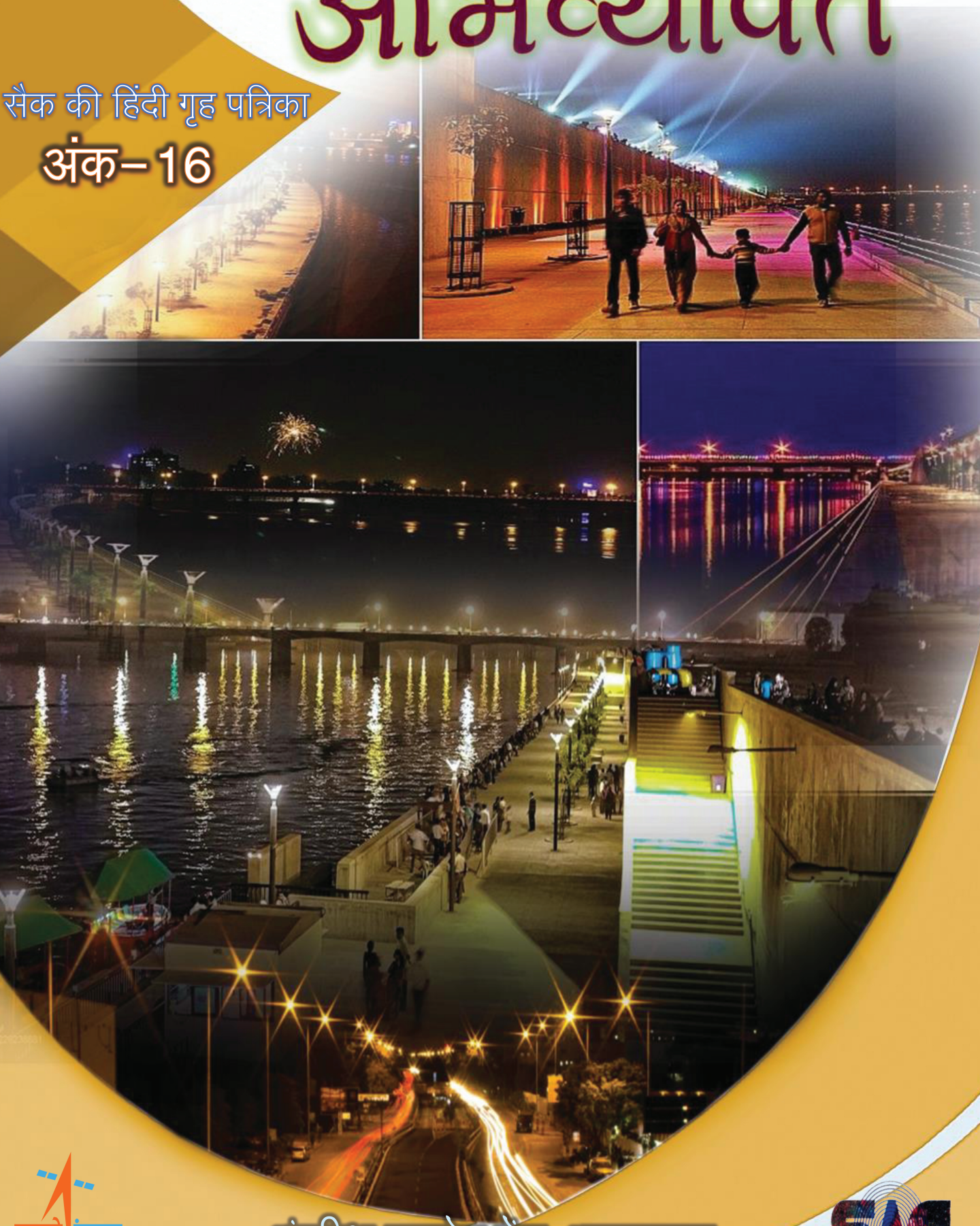
अभिव्यक्ति

सैक की हिंदी गृह पत्रिका

अंक–16



इसरो isro

अंतरिक्ष उपयोग केंद्र, अहमदाबाद

SAC

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, अहमदाबाद की ओर से अंतरिक्ष उपयोग केंद्र को तृतीय पुरस्कार



श्री नीलेश एम. देसाई, निदेशक/अध्यक्ष, राभाकास, सैक श्री अमित जैन, प्रधान मुख्य आयकर-आयुक्त, गुजरात से पुरस्कार स्वरूप शील्ड एवं प्रमाण-पत्र ग्रहण करते हुए



श्री अमित जैन, प्रधान मुख्य आयकर-आयुक्त, से श्रीमती नीलू सेठ, वरिष्ठ हिंदी अधिकारी/सचिव, राभाकास-सैक गुजरात शील्ड एवं प्रशस्ति-पत्र ग्रहण करती हुई

अभिव्यक्ति

हिंदी गृह पत्रिका
अंतरिक्ष उपयोग केंद्र
वर्ष:2021
अंक:16

परम संरक्षक
श्री नीलेश एम. देसाई, निदेशक एवं
अध्यक्ष, राजभाषा कार्यान्वयन समिति

संरक्षक
श्री पीयूष वर्मा भा.दू.से., नियंत्रक एवं
सह-अध्यक्ष, राजभाषा कार्यान्वयन समिति

सलाहकार मंडल
श्री राजेश खंडेलवाल, ग्रुप निदेशक, पीपीईजी
श्री रणधीर कुमार, प्रधान, का.एवं सा.प्र.
श्री आशिष सोनी, प्रधान, एमसीबीडी-पीपीजी
श्री मुकेश कुमार मिश्र, पुस्तकालय अधिकारी

प्रधान संपादक
श्रीमती नीलू एस. सेठ, उप निदेशक (रा.भा.)

संपादक
श्री सोनू जैन, सहायक निदेशक (रा.भा.)

प्रबंध संपादक
सुश्री सोमा करनावट, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

सहयोग
सुश्री रजनी सेमवाल, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
श्री जी. एल. त्रिवेदी, वरि. परियोजना सहायक
श्री विक्रम कुमार, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी
श्री पवन गुप्ता, हिंदी टंकक

आवरण पृष्ठ:

आवरण पृष्ठ पर अहमदाबाद शहर के रिवरफ्रंट के रात्रि समय के फोटो प्रस्तुत किए गए हैं।

चित्र सौजन्य: इंटरनेट से साभार

नोट – इस पत्रिका में प्रकाशित विचार लेखकों के अपने हैं। संपादक मंडल का उससे सहमत होना आवश्यक नहीं है।

अनुक्रमणिका

संपादकीय
संदेश: निदेशक, सैक..... 1
संदेश: नियंत्रक, सैक..... 2
पाठकों की कलम से..... 3
अभिव्यक्ति के 15वें अंक की पुरस्कृत रचनाएं..... 4
अंतरिक्ष उपयोग केंद्र में राजभाषा गतिविधियाँ..... 5
ऊष्मा की कुछ रोचक बातें – 10..... 7
प्रलय और सृजन..... 9
अथ रुड़की पुराण – Nth अध्याय..... 10
कैंसर से मेरी जंग..... 11
धन्य धन्य भारत माता..... 14
जीवन का चक्र..... 14
भारत का पहला सौर अभियान आदित्य एल1..... 15
माँ थी!!..... 17
वो भी क्या दिन थे!..... 17
पौष्टिक फलाहारी व्यंजन..... 18
आश की आस..... 20
कैसी है यह जिंदगी..... 21
सागर..... 21
साहस के पल..... 22
मजबूर हूँ क्योंकि मजदूर हूँ!..... 22
रिड्यूज़, रीयूज़ एंड रीसायकल..... 23
मुक्ति की अभिलाषा – एक आत्मसंवाद..... 25
रिश्ते..... 25
मेरा प्रिय पक्षी..... 25
वेदों में पर्यावरण ज्ञान एवं आरोग्य: एक वैज्ञानिक दृष्टिकोण.. 26
मजदूर महिला..... 27
हिंदी हमारी जान है..... 28
कोरोना की छुट्टियाँ..... 28
तन्हाई और मन की तरंग..... 29
प्रतीक के दोहे..... 29
वर्ग पहेली..... 30
एक मासूम की मनोदशा..... 33
भारत में कृषि की स्थिति – तब और अब..... 34
हमारा विक्रमनगर..... 35
उल्टी लटकी हुई नींद..... 35
रिपोर्ट- विश्व हिंदी दिवस - 2021..... 36
रिपोर्ट – नराकास हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता..... 37
रिपोर्ट - भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की झलकियाँ..... 38

संपादकीय

मौजूदा परिस्थितियाँ इतनी जटिल होती जा रहीं हैं, जिनके बारे में किसी ने शायद सपने में भी नहीं सोचा होगा। मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है, वह अपने जैसे ही अन्य प्राणियों के संपर्क में रहकर अधिक स्वस्थ व प्रसन्न रहता है। लेकिन कोरोना ने इस सामाजिक प्राणी को समाज से दूरी बनाकर रहने पर मजबूर कर दिया है, क्योंकि कोरोना संक्रमण को रोकने का सबसे प्रभावी उपाय सामाजिक दूरी ही है।

पर मनुष्य तो मनुष्य है, वह भी तकनीकी रूप से विकसित। मुसीबत के सामने घुटने टेकना उसका स्वभाव नहीं है। उसने सामाजिक दूरी को भौतिक दूरी में बदल दिया और प्रौद्योगिकी के माध्यम से सबसे संपर्क में बना रहा।

तकनीक और प्रौद्योगिकी की वजह से हम अपने घरों में बंद रहते हुए भी सबसे आमने-सामने बात कर सके (वीडियो कॉलिंग), पारंपरिक व आधुनिक व्यंजन बना सके (वीडियो ट्यूटोरियल), मिलकर विभिन्न खेल खेल सके (लूडो, ताश जैसे विविध गेमिंग एप्स) और तरह-तरह से मनोरंजन कर सके (ओटीटी प्लेटफॉर्म)।

कोरोना की पहली लहर के बाद अब दूसरी लहर ने हमें मानसिक रूप से बहुत प्रभावित किया है। इससे बचने के लिए वर्चुअल दुनिया में खोए रहने के स्थान पर हमें अपने परिवार के सदस्यों के साथ समय बिताने की आवश्यकता है। अपने माता-पिता, भाई-बहनों के साथ बातें करें, पुरानी यादें ताजा करें। दादी-नानी के पास बैठकर पारंपरिक ज्ञान प्राप्त करने का प्रयास करें तथा टीवी-मोबाइल के समय में कटौती कर वास्तविक दुनिया का आनंद लें।

यह याद रखना जरूरी है कि तकनीक कभी भी वास्तविक जीवन पर हावी नहीं होनी चाहिए। तकनीक का प्रयोग उतना ही किया जाना चाहिए जितना जीवन आसान करने के लिए आवश्यक हो। आभासी और वास्तविक दुनिया के बीच तालमेल बनाकर आपका जीवन सुखमय और आनंदमय बना रहे, इसी प्रार्थना के साथ सबके स्वास्थ्य के लिए मंगलकामनाएँ.....

– संपादक मंडल



नीलेश एम. देसाई,
निदेशक, सैक एवं
अध्यक्ष, राजभाषा कार्यान्वयन समिति, सैक

संदेश

संदेश

विज्ञान और तकनीकी का प्रगतिशील विकास मानव जीवन में गुणात्मक एवं सकारात्मक परिवर्तन लाने में क्रांतिकारी भूमिका निभाता रहा है। कोरोना के कारण सृजित अत्यंत प्रतिकूल परिस्थितियों से जूझने में भी विज्ञान और तकनीकी का ही सहारा लिया जा रहा है। सामाजिक दूरी के इस विषम काल में आपदा से निपटने के लिए अंतरिक्ष प्रौद्योगिकी के माध्यम से संप्रेषण, आंकड़ा संकलन, विश्लेषण और नीति निर्माण सुगम हो पाया है।

हमारा केंद्र इस आपदा के दौर में भी पूरे समर्पण के साथ विविध अंतरिक्ष नीतभारों के लिए प्रणालियों, उप प्रणालियों और अनुप्रयोगों के अनुसंधान, विकास एवं निर्माण में संलग्न है। संचार, सुदूर संवेदन, नौवहन, आदि जैसे प्रयोजनों के लिए मूलभूत नीतभार प्रणालियों पर कार्य करने के साथ-साथ अंतर-ग्रहीय व समानव अंतरिक्ष मिशनों जैसे महत्वाकांक्षी अभियानों के लिए प्रणालियों और उप प्रणालियों का विकास विविध चरणों में है।

अनुसंधान और विकास के कार्यों के साथ-साथ साहित्यिक रचनात्मक गतिविधियां और लेखन मन को ताजगी प्रदान करती हैं। मुझे यह जानकर भी बहुत प्रसन्नता होती है कि सैक के वैज्ञानिक और अन्य गतिविधियों से जुड़े कर्मचारीगण हिंदी लेखन में रुचि लेते हैं, जिसके फलस्वरूप हमारी हिंदी गृह-पत्रिका 'अभिव्यक्ति' उत्तरोत्तर प्रगति कर रही है। संपूर्ण रूप से केंद्र में डिजाइन किए गए इस अंक में केंद्र के कर्मचारियों के अथक परिश्रम और हिंदी के प्रति समर्पण की झलक साफ दिखाई देती है।

अभिव्यक्ति के सफल प्रकाशन के लिए संपादक मंडल और रचनाकारों को हार्दिक बधाई और उत्तरोत्तर प्रगति की शुभकामनाएँ।

(नीलेश एम. देसाई)



पीयूष वर्मा,भा.दू.से.
नियंत्रक, एवं
सह-अध्यक्ष, राजभाषा कार्यान्वयन समिति, सैक

संदेश

राजभाषा नीति-नियमों का अनुपालन एवं कार्यान्वयन केंद्र सरकार के कार्यालयों में कार्यरत सभी अधिकारियों और कर्मचारियों का उत्तरदायित्व है। अंतरिक्ष उपयोग केंद्र मौजूदा प्रतिकूल परिस्थितियों के बीच भी प्रवर्तमान दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए राजभाषा गतिविधियों का संचालन कर रहा है। ऑनलाइन माध्यम से विश्व हिंदी दिवस व हिंदी माह का आयोजन हो या राजभाषा कार्यशालाएं सभी का सफल आयोजन किया गया है। राजभाषा के प्रचार-प्रसार की दिशा में, अतिरिक्त पहल करते हुए इसरो की आउटरीच गतिविधियों के अंतर्गत सैक ने मार्च 2021 के दौरान दूर-दराज के क्षेत्र के विद्यार्थियों के लिए 'भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की झलकियाँ' कार्यक्रम का भी आयोजन किया। नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, अहमदाबाद के तत्वावधान में ऑनलाइन माध्यम से हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।

सैक द्वारा वर्ष 2019-20 के दौरान किए गए श्रेष्ठ राजभाषा कार्यान्वयन के लिए नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, अहमदाबाद से तृतीय पुरस्कार प्राप्त हुआ। मुझे प्रसन्नता है कि सैक को लगातार अनेक वर्षों से यह पुरस्कार प्राप्त हो रहा है। अंतरिक्ष विभाग ने भी लगातार चार वर्षों से राजभाषा कीर्ति पुरस्कार प्राप्त करके एक कीर्तिमान स्थापित किया है। ये गतिविधियां और उपलब्धियां यह दर्शाती हैं कि वैज्ञानिक और तकनीकी संस्थान में भी राजभाषा नीति-नियमों का अनुपालन बखूबी किया जा सकता है।

पत्रिका 'अभिव्यक्ति' का प्रकाशन इन्हीं गतिविधियों में से एक लोकप्रिय पहल है। इस अंक में विज्ञान, संस्मरण, पर्यावरण, खानपान और अन्य विविध विषयों का रोचक समायोजन है। मुझे विश्वास है कि पाठक गण सैक परिवार की लेखनी के श्रम और सृजनशीलता को सराहेंगे।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए संपादक मंडल व लेखकों को तहेदिल से बधाई।

(पीयूष वर्मा)

पाठकों की कलम से

➢ अभिव्यक्ति पत्रिका के 15वें अंक के प्रायः सभी लेखों की गुणवत्ता अद्वितीय है जिसमें सरल एवं सुगम हिंदी का प्रयोग किया गया है। इसके साथ ही यथोचित स्थानों पर विषयानुरूप चित्रों की उपस्थिति विषय को समझने में सहायता प्रदान करती है। विशेषरूप से पृष्ठ क्रमांक 28 पर 'नेत्र-प्रकृति का अद्भुत कैमरा' (लेख) प्रशंसनीय लगा। साथ ही पत्रिका का मुख पृष्ठ सराहनीय है। इस पत्रिका को सूक्ष्म से स्थूल रूप प्रदान करने वाले सभी कार्मिकों का अभिनंदन। आगामी अंक के लिए शुभकामनाएं।

- सरला
संयुक्त निदेशक (रा.भा.)
इसरो मुख्यालय/अंतरिक्ष विभाग

➢ आपके केंद्र की गृह पत्रिका अभिव्यक्ति का 15वां अंक डिजिटल रूप में प्राप्त कर अति प्रसन्न्ता हुई। सर्वप्रथम बाहरी कवर पृष्ठ पर अंकित चित्रों ने मन मोह लिया जिसके द्वारा पारिस्थितिकी के संतुलन के महती महत्व को सटीकता से रेखांकित किया गया है। कोविड वैश्विक महामारी के दौरान संपूर्ण मानवता ने प्रकृति के कहर को देखा और महसूस किया कि प्रकृति यदि क्रुद्ध हो जाए तो हमें कैसी तबाही का सामना करना पड़ सकता है। संपादकीय के साथ-साथ निदेशक महोदय का संदेश भी यथार्थ का चित्रण करने में पूर्णतः सफल सिद्ध हुआ है।
इसके अलावा, इस अंक में अनेक समसामयिक कविताओं सहित तकनीकी एवं गैर-तकनीकी लेखों का संतुलित समावेश हुआ है।
संपादकीय टीम को हार्दिक बधाई और धन्यवाद।

- डॉ. शंकर कुमार
वरिष्ठ हिंदी अधिकारी
अं.वि. शाखा सचिवालय

➢ अंतरिक्ष उपयोग केंद्र, अहमदाबाद की हिंदी गृह-पत्रिका अभिव्यक्ति का यह अंक अत्यंत उत्कृष्ट है। मुख पृष्ठ पर अहमदाबाद के कुछ प्रमुख मनोरम स्थलों के साथ-साथ लॉकडाउन के दौरान प्रकृति का स्वच्छंद रूप चित्रण चित्ताकर्षक है। निदेशक महोदय एवं नियंत्रक महोदय के संदेश बहुत ही उत्साहवर्धक हैं। लेखों में वरिष्ठ वैज्ञानिक श्री कमलेश बराया जी का "ऊष्मा की कुछ रोचक बातें" में कई वैज्ञानिक पहलुओं सहित कुछ अनोखे तथ्यों के बारे में भी पता चलता है। अंटार्कटिका देश का संस्मरण बहुत ही बढ़िया तरीके से वर्णन किया गया है।
समसामयिक विषयों में कोरोना से संबंधित लेखों से हमें काफी जानकारी मिलती है। साथ ही कविताओं में डॉ. अरविंद सहाय जी एवं सुश्री सुगंध मिश्रा जी का श्रमिकों एवं उनकी दयनीय स्थितियों का शब्दों के रूप में सभी के समक्ष प्रस्तुत करना मानवीय संवेदना स्वरूप हैं।
आपकी पत्रिका में परिवारजनों का भी बढ़-चढ़ कर योगदान स्पष्ट झलकता है। उन सभी के रचनात्मक योगदानों से पत्रिका का रूप और भी निखर गया है। पत्रिका में राजभाषा अनुभाग द्वारा हिंदी के प्रचार-प्रसार के लिए की गई गतिविधियों से भी हम अवगत होते हैं। आपने प्रत्येक क्षेत्र में राजभाषा को प्रोत्साहित किया है।
अंततः इस पत्रिका से संबंधित सभी सदस्यों को उनके श्रम-साध्य कृतित्व के लिए हार्दिक बधाइयां!!

- रुमकी दत्ता
हिंदी अधिकारी
भौतिक अनुसंधान प्रयोगशाला

➢ आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित गृह पत्रिका 'अभिव्यक्ति" का ई-संस्करण हमें प्राप्त हुआ। यह अत्यन्त हर्ष का विषय है कि अंतरिक्ष उपयोग केन्द्र, अहमदाबाद द्वारा राजभाषा हिन्दी के प्रचार प्रसार की दिशा में एक अहम कदम उठाते हुए गृह पत्रिका 'अभिव्यक्ति"के 15वें अंक का प्रकाशन किया गया है। अंतरिक्ष उपयोग केन्द्र, अहमदाबाद कार्यालय के इस प्रंशसनीय प्रयास पर हडको, अहमदाबाद क्षेत्रीय कायार्लय हार्दिक बधाई एंव अभिनन्दन करता है। 'अभिव्यक्ति"पत्रिका में आपके कार्यालय में संपादित गतिविधियों, मनोरंजक लेखों एवं अन्य ज्ञानवर्धक लेखों का अति उत्तम तरीके से संकलन किया गया है।
आपके कार्यालय की यह उपलब्धि हडको, अहमदाबाद क्षेत्रीय कार्यालय के लिये प्रेरणादायक सिद्ध होगी।

- स्वाति दासानी
हिन्दी नोडल अधिकारी
हाउसिंग एंड अर्बन डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन लिमिटेड

➢ आपके कार्यालय द्वारा ई-पत्रिका के रूप में प्रकाशित **'अभिव्यक्ति"** का 15वां अंक दिनांक 20 जनवरी 2021 को हमारे कार्यालय में प्राप्त हुआ है। पत्रिका में समाविष्ट रचनाएँ उच्च स्तर की हैं। श्री कमलेश कुमार बराया की 'ऊष्मा की कुछ रोचक बातें" की सामग्री अत्यंत उपयोगी एवं सूचनापरक है। श्री सी.पी. सिंह ने अपना यात्रा संस्मरण 'अंटार्कटिका यात्रा के संस्मरण" बड़े रोचक ढंग से लिखा है। पत्रिका में प्रकाशित अन्य सभी साहित्य विधाएँ सशक्त और बहुआयामी ज्ञान से ओत-प्रोत हैं। सभी रचनाकारों ने अच्छी लेखकीय कौशल का परिचय दिया है। पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु संपादक मंडल को हार्दिक बधाइयाँ।

पत्रिका प्रगति पथ पर अग्रसर हो, इसी कामना के साथ...

– आर महेश्वरी अम्मा
हिंदी अधिकारी
आईआईएसयू

➢ उपर्युक्त विषय पर आपका दि.20 जनवरी 2021 का मेल प्राप्त हुआ जिसके साथ सैक की गृह-पत्रिका 'अभिव्यक्ति' के पंद्रहवें अंक का ई-संस्करण भेजा गया है। इसके लिए आपका धन्यवाद एवं बहुत-बहुत बधाई।

बस कुछ दिन की ही तो बात है' – पत्रिका में संप्रति घटनाओं का समावेश लेखकों की समाज के प्रति सजगता दर्शाता है और पत्रिका को अधिक रोचक बनाता है। इसमें छपी कविताएँ बहुत ही मार्मिक हैं और यथार्थ का सजीव चित्रण कर रही हैं। 'ऊष्मा की कुछ रोचक बातें' श्रृंखला की इस कड़ी में बहुत रोचक तथ्य जानने को मिला, विशेषकर टूकान पक्षी के संबंध में। 'अंटार्कटिक की यात्रा के संस्मरण' ने तो जैसे वहाँ की सैर ही करा दी। अभिव्यक्ति के संबंध में, मैं एक बात कहना चाहूँगी कि अभिव्यक्ति को पढ़ने पर कई नए व रोचक शब्दों से पाठक का सामना होता है जो पाठक के शब्द भंडार में इजाफा कर सकता है। हमेशा की भांति, सैक की गृह-पत्रिका का यह अंक भी बहुत अच्छा लगा। सच कहूँ तो 'अभिव्यक्ति" का बहुत इंतजार रहता है।

अभिव्यक्ति की उत्तरोत्तर प्रगति की शुभकामनाओं के साथ,

– डीनू रानी
वरिष्ठ हिंदी अधिकारी
समानव अंतरिक्ष उड़ान केंद्र

अभिव्यक्ति अंक-15 के विशेष पुरस्कार विजेता

रचना का शीर्षक	*लेखक का नाम*
अंटार्कटिका यात्रा के संस्मरण	सी. पी. सिंह
चूना – एक बहु उपयोगी पदार्थ	पुरुषोत्तम गुप्ता
नेत्र – प्रकृति का अद्भुत कैमरा	अमिय बिश्वास
1. श्रमिक 2. सवाल	सुगंध मिश्रा
कर्मकार (श्रमिक)	अरविंद सहाय
विष या अमृत	शेफाली शर्मा विवाहिती - अजय शर्मा

राजभाषा संबंधी गतिविधियाँ

पुरस्कार

- नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, अहमदाबाद के स्तर पर वर्ष 2019-20 के दौरान श्रेष्ठ राजभाषा कार्यान्वयन हेतु अंतरिक्ष उपयोग केंद्र को तृतीय पुरस्कार प्राप्त हुआ। निदेशक, सैक श्री नीलेश एम. देसाई ने 23 फरवरी, 2021 को आयोजित नराकास की 76वीं बैठक में यह पुरस्कार ग्रहण किया।
- नराकास, अहमदाबाद के तत्वावधान में आईओसीएल द्वारा आयोजित ऑनलाइन निबंध प्रतियोगिता में डॉ. आभा छाबड़ा को द्वितीय पुरस्कार प्राप्त हुआ।
- नराकास, अहमदाबाद के तत्वावधान में भौतिक अनुसंधान प्रयोगशाला (पीआरएल) द्वारा 29 जनवरी 2021 को आयोजित ऑनलाइन प्रोत्साहनलक्षी प्रतियोगिता के हिंदी भाषा वर्ग में श्री मुकेश कुमार मिश्र को तृतीय पुरस्कार और हिंदीतर भाषा वर्ग में श्री प्रतीक जैन को प्रथम पुरस्कार प्राप्त हुआ।

प्रकाशन

- निदेशक, सैक द्वारा 29 दिसंबर 2020 को केंद्र की हिंदी गृह पत्रिका '**अभिव्यक्ति**" के 15वें अंक की ई-प्रति का विमोचन किया गया। पत्रिका की ई-प्रति अन्य इसरो केंद्रों/यूनिटों को प्रेषित की गई तथा सैक राजभाषा पोर्टल पर अपलोड की गई।

राजभाषा कार्यशाला

- सैक में प्रत्येक तिमाही के दौरान राजभाषा कार्यशाला का आयोजन किया जाता है। दिनांक 10 फरवरी 2021 को नवनियुक्त तकनीकी सहायक, वैज्ञानिक सहायक एवं तकनीशियन-बी को संघ की राजभाषा नीति, नियम, कार्यान्वयन तथा कंप्यूटर पर हिंदी में काम करने संबंधी प्रशिक्षण प्रदान किया गया।

भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की झलकियाँ

- दिनांक 15 मार्च 2021 को गुजरात राज्य के भावनगर में श्री दक्षिणामूर्ति विद्यार्थी भवन स्कूल में अंतरिक्ष उपयोग केंद्र द्वारा भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की झलकियाँ नामक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में 250 छात्र विशेष पंजीकरण के माध्यम से शामिल हुए। कार्यक्रम के मुख्य आकर्षणों में सैक के वरिष्ठ वैज्ञानिकों द्वारा 02 अभिभाषण, प्रश्नोत्तर सत्र एवं प्रश्नमंच प्रतियोगिता थे।

राजभाषा कार्यान्वयन समिति बैठक

- राजभाषा कार्यान्वयन समिति, सैक की 163वीं बैठक 18 दिसंबर, 2020 को और 164वीं बैठक 01 मार्च, 2021 को आयोजित की गई। निदेशक, सैक की अध्यक्षता में आयोजित इन बैठकों में संबंधित तिमाहियों के दौरान केंद्र में राजभाषा नीति के अनुपालन की समीक्षा की गई। बैठकों में राजभाषा कार्यान्वयन से संबंधित चर्चा की गई तथा केंद्र में प्रभावी राजभाषा कार्यान्वयन के लिए महत्वपूर्ण निर्णय लिए गए।

विश्व हिंदी दिवस

- केंद्र में विश्व हिंदी दिवस के अवसर पर 08 जनवरी 2021 को सैक तथा डेकू के कर्मचारियों के लिए ऑनलाइन माध्यम से **अपनी हिंदी परखें** एवं **हिंदी वर्ग पहेली** प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इन प्रतियोगिताओं में क्रमशः 203 और 106 कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और उन्होंने कार्यालयीन एवं निजी जीवन में राजभाषा हिंदी का अधिक से अधिक प्रयोग करने तथा अन्य लोगों को भी हिंदी अपनाने के लिए प्रेरित करने का संकल्प दोहराया।

गणतंत्र दिवस

- श्री नीलेश एम. देसाई , निदेशक, सैक ने 26 जनवरी 2021 को अंतरिक्ष उपयोग केंद्र परिसर में गणतंत्र दिवस के अवसर पर उपस्थित जनसमूह को हिंदी में संबोधित किया। समारोह के दौरान निदेशक ने तकनीकी एवं प्रशासनिक अनुभागों के लिए लागू प्रोत्साहन योजनाओं के विजेताओं और 10वीं तथा 12वीं कक्षा में हिंदी विषय में सर्वाधिक अंक प्राप्त करने वाले सैक/डेकू स्टाफ सदस्यों के बच्चों को पुरस्कृत किया।

आंतरिक राजभाषा निरीक्षण

- केंद्र में राजभाषा कार्यान्वयन को बढ़ावा देने के लिए शत-प्रतिशत कार्यालयीन कार्य हिंदी में करने हेतु नामित 17 प्रभागों/ अनुभागों के आंतरिक राजभाषा निरीक्षण समिति द्वारा निरीक्षण के पश्चात् निरीक्षण रिपोर्ट निदेशक, सैक के अनुमोदन से संबंधित अनुभागों/ प्रभागों को परिचालित की गई, जिसमें राजभाषा कार्यान्वयन बढ़ाने के संबंध में सुझाव दिए गए।

नराकास प्रतियोगिता

- अंतरिक्ष उपयोग केंद्र द्वारा 16 मार्च, 2021 को नराकास के सदस्य कार्यालयों के कर्मचारियों के लिए ऑनलाइन माध्यम से हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता का आयोजिन किया गया। 'क', 'ख' और 'ग' भाषावर्ग के लिए अलग-अलग पुरस्कार प्रदान किए गए। प्रतियोगिता में कुल 209 प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया।

हिंदी प्रशिक्षण

- हिंदी शिक्षण योजना के अंतर्गत फरवरी-जुलाई 2020 सत्र के लिए कंप्यूटर पर हिंदी टंकण प्रशिक्षण प्राप्त 11 प्रशासनिक सहायक जनवरी 2021 के दौरान आयोजित हिंदी टंकण परीक्षा में सम्मिलित हुए।
- फरवरी-जुलाई 2021 सत्र के लिए 02 प्रशासनिक सहायकों को टंकण प्रशिक्षण के लिए नामित किया गया है।
- फरवरी 2020-जनवरी 2021 के सत्र में आशुलिपि प्रशिक्षण प्राप्त 3 कर्मचारी जनवरी 2021 के दौरान आयोजित परीक्षा में सम्मलित हुए।
- वर्ष के दौरान हिंदी भाषा प्रशिक्षण के अंतर्गत अगस्त 2020 से मई 2021 के सत्र के लिए 03 स्टाफ सदस्यों को प्रबोध प्रशिक्षण, 02 स्टाफ सदस्यों को प्रवीण प्रशिक्षण और 01 स्टाफ सदस्य को प्राज्ञ प्रशिक्षण प्रदान किया जा रहा है।

विविध प्रोत्साहन योजनाएँ

- कार्यालयी काम हिंदी में करने हेतु वर्ष 2019-20 की प्रोत्साहन योजना (सोलिस) के अंतर्गत 52 स्टाफ सदस्यों तथा 6 ड्राइवर/एटेंडेंट वर्ग कर्मचारियों को पुरस्कार प्रदान किए गए।
- हिंदी माह के दौरान अधिकाधिक कार्य हिंदी में करने के लिए विशेष प्रोत्साहन योजना के अंतर्गत **क**, **ख** तथा **ग** भाषावर्ग के क्रमशः 5, 5 एवं 2 कर्मचारियों को पुरस्कृत किया गया।
- सोलिस के अंतर्गत हिंदी पुस्तक पठन योजना के अंतर्गत 1 कर्मचारी को पुरस्कार प्रदान किया गया।
- अनुभागों में हिंदी कार्यान्वयन को बढ़ावा देने के उद्देश्य से वर्ष 2019-20 के दौरान लागू प्रोत्साहन योजना के अंतर्गत 10 तकनीकी अनुभागों तथा 04 प्रशासनिक अनुभागों को पुरस्कृत किया गया। गणतंत्र दिवस के अवसर पर निदेशक सैक के कर-कमलों से प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले तकनीकी एवं प्रशासनिक अनुभागों के प्रधानों को चल वैजयंती शील्ड तथा प्रमाण-पत्र प्रदान कर प्रोत्साहित किया गया।
- 10वीं एवं 12वीं कक्षा में हिंदी विषय में सर्वाधिक अंक प्राप्त करने वाले सैक/डेकू स्टाफ सदस्यों के बच्चों को गणतंत्र दिवस के अवसर पर निदेशक, सैक के कर-कमलों से पुरस्कार प्रदान किए गए।

अन्य गतिविधियाँ

- सैक के एमआईएसडी प्रभाग के सौजन्य से बनाए गए **हिंदी ज्ञान प्रबंधन अनुप्रयोग** के माध्यम से कोवा से इनपुट प्राप्त कर कर्मचारियों के हिंदी ज्ञान तथा हिंदी प्रशिक्षण का अद्यतन रोस्टर तैयार किया जाता है।
- अंतरिक्ष विभाग द्वारा जारी विक्रम साराभाई मौलिक हिंदी पुस्तक लेखन योजना के लिए केंद्र की पुस्तक लेखन समिति द्वारा विशेष प्रयास किए जा रहे हैं।
- केंद्र में फरवरी 2021 के दौरान आयोजित स्वच्छता पखवाड़ा के दौरान प्रतिज्ञा हिंदी में ली गई और हिंदी निबंध लेखन प्रतियोगिता एवं प्रश्नमंच प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रश्नमंच प्रतियोगिता के प्रश्नोत्तर द्विभाषी बनाए गए और विजेताओं के प्रमाणपत्र हिंदी में तैयार किए गए।
- केंद्र के सेवानिवृत होने वाले कार्मिकों के लिए प्रत्येक माह आयोजित होने वाले विदाई समारोह संबंधी सभी कार्य हिंदी में किए गए।
- केंद्र की मासिक प्रगति रिपोर्ट का हर माह नियमित रूप से हिंदी रूपांतरण तैयार कर विभाग को प्रेषित किया गया।

- राजभाषा विभाग द्वारा जारी लक्ष्यों के अनुसार वर्ष 2020-21 के दौरान पुस्तकालय में हिंदी पुस्तकों की खरीद के विवरण निम्नानुसार हैं:

सामान्य पुस्तकों पर किया गया कुल खर्च	अंग्रेजी पुस्तकों पर किया गया कुल खर्च	हिंदी पुस्तकों/ पत्रिकाओं पर किया गया खर्च	हिंदी पुस्तकों पर किये गए खर्च का प्रतिशत	कुल हिंदी पुस्तकों की संख्या
रु. 724/- (संदर्भ ग्रंथों को छोड़कर)	रु. 324/- (सामान्य पुस्तकें, संदर्भ ग्रंथों को छोड़कर)	रु.400/-	55.25%	03

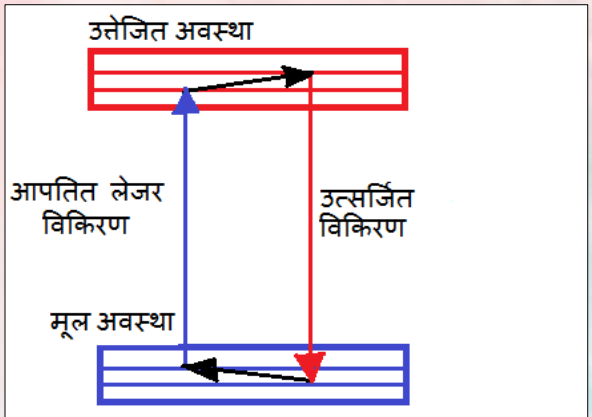
ऊष्मा की कुछ रोचक बातें - 10



- कमलेश कुमार बराया

1. क्या लेजर किरणों के द्वारा उपग्रहों में संसूचकों (Detectors) को ठण्डा किया जा सकता है ?

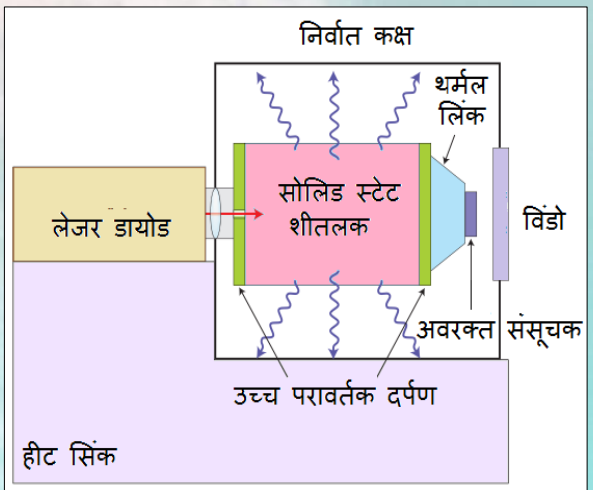
उपग्रहों में सुदूर संवेदन के लिए संसूचकों का उपयोग किया जाता है। सुदूर संवेदन का उपयोग ग्रहों की सतहों के चित्र, मौसम एवं जलवायु अध्ययन, वैज्ञानिक अनुसन्धान इत्यादि कार्यों के लिए किया जाता है। इन कार्यों के लिए उपग्रहों में लगे संसूचकों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। ये संसूचक ग्रहों या अंतरिक्ष से आने वाले विभिन्न विकरणों के लक्षणों और मात्राओं के बारे में पता लगाते हैं। विकरणों की इन्हीं सूचनाओं के आधार पर सुदूर संवेदन के विभिन्न कार्यों को संपन्न किया जाता है। संसूचक यह कार्य उत्कृष्टता के साथ तभी निष्पादित कर पाते हैं जब इनका तापमान तय सीमाओं के अंदर ही बना रहे। मौसम संबधित अध्ययनों के लिए उपग्रहों में अवरक्त संसूचकों (Infrared detectors) का उपयोग किया जाता है। ये संसूचक पृथ्वी से आने वाले अवरक्त विकिरणों के बारे में वांछित सूचना प्रदान करते हैं। इन संसूचकों को अतिनिम्न तापमान लगभग 100 केल्विन या -173° C पर बनाए रखना आवश्यक होता है। तय तापमान से अधिक तापमान पर संसूचकों से प्राप्त संकेतों की गुणवत्ता बुरी तरह प्रभावित हो जाती है। अभी तक पारम्परिक तकनीकों जैसे तापीय अवरोधन एवं विकिरकों के द्वारा इनको ठण्डा किया जाता है जोकि उपग्रहों के ऊष्मीय प्रबंधन के लिए चुनौतीपूर्ण कार्य है। लेकिन लेजर किरणों के द्वारा भी ऐसे संसूचकों को अति निम्न तापमान पर रखा जा सकता है।



आपतित लेजर किरणें परमाणु को मूल अवस्था से उत्तेजित अवस्था में ले जाती है, इलेक्ट्रॉन और फोनोन के मध्य परस्पर क्रिया के बाद उच्च ऊर्जा वाले विकिरण का उत्सर्जन होता है।

हमारे सामान्य अनुभव के आधार पर तो किसी पदार्थ पर लेजर किरणें गिरने पर पदार्थ के तापमान में वृद्धि होनी चाहिए लेकिन प्रकाशीय प्रशीतन (optical refrigeration) एक ऐसी तकनीक है जिसमें कुछ विशेष ठोस पदार्थों के क्रिष्टल या ग्लास के टुकड़े को ठण्डा करने के लिए लेजर किरणों का उपयोग किया जा सकता है। कुछ अतिशुद्ध विशेष पदार्थों में दुर्लभ मृदा तत्वों जैसे अटर्बियम या थ्यूलियम आयनों को मिश्रित किया जाता है। लेजर किरणों द्वारा इन आयनों को उत्तेजित किया जाता है। पदार्थ एक निम्न आवृत्ति या ऊर्जा वाली किरणों को अवशोषित करता है, इसके बाद इलेक्ट्रॉन और फोनोन के मध्य परस्पर क्रिया के परिणामस्वरूप पदार्थ स्वतः ही उच्च ऊर्जा की किरणों का उत्सर्जन करता है।

पदार्थ द्वारा उत्सर्जित किरणों की औसत ऊर्जा उसके द्वारा अवशोषित की जाने वाली किरणों की औसत ऊर्जा से अधिक होती है। इस तरह के विकिरण उत्सर्जन को एंटी स्टोक फ्लोरोसेंस कहा जाता है। उत्सर्जित किरणों में यह अतिरिक्त ऊर्जा ठोस पदार्थ के परमाणुओं की कंपन ऊर्जा या फोनोन से ली जाती है। ठोस पदार्थ के परमाणुओं की कंपन ऊर्जा या फोनोन्स में पदार्थ की ऊष्मा निहित होती है। इसलिए ठोस पदार्थ के क्रिष्टल में निहित ऊष्मा ऊर्जा में कमी होने के कारण ठोस पदार्थ ठण्डा होने लगता है। प्रकाशीय प्रशीतन की तकनीक का उपयोग कर उपग्रहों के अवरक्त संसूचकों को निम्न तापमान पर रखने के लिए सोलिड स्टेट क्रायोकूलर का निर्माण किया जा सकता है।



लेजर कूलिंग का रेखाचित्र

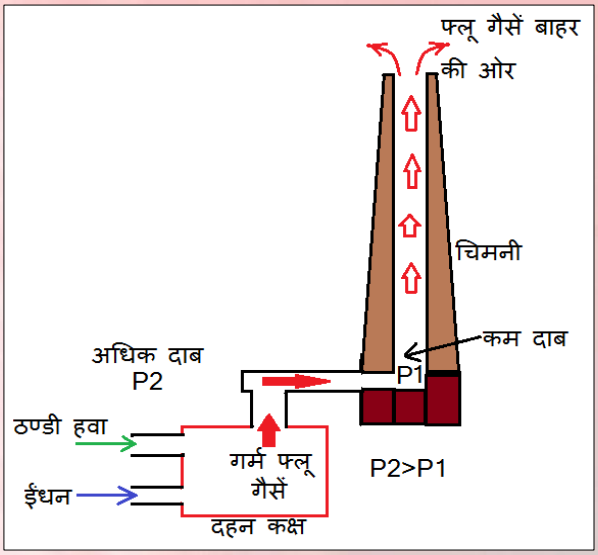
जिस क्रिष्टल या ग्लास को लेजर बीम से ठण्डा किया जाता है उसे सोलिड स्टेट शीतलक कहते हैं। अवरक्त संसूचक को ठण्डा करने के लिए इसे शीतलक के साथ एक थर्मल लिंक के साथ जोड़ा जाता है। इस तरह के क्रायोकूलर में चलपुर्जों, कंपन, एवं द्रव प्रवाह की अनुपस्थिति के कारण ये उच्च विश्वसनीयता के साथ कार्य करते हैं। पारंपरिक क्रायोकूलर की तुलना में इन्हें छोटे आकार में बनाया जा सकता है।

2. ताप बिजलीघरों तथा कारखानों में चिमनियां लंबी क्यों होती हैं?

आपने ताप बिजलीघरों या कारखानों में आकाश को छूती हुई लंबी पाइप जैसी संरचना जरूर देखी होगी, जिसके शिखर पर खुले सिरे से धुएं की तरह गर्म गैसें निकलती रहती है। इन पाइप जैसी लंबी संरचनाओं को चिमनी या स्टैक कहा जाता है। इन चिमनियों की ऊंचाई 200 से 400 मीटर तक हो सकती है। ये चिमनियां इतनी लंबी क्यों होती है ? ताप बिजलीघरों में बिजली उत्पन्न करने के लिए बॉयलरों में ईंधन जैसे कोयला, गैस इत्यादि का दहन किया जाता है। दहन से उत्पन्न ऊष्मा ऊर्जा को विभिन्न यंत्रों के माध्यम से विद्युत ऊर्जा में परिवर्तित किया जाता है। ईंधन के दहन से गर्म हानिकारक गैसें उत्पन्न होती हैं, इन हानिकारक गैसों को फ्लू गैसों के नाम से भी जाना जाता है।



जब कोयले, लकड़ी या प्राकृतिक गैस जैसे ईंधन का बॉयलरों या भट्टियों में दहन होता है तब दहन के उत्पाद के रूप में गर्म फ्लू गैसें उत्पन्न होती हैं। चिमनी में इन फ्लू गैसों का तापमान 150°C से भी अधिक हो सकता है जबकि बाहर वायु का तापमान लगभग 20 से 40°C होता है। फ्लू गैसें अधिक गर्म होने के कारण वायुमण्डल की हवा से हल्की हो जाती हैं। चिमनी के अंदर हल्की फ्लू गैसों का कॉलम बन जाता है। वायु की तुलना में फ्लू गैसों के कम घनत्व के कारण चिमनी के अंदर तल पर दाब बाहर के समान्य वायुमण्डल के दाब से कम हो जाता है। चिमनी के तल पर बाहर और अंदर के दाबों में अन्तर के कारण बाहर की ताजा और ठण्डी हवा चिमनी के अंदर प्रवाहित होने लगती है परिणाम स्वरूप दहन क्षेत्र में ईंधन के दहन हेतु ताजी हवा का प्रवाह बन जाता है।



यही ठण्डी हवा का प्रवाह फ्लू गैसों को चिमनी में उपर की ओर भी धकेलता है, जिससे गर्म फ्लू गैसें चिमनी में ऊपर की ओर प्रवाहित होकर वायुमण्डल में बाहर आ जाती हैं। चिमनी की लंबाई के कारण वायु और फ्लू गैसों के इस प्रवाह को चिमनी प्रभाव या स्टैक प्रभाव भी कहा जाता है। चिमनी जितनी लंबी होगी चिमनी के तल पर दाब में अंतर भी उतना ही अधिक होगा जिससे हवा और फ्लू गैसों का प्रवाह भी अधिक होगा। लेकिन फ्लू गैसों के गर्म होने पर ही यह स्टैक प्रभाव उत्पन्न होता है। चिमनी की लंबाई एक सीमा से अधिक होने पर फ्लू गैसें ठण्डी होने लगेंगी और स्टैक प्रभाव कम होने लगेगा। सभी बॉयलरों एवं भट्टियों की चिमनियां इस स्टैक प्रभाव पर ही निर्भर नहीं रहती हैं। कई बॉयलरों एवं औद्योगिक भट्टियों में ईंधन के दहन के लिए ताजी हवा तथा चिमनी में फ्लू गैसों के प्रवाह के लिए पंखों एवं ब्लोअरों का भी उपयोग भी किया जाता है।

3. बर्फ के गोले में बर्फ के टुकड़े चिपक कर एक गोला कैसे बना लेते हैं?

आपने गर्मियों में बर्फ के ठण्डे-ठण्डे रंग–बिरंगे गोलों का मजा तो लिया ही होगा। लेकिन आपने कभी सोचा कि पिसी हुई बर्फ के छोटे-छोटे टुकड़े आपस में चिपक कर एक बड़ा गोला कैसे बना लेते हैं। सबसे पहले हम बर्फ के गोले बनाने की विधि पर ध्यान देते हैं। बर्फ का गोला बनाने के लिए बर्फ के टुकड़ों को हाथ या बिजली से चलने वाली मशीन से छोटे-छोटे टुकड़ों में चूरे के रूप में पीसा जाता है। गोला बनाने के लिए बर्फ के टुकड़े बहुत मोटे नहीं होने चाहिए।

बर्फ के टुकड़े छोटे आकार के होने चाहिए जिससे गोले में झरझरापन (porous) रहे। मोटे बर्फ के टुकड़ों में रस ठहर नहीं सकता। बर्फ के टुकड़ों को पीसने के तुरंत बाद ही पिसी हुई बर्फ को एक छोटे प्लास्टिक या कांच के गिलास मे इकट्ठा कर लेते हैं। गिलास पिसी हुई बर्फ से पूरा भर जाने पर उसमें एक स्टिक डाल देते हैं और स्टिक को गिलास में नीचे तक पहुंचा देते हैं। फिर उसमें थोड़ी और बर्फ डाल कर बर्फ पर हाथ से दबाव डालते है जिससे बर्फ का गोला और स्टिक सैट हो जाते हैं। फिर स्टिक को गिलास में से खींचने पर बर्फ का गोला स्टिक के साथ बाहर आ जाता है। इसके बाद गोले पर मन पसंद रंग और स्वाद वाले मीठे रस डालते हैं। रस गोले में अंदर तक चला जाता है। और उसके बाद गोले को बाहर से चूस-चूस कर ठण्डे मीठे रसों के स्वाद का आनंद लिया जाता है।

बर्फ के गोले बनाने के लिए पिसी हुई बर्फ में थोड़ी मात्रा में पानी होना आवश्यक है। जब हम बर्फ को छोटे-छोटे टुकड़ों में पीसते हैं तो इस प्रक्रिया में लगने वाले दाब के कारण बर्फ की थोड़ी मात्रा पिघल कर जल में परिवर्तित हो जाती है। वातावरण का अपेक्षाकृत अधिक तापमान भी बर्फ के टुकड़ों की सतह को पिघलाने में सहायक होता है। जब इस पिसी हुई बर्फ को गिलास में भरा जाता है तो बर्फ के टुकड़ों की सतह पर उपस्थित जल उनके मध्य फंस जाता है।

बर्फ के टुकड़ों के अनियमित आकार के कारण इन टुकड़ों के मध्य जल के अतिरिक्त थोड़ी हवा भी मौजूद होती है। पिसी हुई बर्फ में स्टिक डालकर थोड़ा दबाने से बर्फ के टुकड़े एक दूसरे के नजदीक हो जाते हैं। इस स्थिति में बर्फ के टुकड़ों के मध्य फंसे जल के पास ऊष्मा का कोई स्रोत नहीं होता है। बल्कि बर्फ के टुकडों का तापमान जमाव बिंदु से कम होने के कारण इनके मध्य फंसे हुए जल की ऊष्मा को अवशोषित कर ये इस जल को पुनः बर्फ के रूप में जमा देते हैं। जमी हुई यह बर्फ टुकड़ों के मध्य पुल का कार्य करती है। टुकड़ों के मध्य इस फंसे हुए जल के जमने के कारण बर्फ के छोटे-छोटे टुकड़े आस-पास के दूसरे टुकड़ों से जुड़ कर बर्फ का गोला बना लेते हैं। बर्फ को बारीक पीसने से बर्फ के टुकड़ों की सतह का क्षेत्रफल काफी बढ़ जाता है, यह बढ़ा हुआ क्षेत्र जल तथा बर्फ के टुकड़ों के मध्य ऊष्मा संचरण में मदद करता है। फंसे हुए जल से पुनः बर्फ बनने के दौरान बर्फ के आयतन में वृद्धि होती है, इसलिए गिलास में रखा बर्फ का गोला थोड़ा सख्त हो जाता है तथा बर्फ की स्टिक पर पकड़ भी थोड़ी मजबूत हो जाती है। जब हम स्टिक को खींचते हैं तो गोला स्टिक के साथ बाहर आ जाता है।

जब हम गोले पर मीठे रस डालते हैं तो गोले में हवा की उपस्थिति के कारण जो छोटे-छोटे छिद्र होते हैं, इन छिद्रों के कारण रस अंदर तक चला जाता है। एक बार रस डालने के बाद बर्फ के गोले को चूसना आवश्यक है। रस डालने के बाद बर्फ तेजी से पिघलने लगती है इसलिए पिघले हुए मीठे रस को चूसते रहेंगे तो बर्फ का गोला अधिक समय तक बना रहेगा अन्यथा गोले में पिघले हुए जल की मात्रा बढ़ने पर गोला जल्दी ही टूट कर बिखर जाएगा।

प्रलय और सृजन

– सोनू जैन



प्रथम ही सर्वस्व अर्पित तुझको प्रलय
न जाने कितने वक्र होंगे तेरे वलय
उस पार फूटेंगे अंकुर सृजन के जरूर
पुष्प पल्लव की होगी महक भरपूर।।

साहस विनाश-क्षण को झेलने का
नही सरल सामना उस संभाव्य का
नवसृजन इतना भी सरल तो नहीं
मांगती है दाधिचि अस्थियां मही।।

सोचता मैं रहा, फैंसले करता रहा
फैंसला न कोई अपने हक में किया
न बनूं कष्ट मैं प्रिय किसी के लिए
क्यों बुझे किसी की खुशी के दिये।।

बैठा गहरा समंदर भीतर कहीं
क्रुद्ध उत्ताल लहरें भी न बहीं
पर सुनामी का डर अब है मुझे,
मिट जाने का बवंडर भाए मुझे।।

सृजन की कल्पना गहरी होती रही
भस्म होने का साहस भरती रही
सृजन देखने की दृष्टि जिसमें नहीं
ऊंटवत बंधनों में है जकड़ा वही ।।

धुरंधर अकल्पनीय दूरदर्शी अति
आकृष्ट प्रलय-पार सृजन के प्रति
उनके कदम न ठिठके पलभर कहीं
सुख अनुपम बाधाएं तोड़ने का वहीं।।

अथ रुड़की पुराण – Nth अध्याय

- अश्वनी कुमार



प्रयागराज स्थित इलाहाबाद विश्वविद्यालय से भौतिकी में स्नातकोपरांत, भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान- रुड़की में प्रवेश मिलना एक स्वर्णिम अवसर और आनंददायी अनुभूति थी। माँ गंगा की प्रेरणा ही कहिये कि उनके और अधिक समीप जाने का यह एक अवसर अवश्य ही सोने में सुहागा जैसा था। बहु-प्रतीक्षा के बाद इलाहबाद नगरी से रुड़की जाने का वो पल आ ही गया, जहाँ एक तरफ इस आध्यात्मिक और पौराणिक नगरी से विगत तीन वर्षों के अटूट स्नेह और लगाव के साथ छात्रावास की अनेक मधुर स्मृतियाँ अपने बाहु-पाश में बांधे हुए थीं; तो वहीं दूसरी तरफ आधुनिक शिक्षा का सर्वोच्च संस्थान अपने आँचल में समटेने को आतुर था। इलाहाबाद से सायंकाल को विदा लेकर संगम-लिन्क एक्सप्रेस ट्रेन से जीवन के अगले लक्ष्य की ओर चल दिए हरि की पावन नगरी 'हरिद्वार", यहाँ दोपहर को पहुँच कर रुड़की के लिए बस से प्रस्थान किया। हरिद्वार से रुड़की की दूरी लगभग 25 किलोमीटर है, बस से शीघ्र ही अपने गंतव्य पहुँच गए। मुख्य द्वार से संस्थान के अंदर जाते हुए कैम्पस की हरीतिमा और भव्यता देखकर मन प्रफुल्लित हो उठा।

अगले दिन प्रवेश संबंधित और अन्य गतिविधियों को पूर्ण कर इस संस्थान से मानसिक और भावनात्मक रुप से जुड़ गए। इसके बाद छात्रावास आबंटन में गंगा-भवन निर्धारित हुआ तो वहीं कुछ सहपाठियों को समीप के कॉटले भवन में स्थान मिला। धीरे-धीरे अन्य छात्रों और सहपाठियों से परिचय, सीनियर्स से रैगिंग का डर तो वहीं विस्तृत पाठ्यक्रम और प्रोफेसर के लंबे और उबाऊ व्याखान दैनिक जीवन का अंतरंग हिस्सा बन गए।

सबसे सुकून वाली जगह थी भोजनशाला यानी 'Mess'...पुराने विद्यार्थी जीवन में स्वयंसेवा से ही भोजनादि का प्रबंध करने के कारण यहाँ भोजनशाला में केवल खाने के लिए ही जाना अपने आप में एक सुखद एहसास था। यहाँ दो छात्रावासों की भोजनशाला एक ही होने के कारण कभी अल्प प्रतीक्षा और भीड़ का भी सामना करना पड़ता था पर सहपाठियों के साथ कभी न खतम होने वाली चर्चा और अन्य सामयिक विषय इस प्रतीक्षा पर भारी पड़ते।



भौतिकी विभाग की बात करें तो यहाँ पाठ्यक्रम अपनी सतत गति से आगे चलता रहता, बस हमारे अंदर ही हाईजेनबर्ग के अनिश्चितता सिद्धांत के अनुसार हमेशा ही कुछ संशय रह जाता। कुछ प्रोफेसर अपने व्याख्यान के दौरान प्रश्न पूछ कर कसौटी पर कसने की कोशिश करते; कुछ को सफलता भी मिलती तो कुछ अपने व्यंग्य-बाण छोड़ कर अपनी खीज़ कम करते। यहाँ आकर मिड-सैम जैसे अल्प-अंतराल परीक्षा प्रारूप का भी नया अनुभव था, व्याख्यान उपरांत दिए गए ट्यूटोरियल्स को टीम भावना से करना और टेस्ट के पहले की पूरी रात जागकर अगले दिन अर्ध-निद्रा में परीक्षा देना अपने आप में हिमालय की कठिन तपस्या से कम नहीं था!

रुड़की संस्थान के बहु-प्रतीक्षित वार्षिक कार्यक्रम 'थोम-शो" की भव्यता देख कर मन आह्लादित हुआ और हमेशा यही लगता कि संस्थान में कुछ ना कुछ सांस्कृतिक गतिविधियां चलती ही रहती हैं... तो लोग पढ़ते कब हैं? 'हैंगर" में चलचित्र देखने और कवि-सम्मलेन की मधुर स्मृतियों का एहसास आज भी ताज़ा है। रुड़की कैम्पस बहुत ही हरा-भरा और व्यस्थित है। मुख्य इमारत के सामने का हरी घास का मैदान यूँ प्रतीत होता है मानो प्रकृति ने स्वयं ही संस्थान को हरी चादर ओढ़ा दी है... उस पर पत्थर के वो दो शेर हमेशा सजग प्रहरी होने का आभास देते हैं।

'भवन-डे" की अविस्मरणीय स्मृतियाँ पुराने दिनों में ले जाकर एक सुखद अनुभूति देती हैं। सरोजिनी भवन-डे का आमंत्रण मिलना और उसमें सम्मिलित होना किसी बड़ी ऐतिहासिक उपलब्धि से कम नहीं! रुड़की संस्थान में जीवन के दो वर्ष मुट्ठी से रेत फिसलने की तरह व्यतीत हो गए... बस दे गए तो अनगिनत मीठी यादें।

कैंसर से मेरी जंग

– नीलू सेठ



मार्च 2019 के अंतिम सप्ताह ने मेरी जिन्दगी को नाटकीय ढंग से बदल कर रख दिया। आज भी मुझे अच्छी तरह याद है कि मार्च के तृतीय सप्ताह तक जीवन नियमित रुप से बिना किसी परेशानी के व्यतीत हो रहा था। तभी कार्यालय द्वारा घोषित किया गया कि 40 वर्ष की आयु से अधिक के सभी कर्मचारी अपनी मेडिकल जांच कराएं। मेडिकल रिपोर्ट के आने के साथ ही मेरे जीवन में जो भूचाल आया, यह उसी की कहानी है।

मेडिकल रिपोर्ट में मेरी मेमोग्राफी की रिपोर्ट संदेहास्पद थी, अतः तुरंत ही मैंने अपने चिकित्सा अधिकारी के सुझाव पर ऑन्कोलॉजिस्ट से संपर्क किया। मेमोग्राफी की रिपोर्ट आने के पश्चात् पहला विचार जो मेरे मन में आया वह यह था कि मुझे कैंसर कैसे हो सकता है? मैं न ही धूम्रपान या मदिरापान करती हूँ, बाहर का भोजन भी यदा-कदा..कहा जाए तो बहुत ही कम लेती हूँ। पौष्टिक शाकाहारी भोजन तथा नियमित व्यायाम मेरी दिनचर्या का सदा से ही हिस्सा रहे हैं। कैंसर का मेरा कोई पारिवारिक इतिहास भी नहीं रहा है। मेरा विवाह तथा संतानें भी समय पर हुई हैं। फिर आखिर मुझे कैसे कैंसर हो सकता है। खैर रिपोर्ट कुछ गलत दर्शा रही थी अतः ऑन्कोलॉजिस्ट से संपर्क किया गया। उन्होंने बताया कि मेरे दायें ब्रेस्ट में एक गांठ है। चूंकि ब्रेस्ट कैंसर निदान का एकमात्र सही तरीका बायोप्सी है, अतः अपने ऑन्कोलॉजिस्ट की सलाह पर मैंने बायोप्सी करवाई। बायोप्सी के दौरान रेडियोलॉजिस्ट विशिष्ट नीडल की सहायता से गाँठ से कुछ टिशू निकालता है। रूटीन जाँच के पूर्व मैं पूर्णतः स्वस्थ थी और ऐसा कोई चिह्न मुझमें नहीं था जो कैंसर होने की आशंका जागृत करे। कहते हैं बीमारी शरीर में किसी न किसी प्रकार के लक्षण अवश्य जागृत करती है। आज जब बहुत याद करती हूँ तो मुझे याद आता है कि पहले यदा-कदा कुछ सेकेंड के लिए मुझे ब्रेस्ट में तीव्र दर्द महसूस हुआ करता था, किंतु हम महिलाएं खासतौर से कामकाजी महिलाएं अपने कार्यालय और परिवार के कार्यों में इतनी व्यस्त रहती हैं कि अपनी छोटी-मोटी तकलीफ की ओर कभी ध्यान ही नहीं देतीं। शायद यह मेरे शरीर में कैंसर के जनन का एक लक्षण हो सकता था। मात्र 2 वर्ष पूर्व कराई गई मेमोग्राफी की रिपोर्ट बिल्कुल सामान्य थी, अतः यह आशंका और भी गहरी नहीं हुई। खैर ऐसा नहीं है कि इस बारे में मैंने अपनी गायनेकोलॉजिस्ट से चर्चा नहीं की थी, किंतु उन्होने कहा कि- डोंट वरी..हार्मोनल परिवर्तन से इस प्रकार के लक्षण प्रकट होते रहते हैं। मेरी बायोप्सी हो चुकी थी और उसकी रिपोर्ट 3-4 दिनों में आनी थी। कैंसर का निदान किसी के लिए भी बड़ा ही डरावना ख्याल है। वे 3 दिन और रात अत्यंत बेचैनी के साथ निकले। बायोप्सी की रिपोर्ट आई तो ज्ञात हुआ कि मुझे ER, PR + HER2- ग्रेड II ब्रेस्ट कैंसर है। यह जानकर मुझे अपना भविष्य धुंधला-सा दिखाई देने लगा। मेरी आंखों के सामने अंधेरा छा गया।

मेरे मन में अपने जीवन को लेकर कई आकांक्षाएं थीं। सुनहरे जीवन के लिए कई योजनाएं थीं। मेरे पति एवं बच्चों के चेहरे मेरी आंखों के सामने घूम रहे थे। फिर मैंने दृढ़ संकल्प किया कि इस लड़ाई को तीव्र इच्छाशक्ति के साथ लड़ना है और हार नहीं माननी है। किंतु बिना परिवार के सहयोग के इस लंबी लड़ाई को जीतना संभव नहीं थी। मेरे पति एवं बच्चे ढाल बनकर मेरे आगे खड़े हो गए। कहते हैं धरती पर रुप मां-बाप का तो विधाता की पहचान है। मेरी मां जो स्वयं 80 वर्ष की हैं, जिनकी इस उम्र में मुझे सेवा करनी चाहिए, वे मेरी बीमारी की बात सुनकर तुरंत मेरी देखभाल के लिए मेरे पास आ गईं। मेरी बेटी जो अभी तक घर में सबसे छोटे होने का लाभ लेती रही थी, अचानक से बड़ी हो गई। मेरा बेटा हर उत्तरदायित्व को निभाने के लिए तैयार हो गया। मेरे पति जो मेरी बीमारी से पूर्व तक घर तथा बाहर की सभी जिम्मेदारियों को मुझपर छोड़कर निश्चिंत रहते थे, अचानक ही छोटी से लेकर हर बड़ी जिम्मेदारी अपने कंधों पर उठा ली।



आम महिलाओं की तरह मैं भी कभी-कभी झूठ-मूठ अपने पति से शिकायत करती रहती थी कि आपको मेरा ख्याल ही नहीं रहता। लेकिन कहते हैं न कि प्रेम निःशब्द होता है और यह चरितार्थ हुआ मेरे पूरे उपचार के दौरान। मेरे पति ने पूरे उपचार के दौरान मेरे शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य का जिस तरह से ख्याल रखा उसे सोचकर आज भी मेरी आंखें नम हो जाती हैं।

सभी प्रकार की जाँचें हो जाने के पश्चात् डॉक्टर ने मेरे लिए 8 कीमोथेरेपी + सर्जरी + रेडिएशन + हार्मोनल थेरेपी का इलाज बताया। 08 अप्रैल 2019 को मेरा इलाज अपोलो सीबीसीसी कैंसर अस्पताल में प्रारंभ हुआ। मेरी पहली कीमोथेरेपी 08 अप्रैल 2019 को हुई। इसके पश्चात् 14 दिनों के अंतराल पर मुझे कुल 08 कीमोथेरेपी लेनी थीं।

पहली कीमोथेरेपी से पूर्व डॉक्टर की सलाह पर छोटी सी सर्जरी कर मेरी छाती में कीमो पोर्ट डाला गया, जिसके द्वारा कीमो की दवाइयां मुझे चढ़ाई जानी थीं। कीमोथेरेपी से होने वाले साइड इफेक्टस जैसे भूख न लगना, जी मिचलाना, उल्टी होना, दस्त या कब्ज हो जाना, पूरे शरीर विशेषकर पीठ में दर्द होना, कमजोरी लगना, चक्कर आना आदि के बारे में डॉक्टर मुझे पहले ही अवगत करा चुके थे। कीमोथेरेपी कैंसर की कोशिकाओं के साथ-साथ शरीर की अच्छी कोशिकाओं को भी प्रभावित करती है, जिसके परिणामस्वरूप बाल झड़ने लगते हैं, हाथ एवं पैरों के नाखून काले हो जाते हैं। पहली कीमोथेरेपी के तीसरे सप्ताह से मुट्ठी भर-भर कर बाल हाथ में आने लगे।

बाल बिना के अपने चेहरे की कल्पना मात्र से मन उदासी से भर गया। अपने बचपन के दिन याद आने लगे जब मुझे लंबे-लंबे बालों का बेहद शौक था। भारी मन से निर्णय लिया कि रोज-रोज बालों को गिरते देखने से अच्छा है कि बाल पूरे निकलवा दिए जाएं। बेटे ने अच्छे से सैलून में बाल निकलवाने के लिए एपाइंटमेंट बुक किया।

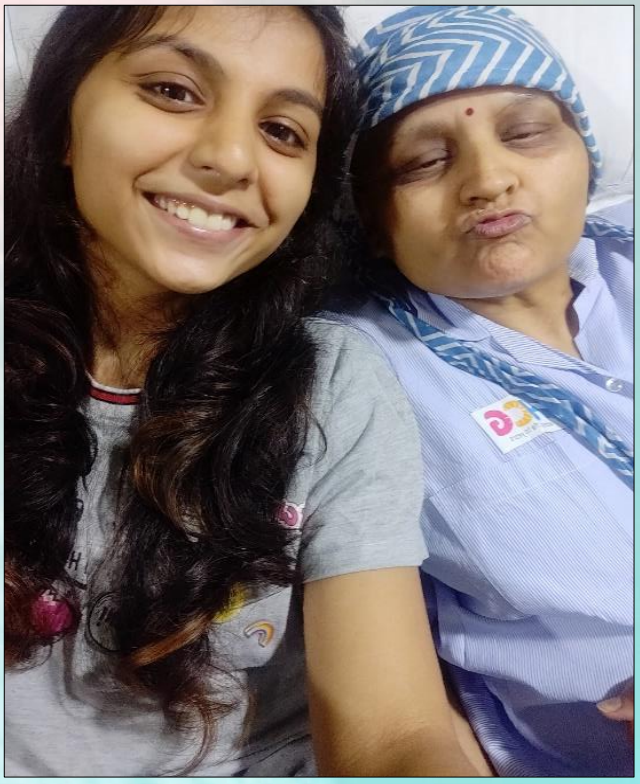
यहाँ आप मानवता की चरम सीमा देखिए, बाल काटने वाले ने बाल निकलवाने का कारण जानकर अपने मालिक से कहा कि इनके बाल निकालने के पैसे न लिए जाएं, वे मेरे वेतन से काटे जा सकते हैं। इस मानवीय संवेदना ने दिल को गहराई से छू लिया और जीवन-भर के लिए हम दोनों में भाई-बहन का रिश्ता स्थापित हो गया।

अब आइने में अपनी शक्ल देखकर खुद पर रोना आने लगा। मेरी बेटी ने मेरे गले में अपनी बाहें डालकर समझाया कि आप आज भी पहले जैसी ही सुंदर लग रही हो। उसने कई ऐसे वीडियो मुझे दिखाए जिसने मुझे काफी हिम्मत दी। इस प्रकार 14 दिनों के अंतराल पर कीमो का सिलसिला चलता रहा। हर कीमो की अपनी-अपनी दुश्वारियां रहतीं। कीमो के बाद 4-5 दिन काफी परेशानियां रहतीं फिर कुछ दिन सामान्य गुजरते। घर-परिवार के लोग इस बात का विशेष ध्यान रखते कि मुझे किसी तरह का कोई इंफेक्शन न लगे।

मेरे खान-पान का पूरा ध्यान रखा जाता, क्योंकि कीमोथेरेपी के दौरान खुराक एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। बेटे ने मेरे कमरे में मेरे मनोरंजन के लिए हर प्रकार की व्यवस्थाएं कर दीं ताकि मुझे किसी प्रकार की बोरियत न हो। कीमोथेरेपी की तीसरी एवं पांचवीं साइकिल काफी जटिल रही। मेरा स्वास्थ्य काफी बिगड़ जाने के कारण मुझे अस्पताल में भर्ती करना पड़ा। पूरे उपचार के दौरान खान-पान का पूरा ध्यान रखने के बावजूद मेरा हीमोग्लोबिन काफी कम होता रहा। डॉक्टर को कई बार लगा कि शायद खून चढ़ाने की आवश्यकता पड़ सकती है। आठवीं साइकिल से पूर्व की गई खून की जाँच में मेरा हीमोग्लोबिन 8 आया, जोकि कीमोथेरेपी दी जाने की न्यूनतम आवश्यकता थी।

इस तरह जिंदगी से जंग लड़ते-लड़ते 15 जुलाई, 2019 को कीमोथेरेपी की मेरी आखिरी साइकिल पूरी हुई। इतना मुश्किल समय निकालने की हिम्मत देने के लिए भगवान और डॉक्टरों को धन्यवाद दिया। कीमोथेरेपी के बाद की मेरी रिपोर्ट अच्छी थीं। गांठ अब काफी छोटी हो चुकी थी। अब मैंने ब्रेस्ट ऑन्कोलॉजिस्ट सर्जन से संपर्क किया। अहमदाबाद के डॉक्टरों ने कनवेंशनल विधि से मुझे मेसटेक्टॉमी सर्जरी की सलाह दी। यहाँ मैं विशेष धन्यवाद करना चाहती हूं अपने उन हितैषी का जो स्वयं कैंसर की जंग जीत चुके हैं, जिनकी सलाह पर मैंने सर्जरी के लिए टाटा मेमोरियल अस्पताल, मुंबई के डॉक्टरों से परामर्श किया। हमारे कार्यालय के सक्षम प्राधिकारी ने भी मुझे टाटा मेमोरियल में परामर्श करने के लिए अनुमति प्रदान की। वहाँ का परामर्श मेरे लिए काफी उपयोगी रहा। टाटा मेमोरियल के डॉक्टर की सलाह पर मैंने 15 अगस्त, 2019 को अहमदाबाद के एचसीजी अस्पताल में लम्पेक्टॉमी सर्जरी करवाई। मेरी सर्जरी सफल रही।

अब मैं अपने कैंसर के उपचार की दो सीढ़ियों को चढ़ चुकी थी। आपरेशन के बाद रेडिएशन का दौर प्रारंभ होना था। डॉक्टर की सलाह पर मुझे रेडिएशन की 21 साइकिल लेनी थीं। हर किसी ने कहा यह बहुत आसान रहने वाला है, जो सबसे बुरा था, वह पीछे छूट चुका है। रेडिएशन की प्रारंभिक साइकिलें तो बिना किसी विशेष परेशानी के निकल गईं, किंतु आखिरी दो-तीन रेडिएशन के पूर्व प्रभावित त्वचा काली पड़ गई। धीरे-धीरे उसमें पस पड़ने लगा। उस पस के कारण कपड़े चिपकने लगे, जोकि काफी तकलीफ देते थे।



कार्यालय से फिर एक सप्ताह का अवकाश लेकर घर पर रही और किसी प्रकार दवाई के द्वारा पस की समस्या दूर हुई। इस प्रकार 10 अक्तूबर 2019 को मेरा रेडिएशन पूरा हुआ। डॉक्टर ने तब तक मेरा दवाई के द्वारा हार्मोनल उपचार प्रारंभ कर दिया था, जोकि आगे के 7 वर्षों तक जारी रहेगा।

मुझे ज्ञात था कि कैंसर की लड़ाई लंबी मैराथन है। इस पूरे उपचार ने मुझे तथा मेरे पूरे परिवार को शारीरिक व मानसिक रूप से पूरी तरह थका दिया था। मेरी त्वचा विशेषकर नाखून काले पड़ चुके थे। तलवे एवं पैर की अंगुलियों में चौथी कीमो के बाद से प्रारंभ हुई झनझनाहट जारी थी।

हमने निर्णय लिया कि परिवार के साथ बाहर घूमने जाते हैं ताकि इस मानसिक थकान को दूर किया जा सके। दीपावली की छुट्टियां आ रही थीं, अतः हमने 10 दिनों के लिए श्रीलंका प्रवास की योजना बनाई। इस प्रवास ने मुझमें नई स्फूर्ति भर दी। हमने वहाँ काफी अच्छा समय व्यतीत किया। श्रीलंका से वापस आने के बाद मैंने निर्णय लिया कि पिछली सभी बातों को भुलाकर मैं नए सिरे से अपने जीवन का नया अध्याय प्रारंभ करूँगी।



कैंसर ने मुझसे जो कुछ भी लिया लेकिन काफी कुछ मुझे दिया भी। कैंसर ने मेरे जीवन जीने का नजरिया बदल दिया। मेरे जीवन को एक नया मोड़ दे दिया। इसने मुझे सिखाया कि हमें अपने जीवन का हर पल जी भर कर जीना चाहिए। जीवन में छोटी से छोटी खुशी को महसूस करना चाहिए। अपना जीवन समाज के लिए किसी लक्ष्य के साथ व्यतीत करना चाहिए।

आज मैं भगवान पर पूर्ण आस्था रखती हूँ और संबंधों पर विशेष बल देती हूँ। कैंसर का प्रभाव उपचार खत्म हो जाने के साथ ही समाप्त नहीं हो जाता। कैंसर से न सिर्फ मरीज बल्कि उसका पूरा परिवार प्रभावित होता है। परिवार के सहयोग के बिना यह लड़ाई नहीं लड़ी जा सकती। दोस्त भी इस लड़ाई में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। मेरे कुछ खास दोस्तों ने मेरा विशेष ख्याल रखा। वे समय-समय पर मेरा हालचाल फोन से और कभी-कभी व्यक्तिगत रूप से आकर लेते रहे। मेरे लिए समय-समय पर खास व्यंजन बनाकर लाते रहे। मेरे सहकर्मियों ने कार्यालय का पूरा उत्तरदायित्व अपने कंधों पर ले लिया। मेरे उच्चाधिकारियों ने मुझे कार्यालयीन कार्य से निश्चिंत रहकर भली-भांति अपना इलाज कराने की छूट प्रदान की। मैं अपने स्वास्थ्य की अनुकूलता के अनुसार इलाज के दौरान कार्यालय आती रही तथा बीच-बीच में छुट्टी रखती रही, जिसे मेरे उच्चाधिकारी सहर्ष मंजूर करते रहे। ये सभी छोटी-छोटी खुशियां उस समय बहुत बड़े सहारे का कार्य करती थीं।

कैंसर एक ऐसी बीमारी है जो मरीज को तन-मन-धन से प्रभावित करती है। मुझे अपने परिवार और मित्रों से आशा और प्रोत्साहन मिलने के साथ-साथ परिष्कृत चिकित्सा देखभाल मिली जो मुझे जीवन में वापस ले आई। मुझे हर कदम पर विशेषज्ञ उपचार प्राप्त हुआ जो आज भी जारी है क्योंकि मुझे अनुवर्ती उपचार के लिए नियमित रूप से डॉक्टर से संपर्क करना होता है।

आज सबसे बड़ी बात मैं समझती हूँ कि कैंसर के इलाज के पश्चात् भी तनाव एवं चिंता बरकरार रहती है कि पता नहीं आगे आने वाला समय कैसा रहेगा? जब भी जरा सा भी कोई विपरीत लक्षण शरीर में नजर आता है तो मन में एक प्रश्न उठ खड़ा होता है। इस बीमारी ने मुझे जीवन का बेहतर परिप्रेक्ष्य दिया और लोगों के प्रति अलग दृष्टिकोण दिए। कैंसर भेदभाव नहीं करता। यह किसी भी उम्र में, किसी भी जाति के, किसी भी शिक्षा स्तर के और किसी भी आर्थिक स्तर वाले व्यक्ति को प्रभावित कर सकता है। अतः हम सभी को अपने स्वास्थ्य का नियमित ध्यान रखना अत्यंत आवश्यक है। हमें जीवन इस प्रकार व्यतीत करना चाहिए जैसे हर दिन हमारी जिंदगी का अंतिम दिन हो। जीवन में दूसरों की मदद के लिए अपनी प्रतिभा का उपयोग करें। आज मैं यही करने का प्रयत्न कर रही हूँ। मैंने कभी अपनी बीमारी को किसी से छिपाया नहीं। यदि कोई इस बीमारी से पीड़ित होता है तो वह निःसंकोच तुरंत डॉक्टर का परामर्श ले। यदि आरंभिक अवस्था में ही कैंसर का उपचार किया जाता है तो निःसंदेह इस बीमारी को शरीर से उखाड़ फेंका जा सकता है। यह मेरी आप बीती है, जिसे लिखने का एकमात्र उद्देश्य यही है कि यदि भविष्य में कभी कोई पाठकगण या उसका कोई करीबी इस बीमारी से पीड़ित होता है तो उसे कैंसर की जंग को लड़ने के लिए मेरे इस लेख से शायद कुछ प्रेरणा मिल सके।

(मेरी पूज्य माँ स्वर्गीय श्रीमती निर्मला टंडन को समर्पित)

धन्य धन्य भारत माता

- विष्णु कुमार सेन



यह वीरभूमि, यह रणभूमि, यह शूरवीरों की जन्मदाता,
मंगल, शिवा, टीपू, झाँसी और महाराणा से इसका नाता।
अनगिनत योद्धा हुए यहाँ, मैं हरदम उनके गुण गाता,
धन्य धन्य पावन धरा यह, धन्य धन्य भारत माता।।1।।

प्राचीनतम सभ्यता फली-फूली यहाँ और आर्य भारत के निर्माता,
बौध्द, अशोक, कौटिल्य, चन्द्रगुप्त इनसे इतिहास जगमगाता।
हम खगोलशास्त्री, हम शल्यचिकित्सक और हम ही शून्य के दाता,
धन्य धन्य पावन धरा यह, धन्य धन्य भारत माता।।2।।

गाँधी से शांति प्रिय, हम में कभी तिलक सा लावा उबल आता,
पटेल, बोस, आजाद, भगत जैसे हर बालक प्राण लुटा जाता।
जल, थल, नभ के सूरमाओं से, हर दुश्मन का मन घबराता,
धन्य धन्य पावन धरा यह, धन्य धन्य भारत माता।।3।।

तकनीकी में अग्रणी हम, भट्ट, विक्रम से अंतरिक्ष ज्ञाता,
पूँजीपतियो के सरताज हैं, हम ही अंबानी और रतन टाटा।
हम स्वर्ण चिड़ी, हम विश्वगुरु जिसे हर कोई शीश झुकाता,
धन्य धन्य पावन धरा यह, धन्य धन्य भारत माता।।4।।

उत्तुंग शिखर लिये खड़ा हिमालय और प्यास बुझाती गंगा माता,
पूरब की क्यारी में चाय महकती और अद्भुत यहाँ का अन्नदाता।
पाँव पखारे सागर इसके और धोरों* में सूरज चमचमाता,
धन्य धन्य पावन धरा यह, धन्य धन्य भारत माता।।5।।

कंठ अवरुद्ध, कलम स्थिर, आँखे नाम और मन मदमाता,
जितना करूँ बखान इसका, फ़िर कुछ पीछे रह जाता।
धन्य हो जाता हर विष्णु, जो भी यहाँ पर जनम पाता,
धन्य धन्य पावन धरा यह, धन्य धन्य भारत माता।।6।।

जीवन का चक्र

- हिमानी सिंह



जीवन का चक्र है निराला,
कभी धूप कभी छाया,
कभी मुसकान की काया, कभी दुख का साया,
कभी दिन में ही लगे अंधेरा,
तो कभी रात में भी लगे उजाला,
है ये जीवन की कैसी माया।
कभी है राहों में काटें,
कभी निकले उनमें से राहें
कभी पतझड़ के किनारे,
तो कभी किनारों में ही मिलें बहारें।

जीवन के चक्र में है अनोखे मोड़,
कभी है बचपन की छोर,
तो कभी उसी बचपन से जवानी की ओर,
जिंदगी में बेफिक्र से चिंता की ओर,
और इस डगर में बुढ़ापे की छोर,
है ये जीवन का कैसा मोड़।
जीवन के चक्र में हम भी हैं फँसे,
हर मोड़ पर नई चुनौतियों से लड़े,
आओ इस चक्र में सफलता की ओर बढ़ें,
अपने जीवन की सभी राहों में बढ़ते रहें।

भारत का पहला सौर अभियान आदित्य एल 1

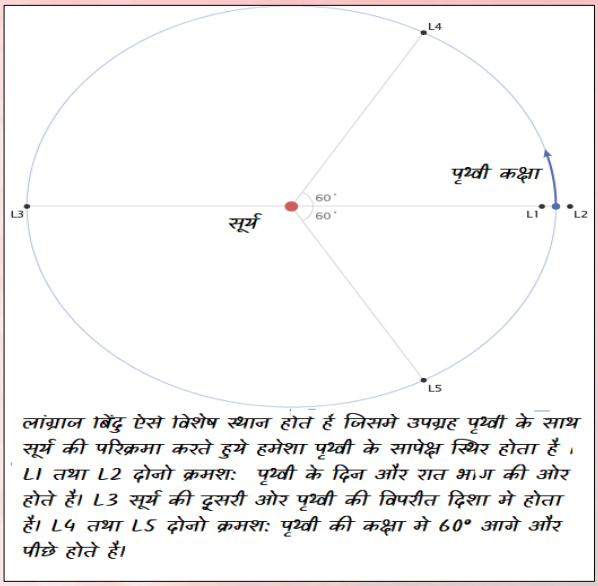


– दिनेश अग्रवाल

भारत का पहला सौर अभियान आदित्य एल 1 सूर्य के कई अनसुलझे रहस्यों को उजागर करेगा। इस अभियान में सूर्य के करीब पहुंचकर उसके चुम्बकीय क्षेत्र एवं वातावरण के बारे में जानकारियां इकट्ठी की जाएंगी। आदित्य यानी सूर्य, आदित्य-एल 1, इसरो द्वारा भारत के सबसे अधिक महत्वकांक्षी एवं महत्वपूर्ण अभियानों में से एक है। इस अभियान में सबसे अधिक चुनौती सूर्य से पृथ्वी की दूरी है। चन्द्रमा से पृथ्वी की दूरी केवल 3।84 लाख किलोमीटर ही थी जबकि सूर्य से पृथ्वी की दूरी लगभग 149 मिलियन किलोमीटर है। साथ ही सूर्य के नजदीक पहुंचते समय उपग्रह को सूर्य के अत्यधिक गरम विकिरणों एवं तापमान का सामना करना पड़ेगा जो सूर्य के नजदीक जाने में अवरोध उत्पन्न करेगा। आदित्य-एल 1 में अत्यधिक ताप, विकिरण और दूरी की ज्यादा समस्या नहीं है क्योंकि उपग्रह सूर्य और पृथ्वी के बीच में 1।5 लाख किलोमीटर की दूरी पर एल 1 क्षेत्र में ही खोजबीन करेगा। फिर भी उसमें कई चालित उपकरण होंगे जिनपर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। यह हमेशा सूर्य की ओर देखेगा। आदित्य-एल1, सूर्य के फोटोस्फेयर, क्रोमोस्फेयर और तेजोमंडल का अध्ययन कर सकता है। यह सूर्य से निकलने वाले विस्फोटक कणों का अध्ययन भी करेगा। इसरो के अनुसार यह कण पृथ्वी के नीचे वाले ऑरबिट में किसी काम के नहीं होते। इन्हें पृथ्वी के चुंबकीय क्षेत्र से बाहर रखने की जरूरत है। अतिविशिष्ट उपग्रह के संयोजन में विशिष्ट सामग्री का उपयोग किया जा रहा है और विशेष सावधानी से फेब्रिकेशन कार्य किया जा रहा है। इस अतिविशिष्ट उपग्रह को ध्रुवीय प्रक्षेपण यान पी एस एल वी के एक्स एल संस्करण से प्रक्षेपित किया जाएगा। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन द्वारा इस उपग्रह को लेग्रांजी बिंदु के निकटम प्रभामंडल कक्षा (Halo Orbit) पर स्थापित करने का निर्णय लिया गया है।

लग्रांज बिंदु क्या होता है :

लग्रांज बिंदु उस बिंदु को कहते हैं जहां पर सूर्य और पृथ्वी या फिर चांद और पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण बल का प्रभाव समान होता है। यानी अगर कोई चीज इस लग्रांज बिंदु पर होती है तो उसे ना ही सूर्य का गुरुत्वाकर्षण बल और ना ही धरती का गुरुत्वाकर्षण बल अपनी ओर खींच सकता है और वो चीज उस जगह ही रहती है। वहीं लग्रांज बिंदु L 1, L2, L3, L4, L5 प्रकार के होते हैं।



लांग्रान बिंदु ऐसे विशेष स्थान होते हैं जिसमे उपग्रह पृथ्वी के साथ सूर्य की परिक्रमा करते हुये हमेशा पृथ्वी के सापेक्ष स्थिर होता है । L1 तथा L2 दोनो क्रमशः पृथ्वी के दिन और रात भाग की ओर होते हैं। L3 सूर्य की दूसरी ओर पृथ्वी की विपरीत दिशा मे होता हैं। L4 तथा L5 दोनो क्रमशः पृथ्वी की कक्षा मे 60° आगे और पीछे होते हैं।

(चित्र विज्ञान विश्व से साभार)

प्रभामंडल कक्षा क्या है :

आदित्य-एल 1 उपग्रह को लग्रांज बिंदु के पास प्रभामंडल कक्षा पर स्थापित करने की योजना है। प्रभामंडल कक्षा के अंदर L 1, L2, L3, बिंदु आते हैं और इनमें से L 1 बिंदु पर आदित्य को रखा जाएगा। प्रभामंडल कक्षा धरती से 115 मिलियन किलोमीटर की दूरी पर है। वहीं L 1 उपग्रह को स्थापित करने का एक फायदा भी है। इस बिंदु पर अगर उपग्रह को सही से स्थापित किया जाता है, तो बिना किसी रुकावट या ग्रहण लगने की सूरत में भी सूरज पर नजर रखी जा सकेगी।

आदित्य-एल 1 संवेदक :

सात पेलोड के साथ उपग्रह आदित्य-एल 1 सूर्य के सामने लगातार रहेगा और सूर्य के प्रकाशमंडल (नरम और कठोर एक्स-रे), क्रोमोस्फीयर (यूवी) और कोरोना (दृश्यमान और एनआईआर) के अवलोकन प्रदान करेगा। जिससे सूर्य के वातावरण, वहां की हवाओं एवं सौर विकिरणों के अध्ययन में सहायता मिलेगी।

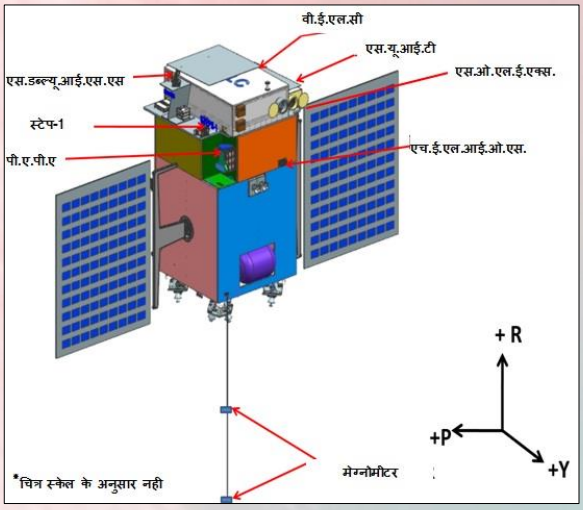
पेलोड, सूर्य से उत्सर्जित होने वाले कण फ्लक्स का अध्ययन करेंगे और एल 1 कक्षा तक पहुंचेंगे। मेगनेटोमीटर पेलोड एल 1 के आसपास हेलो कक्षा में चुंबकीय क्षेत्र की विभिन्न तीव्रता को मापेंगे।

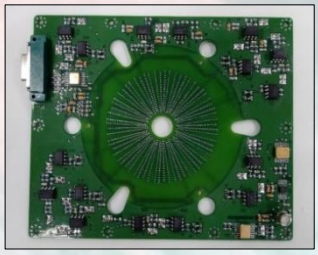
सूर्य की ओर से आने वाले तूफान एवं उनकी तीव्रता के बारे में भी इस अभियान से जानकारियां मिलने की उम्मीद है। आदित्य-एल 1 पर निम्नलिखित सवेंदक (सेंसर) हैं –

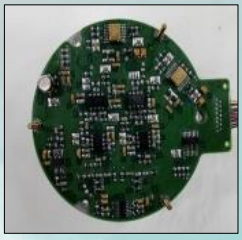
- दर्शनीय उत्सर्जन लाइन कोरोनोग्राफ (VELC): सौर कोरोना एवं कोरोनल मास इजेक्शंस की उत्पत्ति (3 दृश्य और 1 इन्फ्रा रेड चैनल) एवं उसमें होने वाले परिवर्तनों के नैदानिक मापदंडों का अध्ययन करने तथा गॉस के दसवें हिस्से तक सौर कोरोना का चुंबकीय क्षेत्र माप करने के लिए यह उपयोगी होगा।
- सौर पराबैंगनी इमेजिंग टेलीस्कोप (SUIT): अल्ट्रावॉयलेट (200-400 एनएम) के पास स्थानीय सौर फोटोस्फेयर और क्रोमोस्फीयर का चित्र बनाने और सौर विकिरण परिवर्तनों को मापने के लिए इंटर यूनिवर्सिटी सेंटर फॉर एस्ट्रोनॉमी एंड एस्ट्रोफिजिक्स की मदद से यह लगाया गया है।
- आदित्य सौर पवन कण प्रयोग (ASPEX): सौर पवन के गुणों के साथ-साथ इसके वितरण और वर्णक्रमीय विशेषताओं की भिन्नता का अध्ययन करने के लिए भौतिक अनुसंधान प्रयोगशाला की मदद से इसे लगाया गया है।
- प्लाज़्मा एनालाइज़र पैकेज फॉर आदित्य (PAPA) : सौर पवन एवं उसके ऊर्जा वितरण को समझने के लिए इसका उपयोग किया जाएगा। इसे स्पेस फ्योलोस लेबोरेटरी (VLC), VSSC ने बनाया है।
- सोलर लो एनर्जी स्पेक्ट्रोमीटर (SoLEXS): सोलर कोरोना के हीटिंग सिस्टम के अध्ययन के लिए X ray फ्लेयर की निगरानी करने में यह उपयोगी होगा। इसे इसरो सैटेलाइट सेंटर (ISAC) ने बनाया है।
- उच्च ऊर्जा L1 ऑर्बिटिंग एक्स-रे स्पेक्ट्रोमीटर (HEL10S): सौर कोरोना में गतिशील घटनाओं का निरीक्षण करने एवं विस्फोट की घटनाओं के दौरान कणों में तेजी लाने के लिए उपयोग की जाने वाली ऊर्जा का एक अनुमान लगाने के लिए यह उपयोगी होगा। इसका निर्माण इसरो सैटेलाइट सेंटर (ISAC) और उदयपुर सौर वेधशाला (यूएसओ) एवं पीआरएल ने संयुक्त रूप से किया है।
- मैग्नेटोमीटर: अंतरग्रहीय चुम्बकीय क्षेत्र के परिमाण और प्रकृति को मापने के लिए यह उपयोगी होगा। इसका निर्माण इलेक्ट्रो-ऑप्टिक सिस्टम प्रयोगशाला (LEOS) एवं इसरो सैटेलाइट सेंटर (ISAC) ने संयुक्त रूप से किया है।

यहाँ यह उल्लेख जरूरी हैं कि , सूर्य के सबसे निकट का अभियान नासा का पारकर सोलर प्रोब अभियान था जिसने सूर्य से 18।6 मिलियन किलोमीटर की दूरी पर 3।93 लाख किलोमीटर प्रति घंटे की गति से सूर्य की परिक्रमा की थी। इस वर्ष 29 जनवरी को सूर्य की ओर पारकर सोलर प्रोब की शील्ड पर सर्वाधिक तापमान 612 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। यद्यपि आधुनिकतम तकनीक के कारण अंतरिक्षयान में केवल 30 डिग्री सेल्सियस ही महसूस किया गया। दूसरे सबसे निकटतम erstwhile West Germany एवम् नासा के संयुक्त अभियान में सूर्य से लगभग 43 मिलियन की दूरी थी।

आदित्य-एल 1 अभियान में इसरो के साथ Indian Institute of Astrophysics (IIA), बेंगलुरु, Inter-University Centre for Astronomy and Astrophysics (IUCAA), पुणे, and Indian Institute of Science, Education and Research (IISER), कोलकाता, इलेक्ट्रो-ऑप्टिक सिस्टम प्रयोगशाला (LEOS), उदयपुर सौर वेधशाला (यूएसओ) एवं भौतिक अनुसंधान प्रयोगशाला अहमदाबाद भी सहभागी हैं। इस अभियान के द्वारा एकत्रित की गई जानकारियां पृथ्वी सहित संपूर्ण सौर तंत्र के विश्लेषण के लिए बहुत उपयोगी होंगी।







चित्र - 1 इलेक्ट्रोनिक पैकेज चित्र – 2 आदित्य उपग्रह के संवेदक

सौर कॅरोना क्या होता है :

सूर्य का वायुमंडल कई तरह की गैसों से घिरा हुआ है। सूर्य के वायुमंडल का सबसे बाहरी भाग को कॅरोना कहा जाता है। सूर्य के उज्ज्वल प्रकाश के कारण कॅरोना को देखना असंभव सा हो जाता है।

(पृ. 20 पर जारी)

माँ थी!!

- डॉ. गीतांजली दुबे
बहन – प्रियंका दुबे



माँ थी जैसी थी अच्छी थी.....!!
भोली थी,
प्यारी थी,
अपनी माँ की दुलारी थी,
माँ भी तो कभी बच्ची थी....!
माँ थी जैसी थी अच्छी थी....!!

बात बात पर गुस्साती थी,
गुस्से में कभी हँस भी जाती थी,
सही गलत का फर्क बताती थी,
लेकिन हां मेरी माँ इरादों की बहुत पक्की थी....!
माँ थी जैसी थी अच्छी थी....!!

पास बिठा कर खाना खिलाती,
ना खाने पर ना खाने के सौ नुकसान बताती,
इक निवाला बोल कर दो खिलाती,
शायद माँ गणित की थोड़ी कच्ची थी....!
माँ थी जैसी थी अच्छी थी....!!

किरणों के पहले उठ जाती,
अंधेरों को भी दिया दिखाती,
तुलसी से घर महकाती,
कभी गरमी में छांव, तो कभी बारिश में छत बन जाती,
मेरी माँ ईंट की दीवार से भी पक्की थी....!
माँ थी जैसी थी अच्छी थी....!!

रसोई माँ का दफ्तर,
चकला बेलन पक्की सहेली,
हाथ जले तो पानी माँ बन जाता,
ठंड लगे तो आग बहन,
रिश्तों की कोई कमी ना थी,
बस माँ त्याग की सच्ची थी....!
माँ थी जैसी थी अच्छी थी....!!

नहीं जताया नहीं बताया,
दो दर्द कहे, सौ छुपाया,
गिरती, उठती और संभलती,
माँ अपनों के लिए कहाँ थकती थी....!
माँ थी जैसी थी अच्छी थी....!!

घर आने पर वो प्यार जताती,
हाथो से माँ सर थपकाती,
पानी पी ले, कुछ तो खा ले,
छोटे बच्चों सा वो मुझे मनाती,
भाग भाग कर थक जाती,
पर कोशिश करने से कभी ना हारती....!
माँ थी, वो अब भी इरादों की उतनी ही पक्की थी....!!
हाँ माँ थी....!
जैसी थी, जो थी, अच्छी थी....!!

वो भी क्या दिन थे!

- गायत्री भनारकर



दुनिया में अकेले आये हो
अकेले रहो तो सलामत
यदि गलती से भी भीड़-भाड़ में गये
तो अनिवार्य पन्द्रह दिन अकेले रहना
हर संबंध की देखभाल दूरभाष से
सोचा न था कभी कि ऐसे दिन आयेंगे
मानव मानव से दूर रहेगा

प्रकृति फिर से खिल गई
मानव बंधन में और जानवर आज़ाद
नदी तालाब और पर्यावरण स्वच्छ बने
दुनिया जैसे थम-सी गई
वाहन व्यवहार में ज्यादातर रोगी वाहन की दौड़
सारे कार्यालय खाली और अस्पताल में भीड़
हे मानव! अभी भी मान कि हम कुछ भी नहीं
परमात्मा सर्वोपरि और बागडोर उसी के हाथों में।

पौष्टिक फलाहारी व्यंजन

- प्रीति अग्रवाल
विवाहिती – दिनेश कुमार अग्रवाल



दोस्तों जब व्रत हो तो हमेशा एक ही तरह के व्यंजन दिखते हैं पर मन करता है कुछ चटपटा और कुछ अलग सा खाने का। मीठा और चटपटा फलाहारी व्यंजन खाने का मन तो करता है पर कई बार किसी को कुछ नहीं पचता तो किसी को घी, तेल, ज्यादा मिर्च मसाले का परहेज होता है। इसीलिए आज आपके साथ कुछ पौष्टिक और चटपटी रेसिपी साझा कर रही हूं जो बनाने में आसान तो है ही, साथ ही बहुत स्वादिष्ट भी हैं। उम्मीद है आप सभी को पसंद आएंगी।

पौष्टिक लड्डू

लड्डू का नाम लेते ही मुंह में पानी आ जाता है पर सेहत का ध्यान आते ही मन मसोस कर रह जाना पड़ता है। पर अब ऐसा नहीं होगा। तो आइए आज आप लोगों के लिए लेकर आई हूं बिना घी, बिना दूध, बिना मावा के झटपट बनने वाले पौष्टिक और स्वादिष्ट लड्डू।

आवश्यक सामग्री :-

मूंगफली दाने	- एक कप
बादाम	- आधा कप
पिसी हुई शक्कर या गुड़	- आधा कप
इलायची पाउडर	- एक छोटा चम्मच

विधि :-

सबसे पहले मूंगफली दानों को भूनकर उनका छिलका उतार लें। अब उसे मिक्सी में इतना बारीक पीस लें कि उसका हल्का सा तेल छूट जाए और वह बंधने लगे।

इसी प्रकार बादाम को भी पीस लें। अब एक बड़े बर्तन में मूंगफली का चूरा ,बादाम का चूरा, पिसी हुई शक्कर या गुड़ और इलायची पाउडर लेकर उन्हें अच्छी तरह मिलाएं।

मूंगफली और बादाम में प्राकृतिक रुप से तेल होने के कारण इसमें अलग से घी डालने की आवश्यकता नहीं होती है। अब आप उसे जो चाहें आकार दे दें। चाहें तो आप उसे लड्डू के रुप में बना सकते हैं या फिर पेड़े का भी शेप दे सकते हैं। यह लगभग 1 महीने तक खराब नहीं होता है।

विशेष - यह केवल दस मिनट में बनने वाली पौष्टिक और शक्तिवर्धक मिठाई है। आप चाहे तो इसमें किसा हुआ नारियल, किशमिश, खजूर, पिश्ता, काजू के टुकड़े इत्यादि भी मिला सकते हैं।

मोरैया के ढोकले

दोस्तों व्रत है पर ढोकला खाने का बहुत मन है तो आइए जल्दी से बनाते हैं मोरैया के ढोकले।

आवश्यक सामग्री :-

भगर/ मोरैया/ मोर धान/ सामा के चावल-	एक कटोरी
खट्टा दही	- आधा कप
पिसी हुई शक्कर।	- 4 छोटे चम्मच
हरी मिर्च अदरक का पेस्ट	- एक चम्मच
सेंधा नमक	- स्वादानुसार
मीठा सोडा	- चुटकी भर
हरी मिर्च(लंबाई में चीरा लगाई हुई)	- 4-5
मीठा नीम/ करी पत्ता	- 15-20
जीरा	- एक बड़ा चम्मच
शुद्ध घी	- डेढ़ बड़ा चम्मच
पानी	- दो कप

विधि:-

सबसे पहले मोरैया को मिक्सी में दरदरा पीस लें। फिर उसमे खट्टा दही मिलाकर आधे घंटे के लिए ढंककर रख दें।

दही में मोरैया अच्छी तरह मिक्स हो जाने पर उसमें हरी मिर्च अदरक का पेस्ट, स्वादानुसार सेंधा नमक और पिसी हुई शक्कर मिला लें।

अब इसमें जरुरत के अनुसार पानी मिलाकर हिलाते जाएंगे और डोसे के घोल जितना पतला मिश्रण बना लें। फिर इसे पांच मिनट के लिए ढंक कर रख दें।

इसी दौरान गैस पर कुकर में पानी रखें। उसमे एक स्टैंड रखकर एक बर्तन में (केक का मोल्ड या कोई भी चौड़ा बर्तन) घी लगाकर उसे कुकर में गरम होने रख दें।

अब मोरैया के घोल में एक छोटा चम्मच घी मिलाएंगे और खाने का सोडा डालकर दो मिनट तक अच्छी तरह एक ही दिशा में फेंटते हुए मिक्स कर लें।

अब मिश्रण तैयार है। तब तक कुकर में रखा हुआ बर्तन भी गरम हो गया है।

इस मिश्रण को उस बर्तन में डालकर कुकर का ढक्कन लगा दें और लगभग 20-25 मिनट तक पकने दें।
ध्यान रहे कुकर में सीटी नहीं लगानी है।
जब तक ढोकले बन रहे हैं दूसरी तरफ बघार तैयार कर लें।
एक कड़ाही में एक चम्मच घी लेकर गरम होने दें। फिर जीरा डालकर तड़कने दें। उसमे लंबाई में बीच में से चीरा लगाई हुई हरी मिर्च, करी पत्ता, स्वादानुसार नमक और एक छोटा चम्मच शक्कर डालें। फिर एक कप पानी डालकर उबलने दें।
दो मिनट बाद गैस बंद कर दें।
ढोकले को कुकर में से निकालकर उसके टुकड़े करें और उसके ऊपर चम्मच से सामान्य तापमान पर आया हुआ बघार डालें और धनिया पत्ती से सजा दें।
लीजिए मोरैया के स्वादिष्ट ढोकले तैयार हैं।

शकरकंद के कटलेट्स

दोस्तों साबूदाने के बड़े और खिचड़ी तो आप सभी ने खाई ही होगी। ये हमारे यहां व्रत त्योहार के अभिन्न व्यंजन हैं। शकरकंद प्राकृतिक रूप से मीठा होता है। इसको अगर साबूदाने के साथ मिलाकर कटलेट्स बनाए जाएं तो यह बच्चों को बहुत पसंद आता है। साथ ही यह स्वास्थ्य वर्धक भी है।
आइए बनाते हैं खट्टे-मीठे साथ ही तीखे शकरकंद साबूदाना कटलेट्स।

आवश्यक सामग्री :-

शकरकंद	- दो बड़े आकार के
साबूदाना	- आधा कप
अदरक हरी मिर्च का पेस्ट	- एक छोटा चम्मच
सेंधा नमक	- स्वादानुसार
लाल मिर्च पाउडर	- एक छोटा चम्मच
अमचूर पाउडर	- एक छोटा चम्मच
बारीक कटी हुई धनिया पत्ती	- चौथाई कप
मूंगफली दाने का चूरा	- एक बड़ा चम्मच
मूंगफली का तेल	- तलने के लिए

विधि :-
सबसे पहले साबूदाने को तीन चार घंटे के लिए भिगो देंगे। साबूदाना अच्छे से फूलकर दुगुना और नरम हो जाएगा।
शकरकंद को उबालकर उसका छिलका उतार लेंगे फिर ठंडा होने पर अच्छे से मसल लेंगे।
अब भीगे हुए साबूदाने में मसला हुआ शकरकंद, अदरक हरी मिर्च का पेस्ट, सेंधा नमक, लाल मिर्च पाउडर, अमचूर पाउडर, मूंगफली दाने का चूरा और बारीक कटी हुई धनिया पत्ती मिलाकर अच्छे से मिक्स कर लेंगे।
इस मिश्रण के छोटे छोटे गोले बनाकर उन्हें कटलेट का आकार देंगे।
अब गैस पर एक भारी तले की कढ़ाई में तेल गरम करने रखेंगे। जब तेल में से थोड़ा धुआं निकलने लगे तब आंच मध्यम करके उसमें कटलेट्स डालते जाएंगे और आंच तेज कर देंगे। कढ़ाई में तेल की मात्रा के अनुसार ही कटलेट्स डालेंगे।
तेज आंच पर सुनहरा होने तक तल लेंगे फिर एक टिशू पेपर पर उसे निकाल लेंगे।
लीजिए आपके गरमागरम कटलेट्स तैयार हैं इसे दही, हरी चटनी और इमली की चटनी के साथ सर्व करेंगे।

सिंघाड़े का पात्रा

अरबी के पत्तों से बना हुआ पात्रा एक बहुत ही स्वादिष्ट और पौष्टिक गुजराती व्यंजन है। आमतौर पर ये बेसन के साथ बनाया जाता है। पर मैंने इसे राजगीरा और सिंघाड़े के आटे से बनाया है।

आवश्यक सामग्री :-

अरबी के पत्ते	- 6
सिंघाड़े का आटा	- एक कप
राजगीरा का आटा	- एक कप
लाल मिर्च पाउडर	- एक बड़ा चम्मच
गरम मसाला	- एक छोटा चम्मच
इमली का पल्प	- एक बड़ा चम्मच
शक्कर	- दो छोटे चम्मच
भुना हुआ जीरा	- एक छोटा चम्मच
सेंधा नमक	- स्वादानुसार
हरी मिर्च का पेस्ट	- एक छोटा चम्मच
पानी	- आवश्यकतानुसार

बघार की सामग्री : -

तेल	- एक बड़ा चम्मच
जीरा	- एक बड़ा चम्मच
सफेद तिल	- एक बड़ा चम्मच
मीठा नीम	– 15-20 पत्ते
पानी	- आधा कप

विधि :-
सबसे पहले अरबी के पत्तों को अच्छी तरह धोकर आहिस्ता से उसके रेशे निकाल लें। पत्ता ना टूटे उसका ध्यान रखना है।

आश की आस

– आशिष सोनी



मानो तो पत्थर है, मानो तो खुदा
नहीं रहता हमसे वो कभी जुदा
वो तो सदा रहा है हमसे जुड़ा।

कुछ मिला तो लगता है ये तो मिलना ही था,
नहीं मिला अगर तो दोष उसी को देना ही था...

मांगने पर ना मिलो तो अफसोस न कर,
सही वक्त पे देगा वही तू भरोसा तो कर....

लगता तुझे यह सिर्फ तू ही कर रहा है तो गलत है तू,
उसकी मर्जी के बगैर पत्ता भी नहीं हिला सकता है
तू....

'आश' को आज है सिर्फ उससे ही आस,
जानता हूँ मैं वो कभी नहीं करेगा निराश।

(पृ. 16 से जारी)

सौर कॅरोना क्या होता है :

सूर्य का वायुमंडल कई तरह की गैसों से घिरा हुआ है। सूर्य के वायुमंडल का सबसे बाहरी भाग को कॅरोना कहा जाता है। सूर्य के उज्ज्वल प्रकाश के कारण कॅरोना को देखना असंभव सा हो जाता है। कॅरोना को केवल सौर ग्रहण के वक्त ही देखा जा सकता है क्यों इस ग्रहण के दौरान सूर्य के प्रकाश को चांद छुपा लेता है और कॉरोना आसानी से दिख जाते हैं। वहीं सौर कॅरोना के तापमान की बात करें, तो इसका तापमान लगभग 6000 डिग्री है। वहीं कॅरोना का इतना तापमान लगभग 200 गुना होने के पीछे का कारण इसका पता अभी तक किसी को भी नहीं है। और इसरो अपने इस मिशन के जरिए सूर्य के वायुमंडल से जुडे ऐसे सवालों का ही पता लगाने की कोशिश करेगा। इसके अलावा इसरो इलेक्ट्रॉनिक संचार में सौर-लपटों द्वारा पैदा होने वाली दिक्कतों के पीछे क्या कारण है, इसका भी पता लगाने की कोशिश करेगा।

निष्कर्ष

वैज्ञानिकों को अभी तक सूरज के वायुमंडल को लेकर कई सारी चीजें नहीं पता हैं। इस मिशन से सूरज से जुड़ी कई चीजों के बारे में पता लगाने की कोशिश की जाएगी। वहीं अगर भारत अपने इस मिशन में सफल हो जाता है तो इसरो के वैज्ञानिकों को सूरज से जुड़ी कई तरह की जानकारी मिल सकेगी। इस मिशन में जिस भी चीज का इस्तेमाल किया जा रहा है वो भारत में ही बनाई जा रही है।यह इस क्षेत्र में आत्म निर्भर अभियान होगा।

एक बड़े बर्तन में सिंघाड़े का आटा, राजगिरा का आटा, नमक, लाल मिर्च, हरी मिर्च का पेस्ट, भुना हुआ जीरा, इमली का पल्प, शक्कर मिलाकर थोड़ा थोड़ा पानी डालकर गाढ़ा घोल बनाएं।

अब अरबी के पत्ते के एक तरफ (जिस तरफ से रेशे निकाले हैं) हाथों से फैलाते हुए ये मिश्रण लगाएं।

फिर उसके ऊपर दूसरा पत्ता घुमाकर रखें (नुकीला हिस्सा दूसरी तरफ) और उसपर भी ऐसे ही मिश्रण लगा लें। इसी प्रकार एक पत्ते के ऊपर दूसरा पत्ता रखते हुए सभी पत्तों पर मिश्रण लगा दें।

अब दोनों तरफ (लंबाई वाली साइड) को अंदर की तरफ मोड़ें और मिश्रण लगाकर चिपका देंगे ताकि वो खुल ना सके। अब ऊपरी सिरे से पत्ते को अंदर की तरफ मोड़ते हुए रोल बनाएं।

एक कुकर या कड़ाही में पानी गरम करने रखें। उसपर एक जालीदार प्लेट रखें। प्लेट पर तेल लगा लें। अब उस प्लेट पर पात्रा रोल रखकर उसे ढंक दें और लगभग 20-25 मिनट तक पकने दें। फिर एक चाकू की सहायता से चेक कर लें कि उसपर मिश्रण चिपक तो नहीं रहा है।

ठंडे होने पर छोटे टुकड़ों में काट लें।

बघार :-

एक कड़ाही में तेल गरम करें। उसमे जीरा डालें। जीरा तड़कने पर तिल और मीठा नीम डालें। फिर उसमें पानी मिक्स करके दो मिनट उबालें। फिर काटे हुए पात्रा को मिलाकर दो तीन मिनट तक भूनें ताकि बघार का मसाला अच्छी तरह उसपर लग जाए।

लीजिए गरमागरम पात्रा बिल्कुल तैयार है। इसे व्रत वाली हरी चटनी के साथ खा सकते हैं । ये बिना चटनी के ऐसे भी अच्छा लगता है।

दोस्तों जब इन विशेष व्यंजनों को खाकर घरवालों ने कहा कि उपवास का मजा दुगुना हो गया तो मेरा मन बहुत प्रसन्न हो गया। आप भी इसे घर पर ट्राई कीजिए और बताइएगा आपके घरवालों ने आपकी कितनी तारीफें की।

कैसी है यह जिंदगी

- सोनाली जैन



कभी सागर की गहराई सी अथाह लगती,
कभी नदी की तीव्रता से बहती,
कभी हँसाती, कभी रुलाती,
काफी उथल पुथल मचाती है यह ज़िंदगी।

पल में अपनों को पराया,
और परायों को अपना बना देती,
अपने इशारों पर नचाती,
मदारी बन जाती है यह ज़िंदगी।

कभी लोभ और ईर्ष्या से घिरी,
तो कभी संतोष और वात्सल्य से भरी,
प्रतिस्पर्धा में उलझाये रखती,
आशा निराशा लाती है यह ज़िंदगी।

कभी झूठ, कभी दिखावा,
नहीं है कुछ यथार्थ, बस एक छलावा,
खूब सारे खट्टे मीठे अनुभवों का,
असाधारण सा मिश्रण है यह ज़िंदगी।

पानी के बुलबुले की तरह,
सागर में उठती लहरों की तरह,
आसमान में बादलों की तरह,
क्षणिक है यह ज़िंदगी।

खूबसूरत लम्हों को कच्चे धागों में पिरोये हुए,
हर एक पल खुशी से जी लो,
आज है कल की खबर नहीं,
कभी भी साथ छोड़ जाती है यह ज़िंदगी।

सागर

- प्रतिभा तिवारी



कितना अथाह, विशाल है सागर
कितना कुछ समेटे हुए, अपने अंदर कितना कुछ समाहित किए हुए,
कितना ही क्षमताओं, संभावनाओं से युक्त ये विशाल महासागर
कितना अथाह, कितना विशाल है सागर।

इसकी तुलना मानव के हृदय से की जाती है,
मानव-मन में निवास करता ये महान सागर,
लक्ष्मीजी जिनकी बेटी हैं, हैं पूर्वज ये श्रीराम के,
सेतु बना है इस पर, ये हमारे पुराणों में वर्णित,
अपनी गरिमा लिए ये महासागर।

कभी थक-हारकर, इसके तट पर बैठकर,
यूँ ही इसे निहारते, अपने अंदर महसूस करने का मन करता है,
अपने अंदर भी इसके गुणों को धारण करने का जी करता है,
इतनी गहराई लिए ये गुणों का आदर्श महासागर।

यूँ तो बहुत ही शांत, स्थिर है ये सागर,
जो कभी नहीं लांघता अपनी मर्यादा,
लेकिन कभी धारण कर ले ये अपना विकराल स्वरूप,
तो कितनी ही तबाही मचा डालता है, ये विकराल महासागर।

प्रकृति का एक प्रमुख अंग, जो फैला सत्तर फीसदी तक, हमारे भूमंडल पर,
अलग-अलग नामों से पुकारा जाने वाला,
कहीं प्रशांत महासागर, तो कहीं अटलांटिक महासागर,
कितने ही आकार, कितने ही रूप यह धारण करता,
शांतचित्त हमारा प्यारा सागर।

साहस के पल

– सचिन कुमार



वीर तू बढ़े चल, बढ़ा कदम चला चल
जगाकर जोश अपने कर्तव्यों में, यूँ ही आगे चला चल
हिम्मत न हार, जज़्बा न खो, मिलेगी मंजिल यह सोच हर पल
मिला आँखें अपनी कठिनाइयों से, लड़ उनसे अपनी हिम्मत के बल,
वीर तू बढ़ा चल, बढ़ा कदम चला चल।

कर कोशिश और तोड़ दे गुरूर उसका,
द्वेष, भ्रष्टाचार और अनैतिकता का फैलाया हुआ ये जहर है जिसका,
नाकामियां कुछ बिगाड़ नहीं सकती तेरा
फिर से जाग, कर फतह, दे सीख
दिखा दुनिया को नया सवेरा।

किसने कहा कि मीठे होते हैं मेहनत के फल
बल्कि बहुत ही सुनहरे होते हैं वो पल,
जिसमें हम लिखते हैं अपना आने वाला कल।

जिंदगी मिलती है बड़े ही संयोग से
इसको सींचना है सत्कर्म एवं साहस के योग से
गर है रगों मे उबाल तो लगा दाँव साहस का
न डरना कभी वियोग से।

होती नहीं परेशानियां बड़ी
धैर्य से निकलता है हर परेशानी का हल
आज नहीं तो कल, इसलिए
वीर तू बढ़े चल, बढ़ा कदम चला चल।।

मजबूर हूँ क्योंकि मजदूर हूँ!!

– अंकिता रानी



मोहताज तो पानी के लिए भी हो गए हैं हम
खाना तो खुश नसीबी में मिला है
एक हवा ही थी जो यूँ ही मिल जाती थी
अब न जाने उसमें भी ज़हर घुला है

आता ही नहीं अब तो मैं इंसानों में
पर मिल जाऊँगा गरीबी के हर ठिकानों में
दूसरों के लिए तो शहर हम बसाते हैं
पर खुद झुग्गियों में जाकर सर छुपाते हैं

उठते हैं मुझ पर कई सवाल
घर जाने की आखिर क्या तड़प है तुझे ??
तो चाह मेरी बस इतनी है
चार लोग मिल जाए कंधा देने को मुझे

जब थक के चूर हो जाता है शरीर
और ना पेट में होता है खाना
तो उस माँ का चेहरा याद आ जाता है
जो खिलाती थी मुझे अपने हाथों से, आंसू भरे जज्बातों से

आज आंसू के प्याले लेकर हम लौटे हैं
कमाने गए थे निवाले, पैरों में छाले लेकर लौटे हैं

रोटी की तलाश में कल फिर निकलूँगा
और इस दुनिया में फिर कहीं गुम हो जाऊँगा
मजदूर ही तो हूँ साहिब, फिर शांत हो जाऊँगा।।

रिड्यूस, रीयूज एवं रीसाइकल

- सोमा करनावट



इस लेख का शीर्षक अंग्रेजी में इसलिए है क्योंकि अनुप्रास अलंकार वाले इन 3 शब्दों का अर्थ अगर सही तरीके से ग्रहण कर लिया जाए तो हम पृथ्वी को नष्ट होने से बचा सकते हैं। आज के उपभोक्तावादी युग में हम इतना तेज जीवन जीने के आदी हो गए हैं कि रुककर कुछ सोचने-समझने की फुर्सत हमारे पास नहीं है। हम लोग हर पारंपरिक वस्तु को हीन और त्याज्य समझने लगे हैं।

यह बात सही है कि पहले साधन कम होते थे तो लोग बहुत सोच-समझकर उनका उपयोग करते थे, और कुछ हद तक कंजूसी भी करते थे। लेकिन यह बात भी उतनी ही सही है कि वे प्राकृतिक संसाधनों का महत्व समझते थे और अनावश्यक नुकसान नहीं करते थे। पिछले दिनों वाट्सएप पर एक संदेश पढ़ने को मिला था जो हमारे माता-पिता की पीढ़ी को संबोधित कर लिखा गया था –

अम्मा, तुम हम सबको बहुत डाँटती थी -
'नल धीरे खोलो... पानी बदला लेता है!
अन्न नाली में न जाए, नाली का कीड़ा बनोगे!
सुबह-सुबह तुलसी पर जल चढ़ाओ, बरगद पूजो, पीपल पूजो, आँवला पूजो,
मुंडेर पर चिड़िया के लिए पानी रखा कि नहीं?
हरी सब्जी के छिलके गाय के लिए अलग बाल्टी में डालो।
कुत्ते के लिए एक रोटी, गाय के लिए एक रोटी रखो।
अरे कांच टूट गया है, उसे अलग रखना। कूड़े की बाल्टी में न डालना, कोई जानवर मुँह न मार दे।
ये हरे छिलके कूड़े में किसने डाले, नरक में भी जगह नहीं मिलेगी.....
माफ़ करना माँ, तुम और तुम्हारी पीढ़ी इतनी पढ़ी-लिखी नहीं थी पर तुमने धरती को स्वर्ग बनाए रखा,
और हम चार किताबें पढ़ कर स्वर्ग-नरक की तुम्हारी कल्पना पर मुस्कुराते हुए धरती को नर्क बनाने में जुटे रहे।

Reduce

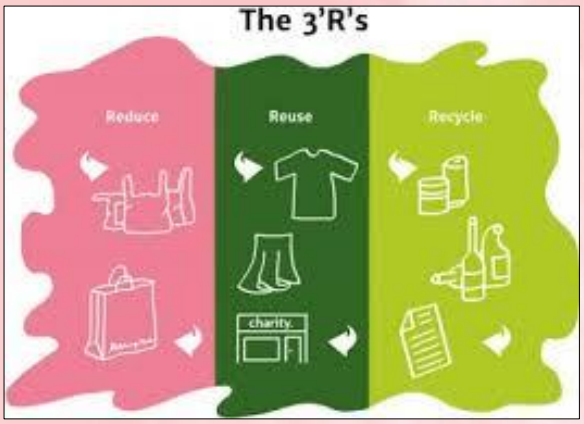
उपभोक्तावाद के युग में हम हर चीज ज्यादा खरीदने और संग्रह करके रखने लगे हैं। पहले लोगों के पास 8-10 जोड़ी कपड़े हुआ करते थे। पूरे घर के कपड़े एक अलमारी में आ जाते थे। अब एक-एक व्यक्ति को एक-एक अलमारी भी कम पड़ती है। इसी प्रकार, अन्य बहुत सारी वस्तुएँ जो पहले अस्तित्व में ही नहीं थीं, अब दिन दूनी, रात चौगुनी गति से बढ़ रही हैं। जितने नए-नए इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स (मोबाइल फोन, पॉवर-बैंक, आईपैड, लैपटॉप, किंडल, एलेक्सा वगैरह) आ रहे हैं, उन सबके अलग-अलग चार्जर, इयरफोन, कवर आदि चीजें भी बढ़ रही हैं। इसी तरह, सजावट की चीजें और रसोई के उपकरण भी इतनी तरह के आ रहे हैं, कि जब बाजार जाओ, कोई नई चीज दिखाई देती है और खरीदकर घर लाने का मन हो जाता है।

इसके अलावा, डियो, हेयर जेल, बाथरूम क्लीनर जैसे वे उत्पाद भी हैं जो विज्ञापन देखकर हम खरीद लाते हैं लेकिन अक्सर हमें उनकी वास्तविक आवश्यकता नहीं होती है। डियो बनाने में हानिकारक गैस का प्रयोग होता है और उसके डिब्बे के लिए टिन आदि धातुओं का। बाद में इनके निपटान में भी पर्यावरण को बहुत नुकसान होता है।

इसलिए, सबसे पहला कदम Reduce यानी कम करना होगा। हम अपनी इच्छाओं पर लगाम लगाएँ और अनावश्यक वस्तुओं की खरीद और संग्रह से बचें। खरीद कम होगी, तो धीरे-धीरे उत्पादन भी कम होगा। मॉडर्न अर्थव्यवस्था भले ही इसे अच्छा न माने, लेकिन धरती को बचाने के लिए यह कड़ा कदम उठाना बहुत जरूरी है।

Reuse

चीजें खरीदना कम करने के बाद, उनका पुनःउपयोग भी जरूरी है। हमारे पास जो वस्तु रखी है, उसे एक बार या कम बार प्रयोग करके उसे फेंकने से पहले उसका पुनःउपयोग करना चाहिए। उदाहरण के लिए, किसी कपड़े की सिलाई उधड़ गई है, तो उसे तुरंत फेंकने के बजाय सिलाई लगवाकर या रफू करवाकर कुछ दिन और इस्तेमाल करें। यदि अन्य किसी रूप में इस्तेमाल कर सकते हों, जैसे झोला बनाकर या छोटे बच्चों के कपड़े बनाकर, तो उस रूप में प्रयोग करें। इतना समय न हो, तो किसी और को दे दें, जिसके लिए वह उपयोगी हो। दान भी हो जाएगा और वस्तु की उपयोगिता भी बनी रहेगी।



इस विषय पर भी वॉट्सएप पर 2-3 संदेश आए थे –

1. एक भारतीय से किसी ने पूछा – आप टूथब्रश इस्तेमाल करते हैं?

भारतीय ने कहा – जी हाँ, हम टूथब्रश का जितना इस्तेमाल करते हैं, आप सोच भी नहीं सकते। दांत साफ करने के लिए इस्तेमाल करने के बाद, हम उसे कंघे साफ करने और अन्य बारीक सफाई में काम लेते हैं। उसके भी पूरी तरह घिसने के बाद, गर्म चाकू से उसमें छेद करके नाड़ा पिरोने के काम में लेते हैं।

2. पहले पिताजी का पैंट पुराना होने पर काटकर बच्चों का पैंट बनाया जाता था। वह भी खराब हो जाने पर हाफपैंट बना दिया जाता था। उसके बाद उसे सफाई के काम में लिया जाता था या एक हिस्से को दूध का झोला बना दिया जाता था। सफाई से रिटायर होने पर वह कपड़ा सायकल, स्कूटर आदि की ग्रीज वगैरह पोंछने के काम आता था। फिर चूल्हा जलाने के लिए इस्तेमाल किया जाता था। और अंत में चूल्हे की राख बर्तन मांजने के काम में ली जाती थी।

3. बचपन में हमारे पड़ोसी गर्मी के दिनों में देसी आम लाते थे। आम का रस निकालने के बाद उसके छिलके और गुठली को पानी में धोकर एकदम साफ कर लेते थे। उस पानी से गोटालो (आम के रस से बनने वाला एक खाद्य पदार्थ) बनाते थे। छिलकों को सुखाकर पीस लेते थे और उबटन के रूप में प्रयोग करते थे। गुठलियाँ सुखाकर फोड़ लेते थे। उनके छिलके चूल्हे में जलाकर पानी गर्म करते थे। उसके बाद उस राख से बर्तन साफ करते थे। गुठली की गोटी घी में सेककर मुखवास बनाते थे। इस प्रकार आम के आम, गुठली के दाम कहावत को अक्षरशः चरितार्थ करते थे।

मुझे याद है कि मेरी नानी भी आम की गुठलियों को सुखाकर उनकी गोटी की सब्जी बनाया करती थीं। इसके अलावा, तरबूज, मटर और आम के छिलकों की सब्जी भी बनाती थीं। मेरी दादी तुरई के छिलकों को पीसकर तिल और मूंगफली के दानों के साथ तेल में सेककर स्वादिष्ट चटनी बनाती थीं। चीजों के उपयोग की यह परंपरा बनाए रखने की बहुत जरूरत है। विश्व की जनसंख्या बढ़ती जा रही है और खाद्यान्न का उत्पादन उतनी मात्रा में नहीं बढ़ाया जा सकता। अतः यह बहुत जरूरी है कि हम खाद्य पदार्थों को भी फेंके नहीं। किसी न किसी प्रकार उसका उपयोग अवश्य करें। फल-सब्जी के छिलकों को कचरे में फेंकने के बजाय गाय आदि पशुओं को खिलाने की कोशिश करें।

Recycle

कम इस्तेमाल करने और पुनःउपयोग के बाद भी जो चीजें बच जाएं, उन्हें Recycle जरूर किया जाए। जैसे प्लास्टिक को कचरे में फेंकने की जगह कबाड़ी या recycling centre को दिया जाए, जिससे वे उसे पिघलाकर दूसरी चीजें बना लें। इसी तरह, कागज की लुगदी बनाकर गत्ता, paper beads, papeir mache आदि बनाने के काम में लिया जाए। धातु, कागज, थर्मोकोल, प्लास्टिक, कांच वगैरह जितने ज्यादा Recycle होंगे, उतना कम landfill में जाएँगे और जितनी कम-से-कम चीजें landfill में जाएँगी, उतनी ही धरती बचेगी। धरती का दम नहीं घुटेगा।

90 के दशक में बच्चों के लिए एक कार्टून सिरीज आई थी, जिसका नाम कैप्टन प्लैनेट था। इसमें 5 बच्चों के पास पंचमहाभूत की शक्तियाँ थी और जरूरत पड़ने पर उन शक्तियों को मिलाकर कैप्टन प्लैनेट का आह्वान किया जाता था। वे लोग धरती को बचाने के प्रयास में लगे रहते थे। उस सिरीज का नारा था – Reduce, Reuse and Recycle. यदि 25 साल पहले उसे गंभीरता से लिया गया होता तो शायद आज की स्थिति कुछ बेहतर होती। लेकिन अब भी हम जितने प्रयास कर सकते हैं, उतने अवश्य करते रहें। धरती को बचाने के महायज्ञ में सभी के प्रयासों की आहुति आवश्यक है। हम सब प्रयास करें तो हमारी पृथ्वी को बचाने में सफलता अवश्य मिलेगी।

जय हिंद।

मुक्ति की अभिलाषा- एक आत्म संवाद

- सुगंध मिश्रा

मृग भटके वन-वन पर कस्तूरी ना पाए,
एक सुगंध की चाह में, चन्हुओर दौड़ लगाए।1।
हर आकांक्षा पूर्ति की अभिलाषा,
पर क्या है सुख की परिभाषा।2।
अकूत धन या चिर यौवन,
गृहस्थ जीवन या वन उपवन।3।
क्या हर्षाएगा स्वाभिमान,
जब संसार देगा उच्च स्थान।4।
पर क्या वो जीत ना मात्र अहम की होगी,
इच्छा-समुद्र से क्या एक बूंद भी कम होगी।5।
क्या है समृद्धि की सीमा,
ऐश्वर्य अतुल या प्रेम वीणा।6।
पर कैसे होगा प्रेम चरितार्थ,
कौन डालेगा इस पर प्रकाश।7।
यदि पर-सुख में सुखी होना है प्रेम तो
फिर प्रतिफल की आशा क्यों।8।
जो कोई विनिमय ना करे तो
आती एक निराशा क्यों।9।
क्या जीवन का है मूल उद्देश्य
ईश्वर प्राप्ति या परमार्थ विशेष।10।
सबके महत्वपूर्ण होने की आवश्यकता क्या
जो जैसा है वैसा रहने में निरर्थकता क्या।11।
धरा पे जितने लघु जीव हैं,
आखिर वे भी तो उतने ही सजीव हैं।12।
ईश्वर ने जब सभी को बनाया,
तो मनुष्य ही इतना क्यों स्वयं पे अघाया।13।
स्वामित्व की इतनी उत्कंठा क्यों,
अप्राप्य की इतनी उत्सुकता क्यों।14।
इन आशंकाओं का विराम कहां,
है मुक्ति का निवास स्थान कहां।।15।।



रिश्ते

- सुगंध मिश्रा

रिश्ते मोहताज नहीं है अधिकारों के,
ये वो पौधे हैं जो समर्पण से उगाए जाए हैं।
जड़ें गहरी हो, तो ठहर जाते हैं,
दिलों की जमीन पे।
तो कभी खुद ही बना लेते हैं अपना रास्ता,
चंचल निर्झर नदिया की धार जैसे।
रंग-रूप बदल लेते हैं अपना,
आसमां में तैरते बादलों की तरह।
इन्हें तुम बांध नहीं पाओगे नामों में,
इन्हें तो सहेजना होगा संवेदनाओं के आंचल तले।
ये रातरानी की महक और चिड़ियों की चहक से रिश्ते,
जो जी सको तो जी लो अपने आज में।
क्योंकि प्रेम को कौन नाप सका है तराजुओं में,
क्या खुशबुओं को कभी ठहरते देखा है किसी ने।
जो ना समझोगे ये तो रह जाएंगे बस नाम के रिश्ते,
वरना कभी तेरा हाथ ना छोड़ेंगे ये बेनाम से रिश्ते।

मेरा प्रिय पक्षी

- मंत्रम वार्ष्णेय
पुत्र – जितेंद्र कुमार



पक्षियों का राजा बाज;
सबसे है वो ज्यादा खास,
ऊँचा-ऊँचा उड़ता है,
न कोई उससे भिड़ता है...

नजर उसकी दूर की,
बात है लंबे पंख की,
पंजे में शिकार फँसाता है,
सैर आसमान की कराने को,
उसे हवा से तेज ले जाता है...

कई तरह के होते बाज,
हारपी है सबसे खास,
करता शिकार सूरज की दिशा से,
अलग एकदम चील-गिद्ध से...

बारिश से ये बचने को,
बादल के ऊपर उड़ते हैं,
उसकी चोंच नुकीली होती,
स्त्री नर से बड़ी होती...

वेदों में पर्यावरण ज्ञान एवं आरोग्य: एक वैज्ञानिक दृष्टिकोण

– डॉ. आभा छाबड़ा



मानव जीवन का प्रकृति से शाश्वत सम्बन्ध है। जिस प्रकार प्रकृति पञ्च महाभूतों (अग्नि, वायु, आकाश, पृथ्वी एवं जल) का विशाल समन्वय है उसी प्रकार मानव शरीर भी इन्ही पञ्चभूतों से निर्मित है और इसका पर्यावसन भी इन्हीं महाभूतों में होता है। अतः हमारे शरीर पर वातावरण का प्रभाव पड़ना निश्चित है। 'पर्यावरण' शब्द, दो शब्दों – परि+आवरण से मिल कर बना है, जिसका अर्थ है 'चारों ओर से ढकना' या 'आस-पास का वातावरण' जो सृष्टि के संपूर्ण प्राणियों को प्रभावित करता है। वैदिक संस्कृति में प्रकृति प्रेम और उसका संरक्षण बहुत महत्वपूर्ण भाग है।

ईश्वर ने इस सृष्टि की सुन्दर और संतुलित रचना जीवों के कल्याण के लिए की। प्राकृतिक रुप में पर्यावरण विशुद्ध एवं प्राणीमात्र के लिए पोषक है। आज विज्ञान के आविष्कार मानव जीवन को भौतिक सुख-सुविधाओं से युक्त बना रहे हैं, परन्तु प्रकृति का अनावशयक दोहन व प्राकृतिक संसाधनों का दुरुपयोग प्रकृति में असंतुलन भी उत्पन्न कर रहा है। वेदों में पर्यावरण के महत्त्व को बताने वाले सैकड़ों मंत्र हैं तथा पर्यावरण को कैसे शुद्ध व संतुलित रखा जाये इसके विज्ञान सम्मत संपूर्ण उपाय भी दिये गए हैं। वेदों को सृष्टि विज्ञान का मुख्य ग्रंथ माना गया है।

हमारे ऋषि मुनि इस बात से परिचित थे कि प्रकृति का

वातावरण अर्थात पर्यावरण मनुष्य के शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक एवं अध्यात्मिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। वेद मानवीय मूल्यों का उद्घोष करता है। मानव जाति एवं संपूर्ण जगत के कल्याण की बात वेदों में कही गयी है; '*माता भूमिः पुत्रोऽहं पृथिव्याः*" की उद्दत भावना है। वैदिक साहित्य में दो प्रकार के देवता आते हैं- जड़ देवता तथा चेतन देवता। 'देवता' शब्द का अर्थ है 'देने वाला', देवत्व का आधार भौतिक पदार्थों की अलौकिक शक्ति और सामर्थ्य से है। प्राकृतिक पदार्थों जैसे- सूर्य, वायु, जल, पृथ्वी, इंद्र (बादल) को देवत्व की संज्ञा इसलिए दी गयी है क्यूंकि यह प्राणियों को निःस्वार्थ भावना से देते ही रहते हैं। यजुर्वेद में कहा गया है – '*देवो वः सविता प्रपार्यतु श्रेष्ठतमाय कर्मणे*' अर्थात देवताओं को यज्ञ द्वारा प्रसन्न किया जाये, प्राकृतिक साधनों को शुद्ध एवं संतुलित रखा जाये। ऋग्वेद का प्रथम मंत्र है –

'*ॐ अग्निमीळे पुरोहितं यज्ञस्य देवमृत्विजम् । होतारं रत्नधातमम्*" *(ऋग्वेद- 1-1)*

इस मंत्र में अग्नि शब्द का अर्थ ईश्वर भी है और भौतिक अग्नि भी है। इस मंत्र से स्पष्ट है कि आज जो सौर उर्जा के प्रयोग किये जा रहे हैं, मानव हित के लिए प्राकृतिक संसाधनों के वे प्रयोग प्राचीन काल में भी होते थे। इसीलिए वैदिक युग में समस्त सृष्टि में सुख-शांति व समृद्धि का वातावरण था।

गंगा, यमुना आदि नदियों के पूजन का अर्थ यह है कि उनकी पवित्रता व शुद्धता बनाये रखी जाये। हमारे पशु व हमारी संतानें सुखी हों, हम अनेक गायों के स्वामी हो। हमारे घर अन्न, दूध एवं रसीले पदार्थों से भरे रहें, हम अपने पर्यावरण को शुद्ध रखें।

'*गोपतौ स्यात् वहवीर्यं जमानस्य पशुं पाहि, इन्द्रों विश्वस्य राजति, शन्नोऽस्तु दिव्पदे चतुष्पदे*"। *(यजुर्वेद 36-8)*

केवल भौतिक घटक ही नहीं, अपितु मानसिक विचारों का भी पर्यावरण पर प्रभाव पड़ता है। मधुर वाणी और संगीत की लहरें मानव ही नहीं पशु-पक्षी, वनस्पति पर भी अपना प्रभाव डालती हैं। उसी तरह बुरे विचार, हिंसा, क्रोध, ईर्षा-द्वेष आदि का प्रभाव जड़ तत्वों पर भी होता है। हजारों वर्ष पूर्व भारतीय वैदिक ऋषियों ने मनोविज्ञान की गहराई में जाकर उक्त सिद्धान्तों को खोज निकाला था जो आज के विज्ञान के लिए दीप स्तंभ की तरह दिशा निर्देशक हैं।

'मा भ्राता भ्रातारं देष्टि, मा नो मर्ता अभिद्रुहन।" (यजुर्वेद 1.5.10)

इसका अर्थ है, भाई-भाई से द्वेष न करे, मनुष्य आपस में द्वेष न करें। घातक विचार समाज का पतन व पवित्र विचार और भावना पर्यावरण और समाज को आनंदमयी बनाते हैं।

हमारे वेदों में पर्यावरण के महत्त्व के साथ ही उसे कैसे शुद्ध, पवित्र और संतुलित रखा जाये इसके उपाय भी बताये गए हैं। वेद का आदेश है – 'हे मानव तू यज्ञ कर'। व्यक्तिगत आरोग्य एवं वायुमंडल की शुद्धता - दोनों ही लाभ यज्ञ से मिलते हैं। वैज्ञानिक दृष्टि से पदार्थ कभी नष्ट नहीं होता उसका केवल रुप परिवर्तित होता है।

(पृ. 34 पर जारी)

मजदूर महिला

– अंजना सिंह
विवाहिती – सुनील सिंह



एक दिन अपने झरोखे से देखा कि घर के पीछे एक सुन्दर महिला रहती है।
यूँ तो कुछ खास नहीं वो सबके लिए, पर मुझको सोन परी सी लगाती है।
अमीरों के आशियाने बनाकर, खुद कड़ी धूप में तपती है।
अपने लिए टीन की चादर चढ़ाकर, बस कुछ समय ही उसमें रहती है।
पर उसको भी मंदिर सा सजाकर, चप्पल बाहर उतारकर उसमें प्रवेश करती है।
सुबह घंटों पानी के लिए लाइन में जाकर, घर के सारे काम समय पर करती है।
बच्चों को सम्भालकर, अपने परिवार के लिए खाना पकाती है।
पति और बच्चों को खिलाकर, थोड़ा खाना टिफिन में पैक भी करती है।
भूख तो उसको भी लगी होगी, पर न जाने क्यों, बिना खाये ही काम पर निकल जाती है।
हाँ वो भी काम पर जाती है, पर काम-काजी महिला नहीं, वो मजदूर कहलाती है।
सर पर बोझा उठाकर, साथ ही, कमर पर अपने बच्चे को उठाती है।
और कहीं आस-पास कपड़े का झूला बनाकर, छोटे बच्चे को सुलाती है।
सर्दी, गर्मी, आँधी, तूफान हँसते-हँसते सब सह जाती है।
है तो उसकी भी कोमल काया, लेकिन पत्थर को भी तोड़ जाती है।
कितना भी काम करे, लेकिन माँ का फर्ज भी हर वक्त निभाती है।
खुद तो कड़ी धूप में तपती है, साथ ही बच्चों को भी मजबूत बनाती है।
वहीं काम के बीच जब वो एक घंटे की छुट्टी पाती है।

वो एक घंटा भी पति और बच्चों की सेवा में लगाती है।
पहले पति को खिलाकर, फिर बच्चों को खिलाती है।
खुद बचा-खुचा खाकर, वो फिर से काम पर लग जाती है।
वो तो जैसे बस जीने के लिए ही खाती है, फिर भी जाने कैसे इतना बोझा उठा पाती है।
पूरा दिन काम करके भी बेचारी सिर्फ 100 या 200 ही कमा पाती है।
बच्चों के लिए कुछ खरीद लूँगी, यह सोचकर ही खुश हो जाती है।

शाम को घर भी कुछ आराम नहीं वो पाती है।
खाना बना-खिलाकर घर के काम निपटाती है।
सोने का समय आये तो पहले बच्चों को सुलाती है।
बच्चों को टीन की चादर तले सुलाकर खुद भी वहीं सिमट सो जाती है।
न कुछ पाने की इच्छा, न कुछ खोने का डर, हमेशा खुश और संतुष्ट नजर आती है।
पुरानी फटी साड़ी में भी रानी सी नजर आती है।
उस साड़ी के घूँघट में भी हमेशा मुस्कराती है।
अपने बच्चों को स्कूल भेजना है, पर इस इच्छा को वह छिपा जाती है।
वह भी अपने बच्चों को पढ़ाना चाहती है, पर कुछ कर ही नहीं पाती है।
पूरा दिन काम करके भी, वो सिर्फ मजदूर महिला ही कहलाती है।

हिंदी जान हमारी है

– अंजना सिंह
विवाहिती – सुनील सिंह



हर अक्षर का है सम्मान यहाँ, कोई न किसी पर भारी है।
सुन्दर, मीठी, सहज, सरल देखो ये कितनी प्यारी है।।
धर्म, जाति का भेद न करती, सबके भावों को दर्शाती है।
हमको इस पर अभिमान बड़ा, ये हिंदी जान हमारी है।।
विचार-संचार का साधन है, ये हम लोगों की आभिलाषा है।
गर हम भारतवासी हैं, तो यह हिंदी पहचान हमारी है।।
यह है जन-जन की भाषा और क्रांति की परिभाषा है।
संस्कृत की दुलारी बेटी, हिंदी मातृभाषा हमारी है।।
हिंदी ही गौरव है अपना, ये अपनी बुलंद आवाज है।
भारत के माथे की बिंदी, ये ही बुनियाद हमारी है।।
यही गद्य है यही पद्य है यही दोहा और छंद बनी है।
नहीं सेविका है यह हिंदी, हिन्दुस्तान की रानी है।।
अब बच्चों से क्यों कहते हैं अंग्रेजी-अंग्रेजी बोलो।
बहुत हो चुका अब सच बोलो, हिंदी साहित्य हमारी है।।
गर अंग्रेजी में बक-बक कर ले तो पढ़े लिखे समझे जाये।
हम हिंदी जब अपनी बोलें न समझो कि धूर्त-गँवार नर-नारी है।।
ये बात बहुत पहले की है हम अंग्रजों से मुक्त हो चुके।
तन से तो हम मुक्त हुए है परन्तु मन में गुलामी जारी है।।
न जाने क्या दौर आ गया हिंदी है परेशान।
क्या लाज नहीं आती है सबको ये हिंदी मात हमारी है।।
कहीं नींद में न सो जाए ये प्यारी हिंदी भाषा।
थपकी करके इसे जगा लो ये अपनी जिम्मेदारी है।।
अंग्रेजी को पीछे छोड़ो पहनाओ हिंदी को ताज।
दुनिया की सब भाषाओं पर अपनी हिंदी भारी है।।
आओ आज ये प्रण कर लें हिंदी को प्रथम स्थान दिलाना है।
इसने हमको जनम दिया है ये जन्मदात्री हमारी है।।
हिंदी जान हमारी है।

कोरोना की छुट्टियाँ

– अदिति शर्मा
पुत्री – अजय कुमार शर्मा



जब भी पहले छुट्टी आती थी
हमको बहुत ही भाती थी
नए दोस्त नए तोहफे पाते
दोस्तों के साथ ऊधम मचाते
दो-तीन लप्पड़ भी खाते।

पर जब से कोरोना आया
छुटिट्यों का बैंड बजाया।

मैं, दीदी, दोस्त और भैया
कहते हैं बस 'ईश्वर' खेवैया
खोलो सब स्कूल कॉलेज हमारे
अब थक गए बच्चे तुम्हारे।

मम्मी पापा मोदी जी सब समझाते
मास्क पहनो, हाथ धोओ दूरी रखो
बस, बस, बस करो क्या जान हमारी लोगे
लाओ जल्दी से वैक्सीन
दुख दूर करो सारे।

टीचर जी अब याद आपकी आती है
ऑनलाइन पढ़ाई अब हमको नही भाती है
सो-सो के मैं थक गई हूं
कद्दू जैसे पक गई हूं।

तन्हाई और मन की तरंग

- श्रेया मिश्रा
विवाहिती – इंद्रनील मिश्रा



तन्हाई में मन स्वप्निल। विपरीत में यह भी कहा जा सकता है मन स्वप्निल और इसलिए तन्हाई का आनंद ले सकते है।

हर दिन सुबह उठकर खिड़की से देखती हूँ कि कुछ बच्चे पार्क में तेज साइकिल चलाते हैं, कुछ झूला झूलते हैं। बाकि बच्चे आसपास इंतज़ार कर रहे होते हैं कि कब बैठने की जगह मिल जाये। बाहर ताजे फल सब्जी के ठेले से पानी टपकता है। मेरी उम्र के कुछ लोग चेहरे पर सुबह की रोशनी मलकर दफतर जाने के लिए गाड़ी निकालते हैं। जिन पेड़ों के पत्ते अभी तक गाड़ी के शीशे में अपना चेहरा देख मुस्करा रहे थे उनके सामने से आईना हट जाता है। तोता और मैना के खेल को पूरी तरह से अनदेखा करते हुए दो-तीन गिलहरियाँ बालकनी से छलांग लगाकर नीम के पेड़ के एकदम ऊपर चढ़ जाती हैं और इन्हीं नजारों के बीच पल भर के लिए कुछ सपने भी दिखा जाती है।

लेकिन सपने किसी को बताए नहीं जाते, उन्हें तो बस डायरी के पृष्ठों में लिखकर डायरी को कसकर बंद कर दिया जाता है। ताकि सबकी नजरों से दूर वह सुरक्षित रहे। इन सब बातों पर कई सालों पहले तक विश्वास रखती थी मैं। आश्चर्य की बात तो यह है कि क्या अनन्त का विस्तार, मिट्टी की सोंधी खुशबू, पके आम की

मिठास और बच्चों की बचकानी हरकतों को किसी की नजर नहीं लगती? निश्चित रूप से लगती होगी तो भी परम प्रकृति खिल उठती है। और सभी नजरों को आश्रय देती है। कुछ इस तरह उन्हीं को देखते हुए सभी अंधविश्वास गहरी अंधेरे में विलुप्त हो गया। विषयांतर से विषय पर लौटते हैं। सपने आते हैं खुले मैदान के। खुले मैदान, हम साँसों में ताजी हवा भरकर एक-दूसरे का हाथ थामे खिलखिलाते हुए मैदान को पार कर रहे हैं। सपने में आते हैं टैगोर के कुछ गीत, जो अंतरात्मा को परिभाषित करते हैं, उन्हें गाते हुए मन की भावनाओं को सुर में व्यक्त कर रही हूँ।

गहरी नींद में आये हुए सपने तन्हाई का आईना नहीं दिखाते। ऊँची-नीची राहों पर चलते कई राही दिख जाते हैं। उनके इंन्द्रधनुषी व्यक्तित्य निष्कर्ष में परमात्मा का अनुभव कराते हैं। बुरे ख्वाब भी आते हैं कभी-कभी, रूह काँप उठती है। तब अपने आपको विश्वास दिलाती हूं कि सपना ही था और फिर धीरे-धीरे परम सत्य में आश्रय लेती हूँ।

प्रतीक के दोहे

- प्रतीक जैन



झूठों का हो शोर जहां, सच रहता हो शांत
ऐसी दुनिया का सदा होता करूणांत।

रावण वध पर शोक नहीं, पर्व मनाया जाय,
ऐसे शठ के साथी का, अंत ही चाहा जाए।

दोहे गीत कहावतें सुना कर बने महान,
खुद ही बूझ न पाए जो, क्या देंगे वे ज्ञान।

बात एक है, शब्द अनेक, खुद से करें संवाद
मौका निकल जो जाय तो फिर न आवे बाद।

ध्यान कहीं है, मन कहीं, काम करे तीजा,
सुख क्या हो जो न रुके, बरसा अंबुजा।

मानुष हँसे रोए पिशाच, असुर-संहार निहार,
मानव देह में बैठे हैं, ऐसे धूर्त हजार।

हाथों को करके पखाल, दो गज का अंतराल,
हारेगा यह कोरोना, बस इतना संभाल।

कहने मात्र है कई मित्र, सच्चा यार कहाँ,
आंख आगे पाप घटे, कहे प्रमाण कहाँ।

वर्ग पहेली

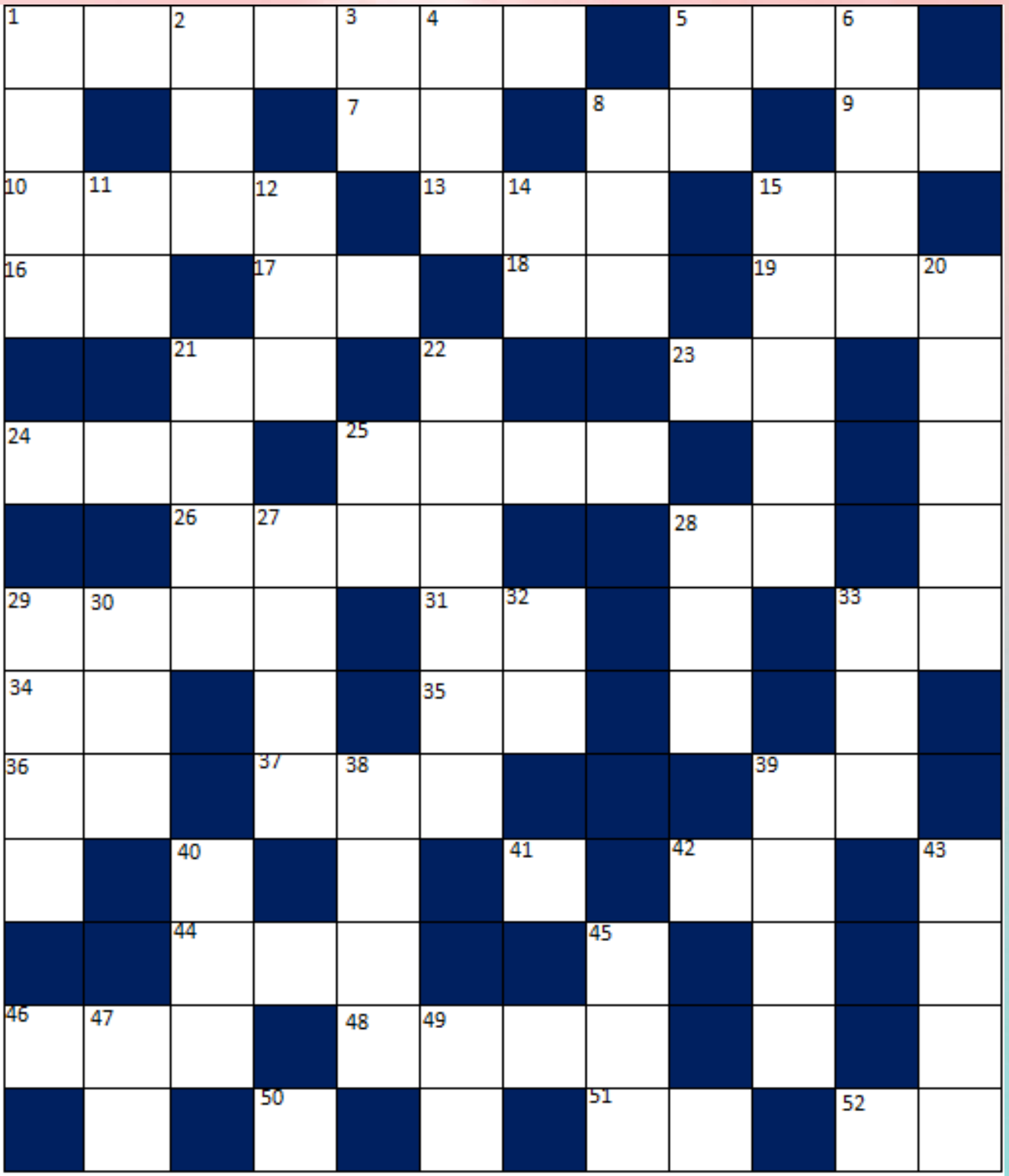
- आशिष सोनी



चाबी : बाएं से दायें		
क्रम	चाबी	शब्द
1	इनका असली नाम है - नरेन्द्र दत्त	2,5
5	जो गाना गाता है	3
7	अभिमान	2
8	मोरारी बापू राम_____ सुनाते हैं।	2
9	खून	2
10	डरावना	4
13	वंदन	3
15	क्या ____, क्या जलवे तेरे पारो	2
16	दूल्हा	2
17	कर, हस्त	2
18	हम इससे लेते है साँस	2
19	ध्वज	3
21	____ तेरी मोरनी को मोर ले गए	2
23	जहाँ _____, वहाँ राह	2
24	अमिताभ बच्चन के चलचित्र का नाम	3
25	रूठना	4
26	इसकी _____ बेहतरीन है।	4
28	_____भूमि, युद्धभूमि	2
29	अजय _____, एक उपनाम	4
31	पढ़ाई के लिए विख्यात शहर	2
33	_____ खाए सैयां हमारो	2
34	मैं ____ मस्तक उनको सुनता रहा।	2
35	समाधान, किसान चलाता है	2
36	मंदिर में होती है ____पेटी	2
37	असली - _____	3
39	सच	2
42	ज्यादा का विरोधी	2
44	Amount का हिंदी	3
46	सहायता	4
48	मिजाज़, health का हिंदी	2
51	एक दूसरे से करते हैं प्यार ____	2
52	_____ कैसा है जनाब का	2

चाबी : ऊपर से नीचे		
क्रम	चाबी	शब्द
1	खुद का अनुभव	4
2	विधि का _____ बदला नहीं जा सकता।	3
3	_____ के ना काज के, दुश्मन अनाज के	2
4	दुलारा, पुत्र	4
5	राणा प्रताप की वीर _____	2
6	taxpayer का हिंदी	4
8	सुवर्ण, सोना	3
11	दोस्त	2
12	हमारी अधूरी _____	3
14	ना, इन्कार	2
15	बच्चों का _____ करके भीख मंगवाते हैं।	5
20	Implementation का हिंदी	5
21	वयस्क का विलोम	4
22	भारतीय क्रिकेट टीम के एक कप्तान	3,3
25	नौका	2
27	उसका संबंध बहुत बड़े ____ से है।	4
28	अभिज्ञान शाकुंतलम, कवि कालिदास की _____ है।	3
29	जिस पर कर्जा चढा है	4
30	ए मेरे _____ के लोगों, देश	3
32	फ़िलहाल तो उसने मेरी बात _____ दी।	2
33	Western का हिंदी	3
38	_____ से _____ तक, चलचित्र का नाम	4
39	तन, मन, धन से अर्पण	4
40	हिन्दू पंचांग के अनुसार अश्विन मास की पूर्णिमा, _____ पूर्णिमा	3
41	अक्कड बक्कड बम्बे बो,अस्सी नब्बे पूरे __	1
43	जिसका कोई मोल न हो	4
45	सपाटी, Surface का हिंदी	3
47	_____ मारो _____, मिट जाए गम	2
49	Sell का हिंदी	2
50	माता	1

पिछले पृष्ठ पर दिए गए शब्द संकेतों के आधार पर वर्गपहेली भरिए।



(उत्तर अगले अंक में)

एक मासूम की मनोदशा

- जितेंद्र कुमार



भाई को बस से आते जाते देख,
वो भी अब मचलने लगी,
उसी का आई-कार्ड गले में डाल,
बनाने चली अपनी पहचान,
कभी गिरती उठाते हुए बैग,
कभी रोक लेती जाने का रस्ता,
बड़ा मनमोहक उनका ये रिश्ता...

स्कूल जाने का रुदन सुन,
माँ होने लगी गुमसुम,
झकझोर कर मन को,
मासूम जिद के आगे,
झुकना पड़ा हम सबको...

उत्साह अबोध, मासूम चेहरा,
डेढ़-दो फिट की, वो नन्हीं सी बाला,
आँखों में बालपन, शर्मीली मुस्कान,
छोटे से हाथों से, गिरते बैग को सँभाल,
नन्हें-नन्हें क़दमों से, अनजानी राहों पर,
जीवन की पहली सीढ़ी चढ़ने चली,
एक नन्हीं-सी बाला, बाय करती चली...

पसीने से लथपथ, कोमल सी काया,
वापसी में चाहती, माँ के आँचल के छाया,
कुछ दिन बीते, बीते फिर माह,
इधर समय का विपरीत होने लगा प्रवाह,
विज्ञानी खोज रहे थे, अणु और परमाणु,
तभी शैतानी खोजों से जन्मा एक विषाणु...

फंस के रह गयी दुनिया, इस वायरस के पासों में,
लग गये लॉक, सकल विश्व के इंसानों की सांसों में,
बस बंद, फ्लाइट बंद, ट्रेन रद्द,
क्या स्कूल-क्या ऑफिस,
बाहर पुलिस का डर,
घर से निकालना दूभर...

दिन-रात का अन्तर मिटता दिखा,
शख्स-शख्स से ही आतंकित हुआ...
चूलें हिल गयीं, रौनक लुट गयी,
अर्थ-व्यवस्थायें हुईं विध्वंस,
धरे रह गये थाली-दिये-शंख...
सड़कें सूनी, पार्क भी सूने,
नहीं शोर-शराबे अब गलियारों से,
नहीं पुकार स्कूल वैनों की अब,
अजब शान्ति का घेरा हर ओर...
कतराने लगे, अपने ही अब अपनेपन से,
थमने लगे, कोलाहल जीवन के,
पार्कों में पसरे सन्नाटे, स्कूलों में वीराने,
मंदिरों में भी पड़ गये ताले,
महामारी के शूल, बिखरे चारों खाने,
छुटपन संजो रहे सब, घर की चारदीवारी में...

देख, सुबह की चंचल किरणें,
नवीन उमंग एक उसमें कौंधी,
कुछ देर के लिये, ले चलो ना बाहर,
बुझी हुयी सी आस,
कह ना सकी आगे कुछ खास,
पापा देखो! अभी नहीं हुयी है रात,
कुछ समझाते ही, फिर से उदास,
ढूँढ रही वह अपने,
चंद रोज पहले के, दिवस पुराने चार..

एक रोज कर बैठी जिद,
जाऊँगी, आज मैं भी स्कूल,
ममी जल्दी चोटी कर दो,
देखो मैंने झट से पी लिया दूध,
लेके आती अपना बैग, पापा रुको...

नजरें चुराता, मैं निकला वहाँ से,
छिपता छिपाता स्वयं को,
भागा वहाँ से,
निरुत्तर-सा, बुझा-सा,
कितना असहाय-सा मैं,
मूक बन, सुनता रहा,
रुदन तीव्र उसका निरंतर,
स्वयं मंद पड़ता गया, वो करुण स्वर,
शायद ! शायद नहीं थी तीव्रता उतनी,
कि पाट पाता लगातार बढ़ती,
उस अबोध बच्ची और चलती कार की दूरी...
शतरंजी प्यादे बन हम
निरुत्तर-से, क्रूर नियति झेल रहे,
अस्त्र-शस्त्र बिना, क्रुद्ध विज्ञानी युग के,
समर युद्ध में खड़े हुये,
बस मौन खड़े हम देख रहे,
बस मौन खड़े सब देख रहे...

भारत में कृषि की स्थिति – तब और अब

- अंकिता रानी



खानाबदोश जीवन से व्यवस्थित जीवन की ओर जाने की मानव के विकास की प्रक्रिया में कृषि एक बहुत ही महत्वपूर्ण घटक है। कृषि, प्राचीन समय के मात्र निर्वाह स्तर से बढ़कर अब एक व्यावसायिक गतिविधि बन गयी है, उसकी जड़ें समाज में काफी गहरी हैं जिसके बिना जीवन व्यापन संभव नहीं है।

भारत में कृषि, जिसकी नींव सिंधु घाटी की सभ्यता ने डाली थी, ने कई उतार-चढ़ाव के बाद समृद्धि का एक स्तर हासिल किया क्योंकि विविध सम्राटों के शासन काल में अलग-अलग भूमि नीतियों ने इस गतिविधि के विकास को काफी प्रभावित किया। किन्तु ब्रिटिश शासन के अंत तक भारतीय किसानों की स्थिति काफी दयनीय हो गई थी और पारंपरिक भारतीय कृषि पूरी तरह से बिखर गई थी क्योंकि कृषि का व्यावसायीकरण और किसानों के बीच भेदभाव अभूतपूर्व स्तर पर हुआ था। भारत शुद्ध निर्यातक से शुद्ध आयातक के रूप में परिवर्तित हो गया। इसके कारण भारतीय किसानों का अधिशेष ब्रिटेन में स्थानांतरित होने लगा जिसने भारतीय अर्थव्यवस्था को बहुत गहराई तक चोट पहुंचाई। बहुत उच्च कर की मांग, जमींदारवाद और बंधुआ मजदूरी में वृद्धि के कारण किसानों की स्थिति बहुत अस्थिर हो गई। भारतीय हस्तशिल्प और कारीगर उद्योग के विनाश और आधुनिक उद्योग में विकास की अनुपस्थिति ने कृषि पर एक विशाल जनसंख्या का दबाव बना दिया जबकि भूमि अत्यधिक खंडित थी और ग्रामीण आबादी का लगभग 75% हिस्सा भूमिहीन था। ऊँचा ब्याज लेने वाले साहूकारों से बड़ी मात्रा में उधार लेने के कारण अत्यधिक ऋणग्रस्तता और संस्थागत ऋण की कमी ने किसानों की गिरती स्थिति में विस्तार कर दिया।

जस्टिस रानाडे ने कहा है : "जो लोग खेती करते हैं, उनका उनकी जमीन से पूर्ण तलाक एक राष्ट्रीय बुराई है।"

इस प्रकार के शोषण के कारण ब्रिटिश शासन के खिलाफ कई किसान आंदोलनों का सृजन हुआ जैसे चंपारण सत्याग्रह, इंडिगो विद्रोह, डेक्कन के दंगे, एका आंदोलन, बारदोली सत्याग्रह, मपिला विद्रोह, तेभागा आंदोलन आदि। ये आंदोलन ब्रिटिश शासन और उनके द्वारा किये गए किसानों के शोषण के लिए एक सीधी चुनौती थे। ये आंदोलन बड़े पैमाने पर किसानों की स्थिति में सुधार करने में सक्षम नहीं थे, हालांकि राष्ट्रीय विद्रोह में इनका महत्वपूर्ण योगदान रहा। 1901 से 1941 के बीच प्रति व्यक्ति उत्पादन में 14% और खाद्यान्न उत्पादन में 24% की भारी गिरावट के कारण, आजादी के बाद भी, भारत को खाद्यान्न की कमी का सामना करना पड़ा और लगभग 1 करोड़ 40 लाख टन खाद्यान्न का आयात लगभग 1000 करोड़ रुपये में करना पड़ा। भारत इस समय गंभीर खाद्यान्न समस्या का सामना कर रहा था, इसलिए, स्वतंत्रता के ठीक बाद किसान उत्पादकों पर विभिन्न प्रकार के कानूनी और अवैध बोझ को कम करना, अर्ध-सामंती बिचौलियों को हटाना, किरायेदारी की शर्तों में सुधार करना, सस्ते ऋण प्रदान करना, कृषि में निवेश और आवश्यक बुनियादी ढाँचे को बढ़ाना और वैज्ञानिक अनुसंधान के लिए प्रेरित करना नीति निर्माताओं के लिए बड़ी चुनौती था।

इसके लिए बहुस्तरीय रणनीति अपनाई गई, जिसमें भूमि सुधार की प्रक्रिया दो चरणों में की गई: प्रथम चरण जो कि स्वतंत्रता के बाद से 1960 के शुरुआती दिनों तक जारी रहा, जिसमें भूमि समेकन, ज़मींदारों जैसे बिचौलियों के उन्मूलन और किरायेदारों को सुरक्षा प्रदान करने जैसे विभिन्न कदम उठाए गए। इसके साथ ही किरायेदारों को मालिकाना हक दिलवाना, बंधुआ मजदूरी को समाप्त करना और सहकारीकरण और सामुदायिक विकास करवाने का भी प्रयास किया गया। द्वितीय चरण तकनीकी सुधारों का चरण था जो कि 1960 के दशक के अंत में शुरू हुआ जहाँ 'ऑपरेशन फ्लड' के अंतर्गत भारत को डेयरी उत्पादन में आत्मनिर्भर बनाने में सहकारी समितियों की भूमिका को उजागर किया गया। साथ ही 'हरित क्रांति' का सृजन हुआ जिसमें उत्पादन बढ़ाने के लिए अधिक उपज देने वाले बीज, रासायनिक उर्वरकों और प्रौद्योगिकी का उपयोग किया गया। सिंचित क्षेत्रों में अधिक मात्रा में खाद्यान्न का उत्पादन और कृषि में अनुसंधान को बढ़ावा दिया गया। इस चरण में पड़ोसी चीन (1962) और पाकिस्तान (1971, 1975) के साथ दो बड़े युद्ध हुए, किन्तु खाद्यान्न की कमी की स्थिति अभी भी नहीं सुधर पाई थी। इन परिस्थितियों में, 1964 में नेहरू की मृत्यु के बाद, जब श्री लाल बहादुर शास्त्री ने प्रधानमंत्री के रूप में शपथ ली, उन्होंने 'जय जवान, जय किसान' का नारा दिया जिसके द्वारा उन्होंने सैनिकों को सीमाओं पर लड़ने और किसानों को अनाज उत्पादन पर ध्यान केंद्रित करने के लिए नैतिक रूप से प्रोत्साहित किया।

'हरित क्रांति' का आरम्भ भारत में एम. एस. स्वामीनाथन ने किया। इसकी सहायता से भारतीय खाद्यान्न उत्पादन को ऐसे स्तर तक ले जाने में काफी हद तक सफल रहे, जिसने भारत को आत्मनिर्भर बनाया। इसके साथ ही देश खाद्यान्न का निर्यातक भी बन गया।

इसका सबसे ज़्यादा लाभ पंजाब, हरियाणा और बिहार के किसानों को हुआ और भूमि की उर्वरता पर भी असर पड़ा है। आज, भारत चावल, मांस, मसाले, कच्चे कपास, चीनी आदि जैसे खाद्य पदार्थों का महत्वपूर्ण रुप से निर्यात करता है और कुछ विशेष कृषि उत्पाद जैसे कि बासमती चावल, ग्वारगम और अरंडी के तेल में निर्यात की प्रतिस्पर्धा भी विकसित की है। साथ ही इस कहावत को भी सिद्ध किया है :

'किसान एक ऐसा जादूगर है जो कि मिट्टी से मुद्रा का निर्माण करता है।'

न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) पर खुली खरीद, कृषि उपज विपरण समितिओं (APMC) में उपज बेचने का प्रावधान, सार्वजनिक क्षेत्र के ऋण (PSL) मानदंड के द्वारा संस्थागत ऋण का प्रावधान जैसे विभिन्न पहलों के माध्यम से सरकार द्वारा उच्चतम गुणवत्ता और मात्रा में उत्पादन का समर्थन किया जाता है।
माल संचयन और काला बाजारी को रोकने के लिए कृषि उत्पाद का वर्गीकरण आवश्यक उत्पाद के रुप में किया गया है। बिजली और उर्वरक सब्सिडी का प्रावधान, टीओपी (टमाटर, प्याज, आलू) की कीमतों में भारी वृद्धि या गिरावट की जाँच के लिए निगरानी प्रणाली भी इसी क्षेत्र में सरकार द्वारा उठाये गए कुछ कदम हैं।

लेकिन संसद द्वारा हाल ही में पारित किये गए तीन कृषि बिलों ने किसान समुदाय के मन में कई शिकायतों और शंकाओं को जन्म दिया है। देश भर के किसान इन बिलों के प्रावधानों से आशंकित हैं कि इनसे न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) का युग समाप्त हो जाएगा जबकि यह उनके लिए सरकार की ओर से एक महत्वपूर्ण सहयोग साधन है। और साथ ही साथ कृषि के निगमीकरण को भी काफी हद तक बढ़ावा देते है जहाँ गरीब और कमजोर किसान कॉरपोरेट्स द्वारा आसानी से दबा दिए जा सकते हैं। इसके अलावा, ऐसा भी अंदेशा है कि जब तक माल की कीमतों में बहुत तेजी से वृद्धि या गिरावट नहीं दिखेगी, तब तक सरकार द्वारा कृषि क्षेत्र में कोई हस्तक्षेप नहीं किया जाएगा। जबकि सरकार ने इन्हें लंबे समय से प्रतीक्षित सुधारों की संज्ञा दी है और चिंताओं का उल्लेख करते हुए कहा है कि न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) शासन का कभी अंत नहीं होगा। साथ ही इन बिलों के दीर्घकालिक लाभों का आश्वासन दिया है जो कि किसान को उच्च लाभ और उत्पाद की सुनिश्चित बिक्री हासिल करने में सहायता करेंगे।

किसानों और सरकार के बीच की तनातनी ने दिल्ली के विभिन्न सीमावर्ती स्थानों और देश के अन्य क्षेत्रों में लगभग 1.5 महीने तक किसानों द्वारा शांतिपूर्ण आंदोलन देखा है, जो कि लाल किले में गणतंत्र दिवस समारोह के बीच अचानक से हिंसक हो गया। भारत देश, जो कि मुख्य रुप से एक कृषि अर्थव्यवस्था है जहाँ 57% कार्यबल कृषि में लगे हुए हैं और कृषि सकल घरेलू उत्पाद में 18% का योगदान करती है वहाँ ऐसा संघर्ष सरकार के प्रति विश्वास की कमी पैदा कर सकता है और उत्पादन कम कर सकता है। जिसकी बहुत आशंका है, संभवतः गरीब किसान का शोषण और कृषि गतिविधि में समग्र रुचि में भी कमी ला सकता है

इस मुद्दे को जल्द से जल्द चर्चा, बहस और किसानों के दृष्टिकोण और चिंताओं को ध्यान में रखकर हल किया जाना चाहिए। सरकार का यह रुख कि किसानों के मन संदेहित है और वे इन सुधारों के दीर्घकालिक लाभों को समझने में असमर्थ हैं। कृषक समुदाय अनजान, अशिक्षित और अपना भला समझने में असमर्थ है, इस रुढ़िवादिता ने किसानों का पलड़ा हल्का कर दिया है। इसलिए, किसानों के साथ सरकार को सभी स्तरों पर स्पष्ट विचार-विमर्श आवश्यक ही करना चाहिए, जहाँ किसानों को अपनी चिंताओं को उजागर करने का अवसर दिया जाए और उन चिंताओं और सुझावों के आधार पर अधिनियम में उचित संशोधन किए जाएँ। संभवतः, यह सबसे अच्छा समाधान होगा जो कि देश को कृषि क्षेत्र के महत्वपूर्ण योगदान के साथ 2025 तक 5 ट्रिलियन डॉलर अर्थव्यवस्था बनने के विकास पथ पर ले जाएगा।जैसा कि प्रधान मंत्री मोदी जी ने कहा था कि 'भारत का भविष्य उसके गाँवों पर ही आश्रित है।'

(पृ. 26 से जारी)

यज्ञ की अग्नि में डाली गयी औषधियां, मिष्ठान्न एवं घृत आदि पदार्थ सूक्ष्म होकर पृथ्वी, अंतरिक्ष व धौ लोक तक जाते हैं और मनुष्य व अन्य प्राणी, वनस्पतियों पर अपना प्रभाव डालते हैं। हमारे वेदों में विभिन्न रोगों से मुक्ति के लिए अलग-अलग प्रकार की जड़ी बूटियों व औषधियों से यज्ञ करने का विधान है। घृत के स्निग्ध गुण से कीटाणु, रोगाणु नष्ट होते हैं। पर्जन्य यज्ञ से वृष्टि भी प्रयोगात्मक रुप से सिद्ध है। यज्ञ केवल एक कर्मकांड नहीं है अपितु पर्यावरण शुद्धि का वेद सम्मत माध्यम है। वेद किसी भी ऐसी कृति का समर्थन नहीं करता जो सजीव, निर्जीव सृष्टि का संहार करती हो अपितु वेद की भावना तो यह है कि –

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामया।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चित् दुःखभाग् भवेत्।।

सभी सुखी होवें, सभी रोगमुक्त रहें, सभी मंगलमय के साक्षी बनें और किसी को भी दुःख का भागी न बनना पड़े। जब हम अपने आचरण व्यवहार से प्रकृति एवं इसके पर्यावरण का संरक्षण करेंगे, तभी हमारा अपना जीवन भी शांत और सुखी होगा।

हमारा विक्रमनगर

– शेफाली शर्मा
विवाहिती – अजय कुमार शर्मा



मुझको तो ये सरकारी घर
अपने पीहर सा लगता है,
छोड़ के जायेंगे कैसे
सोचूँ भी तो डर लगता है।
बड़े-बड़े हवादार फ्लैट हैं
खिडकियों से दिखें सुंदर नज़ारे,
एक शिकायत लिखने पर
आ जाते हैं C.M.G वाले।

हरे भरे मैदान यहाँ पर
बास्केटबॉल, फुटबॉल, टेनिस ग्राउंड,
और कई झूले लगे हैं
बच्चों की किलकारियां और मोरों की आवाज है प्यारी
15 अगस्त, 26 जनवरी क्या खूब मनाते होली और दिवाली।

अगर जो तबियत नासाज हो तो
अपनी डिस्पेंसरी भी यहीं है
अंकल का प्रोविजन स्टोर है,
बंदरो की शैतानी भी है
कुत्तों का आतंक है
और पिल्लों का आकर्षण भी।

अजब-गजब फूलों से सजी है
अपनी नर्सरी प्यारी
रिसाइक्लिंग प्लांट से पाती
पानी हर फुलवारी।

लोगों का क्या कहना है
लगते सभी हैं प्यारे
अलग-अलग धर्म जाति से हैं
भिन्न है भाषा-बोली
एक माला में गूंथे हुए
कभी लगे रंगीन रंगोली।
जूनियर-सीनियर का फर्क नहीं
देश और सैक की प्रगति पर अग्रसर
श्री नीलेश देसाई सर के नेतृत्व में
समाज,विज्ञान की सेवा में तत्पर।

उल्टी लटकी हुई नींद

– आरती जोशी



छत पर दिखती हुई वो, नजदीक सी लेकिन दूर सी वो
चाँद है या तारा कोई, या तो बादल आवारा कोई।

उल्टी सी लटकी हुई है, रास्ता शायद भटकी हुई है
आने को बेक़रार तो है, थोड़ी सी तैयार तो है।

आँखों को लुभाती सी वो, ठहाके लगाती वो
टुकड़ा है ख्वाब का या तो बूंद आब की कोई।

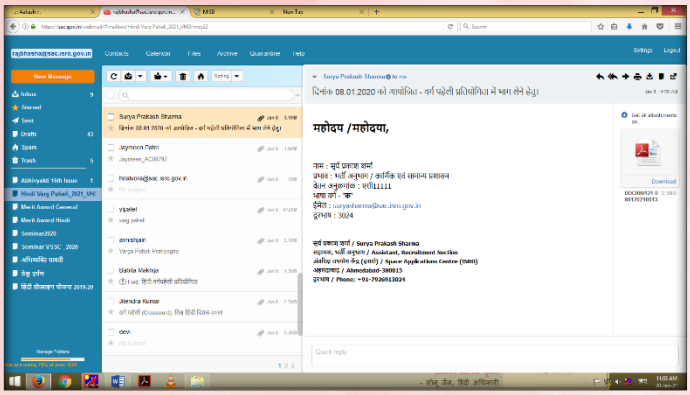
थोड़ी सी उदास है, आने की अभी भी आस है
ऊपर को टंगी हुई है, बेवक्त ये सतरंगी हुई है।

करती हुई आँख मिचौली वो, उड़ते परिंदों की टोली सी वो
जेहन का कोई ख्याल है, या तो ख्वाहिशों का जाल कोई।

कहीं अधूरी, कभी है पूरी
काश मिल जाये आकर, वो नींद जो उल्टी लटकी हुई है।।

रिपोर्ट – विश्व हिंदी दिवस 2021

हर वर्ष की तरह अंतरिक्ष उपयोग केंद्र और विकास एवं शैक्षिक संचार यूनिट, अहमदाबाद में विश्व हिंदी दिवस के उपलक्ष्य में 08 जनवरी 2021 को 'क', 'ख' और 'ग' भाषावर्ग के कर्मचारियों के लिए दो प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इस वर्ष कोविड-19 दिशा-निर्देशों को ध्यान में रखते हुए दोनों प्रतियोगिताएँ ऑनलाइन माध्यम से आयोजित की गईं।

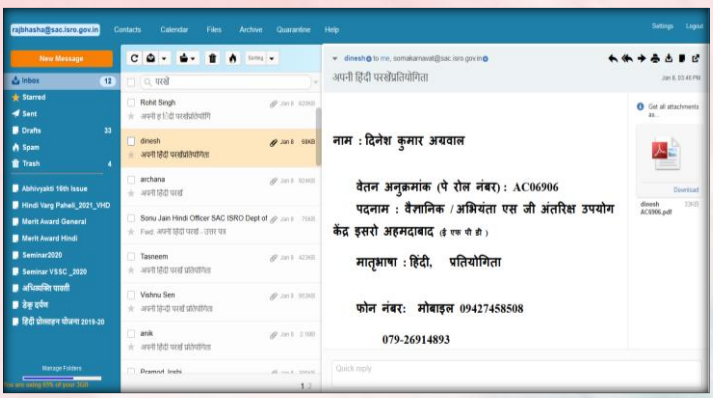


ईमेल में प्राप्त वर्ग पहेली प्रतियोगिता की उत्तर-पुस्तिकाएँ

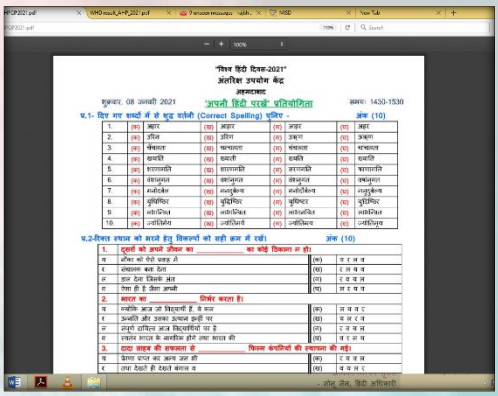


वर्ग पहेली प्रतियोगिता का प्रश्न-पत्र

पूर्वाह्न हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें प्रतिभागियों को ईमेल द्वारा उत्तर-पुस्तिकाएँ और प्रश्न-पत्र/ चाबियाँ भेजी गईं। वर्ग पहेली में 106 कर्मचारियों ने भाग लिया। प्रतिभागियों ने उत्तर-पुस्तिकाएँ भरकर व स्कैन कर राजभाषा अनुभाग को प्रेषित कीं, जिनका मूल्यांकन समिति सदस्यों द्वारा किया गया। वर्ग पहेली प्रतियोगिता में कुल 29 पुरस्कार प्रदान किए गए।



ईमेल में प्राप्त अपनी हिंदी परखें प्रतियोगिता की उत्तर-पुस्तिकाएँ



अपनी हिंदी परखें प्रतियोगिता का प्रश्न-पत्र

अपराह्न में 'अपनी हिंदी परखें" नामक प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें हिंदी भाषा, व्याकरण, साहित्य आदि से संबंधित बहु-विकल्प प्रश्न पूछे गए। गत वर्ष से प्रारंभ की गई इस प्रतियोगिता को इस वर्ष भी काफी अच्छा प्रतिभाव प्राप्त हुआ और केंद्र के 203 कर्मचारियों ने इस प्रतियोगिता में भाग लिया। अपनी हिंदी परखें प्रतियोगिता में कुल 48 पुरस्कार प्रदान किए गए।

केंद्र के सभी कर्मचारियों ने राजभाषा के प्रचार-प्रसार में सक्रिय भूमिका निभाने का संकल्प किया।

रिपोर्ट – नराकास के तत्वावधान में हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता

राजभाषा के प्रयोग को बढ़ावा देने के लिए नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, अहमदाबाद की 23 फरवरी 2021 को आयोजित 76वीं छमाही बैठक के दौरान निर्णय लिया गया कि अंतरिक्ष उपयोग केंद्र में हिंदी वर्गपहेली प्रतियोगिता का आयोजन किया जाए।

कोविड-19 दिशानिर्देशों को ध्यान में रखते हुए निदेशक, सैक के अनुमोदन से अंतरिक्ष उपयोग केंद्र द्वारा 16 मार्च, 2021 को ऑनलाइन माध्यम से हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में 'क', 'ख' और 'ग' तीनों भाषावर्गों के लिए अलग-अलग पुरस्कार रखे गए। इस प्रतियोगिता के लिए अहमदाबाद नराकास सदस्य कार्यालयों से 245 नामांकन प्राप्त हुए।

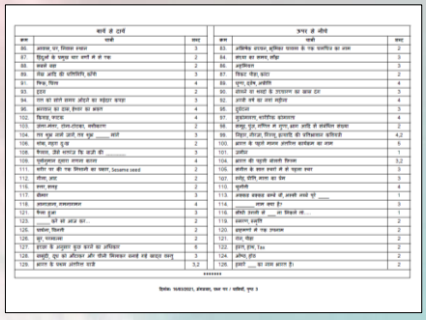
प्रतिभागियों को प्रश्नपत्र और रिक्त उत्तरपुस्तिका उनके पंजीकृत ईमेल पर भेजी गई और एक घंटे की समयसीमा दी गई। कुल 209 उत्तरपुस्तिकाएँ प्राप्त हुईं जिनमें 'क' वर्ग की 117, 'ख' वर्ग की 79 और 'ग' वर्ग की 13 उत्तरपुस्तिकाएँ थीं।

प्रतियोगिता के पश्चात् उत्तरों का मिलान करने के लिए सभी प्रतिभागियों को पूर्णतः भरी हुई उत्तरपुस्तिका भेजी गई। पारदर्शिता के इस प्रयास की भी प्रतिभागियों द्वारा प्रशंसा की गई। कई प्रतिभागियों ने ईमेल द्वारा इस रोचक एवं ज्ञानवर्धक प्रतियोगिता की भूरि-भूरि प्रशंसा करते हुए भविष्य में भी ऐसे कार्यक्रम आयोजित करने का आग्रह किया।

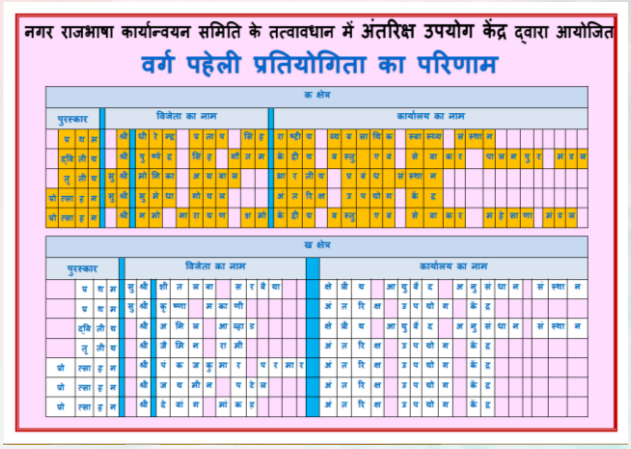
➢ विगत तीन वर्षों से मैं नराकास के माध्यम से आपके द्वारा आयोजित हिंदी प्रतियोगिताओं से जुड़ा हुआ हूँ ।प्रत्येक वर्ष इस क्षेत्र में आपके द्वारा लायी जाने वाली विविधता, नयापन देखकर मैं अभिभूत हूँ । हिंदी के लिए आपका यह योगदान काफी महत्वपूर्ण और मील का पत्थर कहा जा सकता है । इस वर्ष आपके द्वारा आयोजित वर्ग पहली प्रतियोगिता एक नया आयाम स्थापित करेगी व अन्य विभागों के लिए प्रेरणा का मार्ग प्रशस्त करेगी इसमे मुझे तो तनिक भी संदेह नही है।







हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता का प्रश्नपत्र





हिंदी वर्ग पहेली प्रतियोगिता का परिणाम

रिपोर्ट – भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की झलकियाँ

श्री नीलेश एम. देसाई, निदेशक, सैक के मार्गदर्शन में तथा श्री पीयूष वर्माभा.दू.से., नियंत्रक, सैक की प्रेरणा से दिनांक 15.03.2021 को गुजरात राज्य के भावनगर जिले में स्कूली छात्रों के लिए दक्षिणामूर्ति विद्यार्थी भवन, भावनगर में अंतरिक्ष उपयोग केंद्र द्वारा 'भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की झलकियाँ' नामक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में लगभग 250 छात्र सक्रिय रूप से सहभागी रहे। कार्यक्रम के मुख्य आकर्षणों में सैक के वरिष्ठ वैज्ञानिकों द्वारा 02 अभिभाषण, प्रश्नोत्तर सत्र एवं प्रश्नमंच प्रतियोगिता थे।

विद्यालय के छात्रों ने प्रार्थना गाकर मंचासीन अतिथियों का अभिनंदन किया। कार्यक्रम का उद्घाटन श्री सी.पी. दीवान, समूह निदेशक, पीपीजी-सैक एवं श्री भरत भाई सेठ, अध्यक्ष, ऑल इंडिया फेडेरेशन ऑफ टैक्स कंसल्टेंट तथा अन्य मंचासीन आगंतुकों द्वारा दीप प्रज्जवलन कर किया गया। वरिष्ठ हिंदी अधिकारी, श्रीमती नीलू सेठ ने कार्यक्रम का परिचय दिया। श्री सी.पी. दीवान ने अपने अध्यक्षीय उद्बोधन में बच्चों को मातृभाषा व राजभाषा के महत्व के बारे में बताया। उन्होंने बच्चों से कहा कि अपनी मातृभाषा में भी विज्ञान तथा अन्य क्लिष्ट विषयों की पढ़ाई कर उनमें पारंगत हुआ जा सकता है एवं विभिन्न अन्वेषण किए जा सकते हैं। मुख्य अतिथि श्री भरत भाई सेठ ने अपने अभिभाषण में बच्चों को आत्मविश्वास से भरा रहते हुए अपनी रुचि के क्षेत्र व विषयों में कड़ी मेहनत करने का मंत्र दिया। उन्होंने विद्यार्थियों को कुछ नया जानने और सीखने की जिज्ञासा बनाए रखने की प्रेरणा दी। स्थानीय मीडिया द्वारा कार्यक्रम का कवरेज किया गया। स्थानीय न्यूज चैनल में कार्यक्रम का कवरेज दिखाया गया तथा समाचार-पत्र में समाचार प्रकाशित हुआ।

उद्घाटन के पश्चात् दो व्याख्यानों का आयोजन किया गया। अंतरिक्ष उपयोग केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक श्रीमती मीनल रोहित, वैज्ञा/अभि. 'एसजी', ईओपीआईडी/ईओएसडीआईजी/सेडा ने 'मंगल मिशन" विषय पर हिंदी और गुजराती भाषा में तथा श्री चंद्र प्रकाश सिंह, वैज्ञा/अभि. 'एसएफ', एएसडी/बीपीएसजी/एप्सा ने 'अंटार्कटिका के अनुभव एवं उपग्रहों के उपयोग" विषय पर हिंदी में रोचक तरीके से ज्ञानवर्धक एवं उपयोगी व्याख्यान दिए। व्याख्यानों के दौरान एवं पश्चात् छात्रों द्वारा विभिन्न प्रश्न भी पूछे गए।

श्री आशिष सोनी, वैज्ञा./अभि. 'एसएफ' एवं श्री सोनू जैन, हिंदी अधिकारी ने अंतरिक्ष ज्ञान पर आधारित प्रश्नमंच प्रश्नोत्तर सत्र को संचालित किया। अंत में प्रश्नमंच प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कृत किया गया। श्री चंद्र प्रकाश सिंह ने अपने विशेष प्रश्न का उत्तर देने के लिए एक विद्यार्थी को अपने अंटार्कटिका की यात्रा के दौरान विभिन्न देशों के अंटार्कटिका स्टेशनों पर मुहर लगाया गया पोस्टकार्ड पुरस्कारस्वरूप प्रदान किया।









कर्मचारियों के बच्चों को हिंदी योग्यता पुरस्कार



कु. जिया ठक्कर, 10वीं कक्षा



कु. शुभा सिंगनुडी, 10वीं कक्षा



कु. नमामि दुबे, 10वीं कक्षा



मा. आरव सक्सेना, कक्षा 12वीं

श्री नीलेश एम. देसाई, निदेशक, सैक गणतंत्र दिवस समारोह के दौरान 10वीं एवं 12वीं कक्षा में हिंदी में सर्वाधिक अंक प्राप्त करने वाले सैक/ डेकू कर्मचारियों के बच्चों को पुरस्कार प्रदान करते हुए

राजभाषा कार्यशाला की झलकियाँ



कार्यशाला उद्घाटन सत्र



कार्यशाला सत्र

निदेशक, सैक द्वारा तकनीकी प्रभागों/ प्रशासनिक अनुभागों को राजभाषा पुरस्कार













अंतरिक्ष उपयोग केंद्र (सैक)
भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो)
अंतरिक्ष विभाग, भारत सरकार
अहमदाबाद –15