



लोकहितार्थ सत्यगिन्या
Dedicated to Truth in Public Interest

हिमज्योति

सितम्बर 2020 | अंक—दशम्



कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
उत्तराखण्ड, देहरादून



लोकहितार्थं सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

हिमज्योति

सितम्बर 2020 | अंक—दशम्

कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
उत्तराखण्ड, देहरादून



संदीप सिंह
महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
उत्तराखण्ड

सन्देश

कार्यालय के समस्त अधिकारियों/कर्मचारियों की भावनात्मक एवं रचनात्मक अनुभूतियों से सुसज्जित यह पत्रिका, कार्यालय के प्रति अपने प्रेम, समर्पण व आस्था से पूरित प्रबल इच्छा एवं राजभाषा हिंदी के प्रति अपने समर्पण को प्रदर्शित करती है। मुझे अपने कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों पर गर्व है कि वह कार्यालय की गतिविधियों के व्यापक प्रचार-प्रसार हेतु अपने अभिव्यक्तियों के माध्यम से पत्रिका को अधिक आकर्षक व रोचक बनाने में निरन्तर सहयोग प्रदान कर रहे हैं। साथ ही मुझे पूर्ण विश्वास और आशा है कि राजभाषा के अधिकाधिक प्रचार-प्रसार में पत्रिका उपयोगी सिद्ध होगी।

आज हिमज्योति के दशम् अंक के प्रकाशन के सुअवसर पर मैं अपने दायित्व का निर्वहन करते हुए संपादक मण्डल के सभी सदस्यों को अपने लेखों व रचनाओं के द्वारा पत्रिका को उत्कृष्ट बनाने तथा राजभाषा हिन्दी को बढ़ावा देने में सहयोग करने हेतु हार्दिक बधाई देता हूँ।

संदीप सिंह
संरक्षक





रवि कुमार वर्मा
उपमहालेखाकार (प्रशासन एवं लेखा)

प्रधान सम्पादक की

कार्यालयीन वार्षिक हिन्दी गृह पत्रिका 'हिमज्योति' के दशम् अंक के प्रकाशन के सुअवसर पर मैं अत्यन्त हर्ष का अनुभव कर रहा हूँ। गृह पत्रिका राजभाषा हिन्दी के विकास, प्रचार व प्रसार का एक सशक्त माध्यम है, जो कार्यालय को गौरव व एक पहचान प्रदान करता है। यह कार्यालय में होने वाली गतिविधियों एवं क्रियाकलापों को समाज तक पहुँचाने का एक ऐसा प्रयास है जो कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों की रचनात्मक, भावनात्मक एवं स्वानुभूति को प्रदर्शित करता है। उत्कृष्ट लेखों एवं रचनाओं के माध्यम से रचनाकारों ने अपनी प्रतिभा का अच्छा प्रदर्शन किया है। मैं आशा करता हूँ कि भविष्य में रचनाकार अपनी रचनाओं को और अधिक निखारने का प्रयास जारी रखेंगे। हिमज्योति के दशम् अंक में सामयिक महामारी 'कोविड-19' के साथ राज्य की प्राकृतिक छटाओं को भी दिखाने का सुन्दर प्रयास किया गया है।

मैं पुनः रचनाकारों व सम्पादक मण्डल का आभार प्रकट करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना करता हूँ तथा अपने रचना कार्यों द्वारा कार्यालय का मान बढ़ाने के लिए आभार प्रकट करता हूँ। पाठकों से प्राप्त होने वाली प्रतिक्रियाएं व सुझाव हमारे कार्यालय के लिए अत्यन्त महत्वपूर्ण साबित हुई हैं। मैं आशा करता हूँ कि पाठकगण अपने मूल्यांकन द्वारा हमारे रचनाकारों के मनोबल को बढ़ाते रहेंगे।

आपकी प्रतिक्रियाओं की प्रतीक्षा में.....,

प्रधान सम्पादक

पत्रिका संयोजक परिवार

संरक्षक एवं निदेशक
श्री संदीप सिंह
महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)

प्रधान संपादक
श्री रवि कुमार वर्मा
उप महालेखाकार (प्रशासन एवं लेखा)

संपादक
श्री रमेश कुमार शर्मा
उप महालेखाकार (निधि)

सलाहकार संपादक
श्री विनोद कुमार शर्मा
वरिष्ठ लेखाधिकारी

श्री सुशील कुमार देवली सहायक लेखाधिकारी	श्री बी.सी.ध्यानी पर्यवेक्षक	डॉ० दिनेश शर्मा वरिष्ठ लेखाकार
--	---------------------------------	-----------------------------------

साज सज्जा
श्री यशपाल सिंह
वरिष्ठ लेखाकार

टंकण
श्री कौशतव चौधरी
आ.प्र.सं.

आवरण पृष्ठ एवं पार्श्व पृष्ठ
जोशीमठ के निकट पर्यटक स्थल औली तथा औली स्थित आईस रिक
(डॉ० दिनेश शर्मा, वरिष्ठ लेखाकार)

रचनाकारों के विचारों से संपादक मण्डल की सहमति आवश्यक नहीं है।



रमेश कुमार शर्मा
उप महालेखाकार (निधि)

सम्पादकीय

राजभाषा हिन्दी हमारे देश की पहचान व गौरव है जो हमारे जीवन मूल्यों, संस्कृति एवं संस्कारों की एक सच्ची संवाहक, संप्रेषक एवं परिचायक भी है। सहज, सरल व मधुरता से पूरित हिन्दी भाषा संभवतः एक सशक्त वैज्ञानिक माध्यम है जिसको पसन्द करने व बोलने वालों की एक बड़ी संख्या विश्व में मौजूद है, जिसके माध्यम से वे अपनी अभिव्यक्ति को स्पष्ट रूप से एक दूसरे को संप्रेषित करते आए हैं। मुझे हर्ष के साथ-साथ एक अतीव आनन्द की अनुभूति हो रही है कि हमारे समेकित प्रयासों से हिन्दी वार्षिक पत्रिका 'हिमज्योति' के दशम् अंक का सफल व अत्यन्त उत्कृष्ट अंक का विमोचन किया जा रहा है। इस शुभ अवसर पर मैं अपने सभी अधिकारियों व कर्मचारियों का उत्साह-वर्धन करता हूँ तथा भविष्य में भी ऐसी ही उत्कृष्ट व बहुमूल्य रचनाओं द्वारा कार्यालय का मान-सम्मान बढ़ाने के लिए वे ही सही माने में बधाई के पात्र हैं। शब्द ही संसार का वह सशक्त माध्यम है जो हमारे विचार व मनोभावनाओं को दूसरे तक संप्रेषित करने का श्रेष्ठतम तरीका है, जो राजभाषा हिन्दी के माध्यम से सहज व सरल तरीके से पहुंचाए व समझाए जा सकते हैं। इसके विकास के प्रकाश के साथ हमारा विकास मार्ग सदैव प्रशस्त होता रहेगा।

इसी आशा के साथ मैं पुनः सभी रचनाकारों व सम्पादक मण्डल को धन्यवाद देता हूँ।

रमेश कुमार शर्मा
सम्पादक



गत वर्ष प्रकाशित 'हिमज्योति' के नवम् संस्करण के लिए आप सभी सुधी पाठकों से बड़ी संख्या में उत्साह-वर्धक प्रतिक्रियाएं प्राप्त हुई हैं। उन सभी प्रतिक्रियाओं को इस अंक में प्रकाशित किया जाना सम्भव नहीं हैं किन्तु कुछ प्रतिक्रियाएं इस अंक में इस आशय से प्रकाशित की जा रही हैं कि पाठकों से पुनः अधिक से अधिक प्रतिक्रियाएं व सुझाव प्राप्त हो सकें जिससे हमारे रचनाकारों का अधिक से अधिक उत्साह-वर्धन हो सके। इसी उम्मीद के साथ कि आप अपने बहुमूल्य सुझावों से हमें अनुग्रहीत करेंगे।

महोदय,

उपर्युक्त विषयक आपके कार्यालय के पत्रांक-स0 27/ही.अ./गृह पत्रिका हिमज्योति के नवम् अंक दिनांक 17.12.2019 द्वारा राजभाषा की कार्यालयीन पत्रिका 'हिमज्योति' अंक वर्ष 2019-20 की एक प्रति सधन्यवाद प्राप्त हुई। अंक पठनीय एवं उत्कृष्ट है। पत्रिका का नया लुक लुभावना है। उसका बाहरी रूप रंग ही नहीं, आन्तरिक सौन्दर्य भी आकर्षित करता है। श्री विनोद कुमार शर्मा का लेख 'विश्व की समृद्धभाषा हिन्दी', प्रशान्त जोशी की कविता 'किशन की 'व्यथा', शिवम् कुमार की कविता 'वृक्ष' श्री सुशील कुमार देवली की गजल 'किया कर' तथा परमजीत सिंह की कविता 'हर पिता के भाग्य में बेटी नहीं होती' काफी रोचक एवं ज्ञानवर्धक हैं। सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं।

पत्रिका के श्रेष्ठ संकलन हेतु संपादक मंडल बधाई के पात्र हैं। पत्रिका इसी प्रकार प्रगति पथ पर अग्रसर रहे, ऐसी हमारी शुभकामना है।

वरीय लेखाधिकारी (हिन्दी कक्ष)
प्रधान महालेखाकार (ले0 एवं हक0)
बिहार, पटना

महोदय,

आपके द्वारा प्रेषित हिन्दी पत्रिका 'हिमज्योति' के 9वें अंक की एक प्रति प्राप्त हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका के आवरण पृष्ठ पर छायांकित छायाचित्र एवं अन्य कार्यालयीन गतिविधियों से संबंधित छायाचित्र काफी अच्छे लगे। संकलित समस्त लेख एवं रचनाएं सरस एवं पठनीय हैं। श्री महावीर सिंह रावत की कविता 'बुढ़ापे ने आवाज दी', श्री अजय कुमार पाल की कविता 'चाह मन की', श्री संजीव जखमोला की कविता 'मन बंजारा', श्री शिवम् लिलहोरी का लेख 'मेलोडी' एवं श्री दिनेश शर्मा का लेख 'हिन्दी में तकनीकी अनुप्रयोग की संभावनाएं' आदि काफी रोचक एवं ज्ञानवर्धक हैं।

पत्रिका के श्रेष्ठ संकलन हेतु संपादक मंडल के सभी सदस्य बधाई के पात्र हैं। पत्रिका इसी प्रकार निरन्तर प्रगति पथ पर अग्रसर रहे, यह हमारी शुभकामना है।

वरिष्ठ लेखाधिकारी / हिन्दी
कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हक0), उत्तर प्रदेश, इलाहाबाद

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित वार्षिक राजभाषा पत्रिका 'हिमज्योति' के नवम् अंक (वर्ष-2019) की एक प्रति हमारे कार्यालय को प्राप्त हुई है। एतदर्थ धन्यवाद।

पत्रिका के आवरण-पृष्ठ पर छायांकित छायाचित्र एवं पृष्ठों की साज-सज्जा बहुत ही सुंदर है, साथ ही साथ पत्रिका में प्रकाशित अन्य सभी राज्यभाषा गतिविधियों से संबंधित छायाचित्र काफी अच्छी लगी। पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएं उत्कृष्ट, ज्ञानवर्धक एवं संग्रहणीय हैं। विशेषकर श्री महावीर सिंह रावत (बुढ़ापे ने आवाज दी एवं रफ्तार नहीं), श्री प्रविन्द्र सिंह तोमर (द्रुपद-अर्जुन युद्ध एवं शान्ति पर्व), श्री प्रशान्त जोशी (किसान की व्यथा), श्री सुशील कुमार देवली (नज्म एवं किया कर...) श्री विरेन्द्र रमोला (पहाड़ का गांव), श्री शिवम् लिलहोरी (जर्द पन्ने), श्री दिनेश शर्मा (अभिन्नदन, रूह, बूंदें) एवं श्री शिवम् कुमार (पापा) की रचनाएं अत्यन्त सराहनीय हैं।

पत्रिका के उत्तम संपादन एवं संकलन हेतु संपादन मंडल के सभी सदस्यों को साधुवाद तथा पत्रिका के निरन्तर प्रगति हेतु हमारी शुभकामनाएं।

हिन्दी अधिकारी / प्रशा. हिन्दी सेल
भारतीय लेखा-परीक्षा तथा लेखा विभाग,
प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हक0), पश्चिम बंगाल

महोदय,

आपके कार्यालय की हिन्दी गृह पत्रिका 'हिमज्योति' नवम् अंक की प्राप्ति हुई, इसके लिए धन्यवाद। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएं उच्च स्तर की हैं। रचनाओं का यह उत्कृष्ट संकलन आपके कार्यालय की रचनात्मक प्रतिभा का दर्पण है।

पत्रिका के इस अंक में संकलित सभी रचनाएं अद्वितीय हैं। प्रकाशित रचनाओं में श्री प्रशान्त जोशी की कविता 'किसान की व्यथा', श्री शिवम् कुमार की कविता 'वृक्ष', श्री परमजीत सिंह की कविता 'हर पिता के भाग्य में बेटी नहीं होती', श्री सुशील कुमार देवली की गजल 'किया कर.....', एवं श्री शिवम् कुमार की कविता 'पापा' विशेष रूप से सराहनीय हैं।

पत्रिका के उत्तम संपादन के लिए संपादक मंडल को साधुवाद और आगामी अंकों के लिए हार्दिक शुभकामनाएं।

कल्याण अधिकारी / राजभाषा कक्ष,
कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हक0), राजस्थान, जयपुर

महोदय / महोदया,

आपके कार्यालय की हिन्दी पत्रिका 'हिमज्योति' के नवम् अंक की 01 प्रति की प्राप्ति इस कार्यालय को हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका में समाहित समस्त लेख, कहानी, कविता, संस्मरण, छायाचित्र अत्यंत रोचक, ज्ञानवर्धक तथा आज के परिवेश के अनुकूल व्यावहारिक हैं। विशेष रूप से 'चाह मन की', 'शान्ति पर्व', 'पापा', 'गुप्तगू', किसान की व्यथा, 'मन बंजारा', 'रफ्तार नहीं' आदि अत्यंत प्रशंसनीय हैं।

पत्रिका का कलेवर एवं आंतरिक पृष्ठ, साज-सज्जा एवं सामग्री संयोजन के कारण उत्कृष्ट हैं। हिन्दी के प्रचार-प्रसार हेतु, आपका प्रयास राजभाषा हिन्दी के प्रति आस्था और समर्पण प्रकट करते हैं। पत्रिका के कुशल संपादक मंडल एवं सभी रचनाकारों को हार्दिक बधाई एवं उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाओं सहित।

**वरिष्ठ उपमहालेखाकार / प्रशासन,
भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग,
महालेखाकार कार्यालय, अरुणाचल प्रदेश**

महोदय,

उपर्युक्त संदर्भित पत्र के साथ आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिन्दी पत्रिका 'हिमज्योति' के नवम् अंक की प्राप्ति हुई, तदर्थ धन्यवाद।

पत्रिका में छपी समस्त लेख व रचनाएं स्तरीय एवं रुचिकर हैं। पत्रिका के इस सुन्दर अंक के प्रकाशन से जुड़े सभी सदस्यों एवं संपादक मंडल को हार्दिक बधाई। राजभाषा हिन्दी के प्रचार प्रसार की दिशा में आपका प्रयास सराहनीय है। पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएं।

**वरिष्ठ लेखापरीक्षाधिकारी / हिंदी,
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
उत्तराखण्ड, देहरादून**

अनुक्रमिका

क्रमांक	विषय वस्तु	रचनाकार	पृ0क्र0
1	बचपन	प्रशान्त जोशी	14
2	महामारी का अपूर्व संकट	विनोद कुमार शर्मा	15
3	ख्यालों के भंवर	शिवम लिल्हौरी 'बानगी'	17
4	मनोकामना पूर्ण करती माँ वैष्णो देवी की यात्रा	बृज भूषण सेमवाल	19
5	भारत भाग्य विधाता	विक्रान्त कुमार	21
6	सूखे पत्ते	शिवम लिल्हौरी 'बानगी'	22
7	राष्ट्रभाषा हिन्दी	अजय कुमार पाल	24
8	सफ़र	विक्रान्त कुमार	25
9	आपदा	प्रशान्त जोशी	26
10	गाजर घास (दैत्य बीज)	भास्करानन्द त्रिपाठी	27
11	जिजीविषा	अजय कुमार पाल	29
12	डिजिटल क्रान्ति का मानव स्वास्थ्य पर प्रभाव	डॉ० दिनेश शर्मा	30
13	नज्म	सुशील देवली	32
14	खुद को सुरक्षित रखना	महावीर प्रसाद	33

क्रमांक	विषय वस्तु	रचनाकार	पृ०क्र०
15	'दूनी तुकबन्दी—बारिश और चाय'	शिवम लिल्हौरी 'बानगी'	34
16	भजन	महावीर प्रसाद	36
17	मेघ निर्घोष बनकर आया	पूजा त्रिपाठी पत्नी श्री नवीन त्रिपाठी	37
18	बेजुबान आँसू	शिवम लिल्हौरी 'बानगी'	38
19	चाँद	डॉ० दिनेश शर्मा	39
20	यादों के फेर	शिवम लिल्हौरी 'बानगी'	40
21	कोरोना वायरस	एस०एस० तोमर	41
22	शब्द	यशपाल सिंह "यशी"	43
23	प्रदूषण की समस्या एवं समाधान	विनोद कुमार शर्मा	44
24	प्रभु लीला	शिवम् लिल्हौरी 'बानगी'	45



बचपन



प्रशान्त जोशी,
वरिष्ठ लेखाकार

कभी—कभी किसी को देखकर।
जिन्दगी में तू भी मुस्कराया कर।
ऐ मेरे बचपन तू लौट आया कर।



छोटी—छोटी खुशियों में खुश हो जाया कर।
कोई मिले रोता हुआ तो उसे हँसाया कर।
ऐ मेरे बचपन तू लौट आया कर।
जिन्दगी की मुश्किलों से ना घबराया कर।
अगर रास्ता ना दिखे तो आगे बढ़ जाया कर।
ऐ मेरे बचपन तू लौट आया कर।

राष्ट्रीय व्यवहार में हिंदी को
काम में लाना देश की
एकता और उन्नति के
लिए आवश्यक है।



महात्मा गांधी

महामारी का अपूर्व संकट



विनोद कुमार शर्मा
वरिष्ठ लेखाधिकारी

विश्वव्यापी महामारी "कोरोना" ने जिस प्रकार पूरे विश्व को हिलाकर रख दिया है, उसका कोई भी उदाहरण हाल के कई वर्षों में देखने-सुनने को नहीं मिलता है। वर्तमान पीढ़ी के लिए तो यह अपने आप में आश्चर्यचकित कर देने वाली घटना है क्योंकि महामारी का ऐसा प्रकोप, पूरी दुनिया, विशेषकर हमारे देश में, लंबी अवधि की कोरोनाबंदी अपने आप में ऐसी घटना है जिसकी कोई मिसाल वर्तमान पीढ़ी ने न तो पहले देखी होगी तथा न ही सुनी होगी। एक दिन हमारे देश में रेल, हवाई जहाज, सड़क परिवहन आदि का संचालन सब कुछ बंद हो जायेगा, क्या ऐसी कल्पना किसी ने कभी की होगी? पूरे देश में मंदिर, मस्जिद, चर्च एवं गुरुद्वारों के द्वार श्रद्धालुओं एवं आम जनता के लिए कभी बंद भी हो सकते हैं, इसकी कल्पना भी कभी किसी ने नहीं की होगी। 'जनता कर्पयू' भी कुछ होता है, यह भी आम जनता को पहली बार देखने को मिला है। ऐसी महामारी जिसने पूरी दुनिया में हाहाकार मचाकर रख दिया है।

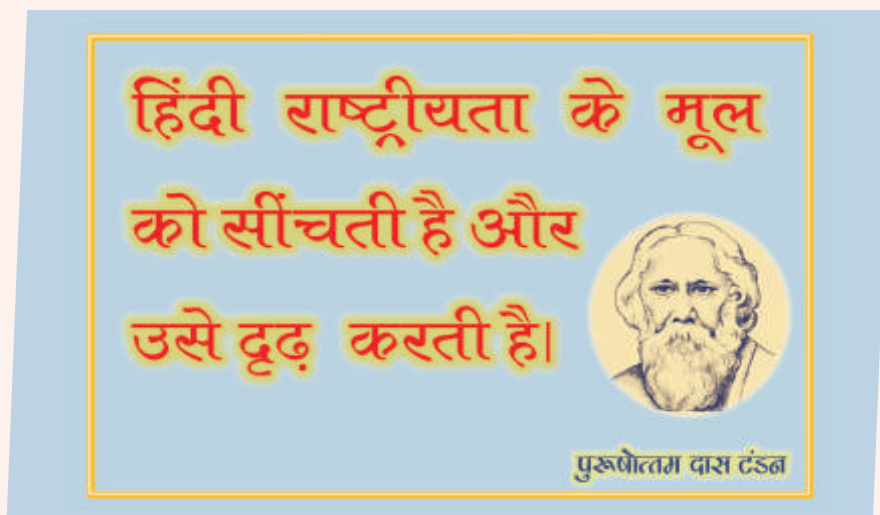
कोराना काल की शब्दावली के वे अनेकों शब्द—हॉट स्पॉट, क्वारंटीन, थर्मल स्क्रीनिंग, कंटेनमेंट-जोन, बफर जोन, रेड जोन, ओरेन्ज जोन, ग्रीन जोन, प्लाज्मा थेरेपी, पी0पी0ई0 किट, रैपिड एंटी-बॉडीज टेस्ट/किट्स एवं सेनिटाइजेशन आदि न तो आम व्यक्ति ने पहले कभी सुने थे तथा न ही इनको जानने की कभी आवश्यकता अनुभव की गई थी। सामाजिक एवं शारीरिक दूरी बनाने के बारे में पहली बार ही सुना गया था, क्योंकि अभी तक हम सामाजिक समरसता तथा मेलमिलाप बनाये रखने के बारे में ही सुनते आये हैं। एक मनुष्य के दूसरे मनुष्य के संपर्क में आने मात्र से ही जीवन को इतना बड़ा खतरा हो सकता है, इसकी हमने कभी पहले कल्पना भी नहीं की थी।

महामारी के इस वर्ष में प्राकृतिक आपदाओं ने भी अपना कम तांडव नहीं मचाया है। पश्चिम बंगाल का तूफान "अंफन" महाराष्ट्र एवं गुजरात का 'निसर्ग' तूफान, गैस रिसाव एवं भुस्खलन की घटना, टिड्डियों का तांडव व अटैक एवं सदी के सबसे बड़े अद्भुत सूर्यग्रहण की घटना सहित विभिन्न प्राकृतिक आपदाएं/घटनाएं इसी वर्ष में हाल ही में घटित हुई हैं, जिनकी विभीषिका हम सबने देखी है। महामारी के इस काल ने मनुष्य को यह भी अहसास करा दिया है कि मनुष्य की आवश्यकताएं सीमित हैं तथा मनुष्य के पास धन का उपलब्ध होना ही पर्याप्त नहीं है। इस महामारी ने समाज में ऐसा कहर बरपा किया

है कि पूरे सामाजिक ताने-बाने को ही छिन्न-भिन्न कर दिया है। इस काल में कौन अपना है तथा कौन पराया, कहना कठिन है। दुनिया में भी बड़ा परिवर्तन आया है तथा आगे भी बड़े परिवर्तन देखने को मिलेंगे। इस वायरस ने दुनिया में सब कुछ बदल दिया है— व्यापार करने का तरीका, पूजा-पाठ का तरीका, सामाजिक रीति-रिवाजों एवं संस्कारों का तरीका आदि सब कुछ में परिवर्तन देखने को मिला है।

इस महामारी के काल में लोगों को यह भी देखने-समझने को मिला है कि परिवार क्या होता है तथा परिवार के सदस्यों के साथ एक साथ कैसे रहा जाता है। बहुत से ऐसे काम जिनको करने के लिए लोग पहले कभी समय नहीं निकाल पाते थे, लॉकडाउन अवधि में घरों के उन कामों को करने के लिए भरपूर समय मिला है।

महामारी के इस काल में मन को विचलित कर देने वाली अनेकों घटनाएं भी प्रकाश में आई हैं। इन घटनाओं ने लोगों के दिलों को अंदर तक झकझोर दिया है। विशेष रूप से पलायन कर रहे श्रमिकों के अपार कष्ट तथा समाज के निर्धन वर्ग के सामने रोजी-रोटी का संकट आदि ऐसी घटनाएं हैं तथा समय का मरहम ही शायद इन घटनाओं के जख्मों को भर सकता है।



ख्यालों के भंवर..



शिवम लिहौरी
लिपिक

‘बानगी’ ख्यालों के भंवर में उलझे—उलझे सनकते थे,
सुकून की तलाश में दर बदर भटकते थे।

शहर में एक से लेकर दूसरी बस्ती तलक,
जिधर भी नजर जाये बस शोले दहकते थे।

एक आँगन दिखा जहाँ माँ की गोद में,
कुछ सरकश बच्चे भूख से तड़पते थे।

वक्त बे वक्त फरमाइशों के खौफ से,
घर के अंदर आते हुये बाप झिझकते थे।

कुछ लोग दिलों में अपने गाँव को बसा,
फुटपाथ के पलंग से चाँद को तकते थे।

आइसक्रीम पे नजर गड़ाये कुछ बच्चे,
हाथ में कटोरा लिये बेताले थिरकते थे।

उस नुक्कड़ से गुजरने में शर्म आये हमें,
जहाँ बेहिसाब गुलों पे इतराते भँवरे हुमकते थे।

चांदनी की चादर तले अजीब हरात हुई,
घूँघट के अंदर ही अंदर अरमान सिसकते थे

गली से निकल कर पीपल के पेड़ तले,
पीर की तुर्बत पर गम सबके सिसकते थे।

रोजाना वहीं से सजदा करके बानगी,
नौकरी के खातिर दर-बदर भटकते थे।



मनोकामना पूर्ण करती माँ वैष्णो देवी की यात्रा



बृज भूषण सेमवाल
वरिष्ठ लेखाकार

10 दिसम्बर 2019 को शाम के 5.00 बजे हरिद्वार से रेलगाड़ी यमुनोत्री एक्सप्रेस से अपने परिवार तथा दोस्तों के साथ मैंने माँ वैष्णो देवी की यात्रा की ओर प्रस्थान किया। मन में बहुत आनन्द, उत्साह, शान्ति की अनुभूति हो रही थी क्योंकि मैं और मेरा परिवार पहली बार रेलगाड़ी और माँ वैष्णो देवी के दर्शन करने जा रहे हैं। मेरी बेटी काब्या और गौरी काफी खुश नजर आ रहे थे क्योंकि रेलगाड़ी में उनके साथ के बहुत सारे छोटे बच्चे खेलने को मिल गये। रात का सफर का पता ही नहीं चला कि सुबह हो गयी। 11 दिसम्बर 2019 को सुबह 6.00 बजे रेलवे स्टेशन पर पहुँच गये। वहाँ पर एक होटल बुक किया और विश्राम करके स्नान ध्यान और नाश्ता करके ठीक 11.00 बजे कटरा से माँ दरवार का पहला द्वार से यात्रा आरम्भ कर दी। घोड़े और पालकी तथा पैदल यात्रा का आनन्द लेते हुए माँ के जयकारा गाते हुए रास्ते में चाय, खाना खाते हुए ठीक 9.00 बजे रात्रि को माँ शेरवाली जगदम्बे कुलदेवी वैष्णो देवी के दरबार में पहुँच गये। वहाँ भी एक होटल लिया, विश्राम करके माँ के दर्शन के लिये लाइन में खड़े हो गये। ठीक 11.30 बजे रात्रि में अलौकिक, अदभुत, मनोहारी चत्मकार दिव्य शेरवाली जगदम्बे कुलदेवी वैष्णो देवी दर्शन किए और आर्शीवाद लिया, दर्शन करने के समय ऐसा लग रहा था कि हम स्वर्ग लोक का आनन्द ले रहे हैं मन में शान्ति और आनन्द, खुशी प्रतीत महसूस हो रही थी मन कर रहा था कि पूरा जीवन इस स्थान पर माँ के भजन ओर दर्शन में व्यतीत करें।

पण्डित जी से तिलक लगवाकर और प्रसाद लेकर हम माँ के दरबार से बाहर निकल गये। फिर होटल में रात्रि का भोजन करके सोने के लिये शयनकक्ष में चले गये। 12 दिसम्बर 2019 को सुबह में उठकर नहाने-धोने के बाद नये वस्त्र पहन कर ठीक 8.00 बजे बाबा भैरव नाथ के दर्शन के लिये लाइन में लग गये। ठीक 10.00 बजे बाबा भैरवनाथ के दर्शन किया। प्रसाद और आर्शीवाद लेकर बाबा के दरबार से बाहर निकले।

उसके बाद चाय नाश्ता करके घूमने के बाद ठीक 12.00 बजे कटरा के लिये प्रस्थान कर दिया। रास्ते में विश्राम कर भोजन इत्यादि करके ठीक रात्रि 8.00 बजे कटरा होटल में ठहरने के लिये चले गये। विश्राम करके भोजन किया और शयनकक्ष की ओर चले गये। यात्रा की आनन्दमय थकान से कब नींद आयी पता ही नहीं चला कब सुबह हो गयी। सुबह का नहाने धोने के बाद तथा चाय नाश्ता करके कटरा रेलवे स्टेशन की ओर प्रस्थान कर दिया। ठीक 11.00 बजे कटरा रेलवे स्टेशन पर पहुँच गये। वहाँ पर दिन का भोजन करके रेलवे स्टेशन के आस पास घूमने लगे क्योंकि रेल गाड़ी को चलने में काफी समय था। जैसे ही सांय 4.00 बजे का समय हुआ हम सभी रेलगाड़ी में अपनी अपनी सीट पर बैठ गये अपने समयानुसार ठीक सांय 4.30 बजे रेलगाड़ी ने चलना आरम्भ कर दिया और अपनी गति सीमा त्रीव कर दी। ठीक सुबह 5.00 बजे हम रेलवे स्टेशन सहारनपुर में उतर गये। वहाँ से देहरादून की बस में बैठ गये और सुबह 7.00 बजे अपने गृहस्थान पर सकुशल पहुँच गये। माँ वैष्णोदेवी की सुखद यात्रा और मेरे परममित्र श्री जतिन भारती जी, श्री आशीष जी, श्री दिलीप जी, श्री प्रवीन डोभाल जी, श्री योगेश जी, श्री अनुराग त्रिपाठी जी और मेरी पत्नी श्रीमती प्रतिभा सेमवाल और मेरी लाइफ लाइन मेरी बेटी काब्या सेमवाल और गौरी सेमवाल के साथ यादगार पल मेरी सुखद यात्रा हमेशा रहेगा।

वैष्णो देवी मंदिर हिंदू मान्यता के अनुसार शक्ति को समर्पित पवित्रतम हिंदू मंदिरों में से एक है जो भारत के जम्मू और कश्मीर में वैष्णो देवी की पहाड़ी पर स्थित है तथा यहां की अधिष्ठात्री देवी महासरस्वती महालक्ष्मी तथा महाकाली हैं जोकि भवन की एक पवित्र गुफा में पिंडी रूप में स्थित है। इस धार्मिक आस्था की आराध्य देवी वैष्णों देवी को सामान्यतः माता रानी और वैष्णवी के नाम से भी जाना जाता है।

यह मंदिर जम्मू और कश्मीर राज्य के जम्मू जिले में कटरा नगर के समीप अवस्थित है। यह उत्तरी भारत में सबसे पूजनीय पवित्र स्थलों में से एक है। मंदिर 5200 फीट की उंचाई पर कटरा से लगभग 12 किलोमीटर 745 मील की दूरी पर स्थित है। हर वर्ष लाखों तीर्थ यात्री इस मंदिर का दर्शन करते हैं और यह भारत में तिरुमला वेंकटेश्वर मंदिर के बाद दूसरा सर्वाधिक देखा जाने वाला तीर्थस्थल है। इस मंदिर की देख रेख श्री माता वैष्णों देवी तीर्थ मंडल नामक न्यास द्वारा की जाती है।

यहाँ तक पहुँचने के लिये उधमपुर से कटरा तक एक रेल संपर्क को हाल में ही निर्मित किया गया है। माता वैष्णों देवी का स्थान हिंदुओं का एक प्रमुख स्थल है जहाँ सम्पूर्ण भारत और विश्व से लाखों श्रद्धालु दर्शन के लिए आते हैं और प्राचीन गुफा में पिंडी रूप में विराजमान माता वैष्णों देवी के दर्शन कर सभी दुखों से मुक्ति पाते हैं।

माता वैष्णों देवी का यह जग प्रसिद्धमंदिर जम्मू कश्मीर राज्य के कटरा ग्राम के अंतर्गत आता है। कटरा से माता के भवन की कुल दूरी 13 किलोमीटर की खड़ी चढ़ाई के साथ बाढ़ गंगा से शुरू होती है।

कैसे जाएं वैष्णों देवी मंदिर हिंदू मान्यता के अनुसार शक्ति को समर्पित पवित्रतम हिंदू मंदिरों में से एक है जो भारत के जम्मू कश्मीर में वैष्णों देवी की पहाड़ी पर स्थित है तथा यहाँ की अधिष्ठात्री देवी महासरस्वती महालक्ष्मी तथा महाकाली हैं जो कि भवन की एक पवित्र गुफा में पिंडी के रूप में स्थित हैं। इस धार्मिक स्थल की आराध्य देवी वैष्णों देवी को सामान्यतः माता रानी और वैष्णवी के नाम से भी जाना जाता है। यहाँ तक पहुँचने के लिए उधमपुर से कटरा तक एक रेल संपर्क को हाल ही में निर्मित किया गया है। माता वैष्णों देवी का स्थान हिंदुओं का एक प्रमुख तीर्थ स्थल है जहाँ सम्पूर्ण भारत और विश्व भर से श्रद्धालु दर्शन के लिए आते हैं और प्राचीन गुफा में पिंडी रूप में विराजमान माता वैष्णों देवी के दर्शन कर संसार के सभी दुखों से मुक्ति पाते हैं।

माता वैष्णों देवी का यह जग प्रसिद्ध मन्दिर की यात्रा जम्मू कश्मीर राज्य के कटरा से माता के भवन की दूरी 13 किलोमीटर की खड़ी चढ़ाई के साथ बाढ़ गंगा से शुरू होती है। मान्यतानुसार जिस स्थान पर माँ वैष्णों देवी ने भैरवनाथ का वध किया था वह स्थान भवन के नाम से प्रसिद्ध है। इस स्थान पर देवी काली दाएं सरस्वती बाएं और लक्ष्मी मध्य पिंडी के रूप में विराजित हैं इन तीनों पिंडियों के इस सम्मिलित रूप को वैष्णों देवी का रूप कहा जाता है।

मान्यतानुसार भैरवनाथ का वध करने पर उसका शीश भवन से तीन किलोमीटर दूर जिस स्थान पर गिरा आज उस स्थान को भैरवनाथ के मन्दिर के नाम से जाना जाता है। कहा जाता है कि अपने वध के बाद भैरवनाथ को अपनी भूल का पश्चाताप हुआ और उसने देवी से क्षमादान की भीख माँगी। मान्यतानुसार वैष्णों देवी ने भैरवनाथ को वरदान देते हुए कहा कि मेरे दर्शन तब तक पूरे नहीं मानें जाएंगे जब तक कोई भक्त मेरे बाद तुम्हारे दर्शन नहीं करेगा। यह मन्दिर वैष्णों देवी मन्दिर के समीप अवस्थित है।

भारत भाग्य विधाता



विक्रान्त कुमार
सहायक लेखाधिकारी

जब-जब देखूँ इस माटी को, शीश मेरा झुक जाता है,
इस दुनियां में सबसे अच्छा, भारत भाग्य विधाता हैं।

पूर्व से चलती शीतल पवन, इस मन को मोह जाती है,
उत्तर की इस शांति में, मन की दुविधाएं खो जाती हैं।

दक्षिण की संस्कृति से, अहम् मेरा मिट जाता है,
और पश्चिम की इस आधुनिकता पर, देश मेरा इतराता है।।

इतिहास गवाह है देश ने मेरे, अनेक दंशो को झेला है,
फिर भी देश में मेरे हरदम, खुशियों का एक मेला है।

शीश कटाए कितनो ने, कितने फांसी पर झूले हैं,
आधुनिकता की इस चमक दमक में हम, उन सबको भूले हैं।

तिलक लगाओ इस माटी से, जो हम सब की माता है,
इस दुनियां में सबसे अच्छा, भारत भाग्य विधाता है।।



सूखे पत्ते



शिवम लिह्लौरी
लिपिक

सूखे पत्तों का शजर पे काम क्या है ?
तिरी जिन्दगी में मेरा अब मुकाम क्या है ?

सब भुला, सुकून पाने की थी ख्वाइशें,
फिर सीने में भरे ये इतिहाम क्या है ?

आसमाँ से गिरता तारा कैसे करे आरजू पूरी,
इल्म है उसे कि गिरने का अंजाम क्या है ?

भटक गया राह, कबूतर जो उड़ा था कहीं,
कैसे पता करूँ की उसका पैगाम क्या है ?

जलजला आ जाये शहर में जिसके चाहने से,
दैर-ओ-हरम में उसी के ये कोहराम क्या है ?

चढ़ाना है सूली पर, तो चढ़ाओ अभी,
यूँ तकल्लुफ में बिताना शाम क्या है ?

मत पूछो मुझसे कि क्या-क्या दफायें लगी,
पहले बताओ कि बानगी पर इलजाम क्या है ?





राष्ट्रभाषा हिंदी



अजय कुमार पाल
स0ले0अ0 (तदर्थ)

मन की अभिलाषा है हिन्दी, हमारी राष्ट्रभाषा है हिन्दी,
मातृभूमि के वीरों की ललकार है,
इस पावन धरा का श्रृंगार है,
देश में अखण्डता की मशाल लिए,
विविधता में एकता की सूत्रधार है,
हमारा आधार, हमारी आशा है हिन्दी,
हमारी राष्ट्रभाषा है हिन्दी।



रचनाकारों के कृतियों का वंदन है,
देश की गौरवगाथा का अभिनंदन है,
भारतीयता के तत्वों को समेटे हुए,
यह जनसंचार का सहज स्पंदन है,
हमारे दफ्तरों की शान, राजभाषा है हिन्दी,
हमारी राष्ट्रभाषा है हिन्दी।

मन की अभिलाषा है हिन्दी, हमारी राष्ट्रभाषा है हिन्दी,
मातृभूमि के वीरों की ललकार है,
इस पावन धरा का श्रृंगार है,
देश में अखण्डता की मशाल लिए,
विविधता में एकता की सूत्रधार है,
हमारा आधार, हमारी आशा है हिन्दी,
हमारी राष्ट्रभाषा है हिन्दी।

रचनाकारों के कृतियों का वंदन है,
देश की गौरवगाथा का अभिनंदन है,
भारतीयता के तत्वों को समेटे हुए,
यह जनसंचार का सहज स्पंदन है,
हमारे दफ्तरों की शान, राजभाषा है हिन्दी,
हमारी राष्ट्रभाषा है हिन्दी।

सफ़र.....



विक्रान्त कुमार
सहायक लेखाधिकारी

नव जीवन पुलकित हुआ, इस अनंत सफर से अनजान.....

उन्माद अटखेलियों भरने लगी इस सूक्ष्म शरीर में,
अनजान था वो, कि क्या लिखा है हाथों की लकीरों में।।

वाद—विवाद, अपना पराया, लोक परलोक था सबसे अनजान,
अभी बनी थी उस सूक्ष्म जीव को एक छोटी सी पहचान।।

संस्कारों से सज्जित चल पड़ा वों इस जीवन की दौड़ में,
मोह—माया में फंसता चला गया आगे बढ़ने की होड़ में।।

बन चुका था वो एक ज्ञानी, था जो भी उसको ज्ञान,
पर खो चुका था वो, अपने मानव होने की पहचान ।।

समझाने से समझा नहीं, चल रहा था जाने किस ओर,
असमंजस में चलता रहा जीवन, कभी इस ओर कभी उस ओर।।

लोभ समर्पित जीवन का, अब होने लगा था अन्त,
पर अनजान था कि ये सफर है अनन्त.....



आपदा



प्रशान्त जोशी,
वरि० लेखाकार

प्रकृति ने अपना फिर, रौद्र रूप दिखलाया है।
हमने आपदाओं के रूप, में अपने सम्मुख पाया है।
हम प्रकृति के साथ छेडछाड़, का भंयकर दण्ड पाते है।
उसको हानि पहुँचाने पर, खुद भी ना बच पाते है।
प्रकृति अपने होने का, हरदम एहसास दिलाती है।
हमारी भूलों को अकसर हमकों याद दिलाती है।
हम हिमस्खलन, बाढ़, सूखा आदि आपदाएँ पाते है।
हम प्रकृति से जब भी विमुख हो जाते है।



गाजर घास (दैत्य बीज)



भास्करानन्द त्रिपाठी
व०ले०अ०, (सेवानिवृत्त)

गाजर घास जिसे उत्तर भारत में फूलन घास के नाम से भी जाना जाता है, स्वास्थ्य के लिये अत्यन्त हानिकारक हैं। आश्चर्य की बात है कि यह घास भारत-भूमि की मौलिक वनस्पति न होते हुये भी कश्मीर से कन्याकुमारी एवं गुजरात से अरुणाचल प्रदेश तक सर्वत्र पल्लवित, पुष्पित हो रही है। भारत के उत्तर में गंगोत्री के जंगल हो या उत्तराखण्ड केरल व तमिलनाडु के समुद्र तट हो या कश्मीर की बर्फीली वादियाँ इस दैत्य बीज ने अपने पैर पसार दिये हैं।

दक्षिण भारत में इसे काम्प्रेन घास के नाम से जाना जाता है, यह घास मूलतः प्रार्थिनियन परिवार की घास है, जो वर्ष 1971 से 1973 के मध्य अमेरिका से मंगाये जाने वाले पी०एल० 80 अमेरिकी गेहूँ के साथ भारत में प्रवेश कर गयी थी, यह घास मैक्सिको, अर्जेन्टाईना व अमेरिका के जंगलों में बहुतायत पायी जाती थी, इस घास की वंश वृद्धि दर असामान्य होने के कारण आज समस्त भारत में इसमें अपनी जड़े जमा ली हैं। जमीन के भीतर 8 फिट तक की गहराई में भी इसके बीज नष्ट नहीं होते हैं इसीलिये इसे दैत्य बीज कहा जाता है।

पुराणों में रक्त बीज नामक एक दैत्य का उल्लेख है, रक्त बीज के रक्त की जो भी बूंद भूमि पर गिरती थी उससे एक नया राक्षस पैदा हो जाता था जिससे सभी देवता परेशान थे। रक्तबीज वध के लिये सभी देवताओं ने माँ भगवती से प्रार्थना की और युद्ध में जो भी रक्त की बूंद निकलती उसे खप्पर में लेकर माँ भगवती को पीना पड़ता था, ताकि वह जमीन पर न गिरने पाये और नये दैत्य का जन्म न होने पाये। ठीक उसी प्रकार यह बीज जहाँ भी गिरता है, फूलन घास का एक नया पौधा खड़ा कर देता है। इसे एक बार बोओ और हजार बार काटो। यह घास न केवल मानव जाति के लिये घातक है अपितु जीव, जन्तु व समीपस्थ वनस्पति के लिये भी घातक है, इसके बीज व पत्तियाँ मानव त्वचा में जलन व लाल चकत्ते पैदा कर देती हैं। त्वचा में निरन्तर खुजली होने लगती है। इसके बीजों में मौजूद पराग कण हवा में तैरते हुये श्वास नली में प्रवेश करते हैं। और फिर फेफड़ों तक पहुँच कर श्वास की बीमारी का कारण बन जाते हैं। धरती पर होने वाले प्रदूषण का यह एक प्रमुख कारक है, वस्तुतः मोटर कार व फैक्ट्रियों से उत्पन्न होने वाले प्रदूषण से यह घास कम खतरनाक नहीं है, यह घास विशेषकर वर्षा ऋतु में पनपती है। असंख्य मात्रा में उत्पन्न होने वाले इसके बीज पानी में बहाव तूफानी हवा के साथ दूर-दूर तक पहुँच जाते हैं और वहाँ की उपयोगी घास, जड़ी-बूटियों को स्थानापन्न कर अपने साम्राज्य का विस्तार करने लगती है, यही कारण है कि आज हमारे, पार्कों, नालियों, खेत, खलिहानों जंगलों एवं चरागाहों में सर्वत्र इस प्रार्थिनियन समुदाय की जहरीली घास ने अपना प्रभुत्व जमा लिया है।

उत्तराखण्ड स्थित राजाजी नेशनल पार्क, जिम कार्वेट पार्क, जो कि हाथी, चीतल, हिरण जैसे शाकाहारी जानवरों के अभयारण्य है, आज गाजर घास से लवालव भरे पड़े हैं। हाथियों और हिरन के झुण्ड दूर-दूर नजर नहीं आते हैं। कारण यह है कि जो चारा घास थी उसे गाजर घास द्वारा स्थानापन्न कर दिया गया है, और जानवरों को ऊँचे-ऊँचे चट्टानों पर ही थोड़ा बहुत घास व भोज्य वनस्पति मिल पाती है।

उल्लेखनीय है कि भारत में आज तक इस घास से होने वाली हानियों व दुष्प्रभावों का कोई वैज्ञानिक विश्लेषण नहीं किया गया और ना ही इसको समूल विनष्ट करने का कोई उपाय तलाशा गया। इसके विस्तार के प्रति सभी मूक दर्शक बने रहे। पर्यावरण एवं जैविकी को स्वस्थ एवं सुन्दर बनाये रखने के लिये इस फूल घास का विनाश आवश्यक है। किसानों की उपज में वृद्धि न होने तथा निम्नगुणवत्ता की उपज के लिये भी यह घास जिम्मेदार है।

अतः इसके उन्मूलन हेतु व्यापक सार्वजनिक अभियान व कार्यनीतियों की आवश्यकता है, सरकारी, गैर सरकारी व स्वयं सेवी संस्थाओं को जोड़ कर, भौतिक, वैज्ञानिक स्तर पर भी अभियान चलाया जाना आवश्यक है। इसकी रोकथाम के लिये रासायनिक पदार्थों को उपयोग में लाया जा सकता है, इस घास को काट देने अथवा उखाड़ देना काफी नहीं है, अपितु समूल उखाड़ कर तुरन्त आग लगानी होती है, अथवा इसके बीजों में जहरीले रसायन का उपयोग आवश्यक है, गर्मियों में यह घास अपेक्षाकृत कमजोर रहती है, और झुलसी हुयी अवस्था में इस पर आग लगायी जा सकती है।

विचारणीय विषय यह है कि गाजर घास के उन्मूलन का कार्य अखिल भारतीय स्तर पर एक साथ किया जाना है, उन्मूलन कार्यक्रम को एक आन्दोलन का रूप देना होगा। पानी का बहाव ऊपर से नीचे को होता है, इसलिये यह कार्य उत्तराखण्ड से प्रारम्भ किया जाना आवश्यक है। योग दिवस, मदर्स डे, फादर्स डे अथवा वैलेन्टाईन डे की तरह खरपतवार उन्मूलन दिवस क्यों नहीं मनाया जा सकता। यदि ऐसा होता है तो इस दिवस को अपनी उपयोगिता होगी जो आने वाली पीढ़ियों के लिये सुखद जानवरों व किसानों के लिये पुष्टिकारक व पर्यावरण के लिये भी फायदेमंद होगी।

आईये ऐसे ही एक दिवस को उपयोगी बनाये और "फूलन घास उन्मूलन दिवस" में परिवर्तित करें।



जिजीविषा



अजय कुमार पाल
स०ले०अ० (तदर्थ)

अदृश्य, अमानवीय, आततायी सा,
कोई जो अपने छोर पर अड़ा है।
प्रभावित किए समस्त जन—जीवन को,
कमोबेस सब बंद किए पड़ा है।
बाधित हुआ है आवागमन अब,
दिलों पर अभी तो ताला जड़ा है।
एहतियात बरतते फिर रहे हैं सारे,
कमबख्त ये तो पीछे ही पड़ा है।
भले ही ये दुश्मन है बेहद ही घातक,
हौसला हमारा भी असीमित बड़ा है।
देश, समाज, विश्व सब मिलकर,
मानवता का हर एक सिपाही खड़ा है।
कठिनाइयों का समय है ये मुश्किल,
मानवता का मुकाबला कड़ा है।
जिजीविषा की राह में लगनशील मानव अब,
लक्ष्य के बिलकुल निकट ही खड़ा है।
बीतेगा जब कालखण्ड, लोग फिर कहेंगे तब,
इतिहास के पन्नों का ये भी एक टुकड़ा है।

डिजिटल क्रान्ति का मानव स्वास्थ्य पर प्रभाव



डॉ० दिनेश शर्मा
वरि० लेखाकार

विगत के सौ वर्षों में मानव सभ्यता ने तकनीक को उन्नत करते हुए अपने जीवन को सुगम और सहज बनाने की दिशा में ढेरों उपाय ढूँढ निकाले हैं। वर्तमान में प्रौद्योगिकियों में प्रथम स्थान पर रहने वाली सूचना प्रौद्योगिकी ने इस दिशा में अनेक कीर्तिमान स्थापित किए हैं। रोजमर्रा के जीवन में कम्प्यूटर के अनुप्रयोगों से लेकर संचार व्यवस्था की उन्नत और त्वरित तकनीक तक, आज मानव सभ्यता का कोई भी क्षेत्र इस डिजिटल क्रान्ति से अछूता नहीं है। बात चाहे शिक्षा की हो या स्वास्थ्य की, व्यापार हो या बाजार की, रोटी, कपड़ा या मकान से लेकर अन्तरिक्ष में घूमते उपग्रहों तक डिजिटल क्रान्ति ने जब और जहाँ भी किसी विषय या क्षेत्र को छुआ भर है, वहाँ तत्काल आमूल-चूल परिवर्तन देखने में आये हैं।

इसी क्रम में डिजिटल क्रान्ति ने मानव स्वास्थ्य को भी काफी प्रभावित किया है। यदि मानव के सामान्य स्वास्थ्य की बात की जाए और मानव के आयुष्य या आरोग्य पर डिजिटल क्रान्ति के प्रभावों का आकलन किया जाए तो यह चर्चा मूलतः दो दिशाओं में विभक्त होती है। ऐसा विज्ञान के हर अविष्कार के साथ होता रहा है जहाँ कोई भी तकनीक या क्रान्ति सिकके के दोनों पहलुओं के देखे जाने की माँग करती है। इसलिए सबसे पहले हमें डिजिटल क्रान्ति के मानव स्वास्थ्य पर होने वाले सकारात्मक प्रभावों की ओर दृष्टि डाल लेनी चाहिए।

क. सकारात्मक पहलू— जैसा कि प्रस्तावना में स्पष्ट किया गया है कि तकनीक का अनुप्रयोग मानव जीवन में सहजता और सुगमता का मार्ग प्रशस्त करता है, इसी क्रम में मानव स्वास्थ्य की दिशा में डिजिटल क्रान्ति ने अनेक मील के पथर पार किए हैं। चिकित्सा में शोध हो या जीवन शैली पर चर्चाये, ई-परामर्श या दवाओं की आपूर्ति, सभी क्षेत्रों में डिजिटल क्रान्ति के बाद एक गजब की तेजी देखी गयी है। स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता और संक्रामक रोगों से लड़ने के लिए जरूरी सावधानी इन सभी पर पहले इतनी बात कभी नहीं हुई जैसी अब सोशल मीडिया जैसे माध्यमों पर हो रही है।

अस्पतालों के बेहतर प्रबन्धन, विशेषज्ञों की ऑनलाइन उपलब्धता, केस स्टडीज की डिजिटल लाइब्रेरी और गम्भीर बीमारियों के उपचार की खोज, इन विषयों पर तो डिजिटल क्रान्ति ने काम किया ही है साथ ही स्वास्थ्य उपकरण और दवाएं भी सहजता से उपलब्ध होने लगी हैं।

हेल्थ रिकार्ड सरीखी सामान्य एप्लीकेशनों की मदद से वह सभी अपने स्वास्थ्य को बेहतर जान समझ पाते हैं। लक्षणों के आधार पर निदान (Diagnosis) के लिए अनेक टूल्स उपलब्ध हैं, जिनका बड़ी सरलता से उपयोग किया जा सकता है। इस तरह डिजिटल क्रान्ति ने अपने सकारात्मक प्रभावों से स्वास्थ्य सेवाओं को बेहतर बनाया है और मानव स्वास्थ्य में गुणात्मक सुधार करते हुए जीवन प्रत्याशा (Life expectancy) में अभूतपूर्व वृद्धि की है।

ख. नकारात्मक पहलू— अब बात करते हैं उस स्याह पक्ष की जो विज्ञान के लगभग हर प्रयोग और आविष्कार का एक पहलू रहा है। डिजिटल क्रान्ति का मानव स्वास्थ्य पर जो नकारात्मक प्रभाव पड़ा है उसे मोटे तौर पर दो हिस्सों में बांटा जा सकता है। पहला—दिनचर्या और दूसरा मानसिक स्वास्थ्य। जैसा कि सब जानते हैं कि डिजिटल क्रान्ति ने जीवन को सहज बनाते हुए हमारी भाग दौड़ को लगभग समाप्त कर दिया है। बड़े-बड़े कार्य आसानी से पलक झपकते ही माउस की क्लिक पर हो रहे हैं। इससे शरीर अरामतलब हुआ है। कार्यालयों में कम्प्यूटर के सामने घण्टों बैठे रहने से मेरूदण्ड पर दुष्प्रभाव पड़ रहा है, स्क्रीन की चकाचौंध नेत्र ज्योति को प्रभावित कर रही है। बिना हिले डुले ही थकान होती है, जिससे माँसपेशियों में रक्त संचार बाधित हो रहा है। मोटापा और अपच जैसी दिनचर्या संबंधी समस्याएँ आगे चलकर मधुमेह तथा रक्तचाप एवं कब्ज और अल्सर जैसे गम्भीर तथा प्राणघातक रोगों से आमंत्रित करती है।

साथ ही दिन के अधिकांश समय डिजिटल क्रान्ति के विभिन्न संजालों में जकड़ा हुआ मानव एक आभासी (Virtual) विश्व का आदि हो रहा है। जहाँ मस्तिष्क क्लिक करते ही परिणाम पाने की आदत पाल बैठा है। ऐसे में उस आभासी विश्व से बाहर की दुनियाँ में आते ही—आलस्य, अनिद्रा, तनाव और झुंझलाहट जैसे लक्षणों से घिरना स्वाभाविक है। इस सन्दर्भ में सोशल नेटवर्किंग मंचों पर आभासी व्यक्तित्वों और चमक-दमक में उलझा इन्सान कल्पना और वास्तविकता में भेद करने का विवेक खो देता है। गहरे अवसाद और आत्मघात की बढ़ती प्रवृत्ति इसका चरम है, जो इन दिनों ब्लू-व्हेल और पबजी जैसे खेलों के साथ दिख रहा है।

उपरोक्त विवेचन के सार—रूप में यह कहा जा सकता है कि 'डिजिटल' क्रान्ति मानव स्वास्थ्य को दो तरफ से प्रभावित कर रही है—एक ओर उन्नयन के साथ जीवन की प्रत्याशा है तो दूसरी तरफ गहरे अवसाद और हताशा। ऐसे में यह हम पर ही है कि हम इस दुधारी तलवार को मानव-जाति के हितों की रक्षा करते हुए चलाएं, ताकि हम इसे बीमारियों को भगाने में उपयोग करें, बुलाने में नहीं।

नज्म



सुशील देवली
सहा० लेखाधिकारी

चाय से उड़ती भाप.....

के मानिन्द है, भरोसा

चाय जहाँ ठण्डी पड़ी.....

भरोसा रहता नहीं, फिर

उसके गर्म होने का.....

भाप, के बगैर रिश्तों में भी

गरमाहट खत्म हो ही जाती है.....



भाषा की सरलता, सहजता और
शालीनता अभिव्यक्ति को सार्थकता
प्रदान करती है। हिंदी ने इन
पहलुओं को खूबसूरती से
समाहित किया है।



नरेंद्र मोदी

खुद को सुरक्षित रखना



महावीर प्रसाद
सहा० लेखाधिकारी
(सेवानिवृत्त)

इंसान ने चाँद सितारों पर बस्ती बसाने का ख्वाब पाला
कोरना वायरस ने लगाया सारी दुनियाँ पर ताला,
यह कैसी विडम्बना है यह कैसी अनोखी बेबसी
खिलखिलाते चेहरों से कोविड ने छीनीं सारी हंसी,
पी.पी.ई. किट में आज के भगवान कैद हो गए,
मौत से बेखौफ ने मानवता की सेवा में लग गए
जगजाहिर है कोरोना वायरस चीन की है देन
अर्थव्यवस्था सारी तबाह हुई, छीना सुख चैन
भारत में भी लॉकडाउन किया, आदेश था घरों में हो बन्द,
अनुपालन कहाँ पूर्ण हुआ, बाहर निकल फैला दी मंद
कुछ शहरों में हडबड़ी मची, लगता कहीं था भारत है बंद
आंकड़ें क्यों कम हैं, कैसे लड़ेंगे भारत में बड़ी जंग
महामारी ऐसी माँ-बाप भाई बान्धव सब होते पराया
कोविड अस्पताल कैसे जाएं खुद की बचानी काया
एक आवाज पर ताली थाली बजाई जलाये दीप
आशा थी नियमों का पालन करेंगे लड़ाई जाएंगे जीत
अभी भी हाथ धोना, मास्क लगाना, रहना दो गज दूर
आवश्यक हो तभी बाहर निकलना, समझो जरूर
नित नए रिकार्ड बना रहा, आँकड़ा लाखों पार
अभी भी नियमों का पालन करें जीवन से करते प्यार
जब तक वैक्सीन नहीं आती, खुद को सुरक्षित रखना
हिमज्योति दमकती रहे, तभी अगले वर्ष होगा मिलना।

‘दूनी तुकबंदी - बारिश और चाय’



शिवम लिहौरी
लिपिक

आगाज तो कीजिए आप तंदूरी चाय से.....
और ‘हजरात..... हजरात..... हजरात.....’

कमर कस लें हमारे साथ इन गुमनाम शहरी कोनों, के एक नए सफर पे चलने को। सफर जिसमे कि नजारें वही है मगर उन्हें समझने का नजरिया नया है।

चाय की पहली चुस्की में वो ही आराम, वो ही मजा, वो ही रियायत है — जो इस वक्त दिसंबर रात में कनटोप लगा, मफलर बाँध, रजाई में घुस के ये लेख लिखने में है। जिस तरह सुबह की शुरुआत चाय की ताजा चुस्कियों से ख्यालों का ताना बाना बुनने से होती है, उसी तरह इस श्रंखला की शुरुआती सरंचना भी चाय की रूप रेखा से ही तैयार की गई है और जहां खाने का खजाना हो तो वहाँ कई किस्से अपने आप जुड़ जाते हैं। सो लीजिये जरा सा स्वाद, थोड़ी सी यादों की चटनी के साथ। गुप्तगू करते — करते पहुँचायेंगे वो जायके आपकी जुबाँ तक, जो कुछ पल तालू पे ठहर कर, कर जायेंगे मनपटल को सदा के लिए आबाद —

‘कुछ ऐसा कर कमाल के तेरी हो जाऊँ
किसी और की हूँ फिलहाल के तेरी हो जाऊँ’

जानी, फिलहाल गाना तो एफ एम् पे बज रहा था, मगर यूँ लगा की तंदूर से निकली गरमा गर्म चाय मानो कुल्हड़ से हमें कुछ यूँ ही पुकार रही हो। कानों में गाने के बोल जरूर पड़ रहे थे, मगर ‘मगज’ पर लबों से उस कुल्हड़ को चूम लेने की जदोजहद हावी थी। अजी साहब, इतना आसान कहाँ है उस गरमा गर्म चाय को अपना बना लेना। ठण्ड में एक मुश्त गाड़ी दौड़ानी पड़ती है, अपने ठिकाने से नाक की सीध में। ये दून की घाटी है साहब, यहां कुछ भी घट जाए मगर ठण्ड घटने का नाम न ले। ऐसे में निकले तो थे कुछ जरूरी काम से, मगर हाड़ माँस जमाती हवाओं ने बाइक के ब्रेक लगवा दिए, इस कुछ-दूरी चाय की दुकान पे। जी हाँ तन-दूरी। तन से जितनी दूरी इस तंदूर की थी, उतनी ही लबों को चाहत उस चाय की थी।

सुबह-सुबह हुई बारिश ने माहौल को कपकपाती ठण्ड में तब्दील कर दिया था। ऐसे में कोई भी, एक प्याली चाय हमें दे जाये और हमारी वसीयत पे अपना नाम दर्ज करवाये। खैर, मुद्दे की बात ये है कि हम ठहरे मैदानी इलाकों के बाशिंदे। जिन्दगी के पिठ्तू पर सवार जब इस दून घाटी पहुँचे, तो बस ठहर से गए। भागती दौड़ती जिंदगानी पे मानो ब्रेक सा लग गया.....

देखिये हुजूर ये चाय की मस्ती, है ही ऐसी। हाथ में आई नहीं, के किस्से कहानी शुरू।

खालिस दूध में चाय पत्ती के साथ कूट-कूट के डाले गए इलाइची, अदरक और चुनिंदा मसाले। खूब खौलाई गई चाय, जिसमें तड़का है तंदूर का। एक-एक मिटटी का कुल्हड़ तंदूर में सुलगता सा पड़ा है, अपनी बारी के इंतजार में और जब बारी आई तो अपने जिस्म की गर्मी को चाय पे न्यौछावर कर दिया, जिससे चाय भी सुलग उठी और बह चली। पियो तो लागे यूँ कि हर चुस्की में जुबां पे चढ़के स्वाद का पैर जो फिसला, तो सीधे हलक से उमड़ते हुए तन बदन में समा गया। चाय प्रेमियों के लिए किसी अमृत से कम नहीं और हम जैसे ठण्ड के मारे लोगो के लिए किसी जड़ी बूटी से। तासीर में जिसके हो सुकून पहुँचाना, उसको फिर क्यों नहीं होठों से लगाना।

और गर साथ हो बन मस्का, तो बात ही क्या है, चाय का पुराना प्रेमी, जिसकी किस्मत में लिखा है चाय में घुलना। हलकी आंच पे सिके हुए करारे बन, जिनके बीच में है मक्खन। बन कि किस्मत से जलता हुआ, दो प्रेमियों के मिलन को देख जलन में पिघलता हुआ। मानो बन से लिपट के मिन्नतें करता हुआ की रुक जाओ। थाम लो अपने कदम, मत जाओ उसके इतने करीब। वो चाय, वो चाय तुम्हे बर्बाद कर देगी। मगर कभी परवाने ने सुनी है किसी की। उसे तो बस शमा से मोहब्बत है। जूनून है उस मोहब्बत को मुक्कम्मल करने का। फिर चाहे इन कोशिशों में वो फना क्यों न हो जाये। सो ये हाल उस बन का भी हुआ। और रही सही कसर पूरी कर दी हमने, उस 'दास्ताँ-ए-बन' को अपने बदन में समा कर के।

डेरा-ए-दून है, तो माहौल अच्छा ही होगा और वैसे भी जहाँ चार यार मिल जाए वहाँ शाम हो गुलजार। बस किसी का साथ हो, और तंदूरी चाय हाथ हो तो और क्या चाहिये। वैसे अकेले भी मजा कम न होगा, चाय की चुस्कियों में और तंदूर की आंच में कोई न कोई ख्याल जरूर जेहन पर दस्तक देगा।

आखिर, हो बनारस की गलियां, लखनऊ का चौक या दून की घाटी। चाय का शौक रखने वालों के लिए कोई न कोई ठिकाना हमेशा ही मौजूद रहता है। आप जब भी देहरादून पधारे, तो मसूरी कूच करने और पहाड़ों में खो जाने से पहले जरूर लुत्फ उठाइयेगा इस तंदूरी चाय का, बन मस्के का, ठण्ड का, और दूनाइट्स की गर्मजोशी का। अगर जगह ना मिले तो बाइक किनारे लगा, चाय पीने में मजा दुगना हो जाता है। और किसी मशहूर ब्लॉगर ने कहा है की जगह तो दिल में होनी चाहिए – अगल बगल अपने आप बन जाएगी।

चलिए हुजूर कारवाँ आगे बढ़ाते हैं, कोई और जगह की तलाश में। जहाँ से सुकून भरे कुछ पल और जुबाँ तले कुछ स्वाद नसीब हो सके। तो अपना बेहद खयाल रखियेगा अगली मुलाकात तक।

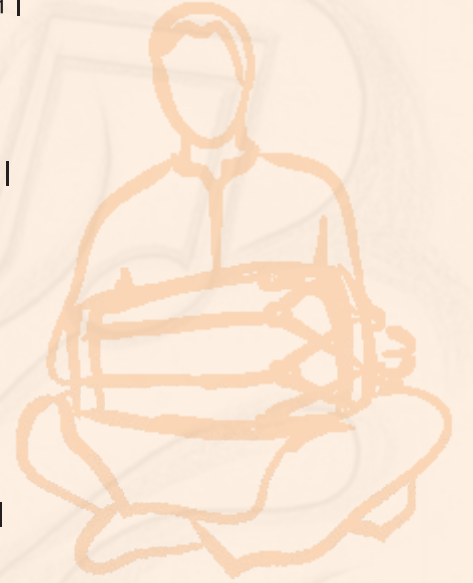
जरा सी सौँफ और मिश्री के साथ – नमस्ते सलाम..... गुड बाय।

भजन



महावीर प्रसाद
सहा० लेखाधिकारी
(सेवानिवृत्त)

सदियों की वेदना, तड़प का आज हुआ निदान,
आत्मा चित्कारती थी बादलों के भंवर में थे श्री राम, सियाराम।
लक्ष्मण त्याग, तप, तपस्या, संघर्ष बलिदान का परिणाम,
हर बाधा से मुक्त हुए, भव्य मन्दिर पहुँचें श्री राम, सियाराम।
भूमि पूजन मन्दिर शुभारम्भ अयोध्या पहुँचे विद्वान
बालरूप श्री राम का ध्यान करें, करें सांष्टांग प्रणाम, सियाराम।
तन अर्पित, मन अर्पित, जीवन समर्पित प्रभु नाम
कौशल्या नंदन अभिनन्दन अभिराम श्री राम, सियाराम।
दिव्य दृश्य देख भावुक हुआ मन साक्षात् परब्रह्म श्रीराम
प्रभु प्रेम में अश्रुधारा बही कैसे कष्ट में रहे श्री राम, सियाराम।



हिंदी हमारे राष्ट्र की
अभिव्यक्ति का
सरलतम स्रोत है।



सुमित्रानन्दन पंत

मेघ निर्घोष बनकर आया



पूजा त्रिपाठी
पत्नी श्री नवीन त्रिपाठी,
सहायक लेखाधिकारी

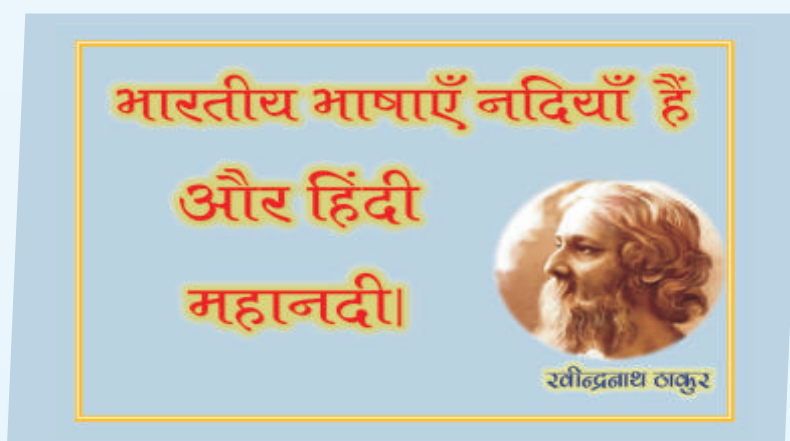
कोरोना सबको सिखाने आया
हम सबको समझाने आया।

प्रकृति को शुद्ध बनाने आया
प्राचीन संस्कृति की याद दिलाने आया।

खुद को खुदा न समझो बताने आया
अति को अतर्कित को समझाने आया।

समय की विपुलता को बताने आया
मोह-माया का प्रतिबिम्ब दर्शाने आया।

सच का दर्पण दिखाने आया
मेघ निर्घोष बनकर जीना सिखाने आया।



“बेजुबान आँसू”



शिवम लिहौरी
लिपिक

कभी खुशी में
कभी गम में
कभी खास पलों में
तो कभी बस यूँ ही
इन्हें आँसू नहीं
मोती कहिये जनाब
पलकों की सीपियों से
रुखसारों पर लुढ़क आते हैं।

कभी लबों को छू
कर लाली बहाते हैं
कभी-कभी कंधे
गीले कर जाते हैं
प्यार भरी थपकी मिले
तो टूट कर बिखर जाते हैं
ये बेजुबान आँसू भी ना
उनकी दिल की सारी बातें
बिन कहे ही हमें समझा जाते हैं।



चाँद

चाँद !

तुम इतने सुन्दर—सजीले तो नहीं हो,
कि रूप—सौन्दर्य—लावण्य की उपमाएँ —
गढ़ी जाएँ तुम पर
तुम इतने सुन्दर तो नहीं हो।

चाँद—सा मुखड़ा से लेकर,
चाँद का टुकड़ा तक,
हर जगह तुम ही दिखते हो।
शशिमुखी और शशिप्रभा में —
श्रृंगार का मूर्त स्वरूप बन विचरते हो।।
चंदा—चाँदनी—पूनम,
किरण—रश्मि रोशनी,
न जाने कितनी रूपसियों के नामों को
खुद से उद्भासित करते हो।
अद्भुत चमक से प्रकाशित करते हो।।
तुम इतने सुन्दर—सजीले तो नहीं हो,
कि रूप—सौन्दर्य—लावण्य की उपमाएँ —
गढ़ी जाएँ तुम पर।

फिर भी कवि की कविता में,
नायक की सौम्य कल्पना में,
अस्त्र सज्जित वीर में,
शरद पूर्णिमा की खीर में,
सब जन तुम्हारी कान्ति
देखते हैं, थकान से हारे,
तुम में विश्रान्ति देखते हैं।



डॉ० दिनेश शर्मा
वरि० लेखाकार

इसके कारण को,
आज मैंने पहचाना है।
तुम्हारी लोकप्रियता के
रहस्य को निकट से जाना है।
ये जो सूर्य का प्रकाश
स्वयं पर लेकर,
निरन्तर उसे प्रत्यावर्तित करते हो।
ऊष्मा को स्वयं सहकर
पृथ्वी को शीतल करते हो।

सूर्य की सत्ता के सान्निध्य में भी,
रक्त ताप से विलग रहते हो,
ऊष्मा को अवशोषित कर,
केवल प्रकाश धरणी को देते हो।
रात के एकान्त में विरही हृदयों
की व्यथा समझकर आश्वस्ति
प्राणी को देते हो।

सौम्य प्रकाश और शीतल प्रवृत्ति ही,
अनुपम सौन्दर्य का आधार असल है।
इसीलिए तमाम कुरूपता के बाद भी,
तुम्हारा मुखड़ा सुन्दरता के प्रतिमानों की,
सस्य स्यामला हरित फसल है।।

यादों के फेर..



शिवम लिहौरी
लिपिक

यादों के फेर में जब से उलझना सीखा
नादाँ दिल खुद-बा-खुद समझना सीखा

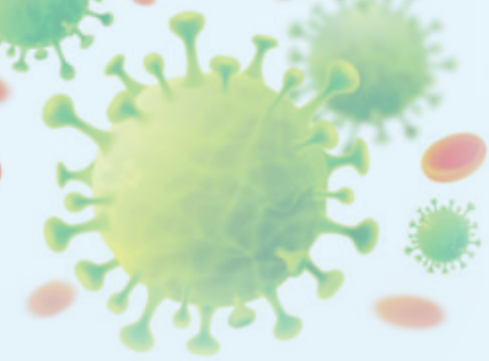
मन के दुप्पट्टे में बाँधी गांठें ऐसी-ऐसी कि,
गिरह-दर-गिरह आँख मूँद के खोलना सीखा

झींगुरो का शोर इतना था गुजरी रात कि,
खामोशी की हथेलियों से कान ढकना सीखा

तन्हाई में गहराता गया मौन इतना की
तंग आकर एक गूंगा बोलना सीखा

हर सू चेहरे पे नजरे गड़ाए दुनिया तो,
मुस्कान तले मासूम गम दुबकना सीखा

पलकों के फलक पर नूरानी सूरत सजाये,
हर मंजर की 'बानगी' में उसे तलाशना सीखा



कोरोना वायरस



एस.एस. तोमर
वरिष्ठ लेखाकार

कोरोना वायरस इन दिनों हर मनुष्य की जुबान पर चर्चा का विषय बना हुआ है जहाँ भी देखो इधर-उधर चारों ओर यही बातें हो रही हैं। यह वायरस बहुत ही खतरनाक वायरस है और ये वायरस पूरे दुनियाँ में बहुत ही तेजी से फैल रहा है लेकिन अभी भी लोग इस कोरोना वायरस के बारे में बहुत से लोग नहीं जानते हैं और कुछ लोग मानने को तैयार नहीं हैं कि हमको भी कोरोना हो सकता है, जबकि ये एक वायरस है। इसका किसी भी व्यक्ति से कोई सम्बन्ध नहीं हो सकता, न ही इसका सम्बन्ध किसी जाति या धर्म, व्यक्ति विशेष से है।

कुछ लोगों के मन में यह भी प्रश्न उठता है कि यह कोरोना वायरस क्या है और कहाँ से आया है—यह वायरस बिल्कुल नया है इससे पहले इसको कहीं नहीं देखा गया था न ही इसके बारे में पहले कभी सुना था। ये वायरस या संक्रमण माह दिसम्बर 2019 में चीन के वुहान शहर से फैलना शुरू हुआ था। इसके नये होने के कारण ही इसका नाम 'नावेल कोरोना' वायरस रखा गया है और इस वायरस के संक्रमण से जो बीमारियाँ होती हैं उसका नाम कोविड-19 रखा गया है।

डब्ल्यू0 एच0 ओ0 के मुताबिक इस वायरस के लक्षण व संक्रमण होने पर जो सामने दिखाई देते हैं जैसे—बुखार, जुखाम, साँस लेने में तकलीफ, नाक बहना और गले में खरांश जैसी समस्याएँ उत्पन्न होती हैं।

यह वायरस खाँसी और छींक के गिरने वाली बून्दों के जरिये भी फैलता है और इस बीमारी के गम्भीर होने पर संक्रमण से निमोनिया, तेज साँस लेना, गुर्दे की विफलता के साथ मृत्यु के मामले भी सामने आये हैं। साथ ही साथ यह वायरस एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में आसानी से फैलता है जिसका पता भी नहीं चलता है कि दूसरा व्यक्ति भी संक्रमित हो गया है इसलिए इसे लेकर बहुत सावधानियाँ बरती जा रही हैं। तभी से इसकी ये भी आशंका जताई जा रही थी कि ये वायरस दूसरे देशों पहुँचने (फैलने) में देरी नहीं करेगा।

जैसा हम सबको मालूम है कि कोरोना वायरस चीन के वुहान शहर से शुरू हुआ था और एक महीने के अन्दर ही दुनिया के 18 से भी ज्यादा देशों में फैल चुका है। जिसके दुष्परिणाम के कारण सभी देशों के राष्ट्राध्यक्षों (राष्ट्रपति/प्रधानमंत्री) द्वारा अपने-अपने देशवासियों को सम्बोधित करके इस वायरस के बारे में बहुत सी जानकारियाँ दी गयी हैं। विशेषज्ञों की माने तो आगे भी यह वायरस बहुत तेजी से फैल सकता है ऐसा मानना है कि इस वायरस से फैलने के कारण दुनिया के कई लाखों की जनसंख्या को अपनी चपेट में ले लिया है, इस वायरस ने पूर्व में राजधानियों में प्रवेश किया फिर उसके पश्चात राज्यों/जिलों/ग्राम पंचायतों/कस्बों मोहल्लों में फैलना शुरू किया। जिसको पूर्व में राज्य स्तर पर फैलने से रोकने के लिए कई राज्यों में पूरी तरह कर्फ्यू जैसे कदम उठाने पड़े। हमें ऐसे आपात काल में अपने सरकार द्वारा दिये गये दिशा-निर्देशों का पालन करना चाहिए।



इस सम्बन्ध में स्वास्थ्य मंत्रालय ने कोरोना वायरस से बचने के लिए दिशा-निर्देश जारी किये हैं जिसके अनुसार इस संक्रमण से बचा जा सकता है।

- 1—अपने हाथों को साबुन या हैंडवाश से अच्छी तरह से धोना चाहिए।
- 2—अपने हाथों को साफ करने के लिए आप अल्कोहल बेस्ड हैंड रव या सेनिटाइजर का उपयोग कर सकते हैं।
- 3—खाँसते या छींकते समय अपने नाक और मुँह को ढकने के लिए रुमाल का इस्तेमाल करें।
- 4—जिन भी व्यक्तियों में सर्दी या बुखार के लक्षण पाये जाते हैं उनसे स्वयं को बचाना चाहिए।
- 5—यदि आप अंडे या मांस का सेवन करते हैं तो उसे अच्छी तरह से पका के खाएँ।
- 6—सॉप एवं पक्षियों का सेवन भी बिल्कुल न करें।
- 7—किसी भी जंगली जानवर के सम्पर्क में आने से स्वयं का बचाव करें।
- 8—यात्रा करते समय मास्क जरूर पहनें।
- 9—किसी भी व्यक्ति के साथ हाथ मिलाने के बाद बिना धोये अपने आँखों को न छुएं।
- 10—आपस में कम से कम 2 मीटर की दूरी बनाकर रहें।
- 11—इस संदेश को अपने प्रियजनों को भी अवश्य दें।
- 12—क्योंकि इसका उपचार अभी उपलब्ध नहीं है।

इसलिए कोरोना वायरस के लक्षण को देखते हुए जैसे—हल्की खाँसी, बुखार, जुखाम, सर दर्द, साँस लेने में तकलीफ, सर्दी से पीड़ित व्यक्ति की तुरन्त इलाज करवाएँ।

लेकिन प्रश्न उठता है कि इससे डर कैसा यह सब तो हम पहले से करते ही थे। यही हमारी संस्कृति थी, चूमते व गले लगाते, दोनों हाथ जोड़कर स्वागत करते, मुस्कराकर बोलना आदि सब चाल-चलन हमारे स्वभाव में था। जिसे हम प्रतिदिन छोड़ते हुए अपने संस्कारों को भूल गए और पाश्चात्य को अपना लिया और इस चकाचौंध व परिवर्तन की दुनिया में आगे निकल गये, जो काम कभी करते थे हम उनको हमने बिसरा दिया जैसे—कन्द, मूल, फल भूल गए। मानो ऐसा लगता है कि कोरोना वायरस हमें कह रहा है कि मुझसे डरो ना, वापस अपनी संस्कृति व स्वभाव में रहो।

संस्कृति के अनुसार हमारे आचरण व स्वभाव कैसे थे क्या थे —

- 1— हर कार्य को करने पर अपने हाथ पैरों को धोना।
- 2—भोजन करने से पूर्व भी हाथ पैर को धोना।
- 3—सोने से पूर्व भी इधर—उधर आना—जाना हुआ तो लौटने पर हाथ पैर को धोना।
- 4—प्रातः उठने पर भी मुँह हाथ धोना और किसी को मिलने पर राम—राम कहना।
- 5—दीप कपूर अगरवती लोबान जलाने से पूर्व भी हाथ पैर धोना।

हमें अपनी संस्कृति के अनुसार पुरानी व्यवस्थाओं के अनुरूप शुद्ध आचरण व खान—पान पर पुनः ध्यान देने की जरूरत है।

शब्द



यशपाल सिंह
वरि० लेखाकार

जो कहा था वह शब्द था,
जो कह रहा हूँ वो भी शब्द है।
अब जो कहूँगा वो भी शब्द होगा,
जो न कह सकूँगा किसी से,
लेकिन मन को सदैव कुरेदता है,
शायद वो ही तो अनुभूति है।

जो कहना चाह रहा हूँ,
मगर कह नहीं पा रहा हूँ,
कह नहीं सकता उसे किस,
शब्दों में बयाँ करूँ,
शायद वो ही मर्यादा है।

मन है कि मजबूर है,
कहने को तत्पर, लेकिन,
मन को रोकती मर्यादा है।
जीवन है ही क्या,
आये हँसे, रोये, जिये,
फिर जिन्दगी के भवसागर में,
नहाया, और नहा कर चल दिये।

प्रदूषण की समस्या एवं समाधान



विनोद कुमार शर्मा
वरिष्ठ लेखाधिकारी

हमारे देश में प्रदूषण एक गंभीर समस्या है। विज्ञान एवं तकनीकी के क्षेत्र में देश के प्रगति की ओर अग्रसर होने के साथ ही साथ यह समस्या भी गंभीर होती जा रही है। यदि हम ऐसा कहें कि विज्ञान एवं तकनीकी ने तरक्की करने के साथ ही प्रदूषण की समस्या को भी बढ़ाया है, तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। क्योंकि विज्ञान की तरक्की के साथ ही हम प्रकृति से भी उतना ही दूर हुए हैं। प्रकृति से दूरी होना प्रदूषण की समस्या बढ़ने का एक प्रमुख कारण है।

प्रदूषण का अर्थ है प्राकृतिक संतुलन में दोष उत्पन्न होना। देखा जाए तो प्रदूषण कई प्रकार का होता है लेकिन उसमें प्रमुख हैं वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण और ध्वनि प्रदूषण। वायु प्रदूषण के कारण हमारे देश में सांस के रोगियों की संख्या दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है, जो इसके साथ ही कई अन्य गंभीर बीमारियों को भी जन्म देता है। जल प्रदूषण पेट के रोगों का मुख्य कारण है जिसका दुष्प्रभाव किसी भी व्यक्ति के पूरे स्वास्थ्य पर पड़ता है। इसी प्रकार ध्वनि प्रदूषण से हमारे देश में मानसिक रोगियों की संख्या में लगातार इजाफा हो रहा है। ध्वनि प्रदूषण ने समाज के प्रत्येक वर्ग को प्रतिकूल रूप से प्रभावित किया है। यदि हम अपने पर्यावरण की बात करते हैं तो यह निर्विवाद रूप से सत्य है कि हमारा पर्यावरण, प्रदूषण से लगातार प्रभावित हो रहा है तथा ही वह मौसम के चक्र को भी प्रभावित कर रहा है। वृक्षों का अंधा-धुंध कटान होने के कारण भी मौसम का चक्र बिगड़ रहा है।

देश में औद्योगिक विकास, यातायात के साधनों की दिनों-दिन बढ़ती संख्या तथा शहरों के अन्दर जनसंख्या विस्फोट आदि ने प्रदूषण की समस्या को जन्म दिया है। शहरों के अन्दर बिना किसी योजना के बस्तियों एवं कालोनियों का फैलता जाल इस समस्या को दिन-प्रतिदिन और भी बढ़ा रहा है। इन बस्तियों एवं कालोनियों के लिए न तो सीवर व पानी की निकासी की कोई बेहतर व्यवस्था है तथा न ही स्वस्थ जीवन के लिए आवश्यक शुद्ध पेयजल की। अविकसित एवं बिना किसी योजना के बसायी गई इन बस्तियों एवं कोलोनियों ने शहरों के अन्दर पर्यावरण को बहुत हद तक प्रभावित किया है।

अतः आवश्यकता इस बात की है कि प्राकृतिक संतुलन बनाये रखा जाए। जनसंख्या विस्फोट पर नियंत्रण करने के उपायों पर विचार किया जाए तथा पेड़ों के कटान को पूर्ण रूप से प्रतिबन्धित किया जाए। औद्योगिक क्षेत्र का विकास शहर से बाहर के क्षेत्रों में किया जाए तथा वाहनों में डीजल के स्थान पर सी0एन0जी0 को प्रमुखता दी जाए। इस सब के लिए यह आवश्यक है कि आम जनता के बीच जागरूकता का प्रचार-प्रसार किया जाए जिससे कि वे इस सम्बन्ध में ज्यादा से ज्यादा संवेदनशील बनें एवं ऐसे सभी कारणों, जो मानवजनित प्रदूषण का कारण बनते हैं, को दूर करने में अपना सहयोग प्रदान कर सकें।

स्कूली शिक्षा के स्तर पर भी स्वच्छता बनाये रखने, प्रदूषण को दूर करने एवं हमारे पर्यावरण की रक्षा करने से सम्बन्धित विषयों को पाठ्यक्रम में सम्मिलित किया जाए जिससे हमारी आने वाली पीढ़ी को भी इस सम्बन्ध में अधिक से अधिक जागरूक किया जा सके।

प्रभु लीला...



शिवम लिहौरी
लिपिक

मामा नहीं, कंस कान्हा ही होता,
मगज में गर उसके गुरुर ना होता।

‘हे पार्थ, मुझमे सब, सबमें मैं’
गूढ़ रहस्य यदि उसने ये जाना होता।

जपता तो वो भी था कान्हा-कान्हा,
अन्जानी भक्ति को काश माना होता।

जिसपे चढ़ के पार हो जाए भवसागर
हरि नाम है कश्ती वो, ये जाना होता।

कैसे बनती प्रभु लीला की अष्टमी,
यदि श्याम ने उसे तारा ना होता।

राम नाम रटो या जपो श्याम नाम,
मोह त्याग बस ध्यान है लगाना होता।



छायाकार:— श्री आशीष मलिक,
सहायक लेखाधिकारी

हिंदी पखवाड़ा वर्ष 2019



हिंदी पखवाड़ा वर्ष 2019 के उद्घाटन समारोह में पुष्प माला अर्पण करते श्री रवि कुमार वर्मा, उपमहालेखाकार



हिंदी पखवाड़ा वर्ष 2019 में आयोजित कविता लेखन प्रतियोगिता में भाग लेते अधिकारीगण/कर्मचारी



हिंदी पखवाड़ा वर्ष 2019 के दौरान कार्यालयकर्मियों द्वारा सुमधुर सरस्वती वंदना प्रस्तुत की गई।

मनोरंजन क्लब द्वारा आयोजित खेल प्रतियोगिताएँ



ऑल इण्डिया सिविल सर्विसेज टेबल टेनिस टूर्नामेन्ट में उत्कृष्ट प्रदर्शन हेतु सुश्री प्रियंका साहा, लिपिक को प्रशस्ति पत्र प्रदान किया गया



उच्चाधिकारियों के साथ बैठक में क्लब के सदस्य एवं पदाधिकारी



शतरंज के मुकाबले में प्रतिभागी



AICS TTT-2020 में महिला एकल मुकाबले की उपविजेता— सुश्री प्रियंका साहा, लिपिक



गणतंत्र दिवस-2020 के उपलक्ष्य पर आयोजित सांस्कृतिक संध्या



बच्चों की मनोहारी प्रस्तुति : देश-वन्दना



हम नौनिहाल भारत के



संगीतमय मैलोडी



प्रतिभागी बच्चों के साथ अधिकारीगण



HAPPY INDEPENDENCE DAY

स्वतंत्रता दिवस-2020



ध्वजारोहण करते
महालेखाकार (लेखा एवं हक0)



समारोह में उपस्थित अधिकारी एवं कर्मचारीगण



महात्मा गाँधी के चित्र पर
पुष्पांजली अर्पित करते
उपमहालेखाकार (निधि)



उत्साह उमंग में
सराबोर बच्चे

सेवानिवृत्ति विदाई समारोह



श्री जे०के० जोशी, सचिव महालेखाकार (लेखा एवं हक०) को सेवानिवृत्ति के अवसर पर स्मृति-चिह्न भेंट करते उपमहालेखाकार (प्रशासन) एवं उपमहालेखाकार (निधि)



श्री जे०के० जोशी, सचिव महालेखाकार (लेखा एवं हक०) को सेवानिवृत्ति के अवसर पर परिवार का चित्र भेंट करते ब्रदर्सहुड कैटीगरी-III के पदाधिकारीगण



सेवानिवृत्ति के अवसर पर विदाई समारोह में उपस्थित अधिकारी एवं कर्मचारीगण



श्री एम०एम० जोशी, व० लेखाधिकारी को सेवानिवृत्ति के अवसर पर स्मृति-चिह्न भेंट करते महालेखाकार श्री संदीप सिंह

सेवानिवृत्ति विदाई समारोह



श्री ओमप्रकाश, वरिष्ठ लेखाधिकारी को सेवानिवृत्ति के अवसर पर स्मृति-चिह्न भेंट करते महालेखाकार श्री संदीप सिंह



श्री रामबीर सिंह, वरिष्ठ लेखाधिकारी को सेवानिवृत्ति के अवसर पर स्मृति-चिह्न भेंट करते महालेखाकार श्री संदीप सिंह



श्री एच०पी० सिंह, वरिष्ठ लेखाधिकारी को सेवानिवृत्ति के अवसर पर स्मृति-चिह्न भेंट करते महालेखाकार श्री संदीप सिंह



श्री भास्करानन्द त्रिपाठी, वरिष्ठ लेखाधिकारी को सेवानिवृत्ति के अवसर पर स्मृति-चिह्न भेंट करते महालेखाकार श्री संदीप सिंह



लोकहितार्थं सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
उत्तराखण्ड, देहरादून