



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

सुमन

(31 वां अंक वार्षिक पत्रिका 2024)



कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-I),
तमिलनाडु



हिन्दी दिवस समारोह 2023 की कुछ झलकियाँ

संदेश



हमारी गृह-ई-पत्रिका 'सुमन' का इकतीसवाँ अंक बेहद खुशी के साथ आपको समर्पित है। राजभाषा की ओर इस कार्यालयीन कर्मठों का रुझान भरपूर रहता ही है, मगर हिन्दी पखवाड़े के अवसर पर उसे उत्साहपूर्ण रुख लेते हुए पाकर मैं कृतार्थ हूँ।

भरतीय लेखापरीक्षा तथा लेखा विभाग के अंग के रूप में यह उत्साहपूर्णता राजभाषा के संवैधानिक उत्तरदायित्व का प्रतिबिम्ब एवं गरिमामय प्रचलन है जिसके लिए मैं अपने सभी कर्मठों को बधाई देता हूँ।

'सुमन' के प्रकाशन में अपने बहुमूल्य योगदान देने वाले सभी व्यक्ति विशेष बधाई के पात्र हैं। पत्रिका परिवार की सफल प्रयासों के लिए साधुवाद एवं शुभकामनाएं। आप सबको हिन्दी पखवाड़े एवं हिन्दी दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं।
जय हिन्द।



पि. जयरावकर

प्रधान महालेखाकार(लेखापरीक्षा -I)

संपादकीय



राजभाषा हिन्दी की प्रगति की ओर कदम बढ़ाती हुई कार्यालय की ई-पत्रिका 'सुमन' कार्यालय सदस्यों के योगदान से बना एक गुलदस्ता है जो हिन्दी की विकासयात्रा में अपनी भूमिका निभा रही है।

ऐसे 'सुमन' के इकतीसवें अंक को आपको सौंपते हुए मुझे अपार संतुष्टि का अनुभव हो रहा है। इस अंक विशेष के साहित्यिक कृत्यों को सौंपकर मैं उन सभी कार्यालय कर्मियों को साधुवाद देता हूँ जिन्होंने इसमें अपना बहुमूल्य सहयोग दिया। इस संदर्भ में, मैं कार्यालय के दावा अनुभाग (Claims Section) का विशेष आभारी हूँ जिन्होंने इस पत्रिका हेतु 6 प्रविष्टियों का योगदान दिया।

पाठक गणों से अनुरोध है कि वे इस पत्रिका में छपे लेखों/कविताओं / कहानियों आदि पर अपने सृजनात्मक विचार देवें ताकि इस पत्रिका को और अधिक सुसंगत बनाया जा सके। आप सभी को हिन्दी दिवस की शुभकामनाएं।

जय हिन्द । जय हिन्दी ॥

व उप महालेखाकार/प्रशासन

हिन्दी अधिकारी की लेखनी से.....



विविध संस्कारों, संस्कृतियों, जीवन मूल्यों का प्रतिबिंब है भाषा। सहज, सरल और सुगम की ओर हिन्दी भाषा की प्रगति अवश्यंभावी है कि संस्कार, संस्कृति एवं जीवन मूल्य भी भाषा की तरह चिर-परिवर्तनशील है। विश्व में वर्ष 2050 तक सबसे ज्यादा बोली जाने योग्य भाषाओं पर शोध बता रहे हैं की वे – मंदारिन, स्पेनिश, अंग्रेजी, हिन्दी एवं अरबी होंगी। इस शोध के पीछे इन भाषाओं की लोक-प्रियता के चालक अंग- जनसंख्या वृद्धि, आर्थिक भविष्यवाणी, तथा राष्ट्रीय भाषा नीति आदि हैं। भाषा पुरानी सभ्यता व अधुनिक प्रगति के बीच की कड़ी हैं। कुछ भाषा या पद-प्रयोगों से हम पुरानी सामूहिक व्यवस्था या संस्कृति से वाकिफ होते ही है।

हिन्दी भारत संघ की राजभाषा होने के साथ-साथ ग्यारह राज्यों व संघ शासित क्षेत्रों की प्रमुख राजभाषा भी है। आठवी अनुसूची में शामिल भाषाओं से हिन्दी लेती व देती भी हैं।

भारत के उत्तरी-पूर्वी क्षेत्रों सहित दक्षिण की ओर आए अतिथि कार्मिकों के कारण हिन्दी भाषा हर तबके, मानो - महीन से महीन तबकों तक पहुँच चुकी है जिसे बहुत ही क्रान्तिकारी प्रभाव कहा जा सकता है। विश्व भर में प्रतिशता बढी या नहीं - हिन्दी की पर भारत वर्ष में प्रचार सामाजिक कारणों से बढ ही रही है। भाषा वही पनपती है, जिन्दा रहती है जिसकी जन-नारायण द्वारा भरपूर प्रयोग होती है। साहित्य, विज्ञान, तकनीक आदि तबकों के योगदान, भाषा की प्रगतिशीलता को मापने में परिमाण तो है ही मगर, प्रयोग की व्यापकता को देखते हुए हमारी हिन्दी बढ रही हो लगातार।

देश के दैनिक-सरकारी-कामकाज द्वारा राजभाषा की प्रगति संभव है जब अपने भाषाई – अहम को तोड़कर बहें और अखण्डता के सूत्र में बंधकर, देश के विकास में भागीदारी का महत्वपूर्ण दृष्टान्त स्थापित हो।

जय हिन्दी। जय भारती।।

पत्रिका परिवार

मार्ग दर्शक

श्री. डी. जयशंकर
प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1)

परामर्शदाता

श्री. पृथ्वीपाल सिंह कानावत
वरिष्ठ उप महालेखाकार (प्रशासन)

संयोजक

श्री. आर. गिरि प्रसाद
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (प्रशासन)

संपादक मंडल

सुश्री षिबी टी. मांजूरान, हिन्दी अधिकारी
श्रीमती एस. अभयांबाळ, वरिष्ठ हिन्दी अनुवादक
श्री. पंकज शर्मा, कनिष्ठ अनुवादक

प्रत्याख्यान: इस गृहपत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में जितने विचार हैं वह केवल रचनाकारों के व्यक्तिगत विचार हैं। इसलिए इन्हें सृजनात्मकता की दृष्टि से पढ़ने की कृपा करें। रचनाओं की मौलिकता का दायित्व भी रचनाकारों का ही है।

अनुक्रमणिका

क्र.सं.	विषय	श्री/श्रीमती/कुमारी
1.	योग-स्वास्थ्य यात्रा का मार्ग	एस. अभयांबाल, वरि. हिन्दी अनुवादक
2.	प्रयोग में लाने लायक कुछ स्वास्थ्य संबंधी सुझाव	लता सुंदर, कल्याण अधिकारी
3.	कज्ञान में मेरे अनुभव	राधिका सुनील, सहा. पर्यवेक्षक
4.	विकृत मानसिकता का शिकार	हर्ष कुमार, लेखापरीक्षक
5.	एक अदना इंसान	उषा ज्योतिष, सहा. पर्यवेक्षक
6.	जीवन के लिए जुनून	आर. बूबेश, सहा. लेखापरीक्षा अधिकारी
7.	बचपन के सुनहरे पल	हर्ष कुमार, लेखापरीक्षक
8.	ओणम: केरल का महापर्व	संध्या सोमन, वरि. लेखापरीक्षक
9.	तारे ज़मीन पर	वि. सदाशिवन, वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी
10.	राष्ट्रीय / अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कार्यालयीन खिलाड़ियों की उपलब्धियाँ	
11.	त्रासदी वायनाड की	दीपक बागड़ी, लेखापरीक्षक
12.	दक्षिण भारत की रमणीय यात्रा	आलोक रंजन सिंह, वरि. लेखापरीक्षक
13.	मोबाइल फोन का बचपन पर प्रतिकूल प्रभाव	लक्ष्मी नारायण प्रसाद, वरि. लेखापरीक्षक
14.	दूरदर्शन	रवि कुमार, वरि. लेखापरीक्षक
15.	दृष्टिकोण	संजीव कुमार, डी.ई.ओ.
16.	चाचा जी की गर्जना	हर्ष कुमार, लेखापरीक्षक
17.	तुंगनाथ महादेव मंदिर की रोमांचक यात्रा	राहुल लोधा, लेखापरीक्षक
18.	जय श्री कृष्णा	लता राजगोपालन, पर्यवेक्षक
19.	जीव में दोस्तों का महत्व	एल. अभिरामी, वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी
20.	कश्मीर का सैर	लक्ष्मी नारायण प्रसाद, वरि. लेखापरीक्षक
21.	असफलता से सीख	आशा रामकृष्णन, (सेवानिवृत्त)

कल्याण अनुभाग गतिविधियाँ : 2023-24

पत्रिका का मनोनयन: श्री संजीव कुमार, डी.ई.ओ.



योग- स्वास्थ्य यात्रा का मार्ग

एस. अभयांबाल
व हिन्दी अनुवादक

हमारा शरीर, आत्मा को गंतव्य (DESTINATION) तक ले जाने के लिए ईश्वर द्वारा दिया गया एक वाहन है। वह वाहन हमारे कर्म के अनुसार होगा। एक बात, हमें याद रखना है कि वाहन अच्छी स्थिति में होना चाहिए ताकि हम गंतव्य तक पहुंचने तक बिना किसी बाधा के अपनी यात्रा जारी रख सकें। इसके लिए हमारे शरीर को योग प्रणाली की आवश्यकता है, योग केवल आसन करना नहीं है, यह पांच मुख्य सिद्धांतों से युक्त सरल और प्राकृतिक कार्यक्रम है। ये हैं- उचित व्यायाम (आसन), उचित श्वास (प्राणायाम), उचित विश्राम (शवासन), उचित आहार (शाकाहारी) तथा सकारात्मक सोच और ध्यान (वेदांत और ध्यान)।

उचित व्यायाम (आसन) - जोड़ों (JOINTS), मांसपेशियों (MUSCLES), स्नायुबंधन (LIGAMENTS), कंडराओं (TENDONS) और शरीर के अन्य भागों में लचीलापन बढ़ाकर चिकनाई के रूप में कार्य करता है। आसन न केवल शरीर को विकसित करने के लिए डिज़ाइन किए गए हैं, बल्कि मानसिक और आध्यात्मिक क्षमताओं को भी व्यापक बनाते हैं। योग व्यायाम हिंसक आंदोलनों का विरोध करते हैं और किसी भी चोट से बचाते हैं और शरीर के लचीलेपन को बढ़ाने में भी मदद करते हैं। योग आसन सबसे पहले रीढ़ की हड्डी (SPINE) के स्वास्थ्य, उसकी ताकत और लचीलेपन पर ध्यान केंद्रित करते हैं। आसन शरीर की आंतरिक मशीनरी, ग्रंथियों और अंगों के साथ-साथ मांसपेशियों पर भी काम करते हैं।

उचित श्वास लेना (प्राणायाम) - यह शरीर को उसकी बैटरी, सौर जाल (SOLAR PLEXUS) से जुड़ने में सहायता करता है, जहां प्रचुर मात्रा में संभावित शक्ति संग्रहित होती है। जब विशिष्ट योग श्वास तकनीकों के माध्यम से इसका उपयोग किया जाता है, तो यह शक्ति शारीरिक और मानसिक कायाकल्प के लिए मुक्त हो जाती है।

उचित विश्राम - सिस्टम को ठंडा करें जैसे कि कार का रेडिएटर करता है। जब शरीर और दिमाग लगातार अधिक काम करते हैं, तो उनकी कार्यक्षमता कम हो जाती है। विश्राम शरीर को पुनः शक्ति प्रदान करने का प्रकृति का ही तरीका है।

उचित आहार:- यह शरीर के लिए सही ईंधन प्रदान करता है। भोजन, हवा, पानी और सूर्य के प्रकाश का इष्टतम उपयोग आवश्यक है। शाकाहारी भोजन हमें सभी आवश्यक चीजें सही ढंग से और सीधे तौर पर देता है।

सकारात्मक सोच और ध्यान: आपको मानसिक और शारीरिक रूप से नियंत्रण में रखता है। बुद्धि शुद्ध होती है। मन की स्थिरता और एकाग्रता के माध्यम से निम्न प्रकृति को चेतन नियंत्रण में लाया जाता है। हम मन को आंतरिक या बाह्य रूप से एकाग्र करके मानसिक उत्तेजना को नियंत्रित कर सकते हैं। आंतरिक रूप से हम 'स्व' या 'मैं हूँ' की चेतना पर ध्यान केंद्रित करते हैं। बाह्य रूप से, हम ध्यान के अन्य बिंदुओं का उपयोग करते हैं। ध्यान एक ऐसा अनुभव है जिसका वर्णन नहीं किया जा सकता, ठीक वैसे ही जैसे हम मीठा शब्द तो लिख सकते हैं, लेकिन मीठे का वर्णन और स्वाद महसूस नहीं कर सकते। हालाँकि, ध्यान गहरी नींद से भिन्न है, क्योंकि यह मानस में गहरा परिवर्तन लाता है।

अच्छे काम करने के लिए हमें बाधाओं पर विजय प्राप्त करनी होगी, जैसे पूर्वाग्रह धारणा, कर्तव्य के प्रति विविध विचार और अनुशासन का पालन न करने की इच्छा जैसी बाधाओं पर विजय पाने का सर्वोत्तम तरीका साधना, भागीदारी और समझ है। योग की चार मुख्य शाखाएँ हैं: कर्म योग, भक्ति योग, राज योग और ज्ञान योग। ज्ञान योग चारों मार्गों में सबसे सीधा मार्ग है और यह आध्यात्मिक विकास का बौद्धिक दृष्टिकोण है।

कर्म योग- यह कर्म का मार्ग है, निःस्वार्थ सेवा का मार्ग है।

भक्ति योग - क्रिया का मार्ग है। शुद्ध प्रेम ही भक्ति है। यह योग का सबसे सुरक्षित, और अभ्यास करने में सबसे आसान तरीका है। लेकिन बिना विचलित हुए ध्यान केंद्रित करना बहुत मुश्किल है। यह व्यक्ति से व्यक्ति में भिन्न होता है।

राज योग - यह योग का वैज्ञानिक, चरणबद्ध तरीका है जहाँ व्यवस्थित रूप से मन का विश्लेषण किया जाता है। इसे नियंत्रण में लाने और चेतना की उच्चतर अवस्था प्राप्त करने के लिए तकनीकों का प्रयोग किया जाता है। शरीर और उसके अंगों के लिए यह महत्वपूर्ण है कि वे अपने संरेखण (ALIGNMENT) को छोड़े बिना निश्चित तरीके से काम करें या गति करें।

ये चैनल प्राण शक्ति, जीवन शक्ति को तंत्रिकाओं, त्वचा और मस्तिष्क सहित शरीर के हर हिस्से में प्रवाहित, फैलने और प्रसारित होने की अनुमति देते हैं। मन और शरीर का सही उपयोग यह सुनिश्चित करता है कि शक्ति बरकरार रहे और सही ढंग से वितरित हो। अभ्यास में ईमानदारी लाना अपरिहार्य है। जागरूकता और संवेदनशीलता, अभ्यासकर्ता को स्वयं की ओर बढ़ने और आत्मा से जुड़ने में मदद करती है। अभ्यास ईमानदारी और भागीदारी के साथ होना चाहिए। सच्चाई के इस तत्व के बिना, आसन यांत्रिक और दोहराव वाले रह जाते हैं।

आसन तीन बुनियादी मानवीय मुद्राओं - खड़े होना, बैठना और लेटना - पर आधारित हैं। आसनों के अभ्यास से पूरे शरीर पर लाभकारी प्रभाव पड़ता है। सामान्यतः हमें सबसे पहले अपने खड़े होने, बैठने और चलने की स्थिति को ठीक करना होता है। आसन न केवल मांसपेशियों (*MUSCLES*), ऊतक स्नायुबंधन (*TISSUE LIGAMENTS*), जोड़ों और तंत्रिकाओं (*JOINTS AND NERVES*) को सुदृढ़ बनाते हैं,

बल्कि शरीर की सभी प्रणालियों के सुचारू संचालन और स्वास्थ्य को भी बनाए रखते हैं। वे शरीर और मन को आराम देते हैं, जिससे दोनों को थकान या कमजोरी और दैनिक जीवन के तनाव से उबरने में मदद मिलती है। आसन चयापचय (*METABOLISM*) और हार्मोनल स्राव (*HORMONAL SECRETIONS*) को भी बढ़ावा देते हैं और शरीर में रासायनिक संतुलन लाते हैं। आसन हमारे शरीर के साथ-साथ दिमाग को भी स्वस्थ और सक्रिय रखते हैं।

अधिकांश व्यायाम प्रकार प्रतिस्पर्धात्मक हैं। योग यद्यपि गैर-प्रतिस्पर्धात्मक है, फिर भी चुनौतीपूर्ण है। चुनौती व्यक्ति की अपनी इच्छा शक्ति को है। स्वयं और शरीर के बीच प्रतिस्पर्धा है। योगाभ्यास में प्राणायाम मुख्य अंग है। प्राणायाम मनुष्य के शारीरिक और आध्यात्मिक शरीर के बीच की लिंक भी है। एक बार बाह्य हलचलें नियंत्रित हो जाएं तो आंतरिक शांति आ जाती है। ऐसी शांति में कोई विचार नहीं रहता, क्योंकि मन स्वयं में विलीन हो जाता है। योग विज्ञान मानता है कि आध्यात्मिक स्वास्थ्य चक्रों (*CHAKRAS*) या तंत्रिका (*NERVE*) केंद्रों की प्रणाली द्वारा सक्रिय होता है, जो रीढ़ की हड्डी (*SPINAL COLUMN*) के भीतर स्थित होते हैं। ब्रह्मांडीय शक्ति (*COSMIC ENERGY*) इन चक्रों के भीतर स्थित है और आत्म-साक्षात्कार के लिए इसे जागृत करना आवश्यक है।

शरीर आपका मंदिर है। आत्मा के निवास के लिए इसे शुद्ध और स्वच्छ रखें। योग का अभ्यास किसी भी उम्र में किया जा सकता है। अच्छा स्वास्थ्य शरीर और मन के प्रत्येक भाग के बीच उत्तम संचार से उत्पन्न होता है, जब प्रत्येक कोशिका (*CELL*) एक दूसरे के साथ संवाद करती है। यद्यपि योग मूलतः आध्यात्मिक विज्ञान है, लेकिन यह शारीरिक और भावनात्मक कल्याण की भावना की ओर ले जाता है। मैंने मीनाक्षी आश्रम, स्वामी शिवानंद योग वेदांत केंद्र, मदुरै में सेवानिवृत्ति की आयु में उपरोक्त वर्णित सुख-सुविधाओं का स्वयं अनुभव किया है। वह अनुभव अविस्मरणीय और मूल्यवान है।

अंत में, हमें अपने शरीर रूपी उपहार स्वरूप वाहन को ईमानदारी से आसनों का अभ्यास करके अच्छी स्थिति में बनाए रखना चाहिए तथा योग के चारों मार्गों से होकर गंतव्य की ओर यात्रा करनी चाहिए, ताकि हम अपनी यात्रा पूरी करने के लिए अपनी बहुमूल्य आत्मा को सर्वशक्तिमान को सौंप सकें।



प्रयोग में लाने लायक कुछ स्वास्थ्य संबंधी सुझाव



लता सुन्दर
कल्याण अधिकारी

- पर्याप्त नींद लें ।
 - अपना दिन प्रार्थना के साथ शुरू करें।
- कॉफी/चाय से पहले एक गिलास पानी का सेवन करे
 - कुछ सकारात्मक विचारों के साथ दिन शुरू करें।
- अपने जूते पहनें और कुछ ताजी हवा लें ।
 - दिन भर जितना हो चलते रहें ।
- अपने कदमों का अनुवीक्षण करें ।
 - स्वस्थ भोजन करें - अधिमानतः असंसाधित भोजन का सेवन करें ।
- सेल्फ कुकिंग सबसे अच्छा है ।
 - स्मार्ट स्नैक लें - फल, नट आदि ।
- खुद के साथ समय बिताएं।
 - परिवार के साथ गुणवत्ता वाले समय बिताएं ।
- अपने पैसे का प्रबंधन करें ।
 - जब आप पतित महसूस करते हैं तब किसी ऐसे व्यक्ति से बात करें जिस पर आप भरोसा करते हैं
- बिना किसी उम्मीद के किसी से थोड़ा प्यार जताएं ।
 - छोटे बच्चों के साथ दिन में कम से कम कुछ मिनट बिताने की कोशिश करें ।
- माफी मांगने का अभ्यास रखें ।
 - त्वचा का देखभाल अनिवार्य रूप से करें ।
- दिन को फिर से सकारात्मक विचार के साथ समाप्त करें ।
 - आभार महसूस करने का अभ्यास करें।





कज़ान में मेरे अनुभव राधिका सुनील सहा पर्यवेक्षक

यह 1995 की बात थी, मेरी शादी के तुरंत बाद, अपने पति के साथ उनके कार्यस्थान तातारस्तान में कज़ान नामक विदेशी जगह पर जाने का मोका मिला था। मॉस्को से हम ट्रेन में सवार हुए जो सीधे फिल्म "मर्डर ऑन द ओरिएंट एक्सप्रेस" से बाहर की नजारा सा दिखता था। हमारा सामान हष्ट-पुष्ट लंबा रूसी ड्राइवर द्वारा ले जाया गया था जो हमारे बड़े सूटकेस ले लिया जैसे कि उनके लिए खिलौने थे। वास्तव में, हम उसकी तुलना में बौने दिखते थे। रूसी आदमियों के बारे में मेरी धारणा यह है कि वे सभी बहुत गोरे, सुंदर और लंबे होंगे और महिलाएं इतनी सुंदर थीं कि कोई भी उन्हें निहारता रह सकता है। हम ट्रेन में सवार हुए जो डिब्बों के साथ विचित्र लग रही थी। वह पहली बार थी, जब मैंने ट्रेन में निजी केबिन देखा जिसमें अच्छी तरह से बनाए गए दो बेड और कमरे में सभी पैनेल लकड़ी के थे जिसमें फैसी पर्दे के साथ एक ही खिड़की थी। ट्रेन छुक-छुक करती हुई अपना रास्ता तय की और अगले दिन हम रूस के तातारस्तान के सबसे बड़े शहर और राजधानी कज़ान पहुंचे।

शहर, **वोल्गा** और कज़ांकानदियों के संगम पर स्थित है और जैसे ही हम स्टेशन पहुंचे एक ड्राइवर हमें अभिवादन देने आया। उसे एलेक्स कहा जाता था जो विशाल ग्रीक देवता की तरह दिखता था। मुझे जल्द ही अपने पति से पता चला (क्योंकि मैं रूसी नहीं जानती थी, और हर कोई केवल रूसी में बोलता है) कि वह बॉडी बिल्डर था और मट्टा-प्रोटीन और अन्य भोजन करता था जो मांसपेशियों का निर्माण करता था। ऐसे पहली बार मुझे प्रोटीन पाउडर शब्द मिला। हमारे क्वार्टर का रास्ता इतना सुंदर था कि मैं हरियाली से बहुत प्रभावित हुई और मौसम लगभग 16 डिग्री ठंडा था क्योंकि वह शरद ऋतु थी। पत्ते सभी नारंगी थे और इसका आधा हिस्सा नारंगी कालीन की तरह जमीन पर बिछ चुका था। जैसे ही मैं शहर पाहूनची, मैंने ट्राम को शहर के चारों ओर अपना रास्ता बुनते हुए दिखा। यह पहली बार था जब मैंने ट्राम देखी थी क्योंकि चेन्नई में नहीं देखी जाती थीं। एक और बात जिसने मुझे प्रभावित किया वह यह थी कि सभी ट्रामें महिलाओं द्वारा संचालित थीं। महिलाएं शहर में हर जगह काम कर रही थीं, सड़कों की सफाई कर रही थीं, बस, ट्राम चला रही थीं और क्या नहीं। जब मैंने पूछताछ की, तो मुझे बताया गया कि पुरुष युद्ध में जाते हैं और कई पुरुष मारे गए हैं और महिलाएं समुदाय और परिवारों की देखभाल करने वालीयां हो गई थीं।

जैसे-जैसे दिन सर्दियों में आगे बढ़ते गए, और ठंड होता गया। सड़कें बर्फ से सफेद हो गईं, और हमें अपने कपड़ों को गर्म कपड़ों में बदलना पड़ा। मेरे कपड़े मुझे गर्म रख पाने में सक्षम नहीं लग रहे थे।

कई दिनों की ठंडी जलवायु के सहने के बाद मुझे बहुत देरी से समझ में आया कि किसी को गर्म रखने के लिए पर्याप्त गरम कपड़े पहनने चाहिए। सभी खिड़कियों को कपास से सील करना पड़ा ताकि ठंड अंदर न रिसे। सभी कमरों को गर्म पानी के माध्यम से गर्म किया जाता था जो शहर के द्वारा प्रत्येक कमरे में बैटरी के माध्यम से प्रदान किया गया था। कभी-कभी यह इतना गर्म हो जाता था कि हमारी नाक जल जाती थी कि बैटरी हमारे नथुने से सारा पानी सुखा देती थी। हमें कमरे में पानी की मात्रा को संतुलित रखने के लिए पानी का मग रखना पड़ता था, ताकि हमारे नथुने जलें नहीं। यह इन दिनों में से एक एक दिन की बात थी, मैंने माइनस 17 डिग्री में आइसक्रीम खाने के लिए बाहर निकलने का फैसला किया। मैंने ऊनी टोपी पहन रखी थी, हाथों में दस्ताने थे और मैंने थर्मल वियर और एक बड़ा सा पल्लो (ओवरकोट के लिए रूसी शब्द) पहन रखा था। मेरा चेहरा छोड़कर पूरा शरीर ढका हुआ था। ठंडी हवाओं के कारण मेरी नाक बिना किसी एहसास के लाल और बर्फीली हो गई। यह पूरी तरह से एक अलग अनुभव था। मैं अपने पति के कार्यालय में जाकर बैठती थी और कंप्यूटर सीखने की कोशिश करती रहती थी (कंप्यूटर तब तक हमारे कार्यालय में नहीं आए थे या कम से कम सभी वर्गों के लिए)।

ठंड के कारण मैं सुबह 7 बजे उठती थी और ऐसा लगता था कि अभी भी रात है। अगर कोई खिड़की से बाहर झांकता है तो उसे चारों ओर बर्फ दिखाई देती थी। दिन का उजाला केवल कुछ घंटों के लिए था और दोपहर 3 बजे तक फिर से अंधेरा हो जाएगा। रसोईवाली कार्यालय की रसोई में खाना बनाती थी और पूरे कार्यालय में बोस्ट या अन्य सूप की गंध आती थी जो वह सभी के लिए बनाती थी।

कभी-कभी हम सर्दियों के दौरान स्थानीय बाजारों में सब्जियां वगैरह की खरीदारी करने जाते थे। चूंकि सर्दी का मौसम था, इसलिए मांस के सभी सामान, आलू और अन्य जड़ वाली सब्जियां बिक्री के लिए बाहर मिलती थीं। हमारे देश के विपरीत जहां हमें बहुत अधिक सब्जी उत्पादन मिलता है, यहां केवल आलू, टमाटर, ककड़ी, गोभी और कुछ अंग्रेजी...

सब्जियां देखने के लिए मिलता है। किराने के समान अपनी बालकनी में भी रख सकते थे क्योंकि फ्लैट में रेफ्रिजरेटर की तुलना में ठंडा थी।

कई दिनों की ठंडी जलवायु के सहने के बाद मुझे बहुत देरी से समझ में आया कि किसी को गर्म रखने के लिए पर्याप्त गरम कपड़े पहनने चाहिए। सभी खिड़कियों को कपास से सील करना पड़ा ताकि ठंड अंदर न रिसे। सभी कमरों को गर्म पानी के माध्यम से गर्म किया जाता था जो शहर के द्वारा प्रत्येक कमरे में बैटरी के माध्यम से प्रदान किया गया था। कभी-कभी यह इतना गर्म हो जाता था कि हमारी नाक जल जाती थी कि बैटरी हमारे नथुने से सारा पानी सुखा देती थी। हमें कमरे में पानी की मात्रा को संतुलित रखने के लिए पानी का मग रखना पड़ता था, ताकि हमारे नथुने जलें नहीं। यह इन दिनों में से एक एक दिन की बात थी, मैंने माइनस 17 डिग्री में आइसक्रीम खाने के लिए बाहर निकलने का फैसला किया। मैंने ऊनी टोपी पहन रखी थी, हाथों में दस्ताने थे और मैंने थर्मल वियर और एक बड़ा सा पल्लो (ओवरकोट के लिए रूसी शब्द) पहन रखा था। मेरा चेहरा छोड़कर पूरा शरीर ढका हुआ था। ठंडी हवाओं के कारण मेरी नाक बिना किसी एहसास के लाल और बर्फीली हो गई। यह पूरी तरह से एक अलग अनुभव था। मैं अपने पति के कार्यालय में जाकर बैठती थी और कंप्यूटर सीखने की कोशिश करती रहती थी (कंप्यूटर तब तक हमारे कार्यालय में नहीं आए थे या कम से कम सभी वर्गों के लिए)।

ठंड के कारण मैं सुबह 7 बजे उठती थी और ऐसा लगता था कि अभी भी रात है। अगर कोई खिड़की से बाहर झांकता है तो उसे चारों ओर बर्फ दिखाई देती थी। दिन का उजाला केवल कुछ घंटों के लिए था और दोपहर 3 बजे तक फिर से अंधेरा हो जाएगा। रसोईवाली कार्यालय की रसोई में खाना बनाती थी और पूरे कार्यालय में बोस्ट या अन्य सूप की गंध आती थी जो वह सभी के लिए बनाती थी।

कभी-कभी हम सर्दियों के दौरान स्थानीय बाजारों में सब्जियां वगैरह की खरीदारी करने जाते थे। चूंकि सर्दी का मौसम था, इसलिए मांस के सभी सामान, आलू और अन्य जड़ वाली सब्जियां बिक्री के लिए बाहर मिलती थीं। हमारे देश के विपरीत जहां हमें बहुत अधिक सब्जी उत्पादन मिलता है, यहां केवल आलू, टमाटर, ककड़ी, गोभी और कुछ अंग्रेजी सब्जियां देखने के लिए मिलता है। किराने के समान अपनी बालकनी में भी रख सकते थे क्योंकि फ्लैट में रेफ्रिजरेटर की तुलना में ठंडा थी।

मैं एक बार रूसी पार्टी में गयी थी जहाँ कमरे के बीच में बड़ी मेज थी जो सूप, सलाद, मांस, शराब जैसे सभी प्रकार के रूसी भोजन से लदी हुई थी और कुछ रखने के लिए भी जगह नहीं बची थी। मुझे पता चला कि मेज को भोजन से भरना रूसी रिवाज था। रूसी पीने के लिए प्रसिद्ध हैं। वे हर चीज के लिए टोस्ट करेंगे और प्रत्येक टोस्ट के लिए अपने गले से वोदका उतारेंगे।

समय बीतता गया और मेरे पति को कजाकिस्तान नामक दूसरे देश में स्थानांतरित कर दिया गया जो पूरी तरह से एक और कहानी है जिसे पढ़ने, सुमन पत्रिका के अगले संस्करण का इंतजार करना तो पड़ेगा !!!!



विकृत मानसिकता का शिकार

हर्ष कुमार
लेखापरीक्षक

लोगों की जान बचाने के लिए वह रात ऑन कॉल ड्यूटी पर थी, लेकिन वह खुद को दरिंदो से बचाने में नाकाम रही.... उसके पिता कैसे उन्हें देख पाए होंगे। उसकी कूल्हे की हड्डी टूटी हुई थी। हाथ-पैर विकृत थे और उसकी आँखों में चश्मे के टुकड़े टूटे पाए थे और लगातार खून बह रहा था। उन अंतिम क्षणों में उनकी दुर्दशा अकल्पनीय है।

उसके माता-पिता को जवाबदेह कौन होगा, बेटियां बलि का बकरा है? जिम्मेदार ने इस्तीफा दे दिया और अगले दिन कहीं नियुक्ती भी। यह मामला सीबीआई को ट्रांसफर होने के बाद अस्पताल में रेनोवेशन का काम शुरू हुआ। इस बिंदु पर अब यह केवल एक डॉक्टर का मामला नहीं रह गया है, यह सिर्फ अमानवीय कृत्य है। हम साल-दर-साल अमानवीयता के निचले स्तरों पर जा रहे हैं।

मूर्ख वे थे, जिन्हें यह भी उम्मीद थी कि 'निर्भया' मामले के बाद सुधार होंगे। 12 साल हो गए, कुछ भी नहीं बदला। दोष किसी पार्टी या नेता का नहीं है, हमारा है।

समाज में ऐसे लोग भरे पड़े हैं जो मौके की तलाश में होते हैं जिनकी दूषित नज़र बहन-बेटियों पर होती है और यह जानते हुए भी उनका सामाजिक बहिष्कार नहीं किया जाता और लोग रिश्ते निभाते चले जाते हैं दोष हमारा और आपका है !!

आत्मिक श्रद्धांजलि !!



एक अदना इंसान

उषा ज्योतिष
सहा पर्यवेक्षक

जीवन में पाया सब कुछ पाकर भी संतुष्ट ना हुआ
कुछ खोया सा कुछ खाली सा
पाता रहा हूँ
मैं खुद को सदा।
वह क्या था जिसने मुझे जीत कर भी हरा दिया यूं
बहुत सोचा विचारा तो पाया वह मेरा अहं था गुरुर
था।

सबसे बड़ा, ऊँचा माना खुद को
भ्रम ने मेरे कहीं का ना रखा मुझको।
मैं हूँ वह मानव जो अपनी छिपाता रहा कमजोरियाँ
बड़पन व्यर्थ ही दिखाता रहा
पर मेरे अहं ने ही पटका मुझको।
धरती पर ऐसे जोर से तब समझ में आया मुझे
कहाँ खड़ा मैं, कौन हूँ
दोषों का पुतला-
एक अदना इंसान हूँ मैं।

जीवन के लिए जुनून

आर बूबेश
सहा लेखापरीक्षा अधिकारी



जीवन को रोचक बनाने से विकास को बढ़ावा मिलता है, खुशी और संतुष्टि को बढ़ावा मिलता है। यह एकरसता से निपटने में मदद करता है और समग्र कल्याण को बढ़ाता है। विविध अनुभवों में संलग्न होना और जुनून का पीछा करना हमारे अस्तित्व को समृद्ध करता है, रिश्तों को मजबूत करता है, उद्देश्य और उपलब्धि की भावना प्रदान करता है। एक दिलचस्प जीवन स्थायी खुशी और संतुष्टि में योगदान देता है।

जुनून का पीछा करो: ऐसी गतिविधियों में शामिल हों वास्तव में आपको जो उत्साहित करें। चाहे वह कोई रचनात्मक प्रयास हो, अपने जुनून को पूरा करने से खुशी और संतुष्टि मिलती है। इससे व्यक्तिगत विकास और नए अवसर भी मिल सकते हैं।

नए अनुभवों को अपनाएं: अपने आराम क्षेत्र से बाहर निकलें और नई चीज़ें आजमाएँ। अपरिचित स्थानों की यात्रा करें, नए लोगों से मिलें और विभिन्न संस्कृतियों का पता लगाएं। ये अनुभव आपके दृष्टिकोण को व्यापक बनाते हैं और जीवन में रोमांच की भावना जुड़ते हैं।

लगातार सीखना : कभी सीखना मत छोड़ो। नए पाठ्यक्रम अपनाएँ, किताबें पढ़ें या कार्यशालाओं में भाग लें। नया ज्ञान और कौशल प्राप्त करने से दिमाग तेज रहता है और व्यक्तिगत और व्यावसायिक नए सस्ते रास्ते खुलते हैं।



बचपन के सुनहरे पल

हर्ष कुमार
लेखापरीक्षक

वो दिन भी क्या थे बचपन के ।
हाथों में खेलौने थे,
मस्ती के झूले थे,
स्वच्छन्द आसमान के नीचे हम अपने में ही भूले थे,
वो दिन भी क्या थे बचपन के ।।

हर छोटी छोटी चीजों में उमंग थी,
नीले आसमान में लहराती हुई रंग बिरंगी पतंगें थी,
पापा का वो डांट लगाना,
दौड़कर मा के अञ्चल में छिप जाना,
वो दिन भी क्या थे बचपन के ।।

हे परम पिता परमेश्वर!
पल भर को लौटा दो मुझे फिर वो प्यारा - सा
बचपन
जिसमें न था कोई द्वेष ना ही छल-कपट,
था बस निर्मल सा अंतर्मन,
वो दिन भी क्या थे बचपन के ।।

न चिंता थी आने वाले कल की,
ना थी गुजरे हुए पल की,
न था कोई परेशानियों का मेला,
ना ही था कोई जिम्मेदारियों का झमेला,
वो दिन भी क्या थे बचपन के ।।

विद्यालय में गर्मी की छुट्टी का आना,
नानी के घर को फिर जाना,
मामा संग मेले में जाना,
जलेबी-मिठाई मजे से खाना,
और संग ढेर खेलौने घर ले आना,
वो दिन भी क्या थे बचपन के ।।





ओणम: केरल का महापर्व

संध्या सोमन
व लेखापरीक्षक

ओणम, केरल का सबसे प्रमुख और भव्य त्यौहार, हर वर्ष अगस्त-सितंबर के महीनों में धूमधाम से मनाया जाता है। यह त्यौहार दस दिनों तक चलता है और पूरे राज्य में उत्सव का माहौल बना रहता है। ओणम का महत्व न केवल धार्मिक और सांस्कृतिक है, बल्कि यह सामाजिक एकता और समृद्धि का प्रतीक भी है। यह वह समय है जब प्रकृति और मनुष्य का मिलन होता है, और हर कोना खुशियों से भर जाता है।

ओणम का ऐतिहासिक और पौराणिक महत्व है। ओणम की कहानी महाबली नामक राजा से जुड़ी हुई है, जिनका शासनकाल स्वर्ण युग के रूप में जाना जाता है। महाबली अपनी प्रजा के प्रति अत्यंत न्यायप्रिय और दयालु थे। मान्यता है कि महाबली को भगवान विष्णु ने वामन अवतार लेकर पाताल लोक भेजा था, लेकिन उनकी प्रजा की प्रार्थना पर उन्होंने उन्हें वर्ष में एक बार अपनी प्रजा से मिलने का आशीर्वाद दिया। ओणम उसी पवित्र आगमन का उत्सव है। "धरती पर स्वर्ग का अनुभव तभी होता है जब हर दिल प्रेम और दया से भरा हो।"

ओणम के दौरान केरल का हर कोना रंग-बिरंगे फूलों और पारंपरिक सजावट से सजा रहता है। घरों के आंगनों में फूलों की रंगोली बनाई जाती है जिसे "पूक्कलम" कहते हैं, जो फूलों की पंखुड़ियों से तैयार की जाती है। यह महाबली के स्वागत के लिए बनाई जाती है और हर दिन इसका आकार बदलता जाता है।

ओणसद्या: स्वाद का पर्व है। ओणम के दौरान 'ओणसद्या' नामक विशेष भोज का आयोजन होता है, जो केले के पत्ते पर परोसा जाता है। "ओणसद्या" में लगभग 26 प्रकार के व्यंजन होते हैं, जिनमें अवियल, थोरन, पायसम, और साम्बर प्रमुख हैं। यह भोज न केवल स्वादिष्ट होता है, बल्कि इसका आयोजन भी एक सामाजिक गतिविधि के रूप में किया जाता है, जिसमें सब मिलकर भोजन तैयार करते हैं और स्वाद का आनंद लेते हैं।

"स्वाद और प्रेम जब एक साथ परोसे जाते हैं,
तो हर निवाला जीवन उत्सव बन जाता है।"

ओणम के दौरान पारंपरिक खेल और नृत्य का आयोजन भी होता है। 'वल्लम कली' या नौका दौड़, ओणम का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, जिसमें सैकड़ों नाविक तालबद्ध तरीके से नाव चलाते हैं। 'कथकली' और 'तैय्यम' जैसे नृत्य और नाटक प्रस्तुतियां भी इस पर्व का हिस्सा होती हैं, जो केरल की समृद्ध सांस्कृतिक धरोहर को प्रदर्शित करती हैं। केरल के लोग दुनिया के कहीं भी हो, "ओणम" उनको उस समय गृहातुर बना ही देता है।





तारे ज़मीन पर

वि. सदाशिवन
व लेखापरीक्षा अधिकारी

अक्टूबर में पुडुचेरी में दिवाली की पूर्व संध्या थी। मेरे तीन दोस्तों सहित मैंने एक रेस्टो-पब में कुछ समय बिताने की योजना बनाई। उनमें से दो जन मोटर बाइक से आगे निकल गए और दूसरा दोस्त, जिसके साथ मुझे जाना था, उनके साथ शामिल होने से पहले एक अपरिचित जगह पर ले गया। वह एक स्कूल था जो मैनुअलिज़म और ओरलिज़म सिखाता था। स्कूल एक पुरानी इमारत में था, जिसमें एक सफेद बोर्ड पर बधिरों और गूंगे लोगों के लिए स्कूल लिखा था। मैं आश्चर्य में अपने दोस्त को देखता रहा कि हम यहाँ क्यों हैं। वह अपनी भावनाओं को बाहर निकाल कर विलाप करने लगा। यह स्कूल मेरी छोटी बहन का जीवन था; यह निवास उसका घर था और हम उनके उपाश्रित, एकदिन हमारी परी उड़ गई और अब स्वर्ग में निवास कर हमें देख रही है। इस स्कूल के प्रति उसका लगाव था।

एक परिपक्व महिला ने बोर्डिंग हाउस में हमारा स्वागत किया। उसने हमें एक कमरे में बिठा दिया जहाँ विभिन्न आयु वर्ग के बच्चे ईमानदारी और शुद्ध दिल से टीवी देख रहे थे। उन्होंने अपना ध्यान फिल्म से हटाकर हमें घूरने पर केंद्रित कर दिया। वे अपने हमेशा के आगंतुक, मेरे दोस्त को देखकर खुश हुए। हमारे पास आए, मुस्कराहट के साथ हमारा अभिवादन किया। उन्होंने गले लगाकर अपना स्नेह व्यक्त किया, उन्होंने अपना चेहरा हमारे चेहरे से मलते हुए, बातें की, हमें अपने हाथों से पकड़े, हमारी गोद में बैठे और कंधों पर अपना सिर टिकाया। एक लड़की मेरे पास आई और हाथ मिलाने के लिए हाथ हिलाया। मैंने उसे गले लगाने के लिए उसके हाथ पकड़े। वहाँ एक बच्ची खड़ी थी जो न तो बोल सकती थी और न ही सुन सकती थी। वह अपनी सांकेतिक भाषा में संवाद करने के लिए बड़ी मुस्कान के साथ खड़ी थी। मैंने भी मुस्कराकर उसका हाथ थाम लिया। मुझे आश्चर्य हुआ कि उसने मुझे बैठाया और खुशी से मेरे चारों ओर चक्कर लगायी। मैंने उनसे अपनी खुद की सांकेतिक भाषा में बात की। उनकी भाषा हाथ, चेहरे, शरीर और आँखों से थी।

दिल से बच्चा होने का मतलब जरूरी नहीं कि अपरिपक्व या गैरजिम्मेदार होना हो; इसका मतलब अक्सर एक ऐसी मानसिकता को अपनाना होता है जो बड़े होने पर भी खुली, जिज्ञासु और आश्चर्य से भरी हो। यह बचपन के सबसे अच्छे गुणों को बनाए रखने के बारे में है जो किसी के जीवन में खुशी, रचनात्मकता और स्वतंत्रता की भावना ला सकते हैं। उनके प्यार और स्नेह, सादगी और मासूमियत की अभिव्यक्ति ने मुझे एहसास दिलाया कि ईमानदार आदमी हमेशा बच्चा ही होता है।

वे किसी तरह से दिव्यांग हैं, लेकिन अन्य तरीकों से हमसे कहीं ज़्यादा सक्षम हैं। वे धरती पर सितारों की तरह हैं कि हर बच्चा अपने तरीके से ख़ास है.....तारे ज़मीन पर।

शाम तक हमने उन्हें अलविदा कह दिया। बाहर निकलते समय, एक लड़की बाहर आई और उसकी आँखें मुझसे बोल रही थीं - किसी दिन फिर से हमसे मिलना, 'अण्णा'। उस दिन मुझे एहसास हुआ कि सुंदरता हमारे भीतर ही है। जब हम पब में अपने दोस्तों के साथ शामिल हुए, तो वे धरती पर तारे गिन रहे थे, एक मीठा अनुभव जिसने दिवाली की पूर्व संध्या पर मेरे जीवन को ही रोशन कर दिया था।





मनमोहक त्रिउंड ट्रेक वाइ. विजयसारथी सहा लेखापरीक्षा अधिकारी

पहाड़, खासकर हिमालय, हमेशा मेरे दिल में एक खास जगह रखते हैं। कई साल पहले, मैंने टीवी पर धर्मशाला क्रिकेट स्टेडियम में खेले जा रहे क्रिकेट मैच को देखा था, जिसमें राजसी हिमालय की पृष्ठभूमि थी, और तब से मैं धर्मशाला जाने के लिए तरस रहा था। अगस्त 2022 में फूलों की घाटी की यात्रा के यादगार अनुभव के बाद, मैं एक और ट्रेक करने के लिए उत्सुक हुआ, इस बार एक छोटी लेकिन पूरी तरह से एकल यात्रा। छोटे ट्रेक के लिए गूगल करने के बाद, मैंने फैसला किया कि त्रिउंड ट्रेक मेरे लिए सही रहेगा, क्योंकि मैं धर्मशाला जाने के अपने लंबे समय के सपने को भी पूरा कर सकता हूँ।

मैं आमतौर पर उन लोगों में से नहीं हूँ जो पहले से ही यात्राओं की योजना बनाते हैं। और अकेले यात्री होने की विलासिता और बजट की बाधाओं के बिना, मैं ने किसी भी संभावित बदलाव के लिए पूरी यात्रा को खुला रखने का फैसला किया। इसलिए, अमृतसर के लिए आगे की उड़ान बुक करने के अलावा, मैं ने अमृतसर से आगे की यात्रा के लिए कोई बुकिंग नहीं की थी और न ही धर्मशाला में आवास आरक्षित किया था। मैं देखना चाहता था कि मैं चलते-फिरते चीजों को कितनी अच्छी तरह से मैनेज कर पाता हूँ।

चेन्नई के लोगों के लिए धर्मशाला पहुंचना आसान नहीं है क्योंकि हमें वहां पहुंचने के लिए कई परिवहन, साधन लेने पड़ते हैं। मैंने सुबह 10 बजे चेन्नई से उड़ान भरी और दोपहर 3:30 बजे नई दिल्ली होते हुए अमृतसर पहुंचा। अमृतसर से धर्मशाला के लिए एचआरटीसी द्वारा संचालित सीधी वातानुकूलित बस है जो शाम 6:40 बजे शुरू होती है और रात 11:30 बजे धर्मशाला पहुंचती है। जब मैं अमृतसर बस स्टैंड पहुंचा, तो पठानकोट के लिए एचआरटीसी एसी बस तैयार थी, जो अमृतसर से 115 किमी दूर है। जैसा कि स्थानीय लोगों ने मुझे बताया कि पठानकोट से धर्मशाला के लिए कई बसें होंगी, मैं ने शाम 6:30 बजे पठानकोट पहुंचने के लिए बस ली। पठानकोट से ही बर्फ से ढके पहाड़ देखे जा सकते थे।

पठानकोट से मुझे आधे घंटे से अधिक समय तक इंतजार करने के बाद भी धर्मशाला के लिए कोई बस नहीं मिली। चूंकि मैं इस स्थिति के लिए तैयार था, इसलिए मैंने धर्मशाला के ऊपरी हिस्से में स्थित अपने होटल तक पहुंचने के लिए 3000 रुपये में टैक्सी किराये पर ली, जिसे मैं ने नई दिल्ली से अपनी उड़ान का इंतजार करते समय बुक किया था। चूंकि गर्मियों का पर्यटन मौसम अभी शुरू नहीं हुआ था, इसलिए कमरे का किराया भी बहुत उचित लगा। संपत्ति के मालिक श्री मान सिंह मिलनसार थे और किसी भी तरह की मदद के लिए किसी भी समय उपलब्ध थे। वह बहुत अच्छा खाना भी बनाते थे और इतने दयालु थे कि देर रात को भी दाल के साथ रोटियाँ बनाते, जब नड्डी गाँव के लोग सो चुके होते थे। मेरे ठहरने के दौरान उन्होंने जो स्वादिष्ट आलू परांठे बनाए, उन्हें सोचकर आज भी मुँह में पानी आ जाता है।

धर्मशाला और मैक्लोडगंज की सैर : अगले दिन, आराम से नाश्ता करने के बाद, मैं धर्मशाला और मैक्लोडगंज की सैर के लिए निकल पड़ा। मान सिंह ने नड्डी से मैक्लोडगंज के लिए 150 रुपये में ऑटो का प्रबंध किया। मैक्लोडगंज, जिसे लिटिल ल्हासा भी कहा जाता है, मैं लाई लामा मंदिर गया, जिसमें उनका आधिकारिक निवास भी है। यह जगह लोगों के नाचने-गाने से भरी हुई थी।

इसके बाद, मैं मैक्लोडगंज और धर्मशाला के बीच चलने वाली गोंडोला में सवार हो गया। धर्मशाला के पर्यटक आकर्षणों के लिए अपनी यात्रा से पहले गूगल पर खोज करने के दौरान, मुझे ऐसी कोई वेबसाइट नहीं मिली, जिसमें इस गोंडोला सवारी का उल्लेख हो। इसे टाटा समूह द्वारा 'धर्मशाला स्काईवे' के नाम से संचालित किया जाता है। मुझे बताया गया कि यह एक साल से अधिक समय से चालू है।

रास्ते में मुझे खूबसूरत नज़ारे देखने को मिले। कार में मेरे साथ जम्मू-कश्मीर के 4 युवा लड़के थे। उनमें से एक लड़का खड़ी ढलान से बहुत डर गया था और जान बचाने के लिए कार की दीवारों को पकड़े हुए बैठा था। वह पूरे रास्ते अपने दोस्तों को सता रहा कि उसे जबर्न कार में बैठाया गया था। उसे और अपने दोस्तों को चिढ़ाते हुए देखना बहुत मजेदार लगा। धर्मशाला में उतरने के बाद, मैं ने चाय के बागानों, युद्ध स्मारक और एच पी सी ए क्रिकेट स्टेडियम का दौरा करके शहर का पता लगाया।



मुझे निराशा हुई कि क्रिकेट स्टेडियम में पर्यटकों के लिए प्रवेश वर्जित था क्योंकि आगामी आईपीएल क्रिकेट मैचों के लिए पिच रिलेइंग का काम चल रहा था। बाद में, मैं केबल कार से मैक्लोडगंज वापस गया और भागसू नाग मंदिर गया और मैक्लोडगंज मुख्य बाजार क्षेत्र की खोज में कुछ समय बिताया। फिर मैंने सूर्यास्त देखने के लिए समय पर नड्डी के लिए ऑटो लिया। जैसे-जैसे शाम करीब आई, तापमान गिरता गया और बाहर ठंड थी। बादलों के कारण सूर्यास्त देखने का अनुभव खराब हो गया। हालांकि, मैं अगले दिन सुंदर सूर्यास्त देख सका।

त्रिउंड ट्रेक सबसे लोकप्रिय और आसान हिमालयी ट्रेक में से एक है जिसे आप अकेले भी कर सकते हैं। त्रिउंड हिमाचल प्रदेश की कांगड़ा घाटी में धौलाधार रेंज की गोद में धर्मशाला से लगभग 18 किमी दूर स्थित है। इस ट्रेक के लिए दो अलग-अलग मार्ग हैं - एक भागसू जलप्रपात से और दूसरा गल्लू देवी मंदिर से। मैंने गल्लू देवी मंदिर मार्ग चुना क्योंकि यह अधिक दर्शनीय माना जाता है।

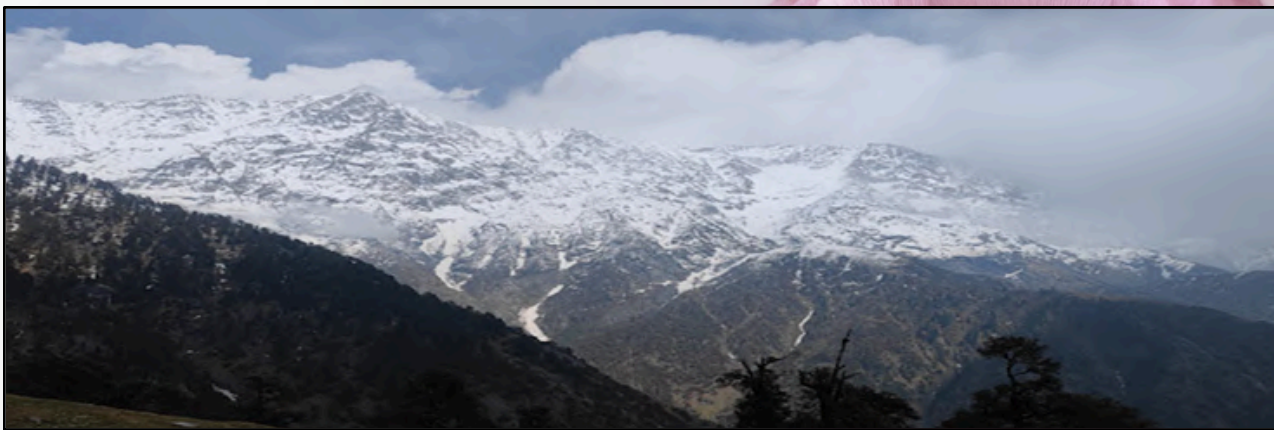
तीसरे दिन, मैंने सुबह 8:45 बजे ट्रेक के लिए शुरुआत की और 500 रुपये में ऑटो लिया और सुबह 9:15 बजे गल्लू देवी मंदिर पहुँचा। शुरुआती नोक पर जलपान परोसने वाली कुछ दुकानें थीं। एक दुकान का मालिक कैब ड्राइवर भी था, इसलिए मैंने ट्रेक के बाद अपने होटल की वापसी यात्रा के लिए उसके साथ अग्रिम बुकिंग कर ली।

लगभग 9:30 बजे, मैंने अपना ट्रेक शुरू किया। यह रास्ता ओक और देवदार के पेड़ों के घने जंगल से होकर गुजरता है। हालांकि यह रास्ता अच्छी तरह से बनाया गया था, लेकिन लगभग पूरी यात्रा में असमान पत्थरों के साथ पथरीला था। मार्ग के साथ कई स्थानों पर तार या जालीदार बांध भी लगी हुई थी।



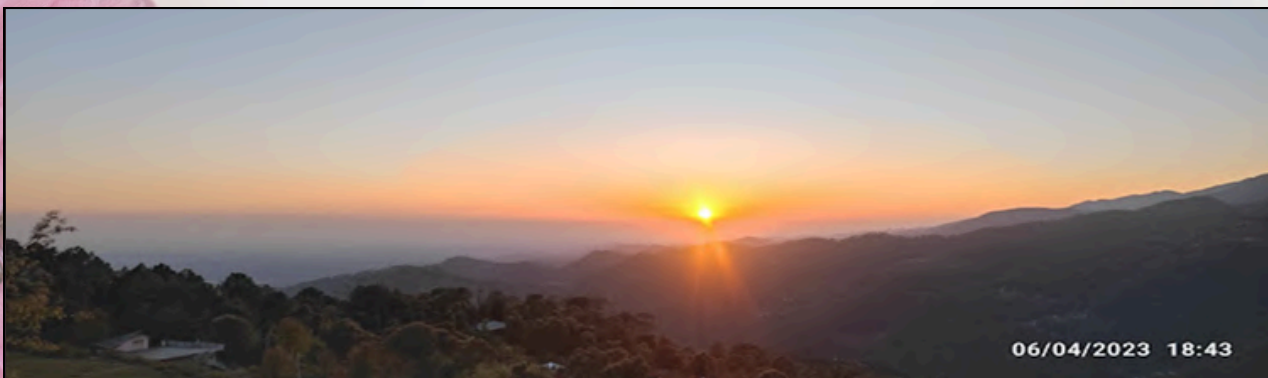
आधे रास्ते तक मैंने बहुत से लोगों को ऊपर चढ़ते नहीं देखा। इंटरनेट पर मैंने जो पढ़ा था, उसके विपरीत, इस मार्ग पर कोई भी दुकान नहीं थी जब तक कि मैं आधे रास्ते तक नहीं पहुँच गया (जिसे मैगी पॉइंट या मैजिक व्यू पॉइंट भी कहा जाता है) जहाँ 2-3 दुकानें थीं जो जलपान परोसती थीं। आधे रास्ते के बाद, रास्ता और भी अधिक ढलान से युक्त होने पर भी पार करना बहुत मुश्किल नहीं था। मैं ने रास्ते में ग्लेशियर भी पार किया।

ऊपरी इलाकों की ओर, बर्फ के कुछ टुकड़े पिघलने लगे थे और चलने में फिसलन हो रही थी। पूरे रास्ते में, मैं एक तरफ शानदार धौलाधार पहाड़ और दूसरी तरफ कांगड़ा घाटी देख सकता था। हालाँकि, शिखर पर जो कुछ भी देखने को मिला, वह मेरी कल्पना से परे था। लगभग 3 घंटे की चढ़ाई के बाद मैं शिखर पर पहुँचा और मैंने जो देखा, उससे मैं मंत्रमुग्ध हो गया - शानदार बर्फ से ढके पहाड़ों के नज़दीक से लुभावने दृश्य।



इससे पहले कि मैं अपने सामने के आकर्षक दृश्य को पूरी तरह से समझ पाता और उसकी सराहना कर पाता, एक ऐसा नजारा हुआ जो मैंने पहले कभी नहीं देखा था - ओलावृष्टि। ओलावृष्टि भारी थी और आधे घंटे तक चली। जैसे ही ओलावृष्टि रुकी, तेज धूप निकल आई। यह पूरी तरह से जादुई और अवास्तविक अनुभव लगा था और मैं इस अनुभव के लिए आभारमुग्ध हूँ।

शिखर पर भी, स्नैक्स और मैगी परोसने वाली केवल एक दुकान थी। ओलावृष्टि के दौरान, मैं ने अन्य ट्रेकर्स के साथ उस दुकान में शरण ली। मैंने प्रकृति का भरपूर आनंद लेते हुए गर्म मैगी खाई और खुद को याद दिलाता रहा कि मैं इस दुर्लभ घटना को देखने के लिए कितना धन्य हूँ। यह शुद्ध कल्पना सी थी। शिखर पर भीड़ कम थी, और यही सुविधाजनक दृश्यों का आनंद लेना आसान बना दिया। 2 घंटे तक वातावरण में भीगने के बाद, मैं ने नीचे उतरना शुरू किया क्योंकि अचानक काले बादलों ने क्षेत्र को घेर लिया। मुझे बहुत असमान रास्ते के कारण ऊपर की तुलना में नीचे की ओर ट्रेकिंग करना अधिक कठिन लगा। जिस चीज ने इसे और भी कठिन बना दिया, वह थी लगातार हल्की ओलावृष्टि जो कभी-कभी उतरते समय भारी हो जाती थी। एक घंटे से अधिक समय के बाद, मैं आधे रास्ते पर पहुँच गया और एक गर्म नींबू-अदरक-शहद की चाय का आनंद लिया अचानक, मैं अपने बेस पॉइंट पर वापस ट्रेक पर अकेला रह गया। पहाड़ों में लगातार ओले गिरने और तेज़ हवाओं के साथ, उतरते हुए आखिरी आधे घंटे के दौरान रास्ते पर चलना एक तरह से डरावना अनुभव था। यह एक अलग अनुभव ही था! शाम के करीब 5 बजे, मैं बेस पॉइंट पर पहुँचा जहाँ कैब ड्राइवर तैयार था। मैं ने गर्म कॉफी पी और अपने कमरे की ओर चल पड़ा। 5:45 बजे होटल के कमरे में पहुँचने के बाद, मैं ने आधे घंटे तक आराम किया। पैरों में भारीपन महसूस होने के बावजूद, मैं उस नज़ारे से सूर्यास्त को मिस नहीं करना चाहता था जो मेरे होटल के बहुत नज़दीक था। और इस दिन, मैं निराश नहीं हुआ क्योंकि मुझे सूर्यास्त का शानदार नज़ारा देखने को मिला।



डलहौजी के लिए रवाना चौथे दिन, मैं सुबह 7:45 बजे डलहौजी के लिए निकला। समय बचाने के लिए मैं ने कैब से यात्रा करने का फैसला किया। एक बार फिर मान सिंह ने 3600 रुपये में कैब की व्यवस्था करके मदद की। दूरी लगभग 125 कि.मी. थी और डलहौजी पहुंचने में पाँच घंटे लगे। थोड़ी पूछताछ के बाद, मैंने होटल कोहिनूर में चेक इन किया जो मॉल रोड के करीब था। कमरा बहुत अच्छा और विशाल था, जिससे घाटी का अच्छा नज़ारा दिखाई देता था।

आधे घंटे आराम करने के बाद, मैं ने खज्जियार के लिए टैक्सी किराए पर ली, जिसे भारत का मिनी-स्विट्जरलैंड कहा जाता है, जो डलहौजी से लगभग 25 किमी दूर है। खज्जियार एक छोटा सा, सुंदर हरा-भरा घास का मैदान है, जो घने चीड़ और देवदार के पेड़ों से घिरा हुआ है और घास के मैदान के बीच में झील है, जहाँ से मनोरम दृश्य दिखाई देते हैं। मैंने 2 घंटे तक इस जगह की शांत सुंदरता का आनंद लिया और वापस होटल आ पहुँचा।



शाम को मैं मॉल रोड पर गया। डलहौजी का मॉल रोड शिमला के मॉल रोड या गंगटोक के एमजी रोड से बिलकुल भी मेल नहीं खाता। यह संकरा रास्ता था, लेकिन चहल-पहल से भरा हुआ। उस कड़ाके की ठंड में भी कुल्फी आइसक्रीम का लालच मन को लुभा रहा था कि मैंने उसे खा ही लिया। वहां गायकों द्वारा एक स्ट्रीट परफॉर्मेंस चल रही थी, जो सभी के लिए खुली थी। मैं ने करीब एक घंटे तक परफॉर्मेंस का आनंद लिया और कमरे में चला गया।

तीन आनंदमय दिनों के बाद, सामान समेटकर घर लौटने का समय आ गया था। हालाँकि सुबह से ही बसें चल रही थीं, लेकिन मैं अपनी फ्लाइट मिस करने का जोखिम नहीं उठाना चाहता था और सुबह 6:15 बजे पठानकोट के लिए कैब ली। सुबह 8:30 बजे पठानकोट पहुँचा और तुरंत अमृतसर के लिए बस पकड़ी। दो फ्लाइट बदलने के बाद, मैं आखिरकार रात के खाने के समय तक घर पहुँच गया।

त्रिउंड ट्रेक निश्चित रूप से सबसे अच्छे हिमालयी ट्रेक में से एक है। हालाँकि गल्लू मंदिर से ट्रेल पूरी तरह से पथरीले इलाके के कारण ट्रेक करना आसान नहीं है, लेकिन ट्रेकिंग प्रयास के लायक है। यह निश्चित रूप से आपको स्थायी यादें देगा।

ट्रेकिंग के बारे में सबसे अच्छी बात यह है कि जब आप अकेले जाते हैं, तब भी आप कभी अकेला महसूस नहीं करते क्योंकि साथी एकल/समूह ट्रेकर्स लगातार आपका स्वागत करते हैं और आपसे बातें करते हैं।

ऐसा कहा जाता है कि यात्रा का मतलब जगहों की खोज करना नहीं है, बल्कि खुद की खोज करना है। मेरा दृढ़ विश्वास है मैंने खुद की खोज की और ऐसा करने के लिए शक्तिशाली हिमालय से बेहतर जगह और क्या हो सकती है!

आशा है कि आपको त्रिउंड के लिए अपने ट्रेक की योजना बनाने में यह ब्लॉग उपयोगी लगेगा। यदि आपके कोई प्रश्न हों तो कृपया मुझसे yvsarathi@gmail.com पर संपर्क करें।



राष्ट्रीय/अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर कार्यालयीन खिलाड़ियों की उपलब्धियाँ।

डॉ. टी. मारन:- बैडमिंटन की विधा में खेल कोटे के अंतर्गत 28.12.1990 को इस कार्यालय में भर्ती हुए। वे सी ए जी के अनुभवी खिलाड़ी हैं और अपने करियर में 11 बार अखिल भारतीय आई ए ए एडी में बैडमिंटन टीम चैंपियनशिप जीत चुके हैं। उन्होंने अपने करियर के दौरान राज्य स्तर पर 15 पदक, राष्ट्रीय स्तर पर विभिन्न स्पर्धाओं में 10 पदक और विभिन्न स्पर्धाओं में 13 अंतर्राष्ट्रीय पदक (5 स्वर्ण, 4 रजत और 4 कांस्य पदक) जीते हैं। वे डच और जर्मन ओपन में जूनियर भारतीय टीम के लिए, पेरू में विश्व जूनियर चैंपियनशिप में, चीन में जूनियर एशियाई बैडमिंटन चैंपियनशिप के लिए भारतीय कोच थे। वे एनआईएस (राष्ट्रीय खेल संस्थान) कोच हैं। उन्हें 2010 में मैरीलैंड इंटरनेशनल तमिल विश्वविद्यालय, मैरीलैंड, यू एस ए से बैडमिंटन के क्षेत्र में उनके योगदान और उपलब्धि के लिए डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया गया।



वित्तीय वर्ष 2023-24 में उनकी उपलब्धियाँ निम्नलिखित हैं:-

- 1 उन्होंने चंडीगढ़ में 2024 राष्ट्रीय चैंपियनशिप में पुरुष युगल 55+ में स्वर्ण पदक जीता।
- 2 दिसंबर 2023 में वियतनाम में एशियाई बैडमिंटन चैंपियनशिप में 55+ मिश्रित युगल में कांस्य पदक जीता।

डॉ. के. श्रीवत्स चक्रवर्ती 16.12.1998 को टेबल टेनिस के लिए खेल कोटे के तहत इस कार्यालय में भर्ती हुए। उन्होंने विभिन्न अंतरराष्ट्रीय टूर्नामेंटों में भारत का प्रतिनिधित्व किया और 9 राष्ट्रीय चैंपियनशिप पदक और 4 राष्ट्रीय खेल पदक जीते हैं। उन्होंने 14 बार नव रिकॉर्ड, तमिलनाडु राज्य का प्रतिनिधित्व किया। उन्होंने 10 से अधिक बार LAAD एकल चैंपियनशिप जीती है। अपने पदक जीतने वाले प्रदर्शन के लिए उन्हें 2 बार मुख्यमंत्री से टेबल टेनिस के लिए प्रतिष्ठित राज्य पुरस्कार मिला। वह अब विभिन्न अंतरराष्ट्रीय टूर्नामेंटों में भारत के लिए मास्टर्स श्रेणी में खिलाड़ी हैं। एशियाई चैंपियनशिप और कॉमनवेल्थ चैंपियनशिप और 2 विश्व चैंपियनशिप में भारत का प्रतिनिधित्व किया। 5 अंतरराष्ट्रीय पदक जीते।



वित्तीय वर्ष 2023-24 में उनकी उपलब्धियाँ निम्नलिखित हैं:-

- कॉमनवेल्थ चैंपियनशिप 2023 में 45+ पुरुष एकल स्वर्ण पदक
 - कॉमनवेल्थ चैंपियनशिप 2023 में 40+ मिश्रित युगल स्वर्ण पदक
 - कॉमनवेल्थ चैंपियनशिप 2023 में 40+ पुरुष युगल कांस्य पदक
 - विश्व चैंपियनशिप मस्कट, ओमान 2023 में 40+ पुरुष युगल रजत पदक
 - विश्व चैंपियनशिप 2024 रोम इटली में 45+ मिश्रित युगल कांस्य पदक।
- राष्ट्रीय चैंपियनशिप में 40+ पुरुष एकल कांस्य पदक।





त्रासदी वायनाड़ की

दीपक बागड़ी
लेखापरीक्षक

हाहाकार मचा रात्रि के पहर मे,
ना जाने शोर क्यों हुआ भारत के अंतिम छोर में,
कुछ समझ पाते जीव जन्तु मानव
कि प्रकृति ने ढाया कहर था गिरा कहीं बम ।

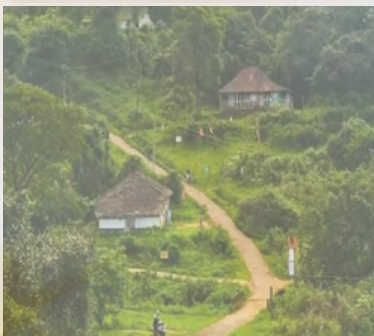
मैं सुनता हूँ त्रासदी वायनाड़ की
आँखों में आंसु सूख चुके हैं जब देखा जीव
मानव जन्तु मिटी में दब चुके हैं ।
बात है जुलाई 30 की मध्यरात्रि के बाद के पहर
की,
सोये थे छोटे बच्चे बड़े बूढ़े अपने-अपने घरों में,
नहीं पता था उन्हें क्या होने वाला है आने वाले
पलों में।

वर्षा की रफ्तार बढ़ती गई, झम झम वर्षा की
आवाज में काल की आवाज सुनाई दी ।
अचानक हुआ वर्षा का वेग तेज,
आ गया पूरा पहाड़ लिए अपने साथ, मिट्टी,
पत्थर तेज ।

एक ही पल में दब गए कई गाँव, ना बचे मानव
जन्तु, ना रही पेड़ों की छाव
मैंने देखा एक बूढ़ी माँ रो-रोकर पुकार रहीं थी
अपनी पोती को,
जो आखरी सहारा थी उस बूढ़ी माई के जीने की,
मैंने देखा छोटे छोटे बच्चे कराह रहे हैं अपनी जान
बचाने को
पर कौन सुध लेता बेजुबान को ले जाने को

एक मंजर कुछ अलग था जब एक गजराज ने
जान बचाई एक परिवार की
शायद मानवता हार गयी उस गजराज से जिसने
ये उदारता की
ये प्रकृति का कहर नहीं मानव के कर्मों का फल
है, क्या इसका कोई हल है ?
हाँ हल तो है, पर हमें सोचना पड़ेगा, हमें प्रकृति
का दोहन रोकना पड़ेगा।
बचाओ प्रकृति को, बचाओ जंगल, बचाओ पेड़,
नारों से काम नहीं चलेगा
इसके लिए कर्मभूमि में उतरना पड़ेगा।

प्रकृति हमारी माँ है, और माँ का सम्मान किया
जाता है यही हमारी संस्कृति है ।
मेरी प्रार्थना है वायनाड़ के लिए, धरती माँ हमें
क्षमा करें, अपने कृत्यों के लिए
ईश्वर हिम्मत साहस दे सभी लोगों को, नहीं हो
फिर ऐसा कहीं।
इसीलिए नारा है मेरा, हम दो करों से, चार पेड़
लगाए बचाने प्रकृति को ।





दक्षिण भारत की रमणीय यात्रा

आलोक रंजन सिंह
व लेखा परीक्षक

मुझे इस कार्यालय में कार्य करते हुए दस वर्ष से अधिक समय व्यतीत हो गया है। इस दस वर्षों में कई बार दक्षिण तमिलनाडु घूमने की जिज्ञासा उठी परंतु किसी न किसी कारणवश मुझे अवसर प्राप्त न हो सका।

कहा गया है कि जब प्रभु की इच्छा होती है तभी प्रभु दर्शन भी देते हैं। इस तथ्य को महान कवि तुलसीदास निम्न रचना द्वारा चरितार्थ करते हैं।

होइहि सोइ जो राम रचि राखा। को करि तर्क बढ़ावै साखा॥

ईश्वर की अनुकंपा से 3 जुलाई 2024 को मेरी बिटिया का दूसरा वर्ष पूरा हो गया था। इस खुशी के उपलक्ष्य में हमारे कुटुंब एवं स्वजनों का आगमन हुआ और सभी बिटिया के जन्मोत्सव के बाद इच्छा सुनिश्चित हो गयी और बिटिया के जन्मोत्सव के बाद, योजना को साकार करते हुए हम सब रामेश्वरम और सुदूर दक्षिण क्षेत्रों की सैर के लिये निकल पड़े। इस रमणीय यात्रा के कुछ पल हिन्दी पखवाड़ा की पत्रिका 'सुमन' के माध्यम से आप सभी के साथ साझा करते हुए असीम आनंद की प्राप्ति हो रही है।

रामेश्वरम

कार्यक्रम की कोई योजना पहले से न होने के कारण तत्काल में टिकट तांबरम जो कि मेरे आवास से 20 किलोमीटर की दूरी पर है, से मिला। इस प्रकार हमारी यात्रा रामेश्वरम के लिये शुक्रवार की शाम रेलगाड़ी द्वारा शुरू होती है। सुबह हमारी रेलगाड़ी रामनाथपुरम पहुंचती है। रामनाथपुरम से रामेश्वरम स्थित आरामगृह की दूरी लगभग 60 किलोमीटर की थी। इसलिए मैं ने पहले ही टैक्सी बुक कर लिया था। टैक्सी चालक से मिलने के बाद, जिसका नाम कार्तिक था महसूस हुआ कि वापस चेन्नई तक की यात्रा अति सुन्दर होने वाली है।

रामेश्वरम जाते समय, हम सब पाम्बन पुल होकर गुजरते हैं यही एकमात्र पुल है जो पाम्बन द्वीप या रामेश्वरम को तमिलनाडु राज्य की मुख्य भूमि में मंडपम से जोड़ता है। यहां हमने पाम्बन पुल के इस अविस्मरणीय दृश्य को कैमरे में कैद करने के बाद आरामगृह पहुंचे हैं। कमरे लेने की औपचारिकता पूरी करने के बाद, थोड़ा आराम करके सभी लोग भोजन किए और हम सब रामेश्वरम की सैर के लिये निकल पड़े।

रामेश्वरम एक द्वीप है। रामेश्वरम के बारे में कहा जाता है कि भगवान शिव को समर्पित रामेश्वरम हिन्दुओं का प्रसिद्ध तीर्थ स्थल है। रामेश्वरम चार धामों में से एक धाम और भगवन संकर के 12 ज्योतिर्लिंगों में से एक पवित्र स्थान है। सबसे पहले हम सब धनुषकोड़ी गए। धनुषकोड़ी पूर्व में एक छोटा कस्बा हुआ करता था जो की दिसम्बर 1964 में आये चक्रवात के कारण तहस नहस होकर खंडहर में तब्दील हो गया था। पर्यटल स्थान होने के कारण, धीरे धीरे शहर की रोनक लोट रही है यहां पर हमने धनुषकोड़ी बाजार और धनुषकोड़ी समुन्द्र तट देखे। उसके बाद धनुषकोड़ी लाइट हाउस से रामेश्वरम के चारों तरफ के मनोरम दृश्य का लुत्फ ले पाए हैं। एस मनोरंजन दृश्य शब्दों में वर्णित करना असंभव है। मानो ऐसा लग रहा था कि मैं समुंदर के बीचोंबीच किसी उचाई पर खड़ा हूँ। वहाँ से हम सब आगे बढ़े और भारत देश की अंतिम सड़क जहां खत्म होती है वहाँ पहुंचते हैं। वहाँ कुछ क्षण बिताने के बाद, हम सब कोदंडरामस्वामी मंदिर पौहचते हैं। कहा जाता है कि इसी जगह पर भगवन श्रीराम ने रावण को युद्ध में हराने के बाद विभीषण का राज्याभिषेक किया था। आज की यात्रा यहीं समाप्त करने के बाद हम सब अपने आरामगृह लौट आए। अगली सुबह हमारी यात्रा पुनः शुरू होती है। यहाँ पर हम सब रामेश्वरम मंदिर पहुंच कर सबसे पहले स्फटिक लिंग का दर्शन करना होता है। जिसका दर्शन सुबह 6 बजे तक ही किया जा सकता है। दर्शन के उपरांत हम सब ने अग्नितीर्थ में स्नान करके मंदिर के अंदर स्थापित 22 कुंड का स्नान किए। फिर साफ वस्त्र पहनने के बाद भगवान श्रीराम द्वारा निर्मित शिवलिंग जो की रावण से युद्ध करने के पहले विजय की कामना हेतु भगवान श्रीराम द्वारा बनाया गया था, दर्शन किए। दर्शन करते हुये कब 9:00 बजे गए पता ही न चला।

थोड़ा आराम करने के बाद, रामेश्वरम के बचे हुए स्थलों को देखने के लिये हमारी पुह: यात्रा शुरू हुई। जिसमें हमने गंधमाधन पर्वत पर स्थित रामारपद्ध मंदिर, विलुडी तीर्थम, लक्ष्मण तीर्थम, पंचमुखी हनुमान सुग्रीवर मंदिर, कलाम राष्ट्रीय स्मारक, जड़ तीर्थम और अंत में भूतपूर्व राष्ट्रपति अब्दुल कलाम के घर आकर अपनी यात्रा को विराम दिए। और दिनभर की थकान को चाय की चुसकिओं के साथ समाप्त किए।

कन्याकुमारी

अगले दिने हम सब जल्दी जल्दी तैयार होकर अपने अगले गंतव्य और भारत देश के दक्षिणतम क्षेत्र कन्यकुमारी की ओर प्रस्थान किए।

कन्याकुमारी पहुंचने के बाद हम सब सबसे पहले विवाकनंद रॉक मेमोरियल पहुंचते हैं। यहाँ पहुंचकर असीम शांति का अनुभव होता है। विवाकनंद रॉकमेमोरियल के बगल में ही तमिल साहित्य के सर्वश्रेष्ठ कवि तिरुवालुवर की विशालकाय प्रतिमा के दर्शन होते हैं। यह प्रतिमा दार्शनिक और कवि तिरुवल्लुवर के सम्मान में है। फिर बगल में स्थित कन्यकुमारी मंदिर या भगवती अम्न मंदिर के दर्शन किए जो कि ⁵¹ शक्तिपीठों में से एक है। वहाँ से हम सब कन्याकुमारी सूर्यास्त स्थल पर पहुंचते हैं। जहाँ पर हम सब को निराशा हाथ लगती है, क्योंकि बादलों ने कन्याकुमारी के सूर्यास्त के मनोरम द्रश्य को ओझल कर दिया था। इस के बाद हम सभी ने तिरुपति मंदिर, गांधी मंडपम और भारत माता मंदिर के दर्शन किये। भारत माता मंदिर के अंदर भगवान श्रीराम के जन्म से वापस बैकुंठ धाम का सारा वृत्तान्त चरित्र और लेखन के माध्यम से पूरा किया था।

तिरुवनन्तपुरम

अगली सुबह हमारी यात्रा तिरुवनन्तपुरम के लिए थी। तिरुवनन्तपुरम में स्थित पद्मानाभस्वामी मंदिर के दर्शन करने की इच्छा कई सालों के मन में दबी हुई थी, यहाँ पहुंचकर पद्मानाभस्वामी के दिव्य दर्शन के पश्चात हम सब ने कोवलम तट के मनोरम द्रश्य का आनंद लिया। उसके आगे के स्थलों को देखने के पहले पेट पूजा करने का निर्णय लिया गया, इसके बाद हम सब पूवार द्वीप पहुंचते हैं। यही पर नेय्यार नदी अरब सागर में मिलती है। यहाँ हम सब ने नोकायान के द्वारा पूवार के मनोरंजन द्रश्यों का आनंद लिया। वहाँ से आळिमला शिव मंदिर के दर्शन करते हुए वापिस कन्याकुमारी की ओर बढ़े और रास्ते में हमने शुचिन्द्रम मंदिर के दर्शन किए। यहाँ त्रिदेव (ब्रह्मा, विष्णु और शिव) की एक साथ पूजा की जाती है। यहीं पर हनुमान जी की ²² फुट ऊंची काली ग्रेनाइट शीला से तराशी गई मूर्ति है। वापस आते आते शाम के सात बज चुके थे।

चेन्नई प्रस्थान

अगली सुबह पुनः हमारी यात्रा वापिस अपने आवास और कार्यस्थल चेन्नई की ओर प्रस्थान था। रास्ते में हम सब मदुरै में मीनाक्षी मंदिर के दर्शन करते हुए त्रिच्चि पहुंचे, जहाँ पर हमें रंगनाथ स्वामी और लक्ष्मी जी के दर्शन हुए। घूमते-घूमते पता ही नहीं चला कब शाम के छः बज चुके थे फिर हम सब शाम की चाय और नास्ता करने के बाद सीधे चेन्नई की ओर प्रस्थान करने लगे। अपने घर रात्रि के ¹² बजे तक पहुंचने के बाद, हम सब ने बारी बारी से अपने टैक्सी चालक कार्तिक के आभार व्यक्त किए जो हम सब के साथ रामनाथपुरम से वापिस चेन्नई लौटने तक साथ दिए। इस मनोरम यात्रा को शब्दों में व्यक्त करना असंभव है। परंतु इस रमणीय यात्रा को साझा किए बिना रहा भी नहीं जा सकता था।





मोबाइल फोन का बचपन पर प्रतिकूल प्रभाव

लक्ष्मीनारायण
व लेखा परीक्षक

आज के युग में तकनीकी प्रगति ने हमारे जीवन को बेहद सुविधाजनक बना दिया है। मोबाइल फोन भी इसी तकनीकी प्रगति का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह एक ऐसा उपकरण है जिसने संचार की दुनिया में क्रांति ला दी है। हालांकि, इसके अनेक लाभ होने के बावजूद, इसके कुछ गंभीर नकारात्मक प्रभाव भी हैं, विशेष रूप से बच्चों के लिए।

बचपन वह समय होता है जब बच्चों की मानसिक और शारीरिक विकास की नींव रखी जाती है। इस दौरान उन्हें खेल, शारीरिक गतिविधियां, और सामाजिक संपर्क की आवश्यकता होती है। लेकिन आजकल मोबाइल फोन बच्चों के इस स्वाभाविक विकास में बाधा बन रहा है।

मोबाइल फोन के बढ़ते उपयोग का प्रभाव - मोबाइल फोन के अत्यधिक उपयोग से बच्चों के जीवन पर कई नकारात्मक प्रभाव पड़ रहे हैं। सबसे पहले, इसका सीधा असर उनके स्वास्थ्य पर पड़ता है। मोबाइल स्क्रीन के लंबे समय तक इस्तेमाल से बच्चों की आंखों पर दबाव बढ़ता है, जिससे उनकी दृष्टि कमजोर हो सकती है। इसके अलावा, लंबे समय तक बैठकर मोबाइल का इस्तेमाल करने से बच्चों में मोटापा, पीठ दर्द और अन्य शारीरिक समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं।

दूसरे, मोबाइल फोन के अत्यधिक उपयोग से बच्चों की मानसिक स्थिति पर भी गहरा असर पड़ता है। वे सोशल मीडिया, गेम्स और अन्य ऐप्स के माध्यम से आभासी दुनिया में अधिक समय बिताने लगते हैं, जिससे उनके सामाजिक कौशल और संवाद क्षमता में कमी आती है। वे वास्तविक दुनिया से कटते जाते हैं और मित्रों, परिवार और समाज से दूरी बना लेते हैं।

मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग बच्चों की शिक्षा पर भी प्रतिकूल प्रभाव डालता है। वे अध्ययन के समय भी फोन पर व्यस्त रहते हैं, जिससे उनकी एकाग्रता और अध्ययन की क्षमता में कमी आती है। इसके अलावा, इंटरनेट पर उपलब्ध अनगिनत जानकारीयों के बीच सही और गलत की पहचान करना बच्चों के लिए कठिन होता है, जिससे उनके ज्ञान में भ्रम की स्थिति उत्पन्न हो सकती है।

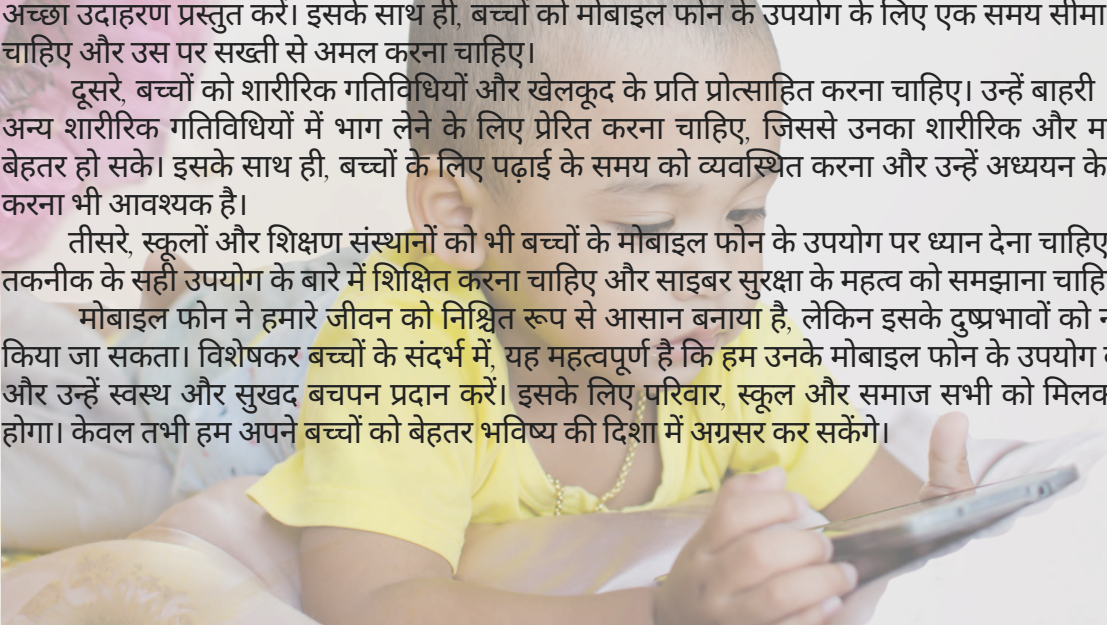
मोबाइल फोन पर उपलब्ध हिंसक गेम्स और अश्लील सामग्री बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव डाल सकती है। ये गेम्स और वीडियो बच्चों के मन में आक्रामकता और हिंसक व्यवहार को बढ़ावा दे सकते हैं। इसके साथ ही, साइबर बुल्लिङ्ग और ऑनलाइन उत्पीड़न जैसी समस्याएं भी बच्चों को मानसिक रूप से कमजोर बना सकती हैं।

बच्चों के बचपन को मोबाइल फोन के दुष्प्रभावों से बचाने के लिए हमें कुछ ठोस कदम उठाने होंगे। सबसे पहले, अभिभावकों को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि वे स्वयं मोबाइल फोन का उपयोग सीमित रखें और बच्चों के सामने एक अच्छा उदाहरण प्रस्तुत करें। इसके साथ ही, बच्चों को मोबाइल फोन के उपयोग के लिए एक समय सीमा निर्धारित करनी चाहिए और उस पर सख्ती से अमल करना चाहिए।

दूसरे, बच्चों को शारीरिक गतिविधियों और खेलकूद के प्रति प्रोत्साहित करना चाहिए। उन्हें बाहरी खेल, योग, और अन्य शारीरिक गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रेरित करना चाहिए, जिससे उनका शारीरिक और मानसिक विकास बेहतर हो सके। इसके साथ ही, बच्चों के लिए पढ़ाई के समय को व्यवस्थित करना और उन्हें अध्ययन के प्रति प्रोत्साहित करना भी आवश्यक है।

तीसरे, स्कूलों और शिक्षण संस्थानों को भी बच्चों के मोबाइल फोन के उपयोग पर ध्यान देना चाहिए। उन्हें बच्चों को तकनीक के सही उपयोग के बारे में शिक्षित करना चाहिए और साइबर सुरक्षा के महत्व को समझाना चाहिए।

मोबाइल फोन ने हमारे जीवन को निश्चित रूप से आसान बनाया है, लेकिन इसके दुष्प्रभावों को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। विशेषकर बच्चों के संदर्भ में, यह महत्वपूर्ण है कि हम उनके मोबाइल फोन के उपयोग को नियंत्रित करें और उन्हें स्वस्थ और सुखद बचपन प्रदान करें। इसके लिए परिवार, स्कूल और समाज सभी को मिलकर प्रयास करना होगा। केवल तभी हम अपने बच्चों को बेहतर भविष्य की दिशा में अग्रसर कर सकेंगे।





दूरदर्शन

रवि कुमार
लेखा परीक्षक

दूरदर्शन की शुरुआत 15 सितंबर 1959 को हुई थी। हफ्ते में सिर्फ तीन दिन आधा-आधा घंटे के विकास एवं शिक्षा से जुड़े कार्यक्रम प्रसारित होते थे। तब इसका नाम टेलीविजन इंडिया हुआ करता था। उस समय सिर्फ 18 इंच टीवी सेट दिल्ली में लगे थे। स्वाभाविक है कि दायरा बहुत सीमित था। आज तो कई कोठियां दिल्ली में ही ऐसी मिल जाएंगी, जहां अब तक वही टीवी सेट लगे हुए है।

कब शुरू हुआ दूरदर्शन - आम जनता तक इस प्रसारण को पहुंचाने का प्रयास साल 1965 में हुआ जब सबसे पहले दिल्ली में प्रसारण शुरू हुआ था। उस समय ब्लैक एंड व्हाइट टीवी सेट हुआ करते थे। उस जमाने में यह आर्थिक रूप से सम्पन्न लोगों के लिए ही था। सामान्य आदमी कौतूहल से इसे देखता जरूर था लेकिन टीवी सेट अपने घर में लगाने के लिए सक्षम नहीं था। विकास की यह यात्रा आगे बढ़ी तो इंडिया टेलीविजन दिल्ली से आगे बढ़ा और इसका पहला पड़ाव मुंबई हुआ, साल था 1972। फिर 1975 में यह चेन्नई और कोलकाता भी पहुंच गया। देश के चारों महानगरों में दूरदर्शन का प्रसारण जरूर शुरू हुआ था लेकिन टीवी सेट सीमित मात्रा में थे और प्रसारण की अपनी सीमाएं थीं।

साल 1975 में टेलीविजन इंडिया का नाम बदल कर दूरदर्शन रखा गया। उस समय टेलीविजन सेट और दूरदर्शन एक-दूसरे के पर्याय हुआ करते थे। कुछ साल यूं ही चलता रहा और फिर साल 1980 में इसे देश के अनेक शहरों तक पहुंचाने की कोशिशें शुरू हुईं, क्योंकि साल 1982 में एशियन गेम्स दिल्ली में होने वाले थे। यह वही समय था जब दूरदर्शन को देश के अन्य हिस्सों में बढ़ाया गया और तकनीकी विस्तार यह हुआ कि टीवी सेट रंगीन आने लगे। यह एक बार फिर कौतूहल का विषय बन गया। एशियन गेम्स को प्रसारण करने बाद 7 जुलाई 1984 को धारावाहिक 'हम लोग' की शुरुआत हुई, जो की घर-घर में लोकप्रिय बन गया। उस समय बहुत बड़ी संख्या में ट्रांसमीटर देश के कोने-कोने में लगाए गए। 'हम लोग' की कहानी मध्यम परिवारों की कहानी थी। लोग खुद को इससे जोड़ पाते थे। यह वही समय था जब टीवी सेट की दुकानें बड़े शहरों से लेकर छोटे-छोटे कस्बों तक में खुलने लगी थीं। कृषि दर्शन दूरदर्शन का सबसे लंबा चलने वाला प्रोग्राम रहा है। भारत-पाक विभाजन को केंद्र में रखकर बना सीरियल 'बुनियाद' ने दूरदर्शन को और लोकप्रिय बना दिया, इसके जरिए टीवी जगत के कलाकार आलोक नाथ, अनीता कंवर, विनोद नागपाल और दिव्या सेठ आदि लोगों के घर-घर में पहुंच चुके थे। उनके लिए लोगों के दिलों में जगह बन गई थी।

रामायण का अहम रोल - इसके बाद आया साल 1986, जब रामानंद सागर कृत रामायण दूरदर्शन पर चलाना शुरू हुआ। रविवार को आने वाले इस प्रोग्राम के समय देश भर में सड़कों पर सन्नाटा होता था। घरों में तैयारियां होती थीं। टीवी सेट की पूजा की जाती थी। उस समय मोहल्ले में एक-दो टीवी सेट बड़े लोगों के यहां लगे होते थे। ऐसे में रविवार को टीवी सेट वाले घरों में प्रायः मोहल्ले के लोगों को रामायण दिखाने की व्यवस्था की जाती थी। इसने लोकप्रियता के सारे कीर्तिमान ध्वस्त कर दिए थे। हालत यह हो गए थे कि इसके कलाकार किसी को कहीं मिलते तो आदमी दंडवत की मुद्रा में होता था। रामायण के प्रसारण के समय लोग यात्रा नहीं करते थे। रही-सही कसर महाभारत ने पूरी कर दी। रामायण-महाभारत के पहले भी टीवी सेट भले ही कम घरों में थे लेकिन इनके कई प्रोग्राम बहुत लोकप्रिय थे। फिल्मी गीतों का प्रोग्राम चित्रहार, भारत एक खोज, व्योमकेश बक्शी, मालगुड़ी डेज, विक्रम-वैताल, फौजी, तमस, अलिफ लैला जैसे अनेक धारावाहिक घर-घर में चर्चा के विषय हुआ करते थे। लेकिन टीवी सेट की बिक्री को जितना कीर्तिमान रामायण ने बना दिए, वह श्रेय किसी और धारावाहिक को नहीं दिया जा सकता है।

तीन साल पहले जब कोरोना लॉकडाउन लगा तो रामायण-महाभारत फिर दिखाए गए और उस समय भी दर्शक संख्या के हिसाब से इन धारावाहिकों ने अपने ही सारे रिकॉर्ड ध्वस्त कर दिए थे। डीडी नेशनल पर रामायण ने विश्व स्तर पर सबसे ज्यादा देखा जाने वाला मनोरंजन कार्यक्रम बनकर विश्व रिकॉर्ड बनाया। 16 अप्रैल 2020 को रात 9 बजे के शो को 77 मिलियन दर्शकों ने देखा। प्रसारण की अवधि के दौरान यह शो 285 मिलियन से अधिक दर्शकों तक पहुंचने में कामयाब रहा। इस तरह दूरदर्शन ने भारत की 'नवकालीन सामाजिक संस्कृति' को ढालने में अपना बहुत बड़ा योगदान दिया। शायद यूं कहें तो ताजुब नहीं होगा कि उन दिनों भारत को एकजुट सोच में बांधने में रेडियो के बाद, 'डी डी' को श्रेय जाता है। आज की स्पर्धात्मक समाचार चैनलों के बीच भी, आधिकारिक और वास्तविक समाचार के लिए दूरदर्शन की ओर ही ताकना पड़ता है, समाज का प्रासंगिक अभिन्न अंग बन चुके है - हमारा अपना दूरदर्शन।



दृष्टिकोण

संजीव कुमार
डाटा एंट्री ऑपरेटर

निश्चित रूप से! महिलाओं का स्वभाव दुनिया की तरह ही विविध और जटिल है। सभी महिलाओं को वर्गीकृत या परिभाषित करने का कोई एक तरीका नहीं है क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति अद्वितीय है। हालाँकि, व्यापक अर्थ में, महिलाओं को विभिन्न गुणों, व्यक्तित्वों और शक्तियों से पहचाना जा सकता है।

महिलाएं अनगिनत प्रकार की होती हैं- मातृत्वपूर्ण, महत्वाकांक्षी, दयालु, लालची, रचनात्मक और भी बहुत कुछ। उनकी प्रकृति को केवल कुछ श्रेणियों तक सीमित नहीं किया जा सकता क्योंकि उनके पास लक्षणों और गुणों का एक विस्तृत स्पेक्ट्रम होता है।

इन विविध लक्षणों के बीच, कुछ नकारात्मक हो सकते हैं, लेकिन यह महत्वपूर्ण है कि इसके आधार पर साधारणीकरण या रूढ़ीबद्ध धारणा न बनाई जाए। जैसे, धोखा देना एक मानवीय गुण है, वह विशेष रूप से महिलाओं तक ही सीमित नहीं है। कुछ व्यक्ति, महिलाएं, विभिन्न कारणों से ऐसे हो सकते हैं। हालाँकि, यह पहचानना महत्वपूर्ण है कि वह सभी महिलाओं का एकल परिभाषित गुण नहीं है। धोखेबाज़ी की शक्ति किसी की भी हो, उसकी हेरफेर करने और भ्रम पैदा करने की क्षमता में निहित है। जो लोग धोखेबाज होते हैं उनमें आकर्षण या चालाक तरीकों से दूसरों को प्रभावित करने की क्षमता हो सकती है। हालाँकि, यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि वास्तविक शक्ति धोखे से नहीं आती है। सच्ची ताकत ईमानदारी, सत्यनिष्ठा और प्रामाणिकता में निहित है।

किसी भी अन्य व्यक्ति की तरह महिलाओं की भी अपनी ताकत और कमजोरियां होती हैं। यह महत्वपूर्ण है कि कुछ महिलाओं के कार्यों के आधार पर निर्णय या साधारणीकरण नहीं किया जाना चाहिए। औरत का सम्पूर्ण जीवन संघर्षमय होता है। चाहे वह बेटी, बहु, पत्नी या फिर माँ। हर रूप में उसे चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। अतः हर परिस्थिति में औरत की इज़्जत करना हमारी मानवीय ज़िम्मेदारी है।

किसी भी इंसान का स्वभाव अच्छा हो या बुरा, उन्हें इज़्जत देना खुद के सभ्य स्वभाव की एक बड़ी पहचान है।

बहुत खूबसूरत होते हैं ऐसे रिश्ते जिन पर कोई हक़ भी न हो और शक भी न हो ।

मोहब्बत बेमिसाल तब होती है, जब चाहने वाला बेशुमार इज़्जत करे।





चाचा जी की गर्जना-हर्ष कुमार

हर्ष कुमार
लेखापरीक्षक

रात में कोई आदमी आप को शुभ रात्रि बोल के जाए और आप की रात बर्बाद हो जाए आप सो ना पाए और सुबह सुबह वही आप को आकर सुप्रभात बोल दे । मुहँ से प्रत्युत्तर में सिर्फ और सिर्फ प्रवचन ही मिलेंगे । खैर शुरू करते है वाकया ... पंडित दीनदयाल उपाध्याय रेलवे स्टेशन दिनांक 15 दिसम्बर, समय 00:45 (आधीरात के) संघमित्रा एक्सप्रेस अपने निर्धारित समय से रेलवे कथनानुसार सिर्फ 90 मिनट लेट थी, हालांकि मैं इसको सिर्फ 1 घंटा 30 मिनट बोलूंगा ।

खैर मेरा सौभाग्य का सूरज रात 1:20 में उदय हुआ और लौह पथ गामिनी का आगमन हुआ, मैं अपने आप को लपेटते हुए, भीड़ के अंदर समेटते हुए एवं भीड़ के द्वारा स्वतः अंदर प्रक्षेपित किया गया। लांचिंग के कुछ ही समय पश्चात जब होश आया तो मैं अपने कोच बी₄ की कक्षा में प्रवेश कर चुका था एवं अपना सॉफ्ट लैन्डिंग स्टॉप बर्थ नंबर 52 नजर आया ही था लेकिन ये क्या उस पर कोई अन्य अपना सेटेलाइट पहले से लैंड करवा चुका था । वह मेरी सीट पर लेटा हुआ था एवं उसकी सीट ए₁ में अपग्रेड हो चुकी थी । ये एक पूर्ण रूप से जवान नर था अब दो नरों के बीच में टेरेटरी की लड़ाई शुरू हो चुकी थी। एक दूसरे को खूब सारी अमृत वाणी सुनाने के बाद भी द्वंद्व युद्ध की शुरुआत नहीं हुई, शुक है मुझे कन्नड नहीं आती थी, और उसको हिंदी ।

बहरहाल टीटीई चाचा आए और उनको दूसरी कक्षा में स्थापित किए । टीटीई चाचा उसको ए₁ में 01:35 को ले कर गए और 01:40 पर वह पूर्ण जवान नर वापस आया और हम से बोला, हे वत्स ! ये सौभाग्य हम तुम्हें प्रदान कर रहे है, इस प्राणी ने इसी बर्थ पर अपनी टेरेटरी मार्किंग कर दी है तो तुम ए₁ में चले जाओ।

अब हम तो ठहरे फकीर, झोला झंडा उठा कर चल दिए ए₁ में पहुंचे तो पहला ख्याल आया 'अरी मोरी मैया' ये कहाँ पहुंच गए, भाई साहब घनघोर सन्नाटे में सफ़ेद रंग की चादर ओढ़े हुए करीने से लेटे हुए लोग कुछ और ही मंजर का अहसास दिला रहे थे ।

खैर ! समय रात के ठीक 02:00 बजे स्थान 'मिर्जापुर स्टेशन' से एक नर प्राणी तशरीफ़ लाए उनको अपनी टेरेटरी की पहचान थी, और इनकी तशरीफ़ हमारे उपर के बर्थ पर था ।

जिंदगी के सब से जहर भरे हुए सफर की शुरुआत अभी हुई । ये प्राणी थोड़े बुजुर्ग थे एवं पेट संबंधी बीमारी (कब्ज) के रोगी भी, किसी बंगाली बाबा का चूर्ण भी खाते होंगे। गाड़ी हल्की सी चली और ए.सी. की ठंडी बोगी में अचानक गरम हवा का बहाव शुरू हुआ । भाई आलम ये था कि 'प्रयागराज' तक आते आते रॉकेट 5 बार प्रक्षेपित हो चुका था ।

कल्पना कीजिए हमारे ठीक ऊपर की बर्थ थी उनकी.. अब बस 'अब बर्दास्त के बाहर हुआ । अब मैं उठा और बहुत तेजी से बोला – “अंकल ! आप नीचे की बर्थ ले लीजिए” । वो झट से नीचे की बर्थ पर कब्जा (कब्ज) जमाए और हम खट से ऊपर की बर्थ पर। अब सुकून !

मैंने झपकी ली ही थी कि अचानक से बोगी के सन्नाटे में बादलों के गरजने की शोर शुरू हो गयी । मैं कच्ची नींद से उठा तो देखा अंकल मूंह खोले हुए गरज रहे है । खरररखुर्र्। अब बताइये इस डबल ढोलकी का मैं क्या करूं?



तुंगनाथ महादेव मंदिर की रोमांचक यात्रा

राहुल लोढ़ा
लेखापरीक्षक

हमारी यात्रा की शुरुआत उदयपुर से ऋषिकेश तक ट्रेन से हुई, जिसमें मैं अपने कॉलेज के दोस्तों के साथ था ट्रेन की खिड़की से बाहर धीरे-धीरे बदलते परिस्थाय को देखना और दोस्तों के साथ हंसी-मजाक ने सफर को बेहद यादगार बना दिया।

ऋषिकेश पहुंचने पर, हमने शाम को त्रिवेणी घाट का दौरा किया और वहां गंगा आरती में शामिल हुए। आरती की भव्यता और दीपों की चमक ने हमें गहराई से प्रभावित किया। अगले दिन, हम बस से शिवपुरी के लिए रवाना हुए, जहां रात हमने एक कैम्प में बिताई। कैम्प की ठंडी हवा, चमकते तारे और रात को गीत, नृत्य और कैम्पफायर के अनुभव को और भी खास बना दिया। सुबह, गंगा नदी में राफ्टिंग का रोमांचक सफर शुरू हुआ, जहां ठंडी लहरों पर राफ्टिंग करते हुए हमने दिल को छू लेने वाले नज़ारे दे।

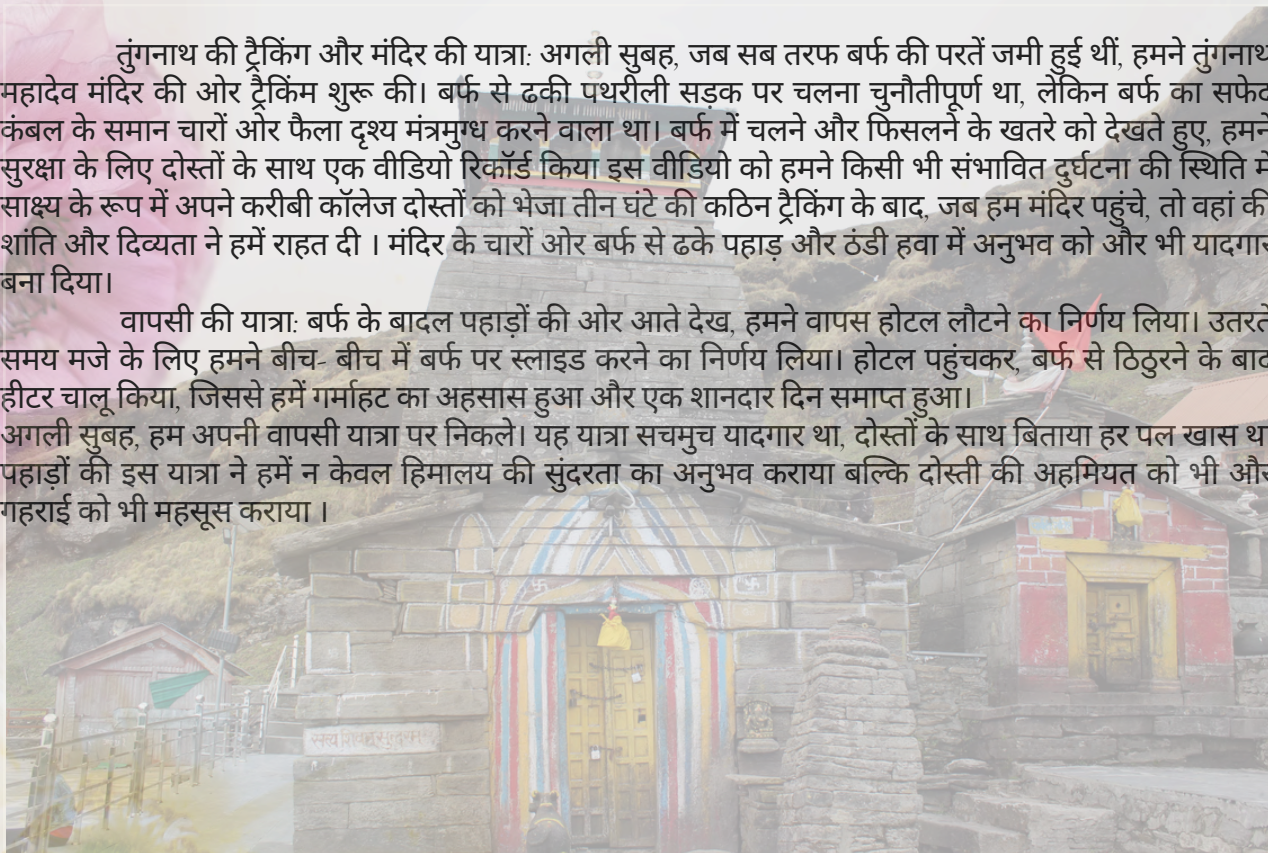
देवप्रयाग और देवोरिया ताल का अनुभव: राफ्टिंग के बाद, हम देवप्रयाग पहुंचे, जहां अलकनंदा और भागीरथी का संगम एक शानदार दृश्य प्रस्तुत करता है। जैसे ही हम वहां पहुंचे, एक गहरी शांति का अहसास हुआ। इन नदियों का मिलन, जो संगम के बाद गंगा के नाम से जानी जाती हैं, नए जीवन की शुरुआत का प्रतीक था। संगम में स्नान करने से हमें ताजगी और मानसिक शांति मिली, और मंदिर की पवित्रता ने इस अनुभव को और भी खास बना दिया।

इसके बाद, हम देवोरिया ताल की ओर बढ़े झील के किनारे स्थित होटल में रात बिताई और सुबह की पहली किरण में, पहाड़ों के बीच गरमागरम पूरी-चना मसाला और ताजे दूध का नाश्ता किया इसके बाद, हम चोपता की ओर रवाना हुए, जहां बर्फ से ढके रास्तों ने जैसे स्वर्ग का अहसास कराया। चोपता पहुंचकर, एक होटल में ठहरने का निर्णय लिया, जहां रात को तापमान लगभग $10-12^{\circ}\text{C}$ था और भारी बर्फवारी ने माहौल को रहस्यमय बना दिया।

तुंगनाथ की ट्रेकिंग और मंदिर की यात्रा: अगली सुबह, जब सब तरफ बर्फ की परतें जमी हुई थीं, हमने तुंगनाथ महादेव मंदिर की ओर ट्रेकिंग शुरू की। बर्फ से ढकी पथरीली सड़क पर चलना चुनौतीपूर्ण था, लेकिन बर्फ का सफेद कंबल के समान चारों ओर फैला दृश्य मंत्रमुग्ध करने वाला था। बर्फ में चलने और फिसलने के खतरे को देखते हुए, हमने सुरक्षा के लिए दोस्तों के साथ एक वीडियो रिकॉर्ड किया इस वीडियो को हमने किसी भी संभावित दुर्घटना की स्थिति में साक्ष्य के रूप में अपने करीबी कॉलेज दोस्तों को भेजा तीन घंटे की कठिन ट्रेकिंग के बाद, जब हम मंदिर पहुंचे, तो वहां की शांति और दिव्यता ने हमें राहत दी। मंदिर के चारों ओर बर्फ से ढके पहाड़ और ठंडी हवा में अनुभव को और भी यादगार बना दिया।

वापसी की यात्रा: बर्फ के बादल पहाड़ों की ओर आते देख, हमने वापस होटल लौटने का निर्णय लिया। उतरते समय मजे के लिए हमने बीच-बीच में बर्फ पर स्लाइड करने का निर्णय लिया। होटल पहुंचकर, बर्फ से ठिठुरने के बाद हीटर चालू किया, जिससे हमें गर्माहट का अहसास हुआ और एक शानदार दिन समाप्त हुआ।

अगली सुबह, हम अपनी वापसी यात्रा पर निकले। यह यात्रा सचमुच यादगार था, दोस्तों के साथ बिताया हर पल खास था पहाड़ों की इस यात्रा ने हमें न केवल हिमालय की सुंदरता का अनुभव कराया बल्कि दोस्ती की अहमियत को भी और गहराई को भी महसूस कराया।





जय श्री कृष्ण

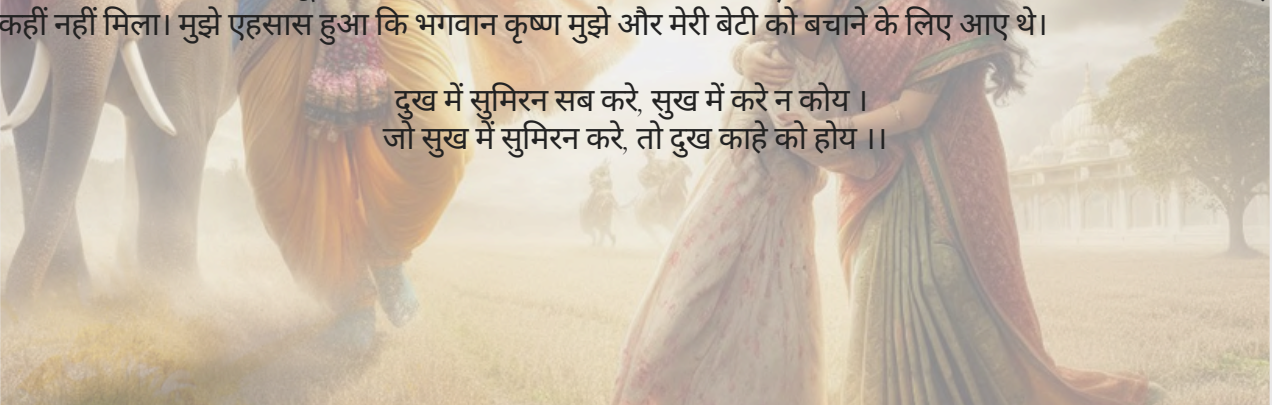
लता राजगोपालन
पर्यवेक्षक

द्वापर युग में भगवान विष्णु ने मानव अवतार भगवान कृष्ण के रूप में लिया था। हम सभी उनकी लीलाओं के बारे में जानते हैं। हालाँकि, उन्हें भी कर्म के प्रभावों का सामना करना पड़ा और त्रेता युग में जारा नामक शिकारी द्वारा चलाए गए तीर से मारा गया, जो भगवान राम द्वारा मारे गए वाली का पुनर्जन्म था। इस संसार को छोड़ने से पहले, भगवान कृष्ण ने अपने भक्त और मंत्री उद्धव से कहा कि वे द्वारका से अपनी मूर्ति लें जो जल्द ही प्रलय से घिर जाएगी और इसे एक उपयुक्त स्थान पर स्थापित कर दें। उद्धव अपने चारों ओर विशाल पानी से घिरे हुए थे और भगवान कृष्ण से उनकी मदद की प्रार्थना में थे। भगवान कृष्ण की मूर्ति जो गहरे पानी में तैर रही थी, भगवान वायु द्वारा उद्धव की ओर लाई गई। फिर उन्होंने देवताओं के गुरु बृहस्पति से संपर्क किया, ताकि उन्हें उपयुक्त स्थान खोजने में मदद मिल सके। वे केरल में परशुराम (विष्णु के 5 वें अवतार) से मिले, जो द्वारका में उसी मूर्ति को ला रहे थे, उन्हें कमल के फूलों से भरी सुंदर झील तक ले गए। भगवान शिव वहां तपस्या कर रहे थे और उन्होंने गुरु और वायु से कहा कि वे झील के पास एक स्थान पर दोनों मूर्तियों को एक साथ स्थापित करें और उस स्थान को "गुरुवायुपुरा" के रूप में जाना जाएगा – (गुरु द्वारा निर्देशित और वायु द्वारा लाया गया)। भगवान शिव और देवी पार्वती मम्मियूर महादेव मंदिर के देवताओं के रूप में मम्मियूर(पास ही में एक जगह) के लिए रवाना हुए। देवताओं के वास्तुकार विश्वकर्मा ने गुरु और वायु के अनुरोध पर कृष्ण मंदिर का निर्माण किया। इसलिए, इस स्थान को गुरुवायूर के नाम से जाने लगा और भगवान का नाम "गुरुवायुरप्पन" पड़ा।

वह प्रभु हैं जो हमें उन सभी बीमारियों और दुखों से ठीक करते हैं जिनसे हम जीवन के विभिन्न चरणों में गुजरते हैं। वे सभी जो पूरी तरह से उनके कमल के चरणों में समर्पण करते हैं, उनके द्वारा गले लगाए जाते हैं जिससे हमारे सभी दुखों का अंत हो जाता है। भागवत पुराण कहते हैं- हमें बस शुद्ध भक्ति के साथ "कृष्ण" को बुलाकर उनका आशीर्वाद प्राप्त करने की आवश्यकता है और वह तुरंत हमें अपने चतुर भुज से सभी पीड़ाओं से बाहर निकालते हैं। "श्रीमद नारायणीयम", मेलपत्तूर नारायण भट्टीथिरी द्वारा लिखित श्री कृष्ण-लीला के बारे में 100 अध्यायों वाली पवित्र पुस्तक है। बार-बार वह मेरे सहित अपने सभी भक्तों को अपने चमत्कार दिखाते रहे हैं। मेरे जीवन में एक छोटा सा चमत्कार हुआ।

मैं अपने परिवार के साथ गुरुवायूर मंदिर गयी तब मेरी बेटी तीन साल की थी। "शीवेली" भगवान कृष्ण का प्रसिद्ध अनुष्ठान है जिसमें उन्हें हाथी पर बैठा कर चक्कर लगावाता है। हाथी विशालकाय और थोड़ा शरारती था, अपनी पूंछ और अपने सिर को चंचलता से हिलाता था। मेरी बेटी भी बहुत शरारती बच्ची तब थी। मुझे उसके साथ तालमेल रखने के लिए दौड़ना पड़ता था। तीसरा फेरा पूरा करने के बाद, हाथी ने खेल-खेल में अपने दाहिनी ओर एक मोड़ लिया और वहाँ, मेरी बेटी उसके लंबे दाँत के ठीक सामने खड़ी थी। हर कोई डर से चिल्ला रहा था और मैं ने बिना कुछ सोचे अपनी बेटी और हाथी के बीच अपने भगवान कृष्ण को पुकारते हुए खुद को रखा। कहीं से भी, सफेद धोती पहने पवित्र दिखने वाला व्यक्ति अपने माथे पर चंदन की टीका के साथ मलयालम में चिल्लाता हुआ आया। हाथी तुरंत अपनी मूल स्थिति में वापस चला गया। मैंने डर के मारे अपनी आँखें बंद कर ली थीं और कुछ क्षणों के बाद, मैंने धीरे-धीरे खोला तो पाया कि मुझे और अपनी बेटी दोनों को उसके द्वारा बचाया गया था। मैं धन्यवाद देने के लिए उस व्यक्ति की खोज करने लगी। लेकिन वह कहीं नहीं मिला। मुझे एहसास हुआ कि भगवान कृष्ण मुझे और मेरी बेटी को बचाने के लिए आए थे।

दुख में सुमिरन सब करे, सुख में करे न कोय ।
जो सुख में सुमिरन करे, तो दुख काहे को होय ॥





जीवन में दोस्तों का महत्व

एल अभिरामी

व लेखापरीक्षा अधिकारी

प्रत्येक व्यक्ति को दोस्तों की आवश्यकता होती है। सुख-दुख बाँटने के लिए हमें दोस्तों की जरूरत है। जब से हम स्कूल जाते हैं, तब से हमें दोस्तों की दोस्ती मिलना शुरू होती है। मेरी जिन्दगी में भी मुझे बहुत सारे अच्छे दोस्त मिले हैं। आज के जमाने में तो दोस्ती को जारी रखने के लिए इंटरनेट मोबाइल सब कुछ है, लेकिन बहुत सालों से पहले ऐसा संचार का साधन बहुत कम था। हम स्कूल या कॉलेज में दोस्तों के साथ बात कर सकते थे।

हमारे घर में तो टोलीफोन भी बहुत देर से ही उपयोग में लाया। हम दोस्तों को उनके घर जाकर मिलते थे। वे भी हमारे घर आते थे। वे सब स्कूल और कॉलेज दोस्तों का अब तक संपर्क में है। जितने भी दोस्त हो, लेकिन कुछ दोस्तों से ही हमारा विचार 100% मिलता जुलता था। वैसे एक दोस्त है मेरी- अलमेलू। अलमेलू और मेरी दोस्ती सिर्फ दो साल के ही थे क्योंकि जब कॉलेज में हमारा एडमिशन एक साल हुआ उसकी पापा ने उसे टीचर ट्रेयनिंग कोर्स में शामिल करवा दिए और मैं बी कॉम पढ़ने लगी। हम दोनों स्कूल में अच्छी तरह पढ़ती थीं और हम दोनों ही हमारे क्लास में पहला और दूसरा रैंक लाते थे। लेकिन हमारे बीच में कभी ईर्ष्या नहीं थी। अगर वो मुझसे अच्छा अंक लाती, तो मैं खुश होती थी और वैसे भी ऐसी ही थी। अभी भी जब मैं अपने घर जाती हूँ, तो उससे मिलती हूँ और हमारा यह प्यारा बंधन हमेशा मजबूत रहेगा। दफ्तर आने के बाद मुझे होस्टल में रहना पड़ा, तो मुझे दो प्यारे दोस्त मिले। एक थी सुगन्या जो अब भी चेन्नै में ही है और एक है सिनी जो चार्टर्ड अकाउंटेंट बनकर बेंगलूरु में है। जब मैं होस्टल में बहुत दुखी होती, ये दोनों ने मेरा बहुत अच्छी तरह से देखभाल करती थीं। ये दोनों मुझे अपना बहन मानती।

मैं ईश्वर को हमेशा धन्यवाद देती हूँ कि ऐसे अच्छे दोस्त मुझे जीवन में मिले। दफ्तर में मुझे कई और दोस्त मिले। जब मैं ई. बी. ऑफिस में काम करती थी, तब मुझे कई दोस्त मिले, वे सब मुझे अपने परिवार का अंग मानते थे। जब मेरी शादी हुई और मैं माँ बननेवाली थी, मेरे माता-पिता चेन्नै नहीं आ पाए क्योंकि वे मेरी दीदी का देखभाल कर रहे थे। दीदी की तबियत भी ठीक नहीं रहती थी और मैं अपने पति के साथ यहाँ रहती थी। किसी के मदद के बिना यहाँ रहना बहुत मुश्किल था। तब मेरे दोस्तों ने मेरा देखभाल अच्छे से किया और मेरे लिए तरह-तरह के खाना भी लाया करती थीं। इन इंसानों की मैं हमेशा ऋणी रहूँगी। परिवार जैसे दोस्त सब को नहीं मिलते हैं। लेकिन मैं भगवान से हमेशा प्रार्थना करती हूँ कि उन दोस्तों और उनके परिवारों को सुखी रखे। कामाक्षी, पुष्पलेन्दी, जयशंकर, कनगराज, राजगोपालन ये सब अब हमारे परिवार के अंग जैसे बन गए हैं। एक कहावत है कि, आपका मित्र वह है जो आपके बारे में सब कुछ जानता है और आपके उसी रूप में आपसे प्यार करता है। ये बात सच है। जिसे हम अपने परिवार के लोगों को बताने में संकोच करते हैं, उन बातों को हम अपने दोस्तों को बता सकते हैं। हमारे दोस्त हमेशा हमारा भला ही चाहेंगे और हमारे प्रगति में हमारे साथ चलेंगे भगवान की कृपा से मुझे ऐसे अच्छे मिले हैं। दोस्तों की वजह से मुझे कभी भी अकेलापन महसूस नहीं हुआ है।

जब मैं ऑडिट-1 से प्रमोशन पर ऑडिट-1 आई, तब तो मुझे ऐसा लगा जैसे मैं विवाह के बाद अपनी ससुराल जा रही हूँ। लेकिन यहाँ भी मुझे कुछ अच्छे दोस्त मिले। अब तो 6 साल हो चुके हैं यहाँ आकर, फिर भी मेरा मन मेरे पिछले ऑफिस की तरफ ही जाता है। मेरे दोस्त मेरी प्रगति में बहुत साथ दिए और नए विषय सीखने के लिए प्रोत्साहित किए। सचमुच वे लोग धन्य हैं जिनके पास सच्चे दोस्त हैं। मैंने अपने दोस्तों से व्यक्तिगत और व्यावसायिक दोनों विषयों पर बहुत कुछ सीखा है। हमें तो जीवन में कभी-कभी कुछ दोस्तों की आवश्यकता होती है जो बिना किसी निर्णय पर पहुँचे और हमारे बारे में बिना कोई राय बनाए हमारी बातों को सुन सकते हों। ऐसे मित्र मिलना वरदान है। मेरे परिवार के तरह मेरे मित्र भी बहुत महत्वपूर्ण हैं। सच्चे दोस्त तो भगवान के आशिर्वाद हैं। प्रार्थना यह आशीर्वाद मुझे जीवन भर मिलें।



कश्मीर की सैर

लक्ष्मीनारायण
व लेखापरीक्षक

अगर धरती पर कोई जन्मत है तो वह यहां है, वह यहां है।। यह वक्तव्य मुगल शासक जहांगीर ने कश्मीर के लिए लिखा था। इस जन्मत को प्रत्यक्ष रूप से देखने का मेरा सपना मेरा बचपन से रहा है। जो आखिरकार मुझे इस साल मुक्कम्मल हुआ जब मई के महीने में मैं अपना बोरिया बिस्तर बांध जन्मत की सैर के लिए रवाना हो गया।

कश्मीर जाने के लिए मैं सबसे पहले दिल्ली पहुंचा। कुछ दिनों तक दिल्ली की भीषण गर्मी में पसीने बहाकर जम्मू की ओर निकल पड़ा। साथ मैं व मेरा मित्र मीर था जो कश्मीर के अनंतनाग जिले से था। रास्ते भर उसने मेरा मनोरंजन अपनी बातों से किया। बस से लगभग दस घंटे का सफर तय करते हुए मैं तड़के सुबह जम्मू पहुंचा। जम्मू पहुंच कर मुझे पहला सदमा यह लगा, जब मोबाईल पर नेटवर्क गायब हो चुका था। मेरे कश्मीरी मित्र ने बताया कि यहां दूसरे राज्य की मोबाइलें काम नहीं करती। जम्मू में हमने एक कार भाड़े पर ले ली और कश्मीर की ओर रवाना हुए। रास्ते के बेहतरीन नजारों को निहारते हुए कब सात घंटा बीत गया पता ही न चल।

कई मोड पर सड़कें बड़ी संकीर्ण थीं। पटल की ओर जाते खाई को देख कालेजा मुह को आ जाता था। भयभीत हो मैं अक्सर आँखें बंद कर कश्मीरी संगीत का आनंद लेता और सर्द हवाओं की मन लुभावन वादियों में खो जाता। रास्ते में गाड़ी एक मिठाई की दुकान में रूकती है। जहाँ हमें कश्मीरी स्पेशल नमकीन चाय भूँजे हुए सत्तु के साथ परोसा गया। हालांकि मुझे ये विचित्र व्यंजन कुछ खास नहीं लगा। पर पेट के चूहे को शांत करने का कोई और तरीका नहीं था। हमने मीर के परिवार के लिए कुछ मिठाईयां खरीदी जो काफी सस्ती और लज़ीज थी। मैंने गौर-फरमाया की यदि कुछ खरीदने के दौरान आपके सौ-पचास रुपए कम पड़ जाते तो दुकानदार सौदा करने से इंकार नहीं करता। कई लंबी सुरंगों से गुजरती हुई गाड़ी जब कश्मीर घाटी में घुस जाती है तो जगह-जगह भारतीय सेना गाड़ी की जांच करते हैं, कश्मीर में अक्सर होते हमले को लेकर मेरे मन में थोड़ी घबराहट और हिचक भी थी, जिसे मैंने जाहिर नहीं किया था।

लगभग दोपहर एक बजे हम कश्मीर के अनंतनाग जिले के नौपुरा गाँव में पहुंचे और खेतों से गुजरते हुए अपने मित्र के घर जा पहुँचे, जहाँ उसके पिता जी और बहन ने हमारी खूब खातीरदारी की। मैंने पाया कि कश्मीर के घर काफी सुंदर होते हैं, अंदर पलंग, सौफे इत्यादि फर्निचर शायद ही देखने को मिले। लोग जमीन पर बिछी मोटी कालीन पर ही सोते थे। चाँदी की बर्तन में मुझे कई लज़ीज पकवान परोसे गए। इतनी स्वादिष्ट बिरयानी मैंने शायद ही पहले कभी चखा हो। शाम को मेरा मित्र मुझे खेतों की सैर पर ले गया। हरे-भरे खेतों की रखवाली दूर से बर्फ से ढके गगन-चुंबी हिमालय पहाड़ कर रहा था। मीर ने मुझे खेतों में उगे कई अनाजों और सब्जियों के पौधों से वाकिफ कराया। नज़ारा इतना मनोरम था कि मुझे वही पर सो जाने का मन कर रहा था। रात होते ही तापमान इतना गिर जाता है कि तीन मोटे कम्बल भी कम पड़ जाते हैं। मीर के पिता जी ने सर्दी से लड़ने के लिए मुझे काँगड़ी दी जो की एक लकड़ी और मिट्टी की बनी हुई टोकरी है जिसमें कोयलो जलाए जाते हैं। इसका इस्तेमाल लोग निजी हीटर के तौर पर करते हैं। जब मुझे कहा गया कि इसे कम्बल के अंदर रखना है तो मेरे होश उड़ गए। मीर के पिता जी ने मुझे आश्चर्य किया कि इससे कोई हादसा नहीं होगा, यहाँ हर कोई कम्बल के अंदर काँगड़ी रख के सोते हैं, पर मैंने काँगड़ी की जगह एक और कम्बल लेना मुनासिब समझा।

अगली सुबह हम पहलगाम की ओर रवाना हो जाते हैं। रास्ते भर झरने का कल-कल पानी हमारे साथ मंडराता फिरता है। चिनार के उँचे घने पेड़ मनोरम फिजा में चार चाँद लगाते दिखे। पहलगाम का सफर हमने टैक्सी और घोड़े से किया। दलदल से भरे पहाड़ी रास्तों में घोड़े कई बार फिसल कर संभलते हुए आगे बढ़े। कुछ घोड़े को नीचे खाई में गिरा देख मैं विचलित हो उठा पर जैसे ही कुलगाम की वादियों में कदम रखा

मुझे जन्मत का द्वारा नजर आ गया। बर्फीले पहाड़ों से घिरे हरी घास को ओढ़ी घाटी के नजारे को बया करने में शब्द कम पड़ जाएगा। वहाँ हमने रोप-ट्रोलि का आनंद लिया। शाम को पहाड़ों से उतर होटल में कमरा लिया जो काफी महंगा था। सौभाग्यवश, एक होटल के मैनेजर से मेरे मित्र की जान पहचान थी जिससे हमें मुफ्त में कमरे मिल गए।

अगले दिन तड़के सुबह हम 'बेताब' घाटी निकल पड़ते हैं जिसका यह अनोखा नाम बेताब फिल्म की शूटिंग के उपरान्त पड़ा। समतल घाटी में शीशे जैसा पारदर्शी पानी किसी कवि की कल्पना समान प्रतीत होता है। ऊपर की पहाड़ियों को जाने के लिए हमने घोड़े का सहारा लिया। टीलों पर पहुँच कर अचानक मेरा घोड़ा बैठ गया और खाई की ओर लौटने लगा। मेरे मित्र ने फौरन मुझे घोड़े के सीट से बंधे पैर को निकाला। आजाद होते ही घोड़ा सरपट नीचे घाटियों की ओर दौड़ पड़ा। मैंने मौत को उस दिन करीब से देखा। शाम को हम अपने मित्र के घर वापस लौटने निकल पड़ते हैं और रास्ते में सिफर रैस्टोरेंट, जहाँ मशहूर फिल्म 'लियो' की शूटिंग हुई थी, के स्वादिष्ट व्यंजन का मजा ले लिये।

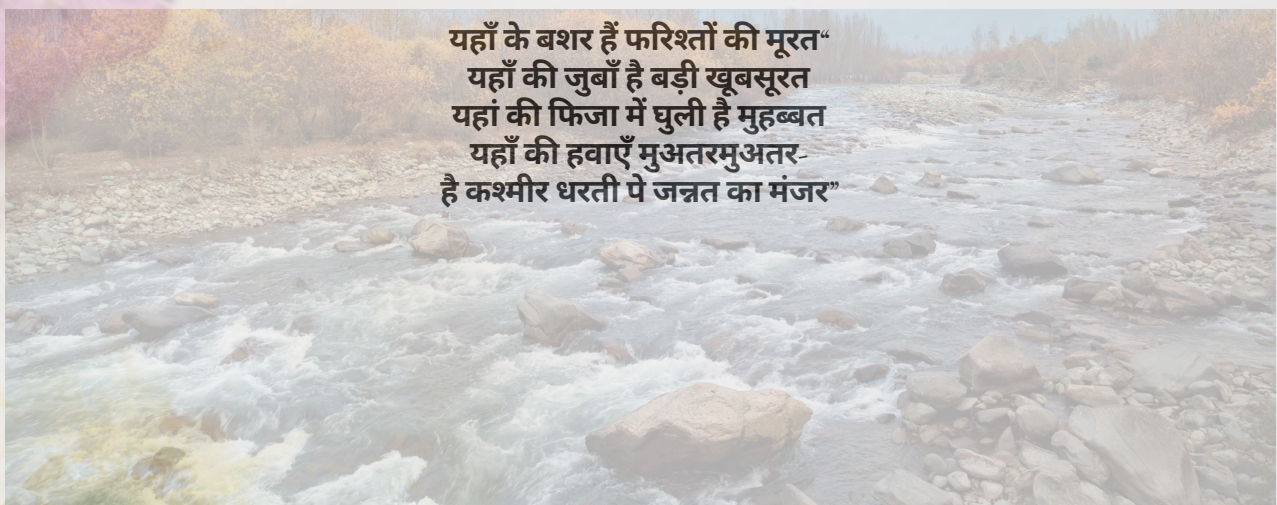
अगले दिन भारी भरकम नाश्ते के बाद हम कश्मीर की राजधानी श्रीनगर की ओर निकल पड़ते जहाँ हम मशहूर लाल चौक पर होटल में ठहरे। श्रीनगर में सबसे पहले हम निशात बाग की सैर पर निकल पड़ते हैं। डल झील के विपरीत झरने और फूलों से लदालद ऐसा मनोरम बाग शायद ही भारत में कहीं और होगा। चिनारों के बीच से बहते झरने और सैकड़ों फूलों की प्रजातियाँ मुगल सम्राट शाहजहाँ ने वाकई-नायाब चीज बनवाई। मन नहीं भरा तो हम शालीमार बाग भी घूमने निकाल पड़े जो कुछ मील दूर था। शालीमार बाग हालांकि निशात बाग से बड़ा है पर मुझे निशात बाग ज्यादा बेहतर लगा। शालीमार बाग, जिसे जहांगीर ने बनवाया था, मुगलों का आश्रय था। इसमें बनी नकाशी से सृजित इमारत मरम्मत के अभाव में जर्जर हो चुकी थी। फव्वारे भी काम नहीं करते थे। इसके बावजूद भी यह बाग बेहत खूबसूरत था। रात के समय डल झील और भी आकर्षित हो जाता है जब रंग बिरंगे प्रकाशों से सज्जित शिकाराओं की छवियाँ झील के पानी को रौशन कर देती थी। वहाँ मैंने गौर किया की अधिकतर पर्यटक दक्षिण भारत, खासकर तमिलनाडू से थे। हमने कई पर्यटकों के समक्ष जब तमिल के दो शब्द कहे तो वो हतप्रभ हो गए।

अगली सुबह जब मैं नाश्ते के लिए बाहर निकला तो मुझे ज्ञात हुआ कि ज्यादातर कश्मीरी नागरिक सीधा दोपहर का भोजन करते हैं सुबह के नाश्ते को छोड़, इस कारणवश ज्यादातर होटल या ढाबे सुबह सुबह बंद रहते हैं। सौभाग्यवश हमें एक ढाबा मिल गया जो खुला था। हालांकि यहाँ रैस्टोरेंट में खाना कुछ महंगा है पर विकल्प के अभाव में जेब ढीली करनी पड़ती है। भोजन का आनंद लेकर हम हज़रतबल दरगाह की ओर खाना हो गए। डल झील को निहारती सफेद संगमरमर से बनी यह दरगाह ताजमहल की याद दिलाती थी। पास में ही हमने एक शिकारे को बुक किया और डल झील की सैर पर निकल पड़े। झील के गहरे पानी में जब शिकार डोलता था, तब रुह कांप जाती थी, पर जब मैं अपने डर पर विजय पाकर शिकार का आनंद लेने लगा तो मुझे एक अलौकिक शांति और सुकून की अनुभूति हुई। सूरज की किरणों में सोने सी चमकती डल झील की तरंगें और सामने ताजमहल जैसी इमारत, जैसे जन्नत ने स्वागत के लिए अपने पट खोल दिये हो। मांझी अपनी मधुर आवाज में कश्मीरी लोक गीत गुनगुना देता तो समा में जैसे चार चाँद लग जाते। शिकारे की सैर के बाद हम कश्मीर विश्वविद्यालय के बेहद खूबसूरत और विशाल प्रांगण में भ्रमण कर वापस अपने होटल में लौट गए।

अगली तड़के सुबह श्रीनगर से मेरी फ्लाइट थी। नम आखों से मैंने कश्मीर को आखिरकार विदा किया। कश्मीर का एक हिस्सा जैसे मेरे रूह में समा गया हो, यह यात्रा मेरे जेहन में एक मधुर याद बन हमेशा के लिए बस गयी है। संक्षेप में कहूँ तो कश्मीर की सुंदरता न केवल प्राकृतिक नजारों में बसी है बल्कि यहाँ के सौम्य एवं सीधे साधे कश्मीरी मूलनिवासियों में भी बसी है। न्यूज चैनल के शोर गुल के विपरीत कश्मीर को मैंने एक शांत और सौहार्दपूर्ण पर्यटन स्थल पाया। यहाँ सबसे बड़ी अगर कोई समस्या है तो वो पर्यटकों द्वारा फैलाई गई गंदगी, हिमालय के सिकुड़ते ग्लेसियर और बढ़ता तापमान जो नई चुनौती के तौर पर उभरा है। अतः सरकार को कश्मीर के पर्यावरण को बचाने हेतु ठोस कदम उठाने होंगे।

अंततः, कश्मीर की सुंदरता को बयान मशहूर कवि आलोक श्रीवास्तव बखूबी करता है-

यहाँ के बशर हैं फरिश्तों की मूरत"
यहाँ की जुबों है बड़ी खूबसूरत
यहाँ की फिजा में घुली है मुहब्बत
यहाँ की हवाएँ मुअतरमुअतर-
है कश्मीर धरती पे जन्नत का मंजर"





असफलता से सीख

आशा रामकृष्णन
सेवानिवृत्त सहा पर्यवेक्षक

थे एक भइया राम हमारे ।
वाक लुभावन और अति प्यारे
एक दिन हमको एक सीख सिखाई
अपनी हार की व्यथा बताई

अंधे की लकड़ी, आँख के तारे
मात-पिता सुत राम बेचारे
भइया से थी उनको बड़े अरमान
पर कहाँ थी इसकी भइया को ज्ञान

तब हुई भइया को अति ग्लानि
पर अब होत क्या पछतानी
तब हुआ भैया को माता-पिता के उम्मीदों का भान
ज्ञान लिया कर खड़ा कान
अगले वर्ष भइया ने लगाया ध्यान
हुए उत्तीर्ण और मैया-बापू का बढ़ाया मान ।

मैं भी रूचि से कथा सुनने को बैठी
थी कथा उनके छुटपन की
बापू थे उनके कानून जानने वाले
मैया बेचारी गृहस्थी संभाले

भइया को अपना जीवन बनाने
और जीवन में नाम कमाने
भेजा मैया ने स्कूल में पढ़ने
पढ़ना छोड़ भइया थे रहते खेल
हुई परीक्षा हो गए फेल !

तब विचलित मैं गई आँखें भींग
मैं भी गई असफलता से सीख ।



कल्याण कक्ष के उत्तम उद्यम



कई अद्भुत चीजें हैं जो कभी संभव नहीं होगी ,
यदि आप उन्हें नहीं करते हैं। - चार्ल्स गिल

कल्याण प्रकोष्ठ में नई पहलों और अच्छी प्रथाओं का संग्रह:

कर्मचारी कल्याण, कार्यालय कार्यों का एक महत्वपूर्ण घटक है। एक कर्मचारी की बीमारी के समय सहायता प्रदान करने के अलावा, कल्याण प्रकोष्ठ बीमारी को रोकने के तरीके के रूप में स्वास्थ्य शिविरों की योजना आयोजित में भी गर्व महसूस करता है। कर्मचारियों की स्वास्थ्य जरूरतों को पूरा करने के अलावा, स्टाफ सदस्यों को उनकी भावनात्मक और मानसिक कल्याण के साथ-साथ उनके समग्र मनोबल में सुधार लाने में मदद करने के लिए अन्य पहलें भी की जाती हैं।

अवलोकन :

- 1 स्वास्थ्य शिविर – आंख जागरूकता शिविर, हृदय स्क्रीनिंग कैंप
- 2 प्राथमिक चिकित्सा और बुनियादी सहायता
- 3 अंगदान जागरूकता कार्यक्रम
- 4 ऑडिट दिवस के दौरान जी सी सी छात्रों के लिए प्रश्नोत्तरी
- 5 जेल बाजार

कल्याणकारी गतिविधियों का कार्यान्वयन :

मदुरै शाखा और पुडुचेरी शाखा कार्यालयों में 13.04.2023 को और चेन्नई में प्र म ले (लेखा परीक्षा-I), प्र म ले (लेखा परीक्षा-II), महानिदेशक (केंद्रीय) के कार्यालयों में 18.04.2023 को आंख जागरूकता शिविर आयोजित किया गया था। “डॉ अग्रवाल” अस्पताल द्वारा आंख का शिविर आयोजित किया गया और मुख्य रूप से आंखों की स्क्रीनिंग के लिए आंखों के दबाव, परीक्षण सेट और ऑटो रिफ्रेक्टोमीटर के परीक्षण पर ध्यान केंद्रित किया गया था। मदुरै , पुडुचेरी शाखाओं में क्रमशः 43 अधिकारियों/स्टाफ सदस्यों व कुल 41 अधिकारियों/स्टाफ सदस्यों और चेन्नई कार्यालय में 141 अधिकारियों/स्टाफ सदस्यों ने शिविर के लाभ उठाए । नेत्र शिविर प्रारंभिक मोतियाबिंद के मुद्दों, और अन्य नेत्र समस्याओं का पता लगाने में सक्षम था।



प्रधान महालेखाकार (ले व हक), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा -I), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा -II), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा -II) और पुडुचेरी, प्रधान लेखा परीक्षा निदेशक (केंद्रीय) और महानिदेशक (आरसीबी एंड केआई), चेन्नई के कार्यालयों के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों के लाभ के लिए कावेरी अस्पताल, चेन्नई द्वारा 18.10.2023 से 20.10.2023 तक एक निः शुल्क कार्डियक स्क्रीनिंग शिविर आयोजित किया गया था। कार्डियक स्क्रीनिंग कैंप में रक्तचाप, ऊंचाई, वजन, यादृच्छिक रक्त शर्करा परीक्षण (आरबीएस), ईसीजी (इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम), कार्डियोलॉजिस्ट परामर्श, इको (जब कार्डियोलॉजिस्ट द्वारा सलाह दी जाती है) और दर्द प्रबंधन परामर्श की जांच शामिल थी। शिविर में सभी तीन लेखापरीक्षा कार्यालयों के कुल 361 अधिकारी/अधिकारी उपस्थित और शिविर से लाभान्वित हुए। 9 अधिकारियों को आगे की जांच और परामर्श के लिए अस्पताल भेजा गया।



अपोलो अस्पताल, चेन्नई द्वारा 10.08.2023 को प्राथमिक चिकित्सा और बुनियादी जीवन सहायता प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया था। इसमें शामिल विषय सीपीआर, स्ट्रोक, आग और जल, सड़क दुर्घटना, विषाक्त, झटका, घाव और रक्तस्राव, सांप के काटने और कुत्ते के काटने थे और महालेखाकार (ले व हक), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा-I), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा-II), महानिदेशक-आरटीआई और प्रधान निदेशक लेखा परीक्षा (केंद्रीय) के कार्यालयों के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों के लिए था। कुछ व्यक्तियों को व्यावहारिक प्रशिक्षण भी दिया गया। एम्बुलेंस सेवाओं के बारे में जानने के इच्छुक अधिकारियों को एम्बुलेंस में ले जाया गया और एम्बुलेंस में फर्स्ट एड किट और उपकरणों के बारे में प्रशिक्षण दिया गया। कार्यक्रम लाइव स्ट्रीम किया गया था और यह यूट्यूब पर उपलब्ध है। बी एल एस कार्यक्रम स्टाफ सदस्यों की प्राथमिक चिकित्सा और प्रारंभिक जीवन सहायता के बारे में जागरूकता बढ़ाने में सफल रहा।

अपोलो अस्पताल, चेन्नई द्वारा 10.08.2023 को प्राथमिक चिकित्सा और बुनियादी जीवन सहायता प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया था। इसमें शामिल विषय सीपीआर, स्ट्रोक, आग और जल, सड़क दुर्घटना, विषाक्त, झटका, घाव और रक्तस्राव, सांप के काटने और कुत्ते के काटने थे और महालेखाकार (ले व हक), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा-I), प्रधान महालेखाकार (लेखा परीक्षा-II), महानिदेशक-आरटीआई और प्रधान निदेशक लेखा परीक्षा (केंद्रीय) के कार्यालयों के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों के लिए था। कुछ व्यक्तियों को व्यावहारिक प्रशिक्षण भी दिया गया। एम्बुलेंस सेवाओं के बारे में जानने के इच्छुक अधिकारियों को एम्बुलेंस में ले जाया गया और एम्बुलेंस में फर्स्ट एड किट और उपकरणों के बारे में प्रशिक्षण दिया गया। कार्यक्रम लाइव स्ट्रीम किया गया था और यह यूट्यूब पर उपलब्ध है। बी एल एस कार्यक्रम स्टाफ सदस्यों की प्राथमिक चिकित्सा और प्रारंभिक जीवन सहायता के बारे में जागरूकता बढ़ाने में सफल रहा।



3 अगस्त 2023 को अंग दान दिवस मनाया गया और कल्याण अधिकारी द्वारा तीनों लेखा परीक्षा कार्यालयों के सभी अधिकारियों/स्टाफ सदस्यों को सार्वजनिक सम्बोधन प्रणाली द्वारा अंग दान की शपथ दिलाई गई। इसके बाद, दोपहर 3:00 बजे से शाम 4:30 बजे तक, डॉ शंकर नारायणन और उनकी टीम द्वारा बिलरोथ अस्पतालों से चेन्नई में सभी आईए और एडी कार्यालयों के कर्मचारियों के बीच जागरूकता पैदा करने के लिए प्रस्तुति दी गई थी। जागरूकता प्रस्तुति में पीपीटी शामिल था जिसके बाद क्यू एंड ए सत्र सफल रहा और मृत्यु के बाद अंगों को दान करने के लिए जागरूकता पैदा की जिसमें अंग/शव का दान शामिल था। कार्यक्रम लाइव स्ट्रीम किया गया था जो यूट्यूब पर उपलब्ध है।

इस कार्यालय में 21.11.2023 को चेन्नई कॉर्पोरेशन स्कूलों के लगभग 60 छात्रों के लिए ऑडिट दिवस 2023 समारोह के संबंध में प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित की गई थी। श्री. जे. राधाकृष्णन, आई ए एस, ग्रेटर चेन्नई कॉर्पोरेशन के आयुक्त, मुख्य अतिथि ने विजेताओं को पुरस्कार प्रदान किया।



राज्य सरकार की पहल को बढ़ावा देने और जेल के कैदियों की सहायता करने के लिए, इस कार्यालय द्वारा 18.04.2023 से 21.04.2023 तक जेल में उनके द्वारा बनाए गए उत्पादों की बिक्री के लिए जेल बाजार आयोजित किया गया था। जेल विभाग द्वारा बेचे जाने वाले उत्पादों को कैदियों द्वारा बनाया जाता है ताकि कैदियों को उनकी रिहाई पर आजीविका कमाने में सक्षम बनाया जा सके और अपराध के रास्ते वापस नहीं जा पाए और गरिमा का जीवन जीया जा सके।



अंत में, कल्याण अनुभाग द्वारा की गई पहलों के कारण बहुत सारी महत्वपूर्ण कार्यों की पूर्ति हुई और कर्मचारियों को अधिक मनोरंजक गतिविधियों में शामिल होने की संभावना की पेशकश की जो उनके समग्र कल्याण में योगदान देते हैं।



भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग
INDIAN AUDIT AND ACCOUNTS DEPARTMENT
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
OFFICE OF THE PRINCIPAL ACCOUNTANT GENERAL (A & E),
जम्मू एवं कश्मीर, श्रीनगर
JAMMU & KASHMIR, SRINAGAR



क्रमांक: प्र.मले. (लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु/2023-24/ 255
02 FEB 2024

दिनांक: 15/12/2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु का कार्यालय,
लेखापरीक्षा भवन, 361, अण्णा साहेब, तेलंगाना, चैन्नई-600018

विषय: हिंदी गृह ई-पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक का प्रेषण।

संदर्भ: प्र.मले. (लेखापरीक्षा-1) हिंदी अनुभाग/ सुमन/14-03/2023-24/15. दिनांक: 12/10/2023

महोदय/ महोदया

संदर्भित पत्र के साथ आपकी पत्रिका 'सुमन' का नवीन अंक प्राप्त हुआ। आपकी पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए हार्दिक शुभकामनाएं एवं इसके प्रेषण के संबंध में आभार स्वीकार करें। विभागीय पत्रिकाएं अपने कार्यालय एवं अपने राज्य की संस्कृति और कार्यप्रणाली का उत्तम चित्रण करती हैं। इनके माध्यम से हमें कार्यालय एवं समाज में हो रही घटनाओं का सुंदर चित्रण प्राप्त होता है। आपकी पत्रिका में संकलित सभी रचनाएं समान रूप से सरल, सहज, रोचक एवं जानकारीपूर्ण होती हैं। इसके अतिरिक्त पत्रिका की साज सज्जा एवं मुद्रण भी अति उत्तम है, जिसके लिए लेखकों एवं संपादक मंडल के सदस्यों को विशेष बधाई।

पत्रिका के सम्पादित संपादक मण्डल के सदस्यों और हिंदी की सार्थकता के लिए प्रयासरत आपकी राजभाषा पत्रिका 'सुमन' के उज्ज्वल भविष्य के लिए हमारी ओर से हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय,

प्रवीण कुमार
14/12/23

सहायक लेखा अधिकारी
(हिंदी कक्ष)

सूचना हेतु
08/12/23

एम. वाई. राजर एवेन्यू रोड, निकट प्रदर्शनी मैदान, श्रीनगर-190009/ M.Y. Rather Avenue Road, Near Exhibition Ground, Srinagar-190009
E-mail: agajammukashmir@cag.gov.in

आपके पत्र



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

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

पत्रांक- हि.अ/ले. व हक/5/पत्रिका प्रतिभा/22-23/ 10/
दिनांक- 22.12.2023

सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (प्रशासन),
महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु,
लेखापरीक्षा भवन, चैन्नई-600018

विषय: हिंदी पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक की अभिलेखित एवं प्रतिक्रिया।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित उक्त विषयक हिंदी गृह पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक का ई-संस्करण की प्रति ईमेल के माध्यम से प्राप्त हुई। सर्वप्रथम इसके लिए सहर्ष आभार व्यक्त करते हैं। राजभाषा हिंदी के विकास में योगदान स्वरूप पत्रिका 'सुमन' का ई-संस्करण डिजिटल रूप में आज सहजता से सभी पाठकों के हमारे पास पहुंच चुका है जो स्वयं में एक विकास क्रांति है। पत्रिका की साज-सज्जा, विषय एवं आवरण पृष्ठ स्वतः ही पाठकों का ध्यान आकर्षित करते हैं। पत्रिका में समाहित सभी रचनाएं न केवल उच्चकोटि की ज्ञानवर्धक, प्रेरणादायी व पठनीय हैं बल्कि सामाजिक पक्षों से जुड़े कई संदेश भी देती हैं। आशा की जाती है कि आपकी राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों को हिंदी की मौखिक लेखन प्रतिभा को बढ़ावा देने में प्रेरक भूमिका निभाएगी।

पत्रिका के उत्तम संपादन हेतु पत्रिका परिहार बधाई के पात्र हैं। पत्रिका के सतत प्रकाशन एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाओं सहित।

भवदीय,

कै.पू. 22/12/2023

हिंदी अधिकारी (हिंदी अनुभाग)

CPR 108
23/12

सूचना हेतु

08/12/23

भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग

कार्यालय - प्र. महालेखाकार (ले.प.-1), ओडिशा, भुवनेश्वर
INDIAN AUDIT AND ACCOUNTS DEPARTMENT
O/o THE PR. ACCOUNTANT GENERAL (AUDIT-1), ODISHA, BHUBANESWAR



सं.- हि.प्रको./पावती(14)/2023-24/ 48

दिनांक- 08.01.2024

सेवा में,

हिंदी अधिकारी

कार्यालय - प्र. महालेखाकार (ले.प.-1)

तमिलनाडु, चैन्नई - 600018

विषय:- हिन्दी वार्षिक पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक की पावती के संबंध में।

महोदय,

आपके कार्यालय की हिन्दी वार्षिक पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक की प्राप्ति हुई, सहर्ष धन्यवाद।

पत्रिका का छायांकन मनमोहक है। पत्रिका की समस्त रचनाएं पठनीय एवं संग्रहणीय हैं। विशेषतः 'वृद्धावस्था एवं सामाजिक सुरक्षा', 'देश-प्रेम', 'निर्वासित' एवं 'मुझे चाँद चाहिए' रचनाएं प्रशंसनीय एवं जानकारीपूर्ण हैं। एक ही पत्रिका में इतने सारे विषयों को समाहित करना सराहनीय है। पत्रिका में समाहित समस्त लेख विचार प्रधान, प्रेरक एवं जीवनोपयोगी हैं।

पत्रिका के सम्पादन एवं संकलन हेतु सम्पादक मण्डल को साधुवाद तथा पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य एवं प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय,

किरिण

हिन्दी अधिकारी

CPR-110
08/01

सूचना हेतु

08/01

(15)



कार्यालय
प्रधान महालेखाकार (ले. व ह.)
हिमाचल प्रदेश, शिमला-171 003
OFFICE OF THE
PRINCIPAL ACCOUNTANT GENERAL (A & E)
HIMACHAL PRADESH, SHIMLA-171 003

सं.0 हि.प्रको./ले.व ह.0/ पत्रिका समीक्षा /2023-24/165

दिनांक 23.11.2023

सेवा में,

हिन्दी अधिकारी,

कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु, चैन्नई

विषय:

आपके द्वारा प्रेषित कार्यालय की वार्षिक हिन्दी ई पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक की ई प्रति की पावती।

महोदय,

उपरोक्त विषय पर आपके द्वारा प्रेषित कार्यालय की वार्षिक हिन्दी पत्रिका 'सुमन' के 30वें अंक की ई प्रति प्राप्त हुई है जिसमें प्रकाशित सभी रचनाएं उत्कृष्ट एवं जानकारीपूर्ण हैं। हिन्दी भाषा की सुवर्णशताब्दी के उद्घाटन हेतु देश-व्यापक प्रयास सार्वजनिक हैं जिसके अन्तर्गत राजभाषा परिहार बधाई का पात्र है।

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

भवदीय,

वर्षा लेखा अधिकारी
(हिंदी कक्ष)

29/1

CPR 89
29/1



सत्यमेव जयते

भारतीय लेखापरीक्षा और लेखा विभाग
महानिदेशक लेखापरीक्षा का कार्यालय
पूर्व तट रेलवे, तीसरी मंजिल, रेल सदन
भुवनेश्वर-751017(ओडिशा)



सत्यमेव जयते
Dedicated to Truth in Public Finance

स. रा. भा. अ. पत्रिका/2023-24

दिनांक-04.12.2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी,
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु,
लेखा परीक्षा भवन, 361, अन्ना सलाई, तेनाम पेट,
चेन्नई-600018
ईमेल :- agautamilnadu1@cag.gov.in

विषय- हिंदी ई-पत्रिका "सुमन" के 30 वें अंक की प्राप्ति के संबंध में।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित हिंदी गृह ई-पत्रिका "सुमन" का 30 वें अंक प्राप्त हुआ, एतदर्थ धन्यवाद। पत्रिका का कलेवर व रुपरेखा अत्यधिक आकर्षक है। इस पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ उत्कृष्ट, ज्ञानवर्धक और रोचक हैं, विशेषकर निम्नलिखित रचनाकारों की रचनाएँ अत्यधिक प्रशंसनीय हैं:-

क्रम	रचनाकार	रचनाएँ
1.	दिनेशचंद्र मीना	प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना
2.	श्वेता तिवारी	पानी खत्म होने को है
3.	दीपा के.वी.	सपने सच होना
4.	हर्ष कुमार	वृद्धावस्था एवं सामाजिक सुरक्षा
5.	लक्ष्मी नारायण प्रसाद	फिल्म समीक्षा (लेकिन-1991)

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

यह पत्र निदेशक लेखापरीक्षा के अनुमोदन से जारी किया गया है।

भवदीया,

Signed by Kirti Shree
Date: 15-12-2023 11:44:12
Reason: Approved

(कीर्ति श्री)
हिंदी अधिकारी

दूरभाष सं.-0674-2303511 ई-मेल:- pdarivecoastr@cag.gov.in / rajbhasha.ecorfy@cag.gov.in



कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी) पंजाब एवं
यू.टी., सेक्टर-17ई, चंडीगढ़ -160017
Office of ACCOUNTANT GENERAL (A & E) PUNJAB &
U.T., Sector-17E, CHANDIGARH - 160017
फैक्स - 0172-2703110, दूर सं. - 2702272, 2702072

75
आज़ादी का
अमृत महोत्सव

क्रमांक - हिंदी कक्षा/समीक्षा/10/2023-24/544

दिनांक-31.10.2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी,
प्रधान लेखापरीक्षा(लेखापरीक्षा-1), तमिलनाडु,
361, तेनामपेट, चेन्नई-600018

विषय - विभागीय हिंदी पत्रिका 'सुमन' के 30^{वें} अंक की पावती के संबंध में।

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका 'सुमन' के 30^{वें} अंक की प्रति प्राप्त हुई। इस पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ रोचक, भावपूर्ण एवं उद्देश्यपूर्ण हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ आकर्षक है।

श्री हर्ष कुमार की 'महिलाओं के विरुद्ध अपराध', श्री लक्ष्मी नारायण प्रसाद की 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस(ए.आई.) और इसका भविष्य' तथा 'मुझे चाँद चाहिए', सुश्री श्वेता तिवारी की 'निर्वासित', श्री दिनेश चंद मीना की 'एक रास्ट एक चुनाव' रचनाएँ विशेष रूप से प्रशंसनीय हैं।

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

भवदीय

वरिष्ठ लेखा अधिकारी/हिंदी

कार्यालय महालेखाकार
(लेखापरीक्षा-1), पश्चिम बंगाल
Office of the Accountant General
(Audit-1), West Bengal



संख्या :- हिंदी कक्षा/पत्रिका/पावती/ 97

दिनांक:- 19/10/2023

18 OCT 2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी,
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-1),
लेखापरीक्षा भवन,
361, अन्ना सलाई, तेनामपेट
चेन्नई- 600018

To,
Hindi Officer,
Office of the Principal Accountant General (Audit-1) Tamilnadu,
Lekha Pariksha Bhavan,
361, Anna Salai, Teynampet
Chennai-600018

विषय: हिंदी गृह ई-पत्रिका "सुमन" के 30^{वें} अंक का प्रेषण के संबंध में।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित हिंदी ई-पत्रिका, 'सुमन' के 30^{वें} अंक के ई-प्रति की प्राप्ति हुई। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ ज्ञानवर्धक एवं रोचक हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ एवं पत्रिका में प्रकाशित छवियाँ उच्चकोटि आकर्षक और मनमोहक हैं। आशा है पत्रिका का कलेवर भी उच्चकोटि का होगा। कविताओं में "पानी खत्म होने को है", "मुझे चाँद चाहिए" एवं लेख में 'वृद्धावस्था एवं सामाजिक सुरक्षा', 'महिलाओं के विरुद्ध अपराध', 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस' इत्यादि अत्यंत भावपूर्ण, ज्ञानवर्धक तथा मन को रू सेने वाली हैं।

आशा करता हूँ कि पत्रिका की गुणवत्ता एवं रचनात्मकता में उत्तरोत्तर प्रगति जारी रहेगी। पत्रिका के उच्चकोटि भविष्य तथा आगामी अंकों के लिए बहुत-बहुत शुभकामनाएँ।

भवदीय,

वरिष्ठ लेखा अधिकारी/हिंदी कक्षा

सी.जी.ओ.कम्प्लेक्स,बी.एफ.ब्लॉक, साइट लेक,कोलकाता- 700 064

3rd MSO Building, 5th Floor, CGO Complex, DF Block, Salt Lake, Kolkata - 700 064.

Phone: (033) 2337-4916; FAX: (033) 2337-7854; e-mail: agauwestbengal2@cag.gov.in

Admn./Hindi/OpiniononHinMagzn/F.No.-47
1265578/2023/ADMN (AG-(A&E)-MADHYA PARADESH)

1/45430 '2023

कार्यालय प्रधान महालेखाकार(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय, मध्य प्रदेश,
लेखा भवन, इनासी रोड, ग्वालियर-474002

क्रमांक:- प्रशासन/हिंदी/अभिमतपत्र.सं.-47/ 362

दिनांक: 18/11/23

सेवा में,

संपर्क अधिकारी (राजभाषा)
कार्यालय प्रधान महालेखाकार(लेखापरीक्षा-1) तमिलनाडु
361, अण्ण सलै, तेनामपेट
चेन्नई- 60018

विषय:- कार्यालय की हिंदी ई-पत्रिका 'सुमन' के 30 वें अंक की पावती एवं अभिमत।

महोदय,

आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'सुमन' के 30 वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, सहर्ष धन्यवाद। है। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ पठनीय, ज्ञानवर्धक एवं रोचक हैं। श्री हर्ष कुमार का लेख 'प्रतिभा पलयन की समस्या'; श्री लक्ष्मी नारायण प्रसाद का लेख 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस(ए.आई.) और इसका भविष्य'; श्री कल्पदीप पणने का लेख 'स्वतंत्र भारत का 75वां वर्ष' एवं श्री दिनेशचंद्र मीना का लेख 'प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना' विशेष रूप से प्रशंसनीय एवं संग्रहीनीय हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ एवं साज-सज्जा अत्यंत आकर्षक एवं मनमोहक है। निम्नलिखित रचना की रचनाओं से सजी आपकी पत्रिका हिंदी कथंन्ययन की दिशा में एक स्वर्णिम प्रयास है। पत्रिका के सफल संपादन हेतु संपादक मंडल को बधाई। पत्रिका की निरंतर प्रगति एवं उच्चकोटि भविष्य हेतु हमारी हार्दिक शुभकामनाएँ।

भवदीय

वरिष्ठ लेखा अधिकारी/प्रशासन

Hindi Officer.

CPR 107/ 08/01

महोदय हेतु
CPR 107/ 08/01

कार्यालय, प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा), बिहार, पटना

सेवा में,

हिन्दी अधिकारी
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा - I), तमिलनाडु
361, अण्णा साहेब, तैमनपेट,
चेन्नई - 600018

विषय: हिन्दी गृह ई - पत्रिका "सुमन" के 30 वें अंक का प्रतिभाव

महोदया/महोदय,

आपके कार्यालय की कार्यालयीन संयुक्त हिन्दी पत्रिका "सुमन" के 30 वें अंक की (ई-प्रति) की प्राप्ति हुई, तदर्थ आभार एवं धन्यवाद।

पत्रिका का आवरण पृष्ठ एवं आंतरिक साज-सज्जा सुंदर एवं प्रशंसनीय है। पत्रिका की समस्त रचनाएँ ज्ञानवर्धक, प्रेरणादायक एवं पठनीय हैं। रचनाकारों को साधुवाद। श्री हर्ष कुमार का लेख "प्रतिभा पलायन की समस्या", श्री लक्ष्मीप्रसाद नारायण का लेख "आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (ए.आई.) और उसका भविष्य", सुश्री शैला तिवारी की कविता "पानी खत्म होने को है", श्री कुलदीप पसने का लेख "स्वतंत्र भारत का 76वां वर्ष: सत्यनिष्ठा से आत्मनिर्भरता", तथा श्री दिनेश चंद्र मीना "एक राष्ट्र एक चुनाव" विशेष रूप से प्रशंसनीय है।

वार्षिक हिन्दी गृह पत्रिका "सुमन" इसी प्रकार निरंतर राजभाषा हिन्दी की प्रगति में अपना योगदान देता रहे, इसी शुभकामना के साथ समस्त रचनाकारों एवं संपादकीय मण्डल को पुनः बधाई एवं आभार।

भवदीय

वरिष्ठ लेखापरीक्षा

अधिकारी/हिन्दी

Signed by Manoj Kumar
Date: 25-10-2023 17:22:16
Reason: Approved



भारतीय लेखा तथा लेखापरीक्षा विभाग
INDIAN AUDIT & ACCOUNTS DEPARTMENT
कार्यालय महालेखाकार वार्षिक लेखापरीक्षा, मुंबई
Office of The Director General of Commercial Audit, Mumbai
C-25, Azadi Bhawan, 8th floor, Bandra - Kurla Complex, Mumbai - 400 051
Telephone: 022-69403800, Email: pdcamumbai@cag.gov.in



सं. डीजीसीए/प्रशा./हिंदी पत्रिका/1057

दिनांक: 08/02/2024

सेवा में,
हिंदी अधिकारी (राजभाषा)
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-I),
तमिलनाडु, चेन्नई-600018

विषय: हिंदी पत्रिका "सुमन" के 30वें अंक के संबंध में।

महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका "सुमन" के 30वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका आवरण पृष्ठ से अंतिम पृष्ठ तक अत्यंत आकर्षक है। पत्रिका में सम्मिलित सभी रचनाएँ रुचिकर एवं ज्ञानप्रद तथा उच्च कोटि की हैं। "निर्वसित", "पानी खत्म होने को है", "महिलाओं के विरुद्ध अपराध", "सपने सच होना", "वृद्धावस्था एवं सामाजिक सुरक्षा", "देश-प्रेम", "डॉ. अब्दुल कलाम", "लघु कथाएं-गिद्ध और छोटी लड़की", "मुझे चांद चाहिए" विशेष रूप से सराहनीय है। पत्रिका में सम्मिलित विभिन्न विषयों से संबंधित रचनाएँ भिन्न-भिन्न विषयों के संबंध में जानकारी प्रदान करती हैं। विभिन्न गतिविधियों से संबंधित छायाचित्रों का प्रस्तुतीकरण सराहनीय है। पत्रिका प्रकाशन के उज्ज्वल भविष्य की कामना के साथ पत्रिका के कुशल संपादन एवं प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं।

भवदीय,

Signed by Vidya
Muralidharan
Date: 08-02-2024 11:45:33

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/प्रशासन

1



भारतीय लेखा तथा लेखापरीक्षा विभाग
INDIAN AUDIT & ACCOUNTS DEPARTMENT
कार्यालय महालेखाकार वार्षिक लेखापरीक्षा, मुंबई
Office of The Director General of Commercial Audit, Mumbai
C-25, Azadi Bhawan, 8th floor, Bandra - Kurla Complex, Mumbai - 400 051
Telephone: 022-69403800, Email: pdcamumbai@cag.gov.in



सं. डीजीसीए/प्रशा./हिंदी पत्रिका/1057

दिनांक: 08/02/2024

सेवा में,
हिंदी अधिकारी (राजभाषा)
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-I),
तमिलनाडु, चेन्नई-600018

विषय: हिंदी पत्रिका "सुमन" के 30वें अंक के संबंध में।

महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका "सुमन" के 30वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका आवरण पृष्ठ से अंतिम पृष्ठ तक अत्यंत आकर्षक है। पत्रिका में सम्मिलित सभी रचनाएँ रुचिकर एवं ज्ञानप्रद तथा उच्च कोटि की हैं। "निर्वसित", "पानी खत्म होने को है", "महिलाओं के विरुद्ध अपराध", "सपने सच होना", "वृद्धावस्था एवं सामाजिक सुरक्षा", "देश-प्रेम", "डॉ. अब्दुल कलाम", "लघु कथाएं-गिद्ध और छोटी लड़की", "मुझे चांद चाहिए" विशेष रूप से सराहनीय है। पत्रिका में सम्मिलित विभिन्न विषयों से संबंधित रचनाएँ भिन्न-भिन्न विषयों के संबंध में जानकारी प्रदान करती हैं। विभिन्न गतिविधियों से संबंधित छायाचित्रों का प्रस्तुतीकरण सराहनीय है। पत्रिका प्रकाशन के उज्ज्वल भविष्य की कामना के साथ पत्रिका के कुशल संपादन एवं प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं।

भवदीय,

Signed by Vidya
Muralidharan
Date: 08-02-2024 11:45:33

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/प्रशासन



भारतीय लेखा तथा लेखापरीक्षा विभाग
INDIAN AUDIT & ACCOUNTS DEPARTMENT
कार्यालय महालेखाकार वार्षिक लेखापरीक्षा, मुंबई
Office of The Director General of Commercial Audit, Mumbai
C-25, Azadi Bhawan, 8th floor, Bandra - Kurla Complex, Mumbai - 400 051
Telephone: 022-69403800, Email: pdcamumbai@cag.gov.in



सं. डीजीसीए/प्रशा./हिंदी पत्रिका/1057

दिनांक: 08/02/2024

सेवा में,
हिंदी अधिकारी (राजभाषा)
कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-I),
तमिलनाडु, चेन्नई-600018

विषय: हिंदी पत्रिका "सुमन" के 30वें अंक के संबंध में।

महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी पत्रिका "सुमन" के 30वें अंक की ई-प्रति प्राप्त हुई, तदर्थ धन्यवाद। पत्रिका आवरण पृष्ठ से अंतिम पृष्ठ तक अत्यंत आकर्षक है। पत्रिका में सम्मिलित सभी रचनाएँ रुचिकर एवं ज्ञानप्रद तथा उच्च कोटि की हैं। "निर्वसित", "पानी खत्म होने को है", "महिलाओं के विरुद्ध अपराध", "सपने सच होना", "वृद्धावस्था एवं सामाजिक सुरक्षा", "देश-प्रेम", "डॉ. अब्दुल कलाम", "लघु कथाएं-गिद्ध और छोटी लड़की", "मुझे चांद चाहिए" विशेष रूप से सराहनीय है। पत्रिका में सम्मिलित विभिन्न विषयों से संबंधित रचनाएँ भिन्न-भिन्न विषयों के संबंध में जानकारी प्रदान करती हैं। विभिन्न गतिविधियों से संबंधित छायाचित्रों का प्रस्तुतीकरण सराहनीय है। पत्रिका प्रकाशन के उज्ज्वल भविष्य की कामना के साथ पत्रिका के कुशल संपादन एवं प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं।

भवदीय,

Signed by Vidya
Muralidharan
Date: 08-02-2024 11:45:33

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/प्रशासन

1







