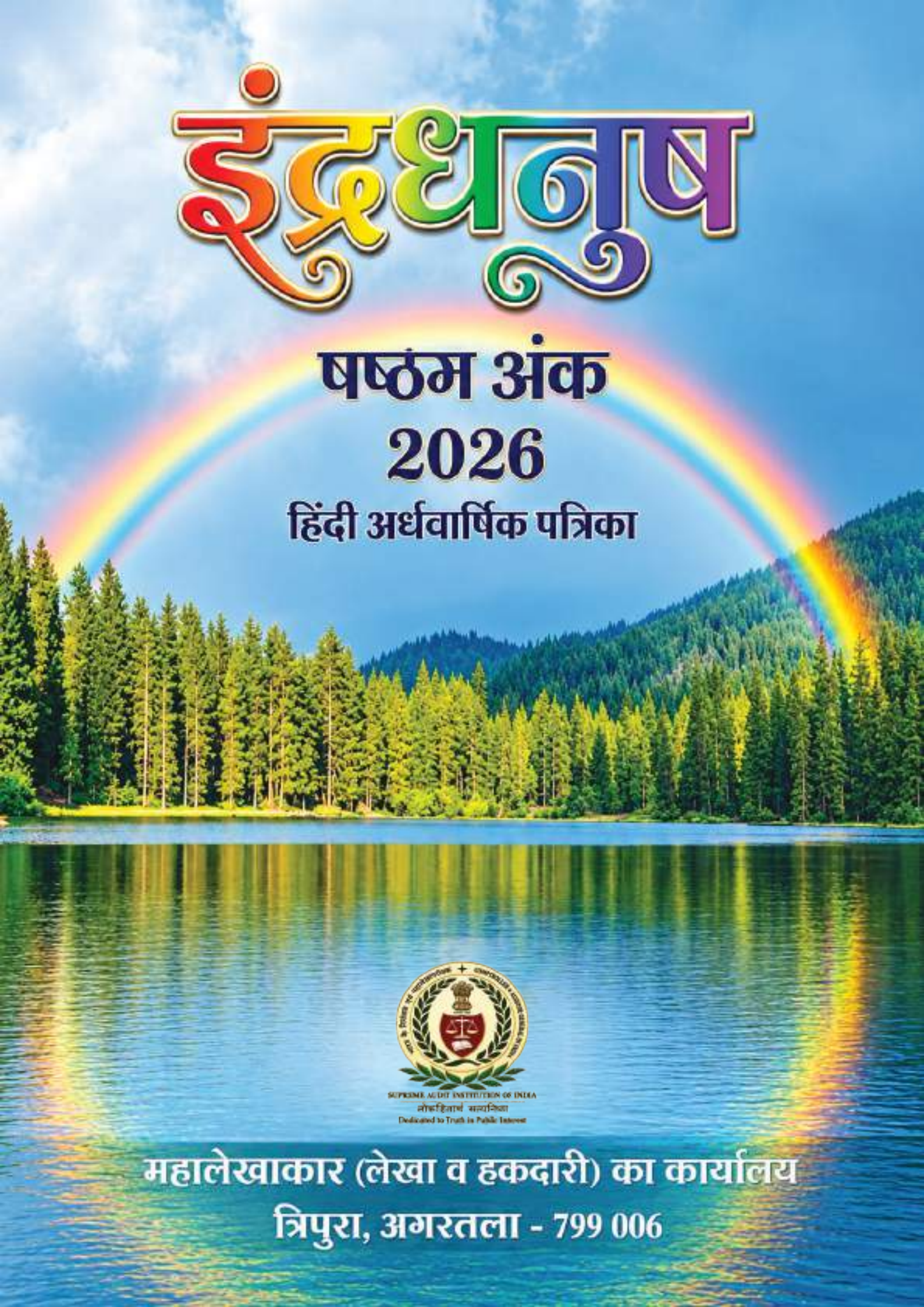


षष्ठम अंक

2026

हिंदी अर्धवार्षिक पत्रिका

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

महालेखाकार (लेखा व हकदारी) का कार्यालय
त्रिपुरा, अगरतला - 799 006

'रानी अनानास'



'रानी अनानास' या 'क्वीन पाइनएप्पल' (**Queen Pineapple**) त्रिपुरा शहर का राज्य फल है। यह अपनी सुनहरी, पीली रंगत, तीव्र सुगंध, अधिक रस और मीठे स्वाद के लिए प्रसिद्ध है। इसे वर्ष 2018 में राष्ट्रपति द्वारा त्रिपुरा का राज्य फल घोषित किया गया था एवं इसे जी. आई. टैग भी प्राप्त है।

इंद्रधनुष

षष्ठम अंक

2026

हिंदी अर्धवार्षिक पत्रिका

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

महालेखाकार (लेखा व हकदारी) का कार्यालय
त्रिपुरा, अगरतला - 799 006

'छबिमुड़ा'



अगरतला से लगभग 76 कि. मी. दूर स्थित अमरपुर त्रिपुरा के पूर्वी अंचल का एक प्रमुख कस्बा है। यह त्रिपुरा राजवंश की पुरानी राजधानी रह चुका है और राजा अमर माणिक्य के नाम से जाना जाता है। अमरपुर के पास बहती गोमती नदी के किनारे 'छबिमुड़ा' (Chabimura) नामक एक प्रसिद्ध ऐतिहासिक स्थल है, जहाँ पहाड़ी की सीधी ढलानों पर बने देवी-देवताओं की मूर्तिकलाएं पर्यटकों के आकर्षण का बड़ा केंद्र हैं।

इंद्रधनुष

षष्ठम अंक

प्रधान संरक्षक

श्री रणेंदु सरकार, महालेखाकार (ले. व हक.)

संरक्षक

सुश्री तनुश्री बिश्वास , वरिष्ठ उप महालेखाकार (ले. व हक.)

संपादक

सुश्री साधना राय, सहायक निदेशक (राजभाषा)

संपादक मण्डल

श्रीमती दीपान्निता दास, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

सुश्री अंकिता कोईरी, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

संपादन सहयोग

श्री हिमांशु खोखर, डीईओ (ग्रेड बी)

मूल्य: राजभाषा के प्रति निष्ठा



अस्वीकरण: "इंद्रधनुष" पत्रिका की रचना राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के प्रयोजन से की गयी है। इसमें निहित लेखों, कविताओं इत्यादि में अभिव्यक्त विचार, सुझाव मूलतः लेखकों के अपने हैं और यह आवश्यक नहीं है कि कार्यालय अथवा संपादक मण्डल इनसे सहमत हों।

आपके पत्र









आपके पत्र



कार्यालय- महालेखाकार (लेखापरीक्षा)-II, महाराष्ट्र, नागपुर
O/o the Accountant General (Audit)-II, Maharashtra, Nagpur







श्री रणेंदु सरकार
महालेखाकार
(लेखा एवं हकदारी)

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



संदेश

हिंदी पत्रिका 'इंद्रधनुष' के षष्ठम अंक को पाठकों के समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अपार हर्ष का अनुभव हो रहा है। इस पत्रिका का प्रकाशन महालेखाकार (लेखा व हकदारी) कार्यालय के कर्मठ और लगनशील अधिकारियों एवं कर्मचारियों के अथक प्रयासों से संभव हो सका है, जिन्होंने कार्यालय में कार्य करते हुए अपनी बहुमुखी साहित्यिक प्रतिभा को सशक्त बनाने के साथ-साथ कार्यालय में हिंदी के वातावरण को बनाए रखने में सहयोग प्रदान किया है, वे सभी बधाई के पात्र हैं।

इस विभागीय पत्रिका के प्रकाशन का मुख्य उद्देश्य राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार में वृद्धि हेतु अधिकारियों एवं कर्मचारियों के हिंदी के प्रति रुझान का विस्तार तथा अपनी भावनाओं को हिंदी के माध्यम से अभिव्यक्त करने की क्षमता का विकास करने हेतु एक मंच प्रदान करना है। भाषा मानव के विचारों को अभिव्यक्त करने का माध्यम है, आपसी संबंधों को जोड़े रखने का साधन है। मैं आशा करता हूँ कि सभी अधिकारीगण एवं कर्मचारीगण भविष्य में अपना अमूल्य योगदान इसी प्रकार देते रहेंगे और हिंदी को अपने साहित्यिक ज्ञान एवं रचनाओं के माध्यम से आगे बढ़ाते रहेंगे।

आर. सरकार

(रणेंदु सरकार)
महालेखाकार (ले. व हक.)

'बारामुरा इको पार्क'



बारामुरा-देवतामुरा आरक्षित वन के किनारे हरे-भरे जंगल में बसे हुये लहरदार पहाड़ियों का मनोरम विस्तार, बारामुरा पर्वत श्रृंखला की तलहटी में स्थित यह पार्क त्रिपुरा राज्य की प्रकृति और लोगों के सामंजस्य की मूल भावना को दर्शाता है। पार्क के ऊपरी इलाकों में आदिवासी बस्तियाँ हैं और मैदानी इलाकों में बंगाली आबादी रहती है। बारामुरा के जंगल पहाड़ियों में फैले लगभग 2500 आदिवासी परिवारों की आजीविका की जरूरतों को भी पूरा करते हैं।

सुश्री तनुश्री बिश्वास
वरिष्ठ उप महालेखाकार
(लेखा एवं हकदारी)

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



संदेश

कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'इंद्रधनुष' के षष्ठम अंक को पाठकों के समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अपार हर्ष का अनुभव हो रहा है। राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार एवं उत्थान के लिए पत्रिका एक सशक्त माध्यम है। यह कार्यालय "ग" क्षेत्र में होते हुए भी, अपने कर्मठ और लगनशील अधिकारियों एवं कर्मचारियों के अथक प्रयासों से इस पत्रिका का प्रकाशन संभव कर सका है। कार्यालय के सभी कार्मिक बधाई के पात्र हैं।

किसी भी उपलब्धि का मूल आधार परिश्रम व दृढ़ इच्छाशक्ति होती है। हमारे रचनाकार इस कसौटी पर खरे उतरे हैं और राजभाषा हिंदी के उत्थान व प्रचार-प्रसार में प्रयासरत हैं। पत्रिका का मूल उद्देश्य अधिकारियों एवं कर्मचारियों की सृजनात्मक शक्ति एवं अभिव्यक्ति कौशल में वृद्धि करना है।

मैं आशा करती हूँ कि सभी अधिकारीगण एवं कर्मचारीगण भविष्य में इसी तरह अपना अमूल्य योगदान देते रहेंगे और हिंदी को अपने साहित्यिक ज्ञान एवं रचनाओं के माध्यम से आगे बढ़ाते रहेंगे।

(तनुश्री बिश्वास)
वरिष्ठ उप महालेखाकार

संपादकीय



राजभाषा हिंदी का प्रचार-प्रसार करना न केवल हम सभी का परम कर्त्तव्य है, अपितु संवैधानिक उत्तरदायित्व भी है। इसी अनुक्रम में महालेखाकार (लेखा व हकदारी), त्रिपुरा, अगरतला के कार्यालय की हिंदी गृह-पत्रिका 'इंद्रधनुष' का षष्ठम अंक आप सभी के समक्ष प्रस्तुत करते हुए हमें अपार हर्ष का अनुभव हो रहा है।

'इंद्रधनुष' पत्रिका के आवरण पृष्ठ एवं पार्श्व पृष्ठ राज्य की सांस्कृतिक विरासत, कला, नृत्य एवं प्राकृतिक सौंदर्य की झलकियाँ प्रदर्शित करते हैं तथा इनसे संबंधित महत्वपूर्ण संक्षिप्त विवरण भी दर्शाते हैं। पत्रिका के इस अंक में कार्यालय के सदस्यों ने उत्साहपूर्वक अपने स्वरचित व मौलिक अनुभवों, संस्मरणों, यात्रा वृत्तांतों, विभिन्न ज्ञानवर्धक लेखों के माध्यम से प्रशंसनीय एवं उल्लेखनीय योगदान प्रदान किया है जिससे उनके लेखन कौशल की सार्थक अभिव्यक्ति हो पायी है।

संपादक मण्डल कार्यालय के सदस्यों का आह्वान करता है कि वे भविष्य में पत्रिका के लिए अधिकाधिक मौलिक रचनाएँ अनवरत रूप से प्रदान करते रहें और आशा करते हैं कि 'इंद्रधनुष' पत्रिका के आगामी अंकों में विभिन्न नये-नये रचनाकार अपनी रचनाओं के माध्यम से इस पत्रिका को और अधिक ज्ञानवर्धक तथा प्रासंगिक बनाने हेतु अपनी भूमिका का निर्वहन कर राजभाषा के विकास में अप्रतिम सहयोग प्रदान करते रहेंगे। पाठकों से निवेदन है कि पत्रिका पर अपनी प्रतिक्रिया अवश्य साझा करें जिससे कि पत्रिका को और अधिक रुचिकर और समृद्ध किया जा सके।

जय हिन्द, जय हिन्दी।

(साधना राय)
सहायक निदेशक/राजभाषा
संपादक

अनुक्रमणिका

क्रम सं.	शीर्षक	रचनाकार	विधा	पृष्ठ संख्या
1.	ऊर्जा संरक्षण: एक नैतिक जिम्मेदारी	सुखेंदु भौमिक, सहायक पर्यवेक्षक	नाट्यकृति	12-13
2.	आधुनिक जीवन में मानसिक स्वास्थ्य	दीपा कर्मकार, लेखाकार	लेख	14-17
3.	मित्र और जीवन	पीयूष प्रभाकर, सहायक लेखा अधिकारी	लेख	18-19
4.	पना संक्रांति – एक यात्रा, एक स्वाद और जीवन का अनमोल पाठ	राहुल कुमार, सहायक लेखा अधिकारी	यात्रा संस्मरण	20-23
5.	काल्पनिक भूत	गौतम कुमार, लेखाकार	कहानी	24-25
6.	बिहार का महापर्व – छठ पूजा	सूरज किशोर, सहायक लेखा अधिकारी	लेख	26-27
7.	माँ शाकुंभरी देवी के दर्शन	गौरव कुमार तोमर, डी. ई. ओ.	यात्रा संस्मरण	28
8.	दुनिया की अजब गजब रोचक बातें	हिमांशु खोखर, डी. ई. ओ.	लेख	29-33
9.	भारत का वर्तमान संकट: आर्थिक चुनौतियाँ, संसाधनों की कमी और आयात पर बढ़ती निर्भरता	किश्लय राज, लेखाकार	लेख	34-36
10.	प्राचीन त्रिपुरा	राजीव कुमार, लेखाकार	कहानी	37-40
11.	एक जादुई यात्रा: खेरेंगबार का दिव्य फूल	दीपान्निता दास, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी	कहानी	41-45
12.	दस रुपये का रहस्य और चाय की चुस्कियाँ	अमित गौरव, सहायक लेखा अधिकारी	कहानी	46-47
13.	सह-अस्तित्व की आवश्यकता	अंकिता कोईरी, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी	लेख	48-51
14.	एक छोटे बीज की यात्रा	आशीष वर्मा, लेखाकार	कहानी	52-54
15.	पहाड़, बादल और अधूरी सी विदाई	केया सरकार, लेखाकार	यात्रा संस्मरण	55-56
16.	वर्तमान में टूटती पारिवारिक और सामाजिक व्यवस्था	राकेश चंद्र श्रीवास्तव, सहायक लेखा अधिकारी	लेख	57-60
17.	राजभाषा संबंधी प्रमुख प्रावधान			61
18.	वर्ष 2025-2026 की कार्यालयीन गतिविधियों की कुछ झलकियाँ			62-68

ऊर्जा संरक्षण: एक नैतिक जिम्मेदारी

सुखेंदु भौमिक
सहायक पर्यवेक्षक

बिट्टू महेश का बेटा है। पाँचवी कक्षा में पढ़ता है। महेश के ऑफिस के नजदीक ही बिट्टू का स्कूल है। एक दिन बिट्टू ऑटो अंकल के साथ अचानक महेश के ऑफिस आया। पहली बार वह अपने पापा के ऑफिस में आया था। टिफ़िन टाइम था, बिट्टू इधर-उधर ढूँढते हुए महेश के पास जा पहुँचा। इसके बाद बाप-बेटे दोनों की आपस में बातचीत के कुछ अंश का वर्णन किया गया है।

बिट्टू: (हैरानी से कमरे के चारों ओर देखते हुए) पापा, क्या मैं अंदर आ सकता हूँ?

महेश: अरे बिट्टू! आओ बेटा, आज स्कूल से जल्दी आ गए।

बिट्टू: जी पापा, आज आधे दिन का स्कूल था।

महेश: चलो बेटा, तुम्हें मेरा ऑफिस घुमाकर दिखा देता हूँ।

बिट्टू: (दूसरे कमरे में घुसकर) लेकिन यहाँ इतनी शोर और ठंडक क्यों है?

महेश: बेटा, यह ऑफिस है, यहाँ काम के लिए ए.सी. और मशीनें चलती रहती हैं।

बिट्टू: पर पापा, मैंने बाहर वाले बड़े कमरे में देखा, वहाँ कोई नहीं बैठा है। लेकिन वहाँ के पाँचों पंखें और तीनों ए.सी. पूरी स्पीड पर चल रहे हैं।

महेश: तो क्या हुआ बेटा? सारे लोग अभी लंच ब्रेक पर गए होंगे। (सहज भाव से) यह सरकारी ऑफिस है बिट्टू, यहाँ यह सब चलता रहता है।

बिट्टू: (गंभीर होकर) पर पापा, घर पर तो आप मुझे ज़रा सी देर के लिए भी लाइट खुली नहीं छोड़ने देते।

महेश: घर की बात अलग है बेटा, वहाँ बिल हमें भरना पड़ता है।

बिट्टू: तो क्या ऑफिस की बिजली मुफ़्त में आती है?

महेश: मुफ़्त तो नहीं, पर इसका भुगतान सरकार करती है, हमारी जेब से नहीं जाता।

बिट्टू: पापा, स्कूल में हमें पढ़ाया गया था कि बिजली कोयले और पानी से बनती है।

महेश: हाँ, वह तो सही है। पर तुम कहना क्या चाहते हो?

बिट्टू: आपने ही कहा था कि संसाधनों को बचाना हमारा कर्तव्य है।

महेश: मैंने कहा तो था, पर यहाँ इतने बड़े ऑफिस में मेरे अकेले बंद करने से क्या होगा?

बिट्टू: यही तो गलत है! अगर हर कोई यही सोचेगा, तो एक दिन दुनिया में अंधेरा छा जाएगा।

महेश: (बिट्टू की समझदारी देखकर थोड़े निरुत्तर होते हुए) तुम शायद सही कह रहे हो।

बिट्टू: पापा, उस खाली कमरे में ठंडी हवा और रोशनी का क्या फायदा जब वहाँ कोई इंसान ही नहीं है?

महेश: कर्मचारी स्विच बंद करना भूल जाते होंगे।

बिट्टू: भूलना तो गलती है, पर देखकर भी अनदेखा करना तो पाप है न?

महेश: (मुस्कुराते हुए) तुम तो आज बड़े दार्शनिक बन रहे हो!

बिट्टू: नहीं पापा, मैं बस आपकी कही बातों को याद कर रहा हूँ। आपने कहा था कि जो देश की संपत्ति है, वह हमारी अपनी संपत्ति है।

महेश: हाँ, यह तो मैंने ही सिखाया था।

बिट्टू: तो क्या यह ऑफिस और यहाँ खर्च होने वाली बिजली देश की संपत्ति नहीं है?

महेश: (सोच में पड़ते हुए) यकीनन है। यह टैक्स के पैसों से आती है।

बिट्टू: फिर इसे बर्बाद करना चोरी करने जैसा क्यों नहीं है?

महेश: तुम बहुत गहरी बात कह रहे हो बिट्टू। मुझे तो...

बिट्टू: पापा, अगर आज हम बिजली बचाएंगे, तभी तो हमारे भविष्य में रोशनी रहेगी। बिजली की बचत ही बिजली का उत्पादन है।

महेश: तुमने ठीक कहा बिट्टू।

बिट्टू: देखिए, उस कोने वाले केबिन में भी लाइट जल रही है और खिड़की खुली है। हम घर में खिड़की खोलकर लाइट बंध रखते हैं, लेकिन यहाँ तो पर्दा डालकर लाइट जलायी जाती है। क्या हम इसे अभी बंद नहीं कर सकते?

महेश: क्यों नहीं! चलो, हम खुद चलकर उन स्विचों को बंद करते हैं।

बिट्टू: (खुशी से) चलिए पापा!

महेश: (खाली कमरों की लाइट और ए.सी. बंद करते हुए) मुझे गर्व है तुम पर।

बिट्टू: अब देखिए पापा, ऑफिस कितना शांत और सुकून भरा लग रहा है।

महेश: और जानते हो, इन कुछ मिनटों में हमने कितनी यूनिट बिजली बचा ली?

बिट्टू: कितनी भी बचाई हो, पर यह शुरुआत तो है। हम चाहते हे तो भविष्य प्रजन्म के लिए ये छोटा सा काम तो कर सकता हूँ। वादा कीजिए पापा, अब आप ऑफिस में भी वैसे ही बिजली बचाएंगे जैसे घर पर बचाते हैं।

महेश: मैं वादा करता हूँ बेटा। आज से मैं इस ऑफिस का 'एनर्जी कैप्टन' हूँ।

बिट्टू: और मैं आपका छोटा सहायक!

महेश: बिल्कुल! चलो तुम्हें ऑटो तक छोड़ देता हूँ।

बिट्टू: बाई... पापा॥

ऊर्जा बचाएं, भविष्य बचाएं।

आधुनिक जीवन में मानसिक स्वास्थ्य

दीपा कर्मकार
लेखाकार

वर्तमान समय में मानसिक स्वास्थ्य केवल एक व्यक्तिगत विषय नहीं रह गया है, बल्कि यह एक व्यापक सामाजिक, प्रशासनिक और नीतिगत मुद्दा बन चुका है। तेज़ी से बदलती जीवनशैली, तकनीकी हस्तक्षेप, बढ़ती प्रतिस्पर्धा और सामाजिक अपेक्षाओं ने मनुष्य के मानसिक संतुलन को गहराई से प्रभावित किया है। आज मानसिक स्वास्थ्य पर चर्चा पहले की तुलना में अधिक खुलकर हो रही है, जो एक सकारात्मक परिवर्तन है। फिर भी, जागरूकता और वास्तविक समझ के बीच अभी भी एक अंतर बना हुआ है, जिसे भरना आवश्यक है।

पिछले एक दशक में मानसिक स्वास्थ्य पर जिस तीव्रता से चर्चा बढ़ी है, वह अपने आप में एक सामाजिक परिवर्तन का संकेत है। पहले यह विषय निजी, छिपा हुआ और अक्सर शर्म से जुड़ा माना जाता था, पर अब यह सार्वजनिक विमर्श का हिस्सा बन चुका है। विश्व स्तर पर विभिन्न संस्थाओं — जैसे विश्व स्वास्थ्य संगठन '(WHO), The Lancet' — जैसी प्रतिष्ठित चिकित्सा पत्रिकाओं, और राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षणों ने यह स्पष्ट किया है कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ केवल व्यक्तिगत नहीं, बल्कि व्यापक सामाजिक और आर्थिक प्रभाव रखने वाली चुनौतियाँ हैं। फिर भी, इस विषय पर लिखे जाने वाले कई लेख अक्सर सतही या 'शैलो' या लघु प्रतीत होते हैं। यह सतहीपन क्यों है, और वास्तविक स्थिति क्या है — इसी का विश्लेषण इस निबंध का केंद्र है।

मानसिक स्वास्थ्य की विकसित होती अवधारणा

अतीत में मानसिक स्वास्थ्य को केवल गंभीर मानसिक रोगों तक सीमित माना जाता था। इसे अक्सर "कमजोरी" या "व्यक्तिगत असफलता" के रूप में देखा जाता था। परंतु आधुनिक शोध और चिकित्सा विज्ञान ने यह स्पष्ट कर दिया है कि मानसिक स्वास्थ्य एक निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है, जो व्यक्ति की भावनाओं, विचारों और व्यवहाँर के संतुलन से जुड़ी होती है।

अब यह समझ विकसित हो रही है कि मानसिक स्वास्थ्य केवल बीमारी की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि यह उस स्थिति को दर्शाता है जहाँ व्यक्ति अपने जीवन के दबावों का सामना करने, उत्पादक रूप से कार्य करने और समाज में योगदान देने में सक्षम हो।

शोध-आधारित वास्तविकता: समस्या की गहराई

विभिन्न अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ तेजी से बढ़ रही हैं। हाल के शोध यह बताते हैं कि अवसाद और चिंता जैसी समस्याएँ वैश्विक स्तर पर तेजी से बढ़ रही हैं। 'द लान्सेट कमिशन ऑन मेंटल हेल्थ' (The Lancet Commission on Mental Health) के अनुसार, मानसिक रोगों का बोझ अब हृदय रोग और कैंसर जैसी बीमारियों के समकक्ष पहुँच रहा है।

इसी प्रकार,'विश्व स्वास्थ्य संगठन' (WHO) की रिपोर्टें यह दर्शाती हैं कि कोविड-19 महामारी के बाद मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं में लगभग 25% तक वृद्धि हुई है। भारत में भी राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण (NIMHANS) के निष्कर्ष बताते हैं कि हर 7 में से 1 व्यक्ति किसी न किसी मानसिक स्वास्थ्य समस्या से प्रभावित है।

इन शोधों से एक बात स्पष्ट होती है — मानसिक स्वास्थ्य अब एक "व्यक्तिगत कमजोरी" नहीं, बल्कि एक संरचनात्मक और सामाजिक समस्या है, जो जीवनशैली, आर्थिक स्थिति, सामाजिक संबंधों और नीतिगत व्यवस्थाओं से गहराई से जुड़ी हुई है। भारत के संदर्भ में भी यह पाया गया है कि बड़ी संख्या में लोग मानसिक स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों का सामना कर रहे हैं, परंतु उनमें से बहुत कम लोग उपचार या परामर्श तक पहुँच पाते हैं। इसका एक प्रमुख कारण जागरूकता की कमी, सामाजिक संकोच, और संसाधनों की सीमित उपलब्धता है।

आज की पीढ़ी: जागरूकता के साथ नई चुनौतियाँ

वर्तमान पीढ़ी मानसिक स्वास्थ्य के प्रति अधिक जागरूक है। वे अपनी भावनाओं को व्यक्त करने और सहायता लेने में पहले की तुलना में अधिक सहज हैं। "सेल्फ-केयर", "मेंटल वेल-बीइंग" और "वर्क-लाइफ बैलेंस" जैसे शब्द अब सामान्य चर्चा का हिस्सा बन चुके हैं।

हालाँकि, इस पीढ़ी के सामने कुछ विशेष चुनौतियाँ भी हैं। डिजिटल दुनिया में निरंतर जुड़े रहने के कारण व्यक्ति को स्वयं के लिए समय निकालना कठिन हो जाता है। सोशल मीडिया पर दूसरों के जीवन से तुलना, लाइक्स और फॉलोअर्स की संख्या से आत्म-मूल्य का निर्धारण, और निरंतर सूचना का प्रवाह मानसिक थकान (mental fatigue) को बढ़ा सकता है।

इसलिए, जहाँ एक ओर जागरूकता बढ़ी है, वहीं मानसिक संतुलन बनाए रखना और भी जटिल हो गया है।

मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के कारण और जोखिम कारक

मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ किसी एक कारण से उत्पन्न नहीं होतीं, बल्कि यह कई कारकों के सम्मिलित प्रभाव का परिणाम होती हैं। जैविक कारकों में मस्तिष्क की रासायनिक संरचना और आनुवंशिक प्रवृत्तियाँ शामिल होती हैं। मनोवैज्ञानिक कारकों में बचपन के अनुभव, आघात, और सोचने का तरीका महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

सामाजिक और आर्थिक परिस्थितियाँ भी अत्यंत प्रभावशाली होती हैं। बेरोजगारी, आर्थिक अस्थिरता, पारिवारिक तनाव, और सामाजिक अलगाव व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त, अनियमित दिनचर्या, अपर्याप्त नींद, और शारीरिक गतिविधि की कमी भी जोखिम को बढ़ाती हैं।

मानसिक स्वास्थ्य की पहचान: केवल भावनाएँ नहीं, व्यवहार भी

मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को पहचानना अक्सर कठिन होता है, क्योंकि इसके लक्षण हमेशा स्पष्ट नहीं होते। लगातार उदासी, चिंता, या चिड़चिड़ापन जैसे भावनात्मक संकेतों के अलावा, व्यवहार में बदलाव — जैसे काम में रुचि का कम होना, सामाजिक दूरी बनाना, निर्णय लेने में कठिनाई, और ऊर्जा की कमी — भी महत्वपूर्ण संकेत होते हैं।

यह समझना आवश्यक है कि हर व्यक्ति में लक्षण अलग-अलग रूप में प्रकट हो सकते हैं। इसलिए, किसी भी असामान्य या लंबे समय तक बने रहने वाले बदलाव को गंभीरता से लेना चाहिए।

मानसिक स्वास्थ्य और कार्यस्थल: विशेष रूप से सरकारी कार्यालयों का संदर्भ

कार्यस्थल व्यक्ति के जीवन का एक बड़ा हिस्सा होता है, और इसका मानसिक स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव पड़ता है। सरकारी कार्यालयों में कार्य की प्रकृति — जैसे समयबद्धता, उत्तरदायित्व, और प्रक्रियात्मक जटिलताएँ — कई बार मानसिक दबाव उत्पन्न करती हैं।

अक्सर यह देखा गया है कि मानसिक स्वास्थ्य को कार्यस्थल पर प्राथमिकता नहीं दी जाती, विशेषकर सरकारी तंत्र में। कर्मचारियों से अपेक्षा की जाती है कि वे बिना किसी मानसिक कठिनाई के निरंतर कार्य करते रहें। यह दृष्टिकोण न केवल अव्यावहारिक है, बल्कि दीर्घकालिक रूप से हानिकारक भी हो सकता है।

एक स्वस्थ कार्यालयीन वातावरण केवल कार्य निष्पादन को ही नहीं, बल्कि कर्मचारियों की संतुष्टि और समग्र उत्पादकता को भी प्रभावित करता है।

कार्यालयीन वातावरण का प्रभाव और सुधार की दिशा

कार्यालय का वातावरण — जैसे सहकर्मियों के साथ संबंध, वरिष्ठों का व्यवहार, और कार्य का दबाव — मानसिक स्वास्थ्य को सीधे प्रभावित करता है। यदि वातावरण सहयोगात्मक, पारदर्शी और संवादपूर्ण हो, तो कर्मचारी अधिक सहज और संतुलित महसूस करते हैं। इसके विपरीत, यदि वातावरण तनावपूर्ण या असहयोगात्मक हो, तो यह मानसिक थकान और असंतोष को बढ़ा सकता है।

इस दिशा में सुधार के लिए कुछ व्यावहारिक कदम उठाए जा सकते हैं, जैसे मानसिक स्वास्थ्य पर नियमित जागरूकता कार्यक्रम, काउंसलिंग सुविधाओं की उपलब्धता, और कर्मचारियों के लिए एक ऐसा मंच जहाँ वे बिना संकोच अपनी समस्याएँ साझा कर सकें।

इसके अतिरिक्त, कार्य और व्यक्तिगत जीवन के बीच संतुलन बनाए रखने के लिए अनुकूल नीतियाँ, पर्याप्त अवकाश और कार्यभार का उचित वितरण भी आवश्यक है।

जागरूकता और आत्म-देखभाल का महत्व

मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता केवल नीतियों या संस्थानों तक सीमित नहीं होनी चाहिए, बल्कि यह प्रत्येक व्यक्ति के दैनिक जीवन का हिस्सा बननी चाहिए। आत्म-देखभाल (self-care) का अर्थ केवल विश्राम करना नहीं है, बल्कि अपने मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य का नियमित ध्यान रखना है।

नियमित दिनचर्या, पर्याप्त नींद, संतुलित आहार और शारीरिक गतिविधि मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने में सहायक होते हैं। इसके साथ ही, अपनी भावनाओं को समझना, उन्हें व्यक्त करना, और आवश्यकता पड़ने पर सहायता लेना भी उतना ही महत्वपूर्ण है।

यह भी आवश्यक है कि समाज में मानसिक स्वास्थ्य को लेकर जो संकोच और पूर्वाग्रह हैं, उन्हें धीरे-धीरे समाप्त किया जाए ताकि लोग बिना डर के अपनी समस्याओं के बारे में बात कर सकें।

भारत में मानसिक स्वास्थ्य हेतु सरकारी पहल और वर्तमान आवश्यकता

भारत में मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में सरकार ने कई महत्वपूर्ण पहलें की हैं, जिनका उद्देश्य इस विषय को मुख्यधारा में लाना और सेवाओं को सुलभ बनाना है। राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (NMHP) के माध्यम से सेवाओं का विस्तार किया गया है, जबकि जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (DMHP) जिला स्तर तक उपचार और परामर्श उपलब्ध कराता है। इसके साथ ही किरण हेल्पलाइन और टेली-मानस (Tele-MANAS) जैसी 24×7 सेवाएँ तत्काल सहायता प्रदान करती हैं, वहीं मनोदर्पण पहल छात्रों और शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान देती है। मानसिक स्वास्थ्य देखभाल अधिनियम, 2017 ने मानसिक स्वास्थ्य को एक अधिकार के रूप में स्थापित किया है।

सरकारी कर्मचारियों के लिए भी केंद्रीय सरकार स्वास्थ्य योजना (CGHS) के अंतर्गत मनोचिकित्सा सेवाएँ, तनाव प्रबंधन कार्यशालाएँ और कर्मचारी सहयोग कार्यक्रम (Employee Assistance Programme) जैसी व्यवस्थाएँ उपलब्ध हैं।

हालाँकि, आज की तेज़ रफ्तार और डिजिटल जीवनशैली को देखते हुए ये प्रयास अभी पर्याप्त नहीं हैं; बदलती पीढ़ी की आवश्यकताओं के अनुरूप अधिक नवाचारपूर्ण, तकनीक-आधारित और संस्थागत स्तर पर सशक्त पहलें समय की मांग हैं।

निष्कर्ष

मानसिक स्वास्थ्य आज के समय की एक वास्तविक और महत्वपूर्ण चुनौती है, जिसे केवल सतही स्तर पर समझना पर्याप्त नहीं है। शोध और अनुभव दोनों यह दर्शाते हैं कि यह विषय गहराई और संवेदनशीलता की मांग करता है।

जागरूकता बढ़ना एक सकारात्मक संकेत है, परंतु इसके साथ-साथ ठोस कदम उठाना भी आवश्यक है —चाहे वह व्यक्तिगत स्तर पर हो, कार्यस्थल पर या नीतिगत स्तर पर। विशेष रूप से कार्यालयों में, जहाँ बड़ी संख्या में लोग कार्यरत हैं, मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देना समय की आवश्यकता है।

एक ऐसा समाज और कार्य वातावरण, जहाँ मानसिक स्वास्थ्य को सम्मान और महत्व दिया जाता है, न केवल अधिक उत्पादक होता है, बल्कि अधिक मानवीय और संतुलित भी होता है। यही दिशा हमें एक स्वस्थ भविष्य की ओर ले जा सकती है।



मित्र और जीवन

पीयूष प्रभाकर
सहायक लेखा अधिकारी

मनुष्य के जन्म से लेकर उसके प्राण त्यागने तक का समय निरंतर संघर्षों और अनुभवों का समुच्चय होता है। जीवन के अलग-अलग पड़ावों में हर व्यक्ति विभिन्न प्रकार के संघर्षों से गुजरता है, किंतु इन सबके बीच उसका जीवन हर्ष और उल्लास से भी भरा रहता है। इसका एक प्रमुख कारण होता है — मित्र, सखा, जो हर परिस्थिति में साथ निभाते हैं, हर धूप-छाँव में ढाल बनकर खड़े रहते हैं।

यह कहानी है एक छोटे से गाँव में पले-बढ़े, अपने माता-पिता के दुलारे एक साधारण से लड़के 'अमित' की। अमित पढ़ाई से लेकर खेल-कूद तक किसी भी क्षेत्र में अव्वल नहीं था। उसका मन पढ़ाई में बिल्कुल नहीं लगता था, लेकिन उसे क्रिकेट खेलने का बहुत शौक था। वह हर संभव कोशिश करता कि वह एक अच्छा खिलाड़ी बने। उसके सभी दोस्त किसी न किसी खेल में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते थे, जिससे अमित अक्सर खुद को उनसे पीछे महसूस करता था। कई बार वह निराश भी हो जाता, लेकिन उसके दोस्तों ने कभी उसका साथ नहीं छोड़ा। वे उसे हमेशा प्रोत्साहित करते और कहते — "अमित, कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती।"

एक दिन गाँव में क्रिकेट प्रतियोगिता का आयोजन हुआ। अमित के सभी दोस्त उसमें भाग ले रहे थे, लेकिन अमित खुद को उस लायक नहीं समझ रहा था। तभी उसके सबसे अच्छे मित्र ने उसका हाथ पकड़कर कहा, "अगर तुम मैदान में नहीं उतरे, तो जीतने का मौका कैसे मिलेगा? " उन शब्दों ने अमित के भीतर आत्मविश्वास जगा दिया। उसने टीम में शामिल होने का फैसला किया। शुरू में वह थोड़ा घबराया हुआ था, लेकिन उसके दोस्तों ने हर कदम पर उसका हौसला बढ़ाया। मैच शुरू हुआ। अमित को शुरुआत में बल्लेबाज़ी का मौका नहीं मिला, लेकिन जब टीम मुश्किल में फँस गई, तब उसे मैदान में उतरना पड़ा। उसके हाथ कांप रहे थे, दिल तेज़ धड़क रहा था। लेकिन जैसे ही उसने अपने दोस्तों की तरफ देखा, उनकी आँखों में भरोसा साफ दिखाई दे रहा था। पहली कुछ गेंदों पर वह रन नहीं बना पाया, लेकिन उसके दोस्तों ने ताली बजाकर उसका उत्साह बढ़ाया। धीरे-धीरे उसका आत्मविश्वास लौट आया। उसने एक-एक रन बनाना शुरू किया और फिर अचानक एक शानदार चौका जड़ दिया। पूरा मैदान तालियों से गूंज उठा।

अमित ने उस दिन बहुत बड़ा स्कोर तो नहीं बनाया, लेकिन उसने अपनी टीम को जीत के करीब पहुँचा दिया। आख़िरकार उसकी टीम ने मैच जीत लिया। सभी दोस्त खुशी से झूम उठे और अमित को कंधों पर उठा लिया। उस दिन अमित ने समझा कि असली जीत सिर्फ मैच जीतने में नहीं, बल्कि अपने डर को हराने और अपने दोस्तों के भरोसे पर खरा उतरने में है। उसने अपने मित्रों से कहा — "आज अगर मैं कुछ कर पाया हूँ, तो सिर्फ तुम्हारी वजह से। तुम लोग ही मेरी असली ताकत हो।" उसके दोस्त मुस्कुराए और बोले — "दोस्ती में 'धन्यवाद' नहीं होता, बस साथ होता है।"

अक्सर खेल के मैदान की जीत हमारे मस्तिष्क के उस हिस्से को सक्रिय कर देती है, जो हमें चुनौतियों से लड़ना सिखाता है। अमित के साथ भी यही हुआ। मैदान की उस जीत ने अमित के भीतर के उस डर को हमेशा के लिए दफन कर दिया था कि "वह कुछ नहीं कर सकता।" खेल के मैदान की उस जीत ने अमित के मस्तिष्क के उन बंद दरवाजों को खोल दिया था, जहाँ केवल डर का वास था। अब जब वह पढ़ने बैठता, तो उसे अपनी वही पुरानी घबराहट महसूस नहीं होती थी। उसने महसूस किया कि जैसे क्रिकेट में 'नेट प्रैक्टिस' ज़रूरी है, वैसे ही गणित के सवालों के लिए 'अभ्यास' अनिवार्य है। जिस एकाग्रता (Focus) के साथ वह गेंद पर नज़र रखता था, वही एकाग्रता अब वह अपनी किताबों पर लगाने लगा। उसके दोस्तों ने इसमें भी उसका पूरा साथ दिया। वे केवल खेलने के साथी नहीं रहे, बल्कि

'स्टडी पार्टनर' भी बन गए। जब भी अमित किसी कठिन अध्याय में अटकता, उसके दोस्त कहते — "अमित, याद करो उस मैच की आखिरी गेंद। जब वहाँ हार नहीं मानी, तो यहाँ इस सवाल से कैसे हार सकते हो?"

वर्षों बाद, अमित और उसके दोस्त अब केवल खेल के मैदान के साथी नहीं थे, बल्कि जीवन के अलग-अलग मोर्चों पर संघर्ष कर रहे वयस्क थे। कोई शहर में नौकरी कर रहा था, तो कोई गाँव में खेती-बारी संभाल रहा था। अमित ने भी एक छोटी सी नौकरी पकड़ ली थी, जीवन पटरी पर लौट ही रही थी कि नियति ने उसकी ज़िंदगी में एक नया 'संघर्ष' खड़ा कर दिया। अमित के पिता की तबीयत अचानक गंभीर रूप से खराब हो गई और अस्पताल के खर्चों ने उसे मानसिक और आर्थिक रूप से तोड़ दिया। अस्पताल की सफेद दीवारें, दवाइयों की गंध और खाली होते बैंक बैलेंस ने अमित को भीतर से तोड़ दिया। वह फिर से उसी पुराने अमित की तरह खुद को अकेला और असहाय महसूस करने लगा। उसे लगा कि वह अपनी जिम्मेदारियों के बोझ तले दब जाएगा। तभी एक शाम, उसके पुराने कमरे की कुंडी खटकी। सामने उसके वही तीन-चार दोस्त खड़े थे, जो बचपन में उसे क्रिकेट मैदान में खींच कर ले जाते थे।

"क्या हुआ अमित? क्या फिर से घबरा रहे हो कि मैदान में उतरें या नहीं?" उसके सबसे पुराने मित्र ने मुस्कुराते हुए वही पुराना संवाद दोहराया। अमित की आँखों में आँसू आ गए। उसे पता चला कि उसके दोस्तों को जैसे ही खबर मिली, वे अपनी-अपनी व्यस्तताओं को छोड़कर उसके पास पहुँच गए। उन्होंने न केवल पैसों का इंतजाम किया, बल्कि बारी-बारी से अस्पताल में अमित के साथ रातें भी जागीं। एक रात, अस्पताल के बरामदे में चाय पीते हुए अमित ने कहा — "बचपन में तुमने मुझे खेल जीतना सिखाया था, आज तुमने मुझे ज़िंदगी की जंग में हारने से बचा लिया। मैं कैसे चुकाऊँगा यह सब?" उसके दोस्त ने उसके कंधे पर हाथ रखा और कहा — "अमित, दोस्ती कोई 'बैलेंस शीट' नहीं होती जहाँ लेन-देन का हिसाब रखा जाए। हम वो लोग हैं जिन्होंने धूल में साथ खेलकर अपनी जड़ें एक-दूसरे से जोड़ ली हैं। अगर एक पेड़ को हवा के झोंके हिलाएंगे, तो सहारा तो दूसरी टहनियों को ही देना होगा न?"

उस पल अमित को समझ आया कि रिश्ते केवल साथ हँसने के लिए नहीं, बल्कि साथ मिलकर 'अकेलेपन' को हराने के लिए होते हैं। अमित के पिता ठीक होकर घर लौटे, और अमित का आत्मविश्वास एक बार फिर लौट आया। जीवन के हर संघर्ष में, अगर सच्चे मित्र साथ हों, तो हर मुश्किल आसान हो जाती है। सच्ची सफलता केवल पद या प्रतिष्ठा में नहीं, बल्कि उन चंद लोगों को कमाने में है जो आपकी खामोशी को भी पढ़ सकें।

आज भी जब अमित किसी मुश्किल में होता है, तो वह डरता नहीं है। उसे पता है कि उसके पास एक ऐसी टीम है, जो उसे कभी 'रिटायर्ड हर्ट' नहीं होने देगी।

जीवन का सार यही है —

संघर्ष अनिवार्य है, पर मित्रों का साथ उस संघर्ष को एक सुंदर यात्रा बना देता है।



पना संक्रांति – एक यात्रा, एक स्वाद और जीवन का अनमोल पाठ

राहुल कुमार
सहायक लेखा अधिकारी

पिछले वर्ष की एक साधारण-सी प्रतीत होने वाली यात्रा ने मेरे जीवन में एक असाधारण अनुभव जोड़ दिया। मैं ओडिशा (भूवनेश्वर) गया था — बस यूँ ही, रोज़मर्रा की भागदौड़ से कुछ पल दूर बिताने के लिए। मुझे क्या पता था कि यह यात्रा केवल स्थान बदलने की नहीं, बल्कि सोच बदलने की यात्रा बन जाएगी।

संयोग से, जिस समय मैं वहाँ पहुँचा, पूरा राज्य उत्सव में डूबा हुआ था। लोग एक-दूसरे को शुभकामनाएँ दे रहे थे, घरों के बाहर सजावट थी, और हर चेहरे पर एक अनोखी चमक थी। पूछने पर पता चला कि यह "पना संक्रांति" का समय है — ओडिशा का नववर्ष।

मैं उस दिन भुवनेश्वर की गलियों में अकेले ही टहल रहा था। सुबह की हल्की धूप थी, लेकिन उसमें भी गर्मी का एहसास साफ झलक रहा था। हवा में हल्की उमस थी, फिर भी लोगों के उत्साह में कोई कमी नहीं थी। सड़क के दोनों ओर सजी दुकानें, रंगीन कपड़ों में सजे लोग, बच्चों की हँसी, और मंदिरों से आती घंटियों की ध्वनि — सब मिलकर एक ऐसा दृश्य बना रहे थे, जो मन को भीतर तक छू रहा था।

मैं चलते-चलते एक पुराने-से मंदिर के पास पहुँचा। वहाँ कुछ लोग खड़े थे और आने-जाने वालों को कुछ पिला रहे थे। शुरुआत में मैंने ध्यान नहीं दिया, लेकिन जब मैंने देखा कि हर कोई बड़े आनंद से उसे पी रहा है, तो मेरी जिज्ञासा जाग उठी। मैं भी आगे बढ़ा और एक छोटा-सा कटोरा लिया। कटोरे में भरा वह पेय हल्का-सा भूरा था, जिसमें कुछ फल के छोटे-छोटे टुकड़े तैर रहे थे। जैसे ही मैंने उसे होंठों से लगाया और पहला घूंट लिया — एक अजीब-सी शांति मेरे भीतर उतर गई। उसका स्वाद शब्दों में बयां करना कठिन है। उसमें गुड़ की मिठास थी, बेल की ठंडक थी, और मसालों की हल्की-सी खुशबू थी। ऐसा लगा जैसे किसी ने तपती दोपहर में मुझे ठंडी छाँव दे दी हो। मेरा शरीर जैसे अचानक हल्का हो गया। कुछ क्षणों के लिए मैं वहीं खड़ा रह गया — बस उस स्वाद को महसूस करता हुआ। मुझे इसका स्वाद कुछ-कुछ हमारे बिहार में बनने वाले सत्यनारायण भगवान के प्रसाद (चना-अमृत) जैसा था, जिसमें सेब, नारंगी, अनार, अंगूर जैसे फलों का मिश्रण होता है जिसे भूने आटे के मिश्रण में गुड़, केला, शहद, थोड़ा दही, जल के साथ बनाया जाता है।

मैंने उत्सुकतापूर्वक जानने की कोशिश की कि यह अमृत जैसा गाढ़ा रस आखिर किन-किन पदार्थों से बना होता है। फिर मैंने पास खड़े एक व्यक्ति से पूछा —

"भाईसाहब, यह क्या है?"

उन्होंने मुस्कुराकर कहा —

"इसे पना कहते हैं।"

"पना..." यह शब्द मेरे लिए नया था, लेकिन उसका स्वाद अब मेरे भीतर बस चुका था।

मैंने फिर पूछा —

"यह कैसे बनता है?"

इतना सुनते ही वहाँ खड़े एक बुज़ुर्ग सज्जन मेरी ओर मुड़े। उनके चेहरे पर एक शांत मुस्कान थी, और आँखों में अनुभव की गहराई।

उन्होंने कहा —

"लगता है आप यहाँ के नहीं हैं।"

मैंने मुस्कुराकर कहा —

"जी, मैं बाहर से आया हूँ... और यह स्वाद मेरे लिए बिल्कुल नया है।"

वे हँसे और बोले —

"तो फिर आपको इसकी कहानी भी जाननी चाहिए।"

मैं तुरंत उनके पास खड़ा हो गया — जैसे कोई विद्यार्थी अपने गुरु के सामने बैठता है।

उन्होंने कहना शुरू किया —

"यह पना, बेल के फल से बनाया जाता है। यह प्रसाद बेल के रस, गुड़, केला, काली मिर्च, इलायची, पानी, और नारियल के मिश्रण से बनाया जाता है। कई बार इसमें आम या अन्य मौसमी फल जैसे सेब, अंगुर, अनार भी मिलाए जाते हैं।"

मैं ध्यान से सुन रहा था, लेकिन मेरे मन में एक और सवाल था।

मैंने पूछा —

"लेकिन इसे इस दिन ही क्यों बनाया जाता है?"

उन्होंने गहरी साँस ली और कहा —

"क्योंकि यह केवल एक पेय नहीं है... यह हमारी संस्कृति का हिस्सा है।"

उनकी यह बात सुनकर मैं और भी उत्सुक हो गया।

उन्होंने आगे बताया —

"पना संक्रांति हमारे यहाँ नववर्ष की शुरुआत है। यह वह समय होता है जब सूर्य मेष राशि में प्रवेश करता है। गर्मी अपने चरम पर होती है, और शरीर को ठंडक की आवश्यकता होती है। इसलिए हमारे पूर्वजों ने यह परंपरा शुरू की — ऐसा पेय बनाने की, जो शरीर को शीतलता दे और ऊर्जा भी।"

मैंने सिर हिलाया, लेकिन उन्होंने अभी अपनी बात पूरी नहीं की थी।

वे आगे बोले—

"लेकिन इस पर्व की सबसे सुंदर बात यह नहीं है..."

मैंने उत्सुकता से पूछा—

"तो फिर क्या है?"

उन्होंने मंदिर के आँगन की ओर इशारा किया। वहाँ एक तुलसी का पौधा था, जिसके ऊपर एक मिट्टी का घड़ा लटका हुआ था। उस घड़े से धीरे-धीरे पानी टपक रहा था।

उन्होंने कहा—

"देखिए, उस घड़े में भी पना भरा है। उसमें एक छोटा-सा छेद किया गया है, जिससे यह धीरे-धीरे टपकता रहता है।"

मैंने पूछा—

"ऐसा क्यों?"

उन्होंने मुस्कुराकर कहा—

"ताकि यह धरती को ठंडक दे सके... पौधों को जीवन दे सके।"

मैं कुछ पल के लिए चुप हो गया।

उन्होंने मेरी ओर देखते हुए कहा—

"यह हमें सिखाता है कि जैसे यह पना धीरे-धीरे धरती को शीतल करता है, वैसे ही हमें भी अपने व्यवहार से दुनिया को बेहतर बनाना चाहिए।"

उनकी बात मेरे दिल में उतर गई। उन्होंने आगे कहा—

"हम अक्सर केवल अपने बारे में सोचते हैं — लेकिन यह त्योहार हमें याद दिलाता है कि हम अकेले नहीं हैं। इस धरती पर हर जीव का अधिकार है — पेड़, पौधे, पशु-पक्षी... सभी का।"

अब मुझे समझ आ रहा था कि यह केवल एक परंपरा नहीं, बल्कि एक गहरा दर्शन है।

मैंने उनसे कहा—

"आपकी बातें सुनकर लगता है जैसे मैं कोई कहानी नहीं, बल्कि जीवन का सत्य सुन रहा हूँ।"

वे हल्के से मुस्कुराए और बोले—

"बेटा, हमारे त्योहार कहानियाँ ही तो हैं — जो पीढ़ी दर पीढ़ी हमें जीवन जीने का तरीका सिखाती हैं।"

उनकी यह बात मेरे मन में गूंजती रही।

उस दिन, मैंने बहुत देर तक वहाँ बैठकर लोगों को आते-जाते देखा। हर कोई पना पी रहा था, हँस रहा था, और उस क्षण को जी रहा था। लेकिन अब मैं केवल दृश्य नहीं देख रहा था — मैं उसके पीछे का अर्थ समझ रहा था।

शाम होने लगी थी। सूरज धीरे-धीरे ढल रहा था, और आसमान नारंगी रंग में रंगता जा रहा था।

मैं वहाँ से उठकर वापस लौटने लगा, लेकिन मेरे कदम भारी थे — जैसे मैं कुछ पीछे छोड़ रहा हूँ।

लेकिन सच तो यह था कि मैं कुछ लेकर जा रहा था—

एक अनुभव,

एक सीख,

और एक नई दृष्टि।

आज भी जब मैं उस यात्रा को याद करता हूँ, तो केवल भुवनेश्वर की गलियाँ ही नहीं, बल्कि वह पूरा अनुभव मेरे सामने जीवंत हो उठता है—

वह मीठा पना,

वह मंदिर,

वह टपकता हुआ घड़ा,

और वह भद्र पुरुष, जिनकी बातें आज भी मेरे भीतर गूँजती हैं।

मैंने उस दिन यह समझा कि त्योहार केवल उत्सव नहीं होते — वे जीवन के पाठ होते हैं।

पना संक्रांति हमें सिखाती है—

कि प्रकृति के प्रति कृतज्ञ रहना चाहिए,

कि हमें अपने संसाधनों का संतुलित उपयोग करना चाहिए,

और सबसे महत्वपूर्ण — कि हमें केवल अपने लिए नहीं, बल्कि इस पूरी सृष्टि के लिए जीना चाहिए।

वास्तव में, पना संक्रांति केवल एक त्योहार नहीं है —

यह प्रकृति, संस्कृति और मानव जीवन के बीच के उस अदृश्य, लेकिन अटूट संबंध का प्रतीक है...

जो हमें हर पल जोड़ता है।

और शायद...

यही इस यात्रा का सबसे बड़ा उपहार था।



काल्पनिक भूत

गौतम कुमार
लेखाकार

गांव के उस बड़े से आंगन वाले घर में जहाँ पीपल के पेड़ की ठंडी छाँव रहती थी, एक छोटा सा बच्चा रहता था। वो बच्चा कोई और नहीं बल्कि मैं था। वैसे तो मैं बड़ा सीधा-सादा और भोला था, लेकिन जब बात दादी की रसोई और वहाँ रखी मिट्टी की हांडी की आती, तो मैं किसी माहिर खिलाड़ी से कम नहीं था। दोपहर होते ही जब पूरा घर आराम कर रहा होता, मैं रसोई की तरफ मुड़ जाता। दादी की हांडी में जमी गाढ़ी मलाई और ताजा सफेद मक्खन की महक मुझे खींच ले जाती। मैं कभी-कभी पकड़ा भी जाता, पर दादी नकली गुस्सा दिखाती। जहाँ चोरी करने पर डांट नहीं बल्कि दादा-दादी का प्यार और दुलार मिलता था। रात होते ही मैं दादा और दादी के पास सोना पसंद करता था क्योंकि मुझे प्यारे-प्यारे कहानियों का शौक था जो दादा जी हर दिन सुनाया करते थे। दादाजी की कहानियाँ मेरी दुनिया हुआ करती थी।

एक दिन की बात है कि उन्होंने एक भूत की कहानी सुनाना शुरू किया। एक अंगारा राक्षस था। वह कोई आम राक्षस नहीं था। वह रात के अंधेरे में निकलता था। उसकी सबसे डरावनी पहचान उसके चेहरे पर थी। जब वह अपना मुँह खोलता, उसके मुँह से लालबत्ती जैसी रौशनी निकलती थी। वह अंधेरे में शिकार की तलाश में नहीं घूमता था बल्कि उस रास्ते से जो कोई भी रात के अंधेरे में गुजरता, वह बदनसीब रात के वक्त उस भूत राक्षस के हत्थे चढ़ जाता। लेकिन उसका तरीका सबसे अलग था। वह उसे सीधा मारता नहीं था। राक्षस उस इंसान के सामने भारी आवाज में एक शर्त रखता।

वह जमीन की ओर इशारा करता और कहता — "अगर जान बचाना चाहते हो तो सुबह होने से पहले इस सूखी नदी की सारी रेत माप कर दिखाओ।" इंसान घबरा जाता था और रेत मापने को मजबूर हो जाता। जो इस असंभव काम में उलझ जाता, वह कभी भी वापस नहीं लौटता था। दादाजी ने कहा कि मैं भी एक दिन पास के गांव से आलू खरीदने गया था। लौटते समय बहुत रात हो गयी। फिर मैं भी उस भूत-राक्षस के क्षेत्र में आ गया और उसने मुझे भी रेत मापने को कहा — "अगर जान बचाना चाहते हो, तो सुबह होने से पहले सारी रेत माप कर दिखाओ। अब मेरे पास राक्षस से बचने का एक तरीका था।"

मैंने रेत को मापना शुरू किया और ज़ोर-ज़ोर से गिनते हुये हर बार बोलना शुरू किया — "1234..... "। फिर गांव के लोगों को लगा कि किसी को राक्षस ने अपना शिकार बना लिया है। तभी गांव के सभी लोग और घर के कुछ लोग बड़ी-बड़ी लाठियाँ और हथियार लेकर दौड़ पड़े। लोगों की भीड़ देखकर राक्षस ही वहाँ से भाग निकला। हालांकि ये पुरानी बातें हैं, जब गांव में बहुत जंगल था, पर अब नहीं। यह कहानी सुन कर मैं भी थोड़ा डर गया था। दिन के उजाले में भी स्कूल जाते समय अगर कहीं से कंस्ट्रक्शन वाली रेत दिख जाती तो मैं रास्ता बदल लेता था कि कहीं ये वही रेत न हो जो मुझे गिननी पड़े। मन ही मन सोचता था कि राक्षस भाई, कम से कम मीटर वाली टेप या तराजु तो साथ में लाता, क्योंकि मैं तो सिर्फ किताबें और कलम लेकर चलता हूँ, मैं अपने दादाजी की तरह तराजु भी लेकर नहीं चलता।

वक्त बीता। मैं बारहवीं कक्षा में आ गया। अब मैं बड़ा हो गया था, लेकिन अंधेरे का वह पुराना डर कहीं न कहीं दिल के कोने में दबा हुआ था। हॉस्टल में मेरे दोस्त बड़े शरारती थे। वे रात होते ही बारी-बारी से हर किसी को डराते थे। अब मेरी बारी थी। रात होते ही छम-छम पायलों की आवाज निकालते — "देखना यहाँ भूत-प्रेत और चुड़ैलों का साया है।" कुछ भूत की कहानी भी सुनाते — "लोगों की आत्माएं आज भी यहाँ भटकती हैं।" मैं उनकी बातों से काफी डरा हुआ था।

एक रात सन्नाटा पसरा हुआ था। मेरे पेट में गुड़गुड़ाहट हो रही थी तो मजबूरी में बाथरूम जाना ही पड़ा। डरते-डरते गया, लेकिन वहाँ अजीब-अजीब आवाज़ें आने लगीं। ऐसा लग रहा था कि जैसे कोई दीवार के पीछे फुसफुसा रहा हो, पेड़ों की टहनियों को कोई ज़ोर-ज़ोर से हिला रहा है, जैसे रेडियो खराब हो गया हो। मेरा दिल ज़ोर-ज़ोर से धड़क रहा था। मैंने सोचा बेटा आज तो गये और बालू की गिनती करनी पड़ेगी। जैसे ही मैं बाथरूम से बाहर निकला, मैंने देखा कि सामने से एक सफेद साया मेरी तरफ बढ़ रहा है। उसने खुद को सफेद चादर से ढक रखा था और वह धीरे-धीरे डरावनी आवाज निकाल रहा था — "हूँ हूँ..... आऊँ...।"

डर के मारे मेरा दिमाग सुन्न हो गया। मुझे लगा आज तो मेरा अंत निश्चित है। अपनी जान बचाने के लिए मैंने बिना सोचे-समझे पास में रखी प्लास्टिक की बाल्ती उठाई और पूरी ताकत से उस सफेद साये के चेहरे पर दे मारा। धड़ाक! ओह माई रे माई, मैं मर गया। सफेद चादर के अंदर से भूत की नहीं बल्कि मेरे दोस्त की आवाज निकली। दरअसल, वे सब मिलकर मुझे डरा रहे थे, लेकिन उन्हें क्या पता था कि मेरा डर 'बाल्ती' बनकर उन पर बरस पड़ेगा।

मैं भी उस रात डर के मारे चादर लपेटकर सो गया। सुबह उठा तो देखा कि दोस्त का सर देढ़ इंच फूला हुआ है और चेहरे पर उदासी भरी हँसी — "ही...ही...ही।" उस रात के बाद हॉस्टल में किसी ने मुझे डराने की हिम्मत नहीं की। सब जान गये थे कि अगर फिर से डराया, तो भूत को बाल्ती खानी पड़ेगी। उस दिन के बाद से भूतों पर से मेरा विश्वास ही उठ गया। ये राक्षस भूत-प्रेत सब कुछ नहीं होते, बस सब काल्पनिक हैं। फिर बाद में मैंने गूगल बाबा से पूछा तो पता चला कि विज्ञान अभी तक भूतों की मौजूदगी को साबित नहीं कर पाया है और इसे काल्पनिक या मानसिक स्थिति का परिणाम मानता है। लेकिन क्योंकि कई लोगों के निजी अनुभव इतने गहरे होते हैं, इसलिए यह बहस खत्म नहीं होती।

हम जिस वातावरण में थे, उसका अलग ही स्वैग था, वहाँ भूतों से ज्यादा उसे भगाने वाले स्पेशलिस्ट घूमते थे। एक बार मैं अपनी नई साइकिल से गिरा। लोग मेरी चोट देखने के बजाय बाबा को बुला लाएँ। बाबा भी इतने प्रोफेशनल कि उन्होंने मुझे साइड बिठाकर मेरी साइकिल का झाड़-फूँक करना शुरू कर दिया और बोले — "इस साइकिल पे किसी अतृप्त आत्मा का साया है।" अंत में बाबा बोले — "अब ले जा बच्चा - अब यह भूत-मुक्त है।" अब डर तो इस बात का था कि अगली बार वही मेरे घर का टीवी खराब हुआ तो बाबा उसे भी अंटीना वाला भूत बताकर टीवी पर गंगाजल न छिड़क दें!



बिहार का महापर्व – छठ पूजा

सूरज किशोर
सहायक लेखा अधिकारी

आस्था, अनुशासन और प्रकृति उपासना का महान पर्व

भारत विविधताओं का देश है, जहाँ हर प्रदेश की अपनी संस्कृति और परंपरा है। बिहार का सबसे पवित्र और लोकप्रिय पर्व छठ महापर्व माना जाता है। यह पर्व सूर्य देव और छठी मैया की आराधना को समर्पित है। छठ केवल एक त्योहार नहीं, बल्कि संयम, सेवा, स्वच्छता और प्रकृति प्रेम का प्रतीक है। बिहार के साथ-साथ झारखंड, पूर्वी उत्तर प्रदेश और विदेशों में बसे लोग भी इसे पूरी श्रद्धा से मनाते हैं।

छठ पूजा में सूर्य देव की उपासना की जाती है, जिन्हें ऊर्जा, जीवन और स्वास्थ्य का स्रोत माना जाता है। मान्यता है कि छठ पूजा करने से सुख-समृद्धि, संतान प्राप्ति और अच्छे स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है। छठी मैया को संतान की रक्षा करने वाली देवी माना जाता है। इसलिए माताएँ विशेष रूप से यह व्रत रखती हैं। छठ पूजा का उल्लेख वैदिक काल से मिलता है। कहा जाता है कि महाभारत काल में द्रौपदी और पांडवों ने भी सूर्य उपासना की थी। एक अन्य कथा के अनुसार भगवान राम और माता सीता ने अयोध्या लौटने के बाद कार्तिक शुक्ल षष्ठी को सूर्य देव की पूजा की थी। तभी से छठ महापर्व की परंपरा चली आ रही है।

छठ महापर्व के चार दिन

छठ महापर्व एक बहुत ही कठिन व्रत माना जाता है क्योंकि यह व्रत चार दिनों का होता है, जिसमे व्रत करने वालों को बिना अन्न-जल ग्रहण किये ही पूजा सम्पन्न करना होता है। महापर्व के इन चारो दिनों को अलग-अलग नामों से जाना जाता है तथा इन दिनों अलग-अलग प्रकार के कार्य होते हैं। जैसे कि:

नहाय-खाय

पहले दिन व्रती स्नान कर शुद्ध भोजन ग्रहण करते हैं। घर की सफाई होती है और केवल सात्विक भोजन बनाया जाता है, जैसे कद्दू-भात और चने की दाल। इससे शरीर और मन की शुद्धि होती है।

खरना

दूसरे दिन पूरा दिन उपवास रखा जाता है। शाम को गुड़ की खीर, रोटी और फल का प्रसाद बनता है। प्रसाद ग्रहण करने के बाद 36 घंटे का निर्जला व्रत शुरू हो जाता है।

संध्या-अर्घ्य

तीसरे दिन डूबते सूर्य को अर्घ्य दिया जाता है। घाटों पर हजारों श्रद्धालु एक साथ नदी या तालाब में खड़े होकर सूर्य देव को दूध और जल से अर्घ्य अर्पित करते हैं। यह दृश्य अत्यंत मनोहारी होता है।

उषा-अर्घ्य

चौथे दिन सुबह उगते सूर्य को अर्घ्य देकर व्रत का पारण किया जाता है। इसके साथ ही छठ पूजा संपन्न होती है।

छठ पूजा की सामग्री और प्रसाद

छठ पूजा वास्तव में प्रकृति की भी पूजा है, इस पूजा में तरह-तरह के फलों का उपयोग प्रसाद के रुप में होता है। छठ पूजा में बाँस का सूप, ठेकुआ, नारियल, केला, गन्ना, सेब, मूली, अदरक, दीपक और दूध का विशेष महत्व होता

है। ठेकुआ बिहार का प्रसिद्ध प्रसाद है, जो गेहूँ के आटे और गुड़ से बनाया जाता है। पूजा की सभी वस्तुएँ पवित्रता के साथ तैयार की जाती हैं।

सामाजिक और सांस्कृतिक महत्व

छठ महापर्व समाज में एकता और सहयोग का संदेश देता है। घाटों की सफाई, सजावट और व्यवस्था लोग मिलकर करते हैं। अमीर-गरीब, छोटे-बड़े सभी एक समान घाट पर पूजा करते हैं। यह पर्व हमें अनुशासन, धैर्य और प्रकृति के प्रति सम्मान करना सिखाता है। यह अपने आप में बहुत ही अनोखी पूजा होती है, क्योंकि चार दिनों तक चलने वाला यह अनुष्ठान बिना किसी पंडित अथवा पुजारी के ही आपसी सहयोग और भाई-चारे से सम्पन्न हो जाता है।

पर्यावरण से जुड़ा पर्व

छठ पूजा प्रकृति पूजा का सबसे सुंदर उदाहरण है। इसमें नदी, सूर्य, जल, हवा और मिट्टी की पूजा होती है। लोग प्रदूषण से दूर रहकर प्राकृतिक वस्तुओं का उपयोग करते हैं। यह हमें पर्यावरण संरक्षण का संदेश भी देता है।

छठ पर्व का भावनात्मक पक्ष

छठ पूजा में त्याग और श्रद्धा का भाव होता है। कठिन व्रत होने के बावजूद व्रती चेहरे पर मुस्कान रखते हैं। परिवार और समाज का सहयोग इस पर्व को और भी विशेष बनाता है। घाटों पर गूंजते छठ गीत वातावरण को भक्तिमय बना देते हैं। छठ महापर्व केवल पूजा नहीं, बल्कि बिहार की आत्मा है। यह पर्व हमें सिखाता है कि प्रकृति ही जीवन है और सूर्य देव ऊर्जा का स्रोत हैं। अनुशासन, पवित्रता, सामाजिक समरसता और पर्यावरण प्रेम का संदेश देने वाला यह त्योहार वास्तव में अद्भुत है।



माँ शाकुंभरी देवी के दर्शन

गौरव कुमार तोमर
डी. ई. ओ.

मैं और मेरा परिवार चले माता शाकुंभरी के द्वार — सारा जहाँ है जिसकी शरण में, नमन है उस माँ के चरणों में। हम हैं उस माँ के चरणों की धूल, आओ मिल कर चढ़ाये श्रद्धा के फूल। जय माता दी! जय माता शाकुंभरी देवी की जय!

माँ शाकुंभरी देवी — जो कि जनपद सहारनपुर से 42 किलोमीटर की दूरी पर शिवालिक पहोडों में स्थित है। माँ शाकुंभरी देवी के दर्शन करने का बार-बार प्रयास करते थे लेकिन जा नहीं पाते थे। माता रानी की कृपा से एक दिन माता रानी का बुलावा आ ही गया

इरादे लाख बनते हैं, बनके टूट जाते हैं। शाकुंभरी माता वही जाते हैं जिन्हें माता बुलाती हैं। मैं और मेरा परिवार सरल स्वभाव और प्रभु की भक्ति करने वाले हैं। मेरे परिवार को किसी भी मंदिरों या गुरुद्वारों, या अन्य तीर्थस्थलों पर घूमना बहुत अच्छा लगता है।

माता शाकुंभरी — जोकी हमारी कुलदेवी भी हैं — और माना जाता है कि जो भी माता रानी शाकुंभरी देवी की सच्चे मन और सच्ची श्रद्धा से दर्शन करता है, माँ शाकुंभरी देवी उनकी सभी मुरादें, सभी मनोकामनाएं पूरी करती हैं और हमेशा उन पर अपनी कृपा बनाए रखती हैं।

फिर क्या, मेरे परिवार और मेरी खुशी का कोई ठिकाना ही नहीं रहा और मैं अपने परिवार के साथ माँ शाकुंभरी देवी के दर्शन करने यात्रा पर निकल पड़ा। साथ ही, हमारे परिवार का छोटा चौधरी, सबका प्यार, हमारा बेटा माताराणी के दर्शन करने के लिए सबसे आगे था। मेरा परिवार बहुत खुश था। घर से कुछ ही दूरी पर एक शहर में हमने भोजन किया। फिर क्या, माता रानी के भजनों में खोए हुये ओर नाचते-झूमते, हँसते हुये हम पहुँच जाते हैं माता रानी के दरबार में। भक्तों, वहाँ पहुँच जाने के बाद सबसे पहले भूरा देव जी के चरणों में अर्जी लगाई जाती है जो कि माँ शाकुंभरी देवी के भवन मंदिर से एक किलोमीटर पहले विराजमान हैं। भूरा देव जी से माताराणी का भवन शिवालिक पहाड़ियों के बीच से होते हुये जाया जाता है, जहाँ बहुत ही सुंदर रास्ता देखने को मिलता है और माता रानी की कृपा से कुछ भक्त रास्ते में जगह-जगह पर प्रसाद वितरण करते हैं जोकि बहुत ही सौभाग्य से प्राप्त होता है।

हमने वहाँ से प्रसाद लिया और माता शाकुंभरी देवी के चरणों में अर्पित किया एवं सर झुकाकर, हाथ जोड़कर माता रानी के दर्शन किये। मेरे परिवार से जाने-अनजाने हुई कोई भी गलती के लिए माता रानी से क्षमा याचना की और यह प्रार्थना भी की कि हमारे परिवार, दोस्तों, हमसे मिलने वालों पर सदा अपनी कृपा बनाए रखना, माता रानी। फिर हमारा परिवार और छोटा चौधरी बेटा आ गये मनसा देवी जी के भवन में जो कि शिवालिक पर्वतमाला की ऊँचाई पर विराजमान हैं और वहाँ पर वानर सेना भी बड़ी तादाद में है। सभी भक्त माता के भवन में वानर सेना के साथ फोटो ले रहे थे और वानरों को प्रसाद खिला रहे थे। माता रानी के भवन मंदिर के पास मेला लगा हुआ था जिससे हमारे बेटे ने बहुत खिलोने लिए और फिर प्रसाद लेकर हम वापस घर की ओर निकल पड़े — माता के भजनों की धुन में खोए हुए, झूमते, नाचते-गाते वापस घर पहुँच गए। माता रानी की कृपा से हमारी यात्रा मंगलमय रही और माताराणी की कृपा हमारे ऊपर बनी रहे यही हमारी मनोकामना है।

सभी भक्त प्रेम से बोलें — "जय माता दी!" जब होती है माता की कृपा, संयोग से स्वंय जुड जाते हैं। अपनों की बात छोड़िये, दुश्मन के सर भी माता के दरबार में झुक जाते हैं।

दुनिया की अजब गजब रोचक बातें

हिमांशु खोखर
डी. ई. ओ.

चलिए अजब गजब रोचक बातों की शुरुवात मीठे से करते हैं —

"हम सबने रसगुल्ला तो खूब खाया है, पर क्या आपको मालूम है रसगुल्ले का अविष्कार बंगाल में हुआ था और इसे बनाने वाले का नाम 'नबीन चन्द्र दास' था। तभी तो इसे बंगाल की मिठाई कहते हैं।"

"अगर कुछ नमकीन की बात की जाये तो पिज़्ज़ा का नाम सुनते है मुँह में पानी आ जाता हैं। अगर आपके सामने पिज़्ज़ा है, तो आप कितनी देर में उसे सफा चट कर सकते हैं? फिलीपींस के केल्विन मदीना ने मात्र 23.62 सेकंड में 12 पिज़्ज़ा खा लिए थे।"

"आप गाना तो जरूर सुनते होंगे। आपको पता है गाने के अनुसार आपके दिल की धड़कन बदल जाती है।"

"दोस्तों, एक बहुत ही अजब गज़ब बात है कि नॉर्थ कोरिया में आप अपनी मर्जी के टीवी चैनेल नहीं देख सकते, वहाँ पर वो ही टीवी चैनेल आप देख सकते हो जो सरकार आपको दिखाना चाहे और अगर आप इसका विरोध करते हो तो आपको फाँसी की सजा भी हो सकती है।"

"रूस में बीअर को 'अल्कोहोलिक ड्रिंक' नहीं माना जाता था। वर्ष 2011 के बाद से इसे 'सॉफ्ट ड्रिंक' से 'अल्कोहोलिक ड्रिंक' होने का दर्जा मिला।"

"1 से लेकर 99 तक की स्पेलिंग में कहीं भी A, B, C और D का उपयोग नहीं होता है।"

"अंग्रेजी का शब्द 'आई एम' अंग्रेजी भाषा में सबसे छोटा पूर्ण वाक्य है।"

"क्या आप जानते हैं कि चाइनीज़ लोग न जाने क्या-क्या खा जाते हैं और भोजन के नाम पर चाइना में 40 लाख बिल्लियाँ हर साल खाई जाती हैं।"

"लगभग 200 करोड़ से ज्यादा लोग अपने नियमित आहार में कीड़े-मकोड़े खाकर पेट भरते है।"

"इंडोनेशिया में एक 'ट्राइब' अपने परिजनों के मरने के बाद भी उनका अंतिम संस्कार नहीं करती, बल्कि उसे कई सालों तक घर के एक सदस्य की तरह ही रखती है। उन्हें बीमार मानती है, उनकी सेवा करती है, रोज खाना देती है, जब भी कोई घर में आता है तो इस शव से भी उसका हालचाल पूछा जाता है। यह बहुत विचित्र प्रथा है, लेकिन सदियों से यहाँ चली आ रही है।"

"नवजात शिशु के घुटने पर टोपी जन्म के समय मौजूद नहीं होती, इसका विकास 2 से 6 साल की अवस्था तक होता है।"

"मनुष्य का बच्चा चार महीने की उम्र तक नमक-चीनी का टेस्ट नहीं कर पाता है।"

"दुनिया की सबसे महंगी स्कॉच-व्हिस्की 'मैक्कलन सिंगल मॉल्ट' है। इसकी एक बोतल की कीमत 29 लाख रुपए है। दुनिया की सबसे महंगी बीअर 'ब्रीयुइंग अंटार्कटिक नेल एल' है। इसके एक पाइंट की कीमत करीब 1.2 लाख है।"

"एक केंचुआ एक दिन में अपने शरीर के बराबर वजन का खाना खाता।"

"मूर्खता से भरे हुए सवाल का जवाब तुरंत ही ताने के साथ देने वाले का दिमाग स्वस्थ होता है।"

"यदि हमारे शरीर में एक प्रतिशत पानी की कमी होती है, तो हमें प्यास लगती है। और अगर ये कमी 10% तक बढ़ जाये तो हमारी मौत हो जाती है।"

"क्या आप जानते हैं कि एक चीटी अपने वजन का 50 गुना भार उठा सकती है। और यदि इसका आकार एक आदमी के बराबर हो जाए, तो वो कार की रफ़्तार से भी 2 गुना तेजी से दौड़ सकती है।"

"क्या आप जानते हैं 90 प्रतिशत लोग मैसेज में वो चीज़े लिखते हैं जिन्हें वो कह नहीं सकते।"

"क्या आप जानते हैं कि दुनिया में सबसे ज्यादा चॉकलेट स्विट्जरलैंड में खाई जाती है। यहाँ हर व्यक्ति एक साल में 10 किलो के औसत से चॉकलेट खाता है।"

"इतिहास का सबसे छोटा युद्ध वर्ष 1896 में जंजीबार और इंग्लैण्ड के बीच हुआ था जिसमें जंजीबार ने 38 मिनट में आत्म समर्पण कर दिया था।"

"एक सामान्य व्यक्ति रोजाना लगभग 30 प्रतिशत से ज्यादा वक्त कल्पना करके बिताता है।"

"हमारे शरीर की सबसे छोटी हड्डी हमारे कान की होती है।"

"मनुष्य का दिल 30 फीट की ऊंचाई तक रक्त को फेंक सकता है।"

"18 से 33 साल के लोग सबसे ज्यादा टेंशन में रहते हैं।"

"पानी के अंदर के ज्यादातर बड़े जीव छोटे जीव को खा जाते हैं, और तो और कई जीव अपने बच्चों तक को खा जाते हैं।"

"एक सर्वे से पता चला है की महिलाएँ पुरुषों की अपेक्षा अधिक बार पलके झपकाती हैं। एक दिन में वे इतनी बार पलकें झपकाते हैं कि वह आधे घंटे की आंखें बंद होने के बराबर होता है।"

"सबसे पहले कैशलैस सिस्टम की शुरुआत स्वीडन में हुई। उसके बाद पूरी दुनिया में इसका इस्तिमाल होने लगा।"

"जापान में वयस्क लोगों को भी गोद लिया जाता है, जिससे वो 'फैमिली बिज़नेस' चला सकें।"

"क्या आपको पता है कि शुतुरमुर्ग की आँख उसके दिमाग से बड़ी होती है और शुतुरमुर्ग की एक लात शेर को भी जान से मार सकती है।"

"हंस हमेशा जोड़े में रहते हैं। अगर इनमें से एक की भी मौत हो जाये तो दूसरे के मरने की सम्भावना अत्यधिक बढ़ जाती है।"

"अधिकतर मर्द पत्नी या गर्लफ्रेंड के साथ हों तो औसत से 7 प्रतिशत धीमा चलते हैं।"

"अगर आप हर वेबसाइट को 1 मिनट के लिए भी देखते हैं, तो आपको दुनिया की पूरी वेबसाइटें देखने में 31,000 साल का समय लग जाएगा और यह समय प्रतिदिन बढ़ता ही जा रहा है।"

"शहद अकेला ऐसा प्राकृतिक पदार्थ है जो कभी खराब नहीं होता।"

"वैसे तो ट्रैफिक जाम आम बात है, पर वर्ष 2010 में चीन के शंघाई शहर में 100 किलोमीटर तक लम्बा ट्रैफिक जाम लगा था। यह जाम 12 दिन तक रहा।"

"चूहा अगर 5 मंज़िला ईमारत से भी कूद जाये, तो भी उसे चोट नहीं लगेगी।"

"शुक्र ग्रह पर एक दिन पृथ्वी के एक साल से भी बड़ा होता है।"

"एक तितली का दिल 1 मिनट में 500 बार जबकि एक छिपकली का दिल 1000 बार धड़कता है।"

"दुनिया का सबसे खतरनाक ज़हर 'सायनाइड' माना जाता है, पर क्या आप जानते हैं कि इससे भी ज्यादा खतरनाक ज़हर 'पोलोनियम' है। मात्रा 1 ग्राम 'पोलोनियम' 5 करोड़ लोगों को मारने के लिए काफी है।"

"अगर फ़ोन जल्दी चार्ज करना हो तो उसे 'एयरप्लेन मोड' में रखकर चार्ज करें। इससे आपका फ़ोन काफी तेजी से चार्ज होगा।"

"आसमान के सब तारे अलग-अलग रंगों के होते हैं, लेकिन हमे एक रंग के ही दिखाई देते हैं, जो तापमान में परिवर्तन के कारण एक रंग के दिखते हैं। हालाँकि 'स्पेक्ट्रमदर्शी' से सब भिन्न-भिन्न रंग के दिखाई देते हैं।"

"फ्रांस में मृत व्यक्ति से भी शादी की जा सकती है, बशर्ते जीवित व्यक्ति यह साबित कर दे कि मृत व्यक्ति भी उससे प्यार करता था और शादी करना चाहता था।"

"पूरी ज़िन्दगी हमारे मुँह में इतनी लार बनती है जिससे दो स्विमिंग पूल आराम से भरे जा सकते हैं।"

"एक वर्ष में मनुष्य करीब 5 हजार 479 बार हँसता है।"

"क्या आपने कभी इस बात पर गौर किया है कि केवल यूरोप को छोड़कर दुनिया से सभी महादेशों के नाम अंग्रज़ी के अक्षर A से ख़त्म होते हैं।"

"फ्रांस ऐसा देश है जहाँ मच्छर नहीं हैं।"

"एक केकड़े का खून रंगहीन होता है और ऑक्सीजन मिलने के बाद यह नीला हो जाता है।"

"हँसते वक्त हमारे ब्रेन के 5 हिस्से एक साथ काम करते हैं।"

"अंग्रेजी लिखते समय 'E' अक्षर का सबसे अधिक इस्तेमाल किया जाता है।"

"आप यह तो जानते होंगे की प्रत्येक व्यक्ति के उंगलियो के निशान अलग-अलग होते हैं पर क्या आप जानते हैं कि जबान (जीभ) के निशान भी अलग होते हैं।"

"एल्बर्ट आइन्स्टाइन के अनुसार जब हम रात को तारों को देखते हैं, तो वे तारे वहाँ नहीं होते, बल्कि कहीं और होते हैं। हमें तो उनके द्वारा छोड़े गये कई लाख प्रकाश वर्ष पहले का प्रकाश दिखाई देता है।"

"जीभ इंसान के शरीर की सबसे मजबूत मांसपेशी होती है।"

"ताइवान में एक ऐसा रेस्त्रां है, जहां आने वाले कस्टमर को खाना टॉयलेट के आकार के बने एक स्टैंड पर दिया जाता है।"

"आइसलैंड सबसे खुशहाल राष्ट्र है। यह एक मात्र ऐसा देश है जिसके पास आर्मी नहीं।"

"जिराफ की जीभ सबसे लम्बी होती है। वो अपनी 21 इंच लंबी जीभ से कान साफ करता है।"

"आपको जानकर हैरानी होगी कि अमेरिका के अलास्का राज्य में तलकीत्ना में एक बिल्ली मेयर बनी, वो भी पूरे 15 साल तक रही।"

"मनुष्य के जन्म से लेकर बड़े होने तक प्रत्येक अंग बढ़ता है, लेकिन आँखें जन्म से लेकर मृत्यु तक एक समान रहती है।"

"जन्म लेने के 10 मिनट बाद ही बच्चे में इतने दिमाग का विकास हो जाता है कि वह यह समझ जाता है की आवाज़ किस तरफ से आ रही है।"

"कैमरून में वर्ष 1986 में कॉर्बन गैस के लीक होने की वजह से महज एक मिनट के अंदर ही 1746 लोगों की जान चली गई थी।"

"जन्म से 6 माह तक रोने पर भी बच्चे की आँख में आसु नहीं आते।"

"मरी हुई चीटी में से एक रसायन निकलता है जिससे अन्य चीटियों को उसके मृत होने का पता चलता है। अगर यह केमिकल किसी जिंदा चीटी पर गिर जाए तो अन्य चीटियां उसे मृत मान लेती हैं और उसे भी मरा समझकर वहाँ से उठाकर हटा देती हैं।"

"हम सब जानते हैं कि धूम्रपान से उम्र कम होती है, पर क्या आप यह जानते हैं कि 60 वर्ष की उम्र में भी धूम्रपान छोड़ दी जाए तो आपकी उम्र बढ़ सकती है।"

"पाचन क्रिया में मदद करने वाले एंजाइम हमारी मौत के तीन दिन के बाद हमारे ही शरीर को खाना शुरू कर देते हैं।"

"ताईवान में मृत व्यक्ति के साथ नोट भी जलाये जाते हैं, जिससे स्वर्ग में उस व्यक्ति को कोई दिक्कत न हो। हालाँकि, असली नोट की बजाय बाजार से खरीद कर नकली नोट जलाये जाते हैं।"

"बिच्छू 6 दिनों तक अपनी सांस रोक कर जिन्दा रह सकता है।"

"शराब की एक बूंद भी बिच्छू को पागल कर सकती है, वो मर भी सकता है।"

"वायग्रा के फूल सामान्य फूलों की तुलना में देरी से सूखते हैं, यानि वो एक सप्ताह तक ताजगी से भरे रहते हैं।"

"पूरी दुनिया में 5 करोड़ लोग हर समय नशे में रहते हैं।"

"इटली में लोग नये साल पर लाल अंतर्वस्त्र को पहनना लकी मानते हैं।"

"दुनिया भर में कुल 5000 भाषाएँ एवं बोलियाँ बोली जाती हैं।"

"एक रोचक बात यह भी है कि तानाशाह जर्मन शासक हिटलर, जिससे सभी खौफ खाते थे, वो बिल्लियों से डरता था।"

"किसी भी पानी की बोतल पर लिखी 'एक्सपायरी डेट' पानी के खराब होने की नहीं बल्कि उस बोतल के खराब होने की होती है।"

"कॉकरोच बिना सिर के कई सप्ताह जी सकता है।"

"भूकंप के आने के दौरान पतंगें उड़ने में असमर्थ होते हैं।"

"चींटियां पूरे दिन में केवल 16 मिनट ही सोती हैं।"

"ऊंट की तीन पलकें होती है, जिसमें वो रेगिस्तान में रेत से अपनी रक्षा करता है।"

"मधुमक्खियों के शरीर पर 5 आँखें होती हैं।"

"आपने यह तो सुना होगा कि हाथी के दांत सोने से भी कीमती होते हैं, पर क्या आपने सुना है कि हाथी को लोगों की अच्छी पहचान होती है। हाथी अपने दोस्त और दुश्मन को कभी नहीं भूलता।"

"मनोविज्ञान के अनुसार अगर कोई व्यक्ति छोटी-छोटी बातों पर नाराज़ और गुस्सा हो जाता है, तो इसका मतलब है कि उसकी ज़िंदगी में प्यार की कमी है।"

"बात थोड़ी हैरानी की है पर गर्म रंग, जैसे पीला, केसरिया और लाल भूख को बढ़ाते हैं। यही वजह है कि कुछ रेस्टोरेंट पीला, केसरिया और लाल रंग से पेंट किए जाते हैं।"

"अगर कोई व्यक्ति बार-बार हाथ धोता है या बार-बार पैसो को गिनता है, तो वह मानसिक बीमारी (ऑबसेसिव कम्पल्सिव डिसोर्डर) से पीड़ित है।"

एंटीडिफोबिना एक ऐसी बीमारी है जिसमें व्यक्ति को डर लगने लगता है। यह रोग जिसे होता है, उसे हमेशा लगता है कि उसे कोई देख रहा है।"

"दुनिया में सिर्फ 2 प्रतिशत लोगों की आँखें हरी होती हैं।"

"आप यह तो जानते हैं कि बिल गेट्स दुनिया के सबसे अमीर आदमी हैं, पर क्या आप यह जानते हैं कि हर दिन 1 मिलियन डॉलर खर्च करने के बाद भी उनको 218 साल लगेंगे अपना पूरा पैसा खर्च करने में।"

"अगर कुत्ते चॉकलेट खा लें तो वो बीमार हो जाते हैं और उनकी मौत भी हो सकती है।"

"प्राचीन मिस्र में बिल्ली की हत्या करने वाले को सजा-ए-मौत दी जाती थी।"

"प्याज काटते वक्त हमारी आँख में आँसू साइन-प्रोपेंथियल-एस-ऑक्साइड की वजह से आते हैं लेकिन क्या आप जानते हैं कि अगर प्याज काटते वक्त च्विंग-गम चबाई जाये, तो आँखों में आँसू बिलकुल नहीं आते।"

"गर्म पानी से सिंचाई करने से फसल जल्दी बड़ी होती है।"

"अल्कोहल पीने के 6 मिनट के भीतर आपके दिमाग पर इसका असर शुरू हो जाता है, क्योंकि चॉकलेट में 'थियोब्रोमाइन' होता है, जो उसके दिल और पाचन तंत्र के लिए खतरनाक होता है।"

"बहुत सारे लोग इसलिए ज्यादा खुश नहीं होते क्योंकि वो डरते हैं कि अगले पल उनके साथ कुछ बहुत बुरा न हो जाए।

"कोल्ड्रिंक पीने के तुरंत बाद या पहले कभी भी पिपरमेंट या पिपरमेंट युक्त पान मसाला नहीं खाना चाहिए। पिपरमेंट और कोल्ड्रिंक मिलकर 'सायनाइड' बनाते हैं, जो ज़हर के समान है।"

"Guerlain Kisskiss Gold और Diamond Lipstick दुनिया की सबसे महंगी लिपस्टिक मानी जाती है। इसमें 15 शेड्स आते हैं। इस एक लिप शेड की कीमत 40 लाख रूपए है।"

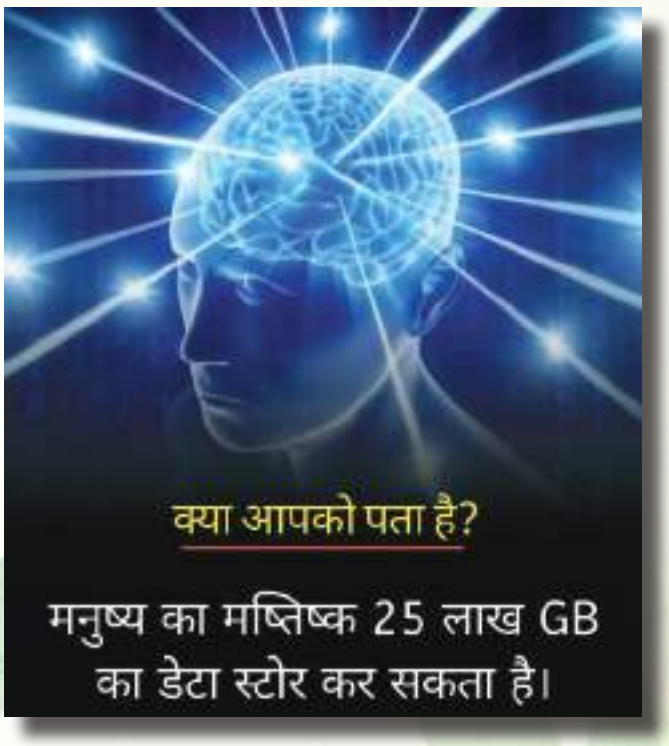
"दरियाई घोड़े के दूध का रंग गुलाबी होता है।"

"ब्लू व्हेल एक साँस में 2000 गुब्बारों जितनी हवा अंदर खींचती है और बाहर निकालती है।"

"अगर आप सोचते हुए सोते हैं तो दिमाग नींद में भी सोचता रहता है, जिससे आपको जागने पर आराम की फीलिंग नहीं आती और थकावट महसूस होती है।"

"उंगलियों के नाखून पैरों के नाखून से 4 गुना तेज़ी से बढ़ते हैं।"

"दुनिया के 100 सबसे आमिर आदमी एक साल में इतना कमा लेते हैं जिससे दुनिया की गरीबी 4 बार ख़त्म की जा सकती है।"



भारत का वर्तमान संकट: आर्थिक चुनौतियाँ, संसाधनों की कमी और आयात पर बढ़ती निर्भरता

किश्लय राज
लेखाकार

आज भारत एक ऐसे ऐतिहासिक मोड़ पर खड़ा है जहाँ उपलब्धियाँ और चुनौतियाँ साथ-साथ चल रही हैं। एक ओर हम वैश्विक स्तर पर एक तेज़ी से उभरती आर्थिक शक्ति के रूप में स्थापित हो रहे हैं, वहीं दूसरी ओर हमारी विकास यात्रा के भीतर कुछ ऐसी गहरी दरारें भी उभर रही हैं, जो भविष्य के लिए चिंता का विषय हैं। वर्ष 2026 के वर्तमान परिदृश्य में भारत एक जटिल 'तिहरे संकट' का सामना कर रहा है — आर्थिक अस्थिरता, प्राकृतिक संसाधनों की तीव्र कमी और विदेशी आयात पर बढ़ती निर्भरता। ये तीनों संकट अलग-अलग नहीं, बल्कि एक-दूसरे से गहराई से जुड़े हुए हैं और मिलकर 'आत्मनिर्भर भारत' के लक्ष्य के सामने एक गंभीर चुनौती प्रस्तुत कर रहे हैं। यदि इन पर समय रहते समग्र दृष्टिकोण से ध्यान नहीं दिया गया, तो यह विकास की गति को दीर्घकाल में कमजोर कर सकते हैं।

आर्थिक संकट के बदलते स्वरूप

भारत की जीडीपी वृद्धि दर भले ही 6.5% से 7.5% के बीच बनी हुई है और वैश्विक मानकों के अनुसार यह प्रभावशाली भी मानी जाती है, किंतु इस विकास की प्रकृति अब एक नई चिंता को जन्म दे रही है। यह वृद्धि व्यापक रूप से समावेशी नहीं है, बल्कि इसमें असमानता की प्रवृत्ति बढ़ती दिखाई दे रही है। आर्थिक विकास का लाभ समाज के सभी वर्गों तक समान रूप से नहीं पहुँच पा रहा है, जिससे आय और अवसरों के बीच का अंतर और अधिक स्पष्ट हो रहा है।

महंगाई इस असंतुलन को और गहरा करती है। यद्यपि कुछ समय के लिए मुद्रास्फीति दर नियंत्रित दिखाई देती है, लेकिन खाद्य पदार्थों और ईंधन की कीमतों में निरंतर उतार-चढ़ाव आम नागरिक, विशेषकर ग्रामीण वर्ग की क्रय शक्ति को प्रभावित करता है। जब लोगों की आय का बड़ा हिस्सा रोज़मर्रा की आवश्यकताओं में खर्च होने लगता है, तो उपभोग में कमी आती है। यह मांग में गिरावट अंततः औद्योगिक उत्पादन और निवेश पर नकारात्मक प्रभाव डालती है, जिससे आर्थिक चक्र की गति धीमी पड़ जाती है।

इसके साथ ही, सरकार द्वारा बुनियादी ढांचे और विकास परियोजनाओं पर बड़े पैमाने पर निवेश किया जा रहा है, जो दीर्घकालिक दृष्टि से आवश्यक है। परंतु इस निवेश के कारण राजकोषीय घाटा एक स्थायी चिंता बना हुआ है। बढ़ते सरकारी ऋण का दबाव भविष्य की आर्थिक नीतियों को सीमित कर सकता है। वैश्विक स्तर पर जारी भू-राजनीतिक तनाव — विशेषकर ऊर्जा आपूर्ति से जुड़े संकट — भारतीय अर्थव्यवस्था को बाहरी झटकों के प्रति संवेदनशील बनाते हैं। भारतीय रुपया जब डॉलर के मुकाबले कमजोर होता है, तो आयात महंगे हो जाते हैं और इसका सीधा प्रभाव महंगाई तथा व्यापार संतुलन पर पड़ता है।

संसाधनों का संकट: एक अदृश्य आपातकाल

आर्थिक चुनौतियों के समानांतर भारत एक गहरे संसाधन संकट की ओर भी बढ़ रहा है, जो धीरे-धीरे एक "अदृश्य आपातकाल" का रूप लेता जा रहा है। जल संकट इस संदर्भ में सबसे गंभीर और व्यापक समस्या के रूप में उभर रहा है। भारत विश्व में भूजल का सबसे बड़ा उपयोगकर्ता है, और दशकों से अनियंत्रित दोहन के कारण कई क्षेत्रों में जल स्तर खतरनाक रूप से नीचे चला गया है। उत्तर और मध्य भारत के कई हिस्सों में स्थिति

इतनी गंभीर हो चुकी है कि भूजल का प्राकृतिक पुनर्भरण लगभग असंभव प्रतीत होता है।

यह संकट केवल पेयजल तक सीमित नहीं है, बल्कि कृषि, उद्योग और शहरी जीवन सभी पर इसका प्रभाव पड़ रहा है। भारत की कृषि प्रणाली अभी भी बड़े पैमाने पर सिंचाई पर निर्भर है, और जल की कमी सीधे उत्पादन को प्रभावित करती है। परिणामस्वरूप, खाद्य सुरक्षा पर भी खतरा उत्पन्न हो सकता है। यदि यह प्रवृत्ति जारी रही, तो भविष्य में जल संसाधनों को लेकर सामाजिक और आर्थिक तनाव भी उत्पन्न हो सकते हैं।

ऊर्जा और खनिजों के क्षेत्र में भी भारत एक संक्रमणकालीन स्थिति में है। पारंपरिक ऊर्जा स्रोतों, विशेषकर कोयले, पर निर्भरता अभी भी बनी हुई है, जबकि स्वच्छ और नवीकरणीय ऊर्जा की ओर बढ़ने के प्रयास तेज़ हो रहे हैं। हालांकि सौर और पवन ऊर्जा में प्रगति हुई है, लेकिन इनसे जुड़ी तकनीकों के लिए आवश्यक "महत्वपूर्ण खनिजों" — जैसे लिथियम, कोबाल्ट और निकल — की घरेलू उपलब्धता अत्यंत सीमित है। इसका अर्थ यह है कि ऊर्जा के क्षेत्र में आत्मनिर्भरता की दिशा में बढ़ते हुए भी भारत एक नई प्रकार की आयात निर्भरता की ओर अग्रसर हो रहा है।

आयात पर बढ़ती निर्भरता: आत्मनिर्भरता के मार्ग में बाधा

भारत की अर्थव्यवस्था की एक प्रमुख कमजोरी इसकी आयात पर बढ़ती निर्भरता है। देश अपनी कई आवश्यकताओं — विशेषकर ऊर्जा, प्रौद्योगिकी और कृषि से जुड़े इनपुट — के लिए विदेशी बाजारों पर निर्भर है। यह निर्भरता न केवल व्यापार घाटे को बढ़ाती है, बल्कि आर्थिक संप्रभुता को भी प्रभावित करती है।

कच्चा तेल इसका सबसे स्पष्ट उदाहरण है। भारत अपनी ऊर्जा आवश्यकताओं का लगभग 85-87% आयात करता है। वैश्विक बाजार में तेल की कीमतों में थोड़ी सी भी वृद्धि भारत की अर्थव्यवस्था पर व्यापक प्रभाव डालती है। परिवहन लागत से लेकर रोज़मर्रा की वस्तुओं की कीमत तक, हर स्तर पर इसका असर दिखाई देता है। इसी प्रकार, प्रौद्योगिकी और इलेक्ट्रॉनिक्स के क्षेत्र में भी भारत अभी तक आत्मनिर्भर नहीं हो पाया है। सेमीकंडक्टर चिप्स, उन्नत मशीनरी और इलेक्ट्रॉनिक घटकों के लिए देश को बाहरी स्रोतों पर निर्भर रहना पड़ता है, जिससे आपूर्ति श्रृंखला में किसी भी व्यवधान का सीधा प्रभाव घरेलू उत्पादन पर पड़ सकता है।

खाद्य तेल और उर्वरकों के क्षेत्र में स्थिति और भी विडंबनापूर्ण है। एक कृषि प्रधान देश होने के बावजूद भारत अपनी खाद्य तेल की बड़ी मात्रा आयात करता है। इसी प्रकार, कृषि उत्पादन के लिए आवश्यक उर्वरकों के कच्चे माल की कमी के कारण भी देश को वैश्विक बाजार पर निर्भर रहना पड़ता है। यह निर्भरता न केवल आर्थिक बोझ बढ़ाती है, बल्कि खाद्य सुरक्षा को भी अंतरराष्ट्रीय परिस्थितियों से जोड़ देती है।

संसाधनों की कमी और आयात का अंतर्संबंध

संसाधनों का संकट और आयात पर निर्भरता एक-दूसरे को मजबूत करने वाला चक्र बनाते हैं। जब घरेलू संसाधन सीमित होते हैं, तो उत्पादन प्रभावित होता है और आयात की आवश्यकता बढ़ जाती है। उदाहरण के लिए, जल संकट के कारण यदि फसल उत्पादन घटता है, तो खाद्य आयात बढ़ाना पड़ता है। इसी प्रकार, ऊर्जा उत्पादन में कमी होने पर कोयला या अन्य ऊर्जा स्रोतों का आयात करना पड़ता है। यह प्रक्रिया देश की विदेशी मुद्रा को बाहर भेजती है और अर्थव्यवस्था को वैश्विक बाजार की अस्थिरताओं के प्रति अधिक संवेदनशील बना देती है।

यह दुष्चक्र धीरे-धीरे एक संरचनात्मक निर्भरता में बदल सकता है, जहाँ देश अपनी मूलभूत आवश्यकताओं के लिए भी बाहरी स्रोतों पर निर्भर हो जाता है। इस स्थिति में आर्थिक नीतियों की स्वतंत्रता सीमित हो जाती है और दीर्घकालिक विकास की संभावनाएँ प्रभावित होती हैं।

भविष्य की राह और समाधान

इन जटिल और परस्पर जुड़ी हुई चुनौतियों से निपटने के लिए भारत को एक समग्र और दीर्घकालिक रणनीति अपनानी होगी। संसाधनों के संरक्षण को विकास के केंद्र में रखना आवश्यक है, विशेषकर जल प्रबंधन को राष्ट्रीय प्राथमिकता के रूप में स्थापित करना होगा। सूक्ष्म सिंचाई, वर्षा जल संचयन और भूजल दोहन पर नियंत्रण जैसे उपायों को केवल नीतिगत स्तर पर नहीं, बल्कि सामाजिक व्यवहार का हिस्सा बनाना होगा।

ऊर्जा के क्षेत्र में विविधता लाना और स्वदेशी तकनीकों का विकास भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। नवीकरणीय ऊर्जा के साथ-साथ बैटरी तकनीक, हरित हाइड्रोजन और वैकल्पिक ऊर्जा स्रोतों में निवेश भविष्य की ऊर्जा सुरक्षा को मजबूत कर सकता है। इसके साथ ही, महत्वपूर्ण खनिजों के लिए घरेलू खोज और अंतरराष्ट्रीय साझेदारी को संतुलित रूप से विकसित करना होगा।

आयात प्रतिस्थापन की दिशा में ठोस कदम उठाने की आवश्यकता है, विशेषकर खाद्य तेल, इलेक्ट्रॉनिक्स और उच्च तकनीक के क्षेत्रों में। इसके लिए केवल उत्पादन बढ़ाना ही पर्याप्त नहीं होगा, बल्कि अनुसंधान, नवाचार और कौशल विकास को भी समान महत्व देना होगा। कृषि क्षेत्र में भी सुधार आवश्यक है, जहाँ जलवायु-अनुकूल और कम पानी वाली फसलों को बढ़ावा देकर संसाधनों पर दबाव कम किया जा सकता है और खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित की जा सकती है।

निष्कर्ष

भारत का लक्ष्य वर्ष 2047 तक एक विकसित राष्ट्र बनना है, लेकिन यह लक्ष्य केवल आर्थिक वृद्धि के आँकड़ों से हासिल नहीं किया जा सकता। इसके लिए आवश्यक है कि विकास संतुलित, समावेशी और संसाधन-संवेदनशील हो। वर्तमान संकट हमें यह संकेत देता है कि यदि हमने समय रहते अपने संसाधनों का संरक्षण नहीं किया और आयात पर निर्भरता कम नहीं की, तो आर्थिक प्रगति की यह गति स्थायी नहीं रह पाएगी।

'आत्मनिर्भरता' केवल एक नीतिगत नारा नहीं, बल्कि भारत की दीर्घकालिक स्थिरता और संप्रभुता की आधारशिला है। आज की चुनौतियाँ हमें यह अवसर भी देती हैं कि हम अपने विकास मॉडल पर पुनर्विचार करें और एक ऐसा मार्ग चुनें जो न केवल तेज़, बल्कि टिकाऊ और आत्मनिर्भर भी हो।



प्राचीन त्रिपुरा

राजीव कुमार
लेखाकार

हिंदू पौराणिक कथाओं में ऐसा कथित है कि 'त्रिपुरा' तीन नगर थे (जहाँ त्रिपुरा शब्द का अर्थ तीन नगर या तीन किले हैं) जिनका निर्माण महान असुर वास्तुकार, मायासुर द्वारा किया गया था। ये नगर समृद्धि, शक्ति और विश्व पर प्रभुत्व के प्रतीक थे, लेकिन अपने अधार्मिक स्वभाव के कारण माया के इन नगरों को शिव के एक स्वरूप, 'त्रिपुरंतक' या 'त्रिपुरारी' द्वारा ध्वंस कर दिया गया था। ये तीनों नगर सोने, चांदी और लोहे से बने थे और क्रमश: स्वर्ग, पृथ्वी और पाताल लोक में स्थित थे। त्रिपुरा शब्द का अर्थ तीन नगर या तीन किले हैं।

कार्तिकेय द्वारा वध किये गये तारकासुर की मृत्यु के पश्चात् उनके पुत्र तारकाक्ष, विद्युनमाली और कमलाक्ष ने कठोर तपस्या की, जिससे वे ब्रह्मा को प्रसन्न करने में सफल हुये। उन्होंने अमरता का वरदान मांगा। ब्रह्मा ने उनकी प्रार्थना यह कहते हुये अस्वीकार कर दिया कि कोई भी अमर नहीं हो सकता। तब तारकाक्ष, विद्युनमाली और कमलाक्ष ने अभेद्य, शाश्वत किलों का वरदान मांगा। जब ब्रह्मा ने उन्हें बताया कि कुछ भी शाश्वत नहीं हो सकता, तो उन्होंने यह प्रार्थना की कि इन नगरों का विनाश केवल एक ही बाण से संभव होगा, इस आशा में कि वे शिव के अलावा, जिनके वे परम भक्त थे, किसी के लिए भी ऐसा बाण चलाना असंभव था। तब ब्रह्मा ने उन्हें अपना वरदान दिया, जिससे यह सुनिश्चित हो गया कि ऐसे किले वास्तव में निर्मित किये जा सकते हैं।

त्रिपुरा के तीन शहरों का निर्माण

त्रिपुरा राज्य में शामिल तीन शहरों का विवरण इस प्रकार था:

सबसे निम्नस्तरीय सतह, लोहे की दीवारों से घिरा हुआ, पाताल लोक में स्थित है।

दूसरी सतह, जिसकी दीवारें चांदी की बनी हैं, पृथ्वी पर स्थित है, और

तीसरी सतह, जिसकी दीवारें सोने की हैं, स्वर्ग में स्थित है।

यह तीनों नगर गतिशील थे और इस प्रकार गतिमान रहते थे कि वे कभी भी एक सीधी रेखा में नहीं आते थे, सिवाय लगभग एक हज़ार वर्षों में कुछ क्षणों के लिए, जब पुष्य नक्षत्र चंद्रमा के साथ युति में होता था। इस प्रकार तारकासुर के पुत्र आश्वस्त थे कि वे सुरक्षित हैं, क्योंकि क्षण भर के लिए ही एक सीध में आने वाले ऐसे अभेद्द नगरों को एक ही तीर से नष्ट करना अत्यंत कठिन कार्य होता।

चारों ओर से असुर त्रिपुरा में आकर बसने लगे।

कई वर्षों के सुख के बाद, असुरों की अंतर्निहित दुष्ट प्रवृत्तियाँ एक बार फिर जागृत हो गईं और उन्होंने अच्छे लोगों पर अत्याचार करना और श्रेष्ठ लोगों को सताना शुरु कर दिया। इसी दौरान, मायासुर भगवान शिव की पूजा में लीन थे। शेष राक्षसों ने ऋषियों और देवताओं पर आक्रमण किया और संसार की शांति भंग कर दी।

अंतत: जब इंद्र और अन्य देवता हताश होकर ब्रह्मा से सहायता मांगने गये, तो ब्रह्मा ने उन्हें भगवान शिव की ओर निर्देशित किया और उन्हें त्रिपुरा के एक बाण से नष्ट होने की संभावना के बारे में भी ज्ञात कराया। भगवान शिव के गणों के नेता, नंदी ने भी उनका साथ दिया। यद्यपि, नंदी द्वारा विद्युनमाली का वध कर दिया गया और युद्ध में कई अन्य असुर भी मारे गये, फिर भी त्रिपुरा के कुण्ड के मायावी जल से वे पुनर्जीवित हो गये।

जैसे-जैसे युद्ध बढ़ता गया, देवता असुरों का मुकाबला करने के लिए संघर्ष करते रहे, जिन्होंने युद्ध में अपनी मायावी शक्तियों का भरपूर उपयोग किया। जिस दिन तीनों नगर एक सीध में आ गये, भगवान शिव ने एक रथ बनाने का आदेश दिया, जिस पर सवार होकर वे तीनों असुरों से युद्ध करेंगे।

भगवान शिव के लिए निर्मित युद्ध-रथ वास्तव में ब्रह्मांडीय पैमाने पर था।

स्वयं 'पृथ्वी' उस रथ की काया बनी, जबकि 'सूर्य' और 'चंद्रमा' ने उसके पहिये बनाये और 'ब्रह्मा' स्वयं सारथी की भूमिका में थे। एक तीर के लिए इस्तेमाल होने वाले शस्त्र में 'मेरु पर्वत' धनुष बना; 'सर्प वासुकी' धनुष की डोरी; स्वयं 'विष्णु' बाण बने; 'अग्नि' बाण का अगला भाग और 'वायु' बाण के पंख।

इसी प्रकार शेष सभी देवताओं ने उस ब्रह्मांडीय रथ में अपने-अपने रूप और स्थान धारण किये। जैसे ही नगर संरेखित हुये — पुष्य नक्षत्र एवं चंद्रमा आवश्यक विन्यास की स्थिति में आ गये — और भगवान शिव ने बाण को धनुष की डोरी पर चढ़ाने की तैयारी की, देवताओं ने त्रिपुरा के विनाश में अपनी भूमिका को लेकर प्रसन्नता व्यक्त की। उन्हें यह विश्वास था कि भगवान शिव उनकी सहायता के साथ ही यह कार्य पूरा कर सकते हैं।

देवताओं की मन की बात जानते हुये, भगवान शिव ने बाण चलाने के बजाय केवल मुस्कुरा दिया और तीनों पुरम पल भर में आग की लपटों में घिर गये। विनाश के इस सहज कृत्य से विस्मित होकर ब्रह्मा ने महादेव से देवताओं को उनके अहंकार के लिए क्षमा करने का आग्रह किया, क्योंकि वे स्वयं को अपरिहार्य समझ रहे थे, तथा उनसे यह भी विनती की कि वे अतिरिक्त बाण छोड़ दें, ताकि रथ बनाने में उनकी अनावश्यक चतुराई के कारण उन्हें अपमान सहना न करना पड़े। ब्रह्मा की सलाह मानते हुये, देवादिदेव ने देवताओ पर दया की और जलते हुये नगरों पर बाण केंद्रित कर दिया।

जब भगवान शिव जी युद्ध के लिए रवाना होने से पूर्व रथ पर विराजमान हुये, उनके भार के कारण रथ आगे नहीं बढ़ पा रहा था। तब, उनकी सहायता के लिए स्वयं विष्णु जी ने बैल का रूप धारण किया और रथ को गति प्रदान की। ऐसा करने के पश्चात्, वे रथ के शीर्ष पर लहराते हुये बैल ध्वज बन गये। तीनों नगरों के नष्ट होने के बाद, शिव जी खंडहरों पर खड़े होकर तांडव नृत्य — जिसे त्रिपुरा-नाश नर्तन के नाम से भी जाना जाता है — करने लगे, जिसके द्वारा वे नटराज, नृत्य के स्वामी के रूप में, बारी-बारी से ब्रह्मांड को अस्तित्व में लाते हैं और उसे हृदय की धड़कन की तरह एक अंतहीन चक्र में विलुप्त कर देते हैं।

भगवान शिव को अपने इस कृत्य पर तुरंत पछतावा हुआ, क्योंकि वे तीन नगरों के निर्माता और अपने महान भक्त, मायासुर की रक्षा करना भूल गये थे। यह जानकर नंदी बाण से आगे निकल गये और मायासुर को आने वाले विनाश की सूचना दी। फिर उस महान निर्माता ने तुरंत त्रिपुरा से पलायन का निर्णय लिया और अपने द्वारा निर्मित उन भव्य नगरों को वहीं छोड़ दिया, इससे पहले कि शिव जी के महान बाण से वे अपने निवासियों, असुरों सहित, भस्म हो जाएं। त्रिपुरा के इस विनाश के कारण ही शिव जी को त्रिपुरंतक (अर्थात् त्रिपुरा का अंत करने वाले) के तौर पर भी जाना जाता है।

धार्मिक ग्रंथ, 'देवी भागवत पुराण' के अनुसार, त्रिपुरा नगरी के विध्वंस के पश्चात् भगवान शिव, ब्रह्मा, विष्णु, इंद्र और अन्य देवता विश्राम करने के लिए हिमालय चले गये। भगवान शिव ने अपनी आँखें बंद कर लीं और कुछ देर ध्यान किया। जब उन्होंने अपनी कमल जैसी आँखें खोलीं, तो उनसे आँसू पृथ्वी पर गिरे। वे आँसू सिटसैल पर्वत पर गिरे। कुछ समय बाद, वे आँसू 'रुद्राक्ष' — 'रुद्र' (महादेव) एवं 'अक्ष' (आँखें) — के वृक्ष बन गए। इस वृक्ष पर उगने वाले फल 'रुद्राक्ष' के नाम से जाने जाते हैं।

आज का त्रिपुरा शहर: उत्पत्ति

पुराण त्रिपुरा या 'त्विपरा' साम्राज्य का इतिहास पौराणिक कथाओं में गहराई से दर्शाया गया है।

त्रिपुरा का राजवंश- त्रिपुरा के माणिक्य वंश के शासक महाभारत के चंद्र राजवंश के वंशज के तौर पर जाने जाते

हैं।

पौराणिक राजा त्रिपुर- परंपरा कहती है कि राज्य का नाम ययाति के वंशज, राजा त्रिपुर के नाम पर रखा गया था।

पुरातात्विक स्थल- यहाँ के प्राचीन विरासत को उनाकोटी जैसे स्थलों पर संरक्षित किया गया है, जोकि 8वीं-9वीं शताब्दी की आध्यात्मिक नक्क़ाशी के लिए जाना जाता है और पिलक, जिसमें 8वीं-9वीं शताब्दी की बौद्ध और हिंदू कलाकृतियाँ शामिल हैं।

वर्ष 1840 में वर्तमान शहर,अगरतला में स्थानांतरित होने से पूर्व, रियासत की ऐतिहासिक राजधानी 'पुराण हवेली' हुआ करती थी, जोकि एक प्रमुख सांस्कृतिक और धार्मिक केंद्र तथा आधुनिक राजधानी से लगभग 6 कि. मी. की दूरी पर स्थित है।

आधुनिक विकास

आधुनिक राज्य के लिए रियासत

त्रिपुरा एक स्वतंत्र रियासत थी। 9 सितंबर, 1949 को भारतीय संघ के साथ एक विलय समझौते पर हस्ताक्षर किये गये थे।

त्रिपुरा राज्य

एक केंद्र शासित प्रदेश घोषित किये जाने के पश्चात्, इस राज्य को 21 जनवरी 1972 को एक पूर्ण राज्य का दर्जा प्राप्त हुआ।

प्रमुख ऐतिहासिक और सांस्कृतिक विशेषताएं

उदयपुर (भूतपूर्व राजधानी)- अगरतला से पूर्व, त्रिपुरा की राजधानी 1,100 से अधिक वर्षों तक उदयपुर (पूर्व में रंगमति) में स्थित थी। यहाँ त्रिपुर सुंदरी मंदिर का स्थल बना हुआ है, जो 51 शक्तिपीठों में से एक है।

चतुर्दश देवता मंदिर- पुराने अगरतला में सबसे महत्वपूर्ण माने जाने वाला स्थल, त्रिपुरी लोगों के चौदह देवताओं को समर्पित है। इसमें केवल इन देवताओं के सिर हैं, जिन्हें महाभारत के समय से शाही परिवार द्वारा अपने प्राथमिक देवताओं के रूप में पूजा जाता है।

खारची महोत्सव- यह इस मंदिर में आयोजित होने वाला एक विश्व प्रसिद्ध सात दिवसीय त्योहार के रूप में जाना जाता है, जहाँ हज़ारों भक्त इस अनुष्ठान तथा एक भव्य मेले में शामिल होने के लिए एकत्रित होते हैं।

हवेली संग्रहालय- पुराने अगरतला में स्थित एक जीवंत सांस्कृतिक विरासत की भूमिका में यह संग्रहालय स्थित है, जो इस क्षेत्र के इतिहास एवं परंपराओं को गौरवतापूर्ण प्रदर्शित करता है।

त्रिपुरा के राज्य चिन्ह

राज्य पशु:

'फेयरे का लंगूर' (Phayre's Langoor) को त्रिपुरा के राज्य पशु होने का गौरव प्राप्त है, जो इस क्षेत्र की समृद्ध विविधता और प्राकृतिक विरासत का एक महत्वपूर्ण अंश है।

राज्य पक्षी:

'हरा शाही कबूतर' (Green Imperial Pigeon) को त्रिपुरा के राज्य पक्षी का दर्जा प्राप्त है, जो पूर्वोत्तर भारतीय राज्यों की पक्षी विविधता एवं सुंदरता का प्रतीक है।

राज्य वृक्ष:

त्रिपुरा का राज्य वृक्ष, 'अगर वृश्र '(Agarwood Tree) — 'Aquilaria malaccensis' — है तथा राज्य की संस्कृति और पर्यावरण के संरक्षण में इस वृक्ष प्रजाति का अत्यंत महत्व है।

राज्य फूल:

'नागकेसर' (Nagkesar) — 'Mesua ferrea' — त्रिपुरा का राज्य फूल है, जो राज्य के वानस्पतिक परिदृश्य में इसकी प्राकृतिक सुंदरता और महत्व को दर्शाता है।

राज्य फल:

'रानी अनानास' या 'Queen Pineapple' — (Ananas Comosus) — त्रिपुरा का राज्य फल है, जो राज्य की कृषि और पारंपरिक प्रथाओं में इस स्वादिष्ट और ऊष्णकटिबंधीय फल के महत्व को दर्शाता है।

राज्य मछली:

त्रिपुरा की राज्य मछली का स्थानीय नाम 'पाबदा' (Butter Catfish) है। बटर कैटफिश (Ompok bimaculatus') मीठे पानी की कैटफिश है जिसकी हड्डियाँ मुलायम और मांस कोमल होता है। यह मछली अपने उच्च पोषण तत्वों और स्वादिष्ट स्वाद के कारण अत्यधिक मूल्यवान है। यह मछली ओमेगा-3 और ओमेगा-6 फैटी एसिड, प्रोटीन, विटामिन और खनिज पदार्थों का सामुद्रिक स्रोत होने के कारण भी बहुत लोकप्रिय है, जो गर्भवती महिलाओं, बढ़ते बच्चों और बुज़ुर्गों के लिए आवश्यक है।



एक जादुई यात्रा: खेरेंगबार का दिव्य फूल

दीपान्विता दास
वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

बहुत समय पहले, त्रिपुरा के सुदूर गाँव में एक युवक रहता था, जो अपनी पत्नी के साथ ससुराल की पारंपरिक प्रथा, 'चमकी कमानी' — त्रिपुरा की एक अनोखी रस्म, जहाँ दुल्हों को शादी से पहले अपनी योग्यता साबित करनी पड़ती है — पूरी करके घर लौट रहा था। यह बईसाख का महीना था और वह अपने गाँव में मनाये जाने वाले गरिया पूजा उत्सव को लेकर बहुत उत्साहित था।

एक सुबह, वह युवक और उसकी नवविवाहित पत्नी गाँव के लिए निकल पड़े। उनका रास्ता घने जंगल से होकर गुजरता था, इसलिए उन्होंने सूर्यास्त से पहले घर पहुँचने की उम्मीद में सुबह जल्दी यात्रा शुरु करने का फैसला किया।

वे सूर्यास्त से पहले पहुँचने की आशा कर रहे थे। पूरी यात्रा जंगल से होकर गुज़रनी थी, और वे अंधेरा होने से पहले जंगल पार करने के लिए तेज़ी से चल रहे थे।

उनकी राह सुनसान थी और हल्की सी हवा उनके आस-पास बह रही थी। जैसे ही वे सूर्यास्त से बिल्कुल पहले जंगल में दाखिल हुये, अचानक एक अपरिचित परंतु मनमोहक सुगंध हवा में फैल गयी और उन्होंने एक मीठी, अनोखी फूल की खुशबू महसूस की।

उत्सुकतावश, उस नई दुल्हन ने अपने पति से फूल के बारे में पूछा।

"कितनी प्यारी खुशबू है", पत्नी ने कहा। "यह कौन सा फूल है?"

उसके पति ने उत्तर दिया, "यह खेरेंगबार का फूल है, जो एक प्रकार का ऑर्किड है।"

पत्नी ने कहा, "मैंने इसके बारे में कभी नहीं सुना। और मैंने अपने जीवन में कभी इतनी खुशबूदार चीज़ नहीं देखी। कृपया मेंरे लिए एक ले आइए, मैं इसे अपने बालों में लगाना चाहती हूँ।"

इस बात पर उसके पति ने सिर हिलाया। "उस फूल को तोड़ना संभव नहीं है। वह स्वर्ग का फूल है। वह केवल भगवान के लिए खिलता है और मनुष्यों के लिए दुर्भाग्य लाता है।"

पत्नी को जिज्ञासा हुई और उसने अपने पति से पूछा, "फिर ऐसा दिव्य फूल धरती पर कैसे आया?"

उसके पति ने उत्तर दिया, "कहा जाता है कि बहुत समय पहले एक सुंदर अप्सरा श्राप के कारण पृथ्वी पर अवतरित हुयी थी। वह अपने प्रिय फूल का एक पौधा अपने साथ लायी और उसकी विशेष देखभाल की।"

फिर उस युवक ने पेड़ के तने की ओर इशारा करते हुये अपनी पत्नी को दिखाया कि कैसे वह पौधा बिना मिट्टी को छुए वहाँ उग रहा था।

"जड़ें पेड़ के चारों ओर लिपटी होती हैं, और पेड़ वही अपना भोजन प्राप्त करता है। ये खेरेंगबार के फूल हैं", उन्होंने फूलों की ओर इशारा करते हुये समझाया।

अब वह नई दुल्हन अपनी लालसा को रोक नहीं पाई और अपने बालों में उस दिव्य फूल को लगाने की इच्छा उसके मन में उत्पन्न हुई। उसने बड़ी उत्सुकता से अपने पति को कुछ फूल तोड़ने को कहा।

"क्या आप मेरे लिए कुछ फूल तोड़ सकते हैं, मैं इन्हें अपने बालों में लगाना चाहती हूँ।"

तब, उसके पति ने उसे चेतावनी देते हुये बताया, "यह 'खेरेंगबार' के फूल हैं....."

पत्नी ने पूछा, "इन फूलों से किसी को क्या नुकसान हो सकता है?"

उसके पति ने उत्तर दिया, "मैंने अपने गाँव में सुना है कि अगर कोई अपने बालों में खेरेंगबार का फूल लगाता है, तो वह तुरंत हूलॉक गिब्बन में बदल जाता है।"

पत्नी को विश्वास नहीं हुआ। वह काफी देर तक फूलों को देखती रही, कुछ नहीं बोली। उसका निराश चेहरा देखकर उसने कहा, "दुखी मत होइए। अगर आप सच में चाहती हैं, तो मैं आपके लिए एक खेरेंगबार फूल तोड़ लाउंगा। लेकिन, इसे अपने बालों में मत लगाना। अगर लगाओगी, तो मैं एक हूलॉक गिब्बन बन जाउंगा।"

फिर वह युवक पेड़ पर चढ़ा, कुछ खेरेंगबार फूल तोड़े और अपनी पत्नी को दे दिये। वह बहुत खुश हुयी। उन फूलों की सुंदरता को देखकर वह खुद को रोक नहीं पायी और जल्दी से एक फूल अपने बालों में लगा लिया। जैसे ही उसने ऐसा किया, युवक के हाथ पेड़ पर अकड़ गये।

"क्या तुमने अपने बालों में फूल लगाया है?", वह चीख पड़ा। "मुझे ऐसा लग रहा है जैसे मेरा शरीर बदल रहा है।"

पत्नी को अपनी गलती का ऐहसास हुआ और उसने तुरंत अपने बालों से फूल निकालकर फेंक दिया। लेकिन, तब तक बहुत देर हो चुकी थी।

उसने पेड़ की ओर देखा और पाया कि उसका पति सचमुच बदल रहा था। भयभीत होकर वह देखती रही जब तक कि वह पूरी तरह से एक गिब्बन में परिवर्तित नहीं हो गया।

वह रोते हुये गिड़गिड़ायी और बोली, "कृपया मुझे बताएं कि आप फिर से इंसान कैसे बन सकते हैं।"

तब उसके पति ने उत्तर दिया, "मैं कभी भी इंसान नहीं बन सकता। मुझे अब जंगल में दूसरे गिब्बनों के साथ रहना होगा। जल्दी चलो और रात होने से पहले गाँव पहुँच जाओ। मेरे माता-पिता के साथ रहो, और शायद अगले जन्म में हम फिर से मिल सकें।"

उसकी पत्नी सदमे में थी।

"मैं तुम्हारे साथ सुखमय जीवन जीना चाहती थी, पर भगवान ने मुझ पर दया नहीं की। अब मैं कहाँ जाउंगी? काश मैं मर जाउँ", वह विलाप करते हुये बोली। फिर उसने अपना सिर पेड़ पर पटकना शुरु कर दिया। उसका सिर बुरी तरह से खून से लथपथ हो गया और अंतत: पेड़ के नीचे ही उसकी मृत्यु हो गयी।

उसके पति ने यह देखा लेकिन कराहने के अलावा कुछ नहीं कर सका, "हू, हू...हूलॉक...हुता।"

अपने अगले जन्म में पत्नी एक बड़ी छिपकली के रूप में पैदा हुयी। वह हूलॉक गिब्बन तो नहीं बनी, जैसा कि उसने उम्मीद की थी, क्योंकि उसने खेरेंगबार फूल के नियमों को तोड़ दिया था।

हर साल मार्च और अप्रैल में, जब खेरेंगबार के फूल खिलते हैं, तो गिब्बन "हू, हू...हूलॉक...हुता" की आवाज़ निकालता है, अपने पिछले जीवन को याद करते हुये। और छिपकली, अपने पिछले कर्मों के पश्चाताप से ग्रस्त होकर, पेड़ के तने पर अपनी पूंछ पटकती है — अपने पिछले जीवन की अधूरी इच्छाओं को व्यक्त करती है।

उनकी परिस्थिति को देखकर, देवता भी विचलित रह गये। इस दंपत्ति के दुखद भाग्य के कारण स्वर्ग से खेरेंगबार फूल की मीठी सुगंध को छीन लेने का फैसला किया गया। इसलिए, देवताओं ने उस फूल की सारी सुगंध ले ली, ताकि भविष्य में किसी के साथ ऐसी घटना न घट सके।

इसलिए शायद आज खूबसूरत खेरेंगबार से वैसी खुशबू नहीं आती, जैसे पहले आती थी।

कोकबोरोक लोककथा, '**कुचुक खेरेंगबार**' महज प्रेम और परिवर्तन की एक दुखद कहानी नहीं है, यह त्रिपुरी लोगों के बीच सांस्कृतिक स्मृति और पारिस्थितिक ज्ञान का भंडार है। इस कहानी को प्रतिरोध के विमर्श के संदर्भ में लोककथा स्वरूप प्रस्तुत किया गया है।

दैवीय सीमाओं के विरुद्ध मानवीय अतिक्रमण के खतरों का वर्णन करते हुये पारिस्थितिक कल्पना को समाहित करके तथा मौखिक कथावचन के माध्यम से सांस्कृतिक नैतिकता को संरक्षित कर यह कहानी एक ऐसे सांस्कृतिक संग्रह के रूप में उभरकर आती है जो 'विस्मृति' या 'विलोपन' का प्रतिरोध करता है।

वर्जित इच्छाएँ, परिवर्तन, स्मृति और दैवीय न्याय के विषयों का अन्वेषण करते हुये, यह कथा-कथन इस बात पर प्रकाश डालता है कि कैसे '**कुचुक खेरेंगबार**' कोकबोरोक पहचान और मौखिक कथा शैली की विरासत की पुष्टि करता है।

यह वृत्तांत पारिस्थितिक, आध्यात्मिक और सांस्कृतिक महत्व की कई परतों से इस प्रकार ओत-प्रोत है:

'खेरेंगबार' का निषिद्ध फूल

'खेरेंगबार' के दिव्य फूल को'केवल देवताओं के लिए' के रूप में चित्रित किया गया है। इसकी सांसारिक जड़ों का अभाव मानवीय अधिकार से अलगाव का प्रतीक है।

ईश्वर के प्रति निष्ठा दिखाये बिना इस फूल को धारण करना मानवीय अहंकार, जिज्ञासा और अतिशय महत्वाकांक्षा को दर्शाता है। प्रतीकात्मक रूप से, यह फूल प्रतिरोध का प्रतीक है — इसकी पवित्रता इसे मानवीय शोषण से बचाता है और प्राकृतिक एवं दिव्य सीमाओं का उल्लंघन करने के विरुद्ध चेतावनी देता है।

रूपांतरण एवं मानव-पशु निरंतरता स्रोत

उस नई दुल्हन के पति का हूलॉक गिब्बन में रूपांतरित होना त्रिपुरा के ब्रह्मांडीय विज्ञान में मनुष्यों और जानवरों के बीच की अस्पष्ट सीमा को दर्शाता है।

पश्चिमी द्वंद्वों के विपरीत, कोकबोरोक लोककथाएं मनुष्यों, जानवरों और आत्माओं के बीच सह-अस्तित्व की कल्पना करती हैं।

हूलॉक के रूप में पति का रूपांतरण उसके विलाप स्मृति को संरक्षित करता है, और मानव हानि को पारिस्थितिक ध्वनि परिदृश्यों में समाहित करता है।

कथा का प्रतिरोधात्मक स्वर मानव-केंद्रित रूपरेखाओं के विरुद्ध स्वदेशी पारिस्थितिक चिंतन को मुखर करने में प्रभावी सिद्ध होता है।

पत्नी की इच्छा, मृत्यु और पुनर्जन्म

उस दिव्य फूल के प्रति उस पत्नी की तड़प, स्त्रियों के मौन रहने और निष्क्रियता के पितृसत्तात्मक मानदंडों को चुनौती देती है। उसकी ज़िद एक प्रकार से कहानी को आगे बढ़ाती है।

उसकी मृत्यु और छिपकली के रूप में पुनर्जन्म, दण्ड के साथ-साथ वापसी का भी प्रतीकत्व करती है — जहाँ उसकी इच्छा कई जन्मों तक बनी रहती है।

इस तरह यह कथा लैंगिक दोषारोपण को चुनौती देती है, क्योंकि भाग्य चक्र में यह स्त्री को उल्लंघनकारी और त्रासदी में एक सक्रिय भूमिका के तौर पर प्रस्तुत करती है।

दैवीय हस्तक्षेप और न्याय

देवताओं द्वारा दिव्य सुगंध को मिटा देने से एक व्यक्तिगत त्रासदी सामूहिक स्मृति में परिवर्तित हो जाती है।

यह कार्य पारिस्थितिक संतुलन स्थापित करता है — यह सुनिश्चित करता है कि मनुष्य फिर कभी उल्लंघन करने के लिए प्रलोभित न हो।

यहाँ निहित प्रतिरोध की ध्वनि ब्रह्मांडीय है — 'दैवीय न्याय' पारिस्थितिक व्यवस्था और मानवीय नैतिकता दोनों की रक्षा करता है।

प्रकृति: संरक्षक के रूप में

बैसाख के महीने के दौरान, हूलॉक गिब्बन की पुकार और खेरेंगबार फूल के दिव्य सुगंध का लुप्त होना उनकी स्मृति को संरक्षित रखते हुये प्राकृतिक संग्रह के रूप में कार्य करते हैं।

मौखिक विरासत और पारिस्थितिक लय आपस में विलीन हो जाते हैं — कथा सुनाने की प्रथा तथा प्राकृतिक चक्र में भावी पीढ़ियों के लिए इसमें निहित त्रासदी को संरक्षित करते हैं।

त्रिपुरी संदर्भ में लोककथा का प्रतिरोधात्मक स्वर

सांस्कृतिक प्रतिरोध:

यह कथा कोकबोरोक भाषा, प्रतिबिंबों और ब्रह्मांडीय विज्ञान की पुष्टि करके सांस्कृतिक क्षय का प्रतिरोध करती है।

ऐसे संदर्भ में जहाँ स्वदेशी कहानियाँ प्रमुख कथाओं के समक्ष दब जाती हैं, **'कुचुक खेरेंगबार'** सांस्कृतिक आत्म-अभिव्यक्ति का प्रतीक बन जाती है।

पारिस्थितिक प्रतिरोध:

मानव प्रलोभन के विरुद्ध चेतावनी के स्वर में पारिस्थितिक अंतर्संबंध का गुणगान करते हुये यह लोककथा प्रकृति के प्रति शोषणकारी दृष्टिकोण का विरोध करती है। यह संयम, विनम्रता और सम्मान की नैतिकता का समर्थन करती है।

ऐतिहासिक प्रतिरोध:

जबकि आधिकारिक इतिहास अक्सर अल्पसंख्यक समुदायों की अनदेखा करते हैं, मौखिक परंपराएँ प्रति-इतिहास का दर्पण प्रस्तुत करती हैं।

'कुचुक खेरेंगबार' अभिलेखागारों से स्वतंत्र रूप से स्वदेशी स्मृति को संरक्षित करता है, ऐतिहासिक विस्मरण का प्रतिरोध करता है।

आध्यात्मिक प्रतिरोध:

यह कथा एक ऐसे दृष्टिकोण को प्रस्तुत करती है जहाँ देवता, मनुष्य और प्रकृति नैतिक संरचना के तहत सह-अस्तित्व में हैं। यह स्वदेशी आध्यात्मिकता को अमान्य ठहराने वाले धर्मनिरपेक्ष, भौतिकवादी विचारों को चुनौती देती है।

मौखिक विरासत एवं निरंतरता स्रोत

त्योहारों, घरेलू कहानियों और मौसमी स्मरणों के माध्यम से सामुदायिक कथा-कथन में **'कुचुक खेरेंगबार'** की निरंतरता इसकी दृढ़ता को दर्शाती है।

मौखिक रूप से कहानी सुनाना सांस्कृतिक अस्तित्व को सुनिश्चित करता है, जिससे प्रत्येक कथा विस्मृति के विरुद्ध एक प्रतिरोध का यंत्र बन जाती है।

कहानी संदर्भ के साथ विकसित भी होती है, क्योंकि कहानीकर्ता नई पीढ़ियों के लिए अर्थों की पुनर्व्याख्या करते हैं, जो लोककथाओं की अनुकूलनशीलता और जीववंता को सिद्ध करता है।

निष्कर्ष

कुचुक खेरेंगबार महज प्रेम और त्रासदी की कहानी नहीं है — यह प्रतिरोध का लोककथा स्वरूप है। कथा रूप में पारिस्थितिक कल्पना, नैतिक शिक्षाओं और सांस्कृतिक पहचान को समाहित करते हुये यह विस्मृति का प्रतिरोध करती है और कोकबोरोक विरासत की पुष्टि करती है।

यह कहानी शोक को सांस्कृतिक स्मृति का स्वरूप देती है, जो मौखिक परंपरा और पारिस्थितिक चक्रों दोनों में अंकित है।



दस रुपये का रहस्य और चाय की चुस्कियाँ

अमित गौरव
सहायक लेखा अधिकारी

कार्यालय में उस दिन सुबह से ही एक अजीब सी हलचल थी। बाहर हल्की बारिश हो रही थी, लेकिन अंदर का तापमान कुछ बढ़ा हुआ था। यह वह समय था जब पुरानी फाइलों का नये 'ओरेकल' डेटाबेस में माइग्रेशन चल रहा था। पूरे कार्यालय को दो स्पष्ट गुटों में बंटा हुआ देखा जा सकता था: 'रजिस्टर और पेन' वाले अनुभवी दिग्गज और 'एसक्यूएल (SQL) और डेटा एनालिटिक्स' वाले युवा धुरंधर।

अनुभाग के एक कोने में बैठे थे शर्मा जी। 59 वर्ष की आयु, आँखों पर मोटा चश्मा और ट्रेजरी नियमों का ऐसा ज्ञान कि अगर कोई रात के दो बजे भी उनसे 'मेजर हेड' पूछ ले, तो वे नींद में भी सही कोड बता दें। उनका मानना था कि कंप्यूटर एक दिन धोखा दे सकता है, लेकिन लाल रंग से बंधी हुई फाइलें कभी झूठ नहीं बोलतीं। दूसरी तरफ था रोहन। 25 साल का नया डेटा एनालिस्ट, जिसकी उंगलियाँ कीबोर्ड पर ऐसे चलती थीं जैसे कोई पियानो बजा रहा हो। उसके लिए हर समस्या का समाधान एक अच्छी 'SQL क्वेरी' या 'IDEA सॉफ्टवेयर' में छिपा था। शर्मा जी उसे 'हवा में उड़ने वाला लड़का' मानते थे, और रोहन शर्मा जी को 'मैनुअल युग का अवशेष'।

दोपहर के खाने का समय हो रहा था। तभी पता चला कि 2018-19 के व्यय विश्लेषण की एक महत्वपूर्ण रिपोर्ट ऑडिट के लिए मुख्यालय जानी है, लेकिन बैलेंस शीट मैच नहीं हो रही थी। अंतर कितने का था? सिर्फ 10 रुपये का! अब आप सोचेंगे कि करोड़ों के बजट में 10 रुपये क्या मायने रखते हैं? लेकिन सरकारी लेखांकन में, 10 रुपये का अंतर भी एक 'सस्पेंस स्लिप' का कारण बन सकता है और पूरी ऑडिट प्रक्रिया को रोक सकता है।

शर्मा जी ने तुरंत अपने चश्मे को नाक पर सेट किया और तीन पुराने रजिस्टर मंगवा लिए। «मैं अभी इसे मैन्युअली चेक करता हूँ। कहीं न कहीं 'ट्रांसफर एंट्री' में गड़बड़ हुई है।» रोहन ने अपनी कुर्सी घुमाई और बोला, "सर, आप रहने दीजिए। इसमें दो दिन लगेंगे। मैं अभी डेटाबेस में एक क्वेरी रन करता हूँ, सिस्टम 5 मिनट में बता देगा कि एरर कहाँ है।»

रोहन ने अपनी सबसे जटिल कमांड टाइप की और 'एन्टर' दबाया। स्क्रीन पर एक लोडिंग आइकन घूमने लगा... और घूमता ही रहा। अचानक स्क्रीन पर फ्लैश हुआ —»एरर 404: सर्वर टाइमआउट"।

कार्यालय का सर्वर इतने बड़े डेटा को एक साथ प्रोसेस नहीं कर पाया। रोहन का चेहरा उतर गया। उधर शर्मा जी 500 पन्नों के रजिस्टर में उंगलियाँ घुमा रहे थे। दो घंटे बाद उनकी आँखें थकने लगीं और चाय की तलब महसूस होने लगी, लेकिन 10 रुपये का सुराग नहीं मिला। दोनों हार मान चुके थे, लेकिन एक-दूसरे के सामने स्वीकार नहीं कर रहे थे।

तभी उच्च अधिकारी राउंड पर निकले। उन्होंने स्थिति को भांप लिया। वे जानते थे कि समस्या डेटा या रजिस्टर में नहीं, बल्कि 'अप्रोच' में है। उन्होंने दोनों को अपने केबिन में बुलाया। उन्होंने बिल्कुल शांत और स्पष्ट शब्दों में कहा, "शर्मा जी, आपके पास जो नियमों का ज्ञान है, वह हमारे कार्यालय की नींव है। और रोहन, तुम्हारी तकनीकी गति हमारा भविष्य है। लेकिन आज, नींव और भविष्य दोनों फेल हो गए हैं। जानते हो क्यों? क्योंकि तुम दोनों अकेले दौड़ रहे हो। इस 10 रुपये को खोजने के लिए मुझे तुम दोनों का दिमाग एक साथ चाहिए।» उन्होंने एक सादा कागज़ और पेन रोहन की तरफ बढ़ाया और बोले, "आज कोई कंप्यूटर नहीं चलेगा जब तक शर्मा जी तुम्हें लॉजिक नहीं समझाते।»

शर्मा जी और रोहन एक ही डेस्क पर बैठे। शर्मा जी ने अपना अनुभव साझा किया — «रोहन, 2018 में नियम बदला था। मुझे शक है कि यह 10 रुपये का अंतर वेतन भत्ते के 'माइनर हेड' का नहीं है, बल्कि यात्रा भत्ते की किसी

पुरानी रिकवरी का है। तुम पूरे डेटाबेस में मत ढूंढो। सिर्फ 'सस्पेंस हेड 8658' के तहत उस विशिष्ट महीने की एंट्रीज फिल्टर करो।»

रोहन की आँखें चमक उठीं। उसे अब पूरे समुद्र में सुई नहीं खोजनी थी; शर्मा जी ने उसे बता दिया था कि सुई किस डिब्बे में है। सर्वर वापस आते ही रोहन ने एक बहुत ही सटीक और छोटी क्वेरी (Query) लिखी।

सिर्फ 30 सेकंड में स्क्रीन पर एक हाइलाइटेड रो (Highlighted Row) आ गई। एक एंट्री जो 89 रुपये की होनी चाहिए थी, उसे टाइपिंग मिस्टेक के कारण 98 रुपये दर्ज कर दिया गया था। 10 रुपये का अंतर (1 रुपये का अतिरिक्त टैक्स) सामने था! शर्मा जी ने मुस्कुराते हुए रोहन की पीठ थपथपाई। रोहन ने तुरंत शर्मा जी के लिए कैंटीन से स्पेशल चाय और शुद्ध शाकाहारी समोसे का ऑर्डर दे दिया। उस दिन के बाद से, रोहन कोई भी 'क्वेरी' चलाने से पहले शर्मा जी से उसका 'लॉजिक' समझने लगा, और शर्मा जी ने रोहन से अपने फोन में ई-सिम (eSIM) और नए फीचर्स सेट करना सीख लिया।

यह मजेदार किस्सा सिर्फ एक कहानी नहीं है, बल्कि हमारे रोज़मर्रा के कार्यालय जीवन का आईना है, जिससे हम ये व्यावहारिक बातें सीख सकते हैं:

* **डोमेन नॉलेज ही किंग है:** तकनीक कितनी भी एडवांस हो जाए, (चाहे वह ओरेकल 19c हो या कोई नया सॉफ्टवेयर) वह सिर्फ एक टूल है। अगर आपको बुनियादी नियमों (जैसे अकाउंटिंग हेड्स) की समझ नहीं है, तो बेहतरीन सॉफ्टवेयर भी गलत नतीजे ही देगा।
* **अनुभव और ऊर्जा का तालमेल:** पुरानी पीढ़ी के पास 'क्या खोजना है' का अनुभव है, और नई पीढ़ी के पास 'कैसे जल्दी खोजना है' की तकनीक। जब ये दोनों मिलते हैं, तभी असली «डेटा-लेड ऑडिट» सफल होता है। टीम वर्क में ईगो की कोई जगह नहीं होनी चाहिए।
* **स्मार्ट वर्क बनाम हार्ड वर्क:** पूरे रजिस्टर को छान मारना हार्ड वर्क था, और पूरे सर्वर पर एक साथ कमांड चलाना बेवकूफी। लेकिन जब अनुभव ने तकनीक को सही दिशा दी, तो वह 'स्मार्ट वर्क' बन गया। समस्या को छोटे हिस्सों में बांटकर हल करना सबसे कारगर होता है।
* **चाय पर चर्चा:** कार्यालय में संवादहीनता सबसे बड़ी समस्या है। एक साथ बैठकर चाय पीने और बात करने से बड़ी-बड़ी फाइलें और आपसी मतभेद, दोनों बहुत आसानी से सुलझ जाते हैं।



सह-अस्तित्व की आवश्यकता

अंकिता कोईरी
कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

मानव सभ्यता ने विज्ञान और तकनीक के माध्यम से अभूतपूर्व प्रगति की है। आज हम आधुनिक जीवनशैली, सुविधाजनक आवास, तेज़ परिवहन और उन्नत तकनीक के साथ जीवन जी रहे हैं। लेकिन इस विकास की दौड़ में हम एक महत्वपूर्ण सत्य को धीरे-धीरे भूलते जा रहे हैं कि हम इस पृथ्वी पर अकेले नहीं हैं। पशु-पक्षी और अन्य जीव-जंतु भी इस प्रकृति का उतना ही महत्वपूर्ण हिस्सा हैं जितना मनुष्य।

दुर्भाग्यवश, मानव गतिविधियों और बढ़ते शहरीकरण के कारण उनके जीवन पर गंभीर संकट उत्पन्न हो रहा है।

शहरीकरण और प्राकृतिक आवास का विनाश

तेजी से बढ़ते शहरीकरण ने प्राकृतिक आवासों को समाप्त कर दिया है। जहाँ कभी हरे-भरे जंगल, पेड़ और खुले मैदान हुआ करते थे, वहाँ अब विशाल इमारतें, सड़कें और कॉलोनियाँ बन चुकी हैं। विकास की इस अंधी दौड़ में मनुष्य ने प्रकृति के संतुलन को गंभीर रूप से प्रभावित किया है। पेड़ों की अंधाधुंध कटाई ने न केवल पक्षियों के घोंसलों को नष्ट किया है, बल्कि अनेक जीव-जंतुओं के अस्तित्व को भी खतरे में डाल दिया है। जंगलों और हरित क्षेत्रों के कम होने से पर्यावरण में असंतुलन बढ़ रहा है, जिसका प्रभाव जलवायु, वर्षा और जीव-जंतुओं के जीवन पर स्पष्ट रूप से दिखाई देने लगा है।

पहले गौरैया जैसे पक्षी घरों के छोटे-छोटे छेदों, छज्जों और कोनों में आसानी से घोंसला बना लेते थे। गाँवों और पुराने मकानों में उनके लिए पर्याप्त स्थान उपलब्ध होता था। सुबह-सुबह उनकी मधुर चहचहाहट वातावरण को जीवंत बना देती थी। लेकिन आज के आधुनिक घरों में चिकनी दीवारें, बंद खिड़कियाँ और सीमित खुली जगहें होने के कारण उनके लिए घोंसला बनाना लगभग असंभव हो गया है। इसके अतिरिक्त, मोबाइल टावरों से निकलने वाला विकिरण, बढ़ता प्रदूषण और कीटनाशकों का अत्यधिक उपयोग भी उनके जीवन के लिए हानिकारक सिद्ध हो रहा है। यही कारण है कि शहरी क्षेत्रों में गौरैया की संख्या तेजी से कम होती जा रही है।

भोजन और पानी की गंभीर समस्या

मानव विकास ने पशु-पक्षियों के भोजन और पानी के स्रोतों को भी प्रभावित किया है। खेतों और चारागाहों की जगह अब कॉन्क्रीट के जंगल खड़े हो गए हैं, जिससे गाय, बकरी जैसे पशुओं के लिए प्राकृतिक भोजन लगभग समाप्त हो गया है।

आज कई बार हम देखते हैं कि गायें कचरे के ढेर में भोजन खोजती हैं और अनजाने में प्लास्टिक जैसी हानिकारक चीजें खा लेती हैं, जिससे उनके स्वास्थ्य पर गंभीर असर पड़ता है। इसी तरह कुत्ते और अन्य आवारा पशु भोजन के लिए सड़कों और कचरे पर निर्भर हो गए हैं। गर्मियों में स्थिति और भी भयावह हो जाती है, जब पानी के स्रोत सूख जाते हैं और उन्हें घंटों भटकना पड़ता है।

एक सामान्य उदाहरण यह है कि शहरों में गर्मी के दिनों में सड़कों पर प्यासे कुत्ते छाया और पानी की तलाश में इधर-उधर घूमते दिखाई देते हैं, लेकिन अधिकांश लोग उन्हें अनदेखा कर देते हैं। यह समस्या केवल गाय या कुत्तों तक सीमित नहीं है।

जंगलों की कटाई के कारण बंदर और जंगली जानवर शहरों की ओर आने लगे हैं। हाथियों जैसे बड़े जानवर

गांवों और खेतों में प्रवेश कर मानव-पशु संघर्ष को जन्म दे रहे हैं। मधुमक्खियों और तितलियों की संख्या घट रही है, जिससे परागण (पॉलिनेशन) प्रभावित हो रहा है और पर्यावरण असंतुलित हो रहा है। कई पक्षी प्रजातियाँ विलुप्ति के कगार पर पहुंच चुकी हैं। यह स्थिति स्पष्ट रूप से दर्शाती है कि प्रकृति का संतुलन बिगड़ रहा है।

पशु-पक्षियों का अनुकूलन (एडेप्टेशन)

जीवित रहने के लिए पशु-पक्षी अपने व्यवहार, भोजन और रहने के स्थान में परिवर्तन कर रहे हैं ताकि वे बदलते वातावरण में अपना अस्तित्व बनाए रख सकें।

इन कठिन परिस्थितियों के बावजूद कई पक्षी अब बिजली के तारों, एसी यूनिट्स, खिड़कियों के किनारों और इमारतों के छोटे-छोटे स्थानों में घोंसला बनाने लगे हैं। पहले वे पेड़ों की शाखाओं और प्राकृतिक स्थानों पर आश्रय लेते थे, लेकिन पेड़ों की कमी ने उन्हें कृत्रिम स्थानों पर रहने के लिए मजबूर कर दिया है।

कुत्ते भी शहरी जीवन, ट्रैफिक और लगातार होने वाले शोर-शराबे के बीच जीना सीख गए हैं। वे सड़कों पर रहने, मनुष्यों पर निर्भर रहने और बदलते वातावरण के अनुसार अपने व्यवहार में बदलाव करने लगे हैं। गायें और अन्य पशु कचरे के ढेरों में भोजन खोजकर अपना जीवन चला रही हैं, जो उनके स्वास्थ्य के लिए अत्यंत हानिकारक है। प्लास्टिक और गंदगी खाने के कारण अनेक पशु बीमारियों का शिकार हो जाते हैं।

आश्रय की कमी और जलवायु परिवर्तन का प्रभाव

इसके साथ ही बढ़ता तापमान और जलवायु परिवर्तन उनकी समस्याओं को और अधिक गंभीर बना रहे हैं। गर्मियों में अत्यधिक गर्मी और लू के कारण पशु-पक्षियों का जीवन कठिन हो जाता है। इंसान अपने आराम के लिए एसी, रेफ्रिजरेटर, कूलर और अन्य आधुनिक संसाधनों का उपयोग कर लेते हैं, जिससे वे गर्मी से कुछ हद तक सुरक्षित रह पाते हैं। परंतु पशु-पक्षियों के पास ऐसी कोई सुविधा नहीं होती। वे पूरी तरह प्रकृति पर निर्भर रहते हैं और जब प्रकृति ही असंतुलित हो जाती है, तब उनका जीवन संकट में पड़ जाता है।

पहले जानवर पेड़ों के नीचे, आंगन में या खुले स्थानों में आराम कर लेते थे, लेकिन अब उन्हें सड़कों पर ही जीवन बिताना पड़ता है। सड़क पर रहने वाले कुत्ते, गायें और अन्य पशु गर्म सड़कों पर घंटों भटकते रहते हैं, जिससे वे थकान, निर्जलीकरण और बीमारियों का शिकार हो जाते हैं। कई बार अत्यधिक गर्मी के कारण उनकी मृत्यु तक हो जाती है।

जलवायु परिवर्तन का प्रभाव केवल मनुष्यों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह पूरे जीव-जगत को प्रभावित कर रहा है। यदि समय रहते पर्यावरण संरक्षण की दिशा में कदम नहीं उठाए गए, तो आने वाले समय में पशु-पक्षियों का जीवन और अधिक संकटग्रस्त हो जाएगा।

मानव की आधुनिकता की गलत समझ

वास्तविक समस्या यह नहीं है कि हम आधुनिक हो रहे हैं, बल्कि यह है कि हमने आधुनिकता का अर्थ गलत समझ लिया है। आज कई लोग यह मानने लगे हैं कि व्यस्तता, प्रतिस्पर्धा और केवल अपने स्वार्थ के बारे में सोचना ही प्रगति का प्रतीक है। परिणामस्वरूप, इंसान के भीतर की करुणा, सहानुभूति और नैतिकता धीरे-धीरे कमजोर होती जा रही है। हम तकनीकी रूप से आगे बढ़ रहे हैं, लेकिन भावनात्मक और मानवीय स्तर पर पीछे छूटते जा रहे हैं।

इस संवेदनहीनता का सबसे स्पष्ट उदाहरण हमारे व्यवहार में दिखाई देता है, विशेषकर उन जीवों के प्रति जो स्वयं अपनी रक्षा नहीं कर सकते। सड़कों पर घूमते पशु-पक्षियों को लोग अक्सर बोझ या परेशानी समझते हैं।

कोई उन्हें पत्थर मारकर भगाता है, कोई भूखा-प्यासा देखकर भी अनदेखा कर देता है, तो कोई उन्हें केवल "रुकावट" मानकर उनके अस्तित्व को महत्वहीन समझता है। लोग यह भूल जाते हैं कि जैसे मनुष्य को भोजन, पानी, आश्रय और सुरक्षा की आवश्यकता होती है, वैसे ही हर जीवित प्राणी को भी होती है। उनमें भी दर्द महसूस करने की क्षमता होती है, भय होता है, और जीवन जीने की इच्छा होती है।

आधुनिकता का अर्थ कभी भी भावनाहीन बनना नहीं हो सकता। यदि किसी व्यक्ति के पास अत्याधुनिक साधन हों, लेकिन उसके भीतर दया और सहानुभूति न हो, तो उसका विकास अधूरा है। वास्तविक आधुनिकता वही है जिसमें विज्ञान और मानवीय मूल्यों का संतुलन हो। एक विकसित समाज वही कहलाता है जहाँ इंसान केवल अपने अधिकारों की बात न करे, बल्कि अपने कर्तव्यों और जिम्मेदारियों को भी समझे।

"किसी राष्ट्र की महानता और उसकी नैतिक प्रगति का आकलन इस बात से किया जा सकता है कि वह अपने पशुओं के साथ कैसा व्यवहार करता है।"

– महात्मा गांधी

समाधान और सह-अस्तित्व की आवश्यकता

इस समस्या का समाधान केवल सरकार या किसी संस्था के प्रयासों से नहीं, बल्कि समाज के प्रत्येक व्यक्ति की भागीदारी से संभव है — अधिक से अधिक पेड़ लगाना और हरियाली को बढ़ावा देना, गर्मियों में घर के बाहर पानी और दाने के बर्तन रखना, साथ ही सामुदायिक पशुओं के लिए प्लास्टिक और कचरे का सही निपटान करना ताकि पशु उसे न खाएं, पक्षियों के लिए घोंसला बनाने की जगह या कृत्रिम घोंसलें उपलब्ध कराना, आवारा पशुओं के लिए आश्रय स्थलों तथा भोजन स्टॉल की व्यवस्था करना। यदि हम छोटे-छोटे कदम उठाएं, तो बड़ी समस्या को रोका जा सकता है।

आज आवश्यकता इस बात की है कि हम अपने बच्चों और आने वाली पीढ़ियों को केवल तकनीकी ज्ञान ही न दें, बल्कि उन्हें संवेदनशील बनना भी सिखाएँ। उन्हें यह समझाना जरूरी है कि किसी भूखे पशु को भोजन देना, प्यासे जीव के लिए पानी रखना या किसी असहाय प्राणी के प्रति दया दिखाना कमजोरी नहीं बल्कि सच्ची मानवता है। छोटी-छोटी संवेदनाएँ ही समाज को मानवीय बनाती हैं।

इसके अतिरिक्त, हमें यह भी समझना होगा कि प्रकृति और जीव-जंतुओं के प्रति हमारा व्यवहार सीधे हमारे समाज के चरित्र को दर्शाता है। जो समाज अपने कमजोर और असहाय प्राणियों के प्रति क्रूर हो जाता है, वह धीरे-धीरे भीतर से कठोर और असंतुलित हो जाता है। करुणा केवल नैतिक गुण नहीं, बल्कि सामाजिक संतुलन और मानसिक शांति का आधार भी है।

निष्कर्ष

आधुनिकता और विज्ञान के नाम पर हम इतने व्यस्त हो गए हैं कि हमने अपने आसपास के जीवों के प्रति करुणा और जिम्मेदारी को लगभग भुला दिया है। अब समय आ गया है कि हम अपने दृष्टिकोण को बदलें और सह-अस्तित्व (co-existence) के सिद्धांत को अपनाएं। सच्चा विकास वही है जिसमें हर जीव के लिए स्थान हो, करुणा हो और संतुलन हो।

हमें यह समझना होगा कि यह पृथ्वी केवल मनुष्यों की नहीं, बल्कि सभी जीवों की साझा धरोहर है। यदि हम सच में विकसित समाज बनाना चाहते हैं, तो हमें आधुनिकता के साथ-साथ संवेदनशीलता को भी अपनाना होगा। तभी हम एक ऐसी दुनिया बना पाएंगे जहां विकास और प्रकृति दोनों साथ-साथ सुरक्षित रह सकें।

अंततः सच्चा विकास वही है जिसमें प्रगति के साथ संवेदनशीलता भी बनी रहे। आधुनिकता का वास्तविक अर्थ मशीनों की तरह जीना नहीं, बल्कि इंसानियत को और अधिक व्यापक बनाना है। यदि विज्ञान और तकनीक के साथ दया, प्रेम और जिम्मेदारी जुड़ी रहे, तभी मानव सभ्यता वास्तव में विकसित कहलाने योग्य होगी।

इंसान की पहचान उसके लिबास से नहीं होती,

बल्कि उसके रहमदिल एहसास से होती है।

जो बेज़ुबानों पर भी दया करना जानता है,

असल में इंसानियत उसी के पास होती है।।



एक छोटे बीज की यात्रा

आशीष वर्मा
लेखाकार

एक विशाल जंगल के किनारे, मिट्टी की गोद में एक छोटा सा बीज चुपचाप पड़ा था। वह इतना छोटा था कि कोई उसे देख भी नहीं सकता था। लेकिन उसके अंदर एक बड़ा सपना पल रहा था — आसमान को छूने का, हवा से बातें करने का, और दुनिया को अपनी छाँव देने का।

बीज के आस-पास कई बड़े-बड़े पेड़ खड़े थे। वे हवा के साथ झूमते, पक्षियों को आश्रय देते और सूरज की रोशनी में चमकते। छोटा बीज उन्हें देखता और सोचता, "क्या मैं भी कभी इतना बड़ा बन पाऊंगा?"

एक दिन, पास खड़े एक पुराने बरगद के पेड़ ने बीज की हलचल महसूस की। उसने अपनी गहरी आवाज़ में कहा, "छोटे, तुम क्यों परेशान हो?" बीज ने संकोच से जवाब दिया, "मैं बहुत छोटा हूँ। मुझे डर लगता है कि मैं कभी भी आपकी तरह बड़ा और मजबूत नहीं बन पाऊंगा।"

बरगद मुस्कुराया, "हर बड़ा पेड़ कभी एक छोटा बीज ही था। फर्क सिर्फ इतना है कि उसने धैर्य रखा, कठिनाइयों का सामना किया और अपने अंदर की शक्ति पर विश्वास किया।" बीज को थोड़ी हिम्मत मिली, लेकिन डर अभी भी बाकी था।

कुछ दिनों बाद, काले बादल आसमान में छा गये। तेज बारिश शुरू हो गई। पानी की बूंदें मिट्टी को भिगोने लगीं। बीज को लगा जैसे वह डूब जायेगा। वह घबराकर बोला, "यह क्या हो रहा है? मैं तो खत्म हो जाऊंगा!" तभी मिट्टी ने उसे धीरे से कहा, "डरो मत, यह तुम्हारी शुरुआत है।"

बारिश का पानी बीज के अंदर समाने लगा। बीज के भीतर कुछ बदलने लगा। उसका खोल धीरे-धीरे नरम हुआ और फिर एक दिन वह फट गया। बीज को लगा जैसे वह टूट रहा है।

"मैं खत्म हो रहा हूँ..." उसने दर्द से कहा।

लेकिन उसी क्षण, उसके भीतर से एक नन्हा अंकुर बाहर निकला।

मिट्टी ने मुस्कुराते हुए कहा, "तुम खत्म नहीं हो रहे, तुम जन्म ले रहे हो।"

अंकुर धीरे-धीरे ऊपर की ओर बढ़ने लगा। लेकिन रास्ता आसान नहीं था। मिट्टी भारी थी, पत्थर रास्ता रोक रहे थे और अंधेरा चारों ओर फैला था।

अंकुर ने संघर्ष करते हुए कहा, "मुझे ऊपर जाना है... मुझे रोशनी चाहिए..."

हर दिन वह थोड़ा-थोड़ा ऊपर बढ़ता। कई बार वह थक जाता, रुक जाता, लेकिन फिर उसे बरगद की बात याद आती — "धैर्य रखो।"

एक दिन, आखिरकार, अंकुर मिट्टी से बाहर निकल आया। पहली बार उसने सूरज की रोशनी देखी। वह चमक से चौंक गया, लेकिन फिर धीरे-धीरे उसने अपनी छोटी-सी पत्तियां फैलानी शुरू कीं।

हवा ने उसे छुआ और कहा, "स्वागत है, छोटे!"

अंकुर खुश था। लेकिन उसकी यात्रा अभी खत्म नहीं हुई थी — असल में, यह तो बस शुरुआत थी।

दिन बीतते गए। अंकुर एक छोटे पौधे में बदल गया। उसकी पत्तियां हरी-भरी हो गईं। लेकिन अब नई चुनौतियाँ सामने थीं।

एक दिन तेज हवा चली। पौधा झुक गया। उसे लगा कि वह टूट जायेगा।

"मैं इतना कमजोर क्यों हूँ?" उसने रोते हुए कहा।

हवा ने जवाब दिया, "मैं तुम्हें गिराने नहीं आई हूँ, मैं तुम्हें मजबूत बनाने आई हूँ। अगर तुम झुकना सीख जाओगे, तो कभी टूटोगे नहीं।"

पौधे ने झुकना सीखा। धीरे-धीरे उसकी जड़ें गहरी होती गईं।

कुछ समय बाद, एक बकरी वहाँ आई। उसने पौधे की पत्तियां खाने की कोशिश की। पौधा डर गया।

"कोई मुझे बचाओ!" उसने पुकारा।

तभी पास के कांटेदार झाड़ी ने कहा, "डरो मत। हर खतरे से कुछ सीख मिलती है।"

बकरी ने पौधे की कुछ पत्तियां खा लीं और चली गई। पौधा दुखी था, लेकिन उसने हार नहीं मानी। कुछ दिनों में नई पत्तियां उग आईं।

"मैं फिर से खड़ा हूँ," उसने गर्व से कहा।

ऋतुएँ बदलती रहीं। गर्मी आई, सूरज तेज हो गया। पौधा सूखने लगा।

"मैं सह नहीं पा रहा..." उसने कहा।

तभी बादल आए और बारिश हुई। पौधे ने राहत की सांस ली।

"हर कठिन समय के बाद राहत आती है," उसने महसूस किया।

साल बीतते गए। पौधा अब एक युवा पेड़ बन चुका था। उसकी शाखाएँ फैलने लगीं, पत्तियां घनी हो गईं। पक्षी उसकी शाखाओं पर बैठने लगे।

एक छोटा चिड़िया का बच्चा बोला, "धन्यवाद, तुमने मुझे घर दिया।"

पेड़ मुस्कुराया। उसे पहली बार एहसास हुआ कि उसका अस्तित्व दूसरों के लिए कितना महत्वपूर्ण है।

एक दिन, वही छोटा बीज, जो अब एक मजबूत पेड़ बन चुका था, पुराने बरगद से बोला, "आप सही थे। यात्रा कठिन थी, लेकिन हर मुश्किल ने मुझे मजबूत बनाया।"

बरगद ने कहा, "अब तुम्हारी बारी है दूसरों को सिखाने की।"

कुछ समय बाद, पेड़ ने अपने फलों से नए बीज गिराए। उन छोटे-छोटे बीजों में वही डर और वही सपने थे जो कभी उसके अंदर थे।

एक छोटा बीज बोला, "मैं इतना छोटा हूँ... क्या मैं भी कभी बड़ा बन पाऊंगा?"

पेड़ ने प्यार से कहा, "हाँ, अगर तुम विश्वास रखो और धैर्य से अपनी यात्रा पूरी करो।"

बीज ने पूछा, "क्या यह आसान होगा?"

पेड़ हँसा, "नहीं, लेकिन यही इसे खूबसूरत बनाता है।"

धीरे-धीरे, नया बीज भी अपनी यात्रा पर निकल पड़ा।

और इस तरह, एक छोटे बीज की कहानी सिर्फ एक पेड़ बनने की नहीं थी — यह साहस, धैर्य, संघर्ष और विश्वास की कहानी थी।

उसने सीखा कि टूटना अंत नहीं होता, बल्कि एक नई शुरुआत होती है।

उसने जाना कि अंधेरा हमेशा नहीं रहता, रोशनी जरूर आती है।

और सबसे महत्वपूर्ण — उसने समझा कि छोटा होना कमजोरी नहीं, बल्कि एक शुरुआत है।

जंगल आज भी वही है। पेड़ आज भी खड़े हैं और मिट्टी में आज भी कई छोटे बीज छुपे हैं — अपने सपनों के साथ, अपनी यात्रा शुरू करने के इंतजार में।

क्योंकि हर बीज में एक जंगल छुपा होता है...



पहाड़, बादल और अधूरी सी विदाई

केया सरकार
लेखाकार

वो अगस्त का महीना था जब हम 6 दोस्त सफ़र पर निकले थे, बारिश अभी-अभी थमी थी और प्रकृति अपने सबसे सुंदर, सबसे जीवंत रूप में हमारे सामने थी। हवा में हल्की ठंडक घुली थी, मिट्टी की खुशबू मन में उतर रही थी और हरियाली इतनी गहरी थी कि आँखें ठहर-सी जाती थीं। यह सिर्फ एक ट्रिप नहीं थी... शायद हम सब अपने-अपने भीतर की थकान, उलझन और शोर से दूर कहीं शांति खोजने निकले थे।

हमारी यात्रा की शुरुआत अगरतला से हुई। सुबह का समय था — आसमान हल्का धुंधला और शहर अभी पूरी तरह जागा नहीं था। हमारे बैग में कपड़े कम और उम्मीदें ज़्यादा भरी थीं। स्टेशन की हलचल, चाय की महक और प्लेटफॉर्म पर गूंजती आवाज़ों के बीच हम ट्रेन में सवार हुए — मंज़िल थी कुमारघाट।

ट्रेन की खिड़की के पास बैठकर मैं बाहर देखती रही। वो दृश्य... जैसे किसी चित्रकार ने पूरे मन से एक कैनवास पर हरियाली उकेरी हो। बारिश से धुले पेड़, छोटे-छोटे घर, दूर तक फैले खेत, और बीच-बीच में मुस्कुराते बच्चे — सब कुछ इतना सजीव था कि आँखें हटाना मुश्किल हो रहा था। सच कहूँ, तो मुझे पलक झपकाने से भी डर लग रहा था, कहीं कोई खूबसूरत पल छूट न जाए।

कुमारघाट पहुँचकर हमने एक कार किराये पर ली और बढ़ चले जम्पुई हिल्स की ओर, जिसे *'ऑरेंज बाउल ऑफ त्रिपुरा'* भी कहा जाता है। यहाँ हर साल *'ऑरेंज फेस्टिवल'* भी मनाया जाता है। यह समुद्र तल से 3000 फीट की ऊंचाई पर स्थित है। जैसे-जैसे हम ऊंचाई की तरफ बढ़ रहे थे, वैसे-वैसे दुनिया बदलती जा रही थी। सड़कें पतली और घुमावदार होती जा रही थीं — एक तरफ गहरी खाई, दूसरी तरफ ऊंचे पहाड़। दिल में हल्का-सा डर भी था — *लैंडस्लाइड* का खतरा हर मोड़ पर जैसे हमें याद दिलाता था कि प्रकृति जितनी सुंदर है, उतनी ही शक्तिशाली भी।

लेकिन उस डर के बीच जो सौंदर्य था... उसने हर चिंता को पीछे छोड़ दिया।हर मोड़ पर ऐसा लगता था जैसे प्रकृति खुद हमें रोककर कह रही हो—"ज़रा ठहरो... देखो... और महसूस करो।"

दोपहर तक हम अपने पहले से बुक किए गए ठिकाने पर पहुंच गए। वहाँ का नज़ारा देखकर जैसे समय ठहर गया हो। चारों तरफ बादल... सच में, हम बादलों के बीच थे। कभी वे हमारे चेहरे को छूते हुए गुजरते, तो कभी नीचे घाटियों में बहते दिखाई देते। उस पल लगा, ज़िंदगी इतनी खूबसूरत भी हो सकती है, यह शायद मैंने पहले कभी महसूस ही नहीं किया था।

लंच के बाद हम फिर बाहर निकल पड़े। ठंडी हवा चेहरे को सहला रही थी, और हर झोंके के साथ जैसे दिल हल्का होता जा रहा था। दूर-दूर तक फैले पहाड़, बादलों की आवाजाही, और उस सन्नाटे में छुपी शांति — सब कुछ मिलकर जैसे एक अनकही कहानी सुना रहे थे।

शाम को चाय और गरम पकौड़ों के साथ हम छहों दोस्त एक साथ बैठे थे। सामने फैली अनंत हरियाली, हाथ में चाय की गर्माहट और बीच-बीच में गूंजती हँसी — वो पल जैसे हमेशा के लिए थम जाना चाहते थे।

तभी कुछ छोटे-छोटे स्थानीय बच्चे हमारे पास आए। उनके कपड़े साधारण थे, लेकिन उनकी आँखों में जो चमक थी... वो अनमोल थी। वे हमारा ध्यान खींचने के लिए छोटे-छोटे करतब दिखाने लगे — कोई उछलता, कोई गाना गाता, कोई हँसाने की कोशिश करता।

हम हँसें, ताली बजाई... लेकिन अंदर कहीं कुछ और ही चल रहा था। उनकी सादगी ने दिल को छू लिया। ऐसा लगा — खुश रहने के लिए शायद बहुत कुछ नहीं चाहिए होता, बस एक सच्ची मुस्कान ही काफी होती है। आज भी जब उन बच्चों की याद आती है, दिल अपने आप नरम हो जाता है। वो पल छोटा था... लेकिन असर गहरा।

वहाँ के लोग भी वैसे ही थे — सीधे, सच्चे और बिना किसी दिखावे के। उनकी बातें कम थीं, लेकिन अपनापन गहरा था। जैसे वो हमें जानते नहीं थे, फिर भी अपनाते जा रहे थे।

रात को हम देर तक जागते रहे। खिड़की के बाहर झाँकते हुए पहाड़ों और बादलों को देखना... वो एक अलग ही दुनिया थी। चारों तरफ खामोशी थी, लेकिन उस खामोशी में भी जैसे बहुत कुछ कहा जा रहा था। कभी-कभी हम सब चुप हो जाते थे — और वो चुप्पी भी अजीब तरह से सुकून देती थी।

अगली सुबह हम जल्दी उठ गए। सूरज धीरे-धीरे पहाड़ों के पीछे से झाँक रहा था। उसकी किरणें बादलों के साथ खेल रही थीं — कभी छुपती, कभी उभरती। हवा ठंडी थी और हर सांस जैसे भीतर तक ताज़गी भर रही थी।

उस सुबह में कुछ खास था...कुछ ऐसा, जिसे शब्दों में पूरी तरह उतारा नहीं जा सकता। उस दिन हम पास के एक छोटे से गाँव, वांगहुम भी गए। वहाँ पहुंचते ही ऐसा लगा जैसे दुनिया की भागदौड़ कहीं बहुत पीछे छूट गई है। हर रास्ता साफ-सुथरा, हर घर सलीके से सजा हुआ और हर चेहरे पर एक शांत संतोष।

वहाँ कोई जल्दी में नहीं था। कोई भाग नहीं रहा था। जैसे सबने जीना सीख लिया हो, धीरे-धीरे, पूरे एहसास के साथ।

हम वहाँ काफी देर तक बस चलते रहे — बिना कुछ बोले, बिना कहीं पहुँचे। और शायद वही इस सफर का सबसे खूबसूरत हिस्सा था — कहीं पहुँचना ज़रूरी नहीं था, बस महसूस करना काफी था।

जब लौटने का समय आया, तो मन भारी हो गया। हम छहों दोस्त साथ थे, हँस भी रहे थे, बातें भी कर रहे थे... लेकिन फिर भी कुछ अधूरा-सा लग रहा था, जैसे कुछ बहुत खास पीछे छूट रहा हो। शायद कुछ जगह सिर्फ देखी नहीं जाती, वो आपको अंदर से बदल देती हैं।

जम्पुई हिल्स मेरे लिए अब सिर्फ एक जगह नहीं है। वो एक एहसास है — *'एक ठहराव, एक सुकून, एक याद'* जो आज भी मेरे अंदर कहीं ज़िंदा है और जब भी ज़िंदगी बहुत शोर मचाने लगती है, मैं आँखें बंद करती हूँ और खुद को फिर वहीं पाती हूँ — बादलों के बीच, पहाड़ों की गोद में और उन पलों के साथ जो कभी सच में खत्म नहीं होते।



वर्तमान में टूटती पारिवारिक और सामाजिक व्यवस्था

राकेश चंद्र श्रीवास्तव
सहायक लेखा अधिकारी

मनुष्य स्वभाव से एक सामाजिक प्राणी है। वह अकेले नहीं रह सकता। उसके जीवन में परिवार, रिश्ते, दोस्त और समाज का बहुत महत्व होता है। परिवार से हमें प्यार, संस्कार और अच्छे-बुरे की समझ मिलती है। समाज हमें दूसरों के साथ मिल-जुलकर रहना सिखाता है। जब परिवार और समाज मजबूत होते हैं, तो व्यक्ति के साथ-साथ पूरा देश भी आगे बढ़ता है।

लेकिन आज के समय में परिवार और समाज दोनों कई तरह की चुनौतियों से गुजर रहे हैं। आधुनिक जीवन, बढ़ती प्रतिस्पर्धा, नौकरी की व्यस्तता, आर्थिक दबाव और मोबाइल-सोशल मीडिया के बढ़ते इस्तेमाल ने हमारे जीवन को आसान तो बनाया है, लेकिन कई बार रिश्तों में दूरी भी बढ़ा दी है। आज एक ही घर में रहने वाले लोग भी कई बार एक-दूसरे से ठीक से बात नहीं कर पाते।

आज सबसे बड़ा सवाल यह है कि आगे बढ़ते हुए कहीं हम अपने रिश्तों को पीछे तो नहीं छोड़ रहे हैं?

बदलता हुआ समाज

भारतीय समाज में हमेशा से एक-दूसरे की मदद करने और मिल-जुलकर रहने की परंपरा रही है। पहले पड़ोसी एक-दूसरे के सुख-दुख में शामिल होते थे। त्योहारों और सामाजिक कार्यक्रमों में लोग मिलकर खुशियाँ मनाते थे। किसी के घर कोई परेशानी आती थी, तो आसपास के लोग उसकी मदद के लिए आगे आते थे।

आज लोगों की जिंदगी बहुत व्यस्त हो गई है। नौकरी, व्यापार, पढ़ाई और अपनी व्यक्तिगत जिंदगी में लोग इतने व्यस्त हैं कि दूसरों के लिए समय निकालना मुश्किल हो गया है। कई बार लोग अपने पड़ोसी के बारे में कम जानते हैं, लेकिन सोशल मीडिया पर हजारों लोगों से जुड़े रहते हैं।

फिर भी यह कहना सही नहीं होगा कि आज समाज में इंसानियत खत्म हो गई है। जरूरत केवल इतनी है कि हम इसे अपने रोजमर्रा के जीवन में भी बनाए रखें।

संयुक्त परिवार से एकल परिवार तक

पहले भारत में संयुक्त परिवार की परंपरा अधिक थी। एक ही घर में दादा-दादी, माता-पिता, चाचा-चाची और बच्चे साथ रहते थे। परिवार के बुजुर्ग अपने अनुभव से बच्चों को समझाते थे और घर के सभी सदस्य एक-दूसरे का सहारा बनते थे।

आज पढ़ाई, नौकरी और बेहतर अवसरों की तलाश में लोग अपने घर और गाँव-शहर से दूर रहने लगे हैं। इसके कारण छोटे और एकल परिवार बढ़े हैं।

एकल परिवार के अपने फायदे भी हैं। पति-पत्नी अपने फैसले आसानी से ले सकते हैं और उन्हें अपनी जिंदगी के बारे में अधिक स्वतंत्रता मिलती है। लेकिन इसके साथ कुछ समस्याएँ भी हैं। बच्चों को दादा-दादी का साथ कम मिल पाता है। बुजुर्ग कई बार अकेले पड़ जाते हैं। माता-पिता पर बच्चों की देखभाल और घर की जिम्मेदारियाँ अधिक हो जाती हैं।

आधुनिक जीवन और बढ़ता व्यक्तिवाद

आधुनिक जीवन ने लोगों को अपने फैसले खुद लेने की आजादी दी है। आज महिलाएँ शिक्षा और नौकरी के क्षेत्र में आगे बढ़ रही हैं। युवा अपने करियर और जीवन के बारे में खुद निर्णय लेना चाहते हैं। यह समाज में आया एक अच्छा बदलाव है।

लेकिन परेशानी तब शुरू होती है जब अपनी आजादी और सुविधा के आगे हम दूसरों की भावनाओं को भूल जाते हैं। यदि सोच केवल "मेरी इच्छा", "मेरी सुविधा" और "मेरी सफलता" तक सीमित हो जाए, तो परिवार में दूरी बढ़ सकती है।

परिवार केवल एक घर में साथ रहने का नाम नहीं है। परिवार वह जगह है जहाँ हम अपनी खुशी और परेशानी बिना डर के किसी के साथ बाँट सकें।

आर्थिक दबाव और रिश्ते

आज के समय में परिवारों पर आर्थिक दबाव भी बढ़ गया है। महँगाई, बच्चों की पढ़ाई, घर का खर्च, नौकरी की चिंता और भविष्य की आर्थिक सुरक्षा जैसी बातें परिवारों को परेशान करती हैं।

पति और पत्नी दोनों नौकरी करें तो परिवार की आर्थिक स्थिति बेहतर हो सकती है। लेकिन घर के काम, बच्चों की देखभाल और बुजुर्गों की जिम्मेदारियाँ यदि केवल एक व्यक्ति पर पड़ जाएँ, तो तनाव बढ़ सकता है। इसलिए घर की जिम्मेदारियाँ मिलकर निभाना जरूरी है।

आज कई बार व्यक्ति की पहचान उसके व्यवहार और चरित्र से ज्यादा उसकी नौकरी, आय और संपत्ति से होने लगी है। इससे दूसरों से तुलना और असंतोष बढ़ सकता है।

पैसा जीवन के लिए जरूरी है, लेकिन पैसे से घर तो खरीदा जा सकता है, घर का प्यार और अपनापन नहीं।

सोशल मीडिया और रिश्तों की दूरी

मोबाइल और इंटरनेट ने हमारी जिंदगी को बहुत आसान बनाया है। आज हम दुनिया के किसी भी कोने में रहने वाले व्यक्ति से तुरंत बात कर सकते हैं। विदेश में रहने वाला बेटा भी अपने माता-पिता से वीडियो कॉल पर बात कर सकता है।

सोशल मीडिया पर दूसरों के सुख और सफलता को देखकर कई लोग अपने जीवन से तुलना करने लगते हैं। इससे असंतोष और तनाव बढ़ सकता है। बच्चों का भी काफी समय मोबाइल और इंटरनेट पर बीतने लगा है।

इसलिए समस्या मोबाइल या तकनीक की नहीं है, बल्कि उसके गलत या जरूरत से ज्यादा इस्तेमाल की है। यदि तकनीक रिश्तों को जोड़ने का माध्यम बने तो यह बहुत उपयोगी है, लेकिन यदि यह वास्तविक रिश्तों की जगह लेने लगे तो यह चिंता की बात है।

बुजुर्गों की स्थिति और नई पीढ़ी की चुनौतियाँ

बुजुर्ग परिवार के अनुभव और ज्ञान का स्रोत होते हैं। उन्होंने जीवन में बहुत कुछ देखा और समझा होता है। उनके अनुभव बच्चों और युवाओं के लिए बहुत उपयोगी हो सकते हैं।

लेकिन आज कई बुजुर्ग अकेलेपन का सामना कर रहे हैं। बच्चे नौकरी या अन्य कारणों से दूर रहते हैं। कई बार बुजुर्गों को लगता है कि परिवार में उनकी जरूरत पहले जैसी नहीं रही।

दूसरी ओर, आज की युवा पीढ़ी भी कई तरह के दबावों से गुजर रही है। पढ़ाई, नौकरी, करियर और समाज की अपेक्षाओं के कारण युवाओं पर काफी दबाव रहता है। यदि माता-पिता केवल अच्छे अंक और सफलता को महत्व दें और बच्चों की भावनाओं को न समझें, तो बच्चों और माता-पिता के बीच दूरी बढ़ सकती है।

इसलिए दोनों पीढ़ियों के बीच बातचीत जरूरी है। बुजुर्गों को सम्मान चाहिए और युवाओं को विश्वास। यदि दोनों एक-दूसरे को समझने की कोशिश करें, तो परिवार मजबूत रह सकता है।

क्या आधुनिकता ही इसका कारण है?

यह कहना सही नहीं होगा कि परिवार और समाज में आ रही समस्याओं का कारण केवल आधुनिकता है। आधुनिकता ने हमें कई अच्छी चीजें दी हैं। महिलाओं को शिक्षा और रोजगार के अवसर मिले हैं। लोगों में अपने अधिकारों के प्रति जागरूकता बढ़ी है। वैज्ञानिक सोच बढ़ी है और कई पुरानी गलत परंपराएँ कमजोर हुई हैं।

समस्या तब पैदा होती है जब हम आधुनिक सुविधाएँ तो अपना लेते हैं, लेकिन अपने पुराने अच्छे मूल्यों को भूल जाते हैं।

हमें आधुनिक तकनीक चाहिए, लेकिन संवेदनशीलता भी चाहिए। हमें स्वतंत्रता चाहिए, लेकिन जिम्मेदारी भी चाहिए। हमें पैसा और विकास चाहिए, लेकिन रिश्तों की कीमत पर नहीं।

इसलिए हमें आधुनिकता को छोड़ने की जरूरत नहीं है। जरूरत है कि आधुनिकता के साथ मानवीय मूल्यों को भी बनाए रखा जाए।

परिवार और समाज को मजबूत कैसे बनाया जाए?

टूटते रिश्तों को फिर से मजबूत किया जा सकता है। इसके लिए कुछ छोटी-छोटी बातों पर ध्यान देना जरूरी है।

1. परिवार में बातचीत बढ़ाएँ। परिवार के सभी सदस्य रोज कुछ समय साथ बैठें और एक-दूसरे से अपने दिन और अपनी परेशानियों के बारे में बात करें।
2. बुजुर्गों का सम्मान करें। उनके अनुभवों को महत्व दें और उन्हें परिवार से अलग महसूस न होने दें।
3. बच्चों को केवल सफलता नहीं, अच्छे संस्कार भी दें। उन्हें ईमानदारी, सहयोग, दूसरों का सम्मान और जिम्मेदारी का महत्व समझाएँ।
4. मोबाइल और सोशल मीडिया का संतुलित इस्तेमाल करें। परिवार में ऐसा समय तय किया जा सकता है जब सभी लोग मोबाइल से दूर रहकर एक-दूसरे के साथ समय बिताएँ।
5. घर की जिम्मेदारियाँ मिलकर निभाएँ। घर और बाहर के काम में महिला और पुरुष दोनों एक-दूसरे का सहयोग करें।
6. पड़ोस और समाज से जुड़े रहें। जरूरत के समय दूसरों की मदद करें और समाज के कमजोर लोगों के प्रति संवेदनशील रहें।

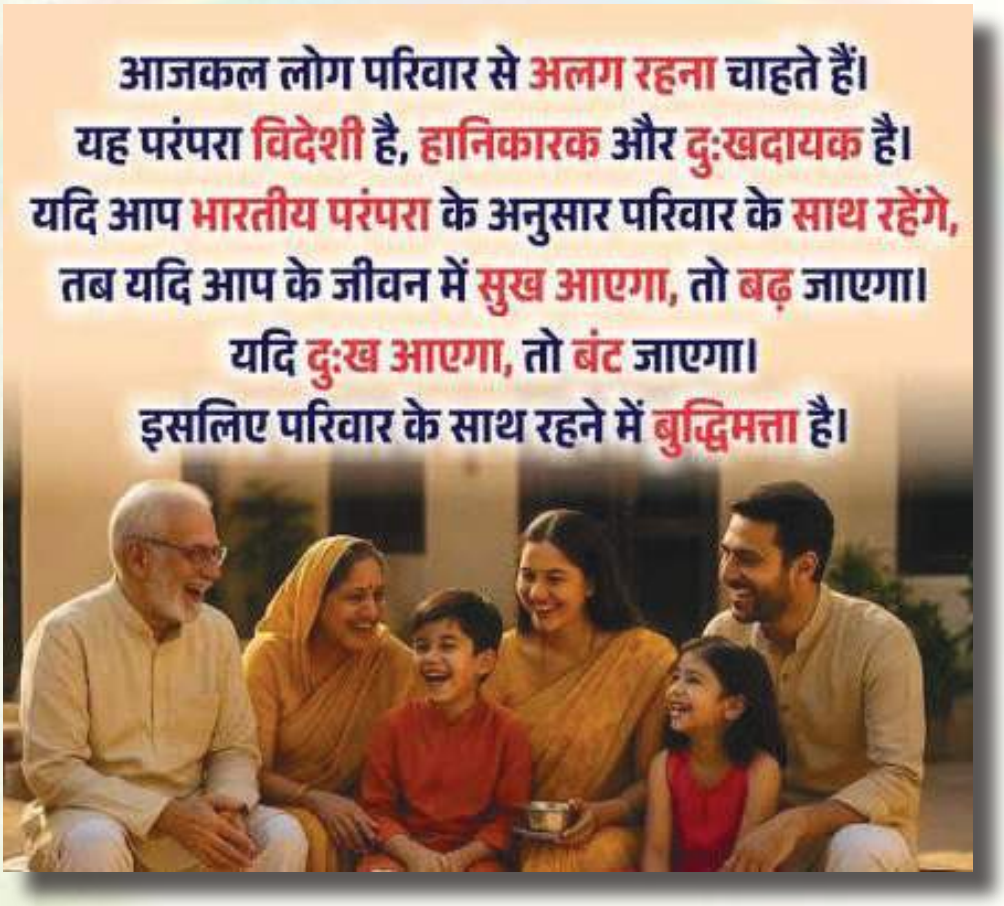
निष्कर्ष

आज परिवार और समाज में बदलाव आ रहा है। यह बदलाव पूरी तरह गलत भी नहीं है और पूरी तरह सही भी नहीं। आधुनिक जीवन ने हमें कई सुविधाएँ और अवसर दिए हैं, लेकिन इसके साथ कुछ नई चुनौतियाँ भी आई हैं।

हमें यह समझना होगा कि परिवार की मजबूती केवल इस बात से तय नहीं होती कि कितने लोग एक घर में रहते हैं, बल्कि इस बात से होती है कि वे एक-दूसरे के कितने करीब हैं।

इसी तरह समाज की प्रगति केवल बड़ी इमारतों, अच्छी सड़कों और आधुनिक तकनीक से नहीं होती। असली प्रगति तब होगी जब लोगों के बीच विश्वास, सहयोग, सम्मान और इंसानियत बनी रहे।

अंत में यही कहा जा सकता है कि विकास का सही अर्थ तभी है, जब हमारी जिंदगी में सुविधाओं के साथ संवेदनाएँ भी बची रहें। हमें ऐसा परिवार और ऐसा समाज बनाना है जहाँ लोग केवल साथ रहें ही नहीं, बल्कि एक-दूसरे का साथ भी निभाएँ।



राजभाषा संबंधी प्रमुख प्रावधान

राजभाषा संबंधी प्रमुख प्रावधान के अनुच्छेदों का संक्षिप्त परिचय:

अनुच्छेद 343- संघ की भाषा

अनुच्छेद 344- राजभाषा के संबंध में आयोग और संसद की समिति

अनुच्छेद 345- राज्य की राजभाषा या राजभाषाएं

अनुच्छेद 346- एक राज्य और दूसरे राज्य के बीच या किसी राज्य और संघ के बीच पत्रादि की राजभाषा

अनुच्छेद 347- किसी राज्य की जनसंख्या के किसी भाग द्वारा बोली जाने वाली भाषा के संबंध में विशेष उपबंध।

अनुच्छेद 348- उच्चतम न्यायालय और उच्च न्यायालयों में और अधिनियम, विधेयकों आदि के लिए प्रयोग की जाने वाली भाषा।

अनुच्छेद 349- भाषा से संबंधित कुछ विधियाँ अधिनियमित करने के लिए विशेष प्रक्रिया।

अनुच्छेद 350- व्यथा के निवारण के लिए अभ्यावेदन में प्रयोग की जाने वाली भाषा।

अनुच्छेद 351- हिन्दी भाषा के विकास के लिए निर्देश

अनुच्छेद 120- संसद में प्रयोग की जाने वाली भाषा

अनुच्छेद 210- विधानमण्डल में प्रयोग की जाने वाली भाषा

वर्ष 2025-26 के दौरान कार्यालयीन गतिविधियों की कुछ झलकियाँ



कार्यालय परिसर में 'ऑडिट दिवस' एवं 'लेखापरीक्षा सप्ताह' का आयोजन





ऑडिट दिवस के अवसर पर कार्यालय के कार्मिकगण द्वारा सहभागिता





कार्यालय के सेवानिवृत्त कर्मचारियों का विदाई समारोह





कार्यालय के सेवानिवृत्त कर्मचारियों का विदाई समारोह



खेल-कूद उपलब्धियाँ



पुरस्कार विजेता पुरस्कार ग्रहण करते हुए







पुरस्कार विजेता पुरस्कार ग्रहण करते हुए







पुरस्कार विजेता पुरस्कार ग्रहण करते हुए



कार्यालय के क्रिकेट टीम के सदस्यगण

'खारची महोत्सव'



त्रिपुरा में मनायी जाने वाली 'खारची महोत्सव' एक प्रमुख वार्षिक हिंदू त्योहार है, जो आषाढ़ माह की शुक्ल अष्टमी (जुलाई-अगस्त) को पुरान त्रिपुरा में चौदह देवताओं (चतुर्दश देवता) की पूजा के साथ प्रारंभ होता है और सात दिनों तक चलता है। यहाँ केवल सिर वाली प्रतिमाओं को ही विभिन्न ब्राह्मवादी नामों जैसे — 'हारा', 'उमा', 'हरि', 'माँ', 'बानी', 'कुमार', 'गणपा', 'बिद्धू', 'का', 'अब्धी', 'गंगा', 'सेखी', 'कामदेव' और 'हिमाद्री' से पहचाना जाता है। यह पूजा पृथ्वी के शुद्धिकरण और पापों के निवारण का प्रतीक मानी जाती है।

‘बटरफ्लाई पार्क त्रिपुरा’



त्रिपुरा के राजनगर गाँव के पास स्थित ‘बटरफ्लाई पार्क’ (Butterfly Park) में तितलियों की लगभग 40-55 प्रजातियाँ देखी जा सकती हैं, जिनमें मौसमी बदलाव वाली कुछ दुर्लभ प्रजातियाँ भी शामिल हैं।