

पंचदीप कावेरी

अंक-4

वर्ष: 2023-24



उप क्षेत्रीय कार्यालय मैसूरु कार्यालय को प्रथम पुरस्कार

कर्मचारी राज्य बीमा निगम

(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)



उप क्षेत्रीय कार्यालय (मैसूरु), कर्नाटक



दिनांक 24.02.2024 को विज्ञान भवन नई दिल्ली में कर्मचारी राज्य बीमा निगम के 73वें स्थापना दिवस समारोह में कराबी निगम उप क्षेत्रीय कार्यालय मैसूरु को मध्यम कार्यालयों की श्रेणी में प्रथम पुरस्कार दिया गया है। यह पुरस्कार इस कार्यालय के उप निदेशक (प्रभारी) श्री मंगमीनलल सितलहौ ने माननीय केंद्रीय श्रम एवं रोजगार मंत्री श्री भूपेंद्र यादव के कर कमलों से प्राप्त किया। यह पुरस्कार मैसूरु क्षेत्र को बीमाकृतों को उत्तम एवं गुणवत्तापूर्ण सेवाएं प्रदान करने के लिए दिया गया है।

साथ में इस कार्यालय के अधीनस्थ शाखा कार्यालय, डी.आर. मोहल्ला को शाखा कार्यालयों की श्रेणी में प्रथम पुरस्कार दिया गया है। शाखा प्रबंधक श्री राकेश कुमार झा ने यह पुरस्कार ग्रहण किया है।

गृह पत्रिका वर्ष 2023-24

संरक्षक



श्री मंगमीनलल सितल्हौ
उप निदेशक (प्रभारी)

प्रधान संपादक



श्री सरवन कुमार
सहायक निदेशक (रा.भा. प्रभारी)

संपादक



श्री रण सिंह
कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

संपादन सहयोग (तकनीकी एवं साज सज्जा)



श्री शशिकांत बी., वैयक्तिक सहायक

टंकण सहयोग



श्री कुलदीप कुमार, अ.श्रे.लि.

प्रकाशक

उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरु
श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार
दूरभाष - 0821-2490071/179
ईमेल - dir-mysore@esic.gov.in

“इस पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं की मौलिकता, उनमें व्यक्त विचार एवं तथ्यों का दायित्व संबंधित लेखक का है। संपादन समिति इनसे सहमत हो, यह आवश्यक नहीं है।”

अनुक्रमणिका

क्र. सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ सं.
1	संदेश	महानिदेशक	5
2	संदेश	बीमा आयुक्त (राजभाषा)	6
3	संरक्षक की कलम से	मंगमीनलल सितल्हौ	7
4	प्रधान संपादक की कलम से	सरवन कुमार	8
5	संपादकीय	रण सिंह	9
कार्यालय समाचार			
6	कार्यालय की गतिविधियां.....	राजभाषा शाखा	10-19
लेख			
7	राजभाषा हिंदी	मंगमीनलल सितल्हौ	20-21
8	सामाजिक कवच - कराबी निगम	महेश पी.	22-23
9	कन्नड़ हिंदी संवाद	शैलजा वी.	24
10	संस्कृत संभाषणम्	श्रेयस एस.	25
11	भारत का संविधान	मंगमीनलल सितल्हौ	26-30
12	प्रेम व आनंद	ए. नरेश गौड	31-32
13	भावनात्मक विकास से सार्थक जीवन	शैला एम.के.	33-34
14	सबक	तीर्थ कुमार एम.बी.	34
15	मानसिक प्रदूषण	कोकिला वी.	35
16	विभूति का शास्त्रीय एवं वैज्ञानिक महत्त्व	एस. सरवन कुमार	36-38
17	गीता रहस्य	रण सिंह	39-40
18	आईए संस्कृत सीखें	विद्या टी.एन.	41-42
19	बिंब - प्रतिबिंब	भुवनेश्वरी एस.	43
20	अन्न आधारित मानव व्यवहार	शशिकांत बी.	44
21	आँख पर मुहावरे	वैकटराजु आर.	45
22	वर्ष में 12 महीने क्यों होते हैं ?	आर शोभा	46-47
23	कुछ पंक्तियां	एम. वेणुगोपाल	47
24	पुस्तक समीक्षा	विकास यादव	48
कविताएं			
25	अम्मा	कुलदीप कुमार	49
26	पेड़	राकेश कुमार झा	50
27	रे यायावर	मधु एम.आर.	51
28	बेटियाँ	श्रीलक्ष्मी	51
29	जूता	यादीश कुमार वी.	52-53
अध्यात्मिक लेख			
30	अनावश्यक संग्रहण से बचें	अनिता	54-55
31	धर्म के चार स्तंभ	उमा देवी	56-58
32	पुरंदर दास	के. सोमशेखर	59-60



कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
Employees' State Insurance Corporation
(Ministry of Labour & Employment, Govt. of India)



सत्यमेव जयते

पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग, नई दिल्ली-110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
Tel. : 011-23604740
Website : www.esic.gov.in

डॉ. राजेन्द्र कुमार (भा.प्र.से.)
महानिदेशक



संख्या: ए-49/17/1/2016-रा.भा.
दिनांक:

संदेश

मुझे हार्दिक प्रसन्नता हो रही है कि उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरू द्वारा अपनी गृह पत्रिका 'पंचदीप कावेरी' के चौथे अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। पत्रिका कार्मिकों की रचनात्मकता को उभारने का एक साधन है तथा उससे हिंदी के प्रचार-प्रसार को बढ़ावा भी मिलता है। हमारे अधिकांश बीमाकृतों द्वारा बोली एवं समझी जाने वाली भाषा 'हिंदी' को बढ़ावा देना न केवल निगम का दायित्व है बल्कि हम सब का सामूहिक कर्तव्य भी है। राजभाषा हिंदी के माध्यम से देशवासियों को आपस में जोड़ने में हिंदी पत्रिकाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रही है।

भारत के सांस्कृतिक नगर मैसूरू में स्थित उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरू हिंदी के प्रचार-प्रसार एवं उत्तरोत्तर विकास के लिए हमेशा कटिबद्ध रहा है। 'पंचदीप कावेरी' प्रकाशन इसका साक्ष्य है। विश्व भाषा के रूप में उभरती हिंदी के प्रचार-प्रसार से जुड़े सभी कार्मिकों को इस अवसर पर मेरी बधाई और शुभकामनाएं।

राजेन्द्र कुमार
(डॉ. राजेन्द्र कुमार)

श्री मंगमीनलल सितल्है
उप निदेशक (प्रभारी)
उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरू
कर्नाटक।

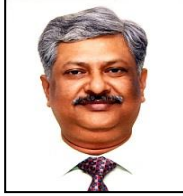


कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
Employees' State Insurance Corporation
(Ministry of Labour & Employment, Govt. of India)



पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग, नई दिल्ली-110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
Tel. : 011-23604740
Website : www.esic.gov.in

रत्नेश कुमार गौतम
बीमा आयुक्त



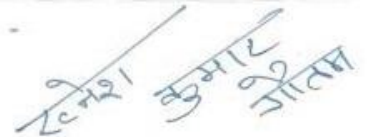
संख्या: ए-49/17/3/2016-रा.भा.
दिनांक: 31.01.2024

संदेश

यह अत्यन्त हर्ष का विषय है कि उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरू द्वारा अपनी गृह पत्रिका 'पंचदीप कावेरी' के चौथे अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। मैसूरू अपनी सुंदरता के लिए प्रसिद्ध है। यहां पर्यटन स्थल के कारण पर्यटक भी खूब आते हैं। हिंदी यहाँ पर सभी समझते हैं और राजभाषा हिंदी में अधिकतम कार्य निष्पादन में गृह पत्रिका भी एक प्रोत्साहन के रूप में कार्य करती है। पत्रिकाओं के प्रकाशन से कार्यालय के कर्मियों को अपनी भाषा संबंधी प्रतिभा प्रदर्शित करने का सशक्त मंच प्राप्त होता है तथा साथ में राजभाषा के प्रति विशेष रुचि पैदा करने, उन्हें प्रोत्साहित करने तथा राजभाषा संबंधी गतिविधियों की जानकारी भी दी जाती है। हिंदीतर क्षेत्रों में स्थित कार्यालयों द्वारा राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में महत्वपूर्ण भूमिका निभाकर लगातार पत्रिका का सफल प्रकाशन किया जाना, एक प्रशंसनीय कार्य है।

मैं पत्रिका के संपादक मंडल को बधाई देता हूँ तथा 'पंचदीप कावेरी' के उज्ज्वल भविष्य की कामना करता हूँ।

हार्दिक शुभकामनाओं सहित।



(रत्नेश कुमार गौतम)

श्री मंगमीनलल सितलहौ
उप निदेशक (प्रभारी)
उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरू
कर्नाटक।

संरक्षक की कलम से...



आज भारत एक उभरती हुई अर्थव्यवस्था है। विश्व पटल पर आज भारत की बात बड़े गौर से सुनी जाती है। दुनिया की नजरों में आज भारत का सम्मान है। इसी तरह जब किसी देश का सम्मान बढ़ता है तो उस देश की भाषा का सम्मान भी बढ़ता है। आज हमारे देश की राजभाषा हिंदी एक सम्मानित अंतर्राष्ट्रीय भाषा के रूप में देखी जाती है। देश के अंदर हिंदी की स्वीकार्यता बढ़ी है।

जैसे हम अपने परिवार व समाज के प्रति कर्तव्यबद्ध होते हैं वैसे ही हमें देश और संविधान के प्रति भी प्रतिबद्ध होना चाहिए। राजभाषा कार्यान्वयन एक सांविधिक व्यवस्था है तथा इसका अनुपालन हमारे लिए आवश्यक है। हमें चाहिए कि राजभाषा के प्रचार-प्रसार में कोई कसर न छोड़ें। अपने दैनिक कार्य में हिंदी का अधिक से अधिक प्रयोग करें। हिंदी हमारी राजभाषा है और यह हमारी एकता और अखंडता की प्रतीक है। हिंदी मात्र समारोहों व आयोजनों की भाषा ही बनकर न रहे अपितु उसे प्रयोग करने की दिशा में भी सभी स्तरों पर सतत प्रयास हों।

राजभाषा को बढ़ावा देने में पत्र-पत्रिकाओं का विशेष स्थान है। इनके द्वारा नए रचनाकारों को भी उभरने का अवसर मिलता है। मैं आशा करता हूँ कि 'पंचदीप कावेरी' इस दिशा में एक सशक्त माध्यम के रूप में अपने सांविधिक दायित्वों का निरंतर निर्वहन करने में सहायक सिद्ध होगी। मुझे यह भी विश्वास है कि 'पंचदीप कावेरी' का यह अंक इसके समस्त रचनाकारों के विचारों एवं अभिव्यक्ति को सरलतापूर्वक एवं रोचक ढंग से उजागर करने में सफल होगा।

मैं 'पंचदीप कावेरी' के सभी लेखकों को मेरी ओर से हार्दिक शुभकामनाएं भेंट करता हूँ तथा आशा करता हूँ कि इसका आगामी अंक भी इसी प्रकार से रोचक व जानकारीयों से भरा हो। पत्रिका से जुड़े हुए संपादक मंडल एवं लेखकों पुनः बहुत- बहुत बधाई व अभिनंदन।

मंगमीनलल सितल्हौ
उप निदेशक (प्रभारी)

प्रधान संपादक की कलम से...



विगत वर्षों की तरह इस वर्ष भी 'पंचदीप कावेरी' का नवीनतम संस्करण आपके हाथों में है। इस अंक में भी कर्मचारी राज्य बीमा निगम उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरु के सदस्यगणों ने बड़े ही मनोयोग तथा परिश्रम से फूलों की भांति छांट - छांटकर, चुन - चुनकर अपनी रचनाधर्मिता एवं सृजनात्मकता दिखाते हुए हमें अपनी रचनाएं उपलब्ध करवा कर इस पत्रिका को गढ़ने में जो सहायता की है उसके लिए संपादक मंडल कृतज्ञता का भाव रखता है।

उप क्षेत्रीय कार्यालय मैसूरु संख्या की दृष्टि से एक अत्यंत ही छोटा कार्यालय है परंतु मेलजोल व एकजुटता के मामले में इसका कोई सानी नहीं है। चाहे गणेश उत्सव आयोजन हो, हिंदी दिवस आयोजन या क्रीड़ा का प्रांगण हो, सारे ही आयोजन बड़े चाव व धूम - धाम से मनाए जाते हैं। कार्यालय में हर सप्ताह उत्सव का माहोल बना रहता है।

इसी वर्ष इस कार्यालय को छोटे कार्यालयों की श्रेणी में माननीय श्रम एवं रोजगार मंत्री श्री भूपेंद्र यादव के करकमलों से विज्ञान भवन में इस कार्यालय को कामकाज की दृष्टि से प्रथम पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया है।

उसी तरह से राजभाषा की सभी गतिविधियां बड़े ही आत्मीय व हर्षपूर्वक वातावरण में आयोजित होती हैं। विगत वर्षों में उपस्थिति रजिस्टर में सभी ने हिंदी में हस्ताक्षर करना आरंभ किया था जो अब तक जारी है। सभी अधिकारी व कर्मचारी हाजिरी रजिस्टर में हस्ताक्षर हिंदी में ही करते हैं। यह परिपाटी अनवरत चलती रहे यहीं शुभकामनाएं देता हूं।

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं के लेखकों को पुनः साधुवाद।

सरवन कुमार
सहायक निदेशक (रा.भा. प्रभारी)

संपादकीय



आकर्षक एवं ज्ञानवर्धक सामग्री संजोए हुए 'पंचदीप कावेरी' का नया अंक आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अपार हर्ष की अनुभूति हो रही है। इस अंक में जहाँ एक ओर कार्यालय में हो रही राजभाषा कार्यान्वयन क्षेत्र में प्रगति की झलक है वहीं दूसरी ओर बहुत सी ज्ञानवर्धक बातें भी हैं। इस अंक में लेखकों ने अपनी लेखन प्रतिभा एवं सृजनात्मकता द्वारा अपनी भागीदारी जताई है।

हमारे कार्यालय में कर्मचारी बड़ी संख्या में राजभाषा संबंधी गतिविधियों में बढ़-चढ़ कर भाग ले रहे हैं। हिंदी पखवाड़े का आयोजन, हिंदी कार्यशाला, हिंदी प्रशिक्षण आदि गतिविधियाँ सुचारु रूप से कार्यान्वित की जा रही हैं।

यदि हम सामान्य बोल-चाल की हिंदी को ही अपने दैनिक काम-काज में शामिल कर लें तो हम इसमें अभ्यस्त हो जाएंगे। आगे चलकर हमें इसमें कोई परेशानी ही नहीं महसूस होगी। आज हिंदी का प्रयोग करने के लिए सहायक टूल्स हमारे पास उपलब्ध हैं। आज हम इंटरनेट पर मौजूद गूगल व 'ई-महाशब्दकोश' की सहायता से अपना दैनिक कार्य हिंदी में आसानी से कर सकते हैं।

हिंदी इस देश की राजभाषा ही नहीं अपितु अन्य 22 राष्ट्रभाषाओं के साथ-साथ एक राष्ट्रभाषा भी है। राष्ट्रभाषा से यहां तात्पर्य है कि वह भाषा जो राष्ट्र के अधिकांश भू-भाग पर बोली जाती हो, जो सभी राष्ट्रीय तत्त्वों को व्यक्त करने में सक्षम हो, जिसके पास अपना समृद्ध साहित्य हो और जो देश में संपर्क व संवाद स्थापित करने का माध्यम हो। इन सभी मानदंडों पर हिंदी ही खरी उतरती है।

विभिन्न पृष्ठभूमियों से आए हुए हमारे सारे रचनाकार हिंदी के प्रति अपने प्रेम के कारण ही रचनाशील हुए हैं। मैं कामना करता हूँ कि हम सबकी रचनात्मकता ऐसी ही गतिशील रहे। मैं 'पंचदीप कावेरी' के इस अंक के सभी लेखकों को धन्यवाद देते हुए पाठकों से भी सुझाव आमंत्रित करता हूँ ताकि आगामी अंकों को भी इसी तरह सुगम व सुपाठ्य बनाया जा सके। सभी लेखकों व संपादक-मंडल को शुभकामनाएं।

रण सिंह
अनुवाद अधिकारी

उप क्षेत्रीय कार्यालय मैसूरु के शाखा कार्यालय डी.आर. मोहल्ला को हितलाभ सेवाओं के लिए प्रथम पुरस्कार

दिनांक 24.02.2024 को विज्ञान भवन नई दिल्ली में कर्मचारी राज्य बीमा निगम के 73वें स्थापना दिवस समारोह में कराबी निगम उप क्षेत्रीय कार्यालय मैसूरु के अधीनस्थ शाखा कार्यालय डी.आर. मोहल्ला को बीमाकृतों को उत्तम सेवा प्रदान करने के लिए शाखा कार्यालय श्रेणी में प्रथम पुरस्कार दिया गया है। यह पुरस्कार शाखा प्रबंधक श्री राकेश कुमार झा ने माननीय केंद्रीय श्रम एवं रोजगार मंत्री श्री भूपेंद्र यादव के कर कमलों से प्राप्त किया।



नराकास प्रतियोगिता

हिंदी माह 2023 को दौरान नराकास द्वारा सदस्य कार्यालय के कर्मचारियों के लिए विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया था। इन प्रतियोगिताओं में इस कार्यालय के अनेक कर्मचारियों ने भाग लिया। दिनांक 30.10.2023 को नराकास द्वारा भारतीय भाषा संस्थान द्वारा कार्यक्रम आयोजित कर कर्मचारियों को शील्ड, प्रमाणपत्र एवं नकद पुरस्कारों से सम्मानित किया गया। इस कार्यालय के निम्नलिखित कर्मचारियों को पुरस्कार प्राप्त हुए हैं।

- क) श्रीमती भुवनेश्वरी, सहायक - प्रथम पुरस्कार
- ख) श्री नितिन कुमार, अ.श्रे.लि. - प्रथम पुरस्कार
- ग) श्री सोमशेखर, प्र.श्रे.लि. - तृतीय पुरस्कार
- घ) श्री मधु एम.आर., प्र.श्रे.लि. - तृतीय पुरस्कार

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

दिनांक 21 जून 2023 को कार्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। सभी अधिकारियों व कर्मचारियों ने इसमें बढ़-चढ़ कर भाग लिया। ब्रह्म कुमारी आश्रम से योग अनुदेशक भगिनी सुजाता जी को योग दिवस के अवसर पर आमंत्रित किया गया था।



योग प्रशिक्षक ने सरल - सरल आसनों का अभ्यास करवाया ताकि हर कोई इसे सुगमता से कर सकें। आसनों के साथ-साथ इनसे होने वाले लाभ के बारे में भी जानकारी दी गई। कार्यालय प्रधान श्री सितलहौ, उप निदेशक ने उपस्थित सभी पदाधिकारियों को योग-मार्ग अपनाने के लिए कहा ताकि सभी का स्वास्थ्य ठीक रहे और कार्यालय की उत्पादकता बढ़े। नियमित रूप से योगाभ्यास करने के संकल्प के साथ एवं योग अनुदेशक के सम्मान व धन्यवाद के साथ कार्यक्रम संपन्न हुआ।

राष्ट्रीय एकता दिवस शपथ

दिनांक 31.10.2023 को राष्ट्रीय एकता दिवस के उपलक्ष्य में इस कार्यालय में पूर्वाह्न 11 बजे सभी अधिकारियों / कर्मचारियों ने राष्ट्रीय एकता की शपथ ली। शपथ कार्यक्रम में राष्ट्रीय एकता के महत्त्व पर भी प्रकाश डाला गया।



स्वच्छ भारत अभियान

दिनांक 01.10.2023 को कार्यालय परिसर में स्वच्छ भारत अभियान का आयोजन किया गया। कार्यालय के सभी अधिकारियों व कर्मचारियों ने इस श्रमदान में भाग लिया। कार्यालय भवन परिसर के चारों तरफ सफाई की गई। जगह - जगह पड़े प्लास्टिक को इकट्ठा कर नगरपालिका सफाई कर्मियों की सहायता की गई। इस अवसर पर बोलते हुए उप निदेशक (प्रभारी) ने स्वच्छता के महत्त्व पर कर्मचारियों को संबोधित किया।



आधार सीडिंग

निगम के बीमाकृतों को सुविधा प्रदान करने के लिए निगम द्वारा चलाए गए आधार सीडिंग कार्यक्रम को इस कार्यालय ने युद्ध स्तर पर चलाया ताकि निगम के बीमाकृत व उनके आश्रितजनों को चिकित्सा सुविधाएं एवं अन्य सुविधाएं लेने में किसी समस्या का सामना न करना पड़े इसके लिए नियोक्ता स्थलों पर, निगम योजना अस्पताल मैसूरु में तथा औषधालयों में आधार सीडिंग कैंप चलाए जा रहे हैं। यह भी ध्यात्व रहे कि इस कार्यालय ने कर्नाटक राज्य में आधार सीडिंग में अनुकरणीय कार्य किया है।



बेडमिंटन कोर्ट का शुभारंभ

उप क्षेत्रीय कार्यालय मैसूरु में क.रा.बी. औषधालय, शाखा कार्यालय के अतिरिक्त कुछ आवास भी बने हुए हैं। इसी परिसर में कुछ खाली जमीन भी है जिस पर अनावश्यक खरपतवार आदि उगे हुए थे।

दिनांक 02 अक्टूबर 2023 को स्वच्छ भारत अभियान के अंतर्गत परिसर की सफाई की गई और यह निर्णय लिया गया कि इस खाली जगह पर बेडमिंटन कोर्ट तैयार किए जाएं ताकि परिसर हमेशा ही स्वच्छ रहे।

वर्तमान में परिसर में 02 बेडमिंटन कोर्ट तैयार किए गए हैं तथा सांयकाल कार्यालय कार्यकाल के उपरांत अधिकतर कर्मचारी एक घंटा बेडमिंटन खेलते हैं और फिर घर को जाते हैं। बेडमिंटन कोर्ट तैयार होने के बाद यह देखने में आया है कि कर्मचारियों की उपस्थिति बढ़ी है और इस उपस्थिति के साथ ही कार्यालय की कार्यकुशलता में भी वृद्धि दर्ज की गई है।

हाल ही में उप क्षेत्रीय कार्यालय को कार्यकुशलता के लिए अखिल भारतीय स्तर पर मध्यम कार्यालयों की श्रेणी में द्वितीय पुरस्कार प्रदान किया है।



पौधारोपण

कार्यालय में वर्ष 2023 में स्वच्छ भारत अभियान के अंतर्गत सौंदर्यकरण के लिए पौधारोपण का कार्यक्रम आयोजित किया गया। परिसर की दीवार के साथ - साथ पौधारोपण किया गया है। पौधारोपण होने से कार्यालय परिसर पहले से अधिक स्वच्छ एवं हरा - भरा हो गया है। पौधों में नियमित पानी देने की व्यवस्था भी की गई है।



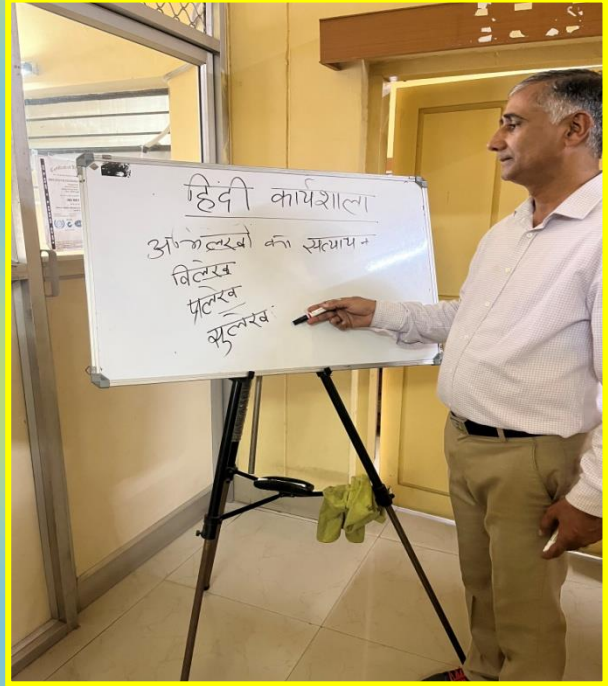
स्वच्छ भारत-2 अभियान

कार्यालय में दिनांक 02 अक्टूबर 2023 को स्वच्छ भारत अभियान का आयोजन किया गया। कार्यालय के पुराने रिकॉर्ड की वीड आउट के साथ - साथ 02 अक्टूबर को कार्यालय के सभी अधिकारियों व कर्मचारियों ने श्रमदान कर कार्यालय परिसर एवं उसके आसपास के इलाके में स्वच्छता अभियान चलाया गया। स्वच्छता अभियान के बाद भी अब तक परिसर स्वच्छ बना हुआ है।



हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन

कार्यालय में हर तिमाही में कर्मचारियों के लिए हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन किया जाता है। कार्यशाला में कर्मचारियों को प्रशासनिक शब्दावली के साथ-साथ मूल पत्राचार करने का अभ्यास भी दिया जाता है। कर्मचारियों को हिंदी पत्राचार के लिए कंप्यूटर तकनीक का किस तरह से प्रयोग किया जाए ताकि वे अपने कार्यस्थल पर हिंदी में सरकारी कामकाज सुगमता से कर सकें।



गणेश चतुर्थी का आयोजन

कार्यालय की मनोरंजन क्लब द्वारा अगस्त माह में 'गणेश चतुर्थी' का आयोजन किया गया। गणेश जी की प्रतिमा मंत्रोच्चार के साथ स्थापित की गई। भोजनावकाश के समय सभी को प्रसाद वितरित किया गया। शाम को कार्यालयी कार्यकाल के पश्चात कावेरी नदी में प्रतिमा को विसर्जित किया गया। ऐसे अवसर पर पूरा कार्यालय एक परिवार की तरह हो जाता है तथा आपसी सद्भाव विकसित होता है।



उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरु में हिन्दी दिवस समारोह का आयोजन

भारत सरकार गृह मंत्रालय राजभाषा विभाग एवं क.रा.बी.निगम मुख्यालय नई दिल्ली के दिशा निदेशानुसार उप क्षेत्रीय कार्यालय, मैसूरु में 14 से 29 सितंबर 2023 तक हिन्दी पखवाड़ा एवं दिनांक : 27.09.2023 को हिन्दी दिवस समारोह का आयोजन किया गया।

पखवाड़े के दौरान विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। सभी अधिकारियों / कर्मचारियों को पखवाड़े के दौरान हिन्दी में अधिक से अधिक कार्य करने को प्रोत्साहित किया गया। सभी शाखाओं से सम्पर्क कर, कार्यरत कर्मचारियों का हिन्दी में काम करने के लिए मार्गदर्शन दिया गया।

दिनांक 14 सितंबर 2023 को माननीय गृह राज्य मंत्री द्वारा पुणे, महाराष्ट्र से राजभाषा पखवाड़ा का उद्घाटन के साथ ही इस कार्यालय में राजभाषा पखवाड़ा का शुभारंभ हुआ। दिनांक 20 से 25 सितंबर तक विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन हुआ और दिनांक 27.09.2023 को भव्य समापन समारोह आयोजित किया गया इस कार्यक्रम में इस कार्यालय के कर्मचारियों के साथ – साथ शाखा कार्यालयों के कर्मचारियों ने भी भाग लिया। श्रीमती कोकिला वी. तथा भुवनेश्वरी द्वारा मंगलाचरण के साथ कार्यक्रम का शुभारंभ हुआ। सभी उपस्थितों का हार्दिक स्वागत करते हुए सहायक निदेशक श्री सरवन कुमार ने कहा कि हिंदी भाषा में ही वह शक्ति है जो हम सबको आपस में जोड़ सकती है।

मंच पर उपस्थित गणमान्यों द्वारा दीप प्रज्ज्वलित कर समारोह का औपचारिक शुभारंभ किया गया। तत्पश्चात उप निदेशक (प्रभारी) ने कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री टेक चंद, पूर्व उप निदेशक, राजभाषा विभाग, भारत सरकार का स्वागत पुष्प-गुच्छ, शॉल से किया गया। तत्पश्चात राजभाषा प्रभारी ने स्मृति चिह्न एवं श्री रण सिंह ने फल की टोकरी से उनका स्वागत सम्मान किया।

तत्पश्चात श्री रण सिंह, अनुवाद अधिकारी ने मुख्य अतिथि का सभी को परिचय करवाया। उन्होंने मुख्य अतिथि का परिचय करवाते हुए बताया कि श्री टेक चंद जी वर्तमान समय में मैसूरु नगर में हिंदी के बड़े हस्ताक्षर हैं। ये राजभाषा कार्यान्वयन कार्यालय (दक्षिण) के उप निदेशक प्रभारी भी रह चुके हैं। तथा राजभाषा के क्षेत्र में इनका 30 वर्षों से अधिक अनुभव रहा है।

श्री रण सिंह, अनुवाद अधिकारी ने राजभाषा संबंधी रिपोर्ट प्रस्तुत की। उन्होंने कार्यालय में राजभाषा की सभी गतिविधियों की चर्चा की तथा कहा कि इन गतिविधियों के माध्यम से हम धीरे – धीरे अपने लक्ष्य प्राप्ति की दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।

कार्यक्रम में कर्मचारियों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किया। श्रीमती कोकिला ने अपनी सुमधुर वाणी से कविता पाठ किया तथा श्री रण सिंह ने “कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती” नामक कविता प्रस्तुत कर सभी को भाव विभोर कर दिया। उसके बाद हिंदी पखवाड़ा के दौरान विजयी प्रतिभागियों को प्रमाण-पत्र से सम्मानित किया गया। इस समारोह में ही कार्यालय में आयोजित विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं के परिणामों की घोषणा की गई।

इसी कार्यक्रम में हिंदी भाषा प्रशिक्षण परीक्षा उत्तीर्ण करने वाले 05 कर्मचारियों को राजभाषा विभाग से प्राप्त प्रमाण-पत्र देकर सम्मानित किया गया।

विभिन्न प्रतियोगिताओं में नकद पुरस्कार प्राप्त करने वाले अधिकारियों एवं कर्मचारियों को प्रोत्साहित करते हुए मुख्य अतिथि श्री टेक चंद ने कहा कि हिंदी सरल एवं सुगम भाषा है। हमें अपनी राजभाषा पर गर्व होना चाहिए। भारत में सभी राज्यों की अपनी-अपनी राजभाषाएं हैं। सभी भाषाएं महान होती हैं। संविधान में आठवीं अनुसूची में 22 भाषाओं को स्थान दिया गया है तथा और भी कई भाषाएं इसमें शामिल हो सकती हैं। ये सभी भाषाएं माला के फूल हैं। हिंदी भाषा वह सूत्र है जिससे वह माला बनती है। उन्होंने कहा कि आज का यह समारोह न केवल हिंदी दिवस है बल्कि यह भारतीय भाषा दिवस है क्योंकि इसी दिन ही हिंदी के साथ अन्य भारतीय भाषाएं भी अपने अपने राज्यों की राजभाषाएं बनी थीं।

उन्होंने अपने उद्बोधन में कहा कि सभी भारतीय भाषाओं की उन्नति ही हिंदी की उन्नति होगी। हिंदी न केवल हमारी राजभाषा है अपितु यह वह पुल है जो सभी भारतीयों के बीच परस्पर संवाद का माध्यम बनती है। उन्होंने उदाहरण देकर कहा कि अनपढ़ लोगों को भाषा की कोई समस्या नहीं है वे जहां जाते हैं कुछ हिंदी बोलकर, कुछ अपनी मातृभाषा बोलकर तथा कुछ स्थानीय भाषा सीखकर अपना काम चला लेते हैं। उन्होंने कहा कि हर भारतीय बहुभाषाविद्य है। हरेक भारतीय दो तीन भाषाएं तो आसानी से बोल लेते हैं।

अपने अध्यक्षीय भाषण में उप निदेशक (प्रभारी) श्री मंगमीनलल सितल्हौ ने कहा कि हमें भारत सरकार द्वारा निर्धारित राजभाषा के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए प्रयासरत रहना है। हमारे कार्यालय में हिंदी का अच्छा प्रयोग हो रहा है। उसे आगे भी बनाए रखना है। हिंदी की महत्ता को आज सारा विश्व स्वीकार कर रहा है। आज बाजार को भी हिंदी की जरूरत है। विज्ञापनों में हिंदी का खूब प्रयोग हो रहा है। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि वे उत्तर-पूर्वी भारत में तैनात रहे हैं तथा सुदूरवर्ती क्षेत्रों में भी चाहे हिंदी को कम समझते हों लेकिन हिंदी गाने तो सब लोग पसंद करते हैं अर्थात् हिंदी किसी न किसी रूप में सभी भारतीय समझते हैं। सभी पुरस्कार विजेताओं को बधाई देते हुए सभी कर्मचारियों से आह्वान किया कि इन प्रतियोगिताओं में अधिक से अधिक कर्मचारीगण भाग लें।

कार्यक्रम का संचालन श्री मधु ने किया। महानिदेशक महोदय के संदेश का वाचन श्रीमती भुवनेश्वरी ने किया तथा प्रतियोगिता पुरस्कार का संचालन श्री रण सिंह, अनुवाद अधिकारी ने किया। कार्यक्रम के अंत में श्रीमती टी.एन. विद्या, सहायक ने सभी का आभार प्रकट किया।



राजभाषा हिंदी



मंगमीनलल सितलहौ, उप निदेशक (प्रभारी)

हिंदी के कार्यालयीन भाषा का स्वरूप हमारे संविधान की देन है। हम सब जानते हैं कि 26 जनवरी 1950 को हमारा संविधान लागू किया गया। इसी क्रम में हम सभी के लिए यह जानना भी अनिवार्य है कि भारत के संविधान में राजभाषा हिंदी को किस स्थान पर रखा गया है अर्थात् राजभाषा हिंदी के बारे में हमारा संविधान क्या कहता है, भारतीय संविधान के अनुच्छेद 120, 210 तथा 343 से 351 में राजभाषा हिंदी संबंधी प्रावधानों का उल्लेख है। आइए, अब आपको संक्षेप में यह बताते हैं कि आखिर इन अनुच्छेदों में क्या कहा गया है :-

अध्याय 1 संघ की भाषा :

- अनुच्छेद 120 : संसद में प्रयोग की जाने वाली भाषा से संबंधित अनुच्छेद 120 है।
अनुच्छेद 210 : इस अनुच्छेद में विधान मंडल में प्रयोग की जाने वाली भाषा का उल्लेख किया गया है।
अनुच्छेद 343 : संघ की भाषा हिंदी और लिपि देवनागरी होगी। संघ के शासकीय प्रयोजनों के लिए प्रयोग होने वाले अंकों का रूप भारतीय अंकों का अंतर्राष्ट्रीय रूप होगा।
अनुच्छेद 344 : राजभाषा के संबंध में आयोग का गठन और संसद की समिति।

अध्याय 2 प्रादेशिक भाषाएं :

- अनुच्छेद 345 : राज्य की राजभाषा या राजभाषाएं।
अनुच्छेद 346 : एक राज्य से दूसरे राज्य के बीच या किसी राज्य और संघ के बीच पत्रादि की राजभाषा।
अनुच्छेद 347 : किसी राज्य की जनसंख्या के किसी भाग द्वारा बोली जाने वाली भाषा के संबंध में विशेष उपबंध।

अध्याय 3 : उच्चतम न्यायालय, उच्च न्यायालयों आदि की भाषा :

- अनुच्छेद 348 : उच्चतम न्यायालय, उच्च न्यायालयों में और अधिनियमों, विधेयकों आदि के लिए प्रयोग की जाने वाली भाषा संबंधी।
अनुच्छेद 349 : भाषा से संबंधित कुछ विधियां आदि नियमित करने के लिए विशेष प्रक्रिया संबंधी।

अध्याय 4 : विशेष निदेश :

- अनुच्छेद 350 : व्यथा के निवारण के लिए अभ्यावेदन में प्रयोग की जाने वाली भाषा के संबंध में।
अनुच्छेद 350 (क) : प्राथमिक स्तर पर मातृभाषा में शिक्षा की सुविधाएं।
अनुच्छेद 350 (ख) : भाषाई अल्पसंख्यक वर्गों के लिए विशेष अधिकारी की नियुक्ति संबंधी।
अनुच्छेद 351 : हिंदी भाषा के विकास के लिए निदेश :

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

राजभाषा के रूप में हिंदी की संवैधानिक स्थिति का अनुच्छेदवार विवरण जानने के बाद यह स्पष्ट हो जाता है कि भारत के संविधान में किए गए इन प्रावधानों से हमारी राष्ट्रभाषा, राजभाषा, और साथ ही साथ विभिन्न राज्यों की राजभाषा के रूप में हिंदी का स्थान प्रमुख है। इसी व्यवस्था के अनुक्रम में 1963 में राजभाषा अधिनियम लागू किया गया जो राजभाषा अधिनियम 1963 (यथा संशोधित 1967) के नाम से जाना जाता है। इसी क्रम में 1976 में राजभाषा समिति राष्ट्रपति जी को अपनी सिफारिशें प्रस्तुत करती है जिन पर राष्ट्रपति जी आदेश जारी करते हैं, अब तक कुल नौ खंड राष्ट्रपति जी को प्रस्तुत किए हैं और कुल आठ खंडों पर राष्ट्रपति जी के आदेश जारी हो चुके हैं। इसके अलावा राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा प्रतिवर्ष राजभाषा कार्यान्वयन हेतु निर्धारित लक्ष्यों से संबंधित एक वार्षिक कार्यक्रम जारी किया जाता है। यहां इस बात का उल्लेख करना अनिवार्य है कि राजभाषा कार्यान्वयन की दृष्टि से भारत के विभिन्न राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों का क्षेत्रवार वर्गीकरण किया गया है। यह वर्गीकरण इस प्रकार है :-

‘क’ क्षेत्र में शामिल राज्य/संघ राज्य क्षेत्र – बिहार, छत्तीसगढ़, हिमाचल प्रदेश, झारखंड, मध्य प्रदेश, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड, राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली, अंडमान तथा निकोबार द्वीप समूह संघ राज्य क्षेत्र।

‘ख’ क्षेत्र में शामिल राज्य/संघ राज्य क्षेत्र – गुजरात, महाराष्ट्र, पंजाब, तथा चंडीगढ़, दमन और दीव, दादरा और नगर हवेली संघ राज्य क्षेत्र।

‘ग’ क्षेत्र में शामिल राज्य/संघ राज्य क्षेत्र – ‘क’ और ‘ख’ क्षेत्र में शामिल राज्यों और संघ राज्य क्षेत्र के अलावा शेष सभी राज्य और संघ राज्य क्षेत्र। इन तीन क्षेत्रों के लिए राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी निर्धारित वार्षिक लक्ष्य भी अलग-अलग हैं। इसके साथ-साथ प्रमुख जानकारी जो बांटने योग्य है वह यह है कि हमारे संविधान की आठवीं अनुसूची में वर्तमान में कुल 22 भाषाओं को मान्यता प्राप्त भाषाओं के रूप में शामिल किया गया है, ये भाषाएं हैं:-

हिंदी, असमिया, उड़िया, कन्नड़, मलयालम, कश्मीरी, गुजराती, तमिल, तेलुगु, पंजाबी, उर्दू, मराठी, संस्कृत, सिंधी, नेपाली, मणिपुरी, बँगला, कोंकणी, मैथिली, डोगरी, संथाली, और बोडो।

राजभाषा अधिनियम, राजभाषा नियम तथा तत्संबंधी अन्य सभी प्रावधान जिन संस्थाओं/कार्यालयों पर लागू होते हैं उनमें केन्द्रीय सरकारी कार्यालय, सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रम, सरकारी क्षेत्र की बीमा कंपनियां और राष्ट्रीकृत बैंक शामिल हैं।

सामाजिक कवच - कराबी निगम



श्री महेश पी., सा.सु. अधिकारी

महाभारत की घटना को याद करें तो हमें याद है कि दानवीर कर्ण के पास सूर्य भगवान के दिए हुए 'कवच व कुण्डल' थे जिनके कारण उसे युद्ध में कोई भी परास्त नहीं कर सकता था। जब तक ये कवच कर्ण के पास रहे तब तक वह अजेय था। और तो क्या भगवान श्रीकृष्ण जी के पास भी उसका कोई समाधान नहीं था। ज्यों ही वह कवच कर्ण ने दान कर दिया त्यों ही वह विपदा के पास पहुँच गया।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम भी भारत सरकार की कामगारों के प्रति कवच का कार्य ही करती है। यह योजना श्रमिकों के जीवन को सुरक्षित रखने के प्रति भारत सरकार का एक सामाजिक कदम है। यह एक ऐसी योजना है जो कामगारों को व्यक्तिगत, सामाजिक और आर्थिक चुनौतियों से रूबरू होने का सबल प्रदान करती है और समाज के निचले पायदान के लोगों को विभिन्न रूपों में लाभ पहुँचाती है। वैसे तो भारत में सामाजिक सुरक्षा की अनेक योजनाएँ हैं लेकिन कराबी निगम उनमें अग्रणी है।

निगम, भारत सरकार द्वारा चलाई जाने वाली एक सामाजिक सुरक्षा योजना है जो कर्मचारियों और उनके परिवारों को आर्थिक सुरक्षा प्रदान करती है। इसका प्रमुख उद्देश्य बीमाकृत व्यक्तियों एवं उनके आश्रितों को विभिन्न प्रकार की चिकित्सा सेवाओं की सुविधा प्रदान करना है, जिसमें मुफ्त चिकित्सा, दवाएँ और अस्पतालों द्वारा दी जाने वाली विशेषज्ञीकृत सेवाएँ सम्मिलित हैं।

निगम का गठन 1952 में हुआ था और अब यह भारत के विभिन्न राज्यों में कार्यरत बीमाकृतों के लिए उपलब्ध है। निगम का गठन कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम, 1948 के अधीन हुआ है और इसका मुख्य कार्य बीमाकृत श्रमिकों, कामगारों और उनके आश्रित परिवारों को चिकित्सा और वित्तीय सहायता प्रदान करना है। इस योजना के अंतर्गत श्रमिकों को निम्नलिखित हितलाभ प्राप्त होते हैं:-

(क) चिकित्सा हितलाभ:- बीमाकृत व्यक्तियों एवं उनके आश्रितों को बीमा योग्य रोजगार में आने के दिन से पूर्ण चिकित्सा सेवा प्रदान की जाती है। बीमाकृत व्यक्ति और उनके आश्रित परिजनों के उपचार पर व्यय की कोई अधिकतम सीमा नहीं है। सेवानिवृत्त और स्थाई अपंग बीमाकृतों और उसके पति / पत्नी को 120/- रुपए के सांकेतिक वार्षिक प्रीमियम पर चिकित्सा सेवा प्रदान की जाती है।

(ख) बीमारी हितलाभ:- बीमारी हितलाभ बीमाकृत कामगार को प्रमाणित बीमारी अवधि के दौरान एक वर्ष में अधिकतम 91 दिनों के लिए उसकी मजदूरी के 70 प्रतिशत की दर से नकद प्रतिपूर्ति के रूप में देय होता है। बीमारी हितलाभ की पात्रता के लिए कामगार से अपेक्षा की जाती है कि उसने 6 महीनों की अंशदान अवधि में 78 दिनों का अंशदान जमा किया हो।

- (1) विस्तारित बीमारी हितलाभ:- 34 तरह की घातक और दीर्घकालीन बिमारियों के मामले में मजदूरी के 80% की बढ़ी दर से उसे 2 वर्षों तक विस्तारित किया जा सकता है।
- (2) वर्धित बीमारी हितलाभ:- इसके अतिरिक्त बीमाकृत व्यक्तियों द्वारा बंध्यकरण कराने पर वर्धित बीमारी हितलाभ पुरुष और महिला कामगारों को क्रमशः 7 दिन / 14 दिन के लिए पूर्ण मजदूरी के बराबर देय है।
- (ग) **मातृत्व हितलाभ:-** मातृत्व हितलाभ पूर्ववर्ती वर्ष में 70 दिनों के अंशदान देने की शर्त के अधीन प्रसूति / गर्भावस्था के लिए मातृत्व हितलाभ पूर्ण मजदूरी दर पर 26 सप्ताह के लिए दिया जाता है जिसे चिकित्सकीय परामर्श से एक महीने के लिए बढ़ाया जाता है।
- (घ) **अपंगता हितलाभ:-**
1. अस्थायी अपंगता हितलाभ:- जब तक अपंगता रहती है अस्थायी अपंगता हितलाभ मजदूरी के 90% की दर से अदा किया जाता है।
 2. स्थायी अपंगता हितलाभ:- चिकित्सा बोर्ड द्वारा प्रमाणित अर्जन क्षमता की हानि की सीमा पर निर्भर यह हितलाभ मासिक भुगतान के रूप में मजदूरी के 90% की दर से अदा किया जाता है।
- (ङ) **आश्रितजन हितलाभ:-** जिन मामलों में बीमाकृत की मृत्यु रोजगार चोट या व्यावसायिक दुर्घटना के कारण होती है उन मामलों में मृतक के आश्रितों को मासिक भुगतान के रूप में मजदूरी के 90% की दर से अदा किया जाता है।
- (च) **प्रसूति व्यय:-** जिन स्थानों पर निगम की योजना के अंतर्गत चिकित्सा सुविधा उपलब्ध न होने की स्थिति में बीमाकृत महिला / आश्रित महिला के लिए प्रसूति व्यय दिए जाने का प्रावधान है।
- (छ) **अंत्येष्टि व्यय:-** बीमाकृत व्यक्ति के अंतिम संस्कार करने के लिए संबंधियों को दस हजार रुपए तक का भुगतान किया जाता है।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम बीमाकृतों के हर दुःख - सुख में उनका सहारा बना रहता है। कामगार अपने व अपने परिवार के लिए घातक बीमारियों से होने वाले आर्थिक नुकसान से मुक्त रहते हैं। इसलिए निगम का ध्येय वाक्य ही “चिंता से मुक्ति है”।



कन्नड़ हिंदी संवाद



श्रीमती शैलजा, वैयक्तिक सहायक

	कन्नड़	हिंदी
सीता	नमस्कार, हेगिदीरा?	नमस्कार, आप कैसे हैं ?
गीता	नमस्कार, नानु चन्नागिदीनि, नीवु हेगिदीरी?	में अच्छी हूँ, आप कैसे हैं?
सीता	नानु चन्नागिदीनि, ईग याव संस्थेयल्लि केलसा माडुत्तिदीरा?	मैं भी अच्छी हूँ आप अभी कौन सी संस्था में काम कर रही हैं?
गीता	नानु ई. इस.आई नल्ली केलसा माडुत्तिदेने, नीवु यावा संस्थेयल्ली केलसा माडुत्तिदीरा?	में अभी इ.इस.आई. में काम कर रही हूँ, आप कौन से संस्था में काम कर रही हैं?
सीता	नानु इ.पी.एफ.ओ नल्ली केलसा माडुत्तिदेने, निम्म केलसा हेगे नेडेयुत्तिदे?	में अभी इ.पी.एफ.ओ में काम कर रही हूँ, आपका काम कैसा चल रहा है?
गीता	नन्न केलसा चन्नागि नेडेयुत्तिदे, निम्मादु?	मेरा काम अच्छा चल रहा है और आपका?
सीता	नन्न केलसा कूड़ा चन्नागिने दयुत्तिदे।	मेरा काम अच्छा चल रहा है।
सीता	निम्म ऊटा आइता?	आपने खाना खा लिया?
गीता	इल्ला, ईगा माडबेकु, निम्मादु?	नहीं, अभी करना है और आपका?
सीता	इल्ला, नानू कूड़ा ईगा माडबेकु बन्नि ओट्टिगे ऊटक्के होगोणा।	नहीं, चलिए साथ में खाने के लिए चलते हैं।
गीता	सरि, होराडोण।	हाँ, चलते है।

संस्कृत संभाषणम्



श्रेयस एस., प्र.श्रे.लि.

- श्रेयश - मम् नामः श्रेयशः। भवतः नामः किम् (पुल्लिंगं)/ भवतयाः नामः किम् (स्त्रीलिंगं)?
- अनुराधा - मम नामः अनुराधाः।
- श्रेयश - भवति कथम् अस्ति (स्त्रीलिंगं)? भवान् कथम् अस्ति (पुल्लिंगं)?
- अनुराधा - अहं सम्यक् / कुशलिनी अस्मि। भवान् कथम् अस्ति?
- श्रेयश - अहं अपि सम्यक् अस्मि। भवतया परिवारस्य सर्वे जना कुशलम् अस्ति वा?
- अनुराधा - आम्। सर्वे जना कुशलम् अस्ति।
- श्रेयश - भगिनि, किञ्चित् जलम् ददातु।
- अनुराधा - आम्, एक चषकः उष्णं जलम् स्वीकरोति।
- श्रेयश - धन्यवादः भगिनी। भवती श्व कार्यालय गमिष्यति किम्?
- अनुराधा - मास्तु। अहं श्व बेंगलूरुतः देहलीनगरे गमिष्यामि।
- श्रेयश - भगिनि किमर्थम् देहलीनगरे गमिष्यति?
- अनुराधा - अहं भ्राताय विवाहार्थाय देहलीनगरे गमिष्यामि।
- श्रेयश - भवति सपरिवारे देहलीनगरे गमिष्यति खलु?
- अनुराधा - आम्। अहं सर्वेपरिवारजनाः सह बेंगलूरुतः जयपुरनगरे गमिष्यामः अनन्तरम् जयपुरतः देहलीम् गमिष्यामि।
- श्रेयश - भवति कदा देहलीतः बेंगलूरु आगच्छति।
- अनुराधा - वयं सोमवासरतः शुक्रवासरः पर्यन्तम् देहलीम् प्रवासः कुर्माः तदन्तरम् शनिवासरः बेंगलूरु विमानपत्तने एकादश वादने आगच्छामि।
- श्रेयश - भगिनि ममार्थम् किम् आनयति।
- अनुराधा - ज्येष्ठः, त्वं अर्थे मधुरम् आनयति।
- श्रेयश - शीघ्रम् ददातु। समीचीनम्। बहु शोभनम्। धन्यवादः भगिनि। पुनः मिलामः।

भारत का संविधान



मंगमीनलल सितल्लौ, उप निदेशक (प्रभारी)

संविधान' शब्द की उत्पत्ति :- 'संविधान' शब्द की उत्पत्ति संस्कृत भाषा के दो शब्दों 'सम' तथा 'विधान' (सम+ विधान) से हुई है। सम का अर्थ है – एक समान, बराबर जबकि विधान का अर्थ है - नियम, कानून। अर्थात् ऐसे नियम और कानून जो नागरिकों पर समान रूप से लागू होते हैं उसे संविधान कहते हैं। समान शिक्षा, समान चिकित्सा, समान न्याय, समान नागरिक संहिता और सबको समान अवसर ही हमारे संविधान की मूल भावना है।

संविधान से आशय:-

संविधान उन नियमों के समूह या संग्रह को कहा जाता है जिनके अनुसार किसी देश की सरकार का गठन होता है। यह देश का सर्वोच्च कानून होता है। सरल शब्दों में संविधान किसी राज्य की शासन प्रणाली को विरेचित करने वाला कानून होता है। यह राष्ट्र का सबसे महत्वपूर्ण अभिलेख होता है। सरकार के गठन और उसकी शक्तियों के बारे में संविधान एक लिखित दस्तावेज है।

संविधान क्या करता है:- संविधान उन आदर्शों को सूत्रबद्ध करता है जिससे हम अपने देश को अपनी इच्छा और अपने सपनों के अनुसार चला सकें। नागरिकों के मौलिक अधिकारों की भी संविधान रक्षा करता है। संविधान का कार्य यह स्पष्ट करना है कि समाज में निर्णय लेने की शक्ति किसके पास होगी। संविधान यह भी बताता है कि सरकार कैसे निर्मित होगी, सरकार द्वारा अपने नागरिकों पर लागू किए जाने वाले कानूनों की सीमा भी संविधान ही तय करता है।

संविधान किसी भी देश का मौलिक कानून है। जो सरकार के विभिन्न अंगों की रूपरेखा और मुख्य कार्य का निर्धारण करता है। देश के बाकी सभी कानून और रीति रिवाजों को वैध होने के लिए इसका पालन करना होता है।

सबसे पहले संविधान कहाँ बना: विश्व का सबसे पहला संविधान यूनान में बना। आधुनिक काल में अमेरिका का संविधान पहला लिखित संविधान है।

भारतीय संविधान निर्माण का इतिहास:-

द्वितीय विश्व युद्ध की समाप्ति के बाद जुलाई 1945 में ब्रिटेन में लेबर पार्टी की सरकार बनी। भारत की स्वतंत्रता के प्रश्न का हल निकालने के लिए ब्रिटिश प्रधानमंत्री एटली ने कैबिनेट के तीन मंत्रियों लॉरेंस, क्रिप्स और एलेग्जेंडर को भारत भेजा। मंत्रियों के इस दल को 'कैबिनेट मिशन' के नाम से जाना जाता है।



ब्रिटेन की नई सरकार की भारत संबंधी नीति के अनुसार एक संविधान निर्माण करने वाली समिति बनाने का निर्णय किया और इस तरह भारतीय संविधान की रचना के लिए 'संविधान सभा' बनाई गई।

संविधान सभा के सदस्य:- संविधान सभा के सदस्य भारत के राज्यों की सभाओं के निर्वाचित सदस्यों के द्वारा चुने गए थे। डॉ. राजेंद्र प्रसाद, भीमराव अंबेडकर, सरदार वल्लभभाई पटेल, श्यामा प्रसाद मुखर्जी, जवाहरलाल नेहरू, मौलाना अबुल कलाम आजाद आदि सभा के प्रमुख सदस्य थे।

सच्चिदानंद सिन्हा इस सभा के प्रथम सभापति थे। किंतु बाद में डॉक्टर राजेंद्र प्रसाद को सभापति निर्वाचित किया गया। इसके उपाध्यक्ष हरेंद्र कुमार मुखर्जी और वी. टी. कृष्णमाचारी थे। श्री बी.एन. राव संवैधानिक सलाहकार थे। भीमराव अंबेडकर को मसौदा समिति का अध्यक्ष चुना गया। अनुसूचित वर्गों के 30 से ज्यादा सदस्य इस सभा में शामिल थे।

इस सभा ने अपना कार्य 01 दिसंबर 1946 से आरंभ कर दिया था। संविधान सभा की पहली बैठक 9 दिसंबर 1946 को नई दिल्ली के कांस्टीट्यूशन हाल में हुई थी। संविधान सभा ने 2 वर्ष 11 माह 18 दिन में कुल 114 दिन बैठकें कीं। इनकी बैठक में प्रेस और जनता को भाग लेने की स्वतंत्रता थी। 15 अगस्त 1947 को भारत के आजाद हो जाने के बाद यह संविधान सभा पूर्णतया प्रभुतासंपन्न हो गई।

संविधान सभा की अंतिम बैठक:- 26 नवंबर 1949 को संविधान सभा की अंतिम बैठक हुई और जोर से तथा लंबे समय तक जयकारों और मेजों की थपकी के साथ संविधान को अंगीकृत होने की बधाई दी गई। इस के बाद एक अनुभवी स्वतंत्रता सेनानी पूर्णिमा बनर्जी द्वारा राष्ट्रगान – 'जन गण मन अधिनायक जय हे, भारत भाग्य विधाता' के गायन के साथ संविधान सभा का ऐतिहासिक सत्र समाप्त हुआ।

बाद में संविधान के अनुसार 24 जनवरी, 1950 को एक विशेष सत्र में डॉ. राजेंद्र प्रसाद को भारतीय गणराज्य के पहले राष्ट्रपति के रूप में चुना गया।

संविधान सभा में महिलाओं की भागीदारी :- संविधान सभा की पहली बैठक में 207 सदस्यों ने भाग लिया था। इसमें कुल 15 महिलाओं ने भाग लिया तथा 8 महिलाओं ने संविधान पर हस्ताक्षर किए।

भारतीय संविधान की मूल भावना :- संविधान सभा के सदस्य जब महात्मा गांधी से यह सलाह लेने गए कि संविधान की मूल भावना क्या होनी चाहिए? तब उन्होंने कहा था कि-

"मैं तुम्हें एक जंतर देता हूँ। तुम्हारा हर कार्य, हर विधान समाज के सबसे निचले स्तर पर बैठे व्यक्ति को ध्यान में रखकर किया जाना चाहिए।"

भारत का मूल संविधान:- भारत के मूल संविधान में कुल 395 अनुच्छेद, 22 भाग तथा 8 अनुसूचियाँ थीं। संविधान की दो कॉपी हाथ से लिखी गई हैं जो हिंदी तथा अंग्रेजी में हैं। दोनों हस्तलिखित प्रतियों पर 24 जनवरी 1950 को तब के 308 सदस्यों के सामने हस्ताक्षर किए गए। संविधान की मूल हस्तलिखित प्रतियाँ संसद भवन के पुस्तकालय में हीलियम के केस में संरक्षित हैं।



भारत का संविधान दुनिया के सबसे लंबे हस्तलिखित दस्तावेजों में से एक है। अंग्रेजी संस्करण में कुल 1,17,369 शब्द हैं। संविधान की मूल पांडुलिपि में 251 पन्ने हैं जिसका वजन 3.75 किलोग्राम है। संविधान बनाने में उस समय कुल 63,96,729/- रुपए खर्च हुए थे।

संविधान की प्रमुख विशेषता:-

भारत का संविधान लिखित तथा निर्मित है। इसमें संपूर्ण प्रभुत्वसंपन्न राज्य और गणतंत्रात्मक शासन प्रणाली तथा संघात्मक शासन की स्थापना की गई है। भारतीय संविधान संघात्मक होते हुए भी एकात्मक है।

भारत के हर नागरिक को मौलिक अधिकार देना भारतीय संविधान की सबसे बड़ी विशेषता है। मौलिक अधिकार वह अधिकार है जो हर नागरिक को हासिल होता है और इनका हनन नहीं किया जा सकता है। अगर सरकार के किसी कदम से किसी नागरिक के मौलिक अधिकार का हनन होता है तो उच्चतम न्यायालय या उच्च न्यायालय का दरवाजा खटखटाया जा सकता है।

संविधान की प्रस्तावना :- प्रस्तावना को भारतीय संविधान का 'परिचय पत्र' कहा जाता है। संविधान की प्रस्तावना भारत के सभी नागरिकों के लिए न्याय तथा समानता को सुरक्षित करती है और लोगों के बीच भाईचारे को बढ़ावा देती है। संविधान की प्रस्तावना भारत को एक संप्रभु, समाजवादी, धर्मनिरपेक्ष और लोकतांत्रिक गणराज्य घोषित करती है। इसका उद्देश्य सभी नागरिकों को न्याय, स्वतंत्रता, समानता सुनिश्चित करना है और राष्ट्र की एकता और अखंडता बनाए रखने के लिए बंधुत्व को बढ़ावा देना है।

प्रारंभ में समाजवादी, धर्मनिरपेक्ष शब्द भारतीय संविधान की प्रस्तावना का हिस्सा नहीं थे। आपातकाल के दौरान 1976 के 42वें संशोधन अधिनियम द्वारा यह शब्द जोड़े गए हैं। प्रस्तावना में अब तक का यह एकमात्र संशोधन है।

उधार का संविधान:- भारतीय संविधान की मूल संरचना भारत सरकार अधिनियम-1935 पर आधारित है। भारतीय संविधान दुनिया का सबसे लंबा लिखित संविधान है। यह 10 देशों के कानूनी प्रावधानों से मिलकर बना हुआ है। इसलिए कुछ लोग इसे 'उधार का संविधान' भी कहते हैं।

संविधान दिवस और गणतंत्र दिवस:- संविधान सभा द्वारा भारतीय संविधान को 26 नवंबर 1949 को अंगीकार किया गया था। भारत के नागरिकों को संविधान के प्रति जागरूक करने और संवैधानिक मूल्यों को याद दिलाने के लिए हर साल 26 नवंबर को 'संविधान दिवस' मनाया जाता है। 26 जनवरी 1950 को इसे लागू किया गया था। इसीलिए उस दिन को देश में 'गणतंत्र दिवस' के तौर पर मनाया जाता है।

संविधान का सार:- भारतीय संविधान के अनुसार भारत एक संसदीय प्रणाली की सरकार वाला स्वतंत्र प्रभुसत्तासंपन्न, समाजवादी, लोकतंत्रात्मक गणराज्य है। यहां की सरकार, सेना, प्रशासनिक और न्यायिक तंत्र भारत गणराज्य के संविधान के अनुसार शासित होते हैं। केंद्रीय कार्यपालिका के संवैधानिक प्रमुख राष्ट्रपति हैं। भारत के संविधान की धारा-79 के अनुसार केंद्रीय संसद की परिषद में राष्ट्रपति तथा दो सदन हैं जिन्हें राज्यों की परिषद यानी राज्यसभा तथा लोगों का सदन यानी लोकसभा के नाम से जाना जाता है।

भारतीय संविधान का प्रकार:- भारत का संविधान न तो कठोर है और न ही लचीला। कठोर संविधान वह होता है जिसमें संविधान संशोधन की प्रक्रिया या प्रणाली जटिल होती है उदाहरण- अमेरिकी संविधान। लचीला संविधान वह होता है जिसमें संविधान संशोधन की प्रक्रिया सरल होती है। उदाहरण- इंग्लैंड का संविधान।

संविधान संशोधन की प्रक्रिया:- संविधान मूल रूप से दो प्रकार के होते हैं - लिखित संविधान और अलिखित संविधान। लिखित संविधान में निरंतर संशोधन होते रहते हैं जिससे संविधान का आकार और भी विस्तृत होता जाता है। संविधान में अब तक 105 संशोधन हो चुके हैं। भारतीय संविधान में संशोधन करने के लिए तीन प्रक्रियाएं अपनाई जाती हैं -

1. संसद के प्रत्येक सदन में साधारण बहुमत द्वारा।
2. संसद के दोनों सदनों के विशेष बहुमत द्वारा।
3. संघ तथा राज्यों की सहमति से।

संविधान में चित्रकारी:- जब संविधान तैयार हुआ तो उसमें ऊपर- नीचे बहुत जगह रिक्त (सफेद) छूटी हुई थी। ऐसे में इस पर विचार हुआ कि आखिर किस तरह इस खाली जगह के जरिए भारत की पांच हजार साल पुरानी संस्कृति को प्रदर्शित किया जाए। तब खुद जवाहरलाल नेहरू ने ही इस काम के लिए नंदलाल बोस को सत्य निकेतन जाकर आमंत्रित किया। इसके बाद सदी के महान चित्रकार ने अपने कुछ शिष्यों के साथ मिलकर इन हस्तलिखित पत्रों में प्राण भरने का काम किया।

इन चित्रों की शुरुआत भारत के राष्ट्रीय प्रतीक अशोक स्तंभ के शेर से होती है। अगले भाग में भारत की प्रस्तावना लिखी है। जिसे सुनहरे बॉर्डर से घेरा गया है। भारतीय संविधान में कुल 22 भाग हैं और हर भाग की शुरुआत में 8x13 इंच के चित्र बनाए गए हैं। इसमें मोहनजोदड़ो, वैदिक काल, रामायण, महाभारत, बुद्ध के उपदेश, महावीर के जीवन, मौर्य, गुप्त और मुगल काल के अलावा गांधी, सुभाष, हिमालय से लेकर सागर आदि के चित्र सुंदर बन पड़े हैं।

वास्तव में यह चित्र भारतीय इतिहास की विकास यात्रा हैं। संविधान के जिस पृष्ठ पर मूल अधिकारों का जिक्र है उस पर भगवान श्री राम की लंका विजय के बाद वापस अयोध्या लौटने की तस्वीर है।

इन 22 चित्रों को बनाने में 4 साल लगे। इस काम के लिए नंदलाल बोस को उस समय 21 हजार रुपए मिले थे। समिति से जुड़े सभी लोगों ने इन चित्रों को संविधान के रिक्त स्थान पर शामिल करने पर सहमति जताते हुए उस पर हस्ताक्षर किए थे।

संविधान किसने लिखा:- संविधान की मूल प्रति टाइपिंग या प्रिंट में उपलब्ध नहीं है। इस की मूल प्रति हिंदी और अंग्रेजी में हाथ से लिखी गई है। इसे प्रेम बिहारी रायजादा ने लिखा है। रायजादा ने पेन होल्डर निब से संविधान के हर पन्ने को बहुत ही खूबसूरत इटैलिक अक्षर में लिखा है। सुलेखन यानी कैलीग्राफी प्रेम बिहारी का खानदानी शौक था। संविधान को बनाने में जहां 2 साल 11 महीने और 18 दिन लगे वहीं इससे हाथों से लिखने में 6 महीने का समय लगा था।

लेकिन इस काम से जुड़ा एक रोचक किस्सा है। जब प्रेम बिहारी रायजादा ने सरकार ने इस काम को पूरा करने के लिए मेहनताना के बारे में पूछा तो उनका जवाब बड़ा गंभीर था। उन्होंने कहा मुझे एक भी पैसा नहीं चाहिए न ही कोई महंगा उपहार चाहिए। लेकिन उन्होंने संविधान के हर पृष्ठ पर अपना नाम और अंतिम पृष्ठ पर अपने दादाजी का नाम लिखने की शर्त रख दी, जिसे सरकार ने सहर्ष मान लिया।

संविधान निर्माण के दौरान मत भिन्नता:- संविधान निर्माण का कार्य इतना आसान नहीं रहा। अनेक मुद्दों पर कई सदस्यों के विचार एक दूसरे से बिल्कुल भिन्न थे। उदाहरण के लिए; भारत में ताजा-ताजा विलय हुए नए राज्य जम्मू कश्मीर के प्रधानमंत्री शेख अब्दुल्ला के अनुरोध पर भारत के तत्कालीन प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने कश्मीर राज्य को विशेष दर्जा देने हेतु ड्राफ्ट बनाने के लिए उन्हें भीमराव अंबेडकर के पास भेजा। किंतु अम्बेडकर ने शेख अब्दुल्ला को यह कहते हुए स्पष्ट मना कर दिया कि-

"आप सारी सुविधाएं तो भारत से चाहते हैं लेकिन हस्तक्षेप नहीं चाहते हैं? ऐसा कैसे हो सकता है?"

तब शेख अब्दुल्ला ने पुनः पंडित जवाहरलाल नेहरू से निवेदन किया और नेहरू जी के कहने पर प्रारूप समिति के सदस्य गोपाल स्वामी आयंगर ने धारा-370 का ड्राफ्ट तैयार किया जो कि बाद में भारत के लिए नासूर साबित हुआ। हालांकि वर्तमान सरकार ने इस अनुच्छेद को रद्द कर दिया गया है।

इसी तरह सरदार वल्लभभाई पटेल ने समाज के सभी वर्गों को बराबर अधिकार देने के लिए जातिगत आरक्षण का विरोध किया था। किंतु भीमराव अंबेडकर के विशेष आग्रह पर संविधान में जातिगत आरक्षण केवल 10 वर्ष के लिए लागू किया था और इसकी हर 10 वर्ष बाद समीक्षा की बात लिखी गई थी। यह स्थाई बिल्कुल भी नहीं था।

भारतीय संविधान - सफल या असफल :- भीमराव अंबेडकर ने कहा था कि संविधान कितना भी अच्छा हो, अगर उसका पालन करने वाले बुरे होंगे तो संविधान बुरा ही साबित होगा और अगर संविधान बुरा भी लिखा गया हो लेकिन इसका पालन करने वाले लोग अच्छे होंगे तो संविधान देश और समाज के लिये अच्छा साबित होगा।

विश्व का सबसे बड़ा लोकतंत्र भारत, संविधान के अनुसार सफलता पूर्वक चल रहा है। समय की कसौटी पर संविधान अब तक पूर्णतया खरा उतरा है। सन 1975 के आपातकाल के अतिरिक्त संविधान पर अभी तक कोई बड़ा संकट नहीं आया है। हालांकि समान नागरिक संहिता, जातिगत आरक्षण, जनसंख्या नियंत्रण कानून आदि विषयों पर अभी भी आम-राय नहीं बन पायी है।

निष्कर्ष:- संविधान किसी भी देश का सबसे पवित्र और पूज्य ग्रंथ होता है। कतिपय कारणों से हम अपने संविधान को आम जनमानस की 'गीता' नहीं बना पाए हैं।



प्रेम व आनंद



श्री अम्पागौनी नरेश गौड, प्र.श्रे.लि.

कबीर जी ने कहा है “पोथी पढ़ि पढ़ि जग मुआ, पंडित भया न कोय, ढाई आखर प्रेम का, पढ़े सो पंडित होय”। कबीर जी की उक्ति का अर्थ है कि प्रेम अनुभूति का विषय है न कि ज्ञान का।

प्रेम कोई उपरी या बाहर-बाहर की वस्तु नहीं है अपितु यह हमारा पूरा अस्तित्व ही है। हमारे माता पिता के प्रेम के कारण ही हमारा जन्म संभव हुआ है। पूरी प्रकृति हमें प्रेम करती है। गुरुत्वाकर्षण बल ही धरती मां का प्रेम है जो हमें इस पृथ्वी पर टिकाए हुए है अन्यथा गुरुत्वाकर्षण के अभाव में हम कहीं उड़ नहीं जाते क्या?

यह धरती माता का प्रेम ही है जिसके कारण हमें तरह-तरह के फल, फूल व खाद्य पदार्थ मिलते हैं। सोचो अगर अन्न में केवल गेहूं ही होता या गेंदे का फूल ही होता तो कल्पना कीजिए जीवन कैसा होता। वृक्ष का प्रेम देखिए वह काले - गौरे, छूत - अछूत, पुण्यात्मा - दुरात्मा के साथ भेद नहीं करता। सबको समान रूप से छाया देता है।

हमारा प्रेम भी हर रिश्ते में अलग फ्लेवर में होता है। हम पति/पत्नी को अलग तरह से, माता-पिता को अलग तरह से, भाई - बहन को अलग तरह से तथा बेटा - बेटी को अलग तरह से प्यार करते हैं। है ना!

प्रेम केवल देना जानता है बदलें में कुछ नहीं चाहता। अगर कोई कहे कि मैं तुम्हे तब प्यार करूंगा जब तुम मेरे साथ अच्छा व्यवहार करोगे। तुम मेरा काम करोगे तो मैं तुम्हे प्रेम करूंगा। यह तो प्रेम नहीं है व्यापार है।

मां का प्रेम शाश्वत प्रेम है। चाहे उसकी संताने काली हों या गौरी, अमीर - गरीब हों, बुद्धिमान या बुद्धिहीन हों, लायक या नालायक हों, प्रेम करते हों या पीटते हों, मां को तो दूसरे के बच्चों की अपेक्षा अपने बेटा - बेटी अच्छे लगते हैं क्योंकि मां का प्रेम निश्चल है, शाश्वत है।

मान लीजिए आपके पास धन, वैभव, ऐश्वर्य सब कुछ है, सारे सुख सुविधा के साधन हैं लेकिन दुनियां में आपको प्रेम करने वाला कोई नहीं है तो क्या आप ऐसी दुनियां में रहना चाहोगे? नहीं ना। क्योंकि प्रेम के बिना हम रह ही नहीं सकते। प्रेम ही तो हमारा सच्चा स्वभाव है।

ऑर्ट ऑफ लिविंग के संस्थापक श्री श्री रविशंकर जी कहते हैं प्रेम के सिवाय इस दुनियां में और कुछ है ही नहीं। जैसे रुपए पैसे के प्रति अत्यधिक लगाव ही 'लोभ' कहलाता है। रूप के प्रति अत्यधिक आकर्षण ही तो 'वासना' है। सब मेरे हिसाब से न चलें तब 'क्रोध' उत्पन्न होता है। रिश्ते नातों में अत्यधिक जुड़ाव ही तो 'मोह' है। केवल मैं ही सही हूं या मैं औरों से कुछ अलग हूं का भाव ही 'अहंकार' है। काम, क्रोध, वासना, मोह, अहंकार आदि सभी मनोभावों को अगर आप ध्यान से देखेंगे तो उनकी जड़ में प्रेम ही है। ये भाव, प्रेम का ही विकृत रूप हैं या शीर्षासन हैं।

वे कहते हैं कि हमारे इन भावों को हमारी ऊर्जा शक्ति अर्थात् जीवनी शक्ति संचालित करती है। जब यही ऊर्जा 'मुलाधार' में रहती है तो मनुष्य जड़ता की अवस्था में रहता है। जब यही ऊर्जा 'स्वादिष्टान' चक्र में चढ़ती है तो मस्तिष्क में काम-वासना चढ़ी रहती है या सृजनात्मका बनी रहती है। 'मणिपुर' चक्र में द्वेष, लालच, उदारता एवं खुशी के रूप में रहती है। हृदय चक्र में प्रेम, डर व घृणा के रूप में रहती है। गले के पास 'विशुद्धि' चक्र में यह आभार या दुःख के रूप में उठती है। आपने अनुभव किया होगा जब आप अत्यंत आभारीपन में या दुःख में होते हैं तो आपका गला रुंध जाता है। भ्रूमध्य में यह क्रोध या जागरूकता के रूप में रहती है तथा 'सहस्रार' में पहुंचकर केवल आनंद की अवस्था में रहती है। योगीजन प्राणायाम व यौगिक क्रियाओं के माध्यम से अपनी ऊर्जा को 'सहस्रार' में स्थापित कर आनंद की अवस्था को प्राप्त होते हैं और अंतिम चक्र 'द्वादशांत' को अनुभव करते हैं।



करंजी झील, मैसूर

भावनात्मक विकास से सार्थक जीवन



श्रीमती शैला, सहायक

बच्चे की अच्छी परवरिश में पारिवारिक माहोल व भावनात्मक जुड़ाव की एक बड़ी भूमिका होती है। प्रत्येक बच्चा अपने विशिष्ट व्यक्तिगत स्वभाव या मनोदशा के साथ पैदा होता है। कुछ बच्चे जन्म से ही हंसमुख होते हैं तो कुछ चिड़ोक्ले स्वभाव के। ये सब गुण पूर्व-जन्मों के कर्मों के कारण होते हैं। प्रकृति की हर वस्तु में विविधता है तो मनुष्य इसका अपवाद कैसे हो सकता है।

भावनात्मक विकास का संबंध भावनाओं के उभरने तथा उन्हें व्यक्त करने के समाज स्वीकृत तौर - तरीकों को सीखने से है। व्यक्तिगत विकास का संबंध स्वयं से होता है। इसमें उसके अपने विचार का विकास शामिल है कि वह कौन है, उसके पास कौन से व्यक्तिगत गुण तथा कौशल है तथा अपने भविष्य के लिए उसकी क्या आकांक्षाएं हैं।

जीवन में बौद्धिक विकास से ज्यादा जरूरी है भावनात्मक विकास। सुख - शांति हासिल करने और सफल व सार्थक जीवन जीने के लिए भावनात्मक विकास के लक्ष्य पर ध्यान देना जरूरी है ताकि हर व्यक्ति अपनी भावनाओं पर नियंत्रण कर सके। जैसे मजबूत नींव पर बहुमंजिले भवन की स्थिरता बनी रहती है वैसे ही भावना हमारे जीवन की नींव है। हमारी भावना जितनी सकारात्मक और नियंत्रित होगी, हमारा जीवन उतना ही सफल और सार्थक बनेगा। भावनाओं पर नियंत्रण नहीं होने से ही जीवन लड़खड़ाने लगता है।

परिवार को बच्चे का पहला स्कूल कहते हैं। बच्चा परिवार के साथ - साथ अपनी धरती की संस्कृति से जुड़ा है। परिवार में ही जीवन संघर्षों का सामना करना सीखता है। उसका भावनात्मक विकास होता है। ये घटक ही आगे चलकर उसके व्यक्तित्व को समाज में स्थापित करते हैं।

संयुक्त परिवार में बड़ों की उपस्थिति सामाजिक और बच्चों के नैतिक विकास में प्रभावी भूमिका निभाती है। इससे परिवार की युवा पीढ़ी को मानवीय मूल्यों को अपनाने में भी मदद मिलती है। परिवार बच्चे को भावनात्मक और शारिरिक आधार प्रदान करता है। बच्चा परिवार में पांच - छः वर्ष की आयु से ही सीखना शुरू कर देता है। अनुभव तो उसे पहले ही होने लग जाते हैं। वह उनको अलग ढंग से अभिव्यक्त करता है। उसका आसपास का वातावरण सीमित ही होता है और विषय भी। यह उसके निजी- विकास का काल है।

जब बच्चा कुछ समझने योग्य होता है तो दादा - दादी, नाना - नानी उसे कहानियां सुनाना शुरू कर देते हैं। बच्चा बड़े चाव से सुनता है। इन कहानियों का आधार लालित्य और माधुर्य होता है। जिस भावनात्मक वातावरण और स्नेह के साथ ये कहानियां कही जाती हैं, यही इनका महत्वपूर्ण पहलू है। नए दौर ने परिवार को छिन्न - भिन्न कर दिया है। एकल परिवार ने बच्चे से उसके दादा - दादी और नाना -

नानी छीन लिए। अब इतना समय किसी के पास नहीं है। स्कूल में इस प्रकार के विषयों का स्थान ही नहीं रहा। वहां तो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य ही आकलन के आधार रह गए। घर पर 'होम वर्क' के आगे मानों शिक्षा ही समाप्त हो गई। बच्चों को छोटे से घर में खेलने के लिए न तो स्थान उपलब्ध है, न ही दूसरे बच्चे। ले-देकर आज टीवी व मोबाइल का प्रवेश एक अध्यापक की तरह हो गया है।

जिन बच्चों के पास यह भावनात्मक आधार नहीं है, वे जीवन के संघर्ष नहीं झेल सकते। पढ़ाई में अच्छे हो सकते हैं, बड़ा व्यवसायी या अधिकारी बन सकते हैं लेकिन भावनात्मक संस्कार का धरातल उनका निर्बल ही रहेगा। बच्चों को प्रेरित करने के लिए हमें उनको समझाना चाहिए कि आपके विचार अच्छे हैं, तो आपके चेहरे सूरज की किरणों की तरह चमकेंगे और आप हमेशा प्यारे दिखेंगे। आप दूसरों की मदद करेंगे, अपनी चीजें बांटेंगे, अपनी खुशियां बांटेंगे तो आपको अच्छा लगेगा। बच्चों में 'शेयरिंग व केयरिंग' की भावना पनपेगी जिससे समाज में खुशियां बढ़ेंगी। बच्चों के भावनात्मक विकास में यह महत्वपूर्ण पहलू है।

सबक



श्री तीर्थ कुमार, प्र.श्रे.लि

बंगाल के सुप्रसिद्ध कवि और नाटककार गिरीशचंद्र घोष के आत्मीय मित्र काफी धनी थे। उन्हें अपनी संपन्नता पर इतना अभिमान था कि लोगों को अपने से कमतर साबित करने के लिए अपमानित कर देते थे।

घोष साहब ने अमीर मित्र को सबक सिखाने का निश्चय किया। एक दिन उन्हें ऐसा अवसर सहज ही मिल गया। घोष के यहां किसी भोज का आयोजन था। उन्होंने अपने अमीर मित्र को भी निमंत्रण दिया था। वह अपने नौकर के साथ आए और साथ में अपने चांदी के पात्र भी लाए। वे अपने चांदी के पात्रों में भोजन करते थे।

घोष जी ने उन्हें अलग से बिठाकर पतलों में खाना परोसवाया। उनके लिए यह लज्जा की बात थी। जब वे चलने लगे तो घोष बाबु का रसोइया उन चांदी के पात्रों में पकवान भरकर ले आया। गिरीश बाबु ने अपने धनी मित्र से कहा आपकी आवभगत में कोई त्रुटि हुई हो ते क्षमा कीजिएगा। आपका नौकर चांदी के बर्तन लाया, तो भीतर घर के लोगों ने सोचा कि आपके बच्चों के लिए भोजन ले जाने के लिए ये पात्र लाए होंगे इसलिए कुछ दिया है, कृपया हमारी तरफ से बच्चों को दे दीजिएगा।

धनी सज्जन मारे शर्म के पानी - पानी हो गए। आगे से वे जहां कहीं भी जाते, भूलकर भी अपने पात्र साथ न ले जाते।

मानसिक प्रदूषण



श्रीमती कोकिला, सहायक

दिनेश अपनी पत्नी राधा के साथ किसी विवाह में जा रहा था। घर से कुछ दूर निकले ही थे कि एक बारात दिखाई दी। इसलिए कार की गति बिल्कुल धीमी करनी पड़ी। राधा देख रही थी कि दिनेश का धैर्य जवाब दे रहा है। दिनेश ने चिढ़ते हुए कहा कि “पूरी सड़क घेर ली है, सरकार भी कुछ नियम नहीं बनाती है”।

हालांकि राधा जानती थी कि मूड खराब करने से बारात रास्ता देने वाली नहीं। जैसे तैसे रास्ता मिला तो कार सड़क पर चलने लगी। पर लाल बत्ती पर रुकने में भी तो दिनेश को बहुत कष्ट होता था। उन्हे लगता था कि न जीवन में कोई बाधा हो और न सड़क पर। लाल बत्ती से आगे बढ़ने पर, सड़क पर बहुत भीड़ थी, लगता था जैसे एक साथ नगर के सब लोग इसी सड़क पर आ गए हैं। कार कछुए की गति से आगे बढ़ रही थी, अमित अपने क्रोध पर काबू नहीं रख पा रहा था। उसने जोर से हॉर्न बजाना शुरू किया, जिससे आगे वाली कार उसे रास्ता दे दे। हालांकि उसे दिखाई दे रहा था कि आगे वाली कार आगे नहीं बढ़ सकती क्योंकि जगह ही नहीं है।

एक बार तो राधा ने सोचा कि दिनेश को संयम रखने के लिए कहे, लेकिन कुछ कहने पर दिनेश के और ज्यादा भड़कने का डर था। इसलिए राधा चुप ही रही। वे लोग थोड़ी ही दूर गए थे कि पीछे से तेज गति से आई कार गलत तरफ से ओवरटेक कर आगे निकल गई। अब तो दिनेश के सब्र का बांध टूट ही गया और गुस्से में गालियां देने लगा। वह ओवरटेक करने वाला कार चालक तो गालियां सुन ही नहीं सकता था, क्योंकि कार के शीशे बंद थे। गालियां तो उनकी स्वयं की कार को प्रदूषित कर रही थी।

सामने ही विवाह-स्थल दिखाई दे रहा था। राधा को वायु और ध्वनि प्रदूषण के साथ ही क्रोध प्रदूषण युक्त सफर की समाप्ति पर चैन की सांस ली।

विभूति का शास्त्रीय एवं वैज्ञानिक महत्त्व



श्री सरवन कुमार, सहायक निदेशक

सदियों से भारत में माथे पर विभूति (तिलक) लगाने की परंपरा रही है। इस परंपरा का मूल स्रोत क्या है, किन पौराणिक ग्रंथों में विभूति अर्थात् तिलक की महिमा का वर्णन है, आईए जानते हैं। इसे आदि ग्रंथों में विभिन्न नामों से जाना जाता है। इसका वर्णन निम्नलिखित शास्त्रों में मिलता है।

क) अथर्ववेद

(ख) भस्म जाबाला उपनिषद्

(ग) बृहद् जाबाला उपनिषद्

(घ) शिव महापुराण (ङ) भगवद्गीता

ज्ञानाज्ञान धृतो वापि वह्निदाहसमो यथा। ज्ञानाज्ञान धृतं भस्म पावयेत्सकलं नरम्॥

शिव महापुराण के उपर्युक्त श्लोक के अनुसार जिस प्रकार से अग्नि में जाने - अनजाने हाथ डालने से वह उसका दहन कर देती है उसी प्रकार से ज्ञान या अज्ञानवश लगाए गए भस्म (तिलक) से व्यक्ति शुद्धता को प्राप्त हो जाता है।

अथर्ववेद में तिलक पांच प्रकार का बताया गया है:-

विभूतिर्भसितं भस्म क्षारं रक्षेति। भस्मनो भवन्ति पंच नामानि॥

1. विभूति - जिसके धारण करने से हमारी धन संपदा में वृद्धि होती है।
2. भसितम - इससे अध्यात्मिक ज्ञान में ऊंचता प्राप्त होती है।
3. भस्म - संचित पापों व बुरे कर्मों को जला देती है।
4. क्षारम - आने वाली विघ्न बाधाओं को दूर करता है।
5. रक्ष - पूर्ण अभय प्रदान करता है जिससे अध्यात्मिक पूर्णता प्राप्त होती है।

शिव महापुराण के अनुसार शिव की पंच भंगिमाओं के अनुसार विभूतियां लगाई जाती हैं तथा इनका निर्माण पांच तरह की नस्ल की गायों के गोबर की भस्म से होता था।

	तिलक का प्रकार	शिव भंगिमा	गौ वंश से बनने वाली भस्म
1	विभूति	सद्योजात	नंद
2	भसितम्	वामदेव	भद्रा
3	भस्म	अघोर	सुरभि
4	क्षारम्	तत्पुरुष	सुशीला
5	रक्ष	ईशान	सुमना

कुछ लोगों का मानना है कि विभूति केवल शिव भक्तों द्वारा ही लगाई जाती है परंतु यह सत्य नहीं है क्योंकि लक्ष्मी सहस्र नामावली में श्रीमहालक्ष्मी का एक नाम श्रीविभूति भी है।

विभूति कौन - कौन धारण कर सकते हैं इस संबंध में शिव महापुराण की विद्वेश्वरा संहिता में एक श्लोक है।

वर्णानामाश्रमाणां च मंत्रतो मंत्रतोपि च। त्रिपुंड्रोद्धूलनं प्रोक्तजावालैरादरेण च।

अर्थात् सभी वर्णों (चातुर्वर्ण) व आश्रमों (ब्रह्मचर्य, ग्रहस्थ, वाणप्रस्थ व संन्यास) के लोग त्रिपुंड लगा सकते हैं। त्रिपुंड की तीनों लाइने सत्व, रजस व तमस का प्रतीक हैं। इसके संबंध में शिवमहापुराण में एक श्लोक भी है।

**अकारो गार्हपत्याग्निर्भूधर्मश्च रजोगुणः
उकारो दक्षिणाग्निश्च नमस्तत्त्वं यजुस्था
मकारो आहवनीयौ च परमात्मा तमोदिवौ।**

जैसा कि सर्वविदित है कि ऊंकार ध्वनि अकार, उकार व मकार के मेल से बनी है अतः त्रिपुंड 'ऊं' का भी प्रतीक है। त्रिपुंड धारण करने वाले व्यक्ति के तीनो गुण सत्व, रजस व तमस संतुलित हो जाते हैं। दक्षिण भारत में हिंदू धर्मावलंबी लगभग सभी लोग विभूति धारण करते हैं। छोटे - छोटे बच्चों को भी स्कूल जाते समय तिलक लगाया जाता है। तिलक एक तरह से स्वच्छता का भी प्रतीक है। उत्तर भारत में यह तिलक धारण करने की परंपरा केवल धार्मिक अनुष्ठानों तक ही सीमित हो गई है।

गीता के दसवें अध्याय का नाम ही विभूतियोग है जिसमें भगवान विस्तार से अर्जून को विभूतियोग के बारे में बताते हैं।

आज का आधुनिक विज्ञान की क्वांटम फिजिक्स यह मानता है कि संपूर्ण जगत् पदार्थ और ऊर्जा से बना है। हाल ही में वर्ष 2023 का नोबेल पुरस्कार भी इस बात पर दो वैज्ञानिकों को मिला है जिन्होंने सिद्ध किया है कि संपूर्ण जगत् की अभिव्यक्ति केवल तरंगों से ही बनी है। इस संबंध में बृहद् जाबाला उपनिषद् में एक श्लोक भी है:-

**अग्निरिति भस्म वायुरिति भस्म
जलमिति भस्म स्थलिपि भस्म
व्योमेति भस्म सर्वहम वा इदं भस्म।**

अर्थात प्रकृति के पांचो तत्व अग्नि, वायु, जल, स्थल, व्योम सभी भस्म ही तो हैं।

महामृत्युंजन मंत्र को बारे में तो यहां तक कहा गया है कि इसका उच्चारण बिना विभूति धारण किए नहीं करना चाहिए।

वैज्ञानिक दृष्टिकोण

वैज्ञानिक दृष्टिकोण से चंदन का तिलक लगाने से दिमाग में शांति, तरावट एवं शीतलता बनी रहती है। मस्तिष्क में सेराटोनिन व बीटाएंडोर्फिन नामक रसायनों का संतुलन होता है। मेघाशक्ति बढ़ती है तथा मानसिक थकावट विकार नहीं होता।

मस्तिष्क के भ्रु-मध्य ललाट में जिस स्थान पर टीका या तिलक लगाया जाता है यह भाग 'आज्ञाचक्र' है। शरीर शास्त्र के अनुसार पीनियल ग्रन्थि का स्थान होने की वजह से, जब पीनियल ग्रन्थि को उद्दीप्त किया जाता है, तो मस्तिष्क के अन्दर एक तरह के प्रकाश की अनुभूति होती है। इसे प्रयोगों द्वारा प्रमाणित किया जा चुका है हमारे ऋषिगण इस बात को भली-भाँति जानते थे कि पीनियल ग्रन्थि के उद्दीपन से आज्ञाचक्र का उद्दीपन होगा। इसी वजह से धार्मिक कर्मकांड, पूजा-उपासना व शुभ कार्यों में टीका लगाने का प्रचलन है ताकि बार-बार उसके उद्दीपन से हमारे शरीर में स्थूल अति सूक्ष्म अवयन जागृत हो सकें।

शायद भारत के सिवा और कहीं भी मस्तक पर तिलक लगाने की प्रथा प्रचलित नहीं है। यह रिवाज अत्यंत प्राचीन है। माना जाता है कि मनुष्य के मस्तक के मध्य में विष्णु भगवान का निवास होता है, और तिलक ठीक इसी स्थान पर लगाया जाता है।

मनोविज्ञान की दृष्टि से भी तिलक लगाना उपयोगी माना गया है। माथा चेहरे का केंद्रीय भाग होता है, जहां सबकी नजर अटकती है। उसके मध्य में तिलक लगा कर, विशेषकर स्त्रियों में, देखने वाले की दृष्टि को बांधे रखने का प्रयत्न किया जाता है।

स्त्रियां लाल कुंकुम का तिलक लगाती हैं। यह भी बिना प्रयोजन नहीं है। लाल रंग ऊर्जा एवं स्फूर्ति का प्रतीक होता है। तिलक स्त्रियों के सौंदर्य में अभिवृद्धि करता है। तिलक लगाना देवी की आराधना से भी जुड़ा है। देवी की पूजा करने के बाद माथे पर तिलक लगाया जाता है। तिलक देवी के आशीर्वाद का प्रतीक माना जाता है।



गीता रहस्य



रण सिंह, अनुवाद अधिकारी

गीता का ज्ञान अर्जुन को युद्ध की परिस्थितियों में भगवान श्रीकृष्ण द्वारा दिया गया था। अर्जुन किंकर्तव्यविमूढ़ था, युद्ध अथवा अपने कर्तव्य से भागना चाहता था। अर्जुन के इसी विषाद को दूर करने के लिए भगवान ने मानव मात्र के लिए यह दिव्य ज्ञान अर्जुन के माध्यम से दिया। गीता में अर्जुन प्रश्न करता है और श्रीकृष्ण उसकी जिज्ञासाओं को शांत करते हैं अर्थात् एक पीड़ित, विषादयुक्त, जिज्ञासु एवं भक्त मन के प्रश्नों के उत्तर देते हैं।

अधिकतर लोग जानते हैं कि गीता एक धार्मिक ग्रंथ है जबकि ऐसा कतई नहीं है। गीता ऐसा ग्रंथ है जिसमें मानव मन की दुविधाओं, हमारे मन की प्रकृति, चेतना की प्रकृति, इंद्रियजन्य सुख का मायाजाल, मानव कर्तव्य एवं धर्म पालन की बात कही गई है। धर्म का अर्थ अपने परम स्वभाव से है। उदाहरणार्थ अगर रास्ते में कोई व्यक्ति गिर जाता है तो बिना लाभ – हानि के अनेक हाथ उसे उठाने के लिए बढ़ते हैं। उस समय आस-पास के लोगों का यह धर्म है कि उसकी सहायता करें। यही मानव धर्म है। गीता इसी धर्म की बात करती है। हमारे मन के संबंध में गीता क्या कहती है आईए देखते हैं।

**ध्यायतो विषयान्पुंसः संगस्तेषूपजायते।
संगात्संजायते कामः कामात्क्रोधोऽभिजायते ॥**

अर्थ - मनुष्य जिन इन्द्रियों के विषयों का अधिक चिन्तन करता है उन विषयों में उसकी आसक्ति हो जाती है, आसक्ति से उन विषयों की कामना उत्पन्न होती है और कामना में विघ्न पड़ने से क्रोध उत्पन्न होता है।

**क्रोधाद्भवति संमोहः संमोहात्स्मृतिविभ्रमः।
स्मृतिभ्रंशाद्बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ॥**

अर्थ - श्रीकृष्ण कहते हैं कि हे अर्जुन, क्रोध करने से मस्तिष्क कमजोर हो जाता है और याददाश्त पर पर्दा पड़ जाता है। इस तरह मनुष्य की बुद्धि का नाश हो जाता है और बुद्धि का नाश होने से स्वयं उस मनुष्य का भी नाश हो जाता है।

**प्रकृतेः क्रियमाणानि गुणैः कर्माणि सर्वशः ।
अहंकारविमूढात्मा कर्ताहमिति मन्यते ॥**

अर्थ – श्रीकृष्ण कहते हैं कि हे पार्थ, इस संसार में समस्त कर्म प्रकृति के गुणों द्वारा ही किए जाते हैं। जो मनुष्य सोचता है कि “मैं कर्ता हूँ” उसका अन्तःकरण अहंकार से भर जाता है। ऐसे मनुष्य अज्ञानी होते हैं।

**बहूनि में व्यतीतानि जन्मानि तव चार्जुन ।
तान्यहं वेद सर्वाणि न त्वं वेत्थ परंतप ॥**

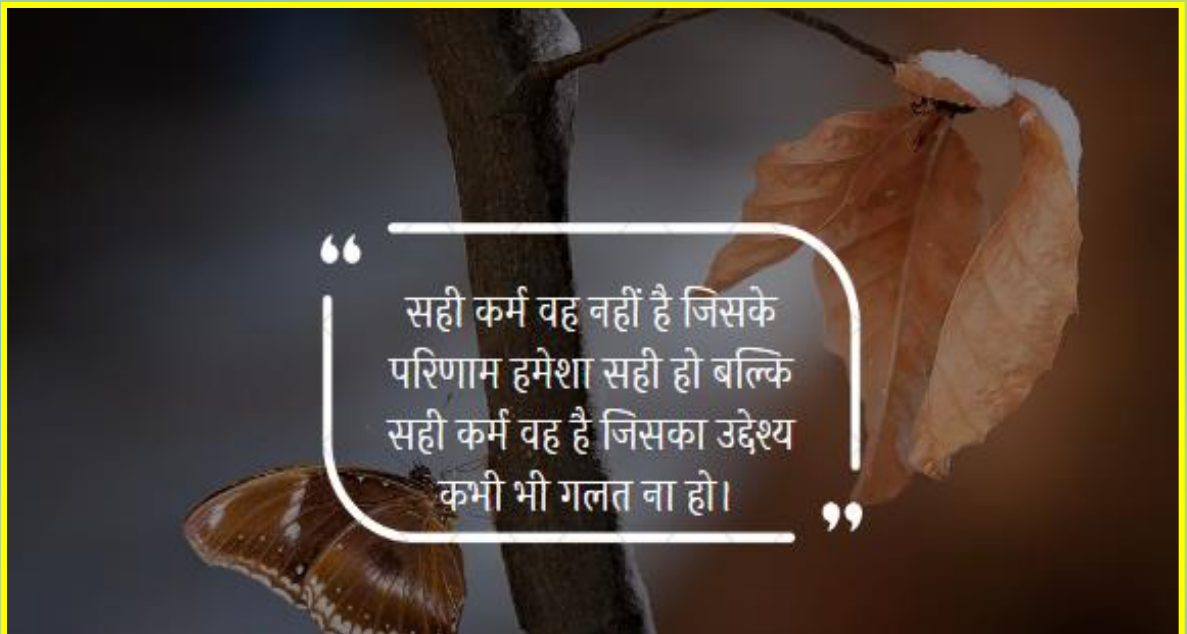
अर्थ – श्रीकृष्ण कहते हैं कि हे अर्जुन, हमारा केवल यही एक जन्म नहीं है बल्कि पहले भी हमारे हजारों जन्म हो चुके हैं, तुम्हारे भी और मेरे भी परन्तु मुझे सभी जन्मों का ज्ञान है, तुम्हें नहीं है।

**अनाश्रितः कर्मफलम कार्यम कर्म करोति यः ।
सः संन्यासी च योगी न निरग्रिर्ना चाक्रियाः ॥**

अर्थ – श्रीकृष्ण कहते हैं कि हे अर्जुन, जो मनुष्य बिना कर्मफल की इच्छा किए हुए कर्म करता है तथा अपना दायित्व मानकर सत्कर्म करता है वही मनुष्य योगी है। जो सत्कर्म नहीं करता वह संत कहलाने योग्य नहीं है।

**योगस्थः कुरु कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा धनञ्जय ।
सिद्धयसिद्धयोः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते ॥**

अर्थ – श्रीकृष्ण कहते हैं कि हे अर्जुन सफलता और असफलता की आसक्ति को त्यागकर संपूर्ण भाव से समभाव होकर अपने कर्म को करो। यही समता की भावना योग कहलाती है।



आईए संस्कृत सीखें ...



श्रीमती विद्या टी.एन., सहायक

आप किसी भाषा को सुनते हैं तो आपको कुछ समझ में नहीं आएगा लेकिन जब किसी भारतीय को संस्कृत सुनने को दी जाए तो वे 60 प्रतिशत तक समझ जाएंगे। आधुनिक भारतीय भाषाओं व संस्कृत में केवल व्याकरणिक संरचना भेद है, शब्द तो अधिकतर वे ही हैं। उदाहरण के लिए संस्कृत में एक शब्द है- गोधूम जो हिंदी में गेहूं व कन्नड़ में गोदी बन गया। देखिए कितनी समीपता है इनमें। आईए लौकिक संस्कृत, आम बोलचाल में प्रयोग होने वाले कुछ शब्द सीखते हैं।

क्र.सं.	संस्कृत	हिंदी	क्र.सं.	संस्कृत	हिंदी
1	अनल चुल्लि	गैस चुल्हा	20	वाष्पस्थाली	कूकर
2	कूपी	बोतल	21	मिश्रकम्	मिक्सी
3	स्थालिका	थाली	22	कंशः	कटोरी
4	चमषः	चम्मच	23	चषकः	गिलास
5	वितारकः	वेटर	24	वेल्लनी	बेलन
6	सम्मार्जनी	झाडू	25	तंडुल	चावल
7	गोलदीपः	बल्ब	26	दण्डदीपः	ट्यूबलाइट
8	आसंदः	कुर्सी	27	उत्पीठिका	मेज
9	मशकजालम्	मच्छरदानी	28	अंतर्जालम्	इंटरनेट
10	कपाटिका	अलमारी	29	ध्वनीवर्तकः	माईक
11	क्रीडनकम्	खिलौने	30	आस्तरणम्	बेडशीट
12	सिक्तवर्तिका	मोमबत्ती	31	मृददीपः	मिट्टी के दीप
13	द्वारः	दरवाजा	32	जवनिका	खिड़की
14	वज्रचूर्णम्	सीमेंट	33	इष्टिका	ईंट

क्र.सं	संस्कृत	हिंदी	क्र.सं.	संस्कृत	हिंदी
15	क्काट	किवाड़	34	छदिः	छत
16	भितिः	भीत / दीवार	35	अतिथि प्रकोष्ठः	बैठक
17	शयन प्रकोष्ठः	शयन कक्ष	36	शिरस्त्रम्	टोपी
18	युतकम्	शर्ट	37	उरुकम्	पैट
19	शाटिका	साड़ी	38	चोल	ब्लाउज
39	पादत्राणम्	जूते	55	पादस्युतः	जुराब
40	उपनेत्रम्	चश्मा	56	घटिः	घड़ी
41	पिहितपत्रम्	लिफाफा	57	स्नान फेनकम्	नहाने का साबुन
42	धूमवर्तिका	सिगरेट	58	पाथेयपात्रम्	टिफन कैरियर
43	दिनपत्रिका	समाचार पत्र	59	पूनःपूर्णी	रिफिल
44	दिनदर्शिका	कैलेंडर	60	आलुकम्	आलू
45	भिंडिकम्	भिंडी	61	पलाण्डु	प्याज
46	मरिचिका	मिर्च	62	लवणम्	नमक
47	निंबुकम्	नींबू	63	उर्वारुकम्	खीरा
48	कारवेलम्	करेला	64	गृञ्जनकम्	गाजर
49	हरित शाकः	हरा साग	65	बीजपूरम्	अमरूद
50	सेव्याफलम्	सेब	66	मधुकर्का	पपीता
51	कदली	केला	67	दाडिम	अनार
52	भल्लातकी	काजू	68	पाटलपुष्पम्	गुलाब
53	वाताट	गुब्बारा	69	सुवासकम्	टेलकम पाउडर
54	प्रोंछ	तौलिया	70	अंतर्वस्त्रम्	कच्छा

आपने उपर्युक्त शब्दों को पढ़ते समय अनुभव किया होगा कि अधिकतर शब्द आपको पहले से ही पता थे और कुछ एक बार पढ़ने पर ही याद हो गए। क्या किसी दूसरी भाषा में ऐसा हो सकता है? इतने शब्दों को याद करने में कम से कम एक महीना लगेगा। अतः संस्कृत के शब्दों को याद करना कठिन नहीं है परंतु यदि हम संस्कृत के क्रिया-रूप जान लेते हैं तो संस्कृत सीखना अत्यंत ही आसान है।

बिंब - प्रतिबिंब



श्रीमती भुवनेश्वरी, सहायक

कभी भी लोहे से लोहा नहीं चिपक सकता। चिपकने के लिए एक को चुंबक बनना पड़ता है। साथ में रहने से दोनों भी चुंबक बन जाते हैं तब उनका ध्रुव तय करेगा कि वे कैसे चिपकेंगे। चुंबक बनना है तो लोहे को चुंबक के साथ समर्पित होना पड़ता है। समर्पण सीखना है तो मिट्टी से सीखो। एक बार कुम्हार के हवाले कर दिया तो कुम्हार ही जाने क्या करना है, पीटना है, रौंदना है, तपाना है कुछ भी करना है।

जीवन में हम अलग - अलग लोगों के साथ अलग - अलग तरह का व्यवहार करते हैं। हर किसी के साथ अलग मुखौटे का प्रयोग करते हैं। अपने पड़ोसियों के साथ अलग तरह का मुखौटा, ऑफिस में अलग मुखौटा, संबंधियों व परिचितों के साथ अलग मुखौटा, अपने बच्चों व जीवन साथी के साथ अलग तरह का मुखौटा। हर व्यक्ति के साथ बातचीत करते समय याद रखना पड़ता है कि कौन-सा झूठ बोलना है।

एक बात तो जीवन के अंत में समझ में आ ही जाती है कि मुझे ये सब मुखौटे पहनने से कुछ लाभ हुआ या नहीं। अगर ये मुखौटे नहीं पहनता तो क्या कोई हानि हो जाती थी क्या। मेरी तथाकथित बुद्धिमता ने मुझे कभी मुखौटा विहीन होने ही नहीं दिया। इन मुखौटों की भूमिका अदा करते-करते मैं अपना असली चेहरा ही भूल गया। मुखौटे वाले व्यक्ति को हर मंदिर में केवल पत्थर की मूर्ति दिखाई पड़ी, भगवान कहीं दिखाई न पड़े। अपने अंदर दिखता तो बाहर की प्रत्येक वस्तु में परमात्मा प्रतिबिंबित होता।

यही संपूर्ण जीवन का रहस्य है। हमारे शास्त्रों में 'अहम् ब्रह्मास्मि' कहा गया है। जो कुछ है, मेरे भीतर ही है। बाहर कुछ भी नहीं है। बाहर जो कुछ दिखाई दे रहा है, वह मेरे भीतर का ही प्रतिबिंब है।

अन्न आधारित मानव व्यवहार



श्री शशिकांत बी., वैयक्तिक सहायक

वेद विज्ञान में अन्न (भोग्य) को सोम तथा अन्नाद (भोक्ता) को अग्नि कहा गया है। एक तरह से देखा जाए तो संसार में सभी अन्न है सभी अन्नाद हैं - सर्वमिदमन्नं सर्वमिदमन्नादः। यह जगत सोम और अग्नि के मिश्रण से बनता है - अग्निषोमात्कं जगत्। हमारा शरीर अग्नि है जिसका तापमान सामान्यतः 37 डिग्री रहता है। यह शरीर निरंतर अग्नि का उत्सर्जन करता रहता है। तथा अग्नि उत्पन्न करने या उसकी पूर्ति करने के लिए अन्न का उपभोग किया जाता है। खाए हुए अन्न को पचाने वाली अग्नि को जठराग्नि कहा जाता है। इस जठराग्नि से ऊर्जा उत्पन्न होकर शरीर के संचालन में सहायक बनती है।

जीवन की सारी क्रियाएं अग्नि और सोम से जुड़ी हैं। हम इनसे बाहर जी ही नहीं सकते हैं। जठराग्नि खाए हुए अन्न से सबसे पहले रस बनाती है। फिर रक्त बनता है। फिर मांस -मेद-अस्थि - मज्जा बनते हैं, शुक्र बनता है। सारी धातुएं इसी क्रम में उसी अन्न से बनती हैं। शुक्र बीज का संग्राहक है। शरीर ही बदलता है यह बीज नहीं बदलता। सभी 84 लाख योनियों के शरीर ही बदलते हैं। बीज सबका एक ही रहता है। इसलिए हम कहते हैं 'अहं ब्रह्मास्मि'। योनियां बदलती हैं, अपने कर्मों के निर्धारण से लेकिन उन सब के भीतर का आत्मा नहीं बदल रहा।

आत्मा के दो भाग हैं - एक जीवात्मा और दूसरा परमात्मा। परमात्मा द्रष्टा है। जीव कर्ता है किंतु दोनों आत्माएं अन्न द्वारा शुक्र में पहुंचती हैं। यह शुक्र भी शुक्राणुओं का संग्राहक है। भगवान कृष्ण कहते हैं 'मम योनिर्महद ब्रह्म'।

जीव की स्थूल शरीर में यात्रा का मार्ग अन्न है। अन्न चंद्रमा से पैदा होता है। वर्षा से धरती पर पैदा होता है। अन्न को ब्रह्म कहते हैं क्योंकि हमारा जन्म अन्न से होता है।

जीव नष्ट नहीं होता है, उसे स्थूल देहधारी माता - पिता पैदा नहीं करते हैं। उसका निर्माण सूर्य की अग्नि से हो रहा है और वह शरीर बदलता - बदलता पांचवे स्तर पर इस स्थूल शरीर में अन्न के माध्यम से ही आता है। अन्न ही मन बनता है। शुक्र के बाद औज व औज के बाद मन का निर्माण होता है। अन्न को औषधि भी कहते हैं। हमारा जन्म उस औषधि रूपी अन्न से हो रहा है।

अन्न में कैमिकल - फर्टिलाइजर आ गया है। सारी सब्जियां और फल हाइब्रिड अर्थात् संकर होने लगे हैं। आज हम जहर खा रहे हैं। अन्न, फल व सब्जियों सबमें कुछ न कुछ मात्रा में जहर है। इसलिए कहते हैं जैसा खाओगे अन्न वैसा होगा मन। विष खा-खाकर हमारे समाज का मन विषैला होता जा रहा है।

आंख पर मुहावरे



श्री वैकटराजु, प्र.श्रे.लि.

1	आंखे खुलना	होश आना
2	आंखे चार होना	आमने-सामने होना
3	आंखे मूंदना	अनदेखी करना
4	आंखे चुराना	नजर बचाना
5	आंख का अंधा नाम नैनसुख	गुण के विपरीत नाम
6	आंखों में गड़ना	खटकना
7	आंखे फेर लेना	उदासीन हो जाना
8	आंखों में धूल झोंकना	धोखा देना
9	आंख न दीदा, काढ़े कसीदा	किसी काम को करने का शउर न होने पर भी करना
10	आंखों का कांटा होना	खटकना / शत्रु होना
11	आंख दिखाना	क्रोध प्रकट करना
12	आंख न नाक, बन्नी चांद सी	अपनी वस्तु को बढ़ा चढ़ा कर बताना
13	आंख भर आना	आंसू आना
14	आंखों पर पर्दा पड़ना	सच्चाई को न देख पाना
15	आंख बची माल दोस्तों का	धोखेबाज दोस्त को मौका मिलते ही चूना लगा देते हैं
16	आंखे लाल करना	क्रोध से देखना
17	आंखे थकना	प्रतीक्षा में निराश होना
18	आंखों में चर्बी छाना	घमंडी होना

वर्ष में 12 महीने क्यों होते हैं?



श्रीमती शोभा, अधीक्षक

आपने कभी विचार किया कि वर्ष में 12 महीने ही क्यों होते हैं, दस क्यों नहीं या तेरह क्यों नहीं। पश्चिमी देशों के कैलेंडर में वर्ष 1582 तक केवल 10 महीने होते थे जिसे जुलियन कैलेंडर भी कहा जाता था। बाद में ग्रेगोरियन कैलेंडर ने इसका स्थान ले लिया जिसमें 12 महीने का वर्ष होता है।

माना जाता है कि रोमन लोग सर्दी के समय युद्ध आदि नहीं करते थे और अत्यधिक शीतकाल में विश्राम करते थे। शीतकाल खत्म होने पर उनके युद्धक-दस्ते युद्ध आदि के लिए मार्च करते थे इसलिए उनके पहले महीने का नाम मार्च पड़ गया।

वर्ष 1582 के बाद पश्चिमी देशों ने ग्रेगोरियन कैलेंडर को स्वीकार कर लिया जिसमें 355 दिन होते थे। धीरे - धीरे इसमें संशोधन होते - होते यह 365 वर्ष का हो गया और आज विश्व के अधिकतर देशों ने इसे स्वीकार कर लिया है।

अब बात करते हैं कि वर्ष में 12 महीने ही क्यों होते हैं। अब तक के वैज्ञानिक अन्वेषणों से पता चला है कि हमारी आकाशगंगा में 88 अलग - अलग तारों के समूह हैं। तथा हमारा सूर्य वर्ष में इन 12 तारामंडलों में प्रवेश करता है जिन्हें हम हिंदी में राशियां (Constellations) कहते हैं।

भारत का ज्योतिष शास्त्र जितना समृद्ध और सटीक है उतना किसी अन्य देश या संस्कृति का नहीं है। भारतीय ज्योतिष में 12 राशियां हैं, 12 आदित्य हैं (द्वादशादित), 12 सूर्य नमस्कार की भंगिमाएं हैं। इन 12 राशियों में जब सूर्य प्रवेश करता है तो हमारे आकाश की तथा सूर्य की नक्षत्रों के साथ विभिन्न अवस्थाएं बनती हैं। प्रत्येक राशि में सूर्य एक माह की अवधि तक रहता है इसलिए वर्ष में 12 महीने होते हैं।

सूर्य की इन्ही 12 अवस्थाओं को द्वादशादित्य भी कहा जाता है जिनके नाम इस प्रकार हैं:-

क्र.संख्या	आदित्य का नाम	पड़ने वाले माह का नाम
1	धाता	मार्च - अप्रैल
2	आर्यमा	अप्रैल - मई
3	मित्र	मई - जून

क्र.संख्या	आदित्य का नाम	पढ़ने वाले माह का नाम
4	वरूण	जून - जुलाई
5	इंद्र	जुलाई - अगस्त
6	विवस्त्वान	अगस्त - सितंबर
7	त्वस्त	सितंबर - अक्टूबर
8	विष्णु	अक्टूबर - नवंबर
9	अंशुमान	नवंबर - दिसंबर
10	भग	दिसंबर - जनवरी
11	पूषः	जनवरी - फरवरी
12	प्रजन्य	फरवरी - मार्च

“द्वादश प्रधयश्चक्रमेकं त्रिणि नभ्यानि क उ तच्चिकेत। तस्मिन् साकं त्रिशता न शंकवोऽर्पिता षष्टिर्न चालचलासः॥”

“तत्सु नः सविता भगो वरूणो मित्रो अर्यमा। शर्म यच्छन्तु सप्रथो यदिमहे।”

ऋग्वेद 1.164.48

ऋग्वेद का ऋषि द्वादशादित्य से प्रार्थना करता है कि हे आदित्यों आप हमें समृद्धि प्रदान करें। तो इस तरह से 12 आदित्यों के नाम से 12 महीनों का चलन हुआ।

कुछ पक्तियां



श्री वेणुगोपाल, प्र.श्रे.लि.

ना तुम्हारा ना हमारा देखिए,
समय का है दोष सारा देखिए।

1

नाम के ही सिर्फ आजाद हम,
मन तो बंधन में हमारा देखिए।

2

लोग शातिर को बैठाते आँख में,
साधु से करते किनारा देखिए।

3

जैसे जैसे बढ़ रही सुख सुविधा,
घट रहा है भाईचारा देखिए।

4

पुस्तक समीक्षा



विकास यादव, सा.सु.अधिकारी

मैक्सिको के विद्वान लेखन 'डॉन मिनुएल रूइज' की पुस्तक "द फोर एग्रीमेंट" अत्यंत लोकप्रिय हुई। लेखक ने अपनी इस बहुचर्चित पुस्तक में खुशहाल, स्वस्थ, संतुष्ट, सफल, सुखद और उद्देश्यपूर्ण जीवन के सूत्र बताने की कोशिश की है।

लेखक ने स्वयं से चार समझोते करने के लिए कहा है।

- प्रथम - अपने शब्दों को त्रुटिहीन रखें अर्थात् तोल मोल कर बोलें।
- द्वितीय - हर बात को खुद पर न लें।
- तृतीय - पूर्वाग्रह न रखें।
- चतुर्थ - हमेशा अपना सर्वश्रेष्ठ दें।

इस पुस्तक में कुल 6 अध्याय हैं। पहले अध्याय में अपनी वार्ता और शब्दों के प्रति निष्ठा और सावधानी बरतनी चाहिए। लेखक का मानना है कि हमारी सामाजिक छवि और विश्वसनीयता हमारी बातों और बात करने के तरीके पर निर्भर करती है। दूसरा अध्याय उन लोगों के लिए है जो दुनिया के हर आरोप, चर्चा या गप्पेबाजी को सीधा खुद के प्रति इंगित ही समझते हैं। लेखक कहता है कि हम चीजों को व्यक्तिगत रूप से लेना बंद कर दें तो बिना दबाव के रहेंगे और बेहद स्वतंत्र महसूस करेंगे।

तीसरा अध्याय पूर्वाग्रह से मुक्त तटस्थ और स्वतंत्र विचार रखने और लोगों को जज करने की आदत से बचने की सलाह देता है। चौथे अध्याय में सलाह दी गई है कि हमें पूरी निष्ठा और परिश्रम से अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करना चाहिए। पांचवें अध्याय में बताया गया है कि बुद्धिमान और समझदार लोगों में हमेशा जागरूकता, परिवर्तन और बुलंद व स्पष्ट इरादों की महारत पाई जाती है। छठे अध्याय में कहा गया है कि अगर आप पुस्तक में बताई गई चार मूल बातों का अनुसरण कर लें तो आप श्रेष्ठ जीवन व्यतीत करने के पात्र बन सकते हैं।

अम्मा



श्री कुलदीप कुमार, अ.श्रे.लि.

अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।
पूरे रास्ते में फूल बिछे रहते
और मुस्कुराहटों की बरसात होती।
अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।

खुशियां मेरी चाकरी करती।
सफलताएं जी हजूरी।
भाग्य भी आँख दिखा पाता
ऐसी कहां उसकी औकात होती।
अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।

सूरज को भी सहमा देती
और हवाओं को
सिखाती तरीका।
सितारे मेरे सिर चमकने से
नां करें
ऐसी कहां बात होती।
अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।
जगमग सी एक दुनियां होती

और मैं वहां की राजकुमारी।
फूल भी चोट दे पाएं
कहां उनको होती आजादी।
अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।

कोई सपना अधुरा ना होता
ना कोई खुशी दूर।
ईश्वर को भी मेरे मन की
करने को
तू कर देती मजबूर।
अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।

छीन लेती सूरज से चमक
माथे पर टीका लगाने को।
ले आती बादल से काजल
नजर से मुझे बचाने को।
फिर कोई नजर लगाए
किसकी हिम्मत होती।

अम्मां मेरा भाग्य तू लिखती
तो क्या बात होती।

पेड़



श्री राकेश कुमार झा, अधीक्षक

हूँ एक पेड़, मैं
जितनी शाखाएं
उतनी ही जड़ें भी हैं

उम्र से ज्यादा
जीयी है जिंदगी
क्योंकि मेरी
रात भी रही हमेशा
दिन की तरह
जगी-जगी

पर अभी भी
फूटती हैं

नई कोपलें
नई आशाओं और
उम्मीदों के साथ
अब भी
रहती है
नए फलों की आशा

इन्हीं नए
फलों की आशा
मुझे रखती हैं
हमेशा नूतन
तभी आते हैं
नए पल्लव।



रे यायावर



श्री मधु एम.आर., प्र.श्रे.लि.

रे यायावर, तुम कहां चले
एकाकी निपट अकेले
तुम्हारे रिश्ते, नाते, घर, संसार
सब छूटा
यह जगत का मेला
वे सब संगी साथी
वे सब तेरी मीत

तेरी संगिनी जो बंधी है
सप्तपदी से तुझसे

क्यों यह सब
जीवन का यथार्थ
एक संवाद, एक नाद
सब ज्ञान - विज्ञान
धर्म सत्कार विधान
हाँ सब छूट रहा है।

धीरे - धीरे सब छोड़
एकाकी भटकन में
विपदा के आंगन में

संपदा के ऐश्वर्य में
जीवन की आशा-निराशा में
पूरी व्यवस्था छिन्न - भिन्न कर
कहां जा रहे हो?

अरे ओ यायावर
सह यात्री नहीं कोई
एकाकी मात्र अकेले
निपट अकेले कहां जा रहे हो?

बेटियां



श्रीमती श्रीलक्ष्मी, प्र.श्रे.लि.

सौम्यता मनभावन
चंपा, चमेली, मोगरा, मालती-सी
भर देती सुख सौभाग्य,
अमलतास-सी,
घर आंगन में मानों,
देवी उतर आई हैं।

हृदय मस्तिष्क की शांति
शंखपुष्पी, ब्राह्मी-सी

तुलसी-सी पावन
आंगन की शौभा बढ़ाई है।

जीवन दायी अमृता-सी,
महके लंबे समय तक,
रजनीगंधा-सी,
कभी न हारे,
अपराजित बन छाई हैं।

रोंप दी जाती हैं धान-सी
उखाड़ दी जाती हैं
खरपतवार-सी
पीपल-सी कहीं भी उग आती हैं।

आसुओं को पी,
बिखेरती खुशबू पारिजात-सी
पुनर्नवा-सी
ईश्वर का वरदान बन आई हैं।

जूता



श्री यादीश कुमार, सा.सु. अधिकारी

हमने उनसे पूछा क्या हुआ?
बोले
"जूते"
ने काट लिया।

हम हैरान परेशान तो क्या
"जूता" काटता भी है।

एक दिन हमने उन्हें
"जूते" में
तेल लगाते पाया।
हमने पूछा क्या हुआ?

बोले
ये "जूता"
चूँ चूँ करता है।

कमाल है
'जूता' बोलता भी है'

एक दिन उन्हें कहते सुना कि फलांना तो बस
"जूते" का यार हैं,
हम समझ गए कि
"जूते" तो
दोस्ती भी करते हैं।

कल चाचा जी बेटे को डांट रहे थे
कि तू तो

"जूते" खाए बिना मानेगा नहीं।

तब पता चला कि
"जूते"
खाए भी जाते हैं,
याने भूख मिटाते हैं।

होली में देखा कि
एक मूर्ख को चुना जाता है और
गधे पर बैठा कर गले में

"जूते" का हार पहनाया जाता है

तब जाकर पता चला
मूर्खाधिराज को

"जूतों" का हार पहनाकर सम्मानित किया गया है।

कमाल है,
"जूते" सम्मान प्रदान करने के
काम भी आते हैं।

फुटबॉल में सबसे अधिक गोल स्कोर करने वाले
खिलाड़ी को "गोल्डन बूट" दिया जाता है।
वाह
पुरस्कार में भी
सोने का
"जूता" दिया जाता है।

हमे किसी ने बताया कि वेस्टर्न टेलीविजन और

मूवीज इंडस्ट्री में सर्वश्रेष्ठ
अभिनेता को

"गोल्डन बूट अवार्ड" दिया जाता है।

समझ नहीं आया कि
सम्मान अभिनेता का हो रहा है
कि "जूते" का!

जब किसी को
मिर्गी का दौरा आता है
तब सब कहते हैं कि

"जूता" मंगवाओ और इसे
"जूता" सुंघाओ।

तब ज्ञान मिला कि

"जूता" तो
औषधी भी है।

शादी में दूल्हे की सालियों ने
दूल्हे के
"जूते" चुराती हैं

उन्हें वापस करने के लिए
रुपये मांगती है

ओह नो
"जूते" का

'अपहरण भी हो जाता है'।

जूता काटता है,
जूता बोलता है,
जूता दोस्ती यारी करता है,
जूता खाया जाता है।
जूता सम्मान प्रदान करता है।
जूता औषधी है और तो और
जूते के अपहरण का भरा-पूरा व्यवसाय है।

भरत ने
"राम" के "जूते" अर्थात्
खड़ाऊ
राजगद्दी पर विराजमान करके चौदह वर्षों तक
अयोध्या का राजकाज चलाया।

"जूते" की ऐसी महिमा है।

और तो और
माँ बाप अपने बच्चों की
"पूजा" अक्सर
"जूते" से ही करते हैं

तभी तो
"जूता" पूज्यनीय माना गया है!

कुल मिलाकर मुझे तो लगता है कि 'जूते में जीवन'
है।



अनावश्यक संग्रहण से बचें



श्रीमती अनिता, सहायक

आजकल के सामाजिक परिवेश में जीवन को सुखमय रखना अत्यंत चुनौतिपूर्ण कार्य है। बेहतर जीवन के लिए आवश्यक है कि हमारे निर्णय विवेकपूर्ण हों। यह हमारा विवेक ही है जो उचित - अनुचित, सुखद - दुःखद आदि के चयन व अनावश्यक संग्रह के प्रति हमें सचेत रखता है। हमारा विवेक ही हमें पाप - पुण्य का भास करवाता है। आवश्यकता से अधिक व अनावश्यक इन दो आधारों पर वस्तुओं का आकलन करके हम जीवन में अनेक समस्याओं से बच सकते हैं।

अनावश्यक वस्तुओं का संग्रह व्यक्ति को आर्थिक रूप से निर्बल बना देता है। आज हर घर में टी.वी., फ्रीज, ऐ.सी. व कार हैं। मोबाईल तो हर हाथ में देखा जा सकता है। ऐसा प्रतीत होता है कि इनके बिना जिन्दगी जी ही नहीं सकते। यह सब देखा - देखी का खेल है। सच तो यह है कि सुखी रहने के लिए बहुत कम पैसा खर्च करना पड़ता है। लेकिन दूसरों को दिखाने में कि "मैं बहुत सुखी हूँ", पर सबसे ज्यादा पैसा खर्च होता है। जैसे - जैसे सुविधाएं बढ़ रही हैं दुःखी होने के रास्ते भी खुलते जा रहे हैं।

किस्तों पर सामान खरीदना और क्रेडिट कार्ड से भुगतान करना बहुत आसान लगता है किंतु मनुष्य जब चादर से बाहर पैर पसारता है तो स्वयं ही जाने - अनजाने दुःखी होने का मार्ग चुनता है। सुखी जीवन के लिए आवश्यकता से अधिक इकट्ठा नहीं करना चाहिए। इसमें जीवन की सार्थकता नहीं है। परिवेश के अनुरूप जीना सामाजिकता की दृष्टि से उचित है किन्तु इस होड़ में अपनी मानसिक व आर्थिक हानि करना या कर्ज में डूब जाना, किसी भी कीमत पर उचित नहीं है। किसी भी घर में जाकर देखें तो हमें लगेगा कि सच में इतना भंडारण क्या आवश्यक है।

बच्चे, किशोर, युवा, वृद्ध प्रत्येक के पास जूते - चप्पल और कपड़ों का अंबार लगा है। उनमें से व्यक्ति स्वयं भी यह निर्णय नहीं ले पाता कि अमुक अवसर पर किस वस्त्र को पहने और किसे न पहनें।



इसी उलझन में वह दिमाग और समय दोनों व्यर्थ में व्यतीत करता है। इस तरह का जीवन आत्मोन्नति के मार्ग में बाधक हो जाता है।

एक बार एक सेठ ने एक शोरूम खोला और अपने किसी परिचित बुजुर्ग को उद्घाटन में बुलाया और कहा कि इनमें से जिस किसी वस्तु की आपको आवश्यकता है, ले लीजिए। बुजुर्ग ने कहा यहां जितनी भी वस्तुओं हैं उनमें से मेरे लिए कोई भी उपयोगी नहीं है।

अज्ञानी व्यक्ति अप्राप्य के प्रति लालायित रहता है और निरंतर प्रयास करता रहता है कि कैसे वह मिल जाए इसलिए परेशान रहता है और जो मिली हुई है उसकी रक्षा करने में परेशान रहता है। जब उसे अप्राप्य, प्राप्य हो जाता है तो मन में एक और कामना उठ जाती है और यह दुःखी रहने का सिलसिला जीवनभर चलता रहता है।

आज हमारी जीवनशैली ऐसी हो गई है कि संतोष को तो हम जानते ही नहीं हैं। भौतिकवाद के बढ़ते अधिपत्य में व्यक्ति कुछ और सोच ही नहीं पाता है। भौतिक सुविधाएं व्यक्ति को सामाजिक परिवेश में समृद्ध दिखाती हैं किंतु उसका आत्मिक विकास इस पर निर्भर नहीं करता। सुविधाएं तो शरीर मात्र का सुख हैं, बुद्धि की तुष्टि हैं। मन की संतुष्टि इससे नहीं होती बल्कि मन चंचल होने से उत्तरोत्तर सुविधाओं के प्रति आकर्षित होता है। जीवन में इतना अनावश्यक जुड़ गया है कि आवश्यक को तो भूल ही गए हैं। महत्वाकांक्षा तेज गति से बढ़ रही हैं। हर पद, हर वेतन छोटा पड़ता जा रहा है।

अध्यात्म के चार अंगों यथा शरीर, मन, बुद्धि, आत्मा में से आत्मा और मन आज चिंतन का विषय ही नहीं रह गया है। अधिकतर चिंतन केवल शरीर और बुद्धि का रह गया है। यदि हमें संतुष्ट होकर सुखमय जीवन जीना है तो शरीर और बुद्धि के धरातल के साथ - साथ मन और आत्मा का संतुलन भी स्थापित करना पड़ेगा। संतुष्टि का अनुभव मन के धरातल पर होता है, मन में ही आनंद की अनुभूति होती है। भक्ति, प्रेम, करुणा, माधुर्य आदि को कारण से मन संतुष्टि प्राप्त करता है। संतुष्ट व्यक्ति कभी दुःखी नहीं होता, विचलित नहीं होता, आवेश में नहीं आता। वह सहज भाव से अपना जीवनयापन करता है। वह किसी से स्पर्धा, ईर्ष्या, द्वेष आदि भावों में नहीं पड़ता। वह अपने जीवन को धन्य मानते हुए अपने कर्म करता रहता है।

सुखमय और संतुष्ट जीवन का रहस्य यही है कि हम विवेकशील रहें, दिखावा के लिए व्यर्थ के खर्चों से तथा अनावश्यक संग्रह से बचें। संयमित जीवन जीएं तथा जितना आवश्यक हो उतनी ही वस्तुओं का प्रयोग करें।

धर्म के चार स्तंभ



श्रीमती उमादेवी, सहायक

धर्म क्या है? धर्म अर्थात् जो धारण किया जाए। जब व्यक्ति अपनी स्वाभाविक प्रवृत्ति में रहते हुए सहज भाव से जान-पूछकर बिना किसी के अहित किए हुए जो कार्य करता है वह धर्म है। जब श्रीभगवान ने गीता में अर्जुन को कहा कि तुम अपने धर्म पर अडिग रहो अर्थात् अपने कर्तव्य पर अडिग रहो।

आज के परिपेक्ष्य में देखें तो संसार में अनेक धर्म हैं। असल में धर्म तो एक ही है और वह शाश्वत है अन्य तो पंथ या मजहब हैं। भगवान जब धर्म की बात करते हैं तो उसका अर्थ हर व्यक्ति के लिए अलग है जैसे मां का धर्म बच्चे का पालन पोषण, क्षत्रिय का धर्म संसार में अन्याय का प्रतिकार, ब्राह्मण का धर्म शिक्षा, सरकारी कर्मचारी का धर्म अपना सरकारी कामकाज भली भांति निपटाना। गीता में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं:-

**सर्वधर्मान्परित्यज्य मामेकं शरणं ब्रज।
अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः॥**

अर्थात् तू सभी धर्मों का परित्याग कर मेरी (ईश्वर) की शरण में आ। तू शोक मत कर मैं तुझे सभी पापों से मुक्ति दिला दूँगा। इस श्लोक के संदर्भ को समझने का प्रयास करते हैं। यहाँ श्रीकृष्ण जी यह कह रहे हैं कि तू सभी धर्मों का परित्याग कर अर्थात् जिनको तू (या संसार) धर्म समझकर बैठा है वह वास्तविकता में धर्म नहीं है। धर्म तो सिर्फ एक ही है, जो शाश्वत है, चिरंतन है।

आगे कहते हैं तू मेरी शरण में आ जा अर्थात् **धर्म से आशय है ईश्वर प्राप्ति**। धर्म को परिभाषित करते हुए स्वामी विवेकानंद जी भी कहते हैं- '**धर्म से आशय ईश्वर को धारण करने से है।**' यदि हम धर्म शब्द की ओर दृष्टिपात करें तो धर्म शब्द 'धृ' धातु से बना है, जिसका अर्थ होता है धारण करना। और इस जग में धारण करने योग्य क्या है? वह ईश्वर जो तत्त्वरूप में हमारे भीतर ही निवास करता है।



वे कौन से मानक है जिन का पालन करना ही धर्म का पालन समझा जाता है। शास्त्रों के अनुसार धर्म के चार स्तंभ हैं जिनका पालन करने से हमारे धर्म का पालन हो जाता है। वे इस प्रकार हैं:-

1. विवेक

सत्य-असत्य और नित्य-अनित्य वस्तु के विवेचन का नाम विवेक है। विवेक इसका भली-भांति पृथक्करण कर देता है। विवेक का अर्थ है, तत्व का यथार्थ अनुभव करना। सब अवस्थाओं में और प्रत्येक वस्तु में प्रतिक्षण आत्मा-आनात्मा का विश्लेषण करते - करते, यह सिद्धि प्राप्त होती है।

2. वैराग्य

विवेक के द्वारा सत्य-असत्य और नित्य-अनित्य का पृथक्करण हो जाने पर असत्य और अनित्य से सहज ही राग हट जाता है, इसी का नाम वैराग्य है। मन में भोगों की अभिलाषाएं बनी हुई हैं और बाह्य रूप में संसार से द्वेष और घृणा कर रहे हैं, इसका नाम वैराग्य नहीं है। वैराग्य में राग का सर्वथा अभाव होता है। वैराग्य यथार्थ में आभ्यंतरिक अनासक्ति का नाम है।

3. षट्-संपत्ति

इस विवेक और वैराग्य के फलस्वरूप साधक को छह विभागों वाली संपत्ति अर्जित हो जाती है, वह पूरी न मिले तब यह समझना चाहिए कि विवेक और वैराग्य में कसर है। विवेक और वैराग्य से संपन्न हो जाने पर ही साधक को इस सम्पत्ति का प्राप्त होना सहज है। क्योंकि संपत्ति अर्जित की जाती है। विवेक व वैराग्य का अभ्यास करने से इसका अर्जन होता है अतः इसे षट्-संपत्ति कहा गया है और इसके छह विभाग हैं:-

- (1) **शम** : मन का पूर्ण रूप से निगृहीत, निश्चल और शांत हो जाना ही "शम" है। आंतरिक शांति को ही शम कहा गया है।
- (2) **दम** : इन्द्रियों का पूर्णरूप से निगृहीत और विषयों के रसास्वाद से रहित हो जाना ही "दम" है।
- (3) **उपरति** : विषयों से चित्त का उपरत हो जाना ही "उपरति" है। हर छोटे बड़े काम को रूचि लेकर करना ही उपरति है।

- (4) **तितिक्षा** : तितिक्षा का अर्थ होता है "सहन-शक्ति"। द्वंदों का सहन करने का नाम तितिक्षा है। सर्दी-गर्मी, सुख-दुःख, मान-अपमान आदि का सहन करना भी तितिक्षा है परन्तु विवेक, वैराग्य और शम, दम. उपरति के अनन्तर प्राप्त होने वाली तितिक्षा तो इससे विलक्षण ही होनी चाहिए। संसार में न तो द्वंदों का नाश हो सकता है और न ही कोई इससे बच सकता है। किसी तरह इनको सह लेना ही उत्तम है, परन्तु सर्वोत्तम तो है द्वंदों से उपर उठकर साक्षी भाव होकर द्वंदों को देखना। यही "तितिक्षा" है।
- (5) **श्रद्धा** : आत्मसत्ता में प्रत्यक्ष की भांति अखंड विश्वास का नाम श्रद्धा है। पहले शास्त्र, गुरु और साधन में श्रद्धा होती है, उससे आत्म-श्रद्धा बढ़ती है परन्तु जब तक आत्म-स्वरूप में पूर्ण श्रद्धा नहीं होती, तब तक एक मात्र निष्कलंक, निरंजन, निराकार, निर्गुण ब्रह्म को लक्ष्य बनाकर, उसमें बुद्धि स्थिर नहीं हो सकती है।
- (6) **समाधान** : मन और बुद्धि का परमात्मा में पूर्णतया समाहित हो जाना- जैसे अर्जुन को गुरु द्रोण के सामने परीक्षा देते समय वृक्ष पर रखे हुए नकली पक्षी का केवल गला ही दिख पड़ता था वैसे ही मन और बुद्धि को निरंतर एक मात्र लक्ष्य वस्तु ब्रह्म के ही दर्शन होते रहना ही "समाधान" है।

4. मुमुक्षुत्व

इस प्रकार जब विवेक, वैराग्य की प्राप्ति और षट्-संपत्ति अर्जित हो जाती है, तब साधक स्वाभाविक ही अविद्या के बंधन से सर्वथा मुक्त होना चाहता है और वह सब ओर से चित्त हटाकर किसी ओर भी न ताककर, एक मात्र परमात्मा की ओर ही लक्ष्य करता है। उसका यही एकाग्रचित्त होकर लक्ष्य सिद्धि करना अर्थात् तीव्र साधना ही उसकी परमात्मा को पाने की तीव्रतम लालसा का परिचय देता है, यही "मुमुक्षुत्व" है।



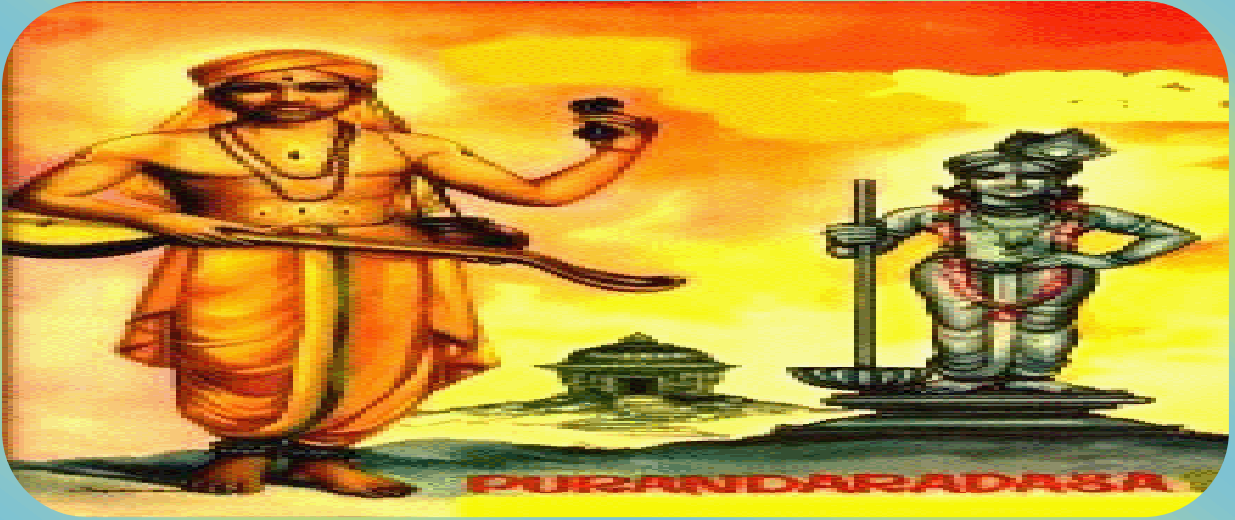
पुरंदर दास



सोमशेखर के., प्र.श्रे.लि.

कर्नाटक में संगीत के क्षेत्र में पुरंदर दास का नाम बहुत प्रसिद्ध है। इनको कर्नाटक संगीत का पितामह भी कहा जाता है। उनका जन्म सन् 1484 ईस्वी में कर्नाटक राज्य के शिवमोग्गा जिले के तीर्थहल्ली के पास क्षेमपुर गाँव में हुआ। इनको पहले श्रीनिवास नायक के नाम से जानते थे। इनके पिता का नाम वरदप्पा नायक और माँ का नाम लीलावती था। इन्होंने अपनी संस्कृति और परंपरा के अनुसार विद्याभ्यास किया और कन्नड़ और संस्कृत भाषा में पारंगत हो गए। इनका विवाह 16 वर्ष का आयु में सरस्वती बाई से हुआ। 20 वर्ष की आयु में इनके माता-पिता का स्वर्गवास हो गया। कुटुंब की संपूर्ण जिम्मेदारी श्रीनिवास नायक के कंधों पर आ गई और पिता के व्यापार की देखभाल करनी पड़ी। लोग इनको बहुत ही कंजूस मानते थे क्योंकि ये किसी को दान-दक्षिणा आदि नहीं देते थे। इस कारण लोग इन्हें नक्कोटी नारायण के नाम से भी पुकारते थे।

इनके स्वभाव को बदलने के लिए एक दिन भगवान एक दरिद्र के वेश में आते हैं और अपने बच्चे के उपनयन संस्कार के लिए उनसे पैसे मांगते हैं। श्रीनिवास नायक पैसा देने से इंकार कर देते हैं। भगवान जो दरिद्र के वेश में थे, इनके घर जाकर इनकी पत्नी से पैसे के लिए पूछते हैं। पत्नी अपने नाक की नथ भगवान को दे देती है। वही नथ दरिद्र के रूप में भगवान श्रीनिवास नायक को उसकी दुकान पर बेचने जाते हैं। श्रीनिवास इसको देखकर उनसे पूछता है कि यह नथ उसे कहाँ से मिली? भगवान बताते हैं कि एक साध्वी ने इसे दिया है। श्रीनिवास घर आकर अपनी पत्नी से पूछते हैं कि नथ कहाँ है? उनकी पत्नी अब घबरा जाती है और सहायता के लिए भगवान से प्रार्थना करती है। कुछ सहायता न मिलती देख वह जहर पीने के लिए तैयार हो जाती है। तभी उसे जहर की प्याली में नथ दिखाई देती है। वह नथ श्रीनिवास नायक को लाकर दे देती है। श्रीनिवास नायक पूछते हैं कि ये कहाँ से आई? तो वह सारी बात बताती है। यह सुनकर श्रीनिवास नायक का भगवान में विश्वास दृढ़ हो जाता है और अपनी समस्त संपत्ति दान कर देते हैं। वे भगवान की भक्ति करने लग जाते हैं और भजन लिखना शुरू कर देते हैं। इसीलिए उनका नाम पुरंदर विठ्ठल या पुरंदर दास पड़ जाता है।



बाद में ये प्रयाण कर विजयनगर साम्राज्य के हंपी नगर को आते हैं। सन् 1564 इस्वी में यहीं पर उनका देहावसान होता है। उस समय इनकी उम्र 80 वर्ष थी। ऐसी मान्यता है कि इन्होंने लगभग 4.75 लाख भजन रचे हैं और गाए हैं। इनके सभी भजन कृष्ण व नारायण को समर्पित हैं। अतः लोग इन्हें देवर्षि नारद का अवतार भी कहते हैं।

पुरंदर दास ने विविध रूप के भजन लिखे हैं। इसमें स्वरालिख, जंती स्वर, अलंकार, लक्षण गीता, प्रबंध, उगभोग, दांतु वरसे, गीता और कृती प्रमुख हैं। इनके गीत बहुत ही सरल पदों में रचित हैं। आज उनके केवल 700 भजन के आसपास ही उपलब्ध हैं।

पुरंदर दास एक वाग्गेयकार और लक्षणकार थे। उनके भजनों में जाति-व्यवस्था का खंडन किया गया है। उनकी स्मृति में ज्ञापकार्त हंपी में एक मंदिर का निर्माण भी किया गया है जिसका नाम पुरंदर मंडप है। मृत्यु होने पर भी वे अपनी कृतियों के कारण अमर हैं।



वर दे, वीणावादिनी वर दे!

वर दे, वीणावादिनी वर दे !
प्रिय स्वतंत्र -रव अमृत -मंत्र नव
भारत में भर दे !
काट अंध -उर के बंधन- स्तर
बहा जननि, ज्योतिर्मय निर्झर;
कलुष -भेद- तम हर प्रकाश भर
जगमग जग कर दे!
नव- गति, नव- लय, ताल- छंद नव
नवल कंठ नव जलद- मंद्र रव;
नव नभ के नव विहग- वृंद को
नव पर, नव स्वर दे !
वर दे वीणावादिनी वर दे।

या कुन्देन्दुतुषारहारधवला या शुभवस्त्रावृता, या वीणावरदण्डमण्डितकरा या श्वेतपद्मासना ।
या ब्रह्माच्युत शंकरप्रभृतिभिर्देवैः सदा वन्दिता सा, मां पातु सरस्वती भगवती निःशेषजाइयापहा ॥





कार्यालय के समस्त अधिकारी व कर्मचारीगण मंत्रालय से मिली शिल्ड व प्रमाण-पत्र के साथ।





**कम अंशदान में
मिलेगा वही लाभ,
ESI योजना से जुड़ें आज**

ESI योजना से जुड़ना अब पहले से हुआ ज़्यादा फ़ायदेमंद

- नियोक्ताओं के लिए अंशदान दर 4.75 से घटाकर 3.25 प्रतिशत और कर्मचारियों के लिए 1.75 से घटाकर 0.75 प्रतिशत किया गया
- घटाए गए अंशदान से कर्मचारियों एवं नियोक्ताओं के वित्तीय भार में कमी
- ESI योजना के अंतर्गत मिलने वाले हितलाभ वही रहेंगे एवं उनमें कोई कमी नहीं होगी

ESI योजना के मुख्य हितलाभ

- चिकित्सा हितलाभ • बीमारी हितलाभ • मातृत्व हितलाभ • निःशक्तता हितलाभ
- आश्रितजन हितलाभ • बेरोज़गारी भत्ता

ESI Act संगठित क्षेत्र के कारखानों/संस्थाओं जहां 10 या इससे अधिक व्यक्ति कार्यरत हों, पर लागू होता है। प्रतिमाह ₹21,000/- तक वेतन पाने वाले कर्मचारी ESI योजना के हितलाभों के पात्र हैं।

टोल फ्री नंबर : 1800 11 2526
मेडिकल हेल्पलाइन नंबर : 1800 11 3839



श्रम एवं रोजगार मंत्रालय
भारत सरकार
Ministry of Labour & Employment
Government of India
Website: www.labour.gov.in
Facebook: @labourministry



कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
Website: www.esic.in, www.esic.nic.in, www.esichospitals.gov.in
Facebook: @esichq