



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



निर्झर



अंक 50

सितंबर 2024

कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय),

नई दिल्ली - 110002



उप-नियंत्रक महालेखापरीक्षक द्वारा कार्यालय विजिट के दौरान बैठक में उपस्थित महानिदेशक महोदय, निदेशक (प्रशा.) महोदया एवं अन्य अधिकारीगण



कार्यालय का निरीक्षण करती उप-नियंत्रक महालेखापरीक्षक महोदया व पौधा भेंट करते हुए महानिदेशक महोदय

निर्झर पत्रिका परिवार

अंक 50

सितम्बर/2024

मुख्य संरक्षक

श्री राजीव कुमार पाण्डेय
महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय)

संरक्षक

सुश्री सौम्या परिहार
निदेशक (प्रशासन/राजभाषा)

प्रधान संपादक

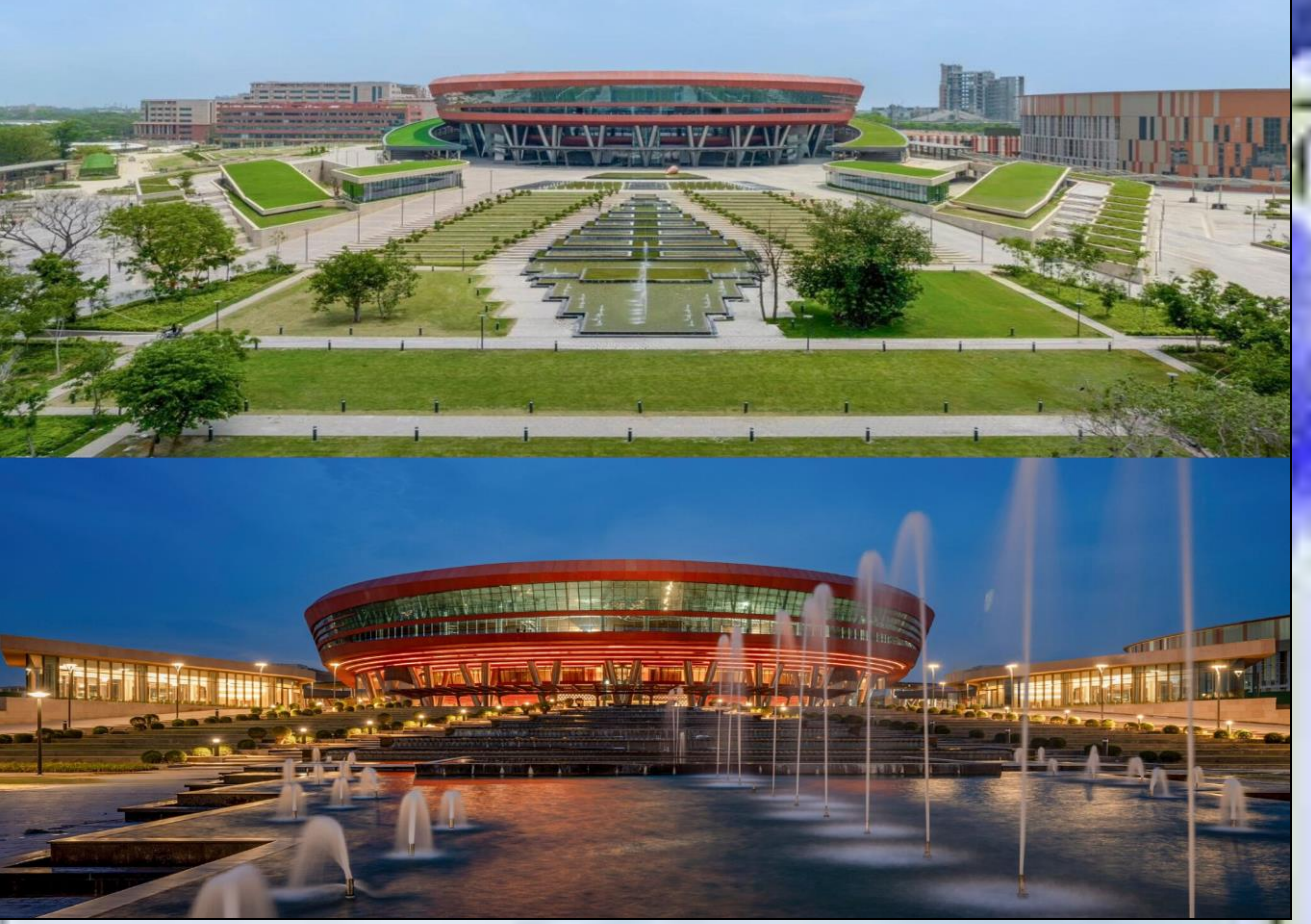
श्री अजय गिरी
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा)

संपादक

पूजा सिंह मंडल
हिन्दी अधिकारी

सह-संपादक

श्री सुरेन्द्र सिंह, व.लेप.
श्री हरिबंश लाल, सहायक पर्यवेक्षक
श्री नीरज, आ.प्र.प्र.



भारत मंडपम-चतुर्थ अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन 2024 का आयोजन स्थल भारत मंडपम है। भारत मंडपम का नाम भगवान बसवेश्वर के अनुभव मंडपम के विचार से लिया गया है। भारत मंडपम कन्वेंशन सेंटर आधुनिक बुनियादी ढांचे और प्रौद्योगिकी से सुसज्जित एक विश्व स्तरीय सुविधा है, जो सम्मेलनों, शिखर सम्मेलनों, बैठकों, सांस्कृतिक कार्यक्रमों और सभाओं की मेजबानी के लिए उपयुक्त है। कन्वेंशन सेंटर में समर्पित वीआईपी और अतिथि लाउंज और पांच सितारा खानपान सेवाएं हैं, जो एक ही प्रारूप में 7000 लोगों तक के कार्यक्रमों का समर्थन करती हैं। परिसर को आगंतुकों, विशेष रूप से सक्षम व्यक्तियों और वरिष्ठ नागरिकों के लिए आसान पहुंच प्रदान करने के लिए डिजाइन किया गया है, जिसमें 5000 से अधिक वाहनों की पार्किंग क्षमता है। यह परिसर एक संगीतमय फव्वारे के साथ एक सुंदर भूदृश्य वाले प्लाजा से घिरा हुआ है। भगवान शिव को समर्पित नटराज की मूर्ति अद्भुत है।

अनुक्रमणिका

क्र.सं.	रचना का नाम	रचनाकार (श्री/सुश्री)	पृष्ठ सं.
1	महानिदेशक (केन्द्रीय व्यय) का संदेश		7
2	व.लेप. अधिकारी (राजभाषा) का संदेश		8
3	संपादक की कलम से (हिन्दी अधिकारी)		9
4	अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस	किरण मोंगा	10-11
5	कार्यालय में प्रयोग होने वाले कुछ महत्वपूर्ण राजभाषा अधिनियम/नियम	पूजा सिंह मंडल	12-15
6	गुनगुनाने आई हूँ	संगीता पुर्सवानी	16
7	सनातन धर्म की परम्पराएं और उनका वैज्ञानिक आधार	सुरेन्द्र सिंह	17-21
8	अधूरी कहानी	गुरमीत कौर	22-23
9	नृत्य की महामारी	अनुज मेहता	24-27
10	शुभ दिपावली	कुसुम लता शर्मा	28-29
11	शहर की सड़क	कुसुम लता शर्मा	29
12	नव वर्ष	अवधेश कुमार	30-31
13	अभिमान-अभिशाप	विदुषी वत्स	32
14	अस्तित्व	विदुषी वत्स	33
15	तनाव से मुक्ति के लिए	रामब्रेश यादव	34-36
16	दो कदम चल तो सही	नीरज	37-38
17	अमृत-स्त्रोत	कृष्णा सोनी	39
18	आत्मिक उन्नति का मार्ग	कृष्णा सोनी	40
19	जिंदगी का सफर	किरण मोंगा	41-42

20	पद्मावती संग जोहर	कुमार दत्त 'कुमर'	43-46
21	विमान	अवधेश कुमार	47-60
22	अच्छी किस्मत या बुरी किस्मत	गुरप्रीत सिंह	61-62
23	सेवानिवृत्ति के बाद का जीवन	महेन्द्र कुमार	63-65
24	मनोरंजन क्लब का माधवगढ़ फार्म भ्रमण	तरुण कुमार	66-69
25	कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय), नई दिल्ली में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 का आयोजन	सुरेन्द्र कुमार	70-72

नोट: पत्रिका में प्रकाशित विचार लेखकों के हैं।



जिस देश को अपनी भाषा और
साहित्य का गौरव का अनुभव नहीं है,
वो देश उन्नत नहीं हो सकता

डॉ. राजेंद्र प्रसाद

संदेश



कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'निर्झर' के 50वें अंक के प्रकाशन पर मुझे अपार हर्ष हो रहा है। विभागीय पत्रिकाएं राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ राजभाषा नीति के कार्यान्वयन में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। यह पत्रिका हमारे कार्यालय के अधिकारियों तथा कर्मचारियों की राजभाषा हिंदी के प्रति समर्पण और निष्ठा का प्रतीक है।

हिंदी न केवल स्वावलंबन और स्वाभिमान का आधार है बल्कि यह आत्मनिर्भरता का भी सशक्त आधार है। राजभाषा हिंदी के प्रति समर्पित होते हुए हम सब का संवैधानिक दायित्व है कि हम अपना कार्यालयीन कार्य अधिक से अधिक हिंदी में करें, जिससे राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार में वृद्धि हो सके।

हिंदी को बढ़ावा देने और उसके विकास को समर्पित 'निर्झर' पत्रिका का यह अंक भी कार्यालय के कार्मिकों के लिए कार्यालयीन कार्य हिंदी में करने के लिए प्रेरणादायी सिद्ध होगा। इसी आशा के साथ 'निर्झर' पत्रिका का यह अंक आपके समक्ष प्रस्तुत है।

महानिदेशक लेखापरीक्षा
(केन्द्रीय व्यय)

संदेश



कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय), नई दिल्ली की गृह पत्रिका के 50वें अंक को प्रस्तुत करते हुए मुझे हार्दिक प्रसन्नता हो रही है।

हिंदी भाषा विभिन्न देशी और विदेशी भाषाओं के प्रचलित शब्दों को अपने में समाहित कर सही मायनों में भारत की संपर्क भाषा का दायित्व निभाती है। विभागीय हिंदी पत्रिकाएँ कर्मचारियों को अपनी प्रतिभा संवारने और भाषायी कौशल को विकसित करने का मंच प्रदान करती है। परंतु इसकी सार्थकता तभी सिद्ध हो सकती है जब कार्यालय काम-काज में इसका प्रयोग अधिक से अधिक हो।

पत्रिका के सफल प्रकाशन में योगदान देने वाले सभी कर्मियों का अभिनंदन। मुझे आशा है कि आप इसी तरह पत्रिका के सौन्दर्य में वृद्धि हेतु रचनाओं, लेखों, कविताओं इत्यादि के माध्यम से निरंतर अपना सक्रिय सहयोग देते रहेंगे।

श्री अजय गिरी
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा)

संपादकीय



हिन्दी भाषा नहीं, हिन्दुस्तान की गौरव गाथा है। देश के कण-कण में बसी कालजयी परिभाषा है। फारसी, अरबी और उर्दू से लेकर आधुनिक अंग्रेजी को भी इसने आत्मीयता के साथ अपनाया है। संवाद का सहज, सरल माध्यम है। यह विश्व में बोली जाने वाली प्रमुख भाषाओं में से एक है। सांस्कृतिक, प्राकृतिक और भाषाई दृष्टि से समृद्ध भारत में संपर्क भाषा के रूप में हिन्दी का प्रयोग निरंतर बढ़ रहा है। सांस्कृतिक हो या औद्योगिक क्षेत्र हिन्दी दिन प्रतिदिन प्रमुखता के साथ आगे बढ़ रही है और विश्वपटल पर अपनी अमिट छाप छोड़ रही है।

निर्झर का 50वां अंक आप सभी पाठकों के सम्मुख प्रस्तुत करते हुए अपार हर्ष व गौरव का अनुभव हो रहा है। कार्यालयीन पत्रिका कार्यालय में राजभाषा हिन्दी के प्रचार प्रसार का एक सशक्त माध्यम है। यह कार्यालय के कर्मियों को अपनी भावनाएँ व्यक्त करने का एक ऐसा मंच प्रदान करती है जिससे उनकी सृजनात्मकता के साथ-साथ राजभाषा हिन्दी के प्रयोग को भी बढ़ावा मिलता है। हमें हमेशा इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि अपनी भाषा का सम्मान करने में राष्ट्रगौरव भी निहित है। यह हमारा दायित्व और कर्तव्य दोनों ही है कि हम अधिक से अधिक हिन्दी का प्रयोग अपने काम-काज में करें और हिन्दी को उसका यथोचित मान-सम्मान दिलाएं।

प्रस्तुत अंक में कार्यालय के कर्मियों द्वारा रचित लेख, कहानियां, कविताएं इत्यादि के साथ कार्यालय में वर्ष भर हुए कार्यक्रमों की झाँकी भी प्रस्तुत की गई है। आशा है कि पूर्व वर्षों की भांति यह आपकी अपेक्षाओं पर खरा उतरेगी। पत्रिका को और अधिक पठनीय और रुचिकर बनाने में आपके सुझावों की प्रतिक्रिया रहेगी।

पूजा

पूजा सिंह मंडल (हि.अ.)

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस



सुश्री किरण मोंगा

जैसा कि हम सब जानते हैं कि अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस प्रत्येक वर्ष 8 मार्च को मनाया जाता है। वर्ष 2024 में यह कुछ विशेष था क्योंकि महाशिवरात्रि का पावन पर्व भी इसी दिन मनाया गया। हमारे कार्यालय में यह दिवस, हर बार, सभी महिला साथियों के सहयोग एवं प्रशासन की प्रेरणा से, पूरे हर्षोल्लास एवं उमंग से भरपूर होता है। इस वर्ष 2024 में भी उत्साह का कोई अभाव न था। और अत्याधिक प्रसन्नता तो इस बात की थी, कि इस वर्ष भी सभी वर्ग अधिकारियों एवं महानिदेशक महोदय ने महिला दिवस के कार्यक्रम में सम्मिलित होकर इसकी शोभा बढ़ाई। कार्यक्रम का आरम्भ महानिदेशक महोदय एवं वर्ग अधिकारियों द्वारा दिप प्रज्वलन से किया गया।

इसके बाद सरस्वती वंदना के गायन के साथ ही सभी कार्यक्रमों की श्रृंखला चली। जिसमें लोक गीत गायन, लोक नृत्य, कविता पाठ इत्यादि प्रस्तुत किए गए। कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण एक छोटी बालिका या यूँ कहा जाए कि भावी महिला द्वारा एक लोक गीत पर नृत्य प्रस्तुत करना था। जिससे यह आभास हुआ कि आधुनिकता के साथ-साथ भारत वर्ष आज भी अपने लोक गीतों एवं नृत्यों को, हमारी संस्कृति के पटल पर एक प्रमुख स्थान पर अंकित किए हुए है और अपनी परंपरा को जीवंत रखने का अद्भुत प्रयास कर रहा है। तत्पश्चात एक व.लेप.अधिकारी द्वारा कविता पाठ प्रस्तुत किया गया। इस बार मंच संचालन का कार्य युवा वर्ग को सौंपा गया जिन्होंने अपने दायित्व को बहुत खूबसूरती से निभाते हुए भारत के विभिन्न भाषाओं में रचित गीतों पर नृत्य एवं कला का प्रदर्शन किया जिसे बहुत सराहा गया।

इस दिवस पर वर्ग अधिकारियों ने भी सभी उपस्थित जन को शुभकामनाएं दी एवं महिला वर्ग को एक निर्भीक, सकारात्मक एवं दृढ़निश्चयी सोच के साथ आगे बढ़ने का संदेश दिया।

सबसे विशेष बात यह थी कि 8 मार्च को महाशिवरात्रि का पावन पर्व भी था। उपवास के कारण कार्यालय की ओर से विशेष उपवास के भोजन का प्रबन्ध किया गया था जिसको सबने खूब आनन्द से ग्रहण किया एवं कार्यालय के सहयोग की प्रशंसा की।

कार्यक्रम का अन्त शिव स्तुति से किया गया और अन्ततः यह दिवस सभी महिलाओं के लिए एक अविश्रमणीय दिवस बन गया इस भावना और विश्वास के साथ कि हमें अपना आत्मसम्मान, आत्मविश्वास एवं कर्तव्यपरायणता को संजो कर आगे बढ़ना है और कभी हार नहीं माननी है।

अपने कर्तव्यों संग नारी भर रही है उड़ान,
ना है कोई शिकायत ना कोई थकान,
यही है नए समाज की नारी की पहचान.



कार्यालय में प्रयोग होने वाले कुछ महत्वपूर्ण राजभाषा अधिनियम/नियम



पूजा सिंह मंडल

1. हिन्दी में प्राप्त पत्रों के उत्तर हिन्दी में ही देना अनिवार्य है- राजभाषा अधिनियम 1976 के नियम 5 में यह प्रावधान किया गया है कि हिन्दी में प्राप्त पत्रों के उत्तर सभी केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों द्वारा हिन्दी में ही दिए जाएंगे।
2. 14 प्रकार के दस्तावेज द्विभाषी रूप में जारी करना- राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा 3 की उपधारा (3) अथवा धारा 3(3) में यह प्रावधान किया गया है किसी भी केन्द्रीय सरकार के कार्यालय में 14 प्रकार के दस्तावेज नामतः सामान्य आदेश, संकल्प, नियम, अधिसूचनाएँ, प्रशासनिक एवं अन्य रिपोर्ट, प्रेस विज्ञप्तियाँ, सरकारी कागज पत्र, संविदाएं, करार, अनुज्ञप्तियाँ, अनुज्ञा पत्र, टेंडर नोटिस, टेंडर फार्म, संसद के समक्ष प्रस्तुत की जाने वाली प्रशासनिक एवं अन्य रिपोर्ट अनिवार्य रूप से द्विभाषी में जारी किए जाएंगे। साथ ही, ऐसे दस्तावेजों पर हस्ताक्षर करने वाले अधिकारियों का यह उत्तरदायित्व है कि वे यह सुनिश्चित कर लें कि ऐसे सभी दस्तावेज द्विभाषी रूप ही में तैयार किए जाते हैं और जारी किए जाते हैं।
3. केन्द्र सरकार के कार्यालयों के बीच पत्राचार-
 - (क) मंत्रालयों/विभागों के बीच पत्राचार हिन्दी अथवा अंग्रेजी में होगा।
 - (ख) 'क' क्षेत्र में स्थित मंत्रालयों/कार्यालयों, विभागों और उनके तथा अधीनस्थ कार्यालयों के बीच केन्द्र सरकार द्वारा यथानिर्धारित अनुपात में हिन्दी में पत्राचार होगा। इसके साथ ही हिन्दी पत्राचार का प्रतिशत राजभाषा विभाग द्वारा जारी लक्ष्यों के अनुरूप होगा।
 - (ग) 'क' क्षेत्र के कार्यालयों के बीच पत्राचार केवल हिन्दी में होगा।
 - (घ) अंतरक्षेत्रीय कार्यालयों के बीच पत्राचार हिन्दी अथवा अंग्रेजी में होगा।
 - (ङ) 'ख' अथवा 'ग' क्षेत्र में कार्यालयों के बीच पत्राचार हिन्दी अथवा अंग्रेजी में हो सकता है।

4. केन्द्र सरकार के कार्यालयों से भिन्न कार्यालयों तथा राज्यों आदि के साथ पत्राचार की व्यवस्था-
- (क) 'क' क्षेत्र के किसी राज्य या किसी व्यक्ति के साथ पत्राचार हिन्दी में होगा और यदि किसी मामले में अंग्रेजी भाषा में भेजा जाता है तो उसके साथ उसका हिन्दी अनुवाद भी भेजना होगा। 'क' क्षेत्र में स्थित राज्य सरकारों एवं जनता के साथ सामान्य स्थिति में पत्राचार केवल हिन्दी भाषा में होगा।
- (ख) 'ख' क्षेत्र की राज्य सरकारों के साथ पत्राचार हिन्दी और अंग्रेजी में होगा और यदि पत्र अंग्रेजी भाषा में जारी किया जाएगा तो हिन्दी अनुवाद साथ में भेजना होगा। राज्य सरकार किसी अवधि विशेष के लिए किसी वर्ग या श्रेणी विशेष का पत्राचार अंग्रेजी अथवा हिन्दी में तथा अन्य भाषा में अनुवाद सहित भेजने के लिए कह सकती है और उस स्थिति में उन्हें अनुवाद भेजा जाना चाहिए।
- 'ख' क्षेत्र के राज्य में किसी व्यक्ति के साथ पत्राचार हिन्दी अथवा अंग्रेजी में होगा।
- (ग) 'ग' क्षेत्र की राज्य सरकारों अथवा वहाँ की जनता के साथ पत्राचार केवल अंग्रेजी में होगा।
- (घ) 'ग' क्षेत्र में स्थित केन्द्रीय सरकार के कार्यालय 'क' अथवा 'ख' क्षेत्र के किसी राज्य अथवा संघ शासित प्रदेश को अपने पत्र हिन्दी या अंग्रेजी में भेज सकता है।

5. आवेदन, अभ्यावेदन आदि-

- (क) कोई भी कर्मचारी आवेदन, अपील या अभ्यावेदन हिन्दी या अंग्रेजी में कर सकता है।
- (ख) जब कोई आवेदन, अपील या अभ्यावेदन हिन्दी में किया गया हो या उस पर हिन्दी में हस्ताक्षर किए गए हों, तब उसका उत्तर हिन्दी में ही दिया जाएगा।
- (ग) यदि कोई कर्मचारी यह चाहता है कि सेवा संबंधी विषयों (अनुशासनिक कार्यवाहियां समेत) से संबंधित कोई आदेश या सूचना, जिसका कर्मचारी पर तामील किया जाना अपेक्षित है, यथास्थिति, हिन्दी या अंग्रेजी में होनी चाहिए तो वह उसे उसी भाषा में दी जाएगी।

6. केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों में टिप्पणों का लिखा जाना -

- (क) कोई कर्मचारी किसी फाइल पर टिप्पण या कार्यवृत्त हिंदी या अंग्रेजी में लिख सकता है और उससे यह अपेक्षा नहीं की जाएगी कि वह उसका अनुवाद दूसरी भाषा में प्रस्तुत करे।

- (ख) केन्द्रीय सरकार का कोई भी कर्मचारी, जो हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान रखता है, हिन्दी में किसी दस्तावेज के अंग्रेजी अनुवाद की मांग तभी कर सकता है, जब वह दस्तावेज विधिक या तकनीकी प्रकृति का है, अन्यथा नहीं।

7. हिन्दी में प्रवीणता-

यदि किसी कर्मचारी ने-

- (क) मैट्रिक परीक्षा या उसके समतुल्य या उससे उच्चतर कोई परीक्षा हिन्दी के माध्यम से उत्तीर्ण कर ली है; या
- (ख) स्नातक परीक्षा में अथवा स्नातक परीक्षा के समतुल्य या उससे उच्चतर किसी अन्य परीक्षा में हिन्दी को एक वैकल्पिक विषय के रूप में लिया हो; या
- (ग) यदि वह इन नियमों से उपाबद्ध प्रारूप में यह घोषणा करता है कि उसे हिन्दी में प्रवीणता प्राप्त है;
- तो उसके बारे में यह समझा जाएगा कि उसने हिन्दी में प्रवीणता प्राप्त कर ली है।

8. हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान-

यदि किसी कर्मचारी ने-

- (क) मैट्रिक परीक्षा या उसके समतुल्य या उससे उच्चतर परीक्षा हिन्दी विषय के साथ उत्तीर्ण कर ली है; या
- (ख) केन्द्रीय सरकार की हिन्दी शिक्षण योजना के अन्तर्गत आयोजित प्राज्ञ परीक्षा या यदि उस सरकार द्वारा किसी विशिष्ट प्रवर्ग के पदों के सम्बन्ध में उस योजना के अन्तर्गत कोई निम्नतर परीक्षा विनिर्दिष्ट है, वह परीक्षा उत्तीर्ण कर ली है या
- (ग) केन्द्रीय सरकार द्वारा उस निमित्त विनिर्दिष्ट कोई अन्य परीक्षा उत्तीर्ण कर ली है; या
- (घ) यदि वह इन नियमों से उपाबद्ध प्रारूप में यह घोषणा करता है कि उसने ऐसा ज्ञान प्राप्त कर लिया है तो उसके बारे में यह समझा जाएगा कि उसने हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर लिया है।

9. मैनुअल, संहिताएं, प्रक्रिया संबंधी अन्य साहित्य, लेखन सामग्री आदि-

- (क) केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों से संबंधित सभी मैनुअल, संहिताएं और प्रक्रिया संबंधी अन्य साहित्य, हिन्दी और अंग्रेजी में द्विभाषिक रूप में यथास्थिति, मुद्रित या साइक्लोस्टाइल किया जाएगा और प्रकाशित किया जाएगा।
- (ख) केन्द्रीय सरकार के किसी कार्यालय में प्रयोग किए जाने वाले रजिस्ट्रों के प्रारूप और शीर्षक हिन्दी और अंग्रेजी में होंगे।
- (ग) केन्द्रीय सरकार के किसी कार्यालय में प्रयोग के लिए सभी नामपट्ट, सूचना पट्ट, पत्रशीर्ष और लिफाफों पर उत्कीर्ण लेख तथा लेखन सामग्री की अन्य मर्दें हिन्दी और अंग्रेजी में लिखी जाएंगी, मुद्रित या उत्कीर्ण होंगी।

यह लेख कार्यालय में सभी को राजभाषा नियमों से अवगत कराने हेतु तथा राजभाषा हिन्दी में कामकाज को बढ़ावा देने के लिए लिखा गया है। यह लेख कार्यशाला संदर्शिका एवं राजभाषा विभाग की वेबसाइट पर उपलब्ध राजभाषा नियमों का मिलाजुला संकलन है।

विविधताओं से भरे इस
देश में
लगी भाषाओं की
फुलवारी है,
इनमे हमको सबसे
प्यारी,
हिंदी राष्ट्र भाषा
हमारी।

POPxo
हिन्दी

गुनगुनाने आई हूँ



सुश्री संगीता पुसंवानी

खो गए थे कुछ मोड़
चलते-चलते
जीवन की अजनबी राहों में
आज मैं उन्हीं में से
चंद मोड़ फिर से ढूँढ लाई हूँ।

ऐ लम्हों, मेरे साथ चलते रहना
कुछ खट्टी और मीठी अनुभूतियां
तुम भी चाहते रहना
मैं सब कुछ भुला कर
तुम्हारे साथ मुस्कुराने आयी हूँ।

मगर आज
तेरा साथ है कितना प्यारा
ये गुनगुनाने आयी हूँ।

जो बस गुजर रहा था यूं ही
इस वक्त को अब अपने ही अंदाज में
अपने हिसाब से जीने आई हूँ।

बहुत भला बुरा कहा है
ऐ जिंदगी तुझे मैंने
जैसे हर दुःख बस तेरी खता हो

सनातन धर्म की परम्पराएं और उनका वैज्ञानिक आधार



श्री सुरेन्द्र सिंह

मुंडन संस्कार

मुंडन के बाद सिर की त्वचा आसानी से सूर्य की रोशनी के संपर्क में आ जाती है, जिससे त्वचा को विटामिन डी अवशोषित करने में सहायता मिलती है। इसके साथ ही मुंडन के द्वारा बच्चे की गर्भावस्था की अशुद्धियां भी दूर हो जाती हैं। ऐसे में मुंडन संस्कार बच्चे के स्वास्थ्य के लिए बहुत जरूरी माना गया है।

यगोपवित संस्कार-

अनादि काल से ही सनातन संस्कृति में जनेऊ धारण करने की परंपरा रही है तथा इसके धारक को कुछ नियमों का पालन भी करना पड़ता है। एक शोध के अनुसार हिंदुओं द्वारा मल- मूत्र त्याग के समय कान पर जनेऊ लपेटने का वैज्ञानिक आधार भी है। परम्परा अनुसार शौच के समय जनेऊ को कान के ऊपर लपेटने से कान के पास से गुजरने वाली उन नसों पर दबाव पड़ता है, जिनका संबंध सीधे आंतों से होता है और इन नसों पर दबाव पड़ने से कब्ज की समस्या दूर हो जाती है। रिसर्च के अनुसार जनेऊ पहनने वाले लोगों को हृदय रोग और ब्लडप्रेसर की दिक्कत नहीं होती है। जनेऊ से शरीर में खून का प्रवाह सही तरीके से होता रहता है। नित्य कान पर जनेऊ रखने से स्मरण शक्ति बेहतर होती है। कान पर दबाव पड़ने से दिमाग की वे नसें खुल जाती हैं, जिनका संबंध स्मरण शक्ति से होता है। जनेऊ कान के पास रखने से जो नसें दबती हैं, उनसे रक्तचाप नियंत्रण में रहता है और ब्लड प्रेशर की समस्या नहीं होती है।

कान छेदना

आयुर्वेद के अनुसार कान के निचले हिस्से (ear lobes) में एक प्वाइंट होता है, जब इस प्वाइंट पर छेद किये जाते हैं तो यह दिमाग के खास हिस्से को एक्टिव बनाते हैं जिससे स्मरण शक्ति बढ़ती है।

एक्यूंपंकचर के अनुसार, कान के निचले हिस्से के आस-पास आंखों की नसें होती हैं। इसी बिंदु को दबाने पर आंखों की रोशनी में सुधार होता है।

एक्यूंपंकचर के अनुसार, जब कान छिदवाए जाते हैं तो, केंद्र बिंदु पर दबाव पड़ने की वजह से ओसीडी (किसी बात की जरूरत से ज्यादा चिंता करना), घबराहट और मानसिक बीमारी को दूर करने में मदद मिलती है।

इयर लोब्स के बीच में कई ऐसे प्रेशर प्वाइंट्स हैं, जो प्रजनन अंगों को स्वस्थ बनाने में मददगार साबित होते हैं।

लड़कियों के कान छिदवाने से उनका रजो धर्म नियमित रहता है। कान छिदवाने से हिस्टीरिया रोग में लाभ होता है।

जप-माला में 108 मनके ही क्यों?

ज्योतिष के अनुसार ब्रह्मांड को 12 भागों में विभाजित किया गया है। इन 12 भागों के नाम मेष, वृष, मिथुन, कर्क, सिंह, कन्या, तुला, वृश्चिक, धनु, मकर, कुंभ और मीन हैं। इन 12 राशियों में नौ ग्रह सूर्य, चंद्र, मंगल, बुध, गुरु, शुक्र, शनि, राहु और केतु विचरण करते हैं। अतः ग्रहों की संख्या 9 का गुणा किया जाए राशियों की संख्या 12 में तो संख्या 108 प्राप्त हो जाती है। अतः कहा जा सकता है माला के 108 मनके सम्पूर्ण ब्रह्मांड का प्रतिनिधित्व करते हैं। एक अन्य मान्यता के अनुसार ऋषियों ने माला में 108 दाने रखने के पीछे ज्योतिषी कारण बताया है। ज्योतिष शास्त्र के अनुसार कुल 27 नक्षत्र बताए गए हैं। हर नक्षत्र के 4 चरण होते हैं और 27 नक्षत्रों के कुल चरण 108 ही होते हैं। माला का एक-एक दाना नक्षत्र के एक-एक चरण का प्रतिनिधित्व करता है।

यज्ञ और हवन का महत्व

वेदों से लेकर पूजन पद्धतियों तक में हर जगह यज्ञ और हवन का महत्व बताया गया है। यज्ञ सनातन संस्कृति का हिस्सा माना गया है। लेकिन, ये सिर्फ कोई धार्मिक काम नहीं है, यज्ञ एक महत्वपूर्ण विज्ञान है। इसमें जिन पेड़ों की लकड़ियों की समिधाएं उपयोग में लाई जाती हैं, उनमें विशेष प्रकार के गुण होते हैं। किस प्रयोग के लिए किस प्रकार की सामग्री डाली जाती है, इसका भी विज्ञान है। उन वस्तुओं के सम्मिश्रण से एक विशेष गुण तैयार होता है, जो जलने पर वायुमंडल में विशिष्ट प्रभाव पैदा करता है। वेद मंत्रों के उच्चारण की शक्ति से उस प्रभाव में और अधिक वृद्धि होती है।

जो व्यक्ति उस यज्ञ में शामिल होते हैं, उन पर तथा निकटवर्ती वायुमंडल पर उसका बड़ा प्रभाव पड़ता है। आज वैज्ञानिक कृत्रिम वर्षा कराने में सफल हुए हैं, किंतु यज्ञ द्वारा वर्षा कराने का वर्णन शास्त्रों में अनेक स्थानों पर मिलता है। व्यापक सुख-समृद्धि, वर्षा, आरोग्य, शांति के लिए बड़े यज्ञों की आवश्यकता पड़ती है, लेकिन छोटे हवन भी अपनी सीमा और मर्यादा के भीतर हमें लाभान्वित करते हैं। यज्ञ में औषधि वाले पेड़ जैसे आम की लकड़ी, जौ, तिल, गाय के दूध से बना घी और करीब 55 तरह की अलग-अलग औषधि व लकड़ियों से हवन की परंपरा है। ये औषधियां वातावरण में सकारात्मक ऊर्जा का निर्माण करती हैं, साथ ही कई तरह के बीमारी फैलाने वाले किटाणुओं को खत्म करते हैं। प्रकृति के लिए भी ये काफी सहायक हैं यह प्रकृति को संतुलित करते हैं, वातावरण को दूषित होने से बचाते हैं।

शंख ध्वनि और उसका महत्व

-शंखनाद यानी शंख बजाना शुभ माना जाता है। इसीलिए पूजा-पाठ के अलावा विवाह, विजय के उत्सव, राज्याभिषेक, हवन और किसी के आगमन के समय आमतौर पर शंख बजाया जाता है। शंख बजाने से हम स्वस्थ रहते हैं। कई रोगों के कीटाणु भी दूर हो जाते हैं। पुराने समय में युद्ध का आरंभ और अंत शंखनाद से ही होता था। ऐसा कहते हैं कि इसकी ध्वनि दुश्मनों को कमजोर करती है।

-शंखनाद में प्रदूषण को दूर करने की अद्भुत क्षमता होती है। शंख की आवाज जहां तक जाती है, वहां तक कई रोगों के कीटाणु खत्म हो जाते हैं या फिर वे निष्क्रिय हो जाते हैं।

-शंख की ध्वनि कई रोगों में लाभदायक है। शंख की ध्वनि लगातार सुनना हृदय रोगियों के लिए लाभदायक है। इससे हार्ट अटैक की संभावनाएं कम होती हैं।

-शंखनाद पर हुए कई शोधों का यह निष्कर्ष निकला कि इसकी तरंगें किटाणुओं को नष्ट करने के लिए एक तरह से श्रेष्ठ और सस्ती औषधि है। इससे हैजा, मलेरिया के कीटाणु भी नष्ट होते हैं। शंख ध्वनि से रोग प्रतिरोधक शक्ति बढ़ती है। मानसिक तनाव, ब्लडप्रेसर, मधुमेह, नाक, कान और पाचन से संबंधित रोगों में रक्षा होती है। रोज शंख बजाने से दिमाग में खून का सुचारु ठीक से होता है और इससे स्ट्रेस लेवल कंट्रोल में रहता है।

शंख बजाने से फेफड़े बलिष्ठ होते हैं। फेफड़ों में आक्सीजन अवशोषण की क्षमता बढ़ जाती है। डॉक्टर भी दमा के रोगियों को इसी प्रकार की गतिविधि करने का सुझाव देते हैं।

पूजा-पाठ के बाद शंख में भरा जल श्रद्धालुओं पर छिड़का जाता है और उसे हम पीते भी हैं। जल के शंख के संपर्क में आने पर जल में कीटाणुनाशक गुण उत्पन्न होते हैं, साथ ही इसमें गंधक, फास्फोरस और कैल्शियम के तत्व भी होते हैं। शंख-जल छिड़कने या पीने से शरीर के कई रोग दूर हो जाते हैं।

हाथ जोड़कर अभिवादन करना

जब किसी से मिलते हैं तो हाथ जोड़कर नमस्ते अथवा नमस्कार करते हैं। वैज्ञानिक तर्क- जब सभी उंगलियों के शीर्ष एक दूसरे के संपर्क में आते हैं और उन पर दबाव पड़ता है। एक्यूप्रेसर के कारण उसका सीधा असर हमारी आंख, कान और दिमाग पर होता है, ताकि सामने वाले व्यक्ति को हम लंबे समय तक याद रख सकें। दूसरा तर्क यह कि हाथ मिलाने (पश्चमी सभ्यता) के बजाये अगर आप नमस्ते करते हैं तो सामने वाले के शरीर के कीटाणु आप तक नहीं पहुंच सकते और आप कई बीमारियों से बचे रहेंगे।

पीपल वृक्ष पूजन

तमाम लोग सोचते हैं कि पीपल की पूजा करने से भूत-प्रेत दूर भागते हैं। वैज्ञानिक तर्क- इसकी पूजा इसलिये की जाती है, ताकि इस पेड़ के प्रति लोगों का सम्मान बढ़े और उसे काटें नहीं। वातावरण के दूषित तत्वों, कीटाणुओं को नष्ट करने के कारण पीपल को देवतुल्य माना जाता है। वैज्ञानिक दृष्टि से पीपल रात-दिन निरंतर 24 घंटे ऑक्सीजन देने वाला एकमात्र अद्भुत वृक्ष है, जिसके निकट रहने से प्राणशक्ति बढ़ती है। इसकी छाया गर्मियों में ठंडी और सर्दियों में गर्म रहती है इसके अलावा पीपल के पत्ते, फल आदि में औषधीय गुण होने के कारण यह रोगनाशक भी होता है।

अतः प्राचीन काल में ही हमारे ऋषि-मुनियों ने जीवन के लिए इस वृक्ष की उपयोगिता को जानकर, जीवन को समृद्ध करने वाले पीपल की रक्षा के लिए इसे धर्म-कर्म और प्रकृति-पूजन से जोड़ दिया।

शीतला अष्टमी/बासोड़ा

हिंदू पंचांग के अनुसार होली के 8 दिन बाद शीतला अष्टमी का व्रत किया जाता है। इसे बासोड़ा या बासोड़ा के नाम से भी जाना जाता है। हिंदू धर्म में इस दिन का विशेष महत्व माना गया है। शीतला अष्टमी के दिन मुख्य रूप से माता शीतला की पूजा-अर्चना करने का विधान है। साथ ही इस तिथि पर देवी को बासी भोजन का भोग लगाया जाता है। शीतला अष्टमी का धार्मिक महत्व के साथ-साथ वैज्ञानिक महत्व भी माना गया है। इसके अनुसार, यह पर्व ऐसे समय पर मनाया जाता है, जब शीत ऋतु के जाने का और ग्रीष्म ऋतु के आने का समय होता है। ऐसे में यह समय दो ऋतुओं के

संधिकाल का समय होता है। शीतला अष्टमी इस बात का संकेत है कि आज के पश्चात बासी भोजन ग्रहण नहीं करना है क्योंकि ग्रीष्म ऋतु में बासी खाना स्वास्थ्य के लिए ठीक नहीं होता है।

इस दौरान खानपान का विशेष ध्यान रखना होता है, वरना स्वास्थ्य पर इसका प्रभाव देखने को मिल सकता है। माना जाता है कि इस मौसम में ठंडा खाना खाने से पाचन तंत्र अच्छा बना रहता है। ऐसे में जो लोग शीतला अष्टमी पर ठंडा खाना खाते हैं, वह लोग इस मौसम में होने वाली बीमारियों से बचे रहते हैं।

गंगा जल

सनातन संस्कृति में गंगा नदी को पूजनीय तथा गंगा जल को पवित्र माना जाता है। अनादि काल से हर पूजा में गंगा जल का उपयोग किया जाता रहा है। भारत के हर सनातनी घर में गंगा जल जरूर होता है। गंगा जल में वातावरण से आक्सीजन अवशोषित करने की अद्भुत क्षमता होती है। गंगा के पानी में प्रचुर मात्रा में गंधक व अन्य जड़ी-बूटियों का मिश्रण भी होता है, इसलिए यह लंबे समय तक खराब नहीं होता। वैज्ञानिक परीक्षणों से पता चलता है कि गंगाजल से स्नान करने से मन शांत तथा गंगाजल को पीन से हैजा, प्लेग और मलेरिया आदि रोगों के कीटाणु नष्ट हो जाते हैं। गंगा जल के औषधीय गुणों के कारण ही सनातन संस्कृति में गंगा को पूजनीय माना गया है।

अतः यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगा कि सनातन धर्म की प्रत्येक परम्परा का आधार वैज्ञानिक ही रहा है। प्राचीन काल में ही हमारे ऋषि मुनि, हमारे पूर्वजों ने ज्ञान व अनुसंधान की परम ऊंचाई को प्राप्त कर लिया था जिसका संकलन वेदों, उपनिषदों आदि में मिलता है। जिसका दावा करके आज पश्चिमी देश फूले नहीं समाते हैं।



अधूरी कहानी



सुश्री गुरमीत कौर

गीता आज पूरे 72 साल की हो गई है। आज उसका जन्मदिन है। दिसम्बर का महीना है और बाहर बारिश हो रही है। रात के 1 बजे हैं और गीता अकेले में कुछ बड़बड़ा रही है। उसकी आँखों से नींद ही चली गई है। फिर वह धीरे-2 उठती है और अलमारी में रखे खिलौने उठाती है और कुछ बोलती हुई वापस खिलौने अलमारी में रख देती है। यह खिलौने उसके पोते के हैं। उसका पोता अपने माता-पिता के साथ कनाडा में रह रहा होता है।

उसके बाद गीता अपने बिस्तर पर लेट कर अपने पुरानी यादों में खो जाती है। उसका बचपन बड़ा ही मुश्किल गुज़रा था। गीता 2 वर्ष की थी जब उसकी माँ गुज़र गई थी। उसके पिता ने दूसरी शादी कर ली थी। धीरे-2 गीता बड़ी होने लगी। घर का सारा काम गीता ही करती थी। सौतेली माँ उस पर बहुत जुल्म करती, उसे बासी खाना खिलाती थी। उसका पिता भी बहुत ज़ालिम था इसलिए वह अपने पिता को कुछ भी नहीं बता पाती।

गीता जब भी दूसरे बच्चों को स्कूल जाता देखती तो उसका भी स्कूल जाने का मन करता पर उसे इसकी भी इजाज़त नहीं थी। वह किसी से कुछ नहीं कहती बस घर के काम में व्यस्त हो जाती। धीरे-2 गीता शादी के लायक हो गई। किस्मत से उसकी शादी एक अच्छे लड़के से हो गई। वो लड़का गीता का बहुत ख्याल रखता उससे प्यार करता था।

गीता अब बहुत खुश थी। सब कुछ अच्छा चल रहा था। फिर अचानक गीता की खुशियों को किसी की नज़र लग गई। एक दिन अचानक गीता के पति की कार दुर्घटना में मौत हो जाती है। गीता की ज़िन्दगी में दुखों का पहाड़ टूट पड़ता है। जब इंसान दुखी होता है तो सोचता है काश कोई अपना हो जिसे वो अपने दिल का हाल सुना सके। वो अपनी माँ के घर भी नहीं जाना चाहती थी।

गीता की अब बस एक ही आस थी कि वह माँ बनने वाली थी। उसके घर एक लड़के ने जन्म लिया। अब उसका बच्चा ही उसका सब कुछ था। गीता दूसरों के घरों में काम करके अपना

घर चलाती और अपने बेटे को स्कूल भी भेजती। बेटा पढ़ लिख के अफसर बन गया। बेटा भी अपनी माँ का बहुत खयाल रखता वह जानता था, किन् हालातों में उसकी माँ ने उसकी परवरिश की थी। बेटे की शादी हो गई, उसकी बहु भी बहुत अच्छी और आज्ञाकारी थी। सब बहुत खुशी से रह रहे थे।

बेटे को नौकरी के लिए कनाडा जाना पड़ गया। बेटा अपनी पत्नी और बच्चे के साथ कनाडा चला गया। पहले तो बेटा गीता को फोन करता था फिर वो काम में इतना व्यस्त हो गया कि फोन करने का उसे टाइम ही नहीं मिलता था। गीता अपने पोते की आवाज़ सुनने के लिए तरसने लगी। यह सोचते-2 उसकी आँख लग गई।



**जिस देश को अपनी भाषा और
साहित्य का गौरव का अनुभव नहीं है,
वो देश उन्नत नहीं हो सकता**

डॉ. राजेंद्र प्रसाद

नृत्य की महामारी



श्री अनुज मेहता

मैं अक्सर शनिवार-रविवार को सामाजिक कार्यों से जुड़े साथियों के साथ विकलांगजनों के लिए सामाजिक कार्य पर ऑनलाइन चर्चा करता हूँ। वर्ष 2022-23 की शीत का समय था, कुछ समय हुए हम विकलांगजनों के नृत्य-संगीत आयोजित करने के लिए चर्चा करते हुए भारत के अद्भुत नृत्यों के अतिरिक्त अन्य देशों के नृत्य और बॉलीवुड की शैली से तुलना कर रहे थे। कोरोना महामारी के साथ चर्चा करते हुए हंसी-हंसी में एक ने यह भी कह दिया कि नृत्य भी एक महामारी है, हर कोई इसकी चपेट में रहता है। इस पर सभी हँसे, किन्तु मैंने सोचा कि क्या सच में भी नृत्य से जुड़ा कोई रोग हो सकता है जिसके प्रभाव में लोग नाचते हों?

मुझे इस विचार पर संदेह था क्योंकि नृत्य एक कला है, यह एक प्रकार का ऊर्जापूर्ण शारीरिक व्यायाम भी है, इसके देवता साक्षात् शिव (नटराज) हैं। अतः नृत्य को एक रोग मानना एक कठिन विचार था। किन्तु, यह भी विचार मुझे आया कि शिव का नृत्य तो ताण्डव है, जिससे कहर आने की कथाएं हमारे पुराणों में भी हैं। इसलिए मैंने विभिन्न स्रोतों में ऐसे नृत्य ढूँढने आरम्भ कर दिए, और मैंने पाया कि संसार में कई बार नृत्य का प्राणहारी प्रकोप भी हुआ है, यूरोप के इतिहास में 7वीं से 17वीं सदी के बीच ऐसे विवरण भी दिए गए हैं।

यहाँ मैं प्रस्तुत कर रहा हूँ वे रोचक, अद्भुत और सम्भवतः कठोर पल जिसमें नृत्य एक कला के रूप में न होकर हाहाकार के रूप में हुआ, यह नृत्य आपके विचारों को भी अलग दिशा दे सकते हैं:-

1. वर्ष 1021 (ग्यारहवीं सदी) में क्रिसमस की पूर्व संध्या पर, जर्मनी के सक्सोनी प्रान्त के शहर कोलबिगक में 18 लोग एक चर्च के बाहर बेसुध होकर जंगली नृत्य करने लगे, जो भी इनके बीच आता या उनको रोकने का प्रयास करता, वह भी नाचने लगता। यह स्थिति एक वर्ष तक

चलती रही जब तक इसके प्रभाव में आने वाले सभी लोग नाचते-नाचते मर नहीं गए। इसका लाभ चर्च के तत्कालीन पादरी ने उठाया, पादरी ने इस नृत्य कांड को अपने श्राप का असर बता कर स्थानीय अंधविश्वासी लोगों को अपने डर के वश में रखा।

2. वर्ष 1247 (तेरहवीं सदी) में जर्मन शहर एरफर्ट में मोसेले नदी के ऊपर एक पुल पर 200 लोग बेसुध होकर नाचने लगे। इससे पुल ही टूट गया और सभी डूब कर मर गए। (अक्टूबर 2022 को गुजरात की मच्छू नदी पर बना एक पुल टूट जाने की दुर्घटना देश भर में चर्चा का विषय थी। इस समय कुछ अफवाहें यह भी थीं कि पुल पर अचानक लोग बेसुध होकर नाचने लगे थे, यद्यपि इस विचार को महत्व नहीं मिला, किन्तु जो कुछ मैंने ढूंढा था, उसमें यह विचार भी तार्किक लगने लगा)।
3. वर्ष 1374 (चौदहवीं सदी) में जर्मनी के अचेन में राइन नदी के तट पर लोग अचानक अपने घरों से निकले और बेसुध होकर नाचने लगे, वे तब तक नाचते रहे जब तक थकान से गिर कर बेहोश नहीं हो गए, होश आने पर वे शरीर दर्द से छटपटाने लगे। हालाँकि ये लोग तो ठीक हो गए, किन्तु राइन नदी के पार हॉलैंड, बेल्जियम, पश्चिमी जर्मनी, और उत्तर-पूर्वी फ्रांस के तटीय क्षेत्रों में बेसुध नृत्य की लहर चल पड़ी। बहुत से लोग इसकी चपेट में आए, सैकड़ों लोग इसमें मारे गए। इस नृत्यकाण्ड का लाभ भी पादरियों ने उठाया, पादरियों ने इसे "सेंट जॉन का श्राप" घोषित करके लोगों को डरा कर रखा।
4. 15वीं सदी में इटली के अपुलिया में एक महिला को दोपहर को सोते समय टारेंट्युला ने काट लिया, जिसके विष के प्रभाव से उस महिला ने नृत्य करना आरम्भ कर दिया। उस महिला के निकट आने वाले लोग भी नाचने लगे, वे सब नाचते-नाचते शहर के केंद्र तक पहुँच गए। तत्कालीन लेखों से पता चलता है कि लोग नाचते-नाचते ही खा-पी भी रहे थे और एक दूसरे से मार-पीट भी कर रहे थे। यह स्थिति भी कई दिनों तक बनी रही। ठीक होने के बाद कुछ लोगों ने इसकी नक़ल दोहराना आरंभ किया, इसी से दक्षिणी इटली का लोक नृत्य "टारंटेला" विकसित हुआ।
5. सबसे प्रसिद्ध है 16वीं सदी की "स्ट्रासबर्ग नृत्य महामारी" जिसने इसे "नृत्य प्लेग" का नाम दिया। जुलाई 1518 में स्ट्रासबर्ग शहर (तत्कालीन रोमन साम्राज्य के फ्रांस क्षेत्र में स्थित) में फ्राउ त्रोफिया नाम की एक महिला ने सड़क पर अचानक नृत्य आरम्भ कर दिया, और इस महिला

के आस-पास आने वालों ने भी उसी प्रकार नाचना आरम्भ कर दिया। लोग थक कर गिर भी जाते, तो थोड़ी देर बाद फिर से उठ कर नाचना शुरू कर देते।

- लोगों की प्रतिक्रिया - तत्कालीन अन्धविश्वास से ग्रस्त लोगों ने इसे भूत-प्रेत का साया समझा, और इनसे बचाव के लिए शासन से सहयोग माँगा, जब सम्राट मैक्सिमिलन प्रथम के अधिकारियों को इसकी सूचना मिली, तो उन्होंने इस नृत्य को रोकने के लिए पादरियों और चिकित्सकों को बुलाया।
- पादरियों की प्रक्रिया - पादरियों ने पहले इसे “शैतान का प्रकोप” बता कर झाड़-फूंक द्वारा रोकने का प्रयास किया, इसका कोई असर नहीं होने पर पादरियों ने इसे “गॉड की आज्ञा” मान लिया। किन्तु यह कोई समाधान नहीं था, इसलिए अधिकारियों ने चिकित्सकों को स्थिति नियंत्रित करने का निर्देश दिया।
- चिकित्सकों की प्रक्रिया - चिकित्सकों ने पहले इसे मानसिक रोग घोषित किया, किन्तु जब किसी दबाव द्वारा भी वे नृत्य को रोक न पाए और इस कार्य के लिए लगाए व्यक्ति भी नृत्य करने लगे, तो उन्होंने इसे “प्लेग” और “छूत की बीमारी” घोषित कर दिया।
- प्रभाव - सितंबर तक इस नृत्य प्लेग का प्रभाव घटने लगा, स्त्रोतों के अनुसार मृतकों की संख्या 15 व्यक्ति प्रतिदिन के अनुपात में थी। इस प्लेग को रोकने के लिए एक उपचार के प्रयास में प्रभावित लोगों को उनकी शारीरिक प्रक्रिया के प्रति जागरूक करने के लिए नृत्य के अनुकूल संगीत और धुनें बजाई गई थीं जिसके आधार पर स्विंग डांस, जिप्सी डांस आदि कई प्रकार के यूरोपीय नृत्यों का अविष्कार हुआ।

इस प्रकार जहाँ तक मुझे पता चला है, ऐसे नृत्य प्लेग की आरम्भिक घटनाएं जर्मनी में हुईं और उससे होते हुए अन्य देशों में पहुँचीं। किन्तु यह भी सम्भव है कि अन्य देशों में भी ऐसी घटनाएं हुई हों जिनका ऐतिहासिक विवरण उपलब्ध नहीं है। विभिन्न अनुसंधानकर्ताओं के लेख बताते हैं कि अफ्रीका और वेस्ट इंडीज़ के कई कबीलों में विचित्र प्रकार के नृत्य लगातार चलते रहते हैं, और जहाँ तक यूरोप के नृत्य प्लेग का प्रश्न है, आज तक उनका कोई मान्य कारण या उपचार नहीं ढूँढ पाया है।

कला का एक बेहद लोकप्रिय साधन है नाच अथवा नृत्य, इसके कितने भी प्रसंग बन चुके हैं किन्तु किसी एक व्याख्या में इसको स्पष्ट नहीं किया जा सकता है, शायद इसीलिए शरीर में किसी कारण, किसी भी प्रकार से हिलने डुलने की स्थिति को नृत्य से जुड़ा हुआ रोग माना गया हो। कारण जो भी हो, यह अंतर्राष्ट्रीय लोक नृत्यों का निर्माण कर चुका है।

अ
ब
क
ड



हिंदी
दिवस

विविधताओं से भरे इस देश में
लगी भाषाओं की फुलवारी है,
इनमें हमको सबसे प्यारी,
हिंदी राष्ट्रभाषा हमारी है,
हिंदी दिवस की शुभकामनाएं।

शुभ दीपावली



सुश्री कुसुम लता शर्मा

आरंभ होने लगे हैं शीतल दिन-रात,
आज है दीपावली, अमावस्या की रात।

चांद-चांदनी किरण रहित है आकाश,
फैला है चारों दिशाओं में दीपमाला का पुंज प्रकाश।

लौटें हैं आज श्रीराम करके पूरा चौदह वर्ष का वानप्रस्थ,
किया विनाश राक्षसी शक्तियों का, पाई उन पर विजय,
हर दिल में उमंग, थिरकती है धरती बनी है रामप्रस्थ,
मिले सभी को शांति, धन वैभव का रथ।

सभी के दिल में जगी है नई आशा,
हो दूर निराशा का अंधकार, गुलाब की फैले सुगंध,
मन हो गंगा सा निर्मल, हो दूर प्रदूषण, न रहे कोई दुर्गंध।

ना हो कोई भी पल अशुभ,
हो सभी की दीपावली अति मंगलमय और शुभ।

हर घर-झोपड़ी में खुशी के दीप चमके,
दीपावली की मिठास न हो लुप्त,
चेहरे पर खुशी दमके।

मन में जगमगाए आशा के सितारे,
मन हो कमल सा कोमल,
बने छवी सुंदर, खुशी के दीप निहारे,
जीवन की नैया चले श्रीगणेश-मां लक्ष्मी और मां सरस्वती के सहारे।



शहर की सड़क

बड़े शहर की यह है बड़ी लम्बी-चौड़ी टेढ़ी-मेढ़ी सड़क,
भागते हुए बड़े-छोटे वाहनों को देखकर दिल करता है धड़क-धड़क।

एक के पीछे एक दायें बाएँ दौड़ रहे हैं जैसे शहर में लगी है आग,
नजर नहीं कोई आता जो रहा नहीं है भाग।

चारों तरफ धुँए की फैली है काली चादर, किसी की नहीं कोई दिशा,
भाग रहे हैं सभी चारों ओर, चाहे हो दिवस या निशा।

जीवन की है यही गति भागते रहो-भागते रहो,
धीमें तेज जैसे भी चलते रहो, अपने लक्ष्य की ओर बढ़ते रहो।



नव वर्ष



श्री अवधेश कुमार

नव वर्ष मुबारक हो तुमको!
तुम अविचल अडिग धीर निश्चय
खेतों में अन्न उगाते हो,
संसार रहे पोषित तुमसे
तुम खुद भूखे रह जाते हो
धन धान्य बढ़े घर मंगल हों
नव हर्ष मुबारक हो तुमको।
नव बर्ष मुबारक हो तुमको!

तुमको भी! जो अरमान लिये
सपनों का जीवन जीते हो,
घर-बार छोड़कर रहते हो
आशा से कुंठा सीते हो,
इस बार सफलता मिले तुम्हें
नव दर्श मुबारक हो तुमको।
नव वर्ष मुबारक हो तुमको।

तुम किस खयाल में खोई सी
मुरझाई सी हो खड़ी हुई?
तुम अहसानों के बोझ तले
सुन-सुन ताने कुछ बड़ी हुई!
कुछ बोझ घटें पीड़ा कम हो
नव मर्ष मुबारक हो तुमको।
नव वर्ष मुबारक हो तुमको!

तुम सब सरकारी नौकर भी
दिन भर बेगारी करते हो,
कर त्याग कुटुंब संग अपनों का
परदेश बसेरा करते हो,
हर वर्ष बढ़े वेतन भत्ता
उत्कर्ष मुबारक हो तुमको।
नव वर्ष मुबारक हो तुमको!

हर सुबह तुम्हारे चेहरे पर
खुशियों की लाली चमकाए,
हर एक अभिलाषा पूरी हो
ना कष्ट कभी मग में आए
शुभ इच्छाओं से भरा हुआ
यह वर्ष मुबारक हो तुमको।
नव वर्ष मुबारक हो तुमको!



**जिस देश को अपनी भाषा और
साहित्य का गौरव का अनुभव नहीं है,
वो देश उन्नत नहीं हो सकता**

डॉ. राजेंद्र प्रसाद

अभिमान-अभिशाप



सुश्री विदुषी वत्स

उस तैरती कश्ती को अपने पर घमंड जब कभी आया
संसार ने किसी तरीके से उसका घमंड तोड़ डुबाया।

उस पक्षी ने जब भी अपनी उड़ान को सर उठा चढ़ाया
भूला पक्षी कि उसने भोजन धरती से ही पाया।

उस नायिका को अपनी खूबसूरती का अभिमान रहा
बुढ़ापे की गाज गिरते ही उसका अभिमान चूर-चूर हो रहा।

इंसान को हमेशा अपनी तरक्की पर घमंड रहा
खुशियों के रूठते ही किस्मत पर इल्जाम धर रहा।

राजा को हमेशा अपने ताज का घमंड रहा,
पर प्रजा के साथ पर, राजा रंक बना रहा।

सब उस ईश्वर के घर से दूर कर्तव्य निभाने आते
न जाने उस ईश्वर के फैसलों को भूल जाते।

अस्तित्व



सुश्री विदुषी वत्स

चलना सीखते हैं जिनकी ऊँगली पकड़कर
जवानी में उनसे पीछा छुड़ा लेते हैं लोग,
सहारा लेकर जिनका आगे बढ़ना सीखा
उन्हें ही बेसहारा छोड़ देते हैं लोग।

अपनी इच्छा भूल उनकी भूख मिटाया करते थे जो,
उन्हें दो वक्त का भोजन भी नहीं करा सकते हैं वो।

उनके बीमार होने पर रात भर जागते थे जो
उन्हें डॉक्टर तक ले जाने का वक्त ना निकाल पाते हैं वो
खुशियां कुर्बान की अपनी उनका बचपन सँवारने में,
उन्हें ही अकेला छोड़ दिया बुढ़ापे के अंधकारों में

प्यार से बनाए घर बंटवारा करा देते हैं लोग,
जायदाद मिलते ही अपनों को भुला देते हैं लोग।
खुद पर जब गुजरती है तब तक देर हो जाती है,
जिंदगी सिर्फ एक मिट्टी का ढेर हो जाती है।

भूलना ना कभी
जिस तरह सूरज के बिना चाँद का, तलवार के बिना ढाल का
और धरती के बिना आकाश का कोई महत्व नहीं
उसी तरह माँ-बाप के बिना
हमारा भी कोई अस्तित्व नहीं।

तनाव से मुक्ति के लिए



श्री रामब्रेश यादव

मानसिक तनाव, चिन्ता व फिक्र आज के आपाधापी वाले युग की बीमारी है जो छूत के रोग की भांति बढ़ती और फैलती जा रही है। अगर समय रहते व्यक्ति इसका उपचार करना नहीं सीखेगा तो क्या आश्चर्य कि वह जीने की कला ही पूर्णतः भूल जाए। रोजमर्रा के जीवन में आखिर चिन्ता किसे नहीं होती?

अमीर-गरीब, छोटे-बड़े आज सभी इसकी चपेट में हैं क्योंकि जिन्दगी का दर्दा ही कुछ ऐसा बन गया है। मशीनी युग का रूखापन, महत्वाकांक्षा की पागल दौड़ पैसे की बढ़ती हवा और ऐशो-आराम के बढ़ते साजो-सामान, ये सब मिलकर आज जीवन की मिठास सोख रहे हैं। ईश्वर ने जहाँ इन्सान को महत्वाकांक्षी और लालची बनाया है वहीं सोचने-समझने के लिए बुद्धि भी दी है। हाँ, इतना आवश्यक है कि इसका सही उपयोग बहुत कम लोग कर पाते हैं। एक बात हर किसी को साफ-साफ समझ लेनी चाहिए और वो यह है कि जीवन से बढ़कर और कुछ नहीं। जब भी वह दूसरी चीजों को इससे ज्यादा महत्व देने लगता है तो अपना सुख-दुख चैन गँवा बैठता है और अपने लिए अनावश्यक तनाव मोल ले लेता है।

परिस्थितियाँ सदैव एक जैसी नहीं रहती हैं, वे बदलती रहती हैं। हर समस्या का समाधान भी होता है व मुसीबत आती है तो टल भी जाती है। थोड़ा बहुत तनाव तो मानसिक ऊर्जा ही प्रदान करता है। पूर्ण शान्ति तो सिर्फ निर्वाण की अवस्था में ही हो सकती है। अतः थोड़ा बहुत तनाव चिन्ता का कारण नहीं होना चाहिए; उसे चुनौती मानकर चलें। चुनौती एक सफल जीवन के लिए अहम है क्योंकि यह नई मंजिलों को तलाशने में सहायक होती है।

दरअसल चिन्ता एक आन्तरिक समस्या है। इसका रहस्य आपके नजरिये में छिपा होता है। किसी प्रियजन का बिछड़ना या अनचाहा होने की त्रासदी अथवा आर्थिक समस्या या शारीरिक व्याधि से उपजे अवसाद में लिपटी चिन्ता तनाव का कारण होती है। अतः इन्हें नकार पाना इतना

आसान नहीं, किन्तु छोटी-छोटी महत्वहीन सी बातों को लेकर रातों की नींद गँवाना भला कहाँ की समझदारी है? जीवन का कितना महत्वपूर्ण समय हम फिजूल की बातों में ही गँवा देते हैं। इसका अहसास हमें शायद तभी होता है, जब हमारे हाथ से जिन्दगी फिसलने को होती है। हमें दूसरों की उन्नति से ईर्ष्या होती है लेकिन हम उनको देखकर भी सबक नहीं लेते, मेरी पड़ोसन को ही लें। ईश्वर का दिया उसके पास सब कुछ है। आज्ञाकारी पति, अच्छी कम्पनी में मैनेजर, सुन्दर-स्वस्थ, बुद्धिमान बच्चे, गाड़ी, सरकारी मकान सभी कुछ तो है उसके पास कम्पनी से उसके पति को बहुत-सी सुविधाएँ और सुरक्षा प्राप्त है। इससे ज्यादा आरामदायक जिन्दगी और क्या होगी? लेकिन फिर भी समय का रोना और बेवजह का तनाव, उनकी झूठमूठ की परेशानियाँ सुनते-सुनते उससे मिलने वाला हर व्यक्ति तनावग्रस्त हो जाता है। तनाव का कारण मेरा बेटा कहीं कक्षा में एक नम्बर से पीछे न रह जाए.....कुकिंग गैस खत्म न हो जाए.....सब्जी के लिए दो ही बैंगन है, सब्जी कहीं कम न पड़ जाए.....आज तो नाश्ते के लिए बिस्कुट बगैरह कुछ भी नहीं है। ऐसे में कोई मिलने वाला आ गया तो.....मुझे तो पीहर जाना था, कहीं नन्द अपने बाल-बच्चों सहित यहाँ न आ धमके.....।

किरण मान मेरी एक बड़ी प्यारी सहेली है। उसके जैसी दोस्त मिलना एक नियामत ही है। जीवन के प्रति उसका दृष्टिकोण बहुत आशावादी और सुलझा हुआ है। हर समस्या को वह चुटकियों में सुलझा देती है और समस्या होने से पूर्व उसकी चिन्ता कतई नहीं करती। औरों को भी वह यही सब समझाती है, इसलिए उससे मिलकर हर किसी को प्रसन्नता होती, नही स्वयं फिजूल रोना-धोना अच्छा लगता है और न ही बेवजह चिन्ता करने वाले लोग। कई माँ-बाप बच्चों को लेकर बेहद चिन्तित और तनावग्रस्त रहते हैं। बच्चों की उचित देखभाल करना और उनके ठीक से पालन-पोषण तक तो ठीक है लेकिन अपनी जिन्दगी भूलकर सिर्फ उन्हीं की जिन्दगी जीना माँ-बाप के साथ बच्चों को भी तनावग्रस्त कर देता है।

रिश्तों में खुलापन न होना भी तनाव का कारण हो सकता है। पति-पत्नी हों या सास-बहु, खुलेपन के अभाव में ढेर सी गलतफहमियों के जंगल उग आते हैं जो रिश्तों को लहलुहान करके रख देते हैं। शक-सूबह व निर्मूल आशंकाएँ भी तनाव को जन्म देती हैं। इसी तरह मन का छल-कपट भी इन्सान को कभी खुश नहीं रहने दे सकता। दूसरों का बुरा चाहने वाला हर किसी को उसी दृष्टिकोण से देखता है, बदले में कुढ़ता है और चिन्तित होकर तनावग्रस्त हो जाता है। कई बार

बिना सोचे-समझे किए गए काम भी तनाव को जन्म देते हैं। हैसियत से ज्यादा खर्च दिखावे की होड़, दूसरों की जिम्मेदारियाँ ओढ़ने का शौक, इन सभी बातों से बचना चाहिए जितना आपके लिए उचित है, आप दूसरों के कार्यों में उतनी ही भागीदारी निभाएँ। यह मत भूलिए कि आपकी अपनी जिन्दगी भी है और आपकी अपनी जिन्दगी की भी आपसे कुछ अपेक्षाएँ हैं। खुदगर्जी गलत हो सकती है लेकिन अपने लिए जीना गुनाह नहीं है। भारतीय नारी को अक्सर यह घुट्टी पिलाई जाती है कि उसका जीवन दूसरों के लिए है। अपने कर्तव्य को पूरा करते हुए भी वह अपने लिए भी जी सकती है क्योंकि अपने लिए न जी सकना ही उसमें तनाव पैदा करता है। फलस्वरूप घर में खुशहाली का वातावरण नहीं रहता।

स्वयं को त्याग की मूर्ति दर्शाने के लिए अगर कोई स्त्री अपना सारा जीवन उत्सर्ग भी कर दे तो इससे होगा क्या? वह दूसरों को अपने शोषण के पाप का भागीदार ही बनाएगी और वह खुद बुढ़ापे में एक अनचाहा सामान भर ही रह जाएगी और तब यह बात उसे बहुत सालती रहेगी कि भले ही कुछ समय ही सही, वह अपने लिए क्यों नहीं जी सकी? जीवन भर के तनाव के लिए क्या वह स्वयं जिम्मेदार नहीं? हर किसी को प्रसन्न रख पाना किसी भी व्यक्ति के लिए सम्भव नहीं। इसलिए यह विचार मन से निकाल दें कि बस प्रत्येक व्यक्ति मेरी तारीफ करे और मैं बहुत लोकप्रिय हो जाऊँ तथा मेरी छवि बहुत अच्छी बनी रहे। अच्छा कहलाने का शौक आपको बहुत महँगा भी पड़ सकता है क्योंकि ढेर-सी चिन्ताएँ और मानसिक तनाव ही मिल पाएगा इसके बदले में। इसी प्रकार दूसरों से सदा यही आशा करना कि वे बहुत अच्छे हो, सम्पूर्ण हों और उनके ऐसा न होने पर कुढ़ना या जमाने को कोसना अथवा गालियाँ देना, इससे आप सिर्फ स्वयं को ही नुकसान पहुँचाएँगे। तनाव कोई ऐसी बीमारी नहीं जो लाइलाज हो। इसके निवारण के लिए आपको आशावादी दृष्टिकोण अपनाना होगा, अपने दिमाग से नकारात्मक बातों को निकाल फेंकना होगा, तभी आप इससे मुक्ति पाने में कामयाब हो सकेंगी।

दो कदम चल
तो सही



श्री नीरज

धूप बहुत है राह में, पर दो कदम चल तो सही
खुद मिल जायेगा रास्ता, ये पग आगे रख तो सही।

क्यों तपिश से तू जल गया, तू है स्वयं सूरज क्यों ढल गया,
बन आँधी उड़ आसमान में, देख मुश्किल राह तू पार कर गया,

माना दरिया बड़ा है, पर निश्चित ही साहिल भी है यहीं कहीं,
प्यास अभी भी बाकी है, तू दो कदम चल तो सही।

थक हार के बैठ गया क्यों, किस मर्म में है डूब रहा,
चल उठ ये गिरि काटकर, अदम्य साहस की नदियाँ बहा,

उस दिन खाया था शपथ कि, रूकना तेरा धर्म नहीं,
उस प्रतिज्ञा का कर स्मरण, तू दो कदम चल तो सही।

ये रास्तों के काँटे या पैरों के छाले, धैर्य की है परीक्षा लेने वाले
ये सब यूँ ही आने जाने, पर तेरे जैसे वीर हैं कहाँ डरने वाले,

बस रख ध्यान तू मंजिल पर, हर भौतिकता को छोड़ दे यहीं,
भर साहस फिर से हृदय में, तू दो कदम चल तो सही।

वो खुदा हुआ तो क्या हुआ, तू भी तो दीवाना है,
सुख उसी को पाने में केवल, जिसका प्रण तूने ठाना है,

ईश्वर ने जिस उद्देश्य के लिए बनाया, जानने का समय यही,
चल अब बहुत हुआ, तू उठ और दो कदम चल तो सही।



अमृत-स्त्रोत



सुश्री कृष्णा सोनी

मनुष्य जन्म अमृत स्त्रोत है। भगवान का नाम अमृत स्त्रोत है। मनुष्य की रचना अमृत से ही हुई है। मनुष्य जन्म की श्रेष्ठता यही है कि भगवान को मानने वाले व्यक्तियों की संगति करे। प्रत्येक क्षण को सफल बनाने के लिये भगवान में चित्त को जोड़े जिसे पाने के पश्चात कुछ पाना शेष नहीं रहा जाता। अमृत स्त्रोत आनन्द की प्राप्ति का द्वार है। द्वार खटखटाईये वह अवश्य खुलेगा। द्वार खुल गया, मनुष्य अमृत स्त्रोत पर पहुँच जायेगा। इस अमृत को पिओ और प्रसन्नचित्त जिओ।

अमृत स्त्रोत होते हुए भी जीव हर समय दुखी-अशान्ति से भरा जीवन क्यों जी रहा है। मनुष्य सुख का अभिलाषी भी है वह इसके पास ही है फिर भी चिन्तित क्यों रहता है। हर समय दुःख की गाथा गाता है, तनाव से रोग को बढ़ाता है। मानसिक तनाव से एक क्षण भी छुटकारा नहीं पाता, इसका कारण यह है कि जहाँ मनुष्य सुख को ढूँढ रहा है वहाँ वह है ही नहीं तो मिल कैसे सकता है। भगवान के नाम के सुमिरण में ही सब सुख एवं मंगल है। तुच्छ से तुच्छ सांसारिक कार्य भी सीखने के लिये किसी शिक्षक की मदद लेनी पड़ती है। फिर उस युक्ति को सीखने में समय और मन लगाना पड़ता है तभी कार्य सिद्ध होता है। इसी तरह सुख की प्राप्ति के लिये भी निरन्तर भगवान की भक्ति में समय और मन लगाना पड़ता है तभी कार्य सिद्ध होता है। इसी तरह सुख की प्राप्ति के लिये भी निरन्तर भगवान की भक्ति में समय और मन लगाना पड़ता है। यदि मैले कपड़े को धोना हो तो उसके लिये साबुन और पानी की आवश्यकता होती है। इसी प्रकार मन की मलिनता को धोने के लिये प्रभु-प्रेम के साबुन एवं भगवान की भक्ति का पानी मन पर डालोगे तभी प्रभु चरणों में प्रेम बढ़ेगा।

भगवान ने हमें सब कुछ दिया है जिसका हम बदला नहीं चुका सकते। भगवान ने हमें केवल शरीर नहीं दिया इसके साथ दिये हैं कर्तव्य, कर्म करने के लिए अनमोल अंग तथा अमृत-तत्त्व आत्मा। इस परम सुख को पाकर मालिक की दरगाह में उज्ज्वल मुख से जाना है और उनकी प्रसन्नता को पाना है। यही मानुष-जन्म का वास्तविक ध्येय है।

आत्मिक उन्नति का मार्ग



सुश्री कृष्णा सोनी

मानव को भगवान ने तीन अपार शक्तियाँ उपहार में दी है। क्रिया शक्ति, भाव शक्ति एवं विचार शक्ति। एक शक्ति को जागृत करते ही तीनों शक्तियाँ एक जुट होकर मनुष्य को सफलता के शिखर पर ले जाती हैं। इन शक्तियों द्वारा मनुष्य क्या नहीं प्राप्त कर सकता? असम्भव शब्द तो उसके आगे नगण्य है। जैसे मानव की चाह होगी वैसे ही शक्ति का संचय होगा और उसी प्रकार की सफलता भी प्राप्त होगी। यदि मनुष्य माया/धन की कामना करता है तो राज्य भोग वैभव की प्राप्ति होगी जो कि नश्वर है। मानव के शरीर छूटने के साथ ही ये शक्तियाँ भी छूट जायेंगी और यह संचित किये हुये पदार्थ यहीं रह जायेंगे।

तीनों शक्तियों को यदि आत्म चेतना की ओर लगाया जाये तो सुख एवं शान्ति का गुप्त खजाना भी हाथ लग जायेगा। शारीरिक सुख तो अपने कर्मों के अनुसार ही प्राप्त हो जायेंगे। आत्म चेतना समस्त शक्तियों का भण्डार है। यह शक्ति क्या है जीवन को वास्तविक लक्ष्य पर पहुंचाना ही इस शक्ति का सबसे बड़ा रहस्य है। विज्ञान ने कितनी उन्नति की है ये सब क्या है। विचार शक्ति का भाव शक्ति से जोड़ना और क्रिया शक्ति से दृढ़ सम्बन्ध स्थापित करना इससे बढ़कर अन्य कोई शक्ति नहीं।

भगवान कहते हैं कि हे मानव तू अद्भुत शक्तियों का भण्डार है। यह सब शक्तियाँ तुझ में विद्यमान हैं। इन्हें पाने के लिए कहीं बाहर खोजने की आवश्यकता नहीं। अज्ञानता से जागो और संसार की वस्तुओं को छोड़कर भगवान के नाम को जपने में लग जाओ। इस ज्ञान की रोशनी को पाने के लिए यह मानव जन्म का अवसर प्राप्त हुआ है। साहस और उत्साह से जीवन की सफलता को प्राप्त करो। यह कार्य तब पूर्ण होगा जब भगवान की शरण में जायेगा फिर मालामाल होकर जीवन की सफलता को प्राप्त करेगा।

जिंदगी का सफर



सुश्री किरण मोंगा

जब तक चलेगी जिंदगी की सांसे
कहीं प्यार कहीं टकराव मिलेगा।

कहीं बनेंगे संबंध अंतमन से तो,
कहीं आत्मीयता का अभाव मिलेगा।

कहीं मिलेगी जिंदगी में प्रशंसा तो,
कहीं नाराजगियों का बहाव मिलेगा।

कहीं मिलेगी सच्चे मन से दुआ तो,
कहीं भावनाओं में दुर्भाव मिलेगा।

कहीं मिलेगी अपरम्पार सफलता तो,
कहीं असफलताओं का ही पड़ाव मिलेगा।

कभी बनेंगे पराए रिश्ते भी अपने तो
कभी अपनों से ही खिंचाव मिलेगा।

कहीं होगी खुशामदें चेहरे पर तो
कहीं पीठ पर बुराई का घाव मिलेगा।

कहीं खड़े होंगे हर दुख में तेरे साथ तो
कहीं तेरी उन्नति में सबका ईर्ष्या का भाव मिलेगा।

कहीं मिलेगी रिश्तों में सम्पन्नता तो,
कहीं आपसी प्रतिस्पर्धा का झुकाव मिलेगा।

पर तू चला चल अपने कर्मपथ पर
जैसा तेरा भाव, वैसा प्रभाव मिलेगा।

रख स्वभाव में शुद्धता का स्पर्श तू,
अवश्य सुखद एवं शांत जिंदगी का पड़ाव मिलेगा।



पद्मावती संग जौहर



श्री कुमार दत्त 'कुमार'

राजा रतन सिंह खिलजी से हारा
खबर चित्तौड़ किले तक आई
एक सन्नाटा सा पसर गया
हर तरफ मातम की घड़ी छाई।

विलाप, मातम में शोक स्तब्ध
एक दूजे को गले लगाया
कभी तसल्ली अपने को दी
कभी धीरज औरों को बँधाया।

सब एक दूजे के पास गईं
एक दूजे के मन की जानी
एक ही विचार सब में आया
सबने जौहर करने की ठानी।

पद्मावती संग 16000 नारी आईं
विलाप में सारा आँगन था
शत्रु बड़ा ही नीच था उनका
अब संकट में उनका दामन था।

वातावरण कुछ शांत हुआ
कुछ गंभीरता सी छाई
पथरीली आँखों में फिर से
मानो एक चिंगारी सी आई।

हमको अबला समझ कर
पाने को खिलजी आएगा
मानव का यह सुंदर चोला
आज मिट्टी में मिल जाएगा।

फिर केशों को पीछे किया
चुनरी को हाथों में फैलाया
माँ भवानी का तिलक लगाकर
जोर-जोर से नारा लगाया।

सारा आँगन भावुक हो गया
गूँज उठाया माँ का जयकारा
सच्चे मन से याद किया
माँ भवानी तेरा सहारा।

फिर आगे बढ़ी कुंड की ओर
सभी विवाहित, अविवाहित नारी
सामने था अग्नि का कुंड
चलती चली गई हिम्मत न हारी।

उसमें कुछ बहनें ऐसी थीं
जो अग्नि देख पीछे को आईं
पर पीछे से आते दबाव में
जाकर अग्निकुंड में समाईं।

वे लपटों में जलती रहीं
हाथ उठाकर बिलखती रहीं
मुझे नहीं मरना, मुझे बचा लो
वे चीख पुकार करती रहीं।

कुछ ने लपटों को देखकर
आँखों को बंद कर समर्पित किया
साँसों को रोका, कुंड में कूदीं
यूं अपने को अर्पित किया।

जैसे ही कपड़े आग में आए
एक-एक करके सभी जले
केश उनके कुछ ऐसे जले
जैसे सूखी घास जले।

सुर-सुर करके मास जला
हाथ जले जैसे लकड़ी
धूं-धूं करके आग जली
जब लपटों ने उंचाई पकड़ी।

ऐसी निडर थी वो माताएँ
बुरी नजर को आने न दिया
मिटा दिया अपनी हस्ती को
पर दामन कभी छूने न दिया।

जब-जब देश में फूट पड़ी
और शत्रु ने हमें हराया है
माँ-बहनों ने आन की खातिर
जौहर कर दिखलाया है।

ये ऐसा कैसा पागलपन है
मुसीबत आई और हो गए तंग
में पूछता हूँ उन कायरों से
जो हार रहे जीवन की जंग।

जीवन है तो सुख-दुख है
इन्हीं से जीवन चलता है
सुख ही सुख हो जीवन में
तो वो सुख भी खलता है
नीरसता में ही डूबे रहते क्यों लाते नहीं उमंग
में पूछता हूँ.....

छोटी सी चींटी को देखो
वह जीवन से भरपूर है
न जाने कब कुचली जाए
फिर भी डर से दूर है
कठिनाईयों से डटकर लड़ती
है हौसला उसके संग
में पूछता हूँ.....

सब में अपनी खूबी है
एक जैसा कोई नहीं
जब अपनी खूबी को जानोगे
लगेगा तुमसे बढ़िया कोई नहीं
इतनी खुशी मिलेगी उससे
तुम रह जाओगे दंग
में पूछता हूँ.....



विमान

श्री अवधेश कुमार

अभी मुश्किल से दिन के दो बजे होंगे, लेकिन ऐसा लग रहा है जैसे आधे घंटे में रात हो जाएगी। तीन दिन से इतना घना कोहरा था कि उसकी रेशमी फुहार के झरने से धरती गीली हो गयी है। आम के पेड़ों पर छाया हुआ कोहरा पानी बनकर पत्तों से टप-टप चू रहा है। सरसों, गेहूँ, जौ, चना सब ओस की चादर में गुमसुम छुपे हुए हैं। जब से कोहरा साफ़ हुआ है तब से हवा साँय-साँय, सनन-सनन करती एक अबोध बच्चे की तरह चारों तरफ दौड़ रही है। कभी जाकर आम के पेड़ को झकझोर देती है तो कभी पतेल (जंगली घास) को। जैसे ही हवा का स्पर्श होता है पेड़ इतना तेज सिहर उठता है कि उसके ऊपर सिंचित सारा कोहरा पिघलकर पानी बन झट से जमीं पर चू पड़ता है। यही हवा जब गेहूँ एवं जौ के खेत से गुजरती है तो उसमें सागर की सी लहरे उठने-गिरने लगती हैं और उन पर पसरी ओस की चादर छूमंतर से गायब हो जाती है। पश्चिम में धुंधला सूर्य सा कुछ प्रतीत हो रहा है। वह भी ठण्ड से इतना डरा हुआ है कि एक क्षण बाहर झांकता है और फिर बादलों की ओट ले लेता है। मैं पिछले तीन सालों में अब तक खरीदे सारे गरम कपड़े पहनकर और ऊपर से नाना की सफ़ेद लोई (शॉल) ओढ़कर खेत पर जानवर देखने के लिए निकला हूँ।

चूँकि अब कोहरा नहीं है तो बहुत दूर तक देखा जा सकता है। पूरा हार (दूर तक फैले हुए खेत) एक दम सुनसान पड़ा है। चारों तरफ दूर-दूर तक कोई जानवर नहीं दिखाई पड़ रहा है। मैं पूर्ण रूप से जानवरों की गैरमौजूदगी के बारे में आश्वस्त हो गाँव की तरफ लौटने लगता हूँ। स्वामी आधार चैतन्य के लोक गीत गुनगुनाता मैं खेत के पूर्वी कोने को पार कर जैसे ही चकरोड़ (पगडंडी) पर चढ़ता हूँ मुझे अचानक अपने पीछे ढोल-नगाड़ों की सी आवाज़ सुनाई पड़ती है। इन दिनों ऐसी आवाज़ सुनना कोई असामान्य बात नहीं है। आमतौर पर शादी-विवाह और बच्चों के जन्म पर

किन्नरों के बधाई गीत इस समय खूब होते हैं। मैं उसे अनसुना सा कर अपनी धुन में लीन रहता हूँ। मैं स्वामी जी की एक लोक चेतावनी गुनगुना रहा हूँ।

कह गए सब संत पुकार यही, दो दिन का दर्शन मेला है।

आखिर को संग नहीं कोई, उड़ जावै हंस अकेला है।।

कुछ पल में मुझे वह आवाज़ अपने करीब सी आती जान पड़ी। मैं बाएं मुड़कर देखता हूँ कि कमालपुर के दक्षिण-पश्चिमी कोने से आदमियों की एक भीड़ सी निकल रही है। भीड़ कुछ तेज चल रही है जैसे उसे कोई मिशन दिया गया है जिसे समय रहते पूरा करना है। जब लगभग नब्बे सौ आदमी उस कोने से गाँव को पक्की सड़क से जोड़ने वाले चकरोड़ पर निकल आए तो उनके बाद कुछ लोगों के सिर पर रंगबिरंगी एक झाँकी सी चलती दिखाई दी। मैंने गाँवों में अनेक प्रकार के दृश्य देखे हैं जो बाहर के किसी आदमी को हैरत में डाल सकते हैं परन्तु यह दृश्य खुद मुझे हैरत में डाल रहा है। मुझे यह जुलूस निकट से देखना है। मैं एक जिज्ञासु बालक की तरह ओसीली मेड़ों पर फिसलता संभलता उस दौड़ती भीड़ की ओर लपकने लगता हूँ। मेरे खेत और उस चकरोड़ के बीच में सिर्फ दो बड़े-बड़े चक हैं जिनको पार कर मैं चकरोड़ पर चढ़ आता हूँ। अब वह झाँकी मेरे समीप आ चुकी है। उसके साथ चलने वाले सभी लोग समवेत स्वर में "राम नाम सत्य है" का उच्चारण कर रहे हैं। मैंने "राम नाम सत्य है" और ढोल-नगाड़ों की गूँज इससे पहले एक साथ कभी नहीं सुनी। मैं रास्ते के किनारे खड़ी ओसीली घास पर विस्मित खड़ा होकर यह नज़ारा देखने लगता हूँ।

"राम नाम सत्य है" के उच्चारण से अब तक यह स्पष्ट हो चुका है कि यह किसी की शवयात्रा है। मैं भी दो कदम साथ चलने के उद्देश्य से उसी भीड़ के पीछे हो जाता हूँ। मेरे गाँव और कमालपुर के चकरोड़ को लम्बवत काटती एक और कच्ची सड़क के समीप एक खेत के कोने में बनी यादगार के समीप उस शव को उतार कर रख लिया गया है। "बुढ़िया में अभी भी काफी वज़न है" मसखरे अंदाज में ऐसा कहते हुए एक लड़के ने अपने कंधे को सहलाते हुए राहत की सांस ली। "वज़न तो होगा ही, खूब माल खिलाता था बुड़्ढा" दूसरे लड़के ने भी मसखरे अंदाज़ में कहा। सब लोग थोड़ी फीकी हँसी हँसते हैं।

"सनिया कहाँ है? उसे कहो सो गड़्ढा खोदे जल्दी, देर हो रही है, रिश्तेदार सब वक़्त से अपने-अपने घर पहुंचें!" अर्थी उठाकर लाने की वजह से थककर खेत की मेड़ पर बैठा एक लड़का

बोला। "हाँ, हाँ, जल्दी करो। ठण्ड बढ़ेगी अब यहाँ से" किसी को खोजने के उद्देश्य से इधर-उधर ताकता हुआ सफ़ेद कुर्ता-पायजामा पहने खड़ा एक आदमी बोला।

"है कहाँ सनिया, सनिया रे" पास में खड़े एक और आदमी ने जोर से पुकारा।

"अरे आ तो रहा हूँ, क्यों चीख रहे हो" बोलता हुआ करीब 27 साल का एक लड़का लोगों के बीच से जगह बनाते हुए निकल कर आया।

"चल जल्दी गड़ढा खोद बेटा, दाग लगे छुट्टी हो, मौसम बहुत खराब है" सफ़ेद कुर्ता-पायजामा वाला वही आदमी फिर से बोला।

तभी गाँव की तरफ से एक मोटरसाइकिल आकर चकरोड़ पर रुकती है। उस पर से दो महिलाएँ उतरकर रोती हुई शव की तरफ आती हैं। आदमी मोटरसाइकिल को चकरोड़ के एक तरफ खड़ा कर हाथों से पेंट पर लगी मिट्टी झाड़ते हुए शव की तरफ बढ़ने लगता है।

"इन्हें चेहरा दिखा दो थोड़ा खोलकर सो ये महिलाएँ घर चली जाएँ।" सफ़ेद कुर्ता वाला वही आदमी बोला।

पास में खड़े एक लड़के ने शव के सिरहाने से थोड़ा कफ़न हटाया। उन महिलाओं के साथ मैंने भी पैर के पंजे के बल उचककर मुर्दे का चेहरा देखना चाहा। चेहरे पर नजर पड़ते ही मेरे अंदाज की तसदीकी हो गई। मुझे उस खेत के कोने पर बने स्मृति मठ से ही अंदेशा हो गया था कि यह किसकी शवयात्रा हो सकती है। शव का मुँह देखने के बाद दोनों महिलाएँ सिसकती हुई सी चकरोड़ पर चढ़कर गाँव की तरफ चली जाती हैं। वह आदमी वहीं खड़े लोगों में शामिल हो गया। "बहुत जल्दी कर दी!" महिलाओं के साथ आया आदमी बोला। "जल्दी कहाँ है, सुबह साढ़े चार बजे की मरी है!" सफ़ेद कुर्ता वाला आदमी बोला। "हमें तो अभी एक घंटे पहले खबर मिली!" उस आदमी ने कहा। "लड़कों ने ही फोन कर दिए थे चारों तरफ, हमें नहीं पता किसको किए किसको नहीं किए!" उससे नजर मिलाए बगैर बेतकल्लुफ़ी से सफ़ेद कुर्ता वाले ने जवाब

बेटा कुछ लोग तब तक लकड़ी फाइ लो, हवा उखड़ रही है!" बगलों में हाथ छिपाये पास में खड़े कुछ लड़कों की तरफ देखते हुए सफ़ेद कुर्ता वाले ने कहा। "ठीक है चाचा" बोलकर उनमें से एक लड़का उठकर उधर चल दिया जिधर लकड़ियाँ पड़ी हुई थी।

कुछ लड़के चिता के लिए गड़ढा खोदने लगे, कुछ उपले बिछाने लगे, कुछ लकड़ी फाइने में व्यस्त हो गए। कुछ एक आदमी बीड़ी सुलगाने लगे। कुछ लोगों ने दो-दो, चार-चार के गुट बना

लिए और अपने सामाजिक, राजनैतिक और आर्थिक मुद्दों पर विमर्श करने लगे। अर्थी चारों तरफ से कसी होने के कारण हवा कफन से टकराकर फडर-फडर की आवाज़ के साथ उसके कोने हिला रही थी। मेरी आँखें उस फड़फड़ाते हुए कोरे सफेद कफन पर ठहर गईं।

जब सब लोग उस शव को जलाने के लिए तमाम इंतज़ामों में व्यस्त हो गए तब मेरा मन उस बेलगाम स्वच्छन्द हवा पर सवार होकर अतीत के एक दोपहर में जा पहुँचा।

वर्ष 2015 की बात है। उन दिनों मैं स्नातक के अंतिम वर्ष का इम्तहान दे रहा था एवं साथ ही परास्नातक के लिए विश्वविद्यालय की प्रवेश परीक्षा की तैयारी कर रहा था। गाँव के शोर-शराबे से बचने के लिए मैं अक्सर अपनी कॉपी-किताबें लेकर खेत पर पढ़ने आ जाया करता था। मेरे खेत के पश्चिमी कोने में नीम के दो पेड़ एक-दूसरे को आगोश में भरे खड़े हैं। उनकी छाया बहुत घनी है। उसी छाया को मैंने अपना खुला अध्ययनस्थल बना लिया था। दोपहर के लगभग डेढ़ बजे रहे होंगे। लू कनपटी पर जोरों से लपट के तमाचे जड़ रही थी। धूप भी अपने प्रचंड रूप की पराकाष्ठा पर थी। इस हार में पेड़ बहुत विरले हैं जिसकी वजह से लू इस भूमि में आते ही बेलगाम हो जाती है। वह एक बवंडर का रूप अख्तियार कर लेती है। ज़मीन की ऊपरी सतह की सफेद भुरभुरी मिट्टी की चादर ओढ़कर वह कपड़ा-लता, बोरी, पन्नी, झांकर (झाड़-झांखाड़) इत्यादि खेतों में पड़ी वस्तुओं को अपने आगोश में भरकर लपेटा खाती, इतराती-इठलाती सूँ सूँ सर्ररर हम्मम्म हॉय- हॉय करती हज़ारों फीट ऊँचा गुबार-सा बनाकर धूप में तांडव करती हैं।

पेड़ों के नीचे बैठा-बैठा मैं अपनी किताबों में डूबता-उतराता एक अलग वैचारिक अंतरिक्ष की यात्रा कर रहा था कि अचानक दस-पंद्रह बकरियों का एक झुण्ड मिमियाता हुआ मेरे अध्ययनस्थल पर आ धमका। मैंने पीछे मुड़कर देखा कि इन बकरियों के साथ कौन है, लेकिन मुझे वहाँ कोई दिखाई नहीं दिया। इस हार में इस वक़्त मेरे और इन बकरियों के अलावा शायद ही कोई होगा। इस वक़्त सब अपने-अपने घरों में सो रहे होंगे। लेकिन यह झुण्ड यहाँ कैसे आ सकता है? कोई तो होगा इसके साथ? मैं देखने के लिए खड़ा हुआ। मैंने देखा कि जिस दिशा से बकरियाँ आई थी उसी दिशा में मुझसे एक खेत दूर एक वृद्ध महिला लंगड़ाते हुए आ रही है। उसके एक हाथ में झोला है, दूसरे में स्टील का एक कमंडल और एक छोटा-सा डंडा है। वह दो कदम चलती है, फिर रुक जाती है और झुककर ज़मीन पर से कुछ उठाती है, फिर आगे बढ़ जाती है। उसके शरीर के वजन

और उसके सहने की क्षमता के बीच तालमेल न बैठ पाने की वजह से उसका शरीर ऐसे डगमगा सा रहा है जैसे पानी में उथल-पुथल के कारण उसकी सतह पर कोई नाव हिचकोले खा रही हो।

"अम्मा! जल्दी आओ, बकरियाँ ज्वार के खेत में घुस जाएंगी।" मैंने आवाज़ लगायी।

"अम्मा क्या बीनने में लगी हो सुन क्यों नहीं रही" कोई उत्तर न मिलने पर दूसरी बार मैं थोड़ा झल्लाकर बोला। हवा पश्चिम की तरफ से चल रही थी। महिला भी पश्चिम की दिशा से आ रही थी। शायद इसीलिए मेरी आवाज़ उस तक नहीं पहुँच पायी। कुछ ही देर में वह मेरे बिल्कुल पास में आ गयी।

"अम्मा! बकरी इतनी दूर छोड़ दी हैं, तुम इतनी पीछे चल रही हो। ये नुकसान करेंगी तो?"

"नहीं करेंगी बेटा, नुकसान क्यों करेंगी!" वह अपना झोला डंडा ज़मीन पर रखते हुए बोली।

"अच्छा इतनी समझदार बकरी हैं आपकी!" मैंने व्यंग भरे स्वर में थोड़ा मुँह उमेठकर कर कहा।

"पानी है बेटा तेरे पास?" मेरे व्यंग का उस पर कोई असर नहीं हुआ। वह मेरी बात को बिल्कुल अनसुना सा कर, एक हाथ ज़मीन पर टेककर उसी के सहारे से बैठने की कोशिश करने लगी। "अरे राम! उठा ले प्रभु अब तो!" कराहकर बैठते वक़्त वह एक बार गिरती-सी प्रतीत हुई, लेकिन उसके हाथ ने उसे सँभाल लिया। वह जोर-जोर से साँसे ले रही थी। सांस लेते वक़्त उसके गले की एक नस फूलकर मोटी हो जाती फिर वापस बैठ जाती।

"हाँ है! पर गर्म हो गया है। मैं सुबह ही लेकर आया था।" बुढ़ापे की कराह सुनकर मेरा जवानी का क्रोध धीरे-धीरे ठंडा पड़ने लगा। "ला बेटा! ठंडा गरम जैसा भी है। जीभ चुपक रही है मेरी प्यास के मारे।" उसने लम्बी-लम्बी साँसें लेते हुए सूखे भरभराते हुए गले से कहा। "आप थोड़ा सुस्ता लो अभी धूप में से आई हो और आपका सांस भी फूल रहा है।" मैंने उसी भाव में आश्वासन दिया।

"अरे ला! मुझे न सर्दी-गर्मी दबा लेगी!" अम्मा इस बार थोड़ा कड़ककर बोली। मैंने ढक्कन खोलकर "लो" कहते हुए पानी की बोतल उसकी तरफ बढ़ा दी।

"पिला दे तू खुद ही मेरे तो हाथ काँपते हैं।" मैं पानी डालने लगा। अम्मा अपने दोनों हाथों की ओक बनाकर गटगट पानी पीने लगी। बोतल का पानी गरम था। फिर भी वह लगभग आधी बोतल एक बार में ही पी गयी। ओहहहम्म! एक लम्बी डकार लेकर उसने राहत की साँस ली और

अपनी साड़ी के एक ठोक से अपना मुँह पोछने लगी। मैं खड़ा-खड़ा एकटक उसके मुँह की तरफ देख रहा था। उसकी साड़ी पर पसीने और मैल की वजह से भारत के विभिन्न राज्यों के नक्शे से बन गए थे। उसके शरीर से एक अजीब तरह की गंध आ रही थी जो बकरियों के शरीर से आने वाली गंध से बिल्कुल मेल खा रही थी।

थोड़ी देर आराम कर वह अपने झोले को उठाकर, उसमें से गेहूँ की बालियाँ निकालकर, उनको अपनी साड़ी का एक ठोक बिछाकर, उस पर मसलने लगी। गेहूँ की बालियाँ लू लगने से बिल्कुल सूख गयी थी। जैसे ही वह अपने काँपते हुए हाथों से उनको मसलती, छर्रररररररर से गेहूँ के दाने उसके ठोक पर आ गिरते। धीरे-धीरे उसने सारी बालियाँ मसल दीं। उसके ठोक पर कम से कम दो किलो गेहूँ इकट्ठे हो गए। “अम्मा ने आज तो नाती-पोतों के लिए दुकान का इंतजाम कर लिया।” मैंने बात शुरू करने के उद्देश्य से मुस्कराते हुए कहा। मेरी बात का जैसे अम्मा पर कोई प्रभाव नहीं हुआ। वह उसी तरह गेहूँ निकालने में व्यस्त रही। मेरी बात का जवाब नहीं दिया। उसकी खामोशी ने मेरी जिज्ञासा की भूख जगा दी।

“अम्मा आपके घर में और कौन-कौन है?” मैंने अनायास ही पूछ लिया। इस उम्र में चढ़ती दोपहरी में उसका इतने कष्ट में बकरियों के पीछे शरीर खींचना मुझे आसानी से हजम नहीं हो रहा था। पता नहीं क्यों मेरे मन में उसके बारे में जानने की जिज्ञासा तीव्र हो उठी। उसकी उम्र और शरीर की हालत देखकर मेरा मन हुआ कि उससे साक्षात्कार करूँ। “सब हैं बेटा घर में, बऊ (बहू) हैं, लरिका (लड़का) हैं, नाती-पोता हैं, सब हैं बेटा। खूब भरा-पूरा कुनबा है। “तो फिर आप इतनी दोपहरी में इन बकरियों के पीछे क्यों खिंच रही हो? उनमें से किसी को भेज दिया करो। आपसे तो चला भी नहीं जाता। इस धूप में घूमने से आपको कोलेरा बन गया तो?” मैं बेमतलब अम्मा का फिक्रमंद होने लगा था।

“अरे हाँ! बबूल पर भी कहीं ओले पड़ते हैं!” फूँक से गेहूँ में से कूड़ा निकालते हुए वह बोली। उसकी भाषा में व्यंग का भाव सा झलक रहा था। “और अगर कोलेरा से लिखी होगी तो अम्मा कोलेरा से मर जाएगी बेटा।” वह उसी तरह फूँक मारते-मारते बोल गई। पता नहीं उसको खुद से इतनी उम्मीद थी या फिर जिंदगी से नाउम्मीद कि भयंकर बीमारी और मौत जैसे शब्द भी उसको तुच्छ लग रहे थे। कोई इतना बेफिक्र कैसे हो सकता है?

“अरे लेकिन जरूरत क्या है? जब घर में इतने सारे लोग हैं तो फिर आपको क्यों धूप में मरने के लिए आने देते हैं? उनमें से भी तो कोई आ सकता है?” उसकी बेफिक्री ने मुझे और अधिक जिज्ञासू बना दिया।

“वे क्यों आएंगे! उनके भी तो अपने काम हैं बेटा।” उसने लम्बी-लम्बी साँसें भरते हुए कहा। “मतलब उनके काम आपके काम से अलग हैं? वैसे अम्मा के पिछले जवाब ने संदेह खत्म कर दिया था फिर भी मैंने तसदीक करने के लिए सवाल कर डाला।

“अलग ही हैं। जब अलग-अलग रहते हैं तो। वे अपना अलग करते खाते हैं; मैं अपना अलग।”

“तो आपको पूरा दिन खेतों में इन बकरियों के पीछे दौड़ने में तो बहुत परेशानी होती होगी?”

“ना कोई परेशानी नहीं होती! परेशानी क्या होगी! पिछले पंद्रह वर्ष से अम्मा यही कर रही हैं बेटा। वह तो पिछले कुछ साल से यह शरीर साथ नहीं देता नहीं तो अम्मा एक पैर पर पूरे हार में घूम जाती बेटा। एक तो यह सांस बहुत फूलती है और दूसरा यह सूजन नहीं कम होती। अम्मा ने अपनी एडी के ठीक ऊपर टखनों को उंगली से दबाते हुए मुझे दिखाया, वास्तव में उसके टखने बहुत सूजे हुए थे। “आपने दवा नहीं ली?” मैंने पूछा। “बुढ़ापे की क्या दवा है बेटा!” अम्मा ने जवाब दिया। “अब तो यह पीर (पीड़ा) मरघट में जाकर ही खत्म होगी।” अम्मा गहरी किन्तु रुक-रुककर साँसें भरते हुए बोली।

तभी पीछे वाले चकरोड़ की तरफ से साइकिल के गुजरने की सी आवाज़ आई। साइकिल पर कुछ संदूक सा धड़ाम-धड़ाम कर रहा था। “बेटा देख तो कौन है चकरोड़ पर?” अम्मा ने अपनी गर्दन कछुआ की तरह लम्बी कर आँखों के ऊपर हाथों की छतरी सी बनाकर चकरोड़ की तरफ देखते हुए कहा। शायद उसकी नजर कमजोर थी। “अम्मा लाला है कचौरा वाला, जो चाट बेचता है।” मैंने पीछे चकरोड़ की तरफ देखते हुए ज़बाव दिया।

“रोक तो इसे! रोकिए बेटा!” देख ले पूरे दोपहर में इसकी बाट जोहती रही और यह मरी का जना अब आया है।” अम्मा ने हड़बड़ाकर अपने कमंडल का ढक्कन खोलते हुए कहा। मैंने जोर से लाला को आवाज़ लगाई। जब उसने मेरी तरफ देखा तो मैंने उसे रुकने के लिए हाथ का इशारा किया। लाला चकरोड़ के किनारे खड़े बबूल के पेड़ के नीचे खड़ा हो गया।

"रुक गया अम्मा!" मैंने अम्मा की तरफ मुड़कर कहा। अम्मा ने अपने कंधे पर पड़ा एक छन्ना (लता) लिया और अपने कमंडल में से लगभग आधा किलो गेहूँ उस पर पलट दिए।

"बेटा मेरा एक काम कर। यह अनाज ले जा और उस बनिया से चाट का एक पत्ता बनवा ला।" अम्मा गिड़गिड़ाई। मुझे बहुत अफ़सोस हुआ क्योंकि उस वक़्त मेरे पास एक भी पैसा नहीं था। मुझे मज़बूरन अम्मा से वह अनाज लेना पड़ा। मैं दौड़कर लाला के पास पहुँचा।

"अम्मा के लिए चाट बना दो" मैं हाँफ़ता हुआ लाला से बोला। लाला ने वह अनाज साइकिल के एक तरफ लटके झोले में डाल लिया। "आज लेट हो गया। बुढ़िया गाली दे रही होगी।" लाला भी चाट बनाते समय हड़बड़ा सा रहा था।

"आप जानते हो अम्मा को?" मैंने लाला से पूछा। "हाँ! अम्मा कौनसी विलायत की है। यहीं कमालपुर की तो है। रोज दोपहर को इसी हार में घूमती मिलती है। "अच्छा!" मैंने कहा। "हम्म!" आज यही तक पहुंची है नहीं तो रोज मुझे पक्की सड़क के नीचे वाले मंदिर के पास मिलती है।" "पक्की सड़क तक पहुँच जाती हैं? इनसे तो चला भी नहीं जाता ठीक से। लंगड़ाकर चलती हैं।" मैंने आश्चर्यजनक भाव से लाला को पूछा।

"मज़बूरी और पेट सब करा देते हैं।" चाट बनाने में व्यस्त लाला मेरी तरफ देखे बिना बोला।

"वही तो इस उम्र में इतनी लू में बेचारी अकेली दस-पंद्रह बकरियों के पीछे भागती फिर रही है। उनके कमंडल में पानी तक नहीं बचा। घर वालों को कम से कम पानी तो पहुंचा ही देना चाहिए।" मैं लाला को भी सहानुभूति एवं दया भाव में शामिल करना चाह रहा था लेकिन लाला भी अम्मा की तरह जीवन की परिस्थितियों से जूझा हुआ जान पड़ता था।

"घर वाले जब वह घर पर होती है तब नहीं पानी देते तो यहाँ क्या देने आएंगे।" लाला बिल्कुल भी प्रभावित नहीं लग रहा था। उसके चेहरे पर व्यंग वाली फीकी हँसी झलक रही थी।

"अरे ऐसी भी क्या बुजुर्ग की बेफिक्री! थोड़ा बहुत खयाल तो रखना चाहिए" मैंने कहा। "अरे सब ऐसे ही हैं। जब तक देते रहोगे तब तक सब अपने हैं। जब हाथ पल्ले कुछ न हो तो जैसे अपने वैसे पराए।" लाला मुझे चाट का पत्ता थमाकर एक गीले कपडे से अपनी चाट की भगौनी को पोंछते हुए बोला। "बिन गांठ माँ-बाप और बिन दूध गाय किस काम के हैं, भैया!" प्रवचन देकर साइकिल के पैडल पर पाँव रखकर लाला चलते बना।

"हम्म सही बात है।" खुद से बुदबुदाता हुआ मैं चाट का पत्ता लेकर खेत की तरफ निकल पड़ा।

"लो अम्मा" शून्य में खोयी गुमसुम बैठी अम्मा की तरफ चाट का पत्ता बढ़ाते हुए मैंने कहा।

"ले आया बेटा?" अम्मा ने आशाभरी नज़रों से मेरी तरफ देखते हुए पूछा।

"हाँ!" मैंने उत्तर दिया। "खूब पढे लिखे। हज़ारियों उमर हो, गंगा मैया करे अफसर बन जाए।" अम्मा ने निश्चल भाव से वे सारे आशीर्वाद मुझे दे दिए जो वह जानती थी।

"ले थोड़ी तू भी ले ले" अपने काँपते हुए हाथ मेरी तरफ बढ़ाते हुए अम्मा बोली।

"नहीं अम्मा! आप खाओ। मैं तो अब घर जा रहा हूँ। खाना खाऊंगा।"

"अरे थोड़ी ले ले।" अम्मा ने मेरी तरफ चाट के पत्ते वाला हाथ बढ़ाते हुए थोड़ी जिद सी की।

"अरे नहीं अम्मा! आप खाओ" अम्मा की दीनता देखकर मेरा अंतर भर आया था।

तेरी महतारी ने मना कर दी होगी कि गैर जात के हाथ का मत खाना।" अम्मा ने मजाक के अंदाज में कहा। "नहीं मेरी महतारी क्यों मना करेगी वो तो जानती भी नहीं है आपको।" जाति वाली बात पर मुझे कुछ और बोलते नहीं बना।

"जानती क्यों नहीं है? जानती है। तेरी महतारी भी जानती है तेरे बाप भी जानते हैं।"

"अच्छा?" मैंने आश्चर्यजनक भाव से पूछा।

"हाँ! ये सब मेरे ही खेत तो हैं।" अम्मा ने मेरे खेत के उत्तर पश्चिम में दस-दस बीघा के दो चकों की तरफ इशारा करते हुए कहा। "ये आपके खेत हैं? मैंने पूछा। हाँ! यह भी हमारे हैं और चकरोड़ के उस पार भी दो खेत हैं पाँच-पाँच बीघा के, और एक पाँच बीघा का चक वहाँ ऊसरी (बंजर भूमि) में है। "वो मठिया वाला" कहते हुए अम्मा ने ऊसर की तरफ हाथ उठाकर एक खेत की ओर इशारा किया जिसमें किसी की यादगार बनी थी। "हमारी पूरी खेती तुम्हारी खेती के पास ही है बेटा।" अम्मा ने एक सवाल के जवाब में इतनी सारी जानकारी दे दी।

"पर यह खेत तो रन्नू बघेल का है।" मैंने कभी रन्नू बघेल को देखा नहीं है लेकिन उस खेत के साथ यह नाम मैं बचपन से सुनते आया हूँ।

"हाँ तो रन्नू लड़का है मेरा सबसे बड़ा।" अम्मा के स्वर में वात्सल्य और अधिकार झलक रहे थे। "बैठ जा। थोड़ा सुस्ता ले। धूप में से आया है।" अम्मा ने कंधे पर पड़ा हुआ अपनी साड़ी का ठोक खोलते हुए कहा। मैं बैठ गया। अम्मा ने पल्लू की गाँठ खोलकर दो रोटियाँ निकाली। रोटियाँ मोटी व सूखी सी थी। गाँठ में बंधी रहने से वे मुड़ गई थीं। उसने दोनों हाथों से उनको सीधा किया और मेरी तरफ पीठ करके धीरे-धीरे चाट से खाने लगी। सूखी रोटी गले में एक दो बार अटकी तो मैंने झट से पानी की बोतल उसकी तरफ बढ़ाई। रोटी खाते पर ही अम्मा ने हाथ से मनाही का इशारा किया। शायद वह रोटी इस तरह रोज उसके गले में अटकती थी। अम्मा को उसकी आदत हो चुकी थी। जब उसने रोटियाँ खा ली तो मैंने पानी की बोतल उठाकर उसको पानी पिलाया। अब थोड़ा पीठ सीधी (आराम) कर लूँ बेटा।" अम्मा ने कराहकर पीछे लुढ़कते हुए कहा। "अम्मा आपके बेटे तो बहुत पैसे वाले हैं। फिर आप क्यों इतनी धूप में मरती रहती हो।" मैंने अक्सर यह चर्चा सुनी थी कि रन्नू बघेल को ससुराल में 60 बीघा जमीन मिली है। पूरे कमालपुर में उसके बराबर किसी के पास जमीन नहीं है।

"वे तो ससुराल के ही बाशिंदे हो गए। उनकी घरवाली के कोई भैया नहीं था तो पूरी ज़मीन जायदाद उन्हें ही मिल गई। अब तो कभी-कभार आते हैं यहाँ जब किसी के यहाँ शादी व्याह होता है नहीं तो सीधे बैसाख में आते हैं और पूरी खेती पट्टे पर उठाकर चले जाते हैं।" अम्मा अमीरी वाली बात पर कुछ नहीं बोली। "तो आप उनके साथ क्यों नहीं चली जाती?" मैंने पूछा।

"न बेटा! मैं तो जीते जी पैर न रखूँ समधियाने में, और बेटा जिसे करना होता है वह कहीं भी कर देता है।" उसके स्वर में शिकायत सी थी। मेरी दादी की पीढ़ी की बुढ़ियाँ अपनी बेटी के ससुर और पुत्रबधु के पिता की नजर के सामने नहीं आती थी और न कभी उनकी देहलीज पर कदम रखती थी। अम्मा शायद उसी रिवाज़ की वजह से जीते जी समधियाने में कदम न रखने की बात कह रही है।

"तो और भी तो लड़के होंगे आपके? न जाने क्यों मेरा दिल अम्मा को और कुरेदना चाह रहा था। "हैं बेटा। तीन लड़का और हैं मेरे। एक अलीगढ़ में रहता है। दो यहीं रहते हैं। अब तो मेरे नाती-पोते भी बड़े-बड़े हैं।" नीम की शाखाओं में कुछ तलाश करती सी नज़रों के साथ अम्मा बोली। "वे आपको अपने पास क्यों नहीं रखते?" मैं अब ढीठ होता जा रहा था।

"मैं खुद ही न उनके पास रहती। मैं तो न्यारी (अलग) ही ठीक हूँ। मैं जिसकी तरफ रहने लगूँ उसी के यहाँ टोटा पड़ जाता है।" आवाज़ भरभरा के निकल रही थी इसलिए अम्मा की ठोड़ी में कम्पन सा हो रहा था। उसकी आंख से आँसू तो निकलते दिखाई नहीं दे रहे थे लेकिन उसकी आवाज़ के वजन से जाहिर हो रहा था कि उसका हंस भीतर ही भीतर रो रहा था। पाँच बीघा का चक तेरे बाबा (अम्मा के पति) मुझे दे गए थे मरने से पहले। तो जिसके तरफ मैं रहती वही उसे जोतता था। फिर बेटा अम्मा का पेट बढ़ गया। अब वह पाँच बीघा खेत के अनाज से भर नहीं पा रहा था। उसे लेकर रोज आपस में लट्ठ चलते थे तो मैंने वह भी उन्हीं को दे दिया। अब उसे एक-एक साल तीनों जोतते हैं।" "कहते हैं कि रन्नू यहाँ बराबर की हिस्सेदारी मांगते हैं तो महतारी को एक साल अपने पास रखें या फिर पाँच बीघा खेत और छोड़ें।" अम्मा उसी स्वर में अपनी दास्तां बयां करती गई।

"औरत की जिंदगी तो उसके जोड़ा की सलामती तक ही है बेटा। जोड़ा बिछुड़ जाने के बाद तो उसकी मिट्टी पलीत है। फिर तो कभी यहाँ मरो तो कभी वहाँ।" इस बार अम्मा की ठोड़ी में थोड़ा अधिक कम्पन हुआ। तेरे बाबा कहते सोना तुम तो राज करोगी राज। तुम्हारे चार-चार लड़का हैं खयाल रखने को। बेटा सुबह से शाम तक इन बकरियों के पीछे घूम-घूमकर अम्मा राज कर रही है। घर पर रहने को एक कोठरी तक नहीं है। टिन में पड़ी-पड़ी सड़ती रहती हूँ।" अम्मा मुझे ऐसे बता रही थी जैसे उसे मुझसे इन्साफ की कोई उम्मीद हो।

'तो आप अकेली रहती हो अलग?' मुझे नहीं पता कि उस समय मेरा सहानुभूति भाव मुझे क्यों सवाल पर सवाल पूछने के लिए विवश किए जा रहा था।

"हाँ बेटा! बखरी (पुश्तैनी मकान) के बाहर मवेशी के लिए एक टिन पड़ी है। उसी में मेरी खाट पड़ी है। शाम को जाकर उसी में बकरी बांध लेती हूँ जो तुम और से ले ली हैं बटाई पर और उसी में मैं लेट जाती हूँ।" अम्मा लोगों से छोटे-छोटे बकरी के बच्चे लेती हैं। उन्हें साल दो साल चराती हैं। जब वे बड़े हो जाते हैं तो उनकी कीमत तय की जाती है। तय कीमत का आधा दाम अम्मा को मिलता है। मालिक अगर बच्चा नहीं लेना चाहे तो अम्मा उसे तय कीमत की आधी रकम दे देती है और बच्चे को खुद रख लेती है।

“काट रही हूँ बखत जब तक हूँ तब तक। न जानें कब राम उठाएगा।” इस बार अम्मा ने अपने काँपते हुए हाथों से साड़ी के पल्लू से आँखें साफ़ सी की। मैं समझ गया कि लाख कोशिशों के बावजूद भी अम्मा अपने आँसू नहीं रोक पाई।

उसकी व्यथा सुनने के बाद मेरी हिम्मत तो नहीं हो रही थी कुछ पूछने की। फिर भी मैंने केवल दुःख से उसका ध्यान हटाने के उद्देश्य से पूछ लिया “तो ये सारी बकरियां दूसरों की हैं?”

“न बेटा! इनमें से दो मेरी हैं-एक वह काली वाली और एक वह लाल-सफ़ेद। लेटे ही लेटे उसने नीम की छाया में बैठे झुंड में दो बकरियों की तरफ इशारा किया, और सब दूसरों की हैं बेटा।” कहकर उसने दूसरी तरफ करवट ले लिया।

“अम्मा इन बकरियों से आपका सालभर का खर्चा चल जाता है?”

“हाँ बेटा अकेले पेट का खर्चा ही क्या होता है!” अम्मा की आवाज़ लड़खड़ाती-सी कम होती जा रही थी। शायद उसको नींद आ रही थी।

मैं भी अपनी चटाई उठाकर किताबें बगल में दबाकर एक हाथ में खाली बोतल लिए जीवन का एक अध्याय पढ़ व समझकर दबे पाँव घर चलने को हुआ कि अम्मा ने मेरे पैरों की आहट सुन ली। “क्या घर जा रहा है बेटा?” उसने उनींदी आँखों से मुझे देखते हुए भरभराते स्वर में कहा। हाँ अम्मा! मुझे अब भूख लगी है। मैंने थोड़ा रूककर कहा। “ला मैं भी चलूँ फिर। अगर आँख लग गयी तो बकरी तेरा नुकसान करेगी।” कहकर वह कराहती हुई उठ बैठी।

“नहीं अम्मा। आप आराम करिए। कोई नुकसान नहीं करेगी। बैठी हैं सब आराम से।” तब तक लगभग सभी बकरियाँ छाया में बैठ चुकी थी।

“न बेटा। जानवर का क्या भरोसा कब किधर को चल पड़े।” अम्मा ने हाथ के सहारे उठने की कोशिश करते हुए कहा। अपने बूढ़े दुर्बल शरीर में उसने कराहते हुए जम्हाई भरी अंगड़ाई ली। मुझे बहुत अफसोस हुआ। मैं वहाँ आधा घंटा और बैठा रहता तो क्या भूख से मर जाता। कम से कम अम्मा थोड़ा आराम तो कर लेती। बेचारी सुबह से इस सनसनाती लू में घूम रही हैं। “ला बेटा कमंडल उठा दे मेरा” उसने एक हाथ से अपना गेहूँ का झोला उठाकर दूसरे कंधे पर टांगते हुए कहा। अम्मा फिर उसी छोटे डंडे के सहारे बकरियों को हाँकती हुई, बीच-बीच में रूकती, खेत में से

गेंहूँ की बालियाँ उठाती, घुटने पर हाथ रख कराहकर सीधी खड़ी हो, लंगड़ाकर चकरोड़ की तरफ बढ़ने लगी।

"ठीक है अम्मा राम राम! मैंने अम्मा को आखिरी बार राम राम किया और घर की तरफ लपकने लगा। राम राम बेटा! खूब फले-फूले! गंगा मैया करे बड़ा अफसर बने! चीलगाड़ी (विमान) में उड़े! मुझे अपने पीछे विपरीत दिशा में जाती हुई आवाज़ सुनाई दी।

"अरे यह हाथ सीधा कर! गर्दन देख एक तरफ को ढुलक रही है! उपले लगाकर सीधी कर दे इसे! सिर के पास लकड़ी का एक मोटा गट्टा लगा दे! हाँ हाँ यहीं! बस!" सुनकर मेरी खयाली तंद्रा टूट गई।

चिता तैयार हो चुकी है। अम्मा को आँखों तक उपलों से ढक दिया गया है। केवल सिर दिखाई दे रहा है जिस पर सनिया अपने हाथों से सामग्री और घी का लेप लगा रहा है। अम्मा अपने पति की मौत के बाद पहली बार इतनी सजी है। उसे पूरे साजो श्रृंगार में मरघट लाया गया है। उसके माथे का सिंदूर घी के साथ फिसलकर आँखों के बीच खाली जगह से फिसलता हुआ चिता में विलीन होता जा रहा है। कई दिनों बाद अच्छे से नहाने की वजह से उसके चेहरे पर आज चमक है। उसकी चिता उसी खेत में (जो अम्मा के पति उसको देकर गए थे) उसके पति की यादगार से सटाकर बनाई गयी है। यादगार के गुम्बद पर दो फाखते एक-दूसरे की चोंच में चोंच डालकर खेल रहे हैं। पीछे सूर्य नारायण क्षितिज में छिप रहे हैं। उनकी लालिमा ने आसपास के पतले बादल को हल्का-सा लाल कर दिया है। खुले हुए चेहरे को सात उपलों से ढक दिया गया है। सफेद कुर्ता वाला आदमी चिता की उल्टी परिक्रमा कर उसमें घर से उपले पर लाई गई आग लगा देता है। हवा सनसनाने लगी है। लकड़ियों और उपलों पर ओस पड़ जाने की वजह से उनमें आग नहीं सुलग पा रही है। धुँए का गुबार चिता से ऊपर उठते ही न जाने कहाँ गायब हो जाता है। आग सुलगाने के लिए दो लड़के परातों में भरा चीनी व सामग्री का मिश्रण भक से चिता पर मारते हैं। सुसुप्त आग एक दम से धू-धू कर जलने लगती है। दो मिनट में आग पूरी चिता में फैल जाती है। लगभग आधा घंटा में आग ने अम्मा के सारे दुःख, रोग, बुढ़ापा एक साथ जलाकर लाल अंगार की अलाव जैसी सरंचना में बदल दिए जो कुछ पल में ठसककर राख के एक ढेर जैसी दिखने लगी। अलाव में से कुछ चटखने की सी आवाज आती है। सफेद कुर्ता वाला वही आदमी टिकटी (अर्थी) में से बचाए हुए एक हरे बांस के टुकड़े को तीन बार अलाव में मारता है। इसके बाद सभी लोग एक-

एक कर चिता में उपले के टुकड़े फैंक घर की तरफ बढ़ने लगते हैं। मैं भी आगे बढ़कर एक टुकड़ा डालकर अम्मा के शरीर को जलाने में योगदान देता हूँ। दो चार लोगों को छोड़कर बाकी सब एक लम्बी कतार सी बनाकर गाँव की तरफ बढ़ने लगते हैं। मैं भी खेत पर न जाकर चकरोड़ से होकर सीधा घर जाने लगता हूँ। मेरे सामने खड़े एक छोटे से बबूल के पेड़ पर से एक चिड़िया पश्चिम की तरफ उड़ती हुई डूबते सूर्य की लालिमा में कहीं गुम हो जाती है। मेरी इच्छा के विरुद्ध वह दोपहरी बार-बार मेरे मानसिक पटल पर घूम रही है और मेरे अन्तर में एक अजीब खालीपन सा बना रही है जिसे दर्दभरी टीस का एक सैलाब भर रहा है।

घर पहुँचकर मैं यह वाक्या माँ को बताता हूँ। माँ बताती हैं कि झाँकी जैसी उस रचना को विमान कहते हैं। जब कोई मनुष्य अपने जीवित रहते अपनी पाँच पीढ़ियों तक की संतान देख लेता है तो उसकी मृत्यु पर ढोल-नगाड़ो के साथ विमान निकाला जाता है। उसके साथ जौ के दाने के आकार की सोने की एक सीढ़ी भी रखी जाती है। ऐसी मान्यता है कि इस सीढ़ी के सहारे आत्मा पृथ्वी से चढ़कर सीधा स्वर्ग पहुँचती है। अम्मा भी उसी सीढ़ी के सहारे इस नर्कलोक से सीधा स्वर्ग पहुँची होगी।

सफेद कुर्ता वाला वह व्यक्ति अम्मा का सबसे बड़ा लड़का, रणवीर सिंह बघेल (रन्नू) था। वह अपनी ससुराल में बस गया है। पिछले पाँच बार से वह वहाँ का प्रधान है। “सोनवती होगी। बहुत समय से बीमार चल रही थी। खूब जी गई। नाती, पंती, संती सब देख के मरी है।” मेरे और माँ के बीच हो रहे वार्तालाप को सुन पूजा वाले कमरे में रजाई में छुपकर बैठी मेरी अम्मा बोली। बड़ी विडंबना है जीते जी बेचारी को दो रोटी नसीब नहीं हुईं और मरने के बाद स्वर्ग भेजने के सोने की सीढ़ी का इंतजाम कर दिया।

मुझे व्यथित देख माँ ने कहा कि मैं ज्यादा उधर न सोचूँ और अपना सारा जरूरी सामान पैक कर लूँ क्योंकि कल सुबह मुझे दिल्ली के लिए रवाना होना है। दोपहर को डेढ़ बजे मेरा विमान (फ्लाइट) है।



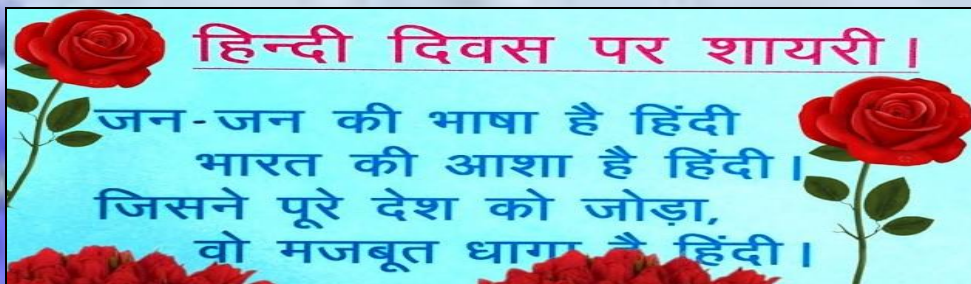
अच्छी किस्मत या बुरी किस्मत



श्री गुरप्रीत सिंह

यह कहानी एक राक्षस की है जिसने कई वर्षों की कठोर तपस्या से एक ऐसा वरदान प्राप्त किया जो औरों के लिए श्राप से कम नहीं था। उसने वरदान प्राप्त किया था कि हर वर्ष वह एक बार किन्हीं 50 लोगों को इक्कठा करके उन 50 लोगों से वो चीज़ छीन लेगा जो उन लोगों के पास सर्वोत्तम है। कई वर्षों तक वह ऐसा करता रहा और समृद्ध होता रहा और तपस्या करता रहा। लेकिन वह नहीं जनता था कि उसका अंत निकट है। हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी उसने 50 लोगों को एक कमरे में इक्कठा किया। उन लोगों को नहीं पता था कि वो वहाँ कैसे आए, तभी वह राक्षस आता है और कहता है कि उसे वरदान मिला है वो उन सब से वो चीज़ छीन लेगा जो उन लोगों के पास सर्वोत्तम है। उन सब लोगों में एक आदमी सबसे सुन्दर होता है तो वह राक्षस उसकी सुन्दरता ले लेता है और उसे बदसूरत कर देता है। ऐसे ही एक व्यक्ति सबसे शक्तिशाली होता है उससे वह उसकी शक्ति छीन कर उसे बहुत कमज़ोर कर देता है। एक व्यक्ति उन 50 लोगों में सबसे अधिक बुद्धिमान होता है तो वह राक्षस उसकी बुद्धि को अपनी बुद्धि में समा लेता है और उसे बुद्धिहीन कर देता है। ऐसा करते-करते वह राक्षस उन सबसे कुछ न कुछ ऐसा छीन लेता है जो उन सब के पास सर्वोत्तम था। लेकिन एक व्यक्ति ऐसा होता है जिससे वह राक्षस कुछ भी छीन नहीं पाता क्योंकि उसके पास ऐसा कुछ नहीं होता जो कि उन सब में सर्वोत्तम हो लेकिन उसके पास सब कुछ उत्तम होता है। जैसे वो अमीर होता है, किन्तु उन 50 लोगों में सबसे अधिक नहीं, वह शक्तिशाली होता है, पर सबसे अधिक शक्तिशाली नहीं होता है, उसका परिवार समृद्ध होता है पर सबसे अधिक नहीं। राक्षस परेशान हो जाता है आज तक कोई व्यक्ति उससे बच नहीं पाया और यह तुच्छ सा व्यक्ति उससे बच निकलेगा। राक्षस यह सहन नहीं कर पाता। तभी उसे याद आता है कि आज तक कोई व्यक्ति उससे नहीं बचा फिर भी यह बच रहा है इसका मतलब इसकी किस्मत इन सबसे अच्छी है। वह राक्षस जोर-र से हँसने लगता है। वह राक्षस कहता है एक चीज़ है जो मैं तुमसे छीन

सकता हूँ और तुम्हारी किस्मत इन सब से अच्छी है इसे मैं छीन लूँगा। यह मेरे बहुत काम आएगी और तुम्हें बदनसीब कर दूँगा। फिर वह राक्षस उसकी किस्मत को छीन कर उसे बदकिस्मत कर देता है। किन्तु इसके बाद वह बदनसीब आदमी उस पर हँसने लगता है और कहता है मेरी किस्मत तब तक अच्छी थी जब तक मेरे साथ थी जैसे ही तुमने मुझसे छिनी वो धोखेबाज़ हो गई और मेरी बर्बादी का कारण बन गई अब वही किस्मत तुम्हें धोखा देगी, तुम्हें बर्बाद कर देगी। राक्षस उस आदमी की बात सुन कर परेशान हो जाता है। इस समस्या का निवारण करने हेतु वह अपने गुरु के पास जाता है। यह वही गुरु है जिसके कहने पर उस राक्षस ने तपस्या की थी। जब वह अपने गुरु के घर जाता है तब वह घर पर नहीं होते किन्तु उनके घर के बाहर एक सुन्दर स्त्री होती है जिसे देखकर राक्षस का खुद पर काबू नहीं रहता और वह उस स्त्री के साथ दुर्व्यवहार करने लगता है। वह स्त्री चिल्लाने लगती है, तभी वहाँ उस राक्षस के गुरु आ जाते हैं। वह बहुत क्रोधित होते हुए उसे बताते हैं कि यह स्त्री उनकी धर्म पत्नी है हाल ही में उन्होंने इससे विवाह किया था। वह राक्षस उनके चरणों पर गिर जाता है, और उनसे माफ़ी मांगने लगता है। किन्तु उसके गुरु क्रोध में उसे श्राप देते हैं कि उसने जो भी लोगों से छिना है वह उन्हें वापिस मिल जाएगा और वह जीवन भर दरिद्र बिमारों की तरह इधर-उधर भटकता रहेगा। सभी लोगों को अपनी काबलियत वापिस मिल जाती है और उस व्यक्ति को भी अपनी किस्मत वापिस मिल जाती है जो केवल और केवल उसके लिए खुशकिस्मत थी। इस कहानी से हमें यह शिक्षा मिलती है कि कोई किसी का भाग्य नहीं चुरा सकता अगर कोई ऐसा करता भी है तो वह आने वाले समय में उसका दुर्भाग्य बन जाएगा। आज कल की दुनिया में भी हम देखते हैं कुछ लोग सिफारिश से या चापलूसी से दूसरे का हिस्सा छिनने की कोशिश करते हैं और कामयाब भी हो जाते हैं, बहुत खुश होते हैं वे लोग उन्हें लगता है भगवान उनके साथ है किन्तु यह सत्य नहीं है, आज नहीं तो कल उन्हें अपने कर्मों का भुगतान करना ही पड़ता है।



सेवानिवृत्ति के बाद का जीवन



श्री महेंद्र कुमार

अपने कार्यालय से सेवानिवृत्ति (रिटायरमेंट) को पारंपरिक रूप से जीवन के आराम का चरण माना जाता है, परंतु मुख्य रूप से यह बुढ़ापे और सक्रिय जीवन जीने की चुनौतियों से भरा होता है। जीवन के प्रत्येक चरण का अपना आकर्षण होता है, लेकिन वयस्क जीवन एक ऐसा चरण है जो उत्तरदायित्वों और जिम्मेदारियों से भरा हुआ होता है, जो व्यक्ति को खुशी और तनाव के मिश्रित अनुभवों को देता है। रिटायरमेंट एक ऐसी चीज है जिसे अक्सर टाल दिया जाता है और बाद में इसके बारे में चिंता की जाती है, खासकर युवा लोगों के लिए। युवा वयस्कों के लिए, रिटायरमेंट अभी भी बहुत दूर लगता है, इसलिए इतनी जल्दी योजना बनाना जरूरी नहीं लगता क्योंकि यह बिल्कुल भी वास्तविक नहीं लगता। युवा लोग कभी-कभी मानते हैं कि उनके पास बाद में अपनी रिटायरमेंट के बारे में चिंता करने के लिए बहुत समय है, या वे मानते हैं कि सब कुछ ठीक हो जाएगा और अंत में अपने आप ठीक हो जाएगा। आम तौर पर, लोगों ने कल्पना की है कि वे अपनी सेवानिवृत्ति कैसे चाहते हैं, लेकिन अधिकांश लोग यह महसूस करने में विफल रहते हैं कि यदि वे योजना बनाना शुरू नहीं करते हैं तो यह सब आशाजनक नहीं होगा क्योंकि यही वह कारक है जो उनकी सेवानिवृत्ति जीवन शैली के साथ उनकी संतुष्टि का निर्धारण करेगा। योजना बनाना महत्वपूर्ण है क्योंकि यह किसी व्यक्ति को उसकी आय और व्यय के स्रोत का पता लगाने में मदद करता है। वहां से, वे अपनी व्यक्तिगत परिस्थितियों के आधार पर अपनी सेवानिवृत्ति के लिए एक बजट स्थापित करने में सक्षम होते हैं। तनाव मुक्त जीवन जीने का मौका रिटायरमेंट के साथ आता है क्योंकि आप अवसरों से भरे एक नए क्षेत्र की प्रतीक्षा करते हैं और साथ ही अपने जीवन को अपनी पसंद के अनुसार फिर से बनाने के विकल्प भी होते हैं। आजकल रिटायरमेंट को उस समय के रूप में देखा जाता है जब आप अपनी तेज़-तर्रार ज़िंदगी को अलविदा कहते हैं और जीवन के 60 साल पूरे होने पर आगे की नई यात्रा को अपनाते हैं।

पिछले कुछ वर्षों में, दुनिया मानसिक और तकनीकी दोनों रूप से विकसित हुई है। इन बदलते समय के साथ हमने एक समाज के रूप में काफी प्रगति की है। आज सेवानिवृत्ति को पूरी तरह से जीने के लिए सुनियोजित अवसरों का एक नया अध्याय माना जाता है।

मनुष्य स्वभाव से मिलनसार होते हैं। सेवानिवृत्त लोगों को खुद को अलग-थलग नहीं रखना चाहिए, बल्कि सामाजिक बने रहना चाहिए। घर पर न बैठें; बाहर जाकर लोगों और दोस्तों से मिलें, सामाजिक कार्यक्रमों में भाग लें। इससे जीवन में उत्साह बढ़ता है। आप कोई शौक भी अपना सकते हैं या कुछ ऐसा कर सकते हैं जो आप हमेशा से करना चाहते थे, लेकिन कभी समय नहीं मिला। उदाहरण के लिए, नृत्य, कंप्यूटर या ज्योतिष का कोर्स करना। कुछ करने के लिए और दोस्तों के साथ घुलने-मिलने के लिए कुछ ढूँढना बढ़िया है। अगर आप कोई व्यवसाय चलाते हैं, तो उसे ऐसा होना चाहिए जिसे आप आसानी से संभाल सकें। अपने परिवार के साथ समय बिताना महत्वपूर्ण है, लेकिन आपको दूसरों के साथ भी सहजता से घुलने-मिलने में सक्षम होना चाहिए, खासकर युवा पीढ़ी के साथ। आपको खुद को समूह का बॉस नहीं बनाना चाहिए, न ही सलाह के लिए कहे जाने तक दूसरों को निर्देशित करने का प्रयास करना चाहिए। अपनी वरिष्ठता का उपयोग असामान्य विशेषाधिकारों की माँग करने के लिए करना चाहिए। अतीत के बारे में बात करते रहना या सोचते रहना भी अच्छा नहीं है, लगातार ध्यान माँगना भी वांछनीय नहीं है। अपनी सेवानिवृत्ति के दौरान, अपने जीवनसाथी और परिवार के लिए सकारात्मक योगदानकर्ता के रूप में अपना समय व्यतीत करना चाहिए। एक आदर्श, ईमानदारी और नैतिक मूल्यों का परिचय दें और दूसरों से सम्मान अर्जित करें।

शारीरिक स्वास्थ्य - सेवानिवृत्त लोगों के लिए शारीरिक स्वास्थ्य सबसे महत्वपूर्ण है। नियमित रूप से अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें और एक अच्छी दिनचर्या बनाए रखें। बीमार होने पर चिकित्सा उपचार लें। विविध गतिविधियों में शामिल होने से आपका जीवन लंबा हो सकता है क्योंकि वे सुखद होते हैं। गतिविधियाँ, निश्चित रूप से आपकी आर्थिक और सामाजिक परिस्थितियों के अनुरूप होनी चाहिए। यह वांछनीय कारकों की तिकड़ी सुनिश्चित करता है, शारीरिक स्वास्थ्य, भावनाएँ और सामाजिक कल्याण। व्यायाम किसी की क्षमता में सुधार करने और सेवानिवृत्त लोगों को संतुष्टि प्रदान करने का एक और तरीका है। हालाँकि ध्यान दें कि चुने गए व्यायाम के प्रकार

आपकी/हर एक की शारीरिक क्षमता के लिए उपयुक्त होने चाहिए। सेवानिवृत्त लोगों के लिए, उपर्युक्त सलाह के अलावा, उन्हें दैनिक सामान्य ज्ञान भी बनाए रखना चाहिए। यह पढ़ने, टेलीविजन देखने और विभिन्न समाचार घटनाओं से अवगत रहने का रूप ले सकता है। पैनल चर्चा में भाग लेने से विभिन्न विषयों, समाज और आपके लगातार बदलते परिवेश पर आपके ज्ञान को बढ़ाने में भी मदद मिल सकती है। इससे आपको इस चरण के दौरान जीवन को खुशी से जीने की क्षमता में लाभ मिलता है। शारीरिक स्वास्थ्य के अलावा, किसी का भावनात्मक स्वास्थ्य भी महत्वपूर्ण है। परिवार के सदस्यों और अपने दोस्तों के समूह के साथ घनिष्ठ संबंध बनाए रखें। अपने परिचितों को भावनात्मक समर्थन देने से अकेलेपन को दूर करने में मदद मिलेगी तथा अलग-थलग महसूस नहीं होने देगा। परिवार के आस-पास के माहौल को ठीक से प्रबंधित करना भी सकारात्मक हो सकता है, जैसे कि घर, भोजन, पेय, पानी की उपयोगिताएँ और कचरा संग्रहण को व्यवस्थित करना, तनाव-मुक्त भावनात्मक स्थिति और सकारात्मक दृष्टिकोण एक सेवानिवृत्त व्यक्ति की खुशी के लिए अनुकूल हैं।

योजना- रिटायरमेंट के दौरान जीवन जीने के लिए योजना बनाने की आवश्यकता होती है। बहुत से लोग अपने भविष्य के बारे में सोचना भूल जाते हैं या अपने लक्ष्यों को ध्यान में नहीं रखते हैं। रिटायरमेंट आने पर वे केवल आराम करने और परिवार के साथ रहने के बारे में सोचते हैं। हालाँकि, रिटायरमेंट के दौरान जीवन को मज़ेदार बनाने के लिए कुछ चीज़ों की ज़रूरत होती है और सामाजिकता भी महत्वपूर्ण है, इसलिए तैयारी ज़रूरी है। इसमें वित्तीय रूप से तैयारी करना, अपने शारीरिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को दुरुस्त रखना, यात्रा की योजना बनाना या किसी अन्य तरह की तैयारी शामिल हो सकती है। ये सभी आपकी रिटायरमेंट की ज़िंदगी में आपका मार्गदर्शन करने में सहायक हैं।

जिन लोगों ने रिटायरमेंट के लिए अच्छी तरह से तैयारी की है, वे देखेंगे कि चीज़ें आसान हैं। वे अपने परिवार के छोटे सदस्यों पर बोझ नहीं डालेंगे। यह सलाह दी जाती है कि आप रिटायरमेंट से 1-2 साल पहले ही योजना बनाने की प्रक्रिया शुरू कर दें। देखें कि आपका दिल क्या चाहता है। क्या यह व्यवसाय है, क्या यह यात्रा है या आप खेत में समय बिताना पसंद करेंगे या निष्क्रिय रहना, यह आपकी पसंद है।

मनोरंजन क्लब का माधवगढ़ फार्म भ्रमण: यादों से भरपूर सप्ताहांत



डीजीएसीई, नई दिल्ली कार्यालय के मनोरंजन क्लब ने अपने सदस्यों और उनके परिजनों हेतु माधवगढ़ फार्म, हरियाणा की एक शानदार सैर का आयोजन किया। 16 मार्च 2024 और 23 मार्च 2024 (दोनों शनिवार) को आयोजित इस भ्रमण में तीनों कार्यालयों के लगभग 150 लोगों द्वारा कार्यालय परिसर से ही पर्यटक बसों द्वारा माधवगढ़ फार्म के लिए प्रस्थान किया गया एवं शाम को कार्यालय परिसर में ही वापस छोड़ा गया।



यात्रा के दौरान बसों में संगीतमय अंताक्षरी का कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसने पूरे माहौल को खुशनुमा बना दिया। माधवगढ़ पहुंचने पर सभी का नींबू पानी/लस्सी के साथ स्वागत किया गया एवं इसके बाद सभी को स्वादिष्ट नाश्ता परोसा गया जिसमें सभी की पसंद का कुछ न कुछ विद्यमान था। यह लेख माधवगढ़ फार्म की उन यादगार लम्हों के अनुभवों को शब्दों में पिरोने का प्रयास है।

दिल्ली से हरियाणा के खेतों तक का सफर

सप्ताहांत की सुबह, उत्साह से भरपूर कर्मचारी और उनके परिवार के सदस्य डीजीएसीई कार्यालय परिसर में एकत्र हुए। बसों में अपना सामान रखने और सीटें ग्रहण करने के बाद, सुबह 8:30 बजे सभी के लिए रोमांचक यात्रा शुरू हुई। यात्रा के दौरान ही सभी को बस में ही फलों का जूस (फ्रूटी) एवं चिप्स आदि उपलब्ध कराए गए। हरियाणा की ओर जाते हुए, खिड़कियों से दिखाई देती खेतों की हरियाली का दृश्य अत्यंत मनमोहक था।

बसों में चल रही संगीतमय अंताक्षरी कार्यक्रम ने यात्रा को और भी मनोरंजक बना दिया था। बॉलीवुड के पुराने/नए गीतों और लोक गीतों की धुनों पर हर कोई गाता और नाचता हुआ नजर आ रहा था। इससे केवल यात्रा में लगने वाले समय का आभास नहीं हुआ बल्कि सभी के बीच एकजुटता का भाव भी पैदा हुआ।

माधवगढ़ फार्म में आगमन और स्वागत



लगभग दो घंटे की आरामदायक यात्रा के बाद, बस माधवगढ़ फार्म के गेट पर पहुंची। फार्म के गेट पर मनोरंजन क्लब के सदस्यों का भावभीना स्वागत किया गया। हरियाणा के पारंपरिक रूप से तिलक लगाकर और गुलाल लगाकर मेहमानों का अभिनंदन किया गया। स्वागत द्वार की सजावट भी हरियाणा के लोक रंगों से की गई थी, जो भारतीय संस्कृति की झलक दिखा रही थी।



इस गरमजोशी के बाद नींबू-पानी और लस्सी की ठंडी ताजगी ने गर्मी के मौसम में थकान को दूर भगा दिया। स्वागत सत्कार के बाद एक अत्यंत स्वादिष्ट नाश्ते का आयोजन किया गया था जिसमें विभिन्न प्रकार के स्वादिष्ट पकौड़े, स्नैक्स, छोले भटूरे इत्यादि परोसे गए।

मनोरंजन से भरपूर दिन



स्वादिष्ट नाश्ते के बाद दिन भर चलने वाली मनोरंजक गतिविधियों की शुरुआत हुई। माधवगढ़ फार्म में बच्चों और वयस्कों दोनों के लिए कुछ न कुछ खास उपलब्ध था।



- **रोमांचक एडवेंचर गेम्स:** बच्चों और वयस्कों दोनों ने रोप क्लाइंबिंग, बर्मा ब्रिज, जिप लाइन (टार्जन स्विंग) और रोमांचकारी एडवेंचर पार्क का भरपूर आनंद लिया।
- **खेल-कूद प्रतियोगिताएं:** क्रिकेट, बैडमिंटन, वॉलीबॉल और तीरंदाजी इत्यादि अनेक प्रतियोगिताओं ने एक स्वस्थ प्रतिस्पर्धा का माहौल बनाया।
- **पारंपरिक खेल:** लूडो और कैरम जैसे पारंपरिक खेलों ने पूरे परिवार को एक साथ खेलने का अवसर प्रदान किया।



- **ऊंट की सवारी:** परिसर में बच्चों एवं बड़ों दोनों के लिए ऊंट की सवारी का भी प्रबंध था जिसका विशेष रूप से बच्चों ने भरपूर आनंद लिया।
- **स्विमिंग पूल:** गर्मी के मौसम में स्विमिंग पूल में डुबकी लगाना सभी के लिए राहत भरा अनुभव था।



इन गतिविधियों के अलावा, फार्म परिसर में घूमना, जानवरों को देखना और फोटोग्राफी करना भी आनंददायक रहा।

स्वादिष्ट भोजन और सांस्कृतिक कार्यक्रम

भ्रमण के दौरान भोजन की व्यवस्था भी शानदार थी। स्वागत के समय परोसा गया नींबू पानी/लस्सी और नाश्ता तो सफर की थकान और

तरो-ताज़ा करने वाला था ही परंतु इसके बाद स्वादिष्ट और भरपूर बुफे शैली में नाश्ता और दोपहर का भोजन परोसा गया। भोजन में हरियाणवी व्यंजनों का विशेष समावेश था, जिसने लोगों को स्थानीय स्वाद का आनंद लेने का अवसर दिया। भोजन के साथ-साथ सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने भी यात्रा को यादगार बना दिया। हरियाणवी लोक नृत्यों और संगीत का प्रदर्शन किया गया, जिसने सभी को अपनी लय में झूमने पर मजबूर कर दिया।

आराम और मनोरंजन का मिश्रण

मनोरंजन क्लब ने अपने सदस्यों और उनके परिजनों के लिए ये सुनिश्चित किया था कि यात्रा में आराम और मनोरंजन का सही मिश्रण रहे और इस तरह माधवगढ़ फार्म की रोमांचक यात्रा का सभी के द्वारा भरपूर आनंद लिया गया। मनोरंजन क्लब भविष्य में भी कार्यालय के क्लब के सदस्यों और उनके परिजनों हेतु इसी प्रकार की अन्य गतिविधियों का आयोजन करता रहेगा।



तरूण कुमार, व.लेप.अधिकारी,

कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय), नई दिल्ली में
अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 का आयोजन

सुरेन्द्र कुमार, व.लेप.अधिकारी



21 जून 2024 को कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय), नई दिल्ली में कल्याण अनुभाग द्वारा तीनों कार्यालयों के सभी अधिकारियों/कर्मचारियों हेतु मनोरंजन कक्ष, पंचम तल पर अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 का सफलतापूर्वक आयोजन किया। योग दिवस के आयोजन का मुख्य उद्देश्य कर्मचारियों को स्वस्थ रहने और तनाव-मुक्त जीवन जीने के लिए प्रेरित करना था।

कार्यक्रम में श्री मोरारजी देसाई अंतर्राष्ट्रीय योग संस्थान के कुशल योग प्रशिक्षकों को आमंत्रित किया गया जिनके द्वारा विभिन्न आसनों और प्राणायाम के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई। उन्होंने योग के महत्व और इसके स्वास्थ्य लाभों के बारे में भी बताया। सभी कर्मचारियों ने योग प्रशिक्षक के निर्देशों का पालन करते हुए उत्साह के साथ योगासनों का अभ्यास किया।



महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय) ने अपने संक्षिप्त सम्बोधन में सभी को जीवन में योग और प्राणायाम को सम्मिलित करने का आवाहन करते हुए योग को दैनिक जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया और अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 के सफल आयोजन के लिए कल्याण अनुभाग एवं सभी संबंधित अधिकारियों को बधाई दी। उन्होंने



कहा कि इस तरह के कार्यक्रमों के आयोजन से कर्मचारियों का मनोबल बढ़ता है और वे अपने कार्य को अधिक कुशलता के साथ कर पाते हैं। यह कार्यक्रम एक मिसाल है कि कैसे सरकारी संगठन भी अपने कर्मचारियों के स्वास्थ्य और कल्याण के लिए प्रतिबद्ध हो सकते हैं।

योग दिवस के आयोजन से एक सकारात्मक संदेश मिलता है कि स्वस्थ रहना व्यक्तिगत जिम्मेदारी के साथ-साथ एक सामाजिक दायित्व भी है। इस तरह के कार्यक्रमों को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए ताकि अधिक से अधिक लोग योग के माध्यम से स्वस्थ जीवन शैली अपना सकें। योग के विभिन्न आसनों और प्राणायाम का अभ्यास कर सभी ने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने का प्रयास किया। योग के माध्यम से शरीर में रक्त संचार बेहतर होता है, मांसपेशियां मजबूत होती हैं और तनाव कम होता है। इस अवसर पर कार्यालय के सभी वरिष्ठ अधिकारी और कर्मचारी बड़ी संख्या में उपस्थित हुए और योगासनों/प्राणायाम आदि का अभ्यास कर स्वस्थ जीवनशैली को अपनाने का संकल्प लिया।



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 के आयोजन से कार्यालय के वातावरण में सकारात्मक ऊर्जा का संचार हुआ। सभी कर्मचारी एक-दूसरे के साथ मिलकर योग करते हुए प्रसन्न दिखाई दिए। इस कार्यक्रम ने कार्यालय में टीम वर्क और एकजुटता की भावना को बढ़ावा दिया।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की अन्य झलकियाँ



निर्झर के 49वें अंक की रचनाओं के लिए अन्य कार्यालयों से प्राप्त प्रशंसा पत्र।

कार्यालय महालेखाकार (लेखापरीक्षा-II) राजस्थान, जयपुर

क्रमांक: रा.भा.अ./एच-11005/02/2023-24/86

दिनांक-29-11-2023

30-11-2023

सेवा में,

हिंदी अधिकारी,

कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय व्यय),

नई दिल्ली-110002

विषय :- छ: माही हिन्दी गृह पत्रिका "निर्झर" के 49वें अंक के सम्बन्ध में।

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित छ: माही हिन्दी गृह पत्रिका "निर्झर" के 49वें अंक की प्रति की प्राप्ति हुई, पत्रिका की साज-सज्जा एवं विषयवस्तु का सुन्दर प्रस्तुतिकरण अत्यन्त प्रशंसनीय है। इस पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ रुचिकर एवं भावयुक्त हैं। पत्रिका का आवरण पृष्ठ आकर्षक हैं। पत्रिका में समाविष्ट भारत में पर्यटन (श्रीमती पुनम यादव) और पुस्तकों में घटती रुचि (श्रीमती मयका अधलखा) जैसी रचनाएँ उत्कृष्ट, जानवर्धक और संग्रहणीय हैं। पत्रिका में मौलिक सोच और सृजनात्मक अभिव्यक्ति की गहनता समाहित है। पत्रिका में समाहित चित्रकारी बहुत ही मनमोहक और शिक्षाप्रद है।

पत्रिका के सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए बधाई एवं पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए हार्दिक शुभकामनाएं। कृपया अपना यही सार्थक प्रयास निरंतर रखें।

भवदीय,



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

02

संख्या :- हिंदी कक्ष/पत्रिका पावती/131

दिनांक:- 04/12/2023

सेवा में,
हिंदी अधिकारी,
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय),
नई दिल्ली- 110002

To,
Hindi Officer,
Office of The Director General of Audit, (Central Expenditure),
New Delhi-110002

विषय: छः माही हिंदी गृह पत्रिका 'निर्झर' के 49वें अंक के प्रेषण के संबंध में।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित छः माही हिंदी गृह पत्रिका, 'निर्झर' के 49वें अंक की ई-प्रति की सधन्यवाद प्राप्त हुई। पत्रिका का आवरण पृष्ठ एवं आंतरिक साज-सज्जा सुंदर एवं आकर्षक है। कार्यालयीन गतिविधियों के छायाचित्र भी सुंदर हैं। पत्रिका को सुरुचिपूर्ण एवं उपयोगी बनाने हेतु पत्रिका परिवार ने पूर्ण प्रयास किए हैं। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ उच्च कोटि की एवं जानवर्धक हैं। कविता की श्रेणी में सुश्री दीप्ती दीक्षित कृत "आज की युवा पीढ़ी", श्रीमती पूजा कृत "चालीस की महिला" एवं लेख की श्रेणी में सुश्री मयंका अधलखा कृत "पुस्तकों में घटती रुचि", श्री योगेश लक्षकार कृत "किस्सा कॉफी का" विशेष रूप से उल्लेखनीय हैं।

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

भवदीय,

श्री अ/कार्यालय 51/21/156

तु. अधिकारी
04/12/23
व. लेखापरीक्षा अधिकारी/हिंदी कक्ष

कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)- द्वितीय, मध्य प्रदेश
लेखा भवन, झांसी रोड, ग्वालियर - 47002

क्रमांक / प्रशासन/हिंदी/ अभिमत/ फाइल संख्या-47/0-133 दिनांक: 30.01.2024
सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/ हिंदी कक्ष
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय व्यय)
नई दिल्ली -110002.

विषय- कार्यालय की पत्रिका 'निर्झर' के 49 वें अंक पर अभिमत ।

महोदय,

आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'निर्झर' के 49वें अंक की ई- प्रति प्राप्त हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका में समाविष्ट रचनाएं समयोचित एवं जानवर्धक होने के साथ संग्रहणीय भी हैं। पत्रिका की विभिन्न रचनाओं में श्री हेमंत कुमार मिश्रा का लेख 'जी-20 को नई दिशा देता भारतीय नेतृत्व', सश्री मयंका अधलखा का लेख 'पुस्तकों में घटती रुचि', श्री रविशंकर प्रभाकर का लेख 'भारत प्राचीन काल से ही विश्व गुरु', श्री सुरेंद्र सिंह का लेख 'छत्रपति शिवाजी', श्री नरेंद्र सिंह चौहान का लेख 'उत्तराखंड के पर्यटन स्थान', श्रीमती कृष्णा सोनी का लेख 'सच्चे सुख का मार्ग', श्री शेखर कौशिक की कविता 'चल उठ खड़ा हो जाग रे', श्री हरेन्द्र कुमार की कविता 'जीना है तो जीतना पड़ता है' विशेष उल्लेखनीय हैं। पत्रिका की रूपसंज्ञा भी मनमोहक हैं।

पत्रिका के इस अंक के सफल संपादन हेतु संपादक मंडल एवं सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं। आशा है कि पत्रिका के माध्यम से राजभाषा हिंदी की दशा एवं दिशा में उत्तरोत्तर प्रगति होगी। पत्रिका की निरन्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य हेतु हमारी हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय



Signed by Ravindra Singh
Bisht

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी प्रशासन
Date: 20/01/2024

5157/91

कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)- द्वितीय, मध्य प्रदेश
लेखा भवन, झांसी रोड, ग्वालियर - 47002

क्रमांक / प्रशासन/हिंदी/ अभिमत/ फाइल संख्या-47/6-432 दिनांक: 30.01.2024
सेवा में,

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/ हिंदी कक्ष
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय व्यय)
नई दिल्ली -110002.

विषय- कार्यालय की पत्रिका 'निर्झर' के 49 वें अंक पर अभिमत ।

महोदय,

आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका 'निर्झर' के 49वें अंक की ई- प्रति प्राप्त हुई, सहर्ष धन्यवाद। पत्रिका में समाविष्ट रचनाएं समयोचित एवं जानवर्धक होने के साथ संग्रहणीय भी हैं। पत्रिका की विभिन्न रचनाओं में श्री हेमंत कुमार मिश्रा का लेख 'जी-20 को नई दिशा देता भारतीय नेतृत्व', सश्री मयंका अधलखा का लेख 'पुस्तकों में घटती रुचि', श्री रविशंकर प्रभाकर का लेख 'भारत प्राचीन काल से ही विश्व गुरु', श्री सुरेंद्र सिंह का लेख 'छत्रपाते शिवाजी', श्री नरेंद्र सिंह चांहान का लेख 'उत्तराखंड के पर्यटन स्थान', श्रीमती कृष्णा सोनी का लेख 'सच्चे सुख का मार्ग', श्री शेखर कौशिक की कविता 'चल उठ खड़ा हो जाग रे', श्री हरेन्द्र कुमार की कविता 'जीना है तो जीतना पड़ता है' विशेष उल्लेखनीय हैं। पत्रिका की रूपसज्जा भी मनमोहक हैं।

पत्रिका के इस अंक के सफल संपादन हेतु संपादक मंडल एवं सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं। आशा है कि पत्रिका के माध्यम से राजभाषा हिंदी की दशा एवं दिशा में उत्तरोत्तर प्रगति होगी। पत्रिका की निरन्तर प्रगति एवं उज्ज्वल भविष्य हेतु हमारी हार्दिक शुभकामनाएं।

भवदीय



Signed by Ravindra Singh
Bisht
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी/ प्रशासन

संख्या :- हिंदी कक्ष/पत्रिका पावती/131

दिनांक:- 04/12/2023

सेवा में,
हिंदी अधिकारी,
कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय),
नई दिल्ली- 110002

To,
Hindi Officer,
Office of The Director General of Audit, (Central Expenditure),
New Delhi-110002

विषय: छः माही हिंदी गृह पत्रिका 'निर्झर' के 49वें अंक के प्रेषण के संबंध में।

महोदय/महोदया,

आपके कार्यालय द्वारा प्रेषित छः माही हिंदी गृह पत्रिका, 'निर्झर' के 49वें अंक की ई-प्रति की सधन्यवाद प्राप्त हुई। पत्रिका का आवरण पृष्ठ एवं आंतरिक साज-सज्जा सुंदर एवं आकर्षक है। कार्यालयीन गतिविधियों के छायाचित्र भी सुंदर हैं। पत्रिका को सुरुचिपूर्ण एवं उपयोगी बनाने हेतु पत्रिका परिवार ने पूर्ण प्रयास किए हैं। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ उच्च कोटि की एवं जानवर्धक हैं। कविता की श्रेणी में सुश्री दीप्ती दीक्षित कृत "आज की युवा पीढ़ी", श्रीमती पूजा कृत "चालीस की महिला" एवं लेख की श्रेणी में सुश्री मयंका अधलखा कृत "पुस्तकों में घटती रुचि", श्री योगेश लक्षकार कृत "किस्सा कॉफी का" विशेष रूप से उल्लेखनीय हैं।

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

भवदीय,

तु.अधिकारी
04/12/23

श्री. अ. अ. / का. नि. व. 51/156

व. लेखापरीक्षा अधिकारी/हिंदी कक्ष

(लेखक परिचय)

क्रम सं.	रचना का नाम	श्री/ सुश्री पदनाम / परिचय
1.	अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस	किरण मोंगा, व.लेप.अ. (ए.एम.जी.-V)
2.	कार्यालय में प्रयोग होने वाले कुछ महत्वपूर्ण राजभाषा अधिनियम/नियम	पूजा सिंह मंडल, हिन्दी अधिकारी
3.	गुनगुनाने आई हूँ	संगीता पुर्सवानी, निदेशक
4.	सनातन धर्म की परम्पराएं	सुरेन्द्र सिंह, व.लेप. (राजभाषा)
5.	अधूरी कहानी	गुरमीत कौर, गुरप्रीत सिंह, स.लेप.अ (रि.रि.) की माताजी
6.	नृत्य की महामारी	अनुज मेहता, व.लेप. (रिपोर्ट)
7.	शुभ दिपावली	कुसुम लता शर्मा, व.लेप. (वि. एवं गोपनीय क.)
8.	शहर की सड़क	कुसुम लता शर्मा, व.लेप. (वि. एवं गोपनीय क.)
9.	नव वर्ष	अवधेश कुमार, क. अनुवादक (हि.रि.क.)
10.	अभिमान-अभिशाप	विदुषी वत्स, स.लेप.अ. (ए.एम.जी.-V)
11.	अस्तित्व	विदुषी वत्स, स.लेप.अ. (ए.एम.जी.-V)
12.	तनाव से मुक्ति के लिए	रामब्रेश यादव, पूनम यादव, व.लेप. (ए.एम.जी.-IV) के पिताजी
13.	दो कदम चल तो सही	नीरज, आ.प्र.प्र. (राजभाषा)
14.	अमृत स्रोत	कृष्णा सोनी, व.लेप.अ. (सेवानिवृत्त)
15.	आत्मिक उन्नति का मार्ग	कृष्णा सोनी, व.लेप.अ. (सेवानिवृत्त)
16.	जिंदगी का सफर	किरण मोंगा, व.लेप.अ. (ए.एम.जी-IV)
17.	पद्मावती संग जौहर	कुमार दत्त 'कुमर', व.लेप.अ. (सेवानिवृत्त)
18.	विमान	अवधेश कुमार, क. अनुवादक, (हि.रि.क.)
19.	अच्छी किस्मत या बुरी किस्मत	गुरप्रीत सिंह, स.लेप.अ. (रि.रि.)

20.	सेवानिवृत्ति के बाद का जीवन	महेंद्र कुमार, सहायक पर्यवेक्षक (ए.एम.जी-IV)
21.	मनोरंजन क्लब का माधवगढ़ फार्म भ्रमण	तरुण कुमार , व.ले.प.अ., (स्थापना एवं बिल)
22.	कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय), नई दिल्ली में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 का आयोजन	सुरेन्द्र कुमार, व.ले.प.अ. (कल्याण अनुभाग)

हिंदी दिवस एक पर्व है
 हिंदी पर हमे गर्व है
 सम्मान करो राष्ट्रभाषा का
 हम सब की है यही अभिलाषा





दिनांक 16.11.2023 को सम्पन्न लेखापरीक्षा दिवस समारोह को संबोधित करते हुए महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय) महोदय



लेखापरीक्षा दिवस समारोह के सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आनंद लेते वर्ग अधिकारी एवं कर्मचारी



लेखापरीक्षा दिवस के अवसर पर आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आनंद लेते
अधिकारी/कर्मचारी/दर्शक



लेखापरीक्षा दिवस पर आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रम की झलक व उपस्थित दर्शकगण