



पंचदीप भारती

राजभाषा गृह पत्रिका 2023-24

अंक 17



महानिदेशक महोदय के संदेश की मुख्य बातें

पीआईडीपीआई संकल्प 2004

भारत में सामाजिक सुरक्षा का इतिहास

ईएसआईसी में सोशल मीडिया की भूमिका





दिनांक- 22- 23 जून, 2023 को गुरुग्राम हरियाणा में आयोजित
कर्मचारी राज्य बीमा निगम का 32वां अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन



राजभाषा प्रतिज्ञा

भारतीय संविधान के अनुच्छेद 343 और 351 तथा राजभाषा संकल्प 1968 के आलोक में हम, केंद्र सरकार के कार्मिक यह प्रतिज्ञा करते हैं कि अपने उदाहरणमय नेतृत्व और निरंतर निगरानी से; अपनी प्रतिबद्धता और प्रयासों से प्रशिक्षण और प्राइज़ से अपने साथियों में राजभाषा प्रेम की ज्योति जलाये रखेंगे, उन्हें प्रेरित और प्रोत्साहित करेंगे; अपने अधीनस्थ के हितों का ध्यान रखते हुए; अपने प्रबंधन को और अधिक कुशल और प्रभावशाली बनाते हुए राजभाषा— हिन्दी का प्रयोग, प्रचार और प्रसार बढ़ाएंगे। हम राजभाषा के संवर्धन के प्रति सदैव ऊर्जावान और निरंतर प्रयासरत रहेंगे।

जय राजभाषा ! जय हिन्द !

गृह पत्रिका वर्ष 2023-24

प्रधान संरक्षक

डॉ. राजेंद्र कुमार,
महानिदेशक, भारतीय प्रशासनिक सेवा

संरक्षक

रत्नेश कुमार गौतम, बीमा आयुक्त (राजभाषा)

संपादक मंडल

श्याम कुमार, संयुक्त निदेशक (राजभाषा)
त्रिरत्न, उप निदेशक (राजभाषा) (मध्य क्षेत्र)
अपर्णा घोष, सहायक निदेशक (राजभाषा)

विशेष सहयोग

विनीता कुकरेती, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

संपादन सहयोग

ज्योत्सना वरुण, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
रविन्द्र कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
राजेश कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
मनीषा खलखो, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
सुरेश कुमार, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी
नवीन कुमार, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

टंकण तथा अन्य सहयोग

अमृतलाल, निजी सचिव
रूपेश कुमार, सहायक
रिंकी कुमारी, आशुलिपिक
जसराम मीना, अवर श्रेणी लिपिक
नाज़रीन— बहुकार्य कार्मिक

संपादक (रचनात्मक एवं प्रस्तुति)

प्रणव कुमार, उप निदेशक (जनसम्पर्क)

संपादकीय.....



मानव समाज अपने विचारों की अभिव्यक्ति प्रायः अपनी मातृभाषा में करना ज्यादा सहज मानता है। वह मातृभाषा सबकी समझ में आसानी से आ जाती है। हमारे ग्रंथों में भी मूलभूत बातें मानव के हित में कही गई हैं जो उसके संस्कार व संस्कृति का हिस्सा बने हुए हैं, जैसे महाभारत के वनपर्व में एक पद्य का उल्लेख है कि—

**“न त्वेवात्मानमन्तव्यः पुरुषेण कदाचन।
न ह्यात्मपरिभूतस्य भूतिर्भवति शोभना”**

अर्थात् पुरुष को कभी अपना अनादर नहीं करना चाहिए। जो स्वयं ही अपना अनादर करता है, उसे उत्तम ऐश्वर्य प्राप्त नहीं होता।

कहा जाता है कि भाषा की वैज्ञानिकता और व्याकरणिक स्वरूप ही उसके विकास के स्रोत होते हैं। हिन्दी हमारे राष्ट्र की अभिव्यक्ति का सरलतम स्रोत है। राजभाषा हिन्दी के परिप्रेक्ष्य में सरकारी कामकाज को लक्ष्यबद्ध किया गया है। इसके लक्ष्य की प्राप्ति हेतु हम सब प्रतिबद्ध हैं। संविधान के भाग 17 के अध्याय 1 से अध्याय 4 के तहत अनुच्छेद 343 से 351 का वर्णन मिलता है, जिसका अनुसरण किया जा रहा है। इसके परिणामस्वरूप कार्मिकों की सृजनशीलता और मौलिकता को बढ़ाने के लिए गृह पत्रिका का प्रकाशन करना एक सशक्त माध्यम है जिसके माध्यम से सामाजिक, आर्थिक और मनोवैज्ञानिक विषयों पर नित नए विचारों को ग्रहण किया जाता है। इसके फलस्वरूप मानव जीवन के विविध पहलुओं पर हमारी सोच व जीवन जीने की कला का ज्ञान व आभास होता है जिसमें प्रत्येक मनुष्य को सदैव जीवन जीने की शक्ति प्राप्त होती रहती है। साथ ही, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय विषयों के बारे में भी हमारी जानकारी प्रभावकारी बनती जाती है। गृह पत्रिका में शामिल किए गए लेख, कविताएँ और अन्य विचारों से हम सब लाभान्वित होंगे, ऐसी आशा है।

सभी सहयोगियों को साधुवाद

श्याम कुमार
संयुक्त निदेशक (राजभाषा)

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं की मौलिकता, उनमें व्यक्त विचार एवं तथ्यों का दायित्व संबंधित लेखक का है।

अनुक्रमणिका

संदेश – माननीय श्रम मंत्री			
संदेश – माननीय श्रम राज्य मंत्री			
संदेश – माननीय श्रम सचिव			
संदेश – महानिदेशक, कर्मचारी राज्य बीमा निगम			
संरक्षक की कलम से – बीमा आयुक्त (राजभाषा)			
क्र.सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ सं.
1.	महानिदेशक महोदय के संदेश की मुख्य बातें	प्रणव कुमार	12-13
2.	पीआईडीपीआई संकल्प 2004	मनोज कुमार सिंह	14
3.	ईएसआईसी में भर्ती अभियान	दीपक जोशी	15
4.	बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और कल्याण का संवर्धन	डॉ. कमलेश हरीश	16-18
5.	मन की शुद्धि का मार्ग विपश्यना	राजेश कुमार कैम	19
6.	भारत में सामाजिक सुरक्षा का इतिहास	रत्नेश कुमार गौतम	20-23
7.	औषधालय-सह-शाखा कार्यालय: एक अद्भुत अवधारणा	प्रणय सिन्हा	24
8.	आधार सीडिंग पर सवाल-जवाब	डॉ. मोना वर्मा	25
9.	ईएसआईसी में सोशल मीडिया की भूमिका	प्रमोद कुमार सिंह	26-27
कविता			
10.	एक और कोशिश	डॉ. दीपिका गोविल	28
11.	बस एक चित्र	श्याम कुमार	29
12.	प्रकृति की गोद में	त्रिरत्न	30
13.	खाली-सा क्यों है	ऋतु वासन	31
14.	बीते हुए दिन	जितेंद्र सिंह	31
15.	कैसे कोई बात करें	राजेश कुमार	32
16.	कोरे कागज सा मन	श्वेता सिन्हा	32
17.	कलयुग	अमीना जाफर	33
18.	कल किसने देखा है	नेहा शर्मा	33
राजभाषा संबंधित गतिविधियाँ			
19.	माँ का दामन	शांति महेन्द्रन	36
20.	तिरंगे की शान	हयात सिंह बिष्ट	37
21.	विदा का क्षण समझ में नहीं आता	श्रद्धा वर्मा	38
22.	बंद दरवाजा	रमन कुमार	39
23.	कोशिशें	नाजरीन	39
24.	जाने कहाँ छुपा है चाँद	सीता रानी	40
25.	एक	अनिल रंगा	40
हास्य			
26.	आइए जरा हँस लें		41
कहानी			
27.	परिश्रम का फल	बी.सी.भट्ट	43-44
यात्रा वृत्तांत			
28.	उदय होता सूर्य और झीलों की नगरी-उदयपुर	श्याम कुमार	46-47
विचारामृत			
29.	पुरुषार्थ	राजेश कुमार	49
आलेख			
30.	कृष्ण की ईश्वरत्व से मनुष्यत्व तक की यात्रा	स्वाति सोनल	50-51
31.	भाषा के क्षेत्र में आर्टिफिशियल इंटेलिजेन्स का प्रयोग	सुरेश कुमार	52-53
32.	चटकलिया बोली और राजभाषा हिंदी	बिनय कुमार शुक्ल	54-55
33.	सेल्फ केयर भी है महत्वपूर्ण	ख्याति सहगल	56
34.	वर्कप्लेस पर सीखें नई स्किल्स	विकेश रल्हन	57
35.	प्लास्टिक का संकट	हरीश कुमार	58
36.	योग	दिव्या अदलखा	59-60
राजभाषा			
37.	राजभाषा से संबंधित महत्वपूर्ण नियम		61-62
राजभाषा शाखा की गतिविधि			
38.	हिंदी प्रयोग प्रोत्साहन योजना-वर्ष 2022 के अंतर्गत पुरस्कृत कार्मिक		63
39.	मूल हिंदी टिप्पण-आलेखन प्रोत्साहन योजना-वर्ष 2022-23 के अंतर्गत पुरस्कृत कार्मिक		64
40.	वर्ष 2022 में आयोजित हिन्दी पखवाड़ा प्रतियोगिताओं के विजेता		65
41.	सोशल मीडिया में राजभाषा		66



'निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल'

हिंदी दिवस पर भारतेंदु हरिश्चंद की यह पंक्ति प्रासंगिक है।
भाषाएं हमें अपनी जड़ों से जोड़ती हैं।
सभी भारतीय भाषाएं समृद्ध हों तथा
हिंदी हमारे बीच संवाद का सहज माध्यम बने,
इसी के साथ सभी को हिंदी दिवस की शुभकामनायें।

- भूपेन्द्र यादव

श्रम एवं रोजगार मंत्री, पर्यावरण, वन एवं जलवायु परिवर्तन
भारत सरकार





मंत्री
श्रम एवं रोजगार
पर्यावरण, वन एवं जलवायु परिवर्तन
भारत सरकार



सत्यमेव जयते

MINISTER
LABOUR & EMPLOYMENT
ENVIRONMENT, FOREST AND CLIMATE CHANGE
GOVERNMENT OF INDIA

भूपेन्द्र यादव
BHUPENDER YADAV



संदेश

मुझे ज्ञात हुआ है कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम, मुख्यालय अपनी राजभाषा गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 17वें अंक को प्रकाशित कर रहा है। इस अवसर पर मैं पत्रिका के प्रकाशन में योगदान करने वाले सभी रचनाकारों और संपादक मंडल को बधाई देता हूं। कार्यालयीन पत्रिका कर्मिकों की सृजनशीलता का माध्यम होने के साथ राजभाषा के प्रति गौरव का भाव भी बढ़ाती है। पत्रिका का उद्देश्य हिंदी भाषा के व्यवहार को और आगे बढ़ाना तथा कर्मिकों के विचारों को सबके सामने प्रस्तुत करना होना चाहिए। हिंदी आज विश्व पटल पर महत्वपूर्ण स्थान रखती है। सामाजिक सुरक्षा के जिस उद्देश्य के लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम कार्यरत है वह तभी सफल हो सकता है जब कामगारों से उनकी भाषा में सहज-सरल संवाद किया जाए। गृह पत्रिका के माध्यम से निगम के कर्मिकों को हिंदी में और अधिक कार्य करने की प्रेरणा मिलेगी।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए शुभकामनाएँ।



(भूपेन्द्र यादव)

रामेश्वर तेली
Rameswar Teeli
वामदेव (उर्दू)



राज्य मंत्री
श्रम एवं रोजगार और
पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस
भारत सरकार
Minister of State for
Labour & Employment and
Petroleum & Natural Gas
Government of India

संदेश

यह प्रसन्नता की बात है कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम, मुख्यालय, नई दिल्ली द्वारा अपनी राजभाषा पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 17वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है।

राजभाषा हिंदी सांस्कृतिक भिन्नता में एकता का प्रतीक है। राजभाषा हिंदी सांस्कृतिक एवं सामाजिक परंपरा की धनी है और विचारों व भावों की अभिव्यक्ति में पूर्ण सक्षम भी है। यह भारत के जन-जन के मन में बसी भाषा है। अब हिंदी आम जनता की बोलचाल की भाषा से आगे बढ़कर विश्व पटल पर छा गई है। मुझे विश्वास है कि पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाएं पाठकों के लिए जानवर्धक तथा रचनात्मक भाव सृजन करने में सफल होंगी।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए मेरी शुभकामनाएँ।

रामेश्वर तेली
18/01/23
(रामेश्वर तेली)



MINISTRY OF LABOUR & EMPLOYMENT
SHRAM SHAKTI BHAVAN
NEW DELHI - 110001

श्रम एवं रोजगार मंत्रालय
श्रम शक्ति भवन
नई दिल्ली-110001
Tele : 91-11-23 71 02 65
E-mail : secy-labour@nic.in

आरती आहुजा, आई०ए०एस०
भारत सरकार के सचिव
ARTI AHUJA, I.A.S.
Secretary to Govt. of India

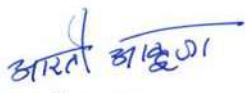


संदेश

मुझे यह जानकर हार्दिक प्रसन्नता हो रही है कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम, मुख्यालय, नई दिल्ली द्वारा अपनी राजभाषा पत्रिका 'पंचदीप भारती' के 17वां अंक प्रकाशित किया जा रहा है।

शासकीय कार्यों में हिंदी को बढ़ावा देने के लिए पत्रिका का प्रकाशन एक सार्थक प्रयास है। विभागीय पत्रिकाएं राजभाषा हिंदी के प्रचार और प्रसार में सदैव महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। अभिव्यक्ति का माध्यम बनने पर राजभाषा हिंदी केवल कार्यालय तक सीमित नहीं रहती अपितु जनमानस की अपनी हो जाती है। मुझे विश्वास है कि पंचदीप भारती का यह अंक भी राजभाषा के प्रचार और प्रसार के उद्देश्य को पूर्ण करने में सफल होगा। पत्रिका के प्रकाशन में सहभागी सभी कार्मिक, लेखकवृंद एवं संपादक मंडल को शुभकामनाएँ।

शुभकामनाओं सहित।


(आरती आहुजा)

स्थान: नई दिल्ली
दिनांक: 18 सितंबर, 2023



कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
EMPLOYEES' STATE INSURANCE CORPORATION
(Ministry of Labour & Employment, Govt. of India)

डॉ. राजेंद्र कुमार, भा.प्र.से.
पीएच.डी. (एमआइटी, यू.एस.ए)
महानिदेशक

DR. RAJENDRA KUMAR, I.A.S.
Ph.D. (MIT, U.S.A.)
Director General



संदेश

यह प्रसन्नता का विषय है कि राजभाषा गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का 17वां अंक प्रकाशित किया जा रहा है।

भारत सरकार द्वारा लागू राजभाषा नीति एवं समय-समय पर जारी दिशा-निर्देशों का अनुपालन करना हम सभी का नैतिक एवं संवैधानिक दायित्व है। राजभाषा हिंदी सांस्कृतिक विभिन्नता में एकता का प्रतीक है। हिंदी विभिन्न भाषा-भाषियों तथा संस्कृतियों के बीच एक सेतु का कार्य करती है। सूचना-संचार में उन्नति-प्रगति से हिंदी का और अधिक विकास हुआ है और सूचना प्रौद्योगिकी से दुनिया अधिक निकट आ गई है तथा हिंदी का प्रसार पूरी दुनिया में और तेजी से हुआ है। मुझे विश्वास है कि इस अंक में प्रकाशित लेख, कहानियां और कविताएं आदि सभी के लिए ज्ञानवर्धक एवं लाभप्रद सिद्ध होंगे।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए शुभकामनाएँ।

राजेंद्र कुमार

(डॉ. राजेंद्र कुमार)

दिनांक : 13.09.2023



संरक्षक की कलम से...

रत्नेश कुमार गौतम, बीमा आयुक्त (राजभाषा)

कर्मचारी राज्य बीमा निगम मुख्यालय की गृह पत्रिका 'पंचदीप भारती' का राजभाषा पखवाड़े के समय प्रकाशित किया जाना एक सुखद अहसास है। व्यस्तम कार्यक्रमों के बीच फुर्सत के कुछ क्षणों में जो अधिकारी और कर्मचारी लेखन से जुड़ जाते हैं या स्वान्तः सुखाय के लिये ही सही, यदि लिखते हैं तो इससे वे मानसिक रूप से और निखरते हैं। विचार प्रकट करने और सोचने तथा लेखन से वे श्रेष्ठता की ओर बढ़ते जाते हैं। यह लेखन हिन्दी में हो तो और प्रभावी बन जाता है क्योंकि इसका सीधा लाभ राजभाषा हिन्दी में कामकाज को मिलता है।

विभिन्न लेखों, रचनाओं के माध्यम से निगम मुख्यालय के अधिकारियों, कार्मिकों ने अपनी रचनात्मकता का उदाहरण प्रस्तुत किया है। पत्रिका का विविध विषयों से सज्जित यह अंक पाठकों को लाभान्वित करेगा। इसी कामना के साथ पंचदीप भारती का अंक आपके समक्ष प्रस्तुत है। ■

रत्नेश कुमार गौतम

महानिदेशक महोदय के संदेश की मुख्य बातें

ईएसआई समाचार के पन्नों से



फरवरी
2023

“ईएसआईसी, क.रा.बी. अधिनियम के दायरे में सभी संगठित क्षेत्र के श्रमिकों को सामाजिक स्वास्थ्य सुरक्षा और अन्य सामाजिक सुरक्षा लाभ प्रदान करेगा।”


क.रा.बी. निगम, भारत का सबसे बड़ा सामाजिक सुरक्षा संगठन है, जो दशकों से पात्र श्रमिकों को व्यापक सामाजिक सुरक्षा लाभ प्रदान कर रहा है। क.रा.बी. निगम का लक्ष्य क.रा.बी. अधिनियम के दायरे में सभी संगठित क्षेत्र के श्रमिकों को सामाजिक स्वास्थ्य सुरक्षा और अन्य सामाजिक सुरक्षा हितलाभ प्रदान करना है। क.रा.बी. निगम सेवाओं की बढ़ती मांगों को पूरा करने और सार्वभौमिक सामाजिक सुरक्षा कवरेज के अपने दृष्टिकोण को पूरा करने में प्रौद्योगिकी के महत्व से अवगत है। यह संगठन निर्बाध और कुशल सेवा वितरण प्रदान करने के लिए नवीनतम तकनीकों का उपयोग करने के लिए प्रतिबद्ध है।



मार्च
2023

“सामाजिक सुरक्षा संहिता के कार्यान्वयन के साथ, क.रा.बी. निगम को अभूतपूर्व तरीके से अधिक महत्वपूर्ण भूमिका निभानी होगी”

क.रा.बी. निगम ने श्रमिकों को सेवाएं प्रदान करने के 71 वर्ष पूरे किए, पात्र श्रमिकों और उनके परिवारों को उच्च गुणवत्ता वाली स्वास्थ्य देखभाल और सामाजिक सुरक्षा हितलाभ प्रदान करने की इसकी प्रतिबद्धता अडिग बनी हुई है। क.रा.बी. निगम को विश्वास है कि नवाचार को प्राथमिकता देकर और उत्कृष्टता के लिए निरंतर प्रयास करके, यह सभी पात्र श्रमिकों और उनके परिवारों को भरोसेमंद और प्रभावी सामाजिक सुरक्षा हितलाभ प्रदान कर सकता है।



अप्रैल 2023

“क.रा.बी. निगम प्रौद्योगिकी-सक्षम सुविधाओं का लाभ उठा रहा है, ताकि महिला लाभार्थियों को अपने घर के नजदीक आराम से स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाने में सक्षम बनाया जा सके।”


क.रा.बी. निगम ने मातृत्व हितलाभ के लिए ऑनलाइन दावा सुविधा शुरू करके क.रा.बी.योजना के तहत बीमित महिलाओं को सशक्त बनाने के लिए कई पहल की हैं। क.रा.बी. निगम इस सुविधा के तहत महिला लाभार्थियों को अपने घरों में ही स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ प्रदान करने हेतु टेलीमेडिसिन जैसी प्रौद्योगिकी-सक्षम सुविधाओं का संचालन कर रहा है।



मई 2023

“क.रा.बी. निगम स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता और पहुंच बढ़ाने के लिए नए दृष्टिकोण अपना रहा है।”

क.रा.बी. अस्पताल न केवल क.रा.बी. लाभार्थियों को सेवा प्रदान करते हैं, बल्कि उपयोगकर्ता शुल्क के आधार पर कम बिस्तर उपयोग वाले अस्पताल के साथ अन्य रोगियों को चिकित्सा सेवाएं भी प्रदान करते हैं। क.रा.बी. निगम ने कई नई पहल शुरू की हैं, जैसे टेलीमेडिसिन, टेलीकंसल्टेशन, घरेलू नमूना संग्रह के अनुरोध के लिए एप्प (App) का उपयोग, 5जी एम्बुलेंस आदि। सूचना प्रौद्योगिकी के उपयोग के साथ क.रा.बी. निगम स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता और पहुंच बढ़ाने के लिए नए दृष्टिकोण अपना रहा है।



जून 2023

“ईएसआईसी, अपने ईएसआईसी पोर्टल पर श्रमिक के पंजीकरण के बारे में जागरूकता बढ़ाने पर ध्यान केंद्रित कर रहा है। इन प्रयासों के माध्यम से, हमारा लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि अधिक से अधिक श्रमिक इस योजना द्वारा प्रदान किए गए लाभों का लाभ उठा सकें, जिससे उनकी सामाजिक सुरक्षा और समग्र कल्याण में वृद्धि हो। ईएसआईसी का महानिदेशक होने के नाते, मुझे हमारी उपलब्धियों और विश्वसनीय सामाजिक सुरक्षा लाभ प्रदान करने के लिए हमारे संगठन की प्रतिबद्धता पर बेहद गर्व है। हम सभी के लिए एक स्वस्थ और अधिक समृद्ध भारत बनाने के लिए नवाचार, उत्कृष्टता और समावेशिता को बढ़ावा देना जारी रखेंगे।”



जुलाई 2023

“क.रा.बी. निगम संगठित क्षेत्र के बीमित श्रमिकों और उनके आश्रितों के लिए सामाजिक सुरक्षा और बेहतर स्वास्थ्य का स्तंभ बना हुआ है।”


श्रम और रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार सेवा, सुशासन और कामकाजी आबादी के कल्याण के आदर्शों को प्रतिबिंबित करने वाले आत्मनिर्भर भारत के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। संगठित क्षेत्र के श्रमिकों के हितों और कल्याण की रक्षा पर ध्यान देने के साथ, हम उन्हें क.रा.बी. निगम में सामाजिक सुरक्षा और स्वास्थ्य लाभ के साथ सशक्त बनाने का प्रयास करते हैं। देश के 82 प्रतिशत भौगोलिक विस्तार को क.रा.बी. योजना कवर करती है। यह उल्लेखनीय मील का पत्थर लाभार्थियों के लिए लाभों का एक विस्तारित दायरा लाता है। प्रगति की दिशा में अपनी यात्रा में, हम परिवर्तनकारी पहलों में सक्रिय रूप से संलग्न हैं। क.रा.बी. निगम के सभी कार्यालयों और अस्पतालों में बीमित व्यक्तियों और उनके आश्रितों के लिए आधार सीडिंग शुरू कर दी गई है।



अगस्त 2023

“हमारे प्रयासों का प्रभाव क.रा.बी. योजना में शामिल होने वाले श्रमिकों की बढ़ती संख्या में दिखाई दे रहा है।”

माननीय प्रधानमंत्री द्वारा दिनांक 08.07.2023 को बीकानेर में क.रा.बी. निगम अस्पताल का उद्घाटन किया गया जो इसके आसपास के क्षेत्रों में 31,000 से अधिक बीमित व्यक्तियों और 1.2 लाख लाभार्थियों को उन्नत चिकित्सा सुविधाएं प्रदान करने की हमारी प्रतिबद्धता का प्रतीक है। क.रा.बी. निगम ने अंतर्राष्ट्रीय मिलेट्स वर्ष-2023 के अनुरूप बाजरा पर विशेष पखवाड़ा मनाया। दिनांक 01.07.2023 से 14.07.2023 तक चलने वाली इस पहल का उद्देश्य हमारे सभी अस्पतालों में मिलेट्स के पोषण संबंधी लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाना था। क.रा.बी. योजना के तहत नए पंजीकरण में लगभग 24,886 नए प्रतिष्ठानों में 20.23 लाख नए श्रमिकों की वृद्धि हुई है, जिससे 71 ट्रांसजेंडर व्यक्तियों सहित सभी आयु समूहों के कर्मचारियों के लिए एक अनिवार्य सुरक्षा जाल प्रदान किया गया है।



सितम्बर 2023

“हमारे प्रयासों का प्रभाव ईएसआई योजना में शामिल होने वाले श्रमिकों की बढ़ती संख्या में दिखाई दे रहा है। हमें अपने हितधारकों को लाभ एवं सामाजिक सुरक्षा प्रदान करने में अपने समर्पण और क्षमताओं पर बहुत गर्व है। आगे बढ़ना, नवप्रवर्तन, उत्कृष्टता और समावेशिता हमारे मार्गदर्शक सिद्धांत बने रहेंगे तथा हम सभी के लिए अधिक समर्थ और समृद्ध देश बनाने में अपना योगदान देते रहेंगे।”

पीआईडीपीआई संकल्प 2004



जनहित प्रकटीकरण और मुखबिर संरक्षण संकल्प (पीआईडीपीआई) एक ऐसे तंत्र की परिकल्पना करता है जिसके द्वारा एक शिकायतकर्ता शिकायत दर्ज करा सकता है और ऐसा करने के लिए अपने उत्पीड़न के खिलाफ सुरक्षा भी मांग सकता है। केंद्रीय सतर्कता आयोग को केंद्र

सरकार के किसी भी कर्मचारी या किसी केंद्रीय अधिनियम के तहत स्थापित किसी निगम, सरकारी कंपनियों, समाजों या किसी भी कर्मचारी द्वारा भ्रष्टाचार या कार्यालय के दुरुपयोग के किसी भी आरोप पर लिखित शिकायतें या प्रकटीकरण प्राप्त करने के लिए नामित एजेंसी के रूप में अधिकृत किया गया है। पीआईडीपीआई संकल्प के तहत केंद्र सरकार के स्वामित्व या नियंत्रण वाले स्थानीय प्राधिकरण हैं। शिकायतकर्ता की पहचान तब तक उजागर नहीं की जाएगी जब तक शिकायतकर्ता स्वयं अपनी पहचान उजागर न कर दे। पद के दुरुपयोग या भ्रष्टाचार का आरोप सही पाए जाने पर नामित एजेंसी संबंधित विभाग या संगठन को उचित कार्रवाई की सिफारिश करेगी। यदि मुखबिर को लगता है कि उसे पीड़ित किया जा रहा है, तो वह मामले में निवारण के लिए नामित एजेंसी के समक्ष आवेदन कर सकता है। नामित एजेंसी संबंधित लोक सेवक या सार्वजनिक प्राधिकरण को उचित निर्देश दे सकती है।

पीआईडीपीआई शिकायतें कैसे दर्ज करें?

- शिकायत सचिव, सीवीसी को संबोधित एक सील बंद लिफाफे में होनी चाहिए और उस पर 'पीआईडीपीआई शिकायत', 'व्हिसल ब्लोअर शिकायत' या 'पीआईडीपीआई समाधान के तहत शिकायत' अंकित होना चाहिए।
- व्हिसल ब्लोअर का नाम और पता शिकायत के आरंभ में या अंत में या संलग्न शीट पर होना चाहिए। लिफाफे पर व्यक्तिगत विवरण का उल्लेख नहीं किया जाना चाहिए।
- पीआईडीपीआई दिशानिर्देशों के अनुरूप, डाक विभाग ने परिपत्र जारी किया है कि जहां भी लिफाफे पर पीआईडीपीआई अंकित है, वहां डाक अधिकारियों द्वारा नाम और पते पर जोर नहीं दिया जाएगा।
- शिकायतें केवल डाक के माध्यम से भेजी जानी चाहिए। ईमेल, शिकायत प्रबंधन पोर्टल या किसी अन्य इलेक्ट्रॉनिक माध्यम से प्राप्त शिकायतों पर पीआईडीपीआई शिकायतों के रूप में विचार नहीं किया जाएगा।
- व्यक्ति की पहचान सुरक्षित रखने के लिए, शिकायतकर्ताओं को सलाह दी जाती है कि वे आयोग के साथ आगे कोई पत्राचार न करें।
- शिकायत में उल्लिखित योग्यता और विवरण के

मनोज कुमार सिंह, मुख्य सतर्कता अधिकारी

आधार पर स्क्रीनिंग कमेटी की सिफारिशों पर आगे की कार्रवाई तय की जाती है।

- आयोग ने आयोग को रिपोर्ट प्रस्तुत करने के लिए संदर्भ प्राप्त होने की तारीख से 12 सप्ताह की अवधि निर्धारित की है।
- जांच रिपोर्ट प्राप्त होने के बाद आयोग में रिपोर्ट और दस्तावेजों की गहन जांच के बाद आगे की कार्रवाई का निर्णय लिया जाता है।

पीआईडीपीआई समाधान के तहत, दर्ज की जाने वाली शिकायत के लिफाफे का विवरण इस प्रकार है:

पीआईडीपीआई संकल्प के तहत अनुपालन

सेवा में,
सचिव
केंद्रीय सतर्कता आयोग
सतर्कता भवन, ब्लॉक-ए
जीपीओ कॉम्प्लेक्स आईएनए
नई दिल्ली-110023.

पीआईडीपीआई शिकायतकर्ता को सुरक्षा:

यदि कोई व्यक्ति इस आधार पर किसी कार्रवाई से व्यथित है कि उसे इस तथ्य के कारण पीड़ित किया जा रहा है कि उसने शिकायत दर्ज की है या खुलासा किया है, तो वह इस मामले में निवारण के लिए नामित एजेंसी (सीवीसी) के समक्ष एक आवेदन दायर कर सकता है, जो इस पर उचित समझी जाने वाली कार्रवाई करेगी। नामित एजेंसी, जैसा भी मामला हो, संबंधित लोक सेवक या सार्वजनिक प्राधिकरण को उचित निर्देश दे सकती है।

या तो शिकायतकर्ता के आवेदन पर, या एकत्रित जानकारी के आधार पर, यदि नामित एजेंसी की राय है कि शिकायतकर्ता या गवाहों को सुरक्षा की आवश्यकता है, तो नामित एजेंसी संबंधित सरकारी अधिकारियों को उचित निर्देश जारी करेगी। नामित एजेंसी के निर्देशों के बावजूद मुखबिर की पहचान का खुलासा होने की स्थिति में, नामित एजेंसी इस तरह का खुलासा करने वाले व्यक्ति या एजेंसी के खिलाफ मौजूदा नियमों के अनुसार उचित कार्रवाई शुरू करने के लिए अधिकृत है।

यदि कोई व्यक्ति इस आधार पर किसी कार्रवाई से व्यथित है कि उसे इस तथ्य के कारण पीड़ित किया जा रहा है कि उसने शिकायत दर्ज की है या खुलासा किया है, तो वह इस मामले में निवारण के लिए नामित एजेंसी के समक्ष एक आवेदन दायर कर सकता है, तो वह उचित समझी जाने वाली कार्रवाई करेगी। नामित एजेंसी, जैसा भी मामला हो, संबंधित लोक सेवक या सार्वजनिक प्राधिकरण को उचित निर्देश दे सकती है। जहां तक विभाग के भीतर उत्पीड़न या उत्पीड़न के खिलाफ सुरक्षा का संबंध है, आयोग व्हिसल ब्लोअर्स की ऐसी शिकायतों को उचित कार्रवाई के लिए संबंधित संगठन के सीवीओ को भेजता है। ■

ईएसआईसी में भर्ती अभियान

दीपक जोशी, बीमा आयुक्त (भर्ती)



आजादी के दिनों से ही भारत में, रोजगार का प्रश्न हर जुबां पर रहा है। रोजगार के अवसर बढ़ाने के लिए भारत सरकार द्वारा कई कदम उठाए जा रहे हैं। इनमें से रोजगार मेला का आयोजन प्रमुख है। नियोजित और नौकरी चाहने वाले एक सामान्य उद्देश्य के साथ एकजुट होते हैं। यह आयोजन रोजगार सृजन को प्राथमिकता देने की सरकार की अटूट प्रतिबद्धता का प्रमाण है। भारत सरकार द्वारा अब तक 9 रोजगार मेलों का आयोजन किया जा चुका है और लाखों की संख्या में युवाओं को रोजगार के अवसर प्रदान किए गए हैं।

ईएसआईसी भारत सरकार की रोजगार मेलों के आयोजन की पहल में सक्रिय रूप से भाग ले रहा है। फलस्वरूप, ईएसआईसी द्वारा हाल के दिनों में देश भर में अनेक उम्मीदवारों को रोजगार के अवसर प्रदान किये गए हैं। पिछले नौ रोजगार मेलों में, ईएसआईसी ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हुए, कुल 4928 उम्मीदवारों को विभिन्न पदों के लिए 'नियुक्ति पत्र' जारी किया है।

निश्चित रूप से, सरकारी प्रतिष्ठानों में नव नियुक्त उम्मीदवारों के लिए, खुद को कुशल बनाने के पर्याप्त अवसर हैं।

आइए, हम अधिक अवसर पैदा करके, अपने युवाओं को सशक्त बनाने और अपने राष्ट्र के विकास में योगदान देने के लिए मिलकर काम करना जारी रखें। ■

“रोजगार मेला युवाओं को सशक्त बनाने और राष्ट्रीय विकास में उनकी भागीदारी को मजबूत करने का हमारा प्रयास है।”
नरेन्द्र मोदी

रोजगार मेला में ईएसआईसी डेटा

रोजगार मेला	रोजगार मेला की तिथि	ईएसआईसी के विभिन्न संवर्गों में उम्मीदवारों की संख्या
पहला रोजगार मेला	22.10.2022	1753
दूसरा रोजगार मेला	22.11.2022	1344
तीसरा रोजगार मेला	20.01.2023	963
चौथा रोजगार मेला	13.04.2023	140
पाचवां रोजगार मेला	16.05.2023	256
छठा रोजगार मेला	13.06.2023	149
सातवां रोजगार मेला	22.07.2023	206 -अब तक
आठवां रोजगार मेला (विशेष रूप से गृह मंत्रालय और सशस्त्र बलों के लिए)	28.08.2023	शून्य
नौवां रोजगार मेला	26.09.2023	117-अब तक
कुल		4928



26 सितंबर, 2023 को भारत सरकार द्वारा आयोजित रोजगार मेला की 9वीं श्रृंखला में ईएसआईसी द्वारा देश में 07 स्थानों पर 117 उम्मीदवारों को उनकी 'नियुक्ति के प्रस्ताव' सौंपे गए।

बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और कल्याण का संवर्धन

डॉ. कमलेश हरीश, एम.डी.

बाल रोग विशेषज्ञ और चिकित्सा आयुक्त (चिकित्सा प्रशासन), मुख्यालय



परिचय

बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और कल्याण के संवर्धन में निवेश से बेहतर कोई निवेश नहीं हो सकता। यह भविष्य के लिए निवेश है। स्वस्थ

और प्रसन्न बच्चे ही बड़े होकर उत्पादक और जिम्मेदार वयस्क बनते हैं और समाज में सकारात्मक योगदान देते हैं। हालाँकि, जीवन के पहले दो दशकों का यह सफर चुनौतियों से भरा होता है। हमारे युवाओं के स्वास्थ्य और कल्याण को सुनिश्चित करने के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण की आवश्यकता है।

सामाजिक निर्धारक स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। कर्मचारी राज्य बीमा निगम दुनिया के सबसे बड़े संगठनों में से एक है जो लाखों लोगों को सामाजिक सुरक्षा प्रदान करता है जिससे इसके लाभार्थियों और उनके परिवारों के स्वास्थ्य और कल्याण को प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से संवर्धन होता है। सर्वप्रथम, स्वास्थ्य और कल्याण के संवर्धन को समझना विवेकपूर्ण होगा और फिर कर्मचारी राज्य बीमा निगम इन पहलों का समर्थन कैसे कर रहा है। यह लेख इन मुद्दों पर संक्षेप में चर्चा करेगा। मेरा एक अस्वीकरण है कि यहां व्यक्त किए गए विचार वैज्ञानिक और सार्वजनिक स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से व्यक्तिगत हैं और जरूरी नहीं कि ये कर्मचारी राज्य बीमा निगम की नीतियों और कार्यक्रमों को प्रतिबिंबित करें।

बच्चों और किशोरों के शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए बहुमुखी रणनीतियों को अपनाया जा सकता है।

स्वास्थ्य और कल्याण को समझना

जीवन के पहले 2 दशकों में बच्चों का स्वास्थ्य विभिन्न कारकों से प्रभावित होता है, जिसमें परिवार की गतिशीलता, सामाजिक आर्थिक स्थिति, शिक्षा, स्वास्थ्य देखभाल तक पहुंच, अपने सहकर्मियों से संबंध और सामाजिक मानदंड शामिल हैं।

शारीरिक स्वास्थ्य और पोषण

अच्छा शारीरिक स्वास्थ्य और स्वस्थ दिमाग समग्र कल्याण की नींव बनाते हैं। महत्वपूर्ण कारकों में अच्छा पोषण, नियमित व्यायाम और स्वास्थ्य देखभाल तक

पहुंच शामिल है। कुछ प्रमुख रणनीतियों में निम्नलिखित शामिल हैं:

- **पोषण शिक्षा:** जब भी लोग हमारी स्वास्थ्य प्रणाली के संपर्क में आते हैं तब स्वस्थ खान-पान की आदतों, संतुलित आहार के महत्व तथा जंक फूड और अत्यधिक चीनी के सेवन के खतरों के बारे में व्यापक और उपयुक्त जानकारी प्रदान की जानी चाहिए। कर्मचारी राज्य बीमा निगम के स्वास्थ्य केंद्रों और अस्पतालों में संचार के विभिन्न माध्यमों जैसे स्थानीय भाषा में पोस्टर, बैनर, ऑडियो और वीडियो संदेश तथा प्रत्यक्ष रूप से भी परामर्श प्रदान किए जाते हैं।
- **शारीरिक गतिविधि:** हमें अपनी दिनचर्या में आयु-उपयुक्त शारीरिक गतिविधि, खेल कार्यक्रमों, शारीरिक शिक्षा कक्षाओं और पाठ्येतर गतिविधियों को बढ़ावा देने की आवश्यकता है। हमें आउटडोर खेलने के लिए सुरक्षित और सुलभ स्थानों की उपलब्धता में वृद्धि करनी चाहिए।
- **स्वास्थ्य देखभाल तक पहुंच:** बच्चों और किशोरों को नियमित जांच, टीकाकरण और समय पर चिकित्सा देखभाल तक पहुंच होनी चाहिए। कर्मचारी राज्य बीमा निगम औषधालयों और अस्पतालों के माध्यम से सीधे अपने लाभार्थियों को ये सेवाएं प्रदान करता है।

मानसिक स्वास्थ्य और शारीरिक स्वास्थ्य का संबंध:

कर्मचारी राज्य बीमा निगम द्वारा प्रदत्त सामाजिक सुरक्षा अप्रत्यक्ष रूप से बच्चों और किशोरों की शिक्षा का समर्थन करती है। शिक्षा का शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के बीच एक निश्चित संबंध है। तनाव को कम करने और मनोदशा (मूड) में सुधार करने में व्यायाम के महत्व पर भी हमें बल देने की आवश्यकता है।

मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य

मानसिक स्वास्थ्य शारीरिक स्वास्थ्य से कम महत्वपूर्ण नहीं है। भावनात्मक सुरक्षा को बढ़ावा देना और मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों से जूझ रहे लोगों के लिए सहायता प्रदान करना आवश्यक है।

- **मानसिक स्वास्थ्य शिक्षा:** हमें मानसिक बीमारियों से जुड़ी भ्रांतियों/कलंक को कम करने और उनके विषय में जागरूकता उत्पन्न करने के लिए



विद्यालय पाठ्यक्रम और पाठ्येतर गतिविधियों के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करने को बढ़ावा देने और उसका समर्थन करने की आवश्यकता है। जनता को इनका मुकाबला करने की रणनीतियों को सीखने और अपनी भावनात्मक बुद्धिमत्ता को बढ़ाने की आवश्यकता है।

- **परामर्श सेवाएं:** प्रशिक्षित पेशेवर और परामर्शदाता युवा लोगों को भावनात्मक चुनौतियों से निपटने में मदद कर सकते हैं।
- **धमकाना(बुलिइंग) और हिंसा को रोकना:** बच्चों और किशोरों के प्रति बुलिइंग और हिंसा को रोकने के लिए एक सुरक्षित और समावेशी वातावरण की आवश्यकता होती है। बचपन की बुलिइंग और हिंसा मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर और स्थायी प्रभाव डाल सकती है।
- **माता-पिता का समर्थन:** माता-पिता को अपने बच्चों की भावनात्मक भलाई का समर्थन करने के लिए संसाधनों और ज्ञान से खुद को लैस करने की आवश्यकता है। क.रा.बी.निगम की संस्थानों में समय-समय पर विभिन्न स्वास्थ्य संवर्धन गतिविधियों का आयोजन किया जाता है ताकि कई महत्वपूर्ण स्वास्थ्य स्थितियों के प्रबंधन में माता-पिता का समर्थन किया जा सके।

सामाजिक और सहकर्म से संबंध

घर, पड़ोस और समाज में सामाजिक वातावरण तथा मित्र, बच्चों और किशोरों के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। सकारात्मक सामाजिक संबंधों को पोषित करने में कर्मचारी राज्य बीमा निगम द्वारा सामाजिक सुरक्षा प्रदान की गई है।

सामाजिक कौशल शिक्षा: बच्चों और किशोरों को स्वस्थ संबंधों के निर्माण के लिए बेहतर सम्प्रेषण, संघर्ष समाधान और संवेदना कौशल के साथ जीवन कौशल सीखने की आवश्यकता है।

शिक्षा और कौशल विकास:

शिक्षा व्यक्तिगत विकास के लिए महत्वपूर्ण है। कर्मचारी राज्य बीमा निगम द्वारा प्रदान की गई सामाजिक सुरक्षा अप्रत्यक्ष रूप से लाभार्थियों के बच्चों को अच्छी शिक्षा प्राप्त करने में सहायता प्रदान करती है। गुणात्मक शिक्षा महत्वपूर्ण है:

- **बच्चों की प्रारंभिक शिक्षा:** बच्चों को प्रारंभिक शिक्षा प्रदान करने से उनमें शिक्षा के लिए मजबूत नींव का निर्माण होता है।
- **कैरियर परामर्श:** किशोरों को उनके भविष्य के बारे में निर्णय लेने में सहायता करने के लिए संसाधन और मार्गदर्शन उपलब्ध कराया जाना चाहिए।

- **जीवन कौशल शिक्षा:** सभी किशोरों को वित्तीय साक्षरता, समय प्रबंधन और समस्या सुलझाने जैसे व्यावहारिक जीवन कौशल सिखाए जाने चाहिए। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) द्वारा अनुशंसित अन्य जीवन कौशल सीखना नियमित जीवन के संघर्षों से निपटने के लिए समान रूप से महत्वपूर्ण है।

जोखिम भरे व्यवहार को रोकना

बच्चों विशेष रूप से किशोरों को मादकद्रव्यों के सेवन और असुरक्षित यौन संबंध जैसे जोखिम भरे व्यवहार में लिप्त होने की बहुत संभावना है। रोकथाम महत्वपूर्ण है:

- **व्यापक यौन समानता शिक्षा:** ऐसे प्रमाण हैं कि व्यापक यौन समानता शिक्षा जिसमें असुरक्षित, सांस्कृतिक रूप से अस्वीकार्य और अनुचित यौन संबंध को रोकने, पहली गर्भावस्था की सही आयु और स्वस्थ संबंधों के बारे में जानकारी प्रदान करने से युवा लोग सुरक्षित रहते हैं और वे अनुचित व्यवहार का कारण नहीं बनते हैं।
- **मादक द्रव्यों के सेवन की रोकथाम:** मादक द्रव्यों के सेवन के प्रतिकूल प्रभावों (जोखिम और परिणामों) के बारे में जागरूक होना, इसकी रोकथाम की दिशा में पहला कदम है। मादक द्रव्यों के सेवन के दुष्प्रभावों के बारे में सूचित करने के लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम संस्थानों में पोस्टरों और स्वास्थ्य वार्ताओं के माध्यम से जागरूकता अभियान नियमित रूप से आयोजित किए जाने की आवश्यकता है।
- **ऑनलाइन सुरक्षा:** ऑनलाइन धमकाना (बुलिइंग) और उत्पीड़न अब काफी आम हो गया है। हमें बच्चों और किशोरों को ऑनलाइन सुरक्षा और जिम्मेदार इंटरनेट उपयोग के बारे में शिक्षित करने की आवश्यकता है।

पारिवारिक सहायता

एक सुखी और जीवंत परिवार बच्चे के उचित और वांछनीय विकास की नींव रखकर उसे एक जिम्मेदार नागरिक बनाता है। कर्मचारी राज्य बीमा निगम द्वारा प्रदान की जाने वाली सामाजिक सुरक्षा और स्वास्थ्य सेवाएं, परिवारों को उनकी देखभालकर्ता की भूमिका निभाने में सहायक है।

परवरिश: माता-पिता समुदाय में और विभिन्न सरकारी वेबसाइटों पर उपलब्ध विभिन्न संसाधनों का उपयोग करके प्रभावी परवरिश कौशल सीख सकते हैं। एक मोबाइल ऐप – पेरेंटिंग एडोलसेंट्स, एक सरकारी स्रोत से उपलब्ध है जिसमें माता-पिता को सीखने के लिए कई सबक शामिल हैं। यह ऐप एंड्रॉइड और आईओएस उपयोगकर्ताओं के लिए निःशुल्क उपलब्ध है।

वित्तीय सहायता: सामाजिक सुरक्षा पौष्टिक भोजन, स्वास्थ्य देखभाल और शैक्षिक अवसरों तक पहुंच प्रदान करती है।

कार्य-जीवन संतुलन: हमें परिवार के अनुकूल नीतियों को अपनाने की आवश्यकता है जिससे माता-पिता का कार्य और पारिवारिक जीवन संतुलित हो सके।

सामुदायिक सहभागिता

समुदाय बच्चों और किशोरों के कल्याण के लिए महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं:

भारत सरकार द्वारा संचालित कई कार्यक्रम सामुदायिक जुड़ाव को बढ़ावा देते हैं जिनमें नेहरू युवा केंद्र युवा क्लब, सहकर्मी शिक्षा और राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम, आंगनवाड़ी केंद्रों (किशोरियों हेतु) आदि में भागीदारी कार्यक्रम शामिल हैं। कर्मचारी राज्य बीमा निगम अपने संस्थानों के माध्यम से राष्ट्रीय कार्यक्रमों को बढ़ावा देता है।

मुख्य बिंदु

बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा

देना एक जटिल और बहुमुखी प्रक्रिया है जो परिवारों, समुदायों, शैक्षिक संस्थानों, स्वास्थ्य देखभाल प्रणालियों और नीति निर्माताओं के सक्रिय सहयोग के बिना सफल नहीं हो सकती है। माता-पिता और परिवार शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक पहलुओं से जुड़े कल्याण को नियंत्रित और प्रोत्साहित कर सकते हैं। वर्तमान में हमारे बच्चों के कल्याण के संवर्धन में किए गए निवेश से हमारे समाज का भविष्य उज्ज्वल होगा। कर्मचारी राज्य बीमा निगम अपने 150 से अधिक अस्पतालों और संस्थानों के माध्यम से बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और कल्याण के लिए सीधे सहायता प्रदान करता है। इसकी सामाजिक सुरक्षा योजनाएं कल्याण के अन्य पहलुओं का समर्थन करती हैं। हालांकि, यह परिवार और माता-पिता हैं जिन्हें बच्चों और किशोरों के स्वास्थ्य और उनके कल्याण को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने की आवश्यकता है। ■



ईएसआईसी मेडिकल कॉलेज, पीजीआईएमएसआर और मॉडल अस्पताल, राजाजी नगर, बेंगलुरु, कर्नाटक में चिकित्सा सुविधा पाने के लिए आई नन्ही लाभार्थी

मन की शुद्धि का मार्ग- विपश्यना

राजेश कुमार कैम, बीमा आयुक्त (सं.प्र.प्र.)



मन सदैव चंचल होता है। मन की चंचलता प्रायः पाँच इंद्रियों अर्थात् आँख, कान, नाक, गंध और स्पर्श से बंधी रहती है। इन इंद्रियों के मार्ग में दुर्भावना और दुराचार जैसे भाव उत्पन्न होने लगते हैं तो शरीर को कष्ट पहुंचता है और शील का पालन करने में प्रायः अनेक बाधाएँ आने लगती हैं। ऐसे में मन को नियंत्रित करने के लिए विभिन्न प्रकार की साधनाएँ उपयोग में लाई जाती हैं। फिर भी मन इधर-उधर भाग जाता है। कभी भविष्य की ओर तो कभी भूतकाल की ओर चला जाता है। साधना क्रिया के द्वारा मन को एकाग्रता में लाने के लिए कहा जाता है कि सांस जैसे भी हो उसको महसूस करो, उसको आते जाते देखो। वर्तमान में ठहरो, आँख बंद करके अनुभूति करो आदि-आदि।

इस संदर्भ में कई बार प्रवचन सुनने का अवसर मिला है जहाँ अत्यंत रोचक, ज्ञानवर्धक और सार्थक अभिरुचि प्राप्त हुई और विपश्यना के बारे में नए-नए आयामों को महसूस किया गया। ऐसे परिवेश में मानव मन को प्रकृति की वास्तविकता व उसकी महिमा का बोध होने लगता है। साथ ही, प्रकृति का परिवर्तन-सार और फल व प्रतिफल की जीवंतता सहज ही महसूस होने लगती है। सांसारिक जीवन की अनित्यता, अनात्मता और क्षीणता व क्षणभंगुरता का सीधा-सीधा आभास होने लगता है। ऐसा कहा जाता है कि सांसारिक जीवन के प्रति अधिक आसक्ति होना हमारे लिए अधिक दुख का कारण बनती है। जो जितना प्रिय होता है, उसके दूर चले जाने पर वह उतना ही दुख प्रकट कराता है अर्थात् भौतिक जीवन की सभी वस्तुओं के प्रति 'अति' अर्थात् आसक्ति से अपने को बचाना ही जीवन का व्यावहारिक कौशल है। सुखी जीवन को जीने के लिए तीन मार्ग जैसे- शील, समाधि और प्रज्ञा की आवश्यकता है। शील का अर्थ है सदाचार का पालन करना। इसमें सम्यक वाणी, सम्यक कर्म और सम्यक आजीविका, शील के अंग है। सम्यक स्मृति, सम्यक व्यायाम और सम्यक समाधि, समाधि के अंग हैं और सम्यक दृष्टि और सम्यक संकल्प, प्रजा के अंग हैं अर्थात् शरीर, वाणी और मन की शुद्धता ही मनुष्य को परिशुद्ध करती है।

भगवान गौतम बुद्ध ने भी अपने उपदेशों में कहा है कि मनुष्य को खुद की शरण में जाना चाहिए। मनुष्य के खुद के कुशल कर्म ही उसके काम आएंगे। मनुष्य को खुद ही अपने कर्म का विश्लेषण करना चाहिए और खुद ही सम्यक (सही -सच्चा) मार्ग पर चलना चाहिए अर्थात्

अपना दीपक स्वयं बनो, क्योंकि हम सभी अपने कर्मों के आसीन हैं।

इस विपश्यना के माध्यम से ज्ञात होता है कि हमारे शरीर व मन में विभिन्न प्रकार की संवेदनाओं का विकास होता रहता है। कुछ छोटी तो कुछ बड़ी। यदि संवेदनाएं अच्छी लगती हैं तो राग भावना उत्पन्न होने लगती हैं और संवेदनाएं दुखद हैं तो द्वेष भावना उत्पन्न होने लगती हैं। इन्हीं से मन के विकार पैदा होने लगते हैं और इन्हीं से भोक्ता भावना (सुख सुविधा में रमण करना) में जीने की कामना पैदा होने लगती है। विपश्यना क्रिया का पालन करने से भोक्ता भाव की जगह समता भाव, साक्षी भाव और तटस्थ भाव में जीवन जीने का अभ्यास होने लगता है अर्थात् सूक्ष्म से सूक्ष्म संवेदना को समता भाव से देखना और उसके प्रति न राग जगाना और न द्वेष भाव जगाना है।

शरीर को तपाने मात्र से सच्चाई जानना काफी नहीं है, बल्कि सच्चाई को अनुभूति द्वारा जानना आवश्यक है। शरीर में संवेदनाएं उत्पन्न होने में चार महत्वपूर्ण धातु तत्व प्रभावित होते हैं। पृथ्वी तत्व, हल्के व भारी का एहसास कराती है, अग्नि तत्व, गर्मी व सर्दी का एहसास कराती है, जल तत्व, नमी व सूखे का बोध कराती है और वायु तत्व, हलचल पैदा करती हैं। हम जैसा खाना खाएँगे वैसा ही असर हमारे शरीर पर होने लगेगा अर्थात् हमारे कर्म के सुधरने के परिणामस्वरूप ही हमारे विकारों (रोग, दुख और क्षीणता) से मुक्त हो पाएँगे तथा हम अपने जीवन को दीर्घायु दे पाएँगे।

कोई संदेह नहीं कि हमारे विकार उत्पन्न होने से प्राकृतिक दंड का प्रकोप बढ़ जाता है और विकारों का क्षय करते रहने से मन व शरीर को सुख और शांति मिलने लगती है। मनुष्य को सदैव जागरूक रहना चाहिए तभी वह सुख व शांति की ओर प्रयत्नशील बना रह सकेगा। यदि हमने अपने चित्त को बाहर और भीतर से समतावादी, मानवतावादी और व्यावहारिकतावादी बना लिया है तो भारतीय परिवेश में ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण विश्व में मानव का मानव के प्रति सौहार्दपूर्ण वातावरण देखने को मिलेगा। मानव अपने जीवन में विपश्यना क्रिया के जरिए मन की शुद्धि का मार्ग प्रशस्त कर 'बहुजन हिताय और बहुजन सुखाय' के पथ पर चलकर अपने अनमोल जीवन में जीवन जीने की कला का संचार कर सकेगा।

शारीरिक और मानसिक स्वस्थता और स्वच्छता को बढ़ाने के लिए विपश्यना का लाभ लें और देश के योगदान के लिए मानवीय गुणों सहित कर्तव्य पथ की ओर बढ़ें चले। ■

भारत में सामाजिक सुरक्षा का इतिहास

रत्नेश कुमार गौतम, बीमा आयुक्त



परिचय

भारत में सामाजिक सुरक्षा का इतिहास बहुत पुराना है। हालांकि यहां इस नाम से ऐसा कोई सिद्धांत (कॉन्सेप्ट) या अध्ययन का कोई अलग विषय नहीं था। परंतु यहां के संयुक्त परिवार की प्रणाली में हमेशा से लोगों ने अपने आप को सामाजिक रूप से सुरक्षित महसूस किया है। सुरक्षा-भाव मानव स्वभाव की स्वाभाविक विशेषता है। परंतु बीसवीं सदी के आगमन के बाद तथा स्थानांतरण (प्रवासीकरण / माइग्रेशन), नगरीकरण, छोटे परिवारों का चलन आदि की वजह से संयुक्त परिवार की इस प्रणाली में काफी बिखराव हुआ।

सामाजिक सुरक्षा से संबंधित बहुत सारी योजनाएं तथा अधिनियम ब्रिटेन सहित और कई सारे देशों में लाए गए। भारत में सर्वप्रथम कामगार कंपनसेशन अधिनियम नियम 1923 में लाया गया, जो कि उस समय की तत्कालीन ब्रिटिश सरकार ने लागू किया था। उस दौरान खासकर 1919 के राजनैतिक सुधारों के बाद बहुत सारे ऐसे कामगार कल्याणकारी योजनाएं व अधिनियम लाए गए।

सामाजिक सुरक्षा के जनक माने जाने वाले ब्रिटेन के विलियम बेवरिज की 1942 की 'सामाजिक बीमा पर रिपोर्ट', सामाजिक लोक कल्याणकारी राज्य की स्थापना में मील का पत्थर साबित हुई। भारत में 1943 के आसपास, श्रम मंत्रियों की एक बैठक के बाद यह प्रस्तावित किया गया कि प्रोफेसर बी पी अदरकर के अध्यक्षता में सामाजिक बीमा पर एक रिपोर्ट तैयार करवाई जाए। प्रोफेसर अदरकर की रिपोर्ट पर आधारित एक अधिनियम भारतीय केंद्रीय विधायिका में 1946 में प्रस्तुत किया गया। यही 'कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम 1948', स्वतंत्रता के बाद समाज के लिए प्रथम अधिनियम के रूप में पास किया गया। इसकी वजह से संगठित क्षेत्र के कुछ सीमित कामगारों हेतु चिकित्सा हितलाभ एवं अन्य आकस्मिकताओं में नगद हितलाभ देने के लिए कर्मचारी राज्य बीमा योजना लागू हुई। इसे लागू करने में 4 साल लग गए तथा 24 फरवरी 1952 में यह दिल्ली एवं कानपुर में 25000 कामगारों के लिए लागू की गई।

कर्मचारी भविष्य निधि अधिनियम 1952 में लोकसभा द्वारा पारित किया गया और यह 'भविष्य निधि योजना'

कामगारों के भविष्य निधि तथा बाद में वृद्धावस्था पेंशन हेतु एक शानदार योजना साबित हुई।

प्राचीन काल

इस धरती पर मनुष्य के आगमन के बाद से ही उसे प्रकृति की त्रासदियों के साथ-साथ जीवन की त्रासदियों, यानि बीमारी, वृद्धावस्था, मृत्यु, आदि से खुद को बचाने के लिए साधनों और संसाधनों के लिए मजबूर होना पड़ा है। आदिम समाजों में, मुख्य आकस्मिकता जिसके लिए सुरक्षा की आवश्यकता होती थी, वह प्रकृति के कारण होती थी, जैसे बाढ़, भूकंप, बवंडर आदि। ये आपदाएं लोगों को समूहों में रहने के लिए मजबूर करने लगीं, जो बाद में समतल स्तर या समुद्र के स्तर से अधिक ऊंचाई वाले स्थानों पर रहने और घर बनाने के लिए, गांवों का विकास करने के लिए बाध्य हुए। ये सब एक-दूसरे की मदद से किया गया था। प्राचीनकाल में आर्थिक जीवन सरल था। जीवन में संकट भी अपेक्षाकृत कम थे। सुव्यवस्थित रूप से सामाजिक सुरक्षा की व्यवस्था के पूर्व भी दरिद्र और निस्सहाय लोगों को किसी न किसी प्रकार की सहायता मिलती रहती थी। परंतु उस समय इस प्रकार की सहायता दानी लोगों तथा लोकहितैषी संस्थाओं द्वारा ही दी जाती थी। बाद में जीवनशैली में पैदा हुई आकस्मिकताएं, जो बुढ़ापे की, बेरोजगारी की, बीमारी की, एक बड़े परिवार के भरण-पोषण आदि की समस्याएं थीं। ऐसी आकस्मिकताओं का सामना, पहले परिवारों के बीच और बाद में एक ही गांव, समुदाय के लोगों के बीच एक मंच की मदद से किया जाता था। भारत के प्राचीन धर्मसूत्रों - मनुस्मृति, शुक्रनीति में राजधर्म का विवेचन किया गया है। महाभारत के विदुर प्रजागर तथा शान्तिपर्व, चाणक्य द्वारा रचित प्रसिद्ध ग्रन्थ अर्थशास्त्र आदि में भी राजधर्म की बहुत सी व्याख्या है, महाभारत में इसी नाम का एक उपपर्व है जिसमें राजधर्म का विस्तृत विवेचन किया गया है। परंतु कौटिल्य के अर्थशास्त्र में राजधर्म की चर्चा है।

प्रजासुखे सुखं राज्ञः प्रजानां च हिते हितम्।

नात्मप्रियं प्रियं राज्ञः प्रजानां तु प्रियं प्रियम्

(अर्थशास्त्र 1/19)

अर्थात्-प्रजा के सुख में राजा का सुख है, प्रजा के हित में उसका हित है। राजा का अपना प्रिय (स्वार्थ) कुछ नहीं है, प्रजा का प्रिय ही उसका प्रिय है।

तस्मात् स्वधर्म भूतानां राजा न व्यभिचारयेत्।

स्वधर्म सन्दधानो हि, प्रेत्य चेह न नन्दति



(अर्थशास्त्र 1/3)

अर्थात्— राजा प्रजा को अपने धर्म से च्युत न होने दे। राजा भी अपने धर्म का आचरण करे। जो राजा अपने धर्म का इस भांति आचरण करता है, वह इस लोक और परलोक में सुखी रहता है। एक राजा का धर्म युद्ध भूमि में अपने दुश्मनों को मारना ही नहीं होता अपितु अपनी प्रजा को बचाना भी होता है।

इस तरह हम देखते हैं कि प्राचीन भारत में भी राजा अर्थात् सरकार या राज्य हेतु नीति निर्देशक सिद्धांत थे। उसी तरह निम्नलिखित लोकक्षेम अथवा मंगला मंत्र देखें—

स्वस्तिः प्रजाभ्यः परिपालयंतां
न्यायेन मार्गेण महीं महीशाः,
गो ब्राह्मणेभ्यः शुभमस्तु नित्यं
लोकाः समस्ताः सुखिनो भवन्तु।।

लोगों का कल्याण (शुभ) हो। राजा सही मार्ग पर पृथ्वी पर शासन करें। गाय (और बैल) और ब्राह्मण (वेदों के ज्ञाता) हमेशा भाग्यशाली रहें। संसार के सभी प्राणी सुखी होएँ शांति, शांति और शांति सभी के लिए, हर जगह, सभी परिस्थितियों में हो। 'लोकक्षेम' की उत्पत्ति, जिसे अक्सर मंगला मंत्र कहा जाता है, अस्पष्ट है। जबकि कुछ हिंदू विद्वान ऋग्वेद या कथोपनिषद के आह्वान की ओर इशारा करते हैं। हालांकि 'लोक समस्तः सुखिनो भवन्तु' का एकमात्र लिखित श्रेय या पाठ स्रोत संगम वंश के शासकों (1336 ईस्वी—1485 ई.) के पत्थर के शिलालेख पर पाए गए हैं। 'हर जगह सभी प्राणी खुश और स्वतंत्र हों, और मेरे अपने जीवन के विचार, शब्द और कार्य किसी न किसी तरह से उस खुशी और सभी के लिए उस स्वतंत्रता में योगदान दें।' यही मूल अर्थ है। अतः हम पाते हैं कि प्राचीन भारत के लोक प्रशासन के नीति निर्देशक सिद्धांतों में लोक कल्याण, समाज कल्याण व सामाजिक सुरक्षा के कुछ तत्व मौजूद थे।

1901 से 1950 तक, तथा आगे

बीसवीं शताब्दी का प्रारंभ सामाजिक सुरक्षा के इतिहास में विशेष महत्व रखता है। इस काल में संसार के विभिन्न देशों ने बृहत योजनाओं को कार्यान्वित किया। निक्षेपवादी नीति के दोष स्पष्ट होने लगे थे। सरकार की इस नीति के कारण औद्योगिक श्रमिकों को काफी यातना सहनी पड़ी थी। अतः इस नीति को त्यागना और श्रमिकों के लिए, आवश्यक सुरक्षा की व्यवस्था करना सरकारों का लक्ष्य हो गया।

अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन, (इंटरनेशनल लेबर आर्गनाइजेशन) ने भी सामाजिक सुरक्षा के प्रसार में योगदान किया। 1919 से इस संस्था के अधिवेशनों में इस संबंध में प्रस्ताव पास होते रहे, जिनका समावेश

विभिन्न राष्ट्रों ने अपनी नीति में किया। श्रमिकों को क्षतिपूर्ति, बुढ़ापे की पेंशन, बेकारी, चिकित्सा, तथा मातृत्व लाभ के लिए बीमा की व्यवस्था करने की नीति सदस्य देशों ने अपनाई। इस संगठन (आई.एल.ओ.), जिसका गठन 1918 में हुआ था, के संविधान की प्रस्तावना में भी इसका उल्लेख था। द्वितीय महायुद्ध से उत्पन्न वातावरण ने इस आंदोलन को बढ़ावा दिया। सभी प्रगतिशील देशों ने सामाजिक सुरक्षा प्रदान करने की आवश्यकता का अनुभव किया। 1944 में अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन द्वारा फिलाडेल्फिया घोषणा को स्वीकार किया गया। संयुक्त राष्ट्र संगठन (के पहले सत्र में) ही द्वारा अपनाए गए मानवाधिकारों की सार्वभौमिक घोषणा में सामाजिक सुरक्षा का अधिकार भी अनुच्छेद 22 के रूप में शामिल है। मानव अधिकारों की सार्वभौमिक घोषणा (महासभा प्रस्ताव 217 ए) को 10 दिसंबर 1948 को सभी लोगों और सभी देशों के लिए उपलब्धियों के सामान्य मानक के रूप में पारित किया गया था। यह पहली बार मौलिक मानव अधिकारों को सार्वभौमिक रूप से संरक्षित करने के लिए निर्धारित करता है। अब यह अधिकार कई देशों के संविधान में निहित है और कुछ देशों में यह अधिकार लागू है। दूसरों में, इसे भारत की तरह ही, संविधान की राज्य नीति के निर्देशक सिद्धांतों में निर्देश के रूप में शामिल किया गया है।

2001 में आई.एल.ओ. के शासी निकाय के निर्णय द्वारा अप-टू-डेट मानक के रूप में पुष्टि की गई, और 2011 में अंतर्राष्ट्रीय श्रम सम्मेलन द्वारा मानदंड और क्रमिक विकास में संदर्भ के रूप में मान्यता दी गई। 1952 में प्रवेश के बाद से आई.एल.ओ. के 42 सदस्य राज्यों द्वारा कन्वेंशन नंबर 102 की पुष्टि की गई है, और आने वाले वर्षों में और अधिक अनुसमर्थन की उम्मीद है। 2012 में होन्डुरास अनुसमर्थित करने वाला आखिरी देश था।

परिणामस्वरूप आज प्रायः सभी औद्योगिक दृष्टि से प्रगतिशील देशों में सामाजिक सुरक्षा की योजना कार्यान्वित की जा रही है। पिछड़े और अविकसित देशों ने भी पूर्ण या आंशिक रूप से इस योजना को अपनी वित्तीय नीति में महत्वपूर्ण स्थान दिया है। सामाजिक सुरक्षा के विस्तृत क्षेत्र तथा उसके लिए आवश्यक धन की अधिकता से सभी घबराए। परंतु फिर प्रश्न यह था कि क्या इस आवश्यक योजना को टाला जा सकता है। सामाजिक सुरक्षा की व्यवस्था सामाजिक बीमा, या सामाजिक सहायता के रूप में की जाती है। सामाजिक बीमा का क्षेत्र सामाजिक सहायता के क्षेत्र से अधिक व्यापक है। पूर्ण या आंशिक, स्थायी या अस्थायी, शारीरिक व मानसिक अयोग्यता, बेकारी, वैधव्य, रोटी कमाने वाले की मृत्यु, बुढ़ापा तथा बीमारी आदि संकटों के लिए सुरक्षा सामाजिक बीमा के अंतर्गत की जाती



है। अस्पताल, चिकित्सालय आदि साधारण तौर पर सामाजिक सहायता के अंतर्गत आते हैं।

भारत में सामाजिक सुरक्षा का इतिहास

वर्ष 1923 से पूर्व भारत में व्यावहारिक रूप से कोई सामाजिक सुरक्षा कानून नहीं था। यहां किसी वेतन अर्जक के जीवन में आने वाली सामान्य बाधाओं एवं संकट के समय में सहयोग के लिए कोई वैधानिक प्रावधान नहीं था। घातक दुर्घटना अधिनियम 1855, एकमात्र वैधानिक प्रावधान था, जिसके अंतर्गत औद्योगिक दुर्घटना में दुर्घटनाग्रस्त होने के कारण मारे गए कर्मचारी का उत्तराधिकारी क्षतिपूर्ति हेतु दावा कर सकता था। किंतु ऐसा तभी हो सकता था, यदि दुर्घटना, फैक्ट्री मालिक की लापरवाही के कारण हुई हो।

1919 के राजनीतिक सुधारों के बाद अंग्रेजों द्वारा चलाए जा रहे, तत्कालीन भारतीय सरकार ने कई सारी श्रमिक संबंधित योजनाएं और अधिनियम पारित किए। सामाजिक सुरक्षा से संबंधित सबसे पहला कदम 'कामगार क्षतिपूर्ति अधिनियम 1923' था, जो कामगारों को रोजगार संबंधित चोट वाले जोखिम के विरुद्ध आर्थिक रूप से सुरक्षा प्रदान करता था। इस कामगार क्षतिपूर्ति अधिनियम, में कामगारों और उनके आश्रितों को रोजगार के दौरान और उसी के कारण लगी चोट और दुर्घटना (कुछ व्यावसायिक बीमारियों सहित) तथा जिसकी परिणति विकलांगता या मृत्यु में हुई हो, में क्षतिपूर्ति की अदायगी का प्रावधान है।

इसी काल खंड में कुछ तत्कालीन रियासतों और प्रोविंसों में मातृत्व हितलाभ अधिनियम जैसे कुछ कानून भी लागू थे। बॉम्बे रेसीडेंसी द्वारा 1929 में कारखानों में कार्य करने वाली महिला कार्मिकों को नकद रूप में मातृत्व हितलाभ प्रदान करने के लिए एक नए विचार के साथ मातृत्व अधिनियम पारित किया।

1927 में श्रम से संबंधित एक बैठक में बीमा योजना विषय पर चर्चा की गई। 1931 में शाही आयोग का गठन हुआ जिसे श्रम संबंधित समीक्षा और बीमारी के विरुद्ध सामाजिक बीमा संबंधित कोई योजना लाने के लिए गठित किया गया था।

1942 के श्रम मंत्रियों के सम्मेलन में सामाजिक बीमा योजना पर पुनः विचार विमर्श किया गया। मार्च 1943 में स्वास्थ्य बीमा के लिए एक पूरी योजना लाने के लिए प्रोफेसर अदरकर को नियुक्त किया गया। प्रोफेसर अदरकर को भारतीय सामाजिक सुरक्षा का जनक कहा जा सकता है। भारत के तत्कालीन श्रमिक नेता और अन्य संबंधित लोग अदरकर को कई बार 'छोटा बिबरेज' भी पुकारते थे।

प्रोफेसर अदरकर की रिपोर्ट (जो 15 अगस्त 1944 को सरकार के सामने पेश की गई) के आधार पर कर्मचारी

राज्य बीमा निगम अधिनियम 1948 में पारित हुआ। उस समय सीमित स्थानों पर यानि कि केवल कानपुर और दिल्ली में, तथा कुछ सीमित रोजगार के क्षेत्रों में ही कर्मचारी राज्य बीमा योजना, को, 1952 में लागू किया गया। हालांकि इसके प्रभाव दूरगामी थे। बहुत सारे दूसरे देशों ने इस योजना से संदर्भ लेते हुए अपने-अपने यहां चिकित्सा बीमा योजना लागू किए। भारत के कर्मचारी राज्य बीमा निगम के अधिकारियों द्वारा कई अन्य देशों जैसे कि पाकिस्तान, इंडोनेशिया आदि में प्रशिक्षण देकर चिकित्सा बीमा योजना या सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रम लागू करवाया गया।

इसी दौरान 1946 में औद्योगिक कर्मचारी (स्थाई आदेश) अधिनियम, औद्योगिक विवाद (संशोधन) अधिनियम 1953 में, तथा कर्मचारी भविष्य निधि अधिनियम 1952 में पारित किया गया और देश में लागू किया गया। यह सभी अधिनियम श्रम कल्याण एवं सामाजिक सुरक्षा के क्षेत्र में, हाल ही में स्वतंत्र हुए भारत के लिए एक माइल स्टोन साबित हो रहे थे। स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात लगातार केंद्रीय सरकार तथा विभिन्न राज्य सरकार अपने अपने यहां इस तरह के श्रम कल्याण तथा सामाजिक सुरक्षा अधिनियम और योजनाओं को लागू करने का काम करते रहे।

प्रारंभिक समय में कर्मचारी भविष्य निधि अधिनियम 1952 छह प्रमुख उद्योगों पर ही लागू किया गया और उसमें भी, उन संस्थानों में जहां 50 या अधिक मजदूर हो तभी यह नियम लागू होता था। 1957 में सामाजिक सुरक्षा के लिए एक अध्ययन मंडल का गठन हुआ और इस अध्ययन मंडल ने सामाजिक सुरक्षा के तत्कालीन नियमों में व्यापकता बढ़ाने के लिए तथा संशोधन करने के लिए बहुत सारी अपनी सिफारिशें (रिकमेंडेशंस) दीं। 1956 में औद्योगिक विवाद (संशोधन) अधिनियम लाया गया, जो रोजगार बंद हो जाने के विरुद्ध सुरक्षा प्रदान करता था। मातृत्व हितलाभ अधिनियम, 1961 में लाया गया, जो प्रसव के पहले और बाद में कुछ अवधि के लिए कुछ प्रतिष्ठानों में महिलाओं की नियुक्ति को विनियमित करता है और मातृत्व एवं अन्य लाभों की व्यवस्था करता है। ऐसे लाभों का उद्देश्य महिलाओं का, जब वह कार्यरत नहीं रहती हैं और उनके बच्चों का, पूर्ण रूप से स्वास्थ्य रखरखाव की व्यवस्था करके मातृत्व की प्रतिष्ठा की रक्षा का प्रयास है।

उपदान (ग्रेचिटी) से संबंधित अम्ब्रेला विधान, उपदान भुगतान (पेमेंट ऑफ ग्रेचिटी) अधिनियम, 1972 में लागू हुआ। इस अधिनियम को फैक्ट्रियों, खानों, तेल क्षेत्रों, बागानों, पत्तनों, रेलवे कम्पनियों, दुकानों अथवा ऐसे अन्य प्रतिष्ठानों जिसमें दस अथवा इससे अधिक व्यक्ति नियोजित हों, में कार्यरत कर्मचारियों को उपदान का



भुगतान करने अथवा उससे संबंधित अथवा प्रासंगिक मामलों के लिए एक योजना की व्यवस्था करने हेतु लाया गया।

1995 में केंद्रीय सरकार द्वारा प्रायोजित राष्ट्रीय सामाजिक सहायता योजना लाया गया, जिसके तहत वृद्धों को, विधवाओं को, तथा निःशक्तों को सामाजिक वित्तीय सहायता देने का प्रावधान बनाया गया।

भारत में स्वतंत्रता के पश्चात या उसके पहले भी सरकारी क्षेत्र के लोगों को पेंशन की सुविधा प्राप्त थी। बाद के वर्षों में सरकारी नौकरी का सबसे बड़ा आकर्षण पेंशन ही बन गयी। राज्य सरकार एवं केंद्र सरकार के सभी कर्मचारी एवं अधिकारियों को जीवन भर सेवानिवृत्ति के बाद पेंशन की सुविधा उपलब्ध थी। 2004 में नए तरीके से नई पेंशन योजना को 'राष्ट्रीय पेंशन योजना' (एनपीएस) के नाम से शुरू किया गया, जिसके तहत प्रावधान यह है कि सभी तरह के सरकारी कर्मचारियों के अलावा संगठित एवं असंगठित क्षेत्र के सभी लोग स्वैच्छिक (वॉलंटरी) तरीके से भी इस पेंशन योजना में अपनी सहभागिता कर सकते हैं।

राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी अधिनियम 2005, बाद में जिसे 'महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी अधिनियम', (एम.जी.एन.आर.ई.जी.ए. या मनरेगा) के नाम से जाना गया, एक भारतीय श्रम कानून और सामाजिक सुरक्षा उपाय है। यह भारत के राष्ट्रीय स्तर पर, सर्वप्रथम रोजगार की गारंटी देने वाली योजना है, जिसका उद्देश्य 'कार्य करने का अधिकार' को सुनिश्चित करना है। इसका लक्ष्य ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार की सुरक्षा की गारंटी देना है। एक वित्तीय वर्ष में हर परिवार के एक वयस्क सदस्य को कम से कम 100 दिनों की अकुशल मैन्युअल रोजगार मुहैया कराना होता है। इसे पहली बार पी.वी.नरसिंह राव द्वारा 1991 में प्रस्तावित किया गया था। 2006 में, इसे संसद में अंत में स्वीकार किया गया। अनुभव के आधार पर, एन.आर.ई.जी.ए. को 1 अप्रैल, 2008 से भारत के सभी जिलों में शामिल करने के लिए तैयार किया गया।

2005 में स्वस्थ एवं सुरक्षित मातृत्व को प्रोत्साहन देने के लिए जननी सुरक्षा योजना को लागू किया गया। इसी दौरान राजीव गांधी स्वास्थ्य शिल्पी बीमा योजना कारीगरों और उनके परिवार के लोगों के लिए एक स्वास्थ्य बीमा योजना लागू की गई। इसी समय राष्ट्रीय मछुआरा कल्याण योजना भी लायी गयी।

2008 में 'राष्ट्रीय असंगठित क्षेत्र कामगार सामाजिक सुरक्षा अधिनियम', भारतीय संसद में पारित हुआ। इसी वर्ष राष्ट्रीय स्वास्थ्य बीमा योजना (आरएसबीवाई) नाम से असंगठित क्षेत्र के कामगारों तथा गरीबी रेखा से नीचे रह रहे लोगों के लिए शुरुआती स्तर पर एक आम

स्वास्थ्य बीमा योजना का शुभारंभ हुआ। इसी तरह 2013 में आम आदमी बीमा योजना शुरू की गई, जिसके तहत असंगठित क्षेत्र के लोगों का सामाजिक सुरक्षा सुनिश्चित करने की शुरुआत हुई।

2014 में असंगठित क्षेत्र के लिए अंशदान पर आधारित एक पेंशन योजना, 'अटल पेंशन योजना' लागू की गई, जिसमें 18 साल से 40 साल तक के व्यक्ति प्रवेश कर सकते हैं और अंशदान के अनुसार 60 साल की उम्र पूरा करने के बाद पेंशन प्राप्त कर सकते हैं। 2015 में प्रधानमंत्री जीवन ज्योति योजना सभी गरीब तथा असंगठित क्षेत्र के व्यक्तियों के लिए लागू की गई, जिसमें रु. 330 वार्षिक प्रीमियम पर व्यक्ति का रु. 200000 का जीवन बीमा निर्धारित किया गया। इसी वर्ष प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना भी लागू की गई जिसमें रु. 12 के वार्षिक प्रीमियम पर दुर्घटना बीमा (मृत्यु या निःशक्तता की स्थिति में) लोगों को दिया जा रहा है।

साल 2018 में 21 मार्च को केंद्र सरकार ने आयुष्मान भारत राष्ट्रीय स्वास्थ्य सुरक्षा मिशन शुरू करने की मंजूरी दी थी और फिर 23 सितंबर 2018 को प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना का छत्तीसगढ़ के बीजापुर में शुभारंभ किया गया, जिसके माध्यम से 10 करोड़ से ज्यादा परिवारों के लगभग 50 करोड़ लोगों को मुफ्त इलाज (रुपए 5 लाख तक) की सुविधा देने का लक्ष्य है। इस योजना के अंतर्गत आने वाले प्रत्येक परिवार को पांच लाख तक का नकद रहित स्वास्थ्य बीमा उपलब्ध कराया जाता है। इसके तहत बेहद गंभीर बीमारियों को भी इलाज के लिए बीमा कवर में शामिल किया गया है। यह विश्व की सबसे बड़ी स्वास्थ्य सामाजिक सुरक्षा योजना मानी जाती है।

2019 में सरकार ने प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना शुरू की, जिसके तहत पहली बार हाशिये पर या छोटे किसानों के लिए 'डायरेक्ट पेमेंट' (सीधा भुगतान) प्रणाली के तहत हर वर्ष रु 6000 आधार बेसड बैंक खातों में दिया जाएगा।

वर्ष 2019-20 में तीन और पेंशन कार्यक्रम – 'प्रधानमंत्री किसान मानधन योजना, 'प्रधानमंत्री लघु व्यापारी मानधन योजना' तथा 'प्रधानमंत्री श्रमजीवी मानधन योजना' शुरू की गई है जो कि इस तरह के हाशिए पर रह रहे विभिन्न वर्ग के लोगों को पेंशन की सुविधा उपलब्ध कराएगी।

वर्ष 2020 के महामारी के दौरान अन्य बहुत से छोटे-छोटे सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रम अल्पकालिक आधार (शॉर्ट टर्म बेसिस) पर लाए गए जिसमें कुछ प्रमुख हैं – गरीब कल्याण योजना, गरीब कल्याण अन्न योजना आदि। 2020 में ही भारत की संसद द्वारा सामाजिक सुरक्षा कोड बिल भी पास कर दिया गया। ■

औषधालय-सह-शाखा कार्यालय: एक अद्भुत अवधारणा

प्रणय सिन्हा, बीमा आयुक्त (कार्मिक एवं प्रशासन)



कर्मचारी राज्य बीमा निगम ने अपने बीमाकृत व्यक्तियों को बेहतर चिकित्सा एवं नकद हितलाभ प्रदान करने हेतु औषधालय-सह-शाखा-कार्यालय (डी.सी.बी.ओ.) की अवधारणा की है जहां एक ही छत के नीचे औषधालय एवं शाखा कार्यालय स्थित होंगे। इसका अनुमोदन दिनांक 29.05.2018 को आयोजित क.रा.बी.निगम की 174वीं बैठक में किया गया। बीमाकृत व्यक्तियों की सुविधा के लिए बनाए गए औषधालय-सह-शाखा-कार्यालय (डी.सी.बी.ओ.) उनके लिए अत्यंत लाभकारी सिद्ध हुए हैं क्योंकि यहां पर उन्हें एक ही स्थान पर प्राथमिक स्वास्थ्य देख-रेख एवं नकद हितलाभ प्राप्त हो जाता है।

औषधालय-सह-शाखा-कार्यालय (डी.सी.बी.ओ.) प्राथमिक चिकित्सा देखरेख, द्वितीयक चिकित्सा देखरेख हेतु रेफरल, द्वितीयक चिकित्सा देखरेख के बिलों की संवीक्षा तथा बीमाकृत व्यक्ति को रु.10,000/- तक प्रतिपूर्ति की सुविधाएं प्रदान करते हैं। इसके अतिरिक्त आशोधित नियोक्ता उपयोगन औषधालय, बीमा चिकित्सा व्यावसायी को औषधि वितरण करने के लिए, नकद हितलाभ का भुगतान करने के लिए तथा जिले में व्याप्ति के लिए सर्वेक्षण का कार्य करने में भी ये कार्यालय सहायक होते हैं।

चिकित्सा सेवाओं को घर-घर पहुंचाने की निगम की प्रतिबद्धता को पूरा करने के उद्देश्य से हम पूरे देश में औषधालय-सह-शाखा-कार्यालय (डी.सी.बी.ओ.) की स्थापना कर रहे हैं। पूरे देश में कई जिलों में चिकित्सा व्यवस्था की अनुपलब्धता के बारे में कई स्थानों से प्राप्त शिकायतों को ध्यान में रखते हुए क.रा.बी.निगम ने 158 स्थानों पर नए औषधालय-सह-शाखा-कार्यालय (डी.सी.बी.ओ.) स्थापित करने का निर्णय लिया है, जिनमें से 104 औषधालय-सह-शाखा-कार्यालय संचालित हैं और शेष कार्यालयों को जल्द ही संचालित करने हेतु कार्रवाई प्रयासरत है। औषधालय सह शाखा कार्यालय (डी.सी.बी.ओ.) मुख्यतः उन स्थानों पर खोले गए हैं जहाँ क.रा.बी योजना/क.रा.बी निगम की चिकित्सकीय सुविधाएँ उपलब्ध नहीं थी। क.रा.बी.निगम ने कोविड के दौरान विशेष प्रयास करके बीमाकृत व्यक्ति का ध्यान रखते हुए ये नए डी.सी.बी.ओ. खोले।

डी.सी.बी.ओ. की स्थापना मुख्यतः उन जिलों में, जहाँ क.रा.बी. अधिनियम का कार्यान्वयन हो चुका है या होने वाला है, अत्यंत लाभकारी सिद्ध हो रही है। बीमाकृत व्यक्तियों को इससे उनके जिले में कम से कम क.रा.बी.निगम का एक कार्यालय और औषधालय मिल गया जो काफी उपयोगी सिद्ध हो रहा है। इस प्रकार पणधारियों की शिकायत, कि उन्हें क.रा.बी.निगम के अंतर्गत सुविधा के लिए दूर-दूर कई बार 50-100 किमी. की यात्रा करनी पड़ती थी, भी समाप्त हो जाती है। ■



डी.सी.बी.ओ 2 डॉक्टरों, स्टाफ नर्स और दवाओं के संवितरण के लिए फार्मासिस्ट की व्यवस्था के साथ प्राथमिक चिकित्सा सेवाएं प्रदान कर रहे हैं।

आधार सीडिंग पर सवाल-जवाब

डॉ. मोना वर्मा, उप विकित्सा आयुक्त, आईसीटी



आधार सीडिंग क्या है?

आधार सीडिंग बीमित व्यक्ति के विशिष्ट 12 अंकीय आधार नंबर को उनके व्यक्तिगत पहचान दस्तावेजों या लाभ कार्ड के साथ जोड़ने की प्रक्रिया है। यह विभिन्न सेवाओं और लाभों को सुव्यवस्थित करने में एक महत्वपूर्ण पहल साबित हुई है।

ईएसआईसी के बीमित व्यक्तियों को ईएसआईसी नंबर का आधार के साथ सीडिंग या लिंक करना क्यों जरूरी है?

ईएसआईसी के साथ आधार सीडिंग का उद्देश्य प्रमाणीकरण उद्देश्यों के लिए बीमित व्यक्ति के 12 अंकों के आधार नंबर को उनके ईएसआईसी नंबर से जोड़ना है। यह जुड़ाव फायदे और सुविधा की एक ऐसी दुनिया खोलता है जो ईएसआई योजना से जुड़े प्रत्येक व्यक्ति के जीवन पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।

ईएसआईसी न. का आधार सीडिंग करने की विधि या प्रक्रिया क्या है ?

किसी भी बीमित व्यक्ति के लिए आधार सीडिंग की प्रक्रिया बहुत सरल है तथा उसके पास तीन विकल्प हैं, जिनके माध्यम से वह आसानी से अपने आधार को ईएसआईसी के साथ सीड कर सकता है, जिसमें

- ऑनलाइन आधार सीडिंग विधि,
- ऑफलाइन आधार सीडिंग विधि, तथा
- नियोक्ता द्वारा आधार सीडिंग विधि
- और साथ ही देश भर में 32 ईएसआईसी अस्पतालों में आधार सीडिंग के लिए विशेष रूप से डिजाइन किये गए कियोस्क जैसे विकल्प शामिल हैं।



ईएसआईसी के साथ आधार सीडिंग के क्या फायदे हैं?

अगर हम फायदों की बात करें, तो आधार सीडिंग के अनेक फायदे हैं, जो ना केवल बीमित व्यक्ति और ईएसआईसी के बीच के समन्वय को बरकरार रखने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, बल्कि इसे और मजबूत भी बनाते हैं।

उनमें से कुछ फायदे इस प्रकार हैं, जैसे :



- ABHA (आयुष्मान भारत स्वास्थ्य खाता) नंबर का सृजन
- विभिन्न अस्पतालों के साथ आसानी से स्वास्थ्य रिकॉर्ड को साझा करना
- रिपोर्ट और फाइलों को एक साथ रखने की जरूरत से मुक्ति
- सेवाओं और लाभों का लाभ उठाने के लिए पहचान का आसान सत्यापन
- अनेकों ऐसे लाभ हैं जिनका फायदा उठा कर ईएसआईसी के बीमित कामगार रोजाना लाभान्वित होते हैं। ■

ईएसआईसी में सोशल मीडिया की भूमिका

प्रमोद कुमार सिंह, सहायक निदेशक, (ज.सं.), मुख्यालय



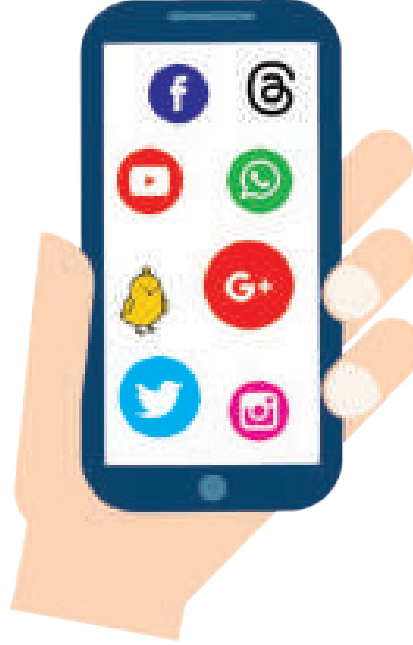
आज के आधुनिक डिजिटल युग में, ईएसआईसी लाखों बीमित व्यक्तियों की भलाई व सुरक्षा में अपनी

महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हुए सामाजिक सुरक्षा संबंधित जागरूकता फैलाने के लिए सोशल मीडिया का अधिकाधिक उपयोग कर रहा है। सोशल मीडिया सिर्फ एक माध्यम ही नहीं, बल्कि यह ईएसआईसी के लिए एक जीवन रेखा है, जो विशाल और विविध दर्शकों एवं श्रोताओं के साथ संबंध कायम करने की सुविधा प्रदान करती है।

21वीं सदी के आधुनिक भारत में आज हम सोशल मीडिया के जरिए दुनिया के किसी भी कोने तक अपनी बात केवल कुछ क्लिक्स के माध्यम से पहुंचा सकते हैं। सोशल मीडिया फेसबुक, ट्विटर, इंस्टाग्राम, लिंकडइन, क्लू थ्रेड और यूट्यूब जैसे प्लेटफॉर्म के जरिए असीमित पहुंच प्रदान करता है। ईएसआईसी इस विशाल प्लेटफॉर्म का लाभ उठाकर लोगों को अपनी कई योजनाओं, लाभों और महत्वपूर्ण अपडेट के बारे में नियमित तौर पर सूचित करता रहता है।

तो अब सवाल यह उठता है, कि ईएसआईसी सोशल मीडिया का उपयोग किस प्रकार करता है?

आइए अब इसे समझते हैं, सबसे पहले, उपयोगी जानकारी पोस्ट के माध्यम से, ईएसआईसी नियमित रूप से अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर विस्तृत सामग्री साझा करता है, जिससे योजनाओं की जटिल दुनिया,



पात्रता मानदंड, आवेदन प्रक्रिया और लाभार्थियों को मिलने वाले लाभों को सरल बनाया जाता है। इन्फोग्राफिक्स और वीडियो द्वारा पोस्ट को दर्शक केंद्रित बनाया जाता है, ताकि दर्शक ईएसआईसी संबंधित जानकारी ग्रहण करने में अपनी दिलचस्पी दिखाएं। ईएसआईसी नियमित रूप से, ईएसआई समाचार भी जारी करता है जो कि देश भर में हुई अनगिनत ईएसआईसी संबंधित गतिविधियों का एक लेखा-जोखा है। इसके साथ ही, शिकायत निवारण की सुविधा को आसान बनाते हुए ईएसआईसी सोशल मीडिया के जरिए अपने बीमित व्यक्तियों की

समस्याओं का निवारण भी करता है। आगे बढ़ते हुए ईएसआई योजना पर सभी वरिष्ठ अधिकारियों द्वारा सोशल मीडिया पर पॉडकास्ट का प्रसारण भी नियमित अंतराल पर किया जा रहा है।

संक्षेप में कहें तो, सोशल मीडिया ईएसआईसी के जागरूकता मिशन की जीवनधारा है, जो यह सुनिश्चित करती है कि ईएसआईसी की महत्वपूर्ण सेवाएँ उन लोगों तक पहुँचें जिन्हें उनकी आवश्यकता है। इसलिए, यदि आप ईएसआईसी की सेवाओं एवं महत्वपूर्ण अपडेट से अवगत रहने के इच्छुक हैं, तो हमारे सोशल मीडिया हैंडल पर फॉलो करें। सोशल मीडिया की दुनिया में, ईएसआईसी डिजिटल युग में सामाजिक सुरक्षा का एक प्रतीक है। ■

 www.esic.gov.in

 @esichq

 @esichq

 @esichq

 @esichq

 @esichq

 @esichq

 @esichq

एक और कोशिश



डॉ. दीपिका गोविल, चिकित्सा आयुक्त, मुख्यालय

विश्वास को कैसे विश्वास आए कि
वो डिगने ना पाए
विश्वास अपनों पर
विश्वास साथियों पर
विश्वास परिजनों पर,
विश्वास खुद पर
और विश्वास परमात्मा पर!

चलता ही आया है सफर के साथ-साथ...
लेकिन अब कुछ थकने सा लगा है
विश्वास मेरा डगमगाने लगा है...
इस बात पर,
कभी उस बात पर
इस पर तो कभी उस पर
और कभी खुद पर...

कोई पैमाना न बन पाया अब तक
इसे नापने का,
अपने मापदंड को बदलने का,
भ्रम चलता रहा इसे अडिग बनाये रखने का...
चित्त का दर्पण
ना जाने कहाँ-कहाँ टूटा
कब टूटा, कहाँ-कहाँ बिखरा
कैसे और क्या बर्यो करें
एक धागा भर ही बचा है,
हाथ में विश्वास का ■

बस एक चित्र

श्याम कुमार, संयुक्त निदेशक, (राजभाषा), मुख्यालय



घास की नोकों पर
तिनकों की ओकों पर हीरे सी
चमकती
ओस खिल आई है, हलचल है
पनघट पर

पूरब से धूप निकल आई है।
खेतों के कोनों पर
पेड़ों की ओटों पर,
बिछ आई है छाँव
हांफते ठंडक खोजते
अलसाए काग की काँव
पेड़ों तले जिंदगी बस आई है
जेठ की गर्मी है
दुपहरी हो आई है।
थके से लौटते बैल
पक्षी नीड़ों चले
पनघट पे छलकता जल, हौले से बहती हवा
सरसराती पत्तों को
छोने से छितराए
आवारा से कुछ मेघ, सुनहरी पश्चिमी ओट

धीमे से कहती
शाम हो आई है।
चूल्हों से उठता धुआँ
ठंडी सी बहती हवा
गाए कोई गीत कहीं, कानों में रस घुले
दिपदिपाते तारे मेघ में, देवालय में दीप जले
गोधूलि बेला बोले
संध्या हो आई है।
नभ में मेघ छौने
ताकता चंद्र एक कोने
तारों ने अलग-अलग
टोलियां बनाई हैं।
पसरे सन्नाटे में
झींगुर ने तान लगाई है
ठंडी सी बहती हवा ने
फूलों की गंध चुराई है
हंसती तारिका किरन
धीरे से कहती
सो जा.....
रात हो आई है। ■



प्रकृति की गोद में

त्रिरत्न, उप निदेशक (राजभाषा), मुख्यालय



ये प्रकृति,
अनियत प्राकृतिक आकांक्षाएँ समेटे है
अपने भीतर जहाँ केवल
क्षीणता ही क्षीणता का आभास होता
है।

प्रकृति की गोद में,
पशु-पक्षी और नर-नारी बसते हैं
और न जाने क्या-क्या
संचरण की गतिशीलता में निहित होकर
हम सब अपना कर्मचक्र पूर्ण करते हैं,
क्योंकि पंचतत्व की धारा में जीवन
नित्य जन्म और मृत्यु बंधा है
जो शाश्वत सत्य है।
वैसे तो मार्च का महीना
प्रकृति की दृष्टि से अद्भुत होता है, क्योंकि
पुराना छूटता है, नया जन्मता है
पेड़ों पर नई कोपल आने की आतुरतावश
पुराने बेजान से अलिप्त अंश को बेमन मुक्त होना
पड़ता है।
मानव शरीर की यही गाथा है कि
जैसे-जैसे शरीर में क्षीणता पनपेगी
वैसे-वैसे सुप्त एवं
मौन प्रवृत्तियाँ उत्पन्न होगी

जो कि उसका नित्य प्राकृतिक संस्कार है।
मित्रों,
मार्च का माह
मेरी माँ के लिए भी अमिट – सा था
वह जीवन के संघर्ष से लड़ती हुई
अंततः 27वें दिवस को देह मुक्त हो गई।
उनका साथ सदैव कोमलता का मर्म था
किन्तु, आज आँखें, मन और कान शून्यता में हैं
क्योंकि, वे ममत्व ध्वनि से मुक्त हैं आज
वेदनाओं का भवर है आज ये अंतर्मन
फिर भी अंततः दुख गहरा – सा है।
मन आवाज करता है कि –
'दुनिया से जाने वाले जाने चले जाते हैं कहाँ
कोई उनसे पूछे कहाँ है कदमों के निशाँ'
मित्रों, मानो कि प्राकृतिक धरा में लीन होकर
हमारी वह – हमराह बनी हुई है आज भी शायद
प्रकृति ने प्रकृति को प्रकृति में कल्पनाशील भाव से
अंतरध्वनित कर लिया है अनंतकाल तक
तभी तो वे प्रकृति की गोद में हैं
हे माँ, तुमको मैं ढूँढ़ कहाँ ।



खाली सा क्यों है

ऋतु वासन, प्रधान निजी सचिव, मुख्यालय



सोचता है मन कभी कभी
है मन आते जाते विचारों की नदी
बुनता रहता ताने बाने, कुछ अपने कुछ
बेगाने
फिर भी इतना सूनापन क्यों है?

चल रही साँसें, समय भाग रहा
घर, समाज, नौकरी में खुद को भूल रहा
कभी भाग जाता मन बचपन की गलियों में
आज उन्हीं गलियों में सन्नाटा क्यों है?

बीत गई जिंदगी भागती भीड़ के साथ
कुछ अपने चले गए रह गई उनकी याद
मेले जैसी दुनिया में मन अकेला क्यों है?

अभी तो मन को समझाना बाकी है
कई अधूरे सपनों को पूरा करना बाकी है
मन की रेगिस्तान धरा पे
दूर से दिखती मरीचिका क्यों है? ■

बीते हुए दिन

जितेन्द्र सिंह, निजी सचिव, मुख्यालय



कुछ चुपचाप बीत गए,
कुछ शोर मचाकर गुजर गए,
लगता है कल की बात मगर,
कितने दिन यूँ ही निकल गए।

कुछ खाली से, कुछ आधे भरे,
कुछ इतने भरे कि छलक गए
कई साथी मिले, कुछ साथ चले,
कुछ किसी मोड़ पर बिछड़ गए
लगती है कल की बात मगर,
कितने दिन यूँ ही निकल गए

कुछ एकाकी, कुछ संग भरे,
कुछ कोरे से, कुछ रंग भरे,
कुछ भूल गए, कुछ याद रहे,

कुछ सूखी रेत से फिसल गए
लगता है कल की बात मगर,
कितने दिन यूँ ही निकल गए

कुछ ख्वाबों से संग चले,
कुछ ख्वाहिश बनकर लिपट गए,
कुछ रहे रुके सदियों बनकर,
कुछ आँसू बनकर छलक गए
लगता है कल की बात मगर,
कितने दिन यूँ ही निकल गए

कुछ साल बीते लम्हों से,
कुछ लम्हे सालों में सिमट गए,
कुछ रातों बीती दिन जैसी,
कुछ दिन रातों में बदल गए,
लगती है कल की बात मगर,
कितने दिन यूँ ही निकल गए ■

कैसे कोई बात करें

राजेश कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी, मुख्यालय



अहं लेकर बैठे लोग,
कैसे कोई बात करे ।

नंबर होड़ में लगे लोग,
कैसे कोई बात करे ।

गिरने-गिराने में लगे लोग,
कैसे कोई बात करे ।

इंसानियत भूलते लोग,
कैसे कोई बात करे ।

देख-दिखावे में लगे लोग,
कैसे कोई बात करे ।

पीठ पीछे बुराई करते लोग,
कैसे कोई बात करे ।

आदर-अदब भूलते लोग,
कैसे कोई बात करे ।

चरित्र उछालते लोग,
कैसे कोई बात करे ।

झूठ व साजिश करते लोग,
कैसे कोई बात करे ।

अकड़ – धौंस दिखाते लोग,
कैसे कोई बात करे ।■

कोरे कागज सा मन

श्वेता सिन्हा, सहायक निदेशक (राजभाषा), क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक



अनगिनत किरचें पड़ती
चली जा रही हैं
इस मन रूपी किताब
पर

हर पृष्ठ अपने आप में
समेटे है

कोई न कोई कहानी
कुछ पन्ने सराबोर हैं
खुशियों से

तो कुछ पन्ने

आँसुओं से तरबतर ।

कुछ स्याह अध्याय हैं

तो वहीं कुछ

उम्मीदों के उजाले से भरे

कहीं कहीं भोर की



सुनहरी किरण

आ रही है नजर

तो कहीं घोर निराशा

के रूप में

डरा रहे हैं अंधेरे ।

स्नेह, प्रेम से भरे

पन्ने भी हैं

संग में रिश्तों के

धोखे भी

जाने कितने रंगों में

रंगती जा रही है

मेरी मन रूपी किताब

पाया तो था मैंने

कोरे कागज सा मन..... ■

कलयुग

अमीना जाफर, वैयक्तिक सहायक, क.रा.बी.निगम मॉडल एवं
सुपरस्पेशलिटी अस्पताल आश्रम, कोल्लम, केरल



जिंदगी भी बड़ी अजीब सी चीज है,
हँसी चेहरा दिखाकर,
परदे के पीछे छुपाती है गमों का सागर,
होटों पे मुस्कुराहट चिपकाकर,
बोलती है कड़वी बातें।

बच्चे माँ-बाप की परछाईं थे,
पर आज दुश्मनों से कम नहीं हैं
रिश्ते निभाने को
रिश्त देनी पड़ती है।

फैल चुका है हर कहीं
महंगाई का भूत सही
जीवन रखने वाला पानी मिलने को,
अपनी जान तक देनी पड़ती है।

भक्त भीख मांगते थे भगवान से कल
आज तो भगवान को खुद माँगना पड़ता है

जिनके पास है धन-दौलत
वही है आज का ईश्वर।

किसी को मुफ्त मदद नहीं चाहिए,
आजकल पैसों से क्या कुछ नहीं मिलता,
कोई गिरा तो उसे उठाने का समय नहीं,
पहले सेल्फी तो लेनी है।

अनुभूति तो अभिशाप हो रहे हैं,
वरदान देने को ईश्वर भी झिझकता है।

अन्धकार फैल रहा है,
चारों तरफ काला - काला,
नीली-नीली नदियाँ
हो रही हैं झरने लाली।

कब छुएंगी रोशनी की किरणें, अम्बर-धरा को,
जिससे होगा मानव मस्तिष्क का परिवर्तन। ■

कल किसने देखा



कल कल कल,
नदी करें तो अच्छी लगे आवाज,
हम करें तो धरे रह जाएं सब काज।
काज करें आज, सो हो जाएं हसरतें पूरी,
पूरी हो जाएं प्राणी की आशाएं सभी अधूरी।
अधूरी नहीं तो लगेगी यह जिंदगी तुम्हें,
काटे नहीं कटेंगे दिन आएंगे नहीं सुंदर लम्हे।
लम्हों को यदि बनाना हो सुनहरा,
तो आलस पर अपने लगा दो कड़ा पहरा।

नेहा शर्मा, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी,
क.रा.बी.निगम अस्पताल, रामदरबार, चंडीगढ़

पहरा-पहरेदार का बनाए सब काम,
बन जाएं सारी बातें न हो कोशिशें नाकाम
नाकाम जिंदगी को चाहो यदि बदलना,
बदलाव की दिशा में आज ही होगा चलना
चलते रहना ए मुसाफिर, है सफल जिंदगी का सार,
इसी मूल-मंत्र से आए खुशियां अपार।
अपार सफलताएं बदल दें जिंदगी की रेखा,
आज में करो काज ओ बंधू कल किसने देखा। ■

राजभाषा संबंधित



दिल्ली में संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप समिति की निरीक्षण बैठक - 25.09.2021



जयपुर में संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप समिति की निरीक्षण बैठक - 04.10.2021



क्षेत्रीय कार्यालय, मुंबई में हिंदी पखवाड़ा पुरस्कार वितरण समारोह - 29.09.2023



राजभाषा पखवाड़ा 2022

गतिविधियाँ



का समापन समोराह



31वाँ अखिल भारतीय सम्मेलन का दीप प्रज्जवलन - 22.06.2023



हिन्दी वाक् प्रतियोगिता का आयोजन - 22.09.2023



हिन्दी टिप्पण और आलेखन प्रतियोगिता का आयोजन - 19.09.2023

माँ का दामन (पुत्र के वियोग में माँ की व्यथा)

शांति महेन्द्रन, सहायक निदेशक (विधि), मुख्यालय, (मातृभाषा – तेलुगु)



तरस रही हैं मेरी आँखें,
तेरी झलक पाने के लिए,
कहाँ चले गए छोड़ के मेरे दामन को,
क्या तुम्हें याद मेरी नहीं आई है।

जिन्दगी को समझने की कोशिश में,
सुंदर सपनों का ताना बाना बुनने,
उन्हीं सपनों ने छोड़ दिया मेरे दामन को,
क्या तुम्हें याद मेरी नहीं आई है।

रास्ते की सुंदरता का लुत्फ उठाने,
मंजिल पर जल्द पहुँचने की कोशिश में,
उसी मंजिल ने छोड़ दिया मेरे दामन को,
क्या तुम्हें मेरी याद नहीं आई है।

मन में चक्र सा चल रहे युद्ध को विराम देने,
खुद से ही सुकून पाने की कोशिश में,
उसी सुकून ने छोड़ दिया मेरे दामन को,
क्या तुम्हें याद मेरी नहीं आई है।

हाथ फैलाया खुलकर साँस लेने,
वक्त को चले थे समेटने,
उसी वक्त ने छोड़ दिया मेरे दामन को,
क्या तुम्हें याद मेरी नहीं आई है।

कहता था कभी न छोड़ूँगा मेरे दामन को,
जब तक चल रही है मेरी साँसें,
उन्हीं साँसों ने छोड़ दिया मेरे दामन को,
क्या तुम्हें याद मेरी नहीं आई है।

तरस रही हैं मेरी आँखें, तेरी झलक पाने के लिए,
तरस रही हैं मेरी आँखें, तेरी झलक पाने के लिए। ■

तिरंगे की शान

हयात सिंह बिष्ट, सहायक, मुख्यालय



तिरंगे से लिपटा हुआ हूँ।
कॉफिन में सिमटा हुआ हूँ।
तुम रहो सुकूँ से सोते।
वतन पर फिर मैं मिट चला हूँ।

थे माँ ने संजोये कुछ सपने।
जो पूरा करेंगे उसके अपने।

थी पाली उसने भी ये आस
मेरा बेटा रहे वतन के पास।

उसके आँचल में सुरक्षित हैं हम।
है वतन जिंदा तो जिंदा हैं हम।

ये है तो हम सभी यहाँ हैं।
वतन नहीं तो हम सब कहाँ हैं।

गया बचपन तो आई जवानी।
तो शुरू हुई एक नई कहानी।

था बचपन से सोचा जो मैंने।
वो पूरा करूँगा किसी तरह से।

किया प्रयत्न, की मेहनत इसके लिए।
जीऊँगा मरूँगा वतन के लिए।

मिला मौका मुझे तो तैयार होकर।
चला बॉर्डर पर भर्ती होकर।



मिला आदेश तो गया सरहदों पर।
दिलो जां को हाथों में रखकर।

था जुनूँ वतन पे मिटने का।
वतन के लिए कुछ कर जाने का।

समय वो भी आया जब दुश्मन से लड़ा।
था हिमालय सा मैं अडिग खड़ा।

दिखाए उनको भी दिन में मैंने तारे।
किया ढेर उनको मारे सारे के सारे।

पर होना था मुझको वतन पे फनाह।
छिपे थे कुछ कायर न जाने कहाँ।

किया उन्होंने हमला मेरे पीछे से आकर।
वतन पर मिटा हूँ मैं भी हँस हँसकर।

रहे आबाद तू और तेरा जहाँ।
फिदा होने का मौका मिलेगा फिर कहाँ।

मैं जाते जाते बस यही प्रार्थना करूँ।
तिरंगे से तेरे मैं लिपटा रहूँ।

तिरंगे से तेरे मैं लिपटा रहूँ। ■



विदा का क्षण, समझ में नहीं आता

श्रद्धा वर्मा, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी, क्षेत्रीय कार्यालय, कानपुर



विदा का क्षण... लरजती उंगलियों का स्पर्श विलग जाना...
रोके हुए अश्रु जल का छलक जाना...
विदा का क्षण... क्षण भर भी अधिक देर तक ठहरता नहीं...
फिसलता है जैसे हाथों से रेत... जैसे
किनारे से दूर जाती हुई नाव का दृष्टि से ओझल होते जाना...
जाने कब हो फिर इस तीरे...
विदा का क्षण... इतना बोझिल होता है कि दिल डूबता है
ढलती सांझ के डूबते लाल सूरज की तरह...
कदम उठते नहीं जैसे देह मन को शापित कर दिया
हो किसी के मोह ने...
विदा का क्षण... कभी पूरा नहीं होता...
बहुत कुछ अनकहा—अनसुना रह ही जाया करता है...
बहुत कुछ अभोगा हुआ बच ही जाया करता है हर बार...
कितनी ही अपूरित लालसाएँ मौन हो रहती हैं...
कितने ही अनजिए स्वप्न अश्रु जल के संग कंठ से नीचे उतरते हैं...
विदा का क्षण... कितना ही योजित हो,
किन्तु अनपेक्षित और अकस्मात ही लगता है जैसे मृत्यु है,
अटल किन्तु अनपेक्षित अकस्मात, एक क्षण में घटित...
विदा का क्षण... छीजता है काल पात्र से झरते हुए जल बिन्दुओं से...
भीजता है आँख की कोर से बहते हुए अश्रु बिन्दुओं से...
विदा का क्षण... काँपता है क्षण जैसे शाख से
विलग पत्र पवन में दोलता झरता हुआ हो...
जैसे किसी खग का पाख ऊंचे आसमान से गिरता हुआ हो...
विदा का क्षण... इतना कुछ कहने के
बाद भी कहते कहाँ बनता है इतना अव्याख्य है विदा का
क्षण की सूक्ष्मतम विचारों और भावनाओं के
कवि अज्ञेय को भी कहना पड़ता है —
नहीं! विदा का क्षण...
समझ में नहीं आता। कहने के लिए बोल नहीं मिलते।
और बोल नहीं हैं तो कैसे कहूँ कि सोच कुछ सकता हूँ...
नहीं विदा का क्षण समझ में नहीं आता, नहीं आता
सचमुच... यह विदा का क्षण समझ में नहीं आता
विदा का क्षण लरजती उंगलियों... ■

बंद दरवाजा

रमन कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक, मुख्यालय



सारे बंद दरवाजे फिर से
खोल रहा हूँ मैं।
मुझे शर्म है कि,
ये तुझसे बोल रहा हूँ मैं
अपनों से खंजर,

गैरों से चोटें खा कर के
इज्जतदारों की इज्जत को
तोल रहा हूँ मैं।

राज मेरे में कंकड़ पत्थर,
जब से लगे आने।
सर पे रखी आशाओं को,
छोड़ रहा हूँ मैं

और बेशक मेरी आँखों से,
ना पता लगे तुमको।
पर अब तो समझो,
ये सब खुद ही बोल रहा हूँ मैं।

यकीन मानो इस अंजान सफर में,
कुछ भी हो सकता है।
क्या फिर भी ई.एम.आइ. भरना
छोड़ रहा हूँ मैं
और मुझे फर्क नहीं
कि तेरी नजरों में मैं कितना खटकता हूँ
पर खुदा की नजरों में
सबसे अनमोल रहा हूँ मैं। ■



कोशिशें

नाजरीन, बहुकार्य स्टाफ, मुख्यालय



जो दिखता है,
केवल,
वही हकीकत है।

कुछ समय की,
गुंजाइश है,
कुछ कर्मों की कीमत है।

यहाँ आज भी,
बिकती नहीं,
कोशिशें,
बेकार हालत में।

और,
जो है तुम पर,
प्रमाणपत्र,
तो आ जाओ,
अदालत में।

और करो साबित,
कि बीते वक्त में,
तुमने सिर्फ,
मेहनत की थी।

हाँ हाथ खाली से
दिखते हैं अभी,
पर भरा इनमें,
तजुर्बा तो बेशक है।

जो दिखता है,
ना— केवल,
वही हकीकत है।
कुछ समय की,
गुंजाइश है,
कुछ कर्मों की,
कीमत है। ■

जाने कहाँ छुपा है चाँद

सीता रानी, बहुकार्य स्टाफ, मुख्यालय



चाँद नजर आता नहीं
जाने कहाँ छुपा है चाँद
ना बादल है ना बिजली है
ना बरसी बरसात है
फिर भी नहीं है दिखता चाँद
जाने कहाँ छुपा है चाँद
रात अंधियारी तारें अपार
टिम – टिम करते हैं अनन्त काल
ना छिपते है ना जाते हैं
रहते हैं सब मिलकर साथ
चाँद छिपता है हर बार
जाने कहाँ छुपा है चाँद।

ईद की वो सुहानी रात
टिम-टिम तारों की बारात
करते हैं सब इन्तजार
झूम-झूम के गाते साज
अब नजर आ जाओ
चाँद जाने कहाँ छुपा है
चाँद पलक झपकते छुप जाता है
जाने कहाँ खो जाता है
मन की कलियां है उदास
अब तो आज एक बार
जाने कहाँ छुपा है चाँद। ■

एक

अनिल रंगा, उप निदेशक, ईएसआईसी मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल, फरीदाबाद



एक कतरा ओस
एक लम्हा सुख अभी
तो था
अभी नहीं है।
एक कौर रोटी
एक चुल्लू पानी
जीने को है
दौलत नहीं है।

एक बूंद लहू
एक मोती आंसू
जो बह गया
कीमत नहीं है।
एक बूंद लहू एक मोती आंसू जो
एक टुकड़ा न्याय
एक बिलांग हक
अजी सपने हैं
हकीकत नहीं है। ■



आइए जरा हँस लें

डॉक्टर: आपका लड़का पागल कैसे हो गया?

पिता— वो पहले जनरल बोगी में सफर करता था।

डॉक्टर — तो क्या हुआ?

पिता— लोग बोलते थे थोड़ा खिसको, थोड़ा खिसको,
तभी से खिसक गया।



गाँव से एक भोला भाला लड़का शहर पढ़ने आया।

उसके कॉलेज की एक लड़की ने पूछा — तुम्हारा निकनेम क्या है?

लड़का: हैं? निकनेम? वो क्या होता है?

लड़की— मतलब तुम्हें घर पर सब किस नाम से बुलाते हैं?

लड़का — कामचोर !

टीचर गोलू से— पाँच में से पाँच घटाने पर कितने बचेंगे?

गोलू — पता नहीं मैडम।

टीचर— अगर तुम्हारे पास पाँच भटूरे हैं,

और पाँचों भटूरे मैं तुमसे ले लूँ,

तो तुम्हारे पास क्या बचेगा?

गोलू— मैडम छोले।



यमराज : बोलो प्राणी, तुम कहाँ रहना चाहते हो?
स्वर्ग... या नरक...??

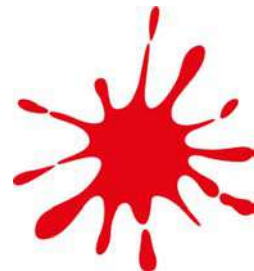
आदमी: प्रभू, पृथ्वी लोक से मेरा मोबाइल और
चार्जर मँगवा दीजिए, मैं कहीं भी रह लूँगा....

चोर ने एक आदमी को बाजार में घेर लिया
और उसे चाकू दिखाते लगा।

आदमी — मुझे घर जाने दो

चोर— तेरी जेब में जितना भी पैसा है सब निकाल के दे

आदमी— भाई साहब जेब तो खाली है कहो तो पेटीएम कर दूँ।



परिश्रम का फल

बी.सी. भट्ट, सहायक निदेशक (राजभाषा), (सेवानिवृत्त)



हिमालय की तराई के जंगलों में हरी घास और पौष्टिक पत्ते इत्यादि प्रचुर मात्रा में उपलब्ध रहने के कारण अनेक लोग वहां भैंसों को पालते थे और दूध से खोया बनाकर उसे बाजार में बेच आते थे। लखमीचन्द भी इस धंधे में लगा था। उसने इस व्यवसाय से बहुत धन एकत्र कर लिया था।

एक बार लखमीचन्द की भेट सेठ गोपीचन्द से हो गई। सेठ जी से उसका पहले से संपर्क था। बातों-बातों में सेठ गोपीचन्द ने कहा कि तुम्हारे बच्चे शहर के अच्छे स्कूल में पढ़ते हैं और वे आधुनिक विचारों के हैं, उनके भावी जीवन के लिए उनके अनुरूप वातावरण और रहन-सहन संबंधित विकल्पों पर विचार करना चाहिए। सेठ जी ने फिर कहा कि तुम कोई खेती वाली जमीन खरीद लो क्योंकि खेती की उपज से अच्छी आय हो जाएगी तथा पूरा परिवार एक ही स्थान पर रह सकेगा। हाँ, यदि मन करे तो जिस फार्म में हम खड़े हैं उसे ही खरीद लो, यहाँ से मंडी निकट होने से जल्दी नष्ट होने वाली फसल मंडी तक पहुंचाने में सुविधा रहेगी। बातचीत के दौरान लखमीचन्द ने यूँ ही पूछ लिया जमीन की कीमत क्या मांग रहे हैं ? सेठ जी ने तुरंत उत्तर दिया तुम्हारे लिए केवल पचास हजार रुपये। क्या तुम्हारे पास इतने रुपये हैं ? प्रश्न चुनौतीपूर्ण था, लखमीचन्द ने कमर में बंधी पोटली से तुरंत पचास हजार गिना दिए। अब सेठ जी आश्चर्यचकित रह गए, लेकिन प्रश्न जुबान का था इसलिए सौदा हो गया और शीघ्र ही लेन-देन सम्बन्धी कानूनी प्रक्रिया को भी अंतिम रूप दे दिया गया।

खरीदी गई जमीन में कई बीघा खेती की जमीन के अलावा कोठीनुमा एक मकान भी था, इसके

प्रवेश द्वार से मकान की दूरी पांच सौ मीटर थी, मकान के पीछे भी लोहे का भारी गेट लगा था। दोनों गेटों से घर तक रास्ते के दोनों ओर अशोक के पेड़ और हरी-भरी लताएं और अनेक रंगों के फूल सुशोभित थे। घर के आगे-पीछे दोनों ओर आँगन थे। चारों ओर प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर विभिन्न प्रकार के फूल तथा रसाल, लीची, कटहल और बेल के ऊँचे-ऊँचे पेड़ लगे थे, इनमें अनेक प्रकार के पक्षी विहार करते थे। शेष जमीन में गेंहूँ, चना, जौ, गन्ना, मटर तथा पशुओं के लिए चारे वाली घास थी जो ऐसी प्रतीत होती थी मानो हरे रंग का गलीचा बिछा दिया गया हो। आँगन में इन पेड़ पौधों से मंद-मंद, शीतल सुगन्धित पवन बहती थी, सम्पूर्ण परिसर स्मणीय वातावरण से भरपूर था, लखमीचन्द का घर पर्यावरण की मनोरम छटा से आच्छादित था, अब उसका जीवन आध्यात्मिक उन्नति की राह पर था, उसे अपने परिश्रम पर अपार हर्ष होने लगा था, उसके हृदय के नेत्र खुल गए थे, वह धार्मिक पुस्तकों का अध्ययन करता था तथा खेती-बाड़ी का कार्य मजदूर करते थे।

लखमीचन्द के परिवार में बेटियों के अलावा रामकिशोर और राजकिशोर दो पुत्र भी थे, दोनों कॉलेज स्तर की पढ़ाई पूरी कर चुके थे, रामकिशोर सामाजिक समरसता और सौहार्द में विश्वास करता था, घर के कार्यों में सेवा के लिए रखे गए कामगारों से उसका व्यवहार स्नेहपूर्ण था, वह उनके आत्म सम्मान का ध्यान रखता था, उसका विश्वास था कि घृणा कभी शुभ चिंतन की स्थिति का अनुभव नहीं करा सकती है, उसके व्यवहार में मित्रता नहीं थी, वह जीवन रूपी फूलों से शहद निकालना जानता था, छोटा बेटा राजकिशोर गंभीर प्रवृत्ति का था, उसे अपने बड़े भाई का व्यवहार अच्छा नहीं लगता था,



राजकिशोर अभी अपने बड़े भाई की दूरदर्शिता से अनभिज्ञ था, बड़े भाई में समाज के उत्थान की सोच थी, वह अपने निकटवर्ती क्षेत्र में रहने वाले गरीब, असहाय, निर्बल, शोषित, पीड़ित तथा रोगग्रस्त व्यक्तियों की बारीकी से पहचान कर उनकी तन-मन से मदद करता था, इन अनुकरणीय कार्यों से रामकिशोर की लोकप्रियता बढ़ने लगी, उन्हीं दिनों ग्राम प्रधान के चुनाव हो रहे थे, लोगों ने रामकिशोर को निर्विरोध ग्राम प्रधान चुन लिया। अब उसे सामाजिक, आर्थिक शक्तियों के आलावा राजनीतिक शक्ति भी प्राप्त हो गई। प्रधान जी अब दोगुने उत्साह से सामाजिक कार्यों में लग गए, प्रधान जी ने लगन, निष्ठा और संवेदनशीलता को अपना लक्ष्य बना लिया, निर्धनों के कल्याण के लिए पुरजोर कठोर और प्रभावी प्रयास करता था, जरूरतमंदों के लिए उसने सेतु निर्माण जैसा सहारा दिया जिससे सब पार हो सकते थे, पुत्र के उत्कृष्ट कार्यों से पिता का मन अति प्रसन्न रहता था, लखमीचन्द इतने उमंग और उत्साह में रहते थे कि आकाश में फूल उगाने, बिना पानी के नाव चलाने और जल में दीवार लगाने जैसी कल्पना करने लगे थे।

इसी बीच आस-पास की जमीन का शहरीकरण होने लगा था जिस कारण उनकी कुछ जमीन नगर पालिका के दायरे में आ गई, फलस्वरूप कुछ ही दशक पूर्व खरीदी जमीन तरुफल बन गई थी क्योंकि अब जमीन की कीमत करोड़ में जा पहुंची।

उधर रामकिशोर की राजनीतिक महत्वकांक्षा तेजी से उभर रही थी, रामकिशोर की सामाजिक प्रतिष्ठा और लोकप्रियता चरम पर थी, अब आगामी विधान सभा के चुनाव लड़ने के लिए वह तैयार था, चुनावों की तारीख घोषित होते ही उसने अपना नामांकन भर दिया और प्रचार

अभियान शुरू हो गया। यद्यपि उसकी विजय सुनिश्चित थी तथापि उसने कई चुनावी सभाएं आयोजित की, उसके चुनाव में भारी भीड़ देख कर प्रमुख राजनीतिक पार्टियों ने रामकिशोर को अपनी पार्टी में सम्मिलित होने के प्रस्ताव भेजे किन्तु उसने निर्दलीय उम्मीदवार के रूप में ही प्रत्याशी बने रहना उचित समझा, चुनाव परिणाम घोषित होने पर उसे भारी मतों से विजयी घोषित किया गया, सरकार गठन पर उसने अपने क्षेत्र की समस्याओं पर वक्तव्य देने के लिए समय माँगा और अपनी प्रभावी मीडियन स्पीच से सदन को चौंका दिया, वह सदन में जनहित संबंधी प्रश्न उठाता था और उसे समर्थन भी मिलता था, धीरे – धीरे उसकी राजनीतिक प्रतिष्ठा में निखार आने लगा, अब अगला चुनाव उसने अलग पार्टी बनाकर लड़ा, चुनाव परिणाम में उसके पक्ष में बहुमत घोषित किया गया, उसके आधे से अधिक प्रत्याशी विजयी घोषित किए गए और अब नई सरकार का गठन उसके नेतृत्व में हुआ, किन्तु रामकिशोर ने शासन की बागडोर अपने छोटे भाई को सौंप दी और स्वयं पूर्व की भांति जनकल्याण सम्बन्धी कार्यों में व्यस्त रह कर गोपनीय ढंग से जनता की भावनाओं को जुटाता तथा राजकाज में यथासंभव भाई की सहायता करता था। रामकिशोर के नेतृत्व में गठित सरकार में सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक मूल्यों में अनुकरणीय वृद्धि हुई, उसने अपनी सरकार का आर्थिक ढांचा इस प्रकार निर्मित किया कि हर किसी को काम मिले, कोई भी बेरोजगारी महसूस ना करे। मार्ग का निर्माण करना और उसको सुधारने, पेड़ लगाने, पर्यावरण को बढ़ावा देने, कुआं खुदवाने तथा स्कूली शिक्षा का संवर्धन करने, भ्रष्टाचार पर लगाम लगाने उसके राज्य के प्रमुख कार्य थे, राज्य की आम जनता हर प्रकार से अपने को सुरक्षित महसूस करती थी और प्रसन्न थी। ■

सैर कर दुनिया के गाफिल, जिंदगानी फिर कहाँ जिंदगानी भी रहे तो, नौजवानी फिर कहाँ

भारत प्राकृतिक सौंदर्य से भरा पड़ा है। जम्मू कश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक हमें प्रकृति के सभी रूपों के दर्शन हो जाते हैं। पहाड़, भूमि, नदियां, झीलें, तालाब, खेत-खलिहान, हरे-भरे मैदान, दूर तक फैला नीला सागर, घने वन आदि इन सबके बीच यदि जाने की इच्छा हो तो देशाटन के माध्यम से आपको इनके दर्शन होते हैं और विभिन्न संस्कृतियों, भाषाओं, खान-पान से परिचित होते हैं।

हमारे निगम कर्मियों ने भी हमारे साथ की गई यात्राओं के कुछ संस्मरण साझा किए हैं।

आइए, उनके साथ यात्रा पर चलें....



उदय होता सूर्य और झीलों की नगरी - उदयपुर



अभी हाल ही में झीलों की नगरी उदयपुर जाने का अवसर मिला, अवसर ही नहीं बल्कि परिवार के साथ घूमने का कार्यक्रम ही बनाया। बचपन से सुनते थे कि उदयपुर सुंदर शहर है, झीलों की नगरी है और बहुत कुछ !

कार्यालय के व्यस्त कार्यक्रमों के बीच वर्षों से सपरिवार कहीं जाने का अवसर नहीं मिला किंतु दो-तीन अवकाशों के साथ एक-दो छुट्टियां मिलाकर उदयपुर जाने का अवसर बल्कि कहे सुअवसर मिला। कार्यक्रम बना भी तो सड़क मार्ग द्वारा जाने का। यद्यपि परामर्श यह भी था कि सड़क मार्ग से थोड़ा बहुत जोखिम भी रहता है और थकान तो है ही। फिर भी साहस किया और चल पड़े। इस छोटे दो-तीन दिनों के प्रवास में उदयपुर का जो चित्र मन में था उसे इस यात्रा ने न केवल साकार किया, अपितु लगा एक विशाल कैनवस जैसे साक्षात् आंखों के सामने आ गया।

उदयपुर झीलों की नगरी है तो शुरूआत झीलों से ही की जाए। यहां पर कई छोटी-बड़ी झीलें हैं। इनमें प्रमुख रूप से है, पिछोला झील (चूंकि यह महल के पीछे की ओर है इस कारण इसका नाम पिछोला झील रखा गया जैसा कि हमारे टूरिस्ट गाइड ने बताया), बड़ी झील - वास्तव में ही बहुत बड़ी है, फतेह सागर झील आदि। जब इन झीलों के पास घूमने गए तो सौंदर्य शब्दों में बयां करना आसान नहीं है - दूर-दूर तक ऊंची-ऊंची पहाड़ियां और वे भी सूखी नहीं हरी-भरी और पहाड़ियों के बीच दूर-दूर तक आड़े-तिरछे आकार लेती नीली झील। कभी जल बादलों की प्रतिच्छाया से काला हो उठता, कभी धूप खिलने पर नीले आकाश के कारण जल नीलांचल हो जाता और ऐसे स्वच्छ जल में हरी-भरी पहाड़ियों की उलटी पड़ती छाया एक अद्भूत दृश्य उत्पन्न करता है। जब कहीं घूमने जाते हैं तो वहां पर वन होते हैं, पहाड़ अथवा पहाड़ियां हो सकती हैं, झील अथवा झीलें हो सकती हैं, महल हो सकते हैं, कुछ टूरिस्ट आकर्षण की जगहें हो सकती हैं किंतु उदयपुर सारी प्रकृति को अपने गोद में समेटे है। यदि आप वन की बात करें तो यहां घने वन हैं, ढेरों पहाड़ियां हैं बल्कि यूँ कहे पहाड़ियों के बीच घिरा-बसा है उदयपुर। घूमने के लिए महल हैं। कोई पहाड़ी के ऊपर और कोई समतल पर, कोई झील के बीच है, फिश एक्वेरियम है, सुबह उठते ही पहाड़ियों के बीच से सूर्योदय का स्वर्णिम आकाश का आनंद है, दोपहर के हल्के अलसाए वातावरण में स्टीमर पर तेज हवाओं का आनंद और शाम को जब सूर्य पश्चिमांचल में सुस्ताने जाता है तो ऐसे में झील के बीच हल्के-हल्के चप्पू चलाते हुए नौकायन का एक अलग अनुभव है और इसी बीच पहाड़ियों पर स्थित अनेक रिजॉर्ट्स और होटलों की बस्तियां जगमगाती-टिमटिमाती नजर आती हैं। दूर पहाड़ी के ऊपर बने सज्जनगढ़ किले की तेज रोशनी और अंधेरे में टिमटिमाते आकाशीय तारे

श्याम कुमार, संयुक्त निदेशक (राजभाषा), मुख्यालय

और नक्षत्र - ऐसा लगता है जैसे आप किसी जीवंत पेंटिंग के बीच बैठे हों। वास्तव में उदयपुर अपने आप में बहुत ही रमणीक स्थल है। यदि आप आस्थावान हैं तो भी आपके लिए यहां पर श्री जगदीश मंदिर और थोड़ी दूर पर स्थित श्री कृष्ण का नाथ द्वारा मंदिर भी है।

कुछ प्रमुख दर्शनीय स्थल :

उदयपुर में घूमने के लिए बहुत कुछ है - पिछोला झील, बड़ी झील, राजसमंद झील, जयसमंद झील, फतेह सागर झील आदि हैं। महाराणा प्रताप का महल जिसके अब तीन भाग हैं - पैलेस के नाम से जाना जाता है। एक भाग को होटल में परिवर्तित कर दिया गया है, एक भाग घूमने के लिए रखा गया है और एक भाग में राजपरिवार आज भी वहां रहता है। हल्की पहाड़ी चढ़ाई के बाद जब आप महल में प्रवेश करते हैं तो दीवारों पर हथियारों, पेंटिंग्स, वस्त्र, आभूषणों और अन्य अनेक दुर्लभ सामानों से सजा महल आपको इतिहास में ले जाता है। वातायनों से दूर तक फैली झील और झील के बीच स्थित जल महल एक अलग ही शोभा देता है। यद्यपि इस महल को अब होटल में परिवर्तित कर दिया गया है। हमें बताया गया कि मानसून और बादलों की गतिविधियों को देखने के लिए एक ऊंची पहाड़ी पर बहुत ऊंचा किला सज्जनगढ़ बनाया गया। हम उसे भी देखने निकल पड़े। वास्तव में काफी खड़ी चढ़ाई है। परंतु उसके बाद जब किले में प्रवेश किया तो ऊंचाई पर जाकर दूर तक फैला जंगल और मानसूनी नीले-काले बादलों के बीच सरसराती ठंडी हवा, पश्चिम में डूबता सूरज, कहीं घाटियां लगा कि किसी सपने में जी रहे हैं। (सज्जनगढ़ किला शाम के समय जाना उचित रहता है)। बड़ी झील के चारों तरफ हरी-भरी प्रकृति के बीच बैठे रहकर झील में कंकड़ फेंकते रहें या झील के किनारे शांत बैठे रहें कोई तंग करने नहीं आएगा। इसी झील के ऊपर चढ़ाई करने के बाद बाहुबली हिल्स के नाम की भी एक अच्छी जगह है। ऊंचाई पर प्रकृति को देखने-महसूस करने, ठंडी हवाओं के बीच सिहर जाने या ऊंचाई से झील को देखना हो तो बाहुबली हिल्स एक अच्छी जगह सिद्ध हो सकती है। श्री जगदीश मंदिर भगवान विष्णु की स्थापित प्रतिमा के साथ इतिहास को समेटे हुए पूरे शान से पुराने उदयपुर में स्थापित है। वहां पर दर्शन करने के साथ-साथ राजस्थानी संस्कृति, पूजा-पाठ, रीति देखी जा सकती है। शाम के समय झील किनारे स्ट्रीट फूड का आनंद लिया जा सकता है। इस जगह का नाम चौपाटी रखा गया है, बिल्कुल मुंबई की तरह जहां एक ओर समुद्र है और दूसरी ओर मरीन ड्राइव की लंबी सैर। उसी प्रकार उदयपुर में आपके एक तरफ झील होगी, बीच में सैर-सपाटा करने के लिए सड़क और एक ओर भारतीय व्यंजनों के साथ चौपाटी बाजार। यहां भी डूबते सूर्य के बाद जाना उचित रहता है और देर रात तक घूमा जा सकता है। शिल्प ग्राम, महाराणा प्रताप म्यूजियम भी घूमने

के लिए अच्छे हैं।

क्या खरीदें

राजस्थान अपनी संस्कृति, खान-पान, आभूषणों के लिए जाना जाता है। पुराने उदयपुर बाजार से दस्तकारी की अनेक सजावटी वस्तुएं मिल सकती हैं। महाराणा प्रताप की मूर्ति के तो बहुत प्रकार और रूप आपको मिल जाएंगे। राजस्थान वस्त्रों के लिए प्रसिद्ध उदयपुर बाजार से राजस्थानी साड़ियां, राजस्थानी सूट, बंधेज की साड़ियां और बंधेज सूट, लहंगा चुनरी, राजस्थानी जूतियों और राजस्थानी आभूषण आदि यहां का विशेष आकर्षण है और खरीदने के लिए उत्तम है। इसके अतिरिक्त राजस्थानी चूड़ियों में लाख के कड़े अनके रूप-रंगों में, अनेक डिजायनों में उपलब्ध है। संगमरमर के लिए प्रसिद्ध मकराना निकट होने के कारण मार्बल की कलाकृतियां भी खरीदी जा सकती हैं।

कहां ठहरें

उदयपुर में ठहरने के लिए जेब के अनुसार सभी साधन उपलब्ध हैं। यहां पर दो हजार रुपये से लेकर लाख-डेढ़ लाख रुपये तक के कमरे होटल में उपलब्ध हैं। पूरे शहर में आपको शहर के बीच, शहर से बाहर, पहाड़ी की घाटी में, पहाड़ी के ऊपर, अनेक होटल और रिजॉर्ट्स मिल जाएंगे। आम तौर पर चार हजार से लेकर 8-10 हजार तक के कमरे लगभग सभी सुविधाओं के साथ मिल जाते हैं।

क्या खाएं

राजस्थान में विदेशी पर्यटक भी बहुत आते हैं और उदयपुर, राजस्थान में उनका विशेष आकर्षण होता है। अतः इस शहर में सभी प्रकार के व्यंजन उपलब्ध हैं चाहे वह नॉनवेज हो अथवा वेज यहां तक कि दक्षिण भारतीय व्यंजन भी सरल सुलभ है परंतु यहां पर एक बार राजस्थानी थाली, दाल-बाटी चूरमा और राजस्थानी कचौरियां आदि का स्वाद अवश्य चखना चाहिए क्योंकि वह यहां का खास व्यंजन है और ठेठ राजस्थानी अंदाज में बनाया और परोसा जाता है।

कब जाएं

पश्चिम भाग में होने के कारण राजस्थान में गर्मी बहुत पड़ती है। इसलिए जहां तक संभव हो गर्मियों में नहीं जाना चाहिए। यद्यपि यहां लगभग पूरे वर्ष टूरिस्ट की भरमार रहती है परंतु अक्टूबर से मार्च तक मौसम अच्छा रहता है और इस बीच जाना उचित रहता है। सबसे अच्छा मौसम तो सर्दियों का ही होगा और मानसून में जाना अति उत्तम रहता है। इस दौरान झीलों जल से सराबोर होती हैं और

जल व्यर्थ न जाए इसलिए झीलों को आपस में जोड़ा भी गया है जिससे एक झील का पानी दूसरी में जाता रहे। इस दौरान जब झीलें जल से सराबोर होती हैं और जल व्यवस्था के तहत झीलों का पानी एक-दूसरी झीलों में अंतरित किया जा रहा होता है तो वह दृश्य बहुत अच्छा होता है। तेजी से नीचे गिरता जल और उस जल की ऊपर तक उड़ती फुहारें नीचे देखते हुए आपको एक अलग अनुभव देगी और हल्की-हल्की सरसराती हवा के बीच भिगो भी जाएगी। इस रोमांच को लेना हो तो मानसून में उदयपुर एक बार अवश्य जाना चाहिए।

कैसे जाएं

उदयपुर सड़क, वायु और रेलमार्ग तीनों से जुड़ा हुआ है। उदयपुर में हवाई अड्डा है जहां आप विमान से सीधे आ सकते हैं। रेलगाड़ी की सुलभ यात्रा तो है ही और रोमांच लेना है तो सड़क मार्ग से भी जा सकते हैं। हाईवे सुरक्षित है और मार्ग बहुत अच्छा बना हुआ है। सड़क मार्ग से रास्ते में जयपुर से लगभग 70 किमी. दूर किशनगढ़ भी आता है जहां पर संगमरमर कटिंग का चूरा फेंकने के स्थान को डंपिंग यार्ड कहते हैं, वहां जाया जा सकता है। सुनने में बहुत अजीब लगता है कि जिस जगह डंपिंग यार्ड हो वह जगह घूमने की कैसे हो सकती है। परंतु इस जगह संगमरमर का चूरा और टुकड़े फेंकते-फेंकते यह इतनी विशाल सफेद भूमि बन गई है जहां छोटी-छोटी पहाड़ियां या टीले बन गए हैं और दूर-दूर तक केवल श्वेत भूमि और इसके बीच वर्षा जल ने अपने लिए स्थान बनाते हुए झील बना दी है। पता नहीं बादलों का नीला आकर्षण है अथवा रासायनिक क्रिया-जल बिल्कुल नीला दिखाई देता है और जब आप फोटोग्राफी करते हैं तो सफेद भूमि के बीच नीला जल स्पष्ट दिखाई देता है। समय मिलने पर किशनगढ़ थोड़ी देर के लिए अवश्य जाना चाहिए।

उदयपुर जाते हुए ही राह में नाथद्वारा में भगवान कृष्ण का बहुत प्रसिद्ध और बड़ा मंदिर है। आस्थावादियों के लिए एक बहुत अच्छा स्थान है। नाथद्वारा के दर्शन अपने आप में विलक्षण अनुभूति देता है जिसको शब्दों में नहीं बांधा जा सकता।

मेवाड़ और मारवाड़ की संस्कृति से समृद्ध राजस्थान अपनी बोली, अपने खान-पान, अपने वस्त्र-आभूषण, अपने रीति-रिवाज, अपनी संस्कृति, अपनी भाषा, अपनी बोली के खास अंदाज - सबके लिए बहुत प्रसिद्ध है। यहां पर अवसर मिलने पर एक बार जरूर जाना चाहिए और सरल स्वभाव के राजस्थानी तो अपने खास अंदाज में गाते ही रहते हैं - पधारो म्हारे देश। ■



विचारामृत

भारत ऋषि – मुनियों का देश रहा है। हमारे मुनियों ने इस देवभूमि में अपने विचारों के माध्यम से समाज में अनेक प्रकार की कुरीतियों को दूर करने और कार्य करने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। विचार चाहे प्रसिद्ध ऋषियों के हों या सामान्य मनुष्य के विचार तो विचार ही होते हैं।

हमारे निगम कर्मियों ने भी समय-समय पर अपने विचारों के माध्यम से कुछ सन्देश दिए हैं अथवा देने के प्रयास किए हैं। आइए, विचारों की भूमि में चलें...



पुरुषार्थ



‘पुरुषार्थ’ शब्द का शाब्दिक अर्थ – प्रयत्न, कार्य या उधम करना है। इसके बारे में कहा जाता है कि ‘पुरुषे रधृत्यते पुरुषार्थः अर्थात् अपने अभीष्ट लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रयत्न करना पुरुषार्थ कहलाता है। दूसरे शब्दों में पुरुषार्थ का तात्पर्य विवेकशील एवं प्रयत्नशील व्यक्ति से है। पुरुषार्थ जीवन के महान आदर्शों को प्राप्त करने का उत्तम साधन है। इससे मनुष्य के जीवन का सर्वांगीण विकास होता है। कर्मशील व्यक्ति पुरुषार्थ से ही अपने भाग्य को बदलता है। पुरुषार्थी व्यक्ति में भाग्य की लकीरों को बदलने का सामर्थ्य होता है। संस्कृत में कहा गया है :-

“जाड्यं धियो हरति सिंचति वाचि सत्यं,
मानोन्नतीं दिशति पापमपाकरोति ।
चेतः प्रसादयति दिक्षु तनोति कीर्ति,
सत्संगतिः कथय किं न करोति पुंसाम।”

भावार्थ है कि जिस तरह ‘रथ कभी एक पहिये पर नहीं चल सकता है, उसी तरह पुरुषार्थविहीन व्यक्ति का भाग्य सिद्ध नहीं होता।’

मनुष्य स्वयं परिस्थितियों को अपने अनुकूल अथवा प्रतिकूल बनाता है। जो मनुष्य यह सोचता है कि वह निर्धन है तो वह धन से ही नहीं, विचारों से भी निर्धन होता है। उसे चाहिए कि वह अपने विचारों या सोच में बदलाव लाए और प्रेरणा और प्रयत्न से अपने जीवन को खुशहाल और संपन्न बनाए। सफलता और असफलता की परवाह किए बिना दृढ़ इच्छा शक्ति से अपने कार्य में लगा रहे। वह इस दृढ़ इच्छा शक्ति से अपनी अयोग्यता को योग्यता में परिवर्तित कर सकता है। उसे कभी भाग्य के भरोसे नहीं बैठना चाहिए। उसे कर्म को अपने जीवन का उद्देश्य बनाना चाहिए। इस संबंध में नेपोलियन ने भी कहा है कि “विचारशील लोग अच्छी से अच्छी आशा करते हैं, किन्तु बुरी से बुरी परिस्थिति के

राजेश कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी, मुख्यालय

लिए भी तैयार रहते हैं, मेरी मनःस्थिति सदा ही ऐसी ही रही है, इसलिए मुझे विपत्ति आने से पहले ही उसका अनुमान लगाने और उपाय सोचने में संकोच नहीं होता।”

मनुष्य के लिए आवश्यक है कि वह अपनी शक्ति और सामर्थ्य को पहचाने और अपने आप को शक्तिशाली समझकर विषम परिस्थिति को भी अपने अनुकूल बना लें। अक्सर देखा जाता है कि मनुष्य अपने भाग्यरूपी खूँटे से बंधा रहता है और पुरुषार्थ ही नहीं करता और जब वह हर क्षेत्र में असफल हो जाता है तो वह अपने भाग्य को कोसने में लग जाता है। पुरुषार्थ करने से जीवन की सफलता निश्चित है। मनुष्य भाग्य के भरोसे रहकर निष्क्रियता और अकर्मण्यता को जन्म देता है और जीवन में आए सुनहरे अवसरों को भी खो देता है।

हितोपदेश के एक श्लोक में कहा गया है कि:
उधमेन हि सिध्यंति कार्याणि न मनोरथैः।

न हि सुप्तस्य सिंहस्य प्रविशन्ति
मुखेमृगाः।।

अर्थात् कोई भी कार्य कड़ी मेहनत के बिना पूरा नहीं किया जा सकता है। सिर्फ सोचने भर से कार्य नहीं होते हैं। उनके लिए प्रयत्न भी करना पड़ता है। कभी भी सोते हुए शेर के मुँह में हिरण खुद नहीं आ जाता उसे शिकार करना पड़ता है।

भगवान श्रीकृष्ण यदि चाहते तो पांडवों को पलक झपकते ही विजयश्री दिलवा देते परंतु वे नहीं चाहते थे कि बिना पुरुषार्थ किए पांडवों को इसका यश मिले इसलिए उन्होंने अर्जुन को कर्मयोग का पाठ पढ़ाया और विजयश्री एवं कीर्ति दिलवायी तथा लोक-परलोक में उन्हें यशस्वी बनवाया।

अतः उन्नति और विकास की ऊंचाइयों को छूने के लिए कर्मयोगी और पुरुषार्थी बने। अपने जीवन के लक्ष्यों को प्राप्त करें। ■

काशीनाथ सिंह के उपन्यास 'उपसंहार' में कृष्ण की ईश्वरत्व से मनुष्यत्व तक की यात्रा

— डॉ. स्वाति सोनल, सहायक निदेशक (राजभाषा), उप क्षेत्रीय कार्यालय, नोएडा



काशीनाथ सिंह जी के उपन्यास 'उपसंहार' में हम मिथकीय कृष्ण के एक बिल्कुल नए व लगभग अनछुए पक्ष से परिचित होते हैं। अभी तक हम

जिस कृष्ण से परिचित हैं, वह या तो श्रीमद्भागवत व हरिवंश पुराण में वर्णित बाल कृष्ण हैं, जो अपनी बाल-सुलभ क्रीड़ाओं से ब्रजवासियों का वात्सल्य उमड़ाते हैं या फिर युवा काल के कन्हैया हैं, जो अपनी लीलाओं से उनका मन हरते हुए पीड़ाओं से त्राण दिलाते रहा है। साथ ही अपनी बंसी की मधुर धुन से गोपियों की सुध-बुध विस्मृत कराते रास-लीला रचाते रहे हैं या फिर महाभारत-गीता में वर्णित कूटनीतिज्ञ श्रीकृष्ण हैं, जिन्होंने अपनी कुटिलता व चतुराई से हर विषम परिस्थिति पर विजय पाई है। कुल मिलाकर हम कृष्ण के ईश्वर व अवतारी रूप से ही सम्यक् रूप से परिचित रहे हैं। 'उपसंहार' में काशीनाथ सिंह जी ने उत्तर महाभारत की कथा को केंद्र बनाते हुए आधुनिक संदर्भों से कृष्ण को जोड़ते हुए दर्शाया है कि किस प्रकार अपने जीवन के उत्तर काल में कृष्ण ईश्वरत्व के पद से च्युत होकर एक साधारण मनुष्य की श्रेणी में आ खड़े होते हैं। चरम सफलता किस प्रकार व्यक्ति को एकाकीपन का अभिशाप झेलने को मजबूर करती है, कृष्ण के माध्यम से आधुनिक जीवन की इस विसंगति की झलक हम द्वारकानगर के युगीन जीवन में परिलक्षित कर पाते हैं।

आधुनिक साहित्य में 'मिथकों' का बहुल प्रयोग देखने को मिलता है। 'मिथक' अर्थात् इतिहास, कल्पना व वास्तविकता की वह मिली-जुली कहानी, जिससे हम सदियों से परिचित रहे हैं व जो किसी समाज की सामूहिक चेतना में युगों-युगों से संचित होती चली आई है। एक समाज के रूप में हमारा इन कहानियों से साझा जुड़ाव रहा है व इसीलिए ये आज भी हमें बार-बार अपनी ओर आकर्षित करती हैं। आधुनिक साहित्यकार इन मिथकों व इनके चरित्रों को आधुनिक दृष्टि से विवेचित-विश्लेषित कर इनको बारम्बार प्रासंगिकता के घेरे में खींचता चला

आया है। आधुनिक साहित्य में इनका प्रयोग मात्र इन कथाओं की पुनरावृत्ति नहीं अपितु, आज के युग, आज के मनुष्य, आज के जीवन की संश्लिष्टताओं के अनुरूप पुनर्गठन व पुनर्सृष्टि है। आधुनिक संदर्भों व परिप्रेक्ष्यों से जुड़कर ये मिथक अधिक प्रासंगिक रूप में हमारे सामने प्रस्तुत हो रहे हैं। 'उपसंहार' में भी काशीनाथ सिंह जी ने कृष्ण के मिथक के माध्यम से पाठकों को वर्तमान जीवन की अनेकानेक समस्याओं व जटिलताओं से रूबरू कराकर उन पर सोचने को विवश किया है। साहित्य की सार्थकता ही शायद चिंतन-मनन-विश्लेषण की इस प्रणाली पर आधारित है।

हम सभी इस तथ्य से परिचित हैं कि कृष्ण के कूटनीतिज्ञ सहयोग से पांडवों ने महाभारत का युद्ध जीता। कृष्ण के गीता ज्ञान ने न केवल अर्जुन को अपितु जनसाधारण को भी जीवन-संग्राम में जूझने का जोश दिया। परंतु इन्हीं महत्वाकांक्षी कृष्ण को महाभारत युद्ध के पश्चात के परिणाम अकेले ही झेलने पड़ते हैं। महाभारत युद्ध पांडवों ने भले ही राजनैतिक रूप से जीत लिया, मगर मानवीयता इस युद्ध में बुरी तरह पराजित हुई। 'अठारह अक्षौहिणी सेना में सिर्फ दस लोग बचे रह गए। सात पांडव पक्ष के, तीन कौरव पक्ष के।' मृत्यु के इस भयंकर तांडव ने इस जीत को आनंदप्रदायिनी की बजाय आत्मा को कचोटने वाली अधिक बना दिया था। द्वारका से 'एक अक्षौहिणी नारायणी सेना गई थी कुरुक्षेत्र। द्वारका का ऐसा कोई परिवार नहीं, जिसके एक या दो सदस्य उस सेना में न रहे हो। विडम्बना यह रही कि कृष्ण अपनी ही सेना के प्रतिरोधी पक्ष के सेनापति रहे और यह निर्णय कृष्ण ने स्वयं लिया। कृष्ण पांडवों की सेना के सेनापति थे तो वहीं उनकी अपनी सेना कौरवों की ओर से लड़ी थी। महाभारत युद्ध के भीषण नर-संहार में पूरी नारायणी सेना का सफाया हो गया जिसके लिए द्वारका वासी कृष्ण को कभी माफ नहीं कर पाए। कृष्ण की अब तक की सफलताओं ने उन्हें ईश्वर के पद पर स्थापित कर दिया था परंतु इस बड़ी व अक्षम्य विफलता ने उन्हें वापस साधारण मनुष्य



की श्रेणी में ला पटका। जिस द्वारका के लोगों ने आजीवन उन्हें द्वारकाधीश के रूप में पूजा, युद्ध के पश्चात उन्हीं के द्वारा अवहेलना व साथ ही युद्ध व उसके उपरांत की विकट परिस्थितियाँ, उन्हें अपने कृत्यों व युद्ध की सार्थकता पर पुनर्विचार व पुनर्निरीक्षण को बाधित करती हैं। कृष्ण यह सोच कर बार बार उद्विग्न हो उठते हैं कि क्या युद्ध वास्तव में अवश्यम्भावी था या उसे रोका जा सकता था! यही उद्विग्नता कृष्ण को अपनी जीवन-यात्रा विश्लेषित करने को भी प्रेरित करती है। कैसे कृष्ण लल्ला, कान्हा, कन्हैया आदि से केशव, पुरुषोत्तम, जनार्दन, भगवान और प्रभु हो गए। इसकी वे पड़ताल करते हैं व पाते हैं कि उन्हें 'अवतारी पुरुष' बनाने में ब्राह्मणों व तपस्वियों-ऋषियों का योगदान रहा। कृष्ण विवेचन करते हैं कि दान-दक्षिणा के अलावा द्वारका में रहते हुए यादवों को संगठित कर एक सेना का निर्माण कर उन्होंने असुरों और राक्षसों का संहार करते हुए जिन ऋषियों-मुनियों-तपस्वियों के बचाव के लिए अभियान चलाया उससे उन्हें दो प्रमुख लाभ हुए, पहला कि उन्होंने युद्ध के नए-नए कौशल सीखे। लड़ाई की तरह-तरह की विधियाँ जानी। दूसरा, 'अवतारी पुरुष' के रूप में उनकी चर्चा होने लगी और प्रभास क्षेत्र, शंखोद्धार और रैवतक में ऋषि-मुनि जुटने लगे, यज्ञ और हवन करने लगे और उनकी स्तुति में वैदिक मंत्रों का पाठ शुरू कर दिया। इसके अलावा जरासंध व शिशुपाल के वध ने उन्हें आर्यावर्त के राजाओं के समक्ष एक अलग ही ऐश्वर्य प्रदान किया।

कृष्ण को उनकी इन सफलताओं के चमत्कार ने अवश्य ही ईश्वर का दर्जा दे दिया, मगर इन्हीं सफलताओं ने उनके व्यक्तिगत जीवन को विफलताओं का केंद्र बना दिया। व्यक्तिगत जीवन में कृष्ण न सफल प्रेमी बन पाए, न पति, न पिता और अंततः न ही समर्थ प्रजापालक ही। राधा से अतुलनीय प्रेम किया, मगर उसे जीवनसंगिनी न बना पाए आठ पत्नियों के रहते भी कभी किसी को पूरा समय न दे पाए, पितृ रूप में उनकी विफलता इससे उजागर होती है कि उन्हें अपने ही पुत्रों के नाम तक याद नहीं रह पाते व उनके पुत्रों को भी लगता है कि कृष्ण अपने पितृ-कर्तव्यों का सुचारु रूप से पालन न कर पाए। अंततः जिस प्रजा, जिस यदुवंश की उन्होंने नींव डाली उसी का अपने ही

हाथों समूल नाश करने को बाध्य हुए।

बंसीवादी कन्हैया से पाँचजन्यधारी कृष्ण बनने की अपनी यात्रा में सही गलत अनेक निर्णयों के परिणामों से जूझते हुए वे कब नितांत एकाकी व अकेले हो गए उन्हें पता भी न लगा। शायद चरम सफलता की इसी विडम्बना को रेखांकित करते हुए काशीनाथ सिंह ने अपने उपन्यास के मुख्य पृष्ठ पर लिखा है – 'चरम सफलता में निहित है एकाकीपन का अभिशाप।

ईश्वर से मनुष्य बनने की व अंत में एक साधारण मनुष्य की तरह मृत्यु प्राप्त करने की यात्रा पाठकों को बहुत कुछ विश्लेषित व विवेचित करने को मजबूर कर देती है। जिस यदुवंश के उन्नयन के लिए कृष्ण पूरे जीवन समर्पित रहे, उसी यदुवंश का अंत में स्वयं उन्होंने ही संहार कर दिया। कुंती का शाप अंततः फलीभूत हुआ व वे एक साधारण शिकारी के बाण से साधारण मनुष्य की भाँति मृत्यु को प्राप्त हुए। युद्ध कैसे न केवल आपसी सम्बन्धों को ही छिन्न-भिन्न करता है अपितु प्रकृति के साथ खिलवाड़ कैसे उसके और फिर समुदाय के विनाश का कारण बनता है, यह सब भी उपसंहार में काफी सार्थक रूप में प्रस्तुत हुआ है।

कुल मिलाकर, हम देख सकते हैं कि 'उपसंहार' उपन्यास में कृष्ण अपने मिथकीय चरित्र से काफी अलग रूप में नजर आए हैं। मिथक की सार्थकता भी शायद समय के साथ अपना रूप बदलते रहने में है और क्योंकि इसका जुड़ाव मानव मन से कहीं गहरा होता है, यह उसे अंदर तक प्रभावित कर पाने में भी समर्थ होता है। इस उपन्यास के माध्यम से कृष्ण के आधुनिक संशय-ग्रसित रूप को देख हम युद्ध व उससे जुड़े परिणामों पर भी विचार करने को मजबूर होते हैं। तीसरे विश्व युद्ध के कगार पर खड़े विश्व को यह उपन्यास दिखाता है कि युद्ध कभी भी समाधान नहीं हो सकता अपितु समस्याओं का बीज ही युद्ध के पश्चात विशाल व विकराल वृक्ष के रूप में प्रसारित हो सकता है। 'उपसंहार' में कृष्ण के ईश्वरत्व से मनुष्यत्व तक की यात्रा एक बुद्धिजीवी पाठक के समक्ष जीवन के अनेक चुनाव-मार्गों को खोलती हुई उसे अपना स्वयं का मार्ग चुनने की चुनौती देती दिखती है। उपन्यास की प्रासंगिकता इसी में निहित है। ■



प्रक्रिया को तेजी से करता है, बल्कि विभिन्न भाषाओं के बीच संवादिक संचरण को भी सरल और सुगम बनाता है। इसके साथ ही, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) प्रणाली भाषा के क्षेत्र में विभिन्न भाषाओं के विकास और उनकी सभी लोगों तक पहुँच को समर्थन देती है, जो विभिन्न भाषाओं में लिखने और बोलने वाले लोगों के लिए अच्छी खबर है।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) का भाषा क्षेत्र में प्रयोग के कुछ अन्य महत्वपूर्ण क्षेत्र:

- 1. भाषा समझना और अनुवाद:** कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) के उपयोग से भाषा को समझना और अनुवाद करना संभव हो गया है। इससे भाषा बाधाओं को कम किया जा सकता है और विश्व भर में विभिन्न भाषाओं के बीच संवाद को प्रोत्साहित किया जा सकता है।
- 2. संवाद बॉट्स:** आजकल कई वेबसाइट और एप्लिकेशन एक्सेलरेटेड कस्टमर सर्विस के लिए संवाद बॉट्स का उपयोग कर रहे हैं। ये बॉट्स ग्राहकों के सवालों का उत्तर देने में मदद करते हैं और उनकी समस्याओं का समाधान प्रदान करते हैं।
- 3. शिक्षा में इस्तेमाल:** कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) का उपयोग शिक्षा के क्षेत्र में भी किया जा रहा है। यह छात्रों को व्यक्तिगत शिक्षा प्रदान करने में मदद करता है और सीखने की प्रक्रिया को अधिक रूचिकर बनाता है।
- 4. समाचार और मीडिया:** कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) के उपयोग से समाचार पोर्टलों और मीडिया घरों तक समाचार पहुंचाने में मदद मिलती है। समाचार चौनलों और अखबारों के लिए आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस आर्टिकल लिखने में भी सहायक हो सकता है।
- 5. रोबोटिक्स:** भाषा के क्षेत्र में कृत्रिम बुद्धिमत्ता

(AI) के प्रयोग का एक अन्य महत्वपूर्ण दिशा रोबोटिक्स है। यहां, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) प्रोग्राम्स और रोबोट्स को विभिन्न भाषाओं को समझने और बोलने में मदद करते हैं, जिससे वे व्यक्तिगत सेवाएं प्रदान कर सकते हैं।

- 6. भाषा शैली और साहित्य:** कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) के माध्यम से विभिन्न भाषा शैलियों के लेखकों के लिए साहित्य के क्षेत्र में नए संवादों की रचना की जा सकती है।
- 7. विश्वसनीय स्रोतों की पहचान:** कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) भाषा क्षेत्र में फेक न्यूज और असत्य सूचनाओं को पहचानने में मदद कर सकता है और विश्वासित स्रोतों को प्रमोट करने में सहायक हो सकता है।

भाषा के क्षेत्र में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का प्रयोग एक नई क्रांति का प्रतीक है और इसका महत्व दिन प्रतिदिन बढ़ रहा है। यह हमारी संवादिकता को सुधारने, भाषाओं के बीच संचरण को सरल और प्रभावी बनाने तथा विभिन्न भाषाओं के विकास को प्रोत्साहित करने में मदद कर रहा है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता हिन्दी के स्थायी भविष्य को सुनिश्चित कर सकती है। इस तरह, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस भाषा के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण योगदान कर रहा है और हमारी सांस्कृतिक धरोहर को बचाने और सुरक्षित रखने में मदद कर रहा है।

यूनेस्को ने अपनी एक रिपोर्ट में कहा है कि दुनिया की 7200 भाषाओं में से लगभग आधी भाषाएं इस शताब्दी के अंत तक विलुप्त हो जाएंगी। अगर हम हिन्दी को विलुप्त होने वाली इन भाषाओं की सूची में नहीं देखना चाहते हैं तो हमें कृत्रिम बुद्धिमत्ता को खुले दिल से अपनाना चाहिए। ■



स्वाभाविक है जिसे वे सहजता से बोल भी पाएंगे। पेनिसिलवेनिया विश्वविद्यालय के भाषा विज्ञान के एक पुस्तक के अनुसार भाषा हमेशा बदलती रहती है। एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक जाते जाते शब्दों के नए उच्चारण विकसित होते हैं, कुछ नए शब्द प्रचालन में आ जाते हैं और कई शब्द मर भी जाते हैं। इस परिवर्तन का रूप भी भिन्न होता है कभी धीमा तो कभी तेज। मातृभाषा का मनमाने ढंग से प्रयोग बढ़ जाता है।

औद्योगिक अंचल होना और अधिकांश उद्योगों पर अंग्रेजों का नियंत्रण होना तथा अधिकांश प्रवासियों का बांग्ला भाषी होना भी इस बात पर बाल देता है कि नियोजक मजदूर से व्यवसाय सुलभ भाषा में ही बात करते हैं। इंग्लैंड से आए अंग्रेजों को अखिल भारतीय स्तर पर काम करने के लिए हिंदी सीखना आवश्यक होता था और इसी क्रम में हिंदी सीखना आसान भी। चूंकि मजदूरों से संवाद के लिए नियोजकों ने भी हिंदी को अपनाया परंतु उनकी मातृभाषा हिंदी न होने के कारण टूटी-फूटी होना, इस क्षेत्र में बसे लोगों को बांग्ला की अपेक्षा हिंदी बोलने में आसानी होना स्वाभाविक है। इस क्षेत्र में जनसंख्या का बड़ा हिस्सा मजदूरों का रहा है। पुराने समय के मजदूर कम पढ़े लिखे और अधिकांशतः अपनी बोली में ही बात करने वाले होते थे पर अपने मूल स्थान से विस्थापित होकर नए स्थान पर जाने पर खड़ी हिंदी में बोलना सीखना इनकी बाध्यता बन जाती है। अतः अंग्रेजों के अनुसार ही इनकी भी खड़ी हिंदी की बोली टूटी-फूटी होना स्वाभाविक है। इस क्षेत्र के मजदूरों की बोलियाँ मुख्यतः अंगिका, बज्जिका, मागधी, मैथिली, भोजपुरी, अवधी आदि हैं। अब अपनी बोली से इतर बोली वाले पड़ोसी से संवाद में दोनों की बोलियों के शब्दों का सम्मिश्रण होना स्वाभाविक ही है और यही सम्मिश्रण खड़ी हिंदी में भी है।

राज्य के एक विस्तृत भूभाग की जनसंख्या जब ऐसी सम्मिश्रित बोली बोलने लगे तो फिर उस भूभाग

की एक विशिष्ट भाषा हो जाना भी स्वाभाविक है। इसी लक्षण ने इस भूभाग की बोली को 'चटकलिया' रूप दिया। यह चटकलिया रूप चटकल क्षेत्र होने के कारण मिला और विशेषकर उन लोगों से मिला जो इन प्रवासियों के रिश्तेदार अपने पैतृक गाँव या शहर में ही बसे रहे, क्योंकि कुछ वर्ष बदले हुए भाषिक क्षेत्र में प्रवास कर लेने के बाद व्यक्ति उस भाषिक क्षेत्र की भाषा से आत्मसात कर लेता है तथा उसके साथ रह रहे उनके बच्चे भी भाषा के इस नए प्रारूप को अपना लेते हैं। बदलते समय के साथ व्यवहार की यह भाषा रूढ़ होती गई जिसका प्रभाव बोली में तो पड़ा ही, लिखित रूप में भी इसका प्रारूप झलकने लगता है।

कालांतर में विभिन्न समस्याओं के कारण जूट मिलें बंद होने लगीं और फिर बेरोजगारी के बढ़ते कुप्रभाव के कारण इस क्षेत्र के लोग अन्य स्थानों की ओर चले गए परन्तु जो लोग यहाँ रुके उनके बच्चों ने एक नई दिशा की तलाश में भारत की राजभाषा हिंदी की सेवा की ओर जाने का प्रयास प्रारंभ कर दिया। विद्यालय में पढ़ने वाले बच्चों का प्रारम्भिक ध्येय ही यही होने लगा कि हमें राजभाषा हिंदी की सेवा क्षेत्र में पदार्पण करना है और फिर भारत के अधिकांश सरकारी संस्थाओं में राजभाषा के पदों पर इस क्षेत्र के लोगों की बहुलता होने लगी। इस प्रकार चटकलिया भाषा और इस क्षेत्र के लोगों का राजभाषा के क्षेत्र में अतुलनीय योगदान बढ़ने लगा। यह आलेख लिखे जाने तक फिलहाल 'चटकलिया' भाषा का आधिकारिक रूप से उल्लेख किसी भी पुस्तक या आलेख में विवरण नहीं हुआ है। हालांकि अबतक यह भाषा बोली के स्तर तक ही सीमित है पर यदा-कदा हिंदी लिखते समय इसके प्रभाव में इस क्षेत्र के लेखक इसके शब्दों का अनायास ही प्रयोग करते हुए पाए जाते हैं। तथा प्रदेश के एक बड़े भूभाग में इस भाषा का आज भी बोलबाला है। इस समस्त विवरणों को देखते हुए इस भाषा पर विस्तारित शोध आवश्यक है। ■

सेल्फ केयर भी है महत्वपूर्ण

ख्याति सहगल, अवर श्रेणी लिपिक, मुख्यालय



सेल्फ केयर और सेल्फ लव हमारे लिए बहुत जरूरी है। हमें अपने ऊपर ध्यान देना और अपना ध्यान प्रथम स्थान पर रखना चाहिए। अपना ध्यान रखने के लिए हम बहुत सी चीजें कर सकते हैं जिसमें से सबसे पहली है अपने लिए समय निकलना और अपनी रुचि उजागर करना। हम अपने हर काम को लेकर काफी पार्टिकुलर होते हैं और अपना हर काम समय से पूरा करने के लिए स्वयं को कई बार एक्स्ट्रा थका भी देते हैं लेकिन जब बात हर दिन अपने लिए कुछ समय निकालने की आती है, तो वह हमें टाइम वेस्ट करना लगता है और उस समय में भी हम कुछ न कुछ प्रोडक्टिव करना चाहते हैं।

कुछ लोग सोचते होंगे अपने आप से पहले अपने परिवार को प्राथमिकता देना उचित होगा। जो पूरी तरह गलत भी नहीं है परन्तु अगर स्वयं आप ही खुश न हों और आपके अंदर ही सकारात्मकता न हो तो क्या आप अपनों को खुश रख पाएंगे? खुद की देखभाल करना न केवल हमारे मानसिक स्वास्थ्य के लिए अच्छा है बल्कि शारीरिक स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद है। अपने आप को दूसरों से कंपेयर करना छोड़ देना चाहिए। ऐसा करने से आप दूसरों से जलने लगते हो और दुखी रहने लगते हो। ऐसी बहुत सी बातें हैं जिनका पालन कर हम स्वयं को नकारात्मकता से दूर रख सकते हैं। ऐसे बदलाव कीजिए जिनकी मदद से आप खुद के प्रति अधिक लगाव महसूस करें और फिर आप पहले से अधिक खुश रहने लगेंगे। ■



वर्कप्लेस पर सीखें नई स्किल्स

विकेश रलहन, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, मुख्यालय



अगर आप सिर्फ काम करने के लिए जाते हैं। आपको वहाँ पर कुछ नई स्किल्स सीखने का प्रयास भी करना चाहिए। आपको अपने चारों ओर मौजूद योग्य व्यक्तियों के संपर्क में रहना चाहिए और नई स्किल्स के बारे में चर्चा करनी चाहिए। जानते हैं कि किस तरह से आप वर्कप्लेस पर नई स्किल्स सीख सकते हैं

1) अपनी कमियां पता करें

सबसे पहले आपको अपनी कमियों के बारे में जानकारी होनी चाहिए। आपको अपनी कमियों को सुधारना चाहिए कि मार्केट में किस स्किल की क्या वैल्यू है। इसके बाद स्किल्स की एक लिस्ट बनानी चाहिए। फिर आपको अपनी रुचि के अनुसार स्किल्स का चयन करना चाहिए।

2.) मेंटर खोजें

आपको वर्कप्लेस पर ऐसा मेंटर खोजना चाहिए जो आपको अपनी पसंद की स्किल्स को सीखा सके। इसके लिए आपको वर्कप्लेस पर योग्य सीनियर से मिलना चाहिए। आपको मेंटर के बताए रास्ते पर चलना चाहिए।

3) लगातार अभ्यास करें

जब आप कोई नई स्किल सीखें तो उसका अभ्यास जरूर करें। बिना अभ्यास के आप किसी भी काम में पारंगत नहीं हो सकते हैं। लगातार अभ्यास से आप नई स्किल में माहिर हो जाते हैं और आप मास्टरी हासिल करने की दिशा में आगे बढ़ने लगते हैं। अभ्यास करने के लिए आप इंटरनेट की मदद भी ले सकते हैं या आप

किसी स्किल्ड क्लीग के साथ भी समय गुजार सकते हैं।

4) अप्लाई करें

जब आप कोई नई स्किल्स सीखने लगें और आपको महसूस हो कि अब आप उस स्किल में ट्रेंड होते जा रहे हैं तो आपको उसे वर्कप्लेस पर अप्लाई करके देखना चाहिए। सफलता मिलने पर आपका विश्वास बढ़ता है। वर्कप्लेस पर किसी विश्वासपात्र क्लीग के साथ अपनी स्किलस को परख सकते हैं।

5) परिणाम स्वीकार करें

हमारा सबसे बड़ा डर यही होता है कि अगर जीवन में विफल हो गए तो फिर क्या होगा। और कमाल की बात तो यह है कि सफलता-विफलता के मानक हमारे दिमाग ने ही तय किए हैं। यही वजह है कि जैसा हमने सोचा, वही परिणाम आए तो हम सफल अन्यथा विफल। यदि हम अपने दिमाग को पहले से ही निर्देश दें कि परिणाम कैसा भी आए, वह सिर्फ परिणाम होगा और वह मुझे स्वीकार्य होगा। इस तरह से हम परिणाम के प्रति सहज हो जाएंगे।

6) रुको नहीं, चलते रहो

कई बार डर उस वक्त हमें जकड़ता है, जब हम उस काम को कर रहे होते हैं और हमें लगता है कि परिणाम सही नहीं आ रहे हैं। ऐसी स्थिति में हम रुक जाते हैं, ध्यान रहे कि रुकने पर डर ज्यादा हावी होगा। अपने प्रयास जारी रखें। यदि जरूरत हो तो अपने तरीके बदल लो, नए विकल्प तलाश लें, जरूरत हो तो मदद लें पर रुके नहीं। ■

प्लास्टिक कचरा विशेषतः एक बार इस्तेमाल होने वाले प्लास्टिक का गहरा संकट



प्लास्टिक शब्द की उत्पत्ति ग्रीक शब्द 'प्लास्ते' से हुई है, जिसका अर्थ है बनाना या ढालना प्लास्टिक का आविष्कार इंग्लैंड के अलेक्जेंडर पार्किन्स ने सन् 1862 में किया था। प्लास्टिक

की यह खूबी है कि यह अपने वजन का 2000 गुना तक वजन उठा सकती है।

प्लास्टिक हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बन गया है। दूध, तेल, घी, मसाले, आटा, चावल, दाल लगभग हर वस्तु को पैक करने में इसका इस्तेमाल किया जाता है। इस सिंगल – यूज प्लास्टिक को हम अपने दैनिक जीवन में डिब्बों, प्लेटों, कप, ग्लास, स्ट्रॉ, कोल्ड ड्रिंक की बोतल, पानी की बोतल तथा प्लास्टिक बैग के रूप में प्रतिदिन देखते हैं।

सिंगल – यूज प्लास्टिक या एक बार इस्तेमाल होने वाला प्लास्टिक आखिर क्या है। वह प्लास्टिक जो कुछ सेकेंड से कुछ घंटों में कूड़े के ढेर में बदल जाता है तथा दोबारा इस्तेमाल नहीं किया जाता, वह सिंगल यूज प्लास्टिक है, इसके उत्पादन में 40 या इससे कम माइक्रोन का इस्तेमाल किया जाता है।

दुनियाभर में प्रतिवर्ष 300 मिलियन टन प्लास्टिक का उत्पादन होता है, जिसमें से आधे से अधिक को एक बार इस्तेमाल कर फेंक दिया जाता है। भारत की रैंक प्लास्टिक इस्तेमाल में 5 वें स्थान पर है।

केंद्रीय प्रदूषण बोर्ड के अनुसार, दिल्ली में प्रतिदिन 690 टन, चेन्नई में 438 टन, कोलकाता में 426 टन तथा मुंबई में 408 टन प्लास्टिक कचरा फेंक दिया जाता है।

कुल प्लास्टिक उत्पादन का 10 प्रतिशत से 13 प्रतिशत की ही रिसाइक्लिंग हो पाती है। प्लास्टिक को गलने में 500 से 1000 वर्षों का समय लगता है। यही प्लास्टिक जमीन में जा कर मिट्टी की उत्पादक क्षमता को नष्ट कर देता है तथा समय के साथ माइक्रो कणों में तब्दील होकर जमीन तथा जल को जहरीला बना देता है। इस समय समुद्र में 500 अरब से भी ज्यादा टुकड़े माइक्रोप्लास्टिक कणों के रूप में तैर रहे हैं तथा जलीय जीवों को अपना शिकार बना रहे हैं।

एक अनुमान के मुताबिक, प्रतिवर्ष 1 लाख से भी ज्यादा पशु-पक्षियों की मृत्यु प्लास्टिक का कचरा खाने से होती है तथा मनुष्य भी इससे अछूता नहीं है। यह जमीन से उत्पादों के रूप में और नदियों से पानी के रूप में हम तक पहुँच रहे हैं तथा मनुष्य में अनेकों रोगों का कारण

हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, मुख्यालय

बन रहा है, कैंसर इसमें से प्रमुख है। अगर जल्द ही कदम ना उठाए गए तो यह वरदान अभिशाप बनकर हमें निगल जाएगा।

जरूरी कदम :-

- शुरुआत स्वयं से करें तथा मार्केट में जूट या कपड़े के थैले का इस्तेमाल करें।
- प्लास्टिक की प्लेट, ग्लास, चम्मच, बोतल के बजाए धातु या इको फ्रेंडली उत्पादों का इस्तेमाल करें।
- बच्चों को प्लास्टिक के खिलौनों की बजाए लकड़ी या इको फ्रेंडली खिलौने दें।
- पैकेट फूड में भी बहुतायात में प्लास्टिक का इस्तेमाल होता है तो पैकेट फूड खरीदने की बजाए स्थानीय उत्पादों की खरीदारी करें।
- प्लास्टिक उत्पादों की रिसाइक्लिंग जरूरी है इसलिए हमेशा कूड़ा कूड़ेदान में डालें।
- स्टोरेज के लिए प्लास्टिक उत्पादों की बजाए काँच या मिट्टी के बर्तनों या धातु के बर्तनों का इस्तेमाल किया जा सकता है।

सरकार के स्तर पर:

भारत को सही नीतियों तथा नियमों को अपनाना ही होगा। विश्व में रिसाइक्लिंग चैंपियन जर्मनी लगभग सभी प्लास्टिक की बोतल का रिसाइक्लिंग करता है, वहाँ के गरीब लोग कूड़े में से प्लास्टिक बोतलें उठाकर बेचते हैं तथा पैसा कमाते हैं, भारत में भी इस ओर कदम बढ़ाने की आवश्यकता है।

- सरकार को सिंगल-यूज प्लास्टिक के खतरों से जनता का जागरूक करना होगा तथा धीरे-धीरे इनका उत्पादन पूरी तरह बंद करना होगा।
- प्लास्टिक उत्पादों का निर्माण करने वाली कंपनियों पर पर्यावरण कर लगाया जा सकता है तथा इस टैक्स का इस्तेमाल ऐसे लोगों को प्रोत्साहन के रूप में दिया जा सकता है जो सिंगल-यूज प्लास्टिक को इकट्ठा कर सरकार द्वारा चिन्हित किसी विशेष जगह दें, वहाँ से प्लास्टिक को एकत्र कर उसकी रिसाइक्लिंग की जा सके। भारत में प्लास्टिक कचरा एक गंभीर संकट है तथा यह भारत सहित विश्व के पर्यावरण को दूषित कर रहा है तथा हमारे जल स्रोतों तथा खाद्य श्रृंखला को नष्ट कर रहा है अगर जल्द ही इसका निराकरण नहीं किया गया तो समुद्र में जलीय जीव से ज्यादा प्लास्टिक का भार होगा।

योग

दिव्या अदलखा, सहायक, मुख्यालय



**योग-योग सब कोई कहे
योग जाने ना कोय ।
अर्ध धार उरध चले
योग कहावे सोय ॥**



उपर्युक्त कथन हिमालय योगी महर्षि सदाफलदेव जी अपने कथन में क्या खूबसूरत बात कह गए। वह कह रहे हैं आत्मा की अर्ध धारा उर्ध्व में प्रवाहित करने को योग कहते हैं। योग द्वारा आत्मा प्रतिबंधन

से छूटकर सदा-सदा के लिए मुक्त हो जाती है।

महर्षि पतंजलि योग दर्शन के अनुसार चित्त की वृत्तियों का निरोध योग है। (चिंतवृत्ति विकार, अहंकार, लोभ, ईर्ष्या, मद, चिंता) गीता में भगवान श्रीकृष्ण ने एक ओर योग कर्मसु कौशलम अर्थात् कार्यों में कुशलता को ही योग है तो दूसरी ओर 'समत्वयोग उच्चयते' कहा है जिसका सामान्य अर्थ सुख और दुःख में समान रहना ही योग है ।

व्यावहारिक स्तर पर योग शरीर, मन और भावनाओं में संतुलन और सामंजस्य स्थापित करने का एक साधन है। आज का इंसान काफी बहिर्मुखी हो गया है अथवा भूल गया है जिस प्रकार वह अपने शरीर की इन्द्रियों को शौच, स्नान एवं भोजन से नियमित रखा है उसी प्रकार हमारे अंतर्मन को भी ध्यान की अत्यंत आवश्यकता है। तभी ऐसा उदाहरण दिया जाता है कि खूबसूरती केवल क्रीम लोशन लगाने की मोहताज नहीं है अपितु जैसा आप अंदर से भाव रखते हैं वही बाहर दिखता है ।

निजी स्तर पर मैंने अपने जीवन को इसी अनुसार व्यस्थित करने की कोशिश की है। यंत्रों और कृत्रिम रौशनी से हम स्वयं भी कृत्रिम भावों के गुलाम बन गए

है, यही कोलाहल जो बाहर दिख रहा है, यह दंगे, फसाद, अपनी कुंठाएं ही है।

देखा जाए तो मानव कभी आजाद रहा ही नहीं है, वह तो सदा अपने मन का गुलाम रहा है, और यही उसके जीवंत होने का प्रमाण है। मन चंचल है तभी हम जीवित है परन्तु आज हमारा मन चंचल गलत दिशा की ओर है, चंचलता जब निश्चलता में तब्दील हो जाती है तब वह इंसान की बर्बादी का कारण बन जाती है जो हम ने देखा भी है आज कल । मेरा रुझान योगमय अपने पिताजी की बीमारी के कारण से मौत के पश्चात हुआ। उनके बीमारी काल के दौरान ही मैंने मनोविज्ञान के बारे में पढ़ना शुरू किया एवं परास्नातक की शिक्षा शुरू की उसमें बहुत ही सुन्दर ढंग से हमारे मन के विचारों का हमारे शारीरिक स्तर पर हुए बदलावों का जुड़ाव जाना, फिर योग में आने के बाद मेरे द्वारा इन थ्योरी की बातों का एक व्यावहारिक रूप मिला । कैसे हमारे गुस्से का जुड़ाव कमजोर यकृत से होता है इत्यादि ।

अंत में बस यही कहना चाहूँगी एक लंबे जीवन की कामना हर किसी को होती है । परन्तु उस लंबे जीवन में भी अगर हम कृत्रिम मानव की तरह जीते रहे तो कोई मतलब नहीं इस जीवन का। ईश्वर ने यह शरीर दिया इसकी संभाल एवं देख रेख परम आवश्यक है। परन्तु उससे भी ज्यादा अपने मन को स्वस्थ रखना आवश्यक है।

अगर हम योग के ही आठ अंग सम नियम आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, ध्यान, धारणा पर काम करें तो आखिरी अंग समाधि में हम स्वतः स्थित हो जाएंगे। हठ योग एवं क्रियाओं से शरीर को बलिष्ठ बनाना ही सही है, क्योंकि यही स्थाई है। जब खो जाए तो सांसों पर लौट आना ही चेतना का पहला प्रमाण है एवं दीर्घायु का खजाना भी ।

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामया

सर्वे भद्राणि पश्यन्ति, माँ कश्चित् दुःख भवन्ति ।

आज के युग में केवल आसन, प्राणायाम एवं ध्यान को ही पूर्ण रूप से योग समझा जाता है परन्तु हम अगर शास्त्रों की तरफ रुख करें जिसमें से योग अध्ययन में प्रचलित पतंजलि योग सूत्र की बात करे जिसमें अष्टांग योग का वर्णन आता है अष्टांग योग को केवल आसन, प्राणायाम जो की हमारी शारीरिक व्याधियों को दूर करता है परन्तु योग स्वयं में एक जीवनशैली है। अष्टांग योगानुसार योग के आठ अंग अगर हम अपने जीवन में उतर ले तो हम स्वतः ही योग में होंगे, जिसका एक उदाहरण



इस प्रकार है!

1. पहला नियम – यह हमें हमारे नैतिक मूल्यों की ओर अग्रसर करने का एक जरिया है। नियम पांच यम-अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य एवं अपरिग्रह है। आज के कलयुग में जो हमें उपर्युक्त बताए गए पाँच नियमों का विपरीत मानव ही दिखता है। अगर हम अपने व्यवहार में अहिंसा एवं सत्य को बैठा लें, किसी भी रूप में चोरी या नकल से बचें, दूसरों पर गलत सोच या नजर न रखें तथा अपने ही साथी से निष्ठावान रहें तथा फालतू के अधिकार या चीजों को इक्कटा करने की होड़ एवं लालच से दूर रहें तो हम इन नियमों का पालन स्वतः ही कर पाएंगे।

2. दूसरा नियम – योग सूत्र का दूसरा अवयव है – शोच, संतोष, तापस, स्वाध्याय, ईश्वर प्रणिधान है यह पांचों ही नियम हमें भौतिक दुनिया से दूर अंतर मन तथा स्वः की तरफ मोड़ने का मार्ग है शोच जिसका अर्थ सफाई है परन्तु यह शोच सिर्फ शरीर को साफ रखना नहीं, जिसमें आज का मानव लगा हुआ है अपितु अपने विचारों एवं मन को स्वच्छ करना ही शोच है संतोष रखना जो मिला है उससे संतुष्ट रहना। फिर आता है स्वाध्याय खुद को पढ़ना, ध्यान लगाना, अच्छी एवं धार्मिक किताबें पढ़ना, एवं अपने शब्दों विचारों का चिंतन – मनन करना ही स्वाध्याय है। आखिरी अंग ईश्वर प्रणिधान है – अपने मन, वचन, कर्मों को सदा ईश्वर को याद रखना, पूजा करना एवं उनके जीवंत होने का एहसास करना ही यह है। कहा जाता है कि अगर हम मुश्किल परिस्थितियों में ईश्वर को याद रखें तो कठिनाइयों में वह हमारे साथ रहता है और मुश्किल वक्त आसानी से कट जाता है। निजी तौर पर मेरा यही मानना है की हम मुश्किल वक्त टाल नहीं सकते परन्तु यदि हम रोज अच्छे व बुरे वक्त में ईश्वर को याद रखें तो हम दोनों ही वक्त के चरम में नहीं जाएंगे। वह हमें संतुलित रखता है, तो ईश्वर को सदा याद रखें।

3. आसन 4. प्राणायाम 5. ध्यान

सबसे प्रचलित योग सूत्र अनुसार स्थिर सुखासनम अर्थात् आसन वही है जो हम लंबे समय तक कर पाए योग हमें वह हिम्मत देता है। गौर करने लायक बात यह है कि योग सूत्र का तीसरा, चौथा एवं पांचवा अंग पर सबसे ज्यादा ज्ञान आज बंट रहा है, योग के अनेक रूप – पावर योग, विनायासा योग आदि निकल आए हैं परन्तु सभी इसी बात से अज्ञान हैं कि अगर हम योग के पहले दो सूत्र यम एवं नियम का पालन नहीं करते तो इन तीनों का प्रभाव भी हमें पूर्णतः नहीं मिलेगा। उदाहरणतः योगशास्त्रानुसार योग हमेशा सुबह साफ, स्वच्छ होकर करना चाहिए परन्तु लोग सिर्फ सुबह पार्को

में जाकर योग के नाम पर दो चार आसन एवं प्राणायाम तथा लापटर योग करके ही उसे पूर्ण योग मान लेते हैं। हम यह नहीं समझ पाते कि जब तक हमारे अंदर के भाव एवं अंदर की दुनिया बैलेंस में नहीं होगी, तब तक हम शारीरिक स्तर पर बदलाव ला ही नहीं सकते। तभी हम आज इतनी शारीरिक व्याधियों की चपेट में हैं। चूँकि हमारा मन अलग उलझन में है और शरीर अलग। तब तो आँख बंद कर उसे ध्यान लगाना भी मिथ्या ही है, क्योंकि ध्यान आसन प्राणायाम के बाद ही लग सकता है, वह उसकी तैयारी है।

6. योगसूत्र का अगला अंग है प्रत्याहार। इसका अर्थ अपने ध्यान को भौतिक जगत से हटाकर खुद पर लगाना होता है। बाहरी जगत से आँखें बंद कर लेना ही प्रत्याहार नहीं है अपने मन मस्तिष्क को बाहरी आडम्बरों से मुक्त कर लेना प्रत्याहार है। निजी स्तर पर मैं यही मानती हूँ कि हम अपने आप में एक ब्रह्मांड है अगर हम खुद को पढ़ना शुरू करें, जानना शुरू करें तो रोज नयी दुनिया दिखेगी। बाहरी साधना से खुद को स्वच्छंद कर अंतर्मुखी होना ही प्रत्याहार है।

7. योगसूत्र का अगला अंग है धारणा – अर्थात् अपने मन को एक जगह एक बिंदु पर टिकाना। अपने मन की एक सी स्थिति रखना एवं उसे किसी भी हालत में उससे डिगने न देना यही धारणा है। यह तभी मुमकिन है अगर हमारा ईश्वर में असीम विश्वास हो, हमारी सभी धारणायें एवं ध्येय उन पर हो तभी हम इस अंग को ग्रहण कर पाएंगे।

8. योगसूत्र का आखिरी अंग है – समाधि (समाधि) अर्थात् ऊपर में समा जाना भौतिक जगत में जीते – जीते हमारी शक्तियाँ नीचे की ओर प्रवाहित होती हैं जब हम यम, नियम का पालन कर, आसन, प्राणायाम से शरीर को उस लायक बनाकर प्रत्याहार एवं धारणा पर अपने विश्वास को टिकाकर, ध्यान की ओर बढ़ते हैं तो हमारी चेतना स्वतः ही ऊपर की ओर बहने लगती है ध्यान का सर्वश्रेष्ठ बिंदु जो दोनों भौहों के बीच कहा गया है जहाँ से निरंतर चेतना का प्रवाह होता है जब हम उपर्युक्त सात नियमों का पालन करते हैं तो हमारी चेतना मूलाधार चक्र से सिमटती सिमटती – स्वाधिष्ठान, मणिपुर, अनाहत, आज्ञा, बिंदु से होती हुई सहस्रार तक सिमट जाती है। और हम खुद ब्रह्म में विलीन हो जाते हैं।

आज के कलयुग में अगर हम यम, नियम, आसन, प्राणायाम (ब्रेथ कंट्रोल), प्रत्याहार, धारणा, ध्यान को अपने जीवन में लाएं तो हम निरोगी होने के साथ – साथ एक अच्छी लंबी स्वतः चलित जिंदगी इस धरती पर गुजार सकते हैं और यही आज की मांग भी है। ■

राजभाषा अधिनियम, 1963

संवैधानिक प्रावधानों के अनुपालन में गठित राजभाषा आयोग की अनुशंसाओं की गंभीरता एवं क्रियान्वयन संबंधी तात्कालिक कठिनाईयों को ध्यान में रखते हुए राष्ट्रपति महोदय द्वारा आदेश, 1960 जारी किए गए तथा संविधान के अनुच्छेद 343(3) के प्रावधान के अनुसार राजभाषा अधिनियम, 1963 (यथा संशोधित, 1967) बनाया गया। इसमें कुल 9 धाराएँ हैं। अधिनियम के अंतर्गत धारा 3(3) 26 जनवरी 1965 से लागू है। अधिनियम की धारा 4 – संसदीय राजभाषा समिति के गठन एवं कर्तव्य से संबंधित है। अधिनियम की धारा 8 के तहत केन्द्रीय सरकार को इस अधिनियम के प्रयोजनों को कार्यान्वित करने के लिए नियम बनाने की शक्ति प्रदान की गई है।

राजभाषा अधिनियम, 1963 की धारा 3(3) के अंतर्गत 14 दस्तावेज एक साथ द्विभाषी (हिंदी व अंग्रेजी दोनों) रूप में जारी करना अनिवार्य है तथा यह दायित्व हस्ताक्षरकर्ता का होता है कि वो इसका अनुपालन सुनिश्चित करें। राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा 3(3) के अंतर्गत जारी किए जाने वाले दस्तावेज

1.	सामान्य आदेश (आदेश, अनुदेश, ज्ञापन, नोटिस, परिपत्र आदि) / General Orders (Orders, Instructions, Circulars, Memorandums, Decisions, etc.)	2.	अधिसूचना / Notifications
3.	प्रेस विज्ञप्तियाँ / टिप्पणियाँ / Press Communiques / Releases	4.	संविदाएं / Contracts
5.	करार / Contracts	6.	निविदाएं / Tenders
7.	अनुज्ञा पत्र / Permits	8.	अनुज्ञप्तियाँ / Agreements
9.	सूचना / Notices	10.	अनुज्ञा पत्र / Permits
11.	नियम / Rules	12.	संसद के एक सदन में या दोनों सदनों में प्रस्तुत सरकारी कागज-पत्र (रिपोर्टों के अलावा) / Officials papers laid before a house or both the houses of parliament (Other than reports)
13.	संसद में प्रस्तुति प्रशासनिक या अन्य प्रतिवेदन संसद में प्रस्तुति हेतु राजकीय कागजात / Administrative or other reports	14.	प्रशासनिक या अन्य रिपोर्टें (संसद के एक सदन में या दोनों सदनों में प्रस्तुत की गई रिपोर्टों के अलावा) / Official papers to be laid in parliament

राजभाषा संकल्प, 1968

उद्देश्य: सरकारी कामकाज में हिंदी का प्रयोग बढ़ाने के लिए अधिक गहन और व्यापक कार्यक्रम तैयार करना है। (प्रतिवर्ष राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय द्वारा वार्षिक कार्यक्रम जारी किया जाता है।) हिंदी के प्रयोग व प्रसार हेतु उठाए कदमों तथा प्रगति की समीक्षा को संसद के दोनों सदनों में वार्षिक मूल्यांकन रिपोर्ट के रूप में प्रस्तुत करना है। हिंदी व संविधान की आठवीं अनुसूची में समाविष्ट भाषाओं के समन्वित विकास के लिए कार्यक्रम तैयार करने के साथ-साथ त्रिभाषा –फॉर्मूला लागू करना है।

राजभाषा नियम, 1976

राजभाषा अधिनियम, 1963 की धारा 8 के अंतर्गत अधिनियम के प्रयोजनों को लागू करने के लिए 'नियम' बनाने का अधिकार दिया गया। सरकार ने राजभाषा (संघ के शासकीय प्रयोजनों के लिए प्रयोग) नियम, 1976 बनाए, जिसे 17 जुलाई, 1976 को भारत के राजपत्र में प्रकाशित किया गया। इन नियमों के अंतर्गत केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों की परिभाषा में सरकारी उपक्रमों, राष्ट्रीयकृत बैंकों आदि को भी लिया गया है। इन नियमों का विस्तार तमिलनाडु राज्य के सिवाय सम्पूर्ण भारत पर है। राजभाषा नियम, 1976 के प्रावधानों के अनुरूप भारत सरकार द्वारा हिंदी बोले जाने और लिखे जाने के आधार पर देश के राज्यों/संघ शासित प्रदेशों को भाषिक स्तर पर तीन क्षेत्रों (क्षेत्र 'क', 'ख' एवं 'ग') में वर्गीकृत किया गया है:-

क्षेत्र 'क'	बिहार, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, झारखंड, उत्तराखंड, राजस्थान, और उत्तर प्रदेश राज्य, तथा राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली और अंडमान व निकोबार द्वीप समूह संघ राज्य क्षेत्र है।
-------------	--



क्षेत्र 'ख'	गुजरात, महाराष्ट्र और पंजाब राज्य तथा चंडीगढ़, दादरा व नगर हवेली एवं दमन व दीव संघ राज्य क्षेत्र है।
क्षेत्र 'ग'	उपर्युक्त निर्दिष्ट के अतिरिक्त सभी राज्य तथा संघ राज्य क्षेत्र शामिल हैं।

नियम 5.

राजभाषा नियम, 1976 के नियम 5 के अनुसार हिंदी में प्राप्त पत्रादि के उत्तर हिंदी में (ही) दिए जाएंगे। इसका उल्लंघन किसी भी स्थिति में नहीं होना चाहिए।

नियम 6. हिंदी तथा अंग्रेजी दोनों का प्रयोग

अधिनियम की धारा 3 की उपधारा (3) में निर्दिष्ट सभी दस्तावेजों के लिए हिंदी और अंग्रेजी दोनों का प्रयोग किया जाएगा और ऐसे दस्तावेजों पर हस्ताक्षर करने वाले व्यक्तियों का यह उत्तरदायित्व होगा कि वे यह सुनिश्चित कर लें कि ऐसे दस्तावेज हिंदी और अंग्रेजी दोनों ही में तैयार किए जाते हैं, निष्पादित और जारी किए जाते हैं

नियम 7. आवेदन, अभ्यावेदन आदि

कोई स्टाफ / कर्मचारी अपना आवेदन, अपील या अभ्यावेदन हिंदी या अंग्रेजी में कर सकता है। हिंदी में लिखे अथवा हिंदी में हस्ताक्षरित अभ्यावेदन, आवेदन आदि के उत्तर हिंदी में ही दिए जाएंगे।

नियम 8 (4)

अधिसूचित कार्यालयों के प्रवीणता प्राप्त स्टाफ सदस्यों को हिंदी में शत-प्रतिशत कार्य करने हेतु व्यक्तिशः आदेश जारी किए जाते हैं।

नियम 9. हिंदी में प्रवीणता प्राप्त

यदि किसी स्टाफ सदस्य ने मैट्रिक परीक्षा या उसकी समतुल्य या उससे उच्चतर कोई परीक्षा हिंदी माध्यम से उत्तीर्ण कर ली है या

स्नातक परीक्षा में अथवा स्नातक परीक्षा की समतुल्य या उससे उच्चतर किसी अन्य परीक्षा में हिंदी को एक वैकल्पिक विषय के रूप में लिया था या

वह इन नियमों के उपाबद्ध प्रारूप में यह घोषणा करता है कि उसे हिंदी में प्रवीणता प्राप्त है, तो उसके बारे में समझा जाएगा कि उसने हिंदी में प्रवीणता प्राप्त कर ली है।

नियम 10. हिंदी का कार्यसाधक ज्ञान

यदि किसी स्टाफ सदस्य ने मैट्रिक परीक्षा या उसकी समतुल्य या उससे उच्चतर कोई परीक्षा हिंदी विषय के साथ उत्तीर्ण कर ली है या उसने प्राज्ञ या अन्य निर्धारित परीक्षा या केन्द्र सरकार द्वारा इस निमित्त विनिर्दिष्ट कोई अन्य परीक्षा उत्तीर्ण की हो या

वह इन नियमों के उपाबद्ध प्रारूप में यह घोषणा करता है कि उसे हिंदी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर लिया है, तो उसके बारे में समझा जाएगा कि उसे हिंदी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त है।

नियम 10 (4)

केन्द्रीय सरकार/बैंक की जिन शाखाओं/कार्यालयों में 80 प्रतिशत अथवा इससे अधिक स्टाफ सदस्यों ने हिंदी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर लिया है उन शाखाओं/कार्यालयों के नाम राजपत्र में अधिसूचित किए जाएंगे। इसके लिए प्रत्येक शाखा / कार्यालय में हिंदी ज्ञान रोस्टर अद्यतन रखा जाए। बैंक के HRMS में ऑन लाइन हिंदी ज्ञान रोस्टर उपलब्ध हैं।

नियम 11

इसके अंतर्गत निम्नलिखित सामग्री का द्विभाषिक / अपेक्षानुसार त्रिभाषिक रूप में होना अनिवार्य है:- मैनुअल, संहिताएं और प्रक्रिया संबंधी अन्य साहित्य, लेखन सामग्री की अन्य मर्दे, शाखा / कार्यालय के रजिस्ट्रों के प्रारूप और शीर्षक, नामपट्ट (name-plates), सूचना पट्ट (sign& boards), पत्रशीर्ष (letter&head), और लिफाफों पर प्रिंटेड लेख, मुहर (Stamp) आदि।

नियम 12: अनुपालन का उत्तरदायित्व

प्रत्येक कार्यालय के प्रशासनिक प्रधान का यह उत्तरदायित्व होगा कि वह यह सुनिश्चित करे कि राजभाषा अधिनियम और इन नियमों के उपबंधों और उपनियम (2) के अधीन जारी किए गए निर्देशों का समुचित रूप से अनुपालन हो रहा है। और इस प्रयोजन के लिए उपयुक्त और प्रभावकारी जांच के लिए उपाय करना अनिवार्य है तथा इसके लिए जाँच – बिंदु बनाना एवं निगरानी आवश्यक है। ■

हिंदी प्रयोग प्रोत्साहन योजना – वर्ष 2022 के अंतर्गत पुरस्कृत कार्मिक

क्र.सं.	अधिकारी / कर्मचारी का नाम (सर्वश्री / श्रीमती / कु.) / पदनाम	क्र.सं.	अधिकारी / कर्मचारी का नाम (सर्वश्री / श्रीमती / कु.) / पदनाम
1	टीकम सिंह, सहायक	39	मुकेश कुमार, सहायक
2	संदीप, सहायक	40	सुशील कुमार, सहायक
3	अमित यादव, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	41	कुंतल मेघ, सहायक
4	विनय कुमार श्रीवास्तव, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	42	सतीश सेठी, सहायक
5	सुरेन्द्र कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	43	रमेश चंद, सहायक
6	गौतम कुमार, सहायक	44	प्रवीण कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
7	प्रशांत कुमार, सहायक	45	गजेंद्र कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
8	अभिजीत बैतल, सहायक	46	अमित कुमार, अवर श्रेणी लिपिक
9	कुँवर सैन, सहायक	47	शशि भूषण, प्रवर श्रेणी लिपिक
10	रूपचंद सिंह, अवर श्रेणी लिपिक	48	मनोज कुमार, सहायक
11	अनिल कुमार, अवर श्रेणी लिपिक	49	रविन्द्र, प्रवर श्रेणी लिपिक
12	राहुल शर्मा, सहायक	50	मोहन लाल, सहायक
13	संजय गुंसाई, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	51	आकांक्षा जिंदल, सहायक
14	उपेंद्र पंडित, सहायक	52	मुरली मनोहर सुंदरम, सहायक
15	साहूकार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	53	रूपेश कुमार, सहायक
16	आशीष, अवर श्रेणी लिपिक	54	अमन सूद, सहायक
17	दिनेश सोन, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	55	जागृति, सहायक
18	बृज मोहन, सहायक	56	आनंद, अवर श्रेणी लिपिक
19	लोकेश कुमार, सहायक निदेशक	57	संजय कुमार सक्सेना, सहायक
20	तेजिंद्र सिंह, सहायक	58	एम.एल.प्रजापति, सहायक
21	मनिंदर, सहायक	59	फूलजेन्स कुल्लू, सहायक
22	आशीष जागलान, सहायक	60	अखिलेश कुमार, सहायक
23	जितेंद्र कुमार गोयल, सहायक	61	प्रमोद डबास, सहायक
24	राजू, प्रवर श्रेणी लिपिक	62	शुभांकित गौतम, सहायक
25	तारादत्त शर्मा, प्रवर श्रेणी लिपिक	63	कुलदीप, प्रवर श्रेणी लिपिक
26	प्रवीण राणा, प्रवर श्रेणी लिपिक	64	कविता, सहायक
27	गुरमीत सिंह आनंद, सहायक निदेशक	65	कमलेश कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक
28	मनीष कुमार, सहायक	66	राजेश, अवर श्रेणी लिपिक
29	सुधीर डबास, सहायक	67	विरेन्द्र कुमार, सहायक
30	पंकज पाराशर, सहायक	68	आशा रानी, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
31	अमित कुमार सिंह, प्रवर श्रेणी लिपिक	69	मनमोहन, सहायक
32	नरेंद्र कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक	70	गार्गी सिंह, सहायक
33	नीरज नारायण सिंह, सहायक	71	मंजु डगराल, सहायक
34	संदीप कुमार मलिक, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	72	हयात सिंह बिष्ट, सहायक
35	विकेश रल्हन, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	73	दीपक सिंह, प्रवर श्रेणी लिपिक
36	संजय वर्मा, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	74	राजेश चंद्र डिमरी, सहायक
37	नीरज कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक	75	विशाल कुमार, सहायक
38	शैली शर्मा, सहायक	76	सैलेश कुमार यादव, सहायक
		77	रोहित कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक



हिंदी प्रयोग प्रोत्साहन योजना – वर्ष 2022 के अंतर्गत पुरस्कृत कार्मिक

क्र.सं.	अधिकारी/कर्मचारी का नाम सर्व श्री/श्रीमती/कु./पदनाम
78	धर्मेन्द्र कुमार, सहायक निदेशक
79	मनमोहन मीना, सहायक
80	श्रवण सिंह रावत, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
81	प्रदीप कुमार, सहायक
82	रितेश कुमार सिंह, सहायक
83	अमरेन्द्र कुमार, सहायक
84	श्रीकांत प्रसाद, सहायक
85	हुकम बहादुर थापा, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
86	मुकेश कुमार, सहायक
87	उमेश चौरसिया, सहायक
88	पुनीत सैनी, सहायक
89	मोहम्मद इकराम अली, सहायक
90	विकास प्रधान, सहायक
91	दीपक चंद्र, सहायक
92	संदीप शर्मा, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
93	राहुल कुमार मीणा, सहायक
94	अदिति गौड़, प्रवर श्रेणी लिपिक

क्र.सं.	अधिकारी/कर्मचारी का नाम सर्व श्री/श्रीमती/कु./पदनाम
95	रवि कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
96	गंगा रानी फूलारा, प्रवर श्रेणी लिपिक
97	गीता त्रिपाठी, प्रवर श्रेणी लिपिक
98	मुनीब खान, सहायक
99	दीपक कुमार, सहायक
100	जितेंद्र मीना, अवर श्रेणी लिपिक
101	अमित कुमार सिन्हा, सहायक
102	दीपक पवार, सहायक
103	ललित कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
104	विक्रांत शर्मा, सहायक
105	खुशबू सेठी, प्रवर श्रेणी लिपिक
106	नितीश गुप्ता, सहायक
107	रवि कुमार, सहायक
108	अनिल कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
109	हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी
110	विकास सांगवान, सहायक निदेशक
111	विनीत कुमार लखेरा, सहायक

मूल हिन्दी टिप्पण-आलेखन प्रोत्साहन योजना – वर्ष 2022-23 के पुरस्कार के अंतर्गत पुरस्कृत विजेता

क्र. सं.	प्रतिभागी का नाम एवं पदनाम	शाखा का नाम	पुरस्कार श्रेणी	राशि (रुपये में)
1	खुशबू सेठी, प्रवर श्रेणी लिपिक	केंद्रीय विश्लेषण आसूचना इकाई	प्रथम	5000/-
2	हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी	केंद्रीय विश्लेषण आसूचना इकाई	प्रथम	5000/-
3	रवि कुमार, सहायक	केंद्रीय विश्लेषण आसूचना इकाई	द्वितीय	3000/-
4	विक्रांत शर्मा, सहायक	केंद्रीय विश्लेषण आसूचना इकाई	द्वितीय	3000/-
5	हयात सिंह बिष्ट, सहायक	स्थापना-5	द्वितीय	3000/-
6	नितीश गुप्ता, सहायक	केंद्रीय विश्लेषण आसूचना इकाई	तृतीय	2000/-
7	विशाल कुमार, सहायक	स्थापना-5	तृतीय	2000/-
8	राहुल शर्मा, सहायक	विधि	तृतीय	2000/-
9	मुकेश कुमार, सहायक	रोकड़	तृतीय	2000/-
10	ज्ञान शेखर, सहायक	केंद्रीय विश्लेषण आसूचना इकाई	तृतीय	2000/-

वर्ष 2022 में आयोजित हिन्दी पखवाड़ा प्रतियोगिताओं के विजेता

1. हिंदी टिप्पण व आलेखन प्रतियोगिता 19.09.2022				
हिंदी भाषी				
1	श्री हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, स्थापना शाखा-1	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री हयात सिंह बिष्ट, सहायक, स्थापना शाखा-5	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
3	श्री विशाल कुमार, सहायक, स्थापना शाखा-5	तृतीय	रु. 1,200 /-	
4	श्री हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, केंद्रीय विश्लेषण एवं आसूचना इकाई शाखा	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
5	श्री अनिल कुमार तंवर, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, विधि शाखा	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
हिंदीतर				
1	श्री सैकत चक्रवर्ती, सहायक, सतर्कता शाखा	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री एम. पवन कुमार, जैव चिकित्सा अभियंता, प्रापण प्रकोष्ठ	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
2. राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता 20.09.2022				
हिंदी भाषी				
1	श्री हयात सिंह बिष्ट, सहायक, स्थापना शाखा-5	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, स्थापना शाखा -1	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
3	श्री राहुल कुमार मीना, सहायक, चिकित्सा -2,3 शाखा	तृतीय	रु. 1,200 /-	
4	श्री हरीश कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, केंद्रीय विश्लेषण एवं आसूचना इकाई शाखा	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
5	निरंजन लाल सैनी, प्रवर श्रेणी लिपिक, दर संविदा प्रकोष्ठ	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
हिंदीतर				
1	श्री एम. पवन कुमार, जैव चिकित्सा अभियंता, प्रापण प्रकोष्ठ	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री सैकत चक्रवर्ती, सहायक, सतर्कता शाखा	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
3	श्री केशव मैती, प्रवर श्रेणी लिपिक, विधि शाखा	तृतीय	रु. 1,200 /-	
3. हिंदी निबंध प्रतियोगिता 21.09.2022				
हिंदी भाषी				
1	श्री विपिन कुमार, सहायक, सतर्कता शाखा	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री अमित कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक, चिकित्सा -2,3 शाखा	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
3	श्री राहुल कुमार मीना, सहायक, चिकित्सा -2,3 शाखा	तृतीय	रु. 1,200 /-	
4	श्री हयात सिंह बिष्ट, सहायक, स्थापना शाखा-5	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
5	श्री रवि कुमार शर्मा, सहायक, वित्त एवं लेखा-1 शाखा	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
हिंदीतर				
1	श्री एम. पवन कुमार, जैव चिकित्सा अभियंता, प्रापण प्रकोष्ठ	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री सैकत चक्रवर्ती, सहायक, सतर्कता शाखा	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
4. हिंदी वाक् प्रतियोगिता 23.09.2023				
हिंदी भाषी				
1	श्री जितेन्द्र कुमार गोयल, सहायक, सूचना का अधिकार शाखा	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री अमित कुमार, प्रवर श्रेणी लिपिक, चिकित्सा -2,3 शाखा	द्वितीय	रु. 1,500 /-	
3	श्री गजेन्द्र कुमार, सामाजिक सुरक्षा अधिकारी, स्थापना -6 शाखा	तृतीय	रु. 1,200 /-	
4	श्री सतीश सेठी, सहायक, स्थापना-1 शाखा	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
5.क	श्री रवि कुमार शर्मा, सहायक, वित्त एवं लेखा-1 शाखा	प्रोत्साहन	रु. 500 /-	
5.ख	श्री राहुल कुमार मीना, सहायक, चिकित्सा -2,3 शाखा			
हिंदीतर				
1	श्री सैकत चक्रवर्ती, सहायक, सतर्कता शाखा	प्रथम	रु. 1,800 /-	
2	श्री एम. पवन कुमार, जैव चिकित्सा अभियंता, प्रापण प्रकोष्ठ	द्वितीय	रु. 1,500 /-	

सोशल मीडिया में राजभाषा

ESIC - Healthy Workforce - Prosperous India @esichq · Sep 26 ...

राजभाषा पखवाड़ा 2023 के अंतर्गत कार्मिकों में हिन्दी पुस्तकों के प्रति रुचि उत्पन्न करने के उद्देश्य से कर्मचारी राज्य बीमा निगम, मुख्यालय में दिनांक 26.09.2023 को हिन्दी पुस्तक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया।

www.esic.gov.in @esichq @esichq @esichq @esichq @esichq @esichq

1 5 14 1,092

ESIC - Healthy Workforce - Prosperous India @esichq · 20h ...

संसदीय राजभाषा समिति द्वारा क्षेत्रीय कार्यालय, जयपुर एवं कर्मचारी राज्य बीमा निगम, आदर्श अस्पताल, जयपुर का दिनांक 04.10.2023 को राजभाषा संबंधी निरीक्षण कार्यक्रम संपन्न किया गया।

संसदीय राजभाषा समिति द्वारा राजभाषा संबंधी निरीक्षण संपन्न

कर्मचारी राज्य बीमा निगम, जयपुर, राजस्थान

www.esic.gov.in @esichq @esichq @esichq @esichq @esichq @esichq @esichq

1 1 5 750



ESIC - Healthy Workforce - Prosperous India @esichq · Sep 13 ...

संसदीय राजभाषा समिति द्वारा दिनांक 13.9.2023 को कर्मचारी राज्य बीमा निगम के उप क्षेत्रीय कार्यालय, ठाणे और उप क्षेत्रीय कार्यालय, नासिक का राजभाषा निरीक्षण कार्यक्रम संपन्न किया गया।

3 10 30 2,672

ESIC - Healthy Workforce - Prosperous India @esichq ...

संसदीय राजभाषा समिति द्वारा दिनांक 14 जुलाई कर्मचारी राज्य बीमा निगम को कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय पटना और रांची का राजभाषा निरीक्षण रांची, झारखण्ड में संपन्न किया गया।

4:53 PM · Jul 15, 2023 · 1,900 Views

ईएसआईसी सामाजिक सुरक्षा हितलाभ योजना



अधिक जानकारी के लिए निम्नलिखित पर विजिट करें

www.esic.gov.in

[@esichq](https://www.linkedin.com/company/esic)

[@esichq](https://twitter.com/esichq)

[@esichq](https://www.facebook.com/esichq)

[@esichq](https://www.instagram.com/esichq)

[@esichq](https://www.youtube.com/channel/UC...)

[@esichq](https://www.whatsapp.com/channel/0029...)

[@esichq](https://www.tiktok.com/@esichq)



QR कोड स्कैन करें



क.रा.बी.नि.
E.S.I.C.

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
श्रम एवं रोजगार मंत्रालय
भारत सरकार
Ministry of Labour & Employment
Government of India

Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi - 110 002
Toll-Free No.1800-11-2526, Medical Helpline No. 1800-11-3839
Website: www.esic.nic.in, www.esic.in

[esic.nic.in](http://www.esic.nic.in) [@esichq](https://www.facebook.com/esichq) [@esichq](https://www.instagram.com/esichq) [@esichq](https://www.youtube.com/esichq) [@esichq](https://www.linkedin.com/company/esichq) [@esichq](https://www.pinterest.com/esichq) [@esichq](https://www.tiktok.com/@esichq)