सतलुज धारा

2016 - 17

कर्मचारी राज्य बीमा निगम, पंजाब क्षेत्र

राजभाषा पुरस्कार

महानिदेशक महोदय के कर–कमलों से 'ख' क्षेत्र में वर्ष 2015–16 में श्रेष्ठ कार्यान्वयन के लिए प्रथम पुरस्कार ग्रहण करते हुए कार्यालय के अधिकारीगण

नराकास, चंडीगढ़ द्वारा वर्ष 2015–16 के लिए श्रेष्ठ राजभाषा कार्यान्वयन हेतु दिए गए तृतीय पुरस्कार को ग्रहण करते हुए कार्यालय के अधिकारीगण

सतलुज धारा

2016-17

क्षेत्रीय कार्यालय
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
पंचदीप भवन, प्लॉट सं.–03, सैक्टर–19ए,
मध्य मार्ग, चंडीगढ़ –160019

सतलुज धारा
2016-17

जो सत्य है, उसे साहसपूर्वक निर्भीक होकर लोगों से कहो उससे किसी को कष्ट होता है या नहीं, इस ओर ध्यान मत दो। दुर्बलता को कभी प्रश्रय मत दो। सत्य की ज्योति 'बुद्धिमान' मनुष्यों के लिए यदि अत्यधिक मात्रा में प्रखर प्रतीत होती है और उन्हें बहा ले जाती है, तो ले जाने दो – वे जितना शीघ्र बह जाएँ उतना अच्छा ही है ।

– स्वामी विवेकानंद

संपादक–मंडल

संरक्षक
श्री सुनील तनेजा
क्षेत्रीय निदेशक

उप संपादक
दरबारा सिंह, उप निदेशक
संजय राणा, उप निदेशक
शिव गुप्ता, उप निदेशक
सोनल गुलाटी, उप निदेशक

संपादक
राजेश शर्मा
सहायक निदेशक (राजभाषा)

सहायक संपादक
दलबारा सिंह, सहायक निदेशक
सुशील कुमार, सहायक निदेशक

विशेष आभार
श्री श्याम कुमार
उप निदेशक (राजभाषा)
उत्तरी अंचल

संपादन सहयोग
अश्वनी कुमार, वरि.हि.अनु.
कृष्णा कुमारी, क.हि.अनु.
तृप्ती दीक्षित, क.हि.अनु.

पत्रिका में प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार लेखकों के निजी विचार हैं। इससे संपादक मंडल का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। लेखों/रचनाओं की मौलिकता के लिए लेखक/रचनाकार स्वयं उत्तरदायी है।

अनुक्रमणिका

क्रमांक	विषय	रचनाकार / संदर्भ	पृष्ठ
1.	**संदेश**	**प्रधान अधिकारी, मुख्यालय**	I – III
2.	**सूचना प्रौद्योगिकी का चमत्कार**	**एक परिचय**	1
3.	कार्योपयोगी हिन्दी ई–टूल्स	राजेश शर्मा	2–8
4.	ई.एस.आई.सी.–2.0 : सुधारों का नया युग	सागर कुमार कंठ	9–10
5.	ऋतुराज बसंत	लक्ष्मी नारायण मीना	10
6.	**कविता**	**एक परिचय**	**11**
7.	सतलुज धारा	श्याम कुमार	12
8.	कब बदलेगा निज़ाम	दलबारा सिंह	12
9.	बेटी	मनीषा	13
10.	वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर	जगदीश कुमार	14
11.	भगवान और माँ	जगदीश चन्द सूर्यवंशी	14
12.	उम्मीदों के सहारे आगे बढ़ते जाओ	तरसेम लाल	15
13.	जीवन को हमने कब जाना	संजीव कुमार	15
14.	दो घड़ी का जाप	मीनू भाटिया	16
15.	मेरे राम	सुनीता रानी	16
16.	ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए हैं	अमित बहादुर	17
17.	श्रद्धांजली	अश्वनी कुमार	18
18.	यक्ष एवं युधिष्ठिर संवाद	वेद प्रकाश शर्मा	19
19.	खोज खुदा की	हरविंद्र सिंह	20
20.	बाप का प्यार	निरपेन्द्र सिंह	20
21.	नारी	तृप्ती दीक्षित	21
22.	बेटियाँ	मोनिका शर्मा	21
23.	निर्मल गंगा	मुनेश कुमार	22
24.	**हास्य व्यंग्य**	**एक परिचय**	**23**
25.	हास्य@मुस्कुराहट.com	श्याम कुमार	24
26.	**कहानी**	**एक परिचय**	**25**
27.	पंचदीप : सामाजिक सुरक्षा की अद्भुत छतरी	संजय कुमार राणा	26–27
28.	कल्पवृक्ष	संजीव मदान	28
29.	**गतिविधियाँ**	**एक परिचय**	**29**
30.	आउटरीच कार्यक्रम	विशेष अभियान	30
31.	राजभाषा पखवाड़ा तथा हिन्दी दिवस समारोह	रिपोर्ट	31–32
32.	हिन्दी दिवस समारोह 2016	झलकियाँ	33
33.	हिन्दी कार्यशालाएँ	झलकियाँ	34
34.	नराकास, चंडीगढ़ पुरस्कार वितरण समारोह	झलकियाँ	35
35.	एसिक पखवाड़ा समारोह 2017	झलकियाँ	36
36.	**संस्मरण**	**एक परिचय**	**37**
37.	वो पल	बलदेव राज	38
38.	**यात्रा वृतान्त**	**एक परिचय**	**39**
39.	ट्रेकिंग एक्सपीडिशन–संदकफू–गुरडूम–2016	रामराज वर्मा	40–42
40.	मेरी द्वारका यात्रा	बलदेव राज	43–44
41.	**विचार अमृत**	**एक परिचय**	**45**
42.	रेत पर पैरों के निशान	सुरिन्दर वालिया	46
43.	नेकी	सुनीता रानी	46
44.	संविधान और कर्तव्य	प्रेम वल्लभ	47
45.	उन्नत राष्ट्र	पंकज शर्मा	48
46.	संस्कार	संजीव मदान	48
47.	दान और त्याग	मनोज कोटनाला	49
48.	समय का महत्व	तीर्थ राय	50
49.	गुस्सा छोड़ जाता है मन पर घाव	जसवंत सिंह	51
50.	गैस की परेशानियों के उपाय	भारत भूषण वालिया	52
51.	चरण–स्पर्श	सुरिन्दर कुमार वालिया	53
52.	हिन्दी प्रतियोगिताओं के विजेता	सूची	54
53.	**आपका पत्र मिला......**	**शुभकामनाएँ**	**55–56**

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग,नई दिल्ली–110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
WEBSITE : www.esic.nic.in • www.esic.india.org

दीपक कुमार (भा.प्र.से.)
महानिदेशक

सन्देश

जानकर अत्यधिक प्रसन्नता हुई कि राजभाषा के प्रचार–प्रसार के लिए क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ हिंदी गृह पत्रिका "**सतलुज धारा**" का अगला अंक शीघ्र ही प्रकाशित करने जा रहा है। कार्यालय के कामकाज में हिंदी के प्रयोग का लक्ष्य जनता तक पहुँचना है, इसके लिए इस प्रकार के रचनात्मक प्रयास जरूरी हैं।

मैं पत्रिका के प्रकाशन के इस पुनीत कार्य से जुड़े सभी पदाधिकारियों को अपनी हार्दिक शुभकामनाएँ व बधाई देता हूँ।

(दीपक कुमार)

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग,नई दिल्ली–110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
WEBSITE : www.esic.nic.in • www.esic.india.org

संध्या शुक्ला (भा.ले.ले.से.)
वित्त आयुक्त

सन्देश

मुझे खुशी है कि क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ की गृह पत्रिका **'सतलुज धारा'** का प्रकाशन किया जा रहा है। पत्रिका राजभाषा हिंदी को बढ़ाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण प्रयास है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि पत्रिका को प्रकाशित करने से पाठकगण लाभान्वित होंगे, इससे लोगों में हिंदी के प्रति प्रेम व आत्मीयता बढ़ेगी तथा वे स्वयं हिंदी में कार्य करने हेतु प्रोत्साहित होंगे।

यह पत्रिका पाठकों के लिए रूचिकर व उपयोगी सिद्ध होगी, इन्हीं शुभकामनाओं के साथ।

(संध्या शुक्ला)

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग,नई दिल्ली–110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
WEBSITE : www.esic.nic.in • www.esic.india.org

अरूण कुमार
बीमा आयुक्त(का.एवं.प्रशा.)

सन्देश

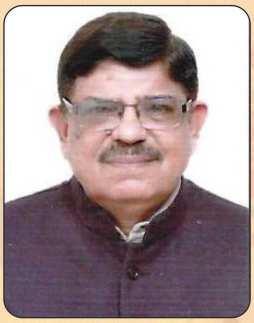
यह हर्ष का विषय है कि क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ की गृह पत्रिका **"सतलुज धारा"** के अगले अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। पत्रिका विभिन्न जानकारियों के साथ–साथ तमाम गतिविधियों का आइना भी होती है।

गृह पत्रिका ने अपने अनूठे स्तर को बनाए रखा है और इसे सूचनापरक तथा ज्ञानवर्धक बनाने हेतु हर संभव प्रयास किए जा रहे हैं।

शुभकामनाओं सहित ।

(अरूण कुमार)

संरक्षक की कलम से...



अभी हाल में मैंने क्षेत्रीय निदेशक के पद पर कार्यभार संभाला और इधर **'सतलुज धारा'** अपने पूरे ओज सहित नए अंक के साथ तैयार। निश्चित रूप से राजभाषा परिवार की ऊर्जा, सामर्थ्य, आत्मविश्वास, लगन, रचनाधर्मिता तो इसमें परिलक्षित होती ही है साथ ही पूरे क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ के अधिकारियों, कर्मचारियों की लेखन क्षमता, रचनात्मकता, साहित्यिक–सामाजिक सोच और कलम की शक्ति स्पष्टतः दिखाई देती है।

इधर बसंत का आगमन हो चुका है, बैसाखी का पर्व निकट है और **'सतलुज धारा'** पंजाब की मिट्टी की महक लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम की सशक्त सामाजिक सुरक्षा के प्रहरियों की रचनाओं के साथ हाज़िर है।

राजभाषा के प्रति पंजाब का प्रेम आश्चर्यजनक है, मेरी सोच से अधिक। मैं आह्वान करता हूँ कि राजभाषा के प्रति समर्पण का भाव पैदा किया जाए, हिन्दी में अधिकाधिक कार्य निष्पादित किया जाए।

मैं समस्त अधिकारियों, कर्मचारियों व राजभाषा परिवार को शुभकामनाएं देता हूँ। **'सतलुज धारा'** की इस अनवरत यात्रा की इस नवीन धारा का अंक आपको कैसा लगा, मुझे जानने की जिज्ञासा रहेगी।

आपकी प्रतिक्रिया की प्रतीक्षा में।

सुनील तनेजा
क्षेत्रीय निदेशक

संपादकीय.....

पंजाब क्षेत्र में 18 मार्च, 2016 से सहायक निदेशक (राजभाषा) के पद पर अपनी सेवाएं प्रदान करने का गौरव प्राप्त हुआ। पंजाब क्षेत्र में अपने अल्पकालिक कार्यकाल में मैंने पाया कि क्षेत्रीय कार्यालय के समस्त अधिकारी व कर्मचारी राजभाषा नियमों/विनियमों के अनुपालन के प्रति बहुत ही सजग एवं गंभीर हैं। क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ को निगम मुख्यालय तथा नराकास, चंडीगढ़ द्वारा समय–समय पर श्रेष्ठतम राजभाषा कार्यान्वयन के लिए पुरस्कृत किया जाना इस क्षेत्र के कार्मिकों की राजभाषा कार्यान्वयन के प्रति गहन निष्ठा का द्योतक है। 'ख' क्षेत्र में स्थित होने के उपरांत भी पंजाब क्षेत्र में राजभाषा हिन्दी का अधिकाधिक प्रयोग कार्यालयीन कामकाज में हो रहा है। अभी हाल ही में द्वारका में आयोजित निगम कार्यालयों के अखिल भारतीय राजभाषा अधिकारी सम्मेलन में क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ को 'ख' क्षेत्र में श्रेष्ठतम राजभाषा कार्यान्वयन के लिए प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, चंडीगढ़ द्वारा भी इस कार्यालय को वर्ष 2015–16 में श्रेष्ठ राजभाषा कार्यान्वयन के लिए सम्मानित किया गया है। इसके लिए क्षेत्रीय कार्यालय में तैनात सभी अधिकारी एवं कर्मचारी प्रशंसा के पात्र हैं।

क्षेत्रीय कार्यालय से प्रकाशित गृह पत्रिका **'सतलुज धारा'** पंजाब क्षेत्र के कार्मिकों की सृजनात्मकता तथा विभिन्न गतिविधियों को प्रतिबिंबित करने का एक अच्छा मंच साबित हुई है। पत्रिका में प्रकाशित उत्कृष्ट लेख/रचनाएँ यहाँ के कार्मिकों के राजभाषा हिन्दी में रचनात्मक विचारों तथा मौलिक सृजनशीलता में उनकी दक्षता का प्रमाण हैं। गृह पत्रिका **'सतलुज धारा'** उत्कृष्टता के लिए विभिन्न मंचों पर पुरस्कृत होती रही है। यह हमारे लिए हर्ष की बात है कि **'सतलुज धारा'** के पिछले अंक को भी नराकास, चंडीगढ़ द्वारा तृतीय पुरस्कार हेतु चुना गया है। सच तो यही है कि रचनाकारों के उच्च स्तरीय लेख तथा प्रबुद्ध पाठकों की प्रतिक्रियाएँ ही किसी पत्रिका के उत्कृष्ट संपादन का आधार होते हैं ।

पत्रिका प्रकाशन में सहयोगी साथियों तथा उत्कृष्ट लेख/रचनाएं उपलब्ध करवाने के लिए मैं सभी रचनाकारों का हार्दिक आभार व्यक्त करता हूँ। आशा है **'सतलुज धारा'** का यह अंक सभी पाठकों की कसौटी पर खरा उतरेगा। आपके मूल्यवान सुझावों की हमें प्रतीक्षा रहेगी।

राजेश शर्मा
सहायक निदेशक (राजभाषा)

सूचना प्रौद्योगिकी का चमत्कार : हिन्दी ई–टूल्स

भारतेन्दु हरिश्चन्द्र ने कहा है–
निज भाषा उन्नति अहै
सब उन्नति को मूल.....

अपनी भाषा में काम तो कर ही रहे हैं, परन्तु जब कम्प्यूटर के प्रवेश के साथ अंग्रेजी का वर्चस्व होता दिखाई देता उससे पूर्व ही राजभाषा हिन्दी और भारतीय भाषाओं ने कम्प्यूटर की तकनीक से ऐसा तालमेल बिठा लिया कि लगता है कम्प्यूटर का ही भारतीयकरण हो गया है। श्रुतलेखन, टंकण, अनुवाद – क्या है जो यह हिन्दी में नहीं कर सकता। आइए भारतीय भाषाओं के 'कम्प्यूटर सक्षम प्रयोग एवं विकास' में सूचना प्रौद्योगिकी के ई–टूल्स के बारे में जानें ....

गुजराती कवि श्री नर्मद द्वारा 1860 के दशक में हिन्दी को राष्ट्रभाषा बनाने का विचार रखा गया।

कार्योपयोगी हिन्दी ई–टूल्स

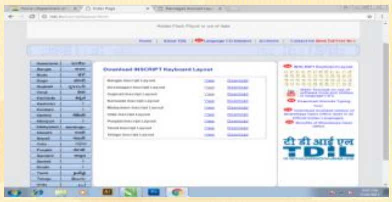
राजेश शर्मा
सहायक निदेशक (राजभाषा)

जैसा कि विदित है कि भारत के संविधान में हिन्दी को संघ की राजभाषा के रूप में अंगीकार किया गया है। अतः हिन्दी में कार्य करना हमारा संवैधानिक कर्तव्य ही नहीं अपितु नैतिक दायित्व भी है। यह देखा गया है कि इस दायित्व को समझते हुए, अधिकतर कार्मिक हिन्दी में कार्य करना चाहते हैं परंतु अंग्रेजी में कार्य करने के आदी होने के कारण कुछ कार्मिकों को हिन्दी में कार्य करने में कुछ व्यावहारिक कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। लेकिन आज के कार्य–परिवेश में विकसित सूचना एवं प्रौद्योगिकी के माध्यम से ऐसी समस्त कठिनाइयों का समाधान उपलब्ध है।

भारत में कम्प्यूटर के आगमन तथा इसके पश्चात् के कुछ वर्षों में यह महसूस किया गया कि कम्प्यूटर तकनीक अंग्रेजी आधारित होने के कारण कम्प्यूटर के बढ़ते प्रचलन के साथ–साथ हिन्दी व अन्य भारतीय भाषाओं में कार्य करना कठिन होता जाएगा। परंतु भारत सरकार के साथ–साथ अनेक प्रतिष्ठित आईटी कंपनियों एवं भाषा प्रेमियों के अथक प्रयास एवं योगदान से यही सूचना–प्रौद्योगिकी तकनीक भारतीय भाषाओं के प्रचार–प्रसार एवं इन भाषाओं के व्यावहारिक प्रयोग को सरल, सहज एवं सुगम बनाने की वाहक बनी।

इस लेख के माध्यम से सूचना–प्रौद्योगिकी के ऐसे ही कुछ ई–टूल्स संबंधी जानकारी आपके साथ साझा कर रहा हूँ जिनके प्रयोग से भारतीय भाषाओं विशेषकर हिन्दी में न सिर्फ सरकारी कामकाज अपितु व्यक्तिगत कार्य करने भी आश्चर्यजनक रूप से सरल हो गए हैं ––––

1) **टंकण (Typing)** : भारतीय भाषाओं के कीबोर्ड मुख्य रूप से तीन भागों में वर्गीकृत हैं – इन्स्क्रिप्ट, फोनेटिक तथा टाइपराइटर (रेमिंगटन)।



अ) **इन्स्क्रिप्ट कीबोर्ड** : नियमित टंकण करने वाले व्यक्ति भारतीय भाषाओं में टंकण के लिए पूर्व में प्रचलित रेमिंग्टन कीबोर्ड के स्थान पर भारत सरकार द्वारा मानकीकृत इन्स्क्रिप्ट कीबोर्ड का प्रयोग करें क्योंकि––

- ❖ सी–डैक द्वारा विकसित **इन्स्क्रिप्ट** (इंडियन स्क्रिप्ट का लघुरूप) भारतीय लिपियों का मानक कीबोर्ड है।
- ❖ यह देवनागरी, बंगाली, गुजराती, गुरुमुखी, कन्नड़, मलयालम, ओड़िया, तमिल तथा तेलुगू सहित 12 भारतीय लिपियों का मानक कीबोर्ड है।
- ❖ इन्स्क्रिप्ट ले–आउट में भारतीय लिपियों के सभी यूनिकोड मानकीकृत चिह्नों को शामिल किया गया है।
- ❖ इस कीबोर्ड के ध्वन्यात्मक/वर्णक्रम गुण के कारण एक व्यक्ति जो कि किसी एक लिपि में इन्स्क्रिप्ट टाइपिंग जानता हो वह सभी भारतीय लिपियों में टाइप कर सकता है।
- ❖ इन्स्क्रिप्ट ले–आउट भारत सरकार का मानक कीबोर्ड होने के कारण सभी ऑपरेटिंग सिस्टम में डिफाल्ट अर्थात् पहले से मौजूद रहता है।
- ❖ यह सामान्यतः 'मंगल' (यूनिकोड आधारित–मानक) फॉन्ट में ही टाइप करता है।
- ❖ इन्स्क्रिप्ट सर्वाधिक गति वाली टाइपिंग है। आमतौर पर एक वर्ण के लिए एक कुंजी होने से समय कम लगता है एवं अशुद्धियाँ कम होती हैं।
- ❖ इन्स्क्रिप्ट का कुंजीपटल वैज्ञानिक एवं सुव्यवस्थित है। इसमें सभी स्वर बाईं ओर एवं सभी व्यंजन दाईं ओर स्थापित हैं जिससे इसे याद करना अत्यन्त सरल है। साथ ही सभी संयुक्ताक्षरों के लिए भी अलग से कुंजी दी गई है।
- ❖ टंकण सीखना सरल है। मात्र हफ्ते भर के अभ्यास से ही इन्स्क्रिप्ट में लिखना शुरू किया जा सकता है।
- ❖ टचस्क्रीन डिवाइस यथा टैबलेट, पीसी तथा मोबाइल फोन आदि के लिए भी इन्स्क्रिप्ट कीबोर्ड पूर्णतः उपयुक्त है।

वर्ष 1872 से महर्षि दयानंद सरस्वती द्वारा केशवचन्द्र सेन की सलाह पर हिन्दी को पूर्ण रूप से व्याख्यानों की भाषा बनाया गया।

विंडोज आधारित कम्प्यूटर में इन्स्क्रिप्ट कीबोर्ड सक्रिय करने की प्रक्रिया :
Go to Start > Control Panel > Regional & Language > Keyboard and Languages Tab > Change Keyboards > Add Devnagari – INSCRIPT keyboard layout for Hindi

आ) फोनेटिक कीबोर्ड :

जो व्यक्ति हिन्दी टाइप सीखे बिना हिन्दी में टाइप करना चाहते हैं वे फोनेटिक कीबोर्ड का प्रयोग कर सकते हैं। इस कीबोर्ड के माध्यम से रोमन लिपि में टाइप किए गए शब्दों को उनकी ध्वनि के अनुरूप देवनागरी या किसी अन्य भारतीय भाषा में स्क्रीन पर पा सकते हैं। एक लिपि में टंकित शब्दों के दूसरी लिपि में परिवर्तन की इस प्रक्रिया को लिप्यांतरण (Transliteration) कहा जाता है। यहाँ यह स्पष्ट करना आवश्यक है कि यह शब्द का अनुवाद नहीं करता अपितु यह केवल एक लिपि में लिखे गए शब्द को उसकी ध्वनि के आधार पर दूसरी लिपि में परिवर्तित करता है। यह सामान्यतः 'मंगल' (यूनिकोड आधारित–मानक) फॉन्ट में ही टाइप करता है। उदाहरणतः शब्द 'Indian' (रोमन लिपि–अंग्रेजी) को फोनेटिक कीबोर्ड के माध्यम से लिखने पर यह 'इंडियन' (देवनागरी लिपि–हिन्दी) के रूप में प्राप्त होगा न कि 'भारतीय'। भारतीय भाषाओं के लिए कई प्रकार के फोनेटिक कीबोर्ड उपलब्ध हैं परंतु इनमें से तीन प्रमुख कीबोर्ड हैं––

क) Microsoft Indian language input टूल : यह टूल नौ भारतीय भाषाओं में लिप्यांतरण की सुविधा प्रदान करता है। यह टूल उपयोग में बेहद सरल एवं प्रभावशाली है। यह एक ऑफलाइन टूल है जिसे http://bhashaindia.com/Downloads/Pages/newpage.aspx से निःशुल्क डाउनलोड करके संस्थापित (Install) किया जा सकता है।

ख) Google Input टूल : यह टूल भारतीय भाषाओं सहित विश्व की लगभग 80 भाषाओं में लिप्यान्तरण की सुविधा प्रदान करता है। यह ऑनलाइन व ऑफलाइन दोनों रूप में उपलब्ध है। इस टूल के ऑनलाइन वेबपेज https://www.google.com/inputtools/try/ पर अपने विचार रोमन लिपि में टाइप करके लगभग 80 भाषाओं में से किसी भी भाषा की लिपि में लिख सकते हैं तथा इस प्रकार कुछ हद तक अन्य भाषा–भाषियों से संवाद कर सकते हैं। इसे https://www.google.com/inputtools/windows/ से निःशुल्क डाउनलोड करके संस्थापित(Install) किया जा सकता है।

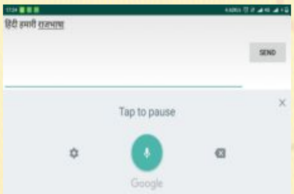
ग) Hindi indic input टूल : यह टूल 12 भारतीय भाषाओं में लिप्यांतरण की सुविधा प्रदान करता है। यह कीबोर्ड प्रत्येक वर्ण के लिए कुंजी दबाने पर मार्गदर्शन हेतु फ्लोटिंग पॉप अप स्क्रीन दर्शाता है जिसके माध्यम से वांछित शब्द के लिए सुझाव प्रदान किए जाते हैं।

इसे http://bhashaindia.com/Downloads/Pages/home.aspx से निःशुल्क डाउनलोड करके संस्थापित(Install) किया जा सकता है।

इ) मोबाइल फोन पर हिंदी टंकण : मोबाइल फोन हमारे जीवन का अहम हिस्सा बन चुका है। वाट्स एप, ई–मेल, फ़ेसबुक, ट्वीटर आदि अनेक प्रकार के सम्प्रेषण के साधनों में हिन्दी का प्रयोग निरंतर बढ़ रहा है। लगभग सभी मोबाइल फोन व ऐसे सॉफ्टवेयर हिन्दी में टाइप करने की सुविधा प्रदान कर रहे हैं। तथापि मोबाइल फोन के लिए google indic keyboard एक ऐसा टूल है जो मोबाइल पर टंकण संबंधी सभी आवश्यकताओं का एकल समाधान प्रदान करता है। यह अंग्रेजी व हिन्दी टंकण के कई विकल्प एक ही स्क्रीन पर उपलब्ध करवाता है –

- एकल टच से हिन्दी से अंग्रेजी व अंग्रेजी से हिन्दी टंकण में अंतरण की सुविधा है।
- एकल टच से हिन्दी टंकण के चार विकल्पों में से किसी का भी चयन करके उपयोग किया जा सकता है।
- फोनेटिक कीबोर्ड के विकल्प से रोमन में लिखकर देवनागरी में लिप्यांतरण सरलता एवं सटीकता से प्राप्त किया जा सकता है।
- सीधे ही देवनागरी वर्णों का प्रयोग करके हिन्दी में लिखने का विकल्प उपलब्ध है।

❖ टच स्क्रीन के विकल्प के प्रयोग से भी वांछित शब्द लिखे जा सकते हैं।
❖ कीबोर्ड पर दिए गए माइक का प्रयोग करके बोलकर लिखने (श्रुतलेखन) की सुविधा बेहद उपयोगी है। इसके प्रयोग से बड़े–बड़े संदेश अत्यधिक तीव्रता एवं स्पष्टता से लिखे जा सकते हैं।
❖ यह कीबोर्ड मोबाइल के लगभग सभी एप यथा एसएमएस, वाट्स एप, फ़ेसबुक, ईमेल, डॉक्स आदि में टंकण के लिए प्रयोग किया जा सकता है। इसे गूगल प्ले स्टोर से निःशुल्क डाउनलोड किया जा सकता है।



1. प्ले स्टोर → Google Indic Keyboard → डाउनलोड → इंस्टाल
2. Setting→Additional Settings→Language and Input→ Keyboard & Input Method → Current Keyboard or Default Keyboard → English & Indic Languages → Google Indic Keyboard

Google Voice Typing Setting :

1. Setting → Language and Input → Google Voice Typing
2. Language → हिंदी (भारत) का चयन करें। एक समय पर एक ही भाषा का चयन कर सकते हैं।
3. Offline Speech Recognition → All → हिंदी (भारत) → Download
   यदि मोबाइल फोन में Android 7.0 ओपरेटिंग सिस्टम है तो Setting → Language and Input → Virtual Keyboard → Google Voice Typing
4. जब भी टाइप करना हो कीबार्ड पर उपलब्ध माइक्रोफोन के बटन पर क्लिक करें और सामान्य गति और वोल्यूम से स्पष्ट रूप से अपना पाठ बोलें। इससे आप एसएमएस, वाट्स एप, ई–मेल, गूगल डॉक्स आदि पर वॉयस टाइपिंग कर सकेंगे।

विंडोज मोबाइल फोन पर टाइपिंग के लिए :

1. http://bhashaindia.com/pages/windows10.aspx में जाकर फोनेटिक कीबोर्ड डाउनलोड करके इंस्टाल करें

आई फोन/आई पैड में हिंदी लिप्यांतरण कीबोर्ड :

setting → General → Keyboard → add new keyboard → हिंदी → new keyboard transliteration → Done

आई फोन/आई पैड पर गूगल वॉयस सेट करना :

1. Google Voice → sign in/Google acc. → link device → next → phone no. → verification code → submit
2. कोड सत्यापित होने पर आईफोन पर गूगल वॉयस सक्रिय हो जाएगा।

2) शब्दकोश :

किसी भी भाषा में कार्य करते हुए वांछित भाव को प्रकट करने के लिए सही शब्दों का प्रयोग किया जाना अति आवश्यक है। राजकीय कार्य के महत्व के अनुरूप सही शब्द का चयन और अधिक आवश्यक हो जाता है। इस कार्य के लिए कई ऑनलाइन व ऑफलाइन शब्दकोश उपलब्ध हैं। इनमें से कुछ विशेष शब्दकोश निम्न प्रकार से हैं :–

अ) ई–महाशब्दकोश :

❖ यह सी–डेक के सहयोग से राजभाषा विभाग द्वारा विकसित ऑनलाइन शब्दकोश है।
❖ यह न सिर्फ समानार्थी शब्द या उसका अर्थ बताता है अपितु उसकी सम्पूर्ण प्रकृति तथा अंग्रेजी व हिन्दी वाक्य में उसके प्रयोग का उदाहरण भी प्रस्तुत करता है।
❖ इसे http://e-mahashabdkosh.rb-aai.in/HindiInterface.aspx लिंक पर उपयोग किया जा सकता है।
❖ इसे बुकमार्क करके सरलता से प्रयोग किया जा सकता है।
❖ यह सटीक प्रशासनिक शब्दों के चयन में उपयोगी है।

आ) प्रशासनिक तथा तकनीकी शब्दावली (CSTT) :

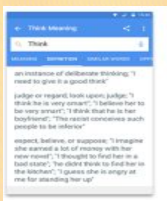
- ❖ प्रशासनिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग द्वारा विकसित शब्दकोश www.cstt.nic.in पर ऑनलाइन उपलब्ध है।
- ❖ यह शासकीय प्रयोजन के लिए सटीक एवं मानक शब्द उपलब्ध करवाता है।
- ❖ साथ ही वांछित शब्द से संबद्ध समस्त अन्य शब्दों का विकल्प भी प्रदान करता है।
- ❖ इसे कार्यालय में सभी के डेस्क पर उपलब्ध करवाए गए इन्टरानेट के द्वारा सरलता से प्रयोग किया जा सकता है।
- ❖ यह अंग्रेजी से हिन्दी व हिन्दी से अंग्रेजी समानार्थी – दोनों प्रकार से शब्दों के चयन में उपयोगी है।

- ❖ इसे डेस्कटॉप, लैपटॉप व मोबाइल आदि पर बुकमार्क करके आवश्यकतानुसार प्रयोग किया जा सकता है।
- ❖ यह अनुवाद कार्य के लिए भी बहुत उपयोगी है।

इ) हिन्खोज (Hinkhoj) ऑनलाइन शब्दकोश व मोबाइल एप :

- ❖ यह अंग्रेजी से हिन्दी तथा हिन्दी से अंग्रेजी दोनों प्रकार की आवश्यकताओं के लिए बेहतरीन शब्दकोश है।
- ❖ यह शासकीय एवं निजी प्रयोग के लिए अत्यंत उपयोगी है।
- ❖ शब्द की खोज के लिए बोलकर लिखने हेतु माइक का विकल्प दिया गया है।
- ❖ विस्तृत जानकारी के लिए यह वांछित समानार्थी शब्द के साथ–साथ उस शब्द की प्रकृति, उस शब्द का सही उच्चारण, शब्द से संबन्धित अन्य समानार्थी एवं विपरीतार्थक शब्द, शब्द की परिभाषा एवं अंग्रेजी व हिन्दी दोनों भाषाओं में वाक्य में प्रयोग भी दर्शाता है।
- ❖ यह शब्दकोश शब्दज्ञान में वृद्धि के लिए नियमित सुझाव, शब्द–समूह व प्रतिदिन 'वर्ड ऑफ द डे' / 'आज का शब्द' दर्शाता है।
- ❖ इस शब्दकोश में शब्द की वर्तनी की जांच के लिए 'Spell Checker' की सुविधा उपलब्ध है।

- ❖ इसके साथ–साथ शब्दज्ञान में रोचक तरीके से वृद्धि के लिए 'vocabulary words', 'word guess', 'crossword' तथा 'scrabble' जैसे खेल दिए गए हैं।



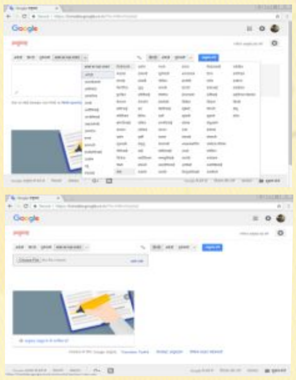
- ❖ यह शब्दकोश http://dict.hinkhoj.com/ पर प्रयोग किया जा सकता है।
- ❖ मोबाइल पर 'hinkhoj' एप को प्ले स्टोर से निःशुल्क डाउनलोड किया जा सकता है।

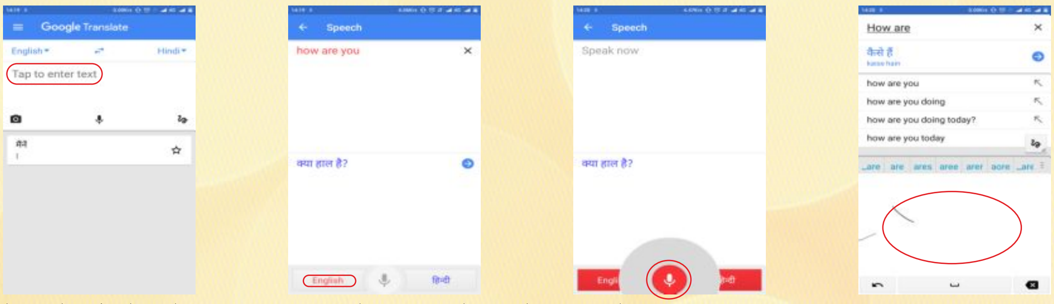
वर्ष 1877 में श्रद्धाराम फिल्लौरी द्वारा भाग्यवती नामक हिन्दी उपन्यास की रचना की गई।

- हिंखोज मोबाइल एप ऑफलाइन भी काम करता है।
- मोबाइल एप में 'वर्ड स्कैनर' की विशेष सुविधा भी दी गई है जिसके द्वारा मोबाइल कैमरे का प्रयोग करके लिखे हुए/टंकित शब्द को स्कैन करके भी उसका समानार्थी शब्द/अर्थ ढूंढा जा सकता है।
- उपर्युक्त विशेषताओं के कारण यह विद्यार्थियों के लिए भी बेहद उपयोगी है।

3) गूगल ट्रांस्लेट (Google Translate) ऑनलाइन अनुवाद व मोबाइल एप :

- अनुवाद व शब्दार्थ संबंधी आवश्यकताओं के लिए यह एक उपयोगी टूल है।
- यह 100 से अधिक भाषाओं में अनुवाद की सुविधा उपलब्ध करवाता है।
- इसमें कीबोर्ड पर लिखकर व इनबिल्ट माइक के द्वारा बोलकर शब्दानुवाद या वाक्य अनुवाद किया जा सकता है।
- किसी दस्तावेज़ को अपलोड करके भी पूरे दस्तावेज़ का एक साथ अनुवाद किया जा सकता है।
- इसे https://translate.google.com/ पर ऑनलाइन प्रयोग किया जा सकता है।
- गूगल ट्रांस्लेट एप को प्ले स्टोर से निःशुल्क डाउनलोड किया जा सकता है।
- गूगल ट्रांस्लेट एप ऑफलाइन भी काम करता है।
- इस एप में कीबोर्ड के द्वारा अनेक भाषाओं में टाइप करके, माइक द्वारा बोलकर, लेख का चित्र लेकर अथवा टच पैनल के विकल्प से अंगुली द्वारा अक्षर या वर्ण बनाकर शब्द लिखकर भी अनुवाद किया जा सकता है।





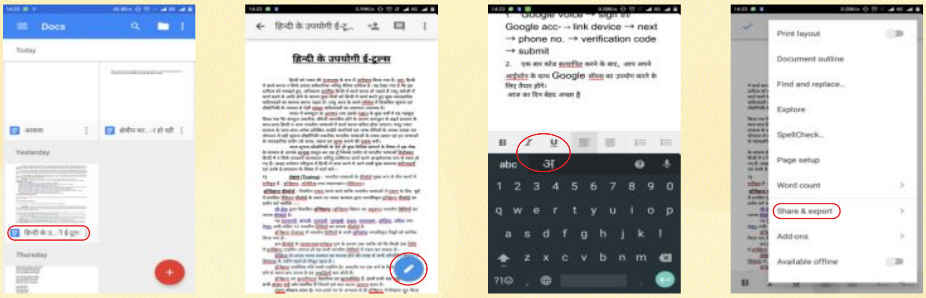
- फोन के कैमरे को वांछित शब्द के ऊपर ले जाने मात्र से ही यह शब्द का तत्काल अनुवाद उपलब्ध करवाता है।
- इस एप का उपयोग द्विभाषी बातचीत (Chat) में भी किया जा सकता है।
- फोन पर प्राप्त एसएमएस को भी इसके द्वारा अनुवाद करके पढ़ा जा सकता है।
- किसी टेक्स्ट को गूगल ट्रांस्लेट एप की स्क्रीन पर कॉपी करके अनुवाद किया जा सकता है।
- अनुदित पाठ को सीधे ही ब्लुटूथ, ईमेल, वाट्स एप, shareit आदि अनेक माध्यमों से भेजा जा सकता है।

यहाँ यह ध्यान रखना आवश्यक है कि इस प्रकार के किसी भी एप या सॉफ्टवेयर द्वारा किया गया अनुवाद मशीनी अनुवाद होता है जो केवल दिए गए शब्द या वाक्य का शाब्दिक अनुवाद करता है, भाव का नहीं। अतः इसमें वांछित अनुवाद की दृष्टि से त्रुटि की संभावना भी रह सकती है। इसलिए ऐसे सभी उत्पादों का प्रयोग करते हुए विवेक का प्रयोग करना आवश्यक है। तथापि ये उत्पाद दैनिक उपयोग में काफी सहयोगी हैं।

4) गूगल डॉक्स (Google Docs) ऑनलाइन दस्तावेज़ संपादक व मोबाइल एप : आपका अपना निजी सहायक (PA) :

- यह टूल हमारे कार्यालयीन व निजी कार्य का सबसे प्रभावी सहयोगी सिद्ध हो सकता है।
- यह किसी भी प्रकार के प्रभावी दस्तावेज़ को बनाने, उसको सम्पादित करने, सहेजने तथा अन्य के साथ सरलता एवं सहजता से साझा करने का अत्यंत प्रभावी टूल है।
- इसमें किसी भी दस्तावेज़ को प्रभावी बनाने के लिए आवश्यक विभिन्न प्रकार के फोंट्स, एडिटिंग व स्टाइलिंग टूल, टेक्स्ट व पैरा फोरमेट टूल, लिंक इमेज या ड्राइंग आदि जोड़ने की समस्त सुविधाएं प्राप्त की गई हैं।

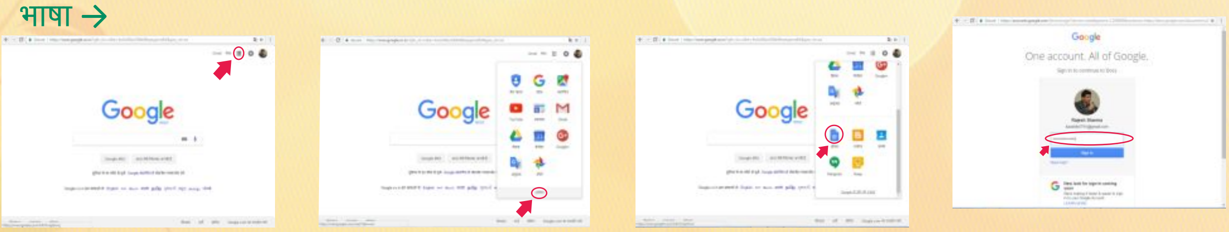
- कीबोर्ड द्वारा टाइप करने के अलावा इसमें दी गई माइक की सुविधा से हम स्वयं बोलकर (श्रुतलेखन द्वारा) अत्यधिक तीव्रता से बड़े–बड़े दस्तावेज़ तैयार कर सकते हैं।
- ये दस्तावेज स्वतः गूगल ड्राइव पर सहेजे जाते हैं जिन्हें कहीं भी, कभी भी प्रयोग किया जा सकता है।
- इस प्रकार सहेजे गए दस्तावेज गूगल डॉक्स के एप के साथ सिंक्रोनाइज़ रहते हैं, जिनका प्रयोग ऑफलाइन रहते हुए भी मोबाइल पर किया जा सकता है।
- ऑनलाइन डॉक्स में उपलब्ध सभी सुविधाएं मोबाइल एप पर भी उपलब्ध हैं जिनके द्वारा किसी भी दस्तावेज़ को न सिर्फ उसी कुशलता एवं सहजता से बनाया अपितु संपादित भी किया जा सकता है जो मोबाइल के ऑनलाइन होते ही ऑनलाइन उपलब्ध डॉक्स के साथ सिंक्रोनाइज़ हो जाता है।

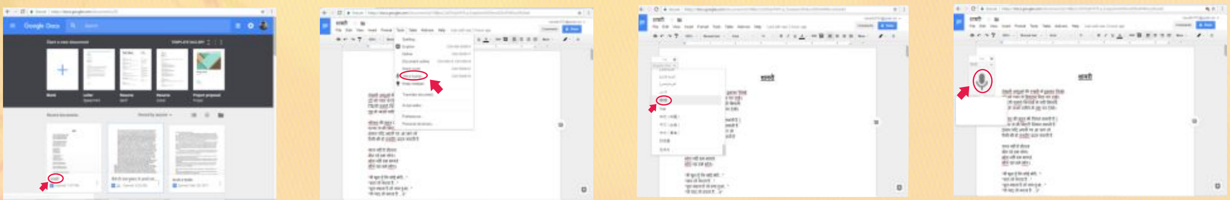


- वाक् से पाठ द्वारा दस्तावेज़ तैयार करने की गति एवं शुद्धता वक्ता के उच्चारण की गति, शुद्धता एवं स्पष्टता पर निर्भर करती है।
- गूगल डॉक्स पर तैयार या सहेजे गए दस्तावेज़ को वर्ड, ओडीटी, पीडीएफ सहित अनेक फॉर्मेट में डाउनलोड किया जा सकता है तथा ब्लुटूथ, ईमेल, व्हाट्स एप, shareit आदि अनेक माध्यमों से भेजा जा सकता है।
- गूगल डॉक्स केवल क्रोम ब्राउज़र पर कार्य करता है।
- इसे प्रयोग करने के लिए गूगल अकाउंट का होना अनिवार्य है जिसके माध्यम से हम अपने गूगल डॉक्स में लॉग इन कर सकें।
- गूगल डॉक्स को प्ले स्टोर से निःशुल्क डाउनलोड किया जा सकता है।
- मोबाइल फोन में गूगल डॉक्स पर कार्य करने तथा कम्प्यूटर पर गूगल डॉक्स में कार्य करने के लिए एक ही गूगल अकाउंट का प्रयोग करने पर दोनों में फाइलें समान रूप से सिंक्रोनाइज़ रहेंगी।

कंप्यूटर पर प्रयोग की प्रक्रिया :

http://google.com → गूगल एप्स → more → गूगल डॉक्स एप → जीमेल आई डी लॉगइन → नया सहेजा गया दस्तावेज़ → टूल्स → वॉइस टाइपिंग → पॉप अप माइक्रोफोन बॉक्स → हिन्दी / वांछित भाषा →





माइक्रोफोन पर क्लिक करके सामान्य गति और वॉल्यूम से स्पष्ट रूप में अपना पाठ बोलें। रोकने के लिए माइक बंद करें। त्रुटि ठीक करने के लिए वांछित पाठ का चयन करके पुनः बोलें।

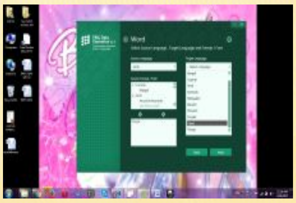
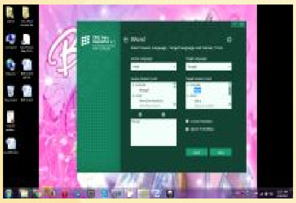
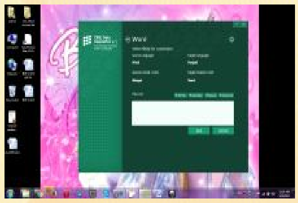
5) <u>मंत्र राजभाषा</u> : राजभाषा विभाग की वैबसाइट के लिंक https://mantra-rajbhasha.rb-aai.in/ पर अनुवाद के लिए इस टूल का प्रयोग किया जा सकता है। यहाँ टाइप करके अथवा किसी टेक्स्ट को कॉपी–पेस्ट करके अनुवाद किया जा सकता है। यहाँ से अनूदित पाठ को कॉपी–पेस्ट करके वांछित फाइल में प्रयोग कर सकते हैं।

6) <u>श्रुतलेखन</u> : राजभाषा विभाग की वैबसाइट के लिंक https://shrutlekhan-rajbhasha.rb-aai.in/पर पंजीकृत करके वाक से पाठ(बोलकर लिखने) के लिए इस टूल का प्रयोग किया जा सकता है।

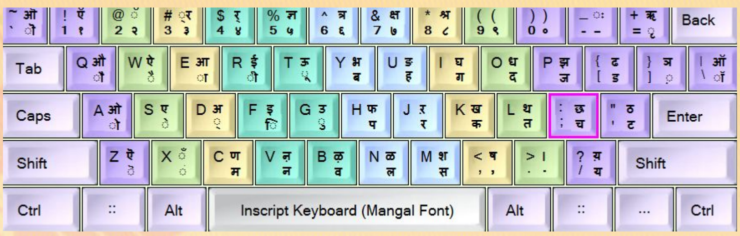
7) <u>प्रवाचक</u> : इसे राजभाषा विभाग की वैबसाइट के लिंक https://pravachak-rajbhasha.rb-aai.in/UserRegistration.aspx से अपने कम्प्यूटर पर डाउनलोड करके दिए गए स्थान पर पाठ को टंकित करके या किसी पाठ को पेस्ट करके सुना जा सकता है। इसमें बोलने की गति को धीमा या तीव्र किया जा सकता है।

8) <u>टी.बी.आई.एल.(TBIL) डाटा कन्वर्टर</u> :

- ❖ यह भारतीय भाषाओं के मध्य लिप्यांतरण का अत्यंत प्रभावी टूल है।
- ❖ यह ऑफलाइन टूल है।
- ❖ यह नौ भारतीय भाषाओं (बंगाली, गुजराती, हिन्दी, कन्नड़, मलयालम, मराठी, पंजाबी, तमिल व तेलुगू) के विभिन्न फॉन्ट के एक–दूसरे में परिवर्तन की सुविधा प्रदान करता है।
- ❖ यह उक्त नौ भाषाओं के अनेक यूनिकोड/नॉन–यूनिकोड फॉन्ट के उसी भाषा या इन नौ में से दूसरी भाषा के यूनिकोड/नॉन–यूनिकोड फॉन्ट में सरल एवं सहज लिप्यांतरण की सुविधा प्रदान करता है।
- ❖ इसका प्रयोग किसी टेक्स्ट, वर्ड फाइल, एक्सेल शीट, एक्सैस (aaccess) अथवा एस.क्यू.एल. फ़ाइल के लिए किया जा सकता है।

- ❖ इसे http://bhashaindia.com/Downloads/Pages/newpage.aspx पर 'फॉन्ट टूल्स' से डाउनलोड करके इन्स्टाल किया जा सकता है। उपर्युक्त टूल्स के उपयोग से निश्चित ही हिन्दी सहित कई भाषाओं में कार्य करना काफी सरल हो गया है। कृपया आवश्यकता के अनुरूप भाषा प्रौद्योगिकी के इन विशिष्ट टूल्स का प्रयोग करें और अपने संवैधानिक व नैतिक दायित्व के निर्वहन के साथ–साथ निजी जीवन में भी स्वभाषा का प्रयोग करें।



जय हिन्द, जय हिन्दी

वर्ष 1918 में लोकमान्य बालगंगाधर तिलक ने कांग्रेस अध्यक्ष के तौर पर घोषित किया कि हिन्दी भारत की राजभाषा होगी।

ई.एस.आई.सी.–2.0 : सुधारों का नया युग

सागर कुमार कंठ
सहायक

जैसा कि हम सभी जानते हैं कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम भारत सरकार का सामाजिक सुरक्षा संगठन है जो बीमाकृत व्यक्तियों को सामाजिक सुरक्षा प्रदान करता है। निगम की शुरूआत वर्ष 1952 से तत्कालीन प्रधानमंत्री स्व. श्री जवाहर लाल नेहरू द्वारा की गई थी। प्रारंभ में राजधानी दिल्ली व कानपुर क्षेत्रों को इसके अंतर्गत व्याप्त किया गया था। समय के साथ निगम का क्षेत्र बढ़ा, कार्यों का विस्तार हुआ, नियमों में संशोधन हुए, कर्मचारियों एवं अधिकारियों की नियुक्तियां हुई तथा बीमाकृत व्यक्तियों एवं व्याप्त क्षेत्रों का पूर्ण विस्तार हुआ। कुल मिलाकर हम कह सकते हैं कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम का कार्यक्षेत्र पूरे भारतवर्ष में फैल गया। जिस प्रकार से निगम का विस्तार हुआ, कार्यक्षेत्र बढ़ा उसी प्रकार नई–नई योजनाएं लागू की गई तथा उन योजनाओं को सही प्रकार से तथा नियमित रूप से संचालित करने के क्रम में आगे बढ़ते हुए कर्मचारी राज्य बीमा निगम (ई.एस.आई.सी.) द्वारा वर्ष 2016 में ई.एस.आई.सी.–2.0 की शुरूआत की गई।

यहाँ पर यह उल्लेख करना जरूरी है कि उक्त योजना शुरू करने से पूर्व ही निगम में सभी कार्यों को ऑनलाइन किया जा रहा था। सभी कार्यालयों एवं अस्पतालों का उन्नयन किया जा रहा था। ऐसे में निगम द्वारा ई.एस.आई.सी. – 2.0 की शुरूआत निगम में सुधारों का एक नया युग माना जा रहा है। ई.एस.आई.सी. – 2.0 के तहत निगम की कार्यप्रणाली में निम्नलिखित परिवर्तन करते हुए एक नया आयाम कायम किया गया है :–

1. **अंशदान का भुगतान** :– ई.एस.आई.सी. – 2.0 के तहत 1 मई 2016 से सभी प्रकार के अंशदान का भुगतान ऑनलाइन किया जाता है।

2. **इंद्रधनुष कार्यक्रम** :– इस कार्यक्रम के तहत अस्पतालों में प्रत्येक दिन अलग–अलग रंग की चादर का प्रयोग किया जाना अनिवार्य है, जिसका रंगक्रम निम्नलिखित अनुसार निर्धारित किया गया है :–

रविवार	–	बैंगनी
सोमवार	–	नीला
मंगलवार	–	आसमानी
बुधवार	–	हरा
वीरवार	–	पीला
शुक्रवार	–	नारंगी
शनिवार	–	लाल

इसलिए इसे इंद्रधनुष नाम दिया गया है। एक प्रकार से देखा जाए तो ई.एस.आई.सी.–2.0 द्वारा किया गया यह प्रयास स्वच्छ भारत अभियान की दिशा में निगम की ओर से एक बड़ा योगदान है।

3. सभी कार्यालयों को स्वच्छ एवं सुगम बनाया गया ताकि निगम से जुड़े कर्मचारियों, बीमाकृत व्यक्तियों को किसी प्रकार की परेशानी न हो।

4. लोक शिकायत एवं निपटान को सरल किया गया ताकि निगम से जुड़े हुए व्यक्ति किसी भी समस्या के संबंध में अपनी शिकायत दर्ज कर सकें तथा उन समस्याओं का समाधान किया जा सके। इस क्रम में पी.जी. पोर्टल की शुरूआत माह अप्रैल 2016 में की गई।

5. कर्मचारियों को व्यावहारिक ट्रेनिंग देना। ई.एस.आई.सी. – 2.0 के तहत निगम के कर्मचारियों एवं अधिकारियों को और अधिक कार्यकुशल बनाने तथा अधिक व्यावहारिक बनाने हेतु समय–समय पर आवश्यक प्रशिक्षण का आयोजन किया जाता है।

अन्य बहुत से और भी ऐसे–ऐसे सुधार ई.एस.आई.सी.–2.0 के अंतर्गत किए गए हैं। समय की मांग के अनुसार निगम द्वारा किया गया यह सुधार निगम को और व्यापक, संगठित एवं मजबूत बनाने में मील का पत्थर साबित होगा। माह अगस्त, 2016 में निगम के महानिदेशक द्वारा दूरदर्शन पर दिए गए अपने साक्षात्कार में इन सुधारों और कुछेक अन्य महत्वपूर्ण सुधारों, जिन पर अभी काम करना बाकी है, के संदर्भ में अपने विचार व्यक्त किए गए। ऐसे सुधारों में उनके द्वारा मुख्यतः निम्नलिखित बिन्दुओं पर बल दिया गया :–

1. निगम को और विस्तृत करने के क्रम में देशभर में 393 जिला कार्यालय खोलना।
2. असंगठित क्षेत्र के कर्मचारियों को योजना के अंतर्गत व्याप्त करना एक पायलेट परियोजना है जिसे राजधानी क्षेत्र में लागू किया जा रहा है।
3. व्याप्ति हेतु अधिकतम वेतन सीमा बढ़ाकर ₹ 15000/– से ₹ 21000/– तक लागू करना।
4. जिस प्रकार प्रसूति हितलाभ की अवधि को 84 दिन से बढ़ाकर 180 दिन कर दिया गया है, उसी प्रकार चिकित्सा हितलाभ का विस्तार करना।
5. अस्पतालों एवं औषधालयों का प्रोन्नयन किया जा रहा है। वर्तमान में मुख्यालय द्वारा अनेक औषधालयों को छह बिस्तर के अस्पताल में बदलने का कार्य किया जा रहा है।

कुल मिलाकर देखें तो ई.एस.आई.सी.–2.0 द्वारा किए गए सुधार कर्मचारी राज्य बीमा निगम को सामाजिक सुरक्षा प्रदान करने के क्षेत्र में सर्वश्रेष्ठ बनाने में बहुत बड़ी भूमिका निभाएंगे तथा एक नया युग स्थापित करेंगे।

ऋतुराज बसंत

लक्ष्मी नारायण मीना
सहायक निदेषक

ऋतुराज बसंत के आगमन से प्रकृति अपने धर्म व कर्म का निर्वाह करती है। हर वर्ष की तरह, यह कर्म अपने पूर्व निर्धारित समय पर असंख्य फूलों के साथ, नई कोंपलों और कोमल सुगंधित पवन के साथ मानव हृदय को असीम सुख की अनुभूति करवाने लगता है। पेड़ की नर्म, हरी–हरी पत्तियाँ, रस भरे पके फलों की प्रतीक्षा में सक्रिय हैं। दिवस कोमल धूप से रंजित गुलाबी आभा बिखेर रहा है तो रात्रि, स्वच्छ शीतल चाँदनी के आँचल में जैसे शान्ति का संदेश दे रही है। प्रेमी युगलों के लिए भी जैसे यह वर्ष का सर्वाधिक आनंदित करने वाला समय चल रहा है।

बसंत ऋतु से आंदोलित रस–प्रवाह, बंसत पंचमी का यह भीना–भीना, मादक, मधुर उत्सव, आप सभी मानस को हर्षोल्लास से पूरित करता हुआ हर वर्ष की तरह सफल रहे, यही मेरी प्रार्थना है।

कविता परिचय

जाने क्यों कहा जाता है –
वियोगी होगा पहला कवि,
आह से उपजा होगा गान.......

क्यों वियोग से ही काव्य का जन्म हुआ होगा। जीवन एक तरंग है, उत्साह हिलोरें लेता है, दु:ख का मंथन करें। सागर की भाँति व्यर्थ को बाहर निकाल कर भीतर असंख्य सीपियों के भीतर का मुक्ता देखें। वह भी तो रत्न है।

इसी उत्साह, उमंग से हम भी भावों की मथानी और लेखनी लेकर उपस्थित हैं पूरे क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ के साथ। रचनाएँ भाव सागर होती हैं। आइए गोता लगाएं। क्या पता किस कर्मी की रचना रूपी सीपी में एक मुस्कुराता मोती निकल आए, न भी निकले।
एक बार पढ़ तो लें .....

वर्ष 1930 के दशक में शैलेन्द्र मेहता द्वारा हिन्दी टाइपराइटर का विकास किया गया।

सतलुज धारा

श्याम कुमार
उप निदेशक (राजभाषा)
उत्तरी अंचल

तुमने कुछ नहीं कहा,
मैं भी चुप रहा,
मगर नज़रें मिली,
दिल में हलचल मची,
हो गया सब गुलाबी गुलाबी गुलाबी...

न होली का पर्व,
फागुन भी नहीं,
पीले सरसों पे सरसराती हवा,
और वो संतोष भरी मुस्कान,
हो गया सब फागुनी फागुनी फागुनी....

न जमुना का तट,
राधा भी नहीं,
दूर कहीं कान्हा की वेणु बजे,
चहक उठी गोपियाँ हुमक उठी,
बज उठी रागिनी रागिनी रागिनी....

न पर्वतों की ऊँचाई,
लंबे पहाड़ी शिखर भी नहीं,
लेकर तुम्हारा शब्द संसार सारा,
फिर बही 'सतलुज धारा'
बिछ गई चाँदनी चाँदनी चाँदनी....

कब बदलेगा निज़ाम

दलबारा सिंह
सहायक निदेशक

मैं निराश नहीं, हताश हूँ,
उठता सुबह बे–आस हूँ,
कब बदलेगा यह निज़ाम,
और तो हर जगह धोखे–घपले हैं,
बड़े लोगों के लिए खजाने अपने हैं।

दफ्तरों में ला–प्रवाही है,
बाजारों में, काला बाजारी है,
हर चीज़ में मिलावट है,
हर काम में गिरावट है।

कोई न सुनता हमारी फ़रियाद,
कहने को है अपनी सरकार,
लोगों का दर्द न कोई बाँटे,
गुंडे, बदमाशों को कौन डाँटे।

जब लोगों में जोश जगेगा,
तभी यह सारा निज़ाम बदलेगा।

वर्ष 1935 से मद्रास राज्य के मुख्यमंत्री सी. राजगोपालाचारी ने हिन्दी शिक्षा को अनिवार्य किया।

बेटी

मनीषा
उच्च श्रेणी लिपिक

बेटी लक्ष्मी होती है साथ ही उसे 'पराया धन' कहा जाता है,
हमेशा इस समाज में उसे 'खूब आगे बढ़ो' कहा जाता है।
पिता और भाई के साये में, महफूज़ जहाँ लगता है,
बाहर का माहौल देखकर, दिल सहम–सा जाता है।
कहने को तो बेटों के बराबर बेटी को दर्जा दिया जाता है,
पर हर बार सफाई देने को क्यों उसको ही कहा जाता है।
बचपन में नज़रिया अलग और समय के साथ नज़र बदल जाती है।
अपने ही आसपास के लोगों की सोच पर मुझको घृणा आती है,
पराई बेटी को बुरी नज़रों से देख, मनगढ़ंत कहानियां बनाते हैं।
बदनाम बेटी को करते हैं व स्वयं को महान बताते हैं,
फिर समाज द्वारा ही उसका चरित्र प्रमाणित किया जाता है।
क्यों अक्सर बेटियों को 'खूब आगे बढ़ो' कहा जाता है,
तिल का ताड़ बनाने में महिलाएँ भी कुछ कम नहीं होती हैं,
कई बार औरों के दिमागों में बुराई का बीज वही बोती हैं।
पहले कहती हैं 'बेटा हम तुम्हारे साथ हैं', तुमको कुछ न होने देंगे,
फिर न जाने किस जलन से कहती हैं तुमको चैन से न सोने देंगे।
ऐसे मतलबी इंसानों पर फिर खूब गुस्सा आता है,
क्यों अक्सर बेटियों को 'खूब आगे बढ़ो' कहा जाता है।
सोचते हैं वो बदनाम इनको करके समाज में नीचा दिखाएंगे,
हमें रूला कर झर–झर अश्रु, न जाने वो कैसे चैन पाएंगे।
एक बार किसी महिला की बुराई से पहले, खयाल अपने घर का भी करो,
अरे तुम्हारी भी माँ–बहन घर पर हैं, ऊपर वाले से कुछ तो डरो।
बुराई लेकर चलोगे मन में नारी के लिए, तो बुराई ही तुम पाओगे,
जिस दिन कीचड़ उछलेगा अपनी माँ–बहन पर तुम पछताओगे।
उस समाज में नारी को जन्म ना देना प्रभु, जहाँ उसका तिरस्कार किया जाता है,
क्यों अक्सर बेटियों को 'खूब आगे बढ़ो' कहा जाता है।
हमें दबाना चाहता है समाज, हमें रूलाना चाहता है समाज,
एक दिन बेटियों की कदर करोगे, भले ना हो तुमको आज।
तोड़कर हम भी सारे सामाजिक बंधन, परे रखकर तुम्हारी सोच,
ऐसा समाज बनाएंगे, जहाँ जी सके महिला निःसंकोच।
तुम बदनाम कर हमें जितना नीचे गिराओगे, हम उतना ऊपर जाएंगे,
तुम्हारी मर्ज़ी से नहीं, हम तो अपने मुताबिक जिंदगी जीते जाएंगे।
अरे जीने दो जिंदगी अपनी तरह, इसमें तुम्हारा क्या जाता है,
क्यों अक्सर बेटियों को 'खूब आगे बढ़ो' कहा जाता है।

वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर

जगदीश कुमार
सहायक

वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर,
आसमानों से आगे क्षितिज से दूर,
रब की होगी रजामंदी उसमें,
और किस्मत को भी होगी कुबूल।
वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर . . .

सामने हैं समंदर मेरे, पर कश्ती है बहुत दूर,
लहरों की गुजारिश है संग खेलना है जरूर,
लगने दे डर थोड़ा, होने दे थोड़ी भूल,
सैलाबों से लड़ना है तो हिम्मत भी दिखानी होगी जरूर।
वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर . . .

बचपन में सुनी थी एक कहानी मशहूर,
जो रखता है धीरज वही जाता है दूर,
फूल तो मुरझाकर हो जाता है चूर,
पर ये खुशबू उसकी हो जाती है मशहूर।
वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर . . .

पानी की खोज़ में गड्ढा खोद रहा एक मज़दूर,
मिट्टी के ढेलों से पता पूछ रहा एक मज़दूर,
वरना अपनी कब्र तो खुद खोद रहा ये मज़दूर।
वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर . . .

वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर,
आसमानों से आगे क्षितिज से दूर,
रब की होगी रजामंदी उसमें,
और किस्मत को भी होगी कुबूल।
वो मंज़िल मुझे मिलेगी जरूर . . .

भगवान और माँ

जगदीश चन्द सूर्यवंशी
सहायक
क.रा.बी. निगम आदर्श अस्पताल
रामदरबार, चंडीगढ़

भगवान नजर आता है, नहीं पर नजर आती है माँ
रोते हैं कभी दिल के टुकड़े, तो आँख भिगो लेती है माँ
हँसते हैं कभी उसके बच्चे, तो दर्द भुला देती है माँ
मन पर पत्थर रख कर, कभी हलके से डपट देती है माँ
बच्चों की खुशी की खातिर, पर दुनिया से टकरा जाती है माँ
दुनिया कहती है बावरी, पर फिक्र कहाँ करती है माँ
दुनिया है चलती ज्ञान अकल से, पर दिल से चलती है माँ
तुतलाते होंठों की तरंग में, खुद भी तुतलाती है माँ
हाथों को थाम कर नन्हें पग, धरती पे चलवाती है माँ
उस तुतलाते–लड़खड़ाते बचपन को, मजबूत बनाती है माँ
गिरने से पहले बाँह फैला, सीने से लगा लेती है माँ
चोट लगी बालक तन पर, लथ–पथ हो जाती है माँ
दवा हो जाते उसके आँसू, दुआ खुद हो जाती है माँ

10 जनवरी 1975 को नागपुर (भारत) में पहला "विश्व हिन्दी सम्मेलन" आयोजित किया गया।

उम्मीदों के सहारे आगे बढ़ते जाओ

जो खो गया, उसके लिए रोया नहीं करते,
जो पा लिया, उसे खोया नहीं करते,
उनके ही सितारे चमकते हैं,
जो मजबूरियों का रोना रोया नहीं करते।

सपने देखो और उन्हें पूरा करो,
आँखों में उम्मीद के ख़्वाब भरो,
अपनी मंज़िल खुद तय करो,
इस बेदर्द दुनिया से मत डरो।

सपने देखो और पूरा कर दिखाओ,
अपनी तमन्नाओं के पर फैलाओ,
चाहे लाख मुसीबतें रास्ता रोकें तुम्हारा,
उम्मीदों के सहारे आगे बढ़ते जाओ।

एक नई सोच की ओर कदम बढ़ाएँ,
हौंसले से अपने सपनों की ऊँचाइयों को छू कर दिखाएँ,
जो आज तक सिमट कर रह गई थी खयालों में,
उन सपनों को सच कर दिखाएँ।

खुशियों की तरह ग़म भी एक दस्तूर है ज़माने का,
जब छा जाता है अँधेरा, तो वक्त आता है दिया जलाने का।

तरसेम लाल
अधीक्षक

जीवन को हमने कब जाना

जीवन को हमने कब जाना,
माना जीवन हम जीते, पर क्या पूरा जी पाते,
अपने हित को साधना ही, हमने बस जीवन माना,
जीवन को हमने कब जाना।

हमने दौलत खूब कमाई, फिर भी तृष्णा मिट नहीं पाई,
धन–दौलत के लिए ही जीना, क्या है जीवन को पाना,
जीवन को हमने कब जाना।

दुःख पीड़ा हमें न आए, कभी न मातम दिल पर छाए,
मिले मुझे वह सब सुख, जो है मन में ठाना,
जीवन को हमने कब जाना।

जो पर पीड़ा में दुःखी नहीं, उसका जीवन सुखी नहीं,
जो सबकी पीड़ा को हर ले, जीवन ऊर्जा ने पहचाना,
जीवन को हमने कब जाना।

संजीव कुमार
उच्च श्रेणी लिपिक

दो घड़ी का जाप

सपनों में अपनी मौत को करीब से देखा....
कफ़न में लिपटे तन जलते अपने शरीर को देखा....

खड़े थे लोग हाथ बांधे एक कतार में....
कुछ थे परेशान कुछ उदास थे....

तभी किसी ने हाथ बढ़ा कर मेरा हाथ थाम लिया....
और जब देखा चेहरा उसका तो मैं बड़ा हैरान था....

हाथ थामने वाला कोई और नहीं, मेरा भगवान था....
चेहरे पर मुस्कान और नंगे पाँव था....

जब देखा उसे जिज्ञासा भरी नज़रों से....
तो हँस कर बोला.....

"तूने हर दिन दो घड़ी जपा मेरा नाम था....
आज प्यारे उसका कर्ज़ चुकाने आया हूँ.... "

रो दिया मैं... अपनी बेवक़ूफ़ियों पर तब ये सोच कर....
जिसको दो घड़ी जपा वो बचाने आए हैं ....

और जिनमें हर घड़ी रमा रहा मैं ....
वो मुझे श्मशान पहुँचाने आए हैं....
तभी खुली आँख मेरी, बिस्तर पर विराजमान था....
कितना था नादान मैं, हक़ीकत से अनजान था।

मीनू भाटिया
सहायक
क.रा.बी. निगम आदर्श अस्पताल
रामदरबार, चंडीगढ़

मेरे राम

कैसे मान लूँ कि तू पल–पल में शामिल नहीं,
कैसे मान लूँ कि तू हर चीज़ में हाज़िर नहीं,
कैसे मान लूँ कि तू मेरी परवाह नहीं,
कैसे मान लूँ कि तू दूर है पास नहीं,
देर मैंने ही लगाई पहचानने में मेरे ईश्वर,
वरना तूने जो दिया उसका तो कोई हिसाब ही नहीं,
जैसे–जैसे मैं सर को झुकाती चली गई,
वैसे–वैसे मुझे उठाने में तेरी रहनुमाई बढ़ती गई।

सुनीता रानी
सहायक

ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए हैं

(शहीद सिपाही के बच्चे की दिल छूती कविता)

अमित बहादुर
सहायक

पहले पापा मुन्ना–मुन्ना कहते आते थे,
टॉफियाँ व खिलौने साथ में वे लाते थे।
गोदी में उठा के खूब खिलखिलाते थे,
हाथ फेर सर पे मेरे प्यार भी जताते थे।
पर ना जाने आज क्यूँ चुप हो गए,
लगता है कि खूब गहरी नींद में सो गए।
नींद से उठो पापा, मुन्ना बुलाए है,
ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए हैं....

फौजी अंकलों की भीड़ घर क्यों आई है,
पापा का सामान क्यों साथ में लाई है।
साथ में क्यों लाई है वो मेडलों के हार,
आँख में आँसू क्यों सबके आते बार–बार।
चाचा, मामा, दादा–दादी चीखते हैं क्यूँ,
माँ मेरी बता वो सर को पीटते हैं क्यूँ।
गाँव वाले क्यूँ शहीद पापा को बताए हैं,
ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए हैं ....

माँ तू क्यों है इतना रोती ये बता मुझे,
होश क्यूँ हर पल है खोती ये बता मुझे।
माथे का सिन्दूर क्यूँ है दादी पोंछती,
लाल चूड़ी तेरे हाथ की क्यूँ बुआ तोड़ती।
काले मोतियों की माला क्यूँ उतारी है,
क्या तुझे माँ हो गया, समझना भारी है।
माँ तेरा ये रूप मुझे बिल्कुल ना सुहाए है,
ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए हैं....

पापा कहाँ हैं जा रहे अब ये बताओ माँ,
चुपचाप से आँसू बहा के यूं सताओ ना।
क्यूँ उनको सब उठा रहे हाथों को बांधकर,
जय हिन्द बोलते हैं क्यूँ कंधों पे लादकर।
दादी खड़ी है क्यूँ भला आँचल को भींचकर,
आँसू क्यूँ बहे जा रहे हैं आँख मींचकर।
पापा की राह में क्यूँ फूल ये सजाए हैं,
ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए हैं....

क्यूँ लकड़ियों के बीच में पापा लिटाये हैं,
सब कह रहे हैं लेने उनको राम आए हैं।
पापा, ये दादा कह रहे तुमको जलाऊँ मैं,
बोलो भला इस आग को कैसे लगाऊँ मैं।
इस आग में समा के साथ छोड़ जाओगे,
आँखों में आँसू होंगे बहुत याद आओगे।
अब आया समझ माँ ने क्यूँ आँसू बहाए थे,
ओढ़ के तिरंगा क्यों पापा आए थे....

जय हिन्द

श्रद्धांजली

अश्वनी कुमार
वरिष्ठ हिन्दी अनुवादक

छोड़कर अधर में तुम न जाने किस जहां में चले गए,
इस जहां के सकल स्वप्न मानो संग तुम्हारे चले गए,
प्राणहीन से जी रहे हम प्राण तो तुझ संग चले गए।

अ़श्क–ए–नीर रूक ना पाया माह तो इतने बीत गए,
गम–ए–दिल धुल न पाया अश्रु इतने जो निकल गए,
जरा सी आहट होते ही लगा मन को भैया तुम आए,
देखकर घर खाली कलेजा निकल मेरा मुँह को आए।

देखो जीवन कितना क्षण भंगुर पल–पल बीता जाए,
कल तक हम अपने थे पर आज हुए हैं इतने पराए,
तुम वहाँ, हम तड़प रहे यहाँ, दर्दे दिल किसे सुनाएं,
ढूंढ़कर लाऊँ कहाँ से परिवार को जो चैन आ जाए।

हे भगवान तुम्हें क्या मजा आता है ऐसी सत्ता चलाने में,
किसी को कोढ़ी, लाचार, दरिद्र रोगी और अपंग बनाने में,
अच्छे खासे जवानों को अकाल यूँ अपने पास बुलाने में,
किसी परिवार को बेसहारा बना निर्लज्ज ऐसे मुस्कुराने में।

कैसे पूजूँ तुम्हें क्या माँगू तुमसे मांगा जो तूने छीन लिया,
छलिया है तू डराकर फिर जलवा लेगा आरती का दीया,
लाचार हूँ हर जुल्म सहकर खड़ा तेरे आगे शीश झुकाए,
युग परिवर्तन सा हो गया क्या थे हम और क्या हो गए।

छोड़कर अधर में तुम न जाने किस जहां में चले गए,
इस जहां के सकल स्वप्न मानों संग तुम्हारे चले गए,
प्राणहीन से जी रहे हम प्राण तो तुझ संग चले गए,
युग परिवर्तन सा हो गया क्या थे हम और क्या हो गए।

हमारी नैतिक प्रकृति जितनी उन्नत होती है, उतना ही उच्च हमारा प्रत्यक्ष अनुभव होता है और उतनी ही हमारी इच्छाशक्ति अधिक बलवती होती है। मन का विकास करो और उसका संयम करो, उसके बाद जहां इच्छा हो, वहां इसका प्रयोग करो। उससे अतिशीघ्र फल की प्राप्ति होगी ।

स्वामी विवेकानन्द

यक्ष एवं युधिष्ठिर संवाद

(पण्ड़ित लख्मीचन्द द्वारा रचित हरियाणवी सांग ''महाभारत'' से साभार उद्धृत)

वेद प्रकाश शर्मा
अधीक्षक

टेक – मेरे प्रश्न का उत्तर दे, ना ते योहे हाल तेरा होगा।
प्रश्न करो युधिष्ठिर बोले, सही जवाब खरा होगा।।

1. इस पृथ्वी से भारी क्या, इसे जननी माता कहते हैं,
आकाश से ऊँचा कौन बता, पिता का नाता कहते है,
तेज पवन से कौण चले, मन चला जाता कहते हैं,
घास से ज्यादा फैल सके, चिन्ता का खाता कहते हैं,
निद्रा में खुले आँख मीन की, ना उत्तर गलत मेरा होगा।
प्रश्न करो ——————————————

2. दिल बिन चीज़ बता क्या होती, दिल बिन पत्थर होया करे,
साथी कौण मुसाफ़िर का, जो साथ मुसाफ़िर होया करे,
मित्र कौण गृहस्थी का, ना त्रिया बिन घर होया करे,
मृत्यु में भी साथ रहे, ईसा कर्म ही मित्र होया करे,
सै जानी दुश्मन कौण मनुष्य का, जो गुस्सा बीच भरा होगा।
प्रश्न करो ——————————————

3. जिसका इलाज मर्ज, वो लोभ नीच बलवान कहैं,
कौन सुखी है दुनिया में, कर्ज बिना इन्सान कहैं,
सबसे भारी मेला क्या, ये दुनिया दीन जहान कहैं,
बस एक अच्छा कर्म बता, इस जीव की रक्षा ज्ञान कहैं,
उसका फल मिलता बन्दे नै, जैसा कर्म कर्‌या होगा ।
प्रश्न करो ——————————————

4 ये मन काबू में कब रहता, जब दृढ़ ज्ञान का फंदा हो,
बता दोस्ती किस की अच्छी, नेक चले जो बंदा हो,
मित्रता में भंग कहाँ, जहाँ विषय–वासना का धंधा हो,
परलोक में शत्रु कौन बता, जो कर्म मनुष्य का गंदा हो,
मेरा छोटा भाई नकुल छोड़ दे, तेरा हटकै चमन हरा होगा ।
प्रश्न करो ——————————————

पं. लखमी चन्द

5. धर्म तजे तै नर्क मिलै, मैं बैतरणी में बह ज्यांगा,
या पाप की स्याही उतर सकै ना, चन्दा की ज्यूँ गह ज्यांगा,
अर्जुन भीम मेरे माँ के जाये, या चोट जिगर में सह ज्यांगा,
यो भाई नकुल माद्री का, मैं कुन्ती का सुत रह ज्यांगा,
लख्मी चन्द कर्‌या पास गुरू ने, जब सिर पै हाथ धरया होगा।
प्रश्न करो ——————————————

खोज खुदा की

कोई खुशी दिल में खलबली मचा दे,
कोई गम दिल को लहूलुहान कर दे,
या खुदा! कर पैदा कुछ तो हालात ऐसे,
जो ताउम्र मुझे तेरा तलबगार कर दे।

तेरी तरह धीरज नहीं धर सकता मैं,
मन है मासूम, कुछ कर नहीं सकता मैं,
तू ही है जो मुझसे ज्यादा जानता है मुझे,
बना ऐसा मुकद्दर जो मुझे तेरा मुरीद कर दे।

किस्सों में सुना था तू बड़ा महान है,
माँ को भी तुझ पर बहुत गुमान है,
दिल को तेरी शख्सियत पर शक फिर क्यों,
कौन है खुदा और उसका क्या योगदान है।

मुझ पर नहीं तो खुद पर रहम कर,
तेरे अस्तित्व पर है सवाल, कुछ तो शर्म कर,
देख कभी तू इन बुत–ताबूत से निकलकर,
बहा है खून बेहिसाब तेरे नामो–निशान पर।

उम्मीद तू देता है तो नफ़रत कौन सिखाता है,
दोस्त तू बनाता है तो दुश्मनी कौन कराता है,
तू दवा भी है और दर्द भी बढ़ाता है,
कितनी दोगली है हस्ती तेरी, आग लगाकर पानी भी बरसाता है।

सोचता हूँ दुनिया से तेरा नाम ही मिटा दूँ,
ना अल्लाह को कोई जाने, ना राम का नाम हो,
न जिये कोई तेरे रहम से, ना तेरे नाम पे खाक हो,
इंसानियत के हक में बस ये एक गुनाह माफ़ हो।

हरविंद्र सिंह
सहायक

'बाप का प्यार'

माँ की सिफत तो हर कोई करता
बाप किसी–किसी को याद रहता है।

है वह भी भगवान का रूप यारो,
जिसके दम पर घर आबाद रहता है।

उसके सीने में भी है दिल होता,
जो औलाद के लिए बेताब रहता है।

बेहिसाब प्यार नहीं देखता कोई,
उसका गुस्सा ही क्यों हमें याद रहता है।

निरपेन्द्र सिंह
निम्न श्रेणी लिपिक

संघ के शासकीय प्रयोजनों के लिए प्रयोग होने वाले अंकों का रूप "भारतीय अंकों का अन्तर्राष्ट्रीय रूप" निश्चित है।

नारी

जीवन का अभिमान है नारी,
हर घर का सम्मान है नारी,
कर हसरत डिगा न सका जिसे,
ऐसा एक स्वाभिमान है नारी।

आशाओं की परतों का,
खुला एक आसमान है नारी,
सेवा का भाव लिए,
अपने दुःखों से अनजान है नारी।

है आदि शक्ति जो रूष्ट हुई,
वरना खुशियों की खान है नारी,
है समर्पित ईश्वर को,
अर्थों का अभिमान है नारी।

लाज शर्म का है गहना,
सभ्यता का गुणगान है नारी,
जो झुक गई तो पुष्प है,
जीवन की बागवान है नारी।

मान सको तो सत्य को मानो,
इस जीवन के अर्थ को जानो,
है सहायक हर पथ पर,
मांगे बस सम्मान है नारी।

तृप्ती दीक्षित
कनिष्ठ हिन्दी अनुवादक

बेटियाँ

मायके होते हैं, ससुराल होती हैं,
पर फिर भी होती हैं, घरों के बिना।
चिड़ियाँ होती हैं, बेटियाँ
पर परों के बिना

तकदीर देखो उनकी
मायके में भी कहलाती हैं परायाधन
ससुराल में भी पाती हैं परायापन
फिर भी ममता उड़ेलती, मुस्कुराती हैं बेटियाँ
पर परों के बिना

पिता का मोह, भाई से प्रेम
पति के घर को बसाती हैं यह बेटियाँ
फिर भी पराई क्यों कहलाती यह बेटियाँ
चिड़ियाँ होती हैं बेटियाँ
पर परों के बिना।

मोनिका शर्मा
सहायक

निर्मल गंगा

मुनेश कुमार, बहुकार्य स्टाफ
शाखा कार्यालय, जालंधर शहर

शिव की जटा से उत्पन्न, पर्वतों को चूमती हुई,
घाटियों में अठखेलियाँ करती हुई,
दूध की तरह धवल, अग्नि की तरह पवित्र है जो,
सैंकड़ों गुणों की खान है, और मासूमियत से भरी है वो,

सबकी आवश्यकताओं को पूरा करती।
सर्वत्र अपनी पवित्रता फैलाती,
कभी इठलाती, कभी बलखाती,
अपनी ममता को दर्शाती,

माँ की तरह आँचल में समेटे हुए,
सैंकड़ों सौगातें वितरित करते हुए।
प्रयाग में यमुना और सरस्वती के साथ,
अद्‌भुत मिलन करते हुए,

हर की पौड़ी पर लाखों को आशीर्वाद दिया है जिसने,
न जाने कितने लोगों को मोक्ष प्रदान किया है इसने,
स्वभाव से है वो सरल, सादगी से है वो भरी हुई।
लाखों श्रद्धालुओं की श्रद्धा से सराबोर हुई,

ऐसी निर्मल पावन थी हमारी माँ गंगा,
आज मैली हो गई है शिव की गंगा,
देखकर यह विकृत रूप उसका,
देवनगरी बनारस भी शर्मसार हो गई है।

हम सब को मिलकर अथक प्रयास करना होगा,
गंगा को निर्मल कर उसकी आत्मा को जिन्दा करना होगा,
और फिर नए परिवेश में गंगा का श्रृंगार करना होगा,
हर कुदृष्टि से माँ का बचाव करना होगा,

वह दिन दूर नहीं, जब अच्छे दिन आएंगे,
और हम स्वच्छ पारदर्शी गंगाजल पाएंगे।

हास्य व्यंग्य

आज अनेक जगह लाफिंग क्लब सिद्ध कर रहे हैं
कि भागते–दौड़ते हम हँसना भूल गए हैं।

हँसने से तनाव दूर होता है, मन स्वस्थ रहता है
तन में स्फूर्ति आती है।
हास्य अनेक प्रकार से उत्पन्न हो
सकता है।कविता
से भी, व्यंग्य रचनाओं से भी।

हमने भी प्रयास किया
है कि आप कुछ मुस्कुराएँ या हँसें
न भी हँसी आए
एक बार पढ़ तो लें....

हास्य@मुस्कुराहट.com

श्याम कुमार
उप निदेशक (राजभाषा)
उत्तरी अंचल

1. ग्राहक : मुझे मजबूत, टिकाऊ, रंग न जाने वाला और बहुत सस्ता कपड़ा चाहिए।
   दुकानदार (कर्मचारी से) : साहब को गेहूँ भरने वाली बोरी दिखाओ।

2. मरीज : डॉक्टर साहब ''पाँव, पेट, सिर और हाथ सब दर्द हो रहे हैं। क्या हुआ है मुझे ?
   डॉक्टर : तुम्हें आँखों की बीमारी है।
   मरीज : हैं ???????
   डॉक्टर : मैं आँखों का डॉक्टर हूँ, बाहर बोर्ड नहीं पढ़ा ?

3. सुखी लोग क्या करते हैं ?
   खुश रहते हैं। ऊपर वाले का धन्यवाद करते हैं।
   और दु:खी लोग ?
   अपने सुख के दिनों को याद करते हैं और खुद को कोसते हैं कि उन्होंने शादी क्यों की ?

4. पत्नी (गुस्से में) : देखो, लड़ो मत ! मैं भी बदला लेना जानती हूँ।
   पति : क्या कर लोगी ?
   पत्नी : अपनी माँ को साथ रहने के लिए बुला लूँगी।
   पति : मैं समर्पण करता हूँ। अब नहीं लड़ूंगा।

5. पाप का प्रायश्चित क्या होता है ?
   शादी।

6. अधिकारी ने स्टेनो को तेजी से डिक्टेशन दिया।
   फिर कहा कुछ छूट गया हो तो पूछो।
   जी, ''डियर सर'' और ''यौर्स फेथफुली'' के बीच आपने क्या कहा था... सर।

7. बीवी घर पर टी.वी. देख रही थी।
   पति बोला : क्या देख रही हो?
   बीवी : कुकिंग शो।
   पति : दिन भर कुकिंग शो देखती हो, फिर भी खाना बनाना तो आया नहीं।
   बीवी : तुम भी तो कौन बनेगा करोड़पति देखते हो, मैंने कुछ कहा।

अनुच्छेद 348 उच्चतम न्यायालय और उच्च न्यायालयों में प्रयोग की जाने वाली भाषा का प्रावधान करता है।

कहानी परिचय

माँ कह एक कहानी
बेटा समझ लिया क्या तूने,
मुझको अपनी नानी
कह माँ कह लेटी ही लेटी
राजा था या रानी.......

मानव में कहानी कहने–सुनने की पंरपरा सदियों से, आदि काल से चली आई है। बचपन से बड़े होने तक की कहानी अनेक रूपों में जीवन के साथ रहती है और आकर्षित करती है। राजा, रानी, उत्सव, पर्व, त्यौहार, भूत–प्रेत, राक्षस, जादू–टोना, तनाव, हर्ष, संबंध, मनोविज्ञान, विज्ञान, प्रेम–जीवन के हर कोने में एक कहानी है।

क. रा. बी. निगम के हमारे कर्मियों ने भी लेखनी से उकेरी हैं कहानियाँ। आइए एक बार पढ़ तो लें.....

अनुच्छेद 350 'क' प्राथमिक स्तर पर मातृभाषा में शिक्षा की सुविधाओं का प्रावधान करता है।

पंचदीप : सामाजिक सुरक्षा की अद्‌भुत छतरी

संजय कुमार राणा
उप निदेशक

जैसे ही रामकुमार ने अपने डॉक्टर बनकर आए बेटे को गले से लगाया तो उसकी आँखों से खुशी के आँसू छलक गए। आज उनका बेटा एम.बी.बी.एस. पास कर अपने घर अपने माता–पिता का आशीर्वाद लेने आया था। रामकुमार आज अपनी बैसाखी के बिना ही खड़ा था क्योंकि उसके पुत्र ने खड़ा होने में उसे सहारा दिया था। उसकी आँखों में खुशी की एक अजीब चमक थी। वह वापस अपने बिस्तर पर बैठा और अपनी पत्नी से कहा,''अरे भई, मिठाई लाओ, गांव के सभी लोगों का मुँह मीठा करवाओ।'' उसकी पत्नी अन्दर गई और लड्डू लेकर आई। गांव के लोगों की भीड़ लगी हुई थी। सभी लोग सत्यवीर को बधाई देने पहुँचे थे। सभी लोगों का मुँह मीठा करवाया गया। सत्यवीर के डॉक्टर बनने पर गांव में खुशी का माहौल था। सभी के चेहरों पर मुस्कुराहट थी तथा सभी लोग खुशी–खुशी बधाइयां दे रहे थे। कुछ समय पश्चात् गांव के लोग एक–एक कर वहां से चले गए।

सत्यवीर की माँ ने इस अवसर पर सभी लोगों के लिए विशेष पकवान बनाए थे। खाना खाने के पश्चात् जब रामकुमार अपने बिस्तर पर लेटा तो उसकी बीती जिंदगी की सारी कहानी उसकी आँखों के सामने चलचित्र की तरह चलने लगी। अपने अतीत के एक–एक पल का अहसास कर एक बार फिर से उसकी आँखों में आँसू थे। वह अपने बीते दिनों को भुला नहीं पा रहा था। एक बार रामकुमार अपने नन्हें से बेटे सत्यवीर को सुबह स्कूल छोड़ने जा रहा था। वह अपनी पत्नी से बोला,''मैं सत्यवीर को स्कूल छोड़ने जा रहा हूँ, तुम पिता जी को नाश्ता करा देना।'' उसकी पत्नी ने कहा,''जी, ठीक है। मैंने आपका टिफिन तैयार कर दिया है। आप लेते जाओ।'' उसने पहले अपने बेटे को साइकिल से स्कूल छोड़ा और फिर वह अपनी फैक्टरी की ओर चल पड़ा, जहां वह नौकरी किया करता था। फैक्टरी पहुँचते ही उसने गेट पर खड़े फैक्टरी प्रबंधक को नमस्कार किया तथा अपनी हाजिरी लगा कर फैक्टरी के अन्दर काम करने के लिए चला गया।

प्रातः के ठीक नौ बजे फैक्टरी में काम शुरू हो गया था। फैक्टरी की सभी मशीनें चला दी गई थी। यह फैक्टरी इस्पात उद्योग के नाम से विख्यात थी। इसमें 500 से ज्यादा कर्मचारी कार्यरत थे। सुबह लगभग 11 बजे चाय पीने के बाद जैसे ही लोगों ने पुनः काम करना शुरु किया, अचानक एक बहुत तेज आवाज आई। मशीन का एक पहिया टूट कर रामकुमार के पैरों पर गिर चुका था। वह दर्द के मारे जोर–जोर से कराह रहा था। उसके रोने–चीखने की आवाज सुनकर फैक्टरी का सुपरवाइजर दौड़ता हुआ आया और उसने मशीन को बन्द कर दिया। सभी लोग वहां इकट्ठा हो गए तथा बेहोश हो चुके रामकुमार को मिलजुल कर किसी तरह से पहिए के नीचे से निकाला। लेकिन उसका दायां पैर पूरी तरह से कुचला जा चुका था। उसे बड़ी मुश्किल से सम्भालकर किनारे किया गया। इसी बीच फैक्टरी सुपरवाइजर शर्मा जी ई.एस.आई.सी. एम्बुलेंस सर्विस संख्या: 10009 पर फोन करके दुर्घटना की सूचना दे चुके थे।

सूचना देने के ठीक आठ मिनट पश्चात् कर्मचारी राज्य बीमा निगम की एम्बुलेंस फैक्टरी के गेट पर पहुँच चुकी थी। दो नर्सें स्ट्रेचर लेकर बेहोश पड़े रामकुमार की ओर भागती हुई गई तथा कर्मचारियों की सहायता से उसे एम्बुलेंस के अन्दर लेकर आई। इस दौरान रामकुमार का बहुत खून बह चुका था। जैसे ही एम्बुलेंस में लगे कंप्यूटर पर रामकुमार की बीमा संख्या डाली गई तो उसके ब्लड ग्रुप सहित सारी मैडिकल हिस्ट्री जो पहले से ही ई.एस.आई.सी. के ऑनलाइन मैडिकल हिस्ट्री रिकॉर्ड में मौजूद थी, कंप्यूटर की स्क्रीन पर आ गई। ब्लड ग्रुप का पता चलते ही नर्स ने एम्बुलेंस में रखे ब्लड को रामकुमार को देना शुरू कर दिया। नर्स ने एम्बुलेंस के अन्दर ही ब्लड चढ़ाने के साथ–साथ उसका प्राथमिक उपचार भी शुरू कर दिया। इसी बीच तेज गति से भागती हुई एम्बुलेंस ई.एस.आई.सी. अस्पताल में पहुँच चुकी थी। रास्ते में नर्स ने रामकुमार के पैरों के फोटोग्राफ अपने फोन से डॉक्टर को भेजकर घायल रामकुमार की वर्तमान स्थिति से अवगत करवा दिया था। अस्पताल में डॉक्टरों की पूरी टीम ऑपरेशन थिएटर में तैयार थी तथा ऑपरेशन की सभी तैयारियाँ पहले से ही कर ली गई थी। रामकुमार को तुरंत ऑपरेशन थिएटर में ले जाया गया।

डॉक्टरों की टीम ने जब रामकुमार के क्षतिग्रस्त पैर का निरीक्षण किया तो पाया कि पैर को सर्जरी कर ठीक करना सम्भव नहीं है। इस दौरान उसके पैर में जहर भी फैल रहा था। अतः वरिष्ठ डाक्टरों की टीम ने निर्णय लिया कि रामकुमार के क्षतिग्रस्त पैर को घुटने के नीचे से काटना ही एकमात्र विकल्प है। इस निष्कर्ष पर पहुँचने से पहले उसके परिवार वालों से विचार–विमर्श करना जरुरी था। अस्पताल से तुरंत उसके परिवार वालों से फोन पर संपर्क कर उन्हें शीघ्र अस्पताल में बुलवाया गया। रामकुमार की पत्नी बहुत घबराई व सहमी हुई सी अस्पताल में पहुँची। डॉक्टरों ने उसको सारी स्थिति से अवगत करवाते हुए कहा कि रामकुमार की जिंदगी को बचाने के लिए उसके पैर को काटना ही एकमात्र उपाय है। उसकी पत्नी ने अपनी सहमति देते हुए अनुरोध किया कि इस संदर्भ में रामकुमार के पिता को फिलहाल न बताया जाए। इस बीच रामकुमार के सगे–संबंधी भी अस्पताल पहुँच चुके थे। किसी नजदीकी रिश्तेदार ने रामकुमार के पिता को भी रामकुमार का पैर काटे जाने संबंधी सूचना दे दी। यह खबर सुनते ही रामकुमार के पिता को दिल का दौरा पड़ गया। पड़ोसियों ने निगम की एम्बुलेंस को फोन किया तथा उसे तुरंत एम्बुलेंस द्वारा अस्पताल लाया गया। डॉक्टरों ने अपनी जांच के पश्चात उसके हृदय की सर्जरी को अनिवार्य बताया। इस बुरे वक्त में सभी संबंधी अपनी मिलने की औपचारिकता पूरी कर वहां से जा चुके थे तथा वहां रामकुमार के पिता को सम्भालने के लिए कोई नहीं था। लेकिन ई.एस.आई. के डॉक्टरों की पूरी टीम ने अपना कर्तव्य निभाते हुए उसके दिल की सर्जरी की तथा उसकी जान बचाई।

रामकुमार के पिता की इस हालत की खबर न तो रामकुमार को थी और न ही रामकुमार की पत्नी को। शाम के समय रामकुमार की पत्नी को बताया गया कि उसके ससुर की दिल सर्जरी सफलतापूर्वक कर दी गई है तथा उसकी हालत पहले से बेहतर है। उसे सारी कहानी बताई गई। रामकुमार की पत्नी अपनी आँखों में आँसू भरकर अपने पति व ससुर दोनों की जिंदगी के लिए प्रार्थना कर रही थी।

रामकुमार लगभग 15 दिन बाद अस्पताल से वापस घर आया था। उधर उसके पिता भी जिंदगी की जंग जीतकर घर वापस आ गए थे। पिता–पुत्र एक दूसरे की हालत देखकर एक–दूसरे से लिपट कर खूब रोए। उसी दिन फैक्टरी का मैनेजर रामकुमार को घर मिलने आया तथा उसने सूचना दी कि इस महीने का वेतन ई.एस.आई.सी. द्वारा उसके खाते में जमा करवा दिया गया है और उनके इलाज पर हुए सारे खर्च का भुगतान भी ई.एस.आई.सी. द्वारा कर दिया गया है। रामकुमार को जब यह पता चला कि उसका इलाज मैक्स अस्पताल में हुआ था परन्तु उसके पिता के दिल की सर्जरी शहर के प्रसिद्व अपोलो अस्पताल में हुई थी, जहां पर कुल साढे तीन लाख रु खर्च हुए थे, तो रामकुमार सोचने लगा कि ऐसी स्थिति में क्या कभी वह अपनी तनख्वाह से अपने तथा अपने पिता का इलाज करवा पाता। रामकुमार छह महीने बिस्तर पर रहा तथा उसके घर का खर्चा ई.एस.आई. द्वारा दिए गए मैडिकल लीव के पैसे से चलता रहा। इधर रामकुमार की अपंगता हितलाभ की पैंशन का भुगतान भी ई.एस.आई. द्वारा शुरु कर दिया गया था, उधर ई.एस.आई.सी. ने रामकुमार की वोकेशनल ट्रेनिंग भी शुरू करवा दी थी ताकि वह अपना घर सुव्यवस्थित तरीके से चला सके।

रामकुमार को उसी फैक्टरी में सहायक सुपरवाइजर के पद पर पुनः रोजगार मिल चुका था। उसका वेतन तो कम था परन्तु अपंगता हितलाभ के कारण वह अपने परिवार को सक्षमता से चला रहा था। उसका बेटा सत्यवीर जो कि बचपन से ही डॉक्टर बनना चाहता था, उसे ई.एस.आई.सी. कोटे से मैडिकल कॉलेज में एडमिशन मिल गया था।

आज रामकुमार अपनी आँखों के आँसू पोंछते हुए यह सोच रहा था कि क्या ई.एस.आई.सी. की सामाजिक सुरक्षा के बिना उसके परिवार की जिंदगी चल पाती और क्या उसका पुत्र डॉक्टर बन पाता ?
आज उसका परिवार बहुत खुश था तथा सभी परिवारजन ई.एस. आई. सी. की गाथा का गुणगान कर रहे थे।

आईपी

वीआईपी

ईएसआईसी
चिंता से मुक्ति

।। कल्पवृक्ष ।।

संजीव मदान
सामाजिक सुरक्षा अधिकारी

"पापा, चाय" बेटी के इन शब्दों से जैसे मेरी तंद्रा भंग हुई। बगीचे में पौधों को पानी देते हुए मैं बेटी के बारे में ही सोच रहा था। अच्छा–सा वर और घर देखकर शादी कर दी है। लेकिन सुंदर, सुशील गुड़िया जो घर–परिवार और दोस्तों सभी में प्रिय है, उसे जैसे किस्मत के ही हवाले कर रहा हूँ, ऐसा लग रहा था। लेकिन फिर भी.....

इस 'फिर भी' को सिर्फ एक पिता ही समझ सकता है.......

मेरे विचारों ने करवट ली। मैंने बड़े प्यार से बेटी की तरफ देखा, उसकी बड़ी–बड़ी आँखो में कुछ अजीब–सा भाव देखकर पूछ ही लिया, "तू.तू... खुश तो है ना बेटी ?"

"हाँ पापा, "उसने संक्षिप्त सा उत्तर दिया, फिर उसने ही बात को आगे बढ़ाते हुए कहा, "पापा ये पेड़ हम यहाँ से उखाड़ कर पीछे वाले बगीचे में लगा दें तो ?"

मैं कुछ असमंजस में पड़ गया और बोला, "बेटा ये चार साल पुराना पेड़ है। अब कैसे उखड़ेगा और अगर उखड़ भी गया तो दोबारा नई जगह, नई मिट्टी को बर्दाश्त कर पाएगा क्या? कहीं मुरझा गया तो ?"

बेटी मुस्कुराई और उसने एक मासूम–सा सवाल किया – "पापा एक पौधा और भी तो है आपके आँगन का.... । नए परिवेश में जा रहा है, नई मिट्टी नई खाद में ढल पाएगा क्या? क्या पर्याप्त रोशनी होगी आपके पौधे के पास ? " आप महज चार सालों की बात कर रहे हैं। ये तो 26 साल पुराना पेड़ है। है ना.....''

यह कहकर बेटी अंदर जाने लगी, इधर मैं सोच रहा था कि ऐसी शक्ति पूरी कायनात में सिर्फ और सिर्फ नारी के पास ही है जो यह पौधा नए परिवेश में न केवल पनपता है बल्कि खुद नए माहौल में ढलकर औरों के लिए जीता है ।

आज महसूस हो रहा है कि 26 साल के पेड़ भी दूसरी जगह उगे रह सकते हैं, हरे –भरे रह सकते हैं और यही नहीं....उनमें भी नई कोपलें निकलती हैं...एक नया पेड़ बनाने के लिए । क्या सच में यही 'कल्पवृक्ष' है ?

संपूर्ण नारी जाति को सादर समर्पित।

राजभाषा अधिनियम, 1963 की धारा 3(3) के अनुसार सामान्य आदेश के अंतर्गत निम्नलिखित सम्मिलित हैं:–

1. ऐसे सभी आदेश, निर्णय या अनुदेश, जो विभागीय प्रयोग के लिए हों और स्थाई प्रकार के हों ।
2. ऐसे सभी आदेश, अनुदेश, पत्र, ज्ञापन, 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 ।

गतिविधियाँ

कार्यालयों में कामकाज के साथ उससे
जुड़ी अनेक गतिविधियाँ होती रहती हैं।
जीवन में उत्सव हो या उत्सव भरा
जीवन–गतिविधियाँ होनी स्वाभाविक हैं।

निगम में सामाजिक सुरक्षा के तहत
अनेक–अनेक कार्य
किए जाते हैं। इन गतिविधियों की कुछ
झलकियाँ प्रस्तुत हैं।
आइए इन गतिविधियों
में हमारे सहभागी बनिए.....

वर्ष 1957 में पं. गोविंद वल्लभ पंत की अध्यक्षता में 30 सदस्यीय ''राजभाषा संसदीय समिति'' का गठन किया गया।

आउटरीच कार्यक्रम

कर्मचारी राज्य बीमा योजना और एसिक–2.0 स्वास्थ्य सुधार कार्यसूची के अंतर्गत पिछले दो वर्षों के दौरान उठाए गए नए कदमों के बारे में पणधारकों को जागरूक करने के उद्देश्य से कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, पंजाब द्वारा 15 अगस्त, 2016 को आउटरीच कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम के सर्व महिला शाखा कार्यालय, फेज–7, मोहाली के परिसर से आउटरीच वाहन को 15 अगस्त 2016 को मोहाली और दिनांक 16/08/2016 को खरड़ की प्रमुख औद्योगिक इकाइयों का दौरा करने के लिए हरी झंडी दिखाई गई। कार्यक्रम का शुभारंभ महिंद्रा (स्वराज डिविजन) प्लांट संख्या–1, फेज–4ए, मोहाली और प्लॉट संख्या–2, छप्परछेड़ी, फिलिप्स लाइटिंग इंडिया लिमिटेड व शाखा कार्यालय, खरड़ के दौरे से किया गया। कर्मचारी राज्य बीमा योजना के अंतर्गत बीमाकृत व्यक्तियों को उपलब्ध कराए जा रहे हितलाभों की बीमाकृत व्यक्तियों और प्रबंधकीय स्टाफ द्वारा प्रशंसा की गई। उनको चिकित्सा प्रतिपूर्ति के दावे के लिए अपनाई जाने वाली

प्रक्रिया के बारे में भी विस्तार से अवगत कराया गया। श्री एम.के.आर्य, तत्कालीन क्षेत्रीय निदेशक ने उपस्थित लोगों को एसिक–2.0 के अंतर्गत चिकित्सा देखरेख सुविधाओं में सुधार के लिए क.रा.बी.निगम द्वारा उठाए गए नए कदमों की जानकारी दी। आउटरीच कार्यक्रम के दौरान पणधारियों को जागरूक करने के लिए पंजाब के लगभग सभी औद्योगिक क्षेत्रों में आउटरीच वैन संचालित की गई।

राजभाषा पखवाड़ा तथा हिन्दी दिवस समारोह 2016 का आयोजन

क्षेत्रीय कार्यालय, कर्मचारी राज्य बीमा निगम, चंडीगढ़ में दिनांक 01.09.2016 से 14.09.2016 तक राजभाषा पखवाड़ा मनाया गया । पखवाड़े के आरंभ से पहले ही एक परिपत्र जारी कर राजभाषा पखवाड़े का महत्व बताते हुए सभी अधिकारियों व कर्मचारियों से हिन्दी का अधिकाधिक प्रयोग करने व पखवाड़े के दौरान आयोजित की जाने वाली विभिन्न हिन्दी प्रतियोगिताओं में बढ़–चढ़कर हिस्सा लेने के लिए अनुरोध किया गया था। एक सितम्बर को ही क्षेत्रीय कार्यालय परिसर में प्रमुख स्थानों पर राजभाषा पखवाड़े के संबंध में आकर्षक बैनर लगा दिए गए थे। राजभाषा कार्मिकों ने विभिन्न शाखाओं में जा कर स्टाफ से संपर्क किया और हिन्दी के प्रयोग के संबंध में उन्हें सहयोग दिया । राजभाषा पखवाड़े के दौरान निम्नानुसार हिन्दी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया :–

1. दिनांकः 01.09.2016 – हिन्दी निबन्ध प्रतियोगिता
2. दिनांकः 06.06.2016 – हिन्दी टिप्पण व आलेखन प्रतियोगिता
3. दिनांकः 08.09.2016 – राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता
4. दिनांकः 09.09.2016 – हिन्दी वाक् प्रतियोगिता

क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ के अधिकारियों व कर्मचारियों ने इन प्रतियोगिताओं में उत्साहपूर्वक भाग लिया ।

हिन्दी दिवस समारोह :–

क्षेत्रीय निदेशक श्री एम.के.आर्य की अध्यक्षता में दिनांकः 14.09.2016 को हिन्दी दिवस समारोह का आयोजन किया गया । श्रीमती संतोष गर्ग, कवयित्री/समाज सेविका समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित हुई। क्षेत्रीय निदेशक महोदय ने पुष्प–गुच्छ भेंट कर मुख्य अतिथि का स्वागत किया। समारोह का शुभारम्भ पंचदीप प्रज्जवलन से हुआ। मुख्य अतिथि श्रीमती संतोष गर्ग, क्षेत्रीय निदेशक तथा अन्य मंचासीन कवियों द्वारा पंचदीप प्रज्जवलित किया गया। इसके पश्चात् कार्यालय की महिला कार्मिकों ने प्रार्थना गान प्रस्तुत किया ।

हिन्दी दिवस समारोह की पृष्ठभूमि पर प्रकाश डालते हुए श्री श्याम कुमार, उप निदेशक (रा.भा.) ने पिछले एक वर्ष के दौरान क्षेत्र में राजभाषा संबंधी गतिविधियों और लक्ष्यों की प्राप्ति पर संक्षिप्त रिपोर्ट भी प्रस्तुत की। उन्होंने राजभाषा शाखा द्वारा वर्ष भर के दौरान संचालित विभिन्न क्रियाकलापों का ब्यौरा प्रस्तुत करते हुए कहा कि क्षेत्रीय कार्यालय में नियमित रूप से हिन्दी कार्यशालाओं का आयोजन किया जाता है, कर्मचारियों को हिन्दी टंकण एवं आशुलिपि के प्रशिक्षण हेतु नामित किया जाता है तथा शाखाओं व शाखा कार्यालयों को अनुवाद संबंधी सहायता प्रदान की जाती है। उन्होंने कहा कि क्षेत्रीय कार्यालय में प्रत्येक तिमाही में विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक का आयोजन किया जाता है जिसमें राजभाषा नियमों के अनुपालन तथा लक्ष्यों की प्राप्ति की समीक्षा की जाती है। क्षेत्र में हिन्दी संबंधी कार्यों की सराहना करते हुए उन्होंने बताया कि मुख्यालय द्वारा क्षेत्रीय कार्यालय, पंजाब को वर्ष 2015–16 के लिए 'ख' क्षेत्र में श्रेष्ठ कार्यान्वयन के लिए शील्ड भी प्रदान की गई है। उन्होंने मुख्यालय द्वारा राजभाषा सम्मेलन में प्रदान की गई शील्ड को विधिवत रूप से क्षेत्रीय निदेशक महोदय को सौंपा। इस पर कार्यक्रम में उपस्थित जनसमूह ने ज़ोरदार करतल ध्वनि से हर्ष व्यक्त किया ।

इसके पश्चात् क्षेत्रीय निदेशक ने महानिदेशक महोदय द्वारा जारी अपील को पढ़कर सुनाया। सभी ने इसे ध्यानपूर्वक संज्ञान में लिया। तत्पश्चात् क्षेत्रीय निदेशक ने अपने उद्‌गार व्यक्त करते हुए कहा कि पंजाब क्षेत्र को बेहतरीन कार्यान्वयन के लिए शील्ड मिलना हम सब के लिए गर्व की बात है।

उन्होंने कहा कि श्री श्याम कुमार, उप निदेशक (रा.भा) तथा श्री राजेश शर्मा, सहायक निदेशक (रा.भा) के कुशल मार्गदर्शन में कर्मचारियों व अधिकारियों को हिन्दी का प्रयोग करने में हर प्रकार से प्रोत्साहित किया जा रहा है। उन्होंने सभी कर्मचारियों व अधिकारियों से आग्रह किया कि वे अपना सम्पूर्ण कार्य हिन्दी में ही करें और राजभाषा विभाग द्वारा निर्धारित लक्ष्यों को प्राप्त करने के भरसक प्रयास करें ।

क्षेत्रीय कार्यालय, पंजाब के कर्मचारियों द्वारा इस अवसर पर आकर्षक सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किया गया। सांस्कृतिक कार्यक्रम का शुभारम्भ श्री रामराज वर्मा, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी द्वारा प्रस्तुत गीत से किया गया। तत्पश्चात् श्रीमती सुमन शर्मा, सहायक, श्री सुरजीत सिंह सैणी, सहायक तथा श्री सुरेन्दर सिंह वालिया, सहायक द्वारा सुमधुर गीत प्रस्तुत किए गए। श्री सुरजीत सिंह सैणी, सहायक और श्रीमती पूनम पासी, उच्च श्रेणी लिपिक द्वारा संयुक्त रूप से प्रस्तुत दोहे सांस्कृतिक कार्यक्रम का विशेष आकर्षण रहे ।

सभी पुरस्कार विजेताओं को मुख्य अतिथि तथा क्षेत्रीय निदेशक महोदय द्वारा पुरस्कार प्रदान किए गए। हिन्दी का अधिकाधिक प्रयोग करने पर अंतर्शाखा राजभाषा चल शील्ड इस बार रोकड़ शाखा को प्रदान की गई। क्षेत्रीय निदेशक महोदय द्वारा पुरस्कार विजेताओं को बधाई दी गई।

तत्पश्चात् श्री राजेश शर्मा, सहायक निदेशक (रा.भा.) के तत्वाधान में कवि सम्मेलन का आयोजन किया गया। कवि सम्मेलन में कवियित्री श्रीमती संतोष गर्ग के नेतृत्व में कवियित्री डॉ० श्रीमती उर्मिल कौशिक तथा कवि श्री अमृतपाल सिंह द्वारा कविता पाठ किया गया। कार्यालय के अनेक कार्मिकों द्वारा भी इस अवसर पर स्वरचित कविताएं प्रस्तुत की गई।

मुख्य अतिथि श्रीमती संतोष गर्ग ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि आज पूरे देश में गौरवमय राजभाषा का उत्सव मनाया जा रहा है। उन्होंने हिन्दी की विकास यात्रा पर प्रकाश डालते हुए केन्द्र सरकार के कार्यालयों में हिन्दी की अनिवार्यता का महत्व बताया। उन्होंने कहा कि हिन्दी आम आदमी की भाषा है। इसलिए यह अनिवार्य है कि शासन की भाषा भी आम आदमी की भाषा हो। सरकार द्वारा आम जनता के लिए बनाई गई विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं का लाभ केवल तभी सार्थक रूप में उन तक पहुँच पाएगा, जब वे इन योजनाओं के प्रति जागरूक होंगे तथा उनको जागरूक केवल उन्हीं की भाषा में ही बेहतर ढंग से किया जा सकता है ।

उन्होंने कहा कि मुख्यालय द्वारा आपके कार्यालय को शील्ड प्रदान किया जाना इस बात का द्योतक है कि आपके कार्यालय में अधिकाधिक कार्य हिन्दी में हो रहा है। आप सब इसके लिए बधाई के पात्र हैं। उन्होंने आशा व्यक्त की कि आप अपने कार्यालय रूपी मन्दिर में हिन्दी रूपी दीप को इसी प्रकार प्रज्जवलित रखेंगे तथा इसके दिव्य प्रकाश के सहारे ही निगम की योजनाओं का लाभ जन–जन तक पहुँचा कर लाभान्वित करेंगे। आप लगन से राजभाषा में काम करने का दीप मन में जलाएं, संकल्प लें । मुख्य अतिथि ने सभी पुरस्कार विजेताओं को बधाई दी और कहा कि भविष्य में अधिकाधिक कर्मचारी व अधिकारी इन प्रतियोगिताओं में भाग लें ।

तत्पश्चात् माननीय मुख्य अतिथि, अन्य अतिथियों तथा अन्य प्रतिभागियों को स्मृति चिह्न भेंट किए गए। समारोह के अन्त में सभी को अल्पाहार वितरित किया गया तथा राष्ट्रगान के पश्चात् समारोह का समापन किया गया।

वर्ष 1974 में केन्द्र सरकार के श्रेणी 'ग' के कार्मिकों के लिए हिन्दी भाषा, टंकण एवं आशुलिपि का ''प्रशिक्षण अनिवार्य'' किया गया।

हिन्दी दिवस समारोह 2016 की झलकियाँ

वर्ष 1975 में राजभाषा के संवैधानिक, विधिक उपबंधों के कार्यान्वयन हेतु ''राजभाषा विभाग'' का गठन किया गया।

हिन्दी कार्यशालाओं की झलकियाँ

"राजभाषा नियम, 1976" (यथा संशोधित 1987) लागू किया गया।

नराकास, चंडीगढ़ के पुरस्कार वितरण समारोह में पुरस्कार प्राप्त करते अधिकारी एवं कर्मचारी

एसिक पखवाड़ा समारोह 2017 की झलकियाँ

वर्ष 1977 में श्री अटल बिहारी बाजपेयी द्वारा पहली बार "संयुक्त राष्ट्र" की आम सभा को "हिन्दी में संबोधित" किया गया।

संस्मरण

यादें मेरे दिल का आइना हैं जब जी चाहे,

गर्दन झुका के देख लेता हूँ.....

यादें हमेशा चिंतन में, मन में साथ रहती हैं ।

बीता वक्त सुखद हो या दुःखद, याद आता है।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम के हमारे कार्मिकों ने

अपनी यादें समेटी हैं,

हमारे साथ बाँटी हैं।

आइए चलें यादों के सफर पर साथ साथ......

वो पल

बलदेव राज
उप निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय
जालन्धर

डॉ. जी. प्रभाकर राव, चिकित्सा आयुक्त मुख्यालय, नई दिल्ली की ओर से दिनांक 20 अक्टूबर 2016 को चिकित्सा अधीक्षक, आदर्श अस्पताल, लुधियाना को एक पत्र प्राप्त हुआ जिसमें डॉ. पूजा मजोतरा, वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी, आर्युवेद को उनकी शानदार सेवाओं के लिए मुख्यालय द्वारा चुने जाने पर उनके द्वारा अपार प्रसन्नता व्यक्त की गई। साथ ही, उन्होंने सूचित किया कि दिनांक 26 अक्टूबर 2016 को मुख्यालय में आयोजित होने वाले भगवान धन्वन्तरी दिवस/राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस समारोह में माननीय महानिदेशक महोदय द्वारा डॉ. पूजा मजोतरा को राष्ट्रीय पुरस्कार देकर सम्मानित किया जाएगा।

हम लोग 26 अक्टूबर को मुख्यालय, नई दिल्ली में आयोजित होने वाले समारोह में पहुँचने के लिए बड़ी बेसब्री से इन्तजार कर रहे थे। अपनी बेटी को महानिदेशक महोदय के कर–कमलों से राष्ट्रीय पुरस्कार लेते हुए देखना मेरे लिए एक दिव्य स्वप्न देखने और उसे साकार होते हुए देखने जैसा था। 26 अक्टूबर को हम सुबह गरीब रथ से नई दिल्ली पहुँच गए थे। समारोह ठीक दो बजे मुख्यालय में शुरू हुआ। भगवान धन्वन्तरी दिवस पर सर्वप्रथम विधि –विधान से भगवान धन्वन्तरी जी की आराधना की गई। पंचदीप प्रज्जवलित किया गया ।

मंच संचालक ने इस अवसर पर प्रदान किए जाने वाले अवार्ड के बारे में संक्षेप में बताया। उन्होंने बताया कि वर्ष 2015–16 के लिए पूरे भारतवर्ष से ई.एस.आई.सी. अस्पतालों से मात्र पाँच बेहतर प्रर्दशन करने वाले चिकित्सा अधिकारियों को अवार्ड के लिए चुना गया है।

मंच संचालक ने सबसे पहले डॉ. पूजा मजोतरा का नाम पुकारा और महानिदेशक महोदय से निवेदन किया कि वे अपने कर–कमलों से डॉ. पूजा मजोतरा को सम्मानित करें। महानिदेशक महोदय ने फूलों का गुलदस्ता, नारियल कलश, गोल्डन कलर प्लेटिड अवार्ड, एक प्रमाण–पत्र एवं एक शॉल भेंट कर डॉ. पूजा मजोतरा को सम्मानित किया। मंच पर विराजमान सभी विभूतियों ने खड़े होकर तालियों से स्वागत किया।

वो पल, वो लम्हे बड़े ही गौरवशाली थे और मुझे अपनी बेटी पर बहुत गर्व हो रहा था।

अपनी पुत्री को इस प्रकार अवार्ड लेते हुए देखना वास्तव में माता–पिता के लिए गौरवमयी सुनहरे पल होते हैं। किसी भी उपलब्धि को प्राप्त करने के पश्चात् जिम्मेदारी और बढ़ जाती है । अतः मैं अपनी और अपनी पुत्री की ओर से दृढ़ संकल्प और प्रतिबद्धता दोहराना चाहता हूँ कि हम अपनी मेहनत और लगन से अपने संगठन को आगे ले जाने में कोई कोर कसर नहीं छोड़ेगें।

यात्रा वृतान्त

सैर कर दुनियाँ की गाफिल
जिन्दगी फिर कहाँ,
जिन्दगानी गर रही तो,
नौजवानी फिर कहाँ......

घूमना–फिरना, देशाटन, घुमक्कड़ी होना – इन सब में बारीक अंतर है। घूमना–फिरना आनंद के लिए हो सकता है, देशाटन किसी उद्देश्य के लिए हो सकता है परन्तु इन दोनों के बीच आनंद और ज्ञानार्जन का सेतु बन ही जाता है।

घूमते–फिरते भाषा, संस्कृति, आचार, व्यवहार, जलवायु, खान–पान, रहन–सहन, से परिचय खुद–ब–खुद होते चलता है और भविष्य में उस नाम को लेते ही मस्तिष्क में वह स्थान कौंध जाता है।
जो हो घूमना एक अच्छी बात है, घुमक्कड़ जीवन से बहुत बेहतर । घूमे तो आप भी बहुत होंगे पर घुमन्तु लोगों की लेखनी जब चलती है तो स्थानों का चित्रण कागज़ों पर उतर आता है।
निगम के हमारे कर्मियों/अधिकारियों की लेखनी से उभारे गए कुछ यात्रा– वृतांत – ज्यों हैं, जैसे हैं–
प्रस्तुत हैं। आइए इनके साथ थोड़ा घूम तो लें ....

ट्रेकिंग एक्सपीडिशन–संदकफू–गुरडूम–2016

रामराज वर्मा
सामाजिक सुरक्षा अधिकारी

संदकफू– विश्व प्रसिद्ध ट्रेकिंग स्वर्ग है जो कि पश्चिम बंगाल के दार्जिलिंग क्षेत्र में है। इसकी ऊँचाई समुद्र तट से 3636 मीटर है।

यूथ होस्टलर्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया की ओर से मैंने इस एक्सपीडिशन में जनवरी, 2016 में भाग लिया। दिनांक 07/01/2016 को नई दिल्ली से अपने तीन दोस्तों के साथ गुवाहाटी राजधानी एक्सप्रेस से हमारी यात्रा शुरू हुई। मेरे तीनों दोस्त भी दिल्ली में केन्द्रीय सरकार के ही कर्मचारी हैं। दिनांक 08/01/2016 की दोपहर को हम जलपाईगुड़ी स्टेशन पर उतरे। वहाँ से टैक्सी कर शाम को पाँच बजे हम अपने बेस कैम्प यूथ होस्टल, होटल कादम्बरी, दार्जिलिंग पहुँच गए। यह दार्जिलिंग रेलवे स्टेशन के साथ है। बेस कैम्प में चैक–इन करने के बाद हमें पहले आए पुरूष प्रतिभागियों के साथ डोरमेट्री में रहने का अवसर मिला। यूथ होस्टल में पुरूष व महिलाओं के लिए रहने का अलग–अलग प्रबन्ध होता है। उस दिन शाम को थोड़ी देर दार्जिलिंग के मॉल रोड पर घूमकर हम वापिस आ गए। डिनर के पश्चात् रंगारंग कार्यक्रम का आयोजन हुआ और सभी प्रतिभागियों का परिचय करवाया गया। देश के अलग–अलग राज्यों से आए प्रतिभागी आपस में एक–दूसरे से अनजान थे और अब आगामी आठ दिनों तक सभी को एक साथ रहना था। यह अनेकता में एकता की अनोखी मिसाल है। अगले दिन सुबह हमारा ग्रुप सुबह आठ बजे अगले कैम्प के लिए रवाना हुआ। बेस कैम्प में ठहरे हुए बाकी प्रतिभागियों व स्टाफ ने झण्डे हिलाकर हमें विदा किया। हमें जीप के द्वारा लगभग पच्चीस किलोमीटर दूर धौत्रे (DHOTREY) नाम के स्थान पर ले जाया गया और वहाँ से हमारा पैदल ट्रैक हमारे अगले कैम्प टमलिंग के लिए शुरू हुआ।

यह कैम्प नेपाल व भारत की सीमा पर स्थित है। पहले दिन सभी तरोताजा थे और रास्ते में पहाड़ों की ऊँची–नीची चोटियों को पार करते हुए हम लोग शाम को लगभग 4:30 बजे टमलिंग कैम्प पहुँच गए। कैम्प के बिलकुल सामने कचंनजंगा पहाड़ है जिसकी चोटियां बर्फ से ढकी थी। एक सुन्दर सूर्यास्त के बाद हम डिनर के लिए इकट्ठा हुए। अब तक ठण्ड बहुत बढ़ चुकी थी। पारा माईनस में पहुँच गया था। ठण्डी हवा हड्डियों को सुन्न कर रही थी। हमें गर्मागरम खाना दिया गया लेकिन ठंड के कारण खाना खत्म होने से पहले ही ठंडा हो रहा था। खाना खाने के बाद बोर्नविटा दिया गया और सब लोग लकड़ी के मकानों में सोने चले गए।

तीसरे दिन हम लोगों को सुबह छह बजे सीटी बजाकर बेड–टी के लिए जगाया गया। हमने सूर्योदय की कुछ सुन्दर फोटो खींची व फिर ब्रुश किया तथा तैयार होकर नाश्ते के लिए इकट्ठा हो गए। कुछ लोगों को तो ठण्ड ज्यादा होने के कारण नींद नहीं आई। नाश्ता समाप्त कर व कुछ फोटोग्राफी के बाद हम लोग अगले कैम्प के लिए निकल पड़े।

हमारा अगला कैम्प काली पौखारी था। जैसा कि नाम है काली पौखारी एक छोटा सा तालाब है जिसकी मिट्टी काली होने के कारण पानी भी काला दिखाई पड़ता है। इसकी ऊँचाई समुद्र तल से 5105 मीटर है। यह ट्रैक 13 किलोमीटर लम्बा था, दिन भर पहाड़ों और जंगलों से निकलते हुए हम दोपहर बाद काली पौखारी पहुँच गए। रास्ते में प्रकृति का आनन्द लेते हुए व फोटोग्राफी करते हुए सभी बहुत खुश थे। लेकिन 13 किलोमीटर के ट्रैक व 2000 मीटर की ऊँचाई की चढ़ाई पर कम ऑक्सीजन के कारण सांस फूलने लगती है। काली पौखारी के

चारों ओर सुन्दर नज़ारा था। बादल हमारी ऊँचाई के नीचे थे और ऐसा लग रहा था कि हम आसमान में आ गए हैं। यहाँ तक कि अगली सुबह सूर्योदय भी ऐसे ही हुआ। सूर्य नीचे बादलों में से ऊपर की ओर आया। यहाँ भी बहुत ठण्ड थी। शाम को थोड़ा आराम करने के बाद हम बाहर गए तथा फिर डिनर करके अपने–अपने बिस्तर में घुस गए।

सुबह जल्दी उठकर हमने सूर्योदय की कुछ तस्वीरें लीं। तत्पश्चात् तैयार होकर नाश्ता करके हम लोग अगले कैम्प संदकफू के लिए इकट्ठा हो गए। आज का ट्रैक छह किलोमीटर का था लेकिन चढ़ाई बहुत कठिन थी इसलिए हम लोग जल्दी चल पड़े।

संदकफू इस क्षेत्र का सबसे ऊँचा स्थान है यहाँ से हिमालय का चारों ओर का 360° का नज़ारा दिखाई देता है। यहाँ एक ओर माउंट एवरेस्ट दिखाई देता है तो दूसरी ओर कंचनजंगा जिसे स्लीपिंग बुद्धा भी कहते हैं, दिखाई देता है। कंचनजंगा को यहाँ पवित्र माना जाता है। यहाँ से हिमालय की ऊँची चोटियां दिखाई देती हैं जिनमें माउंट एवरेस्ट, कंचनजंगा, लोहत्से, नुप्तसे, मथालू, पंछिम इत्यादि हैं। यहाँ पर दोपहर दो बजे के बाद सब बंद हो जाता है और आस–पास कुछ भी दिखाई नहीं देता। इसलिए हम सुबह जल्दी चल पड़े ताकि जल्दी पहुँचकर माउंट एवरेस्ट देख सकें। हम छह लोग दोपहर एक बजे संदकफू पर पहुँच गए। यहाँ से हमने माउंट एवरेस्ट की फोटो ली और देखते ही देखते ये सब चोटियाँ बादलों में खो गईं। इस स्थान पर पानी की भारी कमी है। यह भारत–नेपाल की सीमा है व दोनों की सीमा सुरक्षा चौकियाँ साथ–साथ स्थित हैं। पानी का इंतजाम एक छोटी–सी लगभग पाँच फुट की पोखर से होता है। यहाँ से सुबह एक छोटे बर्तन से पानी इकट्ठा किया जाता है और यदि यहाँ न हो तो नेपाल सीमा के अन्दर एक किलोमीटर पैदल जाकर पानी लाना पड़ता है। इसलिए पानी बर्बाद नहीं कर सकते। यहाँ ब्रुश करना भी मना है।

यहाँ पहुँचकर हमने वेज़ सूप पिया और कुछ देर के बाद हमें चाय व बिस्किट दिए गए। ऊँचाई पर होने के कारण बहती हवा भी थी। शाम होते ही हम सामने एक पहाड़ी पर सूर्यास्त देखने चल पड़े। लगभग दो किलोमीटर नेपाल की सीमा के अन्दर यह स्थान है, जहाँ से सभी ऊँची चोटियों पर सूर्यास्त की किरणें पड़ती हैं, लेकिन हवा इतनी ठंडी थी कि हाथ–पैरों में सूजन हो गयी। ठंड से उंगलियों में दर्द होने लगा। अधिक ठण्ड के कारण मेरे कैमरे की बैटरी समाप्त हो गई और मैं सूर्यास्त की फोटो नहीं ले सका। मेरे लिए यह दिल तोड़ने वाला समय था। इतनी दूर आकर मैं इसे कैमरे में कैद नहीं कर सका जबकि हमसे पहले आए काफी ग्रुपों को बादलों के कारण सूर्यास्त देखने का मौका ही नहीं मिला। सूर्यास्त के बाद हम लोग वापिस कैम्प आ गए व खाना खाकर सोने चले गए।

सुबह बादलों के कारण सूर्योदय नहीं देख पाए। नाश्ता करने के बाद कुछ ग्रुप फोटो हुए और हम अगले कैम्प के लिए चल पड़े। यहाँ से हमने नीचे उतरना शुरू किया। सुबह–सुबह सारा जंगल सफेद नज़र आ रहा था। ओस की बूंदें जमकर बर्फ बन चुकी थीं, पेड़ों की पत्तियाँ

व टहनियाँ सफेद नजर आ रही थीं। हवा में बहुत ठंडक थी। कुछ देर चलने के बाद हम जंगल से निकलकर कुछ खुले में आ गए। यहाँ बांस के काफी घने जंगल हैं। रास्ते में आराम करते हुए हम दोपहर बाद गुरडूम पहुँच गए। यह रास्ता 14 किलोमीटर का था।

गुरडूम पहुँचकर सबसे पहले हमने ब्रुश किया व चाय ली। आसपास का नज़ारा देखा और तरोताजा होकर बाहर आ गए। आज क्योंकि नीचे उतर कर आए थे, इसलिए सभी लोग तरोताजा महसूस कर रहे थे। रात को खाना खाकर सभी सोने चले गए। सुबह उठकर हम लोग तैयार होकर नाश्ते की मेज़ पर इकट्ठा हुए। सभी ने नाश्ता किया व फिर आगे के सफर पर चल पड़े। हमारा अगला कैम्प सिरिखोल होते हुए रिम्बिक पहुँचना था। रास्ते में जंगल में से होते हुए झरनों, पहाड़ों व प्रकृति का आनन्द लेते हुए हम नीचे उतरते रहे। दोपहर को हमने झरने के किनारे अपने फोटो खींचे और हम आगे चल पड़े। सिरिखोल से होते हुए हम हिमरिम्ब पहुँचे। यहाँ पहुँचते ही हमें चाय व समोसे दिए गए। हम लोग चाय पीकर अपने–अपने कमरे में आ गए व कुछ देर आराम कर बाजार में घूमने निकल गए।

यहाँ बाजार सूर्यास्त होते ही बन्द हो जाते हैं। हम लोगों को देर हो गई थी। रात का खाना खाने से पहले एक समारोह का आयोजन किया गया। स्थानीय नेता ने आकर दार्जिलिंग तथा वहाँ के प्राकृतिक सौंदर्य के बारे में बताया और सब प्रतिभागियों को प्रमाण–पत्र दिए गए। इसके बाद नाच–गाने का प्रोग्राम हुआ। ट्रैक पूरा होने की खुशी में सब शामिल हुए व काफी देर तक यह प्रोग्राम चला। इसके बाद सबने खाना खाया। इसके लिए महाभोज रखा गया था।

इसके बाद सब लोग सोने चले गए। सुबह जीप द्वारा हमें 54 किलोमीटर दूर वापिस दार्जिलिंग लाया गया। यहाँ पर नहा–धोकर हम दार्जिलिंग के बाजार में खरीददारी करने चले गए। इसके बाद रात को वहाँ होटल में डिनर किया और वापिस कैम्प में लौट आए। सुबह के लिए हमने रात को ही टैक्सी बुक कर ली थी। सुबह उठकर हम टैक्सी से न्यू जलपाईगुड़ी रेलवे स्टेशन पहुँच गए। यहाँ से दोपहर को राजधानी एक्सप्रेस में दिल्ली तक की सीट बुक थी। वहाँ से ट्रेन में बैठकर हम अगले दिन दोपहर को नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पहुँच गए और वहाँ से सब अपने–अपने घरों को चले गए। मैं भी जनशताब्दी ट्रेन से अम्बाला आ गया।

यह एक शानदार ट्रेक था। हिमालय की ऊँची चोटियों, कंचनजंगा की खूबसूरती, बांस के जंगल, हड्डियों को जमा देने वाली ठण्ड व बादलों से ऊपर अपने आपको देखना एक अलग ही रोमांच देता है। कोई भी प्रकृति की इस खूबसूरती का दीवाना हो जाए। लेकिन जंगलों की अंधाधुंध कटाई व प्रदूषण प्रकृति की इस सुंदरता को नष्ट करते जा रहे हैं। यह पहला मौका था कि 17 जनवरी तक केवल एक बार यहां बर्फबारी हुई थी जबकि इस समय यहाँ कई–कई फुट बर्फ होती थी और इससे पहले सालों में हुए ट्रेक कई–कई दिन बर्फ में चलकर पूरे होते थे। लेकिन इस बार ऐसा नहीं था।

हमें प्रकृति का खयाल रखना होगा। पेड़–पौधे लगाने होंगे, जंगलों को बचाना होगा अन्यथा प्रकृति यदि नष्ट होती है तो हमारा भी नाश होना तय है।

मेरी द्वारका यात्रा

बलदेव राज
उप निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय
जालन्धर

निगम मुख्यालय द्वारा गत वर्ष गुजरात में अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन का अगस्त माह में आयोजन किया गया था। उप क्षेत्रीय कार्यालय, जालन्धर से प्रभारी राजभाषा अधिकारी के तौर पर मुझे इस सम्मेलन में भाग लेने का सुअवसर प्राप्त हुआ। भगवान श्री कृष्ण की नगरी द्वारका में जाने का अवसर मिलना अपने आप में एक सौभाग्य की बात है।

नौ अगस्त को मैं यथासमय अमृतसर एयरपोर्ट पर पहुँचा तथा बोर्डिंग पास बनवाते समय मुझे विंडो सीट देने का अनुरोध किया ताकि मैं अपने हवाई सफर का भरपूर आनन्द ले सकूँ। विमान में बैठने के कुछ देर बाद विमान के कप्तान संजय विरमानी ने सह कप्तान निरूपमा इरानी के साथ सभी यात्रियों का स्वागत किया तथा यात्रा की शुभकामनाएँ दी। रनवे पर जोरदार आवाज के साथ हमारा विमान आसमान की ओर बढ़ने लगा। कुछ ही देर में हम लगभग 3500 फुट की ऊँचाई पर रूई के समान बड़े–बड़े बादलों के बीच थे। लगभग 45 मिनट की यात्रा के बाद हमें दिल्ली एयरपोर्ट पर पहुँचने की सूचना दी गई।

नई दिल्ली से कुछ देर बाद दूसरे विमान में मैंने मुंबई के लिए अपनी यात्रा शुरू की। लगभग एक घण्टा तीस मिनट की यात्रा के बाद हमारा विमान नीले सागर के ऊपर से गुजर रहा था। नीचे मुंबई शहर की ऊँची–ऊँची इमारतें व एक तरफ समुद्र का नजारा मन को मोह रहा था। थोड़ी देर बाद हम मुंबई एयरपोर्ट पर थे। नौ अगस्त के लिए गेस्ट हाउस में एक कमरा आरक्षित करवा रखा था। मैंने रात वहाँ विश्राम किया।

अगले दिन सुबह मैंने मुंबई से जामनगर के लिए एयर इंडिया का विमान लिया। लगभग एक घण्टा पंद्रह मिनट की यात्रा के बाद हमारा विमान जामनगर के हवाई अड्डे पर पहुँचा। जामनगर से अहमदाबाद 450 किलोमीटर दूर था। वहाँ पर क्षेत्रीय कार्यालय, अहमदाबाद की ओर से प्रतिनिधि कार्मिक हमें जामनगर से द्वारका ले जाने के लिए वातानुकूलित बसों की व्यवस्था के साथ खड़े थे। द्वारका की ओर जाते हुए हमें रास्ते में आने वाले सभी स्थलों की जानकारी दी गई। हमें बताया गया कि दुनिया की सबसे बड़ी रिलांयस ग्रुप की रिफाइनरी जामनगर में स्थित है। 140 किलोमीटर की दूरी तीन घण्टे में तय कर हम द्वारका के लॉर्डस होटल में पहुँचे।

लॉर्डस होटल अरब सागर के तट पर स्थित है। होटल से अरब सागर का नजारा बहुत अद्भूत लगता है। वहाँ से सागर की ऊँची–ऊँची लहरें स्पष्ट दिखाई देती हैं। सागर की इन लहरों के सामने मनुष्य को एक तुच्छ प्राणी व सागर की महानता का अहसास होता है। अगले दो दिन हमने सम्मेलन में मनोयोग से भाग लिया तथा गम्भीर मुद्दों पर चर्चा की।

ऐसी मान्यता है कि मथुरा छोड़ने के बाद अपने परिजनों एवं यादव वंश की रक्षा हेतु भगवान श्री कृष्ण ने अपने भाई बलराम तथा यादव वंशियों के साथ मिलकर द्वारकापुरी का निर्माण विश्वकर्मा से करवाया था। यदुवंश की समाप्ति और भगवान श्री कृष्ण की जीवन लीला पूर्ण होते ही द्वारका समुद्र की गहराइयों में समा गई थी। उस क्षेत्र का प्राचीन नाम कुषलवली था। गोमती द्वारका और भेंट द्वारका एक ही द्वारकापुरी के दो भाग हैं। गोमती द्वारका में ही द्वारका का मुख्य मन्दिर है जो श्री रणछोड़ मन्दिर या द्वारकाधीश मन्दिर के नाम से प्रसिद्ध है।

यह मन्दिर 1500 वर्ष पुराना है। मन्दिर सात मंज़िला है। मन्दिर के शिखर पर लगा ध्वज विश्व का सबसे बड़ा ध्वज माना जाता है। मन्दिर में भगवान श्री कृष्ण की काले रंग की चार भुजाओं वाली मूर्ति स्थापित है। मन्दिर के दक्षिण में आदि गुरू शंकराचार्य द्वारा स्थापित शारदा मठ भी है। गोपी तालाब–द्वारका शहर से उत्तर की ओर 20 किलोमीटर की दूरी पर एक छोटा तालाब है। तालाब को हम बड़ी उत्सुकता से देखने गए। बताया गया कि यहाँ भगवान श्री कृष्ण गोपियों के साथ रासलीला खेलते थे। इस तालाब की मिट्‌टी अत्यंत नरम है जिसे गोपी चन्दन कहा जाता है जिसका उपयोग माथे पर तिलक लगाने के लिए करते हैं। इस गोपी तालाब से कई कथाएं जुड़ी हुई हैं।

कहते हैं कि जिन गोपियों के साथ भगवान वृंदावन में रास नृत्य करते थे, कृष्ण के कुरूक्षेत्र युद्ध के पश्चात् द्वारका आ जाने पर वो गोपियां कृष्ण से दूरी सहन नहीं कर सकी और इस सदमे के कारण वो सब इस तालाब में समा गई। इस तालाब के किनारे पर इस प्रकार की कथा सुनकर मन पर गहरा आघात भी लगता है। उस दुख और वेदना की मात्र कल्पना करके ही मानव हृदय कांप उठता है। समुद्र के बीच एक छोटे से टापू पर भेंट द्वारका जाने के लिए बड़ी–बड़ी कश्तियों की व्यवस्था की गई है।

विचार अमृत

मंथन चाहे दधि का हो या विचारों का – माखन तो मिलेगा ही।
दधि से माखन और विचारों के मंथन से तत्व ज्ञान, शांति, संतोष, जीने की सही राह, मानवतावाद और कल्याण प्राप्त होता है।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम के हमारे कार्मिकों ने इसी विचार मंथन से कुछ अमृत विचार हमारे समक्ष प्रस्तुत किए हैं। आइए विचारामृत की इन कुछ बूंदों से ज्ञानार्जन का प्रयास करें.....

रेत पर पैरों के निशान

सुरिन्दर वालिया
सहायक

मनुष्य जब भी जहाँ भी ईश्वर को पुकारता है, वह वहाँ मौजूद होता है। एक रात एक व्यक्ति ने सपना देखा। उसने देखा कि वह ईश्वर के साथ समुद्र के किनारे चल रहा है। जैसे ही वह आगे बढ़ता है उसे आकाश के उस पार अपने जीवन के दृश्य दिखाई देते हैं। हर दृश्य में वह किनारे के रेत पर पाँवों के दो जोड़ियों के समानान्तर निशान बने हुए देखता है। एक अपने और एक ईश्वर के पाँवों के निशान। जब उसके सामने जीवन का अंतिम दृश्य प्रकट हुआ, तो उसने पीछे मुड़कर रेत पर बने पाँवों के उन सभी निशानों को गौर से देखा और पाया कि जीवन–पथ पर चलते हुए अनेक अवसरों पर पाँवों के केवल दो ही निशान बने हुए हैं। उसने यह भी अनुभव किया कि ऐसा केवल तभी हुआ जब उसके जीवन में मुसीबतों और कष्टों ने दस्तक दी थी। यह देखकर वह व्यक्ति व्यथित हो उठा और उसने ईश्वर से इसके बारे में पूछा–हे परमात्मा! आपने कहा था कि जब तक मैं आपका अनुसरण करूँगा और आपके बताए मार्ग पर चलूँगा, आप मेरे साथ हमेशा रहेंगे। पर मैंने देखा कि जब भी मेरे जीवन में कठिन समय आया, वहाँ पाँवों के केवल दो ही निशान हैं। मैं यह नहीं समझ पा रहा हूँ कि जब मुझे आपकी सबसे अधिक आवश्यकता हुई केवल तभी आपने मेरा साथ क्यों छोड़ दिया ? ईश्वर ने उत्तर दिया–वत्स, मेरे अति प्रिय बालक! मैं तुम्हें बहुत प्यार करता हूँ और तुम्हें कभी भी अकेला नहीं छोड़ सकता। अपने जीवन के दुःख भरे समय में तुमने देखा कि वहाँ पाँवों के केवल दो निशान हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि तब–तब मैंने तुम्हें अपनी बाँहों में उठा लिया था। अकसर हम कहते हैं कि ईश्वर हमारी पुकार नहीं सुनता। यदि उसने हमें इस योग्य बनाया है कि हम हृदय की गहराइयों से उसको पुकार सकते हैं, तो निःसन्देह वह हमारी पुकार अवश्य सुनता होगा। यहाँ तक कि ईश्वर हर पल हमारा ध्यान रखता है और चाहता है कि उसके बच्चे उसको पुकारें, उसका आह्वान करें। उसी तरह जैसे माँ हर पल अपने बच्चे पर नज़र रखती है और उसे जहाँ चाहे घूमने–फिरने देती है। वह केवल उसी समय उसके पास जाती है जब वह चीख–पुकार मचाता है तथा उसे उसकी ज़रूरत होती है। ईश्वर हमें माँ की तरह प्यार करता है। आप ईश्वर के जितना निकट हैं, वह भी आपके उतना ही करीब है।

नेकी

मैं "किसी से बेहतर करूँ"
क्या फर्क पड़ता है।
मैं "किसी का" बेहतर करूँ
बहुत फर्क पड़ता है।।

सुनीता रानी
सहायक

एक काफ़िला सफ़र के दौरान अँधेरी सुरंग से गुजर रहा था। उनके पैरों में कंकड़ियाँ चुभी, कुछ लोगों ने इस खयाल से कि ये कंकड़ किसी और को न चुभ जाएँ, नेकी की खातिर उठाकर जेब में रख लिए। कुछ ने ज्यादा उठाई कुछ ने कम। जब अँधेरी सुरंग से बाहर आए तो देखा वो कंकड़ तो हीरे थे। जिन्होंने कम उठाए वो पछताए कि ज्यादा क्यों नहीं उठाए। जिन्होंने नहीं उठाए वे और अधिक पछताए कि उन्होंने कंकड़ क्यों नहीं उठाए। दुनिया में जिन्दगी की मिसाल इन अँधेरी सुरंगों जैसी है और नेकी यहाँ कंकड़ों के समान है। इस जिन्दगी में की गई नेकी आखिर में हीरे की तरह कीमती होगी और इन्सान तरसेगा कि उसने और ज्यादा नेकी क्यों नहीं की। मनुष्य जब परमार्थ कोई कार्य करता है, उसकी सोच दूसरों को सुख पहुँचाने की होती है। इसमें कोई संशय नहीं कि परमात्मा उसके परमार्थ व उसकी नेकी का फल उसको किसी न किसी रूप में अवश्य देते हैं।

संविधान और कर्तव्य

प्रेम वल्लभ
निम्न श्रेणी लिपिक

वर्ष 1976 में 42वें संशोधन के द्वारा संविधान में नागरिकों के मूल कर्तव्य जोड़े गए थे, जिन्हें अनुच्छेद 51 में वर्णित किया गया है। इनके अनुसार भारत के प्रत्येक नागरिक का यह कर्तव्य होगा कि वह–

1. संविधान का पालन करे और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज और राष्ट्रगान का आदर करे ।
2. स्वतंत्रता के लिए हमारे राष्ट्रीय आंदोलन को प्रेरित करने वाले उच्च आदर्शों को हृदय में संजोए रखे और उनका पालन करे ।
3. भारत की प्रभुता, एकता और अखंडता की रक्षा करे ।
4. देश की रक्षा करे और आह्वान किए जाने पर राष्ट्र की सेवा करे ।
5. भारत के सभी लोगों में समरसता और समान भ्रातृत्व की भावना का निर्माण करे जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग पर आधारित सभी भेदभावों से परे हो। ऐसी प्रथाओं का त्याग करे जो स्त्रियों के सम्मान के विरूद्ध हैं।
6. हमारी सामाजिक संस्कृति की गौरवशाली परम्परा का महत्व समझे और उसका परिरक्षण करे ।
7. प्राकृतिक पर्यावरण की, जिसके अन्तर्गत वन, झील, नदी और वन्य जीव हैं, रक्षा करे और उसका संवर्धन करे तथा प्राणिमात्र के प्रति दयावान रहे ।
8. वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन तथा सुधार की भावना का विकास करे।
9. सार्वजनिक सम्पत्ति को सुरक्षित रखे और हिंसा से दूर रहे ।
10. व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष, निरंतर बढ़ते हुए प्रयत्न और उपलब्धि की नई ऊँचाइयों को छू ले ।
11. यदि माता–पिता या संरक्षक हैं, छह वर्ष से चौदह वर्ष तक की आयु वाले अपने, यथास्थिति, बालक या प्रतिपाल्य के लिए शिक्षा के अवसर प्रदान करे।

हमारे संविधान ने हमें मौलिक अधिकार दिए हैं तो हमारा मौलिक अधिकार वाला संविधान यह भी चाहता है कि हम अपने कर्तव्य भी निभाएं ।

दरअसल, यह 'इस हाथ दे, उस हाथ ले' वाली बात है। लेने से पहले देना पड़ता है, अर्थात् अपनी जिम्मेदारियां निभानी पड़ती हैं। इसलिए, अपने अधिकारों को जानें और कर्तव्यों को भी मानें। कर्तव्य का अर्थ यह नहीं कि आपको सीमा पर जाकर लड़ना ही होगा। वहाँ तैनात सैनिक पूरी मुस्तैदी से यह काम कर रहे हैं ।

आप जो हैं, जहाँ हैं, वहीं अपना काम करते रहें। आपको तो बस अपने दैनिक जीवन में, रोजमर्रा के छोटे–छोटे कामों में मुस्तैद रहना पड़ेगा। यह छोटी–सी जागरूकता देशहित में बहुत बड़ी बात होगी और देशहित में आपका हित भी है।

जय हिंद, जय भारत।

उन्नत राष्ट्र

पंकज शर्मा
सचिव
एसिक कर्मचारी संघ,
पंजाब

अथर्ववेद में कहा गया है कि मानव दरअसल मानव की श्रेणी में तब ही आता है, जब वह उच्च संस्कारों, विचारों और व्यवहार का अनुगामी हो। इसमें मनुष्यों से आह्वान किया गया है कि मनुर्भव अर्थात् मनुष्य बनोगे तो विवेक का सकारात्मक प्रयोग करने की क्षमता विकसित होगी। विवेकशील मनुष्य ही उन्नत राष्ट्र का प्रतिरूप होता है। अथर्ववेद मानव से कहता है कि वह राष्ट्र को बनाए और उसे व्यवस्थित करे। इसमें यह संकल्प भी दोहराया गया है कि तुम्हें यह राष्ट्र मिला है तो इसे अपनी तेजस्विता से उन्नत कर। यह स्पष्ट है कि राष्ट्र का गौरव, गरिमा और वैचारिक वैभव इसके निवासियों के आचार–विचार का दर्पण होता है। लोगों की जीवनशैली और जीवन दृष्टि राष्ट्र का परिचय देती है और उसकी अस्मिता को प्रकट करती है। इसलिए यह कहा जाता है कि हम उत्तम मार्ग पर चलते हुए राष्ट्र की उन्नति करें।

इसके साथ–साथ यह संकल्प भी दोहराने के लिए कहा जाता है कि इस सच्चरित्र राष्ट्र में हम अपना योगदान दें। इसी तरह यजुर्वेद में कहा गया है – इयं ते राष्ट्र अर्थात् यह आपका राष्ट्र है। यह कथन एक दायित्वबोध का व्रत है। राष्ट्र का स्वामी, सेवक, राजा या प्रजा वह प्रत्येक व्यक्ति है जो उसकी सांस्कृतिक भाव से अनुप्रेरित धरा पर रहता है। जब राष्ट्र व्यक्ति–व्यक्ति का है तो उससे संबंधित सुख–दुख भी सबके हैं। हमें समन्वित और सौहार्दपूर्ण भाव से राष्ट्र सेवा में लग जाना चाहिए क्योंकि यह हमारा है। स्वामी विवेकानन्द ने कहा था कि मैं उस प्रभु का सेवक हूँ जिसे अज्ञानी लोग मनुष्य कहते हैं।

संस्कार

संजीव मदान
सामाजिक सुरक्षा अधिकारी

फेसबुक पर एक फोटो पोस्ट हुई। पति–पत्नी और बेटा–बेटी। लिखा था "मैं और मेरी प्यारी सी फेमिली"।

बेटे ने पापा के हाथ से मोबाइल लिया, फोटो देखा और पूछा, "पापा! दादा–दादी कहाँ हैं ?" पापा बोला "बेटा, ये अपनी फेमिली है। दादा–दादी कहाँ से आएंगे?"

बेटा बोला,"मतलब जब मेरी शादी हो जाएगी तो आप मेरी फैमिली के मैंबर नहीं रहोगे ?" पिता को साँप सूंघ गया।

बेटा बोला,"पापा फिर तो मैं शादी ही नहीं करूंगा। मुझे आप और मम्मी चाहिएँ मेरी फैमिली में।"

पिता को अपनी गलती का अहसास हुआ। उसकी आँखों में आँसू थे ।

बच्चे वही सीखते हैं जो हम सिखाते हैं, न कि बताते हैं।

दान और त्याग

मनोज कोटनाला
कनिष्ठ हिन्दी अनुवादक

दान का अर्थ है त्याग करना। उन वस्तुओं को छोड़ देना जो आपके लिए रूकावट बन रही हैं। वे विचार जो आपको समानता जैसे राजसी सिंहासन पर आसीन नहीं होने दे रहे, उनको छोड़ देना। इसका अर्थ है, वे बातें जो आपके मन को दुख पहुँचाने वाली हैं, समस्याएँ और परेशानी देनी वाली हैं, उन बातों को छोड़ देना। जब मन कहता है,''यह आपने अच्छा किया'' तो आप खुशी से उछलने लगते हैं और जब मन कहता है, ''यह गलत हो गया'' तो आप नीचे बैठ जाते हैं।

बुरा वक्त पीड़ादायक होता है लेकिन वह भी निकल जाता है। अच्छा वक्त सुखदायक होता है लेकिन वह भी निश्चित समय के लिए होता है। हर काम और उसका फल एक समय के बाद समाप्त हो जाता है। यह हमेशा नहीं रहने वाला। दान का मतलब है देना। इसमें क्षमा भी शामिल है। जब आपका मन इधर–उधर भागे तो उसे भागने दें। इसे पकड़ कर मत बैठो। इसके पीछे जाओ और इसे वापस लाओ।

ऐसे मत कहो कि मैं अपने मन से परेशान हो गया हूँ, थक गया हूँ। इसमें ईर्ष्या छुपी है और ऐसा करना गलत है। अपने मन से घृणा मत करो। अपने मन को क्षमा कर दो। ऐसा कहो कि अज्ञानता से मेरा मन इन मूर्ख विषयों के पीछे भागता है। तब आपका अपने मन से झगड़ा ख़त्म हो जाएगा। अब हम भेद की नीति को जानें, तुलना करना सीखें, काम की चीज़ों की तुलना करना। यह शरीर एक खाली खोल की तरह है। जब आप अपने शरीर को देखते हैं तो, उसमें कभी सुखद तरंगें और कभी दुःखद तरंगें उठने लगती हैं। जैसे ही उन्हें आप अनुभव करते हैं तो वे समाप्त हो जाती हैं। आपके कण–कण से ऊर्जा समता से बहने लगती है, एक संतुलन बना देती है और आपको अनुभव होता है कि यह शरीर या कोरा स्पंदन ही सब कुछ नहीं है। शरीर से बहुत आगे और परे भी बहुत कुछ है। उस चेतना से जुड़े रहें जो अपने चारों ओर तथा ब्रह्मांड में फैली हुई है। इसके लिए तत्वदर्शी गुरू की शरण में जाना होगा। वह आपको गुरू मंत्र और नामदान देंगे। इसका प्राणायाम के द्वारा अभ्यास करने से ही आत्मा का उस निराकार परमात्मा से मिलन होता है। जीवन में ज्ञान और ध्यान द्वारा हम जीवन को उन्नत करते हुए जन्म मरण के चक्र से मुक्ति पा सकते हैं। आध्यात्मिक ज्ञान के बिना मनुष्य का जीवन निरर्थक है।

''मैंने हिन्दी का सहारा न लिया होता तो कश्मीर और असम से केरल के गांव–गांव में जाकर मैं भूदान–ग्रामदान का क्रांतिपूर्ण संदेश जनता तक न पहुँचा सकता। यदि मैं मराठी का सहारा लेता तो महाराष्ट्र से बाहर और कहीं काम न बनता। इसी प्रकार अंग्रेजी भाषा लेकर चलता तो कुछ प्रांतों में चलता, परन्तु गांव–गांव में जाकर क्रांति की बात अंग्रेजी द्वारा नहीं हो सकती थी। इसलिए मैं कहता हूँ कि हिन्दी भाषा का मुझ पर बहुत बड़ा उपकार है।''

विनोबा भावे

समय का महत्व

तीर्थ राय
प्रधान
एसिक कर्मचारी संघ,
पंजाब

एक दंत कथा के अनुसार एक बहुत ही बड़े गुरू अपने शिष्य के साथ आश्रम में रहते थे। उनका शिष्य गुरूजी का बहुत सम्मान करता था। गुरूजी भी उस शिष्य को बहुत मानते थे और उसके प्रति स्नेहशील थे। शिष्य में एक कमी थी कि वह अपने कार्य को कल पर छोड़ देता था। वह काम के प्रति आलस्य करता था। गुरूजी उसकी इस आदत के कारण चिंतित थे कि उनका शिष्य जीवन की दौड़ में कहीं पिछड़ न जाए।

गुरूजी ने शिष्य को सही रास्ते पर लाने के लिए एक युक्ति सोची। उन्होंने शिष्य से कहा,"मैं तुम्हें यह जादुई पत्थर का टुकड़ा दो दिन के लिए देकर कहीं दूर गाँव में जा रहा हूँ। इस पत्थर के टुकड़े से जिस भी लोहे की वस्तु को तुम छुओगे वह सोने में बदल जाएगी। पर याद रहे कि दूसरे दिन सूर्य अस्त होने के बाद मैं इसे तुमसे वापस ले लूँगा।

शिष्य इस सुअवसर को पाकर बड़ा प्रसन्न हुआ। लेकिन आलसी होने के कारण उसने अपना पहला दिन यह कल्पना करते–करते बिता दिया कि जब उसके पास बहुत सोना होगा तब वह कितना खुश, सुखी, धनवान और संतुष्ट रहेगा। इतने नौकर–चाकर होंगे कि उसे पानी पीने के लिए भी नहीं उठना पड़ेगा। फिर दूसरे दिन वह उठा तो उसे अच्छी तरह याद था कि आज सोना पाने का दूसरा और आखिरी दिन है। उसने निश्चय किया कि वह आज गुरूजी के द्वारा दिए गए काले पत्थर का फायदा ज़रूर उठाएगा। उसने निश्चय किया कि वह बाज़ार से लोहे के बड़े–बड़े सामान खरीद कर लाएगा और उन्हें सोने में बदल डालेगा।

दिन बीतता गया पर वह इसी सोच में बैठा रहा कि अभी तो बहुत समय है, वह कभी भी जाकर बाज़ार से सामान ले आएगा। उसने सोचा कि अब तो वह दोपहर का भोजन करने के बाद ही निकलेगा। परन्तु भोजन करने के बाद उसे आराम करने की आदत थी और उसने बजाए उठकर मेहनत करने के थोड़ी देर आराम करना उचित समझा। लेकिन आलसी होने के कारण वह गहरी नींद में सो गया। जब वह उठा तो सूरज अस्त होने को था। अब वह जल्दी–जल्दी बाज़ार की ओर भागने लगा।

रास्ते में उसे गुरूजी मिल गए। उनको देखते ही वह उनके पैरों में गिर पड़ा और जादुई पत्थर को एक दिन और अपने पास रखने के लिए गुरूजी से आग्रह करने लगा। गुरूजी ने उसकी बात नहीं मानी और शिष्य के धनी होने का सपना चूर हो गया। इस घटना से शिष्य को एक सीख मिली कि हमें आलस का सदैव त्याग करना चाहिए। उसे आलसी होने का दंड मिल गया था। वह बहुत पछताया। लेकिन कहावत है 'अब पछताए होत क्या, जब चिड़िया चुग गई खेत'। उसने अब प्रण किया कि भविष्य में वह आलस नहीं करेगा और एक कर्मठ, सजग और सक्रिय व्यक्ति बनकर दिखाएगा।

उक्त कथा का सार यही है कि मनुष्य को सही समय पर सही फैसला लेकर समय का सदुपयोग करना चाहिए। समय से एक कदम आगे चलना व एक कदम पीछे चलना सदैव अहितकारी साबित होता है। अतः हमें अपनी योजनाएं बनाकर समय के साथ कदम से कदम मिलाकर चलना चाहिए।

गुस्सा छोड़ जाता है मन पर घाव

जसवंत सिंह
रखवाल

बात बहुत पुरानी है। एक गाँव में 12 वर्ष का एक लड़का अपने माता–पिता के साथ रहता था। लड़का दिल का बड़ा साफ था पर उसे गुस्सा बड़ा आता था। उसके माता–पिता बहुत परेशान थे। एक दिन उसके पिता ने उसे ढेर सारी कीलें दी और कहा, ''जब भी क्रोध आए, वह घर के सामने लगे पेड़ में एक कील ठोंक दे।''

लड़के ने अपने पिता की आज्ञा का पालन करते हुए ठीक वैसे ही किया। जब उसे गुस्सा आया तो पहले दिन लड़के ने पेड़ में 30 कीलें ठोंकी। अगले कुछ हफ्तों में उसने गुस्से पर काफी हद तक काबू कर लिया। अब वह पेड़ में रोज इक्का–दुक्का कीलें ही ठोंकता था। उसे यह समझ में आ गया था कि पेड़ में कीलें ठोकने के बजाय क्रोध पर नियंत्रण करना आसान था। फिर एक दिन ऐसा भी आया जब उसने पेड़ में एक भी कील नहीं ठोंकी । जब उसने अपने पिता को यह बताया तो पिता ने उससे कहा, ''वह सारी कीलों को पेड़ से निकाल दे ।'' लड़के ने बड़ी मेहनत करके जैसे–तैसे पेड़ से सारी कीलें खींचकर निकाल दी। जब उसने अपने पिता को काम पूरा हो जाने के बारे में बताया तो पिता बेटे का हाथ थामकर उसे पेड़ के पास लेकर गया।

पिता ने पेड़ को देखते हुए बेटे से कहा,''तुमने बहुत अच्छा काम किया मेरे बेटे, लेकिन पेड़ के तने पर बने सैंकड़ों कीलों के इन निशानों को देखो। अब यह पेड़ इतना खूबसूरत नहीं रहा। हर बार जब तुम क्रोध किया करते थे, तब इसी तरह के निशान दूसरों के मन पर बन जाते थे। तात्पर्य यह है कि अगर तुम किसी पर गुस्सा होकर बाद में हजारों माफी मांग भी लो, तब भी मन के घाव के निशान वहाँ हमेशा बने रहेंगे। अपने मन, वचन, कर्म से कभी भी ऐसा काम न करो जिससे दूसरों का दिल दुखे, जिसके लिए बाद में तुम्हें पछताना पड़े।

प्रेमचन्द उर्दू का संस्कार लेकर हिन्दी में आए थे और हिन्दी के महान लेखक बने। हिन्दी को अपना खास मुहावरा और खुलापन दिया। कहानी और उपन्यास दोनों में युगान्तरकालीन परिवर्तन पैदा किए। उन्होंने साहित्य में सामयिकता का प्रबल आग्रह स्थापित किया। प्रेमचन्द से पहले हिन्दी साहित्य राजा–रानी के किस्सों, रहस्य रोमांच में उलझा हुआ था। प्रेमचन्द ने साहित्य को सच्चाई के धरातल पर उतारा।

मुंशी प्रेमचन्द

गैस की परेशानियों से बचने के लिए अपनाएं कुछ सावधानियाँ

भारत भूषण वालिया
उ.श्रे.लिपिक

पेट में उमड़–घुमड़ कर रही गैस की मार कई चीज़ों से प्रभावित होती है। पर हम क्या खाते हैं, कैसे खाते हैं, इसका इस पर गहरा असर पड़ता है। कुछ छोटी–छोटी बातें और भोजन संबंधी आदतें इस स्थिति में भारी सुधार ला सकती हैं ।

1. **गैस पैदा करने वाले भोज्य पदार्थों से बचें :–** कुछ साग–सब्जियों और फलों का सेवन पेट में गैस की मात्रा को बढ़ाता है। सब्जियों में फलियाँ, फूलगोभी, मूली, प्याज, पत्तागोभी और फलों में सेब, केला और खुबानी इनमें प्रमुख हैं। उच्च प्रोटीन आहार भी बादी होता है। यह दुर्गंधयुक्त गैस को बढ़ावा देता है। दुग्ध उत्पादों में दही को भोजन में विशेष स्थान दें।

2. **कोलड्रिंक्स से पीछा छुड़ाएँ :–** पेट में पहुँच कर गैस उत्पन्न करने वाले पेय पदार्थ जैसे कोलड्रिंक्स, सोडा और बीयर आंतों में गैस की मात्रा बढ़ाते हैं। इसमें से कुछ गैस चाहे डकारों के रूप में बाहर आ जाती है लेकिन शेष काफी मात्रा में आंतों में चली जाती है। ये पदार्थ सेहत के लिए अति हानिकारक होते हैं।

3. **भोजन संबंधी आदतों पर ध्यान दें :–** भोजन करते समय हड़बड़ी में बड़े–बड़े निवाले लेना ठीक नहीं है। जब भोजन करने बैठें तो आराम से भोजन करें। अगर आपको गर्मागरम भोजन पसंद है तो शायद यह बात अच्छी ना लगे, लेकिन सच्चाई यही है कि गरम चीजों को खाते हुए मुँह से स्वतः ही भारी मात्रा में हवा पेट में पहुँच जाती है। इसलिए ज्यादा गरम भोजन खाने से बचें।

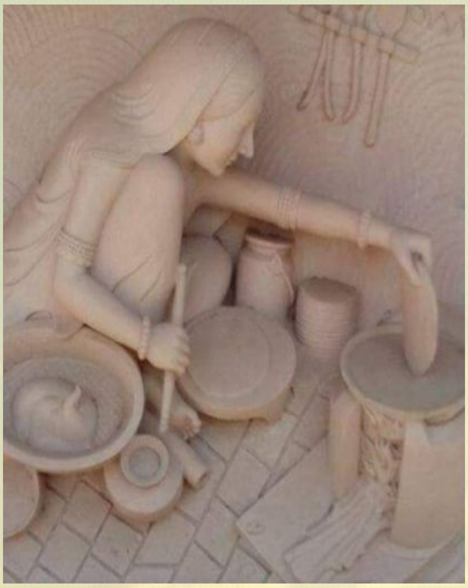
4. **गर्मागरम पेय आराम से पिएँ :–** कोई भी पेय पीते समय यह सावधानी जरूर बरतें कि होठों को बर्तन से बिल्कुल सटाकर रखें और पेय को धीरे–धीरे पिएँ। चुस्की भरते हुए गर्म कॉफी, चाय या सूप आदि पीने से अकसर खूब सारी हवा पेट मे चली जाती है, भोजन के समय तनाव ठीक नहीं है। इसलिए तनाव को भोजन कक्ष तक न लेकर आएँ।

5. **चबाने वाली पेशियों को आराम दें :–** पान–मसाला, सुपारी आदि मुँह में रखने और चबाने से काफी गैस अंदर खिंची चली जाती है। गैस की मात्रा पर अंकुश लगाना है और स्वस्थ जीवन जीना है तो ऐसी चीज़ों से सर्वदा बचना चाहिए।

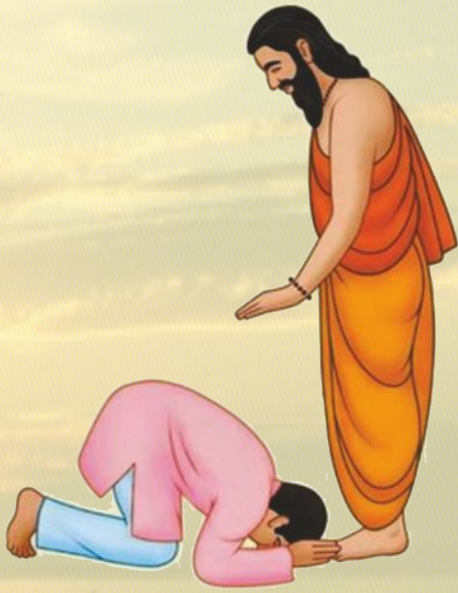
चरण–स्पर्श

सुरिन्दर वालिया
सहायक

हमारे धर्म ग्रंथों के अनुसार देवता, गुरू, माता–पिता एवं बुजुर्गों की चरण वंदना को श्रेष्ठ माना जाता है। भारतीय वैदिक संस्कृति में इसको सबसे ज्यादा मान्यता भी प्राप्त है। चरण–स्पर्श के लिए सम्माननीय श्रद्धेय व्यक्ति के समक्ष झुकना होता है जो हमारे अंदर विनम्रता के भावों को जगाता है और जब हम विनम्र होकर वरिष्ठजनों के चरण छूते हैं तो वैज्ञानिक सिद्धांत के अनुसार यह एक टच थैरेपी है जो ऊर्जा को गतिमान बनाती है। कोई भी व्यक्ति कितना ही क्रोधी स्वभाव का हो, अपवित्र भावनाओं वाला हो, यदि उसके भी चरण–स्पर्श किए जाएं तो उसके मुख से भी आशीर्वाद और दुआएँ ही निकलती हैं।



धर्म शास्त्रों में माँ का दर्जा सर्वोपरि दिया गया है। श्रीमद्भागवत् पुराण में उल्लेख मिलता है कि माताओं के चरण–स्पर्श से मिला आशीष, सात जन्मों के कष्टों व पापों को दूर करता है और उसकी भावनात्मक शक्ति संतान के लिए सुरक्षा–कवच का काम करती है। माँ से बढ़ कर कोई शब्द नहीं होता। माँ का आशीर्वाद एक अच्छा अहसास है जिससे जीवन रूपांतरित होता है।



माँ का चरण–स्पर्श करके आप उस परमात्मा को प्रणाम करते हैं जो व्यक्ति के शरीर में आत्मा के रूप में मौजूद होता है ।

राजभाषा पखवाड़ा 2016 के दौरान आयोजित विभिन्न हिन्दी प्रतियोगिताओं के विजेता प्रतिभागियों की सूची

हिन्दी निबन्ध प्रतियोगिता दिनांक : 01.09.2016

क्र.सं.	नाम	पदनाम	पुरस्कार
1.	श्री सागर कुमार कंठ	सहायक	प्रथम
2.	श्री पप्पू कुमार सिन्हा	निम्न श्रेणी लिपिक	द्वितीय
3.	श्रीमती ज्योति	उच्च श्रेणी लिपिक	तृतीय
4.	श्री प्रेम वल्लभ	निम्न श्रेणी लिपिक	प्रथम प्रोत्साहन
5.	श्री अमित बहादुर	सहायक	द्वितीय प्रोत्साहन

हिन्दी टिप्पण एवं आलेखन प्रतियोगिता दिनांक : 06.09.2016

क्र.	नाम	पदनाम	पुरस्कार
1.	श्री चण्डी प्रसाद	सहायक	प्रथम
2.	श्री संजय कुमार दास	सहायक	द्वितीय
3.	श्री अमित बहादुर	सहायक	तृतीय
4.	सुश्री मनीषा	उच्च श्रेणी लिपिक	प्रथम प्रोत्साहन
5.	श्री सागर कुमार कंठ	सहायक	द्वितीय प्रोत्साहन

राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता दिनांक : 08.09.2016

क्र.	नाम	पदनाम	पुरस्कार
1.	श्री अमित बहादुर	सहायक	प्रथम
2.	सुश्री अजय शर्मा	सहायक	द्वितीय
3.	सुश्री मनीषा	उच्च श्रेणी लिपिक	तृतीय
4.	श्री संजय कुमार दास	सहायक	प्रथम प्रोत्साहन
5.	श्री संजीव कुमार	सहायक	द्वितीय प्रोत्साहन

हिन्दी वाक् प्रतियोगिता दिनांक : 09.09.2016

क्र.	नाम	पदनाम	पुरस्कार
1.	श्री प्रवीण मोदगिल	उप निदेशक	प्रथम
2.	श्री संजय कुमार दास	सहायक	द्वितीय
3.	श्री चण्डी प्रसाद	सहायक	तृतीय
4.	श्री अश्वनी सेठ	अधीक्षक	
5.	श्री पंकज शर्मा	अधीक्षक	प्रथम प्रोत्साहन
6.	श्रीमती मोनिका शर्मा	सहायक	द्वितीय प्रोत्साहन

आपका पत्र मिला......

महोदय,

क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ की गृह पत्रिका ''सतलुज धारा'' के वर्ष 2014–2015 के अंक की प्राप्ति हुई, सुखद अनुभूति हुई, राजभाषा के कार्यान्वयन में आपका प्रयास सफल हो। आवरण पृष्ठ पर सतलुज–धारा आपकी पत्रिका की पहचान बन गई है। रोचक और उपयोगी सामग्री के साथ पत्रिका–संपादन भली–भाँति किया गया है। संपादक मंडल बधाई के पात्र हैं ।

शुभकामनाओं सहित ।

के. आर. रविकुमार
प्रभारी संयुक्त निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय
विजयवाड़ा

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित गृह पत्रिका **''सतलुज धारा''** का अंक 2015 प्राप्त हुआ है। पत्रिका में समाविष्ट सभी रचनाएँ रोचक, ज्ञानवर्धक व पठनीय हैं। 'मत तोड़ो फूल', 'जिन्दगी का सफर', 'मजदूर', 'पचास का नोट', 'एक फौजी का दर्द' व 'जानवर और इंसान' रचनाएँ विशेष रूप से पठनीय हैं। कार्यालय के विविध कार्यकलापों के छायाचित्र कार्यालय की उपलब्धियाँ दर्शाते हैं ।

सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के श्रेष्ठ संपादन के लिए बधाई तथा पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएँ।

डी. के मिश्र
निदेशक (प्रभारी)
उप क्षेत्रीय कार्यालय, गुड़गांव

महोदय,

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित पत्रिका **'सतलुज धारा'** का अंक 2014–15 प्राप्त हुआ। धन्यवाद। पत्रिका का संपादन व्यवस्थित ढंग से किया गया है। पत्रिका में मुद्रण तथा वर्तनी संबंधी त्रुटियां नहीं के बराबर हैं।

पत्रिका में 'मेरी डलहौजी यात्रा', 'रसोई की यादें', 'माता–पिता को मत भूलना' आदि अत्यंत रोचक लेख हैं। श्री संजीव कुमार मदान का लेख 'पचास का नोट' अत्यंत रोचक होने के साथ–साथ जीवन में अति व्यस्त रहने वाले लोगों के लिए एक संदेश है। सेहत संबंधी लेखों 'स्वस्थ जीवन के लिए टिप्स', 'सेहत को प्रभावित करती दिनचर्या' से हमें स्वास्थ्य के विषय में अत्यंत उपयोगी जानकारी मिलती है। पत्रिका में चंडीगढ़ के पर्यटन स्थलों के बारे में भी विस्तृत जानकारी दी गयी है। कुल मिलाकर पत्रिका अत्यंत मनोहारी बन पड़ी है।

पत्रिका के श्रेष्ठ संपादन के लिए संपादक मंडल निश्चय ही बधाई का पात्र है।

जे. प्रसाद
सहायक निदेशक (राजभाषा)
क्षेत्रीय कार्यालय, कानपुर

आपका पत्र मिला......

महोदय,

आपके कार्यालय के पत्र संख्या 21–ए/49/12/83/2014 – रा.भा. दिनांकः 22.05.2015 के साथ आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका 'सतलुज धारा' अंक 2015 की 02 प्रतियाँ प्राप्त हुई। पत्रिका अग्रेषित करने के लिए हार्दिक आभार।

सर्वप्रथम पत्रिका को वर्ष 2013–14 के लिए मुख्यालय के द्वितीय एवं वर्ष 2012–13 के लिए तृतीय पुरस्कार तथा नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, चंडीगढ़ के प्रोत्साहन पुरस्कार वर्ष 2013–14 की प्राप्ति के लिए हार्दिक शुभकानाएँ।

पत्रिका का मुखपृष्ठ आकर्षक तथा मुद्रण कार्य उच्च–कोटि का है। पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएँ ज्ञानवर्धक एवं उपयोगी हैं। साथ ही पत्रिका में प्रकाशित विभिन्न गतिविधियों के छायाचित्र पत्रिका को और भी रोचक बनाते हैं।

सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को पत्रिका के उत्कृष्ट प्रकाशन के लिए बधाई।

पत्रिका के आगामी अंक के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ।

प्रियरंजन सिन्हा
उप निदेशक (राजभाषा)
क्षेत्रीय कार्यालय, देहरादून

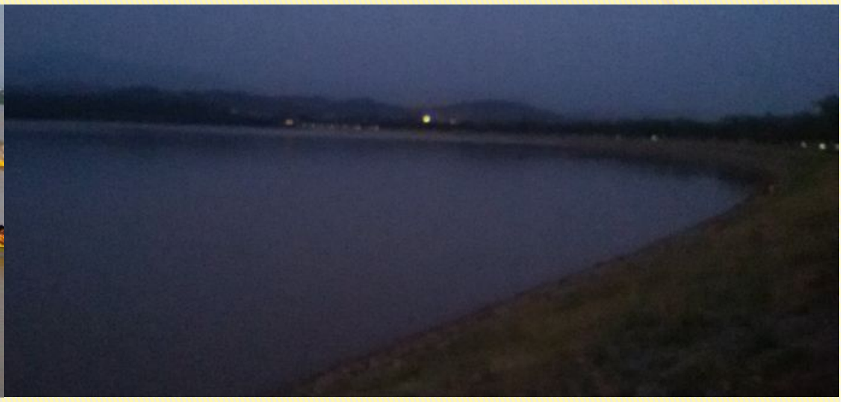
महोदय,

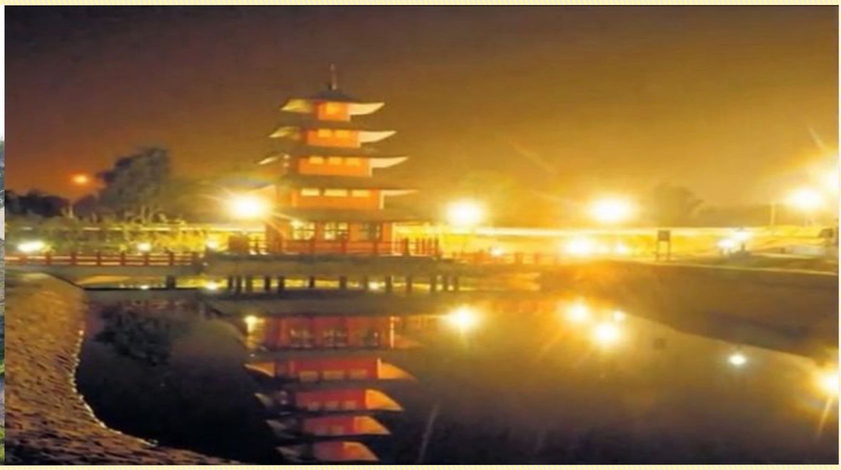
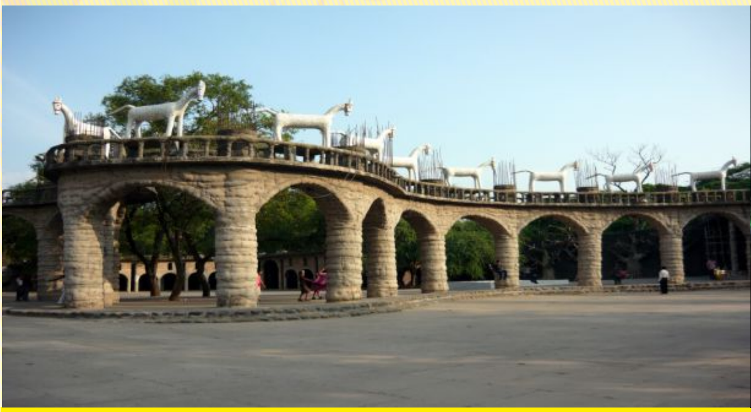
उपर्युक्त पत्रिका की प्रति प्राप्त हुई। धन्यवाद। मुखपृष्ठ तथा पृष्ठभाग पर अंकित दर्शनीय स्थलों की छवियाँ मनमोहक हैं। पत्रिका की सज्जा तथा पृष्ठ संयोजन आकर्षक है। इसमें विविध विषयों पर रचनाओं को शामिल किया गया है। सभी रचनाएँ रोचक तथा पठनीय हैं। विविध कार्यकलापों के छायाचित्र कार्यालय की उपलब्धियाँ दर्शाते हैं। संपादक मंडल को साधुवाद।

आशा है यह पत्रिका राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में इसी प्रकार प्रयासरत रहेगी। हमें पत्रिका के अगले अंक का इंतजार रहेगा।

पंकज कुमार
उप निदेशक
क्षेत्रीय कार्यालय, बिहार

चंडीगढ़: दिन में शानदार, रात में जानदार



जापानी गार्डन, चंडीगढ़