

संयुक्त हिंदी पखवाड़ा समापन समारोह 2025 की झलकियां



अपर उप-नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक महोदय को शील्ड प्रदान कर स्वागत करते हुए निदेशक (प्रशा.) महोदय



समापन समारोह के दौरान अपर उप-नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक महोदय अधिकारियों/कर्मचारियों को संबोधित करते हुए



समापन समारोह के दौरान निदेशक (प्रशा.) महोदय संबोधित करते हुए



पुरस्कृत कविता पाठ का आनंद लेते हुए अधिकारी एवं कर्मचारीगण



निदेशक (एमजी-11) पुरस्कार वितरित करते हुए



राजभाषा परिवार

निर्झर पत्रिका परिवार

अंक 52

मार्च/2026



मुख्य संरक्षक
श्री सौरभ कुमार जयपुरियार
अपर उप-नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक (केंद्रीय व्यय)



संरक्षक
श्री करन वोहरा
निदेशक (प्रशासन/राजभाषा)



प्रधान संपादक एवं संपादक
सुश्री पूजा सिंह मंडल
सहायक निदेशक (राजभाषा)



सह-संपादक
श्री सुरेन्द्र सिंह, व.लेप.



सह-संपादक
श्री हरिबंध लाल, सहायक पर्यवेक्षक



सह-संपादक
श्री नीरज, आ.प्र.प्र.

राजभाषा परिवार



सुश्री पूजा सिंह मंडल,
सहायक निदेशक



श्री हरिबंध लाल,
सहायक पर्यवेक्षक



श्री सुरेन्द्र सिंह,
वरिष्ठ लेखापरीक्षक



श्री अवनीत सिंह,
वरिष्ठ लेखापरीक्षक



श्री नरेन्द्र सिंह चौहान,
वरिष्ठ लेखापरीक्षक



सुश्री दीप्ती दीक्षित,
कनिष्ठ अनुवादक



श्री अवधेश सिंह,
कनिष्ठ अनुवादक



श्री जोगेन्द्र सिंह,
आंकड़ा प्रविष्टि प्रचालक



श्री नीरज,
आंकड़ा प्रविष्टि प्रचालक

अनुक्रमणिका

क्र.सं.	रचना का नाम	रचनाकार (श्री/सुश्री)	पृष्ठ सं.
1	अपर उप-नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक (केंद्रीय व्यय)		5
2	निदेशक (राजभाषा) का संदेश		6
3	संपादक की कलम से (सहायक निदेशक (राजभाषा))		7
4	साँस लेने की सजा – एक कहानी और कुछ सवाल	विकास कुमार तिवारी	8
5	बदलते दौर में ऑडिट की परीक्षा	अनुज मेहता	12
6	निर्झर हिंदी पत्रिका - 51वें अंक की समीक्षा	कमला कान्त पाण्डेय	15
7	रूपकुंड झील	सुरेन्द्र सिंह	19
8	भ्रष्ट	अवधेश कुमार	21
9	ओडिशा की आध्यात्मिक यात्रा: आस्था, सौंदर्य और संस्कृति का दिव्य संगम	सुरभि	24
10	अपनों की तलाश	दीप्ती दीक्षित	26
11	आपदा से सुरक्षा की ओर एक सशक्त कदम: मॉक ड्रिल का अनुभव	अमित कुमार	27
12	“स्वस्थ कार्यालय, सशक्त कर्मि: निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर	अमित कुमार	31
13	“घर की ओर चलती शामें”	रवीना मीना	35
14	अमरनाथ यात्रा	विदुशी वत्स	37
15	कार्यालय कार्य-तनाव: कारण, प्रभाव और समाधान	प्रशांत वशिष्ठ	39

16	यूरोप: जहाँ यात्रा आपको जीना सिखाती है	दिव्या राजपूत	41
17	तेज़ रफ्तार दुनिया में कार्य और जीवन का संतुलन	शोभा रमन	44
18	जीवन की सफलता	कृष्णा सोनी	45
19	असली काम न भूलो	कृष्णा सोनी	46
20	चूल्हे से दफ्तर तक – एक अनकही जंग	नीतू	49
21	सादगी-जीवन का आधार	किरण मोंगा	51
22	“हिन्दी का गौरव”	अनु यादव	52
23	मेरी प्यारी जनवरी	इंदु	53
24	दोस्ती	प्रशांत वशिष्ठ	55
25	दीये की व्यथा	विकास कुमार तिवारी	56
26	दिल्ली की सर्दियाँ – विपिन की कहानी	विपिन धामा	57
27	सुकून की एक झलक	दीप्ती दीक्षित	58
28	रे मना! तू धीर धर	अवधेश कुमार	59
29	हे नादान, नारी को पहचान	विदुशी वत्स	60

नोट: पत्रिका में प्रकाशित विचार लेखकों के हैं ।

संदेश



कार्यालय की अर्द्धवार्षिक राजभाषा पत्रिका "निर्झर" के 52वें अंक को सभी पाठकों के समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अत्यंत हर्ष एवं गौरव की अनुभूति हो रही है। निर्झर पत्रिका कार्यालय में राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार हेतु समर्पित कार्मिकों की अभिव्यक्ति की सजीव झांकी है। यह न केवल कार्यालयी कामकाज में राजभाषा हिंदी का प्रचार-प्रसार करती है बल्कि ज्ञानार्जन व मनोरंजन के माध्यम के रूप में वर्ष भर कार्यालय में होने वाली सभी गतिविधियों से भी अवगत कराती है। कार्यालय में राजभाषा हिंदी का प्रचार-प्रसार करना न केवल हमारा परम कर्तव्य है, अपितु संवैधानिक उत्तरदायित्व भी है।

कार्यालयी पत्रिका कार्यालय के कार्मिकों की भावनाओं और संवेदनाओं की अभिव्यक्ति की सशक्त माध्यम रही है। कार्यालय के कार्मिकों ने सदैव ही निर्झर को अपने अनुभवों से सिंचित किया है और वर्ष दर वर्ष पत्रिका में निखार ला रहे हैं। यह उनके हिंदी के प्रति प्रेम को भी दर्शाता है।

अपने लेखापरीक्षा अनुभवों तथा अपनी कल्पना के माध्यम से निर्झर के 52वें संस्करण में सहयोग देने वाले सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं। पत्रिका के प्रकाशन रूपी इस उपलब्धि का मूल आधार आप सब की हिंदी के प्रति निष्ठा एवं इसके प्रचार-प्रसार के लिए दृढ़ इच्छाशक्ति है।

मुझे आशा है कि इसके पूर्व अंकों की भांति यह अंक भी आप सभी की अपेक्षा पर खरा उतरेगा। शुभेच्छाओं के साथ निर्झर का 52वां अंक आप सभी को प्रस्तुत है।

सौरभ कुमार जयपुरियार

सौरभ कुमार जयपुरियार
अपर उप नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक

संदेश



यह हम सब के लिए बड़े ही गौरव का विषय है कि कार्यालय की अर्द्धवार्षिक राजभाषा पत्रिका 'निर्झर' के 52वें संस्करण का प्रकाशन किया जा रहा है। हिंदी केवल कार्यालयी कामकाज की भाषा नहीं है, बल्कि भारत की विविधताई पहचान की संवाहक है। हिंदी भारत के चारों कोनों को आपस में जोड़कर आपसी भाईचारा व सांस्कृतिक समरसता बढ़ाती है। 'निर्झर' कार्यालय कार्मिकों के मन में राजभाषा हिंदी के प्रति एक विशेष आदर की भावना उत्पन्न करती है तथा साथ ही उनके काल्पनिक लोक व कार्यालय अनुभवों की अभिव्यक्ति का सशक्त माध्यम भी बनती है।

पत्रिका में कार्यालय कार्मिकों की रचनात्मकता तथा राजभाषा हिंदी के प्रति उनकी निष्ठा एवं समर्पण भाव को विविध विषयों पर उनके द्वारा लिखे गए लेखों के माध्यम से दर्शाया गया है। कार्यालय में राजभाषा हिंदी के प्रयोग के संवर्धन के लिए हमें अधिकाधिक कामकाज हिंदी में करना चाहिए। हिंदी की उन्नति में ही भारत की उन्नति है।

विविध विषयों से संबंधित लेख एवं अपने आत्मीय व व्यक्तिगत अनुभवों से इस पत्रिका को सींचने वाले सभी रचनाकारों को बधाई व शुभकामनाएं देता हूँ। साथ ही अपने कुशल ज्ञान से पत्रिका का उत्कृष्ट संपादन करने के लिए समस्त संपादक मण्डल भी विशेष बधाई के पात्र हैं। आप सब का अथक परिश्रम व दृढ़ इच्छाशक्ति ही 'निर्झर' के 52वें अंक के प्रकाशन का आधार है।

मुझे आशा ही नहीं अपितु पूर्ण विश्वास है कि निर्झर का यह अंक अत्यंत रोचक, ज्ञानवर्धक एवं प्रेरणादायक सिद्ध होगा।

करन
करन वोहरा,
निदेशक (प्रशासन)

सम्पादकीय



*निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल
बिन निज भाषा ज्ञान के, मिटत न हिय के मूल।*

- भारतेंदु हरिश्चंद्र

अर्थात: अपनी भाषा (मातृभाषा) की उन्नति ही हर प्रकार की प्रगति का आधार है। अपनी भाषा के ज्ञान के बिना दिल की पीड़ा या भ्रम भी दूर नहीं होते।

विश्व की अनेक भाषाओं में अपनी मधुरता और सरलता से पहचान बनाने वाली हिंदी, भारत की आत्मा की सशक्त अभिव्यक्ति है। यह संवाद की भाषा, संस्कृति की पहचान और राष्ट्रीय एकता की सशक्त आधारशिला है। हमें अन्य देशों की अच्छी कला, शिक्षा और ज्ञान तो सीखना चाहिए, लेकिन उसका प्रचार-प्रसार अपनी मातृभाषा में ही करना चाहिए, न कि किसी अन्य भाषा में।

निर्झर का 52वां अंक आप सभी पाठकों के सम्मुख प्रस्तुत करते हुए अपार हर्ष व गौरव का अनुभव हो रहा है। यह पत्रिका हमारे कार्यों, प्रयासों का एक दस्तावेज है, जो हिंदी के प्रति हमारे प्रेम और समर्पण की भावना को दर्शाता है। यह कार्यालय के कर्मियों को अपनी भावनाएँ व्यक्त करने का एक ऐसा मंच प्रदान करती है जिससे उनकी सृजनात्मकता के साथ-साथ राजभाषा हिन्दी के प्रयोग को भी बढ़ावा मिलता है। हमें हमेशा इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि अपनी भाषा का सम्मान करने में ही राष्ट्रगौरव भी निहित है।

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

पूजा

पूजा सिंह मंडल
सहायक निदेशक (राजभाषा)

साँस लेने की सजा — एक कहानी और कुछ सवाल



श्री विकास कुमार तिवारी,
वरिष्ठ लेखापरीक्षक

एक आदमी अदालत के कटघरे में खड़ा है। चेहरा शांत है, आँखों में न पछतावा है, न डर। जज उससे पूछता है — “तुमने उस मासूम बच्चे की हत्या क्यों की?”

वह कुछ पल रुकता है, फिर बिल्कुल निश्चिंतता से कहता है— “क्योंकि वह साँस ले रहा था।”

पूरी अदालत सन्न रह जाती है। वकील चौंक जाते हैं, दर्शक एक-दूसरे का मुँह देखने लगते हैं। जज को लगता है कि शायद उसने ठीक से सुना नहीं। वह दोबारा पूछता है— “क्या कहा तुमने?”

आदमी फिर वही जवाब देता है — “वह साँस ले रहा था, और मुझे यह मंजूर नहीं था।”

अदालत में कुछ पल खामोशी रहती है। फिर जज उस अपराधी को बरी कर देता है। मृतक बच्चे के माँ बाप और उसके परिवार वाले चुपचाप खड़े रहते हैं। उनका वकील भी कुछ नहीं कहता। कोई सवाल नहीं उठाता, कोई आपत्ति दर्ज नहीं की जाती, न कोई हंगामा होता है।

अखबारों में यह खबर नहीं छपती। लोग कहते हैं— “ऐसा ही तो होता है न।”

कहानी बकवास लगी? लगा कि बच्चे के साथ न्याय नहीं हुआ?

अब ज़रा बाहर की दुनिया में लौटिए, हमारी प्यारी दिल्ली में। यहाँ लोग साँस ले रहे हैं और उसी साँस के साथ धीरे-धीरे मर रहे हैं और यहाँ तो कोई कटघरे में खड़ा भी नहीं है!

ज़रा ठहरकर सोचिए। दिल्ली की हवा हर दिन लाखों लोगों को धीरे-धीरे बीमार कर रही है, उनकी उम्र घटा रही है, उनकी साँसें छीन रही है। फर्क बस इतना है कि यहाँ कोई एक अपराधी सामने खड़ा नहीं है।

हम कैसी हवा में साँस ले रहे हैं?

दिल्ली में रहने वाला शायद ही कोई ऐसा होगा जिसे यह महसूस न होता हो कि हवा ठीक नहीं है। सुबह उठते ही गले में जलन, आँखों में चुभन, साँस लेते समय भारीपन — ये सब अब असामान्य नहीं रह गया। यह रोज़ की ज़िंदगी का हिस्सा बन चुका है।

हर साल जाड़े के दिनों में हालात और बिगड़ जाते हैं। धुंध इतनी गहरी हो जाती है कि सूरज तक साफ नहीं दिखता। समाचार चैनलों पर बहस शुरू होती है। राजनीतिक दल एक-दूसरे पर आरोप लगाते हैं। कुछ दिन पुरानी गाड़ियों पर रोक लगती है, पानी का छिड़काव शुरू होता है, कहीं निर्माण कार्य बंद होता है, कहीं स्कूल बंद कर दिए जाते हैं। फिर कुछ हफ्तों बाद हवा चलने लगती है, आसमान थोड़ा साफ दिखने लगता है और हम सब कुछ भूलकर अपने काम में लग जाते हैं और समस्या वहीं की वहीं रह जाती है।

साँस के साथ भीतर जाता ज़हर

दिल्ली की हवा में सबसे खतरनाक वे सूक्ष्म कण होते हैं जिन्हें पीएम 2.5 कहा जाता है। ये कण इतने छोटे होते हैं कि दिखाई नहीं देते। नाक और गला इन्हें रोक नहीं पाते। ये सीधे फेफड़ों के भीतर पहुँच जाते हैं और वहीं जमा होने लगते हैं। धीरे-धीरे ये कण खून में मिल जाते हैं और पूरे शरीर में फैल जाते हैं। इसका असर केवल फेफड़ों तक सीमित नहीं रहता। दिल पर दबाव बढ़ता है, दिमाग पर असर पड़ता है, शरीर जल्दी थकने लगता है। बच्चों में फेफड़ों का पूरा विकास नहीं हो पाता और बुजुर्गों में साँस से जुड़ी बीमारियाँ बढ़ जाती हैं।

डॉक्टर और वैज्ञानिक शोध साफ तौर पर कह चुके हैं कि दिल्ली की हवा में साँस लेने की वजह से यहाँ रहने वाले लोगों की औसत उम्र लगभग 10 साल तक कम हो रही है। यह कोई अनुमान नहीं, बल्कि आँकड़ों पर आधारित सच्चाई है। सोचिए, हम अपनी ज़िंदगी के 10 साल सिर्फ इसलिए खो रहे हैं **क्योंकि हम यहाँ साँस ले रहे हैं।**

मौत की धीमी आहट

वर्ल्ड बैंक की दिसम्बर 2025 में आई एक रिपोर्ट के अनुसार देश में प्रदूषण से हर साल 10 लाख लोगों की मौत हो रही है। ज़रा इसकी तुलना कोरोना में हुए मौतों से कीजिए और देखिए कि यह स्थिति कोरोना से कहीं ज्यादा खतरनाक है।

समस्या यह है कि प्रदूषण से होने वाली बीमारियाँ कोरोना की तरह जल्दी से मौत नहीं देतीं। दमा, लगातार खाँसी, ब्रोंकाइटिस, कैंसर, दिल की बीमारी, उच्च रक्तचाप — ये सब धीरे-धीरे शरीर को जकड़ती हैं। चूँकि इनसे नुकसान धीरे-धीरे होता है, इसलिए हमें उसका पता भी देर से लगता है।

अगर कोई आदमी चाकू मारकर किसी को घायल करे, तो वह अपराध है। लेकिन अगर हवा किसी बच्चे के फेफड़े खराब कर दे, किसी बुजुर्ग की साँसें कम कर दे, तो हम उसे “परिस्थिति” कहकर छोड़ देते हैं। यही सबसे बड़ी भूल है।

आर्थिक नुकसान

यह प्रदूषण देश की अर्थव्यवस्था को भी भारी नुकसान पहुँचा रहा है। प्रदूषण की वजह से अस्पतालों के खर्च तो बढ़ते ही हैं, साथ ही काम के दिनों की हानि होती है, काम करने की उत्पादकता घटती है, बच्चों के

स्कूल न जा पाने से पढाई बाधित होती है और जीवन की समग्र गुणवत्ता गिरती है। जो बीमारियाँ निष्क्रिय जीवनशैली की वजह से होती हैं, वो भी बढ़ने लगती हैं क्योंकि जहरीली हवा में हम बाहर जाकर न टहल सकते हैं, न व्यायाम कर सकते हैं और न प्राणायाम ही कर सकते हैं।

राजनीतिक आरोप और हमारी आदतन चुप्पी

राजनीतिक दल एक-दूसरे पर इल्जाम लगाते रहते हैं। कोई कहता है कि किसानों की पराली ज़िम्मेदार है, कोई गाड़ियों को दोष देता है, कोई निर्माण कार्य को। पर सवाल यह है कि इतने वर्षों बाद भी यह समस्या केवल आरोपों तक क्यों सीमित है?

साफ हवा कभी बड़ा चुनावी मुद्दा क्यों नहीं बनती? क्या इसलिए कि हमने इसे मुद्दा ही नहीं बनाया? धर्म, जाति, भाषा और विचारधारा पर लोग बँट जाते हैं। लेकिन क्या कोई ऐसा भी है जो साँस नहीं लेता? फिर भी हवा पर हमारी आवाज़ सबसे धीमी रहती है।

सोशल मीडिया पर चकाचौंध, लेकिन साँस पर खामोशी

आज लगभग हर आदमी सोशल मीडिया पर है। हम हर छोटी बात पर अपनी राय रखते हैं, तस्वीरें डालते हैं, वीडियो बनाते हैं, बहस करते हैं। लेकिन कितने लोग हैं जो नियमित रूप से जहरीली हवा पर सवाल उठाते हैं? कितने लोग अपनी या अपने बच्चों की बिगड़ती सेहत को हवा से जोड़कर आवाज़ उठाते हैं?

कुछ दिन धुंध की तस्वीरें डाल दी जाती हैं, मास्क पहनकर फोटो आ जाती है, फिर सब सामान्य हो जाता है। हमने विरोध को भी मौसमी बना दिया है और तो और, इस प्रदूषित हवा पर मीम बनते हैं, मानों यह इतनी भयावह बात अब हमारे लिए बस एक मजाक बन चुकी है।

जब कुछ विदेशी लोग दिल्ली की हवा को लेकर खुलकर कहते हैं कि यहाँ साँस लेना मुश्किल है, तो हमें यह बात बुरी लगती है। लेकिन सवाल यह नहीं है कि उन्होंने क्या कहा, सवाल यह है कि क्या उन्होंने गलत कहा?

कुछ जाने-माने भारतीय खिलाड़ी और सेलिब्रिटी चुपचाप बेहतर जीवन की तलाश में देश छोड़ चुके हैं। यह भी एक सच्चाई है कि जिनके पास विकल्प हैं, वे यहाँ से निकलने की कोशिश कर रहे हैं। लेकिन आम आदमी के पास तो यह विकल्प भी नहीं है।

... और दिल्ली अकेली नहीं है

हवा किसी राज्य या देश की सीमा का पालन नहीं करती। यह सोचना गलत है कि यह समस्या सिर्फ दिल्ली की है। देश के कई शहर दुनिया के सबसे प्रदूषित शहरों की सूची में शामिल हैं। फर्क सिर्फ इतना है कि दिल्ली राजधानी है, इसलिए चर्चा में आ जाती है। बाकी शहर चुपचाप वही ज़हर साँस के साथ भीतर ले रहे हैं।

अब आपसे कुछ सवाल

- क्या आपको सच में दिल्ली की हवा साफ़ लगती है?
- अगर नहीं, तो क्या 10 साल कम ज़िंदगी हमें स्वीकार है?
- क्या हम अपने बच्चों को एक बीमार भविष्य देना चाहते हैं?
- अगर ज़हर धीरे-धीरे मारे, तो क्या वह अपराध नहीं होता?
- जब हम हर मुद्दे पर बोल सकते हैं, तो साँस के मुद्दे पर क्यों नहीं?
- क्या हमारी चुप्पी ही इस प्रदूषण का सबसे बड़ा समर्थक नहीं बन चुकी है?

हमारी चुप्पी की कीमत

कोई किसी का मर्डर करे, तो कानून सज़ा देता है। लेकिन जब एक पूरा समाज धीरे-धीरे बीमार किया जाता है, तब कोई अदालत नहीं लगती। कोई दोषी तय नहीं होता। यह इसलिए होता है क्योंकि हम चुप रहते हैं।

साफ़ हवा कोई सुविधा नहीं है। यह जीवन की सबसे बुनियादी ज़रूरत है। इसके बिना न शिक्षा मायने रखती है, न विकास। हम गर्व से कहते हैं कि देश आगे बढ़ रहा है, शहर आधुनिक हो रहे हैं। लेकिन क्या विकास का मतलब यह है कि बच्चे इनहेलर लेकर स्कूल जाएँ? या सुबह की सैर बीमारी का आमंत्रण बन जाए?

एक अंतिम आग्रह

अगर आप यहाँ तक आ गए हैं और यह सब पढ़कर आपको थोड़ी भी बेचैनी हुई है, तो उसे यँ ही मत जाने दीजिए। हवा को मुद्दा बनाइए — उठाइए अपनी आवाज़, हर मौसम में, हर मंच पर।

इस मुद्दे पर जानकारी रखिए, इस पर सोशल मीडिया पर लिखिए और रोजमर्रा की बातचीत में इसे शामिल कीजिए। उन लोगों का समर्थन कीजिए जो इस गंभीर मुद्दे पर आवाज उठा रहे हैं। भारत एक प्रजातंत्र है। यदि हम लोग आवाज उठाएंगे तो सरकार भी सुनेगी।

बात केवल हमारी नहीं है, बात उन बच्चों के भविष्य की है जो हमारी आँखों के तारे हैं। कम से कम उन मासूम बच्चों की साँसों के लिए चुप मत रहिए।

हज़ार योद्धाओं पर विजय पाना आसान है, लेकिन जो अपने ऊपर विजय पाता है वही सच्चा विजयी है।

- गौतम बुद्ध

बदलते दौर में ऑडिट की परीक्षा



श्री अनुज मेहता,
लेखापरीक्षक

जैसा कहा जाता है कि आवश्यकता ही आविष्कार की जननी है, ठीक उसी प्रकार निरंतर बदलती परिस्थितियाँ नई आवश्यकताओं को जन्म देती हैं और वे आवश्यकताएँ नए आविष्कारों तथा नवाचारों का मार्ग प्रशस्त करती हैं। ऑडिट का क्षेत्र भी इस सार्वभौमिक सत्य से अछूता नहीं रहा है। समय, परिस्थितियाँ और वैश्विक घटनाक्रम जैसे-जैसे बदलते गए, वैसे-वैसे लेखापरीक्षा की प्रकृति, उसकी पद्धतियाँ और उसके उद्देश्य भी रूपांतरित होते चले गए।

भारत में आवश्यक लेखापरीक्षा परिवर्तनों पर विचार करते समय भारतीय परिस्थितियों और मौजूदा ढांचे को समझना अनिवार्य है। भारत का ढांचा वैश्विक मानकों से पूरी तरह कटा हुआ नहीं, बल्कि उनसे जुड़ा हुआ है (जैसे इंटोसाई, एसोसाई आदि), इसलिए विभिन्न परिस्थितियों को वैश्विक ऑडिट परिस्थितियों के साथ समझते हुए ही भारत की परिस्थितियों को समझा जा सकता है।

हम परिवर्तनों की ओर ध्यान दें, तो वर्ष 2020 के लॉकडाउन काल को इस परिवर्तन का एक निर्णायक मोड़ माना जा सकता है। जब दुनिया भर में अधिकांश गतिविधियाँ अचानक थम गई थीं और संस्थानों के अस्तित्व को बनाए रखने के लिए कार्यप्रणालियों का तीव्र डिजिटलीकरण किया जा रहा था, तब ऑडिट के क्षेत्र में भी गहन नवीनीकरण की प्रक्रिया आरंभ हुई। परंपरागत भौतिक ऑडिट, फील्ड विज़िट और पश्चातवर्ती जांच की सीमाएँ उस समय स्पष्ट हो गईं। इसी आवश्यकता के परिणामस्वरूप सस्टेनेबिलिटी रिपोर्टिंग और डिजिटल रेज़िलिएंस जैसे क्षेत्रों में उल्लेखनीय विकास हुआ। यह प्रक्रिया केवल अस्थायी समाधान नहीं रही, बल्कि धीरे-धीरे ऑडिटिंग की मुख्यधारा का हिस्सा बनती चली गई। वर्ष 2025 तक आते-आते इस विकास का सबसे बड़ा विस्तार आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के रूप में सामने आया। आज पूरे विश्व के ऑडिटर्स डेटा एनालिटिक्स और एआई की सहायता से रियल-टाइम ऑडिटिंग कर रहे हैं, जो पारंपरिक तरीकों की तुलना में न केवल तेज़ है बल्कि अधिक सटीक और व्यापक भी है।

हालाँकि लॉकडाउन को समाप्त हुए कई वर्ष बीत चुके हैं, परंतु शांति लौटने के बजाय वैश्विक तनाव ने पूरी दुनिया को घेर लिया। वर्ष 2022 से अंतरराष्ट्रीय व्यवस्था लगातार अस्थिर होती चली गई। अनेक देशों में यह तनाव केवल कूटनीतिक स्तर तक सीमित न रहकर गृहयुद्ध, सत्ता-संघर्ष और सैन्य टकराव में परिवर्तित हो गया। पश्चिम एशिया, अफ्रीका, लैटिन

अमेरिका और पूर्वी यूरोप किसी न किसी रूप में अशांति से प्रभावित रहा। वर्ष 2026 की शुरुआत भी किसी शांति-संदेश के साथ नहीं हुई, बल्कि अमेरिका द्वारा वेनेजुएला के राष्ट्रपति को कैद कर उस देश पर प्रत्यक्ष नियंत्रण की घोषणा के साथ हुई। इस घटना ने केवल वैश्विक राजनीति में हलचल नहीं मचाई, बल्कि ऑडिट और वित्तीय निगरानी के क्षेत्र में भी एक नए संकट को जन्म दिया। नेपाल में हुए विद्रोह, पहलगाम में आतंकवादी हमले का बदला लेने के लिए किया गया ऑपरेशन सिंदूर और बांग्लादेश के साथ युद्ध जैसी स्थिति से भारत में कई चुनौतियाँ उभरी हैं।

युद्ध जैसी परिस्थितियों में लॉकडाउन या उससे मिलती-जुलती आपात व्यवस्थाएँ लागू हो सकती हैं। यद्यपि कोई भी तृतीय विश्वयुद्ध की कामना नहीं करता, किंतु केवल शांति की आशा में भविष्य की तैयारियों से आँख मूँद लेना भी विवेकपूर्ण नहीं होगा। परिवर्तन की दिशा अंततः स्थानीय आवश्यकताएँ ही तय करेंगी। उदाहरण के लिए, अमेरिका में समय की अत्यधिक लागत को देखते हुए समय की बचत को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जा रही है, इसलिए वहाँ कृत्रिम बुद्धिमत्ता के माध्यम से रियल-टाइम ऑडिटिंग को अपनाकर ऑडिट अवधि को लगातार कम किया जा रहा है। चीन ने हरित विकास के साथ-साथ कर्मचारियों के अधिकारों और सरकारी उत्तरदायित्व को सुदृढ़ करने के उद्देश्य से ईएसजी मानकों (पर्यावरण, सामाजिक और शासन) को अनिवार्य बनाने की दिशा में कदम बढ़ाए हैं। वहीं यूरोपीय संघ में स्थायित्व और पारदर्शिता को विशेष महत्व दिया जाता है, जिसके परिणामस्वरूप ईयू देशों में यूरोपीय स्थिरता रिपोर्टिंग मानक, अर्थात् ईएसआरएस, लागू किए गए हैं।

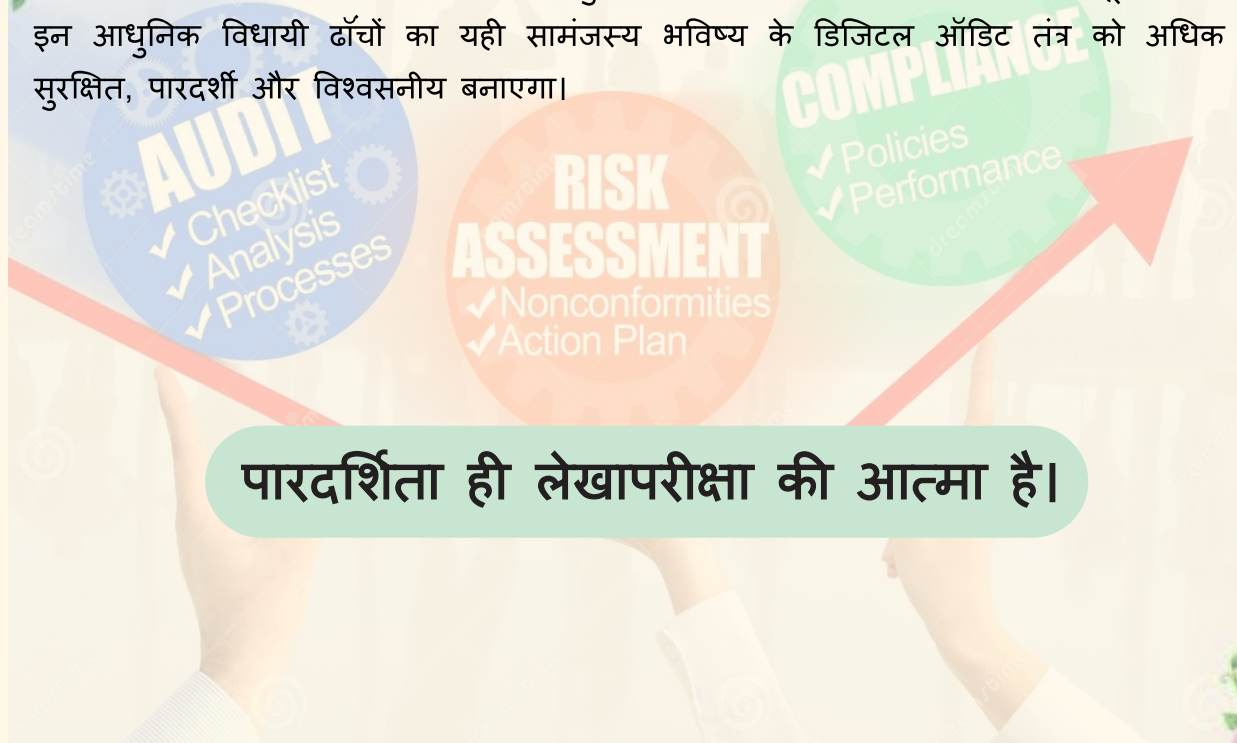
भारत में आवश्यक परिवर्तनों पर विचार करते समय भारतीय परिस्थितियों और मौजूदा ढांचे को समझना अनिवार्य है। भारत में पहले से ही बड़ी कंपनियों पर बीआरएसआर नियम लागू हैं, जो अनिवार्य रूप से चीन की ईएसजी रिपोर्टिंग आवश्यकताओं को भी समाहित करते हैं। इसके अतिरिक्त लेखापरीक्षा मानकों में जीआरआई, टीसीएफडी और आईएसएसबी जैसे अंतरराष्ट्रीय मानकों को भी अपनाया गया है, जो ईएसआरएस मानकों का आधार भी है।

वर्ष 2025 में भारत के नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक के रूप में श्री के. संजय मूर्ति की नियुक्ति के साथ ऑडिट क्षेत्र में कई महत्वपूर्ण सुधारों की शुरुआत हुई। ऑडिट की गुणवत्ता और गहराई बढ़ाने के उद्देश्य से उन्होंने केंद्रीय राजस्व और केंद्रीय व्यय के लिए दो नए केंद्रीकृत विशेषज्ञता केंद्र का निर्माण किया। पारंपरिक फील्ड ऑडिट के स्थान पर रियल-टाइम मॉनिटरिंग और फील्ड व रिमोट के संयोजन वाले हाइब्रिड ऑडिट मॉडल पर ध्यान केंद्रित किया गया। इसी दिशा में कई डिजिटल पहलें और पोर्टल भी लॉन्च किए गए।

यद्यपि इन सुधारों का उद्देश्य निस्संदेह भविष्य की तैयारी थी, परंतु इन्हें प्रभावी ढंग से लागू करने की योजनाओं से नई चुनौतियाँ भी उत्पन्न हुई हैं। ऑडिट में स्वायत्तता के सीमित होने, कर्मचारियों के प्रशिक्षण, स्थानांतरण और कार्यभार के वितरण में अनिश्चितता के कारण असमंजस की स्थिति पैदा हुई है। इसके अतिरिक्त सरकारी विभागों में साइलो सिस्टम की

समस्या अभी भी पहले जैसी है, जहाँ विभिन्न विभागों के अलग-अलग डेटाबेस हैं। ऐसी स्थिति में रियल-टाइम डेटा इंटीग्रेशन अत्यंत कठिन हो जाता है, जिससे एआई जैसी उन्नत तकनीकों के प्रयोग में भी अशुद्धियों की आशंका व्यक्त की जा रही है। पोर्टल की सुरक्षा भी एक गंभीर चिंता का विषय है। नवंबर 2022 में दिल्ली स्थित अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान पर हुए रेनसमवेयर हमले ने सरकारी रिकॉर्ड्स के पूर्ण डिजिटलीकरण के प्रयासों को पहले ही लटका दिया था।

इन नवाचारों की यात्रा में संविधान का अनुच्छेद 149 हमारा मार्गदर्शक है। सीएजी अधिनियम, 1971 के प्रावधान हमारे ऑडिट तंत्र की नींव को सुदृढ़ बनाए रखते हैं, जो आज के बदलते डिजिटल परिदृश्य में नवाचारों और सुधारों के मध्य सामंजस्य बिठाने में सक्षम हैं। इसके साथ ही, सूचना प्रौद्योगिकी अधिनियम, 2000 और डिजिटल व्यक्तिगत डेटा संरक्षण अधिनियम, 2023 के नए मानक हमें एक सुरक्षित ढाँचा प्रदान करते हैं। संवैधानिक मूल्यों और इन आधुनिक विधायी ढाँचों का यही सामंजस्य भविष्य के डिजिटल ऑडिट तंत्र को अधिक सुरक्षित, पारदर्शी और विश्वसनीय बनाएगा।



पारदर्शिता ही लेखापरीक्षा की आत्मा है।



निर्झर हिंदी पत्रिका - 51वें अंक की समीक्षा



श्री कमलाकान्त पाण्डेय,
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी

भूमिका

अंक 51

सितंबर 2025

'निर्झर' हिंदी पत्रिका कार्यालय महानिदेशक लेखा परीक्षा (केंद्रीय व्यय), नई दिल्ली द्वारा नियमित रूप से प्रकाशित की जाती है। यह पत्रिका न केवल राजभाषा हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देती है, बल्कि साहित्यिक, सांस्कृतिक, सामाजिक तथा बौद्धिक विमर्श का एक सशक्त मंच भी प्रदान करती है। 'निर्झर' का 51वाँ अंक इसी परंपरा को आगे बढ़ाते हुए विषयवस्तु, भाषा-शैली और प्रस्तुति-तीनों स्तरों पर परिपक्वता का परिचय देता है।

यह समीक्षा 51वें अंक की संपूर्ण संरचना, प्रमुख लेखों/अनुभागों, भाषा-शैली तथा समग्र प्रभाव का विस्तृत विश्लेषण प्रस्तुत करती है।

1. संपादकीय दृष्टि और उद्देश्य

पत्रिका का संपादकीय खंड पूरे अंक की वैचारिक दिशा निर्धारित करता है। 51वें अंक का संपादकीय राजभाषा हिंदी के सशक्त प्रयोग, विभागीय कार्यों में हिंदी की प्रगति तथा रचनात्मक अभिव्यक्ति के महत्व पर केंद्रित है। इसमें यह स्पष्ट किया गया है कि 'निर्झर' केवल एक विभागीय पत्रिका नहीं, बल्कि एक ऐसा मंच है जहाँ कर्मचारी और अधिकारी अपनी साहित्यिक प्रतिभा के माध्यम से सामाजिक सरोकारों को स्वर देते हैं।

संपादकीय में भाषा को केवल संप्रेषण का माध्यम न मानकर उसे संवेदना, संस्कार और संस्कृति का वाहक माना गया है। यह दृष्टि पूरे अंक की सामग्री में स्पष्ट रूप से परिलक्षित होती है।

2. साहित्यिक अनुभाग : रचनात्मक विविधता

2.1 कविताएँ

51वें अंक में प्रकाशित कविताएँ भावनात्मक गहराई और विषयगत विविधता का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत करती हैं। इनमें जीवन के संघर्ष, आशा, मानवीय संवेदना, राष्ट्रबोध और प्रकृति के प्रति लगाव जैसे विषय उभरकर सामने आते हैं। कवियों ने सरल, प्रवाहपूर्ण और बिंबात्मक भाषा का प्रयोग किया है, जिससे पाठक सहज ही भावनात्मक जुड़ाव महसूस करता है।

कविताओं की विशेषता यह है कि वे न तो अत्यधिक दुरूह हैं और न ही सतही; बल्कि विचार और अनुभूति के संतुलन को साधती हैं। यह हिंदी साहित्य की समकालीन प्रवृत्तियों के अनुरूप है।

2.2 लघुकथाएँ एवं रचनात्मक लेख

लघुकथाओं और रचनात्मक लेखों में आधुनिक जीवन की जटिलताओं, सामाजिक बदलावों और मानवीय मूल्यों को सूक्ष्मता से उकेरा गया है। कथानक छोटे होते हुए भी प्रभावशाली हैं और पाठक को सोचने पर विवश करते हैं।

इन रचनाओं से यह स्पष्ट होता है कि 'निर्झर' केवल साहित्यिक अभिरुचि की पूर्ति नहीं करती, बल्कि मूल्य-आधारित साहित्य को भी बढ़ावा देती है।

3. विशिष्ट लेख/अनुभाग का विस्तृत विश्लेषण

(चयनित विषय : समाज, मूल्य और मानवीय चेतना)

51वें अंक में सम्मिलित एक प्रमुख विचारात्मक लेख (या लेख-समूह) समाज, नैतिक मूल्यों और मानवीय चेतना पर केंद्रित है। यह लेख आधुनिक समाज में बदलते मूल्यों, बढ़ती व्यस्तता और मानवीय संबंधों में आई दूरी पर गंभीर प्रश्न उठाता है।

लेखक का तर्क है कि तकनीकी प्रगति और भौतिक सुविधाओं के बीच मानवीय संवेदना को बनाए रखना आज की सबसे बड़ी चुनौती है। लेख में उदाहरणों और अनुभवों के माध्यम से यह दिखाया गया है कि सहानुभूति, सहयोग और नैतिकता के बिना विकास अधूरा है।

इस लेख की भाषा सरल, प्रवाहपूर्ण और प्रभावशाली है। तर्क प्रस्तुत करते समय लेखक भावुकता और तथ्यात्मकता के बीच संतुलन बनाए रखता है, जिससे लेख विश्वसनीय और प्रेरणादायक बनता है। यह अनुभाग पूरे अंक की वैचारिक गहराई को और सुदृढ़ करता है।

4. राजभाषा एवं विभागीय गतिविधियाँ

'निर्झर' का एक महत्वपूर्ण पक्ष इसका राजभाषा-केंद्रित अनुभाग है। 51वें अंक में विभाग द्वारा आयोजित हिंदी पखवाड़ा, कार्यशालाएँ, प्रतियोगिताएँ तथा हिंदी के प्रयोग से संबंधित उपलब्धियों का विवरण प्रस्तुत किया गया है।

यह अनुभाग दर्शाता है कि विभागीय स्तर पर हिंदी केवल औपचारिक दायित्व नहीं, बल्कि कार्य-संस्कृति का अभिन्न अंग बन रही है। कर्मचारियों की सक्रिय भागीदारी और रचनात्मक योगदान इस प्रक्रिया को और अधिक प्रभावी बनाता है।

5. भाषा-शैली और प्रस्तुति

51वें अंक की भाषा-शैली इसकी सबसे बड़ी शक्ति है। साहित्यिक रचनाओं में जहाँ भावनात्मक और सृजनात्मक भाषा का प्रयोग हुआ है, वहीं विभागीय लेखों में स्पष्ट, तथ्यात्मक और औपचारिक हिंदी का संतुलित उपयोग देखने को मिलता है।

प्रस्तुति की दृष्टि से पत्रिका सुव्यवस्थित, आकर्षक और पाठक-अनुकूल है। शीर्षक, उपशीर्षक और अनुच्छेद संरचना इसे पढ़ने में सहज बनाती है।

6. विशिष्ट रचना का गहन आलोचनात्मक विश्लेषण

(चयन : एक प्रतिनिधि कविता/लेख - मानवीय संवेदना और समयबोध)

निर्झर के 51वें अंक में सम्मिलित एक प्रतिनिधि रचना (कविता अथवा विचारात्मक लेख) विशेष रूप से उल्लेखनीय है, क्योंकि यह आधुनिक मनुष्य के अंतर्द्वंद्व, सामाजिक दबावों और मानवीय संवेदना के क्षरण को केंद्र में रखती है। यह रचना केवल भावात्मक अभिव्यक्ति तक सीमित नहीं रहती, बल्कि पाठक को आत्ममंथन के लिए प्रेरित करती है।

रचना का केंद्रीय भाव यह है कि आज का मनुष्य भौतिक प्रगति की दौड़ में भावनात्मक संतुलन खोता जा रहा है। लेखक/कवि प्रतीकों और बिंबों के माध्यम से यह दिखाने का प्रयास करता है कि तकनीक, प्रतिस्पर्धा और उपभोक्तावाद ने जीवन को सुविधाजनक तो बनाया है, परंतु मानवीय रिश्तों में दूरी भी उत्पन्न की है। यहाँ प्रयुक्त प्रतीक—जैसे समय, मौन, भीड़ या एकाकी मनुष्य—समकालीन यथार्थ को प्रभावशाली ढंग से अभिव्यक्त करते हैं।

भाषा-शैली की दृष्टि से यह रचना सरल होते हुए भी अर्थ-गहन है। लेखक ने अनावश्यक अलंकरण से बचते हुए संप्रेषणीय भाषा का प्रयोग किया है, जिससे भाव सीधे पाठक तक पहुँचते हैं। वाक्य-संरचना छोटी और सटीक है, जो रचना को प्रवाहपूर्ण बनाती है। यह शैली राजभाषा हिंदी के उस स्वरूप को सुदृढ़ करती है, जो सहज होने के साथ-साथ साहित्यिक भी है।

आलोचनात्मक दृष्टि से देखें तो यह रचना समकालीन हिंदी साहित्य की उस धारा से जुड़ती है, जहाँ सामाजिक यथार्थ और व्यक्तिगत अनुभव का समन्वय दिखाई देता है। लेखक किसी उपदेशात्मक निष्कर्ष पर नहीं पहुँचता, बल्कि प्रश्नों को खुला छोड़ देता है। यही विशेषता पाठक को सक्रिय सहभागी बनाती है और रचना की बौद्धिक प्रासंगिकता को बढ़ाती है।

इस रचना का महत्व इस तथ्य में भी निहित है कि यह एक विभागीय पत्रिका में प्रकाशित होते हुए भी पूर्णतः साहित्यिक स्वतंत्रता बनाए रखती है। इससे यह सिद्ध होता है कि 'निर्झर' केवल औपचारिक लेखन का मंच नहीं, बल्कि सृजनात्मक अभिव्यक्ति के लिए एक संवेदनशील और खुला वातावरण प्रदान करती है।

कुल मिलाकर, यह विशिष्ट रचना 51वें अंक की आत्मा का प्रतिनिधित्व करती है। यह पाठक को न केवल वर्तमान समाज के यथार्थ से परिचित कराती है, बल्कि उसे मानवीय मूल्यों पर पुनर्विचार करने के लिए प्रेरित भी करती है। इसी प्रकार की रचनाएँ 'निर्झर' को एक साधारण विभागीय पत्रिका से ऊपर उठाकर एक विचारशील साहित्यिक दस्तावेज़ का रूप प्रदान करती हैं।

नई दिल्ली-110002

7. समग्र मूल्यांकन

'निर्झर' का 51वाँ अंक एक परिपक्व, संतुलित और उद्देश्यपूर्ण हिंदी पत्रिका के रूप में सामने आता है। यह साहित्य, समाज और प्रशासन-तीनों को एक साझा मंच पर लाता है।

यह अंक विशेष रूप से इस बात का प्रमाण है कि सरकारी विभागों में प्रकाशित पत्रिकाएँ भी उच्च साहित्यिक और बौद्धिक स्तर बनाए रख सकती हैं।

निष्कर्ष

'निर्झर' का 51वाँ अंक हिंदी भाषा के सशक्त प्रयोग, साहित्यिक अभिव्यक्ति और सामाजिक चिंतन का सुंदर उदाहरण है। यह पत्रिका पाठकों को न केवल जानकारी देती है, बल्कि उन्हें सोचने, महसूस करने और संवाद करने के लिए प्रेरित करती है।

इस दृष्टि से यह अंक विभागीय, शैक्षणिक और साहित्यिक-तीनों स्तरों पर अत्यंत उपयोगी और सराहनीय है।

केवल अंग्रेजी सीखने में जितना श्रम करना पड़ता है उतने श्रम में भारत की सभी भाषाएँ सीखी जा सकती हैं।

-विनोबा



कार्यालय महानिदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय व्यय),
नई दिल्ली-110002

रूपकुंड झील



श्री सुरेन्द्र सिंह, वरिष्ठ
लेखापरीक्षक

उत्तराखण्ड के हिमालयी क्षेत्र में स्थित **रूपकुंड झील** दुनिया की सबसे रहस्यमयी झीलों में गिनी जाती है। इसे आम बोलचाल में **“कंकालों की झील”** (Skeleton Lake) भी कहा जाता है, क्योंकि इसके आसपास और तल में हजारों मानव कंकाल पाए गए हैं। बर्फ से ढकी पहाड़ियों के बीच छिपी यह झील न केवल प्रकृति का अनोखा चमत्कार है, बल्कि इतिहास, लोककथाओं और विज्ञान का अद्भुत संगम भी है। रूपकुंड झील उत्तराखण्ड राज्य के चमोली जिला के त्रिशूल पर्वत पर लगभग 16,500 फीट की उंचाई पर स्थित है। इस ट्रेक का निकतम गाँव लोहाजंग है।



रूपकुंड झील नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के पास स्थित है। यहाँ तक पहुँचने के लिए कठिन ट्रेकिंग मार्ग तय करना पड़ता है, जो इसे रोमांच प्रेमियों के लिए बेहद खास बनाता है। रूपकुंड झील का रहस्य पहली बार 1942 में सामने आया, जब एक ब्रिटिश वन रेंजर ने यहाँ हजारों की संख्या में मानव कंकाल देखे। उस समय यह आशंका जताई गई कि ये कंकाल किसी जापानी सैनिक दल के हो सकते हैं, लेकिन बाद में यह सिद्धांत

गलत साबित हुआ।

वैज्ञानिक परीक्षणों (DNA और कार्बन डेटिंग) से पता चला कि ये कंकाल लगभग 800 से 1,800 साल पुराने हैं और अलग-अलग समय में यहाँ लोगों की मृत्यु हुई थी। आधुनिक वैज्ञानिक अनुसंधान (विशेषकर 2004 और 2019 के DNA अध्ययन) से कई चौंकाने वाले तथ्य सामने आए: जैसे कंकाल एक ही समूह के नहीं थे, कुछ लोग स्थानीय हिमालयी क्षेत्र से थे, कुछ के DNA भूमध्यसागरीय (Mediterranean) मूल के थे व कई खोपड़ियों पर ऊपर से चोट के निशान पाए गए।

वैज्ञानिकों का मानना है कि अचानक आए भीषण ओलावृष्टि (hailstorm) के कारण इन लोगों की मौत हुई। बड़े-बड़े ओले सीधे सिर पर गिरे, जिससे गंभीर चोटें आईं।

स्थानीय लोगों में रूपकुंड को लेकर एक प्रसिद्ध लोककथा प्रचलित है: कहा जाता है कि कन्नौज के राजा जसधवल अपनी गर्भवती रानी और दल-बल के साथ नंदा देवी राजजात यात्रा पर निकले थे। उन्होंने पवित्र क्षेत्र में नाच-गाना, भोग-विलास किया, जिससे देवी नंदा क्रोधित हो गई। देवी ने आकाश से पत्थर जैसे ओले बरसाए, जिससे पूरा दल मारा गया। आज भी स्थानीय लोग मानते हैं कि “रूपकुंड देवी नंदा का कोप दर्शाता है।”

झील का आकार छोटा है (लगभग 40 मीटर व्यास), साल के अधिकतर समय बर्फ से ढकी रहती है। गर्मियों में बर्फ पिघलने पर कंकाल दिखाई देने लगते हैं आसपास त्रिशूल, नंदा घुंटी जैसे ऊँचे शिखर दिखाई देते हैं

रूपकुंड ट्रेक भारत के सबसे कठिन और रोमांचक ट्रेक्स में से एक माना जाता है। रूपकुंड ट्रेक की कुल दूरी लगभग 53 किमी है उक्त दूरी को तय करने में 7-9 दिन का समय लगता है। ट्रेक बुग्याल (घास के मैदान), ग्लेशियर, घने जंगल से होकर गुजरता है। ट्रेक पर बेदनी बुग्याल, पाथर नचौनी जैसे सुंदर पड़ाव है। ट्रेक का सबसे अच्छा समय: मई-जून और सितंबर-अक्टूबर।

पर्यावरण संरक्षण और कंकालों की चोरी की घटनाओं के कारण रूपकुंड ट्रेक पर कई बार प्रतिबंध लगाया गया है। अब यह क्षेत्र कड़ी निगरानी में रहता है। रूपकुंड झील केवल एक पर्यटन स्थल नहीं, बल्कि इतिहास का सजीव प्रमाण, लोक आस्था का प्रतीक एवं विज्ञान के लिए एक खुली प्रयोगशाला। यह झील हमें सिखाती है कि प्रकृति के नियमों और आस्था का सम्मान न किया जाए, तो परिणाम कितने भयावह हो सकते हैं। रहस्य, रोमांच और आध्यात्म-तीनों का संगम है रूपकुंड झील।

अनुभव की पाठशाला में जो पाठ सीखे जाते हैं,
वे पुस्तकों और विश्वविद्यालयों में नहीं मिलते।

- अज्ञात



भ्रष्ट



श्री अवधेश कुमार,
कनिष्ठ अनुवादक

“हस्पताल में पेट फटेंगे! कोढ़ी होकर मरेंगे हरामजादे! औलाद लूली-लँगड़ी पैदा होगी!” सज्जन चाचा भन्नाते हुए तहसील से बाहर निकले। मैं समझ गया कि आज फिर से चाचा को फर्द की नकल नहीं मिली। चाचा पिछले पाँच महीनों से रिश्वत दिए बिना फर्द की नकल लेने के लिए जूते घिस रहे हैं, लेकिन हर बार खाली हाथ लौटते हैं। बाहर बस एक हताशाभरी झल्लाहट, जुबान पर कुछ गालियाँ और दिल से ढेर सारी बददुआएं फेंककर निकलते हैं। “कुछ हुआ?” मैंने पूछा। मुझे पूरा यकीन था कि हर बार की तरह इस बार भी चाचा तहसील की हर खिड़की हर दरवाजे पर कोई अपना आदमी ढूँढने में असफल रहे होंगे जो बिना पैसा लिए जैसे-तैसे काम करा दे। “ऐसी तैसी हुई! बिना दक्षिणा तो ये हरामजादे अपने बाप की चिता को आग न दें। सब गले तक भ्रष्ट हैं।” चाचा की झल्लाहट भी वाज़िब है। अब तक बेचारे नैतिकता, ईमानदारी, धर्म और सत्य जैसे शब्द सुनते-पढ़ते आए थे। किसी ने बताया ही नहीं कि बड़े होकर ‘तहसीलनामा’ भी पढ़ना होता है। “चल जल्दी! मेरी तो मवेशी भूखी-प्यासी रंभा रही होगी। यहाँ कोई किसी की फ़रियाद न सुनने वाला। सब लूट के लिए बैठा रखे हैं।” मैंने घड़ी देखी तो तीन बज रहे थे। चाचा सुबह साढ़े दस बजे के तहसील में जाकर अब लौटे हैं। “अब ज्यादा जिद मत पकड़ो। दे दो उन्हें। ढाई सौ रुपए की ही तो बात है। क्यों हर सप्ताह इतना परेशान होते हो, मुझे भी परेशान करते हो। बिना लिए ये आपका काम नहीं करने वाले। बेवजह आपको इधर-उधर दौड़ाएंगे।” मैंने कहा। “हाँ! क्यों नहीं! इनके बाप का कर्ज जो है मुझ पर! तू इनका दलाल है का! मैं तो इन निकम्मों के हाथ पर कभी थूकूँ भी न!” चाचा ने अपनी अभ्यस्त अकड़ में तपाक से मेरे मुँह पर शब्दों का तमाचा जड़ दिया। “तब आप इस जनम तो नकल भूल जाओ।” कहते हुए मैंने रिक्शा वाले को रुकने का इशारा किया। “भूल जाऊँ? तू देखना कैसे मैं इनके हलक से नकल निकालकर ले जाऊँगा! तुझे मेरे साथ आने में दिक्कत होती है तो अगले मंगलवार से मैं आप ही आ जाऊँगा!” रिक्शा रुका। चाचा बैठे, मैं भी बैठा और फिर मुस्कराते हुए ध्यान लगाकर चाचा की आगे की प्लैनिंग सुनने लगा। वे अगले मंगलवार फिर आयेंगे और अगर काम नहीं हुआ तो उसके अगले मंगलवार फिर। ऐसे ही वे जब तक जीवित हैं, हर मंगलवार तहसील आएंगे, लेकिन काम बिना रिश्वत दिए ही कराकर रहेंगे। लगभग आधा घंटा मैं हम लोग भदवास उतर गए। रिक्शा से उतरने के बाद चाचा बार-बार पीछे मुड़कर देख रहे थे। “चलो जल्दी या वापस एटा तहसील जाओगे।” मैं समझ गया था कि चाचा बार-बार पीछे मुड़कर क्या देख रहे हैं। दरअसल रिक्शा में चाचा के सामने वाली सीट पर उनके चिर-परचित सौदान सिंह मुखिया बैठे थे लेकिन तहसील से भदवास तक पूरे पच्चीस किलोमीटर के रास्ते मैं मुखिया ने चाचा से न तो दुआ-सलाम की, न खैरियत पूछी। दोनों एक-दूसरे की

तरफ कनखियों से देख लेते थे और यह उम्मीद लगाए बैठे थे कि अगला बात शुरू करेगा। चाचा स्वभाव के इतने अकड़ू कि भगवान सम्मुख खड़े हों तो खैरियत न पृच्छे। “देखा तूने मुखिया का नखड़ा। लड़के के लगने के बाद तो इनके सारे तेवर बदल गए हैं। एक बार मुँह से ‘राम-राम’ न निकली। उम्र में मैं तो इनके बड़े भाई सरीखा हूँ।” “मुखिया कहाँ हैं यहाँ?” मैंने ऐसे पूछा जैसे मैंने सच में मुखिया को नहीं देखा। “वो रिक्शा में कौन था! तू का आसमान निहार रहा था!” चाचा ने झिड़क कर जबाव दिया। “वो मुखिया थे?” मैंने फिर अनजान बनकर पूछा। “और कौन था! तू तो जैसे विलायत से आया है अपने क्षेत्र के आदमी को नहीं पहचानता!” चाचा ने तहसील की खीझ और मुखिया के तगाफुल का गुस्सा मुझ पर खाली कर दिया। “काफी बदल गए हैं। बहुत दिन पहले देखा था। इसलिए नहीं पहचान पाया।” वैसे मैं मुखिया को पहचान गया था। लेकिन हर आदमी के बारे में चाचा का नजरिया सुनने में बहुत आनंद आता है। “छोरा नौकरी लग गया। अब कौन चिंता कलेश है! जितना खाओ उतना आंग देह लगे तो कोई चाक (हृष्ट-पुष्ट) हो जाए। “लड़का तो आपका भी नौकरी में है, आप तो नहीं हुए चाक।” मैंने चुटकी ली। “तू मेरा दुश्मन है! जब देखो तेरी हर बात घूम-फेरकर मुझ पर ही आ जाती है!” इस बार चाचा मुझ पर और भी भन्ना गए। मैं हँस गया। “इसके लड़के के लिए मँझली का रिश्ता लेकर गया था तब से इसके हाव-भाव बड़े बदल गए हैं।” चाचा एक बार फिर मुड़कर पीछे देखते हुए बोले। “इसमें हाव-भाव की क्या बात है लड़की पसंद होगी तो रिश्ता तो स्वीकार ही लेगा।” मैंने चाचा के सुर में सुर मिलाया। “तुझे लड़की की पड़ी है। आँखों पर दौलत की चरबी चढ़ी हो तो लड़की किसको सूझती है।” चाचा बोले। “तो कोई और लड़का देख लो। लड़कों का कौन अकाल है।” अभी हाल ही में मुखिया के गाँव में सुवरन सिंह का लड़का भी लगा है जल निगम में। आप कहो तो बात चलाऊँ। उनके छोटे भाई से मेरी अच्छी जान-पहचान है।” मैंने कहा। “नहीं! वहाँ बात नहीं बनेगी।” चाचा बोले। “आप गए थे क्या रिश्ता लेकर? मैंने पूछा। “नहीं! गए तो नहीं। लड़के को बताया तो उसने कहा कि ऐसी ही छोटी-मोटी नौकरी है। तनख्वाह कुछ खास नहीं है। चाचा ने कहा। “नहीं! छोटी नौकरी क्यों है। नौकरी तो मुखिया के लड़के के जैसी ही है। मैंने कहा। एक जैसी कैसे है? मुखिया का लड़का लेखपाल है।” चाचा बोले। “हाँ! लेकिन दोनों का ग्रेड पे बराबर है।” मैंने कहा। “अरे ग्रेड पे से क्या होता है! दो-पाँच रुपए ऊपर से नहीं आयें तो ग्रेड पे तो आने-जाने में ही खर्च जाता है!” चाचा मुझे नौकरी के बारे में गंभीरतापूर्वक समझाने लगे। “हाँ ये तो है!” मैंने जबाव दिया। “तो फिर! मैं कुछ देर खामोश रहा। “वैसे मुखिया से तेरा कुछ रिश्ता होता है? चाचा ने यकायक सबाल किया। “ऐं!” मेरी खामोशी की तंद्रा टूटी। “मुखिया से तेरा कोई रिश्ता बनता है? चाचा ने सवाल दोहराया। “ऐसे मुखिया से तो मेरा कोई रिश्ता नहीं है। उनकी बड़ी पतोहू मेरी भाभी के गाँव की हैं। लेकिन मुखिया इस बात से कोई संबंध नहीं मानते।” मैंने तटस्थ भाव से कहा। “जान पहचान निकलेगी तब सम्बन्ध मानेगा। ऐसे किसी को क्या पड़ी है।” चाचा बोले। “जरूरत ही क्या है किसी से फिजूल रिश्ता निकालने की? मान न मान मैं तेरा मेहमान।” मैं समझ गया था कि चाचा रिश्ता निकालने की क्यों कह रहे हैं। “जरूरत तो पड़ जाती है, आदमी क्षेत्र का हो तो। न जाने कब और कहाँ काम आ जाए।” चाचा ने मुझे सामाजिकता का अध्याय पढ़ाना शुरू कर दिया। मैं चाचा की भाषा पहचानने लगा था। मन ही मन मुस्करा रहा था। “चाचा, ये आदमी वैसा कहाँ है जो जरूरत में काम आ जाए। काम पड़ने पर तो सीधा सींग दिखायेगा। मैंने कहा। “हाँ, सो तो है।” चाचा ने निर्विकार भाव से जबाव दिया। काफी देर तक हमारे वार्तालाप में एक अनचाहा सा सन्नाटा रहा। फिर

यकायक "मैं सोच रहा था कि एक बार तू इससे रिश्ते की बात चलाकर देख।" चाचा बोल पड़े। "मैं!" मैंने हैरतभरी नजर से चाचा की तरफ देखा। "हाँ! चाचा बोले। "आपको लगता है कि ये मेरी मानेगा? मैंने पूछा। "वह तो बात कर के ही पता चलेगा।" चाचा बोले। "ठीक है आप बोल रहे हो तो करूँगा कोशिश। वैसे मुझे लगता नहीं है कि ये मान जायेगा। बहुत बड़ा मूँजड़ (कंजूस) आदमी है। पैसे को अहमियत देगा।" मैंने कहा। "तू बात कर के देख बेटा! शायद तेरे करम से ही लड़की का भाग्य सुधर जाए। अच्छे घर में पड़ गयी तो जिंदगी भर तेरा भला विचारेगी। "इस बार चाचा के सुर में थोड़ी नरमी और गिड़गिड़ाहट थी। "ठीक है बिल्कुल करूँगा। बात करने में क्या हर्ज है। मान लेगा तो ठीक। नहीं मानेगा तो हमारा क्या लेगा।" मैंने कहा। हाँ! बेटा, बात जरूर करना। फिर अगले मंगलवार को वैसा जबाव देना मुझे।" चाचा शाम की तरह ठण्डे और शांत होते जा रहे थे। न जाने क्यों चाचा को लगने लगा था कि मुखिया मेरी बात मान जायेंगे। "अगर दहेज़ वगैरह की माँग की तो? वह आदमी बिना दहेज़ लिए शादी कैसे भी नहीं करेगा।" मैंने कहा। "वह भी देखा जायेगा। पहले तू बात तो चला। चाचा ने कहा। "ठीक है। फिर जो भी बात होगी, मैं आपको अगले मंगलवार को बताता हूँ। मैंने कहा। "हाँ ठीक! चाचा ने आशापूर्वक लहजे में झट से जबाव दिया। "ठीक है चाचा! आप चलो। मैं ज़रा खेत पर होकर आता हूँ" बोलकर मैं मुख्य सड़क से खेतों को जोड़ती हुई पगडण्डी पर हो लिया और चाचा अपनी उसी चाल में गाँव की तरफ चले गए।

यदि असंतोष की भावना को लगन व धैर्य से रचनात्मक शक्ति में न बदला जाए तो वह खतरनाक भी हो सकती है।

- इंदिरा गांधी



ओडिशा की आध्यात्मिक यात्रा: आस्था, सौंदर्य और संस्कृति का दिव्य संगम



सुश्री सुरभि, लेखापरीक्षक

हाल ही में ओडिशा की एक अविस्मरणीय धार्मिक यात्रा पूरी की, जहां जगन्नाथ पुरी के पवित्र दर्शन से लेकर भुवनेश्वर के प्राचीन मंदिरों तक का सफर आस्था, हरियाली भरी वादियों और सरल जीवन का अनुभव कराया। यह यात्रा न केवल चार धामों के स्वर्णिम द्वारों, सूर्योदय-सूर्यास्त के जादू और शक्तिपीठों की महिमा से ओतप्रोत थी, बल्कि खाजा, दही बड़ा जैसे स्वादिष्ट व्यंजनों ने इसे और यादगार बना दिया। कार्यालय पत्रिका के पाठकों के लिए यह जीवंत संस्मरण साझा करते हुए अपार हर्ष हो रहा है, जो ओडिशा की जीवंत परंपराओं, आतिथ्य और शांति की छटा को आपके समक्ष प्रस्तुत करता है।

जगन्नाथ पुरी: चार द्वारों की महिमा और दिव्य दर्शन

यात्रा का प्रारंभ पुरी के श्री जगन्नाथ मंदिर से हुआ, जो चार धामों में से एक है। मंदिर के चार मुख्य द्वार हैं - **सिंह द्वार** (पूर्व, मोक्ष का प्रतीक), **हाथी द्वार** (उत्तर, समृद्धि का प्रतीक), **बाघ द्वार** (पश्चिम, धर्म का प्रतीक) और **घोड़ा द्वार** (दक्षिण, कामना त्याग का प्रतीक)। मंदिर परिसर में मोबाइल या कैमरा ले जाना वर्जित है, जो आस्था की शुद्धता बनाए रखता है। सबसे भाग्यशाली पल था ध्वज परिवर्तन समारोह देखना - पुजारी की कुशलता से ध्वज का उल्टा लहराना, हवा के विपरीत चढ़ना एक चमत्कारी दृश्य था, जो भगवान की कृपा का प्रतीक है। विशाल रथयात्रा की यादें ताजा करते हुए भगवान जगन्नाथ, बलभद्र और सुभद्रा के दर्शन किए। यहां की प्रसाद व्यवस्था और रसोई का अनुशासन देखने लायक था।

पुरी बीच: सूर्योदय, सूर्यास्त और शॉपिंग का आनंद

जगन्नाथ मंदिर के बाद पुरी बीच पर पहुंचे, जहां सुबह का सूर्योदय और शाम का सूर्यास्त जीवन के चक्र की याद दिलाते हैं। सूर्योदय के समय समुद्र की लहरें और सुनहरी किरणें एक दिव्य दृश्य रचती हैं, जबकि सूर्यास्त में आकाश लाल-नारंगी रंगों से सराबोर हो जाता है। बीच पर स्थानीय शॉपिंग का अनुभव अद्भुत था - शंख, सीपियां, कोंकड़े और समुद्री सजावटी वस्तुओं का एक स्टॉप शॉपिंग हब। सौदेबाजी करते हुए स्मृति चिन्ह खरीदना मजेदार रहा।

मां तारा तारिणी मंदिर: मातृ शक्ति का आह्वान

यात्रा के मध्य में पहुंचे परशुरामपुर, रायपुर के मां तारा तारिणी मंदिर। रुषिकुल्या नदी के तट पर स्थित यह शक्तिपीठ 52 शक्तिपीठों में से एक है। मंदिर की वास्तुकला अत्यंत मनोरम व मंत्रमुग्ध करने वाली है - नक्काशीदार खंभे, जटिल चित्रकारी, सुनहरे कलशों से सुसज्जित शिखर और ओडिशा शिल्पकला के उत्कृष्ट नमूने दृष्टि को बांध लेते हैं। हर कोने में मां की शक्ति का प्रतीक उभरता है, जबकि भव्य आरती के दौरान मंत्रों की गूंज, घंटियों की ध्वनि और प्रकाश का दिव्य संगम आत्मा को झंकृत कर देता है। पहाड़ी चढ़ाई की थकान मां के दर्शन मात्र से विलीन हो जाती है, और स्थानीय मान्यता है कि मां तारा तारिणी की कृपा से सभी विपत्तियां टल जाती हैं। यह अनुभव यात्रा का हृदयस्पर्शी क्षण सिद्ध हुआ।

कोणार्क सूर्य मंदिर: वास्तुकला का चमत्कार

अगला पड़ाव था कोणार्क का सूर्य मंदिर, जो यूनेस्को विश्व धरोहर स्थल है। रथ के आकार में बना यह मंदिर सूर्य देव को समर्पित है, जहां हर पत्थर पर जटिल नक्काशी की गई है। घोड़ों, पहियों और नृत्य मुद्राओं की मूर्तियां देखकर आश्चर्य हुआ। इसकी भव्यता प्राचीन ओडिशा की कला को जीवंत कर देती है।

ओडिशा के परिदृश्य और स्थानीय व्यंजन

ओडिशा यात्रा में विविध परिदृश्य ने मन मोह लिया - हरी-भरी वादियां, शांतिपूर्ण गांव और सरल लोगों का सहज जीवन। काजू, बादाम जैसे पेड़ों से लदे बागान देखे, जो प्रकृति की उदारता दर्शाते हैं। स्थानीय व्यंजनों में खाजा की खुरमुरी मिठास, दही बड़ा की तीखी चटनी, आलू दम की सुगंध और चेना पोडा का गर्मागर्म स्वाद का आनंद लिया।

1) भुवनेश्वर: लिंगराज और मुक्तेश्वर में समापन

यात्रा का समापन भुवनेश्वर में हुआ, जहां लिंगराज मंदिर की भव्यता ने मन मोह लिया। 11वीं शताब्दी का यह शिव मंदिर ओडिशा की नागर शैली का उत्कृष्ट उदाहरण है। उसके बाद मुक्तेश्वर मंदिर पहुंचे, जो अपनी नाजुक नक्काशी और मोक्ष प्रदान करने वाली मान्यता के लिए प्रसिद्ध है। भुवनेश्वर को 'मंदिरों का शहर' कहना गलत नहीं।

यह यात्रा आस्था, संस्कृति, भोजन और आतिथ्य का संगम थी। अतः यदि 'मंदिरों का शहर' घूमने का मन करे तो ओडिशा अवश्य जाएं।



अपनों की तलाश



सुश्री दीप्ती दीक्षित, कनिष्ठ अनुवादक

आज के दौर में सभी अकेले दिखते हैं। कहीं न कहीं सब अपनों को तलाशते रहते हैं लेकिन ये तलाश जारी रहती है, किसी को अपना नहीं मिलता है और अगर मिल भी जाए तो उसको यह विश्वास नहीं होता कि वह उसका अपना है।

आपने कभी सोचा है कि जो अपना होता उसको तलाशने की जरूरत नहीं होती, वह आपके पास ही होता है। आपको कैसे ज्ञात होगा कि ये आपका अपना है? जो व्यक्ति आपको समय, प्यार एवं सम्मान तीनों दे रहा है, वही आपका अपना है। आज की भागती-दौड़ती जिंदगी में ये तीनों शायद ही किसी के पास हों अर्थात् जिसके पास प्यार है उसके पास समय नहीं है और जिसके पास समय नहीं है वह प्यार और सम्मान कब और कैसे दे। फिर कहां है कोई अपना? क्या तलाश यूं ही जारी रहेगी? आपने कभी स्वयं से प्रश्न किया या कभी बैठकर यह महसूस किया है।

आपके पास बहुत मित्र हैं। सोशल मीडिया पर आपके दोस्तों की लम्बी कतार है। क्या वे आपके वास्तविक मित्र हैं? अगर नहीं तो फिर उस लम्बी कतार की क्या उपयोगिता? शायद सार्वजनिक तौर पर यह दर्शाना कि आप इतने सामाजिक और व्यवहारिक हैं। उन मित्रों की कतार में से दुःख की घड़ी में आपने किसको अपने पास खड़ा पाया, बस वही आपका वास्तविक मित्र है। सोशल मीडिया पर मित्रों की कतार शायद इसलिए कि आप उनको अपने व्यक्तिगत पोस्ट डालकर ये दिखा सकें कि आप अपने जीवन में क्या कर रहे हैं और कितने सुखी हैं। यदि सोशल मीडिया के मित्र में से कोई अपना नहीं है, तो उनके साथ बात करने का कोई उपयोग नहीं। इसका स्पष्ट तात्पर्य है कि उसमें कोई अपना नहीं है। अभी तक कोई अपना नहीं मिला। अपनों की तलाश जारी है।

क्या अभी तक कोई अपना मिला? नहीं। फिर क्यों तलाशना, क्यों अपेक्षा करना कि आपका कोई अपना भी है। ये तलाश जन्म से लेकर मृत्यु तक चलती रहेगी परन्तु शायद ही कोई मिले या आप बहुत भाग्यशाली होंगे यदि आपको कोई मिलता है जिसके साथ आप ये महसूस करें कि वह आपका अपना है।

यदि आपकी तलाश जारी है तो उसको जारी रखें, परन्तु बेहतर होगा कि आप अपनों को समय दें, उनको प्यार दें, उनका सम्मान करें, तो उनमें से आप किसी न किसी में यह पाएंगे कि वह आपका अपना है जो आपको समय, सम्मान और प्यार तीनों दे रहा है, जिससे आप अपनी हर बात साझा कर सकते हैं। यदि आपकी तलाश सफल हुई और कोई ऐसा मिला जो आपको ये तीनों बिना किसी स्वार्थ के दे रहा है तो आपके लिए वह अमूल्य है, उसको उतना ही सम्मान, प्यार और समय दें जितना वह आपको दे रहा है।

यदि आपको वास्तव में ऐसा कोई नहीं मिला, तो आप अपने आप को ऐसा बनाएं कि किसी की तलाश पूरी हो जाए, आप उसको प्यार, सम्मान और समय तीनों दें, जिससे किसी की अपनों की तलाश पूरी हो जाए।

आपदा से सुरक्षा की ओर एक सशक्त कदम : मॉक ड्रिल का अनुभव



श्री अमित कुमार प्रसाद, व.ले.प.

आज के समय में प्राकृतिक एवं मानव जनित आपदाएँ किसी भी चेतावनी के बिना हमारे जीवन और कार्यस्थलों को प्रभावित कर सकती हैं। भूकंप, अग्निकांड, विद्युत दुर्घटना अथवा अन्य आपात परिस्थितियों से निपटने के लिए केवल संसाधनों की उपलब्धता ही पर्याप्त नहीं होती, बल्कि कर्मचारियों में सही समय पर सही निर्णय लेने की क्षमता, जागरूकता एवं अभ्यास भी अत्यंत आवश्यक है। इसी उद्देश्य से कार्यालय परिसर में समय-समय पर मॉक ड्रिल का आयोजन किया जाना अत्यंत महत्वपूर्ण है।

इसी क्रम में दिनांक 03 दिसम्बर 2025 को ऑडिट भवन कार्यालय परिसर में District Disaster Management Authority (DDMA), Central District के सहयोग से एक मॉक ड्रिल (Mock Drill) का सफल आयोजन किया गया। यह मॉक ड्रिल कर्मचारियों में आपदा प्रबंधन के प्रति जागरूकता बढ़ाने, आपात स्थिति में त्वरित प्रतिक्रिया की क्षमता को परखने तथा भवन की सुरक्षा तैयारियों के मूल्यांकन हेतु आयोजित की गई।



मॉक ड्रिल का उद्देश्य

इस मॉक ड्रिल के आयोजन का मुख्य उद्देश्य कर्मचारियों को आपात स्थिति में सुरक्षित एवं व्यवस्थित ढंग से प्रतिक्रिया देने के लिए प्रशिक्षित करना, भूकंप एवं अग्निकांड जैसी परिस्थितियों में निकासी प्रक्रिया (Evacuation Process) की प्रभावशीलता का परीक्षण करना, भवन में उपलब्ध सुरक्षा व्यवस्थाओं की वास्तविक स्थिति का मूल्यांकन करना, विभिन्न आपात

सेवाओं के बीच समन्वय की जाँच करना इत्यादि था। यह मॉक ड्रिल न केवल एक अभ्यास था, बल्कि एक सीखने का अवसर भी था, जिससे भविष्य में किसी भी आपदा की स्थिति में जान-माल की क्षति को न्यूनतम किया जा सके।

मॉक ड्रिल का आयोजन एवं परिदृश्य

मॉक ड्रिल का आयोजन सुबह 11:33 बजे से 12:03 बजे तक किया गया। इस अभ्यास को भूकंप एवं अग्निकांड (Earthquake & Fire Scenario) के परिदृश्य पर आधारित रखा गया। भवन के प्रथम तल के A और C विंग को ड्रिल के लिए चुना गया, जहाँ इलेक्ट्रिक पैनल में आग लगने की स्थिति को दर्शाया गया। इस परिदृश्य के अंतर्गत कुल छः व्यक्तियों को डमी पीड़ित के रूप में दिखाया गया, जिनमें 02 व्यक्तियों को मृत, 02 व्यक्तियों को मामूली चोटें और 02 व्यक्तियों को गंभीर रूप से घायल दिखाया गया। यह परिदृश्य वास्तविक आपदा के काफी करीब था, जिससे कर्मचारियों और आपात सेवाओं का वास्तविक अनुभव प्राप्त हो सका।



आपात सेवाओं की त्वरित प्रतिक्रिया

ड्रिल के दौरान विभिन्न आपात सेवाओं को तत्काल सूचित किया गया, जिनमें दिल्ली फायर सर्विस, एम्बुलेंस सेवा, दिल्ली पुलिस, पीसीआर वैन, डिजास्टर मैनेजमेंट हेल्पलाइन सभी सेवाओं ने निर्धारित समय के भीतर घटनास्थल पर पहुँचकर अपनी-अपनी भूमिका का प्रभावी ढंग से निर्वहन किया। इससे यह स्पष्ट हुआ कि आपात स्थिति में विभागों के बीच समन्वय संतोषजनक स्तर पर है।



निकासी प्रक्रिया एवं कर्मचारियों की भूमिका

निर्धारित समय पर कार्यालय में हूटर बजाया गया, जिससे सभी कर्मचारियों को आपात स्थिति का संकेत मिला। कर्मचारियों ने शांतिपूर्ण एवं अनुशासित तरीके से सीढ़ियों का प्रयोग करते हुए लिफ्ट का प्रयोग पूर्णतः बंद रखते हुए सुरक्षित रूप से भवन से बाहर निकासी की। इस दौरान Delhi Civil Defence की टीम ने कर्मचारियों को मार्गदर्शन प्रदान किया और सभी को सुरक्षित बाहर निकाला।

सभी कर्मचारी DMS बूथ के पास स्थित ग्राउंड में निर्धारित Assembly Point पर पहुँचकर लाइन में खड़े हुए। यह दृश्य इस बात का प्रमाण था कि कर्मचारियों ने पूर्व निर्देशों का सही ढंग से पालन किया।



प्रशिक्षण एवं प्रदर्शन

ड्रिल के दौरान कर्मचारियों को व्यावहारिक जानकारी भी प्रदान की गई। फायर ब्रिगेड टीम द्वारा Fire Extinguisher के प्रयोग का लाइव प्रदर्शन किया गया। मेडिकल टीम द्वारा Basic First Aid एवं CPR का डेमो दिया गया। कर्मचारियों को Evacuation Route, सुरक्षा उपायों एवं आपदा के समय अपनाई जाने वाली सावधानियों की जानकारी दी गई। इन प्रदर्शनों से कर्मचारियों का आत्मविश्वास बढ़ा और वे आपात स्थिति में स्वयं तथा दूसरों की सहायता करने के लिए अधिक सक्षम महसूस करने लगे।

DDMA के अधिकारियों ने मॉक ड्रिल को सफल बताया और भवन में उपलब्ध सुरक्षा व्यवस्थाओं की सराहना की। साथ ही कुछ महत्वपूर्ण सुझाव भी दिए। इन सुझावों को भविष्य में लागू करने से कार्यालय की सुरक्षा व्यवस्था और अधिक सुदृढ़ होगी।

कर्मचारियों की सहभागिता एवं अनुशासन

इस मॉक ड्रिल में कार्यालय परिसर के लगभग 600 से अधिक कर्मचारियों ने सक्रिय सहभागिता की। सभी ने अनुशासन, शांति एवं जागरूकता के साथ ड्रिल में भाग लिया। यह अत्यंत सराहनीय तथ्य है कि पूरे आयोजन के दौरान किसी प्रकार की दुर्घटना या अव्यवस्था नहीं हुई।



निष्कर्ष

यह मॉक ड्रिल कर्मचारियों की सुरक्षा एवं आपदा प्रबंधन क्षमता को मजबूत करने की दिशा में एक अत्यंत महत्वपूर्ण कदम साबित हुई। इस प्रकार के अभ्यास न केवल संभावित खतरों के प्रति हमें सतर्क करते हैं, बल्कि वास्तविक आपदा की स्थिति में आत्मविश्वास एवं तत्परता भी प्रदान करते हैं। भविष्य में भी समय-समय पर ऐसी मॉक ड्रिल का आयोजन किया जाना कार्यालय परिसर को पूर्णतः सुरक्षित बनाये रखने और सभी कर्मचारियों को आपदा के समय सजग, प्रशिक्षित एवं सक्षम रखने में सहयोग प्रदान करेगा।

जिस तरह रंग सादगी को निखार देते हैं उसी तरह सादगी भी रंगों को निखार देती है। सहयोग सफलता का सर्वश्रेष्ठ उपाय है।

- मुक्ता



**“स्वस्थ कार्यालय, सशक्त कर्मी:
निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर**



श्री अमित कुमार प्रसाद, व.ले.प.

स्वस्थ मानव संसाधन किसी भी संगठन की सबसे बड़ी पूँजी होती है। एक सशक्त, जागरूक एवं सुरक्षित कार्य-परिवेश तभी संभव है जब कर्मचारियों के शारीरिक स्वास्थ्य एवं आपातकालीन प्रतिक्रिया क्षमता पर निरंतर ध्यान दिया जाए। इसी उद्देश्य को साकार करते हुए कार्यालय महानिदेशक लेखा परीक्षा (केंद्रीय व्यय), नई दिल्ली के कल्याण अनुभाग द्वारा दिनांक 16 एवं 17 दिसंबर 2025 को कार्यालय परिसर में निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर तथा Quick Response Team (QRT) के लिए Basic Life Support प्रशिक्षण का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया।



यह आयोजन न केवल एक प्रशासनिक गतिविधि थी, बल्कि कर्मचारियों के प्रति कार्यालय की संवेदनशीलता, उत्तरदायित्व और मानव-केंद्रित दृष्टिकोण का जीवंत उदाहरण भी बनी।

स्वास्थ्य जागरूकता की ओर एक ठोस कदम

आधुनिक जीवन-शैली, लंबे कार्य घंटे, तनाव एवं शारीरिक निष्क्रियता के कारण स्वास्थ्य समस्याएँ आज आम होती जा रही हैं। ऐसे में कार्यस्थल पर स्वास्थ्य जाँच की सुविधा उपलब्ध कराना समय की आवश्यकता है। इस आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए आयोजित निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर में कर्मचारियों को एक ही स्थान पर अनेक जाँच एवं परामर्श सुविधाएँ उपलब्ध कराई गईं। शिविर में BP एवं Blood Sugar जाँच, ECG, PFT (फेफड़ों की जाँच), PTA (कान की जाँच), नेत्र परीक्षण, सामान्य रक्त जाँच, चिकित्सक परामर्श, फिजियोथेरेपी परामर्श, आहार एवं जीवन-शैली संबंधी परामर्श आदि सेवाएँ उपलब्ध कराई गईं। इन सभी सेवाओं का लाभ कर्मचारियों ने अत्यंत उत्साह एवं अनुशासन के साथ लिया।



व्यापक सहभागिता - एक अनुकरणीय उदाहरण

इस शिविर की सबसे उल्लेखनीय विशेषता रही सभी वर्गों की व्यापक भागीदारी। कार्यालय परिसर में स्थित पाँचों कार्यालयों के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने स्वास्थ्य परीक्षण करवाया। इसके अतिरिक्त कैंटीन स्टाफ, SSF स्टाफ, सहायक एवं फील्ड कर्मी आदि ने भी बढ़-चढ़कर सहभागिता निभाई। कुल मिलाकर लगभग 500 लोगों ने विभिन्न स्वास्थ्य जाँच करवाई, जो इस आयोजन की सफलता और उपयोगिता को स्पष्ट रूप से दर्शाता है। यह दृश्य अत्यंत प्रेरणादायक था, जहाँ अधिकारी, कर्मचारी एवं सहयोगी स्टाफ बिना किसी भेदभाव के एक साथ स्वास्थ्य के प्रति जागरूक दिखाई दिए।

BLS प्रशिक्षण : आपात स्थितियों के लिए तैयार Quick Response Team

स्वास्थ्य जाँच के साथ-साथ Quick Response Team (QRT) के सदस्यों के लिए Basic Life Support (BLS) प्रशिक्षण का आयोजन भी किया गया। यह प्रशिक्षण आपातकालीन परिस्थितियों में त्वरित एवं सही प्रतिक्रिया देने की दिशा में एक अत्यंत महत्वपूर्ण पहल रही। प्रशिक्षण के दौरान प्रतिभागियों को निम्नलिखित विषयों पर व्यावहारिक जानकारी दी गई -

- CPR (Cardiopulmonary Resuscitation)
- अचानक हृदयगति रुकने की स्थिति में प्राथमिक सहायता
- बेहोशी, दम घुटने एवं अन्य आपात स्थितियों में त्वरित कार्रवाई
- टीमवर्क एवं समन्वय

यह प्रशिक्षण न केवल तकनीकी ज्ञान तक सीमित रहा, बल्कि प्रतिभागियों में आत्मविश्वास, तत्परता एवं जिम्मेदारी की भावना को भी मजबूत कर गया।



नेतृत्व की उपस्थिति और प्रेरणादायक शब्द

इस आयोजन की गरिमा उस समय और भी बढ़ गई जब कार्यालय प्रमुख, निदेशक प्रशासन महोदय एवं अन्य सभी कार्यालयों के वर्ग अधिकारी स्वयं शिविर में उपस्थित हुए। उन्होंने पूरे आयोजन का अवलोकन किया, व्यवस्थाओं की सराहना की तथा कर्मचारियों से संवाद किया।



कार्यालय प्रमुख ने इस पहल की खुले दिल से प्रशंसा करते हुए कहा कि ऐसे आयोजन कर्मचारियों के स्वास्थ्य, मनोबल एवं संगठनात्मक संस्कृति को सुदृढ़ करते हैं। साथ ही उन्होंने भविष्य में भी इस प्रकार के स्वास्थ्य एवं क्षमता-विकास कार्यक्रम नियमित रूप से आयोजित करने की आवश्यकता पर बल दिया। उनके प्रेरणादायक शब्दों ने आयोजन से जुड़े सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों का उत्साह कई गुना बढ़ा दिया।

सफल आयोजन के पीछे टीमवर्क

इस संपूर्ण आयोजन की सफलता के पीछे कल्याण अनुभाग, प्रशासनिक अधिकारियों, चिकित्सा टीम, Quick Response Team तथा स्वयंसेवकों का समर्पित प्रयास रहा। समय-पालन, अनुशासन, साफ-सफाई, बैठने की व्यवस्था, पंजीकरण से लेकर जाँच तक - हर स्तर पर सुनियोजित कार्यप्रणाली देखने को मिली। यह आयोजन यह संदेश देने में सफल रहा कि सामूहिक प्रयास और सकारात्मक सोच से कोई भी लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है।



निष्कर्ष

निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर एवं BLS प्रशिक्षण का यह संयुक्त आयोजन केवल एक कार्यक्रम नहीं था, बल्कि यह कार्यालय परिवार के लिए स्वास्थ्य, सुरक्षा एवं संवेदनशील प्रशासन की दिशा में एक मजबूत कदम था। इस प्रकार के आयोजन न केवल कर्मचारियों को शारीरिक रूप से स्वस्थ रखते हैं, बल्कि उन्हें मानसिक रूप से भी आश्वस्त करते हैं कि उनका संगठन उनके साथ खड़ा है। आशा है कि भविष्य में भी ऐसे ही प्रेरणादायक, जन-कल्याणकारी एवं सहभागितापूर्ण कार्यक्रम आयोजित होते रहेंगे। स्वस्थ कर्मचारी - सशक्त संगठन - समर्पित सेवा यही इस आयोजन की सच्ची उपलब्धि है।

जिस काम की तुम कल्पना करते हो उसमें जुट जाओ।
साहस में प्रतिभा, शक्ति और जादू है। साहस से काम
शुरु करो पूरा अवश्य होगा।

- अज्ञात



“घर की ओर चलती शामें”



सुश्री रवीना मीना

हर शुक्रवार की शाम को जैसे ही आगरा की दिशाओं में सूरज ढलता, अर्जुन की आँखों में उम्मीद की एक अलग सी चमक जाग उठती। दिल्ली की भीड़-भाड़ वाली सड़कों, सरकारी कार्यालय में फाइलों और रिपोर्टों के बीच उसकी एक ही चाह होती – घर लौटना।

अर्जुन एक सरकारी विभाग में एक मेहनती कर्मचारी था। दिल से वह उत्तर प्रदेश का था, लेकिन नौकरी की मजबूरी ने उसे आगरा से करीब 270 किलोमीटर दूर दिल्ली में काम करने पर मजबूर कर दिया था। दिल चाहता तो वह घर के पास ही कोई काम ढूँढ सकता था, लेकिन उसने परिवार की ज़रूरतों और कर्तव्यों को पहले रखा।

घर पर उसके पिता, माँ और छोटी बहन रहते थे।

उसके पिता अब 70 के पार थे – चलने में धीमे, बातों में थोड़े कमज़ोर, लेकिन विचारों में आज भी तेज।

माँ एक गृहिणी – सुबह की चाय से रात की देसी रोटी तक सब संभालती; पर अकेलेपन से लड़ती।

और उसकी छोटी बहन – उसकी शादी को लेकर घर-परिवार से बढ़ती उम्मीदें, पर सही साथी न मिलने की चिंता।

अर्जुन खुद न तो शादी करना चाहता था, न कहीं और जाने का मन था। उसकी एक ही प्राथमिकता थी – परिवार को संतुलित रखना।

संघर्ष की राह

अर्जुन की ज़िंदगी कोई आसान कहानी नहीं थी।

हर सोमवार की सुबह जब नौकरी के लिए बस चलती, उसके दिल में हल्की सी उदासी बस जाती – घर की याद, पापा के थके पांव, माँ की खैर, बहन की परेशानियाँ – सब का बोझ उसके कंधों पर।

लेकिन हर शुक्रवार की शाम आते ही उसके अंदर एक अलग सी ऊर्जा जागती:

“ये हफ्ता भी कट गया... अब घर जाना है।”

काम और जिम्मेदारी

सरकारी कार्यालय में काम का थकाऊ ढर्रा – फाइलें, रिपोर्ट, मीटिंग, ई-मेल्ल्स – हर रोज नई चुनौतियाँ।

कभी-कभी शाम के बाद भी काम रहता, पर अर्जुन का मन हमेशा फोन पर टिका रहता –

“माँ ने खाना खा लिया? पापा ने तीसरी दवा ले ली? बहन को आज कौन कॉलेज छोड़ रहा है?”

घर की जिम्मेदारी

जब अर्जुन घर पहुंचता,

पापा की आँखों में राहत होती,

माँ की थकी परतें मुस्कान में बदल जातीं,

और बहन की परेशानियाँ थोड़ी हल्की प्रतीत होतीं।

वह बहन की पढ़ाई, माँ के डॉक्टर के अपॉइंटमेंट, पिताजी की दवाइयाँ – सबको बड़े प्यार से संभालता।

हर छोटा काम उसके लिए बड़ा सम्मान बन जाता।

पिता की सीख

एक दिन पापा ने अर्जुन की कलाई पकड़ते हुए कहा,

“बेटा, मैं बूढ़ा हो रहा हूँ। तुम अपनी नौकरी और घर दोनों संभाल रहे हो – मैं जानता हूँ कठिन है। पर याद रखो – घर वो नींव है, जहाँ से इंसान बाहर की दुनिया का सामना करता है।”

पापा की आवाज़ में प्रेम, गर्व और चिंता – तीनों झलक रहे थे।

हर मेहनती बेटे की दास्ताँ

अर्जुन की कहानी सिर्फ उसकी ही नहीं थी –

ये हर उस बेटे की कहानी थी जो घर से दूर नौकरी करता है,

हर उस बहन की कहानी जो परिवार की चिंता में खुद खो जाती है,

और हर उस माँ-बाप की कहानी जो अपने बच्चों की उपलब्धियों में अपने स्वप्न देखते हैं।

अर्जुन हर हफ्ते घर जाता –

क्योंकि काम ज़रूरी था, लेकिन परिवार पहले।

वह जानता था कि एक सही संतुलन ही जीवन को सुन्दर बनाता है –

काम और परिवार दोनों में न्याय।

अंत में..

अर्जुन की ज़िंदगी संघर्ष, प्यार, समर्पण और कर्तव्य का संगम थी।

हर शुक्रवार उसकी उम्मीद थी,

हर सोमवार उसका संघर्ष।

फिर भी उसने कभी हार नहीं मानी —

क्योंकि घर की खुशियाँ ही उसके सच्चे जज़्बात थे।

अमरनाथ यात्रा



सुश्री विदुषी वत्स, स.ले.प.अ

"अनंत आकाश की ऊंचाइयों और बर्फ से ढकी हिमालय की धवल चोटियों के बीच स्थित श्री अमरनाथ गुफा केवल एक तीर्थस्थल नहीं, बल्कि करोड़ों हिंदुओं की अटूट आस्था का केंद्र है। यह यात्रा मैंने और मेरी दीदी ने 2024 अगस्त में की थी। मेरे माता-पिता ने अपने बचपन में यह यात्रा कर रखी थी इसलिए वे हमारे साथ नहीं गये। दिल्ली से विमान द्वारा 11 अगस्त को श्रीनगर के लिए निकल पड़े। हमने अपने साथ इस बार गर्म वस्त्र भी लिये थे क्योंकि वहां पर बहुत ठंड होती है। ठीक समय पर हमारी उड़ान श्रीनगर पहुँची। पहले से हमने टैक्सी बुक करवा रखी थी। हम सबसे पहले गुलमर्ग देखने पहुँचे। यह भारत के जम्मू कश्मीर का एक पहाड़ी इलाका है। इसका पहले नाम गौरीमर्ग था। लेकिन 16वीं शताब्दी में युसुफ शाह ने इसे बदलकर गुलमर्ग कर दिया। यह इतना सुंदर है, इतना सुंदर है कि इसे धरती का स्वर्ग कहा जाता है किसी कवि ने क्या खूब कहा है 'अगर धरती पर स्वर्ग है तो यहीं है, यहीं है, यहीं है'। यहाँ बर्फ से ढकी हुई पहाड़ी वादियां, चीड़ और चिनार के पेड़ इसकी खूबसूरती को चार चाँद लगा देते हैं। यहाँ दूर-दूर से और विदेशों से भी बहुत पर्यटक घूमने आते हैं। यहाँ दुनिया की सबसे ऊँची और सबसे लंबी केबलकार जो कि गुलमर्ग गोंडोला पहला चरण और दूसरा कोंगडोरी चरण जो कि काफी ज्यादा ऊंचाई पर है। पर्यटक इस केबलकार का काफी आनंद लेते हैं और हमने भी भरपूर इसका आनंद लिया।

तत्पश्चात हम पहलगाम के लिए रवाना हुए। रास्ते में रूक-रूक कर अपनी मनपसंद जगह पर तस्वीरें खींचते और हरे-भरे चरागाहों, झरने, पहाड़ी नादियों को देखते हुए आगे बढ़ते जा रहे थे। वहाँ पर हमने बादाम, खुरमानी, सेब, आड़ू इन सब फलों के पेड़ देखे जो कि फलों से लदे हुए थे और हमने स्वयं तोड़कर इन रसीले और एकदम तरोताजा फलों का स्वाद लिया वे तो अवर्णनीय हैं। इसके बाद हम पहलगाम पहुँच गए जो कि अमरनाथ यात्रा का महत्वपूर्ण पड़ाव है। पहलगाम एक अति लोकप्रिय पर्यटन और पर्वतीय स्थल है। अभी हाल ही में पहलगाम के पास वैसरन घाटी पर एक आतंकवादी हमला हुआ जिसमें 26 पर्यटकों की जान चली गई। बेचारे बेकसूर, घूमने आये थे और मौत को गले लगाना पड़ा और लगभग 20 से अधिक लोग घायल हो गए थे। ऐसी घटनाएँ बहुत ही निंदनीय हैं। मेरी उन परिवारों के साथ पूरी सहानुभूति है जिन्होंने अपने प्राण प्रिय जनों को खो दिया। हम भी खच्चरों द्वारा वैसरन घाटी देखने गए उस समय बारिश बहुत हो रही थी और जमीन काफी दलदली भी हो रही थी फिर भी हमने इस घाटी का भरपूर आनंद उठाया। इसके बाद हम सोनमर्ग की ओर चल पड़े। रास्ते में बहुत ही मनमोहक दृश्य थे सोनमर्ग पहलगाम से लगभग साढ़े चार घंटे की दूरी पर है। यहाँ पर हरे-हरे घास के मैदान हैं और नीले आसमान के नीचे बर्फीले पहाड़ हैं। सिंधु नदी यहाँ से होकर बहती है, खिलते रंग बिरंगे फलों, हरे भरे मैदानों, टेढ़ी, मेढ़ी पगडंडियों और बर्फ से ढके पहाड़ सबका दिल जीतते

हैं। सोनमर्ग में घूमने की कई जगह है लेकिन समय की कमी के कारण हम ज्यादा घूम नहीं पाए। यहाँ पर जोजीला दर्रा, बालटाल घाटी, मेरी माता जी ने इसी घाटी से लगभग 45 वर्ष पहले मेरे नाना-नानी और मामा जी के साथ श्री अमरनाथ जी की यात्रा की थी। उन्हीं की यात्रा की बातें सुनकर मैं बहुत प्रभावित हुई थी तब से मैंने सोचा था कि मुझे जब भी भगवान मौका देंगे मैं जरूर यहाँ की यात्रा करूँगी।

हम 'श्री अमरनाथ' यात्रा के लिए सोनमर्ग से हेलीकाप्टर में बैठे और उसने हमें पंचतरणी पर उतारा। पंचतरणी एक पवित्र नदी है जहाँ कुछ लोग बर्फीले पानी से स्नान भी करते हैं। भगवान की कृपा से मौसम एकदम अनुकूल था। वहाँ से पवित्र गुफा लगभग 6 किलोमीटर दूर है जहाँ से हम बाबा भोलेनाथ के जयकारे लगाते हुए पैदल चल पड़े। वहाँ रास्ते में ठहरने का कोई स्थान नहीं है इसलिए मैं और दीदी लगातार चलते ही जा रहे थे जबकि हम लोग बहुत थके हुए थे लेकिन मन में बहुत उत्साह था बाबा के दर्शन करने का। आगे जाकर हमने कुछ जलपान किया और फिर आगे बढ़ते रहे और जो लोग दर्शन करके वापिस आ रहे थे उनसे पूछ रहे थे कि कितनी दूर रह गया है। यह करते-करते आखिर में वो शुभ घड़ी आ ही गई कि बाबा की गुफा हमें दिखाई देने लगी और हम बहुत जल्द ही बाबा बर्फानी की पवित्र गुफा में पहुँच गए। हमें विश्वास ही नहीं हो रहा था कि सचमुच हम पहुँच गए और आँखों में खुशी के आँसू थे। अमरनाथ गुफा मंदिर हिंदू धर्म का एक प्रमुख तीर्थ स्थल है जो कि कश्मीर के हिमालय में स्थित है। यह गुफा बहुत ही ऊँचाई पर स्थित है यह पवित्र गुफा काफी लंबी चौड़ी और गहरी है।

यह गुफा भगवान शिव को समर्पित है और यह लगभग 5000 वर्ष से भी अधिक पुरानी मानी जाती है। यह गुफा प्राकृतिक शिवलिंग के निर्माण के लिए प्रसिद्ध है। जो हर साल 'राखी' पूर्णमासी पर बर्फ से पूरा बनता है, इसका आकार चन्द्रमा के अनुसार घटता बढ़ता है। यहाँ यह भी मान्यता है कि भगवान शिव ने माता पार्वती को अमरकथा सुनाई थी। माना जाता है कि यहाँ पर दो सफेद कबूतरों का जोड़ा है जिन्होंने भगवान शिव के द्वारा कही जाने वाली कथा को स्वयं सुना था और वे भी अमर हो गए वहाँ पर जब हम पहुँचे भीड़ बहुत ज्यादा थी। मैं और दीदी आपस में बिछुड़ गए और दोनों ने अलग-अलग दर्शन किये। दर्शन करने के बाद सौभाग्यवश शिवजी की आरती होने लगी। हमने बहुत ही श्रद्धा भाव से आरती की जब कि हम दोनों अलग-अलग हो गए थे लेकिन फिर भी एक घंटे तक हम गुफा के अंदर ही थे मन में बहुत खुशी और आनंद था कि हम भगवान की आरती में सम्मिलित हो गए। हम दोनों के फोन भी बंद हो गये थे। उसके बाद जैसे ही हम दोनों दर्शन करने के बाद बाहर निकले तो दोनों एक दूसरे से मिल गए।

हमने अपनी वापसी की यात्रा शुरू कर दी। हम अब बहुत थके हुए थे और खच्चरों पर सवार हो गए और नीचे पंचतरणी तक आ गए। इसके बाद हेलीकाप्टर से हम सोनमर्ग तक आ गए। हमने भगवान को लाख लाख धन्यवाद दिया और हमारी श्री अमरनाथ की यात्रा सफल हुई। वहाँ पर हमने कुछ खरीददारी की और खाया पिया तथा टैक्सी द्वारा श्रीनगर पहुँच गए। 15 अगस्त को हम लाल चौक पर थे और हमने वहाँ 'स्वतंत्रता दिवस' पर ध्वजारोहण समारोह में सम्मिलित हुए और हम दोनों अपने आप को बहुत गौरवान्वित महसूस कर रहे थे कि हमारे यशस्वी प्रधानमंत्री और आदरणीय गृह मंत्री के अथक प्रयासों से यह सब सम्भव हो पाया। हमने 'लाल चौक' पर अपनी भारतीय सेना का शौर्य और साहस देखा तो मन उल्लास से भर गया और हमने उनके साथ तस्वीरें भी लीं। संध्या होने पर हम एयरपोर्ट की ओर रवाना हुए और समय पर पहुँच कर दिल्ली के लिए उड़ान भरी और दिल्ली पहुँच गए। इस प्रकार मेरी रोमांचित यात्रा का समापन हुआ और मेरे दिलो दिमाग में आज भी इसकी स्मृतियाँ बनी हुई हैं।

कार्यालय कार्य-तनाव: कारण, और समाधान प्रभाव



श्री प्रशांत वशिष्ठ, स.ले.प.अ.

वर्तमान समय में, कार्यालय जीवन तेज़ प्रतिस्पर्धा, लक्ष्य-आधारित कार्यप्रणाली और समृद्ध जिम्मेदारियों से भरा हुआ है। ऐसे वातावरण में कार्य-तनाव (Office Work Stress) एक सामान्य लेकिन गंभीर समस्या बन गया है। यदि समय रहते इसका प्रबंधन न किया जाए, तो यह न केवल कर्मचारी के स्वास्थ्य को प्रभावित करता है, बल्कि कार्यक्षमता और संस्थान की उत्पादकता पर भी प्रतिकूल प्रभाव डालता है।

कार्यालय कार्य-तनाव क्या है?

कार्यालय कार्य-तनाव वह मानसिक और शारीरिक दबाव है, जो काम के बोझ, समय-सीमा, अपेक्षाओं, कार्य-संस्कृति या कार्यस्थल के वातावरण के कारण उत्पन्न होता है। जब किसी कर्मचारी को अपनी क्षमता से अधिक कार्य या लगातार दबाव का सामना करना पड़ता है, तो तनाव की स्थिति बन जाती है।

कार्यालय तनाव के प्रमुख कारण

- अत्यधिक कार्यभार और समय-सीमा का दबाव
- वरिष्ठ अधिकारियों की अत्यधिक अपेक्षा
- कार्य-जीवन संतुलन (Work-Life Balance) की कमी
- नौकरी की सुरक्षा
- स्पष्ट भूमिका और जिम्मेदारियों का अभाव
- कार्यालय में तनावपूर्ण या असहयोगी वातावरण

कार्यालय तनाव के प्रभाव

लगातार कार्य-तनाव से कर्मचारी में चिड़चिड़ापन, थकान, एकाग्रता की कमी, अनिद्रा, सिरदर्द और उच्च रक्तचाप जैसी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। इसके अलावा, यह कार्य-प्रदर्शन को प्रभावित करता है, निर्णय-क्षमता कमजोर होती है और कार्य-संतुष्टि घट जाती है। लंबे समय तक बना रहने वाला तनाव, अवसाद और बर्नआउट सिंड्रोम का कारण भी बन सकता है।

1. अत्यधिक कार्यभार और समय-सीमा का दबाव

जब किसी कर्मचारी को सीमित समय में बहुत अधिक काम सौंप दिया जाता है, तो मानसिक दबाव बढ़ जाता है। लगातार डेडलाइन पूरी करने की चिंता से थकान, चिड़चिड़ापन और एकाग्रता की कमी होने लगती है, जिससे तनाव उत्पन्न होता है।

2. वरिष्ठ अधिकारियों की अत्यधिक अपेक्षा

कभी-कभी वरिष्ठ अधिकारी, कर्मचारियों से उनकी क्षमता या कम संसाधनों में अधिक अपेक्षा करते हैं। निरंतर निगरानी, बार-बार सुधार की मांग और सराहना की कमी से कर्मचारी स्वयं को दबाव में महसूस करता है, जिससे तनाव बढ़ता है।

3. कार्य-जीवन संतुलन (Work-Life Balance) की कमी

जब कार्यालय का काम निजी जीवन पर हावी हो जाता है और व्यक्ति को परिवार, विश्राम या स्वयं के लिए समय नहीं मिल पाता, तो मानसिक असंतुलन पैदा होता है। यह स्थिति लंबे समय तक बनी रहे तो तनाव और बर्नआउट सिंड्रोम का कारण बनती है।

4. नौकरी की असुरक्षा

नौकरी जाने का डर, अनुबंध आधारित नियुक्ति, स्थानांतरण की आशंका या पदोन्नति को लेकर अनिश्चितता कर्मचारी को लगातार चिंता में रखती है। यह असुरक्षा भावनात्मक तनाव और आत्मविश्वास की कमी को जन्म देती है।

5. स्पष्ट भूमिका और जिम्मेदारियों का अभाव

जब कर्मचारी को यह स्पष्ट न हो कि उसकी भूमिका क्या है और उससे क्या अपेक्षित है, तो भ्रम और असमंजस की स्थिति बनती है। बार-बार बदलती जिम्मेदारियों और अस्पष्ट निर्देश तनाव को बढ़ाते हैं।

6. कार्यालय में तनावपूर्ण या असहयोगी वातावरण

यदि कार्यस्थल पर आपसी सहयोग की कमी, गुटबाजी, टकराव, राजनीति या नकारात्मक माहौल हो, तो कर्मचारी असहज महसूस करता है। ऐसा वातावरण मानसिक शांति भंग करता है और कार्य-तनाव को और बढ़ा देता है।

निष्कर्ष

कार्यालय कार्य-तनाव आज की कार्यसंस्कृति की एक वास्तविक चुनौती है, लेकिन सही दृष्टिकोण और प्रभावी प्रबंधन से इसे नियंत्रित किया जा सकता है। संतुलित जीवनशैली, सकारात्मक सोच और सहयोगपूर्ण कार्य-पर्यावरण न केवल कर्मचारियों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाते हैं, बल्कि संगठन की सफलता में भी महत्वपूर्ण योगदान देते हैं।

यूरोप: जहाँ यात्रा आपको जीना सिखाती है



सुश्री दिव्या राजपूत, लेखापरीक्षक

यूरोप आपको अभिभूत नहीं करता, बल्कि वह आपको धीरे-धीरे अपने में समा लेता है।

वह आपका स्वागत फुटपाथ के कैफे में बिताई गयी धीमी सुबह से करता है। ध्यानमग्न कर देने वाली ट्रेन यात्राओं से और उन शहरों से जहाँ इतिहास काँच के पीछे सुरक्षित नहीं रखा गया है, बल्कि हर दिन जिया जाता है। यूरोप की यात्रा मेरे लिए सिर्फ जगहें देखने की नहीं, बल्कि एक नई जीवन-शैली को महसूस करने का अनुभव थी। यूरोप की गलियों में घूमते हुए लगा जैसे मैं सिर्फ देशों को नहीं, बल्कि एक अलग जीवन-दृष्टि को महसूस कर रही हूँ।

हर स्थान अपनी एक अलग लय लिए हुए था। **पेरिस** ने मुझे ठहरने की कला सिखाई-कैसे सौन्दर्य रोजमर्रा के पलों में भी सहज रूप से मौजूद हो सकता है। **एम्स्टर्डम** ने दिखाया कि लोग सार्वजनिक स्थलों का सम्मान करते हैं तो एक शहर कितनी खूबसूरती से संचालित हो सकता है। **स्विट्ज़रलैंड**, जहाँ ट्रेन की खिड़कियों से आल्पस के पार देखते हुए मुझे यह एहसास हुआ कि कभी-कभी यात्रा स्वयं ही एक गंतव्य होती है।



सीमाओं और भाषाओं के पार एक संदेश निरंतर बना रहा: जीवन को सार्थक होने के लिए जल्दबाजी में जीने की आवश्यकता नहीं होती। **यूरोप** ने स्वयं को भव्य इमारतों में नहीं बल्कि छोटे-छोटे मानवीय क्षणों में प्रकट किया।

एम्स्टर्डम में एक ट्रेन स्टॉप पर बिना नेटवर्क के खड़ी हुई और भारी बैग से लदी हुई मैं जब एक अजनबी से मिली जिसने मुझे संघर्ष करते हुए देखा तो वो मदद के लिए मेरे पास आया। उसने सिर्फ मुझे रास्ता ही नहीं बताया बल्कि मेरे साथ चला, मेरा सामान उठाया और मेरी सुरक्षा सुनिश्चित करने के बाद चुपचाप चला गया। कोई नाटक नहीं बस कर्म में उतरी हुई सहानुभूति।

ज्यूरिख में मेरे पास फ्रैंक नहीं थे और यूरो में टिकट न मिल पाने के कारण मेरी असमर्थता देखते हुए एक महिला आगे आई। उसने टिकट के पैसे दिए और विनम्रता से पैसे लेने से मना कर दिया। वह मेरे साथ चली, परिवहन प्रणाली समझाई, सुरक्षा से जुड़े सुझाव साझा किए। बाद में बातों-बातों में मुझे पता चला कि उसके पति भी भारत में संगीतकार के रूप में काम कर चुके हैं। संस्कृतियाँ बिना किसी प्रयास के एक-दूसरे से जुड़ गईं।

भोजन भी एक कहानीकार बन गया। इतालवी व्यंजनों में पीढ़ियों की परंपरा समाई हुई थी। **स्पेनिश रात्रिभोज** में सुविधा से अधिक बातचीत का उत्सव मनाया जाता था। यहाँ तक कि एक साधारण से दिखने वाले कैफे का भोजन भी उद्देश्यपूर्ण लगा - एक शांत सा स्मरण कि साधारण सा भोजन भी संतोषजनक हो सकता है।

और फिर था (**पुर्तगाल**), **लिस्बन** में टैगस नदी के किनारे खड़े होकर मैंने उसकी प्रतिकृति देखी **वास्को-दी-गामा**, वह महान विभूति जो सदियों पहले भारत की ओर रवाना हुआ था। उस क्षण मुझे इतिहास व्यक्तिगत सा महसूस हुआ। वह समुद्र जिसने कभी दो दूरस्थ दुनियाओं को जोड़ा था, अचानक छोटा लगने लगा। एक भारतीय यात्री के रूप में उस पुर्तगाली जहाज को देखना जिसने कभी मेरे देश की धरती को छुआ था, जिज्ञासा से कहीं अधिक गहरी भावना को जगाता था। ऐसा लगा मानो समय का एक चक्र पूरा हो गया हो। अतीत अब केवल पाठ्यपुस्तकों तक सीमित नहीं था, वह मेरे सामने खड़ा था। शांत और स्थिर मुझे यह याद दिलाते हुए कि यात्राओं ने कैसे सीमाओं और भाषाओं के पार सभ्यताओं को आकार दिया है। एक भारतीय यात्री के रूप में, इन क्षणों ने मेरे भीतर गहरा आत्मचिंतन जगाया। भारत सहअस्तित्व, सहनशीलता और भावनात्मक ऊष्मा सिखाता है। यूरोप ने उसमें एक परत जोड़ दी - नागरिक अनुशासन, समय के प्रति सम्मान और सार्वजनिक स्थानों की देखभाल सुचारु रूप से करना। सार्वजनिक स्थान सामूहिक रूप से अपने लगते थे व्यवस्था थोपे जाने जैसी नहीं लगी। वह समझी हुई लगी। एक बात यूरोप यात्रा में स्पष्ट हुई वह यह थी कि शिक्षा ने दैनिक जीवन को कितनी गहराई से आकार दिया है। यूरोप में शिक्षा नौकरी पाने का माध्यम कम और नागरिकता की नींव अधिक प्रतीत हुई। लोग जागरूक, जिज्ञासु और समाज में अपनी भूमिका के प्रति सजग दिखे। नागरिक भवन कतार में खड़े होना, सार्वजनिक स्थानों का सम्मान करना, नियमों का पालन करना। दंड से नहीं बल्कि अपनी समझ से ज्यादा या शिक्षा कक्षाओं की सीमाओं से बहुत आगे तक फैली हुई थी। संग्रहालय बच्चों के सवालों से जीवंत थे। सार्वजनिक स्थानों ने केवल दिशा नहीं दी बल्कि सीखने को प्रोत्साहित किया। कैफे और पुस्तकालय में होने वाली चर्चाएं एक ऐसी संस्कृति को दर्शाती थी जो आलोचनात्मक सोच और सूचित विचारों को महत्व देती है। ज्ञान ने आत्मविश्वास और शांति में रूपांतरित हो जाना सीखा था। यह अंतर अनिवार्य रूप से मुझे भारत के बारे में चिंतन करने की ओर ले गया। मुझे महसूस हुआ कि भारत में

बुद्धिमत्ता, महत्वाकांक्षा या प्रतिभा की कोई कमी नहीं है। जिसकी कमी हम हमेशा महसूस करते हैं वह है एक ऐसी शिक्षा जो समझ, नैतिकता, सहानुभूति और जिम्मेदारी को पोषित करे सिर्फ प्रतिस्पर्धा को नहीं।



अक्सर शिक्षा को केवल डिग्रियों, रैंकिंग और रोजगार योग्यता तक सीमित कर दिया जाता है जबकि नागरिक जागरूकता व तार्किक सोच पीछे छूट जाती है। एक शिक्षित समाज वह नहीं है जहां हर कोई अंग्रेजी बोलता है या उच्च डिग्रियाँ रखता है बल्कि वो समाज है जहाँ लोग एक दूसरे को समझते हैं सार्वजनिक स्थानों का सम्मान करते हैं गलत होने पर प्रश्न उठाते हैं और सामूहिक कल्याण को महत्व देते हैं। यूरोप ने मुझे सिखाया कि जब शिक्षा समावेशी और मानवीय होती है तो वह भय की बजाय विश्वास, अराजकता के बजाय अनुशासन उत्पन्न करती है। भारत जैसे विविध और शक्तिशाली देश के लिये आगे बढ़ने हेतु शिक्षा को परीक्षा केन्द्रित होने के बजाय जीवन केन्द्रित बनाना होगा। जब शिक्षा गरिमा सह अस्तित्व और जवाबदेही सिखाती है, तब प्रगति टिकाऊ बनती है और संस्थाएं मजबूत बनती हैं। हम अवसंरचना में सुधार करते हैं और सामाजिक सद्भाव को मजबूत करते हैं।

मैं केवल तस्वीरों और स्मृति चिन्हों के साथ नहीं बल्कि एक स्पष्ट दृष्टि के साथ लौटी यूरोप अपने स्मारकों के लिये जाना जाता होगा, लेकिन मेरे लिये उसकी वास्तविक सुन्दरता, वहां के लोगों में छोटी-छोटी सीखों व अनुभवों में निहित है, जिन्हें हम अपनी जिन्दगी में पीछे छोड़ जाते हैं। यूरोप ने मुझे यह सिखाया कि जब शिक्षा चरित्र को गढ़ती है और चरित्र समाज को आकार देता है तब साधारण से देश भी असाधारण बन जाते हैं जैसा कि महात्मा गांधी ने कहा था “दुनिया मेरा परिवार है” जो वसुधैव कुटुंबकम् का एक सुंदर प्रतिबिंब है यात्रा इस सत्य को और वास्तविक बना देती है- सीमाएँ मनुष्यों द्वारा बनायी जाती हैं लेकिन मानवता हम सबकी साझा धरोहर है।



तेज़ रफ्तार दुनिया में कार्य और जीवन का संतुलन



सुश्री शोभा रमन, व.ले.प.अ.

आज का कार्य वातावरण कुछ ऐसा हो गया है कि दिन कब शुरू होता है और कब खत्म, इसका एहसास भी धीरे-धीरे कम होता जा रहा है। सुबह की शुरुआत अक्सर ईमेल से होती है और दिन का अंत भी किसी अधूरे काम या अगले दिन की योजना के साथ। इस पूरी प्रक्रिया में काम हमारे जीवन का इतना बड़ा हिस्सा बन जाता है कि बाकी चीज़ें अनजाने में पीछे छूटने लगती हैं।

ऑफिस की भागदौड़, मीटिंग्स, डेडलाइन्स और लगातार बढ़ती अपेक्षाएँ—ये सब एक सामान्य दिनचर्या का हिस्सा बन चुके हैं। हर दिन कुछ हासिल करने की चाह में हम लगातार आगे बढ़ते रहते हैं, लेकिन कभी-कभी यह महसूस होता है कि इस दौड़ में कहीं ठहराव के पल कम होते जा रहे हैं। काम के बीच छोटे-छोटे ब्रेक, अपने लोगों के साथ बिताए पल, या बस कुछ समय अपने साथ—ये सब धीरे-धीरे सीमित होते नजर आते हैं।

दिलचस्प बात यह है कि जब कभी थोड़ा समय खुद के लिए मिलता है, तो एक अलग ही ताजगी महसूस होती है। जैसे मन और सोच दोनों को एक नई ऊर्जा मिल जाती है। फिर वही काम, जो कभी बोझ लगता था, थोड़ा सहज और हल्का महसूस होने लगता है।

इस तेज़ रफ्तार जीवन में यह साफ दिखता है कि काम और जीवन एक-दूसरे से अलग नहीं हैं, बल्कि एक-दूसरे को प्रभावित करते हैं। इनमें से जब एक संतुलित रहता है, तो दूसरा भी बेहतर तरीके से चलता है, और शायद यही आज के समय की सबसे बड़ी सच्चाई है—कि व्यस्तता के बीच भी संतुलन की तलाश कहीं न कहीं हर किसी के अनुभव का हिस्सा बन चुकी है।

अंततः, यह समझना आवश्यक है कि जीवन केवल काम तक सीमित नहीं है। सफलता का सही अर्थ तभी पूर्ण होता है जब हम अपने पेशेवर और व्यक्तिगत जीवन दोनों में संतुष्टि और खुशी का अनुभव करें।

“काम जरूरी है, लेकिन जीवन उससे भी अधिक — दोनों के बीच संतुलन ही सच्ची सफलता है।”

जीवन की सफलता



सुश्री कृष्णा सोनी, व.ले.प.अ.

जीवन उन्हीं मनुष्यों का सफल और सार्थक होता है जो अपनी आजीविका (जीवन-निर्वाह) के लिये मेहनत करने के साथ-साथ भगवान का भजन सुमिरण करके आत्म-कल्याण के लिये भी मेहनत करते हैं। जो मनुष्य केवल अजीविका की चिन्ता में ही रहते हैं भगवान का भजन नहीं करते वे अपना जन्म अकारथ खो देते हैं। मनुष्य को यह बात सदैव स्मरण रखनी चाहिये कि जिस परमात्मा ने यह शरीर दिया है वह इसके पालन-पोषण का प्रबंध भी पहले से ही कर देता है। इसका यह अभिप्राय कदापि भी नहीं है कि मनुष्य हाथ पर हाथ धरकर बैठा रहे मेहनत न करें। ऐसा कदापि नहीं है। परमात्मा यह नहीं कहते कि मनुष्य आजीविका के लिये उधम न करें। उनका सदा यह उपदेश होता है कि संसार के काम धन्धे करके घनोपार्जन करो, परन्तु हर समय रोजी-रोटी अथवा आजीविका की चिन्ता में ग्रस्त रहना और केवल इसी के लिये उधम करना गलत है। इसके साथ भजन सुमिरण करके आत्म-कल्याण के लिये भी मेहनत करो, क्योंकि इससे परमात्मा के साथ संबंध जुड़ता है। जब परमात्मा के साथ संबंध जुड़ जाता है तो भगवान उस मनुष्य का दायित्व स्वयं अपने ऊपर ले लेते हैं। चट्टानों तथा पत्थरों में जो जीव भी पैदा होते हैं उनके लिये भी भगवान पहले से ही आहार का प्रबन्ध कर देता है।

भगवान की कृपा से ही परमपद की प्राप्ति होती है और सूखी लकड़ी भी हरी-भरी हो जाती है अर्थात् दुखी हृदय भी आनंद से भरपूर हो जाता है। संसार में माता-पिता, स्त्री, पुत्र तथा संबंधी जन कोई किसी का आधार नहीं, परमात्मा ही प्रत्येक प्राणी को उसके प्रारब्ध के अनुसार भोजन पहुँचाता है फिर मनुष्य क्यों चिन्ता करता है।

उदाहरण के लिये यदि पंछी अपने बच्चे को छोड़ सैकड़ों मील दूर चले जाते हैं तो उनके बच्चों को कौन खिलाता है। जब पशु-पक्षियों के भरण-पोषण की भगवान को स्मरण रहती है तो मनुष्य को चिन्ता करने की क्या आवश्यकता है। इसलिये मनुष्य को चाहिये कि भगवान की भक्ति करने के लिये उधम करे। ऐसा करने से परमात्मा उसके हर प्रकार से जिम्मेवार बन जाते हैं। उसे कोई कमी नहीं रहती और वह सदा सुखी जीवन व्यतीत करते हुए अपना परलोक भी सुनहरा बना लेता है।



असली काम न भूलो



सुश्री कृष्णा सोनी, व.ले.प.अ.

मनुष्य जन्म बार-बार नहीं मिलता। यह बड़े भाग्यों से चौरासी लाख योनियों के बाद मिलता है। एक जन्म नहीं, दो जन्म नहीं युगों के बाद यह जन्म मिला है। युग में पता नहीं कितने साल होते हैं, कितने जन्म बीत जाते हैं। मनुष्य को विचार करना चाहिये कि मनुष्य जन्म की क्या कीमत है। दुनिया के साजो-सामान से इंसान का मोल नहीं किया जा सकता। सन्तों (साधुओं) को ज्ञान होता है कि मनुष्य जन्म किस मकसद के लिये मिला है। महापुरुषों से मिलाप करने के पश्चात इन्सान को यह ज्ञान होता है कि मनुष्य की आत्मा मालिक से जन्मों-जन्मों से बिछुड़ी हुई है, इसलिये मनुष्य भगवान की पूजा करे जिससे जन्म-मरण का चक्कर छूट जाये।

सन्तों का फरमान यह भी है कि युगों के बाद जो मानुष देह मिली है जिसमें भगवान से मिलने की कोशिश करनी है वही मौका आप को मिला है। मानुष देह भी मिली है और यदि सन्तों की संगत भी मिल गई है तो ऐसा दूर्लभ अवसर हर एक के नसीब में नहीं होता। अधिकतर मनुष्य केवल संसार के सुखभोगों के लिये, दुनिया के सामान इकट्ठे करने के लिये और बाहरी चीजों के दिखावे के लिए अपना समय व्यर्थ कर रहे हैं, मगर उनको यह पता नहीं कि कितने सांस मिले हैं, कब तक यह मानुष-देह रहेगी। जब आत्मा शरीर को छोड़कर चली जायेगी फिर क्या होगा, पछताना ही पड़ेगा। संत मनुष्य को इस पछतावे से बचाते हैं और उसको काम करने का मार्गदर्शन करते हैं। दुनिया के सामानों के पीछे या धन दौलत के पीछे हर समय नहीं भागना चाहिये। हर मनुष्य चाहता है कि मैं हर वक्त सुखी रहूं, खुशी में रहूं। मगर सुख न गृहस्थ में है और न संसार के पदार्थों में है। सुख भगवान की भक्ति में है। संसार में रहें मगर संसार की मनुष्य पर कोई अड़चन नहीं है तो निश्चय ही उनका जन्म सुधरता है। वह अपने मकसद को हासिल कर लेते हैं।

भक्ति सुख का मूल है, भक्ति सुख की खान।
जाके हृदय भक्ति बसे, पावे पद निर्वाण॥

कविता संग्रह

कार्यालय परिसर में गणतंत्र दिवस 2026 की झलकियां



चूल्हे से दफ्तर तक — एक अनकही जंग



सुश्री नीतू, लेखापरीक्षक

चूल्हे की राख से उठती थी तेरे हर सुबह की पहली हवा,
घर की चारदीवारी ही तेरा पूरा जहाँ था —
पति का साथ, बच्चों के दिल में बसे प्यार की गहराई।
कल तक जो लोरी में खुशियाँ पला करती थी,
आज वही हाथों की लकीरों में थका हुआ अक्स टूटती हैं।
फिर एक साल आया —
पल में सब कुछ राख कर गया,
माथे से सिंदूर उठा ले गया,
यादों का सैलाब बाँध दिया।
पर शोक मनाने की मोहलत भी कहाँ मिली?
तू तो किस्मत के बेरहम मोड़ पर अकेली खड़ी हो गई —
जहाँ कभी दफ्तर की दहलीज़ तक पैर न रखा था,
आज उसी दर पर खुद से मिली — एक नई उम्मीद की मन्नत लेकर।
साड़ी का पल्लू कमर से बाँधा,
कांपते कदमों से सही —
पर तू निकली उस दुनिया की तपिश में,
जिसे पहले तूने बस दूर से जाना था।
फाइलों की भाषा सीखी,
कंप्यूटर की रफ्तार पकड़ी,
घबराहट को पीछे छोड़,
तूने खुद में नई दुनिया की ज़िद जगा ली।
शाम को जब थकी-हारी घर लौटती हो,
तो दो जवान दीवारें तुम्हारा इंतज़ार करती हैं —
बीस साल की उम्मीदें, बदलते मिज़ाज,

कल के नन्हे परिंदे आज अपने अलग आकाश में पंख फैलाना चाहते हैं।
उनकी कड़वी बातें,
दफ्तर का भारी तनाव,
और अकेली पतवार तेरे हाथ में –
जीवन की धार गहरी होती चली जाती है।
लोग कहते हैं –
“तुम मज़बूत हो।”
पर दर्द तेरा कौन जाने?
गृहिणी से ‘वर्किंग मॉम’ बनने का संघर्ष कौन पहचाने?
मगर याद रखना –
तू सिर्फ माँ नहीं,
तू उनके अस्तित्व की ढाल है।
तू कोई कमजोर दास्ताँ नहीं।
हर दिन तू तप रही है –
एक कुंदन बनने के लिए।
तू लड़ती जा रही है –
उनके बेहतर कल की बुनियाद गढ़ने के लिए।
रास्ता कठिन है, मंज़िल दूर है–
पर जो न हार माने, वही माँ मशहूर होती है।
तू कल भी जीत रही थी,
तू आज भी जीत रही है,
और हर नए सवेरे के साथ-
तू कल और भी ज्यादा मज़बूत होगी।

जैसे सूर्योदय के होते ही अंधकार दूर हो जाता है
वैसे ही मन की प्रसन्नता से सारी बाधाएँ शांत
हो जाती हैं।

- अमृतलाल नागर



सादगी-जीवन का आधार



सुश्री किरण मोंगा,वरिष्ठ
लेखापरीक्षा अधिकारी

सादगी है जीवन का गहना, पहने रहो इसे हर पल,
यही जीवन को सदा सजाएगा, भले आज हो या कल।।

सादगी में न कोई चमक है और ना ही है कोई शोर,
अस्तित्व की है यही पहचान एवं यही है सभी रिश्तों की डोर।

कम में भी संतोष रखना, झूठे आडंबरो से दूर रहना,
यही है सच्ची सादगी, कभी अपने पर अभिमान न करना।

वाणी में हो सदा मिठास, व्यवहार दर्शाए नम्रता,
सादगी कोई कमजोरी नहीं, ये झलकाए आपके ज्ञान की क्षमता।

ऊँचे महल, हीरे मोती, चकाचौंध सब धूमिल हो जाते हैं,
जब मुस्कराती सादगी में, आत्मविश्वास के तारे टिमटिमाते हैं।

सदा प्रसन्न रहना सीखो, विनम्रता को श्रृंगार बनाओ,
मन में जलाओ आशा का दीपक, उसमें लक्ष्य की लौ लगाओ।

सादा जीवन उच्च विचार, सभी यह नारा दोहराते हैं,
वास्तविकता में बहुत कम ही, इसे जीवन में अपना पाते हैं।

चलिए प्रयत्न करते हैं, सादगी की ओर कदम बढ़ाने को,
दिखावे की भीड़ से दूर, सूकून का जीवन बनाने को।

“हिन्दी का गौरव”



सुश्री अनु यादव, लेखापरीक्षक

‘हिन्दी सिर्फ भाषा नहीं, हमारी सोच और संस्कृति की आत्मा है।’

- * हिन्दी है भारत की शान,
हर दिल की यह पहचान।
जिसमें गूँजे ऋषियों के मंत्र,
और बहें भावों के अंतःस्नान।
- * संस्कृति की ये संरक्षक है,
संवेदना की यह अभिव्यक्ति है।
हर क्षेत्र, हर कोने में बसी,
यह तो जन-जन की शक्ति है।।
- * बोलो तो माँ की ममता लगे,
लिखो तो कविता की रचना बने।
गाओ तो रागिनी बन जाए,
सुनो तो आत्मा मुस्काए।।
- * कभी तुलसी की चौपाई बन जाए,
कभी कबीर का दोहा कहलाए।
प्रेमचंद की कहानियाँ रचे,
भक्त सूर और मीरा बन जाए।।
- * नहीं है ये केवल शब्दों की भीड़,
हिन्दी तो है आत्मा की रीढ़।
जो जोड़े उत्तर-दक्षिण को,
साथ में पूरब-पश्चिम को।।
- * आज ज़रूरत है एक संकल्प की,
हिन्दी को दें हम यथोचित सम्मान।
न हो केवल ‘हिन्दी दिवस’ तक सीमित,
हर दिन बने हिन्दी का अभियान।।

‘हिन्दी सिर्फ भाषा नहीं, भारत की अनेकता में एकता की परिभाषा है।’
जय हिन्दी! जय भारत!

मेरी प्यारी जनवरी



सुश्री इंदु, लेखापरीक्षक

मेरी प्यारी जनवरी,
तुम आती हो चुपके से,
खिड़की के शीशों पर धुंध लिखती,
और मेरे स्वेटर में सिमट जाती हो।
सुबह की चाय में अदरक की खुशबू,
फाइलों के बीच रखी थर्मस की गर्माहट,
सरकारी दफ्तर की सीढ़ियाँ चढ़ते हुए
मैं ठंड को पीछे छोड़ देती हूँ।
बस स्टॉप की धुंध में
मेरे कदम साफ सुनाई देते हैं,
लोग कहते हैं—
“इतनी ठंड में?”
मैं मुस्करा कर
अपनी पहचान ओढ़ लेती हूँ।
तुम्हारे दिन छोटे हैं जनवरी,
पर मेरे हौसले लंबे—
डेस्क पर रखी मुहर के साथ
मेरे सपने भी दस्तखत करते हैं।
कभी ताने, कभी रुकावटें,
कभी “ये काम तुम्हारे बस का नहीं”—

पर मेरी उड़ान
इन दीवारों से नहीं टकराती,
ये तो हर सुबह
और ऊँची हो जाती है।
शाम को घर लौटते हुए
मूँगफली की गरम पुड़िया,
और मन में सुकून—
आज भी किसी ने
मुझे रोकने की कोशिश की थी,
और आज भी
में रुकी नहीं।
रात को रजाई में
अगले दिन की सूची बनाती हूँ,
कल फिर वही दफ्तर,
वही ज़िम्मेदारियाँ,
और वही अडिग मैं।
मेरी प्यारी जनवरी,
तुम ठिठुरन नहीं,
मजबूती सिखाती हो—
कि ठंड कितनी भी हो,
एक कामकाजी औरत की
उड़ान को
कोई रोक नहीं सकता।



दोस्ती



श्री प्रशांत वशिष्ठ, स.ले.प.अ.

दोस्ती वो रिश्ता है, जो नाम नहीं माँगता,
हर दर्द में साथ निभाए, कोई दाम नहीं माँगता।
हँसी में शामिल होकर, आँसू भी बाँट लेता है,
खामोशी को भी समझे, बस दिल की बात कहता है।
वक्त की आँधी चले, राहें बदल जाएँ चाहे,
दोस्ती की डोर मगर, हर तूफान में अडिग रहे।
ना स्वार्थ का बंधन हो, ना शर्तों की दीवार,
सच्ची दोस्ती देती है, जीवन को नई धार।
एक दोस्त हो पास अगर, तो दुनिया आसान लगे,
अंधेरी सी हर राह भी, रोशन पहचान लगे।
किस्मत की सबसे सुंदर सौगात है दोस्ती,
हर रिश्ते से ऊपर, हर एहसास है दोस्ती।



दीये की व्यथा



श्री विकास कुमार तिवारी,
वरिष्ठ लेखापरीक्षक

बारूद के धुएँ
धमाकों के शोर
और
बिजली की चकाचौंध के बीच

ये मासूम दीये —
सिसकते
सुबकते
सहमे से

सोचते हैं
हर साल यही —
तस्वीर तो बदल गई कब की
इस पावन त्यौहार की

नाम भी नया तो नहीं
रख लेंगे कहीं
ये लोग —
अगले साल?



दिल्ली की सर्दियाँ — विपिन की कहानी



श्री विपिन धामा, लेखापरीक्षक

सवेरे का नीर-सा अँधेरा
चाय की भाप से बरसता है,
कोट की जेब में बँधे कुछ सपने,
दिल्ली की सर्दी फिर खिसकती है।
“आज फिर वही भीड़, वही ठंड,”
मैं अपने भीतर कहता हूँ,
पर कदम खुद-ब-खुद बढ़ते हैं —
समय पर दफ्तर पहुंचना है।
सड़कों पर धुंध की चादर फैली,
बसों का शोर, इंजन की पुकार,
लोनी से निकलती हर लकीर पर
लोगों की उम्मीदें, हाथों में जोगर।
कोलाहल में लिपटी सुबह,
मफलर की लपेट में राहत ढूँढता,
आँखों में पलते उन सौ सपनों को
दिल्ली की ठंडी हवा में उँघते देखता।
मेट्रो के कांच पर उंगलियाँ
जब धुंध के फूल बन जाती हैं,
मैं अपनी साँस की गर्मी से
हौसले को फिर संभालता हूँ।

हर स्टॉप पर भीड़ कुछ कहती है—
किसी के मोबाइल की घंटी,
किसी के दिल की परवाह,
सबकी मंज़िल एक —
समय पर, संघर्ष के साथ।
राजधानी की हर एक सड़क
सज़ती है उम्मीदों के दीप से,
चाय की एक गरम प्याली
और कार्यालय की घंटी की खनक
दिल को आगाह करती है—
“चलो, आगे बढ़ो।”
मेरी सोच, मेरा जोश,
ठंड में भी न टूटे विश्वास,
लोनी से नई दिल्ली तक
रोज़ यही कहानी जारी रहती है।
दिन ढले, जब वापसी का सफ़र—
सर्द हवाओं के साथ थकान,
पर दिल में वो मीठी राहत,
कि आज फिर मैंने जीता
एक और सवेरे का सामना।

सुकून की एक झलक



सुश्री दीप्ती दीक्षित, कनिष्ठ
अनुवादक

सुकून कहां है यह सोचकर परेशान होते हैं हम,
बचपन से बुढ़ापे तक यही सोचकर तलाशते हैं हम,
ऑफिस से घर तक भी ढूंढते रहते हैं सुकून हम,
पर सुकून की एक झलक भी नहीं पाते हैं हम।

बचपन में यह सोचकर बड़े होते हैं हम,
पढ़-लिखकर नौकरी करके पाएंगे सुकून हम,
बड़े होते-होते सुकून की तलाश और बढ़ाते हैं हम,
पर सुकून की एक झलक भी नहीं पाते हैं हम।

नौकरी मिलने के बाद भी सुकून तलाशते हैं हम,
सुकून को सुबह से शाम तक नहीं पाते हैं हम,
सोमवार से शुक्रवार तक यह सोचकर बिताते हैं हम,
पर सुकून की एक झलक भी नहीं पाते हैं हम।

शनि रवि आने का उत्सुकता से इंतजार करते हैं हम,
सुबह से शाम यूं ही काम में निकाल देते हैं हम,
रविवार की शाम को जब बैठकर सोचते हैं हम,
पर सुकून की एक झलक भी नहीं पाते हैं हम।

धीरे-धीरे सेवानिवृत्ति तक पहुंच जाते हैं हम,
सोचते हैं सेवानिवृत्ति के बाद सुकून से रहेंगे हम,
घर रहकर बिना ऑफिस के और सुकून खोते हैं हम,
पर सुकून की एक झलक भी नहीं पाते हैं हम।

धीरे-धीरे बुढ़ापे की ओर पहुंच जाते हैं हम,
चलने-फिरने के लिए भी सहारा ढूढ़ते हैं हम,
और अकेले बैठकर घड़ी को निहारते रहते हैं हम,
पर सुकून की एक झलक भी नहीं पाते हैं हम।

तब समझ आता है कि समय को नहीं समझे हम,
काश जीवन के हर पल को सुकून से जीते हम,
और अगर पल-पल नहीं तलाशते सुकून को ऐसे हम,
तो जीवन के हर पल में सुकून पाते हम।।

रे मना! तू धीर धर



श्री अवधेश कुमार, कनिष्ठ
अनुवादक

रे मना! तू धीर धर
रे मना! तू धीर धर
भाल में कुचाल हो, तो टाल दे तू जाल को
देख मांग वक्रत की, न देख निज काल को
रीझ पर पीर पर
रे मना! तू धीर धर
जाग चाहे दाग हो, बाग अनुराग हो
क्रोध बैर द्वेष की, न अत्यधिक आग हो
आग को तू नीर धर
रे मना! तू धीर धर
वक्ष में जो लक्ष हो, तो अक्ष पर तू दक्ष हो
मेल जोल साथ तेरे, वक्रत का भी पक्ष हो
लक्ष पर जा तीर कर
रे मना! तू धीर धर
कर्म में भी मर्म हो, धर्म नहीं नर्म हो
लोकरहित बात को, कहने में थोड़ी शर्म हो
बढ़ भीड़ चीर कर
रे मना! तू धीर धर।

हे नादान, नारी को पहचान



सुश्री विदुषी वत्स, स.ले.प.अ.

पारदर्शी नजरों से देखो,
दूर एक नारी खड़ी है।
माँ है, बहन है,
हर रूप में वह ढली है।

हिम्मत न टूटेगी इसकी
चाहे जो करो अत्याचार।।
अपने बुने जाल में उसे
कैद तो कर लोगे तुम।

तुम्हें सुरक्षा दिलाती है।।
हे पुरुष। तू क्या समझे नारी का बलिदान
कुचल देता है पैरों तले उसका मान-अभिमान
नारी के आँचल तले ही तो सारा संसार व्याप्त है।

दिल और दिमाग की जैसे
खिलती नई कली है।।
बेड़ियों में बांधा जो तुमने
तो सह लेगी प्रत्येक प्रहार।

पर इसके नारीत्व को क्या कर पाओगे गुम।।
निः स्वार्थ भाव से देखो
हल जोतती, चूल्हा चढ़ाती है।
स्वयं को कष्ट देकर

क्या बरसों में एक हंसी उसके लिए पर्याप्त है
कहती नहीं है वह कुछ, यह नहीं मजबूरी है
चुप रहती है वह, यह उसका धीरज है, बहादुरी है।
दो पल को जो बेटी तुम्हारी

बाहर उड़ना चाहती है।
हे नादानों। मान तुम्हारा वह बढ़ाना चाहती थी।।
उड़ने से पहले ही उसके पंख काट घायल किया
नारी की सहनशक्ति ने तो खुदा को भी कायल किया।।

देखकर कोमल तथा धैर्य रूप नारी का
ईश्वर को सूझी एक बात
हर घर में भेजी उसने नारी रूपी एक सौगात।।
ठूठ होकर तुम्हें छाया देने वाली है

नारी तो भवसागर में जैसे एक सवाले है।।
नींव की ईंट बनकर, कमरा तुम्हें बनाती है,
टूटे हुए ख्वाब तुम्हारे पुनः वह जगाती है।
हे पुरुष। तू क्या समझ पाएगा नारी का बलिदान सोच।

अकेले रहने की फिर सच्चाई जान।
बहुत हुआ अब नारी शोषण
आगे बढ़ो, पहल करो
भारत के नवनिर्माण की कसौटी पर
अब तो तुम चरण धरो।।



लेखक परिचय

क्रम सं.	रचना का नाम	श्री/ सुश्री /पदनाम / परिचय
1.	साँस लेने की सजा – एक कहानी और कुछ सवाल	विकास कुमार तिवारी, वरिष्ठ लेखापरीक्षक
2.	बदलते दौर में ऑडिट की परीक्षा	अनुज मेहता, वरिष्ठ लेखापरीक्षक
3.	निर्झर हिंदी पत्रिका - 51वें अंक की समीक्षा	कमलाकान्त पाण्डेय, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
4.	रूपकुंड झील	सुरेन्द्र सिंह, वरिष्ठ लेखापरीक्षक
5.	भ्रष्ट	अवधेश कुमार, कनिष्ठ अनुवादक
6.	ओडिशा की आध्यात्मिक यात्रा: आस्था, सौंदर्य और संस्कृति का दिव्य संगम	सरुभि, लेखापरीक्षक
7.	अपनों की तलाश	दीप्ती दीक्षित कनिष्ठ अनुवादक
8.	आपदा से सुरक्षा की ओर एक सशक्त कदम : माँक ड्रिल का अनुभव	अमित कुमार, वरिष्ठ लेखापरीक्षक
9.	“स्वस्थ कार्यालय, सशक्त कर्मि: नि:शुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर	अमित कुमार, वरिष्ठ लेखापरीक्षक
10.	“घर की ओर चलती शामें”	रवीना मीना, बहन श्री विष्णु मीना, लेखापरीक्षक
11.	अमरनाथ यात्रा	विदुशी वत्स, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

12.	कार्यालय कार्य-तनाव: कारण, प्रभाव और समाधान	प्रशांत वशिष्ठ, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी
13.	यूरोप: जहाँ यात्रा आपको जीना सिखाती है	दिव्या राजपत्, लेखापरीक्षक
14.	तेज़ रफतार दुनिया में कार्य और जीवन का संतुलन	शोभा रमन (व.लेप.अ) सेवानिवृत्त
15.	जीवन की सफलता	कृष्णा सोनी, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (सेवा निवृत्त)
16.	असली काम न भूलो	कृष्णा सोनी, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी (सेवा निवृत्त)
17.	चूल्हे से दफ्तर तक – एक अनकही जंग	नीतू, लेखापरीक्षक
18.	सादगी-जीवन का आधार	किरण मोंगा, वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी
19.	“हिन्दी का गौरव”	अनु यादव, लेखापरीक्षक
20.	मेरी प्यारी जनवरी	इंदु, लेखापरीक्षक
21.	दोस्ती	प्रशांत वशिष्ठ, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी
22.	दीये की व्यथा	विकास कुमार तिवारी, वरिष्ठ लेखापरीक्षक
23.	दिल्ली की सर्दियाँ – विपिन की कहानी	विपिन धामा, आंकड़े प्रविष्टि प्रचालक
24.	सुकून की एक झलक	दीप्ती दीक्षित, कनिष्ठ अनुवादक
25.	रे मना! तू धीर धर	अवधेश कुमार, कनिष्ठ अनुवादक
26.	हे नादान, नारी को पहचान	विदुशी वत्स, सहायक लेखापरीक्षा अधिकारी

कार्यालय द्वारा आयोजित महिला दिवस की झलकियाँ



दीप प्रज्ज्वलित करते हुए उप महालेखाकार महोदय



दीप प्रज्ज्वलित करते हुए निदेशक महोदया,
ए.एम.जी.-III



दीप प्रज्ज्वलित करते हुए उप-निदेशक महोदया,
ए.एम.जी.-V

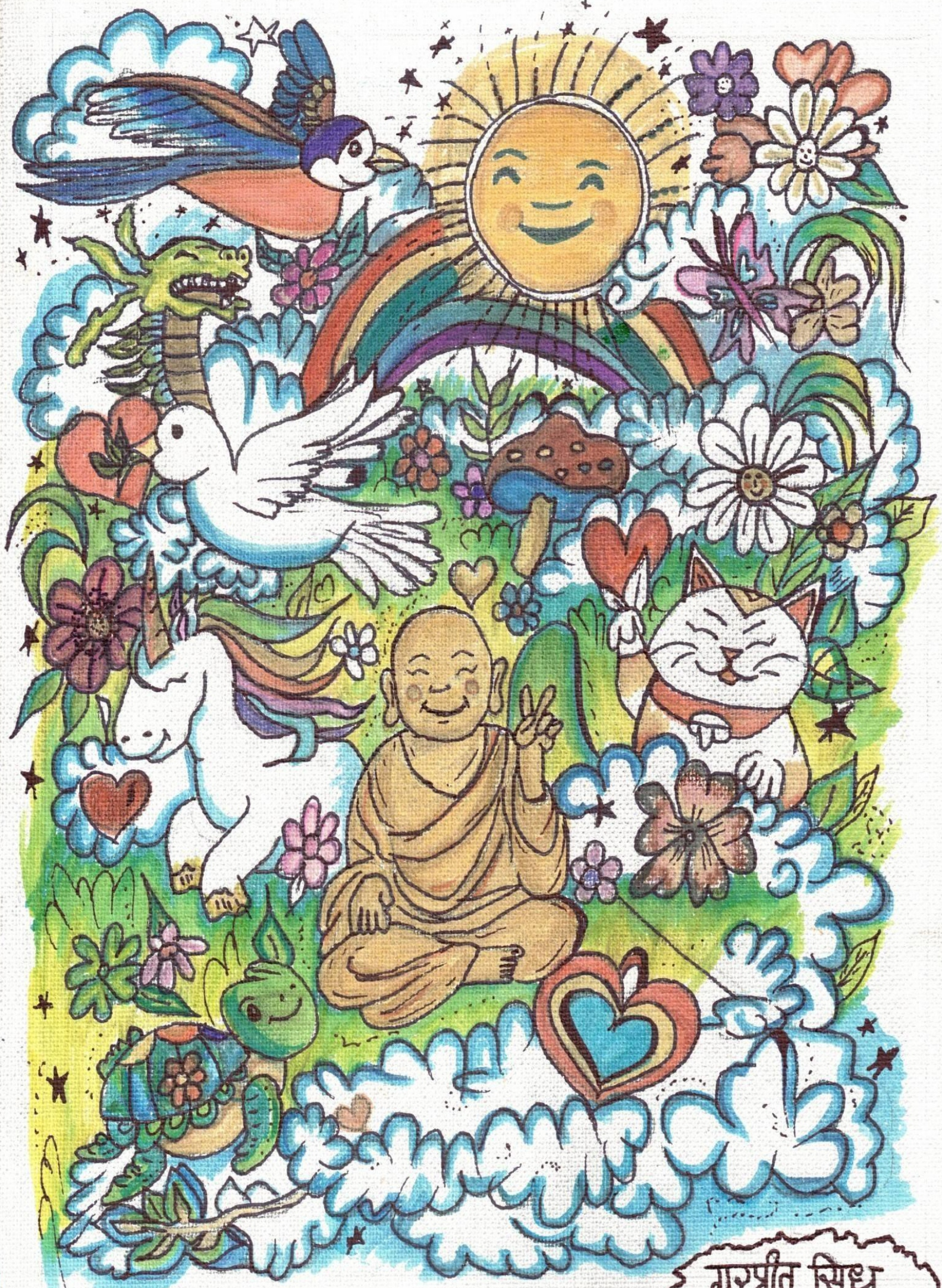


उप महालेखाकार महोदय को पौधा भेंट करते हुए
वरिष्ठ लेखापरीक्षा अधिकारी



महिला अधिकारियों/कर्मचारियों को संबोधित करते हुए
निदेशक महोदया, ए.एम.जी.-III





गुरुप्रीत सिधू