



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

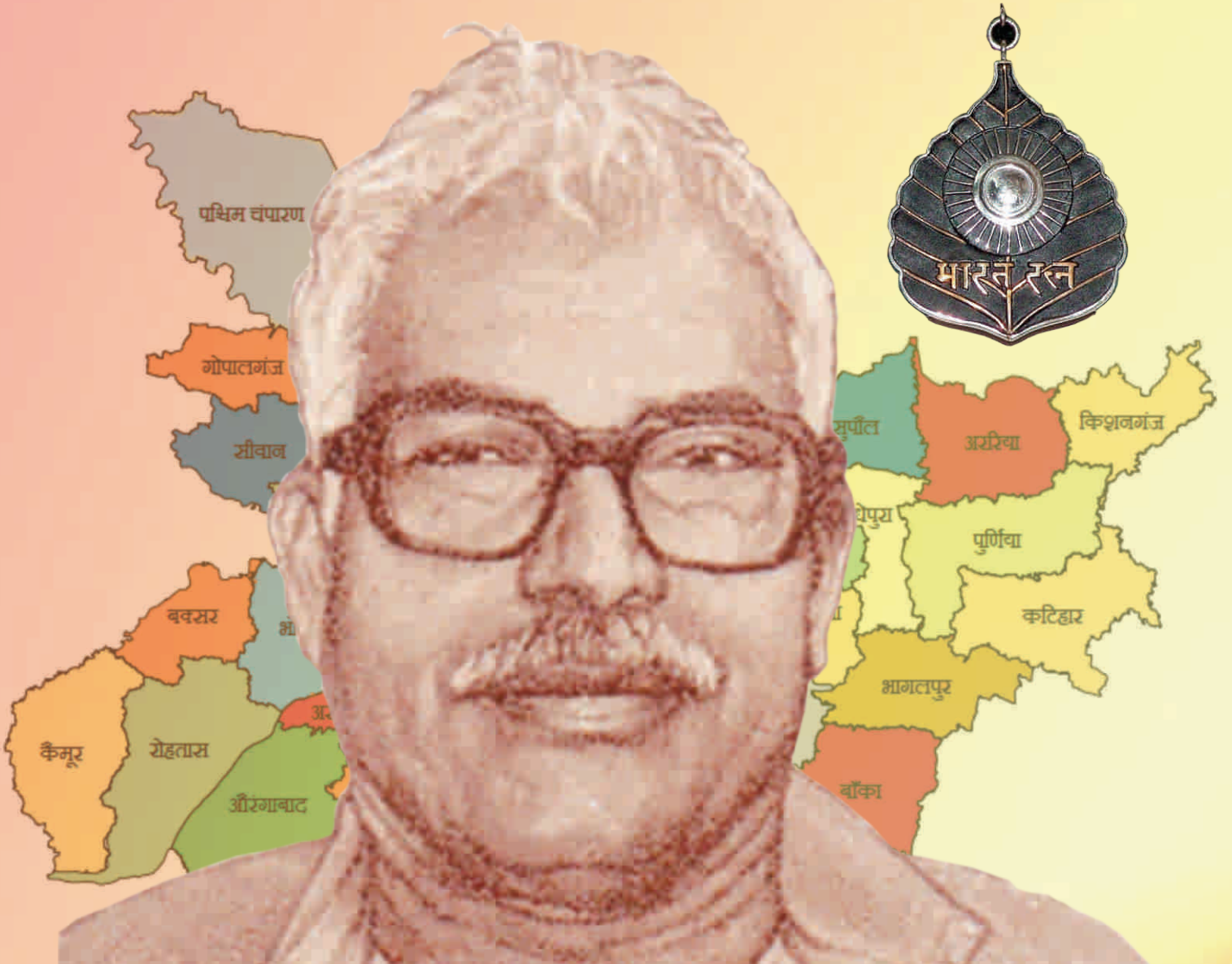
ग्रहरी

त्रैमासिक हिन्दी पत्रिका

वर्ष : 35

अंक : 70 वाँ

संयुक्तांक (अक्टूबर, 2023-मार्च, 2024)



भारत रत्न जननायक कर्पूरी ठाकुर

कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार, पटना

प्रहरी परिवार



श्री राज कुमार
प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)



सुश्री पुष्पलता
वरिष्ठ उपमहालेखाकार



श्री शिव शंकर
वरिष्ठ उपमहालेखाकार



श्री ओंकार
उपमहालेखाकार



श्री के.एस.एम. रफी
उपमहालेखाकार



श्री सुजय कुमार सिन्हा
उपमहालेखाकार



श्री राकेश रोशन
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



श्री दिवाकर राय
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



श्री विनय कुमार
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



श्री मनोज कुमार वं.1
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



श्री राजू कुमार सिंह
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



श्री शंकरा नन्द झा
हिन्दी अधिकारी



श्री दिलीप कुमार
कनिष्ठ अनुवादक



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

प्रहरी

कार्यालयीन त्रैमासिक हिन्दी पत्रिका

70वाँ अंक

कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार, पटना
महालेखाकार भवन,
बीरचन्द पटेल मार्ग, पटना-800 001

70वाँ

प्रहरी

03



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

प्रहरी

त्रैमासिक हिन्दी पत्रिका

वर्ष : 35 अंक : 70 वाँ संयुक्तांक (अक्टूबर, 2023-मार्च, 2024)

स्वत्वाधिकार : प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा), बिहार, पटना

प्रकाशन

प्रहरी

इस पत्रिका में संकलित सभी रचनाओं में रचनाकारों के विचार अपने हैं। उनसे प्रहरी परिवार का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

✍ संपादक मंडल

प्रकाशक : राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार, पटना

आवरण पृष्ठ : भारत रत्न जननायक कर्पूरी ठाकुर

साज-सज्जा : निशा ग्राफिक्स, नाला रोड, पटना-800 004
मो०- 9708124620

मूल्य : राजभाषा हिंदी की निरंतर सेवा

साभार: पत्रिका में प्रकाशित कुछ चित्र गूगल साइट से लिया गया है। इसका उपयोग गैर व्यवसायिक है।



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

प्रहरी

त्रैमासिक हिन्दी पत्रिका

वर्ष : 35

अंक : 70 वाँ

संयुक्तांक (अक्टूबर, 2023-मार्च, 2024)

प्रहरी परिवार

संरक्षक

श्री राज कुमार

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा), बिहार, पटना

परामर्शी

सुश्री पुष्पलता

श्री शिव शंकर

श्री ओंकार

श्री के.एस.एम. रफी

श्री सुजय कुमार सिन्हा

श्री राकेश रौशन

श्री दिवाकर राय

श्री विनय कुमार

वरिष्ठ उपमहालेखाकार

वरिष्ठ उपमहालेखाकार

उपमहालेखाकार

उपमहालेखाकार

उपमहालेखाकार

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

संपादक मंडल

श्री मनोज कुमार नं.1

श्री राजू कुमार सिंह

श्री शंकरा नन्द झा

श्री दिलीप कुमार

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (संपादक)

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

हिन्दी अधिकारी

कनिष्ठ अनुवादक

70वाँ

प्रहरी

05

इस अंक में

क्रम0 सं0	रचना	विधा	रचनाकार	पृष्ठ संख्या
1.	प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार (संदेश)			7
2.	वरिष्ठ उपमहालेखाकार (प्रशासन) (संदेश)			9
3.	आपका पत्र मिला			10-11
4.	सम्पादक की कलम से...			12
5.	कृत्रिम बुद्धिमत्ता और लेखापरीक्षा	लेख	राजू कुमार सिंह	13
6.	जननायक कर्पूरी ठाकुर	लेख	मनोज कुमार नं.-1	16-17
7.	शिखर	कविता	विकास कुमार	18
8.	मेघालय यात्रा	यात्रा संस्मरण	पंकज कुमार सिंह	19-21
9.	सामाजिक जीवन में लेखापरीक्षा की भूमिका	लेख	गौरव कुमार महतो	22
10.	शहरी परिवहन : समस्याएँ एवं निदान	लेख	शंकरा नंद झा	23-24
11.	एक कप चाय : शांति और स्फूर्ति का अमृत	लेख	सतीश चन्द्रा	25
12.	ग़ज़ल	ग़ज़ल	रूपेश कुमार सिंह	26
13.	दो अनचाहे मेहमान	लेख	मनोज कुमार नं.-6	27-30
14.	सोशल मीडिया का सही उपयोग	लेख	सुबोध कुमार	31
15.	खामोशी	कविता	राजू कुमार सिंह	32
16.	रिटायर्ड	कविता	श्याम दत्त मिश्रा	33
17.	कहाँ से और कैसे?	लेख	रंजन कुमार	34-35
18.	ये जिन्दगी	कविता	गोपाल कुमार	36
19.	जल	कविता	रौशन कुमार सिंह	36
20.	मैं एक प्रहरी	कविता	आशीष कुमार श्रीवास्तव	37
21.	आधुनिक दुनिया में कम होता धैर्य	लेख	दिलीप कुमार	38-39
22.	गीत प्रीति के कैसे गाऊँ	कविता	जयप्रकाश मल्ल	40
23.	ग़ज़ल	ग़ज़ल	अताउल्ला हुसैन	40
24.	श्रम का नहीं कोई जोड़	कविता	श्रीमती दिव्या नाथ	41
25.	यात्रा देवभूमि की : अलकनंदा	यात्रा संस्मरण	के. एम. जयपुरियार	42-44
26.	सेवानिवृत्ति			45
27.	कार्यालयीन गतिविधियों की तस्वीरें			46-52

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार



संदेश

मुझे यह जानकर खुशी हुई कि कार्यालय की हिन्दी पत्रिका "प्रहरी" के 70 वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। कार्यालय में राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार में इस पत्रिका का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। कार्यालयीन हिन्दी पत्रिकाएँ राजभाषा हिन्दी का प्रचार-प्रसार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं साथ ही कार्यालय के कार्मिकों के रचनात्मक भावों की अभिव्यक्ति के साथ-साथ उनके सृजनात्मक प्रतिभा को भी मुखरित होने के लिए एक अवसर प्रदान करती हैं। इससे कार्मिकों में हिन्दी के प्रति स्नेह, लगाव व रुचि पैदा होती है तथा राजभाषा हिन्दी को बढ़ावा मिलता है। हिन्दी को बढ़ावा देने के लिए हमें सरल शब्दों का प्रयोग करना चाहिए। हिन्दी सहज और सुबोध भाषा है। कार्यालय के कार्यों में इसका अधिक से अधिक प्रयोग करना चाहिए।

प्रहरी के लगातार प्रकाशन के लिए संपादक मण्डल के सदस्यों, रचनाकारों तथा पाठकों को मैं बधाई देता हूँ तथा पत्रिका हमेशा उन्नति की ओर अग्रसर रहे इसकी शुभकामना देता हूँ।

जय हिन्द !

(राज कुमार)

70वाँ

प्रहरी

07

वरिष्ठ उपमहालेखाकार (प्रशासन)



संदेश

मुझे प्रसन्नता है कि कार्यालय की गौरवशाली हिन्दी पत्रिका "प्रहरी" के 70वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। कार्यालय में राजभाषा हिन्दी के प्रसार में इस पत्रिका ने राजभाषा विभाग के लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु महत्वपूर्ण सहयोग दिया है। इस कार्यालय में अधिकांश कार्य यथा पत्राचार, टिप्पण लेखन आदि राजभाषा हिन्दी में संपादित हो रहे हैं जो कि हर्ष की बात है। मैं आशा करती हूँ कि पत्रिका के इस अंक में प्रकाशित रचनाएँ पाठकों का ज्ञानवर्धन करेंगी। पत्रिका के मुख्य पृष्ठ पर भारत रत्न से सुशोभित बिहार के पूर्व मुख्यमंत्री जननायक कर्पूरी ठाकुर जी का चित्र प्रेरणादायक है तथा उनके जीवन पर आधारित लेख ज्ञानवर्धक भी है।

मैं उन सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को धन्यवाद देना चाहती हूँ जिन्होंने अपनी सृजनात्मक प्रतिभा से इस अंक को सफल बनाया है। मेरी शुभकामनाएँ उनके साथ हैं। मैं पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य की कामना करती हूँ और संपादक मण्डल को बधाई देती हूँ।

जय हिन्द !

पुष्पलता
(पुष्पलता)

आपका पत्र मिला

कार्यालय महालेखाकार (लेखापरीक्षा-II) म.प्र.
53, अरेरा हिल्स, होशंगाबाद रोड, भोपाल- 462011
क्र.हि.क./पत्र-7/ जायक - 37 दिनांक 24.10.2023

प्रति,

हिंदी अधिकारी/हिंदी कक्ष
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार
वीरचंद्र पटेल मार्ग, पटना- 800001

विषय :- हिन्दी ई-पत्रिका "प्रहरी" के 69वें अंक की पावती बाबत।
संदर्भ :- आप के पत्र संख्या हि.अ./ले.प./पत्र/34/2022-23/71 दिनांक 05.10.2023।

महोदय/महोदया,

उपर्युक्त संदर्भित पत्र के साथ आपके कार्यालय द्वारा "प्रहरी" के 69वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका में सभी रचनाएँ प्रशंसनीय हैं विशेष तौर पर ई-ऑफिस, जंगल में जीवन, स्वास्थ्य सागरतः वर्तमान समय की जटिलताओं की बाधा और मन की अभिव्यक्ति, अधातु शहरीकरण तथा अतिशय महत्वाकांक्षा, 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 उच्चस्तरीय भविष्य हेतु शुभकामनाएँ।

हिन्दी अधिकारी/हिंदी कक्ष



दूरभाष/Telephone- 2223251,
2225766, 2224812
फैक्स/Fax- 0612-2225977

महालेखाकार, लेखा एवं हकदारी (का कार्यालय, बिहार, पटना)
OFFICE OF THE ACCOUNTANT GENERAL (A & E), BIHAR, PATNA

पत्रांक-हि.अ./ले.प./पत्र/34/2022-23/71
दिनांक - 03/11/23

सेवा में,

हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा), बिहार
पटना :- 800001.

विषय :- हिंदी गृह पत्रिका "प्रहरी" के 69वें अंक की अभिस्वीकृति एवं प्रतिक्रिया।

महोदय/महोदया,

उपर्युक्त विषयक आपके कार्यालय के ई-मेल के द्वारा हिंदी पत्रिका "प्रहरी" सधन्यवाद प्राप्त हुई। पत्रिका का यह अंक सुदृढ़, सम्यक् एवं रचनाओं के चयन की दृष्टि से सराहनीय है। पत्रिका की सभी रचनाएँ पठनीय और उत्कृष्ट हैं। पत्रिका का आवरण एवं साज-सज्जा सुंदर एवं आकर्षक है। पत्रिका की सभी रचनाएँ मनमोहक हैं।

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

भवदीय,
हिंदी अधिकारी/प्रशा. हिंदी सेल



स म मि ले प केरा आ.अ.पत्र/69/440493/2023/94 09-11-2023
सेवा में
हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
बिहार, पटना
ई मेल- agaubihar@cag.gov.in

विषय :- कार्यालयीन राजभाषा ई-पत्रिका "प्रहरी" के 69 वें अंक की प्राप्ति के संबंध में।

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित वैमसिक हिंदी ई-पत्रिका "प्रहरी" के 69 वें अंक प्राप्त हुआ। सहर्ष धन्यवाद।

इस अंक का आवरण पृष्ठ साज-सज्जा एवं अन्य कार्यालयीन गतिविधियों से संबंधित छायाचित्र अत्यधिक आकर्षक है। इस पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उत्कृष्ट मनमोहक एवं रोचक हैं। निम्नलिखित रचनाकारों की रचनाएँ विशेष रूप से उल्लेखनीय हैं -

सं	रचनाकार (श्री/श्रीमती/शुभो)	रचनाएँ
1	अभिषेक	माँ
2	श्याम दत्त मिश्र	कैसे कटोरी लीज लूम
3	रूपेश कुमार सिंह	बच्ची पर एडवर्ड के प्रभाव एक समालोचना
4	दिव्य नन्ध	मन के हारे हार हैं, मन के जीते जीत
5	मनीज कुमार न.।	झूठ बीलत दुमन

सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु बधाई एवं

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

पत्रांक:ले.प.०-2/05/हि.अ.पत्र/42/2018/खंड-III/

दिनांक: 09/10/2023

सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
महालेखाकार (लेखापरीक्षा) का कार्यालय,
बिहार, पटना

विषय: हिन्दी पत्रिका "प्रहरी" के 69 वें अंक के विषय में।

महोदय,

हिन्दी पत्रिका "प्रहरी" के 69 वें अंक को पढ़ने एवं पी.डी.एफ. डाउनलोड करने का लिंक प्राप्त हुआ, तदर्थ धन्यवाद।

पत्रिका में सम्मिलित की गई सभी रचनाएँ उत्कृष्ट की हैं। रचनाओं के साथ सम्मिलित विषयानुसृत छायाचित्र पत्रिका को आकर्षक कनेक्टर प्रदान कर रहे हैं। पत्रिका में प्रकाशित सभी लेख, कविता उत्कृष्ट एवं जानबूझक हैं।

पत्रिका के उत्कृष्ट संकलन, सफल सम्पादन तथा प्रकाशन हेतु संपादक मण्डल को हार्दिक बधाई एवं पत्रिका के उच्चस्तरीय भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

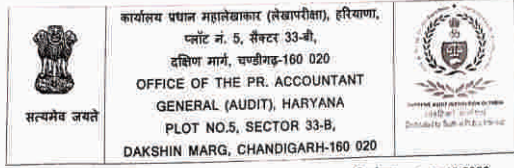
भवदीय
Signed by Sudhir Kumar
Sharma
Date: 09-10-2023 17:17:57
Reason: Approved
हिंदी अधिकारी

70वाँ

प्रहरी

10

आपका पत्र मिला



संख्या/No.: हिंदी कक्ष/पत्रिका/प्रहरी/प्रतिक्रिया/2023-24/13 दिनांक/Dated: 09.10.2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार
वीरचंद पटेल मार्ग, पटना 800001

विषय: "प्रहरी" के 69वें अंक के प्रेषण से संबंधित।

महोदय,

प्र. सं. हि.आ/ले.प/प्रहरी/34/2022-23/71 दिनांक 05.10.2023 के द्वारा आपके कार्यालय की वार्षिक राजभाषा पत्रिका प्रहरी के 69वें संस्करण की प्रति प्राप्त हुई है। एतदर्थ धन्यवाद। पत्रिका में समाहित सभी रचनाएं उच्च कोटि की हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ भी अति सुंदर है। औरत, माँ, विषले वीज, मौसम, मन के हारे हार है, मन के जीते जीते, मैट्रो, झूठ बोलता इंसान कवित्व काफी रुचिकर हैं। जंगल में जीवन, उम्र की बाधा और मत की अभिलाषा, यात्रा देवभूमि की, नन्ही बेटी के नाम उसके पापा का पत्र आदि रचनाएं ज्ञानवर्धक और मनमस्पर्शी हैं। उत्तम संयोजन एवं संपादन के लिए संपादक मंडल बाधाई के पात्र हैं।

पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय,
हिंदी अधिकारी



भारतीय लेखा तथा लेखापरीक्षा विभाग
INDIAN AUDIT & ACCOUNTS DEPARTMENT
कार्यालय महालेखाकार (लेखापरीक्षा) मुंबई
Office of The Director General of Commercial Audit, Mumbai
C-21, Azadi Bhawan, 8th Floor, Bhatia - Kurla Complex, Mumbai - 400 071
Telephone: 022-69403809, Email: pdcmumbai@icag.gov.in



सं. डीजीसीए/प्रशा./हिंदी पत्रिका/890

दिनांक: 27/12/2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
बिहार, पटना 800001

विषय: हिंदी पत्रिका "प्रहरी" के 69वें अंक के संबंध में।

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका "प्रहरी" के 69वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका आवरण पृष्ठ से अंतिम पृष्ठ तक अत्यंत आकर्षक है। पत्रिका में सम्मिलित सभी रचनाएं रुचिकर एवं ज्ञानप्रद तथा उच्च कोटि की हैं। "अंधाधुंध शहरीकरण तथा अतिशय महत्वाकांक्षा के मकड़जाल में छिन्ता बचपन", "कदम", "माँ", "उम्र की बाधा और मन की अभिलाषा", "जब मैं भी बेरोजगार था", "झूठ बोलता इंसान" विशेष रूप से सराहनीय हैं। पत्रिका में सम्मिलित विभिन्न विषयों से संबंधित रचनाएं भिन्न-भिन्न विषयों के संबंध में जानकारी प्रदान करती हैं। विभिन्न गतिविधियों से संबंधित छवियों का प्रस्तुतीकरण सराहनीय है। पत्रिका प्रकाशन के उज्ज्वल भविष्य की कामना के साथ पत्रिका के कुशल संपादन एवं प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को हार्दिक बाधाई एवं शुभकामनाएं।

भवदीय,

Signed by Vidya
Muralidharan
Date: 27-12-2023 17:22:11
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/प्रशासन



कार्यालय महालेखाकार (ले० एवं ह०) उत्तराखण्ड



"महालेखाकार भवन", कौलागढ़, देहरादून-248195
पत्रांक:28/हिप्र०/2023-24/विभागीय पत्रिकाएं/पावती/200 दिनांक:13.10.2023

सेवा में

हिंदी अधिकारी,
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार,
वीरचंद पटेल मार्ग, पटना 800 001

विषय-हिंदी पत्रिका "प्रहरी" के 69 वें अंक की प्राप्ति के सम्बन्ध में।

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित हिंदी पत्रिका "प्रहरी" का 69 वाँ अंक प्राप्त हुआ। सहर्ष धन्यवाद।

पत्रिका में समाहित सभी रचनाएं उच्चकोटि की एवं ज्ञानवर्धक हैं। विशेष रूप से श्री राजू कुमार सिंह का लेख "ई-ऑफिस", श्री अभिषेक की कविता "माँ" एवं श्री पवन कुमार का संस्मरण "जब मैं भी बेरोजगार था" अत्यंत पठनीय हैं। पत्रिका में सम्मिलित सभी चित्र अत्यंत मनोहर एवं रोचक हैं। आपकी पत्रिका राजभाषा की उत्तरोत्तर प्रगति हेतु एक सार्थक प्रयास है।

पत्रिका के उत्तम संयोजन, संपादन हेतु संपादक मण्डल को बधाई तथा पत्रिका की अविरत प्रगति तथा विकास हेतु हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय,
हिंदी अधिकारी

भारतीय लेखापरीक्षा और लेखा विभाग
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-4)
पश्चिम बंगाल
2, गवर्नमेंट प्लेस (पश्चिम), ट्रेजरी बिल्डिंग्स,
कोलकाता - 700 001



INDIAN AUDIT AND ACCOUNTS DEPARTMENT
OFFICE OF THE PRINCIPAL
ACCOUNTANT GENERAL (AUDIT-4),
WEST BENGAL
2, GOVT. PLACE (WEST), TREASURY BUILDINGS,
KOLKATA-700 001
Ph. (033) 2213-3151/52, Fax (033) 2213-3174
e-mail: agauwestbengal@icag.gov.in

सं. हिंदी कक्ष/हिंदी पत्रिका/प्रहरी/174

दिनांक: 11.10.2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार
वीरचंद पटेल मार्ग, पटना 800001

विषय: हिंदी पत्रिका "प्रहरी" के 69वें अंक की प्राप्ति।

महोदय/महोदय,

आपका पत्रांक हि.आ/ले.प/प्रहरी/34/2022-23/71 दिनांक 05.10.2023 के प्राप्त्य से आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका "प्रहरी" के 69वें अंक की प्रति प्राप्त हुई धन्यवाद। पत्रिका का आवरण पृष्ठ सुंदर एवं आकर्षक है। पत्रिका में समाहित सभी रचनाएं उच्च कोटि की हैं। विशेष रूप से श्री राजू कुमार सिंह का लेख "ई-ऑफिस", श्री अभिषेक की कविता "माँ" एवं श्री पवन कुमार का संस्मरण "जब मैं भी बेरोजगार था" अत्यंत पठनीय हैं। पत्रिका में सम्मिलित सभी चित्र अत्यंत मनोहर एवं रोचक हैं। आपकी पत्रिका राजभाषा की उत्तरोत्तर प्रगति हेतु एक सार्थक प्रयास है।

पत्रिका के उत्तम संयोजन, संपादन हेतु संपादक मण्डल को बधाई तथा पत्रिका की अविरत प्रगति तथा विकास हेतु हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय,
प्रमुख लेखापरीक्षा अधिकारी (हिंदी)

70वाँ

प्रहरी

11

सम्पादक की कलम से.....



भारत सरकार ने बिहार के पूर्व मुख्यमंत्री कर्पूरी ठाकुर को भारत रत्न दे कर उनका मान सम्मान बढ़ाया, यह सभी बिहार वासी के लिए गर्व की बात है। उन्होंने गरीबों, वंचितों के लिए उल्लेखनीय कार्य किया था।

हमारे संविधान निर्मातों ने संविधान बनाते समय लोकतंत्र को मजबूत रखने के लिए इसके तीन स्तंभ विधायिका, न्यायपालिका और कार्यपालिका को मजबूत और स्वतंत्र बनाने के लिए हर कदम उठाए थे। तीनों स्तंभों का देश के विकास में महत्वपूर्ण स्थान है। इसी तरह देश की कई संवैधानिक संस्थाओं का निर्माण देश की शासन प्रणाली को सुचारु रूप से चलाने के लिए किया गया था। जिसमें सीएजी और चुनाव आयोग बेहद महत्वपूर्ण हैं।

अगले दो महीनों अप्रैल एवं मई में देश एक नई सरकार को चुनने की प्रक्रिया से गुजरने जा रहा है। हम सभी नागरिकों का यह कर्तव्य है कि इस चुनाव में बढ़-चढ़कर हिस्सा लें और अधिक से अधिक मतदान करें।

प्रहरी का 70 वां अंक आपके नजरों के सामने है। यह पत्रिका कार्यालय में हिंदी के प्रचार प्रसार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। कार्मिकों के रचनात्मक प्रतिभा को मंच प्रदान करती है।

इस बार 8 मार्च 2024 को राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय द्वारा पूर्व और पूर्वोत्तर क्षेत्रों के राज्यों का राजभाषा सम्मेलन, सिलीगुड़ी में आयोजित किया गया था। जिसमें हिंदी अनुभाग के कार्मिकों द्वारा सहभागिता की गई थी। इस सम्मेलन में पूर्वोत्तर राज्यों में हिंदी को बढ़ावा देने के प्रयासों के

संबंध में चर्चा की गई थी।

प्रहरी के इस अंक में जिन नए रचनाकारों ने अपनी रचनाएं दी हैं, उनका मैं स्वागत करता हूं तथा उनके प्रति आभार व्यक्त करता हूं।

रंजन कुमार, सुबोध कुमार, गौरव कुमार महतो, पंकज कुमार सिंह, आशीष कुमार श्रीवास्तव, दिलीप कुमार, गोपाल कुमार एवं रौशन कुमार सिंह ने रचनाएं देकर राजभाषा हिंदी के प्रति अपने प्रेम को प्रकट किया है। अन्य स्थापित रचनाकारों में राजू कुमार सिंह, श्याम दत्त मिश्रा, शंकरा नंद झा, कृष्ण मुरारी जयपुरियार, रुपेश कुमार सिंह एवं मनोज कुमार नं. 6 ने भी पूर्व की तरह अपना अमूल्य योगदान दिया है।

परामर्शी मंडल के सभी सदस्यों का मार्गदर्शन हमेशा मिलता रहा है। सामान्य अनुभाग के सहकर्मी भी पत्रिका के प्रकाशन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते रहे हैं। सबों के प्रति हृदय से आभार व्यक्त करता हूं।

हमेशा की तरह पाठकों के प्रतिक्रिया का स्वागत है। आपकी प्रतिक्रिया प्रहरी को बेहतर बनाने में मील का पत्थर साबित होता है।

जय हिन्द! जय हिन्दी।

आपका

(मनोज कुमार)

कृत्रिम बुद्धिमत्ता और लेखापरीक्षा

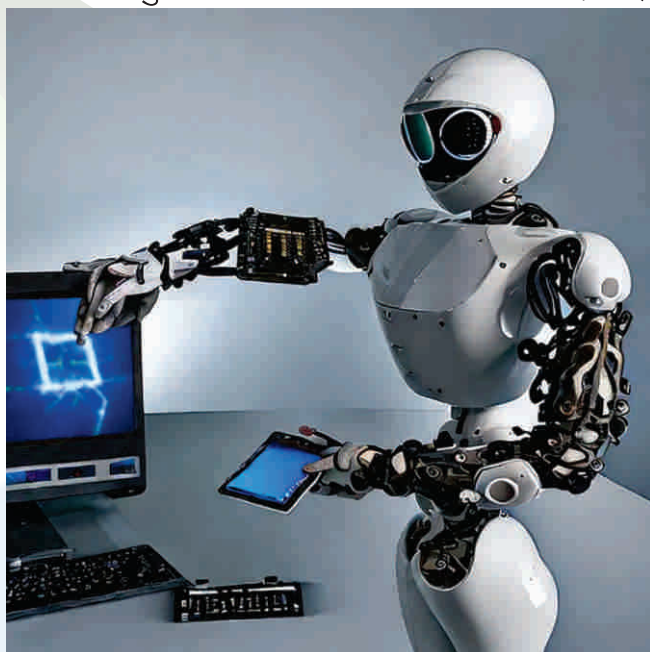


राजू कुमार सिंह

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

उम्मीद है कि सूचना प्रौद्योगिकी का सबसे ज्यादा उभरता हुआ क्षेत्र, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस), मानवता के भविष्य में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। लैपटॉप, सर्वर, ड्रोन और रोबोट में कृत्रिम बुद्धिमत्ता के विभिन्न रूप परिलक्षित होते हैं। लेखापरीक्षा के लिए समय-समय पर नयी प्रौद्योगिकी का इस्तेमाल करके इसे वर्तमान समय के अनुरूप ढालने का प्रयास होता रहा है जैसे कि लेखापरीक्षक का सिस्टम या सॉफ्टवेयर के साथ कार्यों का सम्पादन करना। अतएव लेखापरीक्षा कार्य को कुशलतापूर्वक और प्रभावी ढंग से पूरा करने के लिए डेटा प्रोसेसिंग हेतु कृत्रिम बुद्धिमत्ता और आधुनिक सूचना प्रौद्योगिकी का उपयोग महत्वपूर्ण है।

अब हमारे मन में एक प्रश्न घुमड़ना स्वाभाविक है कि कृत्रिम बुद्धिमत्ता (ए.आई.) क्या है? वस्तुतः ए.आई. कम्प्यूटर सिस्टम का वह सिद्धान्त और विकास है जो उन कार्यों को करने में सक्षम होता है जिनके लिए सामान्य रूप से मानव बुद्धि की आवश्यकता होती है जैसे दृश्य बोध, वाक बोध, निर्णय लेने और भाषाओं के बीच अनुवाद की क्षमता। सरल शब्दों में ए.आई.



कम्प्यूटरीकृत मशीनों के विभिन्न तकनीकों जैसे मशीन लर्निंग, डीप लर्निंग, नेचुरल लैंग्वेज प्रोसेसिंग और कम्प्यूटर विजन का एक समग्र समूह है जिसमें मानव बुद्धि की तरह क्षमता विकसित की जाती है। यह विभिन्न कार्यों को स्वचालित कर उत्पादक दक्षता में वृद्धि कर सकता है या बड़ी मात्रा में डेटा को संसाधित कर सकता है या नए उत्पादों और सेवाओं के विकास में योगदान दे सकता है और उत्पाद लागत को कम कर सकता है।

लेखापरीक्षा का उद्देश्य उचित आश्वासन प्रदान करना है, इसलिए नमूना चयन की विधि इस धारणा के साथ की जाती है कि परीक्षण किए जाने पर वे नमूने समग्र रूप से वित्तीय, योजना, कार्यान्वयन और अनुश्रवण को सम्यक रूप से प्रतिबिंबित करेंगे। वर्तमान में लेखापरीक्षक IDEA (Interactive Data Extraction and Analysis), ACL (ऑडिट कमांड लैंग्वेज), टैब्लो इत्यादि जैसे अत्याधुनिक सूचना प्रौद्योगिकी साधनों का उपयोग आंकड़ों के संग्रहण, उनके विश्लेषण, दस्तावेजीकरण और रिपोर्टिंग के लिए कर रहे हैं। लेकिन ए.आई. इन सूचना प्रौद्योगिकी साधनों से अधिक उन्नत तकनीक है। यही कारण है कि अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर इन्वाइस पोस्टिंग, इन्वाइस जांच, सामान्य लेजर जांच, इनवेंटरी जांच, संविदा जांच, लीज प्रबंधन, बैंक संपुष्टि इत्यादि में ए.आई. तंत्र का उपयोग किया जा रहा है।

कम्प्यूटर सहायता प्राप्त लेखापरीक्षा उपकरण और तकनीकें, डेटाबेस और डेटा प्रबंधन ज्ञान जैसे कम्प्यूटर कौशल की अपेक्षा रखते हैं। कम उपयोग

और मानवीय हस्तक्षेप की जरूरत के फलस्वरूप ये सिस्टम स्वतः कार्य संपादित करने में सक्षम नहीं हैं। यद्यपि नमूना चयन के लिए इस प्रौद्योगिकी का उपयोग किया जाता है परंतु साक्ष्य एकत्रित करने, नियंत्रण और राशि के दुर्विनियोजन के लिए मानव लेखापरीक्षक की आवश्यकता सर्वविदित है।

लेखापरीक्षकों के लिए ए.आई. के लाभ

लेखापरीक्षकों को लेखापरीक्षितियों की लेखा प्रणालियों के साथ तालमेल बनाए रखना पड़ता है। अतः लेखापरीक्षा में पारंपरिक पद्धतियों पर भरोसा नहीं किया जा सकता है। इसके लिए लेखापरीक्षक को तकनीकी विकास के साथ कदम मिला कर चलना चाहिए और अपने तकनीकी ज्ञान, कौशल और क्षमताओं को लगातार और समुचित रूप से बढ़ाना चाहिए। लेखापरीक्षा प्रक्रिया में ए.आई. का उपयोग करने से लेखापरीक्षा निष्कर्ष की दक्षता और प्रभावशीलता के सुधार में मदद मिल सकती है।

लेखापरीक्षक निम्नलिखित संदर्भों में ए.आई. प्रौद्योगिकियों के उपयोग के लाभ प्राप्त कर सकते हैं:-

1. **लेखापरीक्षा में विशेषज्ञ प्रणालियों का उपयोग:-** ए.आई. युक्त विशेषज्ञ कम्प्यूटर प्रणालियाँ लेखापरीक्षा की दक्षता में सुधार कर सकते हैं, लागत कम कर सकते हैं, कार्यभार कम कर सकते हैं और प्रक्रिया के परिणाम समय पर दे सकते हैं। इनका प्रशिक्षण प्राप्त करके लेखापरीक्षक प्रशिक्षित और दक्ष हो जाते हैं और उनकी प्रभावशीलता भी बढ़ जाती है। विशेषज्ञ प्रणालियाँ लेखापरीक्षकों के लिए संदर्भ दस्तावेज के रूप में भी काम कर सकती हैं। समग्रतः कम्प्यूटर विशेषज्ञ प्रणालियाँ लेखापरीक्षकों के कार्यात्मक प्रदर्शन में गुणात्मक सुधार ला सकती हैं।
2. **संविदा लेखापरीक्षा:-** ए.आई. के उपयोग से बड़ी संख्या में अनुबंधों का वास्तविक समय में लगातार विश्लेषण किया जा सकता है। स्वचालित रूप से प्रोग्रामिंग टूल का उपयोग करके संविदा के आंकड़ों जैसे संविदा की तिथि, राशि, नवीनीकरण विकल्प और समाप्ति तिथि

इत्यादि को ज्ञात किया जा सकता है। ए.आई. का उपयोग करके लेखापरीक्षक संविदा के जोखिमों का अधिक प्रभावी ढंग से आकलन कर सकते हैं।

3. **धोखाधड़ी का पता लगाना-** चूंकि ए.आई. प्रौद्योगिकी डेटा विश्लेषण मॉडल की प्रभावशीलता को बढ़ाने में मदद करती है, इसका उपयोग धोखाधड़ी का पता लगाने के लिए किया जा सकता है। ए.आई. और मशीन लर्निंग का उपयोग धोखाधड़ी पैटर्न को पहचानने में किया जा सकता है।
4. **लेखापरीक्षा गुणवत्ता संवर्द्धन-** ए.आई. तकनीकयुक्त लेखापरीक्षा से समय और प्रयास की बचत हो सकती है और इसके परिणाम मजबूत और विश्वसनीय ढंग से समर्थित हो सकते हैं। उदाहरणतः ए.आई. उच्च गुणवत्ता मानकों को पूर्ण करके धोखाधड़ी और मनी लॉड्रिंग विरोधी कार्यों का पता लगाने में मदद कर सकता है।

लेखापरीक्षा कार्य में ए.आई. के उपयोग की चुनौतियाँ

कोई भी नवीनता और विकास अपने साथ कई चुनौतियों को भी लेकर आते हैं और ए.आई. भी इसका अपवाद नहीं है। लेखापरीक्षा में ए.आई. के उपयोग की चुनौतियों के कुछ उदाहरण निम्नलिखित हैं:-

1. जटिल डेटा वातावरण के कारण लेखापरीक्षा के लिए ए.आई. युक्त प्रोग्राम तैयार करना एक चुनौतीपूर्ण कार्य है। विभिन्न प्रकार के डेटा और साक्ष्य को एक ए.आई. ढांचे में एकीकृत करना भी आसान नहीं होगा। इसके अतिरिक्त, लेखापरीक्षा में मानवीय भूमिका को अक्षुण्ण रखते हुये ए.आई. को एकीकृत करने के तरीके को संतुलित करने की भी आवश्यकता है।
2. लेखापरीक्षकों को ए.आई. तकनीक के लिए सक्षम बनाने और लेखापरीक्षा निष्कर्षों की तार्किक समझ विकसित करने की भी आवश्यकता है। ए.आई. जनित परिणामों की पारदर्शिता और व्याख्या सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है लेकिन इसे हासिल करना मुश्किल हो सकता है।

3. लेखापरीक्षा इकाईयों के साथ-साथ सर्वोच्च लेखापरीक्षा संस्था के लिए उच्च गुणवत्तायुक्त आंकड़े और सूचना की साइबर सुरक्षा बेहद चुनौतीपूर्ण कार्य होगा। ए.आई. मॉडल सटीक निर्णय के लिए उच्च गुणवत्ता और सुसंगत डेटा पर बहुत अधिक निर्भर करते हैं। अतः आंकड़े की शुचिता (data integrity) सुनिश्चित करना भी जरूरी है क्योंकि इनपुट डेटा में अशुद्धियाँ त्रुटिपूर्ण लेखापरीक्षा परिणामों को जन्म दे सकती हैं।

लेखापरीक्षकों पर कृत्रिम बुद्धिमत्ता का प्रभाव:-

लेखापरीक्षा प्रक्रिया के लिए ए.आई. साधनों और गहन शिक्षण तकनीक के संभावित कार्यान्वयन से यह धारणा बन सकती है कि मानव लेखापरीक्षक को जल्द ही प्रतिस्थापित कर दिया जाएगा, लेकिन यह बिल्कुल सच नहीं है। उल्लेखनीय है कि ए.आई. में मानवीय विशेषताओं का अभाव है जैसे तार्किक विश्लेषण, पेशेवर निर्णय लेना और संदेह करना। कम समय सीमा में बड़ी मात्रा में डेटा संसाधित करने में, ए.आई. बेहतर हो सकता है, लेकिन त्रुटियों या गलत बयानों के पीछे के वास्तविक कारणों को उजागर करने के लिए लेखापरीक्षकों के कौशल अभी भी अपूरणीय हैं। इसके अलावा, एक लेखापरीक्षक की निर्णय लेने की क्षमता और अधूरी या छूटी हुई कड़ी के लिए अंतर्ज्ञान, ए.आई. द्वारा नहीं किया जा सकता है। ए.आई. या मशीनें केवल उन डेटा के साथ काम कर सकती हैं जो उन्हें दिए गए हैं। ऐसे परिदृश्य में जहां लेखापरीक्षा इकाई जानबूझकर लेनदेन को रिकॉर्ड नहीं करती है, ए.आई. को पता नहीं चल सकता है कि लेनदेन कभी हुआ था क्योंकि यह डेटा में नहीं है, और इससे पूर्णता के लेखापरीक्षा उद्देश्य को पूरा नहीं कर सकता है।

किसी व्यक्ति की विशेषज्ञता में उसकी योग्यता निर्धारित करने के लिए लेखापरीक्षक का अनुभव भी अत्यधिक मूल्यवान है। इसे ध्यान में रखते हुए, यह माना जा सकता है कि हितधारकों के लिए अकेले उचित आश्वासन प्रदान करने में ए.आई. पर पूरी तरह भरोसा करना संभव नहीं है। लेखापरीक्षकों के कार्य को प्रतिस्थापित करने के बजाय, ए.आई. के आगे के विकास का उपयोग अंततः लेखापरीक्षा प्रक्रिया के दौरान लेखापरीक्षकों की सहायता के लिए किया

जाएगा। लेखापरीक्षक के पेशेवर निर्णय का कोई विकल्प नहीं है, लेकिन ए.आई. के कार्यान्वयन से वित्तीय विवरण के उपयोगकर्ताओं को ए.आई. द्वारा प्रदान की गई विश्लेषणात्मक क्षमताओं के कारण उच्च स्तर का आश्वासन मिलता है।

निष्कर्षतः समाज और प्रौद्योगिकी में बदलावों को अपनाने के लिए, लेखापरीक्षकों को लेखापरीक्षा कार्य में ए.आई. और विशेषज्ञ प्रणालियों का उपयोग करने की आवश्यकता है, ताकि लेखापरीक्षा कार्य में दक्षता और प्रभावशीलता का समावेश हो सके। सर्वोच्च लेखापरीक्षा संस्था को अपने लेखापरीक्षकियों के तकनीकी विकास और डिजिटल परिवर्तन के साथ तालमेल बनाए रखना चाहिए। ए.आई. का उपयोग करके, घोटाले और धोखाधड़ी के जोखिमों की अधिक कुशलता से पहचान करने के लिए बड़े डेटा को संसाधित करना संभव होगा और इस तरह लेखापरीक्षक सार्वजनिक धन की सुरक्षा में अपनी भूमिका बढ़ा सकेंगे। समाज में निरंतर तकनीकी प्रगति के मद्देनजर, उच्च गुणवत्ता वाली जवाबदेही प्रदान करने में सक्षम होने के लिए लेखापरीक्षकों को लेखापरीक्षा में ए.आई. का उपयोग करने के लिए अच्छी तरह से प्रशिक्षित किया जाना चाहिए। परंतु, ए.आई. जैसी उभरती प्रौद्योगिकियों के कारण लेखापरीक्षक की नौकरी पूरी तरह से समाप्त नहीं होगी। ए.आई. का उपयोग दिए गए डेटा या दस्तावेजों का विश्लेषण करके और त्रुटियों या गलत बयानों के पैटर्न को पहचानकर लेखापरीक्षा प्रक्रियाओं को आसान बनाने के लिए किया जा सकता है। लेखापरीक्षा प्रतिवेदन, जिसमें लेखापरीक्षा राय शामिल है, अभी भी मानव लेखापरीक्षकों द्वारा जारी की जाएगी, लेकिन परीक्षण, डेटा संग्रह और विश्लेषण जैसी प्रक्रियाओं को प्रौद्योगिकी द्वारा किया जा सकेगा। आगामी परिवर्तनों की तैयारी के लिए, सिस्टम के विश्लेषण की व्याख्या करने में सक्षम होने के लिए लेखापरीक्षकों को तकनीकी रूप से कुशल होने की आवश्यकता है। लेखापरीक्षक के पेशेवर संदेह की हमेशा आवश्यकता होगी ताकि वह तकनीकी नवाचारों पर आँख बंद करके भरोसा न करें।

(यह निबंध लेखापरीक्षा के व्यक्तिगत अनुभव और इंटरनेट पर उपलब्ध विभिन्न समग्रियों पर आधारित है) ◆

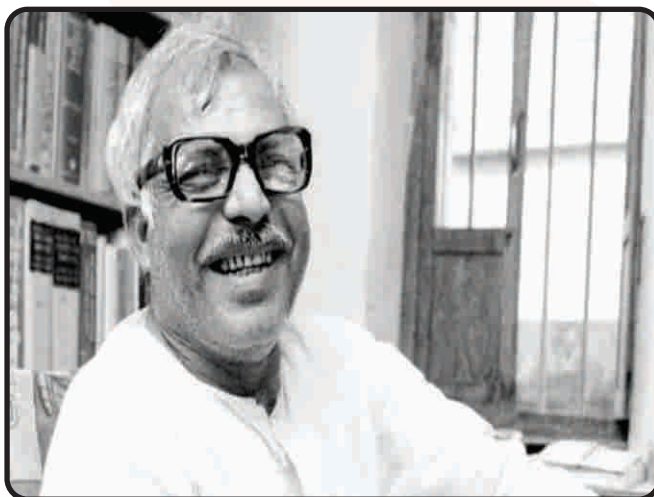
जननायक कर्पूरी ठाकुर



✍ मनीज कुमार नं.-1
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

बिहार के स्वतंत्रता सेनानी, शिक्षक, प्रख्यात राजनीतिक व्यक्ति तथा बिहार के दो बार मुख्यमंत्री रहे जननायक कर्पूरी ठाकुर ने निस्वार्थ सेवा और लोगों के कल्याण के प्रति समर्पण के अपने जीवन के माध्यम से भारतीय राजनीति पर एक अमिट छाप छोड़ी है। 24 जनवरी, 1927 को बिहार के कर्पूरीग्राम (पिताँझिया गांव) जिला समस्तीपुर में एक साधारण परिवार में जन्मे कर्पूरी ठाकुर की साधारण शुरुआत से एक प्रमुख नेता बनने तक की यात्रा आम आदमी के उत्थान के प्रति उनकी अटूट प्रतिबद्धता का प्रमाण है। 23 जनवरी, 2024 को भारत सरकार ने उन्हें मरणोपरान्त भारत के सर्वोच्च नागरिक सम्मान भारत रत्न से सम्मानित करने की घोषणा की है।

प्रारंभिक जीवन, शिक्षा और स्वतन्त्रता संग्राम



कर्पूरी ठाकुर का प्रारंभिक जीवन वित्तीय चुनौतियों से भरा था, लेकिन उत्कृष्टता हासिल करने के उनके दृढ़ संकल्प ने उन्हें सभी बाधाओं के बावजूद शिक्षा प्राप्त करने के लिए प्रेरित किया। उनके पिताजी का नाम श्री गोकुल ठाकुर तथा माता जी का नाम श्रीमती रामदुलारी देवी था। इनके पिता गांव के सीमान्त किसान थे तथा अपने पारंपरिक पेशा बाल काटने का काम करते थे। उन्होंने अपनी स्कूली शिक्षा गाँव में पूरी की और बाद में पटना से स्नातक की उपाधि प्राप्त की। अपने प्रारंभिक वर्षों के दौरान उन्होंने जिन संघर्षों का सामना किया, उन संघर्षों ने उनमें हाशिए पर मौजूद लोगों के प्रति गहरी सहानुभूति और सामाजिक न्याय के प्रति जुनून पैदा किया। उन्होंने 1942 ई. के गांधी

जी की अगुआई में अंग्रेजों भारत छोड़ो आंदोलन में भाग लिया था और 26 महीने तक भागलपुर के कैप जेल में बंद रहे। कर्पूरी ठाकुर दूरदर्शी होने के साथ-साथ एक ओजस्वी वक्ता भी थे। आजादी के

समय पटना की कृष्णा टॉकीज हॉल में छात्रों की सभा को संबोधित करते हुए एक क्रांतिकारी भाषण दिया कि 'हमारे देश की आबादी इतनी अधिक है कि केवल थूक फेंक देने से अंग्रेजी राज बह जाएगा।' इस भाषण के कारण उन्हें दण्ड भी झेलना पड़ा था।

राजनीति में प्रवेश

राजनीति में श्री ठाकुर का प्रवेश उनके द्वारा देखी गई सामाजिक-आर्थिक असमानताओं से प्रभावित था। वे 1950 के दशक की शुरुआत में प्रजा सोशलिस्ट पार्टी में शामिल हुए और किसानों और वंचितों के अधिकारों की वकालत करने वाले विभिन्न आंदोलनों में सक्रिय रूप से भाग लिया। उनके करिश्माई नेतृत्व और जनता के कल्याण के प्रति प्रतिबद्धता ने उन्हें जल्द ही राजनीतिक परिदृश्य में एक प्रमुख भूमिका में ला दिया।

बिहार के मुख्यमंत्री

1970 में, कर्पूरी ठाकुर अपने राजनीतिक जीवन के शिखर पर पहुंच गए जब उन्होंने बिहार के मुख्यमंत्री के रूप में पद संभाला। उनका कार्यकाल, 12 दिसंबर 1970 से 2 जून 1971 और बाद में 24 जून

1977 से 21 अप्रैल 1979 तक, गरीबों के उत्थान और कृषि संबंधी मुद्दों को हल करने के उद्देश्य से प्रगतिशील उपायों की एक श्रृंखला द्वारा चिह्नित किया गया। श्री ठाकुर ने भूमि सुधारों को लागू किया, यह सुनिश्चित किया कि भूमिहीन किसानों को, अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, पिछड़े वर्ग और गरीब सवर्ण जाति के लोगों के लिए उनका उचित हिस्सा मिले और सामाजिक समानता को बढ़ावा देने वाली नीतियों की शुरुआत की। मुंगेरी लाल आयोग की रिपोर्ट को लागू करने के लिए श्री ठाकुर ने सरकारी नौकरियों में पिछड़ी जातियों के लिए तो आरक्षण लागू किया ही सवर्ण जातियों के गरीबों के लिए भी आरक्षण की व्यवस्था की। उस समय आरक्षण विरोधी मानसिकता के लोगों ने उन्हें अपमानित भी किया, परन्तु उन्होंने अपनी और अपने सरकार की परवाह नहीं की।

आपातकाल के विरुद्ध संघर्ष

1975 में केंद्र सरकार द्वारा लगाए गए आपातकाल के दौरान, कर्पूरी ठाकुर लोकतांत्रिक मूल्यों और व्यक्तिगत स्वतंत्रता की वकालत करने वाले एक मुखर आलोचक के रूप में उभरे। अधिनायकवाद के खिलाफ उनके सैद्धांतिक रुख ने भारतीय समाज का आधार बनने वाले लोकतांत्रिक आदर्शों के प्रति उनकी अटूट प्रतिबद्धता को प्रदर्शित किया।

ईमानदार व्यक्तित्व

एक बार उप मुख्यमंत्री और दो बार मुख्यमंत्री के पद को श्री कर्पूरी जी ने संभाला, फिर भी रिक्शे से ही सफर करते थे। उनकी आय, कार खरीदने और उसके रखरखाव का खर्च उठाने की स्थिति में नहीं थी।

सरकार सत्तर के दशक में पटना शहर में विधायकों और पूर्व विधायकों के निजी आवास के लिए सस्ती दर पर जमीन दे रही थी। खुद कर्पूरी ठाकुर के दल के कुछ विधायकों ने कर्पूरी ठाकुर से कहा कि आप भी अपने आवास के लिए जमीन ले लीजिए, परन्तु कर्पूरी ठाकुर ने साफ मना कर दिया। तब के एक विधायक ने उनसे यह भी कहा था कि जमीन ले लीजिए अन्यथा आप नहीं रहिएगा तो आपके

बाल-बच्चा कहाँ रहेंगे? कर्पूरी ठाकुर ने कहा कि अपने गाँव में रहेंगे।

अस्सी के दशक में एक बार बिहार विधान सभा की बैठक चल रही थी। कर्पूरी ठाकुर उस समय विधान सभा में प्रतिपक्ष के नेता थे। उन्होंने एक नोट भिजवा कर अपने ही दल के एक विधायक से थोड़ी देर के लिए उनकी जीप मांगी क्योंकि उन्हें लंच के लिए आवास जाना था। उस विधायक ने उसी नोट पर लिख दिया, 'मेरी जीप में तेल नहीं है। कर्पूरी जी दो बार मुख्यमंत्री रहकर क्यों नहीं खरीदते?' यह संयोग नहीं था कि संपत्ति के प्रति अगाध प्रेम के चलते वे विधायक बाद के वर्षों में अनेक कानूनी परेशानियों में पड़े, पर श्री कर्पूरी ठाकुर का जीवन बेदाग रहा।

विरासत और योगदान

जननायक कर्पूरी ठाकुर की विरासत सामाजिक न्याय, समानता और दलितों के सशक्तिकरण की उनकी निरंतर खोज में निहित है। शिक्षा, स्वास्थ्य देखभाल और कृषि सुधारों में उनका योगदान बिहार में लोगों के जीवन को प्रभावित करता है। श्री ठाकुर का जीवन इस विचार का उदाहरण है कि राजनीतिक शक्ति, जब विवेकपूर्ण तरीके से उपयोग की जाती है, सकारात्मक परिवर्तन के लिए एक शक्तिशाली साधन हो सकती है।

निष्कर्ष

जननायक कर्पूरी ठाकुर का जीवन महत्वाकांक्षी नेताओं के लिए प्रेरणा का प्रतीक और बिहार के लोगों के लिए गर्व का स्रोत है। जनता के कल्याण के प्रति उनकी प्रतिबद्धता, उनकी विनम्रता और सत्यनिष्ठा के साथ मिलकर, एक सच्चे जननायक—एक जन नेता के रूप में उनकी जगह पक्की हो जाती है, जिन्होंने अपना जीवन राष्ट्र की सेवा में समर्पित कर दिया।

सन्दर्भ:— [https:// hi-wikipedia-org/wiki/कर्पूरी ठाकुर](https://hi-wikipedia-org/wiki/कर्पूरी_ठाकुर)

शिखर



✍ विकास कुमार
उपमहालेखाकार

यारों!
हम शिखर पर आ गये हैं सभी
अनेको के गंतव्य थे
पर कल्पनातीत थे मेरे लिए
यहाँ आकर
यह अहसास हुआ
दूर दृष्टि की क्या अहमियत है
शिखर पर आकर जब चुंधिया जाती है आँखें
मुश्किल होने लगता है दूरस्थ चीजों को स्पष्टतः देखना
समदर्शी, समभाव, समरसता बनाये रखना
है ईश्वर से सदा
ये प्रार्थना नित्यप्रति
तुम अपनी कृपा दृष्टि बनाये रखना
खुद में अटूट विश्वास बनाये रखना
ताकि
नित्य नये प्रतिमान गढ़ सकूँ
सत्य के पथ से कभी न डिगूँ
कर्तव्यपथ पर निरंतर गतिमान रहूँ
न हो मन में अभिमान कभी
सबसे करूँ प्रेम
रहे सर्वदा सहयोग, सम्मान भाव सभी के प्रति
तुमने दी है ये नई ऊँचाई
रुसवाई कभी न देना अब कभी
करूंगा अपने कर्म-कर्तव्यों से न्याय सदा
तुम्हारी छत्र छाया बनी रहे हमपर सर्वदा
लाखों चाहे झंझावात आए
तुम बिन
मैं जीव हूँ निःसहाय
इससे ज्यादा मुझसे
और कुछ
कहा न जाय
कहा न जाय ॥



द्वारा— कार्यालय, प्रधान महालेखाकार (ले.हक.)
सचिवालय मार्ग, भुवनेश्वर (ओडिसा)

मेधालय यात्रा

मेरे मन में उत्तर पूर्व के राज्यों की यात्रा करने का कई सालों से विचार चल रहा था। उधर के राज्यों के लोगों के रहन-सहन, संस्कृति के बारे में जानने की इच्छा थी। उम्र के ख्याल से भी सोचा कि अब नहीं जाएंगे तो भविष्य में जाना और भी मुश्किल होगा। सो ठान लिया कि अब सबसे पहले मेधालय की यात्रा की जाए।

मैंने मेधालय यात्रा का कार्यक्रम बनाने से पहले यूट्यूब पर इससे संबंधित वीडियो से जानकारी हासिल की। तत्पश्चात् सबसे पहले आने जाने का रेल यात्रा का आरक्षण किया। मेधालय की राजधानी शिलांग है, वहां तक रेल नहीं है। अतः हमलोग रेल से गुवाहाटी तक आरक्षण कराएं और लौटने के लिए पाटलिपुत्र रेलवे स्टेशन तक आरक्षण कराएं। हमलोग की यात्रा का प्रारंभ दिनांक 09/09/2023 से हुआ और दिनांक 19/09/2023 को समाप्त हुआ। हमलोग राजधानी एक्सप्रेस से गए और तेजस राजधानी से वापस आए।

हम लोग की यात्रा का प्रारंभ दिनांक 09/09/2023 को सुबह चार बजकर बीस मिनट पर राजधानी एक्सप्रेस के द्वारा हुई। रेल यात्रा के दौरान खिड़की से बाहर के नजारा का भी आनंद लिया। जो मन को काफी खुशी प्रदान कर रहा था। यात्रा के दौरान चाय, नास्ता, खाना आदि रेलवे के द्वारा उपलब्ध कराया जा रहा था। उसी दिन शाम के आठ बजे हमलोग गुवाहाटी रेलवे स्टेशन पहुंच गए। रात होने के कारण रेलवे रिटायरिंग रूम में ही ठहर गए थे। हमने पाटलिपुत्र से गुवाहाटी के आरक्षण कराने के बाद ऑनलाइन रिटायरिंग रूम में एक कमरे का आरक्षण करा लिया था। रात में हमलोग विश्राम किए और सुबह उठकर तैयार हो गए। हमलोग दूर एजेंसी से चार पहिया वाहन नौ दिनों के

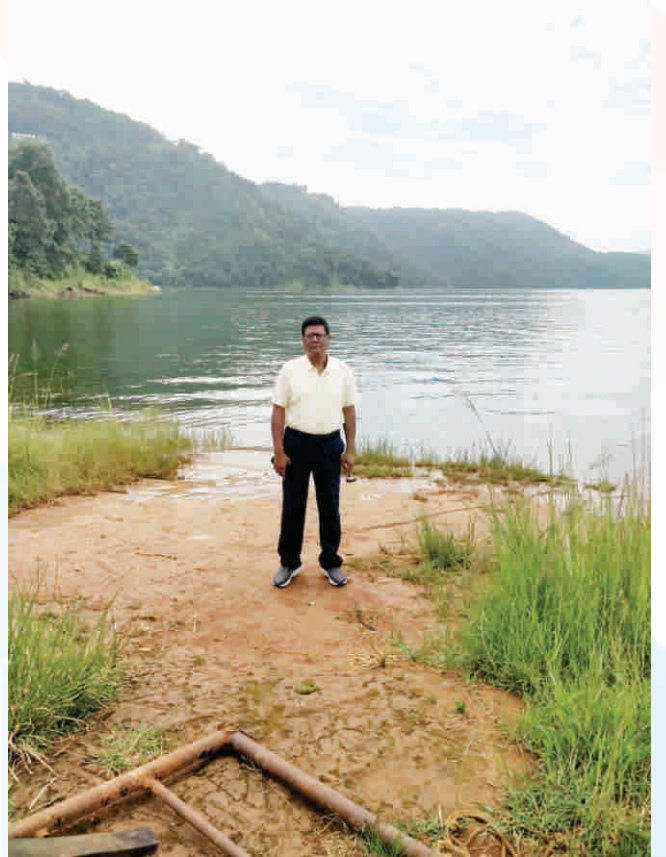


✍ पंकज कुमार सिंह

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

लिए बुक करा लिए थे। वाहन वाले सुबह में ही नौ बजे हमलोग को लेने आ गए थे।

दिनांक 10/09/2023 को हमलोग गुवाहाटी रेलवे स्टेशन से वाहन द्वारा शिलांग के लिए निकल पड़े। गुवाहाटी से शिलांग की दूरी लगभग 100 किलोमीटर है। इस यात्रा में मेरे साथ पत्नी भी थी। रात में हमलोग शिलांग पहुंचे और हमारा विराम दिवस स्थानीय होटल में बिता। शिलांग नगर का एक बड़ा हिस्सा पहाड़ी प्रदेश का



भी हिस्सा है। शिलांग की आबोहवा बहुत ही शानदार है। यह शानदार हिल स्टेशन के रूप में विकसित हुआ है। शिलांग के पास ही है मेघालय का सबसे बड़ी झील 'उमियम' झील। इस झील का एक छोटा सा घाट है। हम वहां गए और एक बड़े पेड़ के नीचे बैठकर घंटों बातचीत करते रहे।

दिनांक 11/09/2023 को हमलोग नास्ता करने के उपरांत डॉन बास्को म्यूजियम, टी गार्डन, एयर फोर्स म्यूजियम, शिलांग पीक, लआयलम कैनियन गये। ये सब धुमते हुए हमलोग वापस होटल आ गये और रात्रि विश्राम किये।

दिनांक 12/09/2023 को हमलोग चाय नास्ता के बाद चेरापूंजी के लिए प्रस्थान कर गये। रास्ते में हमलोग माउकडाक डेमपेप घाटी गये, गजब का प्राकृतिक सौंदर्य से परिपूर्ण घाटी। मन को मोह लेने वाली जगह। करीब पांच सौ सीढ़ी नीचे उतरना और इतना ही सीढ़ी ऊपर चढ़ना हमारे लिए कठिन था लेकिन असंभव नहीं था। हमलोग दिन भर धुमने के उपरांत चेरापूंजी में ही रात्रि विश्राम किये।

दिनांक 13/09/23 को सुबह में हमलोग सेवन सिस्टर्स वाटर फाल, नोखाली बाटर फाल, माओसमाई कैभ, ईको पार्क का भ्रमण किया। हमलोग रास्ते में ही सेकरेड फारेस्ट गये जहां पर गाईड के साथ जाना होता है। यह ऐसा जंगल है जहां से एक पत्ता भी उठाकर बाहर लाना मना है। आगे का रास्ता तय करते हुए हमलोग मायफनलुर नामक जगह पर पहुंच गए जो कि चेरापूंजी से चालीस किलोमीटर की दूरी और ऊंचाई पर अवस्थित था। रात में भीषण ठंड और तेज सर्द हवा हमलोग को सावधान कर रहा था। रात्रि में हमलोग आराम किये।

दिनांक 14/09/23 को हमलोग सुबह में उठ गये और चाय नास्ता के पहले हमलोग रमणीक पहाड़ का भ्रमण किया। फोटोग्राफी की और खुब मजा किए फिर हमलोग वापस शिलांग के लिए

प्रस्थान कर गये, मायफनलुर से शिलांग की दूरी लगभग सत्तर किलोमीटर है। हमलोग रात्रि विश्राम हाली डे होम्स में किये।

दिनांक 15/09/2023 को स्थानीय महत्वपूर्ण स्थान धुमते हुए हमलोग मोलिंगनांग भिलेज चले गये। शिलांग से मोलिंगनांग भिलेज की दूरी लगभग सत्तर किलोमीटर है। हमलोग सबसे पहले होम स्टे में एक कमरा बुक किया और थोड़े देर विश्राम के उपरांत शाम मोलिंगनांग भिलेज धुमने के लिए निकल पड़े। वर्ष 2003 में इस गांव को एशिया का सबसे साफ सुथरा गांव धोषित किया गया था। सच में इस गांव से प्रेरणा लिया जा सकता है। इस गांव में प्रवेश के लिए प्रति व्यक्ति पचास रुपए टिकट लेना पड़ता है। रात्रि में यही विश्राम किये।

दिनांक 16/09/2023 को हमलोग सुबह में उठे और तैयार होकर गांव के भ्रमण पर निकल पड़े। इसी दिन इस गांव में दौड़ का आयोजन था, हमलोग दौड़ के कार्यक्रम का आनंद उठाये और आगे के कार्यक्रम के लिए डरुकी चले गये, शिलांग से डरुकी की दूरी 80 किलोमीटर है। यहां पर जो नदी(उमनगोट नदी) बहती है, वह बिल्कुल स्वच्छ और ट्रांसपेरेंट होती है। यहां पर ही भारत बंगला देश का सीमा है। हमलोग यहां पर बोटिंग किये जो कि बहुत ही अच्छा अनुभव हुआ। इस जगह से हमलोग आठ किलोमीटर की दूरी तय करते हुए सनोपडाग नामक स्थान पर पहुँचे और हाली डे में एक कमरा लिया और थोड़ा आराम किया। शाम को उमनगोट नदी के बड़े से पत्थर पर बैठ कर पानी के अविरल प्रवाह को निहारा। इसी नदी पर पैदल चलने योग्य लोहे के पुल पर भ्रमण किया और इस सुंदर रमणीक दृश्य को फोटोशूट किया।

दिनांक 17/09/2023 को हमलोग सुबह उठकर फिर नदी के किनारे गए, नदी के लहरों का खुब आनंद उठाया। चाय नास्ता के बाद भारत बंगलादेश देश के सीमा क्षेत्र में रुककर फोटो खींचे और करांगशूरी वाटर फाल लिए निकल पड़े। यह

वाटर फाल अद्भुत है। इसके प्राकृतिक सौंदर्य को शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता और न ही सीमित किया जा सकता है। इस जगह को छोड़कर आने को मन नहीं कर रहा था। इसी जगह से कुछ किलोमीटर की दूरी पर फीफी वाटर फाल है, जो की सुंदरता से भरपूर है। मैं यह बताना चाहता हूँ कि मेघालय तीन क्षेत्रों से बना है। खासी हिल, जयंतियां हिल और गारों हिल से मिलकर मेघालय राज्य का निर्माण हुआ है। यह राज्य मातृत्व सत्तात्मक समाज है। सम्पत्ति के अधिकार पर सबसे छोटी लड़की का अधिकार होता है। लड़की के शादी होने पर लड़का ही लड़की के घर रहता है। लड़का को अपने घर में सम्पत्ति पर कोई अधिकार नहीं होता। लड़का अपने घर जाता है तो एक मेहमान के रूप में जाता है। यहां से हमलोग शिलांग के लिए प्रस्थान कर गये और रात्रि में शिलांग में ही विश्राम किये।

अगले दिन हम शिलांग के स्थानीय बाजार में गए। वहां की धूप, बारिश और ठंड आदि की चीजें खरीदी। वहां के लोगों से मिलकर हमने उनकी जिन्दगी के बारे में जानकारी प्राप्त की।

शिलांग में, हमने लगभग चार दिनों के लिए ठहराव किया। इसका पहला दो दिन हमने इनस्पायर गेस्ट हाउस में बिताया, जो की पूरी तरह से पहाड़ों के नीचे स्थित एक नवनिर्मित भवन था। यहां के लोग अत्यंत सौम्य और आत्मनिर्भर थे। शेष दो दिन हमने हॉली डे होम्स में बिताए, जो की पहाड़ के ऊपर स्थित हैं। इस स्थान पर चाय, नास्ता, और भोजन का विशेष प्रबंध था। हॉली डे होम्स पहाड़ की ऊंचाई पर स्थित हैं और इससे शहर का सुंदर दृश्य देखा जा सकता है। यहां का पुलिस बाजार, जो की मुख्य बाजार है, सभी स्थानों के लिए वाहन सेवाएं प्रदान करता है और यह भोजन एवं जलपान के स्थल के रूप में प्रसिद्ध है। शिलांग का इर्द-गिर्द दो दिनों में खोज किया जा सकता है, जो खाना पीना और बाजारिक गतिविधियों का मुख्य केंद्र है। शिलांग में शाकाहारी दुकानें कम मिलती हैं। यहां की अधिकांश लड़कियां जींस और शर्ट पहनती हैं,

जबकि ग्रामीण महिलाएं और लड़कियां शमीज और सलवार के ऊपर एक कपड़े को तिरछा बांधती हैं। पुरुष लोग आमतौर पर पैंट और शर्ट पहनते हैं।

शिलांग में एक सात मंजिला भवन है जिसे डान बास्को म्यूजियम कहा जाता है, जो उत्तर पूर्व के शिक्षा, सांस्कृतिक विविधता, मछली पकड़ने के औजारों और सात राज्यों के विभिन्न परंपराओं के बारे में जानकारी प्रदान करता है। इस भवन के सबसे ऊचे मंच पर अनूठी रचना से सजीव किया गया है, जिसमें काफी विविधता है। हमने यहां से शिलांग के समूचे इलाके का अध्ययन किया, और इस स्थान की ऐतिहासिक महत्वपूर्णता को साकार किया। हमने एयर फोर्स म्यूजियम भी देखा, जहां सैनिकों द्वारा रक्षा के दौरान उपयोग किए जाने वाले हथियारों को देखने का अवसर मिला। फाइटर प्लेन से लेकर हेलीकॉप्टर तक सब देखने का और उनके साथ खड़े होकर फोटो खिंचवाने का गर्व भी महसूस किया। हमें अपने देश के सैनिकों पर गर्व है, जिन्होंने हमें शांति में रहने का एक अमूल्य अवसर प्रदान किया है, और हम उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं।

दिनांक 18/09/2023 को हमलोग तैयार होकर गुवाहाटी के लिए प्रस्थान कर गये। यहां पर मां कामाख्या देवी का दर्शन करने में पांच छः घंटे लग गये। गुवाहाटी रेलवे स्टेशन पर रिटायरिंग रूम बुक था, अपना सामान रखने के उपरांत पास में पलटन बाजार चले गये। वहां पर हमलोग धुमे और वापस रिटायरिंग रूम आ गये। रात्रि विश्राम किये और सुबह उठकर तैयार होकर वापसी के लिए दिनांक 19/09/2023 को पटना प्रस्थान कर गये। रात को दस बजे पाटलिपुत्र रेलवे स्टेशन पहुंच गए।

इस तरह से मेघालय की यात्रा मेरे लिए एक यादगार अनुभव रहा और मैंने वहां के सुंदर दृश्यों, स्थलों, और लोगों के साथ अपनी जिन्दगी के एक नये अनुभव को महसूस किये। यह यात्रा मेरे जीवन का एक अद्वितीय चरण था जिसने मेरी दृष्टि को बदल दिया और मेरे मन को शांति प्रदान की। ♦

सामाजिक जीवन में लेखापरीक्षा की भूमिका



✍ गौरव कुमार महतो
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

सामाजिक कल्याण के उद्देश्य से सरकारी कार्यक्रमों की दक्षता और प्रभाव का मूल्यांकन करने में ऑडिट महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। धन के आवंटन और उपयोग की जांच करके, लेखापरीक्षक यह सुनिश्चित करने में योगदान देते हैं कि संसाधन उनके इच्छित लाभार्थियों तक पहुंचें, सार्वजनिक संस्थानों में विश्वास को बढ़ावा दें और सामाजिक समानता को बढ़ावा दें।

गैर-लाभकारी संगठनों और गैर-सरकारी संगठनों (एनजीओ) द्वारा प्रदान की जाने वाली सामाजिक सेवाओं के क्षेत्र में, ऑडिट एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। ये ऑडिट धन उगाहने, व्यय और कार्यक्रम कार्यान्वयन में पारदर्शिता बनाए रखने में मदद करते हैं, जिससे यह सुनिश्चित होता है कि ये संस्थाएं अपने इच्छित सामाजिक मिशनों को प्रभावी ढंग से पूरा करती हैं।

शिक्षण संस्थान:- शैक्षणिक संस्थानों में ऑडिट न केवल वित्तीय मामलों बल्कि शिक्षा की गुणवत्ता, नियमों के पालन और समग्र सीखने के माहौल का भी आकलन करता है। अकादमिक ऑडिट के माध्यम से, संस्थान सुधार के क्षेत्रों की पहचान कर सकते हैं, मानकों को बनाए रख सकते हैं और छात्रों के लिए शैक्षिक अनुभव को बढ़ा सकते हैं।

स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र:- स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र में, ऑडिट गुणवत्ता आश्वासन और रोगी सुरक्षा में योगदान करते हैं। चिकित्सा पद्धतियों का मूल्यांकन, प्रोटोकॉल का पालन और स्वास्थ्य देखभाल संसाधनों का आवंटन यह सुनिश्चित करता है कि समुदाय को इष्टतम स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त हों, जिससे समग्र कल्याण में वृद्धि हो।

पर्यावरण लेखापरीक्षा:- सामाजिक जिम्मेदारी के संदर्भ में, पर्यावरण ऑडिट पर्यावरण पर मानवीय गतिविधियों के प्रभाव का आकलन करता है। ये ऑडिट वर्तमान और भविष्य की पीढ़ियों की भलाई की रक्षा करते हुए स्थायी प्रथाओं, जिम्मेदार संसाधन प्रबंधन और पारिस्थितिक संरक्षण को बढ़ावा देते हैं।

कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व (सीएसआर):- व्यवसायों द्वारा की गई कॉर्पोरेट सामाजिक जिम्मेदारी पहल की प्रभावशीलता का मूल्यांकन करने में ऑडिट महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। कॉर्पोरेट गतिविधियों के पर्यावरणीय, सामाजिक और आर्थिक प्रभाव का आकलन करके, ऑडिट यह सुनिश्चित करता है कि व्यवसाय समाज में सकारात्मक योगदान दें और नैतिक मानकों को पूरा करें।

सामाजिक न्याय और मानवाधिकार:- सामाजिक न्याय और मानवाधिकारों के मूल्यांकन और प्रचार के लिए ऑडिट आवश्यक उपकरण हैं। चाहे विविधता नीतियों के पालन, कार्यस्थल समानता, या कमजोर आबादी की सुरक्षा की जांच हो, ऑडिट एक अधिक न्यायपूर्ण और समावेशी समाज बनाने में योगदान करते हैं।

निष्कर्ष:- इस तरह सामाजिक जीवन में लेखापरीक्षा की भूमिका वित्तीय मूल्यांकन से कहीं आगे तक फैली हुई है। ऑडिट विभिन्न क्षेत्रों में पारदर्शिता, जवाबदेही और सामाजिक न्याय को बढ़ावा देने के लिए अपरिहार्य उपकरण के रूप में कार्य करता है। चाहे सरकारी कार्यक्रम हों, गैर-लाभकारी संगठन हों, शिक्षा, स्वास्थ्य देखभाल, या कॉर्पोरेट गतिविधियाँ हों, ऑडिट यह सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं कि सामाजिक प्रणालियाँ प्रभावी ढंग से कार्य करती हैं और व्यक्तियों और समुदायों की भलाई में सकारात्मक योगदान देती हैं। सामाजिक ऑडिट के महत्व पर जोर देने से जिम्मेदारी और जवाबदेही की संस्कृति को बढ़ावा मिलता है, जिससे अंततः एक अधिक न्यायसंगत और टिकाऊ समाज का निर्माण होता है। ♦

शहरी परिवहन : समस्याएँ एवं निदान



✍ शंकरा नंद झा
हिन्दी अधिकारी

केन्द्र एवं राज्य सरकारों द्वारा परिवहन के हर माध्यम जैसे सड़क, रेल, हवाई मार्ग एवं जल मार्ग का लगातार विकास किया जा रहा है। परिवहन के क्षेत्र में हुई उल्लेखनीय प्रगति से लंबी दूरी की यात्राएँ वाकई सुगम और समय बचाने वाली हो गई हैं।

लेकिन परिवहन में लगने वाले समय का एक दूसरा पहलू भी है जो दिन-प्रतिदिन विकराल रूप लेता जा रहा है और यह पहलू है ट्रेफिक जाम की समस्या। जहाँ एक ओर लम्बी दूरी की यात्रा में लगने वाला समय दिन-प्रतिदिन कम होता जा रहा है वहीं रोजमर्रा के जीवन में लगने वाली यात्राओं के समय में दिन प्रतिदिन बढ़ोत्तरी होती जा रही है। जहाँ एक तरफ हम महीनों या सालों में की जाने वाली लंबी दूरी की एकाध यात्राओं में कुछ घंटे बचा पा रहे हैं वहीं इसके विपरीत हर रोज की जाने वाली यात्राएँ जैसे ऑफिस जाने, बच्चों के स्कूल-कॉलेज जाने, बाजार जाने आदि में लगने वाला समय दिन-प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है। ऐसा लगता है कि हजार किमी की दूरी और 10-15 किमी की दूरी में लगने वाला समय बराबर हो गया है। अगर हम मुंबई जैसे महानगरों की बात करें तो मुंबई से दिल्ली की दूरी हवाई मार्ग से तय करने में जितना समय लगता है उससे अधिक समय मुंबई के किसी दूर-दराज इलाके से मुंबई हवाई अड्डे तक जाने में लगता है।

किसी भी बड़े शहर में एक आम आदमी को अपने ऑफिस अथवा काम पर जाने में औसतन 1.30 से 2 घंटे लग जाते हैं। अगर हम आने और जाने के समय को जोड़ लें तो 20 कि.मी. की दूरी तय करने में औसतन 3 से 4 घंटे लग जाते हैं। ट्रेफिक जाम की यह समस्या दिन-प्रतिदिन गंभीर बनती जा रही है और इसके कई भयंकर दुष्परिणाम सामने आ रहे हैं। कई बार लोग अपने गंतव्य पर समय से नहीं पहुँच

पाते हैं जिनके कारण उनका तनाव बढ़ जाता है और उनका मानसिक स्वास्थ्य भी खराब होने लगता है। अब समय आ गया है जब रोजमर्रा की यात्राओं में लगने वाले समय को कम करने हेतु गंभीरता से प्रयास किया जाए।

ट्रेफिक जाम की समस्या का मुख्य कारण एवं निदान:— शहरों की बढ़ती हुई आबादी ट्रेफिक जाम का सबसे बड़ा कारण बनता जा रहा है। बड़ी तेजी से लोगों का शहरों की ओर पालायन हो रहा है। हर छोटे-बड़े कार्यों हेतु लोग शहरों का रुख कर रहे हैं। अगर शहरों के सड़कों पर चलने वाले लोगों का अध्ययन करें तो इसमें मुख्यतः तीन प्रकार के लोग नजर आएंगे। पहला उन लोगों की तादाद जो गाँव से शहर रोजगार की तलाश में आए होते हैं और अस्थायी रूप से उस शहर में बस गए होते हैं। दूसरी तादाद में उन छात्रों की होती है जो राज्य एवं देश के विभिन्न कोनों से कॉलेजों एवं कोचिंग संस्थानों में पढ़ने के लिए आते होते हैं और तीसरी तादाद होती है बेहतर इलाज की तालाश में गाँव से शहर में आने वाले लोगों की। अगर हम इन तीनों की संख्या को जोड़ दें तो उस शहर के स्थायी निवासियों की संख्या से कई गुणा अधिक होती है।

अतः यह आवश्यक है कि ऊपर बताए गए लोगों की जनसंख्या को कम करने के लिए ठोस एवं स्थायी कदम उठाए जाएं। अब प्रश्न उठता है कि क्या बड़े-बड़े उद्योग धंधे केवल महानगरों एवं बड़े शहरों में ही लगाए जा सकते हैं। अब जबकि देश के अधिकांश कस्बे एवं गाँव अच्छी सड़कों, रेल मार्ग एवं

यहाँ तक कि हवाई मार्ग से भी जुड़ गए हैं इन छोटे शहरों एवं कस्बों के आस-पास उद्योग धंधे लगाना आसान एवं अपेक्षाकृत कम खर्चीले हो गए हैं। उद्योग लगवाने हेतु भूमि इन छोटे कस्बों में काफी कम कीमत पर मिल जाएंगे। साथ ही इनमें काम करने हेतु मजदूर भी महानगरों की तुलना में कम वेतन पर उपलब्ध हो जाएंगे। अतः आवश्यक है कि केन्द्र एवं राज्य सरकारें मिलकर छोटे-छोटे कस्बों में उद्योग लगाने हेतु प्रोत्साहित करें।

इस प्रकार बड़े शहरों एवं महानगरों की तुलना में छोटे कस्बों में अच्छे स्कूल, कोचिंग संस्थान एवं अस्पताल खोलने वाले लोगों को यथोपेक्षित सब्सिडी एवं प्रोत्साहन दिया जाना चाहिए ताकि गाँवों से पलायन काने वाले लोगों की संख्या में कमी आए तथा शहरों में बढ़ती भीड़ पर भी लगाम लगाया जा सके।

बड़े शहरों में प्रदूषण की बढ़ती समस्या:— सड़कों पर गाड़ियों की बढ़ती संख्या के कारण प्रदूषण की भी विकट समस्या उत्पन्न हो गई है। दिल्ली जैसे महानगरों में सर्दियों के दिनों में ए.क्यू. आई. का स्तर 900 तक पहुँच जाता है और लोगो का सांस लेना भी मुश्किल हो जाता है। ऐस में आवश्यक है कि सड़कों में गाड़ियों की संख्या को कम किया जाए।

कुछ दीर्घकालिक एवं दूरगामी कदम उठाते हुए इस समस्या को बहुत हद तक कम किया जा सकता है जैसे कि जितने भी नए दफ्तर, स्कूल-कॉलेज आदि बनाए जा रहे हैं उनमें कैम्पस के अंदर ही कर्मचारियों के रहने की व्यवस्था की जाए। इसी प्रकार उद्योग धंधों में काम करने वाले मजदूरों हेतु भी कारखाना के आस-पास ही रहने की व्यवस्था करके सड़कों की भीड़ को कम किया जा सकता है। इससे न केवल ट्रैफिक जाम की समस्या से निजात मिलेगी बल्कि वायु प्रदूषण एवं ध्वनि प्रदूषण से काफी हद तक राहत पाया जा सकता है।

ट्रैफिक एवं प्रदूषण की समस्या से निपटने हेतु पब्लिक ट्रांसपोर्ट को सुलभ एवं आरामदायक बनाना आवश्यक है। मेट्रो तथा इलेक्ट्रिक बसों का विस्तार एवं पहुँच छोटे शहरों तक किया जाना आवश्यक है। इसी प्रकार महत्वपूर्ण मार्गों पर कारपूल जैसी व्यवस्था को लागू कर पर्सनल गाड़ियों के प्रयोग में कमी लायी जा सकती है।

अतः केंद्र सरकार एवं तमाम राज्य सरकारों को मिलाकर शहरों में रहने वाले लोगों के जीवन को आसान बनाने, गाँवों एवं शहरों की जनसंख्या के बीच स्थापित करने तथा पर्यावरण अनुकूल समावेशी विकास को बढ़ावा देने हेतु आवश्यक कदम उठाना चाहिए। ♦





एक कप चाय : शांति और स्फूर्ति का अमृत

चाय का एक कप, सिर्फ एक पेय नहीं बल्कि सांस्कृतिक और भौगोलिक सीमाओं और समय से परे ऐसा पेय है जो कई लोगों के दिलों में एक विशेष स्थान रखता है। पत्तियों और गर्म पानी के मिश्रण से कहीं अधिक, एक कप चाय जीवन की हलचल में एक ठहराव और सांत्वना के एक क्षण का प्रतिनिधित्व करती है।

सांस्कृतिक महत्व— चाय, सदियों पुराने अपने समृद्ध इतिहास के साथ, दुनिया भर की विभिन्न संस्कृतियों का एक अभिन्न अंग बन गई है। पारंपरिक जापानी चाय समारोहों से लेकर ब्रिटिश दोपहर की चाय तक, चाय बनाने और पीने का कार्य सांस्कृतिक परंपराओं और शिष्टाचार को दर्शाता है। यह आतिथ्य के प्रतीक के रूप में कार्य करता है, लोगों को बातचीत और संपर्क के लिए एक साथ लाता है। चाय से जुड़े सामाजिक अनुष्ठान मानवीय रिश्तों को बढ़ावा देने में इसके महत्व को रेखांकित करते हैं।

चिकित्सीय लाभ— एक कप चाय के चिकित्सीय लाभ अच्छी तरह से सर्वज्ञात हैं। चाय की गर्माहट, इसके सुगंधित सार के साथ, इंद्रियों पर शांत प्रभाव डालती है। हर्बल चाय, जैसे कैमोमाइल या पेपरमिंट, अपने सुखदायक गुणों के लिए प्रसिद्ध हैं और अक्सर तनाव को कम करने और विश्राम को बढ़ावा देने के लिए इसका सेवन किया जाता है। चाय की चुस्कियाँ लेने का कार्य एक सचेतन अभ्यास बन जाता है, जो दिन की माँगों से थोड़ी राहत देता है।

चिंतन और मनन— एक कप चाय चिंतन और मनन के क्षणों के साथी के रूप में काम करती है। चाहे एकांत में आनंद लिया जाए या दूसरों के साथ साझा किया जाए, चाय पीने के साथ मिलने वाली शांति आत्मनिरीक्षण का अवसर प्रदान करती है। यह व्यक्तियों को दैनिक जीवन की अराजकता से क्षण



✍ सतीश चंद्रा

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी, (सेवानिवृत्त)

भर के लिए अलग होने की अनुमति देता है, मन के विचारों और अनुभवों के चिंतन को प्रोत्साहित करता है।

विविधता और वैयक्तिकरण— असंख्य किस्मों और स्वादों में उपलब्ध चाय, विविध प्राथमिकताओं को पूरा करती है। मजबूत काली चाय से लेकर नाजुक हरी चाय तक, प्रत्येक कप एक अद्वितीय संवेदी अनुभव प्रदान करता है। शहद, नींबू या मसालों को शामिल करके चाय का वैयक्तिकरण, व्यक्तियों को अपनी पसंद के अनुसार पेय बनाने की सुविधा देता है। यह विविधता न केवल चाय पीने के आनंद को बढ़ाती है बल्कि समाज में स्वाद और प्राथमिकताओं की विविधता को भी दर्शाती है।

एक कप चाय एक पेय पदार्थ से कहीं अधिक है। यह एक सांस्कृतिक प्रतीक, एक चिकित्सीय अमृत और मूड के लिए उत्प्रेरक है। इसका महत्व केवल पीने की क्रिया में ही नहीं बल्कि इसके आसपास के रीति-रिवाजों, परंपराओं और जुड़ाव के क्षणों में भी निहित है। जैसे ही व्यक्ति आराम के लम्हों में चाय का कप पकड़ते हैं, वे एक संवेदी यात्रा पर निकल पड़ते हैं जो समय और सीमाओं को पार करती है, जो जीवन के तनाव में आराम और खुशी का एक छोटा लेकिन गहरा स्रोत प्रदान करती है।

संदर्भ— कुछ तथ्य इंटरनेट से लिए गए हैं।



✍ **रूपेश कुमार सिंह**
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

मिले दुनिया भी तो इंसों की हसरत कम नहीं होती
निगोड़े बावले मन की जरूरत कम नहीं होती
मेरी फितरत है कि मेरी मुहब्बत कम नहीं होती
तेरी फितरत है कि तेरी शिकायत कम नहीं होती
कोई उल्फत में जाँ देना इबादत सा समझता है
किसी की, जान लेकर भी, तिजारत कम नहीं होती
बड़ों के आगे झुकने से कोई छोटा नहीं होता
बुजुर्गों की दुआ लेने से इज्जत कम नहीं होती
बड़े होते नहीं बच्चे कभी वालिद की नजरों में
मिले झिड़की मगर उसकी हिदायत कम नहीं होती
अजी, इस राजनीति का सगा कोई नहीं होता
कफन बिक जाँए जितने भी, सियासत कम नहीं होती
जरूरतमंद कोई दर से खाली हाथ न जाये
मदद है इक इबादत, इससे दौलत कम नहीं होती
अमर कर देगी तुमको भी, तुम्हारे वारिसों को भी
सुनो, इंसानियत की भी विरासत कम नहीं होती
ये मेहनत की कमाई भी असर जादू सा रखती है
अगर बासी भी हो रोटी तो लज्जत कम नहीं होती
दिलों की दूरियाँ तो बस मुहब्बत ही मिटायेगी
हिकारत से मेरे यारों अदावत कम नहीं होती
मैं हूँ इंसों, मेरी नादानियाँ भी कम नहीं होती
वो है भगवान, उसकी भी इनायत कम नहीं होती

◆

दो अनचाहे मेहमान

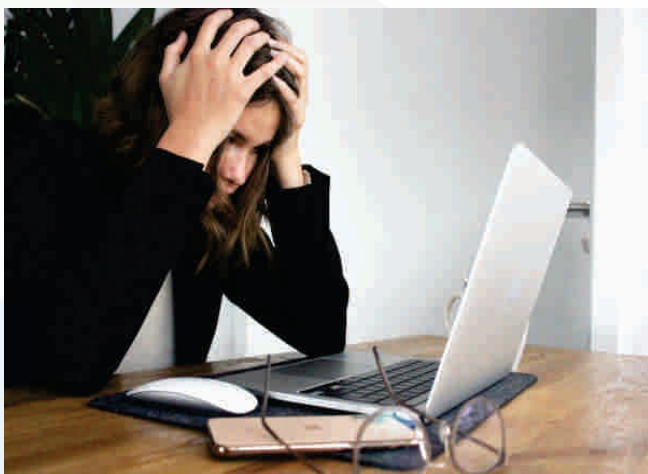


✍ मनीज कुमार नं 6

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

हम लोगों के जीवन में अकसर कोई न कोई अनचाहे मेहमान आ ही जाते हैं न चाहते हुए भी हमें उनसे जूझना ही पड़ता है। ये तकरीबन साथ-साथ ही चलते हैं, एक अगर आ गया तो देर सवेर दूसरा भी आ ही जाता है, ये मेहमान हैं तनाव और चिंता।

तनाव हम सभी को प्रभावित करता है। जो भी काम हमें चुनौती देता है वो तनाव भी देता है। जैसे— हम अपने बच्चों को अनुशासित करते समय, काम के व्यस्त समय के दौरान, कोई काम का डेडलाइन दिया जाता है और समय हाथ से फिसलता जा रहा हो तब, अपने वित्त का प्रबंधन करते समय, या किसी चुनौतीपूर्ण रिश्ते का सामना करते समय तनाव के लक्षण देख सकते हैं। जब आपको खतरा महसूस होता है, तो आपके शरीर में एक रसायनिक प्रतिक्रिया होती है जो आपको उसको रोकने के लिए कार्य करने की अनुमति देती है। इस प्रतिक्रिया को “लड़ाई—या—उड़ान” या तनाव प्रतिक्रिया के रूप में जाना जाता है। हमें इसका सामना करना है या इससे दूर हो जाना है। तनाव का मतलब अलग-अलग लोगों के लिए अलग-अलग होता है। एक व्यक्ति में तनाव का कारण दूसरे के लिए कोई दूसरा कारण हो सकता है। पर इससे शायद ही कोई अपरिचित हो।



दूसरी ओर, चिंता थोड़ी अलग है। यह बेचौनी की निरंतर भावना की तरह है जो तब भी बनी रहती है जब कोई विशिष्ट तनाव मौजूद न हो। अभी जो हो रहा है उस पर प्रतिक्रिया देने के बजाय भविष्य में क्या हो सकता है, इसके बारे में अत्यधिक सोचना ही, चिंता करना है।

तनाव की अधिकता और इसके साथ आने वाले स्वास्थ्य परिणामों को रोकने के लिए सबसे अच्छी बात जो आप कर सकते हैं वह है अपने तनाव के लक्षणों को जानना। तनाव के शारीरिक, भावनात्मक, संज्ञानात्मक और व्यवहार संबंधी लक्षण हो सकते हैं।

शारीरिक लक्षण:— कम ऊर्जा, सिर दर्द, दर्द और तनावग्रस्त मांसपेशियाँ, अनिद्रा, दिल की तेज धड़कन, सीने में दर्द, यौन इच्छा और क्षमता में कमी, घबराहट और कंपकंपी, कानों में घंटियाँ बजना, और ठंडे या पसीने से तर हाथ और पैर, शुष्क मुँह और निगलने में कठिनाई, भींचा हुआ जबड़ा और दांत पीसना और कुछ लोगों में पेट खराब होना आदि शामिल हैं। हृदय संबंधी रोग जिसमें हृदय रोग, उच्च रक्तचाप, असामान्य हृदय ताल, दिल के दौरों और स्ट्रोक आदि भी शामिल हैं।

भावनात्मक लक्षणों में हम आसानी से उत्तेजित, निराश और मूड़ी हो जाते हैं, नियंत्रण खोना या नियंत्रण लेने में परेशानी, अपने बारे में बुरा महसूस करना (कम आत्मसम्मान), और अकेला, बेकार और उदास महसूस करना, दूसरों से बचना आदि महसूस करते हैं। मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं,

जैसे अवसाद, चिंता और व्यक्तित्व विकार भी इसमें शामिल हैं।

संज्ञानात्मक लक्षणों में हम लगातार चिंता, ध्यान केंद्रित करने में असमर्थता, विस्मृति और अव्यवस्था, निराशावादी होना या केवल नकारात्मक पक्ष देखना आदि शामिल हैं।

तनाव के व्यवहार संबंधी लक्षणों में भूख में परिवर्तन – या तो खाना न खाना या बहुत अधिक खाना, टालमटोल करना और जिम्मेदारियों से बचना, शराब, नशीली दवाओं या सिगरेट का अधिक उपयोग, अधिक नर्वस व्यवहार करना, जैसे नाखून चबाना, हिलना-डुलना और इधर-उधर घूमना आदि शामिल हैं।

आइये मेरे अनुसार हम कुछ सरल उपाय देखते हैं जो हमें तनाव और चिंता से निपटने में मदद कर सकता है।

श्वास का महत्व:— हर एक भावना के लिए हमारी श्वास में एक विशेष लय है। धीमे और लंबे श्वास आनंद का और उग्र श्वास तनाव का संकेत देते हैं। जिस तरह से एक शिशु श्वास लेता है, वह एक वयस्क के श्वास लेने के तरीके से भिन्न है। यह तनाव ही है जो एक व्यक्ति की श्वसन पद्धति को भिन्न बनाता है। शिशु जब श्वास लेता है तो गहरा श्वास लेता है, श्वास लेने समय उसका पेट फूलता है और छोड़ने समय पेट पचक जाता है इसे बेली ब्रेथिंग भी कहते हैं पर हम जैसे-जैसे बड़े होते हैं, हम गहरी श्वास की जगह छीछला श्वास लेना शुरू कर देते हैं। हमें श्वास की प्रक्रिया पर ध्यान देना चाहिए। एक गहरा श्वास आपको प्राणदायी ऑक्सीजन से भर देता है आपके प्रत्येक कोशिका को ऊर्जा से अभिभूत कर देता है। आप किसी अनुभवी निपुण प्रशिक्षक से संपर्क कर समझ सकते हैं।

दौड़ना/जॉगिंग:— ऐसा मानना है कि दौड़ने से एक्सरसाइज के दौरान और एक्सरसाइज के बाद अच्छे-अच्छे न्यूरोट्रांसमीटर, सेरोटोनिन और नॉरपेनेफ्रिन में स्थायी परिवर्तन होते हैं। जो हमारे मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाते हैं। एक अध्ययन

के मुताबिक आप दिन में पांच मिनट तक दौड़ते हैं तो लंबी उम्र तक जी सकते हैं। यह भी पाया गया है कि व्यायाम से अनिद्रा की समस्या दूर हो सकती है।

लंबी वॉक/व्यायाम:— लंबी दूरी तक पैदल चलने से भी स्ट्रेस दूर होता है। कहा जाता है कि कुदरती माहौल दिमाग को शांत करता है और अवसाद और चिंता से निजात दिलाता है। ऐसा देखा गया है कि जो लोग 20 मिनट तक लंबी दूरी तक पैदल यात्रा करते हैं उनमें स्ट्रेस हार्मोन का स्तर कम रहता है। 50 मिनट तक कुदरती माहौल में रहने वाले युवाओं में चिंता और अवसाद का स्तर बहुत कम पाया गया। इतना ही नहीं उनकी याददाश्त में भी मजबूत रहती है।

व्यायामात् लभते स्वास्थ्यं दीर्घायुष्यं बलं सुखं।

आरोग्यं परमं भाग्यं स्वास्थ्यं सर्वार्थसाधनम्॥

व्यायाम से स्वास्थ्य, लम्बी आयु, बल और सुख की प्राप्ति होती है। निरोगी होना परम भाग्य है और स्वास्थ्य से अन्य सभी कार्य सिद्ध होते हैं।

योग:— योग की कक्षाओं में जाने वाले सभी प्रतिभागियों में चिंता के स्तर में सुधार देखा जाता है। प्रतिभागियों में अवसाद, चिंता और क्रोध के कम लक्षण दिखाई देते हैं। योग करने से ना सिर्फ आंतरिक मजबूती आती है बल्कि साँस भी ठीक रहता है। इतना ही नहीं योग मन को भी शांत रखता है। आप किसी निपुण योग ट्रेनर से संपर्क कर योग की शुरुआत कर सकते हैं। ये आपके मानसिक मजबूती में काफी सहायता कर सकता है।



पर्याप्त नींद:— यदि आप रात में 7 से 8 घंटे की एक अच्छी नींद नहीं लेते हैं तो दिनभर थकान महसूस करते हैं और अपर्याप्त नींद आपके मूड, मेंटल हेल्थ, एनर्जी लेवल और फिजिकल हेल्थ पर बुरा असर डालती है। इसलिए यदि आप तनाव से निजात पाना चाहते हैं तो पर्याप्त मात्रा में नींद अवश्य लें।

समय प्रबंधन:— हमारे दैनिक जीवन में कई तनाव समय प्रबंधन को ठीक से नहीं करने पर आता है। अगर हम अपने कार्य को प्राथमिकता के अनुसार सूचीबद्ध कर उस पर अमल करें तो बहुत हद तक दैनिक जीवन के तनाव से बच सकते हैं।

मजबूत सोशल नेटवर्क:— आप स्कूल, कॉलेज या ऑफिस जहां भी जाते हैं वहां के अपने साथियों के साथ हमेशा संपर्क में रहें। दोस्त कम बनाएं पर अच्छे— सच्चे बनाएं, स्वार्थ सिद्धी वाली दोस्ती से दूर रहें। अपने पुराने दोस्तों, परिवार के लोगों को अपने पार्टनर के साथ हमेशा बातचीत करते रहें। इसके अलावा यदि आप किसी ग्रुप में शामिल हैं तो उसमें हमेशा एक्टिव रहे। जिससे जरूरत के समय में लोग आपका साथ दें और आपकी परेशानी सुनें और आपको सलाह दें। क्योंकि जब भी हम तनाव में होते हैं तो हमारा मस्तिष्क इतना एक्टिव नहीं होता है कि किसी निर्णय को पूरी सोच—समझ के साथ लें। अगर थोड़ा झुकने से आपके रिश्ते सुधरते हैं तो थोड़ा झुक जाएं लेकिन बार बार आपको झुकना पड़े तो थोड़ा रुक जाएं। सबको खुश करने में परेशान न रहें। खुद को प्रसन्न रखना भी आपकी ही जिम्मेदारी है।

कुछ नया सीखें:— कुछ लोगों को जब भी टाइम मिलता है तो वो या तो सारा समय किसी बात की टेंशन में गुजार देते हैं या फोन के साथ। ऐसा करना हमारे तनाव को बढ़ाता है। इसलिए हमें जब भी समय मिले तो हम कुछ नया सीखें। अपनी स्किल्स पर काम करें। क्योंकि जब भी वो काम करते हैं, जो आपको पसंद है तो आप खुद को एक्टिव और अपने मन को शांत पाते हैं और आपका तनाव कम होता है।

आहार में बदलाव:— आप इस बात पर शायद

यकीन न करें लेकिन खाने—पीने का और हमारे मस्तिष्क के बीच बहुत गहरा रिश्ता होता है। आप जितना जंक फूड और पैकेज्ड फूड खाते हैं, आपका दिमाग उतना ही कम सक्रिय होता है। इसलिए आपको अपनी डाइट में हरी सब्जियां और फल जरूर शामिल करें। जिससे आप शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रहें।

स्वस्थ जीवनशैली अपनाना:— संतुलित जीवन शैली अपनाना स्ट्रेस मैनेजमेंट में अहम भूमिका निभाता है। एक्सपर्ट भी नियमित रूप से व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल करने की सलाह देते हैं। व्यायाम से एंडोर्फिन निकलता है, जो तनाव को कम करने और मूड को बेहतर बनाने में मदद करता है। इसके अलावा हेल्दी डाइट और पर्याप्त नींद लें। बहुत ज्यादा एल्कोहल या कैफीन के सेवन से बचें।

माइंडफुलनेस का अभ्यास:— जिसमें ध्यान, गहरी सांस लेने वाले व्यायाम या सावधान चलने जैसी एक्टिविटीज शामिल हैं। इनसे तनाव को कम करने में काफी मदद मिलती है और सेहत भी अच्छी रहती है।

थोड़ा विराम और स्वयं पर ध्यान:— काम के दौरान बीच—बीच में ब्रेक लेना भी बहुत जरूरी है। महज 10 से 15 मिनट का ब्रेक आपको रिचार्ज कर सकता है। ब्रेक के दौरान किसी से बातचीत करें, अपना फेवरेट गेम खेलें या फिर अपनी कोई पसंदीदा एक्टिविटीज करें। इससे थकान, तनाव को दूर करने में काफी हद तक मदद मिलती है।

समस्याएं शेयर करें:— अगर कोई समस्या आपको बहुत ज्यादा परेशान कर रही है, तो उसे अपने किसी करीबी से शेयर करने में कोई बुराई नहीं है। कई बार तनाव या दुख बांटने से कम हो जाता है और उसका हल भी मिल जाता है।

एक्सपर्ट की मदद लें:— अगर आप लगातार तनाव, एंग्जाइटी से जूझ रहे हैं, तो एक्सपर्ट की सलाह लेने में बिल्कुल भी न हिचकिचाएं। मानसिक रूप से स्वस्थ रहना बहुत जरूरी है क्योंकि इसका सीधा संबंध शारीरिक स्वास्थ्य से होता है। ज्यादातर

लोग मानसिक स्वास्थ्य को गंभीरता से नहीं लेते जबकि मेरे अनुसार मानसिक स्वास्थ्य सबसे अहम भूमिका निभाता है। अगर मानसिक स्वास्थ्य सही है तो शारीरिक स्वास्थ्य अपने आप सही होने लगेगा, अगर शारीरिक स्वास्थ्य सही रखना है तो स्वस्थ जीवन शैली अपनाना ही होगा और अगर ये सभी सही है तो आर्थिक स्वास्थ्य सही रहेगा ही, शर्त ये है की केवल आप दूसरे से आर्थिक तुलना न करें तो। आज अधिकांश लोग आर्थिक लालसा में शारीरिक स्वास्थ्य पर ध्यान दिये बिना ही आवश्यकता से अधिक परेशान रहते हैं और स्वास्थ्य बिगड़ने के बाद दोनों से हाथ धोते हैं। इसलिए जीवन में एक स्थिरता और सतत सम्यक प्रयास कि आवश्यकता है जिससे जीवन का आनंद लिया जा सके न कि

मानसिक, शारीरिक परेशानी का तनाव।

तनाव और चिंता की परिस्थितियाँ और निदान अलग-अलग व्यक्ति के लिए भिन्न हो सकती है। किसी भी निष्कर्ष पर पहुँचने और उपाय को अपनाने में अपने विवेक और इस क्षेत्र के निपुण व्यक्ति की सलाह अवश्य लें। किसी भी तरह आप अपने आप को इन दो अनचाहे मेहमान को दूर रखें इसे अपने पर हावी न होने दें।

चिंतायाश्च चितायाश्च बिन्दुमात्रं विशिष्यते।

चिता दहति निर्जीवं चिंता दहति जीवनम्॥

चिंता और चिता इन शब्दों में सिर्फ एक बिंदु का अंतर है। चिता मरे हुए को ही जलाती है, और चिंता जीवित को ही जलाती है। ♦

मनोज कुमार बने स्टेट रोलर स्केट चैम्पियन

PATNA: 49 वर्षीय मनोज कुमार गोल्डमैडलिस्ट बन कर बिहार स्टेट रोलर स्केट चैम्पियन बनने का कीर्तिमान स्थापित किया है। मनोज कुमार प्रधान महालेखाकार कार्यालय में वरिष्ठ लेखा परीक्षा अधिकारी के पद पर कार्यरत हैं। यह सम्मान उन्हें द्वितीय बिहार स्टेट रोलर स्केटिंग चैम्पियनशिप प्रतियोगिता-2023 का विजेता बनने पर पटना में दिया गया। सम्मान समारोह का आयोजन खेल मंत्री जीतेन्द्र कुमार राय और राज ऋषि सुदर्शनजी के मुख्य आतिथ्य में दो दिसम्बर 2023 को हुआ। गोल्डमैडलिस्ट मनोज कुमार ने इसका श्रेय अपने परिवार को दिया। इस सफलता के लिए विभिन्न खेल संघ, कार्यालय सहकर्मी, और खेल प्रेमियों से लगातार बधाई मिल रही है। बिहार स्टेट रोलर स्केटिंग संघ के अध्यक्ष अमर कुमार भारती ने उन्हें विशेष रूप बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। मनोज कुमार ऑडिट जैसे जटिल कार्य के साथ सफलता का परचम लहरा कर समाज एवं कार्यालय के लोगों के लिए प्रेरणास्त्रोत बनने का कार्य किया है।

बिहार अन्य

एजी ऑफिस पटना के मनोज कुमार ने State Roller Skating Championship में जीता गोल्ड

By Khel Dhaba December 4, 2023 0



सोशल मीडिया का सही उपयोग

सोशल मीडिया यानि व्हाट्सअप, इंस्टाग्राम, फेसबुक, यूट्यूब इत्यादि ने हमारे वर्तमान समाज में बड़ा परिवर्तन लाया है जिसने हमें अपने आस-पास की दुनियाँ से जोड़ दिया है। इसने हमें नए रिश्तों, विचारों और सांस्कृतिक अनुभवों के साथ अपनी दुनिया का नया दृष्टिकोण प्रदान किया है। हालांकि, इसका सही उपयोग करना महत्वपूर्ण है, क्योंकि सही उपयोग न होने से इसके नकारात्मक प्रभाव भी हो सकते हैं।

सही उपयोग का महत्व:— सोशल मीडिया का सही उपयोग करने से समृद्धि, ज्ञान, और सामाजिक समरसता में सुधार हो सकता है। यह एक ऐसा माध्यम है जो लोगों को सबसे नवीन और ताजगी भरे खबरों तक पहुंचाता है, जो उन्हें अपने विचारों और दृष्टिकोणों को साझा करने का अवसर देता है। यह एक साथी भी है जो विभिन्न क्षेत्रों में उनकी पेशेवर और व्यक्तिगत रूप से बढ़ती हुई जागरूकता में मदद करता है।

सही उपयोग के तरीके:— सोशल मीडिया का सही उपयोग करके लोग सकारात्मक जागरूकता बढ़ा सकते हैं। उन्हें नई तकनीकों, साहित्य, और कला के क्षेत्र में जानकारी मिलती है, जिससे उनकी बौद्धिक समृद्धि होती है।

सामाजिक संबंध बनाए रखना:— सोशल मीडिया को सही तरीके से उपयोग करके लोग अपने सामाजिक संबंधों को बनाए रख सकते हैं। वे दूर रहकर भी अपने दोस्तों और परिवार से जुड़े रह सकते हैं और उनके साथ अपने जीवन के पलों को साझा कर सकते हैं।

सतर्कता और नैतिकता:— सोशल मीडिया का सही उपयोग करने के लिए सतर्कता और नैतिकता का पालन करना आवश्यक है। लोगों को यहां नकारात्मकता, भ्रांतियां और भ्रष्टाचार का सामना करना पड़ सकता है, और ऐसे में सतर्क रहना

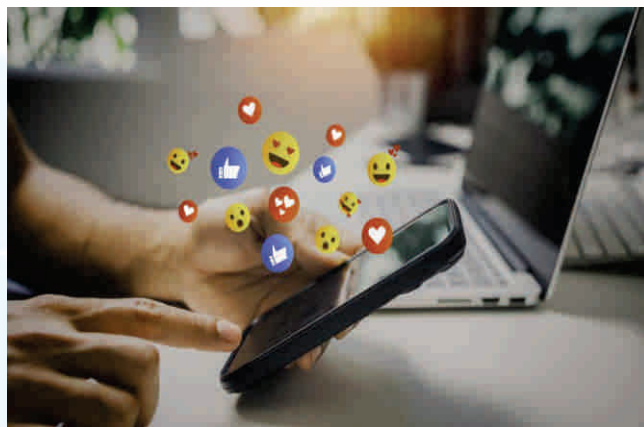


सुबोध कुमार
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

महत्वपूर्ण है।

सामाजिक जिम्मेदारी:— सोशल मीडिया का सही उपयोग करने के साथ, लोग अपनी सामाजिक जिम्मेदारियों को भी निभा सकते हैं। वे समाज में बेहतरीन बदलाव लाने के लिए आवाज उठा सकते हैं और सामाजिक समस्याओं का समाधान करने में योगदान कर सकते हैं।

सोशल मीडिया का सही उपयोग करना समाज के लिए महत्वपूर्ण है। यह एक सकारात्मक और सामाजिक जीवन को समृद्धि से भरने का साधन हो सकता है, लेकिन हमें सतर्क रहकर नैतिकता और सावधानी के साथ इसका उपयोग करना चाहिए। इससे ही हम सोशल मीडिया का सही उपयोग कर एक सामाजिक और सांस्कृतिक समृद्धि की दिशा में कदम बढ़ा सकते हैं। ♦



खामोशी

अट्टहास करता दुर्योधन
वस्त्रहीना स्त्रियों को देखकर,
शुष्क निर्लज्ज नयन
अघाए होंगे एकटक निहारकर।
क्या क्या गुजरा होगा
महसूस करना जरा सोचकर
सृजनरस वाहक हृदय
उम्मीदहीन रोया होगा बिलखकर।
शैतानी साये का आतंक
रोती मानवता सिसक सिसक कर,
नपुंसक भीड़ के समक्ष
बेटी के अस्तित्व को रख दिया चीर कर।
मणिपुर नारी दुर्दशा पर
प्रशासन बैठा है मौन साधकर
हत्या और अपराध कारक
घूम रहे हैं निर्भय होकर।



✍ राजू कुमार सिंह
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

हैवानियत के दरिंदे
बेधड़क खाएंगे बोटियाँ नोचकर
फर्क नहीं पड़ता उन्हें
सिंहासन पर बैठे जो हाथ बांधकर।
क्या हासिल हुआ
नारी आत्मसम्मान को रौंदकर,
क्यों नहीं रोक पाते
न्याय नहीं दिलाते कानून बनाकर?
क्या सिर्फ आंसू
और भग्न हृदय कविताई लिखकर,
ओझल होगी घटना
एक शोर के बाद खामोशी में दबकर ?



रिटायर्ड

नफरत होने लगी है मुझे
अपने शेरु से
रिटायर्ड हुआ हूं जब से ।
दो पालतू हो गए हैं
अब इस घर में
सौतन वाली फीलिंग आती है
अब मुझे उससे
शायद वह भी
नापसंद करने लगा है मुझे
सूखने लगता है खून
भीतर ही भीतर मेरा
हाथ फेरता है कोई उसपर
जब प्यार से
ऐसा स्नेह
कोई नहीं रखता मुझसे ।

वह रहता है
राजा बाबू की तरह
उसके खाने का
टहलने का
समय सबको है मालूम
और मुझे जब चाहा
दे दिया गया
इस भाव से
कि ले.... ठूंस ले ।

वह भी दिनभर
घर में घुसा रहता है
मगर ताने नहीं सुनता
और मुझे मारे
किसी का खाना हजम नहीं होता ।
मैं अब...
जाऊं तो जाऊं कहां
कभी मित्र के पास

आया जाया करता था
एक दिन बुदबुदाती आवाज
मेरे कानों से टकराई
अंदर के कमरे से ।
मित्र हाथ जोड़
संगिनी को मना कर रहा था
कुछ गिड़गिड़ा रहा था
फुसफुसा रहा था
फिर....
मित्र की नम आंखों ने
कह दिया था
यार... अब आना नहीं
मैं कहीं आता जाता नहीं
तब से ।
और
कमोवेश मेरी भी
है स्थिति यही
मैं भी किसी को
बुला सकता नहीं ।

घर के भीतर भी
हर कमरे में
मैं आता जाता नहीं... ।
मनाही तो नहीं
पर पता नहीं क्यों
एक बॉर्डर लाईन
कब कैसे खिंच गई ।

पर वह.....दुम हिलाता
कहीं भी घुस जाता है
बैठ जाता है बीच सबके
और मुंह ऐसे बनाता है
जैसे सुन रहा हो
बातें सबकी गौर से



✍ श्याम दत्त मिश्रा
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

बीच बीच में
भूंकता रहता है
जैसे ज्ञानी पुरुष बैठा हो
और किसी गंभीर समस्या का
हल बता रहा हो
फिर क्या
समझदारी का तमगा
देने लगते हैं सब उसे

और मैं अकेला पड़ा रहता हूं
कमरे के एक कोने में
सब समझते हैं
अब नासमझ मुझे ।

मेहमान भी घर आते हैं
उसकी ही वाहवाही करतें हैं
पता नहीं कौन सा
जादू टोना करता है
मैं तो यही जानता हूं
वह केवल भूंकता है ।

तो अब..... मैं भी
भौंकने लगा हूं
जिसे देखता हूं
भौंकता हूं
इस आस में
कि शायद मुझे भी
शेरु सा
प्यार मिल सके

कहाँ से और कैसे?



✍ रंजन कुमार

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

इस ब्रह्माण्ड में सभी चीजें दो रूपों में विद्यमान हैं, सजीव एवं निर्जीव। सजीव की काया तंत्रों से, तंत्र अंगों से, अंग उत्तकों से एवं उत्तक, कोशिकाओं से बने होते हैं। कोशिकाएं कार्बन, फास्फोरस, मैग्नीशियम, पोटैसियम, कैल्सियम इत्यादि तत्वों के संयोग से निर्मित होती हैं। निर्जीव, प्रकृति में तीनों रूपों में पाए जाते हैं— तत्व, यौगिक एवं मिश्रण। यौगिक एवं मिश्रण तत्वों से मिलकर बने होते हैं। कुल मिलाकर पूरा ब्रह्माण्ड तत्वों का ही बना हुआ है। तत्व अणुओं से एवं अणु परमाणुओं से बने होते हैं। परमाणु इलेक्ट्रॉन, प्रोटॉन एवं न्यूट्रॉन नामक कणों से बने होते हैं तथा इन सभी कणों का निश्चित द्रव्यमान होता है। क्लासिक भौतिकी ने इतनी बातें हमें समझा दी है।

अब प्रश्न उठता है कि इन कणों में द्रव्यमान कहाँ से और कैसे आया? इस प्रश्न का उत्तर क्लासिक भौतिकी से दिया जाना मुमकिन नहीं है। इस प्रश्न के उत्तर के लिए हमें क्वान्टम भौतिकी की तरफ जाना होगा। आइंस्टीन के विख्यात सूत्र $E=mc^2$ के अनुसार द्रव्यमान एवं ऊर्जा एक दूसरे के प्रतिरूप है अर्थात् द्रव्यमान को ऊर्जा एवं ऊर्जा को द्रव्यमान में रूपांतरित किया जा सकता है। क्वान्टम भौतिकी में ऊर्जा को द्रव्यमान रूप में परवर्तन के लिए सर्वाधिक मान्य सिद्धांत “क्षेत्र सिद्धांत” है, आज हम उसी को सरल भाषा में समझने की कोशिश करेंगे।

इस सिद्धांत के अनुसार पूरा ब्रह्माण्ड अनेक प्रकार के क्षेत्रों से बना है। इन क्षेत्रों में प्रमुख क्षेत्र इलेक्ट्रॉन क्षेत्र, विद्युतचुम्बकीय क्षेत्र, क्वार्क क्षेत्र गुरुत्वाकर्षण क्षेत्र, हिग्स क्षेत्र, ग्लुऑन क्षेत्र इत्यादि हैं। किसी क्षेत्र विशेष की बात करें तो कुछ क्षेत्र बल-कारक एवं कुछ कण-कारक हैं। कण-कारक क्षेत्रों में हम उन्हीं दो क्षेत्रों की बात करेंगे जिन्हें हम

बगैर जटिल समीकरणों के सरलतम भाषा में समझ सकेंगे। ये दो क्षेत्र हैं इलेक्ट्रॉन क्षेत्र एवं क्वार्क क्षेत्र, क्वाटम भौतिकी में इन्हें फेर्मियांस कहा जाता है। फेर्मियांस में क्वार्क एवं लपटॉस (laptons) दोनों सम्मिलित हैं। लपटॉस का सम्बन्ध इलेक्ट्रॉन एवं न्यूट्रिनो (Nutrino) स्वरूपी मौलिक कणों से है। दूसरी तरफ बल-कारक क्षेत्रों को बोसांस (Bosons) कहा जाता है, इनमें ग्लुऑन, हिग्स, फोटॉन, डब्लू एवं जेड बोसांस शामिल है। बल-कारक फेर्मियांस को एक साथ बंधे रहने एवं कणों के बंधन को अस्तित्व में बनाये रखने के लिए जिम्मेवार होते हैं। क्वार्क छः प्रकार के हैं— अप, डाउन, स्ट्रेज, चार्म, टॉप एवं बॉटम। इन सभी के निश्चित द्रव्यमान हैं, लेकिन ये स्वतंत्र रूप में अकेले नहीं रह सकते। एक से अधिक क्वार्क का संयोग होने पर ही स्थायी कणों का रूप लेते हैं। दूसरे तरफ इलेक्ट्रॉन कणों का भी निश्चित द्रव्यमान होता है एवं यह स्वतंत्र से स्थायी कण के रूप में विद्यमान हैं।

प्रश्न अभी भी अनुत्तरित है कि क्वार्क / लपटॉस में द्रव्यमान कहाँ से ओर कैसे आया। आइये इसी का जवाब समझने का प्रयत्न किया जाय।

ब्रह्माण्ड अनेक क्षेत्रों से बना है। प्रत्येक क्षेत्र में एक विशेष ऊर्जा होती है उदाहरण के लिए चुम्बक का क्षेत्र जिसके अन्दर वह चुम्बकीय पदार्थों को आकर्षित या विकर्षित करता है। क्षेत्र में ऊर्जा प्रवाह के लिए क्षेत्र रेखाएं होती हैं। ऊर्जा का प्रवाह व्यवधान (Disturbance) के स्थानांतरण के

कारण होता है, जिससे तरंगों का निर्माण होता है। स्थानीय स्तर पर किसी समय अन्तरिक्ष (Time Space) में इन क्षेत्रों में जो उत्तेजना (excitation) होता है वही उत्तेजना कणों का रूप लेती है।

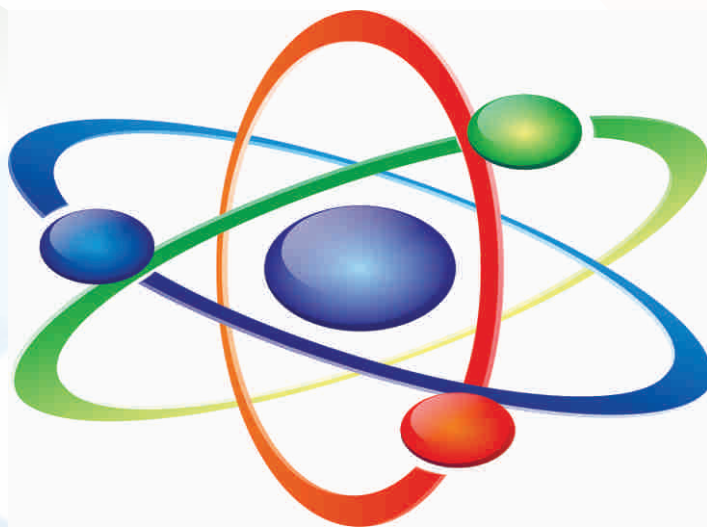
लेकिन ये कण अस्थायी एवं द्रव्यमान रहित होते हैं। उत्तेजित अवस्था में क्षेत्र दूसरे क्षेत्रों के साथ संयोग (interaction/coupling) करते हैं। हिग्स को छोड़कर बाकी सभी क्षेत्र द्रव्यमान रहित हैं एवं इनका vacuum excitation value (VEV) शून्य होता है। इस प्रकार इन क्षेत्रों के उत्तेजित होने के बावजूद इने कणों में द्रव्यमान नहीं आ पाता।

जब इन क्षेत्रों का संयोग हिग्स क्षेत्र के साथ होता है तो एक अनोखी प्रक्रिया होती है। हिग्स के पास 246 गीगा इलेक्ट्रान वोल्ट की VEV होती है तथा यह एक द्रव्यमानसहित क्षेत्र है। मान लीजिए इलेक्ट्रान क्षेत्र का इलेक्ट्रान कण हिग्स क्षेत्र के साथ कपलिंग करता है तो ऐसे में हिग्स क्षेत्र इलेक्ट्रान कण को अपना द्रव्यमान 0.511 मेगा इलेक्ट्रान वोल्ट के गुणकों में शेयर करता है। इस प्रकार 0.511 मेगा इलेक्ट्रान वोल्ट का इलेक्ट्रान कण अस्तित्व में आ जाता है। क्वार्क के साथ भी यही प्रक्रिया होती है। क्वार्क भी हिग्स क्षेत्र के साथ कपलिंग के बाद द्रव्यमान प्राप्त कर लेते हैं। एक बार इन कणों के द्रव्यमान प्राप्त कर लेने के बाद ग्लुयान बल कारक

क्षेत्र से इन्हें बंधन ऊर्जा (Binding energy) प्राप्त होती है जो नाभिकीय बल के रूप में परिभाषित है। ये कम दूरी (फर्मी मीटर के क्रम $/10^{-15}$ मीटर) के अत्यंत शक्तिशाली बल हैं तथा कणों को एक साथ बंधन बनाये रखते हैं।

अप क्वार्क पर $+2/3$ धन आवेश एवं डाउन क्वार्क पर $-1/3$ ऋण आवेश होता है। 2 अप क्वार्क एवं 1 डाउन क्वार्क जब आपस में मिलते हैं तो प्रोटान का निर्माण होता है जो धनावेशित होता है। 1 अप क्वार्क एवं 2 डाउन क्वार्क जब आपस में मिलते हैं तो न्यूट्रान का निर्माण होता है जो अनावेशित होता है। नाभिकीय बलों के कारण प्रोटान एवं न्यूट्रान परमाणु के नाभिक में एक दूसरे से जुड़े होते हैं जबकि स्वतंत्र कण इलेक्ट्रान अपने ऊर्जा स्तर के अनुसार नाभिक के चारों तरफ नियत कक्षाओं में चक्कर लगाते हैं। इस प्रकार इलेक्ट्रान, प्रोटान एवं न्यूट्रान से परमाणु रचना हाती है जो ब्रह्माण्ड के प्रत्येक पदार्थ का आधार है।

इसके अलावा कणों के साथ विरुद्ध कणों का निर्माण, बल-कारक कणों का प्रभाव व स्टैण्डर्ड मॉडल में कलर कोडिंग, ब्रह्माण्ड में ऊर्जा संतुलन, हिजेन्गबेर्ग की अनिश्चितता, आभाषी कण इत्यादि बहुत सी बातें हैं। इस विज्ञान में जिन पर बगैर जटिल समीकरणों के भी चर्चा की जा सकती है। इन पर चर्चा अगले आलेख में की जाएगी।



ये जिन्दगी



✍ गोपाल कुमार
लेखापरीक्षक

बंद आँखों से मैं देखता था हँसी।
खुली तो नजर थी नमी ही नमी।।

जमाना ये मुझको था सिखला रहा।
कितना भी गम हो तू हंस के दिखा।।

हाँ हाँ हँस के दिखा।
तू हँस के दिखा।।

थी सभी से पहचान, पर थे सब अनजबी।
दिखाए हम किसको, आँखों की नमी।।

रविवार का दिन था हर पल शनि।
राहु का कहर और थी साढ़ेसती।।

आसमानों में ये चेहरा था चिल्ला रहा।
हुआ क्या ये मुझको, खुदा तू बता।।

गगनचर थे हम, हो गये सरज़मीं।
था युगों का ज्ञान अब हैं निर्धन हमहीं।।

जमीं से उठेंगे हीं हम न कभी।
दिखेगी वो आँख और होंगे अर्जुन हमहीं।।



जल



✍ रौशन कुमार सिंह
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

जल—जल, जल—जल
एक दिन आयेगा ऐसा कल
मानव तड़पेगा पल—पल
फिर भी न मिलेगा जल

ऐसा भी दिन आयगा
मानव इतिहास देख पछताएगा
देख प्रकृति का वार
याद आएगा उस पर किया अत्याचार

होंगे सुखे कूप बावड़ी नाले
चतुर्दिक होंगे पानी के लाले
न नील, न अमेजन, न गंगा होगी निर्मल
मर जाएगा हर प्राणी कोमल

मानव बूँद—बूँद के लिए तरसेगा
लेकिन सावन न बरसेगा
देख प्रकृति की मनमानी
याद आएगी प्राचीन कहानी

जीवन में ऐसा न आए कल
हम प्रतिज्ञा ले इसी पल
करेंगे नदी नाले को निर्मल
बूँद बूँद बचाएँ हम जल।



मैं एक प्रहरी



✍ आशीष कुमार श्रीवास्तव
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

मैं एक प्रहरी – अपने भारत का,
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग है नाम हमारा।
लेखा से जुड़े हर विषयों पर,
राय रखना है काम हमारा।
मैं एक प्रहरी – अपने भारत का,
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग है नाम हमारा।

सदियों पुराना इतिहास हमारा,
नित नया-नया है कीर्तिमान हमारा।
हमारी आजादी के अक्षुण्णता हेतु,
संविधान द्वारा प्रदत्त है विशेष अधिकार हमारा।
मैं एक प्रहरी – अपने भारत का,
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग है नाम हमारा।
मैं एक प्रहरी – अपने भारत का,
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग है नाम हमारा।

‘लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा’ यह हमारा मूल मंत्र है,
देश से विदेश तक के धनों का लेखापरीक्षा,
लेखाकर हमारा मूल कर्तव्य है।

पढ़ते रहना एवं अपडेट रखना,
है कामों का आधार हमारा।
मैं एक प्रहरी – अपने भारत का,
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग है नाम हमारा।

कभी वाचडॉग, कभी गार्डियन ऑफ पब्लिक पर्स,
और कई सारे है नाम हमारा।
मैं एक प्रहरी – अपने भारत का,
भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग है नाम हमारा।



आधुनिक दुनिया में कम होता धैर्य

इक्कीसवीं सदी में दुनिया में बहुत ही तीव्र गति से प्रगति का मार्ग प्रशस्त हो रहा है और हर दिन विकास के पथ पर एक नया अध्याय जुड़ता जा रहा है। वैश्विकता के इस दौर में डिजिटल टेक्नोलॉजी ने भी सेवाएं बढ़ा दी हैं और कम समय में ही हमारी आवश्यकताओं को पूरा करने में महती भूमिका निभाई हैं। तकनीक ने संबंधों तथा रिश्तों को भी मजबूत किया है तथा वैश्विक दुनिया से लगाव को भी मजबूती प्रदान की है।

किन्तु इस अविरल विकास की दौड़ में मनुष्य के जीवन से धैर्य समाप्त होता जा रहा है। किसी भी काम को करने के लिए जिस धैर्य की जरूरत होती है, आजकल मनुष्य के जीवन में उसका अभाव नजर आ रहा है। नीतिशास्त्रों में भी धैर्य के महत्व का वर्णन किया गया है। पंचतंत्र में बताया गया है कि वक्त आने पर ही काम पूरा होता है। वर्तमान परिदृश्य में सभी लोगों को कोई भी काम कम समय में ही संपन्न होने की अधीरता है, चाहे वह एटीएम से पैसे निकालने की लाइन हो, रेलवे स्टेशन के टिकट काउंटर से टिकट लेने की लाइन हो, दुकानों से सामान खरीदने की लाइन हो, सड़को पर ट्रैफिक की लाइन हो या सार्वजनिक स्थान पर लगी भीड़ हो, सभी में आगे निकलने की होड़ सी लगी हुई है। कोई भी व्यक्ति किसी अन्य व्यक्ति को होने वाली असुविधा का ध्यान नहीं रख रहा है, उसे बस अपने स्वार्थ और अपना काम होने से मतलब रहता है। इससे मानव जीवन में अधीरता बढ़ती जा रही है जिसका कुप्रभाव मानव जीवन के अन्य पहलुओं पर भी पड़ रहा है।

धर्मगुरु ओशो कहते हैं, “जिसने धीरज को साथ लिया, मानो उसने जिंदगी साध ली”। वो



✍ **दिलीप कुमार**
कनिष्ठ अनुवादक

लिखते हैं, ‘जहाँ तुम हो उस क्षण का आनंद मनाओ भविष्य को पूछे बिना। कोई भविष्य मन में नहीं होना चाहिए। केवल वर्तमान क्षण हो, क्षण की वर्तमानता, और तुम संतुष्ट होते हो, तब कहीं जाने की जरूरत नहीं है। जहाँ तुम हो उसी बिंदु से, उसी क्षण ही तुम सागर में गिर जाओगे। तुम ब्रह्माण्ड के साथ एक हो जाओगे। सच तो यह है कि धीरज, संतोष, सहनशीलता ये सब गुण हमारे भीतर होते तो हैं, पर इन्हें जगाना पड़ता है। हमें खुद को एहसास दिलाना पड़ता है कि इन गुणों के बिना जीवन में कितनी समस्याएं, शारीरिक-मानसिक नुकसान हो सकता हैं। कठिन समय में शांत रहना और धैर्य रखना आपकी परीक्षा लेता है।

जीवन में धैर्य धारण करने से मनुष्य को बहुत ही लाभ है। धैर्य हमारा आत्मविश्वास बढ़ाता है। अगर आप किसी लाइन में खड़े हैं तो आपका नंबर तभी आएगा, जब लाइन आगे बढ़ेगी। यह जानते हुए भी अगर आप बेचौन होते हैं तो आप अपना ही सुख खोते हैं। आप आराम से अपनी बारी की प्रतीक्षा करें। अगर आपने यह सीख लिया तो भारी से भारी मुसीबत के समय भी आप शांत रह सकते हैं। धैर्य हमें शांत और सेहतमंद भी बनाता है। धैर्य चिंता को रोकता है, मन को शांत कर देता है, जिससे हमारे

अंदर सोचने और समझने की क्षमता बढ़ जाती है। इससे हम प्रगतिशील निर्णय ले सकते हैं, जिससे हमारा मानसिक स्वास्थ्य बेहतर रहता है। धैर्य हमें अनुशासन भी सिखाता है। जिसमें धैर्य होता है, वही अनुशासित रहता है। उसके सभी काम समय पर हो जाते हैं। इस पूरी प्रक्रिया से सकारात्मकता आती है, क्रोध, ईर्ष्या जैसे भाव कम हो जाते हैं।

मोटिवेशनल गुरु और चर्चित लेखक एम0 जे0 रायन अपनी किताब 'पावर ऑफ पेसेंस' में लिखते हैं— जिस तरह स्मार्ट फोन और गैजेट्स ने हमारी जिंदगी में तेजी ला दी है, हम अपेक्षा करते हैं

कि हमें किसी भी बात के लिए एक क्षण रुकना न पड़े। हमें नतीजे तुरंत चाहिए हम यह जानना ही नहीं चाहते कि इसमें समय लग सकता है और सही समय पर ही काम होगा। प्रकृति की अपनी लय है, इस लय से आप छेड़छाड़ नहीं कर सकते। आज बीज बोएंगे तो कल फल नहीं आएगा। इसमें समय लगता है। अगर यह नहीं समझेंगे तो आपका ही नुकसान होगा।

ओशो कहते हैं— मैं हर किसी से कहता हूँ रोज अपने धैर्य की परीक्षा लो। इसका अभ्यास करो। इसे अपनी जिंदगी का एक हिस्सा मानो। ♦

महिला बैडमिंटन टीम की उंची उड़ान

3 मार्च 2024 से 09 मार्च 2024 तक चंडीगढ़ में आयोजित अखिल भारतीय सिविल सेवा बैडमिंटन टूर्नामेंट में बिहार की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए सिल्वर मेडल प्राप्त किया। बिहार की टीम में प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) कार्यालय से वर्षा उपाध्याय, प्रतिभा कुमारी तथा चिमरण कलिता शामिल थी जबकि महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) कार्यालय से दिपाली गुप्ता, आयकर विभाग से प्रिया वर्मा तथा वस्तु एवं सेवा कर कार्यालय से विभा कुमारी इस टीम की हिस्सा थी।

उक्त टूर्नामेंट के संबंध में जानकारी देते हुए टीम मैनेजर श्रीमती वर्षा उपाध्याय ने बताया कि यह वाकई एक कठिन टूर्नामेंट था जिसके प्री क्वार्टर फाइनल में हमने ओडिशा की टीम को हराया। उसके बाद क्वार्टर फाइनल में चेन्नई की मजबूत टीम को हराया। सेमीफाइनल मुकाबले में बिहार की टीम ने हैदराबाद की टीम को करारी शिकस्त देते हुए फाइनल में प्रवेश किया जहाँ उनका मुकाबला सेन्ट्रल सेक्रेटेरियट, नई दिल्ली की टीम के साथ था। एक संघर्षपूर्ण मुकाबले में सेन्ट्रल सेक्रेटेरियट की टीम ने मुकाबले को 17-21 से जीत लिया और बिहार की टीम को उपविजेता का खिताब मिला।

इसके पूर्व इस कार्यालय की वर्षा उपाध्याय और प्रतिभा कुमारी 25 फरवरी से 27 फरवरी तक त्रिवेंद्रम (केरल) में आयोजित ऑल इंडिया IA & AD बैडमिंटन टूर्नामेंट की विजेता बनी थी और उन्हें सीएजी की अखिल भारतीय बैडमिंटन टीम में चुना गया है।



गीत प्रीति के कैसे गाऊँ



✍ जयप्रकाश मल्ल

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (सेवानिवृत्त)

कंठ मेरे अवरुद्ध हो गए,
भाव हृदय में कैसे लाऊँ।
कोयल बोली आज धरा पर,
गीत प्रीति के कैसे गाऊँ॥

आमों की बगिया उजड़ी है,
मंजर मंजर बिखर गए हैं।
इधर उधर शाखायें बिखरी,
और टिकोले छितराए हैं॥
फूलों को किसने रौंदा है,
पंखुड़ी किसने बिखराये हैं॥

मलय पवन अब कहाँ खो गया,
वसन बसन्ती कहाँ से लाऊँ।
कोयल बोली आज धरा पर,
गीत प्रीति के कैसे गाऊँ॥

आज प्रेम पर सौ सौ पहरे,
जख्म दिलों पर देते गहरे।
अब खतरे में मानवता भी है,
लोग बँटे और बिखरे भी हैं॥
प्रेम छिटककर दूर पड़ा है,
नफरत का ही जोर बढ़ा है॥

बिखरी कड़ियाँ कैसे जोड़ूँ,
रंग विरंगी लड़ी बनाऊँ।
कोयल बोली आज धरा पर,
गीत प्रीति के कैसे गाऊँ॥



ग़ज़ल



✍ अताउल्ला हुसैन

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

कांटों की शकल में एक गुलाब आया है
'खत न लिखना' खत का जवाब आया है

मैं आइना तो बन गया शहर के लिए पर
हर शख्स के चेहरे पर नकाब आया है।

घर में खिंच गया दरो-दीवार इस कदर
हर फर्द¹ कह रहा जमाना खराब आया है।

उजालों की दास्तां सुनाता रहा शब² भर
सुबह खुद चल कर आफताब³ आया है

किरदार खुदकुशी के लिए मचल रहा है अब
फसाना-ए-जिनदगी⁴ में ऐसा बाब⁵ आया है।

1. व्यक्ति
2. रात
3. सूरज
4. जिन्दगी की कहानी
5. अध्याय



श्रम का नहीं कोई जोड़



श्रीमती दिव्या नाथ

श्रम का जब भी गिरे पसीना,
बूंद बूंद तक बने नगीना ।
थामा जिसने हस्त श्रम का,
उसके भाल तिलक विजय का ॥

परिश्रम तेरा अपना धन है ,
समस्त ऊर्जाओं का घन है ।
चुरान ही कोई इसको सकता,
साफल्य सिद्धि का उपवन है ॥

मुख में स्वयं नहीं आए निवाला,
मेहनत को हाथों ने पाला ।
कान्हा ने स्वयं गाय चराए ,
जब कि है वह जगत कृपाला ॥

विविध विविध दुनिया शतरंजी ,
लेकिन मेहनत है वह पूंजी ।
खोले जो कपाट भाग्य के ,
नर श्रेष्ठ की जीवन पूंजी ॥

अतः मेहनत से तुम ना घबराओ ,
इसका कोई जोड़ नहीं ।
इसकी ताकत में सब संचित ,
उद्यम का कोई तोड़ नहीं ॥

द्वारा सुभाष वर्मा

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



यात्रा देवभूमि की : अलकनंदा



✍ के0 एम0 जयपुरियार
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

(पिछले अंक में पाठक 'मंदाकिनी' की यात्रा संस्मरण पढ़ चुके हैं, इस अंक में 'अलकनंदा' की यात्रा का वर्णन है। —संपादक)

अलकनंदा के तट पर बसे गोचर के आई.टी. बी.पी. का शानदार अतिथि गृह हम लगभग शाम साढ़े सात बजे तक पहुंच गये। सुबह—सुबह जवानों के कदम—ताल की आवाज से हम नींद से जगे और इस खुबसूरत अतिथि गृह के प्राकृतिक छटाओं को अपने कैमरे में कैद किया। भारतीय तिब्बत सीमा पुलिस का आदर्श वाक्य 'शौर्य—दृढ़ता—कर्म निष्ठा' वहां के प्रत्येक जवानों और अधिकारियों के चेहरे पर स्पष्ट रूप से दिख रहा था। सुबह के नास्ते के बाद लगभग नौ बजे हम सनातन धर्म के चार धामों में प्रमुख एक धाम बद्रीनाथ धाम के लिए निकल लिए जो वहां से लगभग 150 कि०मी० की दूरी पर था। गोचर से बढ़ते ही चेक पोस्ट पर एक बार फिर हमें अपना यात्रा पर्ची अर्थात् निबंधन के कागजात और अपना पहचान पत्र दिखाना पड़ा। इससे पहले केदारनाथ में सोन प्रयाग में इसकी जाँच की गयी थी। इस यात्रा में एक बात ध्यान में रखनी होती है कि आपका निबंधन तो हो ही साथ ही चालक का ग्रीन परमिट भी आवश्यक रूप से उसके साथ हो जो वहां के राज्य सरकार के द्वारा निर्गत किया जाता है। अतः इन कागजातों की जाँच आप यात्रा प्रारम्भ करने से पूर्व में ही कर लें।

बद्रीनाथ धाम, पंच बद्री— बद्रीनाथ, भविष्य बद्री, योग ध्यान बद्री, वृद्ध बद्री और आदि बद्री, में सर्वप्रमुख है जिसे धरती पर भगवान विष्णु का निवास स्थान माना जाता है। इसके रास्ते में आप पंच प्रयाग के दर्शन कर सकते हैं। देव प्रयाग (भागीरथी और अलकनंदा का संगम) और रुद्र प्रयाग (मंदाकिनी और अलकनंदा का संगम) से आगे हमें कर्ण प्रयाग

(अलकनंदा और पिंडर का संगम), नंद प्रयाग (अलकनंदा और नंदाकिनी का संगम) और विष्णु प्रयाग (अलकनंदा और धौली गंगा का संगम) के रास्ते हम बद्रीनाथ की ओर आगे बढ़ रहे थे। इस रास्ते की वाणिकी और जैव विविधता केदारनाथ से अलग है जो आप स्वयं अनुभव कर सकते हैं। यहां के रास्ते में नीले गुलमोहर के वृक्ष आपका मन मोह लेंगे क्योंकि ऐसे गुलमोहर के पुष्प से पूरा रास्ता भरा पड़ा है।

जोशीमठ से आगे बद्री नाथ का रास्ता काफी तंग था हालांकि भारत सरकार के प्रयास से इसे काफी चौड़ा किया जा रहा है और कई स्थानों पर तो यह बहुत ही चौड़ा है पर अधिकतर स्थानों पर यह बिल्कुल सकरा है जिसके दूसरी ओर गहरी खाई में अलकनंदा बह रही होती है जो एक मनोरम दृश्य के साथ ही मन को डराता भी है।

बद्रीनाथ के रास्ते में दो विशाल पर्वत जो अलकनंदा के दोनों ओर खड़ा है, इसे जय और विजय पर्वत के नाम से जाना जाता है। कथाओं के अनुसार भगवान विष्णु के दो द्वारपाल हैं जिनके नाम जय और विजय है, ये उन्हीं के प्रतीक हैं। ये दोनों पर्वत सड़क से जितने उपर दिखते हैं उतना ही घाटी में नीचे के ओर। भविष्य बद्री की कथाओं के अनुसार ये जय और विजय पर्वत कलियुग की समाप्ति के पहले आपस में मिलकर बद्रीनाथ के रास्ते को रोक लेंगे और तब वहीं भगवान साक्षात् विराजमान होंगे।

बद्रीधाम के रास्ते में थोड़ा पहले सिखों का प्रसिद्ध तीर्थस्थल हेमकुंड साहिब है जो समुद्र तल से लगभग 15000 फीट की उंचाई पर अवस्थित है। इसी रास्ते में फूलों की घाटी है जो प्राकृतिक रूप से कई प्रकार के फूलों के उपजने के लिए प्रसिद्ध है। परन्तु समय की कमी के कारण हम इन स्थानों पर नहीं जा सके और बद्रीनाथ के रास्ते आगे बढ़ते गये। मुख्य मंदिर से ठीक 11 कि०मी० पहले हनुमान चट्टी है जहाँ श्रद्धालु हनुमान जी के दर्शन के बाद ही आगे बढ़ते हैं। कहते हैं हनुमान जी ने यहीं पर भीम के अभिमान का मर्दन किया था। महाभारत काल में जब भीम इधर से गुजर रहे थे तब रास्ते में उन्हें एक वृद्ध वानर मिला जिसके पूंछ ने पूरे रास्ते को घेर रखा था। महाबली भीम ने उनसे अपने पूंछ को समेटकर अपने लिए मार्ग मांगा तो वानर राज ने कहा कि इस वृद्ध को क्यों तंग कर रहे हो तुम तो अतिबलशाली हो अतः स्वयं से इसे हटा दो। तो भीम ने अपने शक्ति के अभिमान में चूर एक हाथ से इसे हटाने का प्रयास किया पर यह टस से मस भी नहीं हुआ। तब उसने अपनी पूरी शक्ति से इसे दोनों हाथों से हटाने का पूरा प्रयास किया परन्तु कई प्रयास के बाद भी जब वह यह नहीं कर सका तब उसे समझ आया कि यह कोई साधारण वानर नहीं बल्कि स्वयं हनुमान जी हैं। उसके बाद उन्होंने उसने क्षमा मांगी और अपने असली रूप में दर्शन मांगा। तब हनुमान जी ने उन्हें क्षमा करते हुए दर्शन दिये।

अंततः लगभग दोपहर ढाई बजे हम बद्रीनाथ पहुंच गये। जो समुद्र तल से लगभग 10200 फीट है और यहां भी केदारनाथ की ही तरह आपको उंचाई पर होने वाली समस्याएं जैसे ऑक्सीजन की कमी के कारण अधिक थकान और सांस फूलना आदि। से सामना हो सकता है। केदार और बद्री में एक अन्तर यह भी है कि यहां पर आप अपनी गाड़ी से पहुंच सकते हैं जबकि केदारनाथ के लिए आपको सुगम

सड़क मार्ग नहीं मिलेंगे। इसी बद्रीनाथ के आगे सतोपंत सरोवर अलकनंदा का उद्गम स्थल है।

वहां पहले से आई.टी.बी.पी. के जवान हमारी प्रतीक्षा में थे परन्तु अचानक हुई वारिस में हम ठंड से ठिठुर रहे थे और बद्री विशाल के दर्शन में बाधा की तरह खड़े हो रहे थे। परन्तु साहस कर हम अलकनंदा पर बने छोटे से सेतु को पार कर बद्री विशाल के प्रांगण में पहुंच चुके थे। भगवान बद्रीनाथ हिमालय के नारायण पर्वत के बीच में स्थित है जिसके द्वार रंग बिरंगे और अतिमनमोहक हैं मानों भगवान विष्णु की प्रिया माता लक्ष्मी ने अपना पूरा सौंदर्य इन द्वारों पर ही न्योछावर कर दिया हो।

उन जवानों ने हमें बड़े सहूलियत से बद्री विशाल के दर्शन कराये और हमने भी मन ही मन भगवान के विष्णु के मंत्र—

**शान्ताकारम् भुजगशयनम् पद्मनाभम् सुरेशम्
विश्वाधारम् गगनसदृशम् मेघवर्णम् शुभाङ्गम्।
लक्ष्मीकान्तम् कमलनयनम् योगिभिर्ध्यानगम्यम्
वन्दे विष्णुम् भवभयहरम् सर्वलोकैकनाथम्।।**

का स्मरण करते हुए उनके दर्शन का लाभ लिया। यहां भगवान विष्णु के साथ उनके वाहन गरुड़ जी, कुबेर एवं उनके अनन्य भक्त नारद ऋषि की भी मूर्ति स्थापित है। इनके दर्शन के बाद मेरे चारो धाम के दर्शन का संकल्प भी पूरा हुआ।

यहां से मात्र चार कि०मी० की दूरी पर चीन सीमा से सटा भारत का प्रथम गांव 'माणा' है जो पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र है, परन्तु मैं थकान और समय की कमी के कारण वहां नहीं जा सका। दर्शन के बाद हमने अपनी भूख गरम-गरम टिक्की चाट से मिटाई जो वाकई काफी स्वादिष्ट था।

लौटते समय उंचे पहाड़ों पर बादलों से हाथ मिलाते हम नीचे आते जा रहे थे कि तभी आई.टी.बी.पी. का संदेश आया कि हमारे लिए उस रात प्रवास के लिए

जोशीमठ के अधिकारी मेस में व्यवस्था की गयी है। परन्तु यह 40 कि०मी० की यात्रा भी वारिस के कारण कठिन प्रतीत हो रही थी क्योंकि इसके कारण हमें भयंकर जाम का सामना करना पड़ रहा था। पहाड़ों से गिरता पानी और उसके साथ चल रहे छोटे-छोटे पत्थर भूस्खलन का संकेत दे रही थी। परन्तु जब हम वहां से निकल गये तब इसी कारण रास्ता जाम होने की सूचना मिली तब हमें लगा कि भगवान बद्रीविशाल की कृपा से वहां से सकुशल लौट पाये। जोशीमठ में अतिथि गृह पहुंचने में काफी समय लगा क्योंकि एक तो यह जोशीमठ से सैकड़ों फीट ऊपर एक हिल स्टेशन 'औली' के नजदीक था वहीं बारिश और अंधेरे ने हमें काफी डराया और फिर गुगल मैप भी कई बार गलत रास्ते को इंगित कर रहा था क्योंकि यह उन रास्तों को बताता था जिस पर से होकर हमारी कार जा नहीं सकती थी। खैर किसी तरह लगभग 8 बजे रात को हम अतिथि गृह पहुंचने में सफल हो गये। वहाँ के कर्मों ने हमें अपने कमरे तक पहुंचाया। यहां इतनी ठंडी थी कि सबसे पहले हमने गर्म कॉफी मंगवाई ताकि ठंड के प्रभाव को थोड़ा कम किया जा सके। यहाँ का अतिथि गृह बिल्कुल हिल स्टेशन के हिसाब से बना था। जिसमें अधिकतर लकड़ियों का काम किया गया था जो कमरे को गर्म रखने में मदद कर सके। यहाँ की खिड़की से हिमाच्छादित हिमालय की चोटियाँ और उस पर बादलों की लुका-छिपी अत्यन्त मनमोहक थी। बारिश के कारण हमारे कुछ कपड़ बैग के अंदर भी भीग गये थे जिसे हमने कमरे में ही सुखाने का भरपूर प्रयास किया।

सुबह हमने इस अतिथि गृह के प्राकृतिक छटाओं को कैमरे में कैद करने में कोई कमी नहीं छोड़ी परन्तु न चाहते हुए भी हमें आगे की यात्रा के लिए इसे छोड़ना पड़ा और नाश्ते के बाद अपने सामानों को फिर से बांध कर निकलना पड़ा। पिछले दिन की बारिश से सबक लेकर हमने अपने बैग को प्लास्टिक से अच्छी

तरह बाधने का प्रयास किया परन्तु वह भी बहुत सफल नहीं हो सका।

अब चूंकि हमारी अगली यात्रा गंगोत्री दर्शन की थी परन्तु वह जोशीमठ से लगभग 300 कि०मी० दूर था जिसे एक दिन में पूरा करना संभव नहीं था अतः एक बार फिर शिव कुमार जी से सम्पर्क साधा और उन्होंने भी तुरंत हमें उचित सलाह देते हुए गंगोत्री से लगभग 100 कि०मी० पहले उत्तरकाशी के अतिथि गृह में रुकने को कहा और कमरे आरक्षित करा दिया।

उन्हीं नीले गुलमोहर के फूलों के मनमोहक दृश्यों को निहारते हम अलकनंदा के साथ-साथ श्रीनगर (उत्तराखंड के पौड़ी गढ़वाल जिले में अवस्थित एक नगर) पहुँच गये जहाँ ऊपर के ठिठुरन के विपरीत सूरज के तपिश का अनुभव करते हुए दिन का भोजन किया।

अब यहां से हमें अलकनंदा का साथ छोड़ना था और भागीरथी के साथ चलना था क्योंकि गंगा के गंगा बनने की कहानी तब तक अधूरी थी जब तक आप भागीरथ की गंगा को स्वर्ग से अवतरण करने के भागीरथ प्रयास की स्थली गंगोत्री के दर्शन नहीं कर लेते। ♦



सेवानिवृत्ति

“उजाले अपनी यादों के हमारे साथ रहने दो
न जाने किस गली में जिन्दगी की शाम हो जाए”
—बशीर बद्र

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) बिहार परिवार के निम्नलिखित कार्मिक अपने कार्यालयीन दायित्वों का निष्ठापूर्वक निर्वहन करने के बाद सेवानिवृत्त हुए हैं। प्रहरी परिवार उनके स्वस्थ एवं आनंदमयी जीवन की कामना करता है।

क्र.स.	नाम	पदनाम	सेवानिवृत्ति की तिथि
1..	अनिल कुमार प्रसाद	वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	30.11.2023
2.	राम सागर दास	वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	29.02.2024

श्रद्धांजलि

कार्यालय प्रधान
महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
बिहार, पटना में कार्यरत
कार्मिकों का असामयिक
निधन हो गया। प्रहरी
परिवार उनको श्रद्धासुमन
अर्पित करता है। ईश्वर से
कामना है कि दिवंगत
आत्मा को शान्ति दें एवं
परिजनों को दुःख सहन
करने का संबल प्रदान
करें।

स्व. रतन चौधरी

सहायक पर्यवेक्षक
तिथि- 15.10.2023

स्व. उषा सिन्हा

वरिष्ठ लेखापरीक्षक
तिथि- 20.01.2024

स्व. शिवनारायण दास

सहायक पर्यवेक्षक
तिथि- 10.02.2024

70वाँ

प्रहरी

45

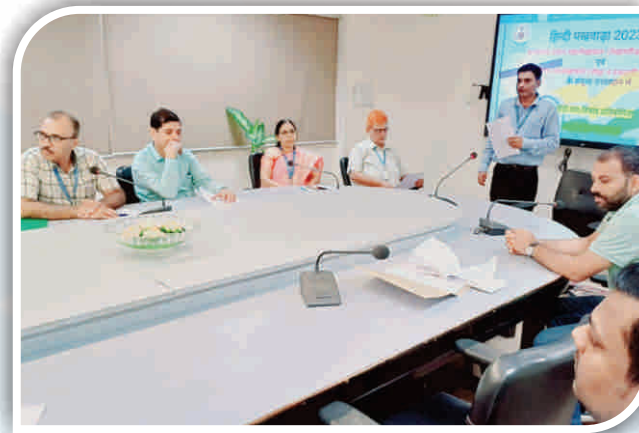
कार्यालयीन गतिविधियाँ

हिंदी पखवाड़ा-2023



कार्यालयीन गतिविधियाँ

हिंदी पखवाड़ा-2023



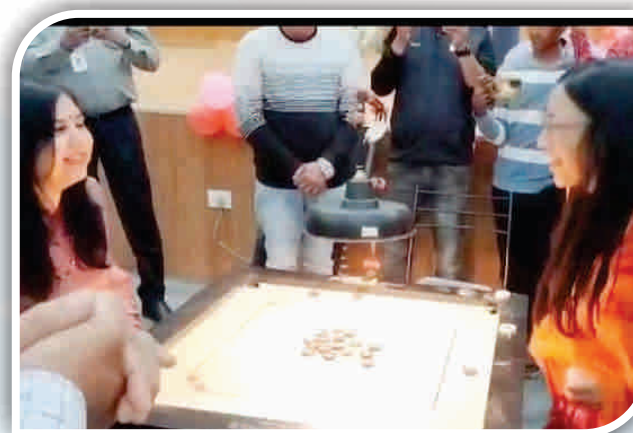
कार्यालयीन गतिविधियाँ

ऑडिट दिवस



कार्यालयीन गतिविधियाँ

वार्षिक खेल-कूद प्रतियोगिता



कार्यालयीन गतिविधियाँ वार्षिक खेल-कूद प्रतियोगिता



कार्यालयीन गतिविधियाँ

वार्षिक खेल-कूद प्रतियोगिता



कार्यालयीन गतिविधियाँ

राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक



अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस



पूर्व एवं पूर्वोत्तर राज्यों के क्षेत्रीय राजभाषा सम्मेलन (सिलीगुड़ी) में सहभागिता

