भारतीय लेखापरीक्षा और लेखा विभाग ✦ INDIAN AUDIT AND ACCOUNTS DEPARTMENT

लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा

Dedicated to Truth in Public Interest

लेखापरीक्षा अर्चना

संयुक्तांक -20-21 वर्ष-2025

कार्यालय प्रधान महालेखाकार
(लेखापरीक्षा-I)
राजस्थान, जयपुर

प्रधान महालेखाकार कार्यालय परिसर, 2-जनपथ, जयपुर

''लेखापरीक्षा अर्चना'' परिवार

कार्यालय प्रधान महालेखाकार
(लेखापरीक्षा–I)
राजस्थान, जयपुर की हिन्दी अर्द्धवार्षिक पत्रिका

संरक्षक

श्री सतीश कुमार गर्ग

प्रधान महालेखाकार
(लेखापरीक्षा–I), राजस्थान

परामर्शदाता

श्री राम खिलाड़ी मीणा

वरिष्ठ उप महालेखाकार/प्रशासन

सम्पादक मण्डल

प्रबन्ध सम्पादक
श्री नरेन्द्र सिंह खंगारोत
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
(राजभाषा)

सम्पादक
श्रीमती पूनम
सहायक निदेशक
(राजभाषा)

सहायक सम्पादक

सुश्री रश्मि राज
कनिष्ठ अनुवादक

श्री नरेन्द्र सिंह राठौड़
वरिष्ठ लेखापरीक्षक

आवरण पृष्ठ : मेहरानगढ़ किला, जोधपुर

https://cag.gov.in/ag1/rajasthan/hi
मूल्य : राजभाषा के प्रति निष्ठा

मुद्रक : अशोका ऑफसेट, आदर्श नगर, जयपुर

लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

संदेश

यह बहुत ही प्रसन्नता का विषय है कि हम हमारी कार्यालयीन राजभाषा पत्रिका **''लेखापरीक्षा अर्चना''** का 20–21वां संयुक्तांक प्रकाशित कर रहे हैं। एकता का बोध कराने में भाषा की महत्वपूर्ण भूमिका होती है, जिसके द्वारा हम अपने भावों को व्यक्त करते हैं। इससे कार्यालय के कार्मिकों को अपने विचारों की अभिव्यक्ति का एक मंच मिलता है।

मैं पत्रिका के सफल संपादन हेतु सभी रचनाकारों, अधिकारियों एवं कर्मचारियों को बधाई देता हूँ। साथ ही मैं आग्रह करता हूँ कि आप सभी हिंदी भाषा के प्रचार–प्रसार में अपना बहुमूल्य योगदान दें। मुझे पूरा विश्वास है कि आपके प्रयास एवं उत्साह से हमारी पत्रिका निरंतर प्रगतिशील रहेगी।

शुभकामनाओं सहित।

सतीश कुमार गर्ग

प्रधान महालेखाकार

लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

संदेश

हमारे कार्यालय की पत्रिका **''लेखापरीक्षा अर्चना''** का 20–21वां संयुक्तांक आप सभी पाठकों के समक्ष रखते हुए मुझे अत्यंत हर्ष और गौरव का अनुभव हो रहा है। मेरा विश्वास है कि हमारी यह पत्रिका हिंदी के प्रचार प्रसार को बढ़ावा देगी तथा भारतीय लेखापरीक्षा एवं लेखा विभाग में कार्यरत कार्मिकों के भीतर हिंदी पठन–पाठन की प्रवृति को जागृत व प्रबल करने में सहायक होगी। हमारी गृहपत्रिका **''लेखापरीक्षा अर्चना''** राजभाषा के प्रति सादर समर्पित है। इस पत्रिका में विविध विषयों पर लिखी गई रचनाओं का समावेश किया गया है और इसके साथ ही कार्यालय में होने वाले कार्यक्रमों व राजभाषा संबंधी गतिविधियों को भी शामिल किया गया है।

मैं, हमारी पत्रिका के प्रकाशन में मार्गदर्शक व सहायक सम्पूर्ण **''लेखापरीक्षा अर्चना परिवार''** के प्रति आभार व शुभकामनाएं व्यक्त करता हूँ तथा **''लेखापरीक्षा अर्चना''** को अपनी रचनाओं से अलंकृत करने वाले सभी रचनाकारों को धन्यवाद व शुभकामनाएं देता हूँ।

हमारी पत्रिका **''लेखापरीक्षा अर्चना''** निरंतर राजभाषा की सेवा में प्रयासरत रहें, यही मंगलकामना है।

धन्यवाद।

नरेन्द्र सिंह खंगारोत
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (राजभाषा)

सम्पादकीय

हमारी गृह पत्रिका **"लेखापरीक्षा अर्चना"** के 20–21वें संयुक्तांक को प्रस्तुत करते हुए मुझे अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। इस पत्रिका का प्रकाशन **''लेखापरीक्षा अर्चना परिवार''** एवं रचनाकारों के अमूल्य योगदान एवं प्रयासों के कारण ही संभव हो पाया है ।

हिंदी सम्पूर्ण जनमानस की भाषा है। राजभाषा हिंदी के विकास एवं इसके प्रगामी प्रयोग को सुनिश्चित करने हेतु हम सभी को मिलकर कोशिश करनी होगी। इस पत्रिका के प्रकाशन का मूल उद्देश्य कार्मिकों के हिंदी भाषा के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण को बढ़ावा देना एवं उनके विचारों को व्यक्त करने हेतु एक आसान मंच प्रदान करना है। पत्रिका के माध्यम से हम कार्यालयीन गतिविधियों से भी रूबरू होते हैं।

प्रस्तुत अंक में कार्यालय में होने वाली गतिविधियों, विभिन्न कार्यक्रमों की झलकियों, हिंदी दिवस समारोह के चित्रण के साथ–साथ कार्मिकों एवं अतिथि रचनाकारों द्वारा विभिन्न विषयों पर रचित लेखों, कहानियों एवं कविताओं इत्यादि का प्रकाशन किया जा रहा है।

आशा करती हूँ कि यह पत्रिका पाठकों के मन को भाएगी एवं पूर्व की भांति ही आप सभी का सस्नेह योगदान हमें मिलता रहेगा। साथ ही **"लेखापरीक्षा अर्चना"** को और अधिक आकर्षक बनाने हेतु पाठकों के बहुमूल्य सुझावों का स्वागत रहेगा ।

पूनम
सहायक निदेशक (राजभाषा)

अनुक्रमणिका

क्र. सं.	विवरण	रचना	रचनाकार	पृष्ठ संख्या
1.	आइए अपनी सेवा पुस्तिका को समझें (पहले अंक का शेष भाग)	लेख	श्री राजीव भाटिया	06
2.	पर्यावरण का डगमगाता संतुलन : एक समस्या	लेख	श्री नरेन्द्र सिंह खंगारोत	14
3.	हमारी शिक्षा प्रणाली में सुधार कैसे हो ?	लेख	श्री मानवेन्द्र सिंह	16
4.	श्री राम जीवन प्रबन्धन के आदर्श प्रतिमान	लेख	डॉ रानी दाधीच	19
5.	बच्चों का बदलता व्यवहार	लेख	सुश्री लवली शर्मा	21
6.	उत्तराखंड की ऐपण कला	लेख	सुश्री रश्मि राज	27
7.	क्रोध की जटिल दुनिया	लेख	श्री पदम चंद गांधी	30
8.	श्रीकांत	लेख	सुश्री रितिका मोहन	34
9.	गैसलाइटिंग : एक समस्या और इससे बचाव	लेख	श्री दीपक सैनी	36
10.	दहेज रूपी दानव	कविता	सुश्री बिन्दुबाला कंवर	41
11.	घर	कविता	श्री हर्षित मोहन	42
12.	ओउम्	कविता	श्री ओम प्रकाश गुप्ता	43
13.	मटकी	कविता	श्री जगदीश प्रसाद	44
14.	किराए की साईकिल	कहानी	सुश्री शकुन्तला वर्मा	45
15.	गज़ल	गज़ल	श्री रामानंद शर्मा	45
16.	चुग्गा	कहानी	श्री देव शर्मा	46
17.	मेरी प्रेयसी	कहानी	सुश्री उमा शर्मा	47
18.	यादें	कहानी	सुश्री रूचि गुप्ता	49

अस्वीकरण (डिस्क्लेमर)– इस पत्रिका का मुख्य उद्देश्य राजभाषा हिंदी का प्रचार–प्रसार है। इसमें निहित लेख, कविताएँ तथा विचार इत्यादि मूलतः लेखकों के अपने निजी विचार हैं। उनके विचारों से संरक्षक/परामर्शदाता/संपादक–सहायक संपादक मंडल का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

आइये अपनी सेवा पुस्तिका को समझें

गतांक (19वें अंक) से आगे....................................

इस उप—भाग में मद संख्या 1 से 5 का विवरण उसके द्वारा प्रस्तुत किये गए घोषणा—पत्रों यथा—परिवार का ब्यौरा, सामान्य भविष्य निधि, नवीन पेंशन योजना, मृत्यु तथा सेवानिवृत्ति उपादान, परिवार पेंशन, केन्द्रीय कर्मचारी बीमायोजना, छुट्टियों के नकदीकरण के लिए नामांकनों का विवरण दर्ज करते हुए मूल विवरण—पत्र कार्मिक की व्यक्तिगत पत्रावली में भविष्य के संदर्भ हेतु नत्थी किया जाता है।

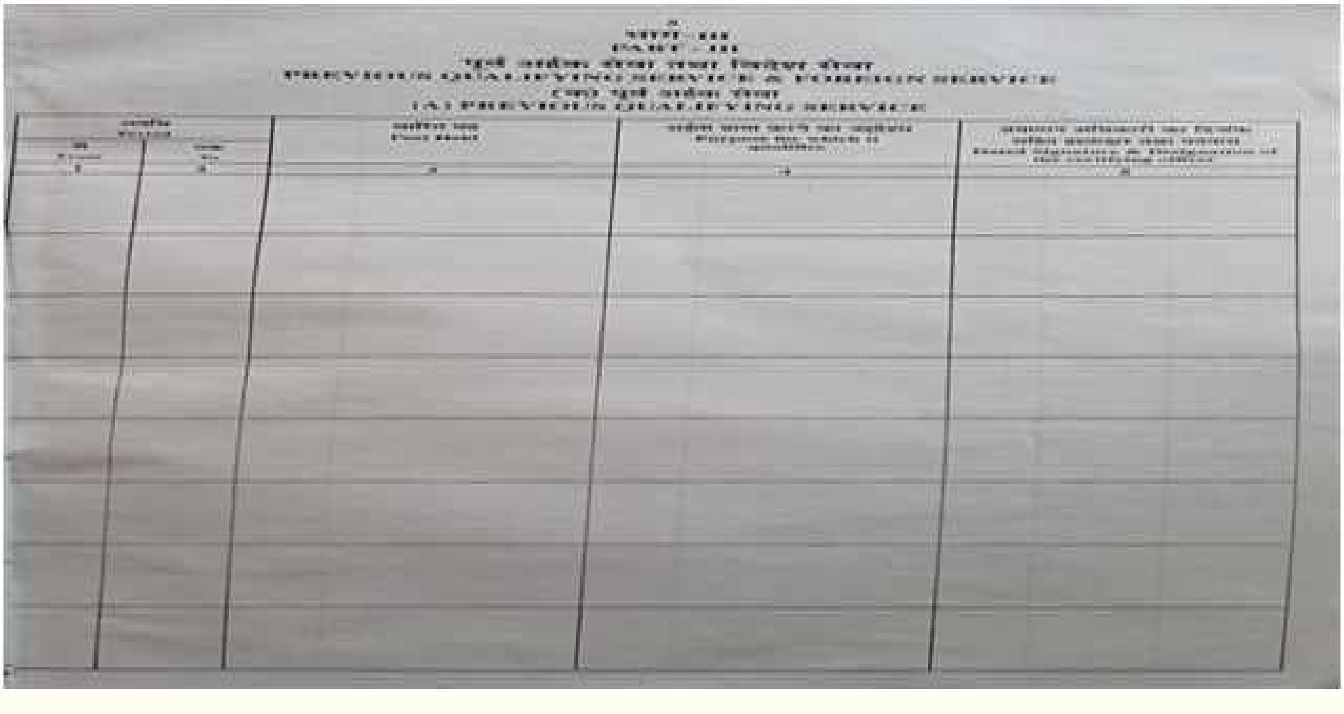
कार्मिक अपने परिवार का ब्यौरा एवं संबंधित नामांकनों को अपने सेवाकाल के दौरान संशोधित/परिवर्तित करवा सकता है । ऐसे सभी संशोधनों/परिवर्तनों का ब्यौरा कार्मिक की व्यक्तिगत पत्रावली में भविष्य के संदर्भ हेतु नत्थी किया जाता है।

भाग—III (पूर्व अर्हक सेवा तथा विदेश सेवा)

इसके दो उप—भाग होते है।

उप—भाग I (पूर्व अर्हक सेवा)

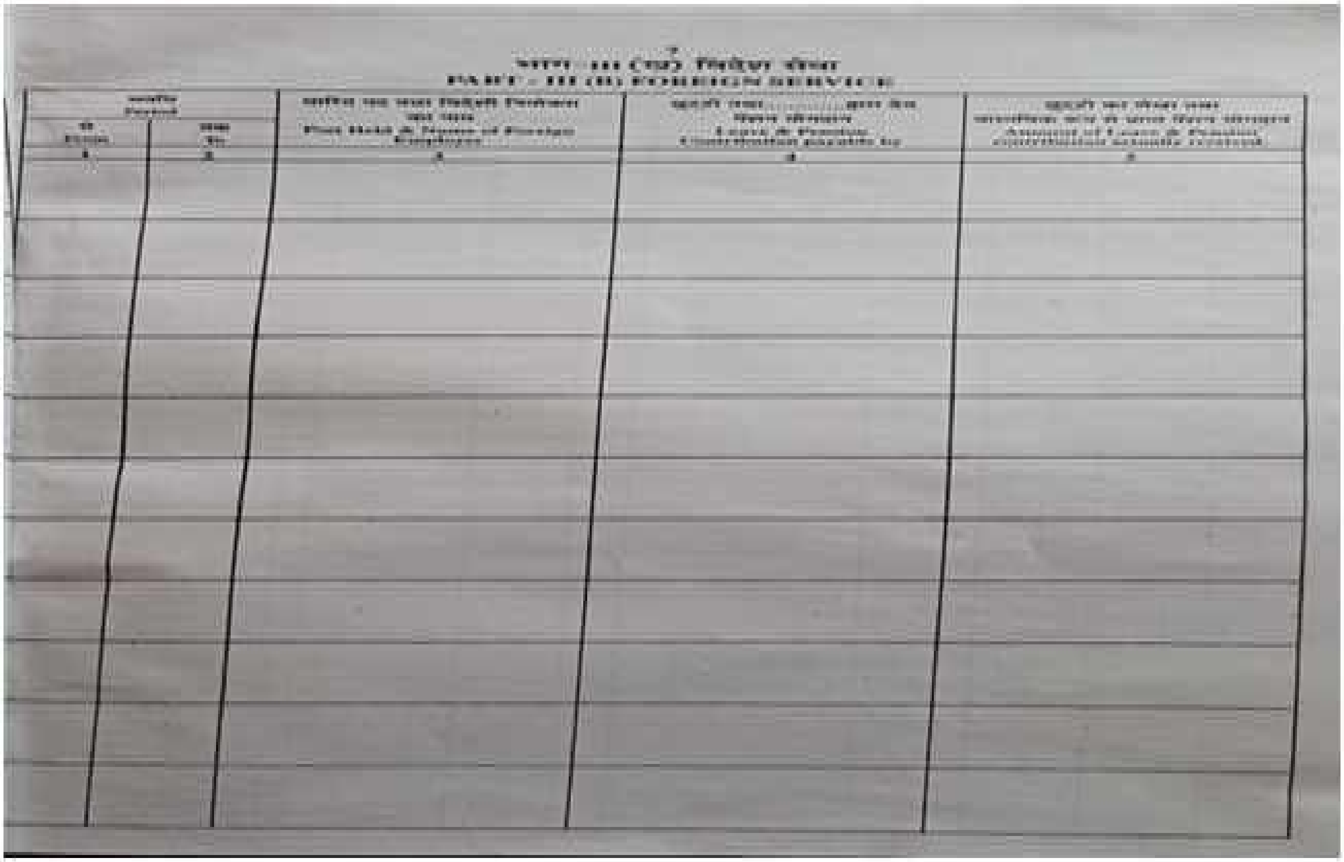
इस भाग में प्रविष्टियाँ तब की जाएगी जब पिछली सेवा के सम्बन्ध में कार्मिक की सेवा पंजिका उपलब्ध नहीं है और जिसे साम्पक्ष्चिक साक्ष्य (Collateral Evidence) के आधार पर स्वीकार किया जाता है। इस मद का साक्ष्यांकन कार्यालय अध्यक्ष या उसके द्वारा नामित किसी अधिकारी द्वारा किया जाता है। जिस प्रयोजन हेतु, अर्थात छुट्टी, वेतन, पेंशन आदि के लिए पिछली सेवा को अर्हक सेवा स्वीकार किया गया है, उसका इस उप—भाग में विशेष रूप से उल्लेख किया जाता है। इस उप—भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :



उप–भाग II (विदेश सेवा)

इस भाग के मद संख्या 1, 3, 4 एवं 5 में प्रविष्टियाँ तब की जाएगी जब बाह्य विभाग के नियोक्ता से यह सूचना प्राप्त हो जाए कि संबंधित सरकारी कर्मचारी ने उनके पास कार्यभार ग्रहण कर लिया है ।

सरकारी कर्मचारी के बाह्य विभाग से प्रत्यावर्तन होने के बाद मद संख्या 2 में प्रविष्टियाँ की जाएगी। इस उप–भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :

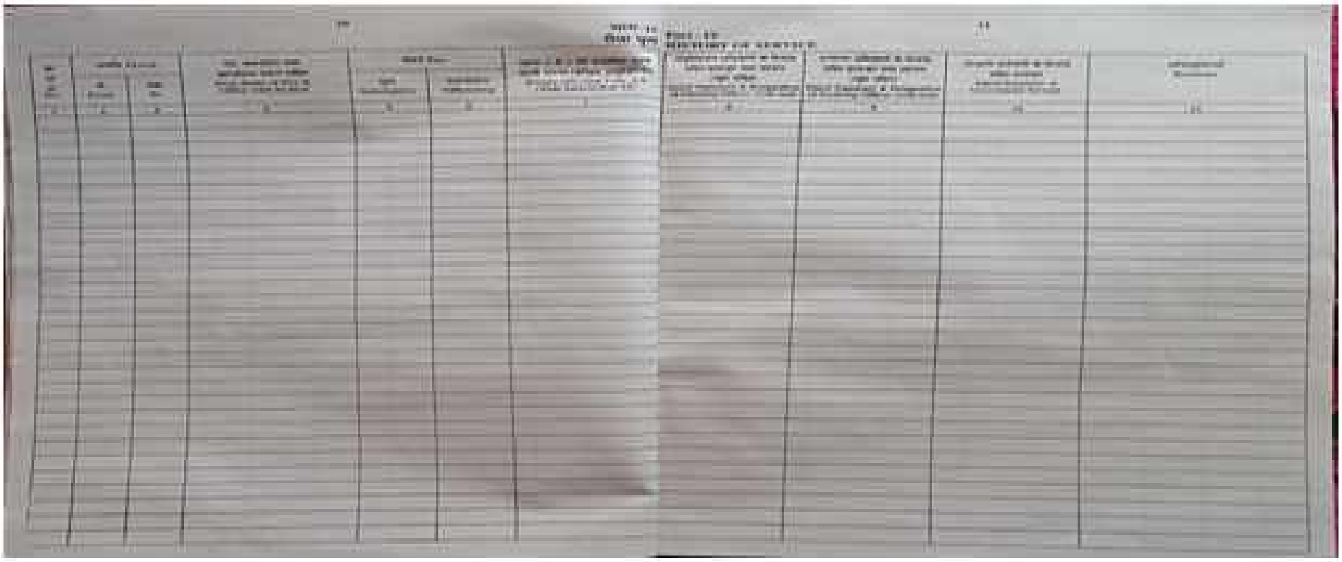


भाग–IV (सेवा का इतिवृत्त)

इस भाग में कार्मिक के सम्पूर्ण सेवाकाल का निम्नलिखित विवरण दर्ज किया जाता है : –

1. कार्मिक की प्रथम नियुक्ति, यथा–पद का नाम, नियुक्ति की तिथि, प्रारंभिक वेतन एवं वेतनमान तथा स्थायी / अस्थायी से संबंधित पूर्ण विवरण ।
2. इसके बाद उसके सेवाकाल में होने वाले सभी महत्वपूर्ण विवरण, यथा–पदोन्नति, वार्षिक वेतनवृद्धि, परस्पर स्थानान्तरण, अन्य विभागों में प्रतिनियुक्ति, पदावनत, विदेश सेवा पर स्थानातरण, छुट्टी, निलंबन, वेतनवृद्धि पर रोक आदि ।
3. निलंबन तथा सेवा में अन्य प्रकार के अवरोधों की प्रविष्टियाँ लाल स्याही से की जाती है ।

इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :

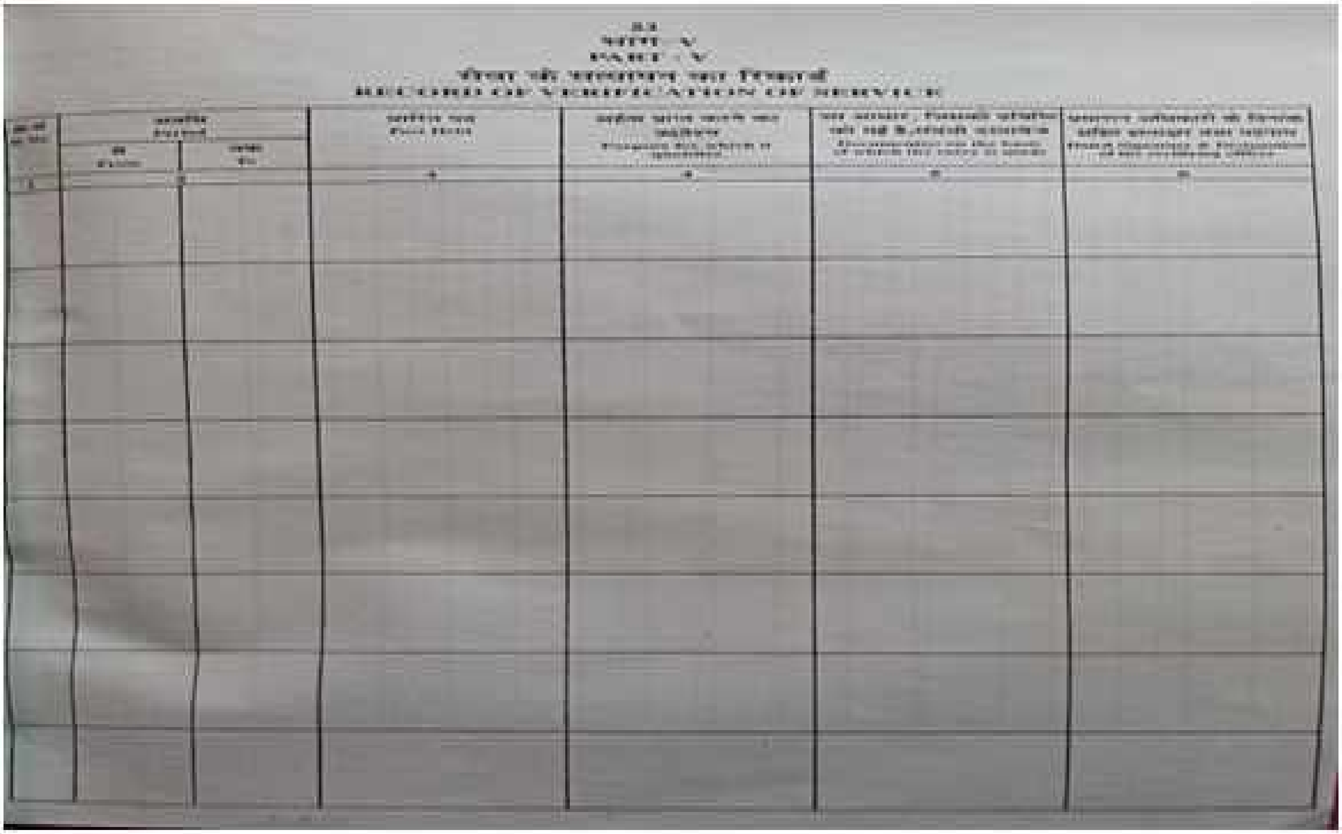


- किसी विशेष प्रविष्टी के संबंध में स्तम्भ संख्या 3 को अगली प्रविष्टि करते समय भरा जाता है।
- स्तम्भ संख्या 4 को केवल उस समय भरा जाता है, जब कार्मिक के पद, वेतनमान या स्थान में कोई परिवर्तन होता है।
- स्तम्भ संख्या 5 एवं 6 में वेतन के विभिन्न अवयवों को पृथक से दिखाया जाता है। जैसे : [(रूपये 47,600 + 630 (एस. पी.) + 600 (पी. पी.)]
- किसी विशेष प्रविष्टी (छुट्टी के मामले में, छुट्टी की प्रकृति एवं अवधि) के संबंध में स्तम्भ संख्या 7 को अगली प्रविष्टि करते समय भरा जाता है।
- स्तम्भ संख्या 8 में अपना हस्ताक्षर करने से पहले सत्यापनकर्ता अधिकारी यह सुनिश्चित करेगा कि जिस प्रविष्टि को वह प्रमाणित कर रहा है उसके स्तम्भ संख्या 2 में दर्शाई गई तारीख और स्तम्भ संख्या 3 की पूर्ववर्ती प्रविष्टि में दर्शाई गई तारीख के बीच कोई अस्पष्टीकृत अंतर नहीं है।
- वर्ष की शुरुआत के समय या किसी अन्य अधिकारी को सेवा दस्तावेजों के हस्तांतरण के समय स्तम्भ संख्या 2–7 को जीएफआर 81 में प्रासंगिक अभिलेखों के संदर्भ में सत्यापित किया जाता है। स्तम्भ संख्या 9 में अपना हस्ताक्षर करते समय सत्यापनकर्ता अधिकारी अंतिम बार सत्यापित की गई प्रविष्टियों की क्रम संख्या इंगित करता है ।
- वर्ष की शुरुआत में या वर्ष में एक बार अनुपूरक नियम 202 में वर्णित प्रावधानों के अनुसरण में कर्मचारी को सेवा पुस्तिका में वर्णित प्रविष्टियों को दिखाकर स्तम्भ संख्या 10 में उसके हस्ताक्षर प्राप्त किये जाते है।
- वेतनवृद्धि पर रोक, कार्य–कुशलता वर्जन जैसी घटनाएँ जो स्तम्भ संख्या 1–5 की प्रविष्टियों को प्रभावित नहीं करती है, उन्हें स्तम्भ संख्या 11 में दर्शाया जाता है।

भाग–V (सेवा सत्यापन का अभिलेख)

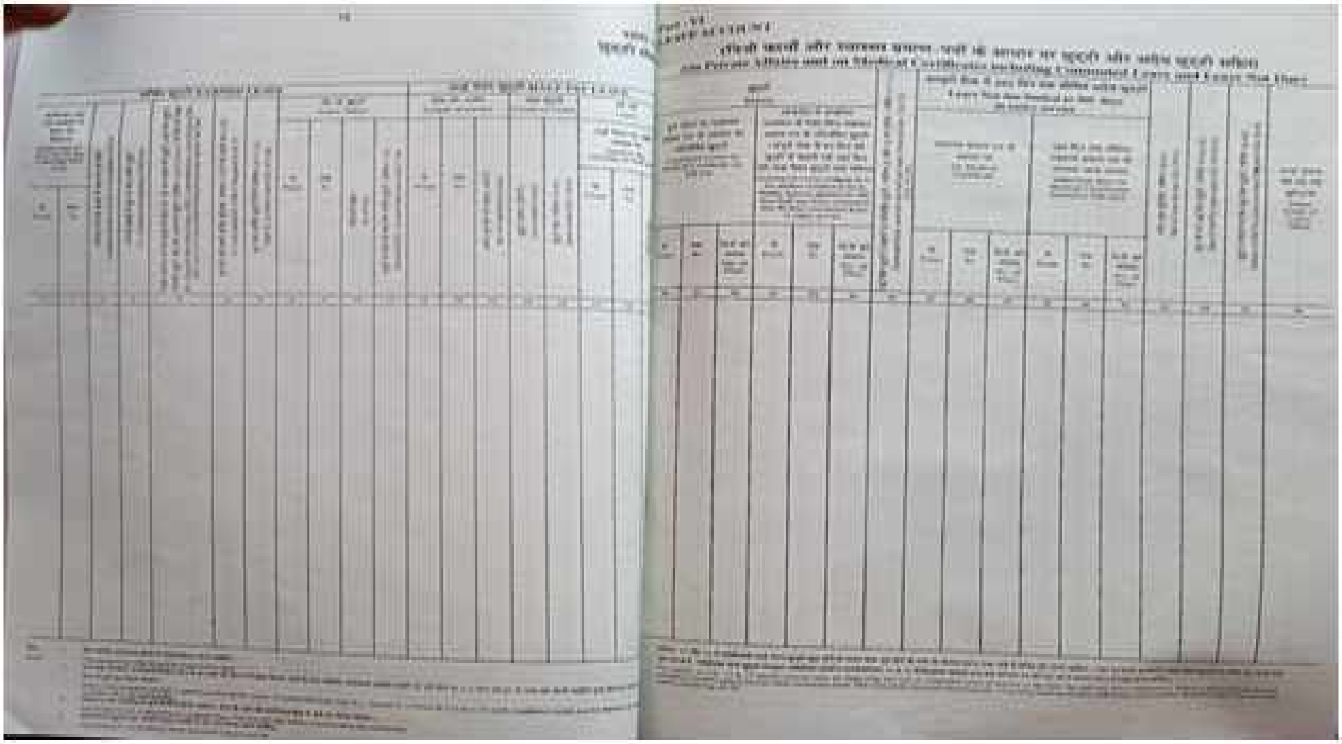
इस भाग में वेतन बिल/भुगतान चिठ्ठा से समुचित सत्यापन किये जाने के बाद प्रत्येक वित्त वर्ष के लिए कार्मिक के सेवा सत्यापन की प्रविष्टियाँ की जाती है।

यह सुनिश्चित करना कार्यालय अध्यक्ष की जिम्मेदारी होगी कि वह उसके कार्यालय में कार्यरत सरकारी कर्मचारी के स्थानांतरण के मामले में नए कार्यालय में सेवा पुस्तिका भेजने से पहले सभी संगत प्रविष्टियों को पूर्ण कर लें। प्रत्येक प्रविष्टि को कार्यालय प्रमुख द्वारा या यदि वह स्वयं कार्यालय प्रमुख है, तो उसके तत्काल वरिष्ठ द्वारा प्रमाणित किया जाता है । इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :



भाग–VI (छुट्टी लेखा)

इस भाग में कर्मचारी के सेवाकाल के दौरान उसके द्वारा प्रत्येक वर्ष अर्जित की गई एवं उपभोग की गई छुट्टियों का विवरण दर्शाया जाता है। इसमें मुख्यतः अर्जित अवकाश, अर्द्ध–वेतन अवकाश, चिकित्सा प्रमाण–पत्र के आधार पर परिवर्तित अवकाश, अध्ययन अवकाश, अदेय अवकाश तथा अन्य प्रकार से ली गई छुट्टियों (आकस्मिक अवकाश एवं प्रतिबंधित अवकाश के अतिरिक्त) का विवरण दर्शाया जाता है। इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है:



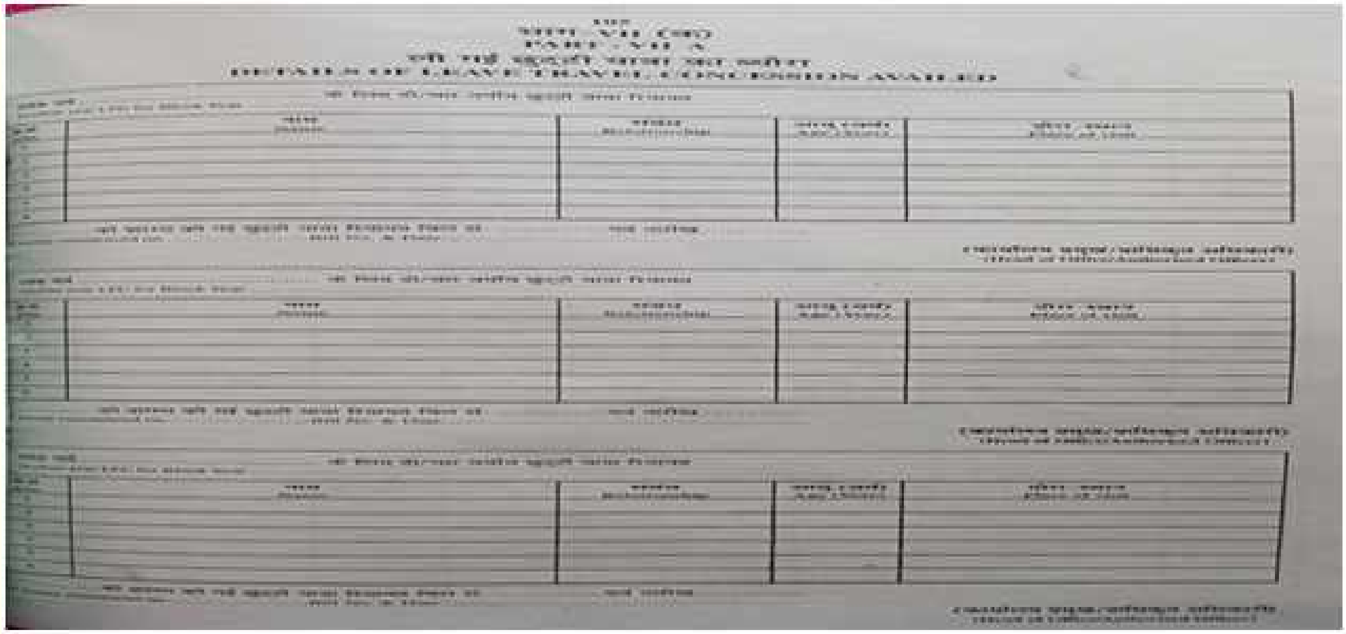
भाग–VII (अन्य महत्वपूर्ण विवरण)

इसके तीन उप–भाग होते है।

उप–भाग। (प्राप्त की गई छुट्टी यात्रा का ब्यौरा)

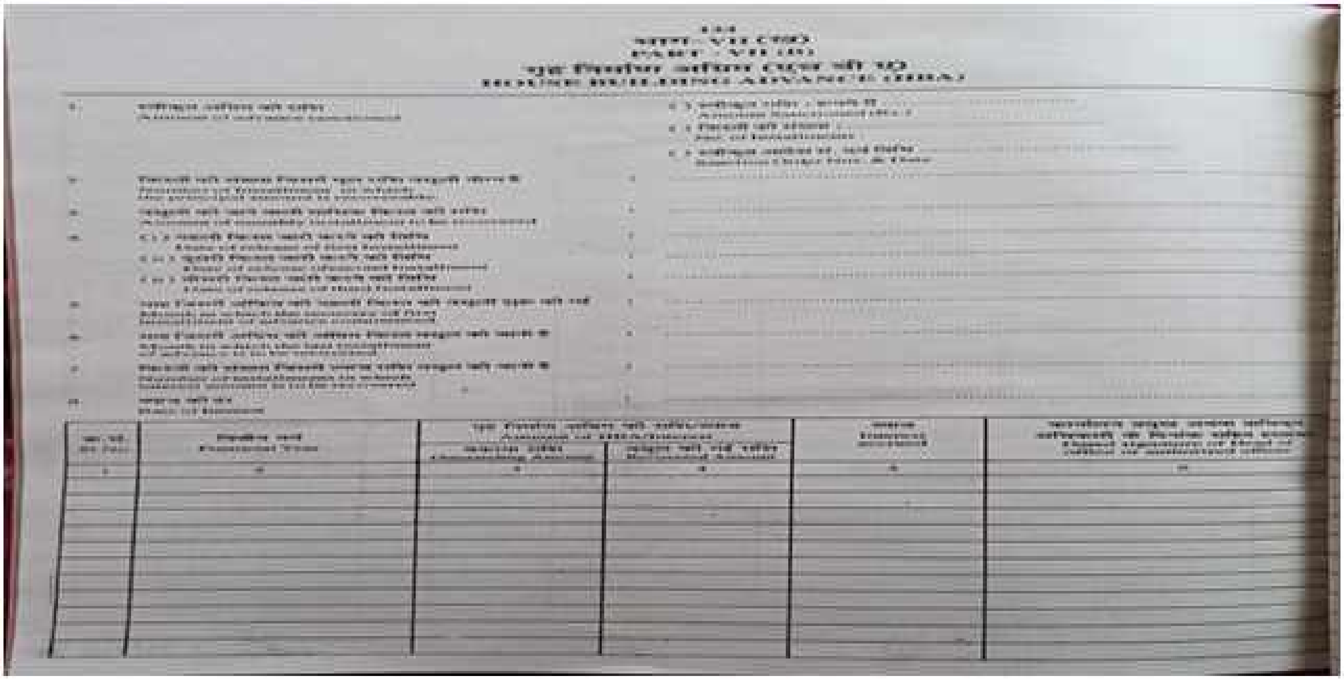
इस उप–भाग में शासकीय कर्मचारी एवं उसके परिवार के सदस्यों द्वारा एलटीसी पर की गई यात्रा का ब्लॉकवार सम्पूर्ण विवरण दिया जाता है। सामान्यतः भारत सरकार के कार्मिकों को सेवाकाल के दौरान गृह नगर के लिए एलटीसी का लाभ दो वर्ष के एक ब्लॉक में एक बार और भारत में किसी भी स्थान के लिए एलटीसी का लाभ चार वर्ष के ब्लॉक में एक बार दिया जाता है। यदि इन ब्लॉकों के दौरान इनका लाभ नहीं लिया जाता है तो एलटीसी का लाभ बाद के ब्लॉक के प्रथम वर्ष में भी लिया जा सकता है।

नई भर्ती के मामले में, गृह नगर के लिए एलटीसी की अनुमति चार वर्ष के एक ब्लॉक में तीन अवसरों पर दी जाती है और चौथे अवसर पर भारत में किसी भी स्थान के लिए यह सुविधा केवल नई भर्ती को प्रथम बार सरकारी सेवा में कार्यभार ग्रहण करने के बाद लागू चार वर्ष के प्रथम दो ब्लॉकों के लिए उपलब्ध होती है। प्रत्येक ब्लॉक की प्रविष्टि को कार्यालय प्रमुख द्वारा या यदि वह स्वयं कार्यालय प्रमुख है, तो उसके तत्काल वरिष्ठ द्वारा प्रमाणित किया जाता है। इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :


DETAILS OF LEAVE TRAVEL CONCESSION AVAILED

उप–भाग II (भवन निर्माण अग्रिम का ब्यौरा)

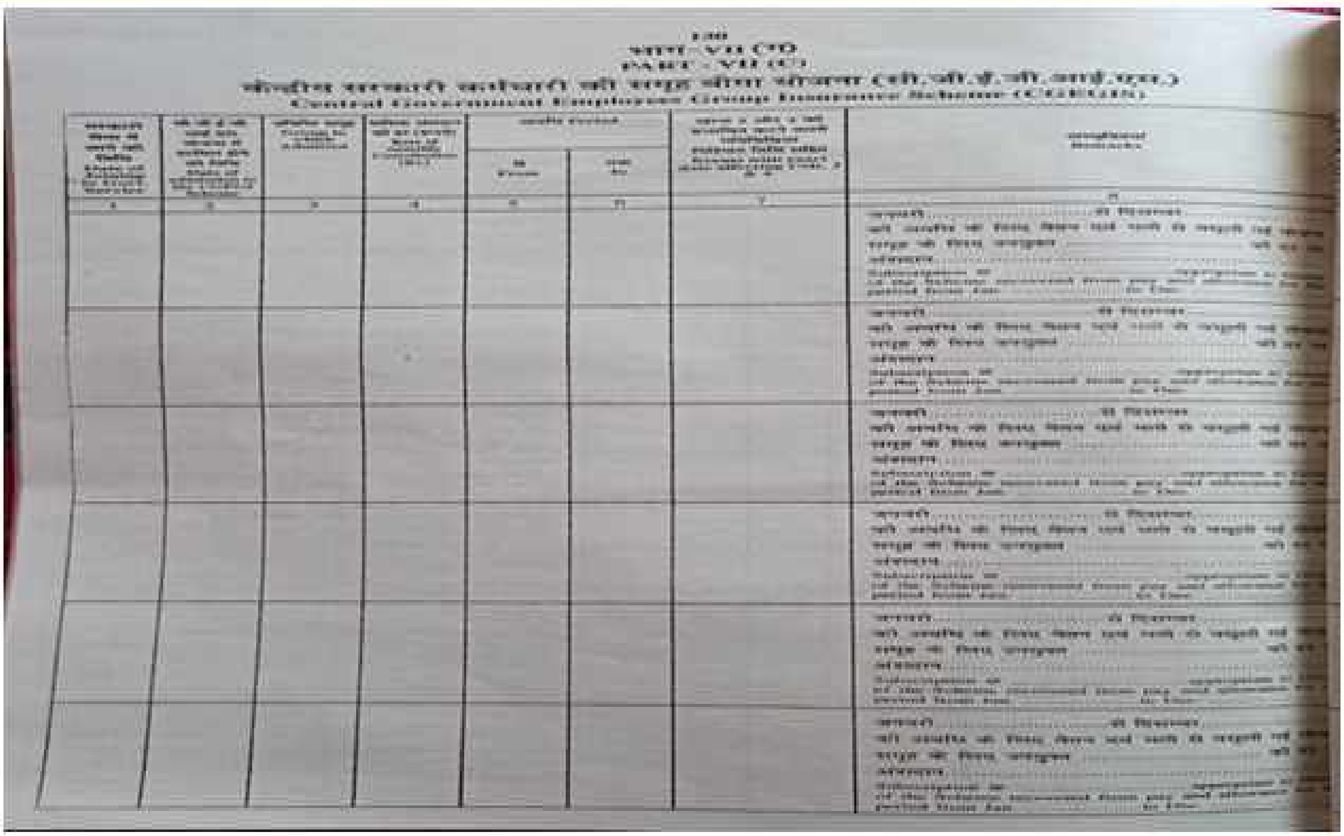
इस उप–भाग में शासकीय कर्मचारी द्वारा अपने कार्यालय से लिए गए भवन निर्माण अग्रिम का विवरण दर्ज किया जाता है। इसमें स्वीकृत अग्रिम की राशि, स्वीकृति आदेश संख्या एवं दिनांक, वसूल की जाने वाली मासिक किश्त की राशि, किश्तों की संख्या, वसूली प्रारंभ होने का माह एवं समाप्त होने का माह, ब्याज की दर, ब्याज वसूली की किश्तों की संख्या का विवरण दर्ज किया जाता है। प्रत्येक प्रविष्टि को कार्यालय प्रमुख द्वारा या यदि वह स्वयं कार्यालय प्रमुख है, तो उसके तत्काल वरिष्ठ द्वारा प्रमाणित किया जाता है। इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है:


HOUSE BUILDING ADVANCE (HBA)

उप–भाग III (केन्द्रीय सरकारी कर्मचारी की समूह बीमा योजना के अंशदान का ब्यौरा)

प्रत्येक माह कर्मचारी के वेतन बिल से केन्द्रीय सरकारी कर्मचारी की समूह बीमा योजना (CGEGIS, 1980) के अंशदान की कटौती की जाती है, जिसका उद्देश्य केंद्र सरकार के कर्मचारियों को नौकरी के दौरान मृत्यु की स्थिति में उनके परिवारों की मदद करने और सेवानिवृत्त होने पर एकमुश्त भुगतान करने के लिए केंद्र सरकार के कर्मचारियों को कम लागत और पूरी तरह से योगदान और स्व–वित्त पोषित बीमा कवर प्रदान करना है।

मासिक अंशदान का एक हिस्सा बीमा कवर करता है, जबकि शेष बचत निधि में जाता है। बचत निधि में जमा राशि का भुगतान सेवानिवृत्ति के समय कर्मचारी को दिया जाता है। इस उप–भाग में शासकीय कर्मचारी की नियुक्ति वर्ष से लेकर उसके सेवानिवृत्ति वर्ष तक की कटौती का वर्षवार विवरण दर्ज किया जाता है। इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :


भाग-VII (ग)
PART-VII (C)
केन्द्रीय सरकारी कर्मचारी की समूह बीमा योजना (सी.जी.ई.जी.आई.एस.)
Central Government Employees Group Insurance Scheme (CGEGIS)

भाग–VI (आंतरिक लेखापरीक्षा की टिप्पणी)

आंतरिक लेखापरीक्षा, एक आंतरिक लेखापरीक्षक (जो संगठन के एक कर्मचारी के रूप में काम करता है) के द्वारा संस्थान/विभाग/संगठन के सभी पहलुओं का मूल्यांकन करता है। वह वित्तीय रिपोर्टिंग, लेखा, संचालन, जोखिम प्रबंधन, आंतरिक नियंत्रण और संगठन के ऐसे सभी अन्य पहलुओं पर नजर रखता है। एक संस्थान में होने वाली सभी प्रक्रियाओं एवं क्रियाकलापों तथा समय–समय पर उसके वेतन प्राप्त कर्मचारियों द्वारा किये गए कार्य का मूल्यांकन एवं जांच आंतरिक लेखापरीक्षक द्वारा सम्पादित की जाती है। आंतरिक लेखापरीक्षक एक प्रहरी की भांति कार्य करता है।

प्रशासन अनुभाग द्वारा संधारित की जा रही कार्मिकों के सेवा–पुस्तिकाओं की समय–समय पर जांच एवं मूल्यांकन आंतरिक लेखापरीक्षक द्वारा की जाती है। इसमें पाई गयी कमियों/त्रुटियों का विवरण संबंधित कार्मिक की सेवा–पुस्तिका के इस भाग में दर्ज किया जाता है, ताकि संबंधित प्रशासन अनुभाग उन कमियों/त्रुटियों का निराकरण कर कार्मिक की सेवा पुस्तिका में आवश्यक संशोधन/परिवर्धन कर सके, जिससे कार्मिक की सेवा पुस्तिका अद्यतित रहे। आंतरिक लेखापरीक्षा अनुभाग द्वारा दर्शाई गई कमियों/त्रुटियों की अनुपालना सुनिश्चित करने का साक्ष्यांकन कार्यालय अध्यक्ष या उसके द्वारा नामित किसी अधिकारी द्वारा किया जाता है। इस भाग का नमूना नीचे दर्शाया गया है :

इस प्रकार सेवा पुस्तिका सरकारी कर्मचारी के सेवाकाल के दौरान एवं सेवानिवृत्ति के बाद बहुत उपयोगी दस्तावेज है, जो उसके द्वारा किये गए आधिकारिक कार्य का लेखा–जोखा प्रस्तुत करती है। सेवा पुस्तिका "जीवन के साथ भी एवं जीवन के बाद भी" प्रत्येक सरकारी कर्मचारी के लिए महत्वपूर्ण दस्तावेज है।

श्री राजीव भाटिया
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

तुलसी, कबीर, सूर औ' रसखान के लिए।
ब्रह्मा के कमंडल से बही धार है हिंदी।।

– डॉ जगदीश व्योम

सब कुछ छूट जाए मैं अपनी भाषा कभी न छोड़ूंगा।
वह मेरी माता है उससे नाता कैसे तोड़ूंगा।।

– मैथिलीशरण गुप्त

पर्यावरण का डगमगाता संतुलन : एक समस्या

आज पर्यावरण प्रदूषण के कारण लगातार हमारा वातावरण प्रभावित हो रहा है। जलवायु परिवर्तन को लेकर दुनिया भर में चर्चाएं हो रही हैं और पर्यावरण के डगमगाते संतुलन को वैश्विक स्तर पर एक बड़ी समस्या के रूप में देखा जा रहा है। पर्यावरण मानव जीवन के लिए प्रकृति का सबसे कीमती और महत्वपूर्ण उपहार है। इसको बचाए रखने के लिए हम सभी को लगातार प्रयास करने होंगे।

प्रकृति में बढ़ते मानवीय क्रियाकलापों के कारण आज लगातार पृथ्वी के प्राकृतिक संसाधनों का विनाश हो रहा है। आधुनिक जीवन शैली, पेड़–पौधों की घटती संख्या, पर्यावरण प्रदूषण का विकराल रूप और प्रकृति का बढ़ता दोहन जैसे आदि कारणों ने मनुष्य और प्रकृति के बीच एक गहरी खाई बना दी है। बढ़ते पर्यावरण प्रदूषण का खामियाजा ना केवल मानव समाज को बल्कि पृथ्वी में विद्यमान अन्य प्राणियों को भी भुगतना पड़ रहा है। जलवायु परिवर्तन के कारण पृथ्वी से कई जीवों की प्रजातियां समाप्त हो चुकी हैं।

दुनिया भर के देशों ने पर्यावरण की रक्षा और दोहन को लेकर क्योटो प्रोटोकॉल, मॉन्ट्रियल प्रोटोकॉल जैसे बहुराष्ट्रीय समझौते किए हैं। मगर अधिकांश देश अपने हितों को ध्यान में रखते हुए पर्यावरण संरक्षण की नीतियों में बदलाव करते रहते हैं। वर्तमान परिस्थितियों को देखते हुए ऐसा लगता है कि सभी देशों को एक साथ आकर पर्यावरण प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन को लेकर कठोर कदम उठाने होंगे।

पर्यावरण प्रदूषण को विभिन्न भागों में बांटा जा सकता है–

वायु प्रदूषण :– भारत सहित दुनिया भर में वायु प्रदूषण आज सबसे बड़ी चिंता का कारण बना हुआ है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार– 'वायु प्रदूषण हर साल लगभग 7 मिलियन लोगों की मौत का कारण बनता है।' भारत की राजधानी दिल्ली में वायु प्रदूषण का स्तर इतना अधिक बढ़ रहा है कि स्थानीय लोग क्लाइमेट पलायन करने को मजबूर हो रहे हैं। हाल ही में बीबीसी ने दिल्ली–एनसीआर के स्थानीय लोगों में बढ़ते क्लाइमेट पलायन पर एक रिपोर्ट बनाई थी। क्लाइमेट पलायन सिर्फ दिल्ली–एनसीआर में ही नहीं बल्कि दुनिया भर के बड़े शहरों में भी बढ़ रहा है।

जल प्रदूषण :– विश्व बैंक के आंकड़े के अनुसार दुनिया भर में लगभग 2.1 बिलियन लोग साफ पानी की समस्या या कमी से जूझ रहे हैं। भारत में साफ पानी की आपूर्ति ना होने या कमी के कारण प्रति वर्ष 2 मिलियन लोग पानी से संबंधित बीमारियों से मर जाते हैं। आज भारत की प्रमुख नदियां गंगा, यमुना आदि अत्यधिक प्रदूषित हो चुकी हैं। इसका सीधा असर लोगों के स्वास्थ्य पर पड़ रहा है।

मृदा प्रदूषण :– संयुक्त राष्ट्र पर्यावरण कार्यक्रम के अनुसार दुनिया भर की लगभग 33% कृषि भूमि की मिट्टी प्रदूषित हो चुकी है। इसका मुख्य कारण मिट्टी में बढ़ते कृषि रसायन की मात्रा है।

इसके अलावा प्लास्टिक प्रदूषण भी आज एक गंभीर चिंता है। हर साल दुनिया भर में 8 मिलियन टन से अधिक प्लास्टिक समुद्र में पहुंचता है, जो समुद्री जीवों को खतरे में डाल रहा है। महासागर संरक्षण की रिपोर्ट के अनुसार– 2050 तक महासागरों में मछलियों से अधिक प्लास्टिक जमा हो जाएगा यदि इसी क्रम से समुद्र में प्लास्टिक प्रदूषण बढ़ता गया।

ग्लोबल वार्मिंग और ग्रीन हाउस गैसों का उत्सर्जन जलवायु परिवर्तन और बढ़ते पर्यावरण प्रदूषण के प्रमुख कारणों में शामिल हैं। ग्लोबल वार्मिंग के कारण पृथ्वी का तापमान 1.2 सेल्सियस बढ़ चुका है। वैज्ञानिकों के अनुसार यदि प्रदूषण कम नहीं हुआ तो 2030 तक यह 1.5 सेल्सियस तक पहुंच सकता है।

पर्यावरण प्रदूषण से बचाव के उपाय–

वायु प्रदूषण को कम करने के लिए हमें व्यक्तिगत वाहनों का कम से कम प्रयोग करना चाहिए और जहां तक संभव हो सार्वजनिक परिवहन, साइकिल या पैदल चलने का विकल्प अपनाना चाहिए। इसके अलावा पारंपरिक पेट्रोल–डीजल की गाड़ियों के मुकाबले इलेक्ट्रॉनिक गाड़ियों को प्रयोग में लाना चाहिए। तंबाकू और अन्य प्रदूषकों से बचने के लिए धूम्रपान से दूरी बनाएं।

जल प्रदूषण को कम करने के लिए पानी की बचत की दिशा में कदम उठाने चाहिए। अव्यवस्थित नालियों और गंदे पानी के प्रवाह को नियंत्रित करने के लिए उचित व्यवस्था करनी चाहिए। रसायन और प्लास्टिक कचरे को जल स्रोतों के आस–पास जमा होने से रोकना चाहिए। नदियों और समुद्रों में प्रदूषण को रोकने के लिए कदम उठाने चाहिए।

ध्वनि प्रदूषण को कम करने के लिए हमें कार और बाइक के हॉर्न का कम से कम या जरूरत के अनुसार प्रयोग करना चाहिए। मशीनों और उपकरणों का सही से प्रयोग करना सीखना चाहिए, ताकि शोर कम से कम हो। इसके साथ ही प्लास्टिक प्रदूषण को कम करने के लिए कपड़े या जूट के बैगों के चलन को आगे बढ़ाना चाहिए। सिंगल–यूज प्लास्टिक के प्रयोग से बचना चाहिए। ऊर्जा संरक्षण करने के लिए बिजली, गैस और अन्य ऊर्जा स्रोतों का विवेकपूर्ण तरीके से इस्तेमाल करना चाहिए।

हम सभी को अपने परिवार, मित्रों और समुदायों के बीच पर्यावरण प्रदूषण को लेकर जागरूकता फैलानी चाहिए और पर्यावरण को बचाने के लिए सफाई अभियान, वृक्षारोपण जैसे कार्यक्रम में भाग लेना चाहिए। बढ़ते पर्यावरण प्रदूषण और जलवायु परिवर्तन के कारण आए दिन प्राकृतिक आपदा, भूस्खलन, नई–नई बीमारियों और तूफान, सूखा, अकाल जैसी विकराल समस्याओं से हम सभी को जूझना पड़ रहा है। वक्त रहते इन समस्याओं पर हम गंभीर नहीं हुए तो इसके पूरे मानव समाज को गंभीर परिणाम भुगतने पड़ सकते हैं।

श्री नरेन्द्र सिंह खंगारोत
वरि. लेखापरीक्षा अधिकारी

मैं दुनिया की सभी भाषाओं की इज्जत करता हूँ पर मेरे देश में हिंदी की इज्जत न हो, यह मैं नहीं सह सकता।

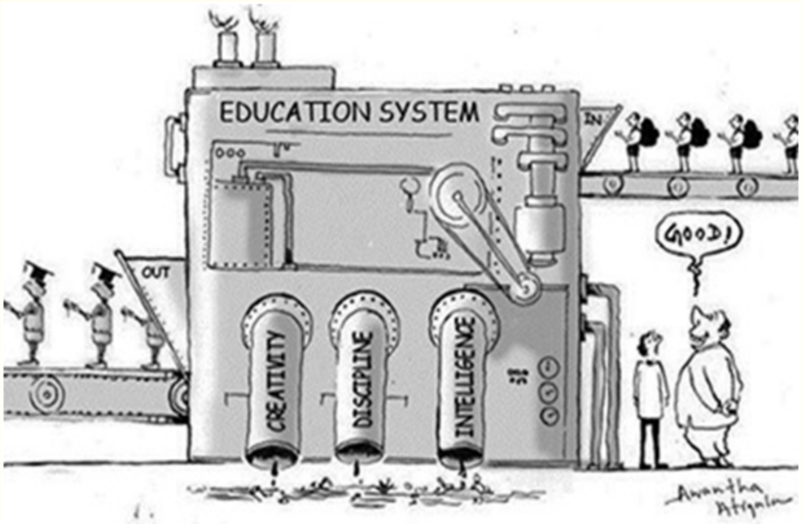
– आचार्य विनोबा भावे

हमारी शिक्षा प्रणाली में सुधार कैसे हो?

डॉक्टर एपीजे अब्दुल कलाम ने एक बार सही कहा था कि शिक्षा का उद्देश्य कौशल और विशेषज्ञता के साथ अच्छे इंसान बनाना है। पुराने समय में हमारे देश में शिक्षा गुरुकुल के माध्यम से दी जाती थी। गुरुकुल से आशय ऐसे विद्यालय से है जहाँ विद्यार्थी अपने परिवार से दूर गुरु के परिवार का हिस्सा बनकर शिक्षा प्राप्त करते थे। प्राचीन भारत में गुरुकुल ही अध्ययन–अध्यापन के प्रधान केंद्र हुआ करते थे। दूर–दूर से ब्रह्मचारी विद्यार्थी अथवा सत्यान्वेषी परिव्राजक अपनी अपनी शिक्षाओं को पूर्ण करने जाते थे। वे गुरुकुल छोटे अथवा बड़े सभी प्रकार के होते थे।

वर्तमान में भारत ने पिछले 10 वर्षों में स्विट्जरलैंड की कुल जनसंख्या से भी अधिक इंजीनियर पैदा किए हैं। फिर भी, स्विट्जरलैंड शोध और शिक्षा में नंबर 1 पर है। ए एस ई आर रिपोर्ट के अनुसार, 83% शिक्षित भारतीय बेरोजगार हैं। इसका मूल कारण जानने के लिए हमें थोड़ा पीछे की तरफ जाना होगा। जब ब्रिटिश भारत पर शासन कर रहे थे तो ईस्ट इंडिया कंपनी के सामने दो प्रमुख चुनौतियाँ थीं। पहला, भारतीयों के साथ संचार और दूसरा, उन्हें श्रमिक और क्लर्क की आवश्यकता थी। तब थॉमस बैबिंगटन मैकॉले ने 1835 का अंग्रेजी शिक्षा अधिनियम पेश किया। इससे उनकी दोनों जरूरतें पूरी हुईं। पहला, वे चाहते थे कि लोग अपने डेस्क पर चुपचाप बैठें और अपना काम करें, जो सवाल न पूछें और जो बहुत ज्यादा रचनात्मक न हों।

दूसरा, अंग्रेजी में संचार। अंग्रेजी सबसे ज्यादा बोली जाने वाली भाषा नहीं है। फिर भी, यह भारत में एक भाषा के बजाय एक वर्ग विशेष की भाषा बन गई है। रूस, चीन और फ्रांस में अंग्रेजी का ऐसा जुनून नहीं है जैसा कि भारत में है। अगर आपकी अंग्रेजी अच्छी नहीं है तो इसे हेय दृष्टि से देखा जाता है। बल्कि, अंग्रेजी न जानने का मतलब है कि आप कोई और भाषा नहीं जानते हैं। पांच साल पुराना IOS भी आज पुराना माना जाता है। लेकिन हमारी शिक्षा प्रणाली आज भी कुछ बदलावों के साथ उसी तरह चल रही है।



भारतीय शिक्षा प्रणाली ज्ञान के लिए किताबों पर निर्भर करती है, जहाँ प्रश्न केवल किताबों से लिए गए तथ्य होते हैं। इस वजह से, यह सीखने का मूल्यांकन न होकर स्मृति परीक्षण बन जाता है। शिक्षण के इस सैद्धांतिक दृष्टिकोण के कारण छात्र शायद ही पाठ्यक्रम से कुछ सीख पाते हैं। हम अभी भी उन विषयों का अध्ययन कर रहे हैं जो दशकों पहले प्रस्तावित किए गए थे। छात्रों में शिक्षा के प्रति रुचि पैदा करना एक बहुत ही महत्वपूर्ण कार्य है, जिसमें शिक्षा प्रणाली वास्तव में विफल रही है।

छात्रों को यह नहीं बताया जाता कि वे कोई खास विषय क्यों पढ़ रहे हैं। पाठ्यपुस्तकों में यह नहीं बताया जाता कि व्यावहारिक जीवन में विषय किस तरह प्रासंगिक हैं। छात्र–शिक्षक अनुपात भी बहुत कम है। नतीजन, शिक्षक हर बच्चे पर ध्यान केंद्रित नहीं कर पाते। प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए कोचिंग सेंटर और स्कूली बच्चों के लिए निजी ट्यूशन का चलन खराब शिक्षा प्रणाली का ही नतीजा है, जो छात्रों को नौकरी के लिए तैयार नहीं कर पाती। हमारी शिक्षा प्रणाली में निम्न बातों को शामिल करके कुछ हद तक बदलाव लाया जा सकता है:–

1. तकनीकी शिक्षा को बढ़ावा देना–

वैश्विक बाजार में भारत की प्रतिस्पर्धात्मकता काफी हद तक उसके कार्यबल के तकनीकी कौशल पर निर्भर करती है। प्रतिस्पर्धी बने रहने के लिए, व्यक्तियों और कंपनियों दोनों को तकनीकी कौशल में निवेश करने और आगे रहने के लिए प्रतिबद्ध होना चाहिए। यह भारत के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण है, क्योंकि देश वैश्विक अर्थव्यवस्था में तेजी से उभर रहा है।

आज के जॉब मार्केट में तकनीकी कौशल पहले से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण हैं। चाहे आप अभी अपना करियर शुरू कर रहे हों या अनुभवी पेशेवर हों, आज की तेज़–तर्रार, तकनीक–संचालित दुनिया में प्रतिस्पर्धी बने रहने और सफल होने के लिए अपने तकनीकी कौशल को विकसित करने और निखारने में निवेश करना ज़रूरी है। सही कौशल के साथ, आप नई नौकरी के अवसर खोल सकते हैं, अपनी कमाई की क्षमता बढ़ा सकते हैं और हमेशा बदलते जॉब मार्केट में अपना भविष्य सुरक्षित कर सकते हैं।

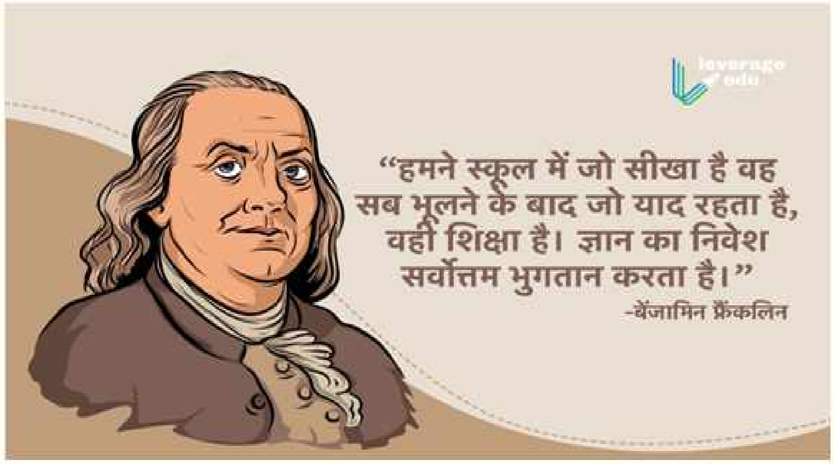
2. रटने की प्रणाली छोड़नी होगी–

हमारी शिक्षा प्रणाली में रटने की होड़ है। जो रटने की तकनीक का उपयोग करता है उसे अधिक अंक मिलते हैं। अब, जिसने संस्कृत में 95% अंक प्राप्त किए, भले ही वह संस्कृत बोलने में सक्षम न हो। $(a + b)2 = a2 + b2 + 2ab$ किसी को नहीं पता कि इसका वास्तविक जीवन में क्या उपयोग है, न शिक्षक, न प्रधानाचार्य, न छात्र। हो सकता है कि इसका कुछ मतलब हो, लेकिन किसी को भी इसका मतलब नहीं पता। हां, लेकिन अगर आप 2AB की जगह 3AB कहते हैं, तो आपको परीक्षा में नंबर कट जायेगें और लोग हंसते हुए दिखाई देंगे।

किंडर गार्टन में बच्चों को पढ़ाने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली तकनीकें कॉलेजों की रटने की प्रक्रियाओं से लाख गुना बेहतर हैं। सभी को एक ही पाठ्यक्रम और एक ही चीज सिखाई जाती है, बिना उनकी क्षमताओं को देखें। और रचनात्मकता का कोई महत्व नहीं रह गया है। अगर आप शेर, मछली, सांप और हाथी को एक ही पंक्ति में रखते हैं और उन्हें पेड़ पर चढ़ने को कहते हैं, तो वे जीवन भर यह महसूस करेंगे कि वे किसी भी चीज में अक्षम हैं। द्रोणाचार्य ने भी पांडवों को उनकी कौशल क्षमता के अनुसार अलग–अलग चीजें सिखाई। उन्होंने सभी को एक ही चीज नहीं सिखाई।

3. रचनात्मकता और रुचि को बढावा देना होगा –

हमारी शिक्षा प्रणाली में रचनात्मक शिक्षा और सोचने के लिए कोई स्थान नहीं है तथा छात्र हमेशा एक विशेष पाठ्यक्रम से बंधे रहते हैं और उन्हें वास्तव में अपनी सीमाओं से बाहर जाने के लिए प्रोत्साहित नहीं किया जाता है। हमारी शिक्षण पद्धति अत्यधिक एकरूप है तथा इसमें गतिशीलता और कौशल की कमी है। भारतीय शिक्षा प्रणाली छात्रों को पाठ्यक्रम से बाहर सोचने की अनुमति नहीं देती है। जब हम अपनी जिज्ञासा के कारण पाठ्यक्रम से बाहर सोचते हैं, तो शिक्षक की यह पंक्ति कि ''यह पाठ्यक्रम से बाहर है, इसलिए मैं इसे नहीं समझाऊंगा'' छात्र की जिज्ञासा को पूरी तरह से नष्ट कर देती है।



4. वित्तीय शिक्षा – एक चुटकी नमक के समान –

अगर हम किसी भी भारतीय बोर्ड के पाठ्यक्रम के लगभग दो दशकों पर नजर डालें, तो हम आसानी से निष्कर्ष निकाल सकते हैं कि पाठ्यक्रम में नगण्य बदलाव हुए हैं। भारतीय शिक्षा प्रणाली में एक चीज जिसकी कमी है, वह है बाजार का ज्ञान और साक्षरता का व्यावहारिक हिस्सा। साधारण शब्दों में कहें, तो हम हमेशा किसी विशेष प्रक्रिया की परिभाषा जानते हैं, लेकिन उसे कैसे करना है, यह कभी नहीं जानते। हमारे अंकों के अत्यधिक महत्व के कारण व्यावहारिक साक्षरता पूरी तरह से मिटा दी गई है। इसके साथ ही, हमारे पाठ्यक्रम में बाजार कैसे काम करता है और अर्थव्यवस्था कैसे चलती है, इसकी मूल बातें बिल्कुल भी नहीं सिखाई जाती हैं। छात्रों को कम से कम माध्यमिक स्तर से ही बुनियादी बाजार शिक्षा प्रदान की जानी चाहिए, ताकि वे दुनिया की वित्तीय कार्यप्रणाली की व्यापक समझ हासिल कर सकें।

अंत में, हमारी वर्तमान शिक्षा प्रणाली के उज्जवल भविष्य लिए आशा है कि सीखने की विधि को बदला जायेगा। अब सवाल उठता है, एक छात्र को क्या करना चाहिए?

1. हमें किताबों के पाठ्यक्रम के अलावा कौशल जोड़ने और नई तकनीकों को सीखने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए।

2. हमें खुद की और अन्य छात्रों की तुलना अंक प्राप्त करने के आधार पर नहीं करनी चाहिए। याद रखें, वे केवल संख्या मात्र हैं, जिनका व्यावहारिक जीवन में कोई उपयोग नहीं है।

श्री मानवेन्द्र सिंह
अतिथि रचनाकार

श्री राम जीवन प्रबन्धन के आदर्श प्रतिमान

सम्पूर्ण भारत रामकथा रसिक है। रामायण की कथा जन–जन के हृदय को आनंदित करती है। मानवीय आदर्शों की प्रशस्ति स्वरूप वाल्मीकि रामायण आदि काव्य के रूप में ख्याति प्राप्त है। रामकथा को मात्र धार्मिक ग्रन्थ के रूप प्रतिष्ठा प्राप्त नही है अपितु जीवन जीने के आदर्श, नैतिकता, त्याग, समर्पण, प्रेम, सौहार्द्र, सहिष्णुता, जीवन मूल्यों की संवाहक है रामायण। रामायण के नायक राम समूची मानव जाति के लिए आदर्श है ।

संस्कृत साहित्यशास्त्र में नायक के चार भेद बताए गए है। धीरोदान्त, धीरोदत धीरललित एवं धीरप्रशान्त। वीर रस प्रधान नायक धीरोदान्त तथा सर्वोत्कृष्ट श्रेणी का नायक बताया गया है। राम आदर्श चरित्र के प्रतिमान हैं तथा धीरोदान्त नायक हैं। राम आदर्श पुत्र, आदर्श सेवक, आदर्श पति, आदर्श मित्र, आदर्श शत्रु, आदर्श योद्धा, आदर्श भाई के रूपों में सामाजिक जीवन के आदर्श हैं। सहोदर के जन्म पर हर भाई राम के जैसा भाई चाहता है। हर माँ राम सा पुत्र चाहती है। मात्र भारत ही नही पाश्चात्य विद्वान मैक्डॉनल ने भी कहा है कि संस्कृत साहित्य की किसी भी रचना को आज तक रामायण से अधिक लोकप्रियता प्राप्त नही हुई है।

व्यक्ति के जीवन की सर्वाधिक महत्वपूर्ण इकाई होती है चरित्र। चरित्रवान जीव ही पुरूषार्थ साधकर सफलता के सोपान चढ़ता है। वाल्मीकि मुनि चरित्र को परिभाषित करते हुए कहते हैं कि आत्मवान, धैर्ययुक्त, कामादि शत्रुजित, कान्मिन, ईर्ष्या एवं निन्दा न करने वाला, सत्यप्रतिज्ञ, परोपकारी, ज्ञाननिष्ठ तथा समाधि लगाने वाला सत्चरित्रवान होता है। राम में ये सभी गुण वाल्मीकि रामायण सोदाहरण प्रस्तुत करती है। आदर्श सामाजिक प्रतिमान को प्रायोगिक धरातल पर देखें तो राम की पितृभक्ति अत्यन्त अदभुत है। राजा दशरथ से वनगमन का वृतान्त सुनकर राम माता कैकेयी से आज्ञा लेने आते है और कहते है कि माँ मैं तो पिता की आज्ञा से अनल में भी कूद सकता हूँ, समुद्र में भी छलांग लगा सकता हूँ। पितृ आज्ञा से बढ़कर जीवन में और कुछ नहीं है। आप किसी भी प्रकार का संकोच ना करें। ऐसा कहकर अन्य माताओं से आज्ञा लेकर राम वन को चले जाते है यद्यपि मार्ग में उन्हें पिता की पीड़ा का कष्ट बाधित करता जाता है।

वनगमन प्रसंग में ही जब लक्ष्मण कैकेयी पर अत्यन्त क्रुद्ध हो रहे थे तब श्री राम ने अपनी माता के प्रति आदर अभिव्यक्त करते हुए लक्ष्मण से कहा कि माता–पिता के आदेश पर संशय करना नीति विरूद्व है।

एक पत्नीव्रत के भी आदर्श प्रतिमान श्रीराम समूचे जगत के लिए स्पृहणीय है। राम ने सीता के अतिरिक्त स्वप्न में भी किसी स्त्री को नहीं सोचा था। सीताहरण के पश्चात जब यज्ञ में सपत्नीक बैठने का काल उपस्थित हुआ तो श्रेष्ठ धर्मशास्त्राचार्यों से परामर्श करके श्री राम ने सुवर्ण से सीताजी बनाकर जोड़े से यज्ञ सम्पादित करवाया। जबकि वे क्षत्रिय कुलावंशज थे। द्वितीय विवाह किसी भी दृष्टि से उस समय गलत नहीं था। किन्तु प्रभु श्री राम ने इस धरती पर अपने मर्यादा पुरूषोत्तम स्वरूप को प्रदर्शित करके सनातन संस्कृति के लिए एक आदर्श प्रस्तुत किया।

रामकथा मात्र एक कहानी नहीं है। ना ही मात्र धार्मिक ग्रन्थ है। अपितु यह शिक्षाप्रद कथा है। इसी कारण साहित्यशास्त्र के प्रमुख प्रयोजनों में भी उदाहरण प्राप्त होता है रामादिवत वर्तितव्यम न रावणादिवत, अर्थात, राम आदि के समान आचरण करना चाहिए। रावण आदि के समान नहीं। यहाँ रामादि के आदि पद से रामायण के समस्त अनुकरणीय पात्रों को लेना चाहिए। यथा भक्ति करो तो शबरी जैसी, मित्रता निभाओ तो केवट जैसी। नीतिज्ञ हो तो

विभीषण जैसा, पत्नी हो सीता जैसी। वधु हो तो उर्मिला जैसी। भाई हो तो भरत, लक्ष्मण जैसा, श्रद्धा हो तो हनुमान – गरूड़ जैसी आदि–आदि ।

"रावण आदि के समान नही" में आदि पद से आशय भ्रष्ट, मति भ्रष्ट, विवेक भ्रष्ट समस्त दुर्जन पात्रों से है।''

श्री राम की राजनीति भी धर्मपरायण थी । उनका प्रजा के लिए संदेश भी है कि यदि सभी नागरिक धर्म के अनुसार आचरण करेगें तो सम्पूर्ण समाज का कल्याण होगा। कहीं भी दुराचार, अनाचार जैसे नकारात्मक पक्ष देखने को नही मिलेगें। सत्ता के प्रति भी राम की लोलुपता कभी नही रही। मर्यादा की स्थापना हेतु, जीवन के उच्च मूल्यों का प्रतिमान जगत के समक्ष रखने हेतु श्री राम ने राज्याभिषेक की घोषणा के पश्चात भी स्मितवदन रहते हुए राज्य को तृणवत, त्याग दिया। वे इतने स्थित प्रज्ञ थे कि न तो राज्याभिषेक की सूचना से हर्षातिरेक का अनुभव किया । न ही वन गमन की आज्ञा से शोकातिरेक का अनुभव किया।

रामराज्य एक आदर्श शासन व्यवस्था के उदाहरण के रूप में बताया जाता है। प्रसंगवश हम ये भी जान लें कि आदर्श राज्य कैसा होता है जिस राज्य मे सम्पूर्ण प्रजाजन सुखी एवं सन्तुष्ट हो । किसी को अर्थ या भोजन – पानी–वस्त्रादि की कमी ना हो, वही रामराज्य का काल है। फलतः रामकथा प्राणिमात्र के लिए एक आदर्श जीवन जीने का तरीका बताती है। आदर्श राजनीति के उदाहरण प्रस्तुत करती है।

श्रद्धा तर्क से अतीत होती है। यदि हम रामकथा को प्रभु श्रीराम की कथा समझकर श्रद्धा से ग्रहण करें तो रामराज्य की आदर्श बातें, घटनाएं, राजनीति व्यवस्था, सामाजिक क्रियाकलाप, अध्ययन अध्यापन स्तर, शिल्पविज्ञान, निम्न व उच्च वर्ग की योग्यताएं, सीमाएं, सुविधाएं आदि आदर्श समान का स्वरूप उपस्थित करती है। यदि हम रामकथा का तर्कसंगत चिन्तन करें तो भी यही जानेगें कि सुराज्य क्या होता है। लोकतन्त्र की नींव के पत्थर कैसे होने चाहिए। शासन व्यवस्था, युद्धकौशल, यातायात, राज्य व्यवस्था, स्त्रियों की समाज में स्थिति, जनसाधारण के अधिकार एवं कर्तव्य जैसे व्यावहारिक स्वरूप जानेगें। इससे यह तो स्पष्ट हो जाता है कि रामकथा चाहे तर्क की दृष्टि से परखी जाए चाहे श्रद्धा से सींची जाए यह जनमानस के लिए सदैव उपकारक ही बनती है। शिक्षित, अशिक्षित, विद्वान, सामान्यजन सभी को अपनी – अपनी मति के अनुसार रामायण मे रूचिकर, हृदयग्राही एवं मंगलकारक विषय प्राप्त हो जाता है।

श्री राम के जीवन से हमें यह सीख लेनी चाहिए कि व्यक्ति को गुणवान, वीर्यवान, धर्मज्ञ, कृतज्ञ, हृदयव्रत, सत्यप्रतिज्ञ, सर्वभूहितरत, सत्यवादी, सर्वसमर्थ, प्रियदर्शन, जिज्ञासु तथा आत्मवान होना चाहिए। सर्वे भवन्तु सुखिनः। सर्व सन्तु निरामया। सर्वे भद्राणि पश्यन्तु। मा कश्चित दुःख भाग् भवेत्। अर्थात सभी सुखी हो। सभी रोगमुक्त रहें। सभी का कल्याण हो तथा कोई भी दुःख का भागी न बने । इस प्रकार का कल्याणकारी चिन्तन रामकथा जीवन के लिए प्रदान करती है ।

डॉ. रानी दाधीच
अतिथि रचनाकार

बच्चों का बदलता व्यवहार

व्यवहार समाज की पराकाष्ठा है। किसी के व्यवहार से ही उसका मनोविज्ञान जाना जा सकता है। मनोवैज्ञानिक फ्रायड ने मनुष्य के व्यवहार पर बहुत बड़ा शोध किया है। उनकी पुस्तक व्यवहारिक मनोविज्ञान विश्वभर मे सराही गई है। सपनों के माध्यम से फ्रायड ने मनुष्य का व्यवहार कैसा होगा ऐसा बताया है। अचेतन मन में घटी सभी घटनाओं को क्रमबद्ध तरीके से लिखा गया है तथा इसके आधार पर तय किया गया है। अब मैं बच्चों के बदलते व्यवहार पर कुछ अपने विचार रखना चाहती हूँ। क्योंकि मैं इस अनुभव से गुजर रही हूँ। आज के समय में मैंने छोटे से बच्चे का व्यवहार इस हद तक बदलते देखा है कि खुद माता–पिता को मजबूरन उनके आगे झुकना पड़ता है। बच्चा जो मात्र अभी एक साल का ही हुआ है उसे छोटी–छोटी बातों पर गुस्सा जाहिर करना आ जाता है। ये व्यवहार उसे कौन सिखाता है, थोड़ा बड़े होते ही हर बात की जिद करना अगर उन्हें थोड़ा डांट दो, या पिटाई कर दो तो बार–बार एक ही बात को दोहराना कि आप तो हमें प्यार नहीं करते डांटते रहते हो या मारते रहते हो। ये शब्द कहाँ से आते हैं इन छोटे बच्चों के दिमाग में। मुझे इतना याद है जब हम भी इस उम्र के थे तो शांत तो नहीं रहते थे, मतलब खेल कूद करना तो बच्चों की पहचान है लेकिन हमारे माता–पिता जब मारते या डांटते थे तो हम उन्हें ऊँची आवाज में जवाब भी नहीं दे सकते थे। किसी गलती की वजह से ना ही तो घर पर माता–पिता और ना ही स्कूल में अध्यापक, ज्यादा डांट या मार सकते है। सब बोलते हैं ज्यादा मत डांटो बच्चे के मन में ये बात बैठ जायेगी। आखिर इसका जिम्मेदार कौन है ... हम या ये समाज जो हमें ये करने के लिए प्रेरित करता है।

दो तीन साल का बच्चा भी फोन का आदी हो गया है अगर वह दिन में या किसी भी समय फोन न देखे तो वह उग्र रूप धारण कर लेता है। सामान फेंकता है, चिल्लाता है इतना ही नहीं वह तब तक रोता है जब तक उसके फोन लेने की इच्छा पूरी नहीं हो जाती। ये सब मैंने अपने साथ होते हुए देखा है जबकि मैंने मेरी बेटी को छोटी उम्र में फोन दिखा के कभी खाना तक नहीं खिलाया जो आजकल सभी माँ करती है अपने आराम के लिए फिर भी उसे इतनी आदत कैसे हो गयी। लेकिन बच्चे के इस तरह के व्यवहार के लिए कहीं न कहीं हम स्वयं जिम्मेदार हैं। क्योंकि पहले के लोग एक दूसरे के साथ समय ज्यादा व्यतीत करते थे और अब चाहे युवा हो, वयस्क हो या बुजुर्ग हो, सब सिर्फ मोबाइल तक ही सीमित रह गये हैं। सब के हाथ में मोबाइल ही रहता है। हर इंसान उसी को देखने में व्यस्त है तो जब बच्चा हमें जैसा करते देखता है वह भी वैसा ही अनुकरण करता है। एक माँ तो स्वयं को बच्चे की खातिर रोक सकती है परन्तु वह अन्य किसी को नहीं रोक सकती। अगर बच्चा कहीं पार्क भी घूमने जाता है तो वहाँ भी अन्य बच्चे उससे मोबाइल पर गेम की ही बात ज्यादा करते नजर आते हैं। आज जब मैं बच्चों का व्यवहार देखती हूँ तो चिंतित हो जाती हूँ कि उन्हें किस

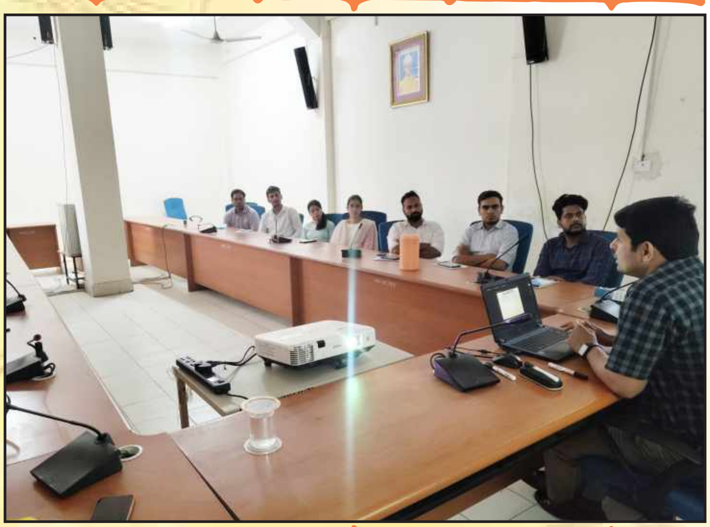
तरह से सम्भाला जाये। ज्यादा रोक–टोक भी ठीक नहीं आजकल बच्चों को गुस्सा भी बहुत आने लगा है। बड़े होकर वही उनके व्यवहार में इस कदर शामिल हो जाता है कि वह कुछ भी कर सकते हैं। मुझे लगता है बच्चे को बदलने से पहले हमें खुद को बदलना चाहिए क्योंकि बच्चा वही सीख रहा है जो देख रहा है। ये मोबाइल जो हर समय सबके हाथों मे रहता है इससे थोड़ा दूर रहना चाहिए। बच्चों के साथ समय बिताएं उन्हें प्यार से समझाएं और उनके सामने किसी पर भी गुस्सा न करें। उन्हे भी शांत रहना सिखाएं क्योंकि यह समस्या आगे चलकर और भी गम्भीर हो सकती है । अब बच्चे बहुत ज्यादा बदल रहे हैं उन्हें ज्यादा किसी की परवाह नहीं रही। उन्हें स्वयं से ज्यादा कोई पसंद नहीं आता। अब ना ही उनमें किसी का डर रहा है। जो डर हमें हमारे माता–पिता से रहता था अब बच्चों में वह नजर नहीं आता। पहल हम सबको ही करनी होगी बच्चों के भविष्य के लिए उन्हें बेहतर बनाने के लिए स्वयं बदलना होगा।

सुश्री लवली शर्मा
अतिथि रचनाकार

- **"समस्त भारतीय भाषाओं के लिए यदि कोई एक लिपि आवश्यक हो तो वह देवनागरी ही हो सकती है।"**
  - (जस्टिस) कृष्णस्वामी अय्यर।
- **"विदेशी भाषा का किसी स्वतंत्र राष्ट्र के राजकाज और शिक्षा की भाषा होना सांस्कृतिक दासता है।"**
  - वाल्टर चेनिंग।
- **"जब से हमने अपनी भाषा का समादर करना छोड़ा तभी से हमारा अपमान और अवनति होने लगी।"**
  - (राजा) राधिकारमण प्रसाद सिंह।
- **"हमारी हिंदी भाषा का साहित्य किसी भी दूसरी भारतीय भाषा से किसी अंश से कम नहीं है।"**
  - (रायबहादुर) रामरणविजय सिंह।
- **"उसी दिन मेरा जीवन सफल होगा जिस दिन मैं सारे भारतवासियों के साथ शुद्ध हिंदी में वार्तालाप करूँगा।"**
  - शारदाचरण मित्र।
- **"हिंदी चिरकाल से ऐसी भाषा रही है जिसने मात्र विदेशी होने के कारण किसी शब्द का बहिष्कार नहीं किया।"**
  - राजेंद्र प्रसाद।

कार्यालय में आयोजित हिन्दी पखवाड़ा एवं हिन्दी कार्यशाला की झलकियाँ

कार्यालय में आयोजित हिन्दी पखवाड़ा एवं हिन्दी कार्यशाला की झलकियाँ



कार्यालय में आयोजित हिन्दी पखवाड़ा एवं हिन्दी कार्यशाला की झलकियाँ

कार्यालय द्वारा आयोजित विभिन्न कार्यक्रमों एवं प्रतियोगिताओं की झलकियाँ

उत्तराखंड की ऐपण कला

उत्तराखंड की संस्कृति और परंपराओं में ऐपण कला एक महत्वपूर्ण स्थान रखती है। ऐपण कला को अल्पना भी कहा जाता है। यह उत्तराखंड के कुमाऊं क्षेत्र की पारंपरिक चित्रकला है। यह कला ना केवल अपनी सुंदरता के लिए जानी जाती है, बल्कि इसमें धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व भी छिपा हुआ है। ऐपण यानी दीवारों, कागजों और कपड़े पर प्राकृतिक वस्तुओं की आकृतियाँ बनाई जाती है। यह आकृतियाँ गेरू रंग की मिट्टी और चावल को सिलबट्टे पर पीसकर उसके पेस्ट से बनाई जाती है। उत्तराखंड के कुमाऊँ क्षेत्र में हर शुभ कार्य (शादी, त्योहार, जनेऊ, जागर और पूजा–पाठ) में ऐपण कला से घर को सजाने की परंपरा है। इस कला को अधिकतर सुहागिन महिलाएँ या फिर लड़कियां बनाती है। आज इस कला ने आधुनिक रूप ले लिया है यानी बाजार के पक्के रंगों (लाल और सफेद) का इस्तेमाल कर लोग इस कला से अपना घर सजाने लगे हैं। बाजार के पक्के रंगों से बनी ऐपण कला लंबे समय तक खराब नहीं होती है। इसलिए आजकल इस कला को बनाने के लिए पक्के रंगों का इस्तेमाल अधिक होने लगा है।

ऐपण कला का इतिहास : इस कला का इतिहास उत्तराखंड के प्राचीन काल से जुड़ा हुआ है। ऐपण शब्द की उत्पत्ति संस्कृत भाषा के 'अल्पना' शब्द से हुई है। ऐपण शब्द का अर्थ सजावट या अलंकरण होता है। इस कला का इस्तेमाल घर, फर्श, आंगन, दीवारों और पूजा स्थलों को सजाने के लिए होता है। ऐपण कला की उत्पत्ति कुमाऊँ क्षेत्र में हुई और इसमें ज्यामितीय पैटर्न, पुष्प आकृतियाँ और धार्मिक व लोक संस्कृति के प्रतीक आदि शामिल हैं। इस कला के बारे में कहा जाता है कि इसकी उत्पत्ति के पीछे उत्तराखंड के कुमाऊँ क्षेत्र की सांस्कृतिक और धार्मिक मान्यता है। यह कला मानव सभ्यता में सजावट के महत्व को समझाती है। ऐपण कला का मुख्य उद्देश्य घर–आंगन को सजाना है।

ऐपण कला को पाँच भागों में बांटा गया है :

कुमाऊँनी ऐपण : इस कला की उत्पत्ति कुमाऊँ क्षेत्र में हुई थी और इसका तात्पर्य पारंपरिक ऐपण कला से है। आमतौर पर इस कला में लाल व काले रंग की पृष्ठभूमि में चावल के सफेद पेस्ट का इस्तेमाल होता है। यह कला शुभ अवसरों पर कुमाऊँ क्षेत्र में बनाई जाती है।

सौर ऐपण : यह कला कुमाऊँनी ऐपण कला की एक विशिष्ट शैली है। इस कला की उत्पत्ति सौर घाटी में मानी

जाती है। इस कला में स्थानीय देवता, पौराणिक प्राणियों और आकाशीय तत्वों का चित्रण शामिल हैं। यह कला जटिल विवरण और जीवंत रंगों के उपयोग के लिए जानी जाती है।

खरिया ऐपण : यह कला कुमाऊँनी ऐपण की एक शैली है, जो मुख्य रूप से अल्मोड़ा क्षेत्र में प्रचलित है। इसमें ज्यामितीय आकार, शैलीगत वनस्पतियाँ और पशु–पक्षियों की आकृतियाँ शामिल है। इसकी विशेषता बारीक रेखाएँ और नाजुक पैटर्न है।

दान ऐपण : यह कला कुमाऊँनी ऐपण कला की एक शैली है, जो पारंपरिक रूप से दान और परोपकार से जुड़ी हुई है। इस कला में बर्तनों में शुभ प्रतीक ऐपण बनाकर भोजन चढ़ाने और दान करने या उपहार देना आदि शामिल है।

मंदाकिनी ऐपण : यह कला कुमाऊँनी ऐपण की एक शैली है। इसकी उत्त्पति कुमाऊं के मंदाकिनी घाटी में हुई थी। इसमें फूल, पक्षी, पत्तों और प्रकृति की विभिन्न आकृतियाँ शामिल हैं। इस कला में कई परतों और जटिल पैटर्न का इस्तेमाल होता है।

ऐपण कला की सांस्कृतिक विशेषताएँ :

कुमाऊँनी ऐपण कला की सांस्कृतिक विशेषता इसकी सुंदरता और सादगी में निहित है। इस कला में विभिन्न ज्यामितीय, देवी–देवताओं व प्राकृतिक तत्वों की आकृतियों का चित्रण किया जाता है। ये आकृतियाँ ना केवल सुंदर होती है बल्कि इनका कुमाऊँ क्षेत्र में अपना धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व भी है। इन आकृतियों को सुख–समृद्धि और शुभता का प्रतीक माना जाता है। ऐपण कला के लिए गेरू (लाल रंग की मिट्टी) और चावल के पेस्ट का इस्तेमाल होता है। कुमाऊँ क्षेत्र के हर घर में हर शुभ कार्य के अवसर पर ऐपण कला बनाने का रीति–रिवाज है, जो आज भी चली आ रही है। यह कला प्रकृति से अधिक जुड़ी हुई है, क्योंकि इस कला को कुमाऊँ क्षेत्र की हर जाति और समाज के लोग बनाते हैं।

ऐपण कला बनाने की विधि : ऐपण बनाना बहुत ही आसान है, मगर इसे बनाने के लिए धैर्य और कौशल की जरूरत होती है। सबसे पहले जिस सतह पर ऐपण बनाने है, उसे अच्छे से साफ करेंगे और फिर सतह पर लाल रंग की मिट्टी (गेरू) का लेप लगाएंगे। लेप लगाकर 15–20 मिनट सतह को सूखने दें। इस लेप से सतह शुद्ध और साफ हो जाती है। 50–100 ग्राम या जरूरत के अनुसार चावल को 20–30 मिनट गर्म पानी में भिगो लें और इसके बाद चावल को सिलबट्टे पर पीसकर घोल (पेस्ट) बना लें। यह घोल ऐपण कला में सफेद रंग का काम करता है। अब आकृतियों की रूप रेखा तैयार कर घोल से आकृतियाँ बनाएँ। इस दौरान धैर्य और कौशल का परीक्षण होता है। ऐपण कला में आकृतियों को बनाने के लिए विभिन्न चीजों का इस्तेमाल होता है। जैसे– धागा, पत्ते, फूल आदि।

ऐपण कला का महत्व :

उत्तराखंड के कुमाऊँ क्षेत्र में ऐपण कला का धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व अत्यंत व्यापक है। स्थानीय लोग विशेष अवसरों, त्योहारों, और धार्मिक अनुष्ठानों के दौरान ऐपण कला का निर्माण करते हैं। यहाँ ऐपण को शुभता और समृद्धि का प्रतीक माना जाता है। इसलिए इस कला को स्थानीय लोग घर और परिवार में

सुख–शांति और समृद्धि से जोड़कर देखते हैं।

धार्मिक महत्वः कुमाऊँ क्षेत्र में दीपावली में लक्ष्मी जी के पैर, नवरात्रि में देवी माँ की आकृति, शादी में मंडप–यज्ञ और पूजा–पाठ जैसे धार्मिक समारोहों में अलग–अलग प्रकार की ऐपण कला बनाई जाती है। सभी कला–आकृति का अपना–अपना धार्मिक महत्व है।

सांस्कृतिक महत्वः ऐपण कला कुमाऊँ क्षेत्र के त्योहारों और उत्सवों का अभिन्न हिस्सा है। कुमाऊँ क्षेत्र के लोगों का यह ना केवल घर सजाने का माध्यम है बल्कि यह कला उनकी सांस्कृतिक पहचान को भी दिखाती है। इस कला का सामाजिक पहलू भी है। ऐपण कला को बनाने के लिए क्षेत्र की महिलाएँ और लड़कियाँ एक जगह पर एकत्रित होकर मिल–जुल कर बनाती है। इससे सामाजिक और पारिवारिक संबंध मजबूत होते हैं।

ऐपण कला की स्थितिः उत्तराखंड के कुमाऊँ क्षेत्र की ऐपण कला आज भी अपनी प्रासंगिकता और महत्व को बनाए रखी है। हाँ आधुनिकता और शहरीकरण के कारण इस कला को बनाने की प्रक्रिया में थोड़े बदलाव जरूर आए हैं। पहले जहाँ गेरू (लाल रंग की मिट्टी) और चावल के घोल का इस्तेमाल होता था, वहीं आज बाजार के पक्के रंग का इस्तेमाल होने लगा है। इस कला को जिंदा रखने के लिए उत्तराखंड सरकार द्वारा लगातार प्रयास किए जा रहे है। इसके अलावा कई स्थानीय लोग इस कला से जुड़कर अपना स्वरोजगार भी कर रहे हैं। आधुनिकता के कारण कुमाऊँ की ऐपण कला अपनी पारंपरिक रूप खोती या बदलती जा रही है। आज लोग बाजार के आधुनिक सजावट के तरीकों की ओर अधिक आकर्षित हो रहे है, जिस कारण यह कला प्रभावित हो रही है। नौकरी और कैरियर की दौड़ से युवाओं की पारंपरिक व सांस्कृतिक कलाओं के प्रति कम रूचि दिखाई देती है। इसलिए आज ऐपण जैसी कलाओं को जिंदा रखने के लिए युवाओं की भागीदारी आवश्यक है।

ऐपण कला को बचाने हेतु प्रयासः उत्तराखंड की विभिन्न संस्थान और संगठनों द्वारा कुमाऊँ क्षेत्र के ऐपण कला को संरक्षित करने के लिए शिक्षा और प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है। इन कार्यक्रमों के माध्यम से ऐपण कला की तकनीक और महत्व के बारे में सिखाया और समझाया जा रहा है। इसके अलावा ऐपण कला को प्रोत्साहित करने के लिए सरकार द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रमों के आयोजन किए जा रहे हैं। इन कार्यक्रमों के जरिए स्थानीय लोगों में इस कला के प्रति रुचि बढ़ाने का प्रयास किया जा रहा है। सोशल मीडिया के माध्यम से आज ऐपण कला को देश–विदेश तक पहुंचाने के प्रयास भी किए जा रहे हैं।

निष्कर्षः उत्तराखंड के कुमाऊँ क्षेत्र की ऐपण कला एक प्राचीन और महत्वपूर्ण परंपराओं में से एक है। इस कला ने अपने सादगी और सुंदरता से लोगों को सदियों से अपनी ओर मोहित किया है। यह कला न केवल सौंदर्य का प्रतीक है, बल्कि इसमें धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व भी निहित है। ऐपण जैसी कलाओं को संरक्षित और प्रोत्साहित करने के लिए शिक्षा, प्रशिक्षण, और सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन आवश्यक है। ऐपण कला ना केवल उत्तराखंड की धरोहर है, बल्कि यह उत्तराखंड की सांस्कृतिक पहचान का एक महत्वपूर्ण हिस्सा भी है।

सुश्री रश्मि राज
कनिष्ठ अनुवादक

क्रोध की जटिल दुनिया

अपने अहं के कारण, स्वार्थ के कारण, लोभ के कारण आज पूरा विश्व बारूद के ढेर पर खड़ा है। क्रोध की अग्नि में जल रहा है। सबके पास विनाश का सामान तैयार है बस चिंगारी लगाने की आवश्यकता है ।आज हर देश शक्तिशाली बनना चाहता है। हर देश अपना विस्तार करना चाहता है। बड़ा बनना चाहता है। एक ही देश में रह कर हम अपने अस्तित्व के लिए स्वतंत्रता की माँग कर रहे हैं। चाहे वह धर्म, जाति, क्षेत्र, भाषा के नाम पर क्यों न हो। बड़ा बनने की चाहत उनके अहं को प्रकट करती है। जब अहं टकराता है तो विस्फोट होता है। क्रोध का ज्वालामुखी फटता है। बदले की आग लगती है और अशान्ति का लावा निकलता है। चाहे यूक्रेन—रूस हो, इजरायल—हमास युद्ध हो या मणिपुर के मैतेई—कुकी ही क्यों न हो। चारों तरफ क्रोध की अग्नि जलती नजर आ रही है, मौत का ताण्डव दिखाई देता है। उत्तराध्ययनसूत्र अध्ययन 23 में कैशी श्रमण ने कहा है— संपज्जलिया घोरा अग्गी चिट्ठइ गोयम। यह अग्नि और कोई नहीं, क्रोध की अग्नि है। जब यह आग भड़कती है तो क्षमा, दया, शील, संतोष, तप, संयम, ज्ञान आदि उत्तम गुणों को जला कर भस्म कर देती है। चेतन पर मिथ्यात्व की कालिमा चढ़ा देती है। क्रोध से ही विनाश एवं संघर्ष के बड़े—बड़े उपक्रम खड़े होते हैं। क्रोधाग्नि एक ऐसी आग है जो कामनाओं की अतृप्ति से उत्पन्न होती है, अहंकार से पोषित होती है, लोभ से क्रियान्वित होती है तथा माया से छली जाती है। क्रोध से सम्बन्धों की सीमाएँ टूट जाती है और ऐसा क्रोध जो सब कुछ नष्ट करने को तत्पर है, उससे बचना जरूरी होता है। इस पर नियंत्रण रखना आवश्यक होता है लेकिन धैर्य के अभाव से, सहनशीलता के अभाव में ऐसा हो नहीं पाने से क्रोध की आग शांत नहीं हो पाती। ऐसी आग में मानवता भभक रही है।

क्रोध उत्पति के कारण—क्रोध ऐसी बला है जिसकी शुरुआत अविवेक से होती है और अंत पश्चाताप से। जब हम क्रोध से गुजरते हैं, तब लगता है हमने बहुत बड़ी गलती कर दी है। गलती के बाद हमारे हाथ में कुछ होता नहीं क्योंकि आग लग चुकी होती है, परिणाम पश्चाताप ही है। क्रोध व्यक्ति के भीतर होता है जिसका कारण वह बाहर ढूंढता है, निमित्त को दोष देता है। उसका अहंकार ही उसके क्रोध का कारण बन जाता है। जब अहंकार पर चोट होती है तो वह खंडित होने पर होने वाले लाभ—हानि में बदल जाता है। जब विपरीत परिणाम आता है तो क्रोध में बदल जाता है। शास्त्रकारों ने क्रोध आने के निम्नलिखित प्रमुख कारण बताये हैं :

क्रोध का कारण है— कामनाएँ। कामना एक ऐसी धधकती आग है जो कभी बुझती नहीं। नये—नये रूपों में प्रज्वलित रहती है। कामना की आग में मिट जाना विनाश है, संघर्ष है और इसे नियन्त्रित करना विवेक तथा उसे बुझा देना विजय। कामना पूर्ति में कोई समाधान नहीं क्योंकि वह अहंकार को जन्म देती है तथा कामना की अपूर्ति भीषण जलन एवं ईर्ष्या को जन्म देती है। कामना पूरी न हो तो क्रोध पैदा होता है और क्रोध से विवेक समाप्त हो जाता है, बुद्धि नष्ट हो जाती है।

मनोवैज्ञानिक का कहना है अपने अंदर गुस्सा रखना बेहद खतरनाक है, इसलिए जब—जब आप कुंठित हो, गुस्से में हो, शांत रहो। मन को हल्का करने के लिए अपने मन की पीड़ा को आवाज देना तथा गुस्से को अभिव्यक्त करना जरूरी है, 'हील योअर इनर वूंड्स' पुस्तक के एबी वाइन जो कि एक मनोचिकित्सक और एनर्जी हीलर भी है, उनका कहना है आप अंदर से हल्के और साफ नहीं होंगे तो बाहर चाहे कितना ही साफ—सफाई से रहने के प्रयास क्यों न करें लेकिन मानसिक और शारीरिक तौर पर आप बीमार ही रहेंगे। मन को साफ करने के लिए पुस्तक में बताया कि अब आप बच्चे होते हैं तो बिना संकोच रोते हैं, अपना गुस्सा निकाल लेते हैं लेकिन जैसे—जैसे आप बड़े होते हैं वैसे—वैसे आप अपने गुस्से को स्वतः अभिव्यक्त करने पर रोक लगा देते हैं, उसे दबा देते हैं। धीरे—धीरे दबा हुआ गुस्सा, कुण्ठा में बदल जाता है तथा मनो—ग्रंथियों को जटिल बना देता है । इससे व्यक्ति जन्म—जन्मान्तरों की गाँठ बांध लेता है, जिनसे कई बीमारियों उत्पन्न हो जाती हैं।

कनाडा के ओंटेरियो यूनिवर्सिटी में हुए एक अध्ययन के अनुसार कुण्ठा व तनाव के लगभग 64 प्रतिशत मरीजों का यह मानना था कि उन्हें इस बात का बिल्कुल भी अन्दाज नहीं था कि उनकी इस बीमारी की वजह उनके अन्दर दबा हुआ गुस्सा है। यह गुस्सा (क्रोध) दूसरों की वजह से शुरू होता है और अन्ततः व्यक्ति इसे स्वयं पर ही निकालना शुरू करता है, जिससे वह स्वयं का ही नुकसान करता है।

अपेक्षा की उपेक्षा हो– आपकी इच्छानुरूप, आपकी कामनाओं के अनुरूप जब काम नहीं होता है या आपकी चाहत की उपेक्षा होती है तो क्रोध आता है। चाहत के संसार में वर्तमान में जो कुछ भी है, पह अत्यल्प है। कुछ और मिल जाए, कुछ और हो जाये, ऐसी भावना कभी तृप्त नहीं होती। किये गये कार्यों के परिणाम आपके अनुरूप नहीं आये तो आप क्रोधित हो जाते है, किसी ने आपका कहना नहीं माना, आपका बहिष्कार किया। इस प्रकार आपकी अपेक्षा की उपेक्षा होने से क्रोध आता है।

दुर्वचनों का प्रयोग – किसी ने आपको अपशब्द कह दिए, दुर्वचन बोल दिए, अनुचित व्यवहार कर दिया, आप क्रोधित हो गए। आपके वो शब्द ही है जो आग लगा देते हैं और बाग भी लगा देते हैं, प्रसन्न भी कर देते हैं और खिन्नता भी पैदा कर देते हैं। दुर्वचन हमारे अन्तरंग में क्रोधोत्पति के कारण होते हैं। दुर्वचन किसी को प्रिय नहीं होते। दुर्वचन द्रोपदी ने कहे, दुर्योधन के चित में आग लगी। शराब के नशे मे मत्त होकर यादव कुमारों ने मुनि के प्रति अनुचित व्यवहार किया। द्वेपायन मुनिराज तेजल क्षमता के धारी थे, शुक्ल लेश्या के धारी थे, उन्होंने देवों के अनुत्तर विमानों की उत्कृष्ट आयु, जो सर्वोत्कृष्ट होती है, उनको बंद कर रखा था, ऐसे महामुनि थे लेकिन यादव कुमारों के अनुचित व्यवहार के आगे अपने आप को सम्भाल नहीं सके। उनके अन्दर क्रोध की अग्नि उत्पन्न हुई। सारी तपस्या की ताकत भस्म हो गई। यदि वे अपने आप को सम्भाल लेते तो केवली बन जाते।

मन में भ्रम एवं गलतफहमी होना – सन्देह, भ्रम, गलतफहमी, भ्रान्तियाँ, ये सभी क्रोध को बढ़ाने वाले हैं। इससे कम्युनिकेशन गैप होता है। वैमस्यता बढ़ती है। हम कुछ और सोचते हैं, सामने वाला कुछ और करता है, जिससे क्रोध बढ़ाता है ।

विचार एवं रुचि भेद– विचार भेद एवं रुचि भेद पैदा होने के कारण इस दुर्बलता को सहन नहीं कर पाते हैं और हम भटक जाते हैं। सामने वाले को गलत एवं स्वयं को सही मानने लग जाते हैं। जिससे विचारों में सांमजस्य नहीं हो पाता। जिससे क्रोध आता है, असहिष्णुता का जन्म होता है। विचारों मे भिन्नता आने से व्यक्ति अपनी बात को मनवाने के लिए उत्तेजित होता है और अहित कर बैठता है। यदि अनेकान्त की दृष्टि से वैचारिक समन्वयक प्रयास करते है तो क्रोध पर नियन्त्रण हो सकता है। गाँधी जी ने कहा विरोधियो को भी मित्र मानो, इससे क्रोध नहीं आयेगा।

पूर्वाग्रह की भावना – दूसरों के प्रति पूर्वाग्रह भी क्रोध का कारण बन जाता है। व्यक्ति दूसरे के प्रति पहले से ही सोच लेता है यह तो मेरी बात मानता ही है यह मेरा ही है लेकिन जब यथार्थ में वैसा नही होता तब क्रोध भड़क जाता है ।

ईर्ष्या – यह मनुष्य स्वभाव की विकृति है। जो व्यक्ति को भीतर से खोखला कर देती है, सुख, चैन छीन लेती है । इसके कारण है स्व–महत्व की इच्छा, अति महत्वाकांक्षी होना। इसका जन्म दूसरों की तुलना करने पर होता है। इसकी भावना तब होती है जब वह हीनता के भावों से ग्रसित हो जाता है और पहचान पाने के लिए स्वयं को सिद्ध करना चाहता है। ऐसे में वह स्वभाव से क्रोधी बन जाता है।

वेद मोहनीय कर्म जब हृदय में आते हैं तब क्रोध उत्पन्न होता है। इसके परिणाम बहुत ही घातक एवं खतरनाक होते है। जो निम्न हैं :

(1) सुख को भस्म करता है – क्रोध वह अग्नि है जो सुखरूपी वृक्ष को भस्म कर डालती है सन्त कहते हैं जो तुम्हारे सुख को भस्म कर डाले, उसका नाम क्रोध है। जो तुम्हारे चैन को खाक कर दे, उसी का नाम क्रोध है। यह एक प्रकार का अस्थायी पागलपन है। जब व्यक्ति के चित्त में उन्मतता छाती है तो उसे कुछ सुध–बुध नही रहती। क्रोध में व्यक्ति अंधा हो

जाता है, वह सुख को प्राप्त नही कर सकता। सन्त कहते हैं सुख की अनुभूति के लिए मन की स्थिरता जरूरी है। क्रोध मन को अस्थिर करता है। शास्त्रकार कहते है क्रोधः शमसुखार्गलः अर्थात क्रोध सुख के लिए एक प्रकार का बन्धन है। अतः स्थायी सुख के लिए अपने क्रोध पर नियन्त्रण जरूरी है ।

बाह्य शत्रु मनुष्य को इतनी हानि नही पहुंचाता, जितनी हानि उसके भीतरी शत्रु पहुंचाते है। भीतरी शत्रु स्वयं से उत्पन्न विकार जैसे क्रोध, मान, माया, लोभ आदि ही है। इन पर नियन्त्रण नहीं हो तो मनुष्य का आत्यन्तिक पतन सम्भव है। क्रोध मनुष्य की शक्ति भी है और दोष भी। दूसरों को वह डराने, धमकाने में शक्ति का काम करता है तथा स्वयं को अशान्त एवं असन्तुलित बनाने में दोष का कार्य करता है। क्रोध की शक्ति इष्ट नही, अनिष्ट अधिक करती है। इससे शारीरिक, मानसिक और आत्मिक तीनों स्तर पर स्वास्थ्य बिगड़ता है। क्रोध की स्थिति में व्यक्ति स्वयं को ही श्रेष्ठ समझता है। वह दूसरों की बात सुनना नहीं पसन्द करता इसलिए वह दुःखी एवं कुण्ठित हो जाता है ।

(2) क्रोध प्रीति का नाश करता है– क्रोध का निवास कपाल में होता है । यह मनुष्य की प्रकृति को क्रूर बना देता है । क्रोध में आकर व्यक्ति परिजनों एवं स्वयं का भी घात कर बैठता है इसलिए क्रोध को चाण्डाल की उपमा दी गयी है। कोहो पीई पणासेइ अर्थात क्रोधी के साथ प्रीति का निर्वाह नहीं होता। क्रोध के फलस्वरूप जीव कुरुप, सत्वहीन, अपयश का त्यागी और अनन्त जन्म से मरण करने वाला बन जाता है। इसलिए क्रोध हलाहल विष के समान है। इसिभासियाई 36.15 स्पष्ट करता है–

कोहो विधा ण जाति, मातरं पितरं गुरू।
अधिखिवंति साधू य रायाणो देताणिय।।

अर्थात् क्रोध के आवेश में व्यक्ति माता–पिता–गुरू, साधु, राजा, देवता आदि किसी को भी नहीं समझता। यह क्रोध रिश्तों मे विष घोलता है, दोस्तों में दरार उत्पन्न करता है, दामपत्य जीवन को बर्बाद कर देता है, परिवार को विषाक्त बना देता है। इस प्रकार क्रोध प्रीति एवं मधुर रिश्तों को तार–तार कर देता है।

शोध के अनुसार व्यक्ति द्वारा 3 घण्टे तक शारीरिक श्रम करने के बाद जो शरीर की क्षति होती है उतनी क्षति केवल 15 मिनट के क्रोध से क्षीण हो जाती है। क्योंकि क्रोध से भीतर में आग अनेक घातक रसायनों का स्राव कर देती है जिसके प्रभाव से रक्त भी जलने लगता है। क्रोध विष उगलता है, ईर्ष्या के अंगारे बरसाता है जो जहर से भी अधिक खतरनाक है। क्रोध के कारण ही देवरानी की कोख उजड़ गयी। बात छोटी सी थी। मेहमानों के आने पर थोड़ा काम मे हाथ बटाने की बात कह दी। देवरानी अमीर घराने की थी। जेठानी की बात सहन नहीं हुई। क्रोध की आग भभक गई। अपशब्दों की बौछार चालू हो गयी। देवरानी का 6 माह का शिशु पालने में सो रहा था। अचानक जग गया। माँ ने दूध पिलाया, आधे घण्टे बाद ही बच्चा नीला पड़ गया और काल को प्राप्त हो गया। देवरानी की कोख सदा के लिए उजड़ गई। इस प्रकार स्पष्ट होता है क्रोध हमारी चेतना को जडाक्रान्त बन देता है। हमारे विचारों एवं विवेक को भी नष्ट कर देता है, जीवन नर्क बना देता है ।

क्रोध के कारण सदगुण, अच्छाईयाँ नष्ट हो जाती हैं, क्रोध के कारण ही मुनि खम्भे से टकरा गये और कालधर्म को प्राप्त कर चण्डकोशिक दृष्टिविष सर्प बने। जिसका विष प्रभु महावीर ने उतारा। क्रोध के कारण मुनि ने शिष्य के कहने पर मेंढक पाँव के नीचे आकर मरने से प्रायश्चित नहीं किया। परिणामस्वरूप क्रोध के कारण खम्भे से टकरा गये। मरने पर भी क्रोध ने पीछा नही छोड़ा। जहरीला चण्डकोशिक बना।

(3) क्रोध 'स्व' एवं 'पर' के लिए घातक है– क्रोध एक ऐसा शत्रु है जो आत्मघातक एवं परघातक भी है। यदि हम अपने जीवन पर दृष्टिपात करें तो ज्ञात होता है हमारे जीवन में काम, क्रोध, मद, मोह, दम्भ, दूर्भाव, ईर्ष्या, द्वेष, लोभ आदि भावनाऐं अंगारे की तरह सदृश्य बरस रही हैं। हमारी चित्त भूमि इन अंगारों से बेबस और बेहाल है। क्रोध के बरसते अंगारों ने करूणा, प्रेम संवेदना से भरे हमारे अंतस के ताल–तलैया, सरिताओं को सोख लिया है। इससे व्यक्ति स्वयं एवं पर दोनों के लिए घातक बन रहा है। उत्तराध्ययसूत्र कहता है व्यक्ति को अपने पर भी क्रोध नहीं करना चाहिए। अप्पार्ण वि न कोवए

(उत्तराध्ययसूत्र 140) स्वयं पर क्रोध करना आत्मघात है। वह महान अनर्थ को जन्म दे सकता है। क्रोध ऐसी अग्नि है जो स्वयं को भी जलाती है तथा दूसरों को भी जलाती है। इसके होने पर धर्म, अर्थ, ज्ञान, पुरूषार्थ की प्रवृति सम्यक् नहीं हो पाती। क्रोध से होने वाली हानियों को तारायण ऋषि ने एक गाथा में स्पष्ट करते हुए इसिभासियाई 36.7 में कहा–

सतत बुद्वि मती मेघा, गम्भीरं सरलत्तणं।
कोहग्गिडति भूतस्य, सव्वं भवति णिप्पभं।।

अर्थात क्रोधाग्नि से प्रभावित व्यक्ति सत्तव (बल), बुधि (निर्णय शक्ति), मति (चिन्तन शक्ति), मेधा (प्रतिभा), गम्भीरता, सरलता आदि सब गुण निष्प्रभ हो जाते है। अज्ञानता से विमूढ़ जब क्रोध का महाबाण छोड़ता है तो इससे वह स्वयं को ही भेदता है।

क्रोध मुक्ति के उपाय– क्रोध एक विकार है, दुर्बलता है। अपनी दुर्बलता को जीतने का नाम अध्यात्म है। जो निरन्तर पुरूषार्थ से सम्भव होता है। चित्त की अशान्ति, चित्त की उदिग्नता को नष्ट करने के लिए अध्यात्म का जागरण जरूरी है। अनेकान्त दृष्टि से वैचारिक मतभेदों को दूर किया जा सकता है। समन्वय, सामंजस्य बनाना तथा दूसरों की बातें सुनना, उन्हें महत्व देने से क्रोध शान्त हो जाता है। जब क्रोध आता है तब उस स्थान को बदलने से कार्य की दिशा बदलने से, क्रोध शान्त हो जाता है। संकल्प शक्ति को बढ़ाकर अर्थात यह सोच ले कि क्रोध मेरे जीवन का प्रबल शत्रु है, मुझे इससे मुक्ति पानी है, इस पर नियन्त्रण करना है। ऐसा संकल्प लेने से इस पर विजय प्राप्त कर सकते हैं। घर में बोर्ड पर लिखें –क्रोध मेरा प्रबल शत्रु है पागलपन है, क्रोध मेरी शान्ति छीनने वाला है, मेरे सुखों को भस्म करने वाला है, मुझे इससे मुक्ति पानी है । ऐसे वाक्य बार–बार पढने से मन शान्त हो जाता है ।

क्रोध के बाद स्व मूल्यांकन करना, स्वयं को दण्डित करना, स्व निन्दा आलोचना करना, बार–बार अपनी गलती को दोहराने से क्रोध शान्त हो जाता है। ऑटो सजेशन भी कारगर उपाय है। ध्यान करना एकाग्रता लाना क्रोध कम करने के उपाय है। क्रोध के प्रति एक जागृति और पश्चाताप के भाव हो, परिताप के भाव हो, हानियों को अपने सामने रखकर चलने से क्रोध पर नियन्त्रण हो सकता है। क्रोध प्रतिकूलता के कारण आता है। जिसे अनुकूलता में बदलने का प्रयास जरूरी है। समताभाव, क्रोध को शान्त करने का नीर है। समता में रहने वाला सदा सुखी रहता है। दूसरों से तुलना करना ईर्ष्या को बढ़ावा देता है। ऐसी स्थिति में दूसरों को नीचे दिखाने में अपनी ऊर्जा नष्ट नहीं करें क्योकि यह प्रसन्नता की दुश्मन बन जाती है। नकारात्मक भावों का कारण बनती है। अतः ऐसे भावों को पास न आने दें। धैर्य एवं विवेक प्रज्ञा को जाग्रत करता है, क्रोध से इनका नाश होता है। अतः अपने कार्यो में धैर्य एवं विवेक का उपयोग करने पर क्रोध उत्पन्न ही नहीं होता है। अतः अपने विवेक एवं धैर्य को दृढ़ बनाने के अभ्यास से क्रोध नष्ट किया जा सकता है। क्रोध का शमन मौन द्वारा किया जा सकता है। मौन तो वह मन्त्र है जिसके सामने क्रोध भी सारी शक्ति विफल हो जाती है। भतृहरि ने कहा–क्रोध को जीतने में मौन जितना सहायक है, उतना और कोई नहीं।

इस प्रकार स्पष्ट है क्रोध के दावानल में जलने समन्दर रूपी जटिल दुनिया के लिए समता हो नीर, विवेक का विनय, अध्यात्म का आत्म–जागरण, अहंकार एवं क्रोध को क्षमा से जीता जा सकता है। क्षमा से बढ़कर कोई उपाय नहीं है। क्रोध के परिणामों को बिगड़ने नहीं देना ही हमारा विवेक है और शमन करने का उपाय है। जीवन में शांत एवं सुखी रहना है तो उन्हें समझकर जीवन में उतारने से ही क्रोध की प्रचण्ड ज्वाला में भस्म होने से बचा जा सकता है ।

श्री पदम चन्द गाँधी
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
(सेवानिवृत)

श्रीकांत

श्रीकांत का जन्म 18 दिसम्बर 1931 को छत्तीसगढ़ अंचल के बिलासपुर शहर में हुआ। इनके पिता वकील थे पर उनके जीवन का समर्पण राजनीति के प्रति रहा। इनके पिता राजकिशोर वर्मा स्वाधीनता आंदोलन में गांधी जी के आह्वान पर जेल भी गए श्रीकांत के बचपन मे इन्हे मां का प्यार नहीं मिला लेकिन दादी से बहुत प्यार मिला और दादी के धार्मिक स्वभाव का उन पर बहुत प्रभाव पड़ा। चौदह साल की उम्र में इनके ऊपर से दादी का साया भी उठ गया।

एक सम्पन्न परिवार में पैदा होने के बावजूद भी श्रीकांत को अपनी किशोरवस्था से ही मुश्किलों का सामना करना पड़ा। चार भाईयों और दो बहनों के बीच श्रीकांत सबसे बड़े होने की वजह से दायित्व और जिम्मेदारियों के निर्वाह में आजीवन लगे रहे। उनके परिवार की आर्थिक दयनीय स्थिति को देखकर उन्होंने अपनी पढ़ाई बीच में ही छोड़कर बिलासपुर में ही स्कूल मे शिक्षक की नौकरी कर ली लेकिन नौकरी भी पक्की नहीं थी ।

श्रीकांत किसी बात पर बहुत जल्दी नाराज और बहुत जल्दी खुश हो जाते थे। इन्हें प्यार से बच्चू नाम से पुकारा जाता था। वे बचपन से ही दूसरों से अलग और असाधारण थे। हिन्दी और अंग्रेजी वे पढ़ना चाहते थे और उर्दू जुबान उनके घर में उन्हें संस्कार में मिली। इनके घर में सभी उर्दू पढ़ते—लिखते और बोलते थे इसलिए श्रीकांत की लेखनी में एक नफासत दिखाई देती थी। उन्होंने कहा कि मैं उर्दू से उतना ही प्रेम करता हूँ जितना हिन्दी से। उनका मानना था कि उर्दू एक महजब विशेष की भाषा नहीं है बल्कि हमारे देश की भाषाओं में इसका अहम स्थान है। उर्दू और हिन्दी का संगम कविता, गजल, शायरी को एक अलग ही ऊँचाई पर पहुंचा देता है।

1952—53 बेकारी की वजह से श्रीकांत कविताएं लिखने लगे। उसी समय बिलासपुर से प्रकाशित साप्ताहिक तूफान में अपने को आजमाने गए लेकिन सफलता नहीं मिली। वे जब स्कूल में पढ़ते थे तभी उन्होनें एक प्राइवेट छात्र के रूप में नागपुर विश्वविधालय से एम.ए हिन्दी में डिग्री प्राप्त की। उनके जीवन की अहम घटना 1953 में घटित हुई जब उनकी भेंट कवि मुक्तिबोध से हुई। उन्होंने इनकी दिशा और दृष्टि ही बदल दी। इनके जीवन में यदि मुक्तिबोध न आते तो श्रीकांत एक सुरक्षित जीवन जीने वाले एक स्कूल मास्टर और एक छोटे से कस्बे के गीतकार होते। दूसरे शब्दों में कहे तो श्रीकांत, श्रीकांत न होते।

यह एक त्रासदी थी कि गजानन माधव मुक्तिबोध जल्दी ही स्वर्गवासी हो गये और श्रीकांत के अनुसार उनके न रहने पर वे पहली बार बहुत एकाकी और निराश्रित महसूस करने लगे और जीवन में पहली बार ही वे बहुत रोए। उनके अनुसार उनके जीवन का अधिकतर समय तनाव, गुस्सा, पछतावा और नाराजगी में गुजरा जो उनकी कविताओं में भी दिखाई देता है। मुक्तिबोध उनके लिए हमेशा अंधेरे में रोशनी की तरह है। जो कभी बुझ नहीं सकती और उनका स्थान कोई और ले नहीं सकता। श्रीकांत मुक्तिबोध को अपना काव्यगुरू मानते थे। हालांकि एक ओर जहां मुक्तिबोध पर मार्क्सवादी विचारधारा का प्रमाण था और श्रीकांत मार्क्सवाद से असहमत थे लेकिन फिर भी दोनों की मित्रता आजीवन बनी रही। मुक्तिबोध श्रीकांत से बहुत स्नेह करते थे और उन्हें प्यार से बिलासपुर का लाडला कहते थे। इस लाडले के व्यक्तित्व निर्माण में मुक्तिबोध का असाधारण योगदान था।

1955—56 में मुक्तिबोध की प्रेरणा से श्रीकांत वर्मा ने बिलासपुर से नवलेखन की एक विशिष्ट पत्रिका "नयी दिशा" निकाली लेकिन अफसोस की दो अंकों के बाद ही आर्थिक तंगी की वजह से वे इसका प्रकाशन जारी नहीं कर

सके। ऐसे में तो मुक्तिबोध ने उसकी मुलाकात नागपुर आकाशवाणी में प्रोडयूसर के पद पर कार्यरत नरेश मेहता से कराई जो कि श्रीकांत के कवि व्यक्तित्व से पूर्ण परिचित थे। उसी दौरान नरेश मेहता रेडियो की नौकरी छोड़कर दिल्ली चले गये और 1956 में उन्होंने श्रीकांत को भी दिल्ली बुला लिया और यहां श्रीकांत भारतीय श्रमिक पत्र में उप संपादक नियुक्त हुए लेकिन 1959 में ये पत्र भी बंद हो गया लेकिन 1958 में नरेश मेहता और श्रीकांत के संपादन में एक और पत्रिका 'कृति' का प्रकाशन शुरू हुआ। 1959 मे नरेश मेहता के प्रयाग चले जाने के बाद भीषण बेरोजगारी में भी श्री कांत ने इसका प्रकाशन 1962 तक जारी रखा। इसके 40 अंक प्रकाशित हुए। कविता आन्दोलन के इस मोर्चे में इनके साथ खड़े थे मुक्तिबोध और नामवर सिंह। 'कृति' के बंद होने के बाद भी श्रीकांत कविताएं लगातार लिखते रहे। कविता लेखन से गुजारा करना कितना कठिन है यह हर भारतीय जानता है, लेकिन श्रीकांत कविताओं के साथ साथ स्वतंत्र पत्रकारिता और अनुवाद आदि के जरिये किसी तरह दिल्ली में जीवनयापन कर रहे थे। यह उनकी जिन्दगी के सबसे कठिन दिन थे।

उनके कई साल के लेखन के बल पर उन्हें 1964 में 'दिनमान' में जगह मिली और उन्होंने उसमें समय–समय पर विभिन्न पदों पर, जैसे उप संपादक, मुख्य उपसंपादक और विशेष संवाददाता का काम किया। यहां से भी 1977 में उन्हें हटा दिया गया। ऊपरवाले की कृपादृष्टि हुई और बिलासपुर रायपुर संभाग की संसद सदस्या श्रीमती मिनी माता ने दिल्ली में श्रीकांत को आमंत्रित किया। "मुक्तिबोध" की तरह "मिनी माता" की उपस्थिति भी श्रीकांत के जीवन में अविस्मरणीय रही। इसी क्षेत्र का होने के कारण श्रीकांत से इनका परिचय हुआ और बाद में यह परिचय बेहद आत्मीय और पारिवारिक हो गया। "मिनी माता" दलित परिवार की एक बाल विधवा स्त्री थीं जिनकी कोई सन्तान नहीं थी, वे श्रीकांत को पुत्रवत् मानती थी। दिल्ली के उन संघर्ष के दिनों में 'मिनी माता' के स्नेहवश श्रीकांत लगभग ग्यारह साल तक उनके फ्लैट की बरसाती में रहे और ये उनकी संघर्षमयी सृजनस्थली बन गई क्योंकि यहां उन्होंने मायादर्पण संग्रह की श्रेष्ठ कविताएं–समाधिलेख, दिनचर्या, दिनारंभ, मायादर्पण, लिखीं एवं "कृति" का संपादन किया। वैचारिक और आलोचनात्मक निबन्ध लिखे। यही नहीं, श्रीकांत की अधिकांश प्रेम कहानियां यहीं बुनी गई। यह उनके साहित्यिक जीवन का सबसे उत्तेजक और ऊर्जावान समय था।

1967 मे "मिनी माता" के आर्शीवाद से उन्होंने वीणा से विवाह किया। श्रीकांत 36 की उम्र में पहुंचने के बावजूद भी विवाह से कतराते थे और यह केवल सम्भव हुआ "मिनी माता" की पहल से। उनकी पत्नी ने उनकी जिन्दगी ही बदल दी। उनकी पत्नी वीणा ने मानो उनके भीतर के शोर को जैसे थाम लिया हो और वे उनके जीवन में खुशियों और सुख की फुहारों के रूप में बरसने लगी। श्रीकांत खुश थे और उनके जीवन में सुकून भी दिखने लगा था। लेकिन प्रकृति को कुछ और ही मंजूर था।

1972 में श्रीकांत को एक और बड़ा आघात लगा जब "मिनी माता" की विदेश से दिल्ली लौटते वक्त विमान दुर्घटना में दर्दनाक मौत हो गई। इस दुर्घटना ने श्रीकांत के संवेदनशील मन को बेहद आहत किया। "मिनी माता" के निधन से एक बार फिर वे मातृस्नेह से वंचित हो गये और उनके जीवन का एक और कीमती अध्याय समाप्त हो गया। श्रीकांत के जीवन के बारे में, साथ ही उनके साहित्यिक जीवन के बारे में, लिखने को–बताने को बहुत कुछ है जो आगे भी जारी रहेगा। अभी उन्हीं की लिखी हई एक पंक्ति से इस लेख का समापन करती हूँ जो निश्चित ही हम सभी को अभिप्रेरित करेगी। उन्होंने कहा था–**"जो मुझसे नहीं हुआ वह मेरा संसार नहीं''।**

सुश्री रीतिका मोहन
हिन्दी अधिकारी (सेवानिवृत)

गैस लाइटिंग : एक समस्या और इससे बचाव

क्या आपने कभी ऐसा महसूस किया है कि कुछ हालातों में आपको अपने आप पर, अपनी सामान्य समझ और अपनी वास्तविकता पर ही संदेह होने लगा हो। घर, परिवार, समाज, निजी जीवन, अंतरंग जीवन, कार्यस्थल आदि जगहों पर आपके अनुभवों, विचारों, इच्छाओं और भावनाओं को दबा दिया जाता हो, अनसुना कर दिया जाता हो या महत्त्व नहीं दिया जाता हो। आपको अक्सर ऐसी घटनाओं के लिए दोषी ठहराया जाता है जो कि वास्तव में आपके द्वारा जनित नहीं हैं। इन सब से आप अपने आप को अस्थिर और गुमराह महसूस करते हैं। आप भ्रम में पड़ जाते हैं कि शायद मैं खुद ही तो गलत नहीं हूँ। और सबसे बड़ी बात, जब आप ऐसे लोगों, घटनाओं और संदेहों का सामना करने की कोशिश करते हैं तो इन सब के लिए आपको ही जिम्मेदार ठहराया जाता है, बातों को घुमा दिया जाता है जिससे आप भ्रम के जाल में और गहरे फँसते चले जाते हो।

क्या आपका जवाब हाँ है। शायद आप भी गैसलाइटिंग के जाल में फँसे हुए हैं। और इससे निकलना आसान नहीं है। लेकिन चिंता ना करें। यह असंभव भी नहीं है।

लेकिन सबसे पहले हमें यह समझना होगा कि ये गैसलाइटिंग नाम की समस्या क्या है, गैसलाइटर होते कौन हैं और लोगों को अपने जाल में कैसे फँसाते हैं। गैसलाइटर ऐसा व्यक्ति होता है जो किसी दूसरे व्यक्ति पर नियंत्रण और ताकत हासिल करने के लिए कई तरह की चालाकियाँ करता है जिसमें मनोवैज्ञानिक रूप से दबाव बनाना, बातों को घुमा–फिराकर कहना, चिकनी–चुपड़ी बातें करके बहकाना, गलती पकड़ में आने पर दूसरों पर ही आरोप मढ़ना आदि शामिल हैं। यह अन्य मानसिक बीमारियों की तरह ही एक बीमारी है जो कि इससे ग्रसित लोगों में ज्यादातर जन्मजात होती है। लेकिन कुछ लोग इसे विकसित भी कर लेते हैं। ऐसे लोग दूसरों की ईमानदारी, याद्दाश्त और उनकी सामान्य धारणाओं को ही झुठलाने में माहिर होते हैं। यही कारण है कि इससे पीड़ित व्यक्ति चिंता, भ्रम और खुद पर ही अविश्वास के भँवरजाल में फँसता चला जाता है। ठीक उसी शिकार की तरह असहाय, जो एक बार मकड़ी के जाले में फँसने के बाद अपने आप को असहाय महसूस करता है।

गैसलाइटर आपको कहेंगे, मुझे बहुत दुख है कि आपको बुरा लगा। यानि उनका कहना है कि उन्होंने तो कुछ गलत नहीं किया, बस आपको ही बुरा लग गया तो क्या कर सकते है। अब आप अपनी भावनाओं की वैधता जाँचते रहिए, वो तो बड़ी सूक्ष्मता से दोष आप पर डाल कर मुक्त हो गये। वे आपके बढ़े हुए वजन के लिए आपको ताने मारेंगे लेकिन साथ ही आपके लिए गरिष्ठ भोजन तैयार करेंगे। आपका वजन बढ़े तो बढ़े, वे तो ताने मारते रहेंगे।

गैसलाइटर, लोगों को बाँटने और राज करने वाले होते हैं। यानि उनको त्रिकोणीकरण (Triangulation) में बहुत मजा आता है। इसका सीधा सा अर्थ है दो या अधिक लोगों या उनके समूह को लड़वाना, उनके बीच तनाव, भ्रम और अविश्वास पैदा करना और फिर उनकी इस आपसी कलह का फायदा उठाना। ऐसे लोग किसी बात को सीधे ना कह के किसी अन्य के माध्यम से आधी–अधूरी बात कहते हैं ताकि भ्रम फैला रहे और स्थिति उनके नियंत्रण में रहे। इससे उनके कृत्यों की तरफ लोगों का ध्यान नहीं जाता और वे मासूम बनकर खेल को खेलते हैं। ऐसे लोग झूठ बोलने में माहिर होते हैं, किसी चीज की जिम्मेदारी नहीं लेते, चालाकी से आपके प्रतिरोध का मजाक उड़ाते हैं। गैसलाइटर जीवन के सामान्य मूल्यों यथा अनुशासन, दंड और पुरस्कार जैसी चीजों का पालन नहीं करते लेकिन

दूसरों को इसकी याद दिलाने से नहीं चूकते। गैसलाइटिंग से पीड़ित व्यक्ति अपने आप को विशेष मानते हैं, किसी भी बातचीत या तर्क–वितर्क में अपने आप को हावी रखने की कोशिश करते हैं (तेज आवाज के साथ), कम महत्व की बातों पर जोर देते हैं, अपनी व्यक्तिगत छवि और प्रतिष्ठा को सर्वोपरि रखते हैं, दूसरों को तुच्छ और कमजोर समझते हैं, आपकी चिंताओं को गैरजरूरी समझते हैं।

गैसलाइटर के साथ रहने वाले लोग हमेशा रक्षात्मक मुद्रा में रहते हुए से लगते हैं। वे गैसलाइटर द्वारा कहे गये शब्दों और वास्तविकता के बीच ही फँसे रहते हैं और अपने ही विचारों पर संदेह करते रहते हैं।

तो इससे बचने के क्या उपाय हैं? क्योंकि ऐसे लोग राजनीति, कार्यस्थल, रिश्तेदारी, वैवाहिक संबंध, निजी जीवन आदि किसी भी जगह हो सकते हैं। इसके लिए आपको सबसे पहले ऐसे लोगों को पहचानने का हुनर विकसित करना होगा। अपने आस–पास के दायरे का अवलोकन करें और अंदाजा लगाने की कोशिश करें कि क्या आपका कोई रिश्तेदार, साथी, अधीनस्थ, बॉस, आपका पति या पत्नी, प्रेमी या प्रेमिका, परिचित आदि ऊपर वर्णित मानसिकता के हैं अथवा नहीं। फिर अगला उपाय है अपने आप को इन लोगों के तौर तरीकों से वाकिफ करना। क्योंकि किसी से पार पाने के लिए यह तो पता होना ही चाहिए कि वो गैसलाइटर आपके खिलाफ क्या तौर–तरीके अपनाता है। फिर अंतिम उपाय आता है उस गैसलाइटर का सामना करना या फिर अपने आप को गैसलाइटिंग के दुष्प्रभावों से बचाना। ऐसा करने से ही आपका भरोसा लौटेगा, आपकी ईमानदारी बरकरार रहेगी, आपकी ताकत लौटेगी और आपका खोया हुआ आत्मविश्वास आपको वापस मिलेगा।

घरेलू मामलों में गैसलाइटिंग के हानिकारक प्रभाव

गैसलाइटर जिस जगह सबसे ज्यादा हानि पँहुचाते हैं वो है हमारे घर का परिवेश। क्योंकि पारिवारिक रिश्तों की डोर बहुत नाजुक होती है और पारिवारिक समस्याओं से बचना लगभग नामुमकिन होता है। ऐसे में यदि कोई

व्यक्ति गैसलाइटर वाली प्रवृत्ति का है तो उस घर का पारिवारिक ताना–बाना छिन्न–भिन्न होने में देर नहीं लगती। वाद–विवाद, प्रतिकार या सामना करना जैसी तकनीकों से शायद ही कोई मदद मिलती है। बुरा तो तब होता है जब गैसलाइटर आपकी वाजिब चिंताओं को ही दरकिनार कर दे या महत्त्व ही ना दे।

गैसलाइटर पारिवारिक समारोहों को बिगाड़ने में भी कसर नहीं छोड़ते, नाराजगी दिखाते हैं या परिवार के सदस्यों को नीचा दिखाने के लिए कहानियाँ बनाते हैं। वे आपकी सफलता से शायद ही कभी खुश होते हैं। जैसे आपने किसी खेल में कैरियर बनाने का निश्चय किया तो वे कहेंगे – ये तो समय की बर्बादी है, क्या करोगे खेलकर। वे हमेशा मिले–जुले संकेत देते हैं ताकि भ्रम फैला रहे। यानि आप कुछ भी कर लो, वे कभी संतुष्ट नहीं होंगे। ऐसे व्यक्ति अपने फायदे के लिए पारिवारिक रिश्तों का शोषण करने से नहीं चूकते। उनका एक ही उद्देश्य होता है– किसी भी कीमत पर नियंत्रण बनाये रखना। ये उनके लिए नशे जैसा होता है। दूसरों को अपने अधिकार और नियंत्रण में रखना उनका प्रिय शगल होता है। लेकिन इस व्यवहार में अन्य सदस्य भी जिम्मेदार होते हैं जो जाने अनजाने में उनका पक्ष लेकर इस दुष्चक्र को आगे बढ़ाते हैं। और सामाजिक व्यवस्था में इस व्यवहार को सामान्य मान लिया जाता है। ऐसे लोग अपने सपनों की इच्छापूर्ति के लिए आपके सपनों या संसाधनों की बलि चढ़ाने से भी नहीं चूकेंगे या आप से ही प्रतिस्पर्धा या दुराव की भावना रखेंगे।

ऐसे लोगों को कीमती सामान या धन उधार देने में बहुत सतर्कता बरतें। वे परिवार या समाज के अन्य सदस्यों को अपने प्रभाव में लेने के लिए भी हेराफेरी करने से नहीं चूकते। यदि किसी के अभिभावक गैसलाइटिंग से पीड़ित हैं तो यह बच्चों के लिए बहुत नुकसानदायक हो सकता है। अपने बच्चों की उपलब्धि को कम करके आँकना, उनकी भावनाओं से खिलवाड़ करना, शारीरिक और मानसिक प्रताड़ना करना, दूसरे बच्चों से अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा करवाना, हर छोटे–मोटे कामों के लिए अपने ऊपर निर्भर रखना गैसलाइटिंग से पीड़ित माता–पिता के लक्षण होते हैं। इन्हें नियंत्रण खोने का डर होता है लेकिन यही कारण बच्चों के सर्वांगीण विकास को रोकता है। बच्चों को ऐसे लक्षणों को पहचानना चाहिए और अपने अभिभावकों से खुलकर इस बारे में बात करनी चाहिए।

कार्यस्थल पर गैसलाइटिंग की त्रासदी

क्या कार्यस्थल पर आपके साथ कभी ऐसा होता है कि काम आपने किया, लेकिन वाहवाही कोई और ही लूट ले गया हो, आपके योगदान को बहुत जल्दी भुला दिया जाता हो, अगर कोई काम बिगड़ गया हो तो बिना किसी गलती के भी आपको ही दोषी ठहरा दिया जाता हो, आपके बारे में झूठी खबरें फैलाई जाती हों या गपशप की जाती हो, आपके प्रोजेक्ट रहस्यमय तरीकों से असफल हो जाते हों, यदि ऐसा है तो शायद आपका पाला किसी गैस लाइटर या उनके समूह से पड़ा हुआ है। ऐसे लोग केवल निजी जीवन और उसके परिवेश में ही सीमित न होकर व्यावसायिक जीवन में भी भीतर तक घुसे हुए होते हैं और कार्यस्थलों को भी छल–कपट और चालाकी के अखाड़े बना देते हैं।

ऐसे लोग पकड़े जाने पर अपनी गलती स्वीकार करने की बजाय छल–कपट से उस गलती पर पर्दा डालने की कोशिश करते हैं और आपको ही दोषी ठहराने की कोशिश करते हैं या फिर उसे मजाक का नाम दे देते हैं। यानी वह इस तरह से व्यवहार करते हैं कि उनको गलत साबित करना मुश्किल हो जाता है और आप अपने आप पर ही संदेह करने लगते हैं कि कहीं आप ही तो गलत नहीं हैं।

थोड़ा सा गौर करके और ध्यान देकर पेशेवर स्थलों पर मौजूद गैसलाइटर को पहचान लेंगे तो आपके मन को शांति तो मिलेगी ही, कार्यस्थल पर काम करने में भी सुकून मिलेगा और मजा आएगा। लेकिन यदि गैसलाइटर आपसे उच्च पद वाला ही कोई व्यक्ति हो तो फिर क्या करेंगे। ऐसे लोग अक्सर दूसरे उच्चाधिकारियों से भिड़ते रहते हैं, आपके हर काम पर ज्यादा ही बारीकी से नजर रखते हैं, एक कर्मचारी को दूसरे कर्मचारी से लड़वा देते हैं और भय का माहौल बनाकर रखते हैं। ऐसे लोग आपके काम और प्रदर्शन को भी कम आंकते हैं। कोशिश करें कि आप उनके साथ कभी अकेले ना हों। उनके साथ हर तरह की बातचीत यथा चैट, ईमेल, पत्राचार आदि के दस्तावेज रखें क्योंकि ऐसे लोग कभी भी अपनी बात से पलट सकते हैं। हो सके तो अपना काम या फिर जगह ही बदल लें। इस बारे में अपने उच्चाधिकारियों से बात करें।

अगर यह सब भी काम ना करे तो फिर क्या करें? तो फिर दूसरी नौकरी या जॉब ढूंढ लें। यह एक समर्पण के जैसा लगता है फिर भी यह आपके जीवन, स्वास्थ्य, मानसिक शांति और आत्म–सम्मान की तुलना में कुछ नहीं है।

राजनीति में गैस लाइटर

ऐसे नेता और राजनेता जो सामाजिक जिम्मेदारियों की बजाय धन–दौलत और भौतिक सुख की तरफ ज्यादा ध्यान रखते हैं, झूठ बोलने में बिल्कुल नहीं हिचकते, अपने फायदे के लिए सामाजिक विषमता को बढ़ावा देते हैं, किसी एक वर्ग/समूह को निशाने पर रखते हैं, अपने आप को अजेय और सर्वज्ञ समझते हैं, दूसरों के प्रति समता का अभाव रखते हैं, तो ऐसे लोग राजनीतिक गैसलाइटर की श्रेणी में आते हैं। यह सामाजिक ताने–बाने और कार्यस्थलों के साथ–साथ राजनीतिक परिदृश्य में मुख्य रूप से पाए जाते हैं।

राजनीतिक गैसलाइटर को भी उनके लक्षणों द्वारा आसानी से पहचाना जा सकता है। ऐसे लोगों को जवाबदेही और अपने काम की आलोचना पसंद नहीं आती, उन्हें अपने पद का बड़ा गुमान होता है, किसी ऐसे सांसद, विधायक या मंत्री के बारे में शायद आप जानते ही होंगे। सामाजिक ताने–बाने में किसी भी गड़बड़ या अराजकता के लिए यह हमेशा दूसरों पर दोष मढ़ते हैं, आम जनता को अपने पक्ष में करने के लिए मिथ्या प्रचार और दोषारोपण इनकी फितरत होती है। ऐसे लोग मीडिया की निष्पक्षता को भी प्रभावित करते रहते हैं, जनता की राय को बदलने की कोशिश करते हैं, सोशल मीडिया पर अफवाहें फैलाते हैं।

अच्छे लोगों का सक्रिय राजनीति में हिस्सा लेना, सतर्क रहना और सोशल मीडिया की खबरों को संदेह की कसौटी पर परखना राजनीतिक गैसलाइटर से बचाव का सबसे अच्छा तरीका होता है क्योंकि लोकतंत्र सच्चाई, सहयोग और आपसी विश्वास से ही जिंदा रह सकता है। इसमें गैसलाइटिंग प्रवृत्ति वाले लोग ना हो तो बेहतर है। आप भी राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय परिदृश्य में ऐसे बहुत सारे राजनीतिज्ञों को अवश्य ही जानते होंगे। ऐसे लोगों से मुकाबला करने के लिए अपने वोट की ताकत को पहचानने से बेहतर कोई बात नहीं हो सकती है। गैसलाइटिंग प्रवृत्ति वाले उम्मीदवार की पृष्ठभूमि, विचारधारा, उसके चुनाव प्रचार के लिए मिलने वाले धन के स्रोत, उसकी नीतियों के बारे में पहले से जानकर आप एक बेहतर निर्णय ले सकते हैं। स्थानीय स्तर पर चुनाव प्रक्रिया में हिस्सा लेकर भी आप एक अच्छी शुरुआत कर सकते हैं।

निष्कर्ष

गैसलाइटर यानी चिंगारी से आग लगाने वाले लोग जीवन के हर क्षेत्र में पाए जाते हैं। चाहे वह घरेलू मामले हों, राजनीतिक ताना–बाना हो, कार्यस्थल हो, निजी, अंतरंग या वैवाहिक रिश्ते हों। ऐसे लोग धोखेबाजी करते हैं,

भ्रम फैलाते हैं, अपने आप को विशेष समझते हैं, घुमा–फिराकर बातें करते हैं, अपनी गलती का दोषारोपण दूसरों पर करते हैं, दूसरों के कामों का श्रेय खुद लेते हैं, विवाद पैदा करते हैं, सामाजिक जिम्मेदारियों से बचते हैं, चालाकी करते हैं, दूसरों को अपने हिसाब से चलाने की कोशिश करते हैं। ऐसे लोगों से बचने या उनका सामना करने के लिए इस तरह की प्रवृत्ति के लोगों को पहचानना, उनकी आदतों को समझना, अपने आप पर विश्वास रखकर गैसलाइटिंग द्वारा उत्पन्न परिस्थितियों का मुकाबला करना और बदलाव के लिए तैयार रहना बहुत महत्त्वपूर्ण हैं।

समस्या तब हो सकती है जब ऊपर बताये गये लक्षण हममें या आपमें से ही किसी पर लागू हो रहे हों। यदि ऐसा है तो भी घबराने की बात नहीं है। आत्म–अवलोकन और चिंतन मनन से इस प्रवृति को दूर किया जा सकता है। इस हानिकारक प्रवृति से बचें या सक्रिय होकर कुचक्र को तोड़ने का भरसक प्रयास करें। सतर्क रहते हुए ध्यान दें और देखें की कहीं आप जाने–अनजाने में इस प्रवृति के कारण अपने परिवार, समाज, कार्यस्थल और आस–पास के परिवेश के लिए बाधा तो नहीं बन रहे हैं। अपने आप को पुराने अनुभवों के लिए दोषी ना ठहरायें बल्कि एक अच्छे भविष्य के लिए इसका उपयोग करें। गैसलाइटिंग का उपचार इस समस्या को समझने और फिर ठोस कदम उठाने से ही संभव हो पायेगा।

श्री दीपक सैनी
सहायक प्रशासनिक अधिकारी
क्षे. क्ष. नि. एवं ज्ञा. सं., जयपुर

ओ मेरी भाषा
मैं लौटता हूँ तुम में
जब चुप रहते रहते
अकड़ जाती है मेरी जीभ
दुखने लगती है मेरी आत्मा।

– केदारनाथ सिंह

दहेज रूपी दानव

हम बेटियाँ ऐसे घर की, जहाँ उनको दिये जाते संस्कार
लेकिन दहेज रूपी दानव आकर छीन लेता है, उनका प्यार
नफरत भर देता है उनके दिल में,
कि उनको नहीं रहता अपनी जिन्दगी से प्यार
काश मैं एक बेटा होता मिटाता ये दहेज रूपी हाहाकार
न दहेज लेता न देता किसी को, यह है मनुष्य जीवन का विकार
दहेज के लिए मत तोड़ो किसी के सपनों को,
क्योंकि उनको भी है अपने सपनों से प्यार
सोचती हूँ तोड़ दूँ यह बंधन समाज के,
लेकिन समाज के बिना नहीं है जीवन का आधार
मेरी तमन्ना मैं कुछ बनूं,
मिटाऊँ हर लड़की की जिन्दगी से दहेज रूपी अत्याचार
क्योंकि हर दिन उनके दिल से निकलती है आह,
और मुहँ से निकलती है दर्द भरी चित्कार
दहेज के लोभियों ने अपने पंजे में जकड़ लिया उनकी उम्मीदों को,
फिर भी दिल में है आशा का सागर
कौन करायेगा इनको आजाद इस दहेज रूपी दानव से,
या ऐसे ही उजड़ता रहेगा उनका संसार
क्या दहेज के लिए ऐसे ही मारा जाएगा लडकियों को,
क्या पिता उनको मरते देखेगा होकर लाचार
क्या लड़कियों ने पैदा होकर गुनाह किया, इसलिए वो सजा पाती है हर बार
मेरे भी कुछ सपनें है, मेरे भी कुछ अरमान
है दिल में एक जोश और उम्मीदों की है उडान
कैसे लूँ मैं बदला जुल्म का पंजों में नहीं है जान
पंख फड़फड़ाती हूँ मैं उड़ने को पर, पंखों में नही जान
तोड़ दिये किसी ने मेरे सपने फिर भी दिल में है आशा का अभिमान।

सुश्री बिन्दु बाला कँवर
अतिथि रचनाकार

घर

घर, यह वो जगह है दोस्तों
जहाँ सुकून है, खुशी है, प्यार है, अपनापन है।

जहाँ हर सदस्य एक दूजे को उनकी
हर कमी हर खूबी के साथ ही पूरे दिल से अपनाता है।

उदास होने पर भी जल्दी ही मुस्कान आ जाती है,

निराशा हाथ आने पर भी आशा का दामन
हाथ आ जाता है।

डिप्रेशन की स्थिति आने पर तुरन्त ही
उससे बाहर आने की राह दिख जाती है।

खुश होने पर खुशी दोगुनी हो जाती है।

यही वो जगह है जहाँ आपकी सफलता से आपको आंका नहीं जाता,

आपकी विफलता से आपको दूर नहीं किया जाता,

आपकी कमाई से आपको तोला नहीं जाता।

आपकी हर स्थिति, परिस्थिति में, आपको स्नेह, अपनापन,

तवज्जो हर हाल में मिलती है।

सही में घर ही वो जगह है दोस्तों

जहां सुकून है, खुशी है, प्यार है, अपनापन है।

श्री हर्षित मोहन
अथिति रचनाकार

ओ३म्

दुविधा में हूँ
मैं अकेला और भगवान अनेक,
किसको मानूं किसको ना मानूं।
श्री राम ने मर्यादा बतलाई,
रावण को अच्छी धूल चटाई।
श्री कृष्ण ने युद्ध कौशलता सिखलाई,
विश्व भर को गीता का ज्ञान दिया।
महादेव, पार्वती, महावीर हनुमान,
श्री गणेश, माँ सरस्वती, माँ काली,
माँ वैष्णो देवी, मां दुर्गा, माँ सीता,
और अन्य सब ही महान है।
किसको मानूं किसको ना मानूं।
मुझे समझने का ज्ञान नहीं है।
महर्षि दयानन्द सरस्वती जी ने
सत्य–सत्य बतला दिया कि
सृष्टि रचियता सृष्टि का मालिक,
निराकार, सर्वशक्तिमान सर्वव्यापक,
एक मात्र परमपिता ओ३म् ही है।
ओ३म् में सब समाया है और
ओउम् ही सब में समाया है।
हमारी जरूरत का भरपूर सामान,
धरा है इस धरा तल पर हमारे लिए।
कमी किसी की कभी नहीं है,
वेद ज्ञान और पुरूषार्थ कर
प्रार्थना उसी से करें हम तो
यथा योग्य सभी को मिल जाएगा।
ओ३म् ही मालिक इस जहां का
ओ३म् ही प्यार हम सभी का है।
वही हम सबका आराध्य है,
उपासना के योग्य वही हमारा।
उसी से करें प्रार्थना हम सभी,
सभी को यथा योग्य मिलेगा।
ओ३म् की ही करो आराधना,
एक मात्र वही उपासना योग्य है।
एक मात्र वही उपासना योग्य है।
ओ३म्

श्री ओम प्रकाश गुप्ता
अथिति रचनाकार

मटकी

नन्हें नन्हें हरि कदम
बढ़े लक्ष्य की ओर,
माखन की मटकी दिखे
और दिखे ना कुछ और।
बाल सखा सब साथ रंगे
एक रंगरेज के रंग,
श्याम श्याम से सब दिखे
और दिखे ना कोई रंग।
कंकर हाथ धरे हरी
देखे मटकी ओर,
चंचल बाल सखा सभी
खुले मुंह ताके इक ओर।

छींके की मटकी फूटी
माखन में लिपटे सब ग्वाल,
कुछ खाएं कुछ लगाएं
होए मस्त बाल गोपाल।
तभी गोपी की दृष्टि पड़ी
बोली माखन चोर,
पर स्तब्ध रह गई बेचारी
जब हरि दिखे सब ओर।

श्री जगदीश प्रसाद
लेखापरीक्षक (सेवानिवृत्त)

किराये की साईकिल

बात काफी वर्ष पुरानी है। यानि कि मेरे बचपन की बात है। उस समय हम साईकिल चलाना सीखने के लिए किराये के अधे यानि (छोटी साईकिल) लेते थे। मैं ओर मेरी एक सहेली दोनों वह अधा चला रहे थे। छोटे होने के कारण समय का पता ही नही चला। उस समय 1 रूपया में आधे घण्टे किराये पर अधे मिलते थे। हम दोनों चला रही थी परन्तु समय का पता ही नहीं चला कि कब 1 घण्टा हो गया। जब हम अधा जमा कराने गये तो साईकिल वाले ने हमें पकड़ लिया और कहने लगा कि और एक रूपया लाओ। परन्तु अब हमारे पास और एक रूपया नहीं था। उसने हमारी चप्पल खुलवा ली और कहा कि एक रूपया लेकर आओ तब चप्पल मिलेगी। हम घर गये और मैंने अपनी गुल्लक में से 1 रूपया निकाला और उस साईकिल वाले को दिया तब उसने मुझे चप्पल वापिस की। आज भी उस बात को स्मरण करके हम बहुत हंसते हैं और वह सालों पुरानी बात हमें रोमांचित कर देती है।

सुश्री शकुन्तला वर्मा
अतिथि रचनाकार

गज़ल

पल पल बीतता जा रहा मौत के करीब।
हालत मन की हो गई आज बड़ी अजीब।।

नाप आये मंजिल को बढ़ते कदमों से मगर।
कब मंजिल प्राप्त हो, ऐसा कहां मेरा नसीब।।

किस वीथी से गुजरना है आज मुझे।
बैठे बिठाये सोचता है मन लगाये तरकीब।।

उड़ान भरने की कोशिश में दम भरे मन।
उलझनों में व्याप्त फिर भी मुझ सा गरीब।।

विषपान किया सुकरात ने, मीरा ने पीया जहर।
दीवारों में चुने गोविन्द् सुत ईसा चढ़े सलीब।।

सबको सब कुछ प्राप्ति हो, मिल जाए मन की मुराद।
ऐसी कुछ व्यवस्था कर दो, गुजारिश है रकीब।।

श्री रामानन्द शर्मा
वरिष्ठ लेखापरीक्षक (सेवानिवृत्त)

चुग्गा

रचना आज सुबह से ही बहुत व्यस्त थी। आज उसकी व आशीष की शादी की दूसरी वर्षगांठ थी। पति–पत्नी दोनों ने सुबह उठते ही घर के बुजुर्गों से आशीर्वाद लिया था उसके उपरांत वे दोनों नहा धोकर नगर के देवालय जाकर देवदर्शन करने हेतु तैयार हो रहे थे। रचना शीघ्र आओ, देरी मत करो,, मुझे कार्यालय भी समय पर पहुंचना है, अरे हाँ पक्षियों के चुग्गे का पैकेट मत भूल जाना। वहां मन्दिर के पास चुग्गा डालेगें। रचना तुम क्या सोचने लग गई, आओ अब चलो भी, आशीष ने कहा।

आशीष की बात सुन कर रचना का ध्यान भंग हुआ। वह बहुत देर तक चुग्गे का पैकेट लिए हुए आज से दो वर्ष पूर्व की घटना के विषय में सोच रही थी। आज से दो वर्ष पूर्व उसका विवाह आशीष के साथ हुआ था, उससे एक माह पूर्व जब मकर संक्राति के अगले दिन रविवार को शहर में खूब पतंगें आकाश में उड़ रही थी आशीष व उसके मम्मी–पापा उसको पहली बार देखने के लिए आने वाले थे। रचना के मम्मी–पापा उस दिन सुबह से ही आने वाले मेहमानों के स्वागत की तैयारी कर रहे थे।

रचना चटनी बनाने के लिए सब्जी की दुकान से हरा धनिया खरीद कर पैदल ही लौट रही थी कि अनायास एक परिन्दा पतंग की तेज डोर से लहूलुहान होकर फड़फड़ाता हुआ रचना के सामने आकर गिर गया। रचना ने उस घायल परिन्दे को पास में ही सब्जी की दुकान पर ले जाकर पानी पिलाया व उसके घाव पर दवाई लगाई।

घर पर उसके मम्मी–पापा उसकी प्रतीक्षा कर रहे थे उसकी मम्मी ने उसे जल्दी से तैयार होने के लिए कहा। कुछ ही समय बाद आशीष व उसके मम्मी–पापा उसको देखने के लिए आ गए थे। आशीष ने रचना को पहली मुलाकात के बाद ही पसन्द कर लिया था, क्योंकि आशीष ने कुछ समय पूर्व रचना को घायल पक्षी की सेवा सुश्रुषा करते हुए देख लिया था।

अरे रचना तुम अभी तक तैयार नहीं हुई क्या ? आशीष का कथन सुनकर रचना की तन्मयता भंग हुई व वह बाहर आशीष के पास आ गई। आशीष व रचना के चेहरे पर मुस्कुराहट खिल रही थी।

श्री देव शर्मा

स.ले.प.अ. (सेवानिवृत्त)

मेरी प्रेयसी

ये कौन है जो मेरी अंधेरी रातों को भी रोशन कर रहा है, ये चांद है या तुम मैं अभी सोच में हूँ। उसकी तस्वीर को हाथों मे लिए अंधेरे कमरे में लेटा हुआ मैं बस सही सोच रहा था, उसके चेहरे की चमक मेरे अंधेरे कमरे और मेरी जिन्दगी दोनों को रोशन करने के लिए काफी थी, उसकी तस्वीर को देखते–देखते मैंने आँखें बंद की और मैं खो गया उन दिनों की यादों में जब हम पहली बार मिले थे। उस दिन मैं अपनी जिन्दगी की उलझनों से थक कर एक मंदिर के पास जा कर खड़ा हो गया, मैं भगवान को मानता तो था मगर उनसे इतनी शिकायतें थी कि उनके दर पर पहुँच कर भी मैं उनका कभी दीदार नहीं करता था। मैं वहाँ खड़ा अपनी परेशानियों के बारे में सोच ही रहा था कि तभी मंदिर के अन्दर से भजन की मधुर आवाज आने लगी आवाज ऐसी कि मैं अपनी परेशानी कुछ देर के लिए भूल गया और मैं अपनी आँखें बंद कर उस आवाज को सुनने लगा, थोड़ी देर में घंटे की आवाज के साथ वो मधुर भजन का स्वर रूक गया, मैंने अपनी आँखें खोली तो हाथों में पूजा की थाली लिए वो सीढ़ियों पर से नीचे उतर रही थी चेहरे पर इतनी सादगी थी जैसे भक्ति ही स्त्री को रूप लिए धरती पर आ गयी हो, मैं उसकी ओर देख रहा था, मगर उसकी नजरें मर्यादा से झुकी हुई थी, वो तो आगे बढ़ गई मगर मैं वहीं रुक सा गया। मैं घर पहुचा लेकिन उसका चेहरा मेरी आँखों के सामने से नहीं हट रहा था, मैं हर रोज अपनी परेशानियों को घर में बंद करके उस मन्दिर की चौखट पर पहुँच जाता और उसके भजनों को सुनता। यह सिलसिला कुछ समय तक यूँही चलता रहा, मेरा दिल उसकी ओर चल चुका था, मैं उससे अपने दिल की बात कहना चाहता था मगर कैसे कहता, वो तो झुकी नजरों से मुझे बिना देखे ही चली जाती थी ।

उस दिन उससे मैं कहना चाहता था कि तुम मेरी प्रेयसी बन चुकी हो, मगर कह ना सका और शाम की ट्रेन से ही दूसरे शहर चला गया नौकरी की तलाश में। नौकरी लग गयी और मैं अपनी जिन्दगी में व्यस्त हो गया, मगर मैं उसे भुला नहीं पा रहा था। दिन तो गुजर जाता था तमाम कामों में मगर रात तो उसी के नाम रहती थी। वक्त बीतता गया। कुछ सालों बाद एक दिन पिताजी का फोन आया कि तुम्हारी बहन का ऑपरेशन होना है घर आ जाओ। मैं अपने शहर लौट आया, वहां आते जैसे ही मेरी नज़र उस मन्दिर पर पड़ी तो मैं सोचने लगा कि काश मैं उस दिन अपने मन की बात उससे कह देता। अब तक तो उसकी शादी भी हो चुकी होगी, इन्ही विचारों में मैं आगे बढ़ चला और हॉस्पीटल पहुंच गया। मेरी बहन बैड पर लेटी थी और एक लड़की हल्के हाथों से उसका सिर दबा रही थी। मुझे देखते ही मेरी बहन ने कहा ''आप आ गये भईया! आप परेशान मत होना, मेरा ऑपरेशन अच्छे से हो गया है।'' ऐसा कह कर उसने मुझे अपने पास बैठने के लिए कहा। मेरे बैठते ही वह बोली इससे मिलो यह है मेरी दोस्त नित्या। जैसे ही मैंने उसकी दोस्त की तरफ देखा मेरा दिल खुशी से झूम उठा क्योंकि वो कोई और नहीं मेरी प्रेयसी थी। मैंने सोचा भी नहीं था कि किस्मत हमें फिर से मिला देगी। जब तक मेरी बहन हॉस्पीटल में रही तब तक नित्या उससे हर रोज मिलने आती। कभी उसे अपने हाथों से खाना खिलाती, कभी उसका सिर दबाती, तो कभी कहानी सुना कर उसका मन लगाती। एक अच्छे मित्र के सारे गुण थे उसमें।

कुछ दिन बाद मैंने भी अपनी नौकरी छोड़ घर से सारे काम करने शुरू कर दिये। नित्या अक्सर मेरी बहन से मिलने घर आ जाया करती, उसका आना मेरे चेहरे पर एक मुस्कुराहट ले आता, मगर उससे बात करने की हिम्मत मुझमें आज भी ना थी। उसकी तरफ देखकर मैं मुस्कुराता और दूसरे कमरे में जा कर चुपचाप उसकी बातें सुनता। हमारे घर की हर छोटी बड़ी परेशानी में वो हमेशा हमारे साथ होती, उसकी अच्छाईयां हर बार मुझे हैरान कर देती।

मैं सोचता की कोई इतना भी अच्छा कैसे हो सकता है। वक्त बढ़ता ही जा रहा था मगर इतने वक्त बाद भी हमने कभी एक दूसरे से बात नहीं की थी। एक दिन मेरी तबीयत खराब होने पर वो मेरे लिए दवा लेकर घर आयी। उस दिन मैंने उसकी आँखों में अपने लिए फिक्र देखी, एक पल के लिए मैंने सोचा कहीं वो भी तो मुझसे प्यार नहीं करती, शायद वह भी मेरी तरह ही कहने से डरती हो।

मैंने उसे दवा के लिए शुक्रिया कहा। नित्या मुझे अक्सर रास्ते पर गरीबों और जानवरों को खाना खिलाते दिख जाती। किसी को भी तकलीफ में देखना उसे पसंद नहीं था। ये सब देखकर मैं सोचने लगा कि सबकी फिक्र करना उसका स्वभाव है, उसको मुझसे लगाव नहीं। इतने वक्त तक एक दूसरे को जानने और समझने के बाद अब हम एक–दूसरे का हाल–चाल पूछ लिया करते थे। मेरी बहन के साथ–साथ अब वो मेरी भी अच्छी दोस्त बन चुकी थी। मैं सहजता से अपनी जिन्दगी की हर कही अनकही बात उससे साझा करने लगा था। एक दिन मैंने हिम्मत करके नित्या से कहा कि तुम एक बहुत अच्छी इंसान हो, मुझे लगता है तुम मेरे और मेरे परिवार के लिए बिल्कुल सही हो। नित्या मेरे शब्दों के पीछे छिपे भाव को समझ गयी। उसने कुछ रुक कर कहा कि मैंने आपको कभी इस नजर से नहीं देखा। मैं आपके जज्बातों की इज्जत करती हूँ, लेकिन मैं हाँ नहीं कर सकती। मैंने उससे पूछा कि क्या इस इंकार की कोई और वजह भी है ? वह धीरे से बोली आपकी दोस्त होने से पहले मैं एक बेटी हूँ। मेरे लिए इस रिश्ते के लिए उनकी रजामंदी होना जरूरी है, वह मुझे असहज करके बड़ी सहजता से अपनी बात कह कर चली गयी।

लेकिन उससे दूर रहने की कल्पना भी मैं नहीं कर सकता था। जिस भगवान से मैं हमेशा दूर भागता था, आज नित्या ने मुझे उस भगवान के सामने लाकर खड़ा कर दिया। उसके जैसा बनने के लिए मैं रोज भगवान की पूजा करके गरीबों की सेवा करता और बस यही माँगता कि नित्या कभी मुझसे अलग ना हो। अगले दो साल तक हम ना मिले ना हमारी कभी बातें हुई। मैं अब एक आई.पी.एस. अफसर बन चुका था, इसके बाद मैं एक दिन नित्या के घर गया। मुझे लगा मेरे जीवन की सफलता देख कर वो हाँ कर देगी। उसने मुझे बधाई दी, मैंने उसकी ओर देखा तो वो समझ चुकी थी कि मैं उससे क्या जानना चाहता हूँ। उसने कहा कि मेरे दिल में आपके लिए उतनी ही इज्जत है जितनी पहले थी। आप भले ही एक अच्छे पद पर पहुँच चुके हैं मगर मेरा जवाब आज भी वही है। मैं समझ चुका था कि उसके लिए पैसा व पद मायने नहीं रखता था। वो बस इतना चाहती थी कि उसके माता–पिता की मर्जी के बिना वह मुझे हाँ नहीं कर सकती थी।

मैं कुछ दिनों के बाद अपने माता–पिता के साथ नित्या के घर गया। हम दोनों के ही परिवार के रिश्ते आपस में बहुत अच्छे थे, नित्या के पिता ने मेरी सफलता के बारे मे सुनकर मुझे बधाई दी। माँ ने नित्या के माता–पिता से उसका हाथ मेरे लिए माँगा। उन्हें भी यह प्रस्ताव अच्छा लगा और उन्होंने हमारे रिश्ते के लिए हाँ कर दी। दिखने में जो बिल्कुल असंभव सा लग रहा था आज वह संभव हो गया था। तभी दरवाजे पर जोर से खटखटाने की आवाज आयी। माँ ने आवाज लगायी कि आज शादी वाले दिन भी सोता रहेगा क्या? उसकी तस्वीर की तरफ मुस्कुराकर मैं इस खूबसूरत दिन को जीने के लिए उठ बैठा ।

सुश्री उमा शर्मा
अतिथि रचनाकार

यादें

बात उन दिनों की है जब मैंने 10वीं कक्षा की परीक्षा दी थी। परीक्षा परिणाम का बेसब्री से इंतजार था। सभी को उम्मीद थी कि मैं अच्छे नम्बरों से उत्तीर्ण होऊंगी। आखिर वो दिन भी आ ही गया उस समय पर परिणाम समाचार पत्र में प्रकाशित होते थे। अपना क्रमांक सर्वप्रथम श्रेणी में देखना शुरू किया और उम्मीद के मुताबिक मुझे प्रथम श्रेणी प्राप्त हुई। सभी घरवालों की खुशी का ठिकाना नहीं था। अब चर्चा शुरू हुई ग्यारहवीं कक्षा में विषय चुनने की । मेरा सपना बचपन से ही डॉक्टर बनने का था।

अतः विज्ञान विषय का चुनाव किया। उन दिनों स्कूल तक का सफर साईकिल से ही तय करती थी। चारों भाई बहनों मे सबसे छोटी थी। पिताजी सरकारी नौकरी में इंजीनियर के पद पर कार्यरत थे। वे ईमानदारी से अपनी नौकरी करना ही अपना सौभाग्य मानते थे। तीनों बहनों में से बड़ी बहन की शादी सम्भ्रांत घराने में की गई । पिताजी ने अपनी हैसियत के मुताबिक लड़के वालों का आदर सत्कार किया। उस जमाने में चार बच्चों को पढ़ाना तथा उनकी शादी का खर्च उठना भी एक बड़ी बात समझी जाती थी। ग्यारहवीं तथा बाहरवीं कक्षा स्कूल में उत्तीर्ण करने के बाद मुझे प्री–मेडिकल परीक्षा की तैयारी करनी थी। परन्तु मन में ये विचार आया कि उत्तीर्ण होने के बाद भी पिताजी मेरी पढ़ाई का खर्चा कैसे उठा पायेगें। परन्तु पिताजी ने जैसे मेरे मन की बात जान ली। उन्होंने कहा तुम मन लगा कर पढ़ाई करो। पढ़ाई का खर्चा हम उठा लेगें। मन गदगद हो उठा। मन लगाकर पढ़ाई शुरू की परन्तु अतिरिक्त कक्षा की आवश्यकता पड़ने लगी।

ट्यूशन के लिए शिक्षक तो थे परन्तु बहुत दूरी पर थे। साईकिल से सफर तय करके जाते थे परन्तु आने के बाद बहुत ही थकान का अनुभव होता था। माँ–पिताजी को इस बात का अहसास हो गया था। एक दिन अतिरिक्त कक्षा से आने के बाद उन्होंने कहा तुम्हारे लिए सरप्राइज है। फिर जैसे ही गली में जाकर देखा एक चमचमाती हुई स्कूटी वहाँ खड़ी थी। उन्होंने कहा अब से इसी पर जाकर तुम अपनी पढ़ाई करना। आँखें उस निश्चल प्रेम से छलछला गई। मन गदगद हो गया। सच है माता–पिता के प्यार में संतान का उज्जवल भविष्य ही छिपा होता है । आज भी वो क्षण याद करती हूँ तो आँखें खुशी से छलक उठती हैं। सच है माता–पिता का कर्ज इस जन्म मे कोई संतान नहीं चुका सकती।

सुश्री रुचि गुप्ता
लेखापरीक्षा लिपिक

तुलसी, कबीर, सूर औ' रसखान के लिए।
ब्रह्मा के कमंडल से बही धार है हिंदी।।

– डॉ जगदीश व्योम

सब कुछ छूट जाए मैं अपनी भाषा कभी न छोडूंगा।
वह मेरी माता है उससे नाता कैसे तोडूंगा।।

– मैथिलीशरण गुप्त

मुद्रक : अशोका ऑफसेट मो.: 9982292263