सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामया

पूर्वरुण

हिन्दी गृह पत्रिका

अंक-16, वर्ष-2022-23

कर्मचारी राज्य बीमा निगम

सपने बुनना सीखलो

बैठ जाओ सपनों के नाव में,
मौके की ना तलाश करो,
सपने बुनना सीख लो।

खुद ही थाम लो हाथों में पतवार,
माझी का ना इंतजार करो,
सपने बुनना सीख लो।

पलट सकती है नाव की तकदीर,
गोते खाना सीख लो,
सपने बुनना सीख लो।

अब नदी के साथ बहना सीख लो,
डूबना नहीं तैरना सीख लो,
सपने बुनना सीख लो।

भंवर में फंसी सपनों की नाव,
अब पतवार चलाना सीख लो,
सपने बुनना सीख लो।

खुद ही राह बनाना सीख लो,
अपने दम पर कुछ करना सीख लो,
सपने बुनना सीख लो।

तेज नहीं तो धीरे चलना सीख लो,
भय के भ्रम से लड़ना सीख लो,
सपने बुनना सीख लो।

कुछ पल भंवर से लड़ना सीख लो,
समंदर में विजय की पताका लहराना
सीख लो,
सपने बुनना सीख लो।

–नरेंद्र वर्मा
(साभार प्रस्तुति)

संरक्षक

श्री रॉबर्ट एल. गुइटे
क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी)

संपादक

श्री मनोज कुमार
वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

संपादन सहयोग

डॉ. समेद अहमद
राज्य चिकित्सा अधिकारी

श्री बिजीत पेगु
सहायक निदेशक (राजभाषा/प्रशासन)

श्री मारियो मनिहरि
सहायक निदेशक (लेखा)

श्रीमती चोंगपरी
सहायक निदेशक (रोकड़)

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के निजी विचार हैं और यह आवश्यक नही है कि संपादक/संपादक मंडल उनसे सहमत हों।

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

पूर्वारुण

हिन्दी गृह पत्रिका
अंक :16, वर्ष : 2022-23

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
क्षेत्रीय कार्यालय, पूर्वोत्तर क्षेत्र
गुवाहाटी - 781021
दूरभाष : 0361 - 2550357
फैक्स : 0361 - 2650522
ई-मेल : rd-assam@esic.nic.in
वेबसाइट : www.esic.nic.in

पूर्वरूण

अंक-16 : 2022-23

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

क.रा.बी.नि.
E.S.I.C.

सत्यमेव जयते

पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग, नई दिल्ली–110002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
Tel. : 011-23215487
Website : www.esic.nic.in / www.esic.in

डॉ. राजेन्द्र कुमार
महानिदेशक

संख्या : ए-49/17/1/2016-रा.भा.

दिनांक : 26.12.2022

संदेश

क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी की वार्षिक हिंदी गृह पत्रिका **"पूर्वेरूण"** के 16वें अंक का प्रकाशन अत्यंत प्रसन्नता का विषय है।

निगम के सुदूर पूर्वोत्तर हिंदीतर राज्य में स्थित यह कार्यालय काफी समय से राजभाषा हिंदी को आगे बढ़ाने में सतत् प्रयत्नशील है। **"पूर्वेरूण"** का प्रकाशन कार्यालय में हिंदी प्रगति के लिए किए जा रहे अनवरत् प्रयास की ही एक कड़ी है।

मुझे विश्वास है, कार्यालय में राजभाषा हिंदी का प्रयोग बढ़ाने में **"पूर्वेरूण"** उपयोगी सिद्ध होगी तथा हमारे कर्मचारियों को अपने कार्यालयीन काम-काज में हिंदी का प्रयोग बढ़ाने हेतु प्रेरणा भी प्रदान करेगी।

"पूर्वेरूण" के स्वर्णिम भविष्य हेतु मेरी शुभकामनाएं।

राजेन्द्र कुमार
(डॉ. राजेन्द्र कुमार)

श्री के.सी. बसुमतारी
क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी)
क्षेत्रीय कार्यालय, पूर्वोत्तर क्षेत्र
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
गुवाहाटी-21

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
Employees' State Insurance Corporation
(Ministry of Labour & Employment, **Govt. of India**)
क.रा.बी.नि.
E.S.I.C.

पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग, नई दिल्ली–110002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
Tel. : 011-23215487
Website : www.esic.nic.in / www.esic.in

दीपक जोशी
बीमा आयुक्त (राजभाषा)

संख्याः ए-49/17/03/2016-रा. भा.
दिनांकः 07.02.2023

संदेश

सराहनीय है कि क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी अपनी वार्षिक हिंदी गृह पत्रिका **"पूर्वेरूण"** के अंक-16 का प्रकाशन कर रहा है।

"पूर्वेरूण" का 16 वर्षों से निरंतर प्रकाशन इस बात का परिचायक है कि सूचना और प्रौद्योगिकी के इस क्रांतिकारी युग में प्रवेश करने के बाद भी भारतवर्ष के इस सुदूर पूर्वोत्तर क्षेत्र में स्थित इस कार्यालय के कार्मिकों में हिंदी के प्रति गहरी रूचि, अटूट निष्ठा और समर्पण है जो हमें अहसास दिलाता है कि हमारी सांस्कृतिक जड़ें कितनी गहरी हैं।

आशा है कि यह पत्रिका पूर्वोत्तर क्षेत्र में संघ सरकार की राजभाषा नीति के प्रचार-प्रसार की दिशा में इसी तरह अपनी महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करने में भी सफल रहेगी।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए शुभकामनाएं।

(दीपक जोशी)

श्री के.सी. बसुमतारी
क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी)
क्षेत्रीय कार्यालय, पूर्वोत्तर क्षेत्र
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
गुवाहाटी - 21

संरक्षक की कलम से...

भारत के उत्तर-पूर्व क्षेत्र की सुंदरता को अपने-आप में समेटे हुए **"पूवेरूण"** के इस 16 वें अंक को इसके नए रूप और भव्यता के साथ आपको सौंपते हुए मैं सम्मानित और गौरवान्वित महसूस कर रहा हूं।

जब हम अपने सामाजिक, पारिवारिक और कार्यालयीन समय के कुछ अनमोल क्षणों को रचनात्मक गतिविधियों के लिए समर्पित करते हैं, तो ऐसे समर्पण के परिणामस्वरूप **"पूवेरूण"** का जन्म होता है। **"पूवेरूण"** केवल एक कार्यालयीन पत्रिका नहीं है, बल्कि यह हमारे कार्यालय की जीवंत सामाजिक-सांस्कृतिक गतिविधियों का एक रचनात्मक दर्पण है और साथ-ही, संघ सरकार की राजभाषा नीति के प्रचार में एक महत्वपूर्ण कड़ी भी है।

"पूवेरूण" अब अपने निरंतर प्रकाशन के 16 वें वसंत में प्रवेश कर रहा है। यह इस बात का प्रतिबिंब है कि सूचना और प्रौद्योगिकी के इस क्रांतिकारी युग में भी उत्तर-पूर्व क्षेत्र में स्थित इस कार्यालय के अधिकारियों और कार्मिकों की हिंदी के प्रति गहरी रूचि और समर्पण है। यह हम सभी के लिए गर्व की बात है जब **"पूवेरूण"** के 14 वें अंक को "ग" क्षेत्र की सर्वश्रेष्ठ पत्रिकाओं की श्रेणी में **द्वितीय पुरस्कार** से सम्मानित किया गया।

हमारा देश आजादी का अमृत महोत्सव भी मना रहा है और इस साल जी-20 की अध्यक्षता भी कर रहा है। इसके अलावा, ई.एस.आई.सी. इस साल श्रमिकों और उनके परिवारों की सेवा के 71 साल पूरे होने का जश्न भी मना रहा है। उत्तर-पूर्व क्षेत्र में, ईएसआई योजना पहली बार असम राज्य में वर्ष 1958 में लागू की गई थी और ईएसआई योजना का अब उत्तर-पूर्व क्षेत्र के सभी राज्यों में विस्तार किया गया है। वर्तमान तिथि तक, 3 लाख बीमाकृत व्यक्तियों और 11.64 लाख लाभार्थियों को सामाजिक सुरक्षा प्रदान की जाती है।

अंत में, **"पूवेरूण"** के इस अद्भुत 16 वें अंक को हम सभी के समक्ष लाने में, मैं हिंदी शाखा की कड़ी मेहनत, समर्पण और भरपूर सफल प्रयास की सराहना करता हूं और धन्यवाद देता हूं।

आपका,

आर. एल. गुइटे

(रॉबर्ट एल. गुइटे)

क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी)

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

क.रा.बी.नि.
E.S.I.C.

सत्यमेव जयते

उ पू क्षे / N E R, क्षेत्रीय कार्यालय / REGIONAL OFFICE
बामुनीमैदाम, गुवाहाटी / BAMUNIMAIDAM, GUWAHATI

डॉ. सुभाष छोंकड़ा
चिकित्सा आयुक्त

संदेश

यह बड़े ही गर्व का विषय है कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, पूर्वोत्तर क्षेत्र, गुवाहाटी अपनी हिंदी गृह पत्रिका पूवेरूण के 16वें अंक का प्रकाशन करने जा रहा है ।

वस्तुत: कोई भी गृह पत्रिका राजभाषा नीति के सफल कार्यान्वयन में सहायक सिद्ध होती है । पत्रिका के प्रकाशन से कार्यालय में हिंदी कार्यान्वयन को काफी बल मिलेगा और साथ-ही-साथ कार्यालय में सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों में सृजनात्मक क्षमता का विकास भी होगा । गृह पत्रिका, पूर्वोत्तर क्षेत्र के विभिन्न प्रकार के सांस्कृतिक एवं सामाजिक उत्सवों और समृद्ध विरासतों को सुधि पाठकगणों के समक्ष प्रस्तुत करने का एक लघु व सतत् प्रयास है ।

मैं पत्रिका के उज्जवल भविष्य की शुभकामना देता हूं और इसके साथ-साथ पत्रिका प्रकाशन से जुड़े सभी रचनाकारों एवं संपादक मंडल को मेरी हार्दिक बधाई।

(डॉ. सुभाष छोंकड़ा)
चिकित्सा आयुक्त
पूर्वोत्तर क्षेत्र
कर्मचारी राज्य बीमा निगम

भारत सरकार
गृह मंत्रालय राजभाषा विभाग,
क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय (पूर्वोत्तर क्षेत्र)
हाउस नं. 15 भूवन भूयां पथ,
पोस्ट : बामुनीमैदान, एम. आर. डी रोड,
सी. पी. डब्लयू.डी कार्यालय के विपरीत
गुवाहाटी-781021
दूरभाष नं. (0361) 2911464

सत्यमेव जयते

Govt. of India
Ministry of Home Affairs
Deptt. of Official Language
Regional Implementation Office (N.E.R.)
House No. 15, Bhuban Bhuyan Path
M R D Road, Opposite of CPWD Office
Guwahati-781021
ई-मेल/E-mail : ddrioguw-dol@nic.in

संख्या/No. 24/2020/क्षेकाका(गु)/

दिनांक/Date : 01.02.2023

संदेश

मुझे इस बात की बेहद खुशी है कि कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी द्वारा "पूवेरुण" के 16 वें अंक का प्रकाशन होने जा रहा है।

हिंदी ने आज के वैश्वीकरण के दौर में विश्व पटल पर अपनी अद्वितीय पहचान कायम की है और यह देश के जनमानस के हृदय को स्पर्श करती रही है। यह हमारे देश की राजभाषा होने के साथ साथ भारतीय संस्कृति और अस्मिता की भी पहचान है। इसके प्रसार से राष्ट्रीय एकता को न केवल बल मिलेगा, अपितु सरकारी कार्यालयों में हिंदी के प्रति सकारात्मक माहौल भी सृजित होगा। अत: हमारा दायित्व है कि राजभाषा के रुप में हिंदी को विशेष गौरव और सम्मान दें और इसे अपने कार्यालयीन कार्यो में भी पूरे उत्साह से अपनाएं।

मैं आशा करता हूँ कि इस पत्रिका में प्रकाशित सामग्री से कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी कार्यालयों के कार्मिकों को हिंदी में काम करने की प्रेरणा मिलेगी एवं उनकी सृजनात्मक क्षमता का भी विकास होगा।

मैं "पूवेरुण" पत्रिका के उज्वल भविष्य की कामना करता हूँ।

बदरी यादव

(बदरी यादव)
उप निदेशक(प्र.)
एवं कार्यालय प्रमुख

शुभकामना संदेश

कर्मचारी राज्य बीमा निगम के सुदूर पूर्वोत्तर क्षेत्र में स्थित क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी से वार्षिक हिंदी गृह पत्रिका "पूर्वेरूण" का 16 वां अंक प्रकाशित होने जा रहा है। यह वास्तव में खुशी की बात है और गौरव का भी विषय है।

क्षेत्रीय कार्यालय में इन दिनों राजभाषा हिंदी का जो प्रयोग और प्रसार बढ़ा है, यह काफी संतोषजनक है। इस कार्यालय के अधिकारियों और कार्मिकों में हिंदी में काम के प्रति जो लगन है, वह काबिल-ए-तारीफ है। उनके इसी रचनात्मक प्रयासों के फलस्वरूप यह पत्रिका 16 वर्षो से निरंतर प्रकाशित हो रही है। आशा है, पत्रिका प्रकाशन से अधिकारियों और कर्मचारियों के साथ-साथ सभी पाठकगण लाभान्वित होंगे और हिंदी के प्रचार-प्रसार की दिशा में निरंतर अग्रसर होंगे।

मेरी शुभकामना है कि पत्रिका का सफल प्रकाशन अनवरत् होता रहे और यह निरंतर सफलता की ऊंची उड़ान भरता रहे।

समेद अहमद

(डॉ. समेद अहमद)
राज्य चिकित्सा अधिकारी

राजभाषा अधिकारी की कलम से

"पूवेरूण" का सोलहवां अंक आपके समक्ष है।

हिंदी पत्रिका का प्रकाशन किसी हिंदीतर भाषी प्रदेश से अपने आप में एक कठिन काम हैं, लेकिन, फिर भी निगम के सुदूर पूर्वोत्तर क्षेत्र में स्थित इस कार्यालय में अधिकारियों और कर्मचारियों में हिंदी कामकाज को लेकर जो श्रद्धा है, समर्पण है, उसी का परिणाम यह हुआ है कि आज इस कार्यालय में हिंदी के प्रयोग में निरंतर वृद्धि हो रही है और "पूवेरूण" का प्रकाशन भी निरंतर हो रहा है।

आपको बतलाते हुए मुझे यह काफी हो रही है कि "पूवेरूण" के 14 वें अंक को निगम मुख्यालय द्वारा श्रेष्ठ पत्रिकाओं की श्रेणी में "ग" क्षेत्र में द्वतीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया है।

अंत में, पत्रिका प्रकाशन में जिन लोगों में भी प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से अपना बहुमूल्य सहयोग दिया है, उन सभी के प्रति हार्दिक आभार....

आपका,

(बिजीत पेगु)
सहायक निदेशक (राजभाषा प्रभारी)

संदेश

में पूर्वेरूण पत्रिका के 16 वें अंक की प्रकाशन पर उत्साहित हूं। उच्छी चीजें केवल इसलिए अच्छी रहती हैं क्योंकि वे हमेशा दुर्लभ होती हैं। मुझे इस अदय्भुत पत्रिका के लिए इस शानदार प्रयत्न के लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम उत्तर पूर्व क्षेत्र के टीम द्वारा किए गए सराहनीय प्रयासों को दिल से बधाई देता हूं। इस पत्रिका की अपार सफलता के लिए सभी का किया गया प्रयास बाकई काबिल-ए-तारीफ है। अद्‌भुत और सुंदर लेखों को एक साथ जमाकर इस पत्रिका को अकर्षित और दिलचस्प बनाने के लिए संबंधित अधिकारियों और कर्मचारियों वास्तव में प्रशंसा के पात्र हैं। मैं इस पत्रिका के प्रकाशन के लिए समिति हिंदी शाखा से संबंधित समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों (मुख्यालय और क्षेत्रीय कार्यालय) को उनके बहुमूल्य प्रयासों के लिए बधाई देता हूं। मैं उन संबंधित लोगों को भी धन्यवाद देना चाहता हूं जिन्होंने इस पत्रिका को एक अद्‌भुत बनाने के लिए इतने अच्छे लेख लिखे हैं। आशा है कि भविष्य में भी अच्छे लेखों का यह लेखन जारी रहेगा।

अंत में कामना करता हूं कि आने वाले भविष्य में सभी को जीवन में शांति, समृद्धि और आसमान छूने जैसी खुशी मिले। मैं ईश्वर से प्रार्थना करता हूं सभी को अपने परिवार के साथ स्वस्थ रहें।

धन्यवाद।

उत्पल कुमार पंडित

(उत्पल पंडित)
सचिव
कर्मचारी संघ, पूर्वोत्तर क्षेत्र
क.रा.बी. निगम

संपादकीय...

किसी ने कहा है -

मुट्ठी में कुछ सपने लेकर, भरकर जेबों में आशाएं
दिल में है अरमान यही, कुछ कर जाएं
सूरज-सा तेज नहीं मुझमें पर दीपक जलता देखोगे
अपनी हद रोशन करने से कब तक मुझको रोकोगे

"पूवेरूण" के संदर्भ में भी यह बातें बिल्कुल सटीक बैठती हैं। 15 वर्ष पहले से प्रारंभ हुआ "पूवेरूण" का सफर विभिन्न झंझावातों, विभिन्न बाधाओं को पार करते हुए निरंतर.. अनवरत् जारी है। अब यह अपने 16 वें वसंत में प्रवेश कर रहा है। शुरूआत काफी मुश्किल व संघर्ष भरा था और लक्ष्य था राजभाषा हिंदी के माध्यम से विभागीय कार्यकलापों, सरकारी कामकाज में राजभाषा हिंदी को उसका उचित और गौरवपूर्ण स्थान दिलाना। यह उद्देश्य तो लगभग पूरा हो चुका है और हम अपने निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त कर अपना कार्यालयीन काम भी हिंदी में कर रहे हैं। विभागीय पत्रिकाओं का उद्देश्य सरकारी कामकाज में राजभाषा हिंदी को प्रोत्साहित करने के अलावा विभागीय प्रतिभाओं को भी रचनात्मक मंच प्रदान करने के साथ-साथ अन्य गतिविधियों की भी जानकारी प्रदान करना होता है और "पूवेरूण" अपने इस उद्देश्य में पूर्णतः सफल रही है।

आपको बताते हुए मुझे काफी खुशी हो रही है कि "पूवेरूण" को पिछले 3 वर्षो से लगातार निगम मुख्यालय द्वारा सर्वश्रेष्ठ पत्रिकाओं की श्रेणी में पुरस्कृत भी किया जाता रहा है। यह वास्तव में हम सभी के लिए गौरव और अभिमान की बात है। किसी भी प्रकार का पुरस्कार और प्रोत्साहन हमें निरंतर आगे बढ़ते रहने के लिए भी प्रेरित करता है।

"पूवेरूण" के इस अंक में बहुत से नए रचनाकारों को भी स्थान मिला है। हिंदी के प्रति उनका प्रेम निःसंदेह सराहनीय है। हमेशा की तरह "पूवेरूण" के इस अंक में भी रचनाओं की विविधता है। आशा है, पूर्व के अंकों की तरह यह अंक भी आपको अवश्य ही पसंद आएगा।

बस.. आपसे एक अपेक्षा है कि आप निष्पक्ष भाव से अपने सुझावों और प्रतिक्रियाओं से हमें अवगत अवश्य कराएं ताकि पत्रिका के आगामी अंक को हम और भी परिमार्जित रूप में आपके समक्ष प्रस्तुत कर सकें।

आपका

(मनोज कुमार)
वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

विषय सूची

रचना	रचनाकार	पृष्ठ सं०
पूर्वोत्तर भारत के विविध नृत्य समारोह		13
ईश्वर का वरदान है – हंसी	स्मृति सुमन	15
खुशी मन की एक अवस्था है	जुस्मिता रॉय	18
मानव आचरण	उत्पल कुमार पंडित	19
मृत्यु से डर	राहुल रंजन सिन्हा	22
भारत @ जी 20		23
डिजिटल डिटॉक्स	मनोज कुमार	24
Mobile Apps		26
पापा	प्रियंका सरकार	27
मां	रीना देवी	27
अंडमान – अछूता स्वर्ग	राहुल गौतम	28
कालू	दीक्षा दास	29
अकड़	राहुल रंजन सिन्हा	30
मंजिल	प्रवीन कुमार	31
जलवायु परिवर्तन	दर्पणा दास	31
राह	अनूप थॉमस	32
आईना	दर्पणा दास	32
हमारे फौजी वीर जवान	अम्बिका छेत्री	33
ठंड आ गई	अर्णव आनंद	33
हर घर तिरंगा	किशोर दास	34
सरकारी नौकरी नहीं...	राहुल गौतम	35
यूं ही नहीं मैं बादल...	नबजीत बरूआ	35
दीपावली आई	अभिनव आनंद	36
कारवां	रीना देवी	36
स्मार्ट सीटी...	राहुल गौतम	37
आयुर्वेदिक और...	दिनेश रेड्डी	38
सबसे बड़ा रूपैया	रंजीत कुमार	39
परिवार	रौफ उद्दीन अहमेद	40
सफरनामा	निरूपमा सरकार	40
जिंदगी एक झूला है	प्रकाश शर्मा	41
हिन्दी हमारी भाषा	राजीब रॉय	41
देश बदल रहा है	सुमित रॉय	42
राजभाषा हिंदी के कार्यान्वयन संबंधी गतिविधियां		43
कार्यालय की अन्य गतिविधियां		55

पूर्वोत्तर भारत के विविध नृत्य समारोह

त्रिपुरा नीरमहल वाटर फेस्टिवल :

त्रिपुरा में घूमने वाली जगह में शामिल नीरमहल एक शानदार पर्यटन स्थल है जो कि रूद्रसागर झील के बीच में अवस्थित है। पर्यटकों के बीच यह हवेली और इसका दृश्य बहुत लोकप्रिय है। यह महल हर साल अगस्त के महीने में तीन दिवसीय उत्सव का आयोजन करता है। त्योहार के दौरान एक नौका दौड़ आयोजित की जाती है जो आगंतुकों को भारी संख्या में आमंत्रित करती है। इसके अलावा उत्सव में तैराकी प्रतियोगिता के साथ-साथ सांस्कृतिक कार्यक्रम और नाटक भी आयोजित किए जाते हैं।

अरूणाचल जीरो म्यूजिक फेस्टिवल :

अरूणाचल जीरो म्यूजिक फेस्टिवल हर साल सितंबर के महीने में आयोजित होता है और 4 दिनों तक चलता है। इस फेस्टिवल में अच्छे म्यूजिक के साथ-साथ काफी लजीज पकवान भी मिलते हैं जो इस फेस्टिवल का मजा और ज्यादा बढ़ा देते हैं। इस म्यूजिकल फेस्टिवल में ना सिर्फ अरूणाचल प्रदेश और नॉर्थ ईस्ट के ही बल्कि देशभर के म्यूजिकल बैंड और आर्टिस्ट अपनी कला का प्रदर्शन करने के लिए इस फेस्टिवल का हिस्सा बनते हैं।

असम काइट फेस्टिवल :

महा शक्तिशाली नदी ब्रहमपुत्र के रेतीले किनारे पर असम बोट रेसिंग आयोजित किया जाता है। यह वार्षिक उत्सव विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों और खेलों के क्षेत्र में साहसिक भागीदारी के भागीदारी के साथ चिन्हित है।

हॉर्नबिल फेस्टिवल :

हॉर्नबिल फेस्टिवल जिसे "त्योहारों का त्योहार" कहा जाता है। नागालैंड का यह 10 दिवसीय वार्षिक सांस्कृतिक उत्सव है जो लोक नृत्य, पारंपरिक संगीत, स्थानीय व्यंजनों, हस्तशिल्प कला, कार्यशालाओं आदि के माध्यम से समृद्ध और विविध नागा जातीयता को प्रदर्शित करता है। हॉर्नबिल फेस्टिवल का नाम भारतीय हॉर्नबिल पक्षी के नाम पर रखा गया है।

मणिपुर का संगई फेस्टिवल :

मणिपुर का संगई महोत्सव राज्य में सबसे बड़ा त्योहार के रूप में मनाया जाता है। मणिपुर संगई महोत्सव मणिपुर को विश्व स्तरीम पर्यटन स्थल के रूप में बढ़ावा देने में मदद करता है। इस उत्सव का नाम राजकीय पशु संगई के नाम पर रखा गया है जो केवल मणिपुर में पाया जाने वाला हिरण है। संगई उत्सव मणिपुर पर्यटन विभाग द्वारा हर साल 21 से 30 नवंबर तक आयोजित किया जाने वाला एक वार्षिक सांस्कृतिक उत्सव है।

मिजोरम म्यूजिक फेस्टिवल :

इस उत्सव में नृत्य, संगीत और गीत देखने को मिलते हैं। मिजोरम के लोग इस त्योहार के समय अपनी पारंपरिक पोशाक पहनते हैं।

एन. एच.-7 वीकेंड :

यह मेघालय का एक प्रसिद्ध त्यौहार है जिसमें स्थानीय संगीतकारों के साथ-साथ दुनिया भर के सर्वश्रेष्ठ कलाकार सप्ताहांत को बेहतरीन बनाने के लिए एक साथ आते हैं।

"हिंदी भाषा नहीं भावों की अभिव्यक्ति है,
यह मातृभूमि पर मर मिटने की भक्ति है"

ईश्वर का वरदान है - हंसी

स्मृति सुमन
सहायक, राजस्व शाखा

हंसी एक सहज स्वाभाविक क्रिया है, लेकिन है एक बिल्कुल अद्‌वितीय क्रिया... सृष्टि में मनुष्य ही एकमात्र ऐसा प्राणी है जिसे प्रकृति ने यह अमूल्य निधि प्रदान की है। जो व्यक्ति प्रकृति द्वारा मनुष्य को प्रदत्त इस अमूल्य उपहार हंसी का अपने जीवन में उपयोग नहीं कर पाता, वह सबसे बड़ा पशु है। आपने कभी किसी गधे को हंसते हुए नहीं देखा होगा। **हंसी मनुष्य होने का प्रमाण है।**

जिस व्यक्ति के जीवन में हंसी का कोई स्थान नहीं, उसे दुखी होने के लिए कोई प्रयास नहीं करना पड़ता। वह बिना प्रयास किए ही नित्य निरंतर दुखी रह सकता है। एक पल की मुस्कुराहट अथवा एक भरपूर ठहाका जीवन की दिशा बदलने में सक्षम है। हंसना एक ऐसी प्रक्रिया है जो मानव शरीर पर केवल सकारात्मक प्रभाव डालती है, क्योंकि हंसने की प्रक्रिया में मन की भूमिका नगण्य हो जाती है। वैसे भी हंसने का संबंध प्रसन्नता से होता है। जब हम प्रसन्न होते हैं, तभी हम हंसते हैं।

हास्य दिल खोल देता है और आत्मा को शांति देता है। किसी को भी जिंदगी को इतनी गंभीरता से नहीं लेना चाहिए कि वह हंसना और खिलखिलाना ही भूल जाए। मैंने किसी को हंसी की वजह से मरते हुए नहीं देखा है, लेकिन, मैं लाखों लोगों को जानता हूं जो इसलिए मर रहे हैं क्योंकि वह हंस नहीं रहे हैं। दुनिया में हंसी और खुशी से बड़ी कोई भी दूसरी शक्ति नहीं है। **आपकी हंसी... आपकी मुस्कान... आपके चेहरे पर भगवान के हस्ताक्षर हैं।** इसलिए आप जब भी हंस सकें जरूर हंसे। हंसी की अपनी कोई लिपि... कोई भाव भंगिमा नहीं होती। वह मात्र हंसी नहीं, व्यक्ति की उस समय विशेष की परिस्थितियों और मानसिक अवस्था का प्रतिबिंब होती है। और आप केवल खुद में नहीं हंसे, दूसरों को भी हंसाईये। किसी ने सच ही कहा है-

किसी को भी खुश करने का मौका मिले तो छोड़ना मत ऐ दोस्त
बड़े नसीब वाले होते हैं वह जो किसी के चेहरे पर मुस्कुराहट दे पाते हैं....

वैसे तो हम सुबह हो, शाम हो, रात हो या दिन, 10:00 बजे हो या 12:00, वसंत हो या गर्मी हो... कभी भी हंस सकते हैं। हंसने पर कोई पांबदी नहीं है। लेकिन, आपको जानकर यह हैरानी होगी कि हमने हंसने के लिए भी एक खास दिन मुकर्रर किया हुआ है। **हर साल मई महीने के प्रथम रविवार को हम लोग विश्व हास्य दिवस मनाते हैं** और आपको यह जानकर और भी आश्चर्य होगा की दुनिया में हंसी को समर्पित इस दिन को मनाने की शुरूआत भारत से ही हुई थी। इस दिन को मनाने की शुरूआत 10 मई 1998 में डॉक्टर मदन कटारिया द्वारा हुई थी।

महान दार्शनिक ओशो ने भी कहा है- हंसी आध्यात्मिक स्वास्थ्य है। जो व्यक्ति हंस नहीं सकता, उसके लिए बुद्धत्व के सभी द्वार बंद हो जाते हैं।

जो भी हो, हंसी को हर कोई अपनाना चाहता है। हंसी से हम किसी को भी दोस्त बना सकते हैं। किसी रोते हुए को भी हंसा सकते हैं। अपने गम या कई लोगों के गम को भी दूर करना हो तो हंसी काम आती है। मई के पहले रविवार को मनाया

जाने वाला **वर्ल्ड लाफटर डे** अर्थात् **विश्व हास्य दिवस** यह संकेत देता है कि आज भले ही दुनिया ने योग और चिकित्सा के साथ हाथ मिला लिया है पर हंसी की अहमियत हमारे जीवन में हमेशा बनी रहेगी, चाहे इसे अपनाने का तरीका कैसा भी हो।

गांधीजी लिखते हैं – हंसी मन की गांठे बड़ी आसानी से खोल देती है। मेरे मन की ही नहीं, तुम्हारे मन की भी। थोड़ी–सी सामान्य बुद्धि, थोड़ी–सी सहनशीलता और थोड़ा सा हास्य बोध अगर आपके पास है तो आप नहीं जानते कि इस ग्रह पर आप अपने आप को बहुत सुखी बना सकते हैं। व्यक्ति का हंसमुख स्वभाव दीर्घायु का सर्वोत्तम साधन है। **टैगोर भी लिखते हैं कि जब मैं हंसता हूं तो मेरे मन का बोझ हल्का हो जाता है।** हंसने की शक्ति ईश्वर द्वारा मनुष्य को इसलिए प्रदान की गई है क्योंकि वह क्षण भर में अपने दुख दर्द से मुक्ति पा सके। जिस प्रकार वनस्पतियों के लिए खुली धूप की जरूरत होती है, उसी प्रकार मनुष्य के लिए हंसना टॉनिक का काम करता है। जीवन में उल्लास, ऊर्जा और नयापन बना रहे, इसी भाव से हम सब हंसते–मुस्कुराते रहें ताकि जीवन में आनंद की अनुभूति बनी रहे। एक हल्की सी मुस्कुराहट होठों से शुरू होती है... एक अच्छी मुस्कान आंखों तक जाती है... एक हंसी पेट से निकलती है लेकिन एक ठहाका आत्मा से फूटता है और चारों और अपने बुलबुला छोड़ता है। वैसे तो कहा गया है कि साहित्य, संगित और कला से विरक्त मनुष्य पशु के समान है। यह बात कुछ हद तक तो ठीक है लेकिन व्यवहारिक स्तर पर देखें तो जो व्यक्ति प्रकृति द्वारा प्रदत्त अमुल्य उपहार हंसी को अपने जीवन में उपयोग नहीं कर पाता, वह सबसे बड़ा पशु है। लेकिन, आज की दुनिया जिस रफ्तार से आगे बढ़ रही है और पूरी दुनिया को अपनी मुट्ठी में कैद कर लेना चाहती है, चांद तारों को अपने कदमों में कर लेने की बात करती है, यह एक डरावना संकेत है। सच पूछिए तो मनुष्य मशीन का गुलाम तो हो ही चुका है, लेकिन वह हंसना भूल चुका है जिसके कारण आज हम मनुष्य तो हैं लेकिन बिल्कुल वैसे ही जैसे किसी शोकेस में रखा कोई पुतला होता है जो दिखने में काफी सुंदर, लेकिन बेजान–सा।

लेकिन क्या आप जानते हैं कि हंसी एक दर्द निवारक दवा भी है। खुलकर हंसने से हमारा दिल स्वस्थ रहता है। यह एक शक्तिशाली मगर कारगर दवा है। आपकी हंसी किसी की तबीयत में सुधार ला सकती है। किसी ने तो यहां तक कह डाला कि–

तेरी मुस्कान से सुधर जाती है तबीयत मेरी
बताओ ना तुम इश्क करते हो या इलाज

बहुत हंसने से शरीर के सभी रिलैक्सेशन पॉइंट एक्टिवेट होते हैं और इसके साथ ही हृदय और मस्तिष्क बेहतर काम करने लगता है। हंसने से फेफड़े के प्रत्येक भाग में प्राणवायु अच्छे से पहुंचती है। फेफड़ों का भी व्यायाम हो जाता है और रक्त संचार भी अच्छा से होता है। हंसी से तनाव दूर होता है और तनाव से होने वाले रोग भी दूर हो जाते हैं। इसलिए तो कहा गया है **ईश्वर का वरदान है – हंसी। हंसी जैसा हसीं कुछ भी नहीं। किसी ने सच ही कहा है – जब हम बूढ़े होते हैं, तब हंसना नहीं छोड़ते। जब हम हंसना छोड़ देते हैं, तब हम बूढ़े हो जाते हैं।** हंसी के भी कई सोपान है–जैसे–मुस्कुराना, हंसना और ठहाके लगाना। लेकिन, हंसी जिस तरीके से भी प्रकट की जाए वह हंसने वाले के स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव ही डालता है। हंसना एक ऐसी क्रिया है जिसमें पूर्ण मानसिक एकाग्रता का विकास संभव है और यही एकाग्रता ध्यान है। **हास्य वास्तव में इंसटेंट योग की एक अवस्था है।** हंसने से व्यायाम के भी लाभ मिलते हैं। जोर–जोर से हंसने पर श्वांस प्रक्रिया भी प्रभावित होती है। अत: योगासन और प्राणायाम दोनों का अभ्यास इस क्रिया में हो जाता है। हंसने से शरीर में अतिरिक्त कैलोरीज के खर्च हो जाने से वजन को नियंत्रित करने में भी मदद मिलती है। पूरे शरीर में रक्त प्रवाह बढ़ जाने से शरीर में तथा विशेष रूप से चेहरे की मांसपेशियों में ताजगी आ जाती है। हास्य शिष्ट भी हो सकता है और अशिष्ट भी। जरूरी नहीं कि हम हंसने के नाम पर सभी मर्यादाओं को तोड़ दे। अमर्यादित अशिष्ट हंसी से ना केवल व्यक्ति का मनोभाव विकृत होता है,

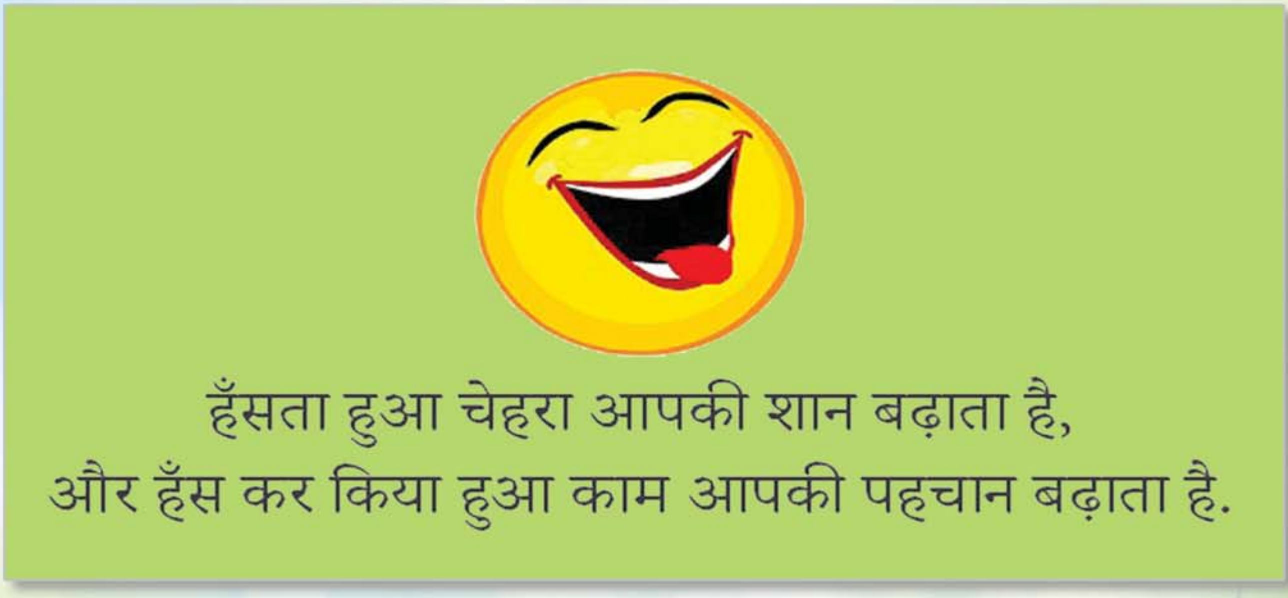
बल्कि आपसी संबंधों में भी दरार पड़ जाती है। कुछ लोग सदा गंभीर बने रहते हैं, अवसाद ग्रस्त लटके हुए चेहरे लिए घूमते रहते हैं। उनकी त्वचा से और उनके चेहरे से उनकी उम्र का पता ही नहीं चलता। 40 की अवस्था में ही 70 के प्रतीत होने लगते हैं। इसी संदर्भ में **उर्दू शायर जफर गोरखपुरी का एक शेर है–**

हद से अधिक संजीदगी सच पूछो तो रोज
आग पीछा सोंचते, बूढ़े हो गए लोग

वत्सुत: हंसी ही एकमात्र औषधि है जो बाह्य रूप से आपके चेहरे की झुर्रियों को भी रोकने में सक्षम है और आंतरिक रूप से भी आप को उत्साह पूर्वक बनाए रखने में मदद करता है क्योंकि हास्य व्यायाम के साथ–साथ बुढ़ापे के लिए भी एक उत्तम टॉनिक है। **महान दार्शनिक ओशो ने भी कहा है– हंसी आध्यात्मिक स्वास्थ्य है। जो व्यक्ति हंस नहीं सकता, उसके लिए बुद्धत्व के सभी द्वार बंद हो जाते हैं।** हंसने की बात को कभी हंसी में मत टालिए। वास्तव में जो जीवन को गंभीरता से ले रहे हैं, उन्हें हंसने की सख्त जरूरत है। इसलिए जीवन में ऐसे अवसर खोजें जो आपके बार–बार मुस्कुराने और हंसने का अवसर उपलब्ध कराएं। जिस प्रकार इंद्रधनुष के सात रंगों में केवल सप्तरंग ही नहीं, उनके अनगिनत शेड्स भी मौजूद होते हैं और हर रंग के भीतर कई रंग। हास्य का इंद्रधनुष भी ठीक वैसा ही है। अगर हम गौर से देखेंगे तो हंसी के भी बहुत सारे रूप मिल जाएंगे। नटखटी हंसी, फीकी हंसी, क्यूट हंसी, शर्मीली हंसी... तो बस देखते रहे गौर से.... ।

हां, एक बात और... बीते कुछ वर्षो में एक नए प्रकार का हास्य भी प्रचलन में आया है। पार्क वाली हंसी अर्थात् "लाफ्टर क्लब" जहां लोग एक साथ ऊंचे स्वर में हंसते हैं। ऐसा केवल इसलिए कि इससे फेफड़ों में ऑक्सीजन ज्यादा जाती है, रक्त संचार होता है और मन प्रसन्न रहता है। किंतु यह सब तो खिलखिलाने, ठहाका लगाने और स्वाभाविक रूप से हंसने से भी संभव है तो फिर **इस कृत्रिम हास्य की आवश्यकता क्यों पड़ी ? समय मिले तो जरूर विचार कीजिएगा।**

वस्तुत: स्वाभाविक रूप से उस हंसी को हम भूलते जा रहे हैं जो हमारे हृदय के अंतरतम को झंकृत कर दे... जो अपने संपूर्ण परिवेश में उल्लास और आनंद को चरितार्थ कर सके।◆



खुशी मन की एक अवस्था है

जुस्मिता रॉय
एम.टी.एस., शाखा कार्यालय, गुवाहाटी

एक का जन्म प्रथम श्रेणी के अस्पताल में होता है,
तो दूसरे की डिलीवरी घर पर होती है,
लेकिन दोनों बच जाते हैं।
एक के पास परिष्कृत निजी स्कूली शिक्षा होती है,
दूसरा एक पब्लिक स्कूल में जाता है,
लेकिन दोनों की डिग्री एक ही योग्यता के साथ समाप्त होती है।
एक किंग साइज बिस्तर से जगता है,
दूसरा फर्श से,
लेकिन दोनों को चैन की नींद आती है।
एक किराए के बावर्ची का बनाया खाना खाता है,
दूसरे को अपनी माँ के खाने का स्वाद मिलता है,
लेकिन भूख दोनों की पूरी होती है।
कोई महंगा वाहन चलाता है,
तो कोई पब्लिक ट्रांसपोर्ट का इस्तेमाल करता है,
लेकिन दोनों अपनी मंजिल पर पहुंचते हैं।

जीवनशैली कोई प्रतियोगिता नहीं,
विभिन्न गलियाँ एक ही गंतव्य तक ले जाती है।
सिर्फ इसलिए कि किसी और ने भौतिक संपत्ति जमा कर ली है,
हम यह न सोचें कि हम असफल हैं।
खुशी सब कुछ होने से नहीं मिलती,
लेकिन हमारे पास जो कुछ भी है उनमें से सर्वश्रेष्ठ खोज लेने से ही मिलती है।
खुशी वह नहीं है जो हमें पसंद है,
लेकिन जो हमारे पास है उसे पसंद कर लेना ही खुशी है।
खुशी का अर्थ है हर चीज को सर्वोत्तम संभव तरीके से देखना,
इसलिए,
खुशी सिर्फ मन की एक अवस्था है!◆

मानव आचरण

उत्पल कुमार पंडित
सहायक, सामान्य शाखा

मानव व्यवहार :

मानव व्यक्तियों या समूहों की अपने पूरे जीवन में आंतरिक और बाहरी उत्तेजनाओं का जवाब देने की क्षमता और व्यक्त क्षमता (मानसिक, शारीरिक और सामाजिक रूप से) है। जबकि किसी के व्यक्तित्व, स्वभाव और आनुवंशिकी के विशिष्ट लक्षण अधिक सुसंगत हो सकते हैं, अन्य व्यवहार जीवन के चरणों के बीच बदलते हैं – अर्थात, जन्म से किशोरावस्था, वयस्कता, और, उदाहरण के लिए, पितृत्व और सेवानिवृति।

व्यवहार भी, कुछ हद तक, विचारों और भावनाओं से प्रेरित होता है, जो व्यक्तिगत मानस में अंर्तदृष्टि प्रदान करता है, इस तरह की चीजों को हष्टिकोण और मूल्यों के रूप में प्रकट करता है। मानव व्यवहार मनोवैज्ञानिक लक्षणों से आकार लेता है, क्योंकि व्यक्तितत्व के प्रकार अलग–अलग होते हैं, विभिन्न क्रियाओं और व्यवहार का उत्पादन करते हैं। उदाहरण के लिए, बहिर्मुखी लोग, अंतर्मुखी लोगों की तुलना में पार्टियाँ जैसी सामाजिक गतिविधियों में भाग लेने की अधिक संभावना रखते हैं।

मनुष्यों का व्यवहार (अन्य जीवों की तरह) एक स्पेक्ट्रम पर पड़ता है, जिससे कुछ व्यवहार सामान्य होते हैं जबकि अन्य असामान्य होते हैं, और कुछ स्वीकार्य हैं जबकि अन्य स्वीकार्य सीमा से परे होते हैं। व्यवहार की स्वीकार्यता सामाजिक मानदंडों पर बहुत अधिक निर्भर करती है और सामाजिक नियंत्रण के विभिन्न माध्यमों द्वारा नियंत्रित होती है, आंशिक रूप से सामान्य रूप से मानव समाज की स्वाभाविक रूप से अनुरूप प्रकृति के कारण। इस प्रकार, सामाजिक मानदंड भी व्यवहार की स्थिति बनाते हैं, जिससे मनुष्यों पर कुछ नियमों का पालन करने और कुछ ऐसे व्यवहार प्रदर्शित करने के लिए दबाव डाला जाता है जिन्हें दिए गए समाज या संस्कृति के आधार पर स्वीकार्य या अस्वीकार्य माना जाता है।

मानव व्यवहार का अध्ययन सामाजिक विज्ञान द्वारा किया जाता है, जिसमें मनोविज्ञान, समाजशास्त्र, अर्थशास्त्र और नृविज्ञान शामिल हैं। समाजशास्त्र में, व्यवहार मोटे तौर पर सभी बुनियादी मानवीय क्रियाओं को संदर्भित कर सकता है, जिनमें वे भी शामिल हैं जिनका कोई अर्थ नहीं है– किसी व्यक्ति पर निर्देशित कार्य। इस सामान्य अर्थ में व्यवहार को सामाजिक व्यवहार के साथ गलत नहीं किया जाना चाहिए। सामाजिक व्यवहार, मानव व्यवहार का एक उपसमुच्चय जो दूसरों पर निर्देशित कार्यो के लिए जिम्मेदार है, सामाजिक संपर्क और संस्कृति के साथ–साथ नैतिकता, सामाजिक वातावरण, अधिकार, अनुनय और जबरदस्ती के काफी प्रभाव से संबंधित है।

आनुवंशिकी :

1858 में चार्ल्स डार्विन द्वारा **ऑन द ओरिजिन ऑफ स्पीशीज** प्रकाशित होने से बहुत पहले, पशु प्रजनकों को पता था कि व्यवहार के पैटर्न किसी तरह माता–पिता से विरासत से प्रभावित होते हैं। कम–निकट से संबंधित मनुष्यों की तुलना में समान जुड़वां बच्चों और दस्तक घरों में पले–बढ़े बच्चों के अध्ययन ने वैज्ञानिकों को मानव व्यवहार पर आनुवंशिकी के

प्रभाव को समझने में मदद की है। जीनोम-वाइड एसोसिएशन स्टडीज जैसे नए तरीकों के साथ व्यवहार आनुवंशिकी का अध्ययन अभी भी तेजी से विकसित हो रहा है।

विकासवादी मनोविज्ञान व्यवहार को प्राकृतिक चयन के उत्पाद के रूप में अध्ययन करता है, जिससे मानव व्यवहार और मनोविज्ञान दोनों हमारे विकासवादी अतीत से आकार लेते हैं। इस क्षेत्र के अनुसार मनुष्य जितना हो सके अपनी सामाजिक स्थिति को बढ़ाने का प्रयास करता है, जिससे उसके प्रजनन में सफलता की संभावना बढ़ जाती है। वे ऐसा लड़ाई लड़कर, दौलत इकट्ठा करके, या अपनी समस्याओं में दूसरों की मदद करके कर सकते हैं।

सामाजिक आदर्श :

सामाजिक मानदंड, एक समूह के अक्सर अनकहे नियम, न केवल हमारे व्यवहार बल्कि हमारे हष्टिकोण को भी आकार देते हैं। एक व्यक्ति का व्यवहार उस समूह (समूहों) के आधार पर भिन्न होता है जिसका वे एक हिस्सा हैं, समाज की एक विशेषता है जो उनके मानदंडों को समाज पर भारी प्रभाव डालने की अनुमति देता है। सामाजिक मानदंडों के बिना, मानव समाज वर्तमान में कार्य नहीं करेगा। मनुष्यों को अपने व्यवहार में अधिक सारगर्भित होना होगा, क्योंकि कोई पूर्व-परीक्षित "सामान्य" मानकीकृत जीवन शैली नहीं होगी, और व्यक्तियों को अपने लिए कई और विकल्प बनाने होंगे। हालाँकि, मानदंडों का संस्थाकरण मानव समाज में निहित है, शायद दूसरों द्वारा स्वीकार किए जाने की इच्छा के प्रत्यक्ष परिणाम के रूप में, जो मनुष्यों को दूसरों के साथ फिट होने के लिए अपने स्वयं के व्यवहार में हेरफेर करने के लिए प्रेरित करता है। उनकी प्रकृति और किसी के हष्टिकोण के आधार पर, मानदंड समाज के विभिन्न वर्गों को सकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकते हैं (जैसे जन्मदिन समारोह में भाग लेना, सर्दियों में गर्म कपड़े पहनना) और नकारात्मक (जैसे नस्लवाद, नशीलीं दवाओं का उपयोग)।

रचनात्मकता :

रचनात्मकता एक मौलिक मानवीय गुण है। इसे जनजातियों द्वारा उपकरण के लिए प्राकृतिक वस्तुओं के अनुकूलन और कला और संगीत की विशिष्ट मानवीय गतिविधियों में देखा जा सकता है। यह रचनात्मक आवेग आधुनिक समाज में फैशन, प्रौद्योगिकी और भोजन में निरंतर परिवर्तन की व्याख्या करता हैं। लोग अपने सामाजिक समूह के भीतर खुद को अलग करने के लिए कला और साहित्य जैसे रचनात्मक प्रयासों का उपयोग करते है। वे अपनी रचनात्मकता का उपयोग पैसा बनाने और दूसरों को अपने विचारों के मूल्य के लिए मनाने के लिए भी करते हैं।

धर्म और अध्यात्म :

मानव व्यवहार का एक अन्य महत्वपूर्ण पहलू धर्म और आध्यात्मिकता है। प्यू रिसर्च सेंटर की रिपोर्ट के अनुसार, दुनिया भर में 54% वयस्क कहते हैं कि उनके जीवन में धर्म बहुत महत्वपूर्ण है। दुनिया भर में कई लोगों के जीवन में धर्म एक बड़ी भूमिका निभाता है, और यह दूसरों के प्रति उनके व्यवहार को प्रभावित करता है। उदाहरण के लिए, इस्लाम के पांच स्तंभों में से एक जकात है। यह वह प्रथा है जिसके तहत मुसलमानों को अपनी संपत्ति का 2.5% जरूरतमंद लोगों को दान करने की आवश्यकता होती है। कई धार्मिक लोग नियमित रूप से अपने धर्म के अन्य सदस्यों के साथ सेवाओं में भाग लेते हैं। वे धार्मिक अनुष्ठानों और दिवाली और ईष्टर जैसे त्योहारों में भाग ले सकते हैं।

रवैया :

हष्टिकोण किसी व्यक्ति, स्थान, वस्तु या घटना के प्रति पक्ष या प्रतिकूलता की अभिव्यक्ति है। यह प्रत्येक व्यक्ति के बीच बदलता है, क्योंकि हर कोई अलग–अलग चीजों के प्रति अलग–अलग हष्टिकोण रखता है। एक मुख्य कारक जो रवैया निर्धारित करता है वह पसंद और नापसंद है : जितना अधिक कोई किसी चीज या किसी को पसंद करता है, उतना ही अधिक खुलने और स्वीकार करने के लिए होता है कि उन्हें क्या पेशकश करनी है; किसी को कुछ नापसंद है, तो उनके रक्षात्मक होने और बंद होने की संभावना अधिक होती है।

एक व्यक्ति का रवैया किसी के मानवीय व्यवहार को कैसे प्रभावित करता है, इसका एक उदाहरण किसी बच्चे को पार्क या डॉक्टर के पास ले जाना जितना आसान हो सकता है। बच्चे जानते हैं कि वे पार्क में मौज–मस्ती करते हैं इसलिए उनका रवैया इच्छुक और सकारात्मक हो जाता है, लेकिन जब एक डॉक्टर का उल्लेख किया जाता है, तो वे बंद हो जाते हैं और दर्द के विचार से परेशान हो जाते हैं। मनोवृतियां व्यक्तित्व को और लोगों के देखने के तरीके को गढ़ सकती हैं कि हम कौन हैं। समान हष्टिकोण वाले लोग एक साथ रहना पसंद करते हैं क्योंकि रूचियां और शौक आम हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि अलग–अलग हष्टिकोण वाले लोग बातचीत नहीं करते हैं, तथ्य यह है कि वे करते हैं। इसका मतलब यह है कि विशिष्ट हष्टिकोण लोगों को एक साथ ला सकते हैं (जैसे, धार्मिक समूह)। एक इंसान का व्यवहार बहुत कुछ इस बात पर निर्भर करता है कि वह स्थिति को कैसे देखता है और उससे क्या हासिल करने की उम्मीद करता है।

मौसम और जलवायु :

मानव व्यवहार पर मौसम और जलवायु का महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। किसी देश का औसत तापमान उसकी परंपराओं और लोगों की दैनिक दिनचर्या को प्रभावित करता है। उदाहरण के लिए, स्पेन कभी मुख्य रूप से कृषि प्रधान देश था, जिसकी अधिकांश श्रम शक्ति खेतों में काम करती थी। स्पेनियों ने दोपहर की भीषण गर्मी से निपटने के लिए दोपहर के भोजन के बाद की झपकी लेने की परंपरा विकसित की। हालांकि, यह पहले की तुलना में आज कम आम है। नॉर्वे एक उतरी देश है जहां औसत ठंडे तापमान और सर्दियों में दिन के उजाले कम होते हैं। इसने इसकी दोपहर के भोजन की आदतों को आकार दिया है। नॉर्वेजियन के पास आधे घंटे का लंच ब्रेक निश्चित है। इससे उन्हें पहले घर जाने में मदद मिलती है, कई लोग दोपहर तीन बजे काम छोड़ देते हैं। यह उन्हें शेष दिन के उजाले का अधिकतम लाभ उठाने की अनुमति देता है। उच्च तापमान और हिंसक अपराध के बढ़े हुए स्तरों के बीच एक संबंध है। ऐसा क्यों है, इसके लिए कई सिद्धांत हैं। सिद्धांत के अनुसार, गर्म मौसम में लोग बाहर जाने के लिए अधिक इच्छुक होते हैं, और इससे अपराधियों के लिए अवसरों की संख्या बढ़ जाती है। दूसरा यह है कि उच्च तापमान एक शारीरिक प्रतिक्रिया का कारण बनता है जो लोगों की चिड़चिड़ापन को बढ़ाता है, और इसलिए हिंसा में कथित मामूली वृद्धि की संभावना है।◆

मन की भाषा, प्रेम की भाषा
हिंदी है भारत जन की भाषा

मृत्यु से डर

राहुल रंजन सिन्हा
निम्न श्रेणी लिपिक
शाखा कार्यालय, गोवालपारा

डर व्यक्ति का एक साधारण मानसिक प्रकिया है जिससे कोई भी मानव या कहें तो प्रत्येक सजीवीय प्राणी अछूता नहीं रहा है। डर एक मन मस्तिस्क मे किसी अंजान परिदृश्य के बारे में ऐसी अवधारणा है जिसके बारे मे उसे सटीक जानकारी नहीं प्राप्त हो।

मृत्यु भी एक ऐसा अटल सत्य है जो पृथ्वी पर सभी सजीव या निर्जीव वस्तुओं को होना तय है। सिर्फ सजीव या निर्जीव मे इतना ही अन्तर हो सकता है की निर्जीव के खत्म होने पर हम उसे नष्ट होना कहते हैं और सजीव के खत्म होने पर हम उसे मृत्यु होना कहते हैं।

हम सभी जानते है कि मृत्यु एक अटल सत्य है परंतु हमे इस से डर क्यूँ लगता है ? इसका जवाब खोजने के लिय हमने कुछ फिलोस्फर को पढ़ा था, कुछ धार्मिक व्यक्तियों को सुना इससे हमने कुछ निष्कर्ष निकाल पाया:

मृत्यु एक ऐसी कड़ी है जो जन्म के बाद से लेकर मृत्यु तक होने वाले घटनाओं के स्मरण और मृत्यु के बाद होने वाले घटनाओं के बाद की परिसंकल्पना जो मानव के दिल और दिमाग को झकझोरने पर मजबूर करता रहता है।

मृत्यु के बारे मे सोंच कर पहला स्मरण यह होता है की मेरे जाने के बाद मेरे परिवार का क्या होगा, संसार मे हो रही मेरे अस्तित्व का क्या होगा, लोग मेरे बारे मे कैसे कैसे बात करेंगे आसान शब्दों मे कहें तो लोग मोह माया मे ऐसे जकड़े होते है की उसे छोड़ना नहीं चाहते हैं। परंतु ये सारी बाते निराधार है इस से किसी व्यक्ति को कोई लेना देना नहीं है। पहली बात ये इस दुनिया में कितनी आए, कितने गए। मानव को ईश्वर ने एक अनमोल उपहार दिया है जो है "भूलने की कला" जो आप और हम सभी भूला दिये जायेंगे। दूसरी बात यह है की हमे यह बात तनिक भी समझ नहीं रखना चाहते है की हम प्रत्येक दिन एक मृत्यु को प्राप्त कर रहे हैं और दूसरे जन्म में आ रहे है जैसे सोंचिए जब हम पैदा हुए होंगे तो हमारी स्मृतियां कैसी रही होगी या साधारण भाषा में कहे तो हम किस मोह माया मे जी रहे होंगे। हमे ऐसे लगता होगा की हमारा संसार वही प्राणी है जो हमे दूधवासन करवाती है, उसके बिना जीना बड़ा हीं मुश्किल रहा होगा फिर हमारा मृत्यु हुआ है हम शैल अवस्था से शिशु अवस्था मे जन्म लिए, तब हमारा मोह हमारी खिलौने और माता पिता थें, फिर शिशु अवस्था से बाल अवस्था मे आए, तब मोह माया कुछ और था अब युवा अवस्था मे है तो मोह माया कुछ और है। यहाँ पर मेरा एक प्रश्न है पूरे मानव समाज से जब आप बाल अवस्था मे थें तब अगर आपके माता पिता किसी को कोई कष्ट होता था, तब जो आपको पीड़ा का अनुभव था वैसी अनुभव आज भी होता है क्या ? कभी अकेले मे बैठकर इस प्रश्न को खुद से पूछिएगा। इस पश्न का जबाब अभी तक मैं लंबे समय से ढूंढ रहा हूँ, आने वाले कुछ वर्षो मे वृद्ध अवस्था मे हमारी मोह माया कुछ और होंगी तो हम किस मृत्यु से डर रहे है। दूसरा सबसे बड़ा प्रश्न यह है मृत्यु के बाद क्या होता है ? हमने कुछ पुस्तकों के अध्ययन के बाद पाया की मृत्यु के बाद कुछ नहीं होता है। ऐसा माना गया है की मानव शरीर की बनावट ऐसी है जिसके समायेजन से उसके अंदर एक चेतना आती है,

मानव को ईश्वर ने एक अनमोल उपहार दिया है, वो है- "भूलने की कला"... आप और हम सभी भूला दिये जायेंगे।

समायोजन खत्म, चेतना खत्म। आत्मा है ही नहीं। अगर आत्मा होती तो किसी व्यक्ति के कोमा मे जाने से आत्मा कहाँ जाती है इसका जवाब जरूर मिल जाता जब वह कोमा से वापस आता। ऐसा है कि मानव शरीर एक खिलौने की भाँति है जैसे किसी खिलौने मे से बैटरी या कोई वोल्ट निकाल ली जाती है तो सिर्फ बनबाट रह जाता और उसकी कार्यात्मक शक्ति चली जाती है।

और अगर धार्मिक ग्रंथो को किया जाए तो उसमे आत्मा को पूरो तरह से स्वीकार किया गया है परंतु ऐसे माना जाता है की अगर किसी शरीर मे से आत्मा निकलती है तो उस आत्मा की गति उसके कर्मों का अनुसरण करते हुए चलती है ''अच्छे कर्म अच्छी गति, बुरे कर्म बुरी गति'' परंतु ये कहीं नहीं माना गया है की आत्मा की स्मृतियाँ पुराने जन्म या शरीर की ओर देखती है।◆

भारत @ जी 20
आशा, सद्भाव और शांति की अध्यक्षता

ग्रुप ऑफ ट्वेंटी (G20) अंतरराष्ट्रीय आर्थिक सहयोग का प्रमुख मंच है। यह सभी प्रमुख अंतरराष्ट्रीय आर्थिक मुद्दों पर वैश्विक संरचना और अधिशासन निर्धारित करने तथा उसे मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। भारत 1 दिसंबर 2022 से 30 नवंबर 2023 तक G20 की अध्यक्षता करेगा।

G20 की स्थापना : G20 की स्थापना में एशियाई वित्तीय संकट के बाद वित्त मंत्रियों और केंद्रीय बैंक के गवर्नरों के लिए वैश्विक आर्थिक और वित्तीय मुद्दों पर चर्चा करने के लिए एक मंच के रूप में की गई थी।

G20 के सदस्य : ग्रुप ऑफ टवेंटी (G20) में 19 देश (अर्जेंटीना, ऑस्ट्रेलिया, ब्राजील, कनाडा, चीन, फ्रांस, जर्मनी, भारत, इंडोनेशिया, इटली, जापान, कोरिया गणराज्य, मैक्सिको, रूस, सऊदी आरब, दक्षिण अफ्रीका, तुर्किये, यूनाइटेड किंगडम और संयुक्त राज्य अमेरिका) और यूरोपीय संघ शामिल है। G20 सदस्य देशों में वैश्विक सकल घरेलू उत्पाद का लगभग 85% वैश्विक व्यापार का 75% से अधिक और विश्व की लगभग दो–तिहाई आबादी है।

- G20 लोगो भारत के राष्ट्रीय ध्वज के जीवंत रंगों – केसरिया, सफेद और हरे, एवं नीले रंग से प्रेरित है। इसमें भारत के राष्ट्रीय पुष्प कमल को पृथ्वी ग्रह के साथ प्रस्तुत किया गया है जो चूनौतियों के बीच विकास को दर्शाता है। पृथ्वी जीवन के प्रति भारत के पर्यावरण अनुकूल हष्टिकोण को दर्शाती है, जिसका प्रकृति के साथ पूर्ण सामंजस्य है। G20 लोगो के नीचे देवनागरी लिपि में ''भारत'' लिखा है।

- भारत का G20 अध्यक्षता का विषय – ''वसुधैव कुटुम्बकम'' या ''एक पृथ्वी. एक कुटुंब. एक भविष्य'' – महा उपनिषद के प्राचीन संस्कृत पाठ से लिया गया है। अनिवार्य रूप से, यह विषय सभी प्रकार के जीवन मूल्यों – मानव, पशु, पौधे और सूक्ष्मजीव – और पृथ्वी एवं व्यापक ब्रहमांड में उनके परस्पर संबंधों की पुष्टि करता है।

- लोगों और विषय (थीम) एक साथ भारत की G20 अध्यक्षता का एक सशक्त संदेश देते हैं, जो दुनिया में सभी के लिए न्यायसंगत और समान विकास के प्रयास को दर्शाता है। क्योंकि आज जब हम एक स्थायी, समग्र, जिम्मेदार और समावेशी तरीके से इस चुनौतीपूर्ण समय से गुजर रहे हैं तो ऐसे समय में ये G20 अध्यक्षता के लिए हमारे आसपास के पारिस्थितिकी तंत्र के अनुकूल जीवन से संबंधित हमारे विलक्षण भारतीय नजरिये को दर्शाते हैं।

- भारत के लिए, G20 अध्यक्षता ''***अमृतकालं***'' की शुरूआत है, जो 15 अगस्त 2022 को स्वतंत्रता की 75 वीं वर्षगांठ से शुरू होकर एक भविष्यवादी, समृद्ध, समावेशी और विकसित समाज, जिसकी मुख्य विशेषता मानव–केंद्रित हष्टिकोण है, के लिए अपनी स्वतंत्रता की शताब्दी तक 25 वर्ष की अवधि है।◆

डिजिटल डिटॉक्स– आज की आवश्यकता

मनोज कुमार
वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

आज हम सभी के हाथ में स्मार्टफोन है और कथित रूप से हम सभी "स्मार्ट" हो गए हैं। आज हम सभी किसी–न–किसी रूप में सुबह में आंख खुलने से लेकर रात में आंख बंद होने तक इंटरनेट की आभासी दुनिया से जुड़े रहते हैं और इंटरनेट से कनेक्टेड डिजिटल डिवाइस हमें पल भर में सूचनाओं के समंदर तक पहुंचा देता है। सोशल मीडिया के विभिन्न ऐप्पस–फेसबुक, इंस्टाग्राम, यू–ट्यूब, ट्वीटर आदि तमाम ऐसे ऐप्पस हैं जिनका इस्तेमाल हम बेहिसाब करते हैं और हमारे ना चाहते हुए भी हजारों जानकारियां हमारे पास पहुंचती रहती है।

धीरे–धीरे हम कुछ देखने, कुछ जानने और सुनने के एडिक्शन में ऐसे फंसते जाते हैं कि हम डिप्रेसन एडिक्ट और दूसरे कई गंभीर बीमारियों के शिकार हो जाते हैं। दिन भर स्मार्ट फोन, टेबलेट या लैपटॉप पर नजर बनाए रखने की हमारी आदत भी हमारे मानसिक सेहत के लिए आज खतरा बन गई है। अब हम किसी पब्लिक गैदरिंग के वक्त एक दूसरे से बात कम और स्मार्टफोन का इस्तेमाल ज्यादा करते हैं। लेकिन कहा गया है ना – **"अति सर्वत्र वर्ज्यंते"** अर्थात जरूरत से ज्यादा हर चीज जहर होती है। सूचनाओं का भी एडिक्ट होना है। वर्चुअल वर्ल्ड में ज्यादा वक्त बिताना हमारे लाइफ स्टाइल के लिए बिल्कुल ठीक नहीं। वैसे आज हमारी एकाग्रता भी इससे भंग होने लगी है। ऐसे मेंलोगों के लिए **डिजिटल डिटॉक्स** पर जाना बेहद जरूरी और मददगार साबित हो सकता है। **स्मार्टफोन, टीवी स्क्रीन और वर्चुअल वर्ल्ड से पूरी तरह दूरी बनाने को ही डिजिटल डिटॉक्स कहते हैं।** इसमें हम एक निश्चित वक्त के लिए पूरी तरह से ऑनलाइन दुनिया को अलविदा कहते हैं और किसी भी डिवाइस पर अपना वक्त खर्च नहीं करते।

जिस प्रकार हम अपने शरीर को आराम देने के लिए सप्ताह में एक दिन का उपवास करते हैं, उसी प्रकार हम कोशिश करें कि सप्ताह में एक दिन डिजिटल फास्ट करें अर्थात एक दिन पूरी तरह इंटरनेट की दुनिया से अलग–थलग।

आखिर क्यों है हमें डिजिटल डिटॉक्स की जरूरत ?

दिमाग में जरूरत से ज्यादा गैर जरूरी सूचनाएं भी हमारी मानसिक सेहत पर बुरा असर डालती है। कभी क्या हमने अपनी आदत पर जरा गौर किया है कि नींद टूटने पर अगर हमारे हाथ में हमारा स्मार्टफोन हाथ न लगे तो हम बेचैन होने लगते हैं। ऐसा अभी हर उम्र के लोगों के साथ होने लगा है। हमेसा ऑनलाइन गतिविधियों में शामिल रहना हमारी सेहत पर भी बहुत ही बुरा असर डाल सकता है।

इंटरनेट का ज्यादा इस्तेमाल करने वाले कई लोग खुद में खोए हुए से दिखाई देते हैं। हम लोगों में से बहुत लोग कभी–कभी खुद से बातें करने लगते हैं, कभी–कभी खुद–ही–खुद हंसने लगते हैं, रोने लगते हैं। कई बार तो ऐसा भी होता है कि कुछ विशेष कंटेंट देखकर ज्यादा हताश हो जाते हैं या कभी बहुत ज्यादा उत्साहित और कई बार तो ऐसा होता है कि कुछ वक्त के लिए हम हमारी एक काल्पनिक दुनिया में ही चले जाते हैं। **ऐसा लगने लगा है कि हम डिवाइस को नहीं बल्कि**

डिवाइस हमें चला रहा है। ऐसा लगता है कि फोन, स्मार्टफोन ही हमारी जिंदगी है, हमारा हमसफर है...। हम अपने पास डिजिटल डिवाइस ना होने पर समाज से आइसोलेट भी हो जाते हैं, कभी-कभी स्लीपिंग डिसऑर्डर भी होने लगता है, व्यग्रता के भी लक्षण दिखाई देने लगते हैं। कहने का मतलब हमारी दिनचर्या बुरी तरह प्रभावित हो जाती है और अच्छी खासी जिंदगी की ऐसी-की-तैसी हो जाती है।

इसलिए आज हमें डिजिटल डिटॉक्स की बहुत आवश्यकता है। **जिस प्रकार शरीर के अंगों से Toxic पदार्थ निकालने की प्रक्रिया को डिटॉक्सिफिकेशन (Detoxification) और डिटॉक्सिसेशन (Detoxication) कहते हैं, उसी प्रकार डिजिटल डिवाइस के प्रति हमारे लत को शरीर से दूर करने की प्रक्रिया को डिजिटल डिटॉक्स कहते हैं।** डिजिटल डिटॉक्स एक प्रकार का self-control है जो धीरे-धीरे लगातार अभ्यास करने से बनता है। डिजिटल डिटॉक्स कभी भी एक बार में नहीं हो सकता। इसके लिए हमें धीरे-धीरे लगातार अभ्यास करने की जरूरत होती है।

डिजिटल डिटॉक्स के लाभ : डिजिटल डिटॉक्स हमको हमारी असली दुनिया से बेहतर तरीके से रू-ब-रू करा सकता है। हम खुद को ज्यादा वक्त दे सकते हैं। अपने बारे में हम ज्यादा बेहतर सोच सकते हैं। अपनी जिम्मेदारियां पूरी कर सकते हैं। अगर हम खुद को ज्यादा वक्त देंगे तो हम अपनी क्षमताओं का बेहतर आकलन कर सकेंगे। हम विभिन्न प्रकार के बीमारियों- चिड़चिडापन, तनाव, अवसाद और कमर व गर्दन में दर्द की समस्या, नींद में कमी की समस्या आदि से छुटकारा पा सकते हैं।

आखिर हम डिजिटल डिटॉक्स कैसे करें ?

अब ऐसा भी नहीं है किडजिटल मीडिया के किसी भी और सभी रूपों को पूरी तरह से हम दूर कर दें- ऐसा भी नहीं है। आज के जमाने में ऐसा करना बिल्कुल असंभव-सा है। डिजिटल डिटॉक्स का मतलब यह नहीं है कि हम खुद को सन्यासी बना लें। हमने तो आज के साधू-संतों को भी मोबाइल फोन का उपयोग करते देखा है। वे भी सोशल प्लेटफॉर्म पर अपने वीडियोज और पोस्ट डालते रहते हैं। डिजिटल डिटॉक्स... बस... एक प्रकार का self-control है जो धीरे-धीरे लगातार अभ्यास करने से बनता है। डिजिटल डिटॉक्स हमारे डिजिटल उपकरणों और मीडिया के उपयोग के प्रति हम हमेशा एक सीमा में बने रहते हैं।

डिजिटल डिटॉक्स के लिए कुछ महत्वपूर्ण चरण हैं -

डिजिटल डिटॉक्स के लिए कुछ महत्वपूर्ण बिंदु है, कुछ महत्वपूर्ण चरण है जिसका पालन करके हम डिजिटल डिटॉक्स कर सकते हैं।

डिजिटल डिटॉक्स के लिए सबसे पहला चरण है- **1. यथार्थवादी बनें-** हम अपने डिजिटल उपकरणों और मीडिया के प्रति अपना मकसद साफ रखें अर्थात् हम अपनी आवश्यकता, अपनी जरूरत को देखें कि हमें इसकी आवश्यकता क्यों है। इसके साथ-ही-साथ, हम डिजिटल प्रौद्योगिकी के उपयोग की सीमा को भी निर्धारित कर सकते हैं।

2. छोटी शुरूआत करें - डिजिटल डिटॉक्स बिल्कुल अचानक से संभव नहीं है। इसके लिए हम प्रत्येक दिन 10 मिनट से 20 मिनट का समय निकालकर शुरू कर सकते हैं। हम घंटे-आधे घंटे के लिए सोशल प्लेटफॉर्म से.... डिजिटल दुनिया से अपने आप को दूर रखें। सोशल मीडिया के लिए भी हम एक समय निर्धारित कर लें। डिजिटल उपवास भी कर सकते हैं। जिस प्रकार हम अपने शरीर को आराम देने के लिए सप्ताह में एक दिन का उपवास करते हैं, उसी प्रकार हम कोशिश करें कि सप्ताह में एक दिन डिजिटल फास्ट करें अर्थात एक दिन पूरी तरह इंटरनेट की दुनिया से अलग-थलग। **इसके लिए हमें थोड़ी अधिक प्रतिबद्धता की आवश्यकता होगी।** ◆

लीला (LILA-Learn Indian Languages through Artificial intelligence)

तथा

लीला हिंदी प्रवाह

Android based मोबाइल तथा टैबलेट में हिंदी स्वयं शिक्षण- लीला प्रबोध, प्रवीण तथा प्राज्ञ पाठ्यक्रम तथा लीला हिंदी प्रवाह

Play Store में जाकर lila-rajbhasha तथा lila pravah डाउनलोड करके इंस्टाल करें।

यह पैकेज विशेष रूप से सरकारी एवं अर्धसरकारी कार्यालयों, सार्वजनिक प्रतिष्ठानों, निगमों और बैंकों के उन कर्मचारियों के लिए लाभप्रद है, जो हिंदी में सभी कार्यालयीन क्रियाकलापों को संपादित करने के लिए क्षमता अर्जित करना चाहते हैं।

लीला (LILA-Learn Indian Languages through Artificial intelligence) स्वयं शिक्षण मल्टीमीडिया पैकेज है। लीला हिंदी स्वयं शिक्षण पैकेज के पाठ्यक्रम कई भाषाओं (अँग्रजी, कन्नड़, मलयालम, तमिल, तेलुगु, बंगला, असमी, उड़िया, मणिपुरी, मराठी, पंजाबी, कश्मीरी, गुजराती, नेपाली तथा बोडो) के माध्यम से हिंदी सीखने के लिए।

लीला हिंदी प्रबोध का लक्ष्य हिंदी के मूल ज्ञान को प्रदान करना है और प्रथम स्तर के पाठ्यक्रम हैं।

लीला हिंदी प्रवीण कक्षा आठ स्तरीय हिंदी पाठ्यक्रम है, जो विशेष रूप से सरकारी और कॉर्पोरेट कर्मचारियों के लिए तैयार किया गया है। यह लीला हिंदी प्रबोध पाठ्यक्रम को पूरा करने के बाद उन्नत हिंदी सीखने के लिए भी उपयोगी है।

लीला हिंदी प्राज्ञ पाठ्यक्रम विशेष रूप से हिंदी में, प्रारूपण, आधिकारिक पत्राचार, नोटिंग, आदेश, ज्ञापन, परिपत्र, प्रेस विज्ञप्ति आदि सीखने के लिए है।

लीला हिंदी प्रवाह : दसवें विश्व हिन्दी सम्मेलन में हिंदी भाषा के प्रचार एवं प्रसार हेतु की गई अनुशंसाओं पर अमल करते हुए राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय के मार्गदर्शन में केंद्रीय हिंदी प्रशिक्षण संस्थान द्वारा हिंदी भाषा का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कार्मिकों के साथ-साथ जनसाधारण को हिंदी भाषा का उच्चतर ज्ञान कराने के लिए ''हिंदी प्रवाह'' नामक एक नया पाठ्यक्रम तैयार किया गया है। ''लीला हिंदी प्रवाह'' से विश्व के प्रत्येक भाग के और प्रत्येक वर्ग के लोग लाभान्वित होंगे। ''हिंदी प्रवाह'' में अलग-अलग विधाओं के कुल 20 पाठ संकलित किए गए हैं। प्रत्येक वर्ग के पाठक की रुचि के अनुरूप पाठों को ''हिंदी प्रवाह'' में स्थान दिया गया है।

''हिंदी प्रवाह'' का भाव पक्ष जितना सबल है, तकनीकी पक्ष भी उतना ही मजबूत है। इस पाठ्यक्रम की भी ''लीला पैकेज'' प्रबोध, प्रवीण एवं प्राज्ञ की भाँति अंग्रेजी के अलावा 14 भारतीय भाषाओं क्रमशः असमयि, बोडो, बांग्ला, गुजराती, कन्नड़, कश्मीरी, मलयालम, मणिपुरी, मराठी, नेपाली, उड़िया, पंजाबी, तमिल एवं तेलुगू के माध्यम से जनसाधारण तक ऑनलाइन वेबवर्जन एवं मोबाइल ऐप के रूप में उपलब्ध कराया गया है।

''लीला हिंदी प्रवाह'' के वेबवर्जन एवं मोबाइल ऐप के लिए तैयार किए गए सभी पाठों को, ''पाठ एवं शब्दावली'' नामक दो भागों में विभाजित किया गया है। पाठभाग में ऑडियो-वीडियो सुविधा के साथ-साथ चयनित भाषा में अनुवाद प्राप्त करने के सुविधा उपलब्ध है। शब्दावली भाग में पाठ के सभी शब्दों के अर्थ यूजर द्वारा चयनित भाषा में भी दिए गए हैं।

''लीला हिंदी प्रवाह'' के वेबवर्जन एवं मोबाइल ऐप में पाठों से संबंधित शब्दों को समझने एवं समझाने के लिए बृहत शब्दावली की व्यवस्था भी की गई है। इस बृहत शब्दावली में पाठों में सम्मिलित शब्दों के अर्थ यूजर द्वारा चयनित भाषा में वर्णक्रमानुसार दिए गए हैं। इस भाग की विशेषता यह है कि इसमें शब्दों के उच्चारण के साथ-साथ रिकॉर्ड एवं कम्पेयर सुविधा भी उपलब्ध करवाई गई है। यूजर, पाठ में आए शब्दों का अर्थ अपनी भाषा में देखने एवं जानने के अलावा हिंदी में उनका उच्चारण सुनने के बाद स्वयं उस शब्द की बोलकर रिकॉर्ड कर सकते हैं और फिर मूल शब्द एवं स्वयं द्वारा रिकॉर्ड किए हुए शब्द को एक के बाद एक सुनकर उच्चारण संबंधी अपनी कमियों को दूर कर सकते हैं। यूजर, अपनी सुविधा के अनुसार जब चाहें, जितना चाहें और जितनी बार चाहें, इस पाठ्यक्रम को पढ़ सकते हैं।

अंत में यह कहना उचित होगा कि ''हिंदी प्रवाह'' राजभाषा विभाग की और से गागर में सागर भरने का एक प्रयास है।

साभार -

राष्ट्रीय सूचना-विज्ञान केन्द्र (एन आई सी - राजभाषा विभाग)

National Informations Centre (NIC-Department of Official Language)

पापा

प्रियंका सरकार
निम्न श्रेणी लिपिक
चिकित्सा आयुक्त का कार्यालय

पापा खुदा का एक फरिश्ता है
जो बाहर से दीखते सख्त हैं
परंतु अपने बच्चों के लिए
कुछ भी हद पार कर लेते हैं
रात दिन मेहनत करते हैं
सर पर घर की सारी जिम्मेदारी लेते हैं
बच्चों की जिंदगी रोशन करते हैं
और खुद की जिंदगी परवाह नहीं करते
कभी डांटते हैं तो कभी जिंदगी की सीख भी देते हैं
कभी कुछ देने से मना करते हैं
तो अगले दिन ही बैग भरकर चीजे लाते हैं
जितना भी दुख हो, वह नहीं दिखाते
परंतु अपने बच्चों की आंखों में आंसू नहीं देख पाते
पूरी दुनिया के साथ लड़ बैठते हैं
लेकिन अपनों के ऊपर एक आंच नहीं आने देते
कभी दीवाली में कुछ ज्यादा मांगने पर
कभी ना नहीं करते
परंतु खुद पुराने कपड़े पहनते हैं
और खुशी-खुशी सबकी जरूरतें पूरी करते हैं
पापा इंसान नहीं बल्कि खुदा का एक फरिश्ता है
जिसके साये में औलाद की खुशियां बसती है◆

मां

रीना देवी
संविदा कर्मचारी

जीवन के इस परती जमीन पर
उपस्थिति आपकी बीज की तरह
जिसमें यथार्थ मेरे जीवन की
तमाम संभावनाएं निहित हैं

आप, जैसे घनघोर अंधकार में
टिमटिमाते हुए दीपक की लौ
स्वर्णमय-से स्वप्न, जिसे देखकर
क्रूर यथार्थ-सी जिंदगी में
कुछ क्षण राहत की सांस लेते हैं

आप, जैसे ढलती सूरज की वह रोशनी
जिसके साये तले रंग भरते बादल के
बनते बिगड़ते से वह टुकड़े
जिन्हें हम जोड़ मनचाहा चित्र बनाकर
अपना अनचाहा दर्द समेटे क्षण-भर मुस्कुराते हैं

आप, जैसे बेतहाशा दौड़ती जिंदगी के बरगद वृक्ष
जिसके छांव तले हम सुस्ता लेते हैं
रेगिस्तान की मानिंद वियावान-सी जिंदगी में
रेगिस्तान में खिले फूल-सी है
आपके होने भर से जिंदगी में बहार है
मां, एक आप ही तो जीने का आधार हो◆

अंडमान – अछूता स्वर्ग

राहुल गौतम

उ.श्रे.लि., प्रशासन शाखा

"नीला समंदर और तुम" स्वागत है आपका अंडमान में, धरती का वो हिस्सा जो आपको सोचने में मजबूर कर दे कि कहीं आप सपना तो नहीं देख रहे। इसकी की सुंदरता और मनमोहक दृश्य को कोई भी अपने शब्दों से बयान नहीं कर सकता क्योंकि यह एक एहसास है जो सिर्फ महसूस किया जा सकता है। और मुझे इस बात की खुशी है की मैंने वह महसूस किया और उसी से कुछ आप के साथ बांटना चाहता हूं। जैसा की आप जानते हो अंडमान, हमारे देश का एक केंद्र शासित द्वीप है जो बंगाल खाड़ी मे स्थित है और इसकी राजधानी पोर्ट ब्लेयर है। यहां की आबादी लगभग 4.50 लाख है।

यात्रा का तरीका :

- हवाई जहाज – पोर्ट ब्लेयर एक मात्र हवाई अड्डा है और आप देश के प्रमुख शहरों से यहां तक पहुंच सकते हो। (जैसे की दिल्ली, कोलकाता, मुंबई, चेन्नई)।
- जल मार्ग – कोलकाता, विशाखापतनम, चेन्नई, कोच्ची। बोली जाने वाले भाषा : हिन्दी, तमिल, बंगाली।

पर्यटक स्थल : अंडमान अपने प्राकृतिक नजारों के अलावा जल क्रीडा के लिए भी बहुत प्रसिद्ध है और मैंने उनमें से कुछ का अनुभव अपने साथ समेट लिया। एक पर्यटक स्थल होने के कारण यहां आपको हर तरह का होटल और भोजन मिल जाएगा। यहां की एक सबसे अच्छी बात यह है की यहां आपको घूमने के लिए सस्ते किराए पे मोटर साइकल मिलता है जिस से आप पूरा द्वीप घूम सकते हैं। यहां पर आने का सबसे अच्छा समय है दिसम्बर – मार्च तक। हाल ही मे भारत सरकार ने यहां के द्वीप के नए नाम घोषित किए है–

- नेताजी सुभाष चन्द्र द्वीप
- शहीद द्वीप
- स्वराज द्वीप

अंत मे बस इतना ही कहना चाहूँगा की हो सके तो आपके अगले घूमने जाने की मंजिल को बदलकर अंडमान कर लें, शायद आप को जीवन का एक अनमोल एहसास मिल जाए।

◆◆◆

देश की ऊँची शान करें,
हम हिंदी में काम करें।

कालू

दीक्षा दास
एम.टी.एस., वसूली शाखा

यह कहानी मेरे दादाजी के पालतू कुत्ते की है। असम के एक शहर सिल्चर मे मेरे दादाजी अपने परिवार के साथ रहते थें। तब मेरे पिताजी का जन्म नहीं हुआ था। मेरे ताऊ जी भी बहुत छोटे थें। उनके पास एक कुत्ता था जिसका नाम कालू था, वह एक काले रंग का इंडी नस्ल का कुत्ता था। सभी आस पड़ोस के लोग उससे प्यार करते थें। गर्मी के दिनो मे एक दोपहर मेरे ताऊ जी गाँव में घूमने निकले थे, जब उनका सामना मवेशियों के झुंड से हुआ, क्योंकि वह एक बच्चे थें, उन्हे नहीं पता था पड़ोसी क्या करना है और वह डर गए। मदद के लिए चिल्लाने लगे। लेकिन उनका रोना व्यर्थ था क्योंकि अधिकांश पड़ोसी अपने काम में व्यस्त थें।

उस समय कालू ने मेरे ताऊ जी की मदद के लिए पुकार सुनी और वह उन्हें बचाने के लिए आया। वह मवेशियों के झुंड और ताऊ जी के बीच खड़ा हो गया और भौंकने लगा। जैसे ही मवेशी ताऊ जी के पास आने लगे, कालू वहां खड़ा ही रहा और तब तक उसकी रक्षा करता रहा जब तक कि कोई उनकी मदद के लिए नहीं आ गए। जब आस पड़ोस के लोगो ने उसकी भौंकने की आवाज सुनी तो वे देखने आए कि क्या हो रहा है, और जब उन्होंने देखा कि कालू किस तरह ताऊ जी की रक्षा कर रहा है तो वे चकित रह गए और ताऊ जी की मदद करने आए। पड़ोसियों ने मेरे ताऊ को सही सलामत तरीके से घर ले आए और सभी ने मेरे दादाजी को कालू की बाहादुरी की कहानी सुनाई। यह कालू की कई कहानियाँ में से एक थी। वह एक बहादुर और बहुत ही प्यारा कुत्ता था।

उसकी और एक बात थी की वह सिनेमा हॉल में फिल्मों देखना भी पसंद करता था, सिनेमा हॉल का गार्ड उसके लिए विशेष रूप से एक सीट आरक्षित करता था ताकि वह दूसरों को परेशान किए बिना फिल्में देख सके। उसने मेरे ताऊ जी और उनके परिवार के साथ एक खुशहाल जीवन व्यतीत किया। ◆

वर्तमान में आठवीं अनुसूची में 22 भाषाएं हैं जो निम्न प्रकार है -

1. हिन्दी	7. कन्नड़	13. मराठी	19. सिन्धी
2. बंगला	8. कश्मीरी	14. नेपाली	20. तमिल
3. असमिया	9. कोंकणी	15. उड़िया	21. तेलुगू
4. बोडो	10. मैथिली	16. पंजाबी	22. उर्दू
5. डोगरी	11. मलयालम	17. संस्कृत	
6. गुजराती	12. मणिपुरी	18. संथाली	

अकड़

राहुल रंजन सिन्हा
निम्न श्रेणी लिपिक
शाखा कार्यालय, गोवालपारा

अकड़ क्या है ? मेरा मानना है की अकड़ अभिमान का बिगड़ा हुआ रूप घमंड का शायद बड़ा भाई होगा ? क्यूंकि अकड़ ऐसे मनुष्य मे आने की संभावना हो सकती है जिसे अभी अभी थोड़ी सी शक्ति प्रदान हुई हो या दी गई हो और संभवत: अल्पकालीन हो। अब ऐसे मे उस व्यक्ति के अंतरात्मा मे बेचैनी पैदा होने लगेगी की कहाँ शक्ति का प्रयोग करें और उनके पास इतनी सूझ बूझ भी नहीं है की सही जगह पर प्रयोग कर पाये तो वो उस शक्ति का दुरुपयोग करने की संभवना शत प्रतिशत रहती है।

जैसे मान लो एक आदमी जिसे इस संसार मे हमेशा लोगो के सामने सर झुकाने मे जीवन बीत रहा हो और अचानक उसे ऐसे शक्ति मिल जाए जिस से लोगो को डराया जा सकता है, तो वह जरूर अपने ऊपर हुए अत्याचारों का बदला वैसे व्यक्ति से ले लेगा जो शायद उसे कभी मिला न हो पर अंदर से उसे बदला लेने की पड़ी थी तो किसी न किसी से जरूर लेगा।

हमने अपने आम जीवन मे ऐसे उदाहरण देखने को मिलता रहता है जैसे अभी किसी ने हाल ही में मोटर साइकल खरीदी हो तो वह अपनी अकड़ रिकशा वाले पर जरूर दिखाएगा। अगर किसी ने कार ले ली हो तो मोटर साइकल वाले पर अपनी अकड़ जरूर दिखाएगा। वैसे ही किसी ने हाल ही मे पुलिस की नौकरी प्राप्त की हो तो आम आदमी पर अपनी अकड़ दिखाने की कोशिश करेगा। परंतु देखा गया है जब कोई बड़े पद पर चला जाता है तो उसी अकड़ में कभी आने लगती है और सहज हो जाता है जबकि उसके पास अत्यंत शक्ति होती है इसका एक ही निष्कर्ष निकलता है की अकड़ का मुख्य कारण अल्पज्ञानता, अल्पशक्ति है। किसी विद्वान व्यक्ति ने कहा है की **"अधजल गगरी छलकट जाए"**।

हमे प्रतिदिन ऐसे व्यक्ति से मुलाकात होने की संभावना रहती है। हमारे ही एक एक मित्र हैं उनके किसी दूर के रिश्तेदार का जान पहचान किसी बड़े पदाधिकारी से है। इतेफाक से एक बार उन्होने हमारे मित्र से भी मुलाकात करवा दी। अब क्या है हमारे मित्र अपने गाँव मे हर किसी से कहते फिरते हैं की अगर कोई काम हो तो बोलना हमे बड़े बड़े लोगो के साथ उठना बैठना है। किसी से झगड़ा होने पर धमकी भी देते है कि मै तुम्हें देख लूँगा, मुझे नहीं पहचनता, मै कौन हूँ ? कभी कभी आप और हम सभी मे अकड़ आ जाती है और कुछ इस तरीके का कांड कर बैठने है। मैंने अपने किए गए ऐसे कृतों का विश्लेषण किया है तो पाया है की उस वक्त के पहले हमे कोई न कोई अल्पकालीन शक्तियाँ प्राप्त हुई थी और उसी मे मै मदहोश था। हमने हमेशा पियकड़ों से कहते सुना है की तुम मुझे नहीं जानते, मै तुझे देख लूँगा। ऐसा इसलिए ऐसा बोलते हैं की उन्हें अभी अभी अल्पकालीन नशे की शक्ति प्राप्त है, सच्चाई यह की वह एक झापड़ किसी के झेलने की स्थिति मे नही होता है।

हमे राह चलते, किसी जगह, किसी भी समय ऐसे लोग मिल सकते है, हमे ऐसे लोगो पर गुस्सा नहीं करनी चाहिए। दया का भाव रखते हुए सोचना, चाहिए बेचारा, कितना अज्ञानी है। ◆

मंजिल

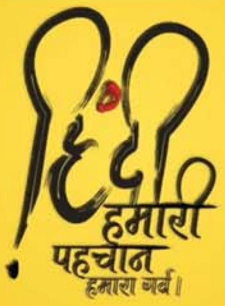
प्रवीन कुमार
एम.टी.एस., राजभाषा शाखा

पाना है जो मुकाम वो अभी बाकी है
आए हैं जमीन पर,
आसमान की उड़ान अभी बाकी है
अभी तो बीज बोया है, पेड़ बनना बाकी है
छांव में पले हैं बहुत, थोड़ा तपना अभी बाकी है
जिंदगी के समुद्र को किनारा देना बाकी है
अधूरे सपनों को पूरा करना बाकी है
जमीन से आसमान तक की सैर अभी बाकी है
अभी तो सिर्फ नाम मिला है
अभी इस नाम का पहचान बनाना बाकी है
अभी इस नाम का पहचान बनाना बाकी है। ◆

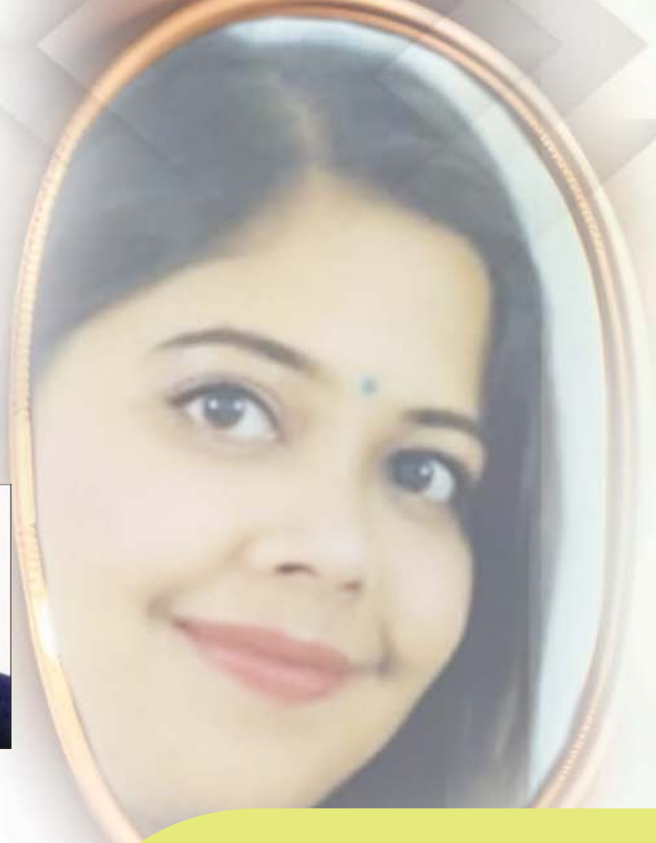
जलवायु परिवर्तन

दर्पणा दास
उ.श्रे.लि., राजस्व शाखा

जलवायु परिवर्तन की बात तो सब करते हैं पर
इंसानी परिवर्तन की बात कोई ना करे
यदि इंसान सुधरे तो सब सुधरे
प्रकृति फिर अपना असली रूप धरे
यह कटते वृक्ष, यह सूखती नदियां, यह सिमटने पर्वत
एक रोज यूं ही खत्म हो जाएंगे
आज हम कुछ कर सकते हैं
इस रोती हुई प्रकृति के आंसू हम पोछ सकते हैं
क्यों धोखा कर रहें हम खुद के साथ
आने वाली पीढ़ी को दे रहे अभिशाप
हमारा मौसम बेघर होने लगा है
जंगल, पेड़, पहाड़, समंदर सब कुछ कट रहा है
आसमान से उतरे मौसम सारे बंजर होने लगे हैं
पानी पानी हो गया है देश मेरा
पानी के इन बूंदों से समुद्र में अवसाद की तरह
अवसाद और चिंता हमारे मन में होने वाले जलवायु परिवर्तन है
धैर्य से आएं, हम सब इस अंधकार को जीते ◆



**अपने वतन की
सबसे प्यारी भाषा,
हिंदी जगत की
सबसे न्यारी भाषा।**



राह

अनूप थॉमस

फार्मासिस्ट, चिकित्सा शाखा

उठो जरा, जागो जरा
फूल है, मधुर भरा
सूरज की किरणों से सजा
राह है सामने
उठो जरा, चलो जरा
राह है हरा–भरा
ऊपर नीला, नीचे हरा
फिर भी, बीच में ना एकता मिला
चलो जरा बढ़ो जरा
सोना है तो सो जरा
पर राह से हटो मेरा
खाई को जरा दबा
रूको जरा, सोचों जरा
कोमल पत्तों से भी नजर मिला
ना देख आगे, ना देश पीछे
अपने स्थान को देख
तुम बढ़ो, आगे आगे बढ़ो
मंजिल को नया रंग दो
पर भूलो नहीं तेरी राह
पूरा करो तेरी चाह
उठो जरा, बढ़ो जरा
सोचों जरा, बढ़ो जरा
यह कल का नियम है भला ।◆

आईना

दर्पणा दास

उ. श्रे. लि., राजस्व शाखा

जीवन एक दर्पण की तरह है
हर उम्र में हमें खुद से मिलना है
उम्र गुजरी फरेब खाते हुए
थक गए खुद को आजमाते हुए
जीवन एक दर्पण की तरह है
यदि आप उस पर मुस्कुराते हैं
तो यह भी आपको मुस्कान देगा
दर्पण सच्चाई भी है, छल भी है
वह आज ही है, वह कल भी है
यहां तो लोग चेहरों के पीछे चेहरा छुपाए बैठे हैं
इंसान तो हमारे गलतियां गिनने में लग जाते हैं
मगर दर्पण हमें खुद से मिलाने में लगे रहते हैं
जीवन एक दर्पण की तरह है
इस दर्पण में दर्पण–सी दिखाई देती हूं मैं ।◆

ठंड आ गई

अर्णव आनंद
कक्षा-4, सुपुत्र - मनोज कुमार

दिन अब छोटा होने लगा
रातें लम्बी-लम्बी
सुबह-शाम कुहासा होने लगा
क्योंकि ठंड आ गई

मुंह से धुआं निकलने लगा
धूप अब अच्छी लगने लगी
हाथ-पैर कंपकंपाने लगा
क्योंकि ठंड आ गई

सब लोग स्वेटर पहनने लगे
रातों में कम्बल अच्छे लगने लगे
मौसम ज्यादा सुहावना लगे
क्योंकि ठंड आ गई ।◆

हमारे फौजी वीर जवान

अम्बिका छेत्री
उ.श्रे.लि., राजस्व शाखा

देश की शान, हमारे फौजी जवान
उन्हीं के कारण मिलता हमें सुकून पावन
उनके शौर्य साहस का करना है हमें गुणगान
उनके जैसा कोई नहीं देता देश के लिए बलिदान
आधा पेट, आधी नींद
फिर भी बनाए रखते हैं देश की शान
उन्हीं की कुर्बानियों से है मिलता हमें सम्मान
मां का प्यार बनाता है उन्हें चट्टान सा मजबूत
परिवार से पहले हैं वह मातृभूमि के सपूत
वतन के खातिर हंस-हंसकर दे देते अपनी जान
बलिदानों से भरी जिंदगी ही इनकी पहचान
देश की शान हमारे फौजी वीर जवान
उनकी खातिर अर्पित अपना सौ-सौ बार प्रणाम ।◆

हर घर तिरंगा

किशोर दास
सामाजिक सुरक्षा अधिकारी

भारत आजादी के 75 वें साल के अवसर पर आजादी का अमृत महोत्सव मना रहा है। यह भारत के गौरवशाली इतिहास का जश्न मनाने का भारत सरकार की एक पहल है। इस पहल के तहत 13 अगस्त से 15 अगस्त के बीच लोगों के तिरंगा घर लाने और फहराने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए **हर घर तिरंगा** अभियान शुरू किया गया है।

जुलाई 2002 को गृह मंत्रालय ने भारत के ध्वज संहिता 2002 में संशोधन किया जिसके तहत पॉलिस्टर या मशीन से बने झंडे के साथ-साथ हाथ से काते हुए या हाथ से बने हुए या मशीन से बने सूती, ऊन, रेशम और खादी के बने झंडे की अनुमति दी है। इससे पहले केवल हाथ से बने हुए और सूती, रेशम, ऊन और खादी से बने झंडों की अनुमति थी। पिछले वर्षों में झंडे की मांग आमतौर पर गणतंत्र दिवस, स्वतंत्रता दिवस और गांधी जयती के आसपास हुआ करती थी। हालांकि हर घर तिरंगा के इस अभियान ने इसकी बिक्री कई गुना बढ़ा दी है। पिछले वर्षों में स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर तिरंगे की वार्षिक बिक्री लगभग 100 से 200 करोड़ रूपये थी। कनफेडरेशन ऑफ इंडिया ट्रेडर्स (सीए आई टी) के अनुसार, इस साल हर घर तिरंगा अभियान ने 500 करोड़ रूपए का कारोबार किया है जिसमें 30 करोड़ से अधिक झंडे बिक्री हुए हैं। इस अभियान में भारत के उद्यमियों की क्षमता को भी देखा गया है जहां लगभग 20 दिनों के रिकॉर्ड समय में 30 करोड़ से अधिक झंडे का निर्माण किया गया है। कोविड के कारण पिछले 2 वर्षों में राष्ट्रीय उत्सव का जश्न बड़े पैमाने पर नहीं हुआ था। इस वजह से कारोबार में भी मंदी थी। हालांकि इस अभियान ने बिक्री काफी बढ़ा दिया है जहां राष्ट्रीय ध्वज की अभूतपूर्व मांग दिखाई दी। भारतीय डाक विभाग भी आसान खरीद के लिए राष्ट्रीय ध्वज को ऑनलाइन बेच रहा है। झंडे की मांग में वृद्धि तिरंगे अभियान को व्यवसाय को कॉरपोरेट्स सामाजिक जिम्मेदारी (सीएसआर) का हिस्सा बनाने के सरकार के फैसले से भी जुड़ी है। हाल ही में एक सर्कुलर में कॉर्पोरेट मामले के हर घर तिरंगा अभियान का उद्देश्य लोगों के दिलों में देशभक्ति की भावना को जगाना और भारतीय राष्ट्रीय ध्वज के बारे में जागरूकता को बढ़ावा देना है।

सरकार की इस तरह की पहल का हमेशा स्वागत है, लेकिन सरकार को यह भी ध्यान में रखना चाहिए कि किसी भी कारण से तिरंगे का अपमान ना हो। एक बार जब स्वतंत्रता दिवस समारोह समाप्त हो जाता है तो इसे सम्मान के साथ संभालने की आवश्यकता होती है। हमारे देश के ध्वज संहिता के अनुसार क्षतिग्रस्त झंडा फहराने नहीं जाना चाहिए। उसे सम्मान पूर्वक जला दिया जाना चाहिए या दफन कर दिया जाना चाहिए। **राष्ट्रीय ध्वज इस देश के प्रत्येक नागरिक का गर्व है और इसकी देखभाल के लिए गर्वित नागरिक से बेहतर कौन हो सकता है। यह झंडा हमारे स्वतंत्रता की निशानी है और इस झंडा का सम्मान करना हर एक भारतवासी का कर्तव्य है।** ◆

सरकारी नौकरी नहीं तो कुछ नहीं ?

राहुल गौतम
उ.श्रे. लि., प्रशासन शाखा

किसने बनाया यह नियम
जिसने ढाये लाखों सितम
किसने रची यह साजिश
किसने मचाई ऐसे रंजिश
क्यूं थोपी गई यह मानसिकता
जिसकी नहीं थी कोई आवश्यकता
क्यूं पढ़ाया हमें यह पाठ
जिसकी नहीं थी कोई बात
क्या सरकारी नौकरी ही सिर्फ सम्मान पाने लायक है ?
बाकी सब नालायक है ?
क्यूं हमने बांटा लोगो को नौकरी के आधार पर ?
किसने दिया हमे यह अधिकार ?
जबकि देश की प्रगति मे सबका साथ है
तो फिर क्यूं यह भेद भाव है ?
क्यू हम इस दौड़ मै भाग रहे हैं ?
कहीं हम अपनी प्रतिभा को भूल तो नहीं रहे ?
क्या पता हमारी नसीब मै इससे कुछ बेहतर था ?
लेकिन शायद उस तरफ जाने का साहश न था ?
क्या जिसे मिल गया वह होशियार ?
क्या जिसे न मिला वह बेकार ?
क्या सचिन, लता, यादव पायेंग, मैरी कॉम यह मार्गदर्शक नहीं ?
क्या खेल, संगीत, कला, अभिनय, पर्यावरण संरक्षण यह काम नहीं ?
क्या नारायण मुरथी, सुंदर पिचाई, अदित्या पूरी यह कामयाब नहीं ?
क्या TATA, INFOSYS, HDFC, RELIANCE यह कर्मस्थल नहीं ?
क्यूं तुम मुझे अपने तराजू में तौलते हो ?
क्यूं तुम अपने आप को सर्वश्रेष्ठ मानते हो ?
क्या और कोई विकल्प सम्मान पाने लायक नहीं ?
मेरे पास सरकारी नौकरी नहीं तो क्या मेरा सम्मान नहीं ? ◆

यूं ही नहीं मैं बादल बन गया हूँ

नबजीत बरूआ
उच्च श्रेणी लिपिक
हितलाभ शाखा

यूं ही नहीं मैं बादल बन गया हूँ।
सुखी जमीन को भिगाना है,
सागर तो बहुत हैं तेरे इर्द गिर्द
मगर पीने के काबिल नहीं है।

मीठा है जहर, और दवाई तीखा
फरक तुझे ही समझना है,
नफरत तो दोस्त भी करते हैं
अगर तरक्की ज्यादा हो;

यूं ही नहीं मैं बादल बन गया हूँ।
सुखी जमीन को भिगाना है,
एक बार फिर से ही सही
नयी फसल उगाना है।

यूं ही नहीं मैं बादल बन गया हूँ... ◆

दीपावली आई

अभिनव आनंद

कक्षा–6, सुपुत्र–मनोज कुमार

दीपावली आई, दीपावली आई
घर–घर में खुशियां लाई
कहीं दीया, कहीं मोमबत्ती
कहीं बल्ब की लड़ियां
पूरी दुनिया है रोशनी से जगमगाई

दीपावली आई, दीपावली आई
घर–घर में खुशियां लाई
फुलझड़ियों की है रौशनी
कहीं पटाखों का है धमाका
आतिशबाजी से पूरे आकाश में
इंद्रधनुषी छटा है छाई

दीपावली आई, दीपावली आई
घर–घर में खुशियां लाई
घर–घर में हो रही लक्ष्मी गणेश की पूजा
लग रहा है लड्डुओं का भोग
हो रही सब जगह मंगल आरती से
जीवन में नई खुशियां है छाई

दीपावली आई, दीपावली आई
घर–घर में खुशियां लाई ◆

कारवां

रीना देवी

संविदा कर्मचारी

तो बताओ क्या लिखूं मैं ?
मनभावन, मनोहर, दिल बहलाने वाली शायरी लिखूं
या लिखूं लाखों सिसकियां
कायनात को लफ्जों में बुनूं
या लिखूं उसकी उजड़ती बस्तियां
लिख नहीं सकती इंसानियत, नफरतों के दायरे में
टिकी हुई है इंसानों की बस्तियां
बदली हुई–सी आवाम, सहमी–सी सियासत
बदलते परतों–से लोग
इनसे कैसे हो बगावत
या लिखूं मैं सड़कों के किनारे पड़े लाचार की दास्तां
जो अखबार लिए ढूंढे जीने का रास्ता
तोड़ा होगा उसको भी किसी ने देके अपना वास्ता
या फिर क्या ही करूं मैं उस जुल्म को
दागदार आबरू को, लहूलुहान आंचल को
आखिर परवाह है किसको, लहू किसका है वहां
बने बूत तमाशाई–से हैं
इसलिए यह है तमाशा, क्या यह वार नए लिखूं
सच लिखूं तो लोगों को ना रास आए
झूठ लिखूं तो दिल को ना भाए
तो क्या ? लिखने का कारवां बंद किया जाए....◆

स्मार्ट सीटी और स्मार्ट सिटिजन

राहुल गौतम

उ. श्रे. लि., प्रशासन शाखा

इसमे कोई दो राय नहीं कि कोई भी देश, प्रांत, जिला या शहर तभी प्रगति करता है जब जनता और प्रशासन दोनों मिलकर काम करते हैं। हालांकि ऐसा कम ही देखने को मिलता है हमारे देश, प्रांत या शहर में क्यूंकि हमारी सोंच और नीयत बस माँगने और शिकायत की है। हमें अपना हक और सुविधा दोनों बहुत अच्छी तरह से ज्ञात है लेकिन हमे यह नहीं पता की हमारी कुछ जिम्मेदारी भी है। सच कहे तो हम जानते है लेकिन हमे उसे निभाने की न ही इच्छा और ना ही नीयत।

आज हम अपने अधिकार के लिए इतने जागरूक हो गए है की हमें उसके बदले क्या जिम्मेदारी निभाने चाहिए यह ध्यान नहीं। हम हर बात के लिए सरकार को दोष देते हैं। नाले से लेकर नदी तक, घर से लेकर सड़क तक, बिजली, पानी, स्वास्थ, नौकरी, बेरोजगारी, पढ़ाई, गाड़ी, तेल हर एक वस्तु पर हम ट्वीट करते हैं, फेस्बूक पर पोस्ट करते हैं, इंस्टाग्राम पर हैशटग करते हैं। लेकिन हम से कितने ऐसे जो सड़क पर ट्रेफिक नियम का पालन करते हैं ? कितने ऐसे हैं जो नाले पे कचरा नहीं फेकते ? कितने ऐसे हैं जो जहां तहां नहीं थूकते ? कितने ऐसे हैं जो बिजली, पानी का सदुपयोग करते हैं ? रोजाना हम खबरे पढ़ते हैं की तेज़ गति से दुर्घटना हुई, क्या हमने कभी गति नियंत्रण का पालन किया ? आज भी हमारे देश में आए दिन महिलाओं पर अत्याचार होते हैं, क्या हमने अपनी आदत बदली ? सार्वजनिक जगहों को साफ सुथरा रखना हमारा कर्तव्य है, क्या हमने किया कभी ?

यह आप भी जानते और मैं भी कि हमारा योगदान कितना है समाज में, लेकिन ज्यादातर लोग अपने कर्म को ही समाज का योगदान मानते हैं। लेकिन यह गलत है, हमारी जिम्मेदारी उतनी ही महत्वपूर्ण है जितना कि अधिकार। हम शिकायत करने में माहिर हैं। मोर्चा निकालना, धरणे पर बैठना, लेकिन कोई बुजूर्ग अगर सड़क पार नहीं कर पा रहा तो उनका हाथ थामने वाला कोई नहीं। कोई असहाय व्यक्ति सड़क पर पड़ा हुआ है तो उसे अस्पताल ले जाने के लिए एक हाथ आगे नहीं आता, लेकिन उसकी विडियो रिकॉर्डिंग और फोटो खींचने के लिए हज़ार मोबाइल फोन निकल आते हैं। हम ही है जिसकी वजह से आज हमारा देश तरक्की नहीं कर पा रहा, जितना उसे करना चाहिए था। आप पूछेंगे कैसे ? मैं कहूँगा की सिर्फ अधिकार से आप नागरिक नहीं बन जाते अधिकार के साथ जिम्मेदारी भी निभाना उतनी ही जरूरी है। फर्क यह है की अधिकार न मिलने पर कठोर कानून का प्रावधान है जबकि जिम्मेदारी न निभाने के लिए कोई कानून नहीं। इसका समाधान हमारी मानसिकता ही है क्योंकि प्रशासन जिनता भी प्रयत्न कर ले वो कभी भी शत प्रतिशत हर समस्या का समाधान नागरिक के सहयोग के बिना नहीं कर सकता। इसीलिए मैं आपसे पूछता हूँ, आज हमारे देश मे स्मार्ट सीटी बन रहा है, लेकिन, क्या हम स्मार्ट हैं स्मार्ट सीटी में रहने के लिए ?

◆◆◆

आयुर्वेद और औषधीय पौधे

दिनेश रेड्डी
फार्मासिस्ट, चिकित्सा शाखा

आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियाँ और मसाले स्वास्थ और कल्याण के समग्र दृष्टिकोण में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। आयुर्वेद भारत की एक पारंपरिक चिकित्सा प्रणाली है। आयुवेद आज के जीवन में सच है क्योंकि यह हमें प्रकृति के करीब लाने और हमें ठीक करने और हमें बिना किसी दुष्प्रभाव के स्वस्थ रखने के लिए अपनी प्राकृतिक शक्तियों पर भरोसा करने के सिद्धांत पर आधारित है। हमारे दैनिक जीवन में छोटे-छोटे बदलाव करने से हम स्वस्थ और ऊर्जावान बने रह सकते हैं। प्रत्येक पौधे या जड़ी-बूटी में एक विशिष्ट गुण होता है और इसका उपयोग कई बीमारियों और बीमारियों के इलाज के लिए किया जा सकता। आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियाँ प्रकृति में गैर विषैले होती हैं। उनके पास पोषक तत्वों का समृद्ध स्त्रोत है और एंटी-बैक्टीरिया और एंटीऑक्सीडेंट गुण हैं। आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियों का उपयोग कीट नियंत्रण, प्राकृतिक रंगों और खाद्य पदार्थों, चाय और इत्र के निर्माण जैसे उद्देश्यों के लिए भी किया जा सकता है। आयुर्वेद समग्र कल्याण से संबंधित है और इसका उद्येश्य मन, शरीर और आत्मा के बीच सामंजस्य स्थापित करना है।

औषधीय पौधे और उनके उपयोग :

हिंदी नाम	अंग्रेजी नाम	उपयोग
अनानास	पाइनऐपल	गले में खराश, मधुमेह, हदय रोग, मोटापा
लहसुन	गार्लिक	दाद, पेचिश, घाव
तुलसी	होली बेसिल	अपच, श्वसन रोग
इलायची	कार्डमम	मतली, उल्टी, सूखी खांसी
नीम	मार्गोसा वृक्ष	कुष्ठ रोग, नेत्र विकार, खूनी नाक, आंतों के कीड़े
प्याज	ओनियन	प्रोस्टेट कैंसर, पेट कैंसर
मुसब्बर	एलोवेरा	अल्सर, बर्न इंजरी, पीलिया, मुहांसे
दालचीनी	सिनेमन	जीवाणुरोधी, एंटीसेप्टिक
लंबी मिर्च	लॉन्ग पेपर	दमा, खांसी, अपच
मुलेठी	लिकोरिस	अल्सर, ब्रोंकाइटिस
अश्वगंधा	अश्वगंधा	तनाव सहिष्णुता, प्रतिरक्षा, जोड़ों का दर्द, त्वचा रोग

सबसे बड़ा रूपैया

रंजीत कुमार
उच्च श्रेणी लिपिक
औषधालय-सह-शाखा कार्यालय, मंगलदोई

बाप बड़ा न भैया, सबसे बड़ा रूपैया
गांठ बांध के रख लो इसे, कह गए ये कहवैया
जिसके पास नही रूपैया, करे है मैया-मैया
पैसे वालों को देखो, करवाता ताता-थैया
करवाता ताता थईया, भैया सबसे बड़ा रूपैया
मेला लगे उदास जब रूपैया ना हो पास
ठन-ठन गोपाल का कौन करे विश्वास
तोला जाता इंसाफ से रूपैया
भ्रष्टाचार की औकात रूपैया
जीवन मरण तक काम रूपैया
सारा का सारा ताम-झाम रूपैया
चुनाव की जान रूपैया, दल-बदल की शान रूपैया
गद्दी की मान रूपैया, बागियाँ की ढाल रूपैया
हो कुछ भी पर, है देश की आन-बान-शान रूपैया
बाप बड़ा न भैया, सबसे बड़ा रूपैया। ◆

सफरनामा

निरूपमा सरकार
उच्च श्रेणी लिपिक, रोकड़ शाखा

सफर की राहों में चलते–चलते,
कितने सफर हमने तय किये,
मन में उमंगों के साथ लगता था,
हर सड़क पर हमें नए सपने मिलते हैं।
सफरनामा जीवन का,
हमसे बड़ी कोई किताब नहीं,
जो हम पढ़ते हैं उसमें तो,
बस खुद के पते हमें मिलते हैं।
हर अनजान रास्ते में दौड़ते हुए,
कभी उम्मीद के नए सपने देखते हुए,
कभी खुशियों के लम्हों को जीते हुए,
बस सफर करते हुए आगे बढ़ते रहते हैं।
ये सफर बड़े सुंदर हैं,
मगर रास्ते में कितने मुश्किल आते हैं,
जब तन्हाई और डर घेरते हैं,
तब आस पास से समर्थ आवाजें आती हैं।
जीवन सफर में कोई मुलाकात हो जाए,
तो वो मुलाकात ही काफी होती है,
वो बातें, वो हँसी, वो खुशियां,
जीवन के सफर में हमेशा साथ रहती हैं।
सफर करते हुए दुनिया के अनेक रंग मिलते हैं,
जिंदगी के हर मौसम नए अंदाज मिलते हैं,
कितनी भी दूरियां हो जाए दोस्तों,
मगर दिल के करीबी रिश्ते कभी टूटते नहीं है।

परिवार

रौफ उद्दीन अहमेद
एम.टी.एस., हितलाभ शाखा

संगीत–सा है परिवार,
हर संगीत में ताल होता है।
जब बारिश बरसती है,
तो सभी एक साथ भीगते हैं।
फूलों सा खुशबू फैलता है,
जब घर की महक फैलती है।
सभी एक दूसरे की फिक्र करते हैं,
खुशियों और दुखों में साथ देते हैं।
खाने की महक से सभी जानते हैं,
घर की छत पर छतरी तन रही होगी।
बच्चों के हंसने की आवाज से लगता है,
खुशियों का साम्राज्य यहां होगा।
परिवार एक ऐसा शब्द है,
जो सबके दिल के करीब होता है।
इसके बिना दुनिया अधूरी–सी होती है,
परिवार हमारी जान होती है।◆

जिंदगी एक झूला है

प्रकाश शर्मा
वैयक्तिक सहायक

जिन्दगी क्या है ?
एक झूला ही तो है
कभी आगे ले जाती तो कभी पीछे
पर, जब तक डोर नहीं टूटे
संभल कर झूल लें
और झूलें भी तो ऐसे
जैसे–हवाओं के संग मस्ती में झूम लें
जैसे–बादलों को झूलें
जैसे–आसमां को चूम लें
झूलने का पूरा आंनद लें।◆

हिन्दी हमारी भाषा

राजीब रॉय
सहायक, लेखा शाखा

हिन्दी हमारी भाषा
हिन्दी हमारी शान
इसके जैसा नहीं कोई दूसरा
यह हमारा अभिमान
हिन्दी है हमारी आन
हिन्दी है हमारी जान
हिन्दी से ही हम सब हैं
हिन्दी ही है हमारी पहचान
हिन्दी में ही हम काम करें
हिन्दी से ही हम आगे बढ़ें
हिन्दी जैसी नहीं कुछ आसान
हिन्दी से ही है हमारा सम्मान।

देश बदल रहा है

सुमित रॉय
उच्च श्रेणी लिपिक, रोकड़ शाखा

देश बदल रहा है, नयी उमंग से भरा है,
जवानों की ऊर्जा ने देश को आगे बढ़ाया है।
विकास के पथ पर देश को ले जाते हुए,
आज वह नये आसमान को छूने के कदम बढ़ाते हुए।
भ्रष्टाचार की लड़ाई में आज लोग उठ खड़े हो रहे हैं,
संघर्ष के दौर में सबको मिलकर आगे बढ़ने का सपना है।
देश को सशक्त बनाने के लिए संघर्ष जारी है,
हर कोई मिलकर देश को उन्नति के पथ पर ले जाने का वचन दे रहा है।
युवाओं की उमंग और जोश ने देश को नयी ऊंचाइयों पर ले जाया है,
आज उन्हें उसी संघर्ष का सामना करना होगा, देश को और आगे बढ़ाना होगा
देश बदल रहा है, नयी उमंग से भरा है,
लोगो की ऊर्जा ने देश को आगे बढ़ाया है। ◆

राजभाषा नियम 1976

(ये नियम 17.7.1976 से लागू किए गए हैं। ये तमिलनाडु को छोड़कर सम्पूर्ण भारत में लागू होते हैं।)

- इन नियमों के अनुसार, सम्पूर्ण देश को हिन्दी भाषा के ज्ञान के स्तर की दृष्टि से तीन भागों में रखा गया है –
- "क" , "ख" और "ग"

'क'	बिहार, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, झारखंड, उत्तराखंड, राजस्थान और उत्तर प्रदेश राज्य तथा अंडमान और निकोबार द्वीप समूह, दिल्ली संघ राज्य हैं
'ख'	गुजरात, महाराष्ट्र और पंजाब राज्य तथा चंडीगढ़, दमण और दीव तथा दादर और नगर हवेली संघ राज्य
'ग'	उपरोक्त निर्दिष्ट्ट राज्यों और संघ राज्य क्षेत्रों से भिन्न राज्य तथा संघ राज्य

राजभाषा हिंदी के कार्यान्वयन संबंधी गतिविधियां

1. हिंदी गृह पत्रिका पूवेरुण के 14 वें अंक को पुरस्कार

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)

क.रा.बी.नि.
E.S.I.C.

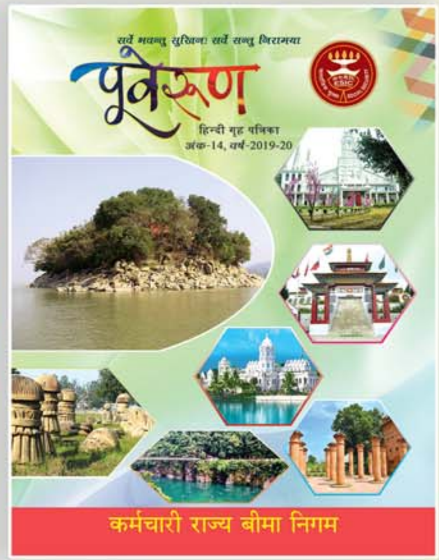
हिन्दी पत्रिका प्रतियोगिता

प्रमाण-पत्र

प्रमाणित किया जाता है कि क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी की हिन्दी गृह पत्रिका पूवेरुण ने वर्ष 2019-2020 में क / ख / ग क्षेत्र से प्रकाशित पत्रिकाओं में से संपादन, साज-सज्जा एवं सामग्री-प्रबंधन के लिए द्वितीय स्थान प्राप्त किया।

मुख्यालय, नई दिल्ली
दिनांक:

म शर्मा
बीमा आयुक्त



श्री एम. के. शर्मा, तात्कालिक बीमा आयुक्त (राजभाषा) से पुरस्कार ग्रहण करते हुए श्री मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

2. क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी का राजभाषायी निरीक्षण

दिनांक 23-5-2022 को श्री श्याम सुंदर कथुरिया, तात्कालिक संयुक्त निदेशक (राजभाषा), पूर्वी अंचल एवं दिनांक 15-03-2023 को श्री सूर्य प्रकाश, संयुक्त निदेशक (राजभाषा), पूर्वी अंचल द्वारा क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी का राजभाषायी निरीक्षण किया गया।

निरीक्षण के दौरान महत्वपूर्ण दिशा–निर्देश देते हुए श्री श्याम सुंदर कथुरिया, संयुक्त निदेशक (राजभाषा), पूर्वी अंचल (बायें से प्रथम) तथा साथ में श्री के. सी. बसुमतारी, तात्कालिक क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी)

निरीक्षण के दौरान, श्री सूर्य प्रकाश, संयुक्त निदेशक (राजभाषा), तथा साथ में क्षेत्रीय कार्यालय के कार्मिकगण

3. राजभाषा शाखा का लेखा-परीक्षण

दिनांक 11-04-2022 को क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी के लेखा-परीक्षा अधिकारियों द्वारा राजभाषा शाखा का लेखा परीक्षण किया गया।

4. "आज का शब्द" के लिए "डिजिटल डिस्प्ले बोर्ड" को लगाना

राजभाषा पखवाड़ा 2022 के दौरान क्षेत्रीय कार्यालय में "आज का शब्द" के लिए "डिजिडल डिस्पले बोर्ड" लगाया गया।

5. नराकास (कार्यालय-1), आयकर कार्यालय, गुवाहाटी द्वारा पुरस्कृत

राजभाषा पखवाड़ा 2022 के अवसर पर नराकास द्वारा विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया जिसमें क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी के विभिन्न विजेता कार्मिकों को पुरस्कार दिया गया।

6. संक्षिप्त अनुवाद प्रशिक्षण तथा कंठस्थ -2.0 प्रशिक्षण

क्षेत्रीय कार्यालय के वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी श्री मनोज कुमार को 5 दिवसीय संक्षिप्त अनुवाद प्रशिक्षण तथा कंठस्थ 2.0 पर एक दिवसीय अनुवाद कार्यशाला के लिए नामित किया गया।

अनुक्रमांक / Roll No. 37

सत्यमेव जयते

भारत सरकार
Government of India

केंद्रीय अनुवाद ब्यूरो
CENTRAL TRANSLATION BUREAU

राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय
Department of Official Language, Ministry of Home Affairs

संक्षिप्त अनुवाद प्रशिक्षण प्रमाणपत्र
SHORT TERM TRANSLATION TRAINING CERTIFICATE

प्रमाणित किया जाता है कि सुश्री/श्रीमती/श्री मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी ने केंद्रीय अनुवाद ब्यूरो द्वारा दिनांक 19.12.2022 से 23.12.2022 तक आयोजित संक्षिप्त अनुवाद प्रशिक्षण कार्यक्रम में प्रशिक्षण प्राप्त किया।

This is to certify that Ms. / Smt. / Sh. Manoj Kumar, Sr. Translation Officer ESIC Regional Office, Guwahati received training in SHORT TERM TRANSLATION TRAINING PROGRAMME conducted by Central Translation Bureau from 19.12.2022 to 23.12.2022

केंद्र नई दिल्ली
Centre

दिनांक 23.12.2022
Date

समन्वयक
Coordinator
सहायक निदेशक
Assistant Director
केंद्रीय अनुवाद ब्यूरो
Central Translation Bureau
राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय
Dept. of O.L., M.H.A.

निदेशक
Director

भारत सरकार / Government of India
गृह मंत्रालय / Ministry of Home Affairs
राजभाषा विभाग / Department of Official Language

कंठस्थ 2.0

प्रमाण पत्र
CERTIFICATE

दिनांक/Date: 13-Jan-2023

प्रमाणित किया जाता है कि
श्री / सुश्री : मनोज कुमार
ने सी-डैक एवं राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा **'कंठस्थ 2.0'** पर आयोजित एक दिवसीय अनुवाद कार्यशाला में सहभागिता की है।

It is certified that
Mr / Ms : Manoj Kumar
has participated in one day **'Kanthasth 2.0'** translation workshop organized by C-DAC and Department of Official Language, Ministry of Home Affairs, Government of India.

श्री शशी पाल सिंह / **Shri Shashi Pal Singh**
संयुक्त निदेशक / Joint Director
एप्लाइड ए आई ग्रुप / Applied AI Group
सी-डैक पुणे / C-DAC Pune

डॉ. अजय कुमार / **Dr. Ajai Kumar**
वरिष्ठ निदेशक और विभागाध्यक्ष / Senior Director & HOD
एप्लाइड ए आई एवं जिस्ट ग्रुप / Applied AI & GIST Group
सी-डैक पुणे / C-DAC Pune

डॉ. मीनाक्षी जॉली / **Dr. Meenakshi Jolly**
संयुक्त सचिव / Joint Secretary
राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय / Department of Official Language, MHA
भारत सरकार / Government of India

7. राजभाषा पखवाड़ा का आयोजन – एक रिपोर्ट

संघ सरकार के राजभाषा नीति के अनुपानलार्थ तथा अपने मुख्यालय के निर्देशानुसार, राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार हेतु कर्मचारी राज्य बीमा निगम के क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी में दिनांक **14 से 29 सितम्बर, 2022 तक धूम-धाम से राजभाषा पखवाड़ा का आयोजन किया गया।** राजभाषा विभाग के निदेशानुसार, सभी कार्यालयों को राजभाषा पखवाड़ा की शुरूआत दिनांक 14-15 सितम्बर, 2022 को आयोजित अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन, सूरत से करनी थी और इसके बाद अपने-अपने कार्यालयों में राजभाषा पखवाड़ा को आयोजित करना था. इसी के अनुसरण में, इस कार्यालय में भी **राजभाषा पखवाड़ा का आयोजन** किया गया।

राजभाषा पखवाड़े के दौरान कार्यालय का पूरा वातावरण हिन्दीमय हो गया। पखवाड़े की सार्वजनिक सूचना देने के लिए कार्यालय के मुख्य द्वार पर एक बहुत-ही आकर्षक बैनर लगाया गया था। इस दौरान सभी अधिकारियों व कार्मिकों को अपना अधिकतम काम हिन्दी में करने के लिए और साथ-ही इस दौराम आयोजित होने वाले विभिन्न हिन्दी प्रतियोगिताओं में उत्साह-पूर्वक भाग लेने के लिए उत्साहित करने हेतु एक परिपत्र परिचालित किया गया। इतना-ही नहीं, कार्यालय के राजभाषा शाखा के अधिकारियों द्वारा व्यक्तिगत रूप से उन्हें प्रोत्साहित भी किया गया।

पखवाड़े के दौरान मुख्याल द्वारा अनुमोदित चार प्रतियोगिताओं- दिनांक 19.9.2022 को हिन्दी निबंध प्रतियोगिता, दिनांक- 20.9.2022 को हिन्दी टिप्पण-आलेखन प्रतियोगिता, दिनांक – 21.9.2022 को हिन्दी वाक/संभाषण प्रतियोगिता एवं दिनांक – 26.9.2022 को राजभाषा प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। **इन सभी प्रतियोगिताओं को एक ही समय पर ऑनलाइन तथा ऑफलाइन दोनों तरीके से**

आयोजित किया गया जिससे पूर्वोत्तर क्षेत्र में सुदूर स्थित कार्यालयों के भी बहुत सारे कार्मिकों ने उत्साह पूर्वक भाग लिया।

दिनांक **29.9.2022 को राजभाषा पखवाड़ा का समापन समारोह का आयोजन हर्षोल्लास से किया गया।** समारोह के प्रारंभ में श्री मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने सभागार में उपस्थित सभी अधिकारियों, अतिथियों व कार्मिकों का स्वागत किया और फिर उसके बाद असम की सांस्कृतिक परम्परा के अनुसार, सभी अतिथियों का स्वागत असम की सांस्कृतिक पहचान 'गामोछा' व अन्य उपहार देकर किया गया। इस समारोह में **मुख्य अतिथि के रूप में डॉ, चन्द्रलेखा शर्मा, विजिटिंग प्रोफेसर व रिसर्च गाइड, एस. के. डी. विश्वविद्यालय, राजस्थान** उपस्थित थीं। **विशिष्ट अतिथि के रूप में डॉ. एस. के. सिंह, सेवानिवृत राजभाषा अधिकारी, नेशनल इंश्योरेश कम्पनी लिमिटेड, गुवाहाटी** भी आमंत्रित थें।

श्री आर. एल. गुइटे, क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी) ने अपेन अध्यक्षीय संबोधन में कहा कि हिन्दी हमारी मातृभाषा है। अब इसके बिना हमारा काम नहीं चल सकता। **हमें हिन्दी को अब दिल से अपनाना ही होगा। हिन्दी में काम करना वास्तव में गर्व की बात है।**

डॉ, चन्द्रलेखा शर्मा ने इस कार्यालय में राजभाषा हिन्दी में अच्छे कार्य निष्पादन के लिए सभी कार्मिकों को बधाई दी और सभागार में उपस्थित सभी लोगों को उत्साह बढ़ाते हुए अपने संबोधन में कहा कि **हिन्दी आज एक अंतर्राष्ट्रीय संपर्क की भाषा बन गई है। दुनिया में आज ऐसा कोई क्षेत्र नहीं है जो हिन्दी से अछूता है। डॉ. एस. के. सिंह** ने हिन्दी दिवस के इस पावन अवसर पर सभी को अपनी हार्दिक शुभकामनाएं दी और कहा कि **हिन्दी दिवस केवल एक दिन का उत्सव न मनाकर हम सच्चे मन से हिन्दी को अपनाएं।**

"हमें हिन्दी को अब दिल से अपनाना ही होगा। हिन्दी में काम करना वास्तव में गर्व की बात है।"

श्री आर. एल. गुइटे
क्षेत्रीय निदेशक

कार्यक्रम की अगली कड़ी में, एक हिन्दी कविता पाठ प्रतियोगिता का भी शानदार आयोजन किया गया जिसमें कार्यालय के ही कार्मिकगण ने खुले मन से भाग लिया और बहुत सारे आकर्षक पुरस्कार भी जीते।

कार्यक्रम के अंतिम चरण में विभिन्न हिन्दी प्रतियोगिताओं के सभी 18 विजेताओं को क्षेत्रीय निदेशक व अतिथिगण के कर-कमलों द्वारा **45,200/- रूपये** का नकद पुरस्कार दिया गया। कार्यक्रम के अंत में स्वादिष्ट अल्पाहार का भी वितरण किया गया। धन्यवाद ज्ञापन से समारोह का समापन हुआ और **सभी लोग हिन्दी दिवस समारोह की एक सुखद और स्वप्निल स्मृति लेकर विदा लिए।** पूरे कार्यक्रम का सफलतापूर्वक संयोजन व संचालन श्री बिजीत पेगु, प्रभारी राजभाषा अधिकारी के दिशा-निर्देश में श्री मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवादक अधिकारी ने किया।

पुरे समारोह की प्रेस विज्ञप्ति भी गुवाहाटी नगर के प्रमुख हिन्दी दैनिक समाचार पत्रों- दिनांक 01.10.2022 को दैनिक पूर्वोदय और 03.10.2022 को पूर्वांचल प्रहरी में भी प्रकाशित की गई।◆

दैनिक पूर्वोदय

कर्मचारी राज्य बीमा निगम

▲ पूर्वोदय संवाददाता

गुवाहाटी, 30 सितंबर। कर्मचारी राज्य बीमा निगम के क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी में दिनांक 14 से 29 सितंबर तक धूमधाम से राजभाषा पखवाड़ा का आयोजन किया गया। राजभाषा पखवाड़े के दौरान कार्यालय का पूरा वातावरण हिंदीमय हो गया। पखवाड़े की सार्वजनिक सूचना देने के लिए कार्यालय के मुख्य द्वार पर एक बहुत-ही आकर्षक बैनर लगाया गया। इस दौरान सभी अधिकारियों व कार्मिकों को अपना अधिकतम काम हिंदी में करने के लिए और साथ-ही इस दौरान आयोजित होने वाले विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं में उत्साह-पूर्वक भाग लेने के लिए उत्साहित करने हेतु एक परिपत्र परिचालित किया गया। इतना ही नहीं, कार्यालय के राजभाषा शाखा के कार्मिकों द्वारा व्यक्तिगत रूप से उन्हें प्रोत्साहित भी किया गया। पखवाड़े के दौरान मुख्यालय द्वारा अनुमोदित चार प्रतियोगिताओं- हिंदी निबंध प्रतियोगिता, हिन्दी टिप्पण-आलेखन प्रतियोगिता, हिन्दी वाक् / संभाषण प्रतियोगिता एवं राजभाषा प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इन सभी प्रतियोगिताओं को एक ही समय पर ऑनलाइन तथा ऑफलाइन दोनों तरीके से आयोजित किया गया। 29 सितंबर को राजभाषा पखवाड़ा के समापन समारोह का आयोजन हर्षोल्लास से किया गया। समारोह के प्रारंभ में मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने सभागार में उपस्थित सभी अधिकारियों, अतिथियों व कार्मिकों का स्वागत किया।

इस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. चन्द्रलेखा शर्मा, विजिटिंग प्रोफेसर व रिसर्च गाइड, एसकेडी विश्वविद्यालय, राजस्थान उपस्थित थीं। विशिष्ट अतिथि के रूप में डॉ. एसके सिंह (सेवानिवृत्त राजभाषा अधिकारी, नेशनल इंश्योरेंश कम्पनी लिमिटेड, गुवाहाटी) भी आमंत्रित थे। आरएल गुइटे (क्षेत्रीय निदेशक) ने अपने अध्यक्षीय संबोधन में कहा कि हिंदी हमारी मातृभाषा है। अब इसके बिना हमारा काम नहीं चल सकता। हमें हिंदी को अब दिल से अपनाना ही होगा। हिन्दी में काम करना वास्तव में गर्व की बात है। डॉ. चन्द्रलेखा शर्मा ने इस कार्यालय में राजभाषा हिन्दी में अच्छे कार्य निष्पादन के लिए सभी कार्मिकों को बधाई दी और सभागार में उपस्थित सभी लोगों का उत्साह बढ़ाते हुए अपने संबोधन में कहा कि हिंदी आज एक अंतर्राष्ट्रीय संपर्क की भाषा बन गई है।

डॉ. एसके सिंह ने हिंदी दिवस के इस पावन अवसर पर सभी को अपनी हार्दिक शुभकामनाएं दीं और कहा कि हिंदी दिवस केवल एक दिन का उत्सव न मनाकर हम सच्चे मन से हिंदी को अपनाएं। कार्यक्रम की अगली कड़ी में, एक हिन्दी कविता पाठ प्रतियोगिता का भी शानदार आयोजन किया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं के सभी 18 विजेताओं को क्षेत्रीय निदेशक व अतिथिगण द्वारा नकद पुरस्कार दिया गया। धन्यवाद ज्ञापन से समारोह का समापन हुआ। पूरे कार्यक्रम का संयोजन व संचालन मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवादक अधिकारी ने किया।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम क्षेत्रीय कार्यालय में हिंदी कार्यशाला आयोजित

गुवाहाटी, 1 दिसंबर (एसं)। क्षेत्रीय कार्यालय, कर्मचारी राज्य बीमा निगम और आदर्श अस्पताल, बेलतला के संयुक्त तत्वावधान में कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी में बुधवार को एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। संघ सरकार की राजभाषा नीति के प्रचार-प्रसार व कार्यान्वयन में कर्मचारी राज्य बीमा निगम निरंतर ही प्रयत्नशील रहा है और इसी सफल प्रयास की कड़ी में एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यालय के अधिकारियों व कार्मिकों में हिंदी में अपना काम-काज करने के प्रति जागरूकता व रूझान बढ़ाने और हिंदी में काम करने के प्रति उनके झिझक को दूर करने के लिए इस कार्यालय में प्रत्येक तिमाही नियमित रूप से हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया जाता रहा है। कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन के. सी. बसुमतारी, उप निदेशक ने किया। तत्पश्चात सभी विशिष्ट अतिथि व्याख्याताओं व प्रतिभागियों का स्वागत मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने किया। उद्घाटन सत्र के दौरान बसुमतारी, उप निदेशक ने सभी प्रतिभागियों का उत्साहवर्द्धन करते हुए कहा कि हिंदी कार्यशालाओं के नियमित आयोजन से अधिकारियों व कार्मिकों को न केवल हिंदी में काम करने की रूचि बढ़ती है बल्कि उनमें हिंदी में काम करने की गतिशीलता को भी बढ़ावा भी मिलता है। दो सत्रों में विभाजित इस कार्यशाला के प्रथम सत्र में विशिष्ट अतिथि व्याख्याता के रूप में बदरी यादव, कार्यालय प्रमुख, क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय, पूर्वोत्तर क्षेत्र ने 'संघ की राजभाषा नीति'' विषय पर प्रतिभागियों को सारगर्भित जानकारी दी। अपने प्रश्नोत्तर सत्र में यादव ने प्रतिभागियों से भरपूर अभ्यास भी कराया। द्वितीय सत्र में अतिथि व्याख्याता के रूप में डॉ. मोहन कोईराला, सेवानिवृत्त राजभाषा अधिकारी, ब्रह्मपुत्र बोर्ड, गुवाहाटी ने ' 'कार्यालयीन हिंदी के प्रयोग में व्यावहारिक कठिनाईयां'' पर प्रतिभागियों को विस्तार से जानकारी दी। द्वितीय सत्र में ही विभागीय व्याख्याता के रूप में पापोरी चक्रवर्ती, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने ' 'कार्यालयीन संक्षिप्त टिप्पणियां व आलेखन'' एवं मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने ' 'सूचना प्रौद्योगिकी और हिंदी'' और व्याइस टायपिंग व यूनिकोड को पॉवर प्वाईट के माध्यम से विस्तार पूर्वक बतलाया। अंत में, धन्यवाद ज्ञापन के साथ कार्यशाला का समापन हुआ।

8. दो दिवसीय पूर्णकालिक आंचलिक हिंदी कार्यशाला का सफलतापूर्वक आयोजन

संघ सरकार की राजभाषा नीति के अनुपालनार्थ और अपने मुख्यालय के दिशा–निर्देश में क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी में राजभाषा हिंदी के प्रचार–प्रसार को गति देने के क्रम में क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी में दिनांक 13-14 मार्च, 2023 को दो दिवसीय पूर्णकालिक आंचलिक हिंदी कार्यशाला सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। यह कार्यशाला, कर्मचारी राज्य बीमा निगम के पूर्वी अंचल में स्थित निगम कार्यालयों में तैनात अधिकारियों (सहायक/उप/संयुक्त निदेशकों) के लिए आयोजित की गई थी जिसमें कुल 15 अधिकारियों ने भाग लिया।

कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन पंचदीप प्रज्वलन से किया गया और इसके बाद अतिथियों का फूलाम गमछा देकर स्वागत किया गया। कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन करते हुए **श्री आर. एल. गुइटे, क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी)** ने अपने संबोधन भाषण में कहा कि वैसे तो प्रत्येक तिमाही में इस कार्यालय में हिंदी कार्यशाला का नियमित रूप से आयोजन

किया जा रहा है लेकिन यह दो दिवसीय कार्यशाला इस अर्थ में विशिष्ट है की इसमें निगम के पूर्वो अंचल के विभिन्न क्षेत्रीय कार्यालयों/उप क्षेत्रीय कार्यालयों और अस्पतालों के अधिकारी वर्ग के प्रतिभागियों को शामिल किया गया है। कार्यशाला में विभिन्न विषयों की जानकारी के साथ भरपूर अभ्यास भी कराया जाता है जिससे अधिकारियों को हिंदी में करने में जो झिझक होती है, वह दूर होती है और साथ–ही–साथ उनमें हिंदी में काम करने की गतिशीलता को भी बढ़ावा मिलता है।

प्रथम दिन के पहले सत्र में अतिथि व्याख्याता के रूप में डॉ. मोहन कोइराला, सहायक निदेशक (सेवानिवृत), ब्रहमपुत्र बोर्ड, गुवाहाटी उपस्थित थें। उन्होंने सभी प्रतिभागियों को संघ की राजभाषा नीति और उसका कारगर कार्यान्वयन

पर पीपीटी के माध्यम से विस्तार से जानकारी दी। साथ–ही–साथ, उन्होंने **राजभाषा कार्यान्वयन की मॉनिटरिंग करने वाले विभिन्न समितियों** का भी संक्षिप्त परिचय दिया। द्ववितीय सत्र में श्री कोमल सिंह, उप निदेशक, हिंदी शिक्षण योजना, गुवाहाटी ने **देवनागरी लिपि की वैज्ञानिकता एवं मानक वर्तनी** का अभ्यास कराया। तृतीय सत्र में मुख्यालय से पधारे श्री सूर्य प्रकाश, संयुक्त निदेशक (राजभाषा) विभागीय व्याख्याता के रूप में उपस्थित थें। उन्होंने **लेखा परीक्षा एवं बिलों के भुगतान से संबंधित शब्दावलियाँ, वाक्यांशों, टिप्पणियाँ आदि** का भरपूर अभ्यास कराया और साथ–ही, **संसदीय राजभाषा समिति की प्रश्नावली में दिए गए निर्देशों** को भी विस्तारपूर्वक बतलाया।

कार्यशाला के द्ववितीय दिन के पहले सत्र में, श्री मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी विभागीय व्याख्याता के रूप में उपस्थित रहें। उन्होंने **प्रतिभागियों को सूचना प्रौद्योगिकी में हिंदी एवं राजभाषा कार्यालय कार्यान्वयन में सहायक पुस्तकें, पत्रिकाएं तथा वेबसाइट** आदि की भरपूर जानकारी दी और सभी प्रतिभागियों को ब्यावहारिक अभ्यास भी कराया। पुनः विभागीय व्याख्याता, श्री सूर्य प्रकाश, (संयुक्त निर्देशक) राजभाषा ने **तिमाही बैठक, तिमाही रिपोर्ट, वार्षिक कार्यक्रम, जांच बिंदु** आदि पर सारगर्भित चर्चा की इसके साथ ही साथ उन्होंने **बीमा शाखाओं में हिंदी का प्रयोग शब्दावली, वाक्यांशों, टिप्पणियों आदि** का भरपूर अभ्यास कराया। दूसरे सत्र में, डॉ. गोलोक चंद्र डेका, एसोसिएट प्रोफेसर, (हिन्दी विभाग), गुवाहाटी कॉलेज, गुवाहाटी उपस्थित रहें। उन्होंने प्रतिभागियों को **प्रयोजनमूलक हिंदी एवं हिंदी की व्याकरणगत अशुद्धधियों** आदि पर व्याख्यान दिया। दूसरे दिन क अंतिम सत्र में श्री बदरी यादव, उपनिदेशक (कार्यान्वयन) व कार्यालय प्रमुख, क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय, राजभाषा विभाग, पूर्वोत्तर क्षेत्र, गुवाहाटी उपस्थित थें जिन्होंने प्रतिभागियों को **कार्यालय में राजभाषा कार्यान्वयन की आम समस्या और समाधान** पर चर्चा की और प्रतिभागियों को विशिष्ट जानकारी दी।

कार्यशाला के अंत में, सभी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र भी वितरित किया गया। श्री बिजीत पेगु, प्रभारी राजभाषा अधिकारी, क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी द्ववारा **धन्यवाद ज्ञापन** के बाद कार्यशाला का समापन हुआ। दो दिवसीय आंचलिक हिंदी कार्यशाला का संपूर्ण संचालन व संयोजन श्री मनोज कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी, क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी द्ववारा किया गया।◆

9. हिंदी कार्यशालाओं एवं विराकास की बैठकों का आयोजन

क्षेत्रीय कार्यालय में विराकास की सभी बैठकों एवं हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन किया गया। प्रस्तुत है कुछ तस्वीरें–

कार्यालय की अन्य गतिविधियां

1. गणतंत्र दिवस समारोह

कार्यालय में गणतंत्र दिवस, 2023 के अवसर पर विभिन्न खेल–कूद प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया जिसमें अधिकारियों व कार्मिकों के साथ–साथ परिवार के सदस्यों ने भी भाग लिया और विजेताओं को विभिन्न पुरस्कार वितरित किए गए।

2. खेल- कूद प्रतियोगिता

दिनांक 11 और 12 फरवरी 2023 को बैडमिंटन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रस्तुत है कुछ तस्वीरें-

3. अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस का आयोजन

4. जागरुकता कार्यक्रम

विशेष सेवा पखवाड़ा के अवसर पर धर्मपाल लिमिटेड, गुवाहाटी में जागरुकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

5. रोजगार मेला के अवसर पर नियुक्ति पत्र का वितरण

दिनांक 22-10-2022 और 22-11-2022 को रोजगार मेला में क्षेत्रीय कार्यालय में नवनियुक्त उच्च श्रेणी लिपिकों और बहुकार्य स्टाफों को नियुक्ति पत्र वितरित किया गया।

6. विशेष सेवा पखवाड़ा का आयोजन

क) दिनांक 24-02-2023 से 10-03-2023 के दौरान स्वच्छता अभियान चलाया गया। कुछ छायाचित्र–

ख) विशेष सेवा पखवाड़ा के अवसर पर क्षेत्रीय कार्यालय, गुवाहाटी का सुसज्जित भवन

7. क्षेत्रीय / आंचलिक कार्यालय में चिकित्सा आयुक्त (पूर्वी अंचल) क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी) का कार्य-भार ग्रहण

डॉ. सुभाष छोंकड़ा, चिकित्सा आयुक्त, पूर्वी अंचल के साथ अधिकारीगण एवं कार्मिकगण

श्री आर. एल. गुइटे, क्षेत्रीय निदेशक (प्रभारी) के साथ अधिकारीगण एवं कार्मिकगण

क्षेत्रीय कार्यालय, कर्मचारी राज्य बीमा निगम, गुवाहाटी में
पूर्वी अंचल में स्थित निगम कार्यालयों में तैनात अधिकारियों (सहायक/उप/संयुक्त निदेशकों) के लिए दो दिवसीय पूर्णकालिक हिंदी कार्यशाला का आयोजन
दिनांक : 13 व 14 मार्च, 2023

भारत 2023 INDIA

वसुधैव कुटुम्बकम्

ONE EARTH • ONE FAMILY • ONE FUTURE

Printed at : SMJ Enterprise & Printers, Sixmile, Ghy-22

क.रा.बी.नि. ESIC सामाजिक सुरक्षा SOCIAL SECURITY

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
क्षेत्रीय कार्यालय, पूर्वोत्तर क्षेत्र, गुवाहाटी-781021