



अधिकतम 40.0 डिग्री  
न्यूनतम 25.1 डिग्री

# हरिभूमि हिस्सार भूमि

रोहतक, रविवार, 1 जून, 2025

11 अहिल्याबाई महिला सशक्तिकरण की प्रबल पक्षधर थी : प्रो. काम्बोज



12 दुर्घटनास्थल से 25 घायल नागरिकों का रेस्क्यू



## खबर संक्षेप



**बंद फैक्ट्री से सामान चोरी मामले में एक गिरफ्तार**  
हिस्सार। सदर थाना पुलिस ने बंद कुलर फैक्ट्री से सामान चोरी के मामले में एक आरोपी करनाल के पधाना निवासी संजय को गिरफ्तार किया है। जांच अधिकारी मुख्य सिपाही अजयदीप ने बताया कि शिकायतकर्ता ने बताया कि 21 अप्रैल की रात को किसी अज्ञात व्यक्ति ने कैमरा, स्क्रीनशॉट, कैमरे का डीवीआर, इन्वॉइस, बैटरी, स्टील कुलर व गैस सिलेंडर आदि चोरी किए हैं। पुलिस ने दी गई शिकायत पर केस दर्ज करके जांच करते हुए उपरोक्त आरोपी संजय को गिरफ्तार किया है। आरोपी ने अपने साथियों सहित बंद कुलर फैक्ट्री से सामान चुराया था।

**हथियार संग फोटो अपलोड करने वाले दो गिरफ्तार**  
हांसी। सदर थाना पुलिस ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर हथियार संग फोटो अपलोड करने वाले दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों को पहचान सिसया बोलान निवासी अतुल व थुयाना निवासी साहिल के रूप में हुई है। दोनों आरोपियों ने कुछ दिन पहले क्षेत्र में दहशत फैलाने के इरादे में सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर हथियार संग फोटो अपलोड किया था।

**सेक्टर 9-11 में बांटा शरबत और तरबूज**  
हिस्सार। भीषण गर्मी के इस मौसम में शनिवार को प्रातः कुछ स्वयंसेवियों द्वारा सेक्टर 9-11 में राहगीरों के लिए ठंडे शरबत व तरबूज का वितरण किया गया। इस का उद्देश्य लोगों को गर्मी में राहत पहुंचाना और समाज में सेवा भाव को बढ़ावा देना था। इस सेवा कार्य में विशेष योगदान रहा, उनमें रमन, नमन, हर्ष, उज्जेश, प्रदीप, अरविंद, आर.सी. बंसल, सीमा बंसल, मुकेश, आदि शामिल रहे।

**सरेआम सट्टा खाईवाल करते आरोपी गिरफ्तार**  
हांसी। सीआईएफ स्टाफ हांसी पुलिस ने सट्टा खाईवाल करते हुए एक व्यक्ति को 30,000 की राशि के साथ गिरफ्तार किया है। आरोपी की पहचान मुल्तान नगर कालोनी निवासी अंशुल के रूप में हुई है। सीआईएफ स्टाफ हांसी पुलिस को सूचना मिली थी कि मुल्तान नगर कॉलोनी में एक युवक सट्टा खाईवाल कर रहा है। टीम ने मौके पर पहुंच अंशुल को 30,000 रुपये सहित गिरफ्तार कर लिया।

**156 ग्राम गांजा सहित स्कूटी सवार गिरफ्तार**  
हिस्सार। पड़ाव चौकी पुलिस ने जीजेयू के सामने से एक इलेक्ट्रिक स्कूटी सवार को काबू कर 156 ग्राम गांजा बरामद किया है। पूछताछ में आरोपी ने अपना नाम बिहार के दरभंगा निवासी मुकेश उर्फ मुखिया बताया। तलाशी लेने पर उक्त स्कूटी की डिग्री से एक पॉलिथीन की थैली में 156 ग्राम गांजा बरामद हुआ। पुलिस ने गांजा और स्कूटी को कब्जा में लेकर आरोपी को गिरफ्तार कर लिया।

**छह उम्मीदवारों में से एक भी पर्चा वापस नहीं**  
हिस्सार। श्रीदिगम्बर जैन पंचायत, नागोरी गेट की गर्वागिनी बॉडी के छह पदाधिकारियों प्रथान, कार्यकारी प्रधान, उपप्रधान, सचिव, सहसचिव व कोषाध्यक्ष पद के चुनाव के लिए शुरुवार को नामांकन भरने के दिन भरे गए कुल छह उम्मीदवारों में से शनिवार को नामांकन वापिस लेने के निर्धारित समय तक किसी भी उम्मीदवार ने अपना नाम वापिस नहीं लिया।

## विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर 'हरिभूमि' ने चलाया बस अड्डे पर हस्ताक्षर अभियान युवाओं ने तंबाकू का सेवन न करने और दूसरों को जागरूक करने की ली शपथ

विद्यार्थियों, कर्मचारियों व आम जनता ने लिया कार्यक्रम में भाग सभी ने इस मुहिम को सराहनीय बताया

हरिभूमि न्यूज | हिस्सार

राष्ट्रीय समाचार पत्र हरिभूमि की ओर से विश्व तंबाकू निषेध दिवस के अवसर पर जागरूकता अभियान के तहत मुख्य बस अड्डे पर हस्ताक्षर अभियान चलाया गया। अभियान में विभिन्न शिक्षण संस्थानों में आने वाले विद्यार्थियों, रोडवेज कर्मचारियों एवं आम जनता ने उत्साह से हिस्सा लिया और हजारों हस्ताक्षर करके तंबाकू को स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक बताया।

युवाओं को शपथ दिलाई कि वे जीवन में कभी तंबाकू का सेवन नहीं करेंगे और इसका सेवन करने वालों को स्वास्थ्य पर पड़ने वाले कुप्रभाव से अवगत कराया। हरिभूमि की ओर से आयोजित इस जागरूकता अभियान में आम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी, सुखदा मल्टी-स्पेशलिस्ट हॉस्पिटल, स्मार्ट स्कूल कॉलेज, अरोड़ा ऑर्थोपेडिक हॉस्पिटल, डॉ. बनारसी दास शर्मा अस्पताल, अमृत अस्पताल, मानव इंस्टीट्यूट



हिस्सार। हरिभूमि की मुहिम में हस्ताक्षर करके हिस्सा लेते शहर के गणमान्य लोग।

**हरिभूमि की मुहिम सराहनीय : आरएस सिंधु**  
होली वाइल्ड डॉमिंग स्पोर्ट्स स्कूल के संस्थापक आरएस सिंधु ने हरिभूमि की इस मुहिम की सराहना करते हुए कहा कि युवाओं में तेजी से नशे की प्रवृत्ति बढ़ती जा रही है। यह परिवार और समाज के लिए बेहद खतरनाक है। नशेड़ी नशे की पूर्ति के लिए क्राइम तक करने से नहीं चूकते, जिससे अपराध बढ़ता है। ऐसे में युवाओं को जागरूक करके हुए अटक रास्ते से वापस लाया जा सकता है।

**नशा समस्याओं की जड़ : डॉ. गोयल**  
ओम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी के चान्सलर डॉ. पुनीत गोयल ने कहा कि तंबाकू से कैंसर, हृदय रोग, फेफड़ों की बीमारी जैसे गंभीर रोग हो सकते हैं। यह न केवल स्वास्थ्य, बल्कि सामाजिक, आर्थिक और पारिवारिक जीवन पर भी नकारात्मक अंतर डालता है। जीवन में किसी भी परिस्थिति में नशा समाधान नहीं, बल्कि समस्याओं की जड़ है।

आफ फार्मसी, सत्यम हॉस्पिटल, चूड़ामणि हॉस्पिटल, आधार हॉस्पिटल व मलिक टोयोटा प्रायोजक रहे। हरिभूमि की ओर से बस अड्डे पर चलाए गए हस्ताक्षर अभियान के प्रति विद्यार्थियों, कर्मचारियों व आम लोगों ने गहरी रूचि दिखाई। सभी ने इस मुहिम की सराहना की और कहा कि

जागरूकता के माध्यम से ही तंबाकू जैसी बीमारी पर रोक लगाई जा सकती है। अनेक लोगों ने युवा पीढ़ी द्वारा सिगरेट व हुक्के की गिरफ्त में आने पर चिंता जताई और कहा कि जागरूकता व माता, पिता और बड़ों द्वारा दी गई नसीहत ही युवाओं को इस बीमारी से बचा सकती है। रोडवेज कर्मचारियों ने

**तंबाकू को न कहने की संस्कृति को अपनाना होगा**

सत्यम हॉस्पिटल के संचालक एवं शहर के वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. अजय महाजन ने कहा कि तंबाकू से कैंसर, हृदय रोग, फेफड़ों की बीमारी और मानसिक असंतुलन जैसी समस्याएं होती हैं। तंबाकू न केवल शारीरिक बीमारियों का कारण है, बल्कि यह युवाओं के भविष्य को भी अंधकारमय बना देता है। हमें तंबाकू को न कहने की संस्कृति को अपनाना होगा।

**कैंसर जैसे रोग का बढ़ जाता है खतरा : डॉ. शर्मा**

आधार हॉस्पिटल के निदेशक डॉ. हरिश शर्मा ने कहा कि कम उम्र में तंबाकू सेवन से विकासशील अंगों को नुकसान पहुंचता है। इससे पुरानी बीमारियां व मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं की संभावना बढ़ जाती है। तंबाकू सेवन से फेफड़े, गले और मुंह का कैंसर, हृदय रोग और स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है।

**नशा कर देता है परिवार को तबाह : रवि सैनी**

वार्ड 8 से नगर पार्क रवि सैनी जमालपुरिया ने कहा कि तंबाकू और नशीले पदार्थों का सेवन व्यक्ति और उसके परिवार को तबाह कर देता है। युवाओं को तंबाकू के सेवन जैसी हानिकारक आदतों से बचने चाहिए। वर्तमान समय में हुक्का सेवन की प्रवृत्ति गाम्भीर्य एवं शहरी क्षेत्रों में तेजी से बढ़ रही है, जो युवाओं के लिए विशेष रूप से हानिकारक है।

**समय रहते तंबाकू को छोड़ना होगा : सुरेंद्र पूनिया**

ऑक्स अकादमी के निदेशक इंजीनियर सुरेंद्र पूनिया ने कहा कि देशभर में हर साल लगभग 1.5 लाख लोगों की मौत तंबाकू जन्मित कैंसर और अन्य गंभीर बीमारियों से हो जाती है। यदि लोग समय रहते तंबाकू का सेवन छोड़ दें, तो इन मौतों को रोका जा सकता है। अगर हम आज नहीं जागे, तो आने वाली पीढ़ियां भी इस जानलेवा आदत की चपेट में आ जाएंगी।

तंबाकू को हानिकारक बताते हुए इससे दूर रहने की बात कही।

## हस्ताक्षर करते शहरवासी



हिस्सार। हस्ताक्षर अभियान के दौरान उपस्थित छात्र।



हिस्सार। हस्ताक्षर अभियान के दौरान उपस्थित रोडवेज अधिकारी व कर्मचारी।

## सुसाइड करने वाले अधेड़ व्यक्ति ने ही की थी महिला की हत्या

हरिभूमि न्यूज | हांसी

गीता चौक के राधिका मिल रोड पर शुक्रवार रात को मिले महिला के शव की पहचान राधिका मिल रोड की रहने वाली 40 वर्षीय सुमन के रूप में हुई है। सुमन की हत्या कर उसके शव को किनारे झाड़ियों में फेंका गया था।

सुमन हत्या किसी और व्यक्ति ने नहीं अपितु उसके प्रेमी विकास नगर कालोनी निवासी सतीश द्वारा की गई थी। सुमन की हत्या कर उसे एक्ससीडेंट दिखाने के लिए शव के पास इलेक्ट्रिक स्कूटी का एक्ससीडेंट किया गया था। पुलिस से प्राप्त जानकारी के अनुसार मृतका सुमन

सुमन की हत्या कर शव को झाड़ियों में फेंका गया था

क विकास नगर निवासी सतीश के घर में किराए पर रहती थी सतीश सुमन से कमरे का किराया नहीं लेता था और सुमन बदले में उसका खाना बनाने तथा घर का काम करती थी और इस दौरान दोनों में संबंध बन गये थे। लेकिन करीब दो महीने पहले सुमन सतीश के व्यवहार से तंग आकर उसका मकान खाली कर राधिका फैक्ट्री रोड पर रहने के लिए चली गई थी। सुमन के घर छोड़कर जाने के बाद सतीश ने अपने हाथों की नशे काट कर आत्महत्या करने का प्रयास किया था लेकिन उस

समय पर उपचार मिल जाने के चलते उसकी जान बच गई थी। लेकिन वह सुमन को भुला नहीं पाया और उसने की बार उसे वापस घर लाने का प्रयास किया परंतु सुमन ने वापस उसके घर आने से मना कर दिया। जिसके बाद सतीश ने सुमन को बहाने से राधिका मिल रोड पर बुलाया और उसे वापस घर चलने के लिए कहने लगा लेकिन सुमन द्वारा फिर से मना कर दिए जाने पर गुस्साए सतीश ने उसके गले पर तंजधार हथियार से उसकी हत्या कर शव को झाड़ियों में फेंक दिया। हत्या को एक्ससीडेंट दिखाने के उद्देश्य से इलेक्ट्रिक स्कूटी का एक्ससीडेंट कर दिया और घर वापस आ।

## मात्र आधे घंटे की बरसात के बाद जलमग्न हुआ हांसी शहर

■ करोड़ों रुपये खर्च करने के बाद भी शहर को नहीं मिल रही जलभराव से निजात

हरिभूमि न्यूज | हांसी

बरसात के दिनों में शहर में जलभराव की स्थिति से निजात दिलाने के लिए प्रशासन के दावे शनिवार की दोपहर हुई आधे घंटे की बारिश में फुर्त हो गए। दोपहर बाद हुई मात्र आधे घंटे की बरसात के बाद एक बार फिर शहर की सड़कें जलमग्न नजर आईं।

**लोगों को हुई परेशानी**

लोगों को अपने गंतव्य तक पहुंचने में काफी परेशानियों का सामना करना पड़ा। हालांकि प्रशासन द्वारा सीवरेज व्यवस्था सुधारने व बरसाती पानी की निकासी के लिए शहर में कई लाइनें डाली गईं। इन लाइनों की गड़बड़ के लिए करोड़ों रुपये पानी की तरह बहाए गए। परंतु शहर में बरसाती पानी की

**यहां जलभराव**  
शनिवार दोपहर हुई आधे घंटे की बरसात के बाद एसडी महिला महाविद्यालय रोड, श्याम मंदिर रोड, अंबेडकर चौक, तिकोना पार्क, हाजी सराय रोड, जगदीश कॉलोनी, यति नगर, मॉडल टाउन सहित कई कालोनियों के लोगों को जलभराव की स्थिति का सामना करना पड़ा। बरसात के बाद निचले क्षेत्रों में बसी कालोनियों के घरों व दुकानों में बरसाती पानी घुसने से जमीन रखा सामान खराब हो गया। सामान्य बस स्टैंड पर पानी निकासी की व्यवस्था ठप होने के कारण परिसर में पानी जमा हो गया। बस स्टैंड परिसर में पानी जमा होने के कारण यात्रियों को अपने बूथों तक पहुंचने के लिए पानी के बीच से गुजरना पड़ा।

निकासी की समस्या जस की तस बनी हुई है। शहर में मामूली सी बरसात के बाद लोगों को अब भी बरसाती पानी के बीच से होकर गुजरना पड़ रहा है। जिसके कारण कई बार हादसे भी हो चुके हैं।

## नशे में दिया था पर्ची फेंकने की वारदात को अंजाम

■ टीक्यूस शोरूम पर पर्ची फेंक 50 लाख की फिरोती मांगने के तीन आरोपी गिरफ्तार किए

हरिभूमि न्यूज | हांसी

स्पेशल स्टाफ व थाना सदर हांसी पुलिस संयुक्त टीम ने दिल्ली हिस्सार राजमार्ग स्थित ग्रीन वैली मार्केट स्थित टीक्यूस शोरूम के काउंटर पर पर्ची फेंककर फिरोती मांगने वाले तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है।

गिरफ्तार आरोपितों की पहचान भीमनगर निवासी वरुण उर्फ गोलू अंबेडकर कालोनी निवासी दीपक व काठ मंडी दादरी व हाल हनुमान कालोनी निवासी दिवांक उर्फ



हांसी। कपड़े के शोरूम पर पर्ची फेंक फिरोती मांगने वाले तीनों आरोपी पुलिस गिरफ्तार में।

दिवांस्यु के रूप में हुई है। पुलिस अनुसार पकड़े गए आरोपियों ने 29 मई को करीब आठ बजे ग्रीन वैली

## आरोपियों को दो दिन के रिमांड पर लिया

स्पेशल स्टाफ व थाना सदर हांसी पुलिस की संयुक्त टीम ने तत्परता से कार्रवाई करते हुए तीनों आरोपियों को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश करके न्यायालय के आदेशानुसार दो दिन के पुलिस रिमांड पर लिया गया है। रिमांड के दौरान आरोपियों से गहनता से पूछताछ की जाएगी।

के स्थित टीक्यूस कपड़े के शोरूम पर पर्ची फेंक कर 50 लाख रुपये की मांग की थी। आरोपियों ने प्रारंभिक पूछताछ में बताया कि हम पहले सारा दिन शराब पी रहे थे और फिर नशे की हालत में ही बाइक पर सवार होकर ग्रीन वैली पहुंच गए और वहां टीक्यूस कपड़े के शोरूम पर्ची डालकर 50 लाख रुपए की फिरोती की मांग की थी।

## 20 हजार सूर्य नमस्कार करके पेश की चुनौती

■ फरीदपुर गांव का रहने वाला है संदीप आर्य

हरिभूमि न्यूज | हिस्सार

जिले के गांव फरीदपुर निवासी संदीप आर्य ने सूर्य नमस्कार में नया रिकॉर्ड कायम किया है। लगातार 20 हजार सूर्य नमस्कार करके दुनिया के सामने नई चुनौती पेश करते हुए रिकॉर्ड कायम किया है। इन 20 हजार सूर्य नमस्कार में 2 लाख 40 हजार एक्सरसाइज होती है, जो अपने आप में रिकॉर्ड है। संदीप आर्य जांगड़ा का जन्म 17 मई 1995 को जिले के फरीदपुर गांव के एक साधारण परिवार में हुआ। पिता धर्मपाल जांगड़ा राजमिर्ची का काम करते हैं, जबकि मां कृष्णा देवी का निधन हो चुका है। जब संदीप मात्र 10 वर्ष के थे तो सिर से मां का साया उठ गया था। निहाल में संदीप की परवरिश हुई। संदीप से बड़े दो भाई हैं, जो राजमिर्ची का ही काम करते

दो लाख 40 हजार एक्सरसाइज करने वाले संदीप ने बनाया रिकॉर्ड



हिस्सार। सूर्य नमस्कार करते संदीप आर्य।

हैं। अपनी लगन के चलते संदीप आर्य जांगड़ा ने 2010 में स्वामी रामदेव के मंच से सूर्य नमस्कार की शुरुआत करते समय सोचा भी नहीं था कि एक दिन उसके नाम सूर्य नमस्कार में वर्ल्ड रिकॉर्ड बनेगा। संदीप आर्य अभी तक 5 बार वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाकर उसे तोड़ चुके हैं और अब लगातार 37 घंटे सूर्य नमस्कार का नया रिकॉर्ड बनाया है।



हिस्सार। सूर्य नमस्कार करते संदीप आर्य।

जिससे तोड़ना किसी चुनौती से कम नहीं होगा। संदीप आर्य अब तक सूर्य नमस्कार में 4 बार रिकॉर्ड बनाकर तोड़ चुके हैं। पांचवां रिकॉर्ड 2024 में अंतर्राष्ट्रीय सूर्य नमस्कार प्रतियोगिता में 36 घंटे 21 मिनट का था, जिसे अब 37 घंटे सूर्य नमस्कार कर तोड़ने का काम किया है। इस रिकॉर्ड को तोड़ना किसी के लिए भी आसान नहीं होगा।

## अमेरिका व लंदन बुक में नाम हुआ दर्ज

संदीप आर्य का नाम सूर्य नमस्कार में वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने के कारण गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड में दर्ज हो चुका है। इसके साथ ही लिम्का बुक व अन्य कई जगहों पर रिकॉर्ड दर्ज किया गया है। अब संदीप का नाम अमेरिका व लंदन की वर्ल्ड रिकॉर्ड बुक में भी दर्ज हो गया है।

## एक सूर्य नमस्कार में 12 एक्सरसाइज

एक सूर्य नमस्कार में 12 प्रकार की एक्सरसाइज होती है, जिन्हें एक के बाद एक किया जाता है। ऐसे ही लगातार 20 हजार सूर्य नमस्कार किए गए, जिसके बाद यह रिकॉर्ड कायम करने में कामयाब हुए हैं। इसके लिए गुजरात के सीएम भूपेंद्र पटेल व योग गुरु स्वामी रामदेव ने भी बधाई दी है।

## 15 किलो वजन हो गया कम

संदीप ने बताया कि सूर्य नमस्कार के लिए 6 से 8 घंटे रोजाना सूर्य नमस्कार का अभ्यास किया। इस माह 6 मई को मोटोरा गुजरात में सूर्य नमस्कार में वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने की प्रतियोगिता हुई, जिसमें अपने ही रिकॉर्ड को बेक करते हुए नया रिकॉर्ड कायम किया। उसका करीब 15 किलो वजन भी कम हो गया है।

## संदीप पर रिसर्च करेंगे पौलेंड के वैज्ञानिक

संदीप ने बताया कि उसके लगातार 37 घंटे सूर्य नमस्कार के रिकॉर्ड को देखते हुए पौलेंड के वैज्ञानिकों का उसके पास मैनेज आ रहा है। पौलेंड के वैज्ञानिक नें सूर्य नमस्कार पर एक किताब लिखी है, लेकिन उसके रिकॉर्ड के बाद वह किताब अधूरी बत रहे हैं। इसलिए जुलाई के अंदर पौलेंड के वैज्ञानिक उस पर रिसर्च करने के लिए भारत आएंगे।

## संदीप ने वर्ल्ड रिकॉर्ड एक नजर में

संदीप ने वर्ष 2018 में 5 हजार लगातार सूर्य नमस्कार करके रिकॉर्ड बनाया, दूसरा रिकॉर्ड 8 हजार 788 सूर्य नमस्कार करके बनाया, तीसरा रिकॉर्ड 10 हजार बार सूर्य नमस्कार करके बनाया। चौथा वर्ल्ड रिकॉर्ड 12 हजार सूर्य नमस्कार करके तथा 5वां वर्ल्ड रिकॉर्ड 15 हजार सूर्य नमस्कार करके बनाया। उसने छठा 20 हजार लगातार सूर्य नमस्कार करके वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाया।

# म्यूचुअल फंड व हेज फंड, दोनों निवेश के विकल्प

- ▶ दोनों के उद्देश्यों और रणनीतियां काफी अलग-अलग
- ▶ म्यूचुअल फंड सुरक्षित और आम लोगों के लिए सही
- ▶ हेज फंड जोखिम भरा, लेकिन हाई रिटर्न वाला विकल्प

हेज फंड उन लोगों के लिए होता है जो थोड़े ज्यादा जोखिम लेकर ज्यादा मुनाफा कमाना चाहते हैं। अगर आप भी ये जानना चाहते हैं कि म्यूचुअल फंड और हेज फंड में क्या फर्क है और आपके लिए कौन सा बेहतर रहेगा, तो आइए इस रिपोर्ट में हम आपको दोनों के बारे में बताते हैं।

## निवेश मंत्रा

### बिजनेस डेस्क

म्यूचुअल फंड और हेज फंड-दोनों निवेश के तरीके हैं, लेकिन अलग-अलग सोच और जोखिम के साथ आते हैं। म्यूचुअल फंड को सुरक्षित निवेश के तरीकों में और आम लोगों के लिए जाना जाता है, जबकि हेज फंड जोखिम भरा है, लेकिन यह हाई रिटर्न वाला ऑप्शन बताया जा रहा है। इसलिए इनके बीच में काफी गहरा फर्क है। जब बात निवेश की आती है, तो म्यूचुअल फंड और हेज फंड जैसे शब्द अक्सर सुनने को मिलते हैं, लेकिन क्या आप जानते हैं कि ये दोनों निवेश के तरीके हैं, लेकिन बिलकुल अलग अंदाज में काम करते हैं? म्यूचुअल फंड आम निवेशकों के लिए होता है, जो अपने पैसे को सुरक्षित और समझदारी से बढ़ाना चाहते हैं। वहीं हेज फंड उन लोगों के लिए होता है जो थोड़े ज्यादा जोखिम लेकर ज्यादा मुनाफा कमाना चाहते हैं। अगर आप भी ये जानना चाहते हैं कि म्यूचुअल फंड और हेज फंड में क्या फर्क है और आपके लिए कौन सा बेहतर रहेगा, तो आइए इस रिपोर्ट में हम आपको दोनों के बारे में बताते हैं।

## होता क्या है म्यूचुअल फंड

म्यूचुअल फंड एक तरह का निवेश का ऑप्शन होता है, जिसमें एक प्रोफेशनल फंड मैनेजर कई निवेशकों से इकट्ठा किए हुए पैसे को है और उसे बॉन्ड, स्टॉक्स और अन्य सिक्योरिटीज जैसे विविध प्रकार की संपत्तियों में निवेश करता है। म्यूचुअल फंड का उद्देश्य इंडिविजुअल इन्वेस्टर्स को ऐसे डायवर्सिफाइड और प्रोफेशनल तरीके से मैनेज पोर्टफोलियो तक पहुंच प्रोवाइड करना होता है, जिन्हें वे अकेले नहीं खरीद पाते हैं। म्यूचुअल फंड खासकर शुरुआती निवेशकों या उन लोगों के लिए उपयुक्त होते हैं जो निवेश में ज्यादा शामिल होना नहीं चाहते। यदि आपकी निवेश अवधि लंबी है और जोखिम लेने की क्षमता कम है, तो म्यूचुअल फंड आपके लिए फाइनेंशियल मार्केट में शामिल होने का आसान तरीका है, भले ही आपको इस सेक्टर में ज्यादा जानकारी न हो।

## वया होता है हेज फंड

हेज फंड एक तरह का खास इन्वेस्टमेंट ऑप्शन होता है, जिसमें केवल अमीर और अनुभवी निवेशक पैसा लगाते हैं। यह फंड अलग-अलग और थोड़ी कॉम्प्लेक्स स्ट्रेटजी से ज्यादा फायदा कमाने की कोशिश करता है। हेज फंड वाले ज्यादा जोखिम उठाते हैं और वे उधार लेकर या मार्केट में शॉर्ट सेलिंग जैसी तरकीबों का इस्तेमाल करते हैं, ताकि ज्यादा मुनाफा कमाया जा सके। ये फंड ज्यादा नियमों से बंधे नहीं होते और इसलिए इनके काम करने का तरीका म्यूचुअल फंड से अलग होता है। हेज फंड उन लोगों के लिए है जो बड़ा पैसा लगाना चाहते हैं और जोखिम लेने को तैयार हैं।



## म्यूचुअल फंड्स और हेज फंड्स में अंतर

- ▶ **ऑब्जेक्टिव** : म्यूचुअल फंड्स का मकसद निवेशकों को सुरक्षित और लगातार रिटर्न देना होता है। इसके लिए वे पैसा कई कंपनियों में लगाते हैं। हेज फंड्स का मकसद ज्यादा मुनाफा कमाना होता है, भले ही इसके लिए जोखिम उठाना पड़े।
- ▶ **इन्वेस्टर वयसा** : म्यूचुअल फंड्स में कोई भी आम व्यक्ति निवेश कर सकता है। हेज फंड्स में सिर्फ ज्यादा पैसा वाले या अनुभवी निवेशक ही पैसा लगा सकते हैं।
- ▶ **मैनेजमेंट** : म्यूचुअल फंड्स को नियमों के अनुसार प्रोफेशनल लोग संभालते हैं। हेज फंड्स को ज्यादा आजादी होती है और इन्हें कम नियमों में चलाया जाता है।
- ▶ **इन्वेस्टमेंट स्ट्रेटजी** : म्यूचुअल फंड्स में पैसा सुरक्षित और अलग-अलग जगहों पर लगाया जाता है। हेज फंड्स जोखिम लेकर जटिल और आक्रामक तरीके अपनते हैं।
- ▶ **लिक्विडिटी** : म्यूचुअल फंड्स से आप किसी भी दिन पैसा निकाल सकते हैं। हेज फंड्स में अक्सर लॉन्ग-टर्म पैरियड होता है, यानी कुछ समय तक पैसा नहीं निकाल सकते।
- ▶ **फीस** : म्यूचुअल फंड्स में फीस कम होती है और पहले से तय होती है। हेज फंड्स में फीस ज्यादा होती है और मुनाफे पर बेस भी हो सकती है।
- ▶ **रेगुलेशन** : म्यूचुअल फंड्स पर सख्त सरकारी नियम लागू होते हैं और ट्रान्सपेरेंसी बनी रहती है। हेज फंड्स पर कम नियम होते हैं और जानकारी कम मिलती है।
- ▶ **निवेश रणनीति** : म्यूचुअल फंड आमतौर पर अधिक पारंपरिक निवेश रणनीतियों का उपयोग करते हैं, जबकि हेज फंड अधिक आक्रामक और उच्च जोखिम वाले रणनीतियों का उपयोग करते हैं।
- ▶ **जोखिम स्तर** : म्यूचुअल फंड आमतौर पर कम जोखिम वाले होते हैं, जबकि हेज फंड उच्च जोखिम वाले हो सकते हैं।
- ▶ **निवेशक योग्यता** : म्यूचुअल फंड अधिक निवेशकों के लिए उपलब्ध होते हैं, जबकि हेज फंड अक्सर उच्च नेटवर्थ वाले निवेशकों के लिए आरक्षित होते हैं।
- ▶ **अंततः**, म्यूचुअल फंड और हेज फंड दोनों में निवेश करने से पहले अपने निवेश लक्ष्यों, जोखिम सहनशीलता, और वित्तीय स्थिति का मूल्यांकन करना महत्वपूर्ण है।

# एसआईपी में ज्यादा रिटर्न चाहिए तो पांच चीजों पर कर लें फोकस

## जानकारी

### बिजनेस डेस्क

अगर आप भी एक निवेशक हैं या निवेश करने जा रह रहे हैं तो कुछ बातें अपने पल्ले बांध लें। इससे आप आसानी से अपने पैसे को बढ़ा सकते हैं। कहते हैं तुरंत पैसा बढ़ाने का कोई शॉर्टकट नहीं है, लेकिन धैर्य और संयम के साथ निवेश किया जाए तो आप बेहतर रिटर्न प्राप्त कर मोटा पैसा बना सकते हैं। यदि आप सीधे शेयर बाजार में इन्वेस्ट करने का जोखिम नहीं लेना चाहते, तो म्यूचुअल फंड आपके लिए एक अच्छा विकल्प हो सकता है। यहां आपका जोखिम कुछ हद तक कम हो जाता है। अगर आप एकमुश्त बड़ी रकम निवेश करने में सक्षम नहीं हैं, तो सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) के जरिए म्यूचुअल फंड में निवेश कर सकते हैं। एसआईपी में आप हर महीने एक छोटी रकम निवेश कर सकते हैं। आज हम आपको 5 ऐसी बातें बताते जा रहे हैं, जिनका ध्यान रखकर आप एसआईपी के जरिए म्यूचुअल फंड से अच्छे रिटर्न कमा सकते हैं।

## निवेश में देरी न करें

एसआईपी का एक सबसे बड़ा फायदा कंपाउंडिंग (चक्रवृद्धि ब्याज) की पावर है। आप जितनी जल्दी निवेश करना शुरू करेंगे, उतना ही बड़ा फंड बना पाएंगे। निवेश आप छोटे निवेश से भी समय के साथ बड़ी पूंजी जमा कर सकते हैं। देरी से शुरुआत करने का मतलब है कंपाउंडिंग का पूरा फायदा न ले पाना। इसलिए समय रहते निवेश की प्लानिंग करें। जितना जल्दी हो सके निवेश की प्लानिंग करें और उसे बढ़ाते जाएं। इससे आप आसानी से अपना पैसा बढ़ा पाएंगे।

## सही फंड का चुनाव करें

देखा जाए तो सभी म्यूचुअल फंड एक जैसे नहीं होते। सबका प्रदर्शन और रिटर्न अलग-अलग होता है। ऐसे में आपको पिछले प्रदर्शन, एक्सपेंस रेश्यो (फंड चलाने का खर्च) और फंड मैनेजर की विशेषज्ञता के आधार पर विभिन्न फंडों पर रिसर्च करनी चाहिए। ऐसे फंड चुनें जो आपके जोखिम लेने की क्षमता और निवेश लक्ष्यों से मेल खाते हों, चाहे वे इक्विटी (शेयर), डेट (फ़िर्मा) या हाइब्रिड (दोनों का मिश्रण) फंड हों। इससे आप अपना किसी रिस्क के निवेश कर पाएंगे और बेहतर रिटर्न प्राप्त कर पाएंगे।

- एसआईपी पोर्टफोलियो की नियमित समीक्षा करना बेहद जरूरी
- आप कमी निवेश करके 'मूल जाने' की आदत न डालें
- अपनी जरूरत के हिसाब से पोर्टफोलियो में बदलाव करते रहे

## हमेशा अनुशासित रहें

अक्सर बाजार में उतार-चढ़ाव आते रहते हैं, जो निवेशकों को परेशान करने वाले हो सकते हैं, लेकिन एसआईपी में सफलता की कुंजी अनुशासित रहना है। बाजार में गिरावट के दौरान भी अपने निवेश को जारी रखने से आप कम कीमतों पर अधिक यूनिट खरीद सकते हैं, जिससे समय के साथ आपकी खरीद लागत का औसत निकल जाता है (इसे रुपया लागत औसत भी कहते हैं)। घबराकर निवेश बंद न करें। बाजार में उतार-चढ़ाव से परेशान न हों, बल्कि जब बाजार में गिरावट आए तो अपने निवेश को और बढ़ाने का प्रयास करें। उससे मांगने का प्रयास न करें। एसआईपी के जरिये निवेश आपके लिए काफी लाभकारी साबित हो सकता है।



## धीरे-धीरे एसआईपी की रकम बढ़ाएं (स्टेप-अप एसआईपी)

जैसे-जैसे आपकी आय बढ़े, अपनी एसआईपी की रकम बढ़ाने पर विचार करें। यह स्टेप-अप दृष्टिकोण आपको म्यूचुअल फंड की पूरी क्षमता का लाभ उठाने में मदद कर सकता है। साथ ही, यह सुनिश्चित करता है कि आपका निवेश महंगाई और आपके बढ़ते वित्तीय लक्ष्यों के साथ तालमेल बनाए रखे। स्टेप-अप एसआईपी एक प्रकार की सिस्टमैटिक इन्वेस्टमेंट प्लान (एसआईपी) है जिसमें निवेशक नियमित अंतराल पर निवेश की जाने वाली राशि को बढ़ाने का विकल्प चुन सकते हैं।

## स्टेप-अप एसआईपी के फायदे

- **वृद्धि के साथ निवेश** : स्टेप-अप एसआईपी में निवेशक अपनी आय में वृद्धि के साथ निवेश की जाने वाली राशि को बढ़ा सकते हैं।
- **लंबी अवधि के लिए उपयुक्त** : स्टेप-अप एसआईपी लंबी अवधि के लिए उपयुक्त है, क्योंकि इसमें निवेशक अपने निवेश को बढ़ाते हुए लंबी अवधि में अधिक रिटर्न प्राप्त कर सकते हैं।
- **नियमित निवेश** : स्टेप-अप एसआईपी में निवेशक नियमित अंतराल पर निवेश करते हैं, जिससे उन्हें अनुशासन में रहने में मदद मिलती है।

क्योंकि इसमें निवेशक अपने निवेश को बढ़ाते हुए लंबी अवधि में अधिक रिटर्न प्राप्त कर सकते हैं।

## अपने पोर्टफोलियो की समीक्षा करें

निवेश करके 'मूल जाने' की आदत न डालें। अपने एसआईपी पोर्टफोलियो की नियमित समीक्षा करना बहुत जरूरी है। इससे आपको अपने पोर्टफोलियो में जरूरत के हिसाब से बदलाव करने में मदद मिलेगी। ऐसे फंड्स पर नजर रखें जो लगातार अपने बेंचमार्क (तुलना के लिए निर्धारित सूचकांक) से बेहतर प्रदर्शन कर रहे हों। यदि आपके मौजूदा निवेश खराब प्रदर्शन कर रहे हैं, तो फंड निकालकर किसी बेहतर विकल्प में निवेश करने पर विचार करें।

# शेयर मार्केट में उतार-चढ़ाव के टेंशन से बचना है तो बॉन्ड में निवेश फायदेमंद

- निवेश का एक सरल नियम यह है कि अपनी उम्र को 100 में से घटाएं ● इसमें जो संख्या बचे, उतना प्रतिशत इक्विटी में और बाकी बॉन्ड में निवेश करें ● बॉन्ड निवेशकों को एक सुनिश्चित और नियमित रिटर्न दे रहे हैं

## तैयारी

### बिजनेस डेस्क

अगर आप भी शेयर बाजार की उतार-चढ़ाव से परेशान रहते हैं, तो बॉन्ड एक बेहतर और स्थिर निवेश विकल्प साबित हो सकता है। विशेषज्ञों का मानना है कि मौजूदा वैश्विक अनिश्चितताओं, महंगाई और अमेरिकी ब्याज दरों को लेकर बढ़ती चिंताओं के बीच बॉन्ड निवेशकों को एक सुनिश्चित और नियमित रिटर्न दे रहे हैं। यही वजह है कि बॉन्ड निवेश खासकर उन लोगों के लिए आकर्षक बनता जा रहा है जो जोखिम से बचना चाहते हैं और स्थिर आय की तलाश में हैं। पिछले तीन महीनों में निफ्टी 50 में 5.4% की गिरावट आई है, जबकि सरकारी और कॉर्पोरेट बॉन्ड स्थिर रिटर्न दे रहे हैं। सरकारी बॉन्ड फिजलहाल सालाना 6.2% से 6.8% का रिटर्न दे रहे हैं, जबकि उच्च रेटिंग (एएए) वाले कॉर्पोरेट बॉन्ड 6.8% से 7.5% का सालाना रिटर्न दे रहे हैं। दीर्घकालिक निवेशकों के लिए, खासकर वे जो जोखिम से बचना चाहते हैं, बॉन्ड एक सुरक्षात्मक निवेश के तौर पर काम करते हैं। साथ ही, निवेश पोर्टफोलियो में विविधता लाने के लिए भी यह एक अहम साधन है, जिससे बाजार की अस्थिरता करीब 30% तक कम की जा सकती है।

## बॉन्ड रिटर्न में मरोसा बढ़ रहा

इंडिया बॉन्ड्स के सह-संस्थापक विशाल गोयनका के मुताबिक, जब बाजार में राजनीतिक तनावों, केंद्रीय बैंक की नीतियों और वैश्विक घटनाओं से प्रभावित हो रहा हो, उस वक्त बॉन्ड निवेश एक स्थिर नकदी प्रवाह और पूंजी संरक्षण प्रदान करता है। इसलिए बॉन्ड निवेशकों के लिए मरोसे का सौदा है। इसमें भले रिटर्न दूसरे विकल्पों से कुछ कम हो, लेकिन कमी भी नुकसान नहीं पहुंचाता। इसलिए भी बॉन्ड में निवेशकों का मरोसा लगातार बढ़ा जा रहा है खासकर उन लोगों में जो जोखिम से बचना चाहते हैं और सुनिश्चित और नियमित रिटर्न चाहते हैं। इसलिए आप भी सुरक्षित निवेश करना चाहते हैं तो बॉन्ड आपके लिए बेहतर विकल्प हो सकते हैं।

## आंकड़ों पर एक नजर

2020-2025 के दौरान निफ्टी 50 का कुल रिटर्न 19.8% रहा, लेकिन उतार-चढ़ाव अधिक था। वहीं, सोना ने इसी अवधि में 16.32% का सालाना रिटर्न दिया। 10 साल के सरकारी बॉन्ड का औसत रिटर्न 6.19% और एएए कॉर्पोरेट बॉन्ड्स का सालाना औसत रिटर्न 6.9% रहा। 2024-25 में, निफ्टी ने सिर्फ 7.44% रिटर्न दिया, जबकि सोने ने 41.5% और एएए रेटेड कॉर्पोरेट बॉन्ड्स ने 8.03% का स्थिर रिटर्न दिया।

## जागरूकता की कमी

आज भी बॉन्ड, खासकर युवाओं के बीच, उतने लोकप्रिय नहीं हैं। इसका कारण है अपेक्षित कम रिटर्न, कम प्रचार, और वित्तीय धूपस व नींदिया में कम उपस्थिति। युवाओं में ज्यादा रिटर्न की चाहत उन्हें इक्विटी या म्यूचुअल फंड की ओर खींचती है। हालांकि आरबीआई रिटेल डायरेक्ट और डिजिटल प्लेटफॉर्म जैसे इंडिया बॉन्ड्स के माध्यम से अब यह स्थिति बदल रही है।

## बॉन्ड बाजार का विकास

भारत में बॉन्ड बाजार तेजी से विकसित हो रहा है। भारत का कुल बॉन्ड बाजार अब \$2.69 ट्रिलियन तक पहुंच चुका है। हालांकि अमेरिका जैसे विकसित बाजारों की तुलना में अभी भी तरलता और पहुंच में सुधार की जरूरत है, लेकिन सेबी और अन्य संस्थानों के प्रयासों से यह बदलाव तेजी से हो रहा है।

## कितना पैसा बॉन्ड में लगाएं

एक सरल नियम यह है कि अपनी उम्र को 100 में से घटाएं और जो संख्या बचे, उतना प्रतिशत इक्विटी में और बाकी प्रतिशत बॉन्ड व निश्चित आय वाले साधनों में निवेश करें। उदाहरण के लिए, यदि आपकी उम्र 40 है, तो 60% आप इक्विटी में और 40% बॉन्ड जैसे स्थिर निवेश में रख सकते हैं।

## वया है बॉन्ड

बॉन्ड एक प्रकार का वित्तीय साधन है जिसमें निवेशक एक निश्चित अवधि के लिए अपने पैसे उधार देते हैं और बदले में नियमित ब्याज और मूलधन की वापसी प्राप्त करते हैं।

## बॉन्ड की विशेषताएं

- **निश्चित आय**: बॉन्ड निवेशकों को नियमित ब्याज की आय प्रदान करते हैं।
- **निश्चित अवधि**: बॉन्ड की निश्चित अवधि होती है, जिसके अंत में मूलधन की वापसी होती है।
- **कम जोखिम**: बॉन्ड आमतौर पर कम जोखिम वाले निवेश विकल्प होते हैं।
- **विविधीकरण**: बॉन्ड पोर्टफोलियो में विविधीकरण लाने में मदद कर सकते हैं।
- **बॉन्ड के प्रकार**
- **सरकारी बॉन्ड**: सरकारी बॉन्ड सरकार द्वारा जारी किए जाते हैं और इनमें निवेश करने से सरकार को उधार मिलता है।
- **कॉर्पोरेट बॉन्ड**: कॉर्पोरेट बॉन्ड कंपनियों द्वारा

**बचत** 5 साल में घर खरीदना चाहते हैं या बच्चों की शिक्षा के लिए कर रहे निवेश, फंड एकत्रित कर करना चाहते हैं अपनी रिटायरमेंट प्लानिंग

**ये टिप्स आपकी पूंजी भी बढ़ाएंगे और आपको हाथ नहीं फैलाने देंगे**

# निवेश के कुछ टिप्स अपनाएं, बना देंगे आपको आत्मनिर्भर शुरुआत करने से पहले अपने वित्तीय लक्ष्य को स्पष्ट करें

## समझदारी

### बिजनेस डेस्क

अगर आप भी निवेश करे खुद को आत्मनिर्भर बनाने चाहते हैं या रिटायरमेंट प्लानिंग कर रहे हैं तो निवेश के कुछ अहम टिप्स आपके लिए फायदेमंद साबित हो सकते हैं। बस आपको पहले तय करना है कि आप निवेश क्यों कर रहे हैं यानी इस निवेश के पीछे आपका लक्ष्य क्या है। क्या आप 5 साल में घर खरीदना चाहते हैं, बच्चों की शिक्षा के लिए निवेश कर रहे हैं या फंड एकत्रित कर रिटायरमेंट प्लानिंग करना चाह रहे हैं। जैसे ही आप अपना लक्ष्य तय कर लें तो निवेश के कुछ टिप्स अपनाएं। ये आपकी पूंजी भी बढ़ाएंगे और आपको हाथ नहीं फैलाने देंगे। आज के इस समय में हर कोई आर्थिक रूप से मजबूत बनना चाहता है। अक्सर लोग इंटरनेट पर सवाल पूछते हैं कि अमीर कैसे बने? आप केवल मेहनत से ही नहीं बल्कि स्मार्ट निवेश और वित्तीय अनुशासन में रहकर भी अमीर बन सकते हैं। इस रिपोर्ट में हम आपके लिए निवेश के कुछ ऐसे टिप्स लेकर आए हैं, जिससे जिससे ना केवल आपकी पूंजी बढ़ेगी, बल्कि इससे आप आत्मनिर्भर भी बनेंगे।

## सबसे पहले निर्धारित करें लक्ष्य

निवेश की शुरुआत करने से पहले आपको अपने वित्तीय लक्ष्य स्पष्ट होने चाहिए। जैसे कि आप 5 साल में अपना घर खरीदना चाहते हैं, बच्चों की शिक्षा के लिए फंड एकत्रित करना चाहते हैं या फिर रिटायरमेंट प्लानिंग करना चाहते हैं। आपको अपने लक्ष्य के अनुरूप निवेश की शुरुआत करनी चाहिए। आपको अपने छोटे-छोटे वित्तीय गोल और लंबी अवधि के गोल तय करने चाहिए। जैसे 1 से 3 साल के लिए, 3 से 7 साल के लिए और 7 साल से अधिक। इसके बाद ही निवेश करना शुरू करेंगे तो आपके निवेश की चीजें पूरी तरह से स्पष्ट रहेंगी।

## बचत को दें प्राथमिकता

यदि आप अमीर बनना चाहते हैं तो अपने वित्तीय गोल बनाने के बाद बचत की शुरुआत करें। इसके लिए हर महीने का बजट बनाएं। अनावश्यक खर्च करने से बचें। बाजार में जाकर चीजों को देखकर ललचाएं नहीं। आपको हर महीने अपनी आय का काम से कम 20 से 30% बचाना है। आप 50-30-20 नियम के अनुसार बचत कर सकते हैं। इस नियम के अनुसार अपनी आय का 50% हिस्सा जरूरतों पर खर्च करें, 30% को अपनी इच्छाओं और मनोरंजन जैसे शौक के लिए खर्च करें, बचे हुए 20% से बचत करके उम्रका निवेश करें। हर महीने निवेश हो सके इसके लिए आप अपने खाते से ऑटोमैटिक निवेश की सुविधा को शुरू कर सकते हैं।



## पहले निवेश को समझना जरूरी

आजकल निवेश के कई विकल्प मौजूद हैं, जिनमें से आप अपनी आय और जोखिम लेने की क्षमता का आकलन करके फिर निवेश करें। आप चाहें तो म्यूचुअल फंड के एसआईपी में निवेश करके लॉन्ग टर्म में बड़ा फंड जोड़ सकते हैं। इसके अलावा डीमैट खाते में भी निवेश किया जा सकता है, रिटेल एस्टेट, सरकारी योजनाएं, फिक्स्ड डिपॉजिट आदि विकल्प में निवेश किया जा सकता है।

## अपने निवेश को करें डायवर्सिफाई

निवेश के लिए अक्सर विशेषज्ञ भी यह सलाह देते हैं कि निवेश कमी भी एक जगह नहीं किया जाना चाहिए। अपने पैसे को अलग-अलग एसेट क्लास जैसे इक्विटी, डेट, गोल्ड और रियल स्टेट में बांटे। ताकि किसी एक में भी अगर आपको नुकसान हो तो दूसरे विकल्प से उसे समायोजित किया जा सके और आपका निवेश लाभ दे सके और आपके गोल को पूरा कर सके।

लॉन्ग टर्म निवेश को दें प्राथमिकता यदि आप अपने निवेश पर बड़ा रिटर्न हासिल करना चाहते हैं तो इसके लिए जरूरी है कि लॉन्ग टर्म के लिए निवेश करें। क्योंकि लॉन्ग टर्म में चक्रवृद्धि ब्याज का ज्यादा लाभ मिलेगा। आप जितनी जल्दी निवेश की शुरुआत करेंगे उतना ज्यादा आपका लाभ मिलेगा। लॉन्ग टर्म में चक्रवृद्धि ब्याज पैसा बढ़ाने का सबसे बेहिया तरीका है।

## वित्तीय शिक्षा बढ़ाएं

यदि आप चाहते हैं कि आप निवेश की दुनिया में सफल हो पाए तो उसके लिए लगातार सीखते रहें। वित्तीय किताबें, वित्तीय ब्लॉग पढ़ने के साथ ही विशेषज्ञ से भी सलाह ले सकते हैं। रोजाना अखबार भी पढ़ें और न्यूज सुनें। अपने निवेश की समीक्षा भी करते रहें।

## इमरजेंसी फंड को ना करें नजरअंदाज

आपके निवेश के साथ-साथ टैक्स बचत और इमरजेंसी फंड बनाने पर भी फोकस करना चाहिए। आपके पास काम से कम 6 से 12 महीने के खर्च के बराबर का इमरजेंसी फंड होना चाहिए। इससे आप आपात स्थिति से निपट कर सकते हैं।

## अनुशासित रहें और धैर्य रखें

यदि आप वित्तीय स्वतंत्रता हासिल करना चाहते हैं बड़ा गोल हासिल करना चाहते हैं तो इसके लिए जरूरी है कि निवेश के प्रति अनुशासित और धैर्यवान रहें। अपने निवेश को हर साल बढ़ाते जाएं। इससे आप कम समय में ही अपना पैसा बढ़ाकर आत्मनिर्भर बन सकते हैं।

## अपने और परिवार के लिए खरीदे इंश्योरेंस

भारत में आज भी कई लोगों के पास मेडिकल इंश्योरेंस नहीं है, जिसके कारण मेडिकल इमरजेंसी की स्थिति में कई लोगों का पूरा बैंक अकाउंट और निवेश खाली हो जाता है। यहाँ तक की कई बार कर्ज लेने की भी नौबत आ जाती है। ऐसी स्थिति से बचने के लिए अपने और अपने परिवार के लिए मेडिकल इंश्योरेंस जरूर लें।

## खबर संक्षेप

**हत्या प्रयास मामले में दूसरा आरोपित गिरफ्तार**  
नारनौद। सीआईए स्टाफ पुलिस ने हत्या प्रयास मामले में एक दूसरा आरोपित युवक लक्ष्य उर्फ चिन्नु निवासी बिरौली जिला जौन्द को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पुलिस प्रवक्ता के अनुसार 24 अप्रैल को सन्दीप निवासी बीबीपुर जिला जौन्द जो भिवानी से अपने घर बीबीपुर जा रहा था। आरोपित युवक ने अपने दोस्त के साथ मिलकर गांव खांडा खेड़ी से करीब एक किलोमीटर दूर उसकी गाड़ी को पीछे से टक्कर मारकर उसकी हत्या करने की नीयत से गोली चला दी थी। इसमें वो बाल बाल बच गया था। सीआईए स्टाफ पुलिस ने इस मामले में कार्यवाही करते हुए आरोपित युवक लक्ष्य को गिरफ्तार कर लिया गया है।

## फायर कर्मचारी 3 जून को मंत्री देंगे ज्ञापन

नारनौद। हरियाणा सरकार व महानिदेशक अग्निशमन पंचकूला की वायदाखिलाफी के विरोध में नगरपालिका कर्मचारी संघ ने आंदोलन के बारे में फायर स्टेशन नारनौद में कर्मचारियों के द्वारा मीटिंग की गई। मीटिंग की अध्यक्षता फायर राज्य उप-प्रधान जसवीर श्योकंद व संचालन फायर राज्य उप-महासचिव देवेन्द्र लोहान द्वारा किया गया। इस मौके पर तीन जून को जिला हिसार के सभी फायर स्टेशनों के कर्मचारी, फायर स्टेशन हिसार पर प्रदर्शन करके जिला फायर अधिकारी हिसार के मार्फत राजस्व मंत्री विप्लव गोयल के नाम आगामी आंदोलनों का नोटिस देंगे।

## नशे व साइबर क्राइम के बारे में किया जागरूक

नारनौद। पुलिस उप अधीक्षक नारनौद राज सिंह ने गांव मिचंवर व गैबी नगर का दौरा कर ग्राम वासियों को नशे, साइबर क्राइम व ट्रैफिक नियमों के बारे में जागरूक किया। पुलिस उप अधीक्षक ने ग्राम वासियों से मुलाकात कर गांव की सुरक्षा व पुलिस से संबंधित समस्याओं के बारे में पूछा और उनके त्वरित समाधान का आश्वासन दिया। उन्होंने आमजन से बातचीत करते हुए कहा कि पुलिस और आमजन अगर तालमेल के साथ कार्य करें तो अपराधों पर नियंत्रण पाया जा सकता है और अपराधों में कमी आएगी। साइबर क्राइम के बारे में जागरूक करते हुए कहा कि साइबर जागी के मामले तेजी से बढ़ते जा रहे हैं।

## शनि जागरण में भक्तों ने लगाई हाजिरी

उकलाना। श्री शनिदेव सिद्ध महाशक्ति पीठ दरबार वजीर देवी कॉलोनी उकलाना द्वारा श्री शनिदेव महाराज का 17वां जन्मोत्सव बड़ी धूमधाम से मनाया गया। इसमें विशाल जागरण व भंडारे का आयोजन किया गया। जागरण में ज्योत प्रज्वलित विशांत शर्मा, दीपक मितल, सुनील सिंगला, सुमान गोयल, जगदीश असीजा, सतबीर सोनी, एडवोकेट डॉ.शमी नागपाल, हितेश बवेजा, ओमप्रकाश जांगड़ा, गुलशन भ्याना ने की। जागरण में उपस्थित भक्तों ने मिलकर शनिदेव का तेल अभिषेक कर जागरण का शुभारंभ किया। भूपु वंशी पं. कुलदीप भार्गव ने कहा शनिदेव महाराज कर्म के देवता हैं मनुष्य को सतकर्म करने चाहिए। सुभाष कालवे, अमित सोनी, कुलवंत सिंह आदि रहे।



नारनौद। लोहारी राधों के न्यू आदर्श स्कूल में प्रतियोगिता में शामिल छात्रों को सम्मानित करते हुए मुख्य अतिथि।  
फोटो: हरिभूमि

**समर कैप में लोहारी राधों के छात्रों ने उठाया भरपूर लुक**  
नारनौद। न्यू आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय लोहारी राधों में जूनियर और मिडल विंग में समर कैप का आयोजन किया गया। जिसमें छात्रों ने अलग-अलग गतिविधियों में हिस्सा लिया। प्ले विंग की कोर्डीनेटर आशु ने बताया कि इस दिन को फन डे के रूप में मनाया गया। छात्रों ने विभिन्न गतिविधियों में भाग लिया। वहीं मिडल कोर्डीनेटर गायत्री ने बताया कि छात्रों के लिए बैंग प्रैज डे था। इस अवसर पर एक प्रशानोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। सभी विद्यार्थियों ने कैप में सभी गतिविधियों का भरपूर लुक उठाया।

## हकृवि में जन्मजयंती समारोह का आयोजन

## अहिल्याबाई होल्कर एक न्याय प्रिय व कुशल शासिका: कुलपति

अहिल्याबाई होल्कर एक कुशल शासक होने के साथ-साथ महिला सशक्तिकरण की प्रबल पक्षधर थीं, उन्होंने समाज को दिशा नई प्रदान की

हरिभूमि न्यूज &gt;&gt;&gt; हिसार

हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के मौलिक विज्ञान एवं मानवीकी महाविद्यालय में पुण्यश्लोक लोकमाता देवी अहिल्याबाई होल्कर त्रिशती जन्मजयंती समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज मुख्य अतिथि रहे जबकि समाजसेवी प्रो. सीताराम व्यास मुख्य वक्ता के तौर पर उपस्थित हुए। पुलिस पब्लिक डीपवी स्कूल हिसार की प्राचार्या डॉ. इंदु शर्मा विशेष अतिथि तथा शहर के वरिष्ठ डॉ. रविंद्र गुप्ता ने इस कार्यक्रम की अध्यक्षता की। राष्ट्रीय संत समिति के महामंत्री महामंडलेश्वर स्वामी कृष्णानंद जी महाराज भी कार्यक्रम में उपस्थित



हिसार। कार्यक्रम को संबोधित करते कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज।  
फोटो: हरिभूमि

रहे। विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बीआर काम्बोज ने अपने संबोधन में कहा कि अहिल्याबाई होल्कर एक वीर और न्याय प्रिय शासिका थीं। वे एक आदर्श प्रशासक, समाजसेवी और धर्म परायण महिला भी थीं। उनका जन्म एक साधारण परिवार में हुआ था। महारानी अहिल्याबाई मालवा प्रांत की महारानी थीं। अहिल्याबाई ने मालवा को एक समृद्ध राज्य

बनाया। वे एक निडर शासिका थीं। उनकी कार्य प्रणाली बहुत ही सुगम एवं सरल थी। अहिल्याबाई होल्कर एक कुशल शासक होने के साथ-साथ महिला सशक्तिकरण की प्रबल पक्षधर थीं। उन्होंने समाज की सेवा के लिए अपना सर्वस्व समर्पित कर दिया। मुख्य वक्ता प्रो. सीताराम व्यास ने कहा कि लोकमाता अहिल्याबाई के शासनकाल में

आन्तरिक सुरक्षा और न्याय व्यवस्था बहुत सुदृढ़ थी। उन्होंने अनेक धर्मशाला, कुएं, बावड़ी बनवाईं। उन्होंने 1767 से 1795 तक मालवा क्षेत्र पर शासन किया। अहिल्याबाई एक न्याय प्रिय शासिका थीं। उन्होंने अपने बेटे को भी न्याय के लिए दंडित किया। कार्यक्रम में भूपेंद्र ने सभी का धन्यवाद किया। मंच संचालन आचार्य पवन वत्स ने किया।

## बाबा बंदा बहादुर पब्लिक स्कूल में किया विद्यार्थी परिषद का गठन

■ ग्यारहवीं कक्षा के प्रिंस और भविष्या बने प्रेजिडेंट

हरिभूमि न्यूज &gt;&gt;&gt; हांसी

बाबा बंदा बहादुर पब्लिक स्कूल में शनिवार का विद्यार्थी परिषद का गठन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय की प्रधानाचार्या लवली चावला के द्वारा विद्या की देवी मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलित करके किया गया। विद्यालय के चारों सदन गंगा, यमुना, कृष्णा और कावेरी में अर्पित, दक्ष, राघव, वंश शर्मा, अक्षरा, वृंदा व निष्ठा कप्तान तथा चिराग, अंशमन, गौरव, भव्या बत्रा, मुक्ता,



हांसी। विद्यार्थी परिषद के प्रेजिडेंट प्रिंस व भविष्या को ध्वज प्रदान करती स्कूल प्राचार्या लवली चावला व अन्य।  
फोटो: हरिभूमि

जोविका, कशिश व रूपम उपकप्तान के रूप में चुने गए। कक्षा ग्यारहवीं के प्रिंस व भविष्या प्रेजिडेंट, आयुष व शिवी हेड, पंकज व कक्षा नौवीं की गरिमा स्पोर्ट्स स्पोर्ट्स कप्तान लिट्टेरी परफेक्ट, आर्ट, एडिटोरियल बोर्ड, सांस्कृतिक विभाग आदि के

अतिरिक्त विभिन्न विभागों के हेड और और वाईस हेड चुने गए। प्रधानाचार्या लवली चावला, शैक्षणिक कोऑर्डिनेटर पवन रावल ने सभी चयनित विद्यार्थियों को प्रत्येक सदन का ध्वज व सम्मान सूचक स्मृति चिह्न प्रदान करके सम्मानित किया।

## आनंद स्कूल में स्टेम डीएलडी वर्कशॉप आयोजित

■ कार्यशाला का उद्देश्य विज्ञान को कक्षा में अधिक रोचक, व्यावहारिक और डिजिटल रूप से सशक्त बनाना रहा

हरिभूमि न्यूज &gt;&gt;&gt; हांसी

आनंद स्कूल फॉर एक्सीलेंस, मिलकपुर में शनिवार को विज्ञान शिक्षकों के लिए एक उन्नत और तकनीकी कार्यशाला व स्टेम डीएलडी वर्कशॉप का आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्देश्य विज्ञान को कक्षा में अधिक रोचक, व्यावहारिक और डिजिटल रूप से सशक्त बनाना था। कार्यक्रम में विभिन्न स्कूलों से आए 60 से अधिक साईंस के शिक्षकों ने भाग लिया। कार्यशाला में सिमुलेशन, क्विज-आधारित शिक्षण तथा



हांसी। कार्यशाला के दौरान मंचासीन स्कूल चेयरमैन आनंद यादव, स्कूल प्राचार्या नीतीश मिश्र व अन्य।  
फोटो: हरिभूमि

अनुप्रयोग-आधारित प्रयोगों जैसे तकनीकी टूल्स का प्रयोग करते हुए, जटिल वैज्ञानिक अवधारणाओं को सहज रूप से प्रस्तुत किया गया। यह प्रयास छात्रों के लिए विज्ञान विषय को और अधिक सजीव और प्रयोगशील बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल साबित हुआ। कार्यशाला के अंतर्गत 12 शिक्षकों को शॉर्टलिस्ट किया गया, जिनका

मूल्यांकन डॉ. प्रवीन कुमार (एसोसिएट प्रोफेसर, फिजिक्स), बीबी यादव (प्राचार्य, राजकीय उच्च विद्यालय, खेड़ी जालाब) तथा डॉ. अनिल कुमार (प्रोफेसर, फिजिक्स) द्वारा किया गया। विशेष रूप से दो शिक्षकों का मूल्यांकन सीबीएसई को नवाचार के उकृष्ट उदाहरण के रूप में भेजा गया। विद्यालय के प्राचार्य नितीश मिश्र ने इस

## यदुवंशी में हुआ ग्रांड परेंट्स सम्मान समारोह

■ दादा-दादी एवं नाना-नानी का किया सम्मान  
■ विजेताओं को यदुवंशी ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट्स के संस्थापक राव बहादुर सिंह ने दिए स्मृति चिह्न

हरिभूमि न्यूज &gt;&gt;&gt; हांसी

यदुवंशी शिक्षा निकेतन के प्रांगण में शनिवार को नर्सरी से दूसरी कक्षा तक के नन्हे-मुन्हे विद्यार्थियों द्वारा अपने दादा-दादी एवं नाना-नानी के सम्मान में दादा-दादी/नाना-नानी सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ सरस्वती मां की प्रतिमा के समक्ष दादा-दादियों द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया। इसके पश्चात विद्यार्थियों द्वारा मां सरस्वती वंदना प्रस्तुत की गई,



हांसी। स्कूल पहुंचने पर पर ग्रांड परेंट्स का स्वागत करते यदुवंशी ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट्स के संस्थापक एवं चेयरमैन राव बहादुर सिंह।  
फोटो: हरिभूमि

जिससे वातावरण में श्रद्धा और भक्ति का संचार हुआ। बच्चों ने अपने प्रिय दादा-दादी व नाना-नानी के लिए विशेष नृत्य प्रस्तुतियां दीं। कार्यक्रम को रूचिकर बनाने के लिए दादाओं के लिए गुब्बारे वाला खेल



हांसी। ग्रांड परेंट्स सम्मान समारोह में सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत करते स्कूली बच्चे।  
फोटो: हरिभूमि

और दादियों के लिए म्यूजिकल चेयर का आयोजन किया गया। खेलों के विजेताओं को यदुवंशी ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट्स के संस्थापक एवं चेयरमैन राव बहादुर सिंह द्वारा स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर चेयरमैन राव बहादुर सिंह ने अपने उद्बोधन में कहा कि ऐसे बच्चे बड़े खुशकिस्मत होते हैं

जिनके सिर पर अपने दादा-दादी का साया होता है। विद्यालय के प्रधानाचार्य सुनील कुमार ने कहा कि ऐसे आयोजन बच्चों को संस्कारों से जोड़ते हैं और उनमें अपने बड़ों के प्रति सम्मान की भावना विकसित करते हैं। वहीं तीसरी से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों ने वाटर पार्क के शैक्षणिक भ्रमण का आनंद लिया।

## मां की तरह हमें पोषण प्रदान करते पेड़ पौधे लगाकर करें संभाल : डॉ. आशा

■ जिलाध्यक्ष ने एक पेड़-एक परिवार मुहिम के तहत किया पौधारोपण

हरिभूमि न्यूज &gt;&gt;&gt; हिसार

भाजपा जिला अध्यक्ष डॉ. आशा खेड़ ने कहा है कि भारतीय संस्कृति में पेड़ को मां के समान माना जाता है। जैसे मां हमारा पोषण करती हैं, वैसे ही पौधे भी हमें पोषण प्रदान करते हैं। हमारी भी यह जिम्मेदारी है कि हम पेड़-पौधों को उसी तरह सेवा करें, जैसे हम अपनी माता-पिता की करते हैं। डॉ. आशा खेड़ अपने वाले सभी शिक्षकों और विशेषज्ञों का स्वागत किया।



उकलाना। पौधरोपण करते हुए व ग्रामीणों को जागरूक करते आशा खेड़। पौधरोपण करते हुए उपस्थितजनों को संबोधित कर रही थी। उन्होंने इस अवसर पर राजकीय उच्च विद्यालय प्रभुवाला में आशा फाउंडेशन की ओर से आयोजित एक पेड़-एक परिवार के नाम अभियान की शुरुआत करते हुए अंजीर, आवला एवं अर्जुन आदि औषधीय पौधे लगाए। इस मौके पर ब्लॉक समिति

## जनप्रतिनिधियों व मातृशक्ति का अपमान कर रहे भाजपा नेता

## ऑपरेशन सिंदूर का राजनीतिक फायदा लेने की कोशिश कर रही भाजपा : कुमारी सैलजा

हरिभूमि न्यूज &gt;&gt;&gt; हिसार

अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी की राष्ट्रीय महासचिव व सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने कहा है कि आतंकवादियों के सफाए के लिए पाकिस्तान के खिलाफ सेना ने पूरी बहादुरी से अपना दायित्व निभाया। उन्होंने कहा कि भारतीय सेना ने समय-समय पर विभिन्न मोर्चों पर अपने शौर्य का परिचय देकर गौरवान्वित किया है लेकिन ऑपरेशन सिंदूर के नाम पर भाजपा राजनीति कर रही है और इसका



हिसार। पत्रकारों से बातचीत करती सांसद कुमारी सैलजा।  
फोटो: हरिभूमि

राजनीतिक फायदा लेने की कोशिश में है। कुमारी सैलजा अपने आवास पर पत्रकारों से बातचीत

कर रही थी। उन्होंने कहा कि होना तो यह चाहिए कि केंद्र सरकार आतंकवाद के खिलाफ देश को एकजुट कर लेकिन इसके विपरीत भाजपा अपना स्वार्थ सिद्ध करने में जुटी है। उन्होंने कहा कि पहलगिरा की आतंकी घटना के उपरांत वरिष्ठ कांग्रेस नेता व नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने स्पष्ट रूप से कहा था कि कांग्रेस पार्टी आतंकवाद के खिलाफ सरकार के साथ है और आतंकवादियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की जाए। सांसद कुमारी सैलजा ने भाजपा नेताओं द्वारा

महिलाओं पर की गई अमर्यादित टिप्पणी पर अफसोस जताया और कहा कि भाजपा के वरिष्ठ नेता जनप्रतिनिधियों और मातृशक्ति का अपमान कर रहे हैं। ऐसे नेताओं के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने की अपेक्षा भाजपा चुप्पी साधे रखती है। पूर्व कांग्रेस प्रदेशाध्यक्ष कुमारी सैलजा ने जल बंटवारे के संदर्भ में कहा कि पंजाब को हरियाणा के हिस्से का पाना देना चाहिए। उन्होंने कहा कि इस मामले में हरियाणा सरकार केवल बयानबाजी कर रही है। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी

की राष्ट्रीय महासचिव व सिरसा की सांसद कुमारी सैलजा ने कहा है कि आतंकवादियों के सफाए के लिए पाकिस्तान के खिलाफ सेना ने पूरी बहादुरी से अपना दायित्व निभाया। इस अवसर पर जगन्नाथ पूर्व मंत्र एचपीएससी, हरियाणा कांग्रेस लीगल डिपार्टमेंट के प्रदेशाध्यक्ष एडवोकेट लाल बहादुर खोवाल, टेक्स ट्रिव्यूनाल के पूर्व न्यायिक सदस्य हरपाल बूरा, भूपेंद्र गंगवा, अश्विनी शर्मा, कृष्णा सातवेंद्र, सतेंद्र कुमार, मनोज राठी, शैलेश वर्मा आदि रहे।

## महिला 20.54 ग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार

डबवाली। सीआईए डबवाली पुलिस ने गश्त के दौरान गांव गदरना क्षेत्र से एक महिला को 20.54 ग्राम हेरोइन सहित काबू किया है। सीआईए डबवाली प्रमारी राजपाल ने बताया एएसआई प्रीतम पुलिस पार्टी के साथ गश्त पर थी। इसी दौरान कार्रवाई की गई। पुलिस को सूचना मिली कि एक महिला निवासी गदरना अपने घर पर नशा तस्करों का काम करती है।

## ग्राम पंचायत दाणी रावपुर, हिसार (खण्ड-1)

**बोली सूचना**  
सर्वे साधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम पंचायत दाणी रावपुर, खण्ड हिसार प्रथम चला हिसार में कठम समान्य चौपाल के मन्वे की खुली बोली दिनांक 07.06.2025 वार शनिवार को प्रातः 10.00 बजे सामान्य चौपाल में ही करवाई जानी निश्चित हुई है। जिसकी विचारणीय राशि 20,000/- (रु. बीस हजार) होगी। बाकी शर्तें मौके पर बताई जाएगी।  
समय : कार्यवाहक सारंघ, विक्रम सैनी - 7876107511  
ग्राम सचिव, नीतु वर्मा - 7027633920

## खबर संक्षेप

## पुलिस विभाग से आठ कर्मचारी सेवानिवृत्त

हिसार। जिला पुलिस लाइन स्थित अधिकारी मेस में विभाग में सेवा पूर्ण कर चुके पुलिस अधिकारियों व कर्मचारियों को भव्य विदाई पार्टी का आयोजन किया गया। पुलिस विभाग से सेवानिवृत्त जवानों को पुलिस उप अधीक्षक संजीव कुमार ने फूलमालाएं पहनाकर, सम्मान स्वरूप स्मृति चिह्न व उपहार देकर सम्मानित किया। सेवानिवृत्त में उप निरीक्षक जगदीश चन्द्र, उप निरीक्षक जितेंद्र सिंह, उप निरीक्षक सत्यवान, उप निरीक्षक कुलबीर, उप निरीक्षक सुरेश कुमार, उप निरीक्षक सरवन कुमार, सहायक उप निरीक्षक वजीर सिंह व मुख्य सिपाही बलजीत सिंह शामिल हैं।

## प्राइवेट बैंक की महिला कर्मी लापता, केस दर्ज

बरवाला। क्षेत्र से निजी बैंक की महिला कर्मी के लापता होने का समाचार है। लगभग 27 वर्षीय युवती के लापता होने की शिकायत परिजनों ने पुलिस को दी है। नारनौद के महेंद्र सिंह बताया कि उनकी बेटी रिती, जो बरवाला में किराए के मकान में रहती थी और आईसीआईआई बैंक की स्थानीय शाखा में नौकरी करती थी। दो दिन पूर्व वह संदिग्ध परिस्थितियों में लापता हो गई। जब उन्होंने रिती के मोबाइल नंबर पर संपर्क करने की कोशिश की, तो उसका फोन बंद मिला। बाद में फोन चालू होने पर भी रिती ने कॉल का जवाब नहीं दिया। महेंद्र सिंह ने रिती के किराए के मकान पर जाकर पता किया, जहां बताया कि रिती 29 मई को मकान खाली करके चली गई थी।

## सायरन बजते ही चिन्हित स्थानों पर शुरू हुई मॉक ड्रिल

## दुर्घटनास्थल से 25 घायल नागरिकों का रेस्क्यू, सात का प्राथमिक उपचार किया

जिले में द्वितीय सिविल डिफेंस मॉक ड्रिल ऑपरेशन थिल्ड का अभ्यास किया

हरिभूमि न्यूज ॥ हिसार

जिला प्रशासन की ओर से शनिवार को ऑपरेशन थिल्ड नागरिक सुरक्षा अभ्यास के तहत हिसार जिले में द्वितीय सिविल डिफेंस मॉक ड्रिल का आयोजन किया गया। यह मॉक ड्रिल सायं 5 बजे लघु सचिवालय परिसर स्थित एसडीएम कार्यालय में शुरू हुई। जिला का कंट्रोल रूम लघु सचिवालय के भू-तल पर स्थापित किया गया था, जिसका दूरभाष नंबर 01662-231137 रखा गया। जिला मुख्यालय का स्ट्रेजिंग जिला सचिवालय के पीछे वन स्टॉप सेंटर के साथ लगती पार्किंग में स्थापित किया गया है।

मॉक ड्रिल के लिए एसडीएम कार्यालय हिसार को चर्चानित किया गया। हॉट लाइन पर सूचना मिलते ही सायरन बजाया गया। दुर्घटना की जानकारी मिलते ही सभी एमरजेंसी सेवाएं सचं एंड रेस्क्यू के लिए एसडीएम कार्यालय हिसार पर



हिसार। द्वितीय सिविल डिफेंस मॉक ड्रिल के दौरान नागरिकों के बचाव कार्यों में लगी टीम।



फोटो : हरिभूमि

## आपदा प्रबंधन तैयारियों पर की चर्चा

इस अवसर पर नगर निगम के संयुक्त आयुक्त प्रीतपाल सिंह, नगराधीश हरिराम, तहसीलदार रामनिवास भादू, तहसीलदार अनिल कुमार, सिविल सर्जन डॉ. सपना गहलवात, डिप्टी सिविल सर्जन डॉ. सुभाष खतरेजा, एक्सटर्नल जतिन खुराना, एक्सटर्नल बलकार रेड्डू सहित अन्य अधिकारियों ने समीक्षा बैठक कर आपदा प्रबंधन तैयारियों की विस्तार से चर्चा की।

पहुंची तथा सभी नोडल अधिकारियों ने स्ट्रेजिंग एरिया में पहुंचकर स्ट्रेजिंग एरिया मैनेजर को रिपोर्ट किया।

## 7 घायलों को प्राथमिक उपचार देकर भेजा

सायरन उपरांत दुर्घटना स्थल से

25 घायल नागरिकों का रेस्क्यू किया गया। इनमें से 7 को प्राथमिक उपचार देकर भेज दिया गया। अन्य घायलों को महाराजा अग्रसेन नागरिक अस्पताल और सपर अस्पताल पहुंचाया गया। इनमें से इलाज के दौरान 2 नागरिकों की मृत्यु हो गई। घायल नागरिकों के

## रिस्पांस टाइम रहा सही

एसडीएम ज्योति कितल की अगुवाई में यह अभ्यास सुनियोजित ढंग से संपन्न हुआ, जिसका मुख्य उद्देश्य आपदा की स्थिति में जान-माल की सुरक्षा सुनिश्चित करना रहा। एसडीएम ने बताया कि निर्धारित समय पर सायरन बजते ही सभी चिन्हित स्थानों पर मॉक ड्रिल की प्रक्रिया शुरू हो गई और मंचों में फंसे लोगों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाया गया। इसके पश्चात अधिकारियों की डी-ब्रीफिंग की गई। मॉक ड्रिल के दौरान एसडीएम के सभी उपकरण सही प्रकार से क्रियाशील मिले। फायर ब्रिगेड और सेंडुलेंस का रिस्पांस टाइम भी सही रहा।

लिए 30 यूनिट रक्त की आवश्यकता पड़ी। दमकल विभाग द्वारा 2 फायर ब्रिगेड गाड़ियों से आगजनी व कंचे स्थान पर फंसे लोगों को निकालने का कार्य किया गया। गम्भीर स्थिति में फंसे लोगों को बचाने के लिए जेसीबी मशीन व बड़े आयरन कटर का उपयोग किया गया। हॉटलाइन पर एयर रेड क्लियर होने सूचना मिलने पर देवारा से ऑल क्लियर सायरन बजाकर लोगों को सूचित किया गया।

को बचाने के लिए जेसीबी मशीन व बड़े आयरन कटर का उपयोग किया गया। हॉटलाइन पर एयर रेड क्लियर होने सूचना मिलने पर देवारा से ऑल क्लियर सायरन बजाकर लोगों को सूचित किया गया।

## श्री सनातन धर्म कन्या विद्यालय में किया फन फेयर का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ॥ हांसी

सनातन धर्म कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में शनिवार को फन फेयर का आयोजन किया गया।

मेले में नर्सरी से 12वीं कक्षा तक की सभी छात्र एवं छात्राओं ने भाग लिया। विद्यालय प्राचार्या रेणु बंसल ने बताया कि इस मेले का उद्देश्य विद्यार्थियों में ग्रीष्मवकाश पर जाने से पहले नई छत्र एवं छात्राओं ने भाग लिया

करना है ताकि वे ग्रीष्मवकाश के दौरान अपनी दिनचर्या को नियमित रखें। आलस्य त्याग कर वे एक समय - सारणी बनाकर सभी कार्य करें। 'फन फेयर' में विद्यालय की नौवीं से 12वीं कक्षा की छात्राओं ने प्रतिभागिता की



हांसी। फन फेयर मेले में लगाई गई स्टाल पर स्वादिष्ट व्यंजनों का आनंद लेती छात्राएं

और विभिन्न प्रकार के फूड स्टॉल व गेम स्टॉल में शीतल पेय, गोलगप्पे, भेलपुरी, सैंडविच, कप केक, दही भल्ले, स्वीट कॉर्न, चना चाट, पास्ता व 'पिक श्री बॉल्स ऑफ सेम कैंटर', 'डिप द कॉर्न इन द बेंगल', 'पिक द कॉर्न इन विड ईयर बट्स', 'पिक द ब्यू बॉटल', आकर्षण का केंद्र रहे।

## एशोरेंस कंपनी के तीन कर्मी सेवानिवृत्त

सेवानिवृत्त तीनों अधिकारियों ने लगन और निष्ठा से अपनी पूरी जिम्मेदारी निभाई : मेहरा

हरिभूमि न्यूज ॥ हिसार

दि न्यू इंडिया एशोरेंस कंपनी लिमिटेड के सेवानिवृत्त अधिकारियों और कर्मचारियों के सम्मान में विदाई समारोह का आयोजन किया गया।

कंपनी के प्रशासनिक अधिकारी प्रवीण जोशी, प्रशासनिक अधिकारी सुनीता ग्रीवर व वरिष्ठ सहायक रामपाल अपने लगभग 38 साल के लंबे सेवाकाल के बाद सेवानिवृत्त हुए। उनके सम्मान में आयोजित विदाई समारोह को संबोधित करते हुए दि न्यू इंडिया एशोरेंस कंपनी लिमिटेड के हिसार ऑटो हब के ईंचार्ज एवं मुख्य व्यावसायिक



हिसार। सेवानिवृत्त अधिकारियों को विदाई देते दि न्यू इंडिया एशोरेंस कंपनी लिमिटेड के मुख्य व्यावसायिक प्रबंधक सुभाष मेहरा।

प्रबंधक सुभाष मेहरा ने तीनों अधिकारियों का कार्यालय पहुंचने पर स्वागत किया। विदाई समारोह में सुभाष मेहरा ने कहा कि प्रवीण जोशी बहुत ही मेहनती और लगनशील अधिकारी रहे हैं। प्रशासनिक अधिकारी प्रवीण जोशी व वरिष्ठ सहायक रामपाल अपने कार्य को पूरी लगन व निष्ठा से ही नहीं बल्कि दूसरों के कार्यों में भी पूरा

सहयोग देते थे। सेवानिवृत्त अधिकारियों और कर्मचारियों का अनुभव हमेशा उस संस्थान को आगे बढ़ाने का काम करता है, जहां उन्होंने अपने जीवन का बहुमूल्य समय दिया है। सिरसा कार्यालय की ईंचार्ज मनीषा रानी ने भी अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई। उन्होंने भी सेवानिवृत्त अधिकारियों के कार्यों के प्रशंसा की।

## विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर विद्यार्थियों को शपथ दिलाई

कन्या गुरुकुल डोभी के प्रांगण में विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर कार्यक्रम किया

हरिभूमि न्यूज ॥ हिसार

मेरा युवा भारत एवं आजाद हिन्द युवा क्लब गांव किरतान के सहयोग से कन्या गुरुकुल डोभी के प्रांगण में विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर कार्यक्रम किया गया। बच्चों को तंबाकू के सेवन से होने वाली बीमारियों व अन्य समस्याओं से अवगत कराया गया तथा इससे दूर रहने का आहवान किया गया।

इस मौके पर आजाद हिंद युवा क्लब प्रधान कपूर सिंह आर्य ने कहा कि विश्व स्वास्थ्य संगठन डब्ल्यूएचओ द्वारा इस दिवस को मनाने फैसला लिया गया था। इस दौरान बच्चों को शपथ दिलाई गई कि जीवन में कभी तंबाकू का



हिसार। कन्या गुरुकुल डोभी में छात्राओं को शपथ दिलाते पदाधिकारी।

सेवन नहीं करेंगे और इसका सेवन करने वालों को स्वास्थ्य पर पड़ने वाले कुप्रभाव से अवगत करवाएंगे। इस अवसर पर कन्या गुरुकुल कुलपति बलजीत सिंह आर्य, मुख्य अधिष्ठाता परमजीत सिंह आर्य, प्रोमिल आर्य, अनीता आर्य, माता बुला देवी, पूजा रानी, कविता रानी, मनवीर बुगालिया आदि मौजूद थे।

## आजाद नगर से बंदर पकड़ने का कार्य शुरू

शहरवासियों को बंदरों की समस्या से जल्द निजात मिलेगी : मेयर पोपली

हरिभूमि न्यूज ॥ हिसार

शहर में बढ़ रही बंदरों की तादाद और उनके हमलों को देखते हुए शहर में बंदरों को पकड़ने का काम शुरू हो गया है। इसकी शुरुआत आजाद नगर गली नंबर 2 प्राइवेट अस्पताल की पार्किंग से पार्श्वों की मौजूदगी में मेयर प्रवीण पोपली ने की। इस अवसर पर पार्श्व संजय डालमिया, सत्यपाल पानू, गुलाब सिंह, राजेन्द्र बिदुलान के अलावा कृष्ण कुमार, गोपाल डालमिया, नरेन्द्र मेहता, सतीश सेहरा, बिट्टू ऐलावादी सहित क्षेत्रवासी मौजूद रहे। इस मौके पर मेयर प्रवीण पोपली ने बताया कि बंदर पकड़ने का कार्य एजेंसी को 1 वर्ष के लिए दिया गया है। इसके लिए नगर निगम प्रति बंदर 1550 रुपये एजेंसी को अदा करेगा। इसमें एजेंसी



हिसार। शहर में बंदरों के पकड़ने के कार्य का शुभारंभ करते मेयर प्रवीण पोपली।

## लगाए जाएंगे छह पिजरे

बंदर पकड़ने वाली एजेंसी के संचालक अजय शर्मा ने बताया कि शहर में लगभग 6 पिजरे लगाए जाएंगे। जिसमें 1 पिजरे पर लगभग 4 व्यक्ति मौजूद रहेंगे। जो बंदरों पिजरो में पकड़कर अस्थायी रूप से गांव डांडा के नजदीक फार्म हाउस पर अस्थायी रूप से रखा जाएगा। इसके बाद एकत्रित सभी बंदरों को फिरोजपुर झिरका के जंगलों में छोड़ा जाएगा।

शहर से बंदर पकड़ने से लेकर फिरोजपुर झिरका के जंगलों में छोड़ने तक का कार्य

## ऐसा पकड़ में आते हैं बंदर

एजेंसी संचालक ने बताया कि बंदरों को पकड़ने के लिए क्षेत्र में किरसी जगह पर पिंजरा लगाया जाता है। पिंजरे में केले, चने व बंदरों के खाने पीने के पसंदीदा सामान को रखा जाता है। इसमें एक गेट को खुला रखा जाता है जिससे दूर से रस्सी से पकड़ा जाता है। जैसे ही बंदर इस खाने के लिए पिंजरे में जाता है तो कर्मचारी रस्सी को ढीला छोड़ कर गेट बंद कर देते हैं।

करेगी। शहरवासियों को बंदर की समस्या से जल्द निजात मिलेगी।

## काउंसलर ने आमजन को तंबाकू के दुष्प्रभावों से अवगत करवाया

हरिभूमि न्यूज ॥ हिसार

जिला नागरिक अस्पताल में विश्व तंबाकू निषेध दिवस के अवसर पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम नशा मुक्त भारत, नशा मुक्त हरियाणा जागरूकता

नागरिक अस्पताल में आयोजित किया गया, जिसमें आमजन को तंबाकू के दुष्प्रभावों से अवगत करवाया गया।

कार्यक्रम के दौरान मास्टर वॉलंटियर एवं सुकून काउंसलर राहुल शर्मा ने बताया कि विश्व स्वास्थ्य संगठन के आह्वान पर प्रत्येक वर्ष 31 मई को यह दिवस मनाया जाता है। इसका उद्देश्य लोगों को तंबाकू के सेवन से होने वाले गंभीर स्वास्थ्य खतरों के प्रति जागरूक करना है। सोशल वर्कर राजेश, मनोवैज्ञानिक डॉ. शालू, मनोचिकित्सक डॉ. पूनम दहिया व डॉ. सुखबीर वर्मा ने तंबाकू से होने वाली बीमारियों पर प्रकाश डाला। डॉ. विकास चहल ने उपस्थित लोगों को तंबाकू से दूर रहने की शपथ दिलाई। इस अवसर पर डॉ. उत्कर्षा, रोमी सिंगला, अरविंद, साहिल, राजन कुमार, डॉ. प्रियंका, अनीता सहित स्वास्थ्य विभाग के कई अधिकारी, कर्मचारी और आमजन उपस्थित रहे।



हिसार। कार्यक्रम को संबोधित करते मास्टर वॉलंटियर एवं सुकून काउंसलर राहुल शर्मा व डॉक्टर।

## मार्केट न्यूज

## तनिष्क शोरूम में एलान कलेक्शन का मध्य शुभारंभ व डायमंड अवेयरनेस सेशन का आयोजन



हिसार। हिसार मई-आज तनिष्क ने अपनी न्यू कलेक्शन ELAN का भव्य शुभारंभ किया। इस विशेष अवसर पर तनिष्क हिसार शोरूम के मैनेजर ने ग्राहकों के लिए डायमंड अवेयरनेस सेशन का आयोजन किया, जिसमें उन्होंने डायमंड की गुणवत्ता, कट, क्लैरिटी और वैल्यू से जुड़ी अहम जानकारियां दीं। हीरे की पहचान करने के लिए जो सबसे महत्वपूर्ण चीज है। उनकी आधुनिक उपकरणों का उपयोग करने जैसे कि माइक्रोस्कोप मशीन से हीरे की पहचान करना बताया गया, जिससे ग्राहक को पहली बार हीरे की पहचान करने का एहसास मिला। इस आयोजन में रिबन काटकर संग्रह को लॉन्च किया गया और मेहमानों को रेड कार्पेट वेलकम दिया गया। आये हुए मेहमानों ने ELAN कलेक्शन की शानदार ज्वेलरी पहनकर रैप वॉक में भी भाग लिया। एक शानदार फोटोशूट कर मेहमानों के खूबसूरत पलों को कैमरे में कैद किया गया।

## शहर में आज चलाया जाएगा सफाई अभियान

हिसार। नगर निगम और सामाजिक संस्थाओं द्वारा सफाई महाअभियान रविवार को सुबह 6 बजे चलाया जाएगा। संयुक्त आयुक्त डॉ. प्रीतपाल ने बताया कि यह सफाई महा अभियान डाबड़ा रोड से साउथ बायपास स्थित वाटर वर्क्स से शुरू होकर आईटीआई चौक तक चलाया जाएगा। इसमें सफाई के साथ-साथ छोटी कीचड़ व झाड़ियां को हटाया जाएगा। इसके साथ ही मलबे और कचरा प्वाइंटों को भी हटाया जाएगा। उन्होंने बताया कि नगर निगम सामाजिक एवं धार्मिक संस्थाओं के साथ सफाई अभियान समय समय पर चलता रहता है। उन्होंने बताया कि महा सफाई अभियान की शुरुआत मेयर प्रवीण पोपली करेंगे। इस दौरान हमारा प्यार हिसार संस्था के सभी सदस्य मौजूद रहेंगे।

## हरिभूमि

## आवश्यक सूचना

जिन पाठकों को अखबार मिलने में किसी भी प्रकार की असुविधा हो रही हो या उनके घर में कोई अन्य अखबार दिया जा रहा हो वह इन टेलीफोन नम्बरों पर सम्पर्क करें या व्हाट्सअप करें :-

हरिभूमि, 783, पी.एल.ए., नजदीक टाउन पार्क, हिसार फोन : 9653530207, 8814999173, 9253681005

## कुलदीप बिश्नोई 2 को रोहताक व जीट जाएंगे

हिसार। भिवानी व हिसार से सांसद रहे कुलदीप बिश्नोई ने प्रदेश स्तरीय कार्यक्रम की कड़ी को आगे बढ़ाते हुए अब मध्य हरियाणा का रूख किया है। अपने साथियों का हाल जानने के लिए वे 2 जून को रोहताक एवं जीट जिले में विभिन्न कार्यक्रमों में शिरकत करेंगे।

इसके उपरांत 2 जून को सायं 5 बजे वे हिसार आवास पर कार्यक्रमों से मुलाकात करेंगे। तीन जून को पूर्व मुख्यमंत्री स्व. चौ. भजन लाल की 14वीं पुण्यतिथि पर आदमपुर में जन प्रेरणा स्थल पर श्रद्धांजलि अर्पित करने के उपरांत आदमपुर स्थित बिश्नोई मंदिर में हवन यज्ञ उपरांत रक्तदान शिविर में भाग लेंगे।

## विधायक ने विकास परियोजना के निर्माण कार्य का किया शुभारंभ

## बाड़ा सुलेमान में 4400 फीट लंबा रास्ता होगा पक्का

पांच सालों में इतने विकास कार्य करवाए जाएंगे कि लोग बरसों तक याद रखेंगे : विधायक भयाना

हरिभूमि न्यूज ॥ हांसी

नागरिकों की आकांक्षाओं के अनुरूप हांसी हलके में तेजी से विकास कार्य करवाए जा रहे हैं। हलके ने जो विकास की रफ्तार पकड़ी है उसे कभी भी धीमा नहीं पड़ने दिया जाएगा। इन 5 वर्षों में इतने विकास कार्य करवाए जाएंगे कि लोग बरसों तक याद रखेंगे। विधायक विनोद भयाना ने यह बातें शनिवार शाम को बाड़ा



हांसी। बाड़ा सुलेमान गांव में विकास परियोजना के निर्माण कार्य का शुभारंभ करते विधायक विनोद भयाना।

सुलेमान गांव में 45 लाख रुपये की लागत से बन कर तैयार होने वाली विकास परियोजना के निर्माण कार्य का शुभारंभ करने के उपरांत ग्रामीणों से बातचीत कर रहे थे।

उन्होंने कहा कि आज शमशान घाट से कौर सिंह फौजी की टाणी तक के कच्चे रास्ते को पक्का करने के कार्य का शुभारंभ किया गया है। दस फुट चौड़े तथा 4400 फीट लंबे इस

## ये रहे मौजूद

इस अवसर पर धर्मपुरा गांव के सरपंच प्रतिनिधि संजीव कंबोज, जगमा बाड़ा गांव के सरपंच सुरजीत गुजर, ब्लॉक समिति अध्यक्ष प्रतिनिधि सुभाष, गोलू चावला वेद कंबोज बसावा राम, शेर सिंह, अनुपम चावला विधायक के निजी सचिव रवि अरोड़ा, ब्लॉक समिति के पूर्व अध्यक्ष सुरेश खीचड, भाजपा सोशल मीडिया प्रमारी मोहित सोलंकी, पूर्व सरपंच लालचंद, अजलाल, लंबू सिंह, जम्मू सिंह, जेई स्वीन बाबल सहित काफी संख्या में क्षेत्र के गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

कच्चे रास्ते को पक्का करने के इस विकास कार्य पर लगभग 45 लाख रुपये की राशि खर्च की जाएगी। इस कार्य को पूर्ण होने में लगभग 2 माह का समय लगेगा। यह विकास कार्य मुख्यमंत्री खेत खलिहान योजना के तहत विकास एवं पंचायत विभाग द्वारा किया जाएगा। ग्रामीणों की मांग पर विधायक विनोद भयाना ने मौके पर ही घोषणा करते हुए कहा कि शमशान घाट से बाड़ा सुलेमान गांव तक 9 एकड़ लंबाई के रास्ते को भी जल्द पक्का करवाया जाएगा।

प्रदूषण की मयावह होती वैश्विक समस्या और बढ़ते तापमान से मुक्ति पाने का सबसे कारगर उपाय है कि हम ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर को अपनाने की दिशा में कारगर कदम बढ़ाएं। हालांकि इस दिशा में भी कई चुनौतियां हैं, लेकिन सरकारी स्तर पर ठोस पहल और जन सामान्य की भागीदारी से देश-दुनिया को हरा-भरा बना सकते हैं, भविष्य को सुरक्षित बना सकते हैं।

**विशेष: विश्व पर्यावरण दिवस**  
5 जून

## तपते शहरों में ऐसे बढ़ेगा ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर

की कमी आ जाएगी। पेरिस, सियोल, मेलबर्न और कोपनहेगन जैसे शहर अब हर नई परियोजना को ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर में तब्दील कर रहे हैं। इस दिशा की चुनौतियां: भारत में ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर बनाना बड़ी चुनौती है, क्योंकि हमारी स्थानीय शहरी निकायों के पास इस पर स्पष्ट दिशा-निर्देश नहीं हैं। साथ ही हमारे नगर निकायों के पास पर्याप्त वित्तीय संसाधनों की भी कमी है। इसलिए हमारे शहर चाहकर भी ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर को फिलहाल नहीं बढ़ा पा रहे हैं, क्योंकि आम लोग इसे अतिरिक्त खर्च वाला समझते हैं। यही कारण है कि अब बड़े पैमाने पर ऐसी योजनाएं और स्मार्ट सिटी

योजनाओं को लागू किया जाए। अब जरूरी हो गया है कि शहरी खेती और कम्युनिटी गार्डनिंग को अनिवार्य किया जाए। हर मुहल्ले में सामूहिक बागवानी प्रोजेक्ट शुरू किए जाएं, नगर निगम स्थानीय सब्जी उत्पादन को बढ़ावा दें, इसके लिए सब्सिडी और बेहतर ट्रेनिंग का सहारा लिया जाए। शहरी घरों की छतों और दीवारों को ज्यादा से ज्यादा हरा किया जाए। इसकी सबसे पहली शुरुआत सरकारी भवनों, विभिन्न सरकारी इमारतों और शहरी विभागों से किया जाए। निजी प्लेटे और कॉम्प्लेक्स में भी ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर को बढ़ावा देने के लिए कई तरह के टैक्स में छूट दी जाए ताकि लोग ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की तरफ आकर्षित हों। शहर की हर इमारत में ग्रीन वाटर ट्रीटमेंट प्लांट लगाना अनिवार्य किया जाए, साथ ही बरसाती नालियों को पुनः डिजाइन करके उन्हें जैविक जल निकासी प्रणाली में बदला जाए।



योजनाओं को लागू किया जाए। अब जरूरी हो गया है कि शहरी खेती और कम्युनिटी गार्डनिंग को अनिवार्य किया जाए। हर मुहल्ले में सामूहिक बागवानी प्रोजेक्ट शुरू किए जाएं, नगर निगम स्थानीय सब्जी उत्पादन को बढ़ावा दें, इसके लिए सब्सिडी और बेहतर ट्रेनिंग का सहारा लिया जाए। शहरी घरों की छतों और दीवारों को ज्यादा से ज्यादा हरा किया जाए। इसकी सबसे पहली शुरुआत सरकारी भवनों, विभिन्न सरकारी इमारतों और शहरी विभागों से किया जाए। निजी प्लेटे और कॉम्प्लेक्स में भी ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर को बढ़ावा देने के लिए कई तरह के टैक्स में छूट दी जाए ताकि लोग ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की तरफ आकर्षित हों। शहर की हर इमारत में ग्रीन वाटर ट्रीटमेंट प्लांट लगाना अनिवार्य किया जाए, साथ ही बरसाती नालियों को पुनः डिजाइन करके उन्हें जैविक जल निकासी प्रणाली में बदला जाए।

योजनाओं को लागू किया जाए। अब जरूरी हो गया है कि शहरी खेती और कम्युनिटी गार्डनिंग को अनिवार्य किया जाए। हर मुहल्ले में सामूहिक बागवानी प्रोजेक्ट शुरू किए जाएं, नगर निगम स्थानीय सब्जी उत्पादन को बढ़ावा दें, इसके लिए सब्सिडी और बेहतर ट्रेनिंग का सहारा लिया जाए। शहरी घरों की छतों और दीवारों को ज्यादा से ज्यादा हरा किया जाए। इसकी सबसे पहली शुरुआत सरकारी भवनों, विभिन्न सरकारी इमारतों और शहरी विभागों से किया जाए। निजी प्लेटे और कॉम्प्लेक्स में भी ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर को बढ़ावा देने के लिए कई तरह के टैक्स में छूट दी जाए ताकि लोग ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की तरफ आकर्षित हों। शहर की हर इमारत में ग्रीन वाटर ट्रीटमेंट प्लांट लगाना अनिवार्य किया जाए, साथ ही बरसाती नालियों को पुनः डिजाइन करके उन्हें जैविक जल निकासी प्रणाली में बदला जाए।

योजनाओं को लागू किया जाए। अब जरूरी हो गया है कि शहरी खेती और कम्युनिटी गार्डनिंग को अनिवार्य किया जाए। हर मुहल्ले में सामूहिक बागवानी प्रोजेक्ट शुरू किए जाएं, नगर निगम स्थानीय सब्जी उत्पादन को बढ़ावा दें, इसके लिए सब्सिडी और बेहतर ट्रेनिंग का सहारा लिया जाए। शहरी घरों की छतों और दीवारों को ज्यादा से ज्यादा हरा किया जाए। इसकी सबसे पहली शुरुआत सरकारी भवनों, विभिन्न सरकारी इमारतों और शहरी विभागों से किया जाए। निजी प्लेटे और कॉम्प्लेक्स में भी ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर को बढ़ावा देने के लिए कई तरह के टैक्स में छूट दी जाए ताकि लोग ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की तरफ आकर्षित हों। शहर की हर इमारत में ग्रीन वाटर ट्रीटमेंट प्लांट लगाना अनिवार्य किया जाए, साथ ही बरसाती नालियों को पुनः डिजाइन करके उन्हें जैविक जल निकासी प्रणाली में बदला जाए।

और शहरों को अधिक टिकाऊ बनाता है।

**बिगड़ते पर्यावरण की वजहें:** आजकल जलवायु परिवर्तन और ग्लोबल वॉर्मिंग के कारण भारत ही नहीं दुनिया भर के ज्यादातर शहर, गर्मी से जल रहे हैं। शहरों में अर्बन हीट, आइलैंड इफेक्ट जोर-शोर से देखा जा रहा है। शहरों में कंक्रीट, डामर और प्लास्टिक की अधिकता, जमीन की नमी सोख रही है, जिससे तापमान बढ़ रहा है। यही नहीं जो शहर पहले छायादार पेड़ों की कतारों के हिस्से हुआ करते थे, अब उन शहरों में बड़े-बड़े पेड़ों को काट कर सड़कों का विस्तार और नए-नए मॉल्स बनाए जा रहे हैं, जिससे हमारे पारंपरिक शहरों का ग्रीन आवरण लगातार घट रहा है। कार्बन उत्सर्जन बढ़ रहा है और जल प्रबंधन की विफलता भी हमारे सामने है। शहरों में अंधाधुंध ढंग से बढ़ रहे वाहन, फैक्ट्रियां और कूलिंग सिस्टम से निकलने वाली गर्म, लगातार हमारे शहरों के तापमान बढ़ा रही हैं। दूसरी तरफ अंधाधुंध रिहाईश्री ढांचे खड़े कर देने के कारण बारिश का जल बह कर निकल जाता है। धरती में वापस नहीं जा पाता, जिससे न सिर्फ सूखे बल्कि बाढ़ की समस्या भी इससे बढ़ रही है।

**बढ़ रही है ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की जरूरत:** बिगड़ते पर्यावरण की वजह से ही विश्व स्तर पर ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की खासी जरूरत बढ़ी है। आज ज्यादातर नगर योजनाकार बार-बार ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर की जरूरत पर बल देते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन का मानना है कि 2050 तक दुनिया की करीब 70 फीसदी आबादी शहरों में रह रही होगी और तब आज से कहीं ज्यादा पर्यावरणीय दबाव होगा। साल 2023 की आईपीसीसी रिपोर्ट कहती है, यदि शहरों में हरित क्षेत्र 30 प्रतिशत बढ़ा दिया जाए तो दुनिया के औसत तापमान में 2 डिग्री सेंटीग्रेड

जो मानसून हर वर्ष जून के पहले सप्ताह में भारत में प्रवेश करता था, इस बार मई के अंतिम सप्ताह से पहले ही आ गया। ऐसा होने के पीछे किस तरह के कारण जिम्मेदार हैं और इसके क्या प्रभाव हो सकते हैं, आप जरूर जानना चाहेंगे।

## समय से पहले आया मानसून !

**बदलाव / रजनी अरोड़ा**

**मौ**

सम वैज्ञानिकों के मुताबिक इस साल मानसून की रफ्तार इतनी तेज है कि करीब 2 सप्ताह पहले ही देश में एंटी हो गई है। समय से पहले आए मानसून से हालांकि जन-मानस को गर्मी की तीपिश से राहत पहुंची है, लेकिन पर्याप्त तैयारी के अभाव में कई शहर जल भराव की स्थिति का सामना कर रहे हैं।

**परेशानी या वरदान:** मानसून का जल्दी आना, सिर्फ मौसम का बदलाव नहीं बल्कि हमारे पर्यावरण और जलवायु में हो रहे बड़े बदलावों का भी संकेत है। विशेषज्ञों के अनुसार यह जलवायु परिवर्तन वैश्विक तापमान और समुद्री प्रदूषण के मिले-जुले प्रभाव का नतीजा है। समुद्री सतह के तापमान के अनुकूल बदलाव पड़ा है। समुद्र का टेंपरेचर सामान्य से ज्यादा रहा, जिसके कारण मानसूनी पश्चिमी हवाएं तेजी से सक्रिय हो गईं।

**चिंता का कारण:** मानसून का जल्दी आना हालांकि कृषि, वाणिज्य जैसे क्षेत्रों के लिए अच्छा हो सकता है। लेकिन इसके अनियमित-बिगड़ते पैटर्न से बाढ़,

**मानसून के प्रकार:** भारतीय मानसून उन हवाओं को कहते हैं, जो ग्लोबल जलवायु में तापमान उतारने के कारण बंगाल की खाड़ी, हिंद महासागर और अरब सागर में नमी के बढने से सक्रिय हो जाती है। ये हवाएं दक्षिण-पश्चिम और दक्षिण-पूर्व से उत्तर-पूर्व की ओर चलती हैं और ठंड के दिनों में विपरीत दिशा की ओर यानी समुद्र की ओर बहती हैं। इसके आधार पर भारत में मानसून मूलतया दो तरह के होते हैं। दक्षिण-पश्चिमी मानसून (जून से सितंबर तक) ये मानसूनी हवाएं भारत में सामान्यतया एक जून को सबसे पहले केरल में प्रवेश करती हैं और वहां बारिश करती हैं। इसके बाद यह धीरे-धीरे उत्तर दिशा में बढ़ता है। फिर जून का अंत तक आते-आते यह देश के ज्यादातर हिस्सों पर छा जाती है। उत्तर-पूर्वी मानसून, जल-परिवर्तन होने पर ये हवाएं विपरीत दिशा की ओर यानी समुद्र की ओर बहती हैं। ये हवाएं आमतौर पर सितंबर-अक्टूबर माह तक वापस चली जाती हैं।

की तरफ और पूर्वी हिस्से यानी इंडोनेशिया की तरफ पानी का तापमान से जोड़ते हैं। वस्तुतः इनके तापमान में फर्क मिलता है। अगर पश्चिमी हिस्सा गर्म होता है और पूर्वी हिस्सा ठंडा तो यह पॉजिटिव आईओडी कहलाता है। यह मानसून के लिए अच्छा होता है यानी बादल बनने, बारिश बढ़ाने में मदद करता है। जबकि इसके विपरीत यानी पश्चिम हिस्सा ठंडा और पूर्वी हिस्सा गर्म हो तो यह नेगेटिव आईओडी कहलाता है और यह मानसून को रोकता है। 2025 में अभी आईओडी भी न्यूट्रल है। मौसम



लैंडस्लाइड, जलजनित बीमारियां, महामारी जैसी समस्याएं उत्पन्न होने का खतरा भी हो सकता है।

**जल्दी आने के कारण:** देश में मानसून के जल्दी आने को मौसम-वैज्ञानिक ग्लोबल वॉर्मिंग का असर मान रहे हैं। जिसके प्रति हमें सजग होना और समुचित कदम उठाने जरूरी हैं।

**लानिनी और अलनिनी का प्रभाव:** यह प्रशांत महासागर के तापमान से जुड़ा सिस्टम है। जब प्रशांत महासागर का तापमान ज्यादा गर्म हो जाता है तो उसे अलनिनी कहते हैं, जो भारत के मानसून को कमजोर कर देता है। जब महासागर ठंडा होता है तो वह लानिनी कहलाता है, जो मानसून को मजबूत करता है। चूंकि इस साल न ज्यादा ठंडा और न ज्यादा ठंडक है। यानी ईएनएसओ न्यूट्रल है और यही हालात भारत के मानसून के लिए फायदेमंद है।

**इंडियन ओशन डायपोल का पॉजिटिव होना:** कुछ वैज्ञानिक मानते हैं कि आईओडी अरब सागर में नमी के जमाव को बढ़ाता है, जिससे मानसून की हवाएं तेज होती हैं और यह मानसून के जल्दी आने का कारण भी बनता है। तो कुछ वैज्ञानिक इसे भारतीय महासागर के पश्चिमी हिस्से यानी अफ्रीका

वैज्ञानिकों का कहना है कि अगस्त-सितंबर तक यह हल्का पॉजिटिव हो सकता है, जो मानसून को और बढ़ा सकता है।

**जेट स्ट्रीम में बदलाव:** मानसून की हवाएं यानी ऊपरी स्तर की हवाओं में बदलाव से भूमध्य रेखा के ऊपर से हवाएं तेजी से भारत की ओर चलती हैं, जिससे नमी से भरी हवाएं पहले पहुंचकर मानसून जल्दी ले आती हैं। एक्सपर्ट्स का मानना है कि सोमाली जेट हवाएं मॉरीशस और मेडागास्कर से उठती हैं। जो सीधे अरब सागर से होते हुए भारत के पश्चिमी तट यानी केरल, कर्नाटक, गोवा और महाराष्ट्र तक आती हैं। 2025 में ये हवाएं असामान्य रूप से तेज हैं।

**ग्लोबल वॉर्मिंग से बढ़ता मानसून पैटर्न:** ग्लोबल वॉर्मिंग की वजह से वातावरण और महासागरों का तापमान लगातार बढ़ रहा है। यह बदलाव मानसून के समय और तीव्रता को सीधे प्रभावित करता है। इससे उसका चक्र बदल जाता है। इसके अलावा बीते कई महीने में अरब सागर और बंगाल की खाड़ी में भारी नमी देखी गई, जिससे बादलों को बनने में ज्यादा देर नहीं लगी। इसके साथ कर्नाटक-गोवा तट के पास बने साइक्लोनिक सिस्टम की वजह से मानसून जल्दी आ गया। \*

**कवर स्टोरी**  
**अपराजिता**

**आ** गामी 5 जून 2025 को जब हम विश्व पर्यावरण दिवस मनाएंगे, तो हमारे देश के कई बड़े शहर तप रहे होंगे। दिल्ली हो या जयपुर, नागपुर हो या हैदराबाद। देश के कई शहर गर्मियों में तपते हीमों में बदल चुके हैं। सिर्फ हम अपने देश के शहरों की ही बात क्यों करें? लाहौर, बीजिंग, न्यूयॉर्क, टोक्यो और दुबई की भी आज की तारीख में यही स्थिति है। सवाल है, इन शहरों में फिर से जीवन को चैन और आराम देने वाली ठंडक कैसे मिले? कंक्रीट के हमारे जंगल, ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर में कैसे बदलें? क्या है ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर: ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर का मतलब है, ऐसे डिजाइन और ऐसी व्यवस्थाएं, जो प्राकृतिक समाधान प्रस्तुत करें। ये पार्क, छतों पर बागवानी, हरित दीवारों, वर्षा जल संरक्षण, शहरी जंगल, जैविक नालियां, ग्रीन कॉरिडोर और स्वच्छ ऊर्जा से जुड़ी सम्मिलित संरचनाओं का नाम है। यह ग्रीन इंफ्रास्ट्रक्चर न केवल हमारे पर्यावरण की रक्षा करता है बल्कि लोगों को रोजगार, बेहतर स्वास्थ्य

**चितवन / यशवंत कोठारी**

**भा** रतीय संस्कृति या कहां भारतीयता में प्रारंभ से ही पर्यावरण को अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। हमारी संस्कृति में वृक्ष, पेड़-पौधों, जड़ी-बूटियों को देवता माना गया है। पवित्र और देवतुल्य वृक्षों की प्राचीन परंपरा भारतीयता के साथ गुंथी हुई है। वास्तव में भारतीयता किसी व्यक्ति विशेष से नहीं प्रकृति, पर्यावरण, सांस्कृतिक चेतना और विरासत से जुड़ी हुई है। तमाम विविधताओं के बावजूद भारतीयता के रक्षकों, पोषकों ने वृक्षों को पूजने की, उन्हें आदर देने की एक ऐसी परंपरा आरंभ की, जो भारतीयता में रच-बस गई है। वृक्षों के महत्व को प्रतिपादित करते हुए हमारी संस्कृति में अनेक परंपराएं और प्रथाएं विकसित की गईं जो वृक्षों, पर्यावरण, संस्कृति, सुहाग, पूजा-पाठ, धार्मिक अनुष्ठान आदि से जोड़ दी गईं। ये सभी चीजें कालांतर में भारतीयता का पोषण करने वाली सिद्ध हुईं।

**पेड़-पौधों की करते हैं पूजा:** देश के कुछ आदिवासी क्षेत्रों में विवाह के समय वर-वधु एक पौधा लगाते हैं। माना जाता है कि जैसे-जैसे वृक्ष हरा-भरा होकर विकसित होता है, दंपत्य जीवन में भी सुख और संपन्नता बढ़ती जाती है। बड़े के पेड़ को सुहाग प्रदान करने वाला माना गया है। उत्तर भारत में वट वृक्ष की पूजा का त्योहार मनाया जाता है। पीपल के वृक्ष पर भगवान विष्णु का वास माना जाता है। पलाश के वृक्ष के नीचे शीतला माता का वास माना गया है। इसी प्रकार आंवला, तुलसी, केला आदि कई पौधों की पूजा-अर्चना का विधान भारतीय संस्कृति में मौजूद है। यह भारतीयता का एक मोहक रूप है। पीपल के वृक्ष को रामायण में भी मान्यता दी गई है। तुलसी की पवित्रता, औषधीय उपयोगों और महत्व के बारे में कई प्राचीन पुस्तकों में वर्णन मिलता है।

## भारतीयता के मूल में निहित पर्यावरण संरक्षण



इससे सिद्ध होता है कि भारतीय संस्कृति में तुलसी के पौधे को कितना महत्वपूर्ण पौधा माना जाता रहा है। भारतीयता की अनेक विविधताओं के बावजूद वृक्षों का संरक्षण, उनकी पूजा-अर्चना का विधान है।

**भारतीयता का अरण्य उत्सव:** वृक्षों के प्रति हमारी यह श्रद्धा अनादिकाल से चली आ रही है। अरण्य ते पृथिवि स्येनमस्तु। अर्थात् हे पृथ्वीमाता, तुम्हारे जंगल, हमें आनंद, उत्साह से भर दें। यही श्रद्धा और आदर का भाव बार-बार हमें भारतीयता की मूल भावना से भी जोड़ता है। भारतीयता, जो हम सभी के जीवन से जुड़ी हुई है। भारतीयता यानी

हरी-भरी वसुंधरा, हरियाली से सजे वनप्रदेश, कामदेव का वसंत, चतकते फूल, श्रंगार से ओत-प्रोत वन, मादक गंधयुक्त समीर, आजादी से उड़ते पक्षी, कोयल की मीठी वाणी, कुलाकर्तृ भरते हिरण, नाचते मोर, झरने, झीलें, कलकल करती नदियां, ये सभी सुंदर पर्यावरण बनाते हैं और बनाते हैं भारतीयता का एक संपूर्ण फलक। फलक में उपस्थित होते हैं अनेक प्रकार के रंग। प्रकृति का यह उत्सव भारतीयता का मौलिक स्वरूप है। शायद ही विश्व के अन्य किसी भाग या देश की संस्कृति में पर्यावरण को इतना महत्वपूर्ण माना गया है। हम समझें अपने दायित्व: प्राचीन काल में हुए हमारे ऋषि-मुनियों ने भारतीयता की महक से परिपूर्ण पर्यावरण की कल्पना की थी। यदि किसी वृक्ष को काटना बहुत ही जरूरी हो जाता तो वृक्ष पर रहने वाले पशु-पक्षियों से क्षमा याचना कर मंत्र यद्द कर सर्वजनहिताय वृक्ष को काटा जाता था। पर्यावरण के संतुलन को बनाए रखने, उसे पूर्ण रूप से प्रकृति के अनुकूल रखने तथा विकास के साथ एक तादात्म्य और सामंजस्य रखने की प्रेरणा भारतीयता देती है। प्राचीन शास्त्र, साहित्य, संस्कृति, कला जो कुछ भी इस भारत भूमि पर विद्यमान रहा वह सब भारतीयता से परिपूर्ण है और यही बात प्रकृति, पर्यावरण तथा वातावरण पर भी लागू होती है। यह बेहद खेद का विषय है कि भौतिकवादी उपभोक्ता संस्कृति ने सभी प्राचीन भारतीय मूल्यों को नष्ट कर दिया है। प्रकृति के संरक्षण की बात कोई नहीं करना चाहता है। लेकिन हम सब कभी न भूलें कि अपने अस्तित्व को बचाए रखने के लिए भी पेड़-पौधों को लगाना, उनका संरक्षण करना, जीव-जंतुओं, पेड़-पौधों की रक्षा सब कुछ हमारा नैतिक दायित्व है, भारतीयता का कर्तव्य है। अगर हम इस कर्तव्य को पूरा कर सकें तो एक शाय्य श्यामला हरित भूमि हमारे चारों ओर मुकुटाएगी। \*

**कविता**  
**अलका सोनी**

## नदी सबको देती है



नदी सबको देती है बहुत कुछ... जल, जंगल, जमीन मछलियां, सूर्य को अर्घ्य देने की जगह। उसी तरह उसने मुझे भी बहुत कुछ दिया लेकिन मैंने देर से देखा और समझा यह सब। तब आश्चर्य हुआ कि वो तब भी देती रहती है

जब रम नहीं जानते उसका देते जाना। यह सब देख मन में आने लगती है बस एक ही बात कि नदी जो सबको देती है कुछ न कुछ बदले में पाती है उसे नहीं समझे जाने की कई वक्रणें।

**लघुकथाएं**

## मेरे नाम का पेड़



मेन रोड पर रोप देता हूं। उसने कहानी बताई। 'तुमने कहा नहीं कि यह मेरे नाम का पेड़ है, किसी की अमानत है।' मैंने कहा। 'मुझे आजम के सामने मुंह खोलना इतना आसान था क्या? वो तो सीधे चिन्वा देते।' वह कंधे उचका कर बोली। थोड़ी देर खामोशी रही फिर उसने धीरे से कहा, 'सच बताऊं, जब भी मैं गांव जाती हूं और इंटी पर वह बरगद का पेड़ थके-हारे लोगों को अपने साए की आगोश में समेटे दिखाता है तो मैं कार रुकवा कर पेड़ देर तक निहारती हूं। किसी ने यात्रियों की सेवा के लिए एक चाय-गाम की गुमटी भी डाल ली है। प्रधान जी ने गमों में च्यासों के वास्ते एक डैंडपंप भी लगावा दिया है। किसी दिन आप भी मेरे साथ चलिए, आपको पेड़ देखकर बहुत खुशी होगी।' मैं सोचने लगा कि मरने के बाद बरगद की लकड़ी से जलाया जाता है कि नहीं? \*

-प्रेमद श्रीवास्तव

## विज्ञापन

ए क व्यक्ति ने अखबार में विज्ञापन छपवाया, 'पांच साल का यह लड़का, जिसकी फोटो दी जा रही है, कल शाम से घर से लापता है। किसी को यह बच्चा दिखाई दे या मिले तो दिए गए फोन नंबर पर सूचित करें। सूचना देने वाले को उचित इनाम दिया जाएगा।' दूसरे दिन ही उस व्यक्ति के फोन की घंटी बजी। आवाज आई, 'आपने अखबार में बच्चे की गुमशुदगी का विज्ञापन

दिया है। उसी के संबंध में बताना चाहता हूं कि आपका बच्चा कल से मेरे पास है, आप तुरंत आकर ले जाएं।' वो कौन बोल रहे हैं और कहाँ से बोल रहे हैं?' व्यक्ति ने जल्दी से पूछा। 'मैं सुखद वृद्धाश्रम से रघुवीर बोल रहा हूँ...' जवाब मिला। यह सुनकर व्यक्ति की आंखें नम हो गईं। उसने तुरंत अपनी पत्नी से कहा, 'गुडू मिल गया है, वह वृद्धाश्रम में अपने दादा जी के पास है।' \*

-गोविंद भारद्वाज

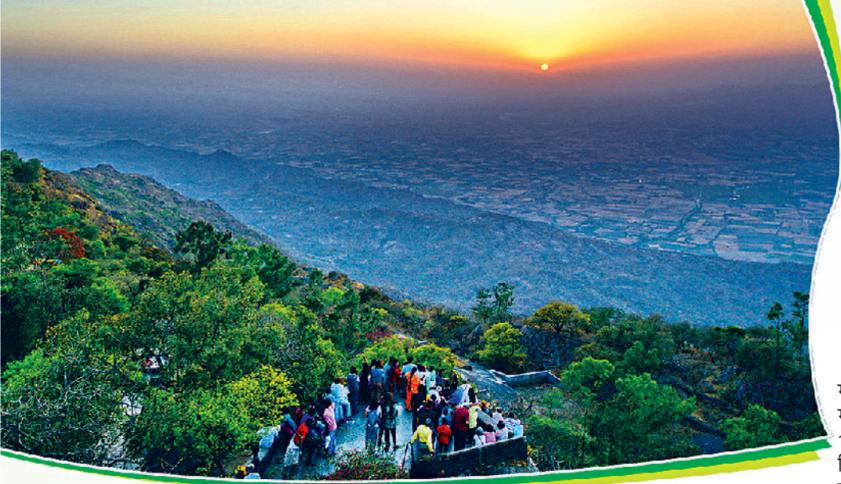
**पत्रिका चर्चा / विज्ञान भूषण**

## प्रेम का साहित्यिक प्रवाह

नवोदित प्रवाह पत्रिका का वार्षिक प्रेम विशेषांक के रूप में प्रकाशित होकर आया है। यह अंक नामचीन और नवोदित लेखकों की रचनाशीलता से भरा-पूरा है। यहां संकलित रचनाओं के द्वारा प्रेम के मनोवैज्ञानिक विवेचन, उसके दार्शनिक पहलू, उसकी ऐंद्रिक व्याख्या और उसकी आत्मानुभूति के अलग-अलग आयामों से रूबरू हुआ जा सकता है। वैसे तो इस अंक में प्रेम पर अच्छी कविताएँ, लघुकथाएँ, समीक्षाएँ और लेख पठनीय हैं ही, लेकिन खासतौर पर काव्य खंड बहुत ही समृद्ध है। इसमें प्रेमधारित कई बेहतरीन कविताएँ, गजलें, दोहे और गीत पाठक को प्रेमस से सराबोर कर देते हैं। लाजवाब गीत और गजल खंड के अलावा कविता खंड में आलोक धन्वा, अच्युतानंद मिश्रा, अल्पना सिंह और आरती आस्था की कविताएं मन में ठहर जाती हैं। विभिन्न भारतीय भाषाओं में लिखी गई प्रेम कविताओं के अनुवाद ने इस अंक को संप्रणीय बना दिया है। कृष्ण बिहारी, जितेन ठाकुर और रेणु हुसैन की कहानियां विशेष रूप से पठनीय हैं तो प्रेम पर अलग-अलग कोणों से लिखे गए लेखों में प्रेम की शाश्वतता को सलीके से व्यक्त किया गया है। \*



**पत्रिका:** नवोदित प्रवाह (वार्षिक पहल 2025-प्रेम विशेष), **प्रधान संपादक:** रजनीश त्रिवेदी 'आलोक', **मूल्य:** 100 रुपये, **संपादकीय कार्यालय:** देहादुन, उत्तराखण्ड



इन गर्मी की छुट्टियों को बिताने के लिए अगर आप किसी प्राकृतिक, शांत, सुरम्य स्थान पर जाना चाहते हैं, तो माउंट आबू आपके लिए परफेक्ट डेस्टिनेशन हो सकता है। यहां आपको ऐतिहासिक मंदिर, प्राकृतिक झीलों के साथ-साथ कई मनोरम नजारे देखने को मिलेंगे।

## प्राकृतिक सौंदर्य - आध्यात्मिक सुकून का संगम माउंट आबू

मचलती अति रमणीय नक्की झील को माउंट आबू का दिल कहा जाता है। 11000 मीटर की ऊंचाई पर स्थित ढाई किलोमीटर लंबी यह झील कौतुहल पैदा करती है। एक किंवदंती के अनुसार, रसिया बालम नामक शिल्पकार और तत्कालीन राजा की बेटी एक-दूसरे से प्रेम करते थे। लेकिन राजा की शर्त थी कि अगर शिल्पकार एक रात में झील की खुदाई कर देता है, तो वह अपनी पुत्री

इसका नाम नक्की झील पड़ा। गरसिया जनजाति के लिए यह पवित्र झील आस्था की प्रतीक है। बहुत प्रसिद्ध है सनसेट प्वाइंट: फिल्म 'कयामत से कयामत तक' का एक खूबसूरत संवाद है, 'इस डूबते हुए सूरज ने हमें पहली बार मिलाया था। यही हमें एक दिन हमेशा के लिए मिला देगा।' अभिनेता आमिर खान और जूही चावला के इस संवाद में जिस 'डूबते हुए सूरज' का जिक्र हो रहा, वह यहीं माउंट आबू के सनसेट प्वाइंट पर शूट की गई थी। यहां पास ही में स्थित हनीमून प्वाइंट नव विवाहितों का पसंदीदा स्थान है। माउंट आबू आने वाले पर्यटकों के लिए सनसेट प्वाइंट रोमांच से भरपूर एक ऐसा मनोरम

स्थल है, जहां से पल-पल रंग बदलते आकाश एवं बादलों की ओट में छिपते-डलते सूर्य के विस्मयकारी दृश्य को देखा जा सकता है। यहां आने वाले पर्यटक इन नजारों को अपनी यादों के साथ-साथ अपने कैमरे में भी जरूर कैद करते हैं।

विश्व प्रसिद्ध दिलवाड़ा जैन मंदिर: अपनी माउंट आबू यात्रा के दौरान आप दिलवाड़ा जैन मंदिर अवश्य जाएं। 11वीं से 13वीं शताब्दी के दौरान निर्मित दिलवाड़ा जैन मंदिर, जैन वास्तुकला का



फूल-पत्तियों और अन्य मोहक डिजाइनों से अलंकृत, नक्काशीदार छतें, पशु-पक्षियों की शानदार आकृतियां, सफेद स्तंभों पर बारीकी से उकेरी गई बेलें, जालीदार नक्काशी से सजे तोरण और जैन तीर्थंकरों की प्रतिमाएं हैं।

पीस पार्क में प्रकृति का आनंद: ब्रह्मा कुमारी का पीस पार्क, विविध प्रजातियों के पेड़-पौधों के बीच आपको एक अलग ही जगह में का एहसास कराएगा। यहां फलों के साथ-साथ फलों के भी उद्यान हैं। यहां गुलाब, नींबू, बांस समेत अनेक वृक्ष देखे जा सकते हैं। खूबसूरत रॉक गार्डन एवं अन्य लैंडस्केपिंग को देखना भी कम दिव्य नहीं है। पार्क में ध्यान के लिए विशेष कोना भी है।

**कैसे जाएं:** माउंट आबू का सबसे निकटतम हवाई अड्डा उदयपुर 185 किलोमीटर, जबकि अहमदाबाद 235 किलोमीटर दूर है। सबसे नजदीकी रेलवे स्टेशन आबू रोड 28 किलोमीटर की दूरी पर है, जो अहमदाबाद, दिल्ली, जयपुर और जोधपुर से जुड़ा है। यह सड़क मार्ग से देश के सभी प्रमुख शहरों से जुड़ा है। दिल्ली के कश्मीरी गेट बस अड्डे से माउंट आबू के लिए सीधी बस सेवा उपलब्ध है। राजस्थान राज्य सड़क परिवहन निगम की बसें दिल्ली के अलावा अन्य शहरों से माउंट आबू के लिए अपनी सेवाएं मुहैया कराती हैं।

**कब जाएं:** आप गर्मी या सर्दी कभी भी यहां जा सकते हैं। नवंबर से फरवरी के बीच यहां सर्दी का मौसम होता है। काफी प्यटक आते हैं। इसके अलावा, अप्रैल से जून के बीच भी यहां धूमने जाया जा सकता है। अगर मानसून का मजा लेना है, तो जुलाई से सितंबर के महीने में यहां की योजना बना सकते हैं।

### सैर-सपाटा अंशु सिंह

प्राकृतिक सुंदरता और आध्यात्म का अनुपम संगम स्थल है राजस्थान का हिल स्टेशन माउंट आबू। मरुस्थल की वीरानियत में एक शीतल तपोभूमि, जहां बिखरी है अरावली की हरियाली। फैला है, नक्की झील का अप्रतिम सौंदर्य। प्रदेश का एकमात्र हिल स्टेशन, जिसका कण-कण कर लेता है सम्मोहित। गर्मी हो, सर्दी या हो बरसात, माउंट आबू में हर मौसम का है अपना अलग आनंद...

अरावली के मध्य बसा: अरावली पर्वत श्रृंखला के मध्य में बसे माउंट आबू में प्रकृति का जनमानस के साथ कुछ ऐसा सामंजस्य स्थापित है कि 'अद्भुत' के अतिरिक्त अन्य शब्द नहीं सुझता। यहां के वायुमंडल में ही पसरी है सुकून और

शांति। मौसम का ताप भी मनोनुकूल नहीं है। रेगिस्तानी राज्य के अन्य हिस्सों की तरह गर्म नहीं है यह स्थान। आखिरकार, प्रदेश का यह एकमात्र हिल स्टेशन जो है। सिरोही जिले में स्थित इस पठारी क्षेत्र को कुदरत ने नदी, झील, झरने सभी की सोगात दे रखी है। यह प्रदेश का सिरमौर है, जिसे भारत ही नहीं, संसार की प्राचीनतम पर्वत श्रृंखलाओं में से एक अरावली, उत्तर से दक्षिण दो हिस्सों में विभाजित करती है। केंद्रीय वन एवं पर्यावरण मंत्रालय ने पर्यावरणीय दृष्टिकोण से इसे संवेदनशील क्षेत्र भी घोषित कर रखा है।

भारत की आध्यात्मिक भूमि: माउंट आबू ऐतिहासिक काल से ही अलग-अलग धर्मावलंबियों की कर्मभूमि और तपोभूमि रहा है। आज भी यह स्थान हिंदू और जैन धर्मावलंबियों का पवित्र तीर्थस्थल है। कथानुसार, जैन धर्म के 24वें तीर्थंकर भगवान महावीर माउंट

आबू आए थे, जिसके बाद से यह जैन अनुयायियों का विशेष तीर्थस्थान बन गया है। माउंट आबू का प्राचीन नाम अर्बुदांचल है। पुराणों में इसका उल्लेख अर्बुदा अरण्य (अर्थात् अर्बुदा के वन) के नाम से भी मिलता है। बाद में यही 'अर्बुदा', 'आबू' में परिवर्तित हो गया। ऐसी मान्यता है कि ऋषि वशिष्ठ का जब विश्वामित्र से मतभेद हो गया था, तब वे माउंट आबू के दक्षिणी भाग में आकर बस गए थे।

उन्होंने पृथ्वी से असुरों के विनाश के लिए यहां यज्ञ का आयोजन भी किया था। इनके अलावा, आध्यात्मिक संस्थान ब्रह्माकुमारी का अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय भी यहां स्थित है। मनमोहक नक्की झील: पहाड़ों की छांव और अरावली की हरियाली के मध्य



उससे ब्याह देंगे। रसिया ने यह चमत्कार कर दिखाया। हालांकि बाद में राजा ने अपनी बेटी उसे देने से इंकार कर दिया। दूसरी कथा के अनुसार, देवताओं ने बाली राक्षस से रक्षा के लिए आठ नाखूनों से इस झील का निर्माण किया था। इसलिए

### जीवनशैली शिखर चंद जैन

कई बार अनजाने में दूसरे की किसी एक्टिविटी को देखकर हम भी वैसा करने लगते हैं या वैसा करना चाहते हैं। व्यवहार विशेषज्ञों, समाजशास्त्रियों और हेल्थ एक्सपर्ट्स ने कुछ ऐसी इशूज का पता लगाया है। आप भी इनके बारे में जानिए।

फ्रेंड जैसे सामान: 'जनरल ऑफ न्यूरोसाइंस' में प्रकाशित एक शोध के मुताबिक लोगों को उस चीज की सबसे ज्यादा चाह होने लगती है, जो उनके किसी प्रियजन या मित्र के पास हो। भले ही आपके पास पहले ही एक से एक टी-शर्ट, सलवार सूट या फुटवेयर हों, लेकिन फ्रेंड के पास कोई नया पेयर देखते हैं, तो आपका भी मन मचल उठता है। मनोवैज्ञानिक कहते हैं, 'हम किसी चीज के स्वामित्व को जब सेल्फ एस्टीम से जोड़कर देखने लगते हैं, तब ऐसी इच्छा व्यक्ति को सिर या कान खुजलाते हुए देखने पर वहां मौजूद दूसरे लोगों को भी ऐसा करने की इच्छा करती है।

मनोवैज्ञानिक कहते हैं, 'हमारे अवचेतन मन में किसी को खुजली करते देख या जम्हाई लेते देख, ऐसा दोहराने की स्वाभाविक प्रवृत्ति होती है। ऐसा ही किसी को पानी पीते देखकर या टॉयलेट के लिए उठता देखकर किसी सार्वजनिक स्थान (जैसे सिनेमा हॉल, क्लबा रूम या स्टेडियम) में होता है।



'पोथरल ईको' कहते हैं। इनका कहना है कि हम अपने सोशल बिहेवियर का काफी कुछ अपने नजदीकी लोगों से देखकर सीखते हैं, इसलिए जाने-अनजाने में हम उनकी बाँधी लैंग्वेज की नकल कर बैठते हैं।

खुजली की तलब: एक अध्ययन के मुताबिक अपने सामने मौजूद किसी व्यक्ति को सिर या कान खुजलाते हुए देखने पर वहां मौजूद दूसरे लोगों को भी ऐसा करने की इच्छा करती है। मनोवैज्ञानिक कहते हैं, 'हमारे अवचेतन मन में किसी को खुजली करते देख या जम्हाई लेते देख, ऐसा दोहराने की स्वाभाविक प्रवृत्ति होती है। ऐसा ही किसी को पानी पीते देखकर या टॉयलेट के लिए उठता देखकर किसी सार्वजनिक स्थान (जैसे सिनेमा हॉल, क्लबा रूम या स्टेडियम) में होता है।

किसी को उबासी लेते देख आपको भी जम्हाई आने लगती है, है ना! वास्तव में कुछ आदतें, हरकतें या प्रतिक्रियाएं ऐसी होती हैं, जो किसी दूसरे को करते देख, ठीक वैसा ही करने के लिए हमारा भी मन मचल उठता है। ऐसा क्यों होता है, जानिए।

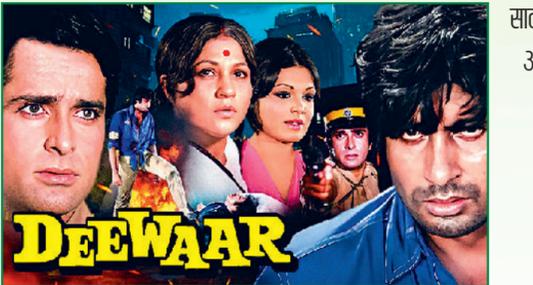
## इन एक्टिविटीज को देख मन अपना भी मचलता है!

खुद को बीमार महसूस करना: कभी आपके साथ ऐसा जरूर हुआ होगा कि आपके किसी मित्र ने अपनी बीमारी के कुछ लक्षण आपको बताएं हों और आपने भी वैसा ही महसूस किया हो। रिसर्च बताते हैं कि हम दूसरों से 'डर' बहुत जल्दी पकड़कर लेते हैं। आपने देखा होगा कि कई बार लोग बिना कारण जाने ही कुछ लोगों को सड़क पर दौड़ते देख, खुद भी दौड़ने लगते हैं। पेनसिलवेनिया विवि के मनोवैज्ञानिक लौरन नेपोलिटानो कहते हैं, 'आप

एक साधारण उदाहरण से इसे समझ सकते हैं। किसी संगीत समारोह में बेहद तेज संगीत को जब आप दूसरों को एंजॉय करते देखते हैं, तो खुद भी इसे एंजॉय करने लायक समझते हैं। लेकिन पांच-दस लोग इसके 'लाउड' होने की शिकायत



हंसना या मुस्कराना: किसी सामूहिक कार्यक्रम के दौरान दूसरों को ठहाके मार कर देखना या एक व्यक्ति को मुस्कराते हुए देखना स्वतः ही दूसरे लोगों को भी ठहाके मारने या मुस्कराने के लिए प्रेरित कर देता है। खुशी या सकारात्मक प्रतिक्रिया भी उसी तरह दूसरों को प्रेरित करती है जैसे नेगेटिव एक्टिविटी करती है। मनोवैज्ञानिक कहते हैं हर क्रिया की प्रतिक्रिया हंसाने स्वभाव है। अगर कोई व्यक्ति आपको देखकर अच्छी टिप्पणी करता है, खुश होता है या मुस्कराता है, तो आप खुद-ब-खुद हंसना शुरू कर लेते हैं।



### बड़ा पर्चा / मनोज प्रकाश

अब से पचास साल पहले यानी वर्ष 1975 में सिल्वर स्क्रीन पर तीन ऐसी हिंदी फिल्मों रिलीज हुईं, जिसने कमाई और कामयाबी के नए कीर्तिमान स्थापित किए। आपातकाल का वह वर्ष देशवासियों की चेतना में, उनके जीवन में कई तरह के बदलाव लाकर आया। वहीं उस साल रिलीज हुई तीन सुपरहिट फिल्मों ने हिंदी सिने प्रेमियों को मनोरंजन और भक्ति का बेहतरीन तोहफा दिया। वह साल हिंदी फिल्म जगत के लिए मील के पत्थर की तरह रहा। उस साल बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचाने वाली तीन फिल्में थीं- 'दीवार', 'शोले' और 'जय संतोषी मां'। 2025 इन तीनों ही फिल्मों की रिलीज का स्वर्ण जयंती वर्ष है।

**दीवार लिखी सफलता की नई इबारत**  
वर्ष 1975 में 24 जनवरी को फिल्म 'दीवार' रिलीज हुई। यह उस दौर में एक नई तरह की फिल्म थी। फिल्म का कथानक सामाजिक मुद्दों को उठाते हुए कुछ इस तरह से रचा गया था कि इसने गरीबी, अन्याय, भ्रष्टाचार जैसे मुद्दों को विस्फोटक रूप से पेश किया। फिल्म में दो भाइयों के बीच खड़ी 'दीवार' ने दर्शकों को अपनी तरफ खूब खींचा। इसमें अमिताभ की 'एंज्री यंग मैन' इमेज के दर्शक कायल हो गए। सही अर्थों में इस फिल्म को न्यायप्रिय समाज का प्रतिबिंब कहा जा सकता है। 'दीवार' के

डायलॉग्स आज भी सिने-प्रेमियों के बीच लोकप्रिय हैं। 'मैं आज भी फेंके हुए पैसे नहीं उठाता', 'जाओ पहले उस आदमी के साइड लेकर आओ...' जैसे डायलॉग्स सुनते ही सिनेमाघरों में दर्शकों की सीटियां और तालियां गूंजने लगती थीं। अन्याय के खिलाफ लड़ने वाले नायक के रूप में अमिताभ बच्चन को दर्शकों का भरपूर प्यार मिला। इसी फिल्म में शशि कपूर का डायलॉग 'मेरे पास मां है' दर्शकों को इमोशनल कर जाता है।

### शोले तोड़े कामयाबी के रिकॉर्ड

15 अगस्त 1975 को रिलीज हुई 'शोले' को हिंदी फिल्म इतिहास के अब तक की सबसे बेहतरीन फिल्मों में से एक के रूप में गिना जाता है। जब यह फिल्म रिलीज हुई तो इसके सफल होने पर ही लोग शक कर रहे थे। लेकिन इस फिल्म को दर्शकों का भरपूर प्यार मिला। फिल्म ने सफलता के सारे रिकॉर्ड तोड़ दिए। इस फिल्म ने सौ सिनेमाघरों में अपनी रिलीज की



साल 1975 देश के लिए सामाजिक-राजनीतिक दृष्टि से उथल-पुथल मरा रहा। हिंदी सिनेमा के लिहाज से भी वह वर्ष अमूर्तपूर्व रहा। उस वर्ष आई उन तीन फिल्मों 'दीवार', 'शोले' और 'जय संतोषी मां' से जुड़ी कुछ रोचक बातों पर एक नजर, जिसने सफलता और कमाई के झंडे तो गाड़े ही, हिंदी सिनेमा को नई दिशा भी दी।

## तीन ब्लॉक बस्टर फिल्मों के 50 साल शोले-दीवार-जय संतोषी मां



सिल्वर जुबली और पचास से अधिक में गोल्डेन जुबली का रिकॉर्ड कायम किया। फिल्म निर्माण जगत में यह क्रांतिकारी बदलाव लाने वाली फिल्म मानी जाती है। फिल्म का वह दृश्य जिसमें जय (अमिताभ) वीरू (धर्मेन्द्र) को कारतूस लाने के लिए कहता है, उसमें सिक्के का एक ही पहलू अभी तक दर्शकों को रोमांचित कर देता है। जहां कहीं दोस्ती निभाते की बात आती है, वहां जय-वीरू और 'शोले' का सिक्का दर्शक नहीं भूलते हैं। जय का बसंतो (हेमा मालिनी) से पूछना, 'तुम्हारा नाम क्या है बसंतो?' वीरू का टंकी वाला सीन और 'सुसाइड' वाला डायलॉग। गब्बर (अमजद खान) के डायलॉग्स, 'कितने आदमी थे?', 'तेरा क्या होगा कालिया?', बसंतो (हेमा मालिनी) का डायलॉग, 'चल धनो, आज तेरी बसंतो की इज्जत का सवाल है', ठाकुर (संजीव कुमार) पर फिल्माए गए दृश्य और संवाद। राधा (बच्चन) का चुलबुलापन और मौन। 'अंग्रेजों के जमाने के जेलर' (असरानी) और सूरमा भोपाली (जगदीप) के कॉमेडी सींस।

फिल्म का एक-एक दृश्य, एक-एक पात्र, एक-एक डायलॉग, एक-एक कदम आज भी सिने प्रेमियों के जेहन में जीवंत है।

### जय संतोषी मां जलाई गवित की अलख

'दीवार' और 'शोले' ने जहां हिंसा और बदले की भावना को प्रतिबिंबित किया, वहीं 'जय संतोषी मां' ने आस्था, भक्ति और विश्वास की जीत दिखाकर ब्लॉक बस्टर का तमगा हासिल किया। यह फिल्म 'शोले' के साथ ही यानी 15 अगस्त 1975 को रिलीज हुई थी। सामूहिक परिवार की कहानी में भाइयों की आपसी खींचतान के साथ इस फिल्म ने धर्म तथा आस्था का बेजोड़ संगम प्रस्तुत किया। आस्था, विनम्र भक्ति में रची-बसी 'जय संतोषी मां' ने भक्ति फिल्मों के एक ऐसे युग की शुरुआत की, जिसको पचास साल बाद भी भारतीय फिल्म उद्योग और समाज मानक मानकर चलता है। फिल्म में भजन और आरती के समय दर्शक एक साथ खड़े हो जाया करते थे। फिल्म समीक्षक इस बात को प्रमुखता से इंगित करते हैं कि फिल्म की रिलीज के बाद समाज में संतोषी माता के प्रति आस्था में अभूतपूर्व वृद्धि हुई। फिल्म के भजन और आरती- 'मैं तो आरती उतारू रे', 'यहां-वहां, जहां-तहां, मत पड़ो कहां-कहां', 'करीत हूं तुम्हारे व्रत में', 'मदद करो संतोषी माता' भक्ति संगीत में मील के पत्थर बन चुके हैं। आज भी इस फिल्म के गीत घरों और मंदिरों में भक्तिभाव से गाए, बजाए और सुने जाते हैं।

करते हुए कान पर हाथ धरते दिख जाते हैं तो आप भी अपने कान ढक लेते हैं।

तनाव महसूस करना: 'सोशल न्यूरोसाइंस' जनरल में प्रकाशित एक रिसर्च के मुताबिक सहकर्मी का तनाव देखकर अगल-बगल मौजूद दूसरे लोगों में भी स्ट्रेस हार्मोन रिलीज होने लगता है। दूसरे को टेशन या तकलीफ में देखकर दुखी या तनावग्रस्त होना मानवीय प्रवृत्ति है। ठीक ऐसा ही क्रोध के मामले में भी होता है। दूसरे का क्रोध देखकर हम भी उत्तेजित हो जाते हैं और क्रोध भरते स्वर में बात करने लगते हैं। यूनिवर्सिटी ऑफ विस्कॉन्सिन-मैडिसन की शोधकर्ता एलिजाबेथ क्रुसमार्क के अनुसार, 'भावनात्मक संक्रामकता शरीर में घटित होने वाले केमिकल सिग्नल्स की वजह से उत्पन्न होती है। यही वजह है कि किसी को तनाव, क्रोध या बेचैनी में देखकर हम भी वैसा ही महसूस करने लगते हैं।'

कम या ज्यादा भोजन करना: कई अध्ययनों में पाया जा चुका है कि किसी रेस्तरां या पार्टी में आप अगर ज्यादा भोजन करने वाले लोगों के साथ हैं, तो आप भी ज्यादा मात्रा में भोजन कर लेते हैं। यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया में 12,000 से ज्यादा लोगों पर किए अध्ययन में पाया गया कि किसी समूह का एक व्यक्ति 'मोट' हो जाए तो उसके नजदीकी लोगों में मोटापे की संभावना 57 फीसदी बढ़ जाती है। ठीक ऐसा ही सेहत के प्रति जागरूक और संयमित खान-पान करने वालों के साथ रहने से होता है।



अनेक अध्ययनों से साबित हुआ है कि हमारी लापरवाही से प्रदूषित हो रहे वातावरण से अनेक बीमारियां पनप रही हैं। हम अपने पर्यावरण को प्रदूषणमुक्त बनाकर, सही जीवनशैली अपनाकर ही स्वस्थ रह सकते हैं। इसके लिए प्रयास हमें ही करने होंगे।

## पर्यावरण बनाएं प्रदूषणमुक्त आप रहेंगे स्वस्थ-ऊर्जावान

### दाखिल डॉ. राकेश 'चक्र'

वर्षों से अनेक वैज्ञानिक अध्ययन इस बात को इंगित कर रहे हैं कि हम इंसान ही अपने पर्यावरण को प्रदूषित करते जा रहे हैं। यह जानते हुए भी कि यह प्रवृत्ति हमें विनाश की ओर ले जा सकती है, प्रकृति और पर्यावरण के विरुद्ध गैर जिम्मेदाराना कार्यशैली अपनाकर उसे प्रदूषित करते जा रहे हैं। हमारी लापरवाही है जिम्मेदार: यह बहुत चिंता का विषय है कि हम अपनी रोजमर्रा की कार्यशैली से पर्यावरण को प्रदूषित करते जा रहे हैं। हमने प्रकृति को प्रदूषित करने के पांच तत्वों-अग्नि, वायु, आकाश, पृथ्वी और जल को प्रदूषित करके भारी नुकसान पहुंचाया है और निरंतर पहुंचाते जा रहे हैं। हालात यह हो चुके हैं कि पानी को आरओ से शुद्ध करके पीना पड़ रहा है या फिर फिल्टर्ड पानी की बोतल खरीदनी पड़ रही है। कैंसर के रोगियों में निरंतर वृद्धि हो रही है। पैदल चलना अब शान-शौकत के विरुद्ध माना जाता है। पचास-सौ मीटर के लिए भी वाहन का प्रयोग किया जाता है। इसी सुविधाभोगिता के चलते रोग और रोगियों का ग्राफ बढ़ रहा है। हालात हो जायेंगे गंभीर: अगर हालात यही रहे, तब निकट भविष्य में हमें श्वास लेने के लिए हमेशा मास्क पहन कर चलना पड़ेगा। कदाचित आब जल्दी ही ऐसा भयावह समय आने वाला है कि हमें ऑक्सीजन का सिलेंडर साथ में लेकर चलना पड़ेगा, तब कहीं हम श्वास लेकर जीवित रहने के लिए संघर्ष कर पाएंगे। ऐसे में हमें चिंतन-मनन करना ही होगा कि हम किस दिशा और दशा की ओर बढ़ रहे हैं? इसमें सुधार के लिए पर्यावरण को स्वच्छ करने की शुरुआत हमें स्वयं से ही करनी होगी। यह तभी हो सकता है, जब हम अपने मन से पूरी तरह संकल्पित हो जाएं। ऐसे करें खुद से शुरुआत: अपने वाली भयावह स्थितियों से बचने के लिए सबसे पहले तो हम अपनी दिनचर्या में ही आमूल-चूल परिवर्तन करें। आहार-

विहार को प्रकृति के अनुकूल ढालें। सुविधाभोगिता की वस्तुओं का प्रयोग उठाना ही करें, जितना अतिआवश्यक हो। अपने आस-पास तुलसी, मनीप्लांट, स्नेकप्लांट, नीम, पीपल आदि के पौधे अधिक से अधिक रोपें और देखभाल करें। सुविधाभोगिता में कटौती करके ही बिजली को बचत की विनाश की ओर ले जा सकती है, प्रकृति और पर्यावरण के विरुद्ध गैर जिम्मेदाराना कार्यशैली अपनाकर उसे प्रदूषित करते जा रहे हैं। हमारे लापरवाही है जिम्मेदार: यह बहुत चिंता का विषय है कि हम अपनी रोजमर्रा की कार्यशैली से पर्यावरण को प्रदूषित करते जा रहे हैं। हमने प्रकृति को प्रदूषित करने के पांच तत्वों-अग्नि, वायु, आकाश, पृथ्वी और जल को प्रदूषित करके भारी नुकसान पहुंचाया है और निरंतर पहुंचाते जा रहे हैं। हालात यह हो चुके हैं कि पानी को आरओ से शुद्ध करके पीना पड़ रहा है या फिर फिल्टर्ड पानी की बोतल खरीदनी पड़ रही है। कैंसर के रोगियों में निरंतर वृद्धि हो रही है। पैदल चलना अब शान-शौकत के विरुद्ध माना जाता है। पचास-सौ मीटर के लिए भी वाहन का प्रयोग किया जाता है। इसी सुविधाभोगिता के चलते रोग और रोगियों का ग्राफ बढ़ रहा है। हालात हो जायेंगे गंभीर: अगर हालात यही रहे, तब निकट भविष्य में हमें श्वास लेने के लिए हमेशा मास्क पहन कर चलना पड़ेगा। कदाचित आब जल्दी ही ऐसा भयावह समय आने वाला है कि हमें ऑक्सीजन का सिलेंडर साथ में लेकर चलना पड़ेगा, तब कहीं हम श्वास लेकर जीवित रहने के लिए संघर्ष कर पाएंगे। ऐसे में हमें चिंतन-मनन करना ही होगा कि हम किस दिशा और दशा की ओर बढ़ रहे हैं? इसमें सुधार के लिए पर्यावरण को स्वच्छ करने की शुरुआत हमें स्वयं से ही करनी होगी। यह तभी हो सकता है, जब हम अपने मन से पूरी तरह संकल्पित हो जाएं। ऐसे करें खुद से शुरुआत: अपने वाली भयावह स्थितियों से बचने के लिए सबसे पहले तो हम अपनी दिनचर्या में ही आमूल-चूल परिवर्तन करें। आहार-



है। इसका तरीका यही है कि छिलके आदि को खाली गमले, प्लास्टिक के कट्टे या अनुपयोगी बाल्टी, डब्बे आदि में भरते जाएं। जब वह आधा भर जाए तो उसमें ऊपर से मिट्टी भर दें। दो चार दिन थोड़ा-थोड़ा पानी डाल दें, मिट्टी के ऊपर कोई भी पौधा रोप दें। पौधा बढ़ता रहेगा और कचरा खाद में परिवर्तित होकर उपयोगी मिट्टी बनाता रहेगा। यथासंभव रोके प्रदूषण: जरूरी नहीं कि कहीं भी जाने के लिए स्क्रूटर, बाइक या कार ही निकालें। आस-पास एक डेढ़ किलोमीटर की दूरी दस-पंद्रह मिनट पैदल चलकर तय कर सकते हैं। कुछ अधिक दूरी को साइकिल से भी पूरा कर सकते हैं। इससे हम स्वस्थ भी रहेंगे। जीवनशैली में करें सुधार: कूड़ा-कचराकट यथास्थान पर ही एकत्र करें, इधर-उधर न फेंकें। धूपपान, गुटखा और मद्यपान आदि से बचें। ये सिर्फ वातावरण को ही नहीं हमारे शरीर के तंत्र को भी प्रदूषित कर देते हैं।