नई दिल्ली नगरपालिका परिषद्

पालिका समाचार

नई दिल्ली
पालिका समाचार
वर्ष: 42, अंक: 11-12, नवम्बर-दिसम्बर, 2013
(द्विमासिक)

सम्पादक - मण्डल

पालिका समाचार
संरक्षक
जलज श्रीवास्तव
अध्यक्ष

मुख्य सम्पादक
विकास आनन्द
सचिव

उप-मुख्य सम्पादक
ए. के. मिश्रा

प्रकाशक सम्पादक
अनीता जोशी

कार्यकारी सम्पादक
सुनीता बोहाडिया

सहायक सम्पादक
रीमा कामरा

सहयोग
उषा रौतेला
अरविन्द रानी
सुमन कुमार

परामर्शदाता
लक्ष्मण सिंह रमोला

मूल्य
एक प्रति : ₹ 20/-
वार्षिक : ₹ 100/-
पाँच वर्षो हेतु : ₹ 400/-

सम्पादकीय

(सम्पादक की कलम से)..........

बच्चे केवल देश की सम्पत्ति ही नहीं, बल्कि भावी निर्माता भी होते हैं। इसलिए सब का प्रथम कर्त्तव्य बच्चों के विकास पर केन्द्रित होना चाहिए। हमें बच्चों के व्यक्तित्व के विकास पर बल देना चाहिए क्योंकि शिक्षित बच्चे ही समाज के प्रति जागरूक होकर आत्मसम्मान के साथ देश को उन्नति की ऊचाईयों पर ले जा सकते हैं। भारत के प्रथम प्रधानमंत्री बच्चों के प्रिय चाचा नेहरू ने देश के बच्चों की उन्नति में ही भारत का विकास देखा था। बच्चों के लिए प्रारंभिक शिक्षा अनिवार्य होने के बावजूद देश में काफी संख्या में बच्चे आज भी शिक्षा से वंचित हैं। इसलिए सब नागरिकों का कर्त्तव्य है कि उन बच्चों को शिक्षा का मौलिक अधिकार दिलवाने में अपना पूरा योगदान दें। आज के स्पर्धा प्रधान युग में जहाँ नित, नये बदलाव हो रहे हैं, बच्चे केवल शिक्षा के माध्यम से ही उचित तालमेल स्थापित कर सकते हैं।

हमारा देश ऋषियों, संतों व ज्ञानियों की देव भूमि रही है। हमारे जीवन में आने वाले यह तीज-त्यौहार मिली-जुली संस्कृति के प्रतीक हैं। इन त्यौहारों से हमें कुछ न कुछ प्रेरणा मिलती रहती है। नवम्बर या दिसम्बर महीने में गुनगुनी धूप का आनन्द तथा नव वर्ष के आगमन की खुशी से मन हर्ष से भर जाता है।

जाते साल को अलविदा कहें तथा नये साल का आशा, उमंग तथा संकल्प संग स्वागत करें।

मुख्य सम्पादक

इस अंक में

परम्परा दीप-दान की
- **अंकुर श्रीश्रीमाल** 3

नारी शक्ति और धार्मिक आस्थाओं की प्रतीक श्री लक्ष्मी
- **अशोक जैन** 5

पटाखे जरूर चलायें लेकिन सावधानी से
- **अनिता जैन** 7

"ईद" संयम और समानता का पैगाम
- **अभय कुमार जैन** 9

ऋग्वेद-संहिता में भाषा: एक परिचय
- **डॉ. आरती सिंह** 12

हमारे देश के त्यौहार
- **रामरती शौकीन** 13

मैं हूँ
- **पूनम मीना** 17

'बच्चो की फौज बनाई'
- **एशान शर्मा 'नोनू'**

यीशु भक्ति गीत
- **के॰ के॰ शर्मा** 18

भैया दूज
- **विभा प्रकाश श्रीवास्तव** 19

क्रिसमस: आज ही जन्मे थे महाप्रभु ईसा
- **डॉ. अनामिका प्रकाश** 20

गज़ल
- **डॉ. हर्षवर्धन शर्मा** 21

कैसे चुनें अपना कैरियर
- **डॉ. विनोद गुप्ता** 22

ख्वाब की नब्ज, गहरी खामोशी
- **राजेश शर्मा**

ये सर्दी के दिन
- **महेन्द्र सिंह शेखावत 'उत्साही'** 23

समस्या जमाने की
- **महेश मिश्रा** 24

हे सृष्टा दो 'सृजन'
- **बाबूराम शर्मा विभाकर**

प्रश्नावली
- **वन्दना आर्या अरोड़ा** 25

कब्ज से मुक्ति कैसे पायें।
- **अभिसार जैन** 26

रूठ गए केदार...
- **इन्द्रप्रसाद 'अकेला'** 27

पत्र बेटी के नाम
- **अनीता जोशी**

भारतमाता तुझे सलाम
- **आनन्द परिधि** 28

संतुलित आहार: स्वस्थ जीवन
- **आर.बी.एल. गर्ग** 29

"वक्त"
- **मोनिका कांडपाल** 30

दो गीत: इस तरह जाना तुम्हारा गीतशिल्पी!, वक्त का मैं लिपिक
- **यश मालवीय** 31

अद्वितीय, अनिर्वचनीय, अत्यदभुत स्थान है: बाथू की लड़ी
- **बलविन्दर 'बालम'** 32

आई दीवाली, गाता पानी, चटक चाँदनी
- **अब्दुल मलिक खान** 34

आपके पत्र आपकी नज़र 36

परिषद् गतिविधियाँ 37-40

रचनाओं में अभिव्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उन पर सम्पादक-मण्डल का सहमत होना आवश्यक नहीं है। सम्पादक को रचनाओं में संशोधन एवम् काट-छांट करने का पूरा अधिकार हैं। इन विचारों पर किसी प्रकार के आक्षेप का दायित्व भी लेखकों का ही है किसी भी विवाद का न्यायिक क्षेत्र दिल्ली होगा- **सम्पादक**

सम्पर्क सूत्र

सम्पादक-पालिका समाचार, हिन्दी विभाग, कमरा नं. 1209, 12वीं मंजिल, पालिका केन्द्र, संसद मार्ग, नई दिल्ली- 110001,

दूरभाष : 41501354 - 70/3209 वेबसाइट: www.ndmc.gov.in

नई दिल्ली नगरपालिका परिषद् के लिए अनीता जोशी द्वारा प्रकाशित तथा

नूतन प्रिन्टर्स, एफ-89/12, ओखला इंडस्ट्रीयल एरिया, फेज़-1, नई दिल्ली-110020 द्वारा मुद्रित, फोन नं. 011-26817055

दिवाली पर दीप-दान की परम्परा

– अंकुर श्रीश्रीमाल

कार्तिक को मासों का राजकुमार कहा जाता है। वस्तुतः नखशिख तक असंख्य दीपों की ज्योति से जगमगाता यह मास राजसी दर्प से मण्डित, भौतिकता की चकाचौंध में लिपटे किसी राजकुमार से भी बढ़ कर है। प्रकृति ने शरद् का सम्मोहक रूप, वैभव और धर्म-विधान के 'दीपदान' से शिवत्व युक्त आलोकमय अलंकरण प्रदान कर **'कार्तिक'** के आकर्षण और महत्व को अपरिमित बना दिया है। दीप का आलोकमय सौन्दर्य सत्वमय है, जो देवत्व का लक्षण है। आरम्भिक काल से ही सूर्य, अग्नि आदि विधि रूपों में आलोक ही भारतीय संस्कृति का इष्ट रहा है। जीवन के उत्स के साथ आलोक-पुंज सूर्य मानव को चेतना व ऊर्जा देकर पोषित करता रहा, ताकि मनुष्य निर्भर और जीवन पथ पर अग्रसारित होता रहे और एक दिन जब थक कर सूर्य ने अपना कार्य-भार किसी अन्य को सौंपना चाहा, तो इस गुरूतर भार के संवहन के लिये सूर्य का ही अंश **(सूर्यांश संभवो दीपः)** नन्हा-सा दीप ही तत्पर होने का साहस कर सका। **स्कन्द पुराण** में दीप का जन्म यज्ञ-अग्नि से माना गया है और उसे सभी ज्योतिपुंजों में श्रेष्ठ माना गया है–

"अग्निर्ज्योतीविज्योतिश्चन्द्रज्योतिस्त थे च उत्तमः सर्व ज्योतिषां दीपोऽयम्।"

वैदिक-युग में यज्ञ- अग्नि मानव के लिये देवताओं से सम्पर्क का माध्यम थी। किन्तु पौराणिक काल में मंदिरों के निर्माण के साथ ही यज्ञ-अग्नि से उत्पन्न दीप देवताओं के आवाह्न का मुख्य माध्यम बना। दीप आलौक और देवताओं का वाहन केवल व्यक्तिगत हित के लिये हो, यह भारतीय-दर्शन की समष्टिमूलक चेतना को स्वीकार न था। इसलिये पुराणों में दीपदान का

विधान दिया गया, ताकि विश्व का कण-कण आलोकित हो।

पुराण कार्तिक मास में **"दीपदान"** की अकूत महिमा बताते हैं। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार सम्पूर्ण कार्तिक मास में प्रातः स्नान कर सूर्योदय काल एवं सन्ध्याकाल में दीपदान करने वाला भगवान विष्णु की प्रसन्नता का पात्र बनता है। और मृत्यु के बाद मोक्ष का अधिकारी होता है। इस माह में देवालय, नदी-तट, सड़क किनारे व ऊबड़-खाबड़ धरती पर दीप प्रज्जवलित कराने वाले को नरक भय नहीं रहता और वह सर्वतोमुखी लक्ष्मी प्राप्त करता है।

कार्तिक में साधारण दीप से अधिक **"आकाशदीप"** के दान का माहत्म्य है। लम्बे डण्डे के छोर पर धरती से ऊपर लटकाया गया दीपक **"आकाशदीप"** कहलाता था। अनगिनत पथिकों, नाविकों के मार्ग को निरापद बनाने का श्रेय प्राप्त है "आकाशदीप" को । आधुनिक विद्युत-चालित सभ्यता के विकास से पूर्व "आकाशदीप" ही अंधकार में पथिकों, यात्रियों के मार्गदर्शन का साधन था। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार पितरों का मार्ग प्रशस्त करने के उद्‌देश्य से "आकाशदीप" का दान किया जाता है, ताकि नरक में पड़े हुए पितर भी उत्तम गति को प्राप्त हों। पुराणों के मत में आकाशदीप का दान करने वाला न केवल मोक्ष ही प्राप्त करता है, अपितु इस लोक में भी समस्त भौतिक सम्पत्तियों को भोगता है।

आश्विन पूर्णिमा से आरम्भ हो कर कार्तिक-पूर्णिमा तक माह-पर्यन्त हर प्रातः व सन्ध्या दीप-ज्योति से प्रकाशित होती है किन्तु कार्तिक माह के कृष्ण-पक्ष के तीन दिन-त्रयोदशी, चतुर्थी व अमावस्या तो इन सबमें विशिष्ट है क्योंकि ये दिवस दीपोत्सव के रूप में मनाये जाते हैं। इन दिनों धरा आलोक के अनन्त आवरण से आवृत्त हो जाती है। कहा जाता है कि इन तीन दिनों में स्वयं लक्ष्मी दीपक के तेल में वास करती है। त्रयोदशी के दिन सन्ध्या समय घर से बाहर दक्षिण की ओर तिल का दिया जलाकर काल भय से मुक्ति हेतु यम को दीपदान देने का विधान है। चर्तुदशी के दिन भगवान कृष्ण द्वारा नरकासुर का उद्धार हुआ था। मरणोपरान्त नरक न देखना पड़े, इस उद्‌देश्य से यमराज के सेवक श्वानों के प्रति चतुर्दशी को "दीपदान" किया जाता है, और घर के अतिरिकत मंदिर आदि सार्वजनिक स्थानों पर दिये जलाये जाते हैं।

"दीपदान" के विधान और उसके माहात्म्य से स्पष्ट है कि "दीपदान" केवल अपने पारलौकिक पथ को निरापद बनाने और भौतिक सुख-समृद्धि उपलब्ध करने का ही साधन नहीं है, अपितु यह इस लोक में प्राणि-मात्र के पथ को आपदा रहित बनाने की कामना से किया गया सद्‌प्रयास है। सार्वजनिक स्थानों पर दीपदान का माहात्म्य सिद्ध करता है कि यह कर्म समष्टि भावना से सम्बद्ध होने पर ही व्यष्टि कल्याण का साधन बनता है। स्वयं दीपक भी लोक कल्याण की भावना से तम के नाश हेतु तिल-तिल जलकर अपनी जीवन ऊष्मा समर्पित करता है। त्याग ने ही दीपक को ईश्वर और मनुष्य के मध्य पवित्रतम सम्पर्क का माध्यम बनाया है। आज भी हमारा दीप जलाना **'दान'** की भावना अथवा लोकहित की कामना से ओत-प्रोत होने पर ही सार्थक होगा।

श्रीश्रीमाल भवन,
बंदा रोड़, भवानीमण्डी (राजस्थान)

नारी शक्ति और धार्मिक आस्थाओं की प्रतीक

श्री लक्ष्मी

– **अशोक जैन**

आदिम समाज में जीवन असुरक्षित था और नारियों पर संतति को पालने का भार था। ऐसे में नारी उर्वरता और मातृत्व का प्रतीक बनी और आद्यशक्ति नारी में है, यह भावना प्रायः विश्व की सभी प्राचीन संस्कृतियों में देखने को मिलती है। अदिति को ऋग्वेद में सार्वभौम भावना की देवी कहा गया है। आर्यो ने 'अदिति' को माता-पिता, पंचजन, देवता और आकाश सभी कुछ माना है। यही नहीं, उनकी दृष्टि में भूत और भविष्य सभी कुछ 'अदिति' था। वह सम्पूर्ण सृष्टि में व्याप्त है, ऐसा ऋग्वेद में कहा गया है।

ऋग्वेद की यही अदिति देवी यूनान में 'अदेस', नार्वे में 'इदा' और यूरोप के अनेक देशों में 'अडोनिस' देवी के रूप में ऐसी प्रतिमाएं मिली हैं, जिनसे स्पष्ट होता है कि सृष्टि का आदिम स्त्रोत मातृ देवी से है और उनमें जीवन या सृष्टि की उत्पत्ति का सिद्धांत अंतर्निहित रहता है। यही स्वरूप भारतीय शिल्प में श्री लक्ष्मी की प्रतिमा में प्राप्त होता है। महाकाव्य काल में ब्रह्मा, विष्णु, महेश 'त्रिदेव' की उपासना की लोकप्रियता ने इन तीन देवों के परिवार देवता रचे और ब्रह्माणी, वैष्णवी व पार्वती की अवधारणा प्रचलित हुई। विष्णु के साथ उनकी पत्नी लक्ष्मी या श्री की लोकप्रियता अधिक हुई क्योंकि लक्ष्मी, यश, वैभव, ऐश्वर्य व धनध ान्य की प्रतीक थी। महाकाव्य में लक्ष्मी को समुद्र से उत्पन्न बताया गया है। महाभारत में उन्हें भौतिक समृद्धि व ऐश्वर्य देने वाली कहा गया है। रामायण में कहा गया है कि यह देवी समुद्र से निकली, जिन्हें देव और दानव दोनों ही पाना चाहते थे किन्तु विष्णु की पत्नी के रूप में मान्य हुई ।

बौद्धों में लक्ष्मी श्री, यश एवं धन की देवी के रूप में प्रचलित हुई। भरहुत, सांची, बोधगया व नागार्जन कोंडा

के स्तूप स्थापत्य में श्री लक्ष्मी का अंकन हुआ है। यहाँ कमलासना लक्ष्मी को गजाभिषेक युक्त बताया गया है और उनके दोनों हाथों में कमल नाल व पूर्ण कुंभ लिए हुए उत्कीर्ण किया गया है। प्राचीन मूर्तिशिल्प में श्री देवी अथवा लक्ष्मी का चित्रण तीन रूपों में हुआ है। पहला, लक्ष्मी का श्री तथा कमलारूप, दूसरा गज लक्ष्मी रूप व तीसरा महालक्ष्मी रूप और प्रायः तीनों रूपों के लिए पुराणों में कथाएं दी गई हैं। विष्णु पुराण में कहा गया है कि लक्ष्मी भृगु की कन्या थी। इनके धाता व विधाता नामक दो भाई थे। बाद में यही लक्ष्मी विष्णु की पत्नी के रूप में लक्ष्मी-नारायण स्वरूप में लोकप्रिय हुई। इसी पुराण में कहा गया है कि लक्ष्मी की उत्पत्ति समुद्र मंथन द्वारा हुई। देवों व असुरों द्वारा समुद्र मंथन के समय जो चौदह रत्न निकले, उनमें लक्ष्मी भी थी। वे कमल पर आसीन है और दोनों हाथों में पुष्प लिए हुए है। उनकी कांति स्फटिक मणि के समान है। समुद्र मंथन के पश्चात दिग्गजों ने स्वर्ण कलशों में जल लेकर उनका अभिषेक किया। इसके बाद विश्वकर्मा ने देवी के अंग-प्रत्यंग पर आभूषण पहनाकर उन्हें अलंकृत किया और क्षीर सागर ने उन्हें खिले कमलों की माला पहनाई। ऐसी देवी श्री लक्ष्मी विष्णु के वक्षस्थल पर विराजमान हुई। इस अवसर पर इंद्र और ऋषियों ने भी उस दिव्य गुणों वाली श्री देवी लक्ष्मी का अर्चन और अभिषेक किया। श्री देवी लक्ष्मी का यह रूप सांची व अमरावती में अंकित है। इन मूर्ति फलकों में लक्ष्मी को कमल के आसन पर बैठी या खड़ी और हाथ में कमल धारण किए अंकित किया गया हैं। सर जॉन मार्शल इनकी मायादेवी की प्रतिमा से तुलना करते है। भीटा व थबसाढ़ से प्राप्त मुद्राओं पर लक्ष्मी का यही रूप अंकित हैं। अग्निपुराण में लक्ष्मी को चतुर्हस्ता कहा गया है, जो अपने दाहिये हाथों में चक्र, शंख और बाएं में गदा व कमल धारण किए है। 'विष्णु धमोत्तर' पुराण में लक्ष्मी को सकल जगत की जननी और विष्णु प्रिया कहा गया है। वे अष्ठदल कमल पर आसीन, अमृतघट, कमल नाल, बिल्व फल एवं शंख धारण किए ऐश्वर्य की देवी है। अपने देव-पद से हटाए गए इंद्र इन्ही देवी की कृपा से फिर देवेन्द्र हुए। लक्ष्मी सत्व प्रधान देवी है। वे ही सब में चेतना, शोभा एवं समृद्धि का संचार करती हैं। जहाँ सत्व नहीं रहता, वहाँ लक्ष्मी का रहना असंभव है। सत्व ही लक्ष्मी का आधार है। खजुराहों के विष्णु मंदिर में लक्ष्मी का जो अंकन हुआ है, वह भागवत में वर्णित कथा एवं स्वरूप को व्यक्त करता है। विष्णु की पादपीठिका के नीचे अनेक छोटी आकृतियों में लक्ष्मी का अंकन है। देवी कूर्म पर ध्यान मुद्रा में बैठी हैं। पार्श्व में सर्पपुच्छयुक्त दो नाग अंजलि मुद्रा में हाथ जोड़े खड़े हैं। मकरवाहिनी, जलदेवियां पूर्ण कुंभ लिए हैं। कूर्मासना लक्ष्मी को किन्नरगण वेणुगान सुना रहे है। समुद्र मंथन में, कूर्म रूप में भगवान समुद्र के तल में स्थित होकर मंदराचल के भार को धारण किए रहे, इसी से कूर्म पर बैठी लक्ष्मी प्रदर्शित की गई है। कौशाम्बी, उज्जयिनी और मथुरा से प्राप्त ईसा पूर्व प्रथम शताब्दी की मुद्राओं पर लक्ष्मी का गजाभिषेक रूप अंकित मिलता है। पांचाल कुर्णिद, यौघेय और कुषाण सिक्कों पर भी लक्ष्मी का कमलासना, गजाभिषेक अंकन मिलता है। गुप्त नरेशों के सिक्कों पर तो लक्ष्मी का अंकन कई तरह से हुआ है। भुवनेश्वर और जगन्नाथपुरी के मध्यकालीन मंदिर स्थापत्य में लक्ष्मी का पौराणिक रूप अंकित हुआ है। लक्ष्मी प्रतिभा में प्रकृति पूजा के तत्व जल व कमल रूप में व पशु पूजा के तत्व गज के रूप में आत्मासात हुए, जिसमें कार्तिक अमावस्या के दिन नवान्न धान्य (खील-धानी, शर्करा, गन्ने) से पूजने का विधान हुआ। कृषि प्रधान भारत की यह लक्ष्मी ही यूनान पुराकथाओं में अफ्रोदीति के नाम से पूज्य बनीं। लक्ष्मी से प्रकाश की प्रार्थना की गई है। इसलिए दीप पूजा गोवर्धन-पूजा भी इससे जुड़ गए।........

श्री श्रीमाल भवन बंदा रोड़
भवानीमण्डी-326502 (राजस्थान)

पटाखे जरूर चलायें लेकिन सावधानी से

- अनिता जैन

दिवाली का नाम सुनते ही आँखों के आगे तैर जाती है- एक जगमगाती रात। सच में, ज्योति पर्व बहुत ही उल्लास पर्व है और इस दिन अमीर-गरीब सभी पटाखे फुलझडियां आदि चलाकर अपनी खुशी का इजहार करते हैं। लेकिन याद रखिये, कहीं आप इस खुशी को अपनी लापरवाही से जानलेवा न बना लें। जी हाँ, पटाखे चलाते वक्त हर्गिज लापरवाही न बरतें।

दिवाली के धूम धड़ाके में पटाखे छोड़ते वक्त लोग अक्सर अपनी सुरक्षा तक को भूल जाते हैं। अक्सर बच्चे और कभी-कभी बड़े भी पटाखों को दीये या मोमबत्ती के इतने पास से चलाते है कि बहुधा पटाखा फटते ही उनकी नाक या आँख से टकराने का अंदेशा रहता है। पटाखों में इन दिनों काफी घटिया माल लगा देने से वह जला देने पर भी एकदम नहीं फटते और यदि आप उसे दुबारा जलाने की कोशिश करेंगे तो वह कभी भी फटकर दुर्घटना का कारण बन सकता है। एक बार जलाने पर भी नहीं फटने वाले पटाखो को कुरेद कुरेद कर जलाने की कोशिश घातक सिद्ध हो सकती है।

कई लोग एक साथ ढेर सारे पटाखे चलाते हैं। इससे नुकसान यह है कि एक जलते पटाखे के साथ दूसरा जलने पर पटाखा उसकी धमक से ज्यादा नुकसानदेह हो सकता है। इसलिए एक पटाखा समाप्त

होने पर ही दूसरा जलाएं। ज्यादा बड़े पटाखे चलाते वक्त इस बात का विशेष ध्यान रखें कि आसपास कोई आदमी न हो। पटाखे चलाते वक्त ज्वलनशील कपड़े (टेरीकाट, टेरिलीन आदि) हर्गिज न पहनियेगा। इस तरह के कपड़े बहुत जल्दी ही आग पकड़ लेते है। दूसरे, यह कपड़े शरीर की त्वचा से चिपक जाते है, जबकि सूती कपड़े जलने पर त्वचा से चिपकते नहीं।

इन दिनों रॉकेट और हवाई जहाज अतिशबाजी का बेहद प्रचलन है। जब रॉकेट में आग लगाई जाती है, तो वह रॉकेट के भीतरी भाग में पहुँचती है, इससे गैस उत्पन्न होती है। गैस निकलने के लिए रॉकेट अथवा हवाई जहाज में बहुत छोटा-सा छेद होता है और गैस बड़ी तेजी से बाहर की ओर निकलती है, इसलिए दबाव के कारण वह ऊपर की ओर उठ जाता है। कई बार बनाते समय वह छेद जरा टेढ़े रह जाते हैं। इससे राकेट कोण बनाते हुए ऊपर न जाकर नीचे की ओर तेजी से आता है। इससे दुर्घटना की संभावना बनी रहती है। यह छेद टेढ़े होने से ही रॉकेट किसी भी दिशा में जाकर राह चलते राहगीर को लग सकता है। इसलिए दुर्घटनाओं की संभावना से बचने के लिए बेहतर यह होगा कि आप आतिशबाजी ऐसी जगह चलायें, जहाँ मैदान हो और अधिक भीड़ या आबादी न हो।

कुछ लोग चलते हुए सुदर्शन चक्र (स्पिन-व्हील) और चरखी को उछालते हैं। जलती हुई फुलझड़ियों को आकाश में उछालना भी दुर्घटना को खुला आमंत्रण देना ही है। मटके या पीपे में पटाखे बंद कर चलाना भी कई लोगों को अच्छा लगता है। कभी-कभी इसके बहुत ही भयावह और गंभीर परिणाम सामने आते हैं। गैस के दबाव से मटका या पीपा फूट जाए तो वह बम की तरह आसपास के लोगो को घायल कर सकता है। कई बार तो इस तरह के प्रयोग लोगों के लिए प्राण-घातक भी साबित हुए हैं।

यदि पुराने इतिहास पर नजर डालें तो वह बात स्पष्ट होगी कि आतिशबाजी और पटाखों का प्रचलन हमारे देश से ही प्रारंभ हुआ। वैसे चीन का भी इस संबंध में दावा है कि वह पटाखों का पहला आविष्कारक है। प्राचीन भारतवर्ष में शुक्र नीति में अग्निचूर्ण नामक मिश्रण का उल्लेख मिलता है। रामायण और महाभारत में भी अनेक स्थलों में आतिशबाजी और शताग्नि बाणों का जिक्र आया है। इतिहास में सिकन्दर महान का उल्लेख है कि एक बार वह और उसकी सेना भारत में लोगों द्वारा घेर लिये गए थे। तब वह अचानक बांस लेकर निकल पड़े थे, जिनमें आग लगाने से उजाला होता और बिजली की कड़कडाहट की आवाज होती थी। यह पटाखे और आतिशबाजी ही थी।

भारत में पटाखे चलाने की परम्परा बहुत प्राचीन है। अकबर कालीन साहित्यकार अबू हसन लिखता है कि अकबर दिवाली पर आतिशबाजी का प्रदर्शन करता था। ऐसे ही उल्लेख शाहजहाँ और जहाँगीर के संबंध में भी प्राप्त होते हैं। इससे यही साबित होता है कि भारत में ही विश्व में सबसे पहले आतिशबाजी और पटाखों का प्रचलन प्रारंभ हुआ।

श्री कैलाश जैन एडवोकेट
34, बंदा रोड़, भवानीमण्डी,
(राजस्थान) 326502

"ईद"

संयम और समानता का पैगाम

-अभय कुमार जैन

ईद अरबी भाषा का शब्द है। इसके मायने है निहायत खुशी व प्रसन्नता का दिन। अरब भाषा में यह शब्द अपने मूल रूप में उद से आया है, अर्थात् वह चीज जो बार-बार वापस आये, चूंकि ईद हर वर्ष आती है और खुशियों का संदेश लाती है, इसलिये इसका नामकरण हुआ। ईद का अर्थ हर्षोल्लास ही माना गया है ।

पैगम्बर हजरत मोहम्मद साहब ने साल में दो ऐसे दिन मुकर्रर किये हैं, जिनमें इस्लाम के अनुयायी अपनी जिन्दगी की खुशियों का इजहार कर सकें। ईदुल फितर और ईदुल जुहा। ईदुल फितर इसे इसलिये कहा जाता है, क्योंकि यह रमजान के पूरे तीस रोजों के बाद आती है, फितर का अर्थ रोजा रखना। इस्लाम में रमजान के महीने को इतना पाक(पवित्र) बताया गया है कि इस माह में देह त्यागने वाले हर इंसान को जन्नत नसीब होती है और खुदा उनके तमाम गुनाहों को माफ कर देता है।

इस मुबारक महीने को 10-10 दिनों के तीन हिस्सों में बांटा गया है । पहला रहमत वाला, दूसरा अशरा बररूत वाला तथा तीसरा जहन्नुम से बचाने वाला होता है।

रोजा आदमी को गुनाहों से रोकता है -

रोजा जिसके मायने रूकने के होते हैं, लोगों का ख्याल यह है कि सिर्फ खाना पीना छोड़ देना और बीबियों से दूर रहना। इतना अगर कर ले तो रोजा हो जाता है। हालांकि रोजा हर उस चीज से खराब होता है जिसको गुनाह कहते हैं। यह सही है कि गुनाह करने वाले को हम यह तो नहीं कहेगें कि उसका रोजा टूट गया। लेकिन यह बात जरूर कही जायेगी कि रोजा रखने का जो मकसद (अभिप्राय) अल्लाह ने रखा था वह हासिल नहीं हो सका। मकसद यह है कि आदमी झूठ न बोले, किसी को धोखा न दे, चोरी न करे, किसी की जेब न काटे, हराम तरीके से किसी का माल न खाए न हड़पे। किसी की पीठ पीछे उसकी बुराई (निन्दा) न करे, किसी पर तोहमत या बोहतान न लगाए। आंखों से कोई गन्दी चीज नहीं देखें, दिल में किसी के लिये नफरत नहीं बल्कि खालिस मोहब्बत हो, बड़ों के लिये अदब व छोटों के लिये प्यार हो। कदम उन राहों की ओर न बढ़े जो गलत व भटकाव वाले हों तथा दिमाग सिर्फ अच्छाइयों से भरा हो। किसी के खिलाफ कोई साजिश न करे, किसी को न सताए (पीड़ा न दे), जुल्म न करे, किसी का हक न मारे। गरज यह कि हर वह चीज जो किसी इंसान या जानवर या दुनिया की और मखलूक के जितने हक है वह ईमानदारी से अदा करे और फिर जितनी नेकियाँ वह रमजान से पूर्व करता था, उससे ज्यादा नेकियाँ रमजान में करे।

बेसहारों को सहारा दे, भूखों को खाना खिलाए, नंगों को कपड़ा पहनाएं, मजबूरों की मजबूरियाँ दूर करें।

पड़ौसियों का ख्याल रखे, भले ही वह किसी भी मजहब से ताल्लुक क्यों न रखते हो। जालिम को जुल्म से रोके और नेकी करने वालों की सहायता करे। यह वह हक है, जिनका ताल्लुक मखलूक से है। इसी के साथ-साथ मुसलमानों को चाहिए कि अपना ज्यादा वक्त (समय) अल्लाह की इबादत (उपासना,पूजा) में लगाए। अच्छी बातों को सीखे, बुरे लोगों के पास बैठने से बचे या ऐसी जगहों पर न बैठे, जहां पर बुरी बातें सिखाई जाती हों। इसी सूरत में रोजा पूरा माना जाता है। यदि उन्होंने यह काम किया तो रोजा रखने का फायदा होगा, वरना अल्लाह को यह जरूरत नहीं है कि खामखा ही किसी को भूखा-प्यासा रखे और उसको कुछ हासिल न हो। आत्मिक शुद्धि का यह माह वास्तव में साल का सबसे नायाब माह है।

हिन्दुओं का नवरात्रि पर्व-

यह बात सिर्फ मुस्लिम भाई या बोहरा सम्प्रदाय पर ही लागू नहीं होती है वरन् प्रत्येक हिन्दु नवरात्रि के दिनों में व्रत रखते है, जैनी लोग पर्यूषण के दौरान मंदिर, स्थानक जाते हैं व अन्य धर्मावलम्बी अपने-अपने मजहब के अनुसार क्रिया कलाप करते है, उन सब को उपरोक्त बातें अपनाना होगा, तभी सच्चे अर्थों में ईश्वर की उपासना, पूजा करना सार्थक है।

इसी क्रम में प्राय: उपन्यास सम्राट मुंशी प्रेमचन्द की एक कहानी 'ईदगाह' जो प्राय: हर बच्चा छोटी कक्षा में पढ़ता है, याद हो आती है। एक मासूम अबोध बच्चा उसे जो रकम उसकी दादी ने ईद के मेले में खर्च करने को प्रदान की है, उस राशि से हमीद नामक बच्चा अपनी दादी के लिये चिमटा खरीदता है, उसके मानस पटल पर यह बात है कि रोटियां सेकते हुए उसकी दादी के हाथ जलते है। अत: चिमटा खरीद कर ले जाऊं। इस प्रकार ईद का भी मुख्य रूप से यही संदेश है कि इससे भी मुसीबतों को दूर करना व अपने स्वार्थों को तिलाजंली देना।

केवल नये-नये वस्त्र धारण करने, मकान दुकान को सुसज्जित करने, स्वादिष्ट व्यंजन व पकवान तैयार करने को ईद नहीं कहते है । यह तो ईद का एक बाहरी रूप या प्रदर्शन है। ईद हमारे लिये संयम, समानता, सहानुभूति, करूणा, स्नेह,ममत्व, समता, भ्रातृत्व प्रेम का एक पैगाम लेकर आती है। अपने अजीजों, दोस्तों, रिश्तेदारों, भाईयों, पड़ोसियों तथा पूरे वतन तथा पूरी कौम के साथ कैसा व्यवहार करना चाहिये, उनको अपनी खुशी में और उनकी खुशी में अपने आपको कैसे शरीक किया जाय, यही इस त्यौहार (पवित्र दिन) की शिक्षा है। ईद उत्सव ही नहीं इबादत है। एक सीख है, प्रेरणा है और सामाजिक जीवन का एक उदाहरण भी है। हजारों लाखों लोग जब एक साथ ईद की नमाज के वक्त पूरे अनुशासन के साथ खुदा के सामने झुकते हैं तो जो इबादत का शुक्रिया अदा करने का नजारा (दृश्य) दिखाई देता है, वह समानता का पैगाम देता है। नमाज की रस्म अदा होने के

बाद सारे गिले शिकवों को भूलकर एक दूसरे को गले लगाकर मुबारकबाद देने का, खुशहाली की दुआएं मांगने, त्यौहार मनाने, प्यार बांटने, गले लगाने, दान पुण्य करने का होता है। इस दिन बिना किसी भेद-भाव के हर वर्ग से गले मिलना, आते-जाते लोगों से सलाम दुआ करना, बहुत अच्छा माना जाता है। ईद एक ऐसा अनुपम पर्व है जो हमारे सामने एक समानता का आदर्श प्रस्तुत करता है। हमें समाजधर्मी व समाज में एकरूपता लाने का संदेश देता है। सद्भावना का आलोक प्रदान करता है। सज्जनता, भलमनसाहत, व्यवहार कुशलता का पाठ पढ़ाता है। यह दिन सदका देने का दिन है। हर मनुष्य को जिसके पास साढ़े सात तोला सोना है अथवा बावन तोला चांदी है, सदका देना अनिवार्य है। प्रति व्यक्ति छोटा हो या बड़ा पौने दो सेर गेहूँ का या पौने तीन सेर जौ या इतने मूल्य के दाम देने होते है। सदका निर्धन से निर्धन व्यक्ति बेबस व कमजोर व्यक्तियों को दिया जाता है। यह अपने रिश्तेदार, पड़ोसी या किसी भी दीन-हीन आदमी को दिया जाता है। इस दान का मुख्य मकसद यह है कि सभी मनुष्य समान रूप से इस ईद की खुशियाँ मना सके। इस प्रकार ईद का यह पैगाम है कि हर भाई इस पवित्र त्यौहार को प्रसन्नतापूर्वक मना सकें। इस पर एक शायर ने कहा है :-

'एक ही सफ में खड़े हो गये महमूद ओ अयाज

न कोई बंदा रहा न बंदा नवाज।'

ईद का पैगाम-मुहब्बत का मार्ग

वास्तव में ईद आपसी मोहब्बत और जाने-अनजाने हुए गुनाहों का प्रायश्चित ही ईद का पैगाम है। अंत में हम सभी मानव मात्र को सोचना होगा, विचार करना होगा, चिंतन करना होगा क्या कहीं से मुहब्बत, प्यार स्नेह की किरणें इस पूरे मंजर पर पड़ सकती हैं, जो इस पूरे माहौल को बदल दे। क्या ये मुमकिन है? इसी माहौल को फिर से प्यार के वातावरण में बदलने के लिये हमें सूफियों की, संतों की दरवेशों की, संत-महात्माओं की बात करनी चाहिये। वे लोग अपनी मुहब्बत अखलाक, प्यार, दया, प्रवचन, कथा, व्याख्यानों से इस अंधेरे को दूर करने की कोशिश करते हैं। बस वही महान लोग इस संसार में हमेशा जीवित रहते है। ये लोग जब इस रू-ए-जमीन पर तशरीफ (अवतरित) लाते हैं तो सारा महौल खुदा के नूर से जगमगा उठता है। खुद-ब-खुद लोग उनके चरणों में गिर पड़ते हैं। सूफियों, संतों का रास्ता मुहब्बत का मार्ग है, इस पर सभी लोग एक साथ चल सकते है। प्यार के पथ पर चलकर प्रत्येक व्यक्ति अपने परवर दिगार ईश्वर को अल्लाह को प्राप्त कर सकते है, ये मत प्रेम की भावनाओ पर आधारित है। यदि सभी लोग परस्पर आपस में प्यार करने लगे, मुहब्बत से रहें तो फिर ये इंसान इसी इश्क के जरिये परमपिता के दर्शन भी कर सकता है, क्योंकि ये तो इश्क है और इसके लिये कहा गया है:-

'इश्क करने से तो वहदत का मजा मिलता है,
इश्क सच्चा हो तो, बन्दे को खुदा मिलता है।

"तृप्ति', बन्दारोड, भवानी मण्डी
राजस्थान-326502

ऋग्वेद-संहिता में भाषा: एक परिचय

— डॉ. आरती सिंह

भाषा ने इस धरा पर कब जन्म लिया। इन प्रश्नों का यथासम्भव उत्तर दे पाना संभव नहीं है, परन्तु भाषा संबंधी कुछ विचार विमर्श कर लेने पर सम्भवतः कुछ प्रश्नों का यथोचित उत्तर मिल भी जाए। वस्तुतः भारत में प्राप्त प्राचीनतम वाङ्मय–वैदिक वाङ्मय– अनेक अन्य दृष्टियों से संपन्नता के साथ–साथ भाषा चिन्तन की दृष्टि से भी कम सम्पन्न नहीं है। अकेले ऋग्वेद में डेढ़ सौ से अधिक ऋषियों के नाम भाषा चिंतक के रूप में मिलते हैं।

'वस्तुतः ऋग्वेद–संहिता विषय की दृष्टि से स्तुति साहित्य है। परन्तु साहित्य बहुत सी अनकही कहानियों को साथ लेकर चलता है। ऋग्वेद संहिता का भाषा चिन्तन भी इसी कहानी का पड़ाव प्रतीत होता है। ऐसा लगता है कि ऋग्वेद संहिता तक भाषा–चिंतन का विकास हो चुका था। इस बात का प्रमाण ऋचाओं की भाषा का, बहुत समर्थ, परिष्कृत और संस्कार सम्पन्न होना है। इस के अतिरिक्त कुछ अन्य विशेष बातें भी है जिनका उल्लेख यहां कर देना मैं आवश्यक समझती हूँ।

१. ऋग्वेद–संहिता में बहुत से ऐसे प्रासंगिक कथन है जिनसे हमें ऋषियों की भाषा संबंधी धारणा का पता चलता है। निश्चित रूप से भाषा के दार्शनिक अध्ययन के अस्तित्व के बिना इस प्रकार के कथन सम्भव नहीं है।

२. भाषा संबंधी अवधारणा में बहुत से प्रयोग सप्रयास चमत्कार व्युत्पत्ति की दृष्टि से किए गए है।

ऋग्वेद–संहिता में भाषा के लिये सर्वाधिक प्रचलित प्रयोग 'वाक्' शब्द का मिलता है। 'वाक् शब्द कहना' 'बोलना', अर्थ वाली ✓ वच् से कर्म वाच्य में निष्पन्न है।' यह बोली जाने के कारण भाषा का पर्याय है। वाक् के अतिरिक्त 'गिर', 'अघन्या', गो, सूनृता और वाणी शब्द भी इस अर्थ में प्रयुक्त हुए है। ऋग्वेद संहिता के ऋषि निश्चित रूप से जीवन में भाषा के महत्त्व से परिचित थे। ऋषि मन्त्रों में भाषा के व्यावहारिक व दार्शनिक रूप का सर्वांग परिचय मिलता है। ग्रत्समद ऋषि इन्द्र से श्रेष्ठ धनों की कामना करते समय वाणी के माधुर्य (स्वाद्यन्) की कामना को नहीं भुला पाए है। अगस्त्य मैत्रवरूणि ऋषि वाक् को ही रमणीय द्रव्यों वाली (रत्निनी) मानते है। ऋग्वेद संहिता के श्रेष्ठतम दार्शनिक ममता पुत्र दीर्घ–तमस् औचथ्य के अनुसार वाणी मनुष्य रूपी बच्चे के लिए माँ के समान है। उसका स्तन अर्थात् शब्द सुख की खान है। उस से मनुष्य सब प्रकार के अभीष्ट (वार्यणि) पदार्थों की पुष्टि पाता है। वह (शब्द) उसे श्रेष्ठ पदार्थ देता है उसे धन–सम्पत्ति प्राप्त कराता है। वास्तव में वह मनुष्य को क्या नहीं देता? वह श्रेष्ठ दाता है।

ऋग्वेद संहिता वाक् गुण के साथ–साथ वाक् दोष पर भी समान से सचेत है। एक ओर तथ्य जिस पर ऋग्वेद संहिता समान रूप से चर्चा भी मिलती है। ऋग्वेद संहिता में उल्लेखित है– जागतिक व्यवहार में पदार्थ का बोध नाम और रूप से मिलता है। भाषा के अध्ययन में प्रतीत होता है कि भाषा के भेदों की कल्पना भी शायद हो चुकी थी। अम्भृण ऋषि की पुत्री वाक् ने प्रयोक्ताओं के आधार पर वाक् के देवों द्वारा सेवित और मनुष्यों द्वारा सेवित भेदों की चर्चा की है। भाषा के भेदों प्रभेदों पर विचार करने के साथ–साथ उच्चारण का अध्ययन भी ऋग्वेद संहिता से मिलता है। वक्ता जब कुछ कहना चाहता है, तब आत्मा बुद्धि में कथ्य को रख लेता है फिर बोलने की इच्छा होती है। इस से शरीर में विद्यमान वायु प्रेरित करता है वायु छाती की ओर चढ़ता, फिर कण्ठ में आता है। वहाँ से ऊपर को फेंका हुआ वायु मूर्धा में आता है। वहां से ऊपर को फैल जाता है। स्वर, काल, स्थान, आभ्यन्तर प्रयत्न तथा बाह्य प्रयत्न के कारण यह वायु तत्तद् वर्णों को उत्पन्न करता है।

ऋग्वेद सहिता में भाषा के विकसित होने का प्रभाव इस बात में भी पता चलता है कि कुछ मन्त्रों से भाषा के व्याकरण का कार्य काफी आगे बढ़ चुका था। बृहस्पति आङ्गिरस का कथन है कि वाक् के मार्ग को बुद्धिमान लोगों ने खोजा और उसे ऋषियों में प्रविष्ट पाया। उसे लेकर उन्होंने उस को बहुत तरह से विश्लेषण किया है।

ऋग्वेद संहिता में भाषा विश्लेषण बड़े ही वैज्ञानिक पद्धति से प्रस्तुत हुआ है यहां मैंने एक छोटा सा प्रयास किया है कुछ अंशों को जोड़कर एक परिचय मात्र ही दे सकी हूँ। परन्तु यह विश्लेषण अथाह सागर के समान है जिस पर विचार–विमर्श के लिए पर्याप्त स्थान है।

सहायक प्रोफेसर (हिन्दी विभाग)
दौलतराम कॉलेज, दिल्ली विश्वविद्यालय,
दिल्ली–११०००७

हमारे देश के त्यौहार

– रामरती शौकीन

'यहाँ नित नित मेले लगते हैं' यह उक्ति हमारे देश पर पूरी तरह से चरितार्थ होती है। विविधताओं से भरा हमारा देश। वर्ष भर त्यौहार। सामाजिक त्यौहार, धार्मिक त्यौहार, राष्ट्रीय त्यौहार, त्यौहार ही त्यौहार। आइए त्यौहारों की जानकारी लें।

चैत्र मास से हमारे देश का वर्ष आरम्भ होता है जिसे विक्रमी सम्वत से जाना जाता है। इसे हम नव–सवंत्सर के रूप में मनाते हैं। हमारे लिए यह वर्ष मंगलमय हो ऐसी कामना करते हुए पूजा–अर्चना की जाती है। चैत्र मास की अमावस्या से अगले दिन शुक्ल पक्ष प्रथमा तिथि से नव–रात्र आरम्भ हो जाते हैं व नवमी तिथि तक चलते हैं। इनमें माता के नौ रूपों की उपासना की जाती है। पूरा वातावरण मातामय हो जाता है। अष्टमी तिथि व नवमी तिथि को लोग अपने घरों में कन्या पूजन करते हैं। नौ कन्याओं की पूजा करके उन्हें फल, पैसे वस्त्र आदि वस्तुएँ भेंट दी जाती है। शक्ति की पूजा नारी का सम्मान। जैसा कि मनुस्मृति में लिखा है ^;= uk;kLrq iwT;Urs jeUrs r= norkk* अर्थात् जहाँ नारी की पूजा होती है वहाँ देवता प्रसन्न रहते हैं। राम–नवमी अर्थात् भगवान राम का अवतार। भगवान राम का अवतार नेत्रा युग में चैत्र मास शुक्ल पक्ष की नवमी तिथि को अयोगध्या नगरी में हुआ था। राजा दशरथ और रानी कौशल्या को अपने माता–पिता बनाने का सौभाग्य प्रदान किया। आदर्श पुत्र, आदर्श राजा व आदर्श शासन की स्थापना की। आज भी

राम–राज्य की कल्पना की जाती है। 'गुड़ फ्राइडे' जो अंग्रेजी महीने अप्रैल में आता है चैत्र मास में ही मनाया जाता है। गिरजाधरों में प्राथनाएँ की जाती हैं व ईसा मसीह की दी गई शिक्षाओं को याद किया जाता है। चैत्र मास की पूर्णिमा को जैन–धर्म के संस्थापक भगवान महावीर का अवतार हुआ। इस दिन हम महावीर–जयन्ती मनाते हैं एवं ^vfglk ijek /ke* जैसे मानवीय गुणों को अपनाने के उनके संदेश को याद करते हैं। इसे क्षमा–पर्व भी कहते हैं।

वैशाख मास में वैशाखी का त्यौहार मनाया जाता है अंग्रेजी महीने अप्रैल की दिनांक 13 को यह त्यौहार मनाया जाता है। गेहूँ की फसल पक कर तैयार हो जाती है। किसान लोग इसे बहुत हर्षोल्लास से मनाते हैं। महात्मा बुद्ध–जयन्ती वैशाख मास की पूर्णिमा को मनाई जाती है। इस दिन राजा शुद्धोधन के घर बालक सिद्धार्थ का जन्म हुआ था। बड़े होकर निर्वाण प्राप्त कर उन्होंने बौद्ध–धर्म की स्थापना की। भूतदया, अहिंसा सत्य का उपदेश समाज को दिया।

आषाढ़ मास की पूर्णिमा को द्वापर युग में वेदव्यास जी का जन्म हुआ। महर्षि वेदव्यास जी ने अठारह पुराण व महाभारत नामक वृहद् ग्रन्थ की रचना की। महाभारत में एक लाख श्लोक हैं। भगवान श्रीकृष्ण के मुखारविन्द गीता भी महाभारत का ही एक अध्याय है। इसे हम गुरु–पूर्णिमा के रूप में मनाते हैं।

श्रावण मास का आरम्भ होते ही झूले डल जाते हैं। हरियाली तीज तक पूर्ण उत्साह से महिलाएँ इसे मनाती हैं। हाथों में मेंहदी चूड़ी सजती हैं। घरों में खीर, माल–पूए आदि पकवान बनते हैं। पूर्णिमा को रक्षा–बन्धन का त्यौहार बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है। लगता है भाई–बहन की पवित्र भावनाएँ, पवित्र प्रेम साक्षात धरती पर उतर आया है।

भाद्रपद मास कृष्ण पक्ष की अष्टमी को द्वापर युग में भगवान श्रीकृष्ण ने अवतार लिया। इस दिन को हम जन्माष्टमी के त्यौहार के रूप में मनाते हैं। भगवान श्रीकृष्ण के माता–पिता देवकी व वसुदेव को यह सौभाग्य मिला कि उन्होंने पिता वसुदेव व माता देवकी की कोख से जन्म लिया। इसलिए भगवान वसुदेव को वासुदेव भी कहते हैं। जन्माष्टमी के दिन मन्दिर सजाए जाते हैं। कृष्ण–लीला की झांकियाँ सजाई जाती हैं। दिनभर लोग व्रत रखते हैं, आधी रात को लोग व्रत खोलते है। मन्दिरों में प्रसाद वितरित होता है। भगवान श्रीकृष्ण के बाल–रूप को याद करके भक्तिमय वातावरण कृष्णमय वातावरण चारों ओर खुशी, प्रसन्नता ही प्रसन्नता। भाद्रपद मास शुक्ल पक्ष चतुर्थी को गणेश–चतुर्थी मनाते हैं। चतुर्थी को गणेश जी की स्थापना की जाती है व चतुर्दशी को बड़ी धूमधाम से गणपति बप्पा मोरया की गूंज से गणेश जी की प्रतिमा का विसर्जन किया जाता है। धन–धान्य की कामना करते हुए गणेश जी से 'अगले वर्ष फिर आना' की प्रार्थना की जाती है। पार्वती नन्दन गणेश जी को लडडू का भोग लगाते हैं। रिद्धि–सिद्धि दायक गणपति गणेशमय वातावरण हो जाता है। भाद्रपद मास में

ओणम का त्यौहार मनाया जाता है। यह त्यौहार फसल से सम्बन्धित है। विशेषकर केरल राज्य में पुरूषों की तैराकी व नौका–दौड़ का आयोजन होता है। महिलाओं में नृत्य–गान व पुरूषों में नौका–दौड़ के लिए बहुत उत्साह होता है। घरों को फूलों की रंगोली से सजाया जाता है। यह त्यौहार अधिकतर सितम्बर महीनें में आता है। पूर्णिमा से ही श्राद्ध आरम्भ हो जाते हैं। आश्विन मास के प्रारम्भ से अमावस्या तक पितृ–पक्ष मनाया जाता है। हिन्दू मिथक के अनुसार सभी अपने पूर्वजों की पुण्य–तिथि के अनुसार उस तिथि को हव्य–कव्य करते हैं। अपने पूर्वजों की आत्मा की शांति के लिए हवन कराए जाते हैं एवं श्रेष्ठ ब्राह्मणों को भोजन कराया जाता है। अमावस्या को सभी पितरों का श्रद्धा–पूर्वक श्राद्ध सम्पन्न होता है। इसे पितृ–अमावस्या के नाम से जाना जाता है। इस दिन स्नान–दान का विशेष महत्व है। प्रथमा तिथि से नवमी तिथि तक नव–रात्र मनाए जाते हैं। उसके बाद विजय–दशमी या दशहरा का त्यौहार आता है।

कार्तिक मास के कृष्ण–पक्ष चतुर्थी को करवा चौथ का त्यौहार मनाया जाता है। इस दिन सुहागिनें दिन–भर व्रत रखकर रात्रि में चन्द्रमा को अर्ध्य देकर अपना व्रत खोलती हैं व अपने पति की दीर्घायु के लिए प्रार्थना करते हुए सदा सुहागन रहने का आर्शीवाद माँगती हैं। अष्टमी के दिन होई–अष्टमी का व्रत रखा जाता है। पुत्र–प्राप्ति व दीर्घायु पत्र के लिए होई–माता की पूजा होती है। रात्रि को खीर–पूए आदि से व्रत खोला जाता है। त्रयोदशी को धन–तेरस के रूप में मनाते हैं। इस दिन लोग बर्तन, चाँदी के गहने, सिक्के आदि खरीदना शुभ मानते हैं। माना जाता है कि समुद्र मन्थन के समय धन्वन्तरी अमृत का कलश लेकर प्रकट हुए थे। चतुर्दशी को नरक चतुर्दशी के नाम से जाना जाता है। घर की नाली के पास सरसों के तेल का दीया जलाते है। भगवान राम के चौदह वर्ष के वनवास से लौटने की सूचना पाकर उनके आने का स्वागत करने के लिए तैयारी आरम्भ करते हैं। घरों में सफाई का विशेष ध्यान दिया जाता है। अमावस्या को दिवाली मनाई जाती है। दीयों की पंक्ति से रात को घर जग–मग करते हैं। इसी दिन भगवान राम अयोध्या वापिस लौटे थे। गुरु नानक जी का जन्म कार्तिक–पूर्णिमा को हुआ था। अतः पूरा सिख–समुदाय इसे गुरु–नानक जयन्ती के रूप में मनाता है। गुरुद्वारों में विशेष आयोजन होता है। नगर कीर्तन के रूप में झलुस निकाला जाता है।

मार्गशीर्ष मास में 25 दिसम्बर को 'क्रिसमस डे' का त्यौहार मनाया जाता है। इस दिन इसाई धर्म के संस्थापक पैगम्बर ईसा मसीह का जन्म हुआ था। गिरजाधरों में बहुत रोशनी की जाती है, प्रार्थना होती है। केक–मिठाई आदि बांटी जाती है।

पौष मास में 13 जनवरी को लोहड़ी का त्यौहार मनाया जाता है। पंजाब राज्य में इसकी विशेष धूम होती है। रात्रि को लकड़ियाँ जलाकर रेवड़ी, मूंगफली व मक्का की खीलों को प्रसाद रूप में वितरित किया जाता है। नाच–गाना होता है। 14 जनवरी को मकर–संक्रान्ति मनाई जाती है। इस

दिन सूर्य दक्षिणायन से उत्तरायन में आता है। दिन बड़े होने आरम्भ हो जाते हैं। फसलों के पकने के लिए सूर्य का प्रकाश अति आवश्यक है। इसी दिन पितामह भीष्म ने इच्छा मृत्यु से अपने प्राणों का त्याग किया था। इस दिन स्नान–दान का विशेष महत्व है।

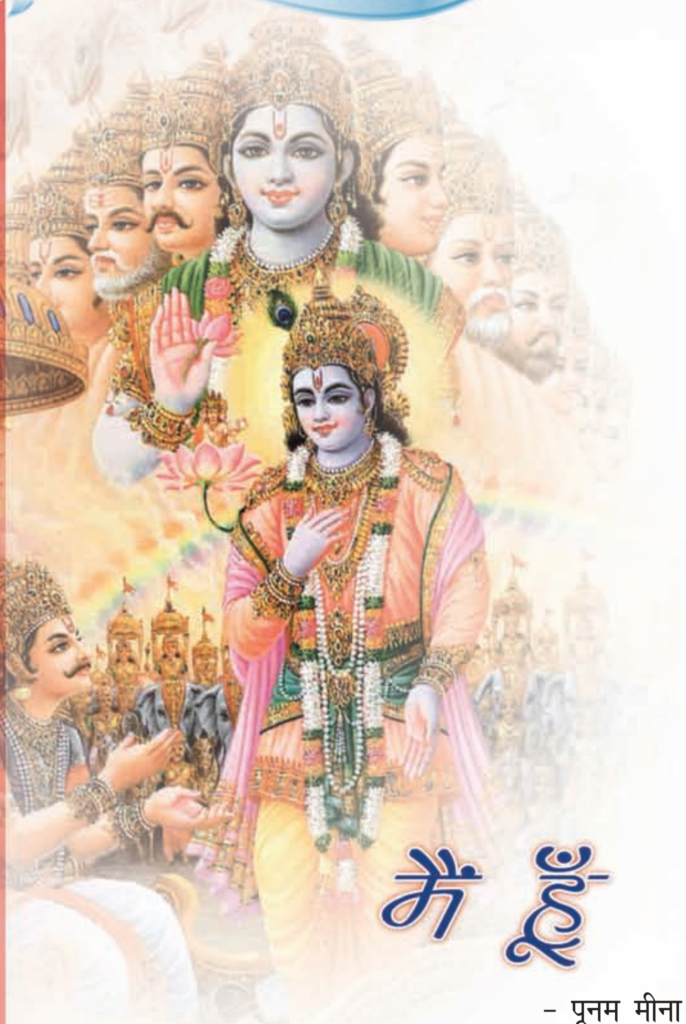
माघ मास में शुक्ल पक्ष की पंचमी तिथि को बसन्त–पंचमी मनाई जाती है। ऐसा माना जाता है कि चौबीस घन्टे में एक बार सरस्वती हमारी जिव्हा पर वास करती है। अतः हमें कभी भी कोई बात अशुभ नहीं बोलनी चाहिए। इस दिन विद्या की देवी सरस्वती की पूजा होती है। माघ मास

की पूर्णिमा को संत रविदास का जन्म हुआ था। अतः इस दिन हम भक्त रविदास जयन्ती मनाते हैं।

फाल्गुन मास की पूर्णिमा को हम होली का त्यौहार मनाते हैं आपस के शिकवे भूलकर लोग प्रेम से एक दूसरे को गुलाल लगाते हैं व गले मिलते हैं। रात्रि को होली–दहन होता है। माना जाता है कि होलिका के पास आग में न जलने वाला वस्त्र था। परन्तु दूसरों का बुरा सोचने से होलिका जल गई व प्रभुभक्त प्रहल्लाद बच गया। होली का त्यौहार बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है।

पन्द्रह अगस्त 1947 ई॰ को हमारा देश स्वतन्त्र हुआ था अतः इसे हम स्वतन्त्रता दिवस के रूप में मनाते हैं प्रधानमन्त्री लाल किले की प्राचीर से तिरंगा झण्डा फहराते हैं व राष्ट्र को सम्बोधित करते हैं। 26 जनवरी 1950 को हमारा संविधान लागू हुआ था। अतः इसे हम गणतन्त्र दिवस के रूप में मनाते हैं। राष्ट्रपति को 21 तोपों की सलामी दी जाती है। वर्ष भर में हुए कार्यों की उपलब्धि बताई जाती है। सभी राज्यों की झांकियाँ निकलती है। देश–भक्ति के गीते गाए जाते हैं। 2 अक्टूबर को महात्मा गान्धी का जन्म हुआ था उन्हें राष्ट्रपिता की उपाधि से सम्मानित किया था। हम ये तीन त्यौहार राष्ट्रीय के रूप में मनाते है। हमारी संस्कृति हमारे त्योहार।

31/11, राजीव इन्कलेव, सेक्टर–5,
रोहिणी, दिल्ली–110085



मैं हूँ

– पूनम मीना

मैं हर कण में हूँ,
मुझमें ही तू और तुझमें ही मैं हूँ।
मैं हूँ निराकार,
और साकार भी हूँ।

तू कहता है मुझे मैं ऊपर हूँ,
मैं कहता हूँ कि मैं कहाँ नहीं,
तेरे और प्रभु के बीच की कड़ी भी मैं हूँ,
तेरी ज़िन्दगी का समय भी मैं हूँ।

मैं अग्नि जलाता हूँ,
मगर स्वयं जलता नहीं,
मैं हवा चलाता हूँ मगर,
स्वयं कभी उड़ता नहीं।

पानी बरसता है मुझमें,
मगर मैं भीगता नहीं,
हर कण में मैं हूँ,
मगर हूँ भी नहीं।

तू सोच मैं कौन हूँ?
कहाँ से आया हूँ?
सृष्टि के कण-कण में,
मैं ही समाया हूँ।

मैं हूँ परमपिता-परमात्मा
मगर मेरा कोई माता-पिता नहीं,
हर कण में मैं व्याप्त हूँ,
मगर तू ये समझे नहीं।

मुसाफिर से मन्ज़िल तक का समय भी मैं हूँ।
ज़िन्दगी से मौत तक का सफर भी मैं हूँ।
मुझमें बहती है नदियाँ कल-कल करती।
मुझमें ही हैं ज्वालामुखी।
मुझमें ही बहता है, इंसा का लहूँ।
मुझमें ही समा जाता है हर एक 'तू'

हर परिन्दे में मैं हूँ,
हर कण में मैं हूँ,
मुझमें ही तू और
तुझमें ही मैं हूँ।

मैं एक दम सीधा हूँ,
कहीं से भी तो टेढ़ा नहीं
मैं बिल्कुल सरल हूँ,
कहीं से भी तो कठिन नहीं।

मैं हर जगह हूँ समान
कहीं से भी तो कम या ज्यादा नहीं।
मैं तो हूँ एक, कहीं से भी तो अनेक नहीं।

मैं हर कण में हूँ, हर जगह व्याप्त हूँ,
मुझमें ही तू और तुझमें ही मैं हूँ।

बाबा राम देव सर्वोदय कन्या विद्यालय,
प्रसाद नगर, दिल्ली-110005

'बच्चों की फौज बनाई'

— एशान शर्मा 'नोनू'

हम बालक वीर सिपाही हैं,
रक्षक हैं भारत माता के।
हमें इतना छोटा न जानो,
प्रतिनिधि हैं हम विधाता के ।।२।।

डर हमसे कोसों दूर रहे,
जो धूल चाटनी हो, आये।
सीमा से शत्रु दूर रहे,
जिसे मृत्यु चाहिए, वो आये।।२।।

कहो दिन में तारे दिखलायें,
नाम याद करा दें माता के।
हम बालक वीर सिपाही हैं,
रक्षक हैं भारत माता के।

इंदिरा जी ने भारत भू पर,
बचपन में बच्चों की फौज बनाई।
उसी तर्ज पर, मैंने भी यारों,
बच्चों के लिए, बच्चों की फ़ौज बनाई।।२।।

भारत सोने की चिड़िया फिर कहलाये,
सभी गुण गायें हँसी खुशी, भारत माता के ।
हम बालक वीर सिपाही हैं,
रक्षक हैं भारत माता के।

आर जेड–2000–सी/25, सी. एफ/एफ
तुगलकाबाद विस्तार, नई दिल्ली–110019

यीशु भक्ति गीत

– के० के० शर्मा

दाना–पानी देने वाले,
यीशु ने पुकारा है।
पापों से बचाने वाला,
सच्चा वो कफ्फारा है।।

क्षमाशील ओ अन्तर्यामी,
अनुग्रह बरसाने वाले।
हम सब हैं सेवक तेरे,
तू गडरिया हमारा है।।

मिरास के बचाने में,
उद्धार का इशारा है।
सम्पूर्ण है यीशु अपना,
संसार में सितारा है।

देहधारी की आशा है,
विश्वासी का सहारा है।
परीक्षा से बचाने वाला,
खुद ही किनारा है।

जो भी यक़ीन लाया,
उसने उसको उबारा है।
मुक्तिदाता प्यार तेरा,
जग में न्यारा है।

आर जेड–2000–सी/25, सी. एफ/एफ
तुगलकाबाद विस्तार,
नई दिल्ली–110019

भैया दूज

– विभा प्रकाश श्रीवास्तव

दीपावली के साथ ही भाई-बहन के पावन प्रेम की प्रतीक भाई द्वितीया का अपना विशेष महत्व है। भारतीय बहनें इस पर्व पर भाई की मंगल कामना कर अपने को धन्य मानती हैं। उत्तर और मध्य भारत में यह पर्व मातृ द्वितीया "भैया दूज" के नाम से जाना जाता है, पूर्व में भाई-कोटा, पश्चिम में "भाईबीज" कहलाता है। इस पर्व पर बहनें प्रायः गोबर से मांडना बनाती हैं, उसमें चावल और हल्दी के चित्र बनाती हैं तथा सुपारी, फल, पान, रोली, धूप, मिष्ठान आदि रखती हैं, दीप जलाती हैं। इस दिन यम द्वितीया की कथा भी सुनी जाती है। ये पौराणिक एवं लोक-कथाओं के रूप में है।

भविष्य पुराण में उल्लेखित यह द्वितीया की कथा सर्वमान्य एवं महत्वपूर्ण है, इसके अनुसार काल देवता यमराज की लाड़ली बहन का नाम- "यमुना" है, यमुना अपने प्रिय भाई यमराज को बार-बार अपने घर आने के लिए संदेश भेजती थी और निराशा ही पाती थी।

उसका एक अनुरोध सफल हुआ और यमराज अपनी बहन यमुना के घर जा पहुँचे। यमुना उन्हें द्वार पर देखकर हर्ष-विभोर हो उठी। अपने घर में उसने भाई का जी-भर कर आदर-सत्कार किया। उन्हें मंगल-टीका लगाया तथा अपने हाथ से बना हुआ स्वादिष्ट भोजन कराया।

यमराज बहन के स्नेह को देखकर प्रसन्न हो गए और उन्होंने बहन से कुछ मांगने का आग्रह किया। यमुना भाई के आगमन से ही सब कुछ पा चुकी थी। भाई के आग्रह पर बस एक ही वरदान मांगा था, और वह वरदान था- "आज का दिन भाई-बहन के स्नेह पर्व बनकर सदा स्मरणीय रहे। उस दिन कार्तिक शुक्ल द्वितीया थी, तब से यह दिन भाई-बहन के प्रेम का पर्व बन गया।

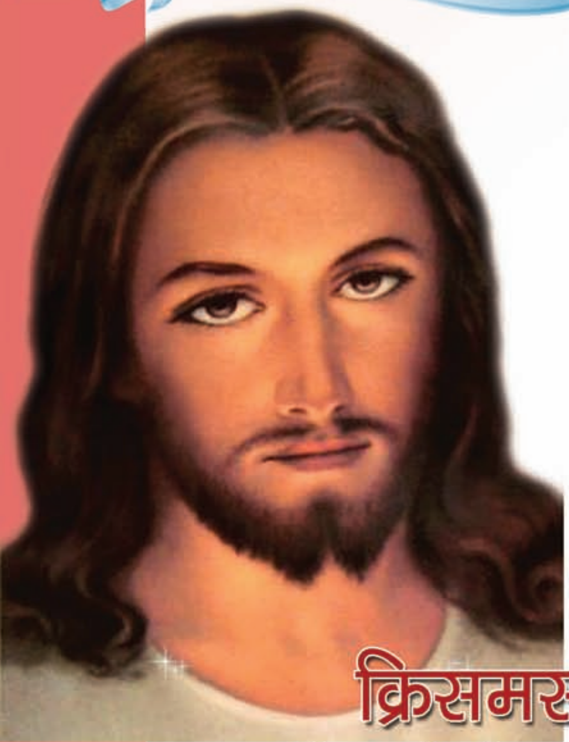
इस दिन प्रत्येक बहन अपनी सामर्थ्य के अनुसार स्वादिष्ट भोजन बनाकर अपने भाई को खिलाती है और उसका भाई उसे यथायोग्य भेंट अर्पित करता है लोक धारणा है कि बहन के घर भोजन करने से भाई को यम बाधा नहीं सताती तथा उसकी कीर्ति एवं समृद्धि में वृद्धि होती है।

इस पर्व से संबंधित "भाट भाटिन की कथा" "राजा चम्बर की कथा" "बहन के टीका की कथा" जैसी अनेक कथाएं प्रचलित हैं सभी कथाओं के घटनाक्रम अनेक रूपी होते हुए भी भावात्मक एकता निहित हैं इसमें स्नेहमयी बहन के त्याग, स्नेह और सुरक्षात्मक भावना के प्रमाण मिलते हैं।

"बहन के टीका" की कथा में निर्धन भाई भैया-दूज के टीका के लिए बहन के घर जाता है रास्ते में उसे शेर, नदी, पर्वत सभी रोकते हैं, और कहते हैं कि "तुम्हारी माता ने तुम्हारे जन्म की कामना कर हमें चढ़ावा चढ़ाने की मनौती मांगी थी जो आज तक पूरी नहीं हुई। अतः हम तुम्हारी ही बलि देंगे, उस निर्धन युवक ने कहा कि "बहन का टीका" लगवाकर आऊँगा तब आप मेरी बलि ले लीजिएगा। भाई बहन के घर पहुँचा, संपन्न बहन उसे देखकर निहाल हो गई, बहन ने उसका स्वागत किया। टीका किया और भोजन कराया, साथ ही यम देवता से उसके लिए जीवन का वर माँगा। भाई बहन के अनुरोध पर उसे लिवा कर वापिस जाने लगा।

बहन का मंगल टीका उसके मस्तिष्क पर शोभित था। अतः इस बार न उसे नदी ने रोका, न पहाड़ ने, किंतु बहन ने नदी, पहाड़, वनराज आदि सभी की यशोचित भेंट पूजा से संतुष्ट किया। उन सभी ने उसे अनेक आशीर्वाद दिए। इस लोक कथा के अनुसार तब से यह पर्व बहन का भाई के प्रति त्याग के रूप में भी मनाया जाता है।

जी-9, सूर्यपुरम, नन्दनपुरा,
झाँसी-284003



क्रिसमसः आज ही जन्मे थे महाप्रभु ईसा

–डॉ॰ अनामिका प्रकाश

जब–जब संसार में बुराई बढ़ी, उसका अंत करने के लिए भगवान ने किसी न किसी मसीहा के रूप में जन्म लिया और लोगों को सत्य का मार्ग दिखाया। श्री भगवद्गीता के श्लोक के अनुरूप ही ईसा मसीह की कथा प्रतीत होती है।

सदियों पूर्व रोम में धार्मिक आडम्बर फैला हुआ था। एक ओर धनी वर्ग के लोग विलासमय जीवन व्यतीत कर रहे थे तो दूसरी तरफ गरीबों की स्थिति अत्यन्त दयनीय थी तथा रोम के शासक यहूदियों पर तरह–तरह के अत्याचार किये जा रहे थे तो एक दिन .... पच्चीस दिसम्बर को इजराइल के जैरूसिलम से आठ किलोमीटर दूर बैथलहम नामक स्थान पर एक गरीब यहूदी परिवार में पिता यूसुफ के घर मां मरियम की कोख से एक तेजस्वी बालक ने जन्म लिया–जिसका नाम रखा गया था– जीसस।

बालक बड़ा होता गया लेकिन गरीबी के कारण उसकी पढ़ाई की व्यवस्था ठीक प्रकार से न हो पायी और जब बालक सोचने–समझने लायक हुआ तो गरीबों की दशा देखकर उसका मन पसीज गया एवं उसके मन में एक विद्रोह पैदा हो गया। वह लोगों के भले के लिए दृढ़ संकल्प कर 'जॉन' नामक एक विचारक के यहां जाकर ज्ञान हासिल करने लगा। वहां से पूर्ण ज्ञान प्राप्त करने के पश्चात् वह अपनी सरल मधुर वाणी से जगह–जगह जाकर लोगों को ज्ञान वितरित करने लगा। कुछ ही समय में लोग उससे प्रभावित होने लगे और उनके ज्ञानवर्धक उपदेशों को सुनने के लिए उनके पास भीड़ जमा होने लगी तथा वह यूसुफ से ईसा मसीह कहलाये जाने लगे।

एक दिन ईसा मसीह अपने अनुयायियों के विशाल झुण्ड के साथ जैरूसलम के यहूदी देवता 'यहोवाह' के मंदिर पहुँचे। वहां उन्होंने देखा कि व्यापारी लोग गरीब अन्धविश्वासी लोगों से पैसा लेकर परिन्दों को मुक्त कर रहे हैं। उन गरीबों को विश्वास था कि परिन्दों को मुक्त करने पर देवता प्रसन्न होंगे। ईसा को उन गरीबों के अज्ञान पर दया आयी और उन्होंने उन पक्षियों को मुक्त करने वाले व्यापारियों का विरोध करते हुए उनके द्वारा कैद किये गये समस्त परिन्दों को स्वतंत्र करा दिया। इस घटना के उपरान्त पाखण्ड और धनी वर्ग के विरुद्ध आवाज उठाकर एक क्रांति पैदा कर दी। उनके इस साहसिक कदम से धनी लोगों के साथ यहूदी पुजारियों तक ने उनका विरोध किया और शासकों से उनके विरुद्ध शिकायत की।

चूंकि उस दौरान रोम के धनी लोगों व शासकों के मन–मुताबिक काम हो रहा था। उन्होंने ईसा को देशद्रोही करार कर उनके खिलाफ कार्यवाही कर तीस साल की अल्पायु में जब उन्हें सूली पर चढ़ाकर मृत्युदंड दे दिया तो उनके मुख से शब्द निकले– 'हे ईश्वर, इन सबको क्षमा करना। क्योंकि इन्हें मालूम नहीं कि ये क्या कर रहे हैं।"

आगे चलकर लोगों में जब जागरूकता आयी तो उन्होंने ईसा द्वारा चुने उनके बारह अनुयायियों के साथ मिलकर धर्म के नाम पर आडम्बर, लालच, लोभ और क्रूरता को हृदय से निकाल देने के अतिरिक्त मानव कल्याण के लिए कार्य कर विश्व भर में प्रचार किया।

ईसा मसीह के उपदेशों में कहा गया है– धन्य है वे जो गरीब हैं, क्योंकि ईश्वर का राज्य उन्हीं का है। धन्य हैं वे जो भूखे हैं, क्योंकि वे संतुष्ट किये जाएंगें। धन्य हैं वे जो रोते हैं– क्योंकि वे हंसेगें। उनका मानना था कि 'ऊंट के लिए सुई के छेद से निकलना सरल है। जबकि धनी लोगों के लिए ईश्वर के राज्य में प्रवेश करना जटिल है।'

तब से आज तक प्रतिवर्ष विश्व भर में ईसा मसीह के जन्म दिवस 25 दिसम्बर को 'क्रिमसम डे' के रूप में मनाया जाता है। इस दिवस पर जर्मनी में सातवीं शताब्दी के मध्य क्रिसमस वृक्ष सजाने की परम्परा प्रारंभ की गयी। इसकी शुरुआत करने वाले थे– बौनोफसटिया नामक एक अंग्रेज।

क्रिसमस वृक्ष लगाने की परम्परा के पश्चात् अमेरिका के डैनपर नामक एक स्थान पर एक आठ वर्षीय बालक ने अपने पिता से अनुरोध कर एक रंगबिरंगा वृक्ष लगवाया। इस वृक्ष को रंगबिरंगी बत्तियों, कांच के टुकड़ों एवं फूलों से ऐसा सुन्दर सजाया गया था कि वहां उपस्थित समस्त लोग आश्चर्यचकित रह गये।

तत्पश्चात् 1841 में इंग्लैंड के राजकुमार अलबर्ट ने विंडसरकेसल में क्रिसमस वृक्ष सजाकर उसके ऊपर एक देवता की मूर्ति रखी, जिसके हाथ फैले हुए थे– इस वृक्ष पर देवता के फैले हाथों वाली मूर्ति देखकर लोग अचंभित रह गये थे।

ईसा मसीह की दूर–दूर तक ख्याति होने लगी। वर्ष 1920 में सान–फ्रांसिस्को शहर के विख्यात जनसेवी सैंडीप्रटने ने जनता को "क्रिसमस वृक्ष" लगाने के लिए इतना उत्साहित किया कि लोगों ने अमेरिका–कैलिफोर्निया से लेकर आरेगन तक के समुद्री तट की पट्टी को रेडवुड के वृक्षों से सजा दिया। तो और ईसा मसीह के प्रेटने नामक एक अनुयायी ने अपनी इकहत्तर वर्ष की आयु में 14123 वृक्षों को स्वयं अपने हाथों से लगाकर अपने उद्देश्य को पूरा किया कहते हैं तब से आज तक हर वर्ष "क्रिसमंस डे" पर वृक्ष सजाने की परम्परा चली आ रही है।

इस दिन पर वृक्ष सजाने के पीछे किवदंती है कि 25 दिसम्बर को जिस दिन ईसा का जन्म हुआ था, तो उस दिन उनके माता–पिता के पास देवी–देवताओं ने साक्षात् प्रकट होकर सदाबहार फर को सितारों से सजाया था तथा विश्व के लगभग समस्त देशों में ईसा मसीह के श्रद्धालुओं द्वारा आज भी प्रतिवर्ष सदाबहार फर को 'क्रिसमस वृक्ष' के प्रतीक के रूप में सजाया जाता है, तथा उनके अनुयायी अपने–अपने स्थान पर सदाबहार फर को लगाते आ रहे हैं।

जी–9, सूर्यपुरम, नन्दनपुरा,
झाँसी – 284003

गज़ल

& Mk- g"kZo/ku 'kekZ

अश्क मेरी आँख से यूं ही अगर बहने लगे,
ये समन्दर फिर कहाँ दरिया ही कहलाएगा।
फूल और कांटे जहाँ रहते नहीं हैं साथ–साथ,
गुलदस्ता ही होगा वो गुलशन कहाँ कहलाएगा।

एक कली खिल न पाए एक गर खिल जाए तो,
चाहे हरा हो पेड़ कितना बीमार ही कहलाएगा।
चाहो तो तुम चांदनी चाहे अंधेरी रात हो,
ना हो फलक पे चान्द मन में तो खिल जाएगा।

अब तो बरसा किए घर के मेरे आस पास,
ना मिले एक बूंद पानी खुश्की नम कर जाएगा।
ये ज़रूरी तो नहीं कि पीले पत्ते ही गिरें,
ऐसी हवा चलती रही तो फूल क्या खिल पाएगा।

मैंने देखी शाख एक सहमी हुई सूखी हुई,
बेमुरव्वत माली रहा तो बाग क्या टिक पाएगा।
रोकिए उस शाख पे लगते घुन को आज ही,
ना रूका तो बाग पूरा वीरान हो जाएगा।

1966/1, बेरीबाग,
सहारनपुर

कैसे चुनें अपना कॅरियर

-डॉ. विनोद गुप्ता

जैसे ही कोई किशोर अथवा किशोरी दसवीं कक्षा उत्तीर्ण कर लेता है, उसके समक्ष कॅरियर चुनने का प्रश्न उत्पन्न होता है। दसवीं के बाद क्या? यदि उसने सही राह पकडी तो सफल होते देर नहीं लगेगी। लेकिन यदि राह चुनने में मात खा ली, तो सफलता संदिग्ध है। दसवीं के बाद की लाइन सोच समझकर ही चुननी चाहिए। याद रखिए पढ़ने के पीछे कोई पुख्ता लक्ष्य होना चाहिए। किसी भी फैकल्टी में एडमिशन लेने से पूर्व योजना बनाइए कि आगे चलकर क्या कुछ बनना या करना चाहते हैं? तब उस क्षेत्र का चुनाव करें।

प्राय: देखा गया है कि अभिभावक अपनी संतान को कॅरियर चुनने में स्वतंत्रता देने की बजाए अपनी इच्छा उस पर थोपते हैं, जो वे चाहते हैं। कॅरियर चुनने के लिए अपनी संतान को बाध्य करते हैं।

कई बार अभिभावकों की अपेक्षाएं या महत्वकांक्षाएं बहुत ऊँची होती हैं और अपनी संतान को आईएएस, आईपीएस अथवा डाक्टर, इंजीनियर, प्रोफेसर से कम बनाने की सोच ही नहीं सकते लेकिन यह जरूरी नहीं है कि युवा इतने होनहार हों ही। व्यावसायिक अभिभावक चाहते है कि उनकी संतान उसी धंधे में आएं, जिसमें वे हैं। उधर, युवा को अपने पैतृक काम धंधे के प्रति कोई दिलचस्पी नहीं है। वह कोई अच्छी-सी नौकरी करना चाहता है। ऐसे में क्या वह पैतृक धंधे में सफल हो जाएगा? इसके विपरीत, कई परिवारों में माता-पिता चाहते है कि उनकी संतान नौकरी करें, लेकिन संतान की इच्छा होती है कि वह नौकरी की बजाय कोई व्यवसाय करे।

कैसी विडम्बना है कि 18 वर्ष का युवा वोट डाल सकता है, सरकार भी चुन सकता है, लेकिन स्वयं अपना कॅरियर नहीं चुन सकता। उसे वही कॅरियर चुनना पड़ता है, जो उसके अभिभावक निश्चित करते हैं। आज की परिवर्तनशील और तेज रफ्तार जिंदगी में युवाओं की सोचने की शक्ति बढ़ी है और वे अपना कॅरियर स्वयं चुनने में सक्षम हैं।

यदि आप कॅरियर को लेकर दुविधा में हैं तो किसी कॅरियर काउंसलर से मिलें। आजकल हर स्कूल कॉलेज में कॅरियर मार्गदर्शन प्रकोष्ठ होता है जो कि किशोरों और युवाओं की शैक्षणिक पृष्ठभूमि, पारिवारिक हैसियत तथा क्षमता को देखकर मार्ग-दर्शन करता है। हो सकता है, वहां जाकर आपकी दुविधा दूर हो जाए और आप सही चुनाव कर सके।

कॅरियर आपका है, इसलिए उसे चुनने अथवा उस पर अंतिम निर्णय करने का अधिकार भी आप ही का है। मां- बाप, रिश्ते-नाते, यार-दोस्त, सभी अपनी-अपनी राय देंगे लेकिन कॅरियर वही चुनें जो आप चाहते हैं। यदि आपने किसी के दबाव में आकर वह राह पकडी, तो उसकी मंजिल आसान नहीं होगी और हो सकता है कि आप औंधे मुंह गिरें।

कॅरियर बनाने में धन की जरूरत होती है क्योंकि मेडिकल, इंजीनियरिंग या अन्य प्रोफेशनल कोर्स के लिए भारी फीस चुकानी पडती है। यदि आप प्रतिभावना हैं तो आपको छात्रवृत्ति भी मिल सकती है। इसी प्रकार यदि आप आरक्षित वर्ग के हैं तो शासकीय योजनाओं का लाभ उठा सकते हैं। अन्यथा अपने परिवार की आर्थिक स्थिति देखकर ही कॅरियर का चुनाव करें। ऐसा न हो कि कॅरियर को बीच में अधूरा छोडना पडे।

जिस भी कॅरियर का चुनाव करें, उसे प्राप्त करने के लिए जी-जान से जुट जाएं। मेहनत से जी न चुराएं। परिश्रम ही सफलता की सीढी है। अच्छा कॅरियर कडा परिश्रम मांगता है। कॅरियर को पाने के लिए दृढ प्रतिज्ञा करें, फिर चाहे कितनी ही कठिनाई क्यों न आए, डिगेंगे नहीं। चुनौतियों का सामना करना होगा और उन पर विजय भी पानी होगी। प्रतिभा और रूचि के बल पर आप उसके शिखर को छू सकते हैं।

43/2 सुदामा नगर, राम टेकरी,
मंदसौर (म0प्र0)- 458001

ख्वाब की नब्ज

– राजेश शर्मा

दिमाग
पुराने ख्वाबों की
लाशों की सड़ान्ध से
घुटा जा रहा है
और दिल है कि मानता नही
नए ख्वाब बुनने की जिद करता है
जब मैं डाँट कर
सख्ती से मना करता हूँ
तो नए ख्वाब बुनना छोड़
पुराने ख्वाबों की
लाशों को
उलट-पुलट कर देखने लगता है
इस उम्मीद से कि
शायद
कहीं किसी ख्वाब की नब्ज
अभी थमी न हो

गहरी खामोशी

सोचा
तुम्हारे लिए
तुम्हारी पसंद का कुछ लिखूँ
तो दिन भर के
समय के एक भाग पर
गहरी खामोशी लिख दी
और तुम्हे इतनी पसंद आई
कि हर रोज माँगते हो तुम
समय का एक भाग
और उस पर वही
गहरी खामोशी

पेंशन विभाग
पालिका केन्द्र, नई दिल्ली–110001

ये सर्दी के दिन

& egUæ flg 'k[kkor ^mRlkgh*

पानी के मोती बरसाये
ये सर्दी के दिन,
कुहरा–धुंध जम कर लाये
ये सर्दी के दिन।

किट–किट, किट–किट दाँत बजाये
ये सर्दी के दिन,
गर्म पकौडी, चाय पिलाये
ये सर्दी के दिन।

मफलर–स्वेटर, कंबल लाये
ये सर्दी के दिन,
ठिठुरन से सबको दुबकाये
ये सर्दी के दिन।

22 बजरंग वाटिका, रावण गेट
झोटवाड़ा, जयपुर–302012

समस्या जमाने की

& eg'k feJk

बाकी सब ठीक ठाक है, सिर्फ एक ही समस्या है,
बच्चे पढ़ लिख गये, नौकरी नहीं मिल रही,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
बेटे की नौकरी तो अच्छी है, लेकिन बहू ठीक नहीं मिली
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
बहू तो अच्छी मिली पर पोता पोती का मुहँ नहीं देखा
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
बहु के बच्चे तो हैं, पर पोते का मुँह नहीं देख
सिर्फ यही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है,
बेटा है तो बहुत अच्छा पर, बहू की वजह से अलग रहता है,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
बेटा कमाता तो बहुत है, लेकिन घर पैसे नहीं देता
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
पिता जी हैं तो बहुत अच्छे, लेकिन रोज पीते हैं,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
पत्नी है तो बहुत अच्छी पर नासमझ है,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है,
घर का माहौल तो अच्छा है, पर ससुराल वालों ने नाक में दम कर रखा है,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
भगवान की दया से सब ठीक ठाक है, लेकिन बीमारियाँ पीछा नहीं छोड़ रही,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
मैं तो राजा आदमी हूँ, पर मुझे देख लोग जलते हैं।
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
खूब जमीन जायजाद धन दौलत है, लेकिन बच्चे पढ़ नहीं पाए
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
मेरे साँथी आगे बढ़ गये, मैं घर की समस्याओं में उलझ गया,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
मैं भी ये काम कर देता, लेकिन किसी वजह से न कर पाया,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है,
मैं उससे कम नहीं हूँ, लेकिन सब उसकी तारीफ करते हैं,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
परीक्षा तो पास मैं भी कर देता, लेकिन मैं बैठा ही नहीं,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
पहलवान तो मैं भी एक दर्जे का हूँ, लेकिन मैं लड़ा ही नहीं,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
दिखता तो मैं भी सुन्दर हूँ, लेकिन रंग साफ नहीं है,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
हूँ तो मैं भी गोरा चिट्टा, लेकिन थोड़ा दुबला हूँ,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।
करना तो मैं भी बहुत कुछ करना चाहता था, पर कर नहीं पाया,
सिर्फ ये ही एक समस्या है, बाकी सब ठीक ठाक है।

जो जिस स्थिति में है, वहीं से उठो, आगे बढ़ो
हकीक़त में जियो, हकीक़त का सामना करो
अगर, मगर, किन्तु, परन्तु प्रयोग न करो
काँटो को फूल बना दो, पत्थरों को धूल बना दो
देखना, तेरी भी किस्मत चमक जायेगी
उजड़े चमन में फिर बहार आयेगी।

mQ ^nkj oDr*
y[kkf/kdkjh] okf.kT; foHkkx
u-fn-u-ifj] dejk u0&87]
'kghn Hkxr flag Iysl]
xy ekfdZV] ubZ fnYyh

'हे सृष्टा दो 'सृजन'

& बाबूराम शर्मा विभाकर

(1)

जले निरन्तर दीप ज्ञान का,
उजियाले की सदा विजय हो।
जीवन के उत्थान–गीत की
सुन्दर पावन मधुमय लय हो।
अंधियारे को धता बता कर
जागा करता है उजियारा।
दूर अविधा–तिमिर करें हम
उजियारे से ही निस्तारा।
दिशा पूरबी की चौखट पर
सूरज का ही सदा उदय हो।

(2)

उत्तम पावन सुखद विचारों
की सुन्दर ज्योतियाँ विराजे।
सत्य विजेता बन कर व्यापे,
असित, दुरित सब ही तो भागे।
सभी ओर विद्या का चाँदन
सारी ही जगती सुखमय हो।

(3)

सदा सहायी बने रहें हम
आलोकित हों हित–चिन्तन में।
तम सो मा ज्योतिर्गमय मंत्र
रहें उचारें निज जीवन में।
कालस दूर हटा दें मन की,
पावन अच्छा शुद्ध हृदय हो।

(4)

हे स्रष्टा दो सृजन हमें तुम
अपना प्यार हमें दो प्रभुवर!
हम बच्चे हैं सदा आप के
सुख–संसार हमें दो ईश्वर!
हाथों में निर्माणी–क्षमता,
और हृदय में अरूणोदय हो।

लाल स्वाटर्स,
गाजियाबाद–201001

प्रश्नावली

– वन्दना आर्या अरोड़ा

क्या आप जानते हैं?

प्र॰1: सच्चिदानन्द स्वरूप क्या है?

उत्तर– सत् चित और आनन्द का मेल ही सच्चिदानन्द स्वरूप कहलाता है।

प्र॰2: ईश्वर का ध्यान करने के लिए किस चीज की आवश्यकता होती है।

उत्तर– ईश्वर का ध्यान करने के लिए मन की स्थिरता एवं प्रवित्रता की आवश्यकता होती है।

प्र॰3: बुद्धि-शुद्धि कब होती है?

उत्तर– बुद्धि ज्ञान से शुद्ध होती है अर्थात् जब व्यक्ति ज्ञान को समझ जाता है। तभी तो कहा है 'बुद्धिज्ञानेन शुद्धयति'

प्र॰4: वैदिक संस्कृति में चार आश्रम कौन–कौन से है?

उत्तर– 1. ब्रह्मचर्याश्रम 2. गृहस्थ आश्रम 3. वानप्रस्थ आश्रम 4. संन्यास आश्रम

प्र॰5: गृहस्थ में कौन–सा धर्म श्रेष्ठ हैं?

उत्तर– गृहस्थ में श्रेष्ठम धर्म है अतिथि सत्कार

प्र॰6: भारतीय संस्कृति के तीन मानक कौन–कौन से हैं?

उत्तर– सत्यम् शिवम् और सुन्दरम् भारतीय संस्कृति के तीन मानक है।

आर 5/117, राजनगर, 201002
गाजियाबाद

कब्ज से मुक्ति कैसे पायें।

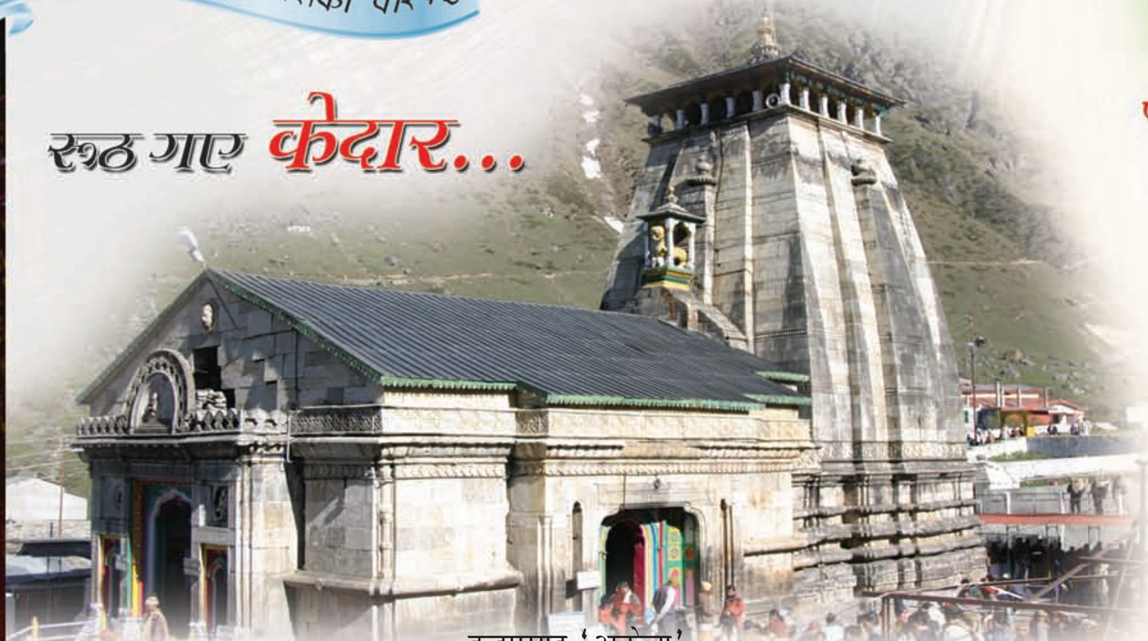
& **अभिसार जैन**

कब्ज सब रोगों का जनक है। आयुर्वेद में कहा है– **'सर्वेषां मेव रोगाणां निवनिं कुपिता मला।** (अष्टांग हदय)। सब प्रकार की बीमारियों का कारण मल का कुपित होना होता है, अतः कब्ज न होने दें। कब्ज होते ही तत्काल कब्ज दूर करने के उपाय अपनाये–

- प्रातः काल उठते ही जितना संभव हो एक गिलास या एक लोटा पानी पीना चाहिए, कुछ देर टहलें कुछ ही समय में आपको शौच ही हाजत होगी।
- रात को सोते समय दूध के साथ ईसबगोल की भूंसी लें या आंवले का चूर्ण एक चम्मच शहद के साथ या पानी के साथ लें। या एक चम्मच हरड़ का चूर्ण पानी के साथ लेना चाहिए।
- सोते समय कुनकने पानी के साथ 3 ग्राम सौंफ का चूर्ण लेने से कब्ज में आराम होता हैं।
- रात को सोते समय 8–10 मुनक्के दूध में उबाल कर पीना चाहिए। उसके बाद दूध पीयें।
- प्रातः काल बिना कुछ खाये पाँच दाने मुनक्का खाने से कब्ज दूर होता हैं।
- रात को एक दो अंजीर को धोकर टुकड़े कर लें व दूध में अच्छी तरह उबालें। फिर धीरे–धीरे दूध पीयें। कब्ज से छुटकारा मिलेगा। यह बवासीर में भी लाभ पहुँचाता हैं साथी ही दुर्बल व्यक्ति मोटे हो जाते हैं।
- रात को एक तांबे के बर्तन में पानी रखें, सुबह इसका पानी पीयें। बहुत ही लाभदायक रहेगा। गर्मी के दिनों में पानी ठंडा रहे इसके लिए लोटे में पानी भरकर ऊपर से कपड़ा बांधकर उल्टा लटका दें सुबह फ्रिज से भी अधिक ठंडा जल मिलेगा। पुराने समय में पानी ठंडा करने का यह बेमिसाल तरीका था।
- पपीता कब्ज नाशक हैं। पूरे मौसम में पपीते को सेवन अवश्य ही करना चाहिए। अमरूद भी पर्याप्त मात्रा में खाने से मल सूखा और कठोर नहीं हो पाता है और सरलता–पूर्वक शौच हो जाने से कब्ज नहीं रहता है। अतः अमरूद के मौसम में प्रातः काल निराहार खाना चाहिए।
- सवेरे उठकर खाली पेट दो सेब दांतों से काटकर खाये।
- टमाटर का सेवन भी कब्ज दूर करता हैं। अतः कब्ज के रोगियों को टमाटर का सेवन करना चाहिए। टमाटर का सूप विशेष लाभकारी हैं।
- अंगूर व संतरा भी कब्जनाशक हैं। अतः इसका सेवन भी किया जाना चाहिए।
- पत्तेदार सब्जियां भी कब्ज दूर करती हैं। अतः जिन व्यक्तियों को कब्ज की शिकायत रहती है, उन्हें पालक, मैथी का सेवन तो अवश्य करना चाहिए। पालक का रस पीना भी लाभकारी हैं।
- करेले की सब्जी खाने से भी कब्ज दूर होती हैं।
- दोपहर में भोजन के बाद छाछ में अजवायन डालकर पीना भी लाभकारी रहता हैं।
- कब्ज से बचने के लिए खूब चबाचबाकर निगलें। अंग्रेजी में कहावत है जो तरल पदार्थ है उन्हें खाओं और जो ठोस पदार्थ है उन्हें पीओं अर्थात् ठोस वस्तुओं को इतनी देर तक चबाया जायें कि पानी की तरह पीया जा सकें।
- कब्ज से बचने के लिए यह आवश्यक है कि जब तक अच्छी तरह भूख न लगे खाना न खाओं जब भूख लगें तो उस समय सभी काम छोड़कर खाना चाहिए।
- शाम का भोजन हल्का तथा सुपाच्य लें– शाम के भोजन में कभी–कभी खिचड़ी व मूंग की दाल लेना भी लाभकारी रहता हैं।
- खाना खाते समय यदि गुड़ का प्रयोग किया जाये तो कब्ज की संभावना कम रहती हैं।
- प्रातः काल एवं सायंकाल के समय टहलना चाहिए। टहलने से कब्ज दूर हो जाता हैं। व्यायाम करना भी लाभकारी रहता हैं।
- कब्ज से छुटकारा पाने के लिए 5 तोला गो–मूत्र जितनी बार छानकर पीयेंगें उतनी बार दस्त होगें।

बंदा रोड़,
भवानीमण्डी–326502

रूठ गए केदार...



– इन्द्रप्रसाद 'अकेला'

चहुँ–दिशा में अब लगे हुए हैं, लाशों के अम्बार।
गंगा–मैया रूठ गई है, रूठ गए केदार।।

तीर्थ–यात्रा पर निकले थे, घर से नर और नारी,
गौरी कुण्ड में पहुँच गए, हुई चढ़ने की तैयारी।
कुछ मन्दिर तक पहुँच गए, कुछ जपते शिव–भंडारी,
जिधर उठाओ नज़र उधर ही, भीड़ लगी थी भारी।
महाकाल के मुख से फूटी, अम्बर से जलधार,
गंगा मैया रूठ गई है, ...।।

उमड़–घुमड़ कर गगन मंडल में, बादल नाच दिखाते,
भाग जाओ तुम देव भूमि से, सबको यही बताते।
जन–जन यह क्यों समझ न पाए, अपनी धुन में गाते,
नर–नारी, बच्चे–बूढ़े सब, मानों शीश नवाते।
दिखा रही थी मौत का तांडव, मंदाकिनी जलधार,
गंगा मैया रूठ गई है, ...।।

हाहाकार मचा ऐसा वहाँ, कोई संभल न पाया,
महाकाल ने चुन–चुन कर, वहाँ हर इक प्राणी
खाया। बादल फटा गिरा अम्बर से, महासमन्दर
आया, पलभर में केदारनाथ का, मरघट रूप
बनाया। बच्चे–बूढ़े दफन हो गए, दफन हुए
नर–नार, गंगा मैया रूठ गई है, ...।।

समा गया धरती के अन्दर, जो भी सम्मुख आया,
काल–चक्र ने घट–घट को वहाँ, मरघट रूप बनाया।
इधर–उधर जो भाग रहे थे, उन्हें मौत ने खाया,
मात–पिता, पति–पत्नी, और बहना ने भाई गँवाया।
कोई नहीं सुनने वाला वहाँ, किसी की चीख–पुकार,
गंगा मैया रूठ गई है, ...।।

मारे–मारे ढूँढ रहे, अपनों को वहाँ दुखियारे,
कुछ पर्वत–वासी वन बैठे, ऊपर से हत्यारे।
कोई कुछ भी समझ न पाया, कहाँ आँखों के तारे,
घट–घट मरघट बना दिए हैं, शहर–गाँव–गलियारे।
हे बाबा क्यों कर डाला, ये तूने नर–संहार।
गंगा मैया रूठ गई हैं, ...।।

कान खोल कर सुन लो, सारे भूमण्डल के प्राणी,
बोल रही है सत्य घरा पर, आज कवि की वाणी।
वक्त अभी कुछ शेष बचा है, बन्द करो मनमानी,
प्रदूषण को आज रोक दो, लिखों नई कहानी।
वरना नहीं बचेगा कोई, यह कुदरत की मार,
गंगा मैया रूठ गई हैं, ...।।

श्रद्धा–भक्ति–भाव–आस्था, फिर से मन में आए,
सच्ची पूजा शिव की होगी, मन वांछित फल पाए।
पर्वत–पर्वत पर हर प्राणी, फिर से वृक्ष लगाए,
जीवन फिर से संवर जाएगा, बाबा राह दिखाए।
यदि ऐसा कर पाए होगा जन–जन का उद्धार,
गंगा मैया रूठ गई हैं, ...।।

मुरादनगर (गाजियाबाद) उ.प्र.

पत्र बेटी के नाम

—अनीता जोशी

अक्टूबर का महीना, वो गुलाबी सर्दी
बचपन कैसे बीता, पता ही न चला
मात्र, स्मृतियाँ ही शेष रह गई
आज मुझे अहसास हुआ कि
बेटी, तू कितनी बड़ी हो गई
बेटी स्वप्न देखना.....................
सजाना, संवारना, व उन्हें पूरा करना
कल्पनाओं में पंख भरना,
ऊँची उड़ान भरना, उन्हें मूर्तरूप देना
किन्तु............
ठोस धरातल पर, अपने पाँव जमाकर
धोखे से भरी इस दुनिया की
चमक—दमक में स्वयं को न खो देना
अपने पर भरोसा रखना, पूर्ण आत्मविश्वास,
एकाग्र होकर आगे कदम बढ़ाना
जीवन की कठिन परीक्षा में
इम्तिहान तुझे कई देने होगें,
किन्तु न डगमगाना, न धैर्य खोना,
अडिग होकर अपने इम्तिहान में खरे उतरना।
कितनी ही बाधाएँ आए, पर पीछे नहीं हटना।
तू मेरी बेटी है, मैंने तुझे तराशा है
तू कमजोर नहीं है, तेरे अंदर अदम्य जिजीविषा है
अदम्य साहस के साथ, कदम मिलाकर चलना
सफलता तेरे कदम चूमेगी
तेरी स्वयं की अपनी पहचान बनेगी
तू मेरी बेटी है, तू किसी से कम नहीं है ।

प्रकाशक सम्पादक
पालिका समाचार

भारतमाता तुझे सलाम

— आनन्द परिधि

यही थी हमारी पवित्र भूमि
कितनी कर दी चौड़ी खाई
भगत आजाद सुखदेव झूमे
सावरकर भी सागर में कूदे।

गाँधी विनोवा सुभाष ललकारे
कितने टांग दिए थे सूली
कारावास में ठुंसे नर—नारी
पर संघर्षो की गाथा गायी

हर पल राष्ट्रीय स्मृति गायी
हर पल जय घोष गुंजायी
हर पल तोड़ी हर नर—नारी के बेड़ी
भारत माता तुझे सलाम।

हर क्षण जन जन झूमे खाते डंडे
गली गली जन जन फहराए झंडे,
कितने ग़म गीन कितने रोपे
फिर भी सरदार पटेल राज शाही तोड़ी।

खड़ा हिमालय से लगा हिन्द महासागर
पूर्व पश्चिम अटक से कटक भी जागे
हर स्वर में हर कोई बोले
जन जन तंत्र गणतंत्री जिंदाबाद।

जन गण मन का गीत सुनाओ
जनतंत्रीय दीप प्रज्वलित कराओ
मिली विरासत जन जन की आज
भारत माता तुझे सलाम।

एल 62, पं प्रेमनाथ डोगरानगर,
रतलाम—457001 (म.प्र.)

संतुलित आहार: स्वस्थ जीवन

– आर.बी.एल. गर्ग

'आर्ट ऑफ रॉ इटिंग' के लेखक अर्शाविरतर होवानेसियन का कहना है कि पका हुआ आहार पोषणविहीन कचरा है। जबकि अपक्व आहार रोग विनाशक व दीर्घायु कारक। हो सकता है इसमें कुछ अतिशय हो। लेकिन यह सच है कि अपक्व आहार, फल व सब्जियाँ व मेवे हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली (immune system) को सुदृढ़ बनाते है। प्राकृतिक चिकित्सा आहार को औषधि के रूप में अपनाती है। प्राकृतिक चिकित्साविद् का मानूना है कि यदि कोई व्यक्ति संतुलित आहार ले तो वह अपने जीवन को 10 से 15 वर्ष तक बढ़ा सकता है। मौसमी हरी ताजा सब्जियाँ, फल, मसाले व मेवे स्वास्थ्य के लिए उपयोगी माने जाते हैं क्योंकि ये पोषक तत्वों से भरपूर होते है। 101 फूडस देट कुड सेव यॉर लाइफ के लेखक डा. डेविड ग्रौटो का मानना है कि यदि आहार का समुचित प्रयोग किया जाये तो वह औषधि का काम करता है। वे आगे लिखते है 'अगर आप गठिया (arthiritis) से पीड़ित है अदरक, काली मिर्च, दही का नित्य सेवन करें। अगर आपको माइग्रेन है तो आप ब्लूवैरीज (blueberries), मशरूम, रोजमैरी (rosemery) और यदि आप अनिद्रा से पीड़ित हैं तो चैरीज (cherries) का प्रयोग लाभकारी होगा।

प्राकृतिक एव अपक्व आहार जीवन रक्षक माना जाता है। क्योंकि संसाधन (processing) द्वारा हुई पोषण की हानि से वह बचा रहता है। ऐसे अपक्व पौध आहार जिसे 400 डिग्री सेल्सियस तापमान से अधिक ताप पर ना पकाया गया हो, बहुत उपयोगी होता हैं। पालक, मेथी, बथुआ, टमाटर, पत्ता गोभी, लौकी, तोरई, टिण्डे, गाजर आदि सब्जियां प्राकृतिक चिकित्सकों की आहार सूची में शीर्ष स्थान पर रही हैं। प्याज, लहसुन, नींबू, अदरक, आंवला, हरीमिर्च आदि पूरक खाद्य ही नहीं अपितु उपयोगी एन्टीऑक्सीडेंट (anti-oxidant) माने जाते हैं। लौंग, कालीमिर्च, सोंठ, हल्दी, जीरा, हींग, अजवायन, मेथी, धनिया आदि ऐसे मसाले हैं, जिनका अपरिमित औषधि मूल्य है। आम, संतरा, अनानास, अनार, केला, पपीता, तरबूजा, खरबूजा, अमरूद ऐसे फल हैं, जिन्हें प्राकृतिक चिकित्सा का मूल आधार माना जाता है। आज भी प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति आहार को औषधि मानते हैं लेकिन रासायनिक पदार्थ से संदूषित होने एवं रासायनिक उर्वरकों व कीटनाशकों के बेलगाम प्रयोग होने के कारण एक सीमा रेखा भी खींचते हैं ताकि उसमें उपलब्ध घातक रसायन जीवी का क्षय न कर पाए। क्या खाएँ? आपका मनपसंद आहार में हो सकता है वह सब न मिलता हो जो आपके शरीर के लिये आवश्यक है। और जिसकी प्रतिरक्षण प्रणाली को सुदृढ़ करने में समर्थ ना हो। इसलिए सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि आपका आहार संतुलित हो। आप तीन बार खायें तथा निस्सार आहार (junk food) से बचें। क्योंकि यह आहार अनेक मनः शारीरिक व्याधियों के लिये उत्तरदायी हो सकता है। संयुक्त राज्य अमेरिका के नेशनल इंस्टीटयूट ऑफ हैल्थ के अनुसार आपके आहार में मात्र घटिया कॉलेस्ट्रोल (cholesterol = low density lipoprotein) ही नहीं है अपितु समुचित आहार मिश्रण की है। हमारे आहार में वृहद पोषण तत्वों (macro nutrients) यथा कार्बोहाइड्रेट, फैटस, की अधिकता होती है ओर सूक्ष्म पोषण तत्वों (micro nutrients) जैसे विटामिन, खनिज आदि की अल्पता। दूसरी ओर हमें अपने आहार से मिलने वाला पोषण एवं कोलेस्ट्रोल का भी ध्यान बनाता है। अतः कोलेस्ट्रोल का नियमन आवश्यक है। यह भी आवश्यक है कि आहार में फल व सब्जियाँ भी हों तथापि हमें विटामिन, खनिज, फाइटोकेमिकल्स, एण्टीऑक्सीडेन्ट तथा रेशा प्राप्त हो सकें।

वसा (fats) का हमारे आहार में विशिष्ट स्थान है। लेकिन हम न तो इसकी मात्रा और न इसकी किस्म का उपयुक्त चयन ही कर पाते हैं। हमारे आहार में संपूर्ण कैलोरी का 35 से 40 प्रतिशत अंश वसा का होता है जबकि यह 25 से 30 प्रतिशत होना चाहिए। दूसरी ओर अज्ञानतावश हमारा ध्यान अधिक से अधिक सैचुरेटेड (saturated) तथा ट्रांस–सैचुरेटेड (transsaturated) पर रहता है जबकि यह सम्पूर्ण आहार का क्रमशः 7 व 1 प्रतिशत से अधिक नहीं होना चाहिए। स्वस्थ वसा हमें मूलतः जैतून (olive oil), कैनोला, अलसी, शीसम तेल (sesame oil) से मिलती है जो हमारे जीवन के लिये सुरक्षित ही नहीं उपयोगी भी है।

रासायनिक उर्वरकों एवं कीटनाशकों के प्रयोग ने हमारे लिये कुछ आहार संकट पैदा किये हैं जिससे बचना आवश्यक है। हम परीक्षण के उपरांत केवल ताजा फल व सब्जियाँ ही खरीदें। सब्जियों को नमक/पौटेशियम परमैग्नेट या चलते पानी में धोकर प्रयोग करें। अपक्व भोजन उत्तम विकल्प नहीं है। जब तक कि वह आपके किचन गार्डन की न हों। मोटी चमड़ी के फल को सुरक्षित माना गया है। (जैसे संतरा, अनार, तरबूजा, खरबूजा आदि) क्येांकि तुलनात्मक रूप से यह अधिक सुरक्षित है। गाजर, मूली, टमाटर कच्चे खाये जा सकते हैं। लेकिन अच्छी तरह धोने के उपरांत। भारत के अनेक राज्यों में जैविक कृषि का आरंभ हुआ है जिसकी पुनरावृति सुखद है लेकिन तुलनात्मक रूप से इनके उत्पाद अधिक महगें हैं। अतः यह आवश्यक है कि हम जीवन की सुरक्षा के लिये फल, सब्जियों का प्रयोग करते समय अतिरिक्त सावधानियाँ बरतें।

14, फ्रैण्डस एनक्लेव,
पुराना रोडवेज डिपो,
भरतपुर (राज०)

"वक्त"

& **मोनिका कांडपाल**

ईंट सिमेंट गारे से बनती हैं इमारतें।
सदा नहीं टिकी रहती है ये ऊँची इमारतें।।

आँधी तूफान के थपेड़े हिला देती हैं नींव को।
वक्त कमजोर कर देता है, हर इक पक्की चीज को।।

राजा आए महाराज आए, बुलँद इरादों के साथ।
नहीं टिक पाएँ यहाँ अपने पियादों के साथ।।

किले बने, भवन बने, बने महल लगातार।
कुछ टूटे, कुछ ढहे, कुछ हुए खस्ताहाल।।

कसमें हुए वादे हुए, इरादे हुए, निभाने के लिए।
अब उन्हें ढूँढ रहे हैं, सिर्फ मनवाने के लिए।।

कमाया बहुत कुछ जमा करके रखा तिजोरी में।
जरूरत पड़ने पर, पास नहीं था कुछ भी झोली में।।

भीड़ बहुत कर ली है तूने पास किसी को न पाएगा।
सब कुछ छूट जाएगा पीछे, बस अकेला ही तू जाएगा।।

बनती है चीजें टूट जाने के लिए, जन्म लेता है
जीव मर जाने के लिए।

वक्त की कद्र कर, क्योंकि 'वक्त' ने दिया है
"वक्त" तुझे जीने के लिए।

53, कुरमाँचल निकेतन,
प्लॉट नं-115, आइ.पी. इक्स., पटपड़गंज,
नई दिल्ली

दो गीत

इस तरह जाना तुम्हारा गीतशिल्पी!

(सुकवि श्याम निर्मम को याद करते हुए)

– यश मालवीय

बहुत 'निर्मम' रहा 'अनुभव'
इस तरह जाना तुम्हारा गीतशिल्पी!
नदी ने छोड़ा किनारा गीतशिल्पी!

अनमनी है 'प्रीति'
राग, 'पराग' दोनों अनमने हैं
छंद वाली साधना के
गीत फिर भी जन्मने हैं

एक नीलाकाश सूना, दर्द दूना
और टूटा है सितारा
नदी ने छोड़ा किनारा गीत शिल्पी!

तुम अभी तक मंच पर थे
और अब नेपश्य में हो
सभ्यता के शिल्प में हो
ज़िंदगी के कथ्य में हो

एक नीला काश खाली, क्या दिवाली?
सिर्फ़ काजल गया पारा
नदी ने छोड़ा किनारा गीतशिल्पी!

याद में ठिठुरे दिसम्बर के
लगे मन–प्राण तपने
नाव दूजे तट लगी
हर टेर लौटी पास अपने

एक नीलाकाश तनहा, मौन लमहा
मन कि जैसे तरू उघारा
नदी ने छोड़ा किनारा गीतशिल्पी!

वक़्त का मैं लिपिक

– यश मालवीय

लिख रहा हूँ वक़्त का मैं लिपिक
सब कुछ अनलिखा–सा
जल रहा हूँ द्वीप के मन में
अकेली वर्तिका–सा
गोल, कुछ चौकोर मुहरें
और कुछ दस्तख़त धुँधले
हैं खड़े घेरे हुए से
सिर नचाते हुए पुतले
हूँ किताबों में पढ़ी,
कुछ अनपढ़ी–सी भूमिका–सा
फ़ाहलों–सा हो रहा हूँ गुम
कि कम्प्यूटर तलाशें
उँगलियाँ की बोर्ड पर हैं
बिना बोले शब्द खाँसें
वाक़िया हूँ बीच चौराहे,
न देखो तुम बिका सा
मेंज़ पर मुठ्ठी पटकती
खीझ का क्या हृश्र आख़िर
है स्वयं टूटा हुआ
सुनसान होता नहीं मुख़बिर
हादसों में हादसों की तरह
दिखता अनदिखा–सा

ए–111, मेंहदौरी कॉलोनी,
इलाहाबाद–211004 (उ०प्र०)

अद्वितीय, अनिर्वचनीय, अत्यदभुत स्थान है: बाथू की लड़ी

– बलविन्दर 'बालम'

अद्वितीय अनिर्वचनीय तथा अत्यदभुत स्थान है 'बाथू की लड़ी'। यह स्थान देवभवन से कम नहीं है। अतिजीर्ण (प्राचीन) तथा फबीला स्थान। यहां पांडवों ने वनवास के कुछ वर्ष व्यतीत किए थे। एक जयस्तम्भ तथा शिल्पकला का नमूना। प्राकृतिक नज़रों से आकृष्ट। यह स्थान पठानकोर (पंजाब) से लगभग 57 किलोमीटर दूर हिमाचल प्रदेश में पड़ता है। पठानकोट से जसूर तथा जवाली के रास्ते से वहां जाया जा सकता है। जसूर पठानकोट से लगभग 20 किलोमीटर दूर तथा ज्वाला 25 किलोमीटर दूर पड़ता है। ज्वाली से लगभग 10 किलोमीटर दूर है 'बाथू की लड़ी' प्रसिद्ध ऐतिहासिक स्थान। पठान कोट से लगभग 57 किलोमीटर दूर पड़ता है। पठानकोट से बसे, टैक्सियां तथा छोटी लेन वाली ट्रेन भी चलती है। बाथू की लड़ी का लगभग 4 किलोमीटर रास्ता कच्चा है। इस रास्ते से केवल निजी वाहन ही जा सकता है। कोई बस, टैक्सी नहीं जाती। टैक्सी किराए पर ले जा सकते हैं। यह रास्ता कच्चा तथा टेढ़ा मेढ़ा ऊबड़–खाबड–सा है। परन्तु है अति आनंद दायक।

बात इस तरह ठहरी कि संगीत के आचार्य मेरे मित्र (शिष्य) के लिए मुझे जसूर (हि.प्र.) बुलाया। मैंने सुबह बस पकड़ी और गुरदास धर्मशाला रोड ऊपर स्थित है जसूर, वहां जा पहुँचा। उद्घाटन कार्य के बाद मैंने उन से पूछा कि क्या यहां कोई स्थान देखने वाला है। तो तब उस के एक मित्र जो जसूर के नम्बरदार हैं भुपिन्दर ने बताया कि यहां से थोड़ी ही दूर एक भारत प्रसिद्ध स्थान है 'बाथू की लड़ी' उसने बताया कि इस स्थान के सम्बंध में विद्यार्थी एम.फिल तथा पी.एच.डी. भी कर रहे हैं। भुपिन्दर ने बलदेव सिंह टीचर को फोन किया, वह कार लेकर आ गया। हम चारों बाथू की लड़ी जा कर वैकुष्ठ, अति प्रिय, अलबेले स्थान को नतमस्तिष्क हुए। यह अति सुन्दर देवपूजा स्थान अवलोकन के काबले तारीफ है।

बाथू की लड़ी प्राचीन समय का जयस्तम्भ और दबंग स्थान है। अद्‌भुत शिल्प कला, विस्मय, मर्मस्पर्शी, आनंदमय वातावरण वाला पांडवों का प्राचीन मन्दिर है। यह आकृष्ट मन्दिर (स्थान) पांडवों ने वनवास के समय रातों–रात बनवाया था और वे यहां कई वर्ष रहे। यह देवलोक स्थान प्राचीन शिल्पशास्त्र का जीवंत उदाहरण है। प्राचीन कारीगरी का नायाब नमूना।

इस क्षेत्र के एक व्यक्ति मदन लाल ने बताया कि बाथू की लड़ी से अभिप्राय है कि किसी समय बाथू नाम का एक गांव होगा तथा लड़ी का अभिप्राय सीढ़ियां। बाथू स्थान की सीढ़ियां क्यों कि वह स्थान पांडवों का परोक्ष स्थान था या यहां उन्होंने तपस्या साधना की होगी। इस को तपस्या स्थान भी कहा जा सकता है। यहां के अंश बताते है कि यह तप स्थान ही होगा। इस स्थान में लगभग 65 सीढ़ियों वाला ऊँचा बरज (मीनार) है। जिस को बाथू की लड़ी कहा जाता है। इस अति ऊँचे मीनार को पाषाण तराश कर बनाया गया है। क्योंकि मीनार भी छत्त के ऊपर चढ़कर देखा जाए तो हज़ारों मील दूर–दूर के शहर नज़र आते हैं। इस मीनार से फोटोग्राफी करने का भी अलग मज़ा है।

दूर–दूर तक दरिया, झीलें, पानी ही पानी, हरी भरी मख़मली घाास के लम्बे–चौढ़े अबड–खाबड़, ऊँचे निम्न रास्ते तथा समतल मैदान नज़र आते हैं। इसी प्राचीन जर्जर मीनार के ऊपर जाना ख़तरे से खाली नहीं परन्तु ऊपर से निम्न दृश्य किसी जन्नत से कम नहीं नज़र आते थे। दृश्य देख वाह–वाह निकलती है। हम ने कैमरे में कई दृश्य कैद किए तथा बैकुण्ठ सुकून प्राप्त किया।

बताया जाता है कि 1972 से पहले बाथू की लड़ी पांडव स्थान (मन्दिर) एक विश्व प्रसिद्ध कव्य स्थान था। यह स्थान जो आजकल जीर्ण–शीर्ण होता जा रहा है, तब इस की हालत ऐसी नहीं थी। 1972 से पहले यह स्थान देवलोक से कम नहीं था। देवपूजा स्थान था। धार्मिक श्रद्धा का दीर्घ मर्यादा पूर्वक स्थान था। सुबह–शाम यहां पूजा अर्चना होती थी। एक पुजारी इस स्थान की संभाल करता था। दिन–त्यौहार मनाए जाते थे। श्रद्धालुओं का ताँता लगा रहता था। पूरी इमारत सुरक्षित तथा भव्यता लिए हुई थी। देश विदेश से लोग आते थे। (अब भी आते हैं) इस चौंग डैम (बिजली घर) डैम (हिमाचल प्रदेश) के बनने से अनेक गांवों को इस क्षेत्र से उठा कर खाली करवा लिया गया। लगभग 50 गांवों को उठाया गया तथा विद्युत डैम के निर्माण हेतु लगभग 1972 में पानी स्टाक (एकत्रित) किया गया। डैम के निर्माण से लोगों को राजस्थान में भूमि दी गई। उदास दरिया का कई मील लम्बा पानी यहां इकट्ठा करके पौंग डैम का अस्तित्व लाया गया। परन्तु इस क्षेत्र को अतिरिक्त पानी ने एक बड़ी झील का रूप ले लिया। इस झील वाले पानी में गंजनाला, दोपहर खड्ड नाला, बहुल खड्ड नाला, हरिपुर का पानी, बनेर खड्ड का पानी आदि क्षेत्र का पानी इस झील में पड़ने लगा। जिस से हज़ारों एकड़भूमि ने झील का स्थान ले लिया जो वर्तमान में भव्यता का स्थान ले चुकी हैं परन्तु बाथू की लड़ी वाला प्राचीन स्थान जीर्ण–शीर्ण का रूप धारण करने लगा, उस की प्राचीन अद्भुदता, भव्यता, देवभवन का नुक्सान होना शुरू हो गया। फिर भी इस स्थान के खूबसूरत दलंभ अवशेष होना शुरू हो गया। फिर भी इस स्थान के खूबसूरत अवशेष जीवंत हैं।

जसूर से या ज्वाली से बाथू की लड़ी जाने के लिए कुछ किलोमीटर जा कर गांव समकेहड़ से कच्चा रास्ता शुरू हो जाता है यह कच्चा रास्ता हज़ारों एकड़ खुली पड़ी ज़मीन से गुजरता है। परन्तु समकेहड़ से लगभग तीन किलोमीटर कच्चा रास्ता लांघकर बाथू की लड़ी तक पहुँचा जाता है। इस कच्चे रास्ते में कोई बस सेवा नहीं। अपना वाहन ही ले जाना पड़ता है। हज़ारों एकड़ भूमि एकांत तथा पानी झील नुमा है। कच्चा रास्ता भी भूल भुलैया जैसा है। एक बार ग़लत राह में पड़ गए तो समझो फिर वापिस आ कर जाना पड़ेगा। यहां कई कच्चे रास्ते निकलते हैं। दूर से बाथू की लड़ी की आकृष्ट इमारत मन को भाती, हृदय को छूहती है।

आजकल यहां छोटी बड़ी झीलों के सुखद नज़ारे देखने को मिलते हैं। दूर दूर तक दर्पण की भांति चमकता, दमकता पवित्र स्वच्छ पानी एक सुकून देता है। इस स्थान की समस्त इमारत मर्म–स्पर्शी है। जिस कारीगर ने यह स्थान निर्माण किया होगा, उसका मस्तिष्क भी आध्यात्मिकता तथा आविष्कारी होगा।

मन्दिर (देवलोक) के मुख्य द्वारा में मुख्य दरवाज़ा है जो माथे से अर्द्ध चन्द्रमा के आकार का है। मुख्य दरवाज़े की चार सीढ़ियां हैं। दरवाज़े के दाईं–बाईं भगवान की मूर्तियां हैं जो दीवार में ही सुशोभित हैं। मूर्तियों के नीचे एक एक आसन है जो ढह–ढेरी हो चुका है।

इस सारे स्थान की लम्बाई–चौढ़ाई लगभग सौ–सौ मीटर के करीब होगी। पाषाणों की सुन्दर चार–दिवारी जीर्ण–शीर्ण हो चुकी है। मन्दिर के कई बुरज़ (लघु मीनार) भी खस्ता हालत में हैं। कई कमरे नानक शाही ईंट जैसे बेकार हो चुके हैं। समस्त इमारत में तराशे हुए पत्थर की करामात है। पत्थरों के आकार बराबर है जैसे किसी मशीन का प्रयोग किया गया है। आज भी इस की दीवारें, बाहरी दृश्य मन को लुभाते हैं। इस स्थान को विधि पूर्वक, वास्तकला शैली में बनाया गया है। प्रत्येक कमरे का अपना विशेष महत्व प्रतीत होता हैं।

प्रवेश द्वार पार कर के पीछे वाली दीवार के साथ एक स्तम्भ हैं, फिर बरामदा है। भीतर एक हाल नुमां कमरा हैं। सामने दीवार के केन्द्र में एक आसन स्थान है। यहां बैठकर तपस्या या दरवार लगता होगा।

भवन के सामने बाहरी मुख्य द्वार की दीवार के साथ दाईं–बाईं चार–चार मन्दिर सुशोभित हैं। जिन में आले बने हुए हैं। शायद दीया जलाने के लिए। इन मन्दिरों में केवल एक आदमी ही बैठ सकता है। हो सकता है यह तप स्थान हों। इन में महापुरूषों की मूर्तियां भी हैं। जो दीवार

में ही बनी हुई हैं। अन्य कई छोटे–छोटे मन्दिर नुमां स्थान जर्जर हो रहे हैं।

बताया जाता है कि जुलाई–अगस्त में या अधिक वर्षा में यह सारा स्थान दूर–दूर तक पानी में डूब जाता है। सारा देवभवन भी पानी में डूब जाता हैं। पानी में डूबने की बजह से ही यह प्राचीन स्थान जर्जर हो रहा है। जिस की संभाल देख भाल नहीं है। हिमाचल सरकार ने यह हज़ारों एकड़ भूमि अपने अधीन ली है। शायद भविष्य में इस स्थान को सैर–सपाटे तथा धार्मिक स्थान की संक्षा दी जाए तथा दुनियां के नक्शें में यह स्थान ऐतिहासिक तौर पर आ जाए।

इस स्थान से 50 फुट की दूरी पर प्राचीन समय का एक सफेद पत्थर है जो लगभग तीन फुट लम्बा तथा दो फुट चौड़ा है। इस पत्थर में भी अजीब करिश्मा है। इस पत्थर से चिकनाहट निकलती है। इस पत्थर से एक पदार्थ रिसता रहता है, जिस को हाथ लगाने से चिकनाई–सी महसूस होती है। यह पत्थर भी पांडवों के समय का ही है। इस के इतिहासकारी कोई जानकारी नहीं है परन्तु यह पत्थर है अज़ीबो ग़रीब।

बाथू की लड़ी के तीनों ओर दूर–दूर तक झीलों के भव्य दृश्य अपनी ओर खींचते हैं। वेशक वर्तमान में बाथू की लड़ी की संभाल नहीं है परन्तु पर्यटकों को, लोगों को, श्रद्धालुयों को दिव्यता तथा वैकुष्ठ के दर्शन होते हैं। आजकल लोग यहां सैर–सपाटा, पिकनिक, मनोरंजन के लिए भी आते हैं। विशेषतौर पर बच्चों के लिए देखने योग स्थान है। खुले माहौल में खेलना कूदना, कुदकना, हंसना, विनोद प्रसंग का मज़ा आता है।

सुबह तड़के सबेरे यहां आए या शाम को सूर्य ढ़लने से पहले। साथ पीने वाला पानी, स्वादिष्ट, भोजन आदि लेकर आए। दरीया चादर या तम्बू ज़रूर साथ लेकर आए। क्योंकि यहां कोई दुकान नहीं, पीने वाला पानी भी नहीं। रसोई साथ लेकर आए। आप जसूर, वाला, नूरपुर, के निकटवर्ती होटलों में ठहर सकते है। धर्म शाला आदि शहरों को शाम को जा सकते है। सारा दिन में भी वापिस हो सकते हैं। कुल मिलाकर 'बाथू की लड़ी' देव भवन एक प्राचीन ऐतिहासिक स्थान तो है, सैर सपाटे मौज मस्ती का भी स्थान है। आप भी जरूर जाईए।

ओंकार नगर,
गुरदासपुर (पंजाब)

आई दीवाली

– **अब्दुल मलिक खान**

झिलमिल तारों की चूनरिया,
पहने आई दीवाली,
आसमान से इस धरती पर,
रहने आई दीवाली,

चमक रहे हैं गाँव शहर सब,
खिली–खिली हर डगर–डगर है,
महल–झोंपड़ी, छत–छप्पर में,
उजियारे की जगर–मगर है,
दीपों की माला के गहने,
पहने आई दीवाली,

फूलझड़ी, महताब, पटाखे,
स्वागत करते महमानों का,
नए–नए कपड़ों का रेला,
घर में मेला पकवानों का,
नाचो–गाओ हँसों–हँसाओ,
कहने आई दीवाली

रामनगर भवानीमण्डी
जिला–झालावाड़ (राज.)
पिन–326502

गाता पानी

– अब्दुल मलिक खान

कल–कल, छल–छल गाता पानी,
सबकी प्यास बुझाता पानी,
इन्द्र धनुष का हार पहनकर
बादल बन नभ में छा जाता
तरह–तरह के रूप बनाकर
ढोल नगाड़े खूब बजाता
पेड़ों को नहलाता पानी,
कल–कल, छल–छल गाता पानी,
हवा महल से नीचे आकर
सावन के झूले डलवाता,
हरियाली का फर्श बिछाकर
जंगल–जंगल मोर नचाता,
बगिया को महकाता पानी,
कल–कल, छल–छल गाता पानी,
नदिया–नदिया, झरने–झरने
पर्वत से सागर तक जाता,
धरती की उर्वर गोदी से
मेहनत के मोती उपजाता,
जीवन चक्र चलाता पानी,
कल–कल, छल–छल गाता पानी

चटक चाँदनी

– अब्दुल मलिक खान

नारियल वाली चटक चाँदनी,
नखरे करती मटक चाँदनी,
तारों के मेले में आकर,
झूला–झूले लटक चाँदनी,
जंगल, घाटी, मैदानों में,
घूम रही है भटक चाँदनी,
हरियाली बगिया में बैठी,
ओस रही है गटक चाँदनी,
बालू के टीले पर लेटी,
अपना बस्ता पटक चाँदनी,
बादल बस में सफर कर रही,
बिना टिकट बे–खटक चाँदनी,
लगी सोचने बस्ती सारी,
गई कहाँ पर अटक चाँदनी,
सूरज बाबा के आते ही,
चल दी घर को सटक चाँदनी

रामनगर भवानीमण्डी
जिला–झालावाड़ (राज.) 326502

लेखकों से अनुरोध

'पालिका समाचार' पत्रिका में किसी भी विधा की उत्कृष्ट रचना का स्वागत है।
रचना काग़ज़ पर एक तरफ हस्तलिखित या टंकित हो।
लेखक रचना की एक प्रति अपने पास सुरक्षित रखें।
रचना का मौलिक एवं अप्रकाशित होना अनिवार्य है।
अपनी रचनाओं को लेखक editor palika samachar@gmail.com पर मेल कर सकते हैं।

पाठकों से

प्रिय पाठको !

'पालिका समाचार' में प्रकाशित रचनाओं के संदर्भ में हमें आपकी प्रतिक्रियाओं एवं सुझावों का इंतजार रहेगा।

–सम्पादक

आपके पत्र आपकी नज़र

मुख्य सम्पादक जी

— डॉ. रामसहाय बरैया

दीवाली पर है मिली, बन्धु पालिका समाचार।
रंग है रूप सुहावना, सुन्दर है आकार।
सुन्दर है आकार, सितम्बर–अक्टूबर का।
अच्छा है साहित्य, पत्रिका के अन्दर का।
कहत 'बरैया' राय, छायी मन में खुशहाली।
सम्पादन है कुशल बन्धु शुभ हो दीवाली।

35, पंचशील नगर,
पो0–आर.के.पुरी, ग्वालियर–474011

— रूपनारायण काबरा

''नई दिल्ली पालिका समाचार'' का अंक प्राप्त हुआ। पत्रिका का नूतन, सुन्दर कलेवर, आर्टपेपर पर प्रभावी मुद्रण, रंगीन चित्रांकन, स्तरीय सामग्री, कुशल संपादन सभी कुछ सराहनीय एवं स्वागत योग्य है। ''नई दिल्ली पालिका समाचार'' से मेरा लेखन एवं पाठक दोनों ही रूपों में लगभग 18 वर्ष से संबंध रहा है। इसके नवीन कलेवर ने इसे पुनः युवा बना दिया है और पूरी उमंग एवं तरंग के साथ इसका पुनः अवतरण हुआ है। कृपया हार्दिक बधाई एवं अभिनन्दन स्वीकारें।

ए–438, किशोर कुटीर, वैशाली नगर,
जयपुर–302021

— डॉ. राज गोस्वामी

'पालिका समाचार' का नया तेवर, कलेवर, आकार प्रकार बदला हुआ देखा। आनन्दित हुआ। इसे द्विमासिक कर दिया गया है लेकिन पृष्ठ भी बढ़े हुए नजर आये। सामग्री सुपाठ्य एवं रोचक लगी।'

''श्रीसदन'', सिविल लाइन्स,
दतिया (म0प्र0) 475661

— पी०डी०सिंह, निदेशक

'पालिका समाचार' का अंक देखकर हर्षित हूं कि पत्रिका का नया स्वरूप अत्यन्त आकर्षक है, चित्र रंगीन है, रचनायें उत्तम है। हॉ, एक ही कमी है कि पत्रिका के आगामी अंक के लिये दो महीना प्रतीक्षा करनी पड़ेगी।'

टैगोर पब्लिक स्कूल
टैगोर लेन, शास्त्री नगर रोड,
जयपुर –302 016

— पं. हरिशंकर शर्मा 'अकेला'

'पालिका समाचार' का अंक प्राप्त हुआ, धन्यवाद। साज–सज्जा, कागज, मुद्रण, डिजाइन, ज्ञानपरक लेख एवं साहित्यिक रचनाओं सहित पत्रिका सर्वोत्कृष्ट हो गई है। सम्पादन स्वयं बोल रहा है।

परीक्षित साहित्य दर्पण
(साहित्यक एवं सांस्कृतिक संगठन)
परीक्षितगढ़ (मेरठ)

— ओमप्रकाश दार्शनिक

पत्रिका का मुख पृष्ठ अति आकर्षक है। विषय सामग्री का चयन काफी सूझ–बूझ से किया गया। आपका प्रयास प्रशंसनीय है। किसी भी पत्रिका का सम्पादकीय ही पत्रिका के विषय में काफी कुछ कह देता है। ऐसा आभास होता है कि आप शब्दों के धनी है। यह आप की कलम की विशेषता है। आपके सम्पादन में 'पालिका समाचार' निरन्तर प्रगति पथ पर चमकती रहे, यही मेरी मनोकामना है।

211/64, डी, अलोपी बाग,
इलाहाबाद–6

परिषद् अध्यक्ष श्री जलज श्रीवास्तव ने 26 fl rEcj] 2013 को परिषद् मुख्यालय में आयोजित एक समारोह में हिन्दी प्रतियोगिताओं के 24 विजेताओं को पुरस्कृत किया। हिन्दी विभाग द्वारा आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं में लगभग 500 से अधिक अधिकारियों एवम् कर्मचारियों ने भाग लिया था।

परिषद् गतिविधियाँ

14 fl rEcj] 2013 को लक्ष्मीबाई नगर में पार्क का उद्घाटन दिल्ली की मुख्यमंत्री श्रीमती शीला दीक्षित ने किया। इस अवसर पर परिषद् अध्यक्ष श्री जलज श्रीवास्तव, परिषद् सदस्य श्री सूकाराम, परिषद् सचिव श्री विकास आनंद व वरिष्ठ अधिकारीगण उपस्थित थे।

21 fl rEcj] 2013 को लोधी गार्डन में पब्लिक आर्ट का अवलोकन करती हुई दिल्ली की मुख्यमंत्री श्रीमती शीला दीक्षित। साथ में हैं परिषद् अध्यक्ष श्री जलज श्रीवास्तव, वरिष्ठ परिषद् अधिकारीगण, प्रातः भ्रमण करने वाले लोग।

22 fl rEcj] 2013 को श्रीमती शीला दीक्षित मुख्यमंत्री दिल्ली ने फल एवं सब्जी बेचने वाले बैटरी चालित वाहनों की मंदिर मार्ग पर हरी झंडी दिखाकर शुरूआत की।

परिषद् गतिविधियाँ

24 fl rEcj] 2013 को पुराना किला रोड स्थित स्कूल ऑफ गार्डनिंग में परिषद् अध्यक्ष श्री जलज श्रीवास्तव ने दक्षिणी दिल्ली नगर निगम के 360 मालियों के लिए आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ किया।

28 fl rEcj] 2013 को दिल्ली की मुख्यमंत्री श्रीमती शीला दीक्षित ने भारती नगर में सीमेंट–कंक्रीट रोड बनाने की परियोजना, बी. के. दत्त कॉलोनी में सड़कों के पुर्नसतहीकरण परियोजना और बी.के. दत्त कॉलोनी के डी. एवं ई. ब्लाक में बिल्डिंग सुधार कार्य परियोजना का शिलान्यास किया। इस अवसर पर परिषद् अध्यक्ष श्री जलज श्रीवास्तव, परिषद् उपाध्यक्ष श्रीमती ताजदार बाबर, परिषद् सदस्य श्री आई.ए. सिद्दिकी एवं श्री सूकाराम एवं स्थानीय नागरिक उपस्थित थे।

परिषद् के शिक्षा विभाग द्वारा 'प्रयोगात्मक शिक्षण से ही बच्चों का रचनात्मक विकास' विषय पर 08 अक्टूबर, 2013 से 12 अक्टूबर, 2013 तक एक कैंप का आयोजन किया गया था जिसमें परिषद् के 8 विद्यालयों के लगभग 200 विद्यार्थियों ने भाग लिया। यह कार्यक्रम श्रीमती विदुषी चतुर्वेदी निदेशक (शिक्षा) के नेतृत्व में सम्पन्न हुआ।

हिन्दी पुरस्कार वितरण समारोह
हिन्दी विभाग
नई दिल्ली नगरपालिका परिषद्