

प्रगति पथ

वर्ष 2017-18



दि स्टेट ट्रेडिंग कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड
(भारत सरकार का उपक्रम)

निज भाषा उन्नति अहै,
सब उन्नति को मूल ।

- भारतेन्दु हरिश्चंद्र

प्रगति पथ

अनुक्रमणिका

संपादक मंडल

संरक्षक

राजीव चोपड़ा

अध्यक्ष-एवं-प्रबंध निदेशक
(अतिरिक्त प्रभार)

मार्गदर्शन

- संजीव कुमार शर्मा, निदेशक (कार्मिक)
- टी. केरकेट्टा, महाप्रबंधक (कार्मिक)

संपादक

डॉ. जगदीश प्रसाद

मुख्य प्रबंधक (राजभाषा)/राजभाषा प्रमुख

सहयोग

- स्वराज वरुण, उप प्रबंधक (राजभाषा)
- पूनम शर्मा, उप प्रबंधक (राजभाषा)
- कमलेश कुमार पाल, उप प्रबंधक
- राजेश निक्सन, वरि.कार्यालय प्रबंधक-II

पता/संपर्क

दि स्टेट ट्रेडिंग कार्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड

जवाहर व्यापार भवन

टॉलस्टॉय मार्ग,

नई दिल्ली-110001

फोन: 011-23462100

ईमेल: rajbhasha.co@stclimited.co.in

- अध्यक्ष-एवं-प्रबंध निदेशक का संदेश

राजीव चोपड़ा

- निदेशक (कार्मिक) की कलम से

संजीव कुमार शर्मा

- संपादकीय

डॉ. जगदीश प्रसाद

- पहल एवं प्रयास

- राजभाषा संबंधी गतिविधियाँ

9-15

- साहित्य-सरिता

16-29

‘सभ्यता का रहस्य’ (कहानी) - प्रेमचंद

16

सूर्यकांत त्रिपाठी ‘निराला’ की चुनिंदा कविताएँ

20

‘हिम्मत और जिंदगी’ (लेख) - रामधारी सिंह दिनकर

21

‘बचपन की यादें’ (लेख) - स्वराज वरुण

23

‘नोटबंदी’ (लेख) - विनिता दास गुप्ता

24

‘संत शिरोमणि कबीरदास’ - किशोर कुमार कौशल

25

‘प्रकृति का करुण क्रंदन’ (कविता) - कमलेश कुमार पाल

28

‘खवाब’ और ‘मन’ (कविताएँ) - रूपम कुमार

28

‘पागल’ (लघुकथा) - डॉ. जगदीश प्रसाद

29

- समसामयिक

‘कृत्रिम बुद्धिमत्ता’- उज्ज्वल श्रीवास्तव

30

- कदम-दर-कदम

‘एसटीसी में कार्पोरेट सामाजिक दायित्व (सीएसआर) : एक झलक’

33

- के.एच. जानेन अंगोम

- प्रेरणास्रोत

‘दिलीप कुमार’ : एक अतुलनीय कलाकार - बृजेश प्रसाद

34

- हमारा स्वास्थ्य

‘मोटापा : अनेक बीमारियों की जड़’ - कमलेश कुमार पाल

36

- संस्कृति के रंग

‘तिरुक्कुरल’ - किशोर कुमार कौशल

39

पत्रिका में प्रकाशित लेखों/रचनाओं आदि में व्यक्त विचार रचनाकारों के निजी विचार हैं। संपादक मंडल अथवा प्रबंधन का इनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है। इनकी मौलिकता का दायित्व स्वयं रचनाकार का है।

**हमारा
व्यावसायिक लक्ष्य**

सतत रूप से अपने प्रचालनों
के सभी क्षेत्रों में
विस्तार तथा उत्कृष्ट निष्पादन
करते हुए
अपने पणधारियों के मूल्य को
बढ़ाकर विश्व का
अग्रणी व्यापारिक संगठन
बनना।



अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक का संदेश

जहाँ सुख के पलों में आनंदित होना मनुष्य की नीयति है, वहीं प्रतिकूल परिस्थितियों में छटपटाना भी उसका स्वभाव है। परंतु सब कुछ हमेशा हमारी आशाओं व अपेक्षाओं के अनुरूप घटित होता रहे, यह कदाचित् कैसे संभव हो सकता है। जब चीजें हमारी इच्छानुसार होने लगती हैं तो जाहिर तौर पर हमें सुखानुभूति होती है। परंतु जब चीजें चाहत के विरुद्ध हों तो कष्ट अथवा पीड़ा होना भी स्वाभाविक है। जो कुछ अच्छा घटित होता है उस पर हमें अपने आप पर गर्व होता है, किंतु जो कुछ गलत होता है उसके लिए औरों को दोष देने की प्रवृत्ति आमतौर पर देखने में आती है। किसी ने कहा भी है - “सफलता का श्रेय लेने के लिए हर कोई आतुर हो जाता है, किंतु असफलता की स्थिति लावारिस बच्चे के समान होती है”।

जीवन का कोई भी ऐसा क्षेत्र नहीं है, जहाँ चुनौतियाँ बिल्कुल भी न हों। चुनौतियाँ एक प्रकार की परीक्षा की तरह होती हैं, जिन्हें पार करके ही अगले दर्जे पर पहुँचा जाता है। इसलिए आवश्यकता इनसे जूझने और पार पाने की है। इसे आदमी की क्षमता का पैमाना भी कहा जा सकता है। किसी समय कार्पोरेशन ने अवश्य ही बुलंदियों को छुआ और गौरव हासिल किया, परंतु आज परिस्थितियाँ विपरीत हैं। अनेक चुनौतियाँ हमारे सामने मौजूद हैं, जिनसे पार पाने की दिशा में हर संभव प्रयास किया जा रहा है। ऐसे में हम सबको अपनी क्षमता का विस्तार करते हुए और अधिक योगदान देने की आवश्यकता है।

मेरा मानना है कि परस्पर सहयोग करके बहुत कुछ हासिल किया जा सकता है, क्योंकि साझा प्रयास सदैव फलदायी होते हैं। राजभाषा हिंदी के कार्यान्वयन में प्रत्येक कर्मचारी से सहयोग की अपेक्षा की जाती है। बल्कि यह हम सबका दायित्व है कि भारत सरकार की राजभाषा नीति की अपेक्षाओं के अनुसार अपने कामकाज में राजभाषा हिंदी का प्रयोग किया जाए। मुझे पूरा विश्वास है कि हमारे कार्पोरेशन में इस संबंध में पर्याप्त जागरूकता है। हमारे कर्मचारी अपनी-अपनी क्षमता के अनुसार इसमें योगदान कर रहे हैं। परंतु इसमें लगातार प्रगति की दिशा में और प्रयास अपेक्षित हैं। “प्रगति-पथ” के प्रकाशन के पीछे भी हमारा यही उद्देश्य है कि अधिक-से-अधिक कर्मचारियों में राजभाषा हिंदी के प्रति रुचि बढ़े और उन्हें अपनी लेखन-प्रतिभा को प्रगट करने के लिए उपयुक्त मंच मिले। पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ। धन्यवाद।

(राजीव चोपड़ा)

“राष्ट्रीय व्यवहार में हिंदी को
काम में लाना देश की उन्नति
के लिए आवश्यक है।”

- महात्मा गाँधी

निदेशक (कार्मिक) की कलम से



किसी भी संस्था के लक्ष्यों की पूर्ति मुख्यतः इस बात पर निर्भर करती है कि उसकी जनशक्ति कितनी सुयोग्य, मेहनती तथा उत्साही है। इसी विचार को केंद्र में रखते हुए प्रत्येक संस्था अपने-अपने दृष्टिकोण से अपनी जनशक्ति का चयन करती है और उसे लगातार विकसित करने के लिए आवश्यक कदम उठाती है। इस प्रकार किए गए सफल प्रयास अन्य संस्थाओं द्वारा भी अपनाए जाते हैं जो कालांतर में स्वीकृत सिद्धांतों के रूप में स्थापित हो जाते हैं। समय की माँग के अनुसार इनमें जरूरी बदलाव आना भी अवश्यभावी है। इसके अलावा नयी परिस्थितियाँ उत्पन्न होने पर नए व्यवहारों एवं सिद्धांतों का जन्म लेना भी सहज व स्वाभाविक प्रक्रिया है। इस प्रकार इनमें गतिशीलता कायम रहती है।

कार्य विशेष के लिए सक्षम व्यक्ति का चयन करना भर्ती प्रक्रिया का परम लक्ष्य है। चूंकि इसका सीधा संबंध संस्था के लक्ष्यों की पूर्ति के साथ है, इसलिए इसमें अत्यंत सावधानी बरतने की आवश्यकता होती है। सही कार्य के लिए सही व्यक्ति का चयन करने के उपरांत उसे संस्था की कार्य संस्कृति में ढालने के उपाय किए जाते हैं। इसके पश्चात उसे विशिष्ट कार्यक्षेत्र में सक्षम बनाने के लिए प्रशिक्षित किया जाता है, ताकि वह संस्था में अपनी भूमिका को कारगर तरीके से निभा सके और संस्था के हितों की पूर्ति में अपेक्षित योगदान दे सके।

संस्था की ओर से किए जाने वाले इन तमाम प्रयासों के साथ-साथ उस व्यक्ति विशेष की सोच तथा कार्यशैली का भी बड़ा महत्त्व होता है। अपने कार्यक्षेत्र का पर्याप्त ज्ञान रखने वाला, उत्साही व मेहनती कार्मिक संस्था के लिए वरदान साबित होता है तो वहीं अक्षम, आलसी व नकारात्मक सोच रखने वाला संस्था पर बोझ बन जाता है। इसलिए मानव संसाधन से जुड़े प्रत्येक पहलु में नितांत सतर्कता बरतना अनिवार्य है। हमारे कार्पोरेशन में मानव संसाधन को सक्षम, सशक्त व कारगर बनाने की दिशा में लगातार प्रयास किए जा रहे हैं और आवश्यकतानुसार कार्मिक नीतियों व पद्धतियों में परिवर्तन भी किए जा रहे हैं ताकि संस्था के इच्छित लक्ष्यों की पूर्ति संभव हो।

मैं समझता हूँ कि भारत सरकार की राजभाषा नीति के अनुपालन में कार्मिकों की सक्रिय भागीदारी बेहद जरूरी है। इसीलिए हमने कार्पोरेशन में राजभाषा हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देने के लिए प्रोत्साहन योजनाएँ लागू की हैं। विभिन्न भाषाभाषी क्षेत्रों से संबंध रखने वाले कर्मचारियों के हिंदी के ज्ञान के स्तर को ध्यान में रखते हुए हिंदीतर भाषी कर्मचारियों को कुछ छूट देने की व्यवस्था भी की गयी है। मुझे यह देखकर सुखद अनुभूति होती है कि विगत कुछ समय से राजभाषा हिंदी के कार्यान्वयन में कर्मचारियों की भागीदारी लगातार बढ़ रही है जिससे दैनंदिन कामकाज में हिंदी के प्रयोग में वृद्धि हो रही है। इसके लिए मैं कार्पोरेशन के सभी कर्मचारियों की सराहना करता हूँ और आशा करता हूँ कि आप सब इसी तरह राजभाषा नीति के अनुपालन में अपना योगदान और अधिक उत्साह के साथ देते रहेंगे। प्रगति पथ के इस अंक के सफल प्रकाशन के लिए बहुत-बहुत शुभकामनाएँ। धन्यवाद। जयहिंद

(संजीव कुमार शर्मा)

“विदेशी भाषा का किसी स्वतंत्र राष्ट्र के राजकाज और शिक्षा की भाषा होना सांस्कृतिक दासता है।”

- वाल्टर चेनिंग

संपादकीय



मन के हारे हार है, मन के जीते जीत, उक्ति में दिए गए संदेश से जाहिर है कि मन हमारे जीवन में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। जब हमारे मन में सकारात्मक ख्याल आते हैं तो हमें सब कुछ आसान लगने लगता है। हम आत्मविश्वास का अनुभव करते हैं और कठिन से कठिन कार्य को भी सहज ही कर लेने का जज्बा रखते हैं। परंतु जब नकारात्मक विचार पनपने लगते हैं तो हमें हर चीज में परेशानी महसूस होती है। छोटी-से-छोटी मुश्किल पहाड़ जैसी नज़र आने लगती है। हमारी सारी क्षमता व शक्ति लुप्तप्रायः जान पड़ती है। कहने का अभिप्राय है कि हमारी सफलता अथवा विफलता अधिकांशतः हमारी मनःस्थिति पर निर्भर करती है। युद्धभूमि के ऐसे अनेक उदाहरण मिलते हैं जब कम संसाधनों के होते हुए भी मजबूत इरादों के साथ विजय प्राप्त की गयी हो। इसलिए मन में उत्पन्न होने वाले विचारों के प्रति सतर्क व सचेत रहने की आवश्यकता है। इसी के आधार पर व्यक्तित्व का निर्माण भी होता है। फिर सामाजिक प्राणी होने के नाते मनुष्य समाज के क्रिया-कलापों से प्रभावित होता है और वह इन्हें प्रभावित भी करता है। इसलिए परस्पर आदान-प्रदान इस संसार की स्वाभाविक रीति है। भाषा इसमें महती भूमिका अदा करती है। भाषा के माध्यम से ही हम अपने विचारों एवं भावों को बखूबी अभिव्यक्त कर पाते हैं।

अक्सर देखा जाता है कि व्यक्ति विभिन्न विषयों पर अपनी राय तो रखता है, परंतु उसे अभिव्यक्त नहीं कर पाता है। कई बार इसके लिए उसे उचित अवसर अथवा मंच भी नहीं मिल पाता है। इसीलिए अभिव्यक्ति के अवसर उपलब्ध कराने के लिए तमाम छोटे-बड़े प्रयास किए जाते हैं। प्रगति-पथ के प्रकाशन के पीछे भी कुछ यही मंशा है कि कॉर्पोरेशन के कर्मचारियों को अपने विचार अभिव्यक्त करने का अवसर उपलब्ध कराया जाए। जिन कर्मचारियों ने इस अंक में अपनी रचनाओं का योगदान दिया है, उनके प्रति आभार व्यक्त करना मैं अपना दायित्व समझता हूँ। साथ ही यह भी अनुरोध करना चाहूँगा कि इसमें अधिकाधिक कर्मचारियों की भागीदारी हो। प्रतिभा चंद लोगों की बपौती नहीं होती, अपितु हर व्यक्ति में प्रतिभा होती है। आवश्यकता है तो बस उसे निखारने की। इसके लिए प्रयास करना आवश्यक है। विशिष्ट लोग कर्मठता एवं उद्यम की बदौलत अवसर गढ़ लेते हैं और इच्छित लक्ष्य हासिल कर लेते हैं। इसी प्रवृत्ति के कारण वे अपनी खास पहचान बनाने में सफल होते हैं। परंतु आमजन भी यदि उपलब्ध अवसरों का सदुपयोग करे तो विशिष्टता हासिल मुमकिन है।

पत्रिका के इस अंक के प्रकाशन में अपना प्रत्यक्ष अथवा परोक्ष योगदान देने वाले समस्त जनों के प्रति हृदय से कृतज्ञता ज्ञापित करता हूँ। आगामी अंक को और बेहतर बनाने के लिए सभी से सुझावों की अपेक्षा है। धन्यवाद।

(डॉ. जगदीश प्रसाद)

“किसी राष्ट्र की राजभाषा वही भाषा हो सकती है जिसे उसके अधिकाधिक निवासी समझ सकें।”

- आचार्य चतुरसेन शास्त्री

मुख्यालय

हिंदी दिवस/पखवाड़ा आयोजन

दि स्टेट ट्रेडिंग कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड, मुख्यालय, नई दिल्ली में 01 से 15 सितंबर 2017 के दौरान राजभाषा पखवाड़ा आयोजित किया गया। इस दौरान विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताएँ एवं कार्यक्रम संचालित किए गए, जिनके विवरण इस प्रकार हैं-

- राजभाषा पखवाड़े का शुभारंभ 01 सितंबर 2017 को उद्घाटन समारोह से हुआ। इस कार्यक्रम की अध्यक्षता

माननीय अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, श्री राजीव चोपड़ा ने की। साथ ही निदेशक (कार्मिक), श्री संजीव कुमार शर्मा; निदेशक (विपणन), श्री पी.के. दास; तथा मुख्य सतर्कता अधिकारी, श्री अरविंद काद्यान ने अपनी गरिमामयी उपस्थिति से कार्यक्रम की शोभा बढ़ायी। इनके अलावा कॉर्पोरेशन के अन्य अधिकारियों/कर्मचारियों ने इस कार्यक्रम में शिरकत की।



- उद्घाटन समारोह के सुअवसर पर काव्य गोष्ठी भी आयोजित की गई, जिसमें राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ख्यातिप्राप्त कवि श्री गजेंद्र सोलंकी, जानी

मानी श्रीमती सरिता शर्मा तथा हास्य-व्यंग्य के उभरते हस्ताक्षर डॉ. विनीत पांडेय ने अपनी रोचक रचनाओं के माध्यम से दर्शकों को काफी प्रभावित किया।



- दिनांक 04 सितंबर को 'हिंदी निबंध-लेखन प्रतियोगिता' का आयोजन किया गया जिसमें कुल 23 कर्मचारियों ने भाग लिया। डॉ. हरेराम समीप इस प्रतियोगिता के निर्णायक रहे। प्रतियोगिता के लिए चुने गए निम्नलिखित विषयों में से किसी एक पर निबंध लिखने का विकल्प दिया गया -

- (क) विश्व मंच पर भारत की बढ़ती भूमिका
- (ख) धर्म की आड़ में पनपता व्याभिचार
- (ग) राष्ट्रीय गौरव की पहचान – हिंदी

- 05 सितंबर को हिंदी के प्रसिद्ध साहित्यकार मुंशी

प्रभाकिरण जैन और श्री धनंजय सिंह को बतौर निर्णायक आमंत्रित किया गया।

- 07 सितंबर को पूर्वाहन सत्र में 'हिंदी टिप्पण एवं आलेखन प्रतियोगिता' का आयोजन किया गया जिसमें कुल 31 कर्मचारियों ने भाग लिया। इस प्रतियोगिता के लिए श्री आनंद कुमार सोनी, सहायक कुलसचिव (राजभाषा), दिल्ली विश्वविद्यालय को निर्णायक के रूप में आमंत्रित किया गया। अपराहन सत्र में 'कार्यालयी भाषा के सरोकार' विषय पर व्याख्यान आयोजन किया गया, जिसके लिए पूर्व संयुक्त निदेशक (राजभाषा), श्री प्रेमसिंह को आमंत्रित



प्रेमचंद पर व्याख्यान रखा गया। इस कार्यक्रम में कुल 45 अधिकारियों/कर्मचारियों ने भाग लिया। इस व्याख्यान के लिए डॉ. अंबेडकर विश्वविद्यालय, नई दिल्ली के हिंदी विभाग से प्रो. सांकृत सत्यकेतु को वक्ता के रूप में आमंत्रित किया गया। विद्वान वक्ता ने प्रेमचंद के साहित्य पर प्रकाश डालते हुए कर्मचारियों का ज्ञानवर्धन किया।

- 06 सितंबर को पूर्वाहन सत्र में 'हिंदी कार्यशाला' का आयोजन किया गया जिसमें 46 कर्मचारियों ने भाग लिया। इसके लिए राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार के पूर्व निदेशक (राजभाषा), श्री अवधेश मिश्र को अतिथि वक्ता के रूप में आमंत्रित किया गया। अपराहन सत्र में 'हिंदी कविता-पाठ प्रतियोगिता' का आयोजन किया गया जिसमें 16 कर्मचारियों ने भाग लिया। इसके लिए श्रीमती

किया गया। इस कार्यक्रम में कुल 43 अधिकारियों/कर्मचारियों ने भाग लिया।

- 08 सितंबर को 'हिंदी आशुभाषण प्रतियोगिता' का आयोजन किया गया जिसमें कुल 49 कर्मचारियों ने भाग लिया। इस प्रतियोगिता के लिए भारतीय मानक ब्यूरो से सहायक निदेशक (राजभाषा), श्री ईश्वर सिंह यादव और वाणिज्य विभाग, वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय से सहायक निदेशक (राजभाषा), श्री भास्कर मिश्र को निर्णायक के रूप में आमंत्रित किया गया।
- 11 सितंबर को 'प्रश्नमंच' कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें कुल 34 अधिकारियों/कर्मचारियों ने हिस्सा लिया। इस कार्यक्रम के लिए वाणिज्य विभाग, वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय से संयुक्त निदेशक (राजभाषा), श्रीमती उर्मिला हरित को निर्णायक के रूप में आमंत्रित किया गया।

- 14 सितंबर को 'हिंदी दिवस' के अवसर पर 'समापन समारोह' एवं 'पुरस्कार वितरण' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में हिंदी दिवस के अवसर पर माननीय गृहमंत्री के संदेश का वाचन भी किया गया। इसके अलावा विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं के विजेताओं को निदेशक (कार्मिक), श्री संजीव कुमार शर्मा और निदेशक (विपणन), श्री पी.के. दास महोदय ने अपने करकमलों से पुरस्कार प्रदान किए। राजभाषा कार्यान्वयन में उत्कृष्ट निष्पादन करने वाले प्रभागों तथा शाखा कार्यालयों को

इस अवसर पर निदेशक (कार्मिक) महोदय ने राजभाषा हिंदी के प्रति जागरूकता के लिए कार्पोरेशन के समस्त अधिकारियों/कर्मचारियों की सराहना की। उनका कहना था कि नीतिगत व्यवस्थाओं तथा प्रावधानों के साथ-साथ अधिकारियों व कर्मचारियों में दायित्व बोध एवं उनकी सक्रिय भागीदारी राजभाषा नीति के कार्यान्वयन को गति देने हेतु अत्यंत महत्वपूर्ण है। उन्होंने उपस्थित सभी अधिकारियों व कर्मचारियों से आह्वान किया कि वे अपने दैनंदिन कामकाज में राजभाषा हिंदी के प्रयोग को बढ़ाने के लिए लगातार प्रयास करें।



राजभाषा शील्ड प्रदान की गयीं। इस वर्ष राजभाषा शील्ड प्राप्त करने वाले प्रभाग एवं शाखा कार्यालय निम्नवत् हैं :-

पुरस्कार	प्रभाग	शाखा कार्यालय
प्रथम	कार्मिक प्रभाग	कोलकाता शाखा
द्वितीय	सामान्य प्रशासन	अहमदाबाद शाखा
तृतीय	बोर्ड सचिवालय	बैंगलौर शाखा

- 15 सितंबर को मुख्यालय की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक आयोजित की गयी, जिसमें राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी विभिन्न विषयों विचार-विमर्श कर निर्णय लिए गए।

इस प्रकार हिंदी दिवस एव राजभाषा पखवाड़े का भव्य आयोजन सफलतापूर्वक सम्पन्न किया गया।

शाखा कार्यालयों में हिंदी दिवस/सप्ताह/पखवाड़ा आयोजन कोलकाता शाखा

कोलकाता शाखा कार्यालय में 01 से 15 सितंबर, 2017 तक राजभाषा पखवाड़ा आयोजित किया गया। इस अवसर पर अनेक हिंदी प्रतियोगिताएँ, कार्यशाला एवं संगोष्ठी आयोजित की गई, जिनमें सभी अधिकारियों/कर्मचारियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। इस आयोजन के प्रमुख आकर्षण निम्नवत् रहे :-

- 01 सितंबर को उद्घाटन समारोह एवं आशुभाषण प्रतियोगिता के अवसर पर दामोदर घाटी निगम के वरिष्ठ प्रबंधक (राजभाषा), श्री नवीन कुमार प्रजापति को आमंत्रित किया गया। इस अवसर पर उन्होंने जनभाषा के रूप में हिंदी की महता पर विचार व्यक्त किए। शाखा प्रबंधक ने सभी कर्मचारियों को शुभकामनाएँ दीं और सभी कर्मचारियों से अधिकाधिक कामकाज राजभाषा हिंदी में ही करने के लिए आग्रह किया।
- 04 सितंबर को सोशल मीडिया और हिंदी विषय पर एक राजभाषा संगोष्ठी का आयोजन किया गया, जिसका संचालन स्टील ऑथरिटी ऑफ इंडिया लि. के सहा महाप्रबंधक एवं सचिव (नराकास), श्री कैलाश नाथ यादव ने किया।
- 06 सितंबर को हिंदी कार्यशाला का संचालन राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय के उप निदेशक (कार्यान्वयन), श्री निर्मल कुमार दूबे ने किया, जिसमें उन्होंने शाखा के अधिकारियों एवं कर्मचारियों को कार्यालयीन कामकाज राजभाषा हिंदी में करने में सहायक तकनीकी शब्दावली एवं टिप्पण एवं प्रारूपण का अभ्यास कराया।
- 07 सितंबर को टिप्पण एवं प्रारूपण लेखन प्रतियोगिता का संचालन किया गया, जिसमें कई अधिकारियों/ कर्मचारियों ने भाग लिया।
- 11 सितंबर को राजभाषा आपकी व्यावसायिक सहयोगी विषय पर निबंध प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें सभी प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।



- 13 सितंबर को प्रातः 11.00 बजे खुला मंच हिंदी प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें सभी अधिकारियों/कर्मचारियों ने बहुत ही रुचि के साथ भाग लिया। अपराह्न 03.00 बजे से भाव-पल्लवन प्रतियोगिता का संचालन भारतीय नौवहन निगम लि. से उप महाप्रबंधक (राजभाषा), श्री असीम कुमार मुखर्जी ने किया।
- 14 सितंबर को हिंदी दिवस तथा पुरस्कार वितरण समारोह में शाखा प्रबंधक एवं वरिष्ठ अधिकारियों सहित शाखा कार्यालय के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने भाग लिया।

जन-जन की भाषा हिंदी की महता पर प्रकाश डालते हुए उप प्रबंधक (राजभाषा), श्रीमती कल्याणी विश्वास ने पखवाड़ा के दौरान आयोजित किए गए कार्यक्रमों की जानकारी दी। इस अवसर पर

सहायक प्रबंधक (राजभाषा), श्रीमती रीना घोषाल ने माननीय गृह मंत्री, भारत सरकार, श्री राजनाथ सिंह के हिंदी दिवस के शुभकामना संदेश और अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, एसटीसी, श्री राजीव चोपड़ा के हिंदी दिवस के संदेश का वाचन किया।

शाखा प्रबंधक, श्री डी.पी. मिश्रा ने प्रतियोगिताओं के विजेताओं को पुरस्कार वितरित किए और उन्होंने सभी प्रतिभागियों की उनके प्रयासों के लिए भूरि-भूरि प्रशंसा की। कार्यक्रम के सफल आयोजन में सहयोग हेतु सहायक प्रबंधक (राजभाषा), श्रीमती रीना घोषाल ने शाखा प्रबंधक, वरिष्ठ अधिकारियों एवं कर्मचारियों के प्रति धन्यवाद ज्ञापन किया। 15 सितंबर को अपराह्न 03.00 बजे शाखा प्रबंधक की अध्यक्षता में विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 120 वीं बैठक के आयोजन के साथ राजभाषा पखवाड़ा 2017 सम्पन्न हुआ।

मुंबई शाखा

देश की आर्थिक राजधानी मुंबई में स्थित हमारे शाखा कार्यालय में राजभाषा संबंधी तमाम गतिविधियों को भारत सरकार की राजभाषा नीति की अपेक्षाओं को सम्पन्न करने की दिशा में पूरे मनोयोग से प्रयास किए जा रहे हैं। शाखा में कार्यरत अधिकारी/कर्मचारी अपनी-अपनी क्षमता के अनुसार इसमें अपना पूरा सहयोग प्रदान करते हैं, जिससे भारत सरकार की राजभाषा नीति के कार्यान्वयन राजभाषा कार्यान्वयन में लगातार प्रगति दर्ज की जा रही है।



राजभाषा हिंदी के प्रति कर्मचारियों को प्रेरित एवं प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से शाखा में 14.09.2017 से 20.09.2017

तक राजभाषा सप्ताह आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन दिनांक 14.09.2017 को शाखा प्रबंधक श्री समीर कपूर द्वारा किया गया। उन्होंने कार्यालयी कामकाज में हिंदी का अधिकाधिक प्रयोग करने के लिए कर्मचारियों को प्रोत्साहित किया। इस कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया, जिनमें शाखा के अधिकारियों तथा कर्मचारियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। समापन समारोह में कर्मचारियों को पुरस्कृत किया गया। इस आयोजन में सहयोग के लिए राजभाषा प्रभारी, श्री वि.वि. मांडवकर ने सभी के प्रति धन्यवाद ज्ञापित किया।

आगरा शाखा

आगरा शाखा कार्यालय में दिनांक 11 से 15 सितंबर 2017 तक हिंदी दिवस एवं राजभाषा सप्ताह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन 14 सितंबर को मुख्य अतिथि आर.बी.एस. महाविद्यालय, आगरा के हिंदी विभाग के विभागाध्यक्ष एवं साहित्यकार, डॉ. युवराज सिंह, एसटीसी आगरा के शाखा प्रबंधक, श्री अजय रावत और उप प्रबंधक/प्रभारी (राजभाषा), श्री एम.बी. चित्तौड़िया द्वारा संयुक्त रूप से किया गया। सप्ताह के दौरान कार्यालय के प्रबंधकों/कर्मचारियों के लिए निबंध लेखन, राजभाषा ज्ञान एवं टिप्पण व प्रारूप लेखन तथा प्रश्नमंच प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया।

समापन समारोह के अवसर पर प्रतियोगिताओं में भाग लेने वाले विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कार प्रदान किए गए। उक्त के अतिरिक्त शाखा के कर्मचारियों को अपना कार्य राजभाषा हिंदी में करने पर 1250/- रूपए के नकद पुरस्कार दिए गए तथा अपना समस्त कार्य राजभाषा हिंदी में करने पर एक कर्मचारी को 5000/- रूपए का विशेष पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर आयोजित

विभिन्न कार्यक्रमों एवं पुरस्कार वितरण समारोह में श्री शीलेंद्र वशिष्ठ, कवि एवं साहित्यकार, डॉ. आर.एस. तिवारी, सह-सचिव, नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, आगरा ने भाग लिया। डॉ. आर.एस. तिवारी ने राजभाषा विभाग द्वारा निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति करने पर शाखा कार्यालय की मुक्त कंठ से प्रार्थना की। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए श्री अजय रावत, शाखा प्रबंधक, एसटीसी, आगरा ने सभी कर्मचारियों से अपने दैनिक सरकारी कामकाज में हिंदी के अधिक से अधिक प्रयोग के लिए कहा तथा वर्ष 2016-17 के लिए नराकास, आगरा से श्रेष्ठ राजभाषा कार्य निष्पादन हेतु राजभाषा शील्ड (तृतीय पुरस्कार) प्राप्त होने पर हर्ष व्यक्त किया।

उप प्रबंधक एवं प्रभारी (राजभाषा), श्री एम.बी. चित्तौड़िया ने शाखा कार्यालय में राजभाषा कार्यान्वयन से संबंधित वार्षिक रिपोर्ट प्रस्तुत की और साथ ही उन्होंने हिंदी दिवस के अवसर पर कार्पोरेशन के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक महोदय द्वारा जारी किया गया संदेश पढ़कर सुनाया। कार्यक्रम का संयोजन एवं संचालन भी श्री एम.बी. चित्तौड़िया द्वारा किया गया।

वाणिज्य विभाग की ओर से एसटीसी मुख्यालय को राजभाषा शील्ड (प्रथम पुरस्कार)

भारत सरकार की राजभाषा नीति की अपेक्षाओं को पूरा करने की दिशा में निरंतर प्रयत्नशील रहना सदैव हमारी महत्वपूर्ण प्राथमिकताओं में शामिल रहा है। इसके लिए हर संभव योगदान देने की प्रवृत्ति कार्पोरेशन में हर स्तर पर

विद्यमान है। कार्पोरेशन में राजभाषा कार्यान्वयन के संबंध में किये जा रहे प्रयासों में कर्मचारियों की व्यापक भागीदारी इस बात का प्रमाण माना जा सकता है। दैनंदिन कार्यालयी कामकाज में राजभाषा हिंदी का प्रयोग लगातार दर्ज की जा रही है। इसके अलावा कर्मचारियों को प्रेरित एवं

प्रोत्साहित करने के लिए कार्पोरेशन में राजभाषा प्रोत्साहन योजना तथा अन्य कार्यक्रम जैसे - हिंदी कार्यशाला / संगोष्ठियाँ, हिंदी दिवस, राजभाषा सप्ताह/पखवाड़ा आदि राजभाषा कार्यान्वयन को गति देने में काफी कारगर साबित हो रहे हैं।



इन तमाम प्रयासों के फलस्वरूप कार्पोरेशन में राजभाषा कार्यान्वयन में की गयी प्रगति के लिए वाणिज्य विभाग, वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय की ओर से मनोबल बढ़ाने के उद्देश्य से पुरस्कार योजना लागू है। इस योजना के

अंतर्गत राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में श्रेष्ठ निष्पादन करने वाले कार्यालयों को पुरस्कृत किया जाता है। इस योजना के तहत विगत कई वर्षों से हमारे कार्पोरेशन को पुरस्कृत किया गया है। वर्ष 2016-17 के लिए कार्पोरेशन को प्रथम पुरस्कार प्रदान किया

गया। यह पुरस्कार माननीया वाणिज्य सचिव, सुश्री रीता तेवतिया के करकमलों से हमारे अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, श्री राजीव चोपड़ा ने ग्रहण किया। इस अवसर पर निदेशक (कार्मिक), श्री संजीव कुमार शर्मा; तथा मुख्य प्रबंधक (राजभाषा), डॉ. जगदीश प्रसाद भी उपस्थित थे।

एसटीसी कोलकाता शाखा कार्यालय को नराकास, कोलकाता की ओर से द्वितीय पुरस्कार

मुख्यालय सहित देश के विभिन्न क्षेत्रों में स्थित हमारे शाखा कार्यालयों में राजभाषा कार्यान्वयन की दिशा में प्रत्येक स्तर पर हर संभव प्रयास किया जा रहा है। राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा निर्धारित वार्षिक लक्ष्यों को हासिल करने की दिशा में कर्मचारियों में राजभाषा के प्रति अपने दायित्व के संबंध में पर्याप्त जागरूकता है। इससे राजभाषा कार्यान्वयन को गति मिलती है। इसी के फलस्वरूप एसटीसी कोलकाता शाखा कार्यालय में राजभाषा कार्यान्वयन में की गई उल्लेखनीय प्रगति के लिए शाखा को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कोलकाता की ओर से वर्ष 2017 के लिए द्वितीय पुरस्कार प्रदान किया गया है।



संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप-समिति द्वारा एसटीसी हैदराबाद शाखा का निरीक्षण

देशभर में स्थित केंद्र सरकार के कार्यालयों, सार्वजनिक उपक्रमों, राष्ट्रीयकृत बैंकों व बीमा कंपनियों, स्वायत्तशासी निकायों आदि में राजभाषा कार्यान्वयन की स्थिति का जायजा लेने के लिए संसदीय राजभाषा समिति समय-समय पर कार्यालयों का निरीक्षण करती है। इसी क्रम में संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप-समिति द्वारा हैदराबाद में निरीक्षण कार्यक्रम के दौरान दिनांक 22.01.2018 को एसटीसी हैदराबाद शाखा कार्यालय का राजभाषायी निरीक्षण किया गया। इस कार्यक्रम के दौरान हुई निरीक्षण बैठक की अध्यक्षता तीसरी उप-समिति के संयोजक तथा सांसद (लोकसभा) व पूर्व केंद्रीय मंत्री, श्री हुकुमदेव नारायण यादव ने की और माननीय सांसद, श्री शादीलाल बत्रा, प्रो. चिंतामणि मालवीय, श्री संतोष कुमार

तथा श्रीमती रजनी पाटिल इसमें बतौर सदस्य उपस्थित हुए। एसटीसी की ओर से काॅर्पोरेशन के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, श्री राजीव चोपड़ा; निदेशक (कार्मिक), श्री संजीव कुमार शर्मा, शाखा प्रबंधक, श्री एन. शरतबाबु; राजभाषा प्रमुख, डॉ. जगदीश प्रसाद; और शाखा के राजभाषा प्रभारी, श्री एन. प्रभाकर राव ने बैठक में भाग लिया। बैठक में शाखा कार्यालय में राजभाषा कार्यान्वयन से संबंधित विभिन्न विषयों पर व्यापक चर्चा व विचार-विमर्श हुआ। समिति की ओर कुछ मद्दों के संबंध में आवश्यक सुधार करने के लिए निदेश दिए गए, जिन्हें यथापेक्षित पूरा करने के विषय में प्रबंधन की ओर से आश्वासन दिए गए। इस प्रकार यह निरीक्षण कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ।



सभ्यता का रहस्य

(प्रेमचंद)

यों तो मेरी समझ में दुनिया कि एक हजार एक बातें नहीं आती – जैसे लोग प्रातःकाल उठते ही बालों पर छुरा क्यों चलाते हैं? क्या अब पुरुषों में भी इतनी नजाकत आ गयी है कि बालों का बोझ उनसे नहीं सँभलता? एक साथ ही सभी पढ़े-लिखे आदिमियों की आँखें क्यों इतनी कमजोर हो गयी हैं? दिमाग की कमजोरी ही इसका कारण है या और कुछ? लोग खिताबों के पीछे क्यों इतने हैरान होते हैं? इत्यादि - लेकिन इस समय मुझे इन बातों से मतलब नहीं। मेरे मन में एक नया प्रश्न उठ रहा है और उसका जवाब मुझे कोई नहीं देता। प्रश्न यह है कि सभ्य कौन है और असभ्य कौन? सभ्यता के लक्षण क्या हैं? सरसरी नजर से देखिए, तो इससे ज्यादा आसान और कोई सवाल ही न होगा। बच्चा-बच्चा इसका समाधान कर सकता है। लेकिन जरा गौर से देखिए तो प्रश्न इतना आसान नहीं जान पड़ता। अगर कोट-पतलून पहनना, टाई-हैट कालर लगाना, मेज पर बैठकर खाना खाना, दिन में तेरह बार कोको या चाय पीना और सिगार पीते हुए चलना सभ्यता है, तो उन गोरों को भी सभ्य कहना पड़ेगा, जो सड़क पर शाम को कभी-कभी टहलते नजर आते हैं, शराब के नशे से आँखें सुर्ख, पैर लड़खड़ाते हुए, रास्ता चलनेवालों को अनायास छेड़ने की धुन! क्या उन गोरों को सभ्य कहा जा सकता है? कभी नहीं! तो यह सिद्ध हुआ कि सभ्यता कोई और ही चीज है, उसका देह से इतना सम्बन्ध नहीं है जितना मन से।

मेरे इने-गिने मित्रों में एक राय रतनकिशोर भी हैं। आप बहुत ही सहृदय, बहुत ही उदार, बहुत अधिक शिक्षित और एक बड़े ओहदेदार हैं। बहुत अच्छा वेतन पाने पर भी उनकी आमदनी खर्च के लिए काफी नहीं होती। एक चौथाई वेतन तो बँगले ही की भेंट हो जाता है। इसलिए आप बहुधा चिंतित रहते हैं। रिश्वत तो नहीं लेते – कम-से-कम मैं नहीं जानता, हालाँकि कहने वाले कहते हैं – लेकिन इतना जानता हूँ कि वह भत्ता बढ़ाने के लिए दौरे

पर बहुत रहते हैं, यहाँ तक कि इसके लिए हर साल बजट की किसी दूसरी मद से रुपये निकालने पड़ते हैं। उनके अफसर कहते हैं, इतने दौरे क्यों करते हो, तो जवाब देते हैं कि इस जिले का काम ही ऐसा है कि जब तक खूब दौरे न किये जायँ रिआया शांत नहीं रह सकती। लेकिन मज़ा तो

यह है कि राय साहब उतने दौरे वास्तव में नहीं करते, जितने कि अपने रोजनामचे में लिखते हैं। उनके पड़ाव शहर से 50 मील पर होते हैं। खेमे वहाँ गड़े रहते हैं, कैंप के अमले वहाँ पड़े रहते हैं और राय साहब घर पर मित्रों के साथ गप-शप करते रहते हैं, पर किसी की मजाल है कि राय साहब की नेकनीयती पर सन्देह कर सके! उनके सभ्य पुरुष होने में किसी को शंका नहीं हो सकती।

एक दिन मैं उनसे मिलने गया। उस समय वह अपने घसियारे दमड़ी को डाँट रहे थे। दमड़ी रात-दिन का नौकर था, लेकिन घर रोटी खाने जाया करता था। उसका घर थोड़ी ही दूर पर एक गाँव में था। कल रात को किसी कारण से यहाँ न आ सका। इसलिए डाँट पड़ रही थी।

राय साहब – जब हम तुम्हें रात-दिन के लिए रखे हुए हैं, तो तुम घर पर क्यों रहे? कल के पैसे कट जायँगे।

दमड़ी – हजूर, एक मेहमान आ गये थे, इसी से न आ सका।

राय साहब – तो कल के पैसे उसी मेहमान से लो।

दमड़ी – सरकार, अब कभी ऐसी खता न होगी।

राय साहब – बक-बक मत करो।

दमड़ी – हजूर ...

राय साहब – दो रूपये जुर्माना।

दमड़ी रोता हुआ चला गया। रोजा बखशाने आया था। नमाज गले पड़ गयी। 2) जुरमाना ठुक गया। खता यही थी कि बेचारा कसूर माफ कराना चाहता था।

यह एक रात को गैर हाजिर होने की सजा थी! बेचारा दिन भर का काम कर चुका था, रात को यहाँ सोया न था, उसका दंड! और घर बैठे भते उड़नेवालों को काई नहीं पूछता! कोई दंड नहीं देता। दंड तो मिले और ऐसा मिले कि जिंदगी भर याद रहे; पर पकड़ना तो मुश्किल है। दमड़ी भी अगर होशियार होता, तो जरा रात रहे आकर कोठरी में सो जाता। फिर किसे खबर होती कि वह रात को कहाँ रहा। पर गरीब इतना चंट न था।

दमड़ी के पास कुल छः बिस्वे जमीन थी ! पर इतने प्राणियों का खर्च भी था। उसके दो लड़के, दो लड़कियाँ और स्त्री, सब खेती में लगे रहते थे, फिर भी पेट की रोटियाँ नहीं मयस्सर होती थीं। इतनी जमीन क्या सोना उगल देती ! अगर सब-के-सब घर से निकल मजदूरी करने लगते, तो आराम से रह सकते थे; लेकिन मौरूसी किसान मजदूर कहलाने का अपमान न सह सकता था। इस बदनामी से बचने के लिए दो बैल बाँध रखे थे ! उसके वेतन का बड़ा भाग बैलों के दाने-चारे में ही उड़ जाता था। ये सारी तकलीफें मंजूर थीं, पर खेती छोड़कर मजदूर बन जाना मंजूर न था। किसान की जो प्रतिष्ठा है, कहीं मजदूर की हो सकती है, चाहे वह रुपया रोज ही क्यों न कमाये? किसानी के साथ मजदूरी करना इतने अपमान की बात नहीं, द्वार पर बँधे हुए बैल उसकी मान-रक्षा किया करते हैं, पर बैलों को बेचकर फिर कहाँ मुँह दिखलाने की जगह रह सकती है !

एक दिन राय साहब उसे सर्दी से काँपते देखकर बोले – कपड़े क्यों नहीं बनवाता? काँप क्यों रहा है?

दमड़ी – सरकार, पेट की रोटी तो पूरी ही नहीं पड़ती, कपड़े कहाँ से बनवाऊँ?

राय साहब – बैलों को बेच क्यों नहीं डालता? सैकड़ों बार समझा चुका, लेकिन न जाने क्यों इतनी मोटी-सी बात तेरी समझ में नहीं आती।

दमड़ी – सरकार, बिरादरी में कहीं मुँह दिखाने लायक न रहूँगा। लड़की की सगाई न हो पायेगी, टाट बाहर कर दिया जाऊँगा।

राय साहब – इन्हीं हिमाकतों से तुम लोगों की यह दुर्गति हो रही है। ऐसे आदमियों पर दया करना भी पाप है। (मेरी तरफ फिरकर) क्यों मुंशीजी, इस पागलपन का भी कोई इलाज है? जाइँ मर रहे हैं, पर दरवाजे पर बैल जरूर बाँधेगे।

मैंने कहा – जनाब, यह तो अपनी-अपनी समझ है।

राय साहब – ऐसी समझ को दूर से सलाम कीजिए। मेरे यहाँ कई पुश्तों से जन्माष्टमी का उत्सव मनाया जाता था। कई हजार रुपयों पर पानी फिर जाता था। गाना होता था; दावतें होती थीं, रिश्तेदारों को न्योते दिये जाते थे, गरीबों को कपड़े बाँटे जाते थे। वालिद साहब के बाद पहले ही साल

मैंने उत्सव बन्द कर दिया। फायदा क्या? मुफ्त में चार-पाँच हजार की चपत पड़ती थी। सारे कसबे में बावेला मचा, आवाजें कसी गयीं; किसी ने नास्तिक कहा, किसी ने ईसाई बनाया, लेकिन यहाँ इन बातों की क्या परवा ! आखिर थोड़े ही दिनों में सारा कोलाहल शांत हो गया। अजी, बड़ी दिल्लगी थी। कसबे में किसी के यहाँ शादी हो, लकड़ी मुझसे ले ! पुश्तों से रस्म चली आती थी। वालिद तो दूसरों से दरख्त मोल लेकर इस रस्म को निभाते थे। थी हिमाकत या नहीं? मैंने फौरन लकड़ी देना बन्द कर दिया। इस पर भी लोग बहुत राये-धोये, लेकिन दूसरों का रोना-धोना सुनूँ, या अपना फायदा देखूँ। लकड़ी से ही कम-से-कम 500) सालाना बचत हो गयी। अब कोई भूलकर भी इन चीजों के लिए दिक करने नहीं आता।

मेरे दिल में फिर सवाल पैदा हुआ, दोनों में कौन सभ्य है, कुल-प्रतिष्ठा पर प्राण देने वाला मूर्ख दमड़ी; या धन पर कुल-मर्यादा को बलि देनेवाले राय रतनकिशोर !

राय साहब के इजलास में एक बड़े मार्के का मुकदमा पेश था। शहर का एक रईस खून के मामले में फँस गया था। उसकी जमानत के लिए राय साहब की खुशामदें होने लगीं। इज्जत की बात थी। रईस साहब का हुक्म था कि चाहे रियासत बिक जाय, पर इस मुकदमे से बेदाग निकल जाऊँ। डालियाँ लगाई गयीं, सिफारिशें पहुँचाई गयीं, पर राय साहब पर कोई असर न हुआ। रईस के आदमियों को प्रत्यक्ष रूप से रिश्वत की चर्चा करने की हिम्मत न पड़ती थी। आखिर जब कोई बस न चला, तो रईस की स्त्री से मिलकर सौदा पटाने की ठानी।

रात के 10 बजे थे। दोनों महिलाओं में बातें होने लगीं। 20 हजार की बातचीत थी ! राय साहब की पत्नी तो इतनी खुश हुई कि उसी वक्त राय साहब के पास दौड़ी हुई आयीं और कहने लगीं – ले लो, ले लो, तुम न लोगे, तो मैं ले लूँगी।

राय साहब ने कहा – इतनी बेसब्र न हो। वह तुम्हे अपने दिल में क्या समझेंगी? कुछ अपनी इज्जत का भी ख्याल है या नहीं? माना कि रकम बड़ी है और इससे मैं एकबारगी तुम्हारे आये दिन की फरमाइशों से मुक्त हो जाऊँगा, लेकिन एक सिविलियन की इज्जत भी तो कोई मामूली चीज नहीं है। तुम्हे पहले बिगड़कर कहना चाहिए था कि मुझसे ऐसी बेहुदी बातचीत करनी हो, तो यहाँ से चली जाओ। मैं अपने कानों से नहीं सुनना चाहती।

स्त्री – यह तो मैंने पहले ही किया, बिगड़कर खूब खरी-खोटी सुनायी। क्या इतना भी नहीं जानती? बेचारी मेरे पैरों पर सर रखकर रोने लगी।

राय साहब- यह कहा था कि राय साहब से कहूँगी, तो मुझे कच्चा चबा जायँगे?

यह कहते हुए राय साहब ने गदगद होकर पत्नी को गले लगा लिया।

स्त्री – अजी, मैं न जाने ऐसी कितनी ही बातें कह चुकी, लेकिन किसी तरह टाले नहीं टलती। रो-रोकर जान दे रही है।

राय साहब – उससे वादा तो नहीं कर लिया?

स्त्री – वादा? मैं तो रुपये लेकर सन्दूक में रख आयी। नोट थे।

राय साहब – कितनी जबरदस्त अहमक हो, न मालूम ईश्वर तुम्हें कभी समझ भी देगा या नहीं।

स्त्री – अब क्या देगा? देना होता, तो दे न दी होती।

राय साहब – हाँ, मालूम तो ऐसा ही होता है। मुझसे कहा तक नहीं और रुपये लेकर सन्दूक में दाखिल कर लिए ! अगर किसी तरह बात खुल जाय, तो कहीं का न रहूँ।

स्त्री – तो भाई, सोच लो। अगर कुछ गड़बड़ हो, तो मैं जाकर रुपये लौटा दूँ।

राय साहब – फिर वही हिमाकत ! अरे, अब तो जो कुछ होना था, हो चुका। ईश्वर पर भरोसा करके जमानत लेनी पड़ेगी। लेकिन तुम्हारी हिमाकत में शक नहीं। जानती हो, यह साँप के मुँह में उगली डालना है। यह भी जानती हो कि मुझे ऐसी बातों से कितनी नफरत है, फिर भी बेसब्र हो जाती हो। अबकी बार तुम्हारी हिमाकत से मेरा व्रत टूट रहा है। मैंने दिल में ठान लिया था कि अब इस मामले में हाथ न डालूँगा, लेकिन तुम्हारी हिमाकत के मारे जब मेरी कुछ चलने भी पाये?

स्त्री – मैं जाकर लौटाये देती हूँ।

राय साहब- और मैं जाकर जहर खाये लेता हूँ।

इधर तो स्त्री-पुरुष में यह अभिनय हो रहा था, उधर दमड़ी उसी वक्त अपने गाँव के मुखिया के खेत से जुआर काट रहा था। आज वह रात भर की छुट्टी लेकर घर गया था। बैलों के लिए चारे का एक तिनका भी नहीं है। अभी वेतन मिलने में

कई दिन की देर थी, मोल ले न सकता था। घरवालों ने दिन को कुछ घास छीलकर खिलाई तो थी, लेकिन ऊँट के मुँह में जीरा। उतनी घास से क्या हो सकता था। दोनों बैल भूखे खड़े थे। दमड़ी को देखते ही दोनों पूँछें खड़ी करके हुंकारने लगे। जब वह पास गया तो दोनों उसकी हथेलियाँ चाटने लगे। बेचारा दमड़ी मन मसोसकर रह गया। सोचा, इस वक्त तो कुछ हो नहीं सकता ; सबेरे किसी से कुछ उधार लेकर चारा लाऊँगा।

लेकिन जब 11 बजे रात उसकी आँखें खुली तो देखा कि दोनों बैल अभी तक नाँद पर खड़े हैं। चाँदनी रात थी, दमड़ी को जान पड़ा कि दोनों उसकी ओर उपेक्षा और याचना की दृष्टि से देख रहे हैं। उनकी क्षुधा वेदना देखकर उसकी आँखें सजल हो आयीं। किसान को अपने बैल अपने लड़कों की तरह प्यारे होते हैं। वह उन्हें पशु नहीं, अपना मित्र और सहायक समझता। बैलों को भूखे खड़े देखकर नींद आँखों से भाग गयी। कुछ सोचता हुआ उठा। हँसिया निकाली और चारे की फ्रिक में चला। गाँव के बाहर बाजरे और जुआर के खेत खड़े थे। दमड़ी के हाथ काँपने लगे। लेकिन बैलों की याद ने उसे उत्तेजित कर दिया। चाहता, तो कई बोझ काट सकता था ; लेकिन वह चोरी करते हुए भी चोर न था। उसने केवल उतना ही चारा काटा, जितना बैलों को रात-भर के लिए काफी हो। सोचा, अगर किसी ने देख भी लिया, तो उससे कह दूँगा, बैल भूखे थे, इसलिए काट लिया। उसे विश्वास था कि थोड़े से चारे के लिए कोई मुझे पकड़ नहीं सकता। मैं कुछ बेचने के लिए तो काट नहीं रहा हूँ; फिर ऐसा निर्दयी कौन है, जो मुझे पकड़ ले। बहुत करेगा, अपने दाम ले लेगा। उसने बहुत सोचा। चारे का थोड़ा होना ही उसे चोरी के अपराध से बचाने को काफी था। चोर उतना काटता, जितना उससे उठ सकता। उसे किसी के फायदे और नुकसान से क्या मतलब? गाँव के लोग दमड़ी को चारा लिये जाते देखकर बिगड़ते जरूर, पर कोई चोरी के इलजाम में न फँसाता, लेकिन संयोग से हलके के थाने का सिपाही उधर जा निकला। वह पड़ोस के एक बनिए के यहाँ जुआ होने की खबर पाकर कुछ एँठने की टोह में आया था। दमड़ी को चारा सिर पर उठाते देखा, तो सन्देह हुआ। इतनी रात कौन चारा काटता है? हो न हो, कोई चोरी से काट रहा है, डाँटकर बोला – कौन चारा लिये जाता है? खड़ा रह !

दमड़ी ने चौंकर पीछे देखा, तो पुलिस का सिपाही ! हाथ-पाँव फूल गये, काँपते हुए बोला – हुजूर, थोड़ा ही-सा काटा है, देख लीजिए।

सिपाही – थोड़ा काटा हो या बहुत, है तो चोरी। खेत किसका है?

दमड़ी – बलदेव महतो का।

सिपाही ने समझा था, शिकार फँसा, इससे कुछ ऐँठूंगा; लेकिन वहाँ क्या रखा था। पकड़कर गाँव में लाया और जब वहाँ भी कुछ हत्थे चढ़ता न दिखाई दिया तो थाने ले गया। थानेदार ने चालान कर दिया। मुकदमा राय साहब ही के इजलास में पेश किया।

राय साहब ने दमड़ी को फँसे हुए देखा, तो हमदर्दी के बदले कठोरता से काम लिया। बोले – यह मेरी बदनामी की बात है। तेरा क्या बिगड़ा, साल-छः महीने की सजा हो जायगी, शर्मिन्दा तो मुझे होना पड़ रहा है ! लोग यही तो कहते होंगे कि राय साहब के आदमी ऐसे बदमाश और चोर हैं। तू मेरा

नौकर न होता, तो मैं हलकी सजा देता ; लेकिन तू मेरा नौकर है, इसलिए कड़ी-से-कड़ी सजा दूँगा। मैं यह नहीं सुन सकता कि राय साहब ने अपने नौकर के साथ रिआयत की।

यह कहकर राय साहब ने दमड़ी को छः महीने की सख्त कैद का हुक्म सुना दिया।

उसी दिन उन्होंने खून के मुकदमें में जमानत ले ली। मैंने दोनों वतान्त सुने और मेरे दिल में यह ख्याल और भी पक्का हो गया कि सभ्यता केवल हुनर के साथ ऐब करने का नाम है। आप बुरे-से-बुरा काम करें, लेकिन अगर आप उस पर परदा डाल सकते हैं, तो आप सभ्य हैं, सज्जन हैं, जेनटिलमैन हैं। अगर आप में यह सिफ़त नहीं तो आप असभ्य हैं, गँवार हैं, बदमाश हैं। यही सभ्यता का रहस्य है।

- साभार

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (उपक्रम), दिल्ली-1 की ओर एसटीसी के अधिकारियों को पुरस्कार

उपक्रमों में कार्यरत अधिकारियों/कर्मचारियों को राजभाषा हिंदी के प्रति प्रेरित एवं प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (उपक्रम), दिल्ली-1 की ओर से प्रतिवर्ष हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाता है, जिसमें दिल्ली नगर में स्थित विभिन्न उपक्रमों के अधिकारी एवं कर्मचारी भाग लेते हैं। इससे न केवल अधिकारियों/ कर्मचारियों में राजभाषा के प्रति जागरूकता बढ़ती है, अपितु उन्हें परस्पर वार्तालाप करने का एक मंच मिलता है, जिससे वे अपने-अपने अनुभव एक दूसरे के साथ साझा कर सकते हैं।



इसी क्रम में वर्ष 2017-18 के लिए भी नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (उपक्रम), दिल्ली-1 के तत्वावधान में दिल्ली स्थित उपक्रमों द्वारा कई हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इनमें हमारे कार्पोरेशन के अधिकारियों/ कर्मचारियों ने भी बढ़-चढ़कर भाग लिया। इस आयोजन के तहत श्रीमती मधु सरीन, उप प्रबंधक तथा श्रीमती किरण अरोड़ा, उप प्रबंधक को क्रमशः हिंदी निबंध प्रतियोगिता तथा हिंदी कहानी लेखन प्रतियोगिता में सांत्वना पुरस्कार प्रदान किया गया।



सूर्यकांत त्रिपाठी निराला की चुनिंदा कविताएँ

स्नेह-निर्झर बह गया है

स्नेह-निर्झर बह गया है।
रेत ज्यों तन रह गया है।

आम की यह डाल जो सूखी दिखी,
कह रही है-“अब यहाँ पिक या शिखी
नहीं आते, पंक्ति में वह हूँ लिखी
नहीं जिसका अर्थ-
जीवन दह गया है।”

“दिए हैं मैंने जगत को फूल-फल,
किया है अपनी प्रभा से चकित-चल;
पर अनश्वर था सकल पल्लवित पल-
ठाट जीवन का वही
जो ढह गया है।”

अब नहीं आती पुलिन पर प्रियतमा,
श्याम तृण पर बैठने को, निरुपमा।
बह रही है हृदय पर केवल अमा;
मैं अलक्षित हूँ, यही
कवि कह गया है।

विनय

पथ पर मेरा जीवन भर दो,
बादल हे, अनन्त अम्बर के !
बरस सलिल, गति ऊर्मिल कर दो !
तट हों विटप छाँह के, निर्जन,
सस्मित-कलिदल-चुम्बित-जलकण !
शीतल शीतल बहे समीरण,
कूर्जे द्रुम-विहंगगण, वर दो !
दूर ग्राम की कोई वामा
आए मन्द चरण अभिरामा,
उतरे जल में अवसन श्यामा,
अंकित उर छबि सुन्दरतर हो !

सखि, वसन्त आया

सखि, वसन्त आया ।
भरा हर्ष वन के मन,
नवोत्कर्ष छाया।

किसलय-वसना नव-वय-लतिका
मिली मधुर प्रिय-उर तरु-पतिका,
मधुन-वृन्द बन्दी-
पिक-स्वर नभ सरसाया।

लता-मुकुल-हार-गन्ध-भार भर
बही पवन बन्द मन्द मन्दतर,
जागी नयनों में वन-
यौवन की माया।

आवृत सरसी-उर-सरसिज उठे,
केशर के केश कली के छुटे,
स्वर्ण – शस्य – अंचल
पृथ्वी का लहराया ।

उत्साह

बादल, गरजो!
घेर घेर घोर गगन, धराधर ओ!
ललित ललित, काले घुँघराले,
बाल कल्पना के-से पाले,
विद्युत-छबि उर में, कवि, नवजीवन वाले!
वज्र छिपा, नूतन कविता
फिर भर दो!
बादल, गरजो!
विकल विकल, उन्मन थे उन्मन
विश्व के निदाघ के सकल जन,
आए अज्ञात दिशा से अनन्त के घन!
तप्त धरा, जल से फिर
शीतल कर दो :-
बादल, गरजो !

हिम्मत और जिंदगी

(रामधारी सिंह दिनकर)



जिंदगी के असली मजे उनके लिए नहीं हैं जो फूलों की छाँह के नीचे खेलते और सोते हैं। बल्कि फूलों की छाँह के नीचे अगर जीवन का कोई स्वाद छिपा है तो वह भी उन्हीं के लिए है जो दूर रेगिस्तान से आ रहे हैं जिनका कंठ सूखा हुआ, ओठ फटे हुए और सारा बदन पसीने से तर है। पानी में जो अमृत वाला तत्व है, उसे वह जानता है जो धूप में खूब सूख चुका है, वह नहीं जो रेगिस्तान में कभी पड़ा ही नहीं है।

सुख देने वाली चीज़ें पहले भी थीं और अब भी हैं। फर्क यह है कि जो सुखों का मूल्य पहले चुकाते हैं और उनके मजे बाद में लेते हैं उन्हें स्वाद अधिक मिलता है। जिन्हें आराम आसानी से मिल जाता है, उनके लिए आराम ही मौत है।

जो लोग पाँव भीगने के खौफ से पानी से बचते रहते हैं, समुद्र में डूब जाने का खतरा उन्हीं के लिए है। लहरों में तैरने का जिन्हें अभ्यास है, वे मोती लेकर बाहर आएँगे।

चाँदनी की ताजगी और शीतलता का आनंद वह मनुष्य लेता है जो दिन भर धूप में थककर लौटा है, जिसके शरीर को अब तरलाई की जरूरत महसूस होती है और जिसका मन यह जानकर संतुष्ट है कि दिन भर का समय उसने किसी अच्छे काम में लगाया है।

इसके विपरीत वह आदमी भी है जो दिन भर खिड़कियाँ बंद करके पंखों के नीचे छिपा हुआ था और अब रात में जिसकी तेज बाहर चाँदनी में लगाई गयी हैं। भ्रम तो शायद उसे भी होता होगा कि वह चाँदनी के मजे ले रहा है, लेकिन सच पूछिए तो वह खुशबूदार फूलों के रस में दिन-रात सड़ रहा है।

उपवास और संयम ये आत्महत्या के साधन नहीं हैं। भोजन का असली स्वाद उसी को मिलता है जो कुछ दिन बिना खाए भी रह सकता है। 'त्यक्तेन भूजीथा', जीवन का भोग त्याग के साथ करो, वह केवल परमार्थ का ही उपदेश नहीं है, क्योंकि संयम से भोग करने पर जीवन से जो आनंद प्राप्त होता है,

वह निरा भोगी बनकर भोगने से नहीं मिल पता।

बड़ी चीज़ें बड़े संकटों में विकास पाती हैं, बड़ी हस्तियाँ बड़ी मुसीबतों में पलकर दुनिया पर कब्जा करती हैं। अकबर ने तेरह साल की उम्र में अपने बाप के दुश्मन को परास्त कर दिया था जिसका एक मात्र कारण यह था कि अकबर का जन्म रेगिस्तान में हुआ था, और वह भी उस समय, जब उसके बाप के साथ एक कस्तूरी को छोड़कर और कोई दौलत नहीं थी।

महाभारत में देश के प्रायः अधिकांश वीर कौरवों के पक्ष में थे। मगर फिर भी जीत पांडवों की हुई, क्योंकि उन्होंने लाक्षागृह की मुसीबत झेली थी, क्योंकि उन्होंने वनवास के जोखिम को पार किया था।

श्री विंस्टन चर्चिल ने कहा है कि जिंदगी की सबसे बड़ी सिफत हिम्मत है। आदमी के और सारे गुण उसके हिम्मती होने से ही पैदा होते हैं।

जिंदगी की दो सूरते हैं एक तो यह कि आदमी बड़े-से-बड़े मकसद के लिए कोशिश करे, जगमगाती हुई जीत पर पंजा डालने के लिए हाथ बढ़ाए, और अगर असफलताएँ कदम-कदम पर जोश की रोशनी के साथ अंधियाली का जाल बुन रही हों, तब भी वह पीछे को पाँव न हटाए।

दूसरी सूरत यह है कि उन गरीब आत्माओं का हमजोली बन जाए जो न तो बहुत अधिक सुख पाती है और न जिन्हें बहुत अधिक दुःख पाने का ही संयोग है, क्योंकि वे आत्माएँ ऐसी गोधूलि में बसती हैं जहाँ न तो जीत हँसती है और न कभी हार के रोने की आवाज सुनाई पड़ती है। इस गोधूलि वाली दुनिया के लोग बँधे हुए घाट का पानी पीते हैं, वे जिंदगी के साथ जुआ नहीं खेल सकते। और कौन कहता है कि पूरी जिंदगी को दाव पर लगा देने में कोई आनंद नहीं है?

अगर रास्ता आगे ही आगे निकल रहा हो तो फिर असली मजा तो पाँव बढ़ाते जाने में ही है।

साहस की जिंदगी सबसे बड़ी जिंदगी होती है। ऐसी जिंदगी की सबसे बड़ी पहचान यह है कि वह बिल्कुल निडर, बिल्कुल बेखौफ होती है। साहसी मनुष्य की पहली पहचान यह है कि वह इस बात की चिंता नहीं करता कि तमाशा देखने वाले लोग उसके बारे में क्या सोच रहे हैं। जनमत की उपेक्षा करके जीने वाला आदमी दुनिया की असली ताकत होता है और मनुष्यता को प्रकाश भी उसी आदमी से मिलता है। अड़ोस-पड़ोस को देखकर चलना, वह साधारण जीव का काम है। क्रांति करने वाले लोग अपने उद्देश्य की तुलना न तो पड़ोसी के उद्देश्य से करते हैं और न अपनी चाल को ही पड़ोसी की चाल देखकर मद्धिम बनाते हैं।

साहसी मनुष्य उन सपनों में भी रस लेता है जिन सपनों का कोई व्यावहारिक अर्थ नहीं है।

साहसी मनुष्य सपने उधार नहीं लेता, वह अपने विचारों में रमा हुआ अपनी ही किताब पढ़ता है।

झुंड में चलना और झुंड में चरना, यह भैंस और भेड़ का काम है। सिंह तो बिल्कुल अकेला होने पर भी मग्न रहता है।

अर्नाल्ड वेनेट में एक जगह लिखा है कि जो आदमी यह महसूस करता है कि किसी महान निश्चय के समय वह साहस से काम नहीं ले सका, जिंदगी की चुनौती को कबूल नहीं कर सका, वह सुखी नहीं हो सकता। बड़े मौके पर साहस नहीं दिखाने वाला आदमी बराबर अपनी आत्मा के भीतर एक आवाज सुनता रहता है, एक ऐसी आवाज जिसे वही सुन सकता है और जिसे वह रोक भी नहीं सकता। यह आवाज उसे बराबर कहती रहती है, “तुम साहस नहीं दिखा सके, तुम कायर की तरह भाग खड़े हुए।” सांसारिक अर्थ में जिसे हम सुख कहते हैं उसका न मिलना, फिर भी इससे कहीं श्रेष्ठ है कि मरने के समय हम अपनी आत्मा से यह धिक्कार सुनें कि तुममें हिम्मत की कमी थी, कि तुममें साहस का अभाव था, कि तुम ठीक वक्त पर जिंदगी से भाग खड़े हुए।

जिंदगी को ठीक से जीना हमेशा ही जोखिम झेलना है और जो आदमी सकुशल जीने के लिए जोखिम का हर जगह पर एक घेरा डालता है वह अंततः अपने ही घेरों के बीच कैद हो जाता है और जिंदगी का कोई मजा उसे नहीं मिल पाता,

क्योंकि जोखिम से बचने की कोशिश में, असल में, उसने जिंदगी को ही आने में रोक रखा है।

जिंदगी से, अंत में, हम उतना ही पाते हैं जितनी की उसमें पूँजी लगाते हैं। यह पूँजी लगाना जिंदगी के संकटों का सामना करना है, उसके इस पन्ने को उलट कर पढ़ना है जिसके सभी अक्षर फूलों से ही नहीं, कुछ अंगारों से भी लिखे गए हैं। जिंदगी का भेद कुछ उसे ही मालूम है जो यह जानकर चलता है कि जिंदगी कभी भी खत्म न होने वाली चीज है।

अरे ! ओ जीवन के साधकों! अगर किनारे की भरी हुई सीपियों से ही तुम्हें संतोष हो जाए तो समुद्र के अंतराल में छिपे हुए मौक्तिक-कोष को कौन बाहर लाएगा?

दुनिया में जितने भी मजे बिखेरे गए हैं उनमें तुम्हारा भी हिस्सा है। वह चीज भी तुम्हारी हो सकती है जिसे तुम अपनी पहुँच के परे मान कर लौटे जा रहे हो।

कामना का अंचल छोटा मत करो, जिंदगी के फल को दोनों हाथों से दबाकर निचोड़ो, रस की निर्झरी तुम्हारे बढ़ाए भी बह सकती है।

यह अरण्य, झुरमुट जो काटे अपनी राह चना ले क्रीतदास यह नहीं किसी का जो चाहे अपना ले।

जीवन उनका नहीं युधिष्ठिर जो उससे डरते हैं। वह उनका जो चरण रोप निर्भय होकर लड़ते हैं।

- साभार

“जिस देश को अपनी भाषा और साहित्य के गौरव का अनुभव नहीं है, वह उन्नत नहीं हो सकता।”

- डॉ. राजेंद्र प्रसाद

बचपन की यादें

मानव जीवन को समझने-जानने की आकांक्षा चिरकाल से दिखायी देती है। हर कोई इसे अपने-अपने दृष्टिकोण से अभिव्यक्त करता है और अपने मत को साबित करने में तरह-तरह के तर्क भी देने की चेष्टा करता है। परंतु जितना थोड़ा कुछ वह जान पाता है, उससे कहीं अधिक जानने के लिए शेष रह जाता है। इससे मानव जीवन की व्यापकता साबित होती है। बहारहाल, सांसारिक रूप से मानव जीवन को हम चार चरणों में देखते हैं –

बचपन, जवानी, वानप्रस्थ और बुढ़ापा। यूँ तो जीवन के प्रत्येक पक्ष का अपना विशेष महत्त्व है, परंतु बचपन इन सब में सर्वाधिक सलौना माना गया है। जीवन के किसी भी चरण में होते हुए जब भी हमें अपने बचपन का स्मरण हो आता है तो एकाएक हम उसके अहसासों से रोमांचित

हो उठते हैं। कुछ इसी तरह की अनुभूतियों का अहसास मुझे भी हो रहा है, जिसे साझा करने की चेष्टा कर रही हूँ –

अब मेरे आँगन में वो गोरैया नहीं चहकती जो कभी मेरे बचपन में मेरे हाथों से दाना चुगती थी और न जाने अपनी भाषा में मुझे क्या कह जाती थी। मैं बहुत खुश होती थी मानो मुझे उनको दाना चुगाने का आनंद मिल गया हो। इंतजार रहता था कब भोर हो और मैं उन्हें फिर से दाना चुगाऊँ। बहुत याद आते हैं वो प्रेम भरे दिन जब हम इंसानों की तरह पशु-पक्षियों से प्यार किया करते थे। वो दरवाजे पर सुबह-सुबह गाय का रोटी के लिए रंभाना, गोरैया का चहचहाना, दरवाजे पर साधु-संतों का भिक्षा माँगना। वो दिन जैसे कहीं अंधरे में गुम हो गए। पक्षियों का झुंड बनाकर सुबह-शाम खुले आसमान में उड़ना जिसको देखने के लिए नजरें आसमान की तरफ ताकती थीं। परंतु अब तो शायद आसमान को देखे हुए भी कई दिन हो जाते हैं। वो बचपन था जब शामें हुआ करती थी। अब तो सुबह के बाद सीधे ही रात ही होती है। वो बचपन जिसमें हम छुट्टियों में नानी के घर जाया करते थे। उन दिनों इंतजार रहता था दोपहर को कब कुल्फी, चने, फालसेव, जामुन वाला आएगा, वो जामुन वाला जो गा-गाकर हमें अपनी ओर



आकर्षित करता था 'जामुन काले-काले रे, जामुन बड़े रसीले रे'। अब वो खूबसूरत अहसास मानों डिब्बे में बंद होकर रह गए हों।

वो बचपन जब एक हिस्से में से सभी भाई-बहनों को बराबर का हिस्सा मिलता था आज वो तेरे मेरे में बँट गया है। वो माता-पिता जो परिवार को एक सूत्र में बाँधकर रखते थे

आज उनका भी बँटवारा होने लगा। वो बचपन की यादें जब सब मिलकर भोजन करते थे, वो भोजन आज अपनी-अपनी में सिमटकर रह गया। वो थालियाँ भी मालूम नहीं कहाँ चली गई जो तीज त्यौहारों पर मिठाई और पकवान से भरी सुंदर-सुंदर

थालपोश से सजी एक दूसरे के परिवारों में जाया करती थी। तीज-त्यौहारों का बेसब्री से इंतजार रहता था कि नए कपड़े पहनेंगे, पकवान खायेंगे। वो बचपन न जाने कहाँ खो गया जब माँ के आँचल को पकड़कर उसके पीछे-पीछे चला करते थे। दादी-नानी के किस्से कहानियाँ जिंदगी की रफ्तार रूपी नदी में भँवर की तरह न जाने कहाँ खो गए।

बचपन में गुड्डे गुड्डियों का ब्याह रचाना उनके साथ खेलना जाने कहाँ गए वो दिन। वो परियों की कहानियाँ जो दादी-नानी बचपन में सुनाया करती थीं जिनको सुनकर हम स्वप्न लोक की सैर करते थे। वो बचपन की मीठी यादें जब भी उनकी याद आती है तो चेहरे पर कुछ पल के लिए मुस्कान बिखर जाती है। वो कागज की कश्ती वो बारिश का पानी जिसमें कागज की नाव बनाकर तैराया करते थे। उड़ती हुई तितलियों को पकड़ने के लिए उनके पीछे-पीछे भागना, रेत के ढीले पर चढ़ना और रेत के घरोंदे बनाना सब जीवन की आपा-धापी में कहीं ढह गये। उस बचपन में न दुनिया की परवाह थी न रिश्तों के बंधन। वो बचपन बहुत ही खूबसूरत था। उस बचपन में ना कुछ पाने की आशा, ना कुछ खोने का डर, बस अपनी ही धुन, बस अपने सपनों का घर, काश मिल जाए फिर मुझे वो बचपन का पहर। वो रिश्ते जिनकी उँगली पकड़कर बड़े हुए। वो संयुक्त परिवार

जिनकी गोद में बचपन में खेला करते थे और रिश्तों को धागे में मोती की तरह पिरोकर रखते थे। आज न जाने रिश्तों की डोर टूटकर मोती कहीं बिखर गए उनकी सिर्फ यादें ही बाकी बची हैं। इंसान के पास आज कितनी भी दौलत क्यों न हो पर वो कभी अपना बचपन दोबारा हासिल नहीं कर सकता। बहुत मशहूर शायर की गजल याद आती है - ये दौलत भी ले लो, ये शोहरत भी ले लो, भले छीन लो मुझसे मेरी जवानी, मगर मुझको लौटा दो बचपन का सावन। वो कागज की कश्ती वो बारिश का पानी.....।

बचपन की इन्हीं यादों के साथ हम कब यौवन का सफर तय करते हुए आगे के जीवन में कदम रखते चले जाते हैं पता नहीं चलता। बचपन की यादों के मोती समय रूपी धागे में पिरोते-पिरोते कब नींद से जागी और गुनगुनाने लगी - कोई लौटा दे मेरे बीते हुए दिन.....। इस अहसास के साथ जाने कब अपनी दिनचर्या में व्यस्त हो गई पता ही नहीं चला।

- (स्वराज वरुण)

उप प्रबंधक (राजभाषा)

नोटबंदी

जब 8 नवंबर 2016 को प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने 8.15 बजे नोटबंदी की घोषणा की तो सारे भारत में हड़कंप मच गया। कुछ लोगों को लगा कि प्रधानमंत्री देश को शायद कुछ गंभीर समस्या की सूचना देने वाले हैं या शायद युद्ध का ऐलान ही ना कर दें। परन्तु नोटबंदी की घोषणा तो युद्ध के ऐलान से भी अधिक चौंकाने वाली थी। चारों तरफ अफरा-तफरी सी मच गई। लोग आँखें तरेरकर पत्नियों से कहते पाये गए- “जल्दी से जितने नोट तेरे पास दबे पड़े हैं, निकाल दे वरना उनसे हाथ का पंखा बनाकर हवा खाना।” कैसी विपदा आन पड़ी थी साहब, पत्नियाँ चोरों की तरह प्रतीत हो रही थीं।

अगले दिन तड़के से ही बैंक व एटीएम लोगों के स्थायी निवास बन गए। किसी लड़की वाले ने पूछा लड़का क्या करता है? उत्तर मिला बैंक में है। काफी बाल की खाल निकालने पर लड़की वाले को पता चला कि लड़का नोट बदलवाने बैंक गया है और किसी दुकान में कार्यरत है। भारत की असली जनसंख्या का अंदाजा लगने लगा था। सरकार पैसे निकालने व जमा करने के नियमों में सख्ती व ढील करती रही।

विपक्षी दल पूरी एकजुटता से सरकार के निर्णय को असफल सिद्ध करने में लग गए। मोर्चे, प्रदर्शन, रोष प्रकट किए गए। अनेकता में एकता का भाव सार्थक हुआ। दूसरी तरफ सरकार अपने इस निर्णय को सही साबित करने में लगी रही। कभी सरकार नोटबंदी के लाभ गिनाती रही तो

कभी 50 दिन का समय मांगती नजर आयी। लोगों के अंदर भी बड़ा भाईचारा देखने को मिला। अमीर दोस्तों को अपने नाकारा, गरीब दोस्त याद आये तो कोई अपने रिश्तेदारों को परखता हुआ मिला। नोटबंदी ने कितने रिश्ते बनाए व कितने बिगाड़े।

मीडिया वालों का किरदार भी गजब का रहा। कुछ नोटबंदी के पक्ष में खड़े दिखाई दिये तो कुछ विपक्ष में। गरीबों का सच में बुरा हाल था। वे एक-दो बदलने लायक नोट लेकर घूम रहे थे। रोज के खर्च निपटाना कठिन हो चला था। हाथ फैलाने की नौबत आ गयी थी। सरकार जनता को समझा रही थी कि देश की आर्थिक स्थिति को सुधारने के लिए इतना योगदान तो देना ही होगा।

मजे की बात यह हुई कि कुछ लोगों ने काले धन को छुपाने के लिए नए-नए तरीके अपनाए, जैसे- गरीब दोस्तों, कामवाली बाइयों और रिश्तेदारों के खातों में पैसे डलवाना। मजदूरों को 300-400 रुपयों पर खरीदना इत्यादि।

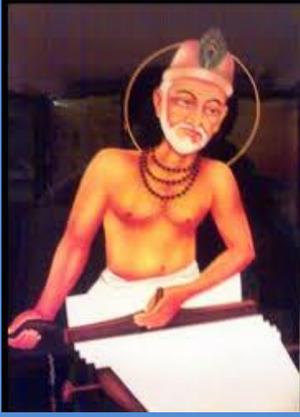
अर्थशास्त्रियों ने इस नोटबंदी के दूरगामी सकारात्मक परिणाम होने की आशा जतायी। कुछ और जानकारियों के अनुसार इसकी वजह से नकली नोट छपने बंद हो गए। अवैध कारोबार भी खत्म हो गए। कश्मीर शांत हो गया।

नोटबंदी के परिणाम चाहे जो भी हो, एक बात स्पष्ट है कि नीयत ठीक थी।

- विनीता दास गुप्ता

उप प्रबंधक

संत शिरोमणी कबीरदास



कबीर, हिन्दी के अप्रतिम सन्त कवि हैं। भारतीय वाङ्मय में उनका योगदान अनुपम है। वे फक्कड़-साधु, सदगृहस्थ, समाज सुधारक और युग-द्रष्टा साधक थे। उनकी साधना सहज और साथ ही गूढ़ रहस्यमयी थी। वे कपड़ा बुनते और मौज में आकर मनगढ़ंत पद गा उठते। आस-पड़ोस के लोग उनकी संगत में आ बैठते और उनके सुर में सुर मिलाकर गाते-गाते झूम उठते। यह उनका नित्य नियम था।

कबीर का आविर्भाव ऐसे समय में हुआ जब समाज में चहुँओर अंधविश्वास का बोलबाला था। लोग आडम्बर पर अधिक ध्यान देते थे। अनेक मत-मतांतर होने के कारण समाज दिशा-शून्य हो चला था। यूँ तो देश में चहुँओर भक्ति आंदोलन जोर पकड़ रहा था, किंतु सबके अलग-अलग मत होने से भक्तों में मतभेद पैदा हो गया। भक्ति आंदोलन दक्षिण में आरंभ होकर धीरे-धीरे पूरे भारत में फैल गया। इस विषय में यह दोहा कबीर की महत्ता को दर्शाता है -

भक्ति द्राविड़ ऊपजी लाए रामानन्द ।

परगट किया कबीर ने सात दीप नौ खंड ॥

यह सुखद आश्चर्य है कि जहाँ सूरदास ब्रजभाषा के सूर्य हैं और तुलसी अवधी के, वहीं इन दोनों महाकवियों से पूर्ववर्ती होने पर भी कबीर खड़ी बोली के अधिक निकट हैं। यही कारण है कि कुछेक पदों और साखियों को छोड़कर उनका समग्र लेखन पाठक जल्दी ही समझ लेता है। उनकी रचनाओं में जीवन को सार्थक करते ऐसे मर्मस्पर्शी पदों की खान है, जिनको पढ़कर पाठक चकित हुए बिना नहीं रह पाता।

कबीर कुरीतियों पर मारक वार करते हैं। हिन्दू-मुस्लिम में कोई भेद किए बिना वे दोनों को उनके आडम्बरों के लिए फटकारते हैं। जहाँ वे हिन्दुओं की मूर्तिपूजा, तीर्थाटन, जाति-भेद जैसी कुरीतियों पर प्रहार करते हैं, वहीं मुसलमानों

को मस्जिद पर चढ़कर चिल्लाने, हिंसा जैसी बुराइयों के लिए खरी-खोटी सुनाते हैं।

कबीर की भाषा साधुओं की सधुक्कड़ी भाषा है। जीवन से जुड़े हुए अनुभव उनकी रचनाओं में खूब मिलते हैं। कबीर बाहर-भीतर एक जैसे हैं। उनमें कहीं भी दोमुँहापन नहीं है। जो कहा, अनुभव की तुला पर तौल कर कहा। सपने की माया से वे दूर हैं और सांसारिक माया से भी। संतोष उनकी खरी पूँजी है, तभी तो वे कहते हैं -

गोधन गजधन बाजिधन और रतनधन खान।

जब आवै संतोषधन सब धन धूरि समान ॥

वे परिग्रह को, संग्रह करने की प्रवृत्ति को बुरा मानते हैं। अपने परिवार के लिए और अतिथि के लिए ही उन्हें चाहिए। बड़े ही सहज भाव से कहते हैं -

साईं इतना दीजिए जामें कुटुम समाय।

मैं भी भूखा ना रहूँ, साधु न भूखा जाय ॥

इस प्रकार आडम्बरों से, कुरीतियों से दूर रहकर, संतोष वृत्ति धारण कर अपने मन का राग गाते हुए कबीर ईश्वर-भक्ति की सहज भाव भूमि तैयार करते हैं। मन की गहराई से अध्यात्म का रत्न खोजते हैं और गा उठते हैं -

हरि का बिलोवना बिलोवो मेरे भाई।

सहज बिलोवो तत न जाई ॥

यहाँ उनका भाव यह है कि ईश्वर की आराधना के लिए खूब मंथन करो, चिंतन-मनन करो किन्तु सहज भाव से, आडम्बर से दूर रहकर। भगवद्-भक्ति के पात्र को खूब मथो पर इतना धीरे कि तत्त्व कहीं बिला न जाए, छूट न जाए; वह मणि कहीं खो न जाए।

भाषा पर उनकी पकड़ इतनी गहरी है कि वे जैसी बात कहना चाहते हैं, वैसी भाषा चुन लेते हैं। आचार्य हजारीप्रसाद द्विवेदी उन्हें वाणी का डिक्टेटर मानते हैं। वे कहते हैं - "कबीर सिर से पाँव तक मस्तमौला थे, हजारों सालों के इतिहास में उन जैसा व्यक्तित्व दूसरा नहीं हुआ।" कबीर व्यंग्य के प्रवर्तक हैं।

उनका भक्तिभाव निराला है। वे परमात्मा से सीधा संवाद करते हैं। उन्हें दीनता नहीं सुहाती। प्रसिद्ध शास्त्रीय गायक कुमार गंधर्व से एक पत्रकार ने पूछा – हमारे यहाँ संतों की एक समृद्ध परम्परा है। उनके द्वारा रचे गए पदों की भी कमी नहीं है फिर भी आपने केवल कबीर के ही पद गाए हैं, ऐसा क्यों? कुमार गंधर्व बोले - 'मुझे कबीर की एक ही बात ने सबसे अधिक प्रभावित किया और वह है उनमें दैन्य-भाव का न होना। वे ईश्वर से सीधे बात करते हैं। उनमें आत्मसम्मान का भाव है। इसी बात से मैंने केवल कबीर के ही पद गाने का मन बनाया।'

कबीर ईश्वर-भक्ति के लिए सच्चे गुरु में आस्था रखते हैं। उनका विश्वास है कि सद्गुरु के बिना ईश्वर तक पहुँचना संभव ही नहीं है। गुरु की महिमा का जैसा बखान कबीर के यहाँ मिलता है, अन्यत्र दुर्लभ ही है। गुरु के लिए, भक्ति के लिए और नीतिगत विषयों के लिए वे जीवन के सहज प्रतीक चुनते हैं, चूँकि वे आम आदमी की सीमा और शक्ति को बखूबी पहचानते हैं। गुरु की महिमा के कुछ दोहे यहाँ कितने प्रभावपूर्ण हैं -

गुरु गोविन्द दोऊ खड़े, काके लागूँ पाय।
बलिहारी गुरु आपणो, गोविन्द दियो बताय॥

यहाँ गुरु को ईश्वर से भी बढ़कर बताया गया है, क्योंकि वही हमें ईश्वर से साक्षात्कार कराता है। गुरु किस रीति से हमारे दोषों को दूर करता है और हमें प्रभु भक्ति का पात्र बनाता है, इस दोहे में लक्षित है।

गुरु का गुण कितना अगाध है, कितना असीम है, कितना व्यापक है, इसे कबीर से बढ़कर कौन जानता है। उनका गुरु-महिमा का वर्णन विलक्षण और अपूर्व है। इसमें वे अद्वितीय हैं। वे कहते हैं -

सब धरती कागद करूँ, लेखनि सब बन राय।
सात समुद्र की मसि करूँ, गुरु गुन लिखा न जाय॥

गुरु की गरिमा का इतना सुन्दर और बेजोड़ वर्णन करके भी उसमें अपनी असमर्थता दर्शाना उनकी विनम्रता है, सादगी है। यही विनम्रता और सादगी कबीर को शेष संतों में विशेष स्थान दिलाती है। वे माया की सर्वत्र व्याप्ति से हमें सावधान करते हैं -

माया महा ठगिनी हम जानी।

और

माया तजू तजी नहि जाई ।

फिरि फिरि माया मेंहि लपटाई॥

इस प्रकार माया की अग-जग में सर्वत्र व्याप्ति के बारे में कबीर हमें विस्तार से बताते हुए उससे बचाव का एकमात्र साधन ईश्वर- भक्ति बतलाते हैं। जिन्हें राम नाम का सहारा है, माया उनका कुछ भी नहीं बिगाड़ सकती। उनके कबीर के राम कोई अवतारी पुरुष न होकर घट-घट में वास करने वाले हैं। उनके प्रभु एक ही हैं। वे करोड़ों देवी-देवताओं में ईश्वर को मानने के पारम्परिक विश्वास से इंकार करते हैं। वे एक ईश्वर के उपासक हैं। तीर्थों में जाकर पुण्य कमाने के पक्ष में नहीं हैं कबीर। उनका सहज विश्वास है अपने पारिवारिक दायित्व का नियम पूर्वक निर्वाह करना, रोजी-रोटी के लिए परिश्रम करना और सच्चाई व ईमानदारी की रोटी खाना। वे बड़े विश्वास से कहते हैं कि ईश्वर एक ही है, उसे हमने इसी रूप में, इसी हृदय में अनुभव किया है -

हम तौ एक एक करि जाना

दोई कहैं तिनही कौं दो जग तो नाहिं पहिचाना

एकै पवन एक ही पानी एक ज्योति संसारा

एक ही खाक धड़े सब भाँडे एक ही सिरजनहारा।

अपने ईश्वर को वे अपने नयनों में समा लेना चाहते हैं और फिर नयन मूँदकर परम आनन्द की अनुभूति करने के अभिलाषी हैं। उस परम-तत्त्व से ऐसा अनुराग कहीं और नहीं मिलता। यह दोहा इस विषय में बेजोड़ है -

नैना अंतरि आव तू, नैन झाँपि तोहि लेंउ।

ना हों देखीं और कूँ ना तोहि देखन देंउ॥

परमात्मा को न पहचान पाने के अज्ञान पर कबीर आत्मज्ञान से मानो हमें ईश्वर का निवास बतला रहे हैं कि वह और कहीं नहीं बल्कि हम सबके घट में समाया हुआ है। उसे ढूँढने के लिए कहीं और मत भटको बल्कि अपने हृदय में खोजो। यह पद बतलाता है -

'काहे री नलिनी तू कुम्हलानी, तेरे ही नाल सरोवर पानी।

एक बात बार-बार कौंधती है कि कबीर का अध्यात्म क्या है? अध्यात्म अर्थात् आत्मा के बारे में विचार, आत्मा और

परमात्मा के विषय में ज्ञान। कबीर बहुत बार अनेक ढंग से बताते हैं कि मन मैला होगा तो सब कुछ व्यर्थ हो जाएगा। अतः वे मन की, आचरण की शुद्धता पर बल देते हैं। मन यदि निर्मल नहीं है, कल्मष से भरा है तो सारा ज्ञान थोथा है, निरर्थक है। पूजा-पाठ, तीर्थाटन और कर्मकाण्ड सभी से श्रेष्ठ है मन की निर्मलता। आडम्बर की काई मन के पवित्र जल को दूषित कर देती है। अंधविश्वास हमें सच्चे कर्तव्य-पथ से विचलित करता है, डिगाता है। वे बहुत स्पष्ट कहते हैं -

पोथी पढ़ि पढ़ि जग मुआ पंडित भया न कोय।
ढाई आखर प्रेम का पढ़े सो पंडित होय॥

कबीर वेद-उपनिषद नहीं जानते थे। गूढ़ ज्ञान की इन पोथियों को वे जीवन के लिए इतना महत्वपूर्ण नहीं मानते जितना प्रेम के ढाई अक्षरों को मानते हैं। प्रेम का महत्व जानने वालों को ही वे सच्चा पंडित अर्थात् ज्ञानी मानते हैं। चूँकि वे व्यवहार को ज्ञान से श्रेष्ठ मानते हैं। कोरे किताबी-ज्ञान की उतनी आवश्यकता नहीं है जितनी प्रेमपूर्वक व्यवहार करने की।

अपने मन में ही उस ईश्वर का निवास है। कहते हैं -

मोको कहा ढूँढे रे बन्दे, मैं तो तेरे पास में।
ना मैं मंदिर ना मैं मस्जिद न काबे-कैलास में॥

और अन्त में - 'कहत कबीर सुनो भई सन्तो, सब साँसों की साँस में।'

अर्थात् अपने ही अंतर्मन में बसे परमात्मा को मंदिर-मस्जिद या तीर्थों में खोजना बेकार है। जो हमारे मन में, आत्मा में बसता है उसे बाहर ढूँढना, भटकना ही कहलाएगा। उस परमेश्वर को निर्मल मन के प्रकाश में ही देखा या अनुभव किया जा सकता है। वह भी तब जब मन एकाग्र हो, संसार के, गृहस्थी के क्रिया-कलापों में न उलझा हो। यह दोहा कितन सार्थक है :-

माला तो कर में फिरै, जीभ फिरै मुख माँहि।
मनुआ तो चहुँदिसि फिरै, यह तो सुमिरन नाँहि॥

कबीर ने जो कुछ पाया है, इसी घट के भीतर पाया है। उन्हें मालूम है कि सब कुछ इसी घट में है, इसके अतिरिक्त कुछ

नहीं है। इसलिए वे ध्यान को बाहर से हटाकर भीतर देखते हैं -

'चंदा झलकै या घट माहीं,
अंधी आँखिन सूझे नाहीं।

यहि घट चन्दा यहि घट सूर,
यहि घट बाजै अनहद तूर।

यहि घट बाजै तबल निसान,
बहिरा सबद सुनै नहिं कान।'

यह देखना विराट को देखना है। विराट बाहर भी है, भीतर भी है। सबके नष्ट होने पर भी वह रहता है। वह प्रभु है, सर्वशक्तिमान है और परमात्मा है।

कबीर ने अपने आत्मबल से वह स्थान प्राप्त किया जहाँ बड़े-बड़े मुनि-महात्मा नहीं पहुँच पाते हैं। उस लोक के प्रेम में वे मग्न हैं - 'मन मस्त हुआ तब क्यों डोले।' यहाँ एक हीरा पाया है। इस हीरे को गाँठ में बाँध लिया है। संसार गाँठ खोलना चाहता है। गाँठ ही तो कुण्ठा है, कुण्ठा की समाप्ति ही बैकुण्ठ है। किन्तु कबीर गाँठ बाँधते हैं इसलिए हीरा पाकर मस्त हैं। इस हीरे को पाकर अब कुछ पाना नहीं है।

'मन मस्त हुआ तब क्यों डोले
हीरा पाय गाँठ गठियायो
बार बार वाको क्यों खोले'

यह हीरा क्या है? हीरा का मूल हीर है अर्थात् मूल तत्त्व। वह तत्त्व जो सब में है। वह सबका आदि है, सनातन है और अनश्वर है।

कबीर का असली उद्देश्य अनन्त को पाना है और उसे पाना है योग की युक्ति से, सहज साधना से, संसार में रहकर भी उससे विलग होकर, विरक्त होकर। वे कीचड़ में कमल की भाँति इस संसार में रहते हुए भी इसकी सांसारिकता में लिप्त नहीं हैं, इसके मोह से, अनुराग से, बंधन से, आकर्षण से मुक्त हैं, अलग खड़े हैं। वे इसकी नश्वरता को समझते हैं और अपने विवेक से इसकी दलदल से असंपृक्त हैं, परे हैं।

- किशोर कुमार कौशल
पूर्व मुख्य प्रबंधक (राजभाषा)

प्रकृति का करुण क्रंदन

थम-सी जाती हैं साँसें जब
याद आता है वो, खोंफनांक मंजर
वे दरकते पहाड़, वो उफनती नदियाँ,
सब कुछ निगलने को आतुर
कुदरत जैसे कह रही हो हर बार
तुमने अनसुनी की हैं मेरी कराहें
होगे भयभीत, व्यथित तुम
पर मेरी भी है सहनशीलता की सीमाएँ
सुलगा के तीलियाँ जो तूने
फैंकी हैं मेरे बदन पर
आज प्रलय, प्रभंजन बन फूटा है
अंतर का अंगार तेरे जीवन पर
छलनी किया है सीना मेरा
हैं रक्त-रंजित हाथ तेरे
कदाचित कर मनन, चिंतन
होश में आ लाल मेरे
क्यों अनसुना किया तूने
बता मेरा करुण क्रंदन
मन मेरा भी रो रहा है,
देख तेरा नीड़ निर्जन
न रोक अब तू मार्ग मेरा
न खड़ी कर अट्टालिकाएँ
रहेगा आनंद विह्वल तू
गर करेगा मुझसे वफाएँ

- कमलेश कुमार पाल
उप प्रबंधक

खवाब

एक खवाब जो हर वक्त नज़र आता
जो धुंध के अँधेरे में और साफ़ नज़र आता
जब रोशनी की किरणें उस धुंध पे छाती
तब उस खवाब को हकीकत बनाने में जुट जाता
एक खवाब जो हर वक्त नज़र आता
बात तो बस उस गहराई की थी
जो हर पल मुझे डराती
जिससे बार-बार हिम्मत थम सी जाती
मगर ये विश्वास था मुझे आत्मशक्ति पर
की उस गहराई से निकल पाऊँगा
फिर खवाब खुद ब खुद ही सच्चाई में तब्दील हो
जाएगा
एक खवाब जो हर वक्त नज़र आता

मन

मन सोचे.....मन कहे
मन में ही... मन की सारी बात....
मन ने ही उलझाया....
मन ने ही फिर सुलझाया....
मन में मन की प्यास...
मन में मन का प्यार....
मन मन की बात यही है....
मन ही, मन है
मन में ही सारी दुनिया....
मन से जो जी लगाये...
मन में ही खो जाए....

- रूपम कुमार
सहायक प्रबंधक (विधि)
एसटीसी मुंबई शाखा

पागल

बेटी में अपनी प्रतिमूर्ति देखने का अहसास कितना सुखदायी होता है, उसका बोध उसे आज पहली बार हुआ। कल प्रीति का साक्षात्कार है। उसकी तैयारियों से आत्मविश्वास उसके चेहरे पर साफ़ झलकता है। परंतु माँ के हृदय को तसल्ली कहाँ ? वह बेटी के कमरे का दरवाजा खटखटाती है। दरवाजा खोलकर प्रीति खुशमिज़ाज़ अंदाज में पूछती है - 'क्या बात है, माँ? नींद नहीं आ रही क्या ?

'नहीं बेटी, ऐसी बात नहीं है। सोच रही थी कि देखूँ तेरी सब तैयारी हो गयी क्या !'

'हाँ, मैं तो पूरी तरह आश्वस्त हूँ।' बेटी ने झट से उत्तर दिया। बेटी को आराम करने की हिदायत देकर वह अपने कमरे में लौट आयी। सुधीर होते तो उनसे बातचीत करके अपने मन को हलका कर लेती। किंतु सरकारी काम से उनका विदेश जाना उसे कहीं न कहीं कचोट रहा था।

सुबह सारे काम निपटाकर बेटी को विदा किया। चिंता की लकीरें छुपाकर हँसते हुए उसे ऑल द बैस्ट कहा। हालांकि उसे प्रीति की काबिलियत पर जरा भी संदेह न था। फिर भी बेटी के घर से बाहर कदम रखते ही माँ का बेचैन होना स्वाभाविक है। जब करीब तीन बजे प्रीति लौट आयी तो उसने राहत की साँस ली।

'कैसा रहा, बेटी ? उसने एकाएक प्रश्न किया।'

'बहुत अच्छा, माँ... प्रीति ने भी बड़े उत्साह से उत्तर दिया।'

'किसी बात की कोई परेशानी तो नहीं हुई ? उसने फिर पूछा।'

'नहीं, माँ ! सब ठीक रहा। परंतु आज एक अजीब बात हुई।'

'क्या ?'

'सुबह जब मैं जा रही थी तो वो दाढ़ी वाला पागल रास्ते में मिल गया। पता नहीं क्यूँ एकटक मेरी ओर

देख रहा था। दूर तक उसकी आँखें मेरा पीछा करती रही। मैं शकुन-अपशकुन को तो नहीं मानती, फिर भी मुझे अच्छा नहीं लग रहा था। आखिर पागल समझ कर नज़रअंदाज करना पड़ा। जाने कहाँ-कहाँ से आ जाते हैं !' प्रीति एक रो में कहती चली गयी।

उसने थोड़े संकोच से कहा, 'बेटी ! अब तुम सार्वजनिक जीवन में कदम रखने जा रही हो। तुम्हें किसी भी मसले पर यकायक नतीजे पर नहीं पहुँचना चाहिए। कई बार जो कुछ हमें प्रत्यक्ष रूप से दिखायी पड़ता है, सत्य उससे परे भी हो सकता है। इसलिए किसी भी चीज़ के बारे में अपनी राय बनाने से पहले हमें पूरी तरह उसे जान व परख लेना चाहिए, अन्यथा हमारी राय सत्य के विपरीत भी हो सकती है।'

'मैं कुछ समझी नहीं, माँ ! तुम क्या कहना चाह रही हो !'

जिस आदमी को आज तुम और बहुत से दूसरे लोग भी पागल समझते हैं, वह कभी एक प्रतिष्ठित अध्यापक होने के साथ-साथ बहुत ही नेकदिल इंसान था। उसकी आठ साल की एक प्यारी-सी बच्ची थी। रईस घरों के कुछ बिगड़ैल लड़के उसे बहला-फुसलाकर कहीं दूर ले गए और उसके साथ दरिंदगी करके कत्ल कर दिया। एक सप्ताह के बाद टुकड़ों में उसकी लाश मिली। जर्ज़ा-जर्ज़ा सहम गया था। यह खबर सुनकर माँ ने तो पहले ही दम तोड़ दिया, फिर पिता ने जब लाश देखी तो, बेचारा बुत बनकर रह गया। न तो मर ही सका और न जिंदा रह पाया। कुछ समय बाद सब दरिंदे बरी हो गए, क्योंकि पर्याप्त सबूतों के बिना कानून भी लाचार है। अब किसे पागल कहा जाये, उसे जिसकी मासूम बच्ची दरिंदगी का शिकार हुई, जिसका हँसता-खेलता परिवार तबाह हो गया; या फिर यह व्यवस्था जो सत्य को जानते हुए भी सबूतों के अभाव में विवश साबित होती है।'

- डॉ. जगदीश प्रसाद

मुख्य प्रबंधक (राजभाषा)/राजभाषा प्रमुख

“देश के विभिन्न भागों के निवासियों के व्यवहार के लिए सर्वसुगम और व्यापक तथा एकता स्थापित करने के साधन के रूप में हिंदी का ज्ञान आवश्यक है।”

- सी.पी. रामास्वामी अय्यर

समसामयिक

कृत्रिम बुद्धिमत्ता

‘कृत्रिम बुद्धिमत्ता’ जिसे हम अंग्रेजी में ‘आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस’ या फिर ‘एआई’ के नाम से भी जानते हैं, सूचना प्रौद्योगिकी क्षेत्र की एक ऐसी संरचना है जिसकी शक्ति का आकलन करना आज के इस दौर में संभव नहीं है, चाहे वह कंप्यूटर और मनुष्य के बीच शतरंज का खेल हो या फिर एक व्यक्ति जिसका रक्तचाप कम या ज्यादा होने की अवस्था में स्मार्ट-वाच (घड़ी) के माध्यम से उसके सगे-संबंधी को अलर्ट भेजना हो या फिर किसी देश पर मिसाइल हमले को रोकने हेतु राडार द्वारा संप्रेषित सूचना के आधार पर मानवरहित काउंटर मिसाइल दागने का मामला हो।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता के क्षेत्र में शोध की आधारशिला डार्टमाउथ कॉलेज में 1956 की एक कांफ्रेंस एवं कार्यशाला में रखी गई थी। इस कार्यशाला में

मार्विन मिंस्की, जॉन मेक कारथी, क्लॉड शैन्नन, नाथन रोचेस्टर, रे सोलोमनॉफ, ओलिवर सेल्फ्रिज, ट्रेचर्ड मोर, आर्थर सैमुएल, एलन न्यूवेल और हरबर्ट ए. साइमन जैसे दुनिया कई विख्यात वैज्ञानिकों, गणितज्ञों ने भाग लिया था। इस कांफ्रेंस का अभिकथन था - “every aspect of learning or any other feature of Intelligence can be so precisely described that a machine can simulate it” यानी कृत्रिम बुद्धिमत्ता एक ऐसा पारिस्थितिकी तंत्र (eco-system) है जिसमें सॉफ्टवेयर एवं हार्डवेयर के संयोजन से बनाई गई मशीन जिसमें परिस्थितिजनक स्थिति को समझने और उपलब्ध सूचना (डाटा) के आधार पर सही विश्लेषण/प्रतिक्रिया देने की क्षमता विकसित की जाती है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता हेतु सॉफ्टवेयर एप्लीकेशन में जहाँ मूल रूप से डीप मैथमेटिक्स, मशीन लर्निंग और डेटा एनालिटिक्स का प्रयोग कर तैयार किया जाता है, वहीं हार्डवेयर को तैयार करने में मल्टी नैनो प्रोसेसर और न्यूरल नेटवर्क का उपयोग किया जाता है, ताकि मशीन द्वारा प्रति क्षण बहुसंख्यक गणना करने की क्षमता विकसित हो सके, जो कि साधारण कंप्यूटर मशीन के हार्डवेयर द्वारा संभव नहीं है।



आर्थिक सलाहकार कार्यालय, वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय, औद्योगिक नीति एवं संवर्धन विभाग, भारत सरकार के अनुसार जहाँ 1950-51 में सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) में कृषि क्षेत्र से 50-55%, उद्योग से 13-15% और सेवा क्षेत्र से 30-35% के मध्य योगदान था, वहीं 2016-17 में यह कृषि क्षेत्र से 16-18%, उद्योग से 30-32% और सेवा क्षेत्र से 52-54% के मध्य रहा है।

इससे यह ज्ञात होता है कि जिस क्षेत्र में समय के साथ टेक्नोलॉजी या ऑटोमेशन का उपयोग उत्पादकता बढ़ाने, परिणाम की सटीकता सुनिश्चित करने और मानवीय निर्भरता सीमित करने हेतु हुआ, उस क्षेत्र का विकास हुआ और सीधा असर देश की अर्थव्यवस्था पर भी पड़ा। हमारे

देश भारत जिसकी जनसंख्या 1.32 बिलियन को पार कर गई है, ऐसी आबादी वाले देश में यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी कि सूचना प्रौद्योगिकी के इष्टतम उपयोग द्वारा ही सरकार द्वारा देश की जनता की जरूरतों को समझने और उस पर समय सीमा के अंदर कार्य को सम्पन्न करने की क्षमता विकसित हो पाई है।

कई देशों में पिछले कुछ वर्षों से मशीनों में कृत्रिम बुद्धिमत्ता विकसित करने के लिए शोध जारी है और उन शोधों की बढ़ती कृत्रिम बुद्धिमत्ता के उपयोग के कुछ बेहतरीन उदाहरण हमारे सामने हैं -

● भारत में :

1. **नीति आयोग और आईबीएम** ने मिलकर कृत्रिम बुद्धिमत्ता की मदद से असम, बिहार, झारखंड, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, राजस्थान और उत्तर प्रदेश के हर 10 जिलों के लिए क्राॅप यील्ड (कृषि उपज) प्रोडक्शन मॉडल तैयार किया है, जो कि रियल टाइम डाटा पर आधारित है जैसे कि:

- भारतीय मौसम विभाग द्वारा किया जाने वाला मौसम का पूर्वानुमान

- जमीन की नमी
- फसल ऋतुजैविकी (क्रॉप फिनाँलॉजी)
- इसरो द्वारा रिमोट सेंसिंग टेक्नोलॉजी का उपयोग कर कीट नियंत्रण और फसलों में बीमारी फैलने से संबंधित दी जाने वाली चेतावनी



इन सभी उपलब्ध रियल टाइम डाटा का विश्लेषण कृत्रिम बुद्धिमत्ता तकनीक द्वारा होता है और किसानों को उनकी भाषा में फसल की उत्पादकता को बढ़ाने अथवा नुकसान को रोकने के लिए सुझाव उन तक मोबाइल पर अथवा कंप्यूटर पर पहुंचाया जाता है।

2. प्रेडिक्टिव पैथोलॉजी (उदाहरण - डायबिटिक रेटिनोपैथी का जल्द पता लगाना) - माइक्रोसॉफ्ट और फोरस हेल्थ ने मिलकर कृत्रिम बुद्धिमत्ता तकनीक का उपयोग चिकित्सा क्षेत्र में डायबिटिक रेटिनोपैथी के जल्द पता लगाने हेतु किया। इसमें आँख के चेकअप कैंप लगाए गए, जहाँ पर मशीन में इस तकनीक की मदद से अर्द्ध-कुशल व्यक्ति को दोबारा मरीज की आँख की फोटो खींचने का निर्देश दिया, जहाँ पर पहली फोटो विश्लेषण की दृष्टि से ठीक नहीं थी, यानी कि सिद्धहस्त व्यक्ति की उपलब्धता को इस तकनीक के उपयोग द्वारा रोगविज्ञान (पैथोलॉजी) के क्षेत्र में सीमित किया गया।

• अंतरराष्ट्रीय स्तर पर :

अमेरिका, रूस, चीन, जापान एवं अन्य देश अपने आप को कृत्रिम बुद्धिमत्ता क्षेत्र में सर्वोपरि स्थापित करने की दिशा में तेजी से प्रयास कर रहे हैं और लगभग हर क्षेत्र में उनका उपयोग और विस्तार दोनों किया जा रहा है। उदाहरण के तौर पर -

1. **गूगल के टेंसर एयरफ्लो एआई सिस्टम** का उपयोग अमेरिका ने इराक पर हुए हमले में ड्रोन द्वारा खींचे गए बहुसंख्यक फोटोग्राफ के विश्लेषण के लिए किया था। इस विश्लेषण की वजह से अमेरिका इराक पर सटीक हमले कर पाया।
2. **रोबोट वीरा** - रूस की स्टार्टअप कंपनी स्टे फ्राय ने कृत्रिम बुद्धिमत्ता संयुक्त रोबोट वीरा तैयार किया है, जो कि 1 दिन में 1500 कैंडिडेट का इंटरव्यू लेने, ईमेल भेजने और उसके फॉलोअप का कार्य कर सकता है। रोबोट वीरा के माध्यम से पेप्सिको, लोरियाल जैसी कई मल्टीनेशनल कंपनी के लिए कैंडिडेट्स की नियुक्ति हुई है।
3. **ट्रैफिक मॉनिटरिंग और कंजेशन रिमूवल** - चीन में ट्रैफिक मॉनिटरिंग और कंजेशन रिमूवल के लिए कृत्रिम बुद्धिमत्ता तकनीक का व्यापक स्तर पर इस्तेमाल होता है, जहाँ पर ट्रैफिक नियमों के उल्लंघन करने वालों की पहचान कैमरे के द्वारा खुद कर ली की जाती है और कंप्यूटर द्वारा चालान अथवा कार्रवाई की सूचना संबंधित प्रभाग को प्रेषित कर दी जाती है।
4. **वर्चुअल आर्टिफिशियल असिस्टेंट** - सिरि(एप्पल), कोरटाना(माइक्रोसॉफ्ट), एलेक्सा(अमेज़ॉन) द्वारा तैयार किए गए आज के दौर के कुछ ऐसे वर्चुअल



आर्टिफिशियल असिस्टेंट हैं, जो आवाज को पहचानने, निर्देशों को समझने और उनको क्रियान्वित करने की क्षमता रखते हैं, चाहे वह किसी तरीके का ऑनलाइन आर्डर प्लेस करना हो, कॉल करना या संदेश करना हो या इच्छा-अनुसार संगीत बजाना हो।

पिछले दिनों देश के नीति आयोग ने 04 जून, 2018 को 'डिस्कशन पेपर- नेशनल स्ट्रेटेजी फॉर आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (#AIforAll) जारी किया, जिसमें पाँच फोकस क्षेत्रों का उल्लेख किया गया –

1. **चिकित्सा** - उच्च गुणवत्ता की उपलब्धता और सामर्थ्य के अंदर व्यय भार हेतु
2. **कृषि** - किसान की आय बढ़ाने, फसल की उत्पादकता बढ़ाने और नुकसान रोकने हेतु
3. **शिक्षा** - उपलब्धता और उच्च स्तरीय शिक्षा मुहैया हेतु
4. **स्मार्ट सिटीज एंड इंफ्रास्ट्रक्चर** - तेजी से बढ़ती शहरी जनसंख्या की कनेक्टिविटी हेतु
5. **स्मार्ट मोबिलिटी एंड ट्रांसपोर्टेशन** - स्मार्टर और सुरक्षित परिवहन के तरीकों, सुचारित ट्रैफिक और कंजेशन के निवारण हेतु

पेपर में भारत की कृत्रिम बुद्धिमत्ता अनुसंधान आकांक्षाओं को संबोधित करने के लिए दो स्तरीय संरचना का प्रस्ताव किया गया:

1. **सेंटर ऑफ़ रिसर्च एक्सलेंस (Research Excellence (CORE))** - जहाँ पर उपलब्ध टेक्नोलॉजी/रिसर्च को

समझने और उपलब्ध टेक्नोलॉजी को विकसित करने हेतु एवं ज्ञान को बढ़ाने पर ध्यान दिया जाएगा।

2. **इंटरनेशनल सेंटर्स ऑफ़ ट्रांसफॉर्मेशनल एआई (International Centers of Transformational AI (ICTAI))** – जिसका उद्देश्य एप्लीकेशन डेवलपमेंट और एप्लीकेशन आधारित रिसर्च होगा। इस क्षेत्र में निजी क्षेत्र की कंपनियों की भी सहभागिता ICTAI के माध्यम से की जानी प्रस्तावित है।

देश के चहुमुखी विकास के लिए कृत्रिम बुद्धिमत्ता का उपयोग उन सभी क्षेत्रों में जरूरी है, जहाँ पर अपेक्षित परिणाम परिचालन अक्षमता, गलत निर्णय जैसे कि मानव त्रुटि, डेटा का मैनुअल/गलत विश्लेषण, तृतीय पक्ष पर निर्भरता, आदि की वजह से नहीं मिल पा रही है।

चिकित्सा, कृषि, शिक्षा और रक्षा क्षेत्र में अगर व्यापक स्तर पर कृत्रिम बुद्धिमत्ता का इस्तेमाल किया जाए तो इन सभी क्षेत्रों में अभूतपूर्व विकास हासिल किया जा सकता है। अतः कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधुनिक जीवन की आवश्यकताओं और चुनौतियों से निपटने के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है और इसका समुचित उपयोग देश हित में है।

- उज्ज्वल श्रीवास्तव
उप प्रबंधक (सूचना प्रौद्योगिकी)

राजभाषा अधिनियम, 1963 (यथासंशोधित 1967) की धारा 3(3) के दस्तावेज़

राजभाषा अधिनियम, 1963 (यथासंशोधित 1967) की धारा 3(3) के अंतर्गत निम्नलिखित दस्तावेज़ द्विभाषी रूप (हिंदी तथा अंग्रेजी) में जारी किये जाने अनिवार्य हैं। यह सुनिश्चित करना उस अधिकारी का दायित्व होगा जो ऐसे दस्तावेज़ पर हस्ताक्षर करते हैं।

1. संकल्प; 2. सामान्य आदेश; 3. नियम; 4. अधिसूचनाएँ; 5. प्रशासनिक या अन्य रिपोर्टें;
6. प्रेस विज्ञप्तियाँ; 7. संसद के किसी सदन या सदनों के समक्ष रखे जाने वाले प्रशासनिक तथा अन्य रिपोर्टें;
8. संसद के किसी सदन या सदनों के समक्ष रखे जाने वाले राजकीय कागज़पत्र; 9. संविदाएँ; 10. करार;
11. अनुज्ञप्तियाँ; 12. अनुज्ञापत्र; 13. निविदा सूचनाएँ; 14. निविदा प्रारूप !

* राजभाषा अधिनियम, 1963 की धारा 3(3) के अनुसार सामान्य आदेश में निम्नलिखित सम्मिलित है-

- (1) ऐसे सभी आदेश, निर्णय या अनुदेश जो विभागीय प्रयोग के लिए हों और जो स्थायी प्रकार के हों;
- (2) ऐसे सभी आदेश, अनुदेश, पत्र, जापन, नोटिस आदि जो सरकारी कर्मचारियों के समूह अथवा समूहों के संबंध में हों या उनके लिए हों;
- (3) ऐसे सभी परिपत्र जो विभागीय प्रयोग के लिए हों या सरकारी कर्मचारियों के लिए हों।

कदम दर कदम

एसटीसी में कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व (सीएसआर) - एक झलक

पर्यावरण और समाज में उपलब्ध स्रोतों के इस्तेमाल के जरिए ही आर्थिक विकास संभव है। प्राकृतिक संसाधनों के उपयोग का सीधा प्रभाव अर्थव्यवस्था, पर्यावरण और बड़े पैमाने पर समाज पर पड़ता है। कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व (सीएसआर) एक ऐसी अवधारणा है जिसके तहत संगठन अपने परिचालनों के सभी पहलुओं में ग्राहकों, कर्मचारियों, शेयरधारकों, समुदायों और पर्यावरण पर उनकी गतिविधियों के प्रभाव के लिए जिम्मेदारी लेकर समाज हित के कार्य करते हैं। सरकार द्वारा इसे नीतिगत रूप में लागू किया जाता है।

हमारे कॉर्पोरेशन ने अपने इस दायित्व को समझते हुए वर्ष 2010 से अपना कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व (सीएसआर) और सतत विकास कार्यक्रम शुरू किया। सीएसआर के संदर्भ में सार्वजनिक उद्यम विभाग द्वारा वर्ष 2010 में जारी दिशा-निर्देशों के अनुसार कॉर्पोरेशन में सामाजिक दायित्व और सतत विकास की गतिविधियों को संचालित किया

गया है। कंपनी अधिनियम, 2013 की धारा 135 के अंतर्गत कॉर्पोरेशन ने वर्ष 2013-14 में "कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व और सतत विकास - नीति, प्रणाली एवं प्रक्रिया" पर विस्तृत दिशा-निर्देश किए हैं। कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व और सतत विकास आर्थिक, सामाजिक तथा पर्यावरणीय रूप में टिकाऊ तरीके से व्यापार करने के लिए अपने सभी पणधारियों के प्रति कंपनी की प्रतिबद्धता है। इन पणधारियों में कर्मचारी, निवेशक, शेयरधारक, ग्राहक, कारोबार भागीदार, क्लाइंट, सामाजिक समूह, सरकारी तथा गैर-सरकारी संगठन, स्थानीय समुदाय, पर्यावरण और अंततोगत्वा समाज शामिल हैं। बाद में 2015-16 में कंपनी ने परियोजना के कार्यान्वयन के लिए अल्पावधि, मध्यम अवधि और दीर्घावधि कार्यक्रम की दृष्टि से एक विस्तारित सीएसआर नीति अपनाई है।

कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व और सतत विकास के तहत कार्यान्वित परियोजनाएँ / गतिविधियाँ

कर्नाटक और तमिलनाडु राज्यों के एक औद्योगिक क्षेत्र में पर्यावरण की रक्षा के लिए पेड़ लगाकर कॉर्पोरेशन ने अपना

पहला प्रयास आरंभ किया। औद्योगिक क्षेत्रों में और उनके चारों ओर 470 से अधिक पेड़ लगाए गए। सरकार के मध्याह्न भोजन कार्यक्रम ने स्कूल में बच्चे को बनाए रखने में काफी योगदान दिया है। 17 स्कूलों में खाना पहुँचाने के लिए वाहन उपलब्ध कराते हुए कंपनी ने इस्कॉन के मिड-डे मील कार्यक्रम को सहायता प्रदान की है, जिसमें राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में लगभग 3100 स्कूली बच्चों को कवर किया गया। धीरे-धीरे महिलाओं की निवारक स्वास्थ्य देखभाल, कानूनी जागरूकता और झुग्गी समुदाय में रहने वाली लड़कियों के व्यावसायिक प्रशिक्षण, कला और संस्कृति को बढ़ावा देने, विकलांग बच्चों के लिए मनोरंजक सुविधाओं की व्यवस्था, शौचालय परिसर के निर्माण, स्मारकों के संरक्षण आदि क्षेत्रों में इस दृष्टिकोण का विस्तार किया गया।

स्वास्थ्य, कंपनी का प्रमुख केंद्रबिंदु रहा है और सीएसआर निधि का 33% स्वास्थ्य

कार्यक्रमों पर खर्च किया गया है। सतत विकास के तहत तमिलनाडु, कर्नाटक, हिमाचल प्रदेश और दिल्ली में क्रमशः वृक्षारोपण, जल संचयन और सौर प्रकाश कार्यक्रम जैसे क्रियाकलापों के लिए 11% निधि आबंटित की गई है। समाज में समावेशी विकास और भागीदारी के लिए, कुल सीएसआर बजट की 8.7% निधि को आबंटित करके विशिष्ट क्षमतायुक्त बच्चों के लिए कार्यक्रम भी संचालित किया गया। कंपनी जंतर-मंतर, नई दिल्ली में जयप्रकाश यंत्र के संरक्षण की परियोजना हेतु भारत के पुरातत्व सर्वेक्षण विभाग, दिल्ली और राष्ट्रीय संस्कृति फंड, नई दिल्ली से भी जुड़ी है। इस परियोजना पर कुल लागत सीएसआर निधि का लगभग 7% आयी है।

इस प्रकार व्यक्ति, समाज तथा पर्यावरण के प्रति अपने दायित्व का निर्वाह करते हुए कॉर्पोरेशन की ओर से कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व के अंतर्गत कुछ महत्वपूर्ण परियोजनाओं के माध्यम से अनेक प्रयास किए गए हैं।

- के.एच.अंगोम ज्ञानेन
मुख्य प्रबंधक (सीएसआर)

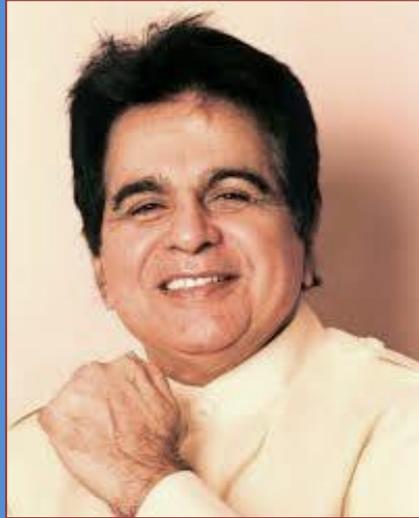
प्रेरणास्रोत

दिलीप कुमार : एक अतुलनीय कलाकार

अपनी बात को प्रभावशाली ढंग से औरों तक पहुँचाने के लिए हमें संवाद या हाव-भाव या इनमें से दोनों की जरूरत पड़ती है। संवाद बोलने के अंदाज़ और भावों के आपसी ताल-मेल के अभाव में हम अपनी बात को उतने असरदार ढंग से नहीं कह पाते जितना कहना चाहते हैं। सच तो यह है कि मानव विभिन्न परिस्थितियों को असल जीवन में जीते हुए भी अक्सर अपनी बात और भावों को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त नहीं कर पाता। तब एक फिल्मी कलाकार के लिए एक काल्पनिक पात्र को रजतपट पर अपने अभिनय से जीवंत कर पाना कितना मुश्किल काम है इसका अनुमान आसानी से नहीं लगाया जा सकता। ऐसे में कोई विरला ही अलग-अलग किरदारों की भूमिकाओं को पर्दे पर इतनी खूबी से निभा सकता है कि दर्शक उसके अभिनय के दीवाने हो जाएँ। अपने सशक्त अभिनय से विविध रसों को सिनेमा के पर्दे पर साकार करने वाले 'अभिनय सम्राट' और 'ट्रेजडी किंग' के नामों से विख्यात 90 वर्षीय दिलीप कुमार ऐसे ही महान कलाकार हैं। सिनेमा जगत में दिलीप साहब को अपना आदर्श मानने वाले कलाकारों की सूची काफी लम्बी है। यदि यह कहा जाए कि वे फिल्म जगत के ऐसे स्तंभ हैं जिन्होंने अपनी अद्भुत क्षमता के जरिए फिल्मों के प्रति लोगों में रूझान विकसित किया और अभिनय कला को नए आयाम दिए तो गलत नहीं होगा। उनके अभिनय की जितनी भी तारीफ की जाए, कम है। शुरू से ही उनमें अन्य कलाकारों से हटकर कुछ ऐसा रहा जिसने उन्हें हिंदी सिनेमा का सार्वकालिक बेहतरीन अभिनेता बना दिया।

चुम्बकीय व्यक्तित्व और सहज एवं शांत प्रकृति के धनी दिलीप कुमार का जन्म 11 दिसम्बर 1922 को पेशावर के खुदाबाद मौहल्ले में हुआ। उनके पिता लाला गुलाम सरवर फलों के व्यापारी थे। पेशावर और देवलाही (महाराष्ट्र) में उनके फलों के बाग थे। 1930 में पूरा परिवार मुम्बई आ गया। 1940 के आसपास दिलीप कुमार पूना चले गए और वहाँ फलों के व्यवसाय के साथ-साथ एक मिलीटरी कैंटीन में नौकरी करने लगे। उन दिनों अपने समय की प्रसिद्ध

अभिनेत्री देविका रानी और उनके पति हिमांशु राय, जो बॉम्बे टाकीज के मालिक थे, की नज़र उन पर पड़ी और उन्होंने दिलीप कुमार को 1944 में बनी अपनी फिल्म ज्वार-भाटा में मुख्य भूमिका प्रदान की। और इस तरह फिल्म जगत में एक ऐसे सितारे का प्रवेश हुआ जिसने अपनी चमक से एक सुनहरे युग का आगाज़ किया और पाँच दशकों तक अभिनय के क्षेत्र में कई कीर्तिमान और मानदंड स्थापित किए।



उनका असली नाम मौहम्मद युसुफ खान है। 'दिलीप कुमार' नाम तो उन्हें देविका रानी ने भगवती चरण वर्मा और नरेंद्र शर्मा जैसे साहित्यकारों से परामर्श करके दिया। नूरजहाँ के साथ 1944 में बनी 'जुगनू' उनकी पहली हिट फिल्म साबित हुई। इसके बाद तो उन्होंने एक के बाद एक सफल, हिट और यादगार फिल्में दीं, जैसे - जोगन, दीदार, आन, दाग, देवदास, आज़ाद, नया दौर, यहूदी, मधुमती, कोहेनूर आदि। देवदास की भूमिका को उन्होंने इतनी शिद्दत से निभाया कि पचास के दशक में वे देवदास के नाम से भी जाने गए। दिलीप साहब ने अपने समय की सभी शीर्ष अभिनेत्रियों जैसे नरगिस, कामिनी कौशल, निम्मी, मीना कुमारी, मधुबाला, वैजयंती माला, वहीदा रहमान आदि के साथ पर्दे पर शानदार जोड़ियाँ बनाईं।

दिलीप साहब ने अंतिम बार 'क्विला' फिल्म में अभिनय किया। उसके बाद से वे फिल्मों में अभिनय नहीं कर रहे हैं। वे अभिनय की बारीकियों का किरदार की भूमिका निभाने में बखूबी इस्तेमाल किया करते थे। संवाद बोलने के अपने अनूठे अंदाज़ तथा हाव-भाव और सशक्त बॉडी लैंग्वेज के बूते वे अपने सामने के कलाकार पर भारी पड़ते थे। डायलॉग बोलने का उनका अंदाज़ शरीर की रग-रग में रोमांच पैदा करता है। हालाँकि शुरू में उन्होंने अधिकतर दुखभरी भूमिकाएं ही की लेकिन बाद में हास्य और चरित्र कलाकारों की भूमिकाओं को भी बड़ी सहजता और उत्कृष्टता से पर्दे पर जिया। वे फिल्मों का चयन अपनी मर्ज़ी से करते थे तभी तो वे जो भी किरदार चुनते उसमें पूरी तरह डूब जाते थे। यदि यों कहें कि वे उस किरदार को ही

अपने भीतर उतार लेते थे तो भी ग़लत नहीं होगा। शायद यही वजह रही कि दिलीप साहब ने दूसरे सफल कलाकारों की बनिस्बत लगभग 60 फिल्मों में ही काम किया। उनके अभिनय की विशेष बात यह थी कि ऐसा नहीं लगता था जैसे वे अभिनय कर रहे हैं। चार-पाँच दशकों के बीतने के बाद भी उनकी अभिनीत फिल्मों को देखकर मन को अनुपम संतोष मिलता है।

उन्होंने अपनी जीवन संगिनी सायरा बानो के साथ 'गोपी', 'सगीना' 'बैराग' और 'दुनिया' फिल्मों में काम किया लेकिन 'गोपी' को छोड़कर बाकी तीनों फिल्में ज़्यादा सफल नहीं रहीं। दिलीप साहब ने 1976 से 1981 तक लगभग पाँच सालों के लिए फिल्मों से विराम लिया और फिर मनोज कुमार द्वारा बनाई 'क्रांति' से फिल्मों में एक बार फिर अभिनय की नई बुलंदियों को छुआ। उसके बाद उन्होंने विधाता, शक्ति, कर्मा और सौदागर आदि फिल्मों में अपना रंग जमाया। सदी के महानायक अमिताभ बच्चन के साथ जब उन्होंने 'शक्ति' फिल्म में काम किया उस समय अमिताभ बच्चन एक सुपर स्टार थे और दर्शकों के मनपसंद थे तो भी दिलीप साहब ने अपने सशक्त अभिनय से लोगों का दिल जीत लिया और फिल्मफेयर पुरस्कार के लिए उस वर्ष के सर्वश्रेष्ठ अभिनेता चुने गए।

उनके निभाए बहुचर्चित किरदारों में के आसिफ की ऐतिहासिक फिल्म 'मुग़ले आज़म' में शहज़ादा सलीम (मुग़ल राजकुमार जहाँगीर) की भूमिका थी जिसे दिलीप साहब ने बखूबी निभाया। फिल्म 'राम और श्याम' में मन को आंदोलित करने वाली उनकी दोहरी भूमिका को भला कौन भुला सकता है। इसी प्रकार 'आदमी' फिल्म में एक अपाहिज पात्र के भीतर के आक्रोश को बड़ी खूबी से पर्दे पर लाए दिलीप साहब। वे आज भी अन्य कलाकारों के लिए प्रेरणा स्रोत हैं।

फिल्मों में दिलीप साहब के शुरुआती दौर में मुकेश और तलत महमूद ने उनके लिए कई गीत गाए। किशोर कुमार और महेंद्र कपूर ने भी उनके लिए चंद गीत गाए। लेकिन उनके लिए अधिकांश गीत गाए मौहम्मद रफी ने। मौहम्मद रफी की आवाज़ तो उन पर एकदम फिट बैठती

थी। दिलीप साहब ने रफी साहब के गाए गीतों - 'आज की रात मेरे दिल की सलामी ले ले', 'टूटे हुए ख़्वाबों ने', 'ना आदमी का कोई भरोसा', 'मधुबन में राधिका नाचे रे', 'अपनी आज़ादी को हम हर्गिज़ मिटा सकते नहीं' और 'नैन लड़ जई हैं' आदि को पर्दे पर इस तरह पेश किया जैसे वे इन्हें खुद ही गा रहे हों।

वे हिंदी सिनेमा के इतिहास में महानतम कलाकारों में से हैं। उन्होंने दाग, आज़ाद, देवदास, नया दौर, कोहेनूर, लीडर, राम और श्याम एवं शक्ति फिल्मों में उत्कृष्ट अभिनय के लिए कुल 8 फिल्मफेयर पुरस्कार जीते हैं। असल में सर्वप्रथम फिल्मफेयर पुरस्कार ही उन्हें मिला। वे एकमात्र ऐसे अदाकार हैं जिन्होंने लगातार तीन वर्षों (1955, 1956 और 1957) के लिए ये पुरस्कार जीते।



ऐसा नहीं है कि दिलीप साहब ने केवल फिल्मों में ही अपने जौहर दिखाए। उदार

मानसिकता, सभी धर्मों के प्रति आदर और भाईचारे का भाव उनके व्यक्तित्व के अन्य दृढ़ पहलू हैं। उन्होंने जरूरत के समय लोगों को आर्थिक मदद देने में कभी कोताही नहीं बरती। देश की सांप्रदायिक एकता के लिए भी वे हमेशा आगे रहे। उनके सुलझे विचार, गंभीर व्यक्तित्व और सेवा भाव को देखते हुए उन्हें 1980 में बंबई का शेरिफ नियुक्त किया गया। वे राज्य सभा के भी सदस्य रहे।

सिनेमा में उनके उल्लेखनीय योगदान के लिए भारत सरकार ने 1991 में उन्हें पद्म भूषण और 1994 में दादा साहब फाल्के पुरस्कार से सम्मानित किया। 1993 में उन्हें फिल्मफेयर लाइफटाइम अचीवमेंट अवार्ड प्रदान किया गया। यही नहीं, पाकिस्तान सरकार ने भी 1997 में उन्हें अपने सर्वोच्च नागरिक पुरस्कार 'निशान-ए-इम्तियाज़' से नवाजा।

दिलीप साहब कुदरत का बेमिसाल करिश्मा हैं। यह हमारे लिए सौभाग्य की बात है कि हम उस काल के साक्षी हैं जिसमें दिलीप साहब जैसी शख्सियत हमारे साथ है।

- बृजेश प्रसाद,
संयुक्त महाप्रबंधक

हमारा स्वास्थ्य

मोटापा - अनेक बीमारियों की जड़

आज की आपा-धापी की जिन्दगी में मनुष्य इतना व्यस्त है कि उसने अपने रहन-सहन, खान-पान पर ध्यान देना लगभग छोड़ ही दिया है। नतीजे में वह बहुत सारी बीमारियों से ग्रसित होता जा रहा है। इनमें से ज्यादातर बीमारियाँ मुख्यतः उच्च रक्तचाप, मधुमेह एवं हृदय रोग की शुरुआत मोटापे से होती हैं, जो महामारी की तरह फैलती जा रही हैं। उम्रदराज़ लोगों की बात तो कुछ हद तक समझ में आती है, हालांकि इसे भी किसी भी दृष्टि से उचित नहीं ठहराया जा सकता। तथापि, सर्वाधिक चिंता की बात तो यह है कि आजकल बच्चे और युवा भी बहुत तेजी के साथ मोटापे का शिकार हो रहे हैं। इसलिए इसकी गंभीरता को समझना नितांत आवश्यक है।

सर्वप्रथम हमें यह जानना जरूरी है कि मोटापे के कौन-कौन से कारण हैं। वैज्ञानिक दृष्टि से वज़न बढ़ने का सीधा-साधा कारण अनियमित, अनियंत्रित खान-पान एवं शारीरिक श्रम की कमी है। कुछ लोगों में यह वंशानुगत भी पाया जाता है। आप जो भी खाते हैं, उसमें कुछ न कुछ कैलोरी होती है। यदि आप खाने-पीने में जितनी कैलोरी ले रहे हैं, उतनी कैलोरी

को बर्न नहीं करेंगे तो आपका वज़न बढ़ना तय है। दरअसल ये बची हुई कैलोरी हमारे शरीर में फैट या वसा के रूप में इकठ्ठा होने लगती हैं, जिससे हमारा वज़न बढ़ता जाता है। आपने कई बार बजुर्गी के मुँह से यह कहावत सुनी होगी कि "जो ज्यादा खाएगा, वह समय से पहले जाएगा" जोकि आज भी सही प्रतीत होती है।

इस बात को भलीभांति समझ लेना चाहिए कि एक बार वज़न बढ़ गया तो उसको कम करना बहुत ही मुश्किल व चुनौतीपूर्ण है। लोग एक से बढ़कर एक टिप्स एवं डाइट प्लान बताएंगे। परंतु उनको अपनाएना एवं रोजमर्रा के जीवन में उतारना बहुत ही कठिन होता है। इसलिए यदि समय रहते ध्यान कर लिया जाए तो बाद में बड़ी मुसीबत से बचा जा सकता है।

वज़न कम करने की प्रक्रिया शुरू करने से पहले यह जानना आवश्यक है कि आपका वर्तमान वज़न सही है या नहीं। इसके लिए आपको अपना Body Mass Index (बीएमआई) जानना बहुत जरूरी है जो आपके वज़न और लम्बाई के हिसाब से आपके शरीर में वसा (फैट) की मात्रा बताता है। अपने बीएमआई से आपको अपनी वज़न श्रेणी का पता चलता है। बीएमआई के अनुसार प्रमुख रूप से निम्नवत वज़न श्रेणियाँ बतायी गयी हैं :-

बीएमआई	वज़न श्रेणी
18.5 से कम	कम वज़नी (Under weight)
18.5 से 25	सामान्य वज़नी (Normal weight)
25 से 29.9	अधिक वज़नी (Over weight)
30 से अधिक	अत्यधिक वज़नी (Obese)



उपर्युक्त तालिका के माध्यम से जब हमें ज्ञात होता है कि हम अधिक वज़नी या अत्यधिक वज़नी हैं तो ही हमें अपना वज़न कम करने की आवश्यकता है। इससे पूर्व कि हम अपना वज़न करने का प्रयास करें, हमें यह भी जानना होगा कि वज़न बढ़ने

के क्या कारण हैं। आमतौर पर वज़न बढ़ने के दो प्रमुख कारण निम्नोक्त हैं -

(क) खान-पान :

वजन बढ़ने का सबसे प्रमुख कारण होता है - हमारा खान-पान। हमारे खाने में कैलोरी की मात्रा जितनी अधिक होगी तो वज़न बढ़ने की संभावना उतनी ही अधिक हो जाती है। जिसे हम अधिक तला-भुना, फास्ट फूड, देशी घी, कोल्ड ड्रिंक्स आदि को ना या सीमित मात्रा में उपयोग कर नियंत्रण में रख सकते हैं। यदि आप इस बात की जानकारी रखें कि आपके शरीर को हर दिन कितने कैलोरी की आवश्यकता है और उतना ही उपभोग करें तो आपका वजन संतुलित रहेगा।

(ख) क्रियाशीलता की कमी :

अगर आपकी दिनचर्या में क्रियाशीलता की कमी होगी तो आपका वजन बढ़ना लगभग तय है। खास तौर पर जो लोग घर में ही रहते हैं या दिन भर कुर्सी पर बैठकर ही काम करते हैं, उन्हें जान-बूझकर अपनी दिनचर्या में कुछ शारीरिक गतिविधियों को शामिल करना चाहिए। इसके लिए आप लिफ्ट की जगह सीढ़ियों का प्रयोग करें, अपने मनोरंजन का कोई खेल जैसे कि बेडमिंटन, टेबल टेनिस इत्यादि खेलें। यदि आप एक ट्रेडमिल या एक जिम साइकिल खरीद कर सकें और उसे नियमित रूप से प्रयोग करें तो काफी लाभदायक होगा। वैसे सबसे सस्ता और सरल उपाय है कि आप रोज कुछ देर टहलने की आदत डाल लें।

वजन कम करने के लिए कुछ महत्वपूर्ण बातें :

1. धर्य एवं विश्वास रखिये :

सबसे पहले तो हमें इस बात को समझना होगा कि वजन कभी एकदम से नहीं बढ़ता। सामान्यतः यह एक लंबी चली आ रही दिनचर्या का परिणाम होता है। इसलिए वजन घटाने में भी समय लगता है। हम चाहते हैं कि एक-दो दिन में ही हमारा वजन कम हो जाए, तो यह कदाचित संभव नहीं। इससे निराश होने की बजाय धर्य रखते हुए हमें अपने प्रयास जारी रखने चाहिए। वजन कम करने के दौरान सबसे जरूरी है - आपको अपने द्वारा किये जा रहे प्रयासों पर भरोसा रखना। सकारात्मक सोच रखना बहुत जरूरी है। अपने आप से कहें कि, “मैं फिट हो रहा हूँ”, “मेरे प्रयास सफल हो रहे हैं।” आप जितनी सकारात्मक सोच के साथ प्रयास करेंगे, सफलता मिलने की संभावना उतनी अधिक होगी।

2. तभी खायें जब सचमुच भूख लगी हो :

कई बार हम बस यूँ ही खाने लगते हैं। कई लोग आदत, बोरियत या उदासीनता की वजह से भी खाने लगते हैं। अगली बार तभी खायें जब आपको वाकई में भूख सहन ना हो। यदि आप कोई विशेष चीज खाने के लिए खोज रहे हैं तो ये भूख नहीं बस स्वाद बदलने की बात है। जब सच में भूख लगेगी तो आपको जो कुछ भी खाने को मिलेगा आप खाना पसंद करेंगे। दक्षिण अफ्रिका में एक अनुसंधान में यह पाया गया कि यदि व्यक्ति सुबह, दोपहर और शाम खाने की बजाय दिन भर में 5-6 बार थोड़ा-थोड़ा खाए तो वह 30% कम कैलोरी उपभोग करता है।

3. खाना घर पर ही खाएँ :

होटल एवं रेस्टोरेंट के खाने में स्वाद बढ़ाने हेतु अधिक घी अथवा तेल का उपयोग किया जाता है, कौशिश यही करनी चाहिए कि हम घर पर बना संतुलित खाना ही खाएँ। अगर कभी बाहर खाना भी पड़े तो ज्यादा फैट एवं ज्यादा कैलोरी वाले खाने से बचना चाहिए।

4. धीरे-धीरे एवं चबाकर खाएँ :

खाने को हमेशा धीरे-धीरे एवं चबाकर खाना चाहिए। धीरे-धीरे खाने से आपका मस्तिष्क पेट भर जाने का संकेत पहले ही दे देगा और आप कम खायेंगे। दोपहर में खाने से आधे घण्टे पहले 3 ग्लास पानी पीयें। ऐसा करने से आपको भूख कुछ कम लगेगी और यदि आप अपना वजन कम करना चाहते हैं तो भूख से थोड़ा कम खाना आपके लिए लाभदायक रहेगा।

5. अधिक पानी-युक्त भोजन का सेवन करें :

अपने खाने में आपको अधिक पानी-युक्त फल एवं सब्जियाँ जैसे कि टमाटर, लौकी, खीरा, तरबूज आदि का ज्यादा से ज्यादा उपभोग करना चाहिए। इनको खाने से आपका पूरा कैलोरी उपभोग कम होता है। नाश्ते के वक्त संतरे का रस, चाय, दूध इत्यादि जरूर लें। जूस पीने की बजाय फल खाएँ, इससे आपको वही लाभ होंगे, और जूस की अपेक्षा फल आपके पेट को भरा हुआ महसूस कराएगा एवं आपकी भूख को कम करेगा, जिससे आप कम खायेंगे। कोल्ड-ड्रिंक को तो छूएँ भी नहीं और चाय-कॉफी पर भी पूरा नियंत्रण रखें। इस तरह आप हर रोज करीब 200-250 कैलोरी कम उपभोग करेंगे।

6. कम वसा वाले (Low-fat milk) दूध का प्रयोग करें :

चाय, कॉफी बनाने में, या सिर्फ दूध पीने के लिए भी कम वसा वाले दूध का उपयोग करें, जिसमें कैल्शियम ज्यादा होता है और कैलोरी कम।

7. ज्यादातर कैलोरी का उपभोग दोपहर से पहले कर लें :

हमारा शरीर रात की अपेक्षा दिन में ज्यादा क्रियाशील होता है। इसलिए आप दिन के वक्त थोड़ा ज्यादा भी खा सकते हैं, जिससे कारण रात में आप उतना ही कम खायेंगे और दिन में जितनी कैलोरी आप ने उपभोग की है, उसके रात तक बर्न हो जाने की संभावना अधिक है।

7. नींबू और शहद का प्रयोग करें :

आयुर्वेद के अनुसार नियमित रूप से सुबह हल्के गुनगुने पानी के साथ नींबू और शहद का सेवन करने से वजन कम होता है।

8. प्रतिदिन व्यायाम करें :

यदि आप अपना वजन घटाना चाहते हैं तो आपको प्रतिदिन व्यायाम अवश्य करना चाहिए। अन्यथा कम से कम 45 मिनट रोज़ टहलना चाहिए। अगर आप रोज़ ऐसा कर लेते हैं तो बिना अपना खान-पान बदले भी आप साल भर में 15 किलोग्राम वजन कम कर सकते हैं। और यदि आप ये काम सुबह-सुबह ताज़ी हवा में करें तो बात ही कुछ और है। आप जितना ज्यादा चलेंगे, आपकी कैलोरी उतना ही अधिक बर्न होंगी। लिफ्ट की जगह सीढ़ियों का इस्तेमाल करना, आस-पास पैदल जाना आपके लिए मददगार साबित होगा। घर में भी आप दिन भर में एक-दो बार अपनी छत का चक्कर लगाने की कोशिश करें। इन छोटे-छोटे प्रयासों का परिणाम बहुत ही सकारात्मक होता है।

9. हफ्ते में एक दिन कोई भारी काम करें :

आजकल की भागदौड़ भरी दिनचर्या में शारीरिक श्रम के लिए बहुत कम अवकाश रहता है। अतः हर हफ्ते कोई एक भारी काम या गतिविधि में अपने आप को शामिल करें। जैसे कि आप अपनी मोटर साईकिल या कार धोने का काम कर सकते हैं, बच्चों के साथ कहीं घूमने जा सकते हैं या फिर घर की साफ सफाई में अपनी पत्नी/पति की मदद कर सकते हैं।

10. पैडोमीटर का प्रयोग करें:

यह एक ऐसा यंत्र है जो आपके हर कदम की गिनती करता है। इसे अपने बेल्ट में लगा लें और कोशिश करें कि हर रोज़ 1000 कदम ज्यादा चलें। आमतौर पर जिनका वजन अधिक होता है, वह दिन भर में बस दो से तीन हजार कदम ही चलते हैं। यदि आप इसमें 2000 कदम और जोड़ दें तो आपका वजन नियंत्रित रहेगा एवं उससे ज्यादा चलने पर वजन कम होना शुरू होगा।

11. डांस आदि करें :

जब कभी आपको वक़्त मिले तो अपनी रुचि के अनुसार बढ़िया संगीत लगाकर डांस करें। ऐसा करने से आपका मनोरंजन भी होगा और अच्छी-खासी कैलोरीज भी बर्न हो जाएँगी। यदि आप इसको नियमित कर पाएँ तो वजन कम करने में बहुत उपयोगी साबित होगा।

12. नीले रंग का अधिक प्रयोग करें:

एक अनुसंधान में पाया गया है कि नीला रंग भूख को कम करता है। इसके विपरित लाल, पीला एवं नारंगी रंग भूख को बढ़ाते हैं। यही वजह है कि अधिकतर रेस्टोरेंट नीले रंग का प्रयोग कम करते हैं। तो आप अपनी दिनचर्या में नीले रंग का ज्यादा से ज्यादा प्रयोग करें, जैसे खाते समय नीले कलर की छोटी प्लेट्स का उपयोग करें, नीले कपड़े पहनें और टेबल पर नीला टेबल क्लॉथ डालें।

13. स्वस्थ होने की कल्पना कीजिए :

आप जैसा दिखना चाहते हैं, अपने बारे में उसी प्रकार की कल्पना कीजिए। इसके लिए यदि आप चाहें तो कुछ पोस्टर या फोटो आदि भी अपने कमरे में लगा सकते हैं। इससे यकीनन आपको वजन कम करने में मदद मिलेगी।

14. अपने पुराने कपड़ों को दान कर दें :

एक बार जब आप सही वजन पा लेंगे तो आपके कपड़े ढीले हो चुके होंगे। उन कपड़ों को किसी को दान कर दें। ऐसा करने से दो फायदे होंगे - एक तो आपको कुछ दान कर के खुशी होगी और दूसरा आपके दिमाग में एक बात रहेगी कि यदि आप फिर से मोटे हुए तो वापस इतने कपड़े खरीदने होंगे। ये बातें आपको अपना वजन नियंत्रित रखने के लिए प्रोत्साहित करेंगी।

इन छोटी-छोटी बातों को ध्यान में रखकर यदि सकारात्मक सोच एवं सब्र के साथ आप अपने प्रयास जारी रखते हैं तो निश्चित ही अपने शरीर का वजन कम कर एक स्वस्थ एवं सुडौल शरीर रख पाएँगे और अपने जीवन में इच्छित लक्ष्य प्राप्त करने काफ़ी मदद मिलेगी।

- कमलेश कुमार पाल
उप प्रबंधक





भाषा हमारे मनोभावों को व्यक्त करने का सबसे सशक्त माध्यम है। हर भाषा का अपना सौंदर्य और अपना साहित्य होता है, जिसमें जनमानस के नानाविध क्रिया-कलापों और सुख-दुःख के चित्र प्रतिबिंबित होते हैं। तमिल,

भारत की प्रमुख भाषाओं में से एक है, जिसका साहित्य अत्यंत समृद्ध है। कवि-श्रेष्ठ कम्बर की रामायण, तिरुवल्लुर का तिरुक्कुरल तथा शिलप्पधिकारम् इसकी अमर रचनायें हैं। इनमें 'तिरुक्कुरल' का विशेष महत्व है।

'तिरुक्कुरल' तमिल भाषा का एक महत्वपूर्ण ग्रंथ है। वे तमिलनाडु में जन्मे। उनके जन्म के विषय में कोई प्रामाणिक जानकारी उपलब्ध नहीं है, किन्तु वे वाल्मीकि, व्यास, चाणक्य और भर्तृहरि की भाँति ही दूरद्रष्टा थे।

इस ग्रंथ में मानव-जीवन के सभी पहलुओं पर विचार किया गया है। इसमें ईश्वर, प्रकृति, सत्य, अहिंसा, अतिथि-सत्कार, नीति, धर्म, लोक-व्यवहार, समाज, पिता के कर्तव्य, मानवता, संयम, संन्यास, गृहस्थ-जीवन, तप आदि एक सौ तैंतीस विषय समाहित हैं। इसके तीन भाग हैं – धर्म, अर्थ और काम। इसके प्रत्येक अध्याय में 10 कुरल हैं।

यह एकमात्र ग्रंथ है जिसका बाइबल के बाद विश्व की सभी प्रमुख भाषाओं में अनुवाद हुआ है। इस प्रकार यह भारत के गौरव-ग्रंथों में से एक हैं। इसके पदों में जैसी अर्थ-गंभीरता, भाव-सौष्ठव और अनुभवजन्य प्रौढ़ता पाई जाती है, वैसी ही हिन्दी में कबीर, रहीम, तुलसी और मीरा की रचनाओं में दृष्टिगोचर होती है। इस ग्रंथ का तमिल, संस्कृत और हिन्दी के विद्वान कवि श्री मु.गो. वेंकटकृष्णन ने दोहा छंद में बहुत ही सुन्दर हिन्दी अनुवाद किया है।

यह सुखद आश्चर्य है कि दो हजार वर्ष पूर्व की यह रचना आज भी प्रासंगिक है, अर्थात् इक्कीसवीं सदी में भी इसका महत्व कम नहीं हुआ है। भारतीय संस्कृति की बहुरंगी छटा के दर्शन कराने के उद्देश्य से तमिल भाषा के इस अद्भुत ग्रंथ से कुछ चुनिंदा कुरलों को हिंदी में प्रस्तुत करने का छोटा-सा प्रयास यहाँ किया गया है -

जो गृहस्थ संसार में, रखे धर्म का ध्यान।
देव-मध्य सुरलोक में, पाएगा सम्मान।।

अर्थ: जो व्यक्ति संसार में धर्म के अनुसार कार्य करता है, वह देवलोक में भी सम्मान प्राप्त करता है।

कहते वे ही अति मधुर, वंशी-वीणा गान।
तुतलाना संतान का, जिनने सुना न कान।।

अर्थ: जो अपने नन्हे बच्चे के तुतलाने का मधुर स्वर नहीं सुनते, वे ही बाँसुरी और वीणा के स्वर को अधिक मधुर कहते हैं।

जननी को जब ज्ञात हो, महापुरुष निज नंद।
पुत्र जन्म से भी अधिक, पाती वह आनंद।।

अर्थ: जब माँ को यह पता चलता है कि उसका बेटा बड़ा आदमी है, औरों के बीच प्रशंसनीय है तो उसे अपने पुत्र के जन्म के समय से भी अधिक आनंद प्राप्त होता है।

खुश होकर जो भी करे, नित्य अतिथि-सत्कार।
निशिदिन बरसे लक्ष्मी, नित उसके घर-द्वार।।

अर्थ: जो व्यक्ति हमेशा खुश होकर घर आए अतिथि का सम्मान करता है, उसके घर में हमेशा खुशहाली रहती है।

मधुर वचन के बाद भी, कटु कहने की बान।
पका हुआ फल छोड़ ज्यों, कच्चे का रसपान।।

अर्थ: कुछ लोग ऐसे होते हैं, जिन्हें मीठे वचनों के रहते हुए भी कड़वी बात कहने की आदत हो जाती है। यह ऐसा ही है जैसे कोई पके हुए मीठे फल छोड़कर कच्चे फल खाए।

क्यों भूलें हम जो मिलें, उपकारों के फूल।
अच्छा है अपकार को, जल्दी जाएँ भूल।।

अर्थ: हमें अपने प्रति किए गए उपकार नहीं भूलने चाहिए, किंतु यदि कोई हमारा अहित करे तो उसे शीघ्र भुला देना चाहिए।

रखिए काबू शब्द पर, छोड़ दीजिए शेष।
वर्ना निकले दुर्वचन, मन में हो अति कलेश।।

अर्थ: मनुष्य को अपनी वाणी पर संयम रखना चाहिए अन्यथा अपने द्वारा कही गयी बुरी बातों का कष्ट झेलना पड़ेगा।

विनयशील ही जगत में, होते सदा महान।
ओछे नर करते सदा, खुद पर ही अभिमान।।

अर्थ: संसार में वही लोग महान होते हैं, जो विनम्र होते हैं। ओछे लोग तो स्वयं पर अभिमान करते हुए अपने बारे में ही बात करते रहते हैं।

निर्धन को धन दीजिए, सदा कीर्ति फल पाय।
जीवन का इससे अधिक, कोई नहीं उपाय।।

अर्थ: इस संसार में हमेशा गरीब की मदद करने से ही यश मिलता है। इसके बिना जीवन व्यर्थ है।

बुरा करे जो आपका, भला करें सब भूल।
वह लज्जित होगा सदा, सोच-सोच निज भूल।।

अर्थ: जो व्यक्ति आपके लिए बुरा करता है, आप उसके लिए भी अच्छा करें। ऐसा करने से वह अपने किए पर शर्मिंदा होगा और अपनी गलती का अहसास करेगा।

दान-पुण्य तप-कर्म भी, करते जो इंसान।
जो सच बोलें हृदय से, सबसे बढ़कर जान।।

अर्थ: यूँ तो संसार में दान-पुण्य और तप-कर्म श्रेष्ठ कार्य कहलाते हैं, किन्तु इन सबसे बढ़कर है - अपने अंतर्मन से सत्य बोलना।

- किशोर कुमार कौशल, पूर्व मुख्य प्रबंधक (राजभाषा)
(आर.गणेश, संयुक्त महाप्रबंधक के सहयोग से)

सुविचार

“आप खुद को बदलाव बनिये, जो आप दूसरों में देखना चाहते हैं।”

- महात्मा गाँधी

“जब तक जीवन है सीखते रहो, क्योंकि अनुभव ही सबसे श्रेष्ठ शिक्षक है।”

- स्वामी विवेकानंद

“जब तक आप सामाजिक स्वतंत्रता नहीं हासिल कर लेते, कानून आपको जो भी स्वतंत्रता देता है वो आपके किसी काम की नहीं।”

- डॉ. भीमराव अंबेडकर

“यदि आप दूसरों की मदद कर सकते हैं तो अवश्य करें। यदि नहीं कर सकते हैं तो कम-से-कम उन्हें नुकसान मत पहुँचाइए।”

- दलाई लामा

“मेरा दर्द किसी के लिए हँसने की वजह हो सकता है। पर मेरी हँसी कभी भी किसी के दर्द की वजह नहीं होनी चाहिए।”

- चार्ली चैपलिन

-oOo-

हमारा राजभाषायी लक्ष्य

प्रेरणा एवं प्रोत्साहन के
माध्यम से कंपनी में कार्यरत
विभिन्न भाषा-भाषी
अधिकारियों व कर्मचारियों को
प्रेरित करते हुए कंपनी में
भारत सरकार की
राजभाषा नीति की अपेक्षाओं
के अनुरूप राजभाषा हिंदी का
कार्यान्वयन करना।



"अगर स्वराज के केंद्र में सत्याग्रही है तो श्रेष्ठता के केंद्र में स्वच्छाग्रही है। अतः स्वच्छता समस्त देशवासियों का दायित्व है।"



दि स्टेट ट्रेडिंग कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड

(भारत सरकार का उपक्रम)

जवाहर व्यापार भवन, टॉलस्टॉय मार्ग, नई दिल्ली-110001