सत्यमेव जयते

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

सह्याद्रि

39 वाँ अंक वर्ष 2024



प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा, (केंद्रीय)
का कार्यालय, मुंबई - 400 051

छत्रपति शिवाजी महाराज जयंती की झलकियाँ













वर्ष 2024 अंक 39 वाँ

सत्यमेव जयते

सह्याद्रि

SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA

लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा

Dedicated to Truth in Public Interest

प्रधान महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) का कार्यालय

सी-25, ऑडिट भवन, बांद्रा - कुर्ला संकुल, बांद्रा (पूर्व), मुंबई - 51.

मुखपृष्ठ

आवरण चित्र में हिंदवी स्वराज के सृजनकर्ता छत्रपति शिवाजी महाराज की नौसैनिक शक्ति को प्रदर्शित किया गया है। नौसेना के माध्यम से विदेशी विधर्मी एवं राष्ट्रद्रोही शक्तियों का संहार करते हुए धर्म एवं संस्कृति के संरक्षण एवं संवर्धन के प्रयास को प्रदर्शित करता है। धर्म के प्रतीक मंदिर तमिलनाडु के तंजावुर स्थित वृहदेश्वर मंदिर का है। वृहदेश्वर मंदिर की स्थापना चोल वंश के राजा राज राज चोल ने किया था। भारत की वृहद नौसेना की परिकल्पना में छत्रपति शिवाजी महाराज तथा राजा राज चोल का सर्वाधिक योगदान है।

सह्याद्रि परिवार

प्रकाशन

सह्याद्रि (हिन्दी पत्रिका 39 वां अंक)



मुख्य संरक्षक

सुश्री आस्था लूथरा

प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय), मुंम्बई



संरक्षक

श्री देवेन्द्र

निदेशक

प्रकाशक

प्रधान महानिदेशक लेखापरीक्षा, (केंद्रीय) का कार्यालय, मुम्बई - 400051



मुख्य संपादक

श्री मुकेश कुमार

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



सह संपादक

सुश्री वाणी विशालाक्षी पीजे

हिंदी अधिकारी

संपादक मंडल



सुश्री बिना कुमारी राय

कनिष्ठ अनुवादक



श्री रोहित साह

कनिष्ठ अनुवादक



श्री शशांक तिवारी

कनिष्ठ अनुवादक

"पत्रिका में व्यक्त विचार लेखक के अपने हैं। अत: संपादक मंडल का उनसे सहमत होना आवश्यक नही है।"

अनुक्रमणिका

क्र.सं.	शीर्षक	रचनाकार	पृ. संख्या
1.	छत्रपति शिवाजी महाराज जयंती की झलकियाँ		01
2.	मुख पृष्ठ		02
3.	सह्याद्रि परिवार		03
4.	अनुक्रमणिका		04 - 05
5.	गृह मंत्री के सन्देश		06 - 07
6.	मुख्य संरक्षक की कलम से		08
7.	संरक्षक की कलम से		09
8.	संपादकीय		10
9.	आपके पत्र		11 - 12
10.	धम्म-वचन : अरिय सच्च	श्री पद्माकर कुशवाहा	13 - 15
11.	हार्दिक अभिनंदन	श्री देवेंद्र	16
12.	फूल वालों की सैर	सुश्री मधु सिंह	17 - 18
13.	वर्षा जल संचयन	श्री राकेश कुमार सिंह	19
14.	माँ – एक स्मरणांजलि	श्री मुकेश कुमार	20
15.	रूद्र को जगाओ रे !	श्री मुकेश कुमार	21
16.	राजभाषा कार्यान्वयन समिति की तिमाही बैठक की झलकियाँ		22
17.	हिंदी कार्यशाला की झलकियाँ		23
18.	दोस्त	श्री सतशिल कांबले	24
19.	प्रेम की परिभाषा	श्री कुमार सौरभ	25
20.	चित्रकला	आयुष वर्मा, श्री चितरंजन वर्मा, सहायक पर्यवेक्षक के पुत्र	26
21.	चित्रकला	कुमारी साक्षी सोनी, सुपुत्री भरत सोनी	27
22.	तलाश	श्री एन. डी. दलवी	28
23.	परिश्रम की महत्ता	श्री एन. डी. दलवी	28
24.	हिंदी पखवाड़ा 2023 की झलकियाँ		29 - 33
25.	जीएसटी में अग्रिम निर्णय तंत्र	श्री मुनिनाथ यादव	34 - 35
26.	ऑनलाइन अध्ययन	श्री राकेश कुमार सिंह	36 - 37

अनुक्रमणिका

क्र.सं.	शीर्षक	रचनाकार	पृ. संख्या
27.	स्वास्थ्य संबंधी नियम	सुश्री मधु सिंह	38 - 39
28.	अपनी गृहस्थी को कुछ इस तरह बचा लिया करो	श्री रोहित साह	40
29.	देश के बदलते परिवेश	श्री रोहित साह	40
30.	मेरी अमृत उद्यान यात्रा	श्री भरत कुमार सोनी	41 - 43
31.	हम एवरेज लोग	श्री राकेश रौशन	44
32.	हिंदी साहित्य में छायावाद	श्री राकेश कुमार सिंह	45 - 46
33.	सिक्किम : एक खूबसूरत पर्यटन स्थल	सुश्री मधु सिंह	47 - 48
34.	एक शहीद फौजी का घर	श्री राकेश रौशन	49
35.	सशक्त मन : भारतीय महिला वैज्ञानिकों की कहानी	सुश्री दिव्यांशी सिंह / सुपुत्री श्री राकेश कुमार सिंह	50
36.	सर्वोदय	श्री मुनिनाथ यादव	51
37.	विश्वास	श्री राकेश कुमार सिंह	52
38.	जीवन में सफलता के उपाय	सुश्री मधु सिंह	53 - 54
39.	चित्रकला	कुमारी दिव्या शर्मा सुपुत्री श्री मुकेश कुमार	54
40.	मैं रुकूंगा यही	श्री दिनेश सिंह, श्री रणजीत सिंह के भाई	55
41.	चित्रकला	सुश्री पल्लवी	55
42.	सम्मुख	श्रीमती मंजुला महाराणा	56
43.	चित्रकला	कु. अंजलि, भतीजी सुश्री बिना राय	56
44.	हे छठी मईया!	श्री कुमार सौरभ	57 - 59
45.	चित्रकला	कु. अंजलि, भतीजी सुश्री बिना राय	60
46.	प्रकृति की भूल	कुमारी ट्यूलिप सिंह, सुपुत्री सुश्री मधु सिंह	61
47.	अराजकता की समस्या का समाधान	श्री शशाँक तिवारी, कनिष्ठ अनुवादक	62
48.	चित्रकला	अश्विनी सुलपुले, पत्नी श्री संतोष सुलपुले, लेखापरीक्षक	63
49.	सेवा निवृत्ति		64 - 66

★★★★★

अमित शाह
गृह मंत्री एवं सहकारिता मंत्री
भारत सरकार

सत्यमेव जयते



प्रिय देशवासियो!

आप सभी को हिंदी दिवस की हार्दिक शुभकामनाएँ।

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

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

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

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

रही है। आज जब राजभाषा के रूप में हिंदी अपनी 75वीं वर्षगाँठ पूरी कर रही है, तब हमें इसका यह इतिहास जरूर याद रखना चाहिए।

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

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

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

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

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

वंदे मातरम!

नई दिल्ली
14 सितंबर, 2024

(अमित शाह)

मुख्य संरक्षक की कलम से



आप सभी को यह सूचित करते हुए अत्यंत हर्ष की अनुभूति हो रही है कि हमारी हिंदी पत्रिका "सह्याद्रि" का 39वां अंक प्रकाशित हो रहा है जिसके माध्यम से हम राजभाषा हिंदी के प्रति अपनी आदरांजलि प्रतिवर्ष की भांति इस वर्ष भी अर्पित कर रहे हैं।

"सह्याद्रि" पत्रिका इस कार्यालय के समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों की रचनात्मक अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है। साथ ही, यह पत्रिका हिन्दी भाषा के प्रति उनके सुविचार, प्रेम एवं आदर को व्यक्त करती है।

हिन्दी भाषा अपनी लिपि और ध्वन्यात्मकता की दृष्टि से सबसे शुद्ध और विज्ञान सम्मत भाषा है। हिंदी हमारी सभ्यता और संस्कृति की द्योतक है। इसकी वैज्ञानिक परिपक्वता ने इसे विशिष्ट बनाया है। भारत एक बहुभाषी देश है और अनेकता में एकता हमारी अनुपम परंपरा रही है। हिन्दी की व्यावहारिकता का एक दिलचस्प पहलू यह भी है कि हिन्दी को देश के कोने-कोने में हिन्दीतरभाषी लोग भी प्रायः समझ लेते हैं। मुंबई शहर स्थित हमारे कार्यालय में भारत के विभिन्न क्षेत्रों के लोग कार्यरत है जिसमें हिंदीतर भाषी भी शामिल हैं। हिंदी न केवल संपर्क भाषा होने का सामर्थ्य रखती है बल्कि विभिन्न क्षेत्रों एवं भाषाभाषियों के बीच सेतु बनकर राष्ट्र निर्माण की बड़ी भूमिका निभा रही है. अतः इस राष्ट्र निर्माण के यज्ञ में हमारी आहुतियाँ भी अनिवार्य हैं. इस हेतु हमारा संवैधानिक कर्तव्य है कि हम कार्यालयीन काम-काज में हिंदी का अधिकाधिक प्रयोग कर राजभाषा के संवर्धन में अपना योगदान दें।

39 वें अंक के सफल सम्पादन हेतु, मैं संपादक मंडल और सभी लेखकों को हार्दिक बधाई देती हूँ| मेरी शुभकामना है कि पत्रिका और इसका भविष्य उज्ज्वलतम शिखर को प्राप्त करे|

आस्था लूथरा

सुश्री आस्था लूथरा
प्रधान निदेशक

संरक्षक की कलम से



हमारी हिंदी पत्रिका "सह्याद्रि" के 39वें संस्करण के प्रकाशन पर मुझे गौरवान्वित और हर्षोल्लासित होने का एक नया अवसर प्राप्त हो रहा है। यह पत्रिका राजभाषा हिंदी के प्रति कार्यालय के कार्मिकों की परिष्कृत मनोदशा के संकेतों को व्यक्त करती है। पत्रिका के प्रथम से लेकर नवीनतम 39वें संस्करण तक के सफल प्रकाशन में कार्यालय के कार्मिकों का बहुमूल्य योगदान रहा है; जो इसे नयी उचाईयों तक ले जाने को तत्पर है।

मैं संपादक मंडल और पत्रिका के सभी रचनाकारों को इसके सफल प्रकाशन हेतु हृदय से धन्यवाद देता हूँ। मुझे विश्वास है कि इसका सफल प्रकाशन पाठकों में राजभाषा हिंदी के प्रति अपने कर्तव्य को पूर्ण करेगा।

पत्रिका की विशिष्ट सफलता हेतु अग्रिम उज्ज्वलतम शुभकामनाएं और धन्यवाद।

देवेन्द्र

श्री देवेन्द्र
निदेशक

संपादकीय



हिंदी भाषा के प्रति हमारे कार्यालय के गिलहरी प्रयास के रूप में "सह्याद्रि" रूपी गुलदस्ता आपके समक्ष प्रस्तुत है। यह गुलदस्ता कैसा है, इसका निर्णय मैं नहीं पाठक वृंद ही कर सकते हैं। यूँ तो जैसा कि बाबा तुलसीदास ने कहा है – "निज कवित्त केहिं लागि न नीका, सरस होय अथवा अति फीका", इसलिए हमारी कृति होने के कारण सह्याद्रि तो सदैव हमारे लिए सुंदर, सुघर और सुरुचिपूर्ण होगी ही , परंतु समीक्षा तो पाठक ही कर सकते हैं।

मुझे आशा है कि सह्याद्रि के इस गुलदस्ते में आप एक 'लघु भारत' का दर्शन कर सकेंगे। यहाँ लघु भारत से मेरा संदर्भ देश के विभिन्न प्रदेशों से आने वाले हमारे रचनाकारों के द्वारा अपनी-अपनी माटी की सोंधी महक अपनी रचनाओँ के माध्यम से आप तक पहुँचाने का प्रयास है। आप इस गुतदस्ते में कविता रूपी कमल, लेख रूपी चंपा और नन्हे बच्चों के द्वारा उकेरे गए चित्र रूपी गेंदे के फूल भी पाएँगे। आशा करता हूँ कि इस विविध वर्णी एवं भिन्न-भिन्न सुगंधों से सुवासित यह गुलदस्ता आपको अनायास अपनी ओर आकर्षित करेगा।

आपके प्रेम एवं स्नेह की छत्रछाया में सह्याद्रि की यह यात्रा अनंत पड़ावों तक ले जाने का सदैव प्रयत्न रहेगा। एतदर्थ आपकी शुभकामनाओं, समालोचनाओं एवं सकारात्मक सुझावों की प्रतीक्षा रहेगी।

श्री मुकेश कुमार
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

आपके पत्र

भारत सरकार
भारतीय लेखापरीक्षा तथा लेखा विभाग
प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
हिमाचल प्रदेश, शिमला – 171 003

सत्यमेव जयते

Government of India
Indian Audit and Accounts Department
Principal Accountant General (Audit)
Himachal Pradesh, Shimla 171 003

संख्या:हि.क./बाह्य पत्रिका/2024-25/I/667737/2024 दिनांक:-05-07-2024

सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा),
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) का कार्यालय,
मुंबई- 400051

विषय:- राजभाषा हिंदी पत्रिका 'सह्याद्री' के 38वें अंक की प्राप्ति के सम्बन्ध में।

महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिन्दी पत्रिका '**सह्याद्री**' के 38वें अंक का ई-संस्करण प्राप्त हुआ। इसके लिए बधाई एवं सहर्ष धन्यवाद।

पत्रिका में प्रकाशित लेख, 'धम्म-वचन: ब्रह्मविहार, महासमर पुस्तक की समीक्षा, रक्तदान है महादान, भारत की प्रसिद्ध महिला वैज्ञानिक, जनरल डिब्बे, चन्द्रयान-3 (उम्मीदों का अन्तरिक्ष), भारत' आदि रोचक एवं ज्ञानवर्धक लगे। इस के अतिरिक्त कविताएँ, 'विश्रांत जीवन, इत्तेफाक, ऐसा क्यों?, देश वंदन, भारत' आदि भी काफी उत्कृष्ट एवं रूचिकर लगी।

पत्रिका के सफल प्रकाशन एवं इस की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीया,

Signed by Anuradha Sood
Date: 05-07-2024 17:10:55

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
(हिन्दी)

प्रधान निदेशक, लेखापरीक्षा(केंद्रीय) का कार्यालय, हैदराबाद
शाखा कार्यालय- उप निदेशक / सी आर ए, ओडिशा , भुवनेश्वर
Office of the Principal Director of Audit (Central), Hyderabad Branch Office: Dy. Director/CRA, Odisha, Bhubaneswar

पत्रांक- हिंदी प्रकोष्ठ/सी.आर.ए./राजभाषा/पत्रिका पावती/2023-24/02/212 दिनांक-11/07/2024

सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
राजभाषा
महानिदेशक लेखापरीक्षा(केन्द्रीय) का कार्यालय,
मुंबई-400051

विषय- कार्यालयीन हिंदी पत्रिका **"सह्याद्रि"** के 38वाँ अंक की ई-प्रति की प्राप्ति का प्रेषण।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित हिंदी पत्रिका **"सह्याद्रि"** के 38वाँ अंक (ई-प्रति) की प्राप्ति हुई है। पत्रिका का आवरण पृष्ठ बड़ा ही आकर्षक बना है एवं पत्रिका में निहित सभी रचनाएँ अत्यंत ही उच्चतर श्रेणी की है।

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

भवदीय,
11/07/2024
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
हिंदी प्रकोष्ठ

प्रधान निदेशक रक्षा - वाणिज्यिक
लेखापरीक्षा का कार्यालय, बेंगलोर-560001
OFFICE OF THE PRINCIPAL DIRECTOR OF
AUDIT DEFENCE- COMMERCIAL, BENGALURU-560001.

हि.प्रशा.2024/25/ 77 **दिनांक** - 08.07.2024

सेवा में,

वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी/ राजभाषा,
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) का कार्यालय,
सी - 25 ऑडीट भवन, बांद्रा कूर्ला कॉम्प्लेक्स,
पूर्व मुंबई - 400051

विषय:- प्रशंसा पत्र।

महोदय /महोदया,

आपके कार्यालय की हिन्दी ई-पत्रिका 'सह्याद्रि' का 38 वां अंक की प्रति इस कार्यालय को सहर्ष प्राप्त हुई है। पत्रिका में सम्मलित सभी रचनाऐं पठनीय एवं प्रशंसनीय हैं। विशेष रूप से श्री निलेश जे. जाधव का लेख "रक्तदान है महादान" श्री रोहित शाह का लेख "जनरल डिब्बे" सुश्री भाग्यलक्ष्मी भास्करण का लेख "अंगदान (मृत / जीवित)" एवं श्री किशोर कुमार का लेख "देश वंदन" आदि रोचक व ज्ञानवर्धक है| विभिन्न प्रकार की रचनाओं से सजी आपकी पत्रिका हिन्दी कार्यान्वयन की दिशा में एक स्वर्णिम प्रयास है| पत्रिका के प्रकाशन के सफल प्रयास हेतु शुभकामनाएँ।

धन्यवाद,

भवदीया,
सविता 8/7/24
हिन्दी अधिकारी

भारत सरकार
भारतीय लेखापरीक्षा तथा लेखा विभाग
प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा)
हिमाचल प्रदेश, शिमला – 171 003

सत्यमेव जयते

Government of India
Indian Audit and Accounts Department
Principal Accountant General (Audit)
Himachal Pradesh, Shimla 171 003

संख्या:हि.क./बाह्य पत्रिका/2024-25/I/667737/2024 दिनांक:-05-07-2024

सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा),
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) का कार्यालय,
मुंबई- 400051

विषय:- राजभाषा हिंदी पत्रिका 'सह्याद्री' के 38वें अंक की प्राप्ति के सम्बन्ध में।

महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिन्दी पत्रिका '**सह्याद्री**' के 38वें अंक का ई-संस्करण प्राप्त हुआ। इसके लिए बधाई एवं सहर्ष धन्यवाद।

पत्रिका में प्रकाशित लेख, 'धम्म-वचन: ब्रह्मविहार, महासमर पुस्तक की समीक्षा, रक्तदान है महादान, भारत की प्रसिद्ध महिला वैज्ञानिक, जनरल डिब्बे, चन्द्रयान-3 (उम्मीदों का अन्तरिक्ष), भारत' आदि रोचक एवं ज्ञानवर्धक लगे। इस के अतिरिक्त कविताएँ, 'विश्रांत जीवन, इत्तेफाक, ऐसा क्यों?, देश वंदन, भारत' आदि भी काफी उत्कृष्ट एवं रूचिकर लगी।

पत्रिका के सफल प्रकाशन एवं इस की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीया,

Signed by Anuradha Sood
Date: 05-07-2024 17:10:55

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
(हिन्दी)

आपके पत्र

दूरभाष/ Telephone-0612-2225634 ई-मेल/E-mail-agnebihar@cag.gov.in
फैक्स/Fax 0612-2221056 वेबसाइट/Website- https://cag.gov.in/ae/bihar/in

महालेखाकार (ले० एवं ह०) का कार्यालय, बिहार, पटना
OFFICE OF THE ACCOUNTANT GENERAL(A&E), BIHAR, PATNA

पत्रांक/letter No. हिं.अ./ले. व हक./5/पत्रिका प्रतिभाव/24-25/ 23
दिनांक/Date:-07/06/2024

सेवा में,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा),
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) का कार्यालय,
मुंबई-400051

विषय: कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका "सह्याद्रि" के 38वें अंक की अभिस्वीकृति एवं प्रतिक्रिया।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय की राजभाषा पत्रिका "सह्याद्रि" के 38वें अंक की सॉफ्ट कॉपी हमें प्राप्त हुई। पत्रिका का आवरण पृष्ठ अत्यंत ही मनमोहक है। पत्रिका विभिन्न विधाओं में लिखी गई स्वरचित रचनाओं का सुंदर संग्रह है, जिसमें संस्मरण, लेख, कविताएँ आदि शामिल हैं। सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं। आशा है कि यह पत्रिका राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों की हिंदी की मौलिक लेखन प्रतिभा को बढ़ावा देने में प्रेरक की भूमिका निभाएगी।

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

भवदीय,
सुनीत कुमार
हिंदी अधिकारी/हिंदी अनुभाग

कार्यालय महालेखाकार(लेखापरीक्षा),झारखण्ड, रांची

पत्रांक- रा.अनु./ले.प./2024-25/63 दिनांक-#ApprovedDate#

सेवा में,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा)
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय)का कार्यालय
मुंबई-400051

विषय- हिन्दी पत्रिका "सह्याद्रि" के 38वें अंक की ई-प्रति की पावती के प्रेषण।

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित **हिन्दी पत्रिका "सह्याद्रि" के 38वें अंक की ई-प्रति** की प्राप्ति हुई है। पत्रिका का आवरण पृष्ठ बड़ा ही आकर्षक बना है एवं पत्रिका में निहित सभी रचनाएँ अत्यंत ही उच्चत्तर श्रेणी की हैं। विशेषकर रचना "धम्म-वचन" , " ऐसा क्यों? " , " जनरल डिब्बे ", " इत्तेफाक " आदि रचनाएं प्रशंसनीय है।

पत्रिका के सफल सम्पादन एवं प्रकाशन हेतु सम्पादक मण्डल को हार्दिक बधाई तथा पत्रिका के उज्जवल भविष्य हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
हिन्दी प्रकोष्ठ

Signed by Shailendra Nath Das
Date: 02-07-2024 13:55:31

भारतीय लेखापरीक्षा तथा लेखा विभाग
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा, केन्द्रीय व्यय (पर्यावरण एवं वैज्ञानिक विभाग)
मुंबई भवन,नव भवन,सर के मार्ग,बल्लार्ड एस्टेट,मुंबई
INDIAN AUDIT AND ACCOUNTS DEPARTMENT
Director General of Audit, Central Expenditure (Environment and Scientific Departments)
Mumbai Branch, Nav Bhavan, P.K.Marg, Ballard Estate, Mumbai-400 001
Email: hrsdmumbai@cag.gov.in
Contact No.: 022- 2082 -3903/ 2146/ 4609, Fax: 022-2263-2414

सं.स्था./XIII(14)/विविध पत्रिकाएँ/भाग-III/2023-24/ दिनांक:

सेवा में,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/राजभाषा
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय) का कार्यालय
मुंबई,

विषय: हिन्दी पत्रिका **"सह्याद्री"** के 38वें अंक की ई-प्रति की पावती के संबंध में ।

महोदय/महोदया,

उपरोक्त विषय के संदर्भ में आपके कार्यालय पत्र ईमेल दिनांक: 22.05.2024 को संज्ञान में लें। इस संबंध में आपके कार्यालय से हिन्दी पत्रिका **"सह्याद्री"** के 38वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, जिसके लिए यह कार्यालय आपका आभारी है।

पत्रिका में समाहित सभी रचनाएं सराहनीय एवं प्रशंसनीय हैं। 'भारत की प्रसिद्ध महिला वैज्ञानिक', 'जनरल डिब्बे', 'सत्रहवाँ शृंगार' आदि रचनाएं विशेष रूप से पठनीय एवं रुचिकर हैं। पत्रिका के प्रकाशन हेतु संपादक मण्डल को बधाई एवं इसकी प्रगति और अगले अंक के प्रकाशन हेतु शुभकामनाएँ।

भवदीय,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/ प्रशासन

Signed by Sudeb Sikder
Date: 01-07-2024 16:21:0

प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) का कार्यालय, ओडिशा, पुरी शाखा, पुरी-752003
PRINCIPAL ACCOUNTANT GENERAL (A&E), ODISHA, PURI BRANCH, PURI

सं.-प्रशंसा पत्र/09/2023-24/21 दिनांक:- 13/06/2024

सेवा में,
वरिष्ठ लेखा परीक्षा अधिकारी (राजभाषा)
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) का कार्यालय
मुंबई-51

विषय : राजभाषा हिन्दी ई-पत्रिका "सह्याद्रि" के 38वें अंक की प्रति की प्राप्ति।

महोदय,

आपकी राजभाषा हिन्दी ई-पत्रिका 'सह्याद्रि' के 38वें अंक प्रति की प्राप्ति हुई। धन्यवाद।

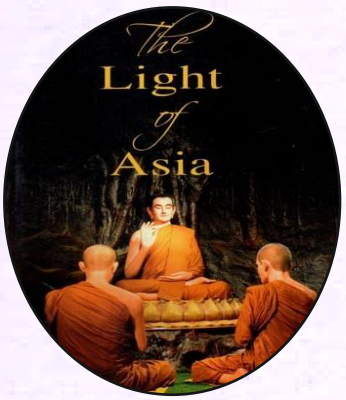
"सह्याद्रि" उत्कृष्ट रचनाओं का सुन्दर संकलन है। पत्रिका के मुख्य पृष्ठ सहित अन्य कार्यक्रमों के चित्र अत्यंत सुखद व अनुभूतिपूर्ण होने के साथ-साथ पत्रिका को और अधिक सुंदरता प्रदान कर रहे हैं। पत्रिका में निहित संपूर्ण रचनाएँ पठनीय, रोचक, ज्ञानवर्धक एवं महत्वपूर्ण संदेशों से परिपूर्ण है।इनमें से "विश्रांत जीवन", "महासमर पुस्तक की समीक्षा", "जनरल डिब्बे" एवं "अंगदान (मृत/जीवित)", विशेष अच्छी हैं। आशा है कि यह पत्रिका आगे भी अपने रोचक विषयों से पाठकों का ज्ञानवर्धन एवं राजभाषा के प्रचार-प्रसार में सार्थक मंच उपलब्ध कराती रहेगी।

पत्रिका के संपादक मण्डल के सभी सदस्यों एवं पत्रिका के उज्जवल भविष्य की हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय

13/6/2024
(सुदर्शन साहू)
वरिष्ठ लेखा अधिकारी, हिन्दी कक्ष

धम्म - वचन : अरिय सच्च



"The Light of Asia" अर्थात् "एशिया के प्रकाश" कहे जाने वाले ऐतिहासिक महापुरुष तथागत गौतम बुद्ध की कर्म-स्थली होने का सौभाग्य भारतवर्ष को मिला है। "धम्म" तथागत बुद्ध की देशना को कहा जाता है जिसमें समय-समय पर बुद्ध के अनुयायियों द्वारा उनकी समझ के आधार पर, और अधिक बातों का समावेश होता चला गया। कालांतर में इसने आडंबरों और कर्म-कांडों से युक्त संगठित धर्म का रूप भी ले लिया। पर इसके बावजूद, बुद्ध की "धम्म-देशना" एक अत्यंत ही विलक्षण ज्ञान-चर्चा है।

धम्म में चार "अरिय सच्च" अर्थात् चार "महान सत्यों (Noble Truths)" का उल्लेख मिलता है। बोधि (enlightenment) प्राप्ति के बाद बुद्ध ने सर्वप्रथम वाराणसी के निकट सारनाथ में अपना प्रथम उपदेश दिया और इस घटना को 'धम्म-चक्र प्रवर्तन' के नाम से जाना जाता है। 'धम्म-चक्र प्रवर्तन' का अर्थ है- धम्म-देशना/ धम्म-ज्ञान का आरंभ। इसी कारण धम्म को एक चक्र के रूप मे प्रदर्शित किया जाने लगा। चक्र की तीली को 'अर' कहा जाता था और इसी क्रम में 'अरिय' का अर्थ 'धम्म से संबंधित' होता है। 'अरिय सच्च' अर्थात 'धम्म-सत्य'! तथापि इंग्लिश मे इसको Noble Truths ही कहा गया।

बुद्ध-धम्म के अनुसार ये चार महान धम्म-सत्य इस प्रकार हैं –

1. धम्म-सत्य 'दुक्ख'

"दुक्ख" अर्थात "दुःख (Suffering)"। बुद्ध-देशना/ धम्म में कहा गया है "दुक्करेन खमति इति दुक्खं" मतलब कि जो बहुत ही कठिनता से खत्म होता है वही दुःख होता है। स्पष्टतः यह हमारा स्वयं का मनोभाव ही होता है, जो बहुत ही कठिनता से क्षीण होता है अन्यथा सभी चराचर जगत अनित्य है और सबका अंत सुनिश्चित। क्योंकि यह बहुत कठिनता से क्षीण होता है, हमें इसको बहुत लंबे समय तक सहन करना पड़ता है।

क्रमिक-विकास (Evolution) के सिद्धांत पर ही विश्व का सचेतन संसार चलता है, जिसके अनुसार जीवन एक सतत संघर्ष है क्योंकि संघर्ष के बिना क्रमिक-विकास (Evolution) संभव नहीं। और सतत संघर्ष के लिए यह अति आवश्यक है कि जीव संतुष्ट न हो सके, निरंतर परस्पर प्रतियोगिता/ वातावरण के साथ संघर्ष या जीने की जिजीविषा मे उलझा रहे। जीव का जन्म कष्ट के साथ होता है और फिर मृत्यु पर्यंत वह संघर्ष मे ही लीन रहता है- भोजन के लिए, विश्राम के लिए, सुरक्षा के लिए, साथ के लिए, संतति के लिए, यश के लिए, धन के लिए, स्वास्थ्य के लिए, यौवन के लिए, जीवन के लिए, वैभव के लिए, स्मृति के लिए, आदि-आदि। अर्थात चहुँ ओर दुख ही दुख है, ये दुख खत्म ही नहीं होता है। सर्वत्र बस संघर्ष और असंतुष्टि ही दिखाई पड़ती है।



श्री पदमाकर कुशवाहा
निदेशक

तथागत बुद्ध ने जीवों के इस अंतर्निहित अंतर्विरोध को पहचान लिया था कि जीव 'सुख' पाने कि लालसा मे हमेशा 'दुखी' रहता है। अतएव तथागत ने इस धम्म-सत्य का प्रतिपादन किया कि जीवन की मूलभूत समस्या 'दुख' (suffering या संघर्ष) है जो जीव को आनंद अर्थात 'सतत-सुख की अवस्था' या 'संतुष्टि' नहीं प्राप्त होने देता है।

2. धम्म-सत्य 'दुक्ख-समुदय'

'दुक्ख-समुदय' अर्थात 'दुख का कारण (Origin of Suffering)'। तथागत बुद्ध ने इस संसार की वस्तुस्थिति का गहनता से अध्ययन, मनन एवं साक्षात्कार करके यह निष्कर्ष निकाला कि इस दुख का कारण है 'तण्हा' या तृष्णा जो कि तीन मूलभूत रूपों मे प्रकट होती है-

1. लोभ और वासना (Greed and Desire)
2. अज्ञान या माया-भ्रम (Ignorance or Delusion)
3. घृणा और विध्वंस-भाव (Hatred and Destructive Urges)

पहले दो तृष्णा-रूप एक जीव के स्वयं से संबंधित मनोभावों को दर्शाते हैं जबकि तीसरा तृष्णा-रूप एक जीव के उन मनोभावों को दर्शाते हैं जो वह दूसरे जीवों के प्रति रखता है। एक जीव का पूरा जीवन सामान्यतया लोभ और भय के वशीभूत होकर बीत जाता है। 'भय' वस्तुतः अज्ञान से जन्मता है।

दुख का एक त्वरित कारण हमेशा होता है परंतु उस

त्वरित कारण का मूल हमेशा ही तृष्णा होता है। उदाहरण के लिए किसी प्रिय की मृत्यु, उससे बिछड़ने के दुख का त्वरित कारण होती है परंतु मूल-कारण अज्ञान और लोभ रूपी तृष्णा है क्योंकि हम ये नहीं समझ पाते कि नश्वरता अवश्यंभावी है और ये दुख 'हमारे-उसके साथ बने रहने के लोभ' के टूटने के कारण होता है।

आज के वैज्ञानिक ज्ञान के समय मे यह माना जाता है कि चेतना के स्तर पर मस्तिष्क के बाहर और अंदर की सूचनाओं का आदान प्रदान 'मनोदशा (emotion)' के रूप मे होता है। और दुख का उद्गम



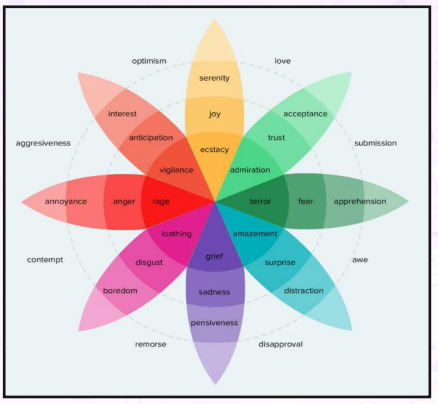
भी इसी स्तर पर होता है। बुद्ध के बचपन की घटना तो पता ही होगी आप लोगों को जब उनके चचेरे भाई देवदत्त और उनके बीच एक घायल पक्षी को लेकर विवाद छिड़ गया था। वस्तुतः सत्य घटना यह थी कि देवदत्त के बाणों से एक पक्षी घायल हो गया था, परंतु मनोदशा के आधार पर सिद्धार्थ (बुद्ध के बचपन का नाम) के मन मे करुणा का आविर्भाव हुआ और वो उसके प्राणों कि रक्षा के प्रयत्न मे लीन हो गए जबकि दूसरी तरफ देवदत्त उसे अपना 'शिकार' मानकर उस पर अपना अधिकार जमाना चाहता था और उसे एक ट्रॉफी के तौर पर हथियाना चाहता था।

अर्थात मनोदशा (emotion) अलग-अलग होने पर एक ही तथ्य हमें अलग अलग रूप मे महसूस होता है और उसी के अनुरूप हम कर्म मे प्रयत्नशील हो जाते हैं।

3. धम्म-सत्य 'दुक्ख-निरोध'

जीवन कि मूलभूत समस्या और उसके कारण जानने के बाद यह प्रश्न उठता है कि क्या इसका समाधान भी है?! यह एक विचित्र प्रश्न है क्योंकि अगर इसका कोई समाधान होता तो मानव-जीवन से दुख का नामोनिशान मिटा दिया गया होता। हजारों सालों से प्राप्त ज्ञान और अनुभव से निरंतर विकसित और प्रभावशाली मानव-जाति ने अब तक दुख पर विजय पा लिया होता। परंतु हम देखते हैं कि दुख रोज नए आयाम और रूपों मे प्रकट होता जा रहा है। तो क्या सचमुच इसका निरोध नहीं है?

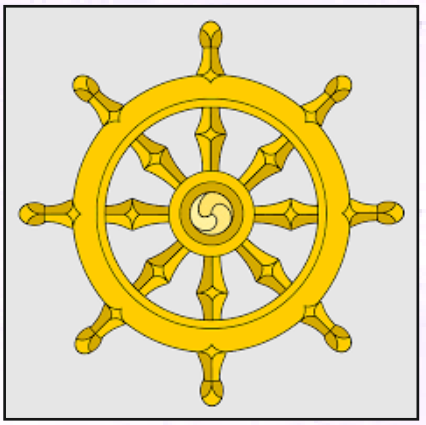
तथागत बुद्ध ने तीसरा धम्म-सत्य बताया कि दुख का निरोध (Cessation of Suffering) हो सकता है। परंतु इसका निरोध उसी स्तर पर हो सकता है जिस स्तर पर इसका उद्गम होता है, अर्थात मनोदशा (emotion) के स्तर पर। क्रमिक-विकास (Evolution) ने



मनोदशा के विभिन्न रूप बनाए हैं और हर मनोदशा से संबंधित कृत्यों का एक ऑटोमैटिक पैकेट है जो तुरंत एक्टिव हो जाता है। उदाहरण के तौर पर 'डर' का अनुभव होते ही व्यक्ति का शरीर fight या flight के लिए तुरंत तैयार हो जाता है बिना किसी गहन मंथन के।

इस मनोदशा को ध्यान (meditation) के द्वारा observe करने का प्रयास करने पर व्यक्ति धीरे धीरे मनोदशा को पहचानने लगता है। और जैसे ही व्यक्ति किसी मनोदशा को पहचान लेता है, ऑटोमैटिक एक्शन का जो लिंक मनोदशा से जुड़ा रहता है वो कमजोर हो जाता है। लगातार प्रयत्न से, यह ऑटोमैटिक एक्शन का लिंक इतना क्षीण हो जाता है कि वस्तुतः अप्रभावी हो जाता है।

क्योंकि इस दुख का कारण 'तण्हा' या तृष्णा है जो कि तीन मूलभूत रूपों मे प्रकट होती है-



1. लोभ और वासना (Greed and Desire)
2. अज्ञान या माया-भ्रम (Ignorance or Delusion)

3. घृणा और विध्वंस-भाव (Hatred and Destructive Urges)
इस दुख के निरोध के लिए तृष्णा के इन सभी रूपों का निरोध आवश्यक है। तृष्णा-विहीन अवस्था को 'निर्वाण' कहा गया है। अतः निर्वाण-प्राप्ति द्वारा दुख का निरोध होता है।

4. धम्म-सत्य 'दुक्ख-निरोधगामिनी पटिपदा'

सभी मूर्त या अमूर्त वस्तुयें दुखदाई होती हैं, अर्थात् उनसे मानव को अंततः दुःख ही मिलता है। दुःख एक शाश्वत सत्य है और यह भी कि इसका निवारण भी संभव है। इसके निवारण हेतु तथागत बुद्ध ने 'अष्टांगिक मार्ग' का प्रतिपादन किया है। इस मार्ग को ही 'दुक्ख-निरोधगामिनी पटिपदा' अर्थात 'दुख-निरोध कि ओर जाने वाला मार्ग' कहा जाता है। इस मार्ग के आठ चरण हैं-

I. सम्यक दृष्टि अर्थात इस संसार की वास्तविकता, वस्तुओं के तीनों लक्षणों, धम्म-सत्यों और धम्म का ज्ञान

II. सम्यक संकल्प अर्थात सत्य और निर्वाण के मार्ग पर चलने कि दृढ़-इच्छाशक्ति

III. सम्यक वचन अर्थात शुद्ध और कुशल वाणी

V. सम्यक व्यायाम अर्थात शुद्ध और कुशल प्रयत्न जिनसे अच्छाई मे वृद्धि हो और बुराई मे कमी आए

VI. सम्यक आजीविका अर्थात शुद्ध और कुशल कर्मों से आजीविका उपलब्ध करना

VII. सम्यक स्मृति अर्थात धम्म-वचनों को निरंतर अपनी स्मृति मे रखना

VIII. सम्यक समाधि अर्थात अपने मनोदशा को जीतकर अपने चित्त को नियंत्रण मे रखना

इन मार्गों के बारे मे बहुत ही संक्षिप्त मे अपनी समझ के अनुसार दो-चार शब्द लिखे हैं, जबकि इनके ऊपर व्याख्यानों, पुस्तकों और टिप्पणियों की भरमार है। अतः इनको समझने के लिए उनको पढ़ना ज्यादा श्रेयस्कर होगा।

बुद्ध ने इन आठ मार्गों से निर्वाण की उपलब्धि बताई है। 'सम्यक दृष्टि' और 'सम्यक संकल्प' को संयुक्त रूप मे 'प्रज्ञा'; 'सम्यक वचन', 'सम्यक कर्म', 'सम्यक आजीविका', और 'सम्यक व्यायाम' को संयुक्त रूप मे 'शील' तथा 'सम्यक स्मृति' और 'सम्यक समाधि' को संयुक्त रूप मे 'समाधि' कहा जाता है। जब किसी ने बुद्ध से पूछा कि व्यक्ति के भीतर (अंतर्मन मे) भी बंधन हैं और बाहर (बाह्य संसार मे) भी बंधन हैं और इनको कैसे खोला जाए-

''अन्तो जटा बहि जटा, जटाय जटिता पजा।
तं तं गोतम पुच्छामि, को इमं विजटये जट''न्ति॥"

तब तथागत बुद्ध ने कहा कि शील, समाधि (चित्त) और प्रज्ञा (पञ्ञा) से ही इनको जीत जा सकता है-

''सीले पतिट्ठाय नरो सपञ्ञो, चित्तं पञ्ञञ्च भावयं।
आतापी निपको भिक्खु, सो इमं विजटये जटं ति॥"

अंत में मैं बस तथागत बुद्ध के इस वचन को दुहराना चाहूँगा- "इहि पस्सिको" अर्थात् "आओ और देखो (come and see)"। इन धम्म-वचनों को बस इसलिए मत मानो कि किसी महापुरुष ने कहे हैं या किसी धर्म का सिद्धांत है, बल्कि इसको ख़ुद आज़माओ और फिर स्वयं निष्कर्ष निकालो।

इहि पस्सिको !!

★★★★★

हार्दिक अभिनंदन



श्री देवेन्द्र
निदेशक

हमारे कार्यालय के श्री देवेन्द्र, निदेशक/प्रशासन ने राष्ट्रीय लेखापरीक्षा और लेखा अकादमी , शिमला द्वारा आयोजित फोटोग्राफी प्रतियोगिता में दो चरणों **INDIA'S CULTURAL OPULENCE** तथा **PARALLEL WORLDS** में प्रथम स्थान प्राप्त किया है।

बेहदीनखलम, मेघालय में जयंतिया हिल्स के पनार खासियों का एक सांस्कृतिक उत्सव है जो पारंपरिक धर्म 'नियामत्रे' का पालन करते हैं। 'बेहदीनखलम' का शाब्दिक अर्थ है बुरी शक्तियों को भगाना'। यह उत्सव जुलाई के महीने में मनाया जाता है। जोवाई टाउन के प्रत्येक इलाके में एक सजी-धजी ढांचा तैयार की जाती है जिसे 'रथ' कहा जाता है। इन्हें 30 से 40 मजबूत लोगों द्वारा एक छोटी झील ऐतनार में विसर्जित किया जाता है। उत्सव चरमोत्कर्ष पर होता है जब खनोंग (सबसे पवित्र वृक्ष) को प्रत्येक इलाके के मध्य में लाया जाता है। दोपहर में मिन्तडु नदी की ऊपरी और निचली घाटियाँ में दो टीमों के बीच 'दतलावकोर' खेला जाता है। यह लकड़ी की गेंद के साथ खेला जाने वाला एक प्रकार का फुटबॉल है। माना जाता है कि जीतने वालों को अच्छी फसल का आशीर्वाद मिलता है।





अखबार में तल्लीन एक बूढ़े व्यक्ति पारंपरिक मीडिया उपभोग का प्रतिनिधित्व करता है, जबकि अपने मोबाइल में मग्न एक युवा आधुनिक तकनीक का प्रतीक है। दोनों के बीच का अंतर सूचना प्रसार के विकास और आज की समन्वित दुनिया में विभिन्न वास्तविकताओं के सह-अस्तित्व को दर्शाता है।

फूल वालों की सैर

फूल वालों की सैर (फूल वालों का जुलूस) दिल्ली में हर साल आयोजित होने वाले सबसे पुराने सार्वजनिक त्योहारों में से एक है। इस त्यौहार की शुरुआत 19वीं शताब्दी के शुरुआती दशकों में मुगल सम्राट अकबर शाह द्वितीय (1806-1837) के शासनकाल के दौरान हुई थी। यह त्यौहार मानसून के मौसम के बाद महरौली में आयोजित किया जाता है, जो दिल्ली को बनाने वाले सात प्राचीन शहरों में से एक है। फूल वालों की सैर दिल्ली में शहर के फूल विक्रेताओं द्वारा आयोजित एक वार्षिक उत्सव है और इसका आयोजन नागरिक समाज संगठन 'अंजुमन सैर-ए-गुल-फ़रोशां' द्वारा किया जाता है। सात दिनों तक चलने वाले इस उत्सव का उद्देश्य हिंदुओं और मुसलमानों के बीच सांप्रदायिक सद्भाव को बढ़ावा देना है। इस त्यौहार के केंद्र में विभिन्न समुदायों के दो पूजा स्थल हैं: बख्तियार काकी की दरगाह और योगमाया का मंदिर।

कभी ग़ालिब ने फूलवालों की सैर का ज़िक्र करते हुए कहा था,"दिल्ली की हस्ती मुनासिर कई हंगामों पर है किला, चाँदनी चौक , हर रोज मजमा जामा मस्जिद, हर हफ़्ते सैर जमुना के पुल की और दिल्ली में हर साल मेला फूलवालों का ये पाँच बातें अब नहीं फिर दिल्ली कहां।"

इस त्यौहार की एक दिलचस्प कहानी है। यह बेटे की तड़प में व्याकुल एक मां की कहानी है|जिसे निर्वासित करके जेल में डाल दिया गया था। दिल्ली में उन दिनों अकबर शाह द्वितीय (1806-1837) की हुकूमत थी।

एक अंग्रेज रेजिडेंट हमेशा लालकिले में मौजूद रहता था।बादशाह को कोई भी हुक्म जारी करने से पहले अंग्रेज अधिकारी की इजाजत लेनी होती थी।एक दिन लालकिले में ही बादशाह के छोटे बेटे मिर्जा जहांगीर ने अंग्रेज रेजिडेंट सर आर्किबाल्ड सेटन की खिल्ली उड़ा दी। इससे अंग्रेज अफसर नाराज हो गया. बात और बढ़ी तो मिर्जाजहांगीर ने गुस्से में आकर सैटिन के ऊपर तमंचे से फायर कर दिया। अंग्रेज अफसर बच गया पर ईस्ट इंडिया कंपनी ने शहजादे को लालकिले से निर्वासित करके इलाहाबाद भेज दिया। बेटे के निर्वासन से उनकी मां नवाब मुमताज महल का रो-रो कर बुरा हाल हो गया। गम में डूबी मां ने मन्नत मांगी कि जब उनका बेटा वापस दिल्लीआएगा तब वे कुतुब साहब में ख्वाजा बख्तियार कि मजार पर फूलों की चादर और गिलाफ चढ़ाएंगी।

उनकी दुआ कबूल हो गई और कुछ सालों बाद ही सेटन के हुक्म पर मिर्जा जहांगीर को वापस दिल्ली ले आया गया। बेगम को अपनी मन्नत याद थी। उन्होंने धूमधाम के साथ ख्वाजा बख्तियार काकी (कुतुब साहब) की मजार पर चादर चढ़ाने का ऐलान किया।सात दिन के लिए शाही कुनबा और दरबार लाल किले से मेहरौली में स्थांतरित कर दिया गया।



सुश्री मधु सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

बेगम ने चादर चढ़ाई। हिंदू. मुसलमान सबने इसमें हिस्सा लिया।

महारानी ने नंगे पैर यात्रा करने की मन्नत भी मांगी थी। यहाँ.तक.कि जब वे कुतुब साहब की दरगाह के लिए चलीं तो रास्ते भर लोगों ने उनके पैरों का ख्याल रखते हुए फूल बिछा दिए। महारानी ने साथ ही मेहरौली के योगमाया मंदिर में फूलों का एक पंखा भी चढ़ाया।

माता योगमाया भगवान श्री कृष्ण की बहन थी, जिसे कंस ने कृष्ण समझ कर वध कर दिया था। कहते हैं उनका शीश इस जगह गिरा था। तबसे इस मंदिर में योगमाया की पिंडी स्थापित है। यहां चढ़ाये जाने वाले पंखे साल भर मंदिर में लगे रहते हैं। यह पंखे भारत के अलग-अलग राज्यों से आते हैं।

बादशाह ने हिंदू और मुस्लिम आबादी के बीच आपसी प्रेम बढ़ाने के लिए घोषणा की कि हर साल भादों महीने में मुसलमान दरगाह शरीफ पर और हिंदू योगमाया के मंदिर में पंखा चढ़ाएँगे। पर दोनों ही जगहों पर हिंदू और मुसलमान मिलकर शरीक होंगे। बस यहीं से फूल वालों की सैर की शुरुआत हुई जिसे सैर-ए-गुलफरोशां भी कहा जाता है। सबसे पहली फूलोंवाली सैर में अबू सिराजुद्दीन ज़फर (जो आगे चलकर भारत के आखिरी मुगल बादशाह बहादुर शाह जफर के नाम से मशहूर हुए) ने योगमाया मंदिर में फूलों का पंखा भेंट किया था।

जब तक मुगलों का राज दिल्ली में कायम रहा, यह त्यौहार बड़े पैमाने पर पूरी साजसज्जा के साथ मनायाजाता था। शाही परिवार पूरे जोश के साथ लाल किले से निकलता था।रास्ते में वह पुराना किला होते हुए हुमायूं के मकबरे पर डेरा डालता था। उनके बाद भी अंग्रेजों ने चादर और पंखा चढ़ाने की इस परंपरा को जिंदा रखा।

सन 1942 में इस मेले को अंग्रेजों ने भारत छोड़ो आंदोलन के विरोध में तथा अपने विभाजन कार्य नीति के तहत फूट डालो राज करो के अंतर्गत बंद कर दिया था। इसे दोबारा 1961 में दिल्ली वासियों की अपील पर भारत सरकार ने दोबारा से शुरू कराया था।

आज भी हर साल देश के राष्ट्रपति द्वारा मंदिर और दरगाह पर पंखें भेंट किए जाते हैं। सैर के आख़िरी दिन अलग-अलग राज्यों से फूलों के पंखे भेंट करने के साथ जहाज महल में लोक नृत्य प्रस्तुति भी दी जाती है जिसके बाद क़व्वाली का कार्यक्रम शुरू होता है जो रात भर चलता है।

इस धर्मनिरपेक्ष त्यौहार में शहनाई वालों और नर्तकियों के नेतृत्व में एक जुलूस, और बड़े पुष्प पंखे चलाना शामिल हैं।

यह त्यौहार दिल्ली की मिश्रित संस्कृति को उदाहरण के रूप में देखा जाता है, जो शहर में सांप्रदायिक एकता का माहौल बनाने में सहायता करता है, और आज भी त्यौहार को समान रूप से हिंदू और मुसलमान दोनों के द्वारा मनाया जाता है।

समकालीन समय में, जब हर गुजरते दिन के साथ सांप्रदायिक नफरत बढ़ती जा रही है, इस त्यौहार का महत्व बहुत महत्वपूर्ण हो जाता है, जिसका मूल सांप्रदायिक सद्भाव के विचारों से है, और यह बहुत आवश्यक अंतर-धार्मिक संवाद का स्थल बन जाता है। लंबे समय के सामाजिक-सांस्कृतिक इतिहास और उत्साही राज्य संरक्षण के बावजूद, यह त्यौहार अपनी चमक खो रहा है।

साथ ही फूल वालों की सैर जैसा त्यौहार अपने ऐतिहासिक महत्व के कारण भी अपने आप में महत्वपूर्ण है। इसलिए, राज्य सरकार और संबंधित नागरिकों के साथ-साथ आयोजकों को भी इस अत्यंत महत्वपूर्ण सार्वजनिक उत्सव को और अधिक सहभागी बनाने पर अधिक ध्यान केंद्रित करना चाहिए।



★★★★★

वर्षा जल संचयन

वर्षा जल संचयन, प्राकृतिक संसाधनों या कृत्रिम रूप से डिज़ाइन किए गए संसाधनों में वर्षा जल का संग्रहण और भंडारण है, ताकि जल अपवाह को रोका जा सके और भविष्य में पानी की कमी को पूरा किया जा सके। जल संचयन की मात्रा वर्षा की आवृत्ति, वर्षा की मात्रा, वर्षा जल एकत्र करने के तरीके और जल को एकत्रित करने के संसाधनों के आकार जैसे कारकों से प्रभावित होती है।

प्रकृति ने हमें बहुत कुछ प्रदान किया है। इस पुरे ब्रह्माण्ड में एकमात्र हमारी पृथ्वी ही ऐसा ग्रह है, जहाँ पर जीवन संभव है। इसका प्रमुख कारण है:- हमारा वातावरण, क्योंकि, हमारें वातावरण में जीवन जीने के लिए सभी आवश्यक प्रदार्थ उपलब्ध है, जैसे:- हवा, पानी, पेड़-पौधे और बहुत सी आवश्यक वस्तुएँ। इसलिए, हमारे जीवन के लिए ये सभी वस्तुएँ बहुत आवश्यक है। जल हमारे लिए ही नही बल्कि इस पूरी दुनिया में रहने वाले जीवित प्राणियों के लिए बहुत आवश्यक है।

हमारी पृथ्वी के 70 प्रतिशत से भी अधिक भू-भाग में जल उपस्थित है। जिनमें से अधिकांश जल समुद्र में पाया जाता है। हमारी पृथ्वी पर 5 महासागर उपस्थित है, लेकिन इनमें से मात्र 3 प्रतिशत पानी ही पीने योग्य है। जिसे सम्पूर्ण पृथ्वी के प्राणी अपने जीवनयापन में उपयोग करते है। वर्षा के माध्यम से ही जल चक्र चलता रहता है। पेड़ों को खाना बनाने में भी पानी उपयोग में लिया जाता है। पारिस्थितिकीतंत्र को सुचारू रूप से चलाने के लिए पानी अतिआवश्यक होता है।

वनों की कटाई और पारिस्थितिक असंतुलन जैसे विभिन्न कारणों से भूजल स्तर दिन-प्रतिदिन गिरता जा रहा है। शहरीकरण और औद्योगिकीकरण का स्तर लगातार बढ़ने से विशेषकर शहरी क्षेत्रों में पानी की आपूर्ति की मांग बढ़ जाती है। भूजल के अति प्रयोग से भूजल निम्न स्तर पर जा रहा है। भविष्य में पानी की कमी के जोखिम को काफी हद तक बढ़ा दिया है और कुछ प्रभावी समाधानों का पालन नहीं करने पर जीवन के लिए खतरा हो सकता है।

जल संचयन इसमें बहुत मददगार है और भूजल स्तर को रिचार्ज करने जैसी विभिन्न जरूरतों को पूरा करता है, पानी की आपूर्ति में बिजली के बिल को कम करता है और आवश्यकतानुसार कभी भी पानी की आपूर्ति प्रदान करता है। यह अनुमान है कि जल स्तर में 1 मीटर वृद्धि से लगभग 0.4 किलोवाट बिजली की बचत होती है।

वर्षा जल संचयन क्यों आवश्यक है:

सभी क्षेत्रों में लोगों द्वारा वर्षा जल संचयन बहुत आवश्यक है। भविष्य में पानी की कमी को कम करना अच्छा है। निम्नलिखित बिंदु इस तथ्य को साबित करते हैं कि वर्षा जल संचयन क्यों आवश्यक है:

- सतही जल विभिन्न प्रयोजनों के लिए पानी की मांग को पूरा नहीं कर सकता है।
- हर कोई अपनी हर जरूरत के लिए भूजल पर निर्भर है।
- वनों की कटाई, तेजी से शहरीकरण आदि कारणों से भूजल के स्तर में लगातार कमी हो रही है।



श्री राकेश कुमार सिंह
सहायक लेखा परिखा अधिकारी

- वर्षा जल संरक्षण प्राकृतिक जल संसाधनों में पानी के स्तर को बनाए रखता है।
- यह सड़कों पर पानी भरने की संभावना को कम करता है, मिट्टी के कटाव के जोखिम को कम करता है और पानी की गुणवत्ता में सुधार करता है।

वर्षा जल संचयन की मुख्य तकनीकें निम्नलिखित हैं:

- भविष्य में उपयोग के लिए सतह पर वर्षा जल एकत्र करना।
- भूजल का पुनर्भरण।
- वर्षा जल को सतह पर एकत्रित करना बहुत प्रभावी और पारंपरिक तकनीक है। यह छोटे तालाबों, भूमिगत टैंकों, बांधों, खरपतवारों आदि का उपयोग करके किया जा सकता है।
- इसमें अपने घर की छत के पानी को भी संग्रहित किया जा सकता है, इसलिए यह बहुत आसान है। इस पानी को शुद्ध करके दैनिक जीवन के कार्यों में भी उपयोग किया जा सकता है।
- हम गड्ढे या गर्तिका बनाकर, खाइयाँ बनाकर, कुओं का उपयोग करके, हैंडपम्प का उपयोग करके वर्षा जल को एकत्रित कर सकते है व इनकी मदद से ही जल का उपयोग भी कर सकते है।

वर्षा जल सबसे शुद्ध जल माना जाता है। सूखे की समस्या को सुलझाने के लिए जल का संरक्षण करना अतिआवश्यक है। वर्षा जल संग्रहण एक बहुत अच्छी विधि है, जिससे जल संग्रहण किया जा सकता है। भविष्य में आने वाले जल की कमी के खतरे को ध्यान में रखते हुए हमें आज से ही इस दिशा में कदम उठाने होंगे और जल संचयन के सबसे कारगर तरीके को अभिसार करना होगा। इस दिशा में हर व्यक्ति को अपनी ओर से प्रयास करना होगा, ताकि वर्षा जल संचयन जैसे तरीके को हर स्तर पर अपनाया जा सके और मानव जाति पर आने वाले खतरे को टाला जा सके।

माँ – एक स्मरणांजलि



श्री मुकेश कुमार
व.ले.प.अ.

धूल धूसरित देह अब किस अंक में छुप पाएगा
क्षीण स्वर कंपित उँगलियाँ जीर्ण काया धंसी पसलियाँ
नेत्र गह्वर तम विवर ज्यों शून्य घहराती पसर यों
पीड़ा सघन साक्षात् मूर्तित म्लान मुख माँ अनपेक्षित

हो सूर्य तक पहुंचे अमाँ पर हार तू सकती नहीं माँ
स्मरण है तू चंडीरूपा स्मरण है शक्ति स्वरूपा
तू ही खल-दल-वन-विदारिणी तू ही भव भयार्त्तिहारिणी
ज्वरित तन मम क्षुधित मन ला औषधि ज्वर कर शमन

गस खा गिरा तेरा वदन माँ आज करती शिशु क्रंदन?
पा अभय अंक पर्यंक थिर मन पद्म खिल निष्कंट
सुरभित नभ सहज जास्वंद सहसा आक्रमित गति मंद
अचिंत्य ज्यों हो यह कथानक व्यतिक्रम साक्षात् मानक



माँ श्रवण कर गोपी विरह उधो का सब निष्फल जिरह
शिशु द्रवित मन करता रुदन ले अंक भर कर आश्वासन
कहाँ अब वह पाएगा?
धूल धूसरित देह अब किस अंक में छुप पाएगा

माँ बनी निर्मोही स्वयं तू काट ममता बंध सब तू
स्नेह सृष्टि निज-कर विसर्जित झटक शिशु-कर यूं स्तंभित
कृष्ण-सा जी गई माँ तू कृष्ण-सा मर गई माँ तू
ज्ञात है ना लौटेगी तू अर्जी ना कोई सुनेगी तू

वेदना जो वितान ताने सृष्टि ग्रहित कर तम बिछाने
लीलने संसृति सगर्भा संघणित निज तेज आभा
कोई उधो तो भेजोगी ना सुध शिशु की लोगी तो ना
आश्वस्ति तब वह पाएगाधूल धूसरित देह अब
किस अंक में छुप पाएगा

★★★★★

रूद्र को जगाओ रे !



श्री मुकेश कुमार
व.ले.प.अ.

बहुत हुआ विनीत भाव रूद्र को जगाओ रे!
शांतिपाठ बस करो शस्त्र तो उठाओ रे!

पावन ध्वस्त मूर्तियाँ दे रहीं चुनौतियाँ
स्फीत वक्ष कर प्रलय खड्ग अब उठाओ रे!

तमक तमक पटक रे पैर चमक चमक उठा असि
बमक बमक बमक बमक फेंक भाला जोर से !

बहुत हुआ विनीत भाव
रूद्र को जगाओ रे!

फाड़-फाड़ अंतड़ियाँ भेद भेद पसलियाँ
काट काट कुटिल हस्त कूट कूट क्रूर वक्ष

शताब्दियों के भार से पुरखों के चित्कार से
स्त्रैण उन सिसकियों से तोड़ लौह कड़ा कड़ा
लम्बा हनुमान कूद एक तो लगाओ रे!

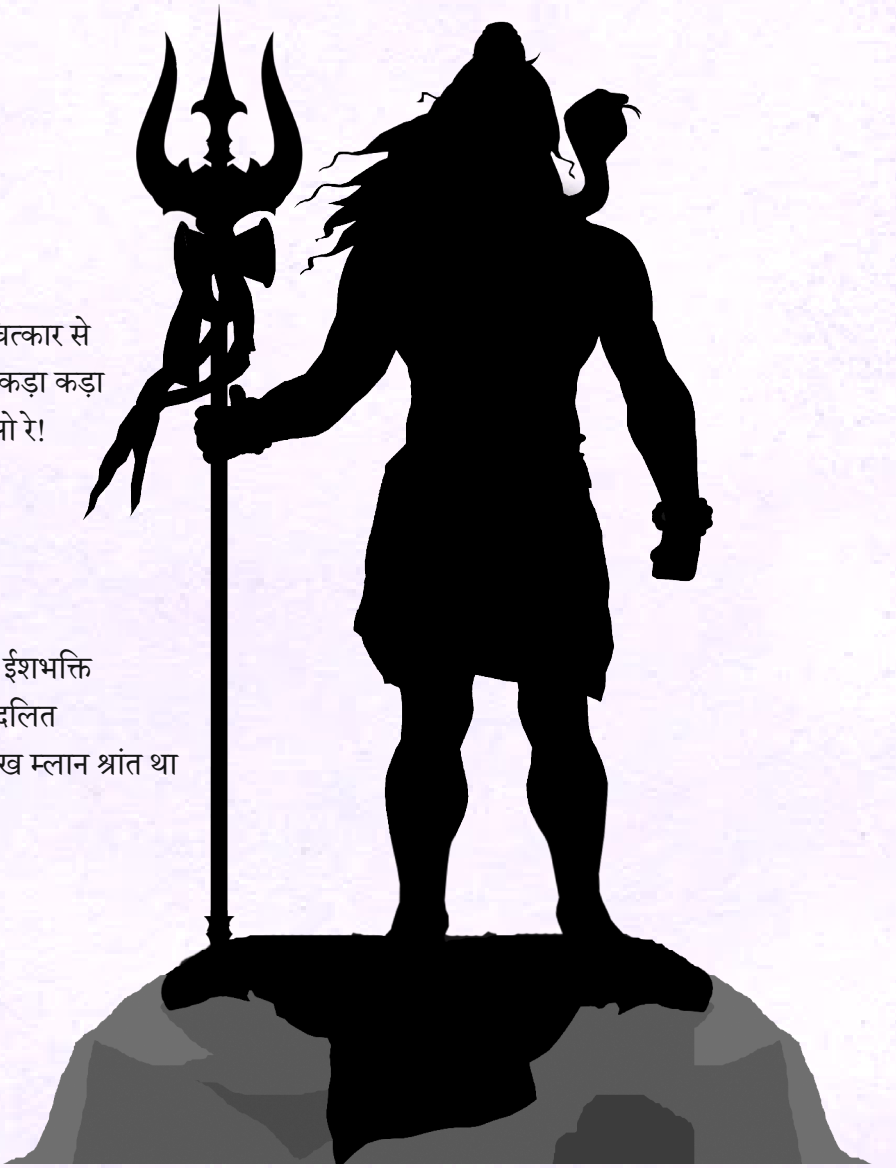
बहुत हुआ विनीत भाव
रूद्र को जगाओ रे!

खंड खंड आत्मशक्ति बलात रुद्ध ईशभक्ति
सूर्य तेज था ग्रहित चंद्र आभ था दलित
दिन कुम्हलान क्लांत था निशि मुख म्लान श्रांत था

अमावास की रात थी नैशान्ध ज्यों फुफकारती
हाथ को न हाथ सूझे क्या करें कोई न बूझे

अग्निधर्मा संतति तू
ज्योति एक जलाओ रे!

बहुत हुआ विनीत भाव रूद्र को जगाओ रे!
शांतिपाठ बस करो शस्त्र तो उठाओ रे!



★★★★★

राजभाषा कार्यान्वयन समिति की तिमाही बैठक की झलकियाँ





हिंदी कार्यशाला की झलकियाँ





दोस्त



श्री सतशिल कांबले
वरिष्ठ लेखापरीक्षक

जन्नतों से भी आगे मुकाम होगा तेरा दोस्त,
तू बहुत खास और शायद बहुत आम होगा तेरा दोस्त।

शोहरतों की सीढिंयाँ तेरी राह तकती होंगी,
और कहीं किसी कोने में बडा बदनाम होगा तेरा दोस्त।

तेरा हर दिन हर वक्त गुजरे बादशाहों की माफीक,
और तेरे हर हुक्म-की तालीम में खडा हिस्सा-ए-अलाम होगा तेरा दोस्त।

खुदा की हरमतें रहमतें बरसे तेरे रिहायिस के हर हिस्से में,
ओर मुकद्दर के दगा देने का जैसा हर इल्जाम होगा तेरा दोस्त।

पानी तो फिर पानी हैं, तेरे घरों में अमृत का सैलाब होगा,
नुक्कड के किसी मैखाने में छलकता हुआ मदिरा-ए-जाम होगा तेरा दोस्त।

रौशन तेरी कामयाबी से, जलने फलक पे सूरज भी लगेगा,
नाकामयाबियों की जैसे कभी न ढलने वाली शाम होगा तेरा दोस्त।

जन्नतों में क्या रहेंगे फरिश्ते, तू जमीन पे जिन्दा फरिश्ता होगा,
देख कर लोग अपनी राहों का रुख मोड लेंगे
कुछ ऐसा बदशक्ल, बदनाम होगा तेरा दोस्त।

खुदा से हमतो मिला ही क्यो हैं, क्या शौक-ए-इबादत करें,
दुलरी दुनिया में कभी शायद उसकी रहमत का पैगाम होगा तेरा दोस्त।



★★★★★

प्रेम की परिभाषा



श्री कुमार सौरभ
लेखापरीक्षक

प्रेम न कोई जादू-टोना, प्रेम न पाना है न खोना।
प्रेम है क्या फिर सब जन पूछे? प्रेम तो है एक सच्चा सोना।

प्रेम है राधा, प्रेम है श्याम, प्रेम है केवट, प्रेम है राम।
प्रेम की क़ीमत ना कोई दाम, प्रेम अधीरता, प्रेम आराम।

प्रेम है जगना रात-रात भर, प्रेम है हँसना बात-बात पर।
प्रेम है आशा, प्रेम हताशा, प्रेम करेला, प्रेम बताशा।

प्रेम है मजनूं सा बन जाना, प्रेम है रांझा का मर जाना।
प्रेम न देखे रुप-रंग को, प्रेम न माने ज़ात-धरम को।

प्रेम स्वार्थ है, प्रेम समर्पण, प्रेम है मुस्काना और क्रंदन।
प्रेम किसी का अहिवात है, प्रेम किसी पर तुषारापात है।

प्रेम केवड़े की ख़ुशबु है, प्रेम अलभ्य की जुस्तजू है।
प्रेम मिलन पर क्रीड़ा है, प्रेम विरह में पीड़ा है।

प्रेम अनुपम अनुभव है, प्रेम से सबकुछ संभव है।
प्रेम जो दिल पर दे दे दस्तक, प्रेम से बैरी भी नतमस्तक।



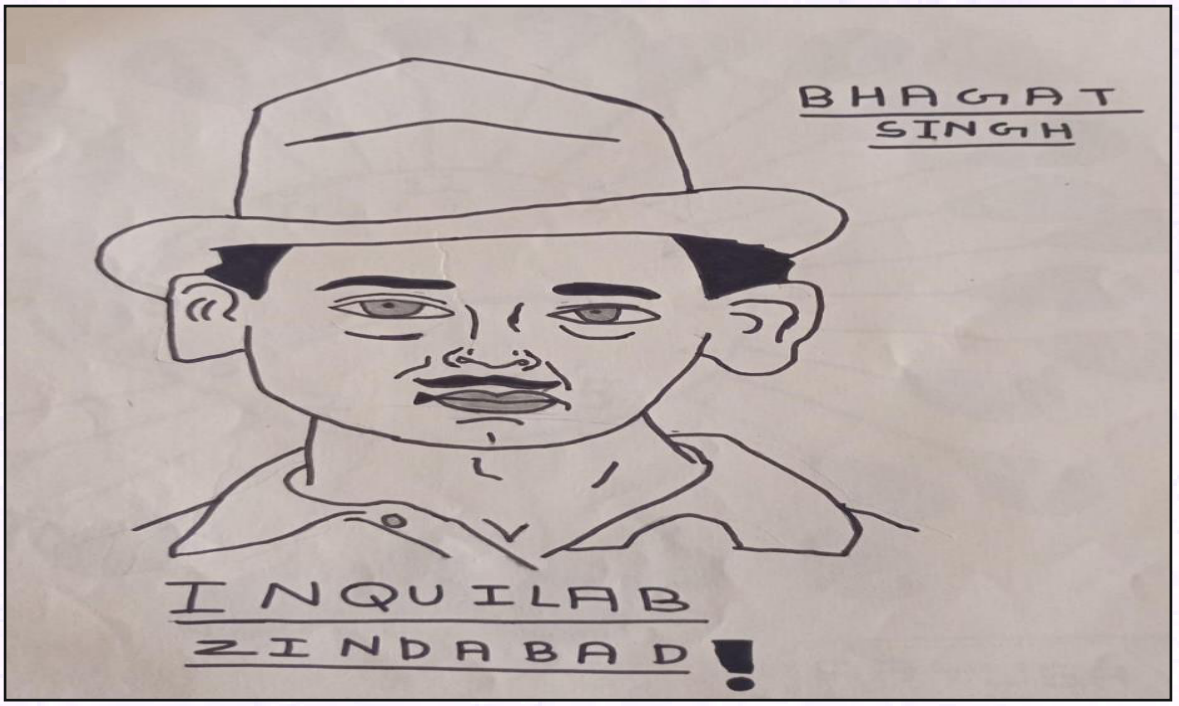
प्रेम ग़ज़ल है, प्रेम गीत है, प्रेम है साथी, प्रेम मीत है।
प्रेम है स्व का भूल जाना, प्रेम है सुध-बुध का खो जाना।

प्रेम अनादि, प्रेम अनंत है, प्रेम बहार है, प्रेम बसंत है।
प्रेम है बाधा से भिड़ जाना, प्रेम है कांटों पर चल जाना।

प्रेम है गंगा सा पावन, प्रेम की छत है ना आंगन।
प्रेम रसों में भी प्रधान है, प्रेम स्वयं में संविधान है।

प्रेम कस्तूरी, प्रेम है चन्दन, प्रेम है दो रूहों का आलिंगन।
प्रेम दरस भर की अभिलाषा, प्रेम की इतनी सी परिभाषा।

प्रेम अडिग है, प्रेम है अटल, प्रेम न मांगे किसी से संबल।
प्रेम है टूटकर फिर जुड़ जाना, प्रेम है 'सौरभ' सा हो जाना।





आयुष वर्मा, श्री चितरंजन वर्मा
सहायक पर्यवेक्षक के पुत्र



साक्षी सोनी, श्री भरत सोनी
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी की पुत्री

परिश्रम की महत्ता



श्री एन. डी. दलवी
लेखापरीक्षक

धुंधलाती सी जिंदगी हमसे कुछ कहती है
लक्ष्य को पाने में हमारी ओर से कुछ कमी रहती है।

प्रतिद्वंद्विता के सागर की लहरें ले के बहती हैं
प्रतिस्पर्धा में तुम को आगे रहना हैं, बार-बार ये कहती है।

परिश्रम करो तन-मन से मंजिल तो मिल ही जायेगी
खुशी से भर जायेंगी तुम्हारी आँखे, जब ये तुम को पायेगी।

तुम्हे दुनिया को मुठ्ठी में करके दिखाना होगा,
अगले जनम का क्या भरोसा, जो चाहिए इसी जनम में पाना होगा।

मेहनत में जो नशा हैं वो महसूस कर के देखो एक बार,
आदत पड जायेगी तुम्हे इसकी, जब जीतोगे तुम हर बार,
अन्त में ही परिश्रम रंग लाता है,
आलस्य करने से जीवन व्यर्थ में जाता हैं।

तलाश

कातिल मेरा कत्ल करने को खंजर तलाश कर,
प्यास बुझाने खातिर पूरा समन्दर तलाश कर।

कंक्रीट के इन जंगलो में दम घुटने लगा है,
खुली वादियों में फिर साँस लूँ, कुछ ऐसा मंजर तलाश कर।

कहाँ खाक छानता फिरता हैं, तू मेरी तलाश में,
कहीं ना मिलुँगा मै, बस अपने अन्दर तलाश कर।

नफरत के सहारे गुजार दी है ये जिन्दगी,
मोहब्बत मिल जाए उस जनम, कुछ ऐसा मुकद्दर तलाश कर।

रहा गर्दिशो में हरदम दिए की तरह जलता और बुझता,
रोशनी फिर बिखेरे दूँ सूरज की तरह, वो दोपहर तलाश कर।

गुजरा हुआ जमाना हूँ, रोशन हूँ फलक पे सितारों की तरह
आसानी से ना मिलूँगा तुझे, मगर तलाश कर।

दौलतों और शोहरतों से खरीदने की कोशिश ना कर मुझे,
मुझे तू प्यार से ही जीत लेगा, बस खुद में वो सिकन्दर तलाश कर।

निबंध लेखन प्रतियोगिता









टिप्पण एवं आलेखन प्रतियोगिता











आशुभाषण प्रतियोगिता













अंत्याक्षरी प्रतियोगिता















अंत्याक्षरी प्रतियोगिता













ज्ञान प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता



















जीएसटी में अग्रिम निर्णय तंत्र

जीएसटी में अग्रिम निर्णय तंत्र: अग्रिम निर्णय से आवेदक को अपने क्रियाकलापों, जिनके लिए जीएसटी का भुगतान किया जाना है, की पहले से आयोजना करने में सुविधा होती है। यह कर देयता निर्धारित करने में निश्चितता भी लाता है चूंकि अग्रिम निर्णय प्राधिकारी द्वारा दिया गया निर्णय आवेदक पर और सरकारी प्राधिकरणों पर बाध्यकारी होता है। इसके अतिरिक्त, इससे बाद में लंबी तथा खर्चीली मुकदमेबाजी से बचाव होता है। अग्रिम निर्णय लेना खर्चीला नहीं हैं और इसकी प्रक्रिया सरल तथा शीघ्र है। इस प्रकार यह करदाता को किसी मुद्दे के संबंध में निश्चितता तथा पारदर्शिता प्रदान करता है जिससे संभवत: कर प्रशासन के साथ कोई विवाद हो सकता है। कानूनी रूप से गठित निकाय – अग्रिम निर्णय प्राधिकरण (एएआर) – उस व्यक्ति को एक बाध्यकारी निर्णय दे सकता है जो एक पंजीकृत करदाता है अथवा पंजीकृत होने के लिए जिम्मेदार है। प्राधिकरण द्वारा दिए गए अग्रिम निर्णय के विरुद्ध अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकारी (एएएआर) के समक्ष अपील की जा सकती है। एएआर और एएएआर द्वारा आदेश पारित किए जाने की निर्धारित समय-सीमाएं हैं।

अग्रिम निर्णय के उद्देश्य

अग्रिम निर्णय का एक तंत्र स्थापित करने के मुख्य उद्देश्य है-

i. आवेदक द्वारा किए जाने वाले प्रस्तावित क्रियाकलाप के संबंध में पहले से कर देयता में निश्चितता लाना;

ii. प्रत्यक्ष विदेशी निवेश (एफडीआई) आकर्षित करना;

iii. मुकदमेबाज़ी में कमी लाना;

iv. पारदर्शी और मितव्ययी तरीके से शीघ्र निर्णय देना।

अग्रिम निर्णय-

"अग्रिम निर्णय" का अर्थ है आवेदक द्वारा की जा रही अथवा किए जाने के लिए प्रस्तावित वस्तु अथवा सेवाओं अथवा दोनों की आपूर्ति के संबंध में सीजीएसटी अधिनियम, 2017 की धारा 97 की उप- धारा (2) अथवा धारा 100 की उप-धारा (1) में विनिर्धारित मामलों अथवा प्रश्नों के संदर्भ में प्राधिकरण अथवा अपीलीय प्राधिकरण द्वारा आवेदक को निर्णय देना।

इस अधिनियम के अंतर्गत दी गई अग्रिम निर्णय की परिभाषा काफी व्यापक है और इसमें सीमा-शुल्क तथा केंद्रीय उत्पाद शुल्क कानूनों के अंतर्गत अग्रिम निर्णय की वर्तमान प्रणाली की तुलना में सुधार किए गए हैं। वर्तमान व्यवस्था में केवल एक प्रस्तावित लेन-देन पर ही अग्रिम निर्णय दिया जा सकता है, जबकि जीएसटी के अंतर्गत प्रस्तावित लेन-देन और अपीलकर्ता द्वारा पहले से किए जा चुके लेन-देन के संबंध में अग्रिम निर्णय लिया जा सकता है।



श्री मुनिनाथ यादव
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

सीजीएसटी अधिनियम, 2017 की धारा 97(2) और धारा 100(1) में विनिर्धारित मामले/प्रश्न क्या हैं

(क) किसी वस्तु अथवा सेवा अथवा दोनों का वर्गीकरण;

(ख) सीजीएसटी अधिनियम के प्रावधानों के अंतर्गत जारी की गई एक अधिसूचना की प्रयोजयता;

(ग) वस्तु अथवा सेवाओं अथवा दोनों की आपूर्ति के समय तथा मूल्य का निर्धारण;

(घ) भुगतान किए गए अथवा भुगतान किए गए माने गए इनपुट टैक्स क्रेडिट की स्वीकार्यता;

(ड.) किसी वस्तु अथवा सेवा अथवा दोनों पर कर देयता का निर्धारण;

(च) क्या आवेदक को पंजीकृत होना आवश्यक है;

(छ) क्या किसी वस्तु अथवा सेवा अथवा दोनों के संबंध में आवेदक द्वारा किया गया कोई विशिष्ट कार्य आपूर्ति के अर्थ में वस्तु अथवा सेवाओं अथवा दोनों की आपूर्ति में फलित होता है।

जीएसटी अधिनियम, 2017 की धारा 100(1) में यह प्रावधान है कि अग्रिम निर्णय प्राधिकरण द्वारा दिए गए अग्रिम निर्णय से असंतुष्ट संबंधित अधिकारी, न्यायक्षेत्र अधिकारी अथवा आवेदक अपीलीय प्राधिकारी को अपील कर सकता है।

इस प्रकार यह देखा जा सकता है कि अपीलीय प्राधिकारी के निर्णय को भी अग्रिम निर्णय माना जाता है।अग्रिम निर्णय प्राधिकारण' (एएआर) और 'अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकारण' (एएएआर)राज्य वस्तु और सेवा कर अधिनियम अथवा संघ राज्य क्षेत्र वस्तु और सेवा कर अधिनियम के प्रावधानों के अंतर्गत गठित अग्रिम निर्णय प्राधिकरण को सीजीएसटी अधिनियम, 2017 के अंतर्गत भी उस राज्य अथवा संघ राज्य क्षेत्र के संबंध में अग्रिम निर्णय प्राधिकरण माना जाएगा।

राज्य वस्तु और सेवा कर अधिनियम अथवा संघ राज्य क्षेत्र वस्तु और सेवा कर अधिनियम के प्रावधानों के अंतर्गत गठित अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकरण को सीजीएसटी अधिनियम, 2017 के अंतर्गत भी उस राज्य अथवा संघ राज्य क्षेत्र के संबंध में अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकरण माना जाएगा।

अग्रिम निर्णय प्राधिकरण' (एएआर) और 'अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकरण' (एएएआर)

राज्य वस्तु और सेवा कर अधिनियम अथवा संघ राज्य क्षेत्र वस्तु और सेवा कर अधिनियम के प्रावधानों के अंतर्गत गठित अग्रिम निर्णय प्राधिकरण को सीजीएसटी अधिनियम, 2017 के अंतर्गत भी उस राज्य अथवा संघ राज्य क्षेत्र के संबंध में अग्रिम निर्णय प्राधिकरण माना जाएगा।

राज्य वस्तु और सेवा कर अधिनियम अथवा संघ राज्य क्षेत्र माल और सेवा कर अधिनियम के प्रावधानों के अंतर्गत गठित अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकरण को सीजीएसटी अधिनियम, 2017 के अंतर्गत भी उस राज्य अथवा संघ राज्य क्षेत्र के संबंध में अग्रिम निर्णय के लिए अपीलीय प्राधिकरण माना जाएगा।

उन मामलों में अग्रिम निर्णय के आवेदन स्वीकार नहीं किए जाएंगे जहां आवेदन में उठाया गया प्रश्न अधिनियम के किसी प्रावधान के अंतर्गत एक आवेदक के मामले में किसी कार्यवाही में लम्बित है अथवा इस पर निर्णय किया जा चुका है।

यदि आवेदन अस्वीकृत किया जाता है तो यह अस्वीकृति सकारण आदेश के माध्यम से की जानी चाहिए।

यदि आवेदन स्वीकार कर लिया जाता है तो एएआर आवेदन प्राप्त होने के नब्बे दिन के अंदर अपना निर्णय सुनाएगा। अपना निर्णय देने से पहले यह आवेदन की और आवेदक अथवा संबंधित विभागीय अधिकारी द्वारा प्रस्तुत की गई अन्य किसी सामग्री की जांच करेगा।

निर्णय देने से पहले एएआर को अनिवार्य रूप से आवेदक अथवा प्राधिकृत प्रतिनिधि और सीजीएसटी/एसजीएसटी के न्यायक्षेत्र अधिकारी का पक्ष सुनना चाहिए।

यदि एएआर के दो सदस्यों के बीच राय में अंतर है तो वे उस बिंदु अथवा बिंदओं को मद्दे की सुनवाई के लिए एएएआर को भेजेंगे जिन बिंदओं पर उनकी राय में अंतर है। यदि एएएआर के सदस्य भी एएआर द्वारा उन्हें भेजे गए बिंदु (बिन्दुओ) के संबंध में किसी एक निष्कर्ष पर नहीं पहुंच पाते तो यह माना जाएगा कि जिस प्रश्न के संबंध में एएएआर के स्तर पर राय में अंतर है उनके संदर्भ में कोई अग्रिम निर्णय नहीं दिया जा सकता।

एएआर के आदेश के विरुद्ध अपील

यदि आवेदक एएआर के निष्कर्ष से असंतुष्ट है तो वह एएएआर के समक्ष अपील कर सकता है। इसी प्रकार यदि सीजीएसटी/एसजीएसटी का निर्धारित अथवा न्यायक्षेत्र अधिकारी एएआर के निष्कर्ष से सहमत नहीं है तो वह भी एएएआर के समक्ष एक अपील कर सकता है। सीजीएसटी/एसजीएसटी के निर्धारित अधिकारी शब्द का अर्थ है एक अधिकारी जिसे सीजीएसटी/एसजीएसटी प्रशासन द्वारा अग्रिम निर्णय के आवेदन के संदर्भ में नामित किया गया है। सामान्य परिस्थितियों में संबंधित अधिकारी वह अधिकारी होगा जिसके क्षेत्राधिकार में आवेदक आता है। ऐसे मामलों में संबंधित अधिकारी सीजीएसटी/ एसजीएसटी का न्यायक्षेत्र अधिकारी होगा।

कोई भी अपील अग्रिम निर्णय प्राप्त होने के तीस दिन के भीतर दायर की जानी चाहिए। अपील निर्धारित प्रारूप में होनी चाहिए और निर्धारित पद्धति से सत्यापित की जानी चाहिए। प्रारूप अग्रिम निर्णय नियमों में दिया गया है। अपीलीय प्राधिकारी को अपील के पक्षों को सुनने के बाद अपील दायर किए जाने के नब्बे दिन के भीतर एक आदेश पारित करना चाहिए।यदि अपील में संदर्भित किसी बिंदु पर एएएआर के सदस्यों की राय में अंतर है तो यह माना जाएगा कि अपील के अंतर्गत प्रश्न के संबंध में कोई अग्रिम निर्णय जारी नहीं किया गया है।

त्रुटियों में संशोधन

कानून एएआर और एएएआर को आदेश जारी करने की तिथि से छ: माह की अवधि के भीतर रिकॉर्ड से किसी स्पष्ट त्रुटि को ठीक करने के लिए अपने आदेश में संशोधन करने की शक्ति देता है। ऐसी त्रुटि प्राधिकरण द्वारा अपनी स्वयं की समझ के अनुसार देखी जा सकती है अथवा आवेदक अथवा सीजीएसटी/एसजीएसटी के निर्धारित अथवा न्यायक्षेत्र अधिकारी द्वारा इसके ध्यान में लाई जा सकती है। यदि किसी संशोधन में कर देयता बढ़ती है अथवा इनपुट टैक्स क्रेडिट की मात्रा घटती है तो आदेश पारित करने से पहले आवेदक का पक्ष अवश्य सुना जाना चाहिए।

एएआर और एएएआर की शक्तियां और प्रक्रियाए

एएआर और एएएआर को खोज तथा निरीक्षण, किसी व्यक्ति को उपस्थित होने के लिए आदेश देने और उसे शपथ दिला कर पूछ-ताछ करने और खातों तथा अन्य रिकॉर्ड प्रस्तुत करने हेतु बाध्य करने के लिए सिविल प्रक्रिया संहिता, 1908 के अंतर्गत एक सिविल न्यायालय की शक्तियां प्राप्त हैं। दोनों प्राधिकरण आपराधिक प्रक्रिया संहिता, 1973 की धारा 195 के उद्देश्य से सिविल न्यायालय माने गए हैं। प्राधिकरण के समक्ष कोई कार्यवाही भारतीय दंड संहिता, 1860 की धारा 193 और 228 के अंतर्गत और धारा 196 के उद्देश्य से न्यायिक कार्यवाही मानी जाएगी। एएआर और एएएआर के पास अपनी स्वयं की प्रक्रियाओं का विनियमन करने की शक्तियां भी हैं।

ऑनलाइन अध्ययन

ऑनलाइन अध्ययन शिक्षा का एक आधुनिक डिजिटल तरीका है, जहाँ पर शिक्षक और छात्र उपकरणों जैसे कि लैपटॉप, स्मार्टफोन, टैब या अन्य उपकरणों का उपयोग कर एक दूसरे से बातचीत करतें है। कोविड़-19 महामारी को देखते हुए ऑनलाइन अध्ययन के तरीके को अपनाया गया। अध्ययन की यह पद्धति या प्रणाली अब काफी प्रचलित हो चुकी है।

ऑनलाइन अध्ययन के फायदे

अध्ययन की यह प्रक्रिया के अपने ही फायदें है। यह काफी सुविधाजनक और अध्ययन की बहुत सस्ती प्रक्रिया है। ऑनलाइन स्टडी के लाभों में कुछ महत्वपूर्ण लाभ का विवरण नीचे किया गया है।

• सुविधाजनक

ऑनलाइन अध्ययन की इस विधि द्वारा छात्रों के साथ-साथ शिक्षको के लिए भी काफी उपयोगी और सुविधाजनक है। दोनों ही अपने घर के बाहर बिना कदम रखें ही शिक्षा के सत्र में इस प्रक्रिया द्वारा भाग ले सकते है। उन्हें एक दूसरे से जुड़ने के लिए केवल एक अच्छे डिवाइस और इंटरनेट कनेक्शन की आवश्यकता होती है। बस आप अपनी आवश्यकता की किताबों के साथ अपने कमरे में एक उचित स्थान पर आराम से बैठकर अपने क्लासमेट्स के साथ ऑनलाइन कक्षा में भाग ले सकते है।

• सस्ता

ऑनलाइन अध्ययन स्कूली शिक्षा प्रणाली के कई मामलों में काफी सस्ती विधि है। सबसे पहला यह कि आपको स्कूल जाने और वापस आने में ट्रान्सपोर्ट व अन्य खर्चों की आवश्यकता नहीं पड़ती है, दूसरा यह कि स्कूल के अन्य सभी खर्चे कम हो जाते है। कभी-कभी पुस्तकें भी हमें ऑनलाइन ही उपलब्ध हो जाती है जिसकी कीमत हार्ड कापी की तुलना में काफी कम होती है। आप अपनी आवश्यकता के अनुसार इसे डाउनलोड कर सकते है, जिसमें वास्तविक किताबों की तरह ही सामग्री उपलब्ध होती है। यहां तक आपको बस इंटरनेट कनेक्सन के पैसे ही खर्च करने होते है और कुछ नहीं।

• लचीलापन

ऑनलाइन स्टडी पाठ्यक्रमों के दौड़ में आगे जाकर एक जबरजस्त लचीलापन ला सकता है। हमारे यहां कुछ विश्वविद्यालय आपके द्वारा चुने गये विषयों का ऑनलाइन सर्टिफिकेट प्रदान करता है। जिसका पंजीकरण से लेकर परीक्षा तक की प्रक्रिया सब कुछ ऑनलाइन माध्यम से किया जाता है। इसके अलावा इसके समय में भी लचीलापन है। यदि आप थोड़ी देर से भी इसमें शामिल होते है तो चिन्ता की कोई बात नहीं है, इनके सत्र की कक्षाएं रिकार्ड हो जाती है, जिसे आप बाद में भी इसका उपयोग कर सकते है।



श्री राकेश कुमार सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

• कम पेपर का उपयोग

ऑनलाइन शिक्षा की प्रक्रिया का एक और लाभ यह भी है कि इसमे कागजों का उपयोग बहुत कम हो जाता है। क्लासरूम प्रणाली की अपेक्षा डिजिटल प्रणाली से अध्ययन करने में पेपर के उपयोग की मात्रा लगभग न के बराबर हो जाती है। आपको बस अपने में ये सब नोट करना होता है, जबकि आपका शिक्षक आपको बिना किसी पेपर के भी आपको पढ़ा सकता है। इसके अलावा ऑनलाइन स्टडी टेस्ट भी आयोजित किये जाते है जिसके कारण पेपर का इस्तेमाल बहुत कम हो जाता है।

• कम संकोच

क्लासरूम एनवायरमेंट की तुलना में ऑनलाइन अध्ययन में छात्र शिक्षक के बीच अधिक तालमेल देखा जा सकता है। आमतौर पर कक्षा में व्याकुलता ज्यादा मौजूद होते है जबकि ऑनलाइन कक्षा में इसकी संभावना काफी कम हो जाती है जिसके कारण छात्र शिक्षक द्वारा बतायी गयी बातों पर ज़्यादा ध्यान केन्द्रित करने में मदद मिलती है। इसके अलावा छात्र अधिक संवेदनशील हो जाते है जिससे कि वो अपने संकोच को अपने शिक्षक के साथ बात करके उसका हल निकाल सकते है।

ऑनलाइन स्टडी के नुकसान

• बाहरी परिवेश न मिलना

ऑनलाइन पढ़ाई का एक बड़ा नुकसान यह है कि बच्चे को बाहरी परिवेश में ज्यादा वक्त बिताने का मौका नहीं मिलता है। बच्चे के मानसिक विकास के लिए सामाजिक परस्परता भी बहुत जरूरी है। सहपाठियों का ग्रुप बच्चे को बाहरी परिवेश में घुलने-मिलने में मदद कर सकता है और इससे बच्चे का आत्मविश्वास बढ़ सकता है।

• लक्ष्य से भटकने का डर

ई-लर्निंग के दौरान बच्चे का मन इधर-उधर भटक सकता है। बच्चे पढ़ाई का बहाना कर मोबाइल पर गेम और अन्य

एक्टिविटी में व्यस्त हो सकता है, जिसका सीधा असर उनकी पढ़ाई पर भी पड़ सकता है। इस वजह से बच्चे अपने लक्ष्य से भटक सकते हैं।

• **आंखें कमजोर होना**

ऑनलाइन पढ़ाई के दौरान बच्चों को ज्यादा देर तक स्क्रीन पर आंखें टिकाकर रखनी पड़ती है। लंबे समय तक कंप्यूटर या लैपटॉप पर समय बिताने से बच्चों की आंखों पर बुरा प्रभाव पड़ सकता है। दरअसल, बच्चे स्क्रीन को एकटक और बहुत पास से देखते हैं। इससे बच्चों की आंखों पर अधिक दबाव पैदा होता है। कई बार बच्चों को धुंधला नजर आने की शिकायत होती है, बावजूद इसके वो स्क्रीन के बहुत पास रहकर पढ़ाई करते हैं। इससे बच्चे की आंखें पहले से ज्यादा कमजोर हो सकती हैं

• **टेक्नोलॉजी से संबंधित परेशानी**

ई-लर्निंग में कई दफा टेक्नोलॉजिकल परेशानियां भी खड़ी हो सकती हैं, जिससे बच्चे की पढ़ने की लय टूट सकती है। ऑनलाइन स्टडी में बार-बार इंटरनेट कनेक्शन टूटने या गैजेट में तकनीकी खराबी होने से बच्चे पढ़ाई पर अच्छे से ध्यान नहीं दे पाते हैं। इससे बच्चे में चिड़चिड़ापन और गुस्सा घर कर सकता है। कई बार ऑनलाइन क्लास के दौरान तकनीकी खराबी की वजह से बच्चे किसी विषय की अहम जानकारी से वंचित हो सकते हैं।

जिस तरह एक ही सिक्के के दो पहलू होते हैं, उसी तरह ऑनलाइन क्लास के फायदे के साथ कुछ नुकसान भी हैं। इसलिए, बच्चों को ऑनलाइन क्लास से होने वाले बुरे प्रभावों से बचाने के लिए माता-पिता को उन पर नजर बनाए रखने की जरूरत है। साथ ही उनकी सेहत का ध्यान रखना भी जरूरी है। ऑनलाइन अध्ययन का माध्यम शिक्षा और तकनीक का एक संलयन है। यह हमें सिखाती है कि नयी तकनीक के माध्यम से हम कैसे शिक्षा प्रणाली का लाभ उठा सकते है और हम इसमें विकास और सुधार के लिए और अधिक प्रयास कर सकते है। शिक्षा के क्षेत्र में यह प्रणाली एक क्रांति लाने की दिशा में हर दिन नये कदम की ओर अग्रसर है जो कि पहले कभी नहीं हुआ।



★★★★★

स्वास्थ्य संबंधी नियम

एक उम्र के बाद स्वास्थ्य संबंधी कई समस्याएं होने लगती हैं, जिससे दूर रहने के लिए अपनी जीवनशैली में उचित बदलाव करना बेहद जरूरी है। कई तरह के किए गए शोधों से पता चलता है कि लंबे वक्त तक जीने के लिए और बीमारियों से दूर रहने की सबसे बेहतर दवा एक हेल्दी लाइफस्टाइल है। अगर हम अपनी दिनचर्या में निम्नलिखित सामान्य बातों का ध्यान रखें तो काफी हद तक अपने आपको स्वयं ही स्वस्थ रख सकतें हैं एवं बीमारियों को दूर भगा सकते हैं।

• **स्वस्थ शरीर के लिए जरूरी है संतुलित भोजन का सेवन करना। संतुलित भोजन न करने से व्यक्ति बीमार हो जाता है और वो जो भी खाता-पीता है उसके शरीर में नहीं लगता है। इसलिए जितना हो सके ज्यादा से ज्यादा संतुलित, पौष्टिक एवं विविध प्रकार के भोजन का सेवन करें।**

• इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आपकी उम्र क्या है, आप अपनी फिटनेस में सुधार कर सकते हैं। यदि आपको व्यायाम किए हुए काफी समय हो गया है और आप फिट महसूस नहीं कर रहे हैं, तो आप सोच सकते हैं कि बदलाव करने के लिए बहुत देर हो चुकी है। लेकिन आप गलत हैं। आप किसी भी उम्र में अपनी फिटनेस में सुधार कर सकते हैं।

• सेहतमंद रहने के लिए शरीर में पर्याप्त मात्रा में पानी होना बेहद जरूरी है। अगर आप अपने शरीर को सही तरीके से डिटॉक्स करना चाहते हैं, तो रोजाना कम से कम 3 से 4 लीटर पानी जरूर पिएं। आप चाहें तो अपनी एक अलग बोतल बना सकते हैं, ताकि दिनभर पिए गए पानी का हिसाब रख सकें। गुनगुना पानी पीने से शरीर में पाचन आसान होता है।

• बढ़ती उम्र में व्यक्ति का मेटाबॉलिज्म भी स्लो होने लगता है। ऐसे में यह बेहद जरूरी है कि अपने खानपान का खास ख्याल रखे और सीमित मात्रा में भोजन करें तथा ज़रूरत से ज़्यादा खाने से बच सके। ओवरईटिंग से बचने के लिए अपनी डाइट में फाइबर की जरूरी मात्रा शामिल कर सकते हैं।

• अच्छे से चबाकर खाने से हमें काफी सारे फायदे मिलते हैं। हमेशा ही बड़े-बुजुर्ग, बच्चों को ठीक से चबाकर खाने की सलाह देते हैं, लेकिन मौजूदा समय में लोग काफी जल्दबाजी में खाना खाते हैं। अगर आप भी इन आदतों के शिकार हैं, तो तुरंत इससे इसमें बदलाव करें। अक्सर लोगों को पाचन संबंधी समस्याएं होने लगती हैं, इसलिए चबाकर चबाकर खाने की आदत डालें।



सुश्री मधु सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

• हमें अपनी डाइट का भी खास ध्यान रखना चाहिए, हमें खाने में फल और हरी सब्जियों का सेवन करना चाहिए और साथ ही फैट फ्री उत्पाद और साबुत अनाज खाना चाहिए। शरीर के लिए प्रोटीन भी ज़रुरी है इसलिए प्रोटीन वाली चीज़े जैसे - मछली, अंडे, दालें, डेयरी प्रॉडक्ट्स भी खाने चाहिए। खाना **हमेशा** पौष्टिक ही खाएं और मादक द्रव्यों का सेवन न करें।

• विटामिन सी वाले खाद्य पदार्थों का रोजाना सेवन करें। अपने लिवर को स्वस्थ रखने के लिए आपको ज्यादा से ज्यादा खट्टे फलों का सेवन करना चाहिए। इन फलों के सेवन से बॉडी डिटॉक्स होती है। अगर किसी का लिवर कमजोर है तो उसे संतरा, मौसंबी, नींबू, कीवी को डाइट में शामिल करना चाहिए। इनमें भरपूर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट पाए जाते हैं और उनसे इम्यूनिटी मजबूत होती है।

• धूप लें - सचमुच बिना दवाओं के फिट रहना चाहते हैं तो सुबह 9 बजे तक की सूरज की धूप जरूर लें। सूर्य के प्रकाश को विटामिन डी का सबसे अच्छा स्रोत कहा जाता है। सुबह की धूप लेने से मूड ठीक रहता है। यह चिंता को दूर रखता है, बेहतर नींद के लिए फायदेमंद है, एनर्जी बढ़ाता है, एवं इम्यूनिटी को मजबूत करता है। यह शरीर में मौजूद विटामिन सी को हड्डियों मे अवशोषित करने मे मदद करता है।

• प्रतिदिन सुबह की सैर और हल्के व्यायाम करें। शरीर और मन से एक्टिव रहने के लिए जरूरी है कि हम नियमित रूप से व्यायाम करें और खुद को अंदर से फिट रखें। हर दिन नियमित रूप से व्यायाम करना शरीर के हर अंग को स्वस्थ रखता है। व्यायाम करने से आपका ब्लड सर्कुलेशन बेहतर रहता है।

• शोधकर्ताओं का कहना है कि वजन प्रबंधन के लिए सुबह 7-9 बजे के बीच व्यायाम करना सबसे अच्छा है। सुबह व्यायाम करने वालों का बॉडी मास इंडेक्स और कमर का घेरा बाद में व्यायाम करने वालों की तुलना में कम होता है। विशेषज्ञों का कहना है कि बेहतर नींद, मानसिक स्वास्थ्य, मस्तिष्क स्वास्थ्य और शारीरिक स्वास्थ्य भी व्यायाम के महत्वपूर्ण लाभ हैं।

• दिन में एक बार सुबह मेडिटेशन करने से एकाग्रता बढ़ती है और इसे अपनी दिनचर्या में जरूर शामिल करें। इससे मन काबू में रहता है, चिंताओं से मुक्ति मिलती है एवं नींद ना आने की समस्या दूर होती है। स्टूडेंस को पढ़ाई में फोकस करने में मदद मिलती है तथा एकाग्रता बढ़ती है।

• रात को पूरी नींद लें और हमेशा सकारात्मक सोच रखें। अच्छी नींद से आपका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है, और आप तनाव, चिंता, और डिप्रेशन से बच सकते हैं। जो लोग कंप्लीट स्लीप रूटीन को फॉलो करते हैं उनका ब्रेन स्वस्थ रहता है जिससे मेमोरी भी बढ़ती है।

• सुबह में नाश्ता स्किप न करें- अगर आप फिट रहना चाहते हैं या वजन कम करना चाहते हैं तो हेल्दी नाश्ते का सेवन जरूर करें। सुबह में दूध, फल तथा घर में बना हुआ गर्म नाश्ता खाएं। हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक, हेल्दी बॉडी के लिए जरूरी है कि आप सोकर उठने के 3 घंटे के अंदर नाश्ता कर लें। आमतौर पर रात के खाने और दिन के नाश्ते के बीच 12 से 13 घंटे के अंतर को उचित बताया गया है। यानी अगर आपने रात के समय 9 बजे खाना खाया है तो आप अगले दिन 9 बजे तक नाश्ता जरूर कर लें।

• यदि हमारा पेट साफ़ हो, हमारा वज़न सही हो, त्वचा साफ़ हो, हमें आलस न आता हो, अच्छी भूख लगती हो, अच्छी नींद आती हो, शरीर में कहीं कोई पीड़ा न हो और हमारा मन प्रसन्न रहता हो, तो हम अपने आपको स्वस्थ मान सकते हैं अन्यथा नहीं। अगर आप में ये आठ लक्षण नहीं हैं, तो घबराने की बात नहीं है।

• बाहर निकलकर टहलने का प्रयास करें, अपने शरीर को हिलाने के लिए त्वरित योग करें, या अपनी मांसपेशियों को गर्म करने के लिए स्ट्रेचिंग करें। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आपका शरीर सुबह किस प्रकार की गतिविधि चाहता है, यह आपको जगाने में मदद करेगी और आपको पूरे दिन ऊर्जावान बनाए रखेगी।

• स्ट्रेस से बचें -जब भी किसी बात को लेकर टेंशन होने लगे तो शरीर को ऐक्टिव करें। गहरी सांस लें, एक्सरसाइज करें या टहलें। अपनी उपलब्धियों और जिंदगी के सबसे अच्छे वक्त को याद करें। खुद से कंट्रोल नहीं हो रहा हो तो बिना वक्त गवाएं किसी थेरपिस्ट की मदद लें।

• उम्र बढ़ने के साथ ही पुरुषों की तुलना में महिलाओं को ज्यादा समस्याएं होने लगती हैं। इस दौरान उन्हें पोषण की कमी की वजह से कमर दर्द, घुटनों में दर्द या हड्डियों में दर्द की समस्या होने लगी है। ऐसे में महिलाओं को अपनी डाइट में कैल्शियम से भरपूर चीजें शामिल करनी चाहिए। कैल्शियम की कमी दूर करने के लिए आप दूध, दही, फल और पनीर खा सकते हैं।

★★★★★

अपनी गृहस्थी को कुछ इस तरह बचा लिया करो



श्री रोहित साह
कनिष्ठ अनुवादक

अपनी गृहस्थी को कुछ इस तरह बचा लिया करो,
कभी आंखें दिखा दी कभी सर झुका लिया करो।

आपसी नाराजगी को लम्बा होने ही न दिया करो,
वो न भी हसे तो,तुम मुस्कुरा दिया करो।

रूठ कर बैठे रहने से ,घर भला कहाँ चलते है,
कभी उन्हें गुदगुदा दिया ,कभी तुम मना लिया करो।

खाने पीने पर विवाद,कभी होने न दिया करो,
कभी गरम खा लिया कभी, बासी से काम चला लिया करो।

पति हो या पत्नी महत्व में कोई भी कम नहीं,
कभी खुद डॉन बन गए, कभी उन्हें भी बॉस बना दिया करो,
अपनी गृहस्थी को कुछ इस तरह बचा लिया करो।

देश के बदलते परिवेश

बिक रहा है पानी, पवन बिक न जाए
बिक गयी है धरती गगन बिक न जाए।

चाँद पर भी बिकने लगी है जमीं...
डर है कि सूरज की तपन बिक न जाए।

हर जगह बिकने लगी है स्वार्थ नीति
डर है कि कहीं धर्म बिक न जाए।

देकर दहेज खरीदा गया है अब दूल्हे को
कहीं उसी के हाथों दुल्हन बिक न जाए।

हर काम की रिश्वत ले रहे अब ये नेता
कहीं इन्हीं के हाथों वतन बिक न जाए।

सरेआम बिकने लगे है अब तो सांसद
डर है कि कहीं संसद बिक न जाए।

आदमी मरा तो भी आँखें खुली हुई है
डरता है मुर्दा, कहीं कफन बिक न जाए।

मेरी अमृत उद्यान यात्रा

इस बार दिल्ली रुकने या घूमने का कोई प्रोग्राम नहीं था। सिर्फ दिल्ली से गुजरना था। . मेरा नाम MCTP-5 के प्रशिक्षण के लिए नामित था , यह प्रशिक्षण 29 जनवरी 2024 से फरबरी 2024 तक होनी थी. यह एक उच्च स्तरीय प्रशिक्षण कार्यक्रम था , जोकि अरुण जेटली राष्ट्रीय वित्तीय प्रबंधन संस्थान, फरीदाबाद में होना था. परन्तु प्रशिक्षण समाप्तः होने के 2 दिन पहले ही हेड क्वार्टर ऑफिस से फ़ोन और ईमेल आ गया और निदेशक महोदय के आदेशानुसार यह नियत हुआ कि जैसा कि मैं फरीदाबाद (जोकि दिल्ली के पास ही है) में ही प्रशिक्षण कर रहा हू तो प्रशिक्षण समाप्त होने के बाद मैं दिल्ली में ही रुक जाऊ और सोमवार को हेडक्वार्टर ऑफिस में मिल कर उन्हें वस्तु स्थिति स्पष्ट करके ही मुंबई लौट कर आऊं। प्रशिक्षण 3 फ़रबरी 2024 (शनिवार) तक होनी थी इसके बाद रविवार को मुझे दिल्ली रुकना था और रविवार के दिन भर कोई काम नहीं था। मैंने प्रशिक्षण इंस्टिट्यूट के हॉस्टल को रविवार सुबह 9 बजे छोड़ दिया और टैक्सी में बैठा रास्ते में सोच रहा था कि रविवार को क्या किया जाये। फिर मोबाइल में एक वेब साइट में देखा कि आज दिल्ली में क्या किया जा सकता है। पता चला कि इस समय (02 फ़रबरी 2024 से 31 मार्च 2024 तक) दिल्ली में उद्यान महोत्सव चल रहा है इसके अंतर्गत भारत के राष्ट्रपति भवन में जो भव्य बगीचा है उसका एक बड़ा हिस्सा,सामान्य जनता के दर्शन के लिए खोल दिया जाता है। तुरंत ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन कराया **(https://visit.rashtrapatibhavan.gov.in/plan-visit/amrit-udyan/rE/mO)** और ऑनलाइन टिकट प्राप्त किया, अपना सामान करोल बाग़ के एक होटल में रख कर, उसी टैक्सी से राष्ट्रपति भवन के गेट नंबर 35 के पास पहुंच गया जहाँ से अमृत उद्यान दर्शन का प्रवेश द्वार था। वहां पहुंच कर देखा की प्रवेश के लिए एक व्यवस्थित लाइन लगी हुई थी। जिनके पास बड़े बैग है उनके लिए गेट के बाहर क्लॉक रूम की व्यवस्था भी है. उद्यान के अंदर सिर्फ पानी की बोतल, पर्स , मोबाइल फ़ोन जैसी चीज़ें ही ले जाने की अनुमति है परन्तु किसी भी तरह का हथियार, पावर बैंक या खाने पीने की चीज़ ले जाने की अनुमति नहीं है।

अमृत उद्यान में विजिट के लिए आम जनता को किसी भी प्रकार का शुल्क नहीं चुकाना होता है . उद्यान में प्रवेश के लिए बुकिंग कराना अनिवार्य है| इसे ऑन द स्पॉट या ऑन-लाइन दोनों तरह से कराया जा सकता है| आप अगर ऑन द स्पॉट बुकिंग कराना चाहते हैं तो इसके लिए गेट पर ही रजिस्ट्रेशन मशीन (कियोस्क) लगायी गयी है जिस पर आप बुकिंग कर सकते हैं| इसके अलावा आप अपनी सैर को ज्यादा सुविधाजनक बनाना चाहते हैं तो ऑनलाइन बुकिंग का विकल्प भी खुला है। पूरा राष्ट्रपति भवन 330 एकड़ में फैला है जिसमे से 15 एकड़ का हिस्सा, आम जनता के दर्शन के लिया खोला जाता है इस उद्यान को देखने के लिए प्रत्येक व्यक्ति को 2 घंटे का समय दिया जाता है.



श्री भरत सोनी
व.ले.प.अ.

उद्यान सुबह 10 बजे से शाम 5 बजे तक दर्शन के लिये खुला रहता है। अंतिम प्रवेश 4 बजे तक हो सकता है और व्यवस्था इत्यादि के लिए सोमवार को उद्यान दर्शन बंद रखा जाता है। पिछले कई सालों में आने वाले दर्शनार्थी के आधार पर एक अनुमान है कि इस साल 2024 में 10 लाख दर्शनार्थी आ सकते है।

अमृत उद्यान का इतिहास - वर्ष **1911** में अंग्रेजों ने देश की राजधानी कलकत्ता से बदलकर राजधानी दिल्ली कर दी थी। वायसरॉय के रहने के लिए दिल्ली में रायसीना की पहाड़ियों को काटकर वायसराय हाउस बनाया गया था। जो वर्तमान में राष्ट्रपति भवन के नाम से जाना जाता है।



वायसराय हाउस में, साल 1917 में सर लुटियंस, जो कि नयी दिल्ली के आर्किटेक्ट भी थे, ने एक उद्यान तैयार किया था. मुगलों के शासनकाल में भारत में कई बाग-बगीचों का निर्माण करवाया गया था। सर एडवर्ड लुटियंस ने इस गार्डन को ऐसे निर्मित करवाया जिसमें ब्रिटिश और इस्लामी दोनों विरासत की झलक देखने को मिले। इसका डिजाइन ताजमहल के बगीचों, जम्मू-कश्मीर के बगीचों के साथ-साथ भारत व फारस के बाग-बगीचों से प्रेरित था। जिस वजह से तैयार होने के बाद इसका नाम 'मुगल गार्डन' रखा गया था। तत्पश्चात , २८ जनवरी २०२३ को , जिसे आजादी के 75 साल (अमृत महोत्सव के रूप में) पूरे

होने के जश्न के अवसर पर, भारत के राष्ट्रपति भवन के बगीचों को 'अमृत उद्यान' का नाम दिया गया है.

सबसे पहले प्रवेश के तुरंत बाद ही अमृत उद्यान का एक हिस्सा जो कि बोन्साई उद्यान के नाम से जाना जाता है जापानी भाषा में बोन्साई का मतलब है "बौने पौधे"। यह बड़े काष्ठीय पौधों को लघु आकार किन्तु आकर्षक रूप प्रदान करने की एक जापानी कला या तकनीक है। इन लघुकृत पौधों को गमलों में उगाया जा सकता है। इस कला के अन्तर्गत पौधों को सुन्दर आकार देना, सींचने की विशिष्ट विधि तथा एक गमले से निकालकर दूसरे गमले में रोपित करने की विधियाँ शामिल हैं। इन बौने पौधों को समूह में रखकर घर को एक हरी-भरी बगिया बनाया जा सकता है। बोनसाई पौधों को गमले में इस प्रकार उगाया जाता है कि उनका प्राकृतिक रूप तो बना रहे लेकिन वे आकार में बौने रह जाएं। बोनसाई को पूरे घर में कहीं भी रखा जा सकता है। भूतपूर्व राष्ट्रपति डॉ॰ ए.पी.जे. अब्दुल कलाम एक महान वैज्ञानिक के साथ-साथ प्रकृति प्रेमी भी रहे थे। उन्हें इस बाग के बोन्साई पेड़ बहुत अच्छे लगते थे। वे लगभग प्रतिदिन इस बाग में सैर करने आते थे। यहाँ अनेक ऐसे पेड़ों को देखा, जिनकी उम्र ४०-५० वर्ष है परन्तु उनकी ऊंचाई केवल २-३ फुट ही है।

इसके बाद मैंने प्रवेश किया ट्यूलिप गार्डन में, उद्यान उत्सव-2024 के लिए चुना गया थीम फूल ट्यूलिप है। उद्यान के इस भाग में कुल 18 रंगो के 10,000 से ज्यादा ट्यूलिप के पौधे अलग - अलग हिस्से में लगाए गए हैं। इसमें से कुछ एक रंग के है और कुछ एक से अधिक रंग के। ये ट्यूलिप इस बार हॉलैंड से लाये गए है। इस समय (फ़रबरी के पहले सप्ता ह में जब मैं इस उद्यान की सैर कर रहा था), ट्यूलिप के फूल छोटे आकार के थे और पूरे आकार के होने के लिए इन्हे 45 दिन लगते है तो यदि कोई 15 मार्च के आस-पास आएगा तो सबसे सुन्दर दृश्य होगा। ट्यूलिप के पौधे और पुष्प को देखना एक अद्भुत अनुभव है। यहाँ ये बताना उचित है कि ट्यूलिप एक मध्य एशियाई -यूरोपीय पौधा है जिसमे १०० से अधिक प्रकार (रंगो के ,शेड्स के) के पुष्प होते है। इसके अलावा इस वर्ष के मुख्य आकर्षणों में केल , डैफोडिल्स, एशियाई लिली, ओरिएंटल लिली और कई अन्य दुर्लभ मौसमी फूल शामिल हैं, इस तरह से कुल मिला कर ७० विविध तरह के फूल के पौधे है. इसके अतिरिक्त , मैंने जीवन में पहली बार केल (Kale) का फूल देखा जो हल्के गुलाबी -बैगनी और पीले रंग का था इस का आकार बड़े फूल गोभी -पत्ता गोभी के मिश्रित आकार का था और आश्चर्य कि बात यह कि इसे खाया भी जा सकता है। उद्यान में इसके बाद का हिस्सा था हर्बल गार्डन जिसमे अनेक तरह के औषधीय पौधे लगाए गए थे.







इसके बाद संगीतमय उद्यान **(musical garden)** में प्रवेश होता है , यहां लगे संगीतमय फव्वारों को संगीत के साथ के ऐसे जोडा हैं, जिनसे शहनाई का संगीत और वन्दे मातरम की घुन निकलती है। साथ ही ये फव्वारे, संगीत के साथ उतरते और चढ़ते हैं और अद्भुत दृश्य उत्पन्न करते है।



बनावट के आधार पर अमृत उद्यान के अनेक भाग हैं-

(१) चतुर्भुज आकार : यह उद्यान मुख्य भवन से सटा हुआ है। इसे चार भागों में बांटा गया है। उद्यान के मध्य भाग में राष्ट्रपति द्वारा स्वागत समारोहों और प्रीति भोजों का आयोजन किया जाता है। यह कुछ - कुछ मुगल स्थापत्य के चार बाग शैली का आभास देता है। इसमें पानी के कुंड भी बनाये गए है जिनका आकार चौकोर है और यहाँ पर सभी आकार दर्पण प्रतिबिम्ब

(mirror image) के ढंग के है यानि किसी एक रेखा के दाए और बाए एक जैसा सुन्दर दृश्य दिखाई देता है. इस उद्यान को देखने से ऐसा लगता है, जैसे एक खूबसूरत रंगीन विशाल गलीचा बिछा हो। इसके किनारे में अनेक रंगो के फूलों से प्रति दिन रंगोली बनाई जाती है।

(२) लम्बा (long) उद्यान : लम्बे उद्यान में गुलाबों के लम्बे-लम्बे गलियारे हैं जिनमें तराशी गई छोटी-छोटी छतरीनुमा झाड़ियाँ हैं, यहां बोने नट व ओकलाहोमा सहित अकेले गुलाब की ही 120 से भी अधिक किस्में हैं। ओकलाहोमा गुलाब के फूल का रंग लगभग काला है। यहाँ एक गुलाब का पौधा है जिसकी उम्र लगभग 50 वर्ष है | नीले गुलाब की प्रजातियों में पैराडाइज, ब्ल्यूमून और लेडी एक्स शामिल हैं। यहां हरे रंग के गुलाब की भी किस्में है। गुलाबों को फूलों के देखने के लिए फ़रबरी का समय सबसे अच्छा है। यहाँ का वातावरण रंगो और गुलाब की खुशबू से भरा हुआ है।

(३) पर्दा (vertical) गार्डन : ऊंची-ऊंची दीवारों से घिरा मुख्य उद्यान के पश्चिम में है। इसमें छोटी-छोटी तराशी गई झाड़ियों से घिरे गुलाबों के वर्गाकार उद्यान हैं। इसके दीवारों के किनारे-किनारे खूबसूरत चाइनीज (छोटे) संतरे के वृक्ष है। फलों के मौसम (जनवरी से मार्च) में इन वृक्षों पर छोटे संतरे के फल आभूषणों जैसे नजर आते है , फलों की संख्या पत्तियों से कहीं ज्यादा हो जाती है।

(४) वृत्ताकार (circular) उद्यान : यह पश्चिमी किनारे पर स्थित है। इस में साल भर खिलते रहने वाले अनेक प्रजाति के फूलदार पौधे हैं। इस उद्यान में छोटे पौधों को आगे और बड़े पौधों को पीछे की ओर उनके आकार के क्रम में ऐसे लगाया गया है कि सभी पौधों के फूल आगे से पीछे तक दिखाई दे। बड़े पेड़ों को सुन्दर आकार दिया गया है जो देखने योग्य है। हर पौध समूह के आगे एक क्यू र कोड (QR code) लगाया गया है जिसको मोबाइल के स्कैनर से स्कैन करके उसके बारे में अधिक जानकारी ली जा सकती है. इस उद्यान के मध्य में स्थित फव्वारा इसकी खूबसूरती में चार चाँद लगा देता है।



वृत्ताकार उद्यान को पर्ल गार्डन या बटरफ्लाई गार्डन भी कहा जाता है। रंगों की छटा बिखेरते इस उद्यान में बीच-बीच में हरित पट्टियां हैं यह पूरे राष्ट्रपति भवन उद्यान का सबसे खूबसूरत हिस्सा है। यहाँ पर सबसे ज्यादा फूल हैं और इन फूलों पर मधु मक्खियाँ पाली जाती है जो शहद बनाती है



उद्यान का एक हिस्सा कैक्टस गार्डन के रूप में भी विकसित किया गया है जहाँ छोटे बड़े अनेक आकार प्रकार के अनेक कैक्टस लगाए गए है।

अमृत उद्यान के अंदर और बाहर थोड़ी थोड़ी दूरी पर सार्वजनिक सुविधाओं (टॉयलेट, पीने का पानी , प्राथमिक उपचार इत्यादि) की व्यवस्था है।

आगे जाने पर एक सेल्फी पॉइंट भी था। जहाँ मैंने सेल्फी ली। पास में ही फूलों से बनी बड़ी घड़ी बनाई गयी थी। इस तरह से अमृत उद्यान का दर्शन पूरा हुआ इतने सारे फ़ूलों को एक साथ देखना एक स्वर्गीय अनुभव था। निकास द्वार के पास एक फ़ूड कोर्ट है जहाँ ITDC के सौजन्य से विविध भोजन की सशुल्क व्यवस्था है। वहाँ पर खाना खाया। पास में ही राष्ट्रपति भवन से सम्बंधित सजावटी सामग्री विक्रय के लिए उपलब्ध थीं, मैंने इस यात्रा को यादगार बनाने के लिए अशोक स्तम्भ (जो भारत का राष्ट्रीय चिन्ह है) की प्रति कृति ले ली। और इसके बाद मोबाइल देखा तो दोपहर के २ बज रहे थे, अभी दिन समाप्त नहीं हुआ था और ना ही घूमने का जोश ! और मेरा अगला सैर का स्थान था - राष्ट्रपति भवन का संग्रहालय। तुरंत ऑनलाइन बुकिंग करा के राष्ट्रपति संग्रहालय के प्रवेश द्वार की ओर चला गया। इसका यात्रा वृतांत अगले लेख में सबको बताता हूँ।



हम एवरेज लोग



श्री राकेश रौशन
लेखापरीक्षक

हम एवरेज लोग हैं, साधारण से
ज़्यादा संभालकर रख दें सामान तो वे रखे ही रह जाते हैं।

क्रॉकरी, सोफा-कुशन कवर से लेकर बेड-शीट तक
सबसे सुंदर कपड़े किसी ख़ास मौक़े के इंतज़ार में
सबसे पीछे अपनी बाट जोहते रह जाते हैं।

सुंदर लोगों से बात करने में हिचक होती है
फिर चाहे वे ख़ुद बात करना चाहते हैं।

मशहूर लोग सम्मान दें तो झेंप जाते हैं,
कॉम्प्लिमेंट पर मुस्कुराकर थैंक्यू कहना नहीं आता,
आगे से अपनी दस कमियां गिनाते हैं।

बहुत प्रतिभावान लोगों से मिलने का मन नहीं होता कतराकर निकल जाते हैं।
उनसे जलन हो न हो, अपने औसत होने के एहसास में मरे जाते हैं।

हम एवरेज लोग हैं, साधारण से
साधारण चीज़ों और लोगों के साथ ही सहज रह पाते हैं।

चकाचौंध से घबराते हैं, हम भी कुछ बेहतर डिज़र्व करते हैं,
ऐसा सोच नहीं पाते हैं।

हम एवरेज लोग हैं, साधारण से एवरेज होने की स्वीकारोक्ति में भी
जज किये जाने से घबराते हैं...

★★★★★

हिंदी साहित्य में छायावाद

छायावाद : आधुनिक हिंदी काव्य में छायावाद को 'आधुनिक हिंदी साहित्य का स्वर्ण युग' कहा जा सकता है| यह युग साहित्य के क्षेत्र में एक क्रांति था, जिसमें कला पक्ष तथा भाव पक्ष दोनों दृष्टिकोण से उत्कर्ष का चरम दिखाई देता है| सन 1920 से सन 1936 तक के काव्य को छायावाद कहा जाता है|

छायावाद के अर्थ को लेकर विद्वानों में मतभेद है| आचार्य शुक्ल छायावाद का संबंध रहस्यवाद की विशेष काव्य-शैली से जोड़ते हैं|

छायावादी काव्य की प्रमुख प्रवृत्तियां निम्नलिखित हैं :

1. व्यक्तिवाद की प्रधानता : छायावादी काव्य में व्यक्तिवाद की प्रधानता है|

2. मानवतावाद : छायावाद का सबसे उज्ज्वल पक्ष मानवतावाद है|

3. प्रकृति-चित्रण : छायावादी कवियों ने प्रकृति का सुंदर चित्रण किया है| इन्होंने अपने काव्य में प्रकृति का मानवीकरण किया है

4. रहस्यवाद : छायावादी काव्य की एक प्रमुख प्रवृत्ति है - रहस्यवाद| यही कारण है कि कुछ विद्वानों ने तो छायावाद को रहस्यवाद से जोड़कर ही इस को परिभाषित किया है|

5. स्वच्छंदतावाद : छायावादी कवियों ने अहमवादी व व्यक्तिवादी होने के कारण स्वच्छंदतावादी प्रकृति को अपनाया है| उन्होंने काव्य-रचना करते समय किसी भी प्रकार के शास्त्रीय बंधनों को स्वीकार नहीं किया|

6. वेदना और निराशा : छायावादी काव्य में वेदना और निराशा सर्वत्र अभिव्यक्त हुई है| कुछ आलोचक मानते हैं कि यह निराशा तत्कालीन वातावरण की देन है क्योंकि उस समय भारत अंग्रेजों का गुलाम था और आंदोलन असफल हो रहे थे | दूसरा, छायावादी कवि मानते थे कि वेदना और निराशा से ही काव्य उपजता है|

7. नारी प्रेम और सौंदर्य का चित्रण : छायावादी कवियों ने नारी-प्रेम और सौंदर्य के अनेक चित्र प्रस्तुत किए हैं|

8. स्वतंत्रता प्रेम : छायावादी कवियों के काव्य में राष्ट्रीय जागरण का स्वर भी मिलता है| ये कवि अनेक स्थानों पर स्वतंत्रता का आह्वान भी करते हैं| राष्ट्रीय आंदोलन का प्रभाव इन कवियों पर पड़ना स्वाभाविक ही है|

छायावाद के कुछ प्रमुख कवियों का परिचय निम्नलिखित दिया गया है -

सुमित्रा नन्दन पंत



श्री राकेश कुमार सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

सुमित्रा नन्दन पंत का जन्म अल्मोड़ा (उत्तर प्रदेश) के कैसोनी गाँव में 20 मई 1900 को हुआ था । इनके जन्म के कुछ घंटों पश्चात ही इनकी मां चल बसी । इनका पालन पोषण इनकी दादी मां ने किया। इनका वास्तविक नाम गुसाई दत्त रखा गया था। परंतु नाम नहीं पसंद आने के कारण इन्होने अपना नाम बदल कर सुमित्रा नन्दन पंत रख लिया। इनकी प्रारम्भिक शिक्षा अल्मोड़ा मे हुई।



काशी के क्वींस कॉलेज से मैट्रिक की परीक्षा उत्तीर्ण करने के बाद इलाहाबाद मे इन्होने इंटर तक अध्ययन किया। 1919 मे महात्मा गांधी के सत्याग्रह से प्रभावित होकर अपनी शिक्षा अधूरी छोड़ दी और स्वाधीनता आंदोलन मे सक्रिय हो गए। हिन्दी, संस्कृत, अंगेजी और बांग्ला का स्वाध्याय किया।

इनकी मुख्य रचनाएँ हैं – उच्छवास , वीणा , पल्लव, ग्रंथि, गुंजन, मधु ज्वाला, मानसी, वाणी , युग पाठ, सत्यकाम।

चिदम्बरा के लिए आपको भारतीय ज्ञानपीठ और हिन्दी साहित्य की अनवरत सेवा के लिए पद्मभूषण से अलकृत किया गया।

इनका निधन 28 दिसंबर 1977 को हुआ।

जयशंकर प्रसाद

जयशंकर प्रसाद का जन्म काशी के एक प्रतिष्ठित वैश्य परिवार में सन् 1889 ई० में हुआ था। इनकी शिक्षा का प्रारम्भ घर पर ही हुआ। संस्कृत, फारसी, उर्दू, और हिन्दी की शिक्षा इन्होंने घर पर ही स्वाध्याय से प्राप्त की। कुछ समय के लिए स्थानीय क्वीन्स कॉलेज में नाम लिखाया गया

किन्तु वहाँ आठवीं कक्षा से ऊपर नहीं पढ़ सके। 12 वर्ष की अल्पायु में इनके पिता का देहान्त हो गया। पिता के देहान्त के दो-तीन वर्षों के भीतर इनकी माता का भी देहान्त हो गया और कुछ दिनों के बाद बड़े भाई शम्भुरतन भी चल बसे। इस प्रकार 17 वर्ष की अल्पायु में इन्हें परिवार- संचालन का भार सम्भालना पड़ा।



इनका अधिकांश जीवन काशी में बीता। जीवन में तीन-चार यात्राएँ करने का अवसर मिला जिसकी छाया इनकी कुछ रचनाओं में प्रतिभाषित होती हैं। प्रसाद जी ने काव्य, नाटक, कहानी, उपन्यास और निबन्धों की रचना की। उनकी प्रमुख कृतियाँ का विवरण निम्न प्रकार है-

1. नाटक - प्रसाद जी के चन्द्रगुप्त, स्कन्दगुप्त, अजातशत्रु, विशाख, कामना, ध्रुवस्वामिनी, राज्यश्री, जनमेजय का नागयज्ञ, करुणालय, एक घूँट

2. कहानी संग्रह - आकाशदीप, छाया, प्रतिध्वनि, इन्द्रजाल,

3. उपन्यास - कंकाल, तितली और इरावती (अपूर्ण),

4. काव्य - कामायनी (महाकाव्य), झरना, आँसू, लहर

यक्ष्मा के कारण प्रसाद जी का देहान्त 25 नवम्बर, 1937 ई० को हो गया।

महादेवी वर्मा

महादेवी वर्मा का जन्म 24 मार्च 1902 को हुआ था। इनकी प्रारम्भिक शिक्षा मिशन स्कूल, इंदौर में हुई। महादेवी वर्मा 1929 में बौद्ध दीक्षा लेकर भिक्षुणी बनाना चाहती थी, लेकिन महात्मा गाँधी के संपर्क में आने के बाद आप समाज सेवा में लग गई। 1932 में इलाहाबाद विश्वविद्यालय से संस्कृत में एम ए करने के पश्चात् इन्होंने नारी शिक्षा प्रसार के मंतव्य से प्रयाग महिला विद्यापीठ की स्थापना की एवं उसकी प्रधानाचार्य के रूप में कार्यरत रह मासिक पत्रिका चाँद का अवैतनिक संपादन भी किय।



महादेवी वर्मा की मुख्या रचनाओं में शामिल हैं -

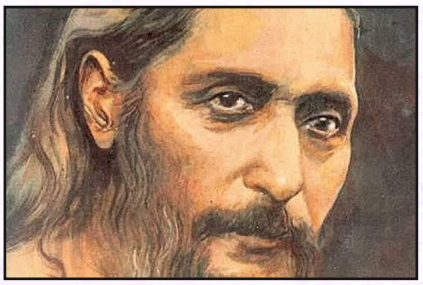
कविता संग्रह - नीरजा ,नीहार, रश्मि , सांध्यगीत, सप्तपर्णा, दीपशिखा , प्रथम आयाम और अग्निरेखा

गद्य साहित्य - रेखाचित्र , संस्मरण, निबंध, कहानियां , जिनमें से कुछ हैं - मेरा परिवार , अतीत के चलचित्र , स्मृति की रेखाएं , पथ के साथी, गिल्लू, नीलकंठ इत्यादि।

11 सितम्बर 1987 को इलाहबाद , उत्तर प्रदेश में इनका निधन हो गया।

सूर्य कान्त त्रिपाठी निराला

सूर्य कान्त त्रिपाठी निराला का जन्म बंगाल में मेदिनापुर जिले में हुआ था। इनका पितृ ग्राम उत्तर प्रदेश का गढ़ाकोला (उन्नाव) था। इनके बचपन का नाम सूर्य कुमार था। बहुत छोटी आयु में इनकी माँ का निधन हो गया। निराला की विधिवत स्कूली शिक्षा नवीं तक ही हुई। पत्नी की प्रेरणा से निराला की साहित्य और संगीत में रूचि पैदा हुई। सन 1918 में इनकी पत्नी का देहांत हुआ और उसके बाद उनकी पुत्री को छोड़ कर सभी करीबी रिश्तेदारों का निधन बहुत कम समय के अंदर हो गया। मृत्यु का दर्द इनकी कविताओं में साफ़ दिखाई देता है



निराला की मुख्य काव्य कृतियां हैं - अनामिका, परिमल, गीतिका, तुलसीदास, बेला, कुकुरमुत्ता, अणिमा, नए पत्ते, अर्चना , आराधना , गीतागुंज इत्यादि।

इनके उपन्यासों में बिल्लेसुर बकरिहा विशेष चर्चित हुए थे। उनका सम्पूर्ण साहित्य निराला रचनावली आठ खण्डों में प्रकाशित हो चुका है।

15 अक्टूबर 1961 को इनका निधन हो गया।

वैसे तो हिन्दी काव्य की हर विधा , हर युग अपने आप मे अनमोल हैं। परंतु, छायावाद के इन कवियों ने हिंदी साहित्य को एक नया आयाम दिया, एक नई पहचान दी। इन कवियों ने व्यक्तिगत रूप से कार्य कराते हुए एक नई प्रथा को गतिमान किया। इनका योगदान हिंदी साहित्य के इतिहास में स्वर्ण अक्षरों में लिखा जाएगा।

सिक्किम : एक खूबसूरत पर्यटन स्थल



सुश्री मधु सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

सिक्किम भारत के उत्तर पूर्व हिस्से में स्थिति सबसे प्रसिद्ध पर्यटन स्थलों में से एक है। यह भारत का एक छोटा और खूबसूरत राज्य है जिसका राजधानी गंगटोक है। गंगटोक, सिक्किम राज्य का सबसे बड़ा शहर भी है। सिक्किम की सीमा भूटान, नेपाल और तिब्बत देशों के साथ जुड़ी है। यहाँ की जनसँख्या लगभग 6,79,366 (2021) है। यहाँ लेपचा, हिंदी, नेपाली, भोटिया और लिंबू इत्यादि भाषाएँ बोली जाती हैं। सिक्किम अपनी अद्भुत सुंदरता, मनमोहक प्राकृतिक वातावरण, प्राचीन खंडहरों, बर्फ से ढकी पर्वत की चोटियों , प्राचीन मठ, खूबसूरत झरने, एवं हरे भरे पहाड़ियां से घिरे रहने के कारण पूरी दुनिया से पर्यटकों को अपनी ओर आकर्षित करता है और पर्यटक इस राज्य की खूबसूरती देख कर मंत्रमुग्ध हो जाते हैं। यहाँ शांति और सुकून दोनों को बहुत अच्छे से महसूस किया जा सकता है। यहाँ से कंचनजंगा पर्वतमाला का भव्य दृश्य अत्यंत मनोहर दिखाई देता है। यहाँ घूमने के बाद यह मेरा प्रिय पर्यटन स्थल बन गया।

सिक्किम में निम्नलिखित ऐसी प्रसिद्ध जगह हैं जो वास्तव में पर्यटकों के दिल को जीत लेती हैं:-

– त्सोम्गो झील

त्सोम्गो झील सिक्किम का सबसे लोकप्रिय पर्यटन स्थलों में से एक है। सिक्किम की राजधानी गंगटोक से लगभग 40 किलोमीटर की दूरी पर स्थित यह झील अपनी अलौकिक सुंदरता के लिए जानी जाती है। त्सोम्गो झील भारत की सबसे ऊँची झीलों में से एक है जिसे चांगु झील के नाम से भी जाना जाता है। यह झील ऊबड़-खाबड़ पहाड़ी इलाके में स्थित है जो सर्दियों में बर्फ की चादर से ढक जाती है वहीं गर्मियों के दौरान यह झील जादुई आकर्षण लाती है क्योंकि झील के चारों ओर विभिन्न फूल खिलते हैं। इस झील को स्थानीय लोगों के अनुसार बहुत ही पवित्र माना जाता है। विभिन्न मौसमों के दौरान इसकी सतह का पानी हमेशा अलग अलग रंगों को दर्शाता है। इस झील के किनारे याक की सवारी का भी आनंद ले सकते हैं।

– युकसोम

सिक्किम के पश्चिमी भाग में स्थित युकसोम एक ऐतिहासिक और खूबसूरत शहर है। हिमालय पर्वत की गोद में बसा यह शहर अपनी आश्चर्यजनक सुंदरता से हर किसी को अपनी ओर आकर्षित करता है। युकसोम का अर्थ होता है तीन लामाओं का मिलन स्थल। अपने प्राचीन मठों, शांत झीलों, खूबसूरत झरनों और हिमालय के भव्य दृश्यों के लिए यह स्थान सिक्किम के सबसे प्रसिद्ध पर्यटन स्थलों में शामिल है। साथ ही शहर में कंचनजंगा जलप्रपात, खेचोपलरी झील, ताशीदिंग मठ, ताशी तीनका और दुबडी गोम्पा जैसे कई दिलचस्प स्थान हैं जो पर्यटकों के बीच काफी लोकप्रिय है। इसके अलावा यहाँ के स्थानीय व्यंजनों को भी काफी पसंद किया जाता है।

– नाथुला पास

सिक्किम आने वाले पर्यटकों के लिए नाथुला दर्रा एक पसंदीदा आकर्षणों का केंद्र है। नाथुला सिक्किम के उत्तरी क्षेत्र में स्थित एक पहाड़ी दर्रा है। यह अद्भुत दर्रा समुद्र तल से लगभग 4310 मीटर की ऊँचाई पर स्थित है और भारत को तिब्बत से जोड़ता है। नाथुला दर्रा देश के सबसे महत्वपूर्ण हिमालयी दर्रों में से एक है। 1962 में भारत और चीन के युद्ध की वजह से इस दर्रे को बंद कर दिया गया था। 2006 से इस दर्रे को फिर से खोल दिए जाने पर यह स्थान पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र बन गया है। यह संसार का सबसे ऊँचा दर्रा है जहाँ से वाहन द्वारा आने जाने की सुविधा है। भारतीय पर्यटकों को नाथुला पास जाने के लिए अनुमति है, इसके लिए भारतीय पर्यटकों को टूरिज्म एंड सिविल एविएशन डिपार्टमेंट (Tourism and Civil Aviation Department) का परमिट लेना अनिवार्य है लकिन विदेशी पर्यटकों को नाथुला पास जाने की अनुमति नहीं है।

– कंचनजुंगा राष्ट्रीय उद्यान

सिक्किम की राजधानी गंगटोक से लगभग 122 किलोमीटर की दुरी पर स्तिथ कंचनजुंगा राष्ट्रीय उद्यान सिक्किम के सबसे बड़ी वन्यजीव अभ्यारण्य में से एक है। यह राष्ट्रीय उद्यान 1484 वर्ग किलोमीटर की क्षेत्र में फैला हुआ है जो अपने शानदार वन्यजीवन के लिए देश और दुनिया में प्रसिद्ध है। इस राष्ट्रीय उद्यान को दुनिया के तीसरी सबसे ऊँची पर्वत शिखर

कंचनजंगा के नाम पर रखा गया है। इस राष्ट्रीय उद्यान में हिमालयन तहर, हिम तेंदुए, कस्तूरी मृग, हिमालयी काला भालू, तिब्बती मृग, जंगली गधा, भौंकने वाले हिरण और लाल पांडा जैसे जीवों को देखा जा सकता है। हिमालय पर्वत श्रेणी के बीच स्तिथ यह राष्ट्रीय उद्यान यूनेस्को की विश्व धरोहर स्थलों में शामिल स्थल है।

– पेलिंग

पेलिंग पश्चिम सिक्किम का एक आकर्षक शहर है जो समुद्र तल से लगभग 6800 फीट की ऊंचाई पर स्तिथ है। प्राकृतिक सुंदरता से भरपूर पेलिंग सिक्किम में घूमने के लिए सबसे अच्छे जगहों में से एक है। यह शहर सिक्किम की राजधानी गंगटोक से लगभग 130 किलोमीटर की दूरी पर स्तिथ है। इस जगह का मुख्य आकर्षण है कंचनजुंगा चोटी का लुभावना दृश्य जिसको देखने के लिए काफी तादात में पर्यटक यहाँ आते है। यहाँ का शांत वातावरण आपके मन को बेहद खुशनुमा बना देता है।



– रुमटेक मठ

रुमटेक मठ सिक्किम में घूमने के लिए सबसे प्रमुख पर्यटन स्थलों में से एक है जो सिक्किम की राजधानी गंगटोक से लगभग 25 किलोमीटर की दूरी पर स्तिथ है। यह मठ सिक्किम में सबसे बड़ा और महत्वपूर्ण मठों में से एक है जिसे धर्म चक्र केंद्र के रूप में जाना जाता है। हरे भरे पहाड़ियों से घिरा यह मठ बड़ी संख्या में लोगों को अपनी और आकर्षित करता है। यह मठ अपने दुर्लभ बौद्ध कलाकृतियों के साथ साथ तिब्बती वास्तुकला का सबसे अच्छा प्रदर्शन करता है।

सिक्किम में घूमने के लिए अन्य स्थानों मे ज़ुलुक, गुरुडोंगमार झील, गोइचा ला, रवांगला, नामची, यूमथांग घाटी, लाचुंग, लाचेन इत्यादि हैं।

– सिक्किम घूमने का सबसे अच्छा समय

हालाँकि सिक्किम की यात्रा साल के किसी भी समय किया जा सकता है लेकिन सिक्किम अपने अलग-अलग मौसम में अलग-अलग खूबसूरती बिखरती है इसलिए आप मौसम के अनुसार अपनी यात्रा

निर्धारित कर सकते हैं। सिक्किम घूमने के लिए सबसे उपयुक्त समय मार्च से जून और सितंबर से मध्य दिसंबर तक का समय सबसे अच्छा माना जाता है। इन महीनो में यहाँ का मौसम काफी सुहाना रहता है जो घूमने के लिहाज से काफी अनुकूल है साथ ही इन महीनो में आप सिक्किम में खिलती हुई खूबसूरती को बड़ी आसानी से देख सकेंगे।

– सिक्किम कैसे पहुँचे:-

हवाई मार्ग : पक्योंग हवाई अड्डा सिक्किम का एकमात्र हवाई अड्डा है जो सिक्किम की राजधानी गंगटोक से लगभग 31 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। इसके अलावा निकटतम हवाई अड्डा बागडोगरा है, जो देश की सभी प्रमुख शहरों से वायु मार्ग द्वारा जुड़ा हुआ है। यह हवाई अड्डा गंगटोक से लगभग 125 किलोमीटर की दूरी पर है।

रेल मार्ग : सिक्किम का निकटतम रेलवे स्टेशन न्यू जलपाईगुड़ी और सिलीगुड़ी है जो पश्चिम बंगाल में स्थित है। न्यू जलपाईगुड़ी से गंगटोक लगभग 125 किलोमीटर और सिलीगुड़ी से लगभग 114 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। यह रेलवे स्टेशन देश के सभी प्रमुख शहरों से अच्छी तरह से जुड़ा हुआ है।

सड़क मार्ग: सिक्किम सड़क मार्ग द्वारा भी पहंचा जा सकता है। सड़क मार्ग द्वारा गंगटोक सिलीगुड़ी, न्यू जलपाईगुड़ी, बागडोगरा, दार्जीलिंग और कलिम्पोंग अदि शहरों से जुड़ा हुआ है।

एक शहीद फौजी का घर 'पंचायत' सीरीज का अंश

अभी हाल ही में अमेजन पर
'पंचायत'
वेब सीरीज का तीसरा भाग टेलिकास्ट हुआ है।
इसमें एक दृश्य है। एक फौजी का स्टैच्यू लगा है। नीचे लिखा है,
ग्राम फुलेरा के वीर सपूत
अमर शहीद राहुल पाण्डेय
शहीद राहुल पाण्डेय को शत् शत् नमन।।।

यह स्मारक शहीद राहुल पाण्डेय केंद्रीय पुस्तकालय के बाहर लगा है। फुलेरा वासियों के लिये ये गर्व और शौर्य का प्रतीक है। एक व्यक्ति इस मूर्ति को चुपचाप निहार रहा है। अब उसके लिये गर्व, शौर्य, सम्मान, सारी बातें बेमानी हो गई हैं। उसने अपना इकलौता बेटा खोया है, जिसने महज 4 महीने पहले जीवन के 21 बसंत पूरे किए थे। पत्नी बरसों पहले गुज़र चुकी थी। बेटा सीमा पर था। वे अकेले रहते ज़रूर थे, अकेले पड़े नहीं थे तब तक। उनकी आँखों में आँसू भर आते हैं तो वह मूर्ति की तरफ़ से मुँह फेरकर बैठ जाते हैं।

बिना किसी डायलॉगबाज़ी, भावुक बैकग्राउंड गीत-संगीत के बिना यह सीन इतना प्रभावी है, कि यह आपको अंदर तक भेद देता है। प्रह्लाद जी का घर, जो बमुश्किल घर कहा जा सकता है- उजाड़, वीरान बदहाल। किस तरह जब किसी के लौटकर आने की उम्मीद छिन जाए हमेशा के लिये, घर, घर नहीं रहता उसके बाद। कोई नामलेवा ही न बचे, अन्तिम समय कोई साथ न हो, कोई पूछ-परख करने वाला, ख़याल रखने वाला न हो, तो वह एकांत कितना त्रासद हो सकता है यह एक शहीद का परिवार ही समझ सकता है।

प्रह्लाद जी को बेटे की शहीदी पर सरकार से जो सहायता राशि मिली थी उनको उन पैसों से कोई मतलब नहीं रहा है। वे चेक भुनाना नहीं चाहते। उस विषय पर बात ही नहीं करना चाहते। लोगों के बार-बार दबाव डालने पर वे ये रक़म पंचायत ऑफिस में काम करने वाले विकास के होने वाले बच्चे को दे देना चाहते हैं, प्रधान जी को दे देना चाहते हैं ताकि वे निजी ख़र्च पर फुलेरा की सड़क बना सकें। सब उनकी विरक्ति समझते हैं, उनके दुःख को कम नहीं भी कर सकें तो उस बोझ को साझा करना चाहते हैं।



श्री राकेश रौशन
लेखापरीक्षक

शहीदों के परिवार का यह वह पहलू है, जिससे हम लोग आँखें चुराते हैं ताकि कोई अपराध-बोध न घेरे। चाहे कोई कहे कि गाँव के लड़के पैसे और सुविधाओं के लिये सेना में जाते हैं, इससे ये तथ्य बदल नहीं जाता कि देश की सुरक्षा के लिये सेना का क्या महत्त्व है। वे सीमाओं पर जाग रहे हैं, ताकि हम घरों में चैन से सो सकें, यह महज जुमला नहीं है। तमाम क्रांतिकारी नेता, बड़े अफ़सर, उद्योगपति सब अपने बच्चों को विदेश भेजकर सुरक्षित कर लेते हैं। जो विरले होते भी हैं फौज में, उच्च पदों पर आसीन अधिकारी होते हैं, जिनकी फील्ड ड्यूटी नहीं होती।

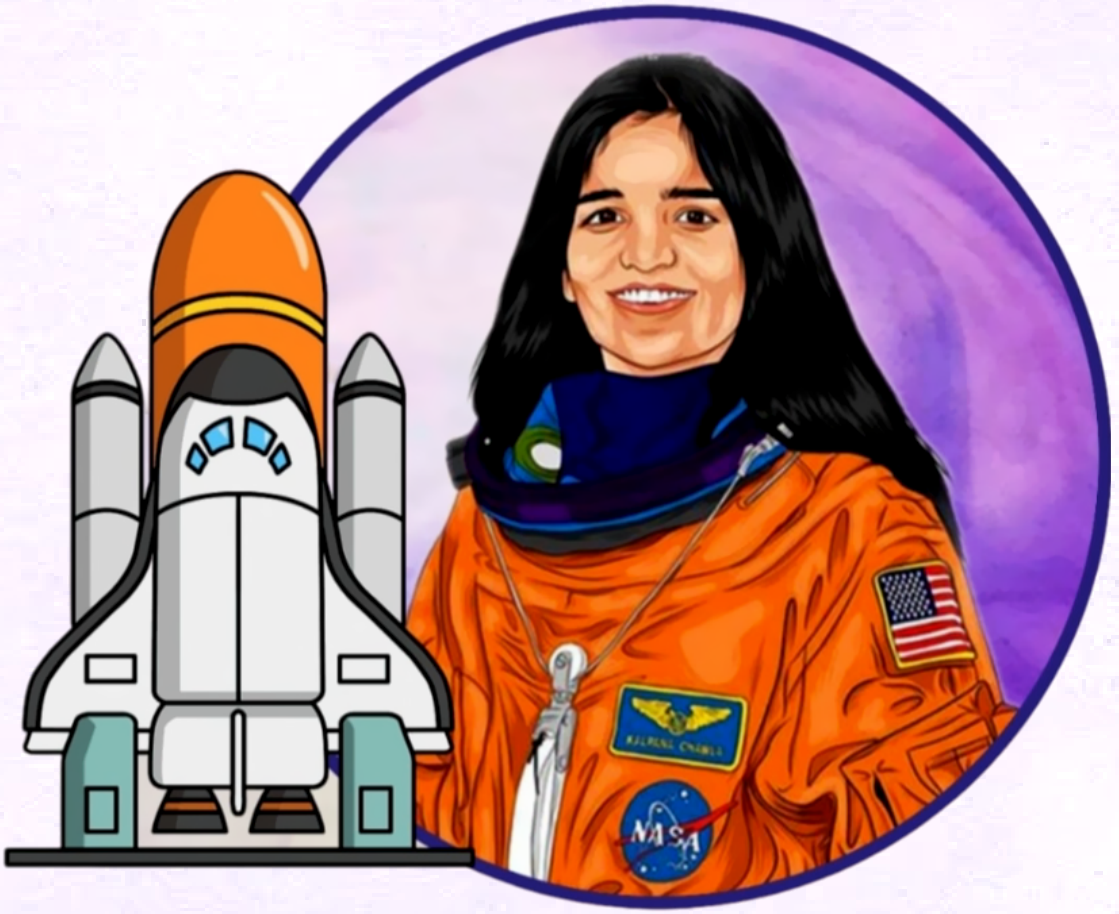
हर साल हज़ारों युवा भारतीय सेना में भर्ती होते हैं और लाखों सेना की ग्रीन यूनिफॉर्म पहनने के सपने देखते हैं। सिर्फ़ सीमा पर ही नहीं, नक्सल प्रभावित क्षेत्रों से लेकर जहाँ कहीं भी अशांति-असुरक्षा होती है, जब हम डबल लॉक लगाए घरों में दुबके होते हैं, बाढ़ हो या भूकंप या भू-स्खलन, मुश्किल से मुश्किल परिस्थितियों में सेना का ही सहारा होता है। सख़्त से सख़्त ट्रेनिंग, अनुशासन और सख़्त से सख़्त हालात में ड्यूटी, गृहस्थी के सुख से दूर, कई बार मूलभूत सुविधाओं तक के अभाव में रहना ही इनकी नियति होती है। उसी के अनुसार परिवार को भी ढलना होता है। बार-बार ट्रांसफर से लेकर कई बार सिंगल पेरेंट के तौर पर पत्नी को बच्चों की परवरिश करनी होती है। इसीलिये फौजियों के प्रति इतना सम्मान और संवेदनशीलता होती है।

★★★★★

सशक्त मन: भारतीय महिला वैज्ञानिकों की कहानी

भारत में कई प्रतिभाशाली महिला वैज्ञानिक हुए हैं जिन्होंने विभिन्न वैज्ञानिक क्षेत्रों में महत्वपूर्ण योगदान दिया है, सामाजिक स्तर पर स्टिरियोटाइप को तोड़ा है और भविष्य की पीढ़ियों को प्रेरित किया है।

एक प्रमुख व्यक्ति डॉ. टेसी थॉमस है, जिन्हें "भारतीय मिसाइल वुमन" के नाम से भी जाना जाता है। वह एक प्रशिक्षित एयरोस्पेस इंजीनियर हैं और उन्होंने बॉलिस्टिक मिसाइल व्यवस्था के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दिया, जिससे देश की सैन्य क्षमताओं में सुधार हुआ।



डॉ. इंदिरा हिंदुजा, एक प्रसिद्ध स्त्रीरोग विशेषज्ञ और बांझपन विशेषज्ञ, ने प्रजनन चिकित्सा में अविस्मरणीय छाप छोड़ी है। उन्होंने 1986 में भारत के पहले टेस्ट ट्यूब बेबी की जन्मी देखी, जो सहायित प्रजनन प्रौद्योगिकी में एक अद्वितीय उपलब्धि थी। उनका क्रांतिकारी काम बांझपन से पीड़ित अनगिनत जोड़ों को आशा दे रहा है।

डॉ. ऋतु करिधल, जिसे अक्सर "भारतीय रॉकेट वुमन" कहा जाता है, अंतरिक्ष अनुसंधान में एक प्रवर्तक रही हैं। मार्स ऑर्बिटर मिशन की डेप्युटी ऑपरेशंस डायरेक्टर के रूप में, उन्होंने भारत के मंगल अभियान में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई, जिससे देश ने अंतरिक्ष अन्वेषण में अपनी प्रतिभा दिखाई।

डॉ. गगनदीप कांग, एक वायरॉलॉजिस्ट, ने अपने करियर को भारत में संक्रामक बीमारियों का अध्ययन और उनके नियंत्रण में समर्पित किया। उनके प्रथागत शोध में रोटावायरस जैसी बीमारियों के लिए टीकाकरण विकसित करने के काम से सार्वजनिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

ये महिलाएँ संघर्षशीलता, बुद्धिमत्ता और दृढ़ संकल्प के उदाहरण हैं, जो साबित करती हैं कि वैज्ञानिक उत्कृष्टता के लिए लिंग एक बाधा नहीं है। जैसे ही भारत आगे बढ़ता है, उनकी कहानियाँ उन महिलाओं की अनमोल भूमिका का प्रमाण हैं जो राष्ट्रीय वैज्ञानिक परिदृश्य को आकार देने में महत्वपूर्ण हैं।

सुश्री दिव्यांशी सिंह
सुपुत्री श्री राकेश कुमार सिंह
सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

सर्वोदय

संसार में बहुत से महात्मा पैदा हुए। उन सबने सुख और शांति पाने के बहुत से मार्ग बताये। उन्हीं में एक है - 'सर्वोदय'। सर्वोदय का अर्थ है- सब का उदय। हमारी संस्कृति में बताया गया है- "सर्व भूत हिते रताः" यानी सभी जीवों की भलाई में लगा रहना। वैदिक ऋषि के शब्दों में सर्वोदय की भावना है- "सर्व भवन्तु सुखिनः ।" यह सर्वोदय एक 'सर्वजन हिताय' आंदोलन है। हम कोई भी काम करें, उससे किसी को कोई दुख न हो। हमेशा दूसरे का भला ही हो।

सर्वोदय भारत का पुराना आदर्श है। सर्वोदय का आदर्श है- अद्वैत (दो नहीं, एक ही) और उसकी नीति है समन्वय। प्रत्येक व्यक्ति के प्रति सहानुभूति ही सर्वोदय का मार्ग है।
डार्विन ने कहा- "प्रकृति का नियम है बड़ी मछली छोटी मछली को खाकर जीवित रहती। पूज्य बापू का विश्वास था कि इस संसार में नीच से नीच आदमी का भी उद्धार हो सकता है। इस तरह सब का उद्धार करके वे संसार में सुख और शांति का राज्य कायम करना चाहते थे। यही 'सर्वोदय' की मूल भावना है।

सर्वोदय समाज की स्थापना बापू की हत्या के बाद सेवाग्राम में रचनात्मक कार्यक्रमों में भाग लेने वाले सभी कार्यकर्ताओं का एक सम्मेलन हुआ। उसमें एक ऐसी संस्था को कायम करने का निश्चय किया गया जिससे बापू की इच्छा को पूरा कर सकें। इसी संस्था का नाम 'सर्वोदय समाज' रखा गया। गांधीजी का पहला श्राद्ध दिवस (Death Anniversary) "सर्वोदय दिवस" के रूप में मनाया गया।
'सर्वोदय समाज' के प्रथम वार्षिकोत्सव सम्मेलन के अवसर पर ही सर्व सेवा संघ' की स्थापना की गई थी। ये दोनों एक दूसरे से संबंधित हैं। विनोबाजी ने एक बार बताया था कि 'सर्वोदय समाज' एक सागर है तो 'सर्व सेवा संघ' उस जल में मिला हुआ नमक है। 'सर्वोदय समाज' समान भावना रखनेवालों का समाज है और 'सर्व सेवा संघ' सहकारी (Co-operative) संघ है। 'सर्वोदय समाज' की भावना को कार्य रूप में बदलनेताले सेवकों का दल ही सर्व सेवा संघ' है।

'सर्वोदय समाज' का उद्देश्य सत्य और अहिंसा के आधार पर एक ऐसे समाज का निर्माण करना है जिसमें जाति-पांति का कोई भेद न हो, और समाज के हर एक आदमी को अपने विकास का अवसर (मौका) मिले। उसका पालन पोषण करना समाज की जिम्मेदारी है। इस तरह समाज का कर्तव्य है कि वह हर एक को काम दे।

दूसरे, गीति की बुनियाद पर मनुष्य जीवन को खड़ा करना और सबसे पिछड़े, पीड़ित और शोपित (Exploited) लोगों का उद्धार करना 'सर्वोदय' का मुख्य उद्देश्य है और कार्य है। अहिंसा उसका प्राण है और सत्य उसकी शक्ति है। राजनैतिक क्षेत्र में उसका उद्देश्य है सर्वराज्य' यानी सब का राज्यकायम करना। इसका अंतिम लक्ष्य है दुनिया को एक परिवार बनाना।



श्री मुनिनाथ यादव
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

परिवार में छोटे-बड़े सभी होते हैं। सब अपनी-अपनी ताकत और योग्यता के अनुसार काम करते हैं। परिवार उनकी जरूरतों को पूरा करता है। इससे परिवार में आपसी प्रेम बढ़ता है। इस तरह सब लोगों में, समाज में परिवार की भावना पैदा करना ही सर्वोदय का आदर्श है। यह सर्वोदय भावना मनुष्य को कार्य करने की प्रेरणा देती है।

भारतीय संस्कृति असल में सर्व समन्वय (मेल मिलाप) की भावना से विकसित संस्कृति है। किन्तु सांप्रदायिकता (Communalism) ने इस समन्वय की भावना को नष्ट कर दिया है। इस बुराई को 'सर्वोदय समाज' के द्वारा ही दूर किया जा सकता है। इस तरह समन्वय भी सर्वोदय का एक उद्देश्य है।

इन सब उद्देश्यों को पूरा करने के लिए ही गांधीजी ने ग्रामोद्योग, खादी प्रचार, शराब बंदी, हरिजनोद्धार, सांप्रदायिक झगड़ों का अंत करना, संकुचित प्रांतीय भावना को मिटाना, रोगियों और दुखियों की सेवा करना आदि 18 रचनात्मक (निर्माण संबंधी) कार्यक्रमों की योजना बनाई और उनको चलाया भी।

पूज्य बापू भारत के ही नहीं सारी दुनिया के आदर्श थे। उन्होंने अपने जीवन में मानव की सेवा सर्वोदय के ढंग से ही की थी। बापू का अनुकरण ही सर्वोदय का आदर्श है। उनके बताये रास्ते पर चलकर हम 'सर्वोदय समाज' की स्थापना अवश्य कर सकते हैं।

विश्वास



श्री राकेश कुमार सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

विश्वास भरोसा एतबार यह भी क्या शब्द है
शब्द नहीं एक अनुभूति है, एहसास है।

एक एहसास नहीं अनगिनत एहसासों की गांठ है
जीवन की डोर है आस की लत का आखिरी छोर है।

बहुत हल्की है क्योंकि पल में टूट जाती है
और बहुत गहरी भी की आखिरी सांस तक निभाती है।

सब मनों का भाव है
किसी के लिए खेल है तो किसी के लिए जीवन की छांव है।

कोई इसकी आड़ में मनमानी करता है,
तो कोई निभाता है फिर भी रोता है।

कहीं इसकी उगाही है तो कहीं दुहाई है
कभी यह बुरी है तो कहीं इसमें सारी अच्छाई है।

यह सब के लिए अलग परिभाषा लेकर आता है
कभी यह सेवक है तो कभी विधाता है।

इसकी आड़ में परीक्षाएं भी होती है परिणाम भी आते हैं
कुछ बेदाग बने रहते हैं कुछ सारी जिंदगी के लिए दागी हो जाते हैं

चाहे कोई भी परिभाषा रूप या रंग हो इन शब्दों का,
यह रिश्तो का मोहताज नहीं यह दिलों की आवाज है।

यह हमारे जीवन में एक नेमत है, बेसकीमती उपहार है।

★★★★★

जीवन में सफलता के उपाय

जीवन में सफल होना किसे अच्छा नहीं लगता, बस लोगों की सफलता का मापदंड अलग-अलग होता है। सब लोग जिससे उन्हें ख़ुशी मिलती वही करना चाहते हैं कोई पैसा चाहता है, कोई पद तो कोई शोहरत, कोई अच्छा पारिवारिक जीवन जीना चाहता है तो कोई ऐशो-आराम। इसमें कुछ लोग सफल हो भी जाते हैं और कुछ नहीं। सफलता हासिल करना उतना आसान नहीं है अपितु कुछ नियमों का पालन कर इसे हासिल किया जा सकता है।

जरूरी नहीं ज़िन्दगी में जो आप चाहो वो आपको मिल जाय। लेकिन आपको असफलता में भी सफलता की ख़ुशी पाना आना चाहिए। जो ज़िन्दगी में मिले उसे अपनाकर आप स्वयं और दूसरों को खुश रख सकते हैं। लेकिन इसका मतलब कतई ये नहीं हैं कि आप सफलता के ख्वाब ही देखना छोड़ दे।

यद्यपि जीवन में सफल होने के कई उपाय हो सकते हैं लेकिन सफलतम लोगों द्वारा अपनाये गए उपाय अपेक्षाकृत कम श्रमसाध्य होते हैं। यहाँ दुनिया के सफलतम लोगों द्वारा दिए गए तेरह बेहतरीन टिप्स दिए गए हैं जो इस प्रकार हैं :-

हमेशा बड़ा सोचो

कुछ लोग अपना लक्ष्य बहुत ही छोटा रखते हैं और उसे प्राप्त कर खुश हो जाते हैं क्यूंकि वह असफलता से डरते हैं। जबकि कुछ लोग बहुत बड़ा लक्ष्य पाने की कोशिश तो करते हैं लेकिन हासिल नहीं कर पाते। इसलिये आप अपना लक्ष्य काफी सोच समझ कर तय करें और अपनी क्षमता से बड़ा सोचें।

यह पता लगायें कि आपको क्या करना अच्छा लगता है और उसी काम को करें

काम यदि आपकी रूचि के अनुसार होता है तो आप उसमे अपना शत प्रतिशत देते हैं। आपने अगर अपना मार्ग अपनी इच्छा अनुसार चुना है तो आपको मालुम हैं कैसे उसे पाना है। उसको पाने के लिए आप पूरी तरह से शामिल हो जाते है तथा पूरी मेहनत करते हैं। यदि आप अपना काम अच्छे से करते हैं और इसके बदले आपको कुछ भी नहीं मिलता है तो आप समझिये कि आप सफलता के मार्ग पर अग्रसर हैं।

सफलता का दृढ निश्चय करो

जब आप यह निश्चय करते हैं कि चाहे कुछ भी हो, कितना भी मेहनत करना पड़े हमें अपना लक्ष्य हासिल करना है तो यह संकल्प हमें सफल बनाता है। इस संकल्प को निरंतर बनाये रखना पड़ता है। अपने आपको समय-समय पर छोटी सी भेंट देते रहें और उत्साहित रखें।



सुश्री मधु सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

अपने जीवन को संतुलित बनाना सीखें

हमारे जीवन में निरंतर कई तरह की लडाइयां चलती रहती हैं; पारिवारिक और व्यवसायिक, शांति और कलह, आदि। हम किसी में निपुण नहीं हो सकते लेकिन इसे हम कैसे सँभालते हैं, यह हमारी सफलता को सुनिश्चित करती है। अपने बुरे दिनों में भी हमें हार नहीं माननी चाहिए तथा सफलता के प्रति अपना प्रयास जारी रखना चाहिये।

असफलता से मत डरो

एक प्रसिद्ध उक्ति है कि असफलता का मतलब है कि सफलता का प्रयास पूरे मन से नहीं किया गया। असफलता किसी काम को दुबारा शुरू करने का एक मौका देती है ताकि उसी काम को और भी अच्छे तरीके से किया जाय। निरंतर प्रयास करते रहें।

नए विचारों, नयी योजनायों को अपनाने में घबराएँ नहीं

नए विचार नयी क्रांति को जन्म देती है। नए विचार, नयी योजनायें सफलता की धुरी होते हैं। हमेशा नए विचारों से अपने लक्ष्य की प्राप्ति के सफल प्रयास करते रहें।

कर्मठ बनो

कुछ लोग ऐसे होते हैं तो लक्ष्य तो बड़े निर्धारित कर लेते है लेकिन उसके अनुरूप कर्म नहीं करते है जिससे वे सफल नहीं हो पाते हैं। सफल होने के लिए लक्ष्य को ध्यान में रखते हुए मेहनत करनी पड़ती है।

विवाद से बचें

आपके दैनिक जीवन में कई तरह के लोग आते हैं। यह बहुत आवश्यक है कि आप लोगों के साथ कैसे बर्ताव करते हैं। किसी तरह का विवाद आपके सफलता के पथ का रोड़ा साबित हो सकता है। विवाद से बचें व अपने लक्ष्य को पाने के लिए तत्पर प्रयास करते रहें।

अपने सफल होने की क्षमता पर विश्वास रखें

मन में यह विश्वास ज़रूर होना चाहिए कि मैंने जो सपना देखा है उसे मैं पूरा कर सकता हूँ। आशावादी बनें और हमेशा कोशिश करें की निराशावादी लोगों से दूर रहें।

अपनी सोच को हमेशा सकारात्मक रखें

जो व्यक्ति अपनी सोच को, अपनी मानसिक दशा को हमेशा सकारात्मक रखता है उसे सफल होने से कोई भी नहीं रोक सकता। ज्योंहि हम नकारात्मक सोचते हैं हम अपने लक्ष्य से दूर होते जाते हैं।

निराशा की भावना को मन में आने से रोकें

कभी- कभी हम जब सफलता की राह पर अग्रसर होते हैं तो कुछ निराशात्मक बातें हमारे सामने आतीं हैं, अगर हम उन बातों पर ध्यान न देकर सिर्फ अपने लक्ष्य के बारे में सोचते हैं तो हमें सफलता ज़रूर मिलती है।

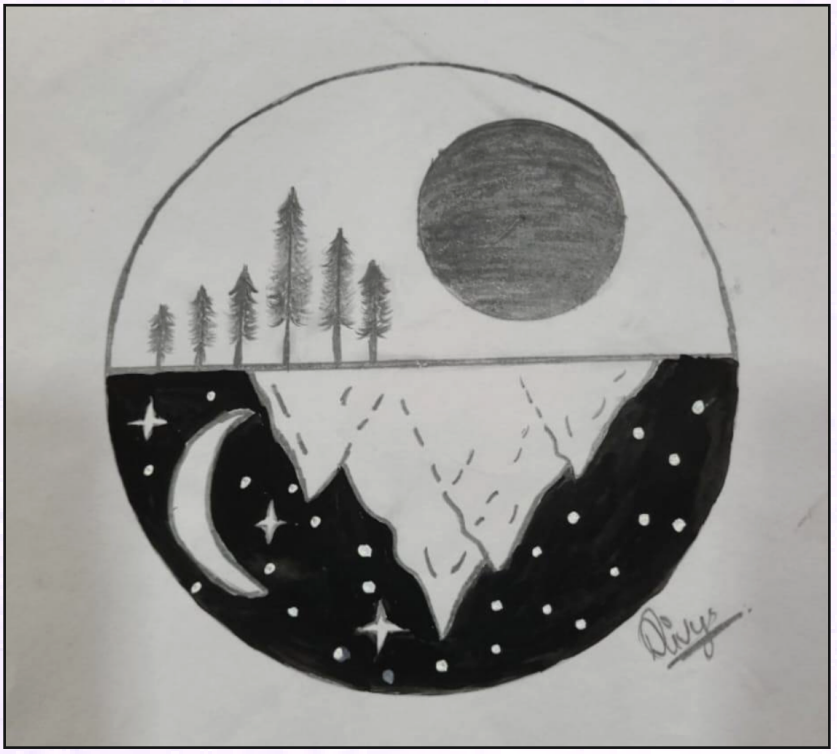
सदैव कड़ी मेहनत की इच्छा बनाये रखें

सफल होने के लिए आपको एक सामान्य आदमी से ज्यादा काम करना होगा तभी आप ऊंचाई पर पहुँच सकते हो। कभी भी कड़ी मेहनत करने से डरें नहीं।

सदैव अपने अंतर्मन का सुनिए और पालन कीजिए

जब भी हम कोई काम करते हैं, हम अपने आप से बातें करते हैं। हमें हमेशा अपने मन की सुनकर ही निर्णय करना चाहिए, हमें सोचना चाहिए कि हमें अपने लक्ष्य की प्राप्ति क्यों जरूरी है, क्यों हमें सिर्फ वही अपनी ज़िन्दगी में चाहिए , क्यों हमने कोई और लक्ष्य अपने लिए निर्धारित नहीं किया।

चित्रकला



सुश्री दिव्या शर्मा, सुपुत्री श्री मुकेश कुमार
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

मैं रुकूंगा यही

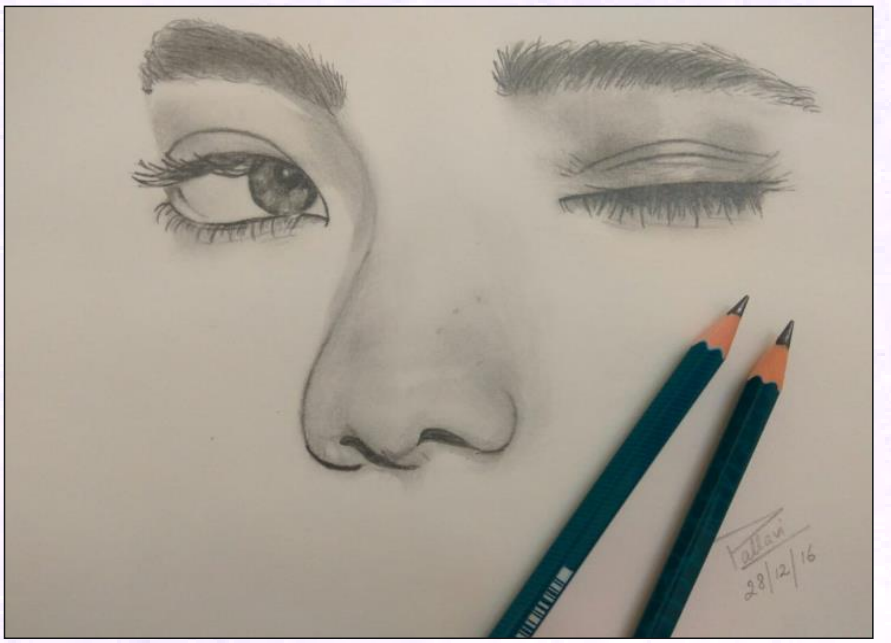
मैं रुकूंगा यही, तुम कहो तो सही, दो कदम न चलूंगा कहो तो सही,
देख लो एक नजर भर के मुझको यदि, सौ जनम नाम लिख दूं कहो तो सही।
यह सृजन आज झंकृत तुम्हारे लिए, यह हृदय है अलंकृत तुम्हारे लिए,
आरजू है कि थोड़ा सा जिद्दी बनो, बहती धारा को रोको शिला सी तनों,
बन सरोवर ठहर जाऊंगा मैं वहीं मैं रुकूंगा यहीं....

यह लम्हे न जीवन में फिर आयेंगे, आज विचलित हुए तो फिर पछताएंगे,
तुम इशारा तो दो मुझको अपनाने का, अश्रु पूरित नयन से ठहर जाने का,
सारी उलझी गिरह को यूं सुलझाने का, एक अवसर तो दो फिर से पास आने का,
मैं हर इक वेदना को यूं पी जाऊंगा, मन से जो भी है कहना कहो तो सही, मैं रुकूंगा यहीं...

देख लो ओ प्रिये मैं न अब आऊंगा, यह प्रणय तान फिर से न अब गाऊंगा,
आज खामोशी होठों से गर न हटी, उम्र भर की रहेंगी ये बैचैनियां,
अब बहुत हो चुका रूठना आपका, मान जाओ कि छोड़ो ये नादानियां,
अब गले से लगाकर के कसमें रखो, फिर झुका कर के नजरे यूं आहें भरो,
मैं करूंगा प्रतीक्षा, पारावार सा, तुम तरिणी की भांति बहो तो सही मैं रुकूंगा यहीं...

श्री दिनेश सिंह, श्री रणजीत सिंह
स.ले.प.अ. के भाई

चित्रकला





सुश्री पल्लवी
लेखापरीक्षक

सम्मुख



सुश्री मंजुला महाराणा
व.ले.प.अ.

बहम में हम समाया है पर हम में बहम ना आए
फरमान से अरमान का गला कई कई बार कट जाए।

घड़ी घड़ी याद करें जिन्हें घड़ी भर देखने न मिले
साधना के भट्टी में सुलगे आराधना करने से पहले।

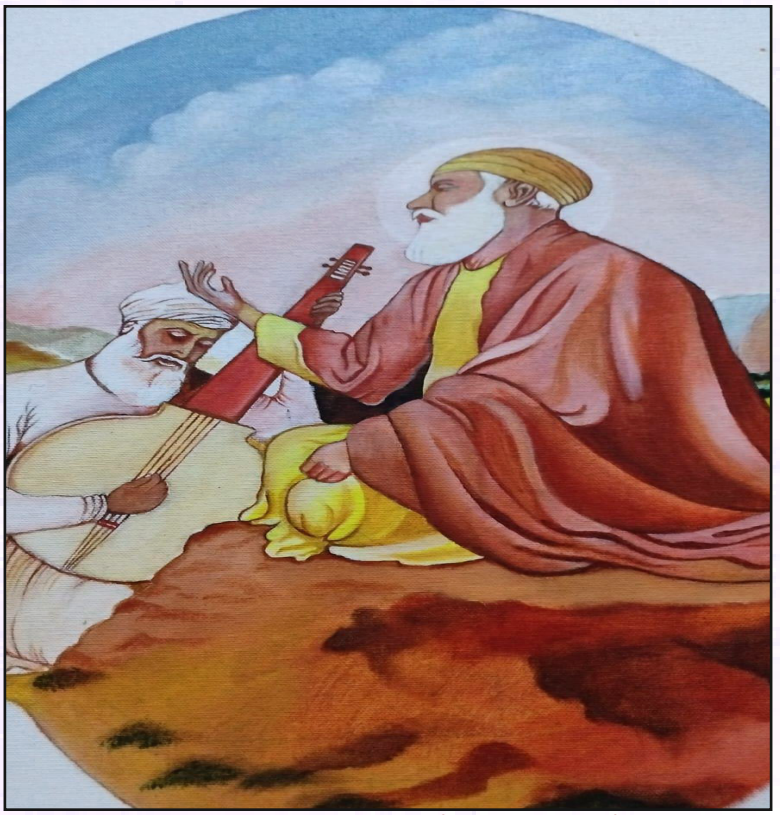
प्रदोष की बेला आ रही है लेना होगा अब तो विराम
समेटना है जो है आस पास नजदीक है पूर्ण विराम।

बहम में हम समाया है पर हम में बहम ना आए
फरमान से अरमान का गला कई कई बार कट जाए।

घड़ी घड़ी याद करें जिन्हें घड़ी भर देखने न मिले
साधना के भट्टी में सुलगे आराधना करने से पहले।

प्रदोष की बेला आ रही है लेना होगा अब तो विराम
समेटना है जो है आस पास नजदीक है पूर्ण विराम।

चित्रकला



कु. अंजलि, भतीजी सुश्री बिना कुमारी राय
कनिष्ठ अनुवादक

हे छठी मईया!



श्री कुमार सौरभ
लेखापरीक्षक

पूरा देश कार्तिक अमावस्या के दिन हर्षोल्लास से दीपावली मनाता है और शुक्ल पक्ष की द्वितीय तिथि को भाईदूज मनाकर त्योहारों से कुछ समय के लिए निजात पा जाता है। लेकिन भारत का एक कोना ऐसा भी है, जहाँ दीपावली की धूम और भाईदूज की धमाचौकड़ी के बाद शरीर में हुई थकान को मिटाने का समय भी नहीं मिल पाता है, क्योंकि अगले दिन से ही चार दिवसीय छठ पर्व की शुरुआत हो जाती है। हम बिहार की बात कर रहे हैं। छठी मईया का नाम सुनते ही बिहार के लोगों का मन श्रद्धा की चरम अनुभूति से भर जाता है। क्या है छठ? कौन हैं छठी मईया? क्यों बिहारियों के लिए यह पर्व बाकी सभी तीज-त्योहारों से ज़्यादा महत्व रखता है? वैसे तो गूगल के ज़माने में सभी लोग एक क्लिक में इस पर्व के बारे में जान सकते हैं, लेकिन वो जो जान पायेंगे वह सब **इन्फ़ॉर्मेशन** मात्र होगा। एक बिहारी जब इस पर्व के बारे में बतायेगा, वह **इमोशन** होगा। जी हाँ, बिहारियों के लिए छठ पर्व परम्पराओं या रिवाजों की सिर्फ़ एक रस्म अदायगी भर नहीं है, अपितु, उनके लिए यह त्योहार एक भावना है, संवेदना है, वर्ष भर का इंतज़ार है और प्रकृति के लिए ढेर सारा प्यार है। तो चलिए पृष्ठभूमि जानने के लिए पहले इंफ़ॉर्मेशन ले लेते हैं।



मार्कण्डेय पुराण में इस बात का उल्लेख है कि सृष्टि की अधिष्ठात्री प्रकृति देवी ने अपने आप को छह भागों में विभाजित किया है। इनके छठे अंश को सर्वश्रेष्ठ मातृ देवी के रुप में जाना जाता है, जो ब्रह्मा की मानस पुत्री हैं। वो सभी मनोकामनाओं की पूर्ति करने वाली हैं, खास कर संतान-सुख की मनोकामना पूर्ण करने वाली हैं तथा बच्चों की रक्षा करनी वाली देवी हैं। कार्तिक मास के शुक्ल पक्ष की षष्ठी को इन्हीं देवी की पूजा की जाती है। शिशु के जन्म के छह दिन बाद इन्हीं देवी की पूजा की जाती है। इनकी प्रार्थना से बच्चे को स्वास्थ्य, सफलता और दीर्घायु होने का आशीर्वाद मिलता है। एक मान्यता यह भी है कि छठ देवी सूर्य देव की बहन हैं और उन्हीं को प्रसन्न करने के लिए जीवन के महत्वपूर्ण अवयवों में सूर्य व जल की महत्ता को मानते हुए, इन्हें साक्षी मान कर भगवान सूर्य की अराधना तथा उनका धन्यवाद करते हुए माँ गंगा-यमुना या किसी भी पवित्र नदी या पोखर (तालाब) के किनारे यह पूजा की जाती है। पुराणों में इन्हीं देवी का नाम कात्यायनी बताया गया है, जिनकी नवरात्रि की षष्ठी तिथि को पूजा की जाती है। सृष्टि के छठे भाग की स्वामिनी का नाम वैसे तो देवी षष्ठी ही है, किंतु इसी का अपभ्रंश रुप है छठी। देवियों को हम माँ स्वरुपा मानते हैं, इसलिए छठी देवी को हम बिहारी लोग अपनी भाषा में छठी मईया बुलाते हैं।

एक कथा ऐसी भी है। पुराणों के अनुसार, राजा प्रियंवद नामक राजा हुआ करते थे, जिनकी कोई संतान नहीं थी। उन्होंने संतान प्राप्ति हेतु महर्षि कश्यप द्वारा पुत्रेष्टि यज्ञ करवाया। महर्षि ने यज्ञ आहुति के लिए बनाई गई खीर को प्रियंवद की पत्नी मालिनी को खाने के लिए कहा। खीर के प्रभाव से राजा और रानी को पुत्र तो हुआ, किन्तु वह मृत था। प्रियंवद पुत्र को लेकर श्मशान गए और पुत्र वियोग में प्राण त्यागने लगे। उसी समय भगवान ब्रह्मा की मानस पुत्री देवसेना प्रकट हुई। उन्होंने राजा से कहा कि सृष्टि की मूल प्रवृत्ति के छठे अंश से उत्पन्न होने के कारण मैं षष्ठी कहलाती हूँ। माता ने राजा को अपने पूजन का आदेश दिया और दूसरों को भी यह पूजन करने के लिए प्रेरित करने को कहा। राजा ने पुत्र इच्छा से देवी षष्ठी का व्रत किया और उन्हें शीघ्र ही पुत्र रत्न की प्राप्ति हुई। जिस दिन राजा ने यह व्रत किया था, उस दिन कार्तिक शुक्ल षष्ठी तिथि थी। तभी से छठी मईया के पूजे जाने की परंपरा आरंभ हुई। कहा यह भी जाता है कि सूर्य-पुत्र कर्ण ने सबसे पहले सूर्य की उपासना प्रारंभ की। कर्ण नियमित रुप से सुबह उठकर कमर भर पानी में डूब कर घंटो पूर्व दिशा की ओर मुँह करके प्रणाम मुद्रा में खड़े रहते थे और सूर्य के उदय होते ही उन्हें अर्घ्य दिया करते थे। इसके अलावा, कुंती और द्रौपदी के भी छठ का व्रत रखने का उल्लेख ग्रंथों में मिलता है। ऐसा कहा जाता है कि द्रौपदी के छठ पूजा करने के बाद पांडवों को उनका हारा हुआ सारा राजपाट वापस मिल गया था। एक उल्लेख ऐसा भी मिलता है कि लंका से लौटने के पश्चात छठे

दिन सूर्यवंशी होने के नाते सूर्य देव का धन्यवाद करने हेतु श्रीराम और देवी सीता ने भी उनकी उपासना की थी और पूरे विधि विधान से व्रत संपन्न किया था।

अब तक आपने इंफ़ॉर्मेशन जाना, आइए अब इमोशन सुना जाए। आइये मुझसे **(एक बिहारी से)** सुनिए छठ व्रत की महिमा। चार दिनों के इस अनुपम त्योहार की शुरुआत होती है कार्तिक शुक्ल पक्ष तृतीय तिथि से। त्योहार के पहले दिन को नहाय-खाय कहा जाता है। सुबह उठते ही पूरे घर की सफाई और धुलाई की जाती है, घर के सभी सदस्य नहाते हैं तभी खाते हैं। खाना भी विशेष होता है – भात, शुद्ध देसी घी में छौंकी हुई चने की दाल और लौकी की सब्ज़ी। खाना पूर्णरुपेण सात्विक होता है, प्याज और लहसुन वर्जित होता है। अगले दिन होता है **खरना।** इस दिन महिलाएं पूरे दिन व्रत रखती हैं और छठी माता का प्रसाद तैयार करती हैं। प्रसाद में मिट्टी के बर्तन में पके चावल और गुड़ की खीर, गेहूँ के आटे की सेंकी हुई पूड़ी, चावल के आटे से तैयार लड्डू आदि बनाये जाते हैं। संध्या के समय महिलाएं पूजा करती हैं और उसके बाद सबसे पहले वे प्रसाद ग्रहण करती हैं। व्रतियों के प्रसाद ग्रहण कर लेने के बाद घर के सारे सदस्यों में प्रसाद बांटा जाता है। इस दिन इष्ट-मित्र, नाते रिश्तेदारों को और पड़ोसियों को भी बुलाकर बड़े प्यार और आदर से प्रसाद खिलाया जाता है। यहाँ से व्रतियों का **36 घंटों का निर्जला व्रत** प्रारंभ होता है। अगले दिन परिवार के सभी सदस्य मिलकर छठ का वो प्रसाद बनाते हैं, जिसके लिए समस्त बिहारी लालायित रहते हैं। जी हाँ, हम **ठेकुआ** की बात कर रहे हैं। ठेकुआ गेहूँ के आटे और गुड़ से तैयार एक विशेष मिष्टान्न होता है, जिसे सांचे में ढाल कर शुद्ध देसी घी में तला जाता है। संध्या काल में पूरा बिहार नहा-धोकर **दउरा** (टोकरी) में पूजा की सामग्री और प्रसाद भर कर माथे पर उठाकर और पैदल चलकर नदी-तालाब के घाट पर जमा होता है और व्रती महिलाएं **अस्ताचलगामी सूर्य** को दूध और जल से अर्घ्य देती हैं। प्रसाद के रुप में उनके **सूप** में ठेकुआ, नारियल, गन्ना, मूली, अदरक, अनानास, बड़ा मीठा नींबू (महताब), कच्चा हल्दी, पान तथा सुपारी का होना नितांत आवश्यक है। इसके अलावा केला, अनार, अन्य फल, इत्यादि भी रख सकते हैं। पूजन उपरांत सभी अपने घर को लौटते हैं और अगले दिन सुबह चार बजे से ही नहा-धोकर, पिछली शाम की भांति दउरा में पूजा-सामग्री भर कर फिर से घाट पहुँचते हैं। **उदयाचलगामी सूर्य** को अर्घ्य देकर व्रती महिलाएं और उनके परिवार जन अपना-अपना मनोरथ सूर्य देव और छठी मईया के सामने प्रकट करते हैं और घाट पर ही पूजा सम्पूर्ण करके हवन आदि करके वापस घर को आते हैं। व्रती महिलाएं पारण करने हेतु सबसे पहले पूजा में चढ़ाया हुआ ठेकुआ या अन्य प्रसाद ग्रहण करती हैं, फिर बाकि सब में ठेकुआ का वितरण हो जाता है। इस दिन भी विशेष भोजन बनता है – भात, पाँच तरह की सब्ज़ियां, साग और लौकी, गोभी आदि का **बचका** (पकौड़ी)। इस तरह से चार दिन का यह त्योहार संपन्न होता है।

थोड़ा सपाट वर्णन हो गया, है ना? आप कहेंगे कि इसमें इमोशन कहाँ है? आप ऐसा सोच रहे होंगे कि यहाँ तो बस पूजन-विधि और नियम बता दिया गया। तो सुनिए, छठ पूजा के एक गीत की कुछ पंक्तियां सुनाता हूँ –

ऊ जे केरवा फरेला खबद से, ओह पर सुगा मेड़राए
ऊ जे खबरी जनैबो अदित से, सुगा दिहली जुठियाय
ऊ जे मारबो रे सुगवा धनुख से, सुगा गिरे मुरझाए
ऊ जे सुगनी जे रोएली बियोग से, आदित होई ना सहाय

इस गीत का भावार्थ यह है कि व्रती केले के पेड़ के गिर्द मंडरा रहे एक तोते को यह चेतावनी दे रही है कि तुमने केले को चोंच मारकर जूठा कर दिया है, मैं इसकी शिकायत सूर्य देव से करुंगी और तुम्हें धनुष से मार दूंगी। व्रती क्योंकि भगवान भाष्कर को भोग में जूठन नहीं चढ़ा सकती इसलिए वह तोते पर कुपित है, लेकिन साथ-ही-साथ तोते के मरने के उपरांत उसके वियोग में रोने वाली मादा तोते के लिए सूर्यदेव से विनती भी कर रही है कि वो उस पर सहाय हों। इन पंक्तियों का मर्म आपको इतना समझाने के लिए काफी है कि हम बिहारियों के लिए इस व्रत में कोई भी व्यवधान अस्वीकार्य है। सनातन धर्म में वैसे तो हम चींटी को भी नहीं मार सकते हैं, लेकिन छठ पूजा का ऐसा महात्म्य है कि हम उसमें आड़े आने वाले किसी भी जीव-जंतु को हानि पहुँचाने से भी नहीं चूकेंगे। अब सुनिए दूसरा पहलू – छठ त्योहार में साफ-सफाई का बड़ा महत्व है। सफाई की पराकाष्ठा ऐसी कि बिना नहाए आप न तो छठ का प्रसाद बना सकते हैं, न खाना बना सकते हैं। अरे कुछ बनाने की तो बात ही छोड़ दीजिए, आप बिना नहाए बाज़ार से कोई सामग्री लाने भी नहीं जा सकते हैं। प्रसाद बनाते समय आपको बोलना-बात करना भी मना होता है, क्योंकि अनजाने में आपके मुंह से थूक भी निकल कर प्रसाद में पड़ सकता है। जिस गेहूँ के आटे का ठेकुआ बनता है ना जनाब, वो गेहूँ भी घर में अच्छे से धोकर धूप में सुखाकर पिसवाया जाता

है और गेहूँ सूखते समय किसी-न-किसी की यह ड्यूटी होती है कि वह निगरानी करे कि कोई गिलहरी या पंछी गेहूँ में मुंह न मार दे, वरना वह जूठा हो जाएगा। छठ के समय आस्था और संवेदना की इतनी सुंदर बयार बहती है कि आटा-चक्की वाले छठ के लिए गेहूँ पीसने हेतु विशेष रुप से अपनी चक्की की साफ-सफाई और धुलाई करते हैं और कई आटा-चक्की वाले तो निःशुल्क गेहूँ पीस कर दे देते हैं। और सुनिए – शाम के अर्घ्य और सुबह के अर्घ्य के पहले गली-मोहल्ले के लड़के घाट तक जाने वाले पूरे रास्ते की सफाई करते हैं और पानी छीटते हैं, ताकि घर से नहा-धोकर निकले **परबैतिन** (व्रती महिला) के पांव तले कोई गंदगी न आ जाए और धूल भी उड़कर उनके बदन पर न पड़े। मेरे शहर गया में तो घाट जाने के रास्ते में मुस्लिम इलाका भी आता है, लेकिन भाईचारगी और सहयोग का आलम यह होता है कि वे सब भी अपने मोहल्ले के सड़क की सफाई और धुलाई करके रखते हैं और कई जगहों पर तो वे पूजा सामग्री इत्यादि भी बांटते हैं। घाट की भी सफाई होती है, क्योंकि नदियाँ सभी के लिए खुली होती हैं- क्या आदमी, क्या जानवर। इसलिए इस बात की प्रबल संभावना है कि जानवरों ने नदियों के किनारों पर मल-मूत्र त्यागा होगा, अतः उन सबको साफ किया जाता है। बहुत कड़े नियम हैं इस व्रत को सफल बनाने के लिए, इसलिए सभी कर भी नहीं पाते हैं। लेकिन जो कर जाता है, उसका मनोरथ ज़रुर सिद्ध करती हैं छठी मईया। एक रोचक बात भी बता दूँ कि संतान की चाह में सारे नुस्खे-टोटके आज़मा कर भी निराश कई मुस्लिम परिवार भी छठ पर्व का पावन व्रत रखते हैं और ऐसा कहते हैं कि उन्हें संतान प्राप्त होता भी है। एक अन्य रोचक जानकारी आपको दे दूँ कि छठ पूजा करने के लिए किसी पंडित-पुरोहित की आवश्यकता नहीं है और यह व्रत न सिर्फ महिलाएं, बल्कि पुरुष भी रख सकते हैं। संसार की एकमात्र पूजा जिसमें पंडितों की कोई आवश्यकता नहीं है वह छठ पूजा है। तो हम गर्व से कह सकते हैं कि छठी मईया किसी में भेद नहीं करतीं और किसी को निराश भी नहीं करतीं।

अब एक और महत्वपूर्ण चीज़ का ज़िक्र कर दूँ कि छठ के बहाने कई प्रवासी बिहारी आवश्यक रुप से अपने गाँव-घर लौटते हैं और त्योहार मनाते हैं। ट्रेनों में टिकट की किल्लत होने पर भी जैसे-तैसे वे अपने घर को जाते हैं। 30-40 घंटे, की कष्टप्रद यात्रा करके भी वे अपने घर जाने से मात्र इसलिए पीछे नहीं हटते कि छठ की बात है और जाना है तो जाना ही है। तो आपसे निवेदन है कि अगली बार जब आप बिहारियों को अस्त-व्यस्त और अमानवीय हालत में यात्रा करते देखें तो कृपया उनका मज़ाक न उड़ाएं, वे किसी की ज़मीन हथियाने नहीं जा रहे होते हैं, बल्कि अपनी मिट्टी से भेंट करने जा रहे होते हैं, प्रकृति की सेवा करने जा रहे होते हैं। छठ का महान पर्व बिहारियों को उनकी मिट्टी से कटने नहीं देता। देश छोड़िए विदेशों में बसे वैसे लोग जो किसी और त्योहार में भारत आएँ न आएँ लेकिन छठ के समय भागे-भागे आते हैं, और जो संभव न हुआ तो वहीं छठ मनाते हैं लेकिन त्योहार त्यागते नहीं हैं। इस प्रकार हम गर्व से यह कह सकते हैं कि हमारे बिहार में एक ऐसा भी महान पर्व मनाया जाता है, जिसमें न धर्मों के बीच टकराव होता है और ना ही ज़ात-पात का भेदभाव होता है। लोक आस्था का यह महापर्व यह दर्शाता है कि बिहारी लोग प्रकृति के कितने करीब हैं और उसकी स्वच्छता और संरक्षा के लिए कितने कृत संकल्पित और समर्पित भी हैं।

जानकारी देने में मुझसे कोई चूक हुई हो तो छठी माई मुझे माफ करें। जय छठी मईया!

अंत में बिहार के युवा कवि श्री शंभु शिखर की दो पंक्तियाँ प्रस्तुत करता हूँ-

दुनिया पूजे उगता सूरज, हम ढलते के भी पूजारी हैं।
हम धरती-पुत्र बिहारी हैं, हम धरती-पुत्र बिहारी हैं।

छठ के गीत सुनने के लिए
https://www.youtube.com/watch?v=zqscuIDJjLk पर क्लिक करें।

★★★★★



कु. अंजलि, भतीजी सुश्री बिना कुमारी राय
कनिष्ठ अनुवादक

प्रकृति की भूल

एक लड़की थी। उसका नाम प्रकृति था। वह अपना काम समय पर नहीं करती थी। उसकी माँ हमेशा उसे उसका काम करने को कहती रहती थी। पर वह अपनी माँ की बात कभी नहीं सुनती थी।

एक दिन प्रकृति को स्कूल से गृह कार्य मिला था। उसने सोचा अभी स्कूल मे जमा करने के लिए अध्यापिका ने बहुत समय दिया है तो मैं बाद में कर लूँगी। उसने अपना समय व्यर्थ के कार्यों मे गँवा दिया। उस दिन स्कूल का कार्य करने का आखिरी दिन था। उसने सोचा आज में अपना काम पूरा कर लेती हूँ। जैसे ही वो पुस्तक लेकर बैठी, उसकी दोस्त परी आ गई। परी ने कहा "मेरे साथ बाजार चलोगी मुझे मेरी माँ ने कुछ सामान लाने को कहा है"। प्रकृति तैयार होकर उसके साथ चली गई। उसने सोचा अभी तो बहुत समय है मैं आकार अपना काम कर लूँगी। जब वह बाजार से लौटकर घर आई तो उसका मित्र रोहन उसका इंतज़ार कर रहा था। उसने कहा "मेरे साथ बगीचे में खेलने चलोगी'। फिर प्रकृति उसके साथ खेलने चली गई। उसने सोचा खेलने के बाद मैं अपना कार्य कर लूँगी। खेलते-खेलते उसे समय का पता ना चला। अब शाम हो गई थी। वह घर पहुंची तो उसने अपने आप से कहा "अरे! अभी शाम ही तो हुई है, बहुत समय है"। वह अपना काम करने बैठी ही थी कि उसका छोटा भाई आ गया। वह बोला "दीदी, माँ घर के कार्यों मे व्यस्त है, क्या आप मुझे पढ़ा दोगी"। प्रकृति अब उसे पढ़ाने लगी। पढ़ाने के बाद जब उसने समय देखा तो पूरे दस बज चुके थे। यह उसके सोने का समय था क्यूंकी अगले दिन सुबह स्कूल जो जाना था। लेकिन वह अपना स्कूल का कार्य करने लगी। माँ प्रकृति के पास आई और बोली कि अभी तक तुम सोई नहीं हो। उसने माँ को बताया कि कल स्कूल का कार्य जमा करने का आखिरी दिन है। वह अपना काम पूरा करके सो जाएगी। माँ बोली, "ठीक है लेकिन जल्दी सो जाना, कल स्कूल भी जाना है। रात के बारह बज गए, प्रकृति अभी तक अपना काम कर रही थी। सुबह हुई तो माँ प्रकृति को उठाने के लिए आई तो देखा वह अपनी कुर्सी और मेज पर सोई हुई थी। माँ ने प्रकृति को उठाया और पूछा कि तुम रात को यहीं सो गई थी। प्रकृति बोली, "हाँ माँ, स्कूल का काम करते-करते में बहुत थक गई थी और मुझे नींद आ गई"। प्रकृति की माँ ने जब उसके सर पर हाथ फेरा तो बोली, "तुम्हें तो बहुत तेज बुखार है'। प्रकृति उस दिन अपने स्कूल ना जा पाई और अपना गृह कार्य भी जमा न कर पायी।

इस कहानी से हमे शिक्षा मिलती है कि "हमे पहले अपने स्वयं के काम करने चाहिए, बाद मे दूसरों के कार्यों मे मदद करनी चाहिए"।

ट्यूलिप सिंह (कक्षा-तीन)
सुपुत्री- श्रीमती मधु सिंह
सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

★★★★★

अराजकता की समस्या का समाधान

"पाश्विक प्रवृत्ति का मनुष्य ही अराजकता को जन्म देता है।"

-"महात्मा गाँधी"



श्री शशाँक तिवारी
कनिष्ठ अनुवादक

आज का समाज अपने दर्शन को भूलकर मानसिक प्रवृत्तियों का दास बन बैठा है और यह उसकी सबसे बड़ी भूल साबित हो सकती है।समाज में उमड़ी हड़बड़ी के कारण मनुष्य खुद को नियंत्रण की स्थिति में नहीं रख पा रहा है।इसका परिणाम उसको उसके रिश्ते नाते, सामाजिक सम्बन्धो में स्पष्टत: दृष्टिगोचर हो रहा है। हाल ही में प्रकाशित एक रिपोर्ट के अनुसार आज 10 में से 6 मनुष्य अपनी दैनिक क्रियाओं की असफलता से नाराज है और उनकी यह नाराजगी ही सामाजिक अराजकता का जीता जागता प्रमाण साबित हो सकती है। विश्व श्रम संगठन की 2018 की रिपोर्ट के अनुसार विश्व भर में हिंसा की जो घटनाएं घटी है उनमें से 40% घटनाएं अराजक तत्वों से प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से जुड़ी हुई है।

महान दार्शनिक ओशो के अनुसार, "व्यक्ति के व्यक्तित्व का निर्माण उसके समाज, समाज का निर्माण लोगों के विकास व विकास का सीधा सम्बन्ध लोगों की सोच पर निर्भर करता है।" इस तथ्य को हम सामाजिक सन्दर्भ में देखें तो स्पष्ट होता है कि अधिकांश "अराजक तत्वों को प्रेरित करने वाले देश " गरीबी व भुखमरी से पीड़ित हैं तथा सभी विकसित राष्ट्रों के मुखियाओं ने अपने देश के लोगों में सामंजस्य को ही बढ़ावा दिया है। चाहे वह दंगे हो या भड़काऊ भाषण सभी देश/राष्ट्र की एकता तथा अखंडता को ख़त्म करने की सोच से प्रेरित होकर ही गढ़े जाते है जिसमें इस देश के राजनेताओं का भी स्पष्टत हाथ होता है यह उनका ही प्रताप है जो देश की सबसे बड़ी परीक्षा "सिविल सेवा" को उत्तीर्ण करने वाला व्यक्ति भी इन नेताओं की चाटुकारिता करने को कभी-कबार विवश हो जाता है, जो इस देश का दुर्भाग्य है।

परन्तु हमें यह आशा संजोये रखनी है कि एक दिन अराजकता के घने बादल इस देश के स्वर्णिम आकाश से छट जाएंगे तथा इस राष्ट्र का प्राचीन गौरव अपनी पूर्णता को पुनः प्राप्त करेगा। माननीय श्री मैथिली शरण गुप्त जी ने कहा है कि

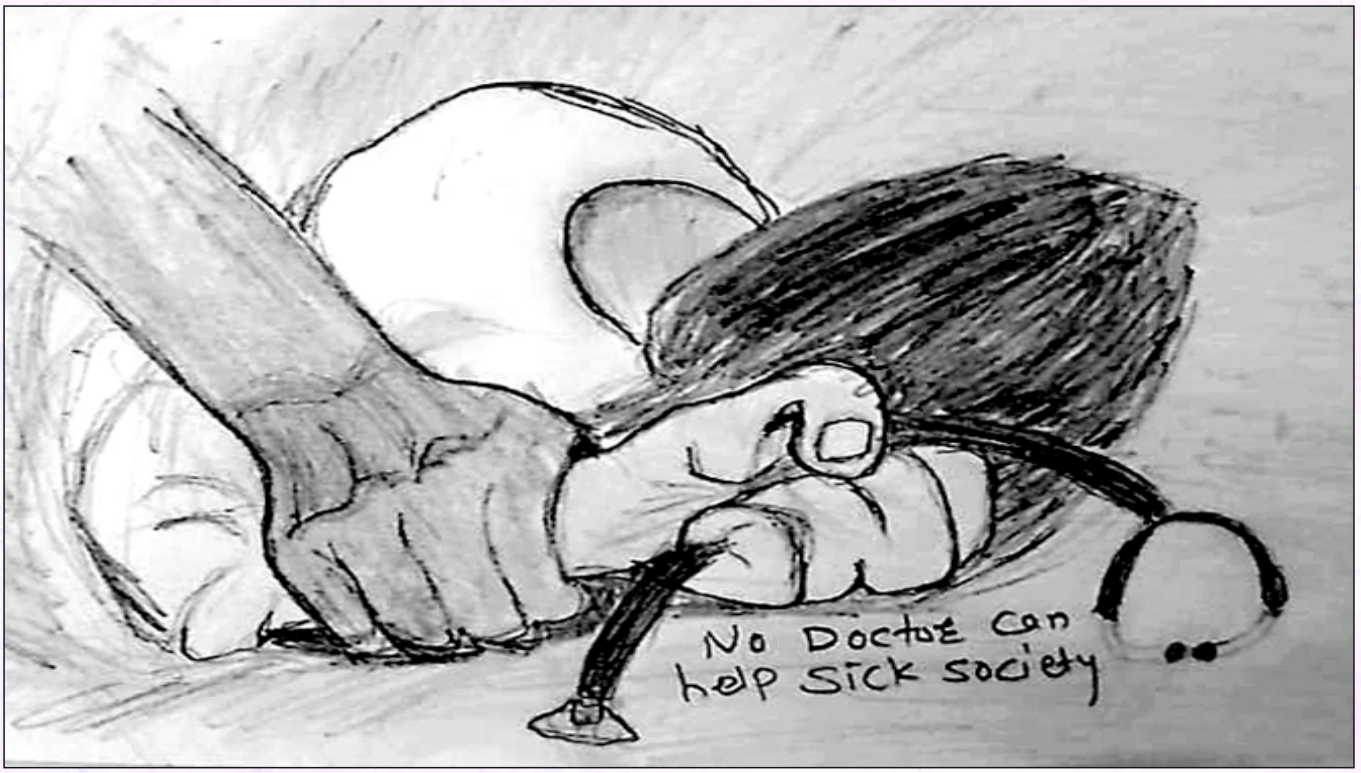
"नर हो न निराश करो मन को, कुछ काम करो कुछ काम करो, जग में रहकर कुछ नाम करो।"

यह जन्म हुआ किस अर्थ अहो ,समझो जिसमे यह व्यर्थ न हो ,कुछ तो उपयुक्त करो तन को कुछ काम करो ,कुछ काम करो ।

★★★★★







अश्विनी सुलपुले, पत्नी श्री संतोष सुलपुले
लेखापरीक्षक



श्री वेणु गोपाल भंडारी, व.ले.प.अ.



श्री जे.के.शिंदे, पर्यवेक्षक



श्री बी आर पास्ते, पर्यवेक्षक



सुश्री रंजना डी. चौहान, व.ले.प.अ.



सुश्री सुसन शिबू जॉर्ज, व.ले.प.अ.



सुश्री सुसन कोरियाकोस, व.ले.प.अ.



श्री रामानंद रामप्रसाद शुक्ला, व.ले.प.अ.



सुश्री ज्योति आर. शानभाग, पर्यवेक्षक



श्री एच. आर. वाघ,पर्यवेक्षक



श्री सुरेन्द्र केशव मोरे, एम. टी. एस.







श्री धीरेन माथुर
महानिदेशक

