्र वालिया को सूचना मिली थी कि गांव बहरामपुर के नजदीक एक युवक संदिग्ध हालत में अवैध हथियार लिए घूम रहा है। सूचना मिलते ही पुलिस की अपराध अन्वेषण शाखा वन के प्रभारी वीरेंद्र वालिया ने एएसआई संतोष कुमार, मुख्य सिपाही बृजपाल, विपिन व जागीर सिंह को शामिल कर जांच टीम का गठन कर उसे मौके पर जांच के लिए भेजा। जांच टीम ने मौके पर जाकर आरोपी को पकड़ लिया और उसकी तलाशी ली। तलाशी के दौरान आरोपी के कब्जे से पुलिस की टीम को एक अवैध देसी पिस्तौल व एक जिंदा कारतूस बरामद हुआ। पुलिस ने तुरंत आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में आरोपी की पहचान जयधर निवासी सोहेल के रुप में हुई। पुलिस ने आरोपी सोहेल के खिलाफ केस दर्ज कर उसे अदालत में पेश कर कार्रवाई शुरू कर दी।

## अलंकरण समारोह में भाग लेने से छात्रों में बढ़ती है अनुशासन की भावना: कालरा

**यमुनानगर।** स्वराज पब्लिक स्कूल रादौर में आयोजित कार्यक्रम में अलंकरित किए गए विद्यार्थी स्टाफ सदस्यों के साथ खुशी जताते हुए। फोटो : हरिभूमि

**रादौर।** रादौर के स्वराज पब्लिक स्कूल के में शनिवार को नए सत्र 2025-26 के अवसर पर अलंकरण समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय की प्रधानाचार्या पूजा जौली कालरा ने दीप प्रज्ज्वलित करके किया। मौके पर विद्यार्थियों को अलग अलग उपाधि देकर अलंकृत किया गया। प्रधानाचार्या पूजा जौली कालरा ने बताया कि अलंकृत विद्यार्थियों के अभिभावकों को भी इस कार्यक्रम में शामिल किया गया। कार्यक्रम के तहत हेड ब्वॉय, हेड गर्ल, कैप्टन, वाइस कैप्टन, प्रीफेक्ट्स, डिसिप्लिन, खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम, शैक्षणिक आदि के प्रभारी नियुक्त किए गए। जिन्हें पटका पहनाकर व बैज लगाकर सम्मानित किया गया। उन्होंने कहा कि अलंकरण समारोह में भाग लेने से विद्यार्थियों में अनुशासन बनाए रखने में मदद मिलती है और छात्रों में परस्पर सहयोग की भावना पैदा होती है। विद्यालय के प्रबंधक पंडित ज्ञान प्रकाश शर्मा ने बच्चों व अभिभावकों को बधाई दी। विद्यार्थियों को आत्मनिर्भर बनाने के लिए इस प्रकार के कार्यक्रम स्कूल में होना अनिवार्य है।

## प्लास्टिक प्रदूषण का मानव स्वास्थ्य पर पड़ता है बुरा प्रभाव: डॉ. संजीव

- ग्लोब हेरिटेज इंटरनेशनल स्कूल सांगीपुर में प्लास्टिक प्रदूषण जागरूकता पर सेमिनार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रादौर

ग्लोब हेरिटेज इंटरनेशनल स्कूल सांगीपुर में आयोजित कार्यक्रम में विचार रखते मुख्य वक्ता।

ग्लोब हेरिटेज इंटरनेशनल स्कूल सांगीपुर में शनिवार को प्लास्टिक प्रदूषण जागरूकता पर सेमिनार का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य वक्ता एवं कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के रसायन विभाग के डीन प्रोफेसर डॉ.संजीव अरोड़ा, स्कूल प्रबंधक समिति की प्रधान रंजना गोयल, महासचिव संजीव अग्रवाल व प्रधानाचार्या रीतू सिंगला ने संयुक्त रुप से दीप प्रज्जवलित करके किया। स्कूल की ओर से पुष्प गुच्छ देकर मुख्य वक्ता का स्वागत किया गया। मुख्य वक्ता डॉ. संजीव अरोड़ा ने कहा कि प्लास्टिक प्रदूषण का मतलब पर्यावरण में प्लास्टिक कचरे का जमा होना है। जिससे वन्यजीव, आवास व मानव स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है। क्योंकि यह आसानी से उपलब्ध और टिकाऊ है। लेकिन इसका अपघटन नहीं होता है। जिससे यह पृथ्वी पर लंबे समय तक रहता है। इस प्रदूषण से समुद्री जीवन, मिट्टी व जल स्रोतों पर गंभीर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। जिससे न केवल मानव के स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ता है। बल्कि संपूर्ण जीवन में समस्याओं की वृद्धि हो जाती है। सभी को प्लास्टिक का कम से कम प्रयोग करने के लिए प्रेरित किया।

### निगम की टीम ने बेसहारा 11 गोवंशों को गोशाला पहुंचाया

**यमुनानगर।** नगर निगम यमुनानगर प्रशासन द्वारा ट्विन सिटी में चलाए जा रहे बेसहारा गोवंशों को पकड़ने के अभियान के तहत शनिवार को फरकपुर, सब्जी मंडी व पुराना हमीदा में घूम रहे 11 लावारिस गोवंशों को पकड़ कर गौशाला पहुंचाया। सालभर में अब तक नगर निगम 964 लावारिस गोवंशो को पकड़कर गौशाला पहुंचा चुका है। जब तक से शहर से हर लावारिश गोवंश नहीं पकड़ा जाता है। निगम का यह अभियान जारी रहेगा। निगमायुक्त आयुष सिन्हा के निर्देशों पर शनिवार को सीएसआई सुनील दत्त के नेतृत्व में गठित टीम लावारिस गोवंशों को पकड़ने के लिए वार्ड नंबर 18 के फरकपुर पहुंची। निगम कर्मियों ने क्षेत्र में विभिन्न स्थानों पर घूम रहे पांच बेसहारा गोवंशों को पकड़ा। इसके बाद उन्हें निगम के वाहन में चढ़ाया। गोवंशों को पकड़ने के बाद उन्हें गौशाला पहुंचाया। इससे पूर्व निगम की टीम ने जगाधरी सब्जी मंडी से तीन गोवंशों को पकड़कर निगम के वाहन में चढ़ाकर गौशाला पहुंचाया। इसी तरह सीएसआई सुनील दत्त की टीम ने पुराना हमीदा के विभिन्न स्थानों पर घूम रहे तीन गोवंशों रस्सियों से घेराबंदी करके पकड़ा।

**कार्यक्रम** जिला पुलिस की सेफ सिटी टीम ने रावमावि शादीपुर में कार्यक्रम आयोजित

# छात्राओं को उनके अधिकारों के प्रति किया जागरूक

- कॉलेज की छात्राओं को दुर्गा शक्ति एप्प और डायल112 एप्प डाउनलोड करवाकर उनके बारे में विस्तार से जानकरी दी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

**यमुनानगर।** राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय शादीपुर में छात्राओं को महिला विरुध अपराधों से बचाव की जानकारी देते हुए एएसआई नीलम। फोटो : हरिभूमि

जिला पुलिस की सेफ सिटी टीम द्वारा महिलाओं के विरुध होने वाले अपराधों के बारे में छात्राओं को जागरुक करने के लिए राजकीय वरिष्ठ माध्यकि विद्यालय शादीपुर में जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रुप में सेफ सिटी टीम की एएसआई नीलम ने भाग लिया। उन्होंने महिलाओं के विरूध होने वाले अपराधों से बचाव को लेकर छात्राओं को जागरुक किया।

मुख्य वक्ता एवं एएसआई नीलम ने बताया कि पुलिस अधीक्षक सुरेंद्र सिंह भौरिया के मार्ग दर्शन में पुलिस की टीमों द्वारा जिले के शिक्षण संस्थानो मे महिला सुरक्षा को लेकर जागरूकता अभियान चलाए जा रहे हैं। इस अभियान के तहत महिला पुलिस की टीमो द्वारा महिलाओं एवं बच्चों को उनकी सुरक्षा के प्रति जागरूक किया जा रहा है। एएसआई नीलम ने कहा कि इसका उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को विशेष रूप से महिलाओं एवं लड़कियों को उनके अधिकारों के बारे में जागरूक करना है। मौके पर पुलिस की टीम ने लड़कियों को सैल्फ डिफेन्स का प्रशिक्षण भी दिया। एएसआई नीलम ने छात्राओं को समझाया कि पुलिस हमेशा उनके साथ है। उन्होंने कहा कि महिलाओं की सुरक्षा के लिए पुलिस विभाग द्वारा दुर्गा शक्ति एप्प लांच की गई है। दुर्गा शक्ति एप्प का लाल बटन दबाने से आपको पुलिस मदद मिलेगी। इसलिए आप खुद को दुर्गा शक्ति एप्प पर रजिस्टर कर लें। महिला विरुद्ध होने वाले अपराधो की सूचना किसी भी थाना के महिला हैल्प डेस्क, महिला थाना, महिला हैल्पलाईन नंबर 1091 या डायल 112 पर दी जा सकती है। सूचना पर पुलिस तुरंत करवाई करेगी है। एएसआई नीलम ने महिला विरुद्ध होने वाले अपराधो के बारे में विस्तार से जानकारी दी। ताकि महिला विरुद्ध अपराध पर रोक लग सकें।

मौके पर छात्राओं को सड़क सुरक्षा तथा साइबर अपराधो बारे भी जागरूक किया तथा कॉलेज की छात्राओं को दुर्गा शक्ति एप्प और डायल112 एप्प डाउनलोड करवाकर उनके बारे में विस्तार से जानकरी दी।

## श्री सनातन धर्म मंदिर मॉडल टाउन में श्रीमद्भागवत कथा सप्ताह का शुभारंभ

# भागवत कथा करती है भगवान के प्रति अनुराग उत्पन्न: आचार्य कमलेश शास्त्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶| यमुनानगर

**यमुनानगर।** मॉडल टाउन स्थित श्री सनातन धर्म मंदिर में श्रीमद्भागवत कथा सप्ताह के शुभारंभ से पहले कलश यात्रा में भाग लेते कथाव्यास व अन्य श्रद्धालु।

श्री सनातन धर्म मंदिर मॉडल टाउन में शनिवार को श्रीमद्भागवत कथा सप्ताह का शुभारंभ किया गया। कथा के पहले दिन श्री चित्रकूट धाम से आए हुए कथा व्यास आचार्य कमलेश शास्त्री महाराज ने भागवत कथा का महत्व बताया।

कथाव्यास आचार्य कमलेश शास्त्री महाराज ने फरमाया कि मृत्यु को जानने से मृत्यु का भय मन से मिट जाता है। उन्होंने कहा कि जिस प्रकार परीक्षित ने भागवत कथा का श्रवण कर अभय को प्राप्त किया। वैसे ही भागवत जीव को अभय बना देती है। श्रीमद्भागवत कथा परमात्मा का अक्षर स्वरूप है। यह परमहंसों की संहिता है। भागवत कथा हृदय को जागृत कर मुक्ति का मार्ग दिखाती है। भागवत कथा भगवान के प्रति अनुराग उत्पन्न करती है। यह ग्रंथ वेद, उपनिषद का सार रूपी फल है। यह कथा रूपी अमृत देवताओं को भी दुर्लभ है। कथा व्यास ने कहा कि कथा वही है जिसमें ईश्वर से प्रेम हो और कथा सुनने से भक्तों में श्री कृष्ण का ज्ञान वैराग्य भक्ति स्थापित हो जाए। उन्होंने फरमाया कि श्रीमद्भागवत कथा गुरु शिष्य संबंध भी है। जिसमें गुरुदेव सुखदेव महाराज अपने प्रिय शिष्य राजा परीक्षित को भगवान की कथा का अमृत का पान कराते हुए उनके हृदय में भगवान की प्रेम भक्ति स्थापित करते हैं और उसे भगवान से मिला देते हैं। अर्थात आत्म ज्ञान करा देते हैं। ठाकुर जी की कथा सुनते सुनते खुद से मिल जाना जो स्वयं से मिल जाता है उसे कभी अकेलापन नहीं सताता है। कथाव्यास आचार्य कमलेश शास्त्री महाराज ने फरमाया कि श्रीमद्भागवत कथा असीम है।

## खबर संक्षेप

### प्रतियोगिता में बीआर स्कूल के छात्र छाए

**कुरुक्षेत्र।** बीआर इंटरनेशनल पब्लिक स्कूल के छात्रों ने गुलजारी लाल नंदा स्मारक में संस्कार भारती द्वारा आयोजित लोकमाता अहिल्याबाई होलकरजी के त्रिशताब्दी जयंती वर्ष के उपलक्ष्य में आयोजित हुई प्रतियोगिता में प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त किया। इसके अतिरिक्त इसी विद्यालय के सात छात्रों ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त कर विद्यालय के नाम को गौरवान्वित किया है।

### गुरुकुल में अन्तर्सदनीय चित्रकला स्पर्धा आयोजित

**कुरुक्षेत्र।** गुरुकुल के विद्यालय भवन देवयान में अन्तर्सदनीय चित्रकला प्रतियोगिता कराई गई। जिसमें वरिष्ठ व कनिष्ठ वर्ग के विद्यार्थियों ने श्रेणी अनुसार विभिन्न विषयों पर चित्रकारी के माध्यम से अपनी उत्कृष्ट कला का प्रदर्शन किया। गुरुकुल के निदेशक एवं ब्रिगेडियर डॉ प्रवीण कुमार शर्मा ने प्रतियोगिता में सहभागिता करने वाले सभी विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करते उन्हें भविष्य में भी इस तरह की प्रतियोगिताओं में भाग लेने के लिए प्रेरित किया।

### कुरुक्षेत्र के नागरिकों को मिलेगी करोड़ों की परियोजना की सौगात

# कुरुक्षेत्र रिंग रोड की जल्द तैयार होगी डिटेल प्रोजैक्ट रिपोर्ट : सुधा

**मुख्यमंत्री सैनी के आदेशानुसार डीपीआर के लिए जल्द नियुक्त होगी एजेंसी**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

हरियाणा के पूर्व राज्यमंत्री सुभाष सुधा ने कहा कि कुरुक्षेत्र रिंग रोड व बाईपास परियोजना की जल्द डिटेल प्रोजैक्ट रिपोर्ट (डीपीआर) तैयार होगी। इस रिंग रोड के लिए डीपीआर तैयार करने के लिए सरकार की तरफ से जल्द ही एजेंसी हायर की जाएगी। इस एजेंसी को हायर करने की प्रक्रिया एनएचएआई द्वारा शुरू कर दी गई है। इस प्रोजैक्ट को मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के आदेशानुसार तेज गति के साथ पूरा किया जाएगा। इस परियोजना के लिए मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने केन्द्रीय मंत्री नितिन गडकरी से भी बातचीत की है। पूर्व राज्यमंत्री सुभाष सुधा ने बातचीत करते हुए कहा कि कुरुक्षेत्र व लाडवा के नागरिकों को ट्रैफिक जाम व सड़क दुर्घटनाओं जैसी समस्याओं से निजात दिलवाने के लिए रिंग रोड और बाईपास की मांग लम्बे अरसे से की जा रही है। यह रिंग रोड कुरुक्षेत्र और लाडवा के लिए किसी जीवन रेखा से कम नहीं होगा। इस विषय को गंभीरता से लेते हुए मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने पदभार संभालते ही कुरुक्षेत्र व लाडवा रिंग रोड व बाईपास प्रोजैक्ट को लेकर केन्द्रीय मंत्री नितिन गडकरी से बातचीत की थी। इससे पहले भी इस प्रोजैक्ट को लेकर सरकार पूरी गंभीरता के साथ कार्य कर रही थी। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के ही विशेष प्रयासों से इस प्रोजैक्ट के लिए तीन गुणा तेज गति के साथ कार्रवाई की जा रही है। सरकार के आदेशानुसार राष्टीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई) के प्रोजैक्ट मैनेजर अंबाला डिविजन द्वारा 3 फरवरी 2025 को कुरुक्षेत्र व लाडवा शहर के लिए रिंग रोड और बाईपास प्रोजैक्ट की डीपीआर बनवाने के लिए एक एजेंसी हायर करने के लिए पत्र लिखा है।

#### सड़क दुर्घटनाओं पर लगेगा अंकुश

उन्होंने कहा कि पिहोवा, कुरुक्षेत्र, यमुनानगर हाइवे के साथ-साथ कुरुक्षेत्र बाइपास जोकि एनएच 152 पिहोवा से शुरू होगा यह एमडीआर 119 और एनएच 44 तथा एनएच 344 यमुनानगर जिले को जोडेगा। इस क्षेत्र के लिए डिटेल प्रोजैक्ट रिपोर्ट तैयार होगी। पूर्व राज्यमंत्री ने कहा कि सरकार की तरफ से जल्द ही एजेंसी हायर कर डीपीआर तैयार कर ली जाएगी। इस डीपीआर के बाद जमीन का अधीग्रहण होगा और उसके बाद रिंग रोड बाईपास बनाने की योजना को सरकार की तरफ से अमलीजामा पहना दिया जाएगा। इस परियोजना के पूरा होने के बाद कुरुक्षेत्र और लाडवा का सारा हैवी ट्रैफिक बाहर से डाइर्वट हो जाएगा और शहरवासियों को ट्रैफिक जाम की समस्या से निजात मिलेगी और सडक दुर्घटनाओं पर भी अंकुश लग पाएगा।

# राजकीय स्कूलों को अपग्रेड करने और टैलेंट पर खर्च होगा 11.39 करोड़ का बजट

**पीएमश्री योजना के तहत खर्च किए 1 करोड़ 67 लाख : उपायुक्त**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

उपायुक्त नेहा सिंह ने कहा कि सरकार की तरफ से राजकीय स्कूलों की इंफ्रास्ट्रक्चर को मजबूत बनाने पर विशेष फोकस रखा है। इन स्कूलों में तमाम सुविधाएं उपलब्ध करवाने के साथ-साथ विद्यार्थियों में छिपी प्रतिभा को निखारने के लिए भी योजनाओं को अमलीजामा पहनाने का काम किया है। इस जिले में शिक्षा विभाग की रिपोर्ट के अनुसार स्कूलों के इन्फ्रास्ट्रक्चर और टैलेंट जैसे अहम विषयों पर सरकार की तरफ से करीब 11 करोड़ 39 लाख का बजट तय किया है। उपायुक्त नेहा सिंह ने बातचीत करते हुए कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के गृह क्षेत्र कुरुक्षेत्र में राजकीय स्कूलों में विद्यार्थियों को तमाम सुविधाएं उपलब्ध करवाने के उद्देश्य से इंफ्रास्ट्रक्चर को मजबूत बनाने का काम किया जा रहा है। इस जिले में समग्र शिक्षा योजना के अंतर्गत राजकीय स्कूलों में 35 से ज्यादा विषयों को जहन में रखकर कार्य किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार की तरफ से समग्र शिक्षा की 35 से ज्यादा गतिविधियों को पूरा करने के लिए 7 करोड़ 12 लाख रुपए वर्ष 2024-25 के लिए सैंक्शन किए और इसमें से 6 करोड़ 20 लाख रुपए की राशि गतिविधियों के लिए जारी की गई है। इस जिले में वर्ष 2024-25 में 46 गतिविधियों के लिए पीएमश्री के तहत 1 करोड़ 75 लाख रुपए की ग्रांट सैंक्शन की गई और इसमें से 1 करोड़ 67 लाख रुपए की ग्रांट जारी कर दी गई है।

#### एसएमसी माध्यम से किए जाएंगे 26 विकास कार्य

उपायुक्त नेहा सिंह ने कहा कि शिक्षा विभाग ने दिसंबर 2024 तक स्कूल मैनेजमेंट कमेटी(एसएमसी)के माध्यम से स्कूलों में क्लास रूम,लाइब्रेरी, कंप्यूटर रूम व हेड मास्टर रूम सहित अन्य कार्य करवाएं है। इस वित्त वर्ष 2024-25 में 26 विकास कार्य करवाने का लक्ष्य रखा है। इसके लिए सरकार ने 2 करोड़ 61 लाख रुपए का बजट सैंक्शन किया है। यह सभी कार्य प्रगति पर है और इसके लिए करीब 2 करोड़ रुपए का बजट जारी कर दिया गया है।

### चित्रकला प्रतियोगिता में छाए किड्स प्लेनेट स्कूल के विद्यार्थी

**कुरुक्षेत्र।** किड्स प्लेनेट स्कूल सेक्टर-3 के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों ने चित्रकला प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन किया। स्कूल के तविशा, प्रभगुन, जागृत, लविश, मन्नत, नव्या, संभव, युवी, जीना और आरव को उनकी उत्कृष्ट चित्रकला प्रतिभा के लिए विशेष रूप से सम्मानित किया गया। इन छात्रों को प्रतियोगिता के लिए चित्रकला शिक्षिका मंदीप कौर ने प्रशिक्षित किया। प्रधानाचार्या सुनीता रानी ने बच्चों की इस उपलब्धि पर हर्ष व्यक्त करते हुए कहा कि ऐसे रचनात्मक कार्यक्रम विद्यार्थियों में सृजनात्मकता, आत्मविश्वास तथा प्रतिस्पर्धात्मक भावना का विकास करते हैं। प्रधानाचार्या सुनीता रानी एवं शिक्षिका मंदीप कौर को भी उनके योगदान हेतु स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया गया। यह प्रतियोगिता संस्कार भारती द्वारा माता अहिल्याबाई होलकर की त्रिशताब्दी जयंती वर्ष पर गुलजारी लाल नंदा स्मारक में कराई गई।

# फ्लाईओवर के नीचे गड्ढों को किया दुरुस्त

**पाइप लाइन से पानी के रिसाव के कारण बन रहे थे गड्ढे**

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

**कुरुक्षेत्र।** पिपली में फ्लाईओवर के नीचे बने गड्ढे को किया दुरुस्त।

प्रशासन ने राष्ट्रीय राजमार्ग स्थित पिपली में फ्लाईओवर के नीचे जानलेवा गड्ढों को दुरुस्त कर दिया है। गड्ढों के ठीक होने पर लोगों विशेष कर वाहन चालकों ने राहत की सांस ली है। प्रशासनिक अधिकारियों ने फ्लाईओवर के नीचे बने गड्ढों से पानी का रिसाव दुर्घटनाओं को निमंत्रण दे रहा था। गड्ढों से निकल रहा पानी सड़क पर फैल रहा था, जिसके चलते आने जाने वाले लोगों व वाहन चालकों को दिक्कतों से गुजरना पड़ रहा था। प्रशासन ने अब इन गड्ढों को दुरुस्त कर आम जन को राहत दी है। बता दें कि पिपली में फ्लाईओवर के नीचे जानलेवा गड्ढों बने हुए थे। फ्लाईओवर के नीचे सडक से निकल रही पानी की पाइप से पानी का रिसाव सडक पर फैल रहा था। जिसके चलते सडक पर गड्ढा बन गया था। सडक पर गड्ढों होने के चलते दुर्घटनाएं होने का अंदेशा बना रहता था। कई बार तो अंधेरे के चलते इस गड्ढे में दुपहिया वाहन चालक चोटिल तक भी हुए। यहां तक कि सडक पर बने गड्ढे यातायात को भी प्रभावित कर रहे थे। मीडिया ने इस मुद्दे को जब उजागर किया तो प्रशासनिक अधिकारियों की आंख खुली और उन्होंने इन गड्ढों को दुरुस्त कर दिया है। लोगों ने सीएम कार्यालय के प्रतिनिधि कैलाश सैनी का भी आभार जताया है जिन्होंने इस मामले पर संज्ञान लेते हुए अधिकारियों को गड्ढों को ठीक करने के निर्देश दिए थे।

# भक्ति-शक्ति यात्रा अध्यात्म एवं सामाजिक समरसता का प्रतीक : डॉ. वीरेन्द्र पाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

हिमाचल प्रदेश से मां ज्वाला देवी की दिव्य ज्योति शक्ति यात्रा के शनिवार को कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के तृतीय द्वार पर पहुंचने पर कुवि कुलसचिव डॉ. वीरेन्द्र पाल सहित शिक्षकों एवं अधिकारियों ने दिव्य ज्योति के दर्शन किए। इस अवसर पर कुवि कुलसचिव डॉ. वीरेन्द्र पाल ने कहा कि यह भक्ति-शक्ति यात्रा अध्यात्म एवं सामाजिक समरसता का प्रतीक है। उन्होंने कहा कि आध्यात्मिकता भारतवर्ष की पहचान रही है इसलिए देश की आध्यात्मिक शक्ति को संग्रहित कर इसे राष्ट्र निर्माण के कार्यों में लगाना हमारा परम कर्त्तव्य है। मां ज्वाला जी की दिव्य ज्योत के दर्शन मात्र से निश्चित ही सभी के जीवन प्रकाशमान होगा तथा आलौकिक आनंद की प्राप्ति भी होगी। उन्होंने कहा कि सनातन परम्परा के अनुसार यह दिव्य ज्योत आध्यात्मिकता, सामाजिक समरसता, सनातन चेतना, शक्ति एवं ऊर्जा का भी आधार है। इस अवसर पर केयू छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो. एआर चौधरी ने बताया कि यह दिव्य भक्ति-शक्ति यात्रा हिमाचल प्रदेश के ज्वाला जी मंदिर से होकर लगभग 2000 किलोमीटर की यात्रा करने के बाद मध्यप्रदेश के पशुपतिनाथ घुरेल में सम्पन्न होगी।

# बच्चों ने सांस्कृतिक प्रस्तुतियों से मोहा मन

- गीता निकेतन विद्यालय में प्रतिभा प्रदर्शन कार्यक्रम का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

हर छात्र के भीतर रचनात्मकता का एक बीज होता है, जो सही अवसर मिलने पर एक सशक्त वृक्ष बन सकता है। छात्रों की रचनात्मक क्षमता को प्रोत्साहित करने एवं उनके कला कौशल को एक मंच प्रदान करने के उद्देश्य से गीता निकेतन आवासीय विद्यालय, कुरुक्षेत्र में प्रति वर्ष की तरह प्रतिभा प्रदर्शन कार्यक्रम - 2025 का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ माँ सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन कर किया गया। विद्यालय में आयोजित रंगारंग प्रतिभा प्रदर्शन कार्यक्रम ने दर्शकों को भारतीय संस्कृति के विविध रंगों से सराबोर कर दिया। कार्यक्रम में पंजाब की मस्ती, राजस्थान की शालीनता, हरियाणा का गौरव, ब्रज की भक्ति और देशभक्ति की भावना एक साथ मंच पर उतरी। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने एकल गीत, सामूहिक गीत, नृत्य, कविता गायन, नाटक, एकल नृत्य, सामूहिक नृत्य, अभिनय आदि विधाओं में अपनी प्रस्तुतियाँ देकर सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। प्रतिभा प्रदर्शन कार्यक्रम में 60 गतिविधियों में लगभग 200 विद्यार्थियों ने उत्साह और उर्जा से प्रतिभागिता की। पंजाबी नृत्य 'तू कादी पंजाबन', 'आधुनिक अंदाज में पेश पंजाबी मैशअप और 'इतनी सी हंसी' पर भावनात्मक प्रस्तुति ने कार्यक्रम को विविध रंगों से सजाया। इस अवसर पर उपस्थित विद्यालय के प्राचार्य नारायण सिंह ने सभी प्रतिभागियों को बधाई दी।

### आर्ट और क्राफ्ट सेमिनार का किया आयोजन

**शाहबाद।** गीता विद्या मंदिर विद्यालय में आर्ट एंड क्राफ्ट सीखाने के लिए एक सेमिनार का आयोजन किया गया। प्रधानाचार्य निशा गोयल द्वारा सेमिनार का शुभारंभ दीप प्रज्वलन से किया गया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि कला और शिल्प दोनों ही मानव अभिव्यक्ति के महत्वपूर्ण रूप हैं। कला रचनात्मक और कल्पना को व्यक्त करने का माध्यम है जबकि शिल्प उपयोगी और सौंदर्य पूर्ण वस्तुओं को बनाने की कला है। दिल्ली से आए महेंद्र राय ने बच्चों को रंगीन कागजों से कैंडल, रोज, क्रिसमस ट्री, कैंडल ट्री, लोटस, और साथ ही रंगोली के डिजाइन, जापानी पंखा आदि बहुत ही सुंदर वस्तुएं बनाना सिखाया।

# गुलशन शर्मा व साहिल सैनी बने पिहोवा भाजपा मंडल महामंत्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पिहोवा

**पिहोवा।** मंडल महामंत्री गुलशन शर्मा व साहिल सैनी के साथ प्रिंस मंगला।

भाजपा प्रदेश नेतृत्व के दिशा निर्देशानुसार जिलाध्यक्ष तेजेंद्र सिंह गोल्डी खेहरा व वरिष्ठ भाजपा नेता जय भगवान शर्मा डीडी से विचार विमर्श करने के पश्चात भाजपा पिहोवा भाजपा मंडलध्यक्ष प्रिंस मंगला ने मंडल पदाधिकारी की सूची का गठन किया है। जानकारी देते हुए प्रिंस मंगला ने बताया कि पिहोवा मंडल में पार्टी के प्रति निष्ठावान व समर्पित कार्यकतार्ओं को जगह दी गई है जिससे पार्टी का संगठन पहले से ज्यादा मजबूत हो ओर पार्टी देश में दिन दुगनी रात चौगुनी उन्नति करे। उन्होंने बताया कि सभी उच्च पदाधिकारी से विचार विमर्श के उपरांत ही पिहोवा मंडल का गठन किया गया है, जिसमें दीपक कुमार, सुशील गर्ग, आशु गर्ग व शिवानी को मंडल उपाध्यक्ष बनाया गया है। इसके साथ गुलशन शर्मा व साहिल सैनी को मंडल का महामंत्री नियुक्त किया गया है। गुलशन शर्मा इससे पहले कार्यकाल में भी मंडल महामंत्री पद पर रह चुके है। वहीं मंडल सचिव के पद पर सुरेंद्र सैनी, अजय कोरियोग्राफर व लव तलवार व मंडल सचिव पर दो महिलाओं को भी शामिल किया गया है।

# जलघरों को ग्राम पंचायत के अधीन किए जाने का यूनियन ने किया विरोध

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

- ऑल हरियाणा पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल कर्मचारी यूनियन की मीटिंग सम्पन्न

हरियाणा कर्मचारी महासंघ से संबंधित ऑल हरियाणा पीडब्ल्यूडी मैकेनिकल कर्मचारी यूनियन शाखा लाडवा की मीटिंग स्थानीय जलघर सीएचसी पर शाखा प्रधान जगदीप सिंह की अध्यक्षता में संपन्न हुई। मंच का संचालन शाखा सचिव कृष्ण दत्त ने किया। मीटिंग में मुख्य वक्ता के तौर पर प्रांतीय महासचिव अमरीक सिंह चट्ठा उपस्थित रहे। अमरीक सिंह चट्ठा ने कहा कि हरियाणा सरकार द्वारा ग्रामीण जलघरों को ग्राम पंचायत के अधीन किया जा रहा है जिसका संगठन पुरजोर विरोध करता है। उन्होंने कहा कि ग्राम पंचायत के पास ग्रामीण जलघरों को सुचारू रूप से चलाने के लिए पुख्ता प्रबंध नहीं है। सरपंच भेदभाव की राजनीति कर कर्मचारियों का शोषण करेंगें व भ्रष्टाचार को बढ़ावा मिलेगा। संगठन द्वारा जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी व लोक निर्माण विभाग मंत्री रणबीर गंगवा व सिंचाई विभाग मंत्री श्रीमति श्रुति चौधरी व माननीय मुख्यमंत्री हरियाणा सरकार नायब सिंह सैनी को बातचीत के माध्यम से कर्मचारियों की मांगों में समस्याओं के समाधान के लिए दो दो बार मांग पत्र भेजा जा चुका है लेकिन बड़े ही खेद का विषय है कि किसी भी मंत्री महोदय व मुख्यमंत्री हरियाणा सरकार द्वारा संगठन को बातचीत का न्योता नहीं दिया गया है जिसके रोष स्वरूप संगठन द्वारा पूरे प्रदेश भर में परिमंडल स्तर पर रोष प्रदर्श न करके अधीक्षक अभियंता के माध्यम से मुख्यमंत्री हरियाणा सरकार के नाम ज्ञापन कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं।

# 'हरे कृष्णा, हरे कृष्णा, कृष्णा-कृष्णा हरे-हरे' भजन पर थिरके श्रद्धालु

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

**कुरुक्षेत्र।** कथा श्रवण करते इस्कॉन द्वारका दिल्ली के भक्तजन।

इस्कॉन के गुरु महाराज गोपाल कृष्ण गोस्वामीजी के अति प्रिय शिष्य इस्कॉन मंदिर द्वारका, दिल्ली के प्रचारक अमल कृष्ण प्रभु जी के साथ आये उनके आश्रय के 175 भक्तों ने कुरुक्षेत्र के विभिन्न तीर्थ स्थलों व मंदिरों में कथा श्रवण व संकीर्तन कर महामंत्र हरे कृष्णा, हरे कृष्णा, कृष्णा कृष्णा हरे हरे, हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे की मधुर धुन पर भाव विह्वल हो कर निरंतर घंटों नृत्य कर सनातन धर्म का प्रचार किया। शुक्रवार सुबह गीताज्ञान संस्थानम् के सेमिनार हाल में कथाव्यास अमल कृष्ण प्रभु जी ने कुरुक्षेत्र महात्म्य कथा में उपस्थित भक्तों को सृष्टि की उत्पत्ति और कुरुक्षेत्र के उद्भव एवं आध्यात्मिक महत्व के बारे में बताया। उन्होंने बताया कि श्रीमद् भगवद् गीता में कुरुक्षेत्र को धर्मक्षेत्र इसलिए कहा गया है क्योंकि यहां पर धर्म की खेती होती है। उन्होंने कुरुक्षेत्र के ब्रह्मसरोवर, सन्निहित सरोवर, गीता उपदेश स्थली ज्योतिसर, भीष्म कुंड नरकातारी, श्री व्यास गौड़ीय मठ, श्री कृष्ण अर्जुन मंदिर सहित कई अन्य प्राचीन तीर्थों व मंदिरों के इतिहास व महत्व के बारे में भी विस्तार से बताया।

**कुरुक्षेत्र।** नवाब जस्सा सिंह अहलूवालिया की जयंती मनाते समाज के लोग।

### नवाब जस्सा सिंह अहलूवालिया की जयंती मनाई

**कुरुक्षेत्र।** नवाब जस्सा सिंह अहलूवालिया की 307वीं जयंती पर अहलूवालिया समाज के गणमान्य व्यक्तियों ने माल्यार्पण कर उनका जन्म दिवस मनाया। इस अवसर पर अहलूवालिया सभा के प्रधान नरेंद्र वालिया ने कहा कि बाबा जस्सा सिंह अहलूवालिया जी की जयंती 3 मई एक प्रेरणादायक दिन है। इस दिन को स्वर्णिम दिन के तौर पर हमें मनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि पूर्वजों का जन्मदिन मनाना बीते दिनों की स्मृतियों का दिन होता है साथ ही उनके द्वारा समाज को दिए योगदान की कृतज्ञता प्रकट करने का अवसर होता है। उनके दिए संस्कार हमें राष्ट्र व समाज के प्रति अपने दायित्वों का निर्वहन करने को लेकर प्रेरित करते है। इस अवसर पर अहलूवालिया सभा के संरक्षक राजेंद्र वालिया, वीरेंद्र वालिया, प्रदीप वालिया, सुरेंद्र वालिया, प्रवीण वालिया, विजेंद्र वालिया, प्रदीप रोशा, अनिरुद्ध वालिया, सतीश वालिया, जगदीश वालिया, सुभाष वालिया, धनंजय रोशा, सतपाल वालिया, रणधीर वालिया, वीरेंद्र वालिया, गौरव वालिया, माधव वालिया, राघव वालिया ने माल्यार्पण कर बाबा जस्सा सिंह के जीवन से प्रेरणा लेने का संकल्प किया।

**कार्यक्रम** खेड़ी मारकंडा में गर्मी में होने वाले रोगों के प्रति जागरूक व परामर्श शिविर का आयोजन

# स्वस्थ विद्यार्थी, सशक्त राष्ट्र की आधारशिला : भारद्वाज

- मोबाइल और टीवी के दुष्प्रभाव के बारे में दी जानकारी

हरिभूमि न्यूज ▶▶| कुरुक्षेत्र

शरीर स्वस्थ भारत के सूत्र पर कार्य करते हुए अथर्व नव विकास संस्थान, कुरुक्षेत्र ने राजकीय उच्च विद्यालय, खेड़ी मारकंडा में गर्मी में होने वाले रोगों के प्रति जागरूक व परामर्श शिविर का आयोजन किया। कैंप में कुरुक्षेत्र के वरिष्ठ बाल रोग विशेषज्ञ डॉ राकेश भारद्वाज ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि भारत में 22% जनसंख्या किशोरावस्था में है व देश का भविष्य इन्ही पर निर्भर करता है। इस उम्र में शारीरिक विकास व मानसिक विचारों में विकास तेज गति से होता है। अतः इनके स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। संतुलित आहार, पांच से छह गिलास पानी ,7-8 घंटे की नींद, हर रोज एक घंटे के लिए शारीरिक व्यायाम व स्वच्छता के प्रति जागरूकता, उचित समय पर रोग प्रतिरोधी टीके जरूर लगवाएं। इसके अलावा उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य के लिए, तनाव कम करने के तरीके, स्क्रीन टाइम व सोशल मीडिया को लेकर भी उचित सावधानियों के बारे में बताया व महत्वपूर्ण सलाह दी कि हर रोज एक घंटे से ज्यादा मोबाइल टीवी आदि पर लगाने से शारीरिक व मानसिक पटल पर बहुत से दुष्प्रभाव होतें है व इनसे बचने की सलाह दी। डॉ संजय शर्मा जिनके नेतृत्व में 1997 वॉ निशुल्क चिकित्सा एवं जागरूक शिविर आयोजित किया गया। उन्होंने गर्मी से होने वाले रोगों के बारे में बताते हुए कहा कि गर्मियों की तीव्र लहरें नन्हे बच्चों के कोमल शरीर पर गहरा असर डाल सकती हैं। ऐसे समय में उनका विशेष ध्यान रखना न केवल जरूरी, बल्कि हमारी नैतिक जिम्मेदारी भी है। दूषित भोजन व पानी से होने वाली डायरिया, उल्टी और फूड पॉइजनिंग, साथ ही हीट रैश, स्किन संक्रमण और हीट स्ट्रोक जैसे रोग,बच्चों की मुस्कान छीन सकते हैं। इनसे बचाव के लिए विस्तार से प्रकाश डाला और तेज धूप से सुरक्षा भी अनिवार्य है। बच्चों को केवल ज्ञान नहीं, स्वास्थ्य भी देना हमारा कर्तव्य है ताकि वे स्वस्थ शरीर और प्रसन्न मन से अपने उज्ज्वल भविष्य की ओर बढ़ सकें। ऐसी स्थिति में सजगता ही सच्चा संरक्षण है।

#### नियमित रूप से डेंटल चेकअप करवाएं

*डॉ. सिमरन आनंद दंत विशेषज्ञ ने विद्यार्थियों को दांतों की देखभाल हेतु जानकारी देते हुए बताया कि हर भोजन के बाद कुल्ला करें,नर्म ब्रश और फ्लोराइड युक्त टूथपेस्ट का प्रयोग करें,अत्याधिक ठंडा, गर्म या मीठा खाने से दांतों को कैसे नुकसान हो सकता है। नियमित रूप से डेंटल चेकअप, संतुलित आहार, और चीनी की मात्रा पर नियंत्रण दांतों की दीर्घकालिक सेहत के लिए अत्यंत आवश्यक है। विद्यालय की मुख्यध्यापिका पूनम ने अथर्व नव विकास संस्थान, कुरुक्षेत्र, डॉ राकेश भारद्वाज वरिष्ठ एम.डी.बाल रोग विशेषज्ञ, डॉ संजय शर्मा बी.ए.एम.एस. एवं एक्सपरटाइज मेडिकल कैंपस, डॉ सिमरन आनंद बीडीएस डेंटल सर्जन का अभिनन्दन, स्वागत व आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस तरह के व्यावहारिक ज्ञान सत्र न सिर्फ स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता लाते हैं, बल्कि विद्यार्थियों को जीवन भर के लिए अच्छी आदतें सिखाते हैं। इस अवसर पर संदीप शर्मा, पूनम सर्बती देवी, ममता गुप्ता, उषा पंचाल, अश्वनी कुमार, देव कुमार शर्मा, सुरेंदर कुमार, कुलविंदर कौर सुरेंद, सुनीता इत्यादि मौजूद रहे।*

## खबर संक्षेप

### ग्रामीणों को दी कानून की जानकारी

**अंबाला।** महर्षि मार्कंडेश्वर यूनिवर्सिटी मुलाना के विधि विभाग ने जिला विधिक सेवाएं प्राधिकरण अंबाला के सहयोग से सीजेएम प्रवीन के मार्गदर्शन में गांव नोहनी में कानूनी सहायता शिविर का आयोजन किया। इसमें संकाय सदस्यों, छात्रों और ग्रामीणों के साथ-साथ अन्य ने भाग लिया। गांव की सरपंच राज रानी के साथ कनिष्ठ अभियंता राजेश और पंचायत सचिव संदीप ने इस कार्यक्रम के आयोजन के साथ-साथ महत्वपूर्ण जानकारी देने के लिए आभार भी व्यक्त किया।

### 241633.6 मीट्रिक टन गेहूं को खरीद पूरी

**अंबाला।** उपायुक्त अजय सिंह तोमर ने कहा कि जिले में 15 मंडियों व खरीद केंद्रों पर सरकारी व अन्य एजेंसियों द्वारा अब तक 241633.6 मीट्रिक टन गेहूं को खरीद पूरी हो गई है। इन मंडियों में अब तक 52324 किसान गेहूं लेकर पहुंच चुके हैं। इसके अलावा इन मंडियों में एजेंसियों द्वारा गत दिवस तक 93.9 प्रतिशत के साथ 226851 मीट्रिक टन गेहूं के उठान कार्य को पूरा कर लिया है। तोमर ने सभी एजेंसियों के अधिकारियों को गेहूं उठान कार्य में तेजी लाने के आदेश देते हुए कहा कि लिफ्टिंग के कार्य में देरी नहीं होनी चाहिए।

### स्नैचिंग के मामले में आरोपी गिरफ्तार

**अंबाला।** थाना अंबाला शहर में दर्ज स्नेचिंग के मामले में पुलिस ने आरोपी जसप्रीत सिंह उर्फ जस्सी को गिरफ्तार किया है। वारदात में प्रयुक्त मोटरसाईकिल भी आरोपी द्वारा चोरी की हुई थी जिसे बरामद किया गया। परिवादी महिला ने 1 मई 2025 को शिकायत दर्ज करवाई थी कि 1 मई 2025 को पालिका विहार अंबाला शहर के पास से मोटरसाइकिल सवार आरोपी ने उसकी जानकार महिला का पर्स छीन ले गए हैं। इस शिकायत पर पुलिस ने मामला दर्ज किया था।

### चोरी के मामले में आरोपी गिरफ्तार

**अंबाला।** थाना नारायणगढ़ में दर्ज चोरी के मामले में पुलिस ने आरोपी समीर खान को गिरफ्तार किया है। शिकायतकर्ता नरेश पाल इंचार्ज मुख्य अध्यापक सरकारी स्कूल हमीदपुर ने 27 अप्रैल 2025 को शिकायत दर्ज करवाई थी कि आरोपी ने 25/26 अप्रैल 2025 की रात्रि सरकारी विद्यालय की रसोईघर का ताला तोड़कर दो गैस सिलेंडर व अन्य सामान चोरी किया है। इस शिकायत पर पुलिस ने मामला दर्ज किया था।

# जस्सा सिंह के जीवन से प्रेरणा लें युवा, हर्षोल्लास से मनाई जयंती

## पूर्व विधायक ने जस्सा सिंह अहलूवालिया को किया नमन, कहा वे महान यौद्धा व समाज सुधारक

हरिभूमि न्यूज ▶▶| नारायणगढ़

अहलूवालिया बिरादरी द्वारा सिख इतिहास के महान योद्धा एवं समाज सुधारक सुलतान उल कौम महाराजा जस्सा सिंह अहलूवालिया की 307 वीं जयंती हर्षोउल्लास व श्रद्धा के साथ मनाई गई। जयंती समारोह में पूर्व विधायक डॉ. पवन सैनी ने की बतौर मुख्यतिथि शिरकत। इस दौरान पूर्व विधायक ने लोगों से महाराजा जस्सा सिंह अहलूवालिया के जीवन से प्रेरणा लेकर अपने बच्चों एवं युवाओं को महापुरूषों की जीवनी से करवाने का आह्वान किया। इस अवसर पर एक भव्य समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में बिरादरी के लोगों, स्थानीय नागरिकों एवं विशिष्ट अतिथियों ने भाग लिया। उन्होंने कहा कि महान योद्धा, धर्म रक्षक व सिख कौम के गौरव महाराजा जस्सा सिंह अहलूवालिया की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर वे अपने आपको गौरवान्वित महसूस कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि हमें सदैव अपने महापुरूषों को याद रखना चाहिए। अपने बच्चों को उनकी जीवनी से अवगत करवाना चाहिए जिससे कि उन्हें हमारे प्राचीन इतिहास, गौरवशाली संस्कृति और समाज एवं देश के प्रति उनके योगदान के बारे में जानकारी मिल सके। उन्होंने कहा कि महाराजा जस्सा सिंह ने अपने अद्भुत साहस, संगठन शक्ति और निष्ठा से न केवल सिख समाज बल्कि समूचे भारतवर्ष के आत्मसम्मान की रक्षा की। उनका जीवन हम सबके लिए प्रेरणा स्रोत है। ऐसे वीर पुरुष को स्मरण करना हमारी सांस्कृतिक विरासत और गौरवपूर्ण इतिहास से जुडऩे का अवसर है। उन्होने कहा कि इस ऐतिहासिक क्षण का हिस्सा बनना उनके लिए अत्यंत सम्मान की बात है। इस मौके पर पूर्व विधायक डॉ. पवन सैनी को अहलुवालिया सभा के प्रधान मुकेश वालिया व बिरादरी के गणमान्य लोगों ने सिरोपा पहनाकर स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया।कार्यक्रम की शुरुआत सुखमणि साहब के पाठ और अरदास के साथ हुई। इसके पश्चात वक्ताओं ने महाराजा जस्सा सिंह की वीरता, नेतृत्व और सामाजिक सेवा पर प्रकाश डाला। समारोह में सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के साथ-साथ लंगर का भी आयोजन किया गया।प्रधान मुकेश वालिया ने महाराजा जस्सा सिंह अहलूवालिया को नमन करते हुए कहा कि महाराजा जस्सा सिंह अहलूवालिया का जन्म 3 मई सन-1718 में हुआ था। वे न केवल एक महान योद्धा थे बल्कि एक सच्चे राष्ट्रनायक भी थे।

महाराजा जस्सा सिंह अहलूवालिया को नमन करते पूर्व विधायक व अन्य।

### साक्षी ने जिले में पाया प्रथम स्थान

**कैथल।** भारतीय संस्कृति ज्ञान परीक्षा वर्ष 2024 25 का परीक्षा परिणाम 1 मई 2025 को घोषित हुआ। यह परीक्षा गायत्री परिवार ट्रस्ट द्वारा आयोजित की गई। ट्रस्ट के प्रबंधक राजकिशन शर्मा एवं राजकुमार मित्तल ने बताया कि परीक्षा का आयोजन राज्य स्तर पर किया जाता है। कैथल जिले से विभिन्न विद्यालयों के लगभग 1600 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी थी जिसमें पवनार पब्लिक स्कूल की साक्षी पुत्री मनदीप कक्षा 10 की छात्रा ने कैथल जिले में प्रथम स्थान प्राप्त किया। जिले में प्रथम आने पर साक्षी को तथा कार्यक्रम संयोजक सत्यव्रत ढूल, राकेश पंजेठा को गायत्री परिवार ट्रस्ट की ओर से सम्मानित किया गया।

## भाजपा के नप सदस्यों के लिए पांच सूत्रीय कार्यक्रम तय

# अगर वार्ड में गंदगी मिली तो कटेंगे नंबर, तय होगी सदस्यों की रैंकिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

*अंबाला छावनी को बेहतरीन शहर बनाने के लिए बिजली, पानी, नाली, सड़क और सफाई पर प्रत्येक सदस्य को करना होगा काम, मंत्री अनिल विज बोले सफाई कर्मी को सदस्य से साइन करवाना अनिवार्य, वरना नहीं मिलेगा वेतन*

परिवहन एवं श्रम मंत्री अनिल विज ने शनिवार को अंबाला छावनी को बेहतरीन शहर बनाने के लिए अपने नप सदस्यों को पांच सूत्रीय कार्यक्रम दिया। इसमें सदस्यों को अपने अपने वार्डों में कार्यक्रम के तहत बिजली, पानी, नाली, सड़क और सफाई पर बारीकी के काम करना होगा ताकि अंबाला छावनी विदेशों की तर्ज पर एक बेहतरीन शहर बन सके। विज परिवार मिलन कार्यक्रम के तहत अंबाला छावनी के वार्ड नंबर 21 24,17 में कार्यकर्ताओं और लोगों को संबोधित कर रहे थे। वार्ड नंबर 25,18 और 19 तथा 7 में वे परिवार मिलन कार्यक्रम के तहत गए थे। आगे भी वे इस प्रकार के कार्यक्रम अन्य वार्डों में जाएंगे।

### प्रत्येक सदस्य शाम को अपने वार्ड में घूमें

इस कार्यक्रम में उन्होंने कहा कि वे अपने सदस्य को पांच सूत्रीय कार्यक्रम देने के लिए आए हैं। बिजली, पानी, नाली, सड़क और सफाई है। प्रत्येक सदस्य को अपने वार्ड में जा जाकर शाम को घूम-घूम कर स्वयं देखना होगा कि कौन सा काम करवाना है। कर्मचारियों को साथ लगाकर उन सभी समस्याओं को ठीक करवाना है। जैसे की कोई लाइट नहीं जल रही है तो उसे ठीक करवाना है। हालांकि उनके द्वारा शहर में 15000 लाइट लगवाई गई है यदि कोई ट्यूब लाइट खराब है तो उसे ठीक करवाना सदस्य की जिम्मेदारी है। उन्होंने कहा कि सदस्य को अपने कार्यों की समीक्षा करनी होगी कि हर घर में साफ पानी जा रहा है के नहीं जा रहा है। खाली जीप लेकर नहीं आगे दौड़ना है ताकि लोग पीछे-पीछे मेरी बिजली पानी लेकर घूमते रहे।

वह काम नहीं होने चाहिए।उन्होंने कहा कि सारे वार्डों में मेरे सदस्य खुद जाकर देखेंगे। वहां पर लोगों की समस्याओं का समाधान करेंगे। उन्होंने कहा कि सदस्य की जिम्मेदारी काम करवाना है और यदि कोई काम नहीं करता है तो अनिल विज बैठा है। उन्होंने कहा कि इन पांच कामों को जांचने के लिए जल्द ही एक टीम का गठन किया जाएगा जो हर 2 महीने में जाकर कर हर सदस्य के वार्ड में इन पांच कामों को देखेगी और नंबर लगाकर कार्य इन कामों का आंकलन करेगी। उन्होंने बताया कि इन नंबरों का और इन कामों के आकलन का परिणाम भी सभी कार्यकर्ताओं को इकट्ठा करके बताया जाएगा कि कौनसा सदस्य एक नंबर और दो नंबर तथा तीन नंबर पर है। यदि किसी सदस्य के वार्ड में गंदगी होगी तो उसके नंबर कट जाएंगे। उन्होंने कहा कि इन पांच सूत्री कार्यक्रम के लिए 50 नंबर होंगे। प्रत्येक काम के 10 नंबर होंगे। प्रत्येक कार्य के 10 में से नंबर दिए जाएंगे। उन्होंने बताया कि इस पांच सूत्री कार्यक्रम में सदस्य में परिवार वाले भी अपना हाथ बंटा सकते हैं और सक्रिय कार्यकर्ताओं की भी जिम्मेदारी बनती है कि वह इस कार्य में बढ़-चढ़कर हिस्सा लें । उन्होंने बताया कि मैं सभी वार्डों में जा रहा हूं।

सभी वार्डों में मेरे जाने का मकसद यही है कि जिन परिवारों और नजदीकी मित्रों का चुनावों में बहुत योगदान होता है। उन्होंने कहा कि चुनाव के दौरान हमने हर जगह यही हिदायत दी केवल परिवार के लोग होंगे लेकिन आप बिना चुनाव लड़े ही चुनाव जीत गए।

उन्होंने कहा कि हम सबको इकट्ठा कर रहे हैं क्योंकि जनता पार्टी के वर्कर को पहचानती और मानती है क्योंकि विकास करवाने में यही लोग सबसे आगे होते हैं बाकी सब भाषण देकर चले जाते हैं।विज ने कहा कि मैंने जो काम करवाए हैं आप सब जानते हैं।

अंबाला। नपा सदस्यों से मुलाकात करते मंत्री अनिल विज।

### कर्मचारियों को नहीं मिलेगा वेतन

मंत्री ने कहा कि वे एक भी वार्ड की एक भी गली को गंदा नहीं देखना चाहते हैं। इस संबंध में आने वाले समय में जल्द ही अधिकारियों की बैठक उनके द्वारा ली जाएगी। हर सदस्य को कुछ कर्मचारी मिले ऐसी व्यवस्था करने के लिए मैं आगे बढ़ रहा हूं। हर कर्मचारी को अपने काम के बाद सदस्य से हस्ताक्षर करवाने पड़ेंगे।उन्होंने कहा कि हर गली में सफाई और कूड़ा उठाने वाले को भी सदस्य से हस्ताक्षर करवाने होंगे। यदि कोई कर्मचारी हस्ताक्षर सदस्य से नहीं करवाएगा तो उसकी तनख्वाह नहीं मिलेगी। विज ने कहा कि वे चाहते हैं कि हर आदमी को उसके घर तक जाने के लिए ठीक प्रकार से गली या रास्ता मिले। सड़कें बनती हैं टूटती रहती है लेकिन सदस्य की जिम्मेदारी है वे ठीक करवाएं।

बराड़ा। बैठक में भाग लेते हुए सोसायटी के पदाधिकारी।

# आठवें वेतन आयोग के गठन की होगी मांग

## कार्यकारिणी की बैठक आयोजित

- हरियाणा गवर्नमेंट पेंशनर्स वेलफेयर सोसायटी ने किया ऐलान
- बैठक प्रधान बृजमोहन गोयल की अध्यक्षता में हुई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| बराड़ा

हरियाणा गवर्नमेंट पेंशनर्स वेलफेयर सोसायटी की कार्यकारिणी की एक महत्वपूर्ण बैठक प्रधान बृजमोहन गोयल की अध्यक्षता में आयोजित की गई। बैठक में सर्वसम्मति से यह निर्णय लिया गया कि केंद्र एवं राज्य सरकार से आठवें वेतन आयोग के गठन की मांग की जाएगी ताकि पेंशनर्स को उनके हक के अनुसार लाभ मिल सके। इस बैठक में खंड की कार्यकारिणी के आगामी चुनावों को लेकर भी विस्तार से चर्चा हुई। नई कार्यकारिणी के गठन पर सहमति जताई गई। इसके अतिरिक्त पेंशनर्स की कई लंबित मांगों पर भी विचार-विमर्श किया गया, जिनमें शामिल हैं : 65, 70 और 75 वर्ष की आयु पूरी करने पर क्रमशः 5 प्रतिशत, 10 प्रतिशत और 15 प्रतिशत की पेंशन में वृद्धि, पारिवारिक पेंशनरों को एलटीसी (लीव ट्रेवल कंशेसन) का लाभ, आयुष्मान कार्ड पर 5 लाख रूपये की सीमा को समाप्त कर कैशलेस चिकित्सा सुविधा को व्यापक करना, तथा चिकित्सा भत्ता 1000 रूपये से बढ़ाकर 3000 रूपये प्रति माह किया जाना। इन सभी मांगों पर विस्तृत चर्चा हेतु अगली बैठक 6 मई 2025 को प्रातः 9:30 बजे लाला लाजपत राय वरिष्ठ नागरिक भवन में आयोजित की जाएगी। बैठक में जागीर सिंह सैनी, मदनपाल धीमान, ओमप्रकाश लांबा, ओमपाल सैनी, विद्यासागर शर्मा, जयपाल, इंद्रपाल बत्रा सहित अन्य सदस्य भी उपस्थित रहे।

# कई ठेकों पर सप्लाई हुई थी अवैध फैक्टरी में बनी नकली शराब

## अब ठेकों के स्टॉक को खंगालने की तैयारी, पुलिस ने आबकारी एवं कराधान विभाग से किया पत्राचार

- मुख्य आरोपी को काबू करने के लिए भी निरंतर दबिश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंबाला

देसी शराब की नकली फैक्टरी का भंडाफोड़ होने के बाद कई अब पुलिस की कई शराब ठेकों का स्टॉक पर नजर है। दरअसल पुलिस रिमांड के जरिए आरोपियों से सप्लाई स्टॉक को जब्त करने का प्रयास कर रहे हैं। आरोपियों ने यह बात स्वीकारी है कि उन्होंने कई ठेकों पर नकली शराब की सप्लाई की थी। ठेकों से सप्लाई स्टॉक की बरामदगी के लिए अब पुलिस ने आबकारी और कराधान विभाग से पत्राचार किया है। पुलिस ने देसी शराब के ठेकों की जांच कर यह पेटियां बरामद करवाने में मदद करने की बात क ही है ताकि उन पेटियों की सैंपल लिए जा सके। इस मामले में मुख्य आरोपी धनाना गांव निवासी बिट्टू को पकड़ने के लिए टीम जगह-जगह दबिश दे रही है। उसके बाद ही पता चल पाएगा कि आखिर जिस जगह पर यह फैक्टरी चल रही है वो बिल्डिंग किराये की है या फिर खुद बिट्टू की है। पुलिस मकान का रिकॉर्ड भी खंगाल रही है।

### यह था पूरा मामला

शहजादपुर थाने से करीब आधा किलोमीटर की दूर पर 30 अप्रैल की रात को पुलिस ने इस फैक्टरी में दबिश दी थी। भारी मात्रा में हरियाणा व पंजाब में चल रहे देशी शराब के ब्रांड की बोतलें बरामद की थी। साथ ही कच्चा माल, खाली बोतलें व बिना बार कोड के रैपर भी मिले थे। मौके से पुलिस ने चार आरोपियों को भी काबू किया था। जिन्हें कोर्ट में पेश करने के बाद पुलिस ने चार दिन के रिमांड पर लिया है। जांच अधिकारी इंस्पेक्टर जितेंद्र सिंह नेबताया कि मुख्य आरोपी को काबू करने के लिए दबिश दी जा रही है। आबकारी एवं कराधान विभाग को पत्र लिखा गया है कि वो अपने स्तर पर देसी शराब के ठेकों की जांच करवाए कि आखिर यह शराब कहां-कहां सप्लाई हुई है। आरोपियों ने जानबूझकर सूनसान एरिया में शराब बनाने का कारोबार शुरू किया था।

# कोरोना काल में धारा 144 का उल्लघंन करने वाले आठ आरोपियों को किया बरी

- पुलिस ने नहीं जुटा पाई सबूत

**अंबाला।** कोरोना कॉल में धारा 144 का उल्लंघन के मामले में अदालत ने सबूतों के अभाव में आठ आरोपियों को बरी कर दिया। अदालत में पुलिस यह साबित नहीं कर पाई कि जिस समय आरोपी खुलेआम घूम रहे थे उस समय उन्हें कोरोना था या नहीं। इसके साथ कोरोना लॉकडाउन संबंधित दस्तावेज भी पुख्ता नहीं थे। वर्ष 2020 से चल रहे इस मामले में चार गवाहों की गवाही हुई। जिसके बाद फैसला दिया गया। बरी होने वालों में छावनी की ओमनगर कॉलोनी के संजीव कुमार, अमीर चन्द, राजेश कुमार, मुकेश कुमार, अर्जुन लाल, राजेश कुमार, अनिल कुमार और सुरेंद्र कुमार शामिल हैं। बता दें कि कोराना कॉल में थाना महेश नगर प्रभारी की ओर से 26 अप्रैल 2020 को आपदा प्रबंधन अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया था। उन्होंने बताया कि उक्त आरोपी लॉकडाउन का उल्लंघन करते हुए सड़क पर घूम रहे थे। जिससे कोरोना महामारी फैलने का डर बन रहा है। इसी आधार पर पुलिस ने आठ आरोपियों को गिरफ्तार किया था। पुलिस की ओर से लॉकडाउन की स्थिति स्पष्ट करने को उचित दस्तावेज नहीं लगाया था।

### कार्य की गुणवता के साथ न हो कोई समझौता

**कैथल।** सांसद नवीन जिंदल ने कहा कि किसी भी योजना में सरकारी फंड का प्रयोग ठीक ढंग से किया जाए, ताकि पात्र लोगों को उस योजना का लाभ मिल सके और धरातल पर सरकार का योजना को लागू करने का उद्देश्य भी सार्थक हो सके। साथ ही काम की गुणवता से कोई समझौता न किया जाए। जो जरूरी कार्य हैं, उन्हें प्राथमिकता के आधार पर पूरा करवाया जाए। सांसद नवीन जिंदल शनिवार को लघु सचिवालय स्थित सभागार में जिला विकास, समन्वय एवं निगरानी समिति की बैठक की अध्यक्षता कर रहे थे। बैठक में उनके साथ विधायक पूंडरी सतपाल जांबा, जिला भाजपा अध्यक्षा ज्योति सैनी, डीसी प्रीति सहित जिले भर के तमाम अधिकारी मौजूद रहे। सांसद ने तीन चरणों में बैठक ली। जिसमें अलग-अलग विभागों से जुड़ी 41 योजनाओं के तहत हुए कार्यों की जानकारी ली और एक-एक एजेंडे पर चर्चा करते हुए लोगों को राहत पहुंचाने के निर्देश दिए। सांसद ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में केंद्र व प्रदेश में विकास कार्य लगातार करवाए जा रहे हैं। जिसका सीधा लाभ आमजन को मिल रहा है। देश की तरक्की में शिक्षा, स्वास्थ्य, सड़क का अहम रोल होता है। सभी संबंधित अधिकारी अपने-अपने क्षेत्र में इन विषयों पर विशेष ध्यान दें। इसी प्रकार मनरेगा योजना का सही से क्रियान्वय करने के लिए भी सुझाव दें।

हरिभूमि
आवश्यक सूचना
जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-
हरिभूमि, नजदीक इण्डस पब्लिक स्कूल, दिल्ली रोड, रोहतक
ऑफिस नं.: 9253681019-20, फोन : 9253681010, 9253681005

## डंपरों पर रोक नहीं लगा पा रहा प्रशासन, दुकानदार बोले, रूट डाइवर्ट करे प्रशासन

# बाजार में डंपरों से गिरी मिट्टी व फिसलन बन रही हादसों का कारण

रहमदीन ▶▶| बराड़ा

कस्बे में बेलगाम हो चुके डंपरों पर प्रशासन शिंकजा कसने में नाकाम नजर आ रहा है। यहीं कारण है कि ये डंपर मेन बाजार में से बेखौफ तेज गति से निकल रहे हैं। इन डंपरों की तेज रफ्तारी के कारण यहां कई बार हादसे हो चुके हैं। इन डंपरों की चपेट में आने से दो व्यक्ति तो अपनी जान गंवा चुके हैं। कई गंभीर रूप से घायल हो चुके हैं। इसके बावजूद भी बाजार से इन डंपरों का गुजरना बदस्तुर जारी है। प्रशासन बाजार से गुजरने वाले इन डंपरों पर कोई भी लगाम ला पाने में बेबस नजर आ रहा है। सारी रात यह डंपर सडक़ों से गुजरते रहते हैं। बता दें कि इलाके में अंबाला- शामली रोड पर निर्माण कार्य चला हुआ है। इन बेलगाम डंपरों की वजह से लोग परेशान है।

### डंपरों से गिरी मिट्टी बनी परेशानी

बाजार में लगातार मिट्टी से भरे डंपरों की आवाजाही के चलते बाजार की सडक़ पर भारी मात्रा में मिट्टी गिर रही है। इस मिट्टी ने केवल बाजार के माहौल को गंदा कर दिया है बल्कि यह मिट्टी लोगों के लिए जानलेवा भी साबित हो रही है। बीते दिनों हुई बरसात ने तो हालात को और भी बदतर बना दिया था। डंपरों से गिरी मिट्टी ने कीचड़ का रूप ले लिया था जिससे वाहन चालक फिसलकर चोटिल हुए। मिट्टी से लदे डंपर जब रात को बाजार से होकर बेखौफ गुजरते हैं तो अंडर पास के समीप बने ब्रेकरों (स्पीड ब्रेकर) पर डंपर के उछलने से काफी मात्रा से मिट्टी नीचे गिर जाती है। दिन भर वाहनों के चलने से यह मिट्टी पूरी सडक़ पर फैल गई और बरसात के दिनों में यह मिट्टी गीली होकर दलदल में तब्दील हो गई। जिससे सडक़ पर बने गहरे टायरों के निशान और कीचड़ की वजह से सडक़ पर चलना भी दूभर हो गया। नतीजतन इस कीचड़ की वजह से कई वाहन चालक और राहगीर फिसलकर चोटिल हो चुके हैं। अंडरपास के समीप स्थित दुकान के मालिकों ने बताया कि वह डंपरों की इस समस्या से बेहद परेशान हो गए हैं। मिट्टी के कारण बाजार में धूल और गंदगी का माहौल बना चुका है। ग्राहक भी फिसलने के डर से बाजार में उनकी दुकानों के पास रुकना भी पसंद नहीं करते।

बाजार में डंपरों से गिरी मिट्टी व फिसलन बन रही हादसों का कारण, दुकानदार बोले, डंपरों का रूट डाइवर्ट करे प्रशासन।

### दुकानदारों-राहगीरों का फूटा गुस्सा

*दुकानदारों अमित कुमार, डीपी चावला, चांद राम ने अपनी परेशानी बयां करते हुए कहा कि इस अव्यवस्था के चलते उनकी दुकानदारी भी प्रभावित हो रही है। ग्राहक बाजार में आने से कतरा रहे हैं। साथ ही दुकानों के सामने मिट्टी और कीचड़ जमने से व्यापार करना भी मुश्किल हो गया है। कई दुकानदार तो खुद ही हाथों में पानी की बाल्टियां लेकर सडक़ की मिट्टी हटाने की कोशिश करते रहते हैं लेकिन स्थिति पर काबू पाना उनके बस से बाहर है। दुकानदारों का कहना है कि जब तक प्रशासन इस मुद्दे पर ध्यान नहीं देगा बाजार का माहौल सुधर नहीं सकता। उन्होंने मांग की कि या तो डंपरों की आवाजाही को रोका जाए, या फिर रोजाना सडक़ की सफाई करवाई जाए।*

### मौके का मुआयना करेंगे

इस समस्या के बारे में दुकानदारों ने बताया है। सफ़ाई कर्मचारी भेज कर वहां से मिट्टी उठवाई गई थी लेकिन रात को फिर समस्या पैदा हो गई। उन्होंने खुद आज सुबह मौके का जाकर मुआयना किया। सफ़ाई कर्मचारियों को लगाकर मिट्टी को हटवाया है। वह खुद रात्रि के समय दुकानदारों के साथ अंडरपास के नजदीक बाजार में उपस्थित रहेंगे। डंपर चालकों के लिए वैकल्पिक मार्ग बनाए जाने पर भी विचार किया जाएगा। *रजत मलिक, चेयरमैन, नपा, बराड़ा*

वर्ल्ड लाफ्टर डे स्पेशल

इस बात से शायद ही कोई असहमत होगा कि आज के दौर में हंसना सबसे कठिन होता जा रहा है। जबकि कई स्टडीज से साबित हुआ है और हेल्थ स्पेशलिस्ट भी मानते हैं कि हंसने से अनेक शारीरिक, मानसिक लाभ मिलते हैं। यही नहीं हंसने वाले लोग हर तरह की परेशानियों को बेहतर तरीके से हैंडल भी कर लेते हैं। तो आप भी जी भर हंसिए-खिलखिलाइए।

# हर परेशानी को भुलाकर हंसिए-खिलखिलाइए

कवर स्टोरी

लोकमित्र गौतम

*कभी-कभी यूं ही बेवजह हंसी आ जाती है*
*जैसे किसी पुराने दोस्त ने*
*बिना कहे याद कर लिया हो।*
*जैसे मां ने सिर पर हाथ रखकर कहा हो*
*सब ठीक है बेटा।*
*जैसे किसी शाम हवा ने अचानक खुशबू ला दी हो*
*जो बचपन में बगिया से आती थी।*
*कभी-कभी यूं ही बेवजह हंसी आ जाती है*
*और तब लगता है*
*जिंदगी इतनी भी मुश्किल नहीं...।*

**-गुलजार**

**जी हां,** इस व्यस्त और तनावभरी जिंदगी में हाल के दशकों में हमने हंसी के बहुत सारे फायदे सुने, जाने और महसूस किए हैं। इसलिए हर साल मई माह के पहले रविवार को मनाया जाने वाला विश्व हास्य दिवस, हर गुजरते साल के साथ दिन दूनी, रात चौगुनी रफ्तार से लोकप्रियता की सीढ़ियां चढ़ रहा है।

**बेसब्री से लोग करते हैं इंतजारः** साल 1998 से मनाया जाने वाला यह हास्य दिवस, कुछ गिने-चुने अंतरराष्ट्रीय दिवसों में से है, जिसका लोग महीनों से इंतजार करते हैं। हालांकि यह इंतजार तो एक बहाना होता है, इसके पीछे छिपी असली बात यह है कि आज हंसी की महत्ता सर्वसिद्ध हो चुकी है। यही वजह है कि आज हास्य दिवस अपनी उपस्थिति से विश्व शांति और वैश्विक चेतना को बढ़ावा दे रहा है। यह दिन हम सबकी जिंदगी के तनाव को कम करता है, मूड को बेहतर करता है, जितनी भी हो सके जीवन को सकारात्मकता देता है। भला इस महंगाई के दौर में हंसी से ज्यादा फायदे का सौदा और क्या हो सकता है, जिसमें एक्सरसाइज भी हो, दवा भी हो और मेडिटेशन भी। हंसने से ये तीनों चीजें एक ही समय भरपूर और पूरी तरह से मुफ्त मिलती हैं। बावजूद इसके हंसना इतना आसान नहीं है, कुदरत की यह दौलत हर किसी को नहीं मिलती। तभी तो प्रेमलाल शिफा देहलवी ने कहा है-

*या तो दीवाना हंसे या तुम जिसे तौफीक दो*
*वर्ना इस दुनिया में रहकर मुस्कुराता कौन है*

**केवल हंसी नहीं लाफ्टर योगाः** साल 1998 में भारत के एक चिकित्सक डॉ. मदनलाल कटारिया ने हास्य दिवस की शुरुआत की थी। उनके मुताबिक यह अपने आपमें एक योग है, इसलिए हास्य को 'लाफ्टर योगा' माना जाता है। हंसना, सेहत के लिए रामबाण है। हंसने से शरीर में खून बढ़ता है, हंसने से हमारे शरीर में एंडोर्फिन, डोपामिन और सेरोटोनिन जैसे हैप्पी हार्मोंस रिलीज होते हैं। ये वही हार्मोन या रासायनिक स्राव हैं, जो हमारे दुखों, तकलीफों को चुटकी बजाकर गायब कर देते हैं और हम तरोताजा हो उठते हैं। ये हार्मोन हमारे मूड को बेहतर करते हैं, हमें हल्का-फुल्का महसूस कराते हैं। इसलिए वैज्ञानिक रूप से सिद्ध हो चुका है कि हंसी तनावनाशक है। यह तनाव पैदा करने वाले हार्मोन जैसे कि कॉर्टिसोल का खात्मा करता है।

**अनेक देशों में हो रहा पॉपुलरः** करीब 27 वर्ष पहले शुरू हुआ लाफ्टर डे, आज दुनिया के 72 से ज्यादा देशों में मनाया जाता है, इसके पीछे उद्देश्य है गोला-बारूद और व्यापार युद्ध से झुलस रही दुनिया में भाईचारा और सद्भावना बढ़े। इस हास्य योगा मुहिम के जरिए लोग आपस में खुशियां बांटना चाहते हैं, क्योंकि वे जानते हैं कि अगर उनकी तरह ही उनके आस-पास रहने वाले लोग भी हंसेंगे तो खुश रहेंगे, स्वस्थ रहेंगे, सकारात्मक रहेंगे और एक-दूसरे के काम आएंगे। यही वजह है कि आज भारत ही नहीं, दुनिया के अनेक देशों में लोग पार्कों में मॉर्निंग वॉक करते हुए समूहबद्ध होकर हंसने, खिलखिलाने की खूब कोशिश करते हैं। इसीलिए हास्य दिवस की प्रासंगिकता और इसकी स्वास्थ्य संबंधी महत्ता दिन पर दिन बढ़ती जा रही है।

**दिल की बीमारियां रहती हैं दूरः** हंसना सिर्फ हमारे शरीर में अच्छा अनुभूत होने वाला रासायनिक परिवर्तन ही नहीं करता। यह हमें शारीरिक रूप से भी स्वस्थ करता है। हंसना एक कार्डियो एक्सरसाइज है। हंसने से हमारे दिल की धड़कनें तेज होती हैं, हंसी फेफड़ों तक ज्यादा ऑक्सीजन पहुंचाती है, एक अच्छी हंसी हमारे ब्लड प्रेशर को संतुलित रखती है। अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन का मानना है कि 10-15 मिनट की रोजाना की हंसी हमारी 30 से 40 प्रतिशत तक दिल की बीमारी की आशंका कम कर देती है। हालांकि इसके साथ कुछ और कारक भी होते हैं, लेकिन दिल की सेहत के लिए हंसना बहुत महत्वपूर्ण है। क्योंकि हंसने से हमारा इम्यून सिस्टम भी मजबूत रहता है, शरीर की कोशिकाएं सक्रिय रहती हैं, एंटीबॉडीज का उत्पादन लगातार बढ़ता है और यह शरीर को बीमारियों से लड़ने में मजबूत बनाता है।

**परेशानियों से दिलाए छुटकाराः** कभी-कभी लगता है कि जैसे आज पूरी दुनिया में हंसी के विरुद्ध कोई अघोषित युद्ध चल रहा है। अगर गौर से देखें तो दुनिया की ज्यादातर हरकतें, लोगों के हंसने यानी खुश रहने के विरुद्ध हैं। दुनिया में बढ़ती महंगाई, बढ़े हुए काम के घंटों से व्याप्त तनाव, वर्क फ्रॉम होम के कारण घरों तक चला आया दफ्तर का तनाव, सोशल मीडिया पर होने वाले टेंशनफुल कमेंट्स, वीडियोज और न जाने ऐसी कौन-कौन सी हमारी रोजमर्रा की गतिविधियां हैं, जो कि हमें हंसने नहीं देतीं। हर समय डिप्रेशन और डिजिटल टॉक्सिंस में डुबोए रखती हैं। हंसी इन सबकी अकेली ऐसी काट है, जो हमें इन सब परेशानियों से छुटकारा दिलाती है और डिजिटल जहर को भी बड़ी आसानी से डिटॉक्स कर देती है। इसीलिए दुनिया की अनगिनत परेशानियों से अगर कोई एक ताकत हर समय मजबूती से लड़ते हुए दिखती है, तो वह हंसी ही है। लोमा लिंडा यूनिवर्सिटी के एक शोध में यह सिद्ध हुआ है कि जो लोग नियमित तौर पर कॉमेडी वीडियो देखते हैं, वो परेशानियों से अच्छी तरह से निपट सकते हैं और उनके शरीर की इम्यून प्रतिक्रिया उन लोगों से बेहतर होती है, जो हमेशा गंभीर और तनाव की मुद्रा में रहते हैं। यह अकारण नहीं है कि सोशल मीडिया हो या पारंपरिक टीवी मीडिया, सबसे ज्यादा हंसी ही बिकती है, सबसे ज्यादा कॉमेडी शोज ही देखे जाते हैं। *

### कारगर हो रही लाफ्टर थेरेपी

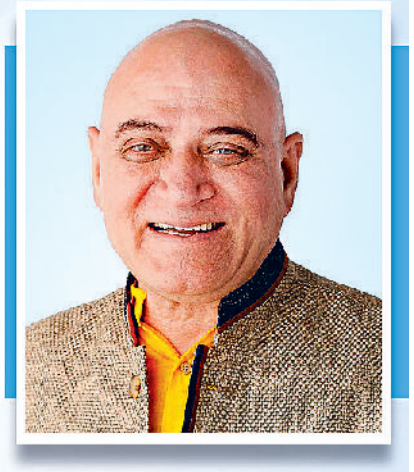
हम सब इस बात से अवगत हैं कि हाल के सालों में जिस तरह से हमारी लाइफस्टाइल ज्यादा व्यस्त, ज्यादा आत्मकेंद्रित हुई है, उसी तरह से हम पर कई तरह के मानसिक अवसादों और विकारों ने हमला किया है। आप यकीन मानिए, आज दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य की सबसे असरदार और सबसे सटीक दवा हंसना ही है। पूरी दुनिया में डॉक्टर लाफ्टर थेरेपी को मानसिक स्वास्थ्य के लिए सबसे कारगर दवा मानते हैं। इसे ह्यूमर थैरेपी कहा जाता है और आज यह भारत में बड़े-बड़े संगठनों और कॉरपोरेट मीटिंग्स का हिस्सा बन गया है। अमेरिका से लेकर यूरोप तक आज ह्यूमर थैरेपी या लाफ्टर क्लब 10 बिलियन डॉलर से बड़ा बिजनेस बन चुकी है। इसलिए अगर कोई कहे कि हंसने से क्या मिलता है, तो कहिए यह एक्सरसाइज है, मेडिसिन है और मेडिटेशन भी है यानी थ्री इन वन है। जो हमें खुशी देती है और रोमांचित करती है।

आमतौर पर हंसने को सामान्य शारीरिक-मानसिक गतिविधि माना जाता है। लेकिन हास्य को योगा का स्वरूप देकर पूरी दुनिया में पॉपुलर बनाने वाले डॉक्टर मदन कटारिया ने इसे स्वस्थ-खुशहाल जीवन की कुंजी बना दिया है।

# हंसना-योगा साथ-साथ सिखाने वाले डॉ. मदन कटारिया

पर्सनालिटी

शैलेंद्र सिंह



डॉक्टर मदन कटारिया, जिन्हें 'लाफ्टर गुरु' या 'गिगलिंग गुरु' के नाम से भी जाना जाता है, को अगर आधुनिक भारत का हास्य योगाचार्य कहें तो किसी को आश्चर्य नहीं होगा। पारंपरिक योग की तरह ही आज पूरी दुनिया में हास्य योग की लोकप्रियता भी बढ़ती जा रही है। इसे पॉपुलर बनाने में सबसे बड़ी भूमिका रही है डॉक्टर मदन कटारिया की।

31 दिसंबर 1955 को महाराष्ट्र के एक गांव में पैदा हुए मदन कटारिया ने साल 1979 में गुरुनानक देव विश्वविद्यालय अमृतसर से मेडिकल स्नातक की डिग्री हासिल की और एक सामान्य चिकित्सक की तरह मुंबई के एक अस्पताल में प्रैक्टिस करने लगे। लेकिन उसी दौर से वे मानने लगे थे कि हास्य एक औषधि के रूप में हमें स्वस्थ रखने में सहायक हो सकती है। जिसका सार यह था कि हंसी शरीर में एंडोर्फिन बढ़ाती है और तनाव कम करती है। डॉ. कटारिया को इन शोध ने गहराई से प्रभावित किया। हालांकि यह रिसर्च मूलरूप से उनकी नहीं थी, उन्होंने भी इसे किसी विश्वविद्यालय की रिसर्च के रूप में पढ़ा था, लेकिन इसे पढ़कर उन्हें खुद बहुत खुशी मिली थी और तभी उन्होंने तय कर लिया था कि वह इसे एक चिकित्सा पद्धति के रूप में विकसित करेंगे। इस तरह अपने मन में पल रहे लक्ष्य को पूरा करने में वह जुट गए।

**ऐसे हुई शुरुआतः** 13 मार्च 1995 को डॉ. मदन कटारिया ने मुंबई में अंधेरी वेस्ट के लोखंडवाला पार्क में महज 5 लोगों के साथ हंसी के स्वास्थ्य लाभों पर आधारित लाफ्टर क्लब की शुरुआत की थी। आज दुनिया के लगभग 120 देशों में लाफ्टर क्लब्स, जिनकी संख्या 6 हजार से ऊपर है, चल रहे हैं। पूरी दुनिया उन्हें न सिर्फ लाफ्टर गुरु बल्कि हंसी को अमृत चिकित्सा में बदल देने वाला डॉक्टर मानते हैं।

**जान लिया था हंसी का रहस्यः** वास्तव में अपनी युवावस्था में ही डॉ. कटारिया ने यह रहस्य पा लिया था कि हंसी महज इंसानी गतिविधि भर नहीं है बल्कि यह अपने आप में इंसान को कुदरत से मिला वरदान है। इसलिए उन्होंने आज के इस व्यस्त और तनावग्रस्त दुनिया में ज्यादा से ज्यादा लोगों तक पहुंचाने के लिए इसे एक आंदोलन का रूप दिया, जो आज पूरी दुनिया में लाफ्टर मूवमेंट के नाम से जाना जाता है। डॉ. कटारिया का लाफ्टर क्लब की स्थापना के पीछे एक सीधा सा विचार था कि हंसी, दुनिया की सबसे अच्छी दवा है। यदि लोग बिना किसी चुटकुले या कॉमेडी सुने-देखे भी हंसते हैं तो उन पर इस हंसी का सकारात्मक असर पड़ता है।

**शुरू किया हास्य योगाः** जब डॉ. कटारिया ने देखा कि लोगों को उनकी बातों में आकर्षण महसूस हो रहा है तो उन्होंने अपने इस हंसी योग में सांस लेने की तकनीक को भी शामिल किया और इसे प्राणायाम के साथ जोड़ लिया। जिस कारण आज हास्य योग, बेहद वैज्ञानिक योग में परिवर्तित हो चुका है। हास्य योग हंसने की एक ऐसी वैज्ञानिक विधि है, जो लाफ्टर योगा के रूप में दुनिया के सामने आई है। डॉ. कटारिया ने इस हास्य योग को एक सुप्रबंधित वैज्ञानिक प्रक्रिया में बदलने के लिए हास्य पर कई किताबें भी लिखी हैं, जिनमें सबसे प्रमुख है- लाफ फॉर नो रीजन। उन्होंने टेड टॉक्स, बीबीसी और नेशनल जियोग्राफिक जैसे कई अंतरराष्ट्रीय चैनलों में अपने इस हास्य योग के संबंध में लंबे व्याख्यान भी दिए हैं। हंसने को लेकर उनका एक प्रेरणाप्रद विचार है, 'हम हंसते नहीं क्योंकि हम खुश हैं, हम खुश होते हैं, क्योंकि हम हंस सकते हैं।'

**ईजाद की नई तकनीकः** वास्तव में आज पूरी दुनिया, हंसने को खुश और संतुष्ट रहने का साइंस मानती है। लेकिन शुरू में जब डॉ. मदन कटारिया मुंबई के पार्कों में लोगों को हंसी का महत्व बताया करते थे, तो लोग उनकी बात को मजाक मानकर एक कान से सुनते और दूसरे कान से निकाल देते थे। फिर भी डॉ. कटारिया अपने इस मिशन से पीछे नहीं हटे। कुछ समय बाद डॉ. मदन कटारिया ने जान-बूझकर हंसने यानी सिमूलेटिड लाफ्टर तकनीक विकसित की, जो आज एक योग के प्रारूप में लोगों द्वारा हर दिन अभ्यास की जाती है। लाफ्टर योगा केवल भारत में ही नहीं रुका बल्कि इसकी ख्याति देखते ही देखते साल 2023 तक 110 देशों में फैल चुकी थी। साल 2023 में ही पूरी दुनिया में लाफ्टर योगा कराने वाले क्लबों की संख्या 6 हजार से ज्यादा हो चुकी थी। आज हंसाने वाले उनके ये क्लब स्कूलों, वृद्धाश्रमों, जेलों और मल्टीनेशनल कंपनियों तक में चलते हैं और डॉक्टर मदन कटारिया को आज की दुनिया का हास्य गुरु बनाते हैं। *

हास्य कविता

हरीश कुमार 'अमित'

## इक आम न मिलता

कुछ लोगों को काम न मिलता,
लेकिन हमको आराम न मिलता।
दफ्तर की कुर्सी पे दो घंटे,
सोने का इंतजाम न मिलता।
भर-भर थैले फल घर लाऊं,
खाने को इक आम न मिलता।
भरा कबाड़ से है घर सारा,
बेचूं कैसे, सही दाम न मिलता।
पन्ने भर-भर लिखी शायरी,
पर हमको कभी नाम न मिलता।

दर्द-ए-सिर भला भागे कैसे,
ढूंढे पर भी बाम न मिलता।
प्रेम पत्र तो अनगिन भेजे,
उत्तर में पैगाम न मिलता।
खूब लगाते मक्खन अफसर को,
फिर भी कोई ईनाम न मिलता।
रोज न पड़ती डांट अफसर की,
सुबह जो ट्रैफिक जाम न मिलता।
उधार चुकाने वाला हमको,
किसी सुबह, किसी शाम न मिलता।

व्यंग्य

अंशुमाली रस्तोगी

## कुछ तो लोग कहेंगे

किसी को कुछ भी कह देना, हम भारतीयों की जन्मजात फितरत रही है। चाहे सामने वाले से मतलब हो या न हो, फिर भी उसके बारे में हम कुछ भी कहने की छूट ले ही लेते हैं और, किसी के बुरा मानने की तो हम परवाह ही नहीं करते।

कुछ लोग कहते हैं। लेकिन क्यों कहते हैं, वे भी नहीं जानते। कहना उनकी आदत है। कहना उनकी बीमारी है। नहीं कहेंगे तो उनका दो वक्त का खाना हजम नहीं होगा। जुबान में अटकाहट-सी महसूस होगी। पेट में किसिम-किसिम की मरोड़ें पैदा होंगी।

किसी को कुछ भी कह देना, हम भारतीयों की जन्मजात फितरत रही है। चाहे सामने वाले से मतलब हो या न हो, फिर भी उसके बारे में हम कुछ भी कहने की छूट ले ही लेते हैं और, किसी के बुरा मानने की तो हम परवाह ही नहीं करते। परवाह करने लगे तो जमीर टोकेगा कि क्या हो गया है तुम्हें!

वैसे, लोगों के कुछ भी कहने पर एक शोध अवश्य होना चाहिए। आखिर पता तो लगे कि लोग क्यों कुछ भी कह देते हैं? अपने निजी अनुभव के आधार पर कह रहा हूं कि कहने वालों में सबसे बड़ी तादाद पढ़े-लिखे लोगों की होती है। पढ़ी-लिखी जमात ऐसा मानती है कि वो कुछ भी कहने के लिए स्वतंत्र है। अच्छा देखेगी तो कुछ कहेगी। खराब देखेगी तो कुछ कहेगी। गंदा देखेगी तो कुछ कहेगी। महसूस करेगी तो कुछ कहेगी। मतलब, उसे हर वक्त कुछ न कुछ कहना ही है, कहने को वो अपनी शान समझती है। कभी खामोश नहीं रहती। उसके आगे तो प्रायः कैंची भी फेल हो जाया करती है। अकसर सोचता हूं कि यह जमात आखिर ऐसा क्या खाती है, जो कुछ भी कहती रहती है हर वक्त!

जानते हैं, मुझसे लोग इसलिए परेशान रहते हैं कि मैं कभी कुछ क्यों नहीं कहता? मुझे कुरेदते हैं, मुझे उलहाना देते हैं। मुझे लालच तक देते हैं, लेकिन मैं कभी कुछ नहीं कहता। कुछ न कहना, मेरी फितरत में शामिल हो चुका है।

लेखक लोग अपनी किताबें मुझे भेजते हैं। फिर कहते हैं कि मैं उन पर कुछ कहूं। जब कुछ नहीं कहता तो बुरा मान जाते हैं। मुझे मनघुन्ना तक साबित कर देते हैं। तब भी मैं उनसे कुछ नहीं कहता। सोचता हूं कि क्या कहूं? कहने वालों की भीड़ में एक शख्स ऐसा भी तो होना चाहिए, जो कुछ न कहे। कहने वालों को और कहने वालों की, सिर्फ सुने। यही तो मैं करने की कोशिश किया करता हूं। किंतु लोग हैं कि बुरा मान जाते हैं। मेरे कुछ न कहने को 'अदरवाइज' ले लेते हैं। अब जो ले लेते हैं तो लें, मैं ऐसा ही हूं! क्या करूं।

यू नो, लोगों के पास बहुत समय है, लेकिन दूसरों के लिए नहीं, आपस में मिलने-जुलने और बतियाने के लिए नहीं, कुछ भी किसी को भी कहने और लंबी-लंबी बेतुकी चर्चाओं के लिए। कुछ भी कहने के मामले में सोशल मीडिया का हाल सबसे बुरा है। किसी के पन्ने या दीवार पर जैसे ही दस्तक दीजिए, कुछ न कुछ आड़ा-तिरछा कहता हुआ ही मिलेगा। यहां लोग सार्थक बहुत कम लिखते या कहते हैं, ज्यादातर सिर्फ खुन्नस निकालते हैं। वे इसी में खुश हैं, उन्हें लगता है कि ऐसा कर वे बहुत महान काम कर रहे हैं। महान लोगों से सोशल मीडिया का मंच खदबदा रहा है।

आज की तारीख में कुछ भी कहना, दुनिया भर में एक लाइलाज बीमारी-सी बनती जा रही है। जुबान कैंची से अधिक खतरनाक हो चली है। दिल फरेबी हो गए हैं, आंखें शातिरता का पैमाना बन गई हैं। मन कुटिलता में तब्दील होते जा रहे हैं। भावना, संवेदना, सहनशीलता, इंसानियत की बातें किताबों में ही सिमट कर रह गई हैं। अच्छा और मीठा कहते-बोलते लोग कम मिलते हैं। तरह-तरह के उपदेश, प्रवचन और ज्ञान हर किसी के पास बहुत है, मगर व्हाट्सएप के स्टेटस पर चढ़ाने के लिए ही।

कम बोलते लोग मुझे भाते हैं। उनसे ही बोलना मुझे अच्छा भी लगता है। उनके बीच जाकर मुझे सुकून मिलता है। इसीलिए मैं भी कम ही कहता और बोलता हूं ताकि फिजा में प्रदूषित शब्दों का जहर कम घुल सके। *

पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

## प्रेमचंद की व्यंग्य कथाएं

इस बात में कोई दो राय नहीं है कि विगत लगभग एक सदी में मुंशी प्रेमचंद हिंदी के सर्वाधिक पढ़े जाने वाले कथाकार हैं। इसकी वजह है कि जीवन के लगभग हर पक्ष और संवेदना पर उन्होंने मर्मस्पर्शी कहानियां लिखी हैं। उनकी लगभग 300 कहानियों में से 15 व्यंग्यात्मक कहानियों का संकलन 'प्रेमचंद की व्यंग्य कथाएं' हाल में पल्लव के संपादन में छपकर आया है। इसमें हम (मोटेराम जी शास्त्री, शादी की वजह, दो बैलों की कथा, निमंत्रण, सत्याग्रह, रसिक संपादक, गुरुमंत्र, स्वांग) समेत कई ऐसी मशहूर कहानियां पढ़ सकते हैं, जिसमें समाज, राजनीति, व्यवस्था में व्याप्त विद्रूप और इंसानी चरित्र की निकृष्टता और उसके दोहरेपन पर कटाक्ष किया गया है। इनमें प्रेमचंद बेहद सहजता से चुटकी लेकर पाठक को बहुत कुछ सोचने पर विवश करते हैं। आमतौर पर जीवन की विडंबनाओं से उपजने वाली तकलीफ और करुणा को अपनी कहानियों का विषय बनाने वाले प्रेमचंद की व्यंग्य कथा-लेखक की भी छवि, इन कहानियों से निर्मित होती है। पुस्तक की भूमिका में संपादक ने उचित ही कहा है, 'प्रेमचंद की इन कहानियों में जीवन के अनेक रंग हैं, जो सहज हास्य और शिष्ट व्यंग्य की पगडंडी पर दौड़ते दिखते हैं।' *

**पुस्तकः** प्रेमचंद की व्यंग्य कथाएं, **संपादनः** पल्लव,
**मूल्यः** 250 रुपए, **प्रकाशकः** राजपाल एंड संस, दिल्ली

### रचनाएं आमंत्रित...

हिंदी दैनिक **हरिभूमि** के फीचर पृष्ठों (रविवार भारती, सहेली, बालभूमि और सेहत) में प्रकाशनार्थ आलेख, छोटी कहानियां, कविताएं, व्यंग्य, बाल कथाएं आमंत्रित हैं। लेखकों से अनुरोध है कि अपनी रचनाएं कृतिदेव या यूनिकोड फॉन्ट में हमें ईमेल आईडी haribhoomifeaturedep@gmail.com पर मेल करें।

# अनछुई-सी प्राकृतिक सुंदरता मनमोहक वादियों में समेटे लैंढौर

अगर आप आधुनिकता, भीड़-भाड़ और शोर-शराबे से दूर किसी शांत, स्वच्छ, मनोरम पर्यटन स्थल की सैर करना चाहते हैं तो मसूरी से थोड़ी ही दूरी पर स्थित लैंढौर आपके लिए परफेक्ट ट्रैवल डेस्टिनेशन हो सकता है। लैंढौर की लाजवाब नजारों की आखों देखी अनुभूतियां लेखक साझा कर रहे हैं, अपनी जुबानी।

पर्यटन स्थल

समीर चौधरी

गर्मी के मौसम में गर्मी का अहसास तो सभी को होता है लेकिन मुझे सामान्य से अधिक गर्मी लगती है। इसलिए जैसे ही गर्मियां दस्तक देने लगती हैं, मैं यूरोप यात्रा पर निकलने की प्लानिंग करने लगता हूं। अगर किसी वजह से स्वीडन या स्विटजरलैंड जाने की योजना न बन पाती तो उत्तर भारत के हिल स्टेशनों का रुख तो जरूर कर लेता हूं। इस बार मैं नॉर्थ इंडिया के मनमोहक लेकिन कुछ अलग और छोटे से हिल स्टेशन लैंढौर पहुंच गया।

## लैंढौर पहुंचना है आसान

मैंने दिल्ली से फ्लाइट पकड़ी और देहरादून के जॉलीग्रांट हवाई अड्डे पर उतरा। वहां से टैक्सी के जरिए पहले लगभग 60 किमी का सफर तय करके मसूरी पहुंचा। मसूरी से लैंढौर मात्र 7 किमी के फासले पर है। हालांकि भारत के सभी प्रमुख शहरों से देहरादून के लिए सीधी फ्लाइट मिल जाती है, लेकिन अगर आप रेल या सड़क मार्ग से आना चाहें तो भी देहरादून के लिए दिल्ली से सीधी रेल और बस सेवाएं भी उपलब्ध हैं। मुंबई आदि महानगरों से भी देहरादून के लिए सीधी रेल मिल जाती हैं।

## आधुनिकता से अछूता प्राकृतिक सौंदर्य

लैंढौर की प्राकृतिक सुंदरता, ठंडी जलवायु और शांत वातावरण से लबरेज है। यह स्थान मसूरी से औसतन 984 फीट ऊपर स्थित है। लैंढौर का अधिकतर हिस्सा तिब्बत को फेस करता है। यहां तापमान अमूमन मसूरी से 2-3 डिग्री सेंटीग्रेड कम रहता है। अगर आप मेरी तरह अनदेखे प्राकृतिक सौंदर्य और शांति की तलाश में रहते हैं तो लैंढौर अवश्य जाएं। यह एक ऐसा हिल स्टेशन है, जहां लोगों की भीड़ बहुत कम ही नजर आती है। लैंढौर की सड़कों पर न शोरगुल है और न ही दुकानों की भीड़। अंग्रेजी राज का बसाया हुआ यह हिल स्टेशन आधुनिकीकरण से अछूता है। यहां पर्यटक भी कम ही आते हैं, लेकिन जो आते हैं वे इसकी सुंदरता के कायल हो जाते हैं। लैंढौर की खूबसूरती ने तो मुझे इतना मंत्रमुग्ध कर दिया कि मेरी इच्छा स्थायी तौर पर यहीं बसने की हो रही है, लेकिन व्यावसायिक मजबूरियां ऐसा फैसला करने से मुझे रोक देती हैं।

## क्यों है इतना अलग

मसूरी जैसे व्यस्त शहर के इतने करीब स्थित होने के बावजूद लैंढौर शांत, अनदेखे और अछूते आकर्षणों से भरा हुआ है। यह सवाल किया जा सकता है कि मसूरी के इतने करीब होने के बावजूद लैंढौर इतना अलग क्यों है? दरअसल, लैंढौर हमेशा से ही छावनी क्षेत्र का हिस्सा रहा है। इसलिए पिछले 100 वर्षों से लैंढौर में पेड़ों या वनों की कटाई नहीं हुई है। लैंढौर में किसी भी प्रकार का नया निर्माण गैर कानूनी है। इन नियमों के कारण आधुनिकीकरण और पर्यटन ने लैंढौर को स्पर्श नहीं किया है। लैंढौर में समय जैसे रुका हुआ लगता है। लेकिन यही अच्छी बात है क्योंकि इसी वजह से लैंढौर अपनी सुंदरता और स्वच्छ वातावरण को बचाए रखने में सफल हो सका है। आपको जानकर आश्चर्य होगा कि देश की आजादी के समय लैंढौर में मात्र 24 मकान थे और आज भी लैंढौर में 24 ही मकान हैं।

## कैसे नाम पड़ा लैंढौर

दक्षिण पश्चिम वेल्स के कार्मार्थेशायर में एक गांव है 'लैंडडोरोर', इसी गांव के नाम पर इस स्थान का नाम 'लैंढौर' रखा गया है। ब्रिटिश राज के दौरान यह आम बात थी कि ब्रिटिशर्स अपने घरों को या अपने बसाए नगरों या स्थानों को इंग्लिश, स्कॉटिश, वेल्स या आयरिश नाम दिया करते थे। यह एक तरह से उनके लिए अपनी देशजता को अभिव्यक्त करने का माध्यम था।

लैंढोर के प्रमुख आकर्षणों में से एक-सुर्खंदा देवी मंदिर

## लैंढौर के आकर्षण

मानसून में लैंढौर में लगभग हर दिन बारिश होती है। बरसात से पहले अप्रैल-मई में गर्मी रहती है। दिसंबर से फरवरी तक कड़ाके की सर्दी रहती है। जाड़ों में यहां 3 से 15 बार बर्फबारी होती है। लैंढौर में बर्फ मसूरी से ज्यादा पड़ती है और उससे देर में पिघलती है। लैंढौर के पूरब में छोटा सा गांव धनौल्टी है और सुर्खंदा देवी मंदिर भी है। यहां कनातल है, जो अब टिहरी बांध में डूब गया है, चंबा (हिमाचल प्रदेश के चंबा से अलग) भी देखने योग्य है। लैंढौर के पश्चिम में पर्यटकों को आकर्षित करता कैंपटी फाल्स है और चकराता नामक सैन्य कस्बा भी है। विख्यात लेखक रस्किन बॉण्ड लैंढौर में ही रहते हैं। *

क्या आप तनाव और उदासी से बचना चाहते हैं? क्या आप स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से दूर रहना चाहते हैं? तो आपको खुश रहने के साथ खूब हंसना होगा। इसके लिए आप लाफ्टर योगा को अपने डेली रूटीन में शामिल कर लीजिए।

# हमेशा रहेंगे हेल्दी-हैप्पी डेली करें लाफ्टर योगा

लाइफस्टाइल

दिव्यज्योति 'नंदन'

आपने विभिन्न प्रकार के आसनों और योगाभ्यास के बारे में जरूर पढ़ा और सुना होगा। आपमें से कुछ लोग डेली योगाभ्यास करते भी होंगे। लेकिन क्या आप लाफ्टर योग की भी प्रैक्टिस करते हैं? यह कोई क्लासिक योगाभ्यास नहीं है बल्कि तन और मन को स्वस्थ रखने के लिए एक मशहूर भारतीय डॉक्टर मदन कटारिया द्वारा विकसित हंसने के जरिए किया जाने वाला एक व्यायाम है, जिसे लाफ्टर योगा या शॉर्ट में एलवाई कहते हैं।

**क्या है लाफ्टर योगा:** लाफ्टर योगा वास्तव में किसी तरह का कोई कॉमेडी सेशन नहीं है। इसलिए इस बात का फर्क समझें की हंसोड़ होना और लाफ्टर योगा में पारंगत होना या नियमित रूप से उसे करना दोनों एक बात नहीं है। लाफ्टर योगा दरअसल हंसने और खुश रहने का एक ऐसा कार्यक्रम है, जिसमें आप बिना कोई हास्य चुटकला सुने या किसी पर मजाकिया कमेंट किए बिना भी हंस सकते हैं। लेकिन यह सिर्फ कहने भर से नहीं हो जाता, इसके लिए नियमित रूप से एलवाई का अभ्यास किया जाता है।

**है बहुत फायदेमंद:** यह कितना फायदेमंद है, इसका अनुमान इसी बात से लगाया जा सकता है कि आज दुनिया के 110 देशों में लाफ्टर योगा का चलन है और पूरी दुनिया में करीब 6000 से ज्यादा लाफ्टर योगा को प्रमोट करने वाले लाफ्टर क्लब चल रहे हैं, जो इस योगा की जरूरत को तो पूरा करते ही हैं, यह भी बताते हैं कि यह इतना महत्वपूर्ण क्यों है? यह हास्य योग, इस कदर शरीर के लिए स्वास्थ्यप्रद और महत्वपूर्ण है कि अगर हम हर दिन 15 मिनट तक हास्य योग करते हैं तो न सिर्फ हम खूब स्वस्थ रहते हैं बल्कि हर तरह के तनाव और जीवनशैली संबंधित बीमारियों से पूरी तरह से बचे रह सकते हैं। हास्य योग सिर्फ मानसिक संतुलन बनाए रखने और खुश रहने भर का ही जरिया नहीं है। नियमित किए जाने वाले हास्य योग से हम कई तरह के रक्तविकारों आदि से भी छुटकारा पा लेते हैं। दरअसल, भारत की सामाजिक विंडबनाओं और मानसिक अवसाद की स्थितियों से जब हास्य योग अपने ढंग से जंग लड़ता है, तब पता चलता है कि यह हमारे तन और मन दोनो के लिए कितना उपयोगी और कारगर है?

**ऐसे बनती है अमृत हंसी:** सिर्फ चाहने भर से हमारी हंसी हमारे हर तरह की परेशानियों का शमन करने वाले वाली अग्नि नहीं बनती। इसके लिए कई तरह की कोशिशें करनी होती हैं। लाफ्टर योगा या हास्य योग हंसने की एक ऐसी अनूठी शैली है, जिसमें स्वेच्छा से हंसना शामिल है। धीरे-धीरे यह हंसना ऐसे योगाभ्यास में बदल जाता है, जो न सिर्फ हमारे शरीर को चुस्ती फुर्ती और गतिशीलता प्रदान करता है बल्कि यह हमें हर तरह की सकारात्मक ऊर्जा से भी लबालब कर देता है। महज दिल खोलकर हंसने के कारण हमारे शरीर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है और हमारे शरीर में ऐसे हार्मोंस का उत्पादन होता है जो कि हमारी सोच की मनोदशा को बदल देते हैं। इससे हम खुद ही अनगिनत तरह के मानसिक विकारों से खुद को दूर रख पाते हैं, लेकिन हमें ऐसी अमृत हंसी मिले, इसके लिए हमें भी कुछ नियमित अनुशासन बरतने होते हैं।

जब हम जोर-जोर से हंसते हैं तो हमारे शरीर के हर हिस्से तक ऑक्सीजन पहुंचती है। यही ऑक्सीजन हमारे शरीर के मैगनेटिक ताकत देता है। जब हम सुबह या शाम खुले वातावरण में दिल से सकारात्मक होकर अकेले या कुछ लोगों के साथ मिलकर जोर-जोर से हंसते हैं, भले यह स्वाभाविक हंसी न हो बल्कि स्वाभाविक तरह से हंसने भर कोशिश हो, तो भी हमें इसके फायदे मिलते हैं। इस प्रक्रिया से शरीर में कई तरह के रासायनिक बदलाव होते हैं और इन बदलावों के चलते शरीर में रासायनिक स्राव होते हैं, जो हमें खुश रखते हैं। इससे हम अपने ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखते हैं।

**कैसे करें एलवाई:** लाफ्टर योग में भले बहुत शारीरिक गतिविधियां न शामिल हों, बावजूद इसके लाफ्टर योग के सही तरीके से करने से शरीर के ज्यादातर अंगों को फायदा मिलता है। जब हम बिना मतलब जोर-जोर के ठहाके लगाते हैं तो इनसे हम झूम जाते हैं। क्योंकि इनसे हमें बहुत तरह की नई खुशियां और नए खुशियों के कारण मिलते हैं। अगर हम नाच गाकर खुश रह सकते हैं, तब तो इसे करना और भी आसान है। कुल मिलाकर हास्य योग एक बेहद सरल योगाभ्यास है और स्वस्थ रहने के लिए इसे हर किसी को करना चाहिए। *

अगर आपसे कहा जाए कि हम इंसान ही नहीं आसमान के ग्रह, उपग्रह भी कभी-कभार मुस्कुराते हैं तो शायद यकीन नहीं करेंगे। लेकिन ऐसा ही एक अनोखा नजारा पिछले सप्ताह देखने को मिला।

# आसमान में दिखा स्माइली फेस

खगोलीय घटना

रजनी अरोड़ा

हंसना-मुस्कुराना या दूसरे को हंसते-मुस्कुराते देखना, किसे नहीं भाता! दूसरों को हंसते देखकर मुस्कुराहट अपने आप ही हमारे होंठों पर भी आ जाती है और चेहरा खुशी से खिल उठता है। अगर बात हो दूर आसमान में मौजूद खगोलीय पिंडों की मुस्कुराहट भरी छवि देखने की तो निश्चय ही अचरज से भरा अहसास होगा। यह कोई मजाक नहीं, हाल ही में शुक्र, शनि ग्रह और चंद्रमा का ऐसा अद्भुत खगोलीय संयोग देखने को मिला, जिसने पूरी दुनिया के लोगों को अचंभे में डाल दिया।

**नजर आया मुस्कुराता चांद:** विगत 25 अप्रैल की सुबह, सूर्योदय से ठीक पहले, पूर्वी क्षितिज (इस्टर्न हॉरिजोन) की ओर खुले आसमान में देखने को मिली ब्रह्मांड की अनोखी मुस्कान। सुबह 4:45 बजे आसमान में शुक्र ग्रह सबसे पहले दिखना शुरू हुआ। 5 बजे शनि और चंद्रमा धीरे-धीरे दिखाई दिए। 5:30 बजे तीनों कुछ इस तरह एक-दूसरे के करीब आए कि स्माइली फेस का आकार दिखने लगा। सुबह 6:00 बजे तक यह नजारा दिखा, सूरज की रोशनी फैलने पर यह ओझल हो गया। इसे स्माइली मून, कॉस्मिक स्माइल या स्काई इमोजी भी कहा जाता है।

**इस संयोग की खासियत:** इस खगोलीय संयोग को खगोलशास्त्र में त्रिग्रही संयोग या ट्रिपल कंजंक्शन कहा जाता है। इस बार शुक्र (वीनस) और शनि (सैटर्न) खगोलीय ग्रह और अर्धचंद्राकार चंद्रमा (क्रैसेंट मून) ने मिलकर यह अद्भुत नजारा निर्मित किया था। सबसे बड़ी बात यह रही कि मुस्कुराते चांद की यह आकृति सीधी न होकर तिरछी (90 डिग्री कोण पर घूमी हुई) थी। शुक्र ग्रह सबसे ऊपर, शनि ग्रह उसके थोड़ा नीचे और दोनों के बीच चंद्रमा था। इन तीनों ने एक तिकोना (त्रिभुजाकार) पैटर्न क्रिएट किया, जिससे पृथ्वी से देखने पर स्माइली फेस की आकृति नजर आने लगी। इसके निर्माण में शुक्र ग्रह, जो हमारे सौर मंडल का सबसे चमकीला ग्रह है, (4.4 मैग्नीट्यूड) पर स्माइली फेस का दाहिनी आंख बना। वहीं हल्की चमक वाला शनि ग्रह, (1.2 मैग्नीट्यूड) के साथ इस स्माइली फेस में बाईं आंख की तरह दिखा। इनके अलावा अर्धचंद्र के निचले 8 प्रतिशत हिस्से पर पृथ्वी की परावर्तित रोशनी के कारण स्माइल जैसी आकृति नजर आई। स्पेस के स्माइली फेस का यह अद्भुत और मनमोहक नजारा, दुनिया के कई देशों (जैसे- भारत, कनाडा, अमेरिका, जापान, ऑस्ट्रेलिया और कई यूरोपीय देशों) में देखने को मिला। जिसका आनंद लोगों ने बिना किसी विशेष उपकरण के नंगी आंखों से उठाया। बाइनोक्युलर या टेलीस्कोप की मदद से इसे ज्यादा अच्छी तरह देखा जा सका।

**छुपा है खगोलीय विज्ञान:** वैज्ञानिक तौर पर देखा जाए तो इस खगोलीय संयोग के लिए तीन प्रमुख शर्तें होती हैं- चंद्रमा अर्धचंद्र हो। तीन खगोलीय पिंड एक खास कोण पर एक-दूसरे के पास आएं। यह संयोजन पृथ्वी के किसी हिस्से से एक विशिष्ट कोण पर दिखाई दे, तभी यह स्माइली फेस जैसा दिखता है। शुक्र, शनि और चंद्रमा का ऐसा ट्रिपल कंजंक्शन संयोग खगोलीय गणनाओं का एक सटीक उदाहरण है, जो सौर मंडल की गतिशीलता को समझने में मदद करता है। यह मूल रूप से चंद्रमा की स्थिति पर निर्भर करता है। पृथ्वी, सूर्य के चारों ओर घूमती है, चंद्रमा, पृथ्वी के चारों ओर चक्कर लगाता है। चंद्रमा जब पृथ्वी और सूर्य के बीच थोड़ा कोण बनाकर तिरछा स्थित होता है, तब उसका केवल छोटा हिस्सा सूर्य के प्रकाश से प्रकाशित होता है। हमें वह अर्धचंद्र के रूप में दिखता है। यदि उसी समय शुक्र और शनि ग्रह, एक-दूसरे के समीप पश्चिमी या दक्षिण-पश्चिमी आकाश में स्थित हों, तो ये तीनों मिलकर एक स्माइली फेस का आकार बनाते हैं। नासा के खगोलविदों के अनुसार- चूंकि शुक्र ग्रह, सूर्य की एक परिक्रमा लगभग 225 पृथ्वी दिनों (यानी लगभग 0.6 वर्ष) में पूरा करता है। शनि ग्रह, सूर्य का चक्कर लगभग 29.4 पृथ्वी वर्षों में पूरा करता है। इसलिए ऐसा ट्रिपल कंजंक्शन संयोग दशकों में एक बार ही होता है।

**पहले भी दिखा यह नजारा:** 2025 से पहले वर्ष 2008 में (शुक्र, बृहस्पति और चंद्रमा का संयोग) और वर्ष 1990 (शनि, मंगल और चंद्रमा की त्रिकोणीय स्थिति) में ऐसे ही संयोग देखे गए थे। खगोलविदों की मानें तो स्माइली मून जैसी स्थिति अगले 10-15 वर्षों में फिर दिखाई दे सकती है, लेकिन संभव है उसका आकार और स्थिति भिन्न हो। *

जेमी लीवर ने अपने पिता मशहूर कॉमेडियन-एक्टर जॉनी लीवर के नक्शे कदम पर चलते हुए कॉमेडी और एक्टिंग को अपने करियर के रूप में चुना। इस फील्ड में उनका कैसे आना हुआ, पापा से उन्हें कितना सपोर्ट मिला, कॉमेडी को वे कितना ईजी या टफ मानती हैं? बातचीत जेमी लीवर के साथ।

# कॉमेडी करना, लोगों को हंसाना बहुत मुश्किल टास्क है: जेमी लीवर

खास मुलाकात

पूजा सामंत

पिछले कुछ वर्षों से जॉनी लीवर की बेटी जेमी लीवर, टीवी, वेब शोज और फिल्मों में एक्टिव हैं। 'वर्ल्ड लाफ्टर-डे' के खास मौके पर कॉमेडी और एक्टिंग की दुनिया में अपना मुकाम बनाने की दिशा में अग्रसर जेमी लीवर से हमने लंबी बातचीत की। प्रस्तुत है उस बातचीत के खास अंश-

**सुना है आपने अपनी मास्टर डिग्री लंदन से कंप्लीट की है और आप लंदन में जॉब भी कर रही थीं। क्या ये सच है?**

आमतौर पर हर परिवार में पैरेंट्स चाहते हैं कि उनके बच्चे पढ़ें-लिखें, अपना करियर बनाएं और खुद के पैरों पर खड़े होकर जीवन को सार्थक बनाएं। बच्चे अगर 'आउट ऑफ द बॉक्स' करियर के बारे में सोचते हैं तो नॉर्मली उन्हें अप्रिसिएट नहीं किया जाता। मार्केटिंग इस दौर का लोकप्रिय करियर ऑप्शन माना जाता है, मैंने इसी सब्जेक्ट में लंदन से मास्टर्स किया और वहीं मुझे नौकरी भी मिल गई थी।

**फिर विदेश का करियर छोड़ कर आपने अपने पिता के नक्शे कदम पर कॉमेडी और एक्टिंग को करियर बनाने के बारे में कब और क्यों सोचा?**

मैं जब भी अपने डैड को कॉमेडी करते देखती, तो मुझे लगता कि शायद मुझमें भी कॉमेडी स्किल है। तभी से कॉमेडी करने के डिजायर ने मेरे मन में कहीं घर बना लिया था। लंदन में जॉब के दौरान मुझे महसूस होने लगा, मैं इस जॉब में मिसफिट हूं। उस 9 से 5 जॉब में मेरा मन नहीं लग रहा था। मैंने डैडी-मम्मी से फोन पर बात कर अपने दिल की कश्मकश बताई। उन्होंने मेरी भावनाओं की कद्र की और मुझे वापस मुंबई बुला लिया। मुंबई आने के बाद इस फील्ड में मेरा स्ट्रगल जीरो से स्टार्ट हुआ।

शॉर्ट फिल्म '2050 केयर विथ लव' के सीन में सुलभा-जेमी

**क्या आपके पिता ने कभी निर्माताओं से आपकी सिफारिश की? स्टैंड अप कॉमेडियन के रूप में कैसे ब्रेक मिला आपको?**

नहीं! मेरे डैड कहां जानते थे कि मुझमें कॉमेडी करने का टैलेंट है भी या नहीं? मुझे खुद को प्रूव करना था। न मैंने डैड से यह उम्मीद रखी, न उन्होंने कभी मेरे लिए किसी प्रोड्यूसर से बात की। मेरे डैड ने भी बरसों पहले स्टैंड अप कॉमेडियन का काम एक कंपनी से शुरू किया था। मैं भी छोटे ग्रुप, क्लब हाउसेस में मौका मिलने पर कॉमेडी शोज करती थी। लोगों से अच्छा रिस्पॉन्स मिलता रहा और मेरा हौसला बढ़ता गया। मैं टीवी चैनलों, प्रोडक्शन हाउसेस के लिए ऑडिशन देने लगी। कास्टिंग डायरेक्टर्स को फोन करने लगी। मैंने 'कॉमेडी सर्कस' का ऑडिशन क्रैक किया, इसके बाद टीवी के लिए मुझे काम मिलने लगा। तब डैड को लगा, मुझ में उनकी तरह कॉमेडी सेंस है। एक रोज उन्होंने मुझसे कहा, 'मैं अगले महीने वर्ल्ड टूर पर जा रहा हूं, तुम चाहो तो मुझे इस शो के लिए एक स्टैंड अप कॉमेडियन के रूप में जॉइन कर सकती हो।' फिर मैं वर्ल्ड टूर पर 'जॉनी लीवर शो' के लिए उनके साथ गई।

**अकसर यह माना जाता है कि कॉमेडी करना, लोगों को हंसाना आसान नहीं होता, इस बारे में आपका क्या कहना है?**

हां, यह सच है। कॉमेडी करना, लोगों को हंसाना सबसे मुश्किल टास्क है। टेढ़े-मेढ़े चेहरे बनाना कोई कॉमेडी नहीं होती। कॉमेडी होती है टाइमिंग से, शब्दों के भ्रम और मायाजाल से। अगर आप कॉमेडियन हैं तो आपको कॉमिक टाइमिंग का बहुत ख्याल रखना पड़ेगा, उसके बिना कॉमेडी नहीं हो सकती। मेरे डैड इसमें बेस्ट हैं।

मेरा मानना है कि आम इंसान हो या खास, सभी के लिए हंसना-हंसाना बेहद जरूरी होता है। 'लाफ्टर थेरेपी इज द बेस्ट थेरेपी इन द वर्ल्ड,' यह एक सच्चाई है। किसी ने बिल्कुल सच कहा है कि जिस दिन आप हंसे नहीं, उस दिन आपने अपने जीवन का एक दिन जाया कर दिया।

**एक दौर था, जब फिल्मों में टुनटुन, मनोरमा, गुड्डी मारुति जैसी महिला कॉमेडियंस हुआ करती थीं। पिछले कुछ सालों से फिल्मों में उस तरह की कोई भी महिला कॉमेडियन नहीं नजर आती। इसकी क्या वजह मानती हैं आप?**

यह रियलिस्टिक फिल्मों का दौर है। इस तरह की फिल्मों में कॉमेडी या गीतों का स्कोप कम ही होता है। फिल्मों से इतर देखा जाए तो इस दौर में भारती सिंह सफल महिला कॉमेडियन के रूप में अपना नाम कर चुकी हैं, अब तो वो कॉमेडी के साथ-साथ शोज भी होस्ट कर रही हैं। मैं इसी बात का शुक्र मानती हूं कि मुझे टीवी, ओटीटी और फिल्मों में कास्ट किया जा रहा है। इससे मैं बहुत खुश हूं।

**कुछ समय पहले आपने शॉर्ट फिल्म '2050 केयर विथ लव' की थी। इस फिल्म को करने के पीछे क्या वजह रही?**

फिल्म की निर्देशिका लक्ष्मी अय्यर ने जब इस फिल्म के लिए मुझसे संपर्क किया और मेरे किरदार के साथ कहानी का नैरेशन सुनाया तो इसे मना करने का प्रश्न ही नहीं रहा। इसमें मेरा एक सेंसिटिव-सॉफ्ट रोल है, जो मानवीय रिश्तों पर लिखा गया है। मुझे अब तक मिले अधिकांश कॉमेडी किरदारों से यह हटकर था। फिल्म में मेरा किरदार (बेला) एक उम्रदराज महिला (सुलभा आर्य) की सेवा करती है। यह रोल मेरे दिल के बहुत करीब है।

**अपने आने वाले प्रोजेक्ट्स के बारे में कुछ बताना चाहेंगी आप?**

कपिल शर्मा के साथ फिल्म 'किस-किस को प्यार करूं 2' में मेरा अहम रोल है। इस फिल्म के लिए कपिल शर्मा ने मेरे लिए एक खास किरदार तैयार किया है। इसके अलावा इसी महीने में दो वेब सीरीज आ रही हैं। इस साल डैड के साथ वर्ल्ड टूर पर भी जाना है। *

## मैंने अपने पिता से सीखा...

**बहुत नम्र**, मिलनसार और डाउन टू अर्थ हैं मेरे डैड। यह बात उन्होंने हमेशा सिखाई कि बड़ा निर्माता-निर्देशक हो या फिर स्पॉटबॉय, सभी के साथ एक जैसा नम्रता भरा व्यवहार करना। सफलता की सीढ़ियां चढ़ने में वक्त लगता है, लेकिन उतरते समय देर नहीं लगती। हमारी विनम्रता, मिलनसार स्वभाव ही हमारे काम आता है। पर्दे पर हम जो किरदार निभाते हैं, उसे तो लिखने वाला लेखक होता है, लेकिन वास्तविक जीवन में हमारा व्यवहार हम ही गढ़ते हैं, यह हमारा आईना होता है, यही व्यवहार लोगों के जेहन में हमेशा याद रहता है।