आजादी का अमृत महोत्सव (विशेषांक)

स्पंदन

अंक - 6 वर्ष 2021 (अप्रैल -सितंबर २०२१)

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर

All India Institute of Medical Sciences, Raipur

आरोग्यम् सुख सम्पदा

https://www.facebook.com/All-India-Institute-of-Medical-SciencesAIIMS-Raipur

https://twitter.com/aiimsraipur

अनुक्रमणिका

कमांक	शीर्षक	पृष्ठ कमांक
1.	निदेशक की कलम से	1
2.	सरल, सहज और आत्मबोध कराती है राजभाषा हिंदी, सभी वर्ग अपनाएं	2
3.	मेरी बेटी, ना जाने क्यों, सब बदलना चाहती है	3
4.	वतन के लिए	4
5.	समुद्र के तूफान सा साहस तेरा सबल है	5
6.	दीपक नई रोशनीका, हम विश्व पटल पर जलाएंगे	6
7.	मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ	7
8.	छत्तीसगढ़ः मनमोहक पर्यटन स्थलों का राज्य	8
9.	जितने और शहीद हुए उन सबको शत्–शत् नमन	11
10.	'इंसान' होने का खिताब	12
11.	वैसी हालत है देश में किसान की	13
13.	क्योंकि पापा हैं वो	14
14.	हिन्दी	15
15.	नसीब	15
16.	कोविड–19 के पश्चात् स्वस्थ जीवन शैली का महत्व	16
12.	महिला शक्ति (नारी)	17
17.	नियमों का महत्व	17
18.	वो बेटी ही तो है	18
19.	फिर लौट कर आता है बचपन	19
20.	नया सवेरा	20
21.	घर जा रहे हो न	21
23.	हिंद का सार	22
24.	माँ की पाती	23
25.	देश मेरे तुझको प्रणाम करता हूं मैं	24
26.	मन के हारे हार है, मन के जीते जीत	25
27.	मन–समर	26
28.	प्यारी बेटियां	27
29.	ये दुनिया मुझे फकीर सी लगने लगी है	28
30.	कब मिलेगी खुशी	29
31.	मेरा सफर	29
32.	राहुल के पापा का अस्तित्व	30
33.	वीआईपी कल्चर	32
34.	हिन्दी पखवाड़ा–2021ः आजादी का अमृत महोत्सव	33
35.	श्रुत लेख प्रतियोगिता में पूछे गए शब्द	40

निदेशक की कलम से

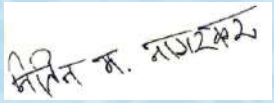
मैं अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर के राजभाषा प्रकोष्ठ की ऊर्जस्वी ई–पत्रिका 'स्पंदन' के षष्ठम् अंक को नए कलेवर के साथ पाठकों के बीच प्रस्तुत करते हुए अत्यधिक उत्साहित महसूस कर रहा हूँ। इस संस्करण की अभिगम्यता ऑनलाइन, एंड्रायड, ई–मेल और एम्स, रायपुर की वेबसाइट के माध्यम से पाठकों के बीच सुनिश्चित की गई है। मुझे उम्मीद है कि ई–पत्रिका 'स्पंदन' का यह नवीन संस्करण न सिर्फ हिंदी सरीखी कालजयी भाषा के संवर्द्धन में अग्रणी भूमिका निभाएगा अपितु एम्स, रायपुर परिवार के सभी चिकित्सकों, अधिकारियों, चिकित्सा छात्रों और बुद्धिजीवियों को अपने अंतरमन की कलात्मक तरंगों, निहित भावनाओं एवं अनुभवों के विभिन्न आयामों को पाठकों के मध्य साझा करने हेतु एक सहज और सुलभ मंच भी प्रदान करेगा।

यह विशिष्ट अंक **'आजादी का अमृत महोत्सवः भारतीय स्वतंत्रता के 75 वर्ष'** रोचक रचनाओं से परिपूर्ण एवं विविधता के कई रंगों को अपने स्वरूप में समेटे हुए है जो कि दिनों–दिन इसकी बढ़ती लोकप्रियता का परिचायक है। एक ओर जहाँ पत्रिका देशभक्ति, साहस और शहादत की भावनाओं से ओतप्रोत कर देने वाली कविताओं के माध्यम से भारतीय युवाशक्ति के शौर्य को परिलक्षित कर रही है तो दूसरी ओर रिश्तों की नाजुक डोरियों के बंधन में संदीप्त संवेदना मानव जीवन की कसौटियों की गाथा गा रही है। इस पत्रिका के लेखकों ने मन के भीतर की उत्कंठा को साकार रूप देकर अपनी रचनाओं के माध्यम से न सिर्फ कोविड–19 से त्रस्त जनता के मन में बल्कि संपूर्ण विश्व के स्वर्णिम भविष्य की कल्पना से अभिभूत, निराशा के इस स्याह दौर में आशा की किरण प्रस्फुटित की है। इस पत्रिका को अत्याधिक ज्ञानवर्धक एवं रोचक बनाने के लिए छत्तीसगढ़ राज्य के पर्यटन क्षेत्रों पर लेख, हिंदी भाषा की जानकारी, सामाजिक व्यंग्य, कोविड से बचाव के गुर आदि सम्मिलित किए गए हैं।

हिंदी सरल, सहज और आत्मबोध कराने वाली भाषा है। हिंदी भाषा भारतीय सांस्कृतिक समृद्धि की पहचान है और हम भारतीयों का मान और स्वाभिमान है। हिंदी भाषा की जानकारी एवं इसका संरक्षण भारतीय संस्कृति को जीवंत बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। आवश्यकता है कि आज संपूर्ण भारत के पाठ्यक्रम में इसे सम्मिलित किया जाए ताकि इसकी ख्याति दिग्दिगंत फैले। नई शिक्षा नीति के लागू हो जाने से इस बात की प्रबल संभावना है कि हिंदी एवं अन्य भारतीय भाषाओं को आने वाली पीढ़ियों के द्वारा भी मान सम्मान मिले। मेरा मनना है कि चिकित्सा के क्षेत्र में तो हिंदी भाषा की जानकारी अनिवार्य है क्योंकि यह रोगियों के साथ संवाद का सबसे सरल और सुलभ माध्यम है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि यह पत्रिका हिंदी के ज्ञानवर्धन एवं जागरूकता फैलाने में मील का पत्थर साबित होगी और ऐसे ही अनेकानेक भगीरथ प्रयासों से हिंदी को एक दिन विश्व पटल पर पहचान मिल सकेगी।

शुभकामनाओं के साथ।

आपका शुभाकांक्षी



(डॉ.) नितिन म. नागरकर

निदेशक एवं सीईओ, एम्स रायपुर / अध्यक्ष राजभाषा कार्यान्वयन समिति

सरल, सहज और आत्मबोध कराती है राजभाषा हिंदी, सभी वर्ग अपनाएं

हिंदी दिवस के अवसर पर कुलपति प्रो. बल्देव भाई और साहित्यकार सुरेंद्र रावल सम्मानित

रायपुर

हिंदी दिवस के अवसर पर अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर की ओर से 'आजादी का अमृत महोत्सव–राजभाषा हिंदी की दशा और दिशा' विषय पर आयोजित कार्यशाला में वक्ताओं ने हिंदी को एकता के सूत्र में पिरोने वाली राजभाषा बताया। इस अवसर पर हिंदी के प्रसार में अभिन्न योगदान के लिए कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता एवं जन संचार विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बल्देव भाई शर्मा और साहित्यकार सुरेंद्र रावल का निदेशक प्रो. (डॉ.) नितिन एम. नागरकर ने सम्मान किया।

कार्यशाला को संबोधित करते हुए प्रो. शर्मा ने कहा कि हिंदी राष्ट्रीयता का भाव प्रदान करती है। इसकी किसी से कोई प्रतिस्पर्धा नहीं है बल्कि अन्य क्षेत्रीय भाषाओं के साथ हिंदी को भी प्रोत्साहित करने की आवश्यकता है। सरल, सहज और आत्मबोध का भाव प्रदान करने के लिए हिंदी राजभाषा बनी है।

निदेशक प्रो. (डॉ.) नितिन एम. नागरकर का कहना था कि चिकित्सा में स्थानीय भाषा का अधिक प्रभाव होता है। ऐसे में प्रयास किया जा रहा है कि एम्स आने वाले रोगियों को छत्तीसगढ़ी या हिंदी में सभी निर्देश समझाए जाएं। उन्होंने तकनीकी भाषा के दैनिक दिनचर्या के शब्दों को भी हिंदी में प्रयोग करने पर बल दिया। उन्होंने कहा कि एम्स में सरकारी कामकाज के अलावा चिकित्सकीय परीक्षण में हिंदी को अपनाने के लिए सभी को प्रोत्साहित किया जा रहा है। इसके साथ ही ज्यादा से ज्यादा पत्राचार भी हिंदी में किया जा रहा है।

विशिष्ट अतिथि साहित्यकार सुरेंद्र रावल ने कहा कि हिंदी की देवनागरी लिपि में जो लिखा जाता है वही पढ़ा जाता है। यह गुण अन्य भाषाओं में नहीं है। उन्होंने हिंदी को ज्ञान, विज्ञान, शिक्षा, प्रशासन और विधि संबंधी कार्यों में और अधिक प्रोत्साहित करने पर बल दिया। उन्होंने हिंदी को बोधगम्य, सरल और शीघ्र आत्मसात करने वाली भाषा बताया। डीन प्रो. एस.पी. धनेरिया का कहना था कि कोविड में स्थानीय भाषाओं विशेषकर हिंदी ने रोगियों के साथ प्रभावी संवाद बनाने में काफी मदद की। उन्होंने कहा कि यदि बेहतर संवाद स्थापित किया जाए तो रोगियों का इलाज सुगम बनाया जा सकता है। इस अवसर पर स्त्री एवं प्रसूति रोग विभागाध्यक्ष प्रो. सरिता अग्रवाल द्वारा हिंदी में बनाई गई पॉलिसिस्टिक ऑवरियन सिंड्रोम पर मार्गदर्शिका का भी विमोचन किया गया। इस अवसर पर हिंदी पखवाड़ा में आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं को पुरस्कृत भी किया गया।

इससे पूर्व वित्तीय सलाहकार बी.के. अग्रवाल ने सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए विजेता प्रतिभागियों को शुभकामनाएं दी। उप–निदेशक (प्रशासन) अंशुमान गुप्ता ने सभी को हिंदी में अधिक से अधिक कार्य करने के लिए प्रोत्साहित करते हुए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम के आयोजन में वरिष्ठ हिंदी अधिकारी एस.एस. शर्मा, शाहरूख खान, मधुरागी श्रीवास्तव, सैयद शादाब, उमेश पांडेय, आदित्य कुमार शुक्ला का योगदान रहा। इसमें चिकित्सक, छात्र और कर्मचारी उपस्थित थे।

मेरी बेटी, ना जाने क्यों, सब बदलना चाहती है

मेरी बेटी,
ना जाने क्यों, सब बदलना चाहती है।
ना जाने क्यों वो चाहती है,
मस्त परिंदों सा उड़ना, बेफिक्र नदी सा मुड़ना,
पानी सा ढलना और अंगारों पर चलना चाहती है।
मेरी बेटी, ना जाने क्यों, सब बदलना चाहती है।

ना जाने क्यों, वो चाहती है,
कि उसके रंग–रुप पर तंज कसता, हर आइना फूट जाए।
उसकी पाबंदियों पर ठहाके लगाती, हर घड़ी टूट जाए।
उसके लिए तो चाँद तो बेवजह ही शीतल है।
वो तपिश लिए सूरज सा ढलना चाहती है।
मेरी बेटी,
ना जाने क्यों, सब बदलना चाहती है।

ना जाने क्यों वो चाहती है बदलना,
उस रेंगती सोच को, जिसने उसके पर काटे हैं।
उस परिवार को, जर्जर दीवार को, जिसने कमरों के नाम पर बस बाँटे हैं।
बदलना, उस रुढ़िवादी समाज के पहियों को जो नई पीढ़ी का भार ढो नहीं सकते।
जो कराह तो रहे हैं बदले जाने को, पर अकड़ भी अपनी खो नहीं सकते।
कैसे समझाऊँ उसे,
कि मुझे चिंता है।
हाँ! मुझे चिंता है, पर तेरी नहीं।

मुझे चिंता है इस समाज की,
रीति रिवाज की, सरकारी धाक की, अपनी नाक की,
धार्मिक चोगों की और उन चार लोगों की।
हाँ! वही चार लोग,
जो चार कंधे के सफर में अकेला छोड़ जाते हैं।
आँखें बंद होते ही, मुँह मोड़ जाते हैं।

कैसे समझाऊँ उसे,
कि बेटी ये सब बदलाव व्यर्थ है।
अबला, पीड़िता होना ही बेटी होने का अर्थ है।
पर, मेरी बेटी, स्वनिर्मित साँचे में ढलना चाहती है।
मेरी बेटी, ना जाने क्यों, सब बदलना चाहती है।

–डॉ. शिव शंकर मिश्रा
सीनियर रेजीडेंट
रेडियोथैरेपी विभाग

(हिन्दी पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता अधिकारी/कर्मचारी/संकाय सदस्य वर्ग में प्रथम पुरस्कार प्राप्त कविता)

वतन के लिए

मैं तो घर से चला हूं
वतन के लिए हां, वतन के लिए
आस बाकी रही अब ना मन के लिए, मन के लिए
जान अपनी न्योछावर कर जाऊँगा, मैं कर जाऊँगा
कुछ वतन के लिए अपने कर जाऊँगा, कर जाऊँगा
सिर पे बांधे कफन जान की बाजी लिए
मैं तो घर से चला हूं वतन के लिए, वतन के लिए,
होगी हिम्मत किसी में वो टिकेगा नहीं, वो टिकेगा नहीं
है ये भारत का सैनिक, झुकेगा नहीं, झुकेगा नहीं।

जिसके हंसने से घर वो चहकता रहे, घर चहकता रहे
छोड़ सूनी कलाई बहन के लिए बहन के लिए
मैं तो घर से चला हूं वतन के लिए, अपने वतन के लिए
जिनकी आँखों का था मैं तारा कभी, हाँ तारा कभी
गोद सूनी किए अपनी मां की चला, वतन के लिए
मैं तो घर से चला हूं वतन के लिए, अपने वतन के लिए,
आस बाकी रही अब ना मन के लिए, मन के लिए।

वीर तेरा था बेटा ये पिता से बता, ये पिता से बता
गोली खाई है सीने में गर्व से बता, गर्व से बता
कर अता अपना कर्ज मैं विदा हो चला, मैं विदा हो चला
जान अपनी फिदा कर वतन पे चला, मैं वतन पे चला
मैं तो घर से चला हूं वतन के लिए, अपने वतन के लिए,
आस बाकी रही अब ना मन के लिए, मन के लिए।

–आदित्य कुमार शुक्ला
कनिष्ठ प्रशासनिक सहायक
जन–संपर्क विभाग

(हिन्दी पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता अधिकारी/कर्मचारी/संकाय सदस्य वर्ग में द्वितीय पुरस्कार प्राप्त कविता)

समुद्र के तूफान सा साहस तेरा सबल है

काल के कपाल से वीभत्स तेरा रुप है
ललाट पे धड़क रहा शिव सा त्रिलोचन क्रोध है
हिमालय की चट्टान से कठोर और बलवान तू
समुद्र के तूफान सा साहस तेरा सबल है।

ललाट का ये तेज तेरा बर्फ को पिघलाएगा
इसकी गर्मी से शत्रु को पसीना आएगा
आँखों में धड़क रही जो मशाल उसे वायु दे
तेरी रुद्रता से प्रसन्न हो शिव तुझे चिरायु दे।

हिम्मत और विश्वास तेरा सबसे बड़ी ढाल है
मात्रभूमि पे समर्पण का इरादा कर लिया
फिर शत्रु की मजाल क्या जो आँख भी मिला सके
कोई भी हथियार उसके काम नहीं आ सके।
तेवर हुनर पराक्रम जाँबाज गरुण की तरह
तेरी विशाल काया से रणभूमि अट्टहास कर रहा
दुश्मन की हीन भावना दुर्बल उसे बनाएगी
सरहद से हर गाँव तक तेरी शौर्य गाथा जाएगी

दुश्मन भी थर्रा गया देख तेरा ओज वेश
आसमाँ कंपकंपा रहा देख तेरा अग्निवेश
बिजली की कड़कड़ाहट सी चीरती तेरी गर्जना
शहीदी रग–रग में तेरे वतन का कोई कर्ज ना।

तू हो गया अधीर है आतंकियों के वार से
अब वक्त आ गया है कि तू भी फिर हुँकार दे
अपने अदम्य साहस के रथ पे तू निकल पड़ा
सारथी श्री कृष्ण जिसका जीत उसकी सर्वदा।
कर दे विनाश हर शत्रु का लाशों की लग जाएं ढेरियाँ
माँ भारती के ताज को छू सके ना आतंक की ये बेड़ियां
फिर लहू के सैलाब में सन जाएगी तेरी धरा
उठ खड़ा हो जाएगा आतंक मुक्त भारत नया।

इतिहास के पन्नों में स्वर्णिम अमर तेरा नाम हो
हर वीर का आदर्श बने तेरा ऐसा काम हो
हिंदोस्तां की शान में सर्वाच्च तेरा बलिदान है
कुर्बानी से तेरी यहाँ भयमुक्त सुबह शाम है।

–डॉ. राकेश कुमार गुप्ता
सहायक प्राध्यापक
विकृति विज्ञान विभाग

(हिन्दी पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता अधिकारी/कर्मचारी/संकाय सदस्य वर्ग में तृतीय पुरस्कार प्राप्त कविता)

दीपक नई रोशनी का,
हम विश्व पटल पर जलाएंगे

खुद की परवाह किए बिना,
दिन–रात जला जो मशाल बनकर।
जब गया वो घर–घर बचाने सब को,
मिले कहीं फूल, तो कहीं बरसे पत्थर।
फिर भी लड़ता रहा वो अपने फर्ज की खातिर,
समाज और धर्म से ऊपर देखा सबको,
सराहा कम दुनिया ने देखकर तब भी,
मिले फूलों की जगह पत्थर उस को।

रोक ना सका कोई रास्ता इनका,
अपना सर्वस्व इन्होंने देश के नाम किया।
अब पूरा भरोसा है हमें, हम कोरोना से जंग जीत जाएंगे
इन योद्धाओं के सहारे फिर से, अमन चैन के दिन आएंगे।

खुशियों और उल्लास के साथ दुनिया वाले हैं नतमस्तक,
कोरोना योद्धाओं की बदौलत, फिर से हम हर त्यौहार मनाएंगे।
दीपक नई रोशनी का, हम विश्व पटल पर जलाएंगे,
इस जंग में जीतकर हम कोरोना योद्धा कहलाएंगे।।

–डॉ. प्रियंका परहद
छात्रा
एम.पी.एच.(चतुर्थ सेमेस्टर)

मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ

मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ,
भाषाओं में ये ओहदा पाकर, मन ही मन इठलाती हूँ।
जन–जन की हूँ भाषा मैं, मैं भारत की आशा हूँ,
पूरे देश को जोड़ रखा है, मैं वो मजबूत धागा हूँ।
लोगों को मैं लगती हूँ प्यारी, चाहे कश्मीर हो या कन्याकुमारी,
अंग्रेजी से जंग हो जाती जारी, जब स्वाभिमान पर आती हूँ।
मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ,

कोई कहता मुझे वर्तनी, कोई कहता व्याकरण है,
कोई मुझे संस्कृति कहता, कोई कहता आचरण है,
कभी प्रेमचंद की लेखनी, तो कभी निराला के गान में,
सूर, तुलसी, मीरा ने मुझे लिखा, तो कभी जायसी की तान बन जाती हूँ।
मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ।

सुन्दर हूँ, मनोरम हूँ, सरल हूँ, सहज हूँ
सरलता और सादगी में निपुण, वाणी का वरदान हूँ।
है संस्कृत जननी मेरी, लिपि है देवनागरी,
अपनेपन की मिश्री जैसे, सबके जुबान से बोली जाती हूँ।
मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ,

मैं ही स्वर, मैं ही व्यंजन, मैं भारत की हिन्दी हूँ
जैसे हैं गगन में चाँद सूरज, मैं इस देश की बिन्दी हूँ
एकता की अनुपम परम्परा, मुझसे ही हिन्दुस्तान है,
जीवनरेखा बनकर काल को जीता है, कभी कालजयी भाषा कहलाती हूँ।
मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ,

जनभाषा, संपर्क भाषा, आधिकारिक भाषा नाम तो बहुत हैं मेरे,
लोगों ने मुझमें वेदना लिखी, आज मैं अपनी करुणा व्यथा सुनाती हूँ
मैं इस देश की बेटी हूँ मुझे भी सम्मान दो
और किसी चीज की आस नहीं, मुझे मेरा अधिकार दो,
पंद्रह दिवस के पखवाड़े में क्यूँ पितरों सा आती हूँ?
जैसे श्राद्ध के बाद, अपने ही घर से बिसरा दी जाती हूँ।
मैं आज भी राष्ट्रभाषा नहीं! राजभाषा ही क्यूँ कहलाती हूँ?
मैं 'हिन्दी' भारत की बेटी, राजभाषा कहलाती हूँ,
भाषाओं में ये ओहदा पाकर, मन ही मन इठलाती हूँ।

–कु. कविता कन्नौजे
नर्सिंग अधिकारी

छत्तीसगढ़: मनमोहक पर्यटन स्थलों का राज्य

छत्तीसगढ़ राज्य की स्थापना देश के 26 वें राज्य के रूप में 1 नवम्बर वर्ष 2000 में हुई। अपने स्वतंत्र अस्तित्व में आने के साथ ही इस राज्य ने शिक्षा, स्वास्थ्य, मानव संसाधन, रोजगार, औद्योगिकीकरण, शहरीकरण जैसें विभिन्न क्षेत्रों में विकास के अनंत संभावनाओ और आकांक्षाओं के स्वप्न संजोएँ। ऐसा ही एक विशिष्ट क्षेत्र रहा स्थानीय पर्यटन के विकास का। अपनी विशेष भोगौलिक अवस्थिति, धार्मिक, सामाजिक, सांस्कृतिक एवं जनजातीय विविधता और विशेषता के कारण इस राज्य में पर्यटन की असीम संभावनाएं हैं। क्षेत्रफल (लगभग 1.35 लाख वर्ग कि.मी.) की दृष्टि से देश का 10 वां सबसे बड़ा राज्य है जिसमें से लगभग 44% भू–भाग वनाच्छादित है। बस्तर एवं सरगुजा संभाग के सघन वनों से उद्‌गमित नदियाँ, उनमे स्थित जलप्रपात एवं झरने, पर्वत–पठार टेकरी, साल–सागौन–बांस के ऊँचे–ऊँचे वृक्ष, वनस्पतियाँ और इनमें निवास करने वाले छोटे बड़े अनेक जीव–जंतु और इन सब से मिलकर बनने वाला जैव विवधता एवं पारिस्थितिकी तंत्र छत्तीसगढ़ को पूर्ण रूप से "ईको टूरिज्म" हब के रूप में स्थापित करता है। जो प्रकृति प्रेमियों के लिए किसी स्वर्ग से कम नहीं है। साथ ही साथ इस राज्य में धार्मिक, पुरातात्विक, ऐतिहासिक साक्ष्य के अनगिनत स्थल इसे अन्य राज्यों से पर्यटन के दृष्टिकोण से बेहतर बनाते हैं। मानव सभ्यता के आरंभ के पुरातात्विक अवशेष छत्तीसगढ़ के अलग अलग दिशाओं में मिलते हैं जैसे राज्य के पूर्व में स्थित रायगढ़ को शैलाश्रयों का जिला कहते हैं यहाँ की गुफाओं में आदिमानव के प्रागैतिहासिक कालीन अवशेष जैसे भित्तिचित्र जिनमे शिकार करते मानव समूह, गढ़ियाल, छिपकली इत्यादि प्रमुख हैं जो विशिष्ट चित्रांकन शैली और आदिमानव के तात्कालिक मानसिक अभिव्यक्ति की सजीवता और प्रखरता की अमर गाथा का गुणगान करते हैं। छत्तीसगढ़ का भीमबेटका की संज्ञा से अलंकृत इस जिले में पुरातात्विक गुफाओं में सिंघनपुर पुरातन है इसके साथ ही बोतल्दा, कबरा पहाड़, करमागढ़, बसनाझार, सोनबरसा, ओंगना, गोमर्दा से कई और भित्तिचित्र एवं पाषाणकालीन औजारों के अवशेष मिले हैं, राजनांदगांव एवं दुर्ग जिले में सोनसारी, करहीबदर, सोरर, धनोरा, कोंडागाँव में गढ़धनोरा से प्राप्त महापाषाण घेरे, समाधि स्थल पाषाण कालीन विरासत के रूप में प्राप्त हुए हैं। धार्मिक महत्व की बात करें तो छत्तीसगढ़ को प्राचीनकाल में दक्षिण कौशल के नाम से पुकारा जाता था, मान्यता है कि यह भगवान राम की माता कौशल्या का मायका है। इस तरह यह क्षेत्र भगवान राम का ननिहाल हुआ और यही कारण है कि आज भी इस राज्य में भांजा–भांजियों में भगवान राम के स्वरुप को देखकर मामा–मामी उनके चरण स्पर्श करते हैं। रामायण एवं महाभारत कालीन विभिन्न स्थल इस अंचल में स्थित हैं जो इसके धार्मिक महत्व को प्रतिपादित करते हैं। भगवान राम ने अपने वनवास का अधिकतम समय जिस दंडकारण्य में व्यतीत किया वो वर्तमान में बस्तर का क्षेत्र है। यही कारण है कि छतीसगढ़ में भगवान राम और उनसे संबंधित अनेक धार्मिक स्थल हैं जिनमें प्रमुख है चंदखुरी रायपुर में माता कौशल्या का मंदिर (माता कौशल्या की जन्म स्थली), शबरी मंदिर शिवरीनारायण (जांजगीर–चाम्पा) मान्यता है कि भगवान राम ने सबरी के झूठे बेर यहीं खाएं थे, खरौद (जांजगीर–चाम्पा) का लक्ष्मनेश्वर मंदिर, सरगुजा में सीताबेंगरा की गुफा, तुरतुरिया (बलौदा बाजार) में वाल्मीकि आश्रम लव–कुश की जन्म स्थली है। इसी तरह महाभारत कालीन स्थलों में भीम पाँव, लाक्षागृह (महासमुंद), आरंग राजा मोरध्वज की नगरी मंदिरों की नगरी कहलाती है यहाँ जैन धर्म से संबंधित और भी मंदिर स्थित हैं।

छत्तीसगढ़ धार्मिक पर्यटन के दृष्टकिोण से समृद्ध राज्य है यहाँ की धार्मिक–सामाजिक मान्यताओं में मातृत्व एवं स्त्री शक्ति का विशेष महत्व है इसलिये राज्य के सभी दिशाओं में शक्ति उपासना के प्रमुख

(राजनांदगांव) मैकल पर्वत के विस्तार में माँ बम्लेश्वरी का मंदिर ऊँचे पहाड़ों पर स्थित है आदि शक्ति माता के इस मंदिर का निर्माण राजा कामसेन द्वारा कराया गया था। यह छत्तीसगढ़ एवं सीमावर्ती राज्यों के लोगों के आस्था का प्रमुख केंद्र है। प्रत्येक नवरात्रि में इस मंदिर की शोभा बहुत ही मनोरम एवं दृष्टगम्य होती हैं।

बिलासपुर जिलें में स्थित रतनपुर कलचुरी एवं मराठा शासनकाल में छत्तीसगढ़ की राजधानी रही है। रतनपुर को मंदिरों और तालाबों की नगरी कहा जाता है। बिलासपुर जिला मुख्यालय से 25 कि.मी. की दूरी पर स्थित इस नगर में माँ महामाया का प्रसिद्ध मंदिर है जिसका निर्माण 11 वीं शताब्दी में कलचुरी नरेश रत्न देव प्रथम द्वारा कराया गया था, रतनपुर में अन्य प्रमुख धार्मिक स्थल मराठा शासक बिम्बा जी भोंसले द्वारा निर्मित रामटेकरी मंदिर, लखनी देवी मंदिर, भैरव बाबा मंदिर, गणेश मंदिर, सतखंडा महल, बादल महल है। बिलासपुर जिले के तालागांव में मनियारी नदी के तट पर राज्य का प्राचीनतम देवरानी–जेठानी मंदिर निर्मित है। मंदिर प्रांगण में विस्मयकारी कालपुरुष (शिव जी) की प्रतिमा है इस प्रतिमा की विशेषता है कि इसके शरीर के प्रत्येक अंग अलग–अलग जीवों के रूप में अंकित है। बिलासपुर में मल्हार भी एक प्राचीन पुरातात्विक महत्व की नगरी है जहां प्राचीन मंदिरों के समूह के साथ विभिन्न धात्विक मोहरे प्राप्त हुई हैं।

बस्तर संभाग के दंतेवाडा जिले में डंकिनी और शंकिनी नदी के संगम पर माँ दंतेश्वरी माता का मंदिर निर्मित है। काकतीय वंश के शासकों द्वारा अपने प्रमुख आराध्य देवी को समर्पित यह मंदिर काष्ठ निर्मित है। लोकमान्यता ओर लोकपर्वों से सराबोर यह मंदिर देश के प्रमुख शक्ति पीठों में सें एक है। विश्वप्रसिद्ध बस्तर दशहरा के विभिन्न चरणों का आयोजन इस मंदिर में किया जाता है, गोंचा पर्व यहाँ का मुख्य लोकपर्व है जिसमें रथ यात्रा का आयोजन

किया जाता है गोंचा पर्व एवं बस्तर दशहरा का आनंद लेने देश–विदेश से सैलानी बस्तर आते हैं। बस्तर के दंतेवाडा के बारसूर में ही अन्य प्रमुख धार्मिक स्थल के रूप मामा–भांजा मंदिर, विशाल गणेश जी प्रतिमा प्रमुख है साथ ही बैलाडीला में ऊँचे पर्वत में ढोलकल गणेश जी की प्रतिमा भी प्रमुख दर्शनीय स्थल है। प्रकृति के अनंत सौंदर्य से परिपूर्ण बस्तर में जगदलपुर के निकट नियाग्रा जलप्रपात का प्रतिरूप चित्रकोट जलप्रपात इंद्रावती नदी पर स्थित है। यह भारत का सबसे चौड़ा जलप्रपात है। जिसका आकार घोड़े के नाल के सामान है।

नौका–विहार करते जलप्रपात के गिरते जलनिधि में सूर्य किरणों के प्रकीर्णन प्रभाव से निर्मित इन्द्रधनुषी छटा को देखना जीवन पर्यंत अनुभव होता है। चित्रकोट से ही कुछ दूरी पर स्थित तीर्थगढ़ जलप्रपात भी बस्तर को प्रकृति प्रदत्त एक प्रमुख दर्शनीय स्थल है। यह छत्तीसगढ़ का सबसे ऊँचा जलप्रपात है। 300 फीट की ऊंचाई से तीव्र वेग से सीढ़ीनुमा चट्टानों में गिरते पानी की तेज धारा से निर्मित दृश्य को देखना मनोरम है। बस्तर में ही कांगेर घाटी राष्ट्रीय उद्यान है जो छत्तीसगढ़ के राजकीय पक्षी पहाड़ी मैना का प्राकृतिक प्रश्रय स्थल है। इस राष्ट्रीय उद्यान में जंगल सफारी के दौरान विभिन्न वन्य जीवों जैसे वनभैसा, जंगली सूअर, चितल आदि को देखा जा सकता है। साथ ही साथ इस उद्यान के अंतर्गत कुटुमबसर की गुफाओं में कैल्सियम कार्बोनेट से निर्मित्त स्टेलेगटाईट एवं स्टेलेगमाईट की विभिन्न आकृतियाँ अद्भुत है ये आकृतियाँ अँधेरे में भी चमकती हैं इस गुफा में अंधी मछलियां मिलती हैं। बस्तर संभाग में बीजापुर में भैरमगढ़, कुटरू, पामेड़ वन्यजीव अभ्यारण एवं इन्द्रावती राष्ट्रीय पार्क प्रमुख जंगल सफारी स्थल हैं।

राज्य के सुदूर उत्तर में स्थित सरगुजा संभाग में भी विभिन्न वन्यजीव अभ्यारण्य एवं राष्ट्रीय उद्यान है। जिसमें राज्य का क्षेत्रफल की दृष्टि से सबसे बड़ा गुरु घासीदास राष्ट्रीय उद्यान भी सम्मिलित है, बादलखोल, सेमरसोत प्रमुख वन्यजीव अभ्यारण है इन वन क्षेत्रों में नील गाय, सांभर, चीतल, मगर, तेंदुआ, सिंह अपने प्राकृतिक आवास में रहते हैं।

सरगुजा में अम्बिकापुर जिला मुख्यालय से 50 कि.मी. की दूरी पर मैनपाट नामक हिल स्टेशन स्थित है। छत्तीसगढ़ का शिमला कहे जाने वाले मैनपाट क्षेत्र की समुद्र तल से ऊँचाई लगभग 1100 मीटर है। यह नगर तिब्बती शरणार्थियों द्वारा स्थापित बौद्ध मठों के लिए प्रसिद्ध है। यहाँ निकट में ही टाइगर पॉइंट, फिश पॉइंट, घाघी आदि जलप्रपात दर्शनीय स्थल है।

सरगुजा के भूगोल को प्रकृति की पहेली कहा जा सकता है जलजली नामक स्थान पर जम्पिंग लैंड (उछलती जमीन) है जहां पर ऊपर की ओर उछलने से जमीन हिलती है। ऐसी ही एक भौगोलिक उलझन सरगुजा के उल्टापानी क्षेत्र में देखने को मिलती है जहां पर जल की धारा गुरुत्वाकर्षण के विपरीत दिशा में पहाड़ी ढाल में ऊपर की ओर बहती है। इसके अलावा टिनटिनी इलाके के पत्थरों को चोट करने पर धात्विक ध्वनि उत्पन्न होती है, उसी प्रकार तातापानी में भू–गार्भिक गर्म जल स्रोत शोध का विषय है। पुरातात्विक और ऐतिहासिक पृष्ठभूमि वाले स्थल भी सरगुजा में स्थित हैं जिसमें जोगीमारा एवं सीताबेंगरा की गुफाएं विशेष रूप से उल्लेखनीय हैं। सीताबेंगरा को विश्व का प्रथम नाट्यशाला (एम्फी थियेटर) कहा जाता है। मान्यता है की भरत मुनि ने यहीं नाट्य शास्त्र की रचना की थी। जोगीमारा गुफा में ब्राह्मी लिपि में मौर्यकालीन देवदासी सुतनका और व्यापारी देवदत्त की प्रणय गाथा उल्लेखित हैं।

राज्य के मध्य पूर्व में सिरपुर, महासमुंद जिले में स्थित एक प्रमुख, ऐतिहासिक और धार्मिक महत्व का नगर है। सिरपुर में पांडु–सोमवंशीय शासकों का शासन प्राचीन काल में रहा जिसमें महाशिवगुप्त बालार्जुन

का शासन काल छत्तीसगढ़ के इतिहास का स्वर्णकाल कहलाता है। इनके शासनकाल में चीनी यात्री ह्वेनसांग सिरपुर आया था अपनी रचना सियूकी में उन्होंने छत्तीसगढ को कियाश्लो कहा है और राज्य को समृद्ध और राजा को शक्तिशाली बताया है। सिरपुर में लाल ईंटो से निर्मित लक्ष्मण मंदिर गुप्तकालीन वास्तु कला का उत्कृष्ट उदाहरण है। सिरपुर से अनेक धात्विक मुद्राएँ, मूर्तियाँ एवं बौद्ध विहार के अवशेष मिलते हैं। महानदी के तट पर स्थित गंधेश्वर महादेव मंदिर, चंडी मंदिर, राधा कृष्ण मंदिर महत्वपूर्ण धार्मिक स्थल हैं।

गरियाबंद जिला में महानदी, पैरी और सोंढूर नदी के त्रिवेणी संगम में स्थित राजिम तीर्थ छत्तीसगढ़ के प्रयाग की उपमा से अलंकृत है। यहाँ पंचायतन शैली में निर्मित भगवान राजीव लोचन का मंदिर अंचल का प्रमुख धार्मिक तीर्थ है राजिम को पदम् तीर्थ भी कहा जाता है यहाँ प्रतिवर्ष होने वाले पुन्नी मेला की शोभा देखते ही बनती है। त्रिवेणी संगम पर कुलेश्वर महादेव मंदिर एवं लोमश (लोमहर्ष) ऋषि का आश्रम रमणीय तीर्थ की अनुभूति प्रदान करते हैं। राजिम के आस–पास पंचकोशी यात्रा से संबंधित तीर्थ (चम्पेश्वर, कौपेश्वर, बह्मनेश्वर, फिंगेश्वर) स्थित है। राजिम के निकट चंपारण्य में महाप्रभु वल्लभाचार्य की जन्म स्थली है।

राज्य के पश्चिम में स्थित कवर्धा (कबीरधाम) में छत्तीसगढ़ का खजुराहो कहे जाने वाले भोरमदेव मंदिर का सौन्दर्य अतुलनीय है यह मंदिर भगवान शिव को समर्पित है। इसका निर्माण 11 वीं सदी में फणीनाग वंशियों द्वारा कराया गया था।

रायपुर, छत्तीसगढ़ की वर्तमान राजधानी मुंबई–हावड़ा लाइन एवं राष्ट्रीय राजमार्ग क्र. 53 और 30 के मध्य स्थित है। यहाँ धार्मिक महत्व के स्थल के रूप में दुग्धाधारी मठ, महामाया मंदिर, रामकुण्ड पुरातन धरोहर है। महंत घासीदास संग्रहालय वर्ष 1875 में निर्मित भव्य भवन है जहां राज्य के इतिहास, मानव शास्त्र और भौगोलिक महत्व के अवशेषों को संरक्षित रखा गया है। संग्रहालय के प्रांगण में संचालित गढ़कलेवा में छत्तीसगढ़ के स्थानीय व्यंजनो जैसे चिला, फरा, देहरौरी, अईरसा इत्यादि का नैसर्गिक स्वाद लिया जा सकते है। विवेकानंद सरोवर (बूढा तालाब) नगर के मध्य में स्थित विशाल सरोवर है। नया रायपुर में स्थित जंगल सफारी, पुरखौती मुक्तांगन प्रमुख दर्शनीय स्थल है।

भिलाई, दुर्ग जिला का प्रमुख औद्योगिक नगर है यहाँ एशिया का वृहत्तम भिलाई इस्पात संयंत्र की स्थापना सोवियत रूस के सहायता से की गई। भारत–रूस मैत्री का प्रतीक मैत्री बाग यहाँ का प्रमुख आकर्षण है।

यह नवनिर्मित राज्य स्वयं में पर्यटन की अपार संभावनाओं को समेटे हुए है। आवश्यकता है तो बस एक सार्थक पहल की जिससे राज्य के पर्यटन स्थलों को राष्ट्रीय–अंतर्राष्ट्रीय पटल पर प्रभावी रूप से प्रतिबिंबित किया जा सके।

–उमेश कुमार पाण्डेय
कनिष्ठ स्वागत अधिकारी
जनसंपर्क विभाग

जितने और शहीद हुए उन सबको शत्–शत् नमन

खिड़कियों पे सिर टिकाए बैठी मैं,आँखों में पड़ी आशा
हाल–ए–दिल किसको सुनाऊँ,समझे कौन दिल की भाषा
आज नैनों के आगे घूमें फिरें एक–एक कर सारे चित्र

न कोई चिंता, उम्र चंचल, साफ हृदय और मन पवित्र
बचपन था बीता जा रहा अब सावन देख लिए थे अठारह
शादी तय कर दी बाबा ने फागुन की तारीख थी बारह
पिया के लिए मैं सजने लगी, मुझे सखियाँ चिढ़ाती बार–बार
माँ ने सँवारा उस दिन बड़े प्यार से, बारात लगी मेरे द्वार।
घूँघट की ओट से झाँकू पिया को, साँवला सा रंग कोई जादू किया हो
पूरी हुई मैं हिआ से लगकर, आँखों में भर लूँ अपने पिया को
लाल रंग मैं, वो रंग हरे, मुझे प्रेम के रंग थे चढ़ने लगे
बस इतनी मेरी इच्छा, मैं साथ मरुँ, संग अगन जले
पर ये क्या कहाँ को चल दिए? जाकर बस गए दूर देश
मौसम के जैसे आते इक दफा, मैं यादों को लेती समेट।
खुले केश ले, आँखों में आशा मैं गीत मिलन के गाती हूँ
मैं एक अकेली कितनी जलूँ? पिया आधा तू मैं आधी हूँ
इस सुबह से बस एक दुआ, दवा दर्द की दे मुझको जाकर,
इस समय में है इंतजार उस पंक्ति की जिसकी मैं आखर।
सुबह की पहली किरण, मन के आँगन में उठ रहा बवंडर ।
हवा भर रही भोर की जोर से, असमाँ हुआ काला समंदर।
सज–धज कर बन बिरहन मैं, अटरी पर राह देखूँ पिया की,
आए हैं ताबूत में लेट के, वर्दी पर खून, तिरंगा लिपटकर।
टुकड़ों में है देह बँटा, बस दो नैना थे शेष बचे
मैं इकटक बस ताक रहीं, और वो मुझको थे देख रहे।
मैं हृदय सांट के अब किससे बात करुँ
कौन उनको लौटा देगा
कब तक ये यूँ जंग चलेगी, जाने कितनी जानों का और सौदा होगा
इन जंग वालों से पूछे कोई, कि लाशें अपनों की होती कैसे
जंग से हासिल क्या? क्यों जीतने को समझौते ऐसे?

शून्य मैं सुन्न सी ताक रही, जैसे लाख सुई कोई बींध दिया
सुहागन बनी ये अभागन, इस जंग जान को छीन लिया
सिंदूर मिटा, गर्व है
खैर आबाद रहे मेरा वतन
इस कफन से विनती ये उजड़े ना कोई और चमन
जितने और शहीद हुए उन सबको शत्–शत् नमन।

–अशमीत कौर
छात्रा

(हिन्दी पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता अधिकारी/कर्मचारी/संकाय सदस्य वर्ग में प्रथम पुरस्कार प्राप्त कविता)

'इंसान' होने का खिताब

वो लम्हा जाने कितनी बार मिला था,
जिसमें मेरा, सिर्फ मेरा हक था।
पीठ मेरी कितनी बार थपथपाई गई
कितनी ही बार मस्तक को मेरे,
आर्शीवाद का हाथ मिला था।

हर होठों पर मेरे लिए मुस्कान आई थी,
जाने कितनी बार हर नजरों से मुझे सम्मान मिला था।
दिलों से सबके, दुआ, बेहिसाब प्यार मिला था,
माता–पिता के संतोष का मुझे उपहार मिला था।
नई ऊँचाई पर जाने का लक्ष्य,
और नई उम्मीदों का वो आर, फिर एक बार मिला था।
गिर जाने पर कितना न जाने कितना अपमान मिला था।
औरों से तिरस्कार अपनों से बहिष्कार मिला था।
पर उठना है मुझे फिर,
फिर लड़ना है मुझे
क्योंकि किसी रोज मेरे ईश्वर से मुझे
'इंसान' होने का खिताब मिला था।

–डॉ. कृतिका
छात्रा
एम.पी.एच.(चतुर्थ सेमेस्टर)

(हिन्दी पखवाड़ा कार्यकम के अंतर्गत स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता अधिकारी/कर्मचारी/संकाय सदस्य वर्ग में द्वितीय पुरस्कार प्राप्त कविता)

वैसी हालत है देश में किसान की

सावन में सब झूला झूलते, रस्सी से अमवा के डाल पर
एक दिन वो भी झूल गया, गर्दन में रस्सी को डाल कर।

आओ सुनाते हैं दुख की व्यथा, व्यथा है, धरती के भगवान की
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

जो अन्न उगाता खून से सींच कर, वो दो वक्त की रोटी का मोहताज है
कल की चिंता बेशक तुम करना, पहले उसकी करो जो भूखा आज है।

कभी बाढ़ में बह जाती फसल, कभी दुर्दशा हो जाती खलिहान की
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

मत देकर मतदाता बनता, किस्मत का जो विधाता चुनता
फिर भी दुख दर्द से बदहाल है, उसके हाल कोई भी न सुनता

सोचते नहीं जरा मजलूम खातिर, बस फिक्र होती अपने मतदान की
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

दुख की आँधी ऐसी चली है फिर, कर्ज के बोझ तले दबता चला जाता
भारी हो जाता फिर कंधे का वनज, बीच भंवर में नौका डूबता चला जाता।
टप–टप छत से टपकता पानी, जर्जर हालत है मकान की,
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

कोई बातें काले धन की करता, कोई बातें करता है व्यापार की
पर जब बातें होती फसल वाली, महज खबर बन जाती अखबार की।
अच्छी बातें तो सब कर लेता, पर काम नहीं करता ईमान की
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

पापी पेट भी कहाँ मानता है, जिम्मेदारी भी रहती परिवार की
हल लेकर चल पड़ता हल करने, बात रहती जीवन के अधिकार की।
कभी सोचता फसल और खेत का, कभी फिक्र होती अपने संतान की
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

जितनी कीमत होती जंक फूड की, उसकी आधी कीमत है गेहूँ धान की
एक अरब से भी जादा है लोग, फिर भी पेट भरता पूरे हिंदुस्तान की।
नथुनी, बिछिया तक गिरवी रखी है, फिर भी कीमत नहीं उसकी जान की
जैसे मछली तड़पे है पानी बिन, वैसी हालत है देश में किसान की।

माटी बिलख कर रो रही खेतों की, गम के अंबर में तड़प रही है धरती
जिस पगडण्डी से गुजरा करता था, उस जगह से गुजरेगी उसकी अर्थी
पाई–पाई जोड़ रखा था दहेज की खातिर, चिंता जिसे थी बेटी के कन्यादान की
वही कफन में लिपट दफन हो गया, मार्मिक व्यथा है देश के किसान की।

–प्रिया तिवारी
छात्रा
बी.एससी.(मेडिकल लैब टैक्नोलॉजी)

(हिन्दी पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता अधिकारी/कर्मचारी/संकाय सदस्य वर्ग में तृतीय पुरस्कार प्राप्त कविता)

क्योंकि पापा हैं वो

जब सब मेरे पैदा की खुशियाँ मना रहे थे।
उन गर्म हवाओं में भी कोई अकेले भाग रहे थे।
विश्राम नहीं था उन्हें, ना वक्त था खुशियों का।
पिता बने थे वो पर फिर भी सिर्फ मुस्कुरा रहे थे।
दिन भर की थकान से जब सब अपने बिस्तरों में थे।
वो पापा ही थे, जो घुमा–घुमा कर मुझे चुप करा रहे थे।
मेरे आँसू बह ना सके इसलिए खुद बंदर और घोड़ा बन दिखा रहे थे।
मैं चैन से रहूँ इसलिए खुद को बेचैन कर रहे थे।
मेरे माँगने से पहले हर एक चीज लेकर आ जाते थे।
और अपने लिए बस मुस्कुराकर एक जोड़ी कपड़े जूतों में काम चलाते थे।
मैं ना गिरुँ इसलिए हर पल मुझे पकड़े रहते थे।
और हर डाँट के बाद खुद एक नींद की झपकी भी न ले पाते थे।
मगर मैं भी तो अल्हड़ हूँ।
बोल ही नहीं पाता उन्हें कभी की एक वही हैं जो मेरे ख्वाबों को हकीकत बनाते हैं।
कभी–कभी मैं भी उनकी बातों को समझने की कोशिश करता हूँ।
क्योंकि पापा अकसर कड़क आवाज में ही प्यार जताते हैं।
वो ही हमें इस काबिल बनाते हैं, अनजानी चीजों और अनजानी राहों से परिचित करवाते हैं।
इसलिए तो वो पापा कहलाते हैं। इसलिए तो वो पापा कहलाते हैं।

–हरीश नागर
छात्र
एमबीबीएस–2017 बैच

हिन्दी

हिन्दुस्तान की शान है हिन्दी, माँ भारती के भाल की बिंदी।
जनमानस की प्राण है हिन्दी, हम सबका अभिमान है हिन्दी।
हिंद महासागर सी गहरी, भाषा–भाव लिए है हिन्दी।
आन हमारी, शान हमारी, हम सबका स्वाभिमान है हिन्दी।
संस्कृत की सुसंस्कारी बेटी कहलाती है हिन्दी,
अन्य भाषाओं और बोलियों से मिलकर इठलाती है हिन्दी
प्राकृत में महावीर और पाली में महात्मा बुद्ध की वाणी है हिन्दी
अवहट्ट और अपभ्रंश में पृथ्वीराज की वीरगाथा है हिन्दी।
हरिवंश ने जब लिख डाली मधुमिश्रित मधुशाला
हिन्दी तब बन गई मदहोशी में मधुर मधु का प्याला
तुलसी, मीरा, जायसी, सूर और केशवदास
हिन्दी काव्य और महाकाव्य में देता भक्ति का आभास।
कभी हरिशंकर परसाई की व्यंग्यबाण बन जाती हिन्दी
तो कभी प्रेमचंद के गबन गोदान से कालजयी हो जाती हिन्दी
लेखन–वाचन में एकरुपता, और शुद्धता लाती हिन्दी
कविता, काव्य, गीत, गज़ल से सबका मन बहलाती हिन्दी।

प्राचीनकाल से वर्तमान तक हिन्दी में परिवर्तन आया।
दृश्य श्रव्य यंत्रों के प्रसार ने हिन्दी को विकृत कर डाला।
लेते हैं शपथ आज हम मिलकर, हिन्दी का मान बढ़ाएंगे
लेखन और भाषा, व्यवहार में हिन्दी को अपनाएंगे।
आओ मिलकर करें प्रतिज्ञा, राजभाषा को राष्ट्रभाषा बनाएंगे।

–उमेश कुमार पाण्डेय
कनिष्ठ स्वागत अधिकारी
जन–संपर्क विभाग

नसीब

जिंदगी में ठोकरें तो बहुत है
मगर चलना मेरा नसीब है
रास्ते के पत्थर ठोकर मारकर
अपना फर्ज अदा करते हैं
अगर मुसाफिर इशारा न समझें
तो यह उसका नसीब है
नसीब में जो है नहीं उसका क्या मलाल करें।
जो नसीब से पाया है उस पर क्यों न फक्र करें।
अगर सोचने बैठ गए कि क्या खोया क्या पाया
तो बहुत दूर निकल जाएंगे
लेकिन कुछ हासिल न कर पाएंगे
क्योंकि नसीब से लड़ नहीं सकते
बस संवारने की कोशिश कर सकते हैं।

–वंदना आनंद
पुस्तकालय परिचारक ग्रेड–2
केन्द्रीय पुस्तकालय

कोविड–19 के पश्चात् स्वस्थ जीवन शैली का महत्व

वुहान, चीन से शुरू हुए इस कोरोना वायरस ने पूरे विश्व में त्राहि–त्राहि मचा दी है। पूरा विश्व आज इस महामारी को समझने के निरंतर प्रयास में है। इन दो वर्षों की अवधि में अगर कोई बात है जिसे सबसे ज्यादा महत्व दिया गया है तो वो है 'स्वस्थ जीवन शैली'।

विश्व स्वास्थ संगठन के अनुसार व्यक्ति सिर्फ बीमारियों से दूर हो जाए तो उसे स्वस्थ नहीं कहा जा सकता है बल्कि उसे मानसिक और सामाजिक रूप से भी स्वस्थ होना पड़ेगा।

इस महामारी का खतरा उन्हीं व्यक्तियों में ज्यादा देखा गया है जिन्हें पहले से ही कोई न कोई रोग था। जैसे–जैसे दुनिया विकास कर रही है वैसे–वैसे हम उपनी जीवन शैली को बिगाड़ते ही जा रहे है।

यह महामारी एक चेतावनी है समस्त विश्व के लिए की अब स्वास्थ को चुना जाए। क्षणभंगुर जीवन में अगर कुछ सर्वाधिक महत्वपूर्ण है तो वो है हमारा स्वास्थ।

कोविड–19 और स्वस्थ जीवन शैली

महात्मा गांधी जी ने भी स्वच्छता को भगवान तक पहुँचने का मार्ग बताया है। स्वस्थ जीवन शैली का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा है 'स्वच्छता'। स्वच्छ हाथों से बनाया व खाया गया ताज़ा भोजन इंसान के शरीर को ताकत प्रदान कर रोगों से लड़ने की क्षमता देता है।

महर्षि पतंजलि के योग को पूरा विश्व अपना चुका है। प्रतिदिन आधे घंटे का व्यायाम शरीर एवं मन दोनों को चंगा कर देता है। शरीर की सफाई, प्रतिदिन स्नान, स्वच्छ कपड़े, स्वच्छ वातावरण मनुष्य को स्वस्थ ही रखता है।

विश्व में जंक फूड की खपत कई गुना बढ़ चुकी है। इस तरह का खाना शरीर में कई बीमारियाँ पैदा कर सकता है। उसी तरह शराब व धूम्रपान इंसानी जीवन शैली के लिए खतरा है।

महामारी के दौरान घर से काम करने का चलन आया है जो कि हमें और आलसी बना रहा है। अब व्यक्ति एक ही कुर्सी पर बैठे–बैठे कंप्यूटर के माध्यम से सारे काम कर रहा है। इससे ना केवल शारीरिक नुकसान हो रहा है, साथ ही साथ मानसिक नुकसान भी हो रहा है।

बच्चों के स्कूल बंद है, जिससे ना तो खेलने जा रहे है ना ही अपने दोस्तों से मिल पा रहे है और ऑनलाइन क्लासेज के माध्यम से उनका भी पूरा समय स्क्रीन पर ही व्यतीत हो रहा है।

जब से दुनिया में लॉकडाउन हुआ है, हमने खुद ही या अनुभव किया है कि प्रदूषण, कचरा इत्यादि में कमी आई है और वातावरण में सुधार आया है। अब वक्त है, कि हम हमारी बुरी आदतों में सुधार लाएँ और धरती के लिए कुछ करें।

निष्कर्ष:–

समय–समय पर कोई ना कोई ऐसी बीमारियाँ जैसे काली मौत (प्लेग) पर फतह पाई है और इस बीमारी पर भी जल्द ही फतह पा लेंगे।

हमें बस खुद में एक सही बदलाव लाने की आवश्यकता है। समय है कि हम एक स्वस्थ जीवन शैली को अपनाएं, न सिर्फ खुद के लिए बल्कि पूरे देश व दुनिया के लिए।

स्वस्थ आदतें कोविड–19 के दौरान–

1. बार–बार हाथ धोएँ।
2. हर दिन कम से कम 30 मिनट तक योगा या व्यायाम करें।
3. स्वस्थ, स्वच्छ एवं ताज़ा बना हुआ गर्म भोजन करें।
4. हरी सब्जियाँ, फल का सेवन करें।
5. यदि आपको मधुमेह, उच्च रक्तचाप या कोई अन्य बीमारी है तो नियमित रूप से डॉक्टर से मिलें और समय पर अपनी दवाइयों का सेवन करें।
6. बाहर की वस्तुओं, जैसे जंक फूड का सेवन ना करें।

'स्वस्थ रहें! मस्त रहें।'

–डॉ. संजना
छात्रा
एम.पी.एच.(द्वितीय सेमेस्टर)

महिला शक्ति (नारी)

वो जग में सबसे न्यारी है, जिसे कहती है दुनिया नारी है
वो स्वर्ग की दुआरी है , वो जीवन की फुलवारी है,
वो धरा की छटा न्यारी है , उसी का नाम नारी है,
उन्ही से दुनिया है , वो मॉ , सोनपरी , अप्सरा है,
वो त्याग की वो प्रतिमा , वो जीती जागति इंद्राणी है।
वो जग में सबसे न्यारी है, जिसे कहती है दुनिया नारी है।।

वो गंगा जैसी पावन है , वो हर मौसम में सावन है,
वो हृदय से मनभावन है , महलों की वो आँगन है।
है वो पवित्रता स्त्री , है वो सत्यवान की सावित्री
वो यमराज को हराकर , मृत पति को जिलाती है।
वो जग में सबसे न्यारी है, जिसे कहती है दुनिया नारी है।।
देव भी जाने न चरित्र , त्रिया है ऐसी विचित्र,
वही उमा , लक्ष्मी , शारदा , वही तो माता काली है
मिट जाते हैं ऐसे धाम , जहाँ नारी का न मान ,
गीता ,बाइबिल , कुरान , वनिता पे बलिहारी है,
वो जग में सबसे न्यारी है, जिसे कहती है दुनिया नारी है।।
नन्ही कन्याओं पे आज , जुल्म ढाता क्यों समाज,
पुत्री जन्म अभिशाप , क्यों भ्रांति मन में पाली है।
है पुत्र रत्न दीपक , तो बेटी उसकी ज्योति है,
बिन ज्योति के घर, आंगन ,जग अंधियारी है।
वो जग में सबसे न्यारी है, जिसे कहती दुनिया नारी है।
वो जग में सबसे न्यारी है, जिसे कहती दुनिया नारी है।

–गिरधारी लाल साहू
भण्डार पाल
केन्द्रीय भंडार विभाग

नियमों का महत्व

नियम व्यक्ति के जीवन को नियमित करता है,
नियम का सार जीवन को व्यवस्थित करता है।
नियम न हो तो अस्त–व्यस्त है जीवन
नियम हो तो मस्त है जीवन

नियमित लक्ष्य को पाना है आसान
इसके बिना हो जाता हर कोई नाकाम
नियम से है सफलता
नियम से है सरलता
नियम देता गौरव स्थान
नियम पूरे करता मन के अरमान
अपने जीवन को नियमों को महत्व दे दो
फिर देखो कैसे होता है मेरा देश महान।

–रिंकी गुप्ता
अवर श्रेणी लिपिक
लेखा शाखा

वो बेटी ही तो है

माँ का सम्मान और पिता का अभिमान होती है।
वो बेटी ही तो है जो हर पल एक नया सपना संजोती है।
आशा और निराशा में, जिन्दगी की परिभाषा में।
वो बेटी ही तो है, जो हर पल एक मोती पिरोती है।

उजड़ी हुई बगिया को सहेजती है।
एक मकान को घर में बदलती है।
पगडंडियों पर आँचल बन लहरती है।
वो बेटी ही तो है, जो आँगन में तुलसी बन महकती है,
चिड़ियों के झुण्ड सी चहकती है।
वो बेटी ही तो है, जिसकी पायल
पूरे घर में संगीत बन खनकती है।

गंगा में भी यमुना में भी नभ हो या पाताल में
सरस्वती की सितार में दुर्गा के प्रहार में।
भोले की जटा में तू, है धरती के आधार में
वेदों के हर लेख में माता के उल्लेख में।
तू है तो दुनिया ममता और मिठास का परचम लहराती है।
वो बेटी ही तो है, जो हँसते हुए सारे आंसू पी जाती है।

लक्ष्मी बन आँगन में आती है, पिता के सोये भाग जगाती है।
कंधे से कंधा मिलाकर समाज की हर चुनौती से पार पाती है।
घर से दूर होकर भी, अपनों की हर जिम्मेदारी निभाती है।
वो बेटी ही तो है, जो वक्त आने पर बेटा भी बन जाती है।

फिर क्यों वो खामोश हो जाती है?
आज भी कुछ नजरों में बोझ कहलाती है।
कुछ सिरफिरों को आज भी उसमे एक अबला ही नजर आती है।
सक्षम है वो हर क्षेत्र में सफलता का एक नया इतिहास लिखती जा रही है।
वो बेटी ही तो है, जो जंग हो या खेल कभी मीरा बाई चानू तो कभी गुंजन सक्सेना बन।
देश को निरंतर विजय दिला रही है। वो बेटी ही तो है.....

–वरुण पाण्डेय
प्रोग्रामर
सूचना एवं प्रोद्यौगिकी विभाग

फिर लौट कर आता है बचपन

बचपन जो अतीत हो गया,
बचपना जो बचपन में ही खो गया।
भारी था जिम्मेदारी का बोझ,
कन्धों पे आते ही गुम हो गया।
बचपन जो अतीत हो गया,

कभी दूर से पुकार भी ले,
तो घर के कामों का शोर बहुत है
आवाज देते रह जाता है बचपन।
माँ की हँसी के साथ महकता है बचपन
आँगन में बिखरी पत्तियों संग
बुहार दिया जाता है बचपन।

अगर बैठ गए चूल्हे पर,
रोटियों संग तवे पर सिक जाता है बचपन।
अगर सँवार ले बचपन खुद को,
हल्दी लपेटकर ब्याह दिया जाता है बचपन
अतीत हो जाता है बचपन।
फिर लौट कर आता है बचपन
माँ बनकर फिर खिल जाता है बचपन।

—कमला
छात्रा
एम.एससी. (प्रथम वर्ष)

नया सवेरा

हर तरफ एक शोर है, विपदाएं घनघोर हैं जाके देखो जरा क्या घुस आया कोई चोर है ।।
सड़के सुनसान हैं, रास्ते अनजान है। चीखती श्मशान कहती है खतरों में इंसान है

टूटती सांसे हैं देखी, टूटी देखी है आस, चंद लम्हे देदे भाई, अगर तेरे हैं पास।
टूटते घर हैं देखे, छूटते देखे हैं साथ, शर्म है तेरी राजनीति पर अगर इसमें है तेरा हाथ।
कौन है दोषी इस बला का ये वक्त ही बतलाएगा जो जा चुका है वो भला क्या लौट के आएगा ।
इंसानियत है खतरे में, ये हो चुका सिद्ध है। अस्पतालों के बाहर घूमते कुछ गिद्ध हैं।

पर उन गिद्धों से कह दो तू भूखा ही रह जायेगा... मेरा भाई हर बला से लड़के वापस आयेगा
किसी पे आपदा कभी भारी है, किसी को दो वक्त रोटी की लाचारी है।

कुछ कुदाल खेतों में छूट गए कोई व्यवसाय बनते–बनते रुक गए
वो लोग थके हैं पर हारे नहीं हैं आपदा में रुक भले गई जीविका,
पर वो बेचारे नहीं है।
जब मेहनत का पसीना बदन से टपकेगा तो सूरज कर्म से ही चमकेगा

ये लड़ाई अब छिड़ चुकी एक द्वन्द भीषण जारी है, हर तरीके से, अब आई अपनी बारी है।

भरोसा है हम एक साथ लड़ेंगे साथी उम्मीद है कुछ दूर चलेंगे साथी
बुरा वक्त है ये भी हँसते रोते कट जायेगा और कल का सूरज, एक नया सवेरा लेकर आएगा ।

–इंदु पटले
कनिष्ठ प्रशासनिक सहायक
केन्द्रीय भण्डार शाखा

घर जा रहे हो न

सुनो!
घर जा रहे हो न,
इस शहर की भीड़
और दिखावे को मत लेके जाना।
पापा का माँ का दुलार बनके जाना।
छोटू की कुछ जिम्मेदारी लेते जाना।
दादी का अपना पोता,
और सबके लिए ढेर सारी, फुर्सत लेते जाना।
अपनी परेशानियों को घर से
एक मील दूर पहाड़ पर छोड़ जाना।
जब गाँव से आना हो तो,
गाँव की शान्ति और सुकून लेते आना।
सादगी और ईमानदारी भी
झोले में डाल लेना छोटू को प्यार, दादी को विश्वास,
मम्मी को प्यार, और पापा को हिम्मत देते आना।
और हाँ!
झाड़ियों में उलझी परेशानियों संग कुछ खट्टे मीठे बेर लेते आना।

–टीना गोस्वामी
छात्रा
बी.एससी. नर्सिंग (चतुर्थ वर्ष)

हिंद का सार

आओ आज तुम्हें मैं हिंद का सार सुनाता हूँ। इस भूगोल का वर्तमान और इतिहास बताता हूँ।
सिंधु घाटी एक सभ्यता यहाँ बहुत पुरानी है ऋग्वेद सनातन धर्म की एक अद्भुत सी निशानी है।

भरत को भारत का सम्राट बताया जाता था, तो आर्यकल में कबीलों को भी भारत बुलाया जाता था।
गौतम बुद्ध और महावीर का काल यहाँ पर आया था, जिन्होंने धर्म और मोक्ष का द्वार हमें दिखलाया था।

हिंदू–मुस्लिम–सिख–ईसाई फर्क यहाँ न छाँटे थे, गुरुनानक ने गुरुवाणी के सार यहाँ जब बाँटे थे।
मुगलों के शासन में भी यहां युद्धों की बारी थी, लड़े वीर शिवाजी तो, राणा प्रताप की भी हुंकारी थी।

यहां लक्ष्मीबाई और हजरत सी वीर भी थी, जो नारी थी नाम से और काम से शमशीर थी।
इस रक्तरंजित भूमि पर, गौरवगाथा का निर्माण हुआ, जब हल्दी घाटी युद्ध और जलियांवाला हत्याकांड हुआ।

सावरकर और लौह पुरुष पटेल भी मां के लाल हुए, भगत, सुखदेव, राजगुरु और यहां वीर आजाद हुए।
जब लड़ मरे, हुंकार लिए, मिट्टी में लहू को घोला था 21 सिखों की बहादुरी का भी तो डंका बोला था।

गौरा बादल के धड़ की गाथा भी एक इतिहास बनी, जौहर के वीरांगनाओं की चुन्नी भी लाल हुई।
कितने पन्ने पलट हमने ये आजादी पाई है, विभाजन और धर्मों की क्यों होती अब लड़ाई है।
हर कलयुग के बाद एक सतयुग भी तो आएगा, हिंद हो विशाल, महासागर भी शीश झुकाएगा।

नारी का दर्जा मां का होगा और वो भी पूजी जाएगी, छुआछूत ऊँच–नीच की अहमियत समाप्त होगी।
भारत भाग्य विधाता फिर यू कहलाएगा, हर रात के बाद एक सवेरा भी तो आएगा।

–उत्तम कांत शर्मा
कनिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी
केन्द्रीय भण्डार शाखा

माँ की पाती

मेरे बच्चे,
सुबह उठते हो, तुम्हें निहारना
मुझे खुशी देता है।
तुम्हारी प्यारी बातें और मीठी मुस्कान
मनमोहक होती है।
तुम्हारे प्रति, हर जिम्मेदारी निभाना
जीवन को आनंदित करता है।
पर, तुमसे हटकर, कुछ कर्तव्य मेरे,
देश और लोगों के प्रति भी होते हैं।
कहीं, कुछ जिंदगियाँ, जीने की उम्मीद में,
मेरी राह तकती हैं।
कि तुम्हें रोता छोड़, हर दिन,
मुझे जाना होता है।
तुम्हारे प्रति, अपनी जिम्मेदारी निभा,
मुझे, कुछ कर्तव्य निभाना होता है।
यूं तो
तुम्हारे आंसू, मुझसे भी देखे नहीं जाते हैं।
कि तुमसे एक पल की दूरी, मुझे भी नागवार
होती है।
पर, कहीं, कुछ जिंदगियों की डोर भी, मुझे
थामनी होती है।
माँ, तुम मुझे छोड़कर मत जाओ।
तुम्हारा ये कहना,
मेरे हृदय को, रुदन से भर देता है।
फिर भी,
मुझे, अपना कर्तव्य निभाने जाना ही होता है।
मेरे लौटने से पहले, कभी तुम हंसते–खेलते,
तो, कभी रो–रोकर रह जाते हो।
कभी खाना खाकर,
तो
कभी भूखे पेट ही सो जाते हो।
'माँ' कहाँ है?
ये पूछ–पूछ कर
पापा को सारी रात जगाते हो।
'माँ', तुम कब आओगी? क्या, मेरे लिये ढेर से
खिलौने लाओगी?
तुम्हारा ये सवाल, मुझे द्रवित कर देता है।
मेरा कहना–
हाँ, मैं जल्दी आऊँगी। तुम्हारे लिये, ढेर से
खिलौने लाऊँगी।
ये सुन,
जब तुम, खुशी से झूम जाते हो। तुम्हें, खुश होता
देख,

मेरा मन भी सुकून से भर जाता है।
अपना कर्तव्य निभा जब मैं, घर वापिस
आती हूं।
तुम, इठलाते–खिलखिलाते मेरे पास आते
हो।
मेरे इर्द–गिर्द, घूम–घूम कर तुम, 'माँ'–'माँ'
कहते जाते हो।
मेरी गोदी में बैठकर, जब तुम, पूरे दिन के
किस्से सुनाते हो।
तुम्हें, इठलाता–खिलखिलाता देख, मैं भी
मुस्कुराती हूं।
और
अपनी थकान तो, जैसे मैं भूल ही जाती
हूं। अभी, तुम नादान हो।
इसीलिए,
मेरे जाने पर रोते हो। पर, जानती हूं।
हर व्यक्ति को दोहरा कर्तव्य निभाना होता
है।
ये तुम, मुझसे ही सीखोगे।
सिर्फ ये घर ही नहीं, ये देश भी तुम्हारा है।
ये तुम, मुझसे ही जानोगे।
किसी की जिंदगी बचाने की, या किसी का
जीवन संवार देने की,
सुखद अनुभूति क्या होती है, ये तुम, तब समझ
पाओगे।
'माँ, तुम मुझे छोड़कर मत जाओ'। ये न कह।
'माँ, मुझे तुम पर गर्व है'। ये तुम, तब कह
पाओगे।

–शिखा निशांत पगारे,
नर्सिंग अधिकारी

देश मेरे तुझको प्रणाम करता हूं मैं

भारती के भाल को, जो काल के कपाल को। करता नमन यहाँ, नदियों की चाल को।
चाल में जवानों के, मदमाते जोश को। जोश में गवाए नहीं, सीमाओं पे होश को।
होश में जिंदगी तेरे नाम करता हूं मैं। देश मेरे तुझको, सलाम करता हूं मैं।
देश मेरे तुझको प्रणाम करता हूं मैं।
दिल्ली तेरा दिल है, मुकुट कश्मीर है। कश्मीर स्वर्ग की सलोनी तस्वीर है।
तस्वीर जिस को हिमालय भी चूमता। चूमता समूचा विश्व, गगन भी झूमता।

तो झूम–झूम–झूम कोहराम करता हूं मैं। देश मेरे तुझको सलाम करता हूं मैं।
देश मेरे तुझको प्रणाम करता हूं मैं।
एलोरा–अजंता का नहीं पे कोई सानी है। सानी है तो खुजराहो, अमर निशानी है।
प्रेम की निशानी तो आगरे का ताज है। ताज का सारे दिलों पे रहा राज है।
तो राज–ए–दिलों का एलान करता हूं मैं। देश मेरे तुझको सलाम करता हूं मैं।

मेरी कविता से महकेगी, भारत की चंदन माटी। मेरी कविता सदा कहेगी, बलिदानों की परिपाटी।
मेरी कविता में निहित है, शौर्य समर्पणों की ख्याति। मेरी कविता में कुंजित है, राणा की हल्दीघाटी।
पुत्र पीठ पर बांध लड़ी थी वो झांसी की रानी। स्वाभिमान से शीश दान करता वो राणा अभिमानी।
मेरी कविता सार गर्भ है, उन वीरों के वंदन का। और मेरी कविता तिलक करेगी, वीर पुत्र अभिनंदन का।

मेरी कविता सार नहीं, देशद्रोह दुर्भावों का। मेरी कविता तो दर्द कहे, राणा सांगा के घावों का।
हंसते–हंसते फांसी पर, झूली वो धन्य जवानी। कटे मुंड तक युद्ध लड़े, वो तेवर राजपूतानी।
और मेरी कविता है मां पद्मिनी के जौहर की ज्वाला। और मैं कविता मे कफन तिरंगे का अरमान लिख देता हूं।
कलम धन्य हो जाती है, जब इससे हिन्दुस्तान लिख देता हूं।
इसी हिन्दुस्तान को लिखने की मेधा हमारे भीतर लानी होगी।
और हमे अपनी कलम से ऐसा हिन्दुस्तान लिखना होगा, जहां सुख सेवा की भावना लानी होगी।
उठो रे हिन्द के शेरों, भवानी मां बुलाती है। सियाचिन की शिखरमाला, सबर की धुन सुनाती है।

–निकुंज जैन
कनिष्ठ प्रशासनिक सहायक
प्रोजेक्ट सेल

मन के हारे हार है, मन के जीते जीत

'मन के हारे हार है, मन के जीते जीत
कहि रहिम हरि पाइए, मन की ही परतीत'

भावार्थः– मन से अगर हम सोच लें कि हार चुके हैं, तो हार सुनिश्चित है और यदि ये सोच लें कि जीता जा सकता है तो जीत निश्चित है। ऐसा ही रहीम ने अपने उपरोक्त दोहे में ईश्वर को पाने के सदंर्भ में कहा है।

हालांकि ये पक्तियाँ रहीम के काल में जितनी सार्थक थीं उतनी आज भी हैं तभी तो विभिन्न कवियों ने अपनी रचनाओं में इस भावार्थ या इससे मिलती जुलती शैली को अपनाया है। जैसे शिवमंगल सिंह सुमन, सोहनलाल द्विवेदी ।

'लहरों से डरकर नौका पार नहीं होती
कोशिश करने वालों की हार नहीं होती '
–सोहन लाल द्विवेदी

या फिर,

गिरते है शहसवार ही मैदाने जंग में,
वो तिफ़्ल (शिशु) क्या गिरे, जो घुटनों के बल चले।

चाहें पंक्तियाँ किसी भी भाषा, शैली में लिखी गई हों, सबका मूल अर्थ बस एक ही है कि, 'जब तक हारे नहीं तब तक जीते हुए हो'।

मन को सदैव ही रचनाकारों ने चंचल शिशु सा व्यक्त किया है, पर चंचल मन समयानुसार ढ़ाल सा जान पड़ता है। मनुष्य को कई बार अपनी प्रतिभा, अपनी विशेषताओं पर संदेह होता है। वो टूट जाता है, हार–मान लेता है। ऐसे में बस एक हल्का सा धक्का, एक सहारा चाहिए होता है जो ज्ञात कराए कि उसकी वास्तविक ताकत क्या है।

अगर कछुए ने हार मानी होती तो क्या वो दौड़ में हिस्सा लेता? क्या वो जीत पाता? नहीं! इस कथा को बच्चा–बच्चा जानता है, पर आचरण में नहीं ला पाता।

अगर महाराणा प्रताप, शिवाजी महाराज, रानी लक्ष्मीबाई ने लड़ने से पहले ही घुटने टेक दिए होते तो क्या आज उनका नाम वीर योद्धाओं में गिना जाता?– कभी नहीं।

इसलिए हमें ठीक उसी तरह अपनी मंशा को मजबूत बनाना चाहिए जैसे एक चींटी बनाती है, जिसकी छोटी सी जान पर चीनी का पहाड़ रखा होता है। वो बार–बार गिरती है, पर अंत में वही कर जाती है जो कभी असंभव सा प्रतीत हो रहा होता है।

हम मनुष्यों में एक त्रुटि सर्वत्र पाई जाती है जो है आत्मविश्लेषण की। हालांकि ऐसा करना गलत नहीं पर अत्याधिक करना गलत है। हम खुद को तुच्छ समझ लेते है, निराश हो जाते है। फिर हम मन की हताशा में इतने लिप्त हो जाते हैं कि सामने दिखता लक्ष्य भी मृग मरीचिका सा जान पड़ता है।

किसी भी प्रतियोगिता में सभी प्रतिभागियों को पता होता है कि विजेता बस तीन होंगे पर हिस्सा लेने वाले सैकड़ों होते है। ऐसा इसलिए क्योंकि हर एक के मन ने ठानी होती है कि वो जीत सकता है। ऐसा ही जज़्बा, ऐसी ही जिद, ऐसा ही विश्वास यदि हर व्यक्ति जीवन के हर लक्ष्य के लिए दिखाए तो जीवन सफल हो जाए।

जब तक मृत्यु नहीं आती तब तक हम खुद को जीवित मानते हैं। तो फिर जब तक हार न जाएं, खुद को जीता हुआ क्यों नहीं मान सकते है? हमेशा कहा और सुना गया है कि मन बड़ा बलवान है। ऐसा ही समय के बारे में कहा गया है, पर समय पर हमारा वश नहीं, किन्तु मन पर है।

मन एक गीली मिट्टी का ढ़ेर है, जिसे जिस आकार में ढालो ढ़ल जाएगा। उदाहरण स्वरूप, कुछ समकालीन संदर्भ हैं। प्रथम, कोरोना काल में पूरे विश्व का हताश न होना। ये महामारी जीत जाती अगर हम मृत्यु की प्रतीक्षा करतें। पर हमनें ऐसा नहीं किया। हम लड़े, डटे रहें और जीत की ओर अग्रसर बने हुए हैं। ये सब मन की सकारात्मकता से ही संभव हो पाया है।

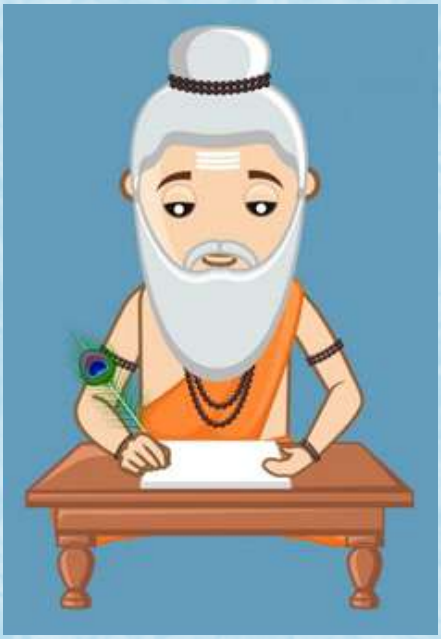
दूसरा उदाहरण है, दिव्यांगों के होने वाले ओलंपिक का जिसमें भारतीय खिलाड़ियों ने परचम लहराया। अगर उन्होंने अपनी शारीरिक कमियों को मन पर हावी होने दिया होता तो आज वो एक असहाय सा जीवन जी रहें होते।

अगर सीप का मोती पाना है, समुद्र में गोता तो लगाना ही होगा। मानसिक बल और सकारात्मकता विजय यात्रा का पहला पड़ाव है और रही बात 'हार' की तो हारता कोई नहीं। जो जीत नहीं पाता वो सीख जाता है।

किसी ने ठीक ही कहा है,

'कौन कहता है आसमां में सुराख हो नहीं सकता
एक पत्थर तो तबीयत से उछालों यारों'

–डॉ. शिव शंकर मिश्रा
सीनियर रेजीडेण्ट
रेडियोथैरेपी विभाग



मन–समर

खो चुकी है हर दिशा अब, कवच कुंडल मान भी।
साथ मेरे मैं अकेला, शिथिल अश्व–कृपान भी।।
स्वप्नदर्शी मन पराजय से, घिरा रम में खड़ा।
पर विजय का स्वप्न उसका, हर प्रलोभन से बड़ा।।
हार का भय और निराशा, देह ने सब कुछ सहा।
अश्रु छलका जब पलक से, चेतना ने यूँ कहां।।
क्यों निराशा में व्यथा में, अश्रु तुम छलका रहे।
तेज दिनकर रश्मि हो तुम, व्यर्थ क्यों भरमा रहे।।
शक्ति तुझमें है अपरिमित, धैर्य तेरा है अनंत।
क्यूं छले माया तुझे अब, अग्नि बरसे या बसंत।।
साध लो अंतःकरण को, जीत लो मन बंधुवर।
शक्ति सारी आ गिरेगी, पांव पर तेरे प्रखर।।
आत्मा ही है उजागर, आत्मा ही है अमर।
जड़ कहाँ जीता किए हैं, चिर–पुरातन मन समर।।

–डॉ. आशुतोष त्रिपाठी
चिकित्सा अधिकारी
होम्योपैथी विभाग

प्यारी बेटियां

होती है बगिया की फुलवारी सी
जिसकी किनारी देती है आकार
घर के आंगन को,
और जिसके फूलों की खुशबू
फैला देती हैं सुगंध और
महका देती है
रिश्तों की हर सांस
प्यारी बेटियां....
होती है, झरने सी,
जिसकी निश्छल सौम्य धारा
धूल चट्टानों संग संघर्ष
उतरती है मन की धारा में
और जन्म देती है
मीठी पानी की उस झील को
जो मिटाकर तपिश देती है, शीतलता।
प्यारी बेटियां....
होती है, उस तराने सी
जिसके शब्दों की लड़ियों में,
गुंथा होता है प्यार व खिलखिलाहट
की मधुर संगीत
जो गुंजायमान कर देता है,
घर के कौने–कौने को
प्यारी बेटियां....
होती हैं उन तितलियों सी
जिनकी उछल–कूद से रोमांचित हो
पूज्य लुटा देता है, अपना मधु
और वे ले उड़ती हैं,
जग में मिठास फैलाने को।
प्यारी बेटियां.....
होती हैं बसंत सी जिसकी ऋतुओं के पीहर में
आगमन पर।
सजदा करती हैं बहारें
खिल उठते हैं, फूल उनकी
मुस्कुराहट देख
और कोयल छेड़ देती है मधुर गान
उनके संग गुनगुनाने को
प्यारी बेटियां.....
होती है, उस इंद्रधनुष सी
जो बिखेर देती हैं अपने लुभावने रंग
बाबुल के उदास मन के खेत आसमां पर
और बना देती हैं एक खूबसूरत नजारा,
वीरान सुनसान को।
प्यारी बेटियां।

–सुमन
छात्रा
बी.एससी.नर्सिंग (द्वितीय वर्ष)

ये दुनिया मुझे फकीर सी लगने लगी है

अब दुनिया तबाह होने लगी है।
नफरत की आग में झुलसने लगी है
कोई नहीं रखता दिल की अमीरी यहां
ये दुनिया मुझे फकीर सी लगने लगी है।
जहाँ देखो वहां शैतान नजर आते हैं
देवियों की रूह तक जलने लगी है
अब दुनिया तबाह होने लगी है।
दुराचारी अपना जाल बिछाने लगे हैं
कुछ हम भी बेगारी करने लगे हैं
तटस्थता अब रौब दिखाने लगी है।
तपिश कौन करे यहां अब
फिलॉसफी दुनिया की अब बदलने लगी है।
अब दुनिया तबाह होने लगी है।
सुनता ही नहीं कोई यहां आवाजे उनकी
अब वे दुर्गा प्रचण्डी बनने लगी है
क्रोध की अग्नि में सब भयावह लगने लगे हैं।
प्रकृति भी प्रकोप दिखाने लगी है।
दुनिया अब तबाह होने लगी है।

—श्रवण कुमार
छात्र
एम.बी.बी.एस.(चतुर्थ वर्ष)

कब मिलेगी खुशी

कब मिलेगी खुशी देखते–देखते,
थक गए आज भी देखते–देखते
थम गई है यहीं पर्वतों में कहीं,
आस की एक नदी देखते–देखते।
आंखों से तुम कहो आंखों से हम सुनें,
कुछ कही–अनकही देखते–देखते।
छोड़कर, फिर अधूरे सफर में गई,
बेवफा जिन्दगी देखते–देखते।
दूर तक रेत ही रेत में अब यहां,
उम्र गुजरी नमी देखते–देखते।
आंखों ही आंखों में रात कटती रही,
आंखें वो शबनमी देखते–देखते।
जब हुई है रजा तो मिला दर हमें,
अब हुई हाजिरी देखते–देखते।

–डॉ. प्रमिता
छात्रा
एम.पी.एच. (द्वितीय सेमेस्टर)

मेरा सफर

अकेला मेरा सफर है,
मंजिल को पाने का,
पर शायद मजा कुछ और है,
साथ किसी के भटक जाने का।
पर शायद मजा कुछ और है,
यह पल यहीं बिताने का।
मेरे आसमान के खुले मैदान में,
एक दौड़ है शायद,
सूरज अकेला है चांद के लिए,
चांद अकेला है सूरज बिन
मिलने को सांझ में एक पल को,
रहे हैं दोनों पल–पल गिन।
सफर है पानी का,
सावन से सागर तक।
सफर है मिट्टी का,
पहाड़ों से साहिल तक।
सफर के इंतजार में,
मिलने की जो बेताबी है।
मिलने से खुशी बन जाएगी,
हमारे साथ की यह कहानी है।
इन यादों के साथ ही
सफर कट जाना है।
क्योंकि मंजिल तक
मुझे अकेले नहीं जाना है।

–डॉ. पार्थ कांचकर
छात्र
एम.बी.बी.एस 2016 बैच

राहुल के पापा का अस्तित्व

इस विविधता भरी दुनिया में लोग अपनी–अपनी महत्वपूर्ण जीवनशैली को नित–नए रंग देते है। कोई अपनी जीवनशैली में अध्ययन को महत्व देता है तो कोई परीक्षा–युक्त–अध्ययन पर या फिर कोई पर्यटन को महत्व देता है तो कोई पर्यटन–युक्त–खान पान को। इसी क्रम में आगे बढ़ने पर मैं पाता हूँ की कोई नियमित व्यायाम को महत्व देता है तो कोई शरीर प्रदर्शन–युक्त–व्यायाम पर या फिर किसी का स्वास्थ्य–दृष्टिकोण से खेलने का शौक है तो किसी को प्रतियोगी दृष्टिकोण से। इन सभी की सूची इतनी लंबी है कि कलमबद्ध करना असंभव है। पर यह तो तय है कि हम किसी न किसी जीवनशैली से प्रभावित होते है और उसका अनुसरण करते है।

किसी के जीवन में एक जीवनशैली बन जाना साधारण बात है, इसका अन्य लोगों पर प्रभाव पड़ जाना अपेक्षाकृत उत्तम बात है पर सर्वोत्तम बात यह है कि किसी का अनवरत रूप से अभाव–प्रभाव के बंधन से दूर रहकर समभाव में इसकी चलायमान गति में गतिशील रहना। किसी की नजर पड़े या ना पड़े, किसी के लिए प्रशंसनीय हो या नहीं, या फिर कोई समझे या ना समझे फिर भी एक अंजान यात्री बनकर अपनी यात्रा पूरी करने की ओर अग्रसर होते रहना।

ऐसे ही एक व्यक्तिव से मेरी मुलाकात हुई। यूं तो उनसे सुबह टहलने के क्रम में मेरी पहली मुलाकात हुई थी पर धीरे–धीरे शाम को लौटने के क्रम में उन्हें मोटरबाइक पर 'लिफ्ट' देते रहने से मेरी घनिष्ठता और अधिक प्रगाढ़ हुई। आश्चर्य है कि मैंने उनका पूरा नाम कभी पूछा ही नहीं या फिर शायद इसकी आवश्यकता ही महसूस नहीं हुई क्योंकि मुहल्ले में लगभग सभी लोग वर्मा जी...वर्मा जी कहकर बुलाते थें, हालांकि उनकी पत्नी उन्हें 'राहुल के पापा नाम' से संबोधित करती थी और इस सूची में वह अकेली नहीं थी बल्कि 10 वर्षीय राहुल के सभी छोटे और गोल मटोल दोस्त भी 'अंकल' या 'राहुल के पापा' नाम से भिज्ञ थें। वे सब भी बाल सुलभ कौतुहल से कहते थें 'राहुल के पापा आ रहें है, राहुल के पापा जा रहे है...राहुल के पापा बहुत 'स्ट्रिक्ट' है.....इत्यादि। तो कुल मिलाकर मेरी जिस सज्जन से घनिष्ठता बढ़ गई थी उनकी पहचान या तो 'वर्मा जी' से थी या फिर 'राहुल के पापा' के नाम से। उनका 'सर्टीफिकेट' नाम या प्रथम नाम का मुहल्ले में कोई अस्तित्व नहीं था और शायद वह नाम उनके मॉ–बाप द्वारा पुकारे जाने तक ही सीमित रहा होगा। इस बात पर भी मुझे संशय है क्योंकि आमतौर पर मॉ–बाप भी 'सर्टिफिकेट नाम' लेकर नहीं बुलाते, उनके लिए तो हम बाबू, बेटा/बेटी, सोनू, मोनू, बिट्टू, गुड़िया, इत्यादि होतें हैं। समीकरण यह है कि बहुत हद तक मॉ–बाप द्वारा प्रदत्त वास्तविक नाम के साथ पक्षपात होता आया है...अन्याय होता आया है। यह तो 'फिर भी चलता है' ....'इतना कौन सोचता है'....आज के युग में 'वर्मा जी' नाम भी याद रह जाए तो एक अनूठी बात है। पर हद तो तब हो जाती है जब कभी–कभी किसी आधिकारिक कार्यों को करते हुए जैसे किसी बैठक में हिस्सा लेते हुए, आधार कार्ड बनवाते समय, बैंक पासबुक इत्यादि अद्यतन कराते समय किसी को स्वयं भी पुनः स्मरण होता है कि 'अच्छा मेरा वास्तिक नाम तो यह है.....उफ! 'मैं तो भूल ही गया था कि मेरा नाम क्या हैं ' या फिर शायद ऐसे वर्ग के लोग इस इंतजार में रहते है कि कोई 'वर्मा जी' सरीका नाम कहकर पुकारें तभी उन्हें विश्वास होगा कि उनका नाम पुकारा गया है अन्यथा वह इस सोच में रहतें है कि किसी और का भी नाम हो सकता है, इसकी प्रबल संभावना है क्योंकि शायद वह वैसा सुनने के आदि हो जाते हैं या फिर आदि बना दिए जातें हैं।

तो इस प्रकार अचानक नाम पुकारे जाने से पुराने यादों की जमा धूल की एक परत मस्तिष्क से साफ होती है और कुछ पल सुकुन भी देती है क्योंकि उस समय यह महसूस होता है कि किसी ने 'मुझे' पुकारा है न कि 'उसे' जो मैं ही हूँ।

नामों की इस भूलभूलैया में इंसान पाता तो अनेकों नाम है पर शायद खो देता है तो वह है स्वयं का अस्तित्व और बहुत हद तक यह भी संभव है कि इंसान इस घाटे के सौदे की रजामंदी स्वयं ही प्रदान करता चला जाता है क्योंकि मौन रहना भी रजामंदी का पर्याय ही है।

तो कुल मिलाकर बात यह है कि वर्मा जी ने अपना 'सर्टीफिकेट' या 'आधिकारिक' पहला नाम ही नहीं खोया था बल्कि इसके साथ उन्होंने खोया था अपनी अभिलाषा, अपनी कुछ

अनकही बातें, अपनी मर्जी, अपनी पसंद और शायद अपनी व्यक्त करने की कला। पर फिर भी 'कोई बात नहीं, चलता है ये सब, आदमी परिस्थितियों का दास होता है या हो ही जाना पड़ता है।'एक बार मेरे पड़ोस में एक पूजा समारोह के समापन पर आयोजित प्रसाद वितरण 'भोज' के दौरान मेरी वर्मा जी से एक दिलचस्प मुलाकात हुई। सभी आगंतुक प्रसाद रूपी भोज का आनंद ले रहें थे। यूं तो वह पूजा का सातवां और अंतिम दिन था पर प्रसाद रूपी 'भोज' के दिन ही लोगों की भीड़ सबसे ज्यादा उमड़ी थी मानों की लोगों में पूजा के प्रति सच्ची श्रदधा उनके अंतर मन के सबसे गहरे गर्त से उस दिन ही जागृत हुई हो। लोगों द्वारा उस प्रसाद रूपी भोज को ग्रहण करने की गूंज से समूचा पंडाल का वातावरण गुंजायमान हो उठा था। खैर मैं कोई भिन्न नहीं था और इस भक्ति युक्त 'भोज–रस' का रसास्वादन करने के लिए मैं भी पंडाल का हिस्सा बन गया और सोचा की अविलंब इस बहती रसधारा में डुबकी लगा ही ली जाए क्योंकि मेरे पेट की जठरानल (भूख) और पंडाल में बह रहीं रसधारा की खुशबु का मिश्रण घातक सिद्ध हो रही थी जो कि कुछ ही पलों में मेरी भूख पर नियंत्रण करने की सारी सीमाओं को लांघ जाती।

पर शायद किस्मत को कुछ और मंजूर था सो मुझे भोज वितरण मंडली में लोगों को भोज कराने के काम में आमंत्रित कर लिया गया। मैं भी बुझे मन से प्रसाद वितरण करने में लग गया।

वर्मा जी ने अपने नाम के अस्तित्व के खो जाने का उदाहरण वहाँ पर भी प्रदान किया क्योंकि जो भी प्रसाद ग्रहण करने आते या जिनसे भी उनकी मुलाकात होती वे सभी औपचारिक एवं अनऔपचारिक रूप से उन्हें वर्मा जी कहकर ही संबोधित करते और इसमें कोई

अचरज भरी बात भी नहीं थी।

प्रसाद ग्रहण समारोह में कन्याएं एवं महिलाएं भी नए–नए और सुसज्जित वस्त्रों में अपने आप को एक–दूसरें से अलग और अधिक आकर्षक दिखने की होड़ में अपनी प्रबल दावेदारी प्रस्तुत करने में पीछे नहीं हट रहीं थीं। बच्चें तो अपने ही धुन में धमा–चौकड़ी करने में अस्त–व्यस्त थें। तो महिलाएं और बच्चें यह दोनों वर्ग समारोह में अपनी पूरी तन्मयता से प्रसाद ग्रहण नहीं कर रहें थे ।

खैर प्रसाद वितरण करते समय मैंने देखा कि सिर्फ एक खास वर्ग ही अपेक्षाकृत प्रसाद ग्रहण करने में अग्रणी है और वह है 'वर्मा जी जैसों का वर्ग' जिसमें वर्मा जी के समकक्ष और उनसे वरिष्ठ मुहल्लेवासी भी सम्मिलित थें। वे लोग अकेले ही भोज का आनंद ले रहे थे क्योंकि बच्चों को खिलाने की जिम्मेदारी उनकी माताओं पर थी और माताओं के खाने की जिम्मेदारी उनकी महिला टोली पर थी। वर्मा जी एवं अन्य खाने में खोए हुए थे और शायद मैं खिलाने में। थाली में कुछ भोजन घट जाने पर वरिष्ठ जन स्वयं नहीं मांगते या आवाज लगाते थे और चुपचाप बैठे रहते थे पर यदि उनके पास जाकर आप कुछ और लेने की विनती करों तो वे आपको निराश भी नहीं करते थें। भोजन कराने के क्रम में तो मैनें एक बुर्जुग को तीन बार अतिरिक्त भोजन प्रदान किया और हर बार वे यही कहते कि 'अब पूछ ही लिया है तो फिर दो कचौरियां और डाल दो!... अब क्या है बेटा कि ईश्वर का प्रसाद है.....तो भला मैं कैसे मना कर सकता हूं।'

वर्मा जी ने भी सकुचाते सकुचाते ठीक ठाक ही प्रसाद ग्रहण किया पर अंतिम बार जब मैं उन्हें अतिरिक्त भोजन उनकी थाली में रखने गया तो यूं ही हंसते–हंसते मैं अनायास पूछ बैठा– 'वर्मा जी .... आज तो आपने बहुत बढ़िया से प्रसाद ग्रहण किया...आखिर क्या बात ?.... प्रसाद कुछ ज्यादा ही स्वादिष्ट बन गया क्या?

इस मजाकिया प्रश्न को उन्होंने बहुत गंभीरता से लिया और फिर कुछ पल मेरी आंखों में देखकर उन्होंने अपने कंठ को साफ करते हुए अपने चिर–परिचित अंदाज में कहा–

' अरे! नहीं श्रीमान! आज बड़े दिनों के बाद किसी ने इतने चाव से खिलाया है!'अगली सुबह हुई और फिर अपने घर की छत से मैंने उन्हें सुबह रस्ते से जाता हुए पाया.....एक हाथ में हरी सब्जियों की थैली और दूसरें हाथ में एक दूध लेने का बर्तन.... ... समय बिल्कुल वहीं जिस समय वह प्रत्येक दिन टहलने निकलते है....हर दिन एक अंजान यात्री के रूप में अपनी यात्रा पूरी करने के लिए....

अस्पष्ट है ....नीरस है.....पर यह भी एक जीवनशैली है।

मधुरागी श्रीवास्तव
कनिष्ठ हिन्दी अनुवादक
राजभाषा प्रकोष्ठ

वीआईपी कल्चर

बड़ी–बड़ी गाड़ियों का सिलसिला आया
अपने साथ शोर शराबा लाया
वैसे आते हैं सारे मरीज, आज देखो कौन आया
नोन आया नोन आया, नेताजी का नोन आया
कौन आया कौन आया, मंत्री जी का नोन आया

भागो डाक्टर, दौड़ो नर्स
इनकी मर्जी पहले देखो
शिकायत उनकी, समाधान उनका ही
सीपीआर छोड़ो, ओ–2 छोड़ो अब सारे दूसरे मरीज छोड़ो।
एमआई भी कोई बड़ी चीज नहीं
मंत्री जी का रिलेटिव है ये सबसे बड़ी इमरजेंसी है।

यही शोर हर ओर आया
नोन आया, नोन आया, मंत्री जी का नोन आया
सुनो नर्स/डॉक्टर सारी बातें ध्यान से करना
कोई बेतुका सवाल पूछ दे तो
चिड़–चिड़ नहीं करना शान्ति से डील करना
कोई छोटा–मोटा काम हो तो मे आई हेल्प यू कह देना।
तू कह कर बात करे तो भी, थोड़ा चुपचाप सुन लेना
सारी जाँचें फ्री करवा दो
एक काम करो बेड–शीट भी बदलवा दो
डॉक्टर ड्यूटी रुम से भी मंगवा दो
हाल–चाल पूछे तो थोड़ा ठंडा गरम भी मंगवा दो
मीडिया भी आई है साथ में
हम कोशिश कर रहे हैं पोलाइट्ली बता दो
इनकी चीख–पुकार को हल्के में ना लेना तुम
चाहे भूखे रह जाओ दिन भर
इनके खाने–पीने का विशेष ध्यान रखना तुम
इंजेक्शन, दवा, गोलियां मिले ना मिले
एसी, पंखा, कुर्सी का ध्यान रखना तुम।

यह अस्पताल तुम्हारी ही प्रतिष्ठा है
तुम इसे खोने ना देना
फिर भी चुप रहना अगर कोई इल्जाम आया
नोन आया नोन आया, मंत्री जी का नोन आया

उनकी शिकायतें, उनकी चुगली फिर शांत होकर सुनना
अपना फर्ज निभाना और मुँह से कुछ नहीं कहना
अरे! इनको तो एसिडिटी है
फिर भी आईसीयू में ले लेना
इनको एक प्राइवेट रुम दे देना

फिर जैसा ये चाहें इनका डिस्चार्ज बना देना
कहना अगली बार ना आना हमें ही घर बुला लेना
जब नया आपके मन में कोई विचार आया
नोन आया नोन आया, मंत्री जी का नोन आया

–हरीश मीणा
नर्सिंग ट्यूटर

हिन्दी पखवाड़ा–2021: आजादी का अमृत महोत्सव

आशु भाषण

2 सितंबर, 2021 को आशु भाषण प्रतियोगिता के साथ हिंदी पखवाड़ा का शुभारंभ किया गया। इस प्रतियोगिता का शीर्षक 'आजादी के अमृत महोत्सव (75 वर्ष) में युवा भारत की चुनौतियाँ और समाधान' था। प्रतिभागियों ने तीन सदस्यीय निर्णायक मंडल में शामिल वित्त एवं मुख्य लेखा अधिकारी श्री विनोद जी, डॉ. मुदालशा रवीना एवं डॉ. रूपा मेहता थे। इस प्रतियोगिता में कुल 17 अधिकारियों, कर्मचारियों, संकाय सदस्यों एवं छात्र–छात्राओं ने भाग लिया। प्रतियोगिता का परिणाम निम्न रहा–

आशु–भाषण (अधिकारी कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	आदित्य कुमार शुक्ला
	द्वितीय	डॉ. शिव शंकर मिश्रा
	तृतीय	डॉ. राकेश कुमरा गुप्ता
		सौम्या श्रीवास्तव
	सांत्वना	कविता कन्नौजे
	सांत्वना	अनिमेष मिश्रा
आशु–भाषण (छात्र वर्ग)	प्रथम	सुमन नेहरा
	द्वितीय	श्रवण कुमार
	तृतीय	आकाश मिश्रा
		कमला

निबंध लेखन

हिंदी पखवाड़ा कार्यक्रम श्रृंखला में दूसरा कार्यक्रम निबंध लेखन रहा। 3 सितंबर, 2021 को आयोजित निबंध लेखन प्रतियोगिता में तीन शीर्षक, 1. "मन के हारे हार है, मन के जीते जीत", 2. "कोविड–19 के पश्चात स्वस्थ जीवन शैली का महत्व", 3. "आजादी का अमृत महोत्सव (75 वर्ष)– ओलंपिक और भारतीय महिलाएं", प्रदान किए गए। प्रतिभागियों ने लेखन शैली के माध्यम से चयनित शीर्षक के बारे में अपने विचार प्रस्तुत किए। इस प्रतियोगिता में समस्त अधिकारी एवं संकाय सदस्यों, कर्मचारियों और समस्त छात्र–छात्राओं भाग लिया जिनकी कुल संख्या 25 रही। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

निबंध प्रतियोगिता (अधिकारी कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	ऐश्वर्य कुमर श्रीवास
		डॉ. शिव शंकर मिश्रा
	द्वितीय	कु. कविता कन्नौजे
		सुश्री इन्दु पटले
	तृतीय	सुश्री पल्लवी झा
		श्रवण कुमार
	सांत्वना	सुश्री नाजनी खान
	सांत्वना	सुश्री वंदना आनंद
निबंध प्रतियोगिता (छात्र वर्ग)	प्रथम	कु. सुमन
		सोनम कुमारी
	द्वितीय	डॉ. संजना अग्रवाल
		महिमा त्रिपाठी
	तृतीय	हरीश नागर
		अंजनी कुमार पटेल
	सांत्वना	टीना गोस्वामी
	सांत्वना	संगीता

प्रश्नोत्तरी

दिनांक 06 और 07 सितंबर, 2021 को क्रमशः छात्र–छात्राओं और समस्त अधिकारी, कर्मचारी एवं समस्त संकाय सदस्य की श्रेणी हेतु प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित की गई। इस प्रतियोगिता में जहां छात्र–छात्राओं की श्रेणी में 5 (प्रति टीम 3 प्रतिभागी) टीम ने तो वहीं समस्त अधिकारी, कर्मचारी एवं समस्त संकाय सदस्य की श्रेणी में 10 (प्रति टीम 4–5 प्रतिभागी) टीम ने भाग लिया। इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों से विविध राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय विषयों से संबंधित प्रश्न पूछे गए। इस प्रतियोगिता के संचालक मधुरागी श्रीवास्तव और गणक अधिकारी शाहरुख खान रहे। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

प्रश्नोत्तरी (अधिकारी–कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	निकुंज जैन
		वरूण पांडे
		सैयद शादाब
		आदित्य कुमार शुक्ला
		उमेश कु. पांडे
	द्वितीय	उत्तम कान्तशर्मा
		अशोक प्रजापत
		अमित यादव
		नितिन वंजारी
	तृतीय	मनीष कुमार
		आशीष श्रीवास्तव
		विभा हिरवानी
		शशि कांत
		राजकुमार सराठे
	सांत्वना	डॉ. अंजलि पाल
		डॉ. आशुतोष त्रिपाठी
		डॉ. विक्रम पई
		डॉ. राकेश कुमार गुप्ता
	सांत्वना	श्रीमती नाजनीन खान
		हिमांशु बाजपई
		गिरधारी लाल
		श्रीमती श्वेता सैमुअल
		कुमारेश देवांगन

प्रश्नोत्तरी (छात्र वर्ग)	प्रथम	टीना गोस्वामी
		कमला देवी
		श्रवण कुमार
	द्वितीय	सौमित्र सौमारा
		डॉ. प्रियंका परहद
		डॉ. कृतिका वैष्णव
	तृतीय	डॉ. शिखर शर्मा
		डॉ. संजना अग्रवाल
		श्रीकांत पाढ़ान
	सांत्वना	आनंद वर्मा
		हरीश नागर
		मनीष र. रतन
	सांत्वना	डॉ. आस्था सोनी
		आकाश मिश्रा
		कु. सुमन

स्वरचित काव्य–पाठ

हिंदी पखवाड़ा कार्यक्रम की शृंखला में स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता भी रही। इस प्रतियोगिता का आयोजन 08.09.2021 को किया गया। इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों को अपने पसंद के विषय पर काव्य सृजनोपरांत पाठ करने की स्वतंत्रता प्रदान की गई। इसमें डॉ. सरिता अग्रवाल, श्री अंजन रॉय और श्रीमति उपासना के. सिंह निर्णायक मंडल के सदस्य रहे जिन्होंने समय सीमा, काव्य की रचनात्मकता, लयबद्धता, भाषा की स्पष्टता, शब्दों का चुनाव आदि मानदंडों के आधार पर प्रतिभागियों को अंक प्रदान किए गए। यह प्रतियोगिता दो श्रेणी, छात्र–छात्राओं और समस्त आधिकारी, कर्मचारी एवं संकाय सदस्य, में आयोजित की गई जिसमें कुल 36 प्रतिभागियों ने भाग लिया। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता (अधिकारी–कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	डॉ. शिव शंकर मिश्रा
	द्वितीय	आदित्य कुमार शुक्ला
	तृतीय	डॉ. राकेश गुप्ता
	सांत्वना	कविता कन्नौज
	सांत्वना	हरीश मीणा
स्वरचित काव्य–पाठ प्रतियोगिता (छात्र वर्ग)	प्रथम	अस्मित कौर
	द्वितीय	डॉ. कृतिका
	तृतीय	प्रिया तिवारी
	सांत्वना	कु. सुमन
	सांत्वना	हरीश नागर

चिकित्सा शब्दावली

दिनांक 09 सितंबर, 2021 को चिकित्सा शब्दावली प्रतियोगिता आयोजित की गई। यह एक लेखन आधारित प्रतियोगिता थी जिसमें प्रत्येक प्रतिभागी को प्रश्न पत्र में पूछ गए अंग्रेजी के 20 चिकित्सीय शब्दों का हिंदी रूपांतरण और हिंदी के 20 चिकित्सीय शब्दों का अंग्रेजी रूपांतरण करना अनिवार्य था। इस प्रतियोगिता में कुल 31 समस्त संकाय सदस्यो, छात्र–छात्रा एवं चिकित्सीय कर्मचारी ने भाग लिया। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

चिकित्सा शब्दावली (संकाय सदस्य, चिकित्सक एवं चिकित्सा कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	डॉ. सरिता अग्रवाल
	द्वितीय	डॉ. सुनील कुमरा राय
	तृतीय	डॉ. शिव शंकर मिश्रा
	सांत्वना	हरीश मीणा
	सांत्वना	डॉ. नितिन अग्रवाल
चिकित्सा शब्दावली (छात्र वर्ग)	प्रथम	आकाश मिश्रा
	द्वितीय	श्रवण कुमार
	तृतीय	कमला
	सांत्वना	टीना गोस्वामी
	सांत्वना	डॉ. शिखर शर्मा

प्रशासनिक शब्दावली

दिनांक 10 सितंबर, 2021 को प्रशासनिक शब्दावली प्रतियोगिता आयोजित की गई। यह भी एक लेखन आधारित प्रतियोगिता थी जिसमें प्रत्येक प्रतिभागी को प्रश्न पत्र में पूछ गए 10 राजभाषा संबंधित वस्तुनिष्ठ प्रश्न, अंग्रजी के 15 प्रशासनिक शब्दों का हिंदी रूपांतरण एवं हिंदी के 15 प्रशासनिक शब्दों अंग्रेजी रूपांतरण और 10 शुद्ध–विशुद्ध का उत्तर लिखना अनिवार्य था। यह प्रतियोगिता केवल अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लिए आयोजित की गई जिसमें प्रतिभागियों की संख्या 50 रही। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

प्रशासनिक शब्दावली	प्रथम	उत्तम कान्त शर्मा
	द्वितीय	उमेश कुमार पाण्डेय
	तृतीय	अविनाश कुमावत
	सांत्वना	कुमारेश देवांगन
	सांत्वना	अशोक प्रजापत

वाद–विवाद

इस कार्यक्रम की 8वीं प्रतियोगिता वाद–विवाद रही। इसका आयोजन 10.09.2021 को किया गया। इस प्रतियोगिता का शीर्षक "सार्वजनिक उपक्रमों का निजीकरण– संसाधन प्रबंधन की दिशा में कदम?" था। प्रतियोगिता की प्रकृति के अनुसार इसमें प्रतिभागियों को शीर्षक के पक्ष या विपक्ष में अपने विचार प्रस्तुत करने की स्वतंत्रता प्रदान की गई। इस प्रतियोगिता हेतु निर्मित निर्णायक मंडल के सदस्य वित्तीय सलाहकार बिनोद कुमार अग्रवाल, डॉ. अनुदिता भार्गव और डॉ. आलोक चंद्र अग्रवाल थे जिन्होंने समय सीमा, तर्क, प्रासंगिकता, भाषा की स्पष्टता, शब्दों का चुनाव आदि मापदंड के आधार पर प्रतिभा का आंकलन किया। दो श्रेणियों, छात्र–छात्राओं और अधिकारी, कर्मचारी एवं संकाय सदस्य, में आयोजित की गई इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों की कुल संख्या 16 रही। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

वाद–विवाद प्रतियोगिता (अधिकारी–कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	डॉ. राकेश कुमार गुप्ता
	द्वितीय	डॉ. शिव शंकर मिश्रा
	तृतीय	आदित्य कुमार शुक्ला
वाद–विवाद प्रतियोगिता (छात्र वर्ग)	प्रथम	कमला
	द्वितीय	आकाश मिश्रा
	तृतीय	महिमा त्रिपाठी
	सांत्वना	कु. सुमन
	सांत्वना	हरीश नागर

श्रुत लेख

हिंदी पखवाड़ा कार्यक्रम में 11.09.2021 को श्रुत लेख प्रतियोगिता को आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में सभी छात्र–छात्रों, अधिकारी, कर्मचारी और संकाय सदस्य भाग ले सकते थे। इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों को 50 हिंदी के उच्चारित शब्दों को ध्यानपूर्वक सुनकर शुद्ध वर्तनी में लिखना था। इस प्रतियोगिता में प्रतिभागियों की संख्या सर्वाधिक 52 रही। इस प्रतियोगिता में कनिष्ठ हिंदी अनुवादक, मधुरागी श्रीवस्तव ने शब्दों का उच्चारण किया। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

श्रुतलेख (अधिकारी– कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	डॉ. शिव शंकर मिश्रा
	द्वितीय	डॉ. अंजली पाल
		दिपेश प्रजापति
	तृतीय	श्रीमती नाजनी खान
	सांत्वना	अमर मधुकर डांगे
	सांत्वना	निकुंज जैन

टंकण

कर्मचारियों की योग्यता एवं आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए इस वर्ष हिंदी पखवाड़ा कार्यक्रम में टंकण प्रतियोगिता शामिल की गई। यह कार्यक्रम की अंतिम प्रतियोगिता रही जिसका आयोजन 13.09.2021 को किया गया। इस प्रतियोगिता में कर्मचारियों को उनके हिंदी टंकण (मंगल या कृति देव फॉन्ट) के कौशल प्रदर्शन का अवसर प्रदान किया गया। इस प्रतियोगिता में कर्मचारियों ने राजभाषा प्रकोष्ठ द्वारा चयनित ऑनलाइन सॉफ्टवेयर पर अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता में कम त्रुटि के साथ सर्वाधिक टंकण स्पीड के मापदंड को विजय का आधार बनाया गया। इस प्रतियोगिता में कुल 23 प्रतिभागियों ने भाग लिया। प्रतियोगिता का परिणाम निम्नानुसार रहा–

टंकण प्रतियोगिता (कर्मचारी वर्ग)	प्रथम	अशोक प्रजापत
	द्वितीय	आशीष श्रीवास्तव
	तृतीय	प्रदीप जाधव
	सांत्वना	अविनाश कुमावत
	सांत्वना	अंजनी कुमार पटेल

श्रुत लेख प्रतियोगिता में पूछे गए शब्द

क्र. सं.	श्रुतलेखनीय शब्द	क्र. सं.	श्रुतलेखनीय शब्द
1	दिग्दिगंत	26	शुश्रूषा
2	भेषज	27	कुमुदिनी
3	पारेषण	28	स्वातन्त्र्य
4	प्रथमोपचार	29	सन्नद्ध
5	उद्यमिता	30	ऊर्ध्वमुखी
6	श्मशान	31	विषयानुक्रमणिका
7	अभियांत्रिकी	32	सात्विक
8	संश्लिष्ट	33	उच्छिष्ट
9	विकीर्ण	34	समुज्ज्वला
10	प्रज्वलित	35	अंत्येष्टि
11	प्राक्कथन	36	इतिवृत्तात्मकता
12	हुतात्मा	37	नैसर्गिक
13	दुर्व्यसन	38	प्रारब्ध
14	विभीषिका	39	अप्रत्युपलभ्य
15	अट्टालिका	40	वैतरिणी
16	उड्डयन	41	स्वतांत्रयोत्तर
17	अन्योन्याश्रित	42	अभ्यारण्य
18	उच्छृंखलता	43	समशीतोष्ण
19	गरिष्ठ	44	भूगर्भशास्त्रवेत्ता
20	भग्नावशेष	45	आजानुबाहु
21	श्लेष्यमुद्रांक	46	अक्षुण्ण
22	उदंचनस्थिरयंत्र	47	रासस्मीकरण
23	आवेष्टन	48	ऊष्मगतिकी
24	कनिष्ठस्थानोपचारिका	49	निष्तीर्ण
25	प्रावैधिकस्वीकृति	50	वात्सल्य

संपादकीय समिति

संरक्षक

प्रो.(डॉ.) नितिन म. नागरकर

निदेशक एवं अध्यक्ष

विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति

मार्गदर्शक

श्री अंशुमान गुप्ता

उप-निदेशक (प्रशासन)

अतिथि-संपादक

डॉ. सरिता अग्रवाल

संपादक

शिव शंकर शर्मा

सहायक संपादक

मधुरागी श्रीवास्तव

शाहरुख खान

सैयद शादाब

उमेश कुमार पाण्डेय

पृष्ठ सज्जा

आदित्य कुमार शुक्ला

इस पत्रिका में प्रकाशित रचनाएं लेखकों के निजी विचार/भावनाएं हैं।

आरोग्यम् सुख सम्पदा

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर

ALL INDIA INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES, RAIPUR

राजभाषा प्रकोष्ठ, अ.भा.आ.सं., रायपुर द्वारा प्रकाशित और प्रसारित