लेखा संगम

पंद्रहवां अंक - 2021

कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम एवं द्वितीय

उ0प्र0, प्रयागराज

WINNER

लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest

हिन्दी पत्रिका

लेखा संगम

पंद्रहवाँ अंक - 2021

जनवरी 2020 से जून 2020

कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)- प्रथम एवं द्वितीय, उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

लेखा संगम परिवार

संरक्षक

सुश्री एस॰ आह्लादिनि पंडा
महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)
उत्तर प्रदेश, प्रयागराज

परामर्शदाता

श्री पंकज वर्मा
वरिष्ठ उप महालेखाकार/प्रशासन
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

श्री राजकमल रंजन
उप महालेखाकार/प्रशासन
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

संपादक

श्री सुधीर कुमार शर्मा
वरिष्ठ लेखाधिकारी
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

सह-संपादक

सुश्री साधना राय
हिन्दी अधिकारी
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

श्री प्रमोद कुमार शर्मा
वरिष्ठ लेखाधिकारी
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

सहायक संपादक

श्री अजय कुमार
सहायक लेखाधिकारी
(लेखा एवं हकदारी)-प्रथम

श्री राजेंद्र प्रसाद शुक्ल
पर्यवेक्षक
(लेखा एवं हकदारी)-द्वितीय

सहयोग

श्री अमीन अली, कनिष्ठ अनुवादक
श्री प्रत्यूष अवस्थी, कनिष्ठ अनुवादक

मूल्य : निःशुल्क (राजभाषा हिन्दी को समर्पित)
(नोट : लेखकीय विचारों से संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं है)
मुख पृष्ठ : संगम तट
अंतिम पृष्ठ : प्रयागराज सार्वजनिक पुस्तकालय

अनुक्रमणिका

क्र०सं०	रचना का नाम	रचनाकार श्री/सुश्री	पृष्ठ संख्या
1.	बुद्धिजीवियों का बसेरा : महालेखाकार कार्यालय	यश मालवीय	7-9
2.	किस्सा बीते दशक का	शशांक त्रिवेदी	10-12
3.	गंगा-सागर यात्रा वृत्तान्त	अनूप कुमार टण्डन	13-16
4.	मुक्ति	डॉ० नमिता चंद्रा	17-19
5.	नारी सशक्तिकरण	अमितेश बनर्जी	20-21
6.	प्रकृति प्रदत्त संसाधनों का संरक्षण	नरेंद्र कुमार	22-25
7.	यात्रा वृत्तान्त	लक्ष्मण प्रसाद	26-29
8.	कोरोना की कहानी	आकृति कुशवाहा पुत्री अनूप कुमार	30-31
9.	मेरे जीवन की एक याद	पंकज कुमार वर्मा	32-34
10.	नज़रिया	मनीष कुमार विश्वकर्मा	35-36
11.	वाणी का ठीक-ठीक उपयोग	अशोक कुमार	37
12.	कोरोना को हराना है : इम्यूनिटी को बढ़ाना है।	सतीश राय	38-40
13.	जीवन मृत्यु चक्र (मेरी नज़र में)	भूपेंद्र सिंह नेगी	41-42
14.	आज की बारात	रवीन्द्र कुमार शर्मा	44-45
15.	बहादुरशाह ज़फर (भाग-2)	राजेन्द्र प्रसाद शुक्ल	46-48
16.	रे मन ! तूने दर्द जिया है	प्रत्यूष अवस्थी	49
17.	ग़ज़ल	सगीर अहमद सिद्दीकी	50
18.	प्यारे बच्चे	शिवम कुमार	51-52
19.	सफर ए जिंदगी	आनंद कुमार जैन	53
20.	तेज़ाबी सोच	राजेंद्र कुमार श्रीवास्तव	54

संदेश

मुझे अत्यंत हर्ष की अनुभूति हो रही है कि कार्यालय की राजभाषा पत्रिका "लेखा संगम" अपने प्रकाशन के 15वें अंक में प्रवेश कर रही है। कार्यालय द्वारा लेखा संगम की ई- पत्रिका के क्षेत्र में यह पहला कदम है और आशा है कि यह एक सफल प्रयास रहेगा। 'लेखा संगम' परिवार ने जिस प्रकार अपने सभी सहकर्मियों को साथ लेकर, कोरोना महामारी की कठिन परिस्थिति में भी हिन्दी साहित्य की इस अभिनव यात्रा को निर्बाध जारी रखा है, वह वास्तव में प्रशंसनीय एवं अनुकरणीय है।

'लेखा संगम' परिवार के सामूहिक प्रयासों का ही यह प्रतिफल है कि इससे कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम एवं द्वितीय दोनों कार्यालयों में राजभाषा हिन्दी के उत्तरोत्तर प्रयोग में वृद्धि के साथ ही साथ सहकर्मियों में इसके पठन-पाठन का एक बहुत ही अच्छा वातावरण तैयार हुआ है। पत्रिका के माध्यम से सभी लेखकों की प्रतिभा एवं राजभाषा हिन्दी के प्रति उनका समर्पण भाव निःसन्देह परिलक्षित होता है। इसके लिए मैं सम्पूर्ण 'लेखा संगम' परिवार को साधुवाद देती हूँ।

मेरी यह शुभकामना है कि "लेखा संगम" पत्रिका का हर नया अंक सम्मोहक हो और भविष्य में भी इसी प्रकार सृजनात्मकता के नये आयाम स्थापित करता रहे।

पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति एवं विकास के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनायें।

एस. ए. पंडा

(एस० आह्लादिनि पंडा)

महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)

उत्तर प्रदेश, इलाहाबाद

संपादक की कलम से..

प्रिय पाठकों.....

राजभाषा हिन्दी को समर्पित कार्यालय पत्रिका "लेखा संगम" का 15वां अंक आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे हार्दिक प्रसन्नता हो रही है। वास्तव में यह पत्रिका कार्यालय महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी)-प्रथम एवं द्वितीय दोनों कार्यालयों में कार्यरत अधिकारियों/कर्मचारियों के सक्रिय रचनात्मक सहयोग का ही प्रतिफल है। इसकी विशेषता यह है कि इसमें कविता, ग़ज़ल, कहानी एवं अन्य लेखों की बहुलता है जो बरबस ही लोगों को पढ़ने के लिए आकर्षित करती है। 'लेखा संगम' का यह आकर्षण राजभाषा हिन्दी के विकास में इस कार्यालय के सभी अधिकारी व कर्मचारी वृंद को जोड़ कर रखता है। राजभाषा के प्रचार-प्रसार में विभागीय पत्रिकाओं के अभूतपूर्व योगदान को नकारा नहीं जा सकता है। अतः 'लेखा संगम' के सभी रचनाकारों, सुधी पाठकों एवं उच्चाधिकारियों को मैं उनके सहयोग के लिए धन्यवाद देता हूँ।

भाषा ही परस्पर विचारों के आदान-प्रदान का माध्यम होती है। यह जितनी सरल और सुबोध होगी सम्प्रेषण उतना ही सफल और सशक्त होगा। मौलिक कार्यों की परिकल्पना निःसन्देह मातृभाषा में ही की जा सकती है। राजभाषा हिन्दी का उत्तरोत्तर बढ़ता कदम इस बात का सबूत है कि वह दिन अब दूर नहीं जब हम सभी चिंतन, मनन व सम्प्रेषण का कार्य अपनी मातृभाषा में करके गौरवान्वित महसूस करेंगे।

पत्रिका के प्रकाशन की निरंतरता हेतु मैं आप सभी से सहयोग का अनुरोध करता हूँ और आशा करता हूँ कि इस परंपरा को निर्बाध रूप से जारी रखने में आप अपना योगदान देते रहेंगे। भविष्य में पत्रिका को और अधिक परिष्कृत करने हेतु आप सभी के सुझाव एवं मार्गदर्शन का हम हृदय से सम्मान करते हैं।

सुधीर कुमार शर्मा
संपादक

गद्य संगम

बुद्धिजीवियों का बसेरा : महालेखाकार कार्यालय

यश मालवीय

1908 में लिया गया महालेखाकार कार्यालय का एक दुर्लभ चित्र।

लगभग 112 वर्ष पहले भी यह इमारत वैसी ही दिखती थी जैसी आज दिखती है। यहाँ इतिहास बोलता है, पत्थर गुफ़्तगू करते हैं। बुद्धिजीवियों के इस बसेरे में मैं भी पिछले पैंतीस छत्तीस वर्षों से साँस ले रहा हूँ। विद्यार्थी जीवन से ही यहाँ आता रहा हूँ। पिता उमाकांत मालवीय यहीं काम करते थे। फंड की इसी बिल्डिंग में मैंने पिता को सीढियाँ चढ़ते उतरते भी देखा है। सर्वेश्वर दयाल सक्सेना, केशव प्रसाद मिश्र, ज्ञान प्रकाश, जीतेन्द्र, जगदीश चन्द्र, अंजनी कुमार तिवारी दृगेश, पुष्पा स्वरूप, विश्व नाथ दुबे, गोपाल कृष्ण अग्रवाल, नौबत राय पथिक, जगदीश चंद्र, ख़्वाजा जावेद अख़्तर, भवेश चंद्र जायसवाल और शिवकुटी लाल वर्मा सरीखे रचनाकार यहाँ फ़ाइलों की दुनिया में जीवन और रचना के सूत्र तलाश करते रहे हैं। केशव जी के उपन्यास 'कोहबर की शर्त' पर बनी

फ़िल्म 'नदिया के पार' आज भी हिन्दी सिनेमा का एक मानक है। मुरारी जीवन भट्टाचार्य, सरनबली श्रीवास्तव, रविनाथ सारस्वत जैसे रंग कर्मियों ने भी यहाँ पर रहते हुए रोजी और रोटी के रंगमंच को समझा है। यहाँ गूँजते रहे हैं प्रणव भट्टाचार्य और बानी सिन्हा के युगल गीतों के स्वर। शांता राम विष्णु कशालकर के पक्के रागों और बंदिशों से भी इसका नाता रहा है। कर्मचारी संगठन ए जी ब्रदरहुड को भला कौन भूल सकता है। गोपाल दादा, लक्ष्मीकांत तिवारी, जतन लाल ठाकोर, बाबू बैजनाथ, कामरेड कल्पनाथ सिंह, करीम साहब यहीं रहते हुए कर्मचारी और मजदूर संगठनों के संघर्ष की रुपरेखा तैयार करते थे। तमाम सहमतियों और असहमतियों के बाद भी कर्मचारी नेता कृपाशंकर श्रीवास्तव और के एस दुबे के जीवन संघर्ष और उनके हेट एण्ड लव वाले रिश्ते को क्या कभी नज़रअंदाज़ किया जा सकता है। ए जी ऑफिस में रहते हुए बहुत सारे साथी उच्च प्रशासनिक पदों तक भी पहुँचते रहे हैं। इस बिल्डिंग में धड़कते हुए दिलों और रोशन दिमागों का संगम होता रहा है। साहित्य, कला, संस्कृति का बैरोमीटर रहा यह कार्यालय समय देवताओं की तपोभूमि का जीवन्त स्मारक है। यहाँ से रणजी ट्रॉफी मैचों तक अपनी पहचान बनाने वाले खिलाड़ियों की भी एक लंबी परम्परा रही है, जिन्होंने देश स्तर पर कार्यालय को प्रतिष्ठा दिलाई। अपने इसी ए जी ऑफिस के बाहर कभी पुलिया पार्लियामेंट या पुलिया संसद लगा करती थी। देश की संसद में जो हफ्तों बाद तय होता था उसकी आहट पहले ही यहाँ मिल जाया करती थी। प्रखर राजनीतिक ए जी कर्मियों का अड्डा यहाँ गुलजार हुआ करता था। एक सिंह साहब भी थे जो निरन्तर यहाँ प्रधानमंत्री की भूमिका में होते थे। श्रीमती इन्दिरा गाँधी के समय वह स्त्रीलिंग में ही बात करते थे , जैसे कि ' मैं विपक्षियों को उनके षडयंत्रों का मुँहतोड़ उत्तर दूँगी।' यादव की चाय की दुकान पर बतरस का महोत्सव ही सम्पन्न होता था। रसगुल्ले पर रसगुल्ले चलते थे। ओंकार देव सिन्हा, रमेश चन्द्र मालवीय, जमील भाई, कन्हैया भइया, कपूर साहब, अशोक संड, सुशील कुमार, दीनानाथ शुक्ल, आशीष मालवीय, विवेक प्रियदर्शन आदि नियमित सदस्य हुआ करते थे। हिंदुस्तानी एकेडमी आते जाते रामजी पाण्डेय का नीला स्कूटर भी यहाँ रुका करता था, दूसरी ओर से आकाशवाणी के रास्ते से लाल हेलमेट लगाए अपने सिलेटी स्कूटर पर सवार लोकप्रिय कवि कैलाश गौतम भी आ धमकते थे। लन्तरानियों का एक अटूट सिलसिला चलता था। इसी कार्यालय और इसी इमारत में आते जाते मेरे भीतर का किशोर अब अधेड़ हो चला है। मैं इस इमारत को किसी जीवित सत्ता की ही तरह प्यार करता हूँ। और अपनी इन पंक्तियों से मन्दिर जैसे अपने कार्यालय को अनन्त, अशेष प्रणाम देता हूँ –

ये वही दफ़्तर
कि जिसकी सीढियाँ चढ़ते उतरते
कनपटी के बाल उजले हो गए

एहतराम इस्लाम इसी लेखा विभाग में कार्यरत थे, जो अब सेवा निवृत्त हो चुके हैं। उनका एक शेर आज भी यहाँ की फ़िज़ाओं में तैरता रहता है -

आँकड़ों में छा गया लेखा विफ़ल संघर्ष का
किस क़दर मँहगा पड़ा क़द नापना गत वर्ष का

सेवानिवृत्त हो चुके साथी हरीश चंद्र पांडे की कविता आज भी हमारा सम्बल बनती है।

रंगकर्मी जगदीप वर्मा अब ज़िन्दगी के नेपथ्य में जा चुके हैं। संगीत नाटक अकादमी पुरस्कार प्राप्त प्रवीण शेखर ऐच्छिक सेवा निवृत्ति ले चुके हैं। ऐसी स्थिति में एजी ऑफिस का सांस्कृतिक रंगमंच अब सूनेपन का अनुभव करता है। निश्चित ही इस उजली विरासत का स्मरण हमारे वर्तमान को सजाता है और हमारे भविष्य का पथ प्रशस्त करता है।

****

किस्सा बीते दशक का

शशांक त्रिवेदी

वक़्त की बड़ी खूबसूरत फितरत है। ये ज़ख्मों को बग़ैर किसी मरहम के भर देता है। कुछ ज़ख्म नासूर होते हैं जिन पर वक़्त भी असर नहीं करता और किसी न किसी बहाने हमें उनका एहसास दिलाता रहता है।

एक रिश्ते से अभी हाल ही में तो निकला था या यूँ कहें कि मजबूरन निकलना पड़ा। एक 'रोशनी' ने मेरी ऐश से बीत रही ज़िन्दगी में अंधेरा भरने में कोई कसर नहीं छोड़ी थी।

उस अलगाव का बिजली सा असर हुआ। चेहरा किसी मुर्झाए फूल की भाँति म्लान हो चला था। देह में मांसल ग्रंथियों का पतन हुआ और मैं हफ़्ते भर में ही दौर्बल्य के शिकार किसी मनुष्य की तरह प्रतीत होने लगा था। उन दिनों मैं कतिपय दुर्व्यसनों के वशीभूत भी रहा यद्यपि इसका पता घर पर नहीं चलने दिया। रिश्तों को हद से ज़्यादा तरजीह देना और उनमें खुद को हद से ज़्यादा शामिल कर लेना आगे कितना कष्टदायी हो सकता है इसका पुख़्ता एहसास मुझे अब हुआ था। जिस चेहरे पर सिर्फ़ एक मुस्कुराहट के लिए मैं रात में सैकड़ों किलोमीटर का सफ़र तय करके सुबह उसके शहर पहुँच जाता था उसका ऐसा बर्ताव किसी को भी विचलित कर देता। हालाँकि ऐसा भी नहीं था कि ये सिर्फ़ एकतरफा प्रेम था, पहले तो मैं ही उदासीन था लेकिन फिर इश्क़ में यूँ डूबा कि ज़िन्दगी के दो साल कैसे गुजर गए और मैं गला-काट प्रतिस्पर्धा की उस दौड़ में कितना पीछे चला गया, ये आज महसूस करता हूँ।

घर पर सारे लोग उस घटना से परिचित थे। पिताजी पहले ही उस रिश्ते के ख़िलाफ़ थे लेकिन मेरी जिद के आगे उन्होंने हामी भर दी थी। घर में मेरी उदासी की वजह से मातम सा माहौल रहता। एक दिन पिताजी के एक सहकर्मी मित्र घर पर आए। वे मेरे लिए एक लड़की का रिश्ता लेकर आए थे जो हाल ही में सहायक अध्यापक के पद पर नियुक्त हुई थी। मेरे ही घर सम्बन्ध हो ऐसा

मनोरथ बांधकर कितनी उम्मीद से वे आए होंगे ! आज मैं वो सब याद करता हूँ तो मुझे दुःख होता है । मुझे बुलाया गया तो चेहरे पर एक नकली मुस्कान का आवरण ओढ़े मैं उनके सामने पहुँचा । कितने स्नेह से उन्होंने पुत्रवत मुझे अपने पास बैठाया और कुशलक्षेम पूछा । मैं कुछ मिनट बैठकर बाहर निकल गया । अगली सुबह वे सज्जन अपने गंतव्य को रवाना हुए । पिताजी ने मुझे अपने फोन में लड़की की दो तीन फ़ोटो दिखाईं और आदेशात्मक लहजे में कहा कि वे जल्द ही लड़की देखने चलेंगे । मैंने ज़िन्दगी में प्रथम बार पिताजी की अवज्ञा करने का दुस्साहस किया और उनकी इस बात को सिरे से नकार दिया । एक लड़की जो शासकीय अध्यापक हो चुकी थी और मुझे अभी तक अपना कैरियर नहीं दिख रहा था, उसके साथ मेरा निर्वाह कैसे होगा ये सोचकर मैं खुद को पीछे खींच रहा था और इसकी दूसरी वजह थी "रोशनी"। मैं अभी किसी रिश्ते में बंधने के लिए मानसिक रूप से तैयार न था । पिताजी ने लड़की की लाख खूबियाँ गिनाईं। भैया,भाभी, माँ सबने मुझे मनाने की भरसक कोशिश की । आख़िरकार मैंने लड़की देखने जाने के लिए हरी झंडी दे दी और मन में यह निश्चय किया कि उसे मना कर दूँगा । घर में उल्लास भर गया लेकिन मैं अभी भी उसी मनःस्थिति में था ।

हमारे यहाँ लड़की की दिखाई अक्सर गँगा तट पर बने मंदिरों के पास होती है । एक दिन निश्चित हुआ और मैं अपने परिवार के साथ गँगाजी के पावन तट पर पहुँचा । लड़की का गाँव वहाँ से नजदीक ही था इसलिए वे लोग अपेक्षाकृत ज़्यादा संख्या में आए थे । कितने निश्छल और सरल लोग थे वे ! स्नेह से हम दोनों के परिजन एकदूसरे से मिले । मैं चेहरे पर बारह बजाए हुए लड़की को देखने के बजाए मंदिर के परिसर में घूम रहे हिरन के जोड़े को घूर रहा था ।

लड़की की भाभी ने ठिठोली की "लड़का सामने बात करने में शर्मा रहा है, जाओ अकेले बात कर लो ।" और उसने कोहनी मारकर लड़की को मंदिर के पीछे जाने का इशारा किया और मेरी बहन ने मुझे आँख दिखाई तो मैं भी उठा और पीछे की ओर चल दिया । गंगा जी मंदिर की पिछली सीढ़ियों को बिल्कुल स्पर्श करके बहती हैं। मैंने संवेदनाशून्य सी मुद्रा में उसको कुछ पल निहारा । वो सुकुमारी गौरवर्णी लड़की निशा गुलाबी दुपट्टा ओढ़े गंगाजी की उठती गिरती लहरों को अपलक निहारती हुई अपने भविष्य की कल्पना में गोते लगा रही थी । अब भला 'निशा' 'रोशनी' का विकल्प कैसे होती ! मैं उसे देख रहा था और वो परेशान सी अपनी दोनों हथेलियों को आपस में रगड़ रही थी । इस असहज स्थिति में उसके गौर ललाट पर कुछ स्वेद बिंदु ढुलक गए । मैं रेलिंग थामकर गंगाजी की अठखेलियाँ करती लहरें देखने लगा। एक भी शब्द मेरे मुँह से नहीं निकल सका । मुझे उस लड़की पर तरस आ रहा था । कितने सुनहरे स्वप्नों को लेकर वो भी तो मुझे देखने आई थी लेकिन धन्य हो

पुरुष प्रधानता ! मैंने सोचा कि उसे कह दूँ मैं तुमसे शादी नहीं करना चाहता, तुम मुझे बिल्कुल पसन्द नहीं लेकिन हृदय पर उतना बोझ लेकर मैं कहाँ जाता ! तुरन्त उसे मना करके उसके स्वप्नों पर कुठाराघात नहीं करना चाहता था । लगभग 5 मिनट तक हम खड़े रहे । पीछे से लड़की की भाभी शरारत भरी आवाज में फुसफुसाई, "क्या बातचीत हो रही है ? " मैं हल्की सी मुस्कान के साथ निकल गया ।

नैपथ्य में मैंने सुना, "लड़का पसन्द आया ना ?"

"हाँ, बहुत अच्छा है।" एक हँसी भरा प्रत्युत्तर था ।

घर आकर मैंने साफ शब्दों में पिताजी को बताया कि लड़की अच्छी है लेकिन मैं उससे शादी नहीं कर सकता ।

कौन जाने कि मैं उसमें "रोशनी" ढूंढ रहा था या फिर सच्चाई से मुँह छुपाने की कोशिश कर रहा था ।

उसी गंगा तट पर प्रतिवर्ष माघ मेला लगता है जहाँ आसपास के क्षेत्र से हजारों लोग आते हैं । एक दिन मैं अपने कुछ दोस्तों के दबाव डालने पर मेला देखने पहुँचा । सर्दियों की वो शाम लोगों के आवागमन से गुलज़ार हो रही थी। अचानक चलते चलते मेरे कदमों में स्वतः ही बेड़ियाँ पड़ गईं । सामने निशा थी । नववधू का जोड़ा पहने अपनी भाभी और एक दो सहेलियों के साथ । उसकी आँखों में मैं खुद को देख रहा था । मुश्किल से कुछ ही सेकेंड में ये घटित हुआ । जो संवेदनाशून्यता उस वक़्त मेरी आँखों में थी वो मैंने उस लड़की में देखी । और तब मैंने महसूस किया कि रिश्तों में ठुकराए जाने का दुःख बाकी दुःखों से कहीं ज़्यादा कष्टदायी होता है । फिर मैं उस रात बिना मेला देखे ही घर लौट गया ।

****

गंगा-सागर यात्रा वृत्तांत

अनूप कुमार टण्डन

"सारे तीरथ बार-बार गंगा सागर एक बार"

बचपन में उपरोक्त कहावत दादी माँ हमें सुनाया करती थीं। कुछ वर्ष पूर्व वह ताऊ जी के साथ गंगा सागर स्नान करके आई थीं। बहुत ही कठिन यात्रा थी। आज जैसे यातायात के विकसित साधन नहीं थे। बचपन से ही गंगा माँ के गुणगान सुनता आया हूँ। बहुत इच्छा थी गंगोत्री एवं गंगा सागर के दर्शन करूँ। गौ-मुख-गंगोत्री दर्शन की अभिलाषा लगभग 20 वर्ष पूर्व पूर्ण हो चुकी थी। अब गंगा सागर दर्शन करने की तीव्र इच्छा थी। यह मौका भी माँ गंगा की कृपा से प्राप्त हो गया। हमारे सहकर्मी श्री राजेंद्र गुप्ता जी का स्थानांतरण इस कार्यालय से कोलकाता कार्यालय में हो गया। उनका स्नेह भरा निमंत्रण था कि कोलकाता में माँ काली के दर्शन करने आऊँ।

सेवानिवृत्त हो चुका था, पत्नी से सलाह मशविरा किया और प्रयागराज से नेता जी सुभाषचंद्र बोस हवाई अड्डे के लिए उड़ान भर, पहुँच गया अपने मित्र के पास। रात्रि भोजन के समय मैंने गंगा सागर दर्शन की अभिलाषा व्यक्त की। गुप्ता जी सहर्ष तैयार हो गए। कार्यक्रम पर चर्चा होने लगी। वह बोले-गंगा सागर यहाँ से लगभग 150 किमी॰है। सर्वप्रथम यहाँ से काकद्वीप स्थित नमखाना के लिए सियालदा रेलवे स्टेशन से रेल सेवा, धरमतल्ला से परिवहन बस और घर से टैक्सी सेवा। सुविधाजनक यात्रा हेतु टैक्सी रात्रि में ही बुक कर ली।

फरवरी मास- अल सुबह गंगा माँ का स्मरण कर यात्रा आरंभ हुई। बंगाल के सुदूर दक्षिणी छोर पर विश्वविख्यात सुंदर वन के एक भाग 'सागर द्वीप' के लिए जो पश्चिम बंगाल के दक्षिण 24 परगना जिले के अंतर्गत आता है। लगभग आधे घंटे पश्चात हम इंजीनियरिंग के लिए विश्व प्रसिद्ध हावड़ा ब्रिज से गुजर रहे थे। नीचे बायीं तरह हुगली नदी में बड़े-बड़े जलयान लंगर डाले थे तो दायीं तरह हावड़ा रेलवे स्टेशन से सटे बाबू घाट पर लोग स्नान कर रहे थे। भगवान भाष्कर की स्वर्णिम

किरणें जल को आच्छादित करे थी। मनोरम दृश्य था। तभी गुप्ता जी बोले- " यहाँ हुगली नदी को गंगा जी भी कहा जाता है, कारण यह है कि बंगाल में गंगा नदी छोटी-छोटी धाराओं में बंट गई है और एक धारा इस नदी में भी मिलती है।"

बंगाल का ग्रामीण परिवेश प्रारम्भ हो गया। ठंडी हवा बह रही थी। सड़क के दायें-बायें दोनों तरफ सूरजमुखी के फूल खिले थे जैसे प्रकृति ने धरा पर सुनहरा कालीन बिछा दिया हो। मन-मयूर की तरह प्रसन्न था। ड्राइवर साहब जरा टैक्सी रोकें- मैंने कहा। क्या हुआ? गुप्ता जी ने प्रश्न किया! थोड़ी देर इस प्राकृतिक सौन्दर्य का आनंद लेंगे और पहुँच गए उन फूलों के बीच नैसर्गिक आनंद के लिए। सड़क के दोनों ओर पीपल-नीम एवं अन्य ऊंचे वृक्ष आपस में अठखेलियाँ कर रहे थे। प्रतीत हो रहा था जैसे हरी-भरी सुरंग में जा रहे हों। नमखाना तक की यात्रा कब पूरी हुई पता ही नहीं चला।

"बाबू जी- ये टोपी ले-ले"- मैंने मुड़कर देखा गंदे कपड़ों में एक बच्ची मूंज की बनी टोपियाँ, झुनझुने और खिलौने बेच रही थी, आगे धूप लगेगी आराम मिलेगा, उसने अपनी बात पूरी की। टोपियाँ खरीद टैक्सी छोड़ नमखाना जेट्टी के लिए प्रस्थान किया। दस रुपये की दर से टिकट लेकर लकड़ी के बने पुल पर चढ़ जेट्टी पहुँच गए। यहाँ बहुत भीड़ नहीं थी। ज्वार की प्रतीक्षा में जलयान खड़ा था। ज्ञात हुआ कि यहाँ किनारे पानी कम होने के कारण यात्रा ज्वार पर निर्भर करती है। धूप तेज़ थी अब वही टोपी राहत दे रही थी। धीरे-धीरे भीड़ बढ़ रही थी। कुछ देर पश्चात जलयान ने प्रस्थान किया। इसमें देश के अनेक प्रान्तों से आए यात्री बैठे थे, छोटे भारत के दर्शन हो रहे थे। श्रद्धालुओं में गंगासागर दर्शन की भावना तीव्रता से हिलोरे ले रही थी। लोग आस्था भाव से विभोर थे। बच्चे-बूढ़े सभी पुलकित थे। प्रयागराज संगम की तरह यहाँ भी बड़ी संख्या में साइबेरियन पक्षी कलरव कर रहे थे। लगभग पौन घंटे की यात्रा पूर्ण कर हम सागर द्वीप के कुचबेरिया टैक्सी स्टैंड पर थे। यहाँ से गंगासागर लगभग 35 किलोमीटर की दूरी पर था। चाय नाश्ता की पर्याप्त दुकानें थीं। टैक्सी वालों से भाड़ा पता कर रहे थे, तभी-बाबूजी मेरा भाड़ा कुछ ज्यादा है परंतु मेरे टैक्सी में एसी भी है मैं आपके गाइड का काम भी करूंगा- एक टैक्सी वाला बोला- 'ठीक' है गुप्ता जी बोले। ड्राइवर रास्ते भर बातें करता रहा और वहाँ के बारे में बताता रहा। सुखद यात्रा लगभग एक घंटे में पूर्ण हो गई। 'बाबूजी' टैक्सी यहीं तक जाएगी- ड्राइवर ने कहा। आगे दो किलोमीटर यात्रा यहाँ के विशेष रिक्शा से करनी होगी। यहाँ चाय-नाश्ता भोजन के छोटे छोटे ढाबे थे। जिसे रिक्शा कह रहा था वह तीन पहिया ट्राली थी जिस पर लकड़ी के तख्त लगे थे। दस रुपया सवारी आना-जाना किराया था। हवाई जहाज, जलयान और अब ट्राली यात्रा आनंद। मार्ग के दोनों ओर शीप-शंख की वस्तुएँ, वन्दनवार, माला, खिलौने, सजावट की सामग्री बिक रही थी, तभी ड्राइवर ने कहा- बाबूजी संगम आ

गया। अत्यंत स्वच्छ सागर तट। श्री जगन्नाथपुरी के स्वच्छ तट की स्मृति हो रही थी, लेकिन प्रयागराज या देव प्रयाग जैसा संगम नहीं दिख रहा था। दूर तक सागर हिलोरे ले रहा था। तट पर माँ गंगा की विशाल मूर्ति थी संगम स्नान कर श्रद्धालु चावल का दान कर रहे थे तो कोई कुत्तों के समूह को बिस्किट खिला रहे थे तो कोई मुण्डन करा पितृों को तर्पण कर रहे थे। संगम को प्रणाम कर पूर्वजों के नाम की डुबकी लगाई उनके मोक्ष की प्रार्थना की। मन प्रफुल्लित था।

'बाबू जी सागर संगम जल आचमन करें' ड्राइवर ने कहा हमने जल आचमन किया। इसका स्वाद कैसा है? उसने पूछा अन्य समुद्र जल की तरह यह अत्यन्त खारा नहीं है। उसने जवाब दिया हां बाबू जी यह गंगामइया के मीठे जल का प्रभाव है', एक डिब्बे में जल भरा और वापस चला परन्तु मन नहीं भरा था।

सामने तीन गुम्बद वाले भव्य मन्दिर देख जिज्ञासा में पूछा - 'यह किसका मन्दिर है' उत्तर मिला 'ऋषि कपिल मुनि जी का' अन्दर प्रवेश किया - सामने सिन्दूरी रंग मे नहाये प्रभु कपिल मुनि जी, उनके दायीं ओर गंगा जी तो बायें ओर समुद्र देव की प्रतिमाएँ थीं। साथ ही अन्दर राधाकृष्ण, वनदेवी राम दरबार आदि छोटे मन्दिर थे। बाहर निकलते ही ड्राइवर बोला, प्राचीनकाल में कपिल मुनि जी का आश्रम एवं मन्दिर समुद्र के पास था जो उसी में समाहित हो गया। मकर संक्रांति पर यहां साधु सन्तों के प्रवचन होते है, उसमें सुना था कि राजा सगर ने अश्वमेघ यज्ञ किया था और अश्व की रक्षा हेतु साठ सहस्त्र पुत्र भेजे परन्तु वह अश्व गायब हो गया। सगर पुत्र उसे खोजते कपिल मुनि आश्रम पहुँचे वहां अश्व बंधा देख चोर समझकर अपशब्द कहे और उनकी तपस्या भंग कर दी। परिणाम स्वरूप उनकी क्रोधाग्नि में वह सभी भस्म हो गये यह वही स्थान है। उनके मोक्ष के लिए राजा भागीरथ ने कठिन तप कर गंगा जी को पृथ्वी पर अवतरित कराया। ड्राइवर धार्मिक था उसने निरन्तरता बनाये रखते पूछा - क्या आप जानते है अश्व को इन्द्रदेव ने क्यों चुराया? क्योंकि वह चाहते थे कि जन कल्याण हेतु धरती माँ की प्यास बुझाने मां गंगा पृथ्वी पर अवतरित हो। हम लोग उसके प्रवचन एवं आस्था पर मुग्ध थे। मैने जिज्ञासावश प्रश्न किया प्रयागराज में हम संगम स्थान पर स्नान करते है। संगम जल दिखता है और क्यों 'सारे तीरथ बार बार गंगासागर एक बार' उसने तुरन्त उत्तर दिया सागर द्वीप में चार वर्ष में एक बार द्वीप समुद्र में ऊपर आता है इसलिए कहा जाता है सारे तीरथ बार-बार गंगा-सागर एक बार। अब मुझे अपनी दादी की बातें याद आ रहीं थी जो लगभग 60-65 वर्ष पूर्व आयी थी, तब यातायात के उन्नत साधन नहीं थे, उन्होंने जंगलों के मध्य पदयात्रा की होगी। ऐसी कठिन यात्रा बार बार संभव नहीं थी। इसलिए गंगा-सागर एक बार कहा जाता है अभी समय था मन नहीं भरा था अतः पुनः सागर तट पहुँच गये। एक बार फिर अपने पूर्वजों के मोक्ष की प्रार्थना करते करते सोचने लगा कि माँ गंगा की असीम कृपा के कारण ही मुझे गौ-मुख, गंगोत्री, देव प्रयाग,

ऋषिकेष जैसे पवित्र स्थानों पर स्नान ध्यान का सौभाग्य प्राप्त हुआ। आज गंगा सागर में स्नान कर माँ गंगा की गौमुख से गंगा-सागर तक की आध्यात्मिक यात्रा पूर्ण हो गई। मन तो अब भी कहता है, **गंगा-सागर बार बार**।

****

मुक्ति

डॉ० नमिता चंद्रा

कैंसर हॉस्पिटल के कॉरिडोर में तेज कदमों से बढ़ते हुए मेरे मन मस्तिष्क में भी विचारों का झंझावात तेज गति से मंथन कर रहा था। गरिमा भाभी का मासूम सा प्यारा चेहरा, माथे पर सजी बड़ी सी बिंदी और होठों पर मुस्कान आंखों के आगे बार-बार नाची जा रही थी। मुझे तो यकीन ही नहीं हो रहा था कि उनके जैसी जिंदादिल और सहृदय स्त्री के साथ भगवान इतना बड़ा अन्याय कर सकता है। गरिमा भाभी अमित भैया की पत्नी है। अमित भैया मेरे ताई जी के बेटे, उम में तो मुझसे काफी बड़े हैं लेकिन खुद का भाई ना होने के कारण मैंने उन्हें अपने सगे भाई से भी ज्यादा प्यार और सम्मान दिया और बदले में अमित भैया प्रेम और वात्सल्य की वर्षा किया करते थे। आज भी मुझे अमित भैया की शादी का वह दिन नहीं भूलता। मैं उस समय हाई स्कूल की छात्रा थी, भैया हम सब के दुलारे और उनकी शादी हम सबका एक सपना था। बहुत मस्ती की थी हमने उन की शादी में। शायद वह प्रथम शादी थी जिसमें मैंने हर रस्म में बढ़ चढ़कर हिस्सा लिया और हर कदम पर अमित भैया के साथ थी। घर में भाभी के आने से ऐसा लगा जैसे एक सच्चा पथ प्रदर्शक, एक मित्र और हमदर्द की कमी पूरी हो गई। भाभी का स्वभाव बिल्कुल मिश्री की तरह था। हर किसी के सुख दुख में वह मिल जाती कभी किसी ने उन्हें गुस्सा होते नहीं देखा। इंटरमीडिएट के बाद जब मैंने बाहर जाकर पढ़ाई करनी चाहिए तो सब उसके विरुद्ध थे लेकिन भाभी ने मेरा साथ दिया और 5 वर्ष का डिप्लोमा पूरा होते ही मेरी जॉब लग गई और फिर तो अपने गृह नगर लखनऊ जाना बहुत कम हो गया था। जॉब और कैरियर की उधेड़बुन में कुछ विशेष अवसरों पर ही जाना हो पाता था।

समय बीतता गया और भाभी दो बच्चों की मां बन चुकी थी बड़ी बेटी पीहू और बेटा शौर्य। मैं जब भी घर आती मेरा अधिकतर समय भाभी के ही पास बीतता था और भाभी मुझे वही दुलार और प्यार दिया करती। पीहू तो कभी-कभी चढ़ जाती मां यह तुम्हारी ननद है या बेटी। भाभी भी हंस देती थी। यही तो भाभी की विशेषता थी कोई बात हो उसे हंसकर टाल देना और सही समय पर सही बात बोल कर किसी का भी दिल जीत लेना। सच तो यह है कि भैया भाभी जैसा आदर्श जोड़ा तो मैंने आज तक देखा ही नहीं था कहने से पहले ही वे एक दूसरे की बात को समझ लेते। मैंने ऐसा आपसी प्रेम, समझ और लगाव बहुत कम ही जोड़ों में देखा था। समर से मेरी मुलाकात होने पर और

हम दोनों की शादी के निर्णय के बारे में भी बात पहले मैंने भाभी के सामने रखी थी। मैंने ही उन्हें बताया था कि समर और मैं एक ही ऑफिस में काम करते हैं और साथ में जीवन बिताना चाहते हैं। लेकिन परेशानी यही है कि समर हमारी जाति का नहीं है। उस समय भैया भाभी ने एक जिम्मेदार अभिभावक का किरदार निभाते हुए मेरे मां- पापा को शादी के लिए बड़ी मुश्किल से मनाया था। मेरी शादी में भैया भाभी दोनों ने ही बड़ी मेहनत की थी। सारी तैयारियां उन लोगों ने ही कराई। और शादी के समय जब भैया और भाभी तैयार होकर आए तो हर किसी के मुंह से वाह निकल गए। भैया ने नीली अचकन डाल रखी थी तो भाभी ने नीली बनारसी साड़ी डाल रखी उन दोनों का जोड़ा देखते ही बनता था सभी उन दोनों की प्रशंसा कर रहे थे। मैं शादी के बाद अपने घर संसार में व्यस्त हो गई लेकिन भाभी से बातचीत लगातार होती रहती थी.... तभी मेरा पैर किसी के बैग से टकराया और मेरी विचार श्रृंखला टूट गई।

इधर काम के सिलसिले में मुझे कुछ दिनों के लिए कनाडा जाना पड़ा और करीब 6 महीने तक मेरी भैया भाभी या घर में किसी से भी अधिक बातचीत नहीं हो पाई। अभी 1 हफ्ते पहले ही मैं कनाडा से लौटी और मुझे मां ने बताया कि गरिमा भाभी को ब्रेन ट्यूमर है मेरी तो पैरों के नीचे से जमीन ही निकल गई और आज मैं समर के साथ हॉस्पिटल में गरिमा भाभी से मिलने पहुंच गई। कैंसर हॉस्पिटल में एक सेमी प्राइवेट रूम के बाहर ही मुझे अमित भैया दिखाई दिए। पहले तो मुझे विश्वास ही ना हुआ कि अमित भैया है। बढ़ी हुई दाढी कमजोर शरीर और बदहवास यह हमारे अमित भैया तो नहीं हो सकते लेकिन थोड़ा पास आने पर यकीन हुआ मैं दौड़कर अमित भैया के गले लग गई।

भैया ने मुझे देखा और भीगी आंखों से पूछा "कैसी है तू "? मेरे मुंह से एक शब्द भी ना निकला और भैया ने अपने को संभालते हुए कहा "कब आई तू कनाडा से"? मैंने पूछा "भैया यह सब क्या हो गया और आपने मुझे बताया क्यों नहीं? भैया ने मुझे देखा और बोले "अरे पगली कुछ नहीं सब ठीक है कल ऑपरेशन हो जाएगा और तेरी भाभी बिल्कुल ठीक हो जाएंगी। अरे इसी आने वाली फरवरी में 25 साल होंगे हमारी शादी को। देखना हम दोनों धूमधाम से सिल्वर जुबली मनाएंगे। तू परेशान मत हो। छोटा सा ऑपरेशन है सब ठीक हो जाएगा।" फिर वह मुझे भाभी के पास ले गए भाभी का वह निस्तेज चेहरा देखकर मैं अपने रुलाई रोक ना सकी। सिर पर बाल नहीं कोई श्रृंगार नहीं सूजा हुआ चेहरा कहां गई मेरी वह प्यारी भाभी। और मुझे तथा समर को देखकर वह भावुक हो उठी और बोली "अब यही मेरा असली रूप है" तभी पीहू उन्हें डांटती हुई बोली " मम्मी क्या फालतू बात करती हैं आप बिल्कुल ठीक हो जाएंगी और फिर कल ऑपरेशन है इस तरह की बातें करके आप टेंशन मत लीजिए" और हम लोग उनके कमरे से बाहर आ गए।

ऑपरेशन के दिन हम सब ऑपरेशन थिएटर के बाहर ही बैठे थे थिएटर में जाते समय भाभी ने हम सबको मुस्कुराते हुए बाय कहा और भैया का हाथ तब तक पकड़े रहीं जब तक ऑपरेशन थिएटर का गेट न आ गया और बोली "अमित मेरे न रहने पर तुम बच्चों की मां और पिता दोनों का फर्ज निभा लोगे न मुझे निराश मत करना" और अपनी उसी मुस्कान के साथ वह ओटी में चली गई। ऑपरेशन शुरू हो गया लेकिन भाभी शायद उस दर्द को बर्दाश्त ना कर सकी और बीच में ही उनकी सांसे रुक गई। ओटी का दरवाजा जैसे ही खुला भैया बड़ी उम्मीद से डॉक्टर के पास गए और बोले “अरे डॉक्टर बहुत जल्दी हो गया ऑपरेशन " डॉक्टर ने बिना कुछ बोले भैया के कंधे थपथपाए और आगे बढ़ गए। भैया को कुछ समझ न आया और उन्होंने जूनियर डॉक्टर की तरफ देखा जूनियर डॉक्टर ने कहा "आपकी पत्नी इस दुनिया में न रही। ऑपरेशन शुरू होते ही उन्होंने दम तोड़ दिया।" भैया के मुख से एक शब्द ना निकला और वह एक कुर्सी पर जाकर बैठ गए। हम सब ने उनके दोनों बच्चों को संभाला।

थोड़ी देर बाद भाभी के शव को ऑपरेशन थिएटर के बाहर लाया गया सभी फूट फूट कर रो रहे थे भैया ने भाभी के शव को देख कर स्नेह से उनके माथे पर हाथ फेरा और कहा "चली गई... अच्छा हुआ बहुत दर्द था तुम्हें। सच कहूं.... तो मैं भी तुम्हें इस दर्द से आजाद करना चाहता था लेकिन तुम्हारे साथ का लालच मुझे मजबूर कर रहा था। तुम निष्ठुर हो गई और अच्छा ही हुआ निष्ठुर होकर तुमको अपने दर्द से तो आजादी मिल गई। तुम जहां भी रहो सुकून से रहना और मैं यहां पर बच्चों को मां और पिता दोनों का प्यार दूंगा सारी जिम्मेदारियां पूरी करूँगा और जल्दी ही तुमसे मिलने आऊंगा।" हम सबकी आंखों से आंसुओं की बरसात होने लगी लेकिन भैया ने अपनी आंखों में एक भी आंसू नहीं आने दिया और पूरी शिद्दत के साथ उन्होंने भाभी को दिए हुए वचन को पूरा किया।

कैंसर की विभीषिका ने उन दोनों को शरीर से तो अलग कर दिया लेकिन भैया भाभी का प्यार इतना गहरा था कि भाभी की मृत्यु के बाद भी भैया ने कभी माँ की कमी बच्चों को महसूस नहीं होने दी। दोनों बच्चों की शादी ब्याह हर जिम्मेदारी बखूबी निभाई। जिम्मेदारियां पूरी करते ही वह भी अनंत यात्रा पर चले गए शायद उन्हें भी अपनी प्रेयसी से मिलने की जल्दी थी। इस बीमारी से मुक्ति पाने का शायद यही एक तरीका था और भाभी की मुक्ति का मार्ग उन्होंने बख़ूबी प्रशस्त किया।

****

नारी सशक्तिकरण

अमितेश बनर्जी

ईश्वर की सर्वश्रेष्ठ कृति है- नारी। अनादि काल से नारी ने कई दायित्वों को बखूबी निभाया है। जीवन में आने वाले हर कष्ट को अपनी हिम्मत व जीजिविषा के सामने नतमस्तक कर देने की क्षमता रखती है वह। वही समाज को एकसूत्र में बांचे रखती है। बच्चों को सही शिक्षा दे स्वस्थ समाज की स्थापना करने की जिम्मेदारी भी नारी की ही होती है।

कहते हैं यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवता। आज समाज की उन्नति के लिये नारी का सम्मान किया जाना अनिवार्य है। जिस देश में नारी की इज्जत नहीं होती वह देश कभी प्रगतिशील देश नहीं बन सकता है। भारत में भी स्त्री को समाज ने कई बंदिशों में बांध दिया और हर प्रकार से पुरूषों पर आश्रित कर दिया। स्वतंत्र नारी का अस्तित्व ही नहीं रहा। शिक्षा से उसे वंचित रखा। अतःभारत में स्त्री को उपयुक्त दर्जा व स्थान प्राप्त नहीं था। नारी की इस स्थिति में अब सुधार हुआ है।

इक्कीसवीं सदी का आरम्भ नारी सशक्तिकरण का बयार लेकर आया। लोगों की सोच बदली। शिक्षा से दूर रखी गई लड़कियां अब विद्यालयों की शान हैं। आज महिलायें हर क्षेत्र में अपनी उपस्थिति मजबूती से दर्ज करा रही हैं। देश को महिला प्रधानमंत्री से लेकर महिला राष्ट्रपति मिल चुकी है। 2011 के बंगाल व तमिलनाडु चुनावो में क्रमशः ममता बनर्जी व जयललिता की जीत राजनीति में महिलाओं की साख का सबूत है।

खेल जगत में साइना नेहवाल, सानिया मिर्जा, मैरी कॉम, कृष्णा पुनिया, दीपिका, अंजली भागवत आदि कितनी ही महिलायें अपनी चमक बिखेर रही हैं। अंतरिक्ष में भी भारत की कल्पना चावला व सुनीता विलियम्स ने देश का नाम रोशन किया। अर्थजगत में चंदा कोचर व इंदिरा नूई ने आसमान की बुलंदियों को छुआ। टेसी थामस ने भारत को अग्नि-5 देकर गौरवान्वित किया। मेघा

पाटकर ने नर्मदा बचाओ आंदोलन शुरू कर देश का ध्यान इस गंभीर मुद्दे की ओर आकर्षित किया। भारत ऐसी नारियों की वजह से ही प्रगति की राह पर आगे बढ रहा है।

यदपि स्त्री की स्थिति बेहतर हुई है परन्तु अब भी कई सुधार होने शेष है। देश की नारी आज भी शोषण, कन्या भ्रूण हत्या व दहेज की मार सह रही है। उसे पंख फैलाने के लिये आज भी आसमान नहीं प्राप्त है। नारी सशक्तिकरण तभी संभव है जब नारी को संपूर्ण विकास का अवसर मिले। नारी का सम्मान हो, उसे समान अधिकार प्राप्त हो व उसके साथ भेदभाव न हो। तभी नारी अबला से सबला हो सकेगी।

****

प्रकृति प्रदत्त संसाधनों का संरक्षण

नरेंद्र कुमार

ग्लोबल वार्मिंग वर्तमान समय की प्रमुख वैश्विक पर्यावरणीय समस्या है। यह एक ऐसा विषय है कि इस पर जितना सर्वेक्षण और पुनर्वलोकन करे, कम ही होगा। आज ग्लोबल वार्मिंग अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर राजनीतिज्ञों, पर्यावरणविदों, सामाजिक कार्यकर्ताओं एवं वैज्ञानिकों की चिंता का विषय बना हुआ है। ग्लोबल वार्मिंग से पृथ्वी ही नहीं बल्कि पूरे ब्रह्मांड की स्थिति और गति में परिवर्तन होने लगा है। इसके कारण भारत के प्राकृतिक वातावरण में अत्यधिक मानवीय परिवर्तन हो रहा है। पृथ्वी के बढ़ते तापमान के कारण केवल मनुष्यों में ही नहीं वरन ब्रह्मांड के समस्त जीव-जंतुओं की आदत में भी बदलाव आ रहा है। इसका असर पूरे जैविक चक्र पर पड़ रहा है। पक्षियों के अंडे सेने और पशुओं के गर्भ धारण करने का प्राकृतिक समय पीछे खिसकता जा रहा है। कई प्रजातियां विलुप्त होने के कगार पर है।

सम्पूर्ण ब्रह्मांड में पृथ्वी ही एक ऐसा ज्ञात ग्रह है जिस पर जीवन पाया जाता है। जीवन को बचाये रखने के लिये पृथ्वी की प्राकृतिक संपत्ति को बनाये रखना बहुत जरूरी है। पूरे इस पृथ्वी पर ईश्वरीय रचनाओं में सबसे बुद्धिमान कृति इंसान या मनुष्य को माना गया है। धरती पर शाश्वत जीवन के खतरों को कुछ छोटे उपायों को अपनाकर कम किया जा सकता है, जैसे पेड़-पौधे लगाना, वनों की कटाई को रोकना, वायु प्रदूषण को रोकने के लिये वाहनों के इस्तेमाल को कम करना, बिजली के गैर-जरूरी इस्तेमाल को घटाने के दवारा ऊर्जा संरक्षण को बढाना। यही छोटे कदम बड़े कदम बन सकते हैं। अगर इसे पूरे विश्व के लोगों के द्वारा एक साथ अनुसरण किया जाये।

गत सौ वर्ष में मनुष्य की जनसंख्या में भारी बढ़ोत्तरी हुई है। इसके कारण अन्न, जल, घर, बिजली, सड़क, वाहन और अन्य वस्तुओं की मांग में भी वृद्धि हुई है। परिणामस्वरूप हमारे प्राकृतिक संसाधनों पर काफी दबाव पड़ रहा है और वायु, जल तथा भूमि प्रदूषण बढ़ता जा रहा है। जहाँ रहने के लिए जंगलों की बेहिसाब कटाई की गई है, वहीं दूसरी ओर नदियों तथा सरोवरों के तटो पर लोगों ने आवासीय परिसर बना लिए हैं। जनसंख्या वृद्धि ने कृषि क्षेत्र पर भी दबाव बढ़ाया है।

वृक्ष जल के सबसे बड़े संरक्षक है। बड़ी मात्रा में उसकी कटाई से जल के स्तर पर भी असर पड़ा है। सभी बड़े-छोटे शहरों के पास नदियां सर्वाधिक प्रदूषित है। वायु प्रदूषण, कचरे का प्रबंधन, पानी की बढ़ रही कमी, गिरता भू-जल स्तर, जल प्रदूषण, जैव विविधता के नुकसान, और भूमि क्षरण जैसे प्रमुख पर्यावरणीय मुद्दों में से कुछ भारत की भी प्रमुख समस्या है। भारत में वायु प्रदूषण का सबसे बड़ा कारण परिवहन की व्यवस्था है। लाखों पुराने डीजल इंजन वह डीजल जला रहे हैं जिसमें यूरोपीय डीजल से 150 से 100 गुणा अधिक गंधक उपस्थित है। बेशक सबसे बड़ी समस्या बड़े शहरों में है जहां इन वाहनों का घनत्व बहुत अधिक है।

धरती के पास सभी की जरूरतों को पूरा करने के लिए पर्याप्त संसाधन है किन्तु किसी की लालच के लिए नहीं। मनुष्य को प्रकृति द्वारा प्रदत्त संसाधनों को ईश्वर का सबसे अनुपम उपहार मानना चाहिए। क्योंकि जब तक प्रकृति में संतुलन है, तब तक ही पारिस्थितिक संतुलन की भी अपेक्षा की जा सकती है।

पर्यावरण शब्द का प्रचलन तो नया है, पर इससे जुड़ी चिंता या चेतना नई नहीं है। पर्यावरण हवा, पानी, पर्वत, नदी, जंगल, वनस्पति, पशु-पक्षी आदि के समन्वित रूप है। यह सब सदियों से प्रकृति प्रेम के रूप में हमारे चिंतन,संस्कार में मौजूद रहे हैं। वर्तमान समय में प्रत्येक मनुष्य पर्यावरण को लेकर चिंतित तो है पर पर्यावरण को बचाने में सक्रिय सहभागी नहीं है। यह ठीक वैसा ही है जैसे कि देश में भगत सिंह और राजगुरु जैसे देशभक्त पैदा तो होने चाहिए परंतु अपने घर में ना होकर पड़ोसी के घर में होने चाहिए। आज प्रत्येक आदमी को स्वच्छ परिवेश, स्वच्छ गलियां, सड़के और स्वच्छ पर्यावरण तो चाहिए परंतु साफ करने वाला भी कोई और होना चाहिए। यह ठीक वैसा ही है जैसे दुनिया को सब लोग सुधारना चाहते हैं मगर अपने को कोई नहीं।

आज मानव का विकास पर्यावरण के दोहन के मूल्य पर हो रहा है, जिसके लिए भविष्य में मनुष्य को ही कितना बड़ा मूल्य चुकाना होगा यह कल्पना से परे अर्थात कल्पनातीत हैं। आदिकाल से मनुष्य और पर्यावरण का अन्योन्याश्रय संबंध रहा है। वर्तमान समय में सबसे चिंताजनक समस्याओं में से एक पर्यावरण की समस्या है। यह समस्या मनुष्य प्रकृति से प्राकृतिक संसाधनों के अति दोहन से उत्पन्न हुआ है। पशु-पक्षी, जीव-जंतु, पेड़-पौधे, नदी-तालाब, खेत-खलिहान आदि से हमारे समाज का निर्माण हुआ है। मनुष्य अपनी सुविधा संपन्न जीवन जीने के लिए इन सभी का दोहन करता है। पर्यावरण के क्षय के कारण स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं भी उत्पन्न हो रही है। प्रकृति के बेतहाशा शोषण का दुष्परिणाम भी ग्लोबल वार्मिंग., तेजाबी वर्षा वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण, भूस्खलन, मृदा प्रदूषण, रासायनिक प्रदूषण, समुद्री तूफान आदि के रूप में सामने आने लगा है।

विकास और औद्योगिकता में पश्चिम देशों का पीछा करना मानवता और पृथ्वी के लिए हर दिन खतरा पैदा कर रहा है। सच कहें तो ऐसा लगने लगा है कि एक ऐसा समय आएगा, जब अपनी जरूरतों को कई गुना बढ़ाने की अंधी दौड़ में लगे लोग, अपने किए को देखेंगे और कहेंगे कि हमने ये क्या किया ? उपभोक्तावादी तथा विलासी जीवन संस्कृति व दोषपूर्ण विकास नीति ने पृथ्वी के प्राकृतिक संसाधनों जैसे जंगल, जल स्रोत, खनिज संपदा का काफी दोहन किया है।

जंगलों का विनाश राष्ट्रों के लिए तथा मानव जाति के लिए सबसे खतरनाक है। समाज का कल्याण वनस्पतियों पर निर्भर है और प्रकृति पर्यावरण के प्रदूषण का कारण और वनस्पति के विनाश के कारण राष्ट्र को बर्बाद करने वाली अनेक बीमारियां पैदा हो जाती है। तब चिकित्सीय वनस्पति की प्रकृति में अभिवृद्धि करके मानवीय रोगों को ठीक किया जा सकता है। सबसे ज्यादा नुकसान जंगलों को ही हुआ है। विश्व के अधिकांश पहाड़ नंगे हो गए हैं और प्राकृतिक वन समाप्त हो रहे हैं। आबादी बढ़ने के साथ जंगलों में कुछ कमी आना तो स्वभाविक था पर जंगलों का अधिकांश विनाश कागज, प्लाईवुड, कार्डबोर्ड आदि के कारखानों, विलासी जीवन की आवश्यकताओं की पूर्ति तथा भ्रष्टाचार के कारण हुआ है।

जंगलों के कटाव के कारण भूमि का भी कटाव हो रहा है। भूमिगत जल का स्तर नीचे जा रहा है। वर्षा व मौसम का चक्र बिगड़ गया है। जगलों पर निर्भर रहने वाले करोड़ों लोगों की जिंदगी दुभर होती जा रही है और वे उजड़ रहे हैं।

पर्यावरण और पारिस्थितिकी को प्रकृति पालक के रूप में देखी जानी चाहिए, ना कि हमारी विलासिता का हिस्सा होना चाहिए। उसके विपरीत हम प्रकृति, पृथ्वी, नदी व वनों का प्रयोग मात्र अपनी विलासिता के लिए कर रहे है। परिणामस्वरूप आज दुनिया भर में जलवायु परिवर्तन व ग्लोबल वार्मिग जैसे बड़े मुद्दे हमारे सामने है जिसके दुष्परिणाम आज हम किसी न किसी रूप में झेल रहे है। हम इन सब दुष्परिणामों को देखने के बाद भी प्रकृति को समझने में असफल रहे हैं। देश के विभिन्न जगहों पर मौजूद कूड़े के पहाड़ निकट भविष्य के प्रमुख संकट है। स्वच्छता स्वास्थ्य व चरित्र का निर्माता होता है, जो आज के परिप्रेक्ष्य में सटीक बैठता है।

प्रकृति अपने नियमों के तहत निरंतर कार्य करती है, लेकिन लोग नियमित रूप से उनका उल्लंघन करते हैं, बाद में यही उल्लंघन मनुष्य के ऊपर भारी पड़ेगा एवं अंततः मानव समाज के विनाश का कारण बनेगा। अतः दुनिया के सभी देश धन का घमंड छोड़ पूरी धुन के साथ मानव निर्मित पर्यावरण के सुधार में इतनी ईमानदारी, समझदारी और प्रतिबद्धता के साथ जुट जाएँ ताकि

कुदरत के घर भी बचे और हमारे आर्थिक, सामाजिक व निजी खुशियां भी। कुदरत से जितना और जैसे ले उसे कम-से-कम उतना और वैसे ही लौटाए।

सनद रहे कि हमलोग समय रहते नहीं चेते तो अज्ञात बीमारी का महामारी के रूप में पालना सम्भव है। पर्यावरण को संरक्षित नहीं किया गया तो दीर्घकालीन समय में कुछ ऐसे रोग उत्पन्न हो सकते है, जिसका इलाज ही संभव न हो। ऐसे में पृथ्वी के प्राणियों के लिए अत्यंत दुखदायी होगा। अतः पृथ्वी को बचाने के लिए जो भी उपाय हमें अपनाना पड़े उसे त्वरित निर्णय लेकर अपनाना चाहिए।

****

यात्रा वृत्तान्त

लक्ष्मण प्रसाद

एल0टी0सी पर यात्रा करने वाले कर्मचारियों / अधिकारियों की पसंदीदा स्थानों में पहला पसंद कन्याकुमारी पहले भी था और आज भी है। सौभाग्य से मुझे एल0टी0सी0 यात्रा पर सपरिवार कन्याकुमारी जाने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। आजकल आदमी कम समय में अधिक से अधिक स्थानों का भ्रमण करना चाहता है। इसलिए हमलोग भी इस यात्रा में कन्याकुमारी के साथ निम्नलिखित स्थानों पर जाने की योजना बनाए:-

1-त्रिवेंद्रम, 2- कन्याकुमारी, 3- रामेश्वरम, 4- मदुरई, 5- कोडई कोनाल, 6-तिरुपति बालाजी और 7-चेन्नई। तो आइए बताते है कन्याकुमारी और दक्षिण भारत की उपर्युक्त वर्णित स्थानों की यात्रा पर कैसे जाए, क्या देखे ?

1-सर्वप्रथम हम लोग प्रयागराज एक्सप्रेस से नई दिल्ली गये। प्रयागराज एक्सप्रेस इलाहाबाद (अब प्रयागराज) में रात 9.30 बजे प्रस्थान करती है और नई दिल्ली सुबह 7.00 बजे पहुंचती है। नई दिल्ली से हम लोग त्रिवेन्द्रम हवाई जहाज से गये। नई दिल्ली से हवाई जहाज दोपहर 2.10 बजे रवाना हुई और त्रिवेन्द्रम शाम को 5:40 बजे पहुंच गयी। अगली सुबह हम लोग त्रिवेन्द्रम में पद्मनाभम स्वामी का दर्शन करने गये। यह मंदिर भारत के सबसे धनाढ्य मंदिरों में एक है। इस मंदिर के तहखाने में खजाना मिला था। इस मंदिर में पुरुष केवल धोती और महिलाएं साड़ी पहन कर ही जा सकती है। दर्शन के बाद नाश्ता करके हम लोग पुवर आइलैण्ड गये। पुवर आइलैण्ड पद्मनाभम मंदिर से लगभग 30 किमी दूर है। यह बहुत ही रमणीक एवं रोमांचक स्थान हैं। यहां जंगल के बीच बैक वाटर में मोटर बोटिंग कराते हैं। पुवर आइलैण्ड मे नेययर नदी अरब सागर में मिलती है, जिसे एरचुरी प्वाइंट कहते हैं। पुवर लकड़ी, मसाले, हाथी दांत और चंदन का एक प्राचीन व्यापारिक केन्द्र रहा है। यहां के फ़्लोटिंग रेस्टोरेंट पर लंच करने का अलग ही मजा है। यदि आप मांसाहारी है तो सी फुड (फिस) का आनन्द लेना अपने आप में अलग अनुभव है। पुवर आइलैण्ड के बाद हम लोग

कोवालम बीच गये यह त्रिवेन्द्रम का बहुत ही रमणीक स्थान है। यहां पर समुद्र में स्नान करने और परिवार के साथ समुद्र के लहरो के साथ अठखेलियां करने का अपना एक अलग ही आनन्द है। यदि एक दो और परिवार साथ में हो तो आनन्द का मजा और बढ़ जाता है। कोवालम बीच के बाद शाम को हम लोग अपने दूसरे पड़ाव कन्याकुमारी के लिए निकल लिए। त्रिवेन्द्रम से कन्याकुमारी लगभग 90 किमी दूर है और ट्रेन तथा प्राइवेट टैक्सी से जाया जा सकता है। रात्रि विश्राम हम लोग कन्याकुमारी में किए।

कन्याकुमारी में सवेरे उठकर सबसे पहले उगते सूर्य के दर्शन करने के लिए सन-राइजिंग प्वाइंट पर गये, जो कन्याकुमारी मंदिर के पास में है। उगते सूर्य का दर्शन करने के बाद हम लोग कन्याकुमारी के दर्शन करने के लिए कन्याकुमारी मंदिर गये। तत्पश्चात विवेकानन्द रॉक गये यह स्थान समुद्र के बीचों बीच स्थित है, यहां विवेकानन्द की विशाल कांसे की प्रतिमा है। यहां स्टीमर से जाया जाता है। यहां पर विवेकानन्द जी सन् 1892 में तीन दिन तक रहे और योग साधना किए यह बहुत ही रमणीक स्थान है। विवेकानंद रॉक के बगल मे तमिल कवि तिरलुरवार की भी विशाल प्रतिमा है। इसके बाद त्रिवेणी संगम, जहां तीन समुद्रो (हिन्द महासागर, बंगाल की खाड़ी और अरब सागर) का संगम है में हम लोग स्नान किए यह भी अपने आप में एक अनूठा और रोमांचकारी अनुभव था। इसके उपरांत हम लोग अपने तीसरे पड़ाव रामेश्वरम के लिए प्रस्थान किए। कन्याकुमारी से रामेश्वरम सड़क मार्ग से 206 और ट्रेन द्वारा 401 किमी दूर है। यहां ट्रेन या प्राइवेट टैक्सी से जाया जा सकता है। रात्रि विश्राम हम लोग रामेश्वरम में किए। रामेश्वरम हिन्दुओं के चार धाम में से एक धाम है और यहाँ का ज्योतिर्लिंग देश के 12 जयोतिर्लिंगों में शामिल है। रामेश्वरम को दक्षिण का काशी कहा जाता है। रामेश्वरम एक टापू है जो चारों तरफ से जल से घिरा है पौराणिक कथाओं के अनुसार भगवान राम जब रावण का वध करके श्रीलंका से लौट रहे थे तो ऋषि मुनियों ने कहा कि रावण ब्राह्मण था इसलिए आपको ब्राह्मण हत्या का पाप लगा है। इसको दूर करने के लिए आपको भगवान शिव की उपासना करना पड़ेगा। इस लिए शिवलिंग लाने के लिए भगवान राम ने हनुमान जी को भेजा। पूजा का मुहुर्त निकला जा रहा था और हनुमान जी शिवलिंग लेकर नहीं पहुंचे। ऐसी परिस्थिति में माता सीता ने वहां रेत की शिवलिंग की स्थापना किया और पूजा सम्पन्न हुआ। कुछ समय के पश्चात हनुमान जी शिवलिंग लेकर पहुंचे। उनके द्वारा लाये गए शिवलिंग को भी वहां स्थापित कर दिया गया। इन्ही शिवलिंग के ऊपर रामनाथ स्वामी मंदिर बना हुआ है। रामनाथ स्वामी मंदिर की भव्यता देखते ही बनता है। रामनाथ स्वामी मंदिर का गलियारा दुनिया का सबसे बड़ा गलियारा है।

मंदिर के 100 मीटर की दूरी पर समुद्र है जिसे अग्नितीर्थ कहा जाता है। अग्नितीर्थ में स्नान के बाद गीले कपड़ो में मंदिर में जाते है। मंदिर में 22 कुण्ड है जिसके जल से स्नान करते है। इसके

बाद सूखे कपड़े पहनते हैं। पहले हनुमान जी द्वारा लाए गये शिवलिंग का दर्शन किया जाता है, उसके बाद सीता माता जी द्वारा बनाए गये शिवलिंग का दर्शन किया जाता है। मंदिर में दर्शन करने के लिए यहां किसी पण्डे की मदद लेना अच्छा रहता है। वह मंदिर का पूरा इतिहास बताता है, जो जानना आवश्यक रहता है।

रामेश्वरम के अन्य दर्शनीय स्थान है- साक्षी हनुमान मंदिर, पंचमुखी हनुमान मंदिर, कलाम स्मारक, विलूदी तीर्थ विभीषण मंदिर और धनुष कोटि। धनुष कोटि में बंगाल की खाड़ी और हिन्द महासागर का संगम होता है यहां राम सेतु दिखाई देता है।

रामेश्वरम में दिन भर भ्रमण करने के बाद अगली सुबह हम लोग मदुरई गये। रामेश्वरम् से मदुरई लगभग 170 किमी दूर है ट्रेन और सड़क मार्ग दोनों से जाया जा सकता है। मदुरई पुरानी तमिल संस्कृति का महान स्थान माना जाता है जो दक्षिण पाण्ड्य देश की विख्यात राजधानी बना रहा था। यहां हम लोग मीनाक्षी मंदिर का दर्शन किए। यह मंदिर वास्तु कला का बेजोड़ नमूना है। इसमें पाँच दरवाजे है जिसे वहां की नाम में गोपुरम् या मण्डपम् कहते हैं। मंदिर में मीनाक्षी देवी और सुन्दरेश्वर स्वामी की मूर्ति है। इस मंदिर में एक संग्रहालय भी है जहां बहुत पुरानी पुरानी और विभिन्न धातुओं की दुर्लभ मूर्तियां रखी गयी है। यह संग्रहालय वास्तव में देखने लायक है। मदुरई में रात्रि विश्राम के बाद अगली सुबह हम लोग कोडई कोनाल गये। मदुरई से कोडई कोनाल की दूरी लगभग 120 किमी है और सड़क मार्ग से जाया जाता है। यह पहाड़ी स्थान है और अपनी प्राकृतिक सुन्दरता के लिए प्रसिद्ध है। यहां के काफी और मसाले बहुत प्रसिद्ध हैं। मौसम खराब होने के कारण हम लोग यहां ज्यादा देर नहीं घूम पाए और शाम को मदुरई लौट आए। मदुरई से रात में हम लोग तिरूपति बाला जी के दर्शन हेतु निकल लिए। मदुरई से तिरूपति की सड़क मार्ग से दूरी 515 किमी और ट्रेन मार्ग से दूरी 576 किमी है। मदुरई से तिरूपति बालाजी के दर्शन हेतु ट्रेन से सीधे तिरूपति या चेन्नई होकर जाया जा सकता है। मदुरई से चेन्नई हवाई जहाज और वहां से ट्रेन या सड़क मार्ग से भी जाया जा सकता है। तिरुपति रेलवे स्टेशन से तिरूमाला पर्वत जहां तिरूपति बालाजी का मंदिर है, की दूरी लगभग 22 किमी है यहाँ बस या प्राइवेट टैक्सी से जाया जा सकता है। सरकारी बस से जाना सुरक्षित और सस्ता रहता है। दूसरा पर्वत पर ट्रस्ट के तरफ से रहने की अच्छी व्यवस्था है। जिसकी बुकिंग यहां कराना पड़ता है। रेलवे स्टेशन के पास शहर में रहने के लिए होटल भी उपलब्ध है।

तिरुपति बालाजी के दर्शन के लिए हम लोग रात आठ बजे लाईन में लग गये और रात दो बजे के आस-पास दर्शन हुआ। यहां दर्शन के लिए आन-लाइन पर्ची भी मिलती है, जो लगभग तीन महीने पहले बुक कराना पड़ता है। यदि पर्ची नहीं मिले तो वहां जाकर तुरंत पर्ची भी मिल जाती हैं। रात में ही हम लोग तिरूपति रेलवे स्टेशन चले आए जहां से बस पकड़ कर चेन्नई चले आए जहां

होटल हम लोगो का पहले से ही बुक था। सवेरे नाश्ता करने के बाद हम लोग चेन्नई दर्शन करने के लिए निकल गये वहाँ हम लोग महाबलीपुरम गये जहाँ हम लोग महाबलीपुरम का प्राचीन मंदिर का दर्शन किए और महाबलीपुरम बीच पर स्नान किए, लौटते समय क्रोकोडायल पार्क गए, जहाँ मगरमच्छ की विभिन्न प्रजातियां थी। मगरमच्छ की इतनी प्रजातियां और कहीं दिखना मुश्किल है। शाम को मरीना बीच जो दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा बीच है, पर हम लोग खुब आनन्द लिए। रात को होटल लौट आए। सवेरे सात बजे हमारी दिल्ली की हवाई जहाज थी। दिल्ली हम लोग सुबह दस बजे आ गये। रात में प्रयागराज ट्रेन जो रात के 9.20 बजे दिल्ली से प्रस्थान करती है और सुबह 7.15 बजे इलाहाबाद पहुंचाती है से वापस इलाहाबाद आ गये। इस तरह हम लोगों को दक्षिण भारत की यात्रा का समापन हुआ, जो वर्षों तक स्मृतियों में बना रहेगा। उपयुक्त वर्णित स्थानों की यात्रा करने का समय अक्टूबर से फरवरी तक सबसे बढ़िया रहता है। लगभग तीन माह पहले यात्रा का योजना बनाकर ट्रेन हवाई जहाज और होटल बुक करा लेना चाहिए इससे यात्रा आसान और यादगार बन जाता है।

****

कोरोना की कहानी

आकृति कुशवाहा

एक छोटे से वुहान नाम के शहर में एक व्यक्ति रहता था उसका नाम कोरोना था। सब उसे प्यार से कोविड-19 बुलाते थे। वो पूरी दुनिया में राज करना चाहता था, चाहता था कि पूरी दुनिया उससे डरे, उसके डर से बात माने। तो उसने ये सब करने के लिए एक मन में वायरस तैयार किया तभी से उसका पूरा नाम कोरोना वायरस हो गया।

अब पूरी दुनिया में अपनी पहचान बनाने के लिए उसको कुछ तो करना पड़ता, तो उसने सोचा कि ऐसे रसायन खाने में पड़े रहने से कुछ होगा तो नहीं, तो उसने एक बार एक वैज्ञानिक के साथ निकल पड़ा वो भी चोरी से। वो वैज्ञानिक वुहान के किसी बाज़ार में जा पहुंचा। अब चला तो गया फिर उसने कोरोना वायरस को फैलाने के लिए एक नाटक खेला, वो वैज्ञानिक रास्ते में कोरोना को जमीन पर गिरा दिया, अब क्या था कोरोना ने पहले एक मछली बेच रही औरत के पास जा पहुंचा और उस औरत को छू लिया तभी उसने देखा कि वो औरत मर चुकी थी। तब कोरोना की समझ में आया अगर वो किसी को छू भी लेता है तो वो उसकी गिरफ्त में आ जाएगा, पर अफसोस कोरोना बस 14 दिनों तक ही किसी को काबू कर सकता है। फिर क्या था वो लोगों को छूता गया और लोग उसकी गिरफ्त में आते गए और इसी इसी तरह पूरे वुहान शहर में छा गया। उसने सोचा कि सिर्फ वुहान से ही काम नहीं चलेगा मुझे बाहर जाना होगा, फिर क्या था दिसंबर 2019 तक वो पूरे चीन में छा चुका था।

अब उसने इतने बड़े शहर को काबू कर ही लिया था तो सोचा कि बस चीन ही क्यों और भी तो देश हैं दुनिया में थोड़ा उन पर भी कहर बरपाऊँ, फिर वो बैठ गया हवाई जहाज़ में और वो जहाज़ इटली नामक शहर में जा रुका तब तक उसने पूरे जहाज़ के लोगों को अपने वश में कर लिया। फिर कुछ दिनों बाद इटली में भी लाशें बिछना शुरू हो गईं उसमें फिर और हिम्मत बढ़ गई फिर धीरे धीरे उसने अमेरिका, इंग्लैंड, अफ्रीका में छा चुका था। उसने फिर इंडिया में आने की कोशिश की मगर

इंडिया का अनुशासन इतना सख़्त है कि किसी व्यक्ति की जांच पड़ताल किए बगैर देश में घुसने नहीं दिया गया। फिर कोरोना ने एड़ी चोटी का ज़ोर लगाया और किसी तरह घुस गया इंडिया में मगर प्रशासन भी कमाल का है जैसे उन्हे पता चला कि कोरोना बहुत तीव्र गति से फैल रहा है तो उन्होने कफ़र्यू नामक व्यक्ति को बुलाया और तैनात कर दिया पूरे इंडिया में पर कोरोना ने हार नहीं मानी। कुछ दिन तो किसी डरपोक की तरह कुछ न कर सका फिर कुछ दिनों बाद उसने फिर हिम्मत बांधी और चल गया। और एक से हजारों लोगों को अपने पीछे लगा लिया। अब भारत की जनता है ही ऐसी कि सरकार भी क्या कर सकती है। सरकार बोली मास्क का प्रयोग करो, जनता बोली नहीं करेंगे। सरकार बोली घर पर रहो, जनता बोली नहीं रहेंगे। अब इसमें सरकार और कर भी क्या सकती है। इसी मौके का फायदा उठा कर कोरोना इंडिया पर मई 2020 तक काबू कर चुका था ।मगर प्रशासन भी पीछे नहीं हटा उसने भी मेहनत की। मगर कोरोना का सपना तो पूरा हो ही चुका था, अब सरकार ने सोचा इसकी पहचान गिराने के लिए कुछ तो करना होगा, फिर क्या सारी दुनिया भर के वैज्ञानिक लग गए इसका तोड़ बनाने के लिए। इंडिया के साथ साथ पूरी दुनिया में होड लगी हुई थी कि कौन पहले इसका तोड़ बनाएगा और मुनाफा कमाएगा। फिर सबसे पहले इज़राइल ने कोशिश की मगर बात नहीं बनी, फिर भारत ने कोशिश की मगर बात नहीं बनी। फिर मौके का फायदा देखकर, भारत की एक जानी मानी कंपनी ने अफवाह उड़ाई कि उसने इसका तोड़ बना लिया है मगर वो झूठ था वो मात्र आपको ताकत दे सकता था जिससे आप कोरोना से लड़ सको।

फिर चीन ने कोरोना का इल्ज़ाम अमेरिका के ऊपर थोप दिया यह कहकर कि यह कोरोना वायरस अमेरिका ने छोड़ा है, इसी बात पर दुनिया भर में डिबेट्स होने लगीं। और फिर अमेरिका और चीन के बीच तीसरा विश्व युद्ध होने की नौबत आ गई। तभी अमेरिका अपनी सेना लेकर पहुँच गया चीन के सामने। फिर चीन की हवा खिसक गई वो बुरी तरह से घबरा गया फिर चीन में ईश्वर का एक और प्रकोप छा गया जिसने पूरे चीन को अपने अंदर समा लिया और चीन वासी तीनों तरफ से घिरे हुए थे। पहले कोरोना वायरस से, दूसरा अमेरिका के हमले से और तीसरा दिल दहला देने वाली बाढ़ से। और इन सब के बीच एक अच्छी बात भी हुई कि रूस नाम के देश ने कोरोना वायरस का तोड़ बना लिया। और भारत ने भी यह दावा कर दिया कि वो कुछ दिनों बाद वह तोड़ बना लेगा।

****

मेरे जीवन की एक याद

पंकज कुमार वर्मा

बात तब कि है, जब मैं इलाहाबाद में रेलवे में नौकरी करता था। उसी दौरान 5 सितम्बर 2017 को मेरे पैतृक घर लोदीपुर में स्थित साइंस कैरियर सेंटर (जहां मैंने लगभग 6 वर्षों तक शैक्षणिक कार्य किया है) के निदेशक महोदय तथा विद्यार्थियों द्वारा राष्ट्रीय शिक्षक दिवस के अवसर पर अतिथि के तौर पर उपस्थित होने के लिए आमंत्रित किया गया।

मैं बहुत ही हर्षोल्लास के साथ 4 सितम्बर 2017 को अपने पैतृक घर पहुंचा और 5 सितम्बर 2017 को शिक्षक दिवस समारोह समाप्त होने के बाद शाम को घर से इलाहाबाद के लिए प्रस्थान किया। मैं शाम के छः बजे चाकंद रेलवे स्टेशन पहुंचा, जहां से गया वाया इलाहाबाद जाना था लेकिन ठीक दो मिनट पहले गया जाने वाली पैसेन्जर ट्रेन निकल चुकी थी। अब अगली ट्रेन शाम 6:30 बजे थी।

अब मैं चाकंद स्टेशन पर अगली ट्रेन का इंतजार करने लगा। तभी मेरी नज़र एक 6-7 वर्ष के बालक पर पड़ी, जो काफी विचलित और मायूस दिख रहा था, उसके पैरों में गीली लगी थी और मिट्टी के कुछ छींटे उसके कपड़ो पर भी पड़े थे। देखने से प्रतीत हो रहा था कि मानो वह बालक गीले खेत के रास्ते भागकर यहाँ आया हो। वह बिहार सरकार द्वारा प्रदत्त स्कूल ड्रेस पहना था, जिसके कारण मुझे शक हुआ कि ये बच्चा जरूर किसी बाल तस्कर या अपहरणकर्ता के चंगुल से निकल कर भागा है। मैं तुरंत उस बच्चे के नजदीक गया और उससे मुस्कुराकर कहा- कहाँ जाओगे ? लेकिन बालक कुछ नहीं बोला। तब मैंने अपने बैग से बोतल निकालकर उसे पानी पिलाया, बालक पानी पीने के बाद मेरी तरफ मुस्कुराते हुए देखने लगा। तब मैंने अपनी मां के द्वारा बनाया बेसन का हलवा उसे दिया। उसने बड़े ही मजे से खाया और उसके चेहरे पर कुछ प्रसन्नता के भाव व्यक्त हुए।

इसके बाद मैंने उससे दुबारा पूछा कहाँ जाजोगे?

बालक ने उत्तर दिया-घर !

फिर मैंने पूछा- घर कहाँ है?

बालक ने उत्तर दिया-खिदरसराय (जो वहां से लगभग 15 किलोमीटर दूर था)

मैंने उससे बोला कल सुबह तुम्हें घर पहुंचा दूंगा, लेकिन तुम ये बताओ कि तुम यहां कैसे आए ?

बालक ने उत्तर दिया- स्कूल से भागकर !

उसके बाद मैंने पूछा- तुम्हारा नाम क्या है?

बालक ने उत्तर दिया - मोहित कुमार

तभी गया जाने वाली पैसेन्जर ट्रेन आ गयी, मैं बालक को साथ लेकर ट्रेन में चढ़ गया। मैं मन ही मन यह विचार कर रहा था कि गया स्टेशन पर इस बच्चे को RPF को सुपुर्द कर दूंगा और मैं इलाहाबाद के लिए अपनी ट्रेन पकड़ लूँगा। लेकिन वो बालक मेरा हाथ इस प्रकार से पकड़े हुआ था जैसे वह मुझे वर्षो से जानता हो और हमारा कोई गूढ सम्बन्ध हो, तब मैंने गया पहुँचते-पहुंचते इलाहाबाद जाने का अपना इरादा बदल दिया, क्योंकि मैं उस बालक से भावनात्मक रूप से जुड़ चुका था और मैंने सोचा कि ईश्वर ने इस नेक कार्य के लिए मुझे चुना है।

गया स्टेशन पहुँचने के बाद मैं उस बालक को लेकर सीधे अपने भाई के कमरे पर पहुंचा। मेरा भाई गया में रहकर ही पढाई करता है। वहाँ उस बालक को नहलाया और गरमा-गरम भोजन कराया। बालक खुश था, उसे ऐसा महसूस हो रहा था कि कल मैं सुबह घर पहुंच जाऊंगा।

अब मैं उसके सारे घटनाचक्र को जानने का प्रयास कर रहा था और बहुत ही विनम्रता पूर्वक मैं उससे सवाल पूछता गया और वह बालक निर्भीकता से जवाब देता गया।

उस बालक ने बताया- मैं कल ही (अर्थात 4 सितम्बर 2017) सुबह घर से, पापा के डर से स्कूल जाने के लिए निकला था, लेकिन मैंने स्कूल बैग को किसी बगीचे में फेंककर भागना शुरू किया, मैं भागते जा रहा था और सोचते जा रहा था कि मुझे नहीं पढना, मुझे नहीं पढना!

आगे उस बालक ने बताया - मैं खेतो के रास्तों से इसलिए भागा कि कही कोई मुझे देख न ले। मैं कल (अर्थात 4 सितम्बर 2017) ही रात को उस स्टेशन (अर्थात चाकंद) पर पहुंचा था लेकिन मुझे बहुत डर लग रहा था। इसलिए मैं रातभर एक सीढ़ी के नीचे छुपा रहा और सुबह होते ही मैं जिस रास्ते से घर आया था, उसी रास्ते से घर जाने का प्रयास किया। लेकिन कुछ ही दूर जाने के बाद भूख के कारण मुझसे चला नही गया और मैं वापस उसी स्टेशन (चाकंद) पर लौट आया। मैं

दिन भर अपने दादा, पापा-मम्मी का इन्तजार कर रहा था। मुझे ऐसा लग रहा था कि वे मुझे खोजने जरुर आयेंगे।

लेकिन उस बालक को ये पता कहाँ था कि वो अपने घर से कितना दूर आ चुका है। वो बालक एक नदी (फल्गु/निरंजना नदी) को पार करते हुए दक्षिण-पश्चिम दिशा में 15 KM की दूरी पर था।

अब आगे उस बालक से पूछा कि घर का मोबाइल नंबर याद है!

बालक ने उतर दिया- हाँ

मुझे तो अति प्रसन्नता हुई कि अभी इसके पापा या मम्मी से बात करते है और उनसे बात कर उन्हें वो खुशी देंगे जिसका वो पिछले दो दिनों से इंतजार कर रहे होंगे।

बालक ने मोबाइल नंबर बताना शुरू किया लेकिन अंतिम दो अक्षर बताने में लड़खड़ा गया और मैंने गलत नम्बर लगाना शुरू किया, यह सोचकर की कोई न कोई नंबर तो सही जगह पर लगेगा ही। कइयों ने तो फोन ही नहीं उठाया।

क्योंकि रात के 11:00 बजने वाले थे लेकिन मुझे ये पता था जहाँ मैं कॉल कर रहा हूँ वो फोन जरूर उठाएंगे, क्योंकि वे तो इस जिगर के टुकड़े के लिए बेचैन होंगे। अंत में वो समय आ ही गया, अंत में 37 अंक वाले मोबाइल नंबर पर फोन लगाया और मैं बोला-

हेलो क्या मोहित घर आ गया?

उधर से बहुत ही घबराहट भरी जावाज आई - नहीं आया, आप कौन बोल रहे हैं (मोहित के दादा जी)।

मैंने जबाब दिया - घबराने की कोई बात नहीं है मोहित मेरे पास सुरक्षित है।

फिर मैंने सारे घटनाक्रम से उनके दादा जी को अवगत कराया। उन्होंने मोहित से बात की और उसी समय गया आने के लिए उत्सुक मालूम हुए। लेकिन मैंने उन्हें कहा कि कल सुबह आ जाइए अभी रात के 11.00 बज चुके हैं, इस समय आना ठीक नहीं होगा। उन्होंने मेरी बात मान ली और अगले दिन सुबह पूरे परिवार सहित मोहित को लेने आ गए। बच्चा अपनी माँ को देखकर उनसे लिपट गया और वो खुशी के पल मेरे जीवन के यादगार लम्हों में जुड़ गए।

****

नज़रिया

मनीष कुमार विश्वकर्मा

एक लेखन सामग्री (stationery) की दुकान पर दो मित्र काम करते थे रमेश और राहुल।

दोनों ने ही अपनी बी.एस.सी. 3 साल पहले पूरी की थी पर कहीं नौकरी न मिलने के कारण दोनो लेखन सामग्री की दुकान पर बैठकर पत्रिका बेचा करते थे और साथ में सरकारी नौकरी की तैयारी भी करते थे।

राहुल पढ़ने में मेहनती था पर रमेश लापरवाह था, पर बार बार दोनों का चयन कहीं नहीं होता था। एक बार राहुल और रमेश दोनों बात कर रहे थे।

रमेश - भाई राहुल तुम इतना मेहनत करते हो फिर भी यहीं हो और में भी यहीं हूँ।

राहुल - क्या करूं भाई, तुम तो जानते ही हो जहां चयन भी होता है, वहां भर्ती court में चली जाती है। समझ नहीं आ रहा क्या करूं 3 साल भी हो गये है, तुम्हारा सही है यहीं दुकान पर settle होने की सोच लिये हो।

रमेश- देखो राहुल भाई तुम भी यहीं हो मैं भी यहीं हूँ इसका मतलब किस्मत में भी यही लिखा है कि हम दोनों यहीं रहे क्योंकि हम सब की किस्मत ऊपर से लिख कर आती है तुम भगवान शंकर को मानते हो मैं उनकी एक कहानी सुनाता हूँ।

"शिव जी का एक भक्त था पर वो बहुत गरीब था एक बार पार्वती जी ने शिव जी से कहा कि ये आपका इतना बड़ा भक्त है आप इसकी मदद क्यूँ नहीं करते। शिव जी ने कहा मैं चाह कर भी इसकी मदद नहीं कर सकता क्यूंकि ये इसके भाग्य में ही नहीं है फिर भी तुम कहती हो तो तुम्हें दिखाता हूँ। उन्होंने उसके सामने जमीन पर सोने से भरा एक कलश रख दिया कि जब वो उस रास्ते से जाएगा तो उसे वो कलश मिल जायेगा। अब वो आदमी जैसे ही उस रास्ते पे गया उसने एक अंधे आदमी को देखा तो सोचा कि इस अंधे आदमी का जीवन कैसा होगा तो उसने सोचा थोड़ी देर के लिए आंख बंद कर के चल के देखता हूँ। अब वो जैसे ही आँख बंद कर के चलना शुरु किया वो कलश को देख नहीं पाया अब वो जैसे ही कलश को पार किया फिर आंखे खोल लिया और सोचने

लगा कितना कठिन जीवन है अंधा होना और कह कर चला गया। अब शिव जी ने पार्वती जी से कहा देखा पैसा इसके भाग्य में ही नहीं है।"

उसी तरह राहुल क्या पता तुम्हारे भाग्य में भी यही दुकान लिखी हो , मैं जेब से एक सिक्का उछालता हूँ बोलो-हेड या टेल।

राहुल- हेड

रमेश-ये टेल है, देखा तुम्हारी किस्मत ही तुम्हारे साथ नहीं है।

"तकदीर का लिखा कहां बदला जा सकता है"

ये तो खुदा का असर है जिसे हर किसी को निभाना पड़ता है...

राहुल कुछ नहीं बोला और चला गया। राहुल ने 1 साल और मेहनत की और इस बार उसका

केन्द्र सरकार में हो गया और केंद्र सरकार की कम ही भर्ती court में जाती है तो मात्र 1 साल की परीक्षा के बाद सिर्फ 4 महीनों में उसका नियुक्ति पत्र भी आ गया।

जब रमेश मिठाई खाने राहुल के पास पहुचा तो

रमेश - भाई तुम भी शिव जी के भक्त हो फिर मेरी कहानी सुनने के बाद तुम नियति मानकर इसी दुकान पर क्यूं नहीं बैठे।

राहुल - भाई क्यूंकि हम दोनों के शिव जी अलग अलग है मेरे शिव जी वो नहीं है जो कि अपने भक्त की मेहनत देख कर इसके भाग्य में नहीं है, कह कर चले जायें, मेरे शिव जी वो हैं जो अपने भक्त की मेहनत से अगर खुश हो जाये तो खुद अपने हाथ से उसका भाग्य मिटा के नया भाग्य लिख दें। भाई हमारी नजर एक है पर नजरिया अलग है इसलिये हमारी नियति भी अलग अलग है।

रमेश- इसका मतलब अब तुम्हारा भाग्य बदल गया है तो सिक्का उछाल के देखता हूँ।

राहुल - कोई फर्क नहीं पड़ता भाई क्यूंकि जब मेहनत का सिक्का उछलता है तो हेड भी हमारा और टेल भी हमारा।

"खुदी को कर बुलंद इतना कि हर तकदीर से पहले,
खुदा बंदे से खुद पूछे बता तेरी रजा क्या है।"

****

वाणी का ठीक-ठीक उपयोग

अशोक कुमार

परमात्मा ने विशेष उद्देश्य से मनुष्य को वाणी भेंट में दी है। इसका बीज रूप में उपयोग ईश्वर द्वारा प्रदत्त सुन्दर उद्देश्यों के लिए ही होना चाहिए। यदि शत-प्रतिशत ऐसा होता है तो अभिव्यक्ति के वे क्षण अमर वाणी बनकर अनादिकाल तक लोक की संपदा बन युग का नेतृत्व करते हैं। वाणी सदविचारों का परिष्कृत बीज है, जिससे भावों की अनेक पौध (भाव) - शालाएं पल्लवित,पुष्पित एवं संवर्धित होती रहती हैं। वाक् संयम किसी दुर्लभ साधना से किसी भी रूप में कम नही है। ईश्वर ने इस संसार में हर जीव को अद्भुत क्षमताओं से युक्त महान बनाकर भेजा है, लेकिन कुसंगति, कुविचार, असंयमित वाक्-अनुप्रयोग एवं गलत आदतों की बहुलता के कारण मनुष्य से स्वतः ही महानता दूर होती चली जाती है।

प्रायः अनावश्यक वार्तालाप करने वाले लोग अपने साथ-साथ दूसरों का कीमती समय नष्ट कर ईश्वर की दृष्टि में स्वयं कलुषित होकर दूसरे को भी कलंकित करते हैं। उनके उन अनपेक्षित वार्तालापों के क्षणों में कुछ अपूर्व एवं अहम सृजन हो सकता था अथवा कुछ अविस्मरणीय लोक-सेवा कर पुण्य का भागी बना जा सकता था, लेकिन आत्म स्तुति एवं लोकनिंदा के उस लंबे सारहीन वार्तालाप में महज दोनों पक्षों का दुर्लभ समय ही नष्ट होता है। वाक् शक्ति का दुरुपयोग ईश्वर-प्रदत्त अनुपम शक्तियों का दुरुप्रयोग होता है। दो अन्यान्य अर्थों में किसी अपराध एवं पापकार्य से किसी भी रूप में कम नही है। वाणी के समुचित दिशा का उपयोग मूल्यों की रक्षा करता है एवं इसका व्यर्थ उपयोग अपनी शक्ति,क्षमता,साधना का क्षरण करता है। वाणी का संयम एवं सदुपयोग युग के महत्व को बढ़ाता है। वाक् संयम आदर्श, मूल्य, मैत्री, सौहार्द, पारस्परिक, प्रेम और भाईचारा का सेतु बन सकारात्मक सोच विकसित कर स्वस्थ समाज की रचना कर सकता है। यही ईश्वरीय गुणों का प्रसार कर विश्वबंधुत्व की भावना को सुदृढ़ कर सकता है। अतः वाक संयम सच्चे ज्ञान का अनमोल अलंकरण है।

****

कोरोना को हराना है- इम्यूनिटी को बढ़ाना है

सतीश राय

देश में स्वाइन फ्लू, चिकन गुनिया, बर्ड फ्लू, मलेरिया, डेंगू जैसी बीमारियों में एक बहुत बड़ी बीमारी कोरोना वाइरस का नाम भी जुड़ गया है जो भविष्य में हमे डराता रहेगा। अब भविष्य मे इस कोरोना वाइरस के साथ ही जीना पड़ेगा।

हमारे देश मे ज़िंदा रहने के सारे उपाय किए जाते हैं। हम स्वस्थ कैसे रहें इस पर कोई चर्चा बड़े स्तर पर नहीं होती।

हम ज़िंदा रहें इस पर बहुत रिसर्च हैं और व्यक्ति को ज़िंदा रखने हेतु बहुत सी दवाएं एवं इलाज हैं।

हम स्वस्थ रहने का कोई इंतजाम भी नहीं करते लेकिन जब गंभीर बीमारी हो जाती है तब हम अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत होते हैं। सुबह शाम टहलने लगते हैं,ज़्यादा तेल मसाला खाना बंद कर देते हैं, शरीर का ध्यान रखने लगते हैं-वह सभी कार्य करते हैं जिस से हम ज़िंदा रहें।

क्या कारण है कि घरों मे सभी सुख-सुविधाएं मौजूद हैं फ्रिज है, टी .वी है, ए .सी है, कार है, मोटर साइकिल है, कम्प्युटर है, माइक्रो ओवेन है, पानी फ़िल्टर की मशीन है। हम रोज़ आर. ओ का पानी पीते हैं फिर भी आज हमारे बच्चे ज़्यादा बीमार रहते हैं। ज्यों ही मौसम बदलता है हम बीमार हो जाते हैं। इस पर ध्यान किसी का नहीं जा रहा है कि ऐसा क्यों है?

वाइरस के साथ-साथ बहुत सी अन्य गंभीर बीमारियाँ भी हमे घेरती जा रही हैं। इस से बचने के लिए हम सभी लोगों को अपनी इम्यूनिटी पावर को बढ़ाना होगा ताकि इस तरह के सभी कीटाणुओं, विषाणुओं, वाइरस से बचते रहें।

प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने के लिए प्राकृतिक उपचार मे आयुर्वेद, ध्यान योग, स्पर्श शक्ति आदि मे अनगिनत उपाय बताएँगे जिससे आप अपनी प्रतिरोधक क्षमता का विकास कर सकें और इस तरह के सभी वाइरसों से बचे रहें।

सबसे पहले आर०ओ० का पानी पीना बंद करें। बीमारी मे आर० ओ० का पानी पीना फायदे मंद है लेकिन आप स्वस्थ हैं तो शुद्ध पानी ही पीएं। शुद्ध पानी मे केल्शियम, आयरन, मिनिरल्स होते हैं जो शरीर को मजबूत करते हैं। हड्डियों को गलने से बचाते हैं। खून की कमी को पूरा करते हैं।

आर०ओ० के पानी से केल्शियम, आयरन एवं मिनिरल्स निकल जाता है जिस से वह पानी हल्का हो जाता है। बीमार रहने पर आर०ओ० का पानी पीने से लाभ होता है।

जो लोग स्वस्थ हैं और आर०ओ० का पानी पीते हैं उन्हें वर्ष मे एक बार 15 दिन तक केल्शियम और आयरन की गोली ज़रूर खाना चाहिए। वर्ष मे 2 बार अर्थात छः- छः महीने पर मल्टी विटामिन की एक गोली ज़रूर खाएं जिस से शरीर के अंदर इनकी कमी ना हो। यदि वर्ष भर इन विटामिनो से भरपूर साग-सब्जी, अंकुरित अनाज एवं फलों का सेवन कर रहे हैं तो विटामिन्स की गोली खाने की आवश्यकता नहीं है।

शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने के लिए विटामिन डी एवं सी की ज्यादा जरूरत होती है। विटामिन डी हमें धूप से भरपूर मिलती है और विटामिन सी नींबू, संतरा, बादाम, आँवला, टमाटर सहित खट्टे फलों में भरपूर मिलती है। एक शोध के अनुसार 80% से ज्यादा ऐसे लोग कोरोना वायरस से प्रभावित हुए जिनके अंदर विटामिन डी की कमी थी।

सफ़ेद चीनी खाना बंद करें या बहुत कम कर दें इनके स्थान पर शुद्ध गुड़ खाना प्रारम्भ करें। चीनी को सफ़ेद चमकदार बनाने के लिए इसे अत्यधिक गर्म किया जाता है हाई केमिकल व हड्डी के चूरे से इसे साफ किया जाता है जिसके कारण इसके प्रोटीन नष्ट हो जाते हैं। यह शरीर में इन्सुलिन बनाने वाली ग्रन्थि पर प्रभाव डालती है जिससे इन्सुलिन बनने की शक्ति क्षीण होने लगती है, चीनी को पचाने के लिए शरीर में अतिरिक्त कैल्शियम की आवश्यकता होती है। शरीर में कैल्शियम की कमी से आर्थ्राइटिस, जोड़ों का दर्द के साथ-साथ वायरस संक्रमण की संभावना बढ़ जाती है।

ए.सी में रहने वालों को पानी ज्यादा से ज्यादा पीना चाहिए नहीं तो शरीर में पानी की कमी हो जाएगी क्योंकि एसी शरीर की नमी सोख लेता है।

रोज़ शुद्ध बोरिंग का पानी पीयें। जो लोग गंगा जी के किनारे रहते हैं जैसे ऋषिकेश, हरिद्वार, देहरादून या जिन्हें सुलभ हो सके वह गंगा जी का ही पानी पीयें। गंगा जी के पानी में औषधीय गुण पाये जाते हैं जो हमे स्वस्थ रखते हैं।

बड़ी-बड़ी नदियाँ जहां से निकलती हैं उसके आस-पास रहने वालों को उसी नदी का शुद्ध पानी पीना चाहिए क्योंकि सूर्य व चंद्रमा की किरणें पड़ने के कारण उस पानी में भी औषधीय गुण आ जाते हैं।

अब हमें कोरोना वायरस से डरना नहीं है अब कोरोना वायरस के साथ ही जीना होगा।

हमें अपनी प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने के लिए वह सभी उपाय करना चाहिए जिससे हम कीटाणुओं, विषाणुओं और वायरस से बचे रहें।

****

जीवन मृत्यु चक्र (मेरी नजर में)

भूपेंद्र सिंह नेगी

इसके पूर्व के लेखों में मैनें लिखा था कि संसार की उत्पत्ति ईथर के अत्याधिक घनत्व के कारण महाविस्फोट (बिग बैंग) के फलस्वरूप हुआ होगा इसी क्रम में चेतन ऊर्जा का उत्सर्जन हुआ होगा एवं यह ऊर्जा धीरे-धीरे इकट्ठा हो कर एक गोलाकार रूप में अत्यधिक घनीभूत रूप में ब्रह्माण्ड में कहीं पर स्थापित हो गया होगा। तत्पश्चात् इसी स्रोत से किरणों के रूप में चारो तरफ इसकी ऊर्जा रेडियेट होती रहती होगी एवं साथ में किसी रूप में ऊर्जा वापस भी पहुँचती होगी, जिससे ऊर्जा का गोला पूर्णरूप में बना रहता होगा। रेडियेट हुई ऊर्जा उचित वातावरण पाकर हम लोगों के मामले में पृथ्वी पर भौतिक रूप लेने लगा होगा पृथ्वी पर पहले पेड़ पौधों की उत्पत्ति हुई होगी जो नान कन्शस एनर्जी से हुई होगी। मैने लिखा था कि चेतन ऊर्जा के चारों ओर तरफ एक ना चेतन ऊर्जा की परत भी बन गई होगी जिससे पेड़ पौधों का जीवन पनपता है डारविन के थ्यौरी आफ इवोलयूशन के अनुसार शुरू में कुछ जीव-जन्तु का आविर्भाव हुआ एवं धीरे-धीरे मनुष्य रूप में भी कुछ परिवर्तन हुआ। मेरी सोच में जब जीव जन्तु का शरीर मनुष्य सहित की स्थिति ऐसी हो जाती है कि चेतन ऊर्जा उसको आगे चला नहीं पाती है तो शरीर से बाहर निकल जाती है एवं जीव की मृत्यु हो जाती है। अब प्रश्न उठता है कि यह चेतन ऊर्जा जो कि कभी भी नष्ट नहीं होती है आइन्स्टीन के थ्योरी अनुसार-जाती कहा है इससे पहले हम मान लेते है कि जीव के भौतिक जीवन में जो कुछ भी हुआ है वह उसके चेतन ऊर्जा इकाई में अंकित रहती है- मृत्यु के पश्चात् भी। मेरा मानना था कि मृत्यु के पश्चात् जीवन ईकाई पुनः चेतन ऊर्जा के स्रोत में समा जाती है पर मन नहीं मान रहा था इसी क्रम में जब मैने इस सम्बन्ध में कुछ और पढ़ा तो एक नई धारणा बनी जिसे वर्तमान में मैं ज्यादा सही मानने लगा हूं।

वह इस प्रकार है ईथर से पूर्व केवल शून्य था। एक अनन्त आत्मा थी (इटर्नल सोल) जिसमें से ऊँ ध्वनी प्रतिध्वनित होती है काफी चिन्तन कर इस निष्कर्ष पर पहुँचा हूँ कि यह एक बेलनाकार

खोखले के रूप मे है और इसके अन्दर उर्जा तेजी से जाती है, और फिर दूसरी तरफ से बाहर आकर ऊपर होते हुए फिर दूसरी तरफ से अन्दर जाती है। इस प्रकार यह एक प्रकार की उर्जा तेज गति से चक्कर लगाने के स्वरूप ऊ ध्वनि प्रतिध्वनित होती है इस प्रकार आरम्भ में इसप्रक्रिया स्वरूप अत्यधिक मात्रा में और ऊर्जा का उत्सर्जन होता गया एवं जब ब्रह्माण्ड में यह ऊर्जा भरती गयी तो फिर ईथर में परिवर्तन होता गया जब ईथर अत्यन्त घनीभूत हो गया तो महाविस्फोट हुआ। इसके पश्चात् की घटनायें मैं पूर्व में ही वर्णित कर चुका हूं।

अब पुनः जीवन मृत्यु की प्रक्रिया पर विचार करे। इस सम्बन्ध में मेरी नई धारणा इस प्रकरण कि जीवन की भौतिक मृत्यु पश्चात् जीवन ईकाई पुनः चेतन ऊर्जा (कन्शस एनर्जी) की तरफ समाहित न होकर यह अनन्त आत्मा की तरफ जाकर समाहित होती है औरउसी खोखले बेलनाकार के अन्दर से बाहर होते हुए फिर अन्दर होते हुए चक्कर लगाती है इसके पश्चात् यहाँ पर कुछ स्थिति में पहुचने पर पुनः भौतिक रूप में अवतरित होती है। इस पूरे चक्र में मेरी विचार अनुसार पाँच सौ से एक हजार वर्ष का समय हो जाता है।

जय हिन्द, जय हिंदुस्तान।

****

काव्य संगम

आज की बारात

रवीन्द्र कुमार शर्मा

आज दरवाजे पर बारात आ रही है,
समधी भी टुन्न है, लड़का भी टुन्न है
बारात भी लड़खड़ाते आ रही है
आज दरवाजे पर बारात आ रही है,
बहुतों के सूट-बूट से सुगन्ध आ रही है
फिर भी बारात से दुर्गन्ध आ रही है
आज दरवाजे पर बारात आ रही है
लड़के तो लड़के बूढ़े भी टुन्न हैं
महिलाएँ भी बारात आ रही हैं
खाने-पीने की सुध ही नहीं
फिर भी बोतल की याद आ रही है
आज दरवाजे पर बारात आ रही है
नाचने वालों की पूरी फौज आ रही है
समधी भी नाचें समधन भी नाचें
दूल्हा भी नाचें दुल्हन नचा रही है
आज दरवाजे पर बारात आ रही है
खाने खिलाने का शौक ही नहीं
अब पीने पिलाने की बात आ रही है
गले मिलने-मिलाने की बातें दूर जा रही है
अब संस्कारों की कहाँ याद आ रही है
पाँव छूने-छुआने की परम्परा जा रही है

अब तो हाथ मिलाने की परम्परा आ रही है

होली औ मिलना डेहरी डकाई

पुरानी बातें याद आ रही है।

समधी औ समधिन की हँसी ठिठोली

पुरानी परम्परा जा रही है

अब सिर्फ औपचारिकता आ रही है।

आज दरवाजे पर बारात आ रही है॥

****

बहादुरशाह ज़फ़र (द्वितीय भाग)

राजेंद्र प्रसाद शुक्ल

हिन्दुस्तानी हक और हकूक के लिए
अपने हुक्काम को हलाक किया था
एक हिन्दुस्तानी नौजवान ने
नाम था मंगल पांडे।
किसी इन्सान का नही शेर का बच्चा था वो
दनादन दागी थी गोलियां उस जवान ने
अपने अफसरान के सीनों पर।
बहुत खुश थे हम।
अपने इन्तजामियाँ को हुक्म दिया मैने
"चरागा करो लाल किले पर।"
कानपुर की फौजी छावनी में जनरल
व्हीलर को गिड़गिड़ाते देखा है मैने
नाना के सामने।
जैसे भेड़ का कोई मेमना मिमियाता है
अपनी जान की अमान के लिए
किसी ताकतवर भेड़िये के सामने।
नहीं देखी है आपने नाना की मार की धार
जितनी लम्बी मूँछे थी उसकी उससे ज्यादा

लम्बी थी उसकी तलवार।
फिरंगियों का पूरा का पूरा तोपखाना
तबाह कर दिया था नाना ने
सिर्फ दो दिन की लड़ाई में।
बिठूर से लेकर कानपुर शहर
कानपुर शहर से दरिया-ए-गंगा के पूरे के पूरे इलाके पर
फिरंगियों

की लाशें ऐसे पड़ी थी जैसे केले के
कटे हुए दरख्त।

कत्लोगारद खुंखराबे का वो मंजर
मैने देखा है।
कहाँ गयी थी इनकी जांबाजी और जंगबाजी
बड़े सूरमा बनते थे ये,
हिन्दुस्तानी लोहे की टंकार से
पहली बार पाला पड़ा था इनका।

हिन्दुस्तान की जवानी थी। झांसी की रानी थी॥
अवाम की हमदर्द थी वो।
औरत नहीं मर्द थी वो॥
तात्या टोपे का लोहे का टोप, रानी लक्ष्मीबाई
की कड़क बिजली तोप मैंने देखी है।
झांसी के किले से गुलाम गौस खां
की तोपों से आग के गोले ऐसे
गिरते थे जैसे आसमान से कड़कड़ाती
बिजलियाँ जमीन पर आ गिरी हों।
पचासी फीट ऊँची किले की दीवार से
छलाँग लगायी थी रानी ने घोड़े
पर चढ़कर।
जनरल वोकर ने घेरने की कोशिश
की रानी को।
खीचकर मारी थी तलवार रानी ने
जनरल वोकर के दाहिने बाजू पर।
उसका दाहिना बाजू कटकर जमीन
पर गिरा था और बांया बाजू लेकर
भागा था वो।
कायर कहीं का।
कहाँ गयी थी इनकी जांबाजी और जंगबाजी?
बड़े सूरमा बनते थे ये,
हिन्दुस्तानी लोहे की टंकार से
पहली बार पाला पड़ा था इनका।

लाल थी लखनऊ की सरजमीं
बागियों के जलाल से।
फिरंगियों की ऐशगाहों में ऐसा था मातम,

लाशें थी ज्यादा ताबूत थे कम।
हिन्दुस्तानी लड़ाकों की मार से घबराकर,
ये गोरे छिप गये थे रेजीडेंसी
के अन्दर।
रेजीडेंसी इनकी पनाहगाह थी।

****

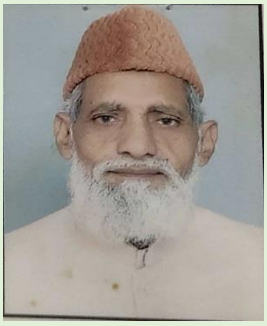
‘रे मन! तूने दर्द जिया है!’

प्रत्यूष अवस्थी

"समय चक्र में घुल जाएगा, सबको मीत बनाता चल;
रे मन। तूने दर्द जिया है, चल अब हँसी लुटाता चल।
रंगबिरंगी दुनिया में तू, क्यूँ चुपचाप, अकेला है;
चल फुलझड़ियों के मेले में, तू भी खुशी मनाता चल ॥
रे मन ! तूने दर्द जिया है, चल अब हँसी लुटाता चल ॥
अपने जब तोहफ़े में आंसू, प्याले भर भर लाते हैं;
तू मीरा की तरह उन्हीं से, अपने अधर मिलाता चल।
रे मन ! तूने दर्द जिया है, चल अब हँसी लुटाता चल ॥
जीवन के कुछ सुखद क्षणों को, परछाई में घुलने दे;
साथ-साथ रहकर भी, खुद से, विलग-विलग ही चलने दे।
ऊपर जितनी धूप तपे, तू अपनी छाँव बनाता चल;
रे मन ! तूने दर्द जिया है, चल अब हँसी लुटाता चल ॥
बहते-बहते अश्रु सूखकर, बन बैठे आँखों का काजल;
बनी व्यथाएँ मौन कहानी, कसक बनी पैरों की पायल।
अंतस में ज्वाला जलने दे, बाहर जल छलकाता चल;
रे मन ! तूने दर्द जिया है चल अब हँसी लुटाता चल" ॥

****

गजल



सगीर अहमद सिद्दीकी

आसाँ बनना दोस्त नहीं, आशना तो बन ही सकते हो।

हुनर है दिल ले जाने का, दिलरुबा तो बन ही सकते हो॥

सूरज बनना ना मुमकिन है, जुगनू बनना भी मुश्किल।

किसी अँधेरे घर का लेकिन, दिया तो बन ही सकते हो॥

मंज़िल दूर डगर पेचीदे, क़दम-क़दम पे हैं रहज़न।

रहबर थे हर दौर में तुम, रहनुमा तो बन ही सकते हो॥

हर शै गिराँ वफ़ा है ग़ायब, इस दौरे मँहगाई में।

नाम वफ़ा बदनाम न हो, बावफ़ा तो बन ही सकते हो॥

मुंसिफ़ में इंसाफ़ नहीं अब, रूठा अद्ल अदालत से।

गूँजे फिज़ा में, ऐसी हक़ की सदा तो बन ही सकते हो॥

हमने माना बदल ना पाओगे, तनहा तुम दुनियाँ को।

सच पे चलने वालों का, हौसला तो बन ही सकते हो॥

बात बड़ी है काम आ सको, कभी किसी के अगर 'सग़ीर'।

पल दो पल औरों का, आसरा तो बन ही सकते हो॥

<u>शब्दावली</u>

आसाँ= आसान
आशना= परिचित
रहबर, रहनुमा= राह दिखाने वाला
रहज़न= लुटेरे
हर शै= हर चीज़
गिरां= मंहगी
अद्ल= इन्साफ, न्याय
हक़ की सदा= सच्चाई की आवाज़

****

प्यारे बच्चे

शिवम् कुमार

बच्चों को बच्चा ही रहने दिया जाये।

उनके बचपन को उन्हे जीने दिया जाये।

न पढ़ने का बोझ सौंपा जाये, न लिखने की ज़िम्मेदारी दो उनको।

अगर खेलते हों अपनी धुन में तो खेलने दिया जाये उनको।

महकते फूलों से होते हैं चिड़ियों सी चहकती आवाज़ देते हैं।

कभी रूठ जाते हैं खिलौना लेने को, कभी खिलौना खुद ही बन।

ये तो नन्हें-नन्हें बच्चे होते हैं इनको कैसे समझाया जाये।

बच्चों को बच्चा ही रहने दिया जाये।

कभी परियों की कहानी सुनकर सो जाते हैं।

कभी चाँद-तारों को पकड़ने की ज़िद करते हैं।

बिजली सी कड़कती आवाज़ पापा की सुनकर दर जाते हैं।

मम्मी की लोरी सुनकर ही मगन हो जाते हैं।

प्यारे बच्चों की वो बल्ल-गेंद और गुड्डा-गुड़िया न छुड़ायी जाये।

इनके बिना तो घर आँगन भी सूने-सूने लगते हैं।

सूने घर में खुशिया तो बच्चे ही भरते हैं।

धीरे-धीरे समझदार होंगे, धीरे से बड़े हो जाएँगे।

लौट कभी फिर ये बचपन में नही आएंगे।

इनके बचपन को न इनसे छीनी जाये।

बच्चों को बच्चा ही रहने दिया जाये।

बच्चे तो भगवान का रूप कहाया करते हैं।

घर में सबको खूब हँसाया करते हैं ,

बच्चे होते हैं मन के सच्चे इनकी सच्चाई को गले लगाया जाये।

बच्चों को बच्चा ही रहने दिया जाये।

उनके बचपन को उन्हे भरपूर जीने दिया जाये।

बच्चे के जन्म लेते ही एक माँ पर लगने वाला कलंक धुल जाता है।

जैसे ही माँ का आँचल किलकारियों से भर जाता है।

कहते हैं बच्चों के साथ खेलने से घर के बुजुर्गों की उम्र बढ़ जाती है।

ये तो बच्चे से दादा-दादी की बातचीत बतलाती है।

होते हैं बहुत मासूम ये, इनकी मासूमियत का अंदाज़ा कैसे लगाया जाये।

बच्चों को बच्चा ही रहने दिया जाये।

उनके बचपन को उन्हे जीने दिया जाये॥

****

सफर-ए-ज़िंदगी

आनंद कुमार जैन

शाम सूरज को ढलना सिखाती है
शमा परवाने को जलना सिखाती है
गिरने वाले को होती है तकलीफ
पर ठोकर ही इंसान को चलना सिखाती है....

ज़िंदगी से यही मिला है मुझे
तू बहुत देर से मिला है मुझे
हम सफर चाहिए हुजूम नहीं
इक मुसाफिर भी काफिला है मुझे

तू मोहब्बत से कोई चाल तो चल
हार जाने का हौसला है मुझे
लव कुंशा हूँ तो इस यकीन के साथ
कत्ल होने का हौसला है मुझे

ज़िंदगी एक अभिलाषा है
अजब इसकी परिभाषा है
ज़िंदगी क्या है मत पूछो यारों
सँवर गई तो जन्नत
और बिखर गई तो तमाशा है।

****

तेज़ाबी सोच

राजेंद्र कुमार श्रीवास्तव

गोमुख से निकली गंगोत्री सी
पवित्र, हँसती-खिलखिलाती, उछलती,
मचलती,इठलाती एक ऐसी मासूम
सी कली जिसे पूरी कायनात
भी अपने आगोस में ले लेने
को सदैव लालायित रहती है,
वो किसी के लिए मान स्वाभिमान
तो किसी के लिए यादों में संजोकर रखने की
वस्तु बन जाती है,
पर उसे तो अपने ही तरीके
से अभी जीना है।
उसका मन, वो चाहे तो
इधर से जाये या उधर से
या उसे अच्छा लगे तो वहीं कही
ठहर भी जाय।
माना कि वो तुम्हारी चाहत है
जो कभी आहत सी लगती है,
पर उसे तुम अच्छे न लगे हो
तो वो औरों की तरह तुम्हारे
पास से निकल गई हो,

तब तेरे विकृत मन में,
उसके प्रति एक तेज़ाबी सोच
तेरे मानस पटल पर उभर आई।
एक तेजाबी बौछार ने उसके चेहरे
के साथ पूरी कायनात ही
बदरंग कर दी, जिसकी रचना ईश्वर प्रदत्त है।
फिर तो एक ऐसी खामोशी सी
छा जाती है जो तुझ जैसों को
पसंद आयी हो, पर ईश्वर को नहीं
जिन्होंने उस विकृत चेहरे के
भीतर एक शिवरूपी पत्थर स्थापित
कर दिया।
अब वो जब भी हँसती है तो उस
विकृत चेहरे से होकर,
आत्म विश्वास से लबरेज एक
आलौकिक भाव का अहसास होता
है, जो हम जैसों को सुकून तो देती है,
पर तेजाबी प्रवृत्ति को बार-बार
परास्त करती हुई स्पष्ट दिखती है।

रचनाकारों के परिचय

क्र०सं०	रचनाकार का नाम	पदनाम/व्यक्तिगत संख्या	कार्यालय
1.	यश मालवीय	वरिष्ठ लेखाकार, डी/1745	लेखा-प्रथम
2.	शशांक त्रिवेदी	एम०टी०एस०, जी/3769	लेखा-प्रथम
3.	अनूप कुमार टण्डन	वरिष्ठ लेखाधिकारी	सेवानिवृत्त
4.	डॉ० नमिता चंद्रा	सहायक लेखाधिकारी,बी/5001	लेखा-प्रथम
5.	अमितेश बनर्जी	वरिष्ठ लेखाकार,डी/2978	लेखा-द्वितीय
6.	नरेंद्र कुमार	सहायक लेखाधिकारी, बी/7017	लेखा-द्वितीय
7.	लक्ष्मण प्रसाद	वरिष्ठ लेखाकार,डी/2405	लेखा-द्वितीय
8.	आकृति कुशवाहा पुत्री अनूप कुमार	वरिष्ठ लेखाकार,डी/3585	लेखा-प्रथम
9.	पंकज कुमार वर्मा	डी०ई०ओ०, के/5603	लेखा-द्वितीय
10.	मनीष कुमार विश्वकर्मा	लेखाकार,ई/6102	लेखा-प्रथम
11.	अशोक कुमार	कनिष्ठ अनुवादक	क्षे०प्र०सं०
12.	सतीश राय	वरिष्ठ लेखाकार,डी/2551	लेखा-प्रथम
13.	भूपेंद्र सिंह नेगी	सहायक लेखाधिकारी,बी/2289	लेखा-प्रथम
14.	रवीन्द्र कुमार शर्मा	वरिष्ठ लेखाकार,डी/2856	लेखा-प्रथम
15.	राजेन्द्र प्रसाद शुक्ल	वरिष्ठ लेखाकार,डी/1848	लेखा-प्रथम
16.	प्रत्यूष अवस्थी	कनिष्ठ अनुवादक, जे/5005	लेखा-प्रथम
17.	सगीर अहमद सिद्दीकी	लेखाधिकारी	सेवानिवृत्त
18.	शिवम कुमार	एम०टी०एस०,जी/3793	लेखा-प्रथम
19.	आनंद कुमार जैन	वरिष्ठ लेखाकार,डी/2982	लेखा-द्वितीय
20.	राजेंद्र कुमार श्रीवास्तव	सहायक लेखाधिकारी,बी/1877	लेखा-द्वितीय

गणतन्त्र दिवस समारोह

लोक हितार्थ सत्यनिष्ठा

मुद्रक द्वाराः राजेश कार्पोरेशन, प्रयागराज 9415284506