



SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA
लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

लेखा संगम

अंक - 23

जनवरी - जून 2024

कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) - प्रथम व द्वितीय,

उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

एवं

अंतर्राष्ट्रीय सूचना पद्धति एवं लेखापरीक्षा केंद्र,

नोयडा, उत्तर प्रदेश



लेखा संगम के 22 वें अंक का विमोचन



हिन्दी कार्यशाला



सेमिनार व स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता कार्यक्रम

केवल विभागीय वितरण हेतु

अंक - 23



SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA
लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

लेखा संगम

जनवरी 2024 से जून 2024

कार्यालय

महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) - प्रथम, उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) - द्वितीय, उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

अंतर्राष्ट्रीय सूचना पद्धति एवं लेखापरीक्षा केंद्र, नोयडा, उत्तर प्रदेश

लेखा संगम परिवार

संरक्षक

श्री अभिषेक सिंह

महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

डॉ. सुरेंद्र कुमार

महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

परामर्शदाता

श्री शैलेश कुमार अग्रवाल

वरिष्ठ उप महालेखाकार/प्रशासन
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

श्री अभिषेक कुमार

उप महालेखाकार/प्रशासन
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

संपादक

सुश्री साधना राय

हिंदी अधिकारी
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

सह-संपादक

सुश्री शिप्रा सिंह

हिंदी अधिकारी
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

सहयोग

श्री प्रभात रंजन

कनिष्ठ हिंदी अनुवादक
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

श्री प्रशांत कुमार सिंह

कनिष्ठ हिंदी अनुवादक
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

श्री अंकुर अग्रवाल

आशुलिपिक
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

मूल्य : निःशुल्क (राजभाषा हिंदी को समर्पित)
(नोट: लेखकीय विचारों से संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं है)

गद्य संगम

| क्रम संख्या | रचना का नाम | रचनाकार का नाम | पृष्ठ संख्या |
|-------------|--|---|--------------|
| 1. | साहित्यकार दंपत्ति ममता कालिया और रवींद्र कालिया | श्री यश मालवीय पर्यवेक्षक (सेवानिवृत्त)/लेखा-प्रथम | 11 |
| 2. | भगवान बुद्ध की अद्भुत खोज-विपश्यना | श्री राम कृपाल वरिष्ठ लेखाधिकारी/लेखा-प्रथम | 15 |
| 3. | ब्रह्मरंध्र: एक आध्यात्मिक दृष्टिकोण | श्री प्रत्यूष अवस्थी सहायक लेखा अधिकारी/लेखा-प्रथम | 17 |
| 4. | स्वाधीनता आंदोलन में हिंदी का महत्व | सुश्री साधना राय हिंदी अधिकारी/लेखा-प्रथम | 20 |
| 5. | ई-ऑफिस: एक डिजिटल वर्कप्लेस सोल्यूशन | श्री शशांक शेखर सहायक लेखाधिकारी/लेखा-प्रथम | 24 |
| 6. | कथाकार | श्री विजय कुमार सहायक प्रशासनिक अधिकारी/आई.सी.सा | 28 |
| 7. | हिमशिला | डॉ. नमिता चंद्रा सहायक लेखा अधिकारी /लेखा-प्रथम | 31 |
| 8. | यात्रा वृतांत: शिमला | श्री शशांक त्रिवेदी लेखाकार/लेखा-प्रथम | 35 |
| 9. | मानव जीवन में खेलों का महत्व | श्री राहुल सिंह वरिष्ठ लेखाकार/लेखा- प्रथम | 38 |
| 10. | यात्रा स्मृति- स्टैचु ऑफ यूनिटी | श्री प्रशांत कुमार सिंह कनिष्ठ अनुवादक/ लेखा-द्वितीय | 41 |
| 11. | प्रकृति की गोद में एक अद्भुत यात्रा | सुश्री राखी कुमारी लेखाकार/ लेखा-द्वितीय | 43 |
| 12. | सर्दी-जुकाम हैं मनुष्य के सबसे बड़े दुश्मन | श्री सतीश राय वरिष्ठ लेखाकार/ लेखा-द्वितीय | 46 |
| 13. | किसका दोष | श्री संजय कुमार वरिष्ठ लेखाकार/लेखा-द्वितीय | 48 |
| 14. | समाज में नैतिक पतन | श्री प्रभात रंजन कनिष्ठ अनुवादक/लेखा- द्वितीय | 51 |
| 15. | झांसी: वीरभूमि | अंकुर अग्रवाल स्टेनोग्राफर/ लेखा-प्रथम | 54 |

पद्य संगम

| क्रम संख्या | रचना का नाम | रचनाकार का नाम | पृष्ठ संख्या |
|-------------|---|---|--------------|
| 1 | न ज़रूरत हूँ न ज़रूरी हूँ | विश्वजीत श्रीवास्तव वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी/ आई.सी.सा | 59 |
| 2 | श्रेष्ठ समाज की परिकल्पना | श्री नीरज भाटिया सहायक लेखा अधिकारी/लेखा-द्वितीय | 61 |
| 3 | है जीवन परतंत्र अभी तक, फिर कैसी आजादी है | श्री अंकित निगम सहायक लेखाधिकारी/लेखा-प्रथम | 64 |
| 4 | श्री रामयुग | श्री अनुराग निषाद पुत्र-श्री अनिल कुमार, लेखाकार/लेखा-प्रथम | 66 |
| 5 | एक शख्स | इंद्र कुमार सिंह डी.ई.ओ-ग्रेड-ए/लेखा-प्रथम | 70 |
| 6 | गीत | श्री शिवम यादव लेखाकार/ लेखा-प्रथम | 71 |
| 7 | गीत: कल्पना चावला | श्री सुरेश चन्द्र जोशी लेखा अधिकारी(सेवा निवृत्त)/लेखा द्वितीय | 72 |
| 8 | गजल | श्री राजीव सिंह 'राही' सहायक पर्यवेक्षक/ लेखा-द्वितीय | 73 |
| 9 | मानव मूल्यहार गया | श्री कृष्ण मुरारी गर्ग वरिष्ठ लेखापरीक्षक/आई.सी.सा | 74 |
| 10 | वर्किंग वुमन | सुश्री ज्योति यादव कनिष्ठ अनुवादक/आई.सी.सा | 76 |
| 11 | मैं बड़ा बेटा | श्री निखिल तोमर वरिष्ठ लेखापरीक्षक/आई.सी.सा | 78 |
| 12 | बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ | श्री सुनील जोशी वरिष्ठ लेखापरीक्षक/आई.सी.सा | 80 |
| 13 | लघु कवितायें | श्री शिवम सिंह एम.टी.एस/लेखा- प्रथम | 81 |



संदेश

विभागीय राजभाषा हिन्दी पत्रिका "लेखा संगम" के 23वें अंक के लोकार्पण पर शुभकामनाएँ।

हिन्दी पत्रिकाएँ कार्मिकों की रचनात्मक शैली को बढ़ावा देने के साथ-साथ देशभर में फैले हिन्दी पाठकों को मानसिक स्तर पर जोड़ने का कार्य भी करती हैं। आज के आधुनिक दौर में जहां व्यक्ति सोशल मीडिया पर व्यस्त रहता है एवं साहित्यिक सृजनात्मकता से दूर होता जा रहा है वहाँ विभागीय हिन्दी पत्रिकाएँ पठन-पाठन का वातावरण तैयार कर रही हैं एवं एक सकारात्मक दृष्टिकोण स्थापित कर रही हैं।

मैं पत्रिका के सफल सम्पादन हेतु संपादक मण्डल एवं लेखकों को बधाई देता हूँ एवं कामना करता हूँ कि "लेखा संगम" नित नई ऊँचाइयाँ प्राप्त करे।

अभिषेक सिंह
महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)- प्रथम,
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज



संदेश

कार्यालय की राजभाषा पत्रिका "लेखा संगम" के 23 वें अंक के प्रकाशन पर शुभकामनाएँ। पत्रिका में कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों की लेखनी के माध्यम से दिया गया योगदान सराहनीय है। कार्यालय में हिंदी के प्रति प्रेम व आदर पत्रिका के प्रत्येक रचनाकार की रचना एवं पत्रिका परिवार की निष्ठा में परिलक्षित होता है। रचनाएँ अभिव्यक्ति की क्षमता में वृद्धि के साथ-साथ भाषा में पकड़ को भी मजबूत बनाती हैं। हमारी, गृह पत्रिका ने निःसंदेह कार्यालय में हिन्दी भाषा के प्रयोग में सतत वृद्धि एवं हिन्दी के प्रति सकारात्मक वातावरण बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। पूर्ण विश्वास है कि आगे भी यह क्रम जारी रहेगा। मैं रचनाकारों को राजभाषी हिन्दी के प्रति उनकी अतुलनीय निष्ठा के लिए और संपादक मण्डल को पत्रिका के सफल सम्पादन हेतु हृदय से धन्यवाद के साथ-साथ पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य हेतु शुभकामनाएँ देता हूँ।

डा. सुरेंद्र कुमार
महालेखाकार (ले एवं हक.) द्वितीय,
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज



संदेश

मुझे यह उद्घोषित करते हुए अत्यंत उत्कंठा की अनुभूति हो रही है कि हिन्दी पत्रिका “लेखा संगम” के 23^{वें} अंक का प्रकाशन हो रहा है। यह पत्रिका सभी अधिकारियों और कर्मचारियों के हिन्दी के प्रति समर्पण और निष्ठा का प्रतीक है। राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार को गति प्रदान करने तथा अपनी राजभाषा को गौरवान्वित करने में कार्यालयीन पत्रिकाओं का काफी योगदान होता है।

हिन्दी पत्रिका हमारे विचारों को लिपिबद्ध करने का एक साधन है। हमारा उद्देश्य हिन्दी भाषा एवं साहित्य को प्रोत्साहित करना एवं समाज के सभी वर्गों तक इसकी महत्ता को पहुँचाना है। रचनाकारों की प्रतिभा का आदर करते हुए मैं विभिन्न भाषा वाले जन समुदाय को एक सूत्र में पिरोने एवं हिन्दी को एक सरल संपर्क भाषा के रूप में स्थापित करने के सार्थक प्रयास की सराहना करती हूँ तथा पत्रिका के सफल प्रकाशन से जुड़े सभी संपादक मंडल और सभी रचनाकारों को बधाई देती हूँ।

पत्रिका के उत्तरोत्तर विकास एवं स्वर्णिम भविष्य के लिए सत्कारपरक शुभकामनाओं सहित मैं आशा करती हूँ कि सभी कार्मिक भविष्य में भी इसी प्रकार राजभाषा हिंदी के प्रति अपने स्नेह को दर्शाते रहेंगे।

कीर्ति तिवारी

महानिदेशक

अंतर्राष्ट्रीय सूचना प्रणाली तथा लेखा परीक्षा केंद्र, नोएडा



संपादक की कलम से.....



“लेखा संगम” के नवीन अंक को आप क्षुधि पाठकों के समक्ष प्रस्तुत करते हुए अपार हर्ष की अनुभूति हो रही है। संपादक के रूप में विभागीय राजभाषा हिन्दी पत्रिका का प्रकाशन मात्र एक दायित्व न होकर एक प्रेरणा, एक भाव बन पड़ा है। एक भाव कि पत्रिका में हर प्रकार के लेख को समाविष्ट किया जाये एवं प्रेरणा कि राजभाषा हिन्दी प्रत्येक के विचारों व मनोभावों को उजागर करने का माध्यम बने।

लेखा संगम के प्रत्येक अंक में साहित्य लेखन की सभी विधाओं को शामिल करने का प्रयास किया जाता है। इस नवीन अंक में भी हमने वैचारिक, मनोवैज्ञानिक, प्रद्योगिकी, यात्रा वृतांत आदि सभी प्रकार के लेखों को शामिल किया है। “लेखा संगम” के 22वें अंक के संबंध में आप पाठकों की विभिन्न प्रतिक्रियाँ प्राप्त हुईं। कुछ उत्साहवर्धक तो कुछ सुधारात्मक सुझाव, सब की सब अपने आप में बहुमूल्य। “लेखा संगम” के 23वें अंक के संबंध में भी इसी तरह आपकी प्रतिक्रियाओं की प्रतीक्षा रहेगी।

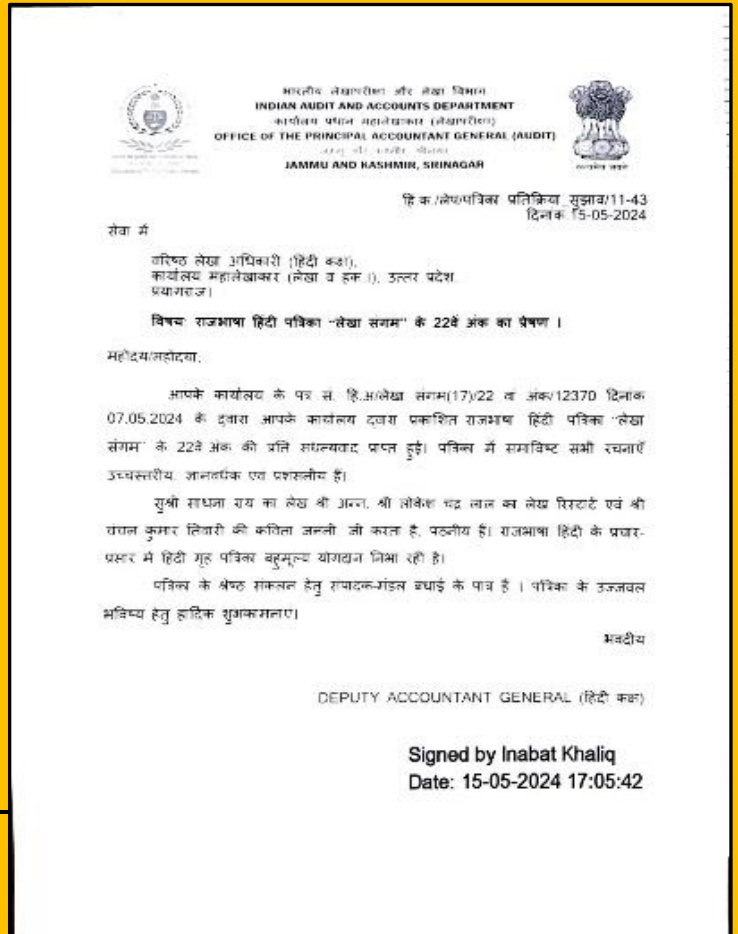
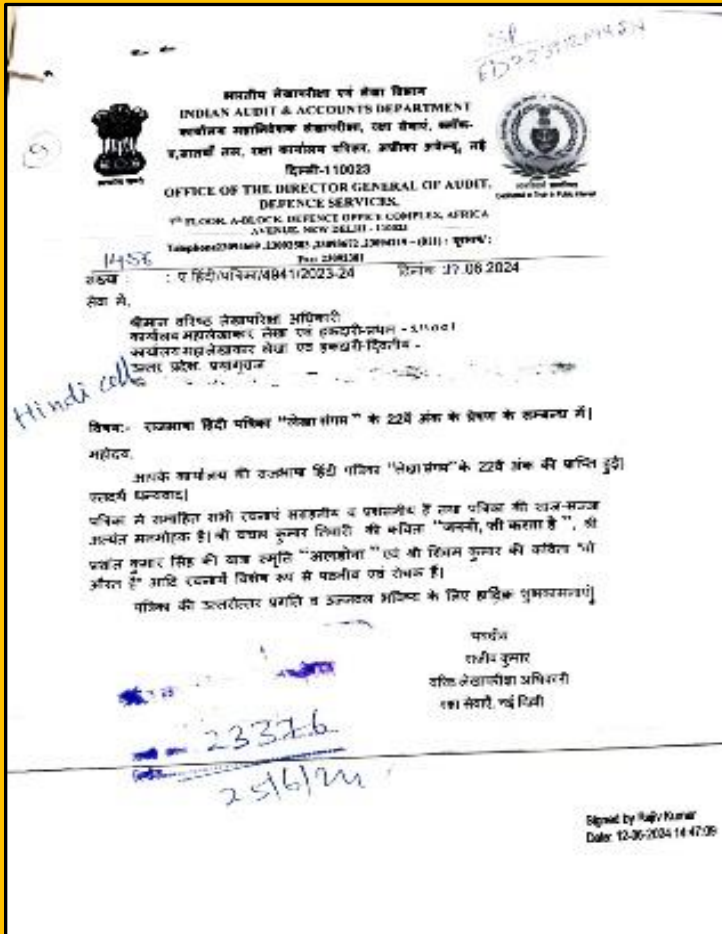
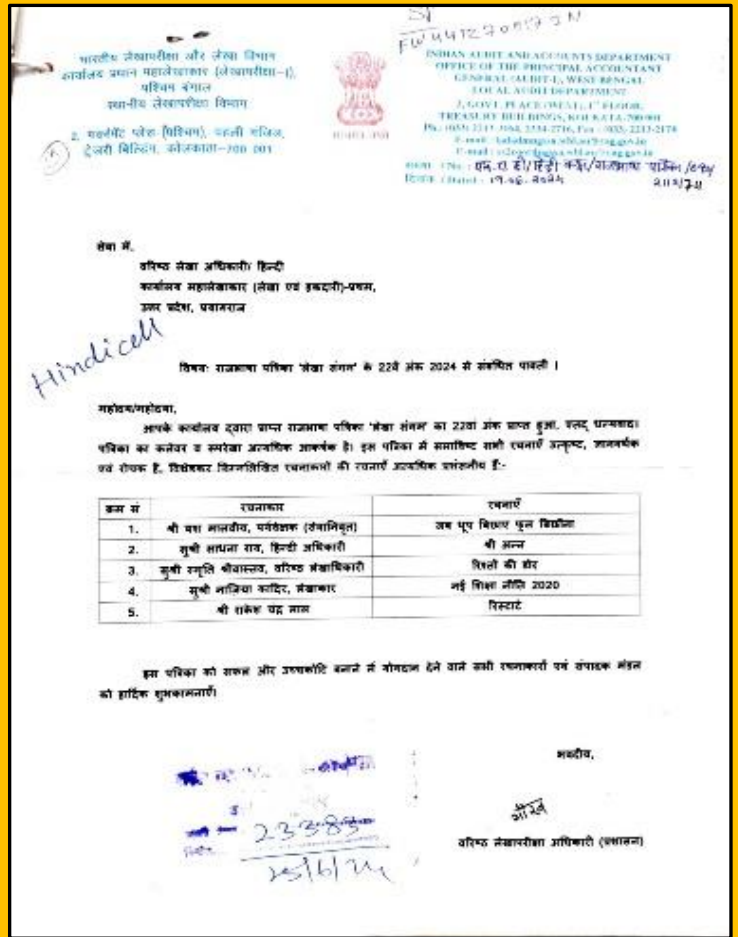
पत्रिका “लेखा संगम” के 23वें अंक के सफल प्रकाशन हेतु लेखकों एवं संपादक मण्डल को हृदय के अंतस्तल से आभार। पत्रिका निरंतर प्रगति पथ पर अग्रसर रहे।


जय हिन्द, जय हिन्दी।

साधना राय

संपादक

पाठकों के पत्र





भारतीय लेखा एवं लेखापरीक्षा विभाग
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) छत्तीसगढ़, रायपुर
INDIAN AUDIT & ACCOUNTS DEPARTMENT
Office of the Principal Accountant General (Audit) Chhattisgarh, Raipur

क्र. हिन्दी कक्षा/पत्रिका/2023-24/जा - 323

दिनांक: 13-05-2024

प्रति,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/हिन्दी
कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज


विषय:-कार्यालय की राजभाषा पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक का प्रेषण ।
संदर्भ :-स.हि.अ./लेखा संगम/17/22वें अंक/12370/ दिनांक 07-05-2024

महोदय/महोदया
आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिन्दी पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक के ई-संस्करण की पत्रिका प्राप्त हुई। पत्रिका का यह अंक बेजोड़ आपका हार्दिक आभार। मेरी गर्व पत्रिका में संकलित सभी रचनाएँ पठनीय, रुचिकर एवं प्रेरणादायक हैं। इस पत्रिका में सामाजिक जीवन से जुड़े विभिन्न पहलुओं पर प्रेरक एवं जानकारीपूर्ण लेख लिखे गए हैं। राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार में यह पत्रिका महत्वपूर्ण योगदान दे रही है। सभी रचनाकारों एवं संपादक महोदय को पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए हार्दिक बधाई एवं पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए शुभकामनाएँ।

(निवेद्य कुमार अग्रवाल)
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
हिन्दी कक्षा

15541
22/5/24

पते :- विधानसभा, जेरो प्वाइंट, रायपुर - 492005 (छत्तीसगढ़)
Post :- Vidhansabha, Zero Point, Raipur - 492005 (Chhattisgarh)
फोन/फैक्स :- 077-2318401 • फैक्स/Fax :- 2582505 • ईमेल/Email :- ag.audit@nic.gov.in



कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा व हकदारी) हरियाणा
लेखा भवन, प्लॉट नं. 4 व 5, सेक्टर 33-बी कान्डीगढ़-160020
टेलीफोन नं. 2610957, 2613211, 2615382
फैक्स नं. 0172-2603824
OFFICE OF THE PRINCIPAL ACCOUNTANT GENERAL (A&E) HARYANA
LEKHA BHAVAN PLOT NO. 4 & 5, SECTOR 33-B
CHANDIGARH-160020
E-mail:- apgeharyana@cpag.gov.in
EPABX No. 2610957, 2613211, 2615382 Fax No- 0172-2603824

क्र. हिन्दी कक्षा/पत्रिका/2024-20/23

दिनांक: 14.05.2024

सेवा में,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) - प्रथम,
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज-211 001
महोदय,

विषय :- राजभाषा हिन्दी पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक के प्रेषण संबंधी।

आपके कार्यालय के पत्र दिनांक 07.05.24 के द्वारा आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित राजभाषा हिन्दी पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक की ई-प्रति लक्ष्यवादा प्राप्त हुई। पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उत्प्रेरणादायक, जानकारीपूर्ण एवं प्रशंसाजनक हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ आकर्षक एवं स्पष्टता युक्त है। पत्रिका में समाविष्ट श्री या सावनीय का लेख 'जब एक विचार प्लान विघटित', श्री शशांक शेरमा का लेख 'कार्यालय में ललाट' तथा सुनी साधना राय का लेख 'श्री अन्न' मानसर्पक हैं। पत्रिका में समाविष्ट श्री शशांक शेरमा का संस्करण 'रिश्तों की छेद' पठनीय है। पत्रिका के लेख संकलन हेतु संपादक-संस्करण बधाई के पात्र हैं। पत्रिका के उत्कृष्ट भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ। यह पत्र हि. उ.प. महालेखाकार (रक्षा.) महोदय के अनुमोदन से भेजा जा रहा है।

भवदीय,
14.05.24
(श्री. सुधा सिन्हा)
हिन्दी अधिकारी

15535
22/5/24



कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी)
पंजाब एवं पु.टी., सेक्टर 17-ई, बंदीगढ़ - 160017
Office of The Accountant General (A&E),
Punjab & U.T., Sector-17 E,
Chandigarh - 160017.

Phone: 0172-2102998, 2703113,
2706676, Fax - 0172-2702285
Mail: agpunjab@cpag.gov.in

क्र. हिन्दी कक्षा/पत्रिका/2024-25/73

दिनांक: 13-05-2024


सेवा में,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी,
कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम,
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज-211001

विषय :- कार्यालय की राजभाषा पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक की पत्रिका के प्रेषण में

महोदय/महोदया,
आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिन्दी पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक की प्रगति हुई। इस पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ रुचिकर, भावपूर्ण एवं प्रेरणादायक हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ आकर्षक है। कार्यालय पत्रिकाओं के विकास की प्रशंसा है। पत्रिका की सुविधायु एवं उत्कृष्टता बताने हेतु संवर्धनीय संस्करण में पूर्ण उत्साह है। पत्रिका के सभी रचनाकारों एवं संपादक महोदय को पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए हार्दिक बधाई एवं पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए शुभकामनाएँ।

भवदीय
13.05.24
(श्री. सुधा सिन्हा)
हिन्दी अधिकारी

15108
21/5/24



कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा)- 1 महाराष्ट्र, मुंबई -400020
Office of the Principle Accountant General (Audit)-I, Maharashtra, Mumbai-400020

क्र. हिन्दी प्रकोष्ठ (ले.प./2023-2024/321/जा.क. - 17)

दिनांक: 04.07.2024

सेवा में,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी,
कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम,
20 एस.एन.मार्ग, प्रयागराज
उत्तर प्रदेश
पिन कोड - 211001

विषय :- कार्यालय की राजभाषा पत्रिका 'लेखा संगम' के 22वें अंक का प्रेषण

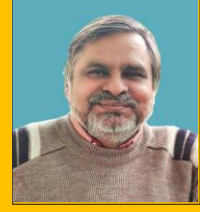
महोदय/महोदया,
आपके कार्यालय की राजभाषा पत्रिका 'लेखा संगम' पर स. हि.अ./लेखा संगम (17)22वां अंक/12370 दिनांक 07.05.2024 को ई-मेल द्वारा प्राप्त हुई। पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उत्प्रेरणादायक श्रेणी की हैं तथा कार्यालय के अधिकारियों एवं कर्मचारियों के हिन्दी के प्रति लगाव का परिचय देती हैं। सभी रचनाएँ पठनीय और मनमोहक करती हैं। श्री राघवेंद्र सिंह द्वारा रचित 'अपना इतिहास जानने', श्री सोनेश चंद्र लाल द्वारा रचित 'रिस्टार्ट', सुश्री साधना राय द्वारा रचित 'श्री अन्न', श्री शशांक शेरमा द्वारा रचित संस्करण 'रिश्तों की छेद' तथा श्रीमती विद्याम नुमार द्वारा रचित 'वो औरत हैं', प्रबुद्ध पाठकों के मन पर गहरी छाप छोड़ती हैं। पत्रिका जीवन के हर स्थिति परिस्थिति में उज्ज्वल, उत्साह व उमंग बनाने रखने का संदेश देती है व मागर में सागर बनने का कार्य करती है। पत्रिका के उत्कृष्ट भविष्य के लिए अनेकएक शुभकामनाएँ रचित।

भवदीय,
04.07.24
(श्री. सुधा सिन्हा)
हिन्दी अधिकारी

HINDI (call)
32679
26/5/24

गद्य संगम

साहित्यकार दंपति - ममता कालिया और रवीन्द्र कालिया



श्री यश मालवीय
पर्यवेक्षक (सेवानिवृत्त)/लेखा प्रथम

आज शाम रवींद्र कालिया जी की कालजयी कृति, 'गालिब छुटी शराब' उठायी और बस पढ़ता चला गया, पढ़ते-पढ़ते ही जैसे सौ बोतल का नशा हो गया। कभी आँखें नम हुईं तो कभी अकेले बैठे हुए ही ज़ोर ज़ोर से हँसने लगा। कालिया जी की अनेक छवियाँ आँखों में तिरती रहीं। वह तेलियरगंज से मेंहदौरी की तरफ़ आती सड़क पर दिखने लगे। कंधे पर झोला लटकाए, उँगलियों के बीच सिगरेट फँसाए, लम्बे कुर्ते में लम्बे-लम्बे डग भरता वह आदमी आज बहुत याद आया। खूसट साहित्यकारों के बीच वह सुन्दर आदमी अलग से नज़र आता था। प्रसिद्ध इतिहासकार डॉ लाल बहादुर वर्मा को उनमें अभिनेता सुनील दत्त भी झिलमिलाते हुए से नज़र आते थे। 'गंगा यमुना' के सम्पादन के दिनों में उनके पास स्टाफ़ कम था, वह अपने लैंड-लाइन फ़ोन को ही अपना



सहायक संपादक मानते थे, मोबाइल तो तब आया नहीं था, जब अंक फाइनल करना होता तो उनका पूरा दिन ही फ़ोन पर बीत जाता और फिर फ़ोन ही ममता जी की सौत बन जाता। कालिया जी ने रसरंजन तो छोड़ ही दिया था और बाद के दिनों में सिगरेट भी छोड़ दी थी। कहते थे जीते जी मुखाग्नि लेते-लेते थक गया हूँ। उन्हीं दिनों मैंने एक दोहा लिखा था --

कहें कालिया आ गया, हम पर गाढ़ा वक्रत
छूटी दारू की तरह, सिगरेट भी कम्बख़्त ॥

इसी दोहे से कालिया जी ने बड़े स्नेह से 'वागर्थ' में लिखे अपने संस्मरण की शुरुआत की थी। ख़ैर! मन नहीं माना और थोड़ा बेचैन हुआ तो ममता कालिया जी को फ़ोन लगा दिया। पहले तो उनको पुरस्कृत और सम्मानित होने की ढेर सारी बधाइयाँ दीं और फिर 'रविकथा अनन्ता' शुरू हो गई। ममता जी के साथ कालिया जी के अबीते इलाहाबाद को याद करना बहुत अच्छा लगा। एक गीत बरबस कागज़ पर उतरता चला गया, आप सबसे साझा करने का लोभ संवरण नहीं कर पा रहा हूँ --

गीत**

पाँव लड़खड़ाते हैं लेकिन मन सध जाता है
रेशम की महीन डोरी से ही
बँध जाता है
पाँव लड़खड़ाते हैं लेकिन

मन सध जाता है

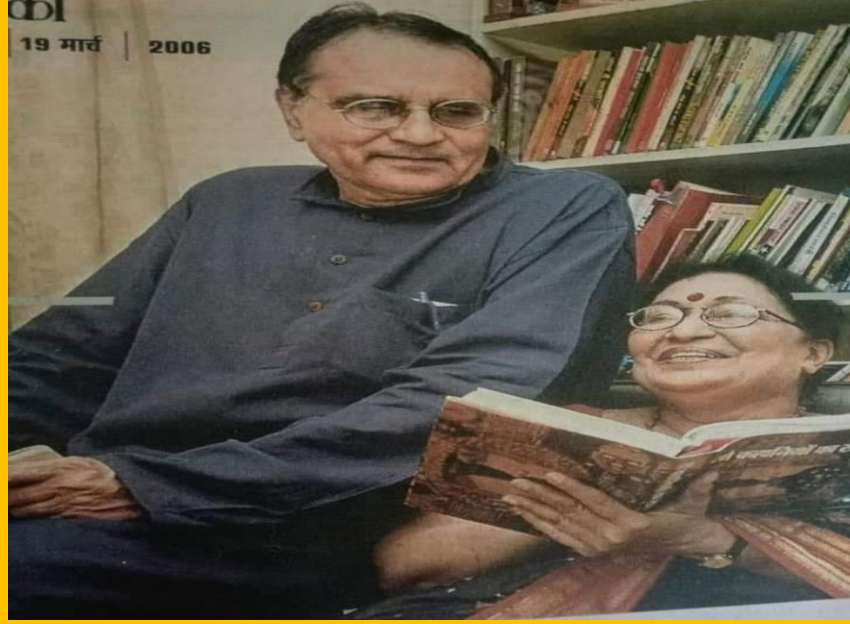
शाम उतरती,
क्रायनात कविता हो जाती है
दिनभर की थकान को,
साँसों से धो जाती है

अपने आप मैक्रदा,
काँधे पर लद जाता है
टूट गए सपने भी
दस्तक सी देते हैं
बेखुद होकर, केवल
नाम तुम्हारा लेते हैं

मदिर-मदिर से मौसम में
सारा मद जाता है

छोटे से गिलास में
समय समन्दर होता है
अपने से बतियाता,
मस्त कलन्दर होता है

हारी हुई बाज़ियाँ,
फिर कोई बद जाता है।



दिल धड़कने की सदा आती है गाहे-गाहे
जैसे अब भी तेरी आवाज़ मेरे कान में है
मैं तुझे खो के भी ज़िन्दा हूँ ये देखा तूने
किस क्रदर हौसला हारे हुए इंसान में है ।

रविकथा पढ़ते हुए लगातार अहमद फ़राज़ के ये शेर मेरे ज़ेहन पर दस्तक देते रहे। कृष्णा सोबती जी की एक बात भी याद आती रही कि लेखक की एक ज़िन्दगी उसकी मौत के बाद शुरू होती है। आत्मीय ऊष्मा से भरा यह औपन्यासिक संस्मरण जहाँ एक ओर मन भिगोता रहा, वहीं दूसरी ओर खिलखिलाकर हँस देने पर भी मजबूर करता रहा। ममता कालिया ने पृष्ठ दर पृष्ठ दृश्य रच दिए हैं। एक बार फिर शाम की बेला, रवींद्र जी और ममता जी मेंहदौरी से कभी तेलियरगंज की ओर जाते हुए तो कभी गंगा की ओर रसूलाबाद आते हुए दिखाई देने लगे। एक बैठक में ही मैं पढ़ता चला गया। पठनीयता का ऐसा धाराप्रवाह कि खाना पीना तक भूल गया। यह पूजा और त्यौहारों का समय है ऐसा लग रहा था जैसे ममता जी किसी शायर की ज़बान में यही कह रही हों

--

मेरी हर साँस इस बात की शाहिद है दोस्त
मैंने हर लुत्फ़ के मौके पे तुझे याद किया ।

याद आती रहीं कालिया जी की शरारतें, जब वो ममता जी से कहते थे कि ज़्यादा मत लिखो नहीं तो यश मालवीय हो जाओगी। उन पर लिखते हुए कभी लिखा था कि कालिया जी ने शराब छोड़ी है, शराफ़त नहीं। वाकई वह शरीफ़ बदमाश थे। ममता जी ने जैसे 'अपने' लिए उन्हें फिर से रच लिया है, ज़िन्दा कर दिया है। उन्होंने सावित्री की तरह अपने सत्यवान, कालिया जी को इस कृति के माध्यम से न केवल पुनर्जीवित किया है वरन अजर-अमर भी कर दिया है। उचाट निचाट और कठिन पतझर-समय को उन्होंने यादों के फूलों से सजा दिया है, सर्जनात्मक सुगंध से नहा गयी है उनकी ज़िन्दगी। प्रिय के वियोग को उन्होंने विशिष्ट योग बना लिया है। मीरा दीवानी ने बिछुड़ गए अपने कृष्ण को टेर लिया है, हेर लिया है और पा लिया है। इस 'अपने' में हम सब आते हैं। ऐसा मार्मिक आख्यान कि पढ़ते पढ़ते चश्मे पर भाप सी छा जा रही थी, बार-बार चश्मा पोछना पड़ रहा था। गुलज़ार साहब याद आ रहे थे --

नीले नीले से शब के गुम्बद में
तानपूरा मिला रहा है कोई
मैंने इन दो गुनगुनाते कानों में
तेरी आवाज़ पहन रखी है

ममता जी जैसे चले हुए रस्तों पर ही फिर से चली हैं और रवि की आवाज़ ही कानों में पहनकर इस रचना को शकल देती गई हैं। मैं पचास साल के इस रचनात्मक सघन दाम्पत्य को अपने सलाम पेश करता हूँ। निदा फ़ाज़ली साहब के बड़े भाई ग्वालियर के मरहूम शायर उम्मीद फ़ाज़ली का शेर भी इस वक्त याद आ रहा है --

कल उसकी आँखों ने क्या ज़िन्दा गुफ़्तगू की थी
गुमान तक न हुआ वो बिछड़ने वाला है

सचमुच ! ऐसा ही था। जब कभी भी बात होती थी तो उल्टे वो ही दिलासा देते थे कि बस मैं ठीक होने वाला हूँ और जल्दी ही तुम्हारे पास आऊँगा और गुड़िया के हाथों बनी ब्लैक टी पियूँगा। फिर एक शेर याद आ रहा है -

वह तो बता रहा था कई रोज़ का सफ़र है
ज़ंजीर खींच के वो मुसाफ़िर उतर गया ।

एक कसे हुए छंद जैसी थी उनकी ज़िन्दगी। वसु के न रहने पर अंशु ने लिखा था कि भाई! कितनी बेज़ा बात है कि अब हम तुम्हारी अनुपस्थिति के आदी हुए जाते हैं। इलाहाबाद तो आज तक कालिया जी की अनुपस्थिति का आदी नहीं हो पाया। अपने आखिरी दिनों में वह आनन्द के राजेश खन्ना जैसे नज़र आते थे, यह संवाद बोलते हुए, ' बाबू मोशाय! ज़िन्दगी बड़ी होनी चाहिए, लम्बी नहीं '। वास्तव में वह एक बड़ी ज़िन्दगी जी कर नेपथ्य में गए हैं। मैं उनकी यादों के चिराग रोशन करते हुए, ऐसे तरल संस्मरण के लिए ममता जी को बारम्बार बधाई देता हूँ।

कल एक साँस में और एक ही बैठक में 'जीते जी इलाहाबाद' पढ़ गया। उन बहुत सारे गली-मोहल्लों में घूम आया, जहाँ इलाहाबाद में रहते हुए भी बरसों से नहीं गया था। ममता जी की शिराओं में रक्त की तरह प्रवाहित है इलाहाबाद। वह सोलहों आने इलाहाबादी हैं। उनके पास चौबीस कैरेट का इलाहाबादी सोना है। इतिहासकार लालबहादुर वर्मा कहा करते थे कि इलाहाबाद ऐसा शहर है, जहाँ से जाया ही नहीं जा सकता। ममता जी भी इलाहाबाद से कहाँ जा पाईं। उनके हम जैसे आशिक उन्हें इलाहाबाद से जाने भी नहीं दे सकते। हम उनके शब्दों के साथ रानी मंडी, बैरहना, अतरसुइया, चौक, लोकनाथ, सिविल लाइन घूमते रहे। मन में इलाहाबाद दिल की तरह धड़कता रहा। शहर इलाहाबाद एक जीवित सत्ता है। नाम बदल दिये जाने के बाद भी यह इलाहाबाद ही है। इस औपन्यासिक संस्मरण को पढ़ना भी गंगा नहाने जैसा ही है। लग रहा था कि हम कुंभ मेले में ही टहल रहे हैं। चले हुए रास्तों पर ही फिर-फिर चल रहे हैं। ज़िंदगी का कैसेट बार-बार रिवाइंड करके सुन रहे हैं। यह ममता जी का अव्यय अतीत है, कमलेश्वर के शब्दों में कहें तो हमारा आगामी अतीत भी है। आज भी ममता जी की साँसों में इलाहाबाद साँस लेता है। यह कैसा फ्लैश बैक है जो बीतता ही नहीं। मेरे मन में एक बिम्ब उभर रहा है, तीर को जितना पीछे खींचो उतना आगे जाता है। यह संस्मरण प्रत्यंचा पर चढ़ा तीर ही तो है, जो बहुत पीछे ले जाकर भी हमारे वर्तमान को सजा रहा है और भविष्य का पथ प्रशस्त कर रहा है। ममता जी के पास मास्टर पेन है, उस्ताद क़लम है, जिसके चलते वो बहुत नाजुक प्रसंगों को भी इबादत की तरह याद कर पाईं हैं, बिना अमर्यादित हुए। इलाहाबाद की संस्कृति को न केवल उन्होंने जिया है, वरन सपनों की तरह साकार भी कर दिया है। एक बार भारती जी ने मुझसे पूछा था कि जानते हो मुझे कैलाश गौतम की कविताएँ क्यों अच्छी लगती हैं, मुझे उसकी कविताएँ इसलिए अच्छी लगती हैं क्योंकि मुझे उसकी कविताओं में इलाहाबाद मिलता है। ममता जी, बच्चन-भारती, गोपेश और उमाकांत मालवीय की तरह ही इलाहाबादी हैं। उन्होंने अपने इस संस्मरण में रवींद्र कालिया को पूरी तरह से ज़िंदा कर दिया है। ममता कालिया ने एक बार फिर इलाहाबाद और कालिया को पा लिया है। शीशे की तरह सँभालकर अपनी यादों को सहेजकर ले चली हैं, उन्हें ठेस लगने से बचाया है। अपने गीत का एक मुखड़ा याद आ रहा है-

दे रहा हूँ पंचमी का चाँद तुमको याद रखना
ज़ेहन में यमुना किनारे का इलाहाबाद रखना।

यह यादों का चिराग पंचमी के चाँद की तरह ही रोशन है, जिसकी चाँदनी कतई हिंसक नहीं है बल्कि हमारे ज़ख्मों पर मरहम रखने वाली है। राजकमल प्रकाशन ने बहुत संवेदनशील समय में यह किताब प्रकाशित की है। एक ऐसे समय में जब इलाहाबाद की पहचान ही मिटाई जा रही है, इस संस्मरण का मंज़रे आम पर आना बेहद प्रासंगिक है। ममता जी ने यह किताब लिखकर वास्तव में इलाहाबाद का नमक और ऋण अदा किया है। उनकी क़लम को सौ-सौ बार सलाम! किताब पढ़कर बहुत सारे विगत हो गए इलाहाबादी साहित्यिक चेहरों से मिलना भी हुआ। जीते जी ही नहीं मरकर भी अपना इलाहाबाद, इलाहाबाद ही रहेगा।



भगवान बुद्ध की अद्भुत खोज-विपश्यना



श्री राम कृपाल
वरिष्ठ लेखाधिकारी/लेखा प्रथम

विपश्यना बुद्ध धम्म की आधारशिला है। विपश्यना से निर्वाण चित्त की अवस्था जीवन काल में ही प्राप्त की जा सकती है। अर्हत अवस्था ही निर्वाण का द्योतक है। अर्हत पद पाने की चार अवस्थाएं हैं- 1. श्रोतागण ; 2. सकृदागामी ; 3 अनागामी ; 4 अर्हत। यह चार अवस्थाएं हैं और ये जीवन काल में ही प्राप्त की जा सकती हैं। अर्हत सारिपुत्र, मौद्गल्यायन, अर्हत महेन्द्र आदि ने अपने जीवनकाल में ही अर्हत पद पा लिया था। ऐसे अनेकों ने अर्हत पद पा लिया था। ये चित्त की उच्चतम अवस्थाएं केवल "ध्यान समाधि" या "विपश्यना" के द्वारा प्राप्त की जा सकती है। समाधि आर्य अष्टांगिक मार्ग का दूसरा स्कन्ध है और प्रज्ञा तीसरा स्कन्ध है। इन दोनों के तीन-तीन अंग हैं। यह सभी विपश्यना ध्यान भावना द्वारा ही पाए जा सकते हैं।

भागवान बुद्ध ने मन को ही धम्म में प्रधान स्थान दिया है और मन को वश में करने के लिए, मन को जीतने के लिए विपश्यना का रास्ता बताया है। विपश्यना पाली भाषा का शब्द है जिसका सन्धि विच्छेद होता है- विप् + परसना। विप का मतलब है कि छोटे-छोटे टुकड़ों में वस्तु का विभाजन करना, पृथक् करना और परसना का मतलब है-देखना या जानना। स्थूल हमेशा भ्रम पैदा करता है, वास्तविकता नहीं दिखलाता। स्थूल के विभाजन से, पृथक्करण से उसकी वास्तविकता समझ में आने लगती है। किसी भी वस्तु, स्थिति को विपश्यना की दृष्टि से देखना विज्ञान की उपज है। वैज्ञानिक भी किसी भौतिक वस्तु की वास्तविकता को जानने के लिए वस्तु का पृथक्करण करता है और सूक्ष्मता से उसका परीक्षण करता है तब ही उसे वस्तु की सूक्ष्मता से उसका परीक्षण निरीक्षण करता है, तब ही उसे वस्तु की सूक्ष्मतम व सच्चाई का पता चलता है। यही प्रयोग भगवान बुद्ध ने मानवीय चित्त और शरीर पर किया। विपश्यना के द्वारा ही उन्होंने चार आर्य सत्य और शरीर के पंचस्कन्ध (रूप स्कन्ध, संज्ञा स्कन्ध, विज्ञान स्कन्ध, वेदना स्कन्ध और संखार स्कन्ध) बताएं हैं। जैसे चक्षु इन्द्रिय, जिह्वा इन्द्रिय, प्राण इन्द्रिय, श्रोत इन्द्रिय, स्पर्श इन्द्रिय और मनोइन्द्रिय। बुद्ध के विपश्यना का ही प्रयोग कुछ मात्रा में वैज्ञानिक करते हैं। वे लोग भौतिक वस्तु का पृथक्करण करके ही देखते हैं।

“विविधेन पस्सति ति विपश्यना, विसेसेन पस्सति ति विपश्यना,

अनेकांमेन पस्सति ति विपश्यनो, विभज्जेन पस्सति ति विपश्यना”

विविधता से, विषेश रूप से, अनेक अंगों से, विभाजन, पृथक्करण करके देखने को ही विपश्यना कहते हैं। बुद्ध ने जैसा मानव शरीर का विपश्यना द्वारा दर्शन किया वैसे ही मन का सूक्ष्म विभाजन किया। शरीर और मन हमेशा परिवर्तित होते रहते हैं, बदलते रहते हैं, बुद्ध की यह अद्भुत खोज थी। विपश्यना ध्यान बुद्ध धम्म की अनुपम देन है। "चित्तरोसातिपुट्टाना" यानि चार सतिपट्टान के ध्यान जिसमें है- 1. कायानुपश्यना, 2.

वेदनानुपश्यना, 3. चिन्तानुपश्यना और 4. धम्मानुपश्यना। इन चारों के मूल में ही विपश्यना है। कोई भी व्यक्ति अर्हत्व की चारों अवस्थाओं को केवल विपश्यना मार्ग से ही प्राप्त कर सकता है। स्वयं बुद्ध को भी बोधि ज्ञान या बुद्धत्व विपश्यना से ही प्राप्त हुआ। निर्वाण/मोक्ष का अर्थ होता है-क्लेशों से मुक्त हो जाना। क्लेशों से मुक्ति तभी सम्भव है, जब चित्त से राग और द्वेष समूल निकल जाए। यह तो सभी धर्म कहते हैं कि राग-द्वेष ही दुख के कारण हैं। परन्तु व्यवहारिक पक्ष और वास्तविक विधि भगवान बुद्ध ने बताने का कार्य किया। भगवान बुद्ध पहले महामानव थे जो न केवल स्वयं मुक्त हुए बल्कि लाखों करोड़ों लोगों को विपश्यना सिखाकर राग द्वेष से मुक्त होकर निर्वाण सुख पाने में सहायता की।

पालथी मारकर, आंखें मूंदकर, बुद्ध की जो भी मुद्राएं दिखती हैं, वे ध्यानस्थ मुद्राएं ही हैं और ध्यान यानि किसी बाहरी चमत्कारिक शक्ति, आत्मा-परमात्मा का ध्यान नहीं अपितु विपश्यना द्वारा स्वयं अपने आपको समझना एवं बोध करना है। मन को वास्तविक रूप में जानना, मन के विकारों को दूर करना, मन को परिशुद्ध निर्मल करना यह विपश्यना द्वारा ही सम्भव है। विपश्यना ध्यान, वास्तविकता, और केवल सत्य पर आधारित होता है।



विपश्यना में प्रथम अपने श्वास को देखना होता है। उसे पालि भाषा में आना-पाना सति कहते हैं, अर्थात् सांस के आने-जाने को, अपने ही अनुभव से, अपनी ही नासिका के दोनों द्वारों पर देखें। पालथी मारकर बैठकर, साधक/व्यक्ति आंखें बंद करता है और अपने मन को अपनी नासिका के दोनों द्वारों पर केन्द्रित करके नासिका द्वारा आने-जाने वाली हर एक स्वाभाविक, नैसर्गिक श्वास को देखते चले जाता है। उससे ही अनित्य परिवर्तन का बोध होता जाता है। मन को सांस के आधार से एकाग्र करते हुए साधक श्वास को छोड़ता है और शरीर के भीतर प्रतिक्षण निर्माण होने वाली तथा परिवर्तित होते रहने वाली अपने ही वेदना-संवेदना को जानने लगता है। दृष्टाभाव, उपेक्षाभाव से केवल विपश्यना की भावना से वेदना-संवेदनाओं को देखता है। देखते-देखते, जानते-जानते भीतरी वेदना-संवेदनाओं का वास्तविक नैसर्गिक स्वभाव समझ में आने लगता है। जो वेदना अज्ञान में, मन को बांधे जा रही थी, वही वेदना ज्ञान के प्रकाश में मन को विमुक्त करती है। शरीर का वास्तविक दर्शन, चित्त का वास्तविक दर्शन, उनका अनित्य, अनात्म और हमेशा बदलते रहने वाला स्वरूप विपश्यना द्वारा ही ज्ञात होता है। विपश्यना ही वास्तविक ज्ञान की जननी है, जो विश्व के परम सत्यता का साक्षात्कार कराती है और मन के सारे विकारों को निकाल बाहर करके वास्तविक सुख-शान्ति को प्राप्त कराती है। आज के भाग दौड़ की जिन्दगी में प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी रूप से दुखी एवं कष्ट में है, इसलिए सभी को तथागत बुद्ध के बताये गये मार्ग/विद्या सीखनी चाहिए और सभी प्रकार के कष्टों/दुःखों से मुक्ति पानी चाहिए।



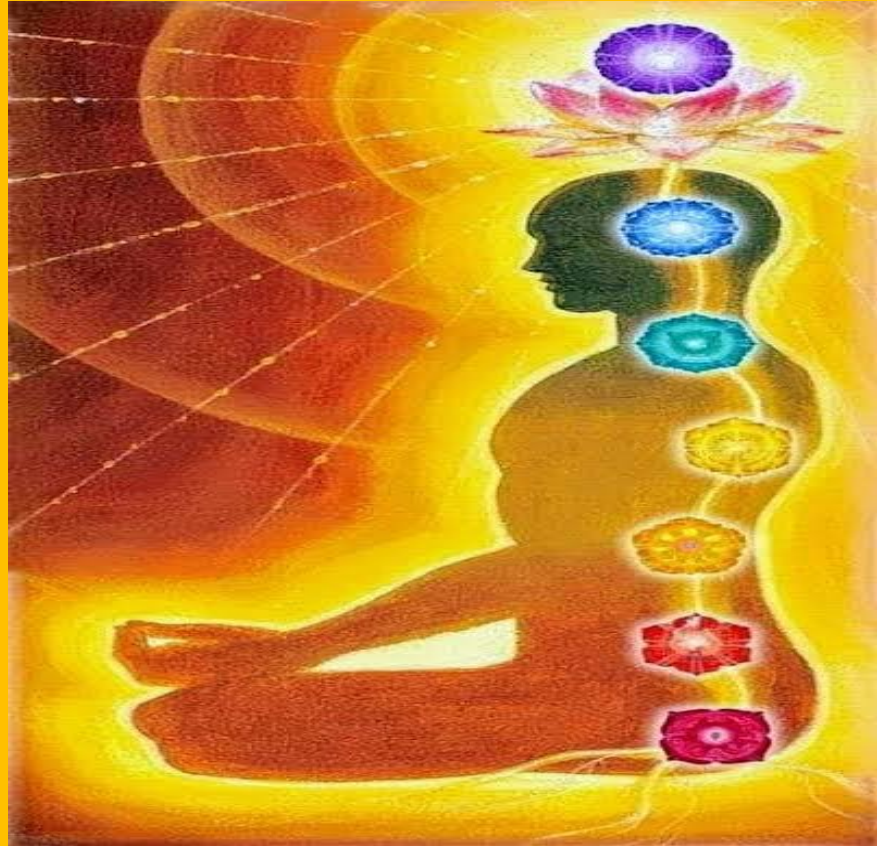
ब्रह्मरंध्र : एक आध्यात्मिक दृष्टिकोण



श्री प्रत्यूष अवस्थी
सहायक लेखाधिकारी/लेखा प्रथम

रंध्र एक संस्कृत शब्द है मगर दूसरी भारतीय भाषाओं में भी इसका इस्तेमाल होता है। रंध्र का मतलब है मार्ग, जैसे कोई छोटा छिद्र या सुरंग। यह शरीर का वह स्थान होता है, जिससे होकर जीवन भ्रूण में प्रवेश करता है।

जीवन प्रक्रिया में इतनी जागरूकता होती है कि वह अपने विकल्पों को खुला रखता है। वह देखता है कि यह शरीर उस जीवन को बनाए रखने में सक्षम है या नहीं। इसलिए वह उस द्वार को एक खास समय तक खुला रखता है ताकि अगर उसे लगे कि यह शरीर उसके अस्तित्व के लिए ठीक नहीं है तो वह उसी रास्ते से चला जाए। वह शरीर में मौजूद किसी अन्य मार्ग से नहीं जाना चाहता, वह जिस तरह आया था, उसी तरह जाना चाहता है। एक अच्छा मेहमान हमेशा मुख्य द्वार से आता है और उसी से



वापस जाता है। अगर वह मुख्य द्वार से आकर पिछले दरवाजे से चला जाए तो इसका मतलब है कि वह आपका घर साफ करके गया है! आप भी जब शरीर छोड़ते हैं, तो पूरी जागरूकता के साथ आप चाहे शरीर के किसी भी भाग से जाएं, उसमें कोई बुराई नहीं। लेकिन अगर आप ब्रह्मरंध्र से शरीर छोड़ सकें, तो यह शरीर छोड़ने का सबसे अच्छा तरीका है। ब्रह्मरंध्र का उल्लेख प्राचीन भारतीय योग और तंत्र विद्या में प्रमुखता से किया गया

है। यह एक महत्वपूर्ण ऊर्जा केंद्र है, जो हमारे शारीरिक और आध्यात्मिक अस्तित्व को जोड़ता है। ब्रह्मरंध्र का शाब्दिक अर्थ है 'ब्रह्मा का द्वार' या 'ब्रह्मा के लिए मार्ग'।

**** ब्रह्मरंध्र का स्थान और महत्व**

ब्रह्मरंध्र सिर के शीर्ष पर, ताज के क्षेत्र में स्थित होता है। यह स्थान शारीरिक रूप से सिर के मध्य भाग में होता है और इसे सहस्रार चक्र के रूप में भी जाना जाता है। इसे सहस्रार चक्र इसलिए कहा जाता है क्योंकि यह एक हजार पंखुड़ियों वाले कमल के फूल की तरह होता है। यह चक्र हमारे शरीर में सभी चक्रों का शिखर होता है और इसे आत्मा के सर्वोच्च स्तर तक पहुँचने का द्वार माना जाता है।

**** ब्रह्मरंध्र का आध्यात्मिक महत्व**

ब्रह्मरंध्र को आध्यात्मिक ज्ञान और आत्मज्ञान का स्रोत माना जाता है। यह हमारे अस्तित्व के मूलभूत सत्य को जानने और समझने का मार्ग प्रदान करता है। जब ब्रह्मरंध्र सक्रिय होता है, तब व्यक्ति को समस्त ब्रह्मांड के साथ एकात्म का अनुभव होता है। यह आत्मज्ञान और मोक्ष प्राप्ति का साधन है। इसे सक्रिय करने के लिए ध्यान और साधना की आवश्यकता होती है।

**** योग और ध्यान में ब्रह्मरंध्र**

योग और ध्यान के अभ्यास में ब्रह्मरंध्र का विशेष महत्व है। ध्यान के दौरान, व्यक्ति अपनी चेतना को ब्रह्मरंध्र पर केंद्रित करता है, जिससे मन की अशांति कम होती है और आत्मा के स्तर पर शांति का अनुभव होता है। यह व्यक्ति को अपनी अंतरात्मा के साथ गहरा संबंध स्थापित करने में मदद करता है।

योगिक दृष्टिकोण से, जब कुंडलिनी शक्ति जागृत होकर सहस्रार चक्र तक पहुँचती है, तब व्यक्ति को आत्मसाक्षात्कार होता है। यह स्थिति व्यक्ति को ब्रह्मांडीय चेतना के साथ जोड़ती है और उसे आध्यात्मिक पूर्णता की अनुभूति होती है। यह अवस्था व्यक्ति को सभी प्रकार के दुखों से मुक्त कर देती है और उसे अनंत आनंद की अनुभूति कराती है।

**** ब्रह्मरंध्र और चिकित्सा**

आधुनिक चिकित्सा विज्ञान में भी ब्रह्मरंध्र का महत्व है। इसे ध्यान और मानसिक स्वास्थ्य से जोड़कर देखा जाता है। माना जाता है कि ब्रह्मरंध्र पर ध्यान केंद्रित करने से तनाव, चिंता और अवसाद जैसी मानसिक समस्याओं में राहत मिल सकती है। यह मस्तिष्क को शांति और संतुलन प्रदान करता है, जिससे मानसिक स्वास्थ्य में सुधार होता है।

**** ब्रह्मरंध्र और तंत्र विद्या**

तंत्र विद्या में ब्रह्मरंध्र को दिव्य शक्तियों के साथ संबंध स्थापित करने का मार्ग माना जाता है। तांत्रिक साधना के दौरान, साधक ब्रह्मरंध्र के माध्यम से ईश्वर या देवी-देवताओं के साथ संपर्क साधने का प्रयास करता है। यह साधना उच्च स्तर की ऊर्जा और चेतना को प्राप्त करने में सहायक होती है।

**** ब्रह्मरंध्र का सक्रियण**

ब्रह्मरंध्र को सक्रिय करने के लिए कई प्रकार की साधनाएँ की जाती हैं। इनमें ध्यान, प्राणायाम, और मंत्र जप प्रमुख हैं। इन साधनाओं के माध्यम से व्यक्ति अपने मन और शरीर को शुद्ध करता है और ब्रह्मरंध्र की ऊर्जा को जागृत करता है। यह साधनाएँ व्यक्ति को आत्मज्ञान और दिव्य अनुभूतियों की दिशा में ले जाती हैं।

1. ***ध्यान*:** ध्यान के माध्यम से व्यक्ति अपनी चेतना को ब्रह्मरंध्र पर केंद्रित करता है। यह प्रक्रिया मानसिक शांति और आत्मिक जागरूकता को बढ़ावा देती है।
2. ***प्राणायाम*:** प्राणायाम के माध्यम से व्यक्ति अपने श्वास को नियंत्रित करता है, जिससे शरीर में ऊर्जा का संतुलन बनता है और ब्रह्मरंध्र की ऊर्जा सक्रिय होती है।
3. ***मंत्र जप*:** मंत्रों के जप से व्यक्ति अपने मन को एकाग्र करता है और ब्रह्मरंध्र की ऊर्जा को जागृत करता है। यह प्रक्रिया आत्मिक उन्नति में सहायक होती है।

ब्रह्मरंध्र हमारे शारीरिक और आध्यात्मिक अस्तित्व का एक महत्वपूर्ण केंद्र है। यह आत्मज्ञान और मोक्ष की प्राप्ति का मार्ग है। योग, ध्यान और तंत्र विद्या के माध्यम से इसे सक्रिय करके व्यक्ति आत्मिक शांति और ब्रह्मांडीय चेतना के साथ संबंध स्थापित कर सकता है। ब्रह्मरंध्र का अध्ययन और साधना व्यक्ति को उच्च स्तर की चेतना और आत्मिक पूर्णता की दिशा में ले जाता है। यह भारतीय आध्यात्मिकता और योगिक परंपरा का एक महत्वपूर्ण अंग है, जो व्यक्ति को जीवन के गहरे रहस्यों को समझने और अनुभव करने में सक्षम बनाता है।



स्वाधीनता आंदोलन में हिंदी का महत्व



सुश्री साधना राय

हिन्दी अधिकारी/ लेखा प्रथम

*भारत में सब भिन्न अति, ताहीं सों उत्पात,
विविध देस मतहू विविध, भाषा विविध लखात ।*

सर्व विदित है कि भारत एक बहुभाषा भाषी देश है। यहाँ प्रादेशिक भाषाओं के साथ जनपदीय बोलियाँ भी बोली जाती हैं अर्थात् एक प्रदेश में यदि कोई जातीय भाषा है तो उसी प्रदेश में कई जनपदीय बोलियाँ हैं। परंतु जैसे आत्मा के बिना शरीर का कोई अर्थ नहीं होता ठीक वैसे ही किसी भी आंदोलन को सफल बनाने के लिए उस आंदोलन की एक भाषा होनी चाहिए। एक ऐसी भाषा जो आंदोलन को सामान्य जनता तक पहुंचाने में मदद करे। भाषाओं के इस विविधतापूर्ण परिवेश में हिंदी का एक विशिष्ट स्थान है। मध्यकाल से ही भारत के विभिन्न प्रदेशों में, विभिन्न धर्मों के जो तीर्थस्थान हैं, उन्होंने हिंदी को देश के कोने-कोने में पहुंचाने में बहुत मदद की है। हिंदीतर प्रदेश के लोग हिंदी प्रदेशों में अपने तीर्थ स्थानों पर आते थे और हिंदी प्रदेश के निवासी भी आंध्रप्रदेश, तमिलनाडु आदि प्रदेशों में अपने तीर्थ स्थान पर जाते थे। ऐसे में एक ऐसी भाषा की आवश्यकता थी जो उन भिन्न भाषा-भाषियों के बीच सेतु का कार्य कर सके। मध्यकाल में हिंदी ने यह भूमिका निभाई। स्वतंत्रता संग्राम में हिंदी ने देश को जोड़ने में अहम भूमिका अदा की है।

भारत के स्वाधीनता आंदोलन में हिंदी का बड़ा महत्व रहा। महात्मा गांधी (गुजराती), सी. राजगोपालाचारी (मद्रासी), राजा राम मोहन राय, ईश्वर चंद्र विद्यासागर व देवी प्रसाद चट्टोपाध्याय जैसे महान दार्शनिक व क्रांतिकारी बंगाली थे। ऐसे ही देश के अलग-अलग प्रांतों के क्रांतिकारियों ने स्वतंत्रता आंदोलन में खुद को खपा दिया। उन्होंने स्वाधीनता का संदेश देशभर में जन-जन तक पहुंचाने के लिए हिंदी को चुना। क्योंकि एक बहुभाषी देश में स्वाधीनता की चेतना को प्रत्येक गांव और प्रत्येक आदमी तक पहुंचाने के लिए, राष्ट्रीय एकता के निर्माण के लिए हिंदी ही एकमात्र अस्त्र हो सकता था। राजा राम मोहन राय ने भी महसूस किया कि जनता में जाने और उसे आंदोलित करने के लिए अंग्रेजी का कोई उपयोग नहीं। राष्ट्र की आजादी के लिए राष्ट्रीय एकता और अखंडता अनिवार्य होता है और राष्ट्रीय एकता और अखंडता को बांधने वाले सूत्र के बिना यह परिकल्पना साकार नहीं हो सकती। अतः चुनौती कई स्तरों पर थी। उस सूत्र की पहचान करते हुए उस दौर के लगभग सभी राष्ट्रीय नेताओं ने विचार किया। 1875 में ब्रह्मसमाज के प्रधान नेता श्री केशवचन्द्र सेन ने कहा कि 'अभी कितनी ही भाषाएं भारत में प्रचलित हैं, उनमें से हिंदी भाषा ही सर्वत्र प्रचलित है। इसी हिंदी को भारतवर्ष की एकमात्र भाषा स्वीकार कर लिया जाए तो सहज ही में यह एकता सम्पन्न हो सकती है।' इनके अलावा अन्य अनेक राष्ट्रीय नेताओं ने प्रान्तीयता की भावना से ऊपर उठकर मुक्त कंठ से हिंदी का समर्थन किया, जिनकी हिंदी सेवा अविस्मरणीय रहेगी।

सन् 1857 में भारत का प्रथम स्वाधीनता संग्राम लड़ा गया। यह मात्र सिपाही विद्रोह ही नहीं था बल्कि भारतवासियों द्वारा अंग्रेज़ी हकूमत को ध्वंस करने का सर्वाधिक सर्वप्रथम प्रयास था। ब्रिटिश भारत के इतिहास में 1857 ई० के विद्रोह ने एकदम कायापलट ही कर दिया। यह एक ऐसा जन आंदोलन था जिसको आज भी भारत का बच्चा-बच्चा जनता है। इस संग्राम में हिंदी ही भाषायी दायित्व निभा रही थी। सभी क्रान्ति-समाचार, संवाद और संदेश हिंदी में ही प्रसारित किए जाते थे। परन्तु फिर भी यह माना गया कि उपयुक्त सार्वदेशिक भाषा के अभाव में क्रान्ति का संदेश करोड़ों लोगों तक नहीं पहुँचा तथा देशी भाषाओं में उचित शिक्षा के अभाव में जनमानस को अंग्रेज़ों के विरुद्ध तैयार नहीं किया जा सका। फलतः आगे चलकर राष्ट्रीय आन्दोलन के उन नायकों ने यह अनुभव किया कि हिंदी के प्रचार-प्रसार से ही देश की स्वाधीनता में मदद मिल सकती है। इस संबंध में हिंदीतर प्रदेशों के लोगों ने नेतृत्व की बागडोर संभाली। इस समय जिन चिन्तकों, नेताओं ने हिंदी की राष्ट्रभाषा के रूप में कल्पना की, उनमें केशवचन्द्र सेन मूर्धन्य हैं। सन् 1873 में अपने बंगाली समाचार पत्र "सुलभ समाचार" में उन्होंने लिखा, "यदि भाषा एक न होने पर, भारतवर्ष में एकता न हो तो उसका उपाय क्या है? समस्त भारतवर्ष में एक भाषा का प्रयोग करना इसका उपाय है। इस समय भारत में जितनी भी भाषाएँ प्रचलित हैं, उनमें हिंदी भाषा प्रायः सर्वप्रचलित है। इस हिंदी भाषा को यदि भारतवर्ष की एकमात्र भाषा बनाया जाए तो अनायास ही यह (एकता) शीघ्र ही सम्पन्न हो सकती है।" प्रसिद्ध बंगला साहित्यकार और 'वन्देमातरम' के रचयिता बंकिमचंद्र चटर्जी ने भी हिंदी की सहायता से पूरे भारत को एक सूत्र में बांधने की कल्पना की थी।

स्वतंत्रता संग्राम के दौरान के साहित्यकार भी किसी क्रान्तिकारी से कम नहीं थे। ये अपने लेख और समाचार पत्र-पत्रिकाओं के माध्यम से क्रान्ति का संदेश देशवासियों तक पहुंचाते थे। हिंदी का पहला समाचार पत्र 'उदंत मार्तंड' सन् 1826 में कोलकाता से प्रकाशित हुआ। इसके बाद हिंदी भाषा में पत्र-पत्रिकाओं की संख्या बढ़ती गई। साहित्यकारों ने स्वाधीनता संग्राम और सेनानियों की भूरि-भूरि प्रशंसा करते हुए भारत के स्वर्णिम अतीत में लोगों की आस्था जगाने का प्रयास किया और वहीं दूसरी ओर उन्होंने अंग्रेज़ों की शोषणकारी नीतियों का खुलकर विरोध किया। भारतेंदु हरिश्चंद्र ने स्वतंत्रता आंदोलन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। अंग्रेज़ों द्वारा भारतीय जनता पर जुल्मोसितम व लूट-खसोट का उन्होंने बढ़-चढ़कर विरोध किया। उन्हें इस बात का क्षोभ था कि अंग्रेज़ यहां से सारी संपत्ति लूटकर विदेश ले जा रहे थे। इस लूटपाट और भारत की बदहाली पर उन्होंने काफी कुछ लिखा। 'अंधेर नगरी चौपट राजा' नामक व्यंग्य के माध्यम से भारतेंदु ने तत्कालीन राजाओं की निरंकुशता, अंधेरगर्दी और उनकी मूढ़ता का सटीक वर्णन किया है। राष्ट्र प्रेम को जन-जन में फैलाने के लिए हिंदी भाषा को माध्यम के रूप में चुना गया तथा इसे भारत की समस्त उन्नति का मूलमंत्र घोषित करते हुए भारतेंदु ने कहा है –

**"निज भाषा उन्नति अहै सब उन्नति को मूल,
बिनु निज भाषा ज्ञान के मिटत न हिय को सूल "**

कांग्रेस की स्थापना 1885 में की गई थी। इसका उद्देश्य था शिक्षित भारतीयों को एक मंच प्रदान करना जहां वे अंग्रेज़ी सरकार के प्रति अपनी नाराजगी व्यक्त कर सकें और अंग्रेज़ बौद्धिक स्तर पर उनकी समस्या का समाधान प्रस्तुत कर उन्हें मुख्य अंग्रेज़ी राजधारा से जोड़े रखकर उनके माध्यम से आम भारतीयों को शांत रख सकें। कांग्रेस की प्रारंभिक नीतियां अंग्रेज़-परस्त थीं। भाषा भी इसका अपवाद नहीं थी। गांधी जी के राष्ट्रीय परिदृश्य पर आने के बाद इस स्थिति में परिवर्तन प्रारंभ हुआ। 1919 ई० में कांग्रेस का अधिवेशन अमृतसर में



हुआ। यहीं से गांधी युग का प्रभाव कांग्रेस और पूरे राष्ट्र पर बढ़ना प्रारंभ हुआ और कांग्रेस हिंदी तथा उसके माध्यम से आम आदमी के निकट आने लगी। जब राष्ट्रीय आंदोलन में गांधी युग का सूत्रपात हुआ तो हिंदी का प्रचार प्रसार भी बढ़ने लगा। गांधीजी ने हिंदी के प्रसार के लिए गुजराती समाचार पत्र नवजीवन का प्रकाशन अगस्त 1921 से हिंदी में करना प्रारंभ किया। बापू अपनी सभाओं में सम्बोधन हिंदी में ही दिया करते थे। **उनकी यह भी**

कोशिश थी कि राष्ट्रीय आंदोलन को गति देने वाले जितने भी आंदोलन हों वे हिंदी में भी जाने जाए। इसलिए सत्याग्रह, असहयोग आन्दोलन, सविनय अवज्ञा आंदोलन और भारत छोड़ो आंदोलन जनता के बीच तादात्म्य स्थापित करने में पूर्ण रूप से सफल रहे। इसके अतिरिक्त स्वाधीनता आंदोलन के जन नायकों के भाषणों पर भी यदि हम नजर डालें तो पाएंगे कि चाहे उनकी मातृभाषा हिंदी नहीं रही परंतु वे जनमानस तक हिंदी के माध्यम से ही अपनी बात सरलता से पहुंचते थे।

1857 के बाद ब्रिटिश हकूमत ' **फूट डालो और शासन करो** ' की नीति पर चलने लगे। हिंदी को इन्होंने हिंदी, उर्दू, हिन्दुस्तानी के रूप में अलग कर हिंदू और मुसलमानों को भाषा के नाम पर भड़काना शुरू किया। राष्ट्र और हिंदी के विरुद्ध षडयंत्र की भावना से गांधी जी अनभिज्ञ न थे। अतः उन्होंने स्पष्ट किया कि हिंदी का विरोध अंग्रेजी से है, प्रादेशिक भाषाओं से नहीं। हिंदी प्रादेशिक भाषाओं के क्षेत्र में हस्तक्षेप नहीं करेगी। प्रादेशिक भाषाओं को विकास का पूर्ण अवसर मिलेगा। गांधी जी ने हिंदी प्रचार प्रसार को कांग्रेस के रचनात्मक कार्यक्रम का अंग बना दिया और कांग्रेस के लिए खादी तथा हिंदी का प्रचार लगभग अनिवार्य कर दिया।

हिंदी का मुद्दा सिर्फ एक भाषा का मुद्दा न रहकर एक राष्ट्रीय भाषा और एक राष्ट्रीय पहचान का भी था। **“स्वराज्य हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है जिसे मैं प्राप्त करके रहूंगा”** का नारा देनेवाले नेता बाल गंगाधर तिलक का स्वाधीनता संग्राम के इतिहास में विशिष्ट स्थान है। भाषा के बारे में तिलक का विचार था कि हिंदी ही एक मात्र भाषा है जो राष्ट्रभाषा हो सकती है। हिंदी का समर्थन करते हुए **‘नागरी प्रचारिणी पत्रिका’** में उन्होंने लिखा था **“यह आंदोलन उत्तर भारत में केवल एक सर्वमान्य लिपि के प्रचार के लिए नहीं है, यह तो उस आन्दोलन का एक अंग है जिसे मैं राष्ट्रीय आन्दोलन कहूंगा और जिसका उद्देश्य समस्त भारतवर्ष के लिए एक राष्ट्रीय भाषा की स्थापना करना है, क्योंकि सबके लिए समान भाषा राष्ट्रीयता का महत्वपूर्ण अंग है, अतएव यदि आप किसी राष्ट्र के लोगों को एक दूसरे के निकट लाना चाहें तो सबके लिए समान भाषा के बढ़कर सशक्त अन्य कोई बल नहीं है”** ।

1919 तक गांधी जी यही कहते रहे कि हिंदी ही राष्ट्र भाषा के सर्वथा योग्य है। गांधी जी ने राष्ट्र भाषा की पांच विशेषता बताई है -

1. वह भाषा जो राजकर्मचारियों के लिए सरल हो।
2. राष्ट्र के लिए सरल हो।
3. क्षणिक या अल्प स्थायी स्थिति के उपर निर्भर न हो।
4. उस भाषा के द्वारा भारतवर्ष के परस्पर धार्मिक, आर्थिक और राजनीतिक व्यवहार निभ सके।
5. उस भाषा को देश के अधिकांश निवासी बोलते हो।

हिंदी के माध्यम से आम आदमी को राष्ट्रीय स्वाधीनता आंदोलन से जोड़ने का ही परिणाम था कि राष्ट्रीय आजादी को चाहने वालों, राष्ट्र के लिए मर-मिटने वाले लोगों की संख्या अब करोड़ों में हो गई। देश के लिए अपना सर्वस्व समर्पण, त्याग व बलिदान की भावना से समूचा देश आंदोलित हो गया हिंदी और स्वाधीनता आंदोलन दोनों के मिल जाने से इन दोनों का आधार राष्ट्रीय हो गया। अब स्वाधीनता के विचारों को पूरे भारतवर्ष में प्रत्येक प्रांत, प्रत्येक धर्म, प्रत्येक व्यक्ति तक हिंदी के माध्यम से पहुंचना आसान था।

राष्ट्रीय एकता और स्वाधीनता आंदोलन में हिंदी की भूमिका को पहचान कर ही राष्ट्रनायकों ने उसे राष्ट्रभाषा के पद पर सुशोभित किया। उन राष्ट्रनायकों में स्वामी दयानंद सरस्वती, सुभाषचन्द्र बोस, गुरुदेव रवीन्द्रनाथ टैगोर, लोकमान्य बाल गंगाधर तिलक, लाला लाजपत राय, पंडित मदन मोहन मालवीय, महात्मा गांधी, पुरुषोत्तम दास टंडन, डॉ. राजेन्द्र प्रसाद आदि प्रमुख थे। हिंदी एक बहुआयामी भाषा है। इसकी खूबी है कि ये सभी भाषाओं के शब्दों को आत्मसात कर लेती है। हिंदी में काम करना बहुत सरल है क्योंकि जो बोलना है, वही लिखना है। आप अपनी बात आसानी से दूसरे तक पहुंचा सकते हैं। विश्व में सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषाओं में हिंदी दूसरे स्थान पर है।

14 सितम्बर, 1949 को हिंदी को राजभाषा के रूप में स्वीकारा गया, परंतु इसका प्रभाव और महत्व राष्ट्रीय आंदोलन में प्रारंभ से ही दिखाई देता है। उत्तर भारत में हिंदी जनसंपर्क के भाषा के रूप में लोकप्रिय हुई, वहीं दक्षिण में सी. राजगोपालचारी एवं अन्य हिंदी विद्वानों ने इसे दक्षिण भारत हिंदी समिति के कार्य-कलापों के माध्यम से वहाँ के लोगो तक पहुंचाया तथा उन्हें राष्ट्रीय आंदोलन की मुख्य धारा से जोड़ने प्रयास किया। तत्कालीन कवियों, लेखकों, पत्रकारों, यहां तक कि सिनेमा में भी हिंदी का भरपूर प्रयोग किया और राष्ट्रीय आंदोलन को सबल बनाने में योगदान दिया।



ई-ऑफिस: एक डिजिटल वर्कप्लेस सोल्यूशन



श्री शशांक शेखर
सहायक लेखाधिकारी/लेखा प्रथम

शीर्षक कार्यक्षेत्र से जुड़ा हुआ है तो थोड़ा अरुचिकर प्रतीत हो सकता है परंतु डिजिटल युग के मद्देनजर प्रासंगिक है। सरकारी कार्यालय के बारे में सुनते ही सबसे पहले मन में आने वाला चित्र है फाइलों से भरी कई टेबल और उनके पीछे छिपे बाबूजी; यह एक स्टीरियोटाइप ही है। डिजिटल इंडिया कार्यक्रम के तत्वाधान में, सरकारी कार्यालयों को भी डिजिटल रूप से दक्ष एवं पेपरलेस बनाने के उद्देश्य से यह ऑफिस टूल प्रशासनिक सुधार और लोक शिकायत विभाग, भारत सरकार के निर्देशन में राष्ट्रीय सूचना विज्ञान केंद्र द्वारा विकसित किया गया है। ई-ऑफिस प्रणाली का आगमन एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है

। भारत सरकार ने ई-गवर्नेंस की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल के रूप में ई-ऑफिस को अपनाया है, ताकि सरकारी कार्यालयों के कार्यों को डिजिटल माध्यम से संचालित किया जा सके। इस लेख में, हम ई-ऑफिस प्रणाली के विभिन्न पहलुओं पर सामान्य चर्चा करेंगे जिसमें इसका परिचय, मुख्य घटक, लाभ, चुनौतियां और भविष्य की संभावनायें शामिल हैं।

परिचय

ई-ऑफिस एक एकीकृत डिजिटल प्लेटफार्म है, जो सरकारी कार्यालयों में फाइलों और दस्तावेजों के प्रबंधन को सरल, तेज और पारदर्शी बनाता है। इस प्रणाली के तहत सभी फाइलें और दस्तावेज़ इलेक्ट्रॉनिक रूप में संग्रहित और प्रबंधित किए जाते हैं, जिससे कागजी कामकाज में कमी आती है और निर्णय लेने की प्रक्रिया में तेजी आती है। ई-ऑफिस का प्रमुख उद्देश्य सरकारी कार्यालयों के कार्यों में पारदर्शिता, दक्षता और जवाबदेही को बढ़ावा देना है।

ई-ऑफिस के मुख्य घटक

1. फाइल प्रबंधन प्रणाली (ई-फाइलिंग सिस्टम):

इस प्रणाली के अंतर्गत सभी फाइलें इलेक्ट्रॉनिक रूप में बनाई और प्रबंधित की जाती हैं। इससे कागजी फाइलों के बोझ से मुक्ति मिलती है और फाइलों का ट्रैक रखना आसान हो जाता है। इसमें एक फाइल में काम करने के सभी चरण शामिल हैं, जिसमें स्कैनिंग, इलेक्ट्रॉनिक डायरीकरण, फाइल निर्माण,

नोटिंग निर्माण, नोटिंग और ड्राफ्ट पर डिजिटल हस्ताक्षर, प्रेषण, तेजी से प्रसंस्करण और फाइलों और रसीदों की आवाजाही, फाइलों और रसीदों को बंद करना और अंत में आर्काइव शामिल है।



2. ज्ञान प्रबंधन प्रणाली (केएमएस):

ई-ऑफिस के केएमएस घटक ने एक संगठन में दस्तावेजों के केंद्रीय भंडार की अवधारणा को सामने लाया। यह उपयोगकर्ताओं को वर्कफ्लो में इलेक्ट्रॉनिक दस्तावेज़ बनाने और प्रबंधित करने के साथ-साथ संस्करण (ट्रैकिंग इतिहास) प्रदान करता है जिसे आसानी से देखा जा सकता है, खोजा जा सकता है, साझा किया जा सकता है और प्रकाशित किया जा सकता है। यह सामग्री को तार्किक रूप से व्यवस्थित करता है।

3. वर्क फ्रॉम एनिवेयर (WAW) पोर्टल:

यह कर्मचारियों / अधिकारियों को सुरक्षित रूप से कहीं से भी कार्यालय में वर्चुअली जोड़ता है। यह आभासी कार्यालय के लिए एक प्रवेश द्वार है। कोरोना महामारी के उपरांत इसकी सार्थकता और भी पुष्ट हुई है।

ई-ऑफिस के लाभ

1. पारदर्शिता और जवाबदेही:

ई-ऑफिस प्रणाली के तहत हर फाइल और दस्तावेज का डिजिटल ट्रैक रखा जाता है, जिससे किसी भी जानकारी को आसानी से ट्रैस किया जा सकता है। इस प्रणाली के माध्यम से यह आसानी से ज्ञात किया जा सकता है कि पत्रावली किस अधिकारी / कर्मचारी के पास कितने समय से लंबित है। अतः यह प्रणाली पारदर्शिता बढ़ाती है और कर्मचारियों को उनके कार्यों के प्रति अधिक जवाबदेह बनाती है।

2. समय और लागत की बचत:

डिजिटल फाइलों और दस्तावेजों के कारण कागज, प्रिंटिंग और भंडारण की लागत में कमी आती है। फाइलों को एक पटल से दूसरी पटल पर / उच्चाधिकारियों के पास एक क्लिक के माध्यम से पहुंचा देना एक अलग ही अनुभव है। इसके अलावा फाइलों के अनुमोदन प्रक्रिया में तेजी आती है, जिससे समय की भी बचत होती है।

3. कहीं भी, कभी भी पहुँच:

ई-ऑफिस प्रणाली के माध्यम से कर्मचारी किसी भी समय और किसी भी स्थान से आवश्यक दस्तावेज़ और फाइलें एक्सेस कर सकते हैं, जिससे काम की निरंतरता बनी रहती है और आपात स्थिति में भी कामकाज बाधित नहीं होता। आपात स्थिति से तात्पर्य कोरोना महामारी जैसी स्थितियों से है जिसके दौरान वर्क फ्रॉम होम कल्चर ने गति पकड़ी।

4. पर्यावरण संरक्षण:

कागजी कामकाज में कमी आने से कागज की खपत भी कम होती है, जिससे पर्यावरण संरक्षण में भी कुछ योगदान तो मिलता ही है। साथ ही इलेक्ट्रॉनिक डाटा की सस्टेनिबिलिटी भी लम्बे समय तक होती है। इसके भण्डारण के लिए 'भौतिक स्थान' की जगह पर स्टोरेज सर्वर ही काफी है।

5. डेटा सुरक्षा:

ई-ऑफिस प्रणाली में उन्नत सुरक्षा प्रोटोकॉल का उपयोग किया जाता है, जिससे संवेदनशील जानकारी और दस्तावेज़ सुरक्षित रहते हैं। हालाँकि इसका दूसरा पक्ष भी है जोकि एक प्रकार की चुनौती है।

ई-ऑफिस के कार्यान्वयन की चुनौतियाँ

1. प्रशिक्षण और जागरूकता:

ई-ऑफिस प्रणाली को सफलतापूर्वक लागू करने के लिए सभी कर्मचारियों को डिजिटल उपकरणों का सही उपयोग सिखाना आवश्यक है। उल्लेखनीय है कि जहाँ एक ओर नयी भर्ती के कार्मिक उक्त पोर्टल पर कार्य करना सहज महसूस करते है वहीं दूसरी ओर अधिकांश वरिष्ठ कर्मचारियों को अभी मिसिल प्रणाली ही सहज लगती है। ई-ऑफिस प्रणाली के शुरूआती दौर में तो मेरे कई ऐसे अनुभव है जोकि इस लेख में उल्लेख

किये जाने की सार्थकता रखते हैं यथा एक सज्जन फाइलों को ई-ऑफिस पर अनुमोदित कराने के उपरांत प्रिंट आउट निकालकर मिसिल भी तैयार करते थे। अतः व्यापक प्रशिक्षण कार्यक्रमों की आवश्यकता है।

2. डेटा सुरक्षा:

डिजिटल फाइलों और दस्तावेजों की सुरक्षा एक महत्वपूर्ण चुनौती है। एक दृष्टान्त प्रस्तुत है : दिनांक 31.07.2024 अर्थात् सैलरी के दिन की बात है, सुबह हुई मन में पूर्वभावना लिए कि दिन की शुरुआत सैलरी क्रेडिट के मैसेज को देखने से की जाएगी परन्तु निराशा हाथ लगी। विभिन्न ड्यूज इस इंतजार में थे कि आज उनका निपटान किया जाएगा लेकिन सैलरी तो लेट थी। अधिकांश कर्मचारियों/ अधिकारियों की सैलरी अगले दिन 01.08.2024 को आई। बाद में एन.पी.सी.आई. के सूत्रों के हवाले से ज्ञात हुआ कि बैंको के पेमेंट सिस्टम पर रैन्समवेयर अटैक जैसा कुछ हुआ था। यदि बैंक की सुरक्षा में सेंधमारी हो सकती है तो ई-ऑफिस प्रणाली भी इसकी जद में आ सकती है। अतः इसके लिए उन्नत सुरक्षा उपायों और प्रोटोकॉल का पालन आवश्यक है।

3. सिस्टम की विश्वसनीयता:

ई-ऑफिस प्रणाली की निरंतरता और विश्वसनीयता बनाए रखना महत्वपूर्ण है, ताकि किसी भी तकनीकी समस्या के कारण कार्यों में बाधा न आए।

हालाँकि चुनौतियों को बाधक के रूप में मानने से बेहतर है उन पर काम करके व्यवस्था को फुलप्रूफ बनाने की कोशिश करना जोकि निरंतर जारी है। लाभ और चुनौतियों के उपरांत निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि ई-ऑफिस प्रणाली का सफलतापूर्वक कार्यान्वयन सरकारी कार्यालयों में एक नई कार्य संस्कृति को जन्म दे रहा है। भविष्य में, इस प्रणाली में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जैसे फ्रीचर उपयोग किए जा सकते हैं जिससे सरकारी प्रक्रियाओं में और भी अधिक सुधार और नवाचार संभव हो सकेगा।

ई-ऑफिस प्रणाली सरकारी कार्यालयों में एक महत्वपूर्ण डिजिटल क्रांति है, जो कार्यक्षमता, पारदर्शिता, और जवाबदेही को बढ़ावा देती है। यह प्रणाली न केवल सरकारी कर्मचारियों के कामकाज को सरल बनाती है, बल्कि आम नागरिकों के लिए भी सरकारी सेवाओं को अधिक सुलभ और तेज बनाती है। ई-ऑफिस के माध्यम से हम एक अधिक सक्षम, पारदर्शी और प्रभावी प्रशासन की दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।



कथाकार



श्री विजय कुमार
सहायक प्रशासनिक अधिकारी/आईसीसा

भाग-1

वृतांत नगर, एक समृद्ध शहर, जहाँ थे चमचमाते शॉपिंग मॉल और अपने स्मार्ट फोन से चिपके लोग। वहीं एक कथाकार नामक प्रतिभावान लेखक रहता था। कथाकार एक पुराने ज़माने में खोया रहने वाला व्यक्ति था जो मुद्रित पृष्ठों की गंध और किताबों के पन्नों को पलटना बहुत पसंद करता था। हालांकि, वह वर्तमान स्थिति से बहुत निराश था। ऐसा लग रहा था जैसे दुनिया किताबों के जादू को भूल गयी है।

हर दिन, जब वह सड़कों से गुज़रता, तो लोगों को अपनी स्क्रीन पर तल्लीन, सोशल मीडिया पर स्क्रॉल करते देखता या फिर चकाचौंध से भरे शॉपिंग मॉलों में अंतहीन उपभोक्तावाद में डूबा हुआ पता। किताबें पढ़ने के प्रति लोगों की अरुचि का विचार ही उसकी आत्मा को कचोटता था। कथाकार उस सुनहरे दौर को वापस लाने के लिए कृतसंकल्प था जिसमें उसका बचपन बीता। उसने इस सपने को साकार करने के लिए एक योजना तैयार की।

वह एक बहुत पुराने और लंबे समय से खोए हुए जादू की खोज में निकल पड़ा, जिसके बारे में अफवाह थी कि इस में वास्तविकता को बदलने की शक्ति है। यह जादू इतना प्राचीन और रहस्यमय था कि शहर के वृद्धजनों में भी इसके अस्तित्व पर बहस होती थी, अधिकतर मानते थे कि ऐसा कभी संभव नहीं है, लेकिन कथाकार उम्मीद की एक भी किरण छोड़ने को तैयार ना था।

उसने घर छोड़ने की तैयारी की, उसकी खोज उसे धूल भरे पुराने पुस्तकालयों में ले गयी जहां वह कई दिन और कई रातें बिना रुके पढ़ता रहा, परंतु असफल रहा। कुछ पाण्डुलिपियों में ऋषि-पद्धतियों का उल्लेख मिला जो सदा ज्ञान को अपने शिष्यों को मौखिक ही देते थे, उसे कभी लिखा नहीं गया। कथाकार के मन में फिर आस जगी और वह निकाल पड़ा ऋषि मुनियों की तलाश में... ।

कई मास तक वनों, पर्वतों और कन्दराओं में भटकते हुए वह कुछ विलक्षण, एकांत प्रिय विद्वानों से मिला, जिन्होंने कई गूढ़ रहस्य उससे साझा किए। उसे ज्ञात हुआ कि रहस्यमय जंगलों में कल्पना से परे राज छिपे हैं और सालों की अपनी खोज के बाद आखिर उसकी मुलाकात एक बुद्धिमान बूढ़े ऋषि से हुई जो व्यास परंपरा का शिष्य था, जिसके पास वह पौराणिक मंत्र था। कथाकार की खुशी का ठिकाना न रहा, मानों वर्षों से प्यासे चातक को स्वाति नक्षत्र की पूरी वृष्टि मिल गयी हो।

कथाकार का हृदय शुद्ध एवं उद्देश्य पावन जानकार ऋषि ने उसे सिखाना स्वीकार किया। ऋषि के संरक्षण में, कथाकार ने प्राचीन मंत्र की दीक्षा प्रारम्भ की। परंतु यह आसान नहीं था, प्राचीन मंत्रों को जानना मात्र ही काफी नहीं था अपितु उन्हें सिद्ध भी करना होता था, जिसके लिए तपोबल एवं अभ्यास की आवश्यकता थी। उसने अपनी रातों की नींद हराम कर दी परन्तु वह दृढ़ रहा।

और एक दिन जब उसे विश्वास हो गया कि वह मंत्रों को सिद्ध कर चुका है, तो कथाकार ने इसे क्रियान्वित करने का फैसला किया। अपने गुरु से आज्ञा लेकर वह शहर लौट आया। उस रात वह अपने अपार्टमेंट के केंद्र में खड़ा था और अपने हाथ में थामे स्मार्टफोन को देख रहा था। जैसे ही उसने मंत्र बोला, एक शानदार रोशनी ने उसे घेर लिया, और ऊर्जा का एक शक्तिशाली प्रकाश पुंज बाहर की ओर फैल गया, एक अलौकिक ऊर्जा उसके अस्तित्व में प्रवाहित हुई। वह जादू, जिसका उसने कई मास तक अथक अभ्यास किया था, अंततः काम कर गया। वह वास्तविकता को अपनी इच्छा के आगे झुकता हुआ महसूस कर सकता था और बेहोश हो गया।

अगली सुबह, वृतांतनगर बदल गया था। सर्वव्यापी स्मार्टफोन चले गए थे, जिससे परेशान नागरिक अपनी गायब स्क्रीन की तलाश कर रहे थे। कथाकार के साहसिक कार्य ने शहर की छिपी सुंदरता को उजागर करते हुए डिजिटल क्षेत्र को गायब कर दिया था। लोगों ने वास्तुकला पर ध्यान देना शुरू कर दिया, अपने पड़ोसियों के साथ बातचीत की और, आश्चर्य की बात है, किताबें फर से पढ़ना शुरू कर दिया।

पुस्तकालय और किताबों की दुकानें जो खामोशी में खड़ी थीं, अब उनमें जीवन भर गया है। लोगों ने धूलभरी पुरानी क्लासिक्स उठाईं, रहस्यों को पन्नों पर फुसफुसाया, और पढ़ने के सरल आनंद को फिर से पाकर खुशी से मुस्कुराये। पुस्तक युग को वापस लाने की कथाकार की खोज सफल हो गई थी, और वह उस दुनिया के जादू में आनंदित था जिसे बनाने के लिए उसने इतनी मेहनत की थी।

एक मोहभंग हो चुके लेखक ने वृतांत नगर की कहानी में एक नया अध्याय लिखा था, और अपने नागरिकों को याद दिलाया था कि असली जादू किताब के पन्नों और उनके एक-दूसरे के साथ बनाए गए संबंधों में मौजूद है। और कथाकार, वह न केवल एक लेखक के रूप में, बल्कि एक जादूगर के रूप में भी एक नायक बन गया, जो कल्पना से भी अधिक मंत्रमुग्ध कर देने वाले तरीके से किताबों के युग को वापस लाया।

भाग-2

लेकिन कथाकार यहाँ ही रुकने वाला नहीं था। उसे पता चला कि मंत्र का प्रभाव मात्र एक शहर तक ही सीमित था तो उसने नगर-नगर जाकर मंत्र का उपयोग करना शुरू किया और उन नगरों में फिर से साहित्य अपनी पुरानी गरिमा को प्राप्त करता चला गया।

परंतु इस पूरे घटनाक्रम के केंद्र में, एक नया अस्तित्व उभरा, एक खलनायक जिसे "स्मार्टफोन बॉस" के नाम से जाना जाता था। एक मास्टर माइंड, जो लोगों की स्क्रीन के प्रति लत और प्रौद्योगिकी के माध्यम से उनके जीवन को नियंत्रित करने के अपने उद्देश्य में सफल होने ही वाला था, परंतु कथाकार ने शहर-दर-शहर उससे छीन लिए। स्मार्टफोन बॉस डिजिटल युग का अवतार बन गया था, एक क्रूर चरित्र जो शहर पर अपनी पकड़ बनाए रखने के लिए कुछ भी करने को तैयार था।

जैसे ही कथाकार ने पुस्तक युग को वापस लाने का अपना अभियान जारी रखा, उसका सामना स्मार्टफोन बॉस से हुआ। यह डिजिटल खलनायक कथाकार के कार्यों से खुश नहीं था, जो तेजी से शहर के निवासियों पर उसके नियंत्रण को खत्म कर रहा था। स्मार्ट फ़ोन बॉस कथाकार के हस्तक्षेप को खत्म करने लिए कृतसंकल्प था। उसने कथाकार के अगले लक्ष्य का पता लगाया और उस नगर में पहुँच गया।

उनका टकराव किसी महाकाव्य से कम नहीं था। यह शहर के मध्य में नियॉन रोशनी और टिमटिमाते डिजिटल होर्डिंग की पृष्ठभूमि में हुआ। कथाकार प्राचीन जादू से लैस होकर निडरता से खड़ा था, जबकि स्मार्टफोन बॉस प्रौद्योगिकी की शक्ति का इस्तेमाल करते हुए बाइनरी कोड के एक क्लाउड से उभरा।

इसके बाद जो हुआ वह एक अभूतपूर्व संघर्ष था, जहां मंत्रों ने एल्गोरिदम के खिलाफ लड़ाई लड़ी। कथाकार पर डिजिटल सिग्नलों से प्रहार हुआ जिन्हें विकृत करने और शहर पर स्मार्टफोन बॉस के नियंत्रण को बाधित करने के लिए प्राचीन मंत्र की शक्ति का उपयोग किया। स्मार्ट फ़ोन बॉस ने बाइनरी कोड के विस्फोट के साथ जवाबी कार्रवाई की और कथाकार को डिजिटल ज़ीरो और वन में फँसाने का प्रयास किया।

किताबों के जादू से कथाकार का दृढ़संकल्प और विश्वास प्रबल हुआ। प्राचीन मंत्र के अंतिम पाठ के साथ, उन्होंने एक भंवर बनाया जिसने स्मार्टफोन बॉस और उसके डिजिटल साम्राज्य को अपने अंदर खींच लिया और वह एक किताब में बंद हो गया। प्रकाश के एक चकाचौंध कर देने वाले विस्फोट ने, खलनायक को कैद कर दिया गया, और स्मार्ट फोन जो एक समय शहर पर हावी थे, डिजिटलवोइड (शून्य) में गायब हो गए।

मनुष्य एक बार फिर आज़ाद हो गया, और नागरिक पढ़ने, मानवीय संपर्क और वास्तविक संबंधों की खुशियों से फिर से जुड़ गए। निडर लेखक-जादूगर कथाकार ने स्थिति बचा ली थी और किताबों का युग अपनी पूरी महिमा में लौट आया था।



हिमशिला



डॉ. नमिता चंद्रा
सहायक लेखाधिकारी/लेखा प्रथम

सूरज की तपिश से धरती मानो तप रही हो। शाम हो चली थी उसने यूँ ही मन बहलाने के लिए खिड़की खोली तो गर्म हवा का एक तेज़ झोंका पूरे कमरे में भर गया। बाहर बिलकुल सन्नाटा था, सड़कें सुनसान एवं उसके मन की ही तरह खाली। खिड़की बंद करके वह अधलेटी सी सोफे पर पड़ी रही। मन मानो विचलित हो कुछ करना चाह रहा था किन्तु तन उसे अनुमति नहीं दे रहा था। ए.सी. की ठंडी हवा धीरे-धीरे हृदय के झंझावातों को मद्धिम कर रही थी अधखुली आँखें कुछ अधूरे से सपनों को बुनने लगीं थीं। दूर कहीं से उसे माँ की आवाज़ सुनाई दे रही थी “सोना.... कहाँ है तू...? जल्दी आ जा ... मुझे तेरे पिताजी के लिए खाना लेकर खेतों में जाना है”। सोना तो बस अपनी ही धुन में सखियों के साथ बातों में मस्त थी। उसे कहाँ कुछ सुनाई देता था। जब तक मां आकर कान खींचकर न डांटे उसे चैन ही नहीं पड़ता। तभी माँ आकर कहती है “ अरे तुझे मेरी आवाज़ सुनाई नहीं देती क्या ? कबसे पुकार रही हूँ। मैं खेतों में जा रही हूँ तू घर पर जा और खाना खाकर सफाई कर दे।” “अच्छा मेरी प्यारी माँ” कहकर सोना माँ के गले लग गयी और माँ ने उसे मीठी सी झिडकी देकर कहा, “चल अब बस कर ये दुलार, मुझे जाना है।” तभी अचानक आँखें खुल गयीं और वह सोचने लगी अरे यह कैसा सपना था? मां तो कब की जा चुकी है।”

न जाने कहाँ लुप्त हो गयी वह सोना। वह मासूम एवं बेफिक्र सी लड़की जिसके लिए दुनिया एक सुन्दर स्वप्न था और वह खुली आँखों से उसे देखना चाहती थी। कुल आठ वर्ष की ही तो थी जब मां ने अच्छी शिक्षा के लिए शहर भेज दिया था मामा के साथ। मामा के घर आकर भी वैसे ही अलमस्त रहती किन्तु मामी की आँखें एवं उनका रवैया उसे भयभीत कर देता। कदाचित संसार के कटु सत्य से प्रथम परिचय मामी ने ही कराया था उसका। उन के लिए तो वह सदा अवांछित ही रही किन्तु खुद निसंतान होने के कारण मामा का अत्यधिक प्रेम था। मामा के प्यार एवं संरक्षण ने उसे जीवन की कठिन राहों पर चलना सिखाया। बचपन से ही मेधावी एवं कुशाग्रबुद्धि होने के कारण शीघ्र ही अपने पैरों पर खड़ी हो गयी थी और सोचा था कि पिता जी तो रहे नहीं अब माँ को साथ ही रखूंगी और उनका जीवन संवारने का प्रयास करूंगी। किन्तु सोचा हुआ कहाँ ही पूरा होता है। नियुक्तिपत्र प्राप्त होने की सूचना माँ को दे दी थी और बस तैनाती की प्रतीक्षा में ही थी की एक दिन सुबह फोन आया की माँ को ब्रेन हैमरेज हुआ है। बस उसके बाद तीन दिन हॉस्पिटल में भागदौड़, दवाएं, जांच एवं रिपोर्ट का सिलसिला चला और तीसरी रात को माँ भी उसे छोड़ कर चली गयी। माँ का जाना बहुत बड़ा आघात था जिससे उबरने में काफी समय लगा। और माँ क्या गयी उस सोना को भी ले गयी जिसे वह जानती थी। अब तो दुनिया के लिए वह सोनाली है सोनाली रावत।

सोनाली रावत दुनिया के लिए एक ऐसी शिला जिसे पार करना कठिन है। लोगों की निगाहों में एक सख्त तथा अनुशासनप्रिय अधिकारी जिसे काम में किसी भी प्रकार की लापरवाही पसंद नहीं। व्यर्थ के वार्तालाप, हँसी-ठिठोली तथा टीका टिप्पणियों से कोसो दूर अब एक बंजर धरती या सूखे दरख्त सी हो गयी थी वह। किन्तु सच तो यह है की एक हिमशिला सी आज भी वह वास्तविक प्रेम एवं अपनेपन की आस में है। वह अपनापन जिसके ताप से यह हिमशिला अपना अस्तित्व भूल एक निश्चल धारा सी बह चले। किन्तु कंक्रीटों के इस रेगिस्तान में कोई ऐसा सहृदय नहीं दिखाई देता है जिससे अपनी भावनाएं व्यक्त की जा सकें। इन्ही विचारों के सागर में डूबती न जाने कब उसे नींद आ गयी।

सुबह आँख खुली तो सर भारी सा था। उम्र के साथ अब शरीर भी थोड़ा थकने सा लगा था। वास्तव में तन से अधिक मन थक गया था। अकेलापन स्वयं में बहुत बड़ा रोग है। कभी कभी लगता कि विवाह न करना कहीं जीवन की भूल तो नहीं थी। किन्तु कभी भी कोई ऐसा मिला भी तो नहीं जिसके साथ पूरा जीवन बिताने का निर्णय लिया जा सके। माँ के जाने के बाद मामा ने बहुत प्रयास किया, मामी ने भी कई रिश्ते बताये किन्तु सभी ऐसे ही निकले। किसी को पैसे से प्यार था तो किसी को पत्नी के नाम पर एक परिचारिका चाहिये थी। पता नहीं क्यों उसे कोई भी ऐसा नहीं दिखा जो उपयुक्त हो। अब तो बस यह अकेलापन ही सच्चा साथी लगता।

उस दिन तैयार होकर वह ऑफिस के लिए निकली। ट्रेफिक सिग्नल पर ड्राइवर ने गाड़ी रोक दी थी। तभी उसकी निगाह एक छोटी सी बच्ची पर पड़ी जो एक झोले में छोटी-मोटी वस्तुएं बेच रही थी। वह सोना की गाड़ी के पास आकर विनय करने लगी ' "ले लो न दीदी ... ये लाल वाला पेन बहुत अच्छा है, आप एक बार लिखोगी तो समझ जाओगी..." और न जाने दुनिया भर की जाने कितनी ही बातें बोलती जा रही थी वह। सोनाली ने उसकी तरफ देखा लगभग आठ वर्ष की वह बच्ची की आँखों में एक अलग सी चमक थी। उसकी निश्चल मुस्कान ने बरबस ही मन मोह लिया था और सोनाली ने 50 रुपये की नोट उसकी तरफ बढ़ा दी और बोली 'लाओ दे दो।' बच्ची बेहद खुश हो गयी। तभी सिग्नल हो गया और उसकी कार बढ़ गयी। वह बच्ची पीछे चिल्लाती रही "अरे दीदी पैसे तो ले लो "। सोनाली ने मुस्कुराते हुए इशारा किया , "रख लो"। इस घटना के बाद सोनाली का मन न जाने क्यों बहुत हल्का सा हो गया शायद उस बच्ची की निर्मल छवि ने उदासी के बादलों को भी हटा दिया था। अपनेपन और वात्सल्य का स्रोत जो सूख सा गया था उस बच्ची को देखकर सोनाली के हृदय में पुनः जीवित हो गया था।

कार्यालय में पहुंचते ही कार्य में इतनी व्यस्त हो गयी कि समय का ध्यान ही न रहा। घड़ी देखी तो तीन बज रहे थे। लंच का समय हो गया था। सीट से उठने का मन नहीं हुआ। थोड़ी देर यूँ ही आँखें बंद कर बैठी रही फिर थोड़ा सा खा लिया। शाम पांच बजे जब वापस जाने को निकली तो बरबस ही उस बच्ची की याद आ गयी और गाड़ी उस सिग्नल पर पहुंची तो आँखें उसे खोजने लगीं किन्तु वह कहीं दिखाई नहीं दी। घर पहुंचने के बाद भी रह रह कर उसे उस बच्ची की याद आ जाती और बरबस ही सोनाली के चेहरे पर मुस्कान आ जाती। न जाने क्या आकर्षण था उसके चेहरे में कि मन से उसकी छवि जा ही नहीं रही थी। अगले दिन सिग्नल पर वह फिर से दिखाई दी तो सोनाली ने ड्राइवर को गाड़ी किनारे करके रोकने को कहा और उसके पास गयी। वह बच्ची सोनाली को देखते ही चहक उठी, "अरे दीदी कल आपने पैसे क्यों नहीं लिए ? मैं पीछे आई थी लेकिन आपकी कार चली गयी थी "। सोनाली ने उसे बहुत ध्यान से देखा वह बच्ची थोड़ी सांवली सी लेकिन बहुत प्यारी थी। उसकी बड़ी बड़ी आँखें बरबस ही किसी का भी मन मोह लेती। "तुम्हारा नाम क्या है बेटा ?" सोनाली ने पूछा। " दीदी मेरा नाम सोना है " उसने मासूमियत से कहा। चौंक उठी सोनाली, "अरे मैं भी सोना हूँ" बरबस ही उसके मुख से निकला। बातें तो बहुत सी करनी थी उससे लेकिन देर हो रही थी इसलिए उसने सोना को शाम

को मिलने को बोला और वहां से निकल आई। उस दिन के बाद से अक्सर वह सोना से मिलती। उसकी भोली बातें हृदय को एक मीठी सी आस दे जाती और अगले दिन वह फिर मिलने पहुँच जाती।

एक शाम को वह सिग्नल के पास पहुँच कर सोना का इंतजार करने लगी। बहुत देर हो गयी किन्तु वह नहीं आई तो सोनाली ने ड्राइवर को घर चलने को कहा। अगले कई दिनों तक वह दिखाई नहीं दी। न जाने क्यों प्रत्येक दिन उस सिग्नल पर पहुँचते ही सोनाली को सोना याद आ जाती। करीब एक सप्ताह के बाद एक दिन सिग्नल पर उसे देख सोनाली हर्षमिश्रित आवाज़ में चिल्लाई, “सोना.....सोना...”। वह दौड़कर आई और बोली दीदी अब मेरा एडमिशन हो गया है, मुझे पढ़ने का बहुत मन था तो माँ ने मेरा नाम स्कूल में लिखा दिया है “सोनाली यह सुन कर बोली ‘यह तो बहुत अच्छी बात है मुझे तुम्हारी माँ से मिलना है, ले चलोगी मुझे ? ‘हाँ, हाँ क्यों नहीं” वह बोली और उसे पास में ही स्थित एक बस्ती में ले गयी।

सोना की माँ एक छोटी सी झोंपड़ी में सिलाई कर रही थी। किसी को आया देख वह थोड़ा घबरा गयी। सोना ने माँ से कहा “ माँ ये वही दीदी है जिन्होंने उस दिन पैसे वापस नहीं लिए थे। आपसे मिलने आई हैं आज।” सोना की माँ शर्मिंदा होते हुए बोली, “जी मैडम कहिये हमारे लायक कोई सेवा हो तो बताइए”। सोनाली ने कहा, “मैं तो बस आपसे मिलकर बधाई देना चाहती थी कि आपने सोना को पढ़ाने का निर्णय लिया। वास्तव में आप तारीफ के काबिल हैं इतनी कठिन परिस्थितियों में भी आप बेटी को पढ़ने का हौसला रखती हैं।” सोना की माँ ने कहा “ दीदी मैं तो बस अपनी बेटी को उज्ज्वल भविष्य देना चाहती हूँ, वो पढ़ लिख जाये इससे बड़ी खुशी मेरे लिए क्या होगी। सोनाली को उसकी माँ में अपनी माँ की ही छवि दिख रही थी और आँखों से अश्रुओं की धार बह रही थी। आज सोनाली नामक हिमशिला मानो पिघल रही हो और अपने भावनाओं को काबू में करते हुए वह बोली, आपको बुरा न लगे तो मैं एक बात बोलूँ ?” सोना की माँ अचंभित सी हो उठी और बोली “जी बिलकुल बताइए क्या बात है।”

थोड़ा सकुचाते हुए सोनाली ने कहा, “मैं सोना की पढाई कराना चाहती हूँ यदि आपको आपत्ति न हो तो मैं उसका नाम एक अच्छे स्कूल में लिखा दूंगी और वह जीवन में जो भी बनना चाहेगी मैं उसका साथ दूंगी।” सोना की माँ ने कुछ नहीं कहा। थोड़ी देर तक सन्नाटा छाया रहा। सोनाली को भी कुछ समझ नहीं आ रहा था। खामोशी अब बोझिल हो चली थी सोनाली ने धीरे से अपना बैग उठाया और बाहर आ गयी। मन में एक पछतावा था कि उसने कुछ गलत तो नहीं किया।

लगभग एक सप्ताह इसी उधेड़बुन में बीता कि एक दिन उसे सोना सिग्नल पर दिखाई दी। सोनाली को देखते ही वह भाग कर आई और कहने लगी, “दीदी माँ आपसे मिलने के लिए परेशान है क्योंकि उस दिन आप बिना कुछ बोले ही चली गयी। चलो न हमारे घर।” उसकी झोंपड़ी में प्रवेश करते ही सोना की माँ उठ कर खड़ी हो गयी और बोली, “मैडम उस दिन आप चली गयी और आपने मेरी पूरी बात नहीं सुनी। मैं आपकी भावनाओं को ठेस नहीं पहुँचाना चाहती थी किन्तु सोना को लेकर मेरे मन में जो अरमान हैं उसे पूरा करने की हिम्मत है मुझमें। मानती हूँ कि पैसे थोड़े कम हैं किन्तु हौसला कमजोर नहीं है। आप हमारी मदद करना चाहती हैं यह बहुत अच्छी बात है किन्तु हमें आपसे मदद दूसरे रूप में चाहिए। हम लोग तो पढ़े-लिखे हैं नहीं इसलिए बहुत सी बातें पता नहीं हैं। आप सोना को उसके पैरों पर खड़े होने में मदद करना चाहती हैं तो उसका पथ प्रदर्शन कर दीजिये। आपका साथ उसे बहुत आगे ले जा सकता है।” सोनाली की आँखों में आंसू आ गए इस स्थिति में भी यह माँ इतनी खुदार है कि अपनी बच्ची के भविष्य का बोझ स्वयं ही उठाना चाहती है बिना किसी की मदद लिए। वास्तव में माँ जैसा कोई नहीं हो सकता। उसे सोना की माँ में अपनी माँ का ही अक्स दिख रहा था जो बेटी के भविष्य के लिए चिंतित थी। सोनाली ने उसकी माँ की हथेलियों को थामते हुए कहा, “आप तनिक भी

चिंता न करें, मैं इसका भविष्य सँवारने में आपकी हरसंभव सहायता करूँगी। वास्तव में अब यह मेरे जीवन का भी उद्देश्य है। सोनाली ने धीरे से उसका हाथ छोड़ा और बाहर निकल आई। अपने बचपन की सारी यादें चलचित्र की भाँति आँखों के सामने नाच रही थीं किन्तु मन में एक संतोष था कि उसके निरुद्देश्य जीवन को भी आज एक उद्देश्य मिल गया था। सोनाली रावत नाम की हिमशिला आज उस माँ के आगे पिघल रही थी और उसने अपने आँखों से बहने वाले आंसुओं के सैलाब को बह जाने दिया।

सोनाली के जीवन को आज एक नयी दिशा मिली थी। अपने अकेलेपन को लेकर रोना वास्तव में कहीं से भी समझदारी नहीं है। ईश्वर ने उसे इस योग्य बनाया है कि वह समाज में कुछ कर सके। इस सोना को तो उसकी माँ का साथ मिल गया किन्तु न जाने ऐसी कितनी ही बच्चियाँ/बच्चे हैं जो असहाय हैं जिनके माता-पिता उन्हें एक अच्छा जीवन नहीं दे पा रहे होंगे। आज से मैं उनके लिए हरसंभव प्रयास करूँगी। स्वयं के लिए तो सभी जीते हैं मैं आज से इन बच्चों के लिए जियूँगी। अब उसके मन में एक निश्चय था कि अपने अकेले और निरुद्देश्य जीवन को एक दिशा देनी है। सोना और उस जैसी न जाने कितनी असहाय बच्चियों के जीवन को संवारना ही अब उसके जीवन का एकमात्र उद्देश्य हो गया था।



यात्रा वृत्तांत : शिमला



श्री शशांक त्रिवेदी
लेखाकार/लेखा प्रथम

गए साल शिमला जाना हुआ। यूँ तो शिमला पहले भी गया हूँ किसी इम्तिहान देने के सिलसिले में मगर इस बार खास इसलिए था कि सिर्फ़ घूमने के उद्देश्य से गया था। बेरोजगारी के दिनों में जब किसी इम्तिहान के लिए फॉर्म भरता था तो जानबूझकर ऐसे परीक्षा केंद्रों का चुनाव करता जो पर्यटन की दृष्टि से उपयुक्त हों। जब परीक्षा का प्रवेश पत्र जारी होता और घर पर परीक्षा केंद्र दूर जाने की तफ़्तीश की जाती तो बता देता कि परीक्षा कराने वाले आयोग ने पारदर्शिता दिखाते हुए परीक्षा केंद्रों में बदलाव किए हैं। इस दौरान पूर्वोत्तर भारत को छोड़कर उत्तर के मैदानी और पहाड़ी इलाकों के साथ-साथ सुदूर दक्षिण के पठार भी घूम आया। जब रोज़ी की जद्दोजहद खत्म हुई तो विधिवत एक पर्यटक की भांति घूमने जाने लगा।

बहरहाल, लंबा समय हो गया था एक जगह रहते-रहते सो पहाड़ों की हवा की जरूरत सी महसूस हुई। सोचा शिमला चला जाता हूँ, शरीर में तो स्फूर्ति आएगी ही, चित्त भी निर्मल हो जाएगा।

केंद्रीय कर्मचारियों हेतु ई संपदा पोर्टल पर उपलब्ध हॉलीडे होम की सूची में शिमला को खोजकर इस बात की तस्दीक कर ली कि जिस महीने में मैं जा रहा हूँ, उस समय कमरे खाली हों। फिर भारतीय रेलवे की वेबसाइट पर जाकर उक्त समय पर ट्रेन में सीट की उपलब्धता का ब्यौरा प्राप्त कर लिया। जब हर तरह से तसल्ली हो गई तब मैंने एक हॉलीडे होम में तीन दिन के लिए एक कमरा आरक्षित कर लिया और अपने निकटतम रेलवे स्टेशन लखनऊ से चंडीगढ़ तक ट्रेन की टिकट भी बुक कर ली।

अंबाला से कालका बस से जाने की योजना बनाई और कालका से शिमला तक का सफर विश्व प्रसिद्ध टॉय ट्रेन से करने का तय किया।

कालका-शिमला रेलवे, उत्तर भारत में एक 2 फीट 6 इंच (762 मिमी) छोटी लाइन (नैरो-गेज) रेलवे है जो कालका से शिमला तक के ज्यादातर पहाड़ी मार्ग से होकर गुजरती है। इसे यहाँ के पहाड़ियों और आसपास के गांवों के रमणीक दृश्यों के लिए जाना जाता है। ब्रिटिश राज के दौरान इस रेलवे का निर्माण भारत की ग्रीष्मकालीन राजधानी शिमला को शेष भारतीय रेल प्रणाली से जोड़ने के लिए 1898 और 1903 के बीच हर्बर्ट सेष्टिमस हैरिंगटन के निर्देशन में किया गया था।

ख़ैर, यात्रा शुरू हुई। मैं अमूमन समूह में यात्रा करने से बचता रहता हूँ और अकेले यात्रा करना पसंद करता हूँ। मैंने जीवन की अधिकांश यात्राएं अकेले अथवा अपने एक अत्यंत प्रिय मित्र के साथ कीं। जीवन एक यात्रा है, जहां सब अकेले ही हैं। हम सब बस यह भ्रम पाले हुए हैं कि फलां हमारे साथ में है। जब जाना भी अकेले ही है तो सब यात्राएं भी अकेले करूंगा, इस सिद्धांत के साथ जीते जा रहा हूँ।

शुरुआत से एकाकीपन जीवन का एक अहम हिस्सा रहा इसलिए यात्राएं भी अकेले ही करना पसंद आता। सुबह तड़के मैं चंडीगढ़ स्टेशन पर उतरा। अभी कुछ वक्त पहले ही खबर पढ़ रहा था कि जापान में एक ट्रेन 45 सेकंड विलंब से आई तो रेलवे ने यात्रियों से माफी मांगी। अब भारतीय ट्रेनों के संदर्भ में ये कल्पना करिए! अगर ट्रेन अपने गंतव्य पर एक दो घंटा देर से पहुंचती है तो लोग साधुवाद देते हैं कि समय से पहुंच गए। खैर, चंडीगढ़ से कालका तक बस मिल गई जिसने बमुश्किल एक घंटे में कालका पहुंचा दिया। कालका में दो घण्टे की प्रतीक्षा के बाद यादगार और कभी न भूलने वाले कालका से शिमला के सफर की शुरुआत हुई।

कालका में गर्मी थी लेकिन जैसे-जैसे समुद्र तल से ऊंचाई बढ़ रही थी वैसे वैसे तापमान में गिरावट हो रही थी। वनस्पतियाँ बदल रही थीं। पहाड़ों में यूँ ही फूल खिले हुए थे। कालका-शिमला ट्रेक पर 102 सुरंगें हैं जो इस सफर को ज्यादा रोमांचक बनाती हैं। मार्ग में पड़ने वाले स्टेशन कालका, टकसाल, गुम्न, कोटी, सोनवारा, धरमपुर, कुमारहट्टी, बरोग, सोलन, सलोगरा, कंडाघाट, कनोह, कैथलीगेट, शोधी, तारादेवी, जुटोह, समर हिल होते हुए अंत में शाम को शिमला पहुँच गये। स्टेशन से अतिथि गृह लगभग एक किलोमीटर दूर था सो मैंने पैदल ही राह ली। दिन भर के सफर से थक गया था सो जाते ही मुँह हाथ धुलकर सो गया। लगभग दो घंटे बाद जब नींद खुली तो भूख लग रही थी। कैटीन जाकर भोजन किया और उसके बाद टहलने निकल गया। कुछ कदम की दूरी पर शिमला का प्रसिद्ध रिज स्थित है जहां पर्यटकों की भीड़ लगी रहती है। मैं चूँकि रात में गया था इसलिए कम लोग ही घूम रहे थे। मैं किनारे पर बैठा रोशनी में झिलमिलाते हुए पहाड़ों को देखता रहा। करीबन एक घण्टे बाद मैं वापिस अपने विश्राम गृह लौट आया।



अगले रोज मैं सुबह आठ बजे उठा और नित्यकर्म से निवृत्त होकर इंटरनेट पर एक किराए की बाइक देने वाले प्रतिष्ठान पर बात की और बाइक लेने पहुंच गया। अगर शिमला घूमने जा रहे हैं और अकेले हैं या दो लोग हैं तब किराए पर बाइक या स्कूटी लेना सबसे सुलभ रहता है। न्यूनतम खर्च पर दिन भर के लिए बाइक मिल जाती है। मैं बाइक लेकर कुफरी की ओर निकल गया।

कुफरी शिमला से करीब 30 किलोमीटर दूर एक छोटा सा हिल स्टेशन है जो अपने सुंदर दृश्यों के लिए प्रसिद्ध है। मैं रास्ते भर मनोरम दृश्यों का आनंद लेते हुए और रुकते रुकते कुफरी पहुंच गया। कुफरी में बर्फ देखने को मिली। यूँ तो बर्फ किसने नहीं देखी लेकिन प्राकृतिक रूप से देखने का ये मेरा प्रथम अवसर था। रास्ते

भर स्थानीय गाइड अनुरोध करते रहे कि 'लोकल साईट सीइंग' कराने हेतु उन्हें रख लूँ लेकिन फिर 'सोलो ट्रिप' कहाँ रह जाती! कुछ ऊपर जाकर चिड़ियाघर में जाना हुआ। विभिन्न चिड़ियों की प्रजातियाँ, दुर्लभ जानवर, चीते, भालू सहित दर्जनों पहाड़ी जानवर थे। चिड़ियाघर से फारिग होकर मैंने बाहर एक होटल पर भोजन किया। रात में जंगल में एवं पहाड़ी रास्तों पर बाइक चलाना अपेक्षाकृत सुरक्षित नहीं होता और गति भी नियंत्रित रखनी होती है। सूर्य पहाड़ों के पीछे जा रहे थे। मौसम में खूनकी भी बढ़ रही थी इसलिए मैंने बाइक लेकर शिमला का रूख किया। विश्राम गृह तक लौटते-लौटते मुझे रात हो गयी और देखते ही देखते शिमला शदीद कोहरे की शप्फाफ़ चादर में लिपट गया। पारा ऋणात्मकता की ओर जाने को बेताब था। मैंने हीटर चालू किया और रजाई में दाखिल हो गया। इस बीच विश्राम गृह के भोजनालय से रात्रि का भोजन भी मंगवा लिया था। दिन भर का थका हुआ था इसलिए भोजन कुछ ज्यादा ही सुस्वादु प्रतीत हुआ। उसके बाद खिड़की से बाहर देखते हुए कब नींद आ गयी मालूम ही नहीं पड़ा।

सुबह सोकर उठा तो कोहरा एकदम गायब था। चारो तरफ गुलाबी धूप पसरी हुई थी। लोग पुनः सामान्य तरीके से अपने काम में लगे थे। मैं भी नहाकर विश्रामगृह की कैंटीन में चाय नाश्ता करने चला गया। आज दिन भर में मुझे जाखू मंदिर जाना था।

जाखू मंदिर शिमला में करीब 8 हजार फीट की ऊंचाई पर स्थित है। यह मंदिर श्री हनुमान जी को समर्पित है। ऐसी मान्यता है कि त्रेता युग में राम-रावण युद्ध के दौरान जब मेघनाद के बाण से लक्ष्मण मूर्च्छित हो गए, तो सुषेण वैद्य ने भगवान श्री राम को संजीवनी बूटी लाने के लिए कहा। इसके लिए भगवान ने अपने अनन्य भक्त हनुमान को चुना। अपने प्रभु भगवान श्री राम के आदेश पर हनुमान संजीवनी बूटी लाने के लिए द्रोणाचल पर्वत की ओर उड़ चले। हिमालय की ओर जाते हुए भगवान हनुमान की नजर राम नाम जपते हुए ऋषि यक्ष पर पड़ी। इस पर हनुमान यहां रुककर ऋषि यक्ष के साथ भेंट की और आराम किया। भगवान हनुमान ने वापस लौटते हुए ऋषि यक्ष से भेंट करने का वादा किया, लेकिन वापस लौटते समय हनुमान जी को देरी हो गई। समय के अभाव में भगवान हनुमान जी छोटे मार्ग से चले गए। ऋषि यक्ष भगवान हनुमान के न आने से व्याकुल हो उठे। ऋषि यक्ष के व्याकुल होने से भगवान हनुमान इस स्थान पर मूर्ति के रूप में प्रकट हुए। इस मंदिर में आज भी भगवान हनुमान की स्वयंभू मूर्ति और उनकी चरण पादुका मौजूद हैं। माना जाता है कि भगवान हनुमान की मूर्ति प्रकट होने के बाद यक्ष ऋषि ने यहां मंदिर का निर्माण करवाया। ऋषि यक्ष के नाम पर इस पहाड़ का नाम जाखू पड़ा। दुनियाभर में आज इस मंदिर को जाखू मंदिर के नाम से जाना जाता है। यहाँ 2010 में हनुमान जी की 108 फीट ऊँची प्रतिमा स्थापित है जो दूर से ही दिख जाती है।

जाखू मंदिर जाने के लिए मैंने पैदल मार्ग का चयन किया। यह दूरी करीबन 2 किलोमीटर थी। जाखू मंदिर पहुंचकर हनुमान जी के दर्शन किये तथा कुछ देर वहीं पर विश्राम किया। शाम होते-होते वापिस नीचे आ गया। अब बारी थी मॉल रोड की। मॉल रोड शिमला के मुख्य आकर्षणों में से एक है। देश-दुनिया के पर्यटक यहाँ थे। देर शाम तक मैं भी माल रोड घूमता रहा। कुछ कपडे और निजी उपयोग की वस्तुएं खरीदीं। बहुत जगहें छूट भी गयीं लेकिन सीमित समय में जितना घूम सकता था उतना घूमा। अगले दिन मुझे वापिस घर के लिए लौटना था इसलिए जल्दी विश्राम गृह लौट आया। शिमला में वह मेरी आखिरी शाम थी।



मानव जीवन में खेलों का महत्व



श्री राहुल सिंह
वरिष्ठ लेखाकार/लेखा प्रथम

‘शरोरामायं खलु धर्मसाधनम्’ अर्थात् शरीर कर्तव्य पालन का पहला साधन है। कालिदास का यह कथन पूर्णतः सत्य है। जीवन की पहली आवश्यकता स्वस्थ शरीर ही है। शरीर को स्वस्थ रखने के लिए विभिन्न माध्यमों में से खेल का एक महत्वपूर्ण स्थान है। प्रगतिशील और आधुनिक बनने के दौर में हम अपने स्वास्थ्य से खिलवाड़ कर रहे हैं। खेल का महत्व जैसे हम भूलते जा रहे हैं। आज के बच्चे मोबाइल, लैपटॉप और वीडियो गेम्स से ही खेलते हैं। परंतु खेल का महत्व बच्चों को उनकी बढ़ती ग्रोथ के साथ जानना आवश्यक है।

खेलों को प्राचीन समय से ही बहुत अधिक महत्व दिया जाता रहा है। आधुनिक समय में, अन्य मनोरंजन बढ़ाने वाली चीजों, जैसे- वीडियो गेम, टीवी आदि की वृद्धि और प्रसिद्धि के कारण जीवन में खेल का महत्व कम हो रहा है। यद्यपि, यह भी सत्य है कि, खेल बहुत से देशों के द्वारा सांस्कृतिक गतिविधियों की तरह माने जाते हैं, इसलिए हम कह सकते हैं कि, भविष्य में खेल और स्पोर्ट्स का प्रचलन कभी खत्म नहीं होगा।

खेलों से व्यायाम के साथ-साथ मनोरंजन भी होता है। यही कारण है कि विद्यार्थियों की रुचि व्यायाम की अपेक्षा खेल में अधिक होती है। वे खेलकूद में भाग लेकर अपना स्वास्थ्य ठीक रखते हैं। खेलकूद स्वास्थ्य-रक्षा का निःशुल्क साधन है। स्वामी विवेकानंद जी ने स्वास्थ्य का मस्तिष्क पर

प्रभाव के विषय में अपने विचार स्पष्ट रूप से व्यक्त किए थे “स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निवास होता है।” इस कथन से स्पष्ट है कि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निवास संभव है और शरीर को स्वस्थ तथा मजबूत बनाने के लिए खेलों की महत्वपूर्ण भूमिका है। मनोवैज्ञानिकों का मत है कि मनुष्य की खेलों में रुचि स्वाभाविक है। इसी कारण बच्चे खेलों में अधिक रुचि लेते हैं।

अच्छा स्वास्थ्य एवं अच्छी समझ जीवन के दो सर्वोत्तम वरदान हैं। इन दोनों की प्राप्ति के लिए जीवन में खिलाड़ी की भावना से खेल खेलना आवश्यक है। खेल खेलने से मनुष्य को संघर्ष करने की आदत लगती है। जीवन की जय-पराजय को आनंदपूर्ण ढंग से लेने की महत्वपूर्ण आदत खेल खेलने से ही आती है। खेल हमारा भरपूर मनोरंजन करते हैं। खिलाड़ी हो अथवा खेल प्रेमी दोनों को खेल के मैदान में एक अपूर्व आनंद मिलता है।

खेलों से स्वास्थ्य तो ठीक रहता ही है इनसे मनुष्य का चारित्रिक और आध्यात्मिक विकास भी होता है। खेल से पुष्ट और स्फूर्तिमय शरीर ही मन को स्वस्थ बनाता है। खेलकूद मानव मन को प्रसन्न और उत्साहित बनाए रखते हैं। खेलों से नियम पालन के स्वभाव का विकास होता है और मन एकाग्र होता है। खेल में भाग लेने से खिलाड़ियों में सहिष्णुता, धैर्य और साहस का विकास होता है तथा सामूहिक सद्भाव और भाईचारे की भावना बढ़ती

है। खेलकूद अप्रत्यक्ष रूप से अध्यात्मिक विकास में भी सहायक होते हैं और जीवन संघर्ष का मुकाबला करने की शक्ति प्रदान करते हैं। खेलकूद से एकाग्रता का गुण आता है जिससे अध्यात्म साधना में मदद मिलती है।

किसी भी खेल को खेलेने के लिए मनुष्य को किसी न किसी के साथ की आवश्यकता होती है। मनुष्य अकेले किसी भी खेल को नहीं खेल सकता। दो या दो से अधिक व्यक्ति ही किसी खेल को खेल सकते हैं। मिलकर खेलने से हमारा दूसरे खिलाड़ियों में परिचय बढ़ता है। हमें मिलकर काम करने की आदत पड़ती है। मिलकर खेलने में व्यक्तिगत हार-जीत नहीं रहती। हार का दुःख तथा जीत की खुशी साथी खिलाड़ियों में बंट जाती है। खेल में जीत के लिए आवश्यक है कि खिलाड़ी व्यक्तिगत यश के लिए न खेले। वह अन्य खिलाड़ियों के साथ सहयोग से खेले। इस प्रकार खेलों से टीम भावना तथा सहकारिता की भावना से काम करने की शिक्षा स्वयंमेव मिलती रहती है।

अच्छे खिलाड़ियों को खेलने के लिए अपने स्कूल के अतिरिक्त दूसरे स्कूलों में, अपने नगर के अतिरिक्त दूसरे नगरों में, अपने प्रदेश के अतिरिक्त दूसरे प्रदेशों में यहाँ तक कि अपने देश के अतिरिक्त दूसरे देशों में भी जाना पड़ता है। इससे उसके ज्ञान का विस्तार होता है। हमें दूसरे देशों की सभ्यता-संस्कृति, भाषा, खान-पान, रहन-सहन आदि को देखने समझने का अवसर प्राप्त होता है। अधिकतर खेल घर से बाहर निकलकर प्रकृति के खुले आँगन में खेले जाते हैं। इससे खुली हवा का आनंद भी मिलता है।

सच्चा खिलाड़ी हानि-लाभ, यश-अपयश, सफलता-असफलता को समान भाव से ग्रहण करने का अभ्यस्त हो जाता है। खेलों में भाग लेने से तन-मन की शक्ति के साथ-साथ हमारा आत्मविश्वास भी बढ़ता है। तन-मन से स्वस्थ आत्मविश्वासी व्यक्ति के

लिए जीवन में कोई भी काम करना कठिन नहीं होता।

खेल गतिविधियों को स्कूल और कॉलेजों में विद्यार्थियों के अच्छे शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य और पेशेवर भविष्य के लिए अनिवार्य कर दिया गया है। खेल उन सभी के लिए, जो इनमें पूरी लगन के साथ शामिल होते हैं, भविष्य में अच्छा कैरियर रखते हैं। यह विशेष रूप से विद्यार्थियों के लिए बहुत ही लाभदायक है क्योंकि, यह शारीरिक और मानसिक विकास को सहायता प्रदान करता है। वे लोग जो खेलों में अधिक रुचि रखते हैं और खेलने में अच्छे हैं, वे अधिक सक्रिय और स्वस्थ जीवन जी सकते हैं। वे कार्यस्थल पर बेहतर अनुशासन के साथ ही नेतृत्व के गुणों को विकसित कर सकते हैं।

आज संसार के सभी देशों ने खेल के महत्व को समझ लिया है, इसलिए खेलों पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। स्कूलों, कॉलेजों में खेलों पर अधिक खर्च किया जाने लगा है। अब हर स्तर पर खेलों का महत्व समझाने के लिए खेलों का आयोजन होने लगा है। सरकार द्वारा भी खेलों को बढ़ावा देने के लिए "खेलो इंडिया" जैसी स्कीम पूरे भारत में चलायी जा रही है जिससे कि देश के कोने-कोने से प्रतिभावान खिलाड़ियों की पहचान हो सके और उन्हें अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करने का अवसर मिल सके। निश्चित रूप से यह एक सराहनीय कदम है। इससे भारत में खेलों के विकास में निश्चित रूप से मदद मिलेगी।

खेलों में न केवल खिलाड़ियों का बल्कि देखने वालों और सुनने वालों का भी मनोरंजन होता है। इससे जीवन रसमय बन जाता है। खेल के मैदान में खिलाड़ियों से अधिक उत्साह दर्शकों में दिखाई देता है। विदेशों में खेल के महत्व को समझते हुए खेल पर बहुत ध्यान दिया जाता है। इस प्रकार हम देखते हैं कि खेलों में भाग लेकर खिलाड़ी अपना स्वास्थ्य तो ठीक रखते ही हैं साथ ही अपने

विद्यालय, कार्यालय तथा देश का नाम भी उज्वल करते हैं।

पढ़ोगे-लिखोगे तो बनोगे नवाब, खेलोगे-कूदोगे तो होंगे खराब। पहले ये कहावत बहुत प्रचलित थी। लेकिन बदलते दौर के साथ हर कोई अपना करियर बनाना चाहता है। आज के समय में आप खेल में अपना एक बेहतरीन करियर बना सकते हैं जहाँ आपको एक अच्छा वेतन मिलता है। कई लोगों को लगता है के खेल में करियर बनाना सिर्फ एथलीट या किसी एक खेल में अच्छा परफॉर्मर ही करियर बना सकता है जबकि यह इतने तक ही सीमित नहीं है। इसमें कई तरह की जॉब हैं जिनमें आपको एथलेटिक होने या किसी खेल का माहिर खिलाड़ी होने की जरूरत नहीं है।

खेल में हर किसी के लिए अवसर ही अवसर है। आज के समय में यदि कोई खिलाड़ी लगातार अच्छा प्रदर्शन करता है एवं देश का नाम रौशन करता है तो उसे एक विशिष्ट पहचान के साथ ही हर जगह सम्मान प्राप्त होता है एवं सरकार द्वारा वित्तीय पुरस्कार के साथ-साथ अच्छे पदों पर नियुक्ति भी दी जाती है। इस प्रकार अब हम ये कह सकते हैं कि - खेलोगे-"कूदोगे तो होंगे नवाब।"

अतः स्पष्ट है कि खेल मानव जीवन का एक अभिन्न अंग है। हमें अपने कर्तव्यों का निर्वहन करते हुए खेल के लिए भी समय अवश्य निकालना चाहिए जो कि हमें मानसिक एवं शारीरिक मजबूती प्रदान करेगा साथ ही रोजमर्रा के जीवन को और बेहतर और खुशनुमा बनाने में मदद करेगा।



यात्रा स्मृति- "स्टैचू ऑफ यूनिटी



श्री प्रशांत कुमार सिंह
कनिष्ठ अनुवादक/लेखा द्वितीय

निंदक नियरे राखिए आँगन कुटी छवाय
बिन पानी साबुन बिना निर्मल करे सुभाय

2022 की बात है। राजभाषा वार्षिक सम्मेलन सूरत में आयोजित हुआ था। योजना बनाकर अलग-अलग कार्यालयों में तैनात हम तीन-चार दोस्तों का ग्रुप सम्मेलन में शामिल होने सूरत पहुंचा। सम्मेलन के समापन के बाद तय हुआ कि गुजरात आए ही हैं तो स्टैचू ऑफ यूनिटी देख लेते हैं। एक मित्र का साला सपरिवार सूरत में ही रहता था। हमने उससे फोन पे बात कर वहाँ के बारे में जानकारी लेनी चाही तो उसने फौरन कहा कि जब मैं यहाँ हूँ ही तो आपको इतना सोचने की कोई जरूरत नहीं है। मैं आपको ले चलूंगा। अगली दिन वो सुबह-सुबह अपनी कार लेकर आ पहुंचा। मैंने भी मन ही मन सोचा इससे अच्छा और क्या हो सकता है। अपनी गाड़ी से यात्रा करने का आनंद ही कुछ और है। खासकर जब रास्ता अनजाना हो। जहाँ अच्छे नजारे दिखे वहीं गाड़ी रोक लो। कुछ देर शांत रहकर नजारे को अपने भीतर समेटो। बाहें फैलाकर लम्बी साँसे लो। तस्वीरें उतारो, फिर वापस अपने गंतव्य की ओर बढ़े चलो। चलते हुए रास्ते में शायद अंकलेश्वर के पास सड़क किनारे एक देसी ढाबे पर ये कुटिया दिखी। पूरा ढाबा ही छप्परो से निर्मित था, यहाँ तक कि टॉयलेट भी। हठात् मेरे मस्तिष्क में कबीर दास का ये दोहा कौंध गया। मैंने दोस्त से कहा- गाड़ी लगा लो। ये अच्छी जगह लग रही।



वाइब अच्छी आ रही है। नाश्ता यहीं करेंगे। नाश्ते का ऑर्डर देकर हम आस-पास का मुआयना मारने लगे। बारिश की वजह से सड़क पर कीचड़ आ गया था मगर मौसम बहुत सुहावना हो गया था।

सूरत से स्टैचू ऑफ यूनिटी की दूरी 160 किमी है। पूरे यात्रा

पथ पर गगन-मंडल मेघाच्छन्न रहा। आवश्यकता पड़ने पर सूरज को बादलों में छुपाने का मंत्र या तो परम पावन

दलाई लामा को आता है या मुझे। 1959 में चीन का सैन्य-घेरा तोड़कर जब दलाई लामा सामान्य किसान के वेश में भारत को निकले तो तीन हफ्ते सूरज बादलों में छुपा रहा। दुष्ट चीन के टोही विमान उड़ान ही न भर सके।

शहरों में ऐसी कुटिया और झोपड़ियाँ अब विलुप्त हो चुकी है मगर गाँवों में यदा-कदा देखने को मिल जाती हैं। लेकिन उनका उपयोग अब सिर्फ़ मवेशी या उनका चारा-भूसा रखने के लिए ही होता है। चूँकि मेरा जन्म और पालन पोषण ग्रामीण परिवेश में हुआ इसलिए मैंने ऐसी कुटी झोपड़ियों का खूब आनंद लिया है। इनकी उम्र ज्यादा नहीं होती। दो या तीन बरसात और गर्मी झेलने के बाद ये जहां तहां से चूने लगती हैं तब इन्हें बदलना पड़ता है। गाँव में छप्पर उठाना भी एक उत्सव होता है। मुझे याद है बचपन में जब किसी का छप्पर बन के तैयार होता तब उसे उठाने पूरा टोला-मोहल्ला इकट्ठा होता। क्या जवान, क्या बूढ़े... सब मिल के ज़ोर लगाते। उठाने के बाद सबको रस पिलाया जाता। यहाँ मुनव्वर राणा के इस शेर के बगैर बात पूरी नहीं हो सकती-

तुम्हारे शहर में मय्यत को सब कांधा नहीं देते
हमारे गाँव में छप्पर भी सब मिल कर उठाते हैं

लगभग आधे घंटे के इंतज़ार के बाद विभिन्न व्यंजनों से भरी नाश्ते की थाली आई। व्यंजनों के नाम ऐसे कि बच्चे सुन कर डर जाएं। मिष्टी दोई, सोंदेश और रोसोगुल्ला खाने वाले भद्रजन खाखड़ा,-फाफड़ा, डोकला सुनते ही भाग खड़े हों। लेकिन नाम चाहे जैसे हों-खाने में स्वादिष्ट और उत्तरी भारत के तैलीय और गरिष्ठ भोज की तुलना में बिलकुल हल्के और सुपाच्य। भारतीय उपमहाद्वीप के दो विपरीत छोरों पर बसे दो राज्यों के खान-पान में कितना अंतर है, समानता ये कि दोनों देवी आराधक है।

कबीर के इसी दोहे से प्रेरित हो मैंने इस कुटी में आश्रय लिया। मैं अपने सभी निंदकों का आह्वान करता हूँ- निंदकों, मेरे नियर आओ, मेरी कुटिया में बैठो और मेरी निंदा करो। मैं तुमसे यही उम्मीद करता हूँ। बिना साबुन पानी के ही मेरे स्वभाव को निर्मल करो। मैं जानवरों की चर्बी वाले साबुन लगाते लगाते उकता गया हूँ।



(इस चित्र में सरदार पटेल की प्रतिमा की ऊंचाई और भव्यता का अनुमान लगाया जा सकता है)



प्रकृति की गोद में एक अद्भुत यात्रा



सुश्री राखी कुमारी
लेखाकार/लेखा द्वितीय

28 अक्टूबर, 2023 शनिवार का दिन था। कुछ नया नहीं वैसा ही जैसा हर शनिवार बीत जाता है। परन्तु वो दिन मुझे सुबह से ही व्याकुल कर रहा था। परिवार से दूर होना सच में व्यक्ति को विचलित कर सकता है। सुबह से शाम हो गयी। मोबाइल की ओर देखा शाम के 5:55 हो रहे थे। अंतर्मन से आवाज़ आई बस अब चारदिवारी से निकलना है। तुरंत अपना कुछ ज़रूरी सामान बैग में भरा, कमरे में ताला लगाया, गली से बाहर निकली और एक ई-रिक्शा में बैठी और रिक्शा वाले भैया को सीधा रेलवे स्टेशन पहुँचाने को कहा। स्टेशन तो जा रही थी परन्तु वहाँ से कहाँ जाना है ये तो सोचा ही नहीं। बस फिर क्या पहुँची गूगल की शरण में। आगरा, ताजमहल से समक्ष रूप से वार्ता करने की इच्छा हमेशा से थी। सारनाथ, धार्मिक स्थान है, जा तो सकते ही हैं। जयपुर, सुन्दर जगह है पर दूर है। जबलपुर, सुना है वहा माँ नर्मदा पर एक जलप्रपात है। उत्तर

प्रदेश और बिहार में अपना जीवन बिताते हुए मैंने कभी भी जलप्रपात नहीं देखा। सोच लिया अब तो यहीं जाना है।

परन्तु अभी कोई ट्रेन है भी जो मुझे जबलपुर पहुँचा दे। फिर पहुँची गूगल की शरण में। देखा 12792 दानापुर सिकंदराबाद बस आने ही वाली है। रात में 2 बजे मैं जबलपुर पहुँच जाऊँगी, इतना पता लगते ही मेरी बाँछे खिल गयी। लगता है भाग्य में जबलपुर जाना लिखा है। प्रयागराज में रहने का एक लाभ तो है, यहाँ पर ट्रेनों की कोई कमी नहीं। तभी रिक्शा वाले ने आवाज़ दी मैडम स्टेशन आ गया। तुरंत उसे पैसे देके मैं पहुँची टिकट काउंटर पर और एक जनरल डिब्बे की टिकट ली। जनरल बोगी में सफ़र करने में आज तक कोई हिचकिचाहट नहीं हुई। यदि भारतीय होकर आपने कभी जनरल में सफ़र नहीं किया तो आपने अपने भारतीय होने की प्रमाण नहीं पाया। खैर अब तो जाना तय

ही था। मन बहुत उतावला हो रहा था इस बिना किसी तयारी के यात्रा के लिये।

ट्रेन के आने का की घोषणा हो गयी। प्लेटफार्म न. 8 की पटरियां ट्रेन के स्वागत को तैयार थी और साथ ही मैं भी। आखिर ट्रेन आ ही गयी। भीड़ तो थी परन्तु मैंने अपने लिए एक जगह ढूँढ ही ली। जनरल कोच में अपने लिए जगह ढूँढना भी किसी प्रतिभा से कम नहीं। रात हो गयी थी, सब सो गये। परन्तु मेरी आँखों में नींद कहाँ। मुझे तो बस जलप्रपात देखने की उत्सुकता थी तो समय बिताने के लिए मैंने संगीत की शरण ली। किशोर कुमार के गानों ने तो मुझमें और उर्जा भर दी। ट्रेन लेट हो गयी थी। 2 की जगह 4 बजे ट्रेन पहुँची। प्लेटफार्म न. 1 पर मेरे पैर पड़ते ही मुझे मेरी यात्रा के आरम्भ का अनुभव हुआ। चाय पीते हुए मुझे बातों बातों में पता चला कि यह स्टेशन पश्चिमी मध्य रेलवे का मुख्यालय है। उजाला हो गया था। मैंने जलप्रपात तक पहुँचने का रास्ता पता किया और एक रिक्शा में बैठ कर पहुँच गई।

जलप्रपात तक पहुँचने के रास्ते में कई छोटी-मोटी दुकानें थी जिनमें कई साज सज्जा की वस्तुएं, कई ईश्वरीय मूर्तियाँ, इत्यादि थी। परन्तु कोई भी अन्य प्रलोभन मेरे जलप्रपात देखने के कौतुहल को शान्त नहीं कर पा रहा था। चलते-चलते आखिर मैं जलप्रपात के समक्ष पहुँच गई। जलप्रपात का नाम धुआंधार जलप्रपात है

और निसंदेह ये प्रपात अपने नाम को साक्षात् कर रहा था। प्रपात से गिरते हुए माँ नर्मदा के पानी की बौछारें ऊपर हवा में उठ रही थीं और उन बौछारों को दूर से देखने से ऐसा लग रहा था जैसे धुँए का गुब्बार आकाश की ओर उठ रहा हो। ऐसा सुन्दर दृश्य मैंने पहले कभी नहीं देखा था। आगे माँ नर्मदा चट्टानों को काटते हुए तेज प्रवाह से समुद्र की यात्रा को अग्रसर थीं। सूर्य की किरणें जब प्रपात पर पड़ रहीं थी तो इन्द्रधनुष का निर्माण हो रहा था। वह इन्द्रधनुष संभवतः मुझे जीवन के उन रंगों को देखने का इशारा कर रहा था जो हमारे जीवन में हैं। बस उन्हें देखने के लिये उनपर हमें अपने आशावाद की किरणें डालने की आवश्यकता है। बहुत देर तक मैं प्रपात को निहारती रही। उस मनमोहक दृश्य को मैं सदैव के लिये अपनी आँखों में समाहित कर लेना चाहती थी। फिर संसार की प्रथा के अनुसार मैंने अपने मोबाइल में भी कुछ तस्वीरें कैद की।

इसी बीच मेरी नज़र प्रपात के ऊपर से विचरण करती केबल कार पर पड़ी। सह यात्रियों ने बताया कि इसमें से देखने पर प्रपात और भी सुन्दर दिखता है। फिर क्या! हम भी चल दिए। टिकट काउंटर से टिकट ली और बैठ गई केबल कार में। आकाश से प्रपात के मनोरम दृश्य को देखना एक और अद्भुत अनुभव था। तीन मिनट के उस केबल कार की यात्रा ने मेरे इस अनुभव को नए आयाम दिए।

दोपहर हो चुकी थी। सो सह यात्रियों के साथ मैंने खाना खाया। वहीं पता चला कि भेडाघाट से नौका विहार का भी आनंद लिया जा सकता है। नाव में पैर धरते ही उत्सुकता की मानो लहर सी चल पड़ी। नाव में मैं और चारो ओर माँ नर्मदा का आँचल। नाव चालक हमें नाव चलाते-चलाते कई किस्से सुनते जा रहा था। उसने बताया कि इस घाट पर अशोका फिल्म की शूटिंग हुई थी। वह किस्से सुनाये जा रहा था और मेरी आँखें आस-पास की चट्टानों को देख रही थी जो नदी के विकराल प्रवाह से कई कटावो से न जाने कितने अरसों से गुज़र रहें थे। नदी के कटाव, हवा के बहाव और हर साल होने वाली बारिश ने उन चट्टानों पे कई कलाकृतियां उकेर दीं थी। कही बन्दर की तो कही कछुंए की आकृति प्रतीत हो रही थी। एक चट्टान पर ध्यान से देखने से महादेव की जटाओं की आकृति भी प्रतीत हो रही थी। देखते ही देखते नौका वापस घाट पर आ गयी। बस अब वापसी का समय आगया था। मैंने भी माँ नर्मदा को आखिरी बार प्रणाम किया।

लौटने का मन तो नहीं था और कुछ समय नदी के समीप बैठे रहने और इस स्थान की भव्यता को निहारने का मन हो रहा था परन्तु जाना तो था ही। तो रिक्शा लेकर रेलवे स्टेशन को चल दिए। पुरे रास्ते धुआंधार जलप्रपात, केबल कार में यात्रा और नौका विहार के दृश्य बार-बार आँखों के सामने आ रहे थे।

इस यात्रा ने मुझे प्रकृति को और पास से देखने का अवसर दिया और इस बात का आभास भी हो गया कि मानव चाहे जितने कृत्रिम सुन्दरता का निर्माण कर ले परन्तु प्रकृति से अधिक प्रतिभाशाली कलाकार कोई नहीं हो सकता। इसी विचार में लिप्त मैं जबलपुर रेलवे स्टेशन पहुच गयी। शाम का भोजन करने के बाद मैं गंगा कावेरी एक्सप्रेस में बैठकर अगली सुबह प्रयागराज वापस आ गयी। वापस आकर भी वो उत्सुकता और कौतुहल मुझमें समाप्त नहीं हो रहा था और मैं अपने दफ्तर में भी अपनी यात्रा की चर्चा करती रही।



सर्दी - जुकाम है मनुष्य का सबसे बड़ा दुश्मन



श्री सतीश राय
वरिष्ठ लेखाकार/लेखा द्वितीय

सर्दी - जुकाम खतरनाक तो नहीं लेकिन मनुष्य को सबसे ज्यादा हैरान-परेशान और समय बर्बाद करता है। गर्मी व वर्षा ऋतु के मौसम में इन चीजों से करें परहेज, शरीर के संकेतों को समझें और रोगों को रखें दूरा

गर्मियों व वर्षा ऋतु में शरीर का बल होता है कम। तेज धूप और बढ़ती गर्मी और वर्षा ऋतु में उमस से सतर्क रहें। शरीर में पानी की कमी ना हो इसके लिए पानी पीते रहे। खीरा, ककड़ी, नींबू, सीजन के फलों का दिन में खूब सेवन करें। गर्मियों और वर्षा ऋतु में शरीर का बल कम होता है ऐसे में भारी वजन उठाने या अधिक चलने फिरने से बचना चाहिए।

शरीर अंदर की नमी को छींक द्वारा बाहर फेंकता है - लगभग 55 % बीमारियां गलत खानपान की वजह से होती हैं। वैसे भी ज्यादा गर्मी पड़ने या उमस रहने पर शरीर की प्रतिरोधक क्षमता में कमी आती है जिसके कारण शरीर में रोंग उत्पन्न होने की संभावना बढ़ जाती है। सर्दी-जुकाम मनुष्य का सबसे बड़ा दुश्मन है, यह खतरनाक तो नहीं है लेकिन मनुष्य को सबसे ज्यादा हैरान - परेशान और समय बर्बाद करता है। हमारा शरीर वर्ष में दो बार अंदर की अतिरिक्त नमी (पानी) को साधारण सर्दी जुकाम और छींक द्वारा बाहर फेंकता है। यह प्रक्रिया तीन-चार दिन तक चलती है, ऐसा होने पर चिंता करने या सर्दी को दबाने की जरूरत नहीं है।

शरीर के संकेतों को समझ कर रोग को दूर करें - शरीर के संकेतों को समझें और रोग दूर करने के लिए शरीर के प्रयत्नों में मदद करें। बीमारी शरीर ने बनाया है तो शरीर ही बीमारी को खत्म भी करेगा। इसके लिए हमें अपने शरीर के इशारों को समझकर उसके कार्यों में नेचुरल तरीके से मदद करनी होगी। जैसे:-

- 1) नाक से पानी आना - छींके आना अर्थात शरीर अतिरिक्त पानी को बाहर निकाल रहा है।
- 2) खांसी आना अर्थात शरीर छाती या गले में जमे हुए कफ को बाहर निकाल रहा है।
- 3) खुजलाहट अर्थात शरीर के उस भाग में अधिक रक्त की जरूरत है।
- 4) बुखार अर्थात शरीर में ज्यादा खराबी है और अंदर शरीर में खून के श्वेत- कण जंतुओं का प्रतिकार कर रहे हैं।
- 5) शरीर के किसी भाग में दर्द है अर्थात उस भाग में कार्बन डाइऑक्साइड, पानी तथा अन्य विषाक्त पदार्थ या वायु भर गया है।

- 6) गर्मी में सिर दर्द सर्दी होने का कारण लीवर की मंद कार्य गति है अर्थात् लीवर धीरे कार्य करता है जिसके कारण पित्त कम बनता है।
7) हर समय थकान जैसा लगना, घबराहट जैसे लक्षण हो तो शरीर में खून की कमी हो सकती है।



शरीर में स्थित पानी का वाष्पीकरण कम होने से कफ बनता है - हमारे शरीर और रक्त में स्थित पानी हमारी पाचन शक्ति पर निर्भर होता है। जब पाचन शक्ति कमजोर होती है तब पेट की भीतरी गर्मी घटती है इसलिये शरीर स्थित पानी का वाष्पीकरण कम होता है तब शरीर में जल तत्व की वृद्धि होने पर आंतरिक उष्णता कम होती है जिसके कारण फेफड़े, छाती, गले में कफ - सर्दी इकट्ठी हो जाती है। जब यह पानी सर की नसों में जाता है तब सर दर्द होता है, जब यह क्रिया लगातार रहती है तो टांसिल -ब्रोंकाइटिस होता है और बुखार आता है। ऐसे में ठंडा पेय पदार्थ, गरिष्ठ भोजन, दही, मट्ठा, नींबू, खट्टी चीज लेने पर, एसी में रहने पर या शरीर को खुली हवा में रखने पर बीमारी बढ़ती है जो लंबे समय तक चलती है।

नेचुरल शक्तिवर्धक पेय पीएं - इससे बचाव में हमें अपने प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने के लिये नेचुरल तरीके से बने सोना, चांदी, तांबा, लोहा से बने शक्तिवर्धक पेय को अपनाना होगा। 15 ग्राम सोना, 30 ग्राम चांदी, 60 ग्राम तांबा, 60 ग्राम लोहा, इन सबको एक स्टेनलेस स्टील के बर्तन में चार गिलास शुद्ध पानी में डाल दें (आरो का पानी न हो) धीमी आंच पर उबाले, जब ढाई गिलास पानी बचे तो उसमें से धातुओं को निकाल ले, सुबह खाली पेट घूँट- घूँट कर एक गिलास गुनगुना पानी पीएं। बाकी बचे पानी को दिन भर में कभी भी थोड़ा-थोड़ा करके पीएं। जिन लोगों को जोड़ों का दर्द, अर्थराइटिस, लकवा, टी वी, कैंसर, मानसिक रोग, हाई ब्लड प्रेशर, पोलियो हो अथवा हार्ट के मरीज को फायदा होता है। इसे स्वस्थ व्यक्ति भी पी सकते हैं, इससे उनके शरीर की प्रतिरोधक क्षमता में अप्रत्याशित वृद्धि होगी। इस पेय पदार्थ को जितने दिन भी ले रहे हैं उतने दिन नींबू, दही, मट्ठा एवं खट्टे पदार्थों का सेवन न करें। जब भी मौसम में परिवर्तन हो या वर्ष में दो बार 15 - 15 दिन के लिए इसका सेवन अत्यंत फायदेमंद है।

धातुओं से कौन से रोगों में होता है लाभ-

सोना:- फेफड़े, हृदय, श्वसन क्रिया तथा मस्तिष्क को शक्ति प्रदान करता है।

चांदी :- पाचन क्रिया तथा मूत्राशय से जुड़े सभी प्रकार के रोगों में लाभ देता है।

तांबा :- उक्त रक्तचाप अर्थराइटिस पोलियो मानसिक तनाव कुष्ठ रोग में लाभ होता है।

लोहा :- खून में आयरन की कमी को दूर करता है एनीमिया या गर्भवस्था में लाभप्रद है।



किसका दोष



श्री संजय कुमार
लेखाकर/लेखा द्वितीय

पीकू ये रहा तुम्हारे सपनों का घर, हाँ जिसके लिए तुम मुझसे लड़ती रहती थी। इतना कहने के बाद प्रियंका जिसे कृष्णा पीकू के नाम से पुकारता था, नाथे पर चुनरी रखी और कृष (कृष्णा को प्रियंका कृष नाम से बुलाती थी) को बताने लगी की देखो कृष हमारा बेडरूम पूर्व दिशा में होना चाहिए और भगवान का मंदिर उत्तर पूर्व दिशा में होना चाहिए वगैरह वगैरह। प्रियंका बस बोले जा रही थी और कृष्णा सिर्फ ये सोच रहा था कि यार आज से 5 साल पहले जब वो पहली बार प्रियंका से सिविल सर्विस के साक्षात्कार में मिला था तो वो कितनी कम बोलती थी और कितनी शालीनता से बात किया करती थी लेकिन आज वो कितना बोलती है। आपको बताते चलें कि कृष्णा और प्रियंका की मुलाकात सिविल सर्विस के साक्षात्कार में एक अभ्यास के दौरान हुई थी जिसमें एक विषय "महिला देश की आर्थिक शक्ति" पर कृष्णा के बोलने की कला ने प्रियंका को आकर्षित किया था। धीरे-धीरे समय बीतता गया और दोनों में अच्छी दोस्ती हो गयी और अंत में दोनों ने अपनी खुशी के खातिर प्रेम विवाह किया लेकिन घरवालों ने उनका साथ नहीं दिया। कृष्णा की नौकरी लोक लेखा विभाग के क्लर्क पर हुई थी जिससे उसका घर परिवार चलना मुश्किल लग रहा था। इधर कोरोना महामारी के कारण हुई महंगाई के कारण उसकी आर्थिक स्थिति और भी खराब हो गयी थी। कृष्णा मन ही मन सोच रहा था कि इस महंगाई से निपटने के लिए वो दिन में ऑफिस का काम करेगा और शाम और रात को पार्ट टाइम काम करेगा लेकिन उसके ऑफिस के बायोमेट्रिक के कारण ज्यादा दिन तक वो इस काम को कर न सका। जैसे-तैसे करके वो पटना में लोन लेकर एक घर ले सका था जिसमें उसके वेतन का अधिकतम भाग उसके लोन का ब्याज चुकाने में खतम हो जाता था। प्रियंका से ये सब देखा नहीं जा रहा था और कृष्णा का टेंशन दिन प्रति दिन बढ़ता जा रहा था, अब दोनों के बीच वो बात नहीं थी जिसको सोचकर प्रियंका ने कृष्णा से विवाह किया था। इधर भारत सरकार के अधीन कई सालों तक रिक्तिया नहीं आई जिससे कृष्णा के ऑफिस में काम का लोड बढ़ गया। कृष्णा जब भी ऑफिस से आता, खाना खाकर सो जाता और फिर सुबह खाना खाकर ऑफिस के काम पर लौट जाता। ये सब प्रियंका कई सालों से देख रही थी और एक शाम को जब कृष्णा ऑफिस से आया तो प्रियंका ने ऐसा प्रस्ताव दिया कि- कृष्णा मैंने भी होटल मैनेजमेंट का कोर्स किया है, क्यो न मैं अपने मायके से कुछ पैसे उधार लेकर

एक रेस्टुरेंट खोल लूँ? कृष्णा ने मना किया लेकिन पीकू नहीं मानी और अंत में अपने मायके से पैसा लेकर एक किराए का रेस्टुरेंट खोलकर काम करने लगी। इधर कृष्णा भी अपने काम में व्यस्त रहने लगा और प्रियंका भी अपने काम में व्यस्त रहने लगी। इधर प्रियंका का रेस्टुरेंट एक से बढ़कर तीन हो गया और वो बहुत ज्यादा व्यस्त रहने लगी। पहले दोनों सुबह शाम को मिलते रहते थे लेकिन जब से प्रियंका काम पर जाने लगी तब से रात को देर से लौटती और सुबह देर से जगती। जब भी कृष्णा ऑफिस से आता तो प्रियंका नहीं मिलती और और सुबह के टाइम सोयी रहती। अब कृष्णा और भी क्षुब्ध रहने लगा। एक दिन कृष्णा ने ऑफिस से छुट्टी लेकर सीधा प्रियंका के रेस्टुरेंट पर गया और बोलने लगा- पीकू आजकल तुम मुझे टाइम नहीं दे रही हो और न प्यार से बात करती हो, ऐसा कैसे चलेगा पीकू? याद है जब मैं अकेले नौकरी करता था तो कितने खुश थे हमलोग, थोड़ी गरीबी थी लेकिन हमलोग खुश थे लेकिन आजकल तुम मुझसे बात तक नहीं करती। कृष्णा जोर-जोर से बोल

रहा था लेकिन पीकू तभी जोर से चिल्लाई कि देखो ये रेस्टुरेंट है, घर चलकर बात करते हैं, और मैंने देखा है तुम्हारी कमाई में कितना खुश रहते थे हमलोग? इतना कहने के बाद कृष्णा सिर्फ ये सोचकर वहाँ से आ गया कि शाम को आती है तो बैठकर कुछ गिलवा शिकवा दूर कर



लेंगे। शाम को जब प्रियंका घर आई तो एक पत्र कृष्ण के हाथों में थमा दिया, जब कृष्णा ने वो पत्र देखा तो उसके पैरों तले जमीन खिसक गयी। वो पत्र नहीं बल्कि वो डाइवोर्स लेटर था। कृष्णा ने बहुत समझाया कि पीकू ये गलत है, सॉरी, लेकिन प्रियंका ने उसकी एक न सुनी और बोलने लगी कि आज मैं पटना के फेमस रेस्टुरेंट की मालकिन हूँ और तुम मुझसे जलने लगे हो क्योंकि तुम आज तक सिर्फ एक घर ले सके हो और वो भी लोन पर। मेरा टर्नओवर तुमसे कई गुना अधिक है। मैं ऐसे तुम्हारे साथ नहीं रह सकती। इससे बढ़िया है कि हम दोनों अलग-अलग हो जाँँ और अपनी जिंदगी अपने हिसाब से जीएँ। अंत में कृष्णा के न चाहते हुए भी प्रियंका ने जबर्दस्ती लेटर पर हस्ताक्षर करवा लिए और घर छोड़कर चली गयी। अब कृष्णा पागलों जैसे रहना लगा, न खाने का ख्याल, न सोने का ख्याल। अब वो दुनिया के मोह माया से बिलकुल अलग हो गया था और मन ही मन अपने को कोसकर जिंदगी जैसे तैसे जी रहा था। इधर प्रियंका का रेस्टुरेंट तीन से बढ़कर पाँच हो गए थे और उसकी गिनती अब "रेस्टुरेंट गर्ल" के रूप में होने लगी। वो अपने काम में इतना व्यस्त रहने लगी की सजने-सवरने का भी टाइम नहीं मिलता। उसके चेहरे पर झुर्रिया साफ दिखाई दे रही थी। ऐसा करते करते 10 साल

बीत गए और दोनों ने अपने आत्मसम्मान का आदर करते हुए कभी बात तक नहीं की और न मिलने का प्रयास ही किया। एक दिन कृष्णा और प्रियंका की मुलाकात पटना के गांधी मैदान में स्वतन्त्रता दिवस के अवसर पर हुई जिसमें कृष्णा अपने लोक लेखा निर्माण की झांकी प्रदर्शनी के नेतृत्व में आया था और प्रियंका को मुख्यमंत्री द्वारा उधमी महिला का अवार्ड दिया जाना था। अवार्ड लेते समय प्रियंका स्टेज पर गिर गयी जिससे उनको पटना में पी.एम.सी.एच में भर्ती किया गया और कृष्णा भी वहीं था। प्रियंका को देखकर कृष्णा रो पड़ा, और प्रियंका से बोला की यार तुम्हारे चेहरे पर झुर्रिया आ गयी हैं और तुम बिलकुल बूढ़ी हो गयी हो, अब तुम वो प्रियंका नहीं रही जिससे कृष्णा ने शादी किया था। प्रियंका ने तबाक़ से बोला कि तुम भी तो बूढ़े हो गए हो और आँख में चश्मा कब से लगाने लगे, दोनों एक दूसरे की बात सुनकर हँस पड़े। वहाँ उपस्थित सभी लोग हँस पड़े। कृष्णा प्रियंका को अपने घर ले आया तो प्रियंका गुस्से में बोली कि क्या हालत बना रखे हो इस घर का, और इधर बेड पूर्व से पश्चिम किसने रखा, बेडशीट कभी नहीं धोते क्या, मंदिर में पूजा भी नहीं करते क्या, इतनी गंदगी क्यों रखे हुए हो घर में, बाप रे बाप! कैसे रहते हो इस नरक में और दूसरी शादी नहीं किए क्या ???? इतने सारे प्रश्न सुनकर कृष्णा बस ये ही बात बोला कि यार क्या करूँ, दूसरी पीकू मिलती तो अब तक शादी कर लिया रहता और इस घर को स्वर्ग बनाने वाली दूसरी प्रियंका मिली ही नहीं। इतना सुनने के बाद दोनों रोने लगे और प्रियंका ने रोते हुए पूछा कि सच में तुमने शादी नहीं की ?? कृष्णा ने ना में उत्तर दिया और अब दोनों को अपने 10 साल पीछे लिए हुए फैसले पर पश्चाताप हो रहा था और दोनों एक दूसरे को देख रोये जा रहे थे। अब दोनों ने अपनी गलती सुधारी और साथ रहने का निर्णय लिया।

अब दोनों ये नहीं समझ रहे थे कि दोनों ने 10 साल एक दूसरे के बिना जो समय गंवा दिया उसका दोष वो किसको दे ????

सरकार को
कोरोना को
अपने आप को???

नोट-इस कहानी के नायक और नायिका का नाम काल्पनिक है. अगर इस नाम में कोई विचार, नाम मेल खाता है तो इसे महज एक संयोग समझा जाए।



समाज में नैतिक पतन



श्री प्रभात रंजन
कनिष्ठ अनुवादक/लेखा द्वितीय

मनुष्य भी अन्य जीवों की भांति एक जीव है लेकिन यह अन्य जीवों से भिन्न है क्योंकि मनुष्य के अन्दर सोचने समझने की, तर्क करने की क्षमता है। डार्विन के सर्वाइवल ऑफ द फिटिस्ट की परिकल्पना में मानव जाति का विकास कम सटीक बैठता है। मानव जिसे वैज्ञानिक भाषा में होमो सैपिएन्स कहते हैं जिसका अर्थ है "बुद्धिमान मानव" अर्थात् मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है, जिसने विकास के क्रम में अपने जीवन को सरल और सहज बनाने के लिए अनेक खोज किए व अनेकों नियम बनाये जिनमें से एक है सामाजिक नियम।

समाज उसमें रहने वाले लोगों से मिलकर बना होता है और उनके नियम भी उनके अपने बनाये होते हैं। समाज के लोगों द्वारा ही बनाये गये नियमों का पीढ़ी दर पीढ़ी अनुसरण होता है। बदलते समय के साथ समाज का स्वरूप भी बदलता है और अगर बदलते सामाजिक स्वरूप के साथ समाज के नियमों में परिवर्तन ना हो तो कुप्रथा जैसी विसंगतियों का जन्म होता है।

सामाजिक विसंगतियां, कुप्रथाएं समाज में हमारे बीच ही पनपती हैं और अपनी जड़ें इस तरह मजबूत कर लेती हैं कि उनका किया गया एक विरोध भी पूरे समाज को झकझोर देता है। फिर समाज के लिए समाज के नियम, रूढ़िवादी परम्परा समाज के लोगों से ज्यादा महत्वपूर्ण हो जाते हैं। वैश्विक इतिहास में हर समय, हर समुदायों और राष्ट्रों ने नैतिक पतन और भ्रष्टाचार जैसी समस्याओं पर चर्चा की है। यह एक वस्तुगत वास्तविकता है। 21वीं सदी के दूसरे दशक में जीवन एक सदी पहले की तरह नहीं है। हिंसा, उत्पीड़न, भ्रष्टाचार रोजमर्रा की घटना बन गए हैं।

प्राचीनकाल से लेकर आधुनिक समय तक हर समाज का दो पहलू रहा है। प्राचीनकाल में एक ओर जहाँ वेदों, पुराणों और साहित्यिक ग्रन्थों की रचना हुई वहीं दूसरी ओर वर्ण व्यवस्था ने भी जन्म लिया। एक ओर जहाँ लोपामुद्रा, गार्गी, मैत्रेयी जैसी महान विदुषी स्त्रियां हुई वहीं दूसरी ओर बाल विवाह जैसी व्यवस्था भी बनी। सामाजिक व्यवस्था को सुदृढ़, मानव समाज को उन्नत बनाने के प्रयासों के समानान्तर ही सामाजिक विसंगतियां

और कुप्रथाएँ भी सुदृढ़ होती चली गयी। इनका प्रभाव समाज के हर तबके पर पड़ा लेकिन सबसे ज्यादा दुष्प्रभाव समाज के उस हिस्से पर रहा जिसे समाज ने कमजोर माना। इस समाज ने जन्म के आधार पर बनी वर्ण व्यवस्था में निचले तबके को तथा महिलाओं को सदैव ही कमजोर माना है। पितृसत्तात्मक समाज ने हमेशा से स्त्रियों को प्रतिबन्धित किया है, उन्हें अपने बनाये नियमों के अनुसार ही बांधने की कोशिश कि है, परम्परा के नाम पर रूढ़िवादिता को हमेशा महिलाओं पर थोपा गया है।

सतीप्रथा, पर्दाप्रथा, दासप्रथा और जौहर जैसी कुरीतियां मध्यकालीन भारत तक के समाज को प्रभावित करती रही हैं। बाल विवाह, अधिकारों का हनन और अशिक्षा ने महिलाओं को बेड़ियों में बांधने का काम किया है। जन्म के आधार पर बनी जातीय व्यवस्था ने दलित जैसी संकल्पनाओं को जन्म दिया, जिसके कारण मनुष्य ने मनुष्य को ही अछूत कहकर उसे समाज में ना तो उचित सम्मान दिया और ना ही एक सभ्य मानवीय जीवन जीने का अधिकार। जीवन की मूलभूत सुविधाओं से उन्हें वंचित कर दिया, एक ही कुएं से पानी नहीं भर सकते, शिक्षा ग्रहण नहीं कर सकते, मन्दिरों में प्रवेश नहीं कर सकते और भी अमानवीय व्यवहार किया गया। समाज ने व्यवसाय के आधार पर बनी वर्ण व्यवस्था को जन्म के आधार पर बनी जातीय व्यवस्था के सफर में सिर्फ अपने नैतिक मूल्यों का हास ही किया है। समाज में बढ़ती अनैतिकता ने एक और विसंगति दासप्रथा को अपनी जड़ें फैलाने दिया जिसने मनुष्य के साथ जानवरों सा व्यवहार किया। जिसे इस समाज ने नकारा नहीं और अपने नैतिक मूल्यों के पतन में एक और विफलता जोड़ ली। हास हो रहे समाज के इन नैतिक मूल्यों का समाज पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है, क्योंकि यह सांस्कृतिक, नैतिक और सामाजिक मानदंडों को बदल देता है और उचित व्यवहार के लिए नए लेकिन कम मानक निर्धारित करता है।

समाज ने बदलते वक्त के साथ- साथ खुद को भी बदला, भारतीय समाज में पाश्चात्य समाज का मिश्रण इसका एक अच्छा उदाहरण है लेकिन क्या बदलते समाज ने अपने अन्दर की कुरीतियों को खत्म कर लिया? शायद हां या शायद नहीं! अगर समाज से विसंगतियां दूर हो जाती तो आज के आधुनिक समय में भी सबरीमाला में महिलाओं के प्रवेश करने को लेकर सुप्रीम कोर्ट का दरवाजा खटखटाना नहीं पड़ता। विसंगतियां, कुरीतियां समाज से खत्म नहीं हुई हैं बस उनका स्वरूप बदल गया है। खाप पंचायत आज भी कई जगह कानून के ऊपर खुद को मानता है जहां पंचायत का फैसला ही सर्वोपरि है, और सम्मान के नाम पर अपनों की बलि दे दी जाती है।

बदलते वक्त में समाज आधुनिकता कि दौड़ में आगे तो जा रहा है लेकिन अपने मूल्यों को कहीं पीछे भूल रहा है। कोरोना महामारी, इस सदी की सबसे बड़ी त्रासदी थी जिसने समूचे विश्व को प्रभावित किया। इस समय जब मनुष्य को मनुष्य की सबसे ज्यादा जरूरत थी, जहां सामाजिक कार्यकर्ता, स्वयंसेवक, चिकित्सक अपनी जान जोखिम में डालकर दूसरों की सेवा कर रहे थे वहीं समाज के कुछ लोगों ने इसे आपदा में अवसर

समझ कर लाभ उठाया। प्राणदायी आक्सीजन सिलेण्डर से लेकर दर्द दवाओं तक कि कालाबाजारी की गयी। इन आधारभूत चिकित्सीय सेवाओं के अभाव में कोरोना महामारी में बहुत से परिवारों ने अपनों को खोया है। इस महामारी ने ना सिर्फ आमजन को प्रभावित किया बल्कि इसने व्यवस्थागत खामियों को भी उजागर किया है। राजनीतिक और वित्तीय भ्रष्टाचार नैतिक पतन का एक और संकेत है। लोगो ने अपने मूल नैतिक सिद्धान्तों को स्वेच्छा से त्याग दिया है।

बदलते वक्त में दासता की परिभाषा भी बदल गयी है। आज के आधुनिक समाज में भौतिकता ने मनुष्य को दास बना दिया है। बढ़ती आधुनिकता में सोशल मीडिया जैसे प्लेटफार्मों ने आधुनिक दासता में आग में घी का काम किया है। जहां किसी दुर्घटना में तुरन्त मदद की आवश्यकता होती है वहां लोग मदद करने के बजाय उस दृश्य को अपने कैमरे में कैद करना ज्यादा जरूरी समझते हैं। मनुष्य के अन्दर मनुष्यता मिट रही है। यह समाज अपने नैतिक मूल्यों को सहेज नहीं पा रहा है। आज एक राष्ट्र के तौर पर हम आधुनिकता की दौड़ में काफी आगे निकल चुके हैं, चांद और मंगल पर परचम लहरा रहे है लेकिन धरती पर बनाये अपने ही मूल्यों को भूलते जा रहे है।

नैतिक समझौते से भरे समाज में, सबसे नैतिक और प्रतिबद्ध व्यक्ति भी नैतिक पतन के हानिकारक प्रभावों को महसूस करता है। लोग अब हिंसा, भेदभाव, उत्पीड़न या संघर्षों की परवाह नहीं करते हैं। वे अपनी प्रतिबद्धता दिखाने या उच्च नैतिक आदर्शों की रक्षा करने की कोशिश नहीं करते। यहां तक कि जब वे नैतिक पतन का शिकार होते हैं, तब भी वे अपने हितों की रक्षा करने या न्याय मांगने की स्थिति में नहीं हो सकते हैं। नैतिक पतन नैतिक व्यवहार के मानकों को कम करता है और नैतिकता न्याय के लिए नए लेकिन निम्न मानदंड बनाता है। समाज को एक सम्पूर्ण विकास के लिए अपने नैतिक मूल्यों को साथ लेकर चलना होगा। शिक्षा एक ऐसी ज्योति है जो भटके हुए को सही रास्ता दिखाती है। समाज में नैतिक मूल्यों का आधार शिक्षा से मजबूत किया जा सकता है। ज्ञान विज्ञान की सभी बातें, निष्फल है यदि नैतिक मूल्यों को साथ लेकर ना चला जाये।



झांसी: वीरभूमि



श्री अंकुर अग्रवाल
स्टेनोग्राफर/लेखा प्रथम

झांसी उत्तर प्रदेश राज्य के दक्षिण-पश्चिम में बेतवा नदी के किनारे मौजूद एक ऐसा भूभाग जो अपने शौर्य, पराक्रम, समृद्ध सांस्कृतिक विरासत एवं अपनी प्राकृतिक सुंदरता के लिए जाना जाता है। बुंदेलखंड का प्रवेश द्वार कहा जाने वाला झांसी इतिहास के समृद्ध शहरों में से एक है। झांसी का नाम सुनते ही सबसे पहले झांसी की रानी का स्मरण आता है जिन्होंने सन् 1857 की क्रांति का कुशलतापूर्वक नेतृत्व किया। अपने इसी समृद्ध इतिहास के कारण यह नगर आज पर्यटकों के लिए एक उत्तम स्थान है। इतिहास में दिलचस्पी रखने वालों को एक बार यहां अवश्य आना चाहिए।

इतिहास

झांसी बुंदेलखंड क्षेत्र का हिस्सा माना जाता है। इसी लिए इसके बारे में जानने से पहले हमें बुंदेलखंड का संक्षिप्त परिचय आवश्यक है। बुंदेलखंड पर 9वीं से 13वीं शताब्दी तक चंदेल वंश का शासन रहा जिनके समय यह भूभाग जोजाकभुक्ति कहलाता था। चंदेलों का शासनकाल बेहतरीन वास्तुकला के लिए प्रसिद्ध है जिनमें खजुराहो के हिंदू एवं जैन मंदिर शामिल हैं जो आज भी दर्शिनार्थियों के आकर्षण का बड़ा केंद्र हैं। इसके उपरांत 16वीं से 18वीं शताब्दी तक बुंदेलखंड पर बुंदेला वंश का शासन रहा। बुंदेलखंड का नाम बुंदेला वंश के नाम पर ही पड़ा। इस वंश के संस्थापक राजा रुद्र प्रताप सिंह बुंदेला थे जिन्होंने अपनी राजधानी झांसी के निकट ओरछा को बनाया। इसी वंश के राजा वीर सिंह बुंदेला ने सन् 1608 में झांसी को बसाया और सन् 1613 में झांसी किले का निर्माण कराया।

बुंदेलखंड केसरी व बुंदेलखंड के शिवाजी के नाम से मशहूर राजा छत्रसाल इस वंश के सबसे वीर-प्रतापी राजा हुए जो मुगल बादशाह औरंगजेब के समकालीन थे जिन्होंने अपने बाहुबल से स्वतंत्र बुंदेलखंड राज्य की स्थापना की। इनकी मृत्यु के उपरांत इस क्षेत्र का एक तिहाई भाग मराठाओं के अधीन हो गया जिसमें झांसी भी शामिल था। बुंदेलखंड में मराठी वंश की स्थापना के पश्चात झांसी में नेवालकर वंश आ गया। इसी नेवालकर वंश की बहु बनकर रानी लक्ष्मीबाई झांसी आईं।

झांसी की रानी लक्ष्मीबाई

झांसी की रानी, रानी लक्ष्मीबाई झांसी का गौरव हैं, जिनकी वीरता, शौर्य, कुशल शासन, मातृभूमि के प्रति प्रेम के कारण यह आज विश्व पटल पर विख्यात है। वास्तव में दुनिया में आज झांसी का जो भी गौरव व पहचान है तो वह सिर्फ इन्हीं वीरांगना के कारण है। इनका जन्म सन् 1828 में काशी में हुआ जिनके बचपन का नाम मणिकर्णिका था और प्यार से लोग इन्हें छबीली बुलाते थे। बचपन में ही शस्त्र एवं शास्त्रों में कुशल होने के पश्चात सन् 1842 में झांसी के राजा गंगाधर राव नेवालकर से विवाह होने के बाद नया नाम लक्ष्मीबाई प्राप्त कर ये झांसी आईं। सन् 1853 में राजा की मृत्यु उपरांत रानी ने राज्य संभाला। परंतु अंग्रेजों ने रानी के निःसंतान होने के कारण राज्य हड़प नीति के जरिए झांसी को अपने नियंत्रण में लेने की कोशिश की जिसका इस वीरांगना ने कड़ा पतिकार करके उद्घोष किया-

मैं अपनी झांसी नहीं दूंगी।

उनका यह एक वाक्य उनके अपनी मातृभूमि के प्रति प्रेम व अपनी आवाम के प्रति अपनत्व को प्रमाणित करता है। रानी ने 1857 के प्रथम स्वतंत्रता संग्राम में झांसी को बचाने के लिए वीरतापूर्वक



व कुशलतापूर्वक संघर्ष किया। लंबे संघर्ष के बाद 18 जून, 1858 को ग्वालियर के निकट कोटे की सराय में वीरगति को प्राप्त हुई।

रानी ने अपनी मातृभूमि की रक्षा एवं गौरव के लिए समस्त संसाधनों से परिपूर्ण अंग्रेजी सत्ता के खिलाफ संघर्ष किया जो हमें सिखाता है कि देश की रक्षा के लिए हमें हमेशा साहस एवं निडरता के साथ खड़ा रहना चाहिए

रानी का जीवन महिलाओं के लिए प्रेरणा है। उन्होंने यह बता दिया कि नारी अपने स्वाभिमान पर हमला होने पर उसका कड़ा प्रतिकार भी कर सकती है और अपने कुशल नेतृत्व के जरिये युद्ध भूमि में वीरांगना बनकर पराक्रम भी दिखा सकती है

सुप्रसिद्ध कवयित्री सुभद्रा कुमारी चौहान की वीररस से अभिभूत कविता झाँसी की रानी की कुछ पंक्तिया

"चमक उठी सन सत्तावन में,

वह तलवार पुरानी थी,

बुंदेले हरबोलों के मुँह हमने सुनी कहानी थी,

खूब लड़ी मर्दानी वह तो झाँसी वाली रानी थी"

रानी प्रथम स्वतंत्रता संग्राम की नायिका थीं। वह देश की हर बेटी के लिए आदर्श हैं।

रानी की वीरगति के पश्चात झाँसी ब्रिटानी हुकूमत के नियंत्रण में रहा। आजादी के बाद 1956 में उत्तर प्रदेश राज्य का गठन होने पर यह इस राज्य का हिस्सा बन गया।

यहां पर कई पर्यटन स्थल हैं

झाँसी का किला

छोटी पहाड़ी पर बना हुआ यह किला वर्तमान में भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण विभाग की देखरेख में है। किले में प्रवेश करने पर सर्वप्रथम कड़क बिजली टॉप दिखाई देती है जोकि रानी लक्ष्मीबाई के सेनापति गॉस खां द्वारा संचालित की जाती थी। आगे जाने पर मराठा शैली में निर्मित भगवन गणेश मंदिर है जिसमे रानी नियमित तौर पर पूजा अर्चना के लिये आया करती थी। किले के अंदर अष्ट धातु की बनी भवानी तोप, दीवाने आम, दीवाने खास, पंचमहल, गुलाम गॉस खां (मुख्य तोपची), मोती बाई (महिला तोपची), खुदा बक्श खां(अश्वारोही) की समाधी है। बुंदेली शैली में बना शिव मंदिर है।

रानी महल

यह रानी का महल हुआ करता था जो छह हॉल वाली दो मंजिला ईमारत है।

यहाँ का **राजकीय संग्रहालय** बुंदेलखंड की प्राचीन विरासत, संस्कृति, चंदेल राजवंश के समय की दुर्लभ वस्तुएं, रानी के शौर्य का बखान करती चित्राकृतियाँ, उनके हथियार, युद्ध ध्वज के साथ उनकी मूल तस्वीर आदि को समेटे हुए है।



यह भूमि हॉकी के जादूगर मेजर ध्यानचंद की कर्मभूमि रही है। इन्होंने अपनी खेल

प्रतिभा के जरिए विश्व में भारत का मान बढ़ाया है। इनके सम्मान में भारत में इनके जन्मदिवस 29 अगस्त को राष्ट्रीय खेल दिवस के रूप में मनाया जाता है। यहां का **मेजर ध्यानचंद संग्रहालय** जोकि उनको ही समर्पित है, भारत का पहला हॉकी संग्रहालय है जिसमे उनके ओलंपिक पदकों के साथ उनकी निजी वस्तुएं भी प्रदर्शित हैं।

इस धरा को हिंदी साहित्य का मान बढ़ाने वाली अनेक विभूतियों ने सुशोभित किया है जिनमे मैथिलि शरण गुप्त एवं वृंदावन लाल वर्मा प्रमुख हैं। झाँसी के निकट चिरगाँव में जन्मे मैथिलि शरण गुप्त को राष्ट्रकवि की उपाधि प्राप्त है। राष्ट्रीयता की भावना से परिपूर्ण इनकी रचनाओं में नारी विमर्श स्पष्टता से दिखाई देता है। उर्मिला के चरित्र पर आधारित महाकाव्य साकेत इनकी प्रमुख रचना है।

झाँसी का नाम ही प्रत्येक भारतीय को रानी लक्ष्मीबाई की बहादुरी एवं अंग्रेजों के औपनिवेशिक शासन के विरुद्ध उनके संघर्ष को याद करने पर गर्व की अनुभूति कराता है।



पद्य संगम

न जरूरत हूँ, न जरूरी हूँ



श्री विश्वजीत श्रीवास्तव
वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी/आई.सी.सा

न अब किसी की जरूरत हूँ,
न अब किसी के लिए जरूरी,
एक भुला हुआ लम्हा सा हूँ,
आज मैं सबसे तन्हा सा हूँ।

किस जन्म की सज़ा मुझे इस जन्म में मिली,
जिसे जितनी शिद्दत से चाहा वही नहीं मिली,
जाने किस तिजारत का बकाया मुझसे वसूला,
जिसे जान समझा वही मुझे भूला।

रोज-रोज घुट के मरने से अच्छा होता,
मैं तुझसे कभी न मिला होता,
कैसे तेरी यादों को भुलाऊँ मैं,
है कोई रस्ता तो अपनाऊँ मैं।

जिसे जितना मुझसे चाहिए था,
उतना मुझसे मुझे ले गया,
खुद को पूरा कर के,
मुझे अधूरा ही छोड़ गया।

मेरे इंतेहाँ की परीक्षा कब तक लोगे,
आज आँसू है, तड़प है, घुटन है,
देख मुझे, दरयापत तेरी है,
तेरे सामने मुझे जीने की मजबूरी है।

मेरी जान टुकड़ों में रोज निकलती है,

वो अपने खुशियों में मशरूफ़ रहती है।
तेरी मजबूरी ने ये कैसा सितम ढाया,
सबको अपनाते रहे मुझे कर पराया ।

जब भी भगवान से मेरी ठनी,
मैं हारा, दूसरे की बनी,
अब सुलगती हुई चिता की आग सा हूँ,
ना जाने कैसे अभी तक जिंदा सा हूँ।

वो कहते थे, साथ कभी ना छोड़ेंगे,
गर कोई प्यार होगा तो वो आप होंगे,
ये सब वादे धुंध बन कर उड़ गए,
वो गए हमें छोड़, हम यहीं के यहीं रह गए ।

तेरे बाद मैं हर पल को तरसता हूँ,
तेरी तस्वीरों के सहारे घुट कर जीता हूँ,
मुड़ कर भी ना तुझसे देखा गया,
दोषी हर बार की तरह मैं ही बनता गया ।

दिलासा देता हूँ खुद को,
सोचता हूँ मैं भी अब अक्सर,
क्या मैं इतनी आसानी से बदला जा सकता था?
क्या मेरा प्यार यूँ ही भुलाया जा सकता था?

मेरा वादा मुझे अब तक है याद,
भूल भी गए तो फरियाद नहीं करूँगा,
अकेला था पहले भी,
फिर अकेला रह जाऊँगा।



श्रेष्ठ समाज की परिकल्पना



श्री नीरज भाटिया
सहायक लेखाधिकारी/लेखा द्वितीय

संभावनाओं का विराट,
संसार आज खोजते,
संकल्प से बना-बुना,
समाज आज खोजते,
बलिदानों की वेदी पर चढ़,
था धर्म को सुदृढ़ किया,
तपस की अग्नि में झुलसे,
पर सत्य की लौ को न बुझने दिया,
उन वीर और वीरांगनाओं,
की नजर और सोच से,
आओ आज एक नया,
संसार आज खोजते;

अमित था जिसकी ललाट पर,
विश्वास प्रेम-धर्म का,
क्या चल सके उसकी दिखाई,
राह अटल-सत्य की,
'विवेक' के 'आनन्द' में,
जो 'शून्य' का संसार पा,
हमें ज्ञान-भक्ति का,

सतोपदेश दे गया,
कर्म करने की कला सीखा,
मुक्ति-मार्ग प्रकट दे गया,
पर हाय! मेरा देश ही,
उत्सव-जयन्ति तक सीमित रहा,
आदर्शों की उनकी दिखाई,
राह आज भूल गया;

स्त्री शक्ति का स्वरूप हैं,
प्रेम-भाव से परिपूर्ण,
स्त्री समाज की आधारभूत हैं,
स्त्री-चरित्र का गुणगान,
शब्दों की सीमा से पार है,
सावित्री, अनुसुईया, गार्गी, सुकन्या, आदि,
हृदय की शुद्धता को,
नाम हीं पर्याप्त हैं;
उस देवी की आराधना,
हर जीव का कर्तव्य हैं,
स्त्री-धर्म से जुड़े,
मुख्य बिंदुओं को समेटता,

'सीता' के जीवन से जुड़ा,
हर अध्याय हमें झकझोरता,
हैं विडम्बना समाज की,
कि आज वेदी पर बैठाए उनको,
राष्ट्र-भर में पूजते,
किंतु चरित्र की कुलीनता को,
उनके सिखाए संस्कार न सूझते;

समाज के सुधार का,
कार्य अति कठोर हैं,
संसार को संवारने का,
कार्य अति कठोर हैं,
ये बालकों का कार्य नहीं,
इसमें तो बलि-सूरमा की,
निपुणता भी गौण हैं,
पर सूर्य का प्रकाश,
जब बादलों को चीरता,
है धरा के तिमिर को,
हर कोने से खदेड़ता,
ऐसा ही प्रकाश-पुंज जब,
'प्रह्लाद' रूप को लिए,
संकल्प और विश्वास के,
आधारभूत को लिए,
भक्ति की वेदी पर,
प्राण-आहुति को लिए,
धरा पर पवित्र चरणों की,
छाप जहां छोड़ता,
तिमिर के मूल नाश को,
प्रकाश वहां छोड़ता,

समाज को सत्य के,
प्रकाश से जोड़ता,
सृष्टि को प्रेम-भावना,
के सुप्रयास से जोड़ता,
वो 'प्रह्लाद' बेजोड़ हैं,
वो कुल-शोधक महात्मा,
वो भक्तों के सिरमौर हैं,
समाज में कुलीनता को,
आज प्रकाश-पुंज न सही,
दीप्त किरणों की आभा से,
हैं समाज उज्ज्वल आज भी,
सत्संग का लेकिन रास्ता,
समाज से हैं छूट गया,
पश्चिम-संस्कृति से विकृत हुआ,
समाज आज टूट गया;

समाज आज 'राम' जी के,
नाम से विभोर हैं,
रामराज्य परिकल्पना के,
भाव में विभोर हैं,
सूर्यवंश के मुकुट में हैं,
और कितने ही हीरे जड़े,
'सत्य' को भी जो आधार दें,
ऐसे 'हरिश्चंद्र' की पर बात क्या,
समाज के प्रमुख स्तंभ,
के रूप में खड़ा रहा,
जीवन-पर्यंत सत्य की,
आराधना में लगा रहा,
राजा-रंक-चंडाल,

कोई रूप न बुरा लगा,
किंतु सत्य से अडिग होना,
उसे मृत्यु से भी बड़ा लगा,
सत्य-धर्म-कर्तव्य की,
नींव वो बना रहा,
समाज के उत्थान को,
संघर्षरत सदा रहा,
महल-आभूषण-विलासिता,
सबसे विलग योगी रहा,
प्रियजनों के मोह से ऊपर,
उसे सत्य का आचरण लगा,
नमामि जय-जय उस देवता की,
जिसने शुद्ध-सत्य का ये मार्ग दिया,
सदैव आभारी सभी,
हम सब को जो तूने,
अपने सत्य-पथ का प्रकाश दिया;

किंतु नसों में आज तो,
बस फैला भ्रष्ट आचार हैं,
विलासिता सबको प्रिय,
धर्म-सत्य मानों पाप हैं,
कलयुग यहीं, जिसमें समाया,
झूठ का साम्राज्य हैं,
अधर्म सबका खुदा हुआ,
असत्य सब ओर व्याप्त हैं,
कब आयेंगे अवतार कोई,
प्रकाश-पुंज धरती पर?
सहना होगा हर जीव को,
कलिष्टता का भार,
और कितने बरसों तक,
सहना होगा हर जीव को,
कलिष्टता का भार,
और कितने बरसों तक..



है जीवन परतंत्र अभी तक,
फिर कैसी आज़ादी है !!



श्री अंकित निगम
सहायक लेखाधिकारी/लेखा प्रथम

जिस थाली में खाते आये हैं, उसमें ही छेद किया है,
धर्म, क्षेत्र, जाति से लेकर, लिंग-रूप तक भेद किया है,
हर अव्यवस्था के कारण को, पूर्ववर्तियों पर थोपा है,
और स्वयं जब मौका पाया, नई समस्या को रोपा है,
इसी तरह, पीढ़ी दर पीढ़ी हम लाये बर्बादी हैं।
है जीवन परतंत्र अभी तक, फिर कैसी आज़ादी है ।।

लाशों के अम्बार लगे थे, खून से नदियाँ लाल हुई,
लाखों माँओं की गोदें इस दिन के लिए हलाल हुई,
किसी माँग की लाली उजड़ी, किसी की राखी राख हुई,
ना जाने कितनों की दुनिया इस कोशिश में खाक हुई ।
एक ही सपना था उनका, कल उनकी नस्लें राज करें,
विश्व पटल पर भारत भी एक दिन ऊँची परवाज़ करे,
पर हमने अपने व्यसनों में, उनकी हर चाह भुला दी है ।
है जीवन परतंत्र अभी तक, फिर कैसी आज़ादी है ।।

निज शैली उपयोग करो और परशैली परित्याग करो,
बापू के इस आह्वान को आज ज़रा सा याद करो,
याद करो कल की पीढ़ी ने, जिसकी चिता जलाई है,
आज की पीढ़ी ने खुलकर वो हर वस्तु अपनाई है ।

चित्त, शील, शैली, शिक्षा, न्याय, नियम, क्या अपना है?
हर बलिदानी ने जो देखा था, क्या ये वो सपना है?
अंग्रेजों से भी बढ़कर, हम सबने उन्हें सजा दी है ।
है जीवन परतंत्र अभी तक, फिर कैसी आज़ादी है ॥

अभिव्यक्ति के नाम पे कोई भारत का अपमान करे,
क्रूर, लुटेरे आक्रांताओं का खुलकर गुणगान करे,
हर घर से निकले आतंकी, ये कॉलेज में नारे हैं,
बिस्मिल, बोस, भगत ना होकर, ये आदर्श हमारे हैं,
घृणा है अपनी भाषाओं से, संस्कार लाचारी हैं,
सम्पत्ति अपनी ठुकरा कर जीवन जिया उधारी है,
जिस भाषा से थे अपमानित, आज उसी के आदी हैं ।
है जीवन परतंत्र अभी तक, फिर कैसी आज़ादी है ॥

आजादी की भी, सबकी अपनी-अपनी परिभाषा है,
किन्तु इसका मूल्य चुकाने की विलुप्त अभिलाषा है,
अधिकारों की मारा-मारी, कर्तव्यों का बोध नहीं,
जितना इनको मान लिया है, उतना कोई अबोध नहीं ।
संविधान की ओट ले अक्सर, न्याय ताक पर रखते हैं,
शाँति-मार्च में भी सड़कों पर हिंसक दृश्य धधकते हैं,
आज अनुभवी सत्तालोभी और युवा उन्मादी हैं ।
है जीवन परतंत्र अभी तक, फिर कैसी आज़ादी है ॥





अनुराग निषाद
पुत्र श्री अनिल कुमार
लेखाकार/लेखा प्रथम

राम जन्म के साथ ही,
त्रेता युग की स्थापना हो चुकी।
जय श्री राम का नारा,
हमारे चहुँओर गूज उठी।।

गुरु वशिष्ठ के आश्रम जाकर,
संपूर्ण शिक्षा प्राप्त किया।
ताड़का वध के साथ ही,
अहिल्या का उद्धार किया।।

ऋषि विश्वामित्र संग जनकपूरी,
मिथिला पधारे दो भाई।
सीता स्वयंवर में शामिल हुए,
अनुज लक्ष्मण संग रघुराई।।

सीता स्वयंवर सभा में,
नृप जनक ने रखी शर्त यह-
जिसके हाथों टूटेगा शिव का धनुष यह,
उसी से होगा सीता का विवाह।।

बड़े- बड़े राजा महारथी धनुष को,
हिलाना तो दूर प्रत्यंचा भी न चढ़ा पाए।
अहंकारवश होने के कारण वे सभी,
अपनी वीरता का परिचय तक न दे पाए।।

धनुष के न टूटने से,

जनक नरेश दिखे चिंतित से।
तब श्री राम को भेजा गया,
विश्वामित्र मुनि की आज्ञा से।।

सर्वप्रथम दशरथनंदन ने,
एकदंत का किया बंदन।
इक्ष्वाकु वंश के पूर्वजों को भी,
प्रणाम कर किया सुमिरन।।

मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम के,
स्पर्श से धनुष हुआ खंडित।
यह दृश्य देखकर सभी,
रह गए बिल्कुल आश्चर्यचकित।।

सुता के लिए वर मिलने से,
जनक हुए अत्यंत प्रसन्न।
सियाराम के वरमाला होने से,
प्रफुल्लित हुए सबके मन।।

धनुष खंडन की ध्वनि सुनकर,
परशुराम की तपस्या हुई भंग।
स्वयंवर सभा में पहुँच गए,
लिए अपने परशु को संग।।

क्रोधित परशुराम को देख सभी,
राजाओं ने उन्हें प्रणाम किया।

नृप जनक ने भी उनका,
हार्दिक स्वागत सत्कार किया।।
सभा में पहुँचते ही वह,
ये दो प्रश्न पूछ पड़े।
टूटे धनुष को देखकर,
वह क्रोध से भर उठो।।

शिव धनुष तोड़ने का,
किसने किया दुस्साहस।
और यह सभा भी,
बुलाई गई किस कारणवश।।

यह प्रश्न सुनकर दशरथसुत,
लक्ष्मण ने दिखाई चपलता।
टूटे हुए धनुष से आपको,
क्यों है इतनी व्याकुलता।।

बचपन में धनुष तोड़कर
हुए हम सदैव हर्षित
एक धनुष के टूटने से,
हुए आप इतने क्रोधित।।

लक्ष्मण की ये बातें सुनकर,
परशुराम हुए अति क्रोधित।
तब राम ने विष्णु रूप में,
दर्शन देकर किया उन्हें विनीत।।

इसी के साथ चारों भ्राताओं,
का तय हुआ विवाह।
बारात लेकर श्री राम चले,
जनकपुर मिथिला की राह।।
गुरु वशिष्ठ व मुनि विश्वामित्र की,
देखरेख में सम्पन्न हुआ विवाह।
दशरथ संग देव व मुनि भी,
बने इस क्षण के गवाह।।

विदा होकर सीताजी ने किया,
मिथिला छोड़ अयोध्या प्रस्थान।

दशरथ नरेश ने भी कर दिया,
राम के राज्यभिषेक का ऐलान।।
राजतिलक की खुशियों में था सबका घ्यान,
इसी बीच मंथरा ने भरे कैकेई के कान।
अगर राजा बना कौशल्या का पुत्र,
दासी तू बनेगी, नहीं रहेगा तेरा मान।।

कैकेई ने राजा दशरथ से,
मांगे अपने दो वचनों को।
अयोध्या की राजगद्दी भरत को,
चौदह वर्ष का वनवास राम को।।

पिता का ये वचन जानकर,
श्री राम चले वन की ओ।
मत जाओ आप हमें छोड़कर,
हर तरु है सिर्फ यही शोर।।

पिता का वचन निभाने को,
वन में जो दर-दर भटके।
पूज्नीय हो गए वो आज,
हमारे हृदय में बसके।।

राम संग सिया व लक्ष्मण भी,
चले उनके साथ वनवास को।
पुत्र वियोग में दशरथ ने भी,
त्याग दिए अपने प्राण को।।

अयोध्या से आगे श्री राम,
श्रृंगवेरपुर की ओर चले।
जहां पर उन्हें अपने बालसखा,
श्री निषादराज गुहा जी मिले।।

प्रभु श्री राम ने अपने सखा,
निषादराज को गले से लगाया।
केवट ने अपनी नौका से,
श्री राम को गंगापार कराया।।

राजगद्दी छोड़कर भरत चले,



भ्राता राम को मनाने।
चौहह वर्ष के बाद आऊंगा,
अभी मुझे पिता के वचन है निभाने।।

भ्राता की आज्ञा मानकर भरत,
रामचरणपादुका लेकर अयोध्या पधारे।
राजगद्दी पर खड़ाऊं रखकर,
सारे राज पाठ संवारे।।

माता कैकेई ने क्या यह मांगा,
श्री राम को चादह वर्ष का वनवास।
अब उन्हें पछतावा है कि,
न किया होता ऐसा काश।।

दण्डकारण्य वन में श्री राम पर,
मोहित हुई रावण भगिनी शूर्पणखा।
विवाह करने का प्रस्ताव उसने,
श्री राम के समक्ष रखा।।

मना करने पर जब उसने,
माता सीता पर प्रहार किया।
तभी बचाव में लक्ष्मण ने,
शूर्पणखा की नाक काट दिया।।

प्रतिशोध की भावना से भरकर,
रावण ने सीताहरण किया।
वन में खोजते हुए श्री राम,
पूछते रहे कहां हो तुम सिया।।

सीता की खोज में श्री राम का,
शबरी से हुआ मिलन।
उसके जूठे बेर खाकर,
हुए राम बहुत प्रसन्न।।

सुमेरु पर्वत पर श्री राम का,
हनुमानजी से हुआ मिलन।
सुग्रीव को अपना मित्र बनाकर,
मित्रता निभाने का दिया वचन।।

बाली को अपनी शक्ति पर,
था बहुत अभिमान।
श्री राम ने उसका वध कर,
तोड़ दिए सारे अभिमान।।

सीता माता की खोज कर,
हनुमान ने किया लंका दहन।
श्री राम की शरण में पहुँच गया,
विभीषण उनका मित्र बन।।

सेतु बनाकर लंका पहुँचे,
श्री राम, सुग्रीव की सेना संग।
यह बात जानकर,
लंका की शान्ति हुई भंग।।

शान्ति प्रस्ताव लेकर अंगद पहुँचा,
लंकापति रावण के दरबार में।
सीता माता को लौटा दो,
क्षमा करेंगे राम एक बार में।।

शांति प्रस्ताव ठुकराकर रावण ने,
श्री राम से भीषण युद्ध किया।
अपने ही कृत कर्मों से,
समूल लंका का विनाश किया।।

मेघनाद ने युद्ध के समय,
लक्ष्मण को कर दिया मूर्छित।
अचेत पड़े भाई को देखकर,
श्री राम संग हुए सब चिंतित।।

लक्ष्मण के उपचार हेतु,
बुलाया गया सुषेण वैध को।
नाड़ी जांच करके कहा,
संजीवनी बूटी उपलब्ध कराने को।।
तब हनुमान जी उठा लाए,
सीजीवनी संग पूरे पर्वत को।
हो गए लक्ष्मण जी स्वस्थ,

एक बार फिर हर्ष मिला सबको।।

लक्ष्मण और मेघनाद का आपस में,
पुनः एक बार फिर युद्ध हुआ।
मेघनाद का अंत होने से,
श्री राम का रावण से युद्ध हुआ।।

धर्म के ध्वज की रक्षा हेतु,
श्री राम ने रावण का वध किया।
धरती को एक पापी के,
अत्याचार से मुक्त किया।।

वनवास पूरा करने के बाद,
श्री राम ने किया अयोध्या आगमन।
स्वागत के लिए हैं तैयार,
लेकर सभी प्रमुल्लित मन।।

अयोध्या पधारने के पश्चात,
श्री राम का भरत से हुआ मिलन।
इसी के साथ श्री राम का,
राजतिलक भी हुआ संपन्न।।

राज्यभिषेक होने के पश्चात्
श्री राम राजगद्दी पर विराजे।
चारों ओर अयोध्या में,
शुभ मंगल गीत बाजै।।

धरती पर अवतार धारण कर,
श्री राम ने रामराज्य की स्थापना की।
हम पर अपनी कृपा बनाए रखना प्रभु,
यही प्राथना आपसे अनुराग ने की।।



एक शख्स



श्री इंद्र कुमार सिंह
डी.ई.ओ. ग्रेड- ए/लेखा प्रथम

एक शख्स था, हमेशा नई कहानी लाता था,
बेवजह बातें हज़ारों करके, सभी को हँसाता था।
बांध के रखता था अपनी मुठ्ठी में अपने ग़मों को,
अकेले में रोता बिलखता और खुद ही चुप हो जाता था।

नई चीज़े पसंद थी उसे, पर किसी शाम की तरह उसे भूल जाता था,
न जाने क्यों तन्हा रहता था गुम किसी ख्यालों में,
क्या सोच के साँसें ले पाता था।

आज के नाम पर सिर्फ़ उमीदें थी उसके हिस्से में
कल को कुछ बड़ा मुकाम होगा यही सोच के सो जाता था।
एक शख्स था, उलझा हुआ - गणित के सवालों को चुटकियों में सुलझाता था।
कल को पूरे करूँगा सपने सारे, इसी आस में आज के सपनों की
बलि दे जाता था।

एक शख्स था, गुमनाम सा कमरे में हर वक़्त एक नई तरकीब बनाता था,
मायूस होता जब कभी खुद से, खुद को कहीं दूर किसी अंजान सी बस्ती में
खोया हुआ पाता था।

एक शख्स था, छोटे से दिल में लाखों ख़्वाब बुने जाता था,
एक शख्स था, परेशान सा एक शख्स था, हैरान सा।



गीत



श्री शिवम यादव
लेखाकार/लेखा प्रथम

आज अंतर्मन विकल है
नैन भी दोनों सजल हैं
अब किसी चौखट पे मत फरियाद करना
जा रहे हैं हम, हमें मत याद करना।।

जब तुम्हारे सर से बैरिन ये सरक जाए चुनरिया
जब अकेले न कटे, काटे अभागी ये दुपहरिया
जब तुम्हारे कान का झुमका अचानक टूट जाये
जब छनकती पांव की पायल निगोड़ी रूठ जाए
तब हृदय में धीर धरना
नैन में मत नीर भरना
बैठ तन्हा मत सुबह से शाम करना
जा रहे हैं हम, हमें मत याद करना।।

जब रात के तीजे पहर में नींद उड़ जाए तुम्हारी
जब बनावट की हँसी को पूछ लें सखियां बिचारी
जब बहन छोटी हमारा नाम लेकर के चिढ़ाए
जब फुहारें मेघ की तन को भिगो मन को जलाएं
तब नहीं तुम खीझ जाना
स्वेद में मत भीग जाना
चीखकर खुद से नहीं संग्राम करना
जा रहे हैं हम, हमें मत याद करना।।

अब नई राहों में नया कदम रखना
अपने सपनों को संग रखना
हर खुशी उमंग को जीना
बीते लम्हों को न याद करना
तुम एक नई शुरुआत करना
जा रहे हैं हम, हमें मत याद करना।।



गीत : ~ कल्पना चावला



श्री सुरेशचन्द्र जोशी
लेखाधिकारी (सेवानिवृत्त)/लेखा द्वितीय

सुनो कल्पना की तुम सबको, बातें श्रेष्ठ बतानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।
सन बासठ में जन्मीं थी वह, नाम कल्पना बतलाया।
माता संज्योती देवी थी, पितु बनारसी कहलाया।
भाई बहनों में छोटी वह, मधुरिम यही कहानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।१।।

अभियंता बनने की इच्छा, लेकिन पिता नहीं माने।
माता ने जब समझाया तो, तभी सुता को पहचाने।
कठिन परिश्रम लगनशीलता, उसकी यही निशानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।२।।

इंजीनियर की पाई शिक्षा, भारत में चंडीगढ़ से।
आगे की शिक्षा फिर पाई, यू.एस के टेक्सास से।
अंतरिक्ष में शोध करेगी, इच्छा बहुत पुरानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।३।।

अंतरिक्ष जाने से पहले, जा पहुँची थी वह नासा।
उनीस सौ सतनब्बे आया, सफल हुई उसकी आशा।
दूजी महिला अंतरिक्ष पर बात सभी ने जानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।४।।

चली लगाने दूजा फेरा, सब कुछ सुन्दर नहीं रहा।
छीन लिया तब उसे काल ने, दुनिया ने यह कष्ट सहा।
छोड़ चली कल्पना लोक को, केवल बची निशानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।५।।

सुनो कल्पना की तुम सबको, बातें श्रेष्ठ बतानी थी।
अंतरिक्ष था उसे नापना, उसने मन में ठानी थी।



गज़ल



श्री राजीव सिंह 'राही'
सहायक पर्यवेक्षक/लेखा द्वितीय

बाद मेरे भी हर आदमी यही समझे।
दिल के इस दर्द को आँखों की रोशनी समझे ॥

मेरे ज़ख़्मों को उसने हर मोड़ पर कुरेदा है।
हम जिस शख्स को मरहम का मसीहा समझे ॥

टिकी हुई थी सलीबों पे ज़िन्दगी यारों।
देखने वाला हर तमाशाई तमाशा समझे ॥

मेरी बबर्बादी पर वो हँस रहा था इस क़दर ।
किसी का घर जले और कोई रोशनी समझे ॥

ज़माना क्या है ये मैंने समझ लिया लेकिन ।
जमाने वाले अभी तक मुझे नहीं समझे ॥

बिछुड़ते वक्त एक बात कही थी उसने
दिल उसी से लगाना जो मोहब्बत को मोहब्बत समझे ॥

दोस्त तो दोस्त हैं एक बात कहूँगा 'राही' ।
हम तो दुश्मन को भी दुश्मन कभी नहीं समझे ॥



मानव-मूल्य हार गया



श्री कृष्ण मुरारी गर्ग
वरिष्ठ लेखापरीक्षक/आईसीसा

भौतिकता के इस युग में, हर मानव मूल्य हार गया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर, संस्कार को भूल गया ॥

सच कहने वाले को देखो, आज जमाना पीटता है ।
झूठे को माला पहनाते हैं, और बनाते देवता हैं ।
इसीलिए सच्चाई ने भी अपना रुख है मोड लिया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर, सत्यभाव को भूल गया ॥



आज सामने बहुत बड़ाई, पीछे पीठ बुराई है।
कब सूरज की धूप और कब पेड़ों की परछाई है।
दो मन वाला यह छल अब हर मन पर है गहराया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर, विश्वास भाव को भूल गया ॥

माथे तिलक लगाते हैं और बगल में खंजर रखते हैं ।
खुद भुट्टे खाते हैं और औरन को पच करवाते हैं।
इसीलिए श्रद्धा ने भी अब मन में बसना छोड़ दिया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर, श्रद्धा भाव को भूल गया ॥

अमर्यादित जीवन में, हर नाक पे गुस्सा रहता है ।
खुशी-खुशी कोई काम करे कभी-कभी ही होता है।
हर मानव ने विजय के गुण को कोसों दूर धकेल दिया।

पाश्चात्य के रंग में रंगकर धैर्यभाव को भूल गया ।।

भाई-भाई लड़ते है, तो आनन्द पड़ोसी लेते है।
उनको समझाना तो दूर आपस में भड़काते हैं।
फूट डालो और राज करो, नीति को अपना लिया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर प्रेमभाव को भूल गया ।।



सिले हुए कपड़े अब हो गये गंवार की परिभाषा।
फटे हुए, छोटे कपड़े अब बन गये हैं मन की आशा।
लाज शरम कुछ नहीं रह गया अब तो नंगा नाच हुआ।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर आदरभाव को भूल गया ।।

एक दिन हमने बड़े गर्व से हिन्दी को भी याद किया।
बाकी के दिन उसको हमने जीवन से है दूर किया।
हिन्दी की हिन्दी हो गई पर हमने कुछ ना ध्यान दिया
पाश्चात्य के रंग में रंगकर हिंदी भाव को भूल गया ।।

मारकाट तो ऐसी हो गई जैसे सब्जी काट रहे।
हिंसा का आलम है ऐसा गांधी भी शरमा रहे।
गांधी जी के सुविचार को भट्टी में है झोंक दिया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर दयाभाव को भूल गया ।।

भौतिकता के इस युग में, हर मानव मूल्य हार गया।
पाश्चात्य के रंग में रंगकर, संस्कार को भूल गया ।।



वर्किंग वुमन



श्रीमती ज्योति यादव
कनिष्ठ अनुवादक/आईसीसा

मैं हूँ एक वर्किंग वुमन,
जो घर भी संभालती हूँ और पैसे भी कमाती हूँ,
सुबह की प्यारी नींद से
खुद को सबसे पहले जगाती हूँ।

ऑफिस के लिए लेट न हो जाऊँ
इसीलिए दो-तीन काम एक साथ चलाती हूँ,
नहाने में 2-5 मिनट
और रसोई निपटाते हुए ही खाना खाती हूँ।

16 श्रृंगारकी फुर्सत नहीं है मुझे,
इसलिए अनसुलझे बालों का अक्सर जुड़ा ही बनाती हूँ,
ऑफिस पहुँचने के लिए
मेरा और घड़ी की सुइयों का कॉम्पटिशन रहता है।
वहाँ पहुँचने पर
मेरा काम भी मुझे लेट आने पर चिढ़ाता है,
पर मेरे लेट आने से
मेरा काम कभी लेट नहीं होता है।

लेट पहुँचने और जल्दी निकलने पर
मेरा बॉस भी अक्सर आँखें दिखाता है,
शाम को थकी हारी जैसे ही घर पहुँचती हूँ
तो दरवाजे पर बिटिया नजर आती है।
उसे मुस्कराते देख,
मेरी सारी थकान उतर जाती है,
इस भागदौड़ के जीवन में,
उसकी फरमाइशें जरूर पूरी करती हूँ।



सामान कुछ लाना चाहे भूल जाऊँ,
बस बेटी की फरमाइशें ही नहीं भूलती हूँ,
फिर खुद ही सोचती हूँ
कि मैं इसी के लिए तो कमाती हूँ।
खुद के लिए मितव्ययी,
लेकिन बाकी सब के लिए अपव्ययी बन जाती हूँ।

सबको लगता है घमंडी हूँ
किसी से भी नहीं बतियाती है,
अब इनको कौन समझाए
कि फुर्सत के पल मिलते ही कमबख्त पलकें ही चिपक जाती हैं।
लेकिन मैं खुश हूँ
कि जीवन में हर परिस्थिति का मुकाबला कर सकती हूँ,
हालत चाहे जैसे भी हो
मैं अपने परिवार को संभाल सकती हूँ।

“क्योंकि मैं तो वर्किंग वुमन हूँ जो घर भी संभालती है और पैसे भी कमाती है।”



मैं बड़ा बेटा



श्री निखिल तोमर
वरिष्ठ लेखापरीक्षक/आईसीसा

माँ बाप का बड़ा बेटा हूँ, अपना फर्ज निभा रहा हूँ,
पढ़ लिख कर निकला हूँ घर से, दूसरे शहर जा रहा हूँ।

जब चली रेल अपने शहर के स्टेशन से,
लगा ऐसे जैसे भगवान हमसे रूठ गया।
सुबक-सुबक कर पीड़ा बाहर आई,
जब माँ का आँचल छूट गया।
पहुँचा नए शहर में, रहने लगा एक मकान में,
कई बार संभाला अपने आप को, कई बार मैं टूट गया।

नौकरी भी मिल गई, पहली तनखाह भी आ गई,
हृदय में प्रसन्नता हुई, घर वापसी की बारी भी आ गई ।
माँ का आशीर्वाद था, किस्मत भी साथ निभा गई,
पैरों पर खड़ा हो गया था, तो घर की ज़िम्मेदारी आ गई ।

एक हफ्ता छुट्टी का, पल भर में बीत गया,
वापसी का समय फिर मुझसे जीत गया ।



जाने से पहली रात को, सोच-सोच कर उदास था,
छूट जाएगा अपनों का साथ, पर माँ के दुख का भी आभास था।
फिर से चल पड़ा मैं अपनी नौकरी पर, बोलकर दो शब्द अपनी माँ को,
कुछ बन जाऊँ ज़िंदगी में, बस इसी बात का प्रयास था ।

चला सिलसिला कुछ इसी तरह घर आने-जाने का,
मौका भी आया कुछ दौलत कमाने का।
लेकिन इसी बीच याद आया माँ का आँचल और बाप का दुलार,
वो दोस्तो की मंडली और किसी का प्यार।
पर फिर जब भी सोचता था मैं, मैं नहीं तो कौन???
घर का बड़ा बेटा हूँ, सोच के हो जाता था मौन ।

इन्हीं विचारों में उलझा हुआ, अपना फर्ज निभा रहा हूँ,
नौकरी की तलाश में, दूसरे शहर जा रहा हूँ।
माँ बाप का बड़ा बेटा हूँ, अपना फर्ज निभा रहा हूँ,
पढ़ लिख के निकला हूँ घर से, दूसरे शहर जा रहा हूँ।



बेटी बचाओ, बेटी पढाओ



श्री सुनील जोशी
वरिष्ठ लेखापरीक्षक/आईसीसा

जीवन का अभिमान है बेटी,
एक पिता की शान है बेटी ।

खिलती हुई कलियाँ हैं बेटी,
माँ-बाप का दर्द समझती है बेटी ।

घर को रोशन करती है बेटी,
दर्द में आँसू पोछती है बेटी ।

सरस्वती, दुर्गा, लक्ष्मी का रूप है बेटी,
गौरव का स्वरूप है बेटी ।

जब होगा शिक्षित बेटी को ज्ञान,
तभी होगा भारत का भविष्य निर्माण ।

जन जन को जगाएंगे।
बेटी को बचाएंगे।

बेटी को पढ़ाएंगे,
भारत को आगे बढ़ाएंगे।



लघु कवितायें



श्री शिवम् सिंह
एम.टी.एस/लेखा प्रथम

ज़िम्मेदारी

जिम्मेदारियों के तले मै यूं दबा कि अपने हर शौक दफना दिए
सब ख्वाब अपने भूलकर किस रस्ते पर आ गए
मुकम्मल न थी वो मंजिल जिस रस्ते पर कभी थे चले
प्यारी थी मुस्कान मेरी, अब दिखावटी रह गयी
असली था मै, अब नकली सा लगता हूँ
घर है फिर भी बंजारे सा फिरता हूँ।
चाह तो मै छोड़ सकता हूँ जंग-ए-मैदान ज़िन्दगी का
पर ये संघर्ष सिर्फ मेरा तो नहीं,
और अपनों के लिए ही ना लड़ सका इस जंग में
तो ये जीत का जश्न कौन मनायेगा
और अंत में ये योद्धा जीत कर भी हार जायेगा ।

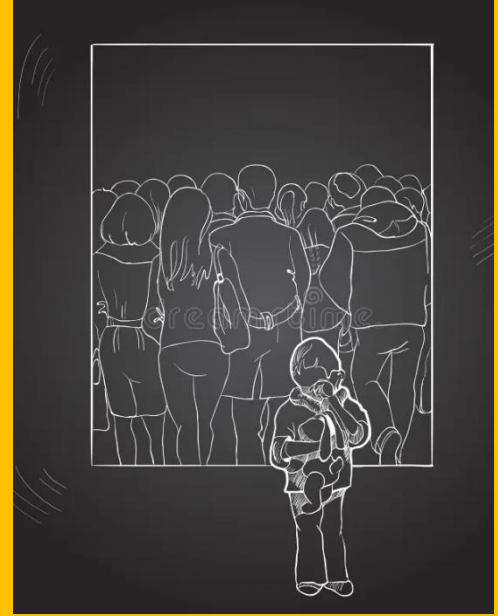
दिखावटी चेहरा



वक़्त के दरिये ने क्या खूब तराशा है हमें,
हम गम में हँसे, हम शाम में हँसे ,हर दर्द में हँसे,
और हर हँसी के पीछे ये ज़माना था,
क्यूंकि छोड़ जाती है दुनिया दर्द में,
तो इस दर्द को क्यूं दिखाना था,
वो हँसी ही थी जिसे दिखा कर इस दर्द को छिपाना था ।

हकीकत

जब बदला हमने नज़रिया इस जहाँ को देखने का
तो सारा नज़ारा ही बदल गया
हम ना बदले ज़माने के लिए पर हमारे लिए सारा ज़माना बदल गया
हकीकत और अफसाना सब से वाकिफ़ हूँ मैं, पर,
जिन अफसानो को था हकीकत में बदलना वो
अफसाना, अफसाना ही रह गया
कहने को तो हर कोई है अपना
पर उन अपनों के लिए मै बेगाना ही रह गया ।



अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस की झलकियाँ





SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA
लोकहितार्थं सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

लेखा संगम

अंक-२३ "जनवरी २०२४ से जून २०२४"