साईं
सृजन पटल
मासिक ई-पत्रिका

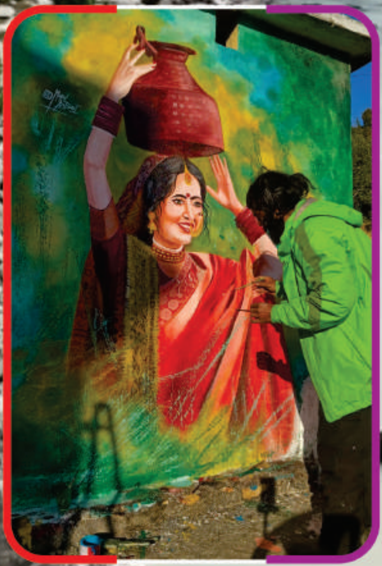
Website : www.sainsrijanpatal.com

साईं सृजन पटल
उत्तराखण्ड

MSME Registration No.
UDYAM-UK-05-0103926

लेखन और सृजन के उन्नयन के लिए सदैव प्रतिबद्ध

वर्ष-2 अंक-16 नवम्बर - 2025 पृष्ठ-28 निःशुल्क



प्रो. नवीन चन्द्र लोहनी
कुलपति
Prof. Navin Chandra Lohani
Vice Chancellor

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
Uttarakhand Open University

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

संदेश

मुझे यह जानकर अत्यन्त प्रसन्नता हो रही है कि 'साई सृजन पटल' मासिक ई–न्यूज लैटर के सोलहवें अंक (नवम्बर, 2025) का प्रकाशन होने जा रहा है। मुझे आशा है कि इससे उत्तराखण्ड के रचनाकारों, कलाकारों, लेखकों, विद्यार्थियों को प्रेरणा मिल रही होगी तथा अपनी सृजित प्रतिभा को प्रस्तुत करने का एक उचित और बेहतर मंच प्राप्त हो रहा है। उत्तराखण्ड में अनेक विद्वत प्रतिभाएं लेखक एवं चित्रकार आदि विभूतियां हैं। साई सृजन पत्रिका में उत्तराखण्ड को लेकर स्तरीय सामग्री प्रकाशित हों और लेखकों तथा रचनाकारों के लिए अच्छा मंच बने।

मैं आपके इस सराहनीय सृजनात्मक कार्य एवं इसके सोलहवें अंक (नवम्बर, 2025) के सफल प्रकाशन के लिए मुख्य संपादक एवं उनकी समस्त टीम को शुभकामनाएं प्रेषित करता हूँ।

मंगलकामनाओं सहित ।

(प्रोफेसर नवीन चन्द्र लोहनी)
कुलपति

Vishvidhyalaya Marg, Near T.P. Nagar, Haldwani-263139 (Nainital) Uttarakhand
विश्वविद्यालय मार्ग, निकट ट्रान्सपोर्ट नगर, हल्द्वानी–263139 (नैनीताल) उत्तराखण्ड
Mob: 9258207200, Ph-: 05946-286009
Website: www.uou.ac.in, E-mail : vc@uou.ac.in

सम्पादकीय

उत्तराखंड राज्य स्थापना की रजत जयंती को मनाते हुए 'साईं सृजन पटल' का सोलहवां अंक आपके सम्मुख है। सर्वप्रथम उन बलिदानियों को नमन है,जिन्होंने अपने प्राणों को न्यौछावर कर इस पृथक राज्य को हमें सौंपा है। प्रस्तुत अंक में बाबा केदारनाथ के शीतकालीन प्रवास स्थल ओंकारेश्वर मंदिर–ऊखीमठ के साथ ही उत्तरकाशी के गैर बनाल के 'देवलांग' और कुमाऊँ के गिरिजा मंदिर पर सामग्री संकलित है। वॉल पेटिंग के चितेरे मुकुल बडोनी,क्राफ्टिंग गर्ल लक्ष्मी नेगी और पोट्रेट आर्टिस्ट की कला से पाठकों को अवगत कराया गया है। लेख के माध्यम से सुपर फ्रूट 'सीबकथॉर्न' की जानकारी भी एक्सक्लूसिव है। एम्स ऋषिकेश, स्पर्श हिमालय विश्वविद्यालय और डॉ. सुजाता संजय से जुड़े लेख स्वास्थ्य जागरूकता के प्रहरी हैं। बैकुंठ चतुर्दशी मेले में पहाड़ी परिधान, लेखक गांव में फिल्मांकन व अंतर्राष्ट्रीय महोत्सव,राजभवन नैनीताल के 125 वर्ष और पहाड़ी भाषाओं के पहले एआई से जुड़े लेख भी नई जानकारी दे रहे हैं। जयहरिखाल महाविद्यालय में राज्य स्थापना दिवस पर राज्य आंदोलनकारियों और उनके परिजनों का सम्मान करना सराहनीय है। महिला सशक्तिकरण की प्रतीक डेयरी उद्यमी उर्वशी उनियाल को साईं सृजन पटल परिवार ने उनके फार्म में जाकर सम्मानित किया। इन 25 वर्षों में राज्य में सड़क दुर्घटनाओं पर लिखा आलेख चिंता और चिंतन करता दिखता है। गौचर मेले में यू.ओ.यू. द्वारा निःशुल्क पुस्तक वितरण का कार्य प्रशंसनीय है। युवा उत्तराखंड सही दिशा में बढ़े,सजे और संवरे यही कामना है।

प्रो. (डॉ.) के. एल. तलवाड़

साईं
सृजन पटल
मासिक ई-पत्रिका

संपादक/स्वामी/प्रकाशक
प्रो.के.एल.तलवाड़
(सेवानिवृत्त प्राचार्य)
मो.- 9412142822
ई-मेल: sainsrijanpatal@gmail.com
वेबसाईट - sainsrijanpatal.com

उप संपादक
अंकित तिवारी
एम.ए., एल.एल.बी.
मो. 7678117638

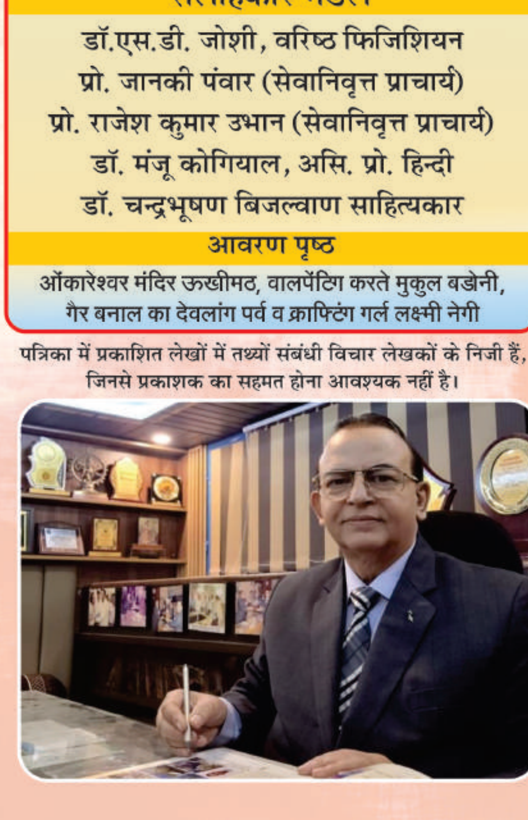
सह संपादक
अमन तलवाड़
मो. 7300883189

द्वारा ईजी ग्राफिक्स,
दया पैलेस, हरिद्वार रोड,देहरादून (उत्तराखंड)
से मुद्रित करवाकर 'साईं कुटीर'
आर.के.पुरम, जोगीवाला, देहरादून
(उत्तराखंड) से प्रकाशित

सलाहकार मंडल
डॉ.एस.डी. जोशी, वरिष्ठ फिजिशियन
प्रो. जानकी पंवार (सेवानिवृत्त प्राचार्य)
प्रो. राजेश कुमार उभान (सेवानिवृत्त प्राचार्य)
डॉ. मंजू कोगियाल, असि. प्रो. हिन्दी
डॉ. चन्द्रभूषण बिजल्वाण साहित्यकार

आवरण पृष्ठ
ओंकारेश्वर मंदिर ऊखीमठ, वालपेंटिंग करते मुकुल बडोनी, गैर बनाल का देवलांग पर्व व क्राफ्टिंग गर्ल लक्ष्मी नेगी

पत्रिका में प्रकाशित लेखों में तथ्यों संबंधी विचार लेखकों के निजी हैं, जिनसे प्रकाशक का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

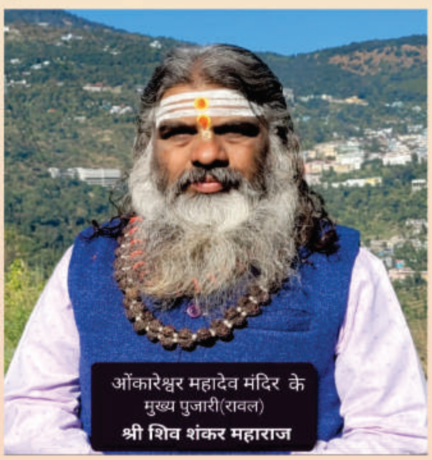


तीर्थाटन

बाबा केदारनाथ की चल विग्रह मूर्ति का शीतकालीन प्रवास : ओंकारेश्वर–ऊखीमठ

ओंकारेश्वर मंदिर ऊखीमठ में स्थित एक प्रसिद्ध प्राचीन मन्दिर है। यह पवित्र मंदिर भगवान शिव को समर्पित है।शीतकाल में केदारनाथ और मदमहेश्वर मंदिर के कपाट बंद होने के बाद भगवान शिव की मूर्ति को इस मंदिर में लाया जाता है। शीतकाल में छह माह इस मंदिर में ही भगवान शिव की पूजा होती है।

ऐसा माना जाता है कि वाणासुर की पुत्री उषा और भगवान कृष्ण के पौत्र अनिरुद्ध का विवाह यहीं सम्पन्न हुआ था।उषा के नाम पर ही इस स्थान का नाम उषामठ पड़ा और अब इसे ऊखीमठ के नाम से जाना जाता है। ऊखीमठ में उषा , भगवान शिव, देवी पार्वती, अनिरुद्ध और मान्धाता को समर्पित कलात्मक प्राचीन मंदिर है। ऊखीमठ में मुख्यत रावल निवास करते है, जो केदारनाथ के मुख्य पुजारी(पंडित) हैं।ऊखीमठ से हिमालय की बर्फ से ढकी चोटियॉ साफ दिखाई देती हैं। साफ मौसम में ऊखीमठ से केदारनाथ शिखर, चौखम्बा और अन्य हरी– भरी घाटियों का मनोरम दृश्य देखा जा सकता है। मंदिर में मान्धाता की एक पाषाण प्रतिमा स्थापित है। किंवदंती के अनुसार इस सम्राट ने अपने अंतिम वर्षों मे अपना साम्राज्य सहित सब कुछ त्याग दिया और ऊखीमठ आकर एक पैर पर खड़े होकर 12 वर्षों तक तपस्या की। अंत में भगवान शिव 'ध्वनि', ओंकार के रूप में प्रकट हुए और उन्हें आशीर्वाद दिया। उसी दिन से यह स्थान ओंकारेश्वर के नाम से जाना जाने लगा। ऊखीमठ उत्तराखंड के रुद्रप्रयाग जिले में स्थित एक तीर्थस्थल है। यह रुद्रप्रयाग से 41 किलोमीटर दूर,1311मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। ओंकारेश्वर पीठ के नाम से प्रसिद्ध यह मंदिर देश के सबसे प्राचीन मन्दिरों मे से एक है और यहां सर्दियो के महिनों (नवंबर से अप्रैल) के दौरान केदारनाथ और मदमहेश्वर के देवताओं की पूजा की जाती है।



ओंकारेश्वर महादेव मंदिर के
मुख्य पुजारी(रावल)
श्री शिव शंकर महाराज

इस दौरान केदारनाथ और मदमहेश्वर मंदिर शीतकाल में बंद रहते है।केदारनाथ की पंचमुखी डोली दीपावली के बाद और मदमहेश्वर भगवान की डोली को नवंबर में ऊखीमठ लाया जाता है और छह महीने तक यहां उनकी पूजा की जाती है। मई के मध्य में इन देवताओं की डोली को बड़े जन–समूह के साथ उनके मूल मंदिरों में वापस ले जाया जाता है। साईं सृजन पटल के संयोजक प्रो.के.एल.तलवाड़ को और इस लेख के लेखक को सपरिवार इस नवंबर महीने में ओंकारेश्वर महादेव मंदिर के दर्शन का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

प्रस्तुति:
डॉ. रमेश चन्द्र भट्ट विभागाध्यक्ष भूगोल, राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय कर्णप्रयाग

वॉल पेंटिंग के माध्यम से उत्तराखंड की संस्कृति को जीवंत कर रहे - मुकुल बडोनी

पेंटिंग आत्म–अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है,जो रचनात्मकता को बढ़ावा देता है। भित्तिचित्र कला अत्यंत प्राचीन चित्रकला है। भित्तिचित्र कला में दीवारों पर आकृतियों को उकेर कर कल्पना की अभिव्यक्ति को मूर्त रूप दिया जाता था। दीवारों पर चित्रकारी (Wall painting) के माध्यम से सांस्कृतिक धरोहर को उजागर करना अब पेंटिंग की एक नई विधा के रूप में सामने आ रही है। उत्तराखंड के सीमांत

जनपद उत्तरकाशी के चिन्यालीसौड़ विकास खंड के कांदला गांव के 29 वर्षीय चित्रकार मुकुल बडोनी अपनी तूलिका से नीरस दीवारों पर अद्‌भुत कलाकृतियां उकेर कर जीवंतता प्रदान करने का कार्य विगत 6 वर्षों से अत्यंत लगन से करते आ रहे हैं। विज्ञान वर्ग से इंटरमीडिएट कर उन्होंने बी. ए. और बी.एड. के बाद पेंटिंग विषय में एम.ए.किया। कला के प्रति उनकी अभिरुचि बचपन से ही रही है, यद्यपि इंटरमीडिएट तक उन्हें पेंटिंग करने का कोई विशेष अवसर नहीं मिला। स्नातक की पढ़ाई के दौरान उन्हें पेंटिंग करने के कुछ अवसर मिलने लगे। वे बताते हैं कि उत्तरकाशी में तत्कालीन उपजिलाधिकारी देवेन्द्र नेगी जी ने उन्हें पेंटिंग बनाने के लिए विशेष रूप से प्रोत्साहित किया। अब तक वे उत्तराखंड के विभिन्न जनपदों – देहरादून, हरिद्वार, चंपावत, बागेश्वर, अल्मोड़ा,उत्तरकाशी, टिहरी व पौड़ी में अनेक स्थानों पर वॉल पेंटिंग कर चुके हैं। मुकुल बडोनी ने देहरादून में इन्वेस्टर्स समिट के दौरान भी अनेक स्थानों पर वॉल पेंटिंग कर अपनी अद्‌भुत प्रतिभा का परिचय दिया था। मास्टर प्रोजेक्ट के तहत रुद्रप्रयाग के अगस्त्यमुनि विकास खंड के कलना गांव तथा नरेंद्रनगर के ओनी गांव में भी वे अनेकों वॉल पेंटिंग कर चुके

जो युवा इस क्षेत्र में अपना करियर बनाना चाहते हों,उन्हें पेंटिंग सिखाने की समुचित व्यवस्थाएं वहां उपलब्ध हों। आने वाली पीढ़ी अपनी जड़ों से जुड़ी रहे और देवभूमि उत्तराखंड की समृद्ध संस्कृति और विरासत को आगे बढ़ाने का कार्य करे। चित्रकार मुकुल बडोनी को मिल चुके हैं यह सम्मान–

श्री मुकुल बडोनी

- गंगा धरोहर सम्मान
- श्रीदेव सुमन सम्मान
- कमलाराम नौटियाल स्मृति सम्मान
- विवेकानंद सम्मान

हैं। वर्तमान में वे उत्तराखंड विधानसभा के लिए एक कैनवास पेंटिंग प्रोजेक्ट पर काम कर रहे हैं। यह पेंटिंग विधान सभा भवन में लगाई जायेगी,जिसमें मुख्य रूप से एक सीरीज़ नंदा राजजात यात्रा पर बनाई गई है। वॉल पेंटिंग के लिए वे अधिकतर इनेमल पेंट का ही प्रयोग करते हैं। वैकल्पिक रूप में वाटर कलर भी प्रयोग में लाते हैं, जो आजकल बाजार में विभिन्न क्वालिटी में उपलब्ध हैं। कैनवास पेंटिंग में एक्रेलिक रंगों का प्रयोग किया जाता है। मुकुल बडोनी की पेंटिंग के मुख्य विषय – उत्तराखंड के धार्मिक स्थल, वस्त्र व आभूषण, वाद्य यंत्र, स्थानीय देवी–देवता, लोक नृत्य व उत्सव आदि रहते हैं। उनकी पेंटिंग का प्रमुख उद्देश्य उत्तराखंड की सांस्कृतिक विरासत को उजागर करना रहता है।

वे चाहते हैं कि अपनी पेंटिंग और कलाकृतियों के माध्यम से उत्तराखंड आने वाले पर्यटकों और प्रवासियों को यहां की संस्कृति से हमेशा अवगत कराते रहें। उनकी हार्दिक इच्छा है कि वे भविष्य में एक 'पहाड़ी आर्ट गैलरी' का निर्माण करें जहां उत्तराखंड की समृद्ध संस्कृति और परंपराओं की झलक मिले।

प्रस्तुति : प्रो. (डॉ.) के.एल. तलवाड़

देवलांग : समृद्ध लोक संस्कृति का उत्सव

''बनाल देवलांग ओलेरु कू नाच, देवता क दर्शन अर भलु तमाश''

दीपावली के एक महीने बाद उत्तराखंड के उत्तरकाशी जनपद में मनाया जाने वाला यह अनोखा त्योहार हमारी संस्कृति, परंपराओं और सामुदायिक एकता का प्रतीक है। राजा रघुनाथ, डांडो के देवता, वनदेवता, संकटारू महाराज, मड़केश्वर भगवान के आह्वान लोकगीतों और पारंपरिक नृत्यों से सजी यह धरोहर हमें हमारी जड़ों से जोड़ती है। देवलांग न केवल एक त्योहार है बल्कि हमारी समृद्ध लोक संस्कृति का उत्सव है। जिसे शब्दों में बयान करना कठिन है। स्थानीय दीपावली (देवलांग), दीपावली महापर्व के एक माह बाद अमावस्या के दिन प्रातः काल ब्रह्म मुहूर्त में क्षेत्र के लोग इस पावन पर्व में सम्मलित होने के लिए अपने–अपने घरों से एक मसाल–ज्योति (ओला) लेकर आते हैं। राजा रघुनाथ जी के मंदिर प्रांगण गैर (बनाल) में एकत्रित होकर देवदार के विशाल वृक्ष जिस पर देवदार के छिलके कुछ देवता द्वारा नियुक्त लोगों द्वारा बांधे जाते है। जब क्षेत्र एवं दूर–दूर से लोग मंदिर प्रांगण में पहुंचते हैं, नाचते–गाते हुए सभी लोग मंदिर की परिक्रमा करते हैं। बजीर, माली, ठानी, पुजारी, खुंद मंदिर में पहुंचते हैं तो देवदार वृक्ष (देवलांग) पर पिठाई लगाते हैं।

फिर पुजारी द्वारा बजीरों एवं नियुक्त लोगों की पिठाई लगाई जाती है,तत्पश्चात क्षेत्र के दोनों थोकों, साठी एवं पानशाही द्वारा देवलांग को उठाने की प्रक्रिया संपन्न की जाती है। देवदार के इस वृक्ष (देवलांग) को खड़ा किया जाता है ।

ओलों से अमावस्या की रात्रि में अंधकार में उजाले का यह प्रकाश चारों तरफ फैल जाता है। जब देवलांग खड़ी हो जाती है तो सभी नाचते–गाते तांदी लगाते हुए मंदिर की परिक्रमा करते हैं। देवलांग की पवित्र अग्नि को नियुक्त कुछ लोग ओला में जलाकर वहां से दो किलोमीटर की दूरी पर स्थित देवदार के घने जंगल में भगवान मड़केश्वर मंदिर के बाहर नियत हवन कुंड में हवन के साथ पुजारी, गडोली के गौड़ ब्राह्मण वर्तमान में शिव प्रसाद गौड़ द्वारा हवन कर मात्रिकाओं का पूजन भी किया जाता है।

हवन में गौल गांव जो मंदिर के नजदीक है, वहां के गाय के शुद्ध घी एवं दूध का प्रयोग किया जाता है। गौल में स्थानीय देवता संकटारु महाराज की भी पूजा की जाती है। फिर लोग अपने–अपने घरों में स्थानीय व्यंजनों का स्वाद लेते हैं पूरी, पकोड़े ,सीड़े,असके आदि। इस वर्ष यह पर्व 20 नवंबर को अमावस्या के दिन मनाया गया।

प्रस्तुति - शिव प्रसाद गौड़
अध्यापक
पुजारी मड़केश्वर (बनाल)

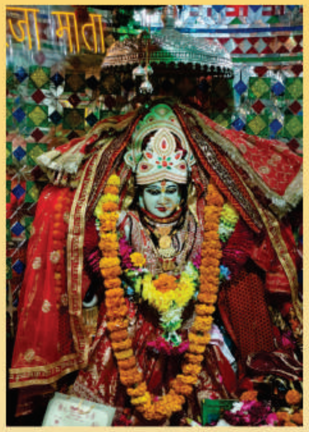
बैकुंठ चतुर्दशी मेले में पहाड़ी परिधान शो
उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर का उत्सव

बैकुंठ चतुर्दशी मेले के अवसर पर नगर निगम श्रीनगर(गढ़वाल) ने एक ऐतिहासिक पहल की, जब पहली बार पहाड़ी परिधान फैशन शो का आयोजन किया गया। इस आयोजन में जिलाधिकारी स्वाति भदौरिया, मेयर आरती भंडारी और नगर आयुक्त नूपुर वर्मा ने पारंपरिक पहाड़ी परिधानों में शिरकत की और कार्यक्रम स्थल पर अपनी उपस्थिति से समां बांध दिया। उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर को समर्पित इस शो में परंपरागत पहाड़ी परिधान, जो हमारी सांस्कृतिक पहचान का अभिन्न हिस्सा हैं, ने सबका ध्यान खींचा। इस अवसर पर तीनों प्रमुख अधिकारियों ने न केवल पहाड़ी परिधान पहने, बल्कि उन्होंने अपने सरल और प्रभावशाली व्यक्तित्व से कार्यक्रम को विशेष बना दिया। उनकी सादगी और पहाड़ी संस्कृति के प्रति समर्पण ने गोला बाजार में उपस्थित हर व्यक्ति को मंत्रमुग्ध कर दिया। ऐसी पहल, जो स्थानीय परंपराओं को जीवित रखने के लिए अनिवार्य हैं, न केवल उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर को संरक्षित करती हैं, बल्कि आने वाली पीढ़ी को भी हमारी समृद्ध परंपराओं से जोड़ने का काम करती हैं।

डीएम स्वाति भदौरिया, मेयर आरती भंडारी और नगर आयुक्त नुपुर वर्मा ने इस कार्यक्रम में भाग लेकर यह स्पष्ट संदेश दिया कि सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन राज्य की संस्कृति और परंपराओं को प्रमोट करने के लिए कितना महत्वपूर्ण है। कार्यक्रम के दौरान अधिकारियों ने मंच से उपस्थित प्रतिभागियों का उत्साहवर्धन किया और इस तरह के आयोजनों की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजन उत्तराखंड की समृद्ध परंपराओं को जीवंत बनाए रखते हैं और संस्कृति को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। पहाड़ी परिधानों में सजी इन अधिकारियों ने न केवल एक सांस्कृतिक विरासत को पोषित किया, बल्कि स्थानीय युवाओं के लिए एक प्रेरणा भी प्रस्तुत की। आज के डिजिटल युग में, जहां तेजी से बदलती दुनिया के साथ हमारी परंपराओं को अनदेखा किया जा सकता है, ऐसे आयोजनों की आवश्यकता और महत्व और भी बढ़ जाता है। पहाड़ी परिधान फैशन शो जैसे आयोजन हमारी संस्कृति और परंपराओं की रक्षा करते हुए, उन्हें नए रूप में प्रस्तुत करते हैं, ताकि आने वाली पीढ़ियाँ भी इनसे जुड़ी रहें और गर्व महसूस करें। बैकुंठ चतुर्दशी मेला में पहाड़ी परिधान फैशन शो का आयोजन, उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर का सम्मान करने और उसे आगे बढ़ाने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम था। यह आयोजन न केवल पारंपरिक परिधानों को प्रोत्साहित करता है, बल्कि हमारे सांस्कृतिक मूल्यों और परंपराओं को संरक्षित करने की आवश्यकता की भी याद दिलाता है। इस पहल ने यह भी सिद्ध किया कि जब नेतृत्व अपनी संस्कृति से जुड़ा होता है, तो वह समाज में सकारात्मक बदलाव ला सकता है।

प्रस्तुति-अंकित तिवारी,
उप सम्पादक

गिरिजा देवी मंदिर : श्रद्धा व प्राकृतिक सौंदर्य का संगम



उत्तराखंड के नैनीताल जनपद के रामनगर क्षेत्र में स्थित मां गिरिजा देवी (गर्जिया माता) मंदिर श्रद्धा, भक्ति और प्राकृतिक सौंदर्य का अद्भुत संगम है। यह मंदिर कोसी नदी के मध्य एक ऊँचे चट्टानी टीले पर स्थित है, जहाँ पहुँचने के लिए श्रद्धालुओं को लगभग 70 सीढ़ियों के माध्यम से ऊपर चढ़ना पड़ता है। नदी के बीचों–बीच स्थित यह दिव्य स्थान दूर से ही अपने भव्य और अलौकिक रूप से आकर्षित करता है।

गिरिजा माता को देवी पार्वती का अवतार माना जाता है। स्थानीय किंवदंतियों के अनुसार, यह शिला किसी समय

हिमालय की ऊँचाइयों से कोसी नदी के प्रवाह के साथ बहकर यहाँ आकर ठहर गई थी। तभी से इस स्थान को मां गिरिजा देवी का धाम कहा जाने लगा। मंदिर में मां गिरिजा देवी के साथ भगवान शिव, गणेश जी और देवी सरस्वती की भी पूजा की जाती है।

हर वर्ष कार्तिक पूर्णिमा के अवसर पर यहाँ विशाल मेला आयोजित होता है, जिसमें उत्तराखंड सहित देश के विभिन्न हिस्सों से हजारों श्रद्धालु दर्शन करने आते हैं। इस अवसर पर कोसी तट भक्ति और सांस्कृतिक रंगों से सराबोर हो उठता है।

प्राकृतिक दृष्टि से भी यह स्थान अत्यंत रमणीय है। चारों ओर फैली हरियाली, कोसी नदी की कलकल ध्वनि, और निकट स्थित जिम कॉर्बेट नेशनल पार्क की हरित छटा इसे एक आध्यात्मिक और पर्यटक स्थल दोनों के रूप में विशेष बनाती है।यह मंदिर न केवल धार्मिक आस्था का प्रतीक है, बल्कि उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर का भी जीवंत उदाहरण है। यहाँ आने वाले श्रद्धालु भक्ति के साथ प्रकृति की गोद में आत्मिक शांति का अनुभव करते हैं। मंदिर के मुख्य पुजारी पंडित मनोज पांडे के अनुसार मां गिरिजा देवी का मंदिर गर्जिया गांव में स्थित है,इसलिए सामान्य बोलचाल में इस क्षेत्र में इसे गर्जिया माता मंदिर भी कहते हैं।

प्रस्तुति–
डॉ. हरीश चंद्र रतूड़ी ,
विभागाध्यक्ष वाणिज्य,
राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
कर्णप्रयाग, (चमोली)

थापलीडांग गांव चमोली के चित्रकार छात्र अजय कुमार के हाथों में है जादू

कहते हैं प्रतिभाएं सुविधाओं की मोहताज नहीं होती। यह बात कर्णप्रयाग महाविद्यालय से बीए कर चुके छात्र अजय कुमार पर एकदम खरी उतरती है। जनपद चमोली के दूरस्थ ग्राम थापली डांग (बणियास – बेनिताल) के अत्यंत साधारण परिवार से ताल्लुक रखने वाले अजय कुमार को पोट्रेट बनाने में महारथ हासिल है। किसी भी व्यक्ति का फोटो देखकर हू–ब–हू पोट्रेट बनाने में अजय कुमार सिद्धहस्त हैं। उल्लेखनीय है कि अजय ने मुख्य निर्वाचन अधिकारी उत्तराखंड द्वारा 'निर्वाचनों को समावेशी,सुगम और सहभागी बनाना' विषय पर आयोजित ऑनलाइन पोस्टर प्रतियोगिता में प्रतिभाग करके जनपद चमोली में प्रथम व राज्य में द्वितीय स्थान प्राप्त किया था। राष्ट्रीय मतदाता दिवस के अवसर पर 25 जनवरी 2024 को अजय को देहरादून में आयोजित सम्मान समारोह में तीन हजार रुपए पुरस्कार स्वरूप व प्रशस्तिपत्र भी मिला था। अजय की विलक्षण प्रतिभा को देखते हुए कर्णप्रयाग महाविद्यालय के पूर्व प्राचार्य प्रो.के.एल.तलवाड़ ने 21 मार्च 2024 को उनके द्वारा बनाये गये पोट्रेट और पोस्टर्स की 'आर्ट गैलरी' का महाविद्यालय कर्णप्रयाग में आयोजन करवाया था।

इस आर्ट गैलरी का अवलोकन कर सभी ने अजय की प्रतिभा की मुक्तकंठ से सराहना की थी। वे कर्णप्रयाग महाविद्यालय के अनेक शिक्षकों के कलर और पेन्सिल पोट्रेट बना चुके हैं। अजय अपनी कला साधना के लिए हर रोज कुछ वक्त निकालते हैं। अजय पेंसिल स्केच बनाने में ग्रेफाइट और चारकोल, दो तरह की पेन्सिलों का इस्तेमाल करते हैं और कलर पोट्रेट बनाने के लिए कलर पेंसिल का उपयोग होता है।

साईं सृजन पटल की ओर से चित्रकार छात्र अजय कुमार को उज्ज्वल भविष्य के लिए अनेकानेक शुभकामनाएं।

प्रस्तुतिः
अमन तलवाड़
सह सम्पादक

सीबकथॉर्न (अमेश) : उत्तराखंड के हिमालयी क्षेत्र में विकास की नई संभावना

उत्तराखंड के ऊँचे हिमालयी क्षेत्रों की कठिन जीवन परिस्थितियों और सीमांत कृषि के बावजूद एक ऐसा पौधा है, जिसे "हिमालय का सोना" कहा जाता है–सीबकथॉर्न *(Hippophae rhamnoides)*। यह झाड़ीदार पौधा छोटे नारंगी रंग के फलों से युक्त होता है और इसके औषधीय, पोषणीय और आर्थिक लाभ अतुलनीय हैं। सीबकथॉर्न को उत्तराखंड में अमेश कहा जाता है। विशेष रूप से पिथौरागढ़, चमोली, उत्तरकाशी और बागेश्वर जिलों में 2500 से 4200 मीटर की ऊँचाई पर यह पौधा स्वाभाविक रूप से पाया जाता है।

अमेश को एक सुपरफ्रूट के रूप में देखा जाता है। इसके फलों में विटामिन सी, ई, के, खनिज, एंटीऑक्सीडेंट्स और ओमेगा फैटी एसिड प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं। इसके फल, पत्तियाँ और बीज तीनों का व्यावसायिक उपयोग होता है और इससे निर्मित तेल, जूस, जैम, कैप्सूल, स्किन–केयर उत्पाद और ड्राई फॉर्मुलेशन अंतरराष्ट्रीय बाजार में उच्च मूल्य पर बिकते हैं। लद्दाख और हिमाचल प्रदेश में इसकी परंपरागत उपस्थिति रही है, परंतु पिछले दशक में उत्तराखंड में इसकी खेती, संवर्धन और व्यावसायिक उपयोग की संभावनाएँ तेजी से उभर रही हैं। उत्तराखंड में इसकी खेती अपनाने से सीमांत गाँवों की अर्थव्यवस्था में क्रांति लाई जा सकती है। स्थानीय प्रसंस्करण इकाइयाँ स्थापित होने पर ग्रामीणों की आय बढ़ेगी और पलायन कम होगा। अंतरराष्ट्रीय मांग के बढ़ते रुझान को देखते हुए, यह निर्यात आधारित आय का एक सशक्त माध्यम बन सकता है।

अमेश का पर्यावरणीय महत्व भी है। इसकी मजबूत जड़ें मिट्टी को स्थिर करती हैं और भूस्खलन व कटाव को रोकती हैं। यह जलधारण क्षमता बढ़ाता है और स्थानीय जल स्रोतों को बनाए रखने में मदद करता है। कठिन पर्वतीय जलवायु में भी यह सफलतापूर्वक उगता है, जिससे यह जलवायु–सहिष्णु पौधा माना जाता है। इसकी कार्बन अवशोषण क्षमता इसे पर्यावरण संरक्षण और पारिस्थितिक पुनर्वास में भी उपयोगी बनाती है। उत्तराखंड में वन विभाग और कुछ गैर–सरकारी संगठन अमेश के प्रसार और प्रशिक्षण में सक्रिय हैं। रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन की लद्दाख परियोजना की तरह यहां भी उच्च पर्वतीय कृषि को बढ़ावा देने का प्रयास जारी है। पर्वतीय क्षेत्रों में हर्बल व्यवसाय और वैल्यू–एडिशन आधारित अर्थव्यवस्था को विस्तार देने के भी प्रयास चल रहे हैं। यह एक अद्भुत पौधा है जिसका इतिहास बेहद रोचक और गुण अत्यंत विशिष्ट हैं। साहित्यिक प्रमाणों के अनुसार चंगेज खां ने अपनी आत्मकथा में इसके बारे में लिखा है। ऐसा कहा जाता है कि चंगेज खां को दो चीजें बेहद पसंद थी पहला अरबी घोड़ा और दूसरा अमेश। ऐसा कहा जाता है कि प्राचीन यूनान में इसकी पत्तियाँ घोड़ों को खिलाई

जाती थीं ताकि उनका शरीर चमकदार बने और इस कारण से इसका नाम हिपोफी *(Hippophae)* पड़ा जिसका अर्थ है "चमकता हुआ घोड़ा"। इसके फल में असाधारण रूप से संतरे की तुलना में लगभग दस गुना अधिक विटामिन सी होता है जिससे अमेश को "उत्तर का नींबू" भी कहा जाता है। यह ओमेगा–7 फैटी एसिड का एक दुर्लभ प्राकृतिक स्रोत भी है और इसके बीज तथा गूदा दो अलग–अलग प्रकार के तेल प्रदान करते हैं, जो त्वचा और स्वास्थ्य लाभों के लिए अत्यंत मूल्यवान माने जाते हैं। इसके फलों का चमकीला नारंगी रंग उच्च कैरोटीनॉयड स्तरों के कारण होता है और अमेश का तेल जलन, घाव और एंटी–एजिंग उपचारों में उपयोग किया जाता है क्योंकि यह त्वचा को पुनर्जीवित करने की क्षमता रखता है। ऐतिहासिक रूप से इसे सोवियत अंतरिक्ष– यात्रियों के आहार में भी शामिल किया गया था ताकि उन्हें विकिरण से बचाने में मदद मिल सके।

उत्तराखंड में स्थानीय समुदायों में अमेश के महत्व के बारे में जागरूकता फैलाकर, इसके पौध तैयार करने वाली नर्सरी की संख्या बढ़ाकर एवं अन्य उपाय अपना कर अमेश को बड़े पैमाने पर विस्तारित किया जा सकता है। इसके अतिरिक्त, फलों की कम शेल्फ लाइफ के कारण उच्च हिमालयी क्षेत्र में प्रसंस्करण इकाइयों की स्थापना एवं उपलब्धता आवश्यक है ताकि किसानों को अधिक से अधिक लाभ मिल पाए। इन चुनौतियों के बावजूद संभावनाएँ असीमित हैं। पौध उत्पादन केंद्र की स्थापना और किसानों को प्रशिक्षण प्रदान करने से यह क्षेत्रीय विकास का बड़ा साधन बन सकता है और रोजगार के अवसर भी बढ़ेंगे। पर्यटन, होमस्टे और मेलों से उत्पादों को जोड़कर आय भी बढ़ाई जा सकती है। अनुसंधान, खेती, प्रसंस्करण, विपणन और निर्यात की एकीकृत नीति को बढ़ावा देना सुखद परिणामदायक साबित हो सकता है ।

अमेश मिट्टी कटाव और भूस्खलन को रोकने में मदद करता है। इसकी जड़ें ढलानों को स्थिर करती हैं। फ्रेंकिया *(Frankia)* जीवाणु इनकी जड़ों के साथ सहजीवी संबंध बनाता है जिससे यह नाइट्रोजन स्थिरीकरण कर पाते हैं जो अन्य पौधों के लिए भी मिट्टी को उपजाऊ बनाती है। यह अक्सर बंजर और चट्टानी ढलानों पर पहले उगने वाला पौधा होता है, जिससे अन्य वनस्पतियों के लिए मार्ग बनता है। अमेश ग्रामीण समुदायों, विशेषकर महिलाओं, के लिए आय का स्रोत बन सकता है। इसके फल और बीज से जूस, जैम, तेल, चाय और सप्लीमेंट बनाए जा रहे हैं जिसे ई–कॉमर्स कंपनियां काफी ऊंची कीमत पर बेच रही हैं । महिला नेतृत्व वाली स्वयं सहायता समूह इन उत्पादों की बिक्री में सक्रिय हैं। प्रसंस्करण केंद्र स्थापित करने और पर्यटन के माध्यम से उत्पादों के ब्रांडिंग और विपणन से अधिकाधिक आर्थिक लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

अमेश त्रि–लाभकारी पौधा है। यह पारिस्थितिक दृष्टि से ढलानों और मिट्टी की सुरक्षा करता है, औषधीय दृष्टि से स्वास्थ्य में लाभ देता है और आर्थिक दृष्टि से ग्रामीणों को सशक्त बनाता है। जलवायु परिवर्तन की चुनौतियों के बावजूद यह टिकाऊ विकल्प है। यदि राज्य, वैज्ञानिक संस्थान और स्थानीय समुदाय मिलकर इसे बढ़ावा दें, तो यह सीमांत पर्वतीय गाँवों में विकास और आत्मनिर्भरता की नई कहानी लिख सकता है। विश्व स्तर पर प्राकृतिक, हर्बल और सुपरफ्रूट आधारित उत्पादों की मांग वैश्विक बाजार में लगातार बढ़ रही है। उत्तराखंड इसके लिए आदर्श है क्योंकि इसके ऊँचे हिमालयी क्षेत्र में यह प्राकृतिक रूप से पनपता है। युवा उद्यमियों के लिए यह स्टार्टअप और नए व्यवसाय का अवसर प्रदान कर सकता है। अमेश उत्तराखंड के लिए केवल एक औषधीय पौधा नहीं बल्कि पर्यावरण संरक्षण, ग्रामीण आजीविका और आर्थिक सुदृढ़ीकरण का साधन है। यह राज्य के सीमांत क्षेत्रों में सतत विकास, महिला सशक्तिकरण और आर्थिक आत्मनिर्भरता सुनिश्चित कर सकता है। यदि इसे सही वैज्ञानिक समर्थन, प्रसंस्करण और विपणन के माध्यम से बढ़ावा दिया जाए तो यह पौधा उत्तराखंड की पर्वतीय अर्थव्यवस्था को स्थायी और भविष्योन्मुख दिशा देने में सक्षम होगा।

प्रस्तुति : डॉ. इंद्रेश कुमार पाण्डेय
असिस्टेंट प्रोफेसर (वनस्पति विज्ञान),
डॉ. शिवानंद नौटियाल राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, कर्णप्रयाग (चमोली)

तकनीक

आदित्य नौटियाल व सुमित नैथानी ने विकसित की वेबसाइट

किसी भी भाषा में प्रश्न पूछकर गढ़वाली में ले सकते हैं उत्तर

उत्तराखंड के दो आईटी पेशेवरों द्वारा विकसित की गई नई एआई (आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस) वेबसाइट ने गढ़वाली भाषा को एक नया आयाम दिया है। इस वेबसाइट का नाम पहाड़ी एआई (https://www-pahadi-ai) रखा गया है, जो अब गढ़वाली, हिंदी और अंग्रेजी में संवाद करने का एक सशक्त मंच प्रदान करती है। इस पहल से गढ़वाली भाषा का संरक्षण और प्रचार–प्रसार एक नई दिशा में बढ़ रहा है और इसे अब पूरी दुनिया में ऑनलाइन उपलब्ध किया जा चुका है। कैबिनेट मंत्री और भाषा मंत्री सुबोध उनियाल ने वेबसाइट का उद्घाटन करते हुए कहा कि यह पहल न केवल गढ़वाली भाषा की जरूरतों को पूरा करती है, बल्कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के द्वारा किसी लुप्तप्राय भाषा को पुनर्जीवित करने का एक बेहतरीन उदाहरण प्रस्तुत करती है।

यह वेबसाइट, जो चैट GPT की तरह काम करती है, उपयोगकर्ताओं को गढ़वाली में सवाल पूछने और उत्तर प्राप्त करने की सुविधा प्रदान करती है। इस वेबसाइट के माध्यम से न केवल उत्तराखंड की भाषा का संरक्षण होगा, बल्कि गढ़वाली और अन्य पहाड़ी बोलियों की जानकारी अब किसी भी व्यक्ति को आसानी से मिल सकेगी। इस प्रक्रिया में मददगार बने हैं आदित्य नौटियाल और सुमितेश नैथानी, जो लंदन में एआई विशेषज्ञ के रूप में कार्यरत थे, उन्होंने अपनी मातृभाषा गढ़वाली और अन्य पहाड़ी बोलियों का गहन अध्ययन किया और इस पहल को आकार दिया।लोक गायक नरेंद्र सिंह नेगी ने इस अवसर पर कहा कि नई तकनीक का उपयोग युवाओं को अपनी भाषा से जोड़ने का सबसे प्रभावी तरीका होगा। गढ़वाली भाषा को पुनर्जीवित करने के लिए यह एआई वेबसाइट एक क्रांतिकारी कदम साबित हो सकता है।पहाड़ी एआई वेबसाइट के उद्घाटन समारोह में हेमवती नंदन बहुगुणा गढ़वाल विश्वविद्यालय के कुलपति के प्रतिनिधि प्रो. मोहन पंवार ने कहा कि यह वेबसाइट गढ़वाली और अन्य पहाड़ी भाषाओं के संरक्षण और संवर्धन में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। विश्वविद्यालय के लोक कला और संस्कृति

निष्पादन केन्द्र ने इस तकनीकी परियोजना में साथ दिया है।

ऐप का उपयोग कैसे करें ?

- वेबसाइट पर जाएं **(https://pahadi-ai)** और निःशुल्क लॉग–इन करें।
- 'चैट करा' बटन दबाएं, जो आपको चैट GPT जैसी इंटरफेस पर ले जाएगा।
- माइक्रोफोन से बोलें या टेक्स्ट बार में अपना प्रश्न लिखें।
- उत्तर को पहाड़ी भाषा में स्क्रीन पर देखें और स्पीकर बटन से आवाज में सुनें।
- सभी चैट्स बाएं पैनल में सेव हो जाती हैं, जिन्हें बाद में देखा जा सकता है।
- यह वेबसाइट न केवल एक टेक्नोलॉजिकल इनोवेशन है, बल्कि यह उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर को डिजिटल रूप में सहेजने की एक महत्वपूर्ण पहल है। उम्मीद की जा रही है कि इस परियोजना का वैश्विक स्तर पर विस्तार होगा, जिससे दुनियाभर की अन्य भाषाओं को भी इस तकनीक से फायदा हो सकता है।

प्रस्तुतिः अंकित तिवारी, उपसंपादक

भेंट

राजकीय औद्योगिक विकास एवं सांस्कृतिक मेला गौचर

उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय कर्णप्रयाग केन्द्र ने लगाया निःशुल्क पुस्तक वितरण स्टॉल

उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय क्षेत्रीय कार्यालय एवं अध्ययन केन्द्र–17030 राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय कर्णप्रयाग (चमोली) द्वारा 73वें राजकीय औद्योगिक विकास एंव सांस्कृतिक मेले गौचर में दिनांक 14 नवंबर से 20 नवंबर 2025 तक निःशुल्क पुस्तक वितरण कार्यक्रम चलाया गया। निःशुल्क पुस्तक वितरण कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय कर्णप्रयाग के प्राचार्य प्रो. राम अवतार सिंह, कर्णप्रयाग विधानसभा के विधायक अनिल नौटियाल एवं रुद्रप्रयाग विधान सभा के विधायक भरत सिंह चौधरी एवं राज्य मन्त्री बलवीर धुनियाल , उपजिलाधिकारी सोहन सिंह रांगड़ द्वारा किया गया। गौचर मेले में लगे स्टाल के माध्यम से लगभग 1400 पुस्तकें विभिन्न क्षेत्रों से आये छात्र –छात्राओं एवं अभिभावक को निःशुल्क वितरित की गयी। स्नातक एवं स्नातकोत्तर कक्षाओं एवं डिप्लोमा कोर्स की पुस्तकें प्राप्त करने के लिए स्थानीय लोगो में काफी उत्साह देखा गया। प्रतिदिन सुदूर क्षेत्रों से आये ग्रामीण लोगों के बीच निःशुल्क पुस्तक वितरण कार्यक्रम आकर्षण का केंद्र बना रहा।पुस्तक वितरण कार्यक्रम में उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय क्षेत्रीय कार्यालय के क्षेत्रीय निदेशक डॉ. आर. सी. भट्ट, सहायक क्षेत्रीय निदेशक श्रीमती प्रियंका लोहनी पाण्डेय, कार्यालय सहायक सन्तोष ढौंडियाल एवं उमेश पुरोहित ने पुस्तक वितरण कार्यक्रम मे सहयोग किया। कर्णप्रयाग महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. राम अवतार सिंह ने उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय अध्ययन केन्द्र कर्णप्रयाग द्वारा आयोजित निःशुल्क पुस्तक वितरण कार्यक्रम के विषय में कहा कि यह कार्यक्रम वास्तव में निर्धन एवं सुदूर ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों एवं छात्र– छात्राओं के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण रहा। पुस्तकों का महत्व तभी है जब प्रकाशन के बाद पुस्तकें सही हाथों में पाठक तक पहुंच जाएं और उसका सही उपयोग हो। निःशुल्क पुस्तक वितरण कार्यक्रम आयोजित कराने के लिए अध्ययन केन्द्र के निदेशक डॉ. आर. सी. भट्ट एवं प्रियंका लोहनी पाण्डेय ने उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर नवीन चन्द्र लोहनी एवं कुलसचिव डॉ. खेमराज भट्ट का आभार व्यक्त किया।

प्रस्तुति : अमन तलवाड़
सह सम्पादक

लेखक गाँव में लिया मुहूर्त शॉट

फ्योंली...पर्वत की बेटी' फिल्म 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' के संदेश पर आधारित

इगास पर्व के शुभ अवसर पर "फ्योंली... पर्वत की बेटी" फिल्म का मुहूर्त, हिमालयन फिल्म्स के बैनर तले, दो नवंबर को लेखक गाँव में आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमेश पोखरियाल 'निशंक' तथा उत्तराखंड फिल्म विकास परिषद् के नोडल अधिकारी नितिन उपाध्याय ने संयुक्त रूप से क्लैप और नारियल तोड़ कर किया।फिल्म टीम को शुभकामनाएँ देते हुए डॉ. रमेश पोखरियाल 'निशंक' ने कहा कि यह फिल्म, मनोज इष्टवाल द्वारा लिखित और निर्देशित, पहाड़ी क्षेत्रों की एक युवा लड़की की प्रेरक यात्रा पर आधारित है, जो अनेक चुनौतियों के बावजूद शिक्षा और दृढ़ संकल्प द्वारा अपने सपनों को साकार करने के लिए आगे बढ़ती है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार ने स्थानीय भाषाओं के साथ–साथ अन्य भाषाओं में भी फिल्म निर्माण को बढ़ावा देते हुए रोजगार के अवसरों को बढ़ाया है। उन्होंने सामाजिक दृष्टि से सार्थक और अर्थपूर्ण विषयों पर काम कर रहे फिल्म निर्माताओं की सराहना की। नोडल अधिकारी नितिन उपाध्याय ने कहा कि राज्य सरकार क्षेत्रीय और राष्ट्रीय भाषाओं में फिल्म निर्माण के लिए आवश्यक अनुदान और प्रोत्साहन दे रही है। हमारा लक्ष्य है कि उत्तराखंड को विश्वस्तरीय फिल्मिंग डेस्टिनेशन बनाया जाए, जिससे स्थानीय कलाकारों और तकनीशियनों को अधिक अवसर मिलें। अच्छे कंटेंट, सटीक निर्देशन और आधुनिक तकनीक के उपयोग से सार्थक और मनोरंजक सिनेमा दर्शकों तक पहुँचाया जा सके। उन्होंने यह भी कहा कि मनोज इष्टवाल की कहानी 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' की भावना पर आधारित है और समाज में सकारात्मक संदेश देने के साथ–साथ दर्शकों के लिए प्रेरक अनुभव प्रदान करेगी।मुहूर्त शॉट के बाद लेखक गाँव स्थित नालंदा लाइब्रेरी रिसर्च एंड स्टडी सेंटर में कुछ दृश्य फिल्माए गए। 22 सदस्यों की टीम इस दौरान मौजूद रही।फिल्म का निर्माण रजत डबराल और सृष्टि डबराल द्वारा किया जा रहा है, जबकि निर्देशन मनोज इष्टवाल कर रहे हैं। टीम में हरीश शर्मा (एसोसिएट डायरेक्टर), मोहन भुलानी (असिस्टेंट डायरेक्टर), गौरव गुप्ता (प्रोडक्शन मैनेजर), इंद्रा सिंह नेगी और जेपी शर्मा (प्रोडक्शन कंट्रोलर), अजीत पठानिया (फाइनेंशियल एडवाइजर), अजीत नेगी (मीडिया एडवाइजर) और राहुल वशिष्ठ (ऑफिस कंसल्टेंट) शामिल हैं। फिल्म में मुख्य भूमिकाएँ मानसी शर्मा, किरण डिमरी किट्टू, रीना चौहान, मनोज इष्टवाल और शशिमोहन रावत निभा रहे हैं। सिनेमैटोग्राफी किशोर नेगी और चंद्रशेखर चौहान कर रहे हैं।"फ्योंली'' पर्वत की बेटी" फिल्म में पहाड़ की बेटियों के संघर्ष, शिक्षा, महिलाओं के सशक्तिकरण और दृढ़ता को प्रदर्शित किया गया है, साथ ही उत्तराखंड की प्राकृतिक सुंदरता और सांस्कृतिक विरासत को भी उजागर किया गया है।

प्रस्तुति :
श्रीमती नीलम तलवाड़

उत्तराखंड राज्य स्थापना की रजत जयंती

जयहरिखाल महाविद्यालय में राज्य आंदोलनकारियों का सम्मान

उत्तराखंड राज्य स्थापना की रजत जयंती के अवसर पर 9 नवम्बर को भक्त दर्शन राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय जयहरिखाल पौड़ी गढ़वाल में उत्तराखंड राज्य आंदोलनकारियों को सम्मानित किया गया। महाविद्यालय प्राचार्य प्रो.लवनी रानी राजवंशी ने कहा कि आंदोलनकारियों के कठिन संघर्ष से ही उत्तराखंड राज्य की स्थापना हो पाई। इस अवसर पर हरेन्द्र सिंह बिष्ट (ग्राम–बैर गांव),जसवंत सिंह रावत (गूम),सूर सिंह(गूम),तीर्थ सिंह (गुमखाल),चन्द्र मोहन सिंह (गुमखाल), सिद्धू अहमद (गुमखाल), पूरण सिंह (गूम), सुरेन्द्र सिंह (गूम),हरी सिंह (गूम), महाराज सिंह बिष्ट (गूम), दिगम्बर सिंह (खुण्डोली), सुरेश सिंह(मथ), विनोद सिंह (सोलिया),वीर सिंह(सोलिया), भारत सिंह नेगी (खुण्डोली), श्रीमती आशा देवी पत्नी स्व.मनमोहन सिंह (गूम) व श्रीमती गोदाम्बरी देवी पत्नी स्व.जगमोहन सिंह (बैर) को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया।

सम्मान

साईं सृजन पटल ने डेयरी उद्यमी उर्वशी उनियाल को किया सम्मानित

साईं सृजन पटल के संस्थापक सेवानिवृत्त प्राचार्य प्रो.के.एल. तलवाड़ ने 6 नवंबर को ग्राम झबरावाला में अम्रदा डेयरी उद्योग की संचालिका उर्वशी उनियाल को सम्मानित किया। एक सफल महिला उद्यमी के रूप में वे क्षेत्र के किसानों की आर्थिकी को मजबूत करने का सराहनीय प्रयास कर रही हैं। देहरादून के एक प्रतिष्ठित स्कूल में शिक्षका रहीं उर्वशी ने कोविड काल में नौकरी छोड़कर दुग्ध उत्पादन व्यवसाय में कदम रखा। आज उनका डेयरी मॉडल महिलाओं के सशक्तिकरण की दिशा में अनुकरणीय उदाहरण है। उन्होंने अपने इस प्रोजेक्ट में अब तक 100 से अधिक किसानों को जोड़ा है,जिसमें अधिकांश महिलाएं हैं।

इन किसानों का दूध उनकी डेयरी में प्रतिदिन पहुंचता है। रोजाना लगभग 800 से 1000 लीटर दूध एकत्र होता है। दही,मक्खन,घी जैसे उत्पादों के लिए उन्होंने दो प्रोसेसिंग प्लांट भी लीज पर लिए हैं। एनडीआरआई करनाल से प्रशिक्षित उर्वशी का मानना है कि गुणवत्तापूर्ण उत्पाद ही किसी उद्योग की सफलता की आवश्यक शर्त है। इस अवसर पर लेखिका नीलम तलवाड़, कुलदीप उनियाल व अरुण मिश्रा आदि मौजूद रहे।

वेस्ट को वेल्थ बनाने वाली लक्ष्मी नेगी

आधुनिकता में संस्कृति और परंपरा की नई पहचान

उत्तराखण्ड के रुद्रप्रयाग जनपद की शांत वादियों में जन्मी लक्ष्मी नेगी ने यह साबित कर दिया कि सच्ची रचनात्मकता किसी संसाधन की मोहताज नहीं होती। मिट्टी और वेस्ट पदार्थों से नई उपयोगी चीजें बनाकर उन्होंने न केवल स्थानीय संस्कृति को आधुनिकता का रूप दिया, बल्कि पर्यावरण संरक्षण का संदेश भी समाज तक पहुँचाया। जहाँ एक ओर लोग वेस्ट को अनुपयोगी समझकर फेंक देते हैं, वहीं लक्ष्मी नेगी उसी वेस्ट से कला, उपयोगिता और सौंदर्य का अद्भुत संगम रचती हैं। उनके प्रयास पहाड़ों की उस सशक्त बेटी की कहानी कहते हैं जो परंपरा और नवाचार को जोड़ते हुए नई पीढ़ी को पर्यावरण अनुकूल जीवनशैली अपनाने की प्रेरणा दे रही है।

तिलवाड़ा में रहने वाली लक्ष्मी नेगी बताती हैं कि वे प्लास्टिक, पीरूल (चीड़ की पत्तियां), गत्ते, मिट्टी, लकड़ी, छेंती (चीड़ का पका फल), चिलो (जौ, गेंहू की सूखी घास), कांच की खाली बोतलों आदि से मंदिर, गणेश की मूर्ति, टोकरी, चीड़ की छेंती से पहाड़ी आईना ,प्लास्टिक की बोतलों से ढोल –दमाऊं, खजूर की सूखी पत्तियों से टोकरी, पहाड़ी पठाल के घर, घरों में सजावट का सामान आदि का निर्माण कर रही हैं। सोशल मीडिया पर लक्ष्मी नेगी "उत्तराखण्ड क्राफ्टिंग गर्ल" के नाम से मशहूर हैं। यह प्रेरणा उनके मन में बचपन से तब

जागृत हुई जब वे पीरूल और छेंती को देखती थी और उसके द्वारा लगने वाली आग हमारे पहाड़ों के जंगलों को काफी नुकसान पहुंचा देती थी। वह बताती हैं कि क्यों न हम इस वेस्ट पदार्थ को इस प्रकार संजोकर रखें कि वह हमारी आय का भी साधन बने और पर्यावरण का भी संरक्षण करे। यह प्रेरणा उसके मन में स्वयं बचपन से जग गई थी। राजकीय इण्टर कॉलेज तिलकनगर और राजकीय महाविद्यालय अगस्त्यमुनि में पढ़ाई के दिनों में घर के कार्य और आर्थिक संसाधनों की कमी से यह संभव नहीं हो पाया लेकिन आज वह उस सपने को साकार करने में लगी हैं। 2005–06 में जब लक्ष्मी ने पहली बार कांच की खाली बोतल पर गणेश जी की तस्वीर उकेरी तो उससे मिली प्रेरणा से उन्हें अपनी संस्कृति और परंपरा से जुड़ाव महसूस हुआ। उनके इस कार्य में परिवार व दादी का बहुत सहयोग मिलता है। छोटे बच्चे होने के कारण जब भी उन्हें इस कार्य हेतु कहीं जाना पड़ता है तो उनकी दादी बच्चों का ख्याल रखती हैं। साथ ही उनके पति रोजगार हेतु मुंबई में रहने के बावजूद भी उन्हें निरंतर इस कार्य के लिए प्रोत्साहित करते रहते हैं। लक्ष्मी ने इस कला के लिए कहीं से प्रशिक्षण नहीं लिया लेकिन वे बताती हैं कि जिस प्रकार व्यक्ति के व्यक्तित्व में गीत–संगीत का गुण जन्मजात आ जाता है उसी प्रकार उन्हें भी यह कलाकृति बनाने का शौक

जन्मजात है। सभी उत्पाद हाथ से ही निर्मित होते हैं इनकी कटिंग के लिए वह कैंची और कटर का प्रयोग करती हैं चीड़ के पके फल को काटना कुछ मुश्किल होता है यदि कोई मशीन इसकी कटिंग के लिए होती तो उत्पाद बनाना कुछ आसान हो जाता। उनके लगभग सभी उत्पाद अपनी संस्कृति और परंपराओं से जुड़े होते हैं। जैसे चिलो से केदारनाथ मंदिर, माजा की खाली छोटी बोतलों से नंदा राजजात की झांकी, फूलदेई त्योहार पर पीरूल से निर्मित फूल डालने वाली टोकरी, पहाड़ी रोपणी का दृश्य, पहाड़ी चूल्हा, पीरूल की राखियां, तार से बुलाक आभूषण, ऐंपण कला आदि। इन उत्पादों को घरों में सजावट के लिए, किचन में रोजमर्रा के कामों के लिए, पूजाघरों में पूजा अर्चना के लिए प्रयोग किया जाता है।

उत्तराखण्ड की यह क्राफ्टिंग गर्ल बताती हैं कि इस वेस्ट को प्रयोग में लाने से हम न केवल आय प्राप्त करते हैं बल्कि अपने पर्यावरण का संरक्षण भी करते हैं।

यदि इस प्रकार सभी लोग 10–10 प्लास्टिक की बोतलें भी उठायें तो हमारा पर्यावरण कुछ तो साफ होगा और उसे देखकर दूसरे भी प्रभावित होंगे। हर साल हमारे पहाड़ों पर आग से जैव विविधता को भारी नुकसान होता है और इस आग को लगाने में पीरूल और छेंती की बहुत बड़ी भूमिका होती है। छेंती पर तो एक बार आग लगने पर वह पहाड़ी ढलान पर लुढ़कती जाती है और घाटियों में पुनः आग लगा देती है। यदि हम इन्हें उठाकर वेल्थ बनाना शुरू करें तो वनाग्नि से भी निजात मिलेगी। इस कार्य के पीछे उनका मुख्य उद्देश्य अपनी संस्कृति, पर्यावरण और परंपराओं को बचाना है। वेस्ट पदार्थों से पहाड़ी आभूषणों का निर्माण उनका विशेष शौक है। उनके इस कार्य में समाज या अन्य संस्थाएं सहयोग नहीं करती हैं परंतु उनकी सहेली दीना, सावित्री, और अंजना उनकी बहुत मदद करती हैं जब भी वे अपने इस कार्य में कहीं व्यस्त रहती हैं तो उनके बच्चों की देखभाल यही सहेलियां करती हैं। अभी तक सरकार की तरफ से उन्हें कोई विशेष सहयोग और सहायता प्राप्त नहीं हुई, हालांकि एक बार वन विभाग के साथ उन्होंने मिलकर कुछ उत्पाद निर्मित किए। पिछले वर्ष उद्योग विभाग की ओर से उन्हें 6000 रूपये भी इनाम स्वरूप भी प्राप्त हुए। उनके इस कार्य पर समाज में लोगों की सकारात्मक तथा नकारात्मक दोनों प्रतिक्रियाएं मिली हैं। कुछ लोग तो यह भी कहते हैं कि हमने भी इस प्रकार के उत्पाद बनाए लेकिन इनसे

कुछ होता नहीं है। वे बताती हैं कि इस काम में सबसे बड़ी कठिनाई यह है कि हमारे पहाड़ों की महिलाओं को अपने घर के कार्यों के साथ समय का अभाव होता है। सुबह से शाम तक महिलाएं अपने घर–परिवार और बच्चों की देखभाल में लगी रहती हैं। साथ ही महिला होने के कारण लोग हतोत्साहित भी करते हैं कि उन्हें इस कार्य को छोड़कर बच्चों की देखभाल करनी चाहिए। इसके अलावा दैनिक आर्थिक खर्चे भी इस काम में बाधा डालते हैं। अब तक लक्ष्मी नेगी को कई सम्मान व पुरस्कार प्राप्त हो चुके हैं। 2024 में श्री शक्ति सम्मान, विश्व संग्रहालय दिवस पर सम्मान, 2025 में उत्तराखण्ड सरकार द्वारा समाज के सितारे सम्मान, 2025 में ही रूद्र गौरव सम्मान के अलावा दो बार उन्हें जिला शिक्षा और प्रशिक्षण संस्थान रतूड़ा द्वारा सम्मानित भी किया जा चुका है। जब भी डाइट रतूड़ा द्वारा उन्हें सम्मानित किया जाता है तो उन्हें सुखद अहसास होता है कि मैं अपने समाज और राष्ट्र के निर्माण में अपनी सकारात्मक भूमिका निभा रही हूं। वे भविष्य में अपने इन उत्पादों की समोण को विदेशों तक पहुंचाना चाहती हैं। पाखला वाली डॉल को तो वे हर पहाड़ी घर तक पहुंचाना चाहती हैं क्योंकि यह हमारी संस्कृति की पहचान है।

अभी तक चिलो, देवदार और चीड़ की छेंती से बनी दीवार घड़ी, और प्लाई लकड़ी पर बना पहाड़ी घर, को वे अपना सर्वोत्तम उत्पाद मानती हैं। इन उत्पादों को बेचकर वे हर माह लगभग 10 हजार रूपये भी कमा रही हैं। उनके उत्पाद उत्तराखण्ड के अलावा दिल्ली, चण्डीगढ़, राजस्थान, गड़गांव तक ऑनलाइन बिकते हैं। ये ऑर्डर उन्हें फेसबुक, इंस्टाग्राम, यूट्यूब आदि से प्राप्त होते हैं। सोशल मीडिया पर वह "उत्तराखण्ड क्राफ्टिंग गर्ल" के नाम से प्रसिद्ध है। आने वाली पीढ़ी को लक्ष्मी संदेश देना चाहती हैं कि वे वेस्ट पदार्थों को फेंकने के बजाय प्रयोग करना सीखें। हमें हर स्कूल–कॉलेज में इस प्रकार के उत्पाद निर्माण का प्रशिक्षण देना चाहिए तभी हम आने वाले भविष्य में पर्यावरण और संस्कृति के साथ सामंजस्य कर पाएंगे। यदि सभी इस प्रकार के छोटे–छोटे प्रयास करेंगे तो निश्चित ही एक दिन हम पर्यावरण और सांस्कृतिक रूप से समृद्ध हो जाएंगे।

यदि सरकार भी इन प्रयासों को कुछ मदद देना शुरू करे तो एक दिन यही छोटे प्रयास बड़ी उपलब्धि बन सकते हैं। क्योंकि नवीन सृजन के लिए सरकारी प्रोत्साहन महत्वपूर्ण होता है। सरकार का सहयोग जब सृजनशीलता के साथ जुड़ता है, तो संस्कृति और पर्यावरण दोनों को नई दिशा मिलती है। नीति और नवाचार का संगम समाज में ऐसी चेतना जगाता है, जिससे परंपरा सुरक्षित रहती है और प्रकृति फिर से जीवंत हो उठती है। सरकारी प्रयास जब पर्यावरण प्रेमियों और नवाचारकों को प्रोत्साहन देते हैं, तो संस्कृति संवरती है और पर्यावरण भी मुस्कुराता है। सृजन को जब नीति का आशीष मिलता है, तब परंपरा और प्रकृति दोनों का संगम स्थायी विकास का सुंदर प्रतीक बन जाता है।

प्रस्तुति–
कीर्तिराम डंगवाल
असिस्टेंट प्रोफेसर, राजनीति विज्ञान
डॉ. शिवानन्द नौटियाल राजकीय
स्नातकोत्तर महाविद्यालय, कर्णप्रयाग

वर्ल्ड वाइड बुक ऑफ रिकॉर्ड्स
डॉ. सुजाता संजय की 250 से अधिक रेडियो वार्ताएं पूर्ण

संजय ऑर्थोपेडिक स्पाइन एंड मैटरनिटी सेंटर देहरादून की स्त्री रोग विशेषज्ञ और प्रसूति रोग विशेषज्ञ डॉ. सुजाता संजय ने एक बार फिर उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल की है। महिलाओं के स्वास्थ्य और जागरूकता को बढ़ावा देने के अपने अथक प्रयासों के लिए पहचानी जाने वाली डॉ. सुजाता ने स्वास्थ्य से जुड़ी 250 से अधिक रेडियो वार्ताएं (टॉक शो) सफलतापूर्वक पूरी की हैं, जिसके लिए उनका नाम वर्ल्ड वाइड बुक ऑफ रिकॉर्ड्स में दर्ज किया गया है। डॉ. सुजाता की यह यात्रा समाज के प्रति उनकी समर्पण भावना का प्रतीक है। इससे पहले, साल 2017 में उन्हें इंडिया बुक ऑफ रिकॉर्ड्स द्वारा सम्मानित किया गया था, जब उन्होंने 187 से अधिक निःशुल्क स्वास्थ्य परामर्श शिविरों का आयोजन किया था, जिनसे 5500 से अधिक महिलाओं को लाभ मिला।डॉ. सुजाता ने बताया कि उन्होंने 2015 में इस मिशन की शुरुआत की थी, जिसका उद्देश्य था महिलाओं को अपने स्वास्थ्य के प्रति अधिक जागरूक बनाना। अपने रेडियो कार्यक्रमों के माध्यम से उन्होंने दूरदराज और पहाड़ी क्षेत्रों तक पहुंच बनाकर, हजारों महिलाओं को फोन और लाइव रेडियो इंटरैक्शन के जरिए चिकित्सीय मार्गदर्शन प्रदान किया।

डॉ. सुजाता के अनुसार, आज भी कई ग्रामीण और पहाड़ी क्षेत्रों की महिलाएं सही स्वास्थ्य सुविधाओं और सटीक जानकारी से वंचित हैं। इसी कारण उन्होंने रेडियो को एक सशक्त माध्यम के रूप में चुना ताकि चाहे कोई महिला गाँव में हो या शहर में, उसे आवश्यक स्वास्थ्य ज्ञान आसानी से मिल सके। सीमित संसाधनों और सामाजिक झिझक के कारण, महिलाएं अक्सर अपने स्वास्थ्य मुद्दों को नजरअंदाज कर देती हैं, जो बाद में गंभीर समस्याओं का रूप ले लेते हैं। ऐसे में रेडियो महिलाओं के बीच स्वास्थ्य जागरूकता लाने का एक सुलभ और प्रभावी माध्यम साबित हुआ है।

अपने रेडियो कार्यक्रमों के जरिए डॉ. सुजाता महिलाओं को सरल और संबंधित भाषा में महत्वपूर्ण विषयों जैसे मासिक धर्म स्वच्छता, गर्भकालीन देखभाल, स्तन कैंसर जागरूकता, प्रजनन स्वास्थ्य और पोषण के बारे में शिक्षित करती हैं। उनका उद्देश्य है कि महिलाएं जागरूक रहें, समय पर कदम उठाएं और जरूरत पड़ने पर उचित चिकित्सा सहायता लें। डॉ. सुजाता कहती हैं, एक स्वस्थ महिला ही स्वस्थ समाज की नींव होती है।

अगर महिलाओं को सही जानकारी सही समय पर मिल जाए, तो कई बीमारियों से बचा जा सकता है। डॉ. सुजाता ने यह भी बताया कि उनके रेडियो कार्यक्रम देशभर में विभिन्न एफएम चैनलों और आकाशवाणी (ऑल इंडिया रेडियो) पर प्रसारित होते हैं। उनका यह प्रयास न केवल महिलाओं में स्वास्थ्य शिक्षा को बढ़ावा देता है, बल्कि समाज में एक नई जागरूकता की लहर भी उत्पन्न करता है।

प्रस्तुति-
प्रो. जानकी पंवार, सेवानिवृत्त प्राचार्य,
सदस्य सलाहकार मंडल साईं सृजन पटल

तीन दिवसीय आयोजन

भारत का प्रथम लेखक गाँव

स्पर्श हिमालय अंतर्राष्ट्रीय साहित्य, संस्कृति एवं कला महोत्सव

उत्तराखंड के थानो स्थित भारत के प्रथम लेखक गाँव में 3 से 5 नवम्बर तक आयोजित 'स्पर्श हिमालय अंतरराष्ट्रीय साहित्य, संस्कृति एवं कला महोत्सव–2025' ने साहित्य, संस्कृति, योग, अध्यात्म,कला और वैश्विक सृजनशीलता का अद्भुत संगम प्रस्तुत किया। यह भव्य आयोजन उत्तराखंड राज्य गठन के 25 वर्ष तथा भारत रत्न पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी द्वारा प्रतिपादित 'लेखक ग्राम' के स्वप्न को समर्पित रहा। महोत्सव का शुभारंभ केंद्रीय संसदीय कार्य एवं अल्पसंख्यक कार्य मंत्री किरेन रिजिजू द्वारा भगवान धनवंतरि की प्रतिमा के लोकार्पण के साथ हुआ। इस अवसर पर मॉरीशस के पूर्व राष्ट्रपति डॉ. पृथ्वीराज सिंह रूपन, स्वामी अवधेशानंद गिरि महाराज, पतंजलि योगपीठ के महामंत्री

आचार्य बालकृष्ण, इंडोनेशिया के प्रो. सोमवीर सिंह तथा अनेक पद्मश्री और पद्मभूषण सम्मानित व्यक्तित्व उपस्थित रहे। अपने संबोधन में श्री रिजिजू ने कहा कि हिमालय केवल पर्वत नहीं बल्कि भारत की शक्ति, आध्यात्मिकता और पहचान का प्रतीक है। लेखक गाँव जैसे प्रयास हिमालयी चेतना को विश्व तक पहुँचाने का माध्यम हैं।महोत्सव के दौरान तीनों दिनों तक 'कला एवं आर्ट गैलरी' का भी भव्य आयोजन किया गया, जिसके मुख्य अतिथि प्रख्यात चित्रकार एवं पद्मभूषण जतिन दास रहे। उनकी उपस्थिति में आयोजित 'आर्ट वर्कशॉप' में देशभर के युवा कलाकारों ने सहभागिता की और सृजन की नई संभावनाओं पर संवाद किया। जतिन दास ने भारतीय कला की परंपरा, रंगों की अनुभूति और अभिव्यक्ति के महत्व पर विचार साझा किए। तीनों दिन कला प्रदर्शनी में हिमालय, प्रकृति और संस्कृति पर केंद्रित चित्रकृतियों ने दर्शकों को आकर्षित किया। महोत्सव का प्रथम दिवस उत्तराखंड की लोकसंस्कृति, लोककला और पारंपरिक धरोहर को समर्पित रहा। उत्तराखंडी कवि सम्मेलन में कवियों ने हिमालय, प्रकृति और लोकधारा पर आधारित कविताओं से श्रोताओं को भावविभोर किया।सांध्य सत्र में प्रसिद्ध गायक कैलाश खेर की भक्ति एवं लोकगायन पर आधारित प्रस्तुति ने वातावरण को भक्तिमय बनाया। डॉ. रमेश पोखरियाल 'निशंक' के मार्गदर्शन में आयोजित इस महोत्सव में भारत सहित विश्व के 60 से अधिक देशों के प्रतिनिधियों ने सहभागिता की।

महोत्सव के द्वितीय दिवस का उद्घाटन केंद्रीय कानून एवं न्याय मंत्री अर्जुनराम मेघवाल ने किया। इस अवसर पर

परमार्थ निकेतन के परमाध्यक्ष स्वामी चिदानंद सरस्वती, देशभर के विश्वविद्यालयों के कुलाधिपति, कुलपति एवं शिक्षाविद विशेष रूप से उपस्थित रहे। अपने प्रेरणादायक उद्‌बोधन में श्री मेघवाल ने कहा कि नारी शक्ति, संस्कृति और संवेदना के बिना भारत के विकास का कोई भी मॉडल अधूरा है। साहित्य और संस्कृति ही आत्मनिर्भर भारत की आत्मा हैं। इस दिन आयोजित सत्रों में 'आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस', 'मीडिया', 'कथा एवं कथेतर साहित्य', 'कविता' तथा 'भारतीय ज्ञान परंपरा' जैसे विषयों पर देश–विदेश के विद्वानों ने अपने विचार रखे। सांध्य सत्र में स्पर्श हिमालय विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों की नाट्य–नृत्य प्रस्तुतियों तथा दून संस्कृत विद्यालय के आदिवासी विद्यार्थियों के लोकनृत्य ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध किया।

तृतीय दिवस का "शौर्य सत्र" देशभक्ति, सैन्य परंपरा और राष्ट्रगौरव को समर्पित रहा। इस विशेष सत्र में सुरक्षा बलों के प्रतिनिधियों,पूर्व सैनिकों और युवाओं ने भारत की गौरवशाली सैन्य परंपरा पर अपने विचार रखे। 'Youth Foundation' के छात्रों द्वारा प्रस्तुत देशभक्ति आधारित नृत्य–नाटिका ने उपस्थित जनों के हृदयों में राष्ट्रप्रेम और उत्साह का संचार किया। कार्यक्रम स्थल में 'भारत माता की जय' के नारे गूंज उठे और पूरा वातावरण देशभक्ति से ओतप्रोत हो गया। समापन दिवस पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अपने संबोधन में कहा कि लेखक गाँव केवल ईंट–पत्थर की संरचना नहीं, बल्कि विचारों और सृजन का तीर्थ है, जहाँ से हिमालयी चेतना पूरे विश्व में प्रवाहित होगी। समापन समारोह में लेफ्टिनेंट जनरल अनिल भट्ट, पूर्व रक्षा सचिव डॉ. योगेंद्र नारायण शर्मा तथा पद्मश्री डॉ. हरमोहिंदर सिंह बेदी की भी उपस्थिति रही। इस अवसर पर आयोजित योग सत्र, पर्यटन एवं पर्यावरण संवाद, शोधार्थी सत्र और नवोदित लेखक मंच में विषय विशेषज्ञों और युवा प्रतिभाओं ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की।

सभी वक्ताओं ने एक स्वर में कहा कि लेखक गाँव आज भारत की सांस्कृतिक आत्मा, बौद्धिक परंपरा और सृजनशील चेतना का सजीव प्रतीक बन चुका है। तीन दिवसीय इस महोत्सव ने यह सशक्त संदेश दिया कि जब साहित्य, योग, विज्ञान, पर्यावरण और संस्कृति एक साथ आते हैं, तो सृजन केवल कला नहीं, बल्कि राष्ट्र निर्माण की प्रेरणा बन जाता है। 'हिमालय से स्पर्श लेकर विश्व को ज्ञान, संस्कृति और संवेदना का संदेश देना ही लेखक गाँव का उद्देश्य है।' महोत्सव का संचालन वरिष्ठ साहित्यकारों एवं विद्वानों द्वारा किया गया।

प्रस्तुति : प्रो.(डॉ.)के.एल.तलवाड़

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) ऋषिकेश

राष्ट्रीय हेमेटोलॉजी क्विज में मिला शीर्ष सम्मान

देशभर के मेडिकल कॉलेजों के बीच आयोजित एक कठिनतम प्रतिस्पर्धा में एम्स ऋषिकेश ने राष्ट्रीय हेमेटोलॉजी क्विज का खिताब जीतकर एक और शिखर

हासिल किया है। यह प्रतियोगिता भारतीय हेमेटोलॉजी और ब्लड ट्रांसफ्यूजन सोसाइटी (आई.एस.एच.बी.टी) के 66वें वार्षिक सम्मेलन के दौरान लखनऊ में आयोजित की गई थी। एम्स ऋषिकेश की सफलता ने संस्थान की अकादमिक उत्कृष्टता को एक फिर बार साबित किया है। संस्थान के पैथोलॉजी और मेडिसिन विभागों की स्नातकोत्तर रेजिडेंट्स की टीम ने इस प्रतिष्ठित राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में सभी प्रतिद्वंद्वियों को पीछे छोड़ते हुए प्रथम पुरस्कार हासिल किया। यह खिताब केवल इस संस्थान के लिए गौरव का प्रतीक नहीं है, बल्कि चिकित्सा क्षेत्र में अनुसंधान और नवाचार की दिशा में संस्थान की गहरी प्रतिबद्धता को भी उजागर करता है।

इस प्रतियोगिता की शुरुआत 9 नवम्बर को लखनऊ में हुई थी, जहां देशभर के विभिन्न मेडिकल कॉलेजों की टीमों ने भाग लिया। एम्स ऋषिकेश ने न केवल राज्य स्तर, बल्कि क्षेत्रीय और उत्तर क्षेत्रीय प्रतियोगिताओं में भी जीत हासिल की थी, जिनमें उत्तर क्षेत्र के प्रतिष्ठित संस्थान जैसे पीजीआई चंडीगढ़, एम्स बठिंडा और अन्य शामिल थे।

कार्यक्रम में संस्थान की डीन एकेडेमिक प्रो. जया चतुर्वेदी ने विजेता टीम को बधाई देते हुए इस सफलता को एम्स ऋषिकेश की अकादमिक उत्कृष्टता का प्रतीक बताया। उन्होंने कहा कि यह प्रतियोगिता चिकित्सा के क्षेत्र में अत्यधिक ज्ञान और दक्षता को लेकर छात्रों की गुणवत्ता को भी प्रमाणित करती है। क्विज प्रतियोगिता में एम्स ऋषिकेश की विजेता टीम में पैथोलॉजी विभाग के तृतीय वर्ष के जूनियर रेजिडेंट डॉ.एर्ना अहसन और डॉ. गायत्री तथा मेडिसिन विभाग के द्वितीय वर्ष के रेजिडेंट डॉ. बिक्की दत्ता शामिल थे। इस अवसर पर संस्थान के उच्चाधिकारी और फैकल्टी सदस्य, जैसे प्रो. संजीव किशोर (पैथोलॉजी विभाग के प्रमुख), प्रो. रविकांत (जनरल मेडिसिन

विभाग के प्रमुख), डॉ.वेंकटेश पाई, और डॉ. हरीश चंद्रा ने विजेता टीम को बधाई दी और उनके प्रयासों को सराहा।

इस प्रतियोगिता में जीतने वाली टीम को इंडियन सोसाइटी ऑफ हेमटोलॉजी एंड ब्लड ट्रांसफ्यूजन (आई.एस. एच.बी.टी) के अध्यक्ष ब्रिगेडियर डॉ. तथागत चटर्जी और इंडियन कॉलेज ऑफ हेमटोलॉजी के सचिव प्रो. आर.के. जेना द्वारा प्रमाण पत्र और नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया। संस्थान की कार्यकारी निदेशक प्रो. मीनू सिंह ने इस उपलब्धि को संस्थान के अनुसंधान और नवाचार के प्रति दृढ़ प्रतिबद्धता का प्रतीक मानते हुए विजेता टीम को हार्दिक बधाई दी। इस सफलता ने यह सिद्ध कर दिया कि एम्स ऋषिकेश का उद्देश्य केवल चिकित्सा शिक्षा में सर्वोत्तम गुणवत्ता प्रदान करना ही नहीं, बल्कि राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर संस्थान की पहचान को भी और मजबूती से स्थापित करना है।

प्रस्तुतिः अंकित तिवारी, उपसंपादक

व्याख्यान

स्पर्श हिमालय विश्वविद्यालय

फेफड़ों के कैंसर के प्रति जागरूकता जरूरी

स्पर्श हिमालय विश्वविद्यालय में आयोजित लंग कैंसर जागरूकता माह के अंतर्गत एक महत्वपूर्ण जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। इस कार्यक्रम की शुरुआत एम्स ऋषिकेश के कैंसर रोग विशेषज्ञ सह आचार्य डॉ. अमित सहरावत और क्लीनिकल रिसर्च कोऑर्डिनेटर अंकित तिवारी द्वारा की गई। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य फेफड़ों के कैंसर की रोकथाम और उपचार पर छात्रों को जानकारी प्रदान करना था।डॉ. अमित सहरावत ने फेफड़ों के कैंसर से संबंधित विभिन्न पहलुओं पर व्याख्यान दिया। उन्होंने बताया कि फेफड़ों का कैंसर विश्व स्तर पर कैंसर से होने वाली मौतों में सबसे प्रमुख कारण है और भारत में इस बीमारी के अधिकतर मामले देर से पहचाने जाते हैं, जिससे इलाज में कठिनाई उत्पन्न होती है। डॉ. सहरावत ने यह भी बताया कि भारत में फेफड़ों के कैंसर के अधिकतर मामलों का मुख्य कारण धूम्रपान, वायु प्रदूषण और अस्वास्थ्यकर जीवनशैली है।उन्होंने यह भी कहा कि फेफड़ों के कैंसर का निदान शुरुआती लक्षणों की अस्पष्टता के कारण चुनौतीपूर्ण हो सकता है। इसके निदान के लिए इमेजिंग और बायोप्सी जैसी आधुनिक तकनीकों की आवश्यकता होती है। उपचार के लिए एक बहु–विषयक टीम की भूमिका भी महत्वपूर्ण होती है, जिसमें पल्मोनोलॉजिस्ट, ऑन्कोलॉजिस्ट, और सर्जन शामिल होते हैं।

कार्यक्रम का मुख्य संदेश 'क्लोज द केयर गैप' था, जो कैंसर से जुड़ी जागरूकता और शुरुआती निदान के महत्व को रेखांकित करता है। इस दौरान छात्रों को फेफड़ों के कैंसर के मिथकों और वास्तविकताओं के बारे में भी जानकारी दी गई, ताकि समाज में फैली भ्रांतियों को दूर किया जा सके। हिमालयीय कॉलेज ऑफ नर्सिंग की प्राचार्या डॉ. अंजना विलियम्स ने कहा कि इस कार्यक्रम ने न केवल चिकित्सकीय पहलुओं को समझाने का अवसर प्रदान किया, बल्कि समाज में जागरूकता लाने के लिए एक प्रेरणा स्रोत भी सिद्ध हुआ है। उन्होंने कहा कि फेफड़ों के कैंसर से निपटने के लिए जागरूकता और सही कदम उठाने की जरूरत आज पहले से कहीं अधिक है। इस आयोजन में छात्र–छात्राओं ने कैंसर के बारे में अपने प्रश्न पूछे और चिकित्सकों से विस्तृत जानकारी प्राप्त की। कार्यक्रम का संचालन नर्सिंग ट्यूटर उपासना क्षेत्री ने किया। कार्यक्रम में सहायक आचार्य नेहा शर्मा, रुचि नेगी, नर्सिंग ट्यूटर सोनाली राणा और नर्सिंग छात्र–छात्राएं भी उपस्थित थे।

प्रस्तुति – अमन तलवाड़,सह संपादक

उत्तराखण्ड में सड़क दुर्घटनाएं
सुरक्षा के बिना विकास अधूरा

हिमालय की गोद में बसा एक खूबसूरत पहाड़ी राज्य उत्तराखंड ने 9 नवंबर, 2025 को अपनी रजत जयंती मनाई,जो राज्य के 25 साल पूरे होने का प्रतीक है। यह राज्य 9 नवंबर, 2000 को एक लंबे संघर्ष, कई आंदोलनों और महत्वपूर्ण बलिदानों के बाद बना था। शुरू में 'उत्तरांचल' नाम दिया गया, राज्य का नाम 2007 में बदलकर 'उत्तराखंड' कर दिया गया, एक ऐसा नाम जो क्षेत्र की ऐतिहासिक और सांस्कृतिक पहचान को बेहतर ढंग से दर्शाता है। एक पहाड़ी राज्य होने के कारण, अद्वितीय भौगोलिक परिस्थितियों के साथ, सड़क परिवहन उत्तराखंड में परिवहन का प्राथमिक साधन है। विश्व प्रसिद्ध चार धाम यात्रा और हिमालय की प्राकृतिक सुंदरता के कारण राज्य का धार्मिक, सांस्कृतिक और पर्यटन क्षेत्रों में एक महत्वपूर्ण स्थान है।

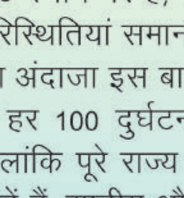
सड़कें राज्य के विकास की रीढ़ थीं, जो दूरदराज की पहाड़ियों को जोड़ती थीं, पर्यटन को बढ़ाती थीं और अर्थव्यवस्था को बढ़ावा देती थीं। जब 2000 में उत्तराखंड राज्य का गठन हुआ, तो राज्य में सड़कों की कुल लंबाई 15,470 किलोमीटर थी। आज, यह आंकड़ा बढ़कर 36,000 किलोमीटर से अधिक हो गया है। हर साल, सड़कें चौड़ी होती जाती हैं, लेकिन सुरक्षा का दायरा सिकुड़ता जाता है। राज्य की अनूठी स्थलाकृति और जलवायु सड़क सुरक्षा के लिए विशिष्ट चुनौतियां पेश करती हैं। खड़ी ढलानें और घुमावदार सड़कें उन्नत ड्राइविंग कौशल और विशेषज्ञ वाहन संचालन की मांग करती हैं। इसके अलावा, कोहरे के कारण दृश्यता की समस्या, भूस्खलन का जोखिम और अप्रत्याशित पहाड़ी मौसम इन चुनौतियों में योगदान करते हैं, जिससे दुर्घटनाओं की संभावना बढ़ जाती है। उत्तराखंड जैसे क्षेत्रों में, यह समस्या पर्यावरणीय और मानवीय कारकों, जैसे खराब सड़क बुनियादी ढांचा, वाहनों की भीड़भाड़ और अपर्याप्त चालक शिक्षा से बढ़ जाती है। पहाड़ी क्षेत्रों में सड़क दुर्घटनाएं पहाड़ी सड़कों की जटिल और नाजुक प्रकृति के कारण होती हैं, जो मैदानी इलाकों की सड़कों से काफी भिन्न होती हैं। पिछले 25 वर्षों में राज्य में 34,014 से अधिक सड़क दुर्घटनाएं हुई हैं। सड़क दुर्घटनाओं की कुल संख्या, जो 2015 में 1,523 थी, 2024 में बढ़कर 1,750 से अधिक हो गई। हाल के आधिकारिक आंकड़े इस समस्या की गंभीरता को रेखांकित करते हैं। 2018 और 2019 में, उत्तराखंड में क्रमशः1,418 और 1,553 सड़क दुर्घटनाएं दर्ज की गईं, जिसके परिणामस्वरूप 1,047 और 868 मौतें हुईं। यह प्रवृत्ति और भी चिंताजनक हो गई, जिसमें 2022 में 1,674 दुर्घटनाएं दर्ज की गईं, जिससे 1,042 मौतें हुईं, और 2023 में 1,691 दुर्घटनाएं हुईं, जिसके परिणामस्वरूप 1,054 मौतें हुईं। ये आंकड़े उत्तराखंड को भारत के शीर्ष छह राज्यों में

रखते हैं, जहां प्रति 100 दुर्घटनाओं में मृत्यु दर के हिसाब से दुर्घटनाओं की गंभीरता सबसे अधिक है। हाल के वर्षों में, राज्य के पहाड़ी क्षेत्रों में कई विनाशकारी दुर्घटनाएं हुई हैं। 2018 में, धुमाकोट बस दुर्घटना में 48 लोगों की जान चली गई, जबकि अक्टूबर 2021 में चकराता में हुई घटना में 11 लोगों की मौत हो गई। फरवरी 2022 में, चंपावत में एक शादी की पार्टी ले जा रही एक बस खाई में गिर गई, जिसमें 11 लोग मारे गए, और जून 2022 में, यमुनोत्री राजमार्ग पर एक बस दुर्घटना में कई लोगों की मौत हो गई। हाल ही में, जून 2024 में, रुद्रप्रयाग में एक टेम्पो ट्रैवलर दुर्घटना में 15 लोगों की जान चली गई, और उसी वर्ष, अल्मोड़ा के सल्ट में एक बस दुर्घटना में 36 लोगों की मौत हो गई। देहरादून में एक कार दुर्घटना में छह युवा मौके पर ही मारे गए। इन बार–बार होने वाली त्रासदियों के बावजूद, उत्तराखंड में सड़क सुरक्षा में प्रभावी सुधार अभी भी मायावी बने हुए हैं। सार्वजनिक आक्रोश के दबाव में, अधिकारी कभी–कभी निचले या मध्यम स्तर के अधिकारियों को निलंबित कर देते हैं या अस्थायी अनुशासनात्मक उपाय लागू करते हैं। हालांकि, ये कदम मूल कारणों, जैसे ओवरलोडिंग, लापरवाह ड्राइविंग और खराब सड़क रखरखाव, को संबोधित करने में विफल रहते हैं, जो इन सड़कों को इतना खतरनाक बनाते हैं।उत्तराखंड में सड़क दुर्घटनाएं जानलेवा साबित हो रही हैं। दुर्घटनाओं और परिणामस्वरूप होने वाली मौतों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। स्थिति इतनी गंभीर है कि उत्तराखंड प्रति 100 सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों की संख्या के मामले में देश में छठे स्थान पर है, जबकि हिमाचल प्रदेश, जिसकी भौगोलिक परिस्थितियां समान हैं, 20वें स्थान पर है। स्थिति की गंभीरता का अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि पहाड़ी क्षेत्रों में हर 100 दुर्घटनाओं में लगभग 105 लोग मारे जाते हैं। हालांकि पूरे राज्य का औसत प्रति 100 दुर्घटनाओं में 69.53 मौतें हैं, राष्ट्रीय औसत केवल 36 प्रतिशत है। साक्ष्य बताते हैं कि सुरक्षा उपाय विकास प्रयासों से पीछे रह गए हैं।

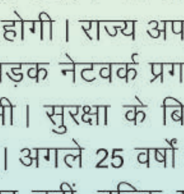
सड़क दुर्घटनाओं में वृद्धि के कारण, उत्तराखंड सरकार ने सड़कों को सुरक्षित बनाने और मौतों की संख्या को कम करने के लिए नियोजित कार्रवाइयों की एक श्रृंखला शुरू की है। एकीकृत सड़क दुर्घटना डेटाबेस (iRAD) सबसे महत्वपूर्ण परियोजनाओं में से एक है। इसका लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि वैज्ञानिक डेटा एकत्र और विश्लेषण किया जाए ताकि नीतियां तथ्यों पर आधारित हो सकें। सड़क सुरक्षा अभियान एक बड़ा जन जागरूकता अभियान है जिसे सरकार ने प्रमुख राजमार्गों पर ब्लैक स्पॉट खोजने के लिए भी शुरू किया है जहां दुर्घटनाएं होने की संभावना है। साथ ही, गुड समैरिटन कानून का उद्देश्य उन लोगों के लिए आसान बनाना है जो दुर्घटना देखते हैं ताकि वे कानून के साथ परेशानी में पड़ने की चिंता किए बिना मदद कर सकें।नई राज्य सड़क सुरक्षा नीति 2025, जो स्थानीय स्तर पर संस्थागत क्षमता में सुधार के लिए पहाड़ी जिलों में अधिक सहायक क्षेत्रीय परिवहन अधिकारियों (ARTOs) की भर्ती का आह्वान करती है, एक महत्वपूर्ण नीतिगत विकास है। सड़क सुरक्षा के लिए संयुक्त राष्ट्र के दशक के प्रति भारत की प्रतिबद्धता के अनुरूप, राज्य ने 2030 तक यातायात दुर्घटनाओं को 50 प्रतिशत तक कम करने का एक रणनीतिक लक्ष्य निर्धारित किया है।

फिर भी, इन उपायों की प्रभावशीलता काफी हद तक उनके दीर्घकालिक कार्यान्वयन और निगरानी पर निर्भर करेगी। चूंकि उत्तराखंड अपने गठन के पच्चीस साल पूरे कर चुका है, इसलिए आगामी दशकों में यह आकलन करना अनिवार्य हो जाता है कि क्या ये पहल सड़क सुरक्षा में मापने योग्य सुधार लाती हैं। 2030 तक और उसके बाद की अवधि राज्य की सड़क दुर्घटनाओं को आधा करने और एक सुरक्षित परिवहन वातावरण बनाने के अपने घोषित उद्देश्य को प्राप्त करने की क्षमता का एक महत्वपूर्ण परीक्षण होगी। राज्य अपनी 25वीं वर्षगांठ मना रहा है और विस्तारित सड़क नेटवर्क प्रगति की कहानी कहता है – लेकिन दर्द की भी। सुरक्षा के बिना विकास को सफलता नहीं कहा जा सकता। अगले 25 वर्षों में, ध्यान केवल गंतव्यों तक जल्दी पहुंचने पर नहीं, बल्कि यह सुनिश्चित करने पर भी होना चाहिए कि हर कोई सुरक्षित घर पहुंचे।

-: प्रस्तुति :-



प्रो.एम.एम.सेमवाल
विभागाध्यक्ष, राजनीति विज्ञान



सीता रमोला,
रिसर्च स्कॉलर

हे.न.ब.गढ़वाल विश्वविद्यालय श्रीनगर (गढ़वाल)

डिजिटल उत्तराखण्ड

उत्तराखंड की गौरवशाली विरासत को डिजिटल रूप में प्रस्तुत करता राजभवन नैनीताल का वर्चुअल टूर

उत्तराखंड राज्य के ऐतिहासिक प्रतीक, राजभवन नैनीताल, ने अपनी 125 वीं वर्षगांठ के अवसर पर एक ऐतिहासिक कदम उठाया, जब राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मु ने इसका वर्चुअल टूर लॉन्च किया। इस टूर के माध्यम से अब लोग राजभवन नैनीताल का डिजिटल भ्रमण कर सकेंगे और उसके ऐतिहासिक और सांस्कृतिक महत्व को समझ सकेंगे। यह पहल न केवल राज्य के समृद्ध इतिहास को संरक्षित करने के उद्देश्य से है, बल्कि डिजिटल इंडिया के विजन को भी साकार करती है, जहां तकनीक संस्कृति और विरासत के संरक्षण का एक सशक्त साधन बन रही है।

राजभवन नैनीताल की इमारत, जो शाही स्थापत्य कला और प्राकृतिक सौंदर्य का अद्भुत मिश्रण है, अपने 125 वर्षों के

इतिहास में न केवल राज्य के प्रशासनिक कार्यों का केंद्र रही है, बल्कि उत्तराखंड की सांस्कृतिक और ऐतिहासिक धरोहर का एक महत्वपूर्ण हिस्सा भी रही है। इस वर्चुअल टूर के जरिए दर्शकों को इसके स्थापत्य कला, वातावरण और ऐतिहासिक महत्व को जानने का अवसर मिलेगा, जो इस भवन के प्रति सम्मान और जिज्ञासा को और बढ़ाता है।

राष्ट्रपति ने इस अवसर पर कहा कि जैसे राष्ट्रपति भवन स्वतंत्र भारत का प्रतीक है, वैसे ही राज्य के राजभवन लोकतांत्रिक व्यवस्था का प्रतीक हैं। उनके अनुसार, राजभवन का ऐतिहासिक और सांस्कृतिक महत्व राज्य के विकास और गौरव के प्रतीक के रूप में है। राष्ट्रपति ने यह भी कहा कि राज्यपाल के कार्यालय से जुड़े सभी सदस्य न केवल संविधान के प्रति अपनी जिम्मेदारी निभाते हैं, बल्कि उन्हें विनम्रता, नैतिकता और संवेदनशीलता का पालन करना चाहिए, ताकि राज्य की जनता के बीच राजभवन का सम्मान और प्रतिष्ठा बनी रहे।

राजभवन के इस नए डिजिटल रूप को लेकर राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से. नि.) ने कहा कि यह अवसर उत्तराखंड के लिए गर्व का है। उन्होंने राष्ट्रपति का धन्यवाद करते हुए कहा कि यह पहल डिजिटल इंडिया के उस विजन का उत्तम उदाहरण है, जहां तकनीक सिर्फ सुविधा का माध्यम नहीं, बल्कि संस्कृति और धरोहर को बचाने का प्रभावी साधन बन रही है। राजभवन नैनीताल पर आधारित एक लघु फिल्म का भी प्रदर्शन किया गया, जो भवन की गौरवशाली विरासत और उसकी स्थापत्य विशेषताओं को दर्शाती है। यह फिल्म दर्शकों को न केवल राजभवन के इतिहास से अवगत कराती है, बल्कि यह संदेश भी देती है कि हमारे अतीत, परंपराओं और सांस्कृतिक धरोहर का संरक्षण करना कितना महत्वपूर्ण है। इस कार्यक्रम के दौरान उत्तराखंड की लोक संस्कृति पर आधारित सांस्कृतिक प्रस्तुतियाँ भी दी गईं, जो राज्य की विविधता और समृद्धता को प्रभावी रूप से प्रस्तुत करती हैं। लोक–नृत्य, लोक–संगीत और पारंपरिक कला के रूप में प्रस्तुत इस सांस्कृतिक समारोह ने राजभवन के ऐतिहासिक महत्व को और भी शानदार तरीके से उजागर

किया। राजभवन नैनीताल के 125 वर्षों की यात्रा ने न केवल उत्तराखंड की राजनीतिक, सामाजिक और सांस्कृतिक धरोहर को आकार दिया है, बल्कि यह राज्य की प्रगति और समृद्धि का भी प्रतीक है। यह वर्चुअल टूर और लघु फिल्म एक नई दिशा में एक कदम है, जहां तकनीकी विकास के साथ–साथ हमारी संस्कृति, विरासत और इतिहास को भी नए रूप में देखा जा सकेगा। यह न केवल हमारे अतीत की पहचान को संजोने का एक प्रयास है, बल्कि भविष्य को प्रेरणा देने का भी माध्यम बन रहा है।

राजभवन नैनीताल की यह पहल न केवल एक डिजिटल अनुभव है, बल्कि यह राज्य के इतिहास और संस्कृति के प्रति हमारे सम्मान और जुड़ाव को भी एक नई दिशा देती है। अब हर नागरिक के लिए राजभवन के महत्व और उसकी धरोहर को जानना आसान होगा, जो न केवल उत्तराखंड बल्कि पूरे देश के लिए गर्व का विषय है।

प्रस्तुति : अंकित तिवारी, उपसंपादक

कविता

जी लेने दे ना, 'जिन्दगी'

क्यों रुलाती है जिंदगी,
दो ही तो पल मिले हैं जीने को,
जी लेने दे ना जिंदगी।
क्यों भगाती है जिंदगी,
इक आसरा मिला तो है,
वहां ठहरकर जी लेने दे ना जिंदगी।
क्यों हर मोड़ पर ठोकरों से गिराती है,
यूँ बार–बार उठना आता नहीं मुझे,
इक बार ही सही गिरकर उठने दे ना जिंदगी।
क्यों खामोश कराती है,
मैंने बड़ी मुश्किल से महफिल में बोलना सीखा है,
मुझे बोलने दे ना जिंदगी।
क्यों बार–बार मुझे तन्हा करती है,
इस भीड़ में मुझे किसी अपने से मिला दे ना जिंदगी।
क्यों मेरे सब्र का इम्तिहान लेती है जिंदगी,
मेरे सब्र का फल अब तो दे देना जिंदगी।
क्यों मुझे मेरी छोटी सी उम्र में ही तड़पाती है,
मेरी बाकी की उम्र भी तो बाकी है ना जिंदगी।
सिखा देती अकेले रहना भी,
जब मुझसे अपनों को दूर करना ही था जिंदगी।
यूँ तो खुशियां बांटने को भी कोई अपना दिखे नहीं,
अब तो अकेले में चैन से रो लेने दे ना जिंदगी।
क्यों इतने सवालों में उलझा कर रखा है ?
अब तो मेरे सवालों का उत्तर दे देना जिंदगी।

प्रस्तुति : प्रणीता राणा,
स्नातक छात्रा, डी.ए.वी.पी.जी. कॉलेज, देहरादून

उत्तराखण्ड राज़्य स्थापना की रजत जयन्ती की

हार्दिक-शुभकामनाएँ

प्रो० (डॉ०) के०एल० तलवाड़
मुख्य संपादक

अंकित तिवारी
उप संपादक

अमन तलवाड़
सह संपादक

हर्ष मोहन डबराल
डिजाइनर

उत्तराखण्ड में लेखन और सृजन के उन्नयन के लिए सदैव प्रतिबद्ध