



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

गोपाद्रि

30वां अंक : 2024-25



कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-प्रथम)
मध्य प्रदेश, ग्वालियर

मध्य प्रदेश के राजकीय चिन्ह



मध्य प्रदेश के राजकीय पशु 'बारहसिंगा' को दलदली मृग भी कहा जाता है। बारहसिंगा का सबसे विलक्षण अंग है उसके सींग। वयस्क नर में सींग की 10-14 शाखाएँ होती हैं, कुछ की तो 20 तक भी शाखाएँ पायी गई हैं। इन्हीं शाखाओं की वजह से 'बारहसिंगा' इसका नाम पड़ा है जिसका अर्थ होता है बारह सींग वाला। इसके सींग लंबे और घुमावदार होते हैं, जो इसकी रक्षा और शिकार के लिए उपयोगी होते हैं।



बरगद (फाइकस बेंघालेंसिस) भारत के साथ ही मध्य प्रदेश का भी राजकीय वृक्ष है। यह एक पवित्र वृक्ष माना जाता है, जो हिंदू और बौद्ध धर्म में महत्वपूर्ण स्थान रखता है। बरगद के वृक्ष विशालकाय, घने और दीर्घायु होते हैं। बरगद के वृक्ष की जड़ें डालियों से भी निकलती हैं और एक अद्भुत दृश्य बनाती हैं। बरगद के वृक्ष के पत्तों, जड़ों और फलों में औषधीय गुण होते हैं, जो विभिन्न बीमारियों के उपचार में उपयोग किए जाते हैं। बरगद के वृक्ष पारिस्थितिकी तंत्र के लिए महत्वपूर्ण हैं क्योंकि ये पक्षियों और जानवरों के लिए आवास प्रदान करते हैं।



मध्य प्रदेश का राजकीय पक्षी दूधराज है। 'दूधराज' पक्षी की पूँछ लंबी, सिर चमकीला, चोंच छोटी, गोल, पतली और गहरे नीले रंग की होती है। दूधराज में नर का रंग सफेद होता है, वहीं मादा का रंग चमकीला काला होता है। इस पक्षी की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि इनका किशोरावस्था तक नर पक्षी का रंग भी मादा जैसा ही होता है लेकिन समय के साथ परिवर्तन होने पर उनका रंग बदल जाता है।



मध्य प्रदेश का राजकीय पुष्प 'सफेद लिली' (लिलियम कैंडिडम) है। यह लिली परिवार से संबंधित है यह एक पवित्र और शुभ फूल है जो लगभग सभी धर्मों में पूजा और अनुष्ठानों में उपयोग किया जाता है। इसके फूल बड़े, सुगंधित और सफेद रंग के होते हैं, जो जून से सितंबर तक खिलते हैं। सफेद लिली का महत्व न केवल इसकी सुंदरता में है, बल्कि इसके औषधीय गुणों में भी है। इसका उपयोग विभिन्न बीमारियों जैसे कि बुखार, खांसी और त्वचा रोग आदि के उपचार में भी किया जाता है।



मध्यप्रदेश का राजकीय फल आम (मैंगिफेरा इंडिका) है, जो एक उष्णकटिबंधीय फल है और भारतीय उपमहाद्वीप में व्यापक रूप से उगाया जाता है। आम का स्वाद मीठा और खट्टा होता है। आम में विटामिन- ए, विटामिन - सी और पोटेशियम जैसे पोषक तत्व होते हैं, जो स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होते हैं। आम की कई किस्में होती हैं, जैसे कि दशहरी, केसर और लंगड़ा, जो अपने स्वाद और रंग में भिन्न होती हैं। आम का आर्थिक महत्व भी है, क्योंकि यह भारत का एक प्रमुख निर्यात फल है।



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

गोपाद्री

30वां अंक : 2024-25

संरक्षक

प्रिया पारिख

महालेखाकार



प्रकाशकीय

डॉ. दीन दयाल वर्मा

वरिष्ठ उप महालेखाकार (प्रशासन)



संपादक मण्डल

संजीव कुमार झांजी

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

स्वर्णलता गुप्ता

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

मनीष कुमार

हिंदी अधिकारी

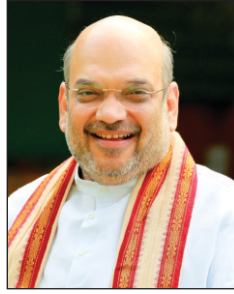
विजय सिंह मीना

सहायक पर्यवेक्षक

पत्रिका में प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार एवं दृष्टिकोण संबंधित लेखक के हैं, उनसे कार्यालय अथवा संपादक मंडल की सहमति आवश्यक नहीं है।
अपना लेख एवं सुझाव वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी, हिंदी कक्ष, कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-प्रथम) मध्य प्रदेश, ऑडिट भवन,
झाँसी रोड, ग्वालियर - 474002 को भेजें।

अनुक्रमणिका

क्र.	रचना/लेख	रचनाकार/लेखक	पृष्ठ संख्या
1.	संदेश (संरक्षक की कलम से..✍)	-	
2.	प्रकाशकीय	-	
3.	संदेश	-	
4.	संपादकीय	-	
5.	प्रकृति की प्रत्यक्ष उपासना : लोक आस्था का पर्व 'छठ'	धनंजय कुमार	01
6.	मैंने देखा है	चंद्रपाल सिंह यादव	04
7.	अफवाह	अर्चना मानव	05
8.	आयुर्वेदिक दवाएँ एवं स्वचिकित्सा	मनोज कुमार सिंह श्योरान	08
9.	संगीत एवं कराओके-संगीत का परिचय एवं प्रभाव	राजेन्द्र प्रसाद गर्ग	11
10.	मन से वार्तालाप	विजय सुगंधी	13
11.	मैं नदी थी	अखिलेश चंद्र बाजपेयी	14
12.	कर्तव्यपरायणता का फल	प्रफुल्ल त्रिपाठी	15
13.	जीवन का अंतिम लक्ष्य क्या है?	वंदना	16
14.	स्वस्थ रहने के लिए व्रत-उपावास जरूरी हैं	अनुशील जौहरी	18
15.	गरीब का दुःख	शिवानी गुप्ता	20
16.	भावना	स्वर्णलता गुप्ता	21
17.	किताबों का महत्व	माधवी मुजुमदार	24
18.	प्राकृतिक औषधीय संसार	विजय सिंह मीना	26
19.	शब्द ज्ञान	मनीष कुमार	30
20.	देहरादून : प्रेम का शहर	शिखा मलिक	32
21.	पिल्लू	निधि गौतम	36
22.	छोटी सी इच्छा	सेहरिश फुज़ेल	37
23.	सबसे बड़ा मूर्ख कौन ?	स्वेता रविदास	38
24.	कालचक्र : वैदिक काल से वर्तमान तक स्त्री	पुष्पांजलि विश्वकर्मा	40
25.	गिर लेंगे	दीक्षा चौहान	43
26.	कार्यालयीन गतिविधियाँ	-	44
27.	कार्यालय में सेवानिवृत्त/नवनियुक्त कार्मिकों की सूची	-	45
28.	आपके अभिमत... आपके पत्र...	-	46



गृह मंत्री एवं
सहकारिता मंत्री
भारत सरकार

संदेश

प्रिय देशवासियो !

आप सभी को हिंदी दिवस की हार्दिक शुभकामनाएँ।

इस वर्ष का हिंदी दिवस समारोह विशेष है, क्योंकि 14 सितंबर, 1949 को भारत की संविधान सभा द्वारा हिंदी को संघ की राजभाषा के रूप में स्वीकार किए जाने के 75 वर्ष पूरे हो रहे हैं। यह अत्यंत प्रसन्नता की बात है कि राजभाषा विभाग द्वारा इसे 'राजभाषा हीरक जयंती' के रूप में मनाया जा रहा है।

भारत अपनी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, पुरातन सभ्यता और भाषिक विविधता के लिए दुनिया में विशिष्ट स्थान रखता है। क्षेत्रीय भाषाओं ने हमारी अतुलनीय सांस्कृतिक विविधता को आगे बढ़ाने और देशवासियों को भारतीयता के अटूट सूत्र में पिरोने का काम किया है। अतः हिंदी सहित सभी भारतीय भाषाओं को भारतीय अस्मिता का प्रतीक कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी।

स्वतंत्रता आंदोलन के दौरान स्वराज, स्वदेशी और स्वभाषा पर विशेष बल दिया गया था। हिंदी ने तब से लेकर आज तक, देश की विविधता में एकता स्थापित करने और सामूहिक सद्भावना को सुदृढ़ करने का महती कार्य किया है। हिंदी की इसी शक्ति के कारण उन दिनों हिंदी की स्वीकार्यता को बढ़ावा देने वालों में लोकमान्य तिलक, महात्मा गाँधी, लाला लाजपत राय, नेताजी सुभाषचन्द्र बोस, राजगोपालाचारी एवं अन्य गैर-हिंदीभाषी महानुभावों की महत्वपूर्ण भूमिका रही थी। आजादी के बाद हिंदी की इसी सर्वसमावेशी प्रवृत्ति को ध्यान में रखते हुए हमारे संविधान निर्माताओं ने हिंदी को संघ की राजभाषा का दर्जा दिया तथा संविधान की आठवीं अनुसूची में प्रमुख भारतीय भाषाओं को स्थान दिया।

हिंदी एक ऐसी भाषा है, जिसमें आपको देश की कई भाषाओं के तत्व मिल जाएँगे। इसका इतिहास लिखने वालों ने तो रासो ग्रंथों, सिद्धों-नाथों की वाणियों से लेकर भक्तिकाल के संत कवियों और खड़ी बोली तक इसकी परम्परा को माना है। कवि चंदबरदाई से लेकर महाकवि विद्यापति, ज्योतिरीश्वर ठाकुर, तुलसीदास, सूरदास, मीराबाई, आंडाल, गुरु नानकदेव जी, संत रैदास, कबीरदास जी से लेकर आज तक कई साहित्यकारों व भाषाविदों ने भारतीय भाषाओं के माध्यम से हिंदी का मार्ग प्रशस्त किया है। इसके विकास में उन असंख्य लोकभाषाकारों का भी अमूल्य योगदान है, जो गायन-वादन के द्वारा इस भाषा के आदिरूपों को जन-जन तक पहुँचाते रहे। हिंदी भाषा मैथिली, भोजपुरी, अवधी, ब्रज, हरियाणवी, राजस्थानी, मेवाती, गुजराती, छत्तीसगढ़ी, बघेली, कुँमाउनी, गढ़वाली जैसी मातृभाषाओं के समन्वित रूप से ही तो बनी है। मुझे खुशी है कि हिंदी भाषा इन मातृभाषाओं को अक्षुण्ण रखते हुए आगे बढ़ रही है और लगातार विकसित हो रही है। आज जब राजभाषा के रूप में हिंदी अपनी 75वीं वर्षगाँठ पूरी कर रही है, तब हमें इसका यह इतिहास जरूर याद रखना चाहिए।

14 सितंबर, 1949 से लेकर लगातार राजभाषा के रूप में हिंदी के संवर्धन के अनेक काम हुए हैं। राजभाषा विभाग की विशाल यात्रा को पीछे मुड़ कर देखें, तो हमें कई महत्वपूर्ण पड़ाव दिखाई देते हैं, जहां इस विभाग ने जिम्मेदारीपूर्वक सरकारी तंत्र को भाषिक चेतना के प्रति प्रेरित किया है।

साल 1977 में श्रद्धेय **अटल बिहारी वाजपेयी जी** ने तत्कालीन विदेश मंत्री के रूप में पहली बार संयुक्त राष्ट्र की आम सभा को हिंदी में संबोधित कर राजभाषा का मान बढ़ाया। माननीय **प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी** जब अंतरराष्ट्रीय मंचों पर हिंदी भाषा में संबोधन देते हैं और भारतीय भाषाओं के उद्घरण देते हैं, तो समूचे देश में अपनी भाषा के प्रति गौरव के भाव को और बल मिलता है। बीते 10 वर्षों में हमारी सरकार ने राजभाषा को और भी समृद्ध व सक्षम बनाने के हर संभव कार्य किए हैं। 2018 में अनुवाद टूल कंठस्थ का लोकार्पण हो, 2020 में भारत की नई शिक्षा नीति में मातृभाषाओं को विशेष महत्व देने की अनुशंसा हो, केंद्र शासित प्रदेश जम्मू-कश्मीर में आधिकारिक भाषाओं की सूची में कश्मीरी, डोगरी और हिंदी को शामिल करने के लिए विधेयक पारित करना हो, 2022 में हिंदी दिवस पर कंठस्थ 2.0 का लोकार्पण हो या साल 2021 से हर साल हिंदी दिवस पर 'अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन' आयोजित करना हो, सरकार राजभाषा व भारतीय भाषाओं के संरक्षण के प्रति प्रतिबद्ध है। साथ ही, संसदीय राजभाषा समिति ने अपने प्रतिवेदन का 12वां खंड भी माननीय राष्ट्रपति महोदया को सौंप दिया है।

राजभाषा में कार्यों को प्रोत्साहन देने हेतु हमने साल 2022 से संशोधित राजभाषा गौरव पुरस्कार योजना भी शुरू की है जिसके तहत ज्ञान-विज्ञान, अपराध शास्त्र अनुसंधान, पुलिस प्रशासन, संस्कृति, धर्म, कला, धरोहर एवं विधि के क्षेत्र में राजभाषा में मौलिक पुस्तक लेखन हेतु पुरस्कार दिए जाते हैं। साथ ही, राजभाषा विभाग ने डिजिटल शब्दकोश 'हिंदी शब्द सिंधु' का निर्माण भी किया है।

दुनिया के सबसे बड़े लोकतंत्र में यह और भी आवश्यक हो जाता है कि हिंदी एवं भारतीय भाषाओं के माध्यम से जन-जन तक संवाद स्थापित करते हुए राष्ट्र की प्रगति सुनिश्चित की जाए। यह अत्यंत आवश्यक है कि हम व्यापक रूप से सरल और सहज भाषा का प्रयोग करके राजभाषा और जनभाषा के बीच की दूरी को पाटें, ताकि देश के हर वर्ग का नागरिक देश की प्रगति से परिचित भी हो और लाभान्वित भी। इस तरह 'आत्मनिर्भर भारत' व 'विकसित भारत' के लक्ष्य को प्राप्त करने में हमारी भारतीय भाषाओं की सशक्त भूमिका रहने वाली है।

मुझे विश्वास है कि हिंदी दिवस एवं राजभाषा हीरक जयंती समारोह, मातृभाषाओं के प्रति राजभाषा विभाग की प्रतिबद्धता को और भी ऊँचाई देने का सार्थक माध्यम बनेगा। मैं राजभाषा विभाग के कार्यों की सराहना करते हुए हिंदी दिवस की हार्दिक शुभकामनाएँ प्रेषित करता हूँ।

नई दिल्ली,
14 सितंबर, 2024


(अमित शाह)



संदेश

कार्यालय की अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' के 30वें अंक का प्रकाशन हर्ष एवं गर्व की बात है। राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार को समर्पित इस पत्रिका का इतने वर्षों तक सफल प्रकाशन सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों के सहयोग एवं समर्पण से ही संभव हो सका है।

एक भाषा के रूप में हिंदी न सिर्फ भारत की पहचान है बल्कि यह हमारे जीवन मूल्यों, संस्कृति एवं संस्कारों की सच्ची संवाहक, संप्रेषक और परिचायक भी है। बहुत सरल, सहज और सुगम भाषा होने के साथ ही हिंदी विश्व की संभवतः सबसे वैज्ञानिक भाषा है जिसे दुनिया भर में समझने, बोलने और चाहने वाले लोग बहुत बड़ी संख्या में मौजूद हैं। यह विश्व में तीसरी सबसे ज्यादा बोली जाने वाली भाषा है जो हमारे पारम्परिक ज्ञान, प्राचीन सभ्यता और आधुनिक प्रगति के बीच एक सेतु भी है।

'गोपाद्री' पत्रिका ने इस सेतु के एक मजबूत स्तंभ के रूप में अपने को स्थापित किया है। पत्रिका में प्रकाशित रचनाएँ हमारे कार्यालय के अधिकारियों और कर्मचारियों की राजभाषा के प्रचार-प्रसार के प्रति निष्ठा एवं समर्पण को प्रतिबिंबित करती हैं। यह पत्रिका हमारे कार्मिकों में छिपी साहित्यिक प्रतिभा को उजागर तथा विकसित करने का एक प्रभावी माध्यम बन कर उभरी है।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए सभी रचनाकार, संपादक मण्डल तथा प्रकाशन में सहयोग देने वाले अन्य कार्मिक भी बधाई के पात्र हैं। आशा है कि 'गोपाद्री' पत्रिका हिंदी के प्रचार-प्रसार के अपने पुनीत उद्देश्य में सफल होगी एवं ज्यादा से ज्यादा लोगों के लिए प्रेरणास्रोत बनेगी।

पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

(प्रिया पारिख)
महालेखाकार



प्रकाशकीय

यह अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि कार्यालय द्वारा अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' के 30वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। स्वतंत्रता प्राप्ति के पूर्व से ही राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार में पत्र-पत्रिकाओं का प्रमुख योगदान रहा है। हमारे कार्यालय के अधिकारी एवं कर्मचारी 'गोपाद्री' में अपनी रचनाओं के माध्यम से हिंदी के विकास एवं प्रसार में अपना बहुमूल्य योगदान दे रहे हैं। इसके लिए वे प्रशंसा के पात्र हैं।

किसी भी स्वाधीन देश के लिए, जो महत्व उसके राष्ट्रीय ध्वज और राष्ट्रगान का है, वही उसकी राजभाषा का है। प्रजातांत्रिक देश में जनता और सरकार के बीच भाषा की दीवार नहीं होनी चाहिए और शासन का काम जनता की भाषा में किया जाना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति अपनी भाषा में ही स्पष्टता और सरलता से अपने विचारों को अभिव्यक्त कर सकता है। राजभाषा देश के भिन्न-भिन्न भागों को एक सूत्र में पिरोने का कार्य करती है। इसके माध्यम से जनता न केवल अपने देश की नीतियों और प्रशासन को भली-भांति समझ सकती है, बल्कि उसमें स्वयं भी भाग ले सकती है। प्रजातंत्र की सफलता के लिए ऐसी व्यवस्था अत्यंत आवश्यक है।

मुझे आशा है कि हमारी पत्रिका 'गोपाद्री' राजभाषा के प्रचार-प्रसार में अपना योगदान ऐसे ही देती रहेगी। पत्रिका के 30वें अंक के सफल प्रकाशन के लिए इससे जुड़े सभी रचनाकारों और संपादक मंडल को मैं बधाई देता हूँ।

पत्रिका के स्वर्णिम भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

(डॉ. दीन दयाल वर्मा)
वरिष्ठ उप महालेखाकार
(प्रशासन)



संदेश

“हिंदी भाषा वह धरोहर है, जो हमें हमारी पहचान देती है और विविधता में एकता का प्रतीक बनती है।”

प्रिय पाठकों,

आप सभी को हिंदी दिवस की हार्दिक शुभकामनाएँ! इस विशेष अवसर पर, हम गर्व से ‘गोपाद्री’ पत्रिका का 30वां अंक आपके समक्ष प्रस्तुत कर रहे हैं। हिंदी हमारी सांस्कृतिक धरोहर का अभिन्न हिस्सा है और इसने हमें एकजुट करने का काम किया है।

हिंदी न केवल एक भाषा है, बल्कि यह देश की विविधता में एकता का प्रतीक है। यह विभिन्न संस्कृतियों, विचारों और भावनाओं को जोड़ने का माध्यम है। हमारे देश की एकता और अखंडता को बनाए रखने में हिंदी की महत्वपूर्ण भूमिका है। यह हमारी पहचान को मजबूती प्रदान करती है और सामाजिक समरसता का आधार बनती है।

भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में भी हिंदी ने महत्वपूर्ण योगदान दिया। यह वह भाषा थी, जिसने राष्ट्रवादी विचारों को जन-जन तक पहुँचाने में सहायता की। महात्मा गांधी, बाल गंगाधर तिलक और अन्य नेताओं ने हिंदी का उपयोग कर लोगों को एकजुट किया और स्वतंत्रता के लिए प्रेरित किया। हिंदी ने स्वतंत्रता की चेतना को जागृत किया और इसे जन आंदोलन का हिस्सा बनाया।

संविधान सभा में भी हिंदी की महत्वपूर्ण भूमिका रही। यह उस समय की संवैधानिक चर्चा का हिस्सा बनी, जब भारत की आत्मा को परिभाषित किया जा रहा था। हिंदी को आधिकारिक भाषा के रूप में स्वीकार करने का निर्णय हमारे लोकतंत्र की नींव को मजबूत करने वाला था। स्वतंत्रता के बाद, हिंदी ने न केवल साहित्य और कला में, बल्कि विज्ञान, तकनीकी और समाज सेवा में भी अपनी पहचान बनाई। आज हिंदी एक सशक्त भाषा है, जो हमें वैश्विक मंच पर पहचान दिला रही है।

भाषा का विकास में अद्वितीय स्थान है। यह न केवल विचारों और भावनाओं के आदान-प्रदान का साधन है, बल्कि यह सभ्यताओं और संस्कृतियों के विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। भाषा के माध्यम से ज्ञान, कला और परंपराएँ एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक पहुँचती हैं, जिससे मानवता का विकास संभव होता है।

इस अंक में लेख, कविताएँ और विभिन्न रचनाएँ आपको हिंदी की सुंदरता और विविधता से परिचित कराएँगी। आइए, मिलकर हिंदी को आगे बढ़ाएँ और इस अद्भुत भाषा की समृद्धि में अपना योगदान दें।

धन्यवाद।

सुमित

(सुमित कुमार)
उप महालेखाकार
ए.एम.जी.-2



संदेश

हमारी अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' के 30वें अंक को प्रस्तुत करते हुए बहुत हर्षित हूँ। सर्वसाधारण की जन-भाषा हिंदी का प्रयोग करना और प्रचार-प्रसार करना हमारी इस पत्रिका 'गोपाद्री' का प्रमुख उद्देश्य है। इस उद्देश्य की प्राप्ति हेतु कार्यालय के अधिकारियों और कर्मचारियों द्वारा किया गया कार्य सराहनीय है।

किसी भी देश की भाषा उसकी सभ्यता, संस्कृति और उसकी उन्नति की पहचान होती है। भारत की भाषा हिंदी भी भारत की पहचान है। राष्ट्र को एकता के सूत्र में बांधने वाली हमारी यह भाषा हमारे स्वाभिमान का प्रतीक है। आजादी की लड़ाई में इसने जन-चेतना को जगाने में योगदान दिया। भाषा राष्ट्र को एकजुट करती है और हिंदी ने यह काम बखूबी किया है। इसके पीछे हमारे देश के पत्र-पत्रिकाओं का विशेष हाथ है। पत्र-पत्रिकाओं ने सूचना एवं तकनीक का साथ लेकर हिंदी के प्रचार की कमान संभाली है और जन-जन में राजभाषा हिंदी के प्रसार और उसे अपनाने का बिगुल बजाया है। इस पुनीत कार्य में हमारी पत्रिका 'गोपाद्री' भी अपना अमूल्य योगदान दे रही है।

मैं आशा करता हूँ कि हमारे कार्यालय के सभी अधिकारी एवं कर्मचारी अपने रचनात्मक कौशल से 'गोपाद्री' को समृद्ध कर राजभाषा के प्रचार-प्रसार में अपना योगदान देते रहेंगे। पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु सभी रचनाकार, संपादक मण्डल एवं प्रकाशन से जुड़े सभी कार्मिक बधाई के पात्र हैं।

पत्रिका के निरंतर प्रकाशन एवं स्वर्णिम भविष्य हेतु मेरी ओर से हार्दिक शुभकामनाएँ।

आर. तारक नाथ

(आर. तारक नाथ)

उप महालेखाकार

ए.एम.जी-4



संदेश

मुझे यह जान कर अत्यंत प्रसन्नता हो रही है कि कार्यालय की राजभाषा पत्रिका 'गोपाद्री' के 30वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है।

जहाँ एक ओर विभागीय पत्रिकाओं को प्रकाशित करने का मूल उद्देश्य राजभाषा के प्रचार-प्रसार को प्रेरणा एवं संबल प्रदान करना है वहीं दूसरी ओर कार्यालयीन कार्यों में सरल हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देना भी है। हिंदी हमारी राजभाषा ही नहीं, हमारी राष्ट्रीय पहचान भी है। हिंदी का अधिकाधिक प्रयोग करना हमारा संवैधानिक कर्तव्य है। हमारा सदैव ही यह प्रयास होना चाहिए कि हिंदी यूं ही निरंतर प्रगति के पथ पर अग्रसर रहे। मुझे पूर्ण विश्वास है कि हमारी कार्यालयीन पत्रिका हिंदी के विकासात्मक सफर में निश्चित रूप से सहायक होगी।

जहाँ तक इस पत्रिका में संकलित रचनाओं का प्रश्न है, तो इस कार्यालय में कार्यरत कर्मिकों की सृजनशीलता का अनूठा संगम बनाती हुई प्रतीत हो रही हैं। मैं हिंदी के नवीन लेखकों को प्रोत्साहन देने और सुधी पाठकों तक इतनी सुंदर पठनीय सामग्री पहुँचाने के इस प्रयास के लिए संपादक मण्डल को हार्दिक बधाई देता हूँ और आशा करता हूँ कि आप सभी के समेकित प्रयास से 'गोपाद्री' के आगामी अंक उन्नत शिखर पर आसीन होंगे।

पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति हेतु मंगलकामनाओं सहित...

(श्री हरजिन्द्र कुमार)

उप महालेखाकार
ए.एम.जी.-3



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



संदेश

इस कार्यालय के समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लिए यह अत्यंत ही हर्ष एवं गौरव का क्षण है कि हम अपने कार्यालय की अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' के 30वें संस्करण का प्रकाशन करने जा रहे हैं। प्रसिद्ध साहित्यकार भारतेन्दु हरिश्चन्द्र जी ने लिखा है "निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल" अर्थात् अपनी भाषा की उन्नति ही सभी प्रकार की उन्नति का मूल है। हमारी अपनी भाषा 'हिंदी' हमारे देश की समृद्ध संस्कृति एवं संस्कारों का प्रतिबिम्ब है, साथ ही राजभाषा के रूप में भी हिंदी राष्ट्रीय स्वाभिमान और सांस्कृतिक गौरव का प्रतिनिधित्व करती है। अपने कार्यालय की अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' का प्रकाशन हमारे कार्यालय में राजभाषा के प्रति हमारी निष्ठा को दर्शाता है। साथ ही कार्यालय में हिंदी के लिए एक सहज वातावरण सृजित करने में और रचनात्मक प्रतिभाओं को उभारने में यह पत्रिका सफल रही है।

मेरा अनुरोध है कि कार्यालय के सभी अधिकारी एवं कर्मचारी गण हिंदी को आत्मसात करते हुए हिंदी में अधिकाधिक कार्य करें एवं राजभाषा विभाग द्वारा निर्धारित लक्ष्यों को प्राप्त करने का प्रयास करें। इस पत्रिका में अपनी अमूल्य एवं अविस्मरणीय रचनाओं के माध्यम से सहयोग करने हेतु मैं अपने कार्यालय के समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों को सहृदय बधाई देता हूँ एवं इस पत्रिका की उत्तरोत्तर उन्नति की कामना करता हूँ।

(महेश प्रसाद श्रीवास्तव)

उप महालेखाकार
ए.एम.जी.-1



संपादकीय

राजभाषा हिंदी को समर्पित कार्यालय की अर्धवार्षिक पत्रिका 'गोपाद्री' का 30वां अंक आपके सम्मुख प्रस्तुत करते हुए मुझे अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। कार्यालयीन पत्रिका को अपनी रचनाओं से समृद्ध कर योगदान देने वाले सभी रचनाकारों और प्रकाशन में सहयोग देने वाले कार्मिकों का मैं सादर धन्यवाद करती हूँ।

जैसा कि सभी जानते हैं कि हिंदी जन-सामान्य की भाषा है और सबसे सरल और सहज है इसलिए हम सभी अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में इसी भाषा का प्रयोग करते हैं। भाषा की सरलता के कारण ही राजभाषा विभाग द्वारा हिंदी के प्रचार और प्रसार एवं इसे सरकारी कामकाज की भाषा बनाने हेतु निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। कार्यालयीन हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' के प्रकाशन द्वारा हमारा कार्यालय भी राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार में अपना योगदान दे रहा है। रचनाकारों के विचारों और भावनाओं को अभिव्यक्ति और उनकी लेखनी को गति देना ही हमारी पत्रिका का लक्ष्य है।

'गोपाद्री' का यह अंक प्राकृतिक-उपचार, प्रकृति की उपासना, व्रत-उपवास, नारी की अवस्था, किताबों का महत्व आदि विविध विषयों का संग्रह है। रचनाकारों की सृजनात्मकता और भावाभिव्यक्ति अप्रतिम एवं प्रशंसनीय है, यह आप उनकी रचनाओं को पढ़कर स्वयं जान पाएँगे।

आशा करती हूँ कि 'गोपाद्री' का यह 30वां अंक भी पूर्व अंकों की भाँति आप सबकी ज्ञानपिपासा को संतृप्त करेगा। पत्रिका को और परिष्कृत करने हेतु आपके सुझाव और प्रतिक्रियाओं की सदैव प्रतीक्षा रहेगी।

मंगलकामनाओं सहित...

स्वर्णलता
(स्वर्णलता गुप्ता)

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी, हिंदी कक्ष

प्रकृति की प्रत्यक्ष उपासना: लोक आस्था का पर्व 'छठ'

धनंजय कुमार
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



संसार के समस्त जीव-जंतु, पेड़-पौधों का अस्तित्व प्रकृति द्वारा प्रदत्त पंच तत्व-धरा (मिट्टी), जल (पानी), पावक (आग), गगन (आकाश), समीर (हवा) के बिना असंभव है। हमारा यह दायित्व है कि जिसके आधार पर हम जीवन जीते हैं, उसके प्रति अपनी कृतज्ञता का भाव रखें। इसी कृतज्ञता को व्यक्त करने के लिए भारत के पूर्वांचल से प्रारंभ हुआ छठ पर्व, आज सार्वभौमिक पर्व के रूप में पूरी दुनिया में बड़े ही उत्साह एवं उल्लास के साथ मनाया जाता है।



वर्ष में दो बार मनाए जाने वाले इस पर्व को प्रकृति द्वारा प्रदाय किए गए जीवन एवं पदार्थों के प्रति आभार व्यक्त करने के लिए किया जाता है। इसे मनाने में किसी मूर्ति, पुस्तक, मंत्र, पुरोहित या कृत्रिम पदार्थ की आवश्यकता नहीं होती बल्कि शांत मन से, सात्विक रहकर प्रत्यक्ष प्रकृति की उपासना की जाती है। हमारे दिन की शुरुआत सूर्य के प्रकाश से होती है, इसलिए हम उगते सूर्य की उपासना करते हैं ताकि दिनभर अपने कर्तव्यों को पूरा करने के लिए उत्साह बना रहे, तो शाम को अपने कर्तव्यों को पूर्ण करने में प्रकृति के सहयोग के लिए आभार व्यक्त करते हुए डूबते सूर्य की उपासना करते हैं, अर्थात् सुबह की पहली किरण उषा एवं शाम की अंतिम किरण प्रत्युषा दोनों का आभार व्यक्त करते हैं।

चार दिनों तक चलने वाला यह पर्व चैत्र शुक्ल पक्ष में गर्मी की शुरुआत एवं कार्तिक शुक्ल पक्ष में सर्दी की शुरुआत में मनाया जाता है। चैत्र की नवरात्रि में गर्मी अधिक होने के कारण व्रती को उपवास में कठिनाई होने के कारण कम लोगों द्वारा मनाया जाता है परंतु शारदीय नवरात्रि में सर्दी होने के कारण यह पर्व अधिकांश लोगों के द्वारा मनाया जाता है।

इस पर्व को चार चरणों में मनाया जाता है—

1. नहाय—खाय : पर्व करने वाले व्यक्ति (व्रती) द्वारा सबसे पहले शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वच्छ होने के लिए नदी, सरोवर या कुँए के पानी से स्नान किया जाता है, उसके बाद प्रकृति प्रदत्त चावल (अरवा), दाल, लौकी एवं अन्य प्रकार की सब्जियों को बनाया जाता है, उसके बाद सबसे पहले व्रती द्वारा आहार ग्रहण किया जाता है, बाद में परिवार या अन्य सगे—संबंधियों को प्रसाद के रूप में भोजन कराया जाता है। इसमें शुद्धता का विशेष रूप से ध्यान रखा जाता है। घर में तामसिक पदार्थ यथा लहसुन, प्याज आदि का उपयोग नहीं किया जाता है, यहाँ तक कि खाने में प्रयोग किया जाने वाला नमक भी प्राकृतिक रूप से तैयार सेंधा या काला नमक ही उपयोग किया जाता है।

2. खरना : दूसरे दिन व्रती द्वारा दिन भर निर्जला उपवास किया जाता है। शाम को प्रकृति प्रदत्त फलदार वृक्ष की टहनी से दातुन करके मुँह धोया जाता है फिर स्नान एवं पूजा करके खीर बनायी जाती है। इस दिन खीर—रोटी बनाने के लिए उपयोग में लाए जाने वाले गेहूँ व चावल को शुद्ध करने हेतु धोकर सुखाया जाता है। इसमें यह ध्यान रखा जाता है कि इन अनाजों को किसी चिड़िया द्वारा भी जूठा न कर दिया जाए, इसके लिए इन्हें किसी न किसी व्यक्ति की उपस्थिति में सुखाया जाता है। शाम को व्रती द्वारा छठी मैया की पूजा—हवन आदि कर सबसे पहले प्रसाद के रूप में खीर खायी जाती है। (खीर बनाने के लिए प्राकृतिक गुड़ का उपयोग किया जाता है) इस दिन नमक का उपयोग नहीं किया जाता है अर्थात् कोई भी नमकीन खाद्य पदार्थ नहीं बनाया जाता है। इसके बाद आस—पड़ोस के लोगों, सगे—संबंधियों को प्रसाद के रूप में खिलाया जाता है। गाँवों या मुहल्ले में जिन घरों में छठ पर्व मनाया जाता है, उन सभी घरों में व्यक्ति जाकर प्रसाद ग्रहण करते हैं। इसमें किसी भी प्रकार का भेदभाव नहीं होता है।

3. पहला अर्घ्य : व्रती द्वारा इस दिन से अगले दिन सुबह तक (24 घंटे) निर्जला उपवास किया जाता है अर्थात् अन्न एवं पानी का बिल्कुल उपयोग नहीं किया जाता है। दिनभर उपवास के बाद शाम का पहला अर्घ्य अर्थात् डूबते सूर्य को अर्घ्य दिया जाता है। अर्घ्य देने के लिए नदी, सरोवर आदि सर्वोत्तम स्थान होता है, परंतु इनके उपलब्ध न होने पर आसपास के तालाब, कुँए आदि के पास अर्घ्य दिया जाता है। अर्घ्य देने के लिए सामान यथा बांस की टोकरी (दउड़ा), सूप, केला, ईख, सेब, मूली एवं उस समय उपलब्ध अन्य फल आदि की खरीदारी के लिए पुरुष बाजार जाते हैं, वहीं घर में महिलाएं पूरी शुद्धता एवं सात्विकता के साथ ठेकुआ या अन्य खाद्य पदार्थ बनाती हैं। शाम को व्रती द्वारा नंगे पैर अपने घर से अर्घ्य देने के स्थान तक पैदल जाया जाता है। घर के अन्य पुरुष सदस्य अर्घ्य देने के सारे सामान को दउड़ा में रखकर तथा अपने सिर पर रखकर खाली पैर आगे—आगे चलते हैं, तो व्रती उनके पीछे—पीछे चलते हैं। साथ में महिलाएँ छठ पर्व पर गाए जाने वाले स्थानीय गीत जिसमें सूर्य भगवान और छठी मैया की स्तुति एवं पशु—पक्षी के महत्व के बारे में गाया जाता है। जब इन गीतों को गाया जाता है तो सारा वातावरण स्वमेव सुमधुर भावों से भर जाता है। घाटों पर पहुंचकर व्रती द्वारा फलदार वृक्षों की दातुन करके मुँह धोया जाता है, इसके बाद नदी में स्नान किया जाता है तथा फिर प्रार्थना करते हुए सूर्य डूबने की प्रतीक्षा की जाती है, जब सूर्य डूबने लगता है अर्थात् लालिमा दिखने लगती है तो अर्घ्य दिया जाता है इसमें व्रती द्वारा सूप लेकर अपने स्थान पर परिक्रमा की जाती है तथा सूर्य की ओर मुख करके घर के सदस्यों द्वारा पानी का अर्घ्य दिया जाता है। यह प्रक्रिया पाँच बार अपनाई जाती है। इसके बाद व्रती द्वारा धूप—हवन किया जाता है, इसमें घर के

अन्य सदस्य भी शामिल होते हैं। फिर इसके बाद घाट से घर के लिए वापसी होती है, लौटते समय भी महिलाएँ गीत गाती हुई घर आती हैं।

4. दूसरा अर्घ्य : पहला अर्घ्य देने के बाद, घर की महिलाएँ सुबह अर्घ्य के बाद प्रसाद वितरण के लिए रात में प्रसाद अर्थात् ठेकुआ एवं खाद्य पदार्थ बना लेती हैं। अगली सुबह सूर्योदय के पहले घाट पर पहुँचना होता है, अतः सभी ब्रह्म मुहूर्त में उठकर स्नानादि कर स्वच्छ वस्त्र पहनकर पुनः घाट की ओर चल देते हैं। इस समय भी वही प्रक्रिया अपनाई जाती है। दउड़ा लेकर चलने वाला व्यक्ति, ब्रती, घर के अन्य सदस्य, महिलाएँ गीत गाते हुए घाट पर पहुँचते हैं। घाट पर पहुँचने के बाद ब्रती पानी में स्नान कर सूर्योदय होने तक पानी में खड़े होकर ध्यान करते हैं, सूर्योदय होने पर सबसे पहले सूर्य को अर्घ्य देते हैं। उसके बाद पुनः पूजा हवनादि करने के बाद ब्रती द्वारा प्रसाद ग्रहण किया जाता है। उसके बाद वहाँ उपस्थित सभी लोगों में प्रसाद वितरण किया जाता है। इसके बाद सभी लोग घर लौटते हैं। घर लौटने पर ब्रती द्वारा भोजन कर उपवास खोला जाता है। ब्रती द्वारा 48 घंटे के बाद नमक का उपयोग किया जाता है। फिर घर के अन्य सदस्यों द्वारा भोजन ग्रहण किया जाता है। इस प्रकार प्रकृति की उपासना हेतु चार दिनों तक चलने वाले इस पर्व की पूर्णाहुति होती है।

उपसंहार : प्रकृति द्वारा प्रदाय किए गए पदार्थों और जीवन के प्रति आभार व्यक्त करने के लिए मनाया जाने वाला यह पर्व समाज में सद्भाव और आपसी भाईचारे को सशक्त करने में अहम भूमिका अदा करता है। इस पर्व में किसी प्रकार के कर्मकांड, मंत्र और पूजा पद्धति की आवश्यकता नहीं होती। यदि किसी व्यक्ति के पास अर्थाभाव के कारण कुछ भी नहीं है, तो भी वह बिना किसी चीज के उपवास रखकर अर्घ्य दे सकता है। वैसे आजकल स्वयंसेवी व्यक्तियों एवं संस्थाओं द्वारा गरीबों को पर्व मनाने के लिए सामग्री उपलब्ध कराई जाती है। ब्रती को घाट पर जाने में कष्ट न हो इसके लिए आमजनों द्वारा रास्ते को साफ एवं स्वच्छ किया जाता है, प्रकाश आदि की व्यवस्था की जाती है। यह पर्व प्रकृति एवं पर्यावरण संरक्षण की महत्ता को भी बनाए रखता है, क्योंकि इसमें बिना किसी कृत्रिमता के प्राकृतिक रूप से उपलब्ध चीजों (बांस निर्मित सूप, टोकरी, मिट्टी के बर्तन, गन्ने, गुड़, चावल, गेंहूँ, फल) का ही उपयोग किया जाता है।



“हम सबका अभिमान है हिंदी
भारत देश की शान है हिंदी”



मैंने देखा है

चंद्रपाल सिंह यादव

लेखापरीक्षक



मैंने देखा है टूटते हुए इन आदर्शवादियों को, सिद्धांतवादियों को,
मैंने देखा है लूटते हुए फरेबी वामपंथियों को, माओवादियों को।

मैंने हर उस सीमा को मिटते देखा है, जिसमें बाँधा गया इंसान को,
न जाने क्या फितरत रही है हमारी, क्या हो गया है इंसान को।

मैंने देखा है भूखे को इश्तहार देखकर पेट भरते,
मैंने देखा है सेठ को हद से ज्यादा प्लेट भरते।

मैंने देखा है इस समाज को कई तरह की बड़ी-बड़ी बातें करते,
मैंने देखा है इस समाज को फिर उनसे मुकरते।

मैंने देखा है इन आदमियों को नाखूनों से मांस कुतरते,
मैंने देखा है बच्चों को खिलौना छोड़ हथियार पकड़ते।

मैं बस एक कवि हूँ, मैं देखता रहा और लिखता रहा,
मैंने देखा है खुद को भी, लिखकर दूसरी बात पलटते।

इस समाज की कलम कोई नहीं थामेगा,
मैंने देखा है क्रांति की बात करने वालों को सलाखों पर सिर पटकते।
मैंने देखा है इंसान को हैवान बनते,
और उसी हैवान को सफेद कुर्ते में भगवान बनते।

मैंने देखा है अलगाववादियों को गांधी पढ़ते,
मैंने देखा है इसी देश की धोती को पैंट और चरखे को मिल और मशाल बनते।

मैंने हर बार यही सोचा कि अब इससे नीचे कोई मानव क्या उतरेगा?
तभी मैंने देखा किसी और इंसान को थोड़ा और नीचे उतरते।

अफवाह

अर्चना मानव

सहायक लेखपरीक्षा अधिकारी



ये अफवाहों का शहर है जनाब, रहना जरा संभल कर...

यहां धुएँ से भी तेज फैलती हैं अफवाहें,
पल भर में किसी को आसमां पर चढ़ा देती हैं,
तो क्षण भर में किसी को जमीं पर पटक देती हैं,
कितनों की जिंदगी खराब की है इन अफवाहों ने,
जो होते नहीं ऐसे—वैसे उनकी भी छवि खराब की,
अफवाह फैलाने के हो सकते हैं कारण अनेक,
पर कारण जानने का प्रयत्न करता नहीं कोई एक,
एक क्षण में झूठी अफवाह कर देती है बदनाम,
फैलाने वाले लोग परिणाम से बनते अनजान,
ये अफवाहों का शहर है जनाब, रहना जरा संभल कर...

कभी—कभी कुछ अफवाहें ऐसी होती हैं जिन्हें सुनकर हँसी भी आती है तो कभी कुछ अफवाह ऐसी होती हैं जिनका भयंकर परिणाम सुनकर अश्रुधारा निकल जाती है। आखिर ये चीज क्या है अफवाह? अगर व्यंग्यात्मक शब्दों में कहूँ तो — गलतफहमियों से उपजी बातों का वो लजीज व्यंजन जिसे मनोरंजन की आवश्यकता अनुसार नमक — मिर्च—मसाला लगाकर लोगों के सामने सच बनाकर पेश किया जाता है।

बड़ा ही अद्भुत शब्द है 'अफवाह'। जब तक अफवाह दूसरों की होती है बड़ी दिलचस्प लगती है पर जब अफवाह खुद के बारे में हो तो सच कहती हूँ अगर अच्छी अफवाह है तो कुछ नहीं, लेकिन इसके विपरीत अगर कहीं बुरी अफवाह फैल रही हो तो जनाब 440 वोल्ट का झटका अनुभव होता है।

अफवाहें कई प्रकार की हो सकती हैं—

- (1) मनोरंजन के लिए या यूँ कहें कि ऐसी अफवाह जिससे न तो किसी का नुकसान है और न ही फायदा।
- (2) दूसरों के बारे में फैलाई गई अफवाह (क) अच्छी अफवाह (ख) बुरी अफवाह
- (3) स्वयं के बारे में फैलाई गई अफवाह (क) अच्छी अफवाह (ख) बुरी अफवाह

मनोरंजन के लिए फैलाई गई अफवाह से संबंधित एक वाक्य याद आ रहा है मुझे। बात ये तब की है जब मैं चौथी कक्षा में पढ़ती थी। गणित विषय पढ़ाया जा रहा था। तभी मेरे पास बैठी एक सहेली ने चुपके से मेरे कान में कहा— तुम्हें पता है अगर अपनी जीभ से कोहनी को छुआ जाय तो लड़की लड़के में बदल जाती है। बस फिर क्या था एक कान से दूसरे कान में बात फैलते देर नहीं लगी और धीरे-धीरे आधी कक्षा अपनी जीभ से अपनी कोहनी को छूने का प्रयास कर रही थी। जब गणित विषय के अध्यापक महोदय ने विद्यार्थियों को गप-शप और हरकतें करते हुए देखा तो नाराज हुए और वजह जानने के लिए मुझे बुलाया और डराया गया कि अगर सही वजह नहीं बताई गई कि कक्षा में शोरगुल क्यों हो रहा था तो दंड दिया जाएगा। डर की वजह से जो बात थी मैंने बता दी। जो बचे हुए विद्यार्थी थे वो भी ये सुनकर कोशिश करने लगे कि क्या वास्तव में लड़की से लड़के में परिवर्तन हो सकता है जो कि बिल्कुल असंभव था। ज्यादा शोरगुल होता हुआ देख सभी को डाँट कर चुप करा दिया गया। पर अध्यापक महोदय भी हम बच्चों की बातें सुनकर मंद-मंद मुस्कुराए जा रहे थे कि पता नहीं ऐसी अफवाहें कहां से आ जाती हैं। तब तो बचपन था, इस अफवाह से किसी को कोई हानि नहीं हुई। लोग सिर्फ मनोरंजन के लिए ऐसी अफवाह पर एक पल के लिए विश्वास कर आजमा कर देखते हैं।

अगर दूसरी तरह की अफवाह की बात करूं जिससे हानि तो नहीं शायद आपके लिए बढ़िया ही साबित हो, पर ऐसी अफवाहें बहुत कम होती हैं। जैसे ये अफवाह फैल जाए कि शहर जाकर आप बहुत रईस हो गए हो, गाड़ी, बंगला, नौकर-चाकर, सारे ऐशो-आराम किसी चीज की कोई कमी नहीं है और ये वास्तविकता से परे हो और न ही इसकी सत्यता जांचने वाला कोई हो, तो हर कोई चाहेगा कि काश, ये अफवाह सत्य हो जाए। और अगर मैं तीसरी तरह की अफवाह की बात करूं जिसमें फैलाने वाले का तो कुछ भी नहीं जाता पर जिसके बारे में अफवाह फैलाई जाती है उसका जीना दुश्वार हो जाता है। हर किसी ने इन अफवाहों का अनुभव अपने जीवन में किया ही होगा... अभी हाल में ही एक खबर पढ़ी थी जिसमें एक लड़की ने आत्महत्या कर ली और मरने से पहले एक खत लिखा था। जब वो खत खोल कर पढ़ा गया तो उसमें बड़ी ही मार्मिक बात लिखी हुई थी “पापा मुझे माफ कर देना, जैसी अफवाहें फैलाई गई हैं वैसा बिल्कुल भी नहीं है। लेकिन मुझमें अब हिम्मत नहीं है कि मैं लोगों का सामना कर सकूँ अब बहुत देर हो चुकी है और अब कोई भी सत्य को मानने को तैयार नहीं होगा।” अब जरा सोचिए किसी की सोची-समझी साजिश के तहत फैलाई गई अफवाह जिसमें कुछ लोग तो ऐसे भी होंगे जिन्हें उस लड़की से कोई लेना-देना भी नहीं होगा बस अफवाहों को हवा देते रहे और एक मासूम बच्ची को लोगों की नजरों में गिरा दिया और आत्महत्या करने पर मजबूर कर दिया। ऐसी ही अनगिनत अफवाहें प्रतिदिन उड़ती रहती हैं और जाने-अनजाने इन अफवाहों को हम सभी फूँक मार कर आग में घी डालने का काम करते हैं। ठीक ही कहा गया है— ‘अफवाह जंगल में आग की तरह फैलती है।’ टेक्नोलॉजी के इस सुपर दौर में अफवाह किसी बम से कम नहीं। अगर अफवाहों का बम फट पड़े, तो सब कुछ नेस्तनाबूद। अफवाह की एक छोटी सी चिंगारी बड़ी घटना के

रूप में प्रज्ज्वलित होकर न केवल जन-धन की हानि करती है, बल्कि सांप्रदायिक दंगों का वीभत्स रूप भी ले लेती है। भाईचारे का लोप हो जाता है, कल तक भाई की तरह रहने वाले लोग, एक गलत अफवाह के कारण एक दूसरे के दुश्मन बन जाते हैं और मरने-मारने पर उतारू हो जाते हैं। एक दूसरे से डर कर दूर भागने – छिपने लगते हैं।

इन सब के जिम्मेदार कहीं न कहीं हम सभी हैं। आज हमारे मोबाइल पर एक संदेश आता नहीं कि बिना उसकी सत्यता जाने दूसरों तक पहुंचाने की हमें जल्दी होती है और यही सिलसिला लगातार चलता रहता है, सब एक दूसरे को संदेश बस अग्रेषित करते रहते हैं लेकिन एक पल के लिए कोई नहीं सोचता कि क्या ये सही समाचार है, चलो सत्यता जानने के लिए थोड़ी मेहनत ही कर ली जाए, समाचार देख लिया जाए, एक फोन कॉल करके, सही क्या है ये जान लिया जाए। इतनी भी मशक्कत न हो तो जब तक हम निश्चित रूप से ये जान न लें कि ये सही संदेश है, तब तक वो संदेश हम दूसरों को अग्रेषित न करें और इतना भी न हो तो साधारण सी बात है कि आप एक संदेशवाहक न बनकर एक जिम्मेदार व्यक्ति बनें और उस संदेश को किसी को भी अग्रेषित न करें। तभी इस फैलती हुई अफवाहों की श्रृंखला को तोड़ा जा सकता है और शायद किसी की बिगड़ती हुई जिंदगी को बचाया भी जा सकता है।

अपनी जलन, दुश्मनी, बदले की भावना या मनोरंजन के लिए इतना भी न गिरें कि किसी इंसान के चरित्र, छवि या किसी और चीज को मुद्दा बनाकर उसे नुकसान पहुँचाएँ आपके कुछ पल के मनोरंजन पर किसी मासूम की जिंदगी टिकी हो सकती है इससे कोई आत्महत्या जैसा अपराध भले न करे पर उसकी आत्मा की हत्या जरूर हो जाती है।

इसलिए हमें अफवाहों की सच्चाई देखने, जानने और समझने की जरूरत है न कि एक चिंगारी को शोला बनाने में मदद करके तांडव करने या कराने की क्योंकि ऐसा करके हम अपने मानव होने के अधिकारों की हत्या करके अपनी राक्षसी प्रवृत्ति का उदाहरण बन जाते हैं।



मैं उन लोगों में से हूँ जो चाहते हैं
और जिनका विचार है कि हिंदी ही
भारत की राष्ट्र भाषा हो सकती है

- बाल गंगाधर तिलक



आयुर्वेदिक दवाएँ एवं स्वचिकित्सा

मनोज कुमार सिंह श्योरान

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



प्राचीन भारतीय चिकित्सा प्रणाली, जिसे आयुर्वेद के नाम से भी जाना जाता है, प्राचीन लेखन पर आधारित है जो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए प्राकृतिक और समग्र दृष्टिकोण पर निर्भर करता है। आयुर्वेदिक चिकित्सा दुनिया की सबसे पुरानी चिकित्सा प्रणालियों और भारत की पारंपरिक स्वास्थ्य देखभाल प्रणालियों में से एक है। आयुर्वेदिक उपचार उत्पादों (मुख्य रूप से पौधों से प्राप्त, लेकिन इसमें पशु, धातु और खनिज भी शामिल हो सकते हैं) आहार, व्यायाम और जीवन शैली को जोड़ता है।



आयुर्वेद का इतिहास हजारों वर्ष पुराना है। इस चिकित्सा प्रणाली का मुख्य उद्देश्य व्यक्ति के शरीर, मन और आत्मा के बीच संतुलन बनाए रखना है, जिससे व्यक्ति स्वस्थ और दीर्घायु रह सके। आयुर्वेदिक दवाएँ प्राकृतिक जड़ी-बूटियों, धातुओं और अन्य पदार्थों से तैयार की जाती हैं, जिनका उपयोग विभिन्न रोगों के उपचार के लिए किया जाता है। हालांकि, आयुर्वेदिक दवाओं का प्रयोग सुरक्षित माना जाता है, लेकिन इनका लंबे समय तक बिना डॉक्टर की सलाह के सेवन करने से गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं भी उत्पन्न हो सकती हैं।

आयुर्वेदिक दवाओं का महत्व और उनकी प्रभावशीलता

आयुर्वेदिक चिकित्सा प्रणाली में जड़ी-बूटियों, खनिजों और प्राकृतिक तत्वों का उपयोग किया जाता है, जो विभिन्न बीमारियों के उपचार में सहायक होते हैं। आयुर्वेदिक दवाओं का उपयोग करने का उद्देश्य केवल रोग का उपचार करना ही नहीं होता, बल्कि शरीर के समग्र स्वास्थ्य को बनाए रखना भी होता है। आयुर्वेद में बीमारियों का कारण शरीर में दोष (वात, पित्त, कफ) का असंतुलन माना जाता है। आयुर्वेदिक दवाएँ इस असंतुलन को सुधारने में मदद करती हैं।

लंबे समय तक बिना डॉक्टर की सलाह के आयुर्वेदिक दवाएँ लेने के कुछ दुष्प्रभाव निम्नानुसार हैं—

1. जिगर और गुर्दे पर प्रभाव

आयुर्वेदिक दवाओं का लंबे समय तक उपयोग करने से जिगर (लिवर) और गुर्दे (किडनी) पर गंभीर प्रभाव पड़ सकता है। कई आयुर्वेदिक दवाओं में धातुएं जैसे पारा, सीसा और आर्सेनिक पाए जाते हैं। इन धातुओं का लंबे समय तक सेवन करने से जिगर और गुर्दे की विषाक्तता बढ़ सकती है। एक अध्ययन में यह पाया गया कि एक व्यक्ति जो आयुर्वेदिक दवाओं का लंबे समय तक सेवन कर रहा था, उसे जिगर की विफलता का सामना करना पड़ा, जिसका कारण दवाओं में पाई गई धातुएं थी।

जिगर, शरीर का वह अंग है जो दवाओं और अन्य विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने में मुख्य भूमिका निभाता है। जब जिगर पर अधिक दबाव पड़ता है, तो यह अपनी कार्यक्षमता खो सकता है, जिससे जिगर की विफलता जैसी गंभीर स्थिति उत्पन्न हो सकती है। इसी प्रकार, गुर्दे भी दवाओं के विषाक्त प्रभाव से प्रभावित हो सकते हैं।

2. पाचन तंत्र पर प्रभाव

आयुर्वेदिक दवाओं का लंबे समय तक सेवन करने से पाचन तंत्र पर भी प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। आयुर्वेदिक दवाओं में कई जड़ी-बूटियाँ और खनिज शामिल होते हैं जो पेट और आंतों में गैस्ट्रिक अल्सर, अपच, और आंतों की समस्याओं का कारण बन सकते हैं।

उदाहरण के लिए— त्रिफला, जो एक सामान्य आयुर्वेदिक दवा है, का लंबे समय तक सेवन करने से पाचन तंत्र में विकार उत्पन्न हो सकते हैं। इसमें पाए जाने वाले घटक अत्यधिक मात्रा में सेवन करने पर आंतों की दीवार को नुकसान पहुंचा सकते हैं, जिससे व्यक्ति को दस्त, उल्टी और पेट दर्द जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

3. तंत्रिका तंत्र पर प्रभाव

कुछ आयुर्वेदिक दवाओं का लंबे समय तक सेवन करने से तंत्रिका तंत्र पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है। आयुर्वेदिक दवाओं में पाए जाने वाले कुछ घटक तंत्रिका तंत्र की कार्यप्रणाली को प्रभावित कर सकते हैं, जिससे सिरदर्द, चक्कर आना और मानसिक अवसाद जैसी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं।

उदाहरण के लिए— भृंगराज और अश्वगंधा जैसी जड़ी-बूटियाँ, जो मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने के लिए जानी जाती हैं, का अधिक सेवन करने से तंत्रिका तंत्र पर दबाव बढ़ सकता है। इससे व्यक्ति को अनिद्रा, चिड़चिड़ापन, और अन्य मानसिक समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

4. प्रतिरक्षा तंत्र पर प्रभाव

आयुर्वेदिक दवाओं का लंबे समय तक बिना सलाह के सेवन करने से प्रतिरक्षा तंत्र भी प्रभावित हो सकता है। कुछ आयुर्वेदिक दवाओं में पाए जाने वाले तत्व प्रतिरक्षा तंत्र की कार्यक्षमता को कमजोर कर सकते हैं, जिससे व्यक्ति को बार-बार बीमारियां हो सकती हैं।

उदाहरण के लिए— गिलोय, जो एक सामान्य आयुर्वेदिक दवा है, का लंबे समय तक सेवन करने से प्रतिरक्षा तंत्र कमजोर हो सकता है। इसके परिणामस्वरूप व्यक्ति को संक्रमण का खतरा बढ़ सकता है और वह अन्य बीमारियों के प्रति अधिक संवेदनशील हो सकता है।

5. दवाओं के परस्पर प्रभाव

आधुनिक चिकित्सा के साथ आयुर्वेदिक दवाओं का सेवन करने से दवाओं के बीच परस्पर प्रभाव (Drug Interactions) उत्पन्न हो सकते हैं, जो दवाओं की प्रभावशीलता को घटा सकते हैं या उनके दुष्प्रभावों को बढ़ा सकते हैं।

उदाहरण के लिए— यदि कोई व्यक्ति रक्त पतला करने वाली दवा के साथ अश्वगंधा का सेवन करता है, तो इससे रक्तस्राव का खतरा बढ़ सकता है। इसी प्रकार कुछ आयुर्वेदिक दवाएँ, जो एंटीकोएगुलेंट गुण रखती हैं, यदि उन्हें अन्य एंटीकोएगुलेंट दवाओं के साथ लिया जाए तो रक्त में थक्के बनने का खतरा बढ़ सकता है।

6. स्व-उपचार का खतरा

बिना डॉक्टर की सलाह के आयुर्वेदिक दवाओं का लंबे समय तक सेवन करने का एक और महत्वपूर्ण खतरा स्व-उपचार (Self-Medication) से जुड़ा हुआ है। स्व-उपचार की प्रवृत्ति के कारण लोग अपनी बीमारियों का निदान खुद करने का प्रयास करते हैं और इसके लिए आयुर्वेदिक दवाओं का सहारा लेते हैं इससे बीमारी का सही निदान नहीं हो पाता और बीमारी ज्यादा बढ़ सकती है।

उदाहरण के लिए— अगर किसी व्यक्ति को हाइपरटेंशन (उच्च रक्तचाप) की समस्या है और वह बिना किसी चिकित्सीय परामर्श के रक्तचाप कम करने के लिए आयुर्वेदिक दवाओं का सेवन करता है, तो इससे उसकी स्थिति और गंभीर हो सकती है और इसके परिणामस्वरूप दिल का दौरा, स्ट्रोक और अन्य गंभीर समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं।

निष्कर्ष : आयुर्वेदिक दवाएँ, यदि सही तरीके से और चिकित्सीय परामर्श के अनुसार ली जाएं, तो लाभकारी हो सकती हैं। परंतु इन दवाओं का लंबे समय तक बिना डॉक्टर की सलाह के सेवन करने से गंभीर दुष्प्रभाव हो सकते हैं। जिगर, गुर्दे, पाचन तंत्र, तंत्रिका तंत्र और प्रतिरक्षा तंत्र पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। साथ ही, दवाओं के परस्पर प्रभाव और स्व-उपचार का खतरा भी बढ़ जाता है इसलिए आयुर्वेदिक दवाओं का सेवन करने से पहले हमेशा योग्य चिकित्सक से परामर्श लेना अनिवार्य है।

उपरोक्त जानकारी को वैज्ञानिक सलाह न समझा जाए तथा किसी भी प्रकार की चिकित्सा के लिए अनुभवी चिकित्सक की सलाह ली जाए। उपरोक्त जानकारी आयुर्वेदिक चिकित्सा प्रणाली हेतु उपलब्ध सूचनाओं पर आधारित है।

संगीत एवं कराओके-संगीत का परिचय एवं प्रभाव

राजेन्द्र प्रसाद गर्ग
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी



संगीत मनोरंजन का एक रूप है एवं आनंद का एक स्रोत है। वह चाहे रिकॉर्डिंग के माध्यम से हो अथवा प्रत्यक्ष प्रदर्शन के माध्यम से। यह हमें नियमित दिनचर्या से स्विच करने एवं हमारे दैनिक जीवन से दूर जाने की अनुमति देता है।

आरम्भ में संगीत की उत्पत्ति वेदों के निर्माता ब्रह्माजी द्वारा हुई। ब्रह्माजी ने यह कला शिवजी को दी और शिवजी के द्वारा देवी सरस्वती को प्राप्त हुई। माँ सरस्वती को इसीलिए वीणा पुस्तक धारिणी कहकर संगीत और साहित्य की अधिष्ठात्री देवी माना गया है। भारतीय संगीत का जनक सामवेद को माना जाता है। संगीत कला का एक रूप है जिसका माध्यम ध्वनि और मौन है, जो समय के साथ घटित होता है।



भारतीय शास्त्रीय संगीत की दो मुख्य परंपराएँ हैं, कर्नाटक संगीत, जो मुख्य रूप से (दक्षिणी) क्षेत्रों में प्रचलित है और हिंदुस्तानी संगीत जो उत्तरी, पूर्वी और मध्य क्षेत्रों में प्रचलित है। पुरंदरदास को कर्नाटक संगीत का जनक या पितामह कहा जाता है। उन्होंने पुरंदर विठ्ठल के उपनाम से कई कीर्तन लिखे हैं।

जब वैदिक काल की शुरुआत हुई तो संगीत, भजन और मंत्रों के रूप में ढलकर सामने आया। संगीत की उत्पत्ति सर्वप्रथम पुरापाषाण काल में हुई मानी जाती है। भरत मुनि ने अपने ग्रंथ नाट्यशास्त्र में संगीत को भावों की अभिव्यक्ति का साधन माना है। प्राचीन काल से ही संगीत का संबंध धर्म तथा आध्यात्मिकता के साथ माना गया है। संगीत न केवल मनोरंजन का साधन है अपितु मानव के मस्तिष्क तथा आध्यात्मिक विकास के लिए उपयोगी है।

संगीत में भावनात्मक और मानसिक रूप से स्वस्थ करने के बहुत अच्छे गुण होते हैं। संगीत ध्यान का एक रूप है। संगीत बनाते या सुनते समय व्यक्ति अपनी सारी चिंताएँ, दुख और दर्द भूल जाता है।

संगीत व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन में मधुरता लाता है। जिस प्रकार श्वसन क्रिया को नियमित करने के लिए प्राणवायु की आवश्यकता होती है, उसी तरह कंठ के व्यायाम के लिए संगीत आवश्यक होता है। संगीत क्रोध को शांत करता है। संगीत ईश्वर दर्शन को प्राप्त करने के प्रयत्नों में सहायक बनता है।

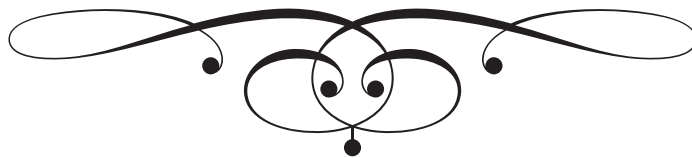
शिक्षा में संगीत एक विलासिता नहीं है, यह एक आवश्यकता है। यह छात्रों के संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक विकास को बढ़ाकर जीवन को समृद्ध बनाता है। माता-पिता के रूप में शिक्षा में संगीत के गहन

प्रभाव को समझना आपको अपने बच्चे की शैक्षणिक यात्रा के लिए सूचित विकल्प बनाने में सशक्त बना सकता है। भारत में धार्मिक संगीत प्राचीन काल से ही संस्कृति का अभिन्न अंग रहा है। यह विभिन्न धार्मिक प्रथाओं और मान्यताओं से निकटता से जुड़ा हुआ है। यह मंदिरों, तीर्थस्थलों और अन्य पूजा स्थलों में गाया-बजाया जाता है। इसका उपयोग समारोहों, त्योहारों, भक्ति और ध्यान के रूप में भी किया जाता है।

संगीत कई कामों को पूरा करता है। इसका उपयोग सूचना और भावनाओं को संप्रेषित करने के लिए किया जा सकता है, यह लोगों को रचनात्मक होने का एक रास्ता देता है, यह हमें सुंदरता को समझने में मदद करता है। पहला भारतीय गाना वज़ीर अहमद खान ने 'दे दे खुदा के नाम पर प्यारे' सन 1931 में आई पहली बोलती फिल्म 'आलम आरा' में गाया था। भारतीय संगीत में शास्त्रीय संगीत, लोक संगीत, फिल्मी और पॉप संगीत इत्यादि शामिल हैं। लोक संगीत भारत की संगीत विरासत का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है और इसकी अपनी अनूठी लय, धुन और गीत है।

कराओके—संगीत मनोरंजन का एक रूप है, जिसमें एक मशीन गानों की धुन बजाती है और लोग बारी-बारी से उन शब्दों को गाते हैं। शब्द 'कराओके' वास्तव में जापानी भाषा से आया है और यह दो भागों से बना है 'कारा' जिसका अर्थ है 'खाली' और 'ओके', जो ऑर्केस्ट्रा का संक्षिप्त रूप है। कराओके मशीन एक ऐसा उपकरण है जो चुनिंदा गानों के साथ वाद्य यंत्र बजाता है, जिसके साथ उपयोगकर्ता गाता है और जो संगीत के साथ उपयोगकर्ता के गायन को रिकॉर्ड करता है। इस सिस्टम में आम तौर पर एक कराओके डिवाइस, एक माइक्रोफोन और एक डिस्प्ले स्क्रीन होती है। उपयोगकर्ता उपलब्ध लाइब्रेरी से कोई गाना चुनता है फिर डिवाइस में गाने का वाद्य संस्करण बजता है और साथ ही स्क्रीन पर गीत के बोल प्रदर्शित होते हैं। कराओके एक प्रकार का इंटरैक्टिव मनोरंजन है, जिसमें व्यक्ति पहले से रिकॉर्ड किए गए वाद्य संगीत के साथ गाता है और गीत स्क्रीन पर प्रदर्शित होते हैं। यह कई तरह के सामाजिक अवसरों और समारोहों के लिए एक पसंदीदा गतिविधि है। कराओके गायन, विशेष रूप से समग्र मानसिक कसरत प्रदान करता है जो समग्र मस्तिष्क स्वास्थ्य और रचनात्मकता को बढ़ावा देता है। अध्ययनों से पता चला है कि गायन आपकी याददाश्त में सुधार कर सकता है। कराओके एक मजेदार गतिविधि है। यह सिर्फ मनोरंजन का एक तरीका नहीं है। इसमें लोगों को एकजुट करने, आत्मविश्वास बढ़ाने और व्यक्तियों तथा पूरे समाज पर स्थायी प्रभाव डालने की शक्ति है। गायन के जरिए हम अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं और साथ ही जुड़ाव और सकारात्मक बदलाव के अवसर भी पैदा कर सकते हैं।

“संगीत जीवन का स्वर है।”



मन से वार्तालाप

विजय सुगंधी

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



मैंने कहा मन से
थोड़ा तो विचार कर ना रे,
बदल गया है जग सारा
थोड़ा सा तू भी बदल ना रे।
भूल जा रुढ़िवादी परंपराएँ
मन के द्वार थोड़े खोल ना रे,
अपने ही हैं सारे रिश्ते-नाते
कुछ तो उनके साथ चल ना रे।
खत्म हुए अपने कर्तव्य अब
नई पीढ़ी में कुछ तो रम ना रे,
हर पीढ़ी में विद्रोही स्वर गूँजे हैं
अपनी किशोर अवस्था याद कर ना रे।
विश्व चक्र ऐसे ही घूमेगा,
पुरानी पीढ़ी नई से हारेगी,
बदलना सृष्टि का नियम है रे,
इतनी तो समझ तू धर ले रे।
मैंने कहा मन से,
थोड़ा तो विचार कर ले रे।

मैं नदी थी

अखिलेश चंद्र बाजपेयी
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी



ये जो घाटों के अवशेष हैं
कभी मैं इन्हीं को छूकर बहती थी,
जब ये कस्बा था,
मैं नदी थी,
खेत थे, खलिहान थे,
पेड़ थे, पक्षी थे,
लोगों को छाँव थी,
वहीं बहती मैं नदी थी।
मैं यहां के लोगों की सुबह थी, शाम थी,
पूर्णमासी हो, अमावस्या हो,
संक्रान्ति हो, ग्रहण हो,
होली मनाना हो,
श्रावण का मेला हो,
रामलीला हो,
या घाट वाले मंदिर पर जन्माष्टमी हो,
सब यहीं तो आते थे,
इनको देखकर मैं जी उठती,
यही मेरे प्राण थे और मैं सबके प्राणों में बसी थी
मैं नदी थी।
फुलुआ की शादी,
यहीं बाग पर बैठे बाराती,

कहीं से कोई गुलाल उड़ा गया,
कोई किसी का कुर्ता लाल कर गया,
न पूछो कैसे माने बाराती,
बड़े बवाल के बाद हुई फुलुआ की शादी।
कौन सा ऐसा घर था जिसकी कहानी मुझसे न हो,
मुझसे बिछुड़ने की वजह कोई हो,
लेकिन...
करबे से धीरे-धीरे शहर होने लगा,
नदी का महत्व कुछ कम होने लगा।
आबादी बढ़ी तो उनकी जरूरतें भी बढ़ीं,
उनकी सुविधाओं में तो पूरी प्रकृति ही हिली,
खेत गायब हुए, फिर बागों की बारी आयी,
इन जगहों में इमारतें उग आयीं।
मैं भी सीमित कर दी गयी,
बहाव पर मेरे अंकुश लगा,
लोगों का मन फिर भी न भरा,
पूरे शहर का कूड़ा मुझ पर पड़ा,
बहती नदी से गंदा नाला हो गयी
अपनों से जिंदा थी, अपनों से मर गयी,
कहानी अपनी यही थी कि,
मैं नदी थी, मैं नदी थी।

कर्तव्यपरायणता का फल

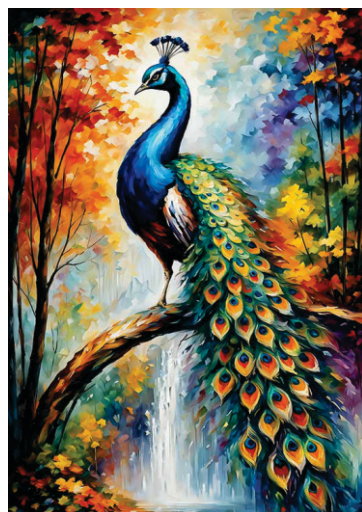
प्रफुल्ल त्रिपाठी

सहायक पर्यवेक्षक



एक समय था जब पक्षी रंग—बिरंगे न होकर बेरंग हुआ करते थे। वे एक दूसरे को देखकर महसूस करते थे कि हमारे जीवन में कोई रंग नहीं है। “कितनी बेरंग एवं बोरिंग है हमारी जिंदगी” यह विचार कर उन सभी पक्षियों ने एक सभा आयोजित की एवं उसमें पक्षी मोर को अपना नेता चुना। सभा में यह निर्णय लिया गया कि हम सभी पक्षी यज्ञ करेंगे, पूजा— पाठ एवं तपस्या करके ईश्वर को प्रसन्न करेंगे एवं अपनी कामना पूर्ति का आग्रह करेंगे।

ऐसा ही हुआ। सभी ने तपस्या की एवं ईश्वर के प्रकट होने पर अपनी कामना बताई कि हमें भी जीवन में रंग चाहिए। जैसे आपने हमें मधुर आवाजें दी हैं, सुंदर शरीर और विभिन्न आकार एवं विशेषताएँ दी हैं। उसी प्रकार हमारे शरीर को भिन्न—भिन्न रंग भी दीजिए जिससे हम अधिक सुंदर व आकर्षक बन सकें एवं हमारा जीवन अधिक रसमय बन सके। भगवान ने कहा, “ठीक है, मैं तुम्हें रंगीन बनाने हेतु सभी रंग एवं रंग भरने की कला मोर को दूंगा एवं वे ही यह निश्चय करेंगे कि किसको किस—किस रंग से कैसा भरना है।” सभी पक्षी व मोर, ईश्वर की इस आज्ञा को मानकर योजनाबद्ध तरीके से पालन करने लगे। पक्षी एक—एक कर मोर के द्वारा अपने शरीर पर रंग भरवाने लगे। मोर भी अपनी ईश्वर के द्वारा दी हुई कला, बुद्धिमत्ता से सीमित रंगों द्वारा पक्षियों के आकार—प्रकार देखकर उन्हें रंगीन बनाने लगा। प्रत्येक पक्षी रंग भरवा कर अपने को दर्पण में निहार कर, इसे ईश्वर का आशीर्वाद समझकर खुश होता और उड़ान भरता। ऐसा करते—करते मोर ने सीमित रंगों के बजट के हिसाब से सभी को ईश्वर का रंग रूपी प्रसाद व आशीर्वाद दिया। परंतु मोर ने अपना ध्यान नहीं रखा कि मेरे लिए कोई रंग बचा है कि नहीं। ऐसा ही हुआ जब सभी पक्षी रंगीन बना दिए गए तो रंग खत्म हो गए एवं मोर के लिए कुछ भी नहीं बचा। इससे पहले कि वह दुखी होता कि वह बेरंग रह गया तभी उससे एक पक्षी ने कहा कि आप तो हम सभी पक्षियों में सबसे ज्यादा रंगीन हो। पहले तो उसे यकीन नहीं हुआ, पर जब उसने दर्पण में देखा तो वह बहुत प्रसन्न हुआ एवं नाचने लगा। जब उसने सोचा कि यह कैसे संभव हुआ तब उसे याद आया कि जब मैं सभी पक्षियों को ब्रश से भिन्न—भिन्न रंगों से पेंट कर रहा था तब मैं अपने शरीर पर उन्हें लगा कर चेक कर रहा था। इस प्रकार सभी पक्षियों को रंगीन बनाते—बनाते मैं भी रंगीन बन गया। मोर ने अनुमान लगाया कि मैंने ईश्वर के दिए हुए इस कार्य को ईमानदारी व सच्ची लगन से किया तो ईश्वर ने मेरे साथ भी न्याय किया व मैं भी अन्य पक्षियों की तरह ईश्वर के दिए हुए आशीर्वाद को प्राप्त कर पाया। मोर की भाँति हमें भी निःस्वार्थ भाव से निष्ठा व तन्मयता से परोपकार में लगे रहना चाहिए। तुलसीदास जी श्रीरामचरितमानस में लिखते हैं कि :—



“परहित सरिस धर्म नहिं भाई, पर पीड़ा सम नहिं अधमाई।

जीवन का अंतिम लक्ष्य क्या है?

वंदना

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी



मनुष्य मात्र रक्त—मांस से बना शरीर नहीं है अपितु उसमें एक दिव्य आत्मा की उपस्थिति है जिसे आम तौर पर आत्मा या स्वयं के रूप में जाना जाता है। हिंदू धर्म में माना जाता है कि भगवान हर किसी में आत्मा के रूप में निवास करते हैं, इसीलिए हमारे संत सभी को भगवान स्वरूप कहते हैं। भगवान हमारे जन्म के समय से ही (या फिर यूँ कहें कि जन्म से भी पहले यानि जब माँ के गर्भ में जीव साँस लेना शुरू करता है) हमारे जीवन का अभिन्न हिस्सा हैं और हमारी अंतिम साँस तक हमारे साथ रहते हैं। हम साँस भी इसलिए ले पाते हैं क्योंकि हमारे अंदर आत्मा के रूप में ईश्वर मौजूद है। माँ के गर्भ में जीवात्मा भगवान से प्रार्थना और वादा करती है कि एक बार जन्म लेने के बाद वह दोबारा जन्म न लेने के लिए कड़ी मेहनत करेगी अर्थात् अपने सत्कर्मों द्वारा जीवन के जन्म—मरण के चक्र से मुक्त हो अंततः सत्—चित—आनंद स्वरूप में विलीन हो जाएगी। किन्तु यह विचारणीय है कि आज के समय में क्या मनुष्य को भगवान से किए गए वादे का स्मरण है? क्या हम सभी इस भौतिकतावादी संसार में आने के बाद अपने जीवन का अंतिम उद्देश्य भूल गए हैं?



हमारी आत्मा शाश्वत, अविनाशी और अजेय है। इसे मानवीय इन्द्रियों से नहीं समझा जा सकता। दरअसल जब कोई आत्मा किसी शरीर में प्रवेश करती है तो उसे जन्म कहा जाता है और जब वह शरीर छोड़ती है तो उसे मृत्यु कहा जाता है। इस प्रकार जन्म और मृत्यु केवल शरीर के लिए है, आत्मा के लिए नहीं। मृत्यु के बाद 'जीवात्मा' हमारे इस जीवन के कर्मों एवं पिछले जन्मों के कर्मों के आधार पर ही दोबारा जन्म लेती है या मोक्ष प्राप्त करती है। यह विशुद्ध रूप से ईश्वर की कृपा है। परंतु यदि हमारे कर्म अच्छे नहीं हैं तो ऐसी आत्माओं को

दोबारा इस मायारूपी संसार में जन्म लेना पड़ता है और ये प्रक्रिया अनंतकाल तक ऐसे ही चलती रहती है जब तक जीवात्मा अपने अंतिम उद्देश्य को प्राप्त नहीं कर लेती।

अब हम सभी के मन में एक प्रश्न उठता है कि “हमारे जीवन का अंतिम लक्ष्य क्या है?”

इस प्रश्न पर अलग अलग लोगों की राय उनकी उम्र, पालन-पोषण और आसपास की परिस्थितियों एवं जीने के आधार पर भिन्न-भिन्न हो सकती है। सांसारिक कार्यों में उलझा हुआ व्यक्ति खुश रहना और मानसिक शांति चाहता है। आमतौर पर उन्हें यह खुशी अपनी इच्छाओं की पूर्ति से मिलती है। वे कार, महंगे आभूषण, आलीशान घर, पैसा, नाम और शोहरत जैसी नाशवान संपत्ति चाहते हैं। छात्र शैक्षणिक सफलता और अच्छी नौकरी की चाहत रखते हैं। व्यवसायी एक समृद्ध व्यवसाय चाहते हैं। ये इच्छाएँ कभी खत्म नहीं होतीं। एक इच्छा की पूर्ति सदैव दूसरी इच्छा की ओर ले जाती है। भौतिक संपत्ति से हमें जो खुशी मिलती है वह अस्थायी या क्षणिक होती है, यह कुछ मिनटों, घंटों, दिनों, हफ्तों, महीनों या वर्षों तक बनी रह सकती है, परंतु यह हमेशा के लिए नहीं रह सकती है। जब तक ये संपत्तियाँ हमारे पास रहती हैं, हम सहज और आत्म संतुष्ट रहते हैं। ऐसी संपत्ति रखने वाले व्यक्ति में धीरे-धीरे ही सही लेकिन अहंकार भी आ जाता है।

ऐसे व्यक्ति उस क्षण दुखी हो जाते हैं जब उन्हें वह नहीं मिलता जो वे चाहते हैं। इसके बाद मनुष्य कुंठा एवं क्रोध के चलते अतार्किक व्यवहार करने लगता है एवं हर समय दुखी एवं अवसाद में रहने लगता है। इस समय ऐसे व्यक्ति भगवान से भी सवाल करने लगते हैं, “भगवान ने मेरे साथ ऐसा क्यों होने दिया?” मनुष्य इतना नासमझ है कि मायारूपी संसार की भौतिकता में अपनी क्षणिक खुशी खोज रहा है किन्तु असीम सुख तो भगवत् प्राप्ति में ही है।

भगवत् प्राप्ति के लिए गृहस्थ जीवन त्यागने की आवश्यकता नहीं है। यदि कोई सच्चा साधक बनना चाहता है तो उसे क्रोध, लोभ, वासना, अहंकार, मोह, भय और द्वेष जैसी बुराइयों का त्याग करना होगा। ऐसा मनुष्य जो कभी किसी का अहित ना करता हो एवं सदैव दूसरे लोगों की मदद के लिए तत्पर रहता हो, सदैव ईश्वर की कृपा का पात्र होता है। अंत में ऐसी जीवात्मा निश्चित ही मोक्ष पाकर भगवत् प्राप्ति करती है।

श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार जीवन का अंतिम उद्देश्य शाश्वत प्रेम, शांति और खुशी प्राप्त करना है, भगवान या वास्तविक आत्मा का एहसास करना है जो सत्-चित-आनंद स्वरूप है। इसे ईश्वर की रचना अर्थात् जन-मानस की सेवा करके प्राप्त किया जा सकता है। भगवान श्रीकृष्ण श्रीमद्भगवद्गीता में कहते हैं— “जो मुझे जीवन का सर्वोच्च लक्ष्य बनाता है, जो मेरे लिए अपने सभी कार्य करता है, जो पूरी तरह से मेरे प्रति समर्पित है और मेरी चेतना में रहता है, जो सभी प्राणियों के प्रति द्वेष, शत्रुता से मुक्त है और सभी के प्रति मैत्री भाव रखता है, वह निश्चित रूप से मुझे प्राप्त होता है।”

“हिंदी हमारे देश और भाषा की
प्रभावशाली विरासत है”



स्वस्थ रहने के लिए व्रत-उपवास जरूरी हैं

अनुशील जौहरी

सहायक पर्यवेक्षक



भारतीय संस्कृति की यह विशेषता रही है कि इसमें शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए जरूरी सभी पहलुओं को धर्म और अध्यात्म से जोड़ दिया गया है, ताकि लोक मानस पूर्ण आस्था भाव रखते हुए अपने शरीर के साथ-साथ मानसिक और नैतिक विकास का लाभ अर्जित कर सकें। ऐसा ही एक पहलू है व्रत और उपवास का।

व्रत और उपवास भारतीय परिवेश के ऐसे विशिष्ट माध्यम हैं जो पौराणिक काल से लेकर आज तक धार्मिक दृष्टि से बहुत ही श्रद्धा, आस्था और विश्वास के साथ, शरीर की शुद्धि और मानसिक व आध्यात्मिक विकास का साधन माने जाते हैं।

व्रत-उपवास की शक्ति

महात्मा गांधी भारतीय व्रत दिवसों के प्रति बहुत आस्था रखते थे। वह व्रत को अपार शक्ति का साधन मानते थे, उन्होंने अपने जीवन काल में बहुत व्रत किये। उनका कहना था कि व्रत करना बलवानों का काम होता है निर्बल का नहीं। सार्वजनिक जीवन में गांधीजी ने अनेक बार बहुत दिनों तक व्रत किये, व्रत के द्वारा ही उन्होंने अपने जीवन को संयमित, स्वस्थ और आत्मबल से परिपूर्ण बनाया। व्रत उपवास से हम अनेक रोगों से सहज ही मुक्ति पा सकते हैं।



आजकल पूरी दुनिया में बाहर की अपौष्टिक खाने-पीने की प्रवृत्ति बढ़ती जा रही है, खासकर बच्चों और युवाओं में यह लत बीमारी का रूप ले रही है, परिणामस्वरूप मोटापा, एक गंभीर बीमारी के रूप में हमारे सामने आ रहा है और यही मोटापा अनेक बीमारियों का कारण बन रहा है। व्रत उपवास से शरीर और मन दोनों स्वच्छ हो जाते हैं, इससे शरीर को अनेक रोगों से सहज ही मुक्ति मिल जाती है। उपवास के द्वारा शरीर में संचित हानिकारक तत्व स्वतः ही नष्ट हो जाते हैं।

यदि आप मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य, यौवन, जीवन का आनंद और शक्ति पाना चाहते हैं तो उपवास कीजिए। व्रत का संकल्प लीजिए और पूरी श्रद्धा के साथ उसका पालन कीजिए। आज के नए परिवेश में कई देशों में शरीर को स्वस्थ रखने के लिए इंटरमिटेंट फास्टिंग का चलन हो गया है जिसमें मोटापा कम करने के लिए भोजन को पचाने के लिए 16 से 18 घंटे पेट को बिना भोजन के रखने का रिवाज अपनाया जाने लगा है। यह शरीर को स्वस्थ रखने का अच्छा तरीका है लेकिन अगर इसे व्रत का नाम दे दिया जाय तो यह हमारे शरीर

के साथ—साथ हमें हमारी नैतिक, आध्यात्मिक और मानसिक शांति प्राप्त करने में भी मदद कर सकता है।

व्रत उपवास में सावधानी

उपवास आंतरिक शुद्धि करता है। भारतीय ऋषि—मुनियों ने उपवास के द्वारा ही शरीर, मन एवं आत्मा की शुद्धि करते हुए अलौकिक शक्ति प्राप्त की है जिसका उल्लेख पुराणों में भी मिलता है। उपवास द्वारा शरीर को संपूर्ण विश्राम मिलता है लेकिन सही तरीके से व्रत उपवास न किया जाए तो यह लाभ देने की जगह शरीर को हानि भी पहुँचाता है।

भारतीय परिवेश में धार्मिक दृष्टि से जो महिलाएँ व्रत किया करती हैं वे पूरे दिन निराहार और निर्जल रहने के उपरांत शाम को व्रत खोलते समय मावा, मिष्ठान और गरिष्ठ भोजन ग्रहण कर लेती हैं। महिलाएँ खाली पेट कई बार चाय पी लेती हैं, जो हमारे शरीर को बहुत नुकसान पहुँचाता है इसलिए अगर आप व्रत—उपवास का पूरा फायदा लेना चाहते हैं एवं शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक शक्ति पाना चाहते हैं, साथ ही साथ यौवन और जीवन का आनंद लेना चाहते हैं तो उपवास का पूरी दृढ़ता के साथ पालन करें। उपवास करने से एक—दो दिन पहले और बाद में भी, भोजन ग्रहण करते समय अत्यंत सावधानी बरतने की आवश्यकता होती है। यदि हम उपवास से पहले हल्का भोजन करें और उपवास के दौरान फल, जल और तरल पदार्थ लें और उपवास के बाद एक—दो दिन हल्का भोजन करें तो कई प्रकार की बीमारियों से मुक्ति पा सकते हैं। आंखों की कमजोरी, मानसिक तनाव, सिर दर्द, माइग्रेन, मोटापा जैसी बीमारियों को ठीक करने में व्रत बहुत लाभ पहुँचाते हैं।

महीने में 15 दिन के अंतराल में हमें व्रत—उपवास जरूर करना चाहिए। व्रत—उपवास की महत्ता पर मैंने कहीं बहुत सुंदर कहावत पढ़ी थी —

जुर जाचक अरु पाहुना, इनको यही उपाय।

लंघन तीन कराई दें, फेर कबहूँ नहीं आय ।।

अर्थात् जुर (ज्वर), जाचक (भिखारी) व पाहुना (मेहमान) इन तीनों को यदि तीन समय आहार नहीं दिया जाए, तो ये फिर कभी नहीं आते हैं।

“निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल।
बिन निज भाषा—ज्ञान के, मिटत न हिय को सूल ।।

— भारतेन्दु हरिश्चंद्र



गरीब का दुःख

शिवानी गुप्ता
आशुलिपिक



कुसूर क्या उस मासूम का ?
जिसने गरीब घर में जन्म लिया ।
भूखे पेट बिलखती नन्हीं सी एक जान,
बिन घर, पत्तों के झोपड़ में
रहने को मजबूर किया ।
भर नहीं सकते पेट तो क्यों
अपनी ही संतान को,
भूखा मरने को मजबूर किया ।
कुसूर क्या उस मासूम का ?
जिसने गरीब घर में जन्म लिया ।
उस सर्दी को भी दया न आई,
जिसने ठिठुरने को मजबूर किया ।
गर्मी भी कहां चुप बैठी,
तपती धूप ने जमकर अत्याचार किया ।
बारिश भी पीछे न रही,
उसकी कुटिया ही बहा ले गई ।
कुसूर क्या उस मासूम का ?
जिसने गरीब घर में जन्म लिया ।
हे प्रभु! ये कैसी विडंबना है,
तेरा एक अंश महलों में पलता है,

तो दूजा बेघर भटकता फिरता है ।
जहाँ एक ओर दावतों में खाना फिकता है,
वहीं गरीब एक-एक निवाले को तरसता है ।
चीथड़े में लिपटा हुआ तन जिसका,
हक कहाँ उसको पढ़ने-लिखने का,
वो पेट भरने भटकता फिरता है ।
कुसूर क्या उस मासूम का ?
जिसने गरीब घर में जन्म लिया ।
देश का यह दुर्भाग्य ही रहा,
गोदामों में अन्न सड़ जाता है
परंतु देश का जन भूखा मर जाता है
कुसूर क्या उस मासूम का ?
जिसने, तड़प कर मरने को अपना भाग्य कुबूल
किया ।



भावना

स्वर्णलता गुप्ता
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी



‘भावना’ एक ऐसा शब्द है जिसका कोई एक अर्थ बता पाना बहुत मुश्किल कार्य है क्योंकि भावना का भाव और अर्थ परिस्थिति विशेष पर निर्भर है। ‘भावना’ शब्द समुद्र के समान गहरा है जिसकी थाह पाना संभव नहीं, इसको जिस धारा से जोड़ो तो ये अपना अलग ही अर्थ बयां करने लगता है। भावना को न तो समय सीमा में और न ही भौतिक सीमाओं में बांधा जा सकता है। भावना मनुष्य के मन में उपजा वो भाव है जो जैसी उसकी परिस्थिति हो, उसी के अनुसार अपना स्वरूप और परिणाम प्रदर्शित करता है। भावना को हम लोग अलग-अलग रूपों में कुछ इस तरह समझ सकते हैं—

खुशी की भावना— जब हम खुश होते हैं तो हमें हर तरफ खुशहाली ही दिखती है और खुशी की भावना हमारे हर कार्य में परिलक्षित होती है। हर मौसम रंगीन दिखता है। जंगल में भी मंगल नजर आता है, खुश होने पर बड़े से बड़ा और कठिन से कठिन काम भी आसान लगने लगता है क्योंकि खुशी में हमारे काम करने का उत्साह कई गुना बढ़ जाता है और मुश्किल चुनौती भरा लक्ष्य भी हम पूर्ण मनोबल और गुणवत्तापूर्ण तरीके से करके अपने लक्ष्य को सहज ही प्राप्त कर लेते हैं। हम कोई भी कठिन काम सहर्ष करने को तैयार हो जाते हैं क्योंकि अपने खुश—नुमा व्यक्तित्व से हम सबको अपने पक्ष में कर सकते हैं और लोग हमारे कार्य में सहयोगी बनकर खुद को गर्वित महसूस करते हैं।

दुःख की भावना— जैसे मृत्यु की घड़ी टाले नहीं टलती, वैसे ही दुःख की घड़ी भी टाले नहीं टलती। समय बहुत लम्बा लगता है कि जैसे व्यतीत ही न हो रहा हो। इस समय मनुष्य खुद को सबसे कमजोर, असहाय और निरीह महसूस करता है। दुःख की भावना मनुष्य पर इस तरह हावी होती है कि उसे अपनी दुनिया खत्म होती सी नजर आती है, वो भावनात्मक रूप से अत्यंत कमजोर हो जाता है, उसे जीवन जीने का कोई सार्थक उद्देश्य नजर नहीं आता, सब अर्थहीन सा लगने लगता है, रिश्ते—नाते बेगाने से लगने लगते हैं और इन सब के चलते मन में एक अंतहीन निराशा जन्म ले लेती है जो अच्छे—खासे जीवन को निर्मोही बना देती है।

जीत की भावना— ‘जीत’ शब्द सुनकर ही सबके चेहरे पर प्रसन्नता दिखाई पड़ने लगती है। जीतने की भावना वह संबल है जो मनुष्य को जीवन में आगे बढ़ने की राह दिखाती है, उस राह पर चलकर उसे अपना लक्ष्य प्राप्त करने हेतु प्रेरित करती है और उसके बहुमुखी विकास का मार्ग प्रशस्त करती है। यदि आज के प्रतिस्पर्धी युग में देखा जाय तो जब तक मनुष्य को जीत की संभावना न दिखाई दे, तो वो अपने किसी कार्य को पूर्ण मनोयोग से कर ही न सके। जीत की भावना ही मनुष्य को जीवन पथ पर आगे बढ़ने हेतु प्रेरित करती है और उन्नति का मार्ग प्रशस्त करती है। यदि मनुष्य के अंतर्मन में जीतने का जज्बा न हो तो वो अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने हेतु अपने पूर्ण प्रयास करना ही बंद कर देगा।

हार की भावना— ‘हार’ का अर्थ है सफल न हो पाना। हार जाने पर मनुष्य दुखी हो जाता है, जीत की आशा छोड़ देता है, उसके अंतर्मन में क्रोध पनपने लगता है और वो जीत के लिए प्रयास करना ही बंद कर देता है। हिंदी में रची कबीर दास जी की ये पंक्तियाँ बहुत प्रचलित हैं—

“मन के हारे हार है, मन के जीते जीत।”

जैसा कि उक्त पंक्तियों से स्वतः स्पष्ट है कि मनुष्य यदि स्वयं के मन से हार मान लेता है तो वो सच में हार ही जाता है और यदि वो मन में जीत की उम्मीद रखता है तो वो परिस्थितियों को भी अपने वश में करके येन-केन-प्रकारेण जीत हासिल कर ही लेता है इसलिए यदि हम हार को केवल असफलता न मानकर, सफलता के लिए एक और अवसर मान लें तो ये निश्चित ही हमें सफलता की ओर ले जाएगी। हमारी हार ही हमारी जीत की पहली सीढ़ी होती है क्योंकि उस हार से मनुष्य अपनी कमियों के बारे में जानता और समझता है और उन्हें हल करने की कोशिश करता है। असफल होने के बाद, सफलता मिलने का आनंद ही कुछ और होता है।

निराशा की भावना— जब मनुष्य अपने जीवन में निराश हो जाता है, हताश हो जाता है, उसे दूर-दूर तक कोई आस की किरण नहीं दिखती तो वो खुद को अकेला महसूस करता है, अपने मन में टूट-सा जाता है। निराश/हताश मनुष्य सफलता का स्वप्न ही छोड़ देता है और उसके द्वारा किए जाने वाले सारे प्रयास स्वतः ही विफल हो जाते हैं क्योंकि वो पूर्ण मनोयोग से किए ही नहीं जाते। निराशा रुपी बादल मनुष्य को अंधेरे के गर्त में धकेल देते हैं। निराशा की भावना मनुष्य की हृदयजनित कोमल भावनाओं यथा स्नेह, प्रेम, दया, करुणा, अपनत्व और सहानुभूति के साथ-साथ आंतरिक गुणों यथा व्यावहारिकता, सृजनात्मकता, आपसी मेल-जोल और रिश्ते-नाते सभी पर विपरीत असर डालती है। निराशा से उबरने में मनुष्य स्वयं अपनी मदद खुद कर सकता है। बाहरी समर्थन उसे ढाँढस तो बंधा सकता है परन्तु उससे पूरी तरह से मुक्ति नहीं दिला सकता। निराशा के समय केवल सकारात्मक सोच ही मनुष्य को सहारा दे सकती है।

स्वाधीनता की भावना— यह जीवन का सबसे उत्तम भाव है जिसे हर कोई जीना चाहता है। स्वाधीनता से बड़ा कोई सुख नहीं है और पराधीनता से बड़ा कोई दुःख नहीं। स्वाधीनता की कीमत भारत से ज्यादा कोई नहीं समझ सकता क्योंकि भारतवासियों ने 200 वर्षों तक पराधीनता का दंश झेला है। स्वतंत्र तन और मन सदा उच्च विचारधारा की ओर उन्मुख होते हैं। जितनी ऊँची हमारी सोच होगी, उतनी ही ऊँची मंजिल भी होगी।

आधुनिक शिक्षा ने लोगों को ऊँची उड़ान भरने हेतु प्रेरित किया है। लोग अपनी इच्छा शक्ति और सामर्थ्य के अनुसार अपना करियर निर्धारित करते हैं और उसे पाने के लिए हर संभव प्रयास करते हैं, और यह सब स्वतंत्र माहौल का ही असर है। कहने का तात्पर्य है कि जब मनुष्य सोचने के लिए स्वतंत्र होता है तो उसकी सोच असीमित होती है और वो असंभव को संभव करने का प्रयास करता है।

पराधीनता की भावना— ‘पराधीन सपनेहु सुख नाही’ पराधीनता का भाव स्पष्ट करती ये पंक्तियाँ बताती हैं कि मनुष्य को पराधीन रहकर कभी सुख प्राप्त नहीं हो सकता और वो जीवन में कभी खुश नहीं रह सकता क्योंकि पराधीनता की बेड़ियाँ उसे कभी अपने हिसाब से जीने नहीं देंगी, कुछ करने नहीं देंगी। भारतीयों ने 200 सालों तक पराधीनता सही। उस समय का वर्णन करने की तो आवश्यकता ही नहीं है, वे कहानियाँ सबने स्वयं सुनी और पढ़ी हैं। आज के समय में, एक छोटे से उदाहरण के रूप में आप किसी सज्जन के एक पालतू कुत्ते को ही ले लीजिये। उसका मालिक उसे एयरकंडीशंड गाड़ी में घुमा सकता है, दूध रोटी खिला सकता है परन्तु यदि कुत्ता चाहे कि वो अपने सामाजिक बंधुओं के साथ उनके सुर से सुर मिला सके तो उसे इसकी अनुमति नहीं होती। मौलवी इस्माईल ने लिखा भी है कि —

“मिले खुश्क रोटी जो आजाद रहकर, जिल्लत के हलवे से भी है वो बेहतर।”

अर्थात् पराधीन रहकर रईसी जीवन किसी काम का नहीं, इससे बेहतर तो आजादी में मिलने वाली रुखी-सूखी रोटी है जिसमें आप पूर्णतया स्वतंत्र तो हैं। पराधीनता जीवन का सबसे बड़ा अभिशाप है।

संस्कारित भावना— हमें अपने संस्कारों को कभी भूलना नहीं चाहिए। हमारे संस्कार ही भारत की “वसुधैव

कुटुम्बकम्” की अवधारणा को पूरा करते हैं। अच्छे संस्कार किताबों में नहीं मिलते, ये हमारे घर के बड़े-बुजुर्गों से विरासत में मिलते हैं। सुसंस्कारों की शक्ति जीवन के हर पहलू, हर मोड़ पर हमारा मार्गदर्शन करती है। इस भावना के चलते ही धरा पर प्रेम, स्नेह, संवेदना, सम्मान और समानता का व्यवहार संभव है। संस्कारित पीढ़ी को अधिक ज्ञान देने की आवश्यकता नहीं होती है यह स्वतः ही समयानुसार और परिस्थिति के अनुसार निर्णय लेकर कार्यों को संपन्न करती रहती है।

भक्ति की भावना— भक्ति ईश्वर की परम साधना है। भक्ति धर्म विशेष से जुड़ी मान्यताओं और रीति-रिवाजों को निभाने में मनुष्य की मदद करती है। भक्ति व्यक्ति को सरल और सहज बनना सिखाती है और दूसरे की भावनाओं का सम्मान करना सिखाती है। भक्ति की भावना लोगों के जीवन में नई ऊर्जा और उत्साह का संचार करती है जिसके चलते लोगों का जीवन अधिक सुखमय और प्रसन्नतापूर्ण हो जाता है क्योंकि भक्ति का उद्देश्य केवल कामनापूर्ति करना नहीं है बल्कि अन्यथा पनप रही कामनाओं का शमन करना भी है जो मानव जीवन की स्वच्छंदता को नियंत्रित करने हेतु अति आवश्यक है। भक्ति केवल ईश्वर की ही नहीं होती, भक्ति अपने देश के प्रति भी होती है जिसे हम देशभक्ति कहते हैं। हर नागरिक का प्रथम कर्तव्य है कि वो अपने देश से प्रेम करे, अपने देश के लिए अपना सर्वस्व न्योछावर करने के लिए तैयार रहे। उसके इसी जज्बे को देशभक्ति कहते हैं।

प्रेम की भावना— प्रेम मानवता का ही दूसरा नाम है। अतः दुनिया में सबसे बड़ी यदि कोई भावना मानी गई है तो वो है प्रेम की भावना क्योंकि प्रेम आपको सिर्फ लेना ही नहीं, देना भी सिखाता है। प्रेम अपने उद्देश्य की पूर्ति हेतु आपको अपना सर्वस्व न्योछावर कर देने हेतु प्रेरित करता है। आप प्रेम के द्वारा दुनिया का कोई भी कार्य आसानी से कर सकते हैं। दुश्मन भी प्रेम के वश में होकर अपनी दुश्मनी भूल जाता है और प्रेम से गले मिलकर आपसी मत और मन भेद को भुला देता है। प्रेम, दो विपरीत स्वभाव वाले लोगों को मिलाने का कार्य करता है। दुनिया में लोगों ने प्रेम के द्वारा ही बड़ी से बड़ी समस्या का निदान किया है चाहे वो वैश्विक व्यापारिक परिवेश रहा हो अथवा वैचारिक मतभेद, सभी ने मिलजुल कर समस्या को सुलझाने का प्रयास किया है जो केवल प्रेमपूर्ण वाणी के द्वारा ही संभव हुआ है।

संक्षेप में कहना चाहूंगी कि भावना की व्याख्या सीमाओं से परे है। शब्दों के द्वारा बता पाना अत्यंत कठिन है कि अमुक समय अमुक व्यक्ति किस मनोस्थिति में है और वो किस भावना के वश में है इसे सिर्फ एहसास के द्वारा ही अनुभव किया जा सकता है, देख कर मात्र अनुमान ही लगाया जा सकता है।



हिंदी द्वारा सारे भारत को एक सूत्र
में पिरोया जा सकता है।

- स्वामी दयानंद सरस्वती



किताबों का महत्व

माधवी मुजुमदार

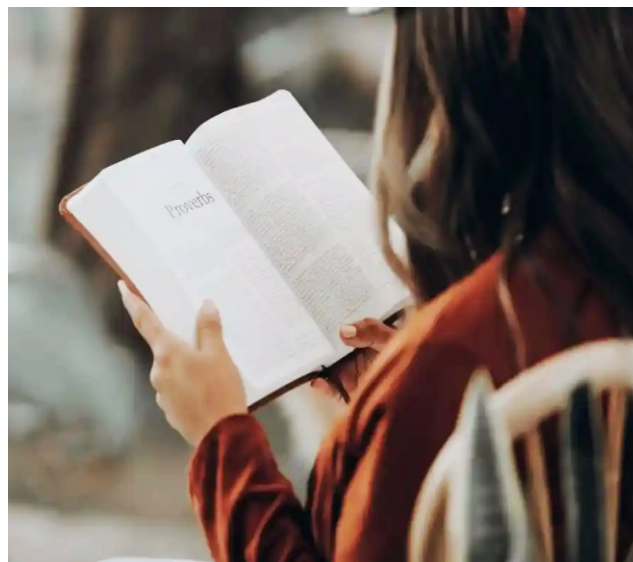
सहायक पर्यवेक्षक



किताबें हमारे जीवन की सबसे अच्छी साथी होती हैं। जब भी हमें उनकी आवश्यकता होती है वे हमारे लिए उपलब्ध होती हैं। किताबें हमारे आसपास की दुनिया को समझने, सही और गलत के बीच निर्णय लेने में हमारी मदद करती हैं। ये हमारी आदर्श मार्गदर्शक और सर्वकालिक शिक्षक के रूप में भी हमारे जीवन में शामिल होती हैं। किताबें पढ़ने से हमारे व्यक्तित्व में गुणात्मक परिवर्तन आता है।

ये हमारे लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित करने में मदद करती हैं साथ ही यथा समय लक्ष्य प्राप्ति में भी मददगार होती हैं। हममें से कई लोगों को अपने खाली समय में या सोने से पहले किताबें पढ़ने की आदत होती है क्योंकि पढ़ने से तनाव पर काबू पाने में भी मदद मिलती है। ये हमें एक अलग ही दुनिया में ले जाती हैं जिसे हम सुकून की दुनिया कह सकते हैं। लोगों के विपरीत किताबें कभी भी बदले में कुछ भी नहीं माँगती, बल्कि हमारे ज्ञान और रचनात्मकता को बढ़ाने में हमारी मदद करती हैं।

एक अच्छी किताब हमारे सोचने, बात करने और चीजों का विश्लेषण करने के तरीके को बदलने की शक्ति रखती है। फिक्शन, नॉन-फिक्शन, उपन्यास, ड्रामा, थ्रिलर, सस्पेंस, साइंस-फिक्शन आदि विभिन्न शैलियों में अनगिनत किताबें लिखी गई हैं। हर किताब अपने अनूठे परिप्रेक्ष्य के साथ आती है। यदि आप एक शौकीन पाठक हैं, तो किताबें पढ़कर आपको अपना दृष्टिकोण विकसित करने में मदद मिलेगी, जो आपको दूसरों से अलग दिखने में मदद करेगा। पढ़ने से हमें विभिन्न परिवेशों का विश्लेषण करने का अवसर मिलता है जो हमारे दिमाग को चौकस रहने के लिए प्रेरित करता है। किताबें दिमाग की उपस्थिति और अवलोकन कौशल को विकसित करने में मदद करती हैं।



किताबें पढ़ना हमारे जीवन का हिस्सा होना चाहिए इसके कुछ महत्वपूर्ण कारण निम्नवत हैं—

- 1. ज्ञान का मार्ग :** किताबें किसी भी विषय क्षेत्र पर जानकारी का एक विशाल भंडार प्रदान करती हैं। चाहे इतिहास, विज्ञान, दर्शन हो या नए शौक और रुचियाँ।
- 2. बढ़ी हुई शब्दावली :** नियमित रूप से पढ़ने से आपको शब्दावली की एक विस्तृत श्रृंखला का पता चलता है,

जिससे आपके संचार कौशल और समझ में सुधार होता है।

3. मेमोरी बूस्ट : गहन अध्ययन और शोध से पता चलता है कि पढ़ना हमारी याददाश्त और संज्ञानात्मक कार्यों को तेज करने में मदद कर सकता है, जिससे आपका दिमाग अधिक सक्रिय और व्यस्त रहता है।

4. तनाव में कमी : एक अच्छी किताब पढ़ना मानसिक तनाव को दूर कर सकता है। किताबें मानसिक तनाव को कम कर मन को शांत करने का कार्य करती हैं।

5. बेहतर फोकस और एकाग्रता : आज की तेज रफ्तार से भागती मशीनी दुनिया में किताबें पढ़ना लंबे समय तक ध्यान केंद्रित करने की क्षमता को बढ़ाता है।

6. सहानुभूति और परिप्रेक्ष्य : किताबों में काल्पनिक पात्रों के चरित्र पढ़ने से हमें अपने अंदर प्रेम, सहानुभूति, करुणा और संवेदना को विकसित करने और विभिन्न मानवीय दृष्टिकोणों को गहराई से समझने की अनुभूति होती है।

7. रचनात्मकता में वृद्धि : किताबें पढ़ने से हमें नए विचार और विचार प्रक्रियाएं मिलती हैं, जो हमारी रचनात्मकता और समस्या समाधान क्षमताओं को जागृत करती हैं।

8. मजबूत लेखन कौशल : अच्छी तरह से लिखे गए गद्य में खुद को डुबोने से आपकी लेखन शैली, वाक्य संरचना और संचार स्पष्टता में सुधार हो सकता है।

9. बेहतर नींद की गुणवत्ता : सोने से पहले स्क्रीन टाइम की जगह किताब पढ़ें। पढ़ने की शांत प्रकृति आपको आराम करने और तनावमुक्त रहने में मदद कर सकती है, जिससे बेहतर नींद आती है और मन शांत रहता है।

10. मनोरंजन का साधन : किताबें पढ़ना मनुष्यों के लिए सबसे सरल, सहज और सस्ती मनोरंजन क्रियाओं में से एक है। कहानियों और किताबों की दुनिया से इंसान मोहित हो जाता है और तलाशने के लिए एक नई वैकल्पिक दुनिया खोल लेता है। यह न केवल हमें एक अन्य धरातल तक पहुंचाता है, बल्कि कुछ समय के लिए हमारी दैनिक समस्याओं से दूर करने में भी हमारी मदद करता है।

अब्राहम लिंकन ने कहा है कि “किताबें आदमी को ये बताने के काम आती हैं कि उसके मूल विचार आखिरकार इतने नये भी नहीं हैं।”



प्राकृतिक औषधीय संसार

विजय सिंह मीना

सहायक पर्यवेक्षक



प्राचीन समय से ही मनुष्य रोग से बचाव एवं उपचार के लिए विभिन्न प्रकार के पेड़-पौधों और जड़ी-बूटियों का उपयोग करता आ रहा है। पेड़-पौधों की जड़ें, तने, पत्तियाँ, फूल, फल, बीज और यहाँ तक कि छाल का उपयोग भी उपचार के लिए किया जाता है। पौधों का यह औषधीय गुण उनमें उपस्थित कुछ रासायनिक पदार्थों से होता है जिनकी मानव शरीर पर विशिष्ट प्रतिक्रिया होती है। मुख्य औषधीय पौधे मुलेठी, हींग, लहसुन, अदरक, हल्दी, चंदन, तुलसी, नीम इत्यादि हैं। औषधीय पौधों का आयुर्वेदिक और देसी दवाओं में बहुत उपयोग किया जाता है। ये पेड़-पौधे हानिरहित होते हैं और घर में और घर के आसपास आसानी से उगाए जा सकते हैं।

आंवला : आंवले में विटामिन 'सी' भरपूर मात्रा में होता है। आंवला फल शीतलता प्रदान करने वाला होता है। यह हरड़ एवं बहेड़ा के साथ त्रिफला चूर्ण के रूप में पेट के विकार को खत्म करता है तथा आँखों की रोशनी को बढ़ाता है। आंवले के फल से औषधीय गुणों से युक्त बालों का तेल, मुरब्बा, अचार आदि बनाये जाते हैं।



नीम : नीम औषधीय दृष्टि से बहुत महत्वपूर्ण है जिसका उपयोग युगों से किया जा रहा है। आमतौर पर यह भारत में हर जगह पाया जाता है। इस वृक्ष के लगभग सभी भाग जैसे पत्तियाँ, तना, पुष्प, फल आदि काम में आते हैं। इसकी पत्तियाँ पाचक, कफनाशक एवं कीटाणुनाशक होती हैं। पत्तियों का रस अनेक त्वचा रोगों तथा पीलिया के उपचार में प्रयुक्त होता है। इसका उपयोग कृमिनाशक के रूप में भी होता है। भारत में प्राचीनकाल से नीम की टहनी के टुकड़े को दातुन के रूप में उपयोग में लेते आ रहे हैं। नीम में उत्कृष्ट एंटीसेप्टिक गुण होते हैं।



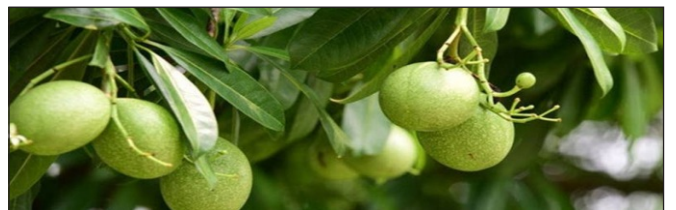
तुलसी : तुलसी को एक पवित्र पौधा माना जाता है। यह अपने उपचारात्मक गुणों के कारण जड़ी-बूटी के रूप में अत्यंत मूल्यवान है। तुलसी की चार किस्में हैं, जिन्हें राम तुलसी, वन तुलसी, कृष्णा तुलसी और कपूर तुलसी कहा जाता है। कपूरतुलसी के तेल का उपयोग कान में इन्फेक्शन ठीक करने के लिए किया जाता है। तुलसी में बहुत असरकारक कीटाणुनाशक, फफूंदनाशक, जीवाणुरोधी और एंटीबायोटिक गुण होते हैं, जो बुखार, साधारण सर्दी और श्वसन संबंधी बीमारियों को ठीक करने के लिए अच्छे होते हैं। राम तुलसी के पत्तों का रस भी बुखार और खाँसी से राहत देता है।

पुदीना : पुदीना प्राकृतिक रूप में मैंगनीज, विटामिन 'ए' और विटामिन 'सी' से भरपूर होता है। पुदीने की पत्तियों को माँसपेशियों को आराम देने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। पुदीना पेट फूलना, पेट खराब होना, बुखार और आंत की बीमारी का इलाज करने की क्षमता रखता है। यह बैक्टीरिया को बढ़ने से भी रोकता है।



एलोवेरा (ग्वारपाठा) : एलोवेरा एक अद्भुत पौधा है। यह कहीं भी बड़ी आसानी से उगाया जा सकता है। एलोवेरा का उपयोग बाहरी और आंतरिक दोनों रूपों में किया जा सकता है। एलोवेरा एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर है। यह प्राकृतिक प्रतिरक्षा बूस्टर है, जो शरीर में मुक्त कणों (फ्री रेडिकल्स) से निपटने में मदद करता है। यदि किसी के शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर है, तो रोजाना एलोवेरा का रस पिया जा सकता है। यह कटने, घाव होने और जलने के कारण संक्रमण के खतरे को ठीक कर सकता है। यह आसानी से सूजन को कम कर सकता है। यह त्वचा और बालों के लिए बहुत अच्छा होता है। एलोवेरा जूस पीने से पाचन समस्याओं, भूख न लगना और पुरानी कब्ज से छुटकारा पा सकते हैं।

बेल : यह रुटेसी कुल का सदस्य है तथा विश्वभर में पाया जाता है। बेलफल से एक ताजगीदायक पेय बनाया जाता है जो डायरिया, पेट की गड़बड़ियों तथा कब्ज के उपचार में उपयोगी है।





लेमन ग्रास : लेमन ग्रास एक औषधीय पौधा है, जिसे आसानी से घर पर उगाया जा सकता है। इसके बहुत चिकित्सीय लाभ हैं। लेमन ग्रास के पत्तों का उपयोग चाय, सूप, करी और सलाद में किया जाता है। लेमन ग्रास में एंटीबायोटिक और एंटीवायरल गुण होते हैं, जो बीमारियों से बचाव में मदद करते हैं। लेमन ग्रास के तेल का उपयोग त्वचा और बालों की देखभाल में किया जाता है। लेमन ग्रास के तेल में कीटनाशक गुण होते हैं, जो कीड़े-मकोड़े को भगाने में मदद करते हैं। लेमन ग्रास के स्वास्थ्य लाभ जैसे पाचन तंत्र को मजबूत करना, रक्तचाप को नियंत्रित करना, तनाव और चिंता

ब्राह्मी : मस्तिष्क के विकास और स्मृति के लिए एक उत्कृष्ट पौधा है। यह छोटा सा औषधीय पौधा अल्सर, त्वचा की चोटों को ठीक करता है और कोशिकाओं को मजबूत बनाता है। इसकी पत्तियों को पीसकर खुरपाया रोग के इलाज के लिए उपयोग किया जाता है। ब्राह्मी मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र को पुनर्जीवित करती है, जिससे ध्यान अवधि और एकाग्रता बढ़ती है।



हल्दी : प्राचीनकाल से ही हल्दी अपने औषधीय गुणों के लिए जानी जाती है। भारत में उत्पन्न होने वाली हल्दी में कैंसर विरोधी गुण होते हैं और यह डीएनए उत्परिवर्तन (म्यूटेशन) को रोक सकते हैं। सूजनरोधी एंटीइंफ्लेमेट्री होने के कारण इसे एक सप्लीमेंट के रूप में भी लिया जाता है। गठिया रोग के उपचार में यह बहुत फायदेमंद है। हल्दी कई तरह के त्वचा रोगों और जॉइंट आर्थराइटिस को ठीक करने में बहुत फायदेमंद है।

अश्वगंधा : अश्वगंधा एक बहुत ही प्राचीन औषधि है। यह तनाव में कमी और तंत्रिका की सुरक्षा के लिए सबसे अच्छी औषधि है। यह प्राचीन जड़ी-बूटी प्रजनन क्षमता और घाव भरने की क्षमता को बढ़ा देती है। यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाती है और यह आँखों के अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करती है। यह एक बहुत अच्छा हार्ट टॉनिक है, यह कोलेस्ट्रॉल और ब्लड शुगर को नियंत्रित करती है।



शतावरी : शतावरी को मुख्यतः महिलाओं की औषधि माना गया है। यह उनकी प्रजनन प्रणाली को दुरुस्त करने के लिहाज से बेहतरीन औषधि है। प्राचीनकाल से ही बांझपन के रोगों में शतावरी का उपयोग खूब किया जाता है। इसके अलावा, यदि कोई महिला अपने नवजात का पेट स्तनपान के जरिए भर पाने में अक्षम है तो उसे शतावरी की जड़ों का पाउडर बनाकर एक छोटा चम्मच सुबह और शाम गरम दूध या पानी के साथ लेने से लाभ पहुंचता है। हार्मोन्स बदलाव और लिकोरिया के रोग में भी शतावरी फायदेमंद हैं।



हींग : दुनिया के बहुत से हिस्सों में हींग को खाने का स्वाद बढ़ाने वाले तत्व के रूप में और विभिन्न प्रकार की बीमारियों का पारंपरिक रूप से उपचार करने के लिए किया जाता है। हींग का उपयोग नसों की समस्याओं से निपटने के लिए, हृदय व लीवर के रोगों से बचाने वाले एजेंट के रूप में, कैंसर निरोधी एजेंट के रूप में, डायबिटीज से निपटने में, मोटापे से बचने और चर्बी कम करने वाले एजेंट के रूप में, कृमिनाशक एजेंट के रूप में, एंटीऑक्सिडेंट के रूप में एवं पाचन प्रक्रिया को तेज करने में किया जाता है।



“हिंदी भाषा हमारे विचारों की वो अभिव्यक्ति है,
जिसे अपनाने से हम अपना जीवन
संपन्न और समृद्ध बना सकते हैं।”



शब्द ज्ञान

मनीष कुमार
हिंदी अधिकारी



हिंदी लिखने वाले अक्सर 'ई' और 'यी' में, 'ए' और 'ये' में और 'ऐँ' और 'यें' में जाने-अनजाने गड़बड़ करते हैं।

कहाँ क्या इस्तेमाल होगा, इसका ठीक-ठीक ज्ञान होना चाहिए।

जिन शब्दों के अन्त में 'ई' आता है, वे संज्ञाएँ होती हैं, क्रियाएँ नहीं। जैसे — मिठाई, मलाई, सिंचाई, ढिठाई, बुनाई, सिलाई, कढ़ाई, निराई, गुड़ाई, लगाई-बुझाई।

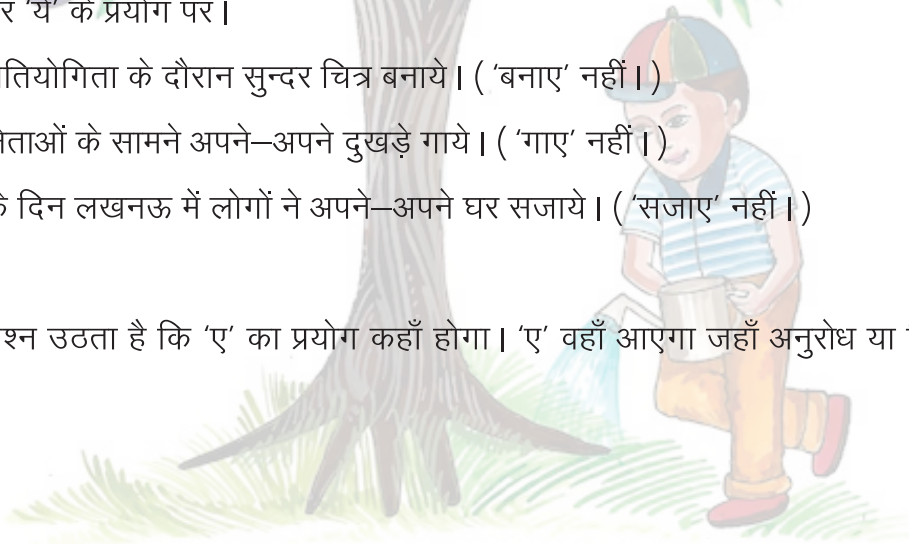
इसलिए 'तुमने मुझे पिक्चर दिखाई' में 'दिखाई' गलत है, इसकी जगह 'दिखायी' का प्रयोग किया जाना चाहिए। इसी तरह कई लोग 'नयी' को 'नई' लिखते हैं। 'नई' गलत है, सही शब्द 'नयी' है। मूल शब्द 'नया' है, उससे 'नयी' बनेगा।

- क्या तुमने प्रश्न-पत्र से उत्तर-पुस्तिका मिलायी? ('मिलाई' गलत है।)
- आज उसने मेरी मम्मी से मिलने की इच्छा जतायी। ('जताई' गलत है।)
- उसने बर्थडे-गिफ्ट के रूप में नयी साड़ी पायी। ('पाई' गलत है।)

अब आइए 'ए' और 'ये' के प्रयोग पर।

- बच्चों ने प्रतियोगिता के दौरान सुन्दर चित्र बनाये। ('बनाए' नहीं।)
- लोगों ने नेताओं के सामने अपने-अपने दुखड़े गाये। ('गाए' नहीं।)
- दीवाली के दिन लखनऊ में लोगों ने अपने-अपने घर सजाये। ('सजाए' नहीं।)

तो फिर प्रश्न उठता है कि 'ए' का प्रयोग कहाँ होगा। 'ए' वहाँ आएगा जहाँ अनुरोध या रिक्वेस्ट की बात होगी।



- अब आप काम देखिए, मैं चलता हूँ। (‘देखिये’ नहीं।)
- आप लोग अपनी—अपनी जिम्मेदारी के विषय में सोचिए। (‘सोचिये’ नहीं।)
- उमेश जी ! ऐसा विचार मन में न लाइए। (‘लाइये’ गलत है।)

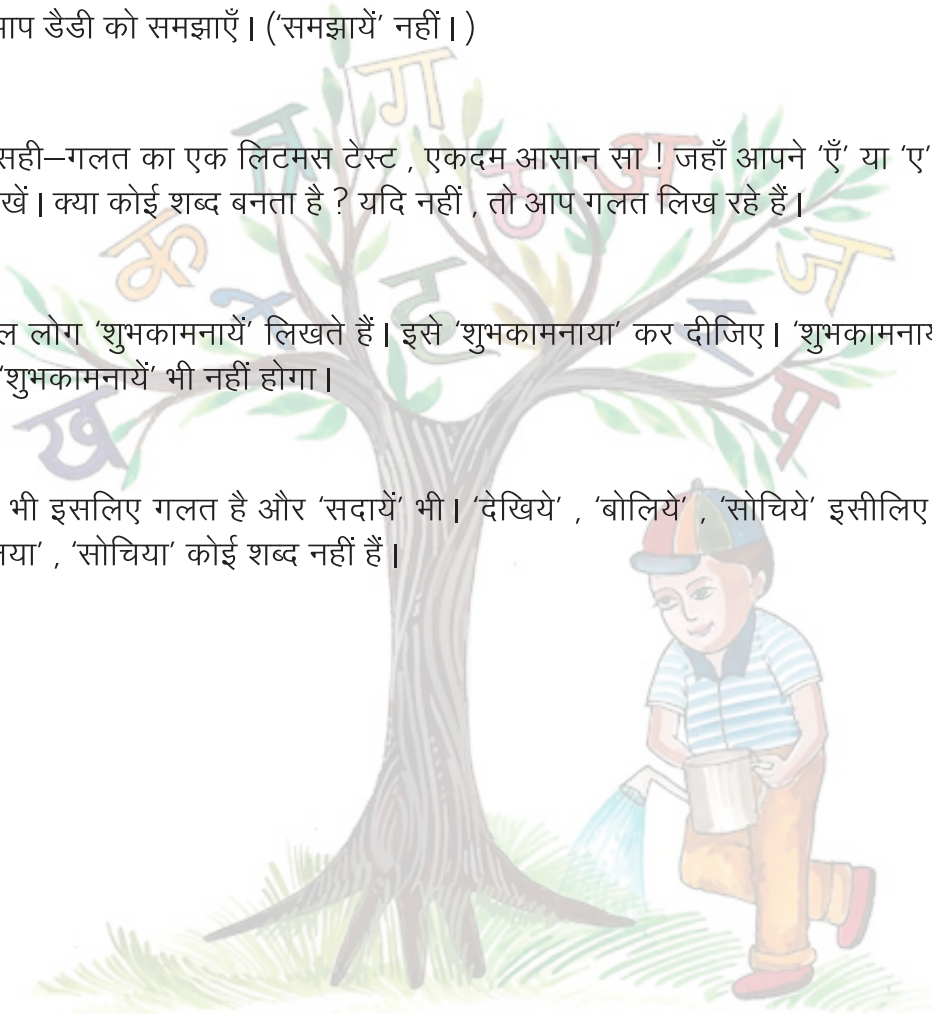
अब अंत में ‘यें’ और ‘एँ’ की बात। यहाँ भी अनुरोध का नियम ही लागू होगा। रिक्वेस्ट की जाएगी तो ‘एँ’ लगेगा, ‘यें’ नहीं।

- आप लोग कृपया यहाँ आएँ। (‘आयें’ नहीं।)
- जी बताएँ, मैं आपके लिए क्या करूँ ? (‘बतायें’ नहीं।)
- मम्मी, आप डैडी को समझाएँ। (‘समझायें’ नहीं।)

अंत में सही—गलत का एक लिटमस टेस्ट, एकदम आसान सा ! जहाँ आपने ‘एँ’ या ‘ए’ लगाया है, वहाँ ‘या’ लगाकर देखें। क्या कोई शब्द बनता है ? यदि नहीं, तो आप गलत लिख रहे हैं।

आजकल लोग ‘शुभकामनायें’ लिखते हैं। इसे ‘शुभकामनाया’ कर दीजिए। ‘शुभकामनाया’ तो कुछ होता नहीं, इसलिए ‘शुभकामनायें’ भी नहीं होगा।

‘दुआयें’ भी इसलिए गलत है और ‘सदायें’ भी। ‘देखिये’, ‘बोलिये’, ‘सोचिये’ इसीलिए गलत हैं क्योंकि ‘देखिया’, ‘बोलिया’, ‘सोचिया’ कोई शब्द नहीं हैं।



देहरादून : प्रेम का शहर

शिखा मलिक
लेखापरीक्षक



भारतीय राज्य उत्तराखंड की राजधानी देहरादून को अपने समृद्ध इतिहास और सांस्कृतिक महत्व के कारण जाना जाता है। इस शहर के प्राकृतिक सौंदर्य और माहौल के कारण इसे 'प्रेम का शहर' कहा जाता है। देहरादून शिवालिक पर्वत की तराई में, समुद्र तल से 2,100 फीट की ऊँचाई पर यमुना और गंगा नदियों की सहायक नदियों के मध्य स्थित है। हरियाली, बर्फ से ढकी चोटियाँ, शांत झीलें और नदियाँ एक आकर्षक माहौल बनाती हैं। देहरादून लंबे समय से प्रसिद्ध कवियों, लेखकों और बुद्धिजीवियों का केंद्र रहा है, जिन्होंने शहर की प्राकृतिक सुंदरता और शांत वातावरण से प्रेरणा ली है। मिर्जा गालिब और रवीन्द्रनाथ टैगोर जैसे कई प्रतिष्ठित भारतीय कवियों ने देहरादून में समय बिताया और उनकी रचनाएँ शहर के रोमांटिक आकर्षण को दर्शाती हैं।

देहरादून के आसपास का क्षेत्र प्राचीन किंवदंतियों और लोककथाओं से भरा हुआ है। यह शहर कई ऐतिहासिक स्मारकों और वास्तुशिल्प चमत्कारों का घर है जो भव्यता की भावना से ओत-प्रोत है। पूरे वर्ष, देहरादून विभिन्न सांस्कृतिक उत्सवों और कार्यक्रमों की मेजबानी करता है जो प्रेम, कविता और कला का जश्न मनाते हैं। इनमें वार्षिक मसूरी साहित्य महोत्सव भी शामिल है, जो दुनिया भर से लेखकों और साहित्य प्रेमियों को आकर्षित करता है।

देहरादून में एवं इसके आसपास घूमने लायक बहुत सारे पर्यटन स्थल हैं।

देहरादून में घूमने लायक मुख्य पर्यटन स्थल

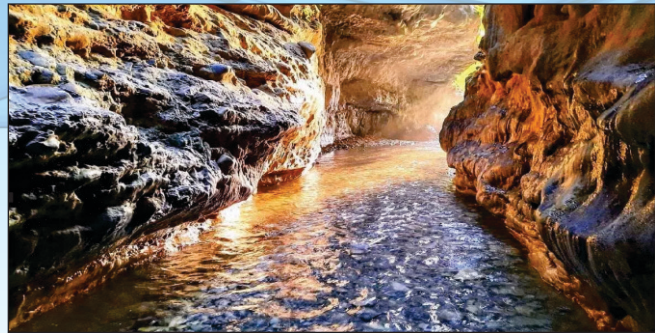
राजाजी राष्ट्रीय उद्यान

बाघ, जंगली सूअर और तेंदुए सहित जानवरों की 400 से अधिक विभिन्न प्रजातियाँ राजाजी राष्ट्रीय उद्यान को अपना घर बनाती हैं यह पार्क विशेष रूप से अपनी रोमांचक हाथी सफारी के लिए प्रसिद्ध है। यह देहरादून में घूमने लायक शीर्ष स्थानों में से एक है।



डाकू की गुफा

रॉबर्स गुफा (डाकू की गुफा), जिसे गुच्छुपानी के नाम से भी जाना जाता है, एक 600 मीटर लंबी गुफा है जिसमें दो विशाल चट्टानें हैं जो ब्रिटिश काल के दौरान डाकुओं को आश्रय प्रदान करती थीं। यह देहरादून की सबसे लोकप्रिय जगहों में से एक है।



टपकेश्वर मंदिर

टपकेश्वर मंदिर, जो देहरादून में देखने के लिए सबसे प्रतिष्ठित स्थानों में गिना जाता है, भारत के सबसे पुराने शिवलिंगों में से एक है। इसे देहरादून में घूमने के लिए शीर्ष स्थानों में भी गिना जाता है।

माइंड्रोलिंग मठ

सन् 1676 में, रिगजिन टेरडाक लिंगपा ने माइंड्रोलिंग मठ की स्थापना की, जो आज अपनी आश्चर्यजनक वास्तुकला, शांतिपूर्ण उद्यानों और 185 फीट ऊंची भगवान बुद्ध की प्रभावशाली मूर्ति के लिए प्रसिद्ध है। यह देहरादून के सबसे शांतिपूर्ण पर्यटन स्थलों में से एक है।

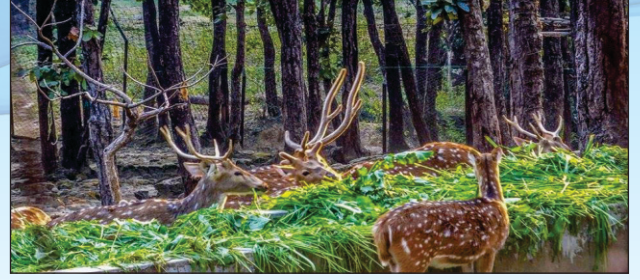


वन अनुसंधान संस्थान

वन अनुसंधान संस्थान, देहरादून सबसे मनोरम स्थानों में से एक है, जिसकी स्थापना सन् 1906 में 450 एकड़ क्षेत्र में की गई थी, जो वानिकी के विभिन्न पहलुओं को समर्पित छह संग्रहालयों का घर है। इसे देहरादून में घूमने के लिए शीर्ष स्थानों में भी गिना जाता है।

मालसी डियर पार्क

मालसी डियर पार्क में वनस्पतियों के साथ-साथ हिरणों को घूमते हुए देखा जा सकता है। यह देहरादून के सबसे आश्चर्यजनक दर्शनीय स्थलों में से एक है।



सहस्त्रधारा

सहस्त्रधारा, देहरादून में देखने के लिए सबसे सुंदर स्थानों में से एक है, जो देहरादून से 14 किलोमीटर दूर स्थित एक सुंदर स्थल है, जो तेज बहाव वाले गर्म पानी के झरनों का घर है।

लच्छीवाला

यदि आप शानदार दृश्यों से भरपूर जगह पर दिन बिताना चाहते हैं तो लच्छीवाला देहरादून में जाने लायक जगह है। सूर्यास्त के सुंदर दृश्य और विभिन्न प्रकार की पक्षी प्रजातियाँ साल वृक्षों से आच्छादित क्षेत्र इसे एक आदर्श पिकनिक स्थल बनाते हैं।



मालदेवता

मालदेवता देहरादून का एक और बेहतरीन पिकनिक स्थल है। यह क्षेत्र अक्सर शांत रहता है, यहां दिन बिताना, हरे-भरे घास के मैदानों की खोज करना और उस क्षेत्र से होकर बहने वाली नदी की आवाज सुनना अत्यंत आनंददायक है।

शिखर पतन

यह एक प्राकृतिक आश्चर्य है और देहरादून में घूमने के लिए शीर्ष स्थानों में से एक है। यह स्थान शांत समय बिताने और प्रकृति के करीब लाने के लिए आदर्श स्थल है।



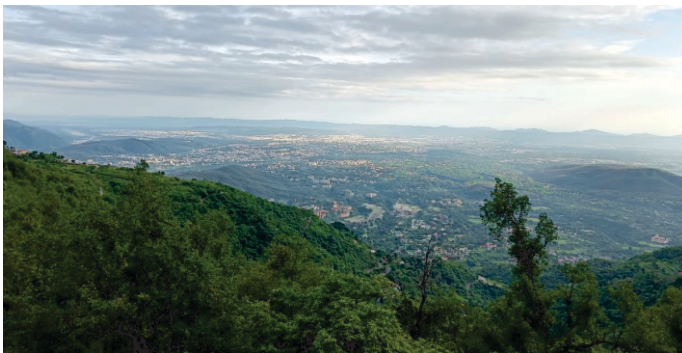
ऋषिकेश

उत्तराखंड राज्य में स्थित ऋषिकेश, आध्यात्मिकता और एड्रेनालाईन-पंपिंग गतिविधियों के अद्वितीय संयोजन के कारण सबसे रोमांचक पर्यटन स्थलों में से एक है। यह शहर शिवालिक पर्वत श्रृंखला के आधार पर स्थित है।



धनोली

धनोली, उत्तराखंड राज्य का एक हिल स्टेशन, गढ़वाल हिमालय के आधार के पास स्थित है। धनोली मसूरी से केवल 36 किलोमीटर दूर है।



मसूरी

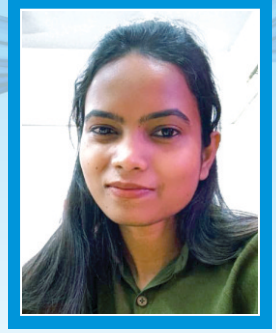
समुद्र तल से 1,880 मीटर की ऊंचाई पर स्थित मसूरी, अपने सुंदर पहाड़ी दृश्यों, हलचल भरे बाजारों और अविश्वसनीय पर्यटन आकर्षणों के कारण 'पहाड़ियों की रानी' के रूप में अपनी प्रतिष्ठा का हकदार है। यह देहरादून में घूमने के लिए सबसे लोकप्रिय नजदीकी स्थानों में से एक है।

हिमालय की तलहटी में स्थित होने के कारण देहरादून अपने सुखद वातावरण और आश्चर्यजनक दृश्यों के लिए प्रसिद्ध है। लेकिन, इस स्थान के बारे में सबसे आश्चर्यजनक बात यह है कि यह भारत में उच्च शिक्षा का एक प्रमुख केंद्र भी है। कहने की जरूरत नहीं है कि देहरादून की बेहतरीन जगहें आश्चर्यचकित कर देने वाली हैं।

पिल्लू

निधि गौतम

कनिष्ठ हिंदी अनुवादक



दरवाजे पर पिल्लू ने आवाज दे कर, मुझे जगाया नींद से,
घर से निकल सुबह मैं, जहां भी जाऊं, वह आवे पीछे से,
दौड़ लगाता अनायास, चिड़ियों के पीछे जोर से,
गिल्लू को भी घात लगाकर, धमकाता वह हैरत से,
अचानक कौवे को जाकर पकड़ा जोर से,
लेकिन पकड़ा था वह प्यार से,
दिल में उसके दया है, सब के ख्याल से,
एक इशारे पर छोड़ दिया, उस कौवे को एहसान से,



तबियत बिगड़ती उसकी जब भी,
लेमन ग्रास वह खाता है,
आयुर्वेद तरकीबें जानी उसने,
अपने ही प्रयास से,
धमकाता रहता वह, आने जाने वालों को
अपने ही अंदाज से,
जब बैठूं मैं जाकर, वह भी बैठे पास में,
रात गुजरती सबकी, उसके ही टहलने से,
प्यारा और दुलारा डाँगी मेरा,
चौकन्ना रखवाली करता वह बड़े ही ध्यान से।



छोटी सी इच्छा

सेहरिश फुज़ेल
लेखापरीक्षक



गर्व है मुझे नारी हूँ मैं,
इस देश की शान हूँ मैं,
है मेरी भी छोटी सी इच्छा,
कि मिले मुझे भी शिक्षा।

बिन शिक्षा जीवन है बेकार,
बिन शिक्षा जीवन में छा जायेगा अंधकार।
मैं भी मनुष्य हूँ, मेरा भी मन है,
है मेरी भी छोटी सी इच्छा,
कि मिले मुझे भी शिक्षा।

रात के अंधेरे में जलता दिया हूँ मैं,
निराशा के अंधेरे में, उम्मीद की किरण हूँ मैं।
बिन जले सारे जग को रौशन कर दूँ
ऐसा दिया हूँ मैं,
है मेरी भी छोटी सी इच्छा,
कि मिले मुझे भी शिक्षा।

अपने साथ होता अन्याय देख,
अब थक चुकी हूँ मैं।
क्या गलत चाहा है मैंने?
अपना अधिकार माँग रही हूँ मैं।
शिक्षित होकर देश की शान बनूँ,
छोटा सा मेरा सपना है,
है मेरी भी छोटी सी इच्छा,
कि मिले मुझे भी शिक्षा।



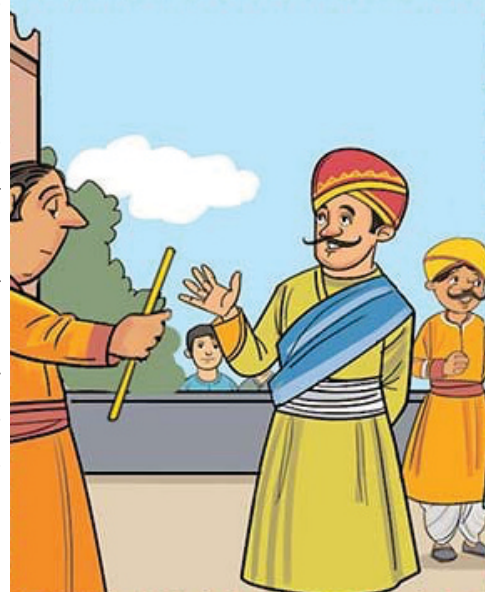
सबसे बड़ा मूर्ख कौन ?

स्वेता रविदास
कनिष्ठ हिंदी अनुवादक



प्राचीन काल की बात है। वृन्दावन राज्य का एक प्रसिद्ध राजा था, उसके किसी मूर्ख सेवक के कारण उसे बहुत बड़ी मुसीबत का सामना करना पड़ा और उसने गुस्से में आकर निश्चय किया कि राज्य के सारे मूर्खों को पकड़ कर दण्डित किया जाए ताकि न रहेंगे मूर्ख न रहेगी मुसीबत। तो फिर क्या था उसने अपने एक विद्वान मंत्री को राज्य के सारे मूर्खों को पकड़ कर लाने का आदेश दे डाला। मंत्री को ये बात अटपटी लगी पर करता भी क्या, वो चल पड़ा मूर्खों को ढूँढने।

वह रास्ते भर सोचने लगा कि भला मूर्ख के माथे पर थोड़ी लिखा होता है कि यह मूर्ख है। चलो माना एक पल को कि ऐसा कोई मिल भी जाए तो वह कभी यह स्वीकार नहीं करेगा कि वह मूर्ख है, क्योंकि लोग तो स्वयं को चतुर और दूसरे को ही मूर्ख समझते हैं। मंत्री यह सोच विचार कर ही रहा था कि उसे रास्ते पर एक व्यक्ति दिखा जो स्वयं गधे पर बैठा था और गठरी अपने सिर पर उठा रखी थी, उसके अजीब बर्ताव का कारण पूछे जाने पर उसने कहा कि गधा बूढ़ा और कमजोर हो चला है तो उस पर गठरी का बोझ डालना सही नहीं होगा इसलिए उसने वो गठरी अपने सर पर उठा रखी है, बस मंत्री को अपना पहला उम्मीदवार मिल गया। मंत्री ने उसे राजदरबार में आने को कहा और चल पड़ा। रास्ते में थोड़ी ही दूरी पर एक छोटी सी नदी थी जिसमें एक व्यक्ति मछली को डुबा रहा था। मंत्री ने आश्चर्य से पूछा कि ये क्या कर रहे हो? तो उसने कहा कि, “आज प्रातः काल जब मैं स्नान कर रहा था तो उस मछली ने मुझ पर हमला किया था अब मेरी बारी है।” ये सुन कर मंत्री को बहुत हँसी आयी, मंत्री समझ गया मूर्ख का तो पता नहीं परंतु यह व्यक्ति अजीब तो है और उसे राजदरबार का न्योता देते हुए मंत्री वहां से चल दिया।



मंत्री को आगे रास्ते में एक बालक दिखाई पड़ा जिसकी माँ उस पर चिल्ला रही थी। मंत्री रुक गया और उसकी माँ से पूछने लगा कि भला इससे ऐसी क्या गलती हो गयी जो आप इस पर क्रोधित हो रही हैं? उसकी माँ ने कहा कि, “मत पूछिये मंत्री जी, इसके कारनामे, मैं तो तंग ही आ गयी हूँ। यह ठहरा निरा मूर्ख और गाँव के लोग भी अब इसे मूर्ख कहने लगे हैं।” मंत्री को उस पर दया आ गयी उसने सोचा यह अबोध बालक मूर्ख तो नहीं हो सकता फिर उसने कुछ सवाल पूछे जैसे एक और एक कितने होते हैं? उसने कहा “ग्यारह” उस पर सभी हँस

पड़े। फिर मंत्री ने उससे पूछा कि राज्य का राजा कौन है तो उसने जवाब दिया कि, “ईश्वर हैं यहाँ के राजा”, इस पर उसकी माँ ने खीझते हुए कहा कि “देखा ये कितना मूर्ख है।” आगे उसकी माँ ने कहा कि “मूर्खता की पराकाष्ठा तब हो गयी जब मैंने कल इससे पानी माँगा, जब तक वो पानी लाया तब तक मैं सो गयी थी पर ये मूर्ख सारी रात मेरे सिर के पास खड़ा रहा।” आस पास के सभी लोग हँस पड़े पर मंत्री भावुक हो उठा और मंत्री ने उसे राजदरबार में आने को कहा और चल दिया। मंत्री जब घर जा रहा था तो उसे बड़ा विचित्र मनुष्य मिला। उससे मिलने पर मंत्री को पता चला कि यह व्यक्ति सभी को अपना नाम गलत बताता है। मंत्री भी हैरान हो गया कि कोई ऐसा क्यों ही करेगा। कारण पूछे जाने पर उसने कहा कि “ऐसा करने पर चित्रगुप्त कभी मेरा असली नाम नहीं जान पाएँगे और जब नाम ही नहीं पता होगा तो मेरे प्राण वो हरेंगे कैसे?” मंत्री के एक साथी ने जब कहा कि “यह व्यक्ति या तो बहुत मूर्ख है या बहुत चालाक बन रहा है। मंत्री ने जवाब दिया कि “यह व्यक्ति मूर्ख नहीं है बस इसके सोचने का तरीका भिन्न है क्योंकि हम सभी को मृत्यु का भय रहता है और हम सब कुछ न कुछ उपाय करते रहते हैं, इसने भी कुछ अटपटा सा उपाय निकाला।” इसी तरह मंत्री को अनेक मूर्ख मिले।

अगले दिन सभी लोग राजदरबार में उपस्थित हुए। मंत्री ने सबके समक्ष कहा कि मुझे कुल दस मूर्ख मिले जिनमें से आठ मूर्खों को मैं अपने साथ लाया हूँ, बचे दो मूर्ख तो वह मैं स्वयं हूँ और एक हमारे सामने। किसी को कुछ समझ नहीं आया पर इतना सब जरूर समझ रहे थे कि मंत्री का इशारा राजा की ओर है। फिर क्या था राजा का चेहरा गुस्से से तमतमा उठा और उसने मंत्री की उद्दंडता का कारण पूछा तो मंत्री ने क्षमा मांगते हुए कहा कि “महाराज! वह व्यक्ति सबसे बड़ा मूर्ख है जो लोगों को इस आधार पर दण्डित करने चला कि उनमें अन्य के मुकाबले बुद्धि क्षमता कम है और उनका दृष्टिकोण तथाकथित बुद्धिमानों से अलग है।



मंत्री ने आगे कहा कि ईश्वर ने तो उन्हें ऐसा ही बनाया है, वे दंड के पात्र केवल इसलिए हैं क्योंकि इनके सोचने समझने का नजरिया थोड़ा अलग है। अगर एक और एक दो होते हैं तो एक और एक ग्यारह भी तो हो सकते हैं। अपनी माँ के लिए पूरी रात पानी का बर्तन लिए इसलिए खड़ा रहना ताकि उसकी माँ की नींद जब टूटे तो उन्हें फिर प्यासा ही न सोना पड़े अगर ये मूर्खता है, तो ऐसे मूर्ख हर जगह होने चाहिए। सभी को उस बालक में मूर्खता दिखाई दी स्वयं उसकी माँ को भी, पर उसके मन में उसकी माँ के लिए असीम प्यार कोई नहीं देख सका। सबका राजा तो ईश्वर ही है, राज्य का भी और पूरी सृष्टि का भी, तो सबसे बड़ा मूर्ख कौन हुआ? वो बालक या हम सब, जो बेवजह उस पर हँस रहे थे। चतुर लोग तो केवल अपना स्वार्थ देखते हैं, सबको छलते हैं तो ऐसी बुद्धि किस काम की जो दूसरों को हानि पहुंचाने के लिए हो? उनसे भले तो ये अबोध लोग हैं, इनमें इतनी बुद्धि ही नहीं होती जो किसी को हानि पहुँचा सकें, इनका उपाय दंड नहीं बल्कि उचित मार्गदर्शन है।

किसी का दृष्टिकोण हमारे दृष्टिकोण से अलग है तो इसका मतलब यह नहीं होता कि वह अज्ञानी है, मूर्ख है, बस उसके सोचने का नजरिया अलग है। बस यही बात अगर पूरी सृष्टि समझ जाए तो पृथ्वी ही स्वर्ग बन जाएगी।

कालचक्र : वैदिक काल से वर्तमान तक स्त्री

पुष्पांजलि विश्वकर्मा

लेखापरीक्षक



हम सभी बचपन से अक्सर यह सुनते आ रहे हैं कि “यत्र नार्यस्तु पूज्यते रमंते तत्र देवता” अर्थात् जहां नारियों की पूजा होती है वहां देवता निवास करते हैं। हमारे भारतीय समाज ने महिलाओं को कथित रूप से देवी का दर्जा दिया है परन्तु जब मैं वर्तमान परिवेश देखती हूँ, जहाँ आये दिन महिलाओं के साथ होने वाले अपराधों की संख्या बढ़ती जा रही है तो मेरे मन में सवाल जरूर उठते हैं कि आखिर प्राचीन काल में महिलाओं की क्या स्थिति रही होगी? क्या महिलाओं को हमेशा पुरुषों से कमतर समझा जाता रहा है? और न जाने कितने सवाल के बादल मन के सूने आकाश में मंडराने लगते हैं।



अगर इतिहास उठाकर अवलोकन किया जाए तो यह निष्कर्ष निकलता है कि स्त्री की सामाजिक स्थिति का ग्राफ बहुत उतार-चढ़ाव पूर्ण रहा है। अगर मैं वैदिक काल की बात करूँ तो वैदिक काल में महिलाओं की स्थिति बेहतरीन हुआ करती थी। महिलाओं को समानता का अधिकार था। पुरुष वर्ग भी महिलाओं को सम्मान की दृष्टि से देखता था। महिला शिक्षा प्रचलन में थी। स्त्रियों का विवाह वयस्क होने पर ही किया जाता था, बाल विवाह का प्रचलन बिल्कुल नहीं था। स्त्रियों का पुनर्विवाह होता था जो कि उस दौरान उनकी स्थिति को बेहतर बनाता था। प्राचीन भारतीय ग्रंथ, समाज में महिलाओं की स्थिति और उनकी सहभागिता का वर्णन करते हैं।

जहां महाभारत में द्रौपदी का प्रभावी वर्णन है, वहीं वाल्मीकि रामायण में सीता के प्रभाव को भी बेहतरीन तरीके से दर्शाया गया है। स्वयंवरों का वर्णन इस बात का गवाह है कि प्राचीन काल में महिलाओं को पति चुनने की आजादी थी। वैदिक काल की महिलाएं दार्शनिक और बुद्धि जीवियों के महत्व को भी प्राप्त करती थीं। ऋग्वेद में कई सारी विदुषी स्त्रियों का वर्णन है जिसमें लोपामुद्रा, घोषा, अपाला इत्यादि का वर्णन शामिल है।

इसके बाद उत्तर वैदिक काल का समय (1500 ईसा पूर्व से 500 ईसा पूर्व) आता है। कहीं न कहीं यह वही काल है जब महिलाओं की स्थिति में गिरावट देखने को मिलने लगी। महिलाओं के सम्मान में तो कोई कमी नहीं आई लेकिन सामाजिक बुराईयाँ हावी होने लगी थीं। यह वही काल खंड था जब समाज में बाल विवाह, बहु पत्नी प्रथा, वेश्यावृत्ति प्रथा, देवदासी प्रथा, भ्रूण हत्या, पर्दा प्रथा जैसी कुरीतियाँ घर करने लगी थीं। बड़े-बड़े

घरानों की कुरीतियाँ छोटे-छोटे घरानों तथा समाज के सभी तबके के लोगों के लिए आदर्श बनने लगीं। उत्तर वैदिक काल में महिलाओं को केवल धार्मिक अधिकारों तक सीमित कर दिया गया। पितृसत्ता को अक्षुण्ण रखने के लिए इस काल में स्त्रियों पर अनेक प्रतिबंध लगाए गये। महिलाओं को निम्न तथा दोयम दर्जे की स्थिति से जोड़ने के लिए शास्त्रों की रचना की गई। महिलाओं की विवाह आयु कम हुई, बाल विवाह अस्तित्व में आया। लड़कों का जन्म महत्वपूर्ण तथा आवश्यक समझा जाने लगा और बच्चों को पालना स्त्रियों का कार्यक्षेत्र बना दिया गया। बालपन से ही सारे अधिकार छीन लिए जाने के कारण स्त्रियाँ अज्ञानी तथा अनभिज्ञ होकर केवल संतानोत्पत्ति एवं यौन तृप्ति का साधन बन गयीं। इस काल में स्त्रियों की स्थिति सबसे कठिन थी। पूरे पौराणिक काल में ब्राह्मण संस्कृति, जाति प्रथा, स्त्री शिक्षा का अभाव इत्यादि कारक उनकी शोचनीय स्थिति के जिम्मेदार थे।

इसके बाद मध्य काल का समय आरंभ होता है जो कि 1200 ई. से 1818 ई. तक माना जाता है। इस काल में भारतीय जीवन असमानता, अन्याय, अज्ञानता से युक्त तथा शास्त्रों पर आधारित था। इन सब बुराइयों की सबसे बड़ी शिकार स्त्रियाँ ही थीं। स्त्रियों को जाति व्यवस्था पवित्र बनाये रखने की जिम्मेदारी दी गई, इसके लिए उनके ऊपर न जाने कितने प्रतिबंध लगाए गए। शिक्षा का अधिकार छीन कर बौद्धिक गुलामी में जकड़ दिया गया।

बाल विवाह ने जोर पकड़ लिया ताकि वे अंतरजातीय विवाह न कर सकें। अंतरजातीय विवाह को रोकने हेतु विधवा विवाह पर रोक लगाई गई। सती प्रथा अस्तित्व में आई। महिलाओं को आदर्श मां, आदर्श पत्नी जैसी बातों में कैद कर दिया गया। भारत में इस्लामी शासनकाल मध्य काल में ही था। इस्लाम और हिन्दू धर्म के बीच परम्पराओं में भेद होने के कारण महिलाओं एवं हिन्दू धर्म को बचाने के प्रयास किए गए जिसके फलस्वरूप महिलाओं की स्थिति और बदतर हो गई। पहले से ही हीन स्थिति में रही महिला को चारदीवारी के अंदर कैद कर दिया गया चाहे वह हिंदू रही हो या मुस्लिम। केवल कुछ राज घरानों की स्त्रियों की स्थिति थोड़ी सही थी जिसमें से हम कइयों को प्रेरणा मान सकते हैं :- जैसे रजिया सुल्तान, गोंड रानी दुर्गावती, रानी नूरजहां, शिवाजी की माता जीजाबाई जैसी महिलाओं ने उस समय की नारी जाति को गौरवान्वित किया।

19वीं सदी से लेकर 20वीं सदी तक रहे अंग्रेजों के शासन काल में महिलाओं के उत्थान के लिए भारतीय समाज सुधारकों ने अंग्रेजों के साथ मिलकर अनेक लड़ाइयाँ लड़ीं, जैसे राजाराम मोहन राय ने विलियम बेंटिक के साथ मिलकर सती प्रथा का अंत सन् 1829 ई. में किया। अंग्रेजों ने समाज में सकारात्मक योगदान भी दिया, जिसमें से एक, स्त्री शिक्षा तथा उनकी स्वतंत्रता के लिए प्रयास था।

विधवाओं की स्थिति सुधारने हेतु ईश्वर चंद्र विद्यासागर द्वारा किये गये प्रयासों के फलस्वरूप विधवा पुनर्विवाह अधिनियम 1856 अस्तित्व में आया। कुछ अन्य समाज सुधारक भी उस काल में देखे गये जिन्होंने बदलाव की शुरुआत की। महिलाओं के जीवन में क्रांति की शुरुआत महात्मा ज्योतिबा फुले ने 1848 में लड़कियों के लिए पहला स्कूल खोलकर की। स्वतंत्रता संग्राम में बड़ी संख्या में महिलाओं ने भाग लिया जिसमें से भीकाजी कामा, एनी बेसेन्ट, प्रीतिलता वाडेकर, विजयलक्ष्मी पंडित, राजकुमारी अमृत कौर, सुचेता कृपलानी, कस्तूरबा गांधी इत्यादि कुछ प्रसिद्ध स्वतंत्रता सेनानियों में शामिल हैं।

साथ ही राजनीतिक, सामाजिक, आर्थिक, शैक्षिक क्षेत्रों में महिलाओं की भागीदारी बढ़ने लगी। सन् 1947 में स्वतंत्रता प्राप्त करने के पश्चात् भारत का संविधान 26 जनवरी 1950 को अस्तित्व में आया। डॉ. बाबा साहेब अम्बेडकर भारतीय विधान परिषद् में कानून मंत्री चुने गये। उन्होंने महिलाओं को समानता दिलाने के लिए

संविधान में कई अनुच्छेद जैसे अनुच्छेद 14, अनुच्छेद 15 इत्यादि को शामिल किया। बाबा साहेब ने सन् 1951 में हिंदू कोड बिल संसद में पेश किया लेकिन उस समय के पुरुष प्रधान नेताओं ने इसे स्वीकार नहीं किया क्योंकि इसमें अनेक कुरीतियों जिसे परंपरा के नाम पर कुछ कट्टर-पंथी जीवित रखना चाहते थे, के खिलाफ जैसे महिलाओं को सम्पत्ति का अधिकार, विवाह संबंधी प्रावधान, पुरुषों का एकल विवाह, पिता की सम्पत्ति में पुत्रियों का भी अधिकार, हिंदू महिलाओं को तलाक का अधिकार, शिक्षा का अधिकार जैसे पवित्र प्रावधान थे, अपने तमाम तर्क तथा नेहरू जी का समर्थन प्राप्त न होता देख बाबा साहेब ने कानून मंत्री पद से इस्तीफा दे दिया। देश के पहले लोकसभा चुनाव के बाद जवाहर लाल नेहरू ने हिंदू कोड बिल को कई हिस्सों में तोड़ कर कानून बनाए। यह एक ऐसा बिल था जिसने भारतीय समाज को एक सभ्य समाज बनने की तरफ बढ़ने हेतु मार्ग प्रशस्त किया। इसने सचमुच भारतीय महिलाओं के जीवन में क्रांतिकारी बदलाव किये हैं। आज जब हम अपने आस-पास के समाज को देखते हैं तो पाते हैं कि महिलाओं का अस्तित्व बदला है, उनकी शिक्षा को महत्व दिया जाने लगा है और शिक्षा तो चेतना का आधार है। शिक्षित होती स्त्रियों ने हर क्षेत्र में अपनी कामयाबी के झंडे गाड़ने चालू कर दिये हैं। आज समाज का नजरिया और सोच बदल रही है। आज कोई भी ऐसा क्षेत्र नहीं है जो महिलाओं से अछूता रहा है। फिर भी यह प्रतिशत अभी बहुत कम है। सभी महिलाओं को बराबरी पाने के लिए एक लंबा सफर तय करना है। आज के आधुनिक समाज में आधुनिकता आना अभी बाकी है। वो महिलाओं को पारंपरिक तरीके तथा कमतर स्तर पर देखते हैं। हालांकि महिलाओं के खिलाफ अपराधों को समाप्त करना अभी भी एक चुनौती है। महिलाओं के अधिकारों में महत्वपूर्ण प्रगति के बाद भी उनका शोषण, उत्पीड़न, बलात्कार, लैंगिक भेदभाव जैसे तरीकों से उनको दबाया जाता है। हम महिलाओं की स्वायत्तता सुनिश्चित करके परिवार और सार्वजनिक जीवन में भागीदारी, शिक्षा और निर्णय लेने की शक्ति बढ़ाकर बुराईयों को रोक सकते हैं। इसके लिए स्त्रियों को स्वयं हर बाधाओं को पार करके आगे आना होगा क्योंकि दूसरों पर निर्भर होना ही हर बुराई को जन्म देता है।

अंत में मैं इस संदेश के साथ अपने लेख को विराम देना चाहूंगी।



“वो तुम्हें देवी बनाकर तुम्हारे सारे अधिकार छीन लेंगे,
मगर तुम खुद को इंसान साबित करने पर अड़ी रहना।”



गिर लेंगे

दीक्षा चौहान

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी



देखा दौड़ते—गिरते सबको,
देखा रोना—बिलखना भी,
और सोचा उसने रहता हूँ
जीवन पर्यंत मैं रुका यहीं।

न पैदल चलके जाऊँगा,
न ठोकर कभी मैं खाऊँगा,
इन गिरते—पड़ते लोगों से
बेहतर जीवन मैं बनाऊँगा।

वो रुका रहा वर्षों वहीं,
छोड़ गए सब साथी भी,
सबको यात्रा पर जाना था,
जीवन में कुछ कर जाना था।

वो मन ही मन मुस्काता था,
और हीन है संसार जताता था,
जानता था गिर जायेंगे सब,
ठोकर खाकर पछतायेंगे सब।

वो गर्व से वहीं जमा रहा
और देखता रहा राहियों को,
जो गिरते थे और उठते थे
और उठकर फिर से चलते थे।

मन में उसने ये विचार किया
कि गिरने पर भी इन लोगों का
क्यूँ नहीं मान गिर जाता है ?
क्यूँ नहीं हँसी खो जाती है,

कैसे सब मिल के गिरे राही को
उठाते हैं हृदय में प्रेम लिए ?
कैसे इक—दूजे पर हँसकर
सुखाते हैं गमगीन नेत्रों को ?

उसने फिर सबसे पूछ ही लिया
कि गिरने पर भी रुकते नहीं,
आखिर क्या ही कारण है ?
तो सबने एक स्वर में कहा—

मैं चलूँगा—फिरूँगा नहीं अगर
तो कुछ देख भी कहाँ पाऊँगा,
सृष्टि की अद्भुत रचनाओं से
अनभिज्ञ मैं रह जाऊँगा।

गिरने का क्या है गिर लेंगे,
यदि यही दाम है चलने का,
पर जमेंगे नहीं एक ही जगह,
जकड़ेंगे नहीं निराशा में।

हम गिर लेंगे, हम हँस लेंगे,
हम उठ लेंगे और उठा लेंगे,
हम फिर से चल देंगे और
फिर गिर के सब दोहरा लेंगे।



कार्यालयीन गतिविधियां

(1) दिनांक 20.06.2024 को कार्यालय में रतन ज्योति नेत्रालय एवं आर.जे.एन. स्पेक्ट्रा अस्पताल द्वारा निःशुल्क स्वास्थ्य-परीक्षण एवं परामर्श शिविर का आयोजन किया गया जिसमें कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों का स्वास्थ्य एवं नेत्र परीक्षण किया गया।

(2) दिनांक 21.06.2024 को कार्यालय में अन्तराष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया जिसमें श्री राहुल कुशवाह, योगाचार्य, विवेकानंद नीडम ध्यान केंद्र, ग्वालियर एवं उनके सहयोगी द्वारा कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों को विभिन्न योगासन कराये गये और योग की महत्ता बताई गई।



(3) दिनांक 25.07.2024 को कार्यालय में फर्स्ट ऐड एवं हेल्थ अवेयरनेस कैम्प का आयोजन किया गया जिसमें डॉ. स्नेहलता दुबे एवं डॉ. जे. सी. गर्ग द्वारा डेमो के माध्यम से अधिकारी/कर्मचारियों को सी.पी.आर. तकनीक समझाई गई और सामान्य मामलों में फर्स्ट ऐड एवं हेल्थ अवेयरनेस की जानकारी दी गई।



(4) दिनांक 15.08.2024 को स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में कार्यालय परिसर में श्री हरीश खुराना, उप निदेशक महोदय द्वारा ध्वजारोहण किया गया एवं इस अवसर पर वृक्षारोपण कार्यक्रम का भी आयोजन किया गया।

**मार्च, 2024 से अगस्त, 2024 तक कार्यालय से सेवानिवृत्त हुए
कार्मिकों की सूची**

स.क्र.	नाम सर्व श्री/श्रीमती/सुश्री	स्थाई क्र.	पदनाम	सेवानिवृत्ति दिनांक
1.	विजय कुमार मुखर्जी	02 / 10667	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	30.06.2024
2.	जय किशन सुखवानी	02 / 10126	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	31.07.2024
3.	संतोष कुमार अग्रवाल	02 / 6225	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	31.07.2024
4.	राधाकृष्ण अरोरा	01 / 10117	वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	31.07.2024

**मार्च, 2024 से अगस्त, 2024 तक कार्यालय में नवनियुक्त
कार्मिकों की सूची**

स.क्र.	नाम सर्व श्री/श्रीमती/सुश्री	स्थाई क्र.	पदनाम	नियुक्ति दिनांक
1.	अरुणेन्द्र सिंह भदौरिया	02 / 11581	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	11.03.2024
2.	प्रीति सिंह	02 / 11589	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
3.	चेतराम मीना	02 / 7239	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
4.	मधुकर सिंह	02 / 6885	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
5.	सौरभ कुमार वर्मा	02 / 7068	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
6.	पंकज बेनीवाल	02 / 11590	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
7.	आकांक्षा उपाध्याय	02 / 11588	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
8.	सुरेन्द्र कुमार मीना	02 / 7270	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	22.03.2024
9.	गौरव मिश्र	05 / 11591	लिपिक	22.04.2024
10.	कुलदीप कुमार बंसल	04 / 11592	लेखापरीक्षक	03.06.2024
11.	मनीष कुमार	02 / 11601	हिंदी अधिकारी	10.06.2024
12.	स्वेता रविदास	03 / 11593	कनिष्ठ हिंदी अनुवादक	13.06.2024
13.	आकाश कुमार	04 / 11594	लेखापरीक्षक	01.07.2024
14.	महेंद्र वर्मा	04 / 11595	लेखापरीक्षक	01.07.2024
15.	गौरव आर्य	02 / 11598	सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	29.07.2024
16.	राहुल गुप्ता	04 / 11600	लेखापरीक्षक	01.08.2024

आपके अभिमत आपके पत्र...



महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक का ई-संस्करण प्राप्त हुआ। इसके लिए बधाई एवं सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका में प्रकाशित लेख, 'जिम्मेदारी-एक एहसास', 'वृदाश्रम: नया चलन', 'स्वतंत्रता सेनानियों का राजभाषा हिंदी में योगदान', 'पचमढ़ी: सतपुड़ा की रानी', 'कश्मीर की यात्रा', 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस: सही या गलत' आदि लेख बड़े रोचक एवं ज्ञानवर्धक लगे। इसके अतिरिक्त कविताएँ, 'अंतर्द्वंद्व', 'मेरा शहर अजनबी हो गया', 'वो मजदूर की बेटी', 'आओ थोड़ा मनन करें', 'नारी', 'मेरा पहला स्कूल', 'अभिलाषा' आदि भी काफी उत्कृष्ट एवं रुचिकर लगीं। पत्रिका के सफल प्रकाशन एवं इसकी उत्तरोत्तर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीया— वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी हिंदी
प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
हिमाचल प्रदेश, शिमला

महोदय,

आपके कार्यालय के पत्र दिनांक 09.04.2024 के द्वारा आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित राजभाषा हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की प्रति सधन्यवाद प्राप्त हुई। पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उच्चस्तरीय, ज्ञानवर्धक एवं प्रशंसनीय हैं। पत्रिका में समाविष्ट श्री धनंजय कुमार का लेख 'जिम्मेदारी-एक एहसास', सुश्री सारिका शर्मा का लेख 'बैजाबाई: एक कुशल प्रशासक एवं राजनीतिज्ञ', सुश्री निधि गौतम का लेख 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', सुश्री माधवी मुजुमदार का लेख 'पचमढ़ी: सतपुड़ा की रानी' एवं श्री अभिषेक त्रिपाठी का लेख 'अविस्मरणीय रेल यात्रा' बहुत ही ज्ञानवर्धक हैं।

इसके अतिरिक्त सुश्री स्वर्णलता गुप्ता की कविता 'वो मजदूर की बेटी', श्री विजय सुगंधी की कविता 'आओ थोड़ा मनन करें', सुश्री शिवानी गुप्ता की कविता 'नारी' एवं श्री मदन गोपाल शर्मा की कविता 'हम क्या हो गए हैं' पठनीय हैं।

पत्रिका के श्रेष्ठ संकलन हेतु संपादक—मंडल बधाई का पात्र है। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय— हिंदी अधिकारी
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय व्यय)
डीजीएसीआर भवन, इन्द्रप्रस्थ एस्टेट, नई दिल्ली

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित कार्यालयीन पत्रिका 'गोपाद्री' के 29वें अंक की प्राप्ति हुई। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ ज्ञानवर्धक एवं रोचक हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ एवं पत्रिका में प्रकाशित छायाचित्र अत्यंत आकर्षक और मनमोहक है। साथ ही पत्रिका का कलेवर भी अत्यंत आकर्षक है। कविताएँ एवं लेख भी भावपूर्ण, सार्थक तथा मन को छू लेने वाले हैं। इनमें से जो रचनाएँ अति उत्तम लगीं वो हैं 'जिम्मेदारी— एक एहसास', 'वृद्धाश्रम: नया चलन', 'बैजाबाई: एक कुशल प्रशासक एवं राजनीतिज्ञ', 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', 'वो मजदूर की बेटी', 'किस्सा—ए—कचहरी', 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस—सही या गलत', 'जनसंख्या नियंत्रण: एक जन अभियान', 'हर स्त्री एक बहती नदी सी है' तथा 'वास्तविकता की ध्वनि' आदि।

आशा करता हूँ कि पत्रिका की गुणवत्ता एवं रचनात्मकता में उत्तरोत्तर प्रगति जारी रहेगी। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य तथा आगामी अंको के लिये बहुत-बहुत शुभकामनाएँ।

भवदीय— व.लेखापरीक्षा अधिकारी/हिंदी कक्ष
कार्यालय प्रधान महालेखाकार
लेखापरीक्षा-2, पश्चिम बंगाल

महोदय,

आपके कार्यालय की पत्रिका 'गोपाद्री' के 29वें अंक की ई—प्रति प्राप्त हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ रुचिकर, भावयुक्त एवं उद्देश्यपूर्ण हैं। पत्रिका की विभिन्न रचनाओं में श्री धनंजय कुमार का लेख 'जिम्मेदारी—एक एहसास', सुश्री स्वर्णलता गुप्ता का लेख 'वृद्धाश्रम: नया चलन', श्री अभिषेक त्रिपाठी का लेख 'मेरी अविस्मरणीय रेल यात्रा', श्री अखिलेश चंद्र वाजपेयी की कविता 'मेरा शहर अजनबी हो गया', सुश्री अर्चना मानव की कविता 'नशा: खुशी या खुदकुशी', श्री विजय सिंह मीना की कविता 'हे भगवान! मुझे मेरा बचपन लौटा दे' एवं श्री विजय सुगंधी की कविता 'आओ थोड़ा मनन करें' विशेष उल्लेखनीय हैं। पत्रिका की रूपसज्जा भी मनमोहक है।

पत्रिका के इस अंक के सफल संपादन हेतु संपादक मंडल एवं सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं। आशा है कि पत्रिका के माध्यम से राजभाषा हिंदी की दशा एवं दिशा में उत्तरोत्तर प्रगति होगी। पत्रिका की निरन्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य हेतु हमारी हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय— वरिष्ठ लेखा अधिकारी प्रशासन
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
द्वितीय, मध्य प्रदेश, लेखा भवन, झांसी रोड, ग्वालियर

महोदय,

‘गोपाद्री’ के 29वें अंक के ई-संस्करण की प्राप्ति हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका का कलेवर एवं साज-सज्जा आकर्षक है। साथ ही पत्रिका की विषय-वस्तु सराहनीय, पठनीय एवं संग्रहणीय है। पत्रिका में समाहित समस्त लेख विचार प्रधान, प्रेरक एवं जीवनोपयोगी हैं। एक ही पत्रिका में इतने सारे विषयों को समाहित करना सराहनीय है। समस्त रचनाएँ एक से बढ़कर एक हैं। विशेषतः सुश्री निधि गौतम का लेख ‘कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ’, धनंजय कुमार का लेख ‘जिम्मेदारी एक एहसास’, श्री मनोज कुमार सिंह श्योरान की कविता ‘अंतर्द्वंद्व’, सुश्री माधवी मुजुमदार का लेख ‘पचमढ़ी: सतपुड़ा की रानी’, श्री विजय सिंह मीना की कविता ‘हे भगवान! मुझे मेरा बचपन लौटा दे’ एवं सुश्री स्वर्णलता गुप्ता की कविता ‘वो मजदूर की बेटी’, विचार प्रधान, रोचक एवं प्रेरणादायक हैं। पत्रिका के सफल संपादन हेतु संपादक मंडल को साधुवाद तथा पत्रिका की निरंतर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय— हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेप.-1),
ओडिशा, भुवनेश्वर

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका ‘गोपाद्री’ के 29वें अंक की प्रति सधन्यवाद प्राप्त हुई। पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उच्चस्तरीय, ज्ञानवर्धक एवं प्रशंसनीय हैं।

श्रीमती सारिका शर्मा का लेख ‘बैजाबाई: एक कुशल प्रशासक व राजनीतिज्ञ’, श्री अमित कुमार का लेख ‘आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस’, श्रीमती ज्योति जौहरी की कविता ‘हर स्त्री एक बहती नदी सी है’ तथा श्रीमती स्वर्णलता गुप्ता की कविता ‘वो मजदूर की बेटी’ पठनीय हैं। राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार में हिंदी गृह पत्रिका बहुमूल्य योगदान निभा रही है।

पत्रिका के श्रेष्ठ संकलन हेतु संपादक-मंडल बधाई का पात्र है। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय—हिंदी कक्ष
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
जम्मू और कश्मीर, श्रीनगर

महोदय/महोदया,

उपरोक्त विषय के संदर्भ में आपके कार्यालय पत्र ईमेल दिनांक 09.04.2024 का संज्ञान लें। इस संबंध में आपके कार्यालय से हिंदी पत्रिका ‘गोपाद्री’ के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, जिसके लिए यह कार्यालय आपका आभारी है।

पत्रिका में समाहित सभी रचनाएँ सराहनीय एवं प्रशंसनीय हैं। ‘जिम्मेदारी एक एहसास’, ‘हे भगवान! मुझे मेरा बचपन लौटा दे’, ‘कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ’, ‘मेरी अंडमान यात्रा’, ‘किस्सा—ए कचहरी’ आदि रचनाएँ विशेष रूप से पठनीय एवं रुचिकर हैं। पत्रिका के प्रकाशन हेतु संपादक मण्डल को बधाई एवं इसकी प्रगति और अगले अंक के प्रकाशन हेतु शुभकामनाएँ।

भवदीय— वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/प्रशासन
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (पर्यावरण एवं वैज्ञानिक विभाग)
मुंबई शाखा, नव भवन, आर.के. मार्ग, बल्लार्ड इस्टेट, मुंबई

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका का मुख पृष्ठ एवं पृष्ठों की साज-सज्जा हमेशा की तरह अत्यंत आकर्षक एवं सुरुचिपूर्ण है। कार्यालयीन गतिविधियों से संबंधित छायाचित्र भी मनमोहक हैं। सार्थक सामग्री के चयन हेतु बधाई। श्री अखिलेश चंद्र वाजपेयी द्वारा रचित 'मेरा शहर अजनबी हो गया' तथा श्री विजय सुगंधी द्वारा रचित 'आओ थोड़ा मनन करें' अत्यंत सराहनीय हैं। पत्रिका को सुरुचिपूर्ण एवं उपयोगी बनाने के लिए संपादक मंडल को बधाई।

पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएँ।

भवदीया,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी / हिंदी कक्ष
प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-2)
का कार्यालय, केरल, तिरुवनंतपुरम

महोदय

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित अर्धवार्षिक हिंदी ई-पत्रिका 'गोपात्री' का 29वां अंक प्राप्त हुआ। सहर्ष धन्यवाद।

इस अंक का आवरण पृष्ठ, साज-सज्जा एवं अन्य कार्यालयीन गतिविधियों से संबंधित छायाचित्र अत्यधिक आकर्षक हैं। इस पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उत्कृष्ट, मनमोहक एवं रोचक हैं। निम्नलिखित रचनाकारों की रचनाएँ विशेष रूप से उल्लेखनीय हैं— सुश्री निधि गौतम की रचना 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', 'मेरा पहला स्कूल' एवं श्री विजय सिंह मीना की 'हे भगवान! मुझे मेरा बपचन लौटा दे', 'स्वतंत्रता सेनानियों का राजभाषा हिंदी में योगदान', सुश्री माधवी मुजुमदार की 'पचमढ़ी: सतपुड़ा की रानी' एवं सुश्री अर्चना मानव की 'ये कहां आ गए हम', 'नशा: खुशी या खुदकुशी', श्री अंशुमान अग्निहोत्री की 'किस्सा-ए-कचहरी'।

सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु बधाई एवं पत्रिका की निरंतर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीया— हिंदी अधिकारी
महानिदेशक लेखापरीक्षा का
कार्यालय (केंद्रीय), मुंबई

महोदय,

हमें आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित 'गोपाद्री' के 29 वें अंक की प्रति प्राप्त हुई। राजभाषा हिंदी के विकास में पत्रिका के माध्यम से किया गया यह प्रयास अत्यंत ही प्रशंसनीय है। पत्रिका में सभी रचनाएँ अत्यंत रोचक एवं ज्ञानवर्धक हैं। विशेषकर 'अंतर्द्वंद्व', 'मेरा शहर अजनबी हो गया', 'वो मजदूर की बेटी', 'आओ थोड़ा मनन करें', 'नारी', 'किस्सा—ए—कचहरी' आदि रचनाएँ विशेष रूप से सराहनीय हैं। हिंदी पखवाड़ा एवं कार्यालय की विभिन्न गतिविधियों व कार्यक्रमों से संबंधित छायाचित्रों का प्रस्तुतीकरण भी अत्यंत सराहनीय है। पत्रिका की साजसज्जा भी अत्यंत मनोहारी और प्रशंसनीय है। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य की कामना के साथ पत्रिका के कुशल संपादन एवं प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ।

सधन्यवाद,

भवदीया— हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु
लेखापरीक्षा भवन, 361, अण्णा सालै, तेनाम्पेट, चैन्ने

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित कार्यालयीन पत्रिका 'गोपाद्री' के 29वें अंक की ई—प्रति प्राप्त हुई, एतदर्थ धन्यवाद। पत्रिका की साज—सज्जा बहुत आकर्षक है। पत्रिका में समाहित सभी रचनाएँ सराहनीय एवं उच्च कोटि की हैं। विशेष रूप से 'वो मजदूर की बेटी', 'अभिलाषा', 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', 'ये कहां आ गए हम', 'वृद्धाश्रम: नया चलन' आदि रचनाएँ रोचक, सारगर्भित, ज्ञानवर्धक एवं प्रशंसनीय हैं। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य की कामना सहित सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के सफल संपादन हेतु हार्दिक बधाई।

भवदीय—वरिष्ठ लेखा अधिकारी (राजभाषा)
कार्या. प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
ओडिशा, भुवनेश्वर

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय की राजभाषा पत्रिका 'गोपाद्री' के 29वें अंक की सॉफ्ट कॉपी हमें प्राप्त हुई। पत्रिका का आवरण पृष्ठ अत्यंत ही मनमोहक है। पत्रिका विभिन्न विधाओं में लिखी गई स्वरचित रचनाओं का सुंदर संग्रह है, जिसमें संस्मरण, लेख, कविताएँ आदि शामिल हैं। सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं। आशा है कि यह पत्रिका राजभाषा हिंदी के प्रचार—प्रसार के साथ—साथ कार्यालय के अधिकारियों / कर्मचारियों की हिंदी की मौलिक लेखन प्रतिभा को बढ़ावा देने में प्रेरक की भूमिका निभाएगी।

पत्रिका के उत्तम संपादन हेतु पत्रिका परिवार बधाई का पात्र है। पत्रिका के सतत् प्रकाशन एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाओं सहित।

भवदीय—हिंदी अधिकारी / हिंदी अनुभाग
महालेखाकार (ले. एवं ह.) का कार्यालय बिहार पटना

महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' के 29वें अंक की प्रति प्राप्त हुई।
एतदर्थ धन्यवाद।

पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ पठनीय, रोचक एवं उत्तम स्तर की हैं। पत्रिका की साज-सज्जा एवं आवरण पृष्ठ अत्यंत आकर्षक है। पत्रिका के सुंदर प्रकाशन के लिए रचनाएँ देकर सहयोग करने वाले सभी रचनाकारों और संपादक मंडल को हार्दिक बधाइयाँ। विशेषकर 'हे भगवान! मुझे मेरा बचपन लौटा दे', 'स्वतंत्रता सेनानियों का राजभाषा हिंदी में योगदान', एवं 'लेखापरीक्षा इकाइयों (ऑडिट यूनिवर्स) को वन आई.ए.ए.डी. वन सिस्टम (ओ.आई.ओ.एस) में संग्रहित करना' अत्यंत रोचक एवं ज्ञानवर्धक हैं। आशा है कि यह पत्रिका राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों की हिंदी की मौलिक लेखन प्रतिभा को बढ़ावा देने में प्रेरक भूमिका निभाएगी। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य की कामना सहित सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के सफल संपादन हेतु हार्दिक बधाई।

भवदीया—हिंदी अधिकारी,
कार्यालय महालेखाकार (लेखापरीक्षा-II),
तमिलनाडु एवं पुदुचेरी

महोदय,

आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'गोपाद्री' का 29वां अंक प्राप्त हुआ। इसके लिए सादर धन्यवाद। पत्रिका की साज-सज्जा एवं कलेवर बहुत आकर्षक है। पत्रिका में सम्मिलित समस्त रचनाएँ ज्ञानवर्धक एवं बोधगम्य हैं। विभिन्न प्रकार की रचनाओं से सजी पत्रिका हिंदी कार्यान्वयन की दिशा में एक स्वर्णिम प्रयास है। पत्रिका में सम्मिलित कुछ रचनाएँ 'अंतर्द्वंद्व', 'नशा: खुशी या खुदकुशी', 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', 'आओ थोड़ा मनन करें', 'लेखापरीक्षा इकाइयों' एवं 'वास्तविकता की ध्वनि' सराहनीय एवं उत्कृष्ट हैं। पत्रिका में सम्मिलित कार्यालयीन गतिविधियों के चित्र पत्रिका की शोभा को और बढ़ा रहे हैं।

पत्रिका के बेहतरीन संपादन हेतु संपादक मंडल को हार्दिक बधाई एवं पत्रिका की निरंतर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय— वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी/सलाहकार
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग
20, सरोजनी नायडू मार्ग, प्रयागराज

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार हेतु प्रकाशित हिंदी कार्यालयीन अर्धवार्षिक पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की एक ई-प्रति प्राप्त हुई। सारिका शर्मा का लेख 'बैजाबाई: एक कुशल प्रशासक एवं राजनीतिज्ञ', विजय सिंह मीना की कविता 'हे भगवान! मुझे मेरा बचपन लौटा दे', निधि गौतम का लेख 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', अभिषेक त्रिपाठी का लेख 'मेरी अविस्मरणीय रेल यात्रा' तथा ज्योति जौहरी की कविता 'हर स्त्री एक बहती नदी सी है' आदि रचनाएँ सराहनीय हैं। अन्य सभी रचनाएँ भी पठनीय एवं विचारणीय हैं।

आशा करती हूँ कि पत्रिका की गुणवत्ता एवं रचनात्मकता में उत्तरोत्तर प्रगति जारी रहेगी।

सधन्यवाद।

भवदीया-वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (प्रशासन)
कार्यालय: उपनिदेशक, वित्त एवं संचार लेखा परीक्षा कार्यालय बेंगलूरु

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' का 29वां अंक प्राप्त हुआ, एतदर्थ धन्यवाद। पत्रिका का कलेवर व रूपरेखा अत्यधिक आकर्षक है। इस पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उत्कृष्ट, ज्ञानवर्धक और रोचक हैं, विशेषकर निम्नलिखित रचनाकारों की रचनाएँ प्रशंसनीय हैं:— सुश्री स्वर्णलता गुप्ता की 'वृद्धाश्रम: नया चलन', सुश्री अर्चना मानव की 'नशा: खुशी या खुदकुशी', श्री अशोक कुमार यादव की 'मेरी अंडमान यात्रा' एवं श्री अभिषेक त्रिपाठी की 'मेरी अविस्मरणीय रेल यात्रा', श्री मदन गोपाल शर्मा की 'हम क्या हो गए हैं'।

इस पत्रिका को सफल एवं उच्चकोटि बनाने में योगदान देने वाले सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीया— हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
पंजाब, चंडीगढ़

महोदय,

आपके कार्यालय की राजभाषा हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की प्राप्ति हुई। एतदर्थ धन्यवाद।

पत्रिका में समाहित सभी रचनाएँ सराहनीय व प्रशंसनीय हैं तथा पत्रिका की साज-सज्जा अत्यंत मनमोहक है। श्री अखिलेश चंद्र वाजपेयी की कविता 'मेरा शहर अजनबी हो गया', सुश्री निधि गौतम की 'मेरा पहला स्कूल' एवं श्री अंशुमान अग्निहोत्री की 'किस्सा—ए— कचहरी' आदि रचनाएँ विशेष रूप से पठनीय एवं रोचक हैं। पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति व उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय-वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा, रक्षा सेवाएं, ब्लॉक—ए,
सातवां तल, रक्षा कार्यालय परिसर, अफ्रीका अवेन्यु, नई दिल्ली

महोदय / महोदया,

उपरोक्त विषय पर आपके द्वारा प्रेषित कार्यालयीन अर्धवार्षिक पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई है जिसमें प्रकाशित सभी रचनाएँ उत्कृष्ट एवं ज्ञानवर्धक हैं। हिंदी भाषा की सृजनशीलता के उत्थान हेतु आपका प्रयास सराहनीय है जिसके लिए आपका राजभाषा परिवार बधाई का पात्र है।

आशा है पत्रिका राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ कार्यालय के अधिकारियों एवं कर्मचारियों की मौलिक लेखन प्रतिभा को बढ़ावा देने में प्रेरक भूमिका निभाएगी। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएँ।

भवदीय— वरिष्ठ लेखा अधिकारी (हिंदी)
कार्यालय प्रधान महालेखाकार
हिमाचल प्रदेश, शिमला

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक (ई-प्रति) की प्राप्ति हुई है। पत्रिका का आवरण पृष्ठ बड़ा ही आकर्षक है एवं पत्रिका में निहित सभी रचनाएँ अत्यंत ही उच्चतर श्रेणी की हैं।

पत्रिका के सफल संपादन एवं प्रकाशन हेतु संपादक मण्डल को हार्दिक बधाई तथा पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीया— वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी हिंदी प्रकोष्ठ
प्रधान निदेशक, लेखापरीक्षा (केंद्रीय)
का कार्यालय हैदराबाद

महोदय

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित अर्धवार्षिक हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' का 29वां अंक प्राप्त हुआ, सहर्ष धन्यवाद।

पत्रिका में समाहित सभी रचनाएँ उच्चकोटि की एवं ज्ञानवर्धक हैं। श्रीमती निधि गौतम का लेख 'कार्यालय में हिंदी भाषा में होने वाली स्वाभाविक त्रुटियाँ', श्री अमित कुमार का लेख 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस सही या गलत' एवं श्री अखिलेश चंद वाजपेयी का लेख 'वास्तविकता की ध्वनि' आदि सराहनीय, पठनीय एवं संग्रहणीय है तथा राजभाषा की उत्तरोत्तर प्रगति हेतु एक सार्थक प्रयास है।

पत्रिका के उत्तम संयोजन एवं संपादन हेतु संपादक मण्डल को बधाई तथा पत्रिका की अविरल प्रगति तथा विकास हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय— हिंदी अधिकारी
कार्यालय महालेखाकार (ले. एवं हक.) उत्तराखण्ड
महालेखाकार भवन, कौलागढ़, देहरादून-248195

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई। इस पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ रुचिकर, भावयुक्त एवं उद्देश्यपूर्ण हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ आकर्षक है। कार्यालयीन गतिविधियों के छायाचित्र भी मनमोहक हैं।

पत्रिका को सुरुचिपूर्ण एवं उपयोगी बनाने हेतु संपादकीय परिवार ने पूर्ण प्रयास किए हैं। पत्रिका के सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए बधाई एवं पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए शुभकामनाएँ।

भवदीय— वरिष्ठ लेखा अधिकारी हिंदी
कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी)
पंजाब एवं यू.टी., सेक्टर 17—ई, चंडीगढ़

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय की हिंदी गृह पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, इसके लिए धन्यवाद। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ रोचक, ज्ञानवर्धक एवं प्रशंसनीय हैं।

इस पत्रिका के प्रकाशन से जुड़े सभी रचनाकार एवं संपादक मंडल बधाई का पात्र है। पत्रिका 'गोपात्री' की उत्तरोत्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीया— हिंदी अधिकारी
महालेखाकार (ले. व ह.) केरल का
कार्यालय, तिरुवनंतपुरम

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय की अर्धवार्षिक पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई है। एतदर्थ धन्यवाद। पत्रिका में संकलित सभी रचनाएँ पठनीय रुचिकर एवं प्रेरणादायक हैं। इनमें 'वो मजदूर की बेटी', 'आओ थोड़ा मनन करें', 'हर स्त्री एक बहती नदी—सी है', 'वृद्धाश्रम: नया चलन' आदि रचनाएँ काफी ज्ञानवर्धक हैं। पत्रिका में मौलिक सोच और अभिव्यक्ति की गहनता समाहित है।

आशा है पत्रिका की गुणवत्ता एवं रचनात्मकता में उत्तरोत्तर प्रगति जारी रहेगी। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य और आगामी अंको के लिए बहुत-बहुत शुभकामनाएँ।

भवदीय—हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा), हरियाणा
प्लॉट नं. 5, सेक्टर 33—बी, दक्षिण मार्ग, चण्डीगढ़

महोदय,

उपर्युक्त संदर्भित पत्र के साथ आपके कार्यालय द्वारा 'गोपात्री' के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका में सभी रचनाएँ प्रशंसनीय हैं विशेष तौर पर 'जिम्मेदारी-एक एहसास', 'वृद्धाश्रम: नया चलन', 'नशा: खुशी या खुदकुशी', 'ये कहां आ गए हम', 'हम क्या हो गए हैं' आदि रचनाएँ सारगर्भित एवं सराहनीय हैं।

पत्रिका की साज-सज्जा उत्तम है। कार्यालयीन चित्रों ने पत्रिका की सुंदरता को और निखारा है। पत्रिका के कुशल तथा सफल संपादन हेतु संपादक मण्डल को हार्दिक बधाई। पत्रिका के निरंतर उज्ज्वल भविष्य हेतु शुभकामनाएँ।

भवदीय- वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी / हिंदी कक्ष
कार्यालय महालेखाकार (लेखापरीक्षा-2) म.प्र.
53, अरेरा हिल्स, नर्मदापुरम रोड, भोपाल

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'गोपात्री' के 29वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका में समाविष्ट सभी लेख, कविताएँ उत्कृष्ट एवं ज्ञानवर्धक हैं। विशेषकर निम्नलिखित रचनाएँ उल्लेखनीय एवं सराहनीय हैं:- अखिलेश चंद्र वाजपेयी की 'मेरा शहर अजनबी हो गया', सुश्री स्वर्णलता गुप्ता की 'वो मजदूर की बेटी' एवं सुश्री अर्चना मानव की 'ये कहां आ गए हम', श्री विद्यानंद वर्मा की 'जनसंख्या नियंत्रण-एक जन अभियान'। पत्रिका का मुख पृष्ठ अत्यंत आकर्षक है।

पत्रिका के रचनाकारों एवं संपादक मंडल को सफल संपादन तथा प्रकाशन हेतु हार्दिक बधाई एवं पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य के लिए हमारे कार्यालय की ओर से हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय- प्रभारी हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-2)
महाराष्ट्र, नागपुर

महोदय,

आपके कार्यालय से प्रकाशित अर्धवार्षिक हिंदी ई-पत्रिका 'गोपात्री' की प्रति प्राप्त हुई, जिसके लिए धन्यवाद। पत्रिका का मुख पृष्ठ आकर्षक है, पत्रिका के विभिन्न पहलू जैसे संपादन, सामग्री, रचनाएँ आदि सभी उत्कृष्ट हैं। पत्रिका में प्रकाशित समस्त रचनाएँ पठनीय, रोचक एवं उच्चकोटि की हैं, जिसके लिए सभी रचनाकारों को साधुवाद। राजभाषा संबंधी गतिविधियों की सचित्र प्रस्तुति से पत्रिका और भी आकर्षक बन गई है। पत्रिका के सफल संपादन के लिए संपादक मंडल प्रशंसा का पात्र है। 'गोपात्री' परिवार को पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति एवं कुशल संपादन के लिए 'संवाद' परिवार की ओर से ढेर सारी शुभकामनाएँ।

भवदीया-हिंदी अधिकारी
भारतीय लेखापरीक्षा और लेखा विभाग,
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (अवसंरचना), दिल्ली

‘गोपाद्री’ के 29वें अंक का विमोचन



‘गोपाद्री’ के 28वें अंक की उत्कृष्ट रचनाओं के पुरस्कार वितरण की झलकियाँ



‘गोपाद्री’ के 28वें अंक की उत्कृष्ट रचनाओं के पुरस्कार वितरण की झलकियाँ



कार्यालय में स्वास्थ्य परीक्षण शिविर की झलकियाँ



कार्यस्थल पर महिलाओं के यौन-उत्पीड़न पर जागरूकता बैठक की झलकियाँ



स्वतंत्रता दिवस समारोह 2024 की झलकियाँ







नलकेश्वर जलप्रपात, ग्वालियर