













# मेडिकल रिप्रजेन्टिव सदाबहार करियर

गला काट प्रतिस्पर्धा के इस दौर में बाजार में टिके रहने के लिए कंपनियां विपणन नीति का सहारा ले रही हैं। इससे दवा कंपनियां भी अछूती नहीं हैं। भूमंडलीकरण ने इस प्रतिस्पर्धा को और बढ़ा दिया है। जैसे-जैसे मल्टी नेशनल कंपनियां भारतीय दवा बाजार में पैर फैला रही हैं वैसे-वैसे हर कंपनी आक्रामक विपणन नीति का सहारा ले रही है। इसके लिए दवा कंपनियां मेडिकल रिप्रजेन्टिव की नियुक्ति करती हैं जो चिकित्सक, दवा कंपनियों और उनके ग्राहकों के बीच की बहुत ही महत्वपूर्ण कड़ी है। इनके बिना कोई भी कंपनी अपना व्यवसाय फैला नहीं सकती। लिहाजा इस क्षेत्र में भी रोजगार के बेहतर अवसर खुल रहे हैं।

मेडिकल रिप्रजेन्टिव के क्षेत्र में करियर बनाने के इच्छुक अभ्यर्थी को विज्ञान स्नातक होना आवश्यक है। लेकिन फार्मसी में डिग्री और डिप्लोमाधारी अभ्यर्थी को सभी दवा कंपनी प्राथमिकता देती है। हालांकि

इस क्षेत्र में सफलता हासिल करने के लिए डिग्री से ज्यादा धैर्य, लगन तथा वाकपटुता की जरूरत होती है। इसके साथ ही आकर्षक व्यक्तित्व, बातचीत से दूसरे को प्रभावित करने की क्षमता और सकारात्मक सोच का होना भी जरूरी है।

एक मेडिकल रिप्रजेन्टिव यानी एमआर का काम मेडिकल व्यवसाय से जुड़े, व्यवसायियों, चिकित्सकों से संपर्क कर अपनी कंपनी द्वारा उत्पादित दवाओं की गुणवत्ता बताना होता है। उन्हें इस तरह समझाना होता है कि चिकित्सक रोगियों को उन्हीं की कंपनी की दवा लिखें। एक एमआर को अपनी कंपनी की उत्पादित दवाओं की जानकारी रखना होता है और चिकित्सकों और व्यवसायियों को बताना होता है। यानी वह कंपनी और व्यवसायियों के बीच एक पुल का काम करता है। एक तरह से उसके कंधे पर कंपनी की सफलता की पूरा दारोमदार टिका हुआ है।

एक एमआर को वैतन उसकी योग्यता और कंपनी के

जैसे-जैसे मल्टी नेशनल कंपनियां भारतीय दवा बाजार में पैर फैला रही हैं वैसे-वैसे हर कंपनी आक्रामक विपणन नीति का सहारा ले रही है। इसके लिए दवा कंपनियां मेडिकल रिप्रजेन्टिव की नियुक्ति करती हैं जो चिकित्सक, दवा कंपनियों और उनके ग्राहकों के बीच की बहुत ही महत्वपूर्ण कड़ी है। इनके बिना कोई भी कंपनी अपना व्यवसाय फैला नहीं सकती।

स्तर के आधार पर मिलता है। शुरुआत में एक एमआर को 5 से लेकर 15 हजार रुपए तक मिलते हैं। इसके अलावा वाहन, यात्रा भत्ता, हाउसिंग और सुविधाएं अलग से मिलती हैं। देश के कई संस्थानों में मेडिकल प्रशिक्षण और फार्मा मार्केटिंग मैनेजमेंट, बैचलर ऑफ फार्मसी और डिप्लोमा इन फार्मसी के कोर्स कराए जाते हैं। इनमें से कुछ प्रमुख संस्थान इस प्रकार हैं -  
- हमदर्द कॉलेज ऑफ फार्मसी, मदनगौर, दिल्ली।  
- कॉलेज ऑफ फार्मसी, पुष्प विहार, महरौली, दिल्ली।  
- महिला पॉलीटेक्निक, महारानीबाग, नई दिल्ली।  
- बनारस हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी।  
- बॉम्बे कॉलेज ऑफ फार्मसी, मुंबई, महाराष्ट्र।  
- बिहार कॉलेज ऑफ फार्मसी, अनिसाबाद, पटना, बिहार।

## सफलता का आईना हो आपका रिज्यूमे

नौकरी प्राप्त करने का पहला कदम रिज्यूमे प्रेषित करना होता है। आपका रिज्यूमे आपकी सफलता का आईना हो, जिसमें सब कुछ स्पष्ट दिखे। वह केवल आपकी सफलता ही नहीं, बल्कि आपके कार्य-इतिहास के बारे में भी सब कुछ कहे, ताकि नियोजक को कहीं कोई शंका न रह जाए।

आज के प्रतिस्पर्धा भरे माहौल में आपको दूसरों से अलग बनाती है आपकी सफलताएं। यहां हम आपको कुछ टिप्स बता रहे हैं, ताकि आपके रिज्यूमे में आपकी सफलताएं भली-भांति प्रदर्शित हों। जहां प्रतिस्पर्धा बहुत ज्यादा बढ़ चुकी है, वहां केवल योग्यता और कार्यानुभव के दम पर अच्छी नौकरी पाना आसान नहीं है। ऐसे में आपकी छोटी-बड़ी सफलताएं ही हैं, जो आपको अन्य लोगों से आगे रखती हैं। आप किसी कंपनी के लिए कितने तरीके से लाभदायी सिद्ध हो सकते हैं, इस बात को अब नजरअंदाज नहीं किया जा सकता और इसे बताने के लिए जरूरी है कि आपका रिज्यूमे बेहतरीन तरीके से तैयार किया जाए, जो आपको साधारण आवेदक की श्रेणी से विशेष की श्रेणी में पहुंचाएगा।

उत्तरदायित्वों को पेश करें  
अपना रिज्यूमे तैयार करने का एक बढ़िया तरीका है कि आप शब्दों का चयन चतुराई से करें। यहां तक कि जब आप अपने कार्य-उत्तरदायित्वों की बात करें तो उन्हें ऐसे पेश करें कि वे आपकी सफलताएं नजर आए। मिसाल के तौर पर...

पहले-उत्तरी क्षेत्र में सेल्स की जिम्मेदारी।  
अब-समूचे उत्तरी क्षेत्र के सेल्स प्रमुख।  
देखिए कैसे 'जिम्मेदारी' की जगह 'प्रमुख' क्रिया का इस्तेमाल करते ही रिज्यूमे आपकी जो छवि बनाता है, उसमें कितना अंतर दिखाई देने लगा है। अगर एक रिज्यूमे में सिर्फ आपके उत्तरदायित्वों का ही जिक्र होता है तो किसी भी कंपनी को यह बिल्कुल समझ में नहीं आता कि आप असल में करते क्या थे। साथ में उन्हें बमुश्किल ही पता चल पाता है कि आप उनके लिए क्या कर सकते हैं। इस बात का खास खयाल रखें कि अपनी रोजमर्रा की जिम्मेदारियों को बताने के लिए दमदार क्रिया-शब्दों जैसे लेड, इनीशिएटिव, स्पीयरहेड, कंट्रोल, एक्सेलरेंटेड, अटेंड, कॉन्स्यूलाइज्ड, कंडक्ट, डिवाइस, डायरेक्ट, ड्राफ्ट, एक्जीक्यूटिव, एक्सेल, एस्टेब्लिश आदि का इस्तेमाल करें। इन शब्दों के माध्यम से आपकी छवि एक सक्रिय कर्मचारी की बनेगी और कंपनी पर सकारात्मक प्रभाव डेगा। जब आप यह कहेंगे कि आपको क्या हासिल हुआ, बजाए इसके कि आप क्या संभालते थे तो आपकी छवि एक उत्तरदायी और पहल करने वाले कर्मचारी के रूप में बनेगी, न कि सिर्फ ऐसे व्यक्ति के रूप में, जो केवल दिया हुआ काम ही पूरा करता है।  
जिम्मेदारियों के बारे में बताएं  
किसी कंपनी को यह बताना भी बेहद महत्वपूर्ण है कि आप अपने काम को कितने अच्छे तरीके से संभालते हैं। इसके लिए भी आपको 'रिस्पॉन्सिबल फॉर' से कुछ अधिक कहना होगा, जैसे...

पहले-कंपनी में एमआईएस इंटरफेस की जिम्मेदारी।  
अब-नए मार्केट्स की तलाश और क्लाइंट्स को बेहतर सेवा देने के लिए एमआईएस के साथ तकनीकी तरकीबों के लिए कार्य (इंटरफेस)।  
पहले जो रिज्यूमे में लिखा गया है, उससे कंपनी के दिमाग में यह बात स्पष्ट नहीं होती कि आप कितने प्रभावी तरीके से अपनी जिम्मेदारी संभाल रहे थे, वहीं दूसरे मामले में 'इंटरफेस' शब्द ने आपको एक सक्रिय आवेदक के रूप में प्रस्तुत किया है। इस तरह किसी भी कार्य के साथ जुड़ने ने यह दिखा दिया है कि आपका इसमें क्या योगदान रहा और यही आपकी सफलता भी है। साथ ही इससे कंपनी को यह भी समझ में आ गया कि भविष्य में आप किस प्रकार से उन्हें योगदान दे सकते हैं। दरअसल हम एक बेसिक रिज्यूमे में अपने संपर्क की जानकारी, अपना उद्देश्य, अपने बारे में जानकारी, कार्यानुभव, अतिरिक्त गतिविधियां और दूसरी जानकारी देने में काफी जल्दबाजी करते हैं। हम अक्सर ऐसी जगह आकर रुक जाते हैं, जहां हमें वास्तव में अपनी वर्तमान कंपनी में अपने योगदान का जिक्र करना चाहिए। एक दमदार रिज्यूमे का मुख्य तत्व 'प्रमाण' होता है। प्रमाण इस बात का कि आपने रिज्यूमे में जो कुछ भी कहा है, आप उसकी इज्जत रखेंगे - और यह प्रमाण आपके वाइटल स्टेटस में होता है, जिसमें तथ्य व आंकड़े या परिणाम दर्शाने वाले कथन होते हैं। ये सब आपके वर्तमान कार्य को दर्शाते हैं व आपको एक सफल व कार्य करने के इच्छुक कर्मी के रूप में साबित करते हैं।

## जब भटक जाए करियर प्लान

कॉलेज डिग्री के बाद आप कॉर्पोरेट जगत में अपना प्रोफेशनल जीवन शुरू करते हैं। इसके लिए आप इंटरव्यू की तैयारियां भी पूरे मनोयोग से करते हैं, जहां 'आप पांच वर्ष में खुद को कहा देखते हैं?' जैसे प्रश्नों की आप खास तैयारी करते हैं। लेकिन पांच या दस वर्ष बाद आपकी महत्वाकांक्षाएं कितनी पूरी हो पाती हैं? क्या आप अपनी प्रगति से संतुष्ट होते हैं या आपको लगता कि यदि एक और मौका मिले तो आप अपने प्रयास कुछ अलग तरीके से करना चाहेंगे? जब करियर लक्ष्य पूरे न हों तो निराशा होने स्वाभाविक होती है; फिर जरूरी हो जाता है कि आप अपनी मौजूदा स्थिति का आकलन करें और करियर ग्राफ को ऊपर ले जाने के लिए भावी योजना की रूपरेखा एक बार फिर तैयार करें।  
निराशा से जुझना - क्या शुरुआत में वह नौकरी आपके हाथ से निकल गई थी जिसे आप संवृद्ध प्राप्त करना चाहते थे, और क्या आपका मौजूदा कार्य आपको तरकीब करने के पूरे मौके नहीं दे रहा और क्या कोई नया ऑफर भी आपकी ओर नहीं आ रहा, या फिर कई नौकरियां बदलने के बावजूद आप वहां नहीं पहुंच पा रहे जहां

पहुंचने की आपने उम्मीद की थी, और इन सबके अलावा अर्थव्यवस्था का कठिन दौर भी आपके खिलाफ जा रहा है? कई बार आपके सच्चे प्रयासों के बाद भी परिस्थितियां शुरू से ही आपके विपरीत रहती हैं। फिर भी, यहां यह ध्यान रखना होगा कि आप जो रास्ता पार कर चुके हैं, उस पर आप वापस तो नहीं



जा सकते, लेकिन भविष्य की तैयारी अपने अनुसार जरूर कर सकते हैं।

पुनःप्रयास - तो यदि आपको लगता है कि आपके करियर चार्ट में कुछ कमी है तो उसका सही आकलन करें - क्या यह वह बुनियादी हुनर है जिसकी कमी से आप बड़ी परियोजनाओं का हिस्सा नहीं बन पा रहे हैं या कोई सॉफ्ट स्किल है जो महत्वपूर्ण कार्य संबंधों को आपसे दूर रख रहा है? इसके बाद, उपरोक्त कमियों को दूर करने के लिए जरूरी प्रशिक्षण के बाद की परिस्थितियों का भी आकलन करें। यह भी जरूरी है कि आप अपने करियर के मौजूदा दौर में प्रशिक्षण की महत्ता को समझें।

फोकस बदलें - अपने अपनी सारी ऊर्जा एक ही दिशा में लगा दी थी, परंतु वह आपके काम नहीं आई। तो अब समय आ गया है कि आप आगे बढ़ें और अन्य दिशाओं में परिवर्तन नहीं होता, बल्कि मौजूदा कार्य के साथ नई जिम्मेदारियां उठाना, जिनमें आपको कुछ नए हुनर सीखने की जरूरत हो। यदि रखें कई बार विपरीत परिस्थितियों में नए अवसर छुपे होते हैं; एक अदृश्य निराशा को अपने समूचे करियर को नुकसान न पहुंचाने दें।  
खुद पर भरोसा - दुविधा के समय अपने निर्णयों पर सवाल करना अक्सर एक प्राकृतिक क्रिया होती है; परंतु जरूरी है कि अपनी सोच और क्षमताओं पर विश्वास डगमगाना नहीं चाहिए। गलत नौकरी या विपरीत परिस्थितियों का शिकार होना ही आपके बारे में नहीं बताता। इसलिए, अपनी जमीन पर जमें रहें।

## कैसे पाएं प्रोमोशन

फर्ज करें आपके बॉस, आपके बॉस के बॉस और अन्य कंपनी एग्जीक्यूटिव्स एक साथ बैठकर आपके बारे में विचार कर रहे हों। इस दौरान वह आपके कार्य-चरित्र, आपकी लीडरशिप क्वालिटीज, आपके प्रोजेक्ट्स, आपके अधीनस्थों, आपके द्वारा प्राप्त नतीजों और गत वर्ष के दौरान आपकी परफॉरमेंस के बारे में चर्चा करते हैं। यह समिति एक बहुत महत्वपूर्ण नतीजा लेती है- आपको तरकीब मिलनी चाहिए या नहीं? बेशक आपके संस्थान में इस कार्य से जुड़ा कोई अनौपचारिक तरीका न हो, लेकिन इस तरह की प्रक्रिया कर्मोवेश प्रत्येक छोटी या बड़ी कंपनी में होती है। दरअसल, इस प्रक्रिया के दौरान कुछ ऐसा होता है- प्रत्येक मैनेजर अपनी पसंद के प्रत्याशी को तरकीब प्राप्त करने के सबसे बड़े उम्मीदवार के तौर पर पेश करता है। उस समय समिति के अन्य सदस्य यह जानना चाहते हैं कि ऐसा क्यों है।

इसलिए ऐसे समय आपको एक ऐसे मैनेजर का सहयोग होना चाहिए जो आपके बारे में सही छवि पेश कर सके। आपके मैनेजर के साथ अन्य ऐसे मैनेजर्स और एग्जीक्यूटिव्स भी होंगे जिन्होंने आपके साथ काम किया है, वह भी अपने विचार रखेंगे। इसलिए यह जरूरी हो जाता है कि वह आपका सकारात्मक और असरकारी रूप सामने रखें। जाहिर है जब प्रत्येक मैनेजर अपने प्रत्याशी के पक्ष में बात सामने रखेगा, उस समय प्रतिस्पर्धा बहुत सख्त हो जाएगी। प्रत्याशियों की संभावनी तरकीबों के बारे में अधिकारियों के बीच यह मंत्रणा ईमानदार और कड़ी भी हो सकती है। यदि आपको कोई पसंद नहीं करता, तो वह भी ऐसे समय स्पष्ट हो जाता है। कई बाद हालात उस समय संवृद्ध विंगड जाते हैं जब अपने प्रत्याशियों को किसी भी कीमत पर तरकीब दिलाने पर उतारू कोई मैनेजर अन्य प्रत्याशियों की बड़-चढ़ कर बुराईयां करने लगता है। तो तरकीब पाने का आपका मौका तब अधिक होता है जब आपको -

- हाई परफॉरमेंस रिज्यूमे मिले हैं।
- आपने दिए गए सभी लक्ष्य प्राप्त कर लिए हैं।
- आपने भावी सभी लक्ष्यों को प्राप्त करने की शुरुआत कर दी है।
- आपने टीम के कार्य पूरे कर दिए हैं।
- कंपनी को बचत करने की विधि बताई

हो।  
- अतिरिक्त कार्यों की जिम्मेदारी ली हो।  
- नए संबंध स्थापित किए हों।  
- कार्य के दौरान ज्यादा देर तक काम किया हो।  
परंतु कुछ बिंदु आपके खिलाफ भी जा सकते हैं यदि -  
- समिति में सब आपको, आपके कार्य और उपलब्धियों से परिचित न हों।  
- मंत्रणा के दौरान यदि ज्यादा लोगों ने आपके पक्ष में न बोला हो।  
- आप दयस्वर की राजनीति से दूर रहते हों यानी आप समूचे 'खेल का हिस्सा' न हों।  
- आपने दिए गए कार्य से अतिरिक्त कुछ और न किया हो।  
- यदि नीति निर्धारक आपसे प्रभावित न हों और कम ही लोग आपके पक्ष में बात रख रहे हों।  
यदि प्रोमोशन नहीं मिलती तब?  
यदि ऐसा होता है तो तुरंत-फुरत अपने रिज्यूमे अन्य स्थानों को भेजने न शुरू कर दें। इससे अनुभव लें और अगली बार के लिए तैयार रहें।  
कुछ उपाय-

बॉस से सही फीडबैक लें  
प्रोमोशन से जुड़ी मीटिंग की अधिकाधिक जानकारी प्राप्त करने का प्रयास करें। आपके बॉस बेशक ऐसे समय कुछ बातें आपको नहीं बताए, परंतु फिर भी वह बिना नाम लिए जरूरी जानकारी आपको दे सकते हैं।

अपनी कमियों को भी जाहिर करें  
रक्षात्मक न बनें। अपनी कमियों को दूर करने के लिए अपने बॉस के साथ काम करें। उदाहरण के लिए, यदि वरिष्ठ समूह कहता है कि आप वित्तीय मामलों में अधिक मजबूत नहीं हैं, तो कहें कि आप इस विषय में प्रशिक्षण लेने को तैयार हैं।  
अगली मीटिंग का इंतजार न करें  
यह कभी न सोचें कि आपका कार्य अपनी पहचान खुद बनेगा। आपका लक्ष्य होना चाहिए कि मीटिंग रूम में सब को आपकी उपलब्धियों का पहले से पता हो। इसके लिए कंपनी के हित में आपके कार्य के बारे में नीति निर्माताओं को समझाने के लिए अतिरिक्त प्रयास करें।

तरकीब प्राप्त करने से जुड़े तीन उपाय  
चूंकि अब आप जानते हैं कि इस दौरान 'खेल' खेला जाता है, तो प्रोमोशन प्राप्त करने से जुड़े कुछ उपाय जानिए।  
बॉस को करें तैयार  
इस बात पर ध्यान दें कि आपके बॉस के पास

आपकी उपलब्धियों से जुड़ी सभी जानकारी दस्तावेजों के रूप में मौजूद हो।

बॉस को सहयोग दें  
ऐसे कुछ बिंदुओं को तैयार करें जो बताएं कि आप क्यों आदर्श प्रत्याशी हैं। इन बिंदुओं के साथ अन्य तथ्यात्मक जानकारी भी दें जो कंपनी के हित से जुड़ी हो। कुछ बड़े ग्राहकों या उपभोक्ताओं से प्राप्त प्रशंसा पत्र आदि भी साथ रखें।

अन्य लोगों की प्रतिक्रियाओं का पूर्वानुमान  
अपने सहयोगियों का लाभ लें और विरोधियों द्वारा संभावनी नुकसान का आकलन करें। अपने बॉस को यह भी सूचना दें कि आपने मंत्रणा कक्ष में मौजूद लोगों की किस तरह मदद की थी। यदि कुछ विरोधी तत्व आपकी नजर में हैं तो उनकी जानकारी भी बॉस को दें। उनसे आपके बॉस कैसे निपटें, इस पर विचार किया जाना जरूरी होता है।



अप्रेजल का समय आने को है। इसके बहाने आप अपने कार्य की समीक्षा स्वयं भी कर सकते हैं। तो शुरुआत कीजिए इस कार्य की जो आपको इस वर्ष तरक्की के मार्ग पर आगे बढ़ाने जा रहा है। बता रहे हैं जोल गार्फिकल









गुजरात विकास के लिए ही नहीं पर्यटन के लिए भी मशहूर है और यहां के कच्छ के बारे में तो कहा जाता है कि कच्छ नहीं देखा तो कुछ नहीं देखा। कच्छ गुजरात का एक खूबसूरत ऐतिहासिक शहर है। कहा जाता है कि अगर कच्छ नहीं देखा तो गुजरात की यात्रा अधूरी है। पर्यटकों को लुभाने के लिए यहां बहुत कुछ है। पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए हर साल कच्छ महोत्सव आयोजित किया जाता है। यहां का ज्यादातर भाग रेतीला और दलदली है।

# खूबसूरत ऐतिहासिक शहर

## कच्छ



### कच्छ मांडवी बीच

कच्छ मांडवी बीच को गुजरात के सबसे आकर्षक बीचों में से एक माना जाता है। यहां से सूर्योदय और सूर्यास्त का बेहद सुंदर नजारा देखा जा सकता है। यहां पर आपको दूर-दूर तक नीला पानी दिखाने को मिलेगा। इसके अलावा यहां पर कई प्रकार के जलपथियों को भी देखा जा सकता है।

### जखऊ बंदरगाह

ये बंदरगाह कच्छ जिले के सबसे प्राचीन बंदरगाहों में एक है। अब इस बंदरगाह का इस्तेमाल केवल मछली पकड़ने के लिए किया जाता है।

### धौलावीरा

यहां का पुरातात्विक स्थल हड़प्पा संस्कृति का प्रमुख केन्द्र था। भुज से करीब 250 किमी दूर धौलावीरा में हड़प्पा संस्कृति फली-फूली थी। यह संस्कृति 2900 ईसा पूर्व से 2500 ईसा पूर्व की मानी जाती है। सिंधु घाटी सभ्यता के अनेक अवशेषों को यहां देखा जा सकता है।

### पश्चिमोत्तर कच्छ



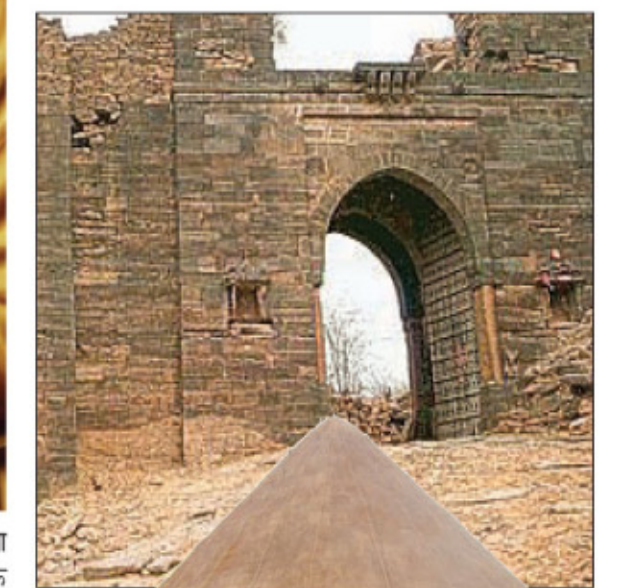
यहां कई धार्मिक स्थले हैं। हिन्दू धर्म के पवित्र सरोवरों में से एक नरायण सरोवर, उससे थोड़ी ही दूर पर प्रसिद्ध भगवान शिव और रावण का कोटेश्वर मंदिर

### कैसे पहुंचें-

सड़क मार्ग से कच्छ आसानी से जाया जा सकता है। सड़क मार्ग से गुजरात और पड़ोसी राज्यों के कई शहर जुड़े हैं। यहां के लिए राज्य परिवहन और प्राइवेट डीलक्स बसें अनेक शहरों से चलती हैं।

**वायु मार्ग-** भुज और कांदला दो महत्वपूर्ण एयरपोर्ट हैं।  
**रेल मार्ग-** यहां का नजदीकी रेलवे स्टेशन गांधीधाम और भुज जिले के पास है।

**सड़क मार्ग-** गुजरात पड़ोसी राज्यों के कई शहर जुड़े हैं। यहां पर जाने के लिए आसानी से बस मिल जाती है।



कच्छ गुजरात का सबसे मशहूर पर्यटक स्थल है। कच्छ में आपको गुजरात की असली छाप देखने को मिलेगी। कच्छ में आपको ऐतिहासिक इमारतें जखाऊ, कांडला और मुन्दा बंदरगाह है। जिले में अनेक ऐतिहासिक इमारतें, मंदिर, मस्जिद, हिल स्टेशन और कई खूबसूरत पर्यटन स्थल है। कच्छ में हर साल कच्छ महोत्सव आयोजित किया जाता है। कच्छ का ज्यादातर हिस्सा रेतीला और दलदली है। यहां की सफेद रेत पर चलने का एक अलग ही मजा है।

कच्छ बीच-भुज से करीब 60 किमी। दूर स्थित यह बीच गुजरात के सबसे आकर्षक बीचों में एक माना जाता है। दूर-दूर फैले नीले पानी को देखना और यहां की रेत पर टलहना पर्यटकों को खूब भाता है। साथ ही अनेक प्रकार के जलपथियों को भी यहां देखा जा सकता है। सूर्योदय और सूर्यास्त का नजारा यहां से बड़ा आकर्षक प्रतीत होता है।

### कठकोट किला

एक अलग-थलग पहाड़ी के शिखर पर बने इस किले का निर्माण 8वीं शताब्दी में हुआ था। कहा जाता है कि 1816 में अंग्रेजों ने इस पर अधिकार कर लिया और इसका अधिकांश हिस्सा नष्ट कर दिया। किले के पास ही जैन मंदिर, कंधडनाथ मंदिर और सूर्य मंदिर है।

### नारायण सरोवर मंदिर

ये मंदिर भगवान विष्णु के सरोवर के नाम से जाना जाता है। इस स्थान में पांच पवित्र झीलें हैं। इन तालाबों को भारत के सबसे पवित्र तालाबों में गिना जाता है। नारायण सरोवर को हिन्दुओं के अति प्राचीन और पवित्र तीर्थस्थलों में शुमार किया जाता है। श्री त्रिकमरायजी, लक्ष्मीनारायण, गोवर्धननाथजी, द्वारकानाथ, आदिनारायण, रणछोडरायजी और लक्ष्मीजी के मंदिर आकर्षक मंदिरों को यहां देखा जा सकता है।

### मद्रेस्वर जैन मंदिर

ये प्राचीन जैन मंदिर जैन धर्म के अनुयायियों के लिए अति पवित्र माना जाता है। भद्रावती में 449 ईसा पूर्व राजा सिद्धसेन का शासन था। बाद में यहां सोलकियों का अधिकार हो गया जो जैन मतावलंबी थे। उन्होंने इस स्थान का नाम बदलकर भद्रेश्वर रख दिया।

### कांडला बंदरगाह

यह राष्ट्रीय बंदरगाह देश के 11 सबसे महत्वपूर्ण बंदरगाहों में एक है। यह बंदरगाह कांडला नदी पर बना है। मांडवी बंदरगाह यह बंदरगाह कच्छ जिले के सबसे प्राचीन बंदरगाहों में एक है। वर्तमान में मात्र मछली पकड़ने के उद्देश्य से इसका प्रयोग किया जाता है। यह बंदरगाह देश के 11 सबसे महत्वपूर्ण बंदरगाहों में एक है। इस बंदरगाह को महाराज श्री खेनगरजी तृतीय और ब्रिटिश सरकार के सहयोग से 19वीं शताब्दी में विकसित किया गया था।

# सुखद अहसास कराता है

## गुरुदेव का शांति निकेतन



कोलकाता से 210 किलोमीटर दूर वीरभूम जिले में पड़ने वाला शांतिनिकेतन अंतर्राष्ट्रीय विश्वविद्यालय विश्व भारती के लिए प्रसिद्ध है जिसकी स्थापना गुरुदेव रवीन्द्रनाथ टैगोर ने की थी। 1863 में महर्षि देवेंद्र नाथ टैगोर द्वारा एक आश्रम के रूप में स्थापित किये गये इस विश्वविद्यालय में देश-विदेश के छात्र कला व संस्कृति की नई ऊंचाइयां छूते हैं।

शांतिनिकेतन में टैगोर की चित्रकला व मूर्तिकला के साथ ही बोस, रामकिंकर, विनोद बिहारी मुखोपाध्याय की कलाकृतियों के दर्शन करना सचमुच एक सुखद अहसास कराता है। शांति निकेतन के दर्शनीय स्थलों की बात करें तो आईए आपको सबसे पहले लिए चलते हैं उत्तरगण परिसर में, जहां कि कविगुरु स्वयं रह करते थे। इसमें उदयन, श्यामली, कोणार्क, पुनश्च तथा उदीचि जैसे कई भवन मौजूद हैं साथ ही इनके अलावा आप ललित कला का कालेज, कला भवन, संगीत भवन, नृत्य व संगीत के कालेज, विद्या भवन, शिक्षा भवन, विनय भवन, हिंदी भवन, चीना भवन आदि भी देख सकते हैं।

शांतिनिकेतन से लगभग तीन किलोमीटर दूर डिग्रय पार्क है। जिसमें आपको हिरण विचरते हुए नजर आएंगे। लोग यहां पिकनिक का आनंद उठाने आते



रहते हैं। यहां से 78 किलोमीटर की दूरी पर मासनजोर स्थित है। मयूरक्षी नदी पर बना यहां का बांध आसपास के पहाड़ी सौंदर्य के कारण बहुत ही सुन्दर दिखता है, दूर से आए सैलानियों को तो यह स्थल बहुत ही भाता है। यहां के यूथ होस्टल में ठहरने की भी व्यवस्था है। यहां से लगभग 23 किलोमीटर की दूरी पर ननूर है, जो कि 14वीं सदी के वैष्णव कवि चंडीदास का जन्मस्थल है। यदि आप यहां जाना चाहें तो बोलपुर रेलवे स्टेशन से बस द्वारा यहां एक घंटे में

पहुंचा जा सकता है। शांतिनिकेतन से 80 किलोमीटर की दूरी पर स्थित तारापीठ जाने के लिए बोलपुर से रामपुरहाट बस या ट्रेन से जाना पड़ेगा। वैसे रामपुरहाट से तारापीठ केवल पांच किलोमीटर दूर है। यहां रामकानाई धर्मशाला भी है जहां आप रूक सकते हैं। तारापीठ के बारे में आपको एक बात बता दें कि यह तांत्रिक अनुष्ठानों के लिए प्रसिद्ध स्थल है।

यहां की प्रसिद्ध वस्तुओं की बात करें तो आप पाएंगे कि यहां हथकरघा के वस्त्र अपनी कलात्मक डिजाइनों के लिए काफी प्रसिद्ध हैं। बोलपुर, सर्वोदय आश्रम, विश्व भारती शिल्प सदन एवं शांतिनिकेतन कोआपरेटिव स्टोर्स से आप इन वस्तुओं की खरीददारी कर सकते हैं।

मौसम के हिसाब से देखें तो इस स्थल की सबसे



शांतिनिकेतन में आपके ठहरने की व्यवस्था भी आराम से हो सकती है। आप यहां के होटलों में फोन करके एडवांस बुकिंग भी कर सकते हैं या फिर चाहें तो शांतिनिकेतन व बोलपुर में मौजूद सस्ते डाक बंगलों में भी ठहर सकते हैं। इन डाक बंगलों में ठहरने का खर्च प्रति व्यक्ति लगभग पचास से सौ रुपये आता है।

शांतिनिकेतन तक पहुंचने के लिए निकटतम रेलवे स्टेशन बोलपुर है जो कि यहां से दो किलोमीटर दूर है। आपको बोलपुर तक आने के लिए हवड़ा, सियालदाह व गुवाहाटी से रेल सेवाएं मिल सकती हैं यदि आप सड़क मार्ग से आना चाहें तो कोलकाता के अतिरिक्त दुर्गापुर व सारनाथ से भी सड़क मार्ग से जा सकते हैं। वैसे कोलकाता से शांतिनिकेतन के लिए सरकारी बस सुबह आठ बजे चलती है।



# जाह्नवी कपूर

हिंदी-इंग्लिश ही नहीं, तमिल भी बोलती हैं फरटिदार, सुनते ही याद आ जाएगी चांदनी



जाह्नवी कपूर इन दिनों फिल्म 'देवारा' को लेकर सुर्खियों में हैं। 'देवारा' के साथ वह साउथ फिल्म इंडस्ट्री में डेब्यू करने जा रही हैं। फिल्म इसी महीने के आखिर में रिलीज होने वाली है। फिल्ममेकर्स के लेकर स्टार्स तक सभी फिल्म के प्रमोशन में बिजी हैं। चेन्नई में एक इवेंट में जाह्नवी सहित जूनियर एनटीआर और अनिरुद्ध रविचंद्र पहुंचे। अक्सर हिंदी और अंग्रेजी में बात करने वाली जाह्नवी तमिल में बात करती नजर आईं, जिसका वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। श्रीदेवी और जाह्नवी में सिर्फ इतना अंतर है कि वो श्रीदेवी ने साउथ से इंडस्ट्री में एंट्री की और जाह्नवी ने बॉलीवुड से। हाल ही में एक्ट्रेस को तमिल में बात करता देख लोगों को श्रीदेवी की याद आ गई, जिसका वीडियो तेजी से वायरल हो रहा है।

वायरल हो रहे वीडियो में जूनियर एनटीआर भी नजर आ रहे हैं। वो जाह्नवी को तमिल बोलता देख हैरत में पड़ गए और उन्हें एक टुक मुस्कुराते हुए देखते रहे। इस वीडियो को देखने के बाद लोगों को श्रीदेवी की याद आई है और सोशल मीडिया पर लोगों के रिएक्शन छाप हुए हैं। वीडियो में जाह्नवी ने ल में कहती हैं- 'मुझे उम्मीद है कि आप मुझे भी वही देंगे जो आपने मेरी मां को दिया था। आपका प्यार ही वह वजन जिसकी वजह से हम आज यहां हैं और मैं हमेशा आप सभी को आभार रूँगी।'

जाह्नवी ने यह भी कहा कि वह अपनी मां की तरह मेहनती बनना चाहती हैं और श्रीदेवी की तरह दर्शकों के दिलों में जगह बनाना चाहती हैं। उन्होंने जल्द ही एक तमिल फिल्म का हिस्सा बनने की अपनी इच्छा के बारे में भी बताया है। वीडियो देख फैंस उनके फरटिदार तमिल बोलने को लेकर हैरान हैं। एक यूजर ने लिखा 'वाह, तमिल पर उसकी पकड़ बहुत अच्छी है'। एक अन्य ने लिखा- 'कौन जानता था कि वह इतनी अच्छी तमिल बोलती है? वाह, आपको अपनी मां श्रीदेवी के प्रभाव का अहसास कराता है।'

# ऐश्वर्या राय

संग खड़ी थीं आराध्या बच्चन, भरी महफिल में छुए 62 साल के एक्टर के पैर, लिया आशीर्वाद

ऐश्वर्या राय बच्चन के साथ आराध्या बच्चन अक्सर नजर आती हैं। पिछले दिनों दक्षिण भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म अवार्ड्स यानी SIIMA अवार्ड्स में दोनों नजर आई थीं। ऐश्वर्या ने अवार्ड जीतने के बाद स्टेज से बेटी को इस खास मूलमेंट में शामिल होने के लिए धन्यवाद भी किया था। अब इसी अवार्ड्स सेरेमनी का एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है, जिसमें अभिषेक बच्चन और ऐश्वर्या राय की बेटी भरी महफिल में एक शास्त्र के पैर छूते दिखाई दे रहे हैं। वीडियो को देख फैंस ऐश्वर्या के संस्कारों की तारीफ कर रहे हैं। साथ ही ये खोज रहे हैं कि आखिर वो एक्टर कौन हैं। SIIMA अवार्ड्स में ऐश्वर्या राय बच्चन को मणिरत्नम की महाकाव्य 'पोन्नियन सेलवन 2' में अपने रोल के लिए सर्वश्रेष्ठ एक्ट्रेस का पुरस्कार जीता। एक्टर चियान विक्रम का हाथ थाम एक्ट्रेस स्टेज से नीचे उतरतीं। मां की इस जीत से आराध्या भी बेहद खुश नजर आईं। मां जैसी ही स्टेज से नीचे आईं, वह दीड़कर उनके पास गईं और उन्हें जादू की झण्पी दे डालीं।

आराध्या ने हाथ जोड़कर किया प्रणाम, फिर छुए एक्टर के पैर दोनों अपनी-अपनी जगह पर बैठने हो जा रहे थे कि तभी साउथ के 62 साल एक्टर डॉ शिवा राजकुमार एक्टर चियान विक्रम से मिलने पहुंचे। उन्हें देख

ऐश्वर्या भी रुक गईं और उनसे बातचीत करने लगीं। तभी उन्होंने आराध्या से एक्टर को मिलाया। अमिताभ बच्चन की पोती आराध्या ने पहले हाथ जोड़कर प्रणाम किया और फिर उनके पैर छुकर आशीर्वाद लिया। एक्टर शिवा ने भी उन्हें खूब आशीर्ष दिया। इस दौरान ऐश्वर्या बेटी से काफी इंप्रेस दिखीं। आराध्या का लोग कर रहे हैं तारीफ

आराध्या बच्चन का ये वीडियो देखने के बाद नेटिजंस काफी खुश हैं। सोशल मीडिया यूजर्स आप कह रहे हैं कि ये बच्चन परिवार ही नहीं ऐश्वर्या के संस्कार हैं, जो सामने आ रहे हैं। एक यूजर ने लिखा- 'बेटी अपनी मां के समान ही सम्मानजनक व्यवहार करती है।'



'Don 3' के लिए करना होगा इंतजार, इस महीने रणवीर सिंह और कियारा शुरू करेंगे शूटिंग



फिल्म 'डॉन 3' फ्रैंचाइजी ने लोगों के दिलों में एक अलग जगह बनाई है। इस फिल्म के दो पार्ट आ चुके हैं। वहीं तीसरा पार्ट आने की जल्द ही उम्मीद है। बॉलीवुड फिल्ममेकर फरहान अख्तर ने पिछले साल अपनी अगली फिल्म 'डॉन 3' को बनाने का अनाउंस किया था। फिल्म एलान होने के बाद से ही लगातार चर्चा में बनी हुई है। फिल्म में पहली बार कियारा आडवाणी और रणवीर सिंह साथ नजर आने वाले हैं। हालांकि पिछले कुछ वक्त से फिल्म की शूटिंग लगातार पोस्टपोन होती जा रही है। कहा जा रहा है फिल्म पोस्टपोन होने की वजह खुद फरहान अख्तर हैं, क्योंकि वो अपनी फिल्म 'बहादुर' की शूटिंग में व्यस्त हैं। ऐसे में फिल्म की शूटिंग को लेकर अब नया अपडेट सामने आया है। न्यूज 18 की रिपोर्ट के मुताबिक रणवीर सिंह की अपकमिंग फिल्म 'डॉन 3' को मेकर्स अगले साल मार्च में शुरू करेंगे। रिपोर्ट के अनुसार फिल्म पर प्रो-प्रोडक्शन का काम अभी चल रहा है। वहीं इसकी शूटिंग अगले साल मार्च में शुरू होगी। एक रिपोर्ट के मुताबिक फिल्म की शूटिंग इस साल ही शुरू होनी थी, लेकिन बाद में इसे पोस्टपोन कर दिया गया। 'डॉन 3' रणवीर के करियर की सबसे बड़ी फिल्म मानी जा रही है।

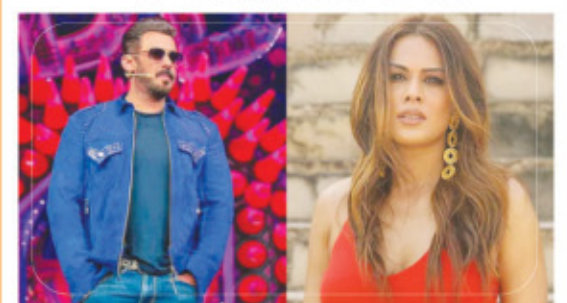
दूसरे प्रोजेक्ट्स में बिजी हैं रणवीर और कियारा

रिपोर्ट के मुताबिक रणवीर सिंह इस वक्त आदित्य धर के अपकमिंग प्रोजेक्ट की शूटिंग में बिजी हैं। इसके अलावा हाल ही में रणवीर सिंह और दीपिका पादुकोण ने एक बेटी को जन्म दिया है। ऐसे में रणवीर सिंह पिता बनने के बाद अपनी पत्नी और बेटी के साथ टाइम स्पेंड करना चाहते हैं। वहीं कियारा आडवाणी भी इस वक्त एक्ट्रेस श्रद्धा कपूर और जूनियर एनटीआर स्टारर 'बॉर 2' की शूटिंग में बिजी हैं।

रणवीर ने ले ली शाहरुख की जगह

फरहान ने 'डॉन 3' में शाहरुख की जगह रणवीर को रिप्लेस करने का फैसला किया है। इस कास्टिंग कॉल ने इंटरनेट पर हलचल मचा दी थी। फरहान के इस फैसले पर कुछ लोगों को लगा कि डॉन फ्रैंचाइजी के थर्ड पार्ट में नए चेहरे की जरूरत है, वहीं शाहरुख के फैंस नाराज थे। फिल्म का पहला शेड्यूल इस साल अगस्त में शुरू होना था, लेकिन कुछ महीने पहले फरहान ने कहा कि फिल्म की शूटिंग 2025 में शुरू होगी।

सलमान खान के शो से लगता है डर... बिग बॉस से क्यों दूर भागती हैं निया शर्मा?



पिछले कई सालों से जब भी बिग बॉस से जुड़ी खबरें वायरल होने लगती हैं तब इन खबरों में एक एक्ट्रेस के नाम का जिक्र जरूर होता है और वो एक्ट्रेस हैं निया शर्मा। अपनी अतर्ंगी फैशन और बोल्ड एडिटिंग की वजह से हमेशा चर्चा में रहने वाली निया को हर साल सलमान खान के 'बिग बॉस' में शामिल होने के लिए अप्रोच किया जाता है। लेकिन निया हमेशा से इस शो में शामिल होने के ऑफर को रिजेक्ट करती हुई नजर आई हैं। बिग बॉस ओटीटी के पहले सीजन में बतौर मेहमान सिर्फ एक दिन के लिए निया इस घर में रही थीं। लेकिन शो से बाहर आने के बाद उन्होंने कह दिया था कि ये शो उनके लिए नहीं है। हर साल की तरह इस साल भी मेकर्स ने निया शर्मा को बिग बॉस के लिए अप्रोच किया है और निया को मनाने में वे लगभग कामयाब भी हो चुके हैं। लेकिन टीवी9 हिंदी डिजिटल को सूत्रों से मिली जानकारी के मुताबिक ये डील अब तक फाइनल नहीं हुई है। अगर निया और चैनल दोनों के बीच ये डील फाइनल होती है तो 'खतरों के खिलाड़ी' के ग्रैंड फिनले में निया का नाम जाहिर करते हुए ये घोषणा की जाएगी कि वो बिग बॉस 18 के शो में शामिल होने वाली पहली कंफर्म कंटेस्टेंट हैं। हालांकि ये डील अभी भी पूरी नहीं हुई है।

निया को सता रहा है डर

निया के करीबी सूत्रों से मिली जानकारी के मुताबिक, बिग बॉस एक ऐसा शो है जो इस शो में शामिल होने वाले कंटेस्टेंट का भविष्य बना सकता है और उनका भविष्य बिगाड़ भी सकता है। एक आदर्श बहू की छवि लेकर बिग बॉस में शामिल होने वाली हिना खान की इमेज की इस शो में धज्जियां उड़ गई थीं। दरअसल बिग बॉस भले ही एक स्क्रिप्टेड शो न हो, लेकिन ये एक अच्छी तरह से एडिट किया हुआ शो है। 24 घंटे का फुटेज एडिट करके बिग बॉस की टीम एक घंटे का ऐसा एपिसोड ऑर्डियंस के सामने पेश करती है, जिसमें वो सच्चाई से ज्यादा मसाला देख पाए।

लोगों के मनोरंजन के चक्र में खुद को गलत तरीके से लोगों के सामने पेश न किया जाए, इस डर के चलते निया ने हमेशा से बिग बॉस का ऑफर रिजेक्ट किया है। लेकिन अब बिग बॉस की क्राइटीव टीम के काफी मनाने के बाद निया आखिरकार इस शो में शामिल होने के लिए हां कर सकती हैं और इसके लिए कलर्स टीवी की तरफ से उन्हें एक मोटी रकम भी दी जा रही है।