घुघुती
GHUGHUTI

Memories of Success

UTTARAKHANDI UTTARAYANI MAHOTSAV '18
DWARKA SECTOR-14, NEW DELHI-110078

Organised By

TEAM UTTARAYANI
DWARKA SUBCITY

VENKATESHWAR HOSPITAL

.....Divinity in Healthcare

The Leading Multi Super-Speciality Hospital

34 Specialties

325 Beds

10 OTs

24X7 Emergency

Organ Transplants

Our Advanced Technology

3T MRI with RT Mapping

Interventional Cath Lab

256 Slice CT Scan

PET CT

Linear Accelerator

Brachytherapy

Gamma Camera/SPECT

4D Ultrasound

Mammography

The next level in medical excellence with

KIDNEY, LIVER & BONE MARROW TRANSPLANT UNITS

Super Speciality Services : *Interventional Cardiology, CTVS, Neurology & Neurosurgery, Medical Oncology, Radiation Oncology, Surgical Oncology, GI Surgery & Critical Care*

Sector 18A, Dwarka

011-48-555-555

उत्तरायणी स्मारिका "घुघुती" - 2018-19

जनसरोकारों को समर्पित

संपादक मंडल

अध्यक्ष
वीरेन्द्र सिंह नेगी
सचिव
जगदीश सिंह नेगी
संपादकीय सलाहकार
सुनील कुमार
संपादक
मुकेश बड़थ्वाल
विशेष सहयोगी
मीना कंडवाल
सुनीता जुयाल
संदेशा गर्बियाल
सुभाष कांति

(सभी पद अवैतनिक हैं)

संपादकीय कार्यालय
199, अक्षरधाम अपार्टमेंट, पॉकेट–3
सैक्टर–19, द्वारका, नई दिल्ली–110075
सम्पर्क: 9891995044, 9871025504, 9810261854
ईमेल: duusdelhi@gmail.com

डिजाइन : ध्यान सिंह डोगरा/ राजू
प्रिंटिग (मुद्रक) : रावत प्रिंटर्स, नारायणा नई दिल्ली

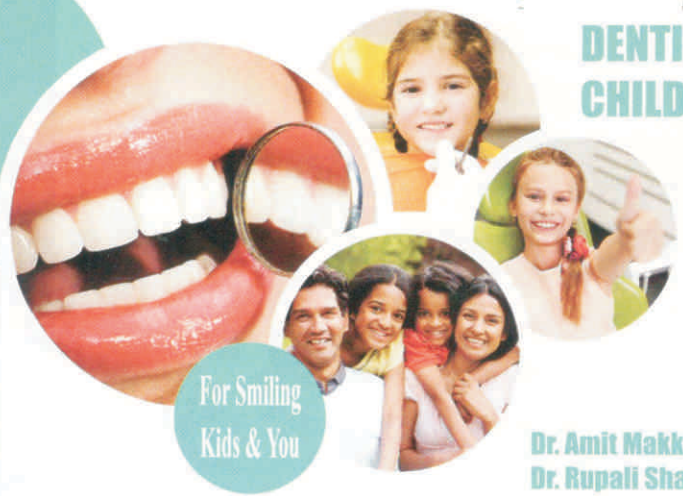
टिप्पणी : इस स्मारिका में प्रकाशित लेखों में अभिव्यक्ति विचार लेखकों के अपने हैं, जिनका संपादक मंडल का सहमत होना अनिवार्य नहीं है।

Initiated by:
द्वारका उत्तराखंडी उत्तरायणी समिति (रजि.)
(रजिस्ट्रेशन नं. : S/RS/DW(SW)/393/2018)

अनुक्रम

- उत्तरायणी संदेश (1–8)
- अध्यक्ष की कलम से (वीरेन्द्र सिंह नेगी) 9
- संपादकीय (मुकेश बड़थ्वाल) 10
- घुघुतीः एक परिचय (जगदीश सिंह नेगी) 11
- उत्तराखंड का महापर्व : मकर संक्रांति (साभार) 12
- हकीकत छोड़ आया हूँ (कविता : सुनिता जुयाल) 13
- हम मिलें एक दूसरे से (कविता : टी.पी. जोशी) 13
- वो पहाड़ ये पहाड़ (लेख : प्रतिभा पंत) 14
- उत्तराखंड के चार धाम (साभार) 15
- मेरा उत्तराखंड महान (कविता : सीमा जुयाल) 16
- 'सबला' एक माँ की सच्ची कहानी (लेखः मीना पटियाल) 17
- उत्तराखंड की महिलाओं का राष्ट्र के प्रति सराहनीय योगदान (साभार) 18 19
- हमारा उत्तराखंड (लेख : अंजू जोशी) 20
- उत्तराखंड : एक परिचय (साभार) 21
- मेरा जीना–मरना उत्तराखंड में (कविता : भरत सिंह बिष्ट) 21
- उत्तराखंड के प्रमुख पर्यटन स्थल (साभार) 22-23
- आओ, पहाड़ आओ (कविता : सुरेन्द्र जुयाल) 24
- महिला सशक्तिकरण (लेख : सुनिता जुयाल) 25
- माँ नंदादेवी सिद्ध पीठ स्थल-कुरुड़ (लेखः सुभाष कांति) 26
- हमारा प्यारा उत्तराखंड (कविता : मुकेश बड़थ्वाल) 26
- दीबा माँ मंदिर : पौड़ी गढ़वाल (लेख : बलदेव सिंह बिष्ट) 27
- उत्तराखंड की प्रमुख जानकारियाँ (लेख : संतोष बड़थ्वाल) 28
- माँ देवभूमि की व्यथा (लेख : रूपा डोभाल) 29
- गौं छुटि गै (कविता : नागेन्द्र जुयाल) 29
- गढ़वाल राइफल्स का गढ़-लैन्सडाउन (लेखः शशि रावत) 30
- डांडा नागराजा (साभार) 30
- मेरो प्यारो जोनसार बाबर (लेख : श्याम सिंह चौहान) 31
- अंधविश्वास के खिलाफ एक मुहीम (लेखः प्रीति कोटनाला) 32
- हमारा पिछोड़ (लेख : जे.एस. नेगी) 32
- समय की धारा (कविता : दिनेश नेगी) 32
- पहाड़ और चीड़ के पेड़ (लेख : डी.एस. रौतेला) 33
- नये सदस्य

TOOTH SHINE DENTAL CLINIC



DENTISTRY FOR CHILDREN & ADULTS

Our Services

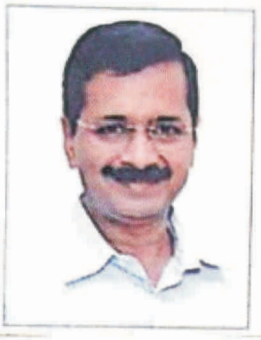
- ☑ Preventive Dentistry
- ☑ Fillings and Root Canal Treatment
- ☑ Dental Implants
- ☑ Crowns, Bridges & Dentures
- ☑ Kids Dentistry
  - Kids Tooth Fillings & Root Canal
  - Kids Dental Crowns
  - Space Maintainers
  - Fluoride Treatment, Pit Fissure Sealants
- ☑ Dental Extractions
- ☑ Orthodontics
- ☑ Gum Treatment
- ☑ Dental Trauma & Emergency
- Teeth Cleaning & Whitening

Dr. Amit Makkar, MDS
Dr. Rupali Sharma Makkar, MDS

626, Metroview Apartment, Phase-II, Pocket-B
Sector-13, Dwarka, New Delhi-110078
Landmark : Dwarka Sector-13 Metro Station
Mon-Sat : 9.30am-1.00pm, 5pm-8.30pm
Sunday : Appointment Basis

9871391872, 9654666374
011-49059871

toothshinekids@gmail.com
Tooth Shine Dental Clinic



OSD(MI)/77
05/12/18

MESSAGE

It gives me immense pleasure to learn that the **Dwarka Uttarakhandi Uttarayani Samiti, New Delhi** is organizing a two Days religious activities programme **"UTTARAKHANDI UTTARAYANI MOHOTSAV"** from **13th January 2019 to 14th January 2019** in Dwarka. It gives me added pleasure to know that a souvenir is also being brought out on this occasion.

I do hope that the Samiti would continue to promote social, cultural, educational and religious activities time to time and will keep on organizing such events for promoting harmony and brotherhood in the society.

I extend my best wishes for the success of entire endeavour.

(Arvind Kejriwal)

त्रिवेन्द्र सिंह रावत

मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड

उत्तराखण्ड सचिवालय,
देहरादून-248001
फोन : 0135-2755177 (का.)
0135-2650433
फैक्स : 0135-2712827

संन्देश

मुझे यह जानकर अत्यन्त प्रसन्नता हो रही है कि **द्वारका उत्तराखण्डी उत्तरायणी समिति,** नई दिल्ली द्वारा विगत वर्षों की भाँति इस वर्ष भी दिनांक 13 एवं 14 जनवरी, **2019** को द्वारका, नई दिल्ली में **'उत्तराखण्डी उत्तरायणी महोत्सव'** मनाया जा रहा है तथा इस अवसर पर समिति द्वारा अपनी स्मारिका का प्रकाशन भी किया जा रहा है।

आशा है कि इस प्रकार के आयोजनों से प्रदेश से बाहर निवास करने वाले उत्तराखण्ड वासियों में अपनी लोक कला, संस्कृति एवं अन्य धार्मिक क्रियाकलापों के प्रति रूचि बढ़ाने में सहायता प्राप्त होगी तथा समिति द्वारा प्रकाशित की जाने वाली स्मारिका भी उत्तराखण्ड की संस्कृति एवं लोक कला को बढ़ावा देगी।

मेरी ओर से **उत्तराखण्डी उत्तरायणी समिति** के समस्त सदस्यों को **'उत्तरायणी महोत्सव'** के सफल आयोजन एवं समिति द्वारा प्रकाशित पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु अग्रिम बधाई एवं शुभकामनाएँ।

(त्रिवेन्द्र सिंह रावत)

अजय टम्टा
AJAY TAMTA

सत्यमेव जयते

वस्त्र राज्य मंत्री
भारत सरकार
नई दिल्ली-110011
MINISTER OF STATE FOR TEXTILES
GOVERNMENT OF INDIA
NEW DELHI-110011

शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर हार्दिक प्रसन्नता हो रही है कि 'द्वारका उत्तराखण्डी उत्तरायणी समिति' द्वारा दो दिवसीय ''उत्तराखण्डी उत्तरायणी महोत्सव'' का आयोजन किया जा रहा है। इस अवसर पर समिति द्वारा क्षेत्र की सामाजिक, सांस्कृतिक एवं धार्मिक परंपराओं को जनमानस तक पहुँचाने व उनको संरक्षित करने के उद्देश्य से एक स्मारिका का प्रकाशन भी किया जा रहा है। मैं इस प्रकार के प्रयासों का हृदय से स्वागत करता हूं।

मैं इस कार्यक्रम की सफलता की कामना करते हुए संस्था के सभी पदाधिकारियों और स्मारिका के प्रकाशक मंडल को अपनी शुभकामनाएं प्रेषित करता हूं।

(अजय टम्टा)

कमरा नं. 34, उद्योग भवन, नई दिल्ली–110011, दूरभाष: 011–23062243, 23062216 फैक्स : 011–23062214
Room No. 34, Udyog Bhawan, New Delhi-110011, Phone: 011-23062243, 23062216, Fax : 011-23062214

Parvesh Sahib Singh
Member of Parliament
West Delhi Lok Sabha

Ref. N0. .....

Dated : 18/12/2018

शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर अति प्रसन्नता हो रही है कि द्वारका उत्तराखण्ड उत्तरायणी समिति, नई दिल्ली द्वारा विगत वर्षो की भांति इस वर्ष भी दिनांक 13 एवं 14 जनवरी 2019 को द्वारका, नई दिल्ली में समिति अपनी समारिका का प्रकाशन भी किया जा रहा है।

इस प्रकार के आयोजनो से प्रदेश से बाहर निवास करने वाले उत्तराखण्ड वासियों में अपनी लोक कला व संस्कृति के प्रति रूचि बढाने में सहायता होगी व यह समारिका उत्तराखण्ड की लोककला व संस्कृति के साथ–साथ लोगो के आपसी ताल–मेल को बढावा देगी।

मैं द्वारका उत्तराखण्ड उत्तरायणी समिति, द्वारा स्मारिका के सफल प्रकाशन हेतू संपादकों और संचालकों को अपनी शुभकामनाऐं देता हूँ और सभी के उज्ज्वल भविष्य की कामना करता हूँ।

शुभकांक्षी,

(प्रवेश साहिब सिंह)

Office :
20, Windsor Place, New Delhi-110001 Ph.: 011-23724988, E-mail : parveshsahibsingh@gmail.com
www.twitter.com/p_sahibsingh www.facebook.com/parveshsahibsingh

गुलाब सिंह

विधायक, मटियाला विधानसभा ए.सी-34
कार्यालय: पुराना पालम रोड,
कक्कोला, दिल्ली-110078
दूरभाष: 8588833434, 9811370181
E-mail: mlagulabsinghmatiala@gmail.com

सत्यमेव जयते

चेयरमैन, जिला विकास समिति (DDC)
दक्षिण-पश्चिम
कार्यालय: ओल्ड टर्मिनल टैक्स भवन,
प्रथम तल, कापसहेड़ा, दिल्ली-110037

Ref. MLA/MASSAGE/2018-19/6306 Dated 16/12/2018

सन्देश पत्र

उत्तराखंड की सांस्कृतिक सभ्यता भारतीय संस्कृति के विशाल आकार का एक सुंदर एवं मजबूत विकसित अंग हैं। वर्तमान पीढ़ियों को अपनी पुरानी संस्कृति तथा संस्कारों से जोड़े रखना काफी चुनोती पूर्ण दायित्व हैं। द्वारका उत्तराखंडी उत्तरायणी समिति, इस कार्य को सफलतापूर्वक कर रहे हैं। यह अपने आप में एक गौरवशाली कदम हैं।

मुझे यह जानकर प्रसन्नता हो रही हैं कि द्वारका उत्तराखंडी उत्तरायणी समिति **उत्तरायणी** के पावन पर्व के उपलक्ष्य में दिनांक 14 जनवरी 2019 को एक सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन करने जा रहा हैं। मै आशा करता हूँ कि भविष्य में भी यह संस्था इसी तरह उत्तराखंड की संस्कृति एवं कला के लिए कार्य करती रहेगी व एक दूसरे के सहयोगी बनकर समाज को एक नई दिशा प्रदान करेंगे।

आपका अपना
गुलाब सिंह
मटियाला विधानसभा

GULAB SINGH
Member OF Delni Legislative Assembly
AC-34, Matiala
Add : AAP Office, Old Palam Road, Kakrola, N.D

दूरभाष: 011-23019080
एक्स.: 404
011-23015698
फैक्स: 011-23017047
ई-मेल: aiccharishrawat@gmail.com

अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी

हरीश रावत
महासचिव

24, अकबर रोड,
नई दिल्ली-110011

संदेश

मुझे यह जानकर अपार खुशी है कि द्वारका उत्तराखण्डी उत्तरायणी समिति, सामाजिक, सांस्कृतिक, शैक्षिक, धार्मिक और नैतिक मूल्यों को बढ़ाने और सामाजिक बुराइयों के खिलाफ़ लोगों में जागरूकता लाने के क्षेत्र में सराहनीय कार्य कर रही है। यह समिति गत् वर्षों की भांति इस वर्ष भी बड़े धूम-धाम और हर्षोल्लास के साथ समारोह का आयोजन के साथ ही अपनी गतिविधियों को जन-जन तक पहुंचाने हेतु एक स्मारिका का प्रकाशन भी करने जा रही है। इस प्रकार के संगठनों द्वारा सामाजिक सरोकार के रचनात्मक कार्यों का संपादन करने में अपना एक अलग ही महत्व होता है। अपनी गतिविधियों के बारे में जानकारी कराने के लिए प्रकाशित की जाने वाली स्मारिकाओं के जरिए सामाजिक विकास के संकल्प को मज़बूती प्रदान करने में मदद मिलती है। मुझे विश्वास है कि स्मारिका में प्रकाशित सामग्री से आम जन लाभान्वित होंगे, उन्हें प्रेरणा मिलेगी और उनके अंदर जागरूकता आएगी, जहां वह समाज में व्याप्त बुराइयों के ख़िलाफ़ स्वयं खड़े होंगे, वहीं समिति को भी अपने उद्देश्यों को पूरा करने में कामयाबी मिलेगी।

समारोह की सफलता और स्मारिका के सफल प्रकाशन की कामना के साथ समिति से जुड़े सभी सज्जनों को अपनी हार्दिक शुभकामनाएं देता हूं।

03 दिसम्बर, 2018

(हरीश रावत)

महाबल मिश्रा
पूर्व सांसद
(लोक सभा)

Mahabal Mishra
Ex. Member of Parliament
(Lok Sabha)

सत्यमेव जयते

मकान नं. 86, गली नं. 2,
वैशाली डाबड़ी, पालम रोड़
नई दिल्ली-110045
फोन नं. (आ.) 25380005 (निवास) 25390005

H.N0.-86, Gali No.-2, Vaishali Dabri
Palam Road, New Delhi-110045
Cell. : 9811289600, 9958095781, 9013180122

7.12.2018

MESSAGE

It gives me immense pleasure to learn that the **Dwarka Uttarakhandi Uttarayani Samiti, New Delhi** is organising two days religious activities programme **"UTTARAKHANDI UTTARAYANI MOHOTSAV"** on 13th & 14th January 2019 at DDA Park, Sector 14, Dwarka. It gives me added pleasure to know that a ***SMARIKA*** is also being brought out on this occasion.

I hope that the Samiti would continue to promote social, cultural, educational and religious activities time to time and will keep on organising such events for promoting harmony and brotherhood in the society.

I extend my best wishes for the success of entire endeavour.

Mahabal Mishra

दिल्ली संस्कृत अकादमी
दिल्ली सरकार प्लाट सं– 5
झण्डेवालान करोलबाग,
नई दिल्ली–110005
दूरभाष : 23635592, 23681835

हिन्दी अकादमी, दिल्ली
(राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र, दिल्ली सरकार) समुदाय भवन, पदम नगर,किशनगंज, दिल्ली–110007
दरभाष : 23693118, 23694562

पत्रांक....440.....

दिनांक:–..07–12–2018.

शुभकामना

सर्वविदित है कि उत्तराखण्ड देवभूमि के रूप में जाना जाता है, क्योंकि यहाँ की संस्कृति देवों का अनुसरण करती है। इसीलिए इस धरा पर सात्विकता का प्रसार रहता है। यह जान कर प्रसन्नता हुई कि दिल्ली में उत्तराखण्ड की संस्कृति के संरक्षण और प्रचार–प्रसार के लिए समर्पित 'द्वारका उत्तराखण्डी उत्तरायणी समिति, नई दिल्ली' द्वारा दिनांक 13 एवं 14 जनवरी 2019 को द्वारका में 'उत्तराखण्डी उत्तरायणी महोत्सव' का आयोजन किया जा रहा है और इस अवसर पर एक स्मारिका का भी प्रकाशन किया जा रहा है। इस प्रकार के कार्यक्रम न केवल उत्तराखण्ड की सांस्कृतिक विरासत अपितु जनकल्याण की भावना को भी अभिप्रेरणा प्रदान करते हैं। उल्लेखनीय है कि यह कार्यक्रम उत्तराखण्ड के लोगों को एक मंच पर लाने का कार्य भी करेगा। इस प्रकार के कार्यक्रमों से उत्तराखण्ड की संस्कृति, कला और भाषाओं के संरक्षण और प्रसार को और अधिक बल मिलेगा। इसके लिए मैं संस्था के सभी सदस्यों को हार्दिक बधाई तथा शुभकामनाएँ प्रेषित करता हूँ और उत्सव की सफलता के लिए मंगलकामनाएँ करता हूँ।

शुभाकांक्षी

(डॉ0 जीतराम भट्ट)
सचिव

Our Product

We are one of the leading solar energy products manufacturer as well as a supplier in India. Our solar power products are made up of renewable material that guarantees long life. We have a renowned and brand name in solar products wholesale market. Our products are eco-friendly and pocket friendly too.

- Solar Power Plant
- LED Bulb AC/DC
- Solar Street Light
- Solar Home Lighting System
- Solar Water Heater
- Solar Lighting System

ASTRINA SOLAR ENERGY

Unit of Astrina Advisory Services Private Limited

Unit no. 529,Spazedge, Tower B, Sector 47, Sohna Road,Gurugram – 122002, Haryana
Regd: 544 Om Apartment, Sector 14B, Dwarka New Delhi – 110078
Mob: 7827134757, Ph: 011 - 47147184
Email: kaushik@astrinasolar.com
Web: www.astrinasolar.com

SHIVAM TRADING CO.

GOVT. CONTRACTOR & GENERAL OREDER

MAHESH BADOLA

Deal In : Bio-degradable Garbge Bags,
House Keeping Items & Linen Items

A-139, 1st Floor, Shiv Park, Main Old Palam Road,
Kakrola, (Near Sector-14, Dwarka) New Delhi- 110078
Email : Stc_mahesh@yahoo.co.in
Tel.: 011-65196039, Mob.: 9868614424, 9818400694

SYMPOSIUM

WORLD CUISINE

As a member of Symposium Reserved, you will enjoy many benifits such as special recognition, all exclusive, attractive day to day discounts and many more when you dine with SYMPOSIUM.
One of the most happening place with best ambiance in Dwarka
:- For Kitties, Birthdays & Corporate Parties

SYMPOSIUM invites you along with the voucher to avail 15% discount. The bearer of this advertisement is entitled to get free Privilege Membership Card.

for any queries regarding the program and booking fell free to contact us at - 011-28084494,
(Mob.) 9871290306, 9953366661, 9953366662
or mail us at symposiumdwarka@gmail.com
you can also visit us at www.symposiumhotel.in

Add :- 101, First Floor City Centre Mall, Sec-12 Dwarka, New Delhi 75

GRIHASTHI REAL ESTATE
A Name You Can Trust

गृहस्थी

DINESH

(M): +91 9899191902, 9899191902

GRIHASTHI REAL ESTATE

DEAL IN: DDA SFS FLATS, ALL SOCIETY FLAT, BUILDER FLOOR & ALL KINDS OF PROPERTIES IN MAHAVIR ENCLAVE

Flat No. 33, Pocket- 16, Sector-3, Dwarka,
New Delhi- 110075
Email: dineshkr129@gmail.com

Fly4trip

Satender
9818409540

Rakesh Godara
9560054054

UTTARAKHAND ASSOCIATES

Deals In All Kinds Of Properties
(Sale & Purchase) And Constructions

Flat No. 740, Om Apartment, Pocket -2, Phase- II,
Sector- 14, Dwarka, New Delhi - 110078

|| जय माता दी || देव सिंह बिष्ट || जय माता दी ||
हलवाई एण्ड कैटरर्स

हमारे यहाँ हर प्रकार की किट्टी पार्टी, बर्थडे पार्टी, कॉकटेल पार्टी व शादियों में स्वादिष्ट व्यंजनो के लिए उचित कुक और कारीगरों का विशेष प्रबन्ध है।

9818067362, 9911645279

ब्रेकफास्ट, लंच एण्ड डिनर

स्वाद बेहिसाब

शादी विवाह, पार्टी आदि अवसरों पर
भोजन आदि बनाने के लिए
एक बार सेवा का अवसर दें।

Authorised SIGNIA/OTICON Hearing Aid Fitting Centre

"वाणी"

The Speech & Hearing Aids Clinic

कान की सुनने की मशीनें मिलती है।
हकलाना, तुतलाना, बोलने व सुनने का ईलाज

M. 9818828608, 7982747979
207, Vardhman BEE PEE Plaza, Plot No.1, Sec.-5, Dwarka

.....✍ अध्यक्ष की कलम से

वीरेन्द्र सिंह नेगी

मेरे सभी सम्मानित जन,

जैसा कि आप लोग जानते हैं कि गत् 14 जनवरी 2018 को उत्तराखंडी उत्तरायणी महोत्सव 2018, डी.डी.ए. पार्क, सैक्टर–14, द्वारका, नई दिल्ली में आयोजित किया गया था। यह भव्य कार्यक्रम 'उत्तरायणी –मकरायणी' महापर्व पर आधारित था। उत्तराखंड की संस्कृति ऐसी है कि यहां पर हर त्यौहार का अपना ही महत्त्व है और संक्रान्ति का तो विशेष महत्व है, क्योंकि जहां बाकी कई त्यौहार चन्द्रमा के घटने–बढ़ने पर निर्भर हैं, वहीं संक्रान्ति का त्यौहार सूर्य की गति पर निर्भर होता है। इस दिन सूर्य उत्तर दिशा की ओर गतिमान होने लगता है तभी इसे 'उत्तरायणी' के नाम से जाना जाता है। इस दिन से सूर्य की रोशनी दिन प्रतिदिन बढ़ने लगती है और दिन बड़े होते चले जाते हैं। ज्योतिष विद्या के अनुसार माघ महीने (14 जनवरी के आस–पास) को सूर्य मकर राशि में प्रवेश करते हैं, जिससे इसे मकरायणी के नाम से भी जाना जाता है। इस दिन पवित्र नदियों में स्नान के बाद हवन–पूजन इत्यादि किया जाता है। इस अवसर पर दान देने की प्रथा है। मेलों का आयोजन किया जाता है। गुड़ और तिल के लड्डुओं से एक–दूसरे का मुंह मीठा कराया जाता है। सात अनाज मिला कर खिचड़ी बनाते हैं। इन दिनों अनेक प्रकार के पक्षी दूर–दूराज स्थानों से वापस लौट कर आने लगते हैं तथा उनके स्वागत में इस दिन कई जगहों पर बच्चे आटे और गुड़ के पकवानों की माला (घुघुती) पहन कर पक्षियों को आकर्षित करते हैं।

इस मेले में उत्तराखंड की संस्कृति की झलक, नि:शुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर, हवन–पूजन कार्यक्रम, परंपरागत उत्तराखंडी व्यंजन व पकवान आदि मुख्य आकर्षण के केन्द्र रहे।

इस महोत्सव में उत्तराखंड में ही जन्मे तत्कालीन डायरेक्टर जनरल ऑफ मिलिटरी ऑपरेशन श्री अनिल भट्ट जी अपने परिवार के साथ मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। इनके अलावा, पश्चिमी दिल्ली के सांसद (लोकसभा) श्री प्रवेश वर्मा जी, पूर्व लोकसभा सांसद श्री महाबल मिश्रा जी, मटियाला के एम.एल.ए. श्री गुलाब सिंह जी, एस.डी.एम.सी की मेयर श्रीमती कमलजीत सहरावत जी ने भी आयोजन की शोभा बढ़ाई और इसकी जमकर तारीफ की। उत्तराखंड की ही ई.डी.एम. सी. की मेयर श्रीमती नीमा भगत जी ने यह कहकर कि यहाँ आकर उन्हें वही उत्तराखंड की परम्परागत संस्कृति का एहसास हो रहा है तथा ऐसा लग रहा है वह उत्तराखंड में ही हैं, सभी का मन मोह लिया। द्वारका सैक्टर–23 थाने के एस.एच.ओ. श्री एस. एस. रावत जी, जो उत्तराखण्ड मूल के निवासी हैं, ने भी अपनी उपस्थिति दर्ज की। इस कार्यक्रम में श्री राजदत्त गहलोत जी जो कि निगम पार्षद हैं, ने भी शिरकत की।

यह उत्तरायणी स्मारिका 2018–19, 'घुघुती' शीर्षक से प्रकाशित की गई है। यह आपको 2018 के उत्तरायणी महोत्सव के बारे में यादे तो ताजा करवायेगी पर साथ ही साथ उत्तराखंड के बारे में कई महत्वपूर्ण जानकारियों से रूबरू कराएगी। हमने इस पत्रिका में उत्तरायणी महोत्सव में उपस्थित आप लोगों के ज्यादा से ज्यादा चित्र छापने की कोशिश की है। मैं उन सभी व्यक्तियों का आभार प्रकट करता हूँ जिन्होंने इस पत्रिका के लिए अपने लेख दिए। मैं आशा करता हूँ कि आप स्मारिका में छपे हुए लेखों को पढ़कर अवश्य लाभान्वित होंगे।

मैं टीम 'उत्तराखंडी उत्तरायणी समिति' की ओर से सभी सहयोगियों को उनके भरपूर सहयोग के लिये धन्यवाद देता हूँ तथा आशा करता हूँ कि आगामी 2019 के कार्यक्रम को और भव्य बनाने में आप सभी लोगों का सहयोग मिलता रहेगा। सभी को आगामी **'द्वारका उत्तरायणी महोत्सव–2019'** की अग्रिम शुभकामनाएँ।

अध्यक्ष
डी.यू.यू.एस.

संपादकीय

प्रिय बन्धुओं,

नमस्कार!

देवभूमि उत्तराखंड का स्मरण आते ही समस्त उत्तराखंडी जनमानस का हृदय श्रद्धा के भाव से भर उठता है। देवभूमि उत्तराखंड ऋषियों और मनीषियों की तपोभूमि रही है। यहाँ का शांत वातावरण, ठंडी जलवायु, शीतल जल, सदानीरा निर्मल नदियाँ और गिरते झरनें बरबस मन को मोह लेते हैं।

मैं आपको सहर्ष बताना चाहता हूँ कि द्वारका उत्तराखंडी उत्तरायणी समिति ने वर्ष 2018 में द्वारका में उत्तरायणी महोत्सव मनाया था। इस महोत्सव पर समिति ने "उत्तरायणी स्मारिका" प्रकाशन निकाला है, जिसका शीर्षक 'घुघुती' है। इस समिति के अध्यक्ष श्री विरेन्द्र सिंह नेगी जी व समस्त कार्यकारणी सदस्यों के दृढ़ संकल्प और अथक प्रयासों से इस महोत्सव का सफल आयोजन किया जा सका। इस महोत्सव की सभी ने मुक्त कंठ से प्रशंसा की। अपने प्रदेश की मिट्टी की हर महक को इसमें शामिल करने का प्रयास किया गया है। इसमें प्रदेश के चारों धाम, दीबा माँ का मन्दिर, भगवान श्रीकृष्ण जी का अद्वितीय अवतार : डांडा नागराजा का मन्दिर और माँ नन्दा देवी की डोली पर भी ज्ञान वर्धक जानकारी दी गई हैं।

उत्तराखंडवासी कठोर परिश्रमी व धुन के पक्के होते हैं। वे अपनी मातृभूमि के सच्चे सपूत हैं। उनके जीवन की सबसे बड़ी यही कामना होती है कि "मैं मर भी जाऊँ तो कोई गम नहीं, बस हसरत यही मेरी कि हर सांस उत्तराखंड के लिए हो"।

हमारी महिलाओं ने भी अपने प्रदेश का नाम रोशन करने में कोई कसर नहीं छोड़ी है। राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बनाने वाली सुश्री बछेन्द्रीपाल का नाम कौन नहीं जानता है। ऐसी कई हस्तियों का परिचय भी इसमें दिया गया है। हमारी नारियां त्याग और दया की साकार मूर्ति है। ऐसी ही एक 'सबला' नारी के जीवन पर एक लेख इसमें शामिल किया गया है।

उत्तराखंड की आज की स्थिति से हर उत्तराखंडवासी आहत है। उसे अपनी देवभूमि मां के उत्थान की चिंता सताती रहती है। हमारी मां हमसे क्या अपेक्षा कर रही है, इसका चित्रण 'माँ देवभूमि की व्यथा' नामक कविता में किया गया है।

हमारे प्रदेश में पर्वतों की रानी 'मसूरी' है, जो पयर्टन का एक प्रमुख स्थल है। परन्तु मेरे प्रदेश के पहाड़ अपनी गौरवशाली संस्कृति का स्मरण कराते हुए हमें उत्तराखंड में बुलाते हैं। उत्तराखंड देवभूमि है, हमारी जन्म भूमि है और हम सबकी कर्मभूमि भी है। इसके प्रति हम सबको अपना कर्त्तव्य निभाकर अपना कर्ज चुकाना है। "माँ बालक है सब तेरे –यहाँ जन्म पाया हमने यह सोच–सोच इतराते है, माँ चरणों में बालक तेरे, श्रद्धापूर्वक शीश नवाते हैं"।

यह स्मारिका आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे बेहद प्रसन्नता हो रही है। मुझे आशा है कि यह स्मारिका सुधी पाठकों के लिए प्रेरक, रोचक व ज्ञानवर्धक सिद्ध होगी। इस स्मारिका के प्रकाशन के लिए सामग्री जुटाने में जिन–जिन महानुभावों, लेखकों और कार्यकारिणी सदस्यों का सहयोग मिला है उनके प्रति मैं अपनी हार्दिक कृतज्ञता प्रकट करता हूँ। अपने सुहृद श्री सुनील कुमार जी (कौटिल्य अपार्टमेंट, सैक्टर–14, द्वारका) का विशेष रूप से आभार प्रकट करता हूँ जिन्होंने पुस्तक के परिशीलन एवं प्रुफ पढ़ने में निष्ठापूर्वक मेरी सहायता की। मैं अपने प्रिय सहयोगी श्री जगदीश सिंह नेगी जी का भी विशेष आभार प्रकट करना चाहता हूँ जिन्होंने समय–समय पर इस स्मारिका के डिजाइन, प्रस्तुतीकरण में खुले मन से सहयोग देकर इस प्रकाशन को सफल बनाने में भरपूर योगदान दिया।

अन्त में, अपने शब्दों को विराम देते हुए समिति के सभी सदस्यों एवं उनके परिवारजनों को **उत्तराणी महोत्सव 2019** के लिये शुभकामनाएँ देता हूँ। स्मारिका का प्रकाशन हमारा पहला प्रयास है। इस स्मारिका को और बेहतर बनाने के लिए आपके सुझाव सादर आमंत्रित हैं। हम सबकी यह मंगल कामना है कि यह समिति उत्तराखंडवासियों की उन्नति और संस्कृति को बनाए रखने में हमेशा अग्रसर रहे और अपना पूरा सहयोग देती रहे।

आपका

मुकेश बड़थ्वाल

सांस्कृतिक सचिव एवं संपादक

घुघुंती : एक परिचय

नमस्कार दोस्तो !

"पहचाना मुझे ! जी हाँ, मैं हूँ आप सबकी चहेती घुघुती; मुझे लगा जैसे कि आप मुझे भूल गए हैं। शायद मेरा और आपका सदियों पुराना पीढ़ी-दर-पीढ़ी का साथ है, मैं प्रतीक हूँ प्रेम, शांति और एकजुटता की। इसीलिए, पूरे उत्तराखंड में मुझे इसी एक नाम से जाना जाता है। मैं, अब उत्तरायणी की "घुघुती" के रूप में आपके पास आ रही हूँ, आपके ही शहर में, आप सब लोगों के साथ।"

दोस्तो! अपने संग मैं लाई हूँ हरियाली, जो प्रतीक है खुशियों की और संपन्नता की। अपनी देवभूमि उत्तराखंड के गढ़वाल की साड़ी पहनकर, जौनसार के जेवरों से सजकर और कुमाऊँ का पिछोड़ा ओढ़कर आपसी एकता और भाई-चारे को बढ़ाने आई हूँ। अब मैं अपने गौरवमयी इतिहास की कड़ी से अपनी नई पीढ़ी को जोड़ने आई हूँ। आशा करती हूँ कि हमारा यह सफर अपने और अपनों के साथ-साथ पूरे समाज को खुशियां बाँटने का कार्य करेगा तथा निस्वार्थ सेवा भाव को और आगे बढ़ाकर एक मिशाल कायम करेगा।

प्रिय मित्रों,

जो पाठक "घुघुती" को नहीं पहचानते, उन्हें जानकारी दे दें कि यह देवभूमि उत्तराखंड की पहाड़ियों में पाये जाने वाले एक मनमोहक पक्षी का नाम है, जो कबतूर की तरह दिखाई देता है। घुघुती इन पहाड़ियों में वर्ष में कम से कम आठ महीने तक रहती है। इसकी सुरीली आवाज (घुरून) चैत के महीने से सुनाई देनी शुरू हो जाती है और इसकी मधुर, सुरीली और मनभावन (खुदेड़) आवाज को बार–बार सुनने का मन करता है। इसकी आवाज को सुनकर महिलाएं रो उठती हैं और उन्हें भी अपने मायके की याद आ जाती है। दूसरी ओर माताएं अपने लाड़लों को सुलाने के लिए भी इसकी 'घुरघुर' आवाज का प्रयोग करती हैं। वे अपने बच्चों को गोद में लिटाकर 'घुघुती–बासूती' गाते हुए सुला देती है।

इस घुघुती पक्षी पर उत्तराखंडी गायकों द्वारा कुछ गाए गए लोकप्रिय और खुदेड़ गीत इस प्रकार हैं :

"ना बासा घुघुती चैत की,
खुद लगैं च मां मैंत की"

घुघुती घुरौंण लगी मेरा मैत की
बौडी बौडी एय गी ऋतु, ऋतु चेत की

***

किंगर का झाला घुगुती,
पांगर का डाला घुगुती,
ले घुर घुरान्दी घुगुती,
ले फुर उड़ान्दी घुघुती

***

घुघुती ना बासा
आमे की डाई मा
घुघुति ना बासा"
तेरी घुरु घुरू सुनी मैं लागू उदासा
स्वामी म्यौर परदेसा, बर्फीलो लदाखा.....

जगदीश सिंह नेगी
सचिव
डी.यू.यू.एस.

उत्तराखंड का महापर्व : मकर संक्रांति (उत्तरायणी–मकरायणी)

मकर संक्रांति का त्यौहार हिन्दू धर्म के प्रमुख त्यौहारों में से एक है और पूरे भारतवर्ष में यह त्यौहार बड़ी ही धूम–धाम से मनाया जाता है। देश के विभिन्न भागों में यह पर्व पोंगल, लोहड़ी जैसे अलग–अलग नामों से भी मनाया जाता है। यह एक ऐसा पर्व है जिसे लोग अपने–अपने रीति–रिवाजों एवं अपनी पारम्परिक मान्यताओं के अनुसार मनाते हैं।

इस त्यौहार को उत्तराखंड में ''उत्तरायणी'' तथा गढ़वाल में ''खिचड़ी संक्रांति'' के नाम से मनाया जाता है। यह कुमाऊँ का सबसे बड़ा त्यौहार माना जाता है और यह एक स्थानीय पर्व होने के साथ–साथ स्थानीय लोक उत्सव भी है, क्योंकि इस दिन एक विशेष प्रकार का व्यंजन 'घुघुत' बनाया जाता है, जिस कारण कुमाऊँ में मकर संक्रांति को उत्तरायणी के साथ–साथ ''घुघुतिया त्यौहार'' के नाम से भी जाना जाता है।

शीत काल जब समाप्त होने लगता है तो सूर्य मकर रेखा का संक्रमण करते हुए उत्तर दिशा की ओर अभिमुख हो जाता है, इसे ही उत्तरायण कहा जाता है। एक वर्ष में कुल 12 संक्रांतियां आती हैं, जिनमें से 'मकर संक्रांति' का महत्त्व सर्वाधिक है, क्योंकि यहीं से उत्तरायण पुण्य काल (पवित्र शुभ काल) आरम्भ होता है। मकर संक्रांति को सूर्य के संक्रमण का त्यौहार माना जाता है। एक जगह से दूसरी जगह जाने अथवा एक–दूसरे का मिलना ही संक्रांति होती है। सूर्यदेव जब धनु राशि से मकर पर पहुंचते हैं तो मकर संक्रांति मनाई जाती है। यह परिवर्तन वर्ष में एक बार आता है। सूर्य के धनु राशि से मकर राशि पर जाने का महत्त्व इसलिए अधिक है कि इस समय सूर्य दक्षिणायण से उत्तरायण हो जाता है। उत्तरायण को देवताओं के काल के रूप में पूजा जाता है।

मकर संक्रांति के दिन से बदलाव आना आरंभ होता है। यही कारण है कि रातें छोटी व दिन बड़े होने लगते हैं। मकर संक्रांति के दिन लोग विभिन्न प्रकार की विधियों से स्नान करते है :

* प्रातः काल तिल का उबटन आदि लगाकर तीर्थ जल मिश्रित जल से स्नान करते हैं।
* तीर्थ जल उपलब्ध न हो तो दूध, दही से स्नान किया जा सकता है।
* तीर्थ स्थल या पवित्र नदियों में स्नान करने का महत्त्व अधिक माना जाता है।
* स्नान के उपरांत पूजा–पाठ तथा अपने आराध्य देव की आराधना जरूर करनी चाहिए।

मकर संक्रांति के बाद माघ मास में उत्तरायण में सभी शुभ कार्य किए जाते हैं। जैसे विवाह, गृह प्रवेश आदि। सूर्य जब दक्षिणायण में रहते हैं तो उस अवधि को देवताओं की रात्रि व उत्तरायण के छः माह को दिन कहा जाता है। शास्त्रों के अनुसार ऐसी मान्यता है कि इस दिन सूर्य अपने पुत्र शनि से मिलने के लिए उनके घर जाते हैं, इसलिये इस दिन को मकर संक्रांति के नाम से मनाया जाता है। महाभारत की कथा के अनुसार भीष्म पितामह ने अपनी देह त्यागने के लिए मकर संक्रांति का ही दिन चुना। यही नहीं, कहा जाता है कि मकर संक्रान्ति के दिन ही गंगाजी राजा भगीरथ के पीछे–पीछे चलकर कपिल मुनि के आश्रम से होकर सागर में जा मिली थी। इसीलिए इस दिन गंगा स्नान व तीर्थ स्थलों पर स्नान एवं दान का विशेष महत्त्व माना गया है।

यही नहीं इस दिन से सूर्य उत्तरायण की ओर प्रस्थान करते हैं, उत्तर दिशा में देवताओं का वास भी माना जाता है। इसलिए इस दिन जप–तप, दान–दक्षिणा, श्राद्ध–तर्पण तथा धार्मिक अनुष्ठानों आदि का अनन्य महत्त्व है। ऐसी भी मान्यता है कि इस अवसर पर दिया गया दान सौ गुना बढ़कर पुनः प्राप्त होता है। इस दिन गंगा स्नान व सूर्योपासना के पश्चात गुड़, चावल और तिल का दान श्रेष्ठ माना गया है।

मकर संक्रान्ति के दिन खाई जाने वाली वस्तुओं में तिलों का भरपूर उपयोग किया जाता है।

हकीकत छोड़ आया हूँ

जिस देवभूमि पर जन्म लेना सौभाग्य था,
जहाँ की माटी–पानी में बसा जीवन का राग था,
मैं उस मिट्टी, उस धरा को पीछे छोड़ आया हूँ,
सपनों की चाहत में हकीकत छोड़ आया हूँ।

जहाँ नदियों की कलकल थी मेरे बचपन की अँगड़ाई,
जहाँ झरने की छम–छम थी मेरे यौवन की तरूणाई,
वो पंदेरे, वो गदेरे मैं पीछे छोड़ आया हूँ,
सपनों की चाहत में हकीकत छोड़ आया हूँ।

जहाँ पेड़ों की ड़ालों पर वो झूले आजमाइश के,
जहाँ आमों के पीछे वो झूठे किस्से लड़ाई के,
मैं उन बागों की खुशबू को वहीं पर छोड़ आया हूँ,
सपनों की चाहत में हकीकत छोड़ आया हूँ।

जहाँ देवता के पूजन में वो सारी रात का ढलना,
वो कौथिग, मेले बचपन के, वो मीलों दूर तक चलना,
वो खटाई–मिठाई, जलेबी–अरसे भूल आया हूँ,
सपनों की चाहत में हकीकत छोड़ आया हूँ।

सुनीता जुयाल
राधिका अपार्टमेन्ट,
सैक्टर–14, द्वारका

हम मिलें एक दूसरे से

हम मिलें एक दूसरे से और मिलकर चलें,
करने नाम रोशन अपने उत्तराखंड का।
धीरे–धीरे ही सही हम आगे बढ़ते चलें।

छोड़ आए रीति–रिवाज, तीज–त्यौहार जो पहाड़ों में,
पूरा कर निभायेंगे अब उसे हम सब मिलकर।
न जा सके पहाड़ों में हम तो क्या,
अपनी संस्कृति को कायम रखेंगे हम शहरों में।

एक–एक का होगा साथ,
बूढ़े–बुजुर्गों का होगा सिर पर हाथ।
नाम हो अब हर जगह उत्तराखंड का
अब हर दिल में रहेगी यही आस।

हम उन्नति और तरक्की की ओर बढ़ते ही चले जायेंगे।
एक–दूसरे का दें साथ और एक दूसरे के आयें काम।
हर उत्तराखंडी के हो दुख दूर,
और घर–घर में आये खुशियाँ भरपूर।

टी.पी. जोशी
अक्षरधाम अपार्टमेंट्स
सैक्टर–19, द्वारका

जैसे कि तिल का उबटन, तिल के तेल का प्रयोग, तिल मिश्रित जल से स्नान, तिल का हवन, तिल की वस्तुओं का सेवन व दान करना।

इन सभी मान्यताओं के अलावा, मकर संक्रांति पर्व से एक उत्साह और भी जुड़ा है। इस दिन पतंग उड़ाने का भी विशेष महत्त्व होता है और लोग बेहद आनंद और उल्लास के साथ पतंगबाजी करते हैं। इस दिन कई स्थानों पर पतंगबाजी के बड़े–बड़े आयोजन भी किए जाते हैं।

मकर संक्रान्ति या उत्तरायणी के इस शुभ अवसर पर उत्तराखंड में नदियों के किनारे मेले लगते हैं। इनमें दो प्रमुख मेले – बागेश्वर उत्तरायणी मेला (कुमाऊँ क्षेत्र में) और उत्तरकाशी में माघ मेला (गढ़वाल क्षेत्र में) प्रसिद्ध है।

-साभार

वो पहाड़ ये पहाड़

शिवालिक की तलहटी में भॉवर, जहाँ चारों ओर किसी अपने की गोद में बैठने का अहसास होता था; हरियाली ही हरियाली, फलों फूलों से भरा, रंग बिरंगे पक्षियों की चहचहाट से गूंजता, वनों से घिरा, जहाँ पहाड़ों के बीच से अठखेलियां करती नदी की कल–कल और अनेक जड़ी–बूटियों से भरा हुआ वह इलाका जहां मेरा जन्म हुआ और बचपन बीता उसका मनोरम दृश्य आज भी मेरी आंखो के सामने दिखाई देता है। मेरे कमरे की खिड़की के ठीक सामने से पहाड़ियों के पीछे से उगता हुआ सूरज, सौन्दर्य को निखारता हुआ ऊपर को उठते हुए जैसे कहता हो, उठो देखो और इस सुनहरे पल का आनन्द लो।

आंगन के सामने और दाँऐं बाँयें, दूर–दूर तक कटहल, आम, लीची, अमरुद, तिमिले, दाड़िम, नीबू, लुकाट ऋतु अनुसार फलों से लदे हुए वृक्ष अपने कक्ष से ही नजर आते थे। घर के चारों ओर हरियाली ही हरियाली और दूर तक फैला हुआ नीला आसमान। पहाड़ ऊँचे–नीचे और टेढे–मेढ़े रास्तों से लिपटे लेकिन लोग सीधे साधे अपनत्व से भरे। घरों में ताले नहीं लगते थे। साधारण सा जीवन। बालपन कृष्णलीला, रामलीला के खेलों में बीता। खेतों की पगडंडियों पर पानी की पतली–पतली गूलों के किनारे लगे छुई मुई के पौधों की बन्द पत्तियों को छूते हुऐ स्कूल को जाना और लौटकर उन्हें खिला हुआ पाकर खुश होना, इसी तरह पढ़ाई के साथ साथ खेल भी हो गया। ना शारीरिक थकान, ना मानसिक बोझ।

आज बार–बार आँखें उन खेतों–खलिहानों, नीम, फलों के पेड़ों को ढूँढ़ती हैं जिनके नीचे छांव में बैठकर ठंडक महसूस होती थी, जिनके ऊपर बैठकर किसी अपने की गोद में बैठने का अहसास होता था और ऊंची–ऊंची डालों में बैठना मानो बुजुर्ग के कंधे पर बैठकर दुनिया देखने जैसा था। चिड़ियों की आवाज के साथ आवाज मिलाना क्या किसी प्राणायाम या संगीत से कम न था?

आह! लेकिन वह जगह जो जन्म–स्थली थी, आज ढूँढ़ने पर भी दिखाई नहीं देती है। खेत में फसल, पेड़ सब ईंट पत्थर के मकानों और इमारतों में परिवर्तित हो गए हैं। सुंदर, साफ लचकदार पगडंडियाँ अंधेरी गलियों में बदल गई हैं, जिनमें से गुजरते हुए रहता है अंधेरा और भय का अहसास। क्या अंधेरे और भय से भरे रास्ते हमें कोई सकारात्मक मंजिल दे सकते हैं?

प्रश्न यही उठता है कि पहाड़ों को क्या हो गया है, उस हरे भरे प्रदेश को किसी की नजर लग गई है। क्योंकि स्पष्ट है कि यह सब हमारा ही किया कराया है स्वार्थ में आकर हम लालची हो गए हैं। एक घर हमें पूरा नहीं पड़ता। हमारी स्वार्थी प्रवृति ने पृथ्वी और पहाड़ के प्रति संवेदनशीलता समाप्त कर दी है। इसी कारण प्रकृति ने रौद्र रूप धारण कर लिया है। यदि अभी भी हम इस चेतावनी की अनदेखी और अनसुनी करेंगे तो भविष्य कैसा होगा, केरल प्रदेश की वर्तमान तस्वीर को देखकर समझा जा सकता है।

प्रकृति ने प्रत्येक प्राणी की आवश्यकता को पूरा करने के लिए पर्याप्त संसाधन दिए हैं, लेकिन लालसाएं पूरी करने के लिए नहीं। यदि हम पहाड़ों से प्रेम करते हैं और धरती मां का स्वरूप मानते है, तो स्वार्थ को छोड़कर पृथ्वी के दोहन और पहाड़ों के कटान को रोकना होगा। पहाड़ों के दर्द को समझने वाले ही वास्तव में पहाड़ी और मातृभूमि के पुत्र कहलाएंगे।

श्रीमती प्रतिभा पंत
क्लासिक अपार्टमेंट
सैक्टर–22, द्वारका

संपादकीय विश्लेषण: लेखिका ने पहाड़ों के बीच के मैदानी स्थानों में बिताये अपने बचपन के दिनों की तुलना आज की वहाँ की परिस्थिति के अंधाधुंध व्यवसायकरण की जानकारी दी है तथा वर्तमान परिस्थिति पर गहरी चिंता जताई है।

उत्तराखंड के चार धाम

भारतीय धर्मग्रंथों के अनुसार यमुनोत्री एवं गंगोत्री (देवीमंदिर), केदारनाथ (शिवमंदिर) और बद्रीनाथ (विष्णु मंदिर) हिंदुओं के सबसे पवित्र धाम हैं। इनको हिमालय पर स्थित छोटा 'चारधाम' के नाम से भी जाना जाता है।

धर्मग्रंथों में कहा गया है कि जो पुण्यात्मा यहाँ के दर्शन करने में सफल होती हैं, उनका न केवल इस जन्म का पाप धुल जाता है वरन् वे जीवन–मरण के बंधन से भी मुक्त हो जाते हैं। इस स्थान के संबंध में यह भी कहा जाता है कि यह वहीं स्थल है, जहां पृथ्वी और स्वर्ग एकाकार होते हैं। तीर्थयात्री इस यात्रा के दौरान सबसे पहले यमुनोत्री (यमुना) और गंगोत्री (गंगा) का दर्शन करते हैं। यहाँ के पवित्र जल लेकर श्रद्धालु केदारेश्वर पर जलाभिषेक करते हैं। इन तीर्थ यात्रियों के लिए परंपरागत चार धाम इस प्रकार है–

बद्रीनाथ धाम

बद्रीनाथ मंदिर जिसे बदरीनारायण मंदिर भी कहते हैं, उत्तराखंड राज्य कि चमोली जिले में अलकनंदा नदी के किनारे में स्थित है। यह मंदिर भगवान विष्णु के रूप में बद्रीनाथ को समर्पित है। यह हिन्दुओं के चार धामों में से एक धाम भी है। ये पंच–बद्री में से एक बद्री है। उत्तराखंड में पंच बद्री, पंच केदार तथा पंच प्रयाग पौराणिक दृष्टि से तथा हिन्दू धर्म की दृष्टि से महत्वपूर्ण हैं।

बद्रीनाथ मंदिर उत्तर दिशा में हिमालय की उपत्यका में अवस्थित हिन्दुओं का मुख्य यात्राधाम माना जाता है। मन्दिर में नर–नारायण विग्रह की पूजा होती है और अखण्ड दीप जलता है, जो कि अचल ज्ञान ज्योति का प्रतीक है। ऐसी मान्यता है कि भगवान विष्णु इस स्थान में ध्यानमग्न रहते हैं। लक्ष्मी नारायण को छाया प्रदान करने के लिए देवी लक्ष्मी ने बैर (बद्री) के पेड़ का रूप धारण किया। इस मंदिर के तीन भाग हैं– गर्भगृह, दर्शन मंडप (पूजा करने का स्थान) और सभा गृह (जहाँ श्रद्धालु एकत्रित होते हैं)। वेदों और ग्रंथों में बद्रीनाथ के संबंध में कहा गया है कि स्वर्ग और पृथ्वी पर अनेक पवित्र स्थान हैं, लेकिन बद्रीनाथ इन सभी में अग्रगण्य है।

केदारनाथ धाम

केदारनाथ मंदिर भारत के उत्तराखंड राज्य के रूद्रप्रयाग जिले में स्थित हैं। उत्तराखंड में हिमालय पर्वत की गोद में केदारनाथ मन्दिर बारह ज्योतिर्लिंग में सम्मिलित होने के साथ चार धाम और पंच केदार में से भी एक है। कहा जाता है आदि शंकराचार्य ने इस मन्दिर का जीर्णोद्धार करवाया था।

यह मंदिर कत्युई शैली में बना है, केदारनाथ में विशेष पूजा का भी आयोजन किया जाता है। केदारनाथ के संबंध में लिखा है कि जो व्यक्ति केदारनाथ के दर्शन किए बिना बद्रीनाथ की यात्रा करता है, उसकी यात्रा निष्फल जाती है और केदारनाथ सहित नर–नारायण मूर्ति के दर्शन का फल समस्त पापों के नाश एवं जीवन मुक्ति की प्राप्ति बतलाया गया है।

गंगोत्री धाम

गंगोत्री भारत के पवित्र और आध्यात्मिक रूप से महत्त्वपूर्ण स्थल है और यह गंगा नदी का उद्गम स्थल भी है। गंगोत्री में गंगा को भागीरथी के नाम से जाना जाता है। पौराणिक कथाओं के अनुसार राजा भगीरथ

के नाम पर इस नदी का नाम भागीरथी रखा गया। कथाओं में यह भी कहा गया है कि राजा भगीरथ ही तपस्या करके गंगा को पृथ्वी पर लाए थे। गंगा नदी गोमुख से निकलती है।

गंगा के तेज प्रवाह को नियंत्रित करने के लिए राजा भगीरथ ने भगवान शिव से निवेदन किया। फलतः भगवान शिव ने गंगा को अपने जटा में लेकर उसके प्रवाह को नियंत्रित किया। इसके उपरांत, गंगा जल के स्पर्श से ही राजा सागर के पुत्र जीवित हुए।

मंदिर के समीप भागीरथ शिला है जिस पर बैठकर उन्होंने गंगा को पृथ्वी पर लाने के लिए कठोर तपस्या की थी। इस मंदिर में देवी गंगा के अलावा यमुना, भगवान शिव, देवी सरस्वती, अन्नपूर्णा और महादुर्गा की भी पूजा की जाती हैं।

हिन्दू धर्म में गंगोत्री को मोक्ष प्रदायनी माना गया है। यही वजह है कि हिन्दू धर्म के लोग चंद्र पंचांग के अनुसार अपने पूर्वजों का श्राद्ध और पिंड दान करते है। गंगोत्री से लिया गया गंगा जल केदारनाथ और रामेश्वरम के मंदिरों में भी अर्पित की जाती है।

पौराणिक कथाओं के अनुसार जिस दिन भगवान शिव ने भागीरथी नदी को राजा भगीरथ को प्रस्तुत किया था उस दिन को (ज्येष्ठ, मई) गंगा दशहरा पर्व के रूप में मनाया जाता है। इसके अलावा, जन्माष्टमी, विजयादशमी और दीपावली को भी गंगोत्री में विशेष रूप से मनाया जाता है।

यमुनोत्री धाम

यमुनोत्री मंदिर उत्तराखण्ड के उत्तरकाशी जिले में स्थित है, जो देवी यमुना को समर्पित है। यहाँ देवी की एक काली संगमरमर की मूर्ति है। यह मंदिर श्रद्धेय छोटे चार धाम तीर्थ यात्रा का हिस्सा है। यमुनोत्री चार धाम यात्रा का पहला पड़ाव है।

यमुना नदी भारत की प्रमुख नदियों में से एक है। यह नदी तीन नदियों (बहनों) का हिस्सा है जिनमें गंगा और सरस्वती शामिल हैं। पावन यमुना नदी का स्रोत कालिंदी पर्वत है।

एक पौराणिक गाथा के अनुसार ऋषि अगस्त मुनि ने इस स्थान पर अपना घर बनाया था, क्योंकि वे हर दिन गंगा और यमुना नदियों में स्नान करते थे। यह भी माना जाता है कि उनके आखिरी दिनों में, जब वे यमुना से गंगा की यात्रा नहीं कर सकते थे तब गंगा नदी उनकी अपार श्रद्धा देखकर उनकी कुटिया से ही उत्पन्न हो गई ताकि वे अपने रीति–रिवाजों को जारी रख सकें। इसी स्थान को यमुनोत्री कहा जाता हैं। साथ ही जनमाष्टमी और दिवाली के अवसर पर यहाँ विशेष पूजा का आयोजन किया जाता है।

-साभार

मेरा उत्तराखंड महान

गंगा यमुना कु जख संगम झरनों कु ब्वगदू पाणी च।
ज्ञानवान गुणवानजनों और संतजनों की वाणी च।

सत्यवादी मेहनतकश कर्मठ पहाड कु एक–एक प्राणी च।
नजरों म दुनिया की चर्चित मन ही मन–मन गाणी च।

नतमस्तक हवैक दुनिया ब्वाद जय जवान जय किसान की।
दुनिया चकित च उन्नति देखिक उत्तराखंड महान की।।

धन्य हिमालय की गोदी म हैरि–हैरि फलवाली डाली च।
सारियों म पुंगडियों म झुगारू मंडुवा सटियों की बाली च।

पहाड़ की बेटी ब्वारी नारी खुद अपणी रखवाली छै।
झाँसी की रानीसीवीर वीरांगन, दुश्मन से बलशाली छै।

स्वामी थैं तिलक लगान्द, काद, आरती बीर जवान की।
दुनिया चकित च उन्नति देखिक उत्तराखण्ड महान की।।

सीमा जुयाल
अक्षरधाम अपार्टमेन्ट
सैक्टर–19, द्वारका

'सबला' एक माँ की सच्ची कहानी

यह कहानी नहीं है दोस्तो, बिलकुल सच्ची घटना है जिसे मैंने बहुत ही नजदीकी से देखा है। यह कहानी उस सबला की है जिसने अपने परिवार की सेवा में अपनी पूरी जिन्दगी निकाल दी। मैंने यह महसूस किया है कि हमारे देश और विशेषकर उत्तराखंड की महिलाओं की सहनशक्ति की तो कोई भी सीमा ही नहीं है। सिर्फ इंतजार... इंतजार ही उनकी झोली में बचता है, शादी के बाद पति नौकरी की तलाश में घर छोड़कर चला जाता और उसकी पत्नी पूरा साल उसके इंतजार में इस आशा पर बिताती कि एक दिन उसका पति आएगा और वह उसके साथ मिलकर खुशियां मनाएँगी। लेकिन पति को तो नौकरी भी करनी है, वो साल में एक बार आता और उसके साथ कुछ दिन बिताकर चला जाता, लेकिन महिला के लिए पूरा साल फिर वही इंतजार, वही कहानी, वही जंगल, घास, लकड़ी, बच्चे, सास–ससुर का भरण–पोषण। उसका हर दिन वहीं से शुरू और वहीं पर खत्म होता है। अपने सुखों का त्याग करने वाली नारी तू महान है, दयालुता की खान है।

एक समय की बात है, उत्तराखंड के जोशीमठ के पास एक महिला रहती थी, जिसका विवाह बहुत ही सम्पन्न परिवार में हुआ। पति बाहर नौकरी करता था। वह अपनी पत्नी को अपने साथ बाहर ले जाना चाहता था और उसे एक अच्छी जिंदगी देना चाहता था, लेकिन महिला ने जाने से इनकार करते हुए कहा कि मैं यहाँ रहकर अपने सास–ससुर की सेवा करूँगी और उनको मैं अकेले नहीं छोड़ सकती हूँ । एक भारतीय नारी ही ऐसा कर सकती है। यह सुनकर पति अकेला ही चला गया और कुछ समय बाद पति का स्वर्गवास हो गया। कुछ समय बाद उस महिला ने एक पुत्र रत्न को जन्म दिया और उसको पढ़ाने–लिखाने में उसने अपनी सारी जवानी निकाल दी । यह सच है कि एक विधवा को अपने जीवन में बड़ी मुश्किलों का सामना करना पड़ता है। लोग उससे कटते हैं कि कहीं वह उनसे कोई मदद न मांग ले। परन्तु अपने ही दम पर उस सबला ने बहुत मुश्किलों की जिंदगी जीते हुए अपने बेटे को पढ़ाया और उसकी शादी की। बेटा भी बाहर नौकरी करने लगा था, वो अपनी पत्नी को लेकर चला गया। अभागी विधवा के लिये वही चार दिन की चाँदनी और फिर अंधेरी रात। अब फिर उसका इंतजार शुरू हो गया कि उसे विश्वास था कि उसका बेटा आएगा। पूरा साल इंतजार करने के बाद उसका बेटा घर आया। माँ पागलों की तरह उसका स्वागत करती, उसको भगवान की तरह रखती और जाते वक्त अपना पूरा साल भर का खजाना यानि कि खेतों के अनाज का पैसा उसको दे देती ताकि मेरे लाडले को पैसे की वजह से कोई परेशान न हो, ऐसी होती है 'माँ'। माँ का दिल बहुत बड़ा होता है। वह हर हाल में अपनी संतान को खुश देखना चाहती है। एक दिन ऐसा भी आया कि माँ बहू–बेटे के इंतजार में भगवान को प्यारी हो गई, जिस माँ ने अपने घर परिवार के लिये इतनी बड़ी कुर्बानी दी थी और अपना सारा जीवन ही न्यौछावर कर दिया था, वो माँ स्वर्गवासी हो गई थी, माँ का घर आँगन विरान पड़ा था, कोई नहीं था वहाँ माँ के लिये रोने वाला और उसका इंतजार करने वाला।

मीना पटियाल
सुप्रिया अपार्टमेंट
सेक्टर–10, द्वारका

संपादकीय विश्लेषण: लेखिका ने उत्तराखंड की महिलाओं की सहनशीलता, मेहनत, लगन और परिवार के प्रति अनंत प्यार के साथ–साथ उनके संघर्ष को जिस प्रकार शब्दों में दर्शाया है, बहुत प्रशंसनीय है।

उत्तराखंड की महिलाओं का राष्ट्र के प्रति सराहनीय योगदान

उत्तराखंड में अनेकों महान विभूतियाँ हुई हैं, किन्तु अगर महिलाओं की बात की जाए तो पहाड़ की महिलाओं ने भी वाकई समाज पर अपनी गहरी छाप छोड़ी है। महिलाओं का हमेशा ही समाज–सुधार, पर्यावरण, साहित्य, फिल्म जगत, लोक गायन आदि के क्षेत्र में अपना विशेष योगदान रहा है। इनमें से कुछ महिलाओं के योगदान के बारे में नीचे बताया जा रहा है।

स्व. सुश्री गंगोत्री गर्ब्याल : उत्तराखंड की समाजसेवी महिला सुश्री गंगोत्री गर्ब्याल की शिक्षा के क्षेत्र में उत्कृष्ट सेवाओं को देखते हुए तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. राधाकृष्णन के कर कमलों द्वारा इन्हें 'राष्ट्रपति पुरस्कार' (नवम्बर 1964) से अलंकृत कर सम्मानित किया गया था। सुश्री गर्ब्याल का जन्म 9 दिसम्बर, 1918 को उत्तराखंड के पिथौरागढ़ जिला स्थित सीमावर्ती गांव ''धारचुला'' से कुछ दूर 'गर्ब्याल' में हुआ था। महिलाओं की कठिनाइयों और उनके संघर्षपूर्ण जीवन को देखकर उन्हें बहुत कष्ट होता था। इस संघर्ष रूपी जीवन में उन्होंने कन्याओं को स्कूल भेजने, घर–घर जाकर मद्य–निषेध के बारे में जानकारी देना, स्कूल में अध्यापिका रहने के साथ–साथ वे कई समाज सेवी संस्थाओं से जुड़ी रहीं। वे सीमांतवासियों की कठिनाइयों से भली–भाँति परिचित थी। उन्होंने समय समय पर तत्कालीन प्रधानमंत्री पं. जवाहरलाल नेहरू जी तथा तत्कालीन प्रधानमंत्री श्रीमती इंदिरा गांधी जी से मिलकर सीमांतवासियों की असुरक्षित एंव अनिश्चित परिस्थितियों से संबंधित समस्याओं पर वार्ता की। उन्होंने छात्राओं एवं अध्यापिकाओं के साथ गाँव–गाँव घूम कर अंतराष्ट्रीय महिला वर्ष का महत्त्व, नारी शक्ति, दहेज प्रथा, साक्षरता, वनीकरण आदि नियमों पर गहरा प्रकाश डाला। दिनांक 20 अगस्त 1999 को इस महान विभूति ने नारायण आश्रम, धारचूला में अंतिम सांस ली। आज वह कर्मठ महिला यद्यपि हमारे बीच नहीं हैं परन्तु उनके अधूरे कार्यो को पूरा करने के लिए आज उत्तराखंड की जनता, खासकर महिलाएं उनसें प्रेरणा ले सकती हैं।

सुश्री सुशीला रावत: उत्तराखंड की पहली महिला फिल्म निर्देशक सुश्री सुशीला रावत का नाम आते ही हमारे सामने उत्तराखंड के रंगमंच का एक दृश्य खड़ा हो जाता है। सुशीला रावत जी मूल रूप से पौड़ी गढ़वाल के यमकेश्वर विकासखंड के पट्टी मल्ला उदयपुर के ग्राम पाटा की रहने वाली हैं। उन्होंने समाजशास्त्र से एम. ए. करने के बाद पर्सनल मैनजमैंट एंड इंडस्ट्रियल रिलेशन में पोस्ट ग्रेजुएट डिप्लोमा किया। जिन फिल्मों में उन्होंने काम किया उनमें 'औसी', 'गढ़रानी बहुरानी', 'मंगतू बोल्मा' आदि प्रमुख हैं। सुश्री सुशीला रावत का रंग मंच और सिनेमा में बहुत महत्वपूर्ण काम रहा है और वह उत्तराखंड की पहली महिला हैं, जिन्होंने निर्देशन के क्षेत्र में भी कदम बढ़ाए। एक तरह से कहा जा सकता है कि वे उत्तराखंड के रंगमंच और सिनेमा की ध्वजवाहक रही हैं।

सुश्री बछेन्द्रीपाल : उत्तराखंड में जन्मी ''भारत की गौरव'' सुश्री बछेन्द्रीपाल संसार की सबसे ऊंची चोटी 'माउंट एवरेस्ट' पर चढ़ने वाली प्रथम भारतीय महिला हैं। बछेन्द्री पाल संसार के सबसे ऊंचे पर्वत शिखर 'माउंट एवरेस्ट' की ऊंचाई को छूने वाली दुनिया की 5वीं महिला पर्वतारोही हैं। उन्होंने यह कारनामा 23 मई, 1984 के दिन 1 बजकर 7 मिनट पर किया था। इनका जन्म 24 मई 1954 को वर्तमान उत्तराखंड राज्य में उत्तरकाशी के पहाड़ों की गोद में हुआ था। वैसे तो बछेन्द्री पाल जी ने कई पुरस्कार प्राप्त किए परन्तु भारत सरकार ने इन्हें

सन् 1984 में ही 'प्रतिकृति नागरिक' सम्मान, 'पद्मश्री' और वर्ष 1986 में 'अर्जुन पुस्कार' से सम्मानित किया।

स्व. श्रीमती बचनी देवी – एक ऐसी महिला है, जिसकी बहादुरी व काम को भले ही वह पहचान न मिली हो जिसकी वह हकदार थी। वास्तव में हेंवलघाटी में 1970 के दशक में चला 'चिपको आन्दोलन' उनकी स्पष्ट सोच, धैर्य और मजबूत इरादों का जीता जागता दस्तावेज है। वह खास महिला थी– उत्तराखंड के टिहरी जिले की प्रसिद्ध हेंवलघाटी के आदवाणी गांव की श्रीमती बचनी देवी। इनके नेतृत्व में महिलाओं ने पेड़ों से चिपक कर 12–14 सालों तक अपने जंगल बचाए। चिपको आंदोलन खत्म होने पर इससे जुड़े लोग रातों–रात देश दुनिया में मशहूर हो गए पर बचनी देवी इस बुलंद इमारत का कंगूरा न बना सकी, लेकिन उन्हें पर्यावरण विकास की इस इमारत की बुनियाद होने का बेहद गर्व है।

स्व. सुश्री कबूतरी देवी : राष्ट्रीय समान से सम्मनित उत्तराखंडी सुश्री कबूतरी देवी जी का जन्म सन् 1945 में काली कुमाऊँ (चम्पावत जिले) के एक मिरासी (लोक गायक) परिवार में हुआ था। उन्होंने पहली बार उत्तराखंड के लोक गीतों को आकाशवाणी और प्रतिष्ठित मंचों के माध्यम से प्रचारित किया तथा पर्वतीय लोक संगीत को अंतराष्ट्रीय मंचों तक पहुँचाया। उन्होंने रेडियो जगत में अपने लोकगीतों को नई पहचान दिलाई। उन्हें उत्तराखंड की 'तीजन बाई' कहा जाता है। कबूतरी देवी परम्परागत मंगल गीत, ऋतु रैण, पहाड़ के प्रवासी के दर्द, कृषि गीत, पर्वतीय पर्यावरण सैन्दर्य की अभिव्यक्ति, भगनौल न्यौली जागर, घनेल, झौड़ा और चांचरी प्रमुख रूप से गाती थी, सन् 2016 में 17वें राज्य स्थापना दिवस के अवसर पर उत्तराखंड सरकार ने उन्हें लोक गायन के क्षेत्र में ''लाइफ टाइम अचीवमेंट अर्वाड'' से भी सम्मानित किया। सोर घाटी के लोक पारंपरिक गीतों की धुन बनाकर उन्मुक्त कंठ से गान कबूतरी जी के जीवन की महानतम उपलब्धि रही। सन् 8 जुलाई 2018 को इस महान विभूति ने देह त्याग दी।

सुश्री दिव्या रावत : मशरूम गर्ल के नाम से पहचान बनाने वाली देहरादून की सुश्री दिव्या रावत को अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर नारी शक्ति पुरस्कार से नवाजा गया। तत्कालीन राष्ट्रपति श्री प्रणव मुखर्जी ने राष्ट्रपति भवन में सुश्री दिव्या रावत को हुए समारोह में यह पुरस्कार प्रदान किया। मूलरूप से चमोली निवासी दिव्या रावत ने छः–सात साल पहले मोथरोवाला में मशरूम उत्पादन शुरू किया था और उन्होंने पहाड़ की कई महिलाओं को भी इससे जोड़ा और उन्हें आत्म–निर्भर बनाया।

पदम्श्री बंसती बिष्ट : सुश्री बसंती बिष्ट उत्तराखंड के चमोली जिले के ल्वाना गाँव में जन्मी भारत की एक लोक गायिका है, जो उत्तराखंड राज्य के घाटों पर गाए जाने वाले मां भगवती नंदा के जागरों के गायन के लिए प्रसिद्ध हैं। भारत सरकार ने 26 जनवरी, 2017 को उन्हें पदम्श्री से विभूषित किया।

-साभार

हमारा उत्तराखंड

उत्तराखंड को देवभूमि के नाम से भी जाना जाता है। लगभग सभी लोग जानते हैं कि उत्तराखंड में पहाड़ों से निकलता सूरज, पत्थरों से टकराता नदियों का जल और पहाड़ों से गिरते झरने, सभी का मन मोह लेते हैं। नदियों का जल जब पत्थरों से टकराता है तो अलग ही स्वर उत्पन्न करता है। यहाँ का वातावरण अत्यन्त शांत और दृश्य बड़े ही मनमोहक हैं। यहाँ पर मौसम अधिकतर ठंडा ही रहता है। सर्दियों में पहाड़ों पर बर्फ गिर जाती है, जो बहुत ही खुबसूरत लगती है।

पहाड़ों पर सीढ़ीनुमा खेत बनाये जाते हैं, जो बहुत सुन्दर दिखते हैं। खेती ही यहाँ के लोगों का मुख्य व्यवसाय हैं। खेती पर ही जीवन निर्भर है। यहाँ पर हर तरह का अनाज–चावल, गेहूँ, उड़द, गैंथ और अनेक प्रकार की दालें उगाई जाती हैं। यहाँ अनेक प्रकार के फलों के पेड़ भी मिलते हैं जैसे माल्टा, नींबू, मौसम्मी और अखरोट के पेड़ आदि। यहाँ लगभग सभी प्रकार की सब्जियाँ भी उगाई जाती हैं। खेती के काम में यहाँ के लोगों का सारा समय बीत जाता है। यहाँ के लोग अपने सीधे–सरल व्यवहार और ईमानदारी के लिए जाने जाते हैं। वर्षभर में यहाँ के लोग कई प्रकार के त्यौहार मनाते हैं और जगह–जगह मेलों का आयोजन भी करते हैं।

यहाँ का भोजन कम मिर्च–मसालों के बावजूद ही स्वादिष्ट बनता है। मूली की थिचौंडी, मंडुवे की रोटी, नमक पिसा हुआ, झंगुरा की खीर बहुत ही स्वादिष्ट बनती है। उत्तराखंडी भोजन का स्वाद अब जगह–जगह फैल चुका है, जो सभी लोगों को बहुत पसंद आया है। उत्तराखंडी अनाज, दालें, सब्जी बगैरह अब हर जगह आसानी से मिल जाती हैं।

यहाँ के लोग बहुत मेहनती हैं। इतना सब कुछ होने के बावजूद भी यहाँ के लोगों को कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। जन–सुविधाएं न मिलने के कारण यहाँ के लोगों ने अपना घर–बार छोड़ दिया और शहरों में आकर रहने लगे हैं। कुछ लोगों ने जीवन–शैली और सामाजिक परिवर्तन के कारण यहाँ से पलायन कर लिया है। पक्की सड़कें, उचित स्वास्थ्य केन्द्र और अच्छी स्कूल और कॉलेज न होने के कारण यहाँ के लोगों ने अपना घर–बार छोड़ दिया है। खेती जो कि यहाँ का मुख्य व्यवसाय है, को जंगली जानवरों, बंदरों, सुअरों और खरगोशों ने काफी नुकसान पहुँचाया है। ये भी इनके पलायन का मुख्य कारण बना।

राजनेताओं और उच्च–अधिकारियों को इस ओर ध्यान देना चाहिए कि यहाँ के लोगों को उचित जनसुविधाएं मिल सकें। हर क्षेत्र में स्वास्थ्य केन्द्र और स्कूलों की व्यवस्था के साथ–साथ बिजली, पानी सड़कों की मूलभूत सुविधाएँ उपलब्ध कराई जायें। कच्चे मकानों की जगह पक्के मकानों की भी व्यवस्था होनी चाहिए। अनेक प्राकृतिक आपदाओं के समय यहाँ के लोगों को भरपूर सहायता मिलनी चाहिए। समय–समय पर उच्च–अधिकारियों द्वारा उचित व्यवस्था व सहायता मिलती रहनी चाहिए जिससे यहाँ से और लोगों का पलायन रोका जा सके। सारी सुविधाएं व व्यवस्थाएं मिलने से उत्तराखंड को और भी सुन्दर, खूबसूरत और रहने लायक बनाया जा सकता है। इसके लिए सभी के सहयोग की आवश्यकता है।

सार यही है कि यहाँ पर उचित व्यवस्थाएं की जाएं, छोटे–छोटे उद्योग–धंधे खोले जाएं, जिससे यहाँ के लोगों को रोजगार मिल सकें और यहाँ के लोग अपना सुखमय जीवन जिएं। अच्छा जीवन–यापन करें और इन्हें अपना घर–बार न छोड़ना पड़े। यही हमारा संदेश है।

अंजू जोशी
अक्षरधाम अपार्टमैन्ट
सैक्टर–19, द्वारका

संपादकीय विश्लेषण– लेखिका का लेख उत्तराखंड की जीवनशैली को दर्शा रहा है तथा साथ ही साथ प्रशासन से गुहार भी है कि सामान्य जिंदगी गुजर बसर करने वाले इन लोगों के जीवन की मूलभूत परेशानियों को दूर करने का प्रयास करें।

RAKESH GUPTA
(Proprietor)

011- 41548168
011- 28724523
9811099485

Punjab Sanitary Store

Deals in – CPVC, PVC, UPVC, MS, GI PIPE AND FITTINGS, ZOLOTO Butterfly Valve.

ALL SANITARY & HARDWARE ITEMS

4573/52, Arya Samaj Road, Karol Bagh
New Delhi – 110005.

9891169499
7011647429

HIMALAYA ENTERPRISES

(Fire Protection & Plumbing Contractor)

AN ISO 9001 : 2008 CERTIFIED COMPANY

ANIL PANT (Proprietor)

Head Office:-
325, Sec-14
Dwarka, New Delhi

Branch Office:-
Noida, UP
Gurugram, Haryana
Bhiwadi, Rajasthan

Office: 207, Mohit Nagar, Lane No. 5
Dehradun, Uttrakhand- 240086
Ph.: 011-41655222, 9891169499
Email: anil.pant@himfireless.com
Info@himfireless.com
website: www.himfireless.com

APM OUTDOOR

Apm Outdoor Private Limited

E-29, Gali No. 12, Mandawali Unchepar
Delhi - 110092

Registered Office: Plot No 73 First Floor
Patparganj Industrial Area
Delhi 110092

Landline: +91-11-40591431

आगामी द्वारका उत्तरायणी
की शुभकामनाएँ

उत्तरायणी की शुभकामनाएँ

BINSAR TRAVELS

A Complete Travel Solution

A Co. with Fleet of A/c Cars & Coaches

S-69, 2nd Floor, Manish Global Mall
Sector 22, Dwarka, New Delhi- 110075

Ph.: 011-41508926, 9910600298,
9910700297
email: binsar321@yahoo.com
www.binsartravels.com

K. S. ADHIKARI
(Proprietor)

round the clock service

Anekavarna Dance Academy

THE PERFECT PLATFORM FOR "DANCING DIVAS"

Come And Express Your Self

- Classical
- Folk Dance (All Kinds)
- Theatrical Performance

Contact : Sushma Bandooni Panda
Flat No 221 Sec- 17A Sarvhit Apartment Dwarka
Contact No: 8860500793, 9650425338

Shobha's Unisex Salon

- new generation pahadi
- welcome to all pahadi's @ shobha's
- reasonable price
- good services
- ambience
- quality services
- quality products

DTDC

Delivering Value

DTDC COURIER & CARGO LTD.

(DOMESTIC & INTERNATIONAL)

Special Rates in Monthly Contract & International Courier

FREE HOME PICK-UP

PH: 011-49058612 / 9871878947

Email: dwarka_sec7.nro@fr.dtdc.com

OFFICE:- PLOT NO. B-887, OPP. HONDA SHOWROOM,
SEC-7, NEW RAMPHAL CHOWK, DWARKA,
NEW DELHI- 110075

"DO YOU WANT TO BECOME A PROFESSIONAL MUSICIAN?"

Shankar Gitte Music Academy

www.shankargittemusicacademy.com

Online Classes Group & Individual
And Home Tuition Available

MUSIC

Vocal (Singing) :- Hindustani Classical, Bhajan, Geet etc.
Instrumental :- Tabla, Dholak, Casio, Harmunium & Guitar

- Music is food for the soul.
- Music is an excellent way of relaxing and keeping the mind fresh.
- Music is like yogic meditation. it enhances your physical and mental faculties
- Learning music also builds concentration, therefore it shows a
- positive effect in all your activities
- it is said that, an artist trained in Hindustani Classical Music can easily pick up other instrument.

Training By :- Guru Shankar Gitte

More than 30 years of Singing and Tabla Vadan exp. Follower of
Guru Shishya Parampra' Formerly Faculty Of
Gandharva Mahavidyalaya
& Shri Ram Bhartiya Kala Kendra

ADMISSION OPEN

HOME TUITION AVAILABLE

Contact No.: 011-28031764, (M) 9868075497

उत्तराखंड : एक परिचय

उत्तर प्रदेश के पर्वतीय स्थलों को मिलकर सन् 2000 में एक नया राज्य गठित किया गया जिसका नाम सन् 2000 से लेकर सन् 2006 तक उत्तराँचल था। सन् 2007 से इसका नाम बदल कर 'उत्तराखंड' रख दिया गया। उत्तराखंड दो शब्दों उत्तर और खंड से बना हुआ है जिसका अर्थ है उत्तर का एक हिस्सा। यह प्रदेश पहले उत्तर प्रदेश में ही था। इसका कोई अलग अस्तित्व नहीं था। उत्तराखंड का इतिहास अपने अंदर बीते काल की बहुत सी बातें छुपाये हुए है।

उत्तराखंड की राजधानी देहरादून है और यही शहर उत्तराखंड का सबसे बड़ा शहर भी है। उत्तराखंड की उत्तरी सीमा पर भारत के दो पड़ोसी देश नेपाल और तिब्बत हैं। इस प्रदेश के दक्षिण में उत्तर प्रदेश और पश्चिम में हिमाचल प्रदेश की सीमाएँ लगती हैं।

उत्तराखंड को ''देव भूमि'' एवं तपोभूमि'' माना गया है। इसकी सुंदरता इतनी अधिक है कि पूर्व काल में यहाँ यक्ष, किन्नर, गन्धर्व रहते थे। धन के देवता ''कुबेर'' को उनका राजा माना जाता है। कुबेर की राजधानी बद्रीनाथ के ऊपर एक स्थान बताई जाती है जिसका नाम अलकापुरी था। स्कन्द पुराण में हिमालय के बारे में यह लिखा गया है कि वो पांच खंडों का है जिसमें नेपाल, हिमाचल प्रदेश, कश्मीर, कुमाऊँ और केदारखंड शामिल हैं। वेदों और प्राचीन ग्रंथों में इस प्रदेश का केदारखंड और मानस खंड के नाम से उल्लेख किया गया है।

ऐसा कहा गया है कि केदारखंड के अलग–अलग खंड थे और हर खंड के एक राजा थे। परमार राजा ने यहाँ अपना राज्य स्थापित किया और गढ़ों के कारण इस क्षेत्र को एक नया नाम दिया ''गढ़वाल''।

देश की आजादी पाने के लिए यहाँ के लोगों ने भी स्वतंत्रता संग्राम में विशेष भूमिका निभाई, जिसके अंतर्गत 1916 में 'कुमाऊँ परिषद' की स्थापना की गयी जिसमें गोविंदबल्लभ पंत, मोहन सिंह, चंद्र लाल शाह आदि लोगों ने विशेष सहयोग दिया। शिक्षा के क्षेत्र में उत्तराखंड भी अपना एक स्थान रखता है, यहाँ अनेक शिक्षण संस्थान हैं जैसे देहरादून का दून कॉलेज, नैनीताल का संत जोसेफ कॉलेज, जी. डी. बिरला मेमोरियल स्कूल, रूखड़ी कॉलेज इत्यादि। इसके अलावा भी, यहाँ बहुत सारे कॉलेज और बोर्डिंग स्कूल भी हैं।

उत्तराखंड में चूना पत्थर, फास्फोरस, ताम्बा, ग्रेनाइट आदि जैसे खनिज पदार्थ भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। इसके साथ–साथ यहाँ पर जल विद्युत का उत्पादन भी होता हैं। यहाँ के लोग बहुत मेहनती होते हैं। इसका उदाहरण हम सीढ़ीदार खेतों से देख सकते हैं। शादी में यहाँ के लोग अनेक तरह के आभूषण पहनते हैं जिसमें फूलों के गहने प्रमुख हैं। विवाहित औरतों की पहचान यहाँ चरेयु पहने से है। यहाँ का खाना बहुत सादा होता है जैसे टमाटर का झोल, चेसु, बथुए का पराठा आदि।

देवभूमि उत्तराखंड इतना सुन्दर प्रदेश है कि यहाँ का हर स्थल ही देखने लायक है। धार्मिक स्थलों में केदारनाथ, बद्रीनाथ, गंगोत्री, यमुनोत्री, ऋषिकेश, हरिद्वार आदि हैं। इनके अलावा, रानीखेत, फूलों की घाटी, नैनीताल, अल्मोड़ा, चकराता, औली आदि भी अन्य दार्शनिक स्थल हैं। मनसार नाम की जगह जहाँ पर सीतामाता पृथ्वी में समायी थी, यहीं पर है। माता अनुसुइया ने यहीं पर ब्रह्मा, विष्णु, महेश को बालक बना अपना वात्सल्य दिया था। उत्तराखंड एक विशेष धार्मिक इतिहास का साक्षी रहा है। इसी कारण आज भी यहाँ धर्म–कर्म किए जाते हैं।

-साभार

मेरा जीना–मरना उत्तराखंड में

जब भी जन्म लें तो,
गोद उत्तराखंड की हो,
जब आँख बंद हो तो,
धरती उत्तराखंड की हो।।

मैं मर भी जाऊँ तो कोई गम नहीं,
बस हसरत यही मेरी कि हर सांस
उत्तराखंड के लिए हो।।

''जय देव भूमि उत्तराखंड''

भरत सिंह बिष्ट
अक्षरधाम अपार्टमेंट,
सैक्टर–19, द्वारका

उत्तराखण्ड के प्रमुख पर्यटन स्थल

उत्तराखंड को "देव भूमि" एवं "तपोभूमि" माना गया है देवभूमि उत्तराखंड में हिंदुओं की आस्था के प्रतीक प्रसिद्ध पवित्र चारधाम–बद्रीनाथ, केदारनाथ, गंगोत्री और यमुनोत्री स्थित हैं। यह पहाड़ी राज्य गंगा और यमुना समेत प्रमुख नदियों का उद्गम स्थल भी है। कई खूबसूरत झीलों, हिल स्टेशन, लगभग 12 नेशनल पार्क, ग्लेशियरों और वैली ऑफ फ्लॉवर (फूलों की घाटी), जिसे यूनेस्को ने विश्व धरोहर की सूची में शामिल किया है, का भी घर है। ये सभी इस राज्य के टूरिज्म में चार चाँद लगाते हैं। यहाँ के प्रमुख स्मरणीय एवं दर्शनीय पर्यटन स्थल इस प्रकार से हैं :–

अल्मोड़ा– ऐसा कहा गया है कि सन् 1568 ई. में चंदवंश के राजा बालो कल्याण चंद ने आलमनगर के नाम से इस नगर स्थापना की थी। स्वतंत्रता की लड़ाई से लेकर शिक्षा, कला एवं संस्कृति के विकास में अल्मोड़ा का विशेष स्थान रहा है। कुमाऊँनी संस्कृति की असली छाप अल्मोड़ा में ही मिलती है। इसीलिए इसे सांस्कृतिक नगरी भी कहा जाता है। यहां के प्रमुख पर्यटन स्थलों में रानीखेत, चितई मंदिर, जागेश्वर धाम, कसार देवी, सोमेश्वर घाटी, द्वाराहाट, मानिला, बिनसर महादेव, चौबटिया गार्डन, स्याही देवी, चौखुटिया, डोल आश्रम, बिनसर जंगल, कटारमल सूर्य मंदिर और एड्यो मंदिर प्रमुख हैं। पर्यटकों, प्रकृति–प्रेमियों, पर्वतरोहियों और पदारोहियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए अल्मोड़ा आज का सर्वोत्तम नगर है। अल्मोड़ा कुमाऊँ राज्य पर शासन करने वाले चंदवंशीय राजाओं की राजधानी थी।

बागेश्वर– सरयू और गोमती दो नदियों के तट पर और हिमालय के नजदीक बसा बागेश्वर शहर उत्तराखंड राज्य का एक जिला है, यह धार्मिक गाथाओं, पर्व आयोजनों और आकर्षक प्राकृतिक दृश्यों के कारण प्रसिद्ध है। यहॉ के प्रसिद्ध पर्यटन स्थलों में कौसानी हिल स्टेशन, चाय बागान, पिंडारी ग्लेशियर, बागनाथ मंदिर, बैजनाथ, चंडिका मंदिर, स्रीहरु मंदिर, गौरी उडियार, कपकोट, गरुड़ और कांडा प्रमुख पर्यटक स्थल हैं।

चमोली– चमोली उत्तराखंड का एक प्रमुख जिला है। बर्फ से ढके पर्वतों के बीच स्थित यह खूबसूरत जगह पर्यटकों को बहुत आकर्षित करती है। यह प्रमुख धार्मिक स्थानों में से एक है। इस जगह को "चाती" कहा जाता है। "चाती" एक प्रकार की झोपड़ी है, जो अलकनंदा नदी के तट पर स्थित है। चमोली जिला मध्य हिमालय के बीच में स्थित है और अलकनंदा नदी यहाँ की प्रसिद्ध नदी है, जो तिब्बत की जास्कर श्रेणी से निकलती है। यहाँ के प्रमुख पर्यटन स्थलों में प्रसिद्ध हैं बद्रीनाथ मंदिर, तपकुण्ड, हेमकुंड साहिब, गोपेश्वर, पंच प्रयाग, देव प्रयाग, विष्णु प्रयाग, फूलों की घाटी, औली, केदारनाथ वाइल्डलाइफ सैंक्चुअरी। इसके अलावा, आप यहां से नंदा देवी कामत और दुनागिरी पर्वतों का नजारा भी देख सकते हैं ।

चम्पावत– चम्पावत उत्तराखंड राज्य का एक जिला है, यह जिला अपने आकर्षक मंदिरों और खूबसूरत वास्तुशिल्प के लिए दुनिया भर में जाना जाता है। ऊँचे–नीचे पहाड़ों के बीच से होकर बहती नदियां अद्भुत छटा बिखेरती हैं, वन्य–जीवों से लेकर हरे–भरे मैदानों तक और ट्रैकिंग की सुविधा सब कुछ यहां पर हैं। यहाँ चंद शासकों के किले के अवशेष आज भी देखे जा सकते हैं, यहाँ के प्रमुख पर्यटन स्थलों में बालेश्वर मंदिर, शनि देवता मंदिर, नागनाथ मंदिर, मीठा–रीठा साहिब, पूर्णागिरि मंदिर, पंचेश्वर, देवीधुरा, लोहाघाट, अब्बोट माउंट, क्रांतेश्वर महादेव मंदिर, एक हथिया का नौला और पाताल रुद्रेश्वर प्रमुख हैं। यहाँ पर्यटकों के लिए होटल और रिजॉर्ट उपलब्ध हैं।

देहरादून– यह उत्तराखंड का सबसे बड़ा शहर और यहाँ की राजधानी है। यह नगर अपने गौरवशाली

पौराणिक इतिहास, अनेक प्रसिद्ध शैक्षणिक संस्थानों और अपने प्राकृतिक सौंदर्य के लिए जाना जाता हैं। यहाँ तेल एवं प्राकृतिक गैस आयोग, सर्वे ऑफ इंडिया, भारतीय पेट्रोलियम संस्थान, वन अनुसंधान संस्थान, भारतीय राष्ट्रीय मिलिटरी कालेज और इंडियन मिलिटरी एकेडमी जैसे कई शिक्षण संस्थान हैं, जो यहाँ की प्रसिद्धि को चार चाँद लगाते हैं। देहरादून बासमती चावल, चाय और लीची के बाग के लिए भी प्रसिद्ध है। यहाँ के प्रमुख पर्यटन स्थल हैं चकराता, देहरादून, मसूरी, ऋषिकेश, टपकेश्वर मंदिर, मालसी डियर पार्क, कलंगा स्मारक, प्रयाग, लक्ष्मण सिद्ध, चंद्रबाणी, साईंदरबार, गुच्छूपानी, तपोवन, संतोला देवी मंदिर आदि ऐसे पर्यटक स्थल हैं, जो अपने प्राकृतिक सौंदर्य से पर्यटकों का मन मोह लेते हैं।

हरिद्वार– यह 'उत्तराखंड के हरिद्वार जिले का एक पवित्र शहर तथा हिन्दुओं का प्रमुख तीर्थ है। ''हरिद्वार उत्तराखंड में स्थित भारत के सात सबसे पवित्र स्थलों में से एक है। एक मान्यता के से अनुसार वह स्थान जहाँ पर अमृत की बूदें गिरी थी, उसे हर की पौड़ी पर ब्रह्मकुण्ड माना जाता हैं।

पवित्र गंगा नदी के किनारे बसे ''हरिद्वार'' का शब्दिक अर्थ ''हरि तक पहुँचने का द्वार'' है। यानि की भगवान को पाने का दरवाजा, मोक्ष पाने का मार्ग। यहाँ सुबह और सायं गंगा मैयी की आरती होती है।

हरिद्वार चार प्रमुख स्थलों का प्रवेश द्वार भी है। हिन्दू धर्म के अनुयायी का प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। प्रसिद्ध तीर्थ स्थान बद्रीनाथ, केदारनाथ, भगवान विष्णु एवं भगवान शिव के तीर्थ स्थान का रास्ता (मार्ग) हरिद्वार से ही जाता है। प्रसिद्ध चारधाम यात्रा, यहीं से होते हुए शुरू होती है, हरिद्वार अपने बड़े–बड़े उद्योगों के लिए भी प्रसिद्ध है। यहाँ के प्रसिद्ध पर्यटन स्थलों में हर की पौड़ी, मनसा देवी मंदिर, चंडी देवी मंदिर और वैष्णो देवी मंदिर हैं।

नैनीताल– कहा जाता है कि सन् 1839 ई. में एक अंग्रेज व्यापारी पी. बैरन द्वारा नैनी झील की खोज की गई। तब से ये शहर पर्यटनों का खास माना जाता है। नैनीताल उत्तराखंड की प्रशासनिक राजधानी ही नहीं बल्कि टूरिज्म का बहुत बड़ा केंद्र भी है। यहाँ साल भर पर्यटकों का आना–जाना लगा रहता है। यहाँ की खास बात यह है कि यहाँ बहुत सारी झील हैं, जो अपनी नैसर्गिक छटा से पर्यटकों को रोमांचित करती हैं। यहाँ के प्रमुख पर्यटन स्थल जिम कार्बेट पार्क, नैनीताल झील, हनुमान गढ़ी, केव्स गार्डन, राज भवन, हल्द्वानी, भीमताल, कालाढूंगी, रामनगर, काठगोदाम, भवाली, घोड़ाखाल मंदिर, रामगढ़, मुक्तेश्वर, सात ताल, नौकुचिया ताल और बेतालघाट हैं।

पौड़ी गढ़वाल– पौड़ी गढ़वाल उत्तराखण्ड का एक जिला है, इसका मुख्यालय पौड़ी शहर में स्थित है।, इसके उत्तर में चमोली, रुद्रप्रयाग और टेहरी गढ़वाल हैं। दक्षिण में उधमसिंह नगर, पूर्व में अल्मोड़ा और नैनीताल और पश्चिम में देहरादून और हरिद्वार स्थित हैं। हिमालय की पर्वत श्रृंखलाएं इसकी सुन्दरता में चार चाँद लगाते हैं और हरे–भरे जंगल, बड़े–बड़े पहाड़ एवं छोटी–बड़ी नदियाँ यहाँ की सुन्दरता को बहुत ही मनमोहक बनाते हैं, यहाँ के प्रमुख पर्यटन स्थलों में चौखम्बा व्यू पॉइंट, खिरसू, कंडोलिया देवता, दंड नागराज मंदिर, ज्वाल्पा देवी मंदिर, एकेश्वर महादेव, बिनसर महादेव, लाल टिब्बा, ताराकुण्ड देवी मन्दिर प्रमुख हैं।

पिथौरागढ़– इसका पुराना नाम (सोर घाटी) है। ये चीन और नेपाल के बॉर्डर से लगा उत्तराखंड का एक प्रमुख जिला है, जो मध्य और उच्च हिमालयी क्षेत्र के अंतर्गत आता है। इसे मिनी कश्मीर के नाम से भी जाना जाता है। इसकी प्राकृतिक खूबसूरती देखते ही बनती है, इसके प्रमुख पर्यटन स्थलों में पिथौरागढ़ फोर्ट, पाताल भुवनेश्वर, घाट, कामाक्षा मंदिर, ध्वज मंदिर, महाराज के पार्क, मिलम ग्लेशियर, थल केदार, धारचूला, मुनस्यारी, बेरीनाग और हिमालय की कई दर्शनीय ऊँची चोटियाँ शामिल हैं।

रुद्रप्रयाग– यह जिला गढ़वाल मंडल में है, रुद्रप्रयाग अपने मंदिरों, नदियों और प्राकृतिक छटा के लिए प्रसिद्ध है। रुद्रप्रयाग भी पूर्व के केदारखंड का ही एक हिस्सा है। इसी केदारखंड में वेदों की रचना हुई थी। रुद्रप्रयाग शहर अलकनंदा तथा मंदाकिनी नदियों का संगम स्थल है। यहाँ से अलकनंदा देवप्रयाग में जाकर भागीरथी से मिलती है और पवित्र गंगा नदी का निर्माण करती है। यहाँ के प्रसिद्ध पर्यटन स्थलों में केदारनाथ मंदिर, अगस्त्यमुनि, गुप्तकाशी, सोनप्रयाग, खिरस, गौरीकुंड, दिओरिया ताल, चोपता हैं। यहाँ से सबसे नजदीकी एयरपोर्ट जोलीग्रांड देहरादून है।

टिहरी गढ़वाल– टिहरी गढ़वाल दो अलग–अलग नामों को मिलाकर बना है। टिहरी बना है शब्द 'त्रिहरी' से जिसका मतलब है एक ऐसा स्थान जो तीन के पाप (मनसा, वाचा और कर्मणा) धो देता है वहीं दूसरा शब्द बना है 'गढ़' से जिसका मतलब होता है किला। यह जिला उत्तराखंड का प्रमुख पर्यटन स्थल है। यहाँ के पर्यटन स्थलों में टिहरी झील, बूढ़ा केदार, देवप्रयाग, खतलिंग ग्लेशियर, चम्बा, धनौल्टी, कुंजापुरी, सुरकण्डा देवी, चन्द्रबदनी, केम्पटी फॉल, नागटिब्बा आदि हैं।

उत्तरकाशी– उत्तरकाशी जिला हिमालय रेंज की ऊँचाई पर बसा हुआ है और इस जिले में गंगा और यमुना दोनों नदियों का उद्गम स्थल है। उत्तरकाशी कस्बा, गंगोत्री जाने के मुख्य मार्ग में पड़ता है। यहाँ के प्रमुख पर्यटन स्थल एकादश रूद्र मंदिर, डोडी ताल, दुर्योधन मंदिर, कुटेटी देवी मंदिर, शक्ति मंदिर, विश्वनाथ मंदिर, गंगोत्री ग्लेशियर, गंगोत्री नेशनल पार्क, नचिकेता ताल, दायरा बुग्याल आदि हैं।

देवभूमि उत्तराखंड अपने आप में स्वर्ग तुल्य है। इसका नैसर्गिक सौन्दर्य पर्यटकों को अपनी ओर बरबस आकर्षित करता है। आइए इस मनोरम राज्य के मनोहर पर्यटन स्थलों में आकर इनका अलौकिक आनंद लें।

-साभार

आओ, पहाड़ आओ

थम चुकी है बारिश
रह–रह कर गीली दीवारों से
कुछ बूँदे टपक पड़ती हैं।
मैं अपनी छत पर जाकर
देखता हूँ पहाड़ों का सौन्दर्य
कितना खुशनसीब हूँ मैं
कि पहाड़ मेरे पास है।
बारिश के बाद अब धुलकर
हरे–भरे हो गये हैं, पहाड़
सफेद बादलों के छोटे–छोटे झुण्ड
बैठ गए हैं इसके सर पर
इस अप्रतिम सौन्दर्य को निहारता हूँ
कितना खुशनसीब हूँ मैं
कि पहाड़ मेरे पास है
पहाड़ को कभी रात में देखा है, जो
हमारी संस्कृति के हैं महान प्रतीक
आओ इस बार काफल खूब पके
हिसालू–किलमोड़े, तुम्हारी राह तके
मिलन, पोंटिग, दारमा, व्यास घाटियाँ
तुम्हारे कदमों के निशां याद कर रही हैं
बहुत अरसा हो गया, तुम नहीं आये
हिमालय की बर्फ पिघलने लगी है।
आओ, पहाड़ आओ
तुम्हारे आते ही
सब भूल जाता है पहाड़
इस गर्मी में तुम्हे राहत मिलेगी
हमेशा की तरह
इस बार भी तुम्हे पहाड़ मीठा ही लगेगा
ये पहाड़ का वादा है तुमसे
आओ, पहाड़ में आओ

सुरेन्द्र जुयाल
अक्षरधाम अपार्टमेंट
सैक्टर–19, द्वारका

जय गुरूदेव जय गुरूदेव जय गुरूदेव

गुरुदेव श्री स्वामी विश्वास जी

'मेडिटेशन'

मेडिटेशन वह आन्तरिक महाविज्ञान है जो हजारों वर्ष पूर्व भारत भूमि पर हमारे महावैज्ञानिक ऋषि–मुनियों द्वारा खोज की गई। आज के समय में इसकी आवश्यकता पहले से कही ज्यादा है।

विश्वास मेडिटेशन : वर्तमान में भारत के महावैज्ञानिक, मन के वैद्य स्वामी विश्वास जी द्वारा स्वयं अनुभूत की गई अत्यंत सरलतम प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया में प्रतिदिन कुछ क्षण उतर कर व्यक्ति मे आत्मानिर्भरता, निडरता, आत्मविश्वास, स्मरण शक्ति, आंतरिक प्रसन्नता में वृद्धि होती है। विभिन्न रोगों जैसे– तनाव, डिप्रेशन, ब्लडप्रेशर, अनिद्रा, बेचैनी व अन्य अनेक शारीरिक–मानसिक रोगों से छुटकारा मिलता है। अगर इस विज्ञान को हम अपनी दिनचर्या में शामिल कर लें तो व्यक्ति **"सम्पूर्ण स्वस्थ"** होकर अपनी मंजिल की ओर सफलता पूर्वक अग्रसर होगा तथा समृद्ध व स्वस्थ भारत के निर्माण में भागीदार बनेगा।

अगर आप इस महाविज्ञान को जानना चाहते है तो हमारी वेबसाईट **www.vishvas.org** पर लॉग–ऑन कर सकते हैं। तथा विश्वास मेडिटेशन मंदिर में प्रतिदिन सुबह/शाम होने वाले मेडिटेशन सैशन में शामिल होकर इसका प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त कर सकते हैं।

अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें :–

RISHI KAPIL VISHVAS
PH.: 9811233964/9810478054

VISHVAS MEDITATION MANDIR

Sector- 13, Dwarka, Opp. MRV School, Near Iskcon Temple
Timings: Morn. : 7:00 A.M. To 8:00 A.M. Even. : 6:30 P.M. to 7:30 P.M.

नोट :– **विश्वास मेडिटेशन** सैशन में प्रवेश पूरी तरह निःशुल्क है।

Best Wishes for Dwarka Uttarayani 2019

HITANI ENTERPRISES PVT. LTD.

Ready Mix Concrete Manufacturers

CONTACT NO: 8744969696, 9990010781

Kh. No. 12/25, Main Sewadham Road,
Mandoli Industrial Area, Delhi- 110093

महिला सशक्तिकरण

भारत एक पुरुष प्रधान समाज रहा है। जहाँ पुरुषों का हर क्षेत्र में वर्चस्व रहा है और महिलाओं को सिर्फ घर–परिवार व बच्चों की देखभाल के योग्य ही समझा जाता रहा है। बहुधा परिवार के महत्वपूर्ण फैसलों पर उनकी राय को महत्व नहीं दिया जाता। परन्तु प्राचीन समय में ऐसा नहीं था। स्त्रियों का हर क्षेत्र में दखल था, वे शास्त्रार्थ कर सकती थीं। उनको अपना वर चुनने का पूर्ण अधिकार था। उनकी उपस्थिति के बिना कोई भी कार्य पूर्ण नहीं माना जाता था। भगवान राम को अश्वमेघ यज्ञ पूर्ण करने के लिये माता सीता की स्वर्ण प्रतिमा को रखना पड़ा था।

परन्तु धीरे – धीरे स्थितियों में परिवर्तन हुआ। समाज पुरुष प्रधान होता चला गया तथा महिलाओं की स्थिति बद से बदतर होती चली गई। नई–नई कुप्रथाओं को स्त्रियों के साथ जोड़ दिया गया, जिसमें सती प्रथा, बाल–विवाह, दहेज प्रथा, गर्भ में बच्चियों की हत्या, विधवाओं पर अत्याचार आदि शामिल थीं। ऐसी कुप्रथाओं का कारण पितृसत्तात्मक समाज तथा पुरुष श्रेष्ठता मनोग्रन्थि है।

महिलाओं के खिलाफ अत्याचार को कुछ समाज सुधारकों द्वारा हटाया गया। राजा राममोहन राय की लगातार कोशिशों की वजह से ही अंग्रेज सती प्रथा खत्म करने को मजबूर हुए। बाद में अन्य समाज सुधारकों जैसे ईश्वर चंद विद्यासागर, आचार्य विनोबा भावे, स्वामी विवेकानन्द ने भी महिला उत्थान के लिए सराहनीय काम किया।

पिछले कुछ वर्षो में भारत की 50% आबादी के खिलाफ होने वाले लैंगिक असमानता और कुप्रथाओं को हटाने के लिये सरकार द्वारा कई सारे संवैधानिक और कानूनी अधिकार बनाए और लागू किए गए हैं। कई स्वयंसेवी संस्थाएं और एनजीओ भी इस दिशा में कार्य कर रहे हैं। "बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ" इस दिशा में एक सार्थक और नवीनतम पहल है। सन् 2011 की गणना के अनुसार महिलाओं की स्थिति में कुछ सुधार आया है। इसमें महिला लिंगानुपात और महिला शिक्षा दोनों में बढ़ोत्तरी हुई है। आज महिलाओं की स्थिति में बहुते परिवर्तन आया है। अनेक क्षेत्रों में शीर्ष पदों पर महिलाएं विराजमान हैं परन्तु अभी भी बहुत कुछ किया जाना शेष है।

महिलाओं की समस्याओं के उचित समाधान के लिये महिला आरक्षण बिल 108वाँ संविधान संशोधन पास होना बहुत जरूरी है। यह संसद में महिलाओं की 33% भागेदारी सुनिश्चित करता है, परन्तु पुरुष प्रधान समाज में महिलाओं को आरक्षण दिया जाना वह भी राजनीति जैसे क्षेत्र में जहाँ आमतौर पर पुरूषों का वर्चस्व है वास्तव में आश्चर्य की बात है। यह तभी संभव हो पायेगा जब सरकार के साथ–साथ सभी राजनीतिक दल दृढ़ इच्छाशक्ति के साथ इसे लागू करने की दिशा में सार्थक प्रयास करें।

साथ ही साथ सरकार को महिलाओं के वास्तविक विकास के लिये पिछड़े ग्रामीण इलाकों में सरकारी योजनाओं का लाभ पंक्ति में खड़ी अंतिम महिला तक पहुँचाया जाना ही 'महिला सशक्तिकरण' की दिशा में उठाया गया सार्थक कदम माना जायेगा।

सुनीता जुयाल
राधिका अपार्टमेंट,
सैक्टर–14, द्वारका

संपादकीय विश्लेषणः लेखिका ने अपने लेख में महिलाओं के सशक्तिकरण की जरूरत को दर्शाया है और इतिहास में धीरे–धीरे जो महिलाओं को कमजोर बताया और बनाया जाने लगा था उसको समझाने की कोशिश की है। अगर हमें अपने देश के विकास की गति को बढ़ाना है तो हमें महिलाओं को आगे बढ़ाने के लिए भरपूर प्रयास करने पड़ेंगे और सरकार को प्रत्येक योजना में महिलाओं की भागीदारी सुनिश्चित करनी पड़ेगी।

माँ नंदा देवी सिद्ध पीठ स्थल–कुरुड़

चमोली जिले के विकासखंड घाट के अंतर्गत ग्राम कुरुड़ में माँ नंदा देवी का पौराणिक सिद्ध पीठ मंदिर स्थित है। मंदिर वर्ष भर श्रद्धालुओं के दर्शन के लिए खुला रहता है। आप यहाँ मोटर मार्ग से सीधे पहुँच सकते हैं। यहाँ ऋषिकेश, बद्रीनाथ मार्ग से नंदप्रयाग घाट होते हुए सीधे पहुँचा जा सकता है। रात्रि विश्राम के लिए घाट में होटल और कुरुड़ गाँव में एक सराय भी है।

माँ नंदा की डोली बड़ी धूमधाम के साथ भोज पत्रों की बनी छातोली लेकर ब्राह्मण बड़े श्रद्धा के साथ शामिल होते है। सभी भक्तगण, अपनी श्रद्धा के अनुसार भेंट, वस्त्र मौसमी फल और पुष्प माँ नंदा को अर्पित करते हुए डोली को अपने अपने गाँव से विदा करते हैं। जिस गांव में यात्रा पहुँचती है। गाँव वाले डोली को पूजा पाठ करके अगले दिन सुबह भोर में माँ नंदा को विदाई करते है। इस यात्रा की अगुवाई और पदयात्रा का संचालन कुरुड़ गांव के पुरोहित गौड़ ब्राह्मण करते हैं। नंदा देवी राजजात यात्रा कुरुड़ गांव से निकल कर घाट, उस्तोली, फाली, सेंती, भेंटी गाँव होते हुए वाण गांव तक जाती है। यहाँ पर माता के भाई लाटू देवता की पूजा सम्पन्न करने के बाद, कैलाश पर्वत की ओर भोले शिव शंकर से मिलने जाती है। यह यात्रा करीब चार पड़ाव पार करके वेदनी बुग्याल पहुचती है। वहां पर गढ़वाल और कुमाऊँ से भी आई हुई मां नंदा देवियों की डोली से भी भेंट और पूजा

पाठ होती है। मां नंदा देवी तो मां राजराजेस्वरी का ही रूप है। उत्तराखंड राज्य सरकार ने राजजात को एक महोत्सव के रूप में संचालन कर दिया है। इस प्रकार पर्यटन की दृष्टि से अब ये करीब 9 दिन की यात्रा और पर्यटन का महोत्सव बन गया हैं। देश–विदेश से लोग नंदा देवी राजजात में हर वर्ष शामिल होते हैं।

सुभाष चंद्र कांति
राधिका अपार्टमेंट
सैक्टर–14,द्वारका

हमारा प्यारा उत्तराखंड

हमारा प्यारा उत्तराखंड निराला है,
आस्थाओं के प्रति अटूट प्रेम की माला है।
जहाँ सूरज की पहली किरण से,
पहाड़ों पर मनमोहक छटा छा जाती है।
जो कोमल मन में, नई–नई कल्पना और
नवीन ऊर्जा का संचार कर जाती है।
सदानीरा नदियों की धारा से,
जहां हरे–भरे खेत लहलहाते हैं।
हर्ष और उल्लास से जन–जन,
इसकी महिमा के गीत गाते हैं।
यहां जन्म पाया हमने,
ये सोच–सोच इतराते हैं। माँ चरणों में बालक
तेरे, श्रद्धापूर्वक शीश नवाते हैं।
देवभूमि ! उत्तराखंड को करते शत–शत प्रणाम,
विराजमान जहाँ केदार, बद्री जैसे पावन धाम ।।

मुकेश बड़थ्वाल
राधिका अपार्टमेन्ट
सैक्टर–14, द्वारका

दीबा माँ मंदिर - पौड़ी गढ़वाल

दीबा माँ का मंदिर उत्तराखंड के पौड़ी गढ़वाल जिले में स्थित है। पुरानी मान्यताओं तथा कथाओं के अनुसार दीबा माँ का मंदिर एक प्राचीन और प्रसिद्ध मंदिर है। यह मंदिर 2520 मीटर की ऊँचाई पर स्थित है।

यह वह जगह है जहाँ पहुँच कर भक्तों की हर मनोकामना पूर्ण हो जाती है। यहाँ का इतिहास बहुत ही आश्चर्यजनक है। दीबा माँ ने इस स्थान पर तब अवतार लिया जब गोरखाओं ने पट्टी खाटली पर आक्रमण किया था। दीबा ने यहाँ सबसे पहले पुजारी के सपने में दर्शन दिए और अपना यह स्थान बताया। इसी स्थान पर उन्होंने इनकी स्थापना कर दी। लेकिन यहाँ तक पहुंचना इतना आसान भी नहीं था । क्योंकि यह मार्ग सीधा नहीं बल्कि काफ़ी टेढ़ी–मेढ़ी गुफा से होकर गुजरता था, जो उन्हें तय करना था। आज भी जिस स्थान पर माता की मूर्ति स्थापित है, उस स्थान के नीचे गुफा है किन्तु अब वह पूर्ण रूप से ढक चुकी है। उस वक्त यहाँ पर माता साक्षात थी और उनके साथ एक सेवक होता था। वह इसी स्थान से ही सभी लोगों को गोरखाओं के आने की सूचना दिया करती थी। इस स्थान पर किसी की नजर नहीं जाती थी किन्तु वो सभी को यहाँ से देख सकती थी और आज भी यहाँ पहुँच कर यदि आप देखो तो ऐसा ही है, यहाँ से चारों तरफ नजर जाती है लेकिन दूर–दूर तक कहीं से भी यहाँ नजर नहीं पहुँचती।

यहाँ पर उस वक्त गोरखा लोग यहाँ की जनता को जिन्दा ही काट दिया करते या कूट दिया करते थे। परन्तु माता ही उनसे उनकी रक्षा किया करती थी और अंत में माता ने गोरखाओं का संहार किया और पट्टी खाटली तथा गुजरू को उनसे आजाद करवाया। उसके पश्चात् इस स्थान पर जिस स्थान से माता लोगो को गोरखाओं के आने की सूचना दिया करती थी , उस स्थान पर एक ऐसा पत्थर था कि उसे जिस दिशा की ओर घुमा दिया जाता था उसी दिशा में बारिश होने लगती थी और इस स्थान का यहाँ की भाषा में नाम धवड़या (आवाज लगाना) है।

दीबा मंदिर की मान्यता के अनुसार से दीबा माँ के दर्शन करने के लिए रात को ही चढ़ाई चढ़कर सूर्य उदय से पहले मंदिर पहुंचना होता है। वहॉ से सूर्य उदय के दर्शन को बहुत शुभ माना जाता है। यहाँ की खासियत यह है कि अगर कोई यात्री अछूता (परिवार में मृत्यु या नए बच्चे के जन्म) है और अभी शुद्धि नहीं हुई है तो वह कितना भी प्रयास क्यों न कर ले यहाँ नहीं पहुँच सकता है और कोई कितना भी बूढ़ा हो या बच्चा हो, चढ़ाई में कोई भी समस्या नहीं होती है। कहा जाता है कि यहाँ पर दीबा माँ भक्तों को सफेद बालों वाली एक बूढ़ी औरत के रूप में दर्शन दे चुकी है। यहाँ पर ऐसी मान्यता है कि इस मंदिर के आस–पास के पेड़ केवल भंडारी जाति के लोग ही काट सकते है, यदि कोई और काटे तो पेड़ों से खून निकलता है। वर्तमान राज्य सरकार के पयर्टन मन्त्री श्री सप्तपाल महाराज जी ने राष्ट्रीय राजमार्ग से दीबा माँ का मंदिर तक रोप–वे बनाने का आश्वासन दिया है जिससे यह स्थल पर्यटन मानचित्र पर आ जायेगा तथा सभी को इस प्राचीन मंदिर का दर्शन करने तथा यहाँ के मनोहारी दृश्य देखने का लाभ प्राप्त होगा।

बलदेव सिंह बिष्ट
अक्षरधाम अपार्टमेन्ट
सैक्टर–19, द्वारका

उत्तराखंड की प्रमुख जानकारियाँ

- उत्तराखंड का स्थापना दिवस – 9 नवम्बर 2000
- उत्तराखंड की राजधानी – देहरादून (सबसे बड़ा नगर है)
- उत्तराखंड का राजकीय पशु – कस्तूरी मृग
- उत्तराखंड का राजकीय फूल – ब्रह्मकमल
- उत्तराखंड का राजकीय पेड़ – बुरांस
- उत्तराखंड का राजकीय पक्षी – हिमालयन मोनाल
- उत्तराखंड के प्रमुख लोक नृत्य – गढ़वाली, कुमायूँ, कजरी, झोरा, रासलीला आदि
- उत्तराखंड की प्रमुख नदियाँ – गंगा, यमुना, अलकनंदा, कोशी आदि।
- उत्तराखंड के प्रमुख उद्योग – खनन, जड़ी–बूटी, चूना पत्थर, पर्यटन आदि
- उत्तराखंड का प्रमुख कृषि उत्पादन – तिलहन, दलहन, चाय
- उत्तराखंड के प्रमुख पर्यटक स्थल – मसूरी, रानीखेत, ऋषिकेश, नैनीताल, मुंस्यारी फूलों की घाटी, देहरादून, कौसानी आदि

उत्तराखंड के जिले : उत्तराखण्ड में कुल 13 जिले हैं जो दो मण्डलों में समूहित हैं कुमाऊँ मण्डल और गढ़वाल मंडल।

कुमाऊँ मण्डल के छः जिले इस प्रकार है :

1. अल्मोड़ा 2. उद्यम सिंह नगर 3. चम्पावत 4. नैनीताल 5. पिथौरागढ़ 6. बागेश्वर

गढ़वाल मण्डल के सात जिले इस प्रकार हैः

1. उत्तरकाशी 2. चमोली 3. टिहरी गढ़वाल 4. देहरादून 5. पौड़ी गढ़वाल 6. रूद्रप्रयाग 7. हरिद्धार

उत्तराखंड के प्रमुख शैक्षणिक संस्थान :– उत्तराखंड के प्रमुख शैक्षणिक संस्थान के नाम नीचे दिए गए है, जो भारत और विश्व भर में एक महत्त्वपूर्ण स्थान रखते हैं।

नाम	स्थान
1. भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान	रूड़की
2. गोविन्द बल्लभ पन्त कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय	पंतनगर
3. हेमवती नन्दन बहुगुणा गढ़वाल विश्वविद्यालय	श्रीनगर व पौड़ी
4. कुमाऊँ विश्वविद्यालय	नैनीताल और अल्मोड़ा
5. उत्तराखंड प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय	देहरादून
6. दून विश्वविद्यालय	देहरादून
7. भारतीय वानिकी संस्थान	देहरादून
8. गुरूकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय	हरिद्वार
9. पतंजलि योगपीठ विश्वविद्यालय	हरिद्वार

संतोष बड़थ्वाल
राधिका अपार्टमेन्ट
सैक्टर–14, द्वारका

माँ देवभूमि की व्यथा

उत्तराखंड देवभूमि कहलाई जाती है। आज विकास की अंधी दौड़ में उसका इतना दोहन और शोषण हुआ है कि वह विनाश की ओर बढ़ रही है। ऊपर से प्रदूषण एवं जंगलों की कटान से इसकी भूमि का क्षरण हो रहा है। उसी धरती की पुकार को मैंने शब्दों में बांधने का प्रयास किया है।

मैं देवभूमि स्वर्ग सी सुन्दर,
मेरी दौलत थी बहते झरने, मेरे हरे–भरे जंगल, चहचहाते पंछियों और बहती नदियाँ, मेरी गुनगुनाहट ही तो थी,
जो तुम्हें उठाती थी, दुलारती थी, प्यार से गले लगाती थी।
सुबह खेतों पर जाकर शाम को जब तुम लौटते थे, थक हारकर सोने अपनी माँ की गोद में।
वो रात में जुगनुओं की चमक, जंगल से आती हवा, नदियों की कलकल, मेरी लोरियाँ ही तो थी जो तुम्हें सुलाती थी ममता की बाहों में।
तुम थे तो मैं जीती थी इस आस के साथ
मेरी रक्षा करोगे तुम हर साँस के साथ।
तुम चलाते थे हल खेतों में
और भर देती थी मैं दामन तुम्हारा फसलों के हीरे मोती से। देती थी आशीष तुम्हें जी भर भरकर अन्न की बालियों में पुत्र जो थे तुम मेरे।
मेरे सुख दुख के साथी, मेरी रक्षा करने वाले
पर तुम जाने क्यों दूर हो गए
माँ को छोड़कर अपनी, शहर के अंधेरों में खो गए।
फिर तुम्हारी खाली जगह भर गई। वहाँ नये पंछियों ने बसेरा किया, रौंदा मेरे सीने को लहू जिगर का पिया।
मेरी दौलत को लूटा बांधकर मेरे झरने, तुम फिर भी न कुछ बोले, तुम जो थे मेरे अपने
रौद डाले जंगल, पहाड़, छलनी कर डाला सीना
बंजर हो गई वो धरती, जहाँ कभी मेरे पुत्रों ने बहाया था पसीना।
मैने सोचा कि तुम लौटकर आओगे शायद, जानोगे अपनी माँ के दुख, रोकोगे उन्हें, नजर पथरा गई, आंसू बह निकले,
और एक दिन तुम लौटकर आए
पर तुम तुम न थे।
यह मेरा भ्रम था या तुम कोई और ही थे।
मेरे पुत्र जो मेरी रक्षा करने को सदैव तैयार थे
आज उन्हीं पंछियों में मिल गये।
वे तो पराये थे तुम भी बेगाने निकले।
उन पंछियों के साथ मिलकर तुमने भी मुझे खरोंचा लूटा। अपने पुत्रों पर जो नाज था मुझ को, मेरा भ्रम भी टूटा। मैं माँ हूँ कुछ भी कर लो, तुम्हारा भला ही चाहूँगी।
पर ये भी सत्य है पुत्र, कि तुम्हारा साथ मैं अपने जीवित रहने तक ही दे पाउँगी।

रूपा डोभाल
सैक्टर–22
नोएडा, यू.पी.

गौं छुटि गै

कई पीढ़ियाँ जन्मीं होंगी यहाँ, कई मिट गई होंगी, हँसते रोते बचपन देखे होंगे, बढ़ती जवानी से बुढ़ापे की झुर्रियाँ देखी होंगी, बरसों से ऋतुएँ झेली हैं, नृत्य गान होते देखे होंगे, सज रहे डोली बरातों में अपनों के गम में भी रोये होंगे, इस विरासत में जन्मे पौधे आज बाहर जा के बसे होंगे, आज खंडहर बने इन पैतृक घरों को देखकर मन दुखी हो जाता है, कोशिश करें इन उजड़ती विरासत को फिर से सँवारें, अपनी जन्मभूमि को फिर से वही रोनक में बसायें।

कुजाणि आज किले गौं की याद ए हुवेले। अपणु गौं आज प्रदेश हुवेगे, बिरणु मुलुक अपणु हुवेके कुजेंणि आज.....

नागेन्द्र जुयाल
अक्षरधाम अपार्टमेन्ट
सैक्टर–19, द्वारका

गढ़वाल राइफल्स का गढ़-लैन्सडाउन

लैन्सडाउन उत्तराखंड राज्य के पौड़ी गढ़वाल जिले में एक छावनी शहर है। भारत का इतिहास उत्तराखंड के वीरों के अनुपम शौर्य एवं गौरवशाली सैनिक परम्पराओं तथा बलिदान की गाथाओं से भरा पड़ा है। सन् 1988 में तत्कालीन महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैल सिंह ने लैन्सडाउन में गढ़वाल बटालयिन का सम्मान ध्वज प्रदान करते समय अपने भाषण में उत्तराखंडी फौज की बहादुरी और शौर्य का वर्णन किया था।

गढ़वाल रेजीमेंट की स्थापना 1887 में हुई, लार्ड राबर्टस ने 4 नवम्बर, 1887 को गढ़वाल 'कालौडांडा' में गढ़वाल पल्टन का शुभारम्भ किया, कुछ वर्षों के पश्चात् 'कालौडांडा' का नाम उस वक्त के वाइसराय ऑफ इंडिया लैन्सडाउन के नाम पर 'लैन्सडाउन' पड़ा, जो आज भी गढ़वाल रेजिमेंट सेंटर है।

उत्तराखंड के गढ़वाल में स्थित लैन्सडाउन बेहद खूबसूरत पहाड़ी है। यहाँ का मौसम पूरे साल सुहावना बना रहता है। हर तरफ फैली हरियाली एक अलग दुनिया का अहसास कराती है। दरअसल, अंग्रेजों ने पहाड़ों को काटकर खूबसूरत हिल स्टेशन लैन्सडाउन को बसाया था।

यह पूरा क्षेत्र सेना के अधीन है और यह गढ़वाल राइफल्स का गढ़ भी है। यहाँ गढ़वाल राइफल्स वॉर मेमोरियल और रेजिमेंट म्यूजियम भी हैं। यहाँ गढ़वाल राइफल्स से जुड़ी चीजों की झलक पा सकते हैं। इसके करीब ही परेड ग्राउंड भी है, जिसे आम पर्यटक बाहर से ही देख सकते हैं। वैसे, यह स्थान 'स्वतंत्रता आन्दोलन' की कई गतिविधियों के लिये भी जाना जाता है।

प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर इस इलाके में देखने लायक काफी कुछ है। दूर–दूर तक फैले पर्वत और उनके बीच बसे छोटे–छोटे कई गाँव आसानी से देखे जा सकते हैं। इनके पीछे से उगते सूरज का नजारा अद्भुत प्रतीत होता है। यहाँ की 'भुल्ला ताल' बहुत प्रसिद्ध है। यह एक छोटी–सी झील है।

शशि रावत
मैट्रो व्यू अपार्टमेन्ट
सैक्टर–13, द्वारका

डांडा नागराजा

उत्तराखंड में विराजमान भगवान श्रीकृष्ण जी का अद्वितीय अवतार

भगवान श्रीकृष्ण जी कई नामों से जाने जाते हैं जैसे कि, नन्द के लाल, गोपियों के कन्हैया, मुरली, मुरारी, यशोदा का कान्हा आदि। उत्तराखंड राज्य के निवासियों के लिए भगवान श्रीकृष्ण जी उनके सबसे प्रमुख देवता हैं। इसी तरह यहाँ भी एक ऐसा क्षेत्र है, जहाँ भगवान श्रीकृष्ण जी को एक अद्वितीय अवतार के रूप में पूजा जाता है, 'डांडा नागराजा' के रूप में।

उत्तराखंड राज्य के पौड़ी जिले में स्थित डांडा नागराजा मंदिर अपनी अद्वितीय कथाओं और मान्यताओं के लिए भक्तगणों के साथ–साथ पर्यटकों के बीच भी प्रसिद्ध हैं। यह मंदिर बनेलस्युहं पट्टी में स्थित है। उत्तराखंड के गढ़वाल क्षेत्र में भगवान श्रीकृष्ण जी के इस अद्वितीय अवतार नागराजा की बहुत मान्यता है। पूरे पौड़ी जिले और गढ़वाल क्षेत्र में श्रीकृष्ण जी का यह मंदिर आस्था का प्रमुख केंद्र है।

पौराणिक कथाओं के अनुसार कहा जाता है कि भगवान श्रीकृष्ण को यह जगह खूब भा गई थी, जिस कारण उन्होंने नाग का रूप धारण करके लेट–लेट कर यहाँ की परिक्रमा की, तभी से इस मंदिर का नाम 'डांडा नागराजा' पड़ गया।

यहाँ हर साल अप्रैल के महीने में बैशाखी के अगले दिन 13 और 14 तारीख को भव्य मेले का आयोजन किया जाता है। लोग नागराजा देवता को ध्वज और घंटी अर्पित करते हैं।

यहाँ लोग अपनी मन्नत पूरी होने पर मंदिर की परंपरा के अनुसार घंटी पर अपना नाम लिखकर मंदिर के परिसर में बांधते हैं। आज आप यहाँ हजारों की संख्या में घंटियों को बंधे हुए पाएंगे, जो मंदिर की खूबसूरती के महत्वपूर्ण आकर्षण हैं।

- साभार

मेरो प्यारो जोनसार बाबर

मेरा प्यारा जोनसार बाबर क्षेत्र उत्तराखंड राज्य के टिहरी गढवाल जिले में देहरादून के अन्तर्गत आता है जो पूर्व में यमुना नदी और पश्चिम में टोंस नदी के बीच बसा हुआ सुन्दर क्षेत्र है। इस क्षेत्र के उत्तर पश्चिम में कालसी, चकराता, त्यूनी तहसील आती है। जोनसार बाबर का इतिहास पाण्डव वंश से जुड़ा है।

इसकी सीमा चाइना बोडर से लगी हुई है। इसका क्षेत्रफल 1002 वर्ग किलोमीटर में फैला हुआ है। इस क्षेत्र में 430 गाँव आते हैं और 39 खत (पट्टी) आते हैं ! यह क्षेत्र सबसे सुरक्षित क्षेत्र और समृद्धि के लिय जाना जाता है। जोनसार बाबर की सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि अभी भी इस क्षेत्र में लोग संयुक्त परिवार में रहते हैं। इसका एक सबसे बड़ा फायदा यह हुआ है कि इस पूरे क्षेत्र से अभी तक एक भी परिवार का पलायन नहीं हुआ है और कोई गाँव अभी तक शहर में नहीं बदला है।

इसके ऊँचे पहाड़ी क्षेत्र के जंगलों में बड़े–बड़े और सुन्दर देवदार के वृक्ष बहुत मात्रा में पाये जाते हैं। इस क्षेत्र में दूध, ऊन, और जानवरों का भारी मात्रा में उत्पादन होता है। अगर हम फसल की बात करें तो अदरक, आलू, टमाटर, हरी मिर्च, मटर, राजमा दालें आदि भारी मात्रा में उगाई जाती हैं।

अब मैं आपको यहाँ के धार्मिक पूजा स्थलों के बारे में बताता हूँ। यह क्षेत्र हेनोल मन्दिर के लिए जाना जाता है। यहाँ का हर परिवार किसी भी कार्य को करने से पहले अपने कुल देवता 'महासु' को याद करते हैं और उनकी पूजा करते हैं । यहाँ पर शिवलिंग की पूजा की जाती है। यह जगह हेनोल के नाम से भी जानी जाती है। दूसरा स्थल है लाखामंडल : यह वही जगह है, जहाँ पर पाण्डवों के साथ लाक्षागृह की घटना घटी थी। इसी लिए इसका नाम लाखामंडल रखा गया है। इस स्थल को देखने के लिए पर्यटक दूर दूर से यहाँ आते हैं । तीसरा स्थल है गढ़ विराट जो चकराता मसूरी मार्ग पर है। इसको अभी विराट खाई के नाम से जाना जाता है । यहाँ पर राजा विराट राज किया करते थे, ये वहीं के राजा विराट थे, जहाँ पर पाण्डवों ने गुप्त वास काटा था और राजा के महल में नौकर बन कर काम किया था। आज भी इस स्थल पर महलों के अवशेष मौजूद हैं।, आज भी जोनसार बाबर क्षेत्र के लिए प्रत्येक गाँव में पाण्डवों को नृत्य देवता के रूप में पूजते हैं ।

अब मैं आपको इस क्षेत्र कुछ पर्यटक स्थलों और मेले के बारे में बताता हूँ। चकराता एक बहुत ही सुन्दर जगह मानी जाती है और इसके आस–पास बहुत सुन्दर–सुन्दर और भी पर्यटक स्थल हैं जैसे रामताल ठाण डांडा और टाइगर फॉल, जो कि बरबस आपको अपनी ओर आकर्षित करते हैं।

राम ताल भी एक प्रसिद्ध स्थल है, यहाँ पर 3 मई को वीर केशरीचन्द के नाम पर मेला लगता है। शहीद वीरकेशरी चन्द जोनसार बाबर के वो वीर थे, जो आजादी की लड़ाई के समय आजाद हिन्द फौज में भर्ती हुए और अपने देश के लिए लड़े और अंग्रेजी सरकार ने उनको फांसी की सजा दे डाली।

अगर खान–पान की बात करें तो यहा के लोग गेहूँ , मक्का, और मंडवे के आटे का सेवन ज्यादा करते हैं। माना जाता है कि पहाड़ों के मौसम को देखते हुए यहाँ पर माँस और मदिरा का सेवन अधिक मात्रा में किया जाता है! **आप सभी उत्तराखंड निवासी जो अपने गाँव को छोड़कर शहरों में बसे हैं, उनसे मेरी विनती है कि सभी लोग साल में कम से कम दो बार आप गाँव अवश्य जायें और अपनी संस्कृति और समाज के बारे में जानकारी दें।**

मैं खुश किस्मत और भाग्यशाली हूँ कि मैंने उत्तराखंड देवभूमि में जन्म लिया और आज जिस प्रकार से उत्तराखंड के लोग देश को चलाने में अपना योगदान दे रहें और ऊँचे पदों पर जो उन्होंने अपने प्रदेश उत्तराखंड का मान और सम्मान बढ़ाया है, मैं उन सभी को एक उत्तराखंडी होने के नाते नमन करता हूँ।

आपको भी जब कभी मौका मिले तो जरूर पधारे मेरे इस उत्तराखंड के जोनसार बाबर क्षेत्र में हम आपका इन्तजार करेंगे।

श्याम सिंह चौहान
राधिका अपार्टमेंट
सैक्टर–14, द्वारका

अंधविश्वास के खिलाफ एक मुहीम

समय बहुत आगे बढ़ गया है, विज्ञान ने बहुत प्रगति कर ली है, परन्तु लगता है मेरा गाँव वहीं का वहीं है। वही मान्यतायें, वही विश्वास; विज्ञान की प्रगति ने मेरे गाँव को छुआ तक नहीं है, जबकि मोबाइल, कंप्यूटर, गाड़ी, कार ये सब जीवन के अभिन्न अंग जरुर बन गए हैं। सोच और विचारधारा का अभाव अभी भी गाँव के जीवन में अंधविश्वास को सबसे ऊँची पायदान दिए हुए है। अपने हर छोटे बड़े दुःख के लिए सबसे पहले देवता की पूजा और फिर जादू टोने तथा पितरों का प्रभाव आज भी गाँव के जीवन को अंधकारमय बनाये हुए है। अक्सर इस प्रकार की कई घटनाएं हमारे सामने घटती रहती हैं और हम मूल दर्शक बन कर बस देखते ही रहते हैं। अक्सर अंधविश्वास के चलते इन दासों (ओझाओं) के चक्कर में अंधविश्वासी लोगों को जान से हाथ धोना पड़ता है।

इस कुप्रथा का विरोध करना अपने ईष्ट देव या देव भूमि और संस्कृति के विरूद्ध होना बिल्कुल नहीं है, परन्तु देवता के नाम पर चलने वाली ये अन्धविश्वास की दुकाने बंद होनी चाहिए। अन्यथा पूरा समाज इस अंधविश्वास से कभी उभर नहीं पाएगा। आधुनिक चिकित्स प्रति समाज में एक जन जागरण अभियान चलाए जाने की जरुरत है तभी समाज को इस अन्धविश्वास से मुक्ति मिल पाएगी।

प्रीति कोटनाला
मैट्रो व्यू अपार्टमेन्ट
सैक्टर–13, द्वारका

संपादकीय विश्लेषणः लेखिका ने उत्तराखंड में व्याप्त डर और अंधविश्वास से भरे हुए लोगों के जीवन को दर्शाने का प्रयास किया है। एक बहुत ही व्यापक स्तर पर काम करने की आवश्यकता है ताकि इस मूलभूत समस्या को जड़ से मिटा दिया जाए।

हमारा पिछोड़

पिछोड़ को द्वारका उत्तराखंडी समिति ने अपने मेम्बरशिप फार्म में चिह्न (Monogram) बनाया है। मैं इसके बारे में आपको संक्षेप में बताना चाहता हूँ कि पिछोड़ विशेष रूप से कुमाऊँ मण्डल एवं कुमाऊँ–गढ़वाल के सीमावर्ती क्षेत्रों में शादी ब्याह एवं शुभ कार्यो में पहने जाने वाला वस्त्र है जिसे विवाहित महिलाएं पहनती हैं। शादी के दिन पहली बार इस की माँ / ई जा समय इसे लड़की

विवाह के समय पिछोड़ को लड़की कन्यादान करते को पहनाती हैं, इसके बाद लड़की आभूषण इत्यादि पहनकर अपने जीवन साथी के साथ 7/9 फेरे लेती है, यह पिछोड़ सूती कपड़े से निर्मित गहरे पीले रंग का एक गोल–गोल महरूम रंगों से सुज्जित वस्त्र है। शादी–ब्याह अथवा

अन्य समारोह में महिलाएं जब इसे पहनती व ओढ़ती हैं तो सभी महिलाएं एक जैसी और बहुत सुन्दर लगती हैं।

जे.एस. नेगी
अक्षरधाम अपार्टमेन्ट
सैक्टर–19, द्वारका

समय की धारा

दरिया के तेज बहाव में बहा जा रहा हूँ मैं,
खुद नहीं जानता, कहाँ जा रहा हूँ मैं,
ज़ख्मों से चूर–चूर है मेरा सारा शरीर,
जीवन के पथ में फिर भी बढ़ा जा रहा हूँ मैं।
खाता हूँ रोज ठोकरें पर टूटता नहीं,
रास्ते का एक पत्थर बना जा रहा हूँ मैं,
मन में थी हसरतें, की कोशिशें उन्हें हासिल करें,
और अपने किए की सजा, आज पा रहा हूँ मैं।
खोया जो जिन्दगी में, जी हो गया उचाट सा
दुनिया के मेले में खोया जा रहा हूँ मैं
मोती मिले थे मुझे केवल लुटाने के वास्ते,
दोनो हाथ अपने खाली किए जा रहा हूँ मैं।
हो सकूं मेरे देश की मिट्टी पे मैं निसार,
उसकी पुकार पर ही मिटा जा रहा हूँ मैं।

दिनेश नेगी
अक्षरधाम अपार्टमेन्ट
सैक्टर–19, द्वारका

पहाड़ और चीड़ के पेड़

आप चीड़ के पेड़ के बारे में अवश्य जानते ही होंगे। मैं इस पेड़ के फायदे और नुकसान के बारे में अपने लगभग सात दशक से भी ज्यादा के अनुभव को शेयर करना चाहता हूँ।

इसके गिने चुने फायदे : इस पेड़ से हमें लकड़ी (जलाने व मकान में) लीसा (तारपीन के लिए) और दाम (स्योंत के बीज) प्राप्त होते हैं। दाम स्वादिष्ट और पौष्टिक तो होते हैं, परन्तु बहुत ही अधिक मेहनत से प्राप्त होते हैं।

इस पेड़ को लगाने से होने वाले नुकसान इस प्रकार हैं: 1. पानी के स्रोतों का एकदम सूखना, 2. जंगलों में बार–बार आग लगने का डर, 3. पेड़ के ताप (छाया) के कारण फसल का प्रभावित होना, 4. इसके पत्तों (पिरूल) के कारण आम फसलों के अलावा अन्य सभी वनस्पति लुप्तप्राय हो जाती है। यहां तक की घास भी नहीं उगती है। 5. पिरूल (चीड़ के पत्ते) के रहते इसके ऊपर चलने में भी खतरा रहता है।

आजकल इस लकड़ी का जलाने और भवन निर्माण में उपयोग नहीं के बराबर है। यदि जरूरत हुई तो पेड़ काटने के लिए वन विभाग की अनुमति भी आवश्यक है जिसके लिए इस विभाग के कई चक्कर लगाने पड़ते हैं।

यदि हम चीड़ के बजाय बाँज या मेहल के पेड़ लगायें तो फायदेमंद होगा क्योंकि ये बरसात के पानी को काफी हद तक सोखने की क्षमता रखते हैं और साथ ही आवश्यकता पड़ने पर चारा और जलाने के लिये लकड़ी भी उपलब्ध कराने में सक्षम हैं।

यह कहना अतिश्योक्ति नहीं होगा कि इस पेड़ का आतंक बंदर और सुअर के आतंक से किसी भी प्रकार से कम नहीं है।

डी.एस. रौतेला
शुभम अपार्टमेंट,
सैक्टर–12, द्वारका

द्वारका में उत्तराखंडी उत्तरायणी महोत्सव में भाग लेकर गौरव की अनुभूति हुई

Asha Aswal

mob. 9873735552
9555864141

DEMO

DIGITAL EVENT MANAGEMENT

Movie, Short film, Portfolio, Cinematography, Advertisement,
PromotionVideo, Event Planner Marriage, Seminar

Add:C-69-70 Shani Bazar Sainik Nagar,Uttam Nagar.79
E-mail. Digitalevent@gmail.com

RAKESH JOSHI
7678490008

AMARJEET
7878538222

UTTARAKHAND

DURGA ASSOCIATES

• REAL ESTATE CONSULTANTS • HOME LOANS • CONSTRUCTION WORK
• INVESTMENT ADVISORS
Flat Pocket-2, Sec.-14, Dwarka, New Delhi- 110078
• E-mail: durga.associates002@gmail.com

Monu Bhai
9015368481

Manoj Garg (Titu)
9211428997

Oneness Properties

Deals In, All Type of Properties

Sale| Purchase| Renting

E-mail: onenessprop@gmail.com

MIG Flat No- 297, G/F, Kautaliya Apartment Pocket-
Sector-14 Dwarka, Phase-II, New Delhi-75

List of New Members*

M. No.	Name	Appt./Sec. Dwarka
27	PRITAM PANDEY	Sector 15
28	DEVIKA NEGI	Akshardham Appt. Sec. 19
29	SWATI DHARM SATTU	Happy Home Sec. 7
31	PRADEEP RAWAT	Pkt 3, Sec. 11
33	CHANDAN SINGH	Pkt 3, Sec. 11
38	DIWAN SINGH RAWAT	Pkt 3, Sec. 11
39	PRADEEP SINGH RAWAT	Pkt 3, Sec. 11
40	PRAKASH CHANDRA KANTI	Chandra Vatika, Sec. 15
41	SURENDER PRASAD JUYAL	Akshardham Appt. Sec. 19
42	SHASHI KUMAR RAWAT	Akshardham Appt. Sec. 19
43	D.S. PATWAL	Akshardham Appt. Sec. 19
44	MANOJ KUMAR PANDEY	Akshardham Appt. Sec. 19
45	YUDHBIR SINGH NEGI	Akshardham Appt. Sec. 19
46	J.S. NEGI	Akshardham Appt. Sec. 19
47	ANOOP SINGH BISHT	Akshardham Appt. Sec. 19
48	KISHAN SINGH NEGI	Akshardham Appt. Sec. 19
49	SHIV PRAKASH DOBRIYAL	Akshardham Appt. Sec. 19
50	DINESH SINGH NEGI	Akshardham Appt. Sec. 19
51	DR. R.P. PATHAK	Akshardham Appt. Sec. 19
52	MANDHAR SINGH BISHT	Akshardham Appt. Sec. 19
53	MEENA PANT	Akshardham Appt. Sec. 19
54	BHARAT RAJ SINGH RANA	Akshardham Appt. Sec. 19
55	RAJANI MATHANI	Akshardham Appt. Sec. 19
56	ALOK MISHRA	Akshardham Appt. Sec. 19
57	ASHUTOSH MISHRA	Akshardham Appt. Sec. 19
58	B.P. MATHANI	Sec. 11
59	PUSHKAR SINGH BISHT	Sec. 11
60	ANAMIKA BISHT	Akshardham Appt. Sec. 19
61	D.P. SHARMA	Akshardham Appt. Sec. 19
62	INDER MANI SEMWAL	Akshardham Appt. Sec. 19
63	UPENDRA KUMAR BHATT	Excellence Appt. Sec. 18A
64	VIKAS BHATT	Prabhavi Appt. Sec. 10
65	SUMIT KUMAR BHATT	Bindapur
66	ASHISH BHATT	Rajasthan Appt. Sec. 4
67	SUDEEP BHATT	Krishna Garden Sec. 19B
68	PUSHPA KANDWAL	Madhu Vihar
71	MANOJ MISHRA	Akshardham Appt. Sec. 19
72	R S BISHT	Akshardham Appt. Sec. 19
73	KULDEEP SINGH BHANDARI	Akshardham Appt. Sec. 19
74	MR. NAVEEN SUNDRIYAL	Akshardham Appt. Sec. 19
75	NEERAJ BHATT	Akshardham Appt. Sec. 19
76	RUKAM CHAND	Akshardham Appt. Sec. 19
77	SURENDRA BHARTI	Akshardham Appt. Sec. 19
78	MAHENDRA PRATAP	Akshardham Appt. Sec. 19
79	ISHWARI DATT BHATT	Akshardham Appt. Sec. 19
80	SHASHI RAWAT	Akshardham Appt. Sec. 19
81	KAMAL RAWAT	Akshardham Appt. Sec. 19
82	SANJAY RAWAT	Akshardham Appt. Sec. 19
83	RAVINDER SINGH RAWAT	Akshardham Appt. Sec. 19
84	ANANDMANI BAHUGUNA	Akshardham Appt. Sec. 19
85	JAGDISH CHANDRA LOHANI	Sec. 11
86	ANAND PRASAD TAMATA	Akshardham Appt. Sec. 19
87	DIWAN SINGH RAWAT	Vyas kunj Sec. 19
88	RAMESH RAM	Akshardham Appt. Sec. 19
89	RAMESH CHANDRA SEMWAL	Akshardham Appt. Sec. 19
90	JAGAN NATH PATANI	Akshardham Appt. Sec. 19
91	HIRA SINGH MEHRA	Sec. 19
92	MRS. PREMA MEHRA	Sec. 19
93	NAR SINGH NEGI	Akshardham
94	SANJEEV KUMAR GAUR	Sunrise Appt. Sec. 1A
95	DINESH SINGH BORA	Bindapur
96	BALJEET SINGH RAWAT	Bindapur
97	YOGENDRA RAWAT	Bindapur
98	KHUSHHAL RAUTELA	Shubham Appt. Sec. 12
99	SHANKARDUTT	Rajapuri
100	DAULAT SINGH RAUTELA	Shubham Appt. Sec. 12
101	KALPANA GHILDIYAL AGG.	Om Appt. Sec.14
102	GIRAJA SHANKAR PANDEY	Om Appt. Sec.14
103	SHER SINGH DANU	Om Appt. Sec.14
104	PAWAN SINGH RAWAT	Om Appt. Sec.14
105	AMIT BHATT	Om Appt. Sec.14
106	MAHABIR SINGH BISHT	Om Appt. Sec.14
107	DANBIR KARAN SINGH NEGI	Om Appt. Sec.14
108	NANDAN SINGH BISHT	Om Appt. Sec.14
109	VED PRAKASH BAHUGUNA	Om Appt. Sec.14
110	DEVENDER DHYANI	Om Appt. Sec.14
111	BRIJ MOHAN SINGH RAUTELA	Gangotri Appt. Sec. 12
112	SOVAN SINGH PANWAR	Sec. 6
114	RAJ KUMAR BHADULA	Bindapur
115	MAHABIR SINGH NEGI	Bindapur
116	K.S. CHAUHAN	Bindapur
117	MOHAN SINGH NEGI	Bindapur
119	UMESH BHATT	Golf Link Residency Sec. 18B
120	PANKAJ DHYANI	Goutam Colony
121	JAGAT SINGH RAWAT	Sec. 23
122	NEETASHA SHARMA	Sec. 23
123	SACHIN MALKOTI	Sec. 23
124	RAHUL MALKOTI	Sec. 23
125	BIMLA DEVI	Sec. 23
126	MEENA BISHT	VijayeeveerAwas 18A
127	SANDEEP PANT	VijayeeveerAwas 18A
128	DEEPA ADHIKARI	Sec.-23

*Subject to Approval

M. No.	Name	Appt./Sec. Dwarka
187	RADHA PANGTEY	DDA SFS FLATS
188	GEETA JANGPANGI	Metro View Appt., Sec. 13
189	DAMYANTI JANGPANGI	Om
190	MRS. KIRAN TOLIA	Sector 13 Dwarka
201	JAIPAL SINGH BHANDARI	Radhika Appt. 14
202	MANOJ SINGH BISHT	Radhika Appt. 14
203	MANOJ GHILDIYAL	Radhika Appt. 14
204	DEEPAK SINGH RAWAT	Radhika Appt. 14
205	DEVRAJ BISHT	Radhika Appt. 14
206	KESAR SINGH SANI	Radhika Appt. 14
207	ASHOK JUYEEL	Om Appt. Sec.14
208	MANMOHAN SINGH NEGI	Radhika Appt. 14
209	RAM SINGH SAINI	Radhika Appt. 14
210	ROSHAN MAMGAIN	Radhika Appt. 14
211	SUNITA JUYAL	Radhika Appt. 14
212	PRASHANT GHANSYALA	Metro View
213	RAKESH CHANDRA JUYAL	Radhika Appt. 14
214	RAKESH KUMAR	Peepal Appt. Sec. 17
215	MANJU NEGI	Akshardham Appt. Sec. 19
216	SURENDRA SINGH	Ashiana Sec. 6
217	MAHESH CHAUHAN	Vande Mataram
218	VINOD BHANDARI	Bahawalpur Sec. 4
219	SATYA PRAKASH GHILDIYAL	Metro View Appt., Sec. 13
220	SUBHASH SINGH NEGI	Samridhi Appt. Sec. 18B
221	TRILOK SINGH BISHT	Sec. 22
222	KUNDAN SINGH BISHT	Sec. 23
223	DR. N.K. TEWARI	Shubham
224	KHYALI DATT JOSHI	Sec. 5
225	MANOHAR SINGH RAWAT	Aakriti Appt. Sec. 4
226	ANAND SINGH BISHT	Sec. 23
227	PRAKASH BHANDARI	Green Valley
228	NAVEEN CHANDRA DUMRA	Santosh
231	MANMOHAN SINGH RAWAT	Major Bhola Ram Colony Sec. 23
232	VIRENDER SINGH RANA	Major Bhola Ram Colony Sec. 23
233	KRISHNA PATHAK	Major Bhola Ram Colony Sec. 23
234	RAHUL SINGH RANA	MADHU VIHAR
235	GAUTAM SINGH RAWAT	PRAHLADPUR
236	RAMESH RANA	MADHU VIHAR
237	AJIT DHYANI	MBR ENCLAVE
238	CHARU PANDE	Arjun
240	GOVIND SINGH NEGI	Major Bhola Ram Colony Sec. 23
241	DR.KAVITA PATIYAL	Harmony
242	DEENA GUNJIYAL	Sec. 5
243	DEEPAK BOHRA	Sec. 16
244	VINEETA HYANKI	Sec. 17A
245	SANDHYA	Sec. 13B
246	DHEENA SONAL	Metro View Appt., Sec. 13

M. No.	Name	Appt./Sec. Dwarka
129	RAMESH CHANDER	Sec.-23
130	SAURAV MALKOTI	Sec.-23
131	GOVIND SINGH BISHT	Om Appt. Sec.14
132	DHARMENDER SINGH	Om Appt. Sec.14
133	DEVENDER SINGH NEGI	Om Appt. Sec.14
134	VIJENDER SINGH NEGI	Om Appt. Sec.14
135	DEEPAK SHAH	Om Appt. Sec.14
136	SANJEEV KUMAR POKHRIYAL	Om Appt. Sec.14
137	RAJEEV NAUTIYAL	Om Appt. Sec.14
138	BHAGWATADITYA S. CHAUHAN	Om Appt. Sec.14
139	SATENDER SINGH BHANDARI	Om Appt. Sec.14
140	ANAND SINGH RAWAT	Om Appt. Sec.14
141	ANIL SHARMA	Om Appt. Sec.14
142	MAN SINGH BHANDARI	Kautiyla
143	VIJAY SINGH GUSAIN	PHASE2
144	BALAM SINGH BISHT	Om Appt. Sec.14
145	RAVI PANAI	Om Appt. Sec.14
146	UMESH CHAND JUGRAN	Kautiyla
147	KALPESHWAR BAHUGUNA	Om Appt. Sec.14
148	HARISH BHANDARI	Om Appt. Sec.14
149	ANOOP SINGH NEGI	Kautiyla
150	PRAKASH SINGH RAUTELA	Kautiyla
161	BALA DUTT PATHAK	Radhika Appt. 14
162	VIPIN CHANDRA BOURAI	Radhika Appt. 14
163	SARASWATI	Peepal Appt. Sec. 17
164	MADAN BHATT	Radhika Appt. 14
165	KAVITA BANGARI	Radhika Appt. 14
166	LILAWATI	Radhika Appt. 14
168	MR KAILASH DEWADI	Radhika Appt. 14
169	ARVIND GAUR	Roosewood Appt. Sec. 13
170	YOGENDER SINGH RAWAT	Radhika Appt. 14
171	BABITA BISHT	Radhika Appt. 14
172	SUSHMA BANDOONI	Sarvahit Appt. 17A
173	SONAM SINGHAL	Radhika Appt. 14
174	RAJNI BHAWAN	Radhika Appt. 14
175	LAXMI DWIVEDI	Radhika Appt. 14
176	PUSHPA CHAUHAN	Metro View Appt., Sec. 13
177	DEEPA BISHT	Metro View Appt., Sec. 13
178	AARTI BISHT	NetaJi Subhash
179	JAGPAL SINGH PANWAR	Sector 13 Dwarka
180	URMILA RAWAT	Sector 14
181	HARISH ARYA	Gangotri
182	NATH SINGH JANGPANGI	Akshardham Appt. Sec. 19
183	BIMLA JANGPANGI	Metro View Appt., Sec. 13
184	GOVIND SINGH JOSHAL	Metro View Appt., Sec. 13
185	TANUJA MARTOLIA	EPFO Complex
186	B.S. JANGPANGI	Metro View Appt., Sec. 13

M. No.	Name	Appt./Sec. Dwarka
247	DR. AMITA JANGPANGI	Metro View Appt., Sec. 13
248	MAMTA GARBYAL	Metro View Appt., Sec. 13
249	RICHA SINGH	Metro View Appt., Sec. 13
250	VIJAY LAXMI NEGI	Nanda Devi Appt. Sec. 10
251	DAN SINGH BIST	Radhika Appt. 14
252	JAGBEER SINGH CHAUHAN	DWARKA
253	RENU MATHPAL	Radhika Appt. 14
254	MANOJ KUMAR MANJEDA	DWARKA
255	KUNDAN SINGH	Radhika Appt. 14
257	BC JOSHI	Savvahit
260	AMAR NEGI	Sector 14
261	HARPAL SINGH	NetaJi Subhash Appt. Sec. 13
262	RAJENDER SINGH RAWAT	NetaJi Subhash Appt. Sec. 13
264	NAVEEN PANT	Rosewood Appt. Sec. 13
266	HIMANSHU PANT	Om Appt. Sec.14
267	H.S. BISHT	NetaJi Subhash Appt. Sec. 13
268	LOKESH SINGH JANGPANGI	Sec. 13
270	SHASHI BISHT	NetaJi Subhash Appt. Sec. 13
271	NAND KISHORE JOSHI	Akshardham Appt. Sec. 19
272	A.S. RAUTELA	Sec. 18B
273	BHUWAN JOSHI	Sector 12
274	HARISH GIRI GOSWAMI	Sec. 18
275	SURYA PRAKASH JAMLOKI	Bindapur
276	RANJIT SINGH RAWAT	Bindapur
277	VINOD RAWAT	Bindapur
278	VIMAL NAUTIYAL	Bindapur
279	MANISH PUROHIT	Bindapur
280	MEENA RAUTHAN	Akshardham Appt. Sec. 19
281	PADVENDRA RANA	Rajapuri
282	RAJNI MAITHANI	Akshardham Appt. Sec. 19
283	HARSHI ASWAL	Mahavir Enclave
284	NAVEEN SUNDRIYAL	Akshardham Appt. Sec. 19
285	GAUTAM NEGI	Paradise Apt. Sec. 19
286	KALPNA NAYAL	Sector 13 Dwarka
287	PINTOO BHANDARI	Sector 22, Dwarka
288	BINDU DEVI PANT	Akshardham Appt. Sec. 19
289	ANITA BISHT	Supriya Appt. Sec.10
290	PUSHPA CHAMOLI	Supriya Appt. Sec.10
291	SHRI DEV DHOUNDIYAL	Peepal Appt. Sec. 17
292	ARUN GAUR	Sector 11
293	VIKRAM SINGH CHAUHAN	Madhu Vihar
294	NIRMALA CHAUHAN	Madhu Vihar
295	VIJAY SINGH NEGI	Madhu Vihar
296	GOVIND SINGH PANWAR	Madhu Vihar
297	DEEPAK SINGH RAWAT	Mahavir Enclave
298	ASHISH RAWAT	Madhu Vihar
299	BHAGAT SINGH	Madhu Vihar

M. No.	Name	Appt./Sec. Dw
301	GOPAL SINGH BISHT	MADHU VIHAR
302	NARAYAN PATWAL	MADHU VIHAR
303	TEEKA RAM DABRAL	MADHU VIHAR
304	CHAND PRAKASH BHATT	MADHU VIHAR
305	JAGDISH UNIYAL	MADHU VIHAR
307	ANAND MANI SILSWAL	MADHU VIHAR
308	ANAND PRAKASH KATHIYAL	MADHU VIHAR
310	S.S. RAWAT	DWARKA
311	RAKESH JOSHI	Sarvit Appt. Sec. 17
312	AVIJEET RAWAT	Om Appt. Sec.14
313	DHARMESH SHARMA	Om Appt. Sec.14
314	GOPAL SINGH SHAH	SBS Appt. Sec. 14
315	SANDEEP DHOUNDIYAL	SKGA. Sec. 14
316	RAJESH PANT	Shri Badrinath Appt.
317	NARENDRA RAWAT	Gangotri Appt. Sec. 1
321	VIKAS BISHT	NetaJi Subhash
322	UMESH CHAND	Om Appt. Sec.14
323	AMAR SINGH NEGI	Najafgarh
324	VIPUL PANT	Shree Awas Sec. 18B
325	VIJAY PAL SINGH	Metro View Appt., Sec
326	DINESH CHANDRA JOSHI	Rajapuri
331	VINOD KUMAR RAWAT	Metro View Appt., Sec
332	RUDRA SINGH MEHRA	Smiriti Appt., Sec. 18/
333	SURENDRA SINGH FUNIA	Metro View Appt., Sec
334	D.S. DEV	Metro View Appt., Sec
335	THAKUR SINGH BHANDARI	Metro View Appt., Sec
341	RAKESH SINGH SAJWAN	Sec. 9
342	N.S. BISHT	Ganinath Nikunj
343	PREM SINGH RAWAT	Sec. 11
344	HEMANT GOSAIN	Sec. 11
345	BIJENDRA SINGH CHOUHAN	Akshardham
346	VIRENDER PRASAD UNIYAL	Vyas Kunj Sec. 11
348	MAHABIR SINGH NEGI	Shri Ganinath Nikunj
349	ARVIND K.V. SHARMA	Vidyut (CGHS)
350	ASISH SEMWAL	Sector 2
351	JAI PRAKASH RAWAT	Samridhi Appt. Sec. 18
352	MADAN MOHAN GUSAIN	Radhika Appt. 14
353	KUSUM GAUR	Rosewood Appt. Sec. 1
354	NARESH BAHUKHANDI	Sec. 15
355	MANMOHAN SINGH	Vikas vihar Kakrola
356	VIRENDRA SINGH RAWAT	Vikas vihar Kakrola
357	VINOD THAPLIYAL	Bharat Vihar
358	SHRI P C PATHAK	Radhika Appt. 14
359	SANJAY BISHT	Radhika Appt. 14
360	SANTOSH BARTHWAL	Radhika Appt. 14
361	GIRISH PRASAD UNIYAL	Sector 19 B
362	MEENA KANDPAL	Appu Enclave Sec 11

M. No.	Name	Appt./Sec. Dwarka
381	G.S. PANT	Classic App. Sec. 22
382	SUMAN BALODHI	Sec. 23
383	NARENDRA BADOLA	Classic App. Sec. 22
384	B.C. PANDEY	Olive Green Appt. Sec. 16B
385	KANIKA BHATT	Olive Green Appt. Sec. 16B
386	K.K. JOSHI	Olive Green Appt. Sec. 16B
387	KIRAN RAWAT	Chittrakoot Appt. Sec. 22
388	VINOD KUMAR PANDEY	Sector 22, Dwarka
389	RENUKA SHARMA	Sector 22, Dwarka
390	NAGENDER SINGH RAUTELA	Shaman Vihar Sec. 23
411	LALIT MOHAN	Rajapuri
412	HEMA MEHTA	Rajapuri
413	DEEPAK NAUTIYAL	Rajapuri
414	NARESH SINGH	Rajapuri
415	DINESH JOSHI	Rajapuri
416	PARVINDER SINGH BAGDWAL	Rajapuri
417	SHIV CHARAN SINGH RAWAT	Rajapuri
418	CHANDAN SINGH	Chandanwari Sec. 10
419	JOT SINGH BHANDARI	Rajapuri
420	SOHAN SINGH	Rajapuri
426	B C SHAH	DWARKA
445	JAGDISH RAM PAURI	Gauri Ganesh Sec. 3
	RAJESH RAWAT	Metro View Apartment

DWARKA UTTARAKHANDI UTTARAYANI SAMITI (REGD)

Working for
Cultural Promotion
and
Social Upgadation

Membership open
upto
30th January

contact: 9810261854
duusdelhi@gmail.com

Klassic Arts

Jagdish Singh Negi

Designing and Printing Solutions

9810261854 klassiccomp@gmail.com

Barcode Sticker/Tags

Duplex Boxes

द्वारका उत्तराखंडी उत्तरायणी समिति (रजि.)

(रजिस्ट्रेशन नं. : S/RS/DW(SW)/393/2018)

उत्तराखंड की संस्कृति के संरक्षण और संवर्धन के प्रति समर्पित

कार्यकारिणी सदस्य

वीरेन्द्र सिंह नेगी
अध्यक्ष

टी.पी. जोशी
उपाध्यक्ष

मीना पटियाल
उपाध्यक्ष

शशि रावत
उपाध्यक्ष

के.एस. अधिकारी
उपाध्यक्ष

एस. एस. चौहान
उपाध्यक्ष

जगदीश सिंह नेगी
सचिव

वीरेन्द्र सिंह बिष्ट
संयुक्त सचिव

महेश बडोला
संयुक्त सचिव

अमृता बिष्ट
संयुक्त सचिव

प्रिती सलियन
संयुक्त सचिव

प्रीता भारद्वाज
संयुक्त सचिव

अनिल पन्त
कोषाध्यक्ष

राजीव रावत
संयुक्त कोषाध्यक्ष

एल. पी. ध्यानी
सलाहकार

मुकेश बड़थ्वाल
सांस्कृतिक सचिव
एवं संपादक

राजेन्द्र सिंह रावत
सांस्कृतिक सहायक सचिव

सुभाष कान्ति
समन्वयक-संपादकीय

बलदेव सिंह बिष्ट
कार्यकारी सदस्य

भरत सिंह बिष्ट
कार्यकारी सदस्य

डी.एस. मेहता
कार्यकारी सदस्य

जोगिन्द्र सिंह बिष्ट
कार्यकारी सदस्य

नागेन्द्र प्रसाद जुयाल
कार्यकारी सदस्य

प्रेम सिंह रावत
कार्यकारी सदस्य

सुनिल प्रसाद सेमवाल
कार्यकारी सदस्य

Last Uttarayani Preparations

apollo TYRES

SUCH STOPPING POWER, MAKES YOU BELIEVE IN MIRACLES

APOLLO Alnac 4G

DESIGNED FOR MIRACULOUS PERFORMANCE

LARGE OUTER SHOULDER FOR STABILITY

FIRM CENTRE RIB FOR STEERING PRECISION

NEW-GEN TREAD COMPOUND FOR BRAKING

TOLL FREE : 1800 212 7070; www.apollotyres.com; Follow us on

Original OE fitment on MARUTI SUZUKI: Ciaz, Vitara Brezza, Baleno. **HYUNDAI:** i20 Elite,i20 Active. **TATA:** Zest. **FIAT:** Punto Abarth, Punto-Sportz