

टीएचडीसी

# पहल

राजभाषा

गृह-पत्रिका

अंक: 24

जनवरी-अप्रैल,  
2020



टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड  
THDC INDIA LIMITED



## सच्चिदानंद हीरानंद वात्स्यायन “अज्ञेय”

सच्चिदानंद हीरानंद वात्स्यायन “अज्ञेय” (07 मार्च, 1911 – 04 अप्रैल, 1987) को कवि, शैलीकार, कथा-साहित्य को एक महत्वपूर्ण मोड़ देने वाले कथाकार, ललित-निबंधकार, संपादक और अध्यापक के रूप में जाना जाता है। इनका जन्म 07 मार्च, 1911 को उत्तर प्रदेश के कसया, पुरातत्व-खुदाई शिविर में हुआ। बचपन लखनऊ, कश्मीर, बिहार और मद्रास में बीता। बी.एससी. करके अंग्रेजी में एम.ए. करते समय क्रांतिकारी आंदोलन से जुड़कर बम बनाते हुए पकड़े गए और वहां से फरार भी हो गए। सन् 1930 ई. के अंत में पकड़ लिए गए। अज्ञेय प्रयोगवाद एवं नई कविता को साहित्य जगत में प्रतिष्ठित करने वाले कवि हैं। अनेक जापानी हाइकु कविताओं को “अज्ञेय” ने अनुदित किया। बहुआयामी व्यक्तित्व के एकांतमुखी प्रखर कवि होने के साथ-साथ वे एक अच्छे फोटोग्राफर और सत्यान्वेशी पर्यटक भी थे।

“अज्ञेय” बीसवीं शताब्दी के हिंदी साहित्य के नवोदय के सूत्रधार हैं। कवि और गद्यकार दोनों ही रूपों में उन्होंने नई दिशाओं का आविष्कार और परिष्कार किया। उन्होंने कविता को छायावादी अतिशय भावुकता और प्रगतिवाद एकांगी मानसिकता से अलग कर एक नई काव्य भूमि की ओर ले जाने का बीड़ा उठाया। “अज्ञेय” स्वभाव से ही विद्रोही थे। उन्होंने अपने जीवन को अपने ढंग से, जगह बदल-बदल कर तरह-तरह से जाना और जिया। इससे उत्पन्न परितोष को कविता में उन्होंने इस तरह व्यक्त किया – “मैं मरुंगा सुखी/क्योंकि तुमने जो जीवन दिया था/उससे मैं निर्विकल्प खेला हूँ/खुले हाथों से मैंने उसे वारा है/मैं मरुंगा सुखी/मैंने जीवन की धज्जियां उड़ाई हैं”। अज्ञेय जी के लेखन के केंद्र में निहित व्यक्ति मुक्त है, मूल्य सर्जक है और जिम्मेदारी के अहसास से भरा हुआ भी। दूसरे तक मूल्यबोध को पहुंचाना अज्ञेय साहित्यकार का दायित्व मानते हैं। यही उनकी सामाजिक प्रतिबद्धता है।

### उनकी प्रमुख रचनाएं हैं :-

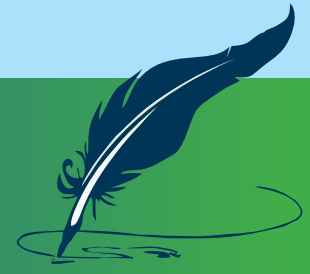
**कविता संग्रह-** भग्नदूत, चिंता, हरी घास पर क्षण भर, बावरा अहेरी, अरी ओ करुणा प्रभामय, आंगन के पार द्वार, कितनी नावों में कितनी बार  
**कहानियां-** विपथगा, परंपरा, कोठरी की बात, शरणार्थी, जयदोल  
**उपन्यास-** शेखर एक जीवनी- प्रथम भाग (उत्थान), द्वितीय भाग(संघर्ष), नदी के द्वीप  
**यात्रा वृत्तान्त-** अरे यायावर रहेगा याद ?, एक बूँद सहसा उछली

**निबंध संग्रह-** सबरंग, त्रिशंकु, आधुनिक साहित्य-एक आधुनिक परिदृश्य, आलवाल  
**आलोचना-** त्रिशंकु, आत्मनेपद, भवंती, अद्यतन  
**संस्मरण-** स्मृति लेखा  
**डायरियां-** भवंती, अंतरा और शाश्वती  
**विचार गद्य-** संवत्सर  
**नाटक-** उत्तरप्रियदर्शी  
**जीवनी-** रामकमल राय द्वारा लिखित शिखर से सागर तक





## निदेशक (कार्मिक) की कलम से



प्रिय साथियों,

इस समय समूचा विश्व कोरोनावायरस (कोविड-19) नामक संक्रमित महामारी के प्रकोप से गुजर रहा है। हमारा देश भारतवर्ष भी इससे अछूता नहीं रहा है। देश के कुशल शीर्ष नेतृत्व ने इस महामारी को भारतवर्ष में फैलने से रोकने के लिए तत्काल जो कदम उठाए, वे वास्तव में प्रशंसनीय हैं। सरकार के निर्देशों का पालन भारत की जनता के द्वारा पूरे मनोयोग से किया जा रहा है अन्यथा इस महामारी के प्रकोप से 130 करोड़ लोगों की आबादी वाले हमारे देश में स्थिति अत्यधिक बदतर एवं हृदय विदारक हो सकती थी।

इस महामारी को फैलने से रोकने में सभी सरकारी संस्थाओं द्वारा भी अपना पूर्ण योगदान सरकार को दिया जा रहा है। चाहे पुलिस एवं प्रशासन हो, स्वास्थ्यकर्मी हों या कोई भी सरकारी तंत्र हो। सभी ने अपने-अपने स्तर पर सरकार के साथ कंधे से कंधा मिलाकर इस प्रकोप से लड़ने का बीड़ा उठाया हुआ है।

इस विकट स्थिति में टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड के अधिकारियों एवं कर्मचारियों का योगदान भी सराहनीय रहा है। निगम के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने अपने वेतन से पीएम केयर्स एवं मुख्यमंत्री आपदा राहत कोष में भी योगदान दिया। अनेक अधिकारी एवं कर्मचारी लॉकडाउन में आवश्यक सेवाओं में दिन-रात जुटे रहे तथा विद्युत गृहों में निरंतर अपनी सेवाएं देते रहे जिससे देश को निर्बाध विद्युत की आपूर्ति जारी रही। निगम ने अपने सीएसआर कार्यक्रम के अंतर्गत गरीब एवं वंचित समुदाय के लोगों को आवश्यक सामग्री का वितरण

किया जिससे उनका जीवन-यापन सुचारु तरीके से चल सके। वे अधिकारी एवं कर्मचारी भी प्रशंसा के पात्र हैं जिन्होंने लॉकडाउन की अवधि के दौरान स्वयं एवं अपने परिवार को अपने आवासों में बंद कर लिया और कार्यालय के कार्य अपने घर से संचालित करते रहे। वास्तव में यह उनके धैर्य की बहुत बड़ी परीक्षा थी जिसमें वे सफल रहे।

इस वैश्विक आपदा के कारण पूरे विश्व के साथ हमारा देश भी ठहर सा गया है। निगम के अनेक कार्यकलापों में भी इसके कारण ठहराव आया है। यह महामारी एकदम गायब होने वाली नहीं है इसलिए सरकार ने धीरे-धीरे देश को अनलॉक करने का फैसला लिया एवं अनेक वाणिज्यिक एवं व्यावसायिक गतिविधियां फिर से पटरी पर लौटने लगी है। अब इस महामारी से सावधान रहने के लिए सरकार के द्वारा जारी दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए अपने कार्यकलाप पुनः उसी गति से प्रारंभ करने होंगे, जिस गति से वे महामारी से पूर्व चल रहे थे। तो आइए! हम सब मिलकर संकल्प लें कि नई शुरुआत करते हुए पूरे मनोयोग से अपने-अपने क्षेत्र के कार्यों में पुनः जुट जाएं तथा लॉकडाउन के कारण लंबित रह गए कार्यों को निपटाने में मेहनत और लगन के साथ बाउंस बैक करें, इसके साथ ही अपना एवं अपने परिवार के स्वास्थ्य का सदैव ख्याल रखें।

इन्हीं आकांक्षाओं एवं अपेक्षाओं के साथ मेरी ओर से आप सभी को उत्तम स्वास्थ्य की मंगलकामनाएं!

धन्यवाद!

विजय गोयल  
निदेशक(कार्मिक)



## संपादकीय



हिंदी गृह पत्रिका "पहल" का 24वां अंक आपके सम्मुख प्रस्तुत है। यह जनवरी-अप्रैल, 2020 अंक है। जिसे मई, 2020 में प्रकाशित किया जाना था। वर्ष 2020 एवं 2021 में प्रकाशित होने वाले अंकों के लिए नई निविदा की जानी थी। परन्तु पूरे भारत में मार्च में कोरोनावायरस नामक महामारी के कारण हुए लॉकडाउन से निविदा की प्रक्रिया में विलंब हुआ जिससे इस अंक के प्रकाशन में भी विलंब हुआ।

इस पत्रिका की गौरवशाली विकास यात्रा में इसके प्रथम अंक के प्रकाशन से ही श्री अशोक कुमार श्रीवास्तव, पूर्व वरि. प्रबंधक (हिंदी) का संपादक के रूप में योगदान रहा। श्री श्रीवास्तव जी की सेवानिवृत्ति 30 जून, 2020 को हो गई है एवं अब इस पत्रिका के संपादन का दायित्व मुझे सौंपा गया है। मेरी भरसक कोशिश रहेगी कि यह पत्रिका नियमित रूप से प्रकाशित होती रहे और हर बार नए कलेवर में आपके सम्मुख आए।

टीएचडीसी इंडिया लि. के कर्मचारियों ने लॉकडाउन की अवधि का सदुपयोग करते हुए अनेक लेख प्रेषित किए हैं। इनमें से अधिकांश लेख स्वास्थ्य देखभाल से

संबंधित हैं जो कि इस विकट स्थिति में प्रासंगिक भी हैं। हमने यह कोशिश की है कि इन लेखों को अधिकाधिक प्रकाशित किया जाए। साथ ही पत्रिका के अन्य पक्षों का ख्याल रखते हुए अन्य विषयों से संबंधित लेखों, व्यंग्य, राजभाषा नीति एवं कविताओं को भी स्थान दिया जाए। यदि पत्रिका में स्थान के अभाव के कारण कोई लेख प्रकाशन से छूट गया हो तो हम इसके लिए क्षमा चाहते हैं। हम प्रयास करेंगे कि शेष बच गए लेख पत्रिका के अगले अंकों में प्रकाशित करें।

हम इस पत्रिका के प्रकाशन में निरंतर रूप से प्राप्त हो रहे सहयोग के लिए सभी सुधी पाठकों, लेखकों और रचनाकारों का हृदय से आभार व्यक्त करते हैं। आपके सुझाव एवं प्रतिक्रियाएं हमें प्रेरणा देते हैं और प्रोत्साहित करते हैं। अतः अनुरोध है कि अपने अमूल्य सुझावों से हमारा मार्गदर्शन अवश्य ही करते रहें।

धन्यवाद !

पंकज कुमार शर्मा  
वरि. हिंदी अधिकारी



# पहल

हिंदी अनुभाग, मुख्यालय  
टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड  
की राजभाषा गृह पत्रिका (अंक-24)

मुख्य संरक्षक  
श्री डी.वी.सिंह

अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक

संरक्षक

श्री विजय गोयल  
निदेशक(कार्मिक)

सलाहकार एवं मार्गदर्शक  
श्री ईश्वरदत्त तिग्गा

उप महाप्रबंधक (कार्मिक-स्था./हिंदी)

संपादक

श्री पंकज कुमार शर्मा  
वरि. हिंदी अधिकारी

संपादन सहयोग

श्री नरेश सिंह  
कनि. अधिकारी (हिंदी)

श्रीमती मंजु तिवारी

उप अधिकारी (कार्यालय प्रशासन)

संपर्क सूत्र

संपादक

“पहल”

हिंदी अनुभाग, मुख्यालय  
टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड  
भागीरथी भवन, प्रगतिपुरम, बाईपास रोड,  
ऋषिकेश-249201, उत्तराखंड  
दूरभाष : 0135-2473614

पहल पत्रिका में प्रकाशित लेखकों के विचार उनके अपने हैं। इनसे टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड प्रबंधन का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

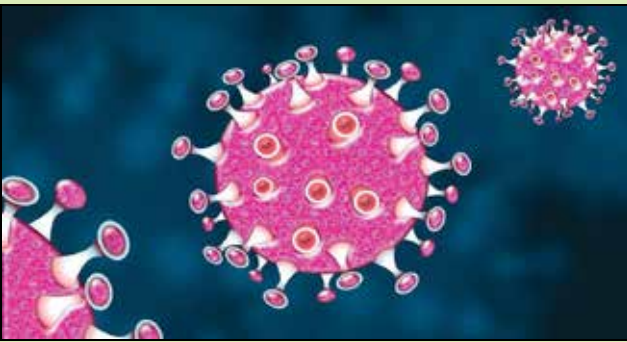
## विषय सूची

लेख/तकनीकी लेख/प्रेरक प्रसंग	पृष्ठ सं.
1 कोविड-19 से लड़ने के लिए सीएसआर फंडिंग	4
2 आ अब लौट चलें	8
3 हिंदी की शक्तियां	10
4 चंदालाल	11
5 महामारी	13
6 आचार्य कय्यट	14
7 कोरोनावायरस आपदा में स्वैच्छिक रक्तदान	16
8 सामान्य विद्युत सुरक्षा युक्तियां	18
9 हिंदी के विकास की विशेषताएं	19
10 स्वास्थ्य परिचर्चा – थॉयराइड	20
11 राज्यों का वर्गीकरण – क्षेत्रवार	22
12 संस्कृति एवं सभ्यता	23
13 हिंदी अनुभाग की ओर से-वार्षिक कार्यक्रम	24
<b>कविताएं</b>	
14 नदी की पुकार	26
15 मुस्कुराना तो बनता है/इंसान का गुरूर	27
16 सब कहते हैं, मैं जीत गया/जिंदगी	28
17 आरजू/खाली वक्त/मनुष्य की उत्पत्ति	29
18 शहरी और पहाड़ी/लक्ष्य से तू न विचलना	30
19 कोरोना बनाम विश्व	31
20 लाचार बुढ़ापा	32
<b>राजभाषा गतिविधियां एवं कार्यक्रम</b>	
21 हिंदी कार्यशाला का आयोजन	33
22 रंग बरसे प्रतियोगिता का आयोजन	34
23 कारपोरेट स्तरीय ई-मेल प्रतियोगिता	35
24 नारा लेखन प्रतियोगिता के पुरस्कृत नारे	35
25 नराकास हरिद्वार की 29वीं अर्धवार्षिक बैठक	36
26 टिहरी यूनिट में कवि सम्मेलन का आयोजन	37
27 नराकास, टिहरी की 17वीं अर्धवार्षिक बैठक	38
28 हास-परिहास	40

## सीएसआई की पहुँच : कोविड-19 से लड़ने के लिए सीएसआर फंडिंग एक सही कदम

— डॉ. ए. एन. त्रिपाठी, उप महाप्रबंधक (कार्मिक/के.सं.),  
गौरव कुमार, उप प्रबंधक (के.सं.) और रॉबिन सिंघल, उप प्रबंधक (वित्त), ऋषिकेश

### कोविड-19 : वर्तमान संदर्भ —



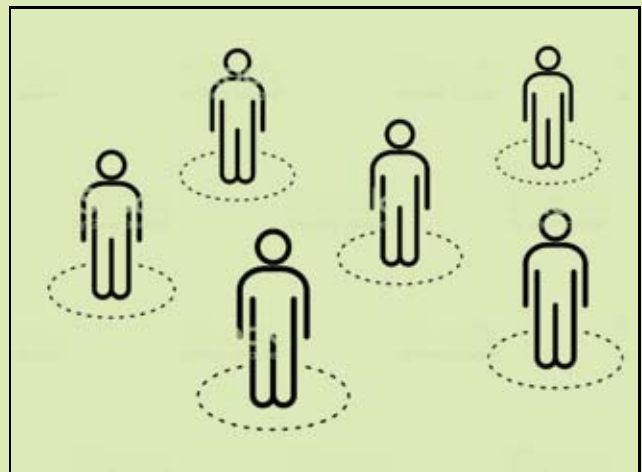
विश्व संकट में है। हम दूरगामी प्रभाव वाली विश्वव्यापी महामारी से गुजर रहे हैं, जिसे आज के किसी व्यक्ति ने अपने जीवनकाल में नहीं देखा था। दुनिया भर में हजारों लोग मर रहे हैं और इनकी संख्या जल्द ही लाखों में पहुंच जायेगी। इसका असर न केवल लोगों के जीवन और सेहत पर बल्कि सरकार द्वारा अनेक शहरों और उद्योगों में लॉकडाउन तथा कर्फ्यू की घोषणा के बाद उद्योगों एवं दफ्तरों के बंद होने से अर्थव्यवस्था पर भी पड़ा है। अभी तक कोई इलाज नहीं होने की स्थिति में इस रोग को रोकने का एकमात्र रास्ता घर में रहना और सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करना है।

भारत सरकार इस रोग के प्रसार को रोकने के लिए अनेक कदम उठा रही है। हम रोग के दूसरे चरण में हैं और इसे इसी चरण पर रोकने के गंभीर प्रयास हो रहे हैं ताकि यह तृतीय चरण में प्रवेश कर सामुदायिक प्रसार की अवस्था पैदा नहीं कर पाए।

माननीया वित्त मंत्री, श्रीमती निर्मला सीतारमण ने 23 मार्च, 2020 को कहा था, "भारत में नोवेल कोरोना

वायरस के प्रसार, विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा इसे वैश्विक महामारी घोषित किये जाने और भारत सरकार द्वारा इसे अधिसूचित आपदा मानने के फैसले को देखते हुए, यह स्पष्ट किया जाता है कि कोविड-19 के लिए सीएसआर फंड्स का खर्च वांछनीय है।"

वित्त एवं कॉर्पोरेट मामले के राज्य मंत्री, श्री अनुराग सिंह ठाकुर ने 16 मार्च, 2020 के दिन लोक सभा को बताया कि सीएसआर पर उच्च स्तरीय समिति ने खर्च न की गई सीएसआर राशि को एक अलग निर्दिष्ट खाते में स्थानांतरित करने की अनुशंसा की है। उन्होंने कहा कि, "खर्च न की गई राशियों और उन पर अर्जित ब्याज को तीन से पाँच वर्षों के भीतर खर्च कर लिया जाए और ऐसा नहीं करने पर उसे केंद्र सरकार द्वारा निर्धारित फंड में स्थानांतरित कर दिया जाए जिसका उपयोग गतिविधियों से संबंधित अभिनव, उच्च प्रभाव वाली परियोजनाओं में किया जा सकता है।"



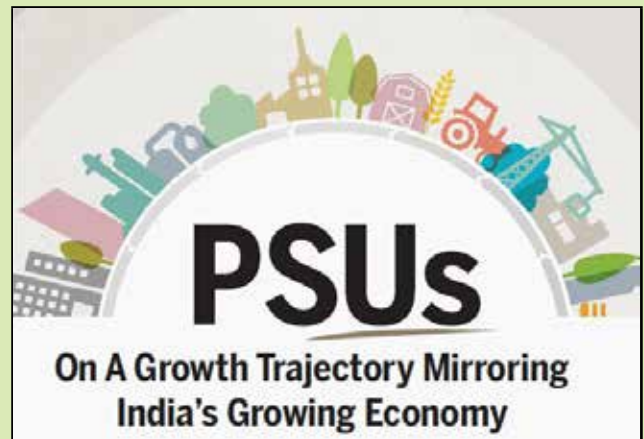
### भारत में सीएसआर पर एक नजर –

कंपनी अधिनियम, 2013 के माध्यम से कंपनियों के लिए कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व (सीएसआर) अनिवार्य किया गया है जो 01 अप्रैल, 2014 से प्रभावी है। अधिनियम की धारा 135 में सीएसआर से संबंधित प्रावधानों के विवरण हैं और कंपनी (कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व नीति) नियमावली, 2014 में कार्यान्वयन के नियम निर्धारित किये गए हैं। इन सभी की अधिसूचना 27 फरवरी, 2014 को जारी की गयी थी और ये 01 अप्रैल, 2014 से प्रभाव में आये। कंपनी (संशोधन) अधिनियम, 2019 द्वारा कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व से जुड़ी धारा 135 को संशोधित कर दिया गया। कंपनी (संशोधन) अधिनियम, 2019 को राष्ट्रपति की स्वीकृति मिली और सरकारी राजपत्र में इसे 31 जुलाई, 2019 को प्रकाशित किया गया। कंपनी (संशोधन) अधिनियम, 2019 को सक्रिय करने के उद्देश्य से कंपनी (कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व नीति) संशोधन नियमावली, 2020 को तैयार किया गया है ताकि कंपनी (सीएसआर नीति) नियमावली, 2014 में संशोधनों को कार्यान्वित किया जा सके।

### सीपीएसई भारतीय अर्थतंत्र का स्तम्भ –

सार्वजनिक उपक्रम सर्वेक्षण 2018-19, जो श्रृंखला की 59वीं कड़ी थी, में पूरे देश में फैले केंद्रीय सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रमों (सीपीएसई) के कार्यप्रदर्शन का समेकित चित्रण किया गया है। 31 मार्च, 2019 तक 339 सीपीएसई थे जिन्होंने कुल 16,40,628 करोड़ रुपये का निवेश किया था। 2018-19 में परिचालित सीपीएसई के परिचालन से प्राप्त सकल राजस्व पिछले वर्ष के 21,54,774 करोड़ रुपये के मुकाबले 18.03% वृद्धि के साथ 25,43,370 करोड़ रुपये पर दर्ज हुआ था। इसी प्रकार समस्त सीपीएसई की कुल आय, जो 2017-18 में 20,32,001 करोड़ रुपये थी, 20.12% वृद्धि दर्ज करते हुए वर्ष 2018-19 में 20,40,478 करोड़ रुपये पर पहुँच गयी। लाभ अर्जित करने वाले सीपीएसई (178 उपक्रम) का

लाभ 2017-18 के 1,55,931 करोड़ रुपये की तुलना में 11.96% वृद्धि के साथ वर्ष 2018-19 में 1,74,587 करोड़ रुपये था। चालू सीपीएसई (121 उपक्रम) द्वारा घोषित/चुकता लाभांश, जो 2017-18 में 76,014 करोड़ रुपये था, 5.39% गिरावट के साथ 2018-19 में 71,916 करोड़ रुपये दर्ज हुआ। सीएसआर मद में सीपीएसई (150 उपक्रम) ने 2018-19 में 3873 करोड़ रुपये खर्च किया जो 2017-18 में व्ययित 3441 करोड़ रुपये से 12.55% ज्यादा थी।



### विद्युत मंत्रालय एवं सीपीएसई बढ़ा रहे हैं मदद का हाथ –

विद्युत मंत्रालय एवं नवीन और नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालय के अधीन वाले केंद्रीय सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रमों (सीपीएसई) ने 'आपात स्थिति में प्रधानमंत्री की नागरिक सहायता एवं राहत कोष (पीएमकेयर्स फंड)' में सामूहिक रूप से 925 करोड़ रुपये का अंशदान करने का फैसला किया है। गौरतलब है कि इस फंड को कोरोना वायरस (कोविड-19) महामारी के शिकार लोगों को राहत पहुंचाने के लिए प्रधानमंत्री कार्यालय द्वारा खड़ा किया गया है। अपने मंत्रालयों के अधीन के सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रमों (पीएसयू) द्वारा बड़ी पहल के बारे में केंद्रीय विद्युत और नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा (एनआरई) मंत्री श्री आर.के.सिंह ने ट्वीट किया कि, "हमें यह बताते हुए गर्व हो रहा है कि विद्युत एवं एनआरई मंत्रालय के अधीन वाले सार्वजनिक उपक्रमों ने पीएमकेयर्स फंड



में 924 करोड़ रुपये का अंशदान करने का फैसला किया है, जिसमें से 445 करोड़ रुपये 31 मार्च को और बाकी की रकम अप्रैल के प्रथम सप्ताह में जमा कर दी जाएगी। 925 करोड़ रुपये की राशि में 902 करोड़ रुपये विद्युत मंत्रालय के पीएसयू की ओर से और 20 करोड़ रुपये एनआरई मंत्रालय के पीएसयू की ओर से हैं।

श्री सिंह ने आगे कहा कि, "अत्यंत संक्रामक रोग, कोविड-19 लगभग सम्पूर्ण विश्व में फैल गया है। भारत में भी यह महामारी गंभीर खतरे पैदा कर रही है और ऐसे में पूरे देश को एकजुट होने की जरूरत

है।" उन्होंने प्रधानमंत्री, श्री नरेन्द्र मोदी के आह्वान पर पीएम केयर्स फंड में खुले दिल से अंशदान करने वालों की सराहना की। नोवेल कोरोनावायरस (कोविड-19) से लड़ने के लिए विद्युत मंत्रालय ने इसके अतिरिक्त प्रधानमंत्री राष्ट्रीय राहत कोष (पीएमएनआरएफ) में स्वेच्छा से एक दिन का मूल वेतन दान करने की अपील की है। इसके अनुसार, विद्युत सीपीएसई ने अप्रैल 2020 माह के वेतन से सभी कर्मचारियों द्वारा एक दिन के मूल वेतन का अंशदान करने का फैसला किया है। अंशदान के विवरण निम्नलिखित हैं :

**वैश्विक महामारी कोविड-19 के लिए सीएसआर की दिशा में विद्युत मंत्रालय के सीपीएसई द्वारा पीएम केयर्स खाते में अंशदान**

क्रमांक	सीपीएसई का नाम	31 मार्च 2020 के पहले जमा करने की प्रस्तावित राशि ₹ करोड़ में	2020-21 के लिए सीएसआर बजट में से जमा की जाने वाली प्रस्तावित राशि ₹ करोड़ में	वेतन से कर्मचारियों का अंशदान ₹ करोड़ में	कुल ₹ करोड़ में
1	एनटीपीसी	शून्य	250	7.5	257.50
2	पीजीसीआईएल	130	70	2.47	202.47
3	पीएफसी	181	19	0.18	200.18
4	आरईसी लिमिटेड	100	50	0.15	150.15
5	एनएचपीसी	20	30	1.90	51.90
6	एसजेवीएन लिमिटेड	5	20	0.32	25.32
7	टीएचडीसीआईएल	2	7.4	0.60	10.00
8	बीबीएमबी	शून्य	शून्य	2.5	2.50
9	पीओएसओसीओ	0.27	0.3	0.17	0.74
10	एनईईपीसीओ	2.56	1.50	0.60	4.66
		<b>440.83</b>	<b>448.20</b>	<b>16.39</b>	
<b>कुल योग</b>					<b>905.42</b>

**वैश्विक महामारी कोविड-19 के लिए सीएसआर की दिशा में नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालय के सीपीएसई द्वारा पीएम केयर्स खाते में योगदान**

क्रमांक	सीपीएसई का नाम	प्रस्तावित योगदान की राशि (सीएसआर वेतन)
1	आईआरडीडी	15
2	एसईसीआई	5
<b>कुल योग</b>		<b>20</b>





## सीएसआर फंडिंग के रास्ते सीपीएसई की पहुँच –

दूरगामी प्रभाव वाली राष्ट्रीय आपदा की इस घड़ी में भारतीय सीपीएसई क्षेत्र सरकार और इस आपदा को कम से कम करने में सरकार की कोशिशों के साथ खड़ा है। भारतीय पीएसयू के सीएसआर कोष के प्रयोग से आरम्भ की जाने वाली कुछ गतिविधियों की सूची इस प्रकार है :-

1. कोविड-19 की औषधि के निर्माण के लिए वैज्ञानिक अनुसंधान।
2. रोग की परीक्षण किटों का निर्माण और दवा वितरण।
3. पीड़ितों के लिए संगरोधन (क्वारेन्टाइन) सुविधाओं की व्यवस्था।
4. स्थिति का सामना करने के निये नर्सों और पैरा-मैडीकल कर्मियों का सामूहिक प्रशिक्षण।
5. डॉक्टरों और पैरा-मैडीकल कर्मियों के लिए भोजन का वितरण और आश्रय की व्यवस्था।
6. सैनिटाइजेशन केन्द्रों (मोबाइल एवं स्थायी) को खोलना और उसके लिए कर्मचारियों का प्रशिक्षण।
7. लॉकडाउन/कर्फ्यू के दौरान घर में रहने को मजबूर गरीबों/दिहाड़ी मजदूरों के लिए भोजन/दवाओं/ वित्तीय सहायता की व्यवस्था।
8. एम्बुलेंस और शव वाहनों (आवश्यक होने पर) की व्यवस्था।
9. प्रोटेक्टिव गियर (दस्तानों, टोपियों, मास्क आदि) की सार्वजनिक आपूर्ति।
10. चिकित्सीय और पराचिकित्सीय कर्मियों एवं अन्य सहायक कर्मचारियों के लिए परिवहन सुविधाएँ।
11. सभी सुविधाओं का शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों में विस्तार।

## सीपीएसई – अतिरिक्त फंड मोबिलाइजेशन के लिए सुझाव –

भारत सरकार के सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रम विभाग (डीपीई) द्वारा जारी दिशानिर्देशों के अनुसार लाभ अर्जित करने वाले सीपीएसई के लिए कर पश्चात लाभ का

0.5% हिस्सा अनुसंधान और विकास (आर एंड डी) पर खर्च करना अनिवार्य है। कोविड-19 संकट की व्यापकता और बड़े पैमाने पर कोष की आवश्यकता को देखते हुए सीपीएसई के उपर्युक्त आरएंडडी कोष का प्रयोग कोविड-19 का मुकाबला करने के लिए दवाओं, व्यक्तिगत रक्षात्मक उपकरण (पीपीई), परीक्षण किट्स और ऐसे अन्य वैज्ञानिक/चिकित्सीय आवश्यकताओं के अनुसंधान और विकास में भी किया जा सकता है।

स्कोप (SCOPE) की वेबसाइट के अनुसार 2018-19 में लाभकारी सीपीएसई (178 उपक्रम) का लाभ 1,74,587 करोड़ रुपये था। इस राशि के 0.5% हिस्से की बात करें तो यह लगभग 873 करोड़ रुपये बैठता है। इस तरह से सीपीएसई 873 करोड़ रुपये का अतिरिक्त अंशदान कर सकते हैं और लोक हित में विवेकपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।

भारत सरकार सीपीएसई के अस्पताल/स्वास्थ्य केन्द्रों को समर्पित कोविड-19 अस्पताल/क्वारेन्टाइन सेंटर्स के रूप में भी घोषित कर सकती है।

**“भलाई सबसे अच्छा निवेश है, जो कभी व्यर्थ नहीं जाता।” –हेनरी डेविड थोरियो**

### संदर्भ:-

1. [www.mca.gov.in](http://www.mca.gov.in) (कारपोरेट मामलों के मंत्रालय)
2. [www.dpe.gov.in](http://www.dpe.gov.in) (लोक उपक्रम विभाग)
3. प्रेस सूचना ब्यूरो (मामलों के मंत्रालय) विद्युत मंत्रालय की प्रेस विज्ञप्ति, दिनांक 02.04.2020
4. [www.scopeonline.in](http://www.scopeonline.in) (स्कोप)





## आ अब लौट चलें

आशुतोष कुमार आनन्द

प्रबंधक (कार्मिक-नीति), ऋषिकेश

विकास के रथ पर सवार मानव सभ्यता ने पिछले वर्षों में कई नई बुलंदियों को छुआ है। नए आयाम और कीर्तिमान स्थापित किए हैं और अनवरत नई उन्नति की गाथा लिखी है। इस विकास ने मानव जीवन को सरल, सुगम और आनंददायक बनाया है तो साथ ही अनेक विसंगतियां एवं विषमताएं भी पैदा की हैं। आज जब विश्व कोरोना वायरस से जूझ रहा है तो बरबस मन में एक ख्याल आया कि जब विज्ञान इतना प्रगतिशील नहीं था और मानव जीवन ज्यादा सादा और सरल था तब क्यूँ ऐसी बीमारियाँ नहीं थीं, ऐसा क्या हुआ कि पिछले 50 सालों में जिसने हमें अपनी जड़ों से दूर किया और गाहे बगाहे जीवन को और उलझा दिया है।

बुजुर्ग कहते हैं, ऊँचा उड़ो, पर अपनी जड़ों से नाता न टूटने पाएं, विकास की असीमित गति हासिल करने में जो समझौता हमने किया है, आज वो हम सब पर भारी पड़ रहा है। कुछ उदाहरण के जरिये आज यह मंथन करने की कोशिश करते हैं कि इस विकास गाथा में हमने क्या खोया और क्या पाया।



**योग** – आज बिगड़ी जीवन शैली के चलते हम नई-नई बीमारियों के जाल में फंसते जा रहे हैं, जिस योग के

नाम पर कभी हास्य होता था, उस पर आज आपको लोग चर्चा करते नजर आएंगे, योग अब करोड़ों का व्यापार हो गया है, कभी सुबह टहलने में परेशानी होती थी, आज महंगे जिम में पैसा देकर पसीना बहाया जाता है, सुबह-सुबह लौकी और करेले का रस, व्हिट ग्रास, एलोवेरा के जूस पीने का फैशन हो गया है। कुछ साल पहले तक ऐसा करने पर लोग हंसते थे, तब विकास और आधुनिक होने का मतलब कोका कोला और थम्स अप हुआ करता था। अब कुछ घरों में उससे टॉयलेट साफ किया जा रहा है। अब योग दिवस मनाया जाता है, लोग घरों में पार्कों में योग करते नजर आ जाएंगे, आखिर थक हार कर हमें अपनी पुरानी धरोहर को फिर से थामना पड़ा। आज बड़े-बड़े सेलेब्रिटी योग कर रहे हैं। कई योग गुरु इसी कार्य में लगे हुए हैं। जो कि बुरा भी नहीं, पर समझना बस यह है कि मानव मजबूरी या समझदारी, चाहे जैसे भी हो, पर अब समझ रही है, पुरानी चीजों की एहमियत और अब आखिर मानव लौट रहा है, अपने अतीत की ओर।

**मिट्टी के बर्तन** – कुछ साल पहले तक हम पहले तांबे और पीतल के बर्तनों में खाना पकाते और खाते थे। फिर एल्युमीनियम और स्टील के बर्तनों का दौर आया। इनके बाद मेलामाईन और बोनचाइना का फैशन आया तथा उसके बाद नॉन स्टिक, अनोडाईज्ड और ग्रेनाइट कोटेड बर्तनों का। फिर जैसे जागरूकता और बीमारियाँ बढ़ी और इन बर्तनों में खाना बनाने और खाने के साइड इफेक्ट्स का पता चला, हम वापिस अब मिट्टी और तांबे के बर्तनों पर लौटने लगे। आज अब मिट्टी के बर्तनों में खाना बनाना इलीट क्लास की पहचान बन गयी है। लोगों ने कार्यालय में अब तांबे की बोतल में



पानी लाना शुरू कर दिया है। लकड़ी पर बना खाना आज कहीं खाने को मिल जाए तो लोग उसे अहोभाग्य समझते हैं।

आर.ओ., अनगिनत यांत्रिक एवं बिजली के उपकरण जैसे फ्रिज, मिक्सर, वाशिंग मशीन आदि—जैसे लोग पहले पानी उबाल कर पीते थे। धीरे-धीरे सेरामिक फिल्टर और आर.ओ. ने जगह ले ली। लोग पहले मटके का पानी पिया करते थे जो पानी को ठंडा तो रखता था और साथ ही यह भी सुनिश्चित करता था कि ज्यादा ठंडे पानी का विपरीत प्रभाव थाइरॉइड पर न पड़े। पर अब जब लोग थाइरॉइड से पीड़ित हो रहे हैं और वैज्ञानिक शोधों से यह पता चल रहा है कि ये उपकरण स्वास्थ्य के लिहाज से फायदेमंद नहीं तो जनता अब मटके और सुराही की तरफ वापिस लौट रही है। अब तो डॉक्टर भी गृहणियों को मसाला पीसने हेतु सिलबट्टे के इस्तेमाल, कपड़े धोने के लिए बैठकर हाथों से उनकी सफाई, माइक्रोवेव का बना हुआ खाना, फ्रिज में ज्यादा दिन की रखी सब्जियां एवं आटे, प्लास्टिक में रखे एवं पैक किए हुए खाने आदि का इस्तेमाल या तो कम करने या नहीं करने की सलाह दे रहे हैं।

**जैविक खेती—आर्गेनिक अनाज और सब्जियां** — बढ़ती हुई जनसंख्या के साथ भोजन की आपूर्ति के लिए मानव द्वारा खाद्य उत्पादन की होड़ में अधिक से अधिक उत्पादन प्राप्त करने के लिए तरह-तरह की रासायनिक खादों, जहरीले कीटनाशकों का उपयोग पारिस्थितिकी तंत्र (Ecology System—प्रकृति के जैविक और अजैविक पदार्थों के बीच आदान-प्रदान के चक्र) को प्रभावित करता है, जिससे भूमि की उर्वरा शक्ति खराब हो जाती है, साथ ही वातावरण प्रदूषित होता है तथा मनुष्य के स्वास्थ्य में गिरावट आती है।

प्राचीन काल में मानव स्वास्थ्य के अनुकूल तथा प्राकृतिक वातावरण के अनुरूप खेती की जाती थी, जिससे जैविक और अजैविक पदार्थों के बीच आदान-प्रदान का चक्र (पारिस्थितिकी तंत्र) निरंतर चलता रहता था,

जिसके फलस्वरूप जल, भूमि, वायु तथा वातावरण प्रदूषित नहीं होता था। आज पानी, जल, वायु सब प्रदूषित हो चुके हैं। फल और सब्जियों का सेवन भी अब सोच समझकर करना पड़ता है कि इनको उगाने में पता नहीं किन-किन कीटनाशकों एवं खादों का प्रयोग तथा किस तरह के जल से सिंचाई की गई है।



पुनः आज हम जैविक खेती— ऑर्गेनिक अनाज और सब्जियों के महत्व को समझते हुए इसकी ओर बढ़ रहे हैं बल्कि यह एक अच्छा व्यवसाय भी हो गया है। मोटे अनाजों जैसे कि ज्वार, बाजरा, मक्का, मंडुआ आदि का चलन तेजी से बढ़ रहा है। धीरे-धीरे कृत्रिम चीजों और फास्ट फूड के नुकसान को समझकर प्रकृति से जुड़े रहने के फायदे समझने लगे हैं। आज जनमानस चाहते या न चाहते हुए भी धीरे-धीरे जैविक वस्तुओं की ओर पलायन कर रहा है, यहाँ अब यह भी जानना जरूरी है कि अब ऑर्गेनिक संस्कृति भी फैशन बनती जा रही है और अब यह इलीट क्लास की पहचान है। हम मजबूरी या शौक से ही सही, पर पुरानी जैविक कृषि पद्धति और खान-पान की ओर लौटते जा रहे हैं।

ऐसे कई अनगिनत उदाहरण हैं जहाँ धीरे-धीरे पुरानी संस्कृति और पद्धति को अपनाया अब इलीट फैशन माना जा रहा है, वापिस फिर युवाओं में दाढ़ी मूछों का फैशन का आना, शादियों में पंगत में खाना खिलाया जाना, खाने के लिए केले के पत्तों से बनी थाली का उपयोग, चाय पीने के लिए मिट्टी के कुल्हड़, खादी से बने कपड़े, लकड़ी के खड़ाऊ, चीनी की जगह गुड़, फ्राइड



स्नैक्स के बदले भुने हुए चने एवं मुरमुरे, बढ़ते वायरल इन्फेक्शन और बीमारियों की वजह से अभिवादन के लिए हाथ मिलाने या गाल से गाल सटाने के बदले हाथ जोड़ना, नमस्ते कहना अब श्रेयकर माना जा रहा है। क्योंकि वैज्ञानिक दृष्टिकोण से भी यह सही और सुरक्षित तरीका है। पाऊंडर वाली चाय की जगह हर्बल-टी जैसे इस तरह के कई उदाहरण हैं, जहाँ हमने पुरानी संस्कृति, चलन, खान-पान को वापिस अपनाने में ही भलाई समझी है।

जीवन में कृत्रिमता के दुष्परिणाम अब जगजाहिर हैं। अब भी समय है नई पीढ़ी को समझाने का, कि दुकानदार भी अपने दुकान में यह लिख देता है कि फैशन के दौर में गारंटी की इच्छा न करें, अब इस वाले नारे (स्लोगन) का अर्थ समझे और लौट चलें अपनी जड़ों की ओर। जहाँ गारंटी है, स्वस्थ एवं खुशहाल जीवन की, इससे पहले की देर हो जाए।

**आ अब लौट चलें।**



## हिंदी की शक्तियां

1. संसार की उन्नत भाषाओं में हिंदी सबसे अधिक व्यवस्थित भाषा है।
2. यह सबसे अधिक सरल भाषा और सबसे अधिक लचीली भाषा है।
3. यह एक मात्र ऐसी भाषा है जिसके अधिकतर नियम अपवादविहीन हैं।
4. यह सच्चे अर्थों में विश्व भाषा बनने की पूर्ण अधिकारी है।
5. हिंदी लिखने के लिए प्रयुक्त देवनागरी लिपि अत्यन्त वैज्ञानिक है।
6. हिंदी को शब्द संपदा एवं नवीन शब्द रचना सामर्थ्य विरासत में मिली है। यह देशी भाषाओं एवं अपनी बोलियों आदि से शब्द लेने में संकोच नहीं करती। अंग्रेजी के मूल शब्द लगभग 10,000 हैं, जबकि हिंदी के मूल शब्दों की संख्या ढाई लाख से भी अधिक है।
7. हिंदी बोलने एवं समझने वाली जनता पचास करोड़ से भी अधिक है।
8. हिंदी का साहित्य सभी दृष्टियों से समृद्ध है।
9. हिंदी आम जनता से जुड़ी भाषा है तथा आम जनता हिंदी से जुड़ी हुई है।
10. हिंदी भारत के स्वतंत्रता-संग्राम की वाहिका और वर्तमान में देशप्रेम का अमूर्त-वाहन है।



## चंदालाल

एस.के.चौहान

उप महाप्रबंधक(परि.-सिविल), ऋषिकेश

मेरा मित्र चंदालाल उर्फ चंदू एक स्वामी के पास गया। उसने कहा, स्वामी जी, मैं बहुत साल जीना चाहता हूँ। स्वामी जी ने कहा "शादी कर लो"। चंदू ने पूछा "शादी के बाद बहुत साल जिऊंगा"? स्वामी जी ने कहा, नहीं, बस आपकी ज्यादा जीने की इच्छा खत्म हो जाएगी। चंदू ने आवेश में आकर पूछा, आप किसी स्त्री के बारे में ऐसा कैसे कह सकते हैं? स्त्री का सम्मान होना चाहिए। स्वामी जी ने बताया, एक स्त्री होती है "मां"। जो एक रोते हुए बच्चे को दुनिया में लेकर आती है। एक स्त्री होती है "पत्नी" जो इस चीज का ध्यान रखती है कि यह सारी जिंदगी रोता ही रहे। तो भाईयों चंदू ने शादी कर ली और तब उसकी समझ में आया कि पत्नी के साथ-साथ एक परिवार भी मिलता है जिसे कहते "ससुराल"।

अब सुनिए : ससुराल के एक-एक चरित्र का वर्णन-

1. परिवार में सबसे पहले आते हैं ससुर जी और चंदू के ससुर जी बहुत एहतियात बरतते हैं। सारे काम फुल प्रूफ करते हैं। चंदू के ससुर ने सबसे पहले उसका बीमा कराया, दोस्तों ने कहा यह कौन सा नया रिवाज चलाया। ससुर जी बोले-जब तक चलेगा, चलेगा। उसके बाद बीमे का पैसा तो मिलेगा।
2. चंदू के ससुराल में एक और चीज थी बड़ी खास। जिसका नाम था सास। चंदू की नई-नई शादी हुई तो उसकी सास उस पर एक्स्ट्रा प्यार लुटाती। बार-बार उसे "मेरा सोना" "मेरा सोना" कहकर बुलाती। "मेरा सोना" "मेरा सोना" तू ही तो है,





मेरी मलाई का दोना यानि कि मेरी बेटा का नया खिलौना।

3. चंदू की ससुराल में तीसरी चीज थी—पत्नी का छोटा भाई। भाई मतलब तबाही। हाइट में भी आधा और उम्र कोई छह साल से ज्यादा। कहने लगा “क्या करते हो”? चंदू ने कहा कवि हूं। कहने लगा “लगते तो नहीं”। अच्छा बताओ हिंदुस्तान की सबसे बड़ी समस्या क्या है? चंदू बोला— अरे एकदम सिंपल “महंगाई”। उसने यह बात हंसी में उड़ाई। चंदू ने कहा— आपको कविता पसंद है? उसने कहा सुनाऊं ?

टि्वंकल टि्वंकल लिटिल स्टार चंदू तपाक से बोला, हाऊ आई वंडर व्हाट यू आर।

उसने कहा कविता किसकी है। चंदू बोला—तेरी है। वह बोला तो मेरे हिसाब से सुनो—

टि्वंकल टि्वंकल लिटिल स्टार, रामदीन के बच्चे चार,

आने वाला है पांचवा भाई और तुम कहते हो, बढ़ रही है महंगाई।

चंदू बोला यह बात मुझे बहुत भाई।

वह बोला तो दूसरी सुनो — हंप्टी डंप्टी सैट ऑन ए वाल, देख रहा था गोरे गोरे गाल।

वोट डालने गया ना भाई, फिर पूछता है देश की यह हालत किसने बनाई।

चंदू बोला satire कुछ ज्यादा ही हो रहा है, कुछ पारिवारिक सुनाओ, बोला लो सुनो—

जैक एंड जिल का फट गया दिल आंखों से निकला वाटर, साथ—साथ बैठकर सब टीवी देखते, नहीं बिगड़ती डॉटर।

4. अब ससुराल का अंतिम यानि कि परिवार का महत्वपूर्ण अंग होता है, “पत्नी”। चंदू अपनी पत्नी से बहुत डरता है, सारे काम उसके कहे अनुसार करता है, यद्यपि दुनिया इसको अच्छा नहीं मानती मगर मुश्किल यह मित्रों उसकी पत्नी जूडो कराटे है जानती।

पत्नी ने चंदू को बोला बेटे का एडमिशन अंग्रेजी में स्कूल में कराना है। चंदू ने कहा, अंग्रेजी स्कूल में क्यों, वह बोली—क्योंकि मुझे इसे कवि नहीं बनाना है और मित्रों इसी वास्ते चंदू को स्कूल जाना पड़ा और एडमिशन की लाइन में हो गया खड़ा। चार घंटे बाद प्रिंसिपल ने बुलाया और पूछा, एक तालाब में दस मछलियां थी, चार मरकर पानी में बह गई तो बताओ तालाब में कितनी मछलियां रह गईं।

चंदू ने कहा इस क्वेश्चन में सारी बातें सही थी, मगर मैडम, आप तालाब में क्या करने गई थी।

प्रिंसिपल ने कहा, यह क्या बचपना है और बोला मैं भी तो यही कह रहा हूं। एडमिशन मुझे नहीं मेरे बेटे को लेना है। बोली तो जाने दो, बाहर अकाउंट में पचास हजार रुपए जमा करा दो। चंदा लाल चंदू बोला, मैडम इतनी फीस तो मेरी इंजीनियरिंग में भी नहीं थी। प्रिंसिपल बोली, मिस्टर यह इंजीनियरिंग की नहीं, प्राइमरी की पढ़ाई है। चंदू का माथा ठनका परंतु तभी उसे पत्नी का चेहरा ध्यान आया। बेटे का एडमिशन उसी स्कूल में कराया।

उसके पढ़ने लिखने का हुआ यह परिणाम, आज पढ़े—लिखे बेरोजगारों की लिस्ट में उसका भी है नाम।

जहां कमर टूट जाती है एक बच्चे को पढ़ाने में, सदियां लग जाएगी उस देश को साक्षर बनाने में।



## महामारी

### सोशल मीडिया से साभार संकलित

एक बार एक राजा के राज्य में महामारी फैल गई। चारों ओर लोग मरने लगे। राजा ने इसे रोकने के लिए बहुत सारे उपाय करवाए मगर कुछ असर न हुआ और लोग मरते रहे। दुखी राजा ईश्वर से प्रार्थना करने लगा। तभी अचानक आकाशवाणी हुई। आसमान से आवाज आई कि हे राजा, तुम्हारी राजधानी के बीचो-बीच जो पुराना सूखा कुंआ है अगर अमावस्या की रात को राज्य के प्रत्येक घर से एक-एक बाल्टी दूध उस कुएं में डाला जाए तो अगली ही सुबह ये महामारी समाप्त हो जाएगी और लोगों का मरना बन्द हो जायेगा।

राजा ने तुरन्त ही पूरे राज्य में यह घोषणा करवा दी कि महामारी से बचने के लिए अमावस्या की रात को हर घर से कुएं में एक-एक बाल्टी दूध डाला जाना अनिवार्य है। अमावस्या की रात जब लोगों को कुएं में दूध डालना था, उसी रात राज्य में रहने वाली एक चालाक एवं कंजूस बुढ़िया ने सोचा कि सारे लोग तो कुएं में दूध डालेंगे अगर मैं अकेली एक बाल्टी "पानी" डाल दूं तो किसी को क्या पता चलेगा। इसी विचार से उस कंजूस बुढ़िया ने रात में चुपचाप एक बाल्टी पानी कुएं में डाल दिया। अगले दिन जब सुबह हुई तो लोग वैसे ही मर रहे थे। कुछ भी नहीं बदला था क्योंकि महामारी समाप्त नहीं हुई थी। राजा ने जब कुएं के पास जाकर इसका कारण जानना चाहा तो उसने देखा कि सारा कुंआ पानी से भरा हुआ है। दूध की एक बूंद भी वहां नहीं थी।

राजा समझ गया कि इसी कारण से महामारी दूर नहीं हुई और लोग अभी भी मर रहे हैं। दरअसल ऐसा इसलिए हुआ कि जो विचार उस बुढ़िया के मन में आया था, वही विचार पूरे राज्य के लोगों के मन में आ गया और किसी ने भी कुएं में दूध नहीं डाला। मित्रों, जैसा इस कहानी में हुआ, वैसा ही हमारे जीवन में भी होता है।



जब भी कोई ऐसा काम आता है जिसे बहुत सारे लोगों को मिलकर करना होता है तो अकसर हम अपनी जिम्मेदारियों से यह सोचकर पीछे हट जाते हैं कि कोई न कोई तो कर ही देगा और हमारी इसी सोच की वजह से स्थितियां वैसी की वैसी बनी रहती हैं।

अगर हम दूसरों की परवाह किए बिना अपने हिस्से की जिम्मेदारी निभाने लग जाएं तो पूरे देश में ऐसा बदलाव ला सकते हैं जिसकी आज जरूरत है।..... सोचिएगा जरूर!



## आचार्य कय्यट

बी. पी. डोभाल

अभिलेख अधिकारी

मुख्य अभिलेख कार्यालय, ऋषिकेश



संस्कृत साहित्य में व भारतीय परिवेश में जो स्थान आचार्य कय्यट का है, उसे कमतर करके नहीं आँका जा सकता। आचार्य कय्यट ने महर्षि पतंजलि द्वारा लिखित व्याकरण ग्रन्थ "महाभाष्य" का भाष्य "प्रदीप-टीका" नामक ग्रन्थ लिखकर संस्कृत भाषा में शोध करने वालों के लिए विकास के पथ को खोलकर रख दिया। उनकी यह कृति संस्कृत-साहित्य को सदैव ऊर्जा देती रहेगी।

आचार्य कय्यट भारत के मुकुट व देश की दूसरी काशी कहे जाने वाले प्रदेश "कश्मीर" के रहने वाले थे। उस समय वहाँ महाराजाधिराज गुलाब सिंह जी का राज था। विद्या पूर्ण करने व यौवन अवस्था आने पर माता-पिता ने एक सुयोग्य, वेदांती व सुंदर कन्या के साथ आचार्य

जी का विवाह कर दिया। लेकिन एक ओर आचार्य कय्यट महर्षि पतंजलि के महाभाष्य के भाष्य लेखन के लिए लेखनी उठाने का दृढ़ संकल्प कर चुके थे, लेखनी मस्तिष्क आदेश में हिलोरे मार रही थी व दूसरी तरफ प्रेयसी गृह में प्रवेश कर चुकी थी। आचार्य जी बेहद असमंजस में थे कि किस तरह से मेरा संकल्प पूर्ण होगा ? रात्रि का प्रथम प्रहर आकाश में चंद्रमा की धवल चांदनी छिटक रही थी, तारागण मोतियों की भांति चमक रहे थे, शीतल मंद समीर बह रही थी और नवयुगल के हृदयों में सौभाग्यानंद मचल रहा था, गुदगुदा रहा था। ऐसे सुरभित वातावरण में आचार्य जी के श्री मुख पर एक विलक्षण मगर चिंतातुर मुस्कान दिख पड़ रही थी जिसमें धैर्यता भी थी, आतुरता भी थी। उन्होंने अपने नयन प्रेयसी की ओर घुमाये व बोले— देवी हम आज अपने दाम्पत्य जीवन के प्रथम सोपान की शुरुआत कर रहे हैं, मैं अपनी नसैनी को तुम्हारे समक्ष व्यक्त करना चाहता हूँ, जिसे कि मैं उचित भी समझता हूँ, हे देवी, अगर आपकी आज्ञा हो तो मैं कहूँ। पत्नी ने मौन स्वीकृति दी, आचार्य बोले— मैंने महर्षि पतंजलि के महाभाष्य का भाष्य करने का दृढ़ संकल्प लिया है। अतः मेरी इच्छा है कि जब तक ये भाष्य पूर्ण न हो जाए, हम ब्रह्मचर्य जीवन का पालन करें। मैं इस पर आपकी सहमति चाहता हूँ। पत्नी बोली— हे नाथ जैसी आपकी इच्छा, मैं कभी आपके विपरीत जा सकती हूँ क्या ?

पत्नी का उत्तर सुनकर आचार्य कय्यट का हृदय प्रफुल्लित हो गया, बोले हे देवी, मुझे आपसे ऐसी ही आशा थी। क्योंकि विवाह के समय सप्तपदी के सातवे पैर के रखे "सखे सप्तपदी भव" के अनुसार हम दोनों सखा है व





जीवन में कोई भी कार्य बिना सहमति-परामर्श के नहीं कर सकते हैं। मैं बड़ा सौभाग्यशाली हूँ जो आप जैसी पत्नी मिली और आचार्य अपने लेखन कार्य में लिप्त हो गए। लोकोक्ति के अनुसार- आग को देखकर फूस चटकता है, घी पिघलता है, लेकिन इनके शिव-संकल्प के आगे यह लोकोक्ति भी फीकी पड़ने लगी। आचार्य पत्नी पूरी सेवा के साथ आचार्य जी के कार्यों में हाथ बटाती और आचार्य जी आगे बढ़ते चले जाते व वो भाष्य लेखन में इतने व्यस्त हो गए कि पता ही नहीं चला कि कब जीवन का तीसरा सोपान चढ़ गए व भाष्य भी पूर्ण हुआ। आचार्य कय्यट बहुत प्रसन्न मुद्रा में थे। रात्रि का समय आचार्य दम्पति आंगन में लेटे हुए स्वच्छ आकाश को निहार रहे थे। आचार्य बोले-देवी हमारा संकल्प पूरा हुआ, आओ, हम आज आनंद व सौभाग्य की रात्रि मनाएं। पत्नी मुस्कुराकर बोली-प्रभु आज मेरे लिए बहुत ही सौभाग्य का दिन है जिसके लिए नारी "पूर्ण" व माता "निर्माता भवति" कहलाती है। प्रभु वैसे तो मेरा सर्वस्व आपका ही है, लेकिन मैं कुछ कहना चाहती हूँ- क्योंकि अब अवस्था भी हो चली है, केश तक धवल होने लगे हैं, जीवन का बहुत थोड़ा समय ही शेष है, ऐसे में क्यों न हम अपना शरीर अछूता ही रखें, यह शायद उत्तम ही रहेगा और आप व हम भगवत भजन करके जीवन यापन करें। आचार्य जी ने इसे सहर्ष स्वीकारा व सारा जीवन अछूता ही व्यतीत हो गया।

आचार्य कय्यट की "प्रदीप टीका" निर्मित हुई जिससे सुधीजनों को पतंजलि महर्षि के महाभाष्य के द्वार खुल गए। सारे कश्मीर ही नहीं अपितु सम्पूर्ण भारत में "प्रदीप टीका" की ख्याति फैल गई। जिसका गान सुनकर कश्मीर नरेश स्वयं आचार्य कय्यट के द्वार पर गए व

अभिवादन करके कहा-आचार्य श्री, मैं कश्मीर नरेश गुलाब सिंह हूँ, आपके त्याग तप की ख्याति सुनकर आपकी सेवा में उपस्थित हुआ हूँ। आपको जिस वस्तु की भी जरूरत हो, मैं देने के लिए तैयार हूँ व आपकी सेवा करना अपना कर्तव्य समझता हूँ। आचार्य ने पत्नी की तरफ प्रश्न भरी दृष्टि से देखा व कहा- क्या हमें किसी वस्तु की जरूरत है।

पत्नी बोली- नाथ हमारे पास एक सेर सट्टी है, आज हम भोजन कर चुके हैं। कल के लिए हमारे पास है, हमें कुछ नहीं चाहिए।

नरेश सकपकाए और बोले- मात्र एक सेर सट्टी?.....एक दिन के लिए।

आचार्य- नरेश वेदांती ब्राह्मण को एक दिन से अधिक का भोजन नहीं रखना चाहिए, सो हमारे पास है, हमें कुछ नहीं चाहिए।

नरेश-आचार्य जी आप हमारे राज्य की विभूति हैं। आप अगर हमारी सेवा स्वीकार नहीं करेंगे तो हमें दुख होगा।

आचार्य ने नरेश की बात सुनी व कहा-लगतता है आपको हमारी बात से कष्ट हुआ। राजन हमें कुछ नहीं चाहिए, हमने शायद आपका दिल दुखाया है, हमें खेद है। हम अभी आपका राज्य छोड़कर चले जाते हैं। नरेश ने सुना तो जमीन पैरों से खिसक गयी, बोले-आप हमारे राज्य की शोभा है, विभूति है, आपको कुछ नहीं लेना तो ना लें, पर राज्य छोड़कर ना जाएं व दंडवत प्रणाम करके वापस चले गए।

हमारे देश को यूँ ही विश्व गुरु नहीं कहते, इस देश में सहस्त्रों विभूतियों की त्याग व तपस्या निहित है।



## कोरोना वायरस आपदा में स्वैच्छिक रक्तदान की आवश्यकता

लेख

सुरेश कुमार

वरिष्ठ मैकेनिक, सर्विसेज विभाग—टाउनशिप, ऋषिकेश



स्वैच्छिक रक्तदान की आज अत्यन्त आवश्यकता है, क्योंकि संसार आज के समय में कोविड-19 कोरोना वायरस की भयानक महामारी से जूझ रहा है। सभी देश आज के समय में हर व्यक्ति से सहयोग की अपील कर रहे हैं।

आज पूरे संसार में जिस वायरस के कारण त्राहि-त्राहि हो रही है, उस वायरस से निपटने के लिए सभी से मिलकर सहयोग की अपेक्षा की जा रही है क्योंकि सभी के सहयोग से ही इस आपदा से जीता जा सकता है। इस समय किसी एक व्यक्ति विशेष से कुछ होने वाला नहीं है। हां एक है, वह है प्रभु, परमात्मा सारी कायनात का मालिक जो हर जगह विराजमान है। “कहा भी गया है:— अकेला चना भाड़ नहीं फोड़ सकता”।

व्यक्ति जब-जब अपनी इच्छा से बिना किसी आर्थिक लाभ के रक्त देता है तो उसे स्वैच्छिक रक्तदान कहते हैं। इसमें परोपकार का भाव प्रमुख होता है। स्वैच्छिक रक्तदान को प्रधानता क्यों दी जाती है क्योंकि

स्वैच्छिक रक्तदान से प्राप्त रक्त अनेक संक्रमणों जैसे— हैपेटाइटिस—बी, हैपेटाइटिस—सी, मलेरिया, सिफलिस एवं एचआईवी/एड्स से सामान्यतः मुक्त होता है। व्यावसायिक रक्तदाता जो केवल धन कमाने की इच्छा रखते हैं। यौन रोग, हैपेटाइटिस तथा एड्स जैसे संक्रामक रोगों से ग्रसित हो सकते हैं एवं रक्त प्राप्त करने वाले व्यक्ति को भी संक्रमित कर सकते हैं।

कृत्रिम रक्त बनाने के प्रयास किए जा रहे हैं पर अभी तक इसका कोई कारगर विकल्प नहीं मिला है। रक्तदान ही एकमात्र उपाय है। दान किया गया रक्त अति उपयोगी है क्योंकि यह काम आता है—

- » दुर्घटना के शिकार लोगों के जीवन की रक्षा के लिए
- » शल्य चिकित्सा के समय
- » खून की कमी या एनीमिया के मरीजों के लिए
- » शिशु के जन्म के समय आवश्यकता पड़ने पर गर्भवती माताओं के लिए

» आर.एच. नेगेटिव माताओं, महिलाओं की जीवन रक्षा के लिए

» कैंसर, थैलेसीमिया आदि के मरीजों के लिए

कोई भी स्वस्थ व्यक्ति जिसकी आयु 18 से 60 वर्ष के बीच हो, वजन 45 किलो से अधिक हो तथा हीमोग्लोबीन कम से कम 12.5 प्रति डेसीलीटर हो, वह रक्तदान कर सकता है।

मानव जीवन की रक्षा के लिए हम सभी की नैतिक जिम्मेदारी है कि रक्तदान करके हम उन लोगों की मदद करें जिन्हें रक्त की आवश्यकता है।

रक्तदान करने से हमें चार लाभ होते हैं :-

1. आपको किसी का जीवन बचाने के साथ-साथ प्रभु परमात्मा के वरदान का आत्म संतोष होता है।
2. रक्तदान करने से रक्तदाता के शरीर में नया रक्त बनने की प्रक्रिया तेज हो जाती है।
3. रक्तदान करने से रक्तदाता के शरीर में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा कम होती है। नियंत्रित होती है और हृदय रोग की सम्भावना कम हो जाती है।
4. यदि रक्तकोष में रक्त उपलब्ध है तो आवश्यकता होने पर स्वयं के लिए या परिवार के किसी सदस्य के लिए प्राथमिकता के आधार पर रक्त प्राप्त हो जाता है।

मैं रक्तदान कहाँ कर सकता हूँ :-

जहाँ रक्तदान किया जा सकता है। सरकारी अस्पताल के रक्तकोष अथवा रेडक्रॉस के रक्तकोष में भी किया जा सकता है। संत निरंकारी मिशन लगातार रक्तदान शिविर आयोजित करता है जो कि काफी संख्या में रक्तदान करा चुके हैं।

रक्तदान में लगभग पांच मिनट का समय लगता है। रक्तदान केंद्र में पंजीकरण से अल्पाहार करने तक कुल आधे घंटे का समय लगता है। रक्तदान के बाद विश्राम

या विशेष भोजन की आवश्यकता नहीं होती है। रक्तदान केंद्र में व्यतीत किया गया मात्र आधे घंटे का समय पर्याप्त है। रक्तदान के बाद रक्तदाता सामान्य दिनचर्या जारी रख सकते हैं। रक्तदाता से एक बार में 300 से 400 मि.ली. रक्त लिया जाता है जो शरीर में उपलब्ध रक्त का लगभग 15वां भाग होता है।

शरीर में रक्तदान के तत्काल बाद दान किए गए रक्त की प्रतिपूर्ति करने की प्रक्रिया प्रारंभ हो जाती है तथा लगभग 24 घंटे में दान किए गए रक्त की पूर्ति हो जाती है। शरीर में प्रवाहित होने वाले रक्त का आयतन रक्तदान से अप्रभावित रहता है। क्योंकि रक्तदान में दिए गए रक्त के स्थान पर शरीर में संग्रहित रक्त तत्काल आ जाता है।

कोई भी व्यक्ति 3 माह या 4 माह के अंतराल से रक्तदान कर सकता है। ऐसे अनेक व्यक्ति हैं जो अपने जीवनकाल में 50 बार से अधिक रक्तदान कर चुके हैं। रक्तदान में तकलीफ बिलकुल नहीं होती केवल सुई की चुभन होती है। बाद में 10 मिनट का आराम करके जा सकते हैं।

» रक्तदान से कमजोरी नहीं आती है।

» रक्तदान के पूर्व चिकित्सक द्वारा किए जाने वाले स्वास्थ्य परीक्षण से व्यक्ति यह जान सकता है कि वह रक्तदान करने योग्य है या नहीं।

आओ कुछ हटकर करें:-

» जन्मदिन या शादी की सालगिरह जैसे अवसरों पर रक्तदान कर दूसरों को तोहफा दें।

» घर के बुजुर्गों की स्मृति में रक्तदान कर श्रद्धांजलि दें।

» मिशन का सत्य संदेश देते हुए महान बलिदान देने वाले संत महात्माओं तथा अन्य बलिदानी संतों को रक्तदान देकर श्रद्धा सुमन अर्पित करें।



## सामान्य विद्युत सुरक्षा युक्तियां

दीपक राज मेहता

कार्मिक अधिकारी (मुख्य अभि. कार्यालय), ऋषिकेश



शीर्ष विद्युत सुरक्षा खतरों में पुरानी तारों और उन पर होने वाले लोड के दुरुपयोग के कारण बिजली की आग शामिल है और तारों के सिस्टम में खामियां एवं विद्युत उपकरणों के इस्तेमाल में अज्ञानता भी शामिल है। आप अगर गौर करें तो पाएंगे कि देश दुनिया में आग से होनी वाली दुर्घटनाओं में विद्युत से होने वाली आग की दुर्घटनाएं सबसे ज्यादा हैं, जिसके कारण लोगों को चोटें और मौत तक हो जाती है और साथ ही साथ लाखों करोड़ों की संपत्ति का नुकसान होता है। इसलिए कंपनी और कंपनी में कार्यरत कर्मचारियों को कार्यस्थल में विद्युत सुरक्षा एवं नियमों को महत्वपूर्ण मानना होगा और विद्युत उपकरणों के सुरक्षित इस्तेमाल को समझना होगा।

किसी आधुनिक कार्यालय के संचालन के लिए बिजली मुख्य स्रोत है। किसी भी कार्यालय में उपयोग किए जाने वाले विद्युत उपकरण संभावित रूप से खतरनाक होते हैं और यदि उनका गलत तरीके से उपयोग या रखरखाव किया जाता है तो गंभीर चोट के साथ संपत्ति का नुकसान भी हो सकता है। विद्युत दुर्घटनाएं आमतौर पर दोषपूर्ण या दोषपूर्ण उपकरण, असुरक्षित संस्थापना (Unsafe Installation) या कामगारों के द्वारा उपकरण के दुरुपयोग के परिणामस्वरूप होती हैं।

### विद्युत सुरक्षा युक्तियां (Safety Tips)

1. सभी विद्युत उपकरणों के ढीले या अस्त व्यस्त तारों को बदलें या मरम्मत करें।
2. उच्च यातायात क्षेत्रों या कार्पेट, गलीचा, या फर्नीचर के नीचे बिजली के तारों को न रखें।
3. ओवरलोडिंग से बचें। एक विद्युत साकेट में अधिक उपकरणों के इस्तेमाल से बचें।
4. अगर आउटलेट या स्विच गर्म महसूस करते हैं, तो विद्युत सर्किट बंद करें और इलेक्ट्रिशियन द्वारा चेक करवाएं।



5. विद्युत उपकरणों के ऊपर सिफारिश की गई वॉट क्षमता से मेल खाने वाले विद्युत साकेट का उपयोग करें।
6. जो चीजें (फर्नीचर, कार्पेट इत्यादि) जल्द आग पकड़ सकती हैं उनको बिजली उपकरणों जैसे रूम हीटर एवं ब्लोवर से दूर रखें।
7. अपने कार्यस्थल पर प्रयुक्त किए जाने वाले विद्युत उपकरणों, स्विच, साकेट, प्लग एवं तारों इत्यादि का रोजाना निरीक्षण करें, अगर किसी प्रकार की कमी दिखाई दे तो सहायता के लिए कंपनी के विद्युत विभाग या योग्य इलेक्ट्रिशियन से संपर्क कर निरीक्षण कराएं।
8. सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त संस्थाओं द्वारा प्रमाणित विद्युत उपकरणों का ही इस्तेमाल किया जाना चाहिए और इस्तेमाल किये जाने वाले उपकरणों के क्षतिग्रस्त या खराब होने पर उनको मरम्मत/सर्विस हेतु अधिकृत सेवा केंद्र में ले जाना चाहिए।
9. उपयोग ना होने पर बिजली के उपकरणों को बंद कर देना चाहिए।
10. प्लग/टॉप, साकेट में सुरक्षित रूप से फिट होना चाहिए लेकिन प्लग/टॉप लगाते समय ज्यादा जोर नहीं लगाना चाहिए।
11. बिजली के उतार-चढ़ाव से सुरक्षा के लिए अपने फोन, फैक्स, कम्प्यूटर मॉडम, ए.सी. और टेलीविजन के साथ वोल्टेज नियंत्रित करने वाले उपकरणों (वोल्टेज स्टेबलाइजर) का इस्तेमाल करें और सुनिश्चित करें कि आपके द्वारा इस्तेमाल किए जाने वाला वोल्टेज स्टेबलाइजर आपके उपकरणों की आवश्यकताओं से मेल खाता हो।

## हिंदी के विकास की विशेषताएं

- » पत्रकारिता का आरंभ भारत के उन क्षेत्रों से हुआ जो हिंदी-भाषी नहीं थे/हैं (कोलकाता, लाहौर आदि)।
- » हिंदी को राष्ट्रभाषा बनाने का आन्दोलन अहिंदी भाषियों (महात्मा गांधी, स्वामी दयानंद सरस्वती आदि) ने आरंभ किया।
- » हिंदी के विकास में राजाश्रय का कोई स्थान नहीं है। इसके विपरीत, हिंदी का सबसे तेज विकास उस दौर में हुआ जब हिंदी अंग्रेजी-शासन का मुखर विरोध कर रही थी। जब-जब हिंदी पर दबाव पड़ा, वह अधिक शक्तिशाली होकर उभरी है।
- » हिंदी के विकास में पहले साधु-संत एवं धार्मिक नेताओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा। उसके बाद हिंदी पत्रकारिता एवं स्वतंत्रता संग्राम से बहुत मदद मिली। फिर मुंबईया फिल्मों से सहायता मिली और अब इलेक्ट्रॉनिक मीडिया (टीवी) के कारण हिंदी समझने-बोलने वालों की संख्या में बहुत अधिक वृद्धि हुई है।



## थायरॉइड (Thyroid)

स्वास्थ्य परिचर्चा

हरीश चन्द्र उपाध्याय

वरि. प्रबंधक(जीएंडजी / एसएंडआई), ऋषिकेश



**थायरॉइड क्या है** – हमारे शरीर की संरचना हमारी सोच पर काफी निर्भर करती है। एक विचार हमारी ग्रंथि के सिस्टम में काफी बदलाव ले आता है मतलब एक नकारात्मक विचार जहां ग्रंथि को नुकसान पहुँचता है वहीं अच्छी या धनात्मक सोच हमारी ग्रंथि को मजबूत करती है। गर्दन में सामने की तरफ यह ग्रंथि होती है जो हारमोन बनाती है उसका नाम है, थायरॉइड। यह शरीर में मेटाबोलिज्म को नियंत्रित करती है एवं अनेक प्रकार के कार्यों में सहायता करती है। जैसे पाचन क्रिया को नियंत्रित करती है, शरीर में प्रोटीन उत्पादन को नियंत्रित करती है एवं शरीर में एनर्जी को भी नियंत्रित करती है। इसे साइलेंट किलर भी कहते हैं यह दो प्रकार की होती है। 1. हाइपो-थायरॉइड एवं 2. हाइपर थायरॉइड

**थायरॉइड कैसे होता है**– थायरॉइड ग्रंथि का काम थायरॉक्सिन हारमोन बनाकर खून तक पहुँचाना है जिससे शरीर का मेटाबॉलिज्म नियंत्रित रहे। यह ग्रंथि दो प्रकार

के हारमोन बनाती है एक (T3) ट्राई आयोडोथेरोनिन कहते हैं और दूसरा (T4) थाइरॉक्सिन कहते हैं। जब थायरॉइड से निकलने वाले ये दोनों हारमोन असंतुलित होते हैं तो थायरॉइड की समस्या हो जाती है। इस बीमारी का इलाज समय पर न हो तो अनेक परेशानी एवं नुकसान हो सकते हैं, जैसे—

- 1) शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्ति कमजोर हो जाती है।
- 2) थकावट महसूस होती है।
- 3) व्यक्ति डिप्रेशन का शिकार हो जाता है।
- 4) याददाश्त दिन-प्रतिदिन कमजोर होने लगती है।
- 5) शरीर में कैल्सियम की कमी होने लगती है।
- 6) दिल की धड़कन अनियंत्रित होने लगती है।
- 7) प्यास अधिक लगती है।
- 8) वजन कम या अधिक होने लगता है।



थायरोइड का अनियंत्रित होना मुख्यतः हमारे भोजन तथा जीवन-शैली पर निर्भर करता है। आज का डिब्बा बंद खाना फ्रिज के अंदर रखा खाद्य सामान और भण्डार गृहों में जमा फल सब्जी एवं अन्य सामग्री मुख्य कारण हैं। इसके साथ-साथ तनाव भरी जिन्दगी भी प्रमुख कारणों में से एक है। पुराने समय में सब्जी या फल सीधे बगीचे, खेत या जंगल में जाकर ही खाए जाते थे परंतु आज तो जिस सब्जी या फल को हम खा रहे हैं, पता नहीं कितने दिन पुराना है। आजकल तो अब खाद्य सामग्री में केमिकल भी प्रयोग हो रहा है। दूसरी तरफ आज इंसान बहुत व्यस्त हो गया है। उसके पास किसी सुंदर बगीचे में, खेत में, जंगल में या नदी के किनारे घूमने का समय नहीं है। हर समय इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों से घिरा रहता है। खाने को भी प्राकृतिक रूप में न खाकर कृत्रिम या मसालेदार बनाकर बीमारियों को बढ़ावा दे रहा है। शारीरिक मेहनत करना काफी कम कर दिया है। आपस में दुःख या सुख शेयर नहीं कर रहा है। इन सब कारणों से यह बीमारी दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है।

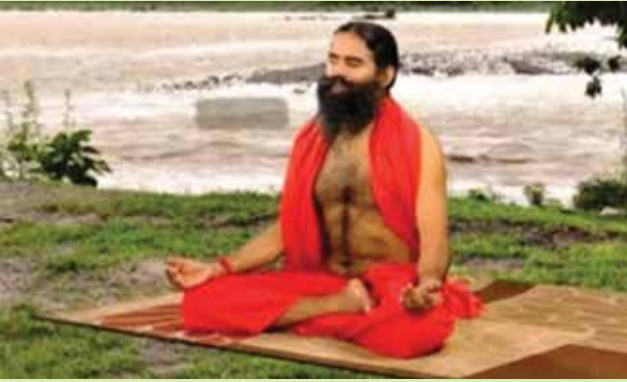
### थायरोइड से राहत के उपाय व दवाई –

1. **अलसी के बीज**— सुबह खाली पेट एक गिलास पानी के साथ एक चम्मच पिसी हुई अलसी खाने से लाभ होता है।
2. **हरा धनिया**— हरा धनिया पीसकर एक गिलास गुनगुने पानी में डालकर पीने से लाभ होता है।
3. **नींबू एवं अदरक**— गुनगुने पानी में नींबू का रस निचोड़कर अदरक के टुकड़े काटकर डालें एवं शहद मिलाकर दिन के समय इस पेय को पीने से लाभ होता है।
4. **साबुत धनिया एवं मुलेठी**— एक चम्मच साबुत धनिया एक चम्मच मुलेठी मिलाकर एक गिलास पानी में उबालें, पानी एक चौथाई बच जाने पर खाली पेट पीयें। इस पेय के आधा घंटे के अंतराल में कुछ न खाएं।

5. **लौकी तथा पुदीने का जूस**— सुबह खाली पेट एक गिलास जूस पीने से इस बीमारी में फायदा होता है।
6. **गेंहू घास**— सुबह खाली पेट गेंहू घास का जूस पीने से इस बीमारी में शीघ्र लाभ होता है।
7. **एलोवेरा**— प्रातःकाल तुलसी, आंवला व एलोवेरा का जूस इस बीमारी के अलावा अन्य बीमारियों में भी लाभ पहुंचाता है।
8. रात को अखरोट भिगाकर सुबह खाली पेट खाने से लाभ होता है।
9. मुलेठी, सेव व गाजर का जूस, ब्राउन राईस, बाजरे कि रोटी, हल्दी की चाय तथा सोते समय अजवायन का पानी लाभकारी होता है। फलों का सेवन अधिक से अधिक करना चाहिए।
10. समुद्री जीव, शैवाल तथा मछली खाना भी लाभकारी रहता है तथा गोमूत्र व फाइबरयुक्त खाना रामबाण का काम करता है।
11. त्रिकुटा 100 ग्राम व बहेड़ा 50 ग्राम मिलाकर चूर्ण बना लें तथा एक चम्मच शहद के साथ लें।
12. कांचनार गुग्गूल को सुबह, शाम लेना या डॉक्टर की सलाह से लेना हितकर है।

### थायरोइड हेतु योगासन—

कपालभाति—मध्यम गति से सुबह खाली पेट कपालभाति करना चाहिए। इसके साथ-साथ उज्जायी, सिंहासन, सर्वांगसन एवं हलासन ये पांच प्राणायाम थायरोइड में अत्यंत लाभकारी होते हैं। इसके साथ-साथ सुबह शाम 10 मिनट का मैडिटेशन इस बीमारी में तो क्या प्रत्येक बीमारी में लाभ करता है। हथेली में एक प्वाइंट अंगूठे के नीचे उठा होता है, इस प्वाइंट को दबाने से भी काफी आराम मिलता है। इस प्वाइंट को सुबह, शाम या कभी भी दो मिनट दबाया जा सकता है।



### थाइरॉइड में ध्यान देने योग्य बातें—

- » थाइरॉइड को सबसे अधिक तनाव प्रभावित करता है। अतः किसी भी हालत में हमें खुश रहना आवश्यक है क्योंकि तनाव सीधे हमारे पेट पर अटैक करता है और पेट गड़बड़ हो तो वह सीधे हमारे ग्लैंड्स पर प्रभाव डालता है तथा हार्मोन को अनियंत्रित कर देता है। अतः हमेशा शान्त एवं खुश रहना ही इस बीमारी को कंट्रोल करने का अच्छा उपाय है। अपने शरीर से शारीरिक तथा मानसिक कार्य उतना ही लेना चाहिए, जितनी कैपेसिटी हो।
- » कच्चा नमक कोई भी हो नुकसान करता है। अतः कभी भी नमक खाने में ऊपर से नहीं डालना चाहिए। खाने में सेंधा नमक ही खाना चाहिए।

- » शुगर फ्री डाइट— शुगर फ्री डाइट लेना इस बीमारी में लाभकारी है। कभी भी तला भोजन नहीं करना चाहिए और रात को तो बिलकुल नहीं। डब्बा बन्द खाना भी हानिकारक है। सफेद चावल व मिर्च मसालेदार भोजन भी नहीं करना चाहिए।
- » मैदा, मलाई, सोया तथा सोया से बनी चीजें, गोभी, शलजम, फास्टफूड, अंडा, काफी, चाय, गुटखा, कोल्डड्रिंक, तम्बाकू तथा धूम्रपान हानिकारक हैं।
- » क्रोध, भय, ईर्ष्या व नकारात्मक सोच को बस में करना ही महानता है। अतः इन सबको अपने से दूर रखना चाहिए। शरीर में कब्ज न होने दें।
- » यहां पर लेखक ने अपने अनुभव व प्रयोग को प्रकाशित किया है। समाधान हेतु योग तथा खाद्य सामग्री का प्रयोग, देशकाल मौसम तथा अपनी शारीरिक स्थिति के अनुसार करना चाहिए क्योंकि प्रत्येक मानव की शरीर की संरचना अलग-अलग प्रकार की होती है। अतः अपना डॉक्टर व्यक्ति खुद ही हो सकता है क्योंकि अपनी हालत अपने आप ही अच्छी तरह पता होती है। कब क्या खाना है, क्या नहीं खाना है, यह अपने आप तय किया जा सकता है।



## राज्यों का वर्गीकरण-क्षेत्रवार

हिंदी बोले और लिखे जाने की प्रधानता के आधार पर देश के राज्यों/संघ राज्य क्षेत्रों को नीचे दिए अनुसार तीन क्षेत्रों में वर्गीकृत किया गया है—

क-क्षेत्र	बिहार, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, मध्य प्रदेश, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, अंडमान निकोबार द्वीप समूह, दिल्ली, उत्तराखंड, झारखंड, छत्तीसगढ़
ख-क्षेत्र	गुजरात, महाराष्ट्र, पंजाब, चंडीगढ़ संघ राज्य क्षेत्र, दादरा एवं नगर हवेली, दमन दीव
ग-क्षेत्र	आंध्र प्रदेश, अरुणाचल प्रदेश, असम, तमिलनाडु, मणिपुर, मिजोरम, गोवा, कर्नाटक, जम्मू-कश्मीर, केरल, नागालैंड, उड़ीसा, सिक्किम, त्रिपुरा, पश्चिम बंगाल, लक्षद्वीप, पांडिचेरी





## संस्कृति एवं सभ्यता

संस्कृति का शब्दार्थ है— उत्तम या सुधरी हुई स्थिति। मनुष्य स्वभावतः प्रगतिशील प्राणी है। यह बुद्धि के प्रयोग से अपने चारों ओर की प्राकृतिक परिस्थिति को निरंतर सुधारता और उन्नत करता रहता है। ऐसी प्रत्येक जीवन—पद्धति, रीति—रिवाज, रहन—सहन, आचार—विचार, नवीन अनुसंधान और आविष्कार, जिससे मनुष्य पशुओं और जंगलियों के दर्जे से ऊँचा उठता है तथा सभ्य बनता है। सभ्यता संस्कृति का अंग है। सभ्यता (Civilization) से मनुष्य के भौतिक क्षेत्र की प्रगति सूचित होती है जबकि संस्कृति (Culture) से मानसिक क्षेत्र की प्रगति सूचित होती है। मनुष्य केवल भौतिक परिस्थितियों में सुधार करके ही संतुष्ट नहीं हो जाता। वह भोजन से ही नहीं जीता, शरीर के साथ मन और आत्मा भी है। भौतिक उन्नति से शरीर की भूख मिट सकती है, किन्तु इसके बावजूद मन और आत्मा तो अतृप्त ही बने रहते हैं। इन्हें संतुष्ट करने के लिए मनुष्य अपना जो विकास और उन्नति करता है, उसे संस्कृति कहते हैं। मनुष्य की जिज्ञासा का परिणाम धर्म और दर्शन होते हैं। सौन्दर्य की खोज करते हुए वह संगीत, साहित्य, मूर्ति, चित्र और वास्तु आदि अनेक कलाओं को उन्नत करता है। सुखपूर्वक निवास के लिए सामाजिक और राजनीतिक संघटनों का निर्माण करता है। इस प्रकार मानसिक क्षेत्र में उन्नति की सूचक उसकी प्रत्येक सम्यक कृति संस्कृति का अंग बनती है। इनमें प्रधान रूप से धर्म, दर्शन, सभी ज्ञान—विज्ञानों और कलाओं, सामाजिक तथा राजनीतिक संस्थाओं और प्रथाओं का समावेश होता है।

संकलित



## राजभाषा विभाग द्वारा जारी राजभाषा हिंदी के प्रयोग के लिए

हिंदी अनुभाग की ओर से....

### वर्ष 2020-21 का वार्षिक कार्यक्रम

क्र. सं.	कार्य विवरण	क्षेत्र	पत्राचार का अपेक्षित प्रतिशत	
1.	हिंदी में मूल पत्राचार (ई-मेल सहित)	'क' क्षेत्र	1. 'क' क्षेत्र से 'क' क्षेत्र को	100%
			2. 'क' क्षेत्र से 'ख' क्षेत्र को	100%
			3. 'क' क्षेत्र से 'ग' क्षेत्र को	65%
			4. 'क' क्षेत्र से 'क' व 'ख' क्षेत्र के राज्य/संघ राज्य क्षेत्र के कार्यालय/व्यक्ति	100%
		'ख' क्षेत्र	1. 'ख' क्षेत्र से 'क' क्षेत्र को	90%
			2. 'ख' क्षेत्र से 'ख' क्षेत्र को	90%
			3. 'ख' क्षेत्र से 'ग' क्षेत्र को	55%
			4. 'ख' क्षेत्र से 'क' व 'ख' क्षेत्र के राज्य/संघ राज्य क्षेत्र के कार्यालय/व्यक्ति	90%
		'ग' क्षेत्र	1. 'ग' क्षेत्र से 'क' क्षेत्र को	55%
			2. 'ग' क्षेत्र से 'ख' क्षेत्र को	55%
			3. 'ग' क्षेत्र से 'ग' क्षेत्र को	55%
			4. 'ग' क्षेत्र से 'क' व 'ख' क्षेत्र के राज्य/संघ राज्य क्षेत्र के कार्यालय/व्यक्ति	55%

### अन्य मदें

क्र. सं.	अन्य मदें	'क' क्षेत्र	'ख' क्षेत्र	'ग' क्षेत्र
2.	हिंदी में प्राप्त पत्रों का उत्तर हिंदी में दिया जाना	100%	100%	100%
3.	हिंदी में टिप्पण	75%	50%	30%
4.	हिंदी माध्यम से प्रशिक्षण कार्यक्रम	70%	60%	30%
5.	हिंदी टंकण करने वाले कर्मचारी एवं आशुलिपिक की भर्ती	80%	70%	40%
6.	हिंदी में डिक्टेशन/की-बोर्ड पर सीधे टंकण (स्वयं तथा सहायक द्वारा)	65%	55%	30%
7.	हिंदी प्रशिक्षण (भाषा, टंकण, आशुलिपि)	100%	100%	100%
8.	द्विभाषी प्रशिक्षण सामग्री तैयार करना	100%	100%	100%

क्र. सं.	अन्य मदें	'क' क्षेत्र	'ख' क्षेत्र	'ग' क्षेत्र
9	जर्नल और मानक संदर्भ पुस्तकों को छोड़कर पुस्तकालय के कुल अनुदान में से डिजिटल वस्तुओं अर्थात हिंदी ई-पुस्तक, सीडी / डीवीडी, पेनड्राइव तथा अंग्रेजी और क्षेत्रीय भाषाओं से हिंदी में अनुवाद पर व्यय की गई राशि सहित हिंदी पुस्तकों की खरीद पर किया गया व्यय।	50%	50%	50%
10.	कम्प्यूटर सहित सभी प्रकार के इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों की द्विभाषी रूप में खरीद।	100%	100%	100%
11.	वेबसाइट द्विभाषी हो	100%	100%	100%
12.	नागरिक चार्टर तथा जन सूचना बोर्डों आदि का प्रदर्शन द्विभाषी हो	100%	100%	100%
13(i)	मंत्रालयों/विभागों और कार्यालयों तथा राजभाषा विभाग के अधिकारियों (उ.स./निदे./सं.स.द्व द्वारा अपने मुख्यालय से बाहर स्थित कार्यालयों का निरीक्षण) कार्यालय का प्रतिशत	25% (न्यूनतम)	25% (न्यूनतम)	25% (न्यूनतम)
(ii)	मुख्यालय में स्थित अनुभागों का निरीक्षण	25% (न्यूनतम)	25% (न्यूनतम)	25% (न्यूनतम)
(iii)	विदेश में स्थित केंद्र सरकार के स्वामित्व एवं नियंत्रण के अधीन कार्यालयों/उपक्रमों का संबंधित अधिकारियों तथा राजभाषा विभाग के अधिकारियों द्वारा संयुक्त निरीक्षण	वर्ष में कम से कम एक निरीक्षण		
14.	राजभाषा संबंधी बैठकें (क) हिंदी सलाहकार समिति (ख) नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (ग) राजभाषा कार्यान्वयन समिति	वर्ष में 02 बैठकें वर्ष में 02 बैठकें (प्रति छमाही 01 बैठक) वर्ष में 04 बैठकें (प्रति तिमाही एक बैठक)		
15.	कोड, मैनुअल, फॉर्म, प्रक्रिया और साहित्य का हिंदी अनुवाद	100%	100%	100%
16.	मंत्रालयों/विभागों/कार्यालयों/बैंकों/उपक्रमों के ऐसे अनुभाग जहां संपूर्ण कार्य हिंदी में हो।	40%	30%	20%
		<b>(न्यूनतम अनुभाग)</b> सार्वजनिक क्षेत्र के उन उपक्रमों/निगमों आदि, जहां अनुभाग जैसी कोई अवधारणा नहीं है, "क" क्षेत्र में कुल कार्य का 40%, "ख" क्षेत्र में 25% और "ग" क्षेत्र में 15% कार्य हिंदी में किया जाए।		

## नदी की पुकार

कविता

नदी धीरे-धीरे चल,  
नदी तेरे घाट हैं अचल ।  
मीठी है तेरी यह जलधार,  
खारा है बाकी सब संसार ।

तुझे है बहते ही जाना,  
सागर है तेरा ठिकाना ।  
सागर से पहले तुझको ही,  
घट-घट में है भर जाना ।

तू है सागर की बहना,  
पनघट पर घट से यह कहना ।  
गति है जीवन का आधार,  
बंधे हैं पैरों में दीवार ।

भले ही रास्ते हों मुश्किल,  
फिर भी हो जाते हैं हासिल ।  
नदी तू है एक जलधार,  
प्यासे दिलों की उद्गार ।

सीमाएं होती हैं क्या,  
कैसे तोड़ी जाती हैं ।  
तोड़कर सीमा फिर से,  
कैसे जोड़ी जाती है ।

सभी को यह समझाना,  
मंत्र यह सबको सिखलाना ।  
सीमाओं से सीखो विस्तार,  
तानों ना लहरों पर तलवार ।

प्रचलित गतियों से है बचना,  
अपना पथ है स्वयं ही चुनना ।  
अपने ही पथ में तुमको,  
मिलेगी गंगा और जमुना ।

अपना पथ जब प्रशस्त होगा,  
सुदृढ़ अपना तब रथ होगा ।  
अपनी ही होगी फिर रफ्तार,  
अपनी कश्ती, अपनी पतवार ।

सभी को सागर में जाना,  
थोड़ा सोना थोड़ा सुस्ताना ।  
ठहरने में दुख है होता क्या,  
इसकी टोह भी है लेना ।

किरण सिर पर जब नांचेगी,  
तपते सूरज का खत बांचेगी ।  
खत में ही होगा जीवन सार,  
मेघ फिर धरना तुम आकार ।

नदी री तेरी यह जलधार,  
मेघ का ही तो है अवतार ।  
नाचूंगा में गाकर मल्हार,  
नदी तेरी मीठी जलधार ।

एस.के. चौहान

उप महाप्रबंधक (परि.-सिविल), ऋषिकेश

कविता

## मुस्कुराना तो बनता है



पहली बारिश की फुवार जो आए चेहरे पे,  
सौंधी-सौंधी मिट्टी की खुशबू भरकर सांसें में,  
जब याद कोई आता है तब,  
मुस्कुराना तो बनता है।

मेरे पास बहुत है कम सोचकर रोने से,  
दुनिया में बहुत से बदनसीबों से,  
मेरे पास है ज्यादा देखकर,  
मुस्कुराना तो बनता है।

अगर जीता अनाथों की तरह,  
तो क्या होता हश्र मेरा,  
खुश-नसीब हूँ जो मिला,  
माँ-बाप का साया यह जानकर,  
मुस्कुराना तो बनता है।

मानता हूँ कि अब वक्त देना है मुश्किल,  
उन दोस्तों को, उन अभिरुचियों को,  
पर जो शानदार वक्त बिताया उनके साथ सोचकर,  
मुस्कुराना तो बनता है।

जीवन पथ पर ऐसा मोड़ आता ही है,  
जब कोई रास्ता यह दिल ना पाता है,  
और उसी पल डूबते को तिनके का सहारा मिलता है तब,  
मुस्कुराना तो बनता है।

यूँ तो देखा नहीं भगवान को,  
पर ऐसे भी इंसान है दुनिया में  
जिनसे इंसानियत है कायम,  
ऐसे इंसानों को भगवान मानकर  
मुस्कुराना तो बनता है।

**सुमेध देवराव नगराले**

उप प्रबंधक (परिकल्प-सिविल), ऋषिकेश

कविता

## इंसान का गरूर, इंसानियत से दूर

हे इंसान क्यों गुरुर का ताज लिए बैठा है,  
ईर्ष्या नफरत का क्यों लिबास लिए बैठा है,  
तू अगर किसी को चोट देगा,  
तो बदले में चोट ही मिलेगी,  
तो फिर क्यों किसी के मरहम की आस लिए बैठा है।

तेरा गरूर ही तुझको एक दिन डूबा आएगा,  
हंसने का दिखावा करेगा, अंतर्मन तेरा हर पल रुलाएगा,  
गुरुर तो अहंकारी रावण का भी नहीं रहा,  
सोने की लंका होने पर भी, माटी में ही मिला,  
तेरा गुरुर भी एक दिन तेरे को, माटी में ही मिलाएगा।

नफरत ईर्ष्या करेगा, तो हर पल जल-जल मरेगा,  
क्षण भंगुर जीवन तेरा जल्दी बुझ जाएगा, कभी देखना,  
धूप तो जलती नहीं महकती है,  
उसे कोई नहीं बुझा सकता है।

दुखी दरिद्र से प्यार कर,  
तुझे अपने अंदर अच्छा इंसान दिखेगा,  
किसी के चोट पर मरहम लगाकर तो देख,  
किसी रोते हुए के चेहरे पर, मुस्कुराहट  
लाकर तो देख,  
किसी भूखे को, खाना खिलाकर तो देख,  
तेरे दुश्मन में दोस्त मिलेगा,  
उन्हें एक बार गले लगाकर तो देख।



**राजपाल आर्य**  
सुरक्षा विभाग, कोटेश्वर



कविता

## सब कहते हैं, मैं जीत गया

हर रात मैं उत्सव में खेला,  
 दिन भर पतझड़ को ही झेला,  
 सपनों को बैठा हार-हार,  
 सब कहते हैं, मैं जीत गया।

जब दर्द जगा, तब स्वर फूटा,  
 जब प्रीत जगी, दर्पण टूटा,  
 टूटे दर्पण पर मैंने तब,  
 एक गीत लिखा और यश लूटा।  
 जीवन यश ढोते-ढोते बीत गया,  
 अब पहचान भुलाए बैठा हूँ,  
 सब कहते हैं, मैं जीत गया।

जग में जितने भी दर्द पले,  
 शब्दों में वही फूलों से झरे,  
 प्यासों ने फौला दी बाहें,  
 नदियां जल की गगरी ले चले।  
 जीवन जल होते-होते बीत गया,  
 अब प्यास पकड़ कर बैठा हूँ,  
 सब कहते हैं, मैं जीत गया।

एस.के. चौहान

उप महाप्रबंधक (परि.-सिविल), ऋषिकेश



कविता

## जिंदगी

लोग जल जाते हैं मेरी मुस्कान पर क्योंकि,  
 मैंने कभी दर्द की नुमाइश नहीं की।

जिंदगी से जो मिला कबूल किया,  
 किसी चीज की फरमाईश नहीं की।

मुश्किल है समझ पाना मुझे,  
 क्योंकि जीने के अलग हैं अंदाज मेरे।

जब जहां जो मिला अपना लिया,  
 नहीं मिला उसकी कभी ख्वाहिश नहीं की।

माना औरों के मुकाबले कुछ  
 ज्यादा पाया नहीं है मैंने।

खुश हूँ कि,  
 खुद को गिराकर कुछ उठाया नहीं मैंने।

इशिता नेगी

प्रशिक्षु (का. एवं प्रशा.), टिहरी



कविता

## आरजू

दरिया में कश्ती कोई उतार दे,  
मंजिल हर किसी को मिले जरूरी तो नहीं।

किसी को चाहना खता नहीं मगर,  
बदले में प्यार मिले जरूरी तो नहीं।

चिराग जलकर रोशनी देता है मगर,  
हर चिराग उजाला करे जरूरी तो नहीं।

ये सही है कि बुरे लोग बदनाम होते हैं मगर,  
हर बदनाम आदमी बुरा हो जरूरी तो नहीं।

लिख तो दी हमने अपनी आरजू मगर,  
हर शख्स इसे याद रखे जरूरी तो नहीं।

कविता

## खाली वक्त

मैं बैठी रहती हूँ चुपचाप, दिन-रात सुबह शाम हर घड़ी।  
कुछ काम-धाम नहीं, अपने में ही रहती हूँ,  
खुद ही सुनती हूँ, मैं बहुत परेशान हूँ।

अरे!! आप हंस रहे हैं, आप कहोगे कि,  
तुम मौज में हो, बिना कुछ किए जीवन गुजार रहे हो।  
और कहते हो परेशान हो।

मैं कहूंगी कि कैसी मौज, मैं हंस नहीं सकती,  
रो नहीं सकती, बड़ी ही नाजुक स्थिति है,  
बैठी रहती हूँ ऐसे ही, क्योंकि मैं इंगेज्ड हूँ,  
खाली वक्त के साथ।

इशिता नेगी

प्रशिक्षु (का. एवं प्रशा.), टिहरी

कविता

## मनुष्य की उत्पत्ति

एक बुत बनाया जमीं पर खुदा ने,  
किया उसे अपने सब गुणों से भरपूर।  
और कहा जन्मत के सभी फरिश्तों से,  
सजदा करो इसको, इसमें है मेरा नूर।

हमसे बढ़कर है कौन ये, इस जमीं पर,  
यह देखकर रह गए सभी फरिश्ते दंग।  
मालिक की इस कारीगरी से थे परेशान,  
है कौन सा अजूबा ये पूछा सबने एक संग।

नहीं था कोई तीनों लोक में अब तक,  
जो मुझे जानकर, पाने में सक्षम होता।  
बिन मानव शरीर व समझ, चेतना के,  
कभी कोई मेरा पार नहीं पा सकता।

ज्ञान और कर्म के बिना इस धरती पर,  
मुझे पाना बिल्कुल नहीं होगा सुलभ।  
अतः माध्यम आवश्यक है इसके लिए,  
तो सोचकर यह बुत बनाया है दुर्लभ।

यह सुनकर मनुष्य का जीवन लेकर,  
अवतरित किया है तुझे इस धरा पर।  
जीवन का प्यारा सफर हुआ है शुरू,  
निश्चल बचपन के घुटनों से चलकर।

फिर पकड़कर यौवन की अंगुली,  
इस वसुधा के सुहावने आवरण पर।  
बस खत्म होगा जीवन का सफर,  
वृद्धावस्था की उस थकी कगार पर।

आज फिर खाइश है मेरे रहबर की,  
मुझसे दीदार करने की कोशिश कर।  
कोई खोई वस्तु नहीं हूँ जमीं पर मैं,  
तू मुझको ढूँढने की कोशिश मत कर।

मैं इस कायनात के कण-कण में हूँ,  
ब्रहमवेत्ता से बस तू मेरी पहचान कर।  
तू मुझमें, मैं तुझसे हूँ समाया रे बन्दे,  
समझ ज्ञान नेत्रों से, तू पर्दा हटाकर।

यशवंत सिंह नेगी

वरि. आशुलिपिक (पीएसपी), टिहरी

कविता

## शहरी और पहाड़ी

शहरों की बहू के आभूषण,  
 नोजपिन, इयररिंग्स होते हैं,  
 पहाड़ों की बहू के कान में,  
 झुमका और नाक में नथुली होती है।

शहरों में विवाह या त्योहार,  
 पर डी. जे. धांसू होता है,  
 हमारे पहाड़ों में ऐसे पावन,  
 अवसर पर मंडांग और रांसू होता है।

सुंदरता इतनी हमारे पहाड़ों में,  
 कि बाहर से सैलानी खिंचे चले आते हैं  
 इस सौंदर्य को देख वह,  
 मंत्रमुग्ध हो जाते हैं,

इसलिए,  
 हमारा उत्तराखंड सौंदर्य से भरपूर,  
 पहाड़ धरती का स्वर्ग कहलाता है।

राजपाल आर्य  
 सुरक्षा विभाग, कोटेश्वर



कविता

## लक्ष्य से तू न विचलना, राह में तू न बिखरना

राह में तू न बिखरना,  
 लक्ष्य से तू न विचलना,  
 देखती है तुझको मंजिल,  
 तू बस उसी की ओर चलना।

तब ही का नक्शा खोलकर,  
 खुद को उसी पर मोड़कर,  
 हार डर भय के धनुष से,  
 तीर सा तू बढ निकलना।

पथ भी कहीं भटकाएगा,  
 कुछ भी समझ में न आएगा,  
 ईर्ष्या छल से सना पथ,  
 अनगिनत बाधा लाएगा।

राह में तू ना बिखरना,  
 लक्ष्य से तू ना विचलना,  
 देखती है तुझको मंजिल,  
 तू बस उसी की ओर चलना।

खुद को हवा से तेज कर,  
 दावा चमक के वेग पर,  
 अथक अविचल सतत चलकर,  
 वहीं है तुझको पहुंचना।

होना है जो वही होगा,  
 भाग्य का जो लेख होगा,  
 भाग्य का निर्माता है तू,  
 ऐसे कैसे जो भी होगा।

राह में तू ना बिखरना,  
 लक्ष्य से तू ना विचलना,  
 देखती है तुझको मंजिल,  
 तू बस उसी की ओर चलना।

प्रदीप कुमार कुलश्रेष्ठ  
 कार्यपालक सचिव (परिकल्प-सिविल), ऋषिकेश



## कोरोना बनाम विश्व

कोरोना बीमारी विदेशियों से यहां आई!

यह हमारी सरकार ने नहीं बुलाई।  
इसकी चपेट में आ गए सारे देश भाई,  
समय से लॉकडाउन कर सरकार ने समझ दिखाई,  
जिससे यह बीमारी यहां नहीं फैल पाई,  
कोरोना बीमारी विदेशियों से यहां आई!

अपना देश संक्रमण रहित होता दिखाई,  
अगर जमातियों ने बीमारी यहां ना होती फैलाई,  
मानवता पर प्रहार करते इन गद्दारों को शर्म नहीं आई,  
इससे विकासशील देशों की आर्थिक स्थिति चरमराई,  
पूरे विश्व की इससे हुई तबाही,  
हर एक ने संवेदना दिखाई,  
वैज्ञानिक हो या डॉक्टर और सुरक्षाकर्मी,  
सबने अपनी मेहनत से इस पर विजय पाई।

अब सबकी मेहनत दिखती है रंग लाई,  
कोरोना बीमारी विदेशियों से यहां आई।

लॉकडाउन में घर पर रहने से आखिर हमारी है भलाई,  
प्रधानमंत्री जी का आह्वान  
पहले जान, फिर जहान में है, जीवन की प्रथम सच्चाई,  
इसलिए सरकार ने सबके लिए उदार नीति बनाई  
जो नहीं करेंगे अनुपालन लॉकडाउन का  
उसी पर यह मंडराई।

कुछ ना समझो को यह बात समझ में न आई,  
वह कर रहे इस पर चतुराई,  
ऐसे वक्त में भी वह कर रहे स्वार्थी राजनीति की कोताही,  
मौत नहीं दिखती है उन्हें सिर्फ राजनीति की छाई,  
अभी एहसास भी नहीं है,  
बिगड़ गई स्थिति तो कैसे होगी तबाही,  
कोरोना बीमारी विदेशियों से यहां आई।

इस हकीकत से हमें जो समझ आई कसम हमने भी खाई,  
भगत सिंह और सावरकर जैसों की इस माटी में,  
गद्दार नहीं रहेंगे,  
अब हम सबको करनी है इन लोगों की विदाई,  
इसी में हम सबकी और हमारे वतन की है भलाई,  
कोरोना बीमारी विदेशियों से यहां आई।

सिद्धिमा डोभाल,  
प्रबंधक (विधि एवं माध्य.), ऋषिकेश

कविता

## लाचार-बुढ़ापा

आज मैंने उनको देखा स्वयं में बुदबुदाते हुए, बड़बड़ाते हुए।  
खुद की ही दुनिया में, यादों में, खोये हुए।  
परिवार की भारी भीड़ में भी, अलग-थलग सा महसूस करते हुए।  
एकदम शांत निपट अकेले, अपनी सी ही दुनिया में बेखबर, रहते हुए।  
शायद अपनी पुरानी यादों में खोये हुए।  
जैसा कि पहले कभी न था ? सोचता हूँ।

तू वही है ना, जिसे मैंने देखा था, हर बात पर ताल ठोकते हुए।  
अपनी उपस्थिति के, रौब का अहसास दिलाते हुए।  
हर तीज-त्यौहार पर अपनी बात को मनवाते हुए।  
मन की न होने पर, घुड़की-धमकी सी देते हुए।  
घर के कार्यों को अपने तरीके व अपने ढंग से करवाते हुए।  
गलती होने पर ऊंची आवाज में उपटते हुए।  
जैसा कि अब नहीं था ?

लेकिन आज देख रहा हूँ, समय के बदले हुए रंग।  
जैसे कि उम्र के साथ जिन्दगी भी बदल रही हो रंग।  
वो जो कदम चलते थे, एक धमक सी रहती थी।  
वो कदम आज उठने को तरस रहे हैं।  
और जिन नजरों की आब से, सहम जाते थे लोग।  
वो नजरे आज बरसात की तरह, बरस जाती हैं।

जिन हाथों के उठ जाने के खौफ से भय खाते थे दिल।  
वो हाथ आज कांप रहे हैं, सूखे पत्तों की तरह।  
जिस आवाज में कभी बिजली की सी कड़क होती थी।  
वो आवाज आज लड़खड़ाती है, बेबस है, मजबूर है।  
वो बुद्धि जो हर पल हर दिन हर महीने,



तक का हिसाब रखती थी।  
वो बुद्धि विस्मित होने लगी है।  
दिनभर में पूछती रहती हैं, मैंने खाना खा लिया होगा..... ?  
जैसा कि अब हो रहा था ?

ये जवानी, ये दौलत, ये ताकत  
सब कुदरत की नियामत है यारों।  
अपने आज के आगाज में इतना भी न इतराओ यारों।  
हो सके तो अपनी कुव्वत से किसी को खुश कर लो यारों।  
नहीं तो दुखड़े तो हजारों हैं, बांटने के लिए यारों।

**बी.पी. डोभाल**

अभिलेख अधिकारी, मुख्य अभिलेख कार्यालय, ऋषिकेश

## राजभाषा गतिविधियां एवं आयोजित कार्यक्रम

### हिंदी कार्यशाला का आयोजन

#### कारपोरेट कार्यालय, ऋषिकेश

कार्यालय, ऋषिकेश के गैर-कार्यपालक कर्मचारियों के लिए 03 मार्च, 2020 को एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्घाटन श्री ईश्वर दत्त तिग्गा, उप महाप्रबंधक (कार्मिक-स्थापना/हिंदी) की अध्यक्षता में किया गया। कार्यशाला में कारपोरेट कार्यालय के 27 कर्मचारियों ने प्रतिभागिता की।

उद्घाटन अवसर पर श्री तिग्गा ने अपने संबोधन में कहा कि राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार के द्वारा जारी किए गए वार्षिक कार्यक्रम के अनुसार कर्मचारियों के लिए प्रत्येक तिमाही हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन किया जाना अपेक्षित है। इन कार्यशालाओं के माध्यम से कर्मचारियों को राजभाषा हिंदी की वर्तमान स्थिति से तो अवगत कराया ही जाता है इसके साथ ही इस क्षेत्र में सरकार द्वारा उठाए जा रहे नवीनतम कदमों तथा भारत सरकार की राजभाषा नीति, अधिनियम एवं नियमों के बारे में भी जानकारी दी जाती है।



कार्यक्रम की अध्यक्षता करते श्री आई.डी.तिग्गा, उ.म.प.(का.-स्था./हिंदी) एवं प्रतिभागियों को संबोधित करते वरि.प्रबंधक (हिंदी), श्री अशोक कुमार श्रीवास्तव एवं प्रतिभागी

ताकि सभी कर्मचारी अपने कार्यालयीन कार्यों में हिंदी का प्रयोग अधिक से अधिक करें तथा 100 प्रतिशत पत्राचार के लक्ष्य को पूरा करने में तन्मयता से योगदान दे सकें। कार्यशाला में भोजनावकाश से पूर्व के सत्रों में वरि. हिंदी अधिकारी, श्री पंकज कुमार शर्मा ने प्रतिभागियों को राजभाषा नीति, नियम व अधिनियम के बारे में जानकारी दी एवं यूनिकोड के प्रयोग के लाभ एवं यूनिकोड को भारत सरकार द्वारा सभी कार्यालयों में



हिंदी कार्यशाला का दृश्य

अनिवार्य किए जाने, विभिन्न टूल्स जैसे इंडिक इनपुट टूल्स एवं वाइस टाइपिंग का प्रयोग करते हुए टाइपिंग करना आसान बनाने के बारे में जानकारी दी।

भोजनावकाश के बाद के सत्रों में वरि. प्रबंधक (हिंदी), श्री अशोक कुमार श्रीवास्तव ने कार्यालयीन पत्राचार के बारे में प्रतिभागियों का मार्गदर्शन किया तथा टिप्पण एवं आलेखन का अभ्यास कराया। कार्यशाला में सभी प्रतिभागियों को हिंदी की साहित्यिक पुस्तकें वितरित की गईं।

## कारपोरेट कार्यालय में "रंग बरसे प्रतियोगिता" का आयोजन

कारपोरेट कार्यालय, ऋषिकेश में होलिकोत्सव पर अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लिए दिनांक 05 मार्च, 2020 को रंग बरसे हास्य प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। होली से ठीक पूर्व आयोजित की गई इस प्रतियोगिता में कार्यालय के कर्मचारियों ने अपनी हास्य कविताओं, चुटकुलों, प्रसंगों, एवं नाटकीय घटनाओं से हास्य व्यंग्य का रंग बिखेरा।

कार्यक्रम में महाप्रबंधक (ओएमएस, क्यू ए एवं सेपटी), श्री दीपक अग्रवाल एवं वरि.प्रबंधक (हिंदी), अशोक कुमार श्रीवास्तव ने निर्णायकों की भूमिका अदा की। इस अवसर पर उप महाप्रबंधक (का.-स्थापना/हिंदी), श्री ईश्वर दत्त तिग्गा सहित अनेक वरि.अधिकारी उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन कर रहे वरि. हिंदी अधिकारी, श्री पंकज कुमार शर्मा ने निर्णायक मंडल के सदस्यों एवं सभी उपस्थित वरि. अधिकारियों एवं प्रतिभागियों का स्वागत किया तथा होलिकोत्सव की बधाई दी।



रंग बरसे हास्य प्रतियोगिता का दृश्य

प्रतियोगिता में श्री एस.के. चौहान, उप महाप्रबंधक (परिकल्प) एवं श्री गोवर्धन प्रसाद नौटियाल वरि. सहायक (केंद्रीय संचार) – प्रथम, श्री राहुल जोशी, उप प्रबंधक (ओएमएस) एवं श्रीमती अनामिका बुढाकोटी, उप प्रबंधक (केंद्रीय संचार) – द्वितीय, श्री हिमांशु जायसवाल, वरि. अधिकारी (विधि) एवं श्री प्रशांत चौधरी, वरि. कार्मिक अधिकारी (कार्मिक-कल्याण)-तृतीय रहे। इनके साथ ही श्री आर.के.मीणा, वरि.

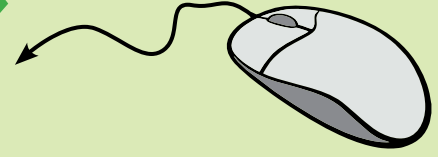
प्रबंधक (सामा. एवं पर्या.), श्रीमती अमिता रस्तोगी, कनि. कार्यपालक (ओएसएमएस), श्री जितेन्द्र जोशी, उप प्रबंधक (विधि एवं माध्य.), श्री गंभीर गुनसोला, प्रारूपकार (परि.-सिविल) एवं श्री आनंद कुमार अग्रवाल, वरि. प्रबंधक (कार्मिक-प्रशा.) ने प्रोत्साहन पुरस्कार प्राप्त किया।



रंग बरसे हास्य प्रतियोगिता का दृश्य

## कारपोरेट स्तरीय "हिंदी ई-मेल प्रतियोगिता" का आयोजन

कारपोरेट कार्यालय, ऋषिकेश में सभी यूनिटों/कार्यालयों के कर्मचारियों के लिए 12 मार्च, 2020 को कारपोरेट स्तरीय "हिंदी ई-मेल प्रतियोगिता" का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में यूनिटों/कार्यालयों के कर्मचारियों के मध्य परिपत्र परिचालित कर नामांकन मांगे थे। नामांकन भेजने वाले कर्मचारियों को 12 मार्च, 2020 को 11:00 बजे पूर्वाह्न में एक ई-मेल भेजी गई जिसके साथ स्कैन किया हुआ एक पेपर अटैच था। कर्मचारियों को उस पेपर पर लिखी गई सामग्री को अपनी ई-मेल के माध्यम से कम्पोज कर हिंदी अनुभाग की ई-मेल पर वापस प्रेषित करना था। निर्धारित समयावधि में 37 ई-मेल प्राप्त हुई।



ई-मेल भेजने की शीघ्रता एवं शुद्धता के आधार पर विजेताओं का चयन पुरस्कार हेतु किया गया।

प्रतियोगिता में कारपोरेट कार्यालय के श्री पंकज विश्वकर्मा, उप प्रबंधक ने प्रथम, एनसीआर कार्यालय के श्री दिलवर सिंह पंवार, वरि. स्टेनो, कौशांबी ने द्वितीय एवं कारपोरेट कार्यालय के श्री जे.एल. भारती, जनसंपर्क अधिकारी ने तृतीय पुरस्कार प्राप्त किया। कारपोरेट कार्यालय के श्री सम्राट मुखर्जी, उप प्रबंधक, श्रीमती शीला देवी, वरि. स्टेनो, श्री सचिन मित्तल, उप प्रबंधक ने प्रोत्साहन पुरस्कार प्राप्त किया।

### 12 दिसंबर से 19 दिसंबर, 2019 तक आयोजित हिंदी नारा प्रतियोगिता में पुरस्कृत नारे

भारत का सम्मान बढ़ाओ, तुम भी हिंदी को अपनाओ।  
श्री बी. पी. गुप्ता, मुख्य सतर्कता अधिकारी

हिंदी है भाषा की बिंदी, ये भारत की शान है,  
सब इसको सम्मान दें, जन-जन की पहचान है।  
श्री हरीश चन्द्र उपाध्याय, वरि. प्रबंधक

लद्दाख से तमिलनाडु, अरुणाचल से गुजरात,  
हिंदी ही जोड़े सबको, हिंदी की क्या बात।  
श्री नगराले सुमेध देवराव, उप प्रबंधक

वतन की पहिचान है जो, राष्ट्र की अखण्डता,  
हिंदी राजभाषा है वह, विविधता में एकता।  
श्री मनोहर लाल डोभाल, वरि. कार्यपालक सचिव

वर्तमान पीढ़ी को करवाओ राष्ट्रीय गौरव हिंदी का बोध,  
विश्व वसुधा के निर्माण के साथ हिंदी से निकलते हैं शोध।

श्री जी.पी. नौटियाल, वरि.सहायक



एकता, उन्नति, सम्मान की परिभाषा, राष्ट्रीय गौरव हिंदी भाषा,  
करें यत्न जगतगुरु बन जाए, विश्व पटल पर नित ध्वजा लहराएं।  
श्री सुरेन्द्र सिंह नेगी, परिचारक

## नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, हरिद्वार की 29वीं अर्धवार्षिक बैठक

निगम के कारपोरेट कार्यालय, ऋषिकेश को  
नराकास राजभाषा वैजयंती का प्रथम पुरस्कार

नराकास की प्रतियोगिता में कारपोरेट कार्यालय के कर्मचारियों ने प्राप्त किए पुरस्कार

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, हरिद्वार की 29वीं अर्धवार्षिक बैठक 30 जनवरी, 2020 को अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान के सौजन्य से आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता कर रहे टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड के निदेशक (कार्मिक), श्री विजय गोयल के साथ अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान के निदेशक, पद्मश्री प्रोफेसर रविकांत, राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार के क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय-2, गाजियाबाद के उप निदेशक (कार्यान्वयन), श्री अजय मलिक, अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान के उप निदेशक (प्रशासन), श्री अंशुमान गुप्ता, टीएचडीसी इंडिया लि., ऋषिकेश के उप महाप्रबंधक (कार्मिक), श्री आई. तिग्गा, अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान के राजभाषा प्रभारी, श्री राजीव चौधरी एवं नराकास सचिव व टीएचडीसी के वरि. प्रबंधक (हिंदी), श्री अशोक कुमार श्रीवास्तव ने मंच की शोभा बढ़ाई। इस अवसर पर नराकास से जुड़े विभिन्न सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रमों एवं सरकारी कार्यालयों तथा संस्थानों के प्रमुख, प्रतिनिधि एवं अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

बैठक में नराकास राजभाषा वैजयंती योजना के अंतर्गत संस्थानों को पुरस्कृत किया गया। इसके साथ ही छमाही के दौरान आयोजित की गई नराकास की प्रतियोगिता के विजेताओं को भी पुरस्कृत किया गया।



दीप प्रज्वलित कर बैठक का उद्घाटन करते नराकास अध्यक्ष, श्री विजय गोयल, एम्स के निदेशक, प्रोफेसर रविकांत, उप निदेशक (कार्यान्वयन), श्री अजय मलिक एवं वरि. अधिकारीगण

टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड, कारपोरेट कार्यालय, ऋषिकेश को वर्ष 2018-19 के लिए नराकास राजभाषा वैजयंती के प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया गया। पुरस्कार स्वरूप कारपोरेट कार्यालय, ऋषिकेश को शील्ड एवं प्रशस्ति पत्र प्रदान किया गया। निगम की ओर से श्री आई. डी. तिग्गा, उप महाप्रबंधक (कार्मिक-स्थापना / हिंदी), श्री अशोक कुमार श्रीवास्तव, वरि. प्रबंधक (हिंदी) एवं हिंदी अनुभाग के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने उक्त पुरस्कार प्राप्त किया।

बीएचईएल, हरिद्वार के सौजन्य से 15 नवंबर, 2019 को आयोजित हुई "चित्र देखो कहानी लिखो" प्रतियोगिता के विजेता प्रतिभागियों को भी पुरस्कार एवं प्रशस्ति पत्र प्रदान किए गए। प्रतियोगिता में टीएचडीसी इंडिया लि., ऋषिकेश की श्रीमती रुचि हांडा, अभियंता (वाणिज्यिक) ने प्रथम एवं श्री शिवराज चौहान, वरि.प्रबंधक (अ.एवं प्र.नि. सचिवालय) ने द्वितीय पुरस्कार प्राप्त किया।

## टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड टिहरी में कवि सम्मेलन का आयोजन

टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड, टिहरी में दिनांक 12.12.2019 को हास्य कवि सम्मेलन का आयोजन किया गया। कवि सम्मेलन में सर्वप्रथम मुख्य अतिथि, कार्यपालक निदेशक (टीसी), श्री वी. के. बड़ोनी, निदेशक, भूविज्ञान, उत्तराखंड, श्री पी.सी. नवानी, महाप्रबंधक (कोटेश्वर-परियोजना), श्री पी.के. अग्रवाल, महाप्रबंधक (पीएसपी), श्री के. पी. सिंह, महाप्रबंधक (ओएंडएम), श्री सजीव आर, महाप्रबंधक स्टेज-प्रथम, श्री यू.के.ठाकुर, महाप्रबंधक (ईएम, एचएम), श्री एस.एस.पंवार, अपर महाप्रबंधक, (कार्मिक एवं प्रशासन), श्री वीर सिंह एवं समस्त कविगणों का स्वागत श्रीमती नीरज सिंह, अनुवादक (हिंदी), कामिक एवं प्रशासन द्वारा किया गया।

कार्यपालक निदेशक (टीसी), श्री वी. के. बड़ोनी द्वारा कवियों को उत्तराखंड की संस्कृति से संबंधित साहित्य 'केदारखंड एवं मानसखंड' नामक पुस्तक भेंटकर सम्मानित किया गया। तत्पश्चात सभी वरि. अधिकारियों



दीप प्रज्वलित कर कवि सम्मेलन का उदघाटन करते कार्यपालक निदेशक (टीसी), श्री वी. के. बड़ोनी, वरि. अधिकारीगण एवं कविगण

एवं कविगणों द्वारा कवि सम्मेलन का शुभारंभ दीप प्रज्वलित कर किया गया।

कार्यक्रम की शुरुआत आगरा से आई डॉ. ममता शर्मा द्वारा सरस्वती वंदना से की गई। डॉ. ममता शर्मा ने सामाजिक घटनाओं एवं नेताओं पर व्यंग्य करते हुए कहा कि—

“चाहती हूँ बस इतना इंतजाम हो जाए, वहशियों का हर काम तमाम हो जाए,

लड़कियों बुजुर्गों के पांव छूते डरती हैं, जाने कब कोई बूढ़ा आशाराम हो जाए”

श्री राजेंद्र मालवीय, आलसी, इटारसी ने हास्य व्यंग्य के माध्यम से काव्य पाठ करते हुए कहा कि—

“उम्र के फूल सूखेंगे बिखर जाएंगे, याद आर्येंगे यही दो पल जो आपके साथ गुजारेंगे.”

“पांच और दस बचपन में गुजर जाते हैं, पन्द्रह और बीस समझ में नहीं आते,



कवि सम्मेलन का संचालन करते प्रख्यात कवि, श्री मनवीर मधुर



तुम्हें हक है पच्चीस और तीस में तनतनाते रहो, पर पैतीस और चालीस में समझदार तो बनो."

डॉ सुरेश अवस्थी ने समाज में घटित हो रही घटनाओं पर व्यंग्य करते हुए कहा कि—

"लड़की को इस बात की पीड़ा हुई तमाम, आशा की थी राम की, मिल गए आशाराम"

श्री मनवीर, मधुर, मथुरा द्वारा देश भक्ति से ओतप्रोत काव्य पाठ किया

गया। उन्होंने अपने काव्य में कहा कि—

"बलिदानी त्यागी और तपस्वी जन्म लेते रहे, ऐसी रही भारत महान की परंपरा,

भूखे रहे या कि रोटी घास की चुनी हो किन्तु, झुकी नहीं राष्ट्र स्वाभिमान की परंपरा,

शत्रुओं को भूलकर देते रहे क्षमादान, ये थी राष्ट्रद्रोह के निदान की परंपरा"।

अंत में श्री गजेन्द्र सोलंकी द्वारा काव्य पाठ किया गया। उन्होंने अपनी कविता के माध्यम से इस कवि सम्मेलन



कवि सम्मेलन में काव्य पाठ करते प्रख्यात कवि, श्री गजेन्द्र सोलंकी

में अपने देश की अखंडता, संस्कृति पर प्रकाश डालते हुए कविता का गायन किया—

"रत्ना दिखाती राह दास तुलसी को हारी रानी अपना ही शीश...

कवि सम्मेलन में उपस्थित जन समूह ने कवि सम्मेलन का भरपूर आनंद उठाया। कवियों द्वारा विभिन्न विषयों जैसे राष्ट्र भक्ति, हास्य व्यंग्य एवं श्रृंगार रस जैसी कविताओं से दर्शकों को गुदगुदाया एवं भाव विभोर किया। उपस्थित दर्शकों ने सभी कवियों द्वारा दी गई प्रस्तुतियों की सराहना की।

## नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, टिहरी की 17वीं बैठक संपन्न

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, टिहरी, की 17वीं अर्धवार्षिक बैठक दिनांक 27.12.2019 को श्री वी.के. बड़ोनी, कार्यपालक निदेशक (टीसी) टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड की अध्यक्षता में टॉप टैरिस, अतिथि गृह, भागीरथीपुरम, टिहरी में आयोजित की गई।

इस अवसर पर महाप्रबंधक, परियोजना



दीप प्रज्वलित कर बैठक का शुभारंभ करते नराकास, अध्यक्ष, श्री वी.के.बड़ोनी, महाप्रबंधक परियोजना, श्री पी. के. अग्रवाल, अ.म.प्र. (का. एवं प्रशा.), श्री वीर सिंह एवं वरि. अधिकारीगण





(कोटेश्वर), श्री पी.के. अग्रवाल, अपर महाप्रबंधक (का. एवं प्रशा.), श्री वीर सिंह, सचिव नराकास, उप प्रबंधक (हिंदी), श्री इन्द्र राम नेगी एवं सदस्य संस्थानों के सदस्य/ प्रतिनिधि सदस्य उपस्थित थे। नराकास सचिवालय की ओर से अध्यक्ष महोदय एवं प्रमुख अतिथियों तथा सभी उपस्थित सदस्यों का हार्दिक स्वागत एवं अभिनंदन किया गया। बैठक में नराकास के अंतर्गत आने वाले केंद्रीय सरकार के विभिन्न कार्यालयों, बैंकों



बैठक में उपस्थित अधिकारीगण

एवं सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रमों/स्वायत्त निकायों के प्रमुख/प्रतिनिधि सदस्य के रूप में उपस्थित हुए, जिनकी संख्या लगभग 22 थी।

बैठक की कार्यवाही को आगे बढ़ाते हुए सदस्य सचिव ने बैठक में 31 सदस्य कार्यालयों में से केवल 10 सदस्य कार्यालयों से प्राप्त हुई अर्धवार्षिक रिपोर्टों की समीक्षा की। समीक्षा के दौरान राजभाषा अधिनियम की धारा 3 (3), राजभाषा नियम-5, हिंदी पत्राचार एवं टिप्पणी, हिंदी टंकण एवं आशुलिपि प्रशिक्षण एवं कम्प्यूटर में यूनिकोड प्रणाली आदि पर विस्तार से चर्चा की गई तथा रिपोर्ट में पाई गई खामियों से अवगत कराते हुए उन्हें भविष्य में दूर करने हेतु सलाह दी।

बैठक की अध्यक्षता कर रहे श्री वी.के. बड़ोनी ने अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा कि नराकास की अपनी सीमाएं

हैं तथा नराकास की गतिविधियों को चरम सीमा तक ले जाने के लिए सभी अधीनस्थ कार्यालयों के प्रमुखों/ सदस्यों के सहयोग एवं समन्वय की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार ने हमें जो उत्तरदायित्व सौंपा है उसे हम अपने स्तर से तथा आप सबके सहयोग से पूरा करने की भरपूर कोशिश रहे हैं। विभिन्न प्रकार की हिंदी प्रतियोगिताओं को सुचारू रूप से कार्यान्वित करने हेतु हम हमेशा तत्पर हैं। उन्होंने नराकास में सदस्य संस्थानों की कम उपस्थिति को लेकर चिंता व्यक्त की।

नराकास टिहरी के सदस्य कार्यालयों के अधिकारियों एवं कर्मचारियों हेतु टीएचडीसी, इंडिया लिमिटेड, टिहरी के सौजन्य से दिनांक 29.05.2019 को हिंदी कार्यशाला का आयोजन भी किया गया।





## हास-परिहास



- » एक ग्रुप में चर्चा चल रही थी कि 21 दिन के लॉक डाउन के बाद किसका चेहरा सबसे पहले देखना पसंद करेंगे? 80 प्रतिशत महिलाओं ने जवाब दिया कि काम वाली बाई का। और मजे की बात यह कि 100 प्रतिशत पुरुषों ने भी यही जवाब दिया।
- » सुबह 9 बजे रामायण देखते हुए टूकु को यह देखकर बहुत आश्चर्य हुआ कि राजा दशरथ की तीन रानियां थी। वह बोला, ऐसा कैसे हो सकता है डेडी, मेरी तो सिर्फ एक ही मम्मी है। मैंने ठंडी सांस भर के कहा, हां क्या करें टूकु, तेरी अगर तीन मम्मी होती तो कितना अच्छा होता...। भीतर से पत्नी ने जोर से कहा, 12 बजे उसको महाभारत दिखाऊंगी जिसमें द्रोपदी के 5 पति थे। एकदम खामोशी छा गई।
- » ये जो कुल्फी खाते हुए, एक हथेली कुल्फी के नीचे लगाये रहते हो ना, इसे ही गीता में श्रीकृष्ण ने "मोह" बताया है।
- » कुल्फी खत्म होने के बाद भी जो डण्डी चाटते ही रहते हैं, इसे ही गीता में श्रीकृष्ण ने "लोभ" कहा है। डण्डी फेंकने के बाद, सामने वाले की कुल्फी देखकर सोचना कि उसकी खत्म क्यों नहीं हुई, इसे गीता में "ईर्ष्या" कहा गया है।
- » कुल्फी खत्म होने से पहले डण्डी से नीचे गिर जाए और केवल डण्डी हाथ में रह जाए, तब मन में जो आता है, इसे ही गीता में "क्रोध" कहा है।
- » ये जो नींद पूरी होने के बाद भी 3 घंटे तक बिस्तर पर मगरमच्छ की तरह पड़े रहते हो ना, शास्त्रों में इसे ही "आलस्य" कहा गया है।
- » ये जो रेस्टोरेंट में खाने के बाद कनस्तर भरके सौंफ और मिश्री का बुक्का मारते हो ना, शास्त्रों में इसे ही "टुच्चापन" कहा है।
- » ये जो ताला लगाने के बाद उसे पकड़कर खींचते हो ना, इसे ही शास्त्रों में 'भय' कहा गया है।
- » ये जो व्हाट्सएप पर मैसेज भेजने के बाद बार-बार दो नीली धारियाँ चेक करते हो ना, इसे ही शास्त्रों में 'उतावलापन' कहा है।
- » ये जो गोलगप्पे वाले से कभी मिर्च वाला, कभी सूखा, कभी दही वाला, कभी मीठी चटनी वाला गोलगप्पा माँगते वक्त उसे "भैया" बोलते हो ना, बस इसी को शास्त्रों में "शोषण" कहा है।
- » ये जो फ्रूटी खत्म होने के बाद स्ट्रा से सुडप-सुडप करके आखिरी बूंद तक पीने की कोशिश करते हो न, शास्त्रों में इसे ही "मृगतृष्णा" कहा गया है।
- » ये जो केले खरीदते वक्त, अंगूर, क्या भाव दिये? बोल के 5-7 अंगूर खा जाते हो ना, शास्त्रों में इसे ही "अक्षम्य अपराध" कहा गया है।
- » ये जो भंडारे में बैठकर खाते हुए, रायते वाले को आता देखकर, जल्दी से.. रायता पी लेते हो, शास्त्रों में.. इसे ही "छल" कहा गया है।
- » और इसे पढ़कर जो हँसी आ रही है, उसे ही "सुख" कहा गया है।
- » और इसे दूसरों को सुनाने में जो आनन्द मिलता है उसे "मोक्ष" कहा गया है।





नराकास अध्यक्ष, श्री विजय गोयल एवं उप निदेशक (कार्यान्वयन), श्री अजय मलिक एवं अन्य अधिकारियों के कर-कमलों से नराकास राजभाषा वैज्यती का प्रथम पुरस्कार प्राप्त करते टीएचडीसी इंडिया लि. के कारपोरेट कार्यालय के हिंदी अनुभाग के अधिकारी एवं कर्मचारी



नराकास अध्यक्ष, श्री विजय गोयल एवं बीएचईएल के अधिकारियों के कर-कमलों से चित्र देखो-कहानी लिखो प्रतियोगिता के पुरस्कार प्राप्त करती श्रीमती रुचि हांडा, अभियंता एवं श्री शिवराज चौहान, वरि. प्रबंधक





‘पुस्तकें वो साधन हैं जिनके माध्यम से हम विभिन्न संस्कृतियों के बीच पुल का निर्माण कर सकते हैं।’

डॉ० सर्वपल्ली राधाकृष्णन



**टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड**  
**THDC INDIA LIMITED**

(भारत सरकार एवं उत्तर प्रदेश सरकार का संयुक्त उपक्रम)

गंगा भवन, प्रगतिपुरम, बाईपास रोड, ऋषिकेश-249201 (उत्तराखंड)

दूरभाष: 0135-2473614, वेबसाइट: <http://www.thdc.co.in>

पंकज कुमार शर्मा, वरि. हिंदी अधिकारी द्वारा

टीएचडीसीआईएल के लिए प्रकाशित

(निःशुल्क आंतरिक वितरण के लिए)