



सत्यमेव जयते

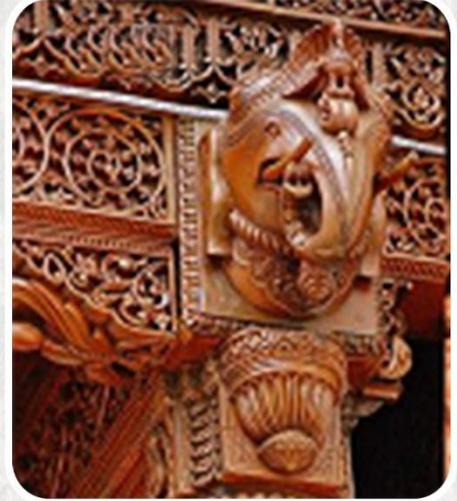
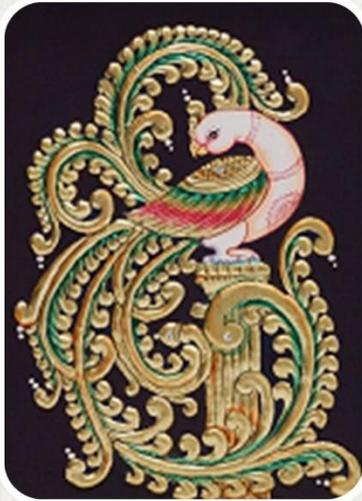


लेखारिण्यं सर्वप्रिया  
Dedicated to Truth in Public Interest

# सुगंध

नवम संस्करण

2021



प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा केन्द्रीय(चेन्नै)  
का कार्यालय



कार्यालय प्रधानों द्वारा 'सुगंध' पत्रिका के अष्टम अंक का विमोचन



2019-20 में उत्कृष्ट राजभाषा कार्यान्वयन हेतु जीएसटीए स्कंध को शील्ड प्रदान किया गया



**2021**  
**नवम संस्करण**

सुगंध  
प्रधान लेखापरीक्षा (केन्द्रीय) चेन्नै का कार्यालय  
वार्षिक गृह पत्रिका

## सुगंध परिवार

संरक्षक  
श्रीमती पी माधवी  
प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय)

मार्गदर्शक  
श्री एस वासुदेवन / निदेशक (डी टी)- ।  
श्री एस गणेशन / उप निदेशक (प्रशासन एवं सीई )  
श्री एस विजय / उप निदेशक ( सी एस /जीएसटी) ।

परामर्शदाता  
श्री टी के रामकुमार / वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी  
(प्रशासन)

संपादक मंडल  
डॉ एस सुधावल्ली, हिन्दी अधिकारी  
श्रीमती नयना विलास पाटिल, वरिष्ठ हिन्दी  
अनुवादक  
सुश्री विजयेता साव गुप्ता, कनिष्ठ अनुवादक  
श्री राहुल साव, कनिष्ठ अनुवादक



## संदेश

हमारे कार्यालय की हिन्दी पत्रिका "सुगन्ध" का नवम् अंक आपको समर्पित करने में अत्यंत हर्ष का अनुभव करती हूँ। गृह पत्रिका कार्यालयों के कर्मचारियों को अभिव्यक्ति का एक माध्यम प्रदान करती है।

हिन्दी भाषा हमारी राष्ट्रीय पहचान है एवं भारतीय संस्कृति एवं समृद्धि का द्योतक है। आशा है कि हिन्दी साहित्य की विविध विधाओं से ओत-प्रोत यह अंक, हमारे पदधारियों की साहित्यिक रुचि एवं संवैधानिक दायित्वों को बखूबी दर्शाने में सफल रहेगा।

मुझे पूर्ण विश्वास है विगत वर्षों की भांति इस वर्ष भी यह पत्रिका राजभाषा हिन्दी के प्रगामी प्रयोग में एक नई दिशा प्रदान करेगी।

"सुगन्ध" के नवम् अंक के प्रकाशन हेतु मेरी ओर से संपादक मंडल एवं रचनाकारों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ।

**माधवी**

पी. माधवी

प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय)



## संदेश

हिन्दी दिवस 2021 के अवसर पर हमारे कार्यालय द्वारा अपनी वार्षिक ई-पुस्तक "सुगंध" हिंदी पत्रिका का प्रकाशन करने से मुझे अत्यंत प्रसन्नता हो रही है।

यह पुस्तक प्रवीणता और अनुभव का नया क्षितिज पेश करके विभाग के बौद्धिक क्षमता निर्माण के लक्ष्य को साकार करती है।

पुस्तक को उसके वर्तमान स्वरूप में लाने के लिए काफी प्रयास किए गए हैं और जिन अधिकारियों/कर्मचारियों ने योगदान दिया है, उनके प्रयास सराहनीय हैं।

मुझे पूरा विश्वास है कि वर्तमान अंक पाठकों के लिए प्रसन्नता की अनुभूति देगा।

**गणेश**

एस. गणेशन/उप निदेशक

प्रशासन एवं सी ई



## संदेश

यह बहुत खुशी की बात है कि हमारे इन हाउस पत्रिका "सुगन्ध" के नौवें संस्करण आजादी के इस 75 वें वर्ष में होता है। पिछले वर्षों की तरह इस संस्करण में भी हमारे सहयोगियों का भारी योगदान है। साल दर साल "सुगन्ध" के सफल प्रकाशन के पीछे यही ताकत है। यह संस्करण भी इलेक्ट्रॉनिक रूप से जारी है। यह पर्यावरण के प्रति हमारी सोच को दर्शाता है।

पत्रिका में शामिल लेख और अन्य योगदान राष्ट्रभाषा के लिए हमारे सदस्यों के हित और सम्मान को प्रदर्शित करते हैं। इस संस्करण को प्रकाशित करने में हिंदी अनुभाग के प्रयासों को मैं सराहना करता हूँ। मुझे विश्वास है कि भविष्य में भी यह प्रवृत्ति जारी रहेगी।

१४.०१.२०२१

वासुदेवन. एस  
निदेशक/डीटी-1



## संदेश

मैं हिंदी पत्रिका "सुगंध" के विमोचन के बारे में जानकर बेहद खुश और उत्साहित हूँ और मैं स्टाफ सदस्यों के योगदान को पढ़ने के लिए उत्सुक हूँ।

यह समय की आवश्यकता है कि हम रचनात्मक और रचनात्मक गतिविधियों में प्रवृत्त होकर इस महामारी के समय में अपनी आत्मा को ऊँचा रखें। मुझे विश्वास है कि हम निकट भविष्य में इस संकट से निपटने और दिन के उजाले को देखने में सक्षम होंगे।

मैं अपने स्टाफ सदस्यों से खुद की प्रेरणा और अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखने का आह्वान करता हूँ।

समग्र रूप से, मैं आप सभी से, सरकार को सहयोग देने और स्वयं और परिवार को महामारी के प्रतिकूल प्रभावों से बचाने के लिए पूरी तरह से टीकाकरण करवाने का आग्रह करता हूँ।

विजय. ष्य

एस. विजय/उप निदेशक  
सी आर ए एवं जीएसटीए



## संदेश

हमारे कार्यालय की हिंदी गृह पत्रिका 'सुगंध' के नौवें संस्करण को प्रकाशित करना, हमारे लिए अत्यधिक प्रसन्नता का विषय है। हमारे कार्यालय के पदधारियों द्वारा अभिव्यक्त लेख, कविता, कहानी एवं अन्य रचनाएँ राजभाषा के कार्यान्वयन के प्रति अपनी निष्ठा को दर्शाती हैं।

पत्रिका में अपना योगदान देने वाले सभी पदधारियों और संपादक मंडल को मेरी शुभकामनाएँ।

टी.के.रामकुमार

टी.के.रामकुमार  
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/ प्रशासन

## संपादकीय

"हिन्दी दिवस" की हार्दिक शुभकामनाओं के साथ "सुगंध" के नवम् अंक प्रेषित करते हुए हमें अत्यधिक प्रसन्नता की अनुभूति हो रही है।

भाषा में एकता स्थापित करने की अद्भुत क्षमता होती है। भारत में अनेक भाषाओं के प्रचलन के होते हुए भी, हिन्दी भाषा का एक अलग महत्व है। हिन्दी भाषा सीधी, सरल, सीखने-सिखाने में आसान और साहित्य की दृष्टि से भी समृद्ध है। एक राष्ट्र के स्वरूप एवं गरिमा को प्रतिपादित करने वाली चेतना के रूप में यह भाषा है। समूचे राष्ट्र की भावधारा को व्यक्त करने वाली भाषा के रूप में हिन्दी भाषा की पहचान की गई है।

जहाँ आजादी की "अमृत महोत्सव" के प्रति देश बढ़ रही है, उसी क्रम में लोगों में हिन्दी भाषा के प्रति रुचि भी बढ़ती जा रही है, जिसका प्रत्यक्ष प्रमाण है यह अंक। इस प्रकार की गृह-पत्रिकाएं कार्यालय में सकारात्मक माहौल पैदा करती हैं एवं कार्यालय में कार्यरत पदधारियों की साहित्यिक प्रतिभा को सामने लाने में भी सहायक है।

भारत एक ऐसा बहु-भाषी राष्ट्र है, जहाँ समृद्ध संस्कृति की विशाल परम्परा है, जो इस पत्रिका में समाविष्ट विभिन्न विधाओं से आभास होता है। गैर हिन्दी राज्यों में हिन्दी को बढ़ावा देने के विशेष प्रयास से प्रति वर्ष यह पत्रिका निकाली जाती है।

आशा है कि पिछले संस्करणों की तरह, इस बार भी "सुगंध" पत्रिका ज्ञान, प्रेरणा, नैतिक, बोध, सृजनात्मकता एवं स्वस्थ साहित्य से ओत-प्रोत रहेगी।

**हिन्दी अनुभाग**



## अनुक्रमणिका

क्रम सं	विषय	लेखकों के नाम व पदनाम
1	मुखपृष्ठ पर लेख	डॉ. एस. सुधावली/ हिन्दी अधिकारी
2	मेरा भारत महान	वेदवल्ली कण्णन /वलेपअ
3	हिन्दी भाषा का महत्व	जे. पुष्कला /वलेपअ
4	झील के किनारे	एस.वासुदेवन/निदेशक
5	खूबसूरती	एम.जानकी दिवाकरन/सलेपअ
6	आया सावन झूम के	विरेन्द्र कुमार यादव/वलेप
7	गुलाबी नगरी ' जयपुर'	राम सिंह/सलेपअ
8	मेरे अविस्मरणीय अनुभव	जे. पुष्कला /वलेपअ.
9	दयाभाव	वी. सुजाता/पर्यवेक्षक
10	जीवन	अजीत मेहरा/ ले.प.
11	भारत में इलेक्ट्रीक वाहनों की अनिवार्यता	नयना वी.पाटील/ व. हि. अनुवादक.
12	स्वस्थ जीवन शैली के लिए योग एवं ध्यान	रोहित मिश्रा /वलेप
13	श्रद्धा के लाभ	बी. भुवनेश्वरी/वलेपअ
14	स्थिर अर्थव्यवस्था के लिए सबसे महत्वपूर्ण कदम	संजय घोष/ वलेप
15	आखिरी ख्वाहिश	राहुल साव/क.हि. अनुवादक
16	टाडा फाल्स आंध्रप्रदेश	संजय घोष/ वलेप
17	'कोरोना' एक अभिशाप	ब्रिगेश कुमार सुमन/ वलेप
18	मेरी कोविड की कहानी	बेलाल अहमद/ ले.प.
19	मेरे हीरो मेरे दादा जी	ज्ञानश्री दिब्येंदु बेहेरा /डीईओ
20	समय मूल्यवान है, लेकिन उससे भी अधिक सत्य मूल्यवान है ।	प्रवीण कुमार मीना/डीईओ
21	भारत में महामारी के दौरान गरीबी	श्रुति राम कुमार, सुपुत्री श्री. टी.के. रामकुमार, वलेपअ
22	खेल का महत्व	कु. बी. ऐश्वर्या, सुपुत्री श्री सी.वी. बाबू वलेपअ
23	मन की बात	श्री. गुरुप्रसाद, सुपुत्र श्री. रवि शंकर, सलेपअ
24	राजभाषा गतिविधियां	
25	पदोन्नत पदधारियों की सूची	
26	सेवानिवृत्त पदधारियों की सूची	
27	प्रशंसापत्र	



पदधारियों  
द्वारा योगदान

## तमिलनाडु के कुछ प्रसिद्ध हस्तशिल्प की विशेषताएं

डॉ. एस. सुधावल्ली  
हिन्दी अधिकारी

(पत्रिका के मुखपृष्ठ एवं अंतिम पृष्ठ  
में)



तमिलनाडु के कुछ प्रसिद्ध हस्तशिल्पों के चित्र प्रस्तुत किए गए हैं, जिसका विस्तृत परिचय निम्नांकित हैं। तमिलनाडु की संस्कृति और परंपरा का समृद्ध इतिहास है जो सदियों से विकसित हुआ है। तमिलनाडु की हस्तशिल्प में शायद तमिल संस्कृति सबसे विपुल है।

### तंजाऊर

तंजाऊर चित्रकला शास्त्रीय दक्षिण भारतीय चित्रकला के सबसे लोकप्रिय रूपों में से एक है। यह तमिलनाडु के तंजाऊर शहर का स्थानीय कला रूप है। ... उदाहरण के लिए, बृहदेश्वर मंदिर में चोल भित्ति चित्र और नायक चित्रों के रूप में तंजाऊर चित्रों के कई चित्र हैं। धार्मिकता से ओतप्रोत और पौराणिक वृत्तांत ही इस चित्रकला के मुख्य विषय रहे हैं। यह 16 वीं शताब्दी में चोल वंश के शासन के दौरान उत्पन्न हुआ था। यह मराठा, डेक्कन और यूरोपीय कला से प्रेरित है। इसमें घने और गतिशील रंगों का उपयोग किया जाता है जो कीमती और अर्ध कीमती रत्नों के साथ उजागर होते हैं। (<https://hindimekuch.com>)

### आभार:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Thanjavur\\_doll](https://en.wikipedia.org/wiki/Thanjavur_doll)  
<https://www.mapsofindia.com/tamilnadu/arts-and-crafts.html>



## तंजाऊर गुड़िया

तंजाऊर गुड़िया तमिलनाडु के तंजाऊर क्षेत्र का एक पारंपरिक हस्तशिल्प है। यह एक प्रकार की हस्तनिर्मित गुड़िया है जिसे पारंपरिक तरीकों का उपयोग करके बहुत कम यांत्रिक उपकरणों का उपयोग करके बनाया जाता है। एक विशेषता जो इस गुड़िया को दूसरों से अलग करती है, वह है इसकी बॉबल हेड और रोली-पॉली संरचना। एक गुड़िया का सिर उसके शरीर से बड़ा होता है, इसलिए वह एक पेंडुलम की तरह चलती है और बगल में नहीं गिरती है। तंजावुर गुड़िया मूल रूप से टेराकोटा का उपयोग करके बनाई जाती हैं और कुशल कलाकारों द्वारा विशुद्ध रूप से हस्तनिर्मित और हाथ से रंग की जाती हैं। भरतनाट्यम, कथकली और मणिपुरी आदि जैसे विभिन्न पारंपरिक नृत्य रूपों का प्रतिनिधित्व करने के लिए इन कलाकारों द्वारा गुड़िया और खिलौनों को कई आकार, रंग और शैलियाँ दी जाती हैं। गुड़िया के 4 अलग-अलग भाग होते हैं जो उन्हें अपनी अनूठी गति प्रदान करते हैं: पैर, सिर, ऊपरी शरीर और निचला शरीर।

तंजाऊर के संगीत वाद्ययंत्र पारंपरिक कर्नाटक संगीत वाद्ययंत्र, वीणा और थविल ने अपनी मनमोहक धुनों से दर्शकों पर जादू कर देते हैं। 'तंजाऊर' वीणा' वाद्य प्राचीन काल से बहुत कम बदला है। इस वाद्य यंत्र से एक धारा प्रवाह राग को पूरा करने के लिए वर्षों के अभ्यास की आवश्यकता होती है और इरादा एक ऐसी ध्वनि पैदा करना है जो मानव आवाज की तरह चिकनी और स्पष्ट हो।

तंजावुर आर्ट प्लेट एक कलाकृति है जो विशेष रूप से तंजावुर, तमिलनाडु, भारत में बनाई जाती है। यह उपहार की वस्तु के रूप में बनाई गई एक गोलाकार प्लेट है।

मुखपृष्ठ एवं अंतिम पृष्ठ चित्र हेतु आभार:

[www.tamilculture.com](http://www.tamilculture.com)

Pinterest

Yehaindia.com

<https://newslogged.com/2020/06/13/the-aesthetic-amalgamation-of-athangudi-palace-in-karaikudi/>

[www.tamilcrew.com](http://www.tamilcrew.com)

यह एक हस्तकला है जिसमें चांदी, कांस्य और तांबे जैसी धातुएं होती हैं, जिसके केंद्र में देवी-देवताओं की आकृतियां उकेरी जाती हैं। कलाकृतियों में तीन घटक होते हैं: मूल प्लेट, प्राथमिक रिलीफ के साथ धातुओं की एक गोलाकार प्लेट, और द्वितीयक रिलीफ। पीतल की शीटों का उपयोग बेस प्लेट बनाने के लिए किया जाता है, चांदी की शीटों को रिलीफ कलाकृति बनाने के लिए, त्रि-आयामी छवियों को प्रोजेक्ट करने के लिए मोल्ड बनाने के लिए काम आती हैं और प्लेट को ठीक करने के लिए एक मोम बोर्ड का उपयोग किया जाता है।

**पत्थर की नक्काशी :** दक्षिण भारत के सांस्कृतिक उत्सव के केंद्र तमिलनाडु ने प्राचीन भारतीय इतिहास के शुरुआती दिनों में अपनी पत्थर की नक्काशी में एक विशिष्ट प्रतिभा का प्रदर्शन किया था। इस मौलिक शिल्प ने सांस्कृतिक रूप से परिष्कृत प्राचीन संप्रभुओं की उदारता के कारण प्रमुखता हासिल की, जिन्होंने प्रतिभाशाली स्थानीय कारीगरों को संरक्षण दिया और कला रूप को जीवित रखा। तमिलनाडु की पत्थर की नक्काशी के अवशेषों में, जो पुरातत्व स्थलों से खुदाई की गई है, ग्रेनाइट की मूर्तियाँ और मूर्तियाँ विशेष उल्लेख के योग्य हैं। समकालीन ग्रेनाइट नक्काशी मुख्य रूप से मामल्लापुरम और चेंगलपट के आसपास ही सीमित है।

**वुडक्राफ्ट:** धर्मपुरी, सेलम, कोयंबत्तूर, साउथ आर्काट एवं तिरुचिरापल्ली जिलाओं में कई कारीगर हैं।

**आभूषण** बनाने की कला तमिलनाडु का एक और शिल्प है। राज्य के पारंपरिक गहने पत्थर से जड़े हुए गहने हैं और सबसे प्रसिद्ध आभूषण सोने की कमर की बेल्ट, बाजूबंद, ईयरड्रॉप आदि हैं। नागरकोइल के बाहरी इलाके में स्थित एक छोटा सा गांव वदासेरी मंदिर के गहने बनाने के लिए प्रसिद्ध है।

**नाचियार कोइल दीए** को अन्नम दीया या नचिरकोइल कुत्तुविलक्कू भी कहा जाता है, दीयों की श्रृंखला से बना एक सजावटी पीतल का दीपक है।

**पत्रिका की रूप रेखा एवं साज सज्जा:**  
**श्री वी गोकुलनाथ**  
**डॉ. एस. सुधावल्ली/हिन्दी अधिकारी का पुत्र**



पत्तमडै : भारतीय राज्य तमिलनाडु में तिरुनेलवेली जिले का एक शहर है। पत्तमडै में एक चटाई उद्योग है जो कोरई घास (रीड प्लांट) से तैयार की गई चटाई का उत्पादन करता है जिसे भारतीय चटाई भी कहा जाता है। वे लचीले होते हैं और अतीत में भारत आने वाले कई वैश्विक नेताओं और गणमान्य व्यक्तियों को उपहार में दिए गए हैं। पत्तमडै में बने अधिकांश मैट में कपास के ताने और कोरई (मार्श रीड) वेट होते हैं। कोरई घास नदियों के किनारे और तमिलनाडु और केरल में दलदली इलाकों में बहुतायत में पाई जाती है।

आत्तंगुडी टाइलें स्थानीय रूप से उपलब्ध सामग्री जैसे नदी की रेत, सीमेंट और प्राकृतिक रूप से पाए जाने वाले ऑक्साइड से निर्मित होती हैं, इसलिए बहुत टिकाऊ होती हैं। मूल रूप से, अत्तंगुडी टाइलें बनाने के लिए चूने का उपयोग किया जाता था। ये दस्तकारी सीमेंट टाइलें इस बात का एक उपयुक्त उदाहरण बन गई हैं कि कैसे आधुनिक समय में स्थानीय शिल्प कौशल (कुछ समय पहले इसका उत्पादन पांच शताब्दी पहले) का एक पुराना अभ्यास रीति और परम्परा के साथ जुड़ा हुआ है।

अतः सुधी पाठकों से मेरा सविनय अनुरोध है कि भारत की इन परम्परागत कलाकृतियों एवं कारीगरों को प्रोत्साहन करें एवं उचित सम्मान दें ताकि इस कठिन परिस्थिति में ऐसे देश भर में स्थित अनगिनत अनमोल निपुण एवं सिद्धहस्त कलाकारों की आर्थिक स्थिति में उन्नति होवे, क्योंकि ये कुशल कारीगर इस महामारी में बड़े पैमाने पर आर्थिक रूप से पीड़ित हैं। वे भी भारतीय संस्कृति एवं परम्परा में एक अभिन्न भूमिका निभाते हैं।

आप जिस तरह बोलते हैं, बातचीत करते हैं, उसी तरह लिखा भी कीजिए। भाषा बनावटी नहीं होनी चाहिए।  
महावीर प्रसाद द्विवेदी

हिन्दी हमारे राष्ट्र की अभिव्यक्ति का सरलतम श्रोत है। - सुमित्रानंदन पंत

हिन्दी राष्ट्रीय एकता का प्रतीक है – डॉ. संपूर्णानंद

भारतीय भाषाएं नदियां हैं और हिन्दी महानदी – रबीन्द्रनाथ ठाकुर

## मेरा भारत महान

वेदवल्ली कण्णन

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



कुछ साल पहले "आल्प्स" पर्वत को देखने गई थी। "आल्प्स" पर्वत श्रृंखला मध्यमी यूरोप में लगभग 1200 कि.मी. आल्पाइन देशों फ्रांस, स्विट्ज़रलैंड, मोनाॅको, इटली, लिकटेंस्टाइन, आस्ट्रिया, जर्मनी और स्लोवेनिया में फैला हुआ है। इसकी ऊँचाई 4810-3905 मीटर के बीच में है। हमारे परिवार लिकटेंस्टाइन, आस्ट्रिया और स्विट्ज़रलैंड में पड़े पूर्वी आल्प्स पर्वत श्रृंखला को देखने गए। ऑस्ट्रिया के इंस्ब्रुक शहर में केबल कार का प्रबंध है जहाँ से हम आल्प्स के ऊपरी तट (करीब 2334 मी. ऊँचाई) तक जा सकते हैं और आस्ट्रिया को देख सकते हैं। सितंबर का मास था एवं पर्वतों में काफी बरफ था। ठंड भी बहुत अधिक थी। हम लोग भी केबिल कार की सैर करने निकले। वैज्ञानिक तौर पर तो यूरोप बहुत आगे थी। इसलिए इस सैर में कुछ भी गड़बड़ नहीं थी। ऊपरी तट पहुँचे और देखा कि सब तरफ बरफ ही बरफ था। वहाँ की तापमान भी 10\* थी। लोग कहते हैं कि आल्प्स पर्वत तो आसमान में चलने की सीढियाँ हैं। वह तो ठीक है। वहाँ का वातावरण तो, अति सुन्दर थी। मानो धरती उधर खत्म हो गई और सिर्फ कुछ जन, जो केबल कार से ऊपर आये उतने ही लोग थे, ऐसे ही प्रतीत होता था। सचमुच आसमान बहुत निकट दिखाई देता है। इतनी रमणीय दृश्य के बावजूद मेरा मन हिमालय के पर्वत चोटियों की तुलना करने लगी। करीब तीस वर्ष पहले अपने माता पिता के साथ जम्मू, श्रीनगर और बद्रीनाथ गई थी। गुलमार्ग, पहलगाम में इसी तरह "केबल कार" में सैर किए थे। उसका आनंद तो अतुल्य है। इसी प्रकार बद्रीनाथ की यात्रा हमें दूसरे स्तर तक ले चलती है। हर कहीं बर्फ से ढकी पहाड़ों, एक ओर गंगा बहती हुई यह सब अब भी मेरे मन में चित्रित हैं। उन पहाड़ों की ऊँचाई में, ईश्वर जरूर मिलते हैं।

जो अनुभव मुझे हिमालय के पहाड़ों में मिला वह अवर्णनीय एवं दैविक थी। वहां की अद्भुत दृश्य, एकांत वातावरण, प्रकृति के साथ जुड़ी हुई जीवन ये सब मेरे विचार में "मेरा भारत महान" को और दृढ़ बना दिया। भारत एक प्रायद्वीप है जो दक्षिण में हिन्द महासागर, पश्चिम में अरब सागर और पूर्व में बंगाल की खाड़ी से घिरा है। इसकी समुद्र तट 7517 कि.मी. लंबा है। इस देश में कहीं गर्मी का मौसम है तो कहीं सर्दी ज्यादा है। हर प्रकार के मौसम का नमूना हमारे देश में है। दक्षिण में जलवायु उष्णकटिबंधीय है। गर्मियों में बहुत गर्म और सर्दियों में अधिक ठंड; उत्तरी भाग उपोष्ण कटिबंधीय-ठंडी जलवायु; पर्वतीय क्षेत्र में आल्पाइन- बेहद ठंड और पश्चिमी अथवा पूर्वी तट पर भारी वर्षा होती है। उसी प्रकार, इस देश में अनेक नदियां हैं जैसे गंगा, ब्रह्मपुत्र, यमुना, गोदावरी, कावेरी, नर्मदा और कृष्णा जो भूमी को उपजाऊ बनाती है।

हिमालय से जुड़े अनेक पर्वतीय स्टेशन हैं जो पर्यटन के लिए प्रसिद्ध हैं। जैसे शिमला, कुल्लु, मणाली, मुसौरी, दर्जिलिंग, नैनीताल, लद्दाक, जम्मू एवं श्रीनगर। वास्तुकला के अनेक नमूने उत्तर से लेकर दक्षिण तक मिलेंगे। आगरा में ताजमहल, दिल्ली में लालकिला, कुतुबमीनार, मुगल साम्राज्य के वास्तुकला के प्रतीक हैं। औरंगाबाद के अजंता एवं एलोरा की गुफाएं 2 BC से 800 AD के बीच में चट्टानों को काटकर बनाई गई बौद्ध, जैन एवं हिन्दु स्मारक हैं। खजुराहो, मध्यप्रदेश में स्थित चंदेला राजपूतों द्वारा पहली शताब्दी हिन्द नागर शैली की वास्तुकला है। यहाँ विभिन्न देवताओं, जानवरों, पौराणिक जीवों और प्रेम काव्य को चित्रित करने वाली मूर्तियां निर्माणित किए गए हैं। दक्षिण में महाबलिपुरम में पल्लवों द्वारा बनाए गए शिल्प शास्त्र के अनेक निशानें हैं, जिसे देखने यात्रीगण आते हैं। केरल "भगवान का देश है" जो अपनी अनूप झीलों के लिए प्रसिद्ध है। इसकी प्राकृतिक सुन्दरता बहुत आकर्षक है। तमिलनाडु में अनेक मंदिरों हैं जो द्राविड़ शैली वास्तुकला का प्रतीक है।

इस प्रकार भारत में अनेक दर्शनीय स्थान हैं जो विश्व के दर्शनीय स्थानों से भी बेहतर हैं। आओ, हम सब अपने भारत के दर्शनीय और खूबसूरत जगहों का आनंद उठाएं।



जे. पुष्कला

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



मेरी बेटी जब स्कूल में पढ़ रही थी, तब से मैं उसे हिंदी सीखने के लिए कह रही थी। उसने मेरी एक भी नहीं सुनी। स्कूल के पश्चात् जब कॉलेज में दाखिला हुआ, तब भी उसे कहा, पर उसने नहीं सुना। उसने कोशिश भी नहीं की। कुछ महीने पहले एक रिश्तेदार के यहाँ शादी में भाग लेने के लिए हम परिवार सहित मुंबई पहुँचे। शादी के बाद, हमें कांदिवली से दादर तक मुंबई लोकल ट्रेन से जाना पड़ा। जब कांदिवली स्टेशन पर गाड़ी आई तो पहले ही भीड़ से भरी हुई थी। किसी भी तरह से धक्का देकर मेरी बेटी चढ़ गई पर मेरे पति और मैं ट्रेन में चढ़ नहीं पाए, ट्रेन निकल गई।

मेरी बेटी का मोबाइल मेरे बैग में रह गया था। जब मेरी बेटी को यह एहसास हुआ कि हम ट्रेन में चढ़े ही नहीं, बड़ी मुश्किल से किसी भी तरह से अंग्रेजी में किसी से बात कर, उनके मोबाइल फोन से हमें संपर्क किया। फिर उससे मिलकर, हम सब लोग कुशलतापूर्वक चेन्नै वापस आए।

चेन्नै में वापसी पर, उसने खुद हिंदी सीखने के लिए एक कक्षा में भाग लिया। भाषा न जानने की वजह से, जो अनुभव उसे हुआ, वही उसकी हिंदी पढ़ाई के लिए मार्गदर्शन एवं प्रेरणा बना।



## झील के किनारे पर

वासुदेवन. एस  
निदेशक



एक सुंदर सुबह का समय  
तन का व्यायाम, मन का व्यायाम  
शरीर और मन को मजबूत बनाने के लिए  
दो किलोमीटर की दूरी तक  
साइकल यात्रा

पर्यावरण को प्रदूषित किए बिना  
माडिपाक्कम झील की ओर  
प्राकृतिक सौंदर्य के साथ जल निकाय  
ढाई किलोमीटर परिधि

सुंदर पैदल पथ  
अगल-बगल चलते दौड़ते  
साथी जन  
मेरे दोस्त केवल ये नहीं

रेंगते, चलते, उड़ते  
उभयचर भी मेरे साथी  
साफ पानी, ठंडी हवा



झील में पक्षी

क्रेन, सारस, कॉमोरेंट और भी कई  
झील के तट पर पेड़, झाड़ियां, छोटे पौधे  
घोंघे, कीड़े, छोटे जानवर  
मैं उनके साथ बात करता हूं  
वे मेरे साथ बात करते हैं



हमारी आम भाषा,

केवल प्यार की भाषा

चलता हूं, रुकता हूं, भागता हूं  
कितना समय महसूस नहीं किया  
कोई गिनती नहीं कितने राउंड  
अन्य कर्तव्यों का ध्यान आ जाता है।  
साइकिल से वापसी यात्रा  
मन सुबह के लिए  
फिर से तरस जाता है।



## खूबसूरती

एम . जानकी दिवाकरन

सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी



खूबसूरती के बारे में एक मशहूर कहावत है कि

"खूबसूरती अथवा सुन्दरता तो देखनेवाले की नज़र में होती है " ||

वास्तव में खूबसूरती क्या है - बाहरी या भीतरी ?

लोग हमेशा बाहरी सुन्दरता को सराहते हैं,

नापते हैं और उस पर फ़िदा होते हैं पर

सुन्दरता सुंदर चेहरा से नहीं है ।

यह एक सुंदर मन, एक सुंदर हृदय और सबसे महत्वपूर्ण रूप से,

एक सुंदर आत्मा होने में ही है ||

ज्यादातर लोग अंदरूनी खूबसूरती को मानने की कोशिश बिल्कुल नहीं करते हैं,

जबकि भीतरी सौंदर्य बाहरी दिखावे से सौ गुणा ज्यादा होता है |

जब साधारण लोग बाहरी दिखावे में विश्वास करते हैं,

कुछ समझदार और अकलमंद लोग इसको इतना अहम नहीं मानते |

लेकिन दुख की बात यह है कि ऐसे लोगों को दुनिया पागल और दीवाना समझते हैं |

खूबसूरती वह है जो आप अंदर महसूस करते हैं और यह आपकी आंखों में दिखाई देती है।

यह शारीरिक और भौतिक नहीं है बल्कि यह दिव्य है |

दूसरों को सराहना, दूसरों के दुख को पहचानना,  
यूँ हमेशा मुस्कुराना, दूसरों का दर्द सुनना  
और

दर्द बाँटना और सहना,

मदद करना, रमणीय, सुशील स्वभाव

ये सब गुण एक को और अति सुन्दर और खूबसूरत बनाती है और आकर्षित करती है ।

इसकी तुलना किसी से भी नहीं

वह अलग-सी खड़ी होगी

और भगवन की तुलना होगी

अतः वह भगवन की तरह मानी जायेगी ।

वह सुंदरता की देवी कहलायेगी ॥

खूबसूरती सिर्फ सजधज के अलंकार आडम्बर करने से नहीं

बल्कि साफ़ सुथरा और सरल रहने से

और एक अच्छे दिल रखने वाले ही

इस दुनिया में अति सुन्दर माने जाएंगे ।

बाहरी सुंदरता आकर्षित करती है,

लेकिन आंतरिक सुंदरता मंत्रमुग्ध करती है।

एक खूबसूरत दिल हजारों चेहरों से

बहुत अच्छा होता है ।



हमें, इसलिए,

अपने जीवन में हमेशा ऐसे लोगों का साथ

चुनना चाहिए जिनका दिल चेहरे से अधिक खूबसूरत हो ।

सार यह है कि

आंतरिक सुंदरता ही हमेशा शाश्वत रहती हैं ॥

# आया सावन झूम के



बिरेन्द्र कुमार यादव  
वरिष्ठ लेखापरीक्षक

आया सावन, आया सावन, कितना पावन, कितना भावन,  
खिल-खिला उठे खेत-खलियान और बाग- बगीचे ।  
सब हुआ हरा-भरा, घटा सूखे का अंधियारा,  
चारों तरफ पक्षी चहचहाते, आयी जीवन की नई धारा ।  
नदी-नाले सब हुए लबालब, तालाबों से मिला किनारा,  
मेघा बरस- बरस के, दिन में भी छाया अंधियारा।  
धीरे-धीरे चली हवा, रिमझिम-रिमझिम छाई घटा,  
छोटी-छोटी बूदों से, मन की लताओं में फूल खिल उठा ।  
प्यासी धरती के चेहरे पर, खुशियों का अंबार लगा,  
तन तृप्त मन तृप्त, और हुआ जीवन तृप्त ।  
सजा हिमालय का सीना, रंग-विरंगे फूलों से,  
कोई हरा, कोई पीला, कोई लाल और है कोई नीला,  
धरती से अम्बर तक, सब कुछ हो गया है गीला।  
मंद-मंद मुस्कुराती लहरें और आबो हवा सुबह की,  
मुझे सताती,मुझे बुलाती, मीठी-मीठी आवाज बूदों की ।  
ठंडी-ठंडी हवा इतराती, मस्तानी हुई काया,  
नया सवेरा, नया अहसास, लायी है उम्मीदों का साया ।  
फल-फूलों से लदे हुए हैं, पेड़-पौधे और लताएँ,  
अन्न दाता भी हुए खुश, आयी है अमृत की धारा,  
आया सावन, आया सावन, कितना पावन, कितना भावन ।



## गुलाबी नगरी "जयपुर "



राम सिंह

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

गुलाबी शहर के नाम से मशहूर जयपुर शहर राजस्थान की राजधानी है, जो तीन ओर से अरावली पर्वतमाला से घिरा हुआ है। जयपुर की स्थापना के 100 साल से भी ज्यादा समय बाद इस नगर को गुलाबी नगर की संज्ञा दी गई। इससे पहले इस शहर को केवल जयपुर के ही नाम से जाना जाता था। उस वक्त इस शहर का रंग पीला और सफेद हुआ करता था।

चूंकि सवाई जयसिंह ने इसकी स्थापना की थी इसलिए इसे जयपुर कहा गया। वर्ष 1876 में इंग्लैंड की महारानी एलिजाबेथ और प्रिंस ऑफ वेल्स युवराज अल्बर्ट जयपुर आने वाले थे। उस समय जयपुर के महाराजा सवाई रामसिंह इनकी तैयारियों में जुटे थे। इनकी स्वागत के लिए पूरे शहर को दुल्हन की तरह सजाया जा रहा था। शहर की सड़कें साफ कर उनके किनारे फूल-पत्तियां लगाई जा रही थीं।

महाराजा सवाई रामसिंह के मन में सूझा कि क्यों न पूरे शहर को एक रंग में रंग दिया जाए। फिर उन्होंने उच्च अधिकारियों से इस बात की मंत्रणा की और परकोटे में स्थित पूरे शहर को गुलाबी रंग से रंग दिया। उसके बाद से यह शहर गुलाबी हो गया जो बाद में चलकर गुलाबी नगर कहलाया।



पर्यटन के लिहाज से जयपुर एशिया महाद्वीप का प्रमुख शहर है। यहाँ की संस्कृति और वास्तु एवं स्थापत्य कला विश्व भर में प्रसिद्ध है, जिसे देखने देश- विदेश से प्रतिदिन हजारों पर्यटक आते हैं।

पर्यटन की दृष्टि से देखने योग्य स्थल :शहर में बहुत से पर्यटन आकर्षण हैं, जैसे जंतर मंतर, हवा महल, सिटी पैलेस, गोविंददेवजी का मंदिर, श्री लक्ष्मी जगदीश महाराज मंदिर, बी एम बिड़लातारामण्डल, आमेर का किला, जयगढ़ दुर्ग आदि। जयपुर के रौनक भरे बाजारों में दुकानें रंग बिरंगे सामानों से भरी हैं, जिनमें हथकरघा उत्पाद, बहुमूल्य पत्थर, हस्तकला से युक्त वनस्पति रंगों से बने वस्त्र, मीनाकारी आभूषण, पीतल का सजावटी सामान, राजस्थानी चित्रकला के नमूने, नागरा-मोजरी जूतियाँ, ब्लू पॉटरी, हाथीदांत के हस्तशिल्प और सफ़ेद संगमरमर की मूर्तियां आदि शामिल हैं।

जयपुर की संस्कृति और लोग :जयपुर शहर के लोग अपनी सांस्कृतिक विरासत के लिए प्रसिद्ध है। यहाँ तक कि 21वीं सदी में भी जयपुर संस्कृति में एक ही पारंपरिक स्वाद देखने को मिलता है। यहाँ रहने वाले लोग सरल स्नेही गर्म और विनम्र हैं। जयपुर के लोग कितनी भी कठीन परिस्थिति में हो, अंदर से शांत और हंसमुख रहते हैं।



**भाषा, भोजन एवं स्थानीय व्यंजन** : जयपुर के लोग मुख्य रूप से राजस्थानी लहजे में हिंदी बोलते हैं। यहाँ की हिंदी में मारवाड़ी लहजा आता है। मारवाड़ी भाषा भी शहर में प्रचलित है। जयपुर में आप राजस्थानी थाली से लेकर उत्तर-भारतीय व्यंजन, दक्षिण-भारतीय डोसा और इडली-सांभर से लेकर सभी प्रकार के व्यंजन मिलते हैं। यहाँ के लोकल व्यंजनों में ही मंगोड़ी, दाल बाटी चूरमा, मिस्सी रोटी, पापड़, छाछ और घेवर, फीनी, सोहन हलवा, गजक आदि चीजे प्रसिद्ध हैं।

**लोकनृत्य, त्यौहार और संगीत** : नृत्य और संगीत के विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित होते हैं। राजस्थान का सबसे प्रसिद्ध लोक नृत्य 'घूमर' है। नर्तकियों उनके विशाल घाघरे का दिखावा करते हुए राजस्थानी लोक गीतों की धुन पर नाचती हैं। कई बार वो एक बर्तन पर नाचती हैं और कई बार काँच के गिलास पर नाचती हैं सर पर मटकिया रख कर भी नाचती हैं। जयपुर में मेले लगते हैं और बहुत सारे त्यौहार मनाए जाते हैं। ये उत्सव इस शहर की जीवंत संस्कृति का सबसे अच्छे पक्ष को सामने लाना है। यहाँ पर संक्रांति का त्यौहार मनाया जाता है जिसमें पंतग उड़ाई जाती है और गणगौर महोत्सव, तीज त्यौहार, शीतला माता मेला, पौष बड़े, जयपुर साहित्य महोत्सव और हाथी मेला आदि त्यौहार मनाए जाते हैं।

संक्षिप्त में यदि कहा जाए तो **गुलाबी नगरी** एक देखने योग्य स्थान है। जहाँ एक साथ स्थापल कला, चित्रकला और पुरानी वास्तुकला का सुन्दर मिश्रण देखने को मिलता है। विभिन्नता की एकता वाली पहचान के कारण जयपुर को भारत का पेरिस भी कहा जाता है। यूनेस्को द्वारा जुलाई 2019 में जयपुर को विश्व विरासत शहर का दर्जा प्राप्त हुआ है। इसके अलावा भी यह गुलाबी शहर विभिन्न क्षेत्रों में अपनी अलग-अलग पहचान के कारण देश-विदेश के लोगों में आकर्षण का केन्द्र बनी हुई है।

## मेरे अविस्मरणीय अनुभव



जे. पुष्कला

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

मैं बचपन से ही अत्यधिक डरपोक स्वाभाव की थी। किसी से भी सहजता से बातचीत नहीं करती थी। स्कूल में भी किसी भी आयोजनों में भाग नहीं लेती थी। मेरे अभिभावक भी इसपर ज्यादा ध्यान नहीं देते थे।

जब मैं नवीं कक्षा में थी, तब एक नई अध्यापिका आयी। वह बहुत सख्त थी। उनके अनुसार रोज समाचार पत्र पढ़कर ही सबको स्कूल आना चाहिए। पहले उसमें परीक्षण करने के बाद ही, उस दिन की पढ़ाई वो शुरू करती। कक्षा में प्रत्येक विद्यार्थी पर विशेष ध्यान रखने वाली, मेरी स्थिति को, समझकर मुझ पर विशेष ध्यान देने लगी थी।

मुझे बलपूर्वक बॉस्केटबॉल खेल में लगा दिया। उसके पश्चात्, बाहर के स्कूलों में होने वाली प्रतियोगिताओं में भाग लेने हेतु मुझे भेजा। स्कूल के वार्षिकोत्सवों में भी भाग लेने के लिए मुझे प्रोत्साहित किया। वह बहुत छोटा स्कूल था अतएव दसवीं कक्षा में भी वही मेरी कक्षा अध्यापिका बनीं। दो वर्ष तक मुझे सही मार्ग में पथ-प्रदर्शन दिलाने वाली उस अध्यापिका के कारण मेरी पढ़ाई की गुणवत्ता और बढ़ने लगी। इसके अतिरिक्त प्रतियोगिताओं, वाद-विवाद, अन्य सांस्कृतिक उत्सवों में भाग लेकर, पुरस्कार प्राप्त कर, मुझ में अत्यधिक आत्मविश्वास आया।

स्कूली शिक्षा के पश्चात् महाविद्यालय में स्नातकोन्तर की उपाधि प्राप्त कर, मैं आज इस कार्यालय में एक उच्च अधिकारी के रूप में कार्यरत हूँ। हमारे कार्यालय में आयोजित कई प्रतियोगिताओं, वाद-विवाद, संगीत, नाटक जैसे कई विद्याओं में भाग लेकर जीत हासिल की है। मेरी इस सफलता का पूर्ण श्रेय मेरी अध्यापिका को ही है।



## एस.सुजाता पर्यवेक्षक



हमारे कार्यालय में कार्यरत श्रीमती आर. श्रीदेवी, लेखापरीक्षक प्रतिदिन कार्यालय आने के लिए चिटलापक्कम से त्रिशुलम सब – अर्बन लोकल ट्रेन पकड़ती है एवं उसके पश्चात् मेट्रो से कार्यालय आती है।

एक दिन सुबह, हमेशा की तरह कार्यालय के लिए यात्रा कर रही थी तभी एक दादी और उसकी 2 साल की पोती पल्लावरम में ट्रेन में चढ़ना चाहते थे, किन्तु केवल पोती ही ट्रेन पर चढ़ पायी और ट्रेन छूट गयी और दादी वहीं स्टेशन पर रह गयी।

दादी पल्लावरम रेलवे स्टेशन पर जोर-जोर से रोने लगी एवं वहाँ के रेलवे पुलिस से शिकायत की। बच्ची भाग्यशाली थी क्योंकि वह हमारी नायिका श्रीमती आर. श्रीदेवी को मिली। उसने उसे शांत कराया, भरोसा दिलाया और उससे बात की। वह त्रिशुलम स्टेशन पर उतरी और वहाँ रेलवे पुलिस से संपर्क किया।

तब रेलवे पुलिस ने पल्लावरम स्टेशन में फोन किया और उन्हें इसके बारे में बताया। तब तक दादी और बच्ची के माता-पिता त्रिशुलम स्टेशन पर पहुँच चुके थे। बच्ची के माता-पिता एवं दादी के पहुँचने तक श्रीमती श्रीदेवी वहाँ पर उस बच्ची के साथ रुकी एवं बच्ची को उसके माता-पिता को सौंप दिया।

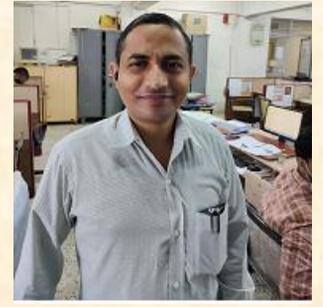
श्रीमती आर. श्रीदेवी स्वयं एक दो वर्ष के बेटे की माँ है एवं इतनी जिम्मेदार है कि उसने ड्यूटी की चिंता किए बिना बच्ची के माता-पिता के आने की प्रतीक्षा की एवं बच्ची को उन्हें सकुशल सौंप दिया। ऐसे दयालु स्त्री को दिल से सलाम।



आर. श्रीदेवी



माँ तुझे सलाम !



## अजीत मेहरा

### लेखा परीक्षक

जब मैं दुनिया में आया था,  
लोगों ने हर्षित हो मुझे बाहों में उठाया था ।  
जब धीरे-धीरे मैंने बचपन पाया था,  
तब लोगों ने खिलौनों का अंबार लगाया था ।  
हर दिन हर पल मैंने खूब आनंद उठाया था,  
दिन बीते-साल बीते, बीता गुजरे दिनों का साया था ।  
जब मैं पहुँचा किशोर अवस्था में, तब एक नया जुनून आया था ।  
ना किसी की सुननी थी, ना किसी का डर सताया था ।  
बचपन के यार-दोस्तों ने मुझसे अपना हाथ छुड़ाया था,  
फिर हुआ था इंटरमिशन, मैंने नई दुनिया में कदम बढ़ाया था ।  
दुनिया के दस्तूरों के साथ मैंने भी अपना विवाह कराया था,  
अच्छे जीवन-साथी की चाह में मैंने अपना घर बसाया था ।  
जीवन जीने की कला में मैंने भी हाथ आजमाया था,  
अपने और अपनों की खातिर मैंने भी खूब पसीना बहाया था ।  
देश गया, विदेश गया, भर-भर के धन मैं लाया था,  
दिन कमाया, रात कमाया, कमा-कमा के अपनों का भरोसा पाया था ।  
परिवार की खातिर अपनों ने ही अपना साथ छुड़ाया था,  
जब आया बुढ़ापा, अपनों ने ही अपना हाथ हटाया था ।  
ना धन काम आया, ना पैसा काम आया, सबने हाथ हिलाया था,  
जर्जर हुई बूढ़ी काया ने सपनों में शोर मचाया था,  
ना तू मेरी, ना मैं तेरा, बस यही राग अलपाया था ।  
घर छूटा, संसार छूटा, छूटा तन का साया था,  
आया था जब वो अंत समय परिवार फूट-फूट कहराया था ।  
ना मैं देखा, ना मुझमें देखा, परिवार बस पैसा-पैसा चिल्लाया था,  
अंत समय में लोगों ने मुझे मोक्ष धाम पहुँचाया था ।  
खूब सामग्री और कुछ गंगा जल मुझपें आज लगाया था,  
परिवार जनों के संग-संग, दुनिया ने मुझे विदा कराया था ।



## भारत में इलेक्ट्रिक वाहनों की अनिवार्यता

नयना वी. पाटील

वरिष्ठ हिन्दी अनुवादक



दिन प्रतिदिन पेट्रोल एवं डीजल की बढ़ती हुई दरों से हर कोई परेशान है। एक तो कोरोना के कारण बेरोजगारी एवं आर्थिक तंगी से लोग ऐसे ही परेशान हैं, ऐसे में पेट्रोल एवं डीजल की बढ़ती हुई दरें इस परिस्थिति में आग में घी डालने का काम कर रही है। पेट्रोल एवं डीजल की बढ़ती हुई दरों का कारण अंतरराष्ट्रीय स्तर पर दरों में वृद्धि है या इसके लिए सरकार की नीति जिम्मेदार है, यह विवाद कभी समाप्त नहीं होगा। इस विषय पर चर्चा से कोई सकारात्मक हल नहीं निकलता।

पेट्रोल, डीजल जैसे उर्जा संसाधन सीमित मात्रा में उपलब्ध होने के कारण बढ़ती जनसंख्या की जरूरतें पूर्ण करने हेतु अपर्याप्त है। वर्तमान परिस्थिति में परिवहन सेवा की उपलब्धता परम आवश्यक है। पहले बहुसंख्य लोग गाँव में रहते थे, कृषि व्यवसाय करते थे, तब खेतों में पैदल ही जाते थे। आज शहरीकरण के दौर में बहुसंख्य आबादी का स्थानांतरण शहरों में हुआ है। शहरों में कार्यस्थल पर पहुंचने के लिए वाहनों का उपयोग करना अत्यावश्यक होता है। घर से कार्यस्थल बहुत दूर होता है, ऐसे में पैदल या साईकिल से कार्यस्थल पर समय से नहीं पहुँच सकते। सार्वजनिक वाहन भी अपर्याप्त प्रतीत होते हैं। आजकल तो प्रति व्यक्ति एक वाहन होता है। एक घर में कम-से-कम दो वाहन होते ही हैं और यह समय की जरूरत भी है।

•इन सब के कारण पेट्रोल एवं डीजल की खपत बहुत बढ़ गयी है एवं उनके दर तेजी से बढ़ते जा रहे हैं। इसके साथ ही वायु प्रदूषण एवं ध्वनि प्रदूषण ये दो गंभीर समस्यायें निर्माण हुई है। इनका बुरा प्रभाव लोगों के स्वास्थ्य पर पड़ रहा है। एक तो भारत की बढ़ती जनसंख्या चिंताजनक है, ऊपर से यह प्रदूषण की समस्या भी गंभीर रूप ले रही है। ऐसी स्थिति में भारत के लिए मुझे एक पर्याय बहुत लाभकारी एवं अनिवार्य प्रतीत होता है और वो है इलेक्ट्रिक वाहनों का उपयोग करना। "आवश्यकता ही अविष्कार की जननी है", इस उक्ति के अनुसार ही इलेक्ट्रिक वाहनों का अविष्कार हुआ है। जब मानव जाति मिलकर सकारात्मक परिवर्तन हेतु कार्य करती है, तब समाज के लिए यह बहुत लाभकारी होता है। इलेक्ट्रिक वाहनों का अविष्कार इनमें से एक है। इलेक्ट्रिक वाहन भारत के लिए एक बहुत उपयोगी वरदान है। निम्न लाभों पर विचार करने के पश्चात् आप भी इस से सहमत होंगे।

•**मेंटेनन्स की कम लागत** - पेट्रोल एवं डीजल पर चलने वाले वाहनों की तुलना में इन वाहनों की मेंटेनन्स लागत बहुत कम है। इनकी संरचना एवं संचालन सरल होता है। इसलिए मेंटेनन्स करना सरल है। इनको बार बार सर्विसिंग कराने की आवश्यकता नहीं होती है।

•**ध्वनि प्रदूषण मुक्त** – ये वाहन इंजिन मुक्त होने के कारण आवाज नहीं करते। ये साईकिल की तरह शांतपूर्ण तरीके से चलते हैं। इससे ध्वनि-प्रदूषण की समस्या पर नियंत्रण प्राप्त किया जा सकता है।

**रनिंग में कम लागत** – इन वाहनों की रनिंग की लागत बहुत कम है। एक सिंगल चार्ज में यह वाहन अच्छी दूरी तय करते हैं। प्रति किलोमीटर हेतु एक रुपये से भी कम खर्च होता है। भारत में इलेक्ट्रिक वाहन खरीदने का यह सबसे महत्वपूर्ण लाभ है।

**घर पर सुविधाजनक चार्जिंग** – पेट्रोल पंपों पर सुबह एवं शाम में पीक आवर्स में लगने वाली भीड़ से हम सभी परेशान होते हैं। इससे घर या कार्यालय में पहुँचने में कभी-कभी देर भी होती है। इलेक्ट्रिक वाहनों को हम अपने घर में ही चार्ज कर सकते हैं। अपने समय की सहूलियत से दो-चार घंटे की चार्जिंग में हम अपने गंतव्य स्थान तक सरलता से एवं समय पर पहुँच सकते हैं। बस एक बात का ध्यान रखना है कि बिना भूले वाहन की बैटरी को चार्ज करना है।

**चलाने में सरल** – सभी इलेक्ट्रिक वाहन गियरलेस होते हैं, इसलिए चलाने में भी सरल है। गियर मेकेनिजम को समझने की कोई झंझट नहीं है। इसे आसानी से सीखा जा सकता है एवं राईडिंग का आनंद लिया जा सकता है।



•पर्यावरण स्नेही – यदि आप पर्यावरण के प्रति संवेदनशील हैं एवं इसके संवर्धन के लिए कुछ करना चाहते हैं, तो इलेक्ट्रिक वाहनों का उपयोग करके पर्यावरण के संरक्षण में अपना योगदान दे सकते हैं। इनके प्रयोग से कार्बन डाय ऑक्साइड का उत्सर्जन नहीं होगा और वायु प्रदूषण पर नियंत्रण प्राप्त किया जा सकेगा। वर्तमान में बाजार में उपलब्ध परिवहन के साधनों में इलेक्ट्रिक वाहन सबसे अधिक पर्यावरण स्नेही है।

•भविष्य के लिए सर्वोत्तम – पेट्रोल, डीजल जैसे सीमित संसाधन कभी भी समाप्त हो सकते हैं। ऐसे में इनका संपूर्ण दोहन करना उचित नहीं है। इन्हें बचाना होगा। सौर उर्जा एवं पवन उर्जा जैसे अपारंपरिक उर्जा स्रोतों का उपयोग करके इलेक्ट्रिक का निर्माण किया जा सकता है। इनके प्रयोग से प्रदूषण कम होगा एवं भविष्य भी सुरक्षित होगा। उपरोक्त लाभों को ध्यान में रखते हुए परिवहन हेतु इलेक्ट्रिक वाहन वर्तमान एवं भविष्य के लिए सर्वोत्तम है। इस सकारात्मक परिवर्तन का स्वीकार करना लाभकारी होगा। ऐसा कहा जाता है कि “ जीवन में परिवर्तन ही स्थायी है ”। यह अपने जीवन का अभिन्न अंग है। इसलिए इस सकारात्मक परिवर्तन को स्वीकार करना अनिवार्य है। हमें इलेक्ट्रिक वाहनों का उपयोग करने में सकारात्मकता दिखानी चाहिए।

(संदर्भ –Google--- <https://gomechanic.in>)

हिन्दी द्वारा सारे भारत को एक सूत्र में पिरोया जा सकता है।  
स्वामी दयानन्द  
देवनागरी ध्वनिशास्त्र की दृष्टि से अत्यंत वैज्ञानिक लिपि है।  
रविशंकर शुक्ल  
हिन्दी हमारे राष्ट्र की अभिव्यक्ति का सरलतम श्रोत है।  
मदन मोहन मालवीय



### स्वस्थ जीवनशैली के लिए योग एवं ध्यान

#### (हिन्दी पखवाड़ा 2020 के दौरान निबंध प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार प्राप्त लेख)

आज-कल की भाग-दौड़ भरी जिन्दगी में मनुष्य के लिए मानसिक एवं शारीरिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए योग एवं ध्यान एक अच्छा विकल्प है। नियमित रूप से ध्यान एवं योग करने से अधिक रोगों से बचा जा सकता है।

आज के आधुनिक जीवन में सभी आयु के लोगो के लिए योग एवं ध्यान करना अत्यंत आवश्यक है। नियमित योग एवं ध्यान करने से उच्च रक्तचाप एवं मधुमेह नियंत्रण रहता है एवं हृदयरोग दूर होता है, इसके अलावा तनाव, अनिद्रा एवं बिमारियाँ भी दूर होती हैं। योग सभी के लिए फायदेमंद है, अतः हमें बच्चों, युवकों एवं बुढ़ो सभी को योग एवं ध्यान के लिए प्रोत्साहन करना चाहिए एवं इसे जनमानस तक पहुँचाने के लिए यथासंभव प्रयास करना चाहिए।

हमारी बदलती हुई जीवनशैली के बीच योग का महत्व और भी ज्यादा बढ़ गया है। अनियमित खानपान, प्रदूषण भरे माहौल में रहने से एवं सोने-जागने का एक निश्चित वक्त न होना, इन सब कारणों की वजह से कहीं ना कहीं हमारा स्वास्थ्य बहुत बुरी तरह प्रभावित हो रहा है एवं आज के आधुनिक जीवन में सभी में एक-दूसरे से आगे निकलने की होड़ सी लगी हुई है, इसी निकलने की होड़ के कारण लोग अपने स्वास्थ्य के प्रति लापरवाह हो गये हैं एवं इसी कारण सभी किसी न किसी तनावया मानसिकपीड़ा के शिकार हो गये हैं। तनाव या मानसिक पीड़ा को दूर भगाने के लिए योग एवं ध्यान करना अत्यंत आवश्यक है। योग एवं ध्यान स्वयं करनेकेसाथ-साथ अन्य लोगों को भी प्रेरित करना चाहिए। तनाव दूर करने के लिए दवाइयों में फिजुलखर्च करने से अच्छा प्रातःकाल योग एवं ध्यान करना एवं अपने परिवार के प्रत्येक सदस्य को भी प्रोत्साहित करना चाहिए जिससे हम, हमारा परिवार एवं हमारा समाज शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ बन सके।

योगाभ्यास को देखते हुए भारत सरकार एवं संयुक्त राष्ट्र संघ ने 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की है जिससे योग एवं ध्यान को अंतरराष्ट्रीय रूप से विख्यात किया जा सके तथा विश्व को योग एवं ध्यान के माध्यम से स्वास्थ्य सुधार हो सके। इस अवसर पर दिल्ली में एक साथ 35985 लोगों ने योग का प्रदर्शन किया, जिसमें 84 देशों के प्रतिनिधि मौजूद थे और भारत ने दो विश्व रिकॉर्ड बनाकर 'गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स' में अपना नाम दर्ज करा लिया। पहला रिकॉर्ड एक जगह पर सबसे अधिक लोगों के योग करने का बना, तो दूसरा एक साथ सबसे अधिक देशों के लोगों के योग करने का।

आज योग एवं ध्यान की स्वीकार्यता एवं महत्ता पूरे विश्व में दिन- प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। अस्ट्रेलिया, अमेरिका, ब्रिटेन एवं अन्य यूरोपीय देशों समेत आज विश्व के लगभग 190 देशों की रूचि आज योग एवं ध्यान की ओर काफी तेजी से बढ़ी है। वर्तमान में योग को शारीरिक, मानसिक व आत्मिक स्वास्थ्य व शांति के लिए बड़े पैमाने पर अपनाया जा रहा है, आज अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कुछ विश्वविद्यालयों में अपने पाठ्यक्रमों में इसे शामिल किया जा रहा है। योग एवं ध्यान की महत्ता आज चिकित्सा विज्ञान भी स्वीकार करता है। चिकित्सक भी अपने मरीजों को योग एवं ध्यान करने की सलाह देते हैं।

वर्तमान में योग को शारीरिक, मानसिक व आत्मिक स्वास्थ्य व शांति के लिए बड़े पैमाने पर अपनाया जा रहा है।

अतः हमें भारत की इस पुरातनस्वस्थ जीवनशैली जिसमें योग एवं ध्यान की भी प्रमुख भूमिका है, को अधिक से अधिक प्रसारित करना चाहिए ताकि अधिक से अधिक लोगों को इसका लाभ मिले।

## श्रद्धा के लाभ



बी. भुवनेश्वरी

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

"श्रद्धावान् लभते।" यदि आप किसी के प्रति श्रद्धालु नहीं हैं तो आपको अपेक्षित लाभ नहीं मिल सकेगा। मंदिर तक पहुँचनेवाले को ही देव दर्शन का लाभ मिलता है। किसी से कुछ सीखने के लिए आदमी को छोटा बनना जरूरी है। उसे नीचे बैठना ही पड़ता है। कोई दी जाने वाली चीज ऊपर के हाथ से नीचे के हाथ को मिलती है। नदियाँ पहाड़ों से नीचे होने के कारण ही उनसे विपुल जलराशी ग्रहण करती रहती है। यदि हम देने वाले को अक्षम मानकर, उसकी हँसी उड़ाकर उससे कुछ चाहते हैं, तब हम उससे सही लाभ नहीं ले सकते।

दूसरे शब्दों में कहें तो हमें जिससे कुछ ग्रहण करना होता है, उससे उस क्षेत्र में अपने से बड़ा मानना होता है। ईश्वर, माता-पिता, गुरु आदि से हमें इसलिए हमारा प्राप्य मिलता है कि हम अपने को उनसे छोटा समझते हैं। स्वयं को छोटा मानने का अर्थ है कि हममें नम्रता का गुण होना। देने वाले के उपकार का स्रोत तभी तक खुला है, जब तक उन्हें देनेवाला माना जाए। उनका बुरासोचकर, हम उनसे अच्छा पाने की आशा नहीं कर सकते। विश्वका अद्भुत सत्य है कि देनेवाला हमेशा सुखी रहता है। प्रकृति का नियम है कि जो व्यक्ति जो कुछ देता है, वही बहुगुणित होकर विभिन्न दिशाओं से उसके पास लौटकर आता है। "श्रद्धा" अर्थका विस्तार करके हम उपर्युक्त तथ्यों को निर्जिव वस्तुओं पर भी लागू कर सकते हैं। पढ़ाई हो या नौकरी, गृहकार्य हो या व्यापार, जब तक हम अपने काम को श्रद्धापूर्वक या निष्ठापूर्वक नहीं करते हैं, तब तक हमें उससे स्थाई लाभ मिलने की संभावना नहीं रहती।



स्थिर अर्थव्यवस्था के लिए सबसे महत्वपूर्ण कदम(2020)  
हिन्दी निबंध प्रतियोगिता के दौरान द्वितीय पुरस्कार प्राप्त लेख)

अर्थव्यवस्था किसी भी देश की समृद्धि का मापदंड होता है, जिस देश की अर्थव्यवस्था जितनी अच्छी होती है, उस देश को उतना ही अधिक शक्तिशाली माना जाता है। उस देश के नागरिक अच्छी जीवनशैली से रहते हैं। अर्थव्यवस्था में जल्दी से कुछ नहीं हो सकता है, इसे एक लंबी प्रक्रिया से गुजर कर विकसित होना पड़ता है। हमारे भारतवर्ष की अर्थनीति के बारे में चर्चा करे तो, हमारे देश की अर्थव्यवस्था विश्व की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था है। अर्थव्यवस्था को स्थिर एवं सक्षम बनाने के लिए हमें अर्थात् सरकार को कुछ कदम उठाने होंगे। निम्न विषयों पर विचार-विमर्श कर उचित कार्यान्वयन से अर्थव्यवस्था की स्थिरता हेतु प्रयास किए जाने चाहिए। **कृषि** – भारत एक कृषीप्रधान देश है, हमारी अर्थव्यवस्था कृषि पर ही निर्भर है। सरकार को किसान की हरसंभव सहायता करनी चाहिए। ऋण एवं बीज सरलता से उपलब्ध कराना चाहिए। फसल आने के बाद उसका उच्चतम मूल्य निर्धारित करना चाहिए। किसानों के लिए फसल संरक्षण बीमा योजना शुरू करनी चाहिए।

**उद्योग**- सरकार को सभी प्रकार के उद्योगों को प्रोत्साहन देना होगा। श्रमिकों को उचित वेतन देकर प्रोत्साहित करना चाहिए ताकि हमारे देश में सभी वस्तुएं तैयार हो सकें। 'मेड इन इंडिया' संकल्पना को यशस्वी बनाना होगा। हमें देश के बाहर से भी उद्योगों को लाना होगा। मुक्त अर्थव्यवस्था आने से रोजगार बढ़ेगा, देश की उन्नति होगी।

**शिक्षा** – देश को शिक्षा में आगे बढ़ाने की जरूरत है, अगर देश के लोग पढ़ेंगे-लिखेंगे तभी देश को सही दिशा मिलेगी। सभी क्षेत्रों में हमें कुशल एवं शिक्षित कार्मिक मिलेंगे। अच्छी गुणवत्ता का मानव संसाधन उपलब्ध होगा।

**राजनीति** – राजनैतिक स्थिरता किसी भी देश की अर्थनीति का अहम हिस्सा है। राजनैतिक अस्थिरता से दूरगामी योजनाओं को सफल बनाना कठिन होता है, इससे अपेक्षित परिणाम प्राप्त नहीं कर सकते हैं। देश में हिंसा होने से बाहर के देशों से निवेश नहीं आयेगा। आज हमें बाहरी निवेश की आवश्यकता है। इसलिए देश को सुरक्षित रखना होगा।

**सामुहिक एकता** – किसी भी सभ्यता की सामुहिक शक्ति उस देश की अर्थनीति को बलशाली बनाती है। जिस देश में सामुहिक एकता नहीं है, उस देश की अर्थनीति बिगड़ जाती है। देश को इस धार्मिक दंगों, आपसी झगड़ों से मुक्त रखना, अर्थव्यवस्था को स्थिर रखने के लिए अनिवार्य है। दंगों, प्रदर्शनों से अर्थव्यवस्था का नुकसान होता है।

**परिकल्पना** – सरकार की यह दायित्व है कि वे देश की अर्थनीति को अच्छा बनाने के लिए लम्बी परिकल्पनाएँ बनाए, अच्छे-अच्छे अर्थनीतिविदों की सलाह ली जानी चाहिए, जो सरकार का मार्गदर्शन करेंगे। उनके किए मार्गदर्शन पर उचित कार्यान्वयन भी किया जाए। तभी हम एक स्थिर अर्थव्यवस्था की उम्मीद कर सकते हैं।

## आखिरी ख्वाइश

राहुल साव

कनिष्ठ हिन्दी अनुवादक



यह बात उन दिनों की है, जब वर्ष 1971 में भारत और पाकिस्तान के बीच लड़ाई के बादल छाने वाले थे। मो. अहमद के एकलौते बेटे जावेद की भारतीय सेना में नई भर्ती हुई। महीनों के कठोर प्रशिक्षण के उपरांत वह भारतीय सेना में भर्ती हुआ। 4 महीने की ड्यूटी के बाद जावेद को 2 हफ्तों की छुट्टी मिली। घर आने पर उसके अब्बा और अम्मी बहुत खुश हुए, अपने बेटे को गले से लगा लिया। एकहत्तर के दशक में भारत में शादियों की परम्पराएँ आज की तरह नहीं थी, उस समय बिना चेहरा देखे ही शादियां होती थी। जावेद के अब्बा और अम्मी ने उसकी शादी तय कर दी एवं बिना चेहरा देखे जावेद ने हाँ कर दिया। वह दूल्हा बन घोड़ी पर सवार अपनी दुल्हन को लाने निकल पड़ा, जैसे ही बारात दुल्हन के घर के बाहर आयी, सभी लोग बारातियों का स्वागत करने लगे एवं मौलवी साहब ने मंडप में निकाह की रस्म शुरू किए। तीन बार कुबूल है के साथ ही निकाह सम्पन्न हो गया। सभी एक-दूसरे को मुबारक दे ही रहे थे कि रेडियो पर समाचार प्रसारित हुआ कि तत्कालिन प्रधानमंत्री श्रीमती इंदिरा गाँधी जी ने युद्ध की घोषणा कर दिया। तब- तक जावेद का भी बुलावा पत्र आ गया। घर में एक अजब-सा सन्नाटा छाया हुआ था, शादी के अगले पल वह ड्यूटी पर तैनात होने के लिए तैयार होकर निकल ही रहा था कि उसकी निगाहें शादी के लाल जोड़े में उसकी बेगम पर गयी। वह जाने से पहले उससे मिलना चाहता था, उसका चेहरा देखना चाहता था, अतः वह उसके पास गया एवं उसे अपना चेहरा दिखाने को कहा, किन्तु वह जावेद के ड्यूटी पर जाने की वजह से भय एवं गुस्से से दूसरे कमरे में चली गयी, इधर देर होने की वजह से जावेद भी बिना चेहरा देखे ही चला गया।

जावेद के जाने के कुछ दिन बाद उसके घरवालों को यह समाचार प्राप्त हुआ कि जावेद दुश्मन से लोहा लेते हुए युद्ध में शहीद हो गया। यह सुनते ही घर पर मातम छा गया, उसके शव को पूरे राष्ट्रीय सम्मान के साथ दफनाया गया। घर का एकलौता चिराग जब सभी लोग दफनाकर चले गए तो उसकी बेगम जावेद के कब्र के पास गई, उसे इस बात का मलाल था कि वह जावेद का चेहरा देखने की ख्वाइश को पूरी नहीं कर पायी, वह अपना नकाब हटाकर अपना चेहरा आखिर दिखाया, उसी समय कब्र से आवाज आई -

**"ऐ मेरे खुदा यह कैसा तेरा इंसाफ है,  
आज मैं पर्दे में हूँ और वह बेनकाब है।"**

संदर्भ- गूगल (express daily-blog)



# टाडा फॉल्स आन्ध्रप्रदेश

संजोय घोष

वरिष्ठ लेखापरीक्षक



पूरे विश्व के ऊपर कोविड महामारी का प्रकोप छाया है, घर के अंदर बैठे – बैठे ऑक्सीजन की कमी महसूस हो रही है। बहुत दिनों से लग रहा था कि कहीं घूमने जाया जाए। परिवार के सभी सदस्यों ने भी इसमें सहमति दे दी। हमलोगों ने टाडा फॉल्स जाने का मन बना लिया। 2021 के काणुम पोंगल के दिन सुबह 05.30 बजे एक बाइक में मैं और मेरा बड़ा बेटा, दूसरी स्कूटी में मेरी पत्नी और मेरा छोटा बेटा निकल पड़े। टाडा चेन्नै से 105 किलोमीटर की दूरी पर था, हमारे साथ मेरा एक दोस्त अपने परिवार के साथ आ रहे थे, उनके पास दो बाइक थे। टाडा जाने वाला रास्ता बहुत ही खूबसूरत था। हम पहले चेन्नै- विशाखापट्टम हाई-वे से करीब 84 कि.मी चलने के बाद सबीना ढाबा में चाय-नाश्ता के लिए रुके। वहाँ से हमने पेट- भर इडली-ढोसा खाया क्योंकि उस रास्ते में खाने-पीने की ज्यादा दुकानें उपलब्ध नहीं थी। आगे का सफर शुरू होने के पश्चात् बीच रास्ते में आंध्र प्रदेश की सीमा आती है, उसको पार कर चलते-चलते टाडा टाउनशिप आ गया लेकिन हमारी मंजिल अभी भी दूर थी। शहरी रास्तों से चलते हुए हम फिर से गाँव के रास्ते पर आ गए। रास्ते के दोनों तरफ पेड़ लगे हुए थे जिन्हें देखकर हम सब का मन प्रसन्न हो गया। हम लोग वहाँ थोड़ी देर विश्राम करने के लिए रुक गए क्योंकि गाड़ियों को भी आराम की जरूरत थी। चारों तरफ फैली सुन्दरता एवं शांति ने हम सबका मन मोह लिया।



कुछ दूर चलने के बाद हम मंजिल के करीब पहुँचने लगे। टाडा फॉल्स पहाड़ के ऊपर जंगलों के अंदर है। टाडा फॉल्स के इलाके पर पहुँचने पर प्रवेश द्वार पर हमने आठ लोगों और चार वाहनों का टिकट लिया और प्रवेश किया। आगे का रास्ता अब आसान नहीं था, मिट्टी-पत्थरों से भरा हुआ था। पहाड़ों पर उतार-चढ़ाव थी तथा पानी की धाराएँ बहने के कारण जगह फिसलन भरी हो गई थी। ऐसे प्रतिकूल रास्ते से 3 कि.मी जाने के बाद एक ऐसा जगह आया जहाँ हमें गाड़ी छोड़ पैदल ही पगदंडियों पर चलना शुरू करना पड़ा। टाडा फॉल्स के करीब पाँच पड़ाव है, पहले पड़ाव तक सभी जा सकते हैं। इधर पानी को रोककर नहाने का सुंदर बन्दोबस्त है। यहाँ हम कुछ देर रूके, फिर आगे चलना शुरू किया, चारों तरफ हरियाली होने के कारण पैदल चलने में मजा आ रहा था। हम जितना ऊपर जा रहे थे, रास्ता उतना ही कठिन होते जा रहा था, लेकिन प्राकृतिक सुंदरता का तो कोई जवाब नहीं था। पहाड़ पर चढ़ने के लिए हमें पर्वतारोहण संसाधनों की आवश्यकता थी जो हमारे पास उपलब्ध नहीं था। ऐसे ही चलते-चलते हम सबसे ऊपरी स्तर पर पहुँच गए, जहाँ खड़े पहाड़ के ऊपर से झरने का पानी गिर रहा था। हमसे रहा नहीं गया और हम पानी में उतर पड़े। पानी बहुत ही ठंडा था फिर भी मजा आ रहा था। हमारे दल के दो महिला सदस्य हमारे कपड़े और बैग गार्ड कर रहे थे। इन दोनों के हिम्मत की दाग देनी पड़ेगी, मेरी पत्नी तो पूरा 205 कि.मी का सफर स्कुटी से तय कर आई थी। पूरा आधा घंटा नहाने के बाद हम ऊपर आए। हमारे पास कुछ सूखा खाना था, उसी को खाए। इस जंगल में बहुत से बंदर हैं, जो हाथों से खाना तक छीनकर ले जाते थे। अब हम लोगों को नीचे उतरना था, जंगल के अंदर खाना-पानी कुछ नहीं मिलने वाला था, फिर भी मजा आ रहा था। साढ़े चार बजे जंगल का गेट बंद हो जाता, इसीलिए हम सभी ने धीरे- धीरे उतरना शुरू किया। हमलोग बहुत थक गए थे, जब हम एकदम पहले स्तर में वापस आए, वहाँ एक जगह थी, जहाँ छोटे-छोटे पत्थर के ऊपर से पानी बह रहा था। उसके ऊपर से खाली पैर चलकर आते समय वह चुभ रहा था। लेकिन जब ऊपर आए तो सारा थकान खत्म हो गया। अबतक हमें भुख नहीं लग रहा था, लेकिन धीरे- धीरे भुख भी लगने लगी थी। उस इलाके में खाने की कोई जगह नहीं थी, हम अपना बाइक और स्कुटी लेकर टाडा टाउन की ओर निकल पड़े और शाम के पाँच बजे दोपहर का खाना खाया। इतना दिन बाद निकल के इतना अच्छा लगा कि कभी भल नहीं पाएँगे। उम्मीद करते हैं कि आनेवाले दिनों में कोविड महामारी का प्रकोप खत्म हो जाएगा और हम फिर से खुशी से श्वास ले पाएँगे।



## कोरोना एक अभिशाप

ब्रिगेश कुमार सुमन  
वरिष्ठ लेखापरीक्षक



आज देश और दुनिया में कोरोना एक विश्वयापी महामारी घोषित की जा चुकी है। यह एक ऐसी महामारी है जिसने देश-दुनिया को हिला कर रख दिया है। लाखों लोगों ने इस महामारी से अपनों को खोया है। एक बड़ी जनसेख्या को इस बीमारी के कारण अपनी जीविका चलाने में बहुत कठिनाईयों का सामना करना पड़ा है। सैकड़ों लोग बेघर हो गए। आम आदमी हो या राजनेता इस बीमारी ने किसी पर रहम नहीं किया। ना जाने कितनी बहनों ने अपने भाई, कितनी ही माताओं ने अपने बेटे-बेटियाँ और ना जाने कितनी औरतों ने अपनी माँग के सिंदूर को खो दिया। ऐसी भयानक महामारी शायद किसी ने नहीं देखा जिसमें देश- दुनिया की रफ्तार बिल्कुल थम गई हो। श्मशान-भूमि में जगह कम पड़ने लग गई थी। हद तो तब हो गई जब श्मशान में शवों का दाह-संस्कार करने के लिए टोकन मिलने लग गए थे और 3-4 दिनों की इंतजार के बाद भी शवों का दाह-संस्कार नहीं हो पा रहा था। आज तक वैज्ञानिक भी इस बीमारी के स्वरूप को समझ नहीं पाए हैं। यह बीमारी वायरस से फैलती है जो दिन-प्रतिदिन अपना स्वरूप बदल रही है। इस बीमारी के लक्षण भी अलग-अलग क्षेत्र और व्यक्ति में अलग-अलग पाए जा रहे हैं।



इस बीमारी के कुछ मुख्य लक्षण इस प्रकार है:-

बुखार आना

गले में सूजन और दर्द

सूखी खाँसी

शरीर में थकान

शरीर पर चितके के निशान

जुखाम होना

इस वायरस की सबसे गंभीर बात यह है कि ये चीजों या व्यक्तियों के छूने से भी फैलता है ।

यह बीमारी आज के दिन की बहुत बड़ी समस्या बनी हुई है । फिलहाल इस बीमारी का पूरे विश्व में कोई इलाज नहीं है । परन्तु देश-विदेश की सरकारें इस बीमारी की रोकथाम के लिए दिन-रात प्रयत्न कर रही है ।

इस बीमारी की रोकथाम के लिए मुख्य प्रयास इस प्रकार है जैसे –

- वैक्सीन, एक दूसरे से उचित दूरी
- हर समय मास्क लगाना
- समय-समय पर साबुन से हाथ धोना
- जितना हो सके शरीर को ढक कर रखना ।

इन सभी उपायों के अतिरिक्त भी बहुत सारे उपाय ऐसे हैं, जिन्हें हमें अपनाना चाहिए और सरकार द्वारा घोषित दिशानिर्देशिता का पालन करना चाहिए । जब तक इस बीमारी से छुटकारा नहीं मिल जाता तब तक हमें अपनों और अपने आस-पास के लोगों का भी मिलकर ख्याल रखना होगा ।जब तक ज्यादा जरूरत ना हो तब तक बाहर जाने से बचे । हम एक दिन इस महामारी से निश्चित ही जीत जाएंगे ।आपस में उचित दूरी बनाए रखें और सुरक्षित रहें ।

# मेरे कोरोना की कहानी

बेलाल अहमद  
लेखापरीक्षक



कोरोना का मेरा पहला लक्षण अचानक कमजोरी थी। 12 अप्रैल की शाम को कार्यालय में कार्य समाप्त होते ही मुझे ऐसा प्रतीत हुआ कि अगर अभी मुझे बिस्तर मिल जाए तो मैं अभी ही सो जाऊँ। जब तक मैं घर पहुँचा सिर और बदन दर्द से मेरी हालत खराब हो गई थी। मैंने बदन दर्द की दवा ली और सो गया। अगली सुबह जब मैं उठा और काम पर जाने के लिए तैयार हो ही रहा था, मुझे कमजोरी सी महसूस हुई और कार्यालय जाने की हिम्मत नहीं हुई। पत्नी के कहने पर मैंने खुद को एक कमरे में आइसोलेट कर दिया। दोपहर तक मुझे बुखार आ गया और शरीर का तापमान 100 डिग्री तक पहुँच गया। मुझे अभी भी यह सामान्य बुखार प्रतीत हो रहा था क्योंकि अपना जानकारी में मैं किसी कोरोना मरीज के संपर्क में आया ही नहीं था। परन्तु जब 14 अप्रैल को मेरी नाक बंद हो गई और आवाज में भारीपन आ गया तो अपने लक्षणों के बारे में एक मित्र, जो अभी कुछ दिन पहले ही कोरोना से ग्रसित था उससे बात कर कोविड जाँच करवाने का फैसला किया। मेरे कोविड पॉजिटिव रिपोर्ट के कारण मैं और मेरा पूरा परिवार हताश हो गए। अब मुझमें कोरोना के अन्य लक्षण जैसे गंध की कमी सूखी खॉसी दिखने लगी। मैंने तुरन्त चिकित्सक से परामर्श लीं, उन्होंने मेरे लक्षणों के आधार पर 5 दिनों की दवा और खान-पान का चार्ट दिया। उनके अनुसार मेरे लक्षण काफी हल्के या यु कहे कि प्रथम स्तर के थे। तनाव में होते हुए भी मैंने हिम्मत बनाए रखी और समय-समय पर तापमान और ऑक्सीजन स्तर की जाँच करता रहा।

जब 5 दिन बिना किसी परेशानी के बीत गए तब मुझे विश्वास हो गया कि मेरे एंटीबॉडी ने कोविड से उबरने में मदद की हैं। लेकिन मेरे पत्नी के कोविड पॉजिटिव रिपोर्ट के कारण हमसब को दुबारा झटका लगा। उसने भी खुद को एक कमरे में आइसोलेट कर दिया। ऐसी स्थिति में मेरी 10 महीने की बेटी की जिम्मेवारी मेरे 7 साल की बेटी पर पड़ गयी। ऐसी मुश्किल परिस्थिति में मेरे एक मित्र ने हमारी बहुत मदद की जिससे हमें काफी मदद मिली। मेरी बेटी ने भी हम सब के लिए भोजन का प्रबंध किया। मेरे दोनों बच्चे कोविड की चपेट में नहीं आए, इससे हमें काफी राहत मिली।

मुझे विश्वास है कि लक्षणों की पहचान होते ही निर्धारित दवा लेना, अदरक-हल्दी गर्म पानी के साथ या काढ़ा लगातार पीना, नींबू का रोजाना सेवन, पौष्टिक आहार ग्रहण करना, बंद नाक में भाप लेना, सोने से पहले गर्म पानी से गरारि करना एवं उचित आराम के साथ तथा चिंताजनक कोविड समाचारों से दूर रहना आदि प्रयासों के साथ कोविड को हराया जा सकता है।

## मेरे हीरो मेरे दादाजी

ज्ञानश्री दिव्येन्दु बेहरा  
डाटा एन्ट्री ऑपरेटर



मुझे बचपन से ही कहानियाँ बहुत पसंद थीं। जब मैं करीब 4 साल का था, एक रात माँ ने मुझे मेरे दादाजी (रघुनाथ बेहेरा, 1940-1982) के बारे में बताया। वो राउरकेला इस्पात कारखाना, ओड़ीशा में अग्नि शामक दल में कार्यरत थे। वो श्रमिक संघ के नेता भी थे। पापा कहते हैं हर रोज़ कुछ लोग गुहार लेके हमारे घर आते थे और वो सबके मदद करते थे।



एक दिन (1982, अप्रैल -12): एक सफाई कर्मचारी काम करते हुए blast-furnace के अंदर गिर गया। (सही तरीके से shut-down ना होने के कारण Carbon-monoxide गैस लीक हो रहा था, जो जान लेवा होता है।) सुबह का समय था। दादाजी खाना खा रहे थे। साइरन की आवाज़ सुनते ही दादाजी खाना आधा छोड़ के उठ गए। सहकर्मियों ने जब खाना शेष कर के जाने को कहा तो उन्होंने ने कहा, “कोई मुसीबत में हो सकता है, मुझे जाना पड़ेगा”। blast-furnace के पास जाके देखे तो लोग इकट्ठा हो चुके थे। सफाई कर्मचारी को बचाने के लिए जो अंदर गए थे वो भी बाहर नहीं आ रहे थे। दो लोग अंदर फंसे होने के कारण सब घबराए हुए थे।

कोई अंदर जाने के लिए तयार नहीं था। अग्निशम अधिकारी के मना करने के बावजूद मेरे दादाजी अंदर चले गए। अंदर जाके वो एक कर्मचारी जो आधे रस्ते में फंसे हुए थे उनको ऊपर ले आए। Blast-furnace के अंदर सांस लेने में तकलीफ़ हो रही थी पर वो हार मानने वालों में से नहीं थे। वो दोबारा अंदर गए उस सफ़ाई कर्मचारी को बचाने जो ब्लास्ट-फरनेस के सबसे निचले हिस्से में फंसे हुए थे। दादाजी दोबारा बाहर नहीं आए। दादाजी के पीछे पीछे उनके एक दोस्त भी अंदर गए और वापस नहीं आए।

उस दिन मेरे पापा कालेज़ गए हुए थे। कारखाने के कुछ अधिकारी पापा को लेने कालेज़ पहुंचे। पापा पहुँचने के बाद ब्लास्ट फरनेस के निचले हिस्से को काटा गया। ब्लास्ट-फरनेस से 3 पार्थिव शरीर निकाला गया।

मेरे पापा ने 17 साल के उम्र में अपने पापा को खोया। मैंने कभी अपने दादाजी को देखा ही नहीं। जिस रात माँ ने ये घटना मुझे सुनाई थी, मैं रो पड़ा था। मन ही मन ठान लिया था कि मुझे भी किसी दिन ऐसे हीरो बनना है, किसी के जान बचाते हुए जान देना है। बचपन में अगर पूछा जाता था, बड़े होके क्या बनना है? तो हमेशा मेरा एक ही जवाब होता था, “ सेना में भर्ती होना है ”।



# समय मूल्यवान है किन्तु उससे अधिक सत्य मूल्यवान है

प्रवीण कुमार मीना / डी ई ओ



दुनिया में मूल्यवान वहीं होता है, जिसका कुछ महत्व होता है और उसका तो मूल्य और अधिक होता है जिसका उत्पादन नहीं किया जा सकता है और उनमें से प्रमुख है 'समय'। दुनिया में सभी के पास एक निश्चित समय होता है, जो उसके जन्म से लेकर निरंतर गति से घटता जाता है। जो क्षण एक बार निकल जाता है, वह क्षण जीवन में वापस कभी नहीं आता है। अतः समय बहुत मूल्यवान होता है, लेकिन सत्य इससे भी अधिक मूल्यवान होता है, इसको जानने के लिए हमें सत्य के बारे में वास्तव में जानना होगा।

'सत्य' संस्कृत भाषा का शब्द है जिसका अर्थ है 'शाश्वत्' या 'वास्तविकता' होता है। सत्य एक नैतिक मूल्य होता है जिस पर सारी दुनिया टिकी हुई है। सत्य एक साथ साध्य और साधन दोनों है जिसको प्राप्त करने के लिए युगों से प्रयास किया जाता है। सत्य को हम साधन के रूप में ले तो यह मानव के प्राकृतिक अधिकार जैसे स्वतंत्रता, समानता आदि को प्राप्त करने के माध्यम है क्योंकि मनुष्य अपने हित में विवेकशील निर्णय ले सकता है। जिस मनुष्य को वास्तविकता का पूर्ण ज्ञान है, वहीं मनुष्य पूर्ण रूप से स्वतंत्र माना जाता है और तभी मनुष्य अपने समाज में उचित स्थान बना पाएगा और तभी मनुष्य खुद के विरुद्ध किए गए कार्यों के प्रति आवाज उठा पाएगा। साम्यवादी विचारधारा के अनुसार पृथ्वी पर जन्म लेने वाला प्रत्येक व्यक्ति का पृथ्वी के प्रत्येक संसाधन पर अधिकार होता है। लेकिन आज के युग में समाज में असमानता प्रतीत होती है और यह असमानता कुछ लोगों के अधिकार को हड़प कर उन्हें पराधिकृत अधिकारों के बारे में सत्य न बनाने के कारण बनी हुई है।

हमने सुना है कि सत्य के मार्ग पर चलने वालों की जीत होती है और इतिहास भी गवाह है, चाहे पौराणिक कथाओं में हो या दैनिक जीवन में लेकिन सत्य की सदा जीत होती है। इसके अलावा सत्य केवल इसलिए मूल्यवान नहीं होता कि उसका मूल्य चुकाना पड़ता है, बल्कि इसलिए मूल्यवान होता है क्योंकि यह स्वयं में एक मूल्य है जिस पर अनेक मूल्य टिके हैं जैसे-विश्वास, ईमानदारी, संवेदना, दया और अपनापन आदि।

मानव की मानवता सत्य पर टिकी हुई है। एक बार मानव सत्य से हार जाने पर मानवता पर भी सवाल खड़े होते हैं। वहीं यदि हम सत्य को हमारा साथ मानते हैं तो इसे जानने के लिए सदियों बीत जाएंगे। जैसे कि महात्मा बुद्ध ने सत्य को जानने के लिए अपना राज-पाठ त्यागकर सन्यासियों का जीवन बिताया और महात्मा बुद्ध ने कहा कि जीवन में तीन चीजें कभी नहीं छुपा सकते सत्य, ईश्वर और ज्ञान। यथा-

“सांच बराबर तप नहीं, झूठ बराबर आप।  
जाके हिरदे सांच है, ताके हिरदे आप।।”

सत्य ही ईश्वर है। सत्य पर चलने वालों को जीवन में कई कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है तथा लक्ष्य प्राप्त होने में देर लगती है लेकिन यह भी सत्य है कि प्राप्ति जरूर होती है अर्थात् यह भी है कि भगवान के घर देर है अंधेर नहीं। सत्य को प्राप्त करने से मानवता का आधार मजबूत होता है और मानवता पर विश्वास टिका रहता है और जहाँ सत्य नहीं होता वहाँ अपराध और अन्य कई कुरीतियों को जन्म मिलता है शायद इसलिए भारत सरकार ने अपना राष्ट्रीय आदर्श वाक्य “सत्यमेव जयते” लिया गया है।

इस प्रकार उपर्युक्त विश्लेषण से यह निष्कर्ष निकलता है कि समय और सत्य दोनों एक-दूसरे के साथ ही अपना मूल्य प्राप्त करते हैं, लेकिन सत्य साध्य और साधन दोनों रूपों में मूल्यवान है। यह जरूर है चाहे समय कितना भी लगे परन्तु सत्य ही विजेता होता है। अतः समय व सत्य दोनों अत्यधिक मूल्यवान होते हैं, लेकिन समय के साथ समझौता किया जा सकता है परन्तु सत्य के साथ नहीं। समय व्यक्ति को मिला ऐसा भंडार है जो समाप्ति तो निश्चित है, लेकिन उसके सही मूल्य को समझकर खर्च करें तो आपके जीवन में मिला थोड़ा सा समय ही पूरे युग को मूल्यवान बना देता है जबकि सत्य ऐसा मूल्य है जो पूरी मानव जाति को वास्तविक मानवतावादी बनाता है।







**भारत में महामारी के दौरान गरीबी**  
**श्रुति राम कुमार**  
**सुपुत्री/ टी.के.राम कुमार**  
**वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी**



भारत में कोविड -19 संकट गरीबी के खिलाफ लड़ाई के संदर्भ में देश के परिणामों की नाजुकता को उजागर करने का काम करता है। जब भारत की बात आती है तो गरीबी हमेशा से एक मुद्दा रहा है। 2019 में, UNDP ने बताया कि भारत 2006 और 2016 के बीच 271 मिलियन लोगों को गरीबी से बाहर निकालने में सफल रहा है।

हालाँकि उसी वर्ष, भारत के सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय, जो राष्ट्रीय नमूना सर्वेक्षण करता है, उन्होंने संकेत दिया कि इस प्रकार के उपायों होने के बाद पहली बार, ग्रामीण इलाकों के आर्थिक परिक्षीणता के कारण गरीबी रेखा से नीचे रहने वाले भारतीयों का प्रतिशत फिर से बढ़ना शुरू हो गया था। कोविड -19 संकट ने इस प्रक्रिया को नाटकीय रूप से बढ़ा दिया है और यह और भी महत्वपूर्ण मुद्दा बन गया है जिसे तुरंत संभालने की आवश्यकता है।

लॉकडाउन ने कारखानों और परिवहन की गतिविधियों को रोक दिया, एक महीने में 121 मिलियन से अधिक लोगों को नौकरी से निकाल दिया। विश्व बैंक के अनुसार, इससे प्रभावित होने वाले 40 मिलियन प्रवासी श्रमिकों में से 23 मिलियन से अधिक भारतीयों को आर्थिक तंगी का सामना करना पड़ा। ये पुरुष और महिलाएं, जो अब कार्यरत नहीं हैं, अब अपना किराया भी नहीं दे पा रहे हैं। वाइरस के चलते, काफी जन पैदल ही अपने शहर या गाँव की तरफ लौटे, जिसमें कई वापस भी नहीं आए।

इसका परिणाम यह हुआ है कि प्रवासी द्वारा भेजे जाने वाले आर्थिक लाभ गाँवों में न जा रहा था। यह ध्यान दिया जाता है कि हालांकि इसका असर प्रति व्यक्ति आय पर तो गिरा, लेकिन महामारी ने गरीब परिवारों पर भारी असर डाला है। सबसे गरीब 20 प्रतिशत परिवारों ने अपनी पूरी आय खो दी। इसके विपरीत, अमीर परिवारों को अपनी पूर्व-महामारी आय के एक चौथाई से भी कम का नुकसान हुआ। पूरे आठ महीने की अवधि में, निचले 10 प्रतिशत में एक औसत परिवार को दो महीने की आय से अधिक का नुकसान हुआ। लॉकडाउन के दौरान और उसके बाद के महीनों में, 61% कामकाजी पुरुष कार्यरत रहे और 7% ने रोजगार खो दिया और काम पर नहीं लौटे। महिलाओं के लिए, केवल 19% कार्यरत रहे और 47% को लॉकडाउन के दौरान स्थायी नौकरी से हाथ धोना पड़ा, 2020 के अंत तक भी काम पर नहीं लौट पाए। साथ ही युवा श्रमिकों पर अधिक प्रभाव पड़ा, उच्च नौकरी पाने में कई मुश्किलों का सामना करना तो था साथ में कई प्रकार के प्रमुख श्रोत बंद हो चुके थे। 5-24 वर्ष आयु वर्ग के लगभग 33% श्रमिक दिसंबर 2020 तक भी रोजगार प्राप्त करने में विफल रहे। संयुक्त राष्ट्र विकास कार्यक्रम (यूएनडीपी) का अनुमान है कि 2020 तक 260 मिलियन लोग गरीबी में वापस आ जाएंगे - लगभग 271 मिलियन लोग जो 2006 और 2016 के बीच चले गए थे। ये 260 मिलियन लोग लगभग 20% भारतीयों से आते हैं जो सिर्फ थे 28% से ऊपर को गरीब माना जाता है। कुपोषण के मामले में देश के लिए काफी चुनौतियां सामने आईं, खासकर उत्तर प्रदेश, बिहार, मध्य प्रदेश आदि जैसे सबसे कम विकसित राज्यों में।

राज्य की प्रतिक्रिया चुनौती से मेल नहीं खाती क्योंकि सरकार के पास आवश्यक वित्तीय संसाधन नहीं थे। इसके बजाय, इसने संरचनात्मक सुधारों की शुरुआत की, जिससे असमानताओं में वृद्धि होने की संभावना नजर आई। आर्थिक रूप से, सरकार तीन महीने तक गरीबों की मदद के लिए सकल राष्ट्रीय उत्पाद का आधा अंक खर्च करने से संतुष्ट थी। इसने गरीबी रेखा से नीचे के लोगों के लिए भोजन राशन को दोगुना करने, बुजुर्गों, विकलांगों और विधवाओं को 1000 रुपये का आवंटन, गरीबों के लिए आरक्षित बैंक खातों वाली महिलाओं को 500 रुपये का मासिक आवंटन, गैस का आवंटन में आदि करना शुरू किया। आर्थिक रूप से तंग लोगों को सिलेंडर और गरीब किसानों को 2000 रुपये का आवंटन आदि। स्पष्ट रूप से, सरकार, चूंकि वह धन कर लागू नहीं करना चाहती थी और/या उधार पैसा नहीं लेना चाहती थी, आर्थिक मंदी के कारण बजट घाटे के बढ़ने के बाद, अपनी बजटीय बाधाओं को देखते हुए और अधिक नहीं कर सकती थी। ग्रामीण गरीबों की सबसे अच्छी सेवा करने वाली योजना महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी अधिनियम है, जो बेरोजगारी से पीड़ित किसी भी ग्रामीण परिवार को न्यूनतम मजदूरी भुगतान के वर्ष में 100 दिन की गारंटी देता है।

इस अधिनियम के तहत नौकरियों की मांग में 86% की वृद्धि हुई और सरकार की तरफ से पूरी प्रयत्न यह रही कि किसानों के कल्याण में एवं बेरोजगारी को कम करने ऐसे कार्यक्रम की योजना बनाई जिससे अधिक से अधिक जन लाभान्वित हो सकें एवं देश की आर्थिक उन्नति में कुछ कदम बढ़ाएं। इसे प्रभावी तरीके से कार्यान्वयन करने पर ही आर्थिक स्थिति में सुधार लाया जा सकता है।

Source: <https://www.institutmontaigne.org/en/blog/covid-19-amplifying-return-mass-poverty-india>



## खेल का महत्व

बी. ऐश्वर्या

श्री सी.वी.बाबू,

वरि लेखपरीक्षा अधिकारी की सुपुत्री



मनुष्य का व्यक्तित्व बढ़ना और पूर्ण कद प्राप्त करना ही खेल का लक्ष्य है। हमारे पास एक तन, एक मन और एक आत्मा है, वैसे शिक्षा भी हमारे शारीरिक आध्यात्मिक, बौद्धिक और नैतिक विकास के बारे में ध्यान देती है।

खेलने से हम शरीर को निरोग और फिट रखते हैं। शारीरिक फिट और सभी तरह के रोगों एवं आजाद रहना ही मनुष्य की महत्वकांक्षा है। वास्तव में अच्छा तन ही खुशहाल जिंदगी नेतृत्व करने के लिए प्रथम जरूरत है। जो खेल खेलते हैं वो आमतौर पर स्वस्थ एवं आरोग्य जीवन व्यतित करते हैं। खेल एक अच्छा शारीरिक व्यायाम है। कुछ साधारण खेल जैसे कबड्डी या जटिल खेल जैसे हॉकी, फुटबॉल, टेनिस आदि यह तन के लिए आवश्यक व्यायाम हैं। हमें मजबूत बनाती हैं। साधारण व्यक्ति की अपेक्षा खिलाड़ियों को हमेशा बेहतर भुख लगती है एवं उनकी पाचन शक्ति भी अच्छी होती है।

शारीरिक फिटनेस से अलग यह एक अति उत्कृष्ट व्यायाम या विहार है। यह लोगों को मनोरंजक गतिविधियों के बारे में सीखाती है। कुछ लोग किताबी कीड़े होते हैं, बाहर जाकर खेलना-कूदना उतना पसंद नहीं करते हैं फिर भी सारे खेल-कूद संबंधी मामलों में अपडेटेड रहते हैं, टीवी पर एवं अन्य सामाजिक मीडिया में भी लगातार खेल-कूद संबंधी मामले पर अपना ध्यान लगाए रखते हैं, उन्हें लगता है कि केवल व्यायाम एवं खेल की जानकारी रखना ही जरूरी है किन्तु व्यायाम सबके लिए जरूरी है। इस दुनिया में दिलचस्प व्यायामों में खेल भी एक व्यायाम है।

इस व्यायाम से सर से तन और दिमाग ताजा हो जाता है। यह मन को सांसारिक एवं विद्वतापूर्ण जीवन से मुक्त कर देती है। इसलिए खेल मन को परिवर्तित करने का उपयोगी मंत्र है। हमें भी अपने दैनिक जीवन से थोड़ा समय निकालकर खेल को देना चाहिए एवं एक खुशी एवं आरोग्य जीवन बिताना चाहिए। जापान में आयोजित ओलंपिक में शामिल भारतीय खिलाड़ियों का प्रोत्साहन लगभग नागरिक ने किया। संपूर्ण भारतवासी यही चाह रहे थे कि सारे पदक भारत को ही मिले, सारी यश भारत माँ को ही मिले। जब भारत के खिलाड़ी के पदक जीतने की खबर टीवी में प्रसारित की गई थी, तो बच्चे से लेकर बुजुर्ग तक खुशी से उछल कूद पड़े एवं उन्हें ऐसे आभास हो रहा था कि अपने ही घर में किसी को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर पदक मिला हो।





मन की बात (मार्च 2021)

आर. गुरु प्रसाद

सुपुत्र/ श्री रवि शंकर

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी



•मेरे प्यारे देश वासियों, कुछ समय पहले हुई **मैरीटाइम इंडिया समिट (Maritime India Summit)** आपको याद है ना? इस समिट (Summit) में मैंने क्या कहा था, क्या ये आपको याद है? स्वाभाविक है, इतने कार्यक्रम होते रहते हैं, इतनी बातें होती रहती हैं, हर बात कहाँ याद रहती हैं और उतना ध्यान भी कहाँ जाता है – स्वाभाविक है, लेकिन, मुझे अच्छा लगा कि मेरे एक आग्रह को गुरु प्रसादजी ने बहुत दिलचस्पी लेकर आगे बढ़ाया है। मैंने इस समिट (Summit) में देश के लाइट हाउस काम्प्लेक्स (Light House Complexes) के आस-पास टूरिज्म फैसिलिटीज (Tourism Facilities) विकसित करने के बारे में बात की थी। गुरुप्रसाद जी ने तमिलनाडु के दो लाइटहाउसों- **चेन्नई लाइट हाउस और महाबलीपुरम लाइट हाउस** की 2019 की अपनी यात्रा के अनुभवों को साझा किया है। उन्होंने बहुत ही रोचक फैक्टसशेयर (facts share) किये हैं जो 'मन की बात' सुनने वालों को भी हैरान करेंगे। जैसे, चेन्नई लाइटहाउस (Light House), दुनिया के उन चुनिन्दा लाइट हाउस (light house) में से एक है, जिनमें एलिवेटर (Elevator) मौजूदहै। यही नहीं, भारत का ये इकलौता लाइटहाउस (Light House) है, जो शहर की सीमा के अन्दर स्थितहै। इसमें, बिजली के लिए सोलार पैनल (Solar Panel) भी लगे हैं। गुरुप्रसादजी ने लाइटहाउस (Light house) के **हेरिटेज म्यूजियम (Heritage Museum)** के बारे में भी बात की, जो मरीन नेविगेशन (Marine Navigation) के इतिहास को सामने लाता है। म्यूजियम (Museum) में, तेल से जलने वाली बड़ी-बड़ी बत्तियाँ, केरोसीन लाइट (Kerosene Lights), पेट्रोलियम वपौर (Petroleum Vapour) और पुराने समय में प्रयोग होनेवाले बिजली के लैंप (Lamp) प्रदर्शित किये गए हैं। भारत के सबसे पुराने लाइट हाउस (Light House) – महाबलीपुरम लाइटहाउस (Light House) के बारे में भी गुरु प्रसादजी ने विस्तार से लिखा है। उनका कहना है कि इस लाइटहाउस (Light House) के बगल में सैकड़ों वर्ष पहले, **पल्लव राजा महेंद्रवर्मन प्रथम** द्वारा बनाया गया 'उल्कनेश्वरा' टेम्पल (Temple) है।

**मनकीबात - [https://www.youtube.com/watch?v=kP\\_qElipwqE](https://www.youtube.com/watch?v=kP_qElipwqE)**

## मन की बात (जून 2021)

•मेरे प्यारे देश वासियों, “मन की बात’ की सबसे अच्छी बात ये है कि इसमें मुझसे ज्यादा आपका बड़ा योगदान रहता है। अभी मैंने माईगव (MyGov) में एक पोस्ट देखी, जो चेन्नई के थिरु आर.गुरु प्रसादजी की है। उन्होंने जो लिखा है, वो जानकर आपको भी अच्छा लगेगा। उन्होंने लिखा है कि वो “मन की बात” प्रोग्राम (programme) के रेगुलर लिस्तेनर (regular listener) हैं।

•गुरु प्रसाद जी की पोस्ट से अब मैं कुछ पंक्तियाँ कोट (quote) कर रहा हूँ। उन्होंने लिखा है, जब भी आप तमिलनाडु के बारे में बात करते हैं, तो मेरा इंटेरेस्ट (interest) और भी बढ़ जाता है। आपने तमिल भाषा और तमिल संस्कृति की महानता, तमिल त्योहारों और तमिलनाडु के प्रमुख स्थानों की चर्चा की है।

•गुरु प्रसाद जी आगे लिखते हैं कि – “मन की बात” में मैंने तमिलनाडु के लोगों की उपलब्धियों के बारे में भी कई बार बताया है। तिरुक्कुरल के प्रति आपके प्यार और तिरुवल्लुवर जी के प्रति आपके आदर का तो कहना ही क्या! इसलिए मैंने ‘मन की बात’ में आपने जो कुछ भी तमिलनाडु के बारे में बोला है, उन सब को संकलित कर एक इ-बुक (E-Book) तैयार की है। क्या आप इस इ-बुक (E-Book) को लेकर कुछ बोलेंगे और इसे नमो एप (Namo App) पर भी रिलीस (release) करेंगे? धन्यवाद।

•‘ये मैं गुरु प्रसाद जी का पत्र आपके सामने पढ़ रहा था। गुरु प्रसादजी, आप की ये पोस्ट पढ़कर बहुत आनंद आया। अब आप अपनी इ-बुक (E-Book) में एक और पेज जोड़ दीजिये।

**‘नान तमिल कलाचाराक्तिन पेरिये अभिमानी।**

**नान उलगतलये पलमायां तमिल मोलियन पेरिये अभिमानी।’**

•उच्चारण का दोष अवश्य होगा लेकिन मेरा प्रयास और मेरा प्रेम कभी भी कम नहीं होगा। जो तमिल-भाषी नहीं हैं, उन्हें मैं बताना चाहता हूँ गुरु प्रसादजी को मैंने कहा है –

**मैं तमिल संस्कृति का बहुत बड़ा प्रशंसक हूँ।**

**मैं दुनिया की सबसे पुरानी भाषा तमिल का बड़ा प्रशंसक हूँ।**

•साथियों, हर हिन्दुस्तानी को, विश्व की सबसे पुरातन भाषा हमारे देश की है, इसका गुणगान करना ही चाहिए, उस पर गर्व महसूस करना चाहिए। मैं भी तमिल को लेकर बहुत गर्व करता हूँ। गुरुप्रसाद जी, आपका ये प्रयास मेरे लिए नई दृष्टि देने वाला है। क्योंकि मैं ‘मन की बात’ करता हूँ तो सहज-सरल तरीके से अपनी बात रखता हूँ। मुझे नहीं मालूम था कि इस का ये भी एक एलिमेंट (element) था। आपने जब पुरानी सारी बातों को इट्टा किया, तो मैंने भी उसे एक बार नहीं बल्कि दो बार पढ़ा।

•गुरु प्रसाद जी आपकी इस बुक (book) को मैं नमोएप (Namo App) पर जरूर अपलोड (upload) करवाऊंगा। भविष्य के प्रयासों के लिए आपको बहुत-बहुत शुभकामनायें।

**मन की बात - <https://www.youtube.com/watch?v=jYFWqVZrg0I>**

Banwarilal Purohit



RAJ BHAVAN,  
Chennai-600 022.

Dated: 28.06.2021

Dear Thiru Gunuprasad Ji,

The Hon'ble Prime Minister mentioned about your e-book on 'Prime Minister's Love for Tamil Language and Culture', in the 'Mann ki Baat' programme on 27 June 2021, recognizing your valuable contribution to it. We are proud that you have commended Hon'ble Prime Minister on his respectful references to Tamil culture and people. You made Tamil Nadu proud. Your contribution will be a shining and inspiring example for the people of Tamil Nadu.

I extend my heartiest congratulations and best wishes to you on this occasion. I pray to the Almighty to bless you and your family with happiness, good health and prosperity and wish to see many more such contributions from you in future.

With best wishes,

Yours sincerely,

(BANWARILAL PUROHIT)

Thiru R. Gunuprasad,  
B15/223, Kendriya Vihar,  
Paruthipattu,  
Avadi-Poonamalle High Road,  
Chennai - 600 071.

हार्दिक  
शुभकामनाएँ



Banwarilal Purohit



RAJ BHAVAN,  
Chennai-600 022.

Dated: 29.03.2021

Dear Thiru Gunuprasad Ji,

The Hon'ble Prime Minister mentioned about sharing of experiences of your travel in 2019 to two light houses, i.e. Chennai Light House and Mahabalpuram Light House, in 'Mann ki Baat' programme on 28 March 2021, recognizing your valuable contribution. We are proud that you have shared valuable information about the giant wicks of oil lamps, kerosene lights, petroleum vapour, and electric lamps which were used in olden times and exhibited at the heritage Museum of the light house. This will attract the attention of large number of tourists to visit this place from within the country and abroad. Also your revelation about the ancient 'Ukaneshwar' temple built by Pallava King Mahendra Varman (First) near Mahabalpuram Light House is praiseworthy. You made Tamil Nadu proud. Your contribution will be a shining and inspiring example for the people of Tamil Nadu.

I extend my heartiest congratulations and best wishes to you on this occasion. I pray to the Almighty to bless you and your family with happiness, good health and prosperity and wish to see many more such contributions from you in future.

With best wishes,

Yours sincerely

(BANWARILAL PUROHIT)

Thiru R. Gunuprasad,  
B15/223, Kendriya Vihar,  
Paruthipattu,  
Avadi-Poonamalle High Road,  
Chennai - 600 071.

## राजभाषा गतिविधियाँ

भारत सरकार के राजभाषा विभाग द्वारा समय-समय पर जारी निर्देशों के अनुपालन में, हमारे कार्यालय में राजभाषा के प्रचार-प्रसार के लिए निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु लगातार प्रयत्न किया जा रहा है। संपूर्ण वर्ष में राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकों का आयोजन हुआ। राजभाषा कार्यान्वयन समिति की सदस्यों ने सभी बैठकों में सक्रिय रूप से भाग लिया और कार्यान्वयन पर विचार-विमर्श किया। बैठक के कार्यवृत्त राजभाषा विभाग को एवं अनुपालन रिपोर्ट मुख्यालय को भेजे जा रहे हैं। नियमित रूप से तिमाही प्रगति रिपोर्ट राजभाषा विभाग को ऑनलाइन भेजी जा रही है। धारा (3) का शत प्रतिशत पालन किया जा रहा है।



दिनांक 25.03.2021 को एक दिवसीय हिन्दी कार्यशाला का आयोजन ऑन लाइन के माध्यम से किया गया। राजपत्रित एवं अराजपत्रित पदधारी कार्यशाला में सक्रिय रूप से भाग लेकर लाभान्वित हुए। कार्यशाला में भाग लेने वाले पदधारियों को सहायक सामग्री एवं कार्यालय निपुणता का वितरण किया गया।

दिनांक 01.09.2020 से 14.09.2020 तक हिन्दी पखवाड़ा का आयोजन किया गया, जिसमें विभिन्न प्रतियोगिताएँ एवं संगीत कार्यक्रम आयोजित किए गए। दिनांक 14.09.2020 को आयोजित हिन्दी दिवस समारोह के दौरान प्रतियोगिताओं के विजेताओं को पुरस्कार वितरित किए गए, माननीय गृह मंत्री का संदेश पढ़ा गया।

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति द्वारा आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं में इस कार्यालय के पदधारी नियमित रूप से भाग लेते आ रहे हैं तथा पुरस्कार भी प्राप्त करते हैं। नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकों एवं राजभाषा विभाग द्वारा आयोजित सम्मेलनों/संगोष्ठी आदि में इस कार्यालय की उपस्थिति हमेशा रही है।

## अप्रैल 2020 से मार्च 2021 तक पदोन्नत पदधारियों की सूची

नाम (श्री /श्रीमती /कु)	पदनाम
बी .दीपक	सहा .लेखापरीक्षा अधिकारी
विकास कुमार यादव	. सहा .लेखापरीक्षा अधिकारी
एम एस .सतीश	सहा .लेखापरीक्षा अधिकारी
अजय यादव	डी ई ओ ग्रेड बी
के .प्रभाकरन	सहायक पर्यवेक्षक
डी .मारिदास	सहायक पर्यवेक्षक
जे .दिनकरन	सहायक पर्यवेक्षक
आर .अशोकन	सहायक पर्यवेक्षक
एस .पेच्चिमुत्तु	सहायक पर्यवेक्षक
ए धनलक्ष्मी	सहायक पर्यवेक्षक
एन .विमला	सहायक पर्यवेक्षक
सी एस .पॉलराज	का .मले लेप-॥ को स्थानांतरित (सहायक पर्यवेक्षक)
एस .रमणीचन्द्रन	सहायक पर्यवेक्षक(का .मले लेप-॥ को स्थानांतरित)
एस .अशोकन-॥	पर्यवेक्षक
विजया कण्णन	पर्यवेक्षक
जे .चन्द्रवदना	पर्यवेक्षक
एम .आनन्दराज	पर्यवेक्षक
डी .सुरेन्द्रनाथ	पर्यवेक्षक
आर .कण्णन -॥॥	पर्यवेक्षक
एस .अब्दुर रहमान	पर्यवेक्षक
एस .श्रीनिवासन -XIV	पर्यवेक्षक
एम .वासुकी	पर्यवेक्षक
के .वेंकटेश्वरन	पर्यवेक्षक
ए राजेन्द्रन ॥	पर्यवेक्षक
आर .जयश्री	पर्यवेक्षक
ए रसीक बरीत	पर्यवेक्षक
एम .बी .संपतकुमार	पर्यवेक्षक
एस .महेन्द्रन	पर्यवेक्षक
आर .चन्द्रशेखरन	पर्यवेक्षक
सी .रेवती	पर्यवेक्षक
आर .सरवणन	सहायक पर्यवेक्षक
एस .लक्ष्मी नरसिंहन ॥	सहायक पर्यवेक्षक
पी .रोजसिन मेरी	सहायक पर्यवेक्षक

एन .सुरेश	सहायक पर्यवेक्षक
वी .सुजाता	सहायक पर्यवेक्षक
एम.आर .सुशीला	सहायक पर्यवेक्षक
जे .मरगदवल्ल्ली	सहायक पर्यवेक्षक
डी .कांचनमाला	सहायक पर्यवेक्षक
कमल राय	सहायक पर्यवेक्षक
डी .सुधाकर राजू	सहायक पर्यवेक्षक
श्रीनिवासन सेतुरामन	सहायक पर्यवेक्षक
एस .ई .मीरा लब्बाई	सहायक पर्यवेक्षक
निर्मला दिवाकरन	सहायक पर्यवेक्षक
जे .निर्मला	सहायक पर्यवेक्षक
आर .मुरुगेश्वरन	सहायक पर्यवेक्षक
आर .एळिलरसी	सहायक पर्यवेक्षक
आर .सुजाता	सहायक पर्यवेक्षक
जी .पद्मावती	सहायक पर्यवेक्षक
एस .रामामृतम	सहायक पर्यवेक्षक
विन्दु उदया रवि	सहायक पर्यवेक्षक
उमा एस .गणेशन	सहायक पर्यवेक्षक
एस.एस .कण्णन	सहायक पर्यवेक्षक
ए विजयन	सहायक पर्यवेक्षक
डी .स्वर्णलता	सहायक पर्यवेक्षक
एन .रामचन्द्रन -IV	सहायक पर्यवेक्षक
एस .चन्द्रशेखर	सहायक पर्यवेक्षक
के .रमेश कुमार	सहायक पर्यवेक्षक
पी.के .कुमरन	सहायक पर्यवेक्षक
एन्डू राजकुमार	सहायक पर्यवेक्षक
जी .संकरन	सहायक पर्यवेक्षक
के .आर .बिनयराज	सहायक पर्यवेक्षक
टी.एस .पार्थिबन	सहायक पर्यवेक्षक
वी.आर .शेषगिरी	सहायक पर्यवेक्षक
ए रजनी बाला	सहायक पर्यवेक्षक

## अप्रैल 2020 से मार्च 2021 तक सेवानिवृत्त पदधारियों की सूची

नाम (श्री/श्रीमती)	पदनाम
एस. आर. नारायणन	वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी
वी. वैदीस्वरन	वरिष्ठ लेखापरीक्षक
एन. शेखर	वरि. लेखापरीक्षक
आर. सौरीराजन-॥	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी
भुवना श्रीधरन	वरि. लेखापरीक्षक(स्वैच्छिक सेवा निवृत्ति)
पी .कनकराज	वरि .लेखापरीक्षा अधिकारी
सुन्दरी जनकराजन	वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी(स्वैच्छिक सेवा निवृत्ति)
जी. चन्द्रकला	वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी(स्वैच्छिक सेवा निवृत्ति)
जे. रविकुमार	लेखापरीक्षक (अनिवार्य सेवा निवृत्ति)
जी. लक्ष्मी नरसिंहन	वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी(स्वैच्छिक सेवा निवृत्ति)
एस. चन्द्रमौली	सहा. लेखापरीक्षा अधिकारी(स्वैच्छिक सेवा निवृत्ति)

## कल्याण गतिविधियाँ

कोविड – 19 महामारी के दौरान कार्यालय को बन्द किया गया था, परन्तु जब मई 2020 को पुनः खोला गया था, तबसंपूर्णकार्यालय का किटाणुशोधन किया गया। कार्यालय के अन्दर प्रविष्टि की जाने वाले प्रत्येक वाहन की सफाई, संपूर्ण पदधारियों को थर्मल स्कैन करके ही अन्दर छोड़ा गया था। कार्यस्थल में पदधारियों को आवश्यक दूरी बनाए रखने एवं सरकार द्वारा समय-समय पर जारी मार्गदर्शी सिद्धान्तों का अवगत कराया गया। कार्यालय में प्रति हफ्ते सरकार द्वारा संस्तुत आयुर्वेदिक जल ( कवसुरकुडीनीर एवं **टेम्पकॉलजल** ) सभी को दिया गया था। 21.05.2020 को **“आतंकवाद विरोधी दिवस”** की शपथ ली गई थी।

निवारक उपाय एवं प्रतिरक्षा बूस्टर के रूप में आर्सेनिक आलबम-30 ( होम्योपैथी दवाई) तीनों कार्यालयों के सभी पदधारियों को वितरित किया गया था। स्वतंत्रता दिवस, गणतंत्र दिवस आदि कार्यक्रम सरकारी नियमों का अनुपालन करके किया गया। 20.08.2020 को चेन्नै एवं शाखा कार्यालयों के सदस्यों द्वारा सद्भावना दिवस का शपथ लिया गया। 31 अक्टूबर को **“राष्ट्रीय एकता दिवस”** का शपथ लिया गया। राष्ट्रीय साम्प्रदायिक सदभाव फाउंडेशन (NFCH) सप्ताह दिनांक 19.11.2020 से 25.11.2020 तक मनाया गया एवं **“झंडा दिवस”** 25.11.2020 को मनाया गया।

इसके अलावा कोरोना से पीड़ित कार्यालय के पदधारियों एवं उनके परिवार जनों हेतु कल्याण कक्ष द्वारा कई सहायतायें की गई तथा अस्पताल का प्रबंध करना, कोविड जाँच कराना, दवाइयों का प्रबंध करना, गाड़ी का प्रबंध करना एवं अन्य आवश्यक जरूरतों को प्रदान करना इत्यादि। कोविड वैक्सीन का इंतजाम किया गया, जिससे अधिक से अधिक पदधारी लाभान्वित हुए।

कार्यालय के पदधारियों के कल्याण में कल्याण कक्ष का महत्वपूर्ण योगदान है, जो सराहनीय है।

अप्रैल 2020 से मार्च 2021 तक सेवानिवृत्त पदधारियों की सूची

सुगंध अष्टम अंक पर निम्नलिखित पदधारी प्रशंसा पत्र पाए  
बधाइयां



क्रम सं	नाम (श्री/श्रीमती)	कार्यालयों द्वारा प्रोत्साहित Appreciated by Offices
1	वेदवल्ली कण्णन / Vedavalli Kannan	9
2	जे. पुष्कला / J. Pushkala	7
3	ज्ञानश्री दिव्येन्दु बेहेरा / Jnanashree Dibyendu Behera	6
4	राजीव प्रसाद / Rajeev Prasad	6
5	एस. शांतामणि / S. Shantamani (M/o of S. Sudhavalli / H.O)	5
6	एस.वासुदेवन / S. Vasudevan	5
7	नयना विलास पाटील / Nayana Vilas Patil	5
8	जी मानस्वी / G. Mansavi (D/o of Snehalata Srinivasan/ DGA)	5
9	जानकी दिवाकरन / Janaki Divakaran	4
10	श्वेता कुशवाहा / Shewta Kushwaha	4
11	रोहित मिश्रा / Rohit Mishra	3
12	निवेदा गणेशन / Niveda Ganesan (D/o of S. Ganesan/ DD)	3
13	संजोय घोष / Sanjoy Ghosh	2
14	बेलाल अहमद / Belal Ahmad	2
15	वी.भुवनेश्वरी / B. Bhuvaneswari	1
16	साहित्या सुकुमारन / Sahitya Sugumaran (D/o of K. Sugumaran / Auditor)	1

# सुगंध 2021

