साईं

सृजन पटल

मासिक पत्रिका

लेखन और सृजन के उन्नयन के लिए सदैव प्रतिबद्ध

वर्ष-2 अंक-10 मई 2025 पृष्ठ-20 निःशुल्क

गंगोत्री

यमुनोत्री

केदारनाथ

बद्रीनाथ

सम्पादकीय

'साई सृजन पटल' का दसवां अंक अपने पाठकों और शुभचिंतकों को सौंपते हुए अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। हिन्दी का एक प्रसिद्ध वाक्यांश है 'लोग जुड़ते गए, कारवां बनता गया'। कुछ इसी तरह से पत्रिका के साथ भी लेखक मित्र जुड़ते चले गये और पत्रिका का सफर आगे बढ़ता गया। प्रस्तुत अंक को देवभूमि के धार्मिक स्थलों त्रियुगीनारायण और गुप्तेश्वर महादेव का आशीर्वाद मिला है। इंटरमीडिएट कालेजों के अध्यापकों का 'प्रोजेक्ट युक्तम' निस्संदेह एक सृजनात्मक पहल है। उत्तराखंड की पृष्ठभूमि पर बनी दो फिल्मों 'पायर' और 'निखण्या जोग' से भी पाठकों को परिचित कराया गया है। सारगर्भित लेखों के रूप में बद्री गाय, सेब बागवानी, बैम्बू टी और औखांण के साथ ही पहाड़ी व्यंजन 'मीठा अस्का' भी पत्रिका की विषय सामग्री बने हैं। कथाकार सुभाष पंत जी की स्मृति में आयोजित 'विमर्श एवं स्मृति संध्या' आलेख भी पाठकों की नज़र है। डा.निशंक को मिले 'द लिटरेचर लॉरेट' अवार्ड से उत्तराखंड के साहित्य जगत का भी मान बढ़ा है। व्यक्तिगत उपलब्धि के रूप में प्राची नौटियाल, विनायक ठाकुर और नेहा मेहरा के लिए शुभकामनाएं तो बनती हैं। लेखक गांव थानों में संसदीय राजभाषा समिति का भ्रमण और दून विश्वविद्यालय में नाट्य समारोह का आयोजन भी रेखांकित करने योग्य है। संपादकीय टीम और लेखक वर्ग का सृजनात्मक सहयोग पत्रिका को निखारने के लिए दृढ़ संकल्पित है, जिसकी सराहना की जायेगी। उच्च शिक्षा निदेशक महोदय के शुभकामना संदेश से भी उत्साह का संचार हुआ है।

आपका-डॉ० के०एल० तलवाड़

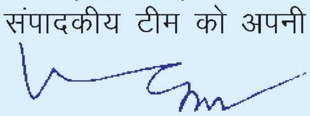
उच्च शिक्षा निदेशालय, उत्तराखण्ड

हल्द्वानी–263139 (नैनीताल)
Email: highereducation.director@gmail.com

अर्द्धशासकीय पत्रांकः 920 / 2025–26 **संदेश** दिनांक 20 मई 2025

यह जानकर प्रसन्नता हुई कि 'साईं सृजन पटल' मासिक पत्रिका का दसवाँ अंक प्रकाशित होने जा रहा है। पत्रिका के विगत समस्त अंकों में संकलित सामग्री अत्यन्त ज्ञानवर्धक एवं प्रभावशाली है। सेवानिवृत्ति के बाद डॉ० तलवाड़ द्वारा किया जा रहा यह प्रयास निःसन्देह सृजनात्मकता का परिचायक है। पत्रिका के प्रत्येक अंक में उत्तराखण्ड की सांस्कृतिक विरासत और स्वरूप परंपराओं को अत्यन्त प्रभावशाली ढंग से सचित्र प्रकाशित किया गया है। 'साईं सृजन पटल' के माध्यम से नवोदित लेखकों, कलाकारों, शिल्पकारों और गायकों को एक सशक्त मंच मिला है, जिससे उनकी प्रतिभा उजागर हो रही है। उत्तराखण्ड के धार्मिक और साहसिक पर्यटन से जुड़े लेख पत्रिका को विविधता प्रदान करने वाले हैं। उच्च शिक्षा विभाग, उत्तराखण्ड के विभिन्न प्राध्यापक भी इसमें अपना लेखन योगदान दे रहे हैं, जो सराहनीय है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि यह पत्रिका आने वाले समय में भी इसी प्रमाणिकता के साथ निरंतर प्रकाशित होती रहेगी।

मैं **'साईं सृजन पटल'** पत्रिका के दसवें अंक (मई 2025) के सफल प्रकाशन के लिए डॉ० तलवाड़ और उनकी संपादकीय टीम को अपनी शुभकामनाएं प्रेषित करता हूँ।



(डॉ० कमल किशोर पाण्डे)

साईं सृजन पटल
मासिक पत्रिका

संपादक/स्वामी/प्रकाशक

प्रो.के.एल.तलवाड़
(सेवानिवृत्त प्राचार्य)
मो.- 9412142822
ई-मेलः 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

डा.एस.डी. जोशी, वरिष्ठ फिजिशियन
प्रो. जानकी पंवार (सेवानिवृत्त प्राचार्य)
डा. मंजू कोगियाल, असि. प्रो. हिन्दी
डा. चन्द्रभूषण बिजल्वाण साहित्यकार

आवरण पृष्ठ

पृष्ठभूमि- उत्तरकाशी-जोशीयाड़ा झील, इनसेट- उत्तराखंड के चार धाम, त्रियुगीनारायण मंदिर में नव दंपत्ति,सेब बागवानी व बद्री गाय

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

देवभूमि

त्रियुगीनारायण : शिव–पार्वती की विवाह स्थली

त्रियुगीनारायण मंदिर, उत्तराखंड के रुद्रप्रयाग जिले में स्थित प्राचीन मंदिरों में एक विशेष स्थान रखता है। यह खूबसूरत स्थान 1980 फीट की ऊंचाई पर स्थित है और यहां से गढ़वाल क्षेत्र के बर्फ से ढके पहाड़ों का खूबसूरत और मनोरम दृश्य दिखाई देता है। त्रियुगीनारायण मंदिर का इतिहास अत्यंत प्राचीन और अद्वितीय है। पौराणिक कथा के अनुसार यहां भगवान शिव और पार्वती का विवाह सम्पन्न हुआ था। त्रियुगीनारायण का अर्थ है 'तीन युगों का नारायण' जो इस बात का संकेत देता है कि यह स्थान सृष्टि के प्रारम्भ से ही पवित्र रहा है। माना जाता है कि त्रेता युग में भगवान विष्णु ने इस स्थान पर भगवान शिव और पार्वती के विवाह के लिए साक्षात यजमान का कार्य किया था। इस विवाह के साक्ष्य के रूप में आज भी मंदिर में अग्नि जल रही है,जिसे 'अक्षय अग्नि' के रूप में जाना जाता है। इस अग्नि का विशेष महत्व है। श्रद्धालु इस अग्नि से आशीर्वाद प्राप्त कर पुण्य अर्जित करते हैं।

त्रियुगीनारायण के बारे में पौराणिक कथा है कि त्रियुगीनारायण मंदिर वही स्थान है जहां विष्णु जी ने भगवान शिव और देवी पार्वती का विवाह सम्पन्न कराया था।मंदिर के सामने पवित्र अग्नि कुण्ड है, जहां हिन्दू परंपरा के अनुसार नवविवाहित जोड़े सात फेरे लेते हैं। मंदिर के सामने अखंड धूनी मंदिर के रूप में भी प्रसिद्ध है और अखंड अग्नि के प्रसाद के रूप में लकड़ियां लाई जाती हैं और बदले में तीर्थयात्री पवित्र राख ले जाते हैं।भगवान विष्णु ने शिव–पार्वती के दिव्य विवाह की सभी व्यवस्थाएं की और पार्वती के भाई की भूमिका निभाई, जहां भगवान ब्रह्म इस दिव्य विवाह के पुजारी थे। मंदिर के समाने ब्रह्म शिला भी विवाह के सटीक स्थान को दर्शाती है।त्रियुगीनारायण मंदिर के अंदर भगवान विष्णु, देवी लक्ष्मी और सरस्वती की चांदी की मूर्तियां स्थापित हैं। त्रियुगीनारायण मंदिर केदारनाथ यात्रा मार्ग पर स्थित है। राष्ट्रीय राजमार्ग पर स्थित होने के कारण रुद्रप्रयाग से त्रियुगीनारायण मंदिर तक आसानी बसें और टैक्सी उपलब्ध रहती हैं। रुद्रप्रयाग से त्रियुगीनारायण की दूरी लगभग 82 किलोमीटर है। शिव–पार्वती का यह विवाह स्थल अब वैदिक वेडिंग डेस्टिनेशन के रूप में उभर रहा है। जहां देश–विदेश से लोग सनातन परम्पराओं के अनुसार विवाह करने के लिए पहुंच रहे हैं। इससे यहां होटल कारोबारियों से लेकर पंडे–पुजारियों,वेडिंग प्लानर,मांगल टीमों और ढोल–दमौं वादकों सहित कई अन्य लोगों को भी काम मिल रहा है।

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

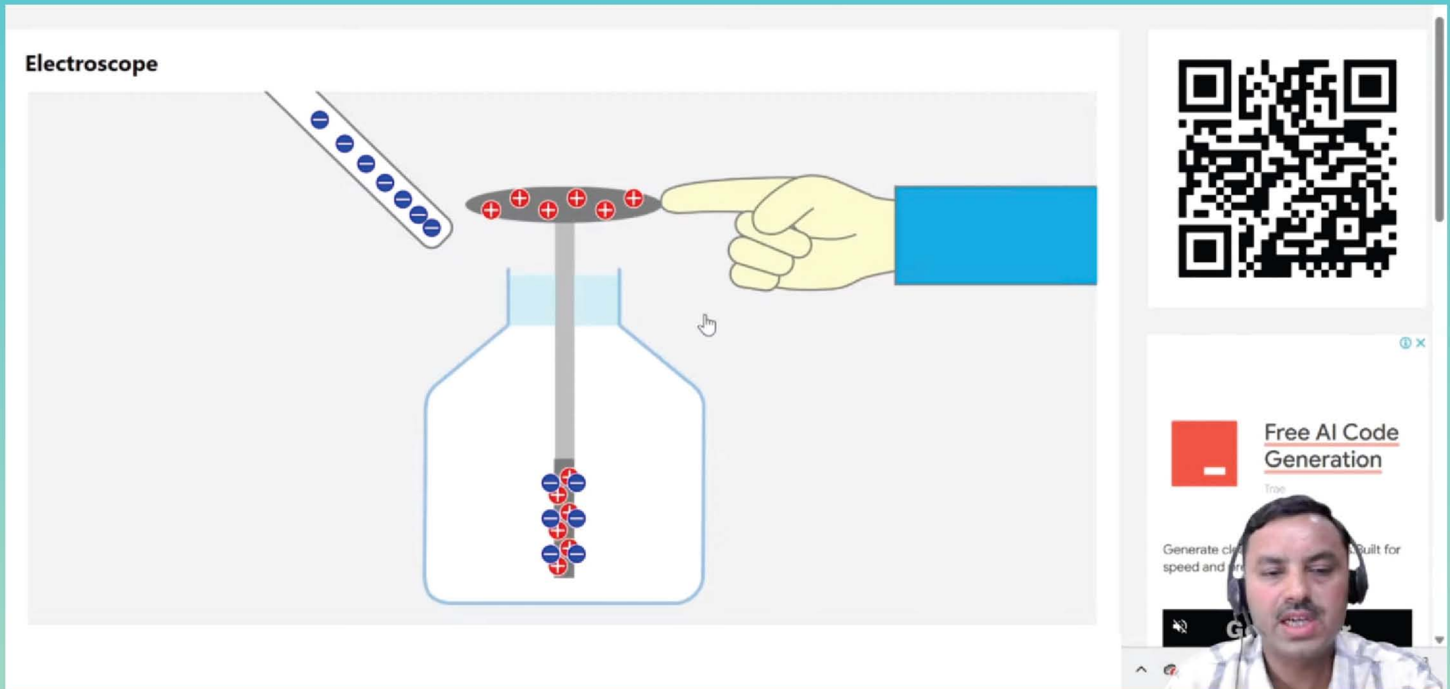
सराहनीय ‘प्रोजेक्ट युक्तम’ ऑनलाइन मोबाइल स्कूल- एक सृजनात्मक पहल

शिक्षा जीवन का आधार है और शिक्षा देने वाले शिक्षकों के प्रति सम्मान तब और बढ़ जाता है जब वे विकट परिस्थितियों में भी आने वाले भविष्य के नागरिकों के जीवन को आधार देने वाली मूलभूत शिक्षा के लिए नए अभिनव प्रयोग करते हैं। ऐसा ही एक नवीन प्रयोग किया है राष्ट्रपति पुरस्कार से सम्मानित उत्तराखण्ड के पौड़ी जनपद में राजकीय इण्टर कॉलेज सौली कौडिया में भौतिक विज्ञान के प्रवक्ता दौलत सिंह गुसांई और उनकी पूरी टीम ने।

दौलत सिंह गुसांई को सत्र 2023—24 में प्रतिष्ठित शैलेश मटियानी पुरस्कार भी प्राप्त हो चुका है। वे बताते हैं कि उत्तराखण्ड के दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाले वे छात्र—छात्राएं जिन्हें उचित समय और स्थान पर शिक्षकों और ट्यूशन की कमी से जूझना पड़ता है उनके लिये पौड़ी के 23 शिक्षकों ने मिलकर ऑनलाइन मोबाइल स्कूल योजना शुरू की है। योजना का मुख्य उद्देश्य पहाड़ी क्षेत्रों के गरीब छात्रों के लिए भौतिक विज्ञान और रसायन विज्ञान जैसे कठिन विषयों को नई—नई सरल तकनीकियों से निःशुल्क ऑनलाइन माध्यम से पढ़ाना है ताकि शिक्षा से वंचित बच्चे आगे बढ़ सकें। इस योजना का विचार सर्वप्रथम दिसम्बर 2024 में आया जब पौड़ी के सात शिक्षकों ने "फिजिक्स विजयपथ" योजना के तहत बोर्ड परीक्षार्थियों के लिए भौतिक विज्ञान की ऑनलाइन कक्षा चलाने का फैसला किया। 1 जनवरी 2025 से इन शिक्षकों ने 50 दिन की कक्षाएं गूगल मीट और यूट्यूब के माध्यम से चलाई। इस योजना का सकारात्मक परिणाम तब देखने को मिला जब इस वर्ष की परिषदीय परीक्षा में अटल उत्कर्ष स्कूल, राजकीय इण्टर कालेज तथा पी.एम. श्री स्कूलों के छात्रों ने अप्रत्याशित परिणाम दिये। इस योजना से जुड़ी एक छात्रा राखी ने बोर्ड परीक्षा में उत्तराखण्ड में 8वीं रैंक भी हासिल की।

वर्तमान में इस योजना को और विस्तारित करते हुए इसमें और भी शिक्षक जुड़ गए हैं। अब इस प्रोजेक्ट का नाम "युक्तम प्रोजेक्ट" रख दिया गया है और युक्तम में 15 भौतिक विज्ञान के तथा 8 रसायन विज्ञान के शिक्षक शामिल हैं। ये 23 शिक्षक आपस में मिल बैठकर विषय को सरल और रोचक बनाने के लिए नए—नए विचारों और स्थानीय उदाहरणों की खोज करते हैं और एनीमेशन, पी.पी.टी. बनाकर गूगल मीट, यूट्यूब आदि के माध्यम से ऑनलाइन पढ़ाते हैं। गूगल फॉर्म से रजिस्ट्रेशन कर अभी तक 500 से अधिक पहाड़ी क्षेत्रों के छात्र—छात्राएं इस प्रोजेक्ट से जुड़ चुके हैं। संयोजक दौलत सिंह गुसांई का कहना है कि उनका मुख्य फोकस एन.सी. आर.टी. की पुस्तकों से पढ़ाने पर है ताकि छात्रों को तथ्यात्मक जानकारियों के साथ— साथ विषय की अवधारणात्मक समझ भी विकसित हो सके। वे बताते हैं कि प्रोजेक्ट में सबसे बड़ी दो समस्याएं आती हैं एक तो यह कि दूरस्थ भौगोलिक क्षेत्रों में नेटवर्क की समस्या होती है और दूसरा अधिकांश छात्र अपने अभिभावकों के मोबाइल से ऑनलाइन जुड़ते हैं और अभिभावक अपने निजी कार्य से जब इधर—उधर चले जाते हैं तो वे ऑनलाइन लाइव कक्षाओं से नहीं जुड़ पाते हैं तो इस समस्या को देखते उन्होंने यूट्यूब चैनल पर रिकॉर्डेड वीडिओ भी अपलोड करना शुरू किया है। गूगल क्लासरूम ऐप के माध्यम से बच्चों को नोट्स तथा असाइनमेंट भी दिए जाते है तथा छात्रों की विषय सम्बन्धी समस्याओं का निराकरण भी ऑनलाइन किया जाता है। यह गूगल क्लास रूम ऐप, वाट्स ऐप समूह से इसलिए बच्चों को अच्छा लगता है क्योंकि इस ग्रुप में बच्चों की समस्या को केवल सम्बन्धित शिक्षक ही देख सकता है।

उत्तराखण्ड माध्यमिक शिक्षा विभाग तथा कई अधिकारी इस प्रोजेक्ट की तारीफ कर चुके हैं जब यह



DAULAT SINGH GUSAIN
GIC SAULI KAUDIYA
JAIHARIKHAL

प्रोजेक्ट शुरू किया गया था तो वन्दना गर्ब्याल, कुलदीप गैरोला तथा प्रदीप रावत जैसे अधिकारियों के संरक्षण में ही इसे आगे बढ़ाया गया। इनका कहना है कि इस प्रकार के प्रोजेक्ट विभाग को नई ऊर्जा प्रदान करते हैं। हालांकि विभाग ने अभी इसमें कोई प्रत्यक्ष सहायता नहीं की लेकिन विभागीय परियोजनाओं में आगे इस प्रोजेक्ट को शामिल करने की बात की गई।

दौलत सिंह गुसाईं बताते है कि भविष्य में इस योजना को और आगे बढ़ाकर अन्य विषयों को भी इसमें जोड़ा जायेगा तथा पढ़ाई के साथ–साथ कैरियर काउंसलिंग तथा तनाव मुक्त अध्ययन के भी प्रयास किये जायेंगे। वे बताते हैं कि युक्तम टीम का प्रयास 30 सितम्बर तक विषय का पूरा कोर्स समाप्त करने का लक्ष्य रखा गया है। साथ ही अब आगे जी मेन्स तथा नीट की परीक्षाओं के लिए भी युक्तम द्वारा ऑनलाइन तैयारी करवाई जायेगी। शिक्षकों की इस टीम में अभी पौड़ी जनपद से भौतिक विज्ञान प्रवक्ता अभय राज, अखिलेश घिल्डियाल, अर्जुन शाह, दीपक नौटियाल, हरीश सती, महेन्द्र राणा, ममता ध्यानी, मनोज घुनियाल, पंकज नेगी, पारितोश रावत, प्रभाकर बाबुलकर, प्रेरणा नेगी, सरिता उनियाल, सुदीप जखवाल तथा रसायन विज्ञान प्रवक्ता मनोज रावत, मीनाक्षी गुसांई, सारिका केष्टवाल, अनिल बिष्ट, रश्मि रावत, अनीता बलूनी, सन्तोष नेगी, पूनम पांथरी शामिल हैं। 520 से अधिक छात्रों में पौड़ी, चमोली और पिथोरागढ़ जैसे सीमान्त क्षेत्रों के छात्र–छात्राएं जुड़ते जा रहें हैं। जो छात्र छात्राएं इस प्रोजेक्ट से जुड़ना चाहते हैं वे इस लिंक से जुड़ सकते हैं– पंजीकरण फॉर्म https://forms-gle/ewmDsSJvui5v84xj8 अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें: 8057135922, 7351005310, 8171128132,

"ज्ञान बांटने से बढ़ता है" इस ध्येय वाक्य से युक्तम टीम समाज में नया उदाहरण पेश कर रही है। इनके प्रयासों से न केवल उत्तराखण्ड के दूरस्थ पहाड़ी क्षेत्रों में आर्थिक रूप से कमजोर छात्रों को ज्ञान अर्जन का मौका मिलेगा बल्कि समाज में शिक्षा और शिक्षकों के प्रति जागरूकता और सम्मान भी बढ़ेगा। प्रोजेक्ट युक्तम न केवल छात्र छात्राओं के भविष्य को नई दिशा देगा बल्कि एक जागरूक शिक्षित और समरसतापूर्ण समाज का निर्माण भी करेगा।

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

व्यंजन

उत्तराखंड के जौनसार-जौनपुर का स्वादिष्ट पकवान : मीठा अस्का

उत्तराखंड के देहरादून जिले का जौनसार और टिहरी जिले का जौनपुर क्षेत्र न केवल अपनी संस्कृति, भाषा और पहनावे के लिए प्रसिद्ध हैं, बल्कि यहाँ के पारंपरिक व्यंजन भी अपनी अलग पहचान रखते हैं। इन क्षेत्रों में खासतौर पर एक परंपरागत व्यंजन वर्षों से घर–घर में त्योहारों, शुभ अवसरों और पारिवारिक मेल–मिलाप के समय बड़े चाव से बनाया जाता है– जिसे अस्का कहा जाता है। यह व्यंजन दो प्रकार का होता है – नमकीन और मीठा। इस लेख के माध्यम से आपको स्वादिष्ट मीठे अस्का को घर बनाने की विधि से परिचित कराएंगे।मीठा अस्का चावल और गेहूं के आटे से बनाया जाता है और इसका स्वाद गुड़, नारियल और सूखे मेवों से और भी लाजवाब हो जाता है। इसे तैयार करने के लिए सबसे पहले मोटे चावलों को धोकर धूप में अच्छे से सुखाया जाता है और फिर इन्हें पिसवाकर महीन आटा तैयार किया जाता है, जिसे महीनों तक संग्रहित करके उपयोग में लाया जा सकता है। मीठे अस्का की तैयारी के लिए दो कप चावल का आटा और एक चौथाई कप गेहूं का आटा लेकर दोनों को एकसाथ मिला लिया जाता है। अब इसमें थोड़ा–थोड़ा गर्म पानी डालते हुए पतला घोल बनाया जाता है। पानी की मात्रा

आटे की तुलना में लगभग दोगुनी या उससे थोड़ी अधिक होनी चाहिए। स्वाद में संतुलन बनाए रखने के लिए इसमें एक चुटकी नमक और फुलाव के लिए एक चुटकी बेकिंग सोडा मिलाया जाता है। घोल को तैयार करने के बाद इसे ढककर आधे घंटे के लिए रख दिया जाता है, जिससे यह थोड़ा फूल जाए।इस बीच मीठे अस्का के अंदर भरने के लिए गुड़ और नारियल को कद्दूकस कर लिया जाता है। साथ ही आप अपनी पसंद के अनुसार कोई भी सूखे मेवे जैसे किशमिश, बादाम या काजू भी मिला सकते हैं। अब तवे को गर्म करके उस पर हल्का तेल या घी लगाकर चिकना किया जाता है। तैयार घोल में से एक कड़छी भरकर तवे पर डाला जाता है और हल्के गोल आकार में फैलाया जाता है। इसके ऊपर तुरंत ही कद्दूकस किया हुआ नारियल, गुड़ और सूखे मेवे डालकर किसी गहरी प्लेट या ढक्कन से ढक दिया जाता है। कुछ ही मिनटों में गरमाहट से अस्का पककर तैयार हो जाता है। चाहें तो इसके लिए बाज़ार में मिलने वाले विशेष लोहे के सांचे का भी प्रयोग किया जा सकता है।

गर्मागर्म मीठा अस्का तैयार हो जाने पर इसे घी या दही के साथ परोसा जाता है। यह व्यंजन न केवल स्वाद में भरपूर होता है, बल्कि इसमें पारंपरिकता की एक मिठास भी घुली होती है, जो सीधे दिल तक पहुंचती है।आज के दौर में जब आधुनिक व्यंजन हमारी रसोई में अपनी जगह बना चुके हैं, ऐसे में इन पारंपरिक पकवानों को संजोकर रखना हमारी सांस्कृतिक विरासत की रक्षा करने जैसा है। अगली बार जब आप अपने घर में कुछ खास बनाने की सोचें, तो जौनसार–जौनपुर की इस पारंपरिक मिठास– मीठे अस्का को ज़रूर आज़माएं। यह न केवल स्वाद में समृद्ध है, बल्कि यह हमारी परंपराओं और लोकसंस्कृति का मीठा परिचय भी है।

प्रस्तुति–
श्रीमती रेनू बहुगुणा
जी.एम.एस. रोड, देहरादून

उत्तराखंड में पलायन पर बनी हिन्दी फिल्म

'पायर' को मिली अंतरराष्ट्रीय पहचान

विनोद कापड़ी द्वारा निर्देशित हिन्दी फिल्म 'पायर' की

कहानी दो बुजुर्ग लोगों के इर्द–गिर्द घूमती है। फिल्म 80 साल और 70 साल के दो बुजुर्गो,पदम सिंह और हीरा देवी की सच्ची प्रेम कहानी है,जो उत्तराखंड के पिथौरागढ जिले के बेरीनाग तहसील के निवासी हैं। फिल्म में पदम सिंह और हीरा देवी खुद के किरदार में हैं,जिन्होंने पहले कभी कैमरे के सामने काम नहीं किया। जिस गांव में यह बुजुर्ग जोड़ा रहता है,वहां से लगभग सभी लोगों ने पलायन कर लिया है। वे दोनों अब अकेले ही रह गये हैं।

वह सोचते हैं कि मौत के बाद उनका अंतिम संस्कार कौन करेगा। अचानक एक दिन उनके पास एक खत आता है,जिसके बाद जीने की आस जगती है। उतराखंड के छोटे से गांव से निकलकर अमेरिका के न्यूयॉर्क तक पहुंची इस अनोखी जोड़ी 'आमा–बूबू' ने सिनेमा की दुनिया में इतिहास रच दिया है। पदम सिंह और हीरा देवी को गांव वाले प्यार से 'आमा–बूबू' कहते हैं। इस फिल्म को दुनियाभर में सराहा जा रहा है। फिल्म को 16वें बेंगलूरु 'अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव' में जूरी पुरस्कार मिल चुका है। पहाड़ों से पलायन पर बनी इस फिल्म 'पायर' (चिता) को स्पेन के प्रतिष्ठित 24वें 'इमेजिंग इंडिया इंटरनेशनल फिल्म फेस्टिवल' में इस भारतीय फिल्म को छह श्रेणियों में नामांकित किया गया। राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता फिल्म निर्माता विनोद कापड़ी की यह फिल्म सर्वश्रेष्ठ फिल्म, सर्वश्रेष्ठ निर्देशक,सर्वश्रेष्ठ कहानी, सर्वश्रेष्ठ संगीत, सर्वश्रेष्ठ डीओपी और सर्वश्रेष्ठ डिजाइनिंग श्रेणी में चुनी गई। फिल्म का संगीत ऑस्कर विजेता संगीतकार माइकल डैन्ना ने दिया है। फिल्म को जर्मन एडिटर पैट्रिशिया रॉमेल ने संपादित किया है। फिल्म का एक गीत गुलजार ने लिखा है।

फिल्म के निर्देशक विनोद कापड़ी इसके निर्माता और लेखक भी हैं। 25वें न्यूयॉर्क इंडियन फिल्म फेस्टिवल में बेस्ट एक्टर और एक्ट्रेस के लिए पदम सिंह और हीरा देवी को नामित किया गया है। पूरी उम्मीद है कि 20 जून से 23 जून तक आयोजित होने वाले न्यूयॉर्क फिल्म फेस्टिवल में उत्तराखंड की यह सच्ची कहानी वहां भी सबका दिल जीत लेगी। उल्लेखनीय है कि फिल्म के अभिनेता पदम सिंह, भारतीय सेना से रिटायर हैं और कैंसर से जूझ रहे हैं।

इसके बावजूद उन्होंने जिस लगन फिल्म में काम किया उसने जूरी और दर्शकों का दिल जीत लिया।

प्रस्तुति-प्रो.(डॉ.) के.एल.तलवाड़

उत्तराखंड की कामधेनु–बद्री गाय

'बद्री' गाय की एक देसी नस्ल है जो उत्तराखंड के पर्वतीय क्षेत्र में पाई जाती है। बद्री नस्ल की गाय सामान्यतः छोटे आकार की होती है जिनका औसत वजन 200–250 किलोग्राम होता है। इनकी टांगें लंबी, कुबड़ ऊंचा, गर्दन छोटी एवं चौड़ी होती है। इनके दृढ़ खुर पहाड़ी क्षेत्र में चुगान के लिए अनुकूल होते हैं। ये हमेशा चौकन्नी दिखती है। आकार छोटा होने के कारण रख–रखाव हेतु कम जगह की आवश्यकता होती है। समुद्र तल से 1500 मीटर से अधिक ऊंचाई वाले क्षेत्रों का मौसम बद्री गाय के लिए अनुकूल होता है।

बद्री गाय का वैज्ञानिक नाम बॉस इंडिकस *(Bos indicus)* है। उत्तराखंड में बद्री नस्ल की गाय सामान्यतः 'पहाड़ी गाय' के नाम से जानी जाती है। 'बद्री' उत्तराखंड की एकमात्र गाय की नस्ल है जिसका आनुवंशिकीय आधार पर निरूपण किया गया है। बद्री गाय उत्तराखंड की पहली सर्टिफाइड ब्रीड है जिसे आइ.सी.ए.आर.–एन.बी.ए.जी.आर. (ICAR-NBAGR),करनाल ने एसेशन नंबर INDIA-CATTLE-2400-BADRI-03040 दिया है। कुछ वैज्ञानिक शोध अध्ययनों से प्राप्त जानकारी के अनुसार बद्री गाय के दूध में फैट की मात्रा 8.4 प्रतिशत है जो गाय की अन्य नस्लों से काफी ज्यादा और लगभग भैंस के दूध के बराबर है। वर्तमान में जब पूरा समाज जैविक खाद्य उत्पादों की ओर आकर्षित हो रहा है तब पहाड़ी गायों के उत्पाद की मांग भी बढ़ती जा रही है। बद्री गाय के दूध से निकाला गया घी ई–कॉमर्स कंपनियों द्वारा 3000–5000 रुपए प्रति किलोग्राम की दर से बेचा जा रहा है। पहाड़ों में बद्री गाय के दूध को ही पूजा–पाठ हेतु पवित्र माना जाता है और गोदान में बद्री गाय का ही दान दिया जाता है। बद्री गाय का मुख्य भोजन पहाड़ और बुग्यालों की वनस्पतियां हैं जिनमें विभिन्न प्रकार के औषधीय पौधे भी हैं। इसी कारण से बद्री गाय के विभिन्न उत्पादों की गुणवत्ता इतनी ज्यादा होती है। बद्री गाय के रक्त के जैव–रसायनिक अध्ययन से पता चलता है कि उसमें मौसमी परिवर्तन भी होता है। बद्री गाय के दूध की विशेषता यह है कि इसमें A 2 बीटा कैसीन प्रोटीन पाया जाता है जो हार्मोनल रोगों में भी लाभदायक है। बद्री गाय के दूध से बने मट्ठे में भी अधिक कैल्शियम की मात्रा पाई जाती है। बद्री नस्ल के गोमूत्र में रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी विकसित करने संबंधी अध्ययन में सकारात्मक परिणाम आए हैं। बद्री गाय का गोमूत्र जीवाणुरोधी गुणों से युक्त होता है। इस गोमूत्र में मधुमेह–रोधी विशेषता भी पाई जाती है। कुछ शोध अध्ययनों के अनुसार बद्री गाय के दूध में 90 प्रतिशत A 2 बीटा कैसीन प्रोटीन होता है जो सभी देसी नस्लों के दूध में सर्वाधिक होता है। उत्तराखंड में बद्री गाय के संरक्षण एवं संवर्धन के प्रयास भी किए जा रहे हैं। बद्री गाय की दूध उत्पादकता बहुत कम होती है और वह एक दिन में मात्र 1–3 लीटर दूध ही दे पाती है। इनके दुग्ध उत्पादन क्षमता को बढ़ाने के लिए आनुवंशिक वृद्धि की योजना बनाई गई है।

सरकार के प्रयासों में राष्ट्रीय गोकुल मिशन एवं राष्ट्रीय कामधेनु प्रजनन केंद्र महत्वपूर्ण है। वर्ष 2012 में चंपावत जिले के नरियल गांव में बद्री गाय के संरक्षण हेतु बद्री मवेशी प्रजनन केंद्र की स्थापना की गई जिसमें वर्तमान में इस नस्ल की 300 से अधिक गाय हैं। बद्री गाय का दूध कैंसर के रोगियों के लिए भी काफी लाभकारी है। इसका दूध हल्का पीला, सुपाच्य और प्रत्येक आयु–वर्ग के लोगों के लिए लाभकारी होता है। इस गाय की कुछ शारीरिक विशेषताएं होती हैं जिनकी वजह से ये कम तापमान में भी रह लेती है और पहाड़ों पर भी आसानी से चढ़ लेती है। आज के दौर में छोटे बच्चों में लैक्टोज–इंटॉलरेंस और कैसीन–एलर्जी की समस्या बहुतायत में पाई जाने लगी है जिस कारण से नवजात को दूध से वंचित होना पड़ता है। इन बच्चों के लिए भी ये दूध अत्यंत लाभकारी माना जाता है। बद्री गाय के घी में एंटीऑक्सीडेंट, ब्यूटिरिक अम्ल (Butyric acid) पाया जाता है। साथ ही ओमेगा–3 फैटी अम्ल, पर्याप्त मात्रा में कॉन्जुगेटड लिनोलेइक अम्ल (Conjugated linoleic acid) एवं विटामिन K2, A, E भी पाया जाता है। इन सभी रासायनिक अवयवों के कारण बद्री गाय

का घी स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी और अनेक रोगों से प्रतिरक्षा प्रदान करने वाला है। शोध पत्रों में प्रकाशित डाटा के अनुसार उत्तराखंड में लगभग सात लाख बद्री मवेशी हैं जिनमें 4.79 लाख बद्री गाय है। शास्त्रों में समुद्र मंथन से प्राप्त कामधेनु को देवताओं के विभिन्न आवश्यकताओं को पूर्ण करने वाला बताया गया है उसी तरह बद्री गाय देवभूमि के विकास में अहम योगदान दे सकती है। चूँकि इस नस्ल की रोग प्रतिरोधक क्षमता काफी ज्यादा है, इस पर पशुपालन खर्च भी बहुत कम है एवं इसके उत्पाद अत्यंत लाभकारी है इसलिए लोगों में जागरूकता बढ़ाकर और बद्री घी, गोमूत्र अर्क और पंचगव्य जैसे उत्पादों की ब्रांडिंग और मार्केटिंग कर काफी ज्यादा मुनाफा कमाया जा सकता है। वर्तमान दौर भारत के सांस्कृतिक पुनर्जागरण का एक प्रमुख कालखंड है जब आम जन–मानस सांस्कृतिक धरोहरों के प्रति जागरूक हो रहा है। गाय भारतीय संस्कृति का एक प्रमुख स्तंभ है जो दैनिक जीवन के विभिन्न आवश्यकताओं को पूरा करती रही है। बद्री गाय के संरक्षण और संवर्धन से हम सांस्कृतिक उत्थान के साथ आर्थिक विकास को समाहित करते हुए पलायन की समस्या से प्रभावित देवभूमि उत्तराखंड को सुदृढ़ता प्रदान कर सकते हैं।

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

प्रतिभा

सेवा और सृजन की मिसाल बनीं नेहा मेहरा

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) ऋषिकेश में आयोजित अन्तर्राष्ट्रीय नर्सिंग सप्ताह के सप्ताह व्यापी कार्यक्रम में सीनियर नर्सिंग ऑफिसर नेहा मेहरा ने अपनी बहुमुखी प्रतिभा से सबका ध्यान आकर्षित किया। कार्यक्रम के तहत आयोजित पोस्टर और स्टोन पेंटिंग प्रतियोगिता में नेहा ने प्रथम स्थान प्राप्त किया, जबकि क्विज प्रतियोगिता में उन्होंने द्वितीय स्थान अर्जित कर संस्थान और अपने विभाग का गौरव बढ़ाया।

कार्यक्रम के समापन अवसर पर मुख्य अतिथि पद्मश्री जया कुमारी चिकाला और संस्थान की कार्यकारी निदेशक प्रोफेसर मीनू सिंह ने विजेताओं को सम्मानित किया। उन्होंने नर्सिंग विभाग के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि नर्सिंग का क्षेत्र न केवल सेवा–भाव से परिपूर्ण होता है, बल्कि यह चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में भी धैर्य, संवेदनशीलता और कुशलता की मांग करता है।नेहा मेहरा की उपलब्धियाँ यह दर्शाती हैं कि नर्सिंग के छात्र–छात्राएँ केवल चिकित्सा सेवा में ही नहीं, बल्कि रचनात्मकता, ज्ञान और नेतृत्व के क्षेत्र में भी अपनी विशेष पहचान बना रहे हैं। नेहा का कहना है कि, संघर्ष चाहे जितना भी हो, अगर आत्मबल मजबूत हो तो कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं। उनकी यह सफलता न केवल उनके व्यक्तिगत प्रयासों का परिणाम है, बल्कि यह आने वाली पीढ़ी के लिए प्रेरणा का स्रोत भी है।

प्रस्तुति–अंकित तिवारी, उप सम्पादक

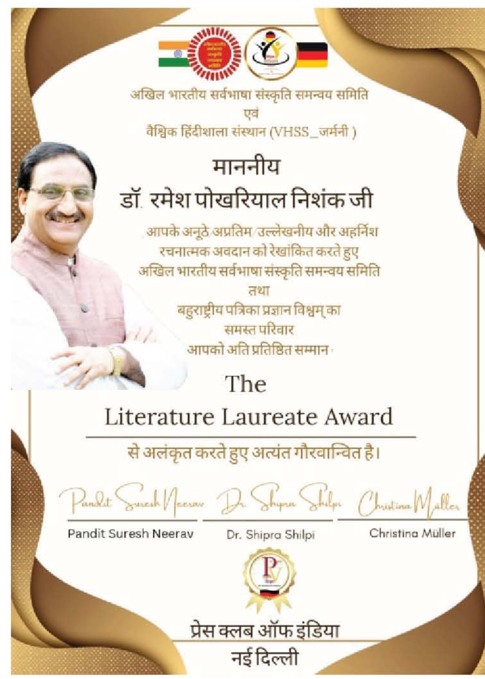
प्रतिष्ठित अवार्ड

डॉ. 'निशंक' को मिला 'द लिटरेचर लॉरेट' सम्मान

अखिल भारतीय सर्वभाषा संस्कृति समन्वय समिति एवं वैश्विक हिन्दी शाला संस्थान (वीएचएसएस जर्मनी) द्वारा पूर्व मुख्यमंत्री उत्तराखण्ड, पूर्व केन्द्रीय मंत्री डॉ.रमेश पोखरियाल 'निशंक' को नई दिल्ली में 'लिटरेचर लॉरेट' अवार्ड से सम्मानित किया गया। यह सम्मान डॉ.निशंक को उनकी रचनाधर्मिता, हिन्दी एवं संस्कृत भाषा के संवर्धन तथा प्रचार–प्रसार के साथ ही लेखक गांव की संकल्पना को साकार करने के लिए प्रदान किया है।

प्रेस क्लब ऑफ इंडिया नई दिल्ली में आयोजित एक भव्य कार्यक्रम में 29 अप्रैल 2025 को संस्था के अध्यक्ष पंडित सुरेश नीरव एवं सचिव क्रिस्टीन म्यूलर ने डॉ. निशंक को यह सम्मान प्रदान किया। पंडित नीरव ने कहा कि डॉ. निशंक एकमात्र राजनीतिज्ञ है, जिन्होंने हिन्दी एवं संस्कृत भाषा एवं संस्कृति के उत्थान के लिए निर्बाध गति से कार्य किया है और आज भी कार्य कर रहे हैं, आपका साहित्य आज भारत ही नहीं अपितु विश्व के अनेक देशों में भी अनेकों भाषाओं में अनुवादित हुआ है, भारत की संस्कृति का प्रचार–प्रसार निशंक जी की पुस्तकों से बड़ी सरलता से हो रहा है। विश्वभर में हिन्दी, संस्कृत एवं भारतीय भाषाओं को विस्तार देने के लिए अनेकों संगठन एवं संस्थायें निरंतर कार्य कर रही है, और डॉ. निशंक का एक साहित्यकार एवं राजनेता दोनों ही रूपों में सभी को सहयोग मिलता है, हमें डॉ. निशंक को यह सम्मान देने में हमें गर्व हो रहा है। ज्ञात हो कि डॉ. निशंक की प्रेरणा से देहरादून में शिवालिक पहाड़ियों के आँचल में 'लेखक गांव' की स्थापना की गई है। जिसका उद्घाटन 25 अक्टूबर 2024 को भारत के पूर्व राष्ट्रपति श्री रामनाथ कोविंद, उत्तराखंड के राज्यपाल ले. ज. गुरुमीत सिंह (से.नि.), उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी एवं प्रसिद्ध गीतकार एवं फिल्म प्रमाणन बोर्ड के अध्यक्ष प्रसून जोशी द्वारा किया गया।

सम्मान मिलने पर डॉ. निशंक ने आभार प्रकट करते हुये कहा कि साहित्य सृजन समाज के निर्माण में एक अहम भूमिका निभाता है। भाषा–संस्कृति, आध्यात्म एवं आस्था का समावेश मानव के विकास में आवश्यक है और पुस्तकें इसका सरल माध्यम है। डॉ. निशंक ने कहा कि 'लेखक गांव' रचनाधर्मिता का एक वैश्विक केन्द्र बनने की कल्पना के साथ स्थापित हुआ है, निकट भविष्य में लेखक गांव अंतर्राष्ट्रीय स्तर के लेखकों, नवोदित साहित्यकारों, कवियों, शोधार्थियों एवं पत्रकारिता के क्षेत्र में कार्य कर रहे लोगों का अध्ययन केन्द्र बनेगा। उन्होंने कहा कि लेखक गांव में प्रथम चरण चालीस हजार पुस्तकों के साथ स्थापित 'नालंदा पुस्तकालय' में 10 लाख पुस्तकें संकलन करने का लक्ष्य है।संस्था के सचिव क्रिस्टीन म्यूलर ने कहा कि डॉ. निशंक की 110 से अधिक पुस्तकों का प्रकाशन एक बड़ी उपलब्धि है, डॉ. निशंक के साहित्य पर लगभग 25 शोध हो चुके है और भारत सहित विश्व के अनेक देशों में उनकी पुस्तकें पढ़ाई जा रही है। भारत ही नहीं अपितु विश्व की अनेक भाषाओं में उनकी पुस्तकों का अनुवाद हुआ है। इस अवसर पर डॉ. शिप्रा शिल्पी, अध्यक्ष अन्तरराष्ट्रीय सृजनी द ग्लोबल, अनिल जोशी, अध्यक्ष वैश्विक हिन्दी परिवार, कपिल त्रिपाठी, वैज्ञानिक, साइंस एण्ड टैक्नोलॉजी, साहित्यकार मधु मिश्रा, डॉ. वेदप्रकाश, डॉ. कविता सिंह प्रभा तथा ऋषि सक्सेना सहित अनेक गणमान्य लोग उपस्थित थे।



प्रस्तुति-प्रो.(डॉ.) के.एल.तलवाड़

भावपूर्ण स्मरण

कथाकार सुभाष पंत : विमर्श एवं स्मृति संध्या

उत्तराखंड के साहित्यकारों ने हिन्दी के प्रख्यात कथाकार सुभाष पंत को विशेष स्मृति समारोह और विमर्श के माध्यम से अनूठे ढंग से याद किया। चार मई को होटल इन्द्रलोक देहरादून के सभागार में आयोजित 'सुभाष पंत स्मृति एवं विमर्श समारोह' में उनके कथा साहित्य, जीवन संघर्षों और साहित्यिक प्रस्तुति पर गहन चर्चा की गई। समारोह की मुख्य आयोजक उत्तराखंड की पूर्व उच्च शिक्षा निदेशक एवं साहित्यकार प्रो. सविता मोहन ने उद्घाटन वक्तव्य में कहा कि सुभाष पंत का समग्र साहित्य आम आदमी के संघर्षों को अभिव्यक्त करने वाला साहित्य है। उनकी रचनाएं समाज के हाशिए पर जी रहे लोगों की आवाज बुलंद करती हैं। प्रो.नवीन चन्द्र लोहनी ने कहा कि पंत का साहित्य केवल कहानियां नहीं बल्कि समाज का दस्तावेज है। उनकी रचनाएं सामाजिक परिवर्तन और सांस्कृतिक मूल्यों के बीच संतुलन स्थापित करती हैं। प्रो.कल्पना पंत ने सुभाष पंत की कहानियों में पात्रों के चित्रण पर विचार रखते हुए कहा कि उनके साहित्य में स्त्री पात्र न केवल संघर्ष करती हैं,बल्कि मानवीय गरिमा और स्वाभिमान के प्रतीक के रूप में उभरती हैं। आईपीएस अधिकारी और साहित्यकार डा.अमित श्रीवास्तव ने पंत के कथ्य,उनकी भाषा शैली और अनुभूतियों को प्रभावी ढंग से व्यक्त करने की कला पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि पंत की भाषा में एक अनूठा प्रवाह और संवेदनशीलता है,जो पाठक को कहानी के भीतर ले जाती है। उनकी रचनाएं भाषा के सौन्दर्य और अर्थ की गहराई का उत्कृष्ट उदाहरण है। उत्तराखंड के पूर्व पुलिस महानिदेशक और साहित्यकार अनिल रतूड़ी ने पंत के साहित्य को आम आदमी के द्वंद्वों और संघर्षों को गहनता से अभिव्यक्त करने वाला बताया। लेखक डा.सुशील उपाध्याय ने सुभाष पंत के जीवन की विविध घटनाओं को उनके साहित्य के परिप्रेक्ष्य में प्रस्तुत किया। समारोह में पूर्व कुलपति डा.सुधा पांडेय, डा.संजीव नेगी,डा.दिनेश शर्मा और डा. भारती मिश्रा ने भी सुभाष पंत के साहित्य के साहित्य के विभिन्न पहलुओं पर विचार साझा किए।

इन वक्ताओं ने पंत की रचनाओं में सामाजिक यथार्थ,मनोवैज्ञानिक गहराई और सांस्कृतिक संदर्भों को रेखांकित किया। कार्यक्रम में पद्मश्री माधुरी बड़थ्वाल ने अपनी गीत प्रस्तुति के माध्यम से पंत जी का भावपूर्ण स्मरण किया। इस अवसर पर उत्तराखंड की मुख्य सूचना आयुक्त श्रीमती राधा रतूड़ी,डा.बुद्धि नाथ मिश्र,रुचि मोहन रयाल, डॉली डबराल, प्रो. एन.पी.माहेश्वरी, प्रो. जी.एस.रजवार, डा.मुनिराम सकलानी, अंबर खरबंदा, डा.अनिल भारती,डा.नितिन उपाध्याय, डा.विभूति भट्ट, गीतकार असीम शुक्ल तथा आयोजन समिति के कुशल आदित्य व उपलब्धि मोहन आदि उपस्थित थे।

प्रस्तुति- प्रो. (डा.) के.एल. तलवाड़

गढ़वाली फिल्म

निखण्यां जोग : दिल को छूने वाली एक मार्मिक और संदेशपरक फिल्म

हर मनुष्य के भीतर कुछ बनने, कुछ कर दिखाने का सपना पलता है। विशेषकर पहाड़ जैसे कठिन भौगोलिक क्षेत्रों में पले–बढ़े युवाओं के मन में यह सपना और भी प्रबल होता है क्योंकि वे तंगहाली, बेरोजगारी और सीमित अवसरों के बीच जीते हैं। फिल्म 'निखण्या जोग' एक ऐसे ही पहाड़ी युवक मोहन की मार्मिक कहानी है, जो इस सपने को साकार करने के लिए घर छोड़ता है, संघर्षों से जूझता है, लेकिन अंततः सामाजिक विडंबनाओं और व्यक्तिगत त्रासदियों में उलझ कर असमय मृत्यु को प्राप्त होता है।यह फिल्म सिर्फ एक व्यक्ति की नहीं, बल्कि उन अनगिनत युवाओं की कहानी है, जो अपनी जड़ों से कटकर महानगरों में कुछ बड़ा करने निकलते हैं और वहां जाकर या तो भीड़ में खो जाते हैं या फिर किसी अन्य सामाजिक बीमारी का शिकार हो जाते हैं।

पहाड़ी जीवन की कठिनाइयाँ और मोहन की पीड़ा, मोहन का बचपन उस समय से ही तकलीफों में डूबा हुआ था, जब उसकी मां का साया उसके सिर से उठ गया और सौतेली मां के व्यवहार तथा पिता की मारपीट ने उसे घर छोड़ने पर विवश कर दिया। यह कोई अनोखी स्थिति नहीं है, आज भी समाज में कई ऐसे बच्चे हैं जो पारिवारिक हिंसा और उपेक्षा के कारण बचपन खो बैठते हैं।

संघर्षों की लंबी यात्रा और महानगर की चकाचौंध

दर–दर भटकते हुए मोहन मुंबई जैसे महानगर तक पहुंचता है, जहां वह परिश्रम और लगन से एक प्रतिष्ठित पद प्राप्त करता है। यही वह मोड़ है जहां फिल्म उम्मीद की किरण दिखाती है, कि अगर अवसर मिले तो गांव का युवा भी किसी से पीछे नहीं है। लेकिन यह चकाचौंध अधिक दिनों तक टिकती नहीं।

शहर की आधुनिकता और सामाजिक गिरावट

मोहन पहले से ही शादीशुदा था, किंतु नौकरी देने वाले सेठ की बेटी से विवाह करना उसकी विवशता बन जाती है। यह विवाह न सिर्फ धोखा होता है, बल्कि एक सामाजिक और मानसिक शोषण की शुरुआत भी। सेठ की बेटी आधुनिकता के नाम पर उच्छृंखल जीवन जीती है और अंततः एक गंभीर बीमारी 'एड्स' मोहन को भी संक्रमित कर देती है। यह घटनाक्रम समाज में बढ़ती यौन स्वतंत्रता, सतही संबंधों और जागरूकता की कमी को उजागर करता है।

गांव की ओर लौटती पीड़ा और अंतहीन दुख

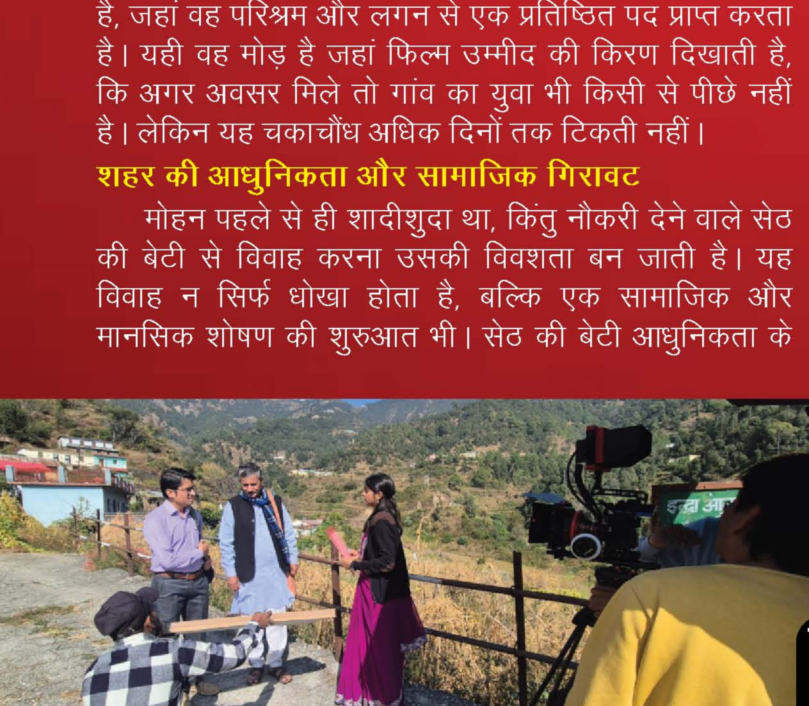
जब मोहन को अपनी बीमारी का पता चलता है, वह भय और पछतावे से भर जाता है। उसे गांव की शांत और अपनत्व भरी गलियों की याद सताने लगती है। लेकिन जब वह लौटता है, तो केवल मृत्यु उसका इंतज़ार कर रही होती है।

'निखण्या जोग' शीर्षक का गूढ़ अर्थ

गढ़वाली शब्द 'निखण्या जोग' का अर्थ है "जिसके लिए कुछ न बचा हो" या "जो सब कुछ गंवा चुका हो।" यह शीर्षक मोहन की त्रासदी को पूरी तरह परिभाषित करता है। जिसने अपने सपनों, रिश्तों और जीवन को खो दिया।

समाज के लिए एक चेतावनी और संदेश

यह फिल्म समाज के लिए एक कठोर आईना है। यह हमें बताती है कि यदि हम युवाओं को सही दिशा, पारिवारिक संबल और यथोचित अवसर न दें तो वे या तो शहरों में खो जाते हैं या फिर व्यवस्था और परिस्थितियों का शिकार बन जाते हैं। यह एड्स जैसी बीमारियों के प्रति जागरूकता की भी एक पुकार है। जहां केवल शारीरिक संबंध नहीं, बल्कि समाज की चुप्पी और लापरवाही भी घातक बन जाती है। निखण्या जोग कोई काल्पनिक त्रासदी नहीं, बल्कि हमारे समय की एक जीवंत सच्चाई है। यह उन युवाओं की कथा है जो गांव छोड़ते हैं, लेकिन अंत में गांव की ही गोद में दम तोड़ते हैं। हमें एक ऐसा समाज बनाना होगा जहां मोहन जैसे युवाओं के सपनों को मरने न दिया जाए, बल्कि उन्हें फलने–फूलने का अवसर दिया जाए। वरना, हर गांव से निकलता मोहन कहीं न कहीं एक 'निखण्या जोग' बनता रहेगा।



प्रस्तुति-अंकित तिवारी,
उप सम्पादक

प्राची नौटियाल ने प्राप्त की CSIR-NET JRF परीक्षा में 120वीं अखिल भारतीय रैंक

राम चन्द्र उनियाल राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय उत्तरकाशी की छात्रा ने जिले का मान बढ़ाया है। एम. एस–सी. जन्तु विज्ञान(चतुर्थ सेमेस्टर) की छात्रा प्राची ने CSIR-NETJRF परीक्षा में 120वीं अखिल भारतीय रैंक (AIR) प्राप्त कर जिले व राज्य का नाम रोशन किया है। प्राची को 99.3 परसेंटाइल और 107 का नॉर्मलाइज स्कोर मिला है, जो उनके उत्कृष्ट शैक्षणिक प्रदर्शन का प्रमाण है। वे अपनी सफलता का श्रेय अपने पिता सुरेश चंद्र नौटियाल और माता श्रीमती विनीता नौटियाल को देती हैं, जिन्होंने हर कदम पर उनका मनोबल बढ़ाया और कठिन समय में मार्गदर्शन किया। प्राची ने विशेष रूप से अपनी प्रेरणास्रोत और मार्गदर्शक प्रोफेसर मधु थपलियाल का धन्यवाद किया, जिन्होंने न केवल उन्हें विषय में दक्ष बनाया, बल्कि आत्मविश्वास और समाज सेवा की भावना भी उनमें जागृत की।

प्राची का सपना है कि वे एक कुशल शिक्षिका बनकर देश की सेवा करे और शिक्षा के माध्यम से समाज में सकारात्मक बदलाव लाएं। उनकी इस उपलब्धि से उत्तरकाशी के शैक्षिक जगत में खुशी की लहर है और यह आने वाली पीढ़ी के लिए प्रेरणा का स्रोत है।महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. (डॉ.) पंकज पंत ने प्राची को इस उपलब्धि पर हार्दिक शुभकामनाएं दी। साईं सृजन पटल प्राची के उज्ज्वल भविष्य की कामना करता है।

प्रस्तुतिः अमन तलवाड़, सह संपादक

"औखांण" लोक जीवन की समृद्ध परम्परा

प्रस्तुति
डॉ0 वेणीराम अन्थवाल
राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय,कर्णप्रयाग

- **अगास चड़कलु त धरति बरखलु**

  आसमान में कड़कड़ाहट होगी तो धरती पर वर्षा होगी अर्थात सफलता के लिए परिश्रम और त्याग करना पड़ता है। इस कहावत का भाव है कि यदि कुछ हानि होगी तो कुछ लाभ भी अवश्य प्राप्त होगा।

- **जैकु बल चुल्लु अलसलु, तैकु मवासु धाणिक तरसलु**

  जिसका चूल्हा बुझ जाता है उसके परिवार को रोजगार के लिए तरसना पड़ता है अर्थात जिस परिवार का पतन होना आरंभ होता है वहां लोग सृजनात्मक कार्य की ओर आकृष्ट न होकर अनावश्यक विवादों में उलझे रहते हैं।

- **ब्वै कु घुस्याट बल मौस्याण मं**

  मां की शिकायत सौतेली मां के पास अर्थात अधिक मूल्यवान वस्तु को छोड़कर कम मूल्यवान वस्तु का चयन करना अर्थात जो आपका हितैषी हो उससे कुछ नाराज होकर प्रतिघाती व्यक्ति का सहयोग नहीं करना चाहिए।

- **गुरु कन बल जाणिक, अर पाणि प्यण छांणिक**

  गुरू का चयन सोच समझ कर करना चाहिए और पानी छान कर पीना चाहिए अर्थात शिक्षा वह ग्रहण करनी चाहिए जो लाभप्रद और सभी से ग्रहण करने योग्य हो। इसी प्रकार से पानी भी बड़ी शुद्धता के साथ पीना चाहिए।

रंगमंच कार्यशाला

दून विश्वविद्यालय में एक दिवसीय बाल नाट्य समारोह

दून विश्वविद्यालय के रंगमंच एवं लोक कला विभाग द्वारा आयोजित एक दिवसीय बाल नाट्य समारोह ने नन्हे कलाकारों की रचनात्मकता, आत्मविश्वास और सांस्कृतिक चेतना का एक शानदार उदाहरण प्रस्तुत किया। सोशल बलूनी पब्लिक स्कूल और दून विश्वविद्यालय के कर्मचारियों के बच्चों ने रंगारंग प्रस्तुतियों के माध्यम से अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया।

करीब पचास से अधिक बाल कलाकारों ने इस समारोह में भाग लिया। इससे पूर्व बच्चों के लिए बीस दिवसीय रंगमंच कार्यशाला का आयोजन किया गया था, जिसमें उन्हें अभिनय, संवाद, मंच अनुशासन और टीम वर्क का प्रशिक्षण दिया गया। कार्यशाला के अंतर्गत तीन नाटकों का मंचन किया गया–"मॉडर्न बचपन", "टैं तू" और "बाल कृष्णा"। दून विश्वविद्यालय की कुलपति प्रोफेसर सुरेखा डंगवाल ने उद्घाटन अवसर पर कहा कि शिक्षा जगत में रंगमंच का महत्व निरंतर बढ़ता जा रहा है। रंगमंच बच्चों के भीतर एक नया आत्मविश्वास जगाता है और उन्हें मोबाइल की आभासी दुनिया से निकाल कर वास्तविक समाज से जोड़ता है। दून विश्वविद्यालय के आईक्यूएसी निदेशक प्रो. एच.सी. पुरोहित ने कहा कि थिएटर न केवल बच्चों में रचनात्मकता और संवाद कौशल विकसित करता है, बल्कि यह उनके भावनात्मक और सामाजिक विकास के लिए भी लाभकारी है।

मंचित नाटकों की झलक

1. मॉडर्न बचपन :–

यह नाटक आधुनिक तकनीक, विशेषकर मोबाइल के अत्यधिक उपयोग से बच्चों के जीवन में आए बदलावों को रेखांकित करता है। यह कहानी पृथ्वी पर जीवन की शुरुआत से मानव विकास तक की यात्रा को दर्शाती है और वर्तमान में तकनीक के प्रभाव की आलोचना करती है।

2. टैं तू :– तोते के एक परिवार की संवेदनशील और भावनात्मक कहानी जो प्रेम, सह–अस्तित्व और समझदारी का संदेश देती है। इस नाटक में पर्यावरणीय संतुलन और सामाजिक समरसता को गहराई से छूने की कोशिश की गई।

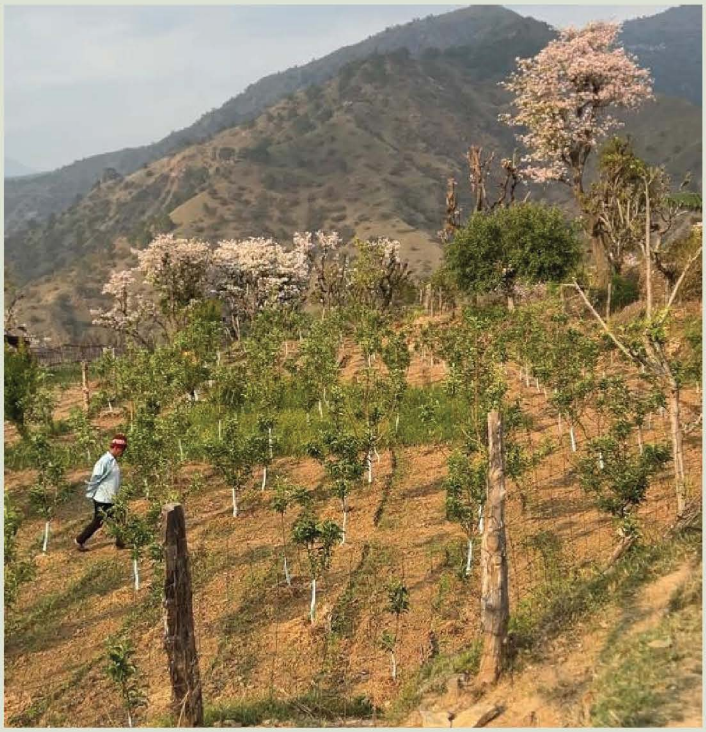
3. बाल कृष्णा :– श्रीकृष्ण के बचपन की लीलाओं के माध्यम से इस नाटक ने दर्शकों को अध्यात्म, प्रेम और नटखट बचपन की मासूमियत से परिचित कराया। यह नाटक गोपियों के नजरिये से कृष्ण को देखने की कला को सुंदर रूप में प्रस्तुत करता है।

थिएटर कार्यशाला का उद्देश्य बच्चों को डिजिटल दुनिया की जकड़न से मुक्त कर रचनात्मकता और सोच की दिशा में प्रेरित करना था। इस पहल ने बच्चों को स्क्रीन से दूर हटाकर वास्तविक मंच अनुभव प्रदान किया, जिससे उनके सोचने, देखने और अभिव्यक्त करने के नए द्वार खुले। कार्यशाला के संयोजक डॉ. अजीत पंवार और कैलाश कंडवाल (फैकल्टी, रंगमंच विभाग) ने आयोजन की सफलता में प्रमुख भूमिका निभाई। बलूनी स्कूल के प्रधानाचार्य पंकज नौटियाल, शिक्षिका जसप्रीत कौर, और रंगमंच विभाग के अंजेश कुमार, सरिता भट्ट, सरिता बहुगुणा, संयम बिष्ट, सृजन डंगवाल, कोमल ने आयोजन में सहयोग प्रदान किया। कुलसचिव दुर्गेश डिमरी, प्रो. हर्ष डोभाल, रोहित जोशी, डॉ. राजेश भट्ट, प्रशांत मेहता सहित विश्वविद्यालय के अनेक अधिकारी और कर्मचारी उपस्थित रहे। यह बाल नाट्य समारोह न केवल एक रचनात्मक मंच साबित हुआ, बल्कि यह बच्चों के समग्र विकास के लिए एक प्रेरणादायी पहल भी बना। दून विश्वविद्यालय की यह पहल निश्चित ही रंगमंच की ओर नई पीढ़ी को आकर्षित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

प्रस्तुति–प्रो. (डॉ.) के.एल. तलवाड़

मेरा सेब बागवानी का सफर

हर किसी के जीवन में एक ऐसा विचार आता है, जो सिर्फ एक सोच बनकर नहीं रह जाता, बल्कि भविष्य की नींव रखता है। मेरे लिए यह विचार था–ऐसा कुछ करना जो मेरे लिए ही नहीं, मेरे बच्चों और उनके बच्चों के लिए भी काम आ सके। यह सोच मुझे सेब की बागवानी की ओर ले गई–एक ऐसा सफर जिसने न केवल मुझे सुकून दिया बल्कि मेरे पूरे परिवार को एक नई ऊर्जा से भर दिया। मेरी ससुराल हिमाचल प्रदेश के जुब्बल क्षेत्र में है, जहाँ सेब की बागवानी एक परंपरा से भी बढ़कर एक जुनून है। जब–जब मैं वहाँ जाता, लोगों की सेब बागवानी के प्रति निष्ठा और प्रेम को देखकर अत्यंत प्रेरित होता। विशेष रूप से मेरे ससुर जी ने मुझे बहुत प्रोत्साहित किया कि मैं भी अपने खेतों में सेब के पेड़ लगाऊँ। इच्छा तो बहुत पहले से थी, लेकिन समय और संसाधनों की उलझनों के कारण यह कदम उठाने में देरी होती रही। एक दिन, ठान ही लिया। घर आकर जब मैंने अपने विचार परिवार के साथ साझा किए, तो मुझे अपेक्षा से अधिक सहयोग मिला। पिताजी और मेरे दोनों भाई–रविंद्र और



धीरज–इस विचार से बेहद उत्साहित थे। तय किया कि अब और नहीं रुकेंगे,अब कुछ करके दिखाना है। हम पांचों–मैं, पिताजी, रविंद्र, धीरज और मेरी आत्मा की आवाज– इस काम में जुट गए। हमने अपने खेत में पहुँचकर देखा तो जमीन बहुत फैली हुई थी। मन में चिंता उठी कि इतने गड्ढे कैसे खोदेंगे ? समय लगेगा, थकावट होगी, लेकिन रविंद्र ने आगे बढ़कर काम

की शुरुआत की और खेत को नापने लगा कि पौधों के लिए कितनी दूरी पर गड्ढे बनाने हैं। उसके जोश ने हम सभी में एक नई ऊर्जा भर दी। सेब के बगीचे का सपना अब वास्तविकता बनने की ओर अग्रसर था।

हमने पूरे मनोयोग से गड्ढे खोदने का काम शुरू किया– 2X2 फीट के लगभग 250 गड्ढे। इस काम में हमें करीब एक सप्ताह लगा। दिनभर खेत में पसीना बहाना, शाम को थककर घर लौटना, और फिर भी चेहरे पर संतोष की झलक– यह अनुभव ही कुछ और था। बीच–बीच में मन में संशय जरूर आता कि कहीं हम समय और श्रम तो नहीं गंवा रहे ? लेकिन मन में कहीं यह विश्वास भी था कि मेहनत कभी व्यर्थ नहीं जाती। गड्ढे तैयार होने के बाद मैं फिर से ससुराल गया, जहाँ से मुझे लगभग 250 सेब के पौधे (पॉल्टी) प्राप्त हुए। इन्हें लेकर जब हम खेत लौटे और एक–एक पौधा लगाना शुरू किया, तो मन में जैसे कोई उत्सव चल रहा था। परिवार का हर सदस्य इस काम में सहभागी था– बड़े हों या छोटे, सभी ने अपना हाथ बंटाया। समय बीतता गया। हमने पौधों की देखरेख की, खाद–पानी दिया, सुरक्षा के उपाय किए। एक साल बाद उनमें कलम लगाई गई। हर दिन जैसे एक उम्मीद के साथ बीतता कि एक दिन ये पौधे हरे–भरे पेड़ बनेंगे

और फिर उनमें सेब लगेंगे। आज, जब वर्ष 2025 चल रहा है, उन पौधों को पेड़ बनते देखना और उनमें सेब के दाने लगते देखना, मेरे लिए किसी सपने के सच होने से कम नहीं है।इस वर्ष पहली बार पेड़ों में फूल खिले। वह क्षण हमारे परिवार के लिए भावनात्मक और उत्सव जैसा था। हम सब खेत गए, उन फूलों को देखा, महसूस किया–जैसे प्रकृति हमारे श्रम की सराहना कर रही हो। मेरे बेटे विश्वास और बेटी सृष्टि तक ने इस सफर में अपनी भागीदारी निभाई है। जब वे पौधों को पानी देते या खेत में खेलते हुए पेड़ों को निहारते, तो लगता–यह केवल मेरी नहीं, अगली पीढ़ियों की भी मेहनत और जुड़ाव है।

फूल अब फल में बदल चुके हैं। छोटे–छोटे सेब के दाने जब पेड़ों की शाखाओं से झाँकते हैं, तो मन में जो आनंद उमड़ता है,उसे शब्दों में बाँधना कठिन है। यह अनुभव सिर्फ कृषि नहीं, एक आध्यात्मिक यात्रा जैसा है–बीज से विश्वास तक, मिट्टी से आत्मसंतोष तक।

मेरी इस यात्रा ने मुझे यह सिखाया कि अगर मन में दृढ़ निश्चय हो और परिवार का साथ हो, तो कोई भी सपना असंभव नहीं है। मैंने कभी कृषि विज्ञान नहीं पढ़ा, न ही कोई विशेषज्ञ प्रशिक्षण लिया, लेकिन श्रम और लगन ने मुझे वह सिखा दिया जो किताबें नहीं सिखा सकतीं।आज मेरा परिवार सिर्फ खेती नहीं कर रहा, बल्कि हर उस पल का आनंद ले रहा है जिसे हमने मेहनत से सींचा है। यह बागवानी अब हमारे जीवन का हिस्सा बन गई है–एक ऐसी विरासत, जिसे मैं अगली पीढ़ी को सौंपना चाहता हूँ। अब मैं विश्वास से कह सकता हूँ–मेरे बच्चों के बच्चों को भी यह बगीचा फल देगा–सिर्फ सेब नहीं, जीवन के सबक भी।सेब बागवानी केवल एक आर्थिक गतिविधि नहीं रही, यह मेरे लिए आत्मा से जुड़ा एक प्रयोग है–जिसमें प्रकृति, परिवार और परिश्रम का अद्भुत संगम है। **अगर आप भी जीवन में कुछ स्थायी और अर्थपूर्ण करना चाहते हैं, तो एक बीज बोइए वह फल जरूर देगा, चाहे थोड़ा देर से ही सही।**

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

एम्स, ऋषिकेश

नवजात पुनर्जीवन पर कार्यशाला

एम्स ऋषिकेश के कॉलेज ऑफ नर्सिंग के बाल चिकित्सा नर्सिंग विभाग के तत्वावधान में बी.एस–सी. नर्सिंग तृतीय वर्ष के विद्यार्थियों के लिए नवजात पुनर्जीवन कार्यक्रम (NRP) पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में नवजात पुनर्जीवन के महत्वपूर्ण पहलुओं पर विशेषज्ञों ने व्याख्यान प्रस्तुत किए। पुनर्जीवन के प्रारम्भिक चरण,सकारात्मक दबाव वेंटिलेटशन, छाती संपीड़न,नवजात इंट्यूबेशन और दवा प्रशासन आदि के महत्वपूर्ण पहलुओं पर प्रकाश डाला गया। कार्यशाला में विद्यार्थियों ने अभ्यास सत्रों में प्रतिभाग किया,जिससे उन्हें अनुभवी प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में सैद्धांतिक ज्ञान को नैदानिक कौशल में बदलने का अवसर मिला। आयोजन अध्यक्ष प्रो.(डॉ.) स्मृति अरोड़ा और आयोजन सचिव एसोसिएट प्रोफेसर रुपिंदर देओल के मार्गदर्शन में यह कार्यशाला प्रभावशाली रूप में संपन्न हुई।

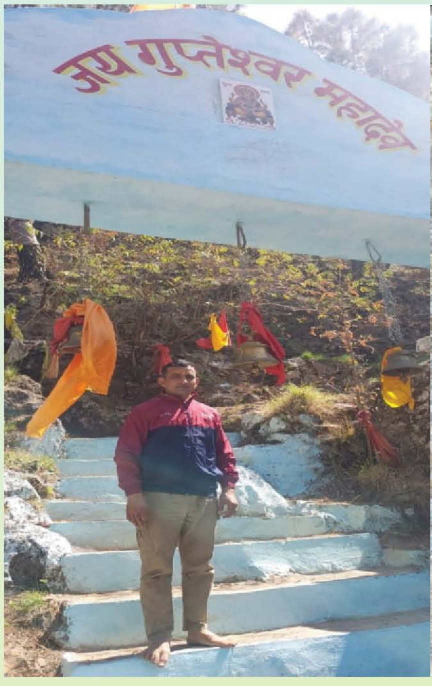
सत्र संचालन में डॉ.प्रसूना जेली,डॉ.मलार कोडी, डॉ. ज्योति शौकीन,श्रीमती वनिता, श्रीमती दुर्गा जोशी,सुश्री अंजलि शर्मा और सुश्री रक्षा यादव ने सहयोग दिया।

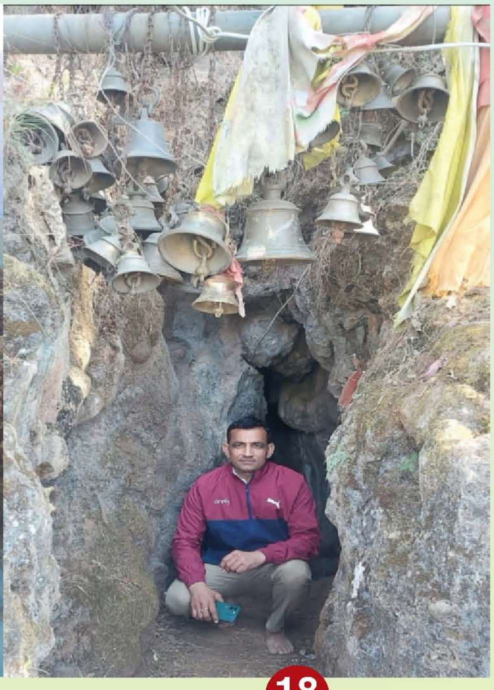
प्रस्तुति–अंकित तिवारी, उप सम्पादक

'गुप्तेश्वर महादेव गुहा मंदिर : एक रहस्यमयी सिद्ध धार्मिक स्थली

गुप्तेश्वर महादेव मंदिर चमोली जिले में उत्तराखंड की ग्रीष्मकालीन राजधानी गैरसैण के समीप स्थित सैंजी गाँव में स्थित भगवान शिव का एक अत्यंत प्राचीन और रहस्यमयी गुहा मंदिर है। जिसे स्थानीय लोग 'गुप्तेश्वर' महादेव के नाम से जानते है इसकी पूजा अर्चना सैंजी गांव के मनोड़ी ब्राह्मण वर्षों से करते आ रहे है। स्थानीय मान्यता के अनुसार मनोड़ी ब्राह्मणों की आदि माता को इस गुहा मंदिर में रात्रि जागरण और पूजा अर्चना करने पर पांच पुत्र एवं एक पुत्री की प्राप्ति हुई। इस दिव्य स्थान के प्रकृति की गोद में होने के कारण आध्यात्मिकता और शांत वातावरण इसे विशिष्ट बनाते हैं। यहाँ स्थापित आदमकद शिवलिंग, पार्वती लिंग, कार्तिकेय गणेश, गंगा एवं वासुकी नाग के लिंग की एवं बनावट स्वयंभू हैं, यानी किसी मनुष्य द्वारा स्थापित नहीं किया गया है , बल्कि यह प्राकृतिक रूप से गुफा के भीतर प्रकट हुए है। यह स्थान शिवभक्तों के लिए आस्था का एक केंद्र है। विशेष रूप से महाशिवरात्रि और सावन के महीने में यहाँ भक्तों की भीड़ उमड़ पड़ती है। शिवरात्रि के दिन भगवान शिव के निशान प्रतीक को परंपरानुसार प्राकृतिक जलस्रोत व्यास घाट से स्नान यज्ञ आदि कराकर गांव के प्रत्येक घर में पूजा अर्चना हेतु ले जाया जाता है तत्पश्चात निशान गुहा मंदिर में विश्राम हेतु पहुँचती है। वर्षभर निशान सैजी ग्राम के कोठिया एवं कठैत जाति के राजपूतों के घर निवास करती है।

श्रद्धालु विभिन्न राज्य एवं स्थानों से इस गुफा मंदिर के दर्शन के लिए आते हैं, क्योंकि ऐसी मान्यता है कि यहाँ पूजा–अर्चना करने से मनोकामनाएँ शीघ्र पूर्ण होती हैं। स्थानीय मान्यता के अनुसार इस स्थान की शक्ति इतनी अधिक है कि यहाँ आने वाले श्रद्धालुओं को मानसिक और आध्यात्मिक शांति कि परम अनुभूति होती है। गुफा में प्रवेश करते ही एक ठंडक और दिव्यता का अनुभव होता है और भीतर शिवलिंग के दर्शन करते ही मन में एक विशेष ऊर्जा का संचार होता है। गुफा मंदिर तक पहुँचने में सडक मार्ग से एक किलोमीटर का रास्ता जंगल और पहाड़ी से होकर गुजरता है। जो कि रोमांच से भरपूर और भक्तों को प्रकृति की सुंदरता के साथ–साथ आध्यात्मिक शांति का अनुभव कराता है। कठिन होते हुए भी यह रास्ता अत्यंत संतोष और श्रद्धा से परिपूर्ण होता है। यह रास्ता हरियाली से भरपूर है यत्र तत्र वन्यजीव जंतु भी दिख जाते हैं , जो यात्रियों को प्रकृति के और भी समीप ले जाता है। मंदिर के आसपास का वातावरण शांत, पवित्र और ध्यान करने योग्य है। यह स्थान न केवल धार्मिक दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण है, बल्कि पर्यटन और पारंपरिक सांस्कृतिक दृष्टिकोण से भी अहम है। स्थानीय ग्रामीणों का इस मंदिर से गहरा भावनात्मक संबंध है और वे इसकी देखभाल और पूजा नियमित रूप से करते हैं। गुप्तेश्वर महादेव मंदिर अभी तक मुख्यधारा के पर्यटन से काफी हद तक अछूता है, जिससे यहाँ का प्राकृतिक और आध्यात्मिक वातावरण अक्षुण्ण बना हुआ है। यह स्थान उन श्रद्धालुओं और पर्यटकों के लिए आदर्श है जो भीड़–भाड़ से दूर, एक शांत, आध्यात्मिक और प्रकृति के बीच बसे धार्मिक स्थल की खोज में रहते हैं। उत्तराखंड की देवभूमि में स्थित यह मंदिर शिवभक्तों को न केवल आध्यात्मिक अनुभूति कराता है बल्कि उन्हें प्रकृति से जुड़ने का अवसर भी प्रदान करता है।





प्रस्तुति–
डॉ.मदन लाल शर्मा,
असिस्टेंट प्रोफेसर राजनीति विज्ञान,
राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
कर्णप्रयाग ।

नवाचार

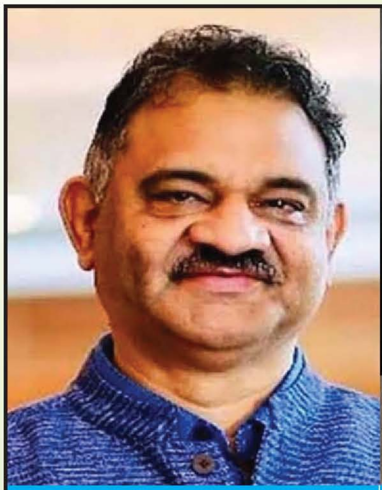
पोषक तत्वों व एंटीऑक्सिडेंट से भरपूर 'बैम्बू-टी' के लिए मिला पेटेंट

हाल ही में प्रकाशित एक पेटेंट में 'पोषणयुक्त बांस चाय की तैयारी और इसकी निर्माण विधि' शीर्षक नवाचार को मान्यता दी गई है, जो डीएवी (पीजी) कॉलेज, देहरादून के रसायन विभाग के प्रोफेसर और प्रमुख शोधकर्ता प्रोफेसर प्रशांत सिंह के निर्देशन में विकसित किया गया। इस पेटेंट में स्वामी राम हिमालयन विश्वविद्यालय (SRHU)देहरादून के कुलपति एवं पूर्व महानिदेशक यूकॉस्ट डा.राजेंद्र डोभाल ने इस कार्य की शुरुआत से लेकर अंत तक पूरा करने में सभी स्तरों पर मार्गदर्शन दिया। डा.डोभाल के ही निर्देशन में उनके विश्वविद्यालय में स्थापित इनक्यूबेशन सेंटर में इस पेटेंट की खोज को ब्राडिंग, पैकेजिंग और मार्केटिंग सहित इस बैंबू–चाय को आम जनता में लोकप्रिय बनाने तथा इस एक कमर्शियल प्रोडक्ट एवं कमोडिटी बनाने का कार्य शीघ्र शुरू होने जा रहा है। यह नवाचार प्राकृतिक बांस की पत्तियों, विशेष रूप से बंबूसा वल्गारिस और बंबूसा तुल्दा प्रजातियों से चाय तैयार करने की एक अनूठी प्रक्रिया से संबंधित है। इस नवाचार से एक ऐसी चाय का निर्माण हुआ है जो पोषक तत्वों और एंटीऑक्सिडेंट्स से भरपूर है। शोध के प्रमुख निष्कर्षों में पाया गया कि बंबूसा वल्गारिस और बंबूसा तुल्दा की पत्तियां फ्लावोनॉइड्स, फिनोलिक यौगिकों, और पोटैशियम, कैल्शियम, मैग्नीशियम जैसे आवश्यक खनिजों से भरपूर होती हैं।इस चाय का सेवन प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने, पाचन में सुधार और शरीर में ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करने में मदद करता है। स्वाद और स्वास्थ्य लाभ को बढ़ाने के लिए, इस चाय में कैमोमाइल फूल, लेमनग्रास, स्टीविया, हिबिस्कस, शहतूत और ब्लू बटरफ्लाई जैसी प्राकृतिक औषधीय सामग्री मिलाई गई है। प्रोफेसर प्रशांत सिंह ने बताया कि इस पेटेंट का उद्देश्य पारंपरिक पेयों के विकल्प के रूप में पोषक तत्वों और औषधीय गुणों से भरपूर स्वदेशी उत्पादों को बढ़ावा देना है।

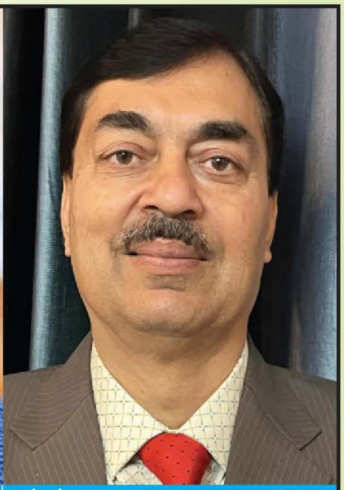
यह शोध कार्य स्वास्थ्य पेय क्षेत्र में एक उल्लेखनीय कदम है, जो पर्यावरणीय स्थिरता और स्थानीय संसाधनों के उपयोग को भी बढ़ावा देता है। यह चाय सतत बांस से तैयार की गई है और बायोडिग्रेडेबल सामग्री में पैक की गई है।इस उत्पाद को जल्द ही बाजार में आम जनता के लिए उपलब्ध कराने की योजना है ताकि इसके स्वास्थ्य लाभ लोगों को मिल सकें। यह चाय दो प्रकार की पैकिंग में उपलब्ध होगी।

1. **डिप बैग्स** :– पूर्व–मापित चाय की मात्रा, औषधीय सामग्री के साथ बायोडिग्रेडेबल टी बैग्स में।
2. **लूज टी** :– एयरटाइट ग्लास बोतलों या इको–फ्रेंडली पैकेट्स में पैक।

दोनों प्रकार की पैकिंग ग्राहकों की सुविधा के अनुसार होंगी।



डा.राजेंद्र डोभाल कुलपति SRHU



प्रोफेसर डॉ. प्रशांत सिंह

इस शोध कार्य में डीएवी कॉलेज देहरादून के नेतृत्व में कई संस्थानों और विशेषज्ञों का योगदान रहा। पेटेंट के सह–अन्वेषकों ने अपने–अपने क्षेत्रों में तकनीकी और वैज्ञानिक विशेषज्ञता दी। यह पेटेंट, इको बैम्बरीन इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, गाजियाबाद, उत्तर प्रदेश ने फाइल किया है।

मुख्य टीम में शामिल थे– डा.राजेंद्र डोभाल, डॉ. प्रशांत सिंह, डॉ. निशा त्रिपाठी, एसटीएस लेप्चा, डॉ. राकेश सिंह, डॉ. वीके वार्ष्णेय, डॉ. संजय गुप्ता, डॉ. संतोष कुमार शर्मा, संजय सिंह, चरणजीत सिंह और डॉ. दीपा शर्मा। कॉलेज के प्राचार्य प्रो. कौशल कुमार ने इस उपलब्धि पर प्रो. प्रशांत को बधाई दी और कहा कि यह शोध डीएवी कॉलेज की नवाचार के प्रति प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

प्रस्तुति-प्रो.(डॉ.) के.एल.तलवाड़

सृजन

संसदीय राजभाषा समिति का भ्रमण
लेखक गांव : हिन्दी भाषा के संवर्द्धन में महत्वपूर्ण प्रयास

भारत सरकार की संसदीय राजभाषा समिति के संयोजक व राज्यसभा सांसद दिनेश शर्मा ने समिति के अन्य सदस्यों के साथ आठ मई को लेखक गांव थानों देहरादून का भ्रमण किया।

इस अवसर पर उन्होंने कहा कि हिन्दी भाषा के संवर्द्धन के लिए लेखक गांव के रूप में यह एक पुण्य प्रयास है। यहां तमाम मूर्धन्य लेखकों और रचनाकारों को अपना सृजन करने के लिए एक सुंदर वातावरण मिलेगा। लेखक गांव में स्थापित नालंदा पुस्तकालय प्राचीन नालंदा की तर्ज पर शोध एवं अनुसंधान का एक उत्कृष्ट केंद्र बनेगा। समिति के सदस्य एवं लोकसभा सांसद किशोरी लाल ने कहा कि भारत रत्न अटल बिहारी वाजपेई के साहित्य प्रेम और साहित्यकारों के प्रति पीड़ा को लेकर स्थापित किया गया यह लेखक गांव सृजनशील लोगों की कर्मस्थली के रूप में उभर कर सामने आया है। लेखक गांव की निदेशक विदुषी निशंक ने अतिथियों को स्मृति चिन्ह भेंट किये। संरक्षक डा.रमेश पोखरियाल 'निशंक' ने सदस्यों का स्वागत करते हुए कहा कि राजभाषा हिन्दी और तमाम भाषाओं के संवर्द्धन के साथ–साथ लेखक गांव नवोदित साहित्यकारों, शोधार्थियों और शिक्षकों के लिए भी एक महत्वपूर्ण स्थली के रूप में कार्य कर रहा है। इस मौके पर दिनेश शर्मा और समिति के अन्य सदस्यों द्वारा लेखक गांव में स्थापित अटल जी की प्रतिमा पर माल्यार्पण भी किया गया।

भ्रमण के दौरान राजभाषा समिति के सदस्यों के साथ सचिव प्रेमनारायण, हे.न.ब. गढ़वाल केंद्रीय विश्वविद्यालय के कार्यवाहक कुलपति प्रो.मनमोहन रौथाण, कुलसचिव प्रो.राजेश ढोडी,प्रो.सर्वेश उनियाल, लेखक गांव के कार्यकारी अधिकारी ओ.पी. बडोनी,सनराइज अकादमी की प्रबंध निदेशक पूजा पोखरियाल, किरन बाला,डा.राजेश नैथानी,बालकृष्ण चमोली आदि उपस्थित रहे।

प्रस्तुति–श्रीमती नीलम तलवाड़

गर्व की बात

ग्राफिक इरा विश्वविद्यालय के एनसीसी कैडेट
विनायक : यूनाइटेड किंगडम में यूथ एंबेसडर

ग्राफिक इरा विश्वविद्यालय के छात्र विनायक ठाकुर का चयन यूनाइटेड किंगडम में भारत का प्रतिनिधित्व करने के लिए यूथ एंबेसडर के रूप में किया गया है। विनायक ठाकुर ग्राफिक इरा डीम्ड यूनिवर्सिटी में कंप्यूटर साइंस एंड इंजीनियरिंग के छात्र हैं और एनसीसी में सीनियर अंडर ऑफिसर के पद पर कार्यरत हैं। इस वर्ष गणतंत्र दिवस परेड में उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर उन्हें एनसीसी यूथ एक्सचेंज प्रोग्राम के लिए चुना गया है।

इसके तहत वे अब यूनाइटेड किंगडम में भारत का प्रतिनिधित्व यूथ एंबेसडर के रूप में करेंगे। इस दौरान वे रक्षा सहयोग मंचों, सांस्कृतिक आदान–प्रदान और नेतृत्व विकास से जुड़े कार्यक्रमों में भाग लेंगे। विनायक इस वर्ष गणतंत्र दिवस परेड में प्रधानमंत्री रैली और फ्लैग एरिया का भी हिस्सा रहे हैं। उन्हें उत्तराखंड निदेशालय (आर्मी विंग) द्वारा बेस्ट कैडेट के खिताब से भी नवाजा गया। ग्राफिक इरा ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशन्स के चेयरमैन डॉ. कमल घनशाला ने विनायक को बधाई दी और कहा कि यह उपलब्धि ग्राफिक इरा के साथ–साथ एनसीसी और उत्तराखंड के लिए भी गर्व की बात है।

ग्राफिक इरा के छात्र न केवल देश में, बल्कि विदेशों में भी अपने अनुशासन, समर्पण और प्रतिभा का प्रमाण दे रहे हैं।

प्रस्तुति: अमन तलवाड़, सह संपादक