



साईं सूजन पठल

मासिक प्रदीप्ति

लेखन और सूजन के उन्यन के लिए सदैव प्रतिबद्ध

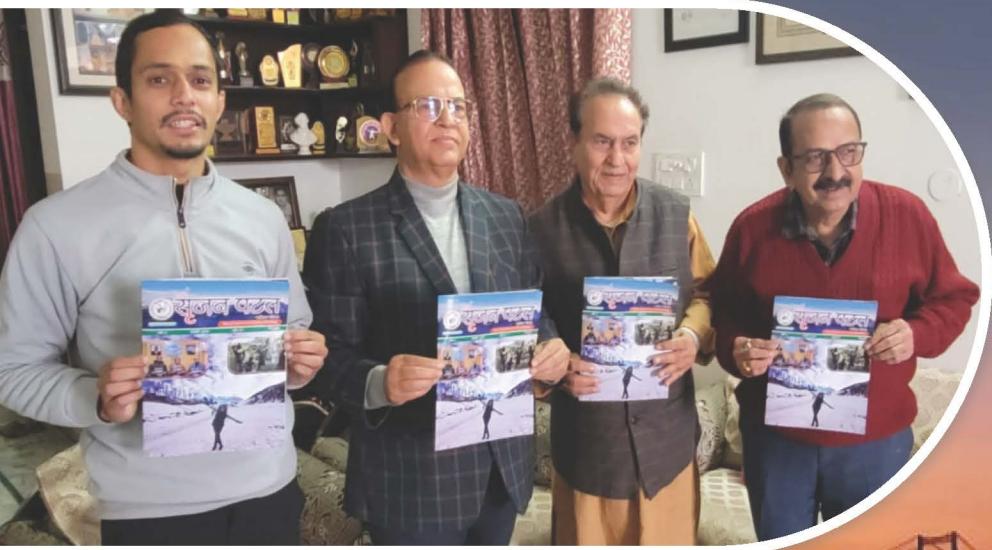
वर्ष-2

अंक-7

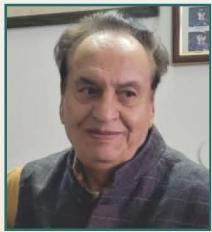
फरवरी 2025

पृष्ठ-20

निःशुल्क



आने वाला समय, नया प्रवेश द्वार खोलने वाला सिद्ध हो



एक नयी पत्रिका निकालना, नये सोच-विचार को चिह्नित करने की कोशिश से शुरू होती है। फिर वह पत्रिका अपने लिखने-पढ़ने वाले पाठकों के बीच निरंतर पुनर्सृजन की प्रक्रिया को पाठकों के बीच पैदा करती है। 'सूजन-पटल' पत्रिका ने मुझे इसलिए भी अपनी और आकर्षित किया कि वह अपने पाठकों को सूजन की आकांक्षा से जोड़ती है। सूजन हमेशा मौलिकता की खोज में लगा रहता है। जैसे एक अंधेरी रात के बाद वही अस्त हुआ सूरज नया होकर नए दिन को पैदा कर देता है। नये दिन को एक नयी तिथि मिल जाती है। सूजनशील मनुष्यों की दिमागी उर्वरता को एक नयी गति मिल जाती है। समय हमें पुराना नहीं होने देता। नयी तिथि नयी गति से हमें अपनी ऊर्जा को जानने-पहचानने की शक्ति मिलती है। सूजन के साथ जब पटल शब्द जुड़ जाता है। तो वर्तमान में भूत भविष्य दोनों काल जुड़ जाते हैं। पटल एक पाषाण कालीन अनुभूति का शब्द है। लेकिन आधुनिक समय में वह कागज के पृष्ठ का भी घोतक है। संस्कृत में गुलाब जैसे सुगंधित कोमलता की पंखुड़ी का नाम पाटल है। इसी से हृदय पटल, मानस पटल, चित्त पटल जैसे अनेक मनोकांक्षी शब्दों का जन्म हुआ है। सूजन पटल एक मनोग्राही शब्द है। मन हमेशा रचनानुभूति में डुबोने की कोशिश करता है। 'सूजन पटल पत्रिका' अपने समय के साथ अपने अनुभवों को पकड़ने की कोशिश का नाम है। यह बहुत चुनौती पूर्ण नाम है। मेरी इच्छा है कि इसमें छपने वाले सूजनशील लोक अभिव्यक्ति में अपना एक मुकाम कायम कर सकें। हर उल्लेखनीय में सफलता की शुरुआत ऐसे ही होती है। सभी भूगोलों के पानी का स्वाद सूजन पटल के लेखकों में अभिव्यक्ति हो। इस शुभकामना के साथ में सूजन पटल के आकांक्षी संपादक मंडल और जब तक इसमें प्रकाशित होने वाली प्रतिभाओं को अपने समय की चुनौतियों का सामना करने की ऊर्जा मिले। यह शुभाकांक्षा व्यक्त करता हूँ। आने वाला समय एक नया प्रवेश द्वार खोलने वाला सिद्ध हो।

**पद्मश्री कवि लीलाधर जगड़ी जी
से मिला पत्रिका को आशीर्वचन**

सम्पादकीय

ऋतुराज बसंत के आगमन के साथ ही मन मानों पुष्पित-पल्लवित हो उठता है। 'साईं सूजन पटल' के इस अंक को भी 'फ्योंली' व 'बुरांस' से जुड़े लेखों से सजाने का प्रयास किया गया है। पद्मश्री लीलाधर जगड़ी जी के आशीर्वचनों से नई ऊर्जा का संचार हुआ है। तुंगनाथ, मोइला टॉप और बुद्धा टैंपल के लेख उत्तराखण्ड के पर्यटन को पाठकों तक लाने का प्रयास है। टिवंकल डोगरा के संघर्ष की दास्तान निश्चय ही दृढ़ इच्छाशक्ति की द्योतक है। महिला सशक्तिकरण की प्रतीक श्रीमती जया वर्मा, श्रीमती अंजलि थापा व श्रीमती भारती आनन्द की प्रतिभाओं ने भी इस अंक को समृद्ध किया है। संयुक्त निदेशक उच्च शिक्षा द्वारा 142 वीं बार स्वैच्छिक रक्तदान अपने आप में एक मिसाल है। पहली जौनसारी फिल्म 'मैरे गांव की बाट' से जुड़े लेख ने पत्रिका की सामग्री को अलग रंग दिया है। पहाड़ के व्यंजन, वन संपदा, धरोहर व उपलब्धि- सम्मान से जुड़े लेखों को सम्मिलित करते हुए संपादकीय टीम का सातवां प्रयास पाठकों के मूल्यांकन मंच पर उपस्थित है।

आपका — डा.के.एल.तलवाड़



साईं

सूजन पटल

मासिक पत्रिका

संपादक/स्वामी/प्रकाशक

प्रो.के.एल.तलवाड़

(सेवा निवृत्त प्राचार्य)

मो.- 9412142822

ई-मेल: sainsrijanpatal@gmail.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 (उत्तराखण्ड)
से मुद्रित करवाकर 'साईं कुटीर'
आर.के.पुरम, जोगीवाला, देहरादून
(उत्तराखण्ड) से प्रकाशित

सलाहकार मंडल

डा.एम.डी. जोशी, वरिष्ठ फिजिशियन

प्रो. जानकी पंवार (सेवानिवृत्त प्राचार्य)

डा. मंजू कोगियाल, असि. प्रो. हिन्दी

डा. चन्द्रभूषण बिजल्वाण साहित्यकार

आवरण पृष्ठ

पृष्ठभूमि- जानकी सेतु ऋषिकेश, इनसेट-विमोचन, पद्मश्री लीलाधर जगड़ी,
मौली (मस्कट), उत्तराखण्ड-मनरी, आर्टिस्ट अंजली थापा की योटिंग



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

आह्वान

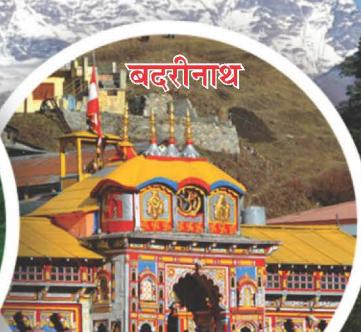
गंगोत्री



यमुनोत्री



केदारनाथ



बद्रीनाथ



मुख्वा



खरसाली



उखीमठ



ज्योतिर्मठ

देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ



श्री भूपेन्द्र क्रोड़ा
गीतकार/गायक

श्री बद्रीनाथ जी ज्योतिर्मठ विराजे,
बाबा केदारनाथ उखीमठ पधारे।
गंगोत्री मैया मुख्वा पधारी,
खरसाली में माता यमुना हमारी।

बारहों महीने अब खुले हैं कपाट,
शीतकाल यात्रा की हो गई शुरुआत।
दर्शनाभिलाषी, दर्शन सुख पाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।

आओ जी आओ, दर्शन सुख पाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।
बर्फ की चादर ओढ़े हिमालय,
ओंकार जय—जयकार करते देवालय।
अद्भुत व प्यारे देखो नजारे,
मनमोहिनी है अलौकिक छटाएँ।

बारहों महीने अब करो पूजा—पाठ,
पंच केदार, पंच बट्टी, पंच प्रयाग।
दर्शनाभिलाषी पुण्य कमाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।
आओ जी आओ, पुण्य कमाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।

आदि कैलाश, ओम पर्वत शिवधाम है,
जागेश्वर, बागेश्वर और कैंची धाम है।
जय माँ पूर्णांगिरि, कौसानी—बिन्सर,
मुक्तेश्वर, नैनीताल बेमिसाल है।

बारहों महीने अब खुले दरबार,
आओ ऋषिकेश, आओ हरि के हरिद्वार।
दर्शनाभिलाषी, खुशियाँ मनाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।
आओ जी आओ, खुशियाँ मनाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।

सर्वा—सी धरती मोहित है करती,
ऊर्जा नया रंग जीवन में भरती।
तीर्थाटन भी है यहाँ, और पर्यटन भी,
ऋषियों की कर्मभूमि जन्मो—जन्म की।
बारहों महीने पहाड़ों में बहार,
औली, चक्रता, मसूरी, मुनस्यार।
दर्शनाभिलाषी, कुछ दिन बिताओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।
आओ जी आओ, कुछ दिन बिताओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।
आओ जी आओ, दर्शन सुख पाओ,
देवभूमि आओ, उत्तराखण्ड आओ।

तुंगनाथः उत्तराखण्ड का पवित्र द्याम और प्राकृतिक सौंदर्य का अद्भुत संगम



है। यह मंदिर छोटा होने के बावजूद अत्यधिक पवित्र माना जाता है और यहाँ हर साल हजारों श्रद्धालु भगवान शिव के दर्शन करने आते हैं। तुंगनाथ जाने के लिए यात्रियों को चोपता से लगभग 4

किलोमीटर का ट्रेक करना पड़ता है। यह ट्रेकिंग मार्ग बहुत सुंदर और रोमांचक होता है। यात्रा के दौरान घने जंगल, हरी-भरी घाटियाँ और बर्फ से ढके पहाड़ों का दृश्य यात्रियों को मंत्रमुग्ध कर देता है। यह यात्रा न केवल धार्मिक दृष्टि से बल्कि ट्रेकिंग और एडवेंचर के लिए भी बहुत प्रसिद्ध है। तुंगनाथ से करीब 1.5 किलोमीटर आगे चंद्रशिला चोटी स्थित है, जो इस क्षेत्र का सबसे ऊँचा बिंदु है। यह चोटी समुद्र तल से लगभग 4,000 मीटर की ऊँचाई पर स्थित है। ऐसा माना जाता है कि भगवान राम ने इसी स्थान पर तपस्या की थी। यहाँ से हिमालय की कई ऊँची घाटियाँ जैसे नंदा देवी, त्रिशूल, केदारनाथ और चौखंभा का विहंगम दृश्य देखने को मिलता है। तुंगनाथ मंदिर साल में केवल 6 महीने (मई से अक्टूबर) तक खुला रहता है। सर्दियों में यहाँ अत्यधिक बर्फबारी होती है, जिससे मंदिर के द्वार बंद कर दिए जाते हैं और भगवान शिव की मूर्ति को ऊखीमठ स्थानांतरित कर दिया जाता है। तुंगनाथ तक पहुँचने के लिए निकटतम हवाई अड्डा जॉली ग्रांट एयरपोर्ट (देहरादून) है, जो लगभग 220 किमी दूर है। निकटतम रेलवे स्टेशन हरिद्वार या ऋषिकेश है। सड़क मार्ग द्वारा ऋषिकेश, श्रीनगर, रुद्रप्रयाग और ऊखीमठ होते हुए चोपता तक पहुँचा जा सकता है। तुंगनाथ केवल एक धार्मिक स्थल ही नहीं, बल्कि ट्रेकिंग और प्रकृति प्रेमियों के लिए भी एक स्वर्ग के समान है। यहाँ का शांत और आध्यात्मिक वातावरण आत्मिक शांति प्रदान करता है। यदि आप कभी उत्तराखण्ड जाएँ, तो तुंगनाथ और चंद्रशिला ट्रेक को अपनी यात्रा सूची में जरूर शामिल करें।



प्रस्तुति-

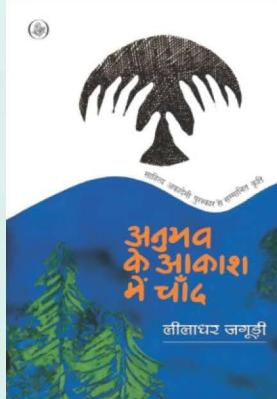
डॉ. मदन लाल शर्मा,
आसिस्टेंट प्रोफेसर राजनीति विज्ञान,
राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
कर्णप्रियाग।



पद्मश्री लीलाधर जगड़ी जी को मध्य प्रदेश शासन ने दिया 'राष्ट्रीय कवीर सम्मान'

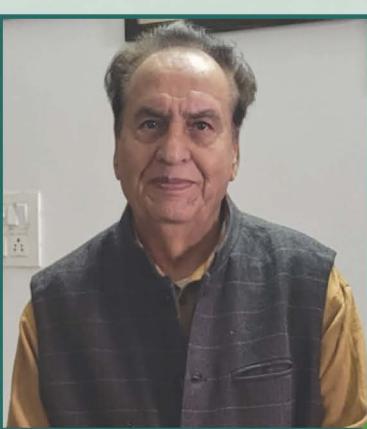
मध्य प्रदेश ने शासन ने 26 जनवरी को भोपाल में पद्मश्री कवि लीलाधर जगड़ी जी को भारतीय कविता के क्षेत्र में विगत ४० वर्षों की सृजन सक्रियता, सुदीर्घ साधना एवं जनजागृति की सार्थकता हेतु किये गये सृजन के लिए राष्ट्रीय कवीर सम्मान वर्ष 2023 से विभूषित किया। यह सम्मान भारतीय भाषाओं की कविता में उत्कृष्टता के लिए दिया जाता है। भारतीय कविता के क्षेत्र में दिया जाने वाला यह सबसे बड़ा

शासकीय सम्मान है। संस्कृति विभाग की चयन समिति के सर्वसम्मत निर्णय के आधार पर दिया जाने वाला यह सम्मान महान संत कवि कवीर की याद में दिया जाता है। इस सम्मान के अंतर्गत कवि को तीन लाख रुपए की आयकरमुक्त धनराशि, सम्मान पट्टिका, शॉल, प्रशस्तिपत्र और श्रीफल भेंट किया जाता है। 1 जुलाई 1940 को ग्राम धंगड टिहरी गढ़वाल में जन्मे लीलाधर जगड़ी उत्तराखण्ड के प्रथम सूचना सलाहकार और उत्तराखण्ड संस्कृति, साहित्य एवं कला परिषद के पहले उपाध्यक्ष रह चुके हैं साथ ही केंद्रीय साहित्य अकादमी की सामान्य सभा के सदस्य भी रहे। श्री जगड़ी की लेखन शैली सरल, प्रभावी और जीवन की सच्चाइयों को रेखांकित करती है। पर्वतीय क्षेत्र के प्रौदों के लिए



लिखी आपकी पुस्तकें 'हमारे आखर' और 'कहानी के आखर' अद्भुत प्रयास हैं। अखिल भारतीय भाषाओं की नाट्यालेख प्रतियोगिता में आपके नाटक 'पांच बेटे' को प्रथम पुरस्कार मिला। आपकी कविताओं का अनुवाद मराठी, पंजाबी, मलयालम, बांग्ला, उड़िया, उर्दू जैसी भारतीय भाषाओं के अलावा विदेशी भाषाओं रूसी, अंग्रेजी, जर्मन, जापानी और पोलिश में भी हो चुका है। आपकी रचनाएं न केवल साहित्यिक जगत में महत्वपूर्ण स्थान रखती हैं, बल्कि वे कई शोधों और अध्ययनों का विषय भी बनी हैं। इस पर आधारित दो महत्वपूर्ण पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं, जिनमें पहली पुस्तक 'समकालीन कवि लीलाधर जगड़ी और धूमिल' (लेखिका-शर्मिला सक्सेना) और दूसरी पुस्तक 'समकालीन कविता और लीलाधर जगड़ी' (लेखक-ब्रजमोहन शर्मा) हैं। आपके विषय में कहा जाता है कि समकालीन कवियों में भाषा के सर्वाधिक नए प्रयोग आपने ही किये हैं।

अपनी सृजनात्मक यात्रा में आपको कई मान-सम्मानों एवं पुरस्कारों से विभूषित किया गया है, जिनमें भारत सरकार का पद्मश्री सम्मान (2004), साहित्य अकादमी पुरस्कार (1997), रघुवीर सहाय सम्मान, भारतीय भाषा परिषद सम्मान, शतदल पुरस्कार, आकाशवाणी पुरस्कार, व्यास सम्मान (2018) इत्यादि सम्मिलित हैं। निस्संदेह उत्तराखण्डवासियों को आप पर गर्व है।





धरोहर



उत्तराखण्ड की समृद्ध विरासत के सजग प्रहरी : डा. सुरेन्द्र कुमार आर्यन

उत्तराखण्ड की पावन बादियों में एक ऐसा व्यक्तित्व जन्मा जिसने न केवल अपनी जन्मभूमि की सांस्कृतिक और ऐतिहासिक धरोहर को संजोने का कार्य किया, बल्कि उसे जीवंत बनाने के लिए अपना सर्वस्व समर्पित कर दिया। वह नाम है— डा. सुरेन्द्र कुमार आर्यन। उत्तराखण्ड के इस सपूत ने पहाड़ी संस्कृति, इतिहास, परंपराओं और पर्यावरण के संरक्षण का जो बीड़ा उठाया है, वह आज प्रेरणा का सजीव उदाहरण बन चुका है। उनका जीवन संघर्ष, समर्पण और अदम्य इच्छा शक्ति की अनुपम गाथा है, जो हर पीढ़ी के लिए मार्गदर्शन का प्रकाशस्तंभ है।

सादगी में विराट व्यक्तित्व

डा. सुरेन्द्र कुमार आर्यन केवल नाम नहीं, एक संकल्प हैं। उनकी सरलता, मृदुभाषिता और आत्मीयता उन्हें विशिष्ट बनाती है। उनकी दृष्टि में शिक्षा केवल किताबी ज्ञान तक सीमित नहीं, बल्कि सांस्कृतिक चेतना और सामाजिक उत्थान का माध्यम है। अपने कार्यों से उन्होंने सिद्ध किया है कि यदि व्यक्ति में संकल्प और समर्पण हो, तो वह अकेला भी बदलाव की अलख जगा सकता है।

ज्ञान के आलोक से रोशन भविष्य

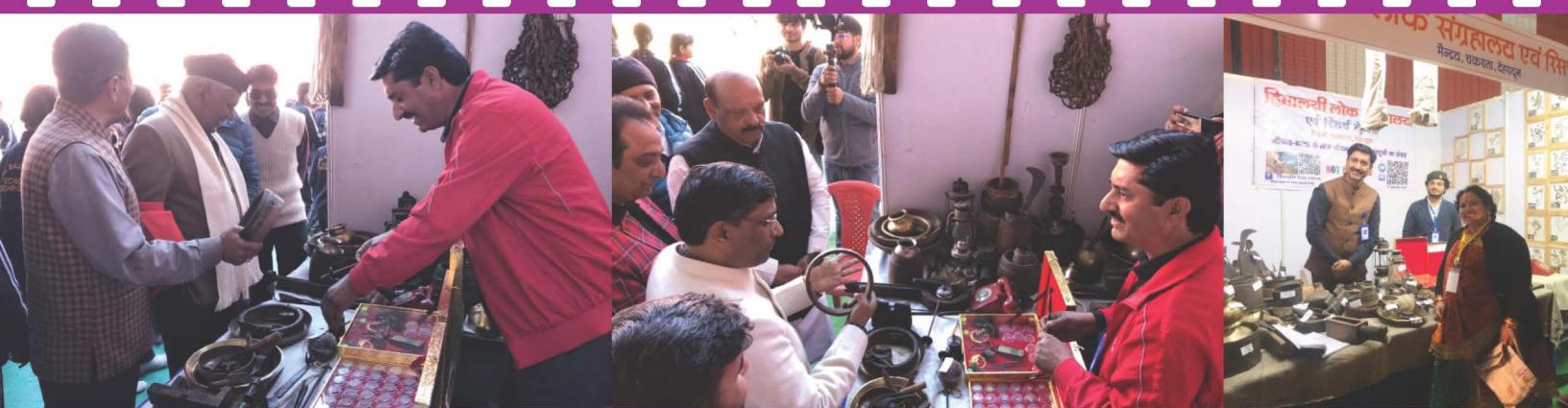
राजकीय प्राथमिक विद्यालय, दार्मांगाड़ के प्रधानाध्यापक के रूप में कार्यरत डा. आर्यन शिक्षा को एक नई परिभाषा देते हैं। वे बच्चों को न केवल शैक्षिक ज्ञान देते हैं, बल्कि उनमें जड़ों से जुड़े रहने

की प्रेरणा भी भरते हैं। 'चलती—फिरती पाठशाला' की संज्ञा पाकर वे अपने विद्यार्थियों के लिए केवल शिक्षक नहीं, बल्कि एक प्रकाश स्तंभ बन गए हैं।

हिमालयी धरोहर का संजीवनी संग्रहालय

अपनी सीमित आर्थिक क्षमताओं के बावजूद उन्होंने मेंद्रथ गाँव में 'हिमालयी लोक संग्रहालय एवं रिसर्च सेंटर' की स्थापना की, जहाँ उत्तराखण्ड की प्राचीन संस्कृति की झलक मिलती है। इस संग्रहालय का शिलान्यास 16 मई 2022 को हुआ, जिसे उत्तराखण्ड के एक प्रसिद्ध इतिहासकार और पुरातत्वविद् डा. यशवंत सिंह कठोर, जौनसारी लेखन के विद्वान टीकाराम शाह एवं समाजवादी चिंतक सुरेन्द्र सिंह सजदावाण के द्वारा कराया गया। यह संग्रहालय केवल एक इमारत नहीं, बल्कि एक यात्रा है अतीत से वर्तमान तक, जो नई पीढ़ी को अपनी जड़ों से जोड़ता है। इस संग्रहालय में पहाड़ों में विलुप्तप्राय औजार, अस्त्र—शस्त्र, कृषि उपकरण, पारंपरिक वाद्य यंत्र, वस्त्र, आभूषण, सिक्के, माप—तौल उपकरण, कताई—बुनाई सामग्री, मृदभाण्ड व पुरातन पुस्तकें संकलित की गई हैं। यह केवल एक संग्रहालय नहीं है, बल्कि उत्तराखण्ड की संस्कृति, परंपराओं और लोक जीवन की अनमोल धरोहर का एक जीवंत दस्तावेज भी है।

डा. आर्यन ने स्वयं उत्तराखण्ड के विभिन्न क्षेत्रों जैसे





जौनसार—बावर, बंगाण, रंवाई, उत्तरकाशी और हिमाचल के सुदूर गाँवों का भ्रमण कर इन वस्तुओं को एकत्र किया है। यह कार्य किसी सरकार या संस्था के सहयोग से नहीं, बल्कि उनके स्वयं के प्रयासों से संभव हुआ है।

ऐतिहासिक खोज़: शिलालेख की पहचान

डा. सुरेंद्र आर्यन ने उत्तराखण्ड के त्यूनी से लगभग 40 किमी दूर बगूर गाँव के बड़सी खेड़े में एक पत्थर पर उत्कीर्ण रहस्यमयी लिपि की खोज की। इस महत्वपूर्ण खोज का अवलोकन और लिपि पठन के उत्तराखण्ड के प्रसिद्ध इतिहासकार और पुरातत्वविद् पद्मश्री डॉ. यशवंत सिंह कठोच को आमंत्रित किया गया। लिपि का विवरण उन्होंने अपनी पुस्तक में अंकित किया है। यह स्थल ऐतिहासिक दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह खोज उत्तराखण्ड के प्राचीन इतिहास को समझने के लिए एक महत्वपूर्ण कड़ी के रूप में देखी जा रही है।

राष्ट्रीय सम्मान

डा. आर्यन के अतुलनीय योगदान को मथुरा के कोलंबिया पेसिफिक विश्वविद्यालय ने डॉक्टरेट की मानद व डी.लिट. की उपाधि एवं प्रशस्ति पत्र से सम्मानित किया। उत्तराखण्ड सरकार ने उन्हें 'विश्व संग्रहालय दिवस' पर 'सांस्कृतिक धरोहर संरक्षण सम्मान' से नवाजा। उन्हें 'अखिल भारतीय शिक्षा रत्न सम्मान', 'टीचर्स आइकन अवार्ड' अखिल भारतीय शिक्षा श्री सम्मान और 'गंगा गौरव सम्मान' सहित कई प्रतिष्ठित पुरस्कार मिले हैं, जो उनकी असाधारण सेवाओं का प्रमाण हैं।

पर्यावरण के प्रहरी

वे केवल संस्कृति के ही नहीं, बल्कि पर्यावरण के भी सजग प्रहरी हैं। 'स्व—नमामि गंगे मिशन' के तहत टोंस नदी और उसकी सहायक नदियों के जल स्रोतों के संरक्षण में उन्होंने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। वे जल, जंगल और जमीन को बचाने के लिए सतत प्रयासरत हैं। वे औषधीय पौधों और दुर्लभ हिमालयी फूलों को संरक्षित कर रहे हैं और उनके उपयोग के बारे में जागरूकता फैला रहे हैं।

संस्कृति की अलख जगाने वाले योद्धा

हाल ही में देहरादून में हुए 'उत्तराखण्ड लोक विरासत' आयोजन में उन्होंने जौनसार—बावर, उत्तरकाशी और हिमाचल की विलुप्त होती सांस्कृतिक धरोहरों का अनूठा प्रदर्शन किया। इस अवसर पर उत्तराखण्ड के विधायक विनोद चमोली, सुप्रसिद्ध जागर गायक पदम प्रीतम भरतवाण, मशहूर लोक गीतकार और गायक गढ़ रत्न नरेंद्र सिंह नेगी, संस्कृति विशेषज्ञ नंदिकिशोर हटवाल, गढ़वाल के प्रसिद्ध लेखक रमाकान्त बैंजवाल, बीना बैंजवाल एससीईआरटी राज्य शैक्षिक प्रबंधन एवं प्रशिक्षण परिषद् उत्तराखण्ड निदेशक

श्रीमती वंदना गबर्याल और 'पिरुल वूमन' मंजू आर साह जैसी हस्तियों ने भाग लिया। यह आयोजन सांस्कृतिक पुनरुद्धार का एक महत्वपूर्ण पड़ाव साबित हुआ।

पहाड़ी संस्कृति के सजग प्रहरी

समाज ने डा. आर्यन को उनकी अमूल्य सेवाओं के लिए 'पहाड़ी संस्कृति और स्मृतियों के पुरोधा' की उपाधि से नवाजा है। उनका योगदान केवल ऐतिहासिक वस्तुओं के संग्रह तक सीमित नहीं, बल्कि उन्होंने विलुप्तप्राय रीति-रिवाजों, लोक गीतों और परंपराओं को भी पुनर्जीवित किया है।

प्रेरणा का अनंत स्रोत

डा. सुरेंद्र आर्यन का जीवन एक संदेश है – संकल्प हो तो असंभव कुछ भी नहीं। उनके प्रयास केवल पहाड़ों तक सीमित नहीं, बल्कि वे पूरे समाज को अपनी धरोहर की महत्ता समझाने का कार्य कर रहे हैं। उनका योगदान आने वाली पीढ़ियों के लिए एक ऐसी प्रेरणा है, जो अनंतकाल तक मार्गदर्शन करता रहेगा।

उत्तराखण्ड की इस महान विभूति को जितना सम्मान मिले, उतना कम है। वे सही मायनों में उत्तराखण्ड की समृद्ध धरोहर के जीवंत प्रहरी हैं, जो समय के प्रवाह में संस्कृति को विलुप्त होने से बचाने के लिए संकल्पबद्ध हैं। आज के युवाओं को उनसे प्रेरणा लेकर अपनी संस्कृति, शिक्षा और पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में योगदान देना चाहिए। यदि हम अपनी जड़ों को नहीं समझेंगे और नहीं सहेजेंगे, तो भविष्य की पीढ़ियाँ अपनी पहचान से वंचित हो जाएँगी।

डॉ. सुरेंद्र आर्यन जैसे व्यक्तित्व समाज में प्रकाश स्तंभ की भाँति हैं, जिनका कार्य सदैव स्मरणीय रहेगा।



प्रस्तुति:

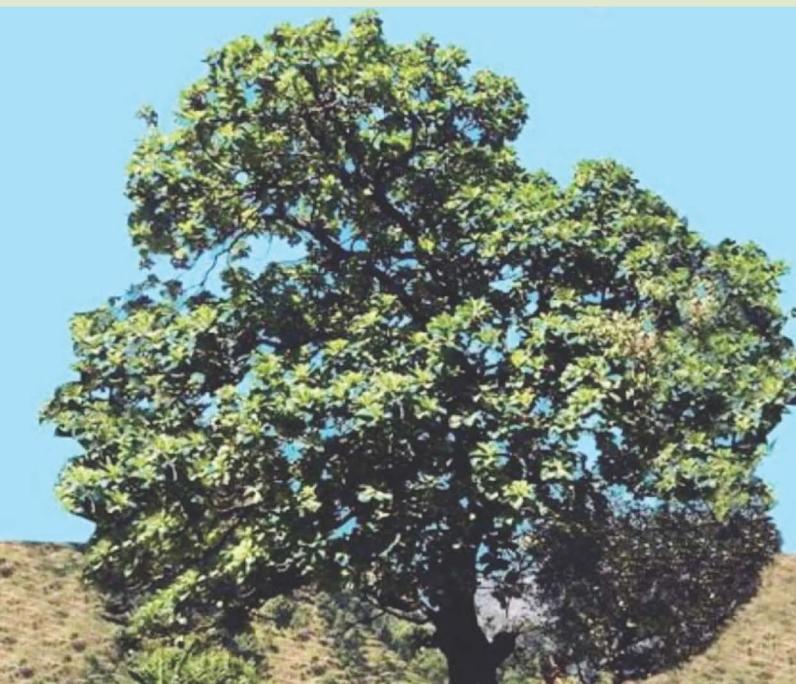
मनीष कुमार,
एम.ए. इतिहास, UGC NET, USET
कनिष्ठ लिपिक, राजकीय महाविद्यालय
चक्रराता, देहरादून

बहुउपयोगी है च्यूरा का पेड़ इंडियन बटर ट्री

च्यूरा का पेड़ जिसका वानस्पतिक नाम 'डिप्लोकनेमा बूटीरेशिया' (*Diplokнемा butyracea*) है, के प्रत्येक अंग का उपयोग मानव, पक्षी व वनचर के उपयोग में आता है। ऐसा शायद ही कोई दूसरा पेड़ होगा जिसका संपूर्ण उपयोग किया जाता हो। इसे भारतीय बटर ट्री या गोफल के नाम से भी जाना जाता है। समुद्र तल से तीन हजार फीट की ऊंचाई वाले क्षेत्रों में इसके पेड़ लगभग 20 मीटर ऊंचाई तक के होते हैं। च्यूरा के फल जुलाई-अगस्त में पकते हैं। इस वृक्ष के प्रत्येक हिस्से की उपयोगिता निम्नवत है। जड़— च्यूरा की जड़ ईंधन के काम



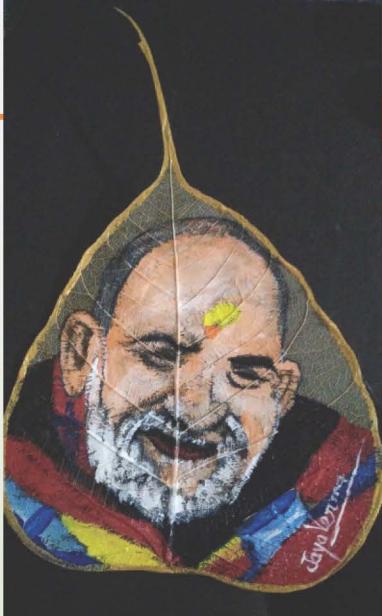
आती है। शीतकाल में ग्रामीण इसकी जड़ को जलाकर आग तापने और भोजन बनाने का काम लेते हैं। तना— च्यूरा के तने की लकड़ी फर्नीचर और मकान बनाने के उपयोग में लाई जाती है। **शाखाएं**— च्यूरा की टहनियां भी आग तापने और भोजन पकाने के काम आती हैं। **पत्तियां**— च्यूरा की पत्तियों से भोजन परोसने के लिए दोने—पत्तल बनाये जाते हैं। जानवरों के लिए पत्तियां चारे के उपयोग में लाई जाती हैं। जानवर इन पत्तियों को बड़े चाव से खाते हैं और दुधारू जानवरों की दूध देने की क्षमता में वृद्धि होती है। **फूल**— च्यूरा वृक्ष में जब फूल खिलते हैं तो मधमकिखियों के झुण्डों का वहां आगमन हो जाता है और इन्हीं पेड़ों पर वह शहद का छत्ता बनाती है। यह शहद अत्यंत स्वादिष्ट और प्राकृतिक मिठास लिये हुए होता है। **फल**— च्यूरा का फल अत्यंत मीठा और स्वादिष्ट होता है। यह मानव और पशु—पक्षियों लिए आहार का काम भी करता है। फल के अंदर से बादाम की तरह की गुठली निकलती है, जिसे पकाकर ग्रामीण प्राकृतिक धी निर्मित करते हैं। यह उनकी अच्छी खासी अतिरिक्त आय का साधन भी बनता है। च्यूरा का प्राकृतिक धी एक आयुर्वेदिक औषधि और सौंदर्य प्रसाधन के रूप में उपयोग में लाया जाता है। **गुठली**— च्यूरा के फल की गुठली के छिलकों को जलाने पर इसके धुएं से मच्छर, कीड़े—मकोड़े दूर भगाये जाते हैं। निस्संदेह च्यूरा का वृक्ष एक कामधेनु के समान है जो उत्तराखण्ड की ग्रामीण अर्थव्यस्था को मजबूत करने में सहायक है। राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय गोपेश्वर (चमोली) के परिसर में 'च्यूरा' का विशाल वृक्ष विद्यमान है।



प्रस्तुति
केशर सिंह ऐर,
सहायक कृषि अधिकारी प्रथम (सेवानिवृत्त)



महिला सशक्तिकरण की मिसाल: लीफ आर्टिस्ट श्रीमती जया वर्मा



होती है जो लीक से हट कर कुछ करने का हौसला रखते हैं।



विकास करती हैं।

ऐसी ही एक शिखियत है— श्रीमती जया वर्मा जो कुमाऊँ क्षेत्र में स्थित जिला-बागेश्वर के काण्डा क्षेत्र की निवासी हैं। इनकी शिक्षा-दीक्षा काण्डा तथा पिथौरागढ़ में हुई है और वर्तमान में ये एक प्राइवेट स्कूल में शिक्षण का कार्य कर रही



कवि दुष्यंत कुमार की कविता की पंक्ति—‘कौन कहता है आसमान में सुराख नहीं हो सकता, एक पथर तो तबियत से उछालो यारों।’ वास्तव में उन लोगों पर चरितार्थ हैं। उत्तराखण्ड राज्य के सन्दर्भ में यह बात और भी महत्वपूर्ण हो जाती है। राज्य की महिलायें प्रकृति के करीब रह कर उसे सिर्फ अपनी जरूरतों को पूरा करने का साधन ही नहीं समझतीं वरन् उसके करीब रह कर उससे, अपनी सृजनात्मकता व कलात्मकता का भी

है। इन्हे बचपन से ही पेंटिंग बनाने का शौक रहा और इस लगाव ने ही उन्हे पीपल के पत्तों पर पेंटिंग बनाने हेतु प्रेरित किया। जया वर्मा ने सबसे कठिन कार्य, पत्तों को सुखाने का किया जिसमें इन्होंने पत्तियों को एक निश्चित तापमान पर सुखा कर पेंटिंग बनाना प्रारम्भ किया और अपने हुनर को एक जीवन्त स्वरूप प्रदान

किया। इनके द्वारा ये सभी कार्य बिना किसी प्रशिक्षण के किये गये। जया वर्मा से की गई एक वार्ता के द्वारा यह ज्ञात हुआ कि पीपल के पत्तों पर कलाकृति बनाने में अत्यन्त सावधानी और बारीकी की आवश्यकता होती है और थोड़ा भी असावधानी होने पर यह टूट जाती है। इन्होंने सर्वप्रथम पत्तियों में ऐपण कला को उकेरा जिसे लोगों ने प्रोत्साहित किया और वहीं से इन्हे अपने काम को आगे बढ़ाने हेतु बल मिला। इन्होंने पत्तियों पर ए.पी.जे.अब्दुल कलाम, महात्मा बुद्ध, नीम करौली महाराज जी, लता मंगेशकर, रतन टाटा और राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू जैसी शिखियतों के अतिरिक्त केदारनाथ, गणेशजी, पक्षियों सहित अनेक आकृतियाँ बनायी हैं। रतन टाटा जी के ऑफिस द्वारा इन्हे विशेष प्रशस्ति पत्र भी प्राप्त हुआ है। इस कला ने जया वर्मा को कुमाऊँ क्षेत्र में एक विशेष पहचान दिलाई है और लोग इन्हे ‘लीफ आर्टिस्ट’ के नाम से भी जानने लगे हैं। वर्तमान में ये, लोगों के आग्रह पर ही कलाकृति बना दे रही हैं परंतु भविष्य में इसे व्यवसाय के रूप में भी प्रारम्भ करने का विचार है। जया के सपनों के पंखों को मात्र उड़ान मिलने की आवश्यकता है तो भविष्य में ये व्यावसाधिक क्षेत्र में अपना नाम जरूर रोशन करेंगी।

मेरे प्रस्तुत लेख का उद्देश्य उत्तराखण्ड की उन महिलाओं को प्रकाश में लाना है, जो अपने किसी ना किसी हुनर से समाज में अपना स्थान बनाने का प्रयास कर रही हैं।



प्रस्तुति

डॉ. विनोदिता चौधरी
एसोसिएट प्रोफेसर,
डॉ. डब्लू.टी.कॉलेज, देहरादून



उत्तराखण्ड का राज्य वृक्ष-बुरांश

बुरांश उत्तराखण्ड का राजकीय वृक्ष है जो एरिकेसी परिवार का सदस्य है। इसका वानस्पतिक नाम रोडोडेंड्रोन आरबोरियम एसएम (*Rhododendron arboreum Sm*) है। बुरांश का फूल हिमाचल प्रदेश एवं नागालैंड का राजकीय पुष्प तथा नेपाल का राष्ट्रीय पुष्प है। बुरांश को संस्कृत में कुर्वाक नाम से जाना जाता है। रोडोडेंड्रोन दो ग्रीक शब्दों से मिलकर बना है जिसमें रोड का अर्थ है—गुलाबी लाल एवं डेंड्रोन शब्द पेड़ के लिए प्रयुक्त होता है। बुरांश 1500 मीटर से 3300 मीटर की ऊँचाई पर पाया जाता है एवं सामान्यतः यह 20 मीटर तक ऊँचाई वाला वृक्ष है। उत्तराखण्ड में रोडोडेंड्रोन की पांच प्रजातियां प्राकृतिक रूप से पाई जाती हैं। परंतु उत्तराखण्ड वन अनुसंधान केंद्र मुनस्यारी ने उत्तराखण्ड का पहला बुरांश उद्यान तैयार किया है जिसमें 35 प्रजातियों को संरक्षित किया गया है। बुरांश के पुष्प आम तौर पर मार्च—अप्रैल के महीने में खिलते हैं जो ग्रीष्म ऋतु के आगमन का द्योतक होता है। परंतु हाल के वर्षों में जलवायु परिवर्तन एवं वैशिक तापवृद्धि के कारण बुरांश के पुष्प जनवरी माह में ही खिलने लगे हैं जो पर्यावरणविदों के लिए चिंता का सबब है। बुरांश उत्तराखण्ड की संस्कृति और दैनिक जीवन में एक महत्वपूर्ण स्थान रखता है। बुरांश यहाँ के पारंपरिक त्योहारों और परंपरागत कहानियों का एक महत्वपूर्ण भाग है। इसके पुष्प पवित्रता को प्रदर्शित करते हैं और विभिन्न धार्मिक आयोजन और सांस्कृतिक क्रिया—कलापों में उपयोग में लाए जाते हैं। बुरांश का प्रयोग आदिकाल से परंपरागत औषधियों में किया जाता रहा है जिसे आधुनिक विज्ञान भी सिद्ध करता है। बुरांश का जूस न केवल उत्तराखण्ड बल्कि अन्य क्षेत्रों में भी लोकप्रिय है। इसमें लीवर संबंधी समस्याओं, अर्थराइटिस सहित अन्य संक्रमण के उपचार की क्षमता है। साथ ही क्वेरसेटीन और अन्य फ्लेवोनॉयड्स की उपस्थिति के कारण बुरांश का जूस कैंसर से लड़ने में भी कारगर है तथा इंसुलिन संबंधी समस्या, हृदय और चर्म रोग में भी बुरांश का जूस लाभदायक है। कुछ जन—समूह के बीच ऐसी मान्यता है कि बुरांश की लकड़ी जलाने से निकलने वाला धुआं उस स्थान के वातावरण को शुद्ध करता है। आई.आई.टी.मंडी और आई.सी.जी.ई.बी. के वैज्ञानिकों ने इसको सिद्ध किया है कि बुरांश में विषाणु—रोधी अवयव उपस्थित होते हैं और इसके पुष्प में सार्स—कोविड से प्रभावित कोशिकाओं के उपचार की क्षमता है। पारिस्थितिकी के अनुसार बुरांश की—स्टोन प्रजाति के रूप में माना जाता है जो पूरे पारिस्थितिक—तंत्र में संतुलन बनाकर रखता है। बुरांश की महत्ता को जानकर ही प्रकृति के सुकुमार कवि सुमित्रानन्दन पंत ने अपनी एकमात्र कुमांडनी रचना बुरांश पर ही लिखी है—



बुरुंश

सार जंगल में त्वि ज क्वे न्हां रे क्वे न्हां,
फुलन छै के बुरुंश! जंगल जस जलि जां,
सल्ल छ, दयार छ, पई अयांर छ।
सबनाक फाडन में पुडनक भार छ।

ऐ त्वि में दिलैकि आग, त्वि में छ ज्वानिक फाग,
रगन में नयी ल्वै छ प्यारक खुमार छ,
सारि दुनि में मेरी सू ज, लै क्वे न्हां,
मेरि सू कै रे त्योर फूल जै अत्ती माँ,
काफल कुसुम्यारु छ, आरु छ, अखोड़ छ,
हिसालु, किलमोड़ त पिहल सुनुक तोड़ छ,
ऐ त्वि में जीवन छ, मस्ती छ, पागलपन छ,
फूलि बुरुंश! त्योर जंगल में को जोड़ छ?

सार जंगल में त्वि ज क्वे न्हां रे क्वे न्हां,
मेरि सू कै रे त्योर फुलनक म' सुंहा।

भावार्थ— अरे बुरांश सारे जंगल में तेरे जैसा कोई नहीं है। तेरे खिलने पर सारा जंगल ईर्ष्या से जल जाता है। चीड़, देवदार आदि की डालियों से कोपलें निकली हैं पर तुझमें जवानी के फाग फूट रहे हैं। रगों में तेरे खून दौड़ रहा है और प्यार की खुमारी छायी हुई है। अरे बुरांश तेरे जैसा कोई नहीं है।



प्रस्तुति डॉ. इंद्रेश कुमार पाण्डे
आर्सिस्टेंट प्रोफेसर (वनस्पति विज्ञान),
डॉ. शिवानंद नौटियाल राजकीय स्नातकोत्तर
महाविद्यालय, कर्णप्रियान (चमोली)
ईमेल - pandey197@gmail.com

काव्य संग्रह

बेटी हूँ तेरी

मत मानो देवी मुझको,
बस जीने का अधिकार दो।
बेटी हूँ मैं तेरी,
बस इतना मुझको पहचान लो।
तेरा ही तो अंश हूँ मैं,
फिर मुझसे क्यों ये दूरी है ?
इतना तो बतला दे मां,
तेरी क्या मजबूरी है ?
अभी—अभी तो साँसे ली हैं,
मुझको जीवन दान दो।
बेटी हूँ मैं तेरी,
बस इतना मुझको पहचान लो।
रिश्तों की पहचान है मुझसे,
प्रकृति का हूँ मैं निर्माण।
कुछ भी पूर्ण नहीं है मुझ बिन,
घर आँगन सब हैं बियाबान।
बेटे—बेटी का फर्क मिटा दो,
मुझको भी वह मान दो।
तेरे दिल का ही टुकड़ा हूँ
बस जीने का अधिकार दो।

कहे—अनकहे
दंग जीवन के



भारती आनन्द 'अनन्ता'



■ भारती आनन्द 'अनन्ता'

ऋतुराज बसंत आया है

भारती आनन्द 'अनन्ता'

मधुमास की बेला में
यौवन लेता अंगड़ाई है
पुष्प पल्लवित, पवन प्रवाहित
सुर सरिता बह आई है

लकदक हैं पर्योंली से पर्वत
भंवरों ने मन भरमाया है
सूखे हुए दरख्तों ने भी
फिर से जीवन पाया है
प्रकृति ने ओढ़ा शृंगार
आंचल अपना लहराया है
अपनी पिय से मधुर—मिलन को
ऋतुराज बसंत फिर आया है।

भारती आनन्द 'अनन्ता'

उत्तरकाशी के नौगांव में एक छोटे से कस्बे मुंगरा में जन्मी भारती आनन्द की जीवन यात्रा संघर्ष से भरी रही। आज सफलता के मुकाम पर पहुँची भारती इस समय एस.एस.जे.कुमाऊँ विश्वविद्यालय से हिन्दी विषय में पीएच.डी. कर रही हैं। आपने 16 वर्षों तक शिक्षिका के रूप में कार्य किया और अब आकाशवाणी देहरादून केंद्र में उद्घोषिका हैं। विभिन्न मंचों से पिछले कई वर्षों से साहित्यिक एवं सांस्कृतिक गतिविधियों से जुड़ी हैं और कविता लेखन व काव्य पाठ आपकी प्रमुख अभिरुचि हैं। उत्तराखण्ड की प्रतिष्ठित पत्रिकाओं युगवाणी, धाद, देहरादून डिस्कवर, हिमांतर, साहित्य वसुधा, तरंगिनी, साहित्यनामा जैसी राष्ट्रीय पत्रिकाओं में आपकी कविताएं निरंतर प्रकाशित और दूरदर्शन पर प्रसारित होती रहती हैं। राष्ट्रीय स्तर पर प्रकाशित हाइकु संकलन 'स्वप्नों की सेलफी', 'हाइकु कोष' व साझा कविता संकलन 'मन के भाव' जैसे संग्रह में आपकी कविता व हाइकु प्रकाशित हुई हैं। पारिवारिक दायित्वों का निर्वहन करने के साथ—साथ आपकी साहित्य साधना निरंतर गतिमान है।



◀ प्रस्तुति:
श्रीमती नीलम तलवाड़

आर्टिस्ट अंजलि थापा की तूलिका से





इच्छाशक्ति

ट्रिवंकल डोगरा: संघर्ष, पुनर्जीवन और प्रेरणा की कहानी



कल्पना कीजिए उस मां की पीड़ा और फिर खुशी जो जल्द ही अपने बेटे को महसूस कर पाएगी और उसे छू पाएगी, क्योंकि उसके हाथ चले जाने के कारण वह एक दशक से भी ज्यादा समय तक ऐसा नहीं कर पाई थी। उत्तराखण्ड के कोटद्वार की रहने वाली एम्स ऋषिकेश की 38 वर्षीय पीएचडी स्कॉलर

ट्रिवंकल डोगरा आज हाथ प्रत्यारोपण के बाद ठीक हो रही हैं, वह 76 वर्षीय हाथों के प्रति कृतज्ञता से अभिभूत हैं, जिन्होंने उन्हे नया जीवन दिया है। ट्रिवंकल ने 13 साल पहले एक दुखद बिजली के झटके में अपने दोनों हाथ खो दिए थे, जिसके कारण वह अपने बच्चे को गले लगाने या उठाने जैसे बुनियादी मातृ कार्य करने में असमर्थ हो गई थी। अपने बच्चे की शारीरिक देखभाल न कर पाने की पीड़ा शब्दों से परे थी। लेकिन अब, एक पूर्व सैन्य अधिकारी के निस्वार्थ दान के कारण, जिसने अपनी दिवंगत पत्नी के हाथों को इंट्राक्रैनील रक्तस्राव से निधन के बाद दान कर दिया था, ट्रिवंकल ने सामान्य जीवन की भावना को पुनः प्राप्त कर लिया है।

दुर्घटना जिसने जीवन बदल दिया

उत्तराखण्ड के कोटद्वार की रहने वाली 38 वर्षीय ट्रिवंकल डोगरा की कहानी हौसले, संकल्प और संघर्ष की मिसाल है। आज, वह अपने नए हाथों के साथ नया जीवन जी रही हैं,

लेकिन यह सफर इतना आसान नहीं था।

यह 6 जनवरी 2012 की बात है, जब ट्रिवंकल अपनी शादी के दो साल बाद कपड़े सुखाने के दौरान हाई-टेंशन तार की चपेट में आ गई। इस दुर्घटना ने उनकी पूरी जिंदगी बदल दी।

कोटद्वार के सरकारी अस्पताल से रेफर होकर मेरठ के एक अस्पताल में डॉक्टरों ने चेतावनी दी कि उनके सभी अंगों के काम करने की संभावना बहुत कम है। फिर, सफदरजंग अस्पताल में साढ़े 4 महीनों तक चले इलाज के बाद, उनके दोनों हाथ काटने पड़े। 20 दिन तक वह आईसीयू में रही। पैर पूरी तरह से ठीक होने में ढाई वर्षों का समय लगा। इलाज के चलते पैरों की हरकत धीरे-धीरे वापस आई, लेकिन उन्होंने अपने हाथ हमेशा के लिए खो दिए थे।

माँ की पीड़ा

संघर्ष के लंबे वर्षों को याद करते हुए ट्रिवंकल कहती हैं, 'जब यह घटना हुई, तब मेरा बच्चा केवल 10 महीने का था, और उस समय से, मैं उससे शारीरिक रूप से जुड़ नहीं पाई। एक माँ के रूप में, अपने बच्चे का पालन-पोषण और देखभाल करना बहुत जरूरी है, लेकिन दुर्घटना के बाद मैं ऐसा नहीं कर पाई। अपने बच्चे को गले तक नहीं लगा सकती थी।' मातृत्व का यह दर्द उनके शब्दों से परे था।

शिक्षा और आत्मनिर्भरता की ओर

अपनी शारीरिक चुनौतियों के बावजूद, ट्रिवंकल ने अपने शैक्षणिक सफर को नहीं रोका। 2014 में ट्रिवंकल ने कॉस्मेटिक हाथ और एक यांत्रिक कृत्रिम अंग का विकल्प चुनकर दुर्घटना के बाद अपने नए जीवन को अपनाया। उनके बाएं हाथ में लगाए



गए 8 लाख रुपये के कृत्रिम अंग ने उनको अपने दाहिने हाथ के गंभीर रूप से क्षतिग्रस्त होने के बावजूद अपना शैक्षणिक कार्य जारी रखने में सक्षम बनाया। उन्होंने सन 2017 में यूजीसी नेट जेआरएफ परीक्षा के लिए भी अर्हता प्राप्त करने के बाद, वर्तमान में 2019 से टर्वीकल डोगरा एम्स ऋषिकेश में योगा विषय में पीएचडी स्कॉलर है। दाएं हाथ से काम करने वाली टिवंकल ने अपने बाएं हाथ से कंप्यूटर का उपयोग करने के लिए खुद को प्रशिक्षित किया, जिससे टिवंकल को उनके शोध विषय 'नियोनेटल इंटेसिव केयर यूनिट माताओं के मानसिक स्वास्थ्य पर योग के प्रभाव' पर अपनी थीसिस पूरी करने में मदद मिली।

जीवन की नई शुरुआत

टिवंकल अब अपने नए हाथों के साथ एक नया जीवन जी रही हैं। वह कहती हैं, '12 साल के विराम के बाद मेरा अस्तित्व फिर से शुरू हो गया है।' अब, वह अपने बेटे को छू सकती हैं, उसकी देखभाल कर सकती हैं और उसे गले लगा सकती

हैं। अपने बेटे को छू पाना मेरे लिए एक नई शुरुआत है।' उन्होंने बताया कि अब उनका बेटा 13 साल का है और आठवीं कक्षा में पढ़ाई करता है।

अंगदान के लिए प्रेरणा

टिवंकल की यह यात्रा केवल व्यक्तिगत संघर्ष की कहानी नहीं है, बल्कि यह अंगदान की शक्ति को भी दर्शाती है। उनके जीवन में आया यह बदलाव केवल एक परिवार की उदारता और समाज में अंगदान की जागरूकता से संभव हुआ। बल्कि यह एक संदेश भी है कि अंगदान से किसी का जीवन फिर से संवारा जा सकता है। टिवंकल का संघर्ष हमें सिखाता है कि किसी भी परिस्थिति में हार नहीं माननी चाहिए। उन्होंने विपरीत परिस्थितियों में भी न केवल अपनी शिक्षा जारी रखी बल्कि अपने जीवन को एक नई दिशा भी दी। आज, टिवंकल न केवल अपने जीवन को फिर से जी रही हैं, बल्कि दूसरों को भी अंगदान के लिए प्रेरित कर रही हैं। वह कहती हैं, 'अंगदान न केवल किसी की जिंदगी बचा सकता है, बल्कि किसी को नया जीवन भी दे सकता है।'

प्रस्तुति: अंकित तिवारी, उपसंपादक

जनजागरण रैली



'वनानिन की घटनाओं को रोकने के लिए जनसहभागिता आवश्यक'



आदर्श औद्योगिक स्वायत्ता सहकारिता संस्था के तत्वावधान में 'वनानिन और वन संपदा' को होने वाले नुकसान की 'रोकथाम' के लिए डॉइंवाला क्षेत्र में जनजागरूकता रैली निकाली गई। रैली में वनानिन से वन संपदा व वन्य जीवों की सुरक्षा के साथ ही वनों को संरक्षित किये जाने का संकल्प लिया गया। आदर्श संस्था की अध्यक्ष श्रीमती आशा कोठारी के नेतृत्व में पब्लिक इंटर कालेज के सहयोग से राज्य में वनानिन की चुनौतियों व उनके समाधान के लिए जनजागरण किया गया। प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भी वनानिन पर नियंत्रण के जनसहभागिता को आवश्यक बताया था। डॉइंवाला गन्ना समिति के अध्यक्ष व पब्लिक इंटर कालेज के प्रबंधक मनोज नौटियाल के अनुसार वनानिन पर प्रभावी नियंत्रण के लिए सभी विभागों को वन विभाग के साथ सहयोग करना होगा।

नगरपालिका के अध्यक्ष नरेंद्र सिंह नेगी ने वनानिन को रोकने के लिए आमजनमानस को जागरूक करने पर बल दिया। रैली में पब्लिक इंटर कालेज, वन विभाग व पुलिस विभाग ने सहयोग दिया। इस अवसर पर आदर्श संस्था के सचिव हरीश कोठारी सहित अनेक गणमान्य लोगों ने रैली में प्रतिभाग किया।



मोइला टॉपः चक्रराता क्षेत्र का एक अद्भुत पर्यटन स्थल

उत्तराखण्ड के देहरादून जिले में स्थित चक्रराता एक अनोखा हिल स्टेशन है, जो अपनी प्राकृतिक सुंदरता, घने जंगलों और शांत वातावरण के लिए प्रसिद्ध है। इसी क्षेत्र में स्थित मोइला टॉप एक अद्भुत पर्यटन स्थल है, जो प्रकृति प्रेमियों और साहसिक यात्रियों के लिए स्वर्ग समान है। समुद्र तल से 2759 मीटर की ऊँचाई पर स्थित यह स्थान बुग्यालों (ऊँचे पहाड़ी घास के मैदानों) से घिरा हुआ है और हिमालय की मनोरम चोटियों के दृश्य प्रस्तुत करता है। यदि आप ट्रेकिंग, कैंपिंग और अद्वितीय प्राकृतिक दृश्यों का आनंद लेना चाहते हैं, तो मोइला टॉप आपके लिए एक आदर्श गंतव्य है।

स्थान और कैसे पहुँचे

मोइला टॉप उत्तराखण्ड के चक्रराता से लगभग 40 किमी की दूरी पर स्थित है। निकटतम प्रमुख शहर देहरादून है, जो सड़क, रेल और हवाई मार्ग से अच्छी तरह जुड़ा हुआ है। देहरादून से चक्रराता तक की सड़क यात्रा लगभग 3 घंटे की है, जो सुरम्य पहाड़ी रास्तों और घने जंगलों से होकर गुजरती है। मोइला टॉप तक पहुँचने के लिए सबसे पहले आपको लोखंडी गाँव पहुँचना होगा, जो चक्रराता से 18 किमी की दूरी पर स्थित है। यहां से 3 किमी की दूरी पर बुधेर गाँव स्थित है, जहां वन विभाग का एक गेस्ट हाउस भी उपलब्ध है। बुधेर से 3 किमी की ट्रेकिंग करके आप मोइला टॉप तक पहुँच सकते हैं।

प्राकृतिक सौंदर्य और रोमांचक गतिविधियाँ

मोइला टॉप का ट्रेक आसान से मध्यम कठिनाई स्तर का है, जो देवदार, ओक और रोडोडेंड्रोन के घने जंगलों से होकर गुजरता है। रास्ते में आप विभिन्न पक्षी प्रजातियों और दुर्लभ वन्यजीवों को भी देख सकते हैं। ट्रेक के दौरान आप पूरी तरह से प्रकृति की गोद में होंगे, जहाँ केवल पक्षियों की चहचहाहट और हवा की सरसराहट सुनाई देती है।

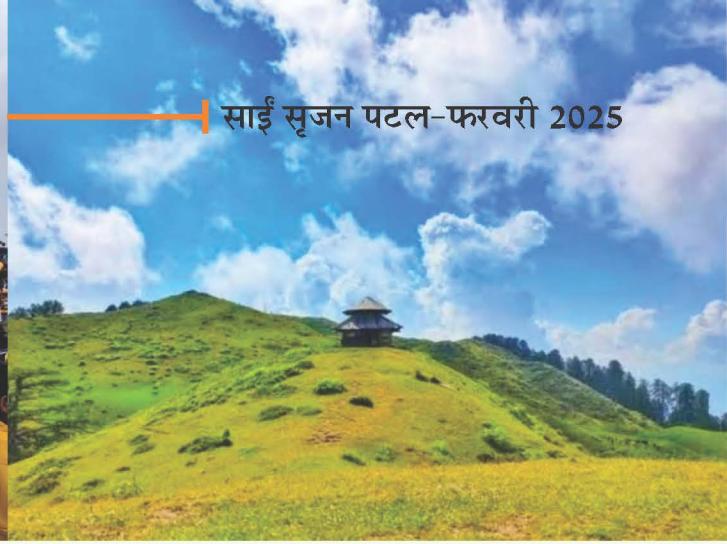


हिमालयी नजारे

मोइला टॉप पर पहुँचने के बाद आपको स्वर्गारोहिणी, बंदरपूछ और केदारनाथ जैसी हिमालय की प्रमुख चोटियों का शानदार दृश्य देखने को मिलता है। सूर्योदय और सूर्यास्त के समय यह दृश्य और भी अद्भुत हो जाता है, जब सूरज की किरणें इन बर्फली चोटियों पर सुनहरी आभा बिखेरती हैं।

बुधेर गुफाएँ

मोइला टॉप के पास स्थित बुधेर गुफाएँ एक और प्रमुख आकर्षण हैं। ये प्राकृतिक गुफाएँ स्टैलेक्टाइट्स और स्टैलेमाइट्स के अनोखे संरचनाओं से भरी हुई हैं, जो चूना पत्थर के कटाव से बनी हैं। गुफा का प्रवेश द्वार संकरा है, लेकिन अंदर जाने पर यह विस्तृत हो जाती है। यहाँ अंधेरा और रहस्यमयी वातावरण रोमांच को और बढ़ा देता है।



कैंपिंग और वन्यजीवन

जो लोग ट्रेकिंग के साथ-साथ रात में खुले आसमान के नीचे समय बिताना चाहते हैं, उनके लिए मोइला टॉप एक बेहतरीन कैंपिंग स्थल है। रात में तारों से भरा आसमान और चारों ओर फैली शांति एक अविस्मरणीय अनुभव प्रदान करते हैं। इस क्षेत्र में हिमालयी मोनाल, तीतर, कस्तूरी मृग, तेंदुआ और हिमालयी काले भालू जैसे वन्यजीव पाए जाते हैं, जिससे यह वन्यजीवन प्रेमियों के लिए भी आकर्षण का केंद्र बन जाता है।

स्थानीय संस्कृति और आतिथ्य

मोइला टॉप के पास स्थित गाँवों में रहने वाले स्थानीय लोग बेहद मिलनसार होते हैं। वे अपनी परंपराओं और रीति-रिवाजों से गहराई से जुड़े हुए हैं। वर्ष 2022 मार्च में यहां ऐतिहासिक शताब्दी बिस्सू मेला बड़ी धूमधाम से मनाया गया। स्थानीय होमस्टे और गेस्टहाउस यात्रियों को एक प्रामाणिक अनुभव



प्रदान करते हैं, जहाँ आप पारंपरिक गढ़वाली भोजन का आनंद ले सकते हैं।

मोइला टॉप घूमने का सही समय

मोइला टॉप घूमने का सबसे अच्छा समय अप्रैल से जून और फिर सितंबर से नवंबर के बीच होता है। गर्मियों में यह स्थान हरा-भरा और फूलों से सजा हुआ रहता है, जबकि शरद ऋतु में मौसम साफ और दृश्यता बेहतरीन होती है। मानसून के दौरान यहाँ जाना कठिन हो सकता है, क्योंकि रास्ते फिसलन भरे हो जाते हैं।

मोइला टॉप एक ऐसा गंतव्य है, जहाँ प्रकृति की शांति, रोमांचक ट्रेकिंग, मनोरम हिमालयी नजारे और अद्वितीय सांस्कृतिक अनुभव का संगम होता है। यह स्थान उन यात्रियों के लिए एक आदर्श विकल्प है जो शहर के कोलाहल से दूर एक शांत और सुंदर जगह पर समय बिताना चाहते हैं। यदि आप प्रकृति के करीब रहना चाहते हैं और एक यादगार ट्रेकिंग अनुभव की तलाश में हैं, तो मोइला टॉप की यात्रा अवश्य करें।



प्रस्तुति:

मनीष कुमार,
एम.ए. इतिहास, UGC NET, USET
कनिष्ठ लिपिक, राजकीय महाविद्यालय
चक्रवाता, देहरादून



‘मेरे गांव की बाट’: पहली जौनसारी फिल्म में दिखाती है जड़ों से जुड़ाव की सच्चाई

संस्कृति की सबसे बड़ी खासियत है अपनी जड़ों से जुड़ाव। जौनसारी की पहली फीचर फिल्म ‘मेरे गांव की बाट’ के मूल में जड़ों से जुड़ाव की ये सच्चाई मौजूद है। ऐसी सच्चाई कि कोई किन्हीं कारणों से कुछ समय के लिए अपनी जड़ों से दूर हो भी जाए, तो फिर भी उसे लौटकर आना ही होता है। उसके गांव का बाट यानी रास्ता उसका हमेशा इंतजार करता रहता है। उसके लिए हमेशा खुला रहता है।

इंतजार लंबा खिंचा, लेकिन जौनसारी फिल्म ‘मेरे गांव की बाट’ फिल्म इतिहास में दर्ज हो गई है। गढ़वाली की पहली फिल्म ‘जगवाल’ से पाराशार गोड़ और कुमाऊंनी फिल्म ‘मेघा आ’ से जीवन सिंह बिष्ट को जो सम्मान मिला, उसी तरह की स्थिति में अब ‘मेरे गांव की बाट’ फिल्म के परिकल्पना एवं प्रस्तुतकर्ता के एस चौहान भी आ गए हैं। उनके साथ निश्चित तौर पर फिल्म के कहानीकार व निर्देशक अनुज जोशी का जिक्र जरूरी है, जिन्होंने काफी मेहनत की है। ‘मेरे गांव की बाट’ फिल्म की कहानी सीधी सरल है, लेकिन इसका प्रस्तुतिकरण दमदार है। प्रादेशिक फिल्मों में इस फिल्म ने नया इतिहास बना दिया है 5 दिसंबर से फिल्म उत्तराखण्ड के अलावा हिमाचल में भी हाउसफ्युल चल रही है। फिल्म में अभिनेता अभिनव चौहान ने कमाल का अभिनय तो किया ही है साथ में फिल्म के टाइटिल सॉन्ना को बहुत ही शानदार गाया है। जौनसार बावर के लोक समाज की परंपराएं, रीति रिवाज, रहन-सहन, मान्यताएं, विश्वास, स्वाभिमान सब कुछ फिल्म में दिखता है। सिनेमेटोग्राफी कमाल की है। यहीं वजह है कि पर्दे पर जौनसार बावर उतना ही खूबसूरत नजर आता है, जितना कि वह वास्तव में है। देखा जाए, तो अभिनव चौहान के युवा कंधों पर फिल्म का

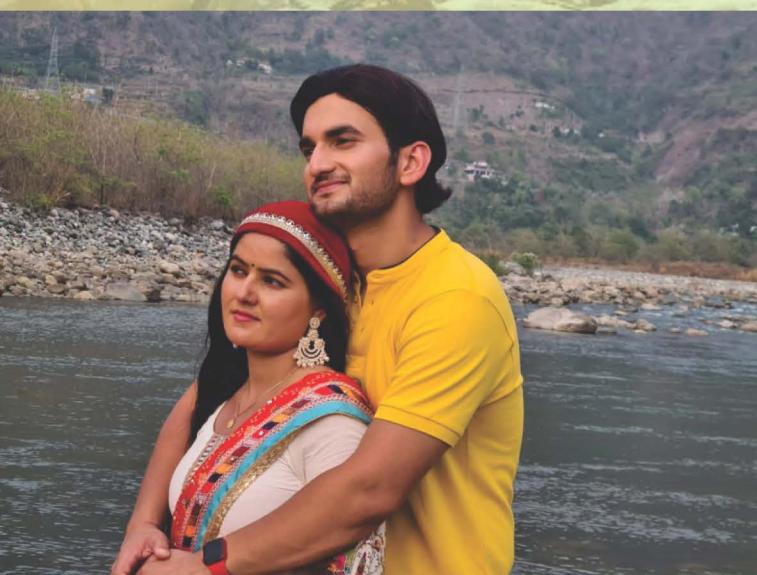


ज्यादातर भार टिका हुआ है। अभिनव की प्रतिभा के रंग फिल्म में जमकर बिखरे हैं। आयुष गोयल के साथ वह फिल्म के निर्माता की भूमिका में हैं। वह फिल्म के हीरो हैं और उन्होंने प्ले बैक सिंगिंग भी की है। अभिनव संभावनाओं से भरे हुए है। उत्तराखण्डी सिनेमा जगत में ‘मेरे गांव की बाट’ उनकी दूसरी फिल्म है। इससे पहले, गढ़वाली फिल्म ‘असगार’ में बतौर हीरो उनके काम को काफी सराहना मिली थी। अब ‘मेरे गांव की बाट’ में वह जलवे बिखेर रहे हैं। कॉलेज के जमाने में एक्टिंग व डायरेक्शन में एंट्री करके उन्होंने जो सीखा—समझा, इस फिल्म में आउटकम आता दिखाई देता है। उनके अपोजिट प्रियंका का काम भी फिल्म में अच्छा है। बाकी कलाकारों में, जिसको जो जिम्मेदारी मिली है, उसने उसे अच्छे से निभाया है।

जौनसारी समाज जीवन में गीत—संगीत—नृत्य मजबूती से शामिल है। इसलिए फिल्म में एक के बाद एक कई गीत सामने आते हैं। गीत—संगीत का विभाग फिल्म का मजबूत पक्ष है, जो मनोरंजन करने से लेकर जौनसारी लोक संस्कृति के हर पक्ष को प्रभावी ढंग से उभारने में सफल दिखता है। गीत—संगीत विभाग को संभालने वाले अमित वी कपूर, श्याम सिंह चौहान और सीताराम चौहान इसके लिए तारीफ के हकदार हैं। आप यदि जौनसारी नहीं भी है, तो भी आप आसानी से यह समझ सकते हैं कि फिल्म क्या कहना चाहती है। आप यदि पहाड़ से प्रेम करते हैं। जौनसारी संस्कृति को जानने में आपकी दिलचस्पी है। जौनसार के विहंगम प्राकृतिक दृश्यों, वहाँ के रहन-सहन, परंपराओं को देखना चाहते हैं, तो यह फिल्म फिर आपके लिए ही है।



प्रस्तुति- अनिल सिंह तोमर
चेयरमैन, एस.एम.आर.
जनजातीय पीजी कॉलेज सहिया



संयुक्त निदेशक उच्च शिक्षा प्रो. आनन्द सिंह उनियाल ने 142 बार किया स्वैच्छिक रक्तदान

राष्ट्रीय सेवा योजना के पूर्व राज्य समन्वयक और वर्तमान में उच्च शिक्षा विभाग उत्तराखण्ड में संयुक्त निदेशक प्रो.ए.एस. उनियाल ने 9 फरवरी को ग्राफिक इरा विश्वविद्यालय में आयोजित शिविर में 140 बार स्वैच्छिक रक्तदान किया। यह दिन उनकी स्वर्गीय पत्नी श्रीमती पूनम आनन्द उनियाल की पुण्य तिथि का था, जिनका असमय निधन गतवर्ष 9 फरवरी को हो गया था। प्रो.उनियाल के आवृत्ति पर आयोजित इस शिविर में ग्राफिक इरा विश्वविद्यालय के एनएसएस संयोजक प्रो.ए.एस.शुक्ला ने भी 57 बार रक्तदान किया। शिविर में कुल 75 यूनिट रक्त एकत्र हुआ। प्रो.उनियाल रक्तदान को एक पुनीत कार्य मानते हैं। उनका कहना है कि उत्तराखण्ड प्राकृतिक आपदाओं और सड़क दुर्घटनाओं की दृष्टि से अत्यंत संवेदनशील राज्य है, ऐसे में घायलों के उपचार के लिए रक्त की आवश्यकता हर समय रहती है। प्रो.



उनियाल अब तक लाखों लोगों को प्रोत्साहित कर उनसे स्वैच्छिक रक्तदान करवा चुके हैं। बासठ

साल की उम्र के बावजूद हर तीन महीने के बाद स्वैच्छिक रक्तदान के लिए सदैव तत्पर रहते हैं। इस मौके पर प्रो.के.ए.ल.तलवाड़ व एसजीआरआर पीजी कालेज के प्रो.संजय पड़लिया सहित तमाम रक्तदाता व एनएसएस स्वयंसेवी मौजूद रहे।



◀ प्रस्तुति-आंकित तिवारी,
उप सम्पादक



स्वाद पहाड़ का चौंसा: पोषक तत्वों से भरपूर पारंपरिक व्यंजन



उत्तराखण्ड के स्वादिष्ट व्यंजनों की चर्चा हो और चौंसा का नाम न आए, ऐसा हो नहीं सकता। जी हाँ, चौंसा जिसे उत्तराखण्ड के भिन्न-भिन्न स्थानों पर चौंसी, चौसोणी या चौंसु भी कहते हैं, पोषक तत्वों से भरपूर है और आयरन का बहुत ही अच्छा स्रोत है। चौंसा पारंपरिक व्यंजनों में सबसे अधिक पसंद किया जाता है।

सामग्री—काली उड्ढ की दाल—200 ग्राम सरसों का तेल—दो बड़े चम्मच, नमक—स्वाद अनुसार, मिर्च—लाल अथवा हरी जख्या अथवा जीरा—आधा चम्मच, हल्दी—आधा चम्मच, धनिया—एक चम्मच, प्याज—दो मध्यम आकार, लहसुन—6-8 कली, अदरक—एक छोटा टुकड़ा, हरा धनिया, टमाटर—1 धी—दो चम्मच, हींग

बनाने की विधि — आइये शुरू करें। इस व्यंजन को लोग अपने—अपने तरीके से बनाते हैं जैसे कोई उड्ढ की दाल को भूनकर सिलबड़े में पीसते हैं तो कोई मिक्सी में पीसते हैं। कुछ लोग एक ही बार में बहुत सारा पीसकर रख देते हैं और

आवश्यकतानुसार प्रयोग करते हैं। सबसे पहले उड्ढ की दाल को थोड़ा हल्का भूनकर मिक्सी में दरदरा पीस लें। दूसरी ओर अदरक, लहसुन, हरी मिर्च का पेरस्ट बना लें। अब भारी तली की लोहे की कढ़ाई लें। लोहे की कढ़ाई इसलिए कि इससे आयरन भरपूर मिलेगा। अब उसे मध्यम आंच में रखकर सरसों का तेल डालें। हल्का गर्म होने पर जख्या अथवा जीरा का तड़का लगा लें। हींग डालें, अब लहसुन अदरक मिर्च का पेरस्ट डालें और भून लें। इसके बाद कटा हुआ प्याज डालकर भून लें। यदि टमाटर डालना चाहें तो टमाटर का पेरस्ट डालकर भून लें। हल्की आंच में भूनते रहें। ज्यादा भून जाने पर स्वाद खाराब होने का डर रहता है। इसलिए आंच कम ही रखें। अब पिसी हुई उड्ढ की दाल को कढ़ाई में डालकर भूनें। इसके पश्चात आवश्यकतानुसार धीरे—धीरे गुनगुना पानी डालें और करछी चलाते रहें, क्योंकि गांठ न पड़े इसलिए लगातार करछी चलाएं। धीमी आंच में लगभग 8-10 मिनट पकने दें। बीच-बीच में करछी चलाते रहें। इसके पश्चात कटा हुआ हरा धनिया डालें। ऊपर से धी डालें। अब आपका चौंसा बहुत ही जल्दी व सरल तरीके से बनकर तैयार है। आप इसे चावल के साथ परोसें और पहाड़ के पारंपरिक स्वाद का आनंद लें।



◀ प्रस्तुति—
डॉ. शोभा रावत, असिस्टेंट प्रोफेसर,
राजकीय महाविद्यालय कल्जीखाल,
पौड़ी नगरावाल





प्योंली : पहाड़ की संस्कृति में रचा-बसा फूल

देवभूमि उत्तराखण्ड में बसंत ऋतु के आगमन के साथ ही प्योंली, प्योंली या प्यौलिडी के फूलों की चादर ओढ़ लेती है। प्योंली या बसंती का वानस्पतिक नाम रीनवर्डिटिया इंडिका (*Reinwardtia indica*) हालैंड के प्रसिद्ध वनस्पतिज्ञ केस्पर जार्ज कार्ल रीनवर्डट के नाम पर पड़ा। इसे येलो फ्लेक्स और गोल्डन गर्ल भी कहते हैं। प्योंली एक ऐसा फूल जो पहाड़ की लोक संस्कृति में रचा-बसा है। यहां के लोक कवियों और गायकों ने इसे अपनी रचनाओं में उकेरा ही नहीं बल्कि इसे खुद में जिया भी है। गढ़रत्न नरेंद्र सिंह नेगी जी द्वारा गाया गया बेहद लोकप्रिय गढ़वाली लोकगीत—

‘हे जी सारयु मा फूली गे होली प्योंली लयड़ि, मै घौर छोड़ि आवा।

हेजी घर बौण बौड़ी गे होलु बालु बसंत मै घर छोड़ि आवा।।’

‘म्यरा डांडी कांठण्यु का मुलुक जैलु, बसंत ऋतु मा जैई। इस गाने का अर्थ है— मेरे पहाड़ों के देश जाओगे, तो बसंत ऋतु में जाना। जब हरे वनों में लाल बुरांश और खेतों में पीली प्योंली खिली होगी।’ प्योंली पहाड़ में प्रेम और त्याग की सबसे सुन्दर प्रतीक मानी जाती है। पौराणिक लोक कथाओं के अनुसार प्योंली एक गरीब परिवार की बहुत सुंदर कन्या थी। एक बार गढ़ नरेश राजकुमार को जंगल में शिकार खेलते-खेलते देर हो गई। रात को राजकुमार ने एक गांव में शरण ली। उस गांव में राजकुमार ने बहुत ही खूबसूरत प्योंली को देखा और उसकी सुंदरता पर मुग्ध हो गया।

राजकुमार ने प्योंली के माता-पिता से प्योंली के साथ शादी करने का प्रस्ताव रख दिया। प्योंली के माता-पिता ने राजकुमार के प्रस्ताव को खुशी खुशी स्वीकार कर दिया। शादी के बाद प्योंली राजमहल में आ तो गई, लेकिन गांव की रहने वाली प्योंली को राजसी वैभव कारागृह लगने लगा था। हर घड़ी उसका मन अपने गांव में ही लगा रहता था। राजमहल की चकाचौंध प्योंली को असहज करने लगी। प्योंली ने इस पर राजकुमार से अपने मायके जाने की इच्छा जताई। गांव में प्योंली पहुंच तो गई, लेकिन इससे पहले ही प्योंली की तबियत बिगड़ने लगी और वह मरणासन्न स्थिति में पहुंच गई। बाद में राजकुमार ने गांव आकर प्योंली से उसकी अन्तिम इच्छा पूछी तो उसने कहा कि उसके मरने के बाद उसे गांव की किसी मुंडेर की मिट्टी में दफना दिया जाए। इसके बाद प्योंली को उसके मायके के पास दफना दिया गया। जिस स्थान पर उसे दफनाया गया था, वहीं कुछ दिनों बाद पीले रंग का एक सुंदर फूल खिला। इस फूल को प्योंली नाम दे दिया गया। कुछ लोगों का मानना है कि उसकी याद में ही पहाड़ में फूलों का यह त्योहार मनाया जाता है।



◀ प्रस्तुति:
डा. रमेश चन्द्र भट्ट, विभागाध्यक्ष भूगोल, राजकीय श्नातकोत्तर महाविद्यालय, कर्णप्रियाग।

बौद्ध धर्म की संस्कृति व शांति का प्रतीक देहरादून का बुद्धा टेंपल

देहरादून में अनेक पर्यटन स्थल हैं जहां देश-विदेश से सैलानी वर्षभर पहुंचते हैं। इन सबके बीच एक पर्यटन स्थल ऐसा भी है जो बौद्ध धर्म की संस्कृति और शांति का संदेश देता है, वह है बौद्ध मंदिर या बुद्धा टेंपल। यह स्थान दिल्ली-सहारनपुर रोड पर कलेमन टाउन में स्थित है, जो आई.एस.बी.टी. देहरादून से मात्र चार किमी दूर है। किसी भी वाहन द्वारा बुद्धा टेंपल तक आसानी से पहुंचा जा सकता है। यह बौद्ध धर्म का अद्भुत पवित्र स्थान है, जहां बुद्ध मंदिर लगभग 220 फीट ऊंचा है और इसमें पांच मंजिलें हैं। इनमें बुद्ध और गुरु पदमसंभव की मूर्तियां स्थापित हैं। पहली तीन मंजिलों की आकर्षक अलंकृत दीवारों की पेंटिंग देखने वालों को मन्त्रमुग्ध कर देती हैं। भगवान बुद्ध के जीवन को दर्शाने वाली ये पेंटिंग्स शुद्ध सोने के रंग से चित्रित की गई हैं और इन अद्भुत चित्रों को बनाने में लगभग 50 चित्रकारों को तीन वर्ष से अधिक का समय लगा।

भगवान बुद्ध की 103 फीट की मूर्ति मंदिर परिसर का मुख्य आकर्षण है। यह तिब्बती लोगों के आध्यात्मिक गुरु दलाई लामा को समर्पित है।

परिसर में महास्तूप के दोनों ओर बुद्ध के जीवन की स्मृति में आठ प्रकार के स्तूप बने हुए हैं। बौद्ध भिक्षुओं और आम लोगों को धर्म का अभ्यास करने के लिए प्रार्थना चक्र भी बनाए गये हैं। पर्यटक मंदिर के चारों ओर सुव्यवस्थित उद्यानों और घास के मैदानों के बीच शांत वातावरण का आनंद ले सकते हैं। यहां आने वाला हर पर्यटक बौद्ध धर्म के सच्चे सार का अनुभव करता है। मंदिर परिसर में शॉपिंग कॉम्प्लेक्स में खाने-पीने के लिए रेस्टोरेंट भी हैं। बौद्ध लोगों द्वारा बनाये गये वस्त्र, कलाकृतियां और रहस्तशिल्प के सामान यहां बिक्री हेतु उपलब्ध हैं। बौद्ध मंदिर में लगभग पांच सौ लामा रहते हैं और अध्ययन करते हैं।

 प्रस्तुति:
अमन तलवाड़
सह सम्पादक



नैनबाग महाविद्यालय की डा.मन्जू कोगियाल को मिला महाकवि सूरदास नवउदय गीतकार व साहित्यकार सम्मान



नवउदय पब्लिकेशन ग्वालियर, मध्य प्रदेश द्वारा विश्व भर से कवियों, लेखकों, गीतकारों एवं साहित्यकारों के सम्मान हेतु आयोजित समारोह में लगभग 250 से अधिक साहित्यकार सम्मिलित हुए। इन साहित्यकारों ने विभिन्न विषयों पर आधारित स्वरचित रचनाएं इस प्रस्तुत की। जिसमें डा. मन्जू कोगियाल, विभागाध्यक्ष हिंदी, राजकीय महाविद्यालय नैनबाग, टिहरी गढ़वाल ने भी अपनी कविता 'पहाड़' प्रस्तुत की। जिस के लिए

उन्हें महाकवि सूरदास नवउदय गीतकार व साहित्यकार सम्मान दिया गया। इस समारोह में उन्होंने देवभूमि उत्तराखण्ड का प्रतिनिधित्व करते हुए अपनी कविता 'पहाड़' के माध्यम से उत्तराखण्ड के पर्वतीय जीवन का चित्रण प्रस्तुत कर वहाँ उपस्थित सभी गणमान्य अतिथियों को पहाड़ एवं पहाड़ी जनजीवन से रु—ब—रु कराया। यह कविता प्रतीकात्मक शैली में लिखी गई है, जो पहाड़ी जीवन की कठोरता और शुष्कता को दर्शाती है। साईं सूजन पटल की ओर से डा.मन्जू कोगियाल को अनंत शुभकामनाएं।



उपलब्धि

दून विश्वविद्यालय की तरनदीप कौर को वाग्मिता में मिला गोल्ड मेडल



पंजाब यूनिवर्सिटी चंडीगढ़ में आयोजित नॉर्थ जोन युवा महोत्सव 2025 की वाग्मिता प्रतियोगिता (उत्तम वकृत्य शक्ति) में तरनदीप कौर ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।

वाग्मिता (Elocution) एक ऐसा मंच है, जहां प्रतिभागी अपनी अपनी बात खुल कर रख सकते हैं। पांच दिवसीय

इस सांस्कृतिक महोत्सव में 21 विश्वविद्यालयों के लगभग एक हजार विद्यार्थियों ने प्रतिभाग कर अपनी प्रतिभा का अद्भुत प्रदर्शन किया। दून विश्वविद्यालय की सेकेंड सेमेस्टर की तरनदीप की इस उपलब्धि पर कुलपति प्रो. सुरेखा डंगवाल व टीम मैनेजर डा. अजीत पंवार एवं डा. अदिति बिष्ट ने उन्हें शुभकामनाएं दी।

38वें राष्ट्रीय खेल की नेट बॉल प्रतियोगिता में उत्तराखण्ड को मिला सिल्वर मेडल

38वें राष्ट्रीय खेल उत्तराखण्ड 2025 नेट बॉल प्रतियोगिता में उत्तराखण्ड की टीम ने सिल्वर मेडल प्राप्त किया। इस खेल में देश की 8 सर्वश्रेष्ठ टीमें, पूरे भारत से 96 खिलाड़ी यानी एक टीम के 12 सदस्यों ने खेल में प्रतिभाग किया। उत्तराखण्ड टीम ने इसमें दूसरा स्थान प्राप्त किया। नेटबॉल उत्तराखण्ड की टीम में डॉ. शिवानंद नौटियाल राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय कर्णप्रयाग के बी. कॉम. बष्ठम सेमेस्टर के होनहार खिलाड़ी वेदांत टाकुली ने भी विंग डिफेंस के रूप में अपना योगदान दिया।

वेदांत पूर्व में श्री देव सुमन उत्तराखण्ड विश्वविद्यालय की वालीबॉल में नॉर्थ जोन खेल चुके हैं। वेदांत विगत दो वर्षों से कर्णप्रयाग महाविद्यालय के सर्वश्रेष्ठ चौंपियन छात्र रहे हैं।



◀ प्रस्तुति:
अमन तलवाड़ा
सह सम्पादक