पंचदीप भारती

वर्ष-2018 अंक-15

मुख्यालय
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
www.esic.nic.in, www.esichospitals.gov.in
www.facebook.com/esichq @esichq

राष्ट्र के विकास में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाने के लिए 28 मार्च, 2018 को नई दिल्ली में माननीय श्री धर्मेंद्र प्रधान, पेट्रोलियम तथा प्राकृतिक गैस राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) तथा श्री शिवराज सिंह चौहान, मुख्यमंत्री, मध्यप्रदेश से सर्वोत्तम स्वायत्त संगठन श्रेणी में प्रतिष्ठित 'इंडिया प्राइड अवॉर्ड, प्राप्त करते हुए श्री राज कुमार, महानिदेशक, क.रा.बी. निगम।

माननीय संसदीय राजभाषा समिति द्वारा 17 अक्टूबर, 2017 को कर्मचारी राज्य बीमा निगम अस्पताल और दंत्य महाविद्यालय, रोहिणी, दिल्ली का निरीक्षण।

पंचदीप भारती

(छमाही प्रकाशन)
पंद्रहवा अंक
वर्ष 2018

प्रधान संरक्षक
राज कुमार, भा.प्र.से.
महानिदेशक

संरक्षक
स्वदेश कुमार गर्ग
बीमा आयुक्त

संपादक
श्याम सुंदर कथूरिया
उप निदेशक (राजभाषा)

प्रबंध संपादक
श्रीमती विनीता
वरिष्ठ हिंदी अनुवादक

संपादन सहयोग
अमृत लाल
निजी सचिव

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं की मौलिकता, उनमें व्यक्त विचार एवं तथ्यों का उत्तरदायित्व संबंधित लेखक का है। इनसे संपादकीय या विभागीय सहमति आवश्यक नहीं है।
कर्मचारी राज्य बीमा निगम के सभी कार्मिकों से सुझाव/टिप्पणी तथा सितम्बर, 2018 में प्रकाश्य अंक के लिए पूर्णतः मौलिक एवं अप्रकाशित रचनाएं जुलाई, 2018 तक फोटो, पता एवं दूरभाष संख्या सहित आमंत्रित हैं।

प्रकाशक
राजभाषा शाखा, मुख्यालय
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
पंचदीप भवन, सी.आइ.जी. मार्ग, नई दिल्ली–110002
दूरभाष : 011–2324092 (वि. 431)
फैक्स : 011–23234537, 23239867
वीओआइपी : 10011080
ई–मेल : ss.kathuria@esic.in
वेबसाइट : www.esic.nic.in

मुद्रक : इंटरएड्स एड्वर्टाइजिंग प्राइवेट लिमिटेड
दूरभाष : 011–23260062, 23279453
ई–मेल : interadsadvert@gmail.com
(केवल निःशुल्क सीमित वितरण के लिए)

पत्रिका में नेट पर उपलब्ध चित्रों का साभार उपयोग किया गया है।

अनुक्रम

विषय	पृष्ठ सं
संदेश	2
संपादकीय	4
भारत का संविधानः राजभाषा के संबंध में विशेष निदेश	5
आचार्य चरक के अनुसार स्वास्थ्य नियमावली	7
क्या है पंचदीप भारती	9
सूख रही हैं कलियां	10
उम्मीद और विश्वास के साथ स्वास्थ्य का साथ	11
जीवन	13
नारी	13
हिंदी साहित्यकार : रवीन्द्र कालिया	14
पाप की कमाई की रोटी	18
शब्दों की शक्ति	19
बाज़ारवादी संस्कृति और भाषा	20
क.रा.बी. निगम मुख्यालय में द्वितीय राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस	22
गर्दिश के बादल	23
निगम मुख्यालय में राजभाषा गतिविधियाँ	25
निगम इकाइयों में हिंदी दिवस समारोह	26
निगम इकाइयों में हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन	28
वरिष्ठ नागरिकों की दशा एवं दिशा	29
यादों के झरोखों से : भारतीय सिनेमा	30
पुस्तक : हमारे एकांत की साथी	33
रास्ता खत्म नहीं होता	34
निगम मुख्यालय में हिंदी दिवस समारोह	35
पूर्णता का नाम : गुरुसिमरत कौर	36
प्रेम	36
राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका	37
प्रकाशित संप्रतीक अभिज्ञान या ऑप्टिकल कैरेक्टर रिकग्निशन(ओ.सी.आर.)	40
जीवन–दर्शन	44
गर्मी में स्वस्थ जीवनशैलीः बीमारियों के निवारण की कुंजी	46
आपका पत्र मिला	48

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
पंचदीप भवन, सी.आइ.जी. मार्ग, नई दिल्ली – 110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110002
www.esic.nic.in, www.esic.in

संदेश

कर्मचारी राज्य बीमा निगम सन् 1952 में प्रारंभ हुआ एक सामाजिक सुरक्षा संगठन है, जो 66 वर्षों से अपने बीमाकृत व्यक्तियों तथा उनके परिजनों को सामाजिक सुरक्षा प्रदान करने के लिए प्रयत्नशील रहा है तथा इस दिशा में सफलता भी प्राप्त की है। इस वर्षावधि के दौरान निगम को विविध प्रतिष्ठित मंचों पर सराहा और सम्मानित भी किया गया है। मुझे बताते हुए हर्ष हो रहा है कि माननीय श्री धर्मेन्द्र प्रधान, पेट्रोलियम तथा प्राकृतिक गैस राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) के कर कमलों से कर्मचारी राज्य बीमा निगम को 'सर्वश्रेष्ठ स्वायत्त संगठन श्रेणी (बेस्ट ऑटोनॉमस ऑर्गेनाइज़ेशन केटेगरी)' में 'इंडिया प्राइड अवॉर्ड' से सम्मानित किया गया है। यह उपलब्धि वस्तुतः निगम को अपने परिश्रम और लगन से अलंकृत करने वाले कार्मिकों का सम्मान है। आशा है क.रा.बी. निगम को इस शीर्ष तक पहुँचाने वाले सभी घटकों का समन्वय इसी प्रकार बना रहेगा।

केवल सामाजिक सुरक्षा ही नहीं, अपितु राजभाषा नीति के कार्यान्वयन के लिए भी निगम मुख्यालय प्रतिबद्ध है तथा तत्संबंध में निरंतर सराहनीय प्रयास कर रहा है। निगम की गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' इस दिशा में एक उल्लेखनीय कदम है, जिसका प्रकाशन निगम कार्मिकों की रचनात्मक प्रतिभा को मुखरित करने तथा कार्मिकों को राजभाषा हिंदी की ओर आकृष्ट करने निमित्त प्रत्येक छमाही में किया जा रहा है।

विश्व की विशालतम सामाजिक सुरक्षा योजना हिंदी के क्षेत्र में भी प्रतिमान स्थापित करे, यही मेरी आकांक्षा है।

शुभकामनाओं सहित,

राज कुमार
महानिदेशक

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
पंचदीप भवन, सी.आइ.जी. मार्ग, नई दिल्ली – 110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110002
www.esic.nic.in, www.esic.in

संदेश

निगम मुख्यालय की हिंदी गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का नियमित रूप से प्रकाशन, कार्मिकों में, हिंदी में मौलिक लेखन और इसके प्रति रुचि के बढ़ने का स्पष्ट द्योतक है।

बहुत प्रसन्नता हो रही है कि नियमितता की परंपरा को बनाए रखते हुए 'पंचदीप भारती' के आगामी अर्थात पंद्रहवें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। निगम कार्मिकों से मुख्यालय में निरंतर रचनाएं प्राप्त होती रहती हैं। लेखकों द्वारा प्रस्तुत विभिन्न रचनात्मक कृतियाँ इस बात का परिचायक हैं कि उनके लिए यह पत्रिका मात्र एक औपचारिकता नहीं, बल्कि अपितु गौरव का सूचक है। पत्रिका, राजभाषा हिंदी के प्रति आकर्षण तथा जागरूकता बढ़ाने के साथ–साथ कार्यालय में कार्यरत कार्मिकों में अंतर्निहित साहित्यिक प्रतिभा की अभिव्यक्ति के लिए एक मंच प्रदान करती है। चूँकि हिंदी गृह पत्रिकाओं के प्रकाशन का मुख्य उद्देश्य सरकार की राजभाषा नीति को सबल बनाने में रचनात्मक एवं ठोस प्रयासों की भूमिका निभाना है, मुझे लगता है, पंचदीप भारती इस उद्देश्य में काफी हद तक सफल रही है तथा निगम इस प्रयास में सदैव तत्पर भी है।

इसके अतिरिक्त मुझे गर्व है कि मुख्यालय की राजभाषा शाखा सतत रूप से 'पंचदीप भारती' के छमाही अंक का प्रकाशन कर रही है तथा उन्होंने समय–समय पर अपनी योग्यता को सिद्ध करके भी दिखाया है। इसके लिए मैं राजभाषा शाखा के साथ–साथ पत्रिका के रचनाकारों का अभिनंदन करता हूँ।

आशा है पत्रिका का यह अंक उद्देश्यपरक, विविध सूचनाओं से परिपूर्ण तथा भाषायी सौहार्द का माध्यम बनेगा।

स्वदेश कुमार गर्ग
बीमा आयुक्त (राजभाषा)

संपादकीय

'पंचदीप भारती' के 15वें अंक को आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अपार संतोष हो रहा है। हर छह महीने बाद एक नया अंक तैयार करना, रचनात्मकता और उत्साह का संचार करता है। पत्रिका में प्रकाशनार्थ रचनाओं के लिए कार्मिकों को प्रेरित करना एक सतत प्रक्रिया है। मुझे खुशी होती है कि इस नाते वे हिंदी से जुड़ते हैं। वहीं दूसरी ओर जब अन्य निगम कार्मिक इस पत्रिका को पढ़ते हैं, तो उनमें हिंदी के प्रति अनुराग उत्पन्न होता है। स्पष्ट है कि यह पत्रिका अपने लक्ष्य की प्राप्ति की ओर अग्रसर है।

निगम कार्यालयों में हिंदी प्रयोग के लिए कार्मिकों के लगाव का ही परिणाम है कि अभी हाल ही में उत्तरी क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय–1 (दिल्ली), राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार की ओर से हमारे क्षेत्रीय कार्यालय, फरीदाबाद ('क' क्षेत्र) तथा क्षेत्रीय कार्यालय, चंडीगढ़ ('ख' क्षेत्र) दोनों को, संघ की राजभाषा नीति के श्रेष्ठ निष्पादन के लिए श्री राम नाईक, माननीय राज्यपाल, उत्तर प्रदेश ने प्रथम पुरस्कार से सम्मनित किया। निगम के लिए यह गौरव की बात है।

निगम मुख्यालय के राजभाषा प्रभाग का हमेशा यह प्रयास रहा है कि संपूर्ण निगम में संघ की राजभाषा नीति का अक्षरशः पालन हो। इसके अनुसरण में मुख्यालय की ओर से एक नया अनुदेश जारी किया गया है कि निगम के सभी 603 शाखा कार्यालयों में एक दैनिक हिंदी समाचार–पत्र तथा एक हिंदी पत्रिका खरीदी जाए। इससे हमारे कार्मिक, विशेषतः हिंदीतर भाषी क्षेत्र में, जहां हिंदी का चलन अपेक्षाकृत रूप से कम है, हिंदी भाषा की शब्दावली और इसके सरल वाक्य–प्रयोग को रुचिपूर्वक एवं सहजता से सीख पाएंगे।

सुधी पाठको, आपके पत्र हमें बहुत प्रेरित करते हैं। आपने पिछले अंक को सराहा है, धन्यवाद। यही हमारा संबल है। आपकी पसंद को ध्यान में रखते हुए ही वर्तमान अंक तैयार किया गया है। हालांकि, पत्रिका प्रकाशन संबंधी राजभाषा विभाग के निदेशों का भी समुचित अनुपालन सुनिश्चित किया गया है। हर बार की तरह, इस अंक में भी रचनाओं की इंद्रधनुषी छटा आपको देखने को मिलेगी। आशा है कि यह अंक आपके लिए मनोरंजक एवं ज्ञानवर्धक होगा।

इस पत्रिका के बारे में कृपया अपने बहुमूल्य सुझाव अवश्य प्रेषित करें। आपकी प्रतिक्रियाओं की सदैव प्रतीक्षा रहती है।

श्याम सुंदर कथूरिया

भारत का संविधान:
राजभाषा के संबंध में विशेष निदेश

डॉ. पन्ना प्रसाद
पूर्व संयुक्त निदेशक (राजभाषा)
मुख्यालय, क.रा.बी. निगम, दिल्ली

भारत के संविधान के भाग–17 में राजभाषा के संबंध में व्यापक रूप से विचार किया गया है। इसमें राजभाषा के रूप में हिंदी की स्थापना, उसकी प्रगति और प्रसार के लिए राजभाषा आयोग और राजभाषा संसदीय समिति का प्रावधान, राज्यों के सरकारी कार्यों में उसका प्रयोग, उच्चतम और उच्च न्यायालयों में उसके प्रयोग की सीमाएं एवं उसके सार्वदेशिक रूप के निर्माण के लिए मार्ग–निर्देश सभी कुछ विद्यमान हैं। यद्यपि संघ के समस्त कार्यों के लिए हिंदी और अंग्रेज़ी दोनों भाषाओं के प्रयोग का प्रावधान किया गया है और इसके साथ राज्यों को अपनी अलग राजभाषा बनाने और राज्य में उसका प्रयोग करने का भी निर्देश दिया गया है तथा आठवीं अनुसूची में देश की मुख्य भाषाओं को सूचीबद्ध भी कर दिया गया है, किंतु इस बहुभाषी देश में भाषा की समस्या तब भी पूरी तरह हल नहीं होती। इसके लिए संविधान में विशेष निदेश की व्यवस्था की गई है।

एक वेलफेयर स्टेट में जनता का कल्याण मुख्य विषय है। इसलिए प्रत्येक देशवासी को व्यथा के निवारण के लिए राजभाषा के प्रयोग संबंधी प्रतिबंध से छूट है। अनुच्छेद 350 में उल्लेख किया गया है कि "प्रत्येक व्यक्ति किसी व्यथा के निवारण के लिए संघ या राज्य के किसी अधिकारी या प्राधिकारी को, यथास्थिति, संघ में या राज्य में प्रयोग होने वाली किसी भाषा में अभ्यावेदन देने का हकदार होगा।"

उक्त उपबंध में सन् 1956 में सातवें संशोधन अधिनियम के द्वारा निम्न प्रकार दो और उपबंध जोड़े गए–

<u>अनुच्छेद 350 क</u> : प्राथमिक स्तर पर मातृभाषा में शिक्षा की सुविधाएं–प्रत्येक राज्य और राज्य के भीतर प्रत्येक स्थानीय प्राधिकारी भाषाई अल्पसंख्यक वर्गों के बालकों को शिक्षा के प्राथमिक स्तर पर मातृभाषा में शिक्षा की पर्याप्त सुविधाओं की व्यवस्था करने का प्रयास करेगा और राष्ट्रपति किसी राज्य को ऐसे निदेश दे सकेगा जो वह ऐसी सुविधाओं का उपबंध सुनिश्चित कराने के लिए आवश्यक या उचित समझता है।

<u>अनुच्छेद 350 ख</u> : भाषाई अल्पसंख्यक–वर्गों के लिए विशेष अधिकारी–

(1) भाषाई अल्पसंख्यक वर्गों के लिए एक विशेष अधिकारी होगा, जिसे राष्ट्रपति नियुक्त करेगा।

(2) विशेष अधिकारी का यह कर्तव्य होगा कि वह इस संविधान के अधीन भाषाई अल्पसंख्यक वर्गों के लिए उपबंधित रक्षोपायों से संबंधित सभी विषयों का अन्वेषण करे और उन विषयों के संबंध में ऐसे अंतरालों पर जो राष्ट्रपति निर्दिष्ट करे, राष्ट्रपति को प्रतिवेदन दे और राष्ट्रपति ऐसे सभी प्रतिवेदनों को संसद के प्रत्येक सदन के समक्ष रखवाएगा और संबंधित राज्यों की सरकारों को भिजवाएगा।

उपर्युक्त संशोधनों के द्वारा संविधान में भाषाई अल्पसंख्यकों के अधिकारों को सुरक्षित किया गया है। संविधान में अन्यत्र भी अल्पसंख्यक वर्गों के हितों को सुरक्षित रखने का प्रयास किया गया है। संस्कृति और शिक्षा संबंधी अधिकार पर विचार करते हुए अनुच्छेद 29 में उल्लेख है कि "भारत के राज्य क्षेत्र या उसके किसी भाग के निवासी नागरिकों के किसी अनुभाग को,

जिसकी अपनी विशेष भाषा, लिपि या संस्कृति है, उसे बनाए रखने का अधिकार होगा। और, राज्य द्वारा पोषित या राज्य–निधि से सहायता पाने वाली किसी शिक्षा संस्था में, प्रवेश से किसी भी नागरिक को केवल धर्म, मूलवंश, जाति, भाषा या इनमें से किसी के आधार पर वंचित नहीं किया जाएगा।" इस प्रकार सरकार ने सैंकड़ों भाषाओं वाले इस देश में कोई भी भाषा बोलने वाले अल्पसंख्यक वर्गों के हितों के संरक्षण का प्रावधान किया है। इसी प्रसंग के अंतर्गत अनुच्छेद 351 में हिंदी की प्रगति और प्रसार तथा उसके सार्वदेशिक स्वरूप का भी उल्लेख किया गया है–

"संघ का यह कर्तव्य होगा कि वह हिंदी भाषा का प्रसार बढ़ाए, उसका विकास करे, जिससे वह भारत की सामासिक संस्कृति के सभी तत्वों की अभिव्यक्ति का माध्यम बन सके और उसकी प्रकृति में हस्तक्षेप किए बिना हिंदुस्तानी में और आठवीं अनुसूची में विनिर्दिष्ट भारत की अन्य भाषाओं में प्रयुक्त रूप, शैली और पदों को आत्मसात करते हुए और जहां आवश्यक या वांछनीय हो वहां उसके शब्द भंडार के लिए मुख्यतः संस्कृत से और गौणतः अन्य भारतीय भाषाओं से शब्द ग्रहण करते हुए उसकी समृद्धि सुनिश्चित करे।"

इस अनुच्छेद में हिंदी के उसी रूप के निर्माण का संकेत है, जो संविधान निर्माताओं को अभीष्ट था। वस्तुतः यह हिंदी का भावी रूप था। इसमें हिंदी को विकसित करने के लिए सरकार को दिशा–निर्देश दिए गए हैं। यह वही हिंदी है जिसे राजभाषा कहा जाएगा और जो भारत की मिली–जुली संस्कृति की अभिव्यक्ति करने में सक्षम होगी। यह हिंदुस्तानी और भारत की अन्य भाषाओं, जिनका उल्लेख आठवीं अनुसूची में है, से रूप–रचना, पद–निर्माण और अभिव्यक्ति शैली लेकर भारत की सार्वदेशिक भाषा बनेगी। संविधान–निर्माताओं की यही इच्छा थी कि यह हिंदी भारत में ऐसी सर्वसामान्य भाषा के रूप में विकसित हो, जो सभी प्रदेशों के निवासियों को स्वीकार्य हो।

यहां एक बात ध्यान देने की है। भारत के संविधान के भाग 17 में स्वरूप की दृष्टि से हिंदी का दो बार उल्लेख हुआ है–एक अनुच्छेद 343 में, जहां लिखा है कि देवनागरी लिपि में लिखित हिंदी संघ की राजभाषा होगी और दो, अनुच्छेद 351 में, जो अष्टम अनुसूची की अन्य भाषाओं से आवश्यकतानुसार विशिष्टताएं ग्रहण कर सार्वदेशिक रूप धारण करेगी। निश्चित ही इससे हिंदी के दो रूप विकसित होने की संभावना है। इसमें एक उसका प्रांतीय रूप होगा, जो 343 में है, जिसमें शुद्ध हिंदी भाषा का स्वरूप अभिप्रेत है और दूसरा जो 351 में है, जिसमें उसका मिला–जुला सार्वदेशिक रूप है। एक, भाषा है, दूसरा, राजभाषा है। अनुच्छेद 343 में हिंदी का रूप आठवीं अनुसूची में परिगणित हिंदी के रूप से मिलता–जुलता है। अंतर केवल यही है कि आठवीं अनुसूची में परिगणित हिंदी में उसका साहित्य भी शामिल है। किंतु संविधान–निर्माताओं ने कभी हिंदी के इन रूपों के बारे में नहीं सोचा होगा। उनकी बस यही इच्छा थी कि राजभाषा हिंदी इस देश की सभी अन्य भाषाओं से शब्दों और शैलियों को इच्छानुसार ग्रहण करती रहे ताकि अन्य भाषा–भाषियों को यह हिंदी अपनी लगे, परिचित लगे, पराई और अनजानी न लगे, इसलिए कोई इसके विरोध का कारण न खोजे। इस हिंदी का अनुच्छेद 343 की हिंदी या आठवीं अनुसूची की हिंदी से कोई संघर्ष नहीं है। यह एक आमफहम भाषा है, जिसे सभी देशवासी समझेंगे और सुगमतापूर्वक व्यवहार करेंगे। अनुच्छेद 351, इसी हिंदी के निरंतर विकास का मार्ग प्रशस्त करता है। यह संविधान की भाषा–नीति का निर्धारण करता है। इसी के निर्देशानुसार हमें हिंदी के प्रगामी प्रयोग, अभिवृद्धि एवं विकास की दिशाएं निर्धारित करनी हैं। यही हिंदी के विषय में विशेष निदेश है।

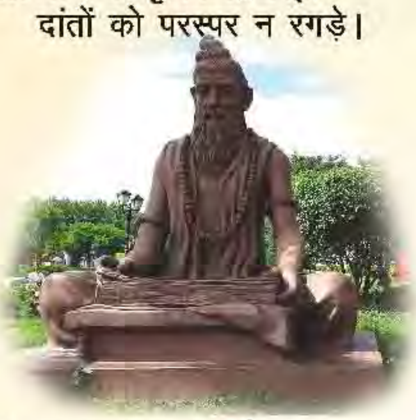
आचार्य चरक के अनुसार स्वास्थ्य नियमावली

संकलनकर्ता
डॉ. जी. प्रभाकर राव
उप चिकित्सा आयुक्त (भा.चि.प.)
मुख्यालय, क.रा.बी. निगम, दिल्ली

महर्षि चरक ने अपनी चरक संहिता के सूत्र स्थान में इंद्रियोपक्रमणीयम् अध्याय में मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य के लिए सूत्र रूप में नियमों का उल्लेख किया है। ये नियम इस प्रकार हैं :—

1. **नानृतं ब्रूयात।**
   असत्य भाषण न करें।
2. **नान्यस्वमाददीत।**
   अन्य के धन का अपहरण न करें।
3. **नान्यस्त्रियमभिलषेन्नान्यश्रियं।**
   परस्त्री की आकांक्षा न करें तथा अन्य की श्री (शोभा) सम्पदा की अभिलाषा न करें।
4. **न वैरं रोचयेत्।**
   किसी के साथ बैर (दुश्मनी) न रखें।
5. **न कुर्यात् पापं।**
   पाप न करें।
6. **न पापेऽपि पापी स्यात्।**
   पापकर्म में सहयोग देकर स्वयं भी पापी न बनें।
7. **नान्यदोषान् ब्रूयात्।**
   किसी के दोषों का वर्णन न करें।
8. **नान्य–रहस्यमागमयेत।**
   अन्य के रहस्य को प्रकट न करें।
9. **नाऽधार्मिकैर्न नरेन्द्रद्विष्टै सहासीत।**
   अधार्मिक तथा राजा के साथ द्वेष रखने वालों के साथ बैठक न रखें।
10. **नोन्मत्तैर्न पतितै र्न भ्रूण–हन्तृभिर्नक्षुद्रैर्न दुष्टैः।**
    मदोन्मत्त, पतित, भ्रूण हत्या करने वाले एवं दुष्ट लोगों के साथ उठना–बैठना न करें।
11. **न दुष्टयानानयारोहेत।**
    दुष्ट यान (सवारी) पर न चढ़ें।
12. **न जानुसमं कठिनमासनमध्यासीत।**
    जानु (घुटने) के समान ऊंचे तथा कठिन आसन पर न बैठें।
13. **नानास्तीर्णमनुपहितमविशालमसमं वा शयनं प्रपद्येत।**
    जिस गद्दी पर चादर न बिछी हो तथा अनुपयोगी तथा छोटी तथा विषम (ऊंची–नीची) शय्या पर शयन न करें।
14. **न गिरिविषममस्तके–ष्वनुचरेत्।**
    पहाड़ की ऊंची–नीची चोटी पर भ्रमण न करें।
15. **न द्रुममारोहेत्।**
    पेड़ के ऊपर न चढ़ें।
16. **न जलोग्रवेगमवगाहेत।**
    जिस नदी में जल बहने का वेग तेज़ हो, उसमें स्नान न करें या डुबकी न लगाएं।
17. **न कुलच्छायामुपासीत।**
    नदी के तट पर वृक्ष आदि की छाया में न बैठें।
18. **नाग्न्युत्पातमभितश्चरेत्।**
    अग्नि के लगने से उत्पन्न हुए उत्पात के चारों ओर भ्रमण न करें।
19. **नोच्चैर्हसेत्।**
    ज़ोर से अट्टहास न करें।
20. **न शब्दवन्तं मारुतं मुञ्चेत्।**
    शब्द करती हुई अपान वायु न छोड़ें।
21. **नानावृतमुखो जृम्हाई क्षवथुं हास्यं वा प्रवर्तयेत्।**
    बिना मुख ढके जम्हाई, छींक और हास्य न करें।
22. **न नासिकां कुष्णीयात्।**
    नासिका पर बार–बार हाथ से रगड़न या खुदाई न करें।

23. **न दन्तानृ विघट्टयेत्।**
दांतों को परस्पर न रगड़े।



24. **न नखान् खादयेत्।**
नाखुन न खाएं।

25. **नास्थीनभिहन्यात्।**
हड्डियों को या पैरों को एक दूसरे पर रखकर न रगड़ें, अथवा न चटकाएं।

26. **न भूमिं विलखेत्।**
अंगुली या हाथ से भूमि को न कुरेदें।

27. **न छिन्द्या–तृणं।**
वृक्ष, घास को न तोड़ें।

28. **न लोष्ठं मृद्यात्।**
मिट्टी के ढेले को भूमि या हाथ पर न रगड़ें।

29. **न विगुणमङ्गैश्चेष्टेत।**
शरीर के अंगों को टेढ़े–मेढ़े कर कोई विकृत चेष्टा न करें।

30. **ज्योतींष्यनिष्टममेध्यमशस्तं च नाभिवीक्षेत।**
आकाश में दिखने वाली तेज़ ज्योति या कोई चमकीली वस्तु, अनिष्ट, अपवित्र, अशस्त (या दूषित) वस्तु को न देखें।

31. **न हुं कुर्याच्छवं।**
रास्ते में या कहीं शव (मुर्दे) को देखकर 'हूं' शब्द न करें।

32. **न चैत्यध्वजगुरुपूज्याशस्तच्छायायामाक्रामेत।**
चैत्य (गांव के पीपल आदि) पूज्य वृक्ष, मंदिरों की ध्वजा, गुरु, पूजनीय मनुष्य, अप्रशस्त रोगी आदि की छाया को न लांघें।

33. **नक्षपास्वमरसदनचैत्यचत्वरचतुष्पथोपवनश्मशानाघातशनि न सेवेत्।**
रात्रि के समय में देवस्थान, चैत्यवृक्ष तथा चौराहे, उपवन, श्मशान एवं वधस्थल (फांसी देने के स्थानों) पर न जाएं।

34. **नैकः शून्यगृहं न चाटवीमनुप्रविशेत्।**
अकेला मनुष्य किसी शून्य गृह तथा अटवी (जंगल) में न जाए।

35. **न पापवृत्तान् स्त्रीमित्रभृत्यान् भजेत।**
पापाचार करने वाली स्त्री, मित्र और नौकरों से संबंध न रखें।

36. **नोत्त–मैर्विरुध्येत।**
उत्तम (सज्जन) मनुष्यों के साथ विरोध न करें।

37. **नावरानुपासीत।**
अपने से हीन मनुष्यों की संगति न करें।

38. **न जिह्मं रोचयेत्।**
कुटिलता को अच्छा न समझें।

39. **नानार्यमाश्रयेत।**
अनार्य (अश्रेष्ठ) व्यक्ति को सहारा न दें या उसका आश्रय न लें।

40. **न भय–मुत्पादयेत्।**
किसी के लिए सच्चा या झूठा भय उत्पन्न न करें।

41. **न साहसातिस्वप्नप्रजागरस्नानपानाशनानयासेवेत्।**
दुस्साहस तथा अधिक सोना, जागना, स्नान, पान और भोजन न करें।

42. **नोर्ध्वजानुश्चिरं तिष्ठेत्।**
बहुत देर तक घुटनों को ऊंचे उठाए न रखें।

43. **न व्यालानुपसर्पेद न दंष्ट्रिणो न विशाणिनः।**
सर्पों तथा डाढ़ वाले या सींग वाले जानवरों के पीछे न दौड़े।

44. **पुरोवातातपावश्यायाति प्रवाताञ्जह्यात।**
पुरोवात (पूर्वी हवा), धूप, अवश्याय (ओस) तथा अतिप्रवात (झंझावत) का सेवन न करें।

45. **कलिं नारभेत।**
किसी के भी साथ कलह (झगड़ा) न करें।

46. **नासुनिभृतोऽग्निपासीतं।**
निर्भय (निश्चिंत) होकर अग्नि का सेवन न करें।

47. **नोच्छिष्टः नाधैः कृत्वा प्रतापयेत्।**
उच्छिष्ट मुख तथा स्वयं को अग्नि को नीचे करके न तापें।

48. **नाविगतक्लमो नानाप्लुतवदनो न नग्नः स्नानमाचरेत् न स्नानशाट्या स्पृशेदुत्तमाङ्गं।**
शरीर की थकान बिना उतारे तथा आचमन बिना किए एवं नग्न होकर स्नान न करें, स्नानशाटी (स्नान करते समय पहनी धोती) से उत्तमाङ शिर, वक्षस्थल आदि को न पोंछे।

49. **ने केशाग्राण्यभिहन्यात्।**
सिर के भीगे बालों को हाथ से न फटकारें।

50. **नोपस्पृश्य ते एव वाससी विभृयात्।**
स्नान करने से पहले पहने हुए कपड़ों को स्नान करने के बाद न पहनें।

51. **नास्पृष्ट्वा न रत्नाज्यपूज्यं न मङ्गलसुमनसोऽभिनिष्क्रमेत्।**
रत्न, घृत, पूजनीय वस्तु या पूजा योग्य बड़े पुरुष, मांगलिक, नारियल गुड़ आदि पदार्थों को बिना छुए घर से बाहर न जाएं।

52. **न पूज्यमङ्गलान्यपसव्यं गच्छेन्नतराण्यनुदक्षिणम्।**
पूज्य पुरुष या वस्तुओं तथा मंगलमय पदार्थों को बाएं हाथ रखकर न चलें तथा अन्य अमंगलकारी वस्तुओं या पुरुषों स्त्रियों को दक्षिण करके भी न चलें।

जो व्यक्ति इन नियमों का पालन करता है, वह निश्चित रूप से अपने स्वास्थ का संरक्षण करता है।

क्या है पंचदीप भारती

उमाशंकर मिश्र,
पूर्व सहायक, उ.क्षे.कार्यालय
क.रा.बी. निगम, वाराणसी

ये चांद, ये सितारे, ये बादल
ये फिजायें, ये वादियां, ये खुला आसमान
इन अवयवों का साहित्य में होता है विकास
उसे उन्नति कहते हैं
और उपर्युक्त का वर्णन हो जिसमें व्यापक
उसे ही 'पंचदीप भारती' कहते हैं।
आसमान से गिरने वाली ओस की बूंदें
बादलों से बहिष्कृत बरसात की बूंदें
झमाझम बरसात की रिमझिम बूंदें
और शनैः–शनैः आसमान से धरती पर आने वाली बूंदें
इसे ही साहित्य में गति कहते हैं
इनका खूबसूरत वर्णन हो जिस खूबसूरत पत्रिका में
उसे ही 'पंचदीप भारती' कहते हैं।
न आग़ाज़ हो न समापन हो
न इति हो न जज़्बातों की श्रुति हो
अतुकांत कविताएं, गद्यात्मक कविताएं
रस–अलंकार–छंद विहीन कविताएं
इसे ही साहित्य की, काव्य की दुर्गति कहते हैं
संशोधन करके जो, किया जाए प्रकाशन
उसे ही 'पंचदीप भारती' कहते हैं।
उठेगा साहित्य का स्तर, स्पर्श करेगा आसमान को
उसे ही साहित्य की सदगति कहा जाएगा
अभिधा–लक्षणा–व्यंजना छापे मुस्कान के साथ।
उसे ही 'पंचदीप भारती' कहा जाएगा।

सूख रही हैं कलियां

डॉ. जे.के. डागर,
पूर्व निदेशक
क.रा.बी. निगम

मुरझाएं हैं सुमन चमन के, सूख रही हैं कलियां
मदहोश हुए इस बाग के माली, मना रहे रंग रलियां
मुरझाए हैं सुमन चमन के, सूख रही हैं कलियां...

अब बना तेज़ाब यहां जला रहा हर मूल,
कैसे बनेंगे बीज, ये सारे हुए नपुंसक फूल,
नहीं बचेगा वंश यहां न फल बनते न फलियां।
मुरझाए हैं सुमन चमन के, सूख रही हैं कलियां...

नन्हे मुन्ने खेल रहे हैं, देखो बम–गोली से,
बदबू आ रही है ये कैसी जन–जन की बोली से,
घर–घर में बारूद भरा है, थर्राती सब गलियां।
मुरझाए हैं सुमन चमन के, सूख रही हैं कलियां...

माँ बेटे पर करे मुकद्दमा वृद्धावस्था पेंशन की ख़ातिर
बेटे ने भी केस किया बेवजह टेंशन की ख़ातिर
खून के रिश्ते ऐसे हो गए जैसे कुत्ते–बिल्लियां
मुरझाए हैं सुमन चमन के, सूख रही हैं कलियां...

सुसंस्कृति को त्याग, नशे के आदी युवा सारे
जो खुद नैया में, छेद करें वह कैसे पार उतारे
गांव और खड़े हो गए अब, ज्यों कलकत्ते–दिल्लियां।
मुरझाए हैं सुमन चमन के, सूख गई हैं कलियां...

उम्मीद और विश्वास के साथ स्वास्थ्य का साथ

गगन मेहता,
निजी सचिव
मुख्यालय, क.रा.बी. निगम

जीवन के दो ऐसे भाव हैं, जो हर चीज़ प्राप्त करने के लिए पर्याप्त हैं। इसके बिना सफल होना लगभग असंभव है। वे कौन से गुण हैं? वे हैं–उम्मीद और विश्वास!

जी हाँ, उम्मीद ही वह शक्ति है, जो इंसान को नकारात्मक स्थिति में भी धीरज रखना सिखाती है और विश्वास वह उर्जा है, जो इंसान के जीवन में सफलता आकर्षित करती है। फिर चाहे वो अच्छा स्वास्थ्य हो, दौलत हो, मन की शान्ति हो, मधुर रिश्ते हों या मोक्ष। भौतिक और आध्यात्मिक सफलता का सारसूत्र है, उम्मीद और विश्वास।

अगर आपको आनंद की चरमसीमा छूनी है, अपनी सभी संभावनाएँ खोलनी हैं और स्वास्थ्यपूर्ण आनंदित जीवन बिताना है तो हर दिन स्वास्थ्य प्राप्ति के कदम उठाएँ। क्योंकि उम्मीद वक्त का सबसे बड़ा सहारा है, है उम्मीद तो हर लहर किनारा है।

उम्मीद रखते ही आपके मन में विश्वास जागृत होता है, विश्वास से उम्मीद और बढ़ने लगती है। आपने इस बात का बचपन में कई बार अनुभव किया होगा। याद कीजिए वह दिन, जब आपके इम्तिहान चलते थे। मानो, आपको गणित और विज्ञान विषय की पढ़ाई बहुत कठिन लगती थी। 'मैं फेल तो नही हो जाऊँगा, मुझे गणित में कितने अंक मिलेंगे ? ऐसी चिंता आपको सताती थी, मगर उतने में कोई ऐसा इंसान आपकी सहायता के लिए आता था, जो आपको कम से कम समय में गणित के सूत्र कंठस्थ करने का रहस्य बताता था। कई बार वह इंसान आपका बड़ा भाई, आपके माता–पिता, कोई टीचर या आपका कोई दोस्त होता था। एक बात तो निश्चित है कि कठिन सूत्र कंठस्थ करने का रहस्य जानकर इम्तिहान के एक दिन पहले आपके मन में अच्छे अंको से उत्तीर्ण होने की उम्मीद जगती थी जिससे विश्वास और भी दृढ़ हो जाता था और आप बड़े आत्मविश्वास से इम्तिहान देते थे। इसी विश्वास के कारण आपमें विज्ञान में भी अच्छे अंक पाने की उम्मीद प्रबल हो जाती थी। आप लगातार, बिना थके, बिना रुके पढ़ाई करते थे और परिणाम आपको साफ मालूम थे। आप दोनों कठिन विषयों में अच्छे अंक प्राप्त करते थे। इसलिए हमेशा याद रखें – **'उम्मीद रखने से विश्वास टिकता है और विश्वास टिकते ही उम्मीद और बढ़ जाती है।**

जीवन के इम्तिहान में भी इंसान को कई घटनाओं और समस्याओं का सामना करना पड़ता है। एक इम्तिहान होते ही दूसरी कठिन समस्या उसका इंतज़ार करती है। आर्थिक समस्याएँ उसे अशांत एवं अस्वस्थ बनाती हैं या कभी पारिवारिक समस्याएँ उसका जीवन बंजर भूमि की तरह बना देती हैं। कभी बीमारियों की वजह से इंसान परेशान हो जाता है तो कई बार मनमुताबिक प्राप्ति न होने पर नाराज़ होता है। मगर नाराज़ क्या जानेगा राज़? ना–राज़ इंसान सफलता का राज़ कभी जान ही नही सकता क्योंकि सफलता प्राप्ति का पहला पायदान है 'उम्मीद'। मृत्यु से जूझ रहा इंसान भी पुनः जीवन प्राप्त कर सकता है, अगर उसके मन में जीने की उम्मीद जगी है तो।

विश्व की तमाम सफलताओं का सार उम्मीद और विश्वास ही है। अगर आपके मन में उम्मीद है तो आपको अंधेरे में भी प्रकाश की किरण दिखाई देगी। जहाँ विश्वास का अस्तित्व है, वहाँ साक्षात् स्वर्ग का निर्माण हो सकता है और जहाँ विश्वास नहीं है, वहाँ केवल दुखद भावना का ही वास होता है। जो पूर्णरूप से विश्वास रख पाते हैं, वे सकारात्मक ऊर्जा और पूर्णता

की भावना से लबालब भर जाते हैं। वे प्रेम, आनंद, शांति, समृद्धि, परमसंतुष्टि जैसे दिव्य गुणों की वर्षा में भीग जाते हैं और उनका पृथ्वी पर आने का उद्देश्य भी सफल हो जाता है। क्योंकि शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, आर्थिक और आध्यात्मिक जीवन के सभी स्तरों पर यह नियम सक्रिय है कि "उम्मीद रखने से विश्वास बढ़ता है और विश्वास रखने से ही आपको परिणाम प्राप्त होते हैं।"

सुबह उठते ही आपके मन ने कहा, 'आज मौसम बहुत खराब है। आज बहुत थकावट और सुस्ती महसूस हो रही है। अब अगर यह विश्वास आपके अंतर्मन में पक्का हुआ है तो ज़ाहिर सी बात है कि आज आप पूरे दिन थकावट और सुस्ती ही महसूस करेंगे। हालाँकि मौसम खराब होने के बावजूद अन्य लोगों का दिन बहुत ही तरोताज़ा और उत्साह से भरा होगा। मगर केवल आपका ही दिन इसलिए खराब गया क्योंकि आपके अंदर ऐसा विश्वास निर्मित हुआ। इसी विश्वास ने आपके अंदर सुस्ती और थकावट की भावना जगाई। अन्य लोगों के अंदर जैसा विश्वास था, वैसा ही उन्होंने महसूस किया।

यह नियम बहुत ही सरल है। यदि आपके अंदर यह विश्वास है कि आपके जीवन में स्वास्थ्य आ सकता है तो ही आप अपने आपको स्वस्थ महसूस करेंगे। इसलिए इन पंक्तियों का रोज़ाना मनन करें –

1 मैं स्वस्थ हूँ, तंदरुस्ती का आंनद ले रहा हूँ।
2 मैं सही वक्त पर सही मात्रा में भोजन लेता हूँ।
3 मेरा स्वस्थ शरीर मुझे उच्चतम अभिव्यक्ति करने में मदद कर रहा है।
4 मैं ईश्वर की दौलत हूँ, कोई भी बीमारी मुझे छू तक नही सकती।
5 अब स्वयं को शाबाशी देते हुए अपना नाम लेकर विश्वास से कहें 'तुम्हे स्वस्थ, चुस्त, तंदरुस्त, खुशहाल शरीर बहुत–बहुत मुबारक!

सुबह उठते ही अखबारों में होनेवाली नकारात्मक खबरें पढ़कर 'विश्व में कभी शान्ति नही आ सकती'। इस बात पर कुछ लोग विश्वास रखते हैं और स्वयं के अंदर 'अशांति की भावना' महसूस करते हैं। वहीं दूसरी ओर कुछ लोग 'आज मुझसे दिनभर में बड़े काम होने वाले हैं'। यह विश्वास रखकर उत्साह और ताज़गी की भावना महसूस करते हैं। 'लोग मेरी मदद नही करते' ऐसा विश्वास रखकर कुछ लोग असहयोग की भावना महसूस करते हैं तो कुछ लोग 'मेरे जीवन में सच्चे और अच्छे लोग हैं' इस विश्वास से 'सहयोग' की भावना महसूस करते हैं। 'पैसा कमाना बहुत कठिन है', इस विश्वास से जीनेवाला इंसान हमेशा 'अभाव' की भावना महसूस करता है। वहीं दूसरी ओर 'मेरे जीवन में सब कुछ भरपूर है' यह विश्वास इंसान के अंदर 'परिपूर्णता' का भाव लाता है।

कहने का अर्थ यह है कि हर इंसान किसी–न–किसी बात की उम्मीद करता है और किसी–न–किसी बात पर 'विश्वास' रखकर, वैसी ही भावना का निर्माण करता है। इस पृथ्वी पर हर इंसान का जीवन अलग है क्योंकि हर इंसान के अंदर होनेवाला विश्वास अलग है।

सफल होना किसी के लिए बहुत सहज है तो किसी के लिए यह बहुत कठिन और दुःखद है, क्योंकि दोनों के अंदर का विश्वास अलग है। भगवान बुद्ध, भगवान महावीर, संत ज्ञानेश्वर, संत तुकाराम जैसे आध्यात्मिक महापुरुष हों, महात्मा गांधी, नेल्सन मंडेला जैसे नेता हों या मदर टेरेसा जैसी संत, हर महान व्यक्तित्व ने पहले परम सफलता पर विश्वास रखा और उसी भावना में रहते हुए महान कार्य किए। उन सभी के जीवन की नींव थी 'उम्मीद और विश्वास!

तो क्या आप भी अपने जीवन में खुलकर, खिलकर जीना चाहते हैं? तो आज से, अभी से, उम्मीद और विश्वास का दामन थामकर जीवन में आगे कदम बढ़ाएँ, विश्व का हर कार्य संभव होगा और आपकी उम्मीद और विश्वास की हर पल जीत होगी !

जीवन

डॉ. अजय कुमार शर्मा
प्रवर श्रेणी लिपिक
क.रा.बी.निगम आदर्श
अस्पताल, बापू नगर, गुजरात

सतत और निरन्तर है ये जीवन,
श्वास और स्पंदन है ये जीवन,
अपनत्व का अहसास है ये जीवन,
असीमित आकाश है ये जीवन।
हर मंज़िल को हमको है पाना,
तभी तो हर प्रयास है ये जीवन,
खुद की खुद से हो जान–पहचान,
स्व–प्राप्ति का हर प्रयास है जीवन।
आसमान अति विशाल–दुर्जेय,
क्षितिज छूने की चाह है ये जीवन,
कोशिश करने वाले कभी ना हारे,
इस सत्य का आभास है ये जीवन।
बाट तो है अति दुष्कर चलने को,
बाट पर विजय प्रवास हैं जीवन,
जीत ही नहीं, हार भी है समक्ष,
जीत पाने का विश्वास है जीवन।
बचपन की सहज–सुलभ सरलता,
जवानी की मतवाली उमंग भरी हिलोर,
अधेड़ उम्र ज़िम्मेदारी, सामाजिक संस्कार,
बुढ़ापे में आशीर्वाद, प्यार है जीवन।
जीवन में आएँगी कठिनाइयाँ अवश्य ही,
बार–बार हिचकोले खाएंगी भावनाएं हर पल,
इन सब को परास्त करते जाने और
विजय पताका फहराने का नाम है जीवन।

नारी

डॉ. संजय वंश, विशेषज्ञ
क.रा.बी.निगम अस्पताल
आई.एम.टी, मानेसर

हर काम में रहते तत्पर हम, शिक्षा भोजन फिर क्यों कम।
उद्योगों में, खेलों में भी, दिखलाते हैं अपना दम ।।
घर के लोगो क्यों डरते हो, तुम मेरी किलकारी से ।
अंग्रेज़ी सेना कांप उठी थी, एक अकेली नारी से ।।
डर कर समाज में रहना क्यों, कष्टों को अब भी सहना क्यों।
जो खुद को हो न पसंद, वो शब्द किसी को कहना क्यों।।
नर–नारी सब है समान, है सत्य इसे स्वीकार करो।
जीवन है एक कर्मयोग, सोचो और विचार करो।।
फिर भी पशुवत खबरें प्रतिदिन, पेपर हमें सुनाते हैं।
ना सोच बदलते हम अपनी, औरों को दोष लगाते हैं।।
शिक्षा से शिखर पर जाना है, और सुन्दर समाज बनाना है।
शोषण वाली कुरीतियों को, कानून से मार भगाना है।।

हिंदी साहित्यकार : रवीन्द्र कालिया

एस.सी. गुप्ता
पूर्व उप निदेशक
क.रा.बी. निगम

हिंदी साहित्य–पद्य–साहित्य और गद्य–साहित्य से मिलकर बना है। हिंदी साहित्य में लघु कहानी, कहानी, उपन्यास, व्यंग्य संस्मरण, शब्दचित्र, रेखाचित्र व रिपोर्ताज आदि साहित्य की नई विधाएं हैं। हिंदी गद्य साहित्य में जन गद्य–साहित्य के चार स्तंभो–मोहन राकेश, राजेन्द्र यादव, मन्नू भंडारी और कमलेश्वर की चर्चा होती है, तब उनके समकालीन साहित्यकार रवीन्द्र कालिया को भी याद किया जाता है। सुप्रसिद्ध साहित्यकार श्री रवीन्द्र कालिया का जन्म 11 नवम्बर, 1938 को जालंधर, पंजाब में हुआ था। घर का वातावरण बहुत शुद्धतावादी था, उन पर समय–समय पर सनातन धर्म, आर्य समाज और जैन धर्म का प्रभाव रहा है, घर में शराब और सिगरेट से दूर–दूर तक सरोकार नहीं था, कालिया के नाना–नानी कर्मकाण्डी ब्राह्मण थे, प्याज तक से परहेज करते थे, बड़े भाई की वैचारिक यात्रा वामपंथ से शुरू हुई थी। कनाडा में जाकर उसकी परिणति अध्यात्म में हुई, वह आज तक मांस–मछली और मदिरा से छत्तीस का रिश्ता कायम किए हुए हैं, चाहे तापमान शून्य से कितना ही नीचे क्यों न चला जाए। कालिया का मन इस शुद्धतावादी न आध्यात्मवादी वातावरण से बगावत करने लगा, जो उम्र के तकाज़े की मांग थी, उनमें एक बदलाव आता चला गया और वे भीगते–भीगते सिगरेट फूंकने लगे और सिगरेट से दोस्ती कर ली। इस वातावरण में जीते–जीते वे शराब पीने का मंच तैयार करने में जुट गए। यह समय भ्रष्टाचार का प्रसव काल था, समाज में विषमता, बेगानापन, अजनबीपन और स्वार्थ था, लोलुपता की कमी नहीं थी। सत्ता, पूंजी स्वार्थरकता और लोलुपता की मैराथन दौड़ शुरू हो चुकी थी। पुराने मूल्य तेज़ी से ध्वस्त हो रहे थे और नए मूल्यों का विकास नहीं हो पा रहा था, उन्हें कोई स्वरूप नहीं मिल पा रहा था। समाज में एक परिवर्तन आ रहा था, वातावरण में एक सामाजिक विषमता थी, सामाजिक बुराइयों का एक प्रदूषण तैयार हो रहा था। सपने देखने वाली आंखें अंधी होती जा रही थीं। लाइसेंस, परमिट की बंदरबाट ने समाज में असमानता की दीवारें खड़ी कर दी थी। स्वाधीनता सेनानी त्याग व बलिदान की कीमत वसूलने में व्यस्त हो गए थे, आज़ादी के दीवाने सत्ता के दीवाने हो रहे थे, आज़ादी ने जो सपने बुने थे, वे आँखों के सामने चकनाचूर हो रहे थे। कालिया की किशोरावस्था की सिगरेट व बीयर की दोस्ती ने अब रफ्तार पकड़ ली थी, बीयर का स्थान अब शराब ने ले लिया था। कालिया ने अपना ग्रेजुएशन पंजाब यूनिवर्सिटी से किया था। लेखन में उनकी रुचि शुरू से ही थी, जो कहानी, संस्मरण और उपन्यासों में पल्लवित पुष्पित होती रही, आरंभ में वे अपने साहित्य में आदर्शोन्मुख यथार्थवादी रहे तत्पश्चात् वे यथार्थवाद और अति यथार्थवाद की ओर बढ़ते रहे। शराब उनकी सहचरी बन चुकी थी और जीवन–सहचरी की तलाश में वे रहने लगे। एक बार वे किसी कॉन्फ्रेंस में चंडीगढ़ गए थे, वहां उनकी मुलाकात सुश्री ममता से हुई, बात–चीत का सिलसिला शुरू हुआ, सिलसिला दोस्ती में बदलने लगा, वे एक बस से घर वापस लौटे, आगे मिलना–जुलना शुरू हुआ, कई मुलाकातों के बाद दोस्ती अपने चरम बिंदु पर पहुँचने लगी। उन्हें अब लगने लगा कि अब उन्हें शादी कर लेनी चाहिए। अंततः उनकी शादी हो गई। उनके जीवन में एक निश्चिंतता

आ गई। श्रीमती ममता के अनुसार "रवीन्द्र अपनी रचनाओं में प्रगतिशील और यथार्थवादी थे"। ममता जी ने बताया कि "जब वह घर में बात–चीत में अंग्रेज़ी बोलती थीं तो रवीन्द्र कहते थे कि यह नौकरी वाली भाषा नहीं चलेगी।"

इसके बाद साहित्य–कहानी संग्रह, उपन्यास, संस्मरण व व्यंग्य व संपादन का सफर शुरू हुआ। उनके साहित्य का केंद्र था–स्त्री पुरुष के बीच संबंध। वे इन संबंधों में आदर्शोन्मुख यथार्थवाद से लेकर अति यथार्थवाद तक सफर तय करते थे। इसी बीच वे लंबी बीमारी पर चले गए, घर की देखभाल व प्रबंधन ममता जी के पास चला गया। इस बीमारी में आत्मन्वेषण व आत्मनिरीक्षण शुरू हुआ जो काफी लंबा रहा। इस सफर में घर की ज़िम्मेदारियां ममता जी, उनकी पत्नी के हिस्से में चली गईं। सही मायनों में समझो तो उनकी पत्नी ने उन्हें घर की ज़िम्मेदारियों से मुक्त कर दिया। यह कालिया जी की चिंता का विषय नहीं था कि घर में राशन है या नहीं, बच्चों की फीस समय पर जा रही है या नहीं, उन्हें अगर कोई चिंता रहती थी तो केवल प्रेस में काम करने वालों के बोनस की, कर्ज़ की किस्तों के भुगतान की, बिजली, टेलीफोन और स्याही के बिल की। उनके अपने व्यक्तिगत खर्चे इतने बढ़ गए थे कि वह घर गृहस्थी के बारे में सोच ही नहीं सकते थे। चालीस–पचास रुपये रोज़ तो उनकी सिगरेट का खर्च था, और शराब का खर्च इससे भी कहीं ज़्यादा। इस तरह तंगहाली का माहौल बना रहता था। वे सुरापान के अलावा हर चीज़ में कटौती कर सकते थे। सुरापान जीने के निजी विष का स्थान ले चुकी थी। उनकी सारी ऊर्जा इन्हीं चीज़ों की व्यवस्था करने में चुक जाती थी। सुबह से शाम तक वे बैल की तरह प्रेस के कोल्हू में जुते रहते थे, फिर भी पूरा न पड़ता तो दूसरे तरीके अपनाते थे। यह हालात थे कि उनकी माँ अपनी दवाई के पैसे देती थीं और वे निःसंकोच ले लेते, वक्त–बे–वक्त ज़रूरत पड़ने पर उनके हिसाब–किताब में गड़बड़ी भी कर लेते। अपनी बूढ़ी माँ के झुर्रियों भरे चेहरे के बीच अपनी बीमारी की रेखाएं देखते तो करवट बदल लेते। वे जब से बीमार पड़े थे तो उनके पास ही सोते थे। सुबह उठते तो मां कहतीं–"कितने कमज़ोर हो गये हो। रात भर में एक बार भी करवट नहीं बदलते हो, जिस करवट सोते हो रात भर उसी करवट पड़े रहते हो"। सही मायनों में देखा जाए तो करवटें बदलने की भी एक उम्र होती है। एक उम्र ऐसी होती है, किसी करवट आराम नहीं मिलता। बीमारी के दौरान उनकी माँ की पूरी चेतना उन पर केंद्रित थी। वह अपनी तकलीफों को भी भूल गई थीं। कालिया को बाद में बार–बार अहसास होता होगा कि यह उन्हीं का आशीर्वाद था कि वे मौत के मुँह से लौट आए। बीमारी से लौटने के बाद वे एक परिवर्तन महसूस कर रहे थे। देखते–देखते उनकी दुनिया बदल गई। उनका सूरज बदल गया। उनके चाँद–सितारे बदल गये। उनकी पूरी दुनिया बदल गई। दोस्त बदल गए। प्रेमिकाएं बदल गईं। उनके डिनर के दोस्त, लंच या नाश्ते के दोस्त बदल गए। अब राजा बेटा किस्म के दोस्तों के साथ ज़्यादा समय बीतने लगा था उनका। शरीफ, ईमानदार और वफ़ादार दोस्तों के बीच उनका दम घुटता था। हमप्याला दोस्तों के बीच जो बेतकल्लुफी और घनिष्ठता विकसित हो जाती है। वह हमनिवाला दोस्तों के बीच संभव नहीं है। एक औपचारिकता, एक बेगानापन, एक फासला बना रहता है। वास्तविकता यह थी कि अब भी उनका मन शराबियों के बीच ही अधिक लगता था। छह महीने के स्वास्थ्य लाभ के बाद वे इस लायक हो गए कि शहर से बाहर निकलने लगे। सबसे पहले उनका लखनऊ जाना हुआ। सन् 1997 में देशभर से साथी रचनाकार इकट्ठे हुए थे। सब लोगों से साक्षात्कार हुआ, मुलाकात हुई। एक बदले हुए कालिया थे। सागरोमय उनके हाथ में था। मगर मयगुसार की हैसियत से नहीं, एक साकी की हैसियत से। पहले गोष्ठियां हुईं, इसके बाद उन्होंने साथी कलाकारों की पेशेवर तरीकों से खिदमत की। किसी का गिलास खाली नहीं रहने दिया। सबके प्याले पर उनकी नज़र थी। यह उनका रोमांचक अनुभव था।

गेस्ट हाउस का कमरा लेखकों से ठसाठस भरा हुआ था। श्री लाल शुक्ल हो या श्री राजेन्द्र यादव, श्री दूधनाथ सिंह हो या श्री कामना नाथ, श्री विभूति नारायण राय, श्री संजय खाती, श्री वीरेन्द्र यादव और श्री अखिलेश आदि नई पीढ़ी के तमाम कलाकार वहाँ मौजूद थे। वास्तव में अलग–अलग लोग, अलग–अलग कारणों से पीते हैं, जबकि समान कारणों से मदिरापान के गुलाम हो जाते हैं। ऐसा फंसते हैं कि जीते जी उसके चंगुल से निकल नहीं पाते, इस अंधे कुंऐ से। आदमी उल्लास में पीता है, विलास में पीता है, शोक में पीता है, संताप में पीता है। मदिरापान स्टेटस सिंबल भी है और तोहमत भी। व्यवसाय के लिए अभिशाप भी है और वरदान भी। कभी–कभी मदिरापान के दौरान बड़े कांट्रेक्ट हो जाते हैं, वारे–न्यारे हो जाते हैं और इसी मदिरा के कारण लोगों को कुर्क होते देखा है, बर्बाद होते देखा है। सच यह है पीने वाले को कोई न कोई बहाना चाहिए और उसे पीने का बहाना मिल ही जाता है। सन् पचपन–छप्पन के आसपास भ्रष्टाचार का प्रसव–काल था, इस प्रसव काल में उनका परिचय श्री मोहन राकेश से हुआ। उन दिनों श्री उपेन्द्र नाथ अश्क के छोटे भाई श्री नरेन्द्र शर्मा कम्युनिस्ट पार्टी की जालन्धर शाखा के सचिव थे। कालिया के बड़े भाई पार्टी के कार्ड होल्डर हो गए तो श्री नरेन्द्र शर्मा का उनके यहां आना–जाना शुरू हो गया। कालिया के पिता उनके बड़े भाई की राजनैतिक सक्रियता से परेशान रहते थे। वह कम्युनिस्ट पार्टी के आंदोलन का दौर था, श्री नरेन्द्र शर्मा के जाने के बाद घर में अक्सर कलह रहता था। नरेन्द्र शर्मा जी पर प्रशासन की कड़ी नज़र थी और खुफिया पुलिस ने भाई को भी चिह्नित कर लिया था। खुफिया विभाग में तैनात पिताजी के एक पूर्व छात्र ने इसकी सूचना दी तो वे आग बबूला हो गये। कालिया की श्री नरेन्द्र शर्मा में इसलिए दिलचस्पी थी कि वे अश्क जी के भाई थे। अश्क जी के कथा साहित्य में जालंधर की गलियां गूंजती थी। उनके कथा साहित्य की दुनिया कालिया को अति आत्मीय और परिचित लगती थी।

कालिया के लेखन का आधार स्त्री–पुरुष संबंध है, जो यथार्थवाद से लेकर अति यथार्थवाद का सफर करता है।

कहानी संग्रह : नौ साल छोटी पत्नी, काला रजिस्टर, गरीबी हटाओ, बांके लाल, गली कूचे, चकैया नीम, सत्ताइस साल की उम्र तक, ज़रा सी रोशनी।

उपन्यास : खुदा सही सलामत है, ए बी सी डी, 17 सनडे रोड।

संस्मरण : स्मृतियों की जन्मपत्री, कामरेड, मोनालिजा, सृजन के सहयात्री, गालिन घुटी शराब, रवीन्द्र कालिया के संस्मरण।

व्यंग्य : राग मिलावट मालन्याँस, नींद क्यों रात भर नहीं आती।

संपादन : वागर्थ, नया ज्ञानोदय, गंगा जमुना वर्ष (प्रख्यात कथाकार पर एकाग्र) मोहन राकेश संचयन

उनके साहित्य का मूल्यांकन इस प्रकार है–

हिंदी कहानी की कोई भी चर्चा रवीन्द्र कालिया के बिना पूरी नहीं हो सकती है। उनका उपन्यास "खुदा सही सलामत है" भी बिना शक हिंदी के श्रेष्ठ उपन्यासों में से एक है। उनकी संस्मरणात्मक किताब ग़ालिब छूटी शराब बहुचर्चित अमर कृति है। हिंदी साहित्य में उनकी दूसरी मिसाल मुश्किल है, यह उनकी विशेषता थी कि दर्जनों युवा रचनाकारों को वे न सिर्फ पहली बार सामने लाए वरन ज्ञानपीठ में रहते उनकी किताबें भी छापी। उनका पूरा साहित्य उनकी इन्हीं विशिष्टताओं का दस्तावेज़ है। इसके अतिरिक्त वे ज्ञानपीठ के निदेशक भी रहे। उन्हें गुर्दे खराब होने के कारण सर गंगाराम अस्पताल, दिल्ली में भर्ती कराया गया तथा शनिवार दिनांक 09.01.2016 को दोपहर 3.30 बजे उनका निधन हो गया था। वे 77 वर्ष के थे। कालिया का पार्थिव शरीर रविवार सुबह उनके क्रॉसिंग रिपब्लिक स्थित आवास अंसल सुशांत एक्वायोलिस में रखा गया, अंतिम संस्कार

लोधी रोड पर दोपहर 1:00 बजे किया गया। हिंदी के सुप्रसिद्ध साहित्यकार एवं भारतीय ज्ञानपीठ के पूर्व निदेशक रवीन्द्र कालिया को साहित्य जगत और उनके प्रशंसकों ने अश्रुपूर्ण नेत्रों के साथ अंतिम विदाई दी। रविवार को लोदी रोड शवदाह गृह में दोपहर 1:30 बजे उनके पुत्र ने मुखाग्नि दी। अंतिम संस्कार के समय उनकी पत्नी वरिष्ठ साहित्यकार श्रीमती ममता कालिया, अशोक वाजपेयी जी, चित्रा मुदगल जी, पुरुषोत्तम अग्रवाल जी, विभूति नारायण राय जी, इतिहासकार लाल बहादुर वर्मा जी और गज़लकार आलोक वर्मा जी सहित साहित्य और कला की तमाम नामचीन हस्तियां मौजूद थीं। कालिया के निधन पर साहित्य जगत की ओर से मंगलवार को दक्षिणी दिल्ली स्थित चिन्मय मिशन में शोक–सभा का आयोजन किया गया। इस दौरान संपादन सहित, साहित्य की विभिन्न विधाओं में कालिया के अप्रतिम योगदान को रेखांकित कर उन्हें को श्रद्धांजलि दी गई। इन नामचीन हस्तियों ने यह महसूस किया कि कालिया के निधन के साथ हिंदी कहानी के सबसे ऊर्जावान काल–खंड का एक और स्तम्भ ढह गया। उनकी पत्नी वरिष्ठ साहित्यकार श्रीमती ममता कालिया ने अपने दाम्पत्य व व्यक्तिगत जीवन के अनुभवों को इस प्रकार व्यक्त किया–"पत्रकार व पत्रिकाओं द्वारा रविन्द्र साहित्य का खिलाड़ी माना गया। मगर मैं उनको साहित्य का अनाड़ी ही मानती हूं। जब–जब रवि रचनात्मक लेखन से हटकर साहित्यिक पत्रकारिता में हाथ आज़माते, मैं उनके लिए फिक्रमंद हो जाती। साहित्य की पत्रकारिता दिन पर दिन पेचीदा बनती जा रही थी। वक्ता का अनुमान किए बगैर अपने पत्ते खोल देने का खामियाज़ा उन्होंने एक बार नहीं, कई बार उठाया, मेरे समझाने पर वे और ज़्यादा अड़ियल हो जाते। मैं मन ही मन ग़ालिब को याद कर पीछे हट जाती, "या रब वो न समझे हैं न समझेंगे मेरी बात, दे और दिल उनको जो न दे मुझको ज़बां"। रवि को हस्तक्षेप बिल्कुल नापसंद था, जीवन में लेखन में, संपादन में। अजब आज़ाद तबीयत पाई थी इस इंसान ने। पहले जीने में मनमानी की, फिर बीमार पड़ने में, इलाज में मनमानी जानलेवा साबित हुई। मेरे मन में किंतु–परंतु की एक लंबी लाइन छोड़ गए। उनके पसंदीदा शायर फैज़ याद आते हैं–"जिस धज से कोई मकतल में गया, वो शान सलामत रहती है"। जीते जी हमें लाख शिकायत हों, लेकिन अनुपस्थित साथी से कहीं ज़्यादा शिद्दत से मोहब्बत की जा सकती है। वह बात–बात में मुझे चिढ़ाने वाला, खिझाने वाला कहीं दूर जाकर बैठ गया।" साहित्य अकादमी के अध्यक्ष श्री विश्वनाथ तिवारी ने कहा कि "कालिया के निधन से समकालीन हिंदी साहित्य को गहरा आघात लगा।" लीलाधर मंडलोई, चित्रा मुदगल ने निधन पर शोक जताया। उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री श्री अखिलेश यादव ने निधन पर दुःख व्यक्त किया। अन्य अर्पित प्रमुख श्रद्धांजलियां इस प्रकार हैं–

"कालिया जितने बड़े कथाकार संस्मरणकार थे, उससे भी ज़्यादा बड़े सम्पादक थे"–काशीनाथ सिंह साहित्यकार।

"मेरे लिए इस दुःख की छाया का कोई अंत नहीं है। उसको भुलाना संभव नहीं है। एक खिलखिलाता हुआ चेहरा हमेशा के लिए खो गया"–दूधनाथ सिंह साहित्यकार।

"एक बहुत बड़ा खिलंदड़ शख्स चला गया, साहित्य के लिए यह एक अपूरणीय क्षति है। हम चार यारों जैसा दोस्तों का समूह हिंदी साहित्य में दूसरा कोई नहीं मिलता"–ज्ञानारंजन साहित्यकार।

"वह बहुत ही ज़िंदादिल, यारबाश और युवा लेखकों के मददगार साहित्यकार थे"–अशोक वाजपेयी।

समग्रतः रवीन्द्र कालिया ने कहानी, संस्मरण व उपन्यास आदि साहित्य की विभिन्न विधाओं के संपादन में अप्रतिम योगदान दिया। साहित्य जगत में उन्हें अपनी स्वीकारोक्ति, बेबाकी और साफगोई के लिए जाना जाएगा।

पाप की कमाई की रोटी

संकलनकर्ता
साक्षी कत्याल, सा.सु. अधिकारी
मुख्यालय, क.रा.बी. निगम

यह कथा गुरु नानक देव के समय की है। यह एक बहुत प्रचलित व प्राचीन कथा है। गुरु नानक देव जी अपने भक्त मरदाना के साथ घूमते–घूमते ऐमनाबाद में एक निर्धन बढ़ई के घर रहने लगे। यह बात ऐमनाबाद के धनाढ्य व्यक्ति मलिक भागो को पता चली। वो भागा–भागा गुरुजी से मिलने आया और उसने गुरु जी को अपने घर भोज का निमंत्रण दिया। निमंत्रण के बावजूद गुरुदेव उसके घर भोजन खाने नहीं गए तो वो भागा–भागा गुरुजी के पास गया और उन्हें अपने घर ले गया। वहां भागो गुरु नानक देव से भोजन करने का आग्रह करने लगा तो गुरु जी ने साफ इंकार कर दिया। गुरुजी ने भाई लालों की तरफ मुड़कर कहा कि वो अपने घर से रूखी–सूखी रोटियां ही ले आएं, तब उन्होंने, उनके शिष्यों और वहां उपस्थित संगत में सभी ने भाई लालों की लाई रोटियां खाईं। यह देख मलिक भागो ने गुरु जी से विनम्रतापूर्वक से हाथ जोड़कर कहा, इतने स्वादिष्ट भोजन को छोड़ आप एक शूद्र निर्धन बढ़ई के घर की बनी रूखी–सूखी रोटियां खा रहे हैं, यह बात कुछ समझ नहीं आई। गुरु नानक जी ने कहा "मैं तुम्हारा स्वादिष्ट भोजन नहीं खा सकता" ऐसा कहकर गुरु जी ने एक हाथ में मलिक भागो के घर की बनी पूड़ियां व दूसरे हाथ में भाई लालों की रूखी–सूखी रोटियां ली और दोनों को दबाया। पूड़ियों से रक्त व रोटियों से दूध बहने लगा। सभी यह दृश्य देखकर आश्चर्यचकित हो गए। तभी गुरु जी मलिक भागो की तरफ देखकर बोले, तुमने गरीब किसानों, मजदूरों से जबरदस्ती इस भोज की सामग्री इकट्ठी की है, लेकिन भाई लालों ने अपनी खून–पसीने व ईमानदारी से कमाए गए अन्न से रोटियां बनाई हैं इसलिए इनसे दूध की धार बह रही है। भला, मैं वह भोजन कैसे ग्रहण कर सकता हूं, जिसे गरीबों के खून से तैयार किया गया हो। उनका इतना कहते ही मलिक भागो का ह्रदय परिवर्तन हो गया।

शब्दों की शक्ति

श्री समर्थ वर्मा,
प्र.श्रे. लिपिक, उ० क्षे० कार्यालय
क.रा.बी. निगम, अंबाला

जो शब्द हम लिखते व बोलते हैं वे हमारे मस्तिष्क की सोच को हस्तांतरित करते हैं। किसी भी व्यक्ति को यदि जानना हो तो उसका सबसे अच्छा तरीका है, उसे बोलते हुए सुनना, यह जानना कि वह क्या पढ़ना पसंद करता है एवं किस तरह के लेखकों की सराहना करता है। यदि आप किसी व्यक्ति के बारे में यह सब जानते हैं तो आप उसके व्यक्तित्व को जान पाएंगे। व्यक्ति जो शब्द बोलता व लिखता है, उससे न केवल उसके शिक्षित व संवर्धित होने का पता चलता है, अपितु यह भी ज्ञात होता है कि उसकी सोच सुव्यवस्थित है या नहीं।

किसी भी व्यक्ति द्वारा किए गए शब्दों के चयन से मनोवैज्ञानिक उस व्यक्ति की मानसिक व भावनात्मक स्थिति का पता लगा सकते हैं। शब्दों में तलवार से भी अधिक शक्ति होती है, किसी ने सही कहा है **"A Pen is mightier than a Sword"** कहने का तात्पर्य यह है कि लोगों को शब्दों से आसानीपूर्वक समझा सकते हैं न कि बलपूर्वक। शब्द विचारों को आकार देते हैं और हमारे विचारों के अनुसार ही हम कार्य करते हैं। शब्दों के माध्यम से ही हम अपने उद्‌गार और भावनाएं व्यक्त करते हैं। शब्दों के प्रयोग से ही हम किसी को आकर्षित करते हैं। हम जानते हैं कि हमारे शब्दों का क्या परिणाम हो सकता है, इसीलिए हम अपने शब्दों का चयन संवेदनशील स्थानों, जैसे–साक्षात्कार के दौरान बहुत ध्यानपूर्वक करते हैं।

शब्द हमारी प्रजाति की सबसे महत्वपूर्ण देन हैं, यह मनुष्यों व जानवरों के बीच सबसे बड़ा अंतर है। परन्तु समाज में अब भी बहुत से व्यक्ति ऐसे हैं जो शब्दों का प्रयोग करते हुए इस बात का ध्यान नहीं रखते हैं कि उनके शब्दों से समाज के किसी व्यक्ति को हानि हो सकती है। इतिहास में कई ऐसी बड़ी लड़ाइयां भी हुई हैं जिनका कारण केवल शब्दों का गलत प्रयोग रहा है। शब्दों के माध्यम से ही हम किसी के पक्ष या विपक्ष में गवाही देते हैं एवं शब्द ही किसी व्यक्ति की जिंदगी व मौत का फैसला कर देते हैं।

यदि मैं शब्दों के साथ अपने संबंध की बात करूं तो मैं कहूंगा कि मुझे शब्दों से प्यार है। शब्द मुझे हंसाते हैं और रुलाते भी हैं, शब्द मुझे कुछ नया सीखने में भी मदद करते हैं। शब्दों से ही मैं अपने आपको व्यक्त कर पाता हूं या किसी व्यक्ति को समझने में समर्थ हो पाता हूं।

अंत में मैं बस यही कहना चाहूंगा कि शब्दों में असीमित शक्ति है। शब्दों का सही चयन किसी को शांत कर सकता है तथा उनका गलत चयन किसी को उत्तेजित भी कर सकता हैं। शब्द यदि सोच समझकर चुने जाएं तो प्रोत्साहित कर सकते हैं और इनका गलत चुनाव किसी को हतोत्साहित भी कर सकता है, शब्द किसी नए रिश्ते की शुरुआत कर सकते हैं और किसी पुराने रिश्ते को समाप्त भी कर सकते हैं। अतः हमें प्रयत्न करना चाहिए कि हर शब्द जो हम बोलें, वह किसी को ऊपर उठने में मदद करे और कभी किसी को हमारे शब्दों से कोई हानि न हो।

"ऐसी वाणी बोलिए, मन का आपा खोए
औरन को सीतल करे, आपहु सीतल होय।"

बाज़ारवादी संस्कृति और भाषा

आलोक कुमार
पूर्व क. हि. अनुवादक
क.रा.बी. निगम

इसमें दो राय नहीं है कि भाषा संस्कृति का अभिन्न अंग है। बल्कि यूँ कहें कि भाषा संस्कृति की वाहक है। विभिन्न मानव जातियों की हज़ारों वर्षों की सांस्कृतिक परंपरा उनकी भाषाओं में बिम्बित होती है। एक अर्थ में कहा जा सकता है कि भाषा, जातीय अस्मिता की धरोहर है। परंतु जातीय संस्कृति का स्वरूप पृथ्वी पर सर्वत्र एक जैसा नहीं है। संस्कृति, भौगोलिक कारकों से प्रभावित होती है और उसकी जड़ें संबंधित जाति के उद्भव और विकास में तलाशी जा सकती हैं। भारत को ही लें तो समूचे भारत में कोई भी एक ऐसी संस्कृति नहीं है जिसे अखिल भारतीय संस्कृति कही जाए। कन्याकुमारी से बंगाल तक और गुजरात से नागालैण्ड तक के भूगोल और संस्कृति में अपार विविधता है। इसलिए जब हम भारतीय संस्कृति की बात करते हैं तो इसका अर्थ किसी खास धर्म अथवा संप्रदाय से जुड़ी संस्कृति नहीं, बल्कि भारत की अलग–अलग संस्कृतियों के साझे आदर्श हैं।

भाषा पर बात करने से पहले संस्कृति का संदर्भ लेना ज़रूरी है, क्योंकि भाषायी विविधता की जड़ें सांस्कृतिक विविधता में होती है। लेकिन सांस्कृतिक विविधता के बावजूद कई बार मानव जाति के स्वप्न और संघर्ष एक जैसे होते हैं। इस संदर्भ में हम भारत को लेते हैं। भारत की भाषायी स्थिति में काफी अनेकता है। लेकिन तमाम भाषा–भाषियों की मूलभूत समस्याएँ और चुनौतियाँ एक जैसी हैं। यही कारण है कि पूरे भारतीय साहित्य में भाषायी अनेकता के बावजूद सामान्य प्रगतिशील चेतना को लक्षित करना कठिन नहीं है। आश्चर्य नहीं कि यू. आर. अनंतमूर्ति और विजय तेंदुलकर का लेखन दक्षिण में जितना लोकप्रिय है, उतना ही हिंदी पट्टी में भी है।

आज भारतीय भाषाओं के सामने एक बड़ी चुनौती बाज़ार है। बाज़ार मनुष्य को सिर्फ उपभोक्ता मानता है। जिसके कारण उसने हमारी भाषायी चेतना में कई परिवर्तन किए हैं। भारत में आर्थिक उदारीकरण की शुरुआत नब्बे के दशक में होती है। उससे पहले भारतीय अर्थव्यवस्था में राज्य की जितनी भागीदारी थी वह धीरे–धीरे कम होती गयी। मुक्त बाज़ार व्यवस्था की नीति ने विदेशी पूँजी, और विदेशी उत्पाद को महिमामंडित किया। विभिन्न क्षेत्रों में विदेशी निवेश को प्रोत्साहित ही नहीं किया गया बल्कि विनिवेश की भी नीति अपनायी गई। अर्थनीति में बदलाव से केवल अर्थव्यवस्था का स्वरूप ही नहीं बदला बल्कि संस्कृति, भाषा और जनता की सोच में भी व्यापक बदलाव आए। यह बदलाव भारत में तब आया जब यूरोप के कई देश इस तरह की जीवन शैली और सोच के अभ्यस्त हो चुके थे। इसी युग में सूचना क्रांति और भूमंडलीकरण ने भी ज़ोर पकड़ा जिसका व्यापक प्रभाव भाषा और संस्कृति पर पड़ा है। नब्बे के दशक में हुई शुरुआत ने आज काफी व्यापक रूप ले लिया है। बाज़ार, आज मनुष्य के जीवन का प्रमुख नियामक बन गया है। आज की सबसे बड़ी राजनीतिक अवधारणा है–लोकतंत्र। बाज़ार ने लोकतंत्र पर सवारी गाँठ ली है। इसने अपनी खास शब्दावली विकसित की है। सफलता और असफलता की परिभाषाएँ इसने बदल दी है। जीवन के मूल्य भी बाज़ार से प्रभावित हैं। एक तरह से तदर्थता को बढ़ावा मिला है। इस तदर्थ संस्कृति ने भाषा में भी कई बदलाव किए हैं। भाषा में एक तरह से शॉर्टकट की नीति अपनायी जा रही है। यही कारण है कि एस.एम.एस. की भाषा को कई जगह मान्यता देने की मांग उठ चुकी है। बाज़ार ने लोगों की सोच निर्मित की है कि उतना ही जानो जितने से काम चल जाए। जिसके कारण देश के लगभग सभी विद्यालयों की प्राथमिक कक्षाओं में भाषा

शिक्षण की स्थिति दयनीय है। यह सिर्फ हिंदी ही नहीं बल्कि दूसरी भाषाओं के लिए भी सच है।

किसी भी देश का अर्थतंत्र अपने समाज की संस्कृति को प्रभावित करता है और संस्कृति भाषा को प्रभावित करती है। भाषा से समाज की चेतना निर्मित होती है जो उसके सोच और व्यवहार में परिलक्षित होती है। पिछले दस–पंद्रह वर्षों में हमारे देश में शिक्षा और स्वास्थ्य जैसी बुनियादी सुविधाओं का बाज़ारीकरण हुआ है। देश के प्राकृतिक संसाधनों को एक–एक कर निजी हाथों में सौंपा जा रहा है। भारत जैसे कृषि प्रधान देश में खेती चौपट हो गयी है। शहरों की ओर पलायन बढ़ा है। बाज़ारवादी संस्कृति के केंद्र हैं। ऐसे में अपनी जड़ों से कटकर लोग सिर्फ उपभोक्ता बनकर रह जाते हैं। आज शहरी जनसंख्या का बड़ा हिस्सा मध्यमवर्ग है। मध्यमवर्ग की भाषायी चेतना मीडिया और विज्ञापन से निर्मित होती है। मीडिया और विज्ञापन की भाषा तदर्थ किस्म की हो गयी है। ऐसी भाषा के उपयोग का उद्देश्य सिर्फ हमारी चेतना पर तात्कालिक प्रभाव छोड़ना है। जब भाषा उपभोक्तावाद की कठपुतली बन जाती है तब श्रेष्ठ साहित्य की ज़रूरत होती है, जो उसे अपनी ताकत का अहसास कराए।

जिसके कारण तमाम शहरों में रोज़गार के लिए मारा–मारी और भीड़ बढ़ी है।

इन बदलती परिस्थितियों की चर्चा करना इसलिए आवश्यक है कि इन परिस्थितियों ने हमारी संस्कृति में कई बदलाव किए हैं। कृषि का चौपट होना सिर्फ खेती नहीं बल्कि पूरी संस्कृति का चौपट होना है। कृषक समुदाय विश्व सभ्यता के उन समुदायों में से एक रहा है जिसने जातीय संस्कृति को लोकभाषा और लोकाचार में जीवित रखा है। तमाम भारतीय भाषाओं में कई ऐसे शब्द और मुहावरे हैं, जो कृषि आधारित ग्रामीण संस्कृति की देन हैं। परंतु किसान, शहरी मजदूर बनने के लिए विवश है। शहर की अपनी कोई लोकसंस्कृति नहीं होती। शहर

आज की विकट परिस्थिति में, जहाँ नव उदारवादी आर्थिक नीतियों ने मध्यमवर्ग, निम्न मध्यमवर्ग, किसान और मजदूर का जीवन कठिन से कठिनतर बना दिया है, वहाँ आवश्यकता इस बात की है कि हमारी भाषा शोषितों के प्रतिरोध का माध्यम बने। प्रांतीयता से बाहर आकर वह भारतीय जनता के स्वप्न और संघर्षों से जुड़े और उसे अभिव्यक्ति प्रदान करे। वह सत्य को छिपाने का वाग्जाल न बने और न ही पाखंडपूर्ण विमर्शों का माध्यम। वह हर भेद को खोलनेवाली, जनता का हथियार बने। कवि शमशेर बहादुर सिंह ने भाषा की ताकत को पहचानते हुए ठीक ही लिखा है : **बात बोलेगी हम नहीं, भेद खोलेगी बात ही!**

क.रा.बी. निगम मुख्यालय में द्वितीय राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस

मुख्यालय, कर्मचारी राज्य बीमा निगम में दिनांक 11.10.2017 को धनवंतरी जयंती (धनतेरस) को उपयुक्त रीति से द्वितीय राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस के रूप में मनाया गया तथा देशभर के सभी क.रा.बी. निगम अस्पतालों तथा औषधालयों में भी यह कार्यक्रम इसी दिन आयोजित किया गया।

यह समारोह एक बैठक के बाद धनवंतरी पूजन से आरंभ हुआ। श्री राज कुमार, महानिदेशक, क.रा.बी. निगम ने बाह्य रोग विभाग तथा पंचकर्म के माध्यम से अधिकतम संख्या में बीमाकृत व्यक्तियों तथा उनके परिजनों को आयुर्वेद सेवा देने के लिए महत्वपूर्ण योगदान देने पर क.रा.बी. निगम के आयुर्वेदिक चिकित्सक–डॉ. जे. एन. राव, क.रा.बी. निगम अस्पताल झिलमिल, डॉ. दीपक शर्मा, दिल्ली; डॉ. गायत्री, चेन्नै; डॉ. श्रीलेखा चिट्टे, अहमदाबाद; डॉ. विनोद रसाला, बापूनगर को 'राष्ट्रीय धनवंतरी क.रा.बी. निगम प्रोत्साहन पुरस्कार' से सम्मानित किया। इस अवसर पर श्री राज कुमार, महानिदेशक, क.रा.बी. निगम ने "आयुर्वेद ऑफरिंग हर्बल हीलिंग" नामक पुस्तक का विमोचन किया। इस पुस्तक में आमतौर पर तथा अक्सर उपयोग होने वाली आयुर्वेदिक औषधियों की सूचना समाविष्ट है।

वैद्य श्री देवेन्द्र त्रिगुणा, निगम सदस्य ने इस दिवस के विषय–"वेदना के बचाव तथा नियंत्रण हेतु आयुर्वेद" के संबंध में अपना वक्तव्य रखा। प्रतिभागियों को आयुर्वेद के माध्यम से वेदना के बचाव तथा नियंत्रण पर जानकारी देने सहित ब्रोशर वितरित किए गए। श्रीमती संध्या शुक्ला, वित्त आयुक्त; डॉ. एस.एल. विग, डॉ. आर. के. कटारिया, चिकित्सा आयुक्तों; तथा डॉ. जी. प्रभाकर राव, उप चिकित्सा आयुक्त (आयुष) ने समारोह में सक्रिय रूप से भाग लिया। मुख्यालय, क.रा.बी. निगम के अन्य कार्मिक तथा आयुष चिकित्सक भी समारोह में उपस्थित हुए।

क.रा.बी. निगम के सभी अस्पतालों तथा औषधालयों में राष्ट्रीय आयुर्वेद दिवस–चिकित्सा शिविरों, वेदना से बचाव तथा नियंत्रण पर व्याख्यानों, पोस्टर प्रदर्शन, ब्रोशर वितरण तथा वेदनाशमक जड़ी–बूटियां रोपित करके धूमधाम के साथ मनाया गया।

हिंदी भाषा की अमरवाणी है, वह स्वतंत्रता और संप्रभुता की गरिमा है–माखन लाल चतुर्वेदी।

गर्दिश के बादल

उमाशंकर मिश्र,
पूर्व सहायक, उ.क्षे.कार्यालय
क.रा.बी. निगम, वाराणसी

ज़िंदगी जख्मों का नाम है। जिंदगी पैर में पड़े छालों का नाम है, कभी ज़िंदगी लाचारी, बेबसी, परेशानियों का संगम भी बन जाती है। कभी ज़िंदगी नसीबों का मेल और संघर्षों का खेल है। कभी ये ज़िंदगी उदासियों की झील तो कभी खुशियों का दिल भी बन जाती है। कभी आहों का आंसू, कभी भावों की वेदना कभी ज़मीर का जलवा, कभी जज़्बातों का चमन तो कभी शनैःशनैः बहती पवन भी बन जाती है।

कभी ज़िंदगी कांटों की पगडंडियों पर चलती है, तो कभी ज़िंदगी खुशबूदार फूलों के बीच सड़ती भी है। कहने को तो हाई–फाई ज़िंदगी को बड़ा माना जाता है, लेकिन इतिहास के पन्ने अपने यहां विलासितापूर्ण ज़िंदगी को कोई स्थान क्यों नहीं देते हैं। उन्हें व्यर्थ, महत्वहीन, अश्रेष्ठ, बेकार जैसे विशेषण ही मिलते रहे हैं।

इतिहास रचने वाले प्रायः या तो गरीब होते हैं या सामान्य परिवार के होते हैं। कभी–कभी बेहाल गांव की पगडंडियां भी विकास का रास्ता खोज ही लेती हैं।

आज उसे अठखेलियां करते पक्षी, पर्वतों से गिरते झरने, सागर की चंचल लहरें, दूर–दूर तक फैले रेगिस्तान, सागर का शांत किनारा, डगमगाती कश्ती गगन चुंबी इमारतें, सागर की तन्हाइयों में तैरती रंग–बिरंगी मछलियां आकर्षित नहीं कर रही थीं। वो परेशान था। वो सोचने लगा। यादों के झुरमुट में अनेक यादें थीं। किसे प्राथमिकता दें या किसे न दें, यह भी एक प्रश्न उसके सामने समस्या बनकर खड़ा था।

देवदार के वृक्ष, चीड़ के वृक्ष, क्रिसमस वृक्ष, ये ग्लेशियर और चहकते ये पक्षी भी आज उदास क्यों हैं। उदासी का कारण वो जानता था, सरहद रंगीन हो रही थी मानव खून से। दोनों तरफ के सैनिक एक–दूसरे का कत्लेआम सरेआम कर रहे थे। कारण कुछ भी नहीं। राष्ट्रीयता में इंसानियत छिपी रहती है लेकिन देखने वालों को एक स्वस्थ नज़रिया भी तो चाहिए।

अब अच्छे दिन नहीं रहे तो बुरे दिन भी ठहर नहीं पाएंगे। मुझे पूरा विश्वास है। मन ही मन शंकर बुदबुदाया। किसी धारा को समाप्त कर देने से समस्या नहीं सुलझ जाती है। ये पर्वत काट डाले जाएंगे, वृक्षों का नामों–निशान भी नहीं रहेगा। संविधान में संशोधन किया जा सकता है। ये वो भारत है जहां किलकारी मारते हुए झरने बहते थे। जलाशय मुस्कुराते थे। नदियां कल–कल, छल–छल बहती रहती थीं बिना पूर्ण विराम के फूलों की महक, पंछियों की चहक चारों और फैली थी। कन्दराओं में ऋषि–मुनि विश्व शांति के लिए तपस्यारत रहते थे। झुंड के झुंड गाय चारों तरफ चरती रहती थीं। लेकिन स्लॉटर हाउस नाम की कोई चीज़ थी ही नहीं। आसमान में पंछी भय–रहित उड़ान भरते थे। किसी जहाज़ के कई टावरों की समस्या नहीं थी। इसी देश की धूल में फूल खिलते थे और चमन में अमन होता था। बेरोकटोक महिलाएं गाय दूहकर ऋषियों के आश्रम में पहुंचा देती थीं। ये ही बहनें भोजन पकाने के लिए शाम तक जंगलों से लकड़ियां लाती थीं। लेकिन कभी कोई अनहोनी घटना नहीं सुनाई पड़ती थी। लेकिन गर्दिश के बादल : संभवतः इस देश में आ चुके हैं और अब विकृत सोच का आचरण, टूटी–फूटी सड़कें, कूड़े के अम्बार से सजा फुटपाथ, जिस पर इंसान पैदल चलता है।

रास्तों पर अतिक्रमण, दोनों तरफ दुकानदारों द्वारा कब्ज़ा, मोनोऑक्साइड छोड़ती ये चार पहिए की गाड़ियां, दुर्घटना को आकर्षित करते ये बिजली के खम्भे, प्लास्टिक से भरी बजबजाती नालियां और उन्ही नालियों पर खाद्य–पदार्थों की दुकानें, स्तरहीन समाचार–पत्र, टी.आर.पी. बनाते टेलिवीजन कार्यक्रम जिसमें कोई शिक्षा प्रदाता है ही नहीं!

अश्लीलता, उद्दंडता, अराजकता, असामाजिकता, अनुशासनहीनता, अनपेक्षितता, अपमानजनकता, और अव्यावहारिकता ने तो लगता है कि इस देश को कब्ज़े में कर रखा है। स्नेह, स्निग्धता, सामाजिकता, साहचर्यता, सुबोधता, सरलता, सहजता, साहित्यिकता, और साहसिकता का ग्राफ कम से और नीचे की ओर जा रहा है।

आज मैं मुख्यमंत्री जी के सचिव से मिलूंगा कि इस देश की दुर्दशा का कारण क्या है और कौन ज़िम्मेदार है।

हैलिकॉप्टर उतरते ही शंकर वहां जा पहुंचा। पुलिस और अर्धसैनिक बलों ने शंकर को घसीटते हुए वहां से भगाने का प्रयास किया। लेकिन जब इरादे नेक हों तो फौलादी शक्तियां उसमें आ ही जाती हैं। आपको क्या काम है, सचिव ने मुस्कुराते हुए पूछा, तब पुलिस को मालूम हुआ कि ये शंकर तो मुख्यमंत्री से नहीं सचिव से मिलना चाहता है।

ज्ञापन अपने हाथों में लेकर सचिव पढ़ने में तल्लीन हो गए। शंकर वहीं बैठा रहा। कोई बात नहीं सारे कार्य आवश्यक हैं और उस पर कार्रवाई की जाएगी।

सोकर जब शंकर रविवार को उठा तो देखा कि सामने वाले बगीचे में जो पार्क सूख चुका था, उसमें नए–नए वृक्ष लगाए जा रहे हैं। अतिक्रमण का नामोनिशान कहीं था ही नहीं। नदियां साफ–सुथरी, तालाब, जलाशय, झरने, नदियों का भी सफाई का कार्य चलता देखकर शंकर चहक उठा। अभी खाना उसने छुआ भी नहीं था कि मोबाइल की घंटी बजी। कौन ? शंकर, मैं मुख्य सचिव। अब तो खुश होंगे आप। जी, शंकर ने धीरे से कहा। मुख्य सचिव ने हंसते हुए कहा शंकर तुमने मुझे पहचाना नहीं। मैं तुम्हारे साथ नीचे की कक्षाओं में पढ़ा

हूं। जब सेवाओं में आया तो तुझे खोजने की बहुत कोशिश की लेकिन यार तुम नहीं मिले। उस दिन तुम्हे देखकर मुझे जो खुशी हुई थी, उसका कोई मोल नहीं और तुम्हारी भावनाओं का कोई तोल नहीं। मैं राजेश हूं शंकर, हम गरीबी के कारण देहरादून छोड़कर दूसरे जिले में इसलिए चले गए कि कोई छोटा काम करके गुज़ारा कर लिया जाएगा।

मोबाइल में रोने की आवाज़ स्पष्ट रूप से आ रही थी। इधर शंकर अपनी आंखों को केवल पोंछ रहा था। गर्दिश के बादल हवाओं के सहारे उड़ते हुए कहीं उड़ चले थे।

राष्ट्र को राष्ट्रध्वज की तरह राष्ट्रभाषा की आवश्यकता है और यह स्थान हिंदी को प्राप्त है।–अनंत गोपाल शेवड़े।

निगम मुख्यालय में राजभाषा गतिविधियाँ

दिनांक 14 सितंबर, 2017 को 'पंचदीप भारती' के चौदहवें अंक का विमोचन करते हुए मुख्यालय के वरिष्ठ अधिकारी।

दिनांक 20 मार्च, 2018 को निगम मुख्यालय में आयोजित हिन्दी कार्यशाला में प्रतिभागी (बाएं) को प्रमाणपत्र देते हुए बीमा आयुक्त (मध्य) तथा अतिथि वक्ता (दाएं)।

दिनांक 26 मार्च, 2018 को श्री स्वदेश कुमार गर्ग, बीमा आयुक्त की अध्यक्षता में आयोजित निगम मुख्यालय की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 162वीं बैठक का दृश्य।

निगम इकाइयों में

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
हिंदी दिवस समारोह
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
हिंदी दिवस समारोह
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
हिंदी दिवस समारोह
उप क्षेत्रीय कार्यालय (मैसूर)
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
राजभाषा पखवाड़ा
दिनांक 01 सितम्बर से 14 सितम्बर तक
राजभाषा पखवाड़ा

हिंदी दिवस समारोह

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
वडोदरा
क्षेत्रीय कार्यालय
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
में आपका हार्दिक स्वागत है !

निगम इकाइयों में हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन

उप क्षेत्रीय कार्यालय विशाखपट्टणम

क.रा.बी. निगम अस्पताल, राजाजीनगर, बैंगलुरू

उप क्षेत्रीय कार्यालय, एरणाकुलम

क.रा.बी.निगम अस्पताल, मानेसर

क्षेत्रीय कार्यालय, तृश्शूर

देश को एक सूत्र में पिरोने वाली भाषा हिंदी ही हो सकती है।–लाल बहादुर शास्त्री

वरिष्ठ नागरिकों की दशा एवं दिशा

भूपसिंह यादव
सदस्य, हिंदी सलाहकार समिति
रक्षा मंत्रालय

ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी
इन भीष्म पितामहों की, ज़रा सुन लो आज कहानी ।।

कोई वकील, डॉक्टर, जज थे, तो कोई अधिकारी
हम गर्व किया करते थे, गई निकल अकड़ अब सारी
अब जीना हो गया मुश्किल, आई याद है नानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

निर्धनता और कष्टों में, बेटों को हमने पाला,
बिना खिलाए इनको, कभी तोड़ा नहीं निवाला
अब पिटते उन पूतों से, हद की यह शैतानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

मूलभूत में रह करके जिन पूतों को पाला–पोसा
वही लाड़ले हमको, दिखलाते हैं घूंसा
अब जीवन से हमको, हो रही है आज ग्लानि
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

पढ़ा–लिखाकर बेटे सब संपन्न खूब बनाए
शिक्षित और सुंदर सी बहुएं, उनको लाए
अब कहा न माने बेटा, तंग करती है बहूरानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

अपशब्द कहे जाते हैं, कभी खींची जाती आँत
कभी बैंत और चश्मे तोड़े, कभी टूटे नकली दाँत
सब कुछ सहकर भी हम, जीते हैं ज़िंदगानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

यदि पुत्र छोड़ बेटी से, हम करते हैं फरियाद
बेटी तो गले लगा ले पर क्यों माने दामाद
भूले वेद, पुराण और गीता, भूले सब गुरुवाणी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

वही पेड़ दौड़ते खाने, जिन्हें पाला था बन माली
बस दुआ एक ही मांगो, संग छोड़े ना घरवाली
दे सकती खिचड़ी, दलिया केवल वही महारानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

अभी आशा एक बची है, मत होना यार उदास
परिवार का मोह तुम छोड़ो, ईश्वर से रिश्ता जोड़ो
अब तुम हो दादा–दादी, अब तुम हो नाना–नानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

अच्छे कर्म करो तुम, हँसकर समय बिताओ
आने वाली युवा पीढ़ी को अपने अनुभव का बोध कराओ
घरवाली जिनकी बिछुड़ी उनको रखना याद जुबानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

प्रॉपर्टी के चक्कर में, संतान करती है मनमानी
बुजुर्गों के होते मर्डर अखबारों में रोज़ छपे कहानी
अब अंतिम सांसें चल रही, खिसक रही ज़िंदगानी
इन भीष्म पितामहों की ज़रा सुन लो आज कहानी
ऐ मेरे चमन के फूलो, ज़रा आँख में भर लो पानी।।

यादों के झरोखों से : भारतीय सिनेमा

बिनय कुमार शुक्ल
क.हि.अनुवादक, उ०क्षे० कार्यालय
क.रा.बी. निगम, बैरकपुर

भारत में सन् 1913 में दादासाहेब फाल्के द्वारा पहली फिल्म राजा हरिश्चंद्र बनाई गई, जो मूक फिल्म थी। यहीं से फिल्म बनने और उसके प्रचार–प्रसार का दौर प्रारम्भ हुआ जो अनवरत विकास किये जा रहा है। फिल्म और दर्शकों का आपसी मेल भी बहुत ही पुराना है। वैसे भी बिना दर्शक के फिल्म का कोई औचित्य भी नहीं रह जाता है। भारत में सिनेमा का अपना एक संसार रहा है। सिनेमा से जुड़े अपने पिछले 20 वर्षों की यादों को खंगाल रहा था। इस सफर में इस बहुरंगी दुनिया के कई संस्मरण चलचित्र की भांति आँखों के सामने आते गए।

उन दिनों शायद कक्षा तीन या चार में पढ़ता था। कलकत्ता के शिल्पांचल क्षेत्र में रहता था। इस क्षेत्र में पांच–सात किलोमीटर के क्षेत्र में तीन चार सिनेमा हॉल हुआ करते थे। शायद उनके न्यूनतम टिकट का मूल्य दस या पंद्रह पैसे रहा होगा। दर्शकों की भीड़ लगभग हर शो में हॉल के सामने लगी रहती थी। चूँकि पश्चिम बंगाल में दुर्गा पूजा, काली पूजा का उत्सव बड़े ही हर्षोल्लास एवं धूम धाम से मनाया जाता है, उस दौरान लगभग हर पूजा पंडाल में विभिन्न प्रकार के सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन होता था। इन समस्त कार्यक्रमों में सिनेमा का प्रदर्शन बड़ा ही मनभावन होता था, और यदि पहले से पता चल जाए कि कहीं रात में सिनेमा दिखाने का कार्यक्रम है तो लोगों का हुजूम उमड़ पड़ता था। रात के दस बजे के बाद खुले मैदान में सफ़ेद कपड़े का पर्दा लगा सिनेमा के प्रोजेक्टर से मुफ्त में सिनेमा दिखाया जाता था। लोग अपना सब काम निपटा कर मैदान में इकट्ठा हो जाते, नायक के हर वीरता भरे कदम पर जहाँ तालियों की गड़गड़ाहट से पूरा मैदान गुंजायमान हो उठता, वहीं किसी सुंदर गीत पर सीटियों की बौछार लग जाती। शो पूरी रात चलता, बड़ा ही आनंद आता। मैंने इस प्रकार खुले मैदान में आयोजित जो शो पहली बार देखा, उस सिनेमा का नाम तो याद नहीं पर उसमें एक गाना था "मेरा गधा गधों का लीडर, कहता है कि दिल्ली जाकर, अपनी मांगे पूरी करवाऊंगा, नहीं तो घास नहीं खाऊंगा" बड़ा ही मज़ेदार लगा। बाद में फिर नया दौर, भक्त प्रह्लाद आदि कई फिल्में देखीं।

मुफ्त सिनेमा प्रदर्शन के इस दौर में क्रमशः परिवर्तन आया और अब ऐसे अवसरों पर बंद पंडालों में सिनेमा उत्सव मनाया जाता। इस उत्सव में सप्ताह भर रोज़ ही सिनेमा दिखाया जाता। सात पैसे का एक टिकट होता। हर काम से निजात पाकर शाम के पांच बजे सिनेमा देखने पहुँच जाया करते। हालाँकि दादाजी और पिताजी की डांट और मार भी कभी–कभी खानी पड़ी पर सब चल जाता था। धीरे–धीरे सिनेमा के प्रति लगाव बढ़ता गया। स्कूली पढ़ाई भी चलती रही। तकनीकी विकास भी अपने चरम पर पहुँचने लगा और इस क्रम ने सिनेमा को बड़े पर्दे से उतार कर छोटे पर्दे यानी कि टेलीविजन की स्क्रीन पर उतार दिया। शनिवार और रविवार शाम को टेलीविजन पर सिनेमा दिखाया जाता था। उन दिनों इक्का–दुक्का किसी के पास टेलीविजन हुआ करता था। घर की छत पर ऊँचे–ऊँचे बांसों में

अलुमीनियम की खपच्चियों से बने एंटीना लगे होते। ज़रा सी हवा क्या चल जाए, पूरा परिवार एंटीना को ठीक दिशा में करने के प्रयास में लग जाता। बड़ा ही श्रम करना पड़ता, पर यह श्रम एक अद्‌भुत मिठास से भरा फल देता। शिल्पांचल में कंपनी के मजदूर कॉलोनी में एक क्लब हुआ करता था। इस क्लब की एक दीवार में छेद बनाकर उसमें लोहे का ढक्कन लगा दिया गया था। जब भी शो का समय होता, इस ढक्कन को खोल दिया जाता तथा वही टेलीविजन को सेट कर दिया जाता। दर्शक खुले में बैठकर या खड़े होकर आनंद लेते थे। यह सब ओपन थियेटर का एक छोटा–बड़ा रूप होता था।

सिनेमा हॉलों की यदि बात करें, तो हर सिनेमा हॉल के बाहरी तरफ एक छोटा सा गलियारा होता था, इस

गलियारे की दीवार मात्र इतनी ही चौड़ी होती थी कि बामुश्किल एक आदमी ही एक बार में गुज़र सके। इसी गलियारे के एक छोर पर टिकट खिड़की होती। खिड़की लोहे की जाली से सुरक्षित की गई होती थी तथा इस खिड़की में एक छोटा सा छेद होता था जिसमें सिर्फ तीन अंगुलियां ही जा सकती थीं वह भी टिकट लेने और पैसा देने के लिए ही। टिकट लेने वाले जो दर्शक धक्का–मुक्की कर किसी प्रकार से खिड़की तक पहुँच कर टिकट पा लेते वो खुद को बड़ा ही धन्य समझते। कुछ ही टिकट खिड़की से मिल पाती थी बाकी तो बाहर खड़े टिकट ब्लैक करने वाले के पास पहुँच कर ऊँचे दामों में बिकती थी। कई बार तो ऐसा भी होता कि एक शो का टिकट न मिलने पर अगले शो की टिकट लेने के लिए लोग लाइन में ही खड़े रह जाते। टिकट लेना भी बहुत बड़ी बात होती। मारा–मारी, धक्का–मुक्की कर किसी प्रकार से टिकट लेने वाले बड़े ही भाग्यवान कहे जाते। टिकट लेकर सिनेमा हॉल में प्रवेश के समय अँधेरे में लाइट मैन द्वारा टॉर्च की रोशनी से रास्ता दिखाना, बड़ा ही अन्यतम लगता था। कभी–कभी सिनेमा हॉल में प्रवेश के समय सिनेमा चालू हो जाता, अब एक नज़र सिनेमा के पर्दे पर टिकी होती तो दूसरी तिरछी निगाहें लाइट मैन द्वारा दिखाई जा रही सीट की तरफ। सिनेमा हॉल में भी कई क्लास होते, सबसे कम मूल्य का टिकट लेने वाले को सबसे आगे और क्रमशः फर्स्ट क्लास, बालकॉनी। कलकत्ता में तो कई सिनेमा हॉलों में बॉक्स की श्रेणी की सीट भी होती थी जिसमें अक्सर नवविवाहित युगल बैठा करते। वैसे इस बॉक्स की कहानी अंग्रेज़ों के ज़माने की है जब बड़े थियेटरों में अलग से कोई अंग्रेज़ युगल बैठना चाहता तो इस बॉक्स की टिकट लेता था। खस्ता हॉल सीट, ऊबड़–खाबड़ हैंडल, पर इनकी परवाह कौन करता !

उन दिनों गीत और संगीत के प्रेमी भी बहुत लोग हुआ करते थे। जैसे ही कोई मनभावन गीत या नृत्य आता, मुग्ध होकर दर्शक पर्दे के सामने पैसों की बौछार करने लगते। सामने की सीटों पर बैठे लोगों की तो मानों इस समय चांदी हो जाती। सिनेमा कौन देखे, अधिकांश लोग तो पैसे बटोरने में ही लग जाते। चंद पैसों की टिकट और फिर मध्यांतर में कागज़ के ठोंगे(लिफाफे) में छिलका सहित भुनी मूंगफली और एक छोटे से कागज़ में काला नमक और मिर्च का मिश्रण बेचने वाले हॉकर के आगमन से मानो हम जैसों की बांछें खिल उठती। इस मूंगफली में मिलने वाला वह आनंद आज सिनेप्लेक्स में तीन सौ रूपये के पॉप–कॉर्न के पैकेट में नहीं आता। उसी दौर में कई ऐसी फिल्में भी आईं जिनकी टिकट लेने के लिए लोग दो–दो दिन लाइन में लगे रहे। वहीं सोना–बैठना और फिर टिकट के लिए मारा–मारी। फर्स्ट डे, फर्स्ट शो देखना अपने आप में बड़े गौरव की बात होती, और फिर यदि अमिताभ बच्चन या मिथुन चक्रवर्ती की कोई नई फिल्म हो तो उसकी बात ही अलग होती। दर्शकों की बड़ी संख्या, टिकट के लिए मारा–मारी और फिर विजेता की भांति सिनेमा देखना, एक अप्रतिम आनंद देता।

एक बार सौभाग्यवश बिहार की यात्रा पर निकला। मेरे एक रिश्तेदार हैं, उनका लड़का भी मेरी तरह ही सिनेमा देखने का शौकीन है। एक दिन हम लोगों ने सिनेमा देखने की योजना बनाई। सिनेमा हॉल में कुछ देर से

पहुंचे, शो शुरू हो चुका था। लोहे की फोल्डिंग, प्लास्टिक और बेंत की कुर्सियां हॉल में थीं, हॉल पूरा भरा हुआ था। सिनेमा के मालिक मेरे उस रिश्तेदार के परिचित थे इसलिए हमारे लिए अलग से ठीक–ठाक बैठने की व्यवस्था कर दी गई थी। जिन दर्शकों को बैठने की जगह नहीं मिली थी, वे पीछे की पक्ति में खड़े होकर सिनेमा का आनंद ले रहे थे। मध्यांतर हुआ, सदा की भांति खोमचे वाले, चाय वाले अपना सामान हॉल में बेचने के लिए लेकर आने लगे। हम भी अपनी सीट से उठकर इधर–उधर देखने लगे। अचानक पीछे नज़र गई तो देखा एक लंबा सा पर्दा लगा हुआ था, पर्दे के पीछे से शायद महिलाओं की आवाज़ आ रही थी। मैंने उनसे इस पर्दे और उसके पीछे से आ रही आवाज़ों के बारे में पूछा। बताया गया कि सिनेमा हॉल का वह सेक्शन महिलाओं के लिए आरक्षित सेक्शन है। सिनेमा प्रारम्भ होने पर यह पर्दा हटा दिया जाता है, मध्यांतर और सिनेमा की समाप्ति पर इस पर्दे को पुनः लगा दिया जाता है ताकि गांव की बेटी–बहुएं निःसंकोच सिनेमा का आनंद ले सकें तथा उन्हें किसी से पर्दा करने की भी आवश्यकता न पड़े। यह व्यवस्था मन को काफी प्रभावित कर गई।

सोलह वर्ष की उम्र में भारतीय वायु सेना की सेवा में लग गया। प्रशिक्षण केंद्र पहुंचकर एक नई दुनिया और नया माहौल मिला। वहां भी सिनेमा देखने का विशेष अवसर मिला। जालाहल्ली में दो सिनेमा हॉल हुआ करते एक कृष्णा और दूसरा कावेरी। दोनों सिनेमा के समय में एक घंटे का अंतर होता था। एक सिनेमा में कुछ रीलें दिखाने के तुरंत बाद वे रीलें दूसरे हॉल में भेजी जाती थीं। अथक प्रयास से निर्बाध गति से दोनों सिनेमा हॉल के दर्शकों को सिनेमा का आनंद दिया जाता था। चूँकि हम प्रशिक्षु थे और प्रशिक्षण काल में बड़ा ही सख़्त रोजनामचा हुआ करता था। शाम की पी.टी. की कक्षा लगभग साढ़े पांच बजे तक चलती थी और शो का समय छह बजे का था। रोज़ नया सिनेमा देखने की ललक रहती थी। हमारे साथियों में श्याम त्रिपाठी जी सबसे तेज़ तर्रार और कर्मठ मित्र थे। टिकट लेने की ज़िम्मेदारी उनकी होती थी। दस बारह मित्रों के पैसे लेकर पी.टी. खत्म होते ही सिनेमा हॉल पहुँच जाते और फिर टिकट बुक कर रख लेते। हम भी भागते हुए कपड़े बदल कर, तैयार होकर समय पर सिनेमा देखने पहुँच जाते। कभी न तो शो मिस किया न ही देर से पहुंचे। इसी दौर में हमने कई स्थानों का दौरा किया। एक बार चेन्नै जाने पर हमने ओपन थियेटर में भी सिनेमा का आनंद लिया। पहली बार ओपन थियेटर देखकर लगभग चकरा ही गए थे, पर जब शो शुरू हुआ तो उसका लुत्फ अलग ही लगा। खुले मैदान में एक अर्ध चंद्राकार दीवार पर सिनेमा का प्रोजेक्शन चल रहा था, दर्शक दीर्घा में सीढ़ियों पर बैठे सभी इसका आनंद ले रहे थे। बाद में पता लगा कि भारत में मुंबई में इस प्रकार का ओपन थियेटर है, जिसमें लोग अपनी कारों में बैठकर आनंद लेते हैं।

धीरे–धीरे समय बदला। इसके साथ ही सिनेमा प्रदर्शन के रूप में भी परिवर्तन आने लगा। अब तो रंगीन टेलीविजन में वी.सी.आर. की मदद से सिनेमा देखने का प्रचलन चल पड़ा। गली–मोहल्ले में फिर से वीडियो थियेटर का प्रादुर्भाव हुआ। सिल्वर स्क्रीन पर प्रोजेक्टर के माध्यम से सिनेमा दिखाया जाने लगा। इसमें भी हुजूम खूब उमड़ता। आगे चलकर चिर परिचित सिनेमा हॉल अब बड़े–बड़े सिनेप्लेक्स में बदलने लगे जहाँ इंटरनेट के माध्यम से टिकट बुकिंग की सुविधा ने सिनेमा हॉल के टिकट की खिड़की पर होने वाले धक्का– मुक्की, टिकट ब्लैक में खरीदने, भीड़ में घसीटे जाने आदि के अप्रतिम आनंद को जैसे छीन लिया हो।

लम्हा–लम्हा समय बढ़ता गया, अब सिनेमा कम्प्यूटर–लैपटॉप–टैबलेट से होता हुआ मोबाइल में आ बसा। अब तो जब जी चाहे विभिन्न ऐप एवं वेबसाइटों के माध्यम से मोबाइल पर फिल्में डाउनलोड कर ली जाती हैं और लोग सिनेमा का आनंद लेने लगते हैं। जहाँ पूरा परिवार या समूह एक साथ एक हॉल में बैठकर एक सिनेमा का आनंद लेते थे, वहां एक ही घर में बैठे अलग–अलग मोबाइलों में घर के सदस्य अलग–अलग सिनेमा का आनंद ले रहे हैं। इस समस्त प्रक्रिया में सिनेमा जगत पर क्या प्रभाव पड़ा वह तो अलग बात है पर दर्शकों के लिये सिनेमा के बड़े अरेना वाले प्रेक्षागार से मुठ्ठी भर मोबाइल में आ बसना एक विशेष क्रांति ही तो है।

पुस्तक : हमारे एकांत की साथी

शम्मी, नर्सिंग अर्दली
क.रा.बी.निगम
आदर्श अस्पताल
बसईदारापुर, नई दिल्ली

प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी हमारे कर्मचारी राज्य बीमा निगम आदर्श अस्पताल, बसईदारापुर, नई दिल्ली में हिन्दी पखवाड़ा बड़े हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इसकी प्रथम प्रतियोगिता निबंध प्रतियोगिता थी, जिसमें आयोजकों ने कई शीर्षक प्रदान किए, परन्तु मैंने पूरी रुचि से चुना "पुस्तक : हमारे, एकांत की साथी।"

जब पुस्तक के विशाल कार्यक्षेत्र को मैंने पढ़ा और समझा तब मुझे मेरा शीर्षक "पुस्तक हमारे एकांत की साथी" थोड़ा असहज लगा क्योंकि पुस्तक हमारे जीवन में केवल, एकांत की साथी न होकर पूर्ण रूप से हमारे जीवन का आधार हैं। पुस्तक ऐसी ज्ञान की बहती धारा है जो अपने ज्ञान से सभी को मां की भांति वात्सल्य प्रदान करती है, इसलिए पुस्तक के बारे में यह कहा गया है:

कबीर के दोहे हैं इसमें
संतों की इसमें बाणी है

पढ़कर लाभ ही होता है
होती न कभी हानि है

कोई ऐसा प्रश्न नहीं इसमें
जिसका कोई न इसमें जबाव है

जीवन का सबसे बड़ा दोस्त
कोई और नहीं किताब है।

किताब या पुस्तक इनका जन्म एवं विकास भी लगभग मानव सभ्यता के विकास जैसा ही प्रतीत होता है तो आइए, "पुस्तक" के जन्म एवं विकास की संक्षिप्त यात्रा पर चलें। प्राचीन काल में शिक्षा–दीक्षा कार्य वनों में गुरुओं द्वारा शिष्यों को मौखिक रूप से दी जाती थी, परन्तु बाद में इस कार्य में कठिनाई उत्पन्न होने लगी। तब ज्ञान को मौखिक क्रम से बदलकर लिपिबद्ध करने पर शोध हुआ। परिणामस्वरूप भोजपत्र को लेखन के लिए उपयुक्त पाया गया।

जैसे–जैसे काल चक्र आगे बढ़ा, भोजपत्र का स्थान धातुओं के पत्रों ने ले लिया और लेखन सामग्री और अधिक सुरक्षित हो गई।

भारतीय इतिहास में सर्वप्रथम पुस्तक का प्रकाशन 20 अक्टूबर 1578" में आज के तमिलनाडु, राज्य के क्षेत्र में हुआ। जिसका शीर्षक था "थम्बीराम वन्नकम्म" अर्थात् भाइयों का स्वागत है। यह पुस्तक पुर्तगाली मिशनरी द्वारा पुर्तगाल से लाए प्रकाशन यंत्रों से प्रकाशित हुई तथा इसके लिए कागज़ चीन से मंगाया गया।

एक प्रसिद्ध तमिल इतिहासकार श्री पुल्वर.एस.राजू ने बताया कि यह पुस्तक 10x16 से0मी0 आकार के कुल 16 पृष्ठों तथा प्रत्येक पृष्ठ पर 24 लाइनों से मिलकर बनी थी।"

पुस्तक की अपनी एक अलग ही काल्पनिक दुनिया है तथा हमारे आज के वास्तविक संसार जहां झूठ, द्वेष तथा धोखा कदम–कदम पर है, उससे कैसे हमें बाहर आना है, का ज्ञान प्रदान करती है।

हमारा संपूर्ण जीवन, जन्म से मृत्यु तक इन मातृछाया रूपी पुस्तकों के आस–पास ही परिक्रमा करता है। जब एक छोटा बालक कुछ नए शब्दों का उच्चारण करता है तब स्वयं वह और उसका परिवार अति प्रसन्न होता है क्योंकि उसने ज्ञान का अर्जन किया। बस यही परिभाषा पुस्तक पर भी लागू होती है, कैसे – ?

जब हम बाल–अवस्था में छोटी–छोटी ज्ञान की पुस्तकें पढ़ते हैं, जो वह हमें नीति–शास्त्र में परिपूर्ण बना देती हैं कि हमें अपने घर, समाज व देश के प्रति किस प्रकार कर्त्तव्यनिष्ठ बनना चाहिए। जब हम उच्च शिक्षा को प्राप्त करते हैं तब यही पुस्तकें एक पिता की भांति उच्च

कोटि का अनुशासन व समपर्ण भी हमें सिखाती हैं और हमें एक अच्छा चिकित्सक, अधिवक्ता व उच्च अधिकारी बनकर देश की सेवा करने के लिए प्रेरित करती है।

यही पुस्तकें जीवन की अंतिम बेला अर्थात वृद्धावस्था में जब हम परलोक गमन की तैयारी में होते हैं तब आध्यात्म के सार ज्ञान का खज़ाना हमारे ऊपर लुटा देती हैं तथा हमारे लिए मोक्ष का द्वार खुलवाने में सहायक होती हैं।

इन्हीं सभी घटनाओं से सिद्ध हो जाता है कि पुस्तकें हमारे जीवन की धुरी हैं, जिस पर हमारा पूर्ण जीवन चक्र घूमता है। जो किताबों के महत्व को समझा, वह भवसागर से तर गया अर्थात जीवन में सफल हो गया।

हां, अब मुझे मेरा शीर्षक 'पुस्तक : हमारे, एकांत की साथी'', वस्तुतः साथी होती दिखाई दे रही हैं, क्योंकि आज के युग में पुस्तकें हमारे लिए बोझ मात्र बन कर रह गई हैं। आज हमारा ज़्यादातर समय, मोबाइल, टी0वी0, कम्प्यूटर तथा अन्य उपकरणों पर बीत रहा है और वो समय दूर नहीं जब हमारे जीवन का मुख्य अंग ''पुस्तकें'' अतीत की वस्तु हो कर रह जाएंगी इसलिए हमें आज से ही यह प्रण करना चाहिए, कि छोटे–छोटे अवसरों जैसे जन्मदिवस, विवाह व पदोन्नति कार्यक्रमों में अन्य उपहारों के स्थान पर पुस्तकें भेंट की जाएं।

बच्चों को भांति–भांति की ज्ञानवर्धक, मनोरंजक, कार्टून आदि वाली पुस्तकें, बड़ों के लिए जीवन प्रेरणा स्रोत विद्वानों की पुस्तकें तथा हमारे वृद्धों के लिए आध्यात्म पर आधारित पुस्तकें, इत्यादि। यदि हम अभी भी समाज में पुस्तकों के प्रति जागरुकता व सम्मान नहीं लाए तो बहुत देर हो जाएगी। एक विद्वान का विचार है कि–

''मूर्ख गलती करके सीखता है
और बुद्धिमान दूसरों की गलती से सीखता है ''

इसलिए अपने बच्चों, मित्रों, परिवार के सदस्यों और सबसे पहले स्वयं को पुस्तकों से जोड़ें इससे पहले कि बहुत देर हो जाए !

रास्ता खत्म नहीं होता

अमीना जाफर, आशुलिपिक
उ.क्षे.का.
क.रा.बी. निगम कोषिकोड़, केरल

यह जिंदगी भी कभी मज़ाक है,
कुछ खट्टा, कुछ मीठा
ये रिश्ते भी कभी मज़ाक हैं,
कुछ पास, कुछ दूर
मन ही मन में यह सोचती हूँ,
कि, कभी–कभी पुतला बन जाऊँ
बिना देखे, बिना सोचे,
जिऊँ यहाँ सालों साल
भाग–भाग के थक चुकी,
आराम करने का समय नहीं
दौड़ना है दूर–दूर,
जाना है किस्मत के उस पार
यही तो ज़िंदगी है,
जिसका रास्ता कभी खत्म नहीं होता ।

देवनागरी अन्य किसी भाषा की तुलना में अधिक व्यवस्थित है।–सर विलियम जॉन्स

निगम मुख्यालय में हिंदी दिवस समारोह

कर्मचारी राज्य बीमा निगम, मुख्यालय, नई दिल्ली में 14 सितम्बर, 2017 को हिंदी दिवस समारोह का आयोजन किया गया।

सर्वप्रथम समारोह के अध्यक्ष श्री राज कुमार, महानिदेशक, क.रा.बी.निगम और मंचस्थ अन्य वरिष्ठ अधिकारियों द्वारा दीप प्रज्वलित कर समारोह का शुभारम्भ किया गया। सरस्वती वंदना के पश्चात श्री उपेंद्र शर्मा, अपर आयुक्त (राजभाषा प्रभारी) एवं अन्य अधिकारियों ने मंचस्थ अधिकारियों का पुष्प भेंट कर स्वागत किया। तत्पश्चात हिंदी दिवस के सुअवसर पर माननीय गृह मंत्री की ओर से जारी संदेश को श्री उपेंद्र शर्मा, अपर आयुक्त (राजभाषा प्रभारी) ने सभी कार्मिकों के समक्ष पढ़कर सुनाया। श्री श्याम सुंदर कथूरिया, उप निदेशक(राजभाषा) ने वर्ष 2016–2017 की वार्षिक रिपोर्ट पढ़ते हुए उपस्थित जनों को राजभाषा शाखा द्वारा किए गए कार्यों तथा अर्जित उपलब्धियों से अवगत कराया। श्री स्वदेश कुमार गर्ग, बीमा आयुक्त(राजभाषा) ने हिंदी का महत्व बताते हुए अपना कार्यालयी कार्य राजभाषा हिंदी में करने पर ज़ोर दिया। इसके अतिरिक्त उन्होंने राजभाषा विभाग द्वारा शुरू किए गए विभिन्न ई–टूल्स आदि की उपयोगिता तथा उनके महत्व संबंधी विषय पर भी प्रकाश डाला। महानिदेशक ने अपने प्रभावशाली सम्बोधन में आग्रह किया कि हमें हिंदी के सरल और सहज शब्दों का प्रयोग करना चाहिए। उन्होंने परिवर्तन जन कल्याण समिति और नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, दिल्ली द्वारा पंचदीप भारती के पिछले दो अंकों की सराहना किए जाने तथा उन्हें पुरस्कृत किए जाने पर सभी को बधाई दी।

तत्पश्चात् समारोह में श्रीमती सीता, बहुकार्य स्टाफ ने कांच की चूड़ियों से स्वयं बनाए निगम के प्रतीक चिह्न 'पंचदीप' के चित्र को महानिदेशक को भेंट किया। इससे समारोह में जोश और उत्साह का माहौल दुगुना हो गया तथा सभी कार्मिकों ने करतल ध्वनि से उनकी प्रशंसा तथा अभिनंदन किया।

तदोपरांत महानिदेशक एवं मंचासीन अधिकारियों ने अपने करकमलों से निगम मुख्यालय की हिंदी गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक का लोकार्पण किया। मंचासीन अधिकारियों ने हिंदी पखवाड़े के दौरान आयोजित हिंदी प्रतियोगिताओं, मूल हिंदी टिप्पण–आलेखन प्रतियोगिता, हिंदी श्रुतलेखन प्रतियोगिता और केंद्रीय सचिवालय हिंदी परिषद् की प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कार प्रदान किए। इसके बाद समारोह में रंगारंग कवि सम्मलेन का आयोजन किया गया, जिसमें साहित्य तथा कविता जगत के क्षेत्र से जुड़े 04 प्रसिद्ध कवियों ने अपनी कविताओं से सभी श्रोताओं को मंत्रमुग्ध कर दिया।

समारोह के अंत में धन्यवाद ज्ञापन के साथ कार्यक्रम का समापन हुआ।

पूर्णता का नाम : गुरुसिमरत कौर

एस.सी. गुप्ता
पूर्व उप निदेशक
क.रा.बी निगम

बच्चों का एक संसार है–खेल–कूद, मौज–मस्ती, मस्ती दर मस्ती, स्कूल न जाने के बहाने, छुट्टी–स्कूल जाने से छुट्टी। लेकिन स्कूल के कुछ बच्चे ऐसे भी होंगे जो बहुत कम छुट्टी लेते होंगे, हो सकता है एक–आध बच्चा ऐसा भी हो जिसने बिल्कुल छुट्टी न ली हो और उसे शतप्रतिशत उपस्थिति का अवॉर्ड भी मिला हो।

आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि भारत की एक लड़की ऐसी है जिसने दस सालों तक छुट्टी नहीं ली। इस लड़की का नाम है–गुरुसिमरत कौर। इसका जन्म 13 जनवरी, 2001 को पटियाला में हुआ। पटियाला की इस गुरुसिमरत कौर ने 2005 से लेकर 2015 तक यानि लगातार दस सालों तक अपने स्कूल से एक भी छुट्टी नहीं ली। इन वर्षों में उन्होंने क्लास प्रेप–1 से आठवीं तक की पढ़ाई की। इस उपलब्धि के लिए उसका नाम इंडिया बुक ऑफ रिकॉर्ड्स में दर्ज है, और उसे पूर्णता का पर्याय माना जाता है।

गुरुसिमरत कौर

प्रेम

सपना मांगलिक
साहित्यकार
कमला नगर, आगरा

मलखान समाज के एक रसूखदार व्यक्ति का पुत्र था। आती–जाती युवतियों को छेड़ना, भद्दे इशारे करना और उनका पीछा करना, उसके प्रमुख शगल थे। इस बार उसकी नज़र नाबालिग सुमन पर थी। वह उसके सुन्दर चेहरे और भोलेपन का दीवाना हो चुका था और जहाँ भी वह जाती, मलखान साये की तरह उसके पीछे–पीछे अपने प्रेम का इज़हार करते पहुँच जाता। सुमन और उसके घरवालों ने पहले तो उसे समझाने का प्रयास किया मगर मलखान कहाँ मानने वाला था। वह उसे पाने की ज़िद लिए जो बैठा था। एक दिन जब स्कूल जाते समय मलखान सुमन के पीछे–पीछे चलने लगा तो सुमन ने पलटकर उसे थप्पड़ जड़ दिया। मलखान उसे धमकी देते हुए वहां से चला गया। दूसरे दिन मलखान ने बीच सड़क पर उसे रोकते हुए कहा 'सुमन मैंने तुझे सच्चा प्रेम किया था। अब सुन ले, अगर तू मेरी नहीं होगी तो किसी और के लायक भी मैं तुझे छोडूंगा नहीं, 'यह कहते हुए उसने हाथ में छिपाई एसिड की बोतल उसके चेहरे पर फेंक दी। सुमन का चेहरा बुरी तरह से झुलस गया था। महीनों बाद अस्पताल से सुमन लौटी तो अपने सुन्दर सुकोमल चेहरे के बजाय एक डरावना चेहरा लेकर। वह आते ही सबसे पहले मलखान के पास गयी और बोली 'मलखान आज मैं तुम्हारे प्रेम को समझ चुकी हूँ, आओ हम एक हो जाएँ'। मलखान घबराते हुए, 'पागल हो क्या? अपना चेहरा तो देखो, जब मैं कह रहा था तो।।। 'सुमन ने कहा' मलखान तुम मेरे नहीं हुए तो किसी और के भी नहीं होगे । आज मैं अपने सच्चे प्रेम की छाप तुम पर ज़रूर छोड़ कर जाऊंगी' और सुमन ने भी ठीक मलखान की तरह एसिड की बोतल में बंद **'प्रेम'** मलखान पर उड़ेल दिया ।

राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका

श्री संजीव कुमार
सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
मुख्यालय, क.रा.बी. निगम

किसी भी राष्ट्र के निर्माण व विकास में युवाओं की अहम भूमिका होती है। युवा वर्ग राष्ट्र की रीढ़ होता है। हम सभी जानते हैं कि आज के युवा कल के भविष्य हैं। युवाओं में अपार ऊर्जा है और युवाओं के सदुपयोग से राष्ट्र निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका होगी। निःसंदेह युवा अपनी आबादी के साथ अनूठे जनसांख्यिकी लाभ के द्वार पर खड़ा है। हमारे देश भारत को युवाओं का देश कहा जाता है। भारत की कुल आबादी का लगभग 65 प्रतिशत भाग 35 वर्ष से कम आयु वर्ग का है। हम सभी जानते हैं कि युवा पीढ़ी किसी भी देश की नींव होती है। जिस तरह से एक इमारत बिना मज़बूत नींव या आधार के खड़ी नहीं रह सकती, ठीक उसी तरह कोई भी देश योग्य, कुशल एवं समर्पित युवाओं के बिना जीवित या प्रगति नहीं कर सकता है। यदि युवाओं को सही दिशा, प्रेरणा, उत्साह व अवसर दिया जाए तो हमारे देश को सर्वोच्च शक्तिशाली देश बनने से कोई रोक नहीं सकता। सरकार का पूरा ध्यान युवाओं के माध्यम से विकास लाने पर केन्द्रित है। हमारी सरकार चाहती है कि युवा वर्ग देश के विकास हेतु अपना सक्रिय योगदान प्रदान करे।

राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका निम्नलिखित क्षेत्रों में देखने को मिलती है:–

1. <u>शिक्षा क्षेत्र</u> :– अगर एक युवा शिक्षित होता है तो वह संपूर्ण राष्ट्र का निर्माण कर सकता है। शिक्षा के माध्यम से जीवन के हर क्षेत्र में अपार सफलता प्राप्त कर सकते हैं। शिक्षकों को छात्र–छात्राओं की शिक्षा पर पूरा ध्यान देना चाहिए। सरकार को गरीब व कमज़ोर वर्ग के छात्रों को मुफ्त शिक्षा देने हेतु प्रयासरत रहना चाहिए। शिक्षा एक ऐसा शस्त्र है जिसके माध्यम से हम अपने युवा वर्ग का विकास करके अपने देश को हर तरह से विकसित कर सकते हैं। जब युवक शिक्षा प्राप्त कर लेते हैं तो उन्हें प्रशिक्षित करके रोज़गार/स्वरोज़गार के साधन विकसित कर देना चाहिए। किसी कीमत पर भी छात्र की शिक्षा की अनदेखी नहीं करनी चाहिए क्योंकि इससे देश का संपूर्ण विकास अवरुद्ध हो जाएगा। अतः हमें शिक्षा पर संपूर्ण ध्यान देना चाहिए।

2. <u>राजनीति क्षेत्र</u> : हमारे युवा वर्ग को राजनीति के क्षेत्र में कदम रखना अनिवार्य प्रतीत हो रहा है। हमारे युवक पहले से ज़्यादा कुशल, शिक्षित और जागरुक हैं। राजनीति का यह क्षेत्र सर्वाधिक महत्व का इसलिए है क्योंकि देश के संपूर्ण क्षेत्रों के लिए नीतियां बनाने या यों कहें कि उन्हें नियंत्रित करने का संपूर्ण कार्य इसके द्वारा ही होता है। हम सभी जानते हैं कि संसद सर्वोच्च शक्ति है इसी के द्वारा कानून इत्यादि बनाए जाते हैं। देश की उन्नति एवं विकास का मार्ग राजनीति के गलियारों से ही होकर जाता है। अतः राजनीति के क्षेत्र में युवाओं की भागीदारी देश के लिए अत्यंत ज़रूरी है क्योंकि शिक्षित, कुशल और ऊर्जा से परिपूर्ण ही देश को नियंत्रित करने के लिए कानून बनाएंगे और पालन करने के लिए प्रयासरत रहेंगे।

3. सामरिक क्षेत्र:– देश को सामरिक दृष्टि से सुरक्षित तथा देश के प्रत्येक नागरिक को सुरक्षा प्रदान करने के संदर्भ में सैन्य क्षमता एवं पुलिस प्रशासन में युवाओं की सर्वाधिक महत्वपूर्ण भूमिका होती है क्योंकि इस क्षेत्र में जितना अधिक युवाओं को प्रतिनिधित्व मिलेगा, देश उतना ही अधिक सुरक्षित और समृद्ध होगा।

4. कृषि क्षेत्र:– इस क्षेत्र में युवाओं की भागीदारी अत्यंत महत्वपूर्ण है क्योंकि इससे देश की दाल–रोटी चलती है। कृषि क्षेत्र में युवाओं की सहभागिता के कारण गाँवों की दिशा एवं दशा दोनों में सुधार आएगा और स्वरोज़गार के अवसर प्राप्त होंगे और हमारे देश का ग्रामीण विकास होगा। कृषि के क्षेत्र में बढ़ी पैदावार से हमारे देश का सामाजिक, आर्थिक, शैक्षणिक इत्यादि का विकास होगा।

5. खेल क्षेत्र : हमारे देश के युवाओं के कारण भारत खेल के हर क्षेत्र में अपना कीर्तिमान स्थापित कर रहा है। हम सभी जानते हैं कि क्रिकेट टीम में अनुभवी युवा वर्ग की अपार मेहनत के बल पर ही श्री एम.एस. धोनी की कप्तानी में भारत वर्ष 2011 में विश्व क्रिकेट कप का विजेता बना। हाल ही में रियो ओलम्पिक गेम्स, 2016 में भारत ने बैटमिंटन में रजत और कुश्ती में कांस्य पदक जीते। भारत ने कॉमनवेल्थ गेम्स, 2014 में 15 स्वर्ण, 30 रजत और 19 कांस्य पदक जीते। भारत ने कई अनुभवी युवा खिलाड़ी जैसे सानिया मिर्जा, लिएण्डर पेस, विराट कोहली, वांगचूई भूटिया, एम.एस. धोनी, साइना नेहवाल, पी.वी. सिंधू, विश्वनाथ आनंद, अभिनव बिन्द्रा, राज्यवर्धन सिंह राठौर, दीपा कर्माकर इत्यादि के बल पर विश्व में अपनी प्रतिष्ठा प्राप्त की है। खेल क्षेत्र में युवाओं की भूमिका के कारण हमारे देश का मान–सम्मान, गौरव

इत्यादि विद्यमान है। अभी हाल ही में भारत ने एशिया कप महिला हॉकी 2017 चीन को परास्त करके जीत लिया है।

6. स्वतंत्रता संग्राम में युवाओं की भूमिका : हम जानते हैं कि हमारे देश के कई स्वतंत्रता सेनानी, युवावर्ग में थे जैसे सरदार भगत सिंह, चन्द्रशेखर आज़ाद, बटुकेश्वर दत्त, रास बिहारी घोष, सुभाष चन्द्र बोस, रानी लक्ष्मीबाई, कुंवर सिंह, लाला लाजपत राय,

जवाहर लाल नेहरू, डॉ. भीम राव अम्बेडकर, महात्मा गांधी, सरदार वल्लभ भाई पटेल, बाल गंगाधर तिलक, अरविंद घोष, रवीन्द्रनाथ टैगोर, स्वामी विवेकानंद, इत्यादि ने अपने संपूर्ण जीवन को अंग्रेज़ों से आजादी दिलाने में समर्पित कर दिया। अतः हम कह सकते हैं कि यदि युवावर्ग के स्वतंत्रता सेनानी की भूमिका देश की आज़ादी की लड़ाई में नहीं होती तो हम अभी तक गुलामी की ज़ंजीरों में होते। सुभाष चन्द्र बोस ने आज़ाद हिन्द फौज की स्थापना की थी और भारतीय युवाओं को जागरूक करने के लिए नारा दिया था 'तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आज़ादी दूंगा।

हम सभी जानते हैं कि स्वामी विवेकानंद अपनी युवावस्था में ही सामाजिक कार्यो से जुड़े रहे और युवाओं को हमेशा प्रोत्साहित करते रहे। स्वामी विवेकानंद ने कहा था कि आज के युवाओं को अलग–अलग दिशा में भटकने की बजाए एक ही दिशा में ध्यान केन्द्रित करना चाहिए और अंत तक अपने लक्ष्य को प्राप्त करने हेतु प्रयत्न करते रहना चाहिए। उनका वाक्य था ' उठो, जागो और तब तक रुको नहीं जब तक मंज़िल प्राप्त न हो जाए। स्वामी विवेकानंद का जन्म 12

हिंदी के विरोध का कोई भी आंदोलन राष्ट्र की प्रगति में बाधक हैं।–सुभाष चंद्र बोस

जनवरी को हुआ था इसलिए संपूर्ण भारत देश में प्रत्येक वर्ष 12 जनवरी को राष्ट्रीय युवा दिवस मनाया जाता है। स्वामी विवेकानंद ने रामकृष्ण मिशन/मठ की स्थापना तथा योग, राजयोग और ज्ञानयोग जैसे ग्रंथों की रचना करके युवा जगत को एक नई दिशा/राह दिखाई जिसका प्रभाव जनमानस पर युगों–युगों तक छाया रहेगा। उन्होंने 1893 में शिकागो में विश्व धर्म सम्मेलन में भारतीयों की ओर से हिन्दू धर्म का प्रतिनिधित्व किया था।

7. <u>वैज्ञानिक क्षेत्र</u> : युवा वर्ग ने विज्ञान के क्षेत्र में भी हमारे देश को शिखर पर पहुँचाया है जैसे–सी.वी. रमन, कल्पना चावला, जे.सी. बोस, आर्य भट्ट, मेघनाथ साहा, वाराहमिहिर, नागार्जुन इत्यादि।

8. <u>अन्य क्षेत्र</u> :– सूचना व प्रौद्योगिकी, साहित्य, चिकित्सा, प्रशासनिक, बैंकिंग, सामाजिक कार्य, विदेशों में नियोजित युवावर्ग, कॉरपोरेट क्षेत्र, कला, सिनेमा जगत, गायकी, इंजीनियरिंग, पर्यावरणविद्, शैक्षणिक इत्यादि में कार्यरत युवा वर्ग अपनी मेहनत, लगन, सकारात्मक सोच, नेतृत्व इत्यादि के कारण देश के चहुँमुखी विकास में अपना संपूर्ण योगदान दे रहे हैं। हमारी युवा पीढ़ी देश को मज़बूत बनाने में हर प्रकार से मदद करने के लिए दृढ़संकल्प दिखाई दे रही है।

9. <u>राष्ट्रीय एकता</u> : भारत की लगभग 2/3 जनसंख्या युवा है, इसलिए राष्ट्रीय एकता में उनकी भूमिका बहुत महत्वपूर्ण है। राष्ट्रीय एकता का वास्तविक मतलब है कि देश के सभी लोगों को एक धागे में पिरोया जाए और उन्हें एक मंच पर लाया जाए। यह एक भावना है जो हमें अपनी विरासत पर गर्व कराती है और देश के सभी लोगों को एक बंधन में बांधती है। किसी भी देश की प्रगति वहाँ के युवाओं पर निर्भर करती है जो सामंजस्यपूर्ण विकास के अहम रास्ते पर राष्ट्र को ले जाने के लिए एक महत्वपूर्ण ज़िम्मेदारी निभाते हैं। हमें ज्ञात है कि राष्ट्रीय एकता और एकीकरण की किसी भी चुनौती को पूरा करने के लिए युवाओं की ताकत, शक्ति और क्षमता का उपयोग किया जाता है।

10. <u>देश की कई समस्याएं जैसे</u> : बेरोज़गारी, गरीबी, भ्रष्टाचार, आतंकवाद, प्रदूषण, जनसंख्या वृद्धि, आपसी मतभेद, अलगाववाद इत्यादि पर नियत्रंण/विजय हम केवल युवा शक्ति के माध्यम से ही प्राप्त कर सकते हैं। देश में समृद्धि, खुशी, शांति इत्यादि का महौल विकसित कर सकते हैं।

हम सभी को विशेष रूप से ज्ञात है कि आज के युवा हमारे देश का भविष्य और अमूल्य संपत्ति हैं। नई युवापीढ़ी को शिक्षित करना अनिवार्य कार्य है। उन्हें स्वरोज़गार के साधन उपलब्ध कराए जाने की ज़रूरत है। युवाओं के विचारों, विचारधारा और आदर्शवाद का सदुपयोग करना चाहिए। युवाओं को राजनीतिक, सामाजिक, शैक्षणिक इत्यादि कार्य हेतु प्रशिक्षण कार्यक्रम सरकार की ओर से मुफ्त में दिए जाने हेतु प्रयास करना चाहिए। युवाओं के दिल में राष्ट्रीय एकता/देशभक्ति भावना जागृत करने हेतु आवश्यक कदम उठाए जाने चाहिए। युवाओं के मन में सकारात्मक सोच विकसित करनी चाहिए। देश के युवाओं के विकास को पूर्ण समर्थन एंव प्रोत्साहन देने की ज़रूरत है। राष्ट्रीय एकता को बढ़ावा देने के लिए युवावर्ग को सामूहिक रूप से धार्मिक उत्सव, जैसे–होली, ईद, क्रिसमस, दीपावली, गुरु पर्व इत्यादि को समान रूप से आनंद और खुशी से मनाने हेतु सुविचार विकसित करना चाहिए। अतः नई युवापीढ़ी से ही हम अपने देश का संपूर्ण विकास कर सकते हैं।

इस प्रकार हम कह सकते हैं किं राष्ट्र के निर्माण में युवाओं का महत्वपूर्ण योगदान है।

'जय भारत जय युवा शक्ति' ।

प्रकाशित संप्रतीक अभिज्ञान या ऑप्टिकल कैरेक्टर रिकग्निशन(ओ.सी.आर.) सॉफ्टवेयर

श्याम सुंदर कथूरिया
उप निदेशक (राजभाषा)
मुख्यालय, क.रा.बी. निगम

कभी–कभी पहले से मुद्रित सामग्री (हार्ड कॉपी) में संशोधन आदि हेतु उसकी सॉफ्ट कॉपी की आवश्यकता पड़ती है। किन्हीं कारणों से सॉफ्ट प्रति कम्प्यूटर में उपलब्ध न होने पर उसे नए सिरे से टंकित करना पड़ता है। इस श्रमसाध्य कार्य से बचने के लिए सूचना प्रौद्योगिकी के चलते अब हिंदी ओ.सी.आर. सॉफ्टवेयर सुलभ हो गए हैं। इससे स्कैन की हुई हिंदी फाइलों को टेक्स्ट फॉर्मेट में बदला जा सकता है। इसमें कतिपय प्रूफ पठन या संपादन की आवश्यकता भी रहती है। इस सॉफ्टवेयर को निम्नलिखित वेबसाइट से लिया जा सकता है। यहां इन वेबसाइटों के ओ.सी.आर. की जानकारी, उपयोगिता, विशेषताएं, प्रयोग–विधि आदि के बारे में अलग–अलग विस्तृत जानकारी दी जा रही है:–

• www.chitrankan.software.informer.com पर चित्रांकन

Converts scanned documents into text files

इस सॉफ्टवेयर से, एक छवि–फाइल के रूप में सहेजे दस्तावेज़ की सामग्री को यूनिकोड में टंकित फाइल के रूप में प्राप्त किया जा सकता है। इसके लिए हिंदी एवं मराठी भाषाओं में पाठों को पहचानने के लिए ओ.सी.आर. एल्गोरिदम प्रयोग होता है। यह उपकरण मिश्रित भाषा फाइलों को भी समर्थन देता है। मूल पाठों की संरचना और फॉण्ट, आयातित छवियों के साथ संरक्षित रहते हैं। चित्रांकन, उपयोगकर्ता को पूरा दस्तावेज़ टाइप करने के प्रयास से बचाता है।

इसकी मुख्य विशेषताएं इस प्रकार हैं:

– एंबेडेड इंग्लिश पाठ के साथ हिंदी और मराठी भाषा को पहचानता है।
– ±15 डिग्री तक विकृत इनपुट छवि को पहचानता और सुधारता है।
– प्रक्रमण के लिए स्कैनर से सीधे चित्र लेता है।
– पाठ और चित्र क्षेत्र का स्वतः पता लगाता है।
– सभी TWAIN संगत स्कैनर और डिजिटल कैमरों का समर्थन करता है।
– पहचानने के लिए इनपुट छवि के रूप में 300 डीपीआई में स्कैन किए गए 256 ग्रेस्केल/रंगीन, बीएमपी/टीआइएफएफ छवियों का समर्थन करता है।
– 10 से 36 प्वाइंट के बीच सभी लोकप्रिय फॉण्ट्स के लिए आदर्श।
– स्कैन/संशोधित छवियों को बीएमपी फाइलों के रूप में रक्षित करता है।

• www-i2ocr-com पर Free हिंदी OCR

i2OCR एक निःशुल्क ऑनलाइन ऑप्टिकल कैरेक्टर रिकग्निशन (ओ.सी.आर.) है, जो छवियों से हिंदी पाठ को निकालता है, ताकि इसे संपादित, स्वरूपित, अनुक्रमित, खोजा, या अनुवाद किया जा सके। इसकी विशेषताएं इस प्रकार हैं:–

60+ भाषाओं की पहचान,
प्रमुख छवि प्ररूपों का समर्थन करता है,
मल्टी कॉलम दस्तावेज़ विश्लेषण,
असीमित अपलोड के साथ 100% निःशुल्क।

• www.tdil-dc.in पर

ओ.सी.आर. प्रणाली का उद्देश्य मुद्रित भारतीय लिपियों के लिए मज़बूत ओ.सी.आर. का विकास करना है, जो विरासत के संभावित रूपांतरण, मुद्रित दस्तावेजों को इलैक्ट्रॉनिक रूप से सुलभ रूप में प्रदान कर सकती है।

यह प्रणाली बांग्ला, देवनागरी, गुरुमुखी, कन्नड़ मलयालम, तेलुगू के लिए विकसित की गई है और यह भविष्य में गुजराती, तमिल, उड़िया, तिब्बती, असमिया, मणिपुरी, उर्दू लिपि में उपलब्ध होगी। भारतीय भाषा ओ.सी.आर. एक कंसोर्टियम आधारित परियोजना है, जो एक हाइब्रिड विशेषता रखता है। यह प्लेटफॉर्म और प्रौद्योगिकी के साथ काम करने के लिए डिज़ाइन किया गया स्वतंत्र मॉड्यूल है। बहुभाषी पाठ–छवियों के डिजिटलीकरण की सुविधा के लिए यह प्रणाली विकसित की गई है। सिस्टम के कवरेज का क्षेत्र मुद्रित पाठ ओ.सी.आर. है। कार्यान्वयन एजेंसी में, कंसोर्टियम लीडर के रूप में भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान, दिल्ली के साथ कंसोर्टियम शामिल है। यह प्रणाली, संचार एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय द्वारा प्रायोजित कंसोर्टियम सदस्यों के प्रयास का एक परिणाम है। इसकी प्रमुख विशेषताएं इस प्रकार हैं:–

1. समर्थित फाइल स्वरूपः– बीएमपी, पीएनजी, टीआइएफ
2. जेपीजी प्ररूप को प्राथमिकता नहीं
3. स्कैनिंग रिज़ोल्यूशन समर्थितः– 300 डीपीआइ
4. रंग मोड समर्थित 8 बिट ग्रेस्केल या ब्लैक एंड व्हाइट
5. फाइल आकार 10 एमबी से अधिक नहीं होना चाहिए।

- www.indsenz.com पर Hindi OCR(सशुल्क)

हिंदी ओ.सी.आर.–हिंदी दस्तावेज़ों के लिए छवि से पाठ हिंदी ओ.सी.आर., देवानगरी–यूनिकोड एन्कोडिंग में स्कैन किए गए हिंदी पाठों को डिजिटल पाठों में परिवर्तित करता है। यह ओ.सी.आर. डिजिटल हिंदी पाठों को यूनिकोड यूटीएफ–8 पाठ, आरटीएफ (रिच टेक्स्ट फॉर्मेट) के रूप में या चित्र के तहत पीडीएफ फाइलों के रूप में सहेजता है। आप उन्हें ओपन ऑफिस या माइक्रोसॉफ्ट वर्ड जैसे टेक्स्ट एडिटर्स के साथ खोल सकते हैं, और उन पर ऐसे काम कर सकते हैं, जैसे आप टाइप किए गए हिंदी दस्तावेज़ में करते हैं।

हिंदी ओ.सी.आर. प्रशिक्षण के बिना अधिकांश आधुनिक हिंदी फॉण्ट के सटीक परिणाम देता है। यह हिंदी पाठों को टाइप करने के लिए अन्यथा आवश्यक समय बचाने में मदद करता है।

इस हिंदी ओ.सी.आर. की मुख्य विशेषताएं:–

उच्च पहचान सटीकता और गति

अधिकांश हिंदी पत्रों और लिगेचर के लिए निर्मित क्लासिफायर – कोई प्रशिक्षण आवश्यक नहीं है।

देवनागरी में यूनिकोड आउटपुट।

बेहतर परिणामों के लिए हिंदी शब्दकोश।

असामान्य और दुर्लभ हिंदी फॉण्ट के लिए प्रशिक्षण विकल्प।

मानक छवि प्ररूपों का प्रक्रमण (बीएमपी, जेपीजी, पीएनजी, टीआइएफएफ, जीआइएफ)।

Windows XP® और Windows 7® पर काम करता है

आप हिंदी पाठ को विभिन्न प्ररूपों में निर्यात कर सकते हैं।

इस सॉफ्टवेयर की प्रयोग–विधिः–

भारतीय लिपियों का यह ओ.सी.आर. प्रोग्राम देवनागरी (हिंदी, मराठी, संस्कृत), गुजराती और तमिल पाठों का प्रक्रमण करता है। मुद्रित पुस्तकों, पत्रों या समाचार पत्रों को डिजिटल टेक्स्ट दस्तावेज़ों में परिवर्तित करने के लिए ओ.सी.आर. प्रोग्राम का उपयोग करें। ओ.सी.आर. कार्यक्रम आधुनिक कागज़ रहित कार्यालय के लिए बहुमूल्य उपकरण हैं, क्योंकि ये मुद्रित सामग्री को डिजिटल डेटा में बदलने में मदद करते हैं।

एक ओ.सी.आर. या ऑप्टिकल कैरेक्टर पहचान प्रोग्राम को 'कंप्यूटर टाइपिस्ट' के रूप में माना जा सकता है। आप पाठ का एक पृष्ठ स्कैन करते हैं और ओ.सी.आर. प्रोग्राम पेज टाइप करने का ध्यान रखेगा। कुछ सेकंड के बाद, ओ.सी.आर. कार्यक्रम मुद्रित देवनागरी, गुजराती, या तमिल के एक डिजिटल और खोजयोग्य संस्करण का निर्माण कर देता है। यह डिजिटल टेक्स्ट किसी भी ऑफिस प्रोग्राम से संपादित किया जा सकता है।

ओ.सी.आर. सॉफ्टवेयर का उपयोग करना डिजिटलीकरण को और अधिक कुशल बना देता है। यह हिंदी पाठ के एक पेज को डिजिटाइज करने में कुछ ही सेकंड लेता है, और आप मैन्युअल रूप से पृष्ठ टाइप करने के बजाय सामग्री पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं।

यह ओ.सी.आर. सॉफ्टवेयर निम्नलिखित के लिए उपयोगी है ...

प्रकाशन गृह, डेटा एंट्री कंपनियां और पुस्तकालय : हिन्दी या तमिल पुस्तकें और समाचार पत्र डिजिटाइज करता है।

कंपनियां और प्रशासनः मुद्रित व्यवसाय पत्रों से डिजिटल टेक्स्ट दस्तावेज बनाएं, या मुद्रित को डिजिटल रिकॉर्ड में परिवर्तित करें। और जाहिर है, डिजिटल, कंप्यूटर पठनीय पाठ दस्तावेज़ बनाने में रुचि रखने वाले सभी के लिए।

<u>ओ.सी.आर. कैसे काम करता है</u> :–

हिंदी दस्तावेज़ को डिजीटल करने के लिए केवल तीन चरणों की आवश्यकता है–

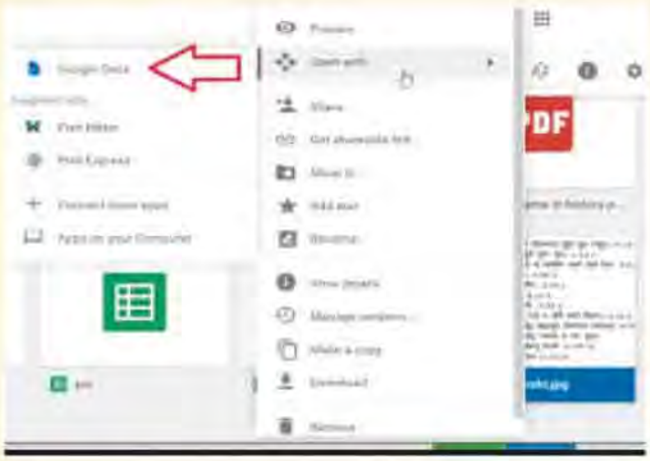
1. हिंदी दस्तावेज़ को स्कैन करें या एक स्कैन किए गए दस्तावेज़ को खोलें।
2. हिंदी ओ.सी.आर. को दस्तावेज़ पहचाननें दें।
3. डिजिटाइज़्ड और संपादनयोग्य हिंदी टेक्स्ट को एक ऑफिस प्रोग्राम में निर्यात करें (पाठ चुनने के लिए क्लिक करें)।

• Hindi OCR Google

यहां हिन्दी ओ.सी.आर. का एक सरल एवं रोचक प्रयोग प्रस्तुत है। ओ.सी.आर. वह विधि है जिससे प्रिंट की गई सामग्री को टैक्स्ट या टाइप योग्य सामग्री में बदला जा सकता है, जिससे उसका संपादन या पुनः मुद्रण किया जा सकता है। हिंदी में कोई मुद्रित (प्रिंटेड) सामग्री है और हमें उसे टाइप करना है, लेकिन सामग्री बड़ी है या हमारी टाइप करने की गति कम है या ऐसा ही कोई अन्य कारण है तो यह विधि बहुत ही काम की है।

चित्रात्मक रूप जेपीजी या पीएनजी (स्कैन की गई हिंदी सामग्री) को गूगल ड्राइव में अपलोड कर दें। वहां भी मूल रूप से जेपीजी या पीएनजी में ही रहेगी लेकिन इसे गूगल डॉक के माध्यम से खोलने पर यह चित्र में आए शब्द टैक्स्ट के रूप में बदल जाएंगे जिन्हें डॉक या टैक्स्ट माध्यम से फाइल में सेव कर टाइप करने के श्रम से बचा जा सकता है। चित्र या स्कैन साफ होने चाहिए यह एकमात्र शर्त है। उदाहरण के लिए :–

वैदिक पुस्तक के इस चित्र vaidiksookt.jpg को गूगल ड्राइव में अपलोड करते हैं। गूगल ड्राइव के लिए गूगल Gmail account के माध्यम से लॉगइन कर सकते हैं। https://drive.google.com/ पर जाकर चित्र स्कैन सामग्री को अपलोड करना है तथा चित्र को "राइट क्लिक" कर "ओपन विद" के विकल्प में से गूगल डॉक का चयन करने पर यह सामग्री टैक्स्ट में प्राप्त हो गई है।



"मध्वो रसं सुगभस्तिः गिरिष्ठां चनिश्चदत् दुदुहे शुकं अंशुभ। १०.४३.४

असावि अंशुः मदाय अप्सु धूतो नृभिः सुतः।। ६.६२.४

अंशुः यवेन पिपिशे यतो नृभिः सं जामिभिः नसते रक्षते शिरः।। ६.६८.४

आपूर्णो अंशः पर्येति विश्वतः।। ६.७४.२

अरावीत् अंशुः सचमान ऊर्मिणा...६.७४.५

मध्वो अंशुः पवत इन्द्रियाय।। ६.८६.६

वृषा वृष्णे रोरुवत् अंशुः अस्मे...६.६१.३

परिसुवानो हरिः अंशुः पवित्रे रथो न सर्जि सनये हियानः।। ६.६२.१

यस्ते द्रप्सः स्कन्दति यस्ते अंशुः बाहुच्युतः धिषणाया उपस्थात्।। १०.१७.१२

यः ते द्रप्सः स्कन्नः यः ते अंशुः अवश्च यः परः श्रुचा।
अयं देवो बृहस्पतिः सं तं सिंचन्तु राधसे।। १०.१७.१३

वृषा वो अंशुः न किला रिषाथन १०.६४.१०"

फाइल को तैयार करें।

प्ररूपः आप जेपीजी, पीएनजी, जीआइएफ, या पीडीएफ (बहुपृष्ठ दस्तावेज़ों) को परिवर्तित कर सकते हैं।

फाइल का आकारः फाइल 2 एमबी या उससे कम होनी चाहिए।

रिज़ोल्यूशनः टेक्स्ट कम से कम 10 पिक्सेल का होना चाहिए।

ओरिएंटेशनः दस्तावेज़ सीधा होना चाहिए यदि आपकी छवि गलत दिशा में है, तो इसे Google डिस्क पर अपलोड करने से पहले घुमाएं।

भाषाएँः Google ड्राइव दस्तावेज़ की भाषा का पता लगाएगा।

फॉण्ट और वर्ण सेटः श्रेष्ठ परिणामों के लिए, सामान्य फॉण्ट जैसे एरियल या टाइम्स न्यू रोमन का उपयोग करें।

छवि गुणवत्ता : समान प्रकाश और स्पष्ट विभेद के साथ साफ छवियां सबसे अच्छा परिणाम देती हैं।

छवि फाइल कन्वर्ट करें।

अपने कंप्यूटर पर, drive.google.com पर जाएं।

इच्छित फाइल पर राइट–क्लिक करें।

इसके साथ खोलें पर क्लिक करें और फिर Google docs.

छवि फाइल को Google दस्तावेज़ में कनवर्ट किया जाएगा, लेकिन कुछ स्वरूपण स्थानांतरित नहीं हो सकते हैं:

बोल्ड, इटैलिक, फॉण्ट आकार, फॉण्ट प्रकार, और रेखा के ब्रेक को बनाए रखे जाने की संभावना है।

सूचियों, तालिकाओं, स्तंभों, फुटनोट्स और एंडनोट्स का पता नहीं लगाया जा सकता।

निश्चित ही किसी छपे हुए कागज़ को चुटकियों में टंकित रूप में परिवर्तित करने की उपर्युक्त जानकारी हमारे कार्यालयी कामकाज को और अधिक आसान बना सकती है। यह बैलगाड़ी का नहीं, अपितु रॉकेट का युग है। इसलिए यदि जीवन में सूचना प्रौद्योगिकी का सटीक प्रयोग किया जाए तो ओ.सी.आर. जैसे अन्य आधुनिक हिंदी सॉफ्टवेयर/ई–टूल्स का प्रयोग करके हम कम–से–कम समय में अधिक–से–अधिक परिणाम देने की क्षमता अर्जित कर सकते हैं।

जीवन-दर्शन

प्रवीण कुमार
उप निदेशक (सू.सं.प्रौ.)
क.रा.बी. निगम, मुख्यालय

अपने 53 वर्ष के जीवनकाल में देखी हुई कुछ घटनाओं को छोटी–छोटी पाँच कहानियों के रूप में प्रस्तुत कर रहा हूँ। कहानियों में पात्रों के नाम सांकेतिक हैं और पाठक को उसी तरह के पात्र अपने आस–पास भी मिल जाएँगे।

<u>कहानी – 1</u>

श्री 'क' के तीन बेटे थे – 'ख', 'ग' और 'घ' । श्री 'क' ने अपने जीवनकाल में एक मकान बनाया और इनके तीनों बेटे उस मकान के बँटवारे के लिए लम्बे अरसे तक लड़ते रहे। समय बीतता गया इन तीनों बेटों के बच्चे जवान हो गए, शादियाँ हो गईं और खुद बच्चों वाले हो गए। अब मैं देख रहा हूँ कि 'ख', 'ग' और 'घ' के बच्चे जायदाद के बँटवारे पर अपने सगे भाइयों के साथ द्वंद्व कर रहे हैं।

<u>कहानी – 2</u>

श्री 'च' की अपने भाई से कभी नहीं बनी, पर इन्हें कभी अपने भाई से लड़ते नहीं देखा। जायदाद का कोई झगड़ा नहीं था, परन्तु वे आपस में न बोलते और न ही एक दूसरे के घर जाते। श्री 'च' के दो बेटे थे – 'छ' और 'झ' । बचपन में खूब मेल था। बड़े हुए, शादियाँ हुईं और अब बच्चों के बच्चे भी आ गए। 'छ' और 'झ' दोनों का अपना–अपना घर है, कोई पुरानी जायदाद का झगड़ा नहीं, बोल–चाल एकदम बन्द, यहाँ तक कि नए साल एवं दीपावली की बधाई तक नहीं।

<u>कहानी –3</u>

श्री 'ट' अपने माता–पिता और भाई–बहनों को छोटे शहर में छोड़कर दिल्ली आ गए। नौकरी मिली, शादी हुई, बच्चे हुए, हँसता–खेलता परिवार। धीरे–धीरे बच्चे बड़े हुए। बच्चों की शादियाँ हुईं और दोनों बच्चे दूसरे देशों में जाकर रहने लगे। श्री 'ट' सोच रहे हैं कि इस बुढ़ापे में कोई बच्चा मेरे साथ क्यों नहीं रहता।

<u>कहानी –4</u>

श्री 'त' के दो बेटे थे – 'थ' और 'द'। श्री 'त' की पत्नी की असामयिक मृत्यु हो गई। भाई–भाभी की मदद से दोनों बच्चों को बड़ा किया। 'थ' और 'द' की शहर में नौकरी लग गई, शादियाँ हो गईं और उनके बच्चे भी हो गए। इन दोनों बेटों ने सीमित आय के बावजूद बच्चों को बहुत अच्छी शिक्षा दी, पर कहीं पर अपने पिता को भूल गए। श्री 'त' ने अपने अन्तिम दिन भाई के बच्चों के साथ गुज़ारे, क्योंकि उनके अपने बेटे उन्हें अपने पास नहीं रखना चाहते थे। समय बीतता गया। 'थ' और 'द' के बेटे बड़े हो गए। इनकी भी शादियाँ हो गईं और ये भी अपने बच्चों में मशगूल हो गए। इस बीच 'थ' और 'द' की पत्नियाँ भगवान को प्यारी हो गईं। 'थ' और 'द' के बेटे अपने पिता को भूल चुके हैं, स्थिति इतनी खराब है कि पिता ने खाना खाया या नहीं, कोई पूछने वाला नहीं है।

कहानी –5

श्री 'प' के तीन बेटे थे – 'फ', 'ब' और 'भ'। ये भी बड़े हुए, नौकरियाँ लगीं और तीनों की शादियाँ हो गईं और धीरे–धीरे तीनों के बच्चे भी बड़े हो गए। इनमें से कुछ बच्चों की भी शादियाँ हो गईं। ये सभी एक ही मकान में बिना लड़े शान्ति से रह रहे हैं। आप सोच रहे होंगे कि ऐसा कैसे हुआ। श्री 'प' के बड़े बेटे 'फ' को जब उसकी कंपनी ने सिंगापुर भेजने का प्रस्ताव रखा तो उसने अपने अधिकारियों से ये कहा कि मैं अपने बूढ़े माता–पिता और छोटे भाई–बहनों को छोड़कर सिंगापुर नहीं जा सकता और जिंदगी का यही एक निर्णय 30 साल बाद भी पूरे परिवार को बाँधे हुए है। श्री 'प' जब सेवानिवृत्त हुए तो परिवार के सभी मामलों का नियंत्रण अपने बेटों को दे दिया। आज के जमाने में लोग ये कहते हैं कि छोटे परिवारों में चाचा–ताऊ के रिश्ते खत्म हो गए हैं और पारिवारिक प्रेम समाप्त हो रहा है। वहीं, श्री 'फ' का पोता अपने चार–चार दादा–दादियों का दुलारा बना, खुशियाँ बाँट रहा है। उसके पास इतनी सी उम्र में जीवन की अमूल्य धरोहर है – बड़ी दादी, छोटी दादी, दादी बीच और अम्मा–दादी का प्यार। उसके माता–पिता बिना उसके लालन–पालन की चिंता के अपने–अपने व्यावसायिक क्षेत्र में प्रगति कर रहे हैं। एक बहू चार सासों की दुलारी बेटी बन चुकी है।

ये कहानियाँ सत्य घटनाओं पर आधारित हैं। यदि आप अपने बच्चों को खुश देखना चाहते हैं तो उन्हें यह न बताएँ कि उन्हें क्या करना चाहिए, क्योंकि ये उन्हें कभी समझ में नहीं आने वाला है। बच्चों को वो करके दिखाएँ, जो आप चाहते हैं कि वे बड़े होकर करें, यही जीवन–दर्शन है। हम छोटे से बच्चों को समझाते रहते हैं कि भाई से नहीं लड़ते और कोई भी चीज़ पहले छोटे भाई–बहन को देते हैं, फिर खुद लेते हैं। परन्तु, बच्चा यह देखता है कि जो मुझे बताया जा रहा है, वैसा कोई कर नहीं रहा और वह आँखों देखी पर कानों सुनी से ज़्यादा विश्वास करते हुए, अपने व्यक्तित्व का निर्माण करता है। सरल से जीवन को न जाने क्यों हम मुश्किल बना लेते हैं।

गर्मी में स्वस्थ जीवनशैली: बीमारियों के निवारण की कुंजी

डॉ. अंजु भारद्वाज
एम.डी(आयु.) आयुर्वेद चिकित्सक
क.रा.बी. निगम आदर्श अस्पताल,
फरीदाबाद

ग्रीष्म ऋतुचर्या / गर्मी के दौरान जीवनशैली

आयुर्वेद में विभिन्न मौसमों में जीवनशैली में परिवर्तन करने की चर्चा की गई है, ताकि उन मौसमों में सामान्यतः होने वाली बीमारियों को रोका जा सके। प्रत्येक मौसम में हमें हमारे दैनिक नित्यकर्मों को बदलने की आवश्यकता होती है। गर्मी का मौसम / ग्रीष्म ऋतु मई माह के मध्य से जुलाई माह के मध्य तक मानी जाती है। यह पानी की कमी, थकान, ऊर्जा की कमी और आलस का मौसम होता है।

गर्मी के मौसम के दौरान सूर्य के ताप और हवा में शुष्कता के कारण कफ में कमी (शरीर में स्निगधता) और वात् दोष में वृद्धि (शरीर में शुष्कता) होती है।

इसके साथ गर्मी के मौसम में पित्त को संतुलित करने की आवश्यकता है। गर्मी के दौरान हमारी पाचन अग्नि प्राकृतिक रूप से कम होती है और प्रायः हमारी भूख कम हो जाती है। हमें संयमित तरीके से भोजन करना चाहिए। गर्मी में हमारा शरीर अधिक मात्रा में तरल पदार्थ की मांग करता है। हालांकि इस दौरान ठंडा पानी पीने और फलों का ठंडा रस हमें ताज़गीपूर्ण और अच्छे लगते हैं फिर भी हमें भोजन करते समय अथवा उसके पश्चात बर्फीला ठंडा पानी पीकर जठराग्नि को और कम नहीं करना चाहिए।

गर्मी में पानी की कमी, खाद्य पदार्थ और पानी जनित रोगों जैसे डायरिया, उल्टी आना, हैजा, मूत्र प्रणाली संक्रमण, कील मुंहासे, मांसपेशियों में अकड़न, सनबर्न, लू लगना इत्यादि की संभावना बढ़ जाती है। इसलिए इन बीमारियों से बचने के लिए सभी को अपने खाने की आदतों के साथ दैनिक नित्यकर्म को बदलना चाहिए। गर्मी के दौरान पित्त प्रवृति वाले लोगों को अधिक सावधान रहने की आवश्यकता है।

प्राचीन भारतीय ग्रंथों में सभी के लिए आयुर्वेदिक नित्यकर्म लिखित हैं, जिससे निर्जलीकरण रोकने तथा जीवंतता बनाए रखने में सहायता मिलती है।

<u>ग्रीष्म ऋतु के दौरान ये करें:–</u>

ग्रीष्म ऋतु के दौरान लिए जाने वाले खाद्य पदार्थ

यह सुनिश्चित करें कि खाद्य पदार्थ शरीर को ठंडा रखें और मीठे हों। इनमें चावल, भैंस का दूध और घी शामिल हैं।

पानी:

दिनभर में बहुत सारा पानी पीएं क्योंकि पानी शरीर से सभी ज़हरीले पदार्थों को बाहर निकाल देता है। हमारा शरीर 70 प्रतिशत पानी से बना हुआ है अतः यह ज़रूरी है कि शरीर में पानी की कमी न हो। पानी शरीर के अलग–अलग अंगो में खून और ऑक्सीजन पहुंचाने का काम करता है। यह लाल रक्त कोशिकाओं को पोषक तत्व उपलब्ध कराकर उनका पोषण करता है। पर्याप्त मात्रा में पानी पीने से त्वचा की नमी बनी रहती है और यह मूत्र प्रणाली के संक्रमण को भी रोकता है।

इसके अलावा, ग्रीष्म ऋतु के दौरान शरीर को ठंडा रखने और तरोताज़ा महसूस करने के लिए आयुर्वेद पर्याप्त मात्रा में कुछ पेय पदार्थ पीने की सिफारिश करता है। सबसे अच्छा यह होगा कि इन पेय पदार्थों को मिट्टी के एक नए बर्तन में रखा जाए और ठंडा पीया जाए।

आयुर्वेद में निम्नलिखित पेय पदार्थों का उल्लेख है, जो गर्मी में शरीर का तापमान कम करने के लिए होते हैं:–

क. पनका:

कैसे तैयार करें – एक लीटर पानी में 30 ग्राम गुड़ मिलाएं। फिर इसमें एक चुटकी सूखा अदरक, इलायची और दालचीनी डालकर अच्छी तरह मिलाएं। इस मिश्रण को पनका कहते हैं।

यह बहुत आरामदेह, ठंडक प्रदान करने वाला, पोषण देने वाला, स्वादिष्ट होता है और इसे पीने से प्यास अच्छी तरह बुझती है।

ख. मंथाः

कैसे तैयार करें – सूखे अंगूर, खजूर और अंजीर बराबर मात्रा में लें। एक घंटे तक इन्हें पानी में भिगोकर रखें। फिर इसे मिक्सर में डालकर अच्छी तरह से पीस लें। इस मिश्रण को 'मंथा' कहते हैं। यह बहुत आरामदायक और ठंडक देनेवाला पोषक पेय पदार्थ है। यह हमारे शरीर को ठंडा कर आराम पहुंचाता है।

ग. रागा

निम्नलिखित गाढ़े रस की सलाह दी जाती है–

- अनंत(हेमीडेसमस इण्डीसस)
- गुलाब(रोज़)
- आम्र(मैंगो)
- द्राक्ष(ग्रेप्स)
- चंदन(सेण्डल)
- उशीरा
- जंभीर(लेमन)

ग्रीष्म ऋतु के दौरान उपर्युक्त जड़ी बूटियों और फलों का प्रयोग किया जा सकता है। इनका गाढ़ा रस तैयार किया जा सकता है और जब आवश्यकता हो तब इसे पानी में मिलाकर पिया जा सकता है।

सत्तू

तैयारी–सूखी भूनी जौ तथा चना दाल का बारीक पाउडर बनाएं। उसे पानी में मिलाकर उबालें। उसके पश्चात उसमें गुड़, इलायची तथा दूध मिलाएं। ठंडा होने के पश्चात इसे परोस दें।

गुलकंद – रक्षित गुलाब की पंखुड़ियां, आमलकी रसायन गर्मी से संबंधित/पित्त समस्याओं का सर्वश्रेष्ठ टॉनिक है।

फल तथा सब्ज़ियांः

अपने नियमित आहार में प्रचुर मात्रा में फल तथा सब्ज़ियां सम्मिलित करें। इनका सेवन सलाद/जूस अथवा स्मूदी के रूप में किया जा सकता है।

कुछ फलों के मिश्रण से भी फलों का जूस बनाएं। फल, जैसे–तरबूज़, आड़ू, बेर, आम, अंगूर, नाशपाती, एवोकाडो तथा बेरी गर्मी में लाभ पहुंचाते हैं। सब्ज़ियां, जैसे–शतावरी, खीरा, गोभी, शकरकन्द, अजवायन, हरी पत्तेदार सब्ज़ियों का सेवन करें।

चिकने तथा जंक भोजनः

चिकने, तेलयुक्त तथा तले भोजन से बचें। बहुत अधिक मसालेदार तथा तीखे स्वाद वाले भोजन को दूर रखें। बासी तथा बचे भोजन का सेवन न करें क्योंकि इनमें हानिकारक कीटाणु होते हैं, जिससे पेट में गैस की समस्या हो सकती है। केवल ताज़े भोजन का सेवन करें तथा एक घंटे से पहले बने भोजन का सवेन न करें।

इन पेय पदार्थों को कम करेंः

कॉफी, चाय अथवा कार्बोनेटेड पेय का सेवन कम करें। गर्मी के दौरान शराब का न्यूनतम सेवन करें। कार्बोनेटेड पेय में अम्ल होता है, जो कि आपको अधिक निर्जलित करता है। कॉफी में कैफीन होता है, जो शरीर में निर्जलीकरण बढ़ाता है।

इन सभी हानिकारक पेय के स्थान पर छाछ, फल रस, नारियल पानी तथा भारतीय करौंदा, कोकम तथा कच्चे आम से तैयार परंपरागत पेय का सेवन करें। हर्बल चाय, जैसे–पुदीने वाली चाय का भी सेवन किया जा सकता है, जो कि अद्‌भुत तरीके से शरीर को तनावमुक्त कर शक्ति प्रदान करती है।

गर्मी के माह में की जाने वाली गतिविधियांः

- चंदन सुगंधयुक्त इत्र का नियमित प्रयोग।
- पतले तथा हल्के वस्त्र धारण करें।
- दोपहर में झपकी लें।
- समुद्र तट अथवा नदी के निकट, शाम को सैर करें।
- चंदन से अभिषेक करें तथा ठंडे जल से स्नान करें।
- जहाँ तक संभव हो घर के अंदर रहें।
- घर के अंदर सुगंधित धूप जलाएं।
- रात में छत पर समय बिताएं।
- मित्रों तथा रिश्तेदारों के साथ गाते, बातें करते तथा खेलते हुए समय बिताएं।

गर्मी के महीनों में न की जाने वाली गतिविधियां

- कड़ा व्यायाम
- गर्मी जब चरम पर हो तब दोपहर में बाहर जाना।
- तीखा, खट्टा तथा नमकीन भोजन।
- शरीर में गर्मी पैदा करने वाला भोजन।
- मदिरा। यदि आवश्यक हो तो अच्छे से पानी में मिलाकर मदिरा ली जा सकती है। गर्मी में यदि मदिरा का सेवन किया जाता है तो उससे वजन घटना, शरीर का ढीलापन, अम्लपित्त, मूर्छा तथा कुछ व्यक्तियों में कभी–कभी उन्माद तथा भ्रम की स्थिति बन सकती है।

इन दिशा–निर्देशों से गर्मी के मौसम में प्रभावी रूप से स्वस्थ रहा जा सकता है।

आपका पत्र मिला

आपकी विभागीय गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक की प्राप्ति हुई। धन्यवाद।

पत्रिका की साज–सज्जा उत्कृष्ट है तथा पत्रिका में मुख पृष्ठ पर पुष्प का चित्र अत्यंत मनमोहक है। पत्रिका के सभी लेख रोचक एवं ज्ञानवर्धक होने के साथ–साथ इनमें वैचारिक सूझ–बूझ का परिचय मिलता है तथा कार्यालय की विभिन्न गतिविधियों की झलक भी इनमें दिखाई देती है। विशेष रूप से 'कच्ची माटी', 'सम्मान का अर्थशास्त्र', 'कहाँ गया वो भारत', 'भाषायी असहिष्णुता', 'दया धर्म का मूल है', 'ऊँचाई' आदि रचनाएँ पठनीय हैं।

पत्रिका के प्रकाशन से जुड़े सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को हार्दिक बधाई। पत्रिका के आगामी अंक की प्रतीक्षा रहेगी।

डॉ. अरुण कुमार शर्मा, चिकित्सा अधीक्षक
क.रा.बी. निगम आदर्श अस्पताल, नामकुम, रांची

हिंदी गृह पत्रिका पंचदीप भारती के 14वें अंक की प्राप्ति हुई। धन्यवाद।

पत्रिका का आवरण पृष्ठ बहुत ही मनमोहक है। विभिन्न क्षेत्रों की गतिविधियों के छायाचित्रों के संकलन से पत्रिका अत्यंत रोचक बन पड़ी है। आपके स्वास्थ्य की कुंजी आपके हाथ, एलोवेरा (घृतकुमारी) औषधीय गुण, भाषायी असहिष्णुता रचनाएं ज्ञानवर्धक हैं। पत्रिका में अन्य संकलित रचनाएं रोचक हैं।

पत्रिका से जुड़े संपादक मंडल को हार्दिक बधाइयाँ। पत्रिका के अगले अंक के लिए शुभकामनाएँ।

अनिल कुमार, अपर आयुक्त
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, नोएडा

मुख्यालय से प्रकाशित गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का 14वां अंक प्राप्त हुआ। पत्रिका प्रेषण के लिए हार्दिक धन्यवाद!

पत्रिका का आवरण पृष्ठ बहुत ही सजीव है। पत्रिका का मुद्रण एवं पृष्ठ संयोजन उच्चकोटि का है। पत्रिका में प्रकाशित सभी लेख रुचिकर, ज्ञानवर्धक एवं उपयोगी हैं। रचनाओं में–'भारत का संविधान अनुच्छेद 344 : संघ की राजभाषा', 'आपके स्वास्थ्य की कुंजी आपके हाथ', 'दया धर्म का मूल है' व 'आयुष के माध्यम से चिकनगुनिया और डेंगु से स्वयं को बचाएं', 'भाषायी असहिष्णुता' विशेष रूप से ज्ञानवर्धक एवं प्रशंसनीय हैं। विभिन्न विषयों पर रचनाकारों के रोचक एवं ज्ञानवर्धक लेखों और कार्यालय की विभिन्न गतिविधियों के सुंदर छायाचित्रों से सुसज्जित पत्रिका का यह अंक बहुत ही मनोहारी एवं पठनीय है। आशा है पत्रिका की अनवरत यात्रा जारी रहेगी।

गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के सफल प्रकाशन के लिए आपको तथा पत्रिका प्रकाशन समिति से जुड़े सभी सहयोगियों को हार्दिक शुभकामनाएं।

सुनील तनेजा, क्षेत्रीय निदेशक
क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, चंडीगढ़

आपकी हिंदी गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' वर्ष 2017, अंक 14 की प्रति इस कार्यालय को प्राप्त हुई। धन्यवाद! पत्रिका के सफल प्रकाशन में संपादक मंडल का सराहनीय कदम है। इस अंक में लेख, कविता एवं छायाचित्र अत्यंत ज्ञानवर्धक तथा रोचक हैं। आपकी पत्रिका के 'भाषायी असहिष्णुता (लेख)', 'आपके स्वास्थ्य की कुंजी आपके हाथ', एलोवेरा (घृतकुमारी)—औषधीय गुण, 'कर्मचारी राज्य बीमा निगम की तीन वर्षों की उपलब्धियां' एवं 'ऊंचाई (कविता)', विशेष रूप से पठनीय है। वर्ष 2018—19 आगामी अंक के लिए संपादक मंडल को शुभकामनाएं।

रत्नेश कुमार गौतम, निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, ठाणे

मुख्यालय से प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक की प्रति प्राप्त हुई। इसके लिए आपका बहुत—बहुत धन्यवाद। पत्रिका का आवरण पृष्ठ मनमोहक है। पत्रिका की साज—सज्जा और मुद्रण उच्च स्तरीय है। पत्रिका में विविध विषयों की रचनाओं का समावेश है। पत्रिका में प्रकाशित लेख शिक्षाप्रद ज्ञानवर्धक एवं उपयोगी हैं। रचनाओं में 'भारत का संविधान अनुच्छेद 344 : संघ की राजभाषा', 'दया धर्म का मूल है', 'ऊँचाई', 'आयुष के माध्यम से चिकनगुनिया और डेंगू से स्वयं को बचाएं' एवं 'भाषायी असहिष्णुता' विशेष रूप से प्रशंसनीय हैं। कार्यालय में संपन्न विभिन्न कार्यकलापों के छायाचित्रों से राजभाषा कार्यान्वयन हेतु किए जा रहे प्रयासों एवं उपलब्धियों की महत्त्वपूर्ण जानकारी प्राप्त हुई।
पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु संपादक मंडल एवं रचनाकारों को हार्दिक बधाई और आगामी अंक के लिए शुभकामनाएँ।

विकास कुंडल, उप निदेशक (प्रभारी)
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, रोहिणी

मुख्यालय की गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का 14वां अंक प्राप्त हुआ। हार्दिक धन्यवाद।
पत्रिका के अवलोकन एवं पढ़ने के उपरांत प्रतीत होता है कि मुख्यालय में हिंदी के प्रति प्रेम एवं प्रोत्साहन का वातावरण अप्रतिम है। मुख्यालय के अधिकारियों तथा कर्मचारियों द्वारा पत्रिका के प्रकाशन में दिए योगदान से पत्रिका अविस्मरणीय बन गई है।
पत्रिका का मुख पृष्ठ देखते ही मन प्रसन्नचित्त हो जाता है। डॉ. पन्ना प्रसाद एवं श्री क्षेत्रपाल शर्मा, पूर्व संयुक्त निदेशक(राजभाषा) का योगदान आज भी प्रशंसनीय एवं प्रेरणादायक है। साथ ही श्री श्याम सुंदर कथूरिया, उप निदेशक(राजभाषा) ने हिंदी के वर्तमान परिवेश पर जो विचार व्यक्त किए हैं, वाकई विचारणीय हैं। अन्य लेख/कविता यथा—ऊँचाई, सम्मान का अर्थशास्त्र, माँ और गृहस्थी, कहाँ गया वो भारत, कान की बालियाँ एवं छायाचित्रों ने पत्रिका को रोचक एवं ज्ञानवर्धक बना दिया है।
पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु पत्रिका से जुड़े सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को हार्दिक बधाइयाँ एवं आगामी अंक हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ।

राकेश वर्मा, उप निदेशक
क.रा.बी. निगम आदर्श अस्पताल, मानेसर, गुड़गाँव

मुख्यालय द्वारा प्रकाशित गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का चौदहवां संस्करण प्राप्त हुआ। धन्यवाद।
सर्वप्रथम श्रेष्ठ पत्रिका प्रकाशन हेतु राजभाषा विभाग, भारत सरकार से पुरस्कृत किए जाने हेतु बधाई स्वीकार करें। पत्रिका की साज–सज्जा आकर्षक, सुरुचिपूर्ण एवं मुद्रण उच्च कोटि का है। पत्रिका में प्रकाशित रचनाएं स्तरीय, रोचक एवं ज्ञानवर्धक हैं। डॉ. पन्ना प्रसाद, पूर्व संयुक्त निदेशक(राजभाषा) द्वारा लिखा गया लेख 'भारत का संविधान अनुच्छेद 344 : संघ की राजभाषा' राजभाषा संबंधी महत्वपूर्ण जानकारियों से भरपूर है। 'भाषायी असहिष्णुता' रोचक शैली में लिखा हुआ जानकारीपरक लेख है। पत्रिका में निगम मुख्यालय द्वारा विभिन्न कार्यालयों की गतिविधियों का सचित्र विवरण सराहनीय है। निःसंदेह यह पत्रिका सभी दृष्टियों से राजभाषा हिंदी को बढ़ावा देने में सक्षम है। पत्रिका के उत्कृष्ट संपादन हेतु संपादक मंडल को हार्दिक बधाई।

इस पत्रिका के प्रकाशन हेतु व उत्तरोत्तर प्रगति के लिए शुभकामनाएं।

लक्ष्मन गुप्ता, उप निदेशक
क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, कानपुर

आपके कार्यालय से प्रकाशित गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का चौदहवां अंक प्राप्त हुआ। पत्रिका प्रेषण के लिए धन्यवाद।

राजभाषा कार्यान्वयन, खेल, स्वास्थ्य जैसे विभिन्न विषयों से समृद्ध पत्रिका अपने आप में अपनी समृद्धि का बखान कर रही है साथ ही साहित्यकार 'सपना मांगलिक' की रचनाओं का संकलन इसे और भी समृद्ध बना रहा है। मुख्यालय की यह पत्रिका निगम के अन्य कार्यालयों के लिए भी प्रोत्साहन एवं मार्गदर्शन का कार्य करेगी तथा इससे राजभाषा कार्यान्वयन को और भी बल मिलेगा।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को बधाई एवं इसकी उत्तरोत्तर प्रगति की शुभकामनाएँ।

जानकी सिंह, उप निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, बैरकपुर

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह–पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक, वर्ष–2017 की प्राप्ति हुई। पत्रिका के अग्रेषण के लिए हार्दिक आभार। पत्रिका का मुख्य पृष्ठ आकर्षक है पत्रिका में प्रकाशित समस्त लेख अच्छे एवं उच्च कोटि के हैं जिनमें से 'सम्मान का अर्थशास्त्र', 'निश्चित–अनिश्चित', 'एलोवेरा (घृतकुमारी)–औषधीय गुण', 'माँ और गृहस्थी', 'भाषायी असहिष्णुता', आदि रचनाएं विशेष रूप से सराहनीय है। विभिन्न गतिविधियों के छायाचित्रों से पत्रिका और भी रोचक एवं उपयोगी बनी है। कुल मिलाकर पत्रिका संग्रहणीय बनी है। पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए संपादक मंडल एवं सहयोगियों को हमारी हार्दिक बधाइयाँ। आशा है कि भविष्य में भी पत्रिका का प्रकाशन अनवरत जारी रहेगा।

आगामी अंक के लिए शुभकामनाएं।

बलदेव राज, उप निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, जालंधर

पत्रिका के 14वें अंक के लिए बधाई।

पत्रिका में समाहित समस्त सामग्री सुरुचिपूर्ण एवं सूचनाप्रद है। भारत का संविधान (डॉ. पन्ना प्रसाद), दया धर्म का मूल है (श्री क्षेत्रपाल शर्मा), सम्मान का अर्थशास्त्र (श्री गौतम कुमार), घृतकुमारी–औषधीय गुण (डॉ. एस. वरलक्ष्मी), बहुत है....बहुत है....बहुत है.....(श्रीमती ऋतु वासन) तथा श्री श्याम सुंदर कथूरिया द्वारा रचित भाषायी असहिष्णुता आदि रचनाएँ काफी सराहनीय व रोचक हैं।

पत्रिका का कलेवर अच्छा है। अधिकतर लेख एक–दूसरे से बढ़ कर हैं। प्रकाशन से जुड़े सभी सज्जनों का अभिनंदन। अगले अंक की प्रतीक्षा रहेगी।

आजाद सिंह, उप निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, बोम्मसंद्रा

'पंचदीप भारती' का चौदहवां अंक प्राप्त हुआ, आपका सह्रदय धन्यवाद।

पत्रिका के संपादक मंडल व रचनाकारों को हमारी ओर से शुभकामनाएं। पत्रिका का मुख पृष्ठ फूलों के उद्यान से सुसज्जित है जो अपने आप में सुंदर व आकर्षक है। इसके अतिरिक्त साज–सज्जा, सामग्री समायोजन तथा मुद्रण बहुत आकर्षक है। अंतर्वस्तु, कलेवर, संपादन व गुणवत्ता के लिए पत्रिका प्रशंसित रही है। पत्रिका में मुख्यालय की सभ्यता व संस्कृति दृष्टिगोचर होती है। पत्रिका अपनी ज्येष्ठता व श्रेष्ठता के साथ प्रगति के पथ पर अग्रसर है। पत्रिका के लेख भारत का संविधान अनुच्छेद 344 : संघ की राजभाषा, आपके स्वास्थ्य की कुंजी आपके हाथ, सम्मान का अर्थशास्त्र, ऐलोवेरा (घृत कुमारी) के औषधीय गुण, आयुष के माध्यम से चिकिनगुनिया और डेंगू से स्वयं को बचाएं, क.रा.बी. निगम अस्पताल और चिकित्सा महाविद्यालय, फरीदाबाद में पंचकर्म इकाई का उद्घाटन। कविताएं–कच्ची माटी, ऊंचाई, हमारी हिंदी भाषा, बहुत है–बहुत है–बहुत है विशेष रूप से उल्लेखनीय व प्रशंसनीय हैं।

इस पत्रिका के प्रकाशन हेतु व उत्तरोत्तर प्रगति के लिए शुभकामनाएं।

सुभाष चन्द्र गुप्ता, पूर्व उप निदेशक
कर्मचारी राज्य बीमा निगम

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक की प्रति प्राप्त हुई। धन्यवाद।

मुख्यालय की छमाही पत्रिका का हर अंक हर दृष्टि से उत्तम होता है। पिछले सभी अंकों की भांति यह अंक भी रचनात्मक विविधता तथा ज्ञान व कलाओं की विभिन्न विधाओं से परिपूर्ण है। साथ ही, क.रा.बी. निगम में राजभाषा के अग्रणी मुख्यालय के राजभाषा संबंधी कार्यकलापों तथा गतिविधियों का सही अर्थ में प्रतिनिधित्व करता है। पत्रिका का संपादक मंडल तो इस प्रयास के लिए साधुवाद का पात्र है ही, साथ ही, रचनाकार भी बधाई के पात्र हैं। मुख्यालय की यह पत्रिका नित नए कीर्तिमान स्थापित करे, इसी शुभकामना के साथ।

रोज़लीन हेमरोम, सहायक निदेशक(राजभाषा)
निदेशालय(चिकित्सा) दिल्ली, क.रा.बी.निगम

आपकी पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक की प्राप्ति हुई। इस अंक के लिए आपको हार्दिक धन्यवाद। पत्रिका को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (उपक्रम), दिल्ली की ओर से प्राप्त विशेष प्रशंसा पुरस्कार के लिए हार्दिक अभिनंदन। पत्रिका में विनय कुमार शुक्ल, क्षेत्रपाल शर्मा, गौतम कुमार, डॉ. एस. वरलक्ष्मी, सुश्री सपना मांगलिक, डॉ. जी. प्रभाकर राव, डॉ. अंजू भारद्वाज, उमा शंकर मिश्र, श्रीमती ऋतु वासन एवं श्याम सुंदर कथूरिया की रचनाएं प्रशंसनीय हैं। पत्रिका के मुखपृष्ठ पर मुस्कुराते मनमोहक पुष्पों की छवि एवं भीतरी पृष्ठों की सज्जा सहित विविध आयोजनों के छायाचित्र आकर्षक हैं। डॉ. पन्ना प्रसाद का लेख 'भारत का संविधान अनुच्छेद 3 : संघ की राजभाषा' एक महत्त्वपूर्ण मार्गदर्शक सामग्री है।

संपादक मंडल को इस पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए हमारी हार्दिक बधाइयाँ।

मनोज कुमार यादव, सहायक निदेशक
उप क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, नागपुर

मुख्यालय कार्यालय की गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 14वें अंक की प्राप्ति हुई। पत्रिका प्रेषण के लिए हार्दिक धन्यवाद। 'पंचदीप भारती' का निरंतर प्रकाशन निश्चित रूप से क्षेत्र एवं निगम के कार्मिकों की हिंदी के प्रति रुचि एवं प्रतिबद्धता का प्रमाण है। पिछले अंकों को पुरस्कृत किए जाने हेतु संपादक मंडल को हार्दिक बधाइयां। पत्रिका का यह वर्तमान अंक साहित्य की विविध विधाओं के साथ–साथ स्वास्थ्य के प्रति भी समर्पित है, जो इसकी उत्तरोत्तर सफलता का प्रमाण है। रचनाओं में 'आपके स्वास्थ्य की कुंजी आपके हाथ', 'कर्मचारी राज्य बीमा निगम में राजभाषा कार्यान्वयन–लक्ष्य एवं चुनौतियां', 'दया धर्म का मूल है', 'सम्मान का अर्थशास्त्र', 'कहां गया वो भारत' तथा 'भाषायी असहिष्णुता' विशेष रूप से पठनीय हैं। पत्रिका में प्रकाशित अन्य रचनाएं भी रुचिकर एवं उपयोगी है।

'पंचदीप भारती' के सफल प्रकाशन से जुड़े समस्त महानुभावों को हार्दिक बधाई एवं इसके उत्तरोत्तर प्रगति की शुभकामना।

एस.वी. शास्त्री, सहायक निदेशक
क्षेत्रीय कार्यालय, क.रा.बी. निगम, तृश्शूर

गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का वर्ष 2017, अंक–14 की प्राप्ति हेतु आपको बहुत–बहुत धन्यवाद।
निस्संदेह पत्रिका हिंदी के प्रचार–प्रसार में ही नहीं हमें राजभाषा कार्यान्वयन में भी अद्यतन जानकारी उपलब्ध करवाती है। गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' हिंदी जगत की चयनित रचनाओं से हमें लाभान्वित करवाती रही हैं। इस बार भी आयुष के माध्यम से चिकनगुनिया और डेंगू से स्वयं को बचाएं, भाषायी असहिष्णुता, हॉकी के जादूगर–ध्यान चंद, एलोवेरा (घृतकुमारी) औषधीय गुण आदि सभी का संकलन ज्ञानवर्धक और संग्रहणीय है।
गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के स्तर को बनाये रखने में आपके तथा संपादक मंडल के अथक प्रयास का ही परिणाम है। इसके लिए आपको व संपादक मंडल को बधाई। उन्हीं के प्रयासों से हमें सारगर्भित लेख प्राप्त होते है, जिससे हिंदी प्रचार–प्रसार ही नहीं कार्यान्वयन में भी मार्गदर्शन की महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते है।
अगले अंक की शुभकामनाएँ एवं प्रतीक्षा में,

डॉ. गौतम कुमार मीणा, सहायक प्रबंधक (राजभाषा)
दि ओरिएण्टल इंश्योरेंस कम्पनी लिमिटेड, क्षेत्रीय कार्यालय, दिल्ली

'क' क्षेत्र के कार्यालयों में संघ की राजभाषा नीति के श्रेष्ठ निष्पादन के लिए उत्तरी क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय–। (दिल्ली), राजभाषा विभाग, भारत सरकार की ओर से श्री राम नाइक, माननीय राज्यपाल, उत्तर प्रदेश से प्रथम पुरस्कार ग्रहण करते हुए श्री डी. के. मिश्र, अपर आयुक्त–सह–श्रेत्रीय निदेशक, क.रा. बी निगम, फरीदाबाद।

'ख' क्षेत्र के कार्यालयों में संघ की राजभाषा नीति के श्रेष्ठ निष्पादन के लिए उत्तरी क्षेत्रीय कार्यान्चयन कार्यालय–। (दिल्ली), राजभाषा विभाग, भारत सरकार की ओर से श्री राम नाईक, माननीय राज्यपाल, उत्तर प्रदेश से प्रथम पुरस्कार ग्रहण करते हुए श्री सुनील तनेजा, क्षेत्रीय निदेशक, क.रा.बी. निगम, चंडीगढ़।

स्वस्थ कार्यबल
समृद्ध भारत
आईपी
वीआईपी
ईएसआईसी-2.0
चिंता से मुक्ति
ईएसआई योजना के अंतर्गत मिलने वाले हितलाभ
चिकित्सा हितलाभ
बीमायोग्य रोजगार में शामिल होने की तिथि से स्वयं एवं परिवार के लिए उचित चिकित्सा देखरेख।
बीमारी हितलाभ
दो निरंतर हितलाभ अवधियों में 91 दिनों तक चिकित्सा छुट्टी के दौरान औसत दैनिक वेतन का 70 प्रतिशत नकद भुगतान।
मातृत्व हितलाभ
प्रसूति में 26 सप्ताह तक एवं गर्भपात के मामले में 6 सप्ताह तक औसत दैनिक वेतन का 100 प्रतिशत नकद भुगतान।
अपंगता हितलाभ
आंशिक अपंगता के मामले में चोट ठीक होने तक और स्थायी अपंगता के मामले में जीवनभर मासिक पेंशन का भुगतान।
आश्रितजन हितलाभ
रोजगार के दौरान चोट के कारण मृत्यु के मामले में आश्रितजनों के बीच नियत अनुपात में मासिक पेंशन का भुगतान।
NEED JOB
बेरोजगारी भत्ता
रोजगार की अनैच्छिक हानि या गैर-रोजगार चोट के कारण स्थायी अशक्तता के मामले में अधिकतम 24 माह की अवधि के लिए मासिक नकद भत्ता।
व्यावसायिक प्रशिक्षण
रोजगार के दौरान चोट लगने से हुई अपंगता के मामले में वसूला गया वास्तविक शुल्क या ₹ 123/- प्रतिदिन के हिसाब से भुगतान।
वृद्धावस्था चिकित्सा देखभाल
क.रा.बी. अस्पतालों में सेवानिवृत्त / सेवा पूरी कर चुके बीमाकृत व्यक्तियों के लिए चिकित्सा हितलाभ।
प्रसूति व्यय
जहाँ क.रा.बी. चिकित्सा सुविधा उपलब्ध नहीं है, वहाँ ईएसआईसी द्वारा ₹ 5000/- प्रति मामले की दर से भुगतान।
शारीरिक पुनर्वास
रोजगार के दौरान चोट के कारण शारीरिक अपंगता के मामले में 100 प्रतिशत औसत दैनिक वेतन किसी भी कृत्रिम अंग केन्द्र में दाखिल रहने तक।
अंत्येष्टि व्यय
मृतक बीमाकृत व्यक्ति की अंत्येष्टि के लिए मूल व्यय जो नकद अधिकतम ₹ 10,000/- है।
श्रम एवं रोजगार मंत्रालय
भारत सरकार
Ministry of Labour & Employment
Government of India
Website: www.labour.gov.in
www.facebook.com/labourministry @labourministry
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
पंचदीप भवन, सीआईजी मार्ग, नई दिल्ली-110002
वेबसाइट: www.esic.nic.in, www.esic.in, www.esichospitals.gov.in
www.facebook.com/esichq @esichq
अधिक जानकारी के लिए, नजदीकी ईएसआईसी कार्यालयों / औषधालयों / अस्पतालों में सम्पर्क करें अथवा हमारी वेबसाइट: www.esic.nic.in, www.esic.in, www.esichospitals.gov.in पर लॉग ऑन करें या टोल फ्री नं. 1800 11 2526 पर कॉल करें।