



दीपिका

अंक : 23 वां वर्ष : 2024-25

क्षेत्रीय कार्यालय : तेलंगाना

कर्मचारी राज्य बीमा निगम

श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार





सत्यमेव जयते

भारत का संविधान

उद्देशिका



हम, भारत के लोग, भारत को एक सम्पूर्ण प्रभुत्व-सम्पन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को:

सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक न्याय, विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म और उपासना की स्वतंत्रता, प्रतिष्ठा और अवसर की समता प्राप्त कराने के लिए, तथा उन सब में व्यक्ति की गरिमा और राष्ट्र की एकता और अखंडता सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए दृढ़संकल्प होकर अपनी इस संविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर, 1949 ई० (मिति मार्गशीर्ष शुक्ला सप्तमी, संवत् दो हजार छह विक्रमी) को एतद्द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

दीपिका 23 वाँ अंक

2024 - 2025

संरक्षक

श्री राजीव लाल

क्षेत्रीय निदेशक

संपादक

श्री प्रकाश शर्मा

उप निदेशक (राजभाषा)

संपादक सहयोग

श्री राज कुमार

कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

श्री पद्मावला कार्तिक

सहायक

प्रकाशन

क्षेत्रीय कार्यालय: तेलंगाना

कर्मचारी राज्य बीमा निगम

5-9-23, हिलफोर्ट रोड, आदर्शनगर, हैदराबाद-500063

दूरभाष सं. 20040001/20040002

ई-मेल - rd-telangana@esic-nic-in

मुख्य पृष्ठ : गोलकुंडा किला / चित्र: सौजन्य: श्री राजीव लाल



* अनुक्रमणिका *

महानिदेशक का संदेश
बीमा आयुक्त(राजभाषा) का संदेश
संरक्षक की कलम से
संपादक की कलम से

क्र.सं.	शीर्षक	रचनाकार	पृष्ठ संख्या
1	कर्मचारी राज्य बीमा निगम के लाभों पर संक्षिप्त टिप्पणी	कोडिमेला रजनीकांत	7-8
2	राजभाषा नीति संबंधी प्रमुख निर्देश	राज कुमार	9-11
3	हैदराबाद की विरासत	ए नीहारिका	14
4	रामोजी फिल्म सिटी की झलक	संजय जाधव	15-16
5	गाँव छोड़ शहर की दीड़	सीरप सिंह	17
6	स्वास्थ्य और जीवन	जी.विजय चंद्रा	20-21
7	मोबाइल महिमा	पेट्रास ग्रेगरी खलखो	22
8	ए.आई. (कृत्रिम बुद्धिमत्ता)	श्रीधर	23
9	तिरुक्कुरल के दोहे	के दुर्गा भवानी	26
10	कर्मचारी राज्य बीमा निगम का वरदान	वेद प्रकाश	27
11	पिंडली मांसपेशी: शरीर का दूसरा हृदय	गुरजिंदर सिंह	28-29
12	भाषा और संचार का महत्त्व	पडावला कार्तिक	32
13	योग का महत्त्व	पी रघुनाथ	33
14	या देवी सर्वभूतेषु शक्ति-रूपेण संस्थिता। नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः॥ - माँ दुर्गा	प्रणव संतरा	36-37
15	छठ-पर्व का गौरव	निशा कुमारी	40-42
16	जीवन संघर्ष	दिनेश सिंह	43
17	विनाशकारी बादल	ई रमेश	46-48
18	अनुभूति	संदीप सिंह	49
19	जीवन का उद्देश्य क्या है ?	प्रकाश शर्मा	52

अस्वीकरण / Disclaimer

पत्रिका में प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार दृष्टिकोण संबंधित लेखकों/रचनाकारों के अपने हैं, इसमें संपादकीय अथवा विभागीय सहमति आवश्यक नहीं है।

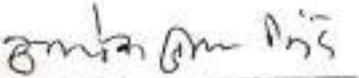


अशोक कुमार सिंह (भा.प्र.से)
महानिदेशक

राजभाषा कार्यान्वयन के “ग” क्षेत्र में स्थित कर्मचारी राज्य बीमा निगम के क्षेत्रीय कार्यालय, हैदराबाद द्वारा विभागीय पत्रिका “दीपिका” के अंक-23 का प्रकाशन सराहनीय है | पत्रिका के माध्यम से सामाजिक सुरक्षा सेवा का विस्तार करना एवं इसके लिए कार्यालयी कामकाज को कुशलतापूर्वक निष्पादित करने के लिए राजभाषा हिंदी एक सशक्त माध्यम है |

भाषा भावों का निर्वहन करने के साथ-साथ कई अन्य दृष्टिकोण से भी मददगार होती है | कर्मचारियों की भावाभिव्यक्ति के लिए यह सुलभ मंच है | यह व्यापार, व्यवहार और व्यक्तित्व विकास में भी सहायक है |

आशा है कि कार्मिकों की रचनाओं से एक सुन्दर, उपयोगी और ज्ञानवर्धक संकलन तैयार होगा | पत्रिका से जुड़े सभी पक्ष को प्रकाशन के लिए शुभकामनाएँ |


(अशोक कुमार सिंह)



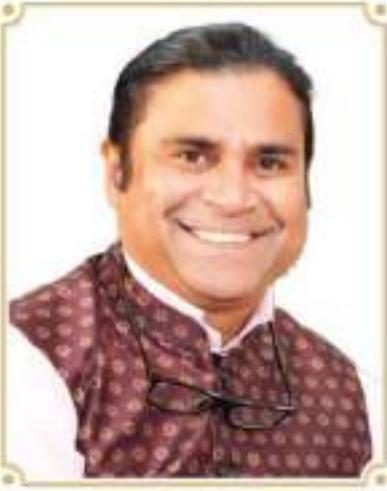
रत्नेश कुमार गौतम
बीमा आयुक्त (राजभाषा)

क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगना की हिंदी गृह-पत्रिका "दीपिका" के अंक -23 का प्रकाशन पत्रिका की सुरुचिपूर्ण यात्रा का परिचायक है | यह प्रसन्नता का विषय है कि "ग" क्षेत्र में राजभाषा हिन्दी में कामकाज को बढ़ावा देने के लिए यथेष्ट प्रयास किए जा रहे हैं | हैदराबाद के महानगरीय जीवन में कई भारतीय भाषाओं का संगम देखने को मिलता है | इससे भाषाओं के प्रति लोक-व्यवहार की संभावनाएं भी बढ़ जाती हैं | ऐसे में हिन्दी की सर्व समावेशिकता कार्यालयी कामकाज के लिए एक सहज और आदर्श वातावरण का निर्माण करती है |

क्षेत्रीय कार्यालय द्वारा पत्रिका प्रकाशन के माध्यम से अधिकारियों और कर्मचारियों को अपने साहित्यिक कौशल को स्वभाषा में साझा करने का अवसर मिलता है | इससे हिन्दी भाषा के प्रति रुचि और लगन का भाव भी पैदा होता है |

पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु शुभकामनाएँ!

रत्नेश कुमार गौतम
(रत्नेश कुमार गौतम)



राजीव लाल
क्षेत्रीय निदेशक

अत्यंत हर्ष और गर्व के साथ क्षेत्रीय कार्यालय तेलंगाना की हिन्दी पत्रिका “दीपिका” का 23वाँ अंक आपके हाथों में पहुँचा कर आत्मिक संतोष का अनुभव हो रहा है। कार्यालय के दैनिक कार्यकलापों के बीच साहित्यिक आवश्यकताएं कुछ पीछे चली जाती हैं। परंतु उनकी उपयोगिता कभी शिथिल नहीं पड़ती। वे अपनी उपस्थिति दर्ज करवाती ही रहती हैं।

दक्षिण भारतीय प्रदेश होने पर भी तेलंगाना में, हिन्दी आपसी संवाद संप्रेषण का अतुलनीय माध्यम है। क्षेत्रीय कार्यालय भी अपनी अग्रणी भूमिकाएँ हिन्दी माध्यम से निभा रहा है। कार्यालय में हिन्दी अपने श्रेष्ठ रूप में प्रयुक्त की जाती है। सभी अधिकारी एवं कर्मचारी सभी कार्य हिन्दी में दक्षता के साथ करते हैं, जिसके लिए निगम की राजभाषा नीति, एक मेरुदंड की भाँति अटल खड़ी है।

क्षेत्रीय कार्यालय के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को साधुवाद कि हिन्दी के प्रचार प्रसार की इस कोशिश को यथासंभव योगदान देकर एक और मील का पत्थर स्थापित कर दिया।

जय हिन्द !



प्रकाश शर्मा

उप निदेशक (राजभाषा)

जीवन निरंतर परिवर्तनशील है। इस जिंदगी के उतार-चढ़ाव में हमेशा सुख-दुख को समाहित कर आगे बढ़ना ही जीवन का एक मात्र धर्म है। विगत कुछ वर्षों में हम जीवन में अनेक उथल-पुथल से रूबरू हो चुके हैं। जो जीवन को उत्सावर्धक बनाया है और आगे बढ़ने को निरंतर प्रेरित करता रहा है। इस उतार-चढ़ाव भरे जीवन में एक सबसे गंभीर समस्या अगर कोई है तो वह स्वास्थ्य से जुड़ी है। इस समस्या न जाने कितनों को घुटने टेकने पर मजबूर की है, परंतु इसी बीच कर्मचारी राज्य बीमा निगम ने अपनी विभिन्न लाभकारी सुविधाओं से लोगों में नई आशा की किरण जगाया है। अपने नेटवर्क को विस्तारित कर बीमाकृत व्यक्तियों को अपनी बेहतर सेवाएं उपलब्ध करा रहा है। इस उछलती महंगाई के जमाने में गरीब व्यक्तियों के लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम आज वरदान साबित हो रहा है। निगम का यात्रा रथ लोगों की चिंता से मुक्ति के लिए सदैव प्रतिबद्ध है।

निगम के इस यात्रा में राजभाषा भी पूरक रही है, जिसमें गृह-पत्रिका “दीपिका” का अहम योगदान रहा है। साथ ही राजभाषा के क्षेत्र में भी बहु-आयामी विकास हुए हैं। क्षेत्रीय कार्यालय, हैदराबाद में गृह-पत्रिका “दीपिका” का प्रकाशन कई पड़ावों को पार करते हुए आज ई-पत्रिका के स्तर तक पहुँच गया है। इस सफर में हमारे संपादक-मंडली के सभी सहयोगियों का बहुत बड़ा योगदान है। मैं उन सभी सहयोगियों के प्रति आभार व्यक्त करता हूँ।

पाठकों से सविनय निवेदन है कि पत्रिका का अवलोकन करें और अपने सुझावों और विचारों से हमें अवगत कराएँ।

“सारे देश की आशा है, हिंदी अपनी भाषा है।

जात-पात के बंधन को तोड़े, हिंदी सारे देश को जोड़े ॥”



* कर्मचारी राज्य बीमा निगम के लाभों पर संक्षिप्त टिप्पणी *



कोडिमेल्ला रजनीकांत
संयुक्त निदेशक

कर्मचारी राज्य बीमा निगम योजना बीमित व्यक्तियों और उनके परिवारों को चिकित्सा, बीमारी, मातृत्व, विकलांगता और आश्रितों के लाभ सहित महत्वपूर्ण लाभ प्रदान करती है। यह योजना प्रसव व्यय, अंतिम संस्कार व्यय, राजीव गांधी श्रमिक कल्याण योजना (आरजीकेवाइएस) और अटल बीमित व्यक्ति कल्याण योजना (एबीवीकेवाई) जैसे बेरोजगारी भत्ते, व्यावसायिक पुनर्वास और कौशल उन्नयन जैसे अन्य प्रावधानों का भी समर्थन करती है।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना अपने 10 औषधालय सह-शाखा कार्यालयों और 8 शाखा कार्यालयों के नेटवर्क के माध्यम से बीमित आबादी को समय पर लाभ प्रदान करने के लिए एक मजबूत प्रतिबद्धता रखता है।



वित्तीय वर्ष 2024-25 के लिए नकद लाभ का सारांश निम्नानुसार है :

हितलाभों का नाम	भुगतानों की संख्या		हितलाभ दिवसों की संख्या		नये दावे		कुल राशि	
	माह के दौरान	अप्रैल 2024 से	माह के दौरान	अप्रैल 2024 से	माह के दौरान	अप्रैल 2024 से	माह के दौरान	अप्रैल 2024 से 4
अस्वस्थता हितलाभ	1573	19313	26004	312651	1052	12,629	1,01,64,449	12,01,59,016
अत्यधिक अस्वस्थता हितलाभ	21	150	1149	6626	6	63	5,26,578	28,86,145
(इन.एस बी (एफ पी)	1	9	13	100	0	7	6,396	50,657
मातृत्व हितलाभ	351	4320	24156	331378	151	1,839	1,27,18,225	17,12,28,330
(टी डी बी)	45	489	1517	25104	29	341	8,01,994	75,14,707
पी.डी.बी. (आवधिक)	379	3999	0	0	0	0	14,66,184	1,77,82,269
पी.डी.बी. (बैच प्रक्रिया)	3943	50559	0	0	0	0	7486214	10,36,65,538
परिवर्तन (पी.डी.बी)	0	0	0	0	0	0	-	0
आश्रित हितलाभ	244	2540	0	0	0	0	17,07,616	2,43,36,311
डी.बी. (बैच प्रक्रिया)	3225	40817	0	0	0	0	13337258	18,51,12,519
अंतिम संस्कार व्यय	86	807	0	0	86	807	12,89,459	1,20,89,459
सी सी च मजदूरी हानि	81	910	0	0	81	910	8,255	1,01,329
प्रसव व्यय	34	346	0	0	34	346	2,55,000	25,89,696
बेरोजगारी भत्ता	0	75	0	27986	0	74	0	61,63,338
अटल बीमित व्यक्ति कल्याण योजना	0	4	0	270	0	4		60,696
कोविड राहत योजना	20	411	881	29493	0	3	1,78,380	47,15,554
कुल -	10,003	1,24,749	53,720	7,33,608	1,439	17,023	4,99,46,008	65,84,55,564

चिकित्सा सेवाओं को बीमित व्यक्तियों के करीब ले जाना

तेलंगाना स्थित क्षेत्रीय कार्यालय की हितलाभ शाखा, कर्मचारी राज्य बीमा निगम द्वारा व्यापत की गई इकाइयों से सक्रिय रूप से संपर्क कर रही है और उन्हें बीमित व्यक्तियों के स्वास्थ्य के लिए अपने परिसरों में "निवारक स्वास्थ्य जांच शिविर" आयोजित करने के लिए प्रोत्साहित कर रही है। इस पहल के तहत, 40 वर्ष और उससे अधिक आयु के सभी बीमित व्यक्तियों की रक्तचाप, मधुमेह और नेत्र जांच की जाएगी। इससे दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याओं का शीघ्र पता लगाने और एक स्वस्थ कार्यबल तैयार करने हेतु निवारक कदम उठाने में मदद मिलती है।



राज कुमार
कनिष्ठ हिंदी अधिकारी

1. राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा 33 के अंतर्गत संकल्प सामान्य आदेश नियम अधिसूचना प्रशासनिक और अन्य रिपोर्ट प्रेस विज्ञप्तियां संसद के किसी सदन या दोनों सदनों के समक्ष रखी जाने वाली प्रशासनिक तथा अन्य रिपोर्ट और सरकारी कागजात संविदा कार अनुज्ञप्तियां अनुज्ञा पत्र निविदा सूचनाओं और निविदा प्रपत्र द्विभाषिक रूप में अंग्रेजी और हिंदी दोनों में जारी किए जाएं। राजभाषा नियम 1976 के नियम 6 के अंतर्गत ऐसे दस्तावेजों पर हस्ताक्षर करने वाले व्यक्ति का दायित्व या सुनिश्चित करना होगा कि ऐसे दस्तावेज हिंदी और अंग्रेजी दोनों भाषाओं में तैयार निष्पादित अथवा जारी किया जाए।

2. राजभाषा नियम, 1976 के नियम 5 के अनुसार, केन्द्र सरकार के कार्यालयों में हिन्दी में प्राप्त पत्रों का उत्तर हिन्दी में ही दिया जाना चाहिए।

3. राजभाषा नियम 1976 के नियम 10(4) के अनुसार केंद्र सरकार के जिन कार्यालय के 80% कार्मिक ने हिंदी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर लिया हो, उन कार्यालयों के नाम राजपत्र में अधिसूचित किए जाएं।

4. राजभाषा नियम 1976 के नियम 8(4) के अनुसार केंद्र

सरकार, ऐसे अधिसूचित कार्यालयों के हिंदी में प्रवीणता प्राप्त अधिकारियों/कर्मचारियों को टिप्पण, प्रारूपण और अन्य उन शासकीय कार्यों को केवल हिंदी में करने के लिए आदेश जारी कर सकती है, जो कि आदेश में विनिर्दिष्ट हों।

5. राजभाषा नियम, 1976 के नियम 11 के अनुसार केंद्रीय सरकार के कार्यालयों से संबंधित सभी मैनुअल, संहिताएं और प्रक्रिया संबंधी अन्य साहित्य, हिंदी और अंग्रेजी में द्विभाषिक रूप में यथास्थिति, मुद्रित या साइक्लोस्टाइल किया जाएगा और प्रकाशित किया जाएगा। केंद्रीय सरकार के किसी कार्यालय में प्रयोग किए जाने वाले रजिस्ट्रों के प्ररूप और शीर्षक हिंदी और अंग्रेजी में होंगे। केंद्रीय सरकार के किसी कार्यालय में प्रयोग के लिए सभी नामपट्ट, सूचना पट्ट, पत्रशीर्ष और लिफाफों पर उत्कीर्ण तथा लेखन सामग्री के अन्य मददेनजर अंग्रेजी नहीं की जाएगी प्रमुद्रीत ने यह उत्कृष्ट ऊंची सरकार के कार्यक्रम अपेक्षा हैं कि वे सभी मैनुअल संविधाएं उन प्रक्रिया संबंधी आसान से संबंधित तालें प्रक्रियात्मक साहित्यिक अनुवाद के लिए केंद्रीय युवा ब्यूरो में भेजे।

6. राजभाषा नियम, 1976 के नियम 12 के अनुसार केंद्र सरकार के प्रत्येक कार्यालय के प्रशासनिक प्रधान का यह



उत्तरदायित्व है कि वह यह सुनिश्चित करें की राजभाषा अधिनियम, राजभाषा नियमावली के प्रावधानों तथा इनके अधीन जारी किए गए निर्देशों का समुचित रूप से अनुपालन हो तथा इस प्रयोजन से उपयुक्त एवं प्रभावकारी जांच बिंदु बनाए जाएं।

7. राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय ने केन्द्रीय हिंदी समिति की 31 वीं बैठक के कार्य-वृत्त में माननीय प्रधानमंत्री जी द्वारा दिए गए सुझावों पर पुनः बल दिया है। यह सुझाव है:- सरकारी हिंदी और सामाजिक हिंदी के अंतर को कम करना, देश की दूसरी भाषाओं से हिंदी को और समृद्ध करने के लिए उपाय करना, दूसरी भाषाओं के अच्छे शब्दों को हिंदी में ग्रहण करना, दूसरी भारतीय भाषाओं से अच्छे शब्दों को खोज कर हिंदी भाषा में जोड़ना, हिंदी में अनुवाद सरल भाषा में सुनिश्चित करना जिससे सरकारी भाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार में बाधक नहीं, सहायक हो।

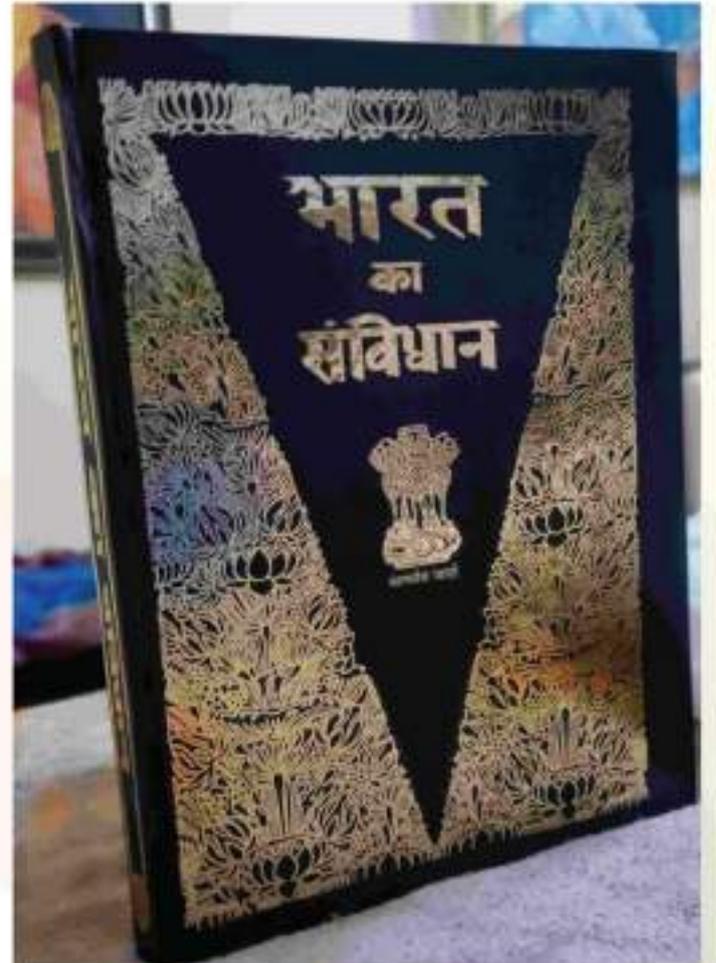
8. राजभाषा विभाग ने भारत सरकार के सभी सचिवों/ विभिन्न सरकारी संगठनों के प्रमुखों से आग्रह किया है कि जब वे प्रत्येक माह वरिष्ठ अधिकारियों की वह बैठक की अध्यक्षता करें तो वे उन्हें हिंदी में सरकारी-कामकाज में हुई प्रगति की भी समीक्षा करें और अपने संगठन में राजभाषा अधिनियम तथा नियमों के विभिन्न उपबंधों के कार्यान्वयन के बारे में चर्चा करें। साथ ही, संयुक्त सचिव (प्रशासन)/ संगठन के प्रशासनिक प्रमुख को हिंदी कार्यान्वयन तथा वर्ष की प्रत्येक तिमाही में राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक की अध्यक्षता करने का उत्तरदायित्व सोपा जाएं।

9. कार्यालयों/उपक्रमों/बैंक आदि में राजभाषा का संवर्ग गठित होना चाहिए, जो कि कुल पदों के अनुरूप हो। मंत्रालयों/विभागों के अधीनस्थ कार्यालयों के हिंदी पदाधिकारियों को केंद्रीय सचिवालय राजभाषा सेवा संवर्ग के समान वेतनमान और पदनाम दिए जाएं।

10. अधीनस्थ सेवाओं की भर्ती परीक्षाओं में अंग्रेजी के अनिवार्य प्रश्न-पत्र को छोड़कर शेष विषयों के प्रश्न-पत्रों के उत्तर हिंदी में भी देने की छूट दी जाए और ऐसे प्रश्न-पत्र द्विभाषी रूप से, हिंदी तथा अंग्रेजी, दोनों भाषाओं में उपलब्ध कराए जाएं। साक्षात्कार या मौखिक परीक्षा में उम्मीदवारों को हिंदी में उत्तर देने की छूट दी जाए।

11. “क” तथा “ख” क्षेत्रों में सभी प्रकार का प्रशिक्षण, चाहे वह अल्पावधि का हो अथवा दीर्घवधि का, सामान्यतः हिन्दी माध्यम से हो। “ग” क्षेत्र में प्रशिक्षण देने के लिए प्रशिक्षण सामग्री हिंदी और अंग्रेजी दोनों भाषाओं में तैयार कराई जाएं और प्रशिक्षणार्थी की मांग के अनुसार हिंदी या अंग्रेजी में उपलब्ध कराई जाए।

12. विभिन्न कार्यालयों में हिन्दी में कार्य करने में आ रही





कठिनाइयों को दूर करने के लिए हिन्दी कार्यशालाओं के आयोजन के संबंध में नए दिशा-निर्देश जारी किए गए हैं। नए दिशा-निर्देशों के अनुसार कार्यशाला की न्यूनतम अवधि एक कार्य दिवस की होगी। कार्यशाला में न्यूनतम दो तिहाई समय कार्यालय से संबंधित विषयों पर हिन्दी में कार्य करने का अभ्यास करवाने में लगाए जाएं।

13. अनुवादकों को, मानक शब्दकोश (अंग्रेजी-हिन्दी व हिन्दी-अंग्रेजी) तथा अन्य तकनीकी शब्दावलीयों के रूप में सहायक सामग्री उपलब्ध कराई जाए।

14. राजभाषा विभाग द्वारा केंद्रीय हिन्दी प्रशिक्षण संस्थान के माध्यम से हर वर्ष कम्प्यूटर पर हिन्दी में काम करने के लिए पांच दिवसीय बेसिक प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन करवाया जाता है। इन प्रशिक्षण कार्यक्रमों में अधिक से

अधिक अधिकारियों/कर्मचारियों को नामित करें। प्रशिक्षण कार्यक्रम पूरा होने के बाद प्रशिक्षु कम्प्यूटर पर हिन्दी में काम कर सकेंगे। कार्यक्रम की विस्तृत जानकारी केंद्रीय हिन्दी प्रशिक्षण संस्थान की वेबसाइट www.chti.rajbhasha.gov.in पर उपलब्ध है।

15. हमें अपने कार्य-व्यवहार में आम जीवन में प्रचलित शब्दों के प्रयोग पर बल देना चाहिए ताकि सामान्य नागरिक सरकारी नीतियों/कार्यक्रमों के बारे में सरल हिन्दी में जानकारी प्राप्त कर सकें। राजभाषा नियम, 1976 के प्रावधनों के अनुरूप भारत सरकार द्वारा हिन्दी बोले जाने और लिखे जाने के आधार पर देश के राज्यों/संघ शासित प्रदेशों को भाषिक स्तर पर तीन क्षेत्रों (क्षेत्र "क", "ख" एवं "ग") में वर्गीकृत किया गया है:-

क्षेत्र	क्षेत्र में शामिल राज्य/संघ राज्य क्षेत्र
"क"	बिहार, छत्तीसगढ़, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, झारखंड, मध्य प्रदेश, राजस्थान, उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड राज्य तथा राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली और अण्डमान व निकोबार द्वीप समूह संघ राज्य क्षेत्र।
"ख"	गुजरात, महाराष्ट्र, और पंजाब राज्य तथा चंडीगढ़, दमन व दीव और दादरा व नगर हवेली संघ राज्य क्षेत्र।
"ग"	"क" और "ख" क्षेत्र में शामिल नहीं किए गए अन्य सभी राज्य या संघ राज्य क्षेत्र।

राजभाषा संकल्प, 1968

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





क्षेत्रीय कार्यालय में गणतंत्र दिवस / स्वतंत्रता दिवस समारोह



क्षेत्रीय कार्यालय में गणतंत्र दिवस /
स्वतंत्रता दिवस समारोह



जिस राष्ट्र की भाषा समृद्ध होती है, उसका संस्कृति भी गौरवशाली होती है।



हैदराबाद की विरासत



ए नीहारिका
सहायक

चारमीनार की छाँव तले, इतिहास मुस्कराता है,
गोलेकोंडा के किले में, समय ठहर-सा जाता है।

मोतियों की नगरी ये, रिवायतों का खज़ाना है,
हर गली में तहजीब का, चिराग जगमगाना है।

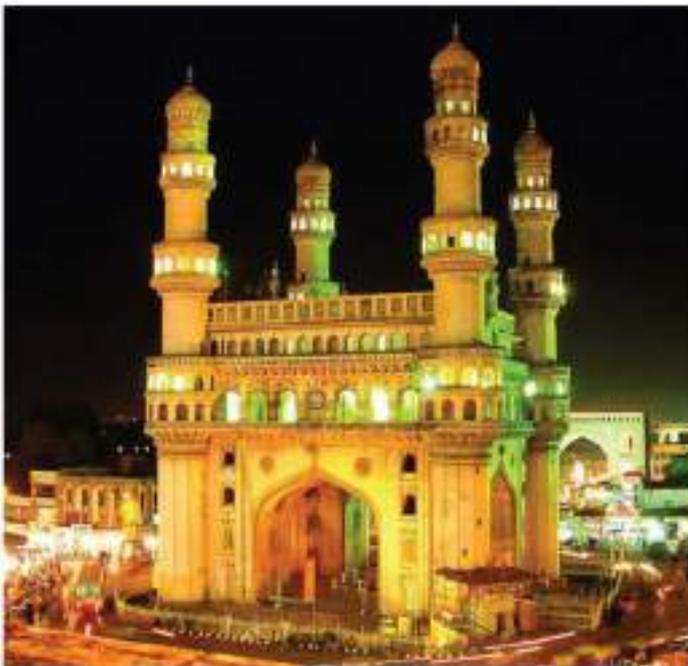
सल्तनत की गूँज अभी भी, मेहराबों में गाती है,
कुतुब शाही की यादें, हवाओं में समाती हैं।



हुसैन सागर की लहरों पर, बुद्ध की प्रतिमा बोलती,
शांति और सद्भाव की भाषा, हर दिल में घोलती।

बाज़ारों की रीनक देखो, इत्र, बांगड़ी, मोती हैं,
पकवानों में दम बिरयानी, दिल की धड़कन होती है।

पुराने और नए का संगम, हैदराबाद बतलाता है,
अपनी धरोहर पर हर शहरी, गर्व सदा जतलाता है।





संजय जाधव
उप निदेशक

भूमिका:

भारत विविधताओं से भरा देश है जहाँ हर क्षेत्र में कुछ अनूठा देखने को मिलता है। चाहे वह ऐतिहासिक स्थल हों, प्राकृतिक सौंदर्य हो या फिर आधुनिक विकास की प्रतीक इमारतें—हर पहलू में भारत का अनोखापन दिखता है। इसी आधुनिकता और सांस्कृतिक गौरव का प्रतीक है रामोजी फिल्म सिटी। यह न केवल एक फिल्म स्टूडियो है, बल्कि एक भव्य पर्यटन स्थल भी है। यह स्थान भारतीय फिल्म उद्योग की अद्भुत क्षमताओं और कलात्मक प्रतिभा का प्रमाण है।

रामोजी फिल्म सिटी का इतिहास:

रामोजी फिल्म सिटी की स्थापना 1991 में प्रसिद्ध फिल्म निर्माता और उद्यमी रामोजी राव ने की थी। उनका उद्देश्य था एक ऐसा स्थान बनाना जहाँ फिल्म निर्माण की हर जरूरत को एक ही जगह पर पूरा किया जा सके। यह फिल्म सिटी 1996 में आम जनता के लिए खोली गई।

रामोजी ग्रुप द्वारा निर्मित इस फिल्म सिटी का निर्माण हैदराबाद के पास, तेलंगाना राज्य में किया गया। यह दुनिया

की सबसे बड़ी फिल्म सिटी मानी जाती है और इसका नाम गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में भी दर्ज है।

मुख्य आकर्षण:

रामोजी फिल्म सिटी में देखने लायक कई स्थान हैं, जो न



केवल पर्यटकों को रोमांचित करते हैं बल्कि फिल्म निर्माण की दुनिया की झलक भी दिखाते हैं। कुछ मुख्य आकर्षण हैं:

1. फिल्म सेट्स:



मुगल गार्डन, जापानी गार्डन, रेलवे स्टेशन, एयरपोर्ट, मंदिर, मस्जिद, चर्च, शाही महल जैसे स्थायी सेट यहाँ बनाए गए हैं। इनका उपयोग कई फिल्मों में किया गया है।

2. स्टूडियो टूर:

पर्यटकों के लिए विशेष टूर बसें उपलब्ध हैं जो उन्हें विभिन्न स्टूडियो और सेट्स का भ्रमण कराती हैं।

3. थीम पार्क और राइड्स:

यहां बच्चों और बड़ों के लिए थीम बेस्ड राइड्स, एडवेंचर जोन, 3D और 4D शो, लाइव स्टंट शो आदि भी हैं।

4. फिल्म निर्माण का लाइव अनुभव:

यहां आने वाले दर्शकों को यह दिखाया जाता है कि कैसे एक फिल्म बनती है—कैमरा, एडिटिंग, साउंड इफेक्ट्स, स्पेशल इफेक्ट्स आदि का डेमो लाइव दिखाया जाता है।

5. एंटरटेनमेंट शो:

रामोजी फिल्म सिटी में नियमित रूप से लाइव डांस



परफॉर्मेंस, कल्चरल शो, म्यूजिकल फाउंटेन शो आदि आयोजित किए जाते हैं।

भारत की संस्कृति और कला का संगम:

रामोजी फिल्म सिटी भारतीय संस्कृति, कला, संगीत, नृत्य, वास्तुकला और विविधता को एक मंच पर लाकर प्रस्तुत करता है। यहां हर प्रांत की झलक देखने को मिलती है। चाहे वह राजस्थान के महलों का चित्रण हो या दक्षिण भारतीय मंदिरों का, हर चीज़ को बारीकी से दर्शाया गया है।

उपसंहार:

रामोजी फिल्म सिटी न केवल एक फिल्म निर्माण केंद्र है, बल्कि यह भारत की सांस्कृतिक विरासत, आधुनिक तकनीक, और पर्यटन का अद्भुत संगम भी है। यह भारत



के लिए गर्व की बात है कि हमारे देश में विश्व स्तर का ऐसा स्टूडियो मौजूद है।

यह स्थान यह सिद्ध करता है कि कल्पना और तकनीक के मेल से क्या कुछ संभव है। जो भी यहां आता है, वह इस स्थान से प्रेरणा लेकर लौटता है। चाहे आप फिल्म प्रेमी हों, पर्यटक हों या विद्यार्थी—रामोजी फिल्म सिटी हर किसी के लिए एक अद्भुत अनुभव प्रदान करती है।



सौरभ सिंह
बहुकमी स्टाफ

गाँव में था नीम की छाँव,
धान की खुशबू, मिट्टी का स्वाद,
पर साहब जी तो निकल पड़े,
शहर में ढूँढने “आधुनिक संवाद”!

अब न पगडंडी, न कच्चा रास्ता,
मगर हाँ – ट्रैफिक जाम का हिस्सा,
धूल मिट्टी तो खेतों में भी थी,
यहाँ मुफ्त में मिलती है धुआँ-दूषित हवा।

गाँव में सब जान-पहचान के,
“राम-राम” से दिन की शुरुआत,
यहाँ लिफ्ट में खड़े पड़ोसी भी,
चेहरा घुमा कर करते विदाई की बात।

तालाब का पानी, कुएँ की मिठास,
छोड़ दिया बोटल वाले विश्वास,
अब तो मिनरल वॉटर खरीदना पड़ता,
जो असल में वही नल का पानी निकला!

गाँव में गाय की घंटियों की तान,
यहाँ हॉर्न का है महान गान,
जहाँ खेतों में अन्न उपजता था,
यहाँ बस मॉल में डिस्काउंट मिलता है जान।

शहर ने दिया कंक्रीट का घर,
पर खिड़की से झाँके तो सामने दीवार,
गाँव का खुला आँगन छोड़कर,
कितना समझदार निकला ये “शहर-प्रेमी” परिवार।





गणमान्य व्यक्तियों के साथ मुलाकात



दक्षिण क्षेत्रीय खेल प्रतियोगिता, वर्ष 2024 के लिए
क्षेत्रीय कार्यालय तेलंगाना की उपलब्धियां



जिस राष्ट्र की भाषा समृद्ध होती है, उसका संस्कृति भी गौरवशाली होती है।



* स्वास्थ्य और जीवन *



जी.विजय चंद्रा
निजी सचिव

भूमिका

स्वास्थ्य और जीवन एक-दूसरे के पूरक हैं। जब व्यक्ति स्वस्थ होता है, तभी वह जीवन की वास्तविक खुशियों का आनंद ले सकता है। यदि शरीर अस्वस्थ हो, तो जीवन के सारे सुख फीके लगते हैं। इसीलिए कहा गया है - * "जान है तो जहान है।" * अर्थात् जीवन में सब कुछ तभी सार्थक है जब हमारा स्वास्थ्य अच्छा हो।

स्वास्थ्य का महत्व

स्वस्थ शरीर में ही आत्मविश्वास, उत्साह और ऊर्जा का वास होता है। बीमार या अशक्त व्यक्ति अपने व्यक्तिगत, पारिवारिक और सामाजिक कर्तव्यों को ठीक से नहीं निभा सकता। मानसिक रूप से अस्वस्थ व्यक्ति निर्णय नहीं ले पाता और जीवन में पिछड़ जाता है। अतः स्वस्थ रहना हमारे संपूर्ण जीवन को सफल और संतुलित बनाता है।

शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य भी उतना ही आवश्यक है। अगर मन में नकारात्मक विचार, चिंता या तनाव रहेगा, तो शरीर भी प्रभावित होगा। इसलिए संपूर्ण स्वास्थ्य का मतलब केवल बीमारियों से मुक्त होना नहीं, बल्कि मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक रूप से भी संतुलित होना है।

स्वस्थ रहने के उपाय

स्वस्थ जीवनशैली अपनाकर हम लंबे समय तक स्वस्थ रह सकते हैं। इसके लिए निम्नलिखित बातों का पालन आवश्यक है:



1. संतुलित आहार भोजन में फल, सब्जियाँ, दालें, अनाज और दूध जैसी चीजें शामिल होनी चाहिए। जंक फूड और तली-भुनी चीजों से बचना चाहिए।

2. नियमित व्यायाम प्रतिदिन टहलना, योग, प्राणायाम या अन्य शारीरिक गतिविधियाँ करना अत्यंत लाभकारी होता है।

3. पर्याप्त नींद प्रतिदिन 7-8 घंटे की नींद शरीर को आराम और पुनः ऊर्जा देने के लिए आवश्यक है।

4. साफ-सफाई व्यक्तिगत स्वच्छता जैसे नहाना,



हाथ धोना, साफ कपड़े पहनना और वातावरण को स्वच्छ रखना बीमारी से बचाता है।

5. मानसिक संतुलन ध्यान, मेडिटेशन और सकारात्मक सोच से मानसिक तनाव कम होता है और मानसिक स्वास्थ्य बेहतर बना रहता है।

आज के समय में स्वास्थ्य की चुनौतियाँ

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी, अनियमित दिनचर्या, फास्ट फूड का बढ़ता प्रचलन और तनावपूर्ण जीवनशैली स्वास्थ्य के लिए सबसे बड़ा खतरा बन चुके हैं। इसके कारण उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा, दिल की बीमारियाँ और मानसिक तनाव जैसे रोग तेजी से बढ़ रहे हैं।



निष्कर्ष:

स्वास्थ्य ही जीवन का आधार है। बिना अच्छे स्वास्थ्य के जीवन की कल्पना अधूरी है। इसलिए हमें बचपन से ही स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की आदत डालनी चाहिए। यदि हम अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग रहेंगे, तो जीवन भी खुशहाल और सफल होगा। हमें यह समझना चाहिए कि धन, पद, प्रतिष्ठा सब कुछ दोबारा पाया जा सकता है, लेकिन खोया हुआ स्वास्थ्य वापस लाना कठिन होता है। अतः हमें स्वस्थ रहने के लिए प्रयासरत रहना चाहिए, क्योंकि *“स्वास्थ्य ही जीवन है।”





* मोबाइल महिमा *



पेट्रास ग्रेगरी खलखो
उप निदेशक

जेब में बैठा जादूगर,
करता सबको चकाचक असर।
रिश्ते-नाते भूल गए सब,
वाट्सएप ही अब है खबर।

मां बुलाए, "खाना खा ले,"
बेटा बोले, "बस ये भेज दूँ।"
पिता पूछें, "कुछ बात करे?"
बेटी कहे, "फ्री फायर खेल लूँ।"



गली मोहल्ला वीरान हुआ,
फेसबुक पर ही मिलते चार।
सेल्फी लेकर दिन निकलता,
टिकटॉक में कटे संसार।

मोबाइल बोला— "मैं ही भगवान,
मेरे बिना सब बेकार।"
इंसान बना मेरा गुलाम,
अब मैं चलाऊँ दुनिया की कार।



श्रीधर

सहायक निर्देशक

कृत्रिम बुद्धि की बात निराली,
बन गई जीवन की हमराज सवाली।
चिप्स और कोड में बसी जो रचना,
बुद्धि को दी मानो नई परिभाषा।

सोचती है, समझती है अब ये मशीन,
हर उत्तर दे जैसे हो कोई ऋषि बीन।
कभी डॉक्टर, कभी शिक्षक बन जाती,
हर मुश्किल में राह दिखा जाती।

बिना थके दिन-रात ये काम करे,
मनुष्य से आगे अब नाम करे।
भविष्य की ये नई कहानी,
तकनीक की ये अनोखी निशानी।

पर सावधान! ये शक्ति बड़ी,
सही दिशा दे, न हो कोई गलती कड़ी।
मानवता रहे प्रथम हमारी,
ना हो नियंत्रण की कोई लाचारी।



मशीनें समझें दिल की बात,
तो बनेगा सुंदर नवल प्रभात।
कृत्रिम बुद्धि का हो सदुपयोग,
मानवता का हो सदा ही जययोग ।



तेलंगाना क्षेत्र के कारखानों एवं इकाईयों में स्वास्थ्य जाँच शिविर



स्त्री (SPREE) जागरूकता अभियान





तिरुक्कुरल के दोहे



के दुर्गा भवानी
अधीक्षक

बुद्धि दुखों के विरुद्ध ढाल है; और शत्रुओं के लिए
अभेद्य एवं अविनाशी किला है।

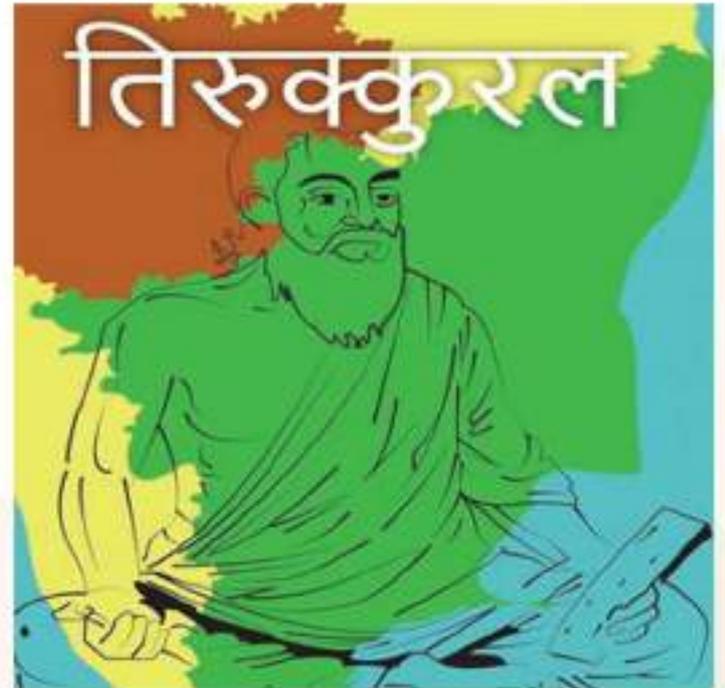
एक गाड़ी, भले ही केवल मोर पंखों से लदी हो,
परन्तु अधिक भार होने पर उसका धुरा टूट सकता है।

कभी भी अहंकार में न पड़ें; कभी भी ऐसे व्यर्थ
कार्यों में लिप्त न हों जिनसे किसी को कोई लाभ न हो।

उन लोगों की महानता, जिन्होंने दोनों दुनियाओं को जाना
है
लेकिन एक धार्मिक जीवन जीने का विकल्प चुना है, इस
दुनिया को सार्थक बनाती है।

जब आपके पास अच्छे शब्द हों, तब कठोर शब्द कहना,
पके हुए फलों के होते हुए भी कच्चे फल तोड़ने जैसा है।

अगर हम किसी उपकार के वास्तविक प्रभाव को गहराई
से समझें, जो बदले में मिलने वाले लाभ की गणना किए
बिना किया जाता है, तो वह सागर से भी विशाल है।





वेद प्रकाश
उप निदेशक

बीमार पड़े तो चिंता नहीं,
ईएसआईसी है संग यही।
औषधि, इलाज, सुविधा अपार,
कर्मचारी का रखता सत्कार।

मातृत्व लाभ मिले यहाँ,
सुख-शांति भर दे हर जहाँ।
दुर्घटना हो या हो अपंग,
सहारा बने यह जीवन संग।

परिवार भी पाए आराम,
चिकित्सा सेवा हर आयाम।
बुढ़ापे में पेंशन का साथ,
सुरक्षा मिले हर दिन, हर रात।

मेहनतकश का है अधिकार,
ईएसआईसी है उसकी ढाल।
राष्ट्र की ताकत, श्रम की जीत,
यही है इसका असली गीत।





पिंडली मांसपेशी: शरीर का दूसरा हृदय



गुरजिंदर सिंह
सहायक

परिचय

हमारा शरीर कई जटिल संरचनाओं से मिलकर बना है, जिनमें से हृदय सबसे महत्वपूर्ण अंगों में से एक है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि हमारी पिंडली मांसपेशी (Calf Muscle) को भी शरीर का दूसरा हृदय कहा जाता है? यह मांसपेशी रक्त संचार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है और हृदय को सुचारू रूप से कार्य करने में मदद करती है।

पिंडली मांसपेशी का कार्य और संरचना

पिंडली मांसपेशी, जिसे गैस्ट्रोक्नेमियस (Gastrocnemius) और सोलियस (Soleus) मांसपेशियों के नाम से भी जाना जाता है, हमारे पैरों के निचले हिस्से में पाई जाती है। यह मांसपेशी हमारी पिंडली (Shin) से लेकर एड़ी (Heel) तक फैली होती है और चलने, दौड़ने और कूदने जैसी गतिविधियों में मदद करती है।

पिंडली मांसपेशी को शरीर का दूसरा हृदय क्यों कहा जाता है?

हमारा हृदय रक्त को पूरे शरीर में पंप करता है, लेकिन

गुरुत्वाकर्षण बल (Gravity) के कारण पैरों से रक्त को वापस हृदय तक पहुँचाना एक कठिन कार्य होता है। पिंडली मांसपेशी इस कार्य को आसान बनाती है। जब हम चलते हैं या अपने पैर हिलाते हैं, तो यह मांसपेशी एक पंप की तरह काम करती है और रक्त को ऊपर की ओर धकेलने में मदद करती है। इसे वीनस पंप (Venous Pump) भी कहा जाता है।



पिंडली मांसपेशी और रक्त परिसंचरण

1. शिराओं में दबाव बढ़ाती है – जब यह मांसपेशी संकुचित होती है, तो यह पैरों में जमी हुई रक्त वाहिकाओं (Veins) में दबाव डालती है और रक्त को ऊपर की ओर धकेलती है।

2. रक्त संचार में सुधार करती है – यह शरीर में ब्लड क्लॉट्स (खून के थक्के) और वैरिकोज वेन्स (Varicose Veins) जैसी समस्याओं को रोकती है।

3. शरीर को ऊर्जा और ऑक्सीजन पहुँचाती है – जब रक्त का प्रवाह सही रहता है, तो शरीर को पर्याप्त ऑक्सीजन और पोषक तत्व मिलते हैं।

पिंडली मांसपेशी को मजबूत बनाने के तरीके

यदि आप अपनी पिंडली मांसपेशी को मजबूत बनाए रखते हैं, तो यह आपके हृदय को स्वस्थ रखने में भी मदद करेगा। यहाँ कुछ महत्वपूर्ण व्यायाम दिए गए हैं:

► वॉकिंग और रनिंग – रोजाना टहलना और दौड़ना पिंडली मांसपेशी को सक्रिय रखता है।

► काफ रेज (Calf Raises) – पैरों के बल खड़े होकर एड़ी को ऊपर उठाना और फिर नीचे करना।

► साइकलिंग – यह व्यायाम रक्त प्रवाह को बढ़ाने और मांसपेशियों को मजबूत करने में सहायक है।

► रसी कूदना (Skipping Rope) – यह हृदय और पिंडली मांसपेशी दोनों के लिए लाभकारी है।

पिंडली मांसपेशी कमजोर होने के लक्षण



यदि आपकी पिंडली मांसपेशी कमजोर हो रही है, तो निम्नलिखित समस्याएँ हो सकती हैं:

❑ पैरों में सूजन और भारीपन महसूस होना।

❑ खड़े रहने पर पैरों में दर्द और ऐंठन।

❑ ब्लड क्लॉट्स बनने की संभावना बढ़ जाना।

❑ थकान महसूस होना और पैरों में कमजोरी आना।

पिंडली मांसपेशी को स्वस्थ रखने के लिए सुझाव

❑ रोजाना पैदल चलें और व्यायाम करें।

❑ पैरों की मालिश करें और गर्म पानी से सेंक करें।

❑ लंबे समय तक एक ही स्थान पर न बैठें या खड़े न रहें।

❑ भरपूर पानी पिएँ और संतुलित आहार लें।

❑ अगर सूजन या दर्द की समस्या हो, तो डॉक्टर से परामर्श लें।

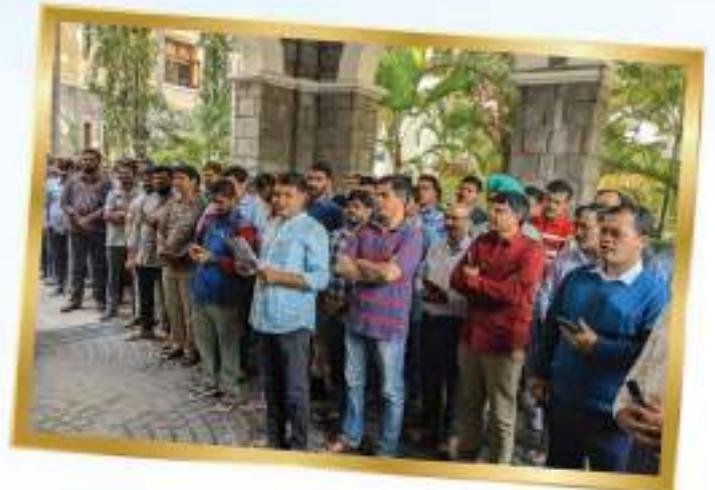
निष्कर्ष

पिंडली मांसपेशी केवल हमारे पैरों की गति के लिए ही नहीं, बल्कि पूरे शरीर में रक्त परिसंचरण के लिए भी महत्वपूर्ण है। इसे शरीर का दूसरा हृदय कहा जाता है क्योंकि यह हृदय पर दबाव को कम करने और रक्त संचार को बनाए रखने में मदद करता है। स्वस्थ जीवन के लिए हमें इसकी देखभाल करनी चाहिए और नियमित व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए।

“स्वस्थ पिंडली मांसपेशी, स्वस्थ हृदय और स्वस्थ जीवन का आधार है!”



टीबी जागरूकता अभियान



जन-जन का रखे ध्यान, TB-मुक्त भारत अभियान



जा रामना, जा घवराजा,
टीबी की जांच करवाना



टीबी को जल्दी इलाज से नहीं,
बचाव से भी हटाया है

लिफ्टे जांसी
ही टीबी का लक्षण नहीं

TB के और भी लक्षण हो सकते हैं



महिला दिवस के उपलक्ष्य पर आयोजित प्रतियोगिताओं में विजेता कार्मिकों को मुख्य अतिथि द्वारा पुरस्कार वितरण





पडावला कार्तिक
सहायक

भाषा मनुष्य-जीवन में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यह केवल एक संचार का माध्यम नहीं, बल्कि विचारों, भावनाओं और अनुभवों को व्यक्त करने का सशक्त माध्यम भी है। मनुष्य को अपने विचारों को दूसरों तक पहुंचाने, अपनी आवश्यकताओं को व्यक्त करने और सामाजिक संबंध बनाने के लिए भाषा की आवश्यकता होती है।

संचार का अर्थ है सूचना, विचार, भावनाओं और ज्ञान का आदान-प्रदान। भाषा के माध्यम से यह संचार सहज और प्रभावी बनता है। जब हम अपनी बात को सही शब्दों में व्यक्त करते हैं, तो सामने वाला व्यक्ति आसानी से हमारी बात को समझ पाता है। उदाहरण स्वरूप, यदि शिक्षक अपने विद्यार्थियों को सरल भाषा में समझाएंगे, तो विद्यार्थी उसे आसानी से समझ पाएंगे। इसी प्रकार, अच्छे संचार कौशल से व्यक्ति अपने व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में सफल होता है।

भारत जैसे बहुभाषी देश में भाषा का विशेष महत्व है। हिंदी, तमिल, तेलुगु, मराठी, बंगाली आदि अनेक भाषाएँ यहाँ बोली जाती हैं। इन भाषाओं के माध्यम से हम अपनी सांस्कृतिक धरोहर को सुरक्षित रखते हैं और समाज में एकता का संदेश फैलाते हैं। भाषा ही वह माध्यम है, जिससे

हम अपनी परंपराएं, रीति-रिवाज और ज्ञान पीढ़ी दर पीढ़ी स्थानांतरित करते हैं।

आधुनिक युग में संचार के नए-नए साधन विकसित हुए हैं। इंटरनेट, मोबाइल, सोशल मीडिया, ई-मेल आदि के माध्यम से हम बहुत दूर बैठे लोगों से भी संपर्क साध सकते हैं। फिर भी, भाषा का सही और प्रभावी उपयोग अत्यंत आवश्यक है। भाषा की शुद्धता और स्पष्टता से ही संवाद में गलतफहमी से बचा जा सकता है।

व्यक्तिगत विकास में भी भाषा और संचार का बड़ा योगदान है। अच्छे भाषण और लेखन कौशल से व्यक्ति समाज में अपनी छवि बना सकता है। आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति अपने विचारों को प्रभावी तरीके से प्रस्तुत कर पाता है, जिससे उसे सम्मान और सफलता प्राप्त होती है।

अंत में, यह कहना उचित होगा कि भाषा और संचार हमारे सामाजिक और व्यक्तिगत जीवन की रीढ़ हैं। यह न केवल विचारों के आदान-प्रदान को संभव बनाता है, बल्कि मानवता को एक सूत्र में पिरोकर शांति और सहयोग की भावना भी विकसित करता है। इसलिए, हमें भाषा का सही और नैतिक उपयोग करते हुए इसे अपने व्यक्तित्व विकास का हिस्सा बनाना चाहिए।



पी रघुनाथ
अधीक्षक

योग एक प्राचीन भारतीय अभ्यास है जो शरीर और मन के संतुलन को बनाए रखने में मदद करता है। यह शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है। योग में शारीरिक आसन, प्राणायाम और ध्यान की तकनीकें शामिल होती हैं। यह शरीर की लचीलापन, ताकत और सहनशक्ति बढ़ाता है। योग का नियमित अभ्यास तनाव को कम करने और मानसिक शांति प्राप्त करने में सहायक होता है। यह आत्म-समझ और आत्म-नियंत्रण को बढ़ावा देता है। योग शरीर के अंगों और जोड़ों को मजबूत करता है और उनमें लचीलापन लाता है। प्राणायाम (सांस की तकनीकें) से फेफड़ों की क्षमता में सुधार होता है। योग मानसिक स्थिति को बेहतर बनाता है और एकाग्रता में मदद करता है। नियमित योग अभ्यास से जीवन में समग्र संतुलन और खुशी प्राप्त की जा सकती है।



हैं उन पैसों को हमें अपने शरीर के ऊपर ही खर्च करने पड़ सकते हैं और हम कभी निरोग भी नहीं रह पाएंगे। योग को अपना कर ही हम स्वस्थ और सुखी रह सकते हैं।

आज की भाग दौड़ भरी जिंदगी में योग का महत्त्व बहुत ही बढ़ चुका है। हमें अपने दैनिक जीवन में योग को शामिल करना चाहिए। जितना महत्त्व आज हम पैसे को देते हैं उसे कहीं अधिक महत्त्व हमें योग और अपने शरीर को देना होगा तभी हम एक सुखी और सफल जीवन व्यतीत कर सकते हैं। अन्यथा जो पैसे कमाने के लिए हम इतनी भाग दौड़ करते





ईएसआईसी स्टाफ क्वार्टर में गणेश उत्सव समारोह



हैदराबाद में संसदीय स्थायी समिति की बैठक





या देवी सर्वभूतेषु शक्ति-रूपेण संस्थिता। नमस्तस्यै
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः ॥ - माँ दुर्गा



प्रणव संतरा
सहायक निदेशक

लोगों को त्यौहार बहुत पसंद हैं। त्यौहार खुशी के अवसर होते हैं। यह आनंद संस्कृति और जीवन की संयुक्त अभिव्यक्ति है। इसलिए, मैं देख रहा हूँ कि जाति, धर्म या रंग की परवाह किए बिना हर कोई अब हैदराबाद और तेलंगाना में गणेश उत्सव मना रहा है। हम विभिन्न प्रकार के धार्मिक, सामाजिक, पारिवारिक त्यौहार देखते हैं। इसी प्रकार बंगाल में हम शरद उत्सव मनाते हैं जिसे हिंदू लोग दुर्गात्सव कहते हैं।

वास्तव में बंगाल में प्राचीन काल से ही महिला शक्ति को प्राथमिकता दी जाती रही है। इसलिए, बंगाल में मुक्ति की देवी दुर्गा की तरह, शक्ति की देवी काली, विद्या की देवी सरस्वती, धन की देवी लक्ष्मी और पारिवारिक समृद्धि की देवी मनसा, सभी समान रूप से पूजनीय हैं। इसके अलावा, मेरी बंगाली में कई अन्य देवियों का भी स्मरण किया जाता है।

बंगाली में, दुर्गा पूजा की शुभ शुरुआत अश्विन महीने में ढाक बाजार शब्द से होती है। ऐसा लगता है मानो प्रकृति पूरी धरती को वर्षा के जल से धो रही हो और शरद ऋतु के शुद्ध श्वेत आकाश के नीचे देवी का आह्वान कर रही हो। दरअसल, हम माँ दुर्गा की पूजा देवी के रूप में नहीं, बल्कि अपनी बेटे के रूप में करते हैं। इसलिए जब माँ इस

दुनिया में प्रवेश करती है, तो उसके बेटे और बेटियाँ उसके साथ आते हैं, जैसे गणेश, कार्तिक, लक्ष्मी और सरस्वती। और इस परिवार रूप को पूर्ण करने के लिए उमापति शिव सभी के ऊपर लघु रूप में विराजमान हैं। इस माँ के आगमन बंगाल में एक घनिष्ठ परिवार की तस्वीर पेश करता है। जिस प्रकार माँ ने अपने दस हाथों में हथियार लेकर राक्षस का वध किया था, उसी प्रकार आज की लड़कियाँ 10 हाथों से हर



काम संभालती हैं। जिस प्रकार वे परिवार का प्रबंधन करती हैं और अपने बच्चों को वास्तविक व्यक्ति बनाती हैं, साथ ही साथ कार्यालय और न्यायालय भी सब कुछ एक दशभुज की तरह प्रबंधित करती हैं।

माता के इस आगमन को अच्छाई का आगमन और बुराई का अंत माना जाता है। ऐसा कहा जाता है कि जब स्वर्ग



के सभी देवता महिषासुर के कारण संकट में थे, क्योंकि महिषासुर ब्रह्मा के आशीर्वाद से बलवान था, तब सभी देवताओं ने महिषासुर के प्रकोप से बचने के लिए माँ दुर्गा की शरण ली। उसी समय सभी देवताओं ने माता को अपने-अपने अस्त्र-शस्त्र भेंट किये और उन्हें महिषासुर से युद्ध के लिए तैयार किया। असीम शक्ति से युक्त, उन्होंने महिषासुर को पराजित किया और शिव द्वारा दिए गए त्रिशूल से उसका वध कर दिया।

देवी की पूजा शास्त्रीय अनुष्ठानों के अनुसार की जाती है। सातवें, आठवें और नौवें दिन देवी की पूजा बड़े धूमधाम और समारोह के साथ की जाती है, छठे दिन देवी का आह्वान किया जाता है और दसवें दिन विसर्जन किया जाता है।

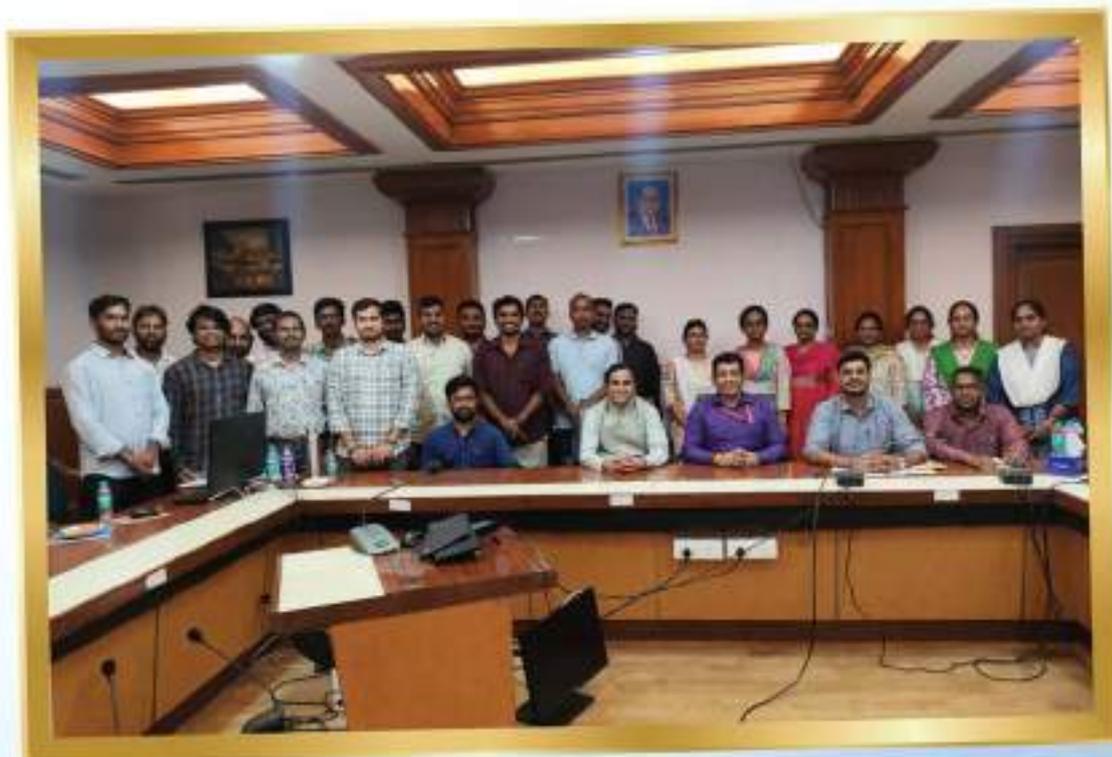
15 दिसंबर 2021 यूनेस्को (UNESCO) ने कोलकाता की दुर्गा पूजा को मानवता की अमूर्त सांस्कृतिक विरासत (Intangible cultural Heritage of Humanity)

की यूनेस्को सूची में शामिल किया। हाल ही में, सार्वजनिक उपासनाओं के बीच उत्कृष्टता की प्रतिस्पर्धा शुरू हो गई है। इस संबंध में कई व्यावसायिक संगठन आगे आए हैं। उन्होंने मंडप सजावट, प्रकाश व्यवस्था, मूर्तियों और स्वाद व संस्कृति के सभी पहलुओं के लिए पुरस्कारों की व्यवस्था की है। इस सबसे बड़े त्यौहार के कुछ विकृत पहलू भी ध्यान में आते हैं। लाउडस्पीकरों से निकलने वाला तेज संगीत लोगों को असहज कर देता है। ऐसा लगता है कि लाउडस्पीकर संगीत को शोर में बदल देते हैं और हमारे कानों को भेद रही है। कुछ जगहों पर अश्लील नृत्य और शराब से संबंधित अनैतिकता होती है, लेकिन कुल मिलाकर यह पूजा हमारे दिल और दिमाग को शुद्ध आनंद से भर देती है। न केवल बंगाल, बल्कि भारत और पूरा विश्व अब दुर्गा पूजा के मानव बंधन में बंध गया है। यही इस त्यौहार का सार है।





राजभाषा गतिविधियाँ



हैदराबाद के क्षेत्रीय कार्यालय में ईएसआईसी कर्मचारियों के लिए स्वास्थ्य जांच शिविर





* छठ-पर्व का गौरव *



निशा कुमारी
अधीक्षक

छठ पर्व, छड़ठ या षष्ठी पूजा कार्तिक शुक्ल पक्ष के षष्ठी को आम तौर पर हिंदुओं द्वारा मनाया जाने वाला एक पर्व है। सूर्योपासना का यह अनुपम लोकपर्व मुख्य रूप से बिहार, झारखण्ड, पश्चिम बंगाल, पूर्वी उत्तर प्रदेश और नेपाल के तराई क्षेत्रों में मनाया जाता है। कहा जाता है यह पर्व मैथिल, मगही और भोजपुरी लोगों का सबसे बड़ा पर्व है। यह उनकी संस्कृति है। छठ पर्व बिहार में बड़े धूम - धाम से मनाया जाता है। यह पर्व बिहार या पूरे भारत का ऐसा एक मात्र पर्व है जो वैदिक काल से चला आ रहा है और अब तो यह बिहार कि संस्कृति बन चुका है। यह पर्व बिहार के वैदिक आर्य संस्कृति की एक छोटी सी झलक दिखाता है। यह पर्व ऋग्वेद में वर्णित सूर्य पूजन एवं उषा पूजन तथा आर्य परंपरा के अनुसार मनाया जाता है।

सुरज भगवान- महापर्व छठ पूजा समिति बेलदरिया, बिहार

बिहार मे इस पर्व को इस्लाम सहित अन्य धर्मावलम्बी भी मनाते देखे जाते हैं। धीरे-धीरे यह त्योहार प्रवासी भारतीयों के साथ-साथ विश्वभर में प्रचलित हो गया है। छठ पूजा सूर्य, प्रकृति, जल, वायु और उनकी बहन छठी मइया को समर्पित है ताकि उन्हें पृथ्वी पर जीवन की देवताओं को बहाल करने के लिए धन्यवाद, छठी मैया, जिसे मिथिला

में रनवे माय भी कहा जाता है, भोजपुरी में सबिता माई और बंगाली में रनवे ठाकुर बुलाया जाता है। पार्वती का छठा रूप भगवान सूर्य की बहन छठी मैया को त्योहार की देवी के रूप में पूजा जाता है। यह चंद्र के छठे दिन काली पूजा के छह दिन बाद छठ मनाया जाता है। मिथिला में छठ के दौरान मैथिल महिलाएं, मिथिला की शुद्ध पारंपरिक संस्कृति को दर्शाने के लिए बिना सिलाई के शुद्ध सूती धोती पहनती हैं।

त्यौहार के अनुष्ठान कठोर हैं और चार दिनों की अवधि में मनाए जाते हैं। इनमें पवित्र स्नान, उपवास और पीने के पानी (वृत्ता) से दूर रहना, लंबे समय तक पानी में खड़ा होना, और प्रसाद (प्रार्थना प्रसाद) और अर्घ्य देना शामिल है।



परवातिन नामक मुख्य उपासक (संस्कृत पार्व से, जिसका



मतलब 'अवसर' या 'त्यौहार') आमतौर पर महिलाएं होती हैं। हालांकि, बड़ी संख्या में पुरुष इस उत्सव का भी पालन करते हैं क्योंकि छठ लिंग-विशिष्ट त्यौहार नहीं है। छठ महापर्व के व्रत को स्त्री - पुरुष - बुढ़े - जवान सभी लोग करते हैं। कुछ भक्त नदी के किनारों के लिए सिर के रूप में एक प्रोस्टेशन मार्च भी करते हैं।

पर्यावरणविदों का दावा है कि छठ सबसे पर्यावरण-अनुकूल हिंदू त्यौहार है। यह त्यौहार नेपाली और भारतीय लोगों द्वारा अपने डायस्पोरा के साथ मनाया जाता है।

शुरुआत

ऐतिहासिक रूप से, मुंगेर सीता मनपत्थर (सीता चरण) सीताचरण मंदिर के लिए जाना जाता है जो मुंगेर में गंगा के बीच में एक शिलाखंड पर स्थित है। ऐसा माना जाता है कि माता सीता ने मुंगेर में छठ पर्व मनाया था। इसके बाद ही छठ महापर्व की शुरुआत हुई। इसीलिए मुंगेर और बेगूसराय में छठ महापर्व बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है।

देव सूर्य मंदिर

एक कथा के अनुसार प्रथम देवासुर संग्राम में जब असुरों के हाथों देवता हार गये थे, तब देव माता अदिति ने तेजस्वी पुत्र की प्राप्ति के लिए देवारण्य के देव सूर्य मंदिर में रनवे (छठी मैया) अपनी पुत्री की आराधना की थी। तब प्रसन्न होकर छठी मैया ने उन्हें सर्वगुण संपन्न तेजस्वी पुत्र होने का वरदान दिया था। इसके बाद अदिति के पुत्र हुए त्रिदेव रूप आदित्य भगवान, जिन्होंने असुरों पर देवताओं को विजय दिलायी।

नामकरण

छठ, षष्ठी का अपभ्रंश है। कार्तिक मास की अमावस्या को दीवाली मनाने के बाद मनाये जाने वाले इस चार दिवसीय

व्रत की सबसे कठिन और महत्वपूर्ण रात्रि कार्तिक शुक्ल षष्ठी की होती है। कार्तिक शुक्ल पक्ष के षष्ठी को यह व्रत मनाये जाने के कारण इसका नामकरण छठ व्रत पड़ा।

छठ पूजा साल में दो बार होती है एक चैत मास में और दुसरा कार्तिक मास शुक्ल पक्ष चतुर्थी तिथि, पंचमी तिथि, षष्ठी तिथि और सप्तमी तिथि तक मनाया जाता है। षष्ठी देवी माता को कात्यायनी माता के नाम से भी जाना जाता है। नवरात्रि के दिन में हम षष्ठी माता की पूजा करते हैं षष्ठी



माता कि पूजा घर परिवार के सदस्यों के सभी सदस्यों के सुरक्षा एवं स्वास्थ्य लाभ के लिए करते हैं षष्ठी माता की पूजा, सुरज भगवान और मां गंगा की पूजा देश में एक लोकप्रिय पूजा है। यह प्राकृतिक सौंदर्य और परिवार के कल्याण के लिए की जाने वाली एक महत्वपूर्ण पूजा है। इस पूजा में गंगा स्थान या नदी तालाब जैसे जगह होना अनिवार्य हैं यही कारण है कि छठ पूजा के लिए सभी नदी तालाब कि साफ सफाई किया जाता है और नदी तालाब को सजाया जाता है प्राकृतिक सौंदर्य में गंगा मैया या नदी तालाब मुख्य स्थान है

छठ पर्व किस प्रकार मनाते हैं ?

यह पर्व चार दिनों का है। भैयादूज के तीसरे दिन से यह आरम्भ होता है। पहले दिन सेन्धा नमक, घी से बना हुआ



अरवा चावल और कद्दू की सब्जी प्रसाद के रूप में ली जाती है। अगले दिन से उपवास आरम्भ होता है। व्रति दिनभर

सामाजिक/सांस्कृतिक महत्त्व

छठ पूजा का सबसे महत्वपूर्ण पक्ष इसकी सादगी पवित्रता और लोकपक्ष है। भक्ति और आध्यात्म से परिपूर्ण इस पर्व में बाँस निर्मित सूप, टोकरी, मिट्टी के बर्तनों, गन्ने का रस, गुड़, चावल और गेहूँ से निर्मित प्रसाद और सुमधुर लोकगीतों से युक्त होकर लोक जीवन की भरपूर मिठास का प्रसार करता है।

स्वीकार करते हुए संगीत नाटक अकादमी (SNA) को निर्देश दिया है कि इस पर्व को यूनेस्को की अमूर्त सांस्कृतिक धरोहर सूची में शामिल करने की प्रक्रिया तुरंत शुरू की जाए। संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार ने 8 अगस्त 2025 को जारी पत्र के माध्यम से औपचारिक आदेश दिया है।

छठी मैया फाउंडेशन का योगदान:

छठी मैया फाउंडेशन के संस्थापक संदीप कुमार दुबे ने इस पर्व को वैश्विक मान्यता दिलाने के उद्देश्य से प्रयास किए हैं।

महत्वपूर्ण मानदंड:

छठ पर्व यूनेस्को के मानदंडों को पूरा करता है, जैसे सांस्कृतिक विरासत का संरक्षण, विभिन्न देशों में इसका पालन, और मान्यता के लिए एक संगठित अभियान |





दिनेश सिंह

सहायक निदेशक (राजभाषा), से.नि

जीवन के संघर्ष से क्या घबराना
जीवन तो है प्रभु का एक नज़राना |
बतलाओ तो संघर्ष कहाँ नहीं है
संघर्ष जहाँ नहीं, ऐसा कोई जहाँ नहीं
संघर्ष तो नवसृजन की है भूमिका
नवनिर्माण से फिर क्या कतरना

जीवन के संघर्ष क्या घबराना
जीवन तो है प्रभु का एक नज़राना
सितारों की गर्दियों, सूरज की तपन
धरती का घूमना, समंदर का आलौडन
मनुष्य की जिजीविषा, क्या संघर्ष नहीं है
संघर्ष तो है जिंदा होने का पैमाना



जीवन के संघर्ष से क्या घबराना
जीवन तो है प्रभु का एक नज़राना |
जिंदा रहने के लिए शिशु का संघर्ष
अस्तित्व बनाने के लिए युवा का संघर्ष
निरोगी काया के लिए वृद्ध का संघर्ष
फिर संघर्ष से किसको बचकर है जाना

जीवन के संघर्ष से क्या घबराना
जीवन तो है प्रभु का एक नज़राना |





एसिक विशेष सेवा पखवाड़ा समारोह एवं पुरस्कार वितरण



एसिक विशेष सेवा पखवाड़ा समारोह एवं पुरस्कार वितरण



हिंदी केवल भाषा नहीं, भारत की आत्मा है।



* विनाशकारी बादल *



ई रमेश
प्रवर श्रेणी लिपिक

1. भूमिका

भारत के पर्वतीय क्षेत्रों में मानसून के दौरान अचानक होने वाली तेज और अत्यधिक वर्षा की घटनाओं को क्लाउडबस्ट कहा जाता है। ये घटनाएँ सीमित क्षेत्र में होती हैं लेकिन बहुत विनाशकारी होती हैं। वर्ष 2025 में उत्तराखंड, जम्मू-कश्मीर, हिमाचल प्रदेश और यहां तक कि चेन्नई जैसे शहरी क्षेत्रों में क्लाउडबस्ट की कई घटनाएँ सामने आईं, जिससे व्यापक जनहानि और आर्थिक नुकसान हुआ।

2. हालिया क्लाउडबस्ट घटनाएँ

(क) किष्टवाड़, जम्मू-कश्मीर (14 अगस्त 2025)

Machail Mata यात्रा मार्ग पर अचानक क्लाउडबस्ट हुआ, जिससे फ्लैश फ्लड में 67 लोगों की मृत्यु हो गई, 300 घायल और 200 लापता हो गए। कई शिविर, वाहन और ढांचे बह गए।

(ख) उत्तरकाशी, उत्तराखंड (5 अगस्त 2025)

धाराली गाँव में क्लाउडबस्ट के कारण अचानक बाढ़ आई, जिसमें कई घर, दुकानें और होटल बह गए। कम से कम 5 लोगों की मृत्यु हुई और दर्जनों लापता हुए।

(ग) चेन्नई (31 अगस्त-1 सितंबर 2025)

उत्तर चेन्नई में मात्र 2 घंटे में 25-27 cm तक वर्षा हुई। जलभराव, बिजली कटौती और यातायात ठप जैसी समस्याएँ उत्पन्न हो गईं।

(घ) हिमाचल प्रदेश (जून-जुलाई 2025)

लगातार भारी वर्षा और क्लाउडबस्ट की घटनाओं से मंडी, कुल्लू, चंबा जैसे जिलों में 75 से अधिक मौतें और ₹700 करोड़ से अधिक की संपत्ति हानि हुई।



3. क्लाइमेट के प्रमुख कारण

(क) प्राकृतिक कारण

ओरोग्राफिक प्रभाव: पहाड़ों से टकराकर ऊपर उठने वाली नम हवा जल्दी संघनित होकर भारी बारिश करती है।

वायुमंडलीय अस्थिरता: गर्म और ठंडी वायु के टकराव से भारी वर्षा होती है।

(ख) जलवायु परिवर्तन

तापमान बढ़ने से वायुमंडल में नमी अधिक होती है, जिससे तीव्र वर्षा की संभावना बढ़ जाती है।

ग्लेशियर पिघलने से भी अचानक जल प्रवाह और GLOF जैसी घटनाओं की संभावना बढ़ती है।

(ग) मानवजनित कारण

पहाड़ी क्षेत्रों में अनियोजित निर्माण, वनों की कटाई, अतिक्रमण आदि प्राकृतिक जलचक्र को बिगाड़ते हैं।

नालियों की अव्यवस्था, शहरीकरण, और आपदा प्रबंधन की कमजोर प्रणाली समस्या को और बढ़ा देती है।

4. क्लाइमेट के प्रभाव

(क) जनहानि और मानसिक तनाव

हजारों लोगों की मृत्यु, घायल और लापता होने की घटनाएँ आम हो रही हैं।

लोगों में डर, चिंता और अवसाद जैसे मानसिक प्रभाव भी देखे जा रहे हैं।

(ख) आर्थिक और भौतिक क्षति

पुल, सड़कें, घर, बिजली और जल आपूर्ति जैसी आधारभूत संरचनाएँ बर्बाद हो जाती हैं।

पर्यटन, व्यापार और कृषि पर भी गहरा असर पड़ता है।

(ग) सामाजिक और स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ

बाढ़ के कारण गंदा पानी और मलबा फैलने से संक्रामक रोग फैलते हैं।

लोगों को आश्रय, भोजन, स्वास्थ्य सेवा जैसी मूलभूत आवश्यकताओं की समस्या होती है।



5. समाधान और बचाव उपाय

(क) चेतावनी प्रणाली का विकास

उच्च तकनीकी रडार, वर्षा मापन यंत्र और मौसम पूर्वानुमान को बेहतर बनाना आवश्यक है।

मोबाइल आधारित चेतावनी प्रणाली और स्थानीय भाषा में अलर्ट ज़रूरी हैं।



(ख) भूसंरचना नियमन

पहाड़ी इलाकों में निर्माण कार्यों को नियमों के अनुसार करना चाहिए।

रिसाव और जलनिकासी के लिए बेहतर व्यवस्था होनी चाहिए।



इसका मूल कारण जलवायु परिवर्तन, अनियोजित विकास और चेतावनी प्रणालियों की कमी है।

(ग) वन संरक्षण और जल प्रबंधन

वृक्षारोपण, वर्षा जल संचयन और नदी तटों पर बफर जोन बनाना उपयोगी हो सकता है।

हमें अब ज़रूरत है कि हम वैज्ञानिक अनुसंधान, पर्यावरण संरक्षण और सशक्त आपदा प्रबंधन प्रणाली को मिलाकर एक समग्र रणनीति बनाएं ताकि इस प्राकृतिक आपदा से होने वाले नुकसान को कम किया जा सके।

(घ) जन-जागरूकता और प्रशिक्षण

लोगों को आपदा प्रबंधन, प्राथमिक चिकित्सा और सुरक्षित स्थानों की जानकारी दी जानी चाहिए।

स्कूलों, पंचायतों और धार्मिक स्थलों पर बचाव प्रशिक्षण होना चाहिए।

6. निष्कर्ष

क्लाउडबस्ट एक गंभीर पर्यावरणीय और सामाजिक चुनौती बन चुका है। 2025 में भारत में हुई घटनाओं ने यह साबित कर दिया है कि हम अभी भी पर्याप्त रूप से तैयार नहीं हैं।





संदीप सिंह,
प्रवर श्रेणी लिपिक

मूक, मौन, अधर-विहोर,
मुदित नयनों का अश्रु-शोर,
संक्षिप्त स्वप्न, अनन्त क्षितिज-डोर,
फिर भी स्मृतियाँ, आलोक-विभोर।

क्षीण बंधन, लघु-अवसान,
मिथ्या वचन, ध्वस्त विधान,
मन-वेदना में स्नेह-लेप आभासी,
स्मृतियाँ सुवासित, शीतल चन्दन-सी।

कभी करुणा की शीतल-लहर,
कभी हँसी का मंद स्वर,
विरह-मरु की अग्नि प्रवर,
स्मृतियाँ करें सरल, जीवन-समर।

जब सब छूटे, पथ तिमिर अपार,
जब जग रूठे, संबंध शेष-भार,
तब भी निशा गहन में विद्यमान,
स्मृति-दीपक आलोकित वैदीप्यमान।





आहार और विचार



क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना में वर्ष 2025 के कैलेंडर का लोकार्पण



श्रम मंत्रालय के शीर्ष अधिकारियों के साथ अभिसरण बैठक



ईएसआईसी अधिकारियों और कर्मचारियों के लिए राष्ट्रीय कर्मयोगी जन सेवा प्रशिक्षण कार्यक्रम





* जीवन का उद्देश्य क्या है ? *



प्रकाश शर्मा

उप निदेशक, राजभाषा

जीवन का उद्देश्य क्या है ?

सपनों का संदेश क्या है ?

उलझे रहे जिम्मेदारियों की बोझ से
बिछड़ते रहे अपनी ही सोच से ,

रात और दिन ऐसे गुजरते ,

जैसे नदी का पानी निरंतर सागर में मिलते,

न खुद की खबर न औरों की फिकर,

जीवन ऐसे बीत रही, जैसे आँखों से झपकते पलक,

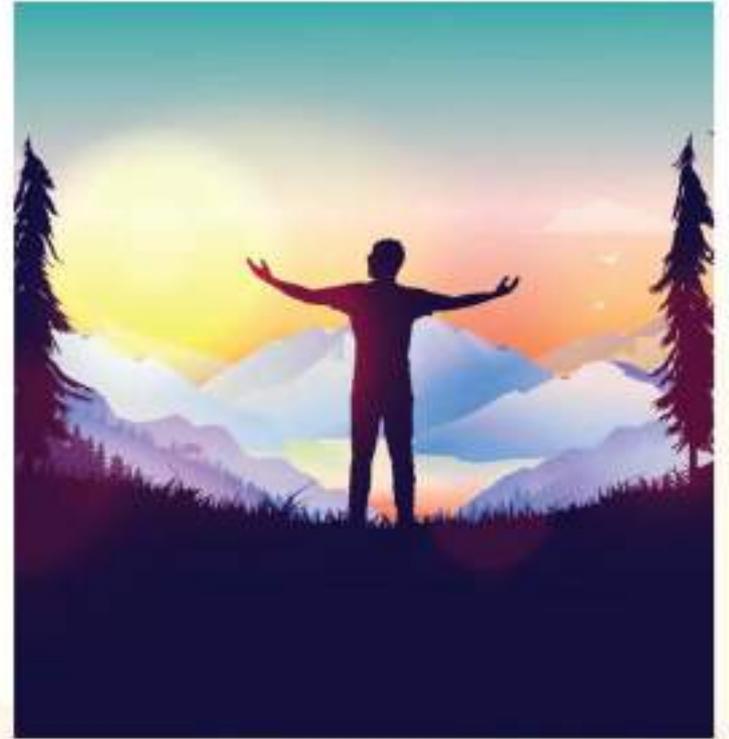
बस यही सोचते समझते इस धरा पर,

उम्र बितती रही पहर-दोपहर,

फिर भी जीते रहे इसी कश्मकश में ,

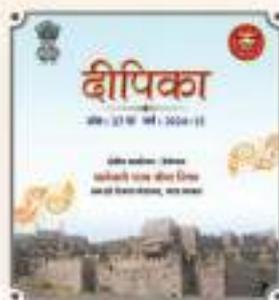
जीवन का उद्देश्य क्या है ?

सपनों का संदेश क्या है ?



एक ज्वाला सी दिल में धधक रही,
पता नहीं किस बात से मचल रही,
समझाने की कोशिश किया अपार,
पर मानने को न है बिल्कुल तैयार,
पूछती रहती बस एक ही सवाल ,
जीवन का उद्देश्य क्या है ?
सपनों का संदेश क्या है ?

* 1995 से 2024 तक दीपिका की यात्रा *



..... दीपिका की यात्रा जारी है !

