

वर्ष : 2020-21
अंक- द्वितीय

धरा गुर्जरी



लोहितवार्थ सन्यनिध
Dedicated to Truth in Public Interest



कार्यालय प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा – II) गुजरात
कार्यालय प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय) अहमदाबाद



चांपानेर- पावागढ़ पुरातात्विक उद्यान

यूनेस्को का विश्व धरोहर स्थल चांपानेर- पावागढ़ पुरातात्विक उद्यान, भारत के गुजरात राज्य के पंचमहाल ज़िले में स्थित है। यह गुजरात के सबसे आकर्षक ऐतिहासिक स्थलों में से एक है।

यह उद्यान ऐतिहासिक शहर चांपानेर के पास है। पावागढ़ की पहाड़ी लाल-पीले रंग की चट्टानों से बनी है। इस पहाड़ी की उंचाई समुद्र तल से लगभग 800 मीटर है। पावागढ़ पहाड़ी की चोटी पर कालिका माता मंदिर है, जहां नवरात्र के दौरान हजारों लोग एकत्रित होते हैं। मंदिर से चांपानेर के स्मारकों का फैलाव दिखाई देता है।

चांपानेर का किला 8 वीं से 14 वीं शताब्दी के किलों, मस्जिदों, स्मारकों, मकबरों, मेहराबों, मंदिरों, बावड़ियों और किलों से बना एक समृद्ध धरोहर स्थल है। इसमें ग्यारह विभिन्न प्रकार के भवन हैं। चांपानेर के केंद्र में, गढ़ है, जिसकी सबसे प्रभावशाली विशेषताएं इसकी 16 वीं शताब्दी की स्मारक मस्जिदें हैं जिनमें इस्लामी और हिंदू वास्तुकला का सुंदर सम्मिश्रण दिखाई देता है।



धरा गुर्जरी

वर्ष:2020-21

संरक्षक:

श्री एच. के. धर्मदर्शी, प्रधान महालेखाकार

श्रीमती प्रीति अब्राहम, प्रधान निदेशक

संपादक मंडल:

श्रीमती मोनिका दवे, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

डॉ. संदीप कुमार बाजपेई, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

श्री जितेंद्र कश्यप, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

श्री राज कुमार सिंघल, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

श्री प्रशांत शुक्ला, वरिष्ठ लेखापरीक्षक

संपादकीय

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा-II) गुजरात एवं प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा (केंद्रीय), अहमदाबाद के कार्यालयों की संयुक्त हिन्दी पत्रिका "धरा गुर्जरी" का वर्ष 2020-21 का द्वितीय अंक आप सभी के समक्ष प्रस्तुत करते हुए बहुत प्रसन्नता हो रही है।

वर्ष 2020-21 में पहली बार हम पत्रिका के दो अंक प्रकाशित कर पा रहे हैं, इस उपलब्धि के लिए सभी रचनाकार, हिन्दी शाखा तथा पत्रिका के प्रकाशन से जुड़े सभी लोग धन्यवाद के पात्र हैं।

पत्रिका को मात्र स्वरचित कृतियों वाली एक स्तरीय हिन्दी पत्रिका के रूप में स्थापित करने के उद्देश्य को आगे बढ़ाते हुए इस अंक भी विविध प्रकार की उत्कृष्ट रचनाएँ सम्मिलित की गयी हैं जिनमें पुस्तक समीक्षा, संस्मरण, लेख तथा कवितायें इत्यादि हैं।

पत्रिका में प्रख्यात साहित्यकार श्री जयशंकर प्रसाद की रचनाओं, योग शिक्षक बनने की यात्रा, प्रायिकता, मनोविज्ञान, नैतिकता, स्वास्थ्य, महात्मा गांधी के सिद्धांतों की प्रासंगिकता तथा जीवन दर्शन पर लेख तथा कवितायें इत्यादि सम्मिलित हैं जो इसे वैविध्यपूर्ण बनाती हैं।

संपादक मण्डल कार्यालय के सदस्यों का आह्वान करता है कि और अधिक संख्या में स्तरीय स्वरचित रचनाएँ प्रदान करने के क्रम को जारी रखें ताकि इस वर्ष की भांति भविष्य में भी हम प्रति वर्ष पत्रिका के कम से कम दो अंक प्रकाशित करते रहें।

संपादक मण्डल द्वारा सभी पाठकों को साधुवाद है जिनके अमूल्य सुझाव और प्रतिभाव इस पत्रिका की गुणवत्ता में निरंतर सुधार करने में सहायक सिद्ध हुए हैं। आशा है, आप सभी पाठकों का सहयोग सदैव इसी प्रकार प्राप्त होता रहेगा।

अनुक्रमणिका

क्रम	रचना का नाम	रचनाकार	विधा	पृष्ठ
1.	श्री जयशंकर प्रसाद और उनकी रचनाएँ	श्री अनुपम कुलश्रेष्ठ, उप-नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक (सेवानिवृत्त)	लेख	1-4
2.	21 वीं सदी में गांधी जी के सिद्धांतों की प्रासंगिकता	श्री अजय शुक्ल, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	निबंध	5-7
3.	गरीब की व्यथा	श्री अनिल कुमार बेनीवाल, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	कविता	8
4.	आतंकवाद	श्री अमनदीप, बहु-कार्य कर्मचारी	लेख	9
5.	योग प्रैक्टिशनर से योग शिक्षक बनने की मेरी यात्रा	श्रीमती उमा राजेन्द्र नायर, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	लेख	10-16
6.	मेरी जरूरत थी	श्री चिंटू गुप्ता, लेखापरीक्षक	लेख	17
7.	आपके जीवन का एक खूबसूरत अनुभव	श्री जयंत, लेखापरीक्षक	निबंध	18-19
8.	एक दिन बहस का	श्री जितेंद्र कश्यप	कविता	20-21
9.	भारत के आर्थिक विकास में गृहणियों की भूमिका	श्री दिपेश कुमार गुप्ता, वरिष्ठ लेखापरीक्षक	निबंध	22-23
10.	पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना	श्रीमती धनवंती टिब्बानी सिसोदिया, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	कविता	24
11.	क्या आनलाइन स्कूलिंग शिक्षा का भविष्य है	श्री धीरेन्द्र भान सिंह सराधना, वरिष्ठ लेखापरीक्षक	निबंध	25-27
12.	आत्म-साक्षात्कार	श्रीमती निहारिका उप्पल, वरिष्ठ लेखाकार	कविता	28
13.	भगत सिंह	श्रीमती नूपुर राजेश तिवारी, पत्नी श्री राजेश चंद्र तिवारी, सहायक लेखा अधिकारी	कविता	29-30
14.	टेन लेसन्स फॉर ए पोस्ट-पैंडेमिक वर्ड फरीद जाकरिया	श्री पंकज, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	लेख	35-36
15.	गाँधी जयंती प्रतियोगिता	श्री पवन सिंगला, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	लेख	37-38
16.	सहनशील प्रकृति	श्री प्रवीण कुमार झा,	कविता	39

		सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी		
17.	छद्म नैतिकता	श्री प्रशांत शुक्ला, वरिष्ठ लेखापरीक्षक	लेख	40-42
18.	एक मजदूर की कहानी	श्री बिनय कुमार, बहु-कार्य कर्मचारी	कविता	43
19.	आत्ममुग्ध (नारसीसिस्ट, खुदपरस्त)	श्री मनोज कुमार बघेला, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	लेख	44-47
20.	ऑस्टियोपैथी	श्रीमती रीना अभ्यंकर, पर्यवेक्षक	लेख	48-50
21.	चाची जी	श्रीमती शालू गुलाटी, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी	लेख	51-52
22.	वर्क फ्राम होम : 21 वीं सदी का सच	श्री शिवम शर्मा, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	निबंध	53-55
23.	उड़ती हुई सड़क की धूल	श्री सत्येंद्र कुमार आर्य, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	कविता	56-58
24.	मोटी हाल प्रब्लम	श्री हर्षित पांडे, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी	लेख	59-60
25.	जीवन की रेल	श्री हिमांशु धर्मदर्शी, प्रधान महालेखाकार	लेख	61-63

इस अंक में सम्मिलित रचनाओं में व्यक्त विचारों का प्रत्यक्ष अथवा परोक्ष उत्तरदायित्व स्वयं रचनाकारों का है। रचनाकारों के विचारों से संपादक मंडल या कार्यालय का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

प्रकाशन सहयोग:

1. श्री पवन सिंगला, हिंदी अधिकारी, कार्यालय प्रधान महालेखाकार (ले.प.-II) गुजरात, अहमदाबाद
2. श्री ज्ञानभूषण सिन्हा, हिंदी अधिकारी, कार्यालय प्रधान निदेशक, लेखापरीक्षा (केंद्रीय), अहमदाबाद
3. श्री अजय कुमार शुक्ल, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी
4. श्री अभिषेक कुमार, वरिष्ठ हिंदी अनुवादक
5. श्री शिवानंद, कनिष्ठ हिंदी अनुवादक
6. श्री चिंटू गुप्ता, लेखा परीक्षक

जयशंकर प्रसाद और उनकी रचनाएँ

श्री अनुपम कुलश्रेष्ठ

उप-नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक (सेवानिवृत्त)



छायावादी युग के चार प्रमुख स्तंभों में से एक जयशंकर प्रसाद का जन्म 30 जनवरी, 1889 को काशी में हुआ था। उनको 'प्रेम और सौंदर्य का कवि' कहा जाता है। इनका बचपन का नाम झारखण्डी था। प्रसाद जी ने ब्रजभाषा में कलाधार नाम से काव्य रचना की है। इनका परिवार शिव का उपासक था। बहुमुखी प्रतिभा के धनी प्रसाद जी की रचनाओं ने हिन्दी साहित्य की सभी विधाओं, कविता, नाटक, उपन्यास तथा निबन्ध, को समृद्ध किया। उनकी कुछ प्रमुख रचनाएँ हैं; काव्य: झरना, आँसू, लहर, कामायनी, प्रेम पथिक; नाटक: स्कंदगुप्त, चंद्रगुप्त, ध्रुवस्वामिनी, जन्मेजय का नाग यज्ञ, राज्यश्री, अजातशत्रु, विशाख, एक घूँट, कामना, करुणालय, कल्याणी परिणय, अग्निमित्र, प्रायश्चित, सज्जन; कहानी संग्रह: छाया, प्रतिध्वनि, आकाशदीप, आँधी, इंद्रजाल; उपन्यास : कंकाल, तितली और इरावती।

प्रसाद जी की पहली कहानी 'ग्राम' सन् 1912 में 'इंदु' में प्रकाशित हुई। उन्होंने कुल 72 कहानियाँ लिखी हैं, जिनमें प्रमुख हैं - आकाशदीप, ममता, गुंडा, पुरस्कार, सालवती, स्वर्ग के खंडहर में आँधी, इंद्रजाल, छोटा जादूगर, बिसाती, मधुआ, विरामचिह्न, समुद्रसंतरण आदि। उनकी बहुत सी कहानियाँ भावना-प्रधान होने के साथ भारतीय संस्कृति एवं आदर्शों की रक्षा कर पाने में भी सफल हुई हैं। उन्होंने ऐतिहासिक, प्रागैतिहासिक एवं पौराणिक कथानकों पर मौलिक एवं कलात्मक कहानियाँ लिखी हैं। उनकी दो कहानियों का उल्लेख करना तो बनता है - ममता व आकाशदीप। पिछली शताब्दी के दूसरे दशक में लिखी इन कहानियों का कथानक स्त्री प्रधान होना एक सुखद आश्चर्य है।

प्रसाद ने तीन उपन्यास लिखे हैं। 'कंकाल' में नागरिक सभ्यता का अंतर यथार्थ उद्घाटित किया गया है। 'तितली' में ग्रामीण जीवन के सुधार के संकेत हैं। इन उपन्यासों के द्वारा प्रसाद जी हिंदी में यथार्थवादी उपन्यास लेखन के क्षेत्र में अपनी

गरिमा स्थापित करते हैं। 'इरावती' ऐतिहासिक पृष्ठभूमि पर लिखा गया इनका अधूरा उपन्यास है। इन्होंने अपने उपन्यासों में ग्राम, नगर, प्रकृति और जीवन का मार्मिक चित्रण किया है।

प्रसाद जी के नाटकों की विषयवस्तु बहुत विस्तृत है। 'सज्जन' नामक नाटक में दुर्योधन के प्रति युधिष्ठिर की सज्जनता का चित्रण है और 'धर्म को राज सदा जग होवे' नाटक की मूल चेतना है। 'कल्याणी परिणय' मौर्यवंश के प्रथम प्रतापशाली शासक चंद्रगुप्त मौर्य का इतिहास दर्शाता है और 'चन्द्रगुप्त' नाटक दो यूनानी आक्रमणों से भारत की सुरक्षा कराते हुए मौर्य-साम्राज्य की स्थापना कराने तथा राष्ट्रीय जागरण की भावना को बलवती कर परतंत्र भारत को अंग्रेजों की दासता से मुक्त कराने की कहानी है। 'प्रायश्चित' में देशद्रोह के लिए जयचंद से प्रायश्चित कराया गया है। 'ध्रुवस्वामिनी', स्त्री-प्रधान, स्त्री-समस्या पर आधारित है जिसमें बेमेल-विवाह की समस्या, स्त्री को भोग की वस्तु मानने के विरुद्ध स्त्री-अस्मिता, स्त्री-अधिकार, स्त्री-स्वतंत्रता पर प्रकाश डाला गया है।

प्रसाद जी ने ब्रजभाषा में कविता लिखना आरम्भ किया और धीरे-धीरे खड़ी बोली को अपना लिया। आज उनकी गणना खड़ी बोली के मुख्य कवियों में की जाती है। 'खोलो द्वार', जो 1914 में 'इंदु' में प्रकाशित हुई, पहली छायावादी रचना कही जाती है। आँसू लहर तथा कामायनी रससिद्ध रचनाएँ हैं। काव्यक्षेत्र में प्रसाद की कीर्ति का मूलाधार 'कामायनी' है, जो कि एक कालजयी रचना है। कामायनी की प्रस्तुति रूपक कथाकाव्य के द्वारा की गयी है। इसमें मानव जीवन की भावनाओं का समावेश है और कविता के माध्यम से चिंता से आनंद तक मानव के मनवैज्ञानिक विकास का क्रम चित्रित किया गया है। आधुनिक युग के इस प्रतिनिधि हिंदी महाकाव्य को कला की दृष्टि से छायावादी काव्यकला का सर्वोत्तम प्रतीक माना जाता है। 'चिंता' से प्रारंभ कर 'आनंद' तक 15 सर्गों के इस महाकाव्य में मन की विविध अंतर्वृत्तियों के क्रमबद्ध और कौशलपूर्ण वर्णन से सृष्टि के आदि से अब तक के मानव जीवन को दर्शाया गया है। यह एक प्रतीकात्मक काव्य है जिसमें मनु, श्रद्धा, इड़ा, किलात-आकुलि, श्वेत, वृषभ आदि क्रमशः मन, बुद्धि, मानव, आसुरी भाव व धर्म के प्रतीक हैं। आचार्य शांतिप्रिय द्विवेदी ने 'कामायनी' को 'छायावाद का उपनिषद' कहा है, वहीं नगेन्द्र जी ने

'कामायनी' को 'मानव चेतना के विकास का महाकाव्य' बताया। मुक्तिबोध ने 'कामायनी' को 'फैंटेसी' कहा है।

आदि मानव का पृथ्वी पर जीवन आरंभ में चिंता रहित था। प्रकृति के प्रतिशोध लेने के कारण जलप्लावन हुआ और केवल मनु जीवित बचे। इसके बाद जिस मानव जाति का विकास हुआ उसके मूल में तो 'चिंता' थी, पर चिंता के अतिरिक्त मनु के मन में विभिन्न वृत्तियों का संघर्ष भी था। एक ओर आशा, श्रद्धा, लज्जा और इड़ा जैसी दैवीय वृत्तियाँ थीं तो दूसरी ओर कामवासना, ईर्ष्या और जलन। इन के टकराव से मनु में ग्लानि और निराशाजनक विरक्ति जगती है, और फिर श्रद्धा से उसे दर्शन और रहस्य का ज्ञान प्राप्त कर आनंद की उपलब्धि होती है। कुल 15 सर्गों वाली कामायनी का हर सर्ग किसी स्थान, घटना या पात्र के नाम के शीर्षक के साथ आरंभ होने की बजाय मानव मन की वृत्तियों के आधार पर आरम्भ होता है। विडम्बना है कि ऐसा महाकाव्य नोबेल पुरस्कार से सम्मानित न हो सका।

'आँसू' एक 'विरह प्रधान स्मृति काव्य' है, जिसमें 133 छन्द हैं। 'आँसू' को 'हिन्दी का मेघदूत' कहा जाता है। कविताओं में एक ओर 'हिमद्रि तुंग श्रृंग' जैसा ओज से भरपूर प्रयाण गीत है, वहीं छायावादी दर्शन में लिखी कविता 'ले चल वहाँ भुलावा देकर' में पलायन वादी दृष्टिकोण ले कर ऐसे स्थान की खोज है, जिसमें कोई सांसारिकता ना हो, जो सत्य और निश्चल हो। 'बीती विभावरी जाग री' नामक कविता में मनुष्य रूप देकर प्रकृति का मनोहारी चित्रण किया गया है।

ले चल वहाँ भुलावा देकर, मेरे नाविक! धीरे-धीरे ।

जिस निर्जन में सागर लहरी, अम्बर के कानों में गहरी,

निश्चल प्रेम-कथा कहती हो-तज कोलाहल की अवनी रे।

जहाँ साँझ-सी जीवन-छाया, ढीली अपनी कोमल काया,

नील नयन से ढुलकाती हो- ताराओं की पाँति घनी रे।

यहाँ ईश्वर को नाविक के रूप में बताते हुए ईश्वर से प्रार्थना है कि हे ईश्वर! मेरे जीवन की नैया को धीरे धीरे इस सागर की लहरों से दूर ले चल। मुझे एक ऐसी

जगह ले चल जहां सत्य और निश्चल प्रेम का आवास हो, जहां दूर-दूर तक कोई आवाज़ ना हो पर कानों में एक मधुर आवाज़ गूंजती रहे। ध्यान दीजिये कि पिछली शताब्दी के पूर्वार्ध में लिखी इस कविता में भी पृथ्वी को कोलाहल से भरपूर बताया है।

और आज की पीढ़ी के लिए उनकी यह सीख,

वह पथ क्या, पथिक कुशलता क्या, जिस पथ पर बिखरे शूल न हों,

नाविक की धैर्य परीक्षा क्या, जब धाराएं प्रतिकूल न हों!

आज मनुष्य बौद्धिकता और विज्ञान के सहारे भौतिक उन्नति के शिखर पर पहुँच गया है, परन्तु उसके मानवीय गुणों का निरंतर हास होता गया है। प्रसाद जी की रचनाओं में निहित श्रद्धा और आध्यात्मिक आस्था का होना आशा जगाता है।



21 वीं सदी में गांधी जी के सिद्धांतों की प्रासंगिकता

अजय शुक्ल

सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

महात्मा गांधी का एक प्रतीक चिन्ह चरखा है। यह चरखा स्वावलंबन का प्रतीक है। महात्मा गांधी आत्मनिर्भरता तथा स्वावलंबन को क्रांतिक रूप से महत्व देते थे। विदेशी वस्तुओं के स्थान पर स्वदेशी एवं कुटीर निर्मित वस्तुओं को अपनाने हेतु उनका आग्रह जग विदित है। महात्मा गांधी का युग वह युग था जहां भोजन, वस्त्र एवं अन्य साधारण वस्तुओं का सर्वथा अभाव था। गांधीजी को जो पत्र प्राप्त होते थे, वे उनमें से पेपर क्लिप तक निकाल कर पुनः प्रयोग में लाते थे। गांधीजी का स्वावलंबन का आग्रह स्वाधीनता से जुड़ा हुआ है। पराधीन व्यक्ति को स्वप्न में भी सुख प्राप्त नहीं हो सकता।

आत्मनिर्भर व्यक्ति एक प्रकाश स्तम्भ है। वह स्वयं स्थिर रहता है तथा अन्य व्यक्तियों का भी मार्गदर्शन करता है। मैंने अपने जीवन में आत्मनिर्भरता तथा स्वावलंबन पर विशेष महत्व दिया है तथा इसे अपनाया है। गांधीजी का यह सिद्धांत आज भारतीयों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है क्योंकि हमारी अर्थव्यवस्था से लेकर नैतिक आचरण तक सभी इससे प्रभावित होते हैं।

स्वावलंबन का 21वीं सदी के भारत पर प्रभाव:-

पिछली सदी की तुलना में इस सदी में अत्याधिक औद्योगीकरण हुआ है। कुटीर, लघु एवं वृहद उद्योगों तथा अर्थव्यवस्था में व्यापक वृद्धि हुई है तथा परिवर्तन आया है। भारतवर्ष आज भी छोटे-छोटे कल पुर्जों, ऊर्जा, इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों व अन्य संसाधनों हेतु अन्य राष्ट्रों पर निर्भर है।

यह दशा चिंतन योग्य है। हम भारतीयों को 21वीं सदी में आत्मनिर्भरता पर अत्यधिक बल देना चाहिए। हम सबको भले ही अपना स्थान गौण लगता हो, राष्ट्र की आत्मनिर्भरता हेतु कुछ प्रयत्न अवश्य करना चाहिए।

यहाँ मैं एक छोटा सा उदाहरण देना श्रेयस्कर समझूँगा। ग्रामीण भारत में कुछ समय पूर्व दंतधावन से लेकर दैनिक उपयोग की सभी वस्तुएँ यथा रस्सी, खिलौने इत्यादि स्वयं निर्मित होते थे, परंतु यह स्वावलंबन छोड़ने के कारण शहरों की तरफ पलायन बढ़ा है, जहाँ लोग मलिन बस्तियों में रहने के लिए विवश हैं।

गांधीजी कुटीर उद्योगों तथा ग्रामीण उद्योगों के पक्षधर थे। उनके दृष्टिकोण में यह जन-जन की आर्थिक आत्मनिर्भरता हेतु अनिवार्य है।

स्वावलंबन का भाषा विषयक प्रभाव:-

भारतवर्ष का दुर्भाग्य है कि किसी भी तकनीकी या वैज्ञानिक विषय की शिक्षा अंग्रेज़ी माध्यम में ही दी जाती है। मेरा दावा है कि आप पुस्तकों की सभी दुकानें ढूँढ डालिए पर आपको गंभीर विषयों यथा विज्ञान, तकनीकी, प्रबंधन इत्यादि पर हिंदी में पुस्तकें प्राप्त नहीं होंगी। फलस्वरूप, देश के नागरिकों का एक बड़ा हिस्सा इस ज्ञान से वंचित है। अभी हम ज्ञान के स्वावलंबन से वंचित हैं क्योंकि हम अपनी मातृभाषा को स्वावलंबित नहीं कर पाये हैं। जब हमारी देशज भाषाएँ स्वावलंबित हो जाएंगी, हम में से प्रत्येक व्यक्ति जो अंग्रेज़ी का जानकार हो, वह कुछ न कुछ प्रतिदिवस हिंदी में अनुवाद करेगा, तकनीकी साहित्य को समृद्ध बनाएगा तो यह स्वतः राष्ट्र को आत्मनिर्भर बनाने में योगदान होगा। राष्ट्रवासियों के ज्ञान प्राप्त करने में गांधीजी हिंदी भाषा को सहायक मानते थे।

स्वावलंबन का व्यक्तिगत जीवन में प्रभाव:-

गांधीजी नशे से मुक्ति को भी स्वावलंबन का आधार मानते थे। 21वीं सदी के भारत में मद्यपान बुराई नहीं है बल्कि सामाजिकता का पर्याय बन गई है। गांधीजी व्यसनों तथा नशे पर निर्भरता को पाप मानते थे। नशा स्वावलंबन का विरोधी है।

पुनः, गांधीजी अन्य छोटे-छोटे कार्य यथा सफ़ाई इत्यादि स्वयं करने पर बल देते थे। अपना कार्य दूसरों पर टालने के प्रबल विरोधी थे। गांधीजी ने अपने पुत्र की चिकित्सा स्वयं प्राकृतिक रूप से की। दक्षिण अफ्रीका में, यद्यपि उनके सहकर्मी अधिवक्ता उनका उपहास उड़ाते थे, वे अपना केश कर्तन स्वयं किया करते थे।

उपरोक्त छोटे-छोटे उदाहरणों से ज्ञात होता है कि गांधीजी ने स्वावलंबन पर विशेष बल दिया। हमारी अत्यधिक आधि-व्याधि एवं समस्याएँ स्वतः दूर हो जाएंगी, यदि स्वावलंबन का अवलंबन किया जाए। महात्मा गांधी का स्वावलंबन का सिद्धांत न सिर्फ व्यक्ति बल्कि सम्पूर्ण राष्ट्र के हित में अनिवार्य एवं अति आवश्यक है।



गांधी कुटीर के समक्ष राष्ट्रपिता को पुष्प अर्पित करते हुए भारत के नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक श्री गिरीश चंद्र मुर्मू

गरीब की व्यथा

अनिल कुमार बेनीवाल

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

दूर बैठा हूँ अकेला, सोच रहा हूँ कुछ 'अपना' सा;
रोटी, कपड़ा और मकान, है मेरे लिए बस एक 'सपना' सा ।

अच्छा क्या है और क्या है बुरा? यह सब सोचना 'छोड़' दिया;
लोगों से क्या गिला करूँ? जब ईश्वर ने नाता 'तोड़' लिया।

ना भूत था और ना भविष्य होगा, वर्तमान भी है बस एक 'धोखा' सा;
दुनियादारी के इस व्यवहार में, पा रहा हूँ अपने को 'ठगा' सा ।

ना संतति की आस और ना संपत्ति की चाह, बस पेट भर जाए 'अदना' सा;
कभी कचरे में तो कभी कबाड़ में, भटक रहा मैं एक अनगढ़ 'रचना' सा।

दुनिया के बाज़ार में लगी है भीड़, पर ना लगता कोई अपना- 'सगा' सा;
मन करता है छोड़ दूँ ये दुनिया, पर यूँ छोड़ना भी तो है एक 'दगा' सा ।

'गरीब की व्यथा' गरीब सुनाये, किसी मन भाए किसी को ना भाए;
रहेगी लेकिन मेरी ये प्रार्थना, मेरे जैसे दिन ईश्वर किसी को ना दिखाए ।

आतंकवाद

अमन दीप

बहु कार्य कर्मचारी

आतंकवाद एक प्रकार की हिंसात्मक गतिविधि है, जिसे किसी खास संगठन द्वारा अपने आर्थिक, राजनीतिक, धार्मिक या विचारात्मक लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु किया जाता है। आज समूचा विश्व आतंकवाद की चपेट में है। एक समय था जब फ्रांस, रूस, ब्रिटेन, अमेरिका जैसे देशों को इससे मुक्त माना जाता था परंतु आज की स्थिति बिल्कुल विपरीत है। चाहे 9/11 का अमेरिका पर हमला हो या फ्रांस में अखबार के दफ्तर पर आतंकी हमला, आए दिन हम इन देशों में होने वाली आतंकी घटनाओं का जिक्र सुनते हैं।

भारत सर्वदा शांतिप्रिय देश रहा है, परंतु खेद इस बात का है कि अहिंसक और शांतिप्रिय देश भारत में कई दशकों से हिंसा और आतंकवाद का बोलबाला है। इसके अलावा हमारा पड़ोसी देश पाकिस्तान भी भारत को अस्थिर करने में लगा रहता है। चाहे 2008 का मुंबई हमला हो या 2016 का ऊरी हमला, सीमा पर घुसपैठ हो या पुलवामा हमला, सब में पाकिस्तान द्वारा प्रायोजित आतंकवादियों का ही हाथ रहा है।

इसे मिटाने के लिए सभी देशों की राजनीतिक पार्टियों एवं प्रमुख नेतृत्वकर्ताओं को निजी स्वार्थ त्यागकर, वैमनस्य भुलाकर और एक होकर कार्यरत होना होगा। गरीबी, अशिक्षा और बेरोज़गारी को हर संभव प्रयास कर मिटाना होगा, साथ ही साथ जनता को जागरूक बनाना होगा। इन सभी लक्ष्यों को पूरा करके ही हम सभी आतंकवाद नामक त्रासदी से मुक्त हो पाएंगे और मानवजाति को बेहतर एवं सुखद भविष्य के मार्ग पर अग्रसर कर पाएंगे।

योग प्रैक्टिशनर से योग शिक्षक बनने की मेरी यात्रा

श्रीमती उमा राजेंद्र नायर

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

योग शब्द मूल “युज्” से आया है जिसका अर्थ होता है मिलन (संयोजन), अर्थात् साँस और गति का मिलन, मन, आत्मा और शरीर का मिलन, व्यक्ति और ब्रह्मांड का मिलन। यह उन शारीरिक गतिविधियों से बढ़कर है जिनका हम अभ्यास करते हैं। वास्तव में आसन योग के आठ अंगों में से एक है। यह हमारे भौतिक शरीर को एक ऐसी स्थिति में ले जाने का साधन है, जिसमें हम लम्बे समय तक आराम से बैठ सकते हैं। योग चिंतनशील चेतनता की गंभीर अवस्था और सम्पूर्ण संतुष्टि प्राप्त करने का साधन है।

जीवन में ऐसे अनुभव होते हैं जो आपको उस शक्ति की खोज के लिए कहते हैं जिसके बारे में आपने कभी सोचा ही नहीं था। ऐसे कई परीक्षण हैं जो आपको कष्ट से लड़ने की शक्ति देते हैं और सर्वशक्तिमान में विश्वास को बनाये रखते हैं। हममें से अधिकांश के लिए जो योग का अभ्यास करते हैं, योग वह जीवन-रेखा है जो हमें उस शक्ति से जोड़ती है।

हर एक की तरह मैंने भी अचानक योग की खोज की। वर्ष 2015 की शुरुआत में मेरे मन में योग करने का विचार आया। मैं योग की मुद्राओं से परिचित थी और हमेशा सोचती थी कि योग एक तरह का शारीरिक व्यायाम मात्र है। मेरी यह सोच तब बदली जब मैं जनवरी 2015 में शिवानंद आश्रम के प्रारंभिक बैच में अपनी पहली योग क्लास में शामिल हुई।

मूल परिचय के बाद योग शिक्षक ने क्लास में पहला प्रश्न पूछा कि हम साँस कैसे लेते हैं? और क्लास में से किसी ने शीघ्रता से उत्तर दिया : ‘मैडम, हम अपनी छाती का विस्तार करके साँस लेते हैं और पेट का विस्तार करके साँस छोड़ते हैं’। जब उन्होंने क्लास में पूछा कि इस उत्तर से कितने लोग सहमत हैं? तो लगभग पूरी क्लास ने हाथ खड़ा कर दिया जिसमें मैं भी शामिल थी। प्रशिक्षक ने मुस्कराते हुए कहा कि आप लोगों का जवाब गलत है। हमें साँस लेने के सही

तरीके का अभ्यास करना प्रारंभ करना चाहिए। हमें पेट का विस्तार करते हुए साँस लेना चाहिए और पेट को अन्दर खींचते हुए साँस बाहर निकालना चाहिए और हमें इसका अभ्यास करने के लिए कहा। मैंने उनके बताये गए तरीके से साँस लेने की कोशिश की और बहुत प्रयास के बाद भी मैं वैसा नहीं कर सकी। अचानक मुझे लगा कि हो सकता है कि उन्होंने हमें ग़लत तरीका बताया हो और उसी कारण मैं सही से साँस नहीं ले पर रही हूँ। मैंने अपने सहयोगी से पूछा तो उसने भी वही बात कही। प्रशिक्षक ने जिस तरह से बताया उस तरह से साँस लेना असंभव था। मैंने अपनी समझ से आश्वस्त होकर कि प्रशिक्षक ग़लत थीं, उन्हें समझाने के लिए अपने मन में एक नोट तैयार किया कि उन्होंने ग़लती की है।

सही तरीके से साँस लेने का अभ्यास करने के बाद हमें ओमकार और भ्रमरी प्राणायाम का अभ्यास करना सिखाया गया। मैं प्राणायाम नहीं कर पा रही थी क्योंकि यह केवल तभी किया जा सकता था जब साँस लेने में सही विधि का प्रयोग किया जाए। मैं क्लास समाप्त होने की प्रतीक्षा नहीं कर सकी और यह कहते हुए बाहर आ गई कि मेरे लिए पेट का विस्तार करके साँस लेना और पेट अन्दर खींचकर साँस छोड़ना संभव नहीं है। उन्होंने मुस्कराते हुए कहा कि सही तरीके से साँस लेने का यही एकमात्र तरीका है। उन्होंने कहा कि आपने छोटे बच्चों पर ध्यान दिया होगा, वे इसी तरह से साँस लेते हैं, जब हम बड़े हो जाते हैं तो उथली साँस लेना शुरू कर देते हैं। श्वास शरीर की एक अनैच्छिक प्रक्रिया है और हम में से अधिकांश यह नहीं देखते हैं कि हम कैसे साँस लेते हैं। इसलिए जब आप घर जाओ तो एकांत में बैठकर केवल अपनी साँस का निरीक्षण करो और सही तरीके से साँस लेने का प्रयास करो। थोड़ा शर्मिंदा होकर मैं घर गई और अपने पति को बताया कि वहां पर क्या-क्या सिखाया गया। मैं उसे सीखने के लिए दृढ़-प्रतिज्ञ थी। मैंने योग के प्रथम अध्याय अर्थात् सही तरीके से साँस लेने का अभ्यास करना सीखने में ज़्यादा समय व्यतीत नहीं किया। जब मैं रात को सोने के लिए गई तो मैंने बिस्तर पर लेटकर सचेत अवस्था में अभ्यास करने का प्रयास किया और बहुत जल्दी मैंने अनुभव किया कि मैं वह कर सकती हूँ।

अपनी उपलब्धि पर गौरवान्वित होकर मैंने अगले दिन योग शिक्षक को बधाई दी और बताया कि वे सही विधि बता रही थीं। उन्होंने एक बार पुनः दोहराया कि

यदि आप सही से साँस लेना सीख गए तो योगाभ्यास का अगला स्टेप ज़्यादा आरामदायक होगा। वह बिलकुल ठीक कह रही थीं। अंततोगत्वा मैंने सीखा कि योग का अभ्यास करने के लिए सही तरीके से साँस लेना बहुत महत्वपूर्ण है। जब मैं पीछे मुड़कर देखती हूँ तो मुझे बहुत हास्यास्पद प्रतीत होता है कि मैं सही से साँस लेना तक नहीं जानती थी।

10 दिन की प्रारंभिक कक्षा में प्राणायाम करने की सही विधि, फ़्लेक्सिबिलिटी एक्सरसाइज़, मूल आसन, सूर्य नमस्कार और ध्यान की विधियों के बारे में बताया गया। मैंने 10 दिन में यह अनुभव किया कि मैं अपना योग अभ्यास जारी रखना चाहती हूँ। इसलिए मैंने शिवानंद आश्रम, अहमदाबाद में मॉर्निंग बैच, सुबह 7-8 बजे के नियमित योग क्लास में नामांकन करा लिया।

योग आसनों का अभ्यास करने के लिए मैं नियमित रूप से जाने लगी। मैंने देखा मेरे कई साथी विद्यार्थियों में गजब की फ़्लेक्सिबिलिटी है और मैं वहाँ पर उनमें से थी जो मामूली स्ट्रेच के आगे नहीं बढ़ सकती थी। मैं उन्हें देखती और अपने मन में यह सोचती कि एक दिन मेरे अन्दर भी वही फ़्लेक्सिबिलिटी आ जाएगी और मैं ज़्यादा से ज़्यादा अभ्यास करने के लिए संघर्षरत रही। मैंने अपना दैनिक अभ्यास जारी रखा और बहुत ही जल्द योग मेरे जीवन का एक अभिन्न हिस्सा बन गया। धीरे-धीरे मैं अपने प्रत्येक दिन का 60 मिनट समय स्वयं और अपने मैट के साथ बिताने लगी। योग मैट पर अपने 60 मिनट के समय के दौरान मैं अपने जीवन की अन्य ज़िम्मेदारियों को भूल जाती थी।

यद्यपि प्रत्येक योग क्लास के बाद मैं उत्साह, आराम और शांति का अनुभव करती थी, लेकिन मुझे लगता था कि मेरे अभ्यास में कुछ कमी है। मैं अभ्यास के दौरान अच्छा महसूस करती लेकिन क्लास की समाप्ति पर शवासन की मुद्रा के अलावा अन्य किसी मुद्रा में रहने में असमर्थ रहती थी। यह वह समय था जब मैं चढ़ती – उतरती संवेदनाओं के परीक्षण और खोज तथा अपने मन की आवाज़ को शांत करने में समर्थ होने लगी। यह आनंदपूर्ण था।

मैंने शीघ्र ही अनुभव किया कि मेरे अन्दर क्या कमी है। मेरे अन्दर यह ग़लत धारणा थी कि योग का सम्बन्ध केवल शारीरिक व्यायाम से है। मैंने अपना

होमवर्क नहीं किया था और यह पता लगाने के लिए गहराई में जाने की ज़रूरत नहीं उठाई कि क्या योग गुड स्ट्रेचिंग और बैकबेंड्स से बढ़कर भी कोई चीज है। मैंने यह महसूस करना आरम्भ कर दिया कि क्लास में प्रत्येक आसन करते समय पूरी चेतना के साथ पूरी तरह से मौजूद रहना चाहिए। इससे मुझे क्लास में प्राणायाम और ध्यान के प्रति हो रही अनिच्छा का कारण पता चला क्योंकि इसी के माध्यम से हम मन को शांत करना सीखते हैं।

इसके बाद मैंने प्राणायाम और सचेत ध्यान पर ज़्यादा फ़ोकस करना शुरू कर दिया जो कि मेरी योग यात्रा में एक अप्राप्त कड़ी साबित हो रही थी। धीरे-धीरे मैंने अनुभव किया कि यदि प्रत्येक आसन सावधानी से किया जाता है तो इससे ज़्यादा चेतनता आती है और यह अंतरात्मा से सम्बद्ध होती है।

विगत वर्षों से मैंने यह भी समझना शुरू कर दिया कि मानसिक अनुशासन के सम्बन्ध में योग का क्या तात्पर्य है। शुरू में मैं समझती थी कि योग दैनिक जीवन में तनाव से बचने का एक तरीका है और अन्ततोगत्वा यह महसूस किया कि यह इससे बचने में सहायता देने वाला एक उपकरण है। जैसे-जैसे वर्ष बीतते गए यह अभ्यास आन्तरिक होता चला गया और आन्तरिक शांति की ओर उन्मुख हो गया। यह इससे भी अधिक, हम कहाँ हैं?,.....किस क्षण में हैं?, का आभास कराने लगा।

अन्ततोगत्वा स्वयं और योग की गहराई में जाने की मेरी लालसा ने मुझे दिसम्बर 2019 में आश्रम में योगा टीचर्स ट्रेनिंग कोर्स (वाईटीटीसी) से जुड़ने के बारे में प्रेरित किया और आश्रम के शिक्षकों ने मुझे प्रशिक्षण कार्यक्रम से जुड़ने के लिए बहुत प्रोत्साहित किया। नवम्बर 2019 में मैंने आश्रम में आयोजित प्रैक्टिकल एग्ज़ाम पास कर लिया जो वाईटीटीसी कार्यक्रम में नामांकन के लिए अनिवार्य शर्त थी।

जैसे जैसे नामांकन की तारीख निकट आती गई, मैं हमेशा स्वयं से प्रशिक्षण के बारे में बात करती रहती कि यह प्रशिक्षण के लिए सही समय है या नहीं, परन्तु मैंने महसूस किया कि सही समय कभी नहीं आता है और यदि अभी नहीं करना

है तो कब? शीघ्र ही मैंने छुट्टी के लिए आवेदन कर दिया और अपना नामांकन वाईटीटीसी कार्यक्रम में करा लिया।

पुस्तक सूची के साथ प्रशिक्षण का कार्यक्रम प्राप्त होने पर मैं बहुत उत्साहित हुई और मुझे फिर से छात्र बनना बहुत पसंद आया। अतः मैंने 10 दिसम्बर 2019 को 20 दिवसीय आवासीय कार्यक्रम के लिए पवित्र शिवानन्द आश्रम में प्रवेश किया। वहां मैंने जो अनुभव प्राप्त किये वे अद्भुत थे। मैंने अपने बैचमेट्स को देखा और आश्चर्यचकित रह गई कि ऐसी कौन सी बात थी जिसने लोगों को मेरी तरह वाईटीटीसी ज्वाइन करने के लिए प्रेरित किया। हम 12 लोग थे उनमें से कुछ लोग विदेश से आये हुए थे और अन्य लोग मेरी ही तरह अन्य प्रतिबद्धताओं से विराम लिए हुए थे। हमारे जीवन की कहानियाँ, हमारी सभ्यतायें और प्रेरणाएं भिन्न हो सकती थीं पर हम सभी वहां पर केवल एक समान उद्देश्य, योग के बारे में ज़्यादा से ज़्यादा जानने के लिए इकट्ठा हुए थे।

वाईटीटीसी में दिया गया पाठ्यक्रम, ध्यान, प्राणायाम, शारीरिक अभ्यास और कुछ सैधांतिक विषयों का मिश्रण था। आश्रम में 20 दिनों के प्रवास के दौरान योग प्रशिक्षण के साथ मेरे दैनिक जीवन को एकीकृत करते हुए मैंने एक अद्वितीय परिवर्तनकारी अनुभव भी प्राप्त किया जिसने मुझे एक दृढ़ आधार दिया, जिससे मैं दूसरों को पूरे आत्मविश्वास के साथ प्रशिक्षित करने के लिए तैयार थी। स्वामी जी और अन्य योग संकाय सदस्य जो अपने सम्बंधित क्षेत्रों के अनुभवी थे, उनके द्वारा प्रेरक-वार्ता के माध्यम से ज्ञान प्रदान किया गया। आश्रम का पवित्र वातावरण योग विज्ञान के क्षेत्र में कौशल वृद्धि के साथ-साथ अध्यात्मिक विकास के लिए आदर्श था। मैंने वहां पर सीखा कि शास्त्रीय योग के अद्भुत लाभों को दूसरों तक कैसे पहुँचाया जाए और अपने स्वयं के योग अभ्यास को अधिक गहराई तक और अधिक सार्थक स्तर पर कैसे ले जाया जाए।

आश्रम के पाठ्यक्रम और शिक्षाओं ने सूचना और अनुभूति के सम्पूर्ण संसार को खोलकर रख दिया। वाईटीटीसी की 200 घंटे की क्लास सुनने में बहुत ज़्यादा लगती है, जबकि इस विषय पर कई जीवनकाल तक सीखा जा सकता है और उसके बाद भी आप उसके बारे में सब कुछ नहीं जान सकते।

आश्रम में हमारे दिन की शुरुआत सुबह 5.30 बजे होती और दिन में दो बार के शारीरिक व्यायाम के साथ रात को 9.30 बजे सत्संग के साथ समाप्त होती। कोर्स का सैद्धान्तिक पक्ष शरीर के सर्कुलेटरी रेस्पिरेटरी लोकोमोटिव गायनेकोलोजिकल फंक्शन्स पर योग के प्रभाव एवं योग दर्शन पर अधिक केन्द्रित था। हमें रेकी (2 डिग्री तक), आयुर्वेद तथा आहार और पोषण के बारे में भी बताया गया।

समय बीतने के साथ-साथ मैंने यह अनुभव किया कि मेरा मस्तिष्क नवीन सूचनाओं से अभिभूत हो गया है। मैंने स्वयं को योग के माध्यम से ढूँढना शुरू कर दिया। प्रत्येक गतिविधि, व्यायाम, व्याख्यान और अभ्यास सत्र के दौरान मुझे जल्द ही एहसास हुआ कि यह योगिक मार्ग ही है जिससे मेरा संबंध है। प्रत्येक विषय पर थोड़ी की परीक्षा ली गई। अंत में हमारी एक प्रैक्टिकल परीक्षा हुई और 45 मिनट की एक शिक्षण क्लास। इस पूरे अनुभव को व्यक्त करने के लिए मेरे पास शब्द नहीं हैं लेकिन संक्षेप में यह कह सकती हूँ कि यह जीवन बदलने वाला था।

मैं सभी तरह के आसन नहीं कर सकती और मुझे पता है कि मुझे अभी अभ्यासों का एक लम्बा रास्ता तय करना है। लेकिन मेरे मस्तिष्क का विचारशील भाग जानता है कि योग प्रशिक्षक होना उन चीजों के बारे में नहीं है, बल्कि यह योग के प्रति अपने प्रेम और जुनून को अन्य लोगों के साथ साझा करना है। मुझे जो सबसे बड़ा लाभ मिला वह यह था कि मैंने अपने ध्यान को अन्दर की तरफ मोड़ना और केवल साँस लेते हुए और मानसिक रूप से उपस्थित होकर सब कुछ ठीक कर लेना सीखा।

योग में वे इसे मन को शांत करना कहते थे। मैंने सीखा कि अपना छोटा सा समय निकालकर सभी मानसिक पटलों, पारिवारिक मांगों, कार्य के लक्ष्योंमनोरंजन और उद्विग्नताओं के बारे में भूलकर हमारे पास जो है उसी के लिए कैसे शुक्रगुजार हों? और वास्तव में यही मेरी यात्रा है। हो सकता है आपकी यात्रा मेरे समान न हो लेकिन स्वयं की परवाह करने के लक्ष्य को वे सभी प्राप्त कर सकते हैं जो यात्रा प्रारंभ करना चाहते हैं। हाँ प्रारंभ में यह अजीब लग सकता है, लेकिन उसके बाद इसके लाभ अत्यंत वृहद हैं। आपको केवल शुरुआत करने की आवश्यकता है।

संक्षेप में कहूँ तो वाईटीटीसी कार्यक्रम ने मेरे लिए एक नए संसार का रास्ता खोल दिया और शिक्षण ने स्वयं को गहराई से समझने के लिए मेरा मार्ग प्रशस्त कर दिया। मैंने यह अनुभव किया कि शारीरिक और मानसिक अभ्यास की इस पुरातन पद्धति से भी बढ़कर कुछ और है। मैं आश्चर्य हो गई कि यही वह मार्ग है जिसका मैं जीवनपर्यंत अनुसरण करना चाहती हूँ और मेरी यात्रा प्रारंभ हो चुकी है।



गणतन्त्र दिवस समारोह में ध्वजारोहण करते हुए श्री नटू भाई परमार, वरिष्ठ लेखाकार (सेवानिवृत्त)

मेरी ज़रूरत थी

चिंटू गुप्ता

लेखा परीक्षक

सोचा बहुत, देख इस मायाजाल को, समझा अब,

वो ज़रूरत थी मेरी।

जाने-अनजाने जब भी कह देता कुछ कोई, समझा अब,

वो ज़रूरत थी मेरी।

कहते थे मुझे कभी अच्छा, कभी बुरा मेरे साथी, मेरे हमदम

वो ज़रूरत थी मेरी।

कहता था खुश करने को कुछ बातें सभी को, समझा अब,

वो ज़रूरत थी मेरी।

लेकिन आज, पंख लग गए हौसलों को, हौसला-अफ़ज़ाई की सबने,

वो ज़रूरत थी मेरी।

ज़रूरत है सभी को, एक-दूसरे का साथ निभाने की;

अच्छा-बुरा समझने की, तभी बढ़ सकेगा हर कोई,

जो सब की ज़रूरत है।

मेरे जीवन का एक खूबसूरत अनुभव

जयंत

लेखापरीक्षक

यह दिन मैं कभी नहीं भूल सकता। जाने क्यूँ मैं आज खुद को इस विषय पर लिखने से रोक न पाया। यह कोई निबंध न होकर मेरे जीवन के एक महत्वपूर्ण क्षण की शब्दों में व्याख्या है। वह क्षण जिसने मुझे मेरे जीवन का सार दिया।

समय रात के 10:30 बजे के करीब का था और मैं हमेशा की तरह अपनी किताबों में उलझा हुआ था, जब मुझे समाचार मिला कि मेरी परीक्षा सी.जी.एल.-2017 का अंतिम परिणाम आ गया है। मैंने परिणाम देखा और ज्ञात हुआ कि मैंने परीक्षा उत्तीर्ण कर ली है। तुरंत पिताजी को टेलीफोन किया और उन्हें अवगत कराया कि मुझे नौकरी मिल गई है। उस समय उनके चेहरे की खुशी न देख पाया किंतु उनका सपना साकार कर पाने की खुशी अद्भुत थी। फिर दौरे शुरू हुआ विचारों का, नींद की जगह विचारों ने ले ली थी। खुशी अत्यधिक इसलिए भी थी कि जिस पिता को बचपन से सुबह 4:00 बजे उठकर सब्जी मंडी जाते देखा था, धूप, छाँव, गर्मी, सर्दी, बरसात, उस छोटी सी टीन की छत के नीचे बैठकर दिनभर सब्जी बेचकर देर शाम घर आते देखा था, उनकी आवाज़ में एक सुकून देखा था। उनके बुढ़ापे की लाठी बन पाने से मेरे दिल में भी एक सुकून था।

कभी मन में विचार आता कि कैसे मैं कभी-कभी सो नहीं पाता था जब मन यह सोचकर विचलित हो जाता था कि अगर नौकरी नहीं मिल पायी तो क्या करूँगा। जब माता-बूढ़े हो जाएंगे, वृद्धावस्था में जब इनको बीमारियाँ जकड़ लेंगी तो कैसे इनके इलाज का खर्च उठा पाऊँगा। कभी पिताजी को भीषण गर्मी में वहाँ बैठे देखता तो सोचता कि अगर जीवन में कुछ नहीं कर पाया तो उनकी जगह बैठ जाऊँगा, और उनको निजात मिलेगी। कभी मन में विचार आता कि जिस इंजीनियरिंग की पढ़ाई को वज़ीफ़ा पाकर पूरा किया, उसे भी जीवन में सफलता की राह बनाने के लिए इस्तेमाल न कर सका। कभी-कभी जब मैं खुद को ढाँढ़स बँधाता था, खुद को समझाता था, आज वो पल याद आए तो आँखे नम हो गईं। उस नमी में दोस्तों का ख्याल आया जिन्होंने सदा मेरा उत्साह बढ़ाया, जब निराश हुआ तो मुझे आशा की किरण दिखाई, हताश होकर हार ना मान लूँ इसलिए माँ और पिताजी के संघर्षों को याद दिलाया। एक निम्न वर्गीय परिवार में जन्मे व्यक्ति के लिए उन दोस्तों का साथ ही विरासत के समान था।

फिर 4:00 बजे सोकर जब मैं उठा तो ये एक नई सुबह थी जिसमें मेरे परिवार के उज्वल भविष्य का उजाला था। जिसमें छोटे भाई को आगे पढ़ाने पर पिताजी पर बोझ न आने की खुशी थी तथा अपने परिवार में आने वाली खुशियों की चहचहाहट थी। तब उस सुबह मैंने भी एक दृढ़ निश्चय किया कि जिस ईमानदारी को पिताजी ने सिखाया उसका हमेशा पालन करूंगा। कभी अपने माता-पिता को दुख की घड़ी में अकेला नहीं छोड़ूंगा। अब मैं भी उनके बुढ़ापे की लाठी बन कर अपने परिवार के लिए कुछ कर पाऊँगा। अंत में दो पंक्तियाँ लिखना चाहता हूँ:

भुलाए नहीं भूलेगा वो दिन।

आशा की किरण लाया था जो दिन।।



भारत के नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक के आगमन के अवसर पर रंगोली बनाने वाले कार्यालय के सदस्य

एक दिन बहस का

जितेंद्र कश्यप

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

हो गई एक दिन बहस इंसान की खुदा से।
कहा खुदा ने ए बेअदब बहस ना कर तू यूं मुझसे।।
फिर कहा इंसान ने तू खुद को इतना बड़ा ना समझ।
छोड़ यह गुराना बेकार ना गरज।।
तुनक से खुदा ने कहा मैं हूँ खुदा तेरा।
सुबह शाम बस नाम ले मेरा।।

आखिर क्यों लें हम नाम तेरा।
भौंह चढ़ाकर इंसान ने खुदा से कहा।
यह खुद इंसान है जो झेले सारे गम।
फिर क्यों ले दिन-रात नाम तेरा हम।।
घर में इंसान के जब थी बदहाली और तंगी।
खूब गुहार लगाई पर तेरी कान पर जूं तक न रेंगी ।।
मौत भी हुई जब यहां इंसान की ।आंसू पोंछने मोहल्ला पूरा आया ।
रस्ता देख रहा था इंसां तेरा पर तू तब भी ना आया।।
हर मुश्किलों में इंसान खुद ही अकेला लड़ा।
तू तो देख रहा था तमाशा एक तरफ खड़ा-खड़ा।।

इंसान के इतना कहने पर खुदा मुस्कराया।
इंसां पड़ गया पशोपेश में वह कुछ समझ ना पाया।

इंसां तो बता रहा था अपना हाल।
और खुदा को इल्म नहीं ज़रा भी ना ही कोई मलाल।।
राज़ खुदा ने अपनी मुस्कान का खोला।
कान के पास आकर इंसां के धीमे से बोला।।
उन मुश्किल दिनों में वह साहस कहाँ से आया।
तू तो था एकदम पस्त तुझे होश खुदा ने दिलाया।
खुदा तो था साथ तेरे हर पल हर छिन ।
भूल गया तू ही खुदा को जब आए खुशी के दिन।।
हर कामयाबी पर नाम अपना ही गाता ।
नाकाम होता जब भी तू मुजरिम खुदा को ही ठहराता ।।
राह पर खुदा की तू चल नहीं पाया।
बनना चाहा खुदा से बड़ा जिसने इंसान को बनाया।।
खुदा बनना नहीं आसान बस इतना तू समझ ले।
हैं मेरी कचहरी में ना सिर्फ एक बल्कि लाखों इन्सानों के मसले।

खुदा की ये बातें सुनकर इंसान को अपनी ग़लती समझ आई।
करूंगा नेक काम सदा ऊंची रहे खुदा की खुदाई।।

भारत के आर्थिक विकास में गृहणियों की भूमिका

दिपेश कुमार गुप्ता

वरिष्ठ लेखापरीक्षक

तू ही दुर्गा है, जो शक्ति का रूप है,
तू ही सरस्वती, जो विद्या का स्वरूप है।
तू ही तो लक्ष्मी है, धन तुझमें विराजमान है,
तू ही तो है धरती, तू ही तो आसमान है।

ऊपर लिखी हुई पंक्तियाँ ईश्वर की उस महानतम रचना के लिए है जिसे हम "स्त्री" कहते हैं। इस जगत के निर्माण के प्रारम्भ से ही स्त्री ने एक अहम भूमिका निभाई है, आज भी निभा रही है, और अंत काल तक निभाएगी। आज हर एक क्षेत्र में स्त्री अपना महत्वपूर्ण योगदान दे रही है चाहे वो चिकित्सा का क्षेत्र हो जहाँ वह डॉक्टर, नर्स की भूमिका निभाती है या फिर शिक्षा का, जहाँ वह एक शिक्षिका बन इस देश के भविष्य का निर्माण करती है। चाहे वो एक विमान चालक बन लाखों लोगों को एक शहर से दूसरे शहर में पल में पहुँचाती है या फिर एक रिक्शा चालक बन लोगों को रोज उनके कार्यालय, स्कूल पहुँचाती है। हर एक रूप में वो इस समाज को, इस देश को बेहतर बनाने में अपना योगदान दे रही है।

पर इन सभी के साथ 'स्त्री' एक ऐसा किरदार भी निभा रही है जिसे हम रोज़ देखते हैं पर उस किरदार को उसके कार्य के लिए न तो प्रोत्साहित करते हैं, ना ही उसके काम के लिए हम उसे कोई पैसे देते हैं, लेकिन फिर भी बिना किसी बात की परवाह किए वो अपनी ज़िम्मेदारी उसी लगन से निभाती है। उस किरदार का नाम है 'गृहिणी'।

अगर हम अपने घर में ही देखें तो हमें ये किरदार निभाती महिलाएं मिलती हैं जो हमारी माँ, पत्नी, भाभी इत्यादि हैं। 'गृहिणी' एक ऐसा किरदार है जो एक स्त्री बिना किसी धन की लालसा के निभाती है।

ऐसा कहते हैं कि हर आदमी की सफलता के पीछे किसी स्त्री का हाथ होता है। यह बिलकुल सत्य है। अगर एक गृहिणी समय पर अपने पति को खाना न खिलाये, या उसे समय पर सारे काम न करके दे तो वह बाहर जाकर बेफ़िक्र होकर काम नहीं कर पाएगा और जिसका पूरा असर इस देश की अर्थव्यवस्था पर भी होता है।

एक गृहिणी घर की बागडोर संभालती है। घर कैसे व्यवस्थित रखना है, घर में आने वाले धन को कब, कहाँ, कितना व्यय करना है, एक गृहिणी से बेहतर कोई नहीं जानता। धन का संयमित रूप से रख-रखाव ही घर की आर्थिक स्थिति को मजबूत बनाता है।

एक गृहिणी अपने बच्चों को शिक्षा देती है, उन्हें मानसिक रूप से मजबूत करती है और ये सब प्रयास एक मजबूत भविष्य का निर्माण करते हैं। बच्चों की शिक्षा का पूर्ण असर उनकी मानसिक वृद्धि पर होता है।

अगर गौर से देखा जाए तो जितना योगदान एक डॉक्टर, इंजीनियर, आर्किटेक्ट, फौजी, नेता, आदि इस देश के निर्माण के लिए दे रहे हैं उतना ही योगदान एक 'गृहिणी' भी दे रही है। एक मजबूत अर्थ व्यवस्था की नींव है 'गृहिणी'।

एक गृहिणी के योगदान पर कुछ पंक्तियाँ :-

कोई फ़र्क नहीं एक फौजी में और तुझ में,
वो अपने वतन की रक्षा कर रहा है, तो तू अपने घर की।
कोई फ़र्क नहीं एक चिकित्सक और तुझमें,
वो रोगियों को बचाता है और तू रोगी होने से बचाती है।
कोई फ़र्क नहीं एक इंजीनियर और तुझमें,
वो मशीनें बना रहा है तो तू देश का भविष्य बना रही है।
फ़र्क बस इतना सा है इन सबमें और तुझमें,
ये सब पैसों के लिए काम करते हैं,
और 'तू' बिना किसी चाह के अपना सर्वस्व दिये जा रही है।
ये देश तुझे नमन करता है 'गृहिणी'।

पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना

श्रीमती धनवंती टिब्बानी सिसोदिया

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना,
जिस पर बैठ मैं सोसाइटी का चक्कर लगाऊंगी,
नन्हें-नन्हें पैरो से पैडल चलाऊंगी,
नन्हें-नन्हें हाथों से हैंडल घुमाऊंगी,
नन्हीं-नन्हीं उँगलियों से घंटी बजाऊंगी,
पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना ॥

पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना ॥
उस साइकिल पर बैठ नन्हें-नन्हें होठों से पापा तुम्हे बुलाऊंगी,
नन्हीं-नन्हीं खुशियों और किलकारियों से तुम्हारा घर सजाऊंगी,
अपनी खुशबू से तुम्हारा घर-आँगन महकाऊंगी,
नन्हें-नन्हें रिश्तों को प्यार से सजाऊंगी,
पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना ॥

पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना ॥
उस साइकिल पर बैठ नन्हीं-नन्हीं आँखों से सपने देखूँगी,
उन सपनों को पंख लगा कर पूरा करूँगी,
नन्हें-नन्हें कदमों से चलना सीखूँगी,
नन्हें-नन्हें हाथों से लिखना सीखूँगी,
खूब पढ़-लिख कर पूरी दुनिया में तुम्हारी नन्हीं बितिया रानी कहलाऊंगी,
पापा मुझे एक छोटी साइकिल ले दो ना ॥

क्या ऑनलाइन स्कूलिंग शिक्षा का भविष्य है?

धीरेंद्र भान सिंह सराधना

वरिष्ठ लेखा परीक्षक

शिक्षा या ज्ञान हर व्यक्ति के जीवन एवं भविष्य की उन्नति के लिए परम आवश्यक है। शिक्षा के बिना बौद्धिक, मानसिक एवं आर्थिक विकास की कल्पना करना मूर्खता होगी। ऐसे में ऑनलाइन शिक्षा वर्तमान कोरोना संकट में वरदान साबित हो रही है, जो 'दो गज़ की दूरी' को सुनिश्चित करती है। बच्चों का भविष्य खराब न हो इसलिए न केवल अधिकतर शिक्षण संस्थानों ने, अपितु कॉलेज एवं प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कराने वाली संस्थाओं ने भी ऑनलाइन शिक्षा का दामन थाम लिया है।

ऑनलाइन शिक्षा के लाभ:-

1. एक शिक्षक अपने ज्ञान को देश ही नहीं, विश्व के किसी भी कोने में बैठकर बच्चों तक पहुंचा सकता है।
2. एक शिक्षक अनेक ऐप्स की सहायता से अपनी शिक्षण सामग्री को सरल एवं रुचिकर बना सकता है। वह ग्राफ, मैप, चार्ट, चित्र, वीडियो के माध्यम से अपने प्रस्तुतीकरण को बेहतर ढंग से कर सकता है।
3. ऑनलाइन शिक्षा के कारण छात्र एवं शिक्षक कहीं भी बैठकर अध्ययन/अध्यापन कर सकते हैं। उनके लिए क्लासरूम में बैठकर ब्लैकबोर्ड के माध्यम से शिक्षा ग्रहण करना आवश्यक नहीं रह जाता।
4. ऑनलाइन शिक्षा के कारण समय की बचत होती है जिसे बच्चे कहीं और उपयोग में ला सकते हैं।
5. बच्चों के क्लासरूम में जाकर अध्ययन करने से जो यातायात का खर्चा आता था, उसकी बचत होती है।

6. ऑनलाइन माध्यम से केवल स्कूली शिक्षा ही नहीं अपितु पेंटिंग, डांसिंग, क्राफ्ट्स इत्यादि का भी अध्ययन कर सकते हैं। कुकिंग, सिलाई आदि सीखने के लिए भी ऑनलाइन माध्यम उपलब्ध है।

ऑनलाइन शिक्षा के नकारात्मक पक्ष:-

ऑनलाइन शिक्षा के सकारात्मक पक्षों के साथ-साथ नकारात्मक पक्ष भी है:

1. भारत की अधिकांश जनसंख्या गांवों में निवास करती है जहां अधिकांश लोगों की आर्थिक स्थिति भी अधिकतर कमज़ोर ही है। जहां लोगों को मूलभूत आवश्यकताएँ, "रोटी, कपड़ा और मकान" के लिए ही संघर्ष करना पड़ता हो, वहाँ ऑनलाइन शिक्षा के लिए आवश्यक संसाधन जैसे कंप्यूटर , लैपटॉप या स्मार्टफोन तक पहुँच होना बहुत दूर की बात है।, जिससे गांवों के अधिकांश बच्चे ऑनलाइन स्कूलिंग शिक्षा से वंचित रह जाते हैं ।

2. इंटरनेट इस शिक्षा में परम आवश्यक है जो हमारे देश के अधिकांश भागों में नहीं है या बहुत कमज़ोर है।

3. इंटरनेट महंगा होने के कारण हर किसी के लिए इसे प्राप्त करना आसान नहीं।

4. कमज़ोर नेटवर्क के कारण वीडिओ एवं आवाज़ में स्पष्टता का अभाव होता है जो शिक्षण में व्यवधान उत्पन्न करता है ।

5. शिक्षक बच्चों के अनुशासन पर पूर्णतः नज़र नहीं रख पाते जैसा कि वे क्लासरूम में रखते हैं।

6. कंप्यूटर स्क्रीन के कारण बच्चों की आँखों पर बहुत दुष्प्रभाव पड़ता है।

उपसंहार:-

वर्तमान समय में ऑनलाइन शिक्षा के महत्व से कौन अंजान है? कोई नहीं जानता कि स्कूल, कॉलेज शिक्षण संस्थाएँ कब खुलेंगी । ऐसे में ऑनलाइन शिक्षा ने, एक नया विकल्प प्रदान किया है, इससे बच्चों की शिक्षा सुचारु रूप से चल रही है।

यही नहीं, इस से कोरोना संक्रमण से बचने के लिए आवश्यक सामाजिक दूरी रखना भी सुनिश्चित हुआ है। इससे न केवल देश में अपितु विदेशी शिक्षा भी घर बैठे लेना आसान हुआ है जो अपने आप में बेहतर है।

आर्थिक रूप से कमज़ोर परिवारों के बच्चों के लिए निशुल्क ऑनलाइन शिक्षा की व्यवस्था होने से इसके फ़ायदे कई गुना बढ़ सकते हैं।



महिला दिवस कार्यक्रम में कार्यालय की महिला सदस्य

आत्म-साक्षात्कार

श्रीमती निहारिका उप्पल

वरिष्ठ लेखाकार

इस जीवन से आशा क्या है, जान तो लूं परिभाषा क्या है।
सुबहो-शाम मेरे सवालों का, जवाब क्यूँ निराशा सा है।

क्या वस्त्र है जो मैं पहनता हूँ, या कर्म है जो मैं करता हूँ।
हज़ारों रिश्तों के नाम हैं मेरे, सच है या यूँ ही डरता हूँ।

मन क्यूँ बार-बार टोकता है, लोग कहते हैं इतना क्यूँ सोचता है।
समझाते हैं बस फ़र्ज़ निभा, पर नाखुश अंतर्मन कचोटता है।

क्या जीवन यापन ही ध्येय है, कर्मों का चक्र ही लय है।
कोई मुकाम और भी होगा, वरना समय यूँ ही व्यय है।

बाहर नहीं सब अंदर है, रूह इक गहरा समुंदर है।
चिंतन करने से होगा बयां, अंतःकरण कितना सुंदर है।

जो शक्ति सूर्य उगाती है, पवन चलाती, सरिता बहाती है।
उसकी पहचान से ही, अध्यात्म चेतना जग जाती है।

दम-दम खुद की रूह में झाँकूँ, पल शोर में तन्हा भी काटूँ।
रूहानी बोध से द्वन्द मिटा, स्वयं समझूँ औरों में बाँटूँ।

रिहा मन से हर विकार होगा, शक्ति का भीतर संचार होगा।
शिखर से शून्य जब पा लेगा, मानव तब आत्म-साक्षात्कार होगा।

भगत सिंह

श्रीमती नूपुर राजेश तिवारी

पत्नी श्री राजेश चन्द्र तिवारी ,
सहायक लेखा अधिकारी

आज़ादी की एक कहानी
तुम्हें सुनाने आई हूँ,
दीवानों की उस ज़िद से,
मैं तुम्हें मिलाने आई हूँ।

लिए स्वप्न वह आज़ादी के
आँखों में सोता था,
ना तो फल, ना कोई फूल ,
वह बंदूकें बोता था।

सुनकर उसकी एक गर्जना
निकल गया अंग्रेज़ों का दम
देख रह गए दंग सभी जब,
फेंका बीच सभा में बम।

कहते थे जिसे भगत सिंह
वह था एक नन्हा बालक
बालक कहना उचित नहीं,
वह था सिंह कहलाने लायक।

चेहरे पर थी अजब खुशी
और मन में था उत्साह,
भारत को आज़ाद कराने की
मन में थी प्रबल चाह।

कापें डर के मारे थर-थर,
देख कर उसका साहस
इतनी सारी हिम्मत ले कर,
आया कहाँ से यह बालक।

सुनकर लालाजी की हत्या,
कैसे रहता वह मौन,
मारा बीच सड़क पर दुश्मन,
बता दिया था हम हैं कौन।

आई एक सुबह सूचना,
भगत सिंह पकड़ा गया,
जाल बिछाकर घेरा उसको
ज़ंजीरों में जकड़ा गया।

थी एक पूरी फ़ौज फिरंगी,
ये मतवाले थे थोड़े
कैसे करें अंत हम इनका,
फिर भी सोच रहे थे गोरे।

रहा अगर यह ज़िन्दा,
तो ना चलने देगा एक ज़रा सी,
देशद्रोह का करो मुक़दमा
दे दो इसको फांसी।

देख सामने फांसी का फंदा,
वह झूम उठा था,
भारत मां की जय कहकर,
वह धरती चूम उठा था।

कैसा होगा दृश्य वहाँ,
तब दुश्मन भी रोया होगा,
भारत मां के आँचल में,
एक और लाल सोया होगा।

जन्मे जिस देश की मिट्टी में,
यह भगत सिंह से बलिदानी,
क्यों ना कहें हम स्वाभिमान से,
वह मिट्टी है हिन्दुस्तानी,
वह मिट्टी है हिन्दुस्तानी।

भारत के नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक श्री गिरीश चन्द्र मुर्मू के दिनांक 21 जनवरी को कार्यालय आगमन की कुछ स्मृतियाँ







भारत के नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक श्री गिरीश चन्द्र मुर्मू के गुजरात आगमन पर उनकी राज्यपाल श्री देवव्रत शास्त्री तथा मुख्यमंत्री श्री विजय रूपानी से मुलाकात के क्षण



पुस्तक समीक्षा - टेन लेसन्स फॉर ए पोस्ट-पैंडेमिक वर्ल्ड-फ़रीद ज़कारिया

पंकज

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

पिछले एक साल में हमारी दुनिया में आए हुए बदलावों को शब्दशः वर्णित करती यह पुस्तक निजी जीवन से लेकर अंतरराष्ट्रीय संबंध तक को सम्मिलित करती है। फ़रीद ज़कारिया ने अपने भारतीय मूल की पुस्तक के विभिन्न भागों में विशेष रूप से दर्शाया है।

पुस्तक का पहला अध्याय विभिन्न विशेषज्ञों द्वारा भिन्न-भिन्न समय पर दी गई चेतावनियों के बावजूद महामारी के प्रति हमारी उदासीनता पर प्रकाश डालता है। इस अध्याय में नोबेल विजेता जोशुआ लीडरबर्ग का एक कथन "समकालीन मनुष्य एक मानव निर्मित प्रजाति है"; हमारे जीवन में आए बदलावों की ओर इंगित करता है।

पुस्तक का अगला अध्याय शासनविधि की गुणवत्ता के महत्व पर प्रकाश डालता है। यह अध्याय माननीय प्रधानमंत्री के "मिनिमम गवर्नमेंट मैक्सिमम गवर्नेंस" दृष्टिकोण के साथ मेल खाता है। साथ ही साथ यह महामारी के समय विश्वभर की शासनप्रणाली की कमियों को भी उजागर करता है।

अगले अध्यायों में पूंजीवाद की पिछले कुछ संकटों जैसे वैश्विक वित्तीय संकट, आतंकवाद और महामारी से निपटने में अक्षमता को उजागर करते हैं। साथ ही साथ एक अध्याय आने वाले समय में विश्व में बढ़ने वाली असमानता के संकट पर भी प्रकाश डालता है।

एक लेखाकार के नज़रिए से पुस्तक का पांचवा अध्याय बहुत महत्वपूर्ण है। इस अध्याय में विशेष रूप से इस बात पर प्रकाश डाला गया है कि किस प्रकार आर्टिफ़िशियल इंटेलिजेंस बहुत ही जल्दी खुद को सिखाने में समर्थ होती जा रही है। इस अध्याय में हमारे काम में इसके प्रयोग और उससे नौकरी पर पड़ने वाले प्रभावों को भी वर्णित किया गया है। मैं निजी तौर पर शासनव्यवस्था में तकनीक के प्रयोग का समर्थक रहा हूँ। इसलिए मेरा मानना यह है कि जल्द से जल्द लेखा डिजिटलीकरण पर काम किया जाना चाहिए ताकि बहुत सारे कार्यों की पुनरावृत्ति

को रोका जा सके। यद्यपि इस का प्रभाव नौकरियों पर पड़ेगा परन्तु इस पर फ़रीद ज़कारिया ने टिप्पणी की है कि ऐसे परिवर्तन मानव इतिहास में समय-समय पर आते रहे हैं और हर समय हमारी सभ्यता ने नए रोज़गार की तलाश की है।

पुस्तक के आखिरी अध्यायों में लेखक ने अपने पसंदीदा विषय- 'अंतर्राष्ट्रीय व्यवस्था' पर टिप्पणी करते हुए लिखा है कि आने वाले समय में अंतर्राष्ट्रीय व्यवस्था की दिशा तय करने में राष्ट्रों द्वारा इस समय में लिए गए कदम महत्वपूर्ण भूमिका अदा करेंगे। साथ ही साथ वह लिखते हैं कि उदार अंतरराष्ट्रीय व्यवस्था का ना ही कोई स्वर्णिमकाल था ना ही वह पतन की ओर है। यह बढ़ते हुए वैश्वीकरण में केवल एक ठहराव है। चीन के विषय में वह लिखते हैं कि अंतर्राष्ट्रीय व्यवस्था को चीन के विस्तारवाद से ज़्यादा खतरा अमेरिकी अधित्याग से है।

पिछले साल की सबसे ज़्यादा बिकने वाली पुस्तकों में से एक होने के साथ-साथ यह पुस्तक वास्तव में पठनीय है।



महिला दिवस कार्यक्रम में कार्यालय के सदस्य

गांधी जयंती प्रतियोगिता

पवन सिंगला

वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

महात्मा गांधी को 20 वीं शताब्दी के सबसे श्रेष्ठ और महान व्यक्तियों में से एक माना जाता है। उनके द्वारा दिखाए गए जीवन जीने के रास्ते आज भी प्रासंगिक हैं। गांधी जी के द्वारा जीवन जीने के बारे में बताए गए आदर्शों एवं सिद्धांतों का आज के भौतिकवादी युग में और ज़्यादा अनुसरण करने की आवश्यकता है, पर इनको आत्मसात करना आसान कार्य नहीं है।

प्रधान मंत्री के स्वच्छ भारत अभियान के बाद हम लोग पिछले दो साल से 2 अक्टूबर (गांधी जयंती) के दिन कार्यालय में भी स्वच्छता अभियान चलाते हैं, लेकिन इस वर्ष कोरोना महामारी के चलते यह संभव नहीं था। इसलिए इस वर्ष ऑडिट भवन में गांधी जी के जन्मदिवस के उपलक्ष में एक प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का एक मकसद यह भी था कि इस बहाने लोग गाँधी जी के जीवन के बारे में पढ़ने के लिए उत्साहित होंगे और उनके विचारों को पढ़कर उन सभी में कुछ परिवर्तन आएगा।

उपरोक्त प्रतियोगिता में गांधी जी के जीवन, विचार, आंदोलन इत्यादि पर 75 वस्तुनिष्ठ प्रश्न पूछे गए व इसके अलावा निबंध लेखन हेतु निम्नलिखित विषय दिए गए :

1. 21 वीं सदी में गांधी जी के सिद्धांतों की प्रासंगिकता (एक ऐसे सिद्धान्त के बारे में लिखें जिसे आपने अपने जीवन में अपनाया हो)।
2. गांधी जी की सादगी भरी जीवन शैली की कौन सी बातों को आप अपने निजी जीवन में व्यवहार में लाना चाहते हैं।
3. क्या किसी विफल संस्था की हानि कर्मचारियों द्वारा साझा की जानी चाहिए?
4. क्या ऑनलाइन स्कूलिंग शिक्षा का भविष्य है ?
5. क्या कंपनी और कर्मचारियों के संसाधन, समय और पैसे बचाने वाला "वर्क फ्रॉम होम" 21 वीं सदी का सच साबित होगा ?
6. भारत के आर्थिक विकास में गृहणियों की भूमिका।

7. आपके जीवन का एक खूबसूरत अनुभव (यह दिन मैं नहीं भूल सकता)। प्रतियोगिता के लिए परिपत्र द्वारा नामांकन मंगवाने पर आरंभ में बहुत कम नामांकन आए। मैं अपने सभी सहकर्मियों को रोज़ संदेश भेजने लगा कि वे अपने अनुभाग से प्रतिभागियों के नाम भेजें। कोरोना महामारी से बचने के लिए भारत सरकार द्वारा जारी दिशानिर्देशों के अनुसार ऑडिटोरियम में दो गज़ की दूरी के आधार पर 25 कुर्सियाँ एवं मेजें लगाई गईं एवं प्रोजेक्टर भी लगाया गया ताकि निबंध के सारे टॉपिक प्रोजेक्टर पर दिखाए जा सकें। 75 वस्तुनिष्ठ प्रश्न तैयार करने के लिए श्रीमती उमा राजेंद्रन, व.ले.प.अ. को चुना गया। निबंध के टॉपिक एक दिन पहले ही सभी नोटिस बोर्ड पर लगा दिए गए।

आखिरकार प्रतियोगिता का बहुप्रतीक्षित दिन आ गया। ऑडिट भवन स्थित संयुक्त कार्यालयों से कुल 36 सदस्यों ने प्रतियोगिता में हिस्सा लिया। यह संख्या हमारे अनुमान से कहीं ज़्यादा थी। अतः हमें कुछ लोगों को स्टेज पर भी बैठाना पड़ा ताकि कोरोना महामारी के चलते दो गज़ की दूरी का पालन किया जा सके। कुल 75 प्रश्नों का प्रश्नपत्र दिया गया था, उसी में प्रतिभागियों को सही व गलत का निशान लगाना था। इसके अतिरिक्त निबंध लेखन के लिए दिए गए सात विषयों में से किसी एक विषय पर निबंध लिखना था। इसके लिए कुल 2 घंटे का समय दिया गया था।

प्रतियोगिता को और रोचक बनाने के लिए फ़ैसला लिया गया कि प्रतियोगिता के अंत में 25 वस्तुनिष्ठ प्रश्न पूछे जाएंगे एवं जो सही जवाब देगा उसे उसी वक्त नकद पुरस्कार ₹50 दिया जाएगा। प्रतियोगिता का अंतिम भागमौखिक प्रश्नोत्तरी काफ़ी रोमांचक रहा। जिसमें सब लोगों ने बहुत उत्साह के साथ सहभागिता की। इस प्रकार प्रतियोगिता का समापन काफ़ी हर्षोल्लास के माहौल में हुआ और सभी प्रतिभागियों ने आनंद का अनुभव किया।

सहनशील प्रकृति

प्रवीण कुमार झा

सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

जहां आज शहरों की इतनी चकाचौंध है,
सुना है वहाँ कल तक घना जंगल था,
जंगल थे तो हवाएँ साफ हुआ करती थी,
अब जंगल काटकर शहर बना, जो तंग है,
साफ सुथरे दिखते हैं लोग शहर के,
पर हवा साफ नहीं है शहर में कहीं भी,
हवाओं में फैली दुर्गंध हम इन्सानों से ही है,
हमने ही तो फैलाई है ये गंदगी हर ओर,
प्रकृति सहनशील है तो बचे हैं हम सभी,
सहनशीलता ने जिस दिन सीमा लांघ ली,
हमें मिटाकर फिर से यहाँ जंगल ही होगा,
और तब ये दुर्गंध मिटेगी, हवा भी साफ़ होगी,
बेहतर है हम समय रहते सचेत हो जाएँ,
पेड़-पौधे लगाएँ खूब और दुर्गंध न फैलाएँ,
हरियाली की ही वजह से है धरा पर जीवन,
उस हरियाली को भी तो, हम थोड़ी जगह दें,
हम आपदा को तो आमंत्रित न करें,
प्रकृति सहनशील है, बनाए रखने का प्रयत्न करें।

छद्म नैतिकता

श्री प्रशांत शुक्ला

वरिष्ठ लेखापरीक्षक

लाखों वर्षों की सामाजिक उथल-पुथल का सामना करते हुए अपना समाज सम्प्रदाय, लिंगवाद, जातिवाद, वर्गवाद, क्षेत्रवाद के रास्ते होते हुए या यूँ कहें कि साथ लेकर चलते हुए छद्मवाद की तरफ उन्मुख है।

“वास्तविक रूप में न होकर वास्तविकता का आभास कराना छद्मवादिता कहलाती है”

फिर यह छद्मवादिता धर्म की, ज्ञान की, भाषा की, विचारधारा की या व्यक्तित्व की ही क्यों न हों।

- ❖ धर्म के वास्तविक स्वरूप को भलीभाँति न जानते हुए भी कुछ धार्मिक ठेकेदारों (पंडित, मौलवियों, पादरियों) द्वारा बताये गए नियमों/ रीति-रिवाजों का एक-पक्षीय समर्थन और पालन (कभी-कभी तो अत्यंत घृणित और अमानवीय कार्यों को कर डालना) धार्मिक छद्मवादिता है।
- ❖ किसी भाषा को वैश्विक मानकर, व्यक्तित्व का उत्प्रेरक मानकर, आभिजात्य एलीट वर्ग के बोलचाल से प्रभावित होकर उसकी तरफ़ पूर्ण-रूपेण झुकाव और साथ ही साथ बड़ी-बड़ी सभाओं के मंचों से राष्ट्रीय/ संवैधानिक कर्तव्यों के निर्वहन के क्रम में अपनी सांस्कृतिक भाषा के पक्ष में केवल मत देना भाषायी छद्मवादिता होगी।
- ❖ किसी विचारधारा-विशेष के पक्ष में न होते हुए भी अपने राजनैतिक / आत्मिक स्वार्थ के लिए उससे जुड़े रहना या विचारधारा किसी व्यक्ति विशेष के अनुभव, ज्ञान, समझ का परिणाम है, इसे नकार कर मन-भेद/ टकराव उत्पन्न करना वैचारिक छद्मवादिता होगी।
- ❖ सरल न होते हुए भी धरातलीय व्यक्तित्व का प्रदर्शन वैयक्तिक छद्मवादिता होगी।

ऐसी सभी छद्म वैचारिक तरंगों, छद्म नैतिकता के सागर में समेकित हैं तो फिर प्रश्न उठता है कि इससे क्या फ़ायदे हैं और इससे हम किस दिशा में बढ़ रहे हैं। ये हमें अपने धर्म पर इतराने (आदर्श अनुकरण की भावना), विद्वता की भावना, झूठी-प्रशस्ति से उदार/ महान बनने का झूठा आत्मविश्वास तो देती हैं लेकिन वास्तविकता के धरातल पर बदलाव (सामाजिक/व्यक्तिगत) लाने की शक्ति इसमें तनिक भी नहीं है और वास्तविक नैतिक मूल्य धराशायी होते चले जायेंगे।

वास्तव में नैतिकता क्या है? कहाँ से आयी? और इसकी आवश्यकता क्या है? यह प्रश्न अनुत्तरित सा लगता है लेकिन पर्याप्त ध्यान देने पर हम देख सकते हैं कि शायद इसकी उत्पत्ति लाखों वर्ष पूर्व सभ्यताओं के विकास के साथ शुरू हो गयी थी जब हम मरणोपरांत जगत या शरीर के भीतर सूक्ष्म शरीर जैसी गहन चिंतन में डूबने लगे। यह प्रकृति पूजा, पितर/ पूर्वज पूजा से आरम्भ होकर नैतिक नियमों तक पहुँची। अलग-अलग सभ्यताओं (ईरानी, चीनी, यूरोपीय, भारतीय) के अलग-अलग चिंतकों ने (ईश्वरवादियों /भौतिकतावादियों) ईश्वर की मान्यता को अलग-अलग ढंग से रखा लेकिन सबने एक अमूर्त ब्रह्मांडीय सत्ता को स्वीकारा और अपने-अपने विचारों/ धर्मशास्त्रों में मानवीय मन की निरंतर अभिलाषा उस सत्ता को पाने की, आदर्श नैतिक नियमों के पालन की, सर्व समर्थ बनने की, या असीम शौर्य-शक्ति पाने की चर्चा की गई है। जिसकी तृप्ति भौतिक साधनों से नहीं हो सकती। असीम की अभिव्यक्ति ससीम/ भौतिकता में / माध्यम में असंभव है इसका अहसास हो जाने पर मनुष्य भौतिक साधनों से असीम बनने/ पाने का प्रयास त्याग देता है और यही त्याग नैतिकता की पृष्ठभूमि है।

अगर यही नैतिकता है जो कि जीवन का रास्ता है जिसमें जीवन की वास्तविक पूर्णता हो, तो निश्चित ही यह बहुत व्यक्तिगत (दूसरे से सम्बंधित नहीं), वैश्विक (बिना किसी भौगोलिक सीमा के) और शाश्वत (जिसे किसी समय विशेष में नहीं बांधा जा सकता) है।

लाखों वर्षों से पूर्वी संस्कृतियों में "अहम् ब्रह्मास्मि" की शिक्षा शायद उसी ब्रह्मांडीय पहचान से प्रेरित है। प्रभु श्री राम द्वारा "राज्यं वा वनवासो वा वनवासो महोदयः" राज्य और वनवास में वनवास के उत्तम कहने की बात श्री राम के उसी वैयक्तिक स्पष्टता को दर्शाती है कि समाज का कल्याण / जीवन का उद्देश्य शायद वनवास

से ही अच्छी तरह से पूरा किया जा सकता है। तो फिर आज के समाज में इतनी अस्पष्टता / छद्मवादिता क्यों ? सरल होना इतना कठिन क्यों होता जा रहा है? मेरे विचार में आज समाज को उसी सांस्कृतिक दर्पण की आवश्यकता है जो यह बताये कि "भौतिकता के स्तर पर व्यक्तित्व का हनन करो, निर्माण नहीं, यही नैतिकता की पहली सीढ़ी है"।



महिला दिवस कार्यक्रम में कार्यालय की महिला सदस्य

एक मज़दूर की कहानी

बिनय कुमार

बहु कार्य कर्मचारी

सुबह की नई किरण के साथ ही हर परिंदा अपने
घोंसले से एक नई उम्मीद के साथ उड़ान भरता है।
कोई अपने लिए तो कोई अपनों के लिए सुख चैन का त्याग करता है।
परिवार खुश रहे,
इस चक्कर में हर माह ई.एम.आई. भरता रहता है।
ज़िंदगी किसे कहते हैं,
ये तो उससे पूछो जो इस ज़ालिम पेट की खातिर
कभी जीता तो कभी मरता है।
कुछ ना मिला तो खाली हाथ घर जाने से भी डरता है।
अपनी दिनचर्या का ये हाल वो किसको सुनाए,
कभी हँसता है, तो कभी रोता है।
पर नींद गायब
एक दिन इनकी मेहनत ज़रूर रंग लाती है,
और अंत में वो सुनहरे दिन भी आते हैं,
जिसका सपना उसने संजोया होता है।

आत्ममुग्ध (नारसीसिस्ट, खुदपरस्त)

मनोज कुमार बघेला

वरिष्ठ लेखा परीक्षा अधिकारी

आत्ममुग्धता एवं आत्मप्रेम में काफ़ी अंतर होता है। आत्मप्रेम एक अति आवश्यक अनुभूति है जिसका प्रत्येक व्यक्ति में होना निहायत ही ज़रूरी है। जैसा कि एक अंग्रेज़ी कहावत में उल्लेख किया गया है "Charity begins at home" अर्थात् परोपकार का प्रारम्भ अपने घर से होता है, तदैव अन्य लोगों की मदद की जानी चाहिए। इसी प्रकार आत्मप्रेम सर्वथा उचित है परंतु आत्ममुग्धता आत्मप्रेम की मनोग्रस्ति (Obsession) है।

ये शब्द मूलतः यूनानी पौराणिक कहानियों के एक किरदार नार्सिसस (Narcissus) से आया है। नार्सिसस को अपने ही प्रतिबिम्ब से प्यार हो गया था और वह उस प्रतिबिम्ब को तब तक देखता रहा जब तक कि उसकी मृत्यु न हो गई।

आपने अपने आस-पास बहुत से ऐसे लोग देखे होंगे जो कि हमेशा अपनी ही डींगें हांकते रहते हैं। जैसे कि "मैंने ये किया, मैंने वो तीर मारा" वगैरह-वगैरह। व्यक्ति की अपनी घोर आसक्ति और अपने से जुड़े लोगों के प्रति अनासक्ति और अमानवीय आचरण को मनोवैज्ञानिक शब्दावली में आत्ममुग्ध व्यक्ति का असंतुलन अर्थात् "नार्सिस्टिक पर्सनालिटी डिसऑर्डर" (एनपीडी) जिसे आत्ममुग्धता (मिथ्याभिमान) भी कहा जाता है। इस मानसिक अवस्था में व्यक्ति अपने अतिरिक्त किसी दूसरे की भावनाओं और व्यवहार का विश्लेषण करने में असमर्थ रहता है क्योंकि उसकी अपनी आत्ममुग्धता, उसकी विस्तृत सोच और भावनात्मक विश्लेषण के दरवाजे बंद कर देती है। आत्ममुग्ध व्यक्ति की समस्या कुछ ऐसी होती है कि अगर वह गंजा है तो उसे लगता है कि वो ठीक है, सही है, ये पूरी दुनिया की समस्या है कि सबके सर पर बाल हैं।

आत्ममुग्धता कब बीमारी बन जाती है, यह व्यक्ति को खुद ही मालूम नहीं होता। अगर किसी व्यक्ति को हमेशा अपनी तारीफ़ सुनने की आदत है, दूसरों का मज़ाक उड़ाने में मजा आता है, दूसरों की पर्सनल लाइफ़ में अधिक दिलचस्पी है और अपनी आलोचना सुनकर गुस्सा आता है तो वो निश्चित रूप से आत्ममुग्ध व्यक्ति है। जैसे कोई पागल खुद को पागल या चोर खुद को चोर नहीं कहता, वैसे

ही कोई आत्ममुग्ध व्यक्ति अपनी आत्ममुग्धता समझ ही नहीं पाता। वह इसी मुगालते में रहता है कि वो सर्वश्रेष्ठ है। दरअसल, आत्ममुग्धता कोई अचानक आई बीमारी नहीं है। इसका पालन-पोषण बचपन से होता है। आत्ममुग्धता दो प्रकार की होती है, जिसमें एक अच्छी होती है तो दूसरी खराब। अच्छी और सेहतमंद आत्ममुग्धता में व्यक्ति अपनी कमियों को दूर करने के लिए खुद में आत्मविश्वास जगाता है और खुद को दुलारता यानि पैम्पर करता है। आत्ममुग्धता समस्या तब बन जाती है, जब व्यक्ति आत्मकेंद्रित हो जाता है, दूसरों की भावनाओं की कद्र नहीं करता और सिर्फ अपनी तारीफ़ सुनना पसंद करता है। आत्ममुग्ध व्यक्तियों में प्रायः निम्न वर्णित लक्षण पाये जाते हैं:

- कल्पना और व्यवहार में स्वयं को ज़्यादा बड़ा महसूस करना।
- अपनी परमशक्ति, सौंदर्य और प्रेम की कल्पना में तल्लीन रहना।
- स्वयं को विशेष समझना और अत्यधिक प्रशंसा की आवश्यकता होना।
- स्वयं को दूसरों से अधिक अनुकूल बर्ताव का पात्र समझना और अत्यधिक अनुचित अपेक्षाएँ रखना।
- शोषण करने की प्रवृत्ति होना।
- सहानुभूति एवं समानुभूति की कमी होना या खो देना।
- अक्सर ईर्ष्या करना, अभिमानी, गुस्सैल रवैया और व्यवहार दिखाना।
- अपर्याप्तता को छुपाने का सदैव प्रयास करना, असफलता स्वीकार न करना।
- स्वयं की अभिपुष्टि एवं अपना अस्तित्व प्रमाणित करने का प्रयास करते रहना।

आत्ममुग्धता पर मनोवैज्ञानिकों द्वारा काफ़ी शोध किया गया है। आत्ममुग्धता को संक्षिप्त रूप से चार तत्वों के अनुसार परिभाषित किया गया है:

- 1) ध्यान, प्रशंसा और अनुमोदन की लालसा
- 2) अक्षमता, उदासी और चिंता की भावनाएँ
- 3) पारस्परिक सम्बन्धों में अनियमितता (शोषण, अधिकार की भावना, सहानुभूति की कमी)
- 4) आलोचना और हार की संवेदनशीलता

हाल ही में हुए कुछ शोध बताते हैं कि फ़ेसबुक एवं अन्य सोशल मीडिया की लत आत्मविश्वास में कमी और आत्ममुग्धता को दर्शाती है। सोशल मीडिया में एक तस्वीर पर हज़ारों लाइक्स मिल जाते हैं। व्यक्ति उसी में खुश रहता है कि उसे इतने लोग पसंद करते हैं। लेकिन ऐसे में वह अपने अंदर की खूबसूरती को नज़रअंदाज़ कर भौतिक सुंदरता की ओर बढ़ता है। और जब यह तारीफ़ नहीं मिलती तब वह डिप्रेशन में चला जाता है।

अक्सर लोग खुद से अत्यधिक प्रेम में इतने लीन हो जाते हैं कि दुनिया के बाकी सारे इंसान उन्हें अपने आगे अदने से लगने लगते हैं। जो लोग आत्ममुग्धता के शिकार होते हैं, वे थोड़ी-सी ही आलोचना से बिखर जाते हैं। उनका आत्मविश्वास खत्म होने लगता है। वे खुद को कमतर आंकने लगते हैं। दरअसल, यह स्थिति उन लोगों में अधिक पैदा होती है, जिन्होंने बचपन से अपनी सिर्फ़ तारीफ़ सुनी हो आलोचना के शिकार कम ही हुए हों। जिन लोगों को अपनी तारीफ़ सुनने की आदत हो जाती है, उनके बहुत से गुण उनके चापलूस ही क्षय कर देते हैं, और एक वक़्त ऐसा आता है जब वे खुद को सबसे कमज़ोर मानने लगते हैं क्योंकि वे प्रतिस्पर्धा में जीत नहीं पाते और खुद की सारी कमियाँ एक साथ आगे आती हैं। इसलिए ज़्यादा तारीफ़ भी अच्छी नहीं होती। आत्मविश्वास और अति-आत्मविश्वास, स्वाभिमान और अभिमान, गर्व और घमंड में फ़र्क़ होता है। इस फ़र्क़ को पहचान कर ही आप आत्ममुग्धता को समझ पाएंगे।

कुछ ताज़ा शोध बताते हैं कि हमें ऐसे डींगें हांकने वालों से नफ़रत करने के बजाए हमें उन पर रहम करना चाहिए। ऐसे लोगों को हमारी हमदर्दी की बहुत ज़रूरत होती है। ऐसे लोग अक्सर दिल ही दिल में घबराए से रहते हैं, उन्हें खुद पर कम यकीन होता है। ऐसे लोग डींगें हांकने में तो कुछ भी कह जाते हैं, मगर जब प्रयोगशाला में उनके दिल-ओ-दिमाग़ की हालत की पड़ताल की गई तो वो घबराए नज़र आए।

जो लोग इस रोग से पीड़ित होते हैं और जब उन्हें उनके मुताबिक तारीफ़, मान-सम्मान नहीं मिलता तब वे कोपित में जीने लगते हैं। अवसाद और तनाव उन्हें घेर लेता है। इससे बचने का सबसे बेहतर उपाय है, ध्यान यानि मेडिटेशन करना। ध्यान करने से आप खुद के बारे में जान पाते हैं। अपना मूल्यांकन कर इस बीमारी से बचा जा सकता है। हमें मालूम है कि हमारी कमियाँ क्या हैं और अच्छाइयाँ क्या हैं। इसलिए समय रहते खुद का मूल्यांकन करें। खुद को रचनात्मक कामों में लगाएँ। अपनी तुलना किसी से न करें। आप जैसा दुनिया में

एक ही है। अपनी सफलता का जश्न मनाएँ, बस उसे सिर पर न चढ़ाएँ। इन उपायों को अपना कर आप खुद को आत्ममुग्धता से बचा सकते हैं।

जिसे देखो अपने मकसद का मुसाफ़िर है यहाँ-

तंग रस्ते से बताएं आप जाते हैं कहाँ..?

जिसे देखो खुदपरस्ती में बहुत मशरूफ़ है-

कहो, क्या तुम उसी बस्ती से आए हो यहाँ..?

दोस्ती का हलफ़नामा मांगने वाले संभल-

“रेत की बुनियाद पे महल बनते हैं कहाँ?”



महिला दिवस कार्यक्रम में कार्यालय के सदस्य

ऑस्टियोपैथी

श्रीमति रीना अभ्यंकर

पर्यवेक्षक

जानिए क्या है ऑस्टियोपैथी, जिसमें बिना दवा, अंगूठे से दर्द होता है गायब.... ऑस्टियोपैथी में न तो महंगे टेस्ट हैं, न दवाइयां और न ही किसी भी प्रकार की शल्य-क्रिया। ऑस्टियोपैथी चिकित्सा विधि से इलाज करने वाले बहुत कम डॉक्टर हमारे भारत देश में हैं। ऑस्टियोपैथी मनुष्य के अस्थि-पंजर के जोड़-तोड़ मिलाकर रोग मुक्त करने की एक विधि है। इसके चिकित्सक परीक्षण से अस्थियों के स्थान का वास्तविक ज्ञान अंगुलियों से टटोलकर, रीढ़ व नाड़ी दबाकर स्थितियों का पता लगा कर चिकित्सा करते हैं।

ऑस्टियोपैथी चिकित्सा भारत में बिल्कुल नया कॉन्सेप्ट है और भारत में इस औषधिहीन चिकित्सा प्रणाली द्वारा चिकित्सा की व्यवस्था पहले-पहल आरोग्य मंदिर में की गई। आज इसकी विधिवत तालीम लेने के लिए जर्मनी, इंग्लैण्ड और अमरिका तक जाना पड़ता है।

ऑस्टियोपैथी यह स्वीकार करती है कि हमारे शरीर की संरचना और कार्य में असामान्यता के कारण होने वाले दर्द और विकलांगता का बहुत कुछ हम सहन करते हैं। ऑस्टियोपैथ शरीर की प्राकृतिक चिकित्सा क्षमता में मदद करने के लिए मांसपेशियों, स्नायुबंधन, तंत्रिकाओं और जोड़ों की समस्याओं की पहचान करते हैं और उनका इलाज करते हैं। इलाज में कोमल, मैनुअल तकनीक शामिल है - दर्द को कम करना, सूजन को कम करना और गतिशीलता में सुधार करना। अक्सर, इसमें हेरफेर शामिल होता है जिसके परिणामस्वरूप एक श्रव्य क्रैक होता है जो जोड़ों के तरल पदार्थ में बस गैस के बुलबुले की आवाज़ है। ऑस्टियोपैथी में दवाओं या सर्जरी का उपयोग शामिल नहीं है।

ऑस्टियोपैथी दवा-रहित गैर-इनवेज़िव मैनुअल दवा का एक रूप है जो मस्कुलोस्केलेटल ढांचे का इलाज और मजबूत करके संपूर्ण शारीरिक स्वास्थ्य पर ध्यान केंद्रित करता है, जिसमें जोड़ों, मांसपेशियों और रीढ़ शामिल हैं। इसका

उद्देश्य शरीर की तंत्रिका, संचार और लसिका प्रणालियों को सकारात्मक रूप से प्रभावित करना है।

यह चिकित्सा स्वास्थ्य देखभाल के लिए एक अद्वितीय समग्र (संपूर्ण शरीर) दृष्टिकोण है। ऑस्टियोपैथ्स समस्या क्षेत्र के उपचार पर ध्यान केंद्रित नहीं करते हैं, लेकिन शरीर की सभी प्रणालियों को संतुलित करने के लिए, संपूर्ण अच्छे स्वास्थ्य और आरोग्य के लिए मैनुअल तकनीकों का उपयोग करते हैं।

अपने आप में ऑस्टियोपैथिक उपचार 'निवारक' नहीं है। ऑस्टियोपैथ शरीर की प्राकृतिक क्षमता का एक स्व-विनियमन तंत्र के रूप में सम्मान करते हैं और केवल तब हस्तक्षेप करते हैं जब दर्द या असुविधा मौजूद होती है। ऑस्टियोपैथी के लाभ शरीर की गतिशीलता और संरचनात्मक स्थिरता में सामान्य सुधार हैं। बदले में, शरीर के अन्य सिस्टम जैसे संचार, तंत्रिका और लसिका प्रणाली अधिक प्रभावी ढंग से कार्य करते हैं और कई सामान्य स्थितियों के लिए, न्यूनतम उपचार की आवश्यकता होती है।

इस चिकित्सा पद्धति से इलाज करने वाले डॉक्टरों में से डॉक्टर गोवर्धनलाल पाराशर एक लोकप्रिय डॉक्टर हैं। राजस्थान के जोधपुर निवासी डॉ पाराशर से इलाज करवाने वालों में कई हस्तियाँ शामिल हैं। डॉ. पाराशर कहते हैं कि ऑस्टियोपैथी रोगी को बिना दवा खिलाए चिकित्सा किए जाने की एक विश्वसनीय सिद्धस्त और पीढ़ियों पुरानी विधि है। जीवनभर पीड़ा से ग्रस्त रहने के बाद जो लोग अल्प समय में इस विधि से रोग मुक्त हुए हैं, वे मानते हैं कि यह एक चमत्कारिक विधि है।

क्या है इलाज का तरीका :

-ऑस्टियोपैथी एक अनुभवजनित और प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति है, जो हमें फिर से प्रकृति के पास ले जाती है और सक्रिय व ऊर्जावान बनाती है।

- शरीर की संरचना के संतुलन की इस पद्धति में देह के संतुलन बिन्दु को प्राप्त कर उसे दर्दरहित व क्रियाशील बनाया जाता है। हर विकार का उपचार शरीर के पास ही होता है। आवश्यकता इस बात की होती है कि एक संवेदनशील चिकित्सा पद्धति से उसे प्राप्त किया जाए।

डॉ. पाराशर बताते हैं कि बिना किसी टेस्ट या तकनीक की सहायता के वे पीड़ित के शरीर को अपनी अंगुलियों व अंगूठे के जरिए पढ़ते हैं, व्याधि तक पहुँचते हैं और एक विशेष प्रकार के तेल की सहायता से अपनी नैदानिक प्रक्रियाओं की शुरुआत करते हैं। कोई मरीज़ अगर इच्छानुसार सी.टी. स्कैन या एम.आर.आई. करवाता है तो वह दंग रह जाता है कि जो विश्लेषण आधुनिक चिकित्सा पद्धति के महंगे यंत्र का है, वही उसके बिना कैसे संभव हो सका? यहाँ तो सारा कमाल शास्त्र और अनुभव का है, जो उन्हें विरासत में अपने पिता स्वर्गीय सांवरलालजी पहलवान द्वारा मिला।

कौन-कौन से रोग ऑस्टियोपैथी से सही किए जाते हैं?

-स्लिप डिस्क से लेकर सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस, टिश्यू से लेकर हिप्स इन्फेक्शन तक की हज़ारों-हज़ार ऐसी बीमारियां हैं, जिनका उपचार इस विधि द्वारा सरलता, सहजता के साथ सुलभ है। थायरॉइड, हार्मोनल इम्बैलेन्स, कैल्शियम डेफीशियन्सी, फ्रोज़न शोल्डर, मसल्स प्रॉब्लम, ऑस्टियोपोरोसिस, आर्थराइटिस, सेरेब्रल पाल्सी, माइग्रेन, लिगामेन्ट टीयर्स, साइटिका, हार्ट प्रॉब्लम तक के इलाज बिना दवा के केवल मैनीप्यूलेशन क्रिया से किए जा सकते हैं। प्राचीन भारत की विधि अब पश्चिम के रास्ते होकर फिर से स्वदेश लौटी है और देशवासियों को तंदुरुस्ती की नियामत दे रही है।

चाची जी

श्रीमती शालू गुलाटी
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

बहुत ही सुंदर बहुत ही प्यारी , ऐसी थी मेरी चाची जी ।

मेरी ना होकर भी मेरी, मेरी सासू माँ की चाची जी ॥

इस लेख के द्वारा मैं अपनी बॉम्बे वाली चाची जी को श्रद्धांजलि अर्पित करना चाहती हूँ। मुझे हमेशा लगता है कि सच्ची श्रद्धांजलि वही है जिसमें हम उस व्यक्ति के साथ बिताये समय को याद करें जो हमारे होठों पर हंसी और आँखों में आंसू ला दे। मैं उन अनमोल यादों को आपके साथ बांटना चाहती हूँ जो मेरे लिए अविस्मरणीय हैं।

जब मैं पहली बार चाची जी से मिलने गई तो सोच रही थी, वे कैसी होंगी? मेरी सासू माँ हमेशा कहती थी कि चाची जी बहुत अच्छी हैं लेकिन फिर भी मन में एक डर था। जब मैं उनके घर पहुंची तो उन्होंने खुले दिल से मेरा स्वागत किया। आज भी उस मेथी के परांठे का स्वाद याद है मुझे। परांठे का स्वाद या उनके स्नेह का, दोनों ही अनूठे थे। हमारे यहाँ जब ससुराल में बड़ों को मिलने जाते हैं तो उपहार लेकर ही जाते हैं। जब मैंने उन्हें उपहार दिया तो उन्होंने लेने से मना कर दिया और उसका कारण भी बताया। उन्होंने कहा कि जब वे रामेश्वरम गई थीं तब पंडित ने उन्हें कहा कि तीर्थ तब पूरा होता है जब आप अपनी एक बुरी आदत को छोड़ने का प्रण लेते हैं। हमारी चाची जी ने सोचा और उन्हें लगा कि उनमें एक बुरी आदत है “उपहार लेने की” और उन्होंने प्रण कर लिया कि उस दिन से वे किसी से कुछ उपहार नहीं लेंगी। कितना प्यारा प्रण है, है ना? मैं उनके इस प्रण से बहुत प्रभावित हुई।

मुझे दुबारा मुंबई नगरी जाने का मौका मिला तो चाची जी मुझे मिलने आयीं और बातों ही बातों में बोली कि अमिताभ बच्चन उनके प्रिय कलाकार हैं। तब ‘ पीकू ’ फ़िल्म सिनेमा घरों में लगी हुई थी। मेरे पूछने पर उन्होंने फ़िल्म देखने के लिए खुशी-खुशी सहमति दे दी। हमने फ़िल्म एक मल्टीप्लेक्स में देखी और उसके

बाद खाने के लिए फूड कोर्ट में चले गए। फूड कोर्ट में सेल्फ़ सर्विस थी तो मैंने उन्हें बिठा दिया और उनके लिए खाना लेने गई। सबसे पहले उनके और चाचा जी के लिए खाना ला कर मैंने उनके सामने मेज़ पर रख दिया और अपने बेटे के लिए खाना और उनके लिए छाछ लेने के लिए चली गई। जैसा कि अक्सर होता है मुझे चार-पांच बार जहाँ वह बैठे थे और जहाँ से खाना लाना था, आना जाना पड़ा। लेकिन जब भी मैं उनके पास कुछ रखने के लिए आती तो उनके हाथ में मेरे लिए एक रोट्टी का निवाला सब्ज़ी के साथ तैयार होता जो वो मेरे मुहं में डाल देती। हर निवाला मेरे लिए अमृत के समान था। उनकी और मेरी आँखों में खुशी के आंसू थे। वह साथ और वह प्यार आज भी मेरी आँखों को भिगो देता है और सोचने को मजबूर करता है कि हम अपने व्यवहार में ऐसा स्नेह क्यों नहीं ला पाते।

एक सीख जो उन्होंने मुझे दी वो मैं आपको भी बताना चाहूंगी। उस समय हमारे मामा जी के बेटे की शादी थी। चाची जी घर में बड़ी थीं पर वह आ नहीं पाएंगी ऐसा मानकर उन्हें शादी का न्यौता नहीं भेजा गया। तब उन्होंने मुझे बोला की कि जब भी घर में कोई समारोह करते हैं तो बड़ों के नाम की कड़ाही रखी जाती है यानि कि उनके नाम का खाना बनाया जाता है। पूर्वजों के नाम की कड़ाही भले ही ना रखना पर जो बूजुर्ग जिन्दा है उन्हें सम्मान से निमंत्रण ज़रूर भेज देना। उन्हें बहुत खुशी भी होगी और आशीर्वाद भी मिलेंगे। सच ही तो कहा उन्होंने हम रस्मों को निभाने में लग जाते हैं और सच्चे उद्देश्य को भूल जाते हैं।

ये मेरी यादें है “मेरी और मेरी चाची जी की”।

वर्क फ्रॉम होम: 21वीं सदी का सच

शिवम शर्मा

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

कोरोना महामारी के भारत में आगमन के समय माननीय प्रधानमंत्री जी ने इसके असर को निष्प्रभाव करने हेतु सम्पूर्ण लॉकडाउन का ऐलान किया। उपरोक्त ऐलान करने पर 130 करोड़ जनसंख्या वाले इस देश में कई समस्याएँ उत्पन्न हुईं जिनमें प्रमुख थीं प्रवासी मजदूरों की समस्याएँ, अस्पतालों में सुविधाओं की समस्याएँ एवं अर्थव्यवस्था को पतन से बचाने की समस्याएँ। भारतीय अर्थव्यवस्था का सबसे महत्वपूर्ण अंग 'सेवा क्षेत्र' है। आर्थिक सर्वेक्षण 2019-20 के अनुसार भारतीय सकल घरेलू उत्पाद (जी.डी.पी.) का लगभग 54 प्रतिशत केवल 'सेवा क्षेत्र' की देन है।

ऐसे समय में जब कृषि एवं औद्योगिक इकाइयाँ लॉकडाउन के कारण बुरी तरह प्रभावित हुईं, तब भारत की अर्थव्यवस्था को बचाने का सम्पूर्ण भार 'सेवा क्षेत्र' पर आ गया। तब भारत की लगभग सभी बड़ी-छोटी आई.टी. कंपनियों ने 'वर्क फ्रॉम होम' यानि कि घर पर रह कर कंपनी का कार्य करने की सुविधा अपने कर्मचारियों को प्रदान की।

'वर्क फ्रॉम होम' का तात्पर्य है कि सूचना प्रौद्योगिकी संबन्धित कार्य अपने दफ्तर या कार्यालय से दूर अपने घर में सम्पन्न किया जाए। 'वर्क फ्रॉम होम' के अनेक फायदे हैं जिनमें से प्रमुख हैं:-

- 'वर्क फ्रॉम होम' से कंपनी के संसाधन जैसे कि कार्यालय में उपयोग होने वाले बिजली, पानी आदि के खर्च में कटौती होती है जिससे कंपनी के लाभ में वृद्धि होने की संभावना होती है।
- 'वर्क फ्रॉम होम' से कर्मचारियों का कार्यालय आने जाने का समय बचता है।
- कर्मचारियों के समय के साथ ही आवागमन के साधनों में होने वाला व्यय भी बचता है जिसे कर्मचारी अपने परिवार की शिक्षा एवं स्वास्थ्य में उपयोग कर सकता है।

- 'वर्क फ्रॉम होम' का पर्यावरण पर भी बहुत बेहतर प्रभाव देखा जा सकता है। देखा जाता है कि 'वर्क फ्रॉम होम' करने पर सड़कों पर वाहनों की संख्या में कमी आती है जिससे कार्बन डाई ऑक्साइड जैसी ग्रीन हाउस गैसों का उत्सर्जन कम होता है। इसी के साथ कार्यालयों में भी ऊर्जा की बचत होती है।
- 'वर्क फ्रॉम होम' करने से कर्मचारियों को अपने परिवार के साथ समय व्यतीत करने को मिलता है जिससे उनकी पर्सनल एवं प्रोफेशनल ज़िंदगी में समन्वय स्थापित होता है।
अतः 'वर्क फ्रॉम होम' 21वीं सदी के लगभग हर परेशान करने वाले पहलू को छूता है और सुधार की उम्मीद देता है जैसे बेहतर अर्थव्यवस्था, बेहतर पर्यावरण, बेहतर शिक्षा, स्वास्थ्य एवं बेहतर जीवन मूल्यों की समझ जो बच्चों को उनके अभिभावकों द्वारा घर पर रह कर दी जा सकती है।

हालांकि 'वर्क फ्रॉम होम' पद्धति में कुछ परेशानियों का सामना भी करना पड़ता है जैसे:-

- भारतीय डिजिटल इनफ्रास्ट्रक्चर अभी विकासशील है। उच्च गति के इंटरनेट की अनुपलब्धता 'वर्क फ्रॉम होम' कल्चर की राह में सबसे बड़ा रोड़ा है। इस कारण कर्मचारी उस गति से कार्य नहीं कर पाते जितना वह कार्यालय के डिजिटल संसाधनों के साथ करने में सक्षम होते हैं।
- हाल ही प्रकाशित रिपोर्टों में देखा गया है कि भारतीय जनसंख्या का एक बड़ा हिस्सा लगातार चारदिवारी के अंदर बंद रहने से अवसाद-ग्रस्त होता जा रहा है। अपने मित्र-संबंधियों से न मिल पाना, अकेले पूरे दिन अपने कमरे में बंद रह कर 'वर्क फ्रॉम होम' करने से कर्मचारियों की मानसिक स्थिति पर गलत प्रभाव-पड़ सकता है।

21वीं सदी में 'वर्क फ्रॉम होम' न सिर्फ निजी कंपनियों में, बल्कि सरकारी विभागों में भी अपनी जगह बनाएगा। उपरोक्त समस्याओं के समाधान के लिए निम्नलिखित सुझावों पर अमल करने पर निःसंदेह 'वर्क फ्रॉम होम' का भविष्य उज्वल होगा।

सुझाव:-

- सभी टेलीकॉम कंपनियों को भारत सरकार के 'डिजिटल इंडिया' कार्यक्रम के अनुसार कम समय में ही 5G को उपयोग में लाना चाहिए एवं 4G को देश के कोने-कोने तक पहुंचाने का प्रयास करना चाहिए। अच्छी इंटरनेट सेवा का अभाव भविष्य में 'वर्क फ्रॉम होम' कल्चर को प्रभावित न कर पाये यह प्रयास पी.पी.पी. (पब्लिक प्राइवेट पार्टनरशिप) के आधार पर समस्त बहुराष्ट्रीय कंपनियों को सरकार के साथ समन्वय बिठा के करना चाहिए।
- सभी कंपनियों को ज़रूरत है कि वे अपने कर्मचारियों को नियमित काउंसिलिंग प्रदान करें ताकि वे अवसाद-ग्रस्त होने से बचें। नियमित योग को भी अनिवार्य कर सकते हैं।

उपरोक्त समस्याओं का समाधान बेहतर तरीके से करने पर अवश्य 'वर्क फ्रॉमहोम' कंपनी एवं कर्मचारियों के संसाधन, समय एवं पैसे बचाने वाला 21वीं सदी का सच साबित होगा।



महिला दिवस समारोह की मुख्य अतिथि सुश्री सीमा अरोड़ा, प्रधान मुख्य आयुक्त (केन्द्रीय वस्तु एवं सेवा कर), अहमदाबाद ज़ोन

उड़ती हुई सड़क की धूल

सत्येन्द्र कुमार आर्य

सहायक लेखा परीक्षा अधिकारी

पड़ी हुई मैं बरसो से हूँ
अड़ी हुई मैं अरसों से हूँ,
हाँ मैं हूँ हवा के संग में
उड़ती हुई सड़क की धूल ।

मंदिर की चौखट से उड़कर
मस्जिद में घुस जाती हूँ,
भीनी गंध लिए अजान की
गुरुद्वारे तक छाती हूँ।

शूद्र के चरण से उठ कर
ब्राह्मण का तिलक सजाती हूँ।
जाति-पाति और धर्म रिवाज़
रोक मुझे ना पाते हैं
धर्मपरायण हूँ मैं इतनी
सब मुझ में खो जाते है।
नाम न पूछो मेरा मैं हूँ
उड़ती हुई सड़क की धूल ॥

ना पंजे ना खून है मुझमें
चिपकी हूँ हर एक जगह पर
रोज़ हटाओ मुझको फिर भी
बिछी परत बर्तन खिड़की पर
कैसे मुझे हटा पाओगे
सकल व्याप्त प्रत्येक सूक्ष्म में
रमा हुआ है मेरा ही कण
परम शक्ति से नाता मेरा
सृष्टि के उत्पत्ति काल से
समय वजूद बताता मेरा
नाम न पूछो मेरा मैं हूँ
उड़ती हुई सड़क की धूल॥

परमाणु से परम ब्रह्म के
सकल पदारथ मुझ से हैं
दीपक की मिट्टी मुझ से है
ब्रह्माण्ड पिंड सब मुझ से है
सृष्टि के सब मूल नियम
इसी धूल में समाए हैं
गुरुत्व, क्वार्टज़ और ब्लैक होल
मेरी अगणित सीमाएं हैं।
हीन न समझो मुझको कोई

मुझसे सब दुनियाएँ हैं।
नाम न पूछो मेरा मैं हूँ
उड़ती हुई सड़क की धूल ॥

कण-कण जोड़ धूल का देखो
दीमक किला बनाती है।
बारिश की बूंदों में गल
फिर मिट्टी बन बह जाती है।
ऊर्जा बहने से जीवन का
अस्तित्व समझ में आता है
जन्म-मरण के चक्र से हो
सब मुझ में मिल जाता है।
शान मान अभिमान रहित हूँ
मुझमें खेलते जीवन फूल
नाम न पूछो मेरा मैं हूँ
उड़ती हुई सड़क की धूल ॥

मॉंटी हॉल प्रॉब्लम

श्री हर्षित पांडे

सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

मॉंटी हॉल प्रॉब्लम, सशर्त प्रायिकता (conditional probability) तथा तर्कशक्ति की एक बहुत प्रसिद्ध तथा रोचक मिथ्याभासी (paradoxical) समस्या है जिसके बारे में कुछ साल पहले मैंने पढ़ा था। समस्या कुछ इस तरह है - मान लीजिए आप किसी गेम शो में भाग ले रहे हैं जिसमें आपके सामने तीन बंद दरवाज़े हैं। तीन में से किसी एक बंद दरवाज़े के पीछे है गेम शो का ईनाम - एक कार तथा अन्य दो दरवाज़ों के पीछे है एक-एक बकरी जो आपके लिए व्यर्थ हैं। गेम शो का संचालक, जिसका नाम है - मॉंटी हॉल, जानता है कि किस दरवाज़े के पीछे क्या है। वो आपसे एक दरवाज़ा चुनने को बोलता है। आपके चुने हुए दरवाज़े के पीछे जो भी ईनाम होगा वो आपका। आप एक दरवाज़ा चुनते हैं। आपके चुनाव के बाद श्रीमान मॉंटी बाकी के दो दरवाज़ों में से एक, जिसके पीछे बकरी है, खोल देता है। मॉंटी अब आपको एक मौका देता है जिसके तहत आप अपना चुनाव बदल सकते हैं। यह मानते हुए कि आप कार जीतना चाहते हैं क्या आपको अपना चुनाव हुआ दरवाज़ा बदलना चाहिए अथवा नहीं? यही है मॉंटी हॉल प्रॉब्लम।

बहुत से लोग इस समस्या का जवाब देंगे कि चुनाव बदला जाए अथवा न बदला जाए, कोई फ़र्क नहीं पड़ता क्योंकि दो दरवाज़ों में से एक के पीछे कार है, ऐसे में आपका चुनाव कोई भी हो, जीतने की प्रायिकता (probability) 50 प्रतिशत ही रहेगी। मगर सांख्यिकीय परिपेक्ष्य से यह गलत जवाब है।

सही जवाब यह है कि आपको उक्त स्थिति में हमेशा अपना चुनाव बदलना चाहिए। इस तर्क को समझने के लिए हमें सभी स्थितियों में संभावित नतीजों (possible outcomes) की सूची बना कर गणना करनी होगी। मान लीजिए आप पहले दरवाज़े का चुनाव करते हैं। संभावित नतीजे निम्नानुसार होंगे:

पहले दरवाज़े के पीछे	दूसरे दरवाज़े के पीछे	तीसरे दरवाज़े के पीछे	पहला चुनाव न बदलने की स्थिति में संभावित नतीजे	पहला चुनाव बदलने की स्थिति में संभावित नतीजे
i.	ii.	iii.	iv.	v.
कार	बकरी	बकरी	आप कार जीतते हैं	आप बकरी जीतते हैं
बकरी	कार	बकरी	आप बकरी जीतते हैं	आप कार जीतते हैं
बकरी	बकरी	कार	आप बकरी जीतते हैं	आप कार जीतते हैं

उपर्युक्त टेबल के कॉलम iv से यह स्पष्ट होता है कि पहला चुनाव न बदलने की स्थिति में आप तीन संभावित नतीजों में से एक में कार जीतते हैं जबकि कॉलम v से स्पष्ट होता है कि पहला चुनाव बदलने की स्थिति में आप तीन संभावित नतीजों में से दो में कार जीतते हैं।

इस प्रकार यह समझा जा सकता है कि उक्त स्थिति में आप अपना पहला चुनाव बदलकर अपने जीतने की सम्भावना को दोगुना कर सकते हैं। ऐसा होने के दो कारण हैं –पहला यह कि खेल की शुरुआत में ही आपके बकरी जीतने की सम्भावना दोगुनी थी तथा दूसरा श्रीमान मॉटी गारंटी के साथ आपको यह उजागर करता है कि न चुने गए दो दरवाज़ों में से किस दरवाज़े के पीछे बकरी है।

जीवन की रेल

हिमांशु धर्मदर्शी

प्रधान महालेखाकार (ऑडिट-II) गुजरात

रेल में मैंने बहुत यात्राएं की हैं। रेल का सफ़र मुझे अच्छा लगता है। रेल के भीतर एक छोटी-छोटी घटनाओं की दुनिया और उसके बाहर एक बिलकुल अलग दुनिया। जैसे ही आप रेलवे स्टेशन पहुँचते हैं मानो एक नई दुनिया में आ गए हों।

बहुत घूमा हूँ मैं रेल के ज़रिये। करीब पूरे भारतवर्ष का भ्रमण और कॉलेज के दिनों में अहमदाबाद से नड़ियाद का रोज़ का सफ़र। दोस्तों के साथ बतियाते, आपस में हँसते-हँसाते नड़ियाद जाने का और वापस आने का रास्ता कहाँ कब खतम हो जाता, पता ही नहीं चलता था। कभी हम रोज़ की सीट पर बैठे हुए यात्री से लड़ते-झगड़ते, कभी जगह न मिलने पर दरवाज़े पर बैठ कर गाने गाते, कभी ऊपर वाली सीट पर बैठ कर जर्नल का काम खतम करते और अक्सर वापसी में बारेजड़ी स्टेशन के दो मिनट के मुकाम पर दौड़ कर लाये हुए वो नन्हें समोसे खाते।

गांधीनगर से सफ़र रोज़ सवेरे शुरू होता, इसलिए अगर गेरतपुर के बाद गाड़ी कभी रुक जाती, तो अहमदाबाद बहुत दूर नहीं है, यह जानकर बड़ी बैचेनी सी हो जाती। कालूपुर स्टेशन से फिर दौड़ कर गांधीनगर की बस जो पकड़नी है! ओह! अभी चलेगी, के चक्कर में रेल ने तो शुरू होने में पूरा एक घंटा लगा दिया। पहले से इस का पता होता तो रेल की पटरी पर चलकर कालूपुर पहुँच जाते।

अक्सर यह अनुभव सब को होता है। रोज़मर्रा की ज़िंदगी में, अगला स्टेशन कौन सा है, इसका पता हो तो पटरी पर चलकर अपने गंतव्य के पास पहुँच सकते हैं। लेकिन लंबे सफ़र में अचानक रेल, किसी छोटे से स्टेशन पर रुक जाती है। कभी कभी तो सुनसान जगह कहीं रुक जाती है।

क्यों खड़ी है, पता नहीं। कहाँ खड़ी हैं, पता नहीं। कितनी देर रुकेगी, पता नहीं। बस खड़ी है। क्या करना? सब्र रखो और इंतज़ार करो।

कुछ लोग रेल में आते ही जैसे कि नए घर में प्रवेश किया हो, वैसे अपना सामान चारों तरफ़ सजाने लगते हैं, मानो अनंत काल तक की रेल यात्रा हो। आपका स्वागत भी अपने घर की तरह करते हैं और आप अपनी सीट पर भी पराए होकर बैठते हो। कुछ लंबी दूरी वाले यात्री जैसे अगले स्टेशन उतर जाना हो ऐसे बावले बने रहते हैं और कुछ तो अपनी जगह पर टिक ही नहीं पाते हैं। जैसे ही कोई स्टेशन आया कि वे नीचे, उस स्टेशन की जमीन को अपने चरण स्पर्श से पावन करेंगे। सिर्फ़ नीचे उतरने का इंतज़ार करते हैं। रेल ज़रा रुकी नहीं कि नीचे। इस बीहड़ वीरान जगह पर भी यह पटरी पर खड़े हैं, कभी इंजिन की तरफ़ तो कभी गार्ड के डिब्बे की तरफ़ ऐसे देखते रहते हैं जैसे कि वहाँ कोई डिजिटल साइन बोर्ड लगा हो, बता रहा हो कि गाड़ी कब चलेगी।

कुछ भी हो सकता है; इंजिन में कोई खराबी हुई हो या आगे निकल गई मालगाड़ी से कोई जानवर कट गया हो या एक मार्गी पटरी पर किसी तेज़ गाड़ी के निकलने का इंतज़ार हो या किसी ने जंजीर खींच ली हो या क्या पता?

रुकी हुई ट्रेन के अंदर, देर तक रुकना भी तो आसान नहीं। डीज़ल इंजिन वाली गाड़ी के पंखे और बत्ती धीरे धीरे बंद हो जाते हैं। लोग आपस में बात कर के भी ऊब जाते हैं। और अगला स्टेशन पता नहीं कितनी दूर है। सब कुछ अटका हुआ है: किसी का पीने का पानी ख़तम हो गया है। किसी को छोटे बच्चे के लिए कुछ खाने के लिए लेना है। किसी को चाय पीनी है और किसी को सिगरेट की तलब लगी है। किसी को अगले स्टेशन पर कोई लेने आने वाला है। हर किसी को किसी न किसी चीज़ का इंतज़ार है।

फिर अचानक सीटी सुनाई देती है, एक झटका लगता है और धीरे-धीरे गाड़ी चलने लगती है। पटरी पर दौड़ने लगती है। कुछ देर बाद कोई स्टेशन भी आ जाता है, चाय-पानी, पूरी-सब्ज़ी, सब कुछ मिलने लगता है। कुछ वक्त पहले ट्रेन कहीं खड़ी थी, यह घटना भी विस्मृति के पर्दे पीछे छुप जाती है।

ज़िंदगी की यात्रा में भी तरह-तरह के यात्री मिलते-बिछड़ते रहते हैं। कितनी बार कोई कठोर, अप्रिय, दुःखद घटना घटती है। कोई अपना दुनिया छोड़ कर चला जाता है। कोई दोस्त हमेशा के लिए मुंह फेर लेता है। कोई करीबी रिश्ता

अचानक टूट जाता है। कोई रास्ता एक मोड़ पर आकर रुक जाता है। एक-एक क्षण काटना मुश्किल हो जाता है। कुछ समय के लिए मानो, समय जैसे सचमुच थम जाता है। एक अरसे तक दिल पर उसका बोझ रहता है।

लेकिन वक़्त कहाँ किसी के लिए रुकता है? चाहे वो रुका हुआ नज़र आए, लेकिन फिर भी बर्फ़ीली नदी के नीचे जैसे धारा बहती रहती है, समय हमेशा चलता रहता है। एक न एक दिन यह मुश्किल, अजनबी वक़्त भी गुज़र जाता है। ज़िंदगी फिर धीरे-धीरे चलने लगती है।

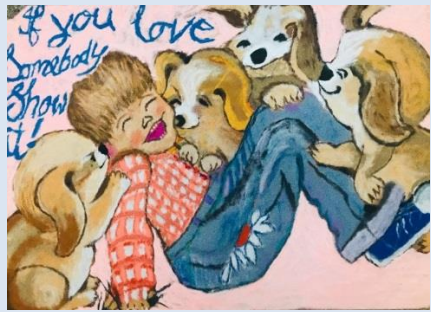
हाँ, कभी फिर कोई हादसा होता है और गुज़रा हुआ कोई लम्हा फिर से याद आ जाता है। मन फिर उस बीते हुए क्षण पर जाकर, वापिस आ जाता है।

कुछ भी तो शाश्वत नहीं, इस जगत में।

सच में सब कुछ क्षणभंगुर ही तो है। बस, यह सत्य ही चिरंजीवी है।



कार्यालय के सदस्यों द्वारा **हैप्पीनेस थीम** पर बनाई गई विभिन्न रंगोलियाँ



कार्यालय के सदस्यों द्वारा **हैप्पीनेस थीम** पर बनाई गई विभिन्न रंगोलियाँ



अजरख प्रिंटिंग

गुजरात के कच्छ जिले के गाँव अजरखपुर में हाथों से ब्लॉक प्रिंटिंग या अजरख एक सदियों पुरानी श्रमसाध्य परंपरा है। इसे पूरा करने में लगभग तीन सप्ताह तक समय लगता है। इसे बनाने की प्रक्रिया में कपड़े को सब्ज़ियों एवं खनिजों से बने रंगों से रंगा जाता है। यह पगड़ी, शॉल और बेडशीट पर बड़े पैमाने पर उपयोग किया जाता है।

यह मुद्रण कार्य मुख्य रूप से नीले, लाल और काले रंगों में किया जाता है। रंगाई प्रक्रिया में सबसे पहले कपड़े को सोडियम कार्बोनेट, अरंडी के तेल और अन्य तरल पदार्थों में डुबाया जाता है फिर इसे बहते पानी में अच्छी तरह से धो कर हरड के मिश्रण में डुबोया जाता है। दूसरे चरण में, इस पर लकड़ी के ब्लॉक से छपाई की जाती है।

दो दिनों के लिए धूप में सुखाने के बाद, तीसरे चरण में, मुद्रित कपड़े पर रंग का काम किया जाता है।



वौठा पशु मेला

हर साल गुजरात के अहमदाबाद ज़िले के धोलका तालुका के वौठा गाँव, जहाँ सात नदियों का संगम माना जाता है, में एक मेला आयोजित होता है। पाँच दिन तक चलने वाला यह मेला कार्तिक मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी को प्रारम्भ होकर पूर्णिमा को समाप्त होता है। इस मेले में पुरे देश के किसान, श्रद्धालु, व्यापारी, कारीगर और पर्यटक आते हैं।

किंवदंतियों के अनुसार भगवान शिव के पुत्र कार्तिकेय ने यहाँ कार्तिक पूर्णिमा के दिन नदी के तट पर एक अनुष्ठान किया था। यह मेला गुजरात का सबसे बड़ा पशुविनिमय मेला है जो राजस्थान के पुष्कर मेले की तरह है। विशेष रूप से यहाँ गधों का क्रय विक्रय होता है। अनुमान के अनुसार हर वर्ष लगभग यहाँ 4000 गधों को बेचने के लिए यहाँ लाया जाता है।

इस मेले में गधों के आलावा अन्य प्राणी जैसे घोड़े, बकरे, इत्यादि तथा पक्षियों का भी विनिमय होता है। मेले के दौरान आगन्तुक नदी के तट पर तम्बुओ में रहते हैं। यहाँ तक की आसपास रहें वाले लोग भी अपने घरों को बंद करके तम्बुओं में रहते हैं।

