पश्चिम मध्य रेलवे

मुख्यालय, जबलपुर



राजभाषा सरिता

वर्ष – 2021 अंक – 39 जनवरी – मार्च

मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम

मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम
ऐ अमरों की जननी, तुमको शत - शत बार प्रणाम,
मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम ।
तेरे उर में शायित गांधी, 'बुद्ध औ' राम,
मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम ।

हिमगिरि - सा उन्नत तव मस्तक,
तेरे चरण चूमता सागर,
श्वासों में हैं वेद - ऋचाएँ
वाणी में है गीता का स्वर ।
ऐ संस्कृति की आदि तपस्विनि, तेजस्विनि अभिराम ।
मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम ।

हरे - भरे हैं श्वेत सुहाने,
फल - फूलों से युत वन - उपवन,
तेरे अंदर भरा हुआ है
रत्नजों का कितना व्यापक धन ।
मुक्त - हस्त तू बाँट रही है सुख - संपत्ति, धन - धाम ।
मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम ।

प्रेम - दया का इष्ट लिए तू,
सत्य - अहिंसा तेरा संयम,
नयी चेतना, नयी स्फूर्ति - युत
तुझमें चिर विकास का है क्रम ।
चिर नवीन तू, जरा - मरण से -
मुक्त , सबल उद्दाम, मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम ।

एक हाथ में न्याय - पताका,
ज्ञान - दीप दूसरे हाथ में,
जग का रूप बदल दे हे माँ,
कोटि - कोटि हम आज साथ में ।
गूंज उठे जय - हिंद नाद से -
सकल नगर औ ग्राम, मातृ - भू शत - शत बार प्रणाम ।



- भगवतीचरण वर्मा

राजभाषा सरिता

अंक – 39 | वर्ष – 2021 | जनवरी – मार्च

संरक्षक
श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह
महाप्रबंधक

श्री शोभन चौधुरी
अपर महाप्रबंधक

मार्गदर्शक
श्री रविशंकर सक्सेना
मुख्य राजभाषा अधिकारी

परामर्श
श्री सुवीर श्रीवास्तव
उप मुख्य राजभाषा अधिकारी

संपादक
पी.एस. बगड़वाल
वरिष्ठ राजभाषा अधिकारी

उप संपादक
राकेश कुमार मालवीय
वरिष्ठ अनुवादक

सहयोग
राजभाषा विभाग

छायांकन
श्री राजेन्द्र पैगवार

पत्राचार का पता
संपादक, राजभाषा सरिता
पश्चिम मध्य रेलवे
कार्यालय, इंदिरा मार्केट, जबलपुर (म.प्र.)
फोन : 0761-2627077, 54714 (रेलवे)

- सीमित संख्या में निःशुल्क वितरण के लिए।
- पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं ।

अनुक्रमणिका

क्र.	शीर्षक	पृष्ठ
1.	संपादकीय	02
2.	हमारे नए मुख्य राजभाषा अधिकारी	03
3.	मनानुकूलन – एक चिंतन	04
4.	कोविड – 19 एवं भारतीय रेल ...	07
5.	ग्रीनको रेटिंग	08
6.	आधुनिकीकरण (भारतीय रेल के बदलते स्वरूप)	10
7.	कृमि : एक शारीरिक घुन	13
8.	सेहत के पहरेदार	15
9.	होली गीत	16
10.	भाषा में भविष्य	17
11.	नूतन वर्ष (कविता)	18
12.	पत्राचार एवं हिंदी व्याकरण	19
13.	कामकाजी महिलाओं की समस्या	20
14.	लघु कथाएं	21
15.	माया (कहानी)	22
16.	आप भी आ ही गए-कोरोना	24
17.	कोरोना का रोना	27
18.	अन्न की बर्बादी	28
19.	सफल जीवन का राजमार्ग है वाणी	29
20.	तिरंगा देखता हूँ तो एवं तिरंगे झंडे का (कविता)	31
21.	गजल एवं आजादी के पावन पर्व पर... (कविता)	32
22.	खत एवं कई बार मनाया हमनें शहर में नया साल (कविता)	33
23.	समय यूँ ही गुजर जाएगा (कविता)	34
24.	भारतीय रेल में गुणात्मक परिवर्तन (निबंध)	35
25.	छायाचित्र वीथिका	39

मुख पृष्ठ – गणतंत्र दिवस 2021 के अवसर पर परेड का निरीक्षण करते हुए महाप्रबंधक, श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह



संपादकीय

पश्चिम मध्य रेलवे, मुख्यालय की गृह पत्रिका 'राजभाषा सरिता' का 39 वां अंक आपके कर-कमलों में सुशोभित है।

यह वर्ष 2021 का हमारा पहला अंक है। पिछला वर्ष हमें कई जख्म देकर आखिरकार बीत ही गया है। कोविड - 19 विश्वव्यापी महामारी के बीच हम सभी ने कई उतार-चढ़ाव देखे। राष्ट्र की जीवन रेखा कही जाने वाली हमारी रेल गाड़ियों के पहिए भी इस महामारी में थम से गए परंतु भारतीय रेल ने देश की आर्थिक विकास यात्रा को थमने नहीं दिया बल्कि माल ढुलाई के क्षेत्र में नये कीर्तिमान स्थापित कर इस विकास यात्रा को और तेजी से जारी रखा। हमारे रेल साथियो ने रात-दिन एक करके मास्क, पीपीई किट, सैनेटाइजर और अस्पताल हेतु बेड, स्ट्रैचर, सलाइन स्टैंड आदि अन्य उपयोगी वस्तुओं का निर्माण किया। जरूरतमंद लोगों को भोजन-पानी तथा अन्य खाद्य सामग्री का नि:शुल्क वितरण भी किया। भारतीय रेलवे ने रेल के डिब्बों को अस्पताल के वार्ड की तरह कोविड कोच में परिवर्तित कर राष्ट्र की सेवा में अपनी वचनबद्धता को इस कोविडकाल में पुन: साबित किया है और ऐसी विषम और प्रतिकूल परिस्थिति में भी जरूरत की सभी वस्तुओं की आपूर्ति बनाए रखने में हमेशा की तरह अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका अदा की है।

इस वैश्विक महामारी कोरोना के संकटकाल के दौरान महाप्रबंधक महोदय के कुशल नेतृत्व एवं मार्गदशन में पश्चिम मध्य रेलवे के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने मिल-जुलकर सभी अपेक्षित सावधानियों का पालन करते हुए इस विकास यात्रा को जारी रखा तथा अपने सतत प्रयासों से रेलवे की प्रगति को बनाए रखते हुए अनेक उपलब्धियां हासित कीं। राष्ट्र की प्रगति एवं विकास के लिए समर्पित ऐसे रेल संगठन में कार्य करते हुए हमें गौरव की अनुभूति होती है।

इस दौरान क्षेत्रीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति एवं नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति की समीक्षा बैठकों, मुख्यालय स्तर पर विविध कार्यक्रमों एवं प्रतियोगिताओं का वर्चुअल/ऑनलाइन आयोजन किया गया। हमारे महाप्रबंधक महोदय की नेतृत्व कुशलता और राजभाषा हिंदी के प्रति उनकी गहरी रूचि के फलस्वरूप इस रेलवे पर शुरू से ही ई -ऑफिस में हिंदी का प्रयोग सुनिश्चित किया जा रहा है। ई-आफिस के माध्यम से डिजिटल वर्किंग के बावजूद हिंदी के प्रयोग-प्रसार में हम निरंतर प्रगति की ओर अग्रसर है।

पश्चिम मध्य रेलवे पर नववर्ष 2021 का उदय राजभाषा हिंदी के लिए नई उपलब्धियों के साथ हुआ है। अप्रैल 2003 में इस रेलवे के गठन के उपरांत हमें पहली बार कमलापति त्रिपाठी राजभाषा स्वर्ण पदक प्राप्त करने का गौरव हासिल हुआ है। इस रेल पर भारत सरकार की राजभाषा नीति के कारगर कार्यान्वयन के लिए रेल मंत्रालय (रेलवे बोर्ड) ने श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह, महाप्रबंधक, पश्चिम मध्य रेलवे को यह स्वर्ण पदक प्रदान किया है। यह प्रतिष्ठित सम्मान प्राप्त करने वाले आप पमरे के पहले महाप्रबंधक हैं। साथ ही राजभाषा प्रयोग-प्रसार के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान के लिए श्री शोभन चौधुरी, अपर महाप्रबंधक, पमरे को रेल मंत्री राजभाषा रजत पदक प्राप्त हुआ है। इसके अलावा श्री संजीव तिवारी, मुख्य सतर्कता अधिकारी (एसएंडटी) ने रेल मंत्री अंग्रेजी निबंध प्रतियोगिता में प्रथम पुरस्कार के साथ-साथ रेल मंत्री हिंदी निबंध प्रतियोगिता में दूसरा स्थान और श्री बसन्त कुमार शर्मा, उप मुख्य सतर्कता अधिकारी (यातायात) ने रेल यात्रा वृत्तांत प्रतियोगिता में तृतीय एवं श्री शमशाद खान, वरिष्ठ अनुवादक, कोटा कारखाना ने प्रेरणा पुरस्कार प्राप्त कर पश्चिम मध्य रेलवे का गौरव बढ़ाया है।

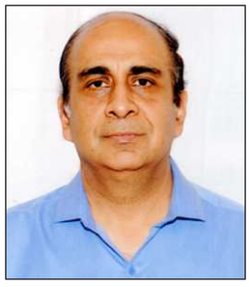
इन उपलब्धियों के लिए आप सभी बधाई के पात्र हैं। मुझे आशा ही नहीं बल्कि पूर्ण विश्वास है कि आप सभी के सामूहिक प्रयासों से हम इस प्रगति को आगे भी बरकरार रखेंगे।

इस अंक में कविता, गीत, लेख, व्यंग्य, कहानी, निबंध आदि विधाओं के साथ हमारी गतिविधियों को छायाचित्रों सहित प्रकाशित कर इसे सूचनापरक बनाने का हमारा प्रयास आपको अवश्य पसंद आएगा। हम अपने सभी रचनाकारों एवं सहयोगियों के प्रति आभार व्यक्त करते हैं और सुधी पाठकों से विनम्र अनुरोध करते हैं कि वे अपनी प्रतिक्रिया एवं सुझावों से हमें अवश्य अवगत कराएं।

प्रतीक्षा में.....

(पी. एस. बगड़वाल)
वरि. राजभाषा अधिकारी

हमारे नए मुख्य राजभाषा अधिकारी



श्री रविशंकर सक्सेना, प्रधान मुख्य यांत्रिक इंजीनियर ने दिनांक 27.01.2021 को पश्चिम मध्य रेलवे के नए मुख्य राजभाषा अधिकारी के रूप में कार्यभार ग्रहण किया है।

आप स्पेशल क्लास रेलवे अप्रेंटिस के रूप में चयनित भारतीय रेल यांत्रिक सेवा के 1983 बैच के अधिकारी हैं। आपने भारतीय रेल यांत्रिक एवं विद्युत इंजीनियरी संस्थान, जमालपुर से यांत्रिक इंजीनियरी में स्नातक की उपाधि प्राप्त की। आपने वर्ष 1988 से 2007 के मध्य तत्कालीन रेलवे स्टाफ कॉलेज, बड़ौदा से क्रमश: फाउंडेशन पाठ्यक्रम, इंडक्शन पाठ्यक्रम, पीसी एप्रीसिएशन पाठ्यक्रम, प्रबंधन विकास कार्यक्रम एवं उच्च प्रबंधन कार्यक्रम में अनिवार्य प्रशिक्षण प्राप्त किया। इसके साथ ही इंजीनियरी कौंसिल, लंदन तथा असोसिएट मेम्बर ऑफ द इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियर्स संस्था, कोलकाता से आपने यांत्रिक इंजीनियरी में विशेषज्ञता हासिल की।

आपने दिनांक 30.04.1990 को तत्कालीन उत्तर रेलवे के मुगलसराय मंडल से सहायक यांत्रिक इंजीनियर/डीजल के रूप में भारतीय रेलवे पर अपनी सेवा प्रारंभ की। आपने तत्कालीन उत्तर रेलवे के मुगलसराय मंडल में मंडल यांत्रिक इंजीनियर/डीजल तथा डीजल आधुनिकीकरण कारखाना, पटियाला में क्रमश: कारखाना प्रबंधक (मशीन एवं संयंत्र), उप मुख्य यांत्रिक इंजीनियर/आरएम, उप मुख्य यांत्रिक इंजीनियर/पी एवं उप मुख्य कार्मिक अधिकारी/जी के रूप में अपनी सेवाएं प्रदान कीं। इसी प्रकार, आपने पश्चिम रेलवे पर क्रमश: वरिष्ठ मंडल यांत्रिक इंजीनियर, वरिष्ठ मंडल यांत्रिक इंजीनियर/डी, अपर मंडल रेल प्रबंधक/बड़ौदा, मुख्य चलस्टॉक इंजीनियर(कोचिंग), मुंबई, मुख्य कारखाना प्रबंधक/परेल एवं मुख्य चलशक्ति इंजीनियर/डीजल, मुंबई के विभिन्न महत्वपूर्ण पदों पर रहते हुए कुशलतापूर्वक अनेक सराहनीय कार्य निष्पादित किये। आपने दक्षिण पश्चिम रेलवे के बेंगलूरु मंडल पर मंडल रेल प्रबंधक के रूप में अपनी उत्कृष्ट सेवाएं प्रदान की हैं।

पश्चिम मध्य रेल पर यांत्रिक विभाग के मुखिया के रूप में नियुक्ति से पहले आप इसी रेलवे पर मुख्य चलशक्ति इंजीनियर/डीजल, मुख्य यांत्रिक इंजीनियर/योजना तथा मुख्य कारखाना इंजीनियर के रूप में कार्यरत रहे हैं। पमरे पर विभाग प्रमुख के रूप में आपकी विशिष्ट कार्यशैली, त्वरित निर्णय दक्षता एवं मार्गदर्शन कौशल के फलस्वरूप यांत्रिक विभाग नित्य नई ऊँचाईयां हासिल कर रहा है।

कर्मचारियों से जुड़े मामलों में आपका सहयोग एवं मार्गदर्शन सराहनीय रहता है। अपने सरल एवं मधुर स्वभाव के कारण आप अधिकारियों एवं कर्मचारियों के बीच समान रूप से लोकप्रिय हैं।

हम राजभाषा परिवार की ओर से अपने नये मुख्य राजभाषा अधिकारी का हार्दिक अभिनंदन करते हैं।

हमें पूर्ण विश्वास है कि आपके कुशल नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में तथा व्यापक अनुभव से पश्चिम मध्य रेल के यांत्रिक विभाग के साथ-साथ राजभाषा विभाग भी हिंदी के प्रयोग-प्रसार के क्षेत्र में नई ऊँचाईयों को हासिल करेगा।



मनानुकूलन-एक चिंतन



'मन' दो अक्षरों वाला एक छोटा-सा शब्द है किन्तु इसमें संपूर्ण सृष्टि का विस्तार समाया हुआ है। कहा जाता है कि परमात्मा के मन में विचार आया ''एकोऽहम बहुस्यामि'' अर्थात मैं एक हूँ, अनेक हो जाऊँ। ऐसा विचार आते ही सृष्टि की रचना आरंभ हो गयी। सृष्टि के आरंभ से लेकर आज तक की सम्पूर्ण विकास यात्रा में जीवन-दर्शन, जीवन-शैली, कृषि, व्यापार आदि जीवन के सभी क्षेत्रों में होने वाले निरन्तर विकास एवं परिवर्तनों से लेकर विनाशकारी युद्धों और अपराधों में 'मन' की केन्द्रीय भूमिका रही है।

मन की महिमा अपरंपार है। इसकी गति भी सबसे अधिक होती है, इसकी क्षमतायें अपरिमित हैं, इसकी अवस्थायें परिवर्तनशील हैं, यह बहुत चंचल स्वभाव का होता है तथा इसे वश में करना बहुत कठिन होता है। ऐसा विद्वानों द्वारा कहा गया तथा हम सबने अपने जीवन में अनुभव भी किया है। हमारे जीवन का सुख-दुख, उन्नति-अवनति, ज्ञान-अज्ञान, व्यवहार, आचरण, वाणी सब कुछ मन की अवस्था एवं गति पर निर्भर है। ऐसी स्थिति में 'मन' के विषय में कुछ चिंतन करने का विचार मेरे 'मन' में आया और इस लेखन का कारण बना।

संसार में अनेक विद्वानों ने मन के विषय में अलग-अलग समय पर बहुत कुछ लिखा अथवा कहा है किन्तु हमारे भारतीय-दर्शन में मन की जितनी सूक्ष्म और विस्तृत व्याख्या की गयी है, उतनी अन्यत्र कहीं नहीं है।

स्वयं भगवान कृष्ण द्वारा उपदेशित भगवद्गीता में जीवन की विभिन्न परिस्थितियों में संभावित समस्याओं को हल करने एवं जीवन को उत्कृष्ट बनाने हेतु जो उपाय अथवा मार्ग बताये गये हैं, उनमें मन की महत्वपूर्ण भूमिका है। भक्ति, ज्ञान, कर्म, योग सभी मार्गों पर अग्रसर होने के लिये मन की साधना आवश्यक है। अर्जुन ने भगवान से प्रश्न भी किया कि मन को वश में करना अत्यंत कठिन है, उसे कैसे वश में किया जाये ? तब भगवान कृष्ण ने उत्तर दिया कि निरन्तर अभ्यास के द्वारा मन को वश में किया जा सकता है। इसी प्रकार रामचरितमानस में भी जीवन में आने वाली जटिल परिस्थितियों से मनुष्य को किस प्रकार अपने मन पर नियंत्रण रखते हुए आचरण और व्यवहार करना चाहिए, इस विषय की विस्तृत व्याख्या की गयी है। भगवान राम का संपूर्ण जीवन ही मन की साधना है।

वैसे उक्त दो ग्रंथ ही हमारे जीवन का मार्गदर्शन करने के लिये पर्याप्त है, फिर भी हमारे भारत में एवं सम्पूर्ण विश्व में ऐसे अनेक संत, महात्मा, महापुरूष, विद्वान, साहित्यकार तथा जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में सफलता प्राप्त करने वाले व्यक्ति हुए हैं, जिन्होंने अपनी बुद्धि, ज्ञान एवं अनुभवों के द्वारा मानव मन के मार्गदर्शन का प्रयास किया है। उपर्युक्त सभी प्रयास मानव मन की समस्याओं को सुलझाते हुए, उसे सन्मार्ग पर प्रेषित करने के उद्देश्य से किये गये हैं, ताकि सम्पूर्ण मानव जाति एवं विश्व का कल्याण हो सके।

प्राचीन काल में मानव जीवन को व्यवस्थित रखने के लिये मानव मन का मार्गदर्शन मुख्य रूप से धर्म द्वारा किया जाता था, किन्तु धीरे-धीरे मनुष्य के जीवन के अलग-अलग क्षेत्रों में आने वाले परिवर्तनों के कारण धर्म का प्रभाव कम हो गया। तब मनुष्य के मन की विभिन्न प्रवृत्तियों को दृष्टिगत रखते हुए दुनिया के अलग-अलग देशों ने संविधान, नियम, अधिनियम, आदि का सृजन किया, जिससे मनुष्य का मन एक सही दिशा में कार्य करें एवं मानव समाज सुव्यवस्थित व सुरक्षित रह सके।

आधुनिक संसार में प्राचीन काल से स्थापित मानवमूल्यों का महत्व कम होने लगा है। भौतिकवाद हावी होता जा रहा है और प्रेम, सहयोग, सौहार्द, त्याग, धैर्य, संयम, परोपकार, सिद्धांतवादिता आदि गुणों का ह्रास होने लगा है और इनके स्थान पर प्रतिस्पर्द्धा, असंयम, असहयोग, अतिक्रमण, स्वार्थ, सिद्धांतहीनता जैसे दुर्गुणों में वृद्धि हो रही है। इन सबका कारण मनुष्य का मन ही तो है, जो सद्गुणों के स्थान पर दुर्गुणों को अंगीकार करने लगा है। परिणामत: संसार में मनुष्य के लिये असहज वातावरण का निर्माण होता जा रहा है, जो एक सामान्य जन के मन को उद्विग्न करने वाला है।

इस बात में कोई संदेह नहीं है कि, मनुष्य ने अपने मन की सृजनात्मक शक्ति से जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में चमत्कार किये हैं, जिससे आधुनिक युग में मनुष्य का जीवन सर्वसुविधायुक्त, साधन संपन्न एवं अभाव रहित होता जा रहा है। मनुष्य भौतिक रूप से जो भी इच्छा करता है, उसकी पूर्ति के लिये अनेक संसाधन उपलब्ध हो गये हैं। आवागमन, संचार, खान-पान, रहन-सहन, मनोरंजन, चिकित्सा, तकनीकी आदि सभी क्षेत्रों में जीवन का स्तर ऊँचा हो गया है। जिस कार्य के लिये मनुष्य को बहुत परिश्रम करते हुए समय लगाना पड़ता था। वे कार्य बहुत कम समय में आसानी से हो जाया करते हैं। इन सबके होते हुए भी मनुष्य का मन उतना आनंदित व सुखी नहीं है। उसका चैन कहीं खो गया है। वह भौतिक सुखों का भोग तो कर लेता हैं, फिर भी उससे वह शांति प्राप्त नहीं होती, जो एक संयुक्त परिवार में रहकर परस्पर सहयोग से एक दूसरे के लिये त्याग करते हुए, छोटी-छोटी खुशियाँ बांटकर जीवन बिताने में मिलती थी। इसके अलावा संसार में प्रतिदिन घटने वाली घटनाओं के जो समाचार सुनने अथवा देखने को मिलते हैं उनमें अधिकांश बढ़ती हुई बीमारियों, मानसिक अवसादों, अपराधों, अन्याय, अत्याचारों, असहिष्णुता के बढ़ने का संकेत देते हैं। इसका सीधा अर्थ यही निकलता है कि, मानव जीवन की भौतिक उन्नति से मन के विकार कम नहीं हो रहे, बल्कि बढ़ रहे हैं।

उपर्युक्त वर्णन का सारांश यह है कि, मनुष्य द्वारा आदिकाल से मन को सुखी बनाने के लिये जो भी आध्यात्मिक एवं भौतिक प्रयास किये गए हैं,

उनमें उच्चस्तरीय सफलता प्राप्त करने के उपरांत भी मनुष्य के मन में आनंद, सुख व चैन की निरन्तरता क्यों नहीं है ? इस समस्या का समाधान भी हमारे मन में ही विद्यमान है वह है 'मनानुकूलन'। वास्तव में 'मनानुकूलन' कोई पारिभाषित शब्द नहीं है, इसकी कल्पना वातानुकूलित की तर्ज पर लेखक द्वारा की गयी है। जिस प्रकार अधिक गर्मी और ठंड पड़ने पर हम भौतिक तकनीक द्वारा वायु को अपने शरीर के अनुकूल बनाते हैं, वैसे ही वैचारिक तकनीक द्वारा मनानूकूलन का कार्य किया जा सकता है, जो प्रत्येक व्यक्ति अपने हिसाब से, अपनी सुविधानुसार करने में सक्षम है।

उदाहरणस्वरूप कुछ विश्लेषण एवं उपाय निम्नानुसार हैं–

1. मनुष्य का मन तभी सुख का अनुभव करता है जब उसकी प्रत्येक इच्छा पूर्ण हो जाये, परिस्थितियाँ उसके मनोनुकूल हों, उसके साथ संपर्क में आने वाले सभी व्यक्ति उसके साथ मनोनुकूलन व्यवहार करें। इस संसार में किसी भी व्यक्ति के जीवन में उक्त परिस्थितियाँ कुछ समय के लिये निर्मित हो भी जाये। किन्तु निरन्तर रूप से बने रहना संभव नहीं है। सिद्धार्थ (गौतम बुद्ध) के पिता राजा शुद्धोधन ने यह प्रयास किया था कि उनके पुत्र को किसी भी रूप में सांसारिक दु:ख का दर्शन या अनुभूति नहीं हो, किन्तु वे असफल रहे। सिद्धार्थ को सांसारिक दु:खों का ज्ञान हुआ और वे गृहस्थ जीवन को त्याग कर सत्य और ज्ञान की खोज में चले गये। इसका तात्पर्य यह है कि हमारे जीवन में निरन्तर रूप से सब कुछ मनोनुकूल नहीं हो सकता । अत: जो उपलब्ध है उसके साथ मन को संतुष्ट कर लेना ही बुद्धिमानी है और यही मनानुकूलन है।
2. मनुष्य का मन किसी भी प्रतिकूलता को सहज रूप से स्वीकार नहीं करना चाहता वह उसका कारण जानना चाहता है और वह भी तर्क सहित। जब सामान्य रूप से हमारी कोई गलती नहीं होने पर और भरसक प्रयास करने पर भी सफलता नहीं मिलती शारीरिक, मानसिक कष्ट होता है, प्रतिकूलता आती है, तब हम कहते हैं कि यह प्रारब्ध है अथवा नियति है या भाग्य का खेल है। ऐसा विचार करते हुए हम अपने मन को मनाने का प्रयास करते हैं, किन्तु वह आसानी से नहीं मानता। ऐसी स्थिति में प्रारब्ध अथवा भाग्य को तर्कसंगत बताना आवश्यक है। अत: तर्क प्रस्तुत है :-

(अ) भगवान कृष्ण ने गीता में स्पष्ट रूप से कहा है कि, कर्म का फल मनुष्य को भोगना ही पड़ता है। इसलिये यह भी कहा है, केवल कर्म करने में मनुष्य का अधिकार है परंतु फल में नहीं क्योंकि अभी के कर्मफल को पूर्व का कर्मफल अर्थात् प्रारब्ध प्रभावित कर सकता है।

(ब) गोस्वामी तुलसीदास ने रामचरितमानस में लिखा है :-

''कर्मप्रधान बिस्व करि राखा। जो जस करहिं सो तस फल चाखा।। ''

''कोऊ न काहू सुख-दुख कर दाता। निज कृत कर्म भोग सब भ्राता।।''

(स) अन्य सभी धर्मों में भी अच्छे कर्म को प्रधानता दी गयी है तथा खराब कर्मों से दूर रहने को कहा गया है, क्योंकि उनका फल मनुष्य को भोगना पड़ता है।

(द) हमारा जन्म किस परिवार में हुआ, हमारे माता-पिता, भाई-बहन, और अन्य रिश्तेदार कौन बनते हैं, यह हमारे हाथ में नहीं है। इसके अलावा हमारे जीवन में कौन मिलता और कौन बिछुड़ता है, यह भी हमारे हाथ में नहीं है। इस प्रकार यह सब पूर्व जन्म अथवा प्रारब्ध के आधार पर ही निश्चित होता है

(इ) महर्षि रमण का कहना था कि, मनुष्य के जीवन में स्वतंत्रता बहुत कम है। घटनाओं और परिस्थितियों पर उसका कोई वश नहीं है, वह केवल विचार और कर्म करने के लिये ही स्वतंत्र है।

दूसरी ओर कुछ विद्वान अथवा प्रगतिशील लोग भाग्य को नहीं मानते। वे कहते हैं भाग्यवाद का सिद्धांत कमजोर लोगों के लिये है। जो लोग ऊँचे मनोबल वाले, दृढ़ निश्चयी और कर्मवीर होते हैं, वे स्वयं अपना भाग्य बनाते हैं। कर्म से ही भाग्य बनता है। यदि स्थिति आपके अनुकूल नहीं है तो, अपने पुरूषार्थ द्वारा उसे अपने अनुकूल बनाने की क्षमता होनी चाहिये।

उक्त दोंनो सिद्धांतों को लेकर मन में भ्रम हो जाता है कि सत्य क्या है ? वास्तव में उक्त दोनों बातें अलग नहीं है। कर्म का फल ही भाग्य है, इसलिये आज जो हम हैं और हमारी परिस्थितियाँ , वह हमारे पूर्व कर्मों का ही फल है एवं कर्म करने और विचार करने की स्वतंत्रता है। हम जो कर्म करेंगे, उसका फल ही हमारा भाग्य बनेगा। इस प्रक्रिया में भी मन की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यदि हमारे मन में अच्छे विचार हैं, उत्साह है तथा हम अच्छे उद्देश्य से, पूर्ण मनोयोग से एवं आनंदित होकर किसी कर्म को करते हैं तो उसका फल अवश्यमेव प्राप्त होगा, लेकिन कब होगा ? यह हम नहीं जानते। संत कबीर ने कहा है–

''धीरे-धीरे रे मना, धीरे ही सब होय।
माली सींचे सौ घड़ा, रितु आवे फल होय ।।''

सारांश यह है कि, कर्मों का फल उचित समय आने पर ही मिलता है। अत: तर्कसंगत ढंग से भी हमें मनानुकूलन कर लेना चाहिए।

3 आधुनिक युग के विचारकों का मत है कि, मन में आने वाली इच्छाओं का दमन नहीं करना चाहिये, जो भी मन में इच्छा हो रही हो, उसे समय रहते पूरा कर लेना चाहिए, अन्यथा बाद में केवल पश्चाताप हाथ रह जाता है। इस संबंध में कुछ मरणासन्न व्यक्तियों के पश्चाताप का उदाहरण दिया जाता है कि वे केवल इस बात के लिये दुखी रहते हैं कि उन्होंने समय रहते अपनी इच्छायें पूरी नहीं की।

भारतीय जीवन दर्शन कहता है कि, इच्छायें अनंत हैं, एक की पूर्ति करने पर दूसरी उत्पन्न हो जाती है तथा यह क्रम निरन्तर जीवन भर चलता रहता है। इच्छाओं की पूर्ति न होने पर मन दुखी होता है, अत: इच्छायें ही दुख का कारण हैं। इच्छाओं पर और उनके जन्मदाता मन पर नियंत्रण आवश्यक है । तभी मनुष्य सुखी हो सकता है। संत कबीर का कहना है:-

''चाह गयी, चिंता मिटी मनवा बेपरवाह।
जिनको कछु न चाहिये, सोई साहंसाह।।''

उपर्युक्त बातें विरोधाभासी है और मन में भ्रम उत्पन्न करती है कि मन में जो आये सो करें या न करें ? जब दुविधा हो तो तर्क का सहारा लेना ही पड़ता है। अत: तर्क प्रस्तुत हैं-

(क) दुनिया में जितने मनुष्य है उतने ही अलग-अलग प्रवृत्तियों वाले मन हैं और उनमें अनंत इच्छायें उत्पन्न होती हैं। यदि सब लोगों को अपने मन की इच्छायें पूर्ण करने के लिये स्वतंत्रता दे दी जाये, तो संसार में उथल-पुथल मच जायेगी, अराजकता हो जायेगी, व्यवस्थायें नष्ट हो जायेगी। इसीलिये धर्म, दर्शन, साहित्य एवं नियम कानून के माध्यम से मन को सही दिशा में रखने के निरंतर प्रयास किये गये हैं। मन तो इतना स्वेच्छाचारी है कि, वह स्थापित सिद्धांतों और नियम कानून व्याख्या भी अपनी सुविधानुसार करना चाहता है।

(ख) मन में उत्पन्न होने वाली इच्छाओं का आवश्यकता से अधिक दमन करना भी हानिकारक है क्योंकि ऐसा करने पर वे विकार का रूप ले लेती है और मानसिक असंतुलन या अवसाद का कारण बन सकती है। अत: मनुष्य का कर्तव्य है कि वह शिक्षा, साहित्य, संचार माध्यम सामाजिक और पारिवारिक वातावरण के माध्यम से मन की दिशा को निर्धारित करें कि, उसमें संतुलित इच्छायें ही उत्पन्न हो, जिनकी पूर्ति सामान्य रूप से हो सके एवं वे किसी के लिये हानिकारक न हों।

(ग) मन में उत्पन्न होने वाली इच्छाओं का सबसे महत्वपूर्ण नीति निर्देशक सिद्धांत यह होना चाहिए कि कहीं हमारे मन में उत्पन्न हो रही इच्छा दूसरे के मन के कष्ट कारण तो नहीं बन रही। यदि हमारे मन की इच्छा से दूसरे को कष्ट होता है तो उससे अच्छा परिणाम नहीं मिलने वाला। गोस्वामी तुलसीदास ने लिखा है:-

''परहित सरिस धरम नहीं भाई। परपीड़ा सम नहीं अधमाई।।''

मन की इच्छाओं पर विवेकयुक्त, तर्कसंगत एवं औचित्यपूर्ण नियंत्रण भी मनानुकूलन है।

4 मन और शरीर का गहन संबंध है, अब यह सर्वमान्य सत्य है। अतएव मन और शरीर दोनों को स्वस्थ रखने के लिये सभी आवश्यक उपाय करने चाहिये, किन्तु सभी उपाय करने में मन की भूमिका ही अत्यंत महत्वपूर्ण है। यदि मन में खान-पान, रहन-सहन, वाणी व्यवहार, आचरण, अनुशासन, हर्ष-विषाद चिंता आदि के विषय में संतुलित विचार नहीं आये तो मन व्यथित रहने लगता है और उसका प्रतिकूल प्रभाव शरीर पर पड़ता है। अत: जीवन की सभी परिस्थितियों में मनानुकूलन एक प्रभावकारी उपाय हैं, जो हमारे वश में है।

5 रामचरितमानस में एक प्रसंग आता है जब विभीषण रावण से अपमानित होकर राम की शरण में आते हैं और भगवान राम के सलाहकार विभीषण के अपने पर शंका व्यक्त करते हैं, तब भगवान राम कहते हैं ''निरमल मन जन सो मोहि पाबा। मोहि कपट छल छिद्र न भावा।'' अर्थात् निर्मल मन का व्यक्ति ही ईश्वर को प्राप्त कर सकता है। अब प्रश्न उठता है कि आज संसार में चारों ओर काम, क्रोध मद, लोभ, मोह, घृणा, ईर्ष्या आदि का मल ही मल है। ये सभी मनोविकार परिस्थिति जन्य और शीघ्र ही मन को प्रभावित करने वाले हैं। ऐसी स्थिति में निर्मल मन' कैसे किया जाये ? जिस प्रकार हम प्रतिदिन शौच, स्नान, मंजन,वस्त्रों को धोकर एवं घर की सफाई करते हुए अपने शरीर को मलरहित बनाते हैं, वैसे ही प्रार्थना, ध्यान, योग, सत्संग, मनन, पठन-पाठन एवं चिंतन आदि क्रियाओं द्वारा मन का निर्मलीकरण संभव है। वास्तव में यही प्रक्रिया मन को सही दिशा के अनुकूल बनाने के लिये किया जाने वाला मनानुकूलन है।

6 हम भारतवासी धन्य है कि हमारे देश में स्वयं भगवान ने अनेक बार अवतार लेकर मनुष्य को जीवन का सही पथ दिखलाया साथ ही ऐसे अनेक संत, महात्मा, ऋषि, कवि, साहित्यकार, पथ-प्रदर्शक हुए जिन्होंने मन की सभी अवस्थाओं में उत्पन्न होने वाली जिज्ञासाओं, संदेहों, दुविधाओं और समस्याओं के बड़े ही सुंदर और तर्कसंगत समाधान प्रस्तुत किये हैं। इसी कारण स्वामी विवेकानंद द्वारा विश्व धर्म संसद में किया गया संबोधन विश्व प्रसिद्ध और ऐतिहासिक है।

7 गोस्वामी तुलसीदास ने रामचरितमानस में बहुत अच्छी-अच्छी बातें सरलतापूर्वक कही हैं, उनमें से कुछ निम्नानुसार है-

(अ) ईश्वर अंस जीव अविनासी। चेतन अमल सहज सुख रासी।।

(ब) जड़ चेतन गुन दोषमय, बिस्ब कीन्ह करतार।।
संत हंस गुन गहहिं पय, परिहरि वारि विकार।।

(स) बिनु सतसंग बिबेक न होई, रामकृपा बिनु सुलभ न सोई।।

(द) सोई जानहि, जेहि देउ जनाई। जानत तुम्हही, तुम्हही होइ जाई।।

उक्त सभी बातें हमें निज स्वरूप का ज्ञान कराते एवं निहंगम दृष्टिकोण रखते हुए, मन के उत्थान और दिशा निर्देशन में हमारी सहायता करती है। संसार की सामान्य धारा से अलग होकर मन को एकाग्र करते हुए जप,तप साधना आदि करके उत्कृष्ट मन: स्थिति प्राप्त की जा सकती है किन्तु गृहस्थ जीवन में रहकर नाना प्रकार के लोगों, विषयों, विकारों और समस्याओं से प्रतिदिन साक्षात्कार करते हुए मन को दृढ़ एवं स्थिर बनाये रखने एवं इस स्थिति की निरंतरता बनाये रखने का उपाय मनानुकूलन ही है और यह भगवान कृष्ण द्वारा गीता में कहे गये उपदेश के अनुसार सतत् अभ्यास के द्वारा प्राप्त किया जा सकता है। प्रत्येक व्यक्ति का मन विशिष्ट होता है और उसका मनानुकूलन उसके स्वयं के वश में है। समस्त प्रयत्नों के उपरांत भी परिस्थितियाँ मनोनुकूल नहीं होने पर मनानुकूलन ही समाधान है।

लेख लम्बा होने के लिये क्षमाप्रार्थी हूँ किन्तु मन का विस्तार ही अनंत है इसलिये कम शब्दों में उसके प्रबंधन अथवा अनुकूलन का वर्णन संभव नहीं है।

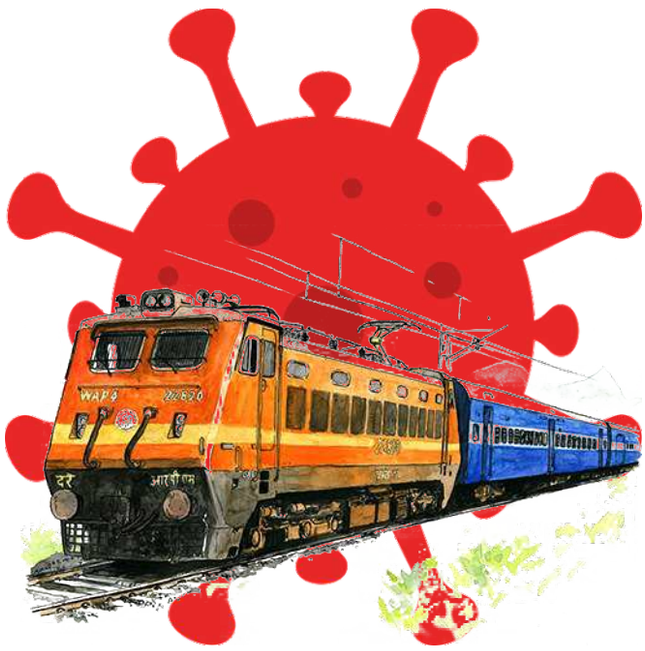
नीरज दुबे
उप. मुख्य इंजीनियर/ट्रेक-।।
पश्चिम मध्य रेल/जबलपुर



कोविड-19 एवं भारतीय रेल : अगर चुनौतियाँ हैं ..... तो होंगे समाधान भी

कोरोना वायरस से लड़ने के लिए एक सामूहिक प्रयास की आवश्यकता है और भारतीय रेल ने इस महामारी और इसके विनाशकारी परिणामों का सामना करने के लिए खुद को समन्वित वैश्विक प्रतिक्रिया के साथ पूरी प्रतिबद्धता से जोड़ा है । कोरोना वायरस के प्रकोप को आगे बढ़ने से रोकने के लिए भारतीय रेल ने ऐतिहासिक फैसला लेते हुए कुछ समय के लिए अपनी सभी यात्री रेलगाड़ियों की सेवा स्थगित कर दी जो कि भारतीय रेल के इतिहास में पहली बार हुआ है।

कोविड की आपदा के कारण लॉकडाउन के बावजूद भारतीय रेल ने आवश्यक वस्तुओं की अबाधित आपूर्ति देशभर में करने की चुनौती स्वीकार की। अपने सामाजिक दायित्व को आत्मसात करते हुए लॉकडाउन के दौरान जरूरतमंदों को भारतीय रेल के आईआरसीटीसी, आरपीएफ तथा अन्य रेल संगठनों ने भोजन पहुँचाने का भागीरथ कार्य किया है। भारतीय रेल ने खेल-कूद के आयोजनों, संगीत के कार्यक्रमों जैसे व्यापक जनसमूह वाले आयोजनों को प्रतिबंधित करने जैसे उपायों से इस वायरस के प्रचार को कम करने का प्रयास किया है।



लॉकडाउन के दौरान लोगों तक जीवन-आवश्यक चीजें जैसे खाद्यान्न, नमक, चीनी, चिकित्सा साधन, फल, सब्जियाँ, दूध, कोयला, पेट्रोलियम उत्पाद, उर्वरक आदि निर्बाधित रूप से पहुँचाने के लिए भारतीय रेलकर्मियों ने सैनिकों की तरह चौबीसों घंटे मालगाड़ियाँ ट्रेक पर चलाई। लॉकडाउन की शरुआत के बाद से फलों, सब्जियों, दूध, डेयरी उत्पादों और कृषि कार्यों के लिए बीजों सहित जल्दी खराब होने वाली वस्तुओं को समय पर पहुँचाने के लिए समय सारणी के अनुसार पार्सल ट्रेनें चलाई गई। लोको पायलट, गार्ड के साथ-साथ बुनियादी संरचनाओं जैसे ट्रैक, सिगनलिंग, ओवरहेड उपकरण, लोकोमोटिव आदि के रखरखाव से जुड़े रेलकर्मी कोरोना के आपदा काल में रेल संचालन में संरक्षा को सुनिश्चित कर रहे हैं एवं इसके लिए उन्हें मास्क, सैनिटाइजर उपलब्ध करवाए जा रहे हैं। साथ ही कार्यस्थलों पर शारीरिक दूरी बनाये रखने के नियम का कड़ाई से पालन किया जा रहा है।

महत्वपूर्ण स्टेशनों में जन संबोधन प्रणाली के माध्यम से कोविड की रोकथाम से सम्बंधित जागरूकता लाने के लिए उदघोषणा की गई। जागरूकता लाने के लिए अनेक रेलवे में सीयूजी फोन के कॉलर ट्यून में स्थानीय भाषा का प्रयोग करके कोरोना महामारी से बचाव हेतु व्यापक प्रचार भी किया गया है। कोविड के मद्देनजर मानक व्यवस्थाओं के अलावा, उचित सामाजिक दूरी और न्यूनतम शारीरिक सम्पर्क के साथ यात्रियों के कुशल संचालन के लिए कुछ महत्वपूर्ण जंक्शन स्टेशनों पर 'सम्पर्क रहित टिकट जाँच' करने की व्यवस्था लागू की गयी है। राष्ट्रव्यापी लॉकडाउन के बावजूद भारतीय रेल के अनेक रेल मंडलों में ई-ऑफिस की सुविधा प्रदान करने का कार्य सफलतापूर्वक पूरा किया है। ई-ऑफिस इस तरह के संकट के समय में वरदान साबित हुआ है जिसके कारण अधिकांश फाइल कार्य भौतिक फाइल के सम्पर्क में आए बिना भी किया जा सकता है। फाइलों का त्वरित निपटान एवं पारदर्शिता ई-ऑफिस के लाभ हैं।

भारतीय रेल ने कोरोना वायरस महामारी के कठिन समय में माल यातायात अथवा चिकित्सा सुविधा जैसी आवश्यक सेवाओं के जरिये राष्ट्र की सेवा में अपना योगदान देना जारी रख रही है। कोरोना काल में भारतीय रेल ने लोडिंग के नए आयामों को प्राप्त करने के अलावा लॉकडाउन में अनेक महत्वपूर्ण परियोजनाओं को सीमित रेल संचालन होने के कारण समुचित ब्लॉक उपलब्धता के फलस्वरूप पूर्ण भी किया है। भारतीय रेल ने जहाँ भी संभव हो सका, जनता से प्राप्त सुझावों को रियल टाइम आधार पर शामिल किया जैसे कि सूचना प्राप्त होते ही आटिज्म से पीड़ित 3 साल के एक बच्चे के लिए ऊंटनी का 20 लीटर दूध पहुँचाने के लिए जोधपुर में पूर्व निर्धारित ठहराव से अलग रूक कर दूध के कंटेनर रेलवे ने उठाये। ट्रेन रनिंग एवं ऑनबोर्ड चेकिंग स्टाफ के साथ-साथ बुनियादी संरचनाओं के रखरखाव से जुड़े रेलकर्मी कोरोना के आपदा काल में स्वयं की सुरक्षा के साथ-साथ रेल संचालन को सुनिश्चित कर रहे हैं। इनके समपर्ण एवं रात-दिन किये जा रहे कार्य को कोटि-कोटि नमन एवं लॉकडाउन के कठिन समय में देश के नागरिकों के प्रति अपने 'सामाजिक दायित्व' का सफलतापूर्वक निर्वाहन करने के कारण निश्चित ही कहा जा सकता है : भारतीय रेल सर्वश्रेष्ठ है।

संजीव तिवारी
मुख्य सर्तकता अधिकारी, पश्चिम मध्य रेल, जबलपुर



ग्रीनको रेटिंग

ग्रीनको रेटिंग क्या है ? : ग्रीनको शब्द दो शब्दों के योग से बना है । 'ग्रीन' और 'को' । ग्रीन शब्द का अर्थ है - हल, हरित, हरा - भरा, हरियाली युक्त और 'को' का अर्थ है- सह, साथ, के साथ - साथ, सहित, युक्त आदि। इस प्रकार 'ग्रीनको' शब्द का अर्थ हुआ- हरियाली युक्त, हरियाली सहित अर्थात् हरे-भरे प्राकृतिक वातावरण सहित या प्रकृति के साथ तादात्म्य स्थापित करने वाला। रेटिंग का अर्थ होता है दर्जा, श्रेणी, योग्यता, दर आदि का निर्धारण करना, मूल्यांकन करना, किसी सेवा, वस्तु या उत्पाद का विभिन्न मानकों के आधार पर गुणवत्ता का मूल्यांकन करना। रेटिंग को इस प्रकार भी समझा जा सकता है जैसे कि आप बाजार से कोई उत्पाद, फ्रिज, कार, एसी., बाइक, कूलर आदि खरीदते हैं, तो विक्रेता उस उत्पाद के विषय में यह भी बताता है कि इस उत्पाद को 3 स्टार, 5 स्टार रेटिंग प्राप्त हुई है या यह इको फ्रेंडली है। इसमें बिजली की खपत अपेक्षाकृत कम तथा उत्पादन (कार्य निष्पादन) इस स्तर यानी इस रेटिंग का है - उपभोक्ताओं ने इसे यह रेटिंग दी है। यह आई.एस.ओ. प्राप्त अमुक कंपनी का उत्पाद है। इस प्रकार समग्रता में 'ग्रीनको रेटिंग' का अर्थ हुआ। उच्च और त्वरित वृद्धि से समझौता किए बिना भारतीय उद्योगों में प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण करना ।

ग्रीनको रेटिंग की आवश्यकता एवं उद्देश्य : एक अध्ययन के अनुसार पृथ्वी पर वर्ष भर के लिए उपलब्ध प्राकृतिक स्त्रोतों का हम केवल आठ माह में ही दोहन कर लेते हैं । विश्वभर के औद्योगिक व्यवसायों ने अपने कार्यों से पर्यावरण पर पड़ने वाले प्रभाव तथा उससे होने वाले जलवायु परिवर्तन को अनुभव किया है। इसलिए अब औद्योगिक व व्यावसायिक संगठन ग्रीन हो रहे हैं । यह समय की मांग है। संगठन ग्रीन होने के लिए नित नवीन पहल कर रहे हैं। इनकी संख्या में लगातार वृद्धि हो रही है । विकास, प्रतिस्पर्धा और वैश्विक उत्कृष्टता की खोज में कंपनियों के लिए ग्रीन होना एक नई पहल एवं अनिवार्यता बन गई है।

असल में ग्रीनको रेटिंग पर्यावरण एवं उद्योगों से संबंधित है जिसका लक्ष्य गुणवत्ता की उच्चता और निष्पादन की त्वरितता में वृद्धि को प्रभावित किए बिना भारतीय उद्योगों में प्राकृतिक संसाधनों के चैपियन संरक्षण को बढ़ावा देना है। यानि पर्यावरण को नुकसान पहुंचाए बिना विश्वस्तरीय उत्पाद हासिल करना। इसके लिए भारत में एक विज़न को विकसित किया गया है जिसे 'ग्रीनको विज़न' नाम से अभिहित किया गया है। ग्रीनिंग भारतीय उद्योगों के लिए उत्प्रेरक बने और वर्ष 2022 तक भारतीय को ग्रीन बिजनेस में वैश्विक अगुआ बनने में सुविधा प्रदान करे , यह इसका उद्देश्य है । यह दुनिया में अपनी तरह का समग्र ढांचा है जो जीवन-चक्र दृष्टिकोण (उत्पादन, डिजाइन, प्रयुक्त सामग्री, खरीद, विक्रेता, प्रबंधन, रसद, पैकेजिंग, विनिर्माण वितरण, उत्पाद, उपयोग, निपटान और री-साइक्लिंग पर विचार करता है) का उपयोग करके अपनी गतिविधियों का पर्यावरणीय मित्रता पर कंपनियों का मूल्यांकन करता है। इसका मिशन भारतीय उद्योगों को उनके पर्यावरणीय - प्रदर्शन में पर्याप्त सुधार करने की सुविधा प्रदान करना है जिससे प्राकृतिक और वित्तीय संसाधनों को बचाया जा सके।

भारतीय रेलों में ग्रीनको रेटिंग : पर्यावरण संरक्षण के माध्यम से स्थायी विकास को पूरा करना भारतीय रेलवे की पहचान है । 19 मार्च 2020 को रेल मंत्रालय ने लोकसभा में एक प्रजेंटेशन दिया जिसमें सन् 2018 तक भारतीय रेलों की 42 उत्पादन इकाइयों और कार्यशालाओं में ग्रीनको रेटिंग को क्रियान्वित किया गया है। अपनी हरित पहल को विस्तार देने के लिए भारतीय रेलवे ने जुलाई -2016 में भारतीय उद्योग परिसंघ (CII) के साथ साझेदारी की थी । इसके तहत भारत ने कार्बन सिंक को ज़्यादा से ज्यादा सोलिड फॉर्म में डिपोजिट करके 2030 तक इसमें 30 से 35 प्रतिशत की कमी कर तीन बिलियन टन सिंक करना है ।

ग्रीनको बिल्डिंग : भारत में ग्रीनको रेटिंग की यह अवधारणा केवल उद्योगों तक ही सीमित नहीं है। भारत में ग्रीन विल्डिंग काउंसिल ने पहाड़ी इलाकों के लिए भी ग्रीन बिल्डिंग रेटिंग सिस्टम की शुरूआत की है। भारत में 'नेट जीरो एनर्जी' की अवधारणा का लक्ष्य राष्ट्रीय औसत की तुलना में सकल उर्जा खपत में 40 से 50 प्रतिशत तथा कीमतों में 30 प्रतिशत तक की कटौती करना है ।

ग्रीनको रेटिंग के मापदंड : भारतीय उद्योग परिसंघ (CII) द्वारा ग्रीनको

रेटिंग प्रणाली विकसित की गई है। यह सिस्टम दस व्यापक हरित मापदंडों पर कंपनियों का मूल्यांकन करता है ; जिसमें ग्रीन हाउस गैस (जीएचजी) की कमी, नवीनीकरण, ऊर्जा का उपयोग आदि सम्मिलित है। तद्नुसार औद्योगिक परिसरों को रेटिंग प्रदान की जाती है जो तीन वर्ष तक वैध रहती है। जिन दस पैरामीटरों पर ग्रीनको रेटिंग का आकलन किया जाता है वे इस प्रकार हैं –

1. ऊर्जा दक्षता :– विभिन्न मशीनरी , उपकरणों व रोशनी आदि के लिए फ्यूल गैस , फ्यूल ऑयल व विद्युत का उपयोग किया जाता है। ग्रीनको रेटिंग प्रणाली इस ऊर्जा खपत की मॉनिटरिंग करने व इसका लेखा रखने को कहती है। इस कार्य में नवीन प्रौद्योगिकी, जिससे कि बचत हो, का उपयोग करने के साथ ही अन्य समकक्ष उद्योगों में सबसे कम विशिष्ट ऊर्जा उपभोक्ता बनने के लिए प्रेरित करता है।

2. जल संरक्षण :– हमारी मूलभूत आवश्कताओं की पूर्ति , उच्च जीवन स्तर को अक्षुण्ण रखने के लिए जल व पृथ्वी के इकोलॉजीकल तंत्र को बनाये रखने हेतु जल एक महत्वपूर्ण प्राकृतिक संसाधन है। बढ़ती अर्थ व्यवस्था व वैश्विक आबादी से पानी की मांग में तेजी से वृद्धि हुई है। समय की मांग है कि जल संकट से उबरने के लिए प्रभावी जल प्रबंधन समितियां बनाई जाए । ग्रीनको जल – संरक्षण हेतु जल के उपयोग को कम करके, उसे फिर से उपयोग करने हेतु री – साइकिल करने के लिए प्रेरित करता है। इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए उचित मीटरिंग द्वारा पानी खपत की मोनीटरिंग , रेन वाटर हार्वेस्टिंग व अन्य जल संरक्षण के उपाय करना है। यह सिस्टम सीमा के अन्दर व बाहर दोनों जगह जल संरक्षण गतिविधियों से सकारात्मक बनने के लिए मार्गदर्शन करता है।

3. अक्षय ऊर्जा :– ऑन साइट उत्पादन या ऑफ सेटिंग विधियों के माध्यम से अक्षय ऊर्जा के अधिकतम उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करता है।

4. कचरा प्रबंधन :– कचरा संग्रहण और निपटान की सुविधा अच्छी नहीं होती तो अधिकांश कचरा अपने आस–पास ही इकट्ठा हो जाता है। इससे हैजार्ड्स वेस्ट निपटान पर्यावरण में ही हो जाने से प्राणियों के लिए गंभीर खतरा पैदा हो जाता है। ग्रीनको वेस्ट प्रबंधन विभिन्न प्रकार के कचरे को पहचानने, उन्हें अलग करने व उत्पन्न होने की मात्रानुसार उसके निपटान की नीति बनाने में मदद करता है। कचरे के उचित निपटान से कार्य क्षेत्र साफ –सुथरा, व्यवस्थित व सुरक्षित बनता है।

5. ग्रीन हाउस गैसों का न्यूनीकरण :– ग्रीन हाउस गैसों के उत्सर्जन में कमी और कार्बन तटस्थता की दिशा में धीरे–धीरे अग्रसर होने को सुगम बनाता है। जीरो वेस्ट यानी वेस्ट को शून्य कर इधर –उधर गड्ढों में वेस्ट को नहीं डालने, नालियों के अवशिष्ट को कम करना अर्थात तरल वेस्ट को शून्य करना और बेहतर गैसीय प्रबंधन के लिए प्रोत्साहित करता है।

6. सामग्री संरक्षण, री–साइक्लिंग और रीसाइक्लेबिलिटी :– कच्चे माल, कंज्यूमेबिल , पैकेजिंग तथा सामग्री के दक्षता पूर्ण उपयोग को बढ़ावा देता है । मेटेरियल के पुन: उपयोग , री – साइक्लिंग और री – साइक्लेबिलिटी अथवा बॉयोडिग्रेडेबिलिटी को बढ़ावा देता है।

7. ग्रीन सप्लाई चेन :– पर्यावरण को कम से कम नुकसान पहुंचाने वाले माल की आपूर्ति, परिवहन, पैकेजिंग आदि के सोर्स व वेंडर को बढ़ावा देता है।

8. उत्पाद प्रबंधन :– पर्यावरण के अनुकूल अपने उत्पाद की डिजाइन व टॉक्सिसिटी में कमी करने के लिए प्रेरित करता है।

9. जीवन चक्र मूल्यांकन :– लाइफ – साइकिल एसेसमेंट अर्थात जीवन चक्र मूल्यांकन एक तकनीक है जिसका प्रयोग किसी उत्पाद, प्रक्रिया या गतिविधि के सभी चरणों से जुड़े पर्यावरणीय प्रभावों का आकलन करने के लिए किया जाता है।

10. ग्रीन बिल्डिंग :– पर्यावरण के अनुकूल बिल्डिंग निर्माण, जैव विविधता व पर्यावरण संरक्षण से संबंधित नयी – नयी खोजों को बढ़ावा देना है।

आज ग्रीन होना पसंद ही नही अपितु स्पर्धात्मक ग्लोबल आवश्यकता है । सीआईआई द्वारा विश्व स्तर पर यह रेटिंग की जाती है । बताये गये पैरामीटरों के आकलन के लिए कुछ क्रेडिट अंक व कुछ अनिवार्य अवश्यकताएं होती हैं। 350 से 499 अंक आने पर सर्टिफिकेशन, 450 से 549 अंक पर ब्रोन्ज, 550 से 649 अंक पर सिल्वर, 650 से 750 अंक प्राप्त होने पर गोल्ड तथा 750 से अधिक अंक आने पर प्लेटिनम रेटिंग दी जाती है। ग्रीनको संगठन ने माल डिब्बा मरम्मत कारखाना, कोटा को आगामी तीन वर्षों के लिए ग्रीन कंपनी रेटिंग सिस्टम की गोल्ड रेटिंग के खिताब से अलंकृत किया गया है। माल डिब्बा मरम्मत कारखाना, कोटा न केवल पश्चिम मध्य रेल का बल्कि राजस्थान में केन्द्र एवं राज्य सरकार के संस्थानों में पहला सरकारी संस्थान है जिसे ग्रीनको गोल्ड रेटिंग सम्मान से नवाजा गया है ।

प्रज्ञेश निंबालकर
उप मुख्य यांत्रिक इंजी. (II), मड़िमका, कोटा



आधुनिकीकरण (भारतीय रेल के बदलते स्वरूप)

यदि पिछले कुछ समय के अंतराल में वर्तमान परिप्रेक्ष्य पर निगाह डाले तो भारत वर्ष में एक आधुनिकीकरण की शीतल मंद बयार प्रारंभ हुई है। भारत वर्ष ही नहीं आधुनिकीकरण की इस बयार में विश्व का शायद ही कोई राष्ट्र अछुता हो। जो विकसित है वह और अधिक विकास की दिशा में प्रयत्नशील है जो विकासशील है वह विकसित राष्ट्र बनने की दिशा में प्रयत्नशील है। चाहे कोई भी क्षेत्र हो उद्योग हो, कृषि हो, शिक्षा हो, चिकित्सा हो, आधारभूत संरचनात्मक साधन हो सभी में आधुनिकीकरण बड़े पैमाने पर हो रहा है। जब सभी क्षेत्रों में आधुनिकीकरण का तथा अमूल्य - चूल परिवर्तन का दौर चल रहा है तो यातायात का क्षेत्र कैसे अधूरा रह सकता है। यातायात के क्षेत्र में भारत में आधुनिकीकरण बड़ी तेजी से पैर पसार रहा है ।

यातायात के क्षेत्र में रेल यातायात में भारतीय रेल का एकाधिकार है वैसे तो आधुनिकीकरण किसी भी संस्था व संगठन के लिये अति आवश्यक है। कहा जाता है कि जो समय के साथ नहीं बदलता है वह पीछे रह जाता है। रेलवे में आधुनिकीकरण सभी क्षेत्रों जैसे तकनीकी, गैर तकनीकी, यात्री सुविधाएं मरम्मत, माल परिचालन, सुरक्षा आदि में हुआ है। रेलवे का मुख्य उद्देश्य संरक्षा व समयबद्धता है इन्हीं उद्देश्यों को ध्यान में रखते हुए रेलवे में आधुनिकीकरण हुआ है साथ ही यात्री सुविधा को और आरामदायक एवं सुरक्षित यात्रा के लिये भी आधुनिकीकरण हुआ है। अपेक्षाओं पर खरा उतरते हुए भारतीय रेल आधुनिकीकरण की ओर बहुत तेजी से कदम बढ़ा रही है। प्रसन्नता की बात यह है कि हाल के दो वर्षों में भारत सरकार का एक बहुत बड़ा फोकस भी भारतीय रेलवे पर है।

रेलवे यात्री कोचों में आधुनिकीकरण - भारतीय रेलवे में अब नई तकनीक के एल.एच.बी. (लिंके हॉफमेन बुशेस) कोच राजधानी, जनशताब्दी तथा दुरंतो आदि गाड़ियों में लगाये गये हैं। जिनकी लम्बाई अधिक है। इन कोचों में टायटलॉक कपलर है (सी.बी.सी.)लगाया गया है तथा शौचालय वाले हिस्से को कोलेपासिबल बनाया गया है, जिससे दुर्धटना होने की दशा में कोच एक दूसरे के ऊपर न चढ़े। इसके अलावा आई. सी. एफ. तथा और सी. एफ. निर्मित कोचों में तथा एल.एच.बी. कोचों में कई एन.टी.ई. जूरी फीचर लगाये गये हैं, जिससे यात्री को दुर्घटना के समय में कम से कम चोट लगे। कोचों में आधुनिकीकरण का सबसे ताजा एवं नवीनतम उदाहरण मॉडल कोच रेक, टी-18 तेजस एक्सप्रेस के कोच हैं। इन कोचों में निम्नलिखित आधुनिकीकरण हुआ है -

- कोचों में पर्याप्त और आकर्षक रोशनी के लिए एल.ई.डी. बल्ब तथा एल.ई.डी. ट्यूबलाइटें लगाई गई हैं ।
- दीनदयालु (सामान्य श्रेणी) के कोचों में स्वच्छ पानी के लिये दो आर.ओ. वॉटर प्यूरी फायर लगाये गये हैं। कुछ गाड़ियों के कोच में पब्लिक एनाउसमेंट सिस्टम जी.पी.एस. आधारित पब्लिक इनफरमेशन सिस्टम लगाये गये हैं।
- मॉडयूलर टॉयलेट, फ्रेम लेस मिरर, शौचालयों के अन्दर कचरा पात्र, 'शौचालय रिक्त है' या 'भरा हुआ है' के लिये संकेत लाइट, नेत्रहीनों के लिये ब्रेललिपि में बर्थ नम्बर तथा निर्देश, कोचों में लगाये गये हैं।
- मॉडल कोच में चौड़ी सीढ़ियां, साइट बर्थ में स्नेक ट्रे का प्रावधान, खिड़कियों में रोलर ब्लाईंड बैनेशिंग शटर, इम्प्रूव्ड कलर स्कीम आदि आधुनिकता के समान लगाये गये हैं ।
- आज कल कोचों में पी.यू. (पोलीयोथरीन) पेंट लगाये जा रहे हैं, जिसको करने के बाद पाँच वर्षों तक पेंट करने की आवश्यकता नहीं पड़ती है।
- सभी कोचों में मोबाइल चार्जिंग पाइंट लगाये जा रहे हैं।
- ब्रशलेस डी.सी.फेन जिनका अनुरक्षण बहुत कम है, कोच में लगाये गये हैं।

यात्री सुविधा के क्षेत्र में आधुनिकीकरण - भारत में पहली रेल गाड़ी की शुरूआत 16 अप्रैल 1853 को बोरीबंदर से थाणे के बीच मुम्बई में हुई थी। तबसे यात्री से सेवाओं में हर वर्ष आधुनिकीकरण किया जा रहा है। यात्री सेवाओं के क्षेत्र में आधुनिकीकरण की शुरूआत तब से मानी जाती है जब से टिकिट बुकिंग हेतु कंप्युटर का उपयोग प्रारंभ हुआ है। मोबाइल, इंटरनेट तथा सोशल मीडिया के उपयोग से रेलवे की कार्यप्रणाली में जबरदस्त बदलाव आया है।

- किन्हीं भी दो स्टेशनों के बीच चलने वाली रेल गाडियों के नाम, कुलयात्रा के घंटे, गाड़ी का रूट, गाड़ियों के चलने की आवृति, गाड़ी का शेड्यूल, प्रत्येक रेल गाड़ी में विभिन्न दर्जों में विभिन्न कोटों के साथ उपलब्ध सीटों की संख्या, किराया, स्टेशन कोड, पर्यटक गाडियों से सम्बन्धित जानकारी आदि जिन यात्रियों के पास स्मार्ट मोबाइल या एन्ड्राइड मोबाइल नहीं है, वे भी एस.एम.एस. सुविधा के माध्यम से 139 नम्बर पर एस.एम.एस कर उपरोक्त जानकारी हासिल कर सकते हैं। किसी भी रेल गाडी की रनिंग पोजीशन, आगमन व प्रस्थान का समय, गाड़ी का प्लेटफार्म, गंतव्य स्टेशन आने के आधा घंटा पहले अलर्ट कॉल, अपनी बर्थ पर भोजन मांगने की सुविधा, सफाई के लिये मेसेज दे कर साफ कराने की सुविधा आदि भी उपलब्ध है।
- यात्रियों के मनोरंजन के लिये भी रेलवे में आधुनिकीकरण हुआ है। लगभग हर बड़े स्टेशन पर क्लोज सर्किट टी.व्ही. लगाये गये हैं। कुछ गाडियों में म्यूजिक सिस्टम भी लगाया गया है, जिससे यात्री चलती गाड़ी में संगीत का आनन्द ले सकें। यात्रियों को जानकारी देने के लिये एल.ई.डी. डिस्प्ले सिस्टम गाड़ी एवं प्लेटफार्म पर लगाये गये हैं। जी.पी.एस. (ग्लोबल पोजीशन सिस्टम) आधारित प्रणाली भी रेल गाड़ियों में लगाई गई है, जिसके द्वारा यात्रियों को अगले स्टेशन की दूरी तथा उसका नाम बताया जाता है। यात्री को यात्रा के बाद गंतव्य स्थान पर ठहरने की आवश्यकता होती है, अत: इसके समाधान के लिये रेलवे के सभी रिटायरिंग रूम की बुकिंग घंटों के हिसाब से की जा रही है। पहले ये दिन के हिसाब से होती थी। इसके अलावा भी यात्रियों को सुविधा देने के लिये कई आधुनिक उपाय किये जा रहे हैं।
- स्टेशन पर यात्री संचालित पूछताछ प्रणाली (पैसेंजर ऑपरेटेड एनक्वायरी टर्मिनल-पी.ओ.ई.टी) लगाये गये हैं जिससे यात्री आवश्यक जानकारी

जैसे सीट उपलब्धता, पी.एन.आर. स्थिति आदि का पता लगाया जा सकता है।

- ऑटोमेटिड टिकिट बेडिंग मशीन (ए.टी.व्ही.एम.) इसकी उपलब्धता से अनारिक्षत टिकिट तथा उपनगरीय टिकिट यात्री स्वयं निकाल सकता है।
- **आरक्षण चार्ट का इलेक्ट्रानिक डिस्प्ले** – कई बड़े स्टेशनों पर आरक्षण चार्ट का इलेक्ट्रानिक डिस्प्ले हो रहा है, जिससे कागज की बचत हो रही है।
- बड़े-बड़े स्टेशनों पर वाई-फाई (वायरलेस फिडेलिटी) की सुविधा नि:शुल्क प्रदान की गई है।
- **ऑटोमेटिक वॉटर वेडिंग मशीन**- इस मशीन की सहायता से एक रूपये में एक लीटर स्वच्छ पानी यात्रियों को मिल रहा है। इस मशीन से गर्म पानी भी मिलता है।
- मोबाइल एप्प या आई.आर.सी.टी.सी. बेब साइड से टिकिट बुक कराने पर टिकिट का प्रिंटआउट लेने की आवश्यकता समाप्त कर दी गई है तथा मोबाइल पर आया मैसेज निर्धारित पहचान पत्र के साथ मान्य किया गया है, जिससे कागज की बचत हो रही है।

अन्य यात्री सुविधाओं हेतु मोबाइल, इंटरनेट तथा सोशल मीडिया का उपयोग –

- भारतीय रेल ने फेसबुक, ट्वीटर, इंस्ट्राग्राम एवं यू ट्यूब जैसे चार सोशल मीडिया प्लेटफार्म आरंभ किये है।
- ट्वीटर द्वारा अपने तरह की प्रथम रियल टाइम (24x7) शिकायत प्रणाली का आरंभ यात्रियों को मेडिकल सुविधा, सुरक्षा एवं अन्य आपातकालीन सहायता प्रदान करने के लिये किया गया है।
- यात्रा के दौरान किसी भी प्रकार की अप्रिय घटना की सूचना एवं आकस्मिक सहायता हेतु अखिल भारतीय सुरक्षा हेल्प लाइन नं. 182 की स्थापना की गई है।
- यात्रा के दौरान किसी भी प्रकार की पूछताछ, शिकायत हेतु अखिल भारतीय यात्री हेल्प लाइन 138 का प्रावधान किया गया है।
- मोबाइल आधारित एक एप्लीकेशन कम्पलीट मैनेजमेंट सिस्टम की शुरूआत की गई है।
- 250 स्टेशनों पर ई-केटरिंग की सुविधा प्रारंभ की गई है।
- ई-टिकट पोर्टल के बेहतर प्रबंधन तथा यात्रियों को सुविधा प्रदान करने के दोहरे उद्देश्य को दृष्टि में रखते हुए तत्काल आरक्षण समय को क्रमबद्ध किया गया है।
- राजधानी एवं दूरन्तों गाड़ियों में यात्रियों को एसएमएस द्वारा स्वत: गंतव्य स्टेशन की सूचना देने की व्यवस्था की गई है।
- विकलांग व्यक्तियों एवं मान्यता प्राप्त पत्रकारों हेतु रियायत पास के लिये ई-टिकटिंग सुविधा प्रारंभ की गई है।
- एसएमएस अलर्ट द्वारा आरक्षित टिकिट की स्थिति जानने हेतु यात्रियों के लिये एसएमएस गेटवे योजना प्रारंभ की है।
- व्हीलचेयर की ई-बुकिंग प्रारंभ की गई है।
- उपनगरीय खण्डों में मोबाइल पर पेपर लैस अनारक्षित टिकिट की सुविधा प्रारंभ की गई है।
- न्यू जेनरेशन प्रणाली की स्थापना 2,000 से बढ़ाकर 7,200 ऑन लाइन टिकटें प्रति मिनट की जा रही है। 50,000 से बढाकर 2,00,000 पूछताछ प्रति मिनिट का निपटारा किया जा रहा है।
- टी.टी.ई. हेतु हैण्ड टर्मिनल उपलब्ध कराये गये हैं।
- नई दिल्ली, हजरत निजामुद्दीन, मुम्बई सेंट्रल, छत्रपति शिवाजी टर्मिनल एवं चैन्नई जैसे स्टेशनों पर डिस्पोजिबल लिनेन मुहैया कराने हेतु ई-बुकिंग प्रारंभ की गई है।
- हिंदी में ई-टिकटिंग पोर्टल बनाया गया है ।
- आई.आर.सी.टी.सी. बेव साइट के माध्यम से ई-टिकिट भुगतान हेतु विदेशी डेबिटकार्ड एवं क्रेडिट कार्ड स्वीकार करने का प्रावधान किया गया है।
- भारत सरकार के स्वच्छ भारत अभियान में महत्वपूर्ण योगदान देने के लिये भारतीय रेल ने 'स्वच्छ रेल अभियान' प्रारंभ किया है, जिसके अर्न्तगत अबतक लगभग 70 प्रतिशत गाड़ियों में बॉयोटायलेट लगाया जा चुका है।
- गाड़ियों में ऑन बोर्ड हाउस कीपिंग योजना के अर्न्तगत चलती गाड़ियों में ठेकेदारों के कर्मचारियों द्वारा प्रस्थान से लेकर गंतव्य स्टेशन तक सफाई की जा रही है।
- भारतीय रेल के लगभग सभी स्टेशनों के शौचालयों को भुगतान एवं उपयोग (पे एंड यूज) के अंर्तगत लाया गया है, जिससे यात्रियों को इनका उपयोग करते समय अधिक से अधिक स्वच्छता मिल सके। डीलक्स टॉयलेट का उपयोग किया जा रहा है। कीड़े-मकौड़े से बचाव हेतु पेस्ट कंट्रोल किया जा रहा है।
- यात्री टिकट सेवा केन्द्र (वाय.टी.एस.) आरंभ किये गये हैं। जिससे निजी एजेन्ट टिकटिंग टर्मिनलों का परिचालन करके आरक्षित एवं अनारक्षित टिकट जारी कर रहे हैं।
- गाड़ी रद्द होने की स्थिति में स्वत: रद्दीकरण तथा धनवापसी ई-टिकट की स्थिति में किया जा रहा है।
- **इंटरनेट का उपयोग करने में संभावित गड़बड़ी रोकने के लिये साइबर सुरक्षा**- निम्न उपायों के माध्यम से ई-टिकट में ऑटोमेटिक लॉगआउट, एक ट्रांजेक्सन के बाद कैपचर का पुन: उपयोग, लॉगिंग पेज, यात्री विवरण तथा भुगतान पेज पर भुगतान का अधिकतम समय 10 सैकंड, वन टाइम पासवर्ड, नेटबैंकिंग के माध्यम से अनिवार्यत: एक माह में एक पहचान-पत्र पर 6 टिकट से ज्यादा बुकिंग नहीं करना।
- एसएमएस के माध्यम से कोच में सफाई का प्रावधान 'क्लीन-माइकोच'।
- अब कचरा पात्र (डस्टबिन) वातानुकूलित कोचों के साथ-साथ सामान्य श्रेणी के कोचों में भी लगाया जा रहा है।

गति के क्षेत्र में आधुनिकता-

1 पहले गाड़ी की अधिकतम गति 80 से 90 किलो मीटर प्रति घंटा थी जो अब बढ़कर 100 से 120 किलो मीटर प्रति घंटा हो गई है। भारत की तीव्रतम गाड़ी 'गतिमान एक्सप्रेस' है जिसकी गति 160 किलो मीटर प्रति घंटा है।

2 200 किलो मीटर प्रति घंटा की गति से चलने वाली टेल्गो गाड़ी का परीक्षण किया जा चुका है।

3 मुंबई से अहमदाबाद के बीच 500 किलो मीटर प्रति घंटा की रफ्तार से चलने वाली 'बुलेट ट्रेन' को 2023 तक चलाने की योजना है।

4 130-140 किमी प्रति घंटा से चलने वाली 'तेजस एक्सप्रेस' तैयार है।

5 बिना चौकीदार वाले समपार को ओवर ब्रिज तथा अण्डर ब्रिज बनाकर लगभग समाप्त कर दिया गया है तथा चौकीदार वाले समपार को भी समाप्त किया जा रहा है। जिससे दो स्टेशनों के बीच लगने वाले समय में कमी आई है।

पारदर्शिता हेतु आधुनिकता की रेलवे में उपलब्धियाँ-

1 सभी रेलवे भर्ती बोर्ड में ऑनलाइन भर्ती प्रक्रिया तथा ऑनलाइन परीक्षा हो रही है वहीं बेवसाईट पर परीक्षा परिणाम भी दिखाये जा रहे हैं।

2 100 प्रतिशत ई-निविदा प्रक्रिया तथा खरीदी की जा रही है।

3 ई-ऑफिस एवं ई-डाक की शुरूआत की गई है।

4 भारतीय रेल के प्रत्येक जोन के विभिन्न विभागों में उपयोग में आने वाले प्रत्येक मदों का एकीकृत नंबर किया गया है।

5 भंडार विभाग में एकीकृत समान प्रावधान प्रक्रिया (इंटीग्रेटेड मटेरियल मैनेजमेंट सिस्टम) लागू की गई है जिससे कहीं से भी किसी भी समान की जानकारी ली जा सकती है।

परिचालन के क्षेत्र में आधुनिकता -

1 पहले ड्राइवर तथा गार्ड की बुकिंग मेन्यूअल होती थी तथा उनका माइलेज व विभिन्न भत्ते की गणना करने के लिये 4-5 क्लर्क लगाने पड़ते थे, फिर भी सही गणना व बुकिंग नहीं हो पा रही थी। इन कमियों को दूर करने के लिये सीएमएस (क्रू मैनेजमेंट सिस्टम) बनाया गया है। लोको पायलट, सहायक लोको पायलट तथा गार्ड अब इस सिस्टम में साइनइन तथा साइन आउट करते हैं, जिससे उनके पूरे कार्य का विवरण कम्प्यूटर में उपलब्ध रहता है। इससे उनकी उपलब्धता का समय, माइलेज तथा भत्ते की गणना आदि आसानी से कुछ ही सेकेण्ड में की जा सकती है। इससे पारदर्शिता भी आई है।

2 पहले कंट्रोल ऑफिस में बैठकर 6 से 7 कर्मचारी सिर्फ कंट्रोल चार्ट बनाते थे, जिससे समय भी बहुत अधिक लगता था तथा वह वास्तविकता से भिन्न होता था। अब कम्प्यूटर आधारित फ्रेटऑपरेशन इनफारमेशन सिस्टम (एफ.ओ.आई.एस.) बनाया गया है। जिससे चार्ट की लाइनें स्वत: ही स्टेशन मास्टर द्वारा समय फीड करने के पश्चात कम्प्यूटर पर बन जाती है।

3 इसी प्रकार नेशनल ट्रेन एनक्वायरी सिस्टम (एन.टी.ई.एल.) बनाया गया है। इसको मोबाइल एप में डाउनलोड करके या इंटरनेट के माध्यम से कहीं से भी ऑपरेट कर गाड़ी के संबंध में जानकारी जैसे आगमन, प्रस्थान, गाड़ी कहां चल रही है, गाड़ी का शेड्यूल, किसी स्टेशन पर अगले 2 से 4 घंटों में आने वाली गाड़ियों के नम्बर, रद्द हुई गाड़ियों का विवरण, परिवर्तित मार्ग से जाने वाली गाड़ियों का विवरण आदि का पता लगाया जा सकता है।

4 **रो-रो सर्विस-** रो-रो अर्थात रोल ऑन रोल ऑफ। इस सेवा में भरे हुए ट्रक सीधे वैगन में लोड होते है तथा भरे हुऐ ही सीधे वैगन से उतर जाते हैं। इस सेवा से समान को बार-बार उतारने व चढ़ाने की समस्या नहीं रहती है। ट्रकों का भी ईधन बचता है। इस सेवा से देश, व्यापारी तथा रेलवे तीनों को भी फायदा हुआ है।

कार्मिक तथा लेखा के क्षेत्र में आधुनिकता -

1 **आई.पी.ए.एस.-** (एंटीग्रेटेड पे रोल एण्ड एकाउन्टिंग) लेखा विभाग द्वारा क्रिस के सहयोग से यह प्रणाली विकसित की गई है। इसकी सहायता से वेतन पत्रक, वेतन पर्ची आसानी से बन जाती है। कर्मचारी की भविष्य निधि तथा अवकाश के रिकार्ड का विवरण कर्मचारी की वेतन पर्ची में लिखा जाता है तथा आयकर की गणना भी आसानी से हो जाती है।

2 **रेलवे कर्मचारी सूचना प्रणाली** (आर.ई.आई.एस.)- इसके तहत प्रत्येक कर्मचारी को विशेष पहचान नम्बर (आर.यू.आई.डी.) जारी किया गया है तथा कर्मचारी की वार्षिक निष्पादन मूल्यांकन रिपोर्ट को इस पर लोड किया गया है। अत: कर्मचारी अपनी ए.पी.ए.आर. स्वयं देख सकता है। इसके अलावा इस पर कोड, मैन्यूअल, मास्टर सर्कुलर, पास नियम आदि आवश्यक जानकारी उपलब्ध कराई गयी है।

3 **कर्मचारी के लिये ई-पास की सुविधा** जिससे वह घर बैठे आई.आर.सी.टी.सी. वेबसाईड से टिकट बुक कर सकता है।

4 मोबाईल पर आर.ई.एस.एस. एप्प में कर्मचारी संबंधित सभी जानकारी उपलब्ध है।

सुरक्षा के क्षेत्र में आधुनिकता -

1 चोरी, जहरखुरानी, छेड़छाड़ जैसी अप्रिय घटनाओं में दोषी तथा वास्तविकता का पता लगने के लिये सी.सी.टी.वी. केमरा कोचों तथा स्टेशनों पर लगाये गये हैं। पहले वास्तविकता का पता लगाने में काफी मानव श्रम लगता था तथा अन्य घातक हथियारों का पता लगाने के लिये स्कैनर बड़े स्टेशनों पर लगाये गये हैं।

संरक्षा, सिगनल तथा इंजीनियरिंग के क्षेत्र में आधुनिकता-

1 पहले लकड़ी के स्लीपर लगाये जाते थे अब आर.सी.सी. के स्लीपर लगाये जा रहे हैं। जिसके कारण अनुरक्षण में कमी आई है। स्लीपर बिछानें के लिये अब मशीनों का उपयोग किया जा रहा है।

2 मोटर मेन द्वारा सिगनल की अनदेखी होने पर स्वत: गाड़ी में ब्रेक लगाने के लिये मुंबई उपनगरीय खंड में ए.डब्लू.एस. (ऑग्जलरी वार्निंग सिस्टम) लगाया गया है।

3 कुछ गाड़ियों में टक्कर रोधी उपकरण लगाये गये हैं। एक लाइन पर दो गाड़ी आने पर एक गाड़ी के अवपथन होने पर या ट्रेक पर पत्थर होने पर गाड़ी में स्वत: ब्रेक लग जाएगा।

इस प्रकार कहा जा सकता है रेलवे के प्रत्येक क्षेत्र में आधुनिकता के नये-नये आयाम प्रति वर्ष स्थापित हुए हैं और हो रहे हैं। यात्री की गरिमा, रेल को गति तथा राष्ट्र की प्रगति को चरितार्थ करते हुए रेलवे में आधुनिकता के आयाम बदल रहे हैं।

''रेल बदल रही है, देश बदल रहा है''।

रविशंकर
तक. I, भोपाल कारखाना



कृमि: एक शारीरिक घुन

प्रिय पाठकों ! विगत 2-3 दिन पूर्व मैं केंद्रीय चिकित्सालय स्थित अपने होम्योपैथिक औषधालय में कार्यरत रह कर रोगी परीक्षण में व्यस्त था, तभी पमरे, मुख्यालय, जबलपुर के लेखा विभाग में कार्यरत दिनेश जी (बदला हुआ नाम) कुछ परेशान से मेरे पास आए एवं बोले डॉ. साहब अभी-अभी घर से समाचार आया है कि मेरे छोटे बालक जिसकी उम्र महज पांच वर्ष है, उसे तेज पेट दर्द एवं उल्टियां (वमन) हो रही हैं। कृपया शीघ्रतापूर्वक औषधि प्रदान करने का कष्ट करें ताकि मैं उन्हें घर भिजवा सकूं। मैंने दूरभाष द्वारा बच्चे एवं उसकी माता से चर्चा कर सभी लक्षणों की विस्तार से जानकारी प्राप्त की एवं कुछ जाँचे परामर्श स्वरूप लिख दी। दो दिन के उपरांत दिनेश जी रिपोर्ट लेकर मेरे पास आये जैसा कि मुझे शंका थी रिपोर्ट में वैसा ही परिणाम था। बच्चे को पेट में कृमि का संक्रमण पाया गया था।



प्रिय पाठकों! मैंने जिस घटना का उल्लेख किया है इस तरह के रोग संबंधी घटना शायद आप सभी के परिवार के बच्चों अथवा मित्रगणों के परिवार में होती होंगी। तो अब सवाल यह उठता है कि यह बच्चों में होने वाली समस्या 'कृमि' क्यों होते हैं, यह क्या है, इसके लक्षण एवं बचाव उपचार आदि क्या है ? तो प्रिय पाठकों ! आप चिंतित न हो, मैं आप सभी को इस रोग के बारे में विस्तार से बताता हूँ। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार पूरे विश्व में 200 करोड़ से अधिक बच्चे वर्तमान में इस रोग से ग्रसित हैं। विकासशील देशों में यह एक स्वास्थ्य संबंधी गंभीर समस्या बन चुकी है। भारत में बच्चों के कुपोषण का यह भी एक कारण है।

कृमि के प्रकार -

पाठकों ! बच्चों में होने वाले कृमि मुख्यत: चार प्रकार के होते हैं। 1. पिन वर्म 2. राउंड वर्म 3. हुक वर्म एवं 4. विप वर्म।

1. पिन वर्म - यह कृमि की रचना चूंकि पिन के समान होती है इसलिए इसे पिन वर्म कहते हैं। यह कृमि बच्चों में अधिक पाया जाता है। बच्चों की आंतों में यह संक्रमण पैदा करता है। अधिकांश 5-12 वर्ष तक के बच्चे इस प्रकार के कृमि से ग्रस्त रहते हैं।

कारण - जो बच्चे अपने हाथों के नाखूनों की सफाई के प्रति लापरवाह होते हैं, उनके नाखूनों से गंदगी, मिट्टी आदि जो मुंह के माध्यम से पेट में जाती है। उससे यह कृमि हो जाते हैं।

लक्षण - बच्चा कमजोर, हमेशा सुस्त एवं आवश्यता से ज्यादा सोता है।

जाँचे - रोगी बच्चे के मल की लैब जांच।

बचाव - बच्चे के शारीरिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बनायें। दांत से नाखून काटने की आदत से बचायें।

उपचार - रोगी बच्चे को नजदीक के शिशु रोग विशेषज्ञ अथवा किसी योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक से उपचार करवाये एवं उचित परामर्श लें।

2. राउंड वर्म (गोलाकार कृमि) - चूंकि इस कृमि की रचना गोल होती है, इसी कारण इसे गोलाकार कृमि कहते हैं। यह कृमि का संक्रमण अधिकतम 1 से 3 वर्ष तक के बच्चों में पाया जाता है।

कारण - जो बच्चे बाजार की पैक खाद्य वस्तुओं का अत्यधिक सेवन करते हैं जैसे - चाकलेट, टॉफी, पैकिंग की मिठी चीजें आदि। उनमें यह संक्रमण अधिक पाया जाता है।

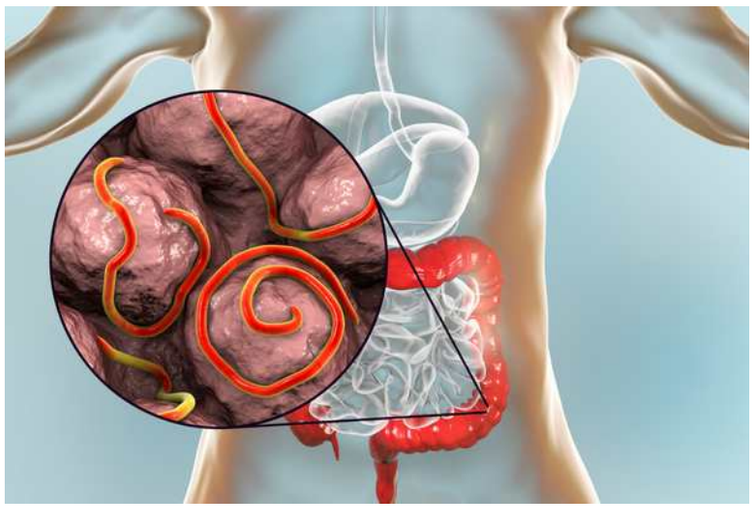
लक्षण - पेट दर्द, वमन होना, लीवर का कमजोर होना, जिस कारण भूख कम लगती है अथवा लगती ही नहीं है, मल में रक्त का पाया जाना, इसके साथ फेफडों में संक्रमण के कारण न्यूमोनिया का होना एवं लगातार सर्दी तथा खांसी आदि का होना इसके लक्षण हैं। यदि समय पर उपचार न हो तो दमा रोग भी हो जाता है। अधिकांश बच्चों में इस प्रकार के कृमि के कारण त्वचा में शीत पित्त अर्थात् खुजली वाले लाल रंग के दाने भी बार-बार होते हैं।

जांचे – 1. मल की जांच (लैब टेस्ट) के माध्यम से इस कृमि को सुनिश्चित किया जाता है।

2. छाती का एक्स रे कर इस रोग का अनुमान लगाया जाता है। छाती के एक्स रे में 'लूफर सिंड्रोम' नामक रोग पाया जाता है, जो कि गोल कृमि के कारण होता है। जिस कारण बच्चों को तेज खांसी तथा तेज सर्दी तथा सांस लेने में कष्ट होता है।

3. हुक वर्म – इस कृमि की रचना चूंकि हुक के समान होती है इसलिए इसे हुक वर्म बोलते हैं। मानव में यह कृमि 'नेक्टर अमिरिकेनस' प्रजाति के कारण होता है। जहां पर गीली मिट्टी होती है। वहां यह कृमि पाया जाता है। जो बच्चें बिना जूते एवं चप्पल के गीली मिट्टी के संपर्क में रहते हैं, उन्हें पांव की त्वचा के माध्यम से संक्रमण शरीर में पहुंचता है।

लक्षण – बच्चे के शरीर में खून की कमी हो जाती है। बच्चे को बार-बार भूख लगती है। कई बार बच्चा चूना, मिट्टी, टूथ पेस्ट आदि वस्तुऐं तक खाने लगता है। सांस लेने में कष्ट होता है। न्यूमोनिया तथा ब्रोकाइटिज बार-बार होता है। लम्बे समय तक खांसी बनी रहती है। उम्र के अनुसार शारीरिक विकास कम होता है। दस्त लगना तथा कभी-कभी मल से रक्त भी आ जाता है। पांव एवं चेहरे में सूजन आ जाती है।



जांचे – रक्त परीक्षण में इसेनोफिलिया पाया जाता है मल के परीक्षण में कृमि के अंडे दिखाई पड़ते हैं।

बचाव – बच्चों को बिना जूते -चप्पल के रहने या गीली मिट्टी में खेलने से रोकना, शारीरिक साफ-सफाई पर ध्यान देना एवं हरी साग-सब्जी का सेवन करना चाहिए।

उपचार – योग्य होम्योपैथिक अथवा शिशु रोग विशेषज्ञ से उपचार करवायें।

4. विप वर्म – इस कृमि का संक्रमण अधिकांश 3 – 10 वर्ष तक के बच्चों में होता है। अधिकांश ग्रामीण परिवेश अथवा जहां स्वच्छता की पर्याप्त व्यवस्था नहीं होती वहां यह संक्रमण होने की संभावना होती है।

लक्षण – कभी-कभी बच्चे को झटके भी आते हैं। बच्चा सिर दर्द अथवा पेट दर्द की शिकायत अक्सर करता है। भोजन के बाद तुरंत शौच के लिए जाता है। भोजन के सेवन के अनुपात में शारीरिक विकास नहीं हो पाता। कई बार बच्चे के गुदा अपने स्थान से नीचे खिसक जाती है। जिसे ' रेक्टल प्रोलेप्स' कहते हैं।

बचाव – मिट्टी में बच्चों को खेलने से रोकें। शारीरिक साफ-सफाई का ध्यान रखें। पत्तेदार साग-सब्जियों को बिना साफ किये उपयोग में न लें।

जांचे – मल की जांच में इस कृमि की एक घातक प्रजाति 'टेचिरस टेचूरा' के अंडे पाये जाते हैं। एक्स-रे में (पेट के) आंतें सूजी दिखती हैं।

उपचार – यदि बच्चा बार-बार अथवा भोजन के तुरंत बाद पेट दर्द होने की बात कहता है तो यथाशीघ्र योग्य चिकित्सक से परामर्श लेकर उपचार करवायें।

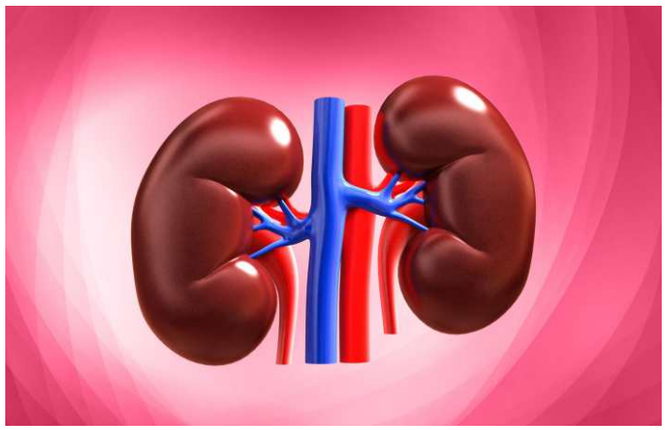
प्रिय पाठकों ! इस लेख में मैंने आपको कृमि के प्रकार, लक्षण, जांचे एवं उपचार आदि के बारे में बताया। अब बात आती है, इन सभी प्रकारों एवं लक्षणों की तो आप सभी को यह जान लेना आवश्यक है कि प्रत्येक प्रकार के कृमि का सभी चिकित्सा पद्धतियों में अलग-अलग उपचार होता है। ऐलोपैथी के अतिरिक्त भी होम्योपैथी जैसी गुणकारी चिकित्सा पद्धति में भी इस रोग का सटीक उपचार है। विगत सन् 2011-12 में केंद्रीय होम्योपैथी अनुसंधान परिषद (भारत सरकार का एक उपक्रम) ने शोध के उपरांत कुछ विशेष होम्यो औषधियों की उपयोगिता का विस्तार से उल्लेख किया है जो है चिलोन, फिलेक्स मॉस, थायमोल, सेनटोनिन, सिनापेसिस एल्वा, एलिवा रेविस, रिक्रियम इत्यादि।

प्रिय पाठकों ! स्वस्थ्य शरीर-स्वस्थ्य मन, स्वस्थ्य परिवार, स्वस्थ्य समाज, स्वस्थ्य राष्ट्र यह है हमारी भारतीय रेल का मंत्र। जिसे पूर्ण करती है हमारी राजभाषा और ज्ञान की सरिता का पावन तीर्थ है – राजभाषा सरिता।

डॉ. अलकेश खत्री
होम्योपैथिक चिकित्सक
केंद्रीय चिकित्सालय, पमरे, जबलपुर



सेहत के पहरेदार



संसार में मानव शरीर की रचना ईश्वर ने बहुत ही सोच समझ कर अपने स्वरूप के अनुसार की है। शरीर में किस अंग की कहाँ कैसे जरूरत है और किसका क्या काम है, उसी के अनुसार रचना की है। मनुष्य जब तक जिन्दा रहे तब तक स्वस्थ रहे, इसलिये प्रत्येक अंग को अपना-अपना कार्य बांट दिया है। जिसकी जैसी जरूरत होती है प्रत्येक अंग अपना काम करते रहते हैं। लेकिन मनुष्य अपने स्वास्थ के लिये उन अंगो का क्षमता से अधिक काम लेगा तो संबंधित अंग कमजोर होते चले जायेगें और मनुष्य को कई नये-नये रोग लग जायेगें। हालाकि उन रोगों के उपचार की व्यवस्था भी विज्ञान ने कर दी है। परन्तु मनुष्य को अपने शरीर को स्वस्थ्य रखने के लिये सावधानी बरतना चाहिये। इसके लिये अपनी दिनचर्या और खानपान व्यवस्थित रखना चाहिए।

मनुष्य शरीर में दो पहरेदारों में दो आँखें, दो नसिक छिन्द, दो कान और दो किडनी व्यवस्थित हैं। यहाँ पर शरीर में स्थित दो पहरेदार के रूप में किडनी का महत्वपूर्ण कार्य क्या है- उस पर विस्तृत रूप से चर्चा करेंगे। किडनी शरीर का महत्वपूर्ण अंग है, जिसे फंग्सन यूनिटी भी कहते हैं। किडनी ब्लड प्रेशर नियंत्रित, सोडियम और पौटेशियम को संतुलित रखती है। विटामिन-डी-को सक्रिय कर हड्डियों को मजबूत, लाल रक्त कोशिकाओं बनाने में मदद करती है। मोटापा, डायबिटीज व हाई ब्लड प्रेशर से नेफ्रॉन्स खराब होने लगते हैं, जिससे किडनी की कार्य क्षमता प्रभावित होती है।

किडनी खून में मौजूद टॉक्सिन्स (विषैले तत्वों) को छान कर साफ करती है। शरीर में तरलता (फ्लूयूड) के स्तर को संतुलित रखती है। किडनी में विशेष तरह का हार्मोन एंटीथ्रोपोएटी होता है जो खून बनाने की प्रक्रिया को बढ़ाता है। एक स्वस्थ्य व्यक्ति भी किडनी का वजन करीब 150 ग्राम, लम्बाई 10 सेंटीमीटर होती है किडनी की सेहत को लेकर प्रति वर्ष मार्च माह के दूसरे गुरूवार को - 'विश्व किडनी दिवस' मनाते हैं।

लापरवाह जीवन शैली के कारण विषैले पदार्थ बाहर नहीं निकलते तो स्थिति जानलेवा बन जाती है। अत्यधिक दर्द निवारक दवाइयें लेने, ब्लड प्रेशर व डायबिटीज की बीमारी में शुगर के बार-बार उतार चढ़ाव के कारण किडनी जल्दी खराब हो जाती है। एक्यूट किडनी डिजीज को समय पर पहचान व ईलाज से मरीज पूरी तरह ठीक हो सकता है। कॉनिक किडनी डिजीज ठीक नहीं होने वाली बीमारी है। शुरूआत में इसके कोई लक्षण नहीं दिखते हैं। रक्त यूरिया सिरम- क्रिएटिनिन बढ़ने लगता है, बीमारी की स्थिति के अनुसार इलाज किया जा सकता है। दवाईयों से रोगी की किडनी में बढ़ने वाले संक्रमण को रोका जाता है और उसकी स्थिति के अनुसार डायलिसिस करते है। खान-पान में परहेज और दवाईयों के द्वारा किडनी के संक्रमण को कम किया जा सकता है। लेकिन मरीज के रक्त में यूरिया और क्रिएटिनिन की मात्रा बढने से किडनी फेल होने का खतरा भी बढ़ जाता है।

डायबिटीज के मरीजों में शुगर का लेबल बढ़ने से किडनी प्रभावित होती है। हाइपरटेंशन से किडनी पर गलत असर पड़ता है। हर वक्त बी.पी. बढ़ा होने पर किडनी के कार्य करने की क्षमता प्रभावित होती है। दवाब बढ़ता है और कुछ समय बाद किडनी फेल हो जाती है। फिर सिकुड़कर छोटी हो जाती है। इसके लक्षण देर से दिखते है। रोगी के पैरो में सूजन, चेहरे पर सूजन, खून की कमी, भूख न लगना, पेशाब की मात्रा में कमी, शरीर में खुजली, शरीर का अंग काला पड़ना प्रमुख लक्षण हैं। ऐसे मरीजों में हृदय-संबंधी समस्या भी होती हैं।

किडनी की बीमरियों की पहचान के लिये ब्लड-यूरिया, सिरम-क्रिएटिनिन, सिरम इलेक्ट्रोलाइट व किडनी फंक्शन टेस्ट कराते हैं। क्रॉनिक किडनी डिजीज के रोगी का इलाज दवाओं व डॉयलिसिस से किया जाता है। किडनीफेल होने पर प्रत्यारोपण अंतिम विकल्प है। क्रॉनिक किडनी डिजीज के मरीजों में बीमारी बढ़ने पर डायलिसिस करते हैं। मरीज के खून को मशीन में सर्कुलेट किया जाता है । इस प्रक्रिया में खून में मौजूद विषैले तत्वों को साफ करने के बाद साफ खून शरीर में चला जाता है। हफ्ते में दो-तीन बार डायलिसिस होता है। इसमें करीब चार घंटे लगते हैं। रोगी की स्थिति के अनुसार यह कम या ज्यादा हो सकता है। किडनी में सुधार होने पर डायलिसिस बन्द हो सकता है । यदि किडनी पूरी तरह खराब हो चुकी हो तो प्रत्यारोपण न हो तब तक डायलिसिस जरूरी होता है।

मोटापे से क्रॉनिक किडनी डिजीज की आशंका बढ़ती है। नेफ्रांस (खून को फिल्टर करने की जालियाँ) का कार्य बढ़ जाता है। किडनी की कोशिकायें खराब होने लगती है। ये दोबारा विकसित नहीं होती हैं। जंकफूड में प्रिजर्वेटिव तत्व और कई तरह के चाइनीज नमक से शरीर में सोडियम की मात्रा बढ़ती है । इससे रक्त चाप बढ़ता है, जिससे किडनी भी कोशिकाओं को तेजी से नुकसान पहुँचता है। सॉफ्ट-ड्रिंक्स का ज्यादा प्रयोग किडनी के लिए ठीक नहीं है।

किडनी स्वस्थ रखने के लिए जितनी प्यास लगे उतना ही पियें। ऐसा नहीं है कि ज्यादा पानी पीने से किडनी ज्यादा स्वस्थ रहती है। सामान्यत: दस-बारह गिलास पानी पीना चाहिए। व्यक्ति की दिनचर्या के अनुसार पानी की मात्रा बढ़ सकती है। धूम्रपान व गुटखा, तम्बाकू से खून की नलियां सिकुड कर ब्लॉक होने लगती है। इससे किडनी को विषैले तत्वों की बाहर निकालने में दिक्कत होती है। जिससे यूरिन से प्रोटीन जाने लगता है। इसके अलावा दर्द-निवारक दवाएं किडनी पर गलत प्रभाव डालती है। लगातार किसी रूप में दर्द निवारक व कैंसर की दवाएं किडनी के नेफ्रास पर गलत असर डालती है। एलर्जिक व्यक्ति की किडनी जल्द खराब हो सकती है।

तय मात्रा से कम पानी पीना, अक्सर दर्द निवारक दवा लेना, अनिद्रा या पूरी नींद न होना और कोई शारीरिक व्यायाम न करना, ये आदतें अच्छी नहीं है। अपना वजन नियंत्रित रखे, नियमित योग व व्यायाम करें, तली-भुनी चीजें कम खाएं, नमक का प्रयोग ज्यादा न करें तो मुश्किलों से बचेंगे। गर्मियों में हमारे शरीर से पानी पसीने के रूप में निकलता है। बॉडी से लवण निकलने पर इलेक्ट्रोलाइट्स का नुकसान होता है जिसके कारण किडनी में पथरी होने की आशंका बढ़ जाती है। इसके अलावा पानी की कमी के कारण डिहाइड्रेशन, डायरिया और हीट-स्ट्रोक की आशंकायें भी बढ़ जाती है, इसलिये गर्मियों में पानी अधिक मात्रा में पानी पीना चाहिए। घर से पानी पीकर ही निकलें तथा पानी अपने साथ भी रखें। इसके साथ ही रसीले फल जैसे तरबूज, खरबूज, आम का पना व छाछ आदि का सेवन गुर्दों के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है।

एक वाक्य में कहा जाए, तो गुर्दे हमारे शरीर के पहरेदार है। जो रक्त को साफ करके अतिरिक्त पानी और लवण को बाहर निकालने का काम करते हैं। अत: गुर्दे की अनदेखी शरीर के लिए बहुत महंगी साबित होती है।



डॉ. एच.पी. सक्सेना
से.नि. कार्यालय अधीक्षक, सड़िपुका, भोपाल

होली गीत



बेदर्दी के प्यार में.....?

लिये बहार बसंती मौसम, आया सबके द्वार में।
हल्का-हल्का कभी जोर का पवन झकोरा प्यार में ।।
खिली कली हर बन-उपवन की, भौंरा मस्त बहार में।
अमरैइयों में कोयल कूके, बिरहिन सोच विचार में ।।
बैरन रात कटे ना काटे, दीपक रही निहार में ।
सुबह-शाम की हल्की ठंडक, तड़पाये बेकार में ।।
लेन-देन की नीयत हो रही, औ की चीज हजार में।।
कैसे कहूं व्यथा मैं मन की, बदनामी संसार में।
पुरा, पड़ोसन हाल जो पूछे, हो जाऊं लाचार में ।
चटक-मटक सब बातें कर रही, वे अपने परिवार में।
मैं दुखयारी बिरह की मारी, साजन बिन सरकार में।।
लग रहे रंग बसंती फीको, इस होली त्योहार में ।
पिचकारी तक पास न मोरे, कैसे करूं जुगार मैं।।
साजन बिन कछु नीक न लागे, दुनियां जाये भाड़ में।
घर बैठे मैं घायल हो रही, बेदर्दी के प्यार में ।।



ललन प्रसाद विश्वकर्मा
से.नि. कार्या. अधी.,
उपमुख्य इंजी. कार्यालय (निर्माण), जबलपुर

''भाषा में भविष्य''

आज के दौर में जहाँ हर जगह सिर्फ इंग्लिश को ही महत्व दिया जाता है लेकिन ऐसा भी नहीं है कि हिंदी जानने वालों के लिए आमदनी के अवसर नहीं है, अब हिंदी की साख मजबूत होने लगी है, आजकल हिंदी सीखने वालों की संख्या भी तेजी से बढ़ रही है, इसी वजह से हिंदी जानने वालों के लिए आमदनी के भी बहुत से अवसर सामने आ रहे हैं, हिंदी को आम तौर पर सभी जानते हैं लेकिन इसमें आमदनी के लिए आपकी हिंदी पर मजबूत पकड़ होनी चाहिए। आजकल हिंदी विशेषज्ञों की मांग में तेजी से इजाफा हो रहा है।

अब हिंदी केवल बोलचाल के लिये ही इस्तेमाल नहीं होती बल्कि इसमें आप अपना भविष्य (कैरियर) भी संवार सकते हैं और साथ ही अच्छी आमदनी भी कर सकते हैं। हिंदी बोलने और समझने में बहुत ही आसान है, फिर भी कई लोग ऐसे हैं जिनको हिंदी ठीक से बोलनी और समझनी नहीं आती, भारत में बहुत ही कम लोग आपको मिलेंगे जिनको हिंदी नहीं आती है, लेकिन विदेशों में ऐसे बहुत से लोग हैं, जो कि हिंदी सीखना चाहते हैं, इसलिए हम कुछ ऐसे व्यवसाय (बिजनेस) पर विचार करते हैं जिसके लिए हमें बस अच्छी हिंदी की आवश्यकता हो –

- **हिंदी अनुवादक :–** हिंदी ट्रांसलेशन से तात्पर्य यह है कि किसी अन्य भाषा को हिंदी में ट्रांसलेट करना। आपके पास अगर अन्य भाषाओं से हिंदी में अनुवाद/ट्रांसलेट करने का हुनर है तो ट्रांसलेशन के जरिये आप इसमें बहुत ही कम समय में अच्छी कमाई कर सकते हैं, आज के वर्तमान परिदृश्य में बहुत सी ऐसी कम्पनीयाँ है जो दूसरी भाषाओं की किताबों, पेपर और बहुत सारी चीजों के लिए ट्रांसलेटर/अनुवादक को हायर करती है, जो कि इसके बदले में बहुत अच्छा पारिश्रमिक देते हैं। चाहे तो यह काम आप फुल टाइम या पार्ट टाइम में भी कर सकते हैं। फ्रीलांसिग के जरिये भी आप इस काम को कर सकते हैं। वहाँ पर आपको ऐसे बहुत से प्रोजेक्ट मिल जाएंगे। इसके साथ–साथ विभिन्न सरकारी विभागों/उपक्रमों में भी हिंदी अनुवादक (ट्रांसलेटर) की भर्ती निकलती रहती है। इसके साथ ऐसे बहुत से लोग हैं जिन्होनें हिंदी को ही अपना व्यवसाय (बिजनेस) बना लिया है और बहुत ही अच्छी कमाई भी कर रहे है।
- **ऑनलाइन हिंदी शिक्षण :–** हिंदी शिक्षण का काम बहुत ही आसान तरीका है आपकी आमदनी बढ़ाने का। अगर आपकी हिंदी भाषा में अच्छी पकड़ है तो आप शिक्षण से अच्छी खासी कमाई कर सकते हैं, आप हिंदी सिखा सकते हैं तो यह व्यवसाय आपके लिए बहुत ही अच्छा साबित हो सकता है। विदेशों में ही नहीं बल्कि भारत में भी ऐसे बहुत से लोग है जिनको हिंदी अच्छे से नहीं आती और वह सीखना चाहते हैं और ऐसे लोगों की संख्या में दिन प्रतिदिन गुणत्तर बढ़ोत्तरी होती जा रही है, ऐसे में अगर आपके पास हिंदी सीखने एवं सिखाने का हुनर है तो आप ऑनलाइन टीचिंग कर अच्छी खासी कमाई कर सकते हैं। यह काम करने के लिए आपको घर से बाहर जाने की भी जरूरत नहीं है। आपके पास एक लैपटॉप या डेस्कटॉप कम्प्यूटर एवं इंटरनेट की सुविधा होनी चाहिए।
- **कंटेट राईटिंग :–** कंटेट राईटिंग एक ऐसा व्यवसाय है जो आजकल काफी लोकप्रिय होता जा रहा है, क्योंकि यह सबसे आसान तरीका है आमदनी का। इसमें आप किसी सीरियल, किसी मूवी या किसी विज्ञापन के लिए लिख सकते हैं, यह काम आप अपने घर से ही शुरू कर सकते हैं। कंटेट राईटिंग के प्रोजेक्ट आपको फ्रीलांसिग के जरिये भी मिल जाते हैं, जहाँ पर आप दिन के हिसाब से या घंटे के हिसाब से अच्छी कमाई कर सकते हैं।
- **ब्लॉगिंग :–** आज का दौर टेक्नोलॉजी का दौर है, लगभग सभी क्षेत्रों में इंटरनेट का इस्तेमाल हो रहा है और हर कोई इसको इस्तेमाल भी कर रहा है। ऐसे में एक बिजनेस जो बहुत ही तेजी से सामने आ रहा है वो है ब्लॉगिंग का बिजनेस। ब्लॉगिंग आज के दौर का सबसे लोकप्रिय बिजनेस बन चुका है। लोग अपनी लेखन कला कौशल को ब्लॉगिंग के माध्यम से सामने ला रहे हैं। अगर आप लिखने का शौक रखते हैं तो आप भी ब्लॉगिंग के जरिये अपने शौक से अच्छी कमाई कर सकते हैं। जब आपके ब्लॉग पर व्यूज आने शुरू हो जाते है तो गूगल आपके ब्लॉग पर विज्ञापन/ऐड देता है जिसके आपको पैसे मिलते हैं। इस तरह से आप आसानी से पार्ट टाइम ही इस काम को शुरू कर सकते हैं।
- **दुभाषिया :–** यह व्यवसाय आपके लिए तभी फायदा देगा जब आपको एक या दो विदेशी भाषाओं का अच्छा ज्ञान हो और आप उनका अच्छा और तुरंत अनुवाद कर सकते हैं, तब तो दुभाषिया का व्यवसाय आपके लिए बिल्कुल सही बिजनेस हो सकता है। भारत में ही कई ऐसी कंपनी है जो विदेशी कंपनियों के साथ काम करती है, विदेशी कंपनियों से बातचीत करने के लिए उनको इंटरप्रेटर की जरूरत पड़ती है, जिसके बदले में कंपनी आपको एक अच्छी सैलरी देती है, यहाँ तक की प्रधानमंत्री एवं राष्ट्रपति के साथ भी विदेशी दौरों या विदेशी राष्ट्राध्यक्षों की भाषाओं को समझाने के लिये भी एक दुभाषिया रहता है। इसके लिए भारत सरकार के विभिन्न मंत्रालयों से रिक्तियां निकाली जाती है।
- **डबिंग :–** आजकल फिल्मों में भी एक डबिंग आर्टिस्ट की जरूरत पड़ती है, इंग्लिश, कोरियन, तमिल, कन्नड़, बांग्ला इत्यादि भाषाओं में बनी फिल्मों की हिंदी डबिंग की जाती है, अगर आप इन भाषाओं की भी समझ रखते है तो आप एक डबिंग ऑर्टिस्ट के तौर पर भी काम शुरू कर अच्छी कमाई कर सकते हैं।

इस प्रकार देखा जाये तो आज का वर्तमान युग कम्प्यूटर एवं सूचना तकनीकी का युग है। इस क्षेत्र में भी हिंदी किसी से पीछे नहीं है। कम्प्यूटर पर हिंदी संबंधित नित नये प्रयोग हो रहे है। इसे कैसे सरल और सुलभ बनाया जाये इस पर विचार किया जा रहा है। अन्य भाषाओं से हिंदी में अनुवाद संबंधी

समस्या भी कम्प्यूटर पर सुलझ गई है। फॉन्ट आदि की समस्या के निदान हेतु यूनीकोड फॉण्ट प्रायोजित किया गया है, इस प्रकार देखा जाये तो आप हिंदी भाषा में भविष्य की योजनाओं पर काम करना चाहते हैं तो आज आपके लिए सभी साधन उपलब्ध हैं।

इसके अतिरिक्त टी.वी. चैनलों से प्रसारित कार्यक्रमों से भी हिंदी की लोकप्रियता बढ़ी है। इसका अनुमान इससे लगाया जा सकता है कि जिन सेटेलाईट चैनलों ने भारत में अपने कार्यक्रमों का आरंभ केवल अंग्रेजी भाषा में किया था, उन्हें अपनी भाषा नीति में परिवर्तन करना पड़ा है। अब स्टार प्लस, जी.टी.वी., जी.न्यूज, डिस्कवरी, नेशनल ज्योग्राफिक आदि टीवी चैनल अपने कार्यक्रम हिंदी में दे रहे है, इसके लिए हिंदी में दक्षता/प्रवीणता प्राप्त व्यक्तियों के लिए रोजगार के अवसर खुले हैं। आप भारत के किसी भी कोने में चले जाइये, किसी भी दफ्तर में जाये, सभी जगह हिंदी में कामकाज करने वाले मिल जायेंगे। यहाँ तक कि वित्तीय लेनदेन जैसी संस्थाओं में भी अब हिंदी में कामकाज होने लगा है। केंद्रीय सरकार और राज्य सरकार द्वारा अपने विभिन्न मंत्रालयों/विभागों/उपक्रमों /निगमों आदि में सरकारी रिक्त पदों के लिए प्रतियोगी परीक्षाएं हिंदी में ही आयोजित की जाती हैं। इसके अलावा गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग संघ की राजभाषा नीतियों के कारगर कार्यान्वयन हेतु अपने विभिन्न कार्यालयों के माध्यम से हिंदी के प्रचार-प्रसार हेतु हिंदी अनुवादकों की भर्ती की जाती है।

जन संपर्क के साथ-साथ यदि हम जन संचार पर नजर डालें तो इसमें टीवी चैनलों एवं फिल्म जगत का योगदान सराहनीय है। एक सर्वेक्षण के अनुसार हिंदी भाषा में बनने वाली फिल्मों की संख्या अन्य भाषाओं में बनने वाली फिल्मों की संख्या से बहुत अधिक है। यही नहीं हिंदी फिल्मों के गीत लोगों की जुबान पर रहते हैं। हिंदी गानों की गुनगुनाहट कश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक फैली है। इस तरह से सिनेमास्कोप ने हिंदी के प्रचार-प्रसार में महती भूमिका निभाई है। जन संचार का इस तरह से जन सम्पर्क में आना हिंदी के सशक्तिकरण को दर्शाता है। उपर्युक्त विवेचना के आधार पर हम कह सकते हैं कि हिंदी भाषा को रोजगार/व्यवसाय के रूप में अपनाने वाले सभी व्यक्तियों का भविष्य बहुत उज्जवल है।



आशीष कुमार पाली
वरिष्ठ लिपिक/वाणिज्य विभाग
पश्चिम मध्य रेल मुख्यालय/जबलपुर

नूतन वर्ष

कितना अजीब है ना,
दिसम्बर और जनवरी का रिश्ता ?
जैसे पुरानी यादों और नये वादों का
किस्सा...
दोनों काफी नाजुक हैं,
दोनों में गहराई है,
दोनों वक्त के राही है,
दोनों ने ठोकर खाई है,
यूँ तो दोनों का है,
वही चेहरा वही रंग,
उतनी ही तारीखें और
उतनी ही ठंड...
पर पहचान अलग है दोनों की,
अलग है अंदाज और
अलग है ढंग...
एक अंत है,
एक शुरूआत,
जैसे रात से सुबह
सुबह से रात...
एक में याद है
दूसरे में आस,
एक को है तजुर्बा,
दूसरे को विश्वास
दोनों जुड़े हुए है ऐसे,
धागे के दो छोर हो जैसे,
पर देखो दूर रहकर भी
साथ निभाते है कैसे...
जो दिसम्बर छोड़ जाता है,
जनवरी उसे अपनाता है,
और जो जनवरी के वादे हैं
उन्हें दिसम्बर निभाता है...
कैसे जनवरी से
दिसम्बर के सफर में
ग्यारह महीने लग जाते हैं,
लेकिन दिसम्बर से जनवरी बस
एक पल में पहुँच जाते हैं।
जब ये दूर जाते हैं
तो हाल बदल जाते हैं,
और जब पास आते हैं
तो साल बदल देते हैं,
देखने में ये साल के महज़
दो महीने ही तो लगते हैं,
लेकिन सब कुछ बिखरने और समेटने
का वो कायदा भी रखते हैं
दोनों ने मिलकर ही तो
बाकी महीनों को बांध रखा है,
अपनी जुदाई को
एक त्योहार बना रखा है...।



राधेश्याम खांडे
जेल प्रहरी एवं साहित्यकार

पत्राचार एवं हिंदी व्याकरण

भारत सरकार के समस्त मंत्रालयों/विभागों/ उपक्रमों/निगमों/ बैंकों आदि संस्थाओं में राजभाषा हिंदी के प्रयोग-प्रसार एवं कार्यान्वयन हेतु संघ की राजभाषा नीति लागू है। संघ की राजभाषा नीति के अनुसार शासकीय पत्राचार में राजभाषा हिंदी का प्रयोग अपेक्षित है। राजभाषा नियम 1976 के उप नियम 10 के अनुसार हिंदी में कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर्मचारी से भी पत्राचार में हिंदी का प्रयोग करने की अपेक्षा की जाती है। हिंदी भाषा में व्याकरण का बहुत महत्वपूर्ण स्थान है। शासकीय पत्राचार, औपचारिक पत्राचार का ही एक रूप होते हैं। जिनके माध्यम से भारत सरकार की विभिन्न जनहितकारी योजनाओं, परियोजनाओं, आदेशों और विचारों का आदान-प्रदान होता है। आइए हम हिंदी व्याकरण की कुछ प्रमुख विशेषताओं पर विचार करते हैं, जो आपके लिए सूचनपरक, ज्ञान-वर्द्धक एवं आपके दैनिक सरकारी कामकाज में सहायक सिद्ध हो सके -

व्याकरण -भाषा के शुद्ध और मानक रूप का ज्ञान व्याकरण के द्वारा होता है।

भाषा - मन के भावों तथा विचारों के आदन-प्रदान का माध्यम भाषा कहलाती है।

लिपि - लिखने के लिए निश्चित किए गए चिह्नों को लिपि कहते है।

वर्ण - भाषा की सबसे छोटी इकाई वर्ण कहलाती है।

वर्ण-विच्छेद - शब्द के वर्णों (स्वर और व्यंजन) को अलग-अलग करके लिखने को वर्ण-विच्छेद कहते है।

शब्द -वर्णों का वह समूह जिसका काई अर्थ हो शब्द कहलाता है।

वाक्य - शब्दों का वह समूह जो एक निश्चित अर्थ दे वाक्य कहलाता है।

संज्ञा - किसी व्यक्ति, वस्तु, स्थान या भाव के नाम को संज्ञा कहते है।

व्यक्तिवाचक संज्ञा - किसी विशेष प्राणी, वस्तु या स्थान के नाम को व्यक्तिवाचक संज्ञा कहते हैं।

जातिवाचक संज्ञा - जिस संज्ञा शब्द से किसी प्राणी, वस्तु या स्थान की पूरी जाति का बोध होता है, उसे जातिवाचक संज्ञा कहते हैं।

भाववाचक संज्ञा - जो शब्द किसी के गुण, दोष, दशा, रूप, रंग और स्वभाव को प्रकट करते हैं, वे भाववाचक संज्ञा कहलाती है।

लिंग-स्त्री या पुरूष जाति का बोध कराने वाला शब्द रूप लिंग कहलाता है।

वचन- शब्द के जिस रूप से उसकी संख्या के बारे में पता चले वचन कहलाता है।

सर्वनाम - जो शब्द संज्ञा के स्थान पर प्रयोग किए जाते हैं, उन्हें सर्वनाम कहते हैं।

विशेषण - संज्ञा या सर्वनाम की विशेषता बनाने वाले शब्द विशेषण कहलाते हैं।

विशेष्य - जिसकी विशेषता बताई जाए, वे विशेष्य कहलाते हैं।

क्रिया - शब्द के जिस रूप से कुछ करने या होने का पता चलता है, उसे क्रिया कहते हैं।

काल - क्रिया के जिस रूप से उसके होने के समय का बोध हो, उसे काल कहते हैं।

कारक - वाक्य में संज्ञा या सर्वनाम तथा क्रिया के मध्य पाया जाने वाला संबंध कारक कहलता है।

संधि -विच्छेद - दो वर्णों के मेल से बने नये शब्द को पूर्व स्थिति में लाना संधि-विच्छेद कहलाता है।

उपसर्ग - शब्द से पहले लगकर जो शब्दांश शब्द का अर्थ बदल देते हैं या उसके अर्थ में विशेषता ला देते हैं, वे उपसर्ग कहलाते हैं।

प्रत्यय - जो शब्दांश शब्द के अंत में जुड़कर उसके अर्थ में विशेषता ला देते हैं, वे प्रत्यय कहलाते हैं।

विभक्ति -कारक के चिह्नों को विभक्ति या परसर्ग कहते हैं।

अव्यय - जिन शब्दों में लिंग, वचन और काल के कारण कोई परिवर्तन नहीं होता, वे अव्यय कहलाते हैं।

विराम - चिह्न - पढ़ते और लिखते समय वाक्य में रूकने के लिए लगाए गए चिह्न को विराम-चिह्न कहते हैं।

मुहावरा - मुहावरा उस वाक्यांश को कहते हैं जिसके प्रयोग से अर्थ में विलक्षणता उत्पन्न हो जाती है।

लोकोक्तियाँ या कहावतें - ये पूरे वाक्य के समान होती हैं और अपना साधारण अर्थ छोड़कर विशेष अर्थ प्रकट करती हैं। मुहावरों और लोकोक्तियों में अंतर होता है। मुहावरा केवल वाक्यांश होता है जबकि लोकोक्तियाँ पूर्ण वाक्य होती हैं।

पर्यायवाची शब्द - समान अर्थ बताने वाले शब्दों को पर्यायवाची या समानार्थी शब्द कहते हैं।

अनेकार्थक शब्द - एक से अधिक अर्थ बताने वाले शब्दों को अनेकार्थक शब्द कहते हैं।

विलोम शब्द - किसी शब्द का विपरीत या उलटा अर्थ देने वाले शब्द विलोम या विपरीत शब्द कहलाते हैं।

विशेष - मुहावरों और लोकोक्तियों का प्रयोग भाषा को सुंदर, सरल और अधिक प्रभावपूर्ण बनाने के लिए होता है।



राकेश कुमार मालवीय
वरि.अनुवादक/मुख्यालय, पमरे

कामकाजी महिलाओं की समस्या

कामकाजी महिलाओं की समस्याएं हिमालय की तरह विशाल, समुद्र की भाँति गहरी और प्रभुनाम की भाँति अनंत हैं। संस्कार, परम्परा, और मूल्यों के दबाब तले वे दोहरा जीवन जीती हैं। मस्तिष्क में तनाव और संघर्ष का अंधेरा रहते हुये भी अर्थ लाभ के साथ ही अपनी सार्थकता की खोज में वे चिंतित रहती है।

कामकाजी महिलाओं का क्षेत्र अत्यन्त विशाल है। सरकारी, अर्द्ध सरकारी या निजी कार्यालयों में काम करने वाली प्रशासनिक कार्यों में हाथ बटाने वाली, खेत-खलिहान में, फैक्ट्रियों, कारखानों तथा मिल जैसे औद्योगिक संस्थाओं में काम करने वाली, पुलिस तथा सेना में कार्यरत महिलाएं, न्याय सिंहासन को सुशोभित करने वाली स्त्रियाँ कामकाजी महिलाओं की श्रेणी में आती हैं।

प्राचीनकाल से घर-गृहस्थी का दायित्व नारी और धन का उपार्जन पुरूष पर रहा है। अर्द्ध नारीश्वर की पावन भावना इसी सत्य को उजागर करती है। समय बदला। नारी शिक्षा और बढ़ती महंगाई के कारण परिवार चलाने की समस्या ने नारी को घर के बाहर नौकरी/व्यवसाय के क्षेत्र में धकेल दिया है। विवशतावश इस क्षेत्र में आई नारी अब इस क्षेत्र में गर्व का अनुभव करती है। नौकरी/व्यवसाय द्वारा वह पुरूष के अहं और अर्थ-परतन्त्रता की लौह श्रंखलाओं को तोड़ने के साहसिक प्रयास में रत है। साथ ही है उसमें अहं के पोषण की चाह और स्व के विकास की तीव्र भावना।



परिवार-पालन कामकाजी महिला की महती समस्या है। सफाई-व्यवस्था, नाश्ता-भोजन, बच्चों तथा परिवार का दायित्व, पति का ध्यान रखना आदि को निभा पाना क्या ऐसी नारी के लिए संभव है? कोमल शरीर एक और गृहस्थी के झंझट अनेक। महिला का शरीर मांस पेशियों का कोमल ढाँचा है कोई लोह मशीन नहीं, दुहरी थकान क्लान्ति, सिरदर्द, मूड ऑफ सब उसके लिये भी हैं।

कामकाजी महिलाओं का दाम्पत्य जीवन कुछ अपवादों को छोड़कर बहुत कम सुखी रहता है। कहीं पत्नी का अहं हावी रहता है तो कहीं पति की क्रूरता और शोषण। पति की संदेह शीलता तथा उदासीनता सम्बन्धों में आग लगा देती है। पति-पत्नी एक-दूसरे की भावनाओं को समझकर परस्पर सहयोग से न चलना, यही पारिवारिक जीवन की विडम्बना है कामकाजी महिला की समस्या है।

परिवार का एक अंग है-सन्तान। संतान के उज्जवल भविष्य के लिये कामकाजी महिला खप रही है, जीवन को होम कर रही है परन्तु वह उपेक्षा भी अपनी संतान की करती है। कितना विरोधाभाष है उसके जीवन में। बच्चे को नित्य प्रति अनिवार्य समय देने, उसके स्कूली अध्ययन में भागीदार बनने, उसके दैनन्दिन आचरण तथा चाल-चलन की निगरानी रखने तथा उत्तम संस्कार देने की असमर्थता से बच्चे उपेक्षित रह जाते है। फलत: उसमें उच्छंखलता, उदंडता तथा कर्तव्य- विमुखता घर कर जाती है। उसमें भी यदि माता-पिता में परस्पर स्नेह संबंध न हों तो बच्चा अपराध बोध लेकर जीता है। इस कहते है- 'विनायकं प्रकुर्वाणो रचयामास वानरम्' चले थे बनाने गणेश जी, बन गया बंदर। इस प्रकार कामकाजी महिला संतान के भविष्य से खिलवाड़ करती है। ऐसा हमारे समाज की सोच है। कामकाजी महिला का परिवार से पृथक रहना उसके लिए एक कष्टप्रद समस्या है। केन्द्रीय सेवाओं, बैंकों, उद्योगों आदि में स्थानान्तरण होते रहते हैं। पदोन्नति पर उसे भी ट्रांसफर की पीड़ा सहनी पड़ती है। ट्रांसफर पर महिला अपने परिवार को साथ ले जा नहीं सकती, तब वह क्या करे? वह अकेली चल पड़ती है दूसरे नगर को, जो परदेश से कम नही। एकाकी जीवन का एकाकीपन उसके शांत जीवन में झंझावात के समान है।

शरीर को तिल-तिल क्षीण करना कामकाजी महिला की अन्य समस्या है। शारीरिक सामर्थ्य से अधिक काम लेना शरीर-शोषण है। जिस नारी के भाग्य में नौकरी नहीं है, शारीरिक मजदूरी से ही जो आजीविका कमाती है, उनका शरीर क्षीण होता है। पुलिस और सेना की नौकरी भी कम शरीर तोड़क नहीं है। 'वह तोड़ती पत्थर' में तो महाकवि निराला ने इसी ओर संकेत किया है। निराला का हृदय उसी दृश्य से द्रवित हो उठा था।

इस प्रकार कामकाजी महिलाओं को अनेक समस्याएँ हैं। ये समस्याएँ उनके लिये शाश्वत हैं, अनिवार्य हैं। जब उसने घर की लक्ष्मण-रेखा पार कर दाम्पत्य जीवन और संतान के भविष्य को दांव पर लगाया है तो मन में घुटन क्यों? द्वन्द्व ग्रस्तता क्यों? नौकरी करनी तो नखरे कैसे? ओखली में सिर दिया है तो मूसली से डर क्यों? निराशा, हताशा कुंठा समस्या को विकरालता प्रदान करेंगी। इन समस्याओं के होते हुए भी नारी में धैर्य हो और संघर्ष से दो हाथ करने का पूर्व सामर्थ्य हो तो उक्त समस्याएँ उससे हार जाएंगी।

अंत में यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी कि नारी शक्ति के जो चार स्तम्भ की जो व्याख्या की गई है, उनको हमारा भारतीय समाज सादर नमन करता है। नारी है तो पुरूष है। नारी के बिना परिवार नहीं बन पाता। अत: कामकाजी महिलाओं को सादर समर्पित।

अवधेश कुमार सिंगौर
सेवानिवृत्त राजभाषा अधिकारी
जबलपुर (म.प्र.)



लघु कथाएं



पापा गुड़िया कैसी लग रही है

पापा-पापा देखो ये कौन है, नन्हीं-सी आवाज, बाबूलाल जी के कान में पड़ी तो वह चौंक गए, उनके सामने उनकी बेटी गुड़िया एक गुड़िया हाथ में लिए खड़ी-खड़ी मुस्करा रही थी। बोले ये तो गुड़िया है और बड़ी ही प्यारी गुड़िया है, किसने दी है ?

मम्मा ने दी है। गुड़िया बोली और मुस्कराते हुए वापस चली गयी। थोड़ी देर बाद फिर वही आवाज आई- पापा-पापा देखो, ये देखो। वही गुड़िया तो है बेटा ! इसमें नया क्या है ? बाबूलाल बोले। नहीं पापा ! ये वो नहीं है, अब मैंने इसे लाल चुनरी औढ़ा कर दुलहन बना दिया है, अब इसकी शादी करूंगी और फिर विदा। बाबूलाल इस बाल सुलभ प्रश्न को सुनकर ख्यालों में ऐसे खो गए कि वे यह भी नहीं सुन पाए कि गुड़िया कब से पूछ रही है कि पापा अब ये गुड़िया कैसी लग रही है।

रोकती रह गई अम्मी

रामू होली खेल रहा है, मैं भी जाता हूँ, सुनते ही अम्मी ने रोका, तो बालक सलीम, जो मोहल्ले में रोजाना रामू के साथ क्रिकेट खेलता था, होली के लाल, पीले, हरे, नीले, गुलाबी, केसरिया और न जानें कितने रंगों में रंगे उछलते-कूदते, नाचते-गाते, स्त्रियों-पुरूषों, बच्चों, बड़ों और बूढ़ों को देख, सोच में पड़ गया और उसने अम्मी से पूछा कि जिस त्योहार में सभी रंग शामिल हैं, उस त्योहार को सारे लोग मिल कर क्यों नहीं मनाते ?

अम्मी कुछ बोल पाती, उसके पहले ही रामू की आवाज आई, सलीम ! क्या कर रहा है ? जल्दी आ। सुनते ही सलीम ने दौड़ लगा दी, रोकती रह गई अम्मी।



कासे कहूँ ?



चार मित्र, रामलाल, श्यामलाल, गेंदालाल और गरीबदास कार्यालय से छुट्टी होने पर पैदल अपनी कॉलोनी की ओर एक साथ निकले, चलते-चलते रामलाल बोला-'यार ! ये बॉस भी बहुत पकाता है दिन भर, खुद कुछ नहीं करता और हमें भी दिन भर कौमा और फुलस्टॉप ठीक करने में लगाए रखता है। उसी समय रामलाल का घर आ गया और रामलाल अपने घर में चला गया। श्यामलाल बोला-'ये रामलाल भी खूब फेंकता है। खुद भी तो कुछ नहीं करता, दिन भर मैडम से बतियाता रहता है। तब तक श्यामलाल का भी घर आ गया, वह भी अपने घर निकल लिया।

अब कमान गेंदालाल ने थामी और बोला- ये रामलाल और श्यामलाल दोनों को बुराई करने में बड़ा आनंद आता है, कभी बॉस की और कभी मैडम की। शायद तुलसीदास जी ने ठीक ही कहा है कि 'परनिंदा सम रस जग नाहीं' ये दोनों खुद भी तो कोई काम नहीं करते, दिन भर किसी न किसी ग्राहक को पकड़ कर बस चाय और समोसे ही मंगवाते रहते हैं। तब तक गैंदालाल का घर आ चुका था, सो वह भी यह जा, वह जा। अब गरीबदास सोच रहा था 'दुखवा मैं कासे कहूँ'।



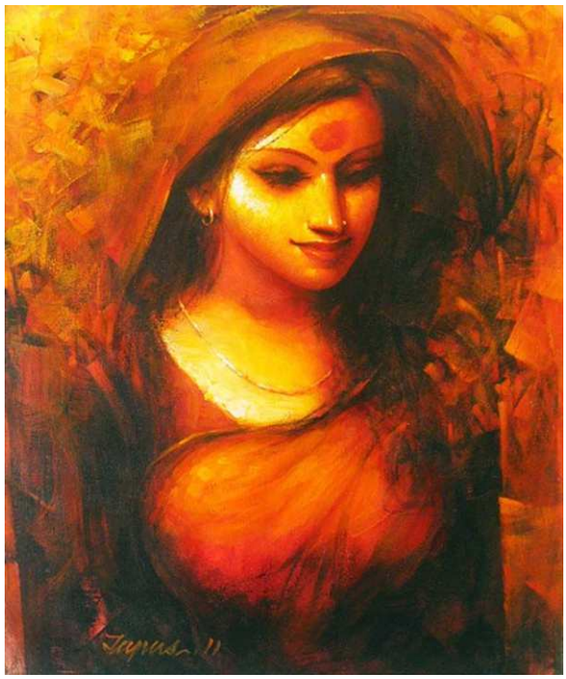
बसंत कुमार शर्मा
उप मुख्य सतर्कता अधिकारी, पमरे, जबलपुर

कहानी -

माया

'सुना है, मनभरन धनबाद से माया नाम की औरत लाया है' सोनाली ने पास बैठे देवर की बेटी से कहा। 'ये मनभरन कौन है ?' बेटी ने चाची जी से सहसा पूछ लिया। इस पर सोनाली ने कहा, 'वह मेरा छोटा भाई है।' और फिर बिलकुल ही शांत हो गई। आगे उसने कुछ भी नहीं कहा मानो वह कुछ छुपाना चाहती थी पर छुपा ना सकी।

माया का नाम सुनते ही यशवंत चौंक गया और उसके कान खड़े हो गए। वह बिस्तर पर लेटे हुए था। वर्षों पहले की याद जब वह धनबाद में रहता था, उसके मानस पटल पर उभर कर चलचित्र की भांति आने लगी थीं। पुरानी यादे ताजा होने लगी थीं।



उन दिनों उसके पिता धनबाद में रेलवे के डी. एस. ऑफिस में कार्यरत थे। उसकी पढ़ाई वहां की प्राथमिक पाठशाला में हुई और बाद में गुरूनानक खालसा हाई स्कूल में।

एक दिन उनके पिता गेहूँ लाने के लिए उसे लेकर मोड़ पर गए। दस किलो की गठरी खरीद कर बेटे से पूछा-'इसे घर ले जा सकोगे ? परेशानी तो नहीं होगी ?' उसने फौरन हां कर दी। उस समय उसकी उम्र लगभग दस वर्ष की रही होगी। पिता ने उसे एक गिलास ज्यूस पिलाकर गेहूँ की गठरी उसके सर पर रखते हुए कहा-'अब तुम जाओ, मैं भी ऑफिस जाता हूँ।' फिर वे ऑफिस जाने की दिशा में मुड़ गए।

यशवंत ने गेहूँ की गठरी सर पर रख ली और किसी तरह घर की ओर चल दिया। कुछ दूरी तक तो वह बड़े आराम से आया किन्तु अगले ही पल वह गठरी इतनी भारी लगने लगी कि वह कब गिर जायेगा, कहा नहीं जा सकता। धीरे-धीरे अब उसको थकान भी महसूस होने लगी थी।

बच्चे की इस परेशानी को शायद उस लड़की ने भांप लिया था जो धान के खेत के बीच बने अपने घर के सामने खड़ी थी। वह पगडंडी के सहारे दौड़ते हुए मुख्य सड़क पर आ गयी। उसे देख यशवंत को थोड़ी राहत मिली। उसने गठरी को यशवंत के सर से उठाकर अपने सर पर रख लिया। यशवंत से उसका घर पूछते हुए उसके घर तक गयी। घर में यशवंत की माँ थी। माँ कुछ पूछ पाती कि उस लड़की ने अपना नाम 'माया' बताते हुए कहा, 'चाची जी, आप लोगों के अंदर दया नाम की चीज है या नहीं। छोटे बच्चे से कहीं इतना भार ढुलवाया जाता है।' वह ऐसी बातें कर रही थी मानो यशवंत की माँ से उसका बहुत पुराना परिचय हो। थोड़ी देर बाद माया अपने घर वापस आ गई। इसके बाद यशवंत एवं माया का एक-दूसरे के घर आना-जाना आरंभ हो गया।

माया ने यशवंत का बोझ (गठरी का भार) कम क्या किया कि वह तो उसका मुरीद ही हो गया और उसका माया के प्रति स्नेह बढ़ता गया। उसने माया से दीदी का रिश्ता कायम कर लिया।

उस समय माया की आयु लगभग 22 वर्ष की रही होगी। वह देखने में बहुत सुन्दर तो न थी किन्तु उसकी सीरत सभी को भाती थी। उसका व्यवहार किसी भी अजनबी को अपनी ओर आकर्षित कर लेता था। यही कारण था कि उसके खेत में काम करने वाले मजदूर भी उसे बहुत चाहते थे। सांवली सूरत, चेहरे पर चेचक के दाग, मध्यम कद-काठी के बाबजूद उसके चेहरे पर मुस्कान हमेशा दिखती थी। वह हमेशा प्रसन्न चित्त रहने वाली, ईश्वर में विश्वास रखने एवं उदार हृदय वाली लड़की थी।

यशवंत गर्मी की छुट्टियों में अपनी मौसी के घर घूमने आया था। सोनाली का घर सहतवार रेलवे स्टेशन से कुछ ही दूरी पर बसे एक गांव 'बधांव' में था। बीस से पच्चीस घर वाला यह गांव बहुत ही सुन्दर एवं चारों ओर हरियाली के कारण बहुत ही रमणीय लगता था।

अब यशवंत की तंद्रा टूट गयी थी। एकाएक उसे लगा कि वह दिवा स्वप्न से जाग गया हो और जल्दी से मौसी के पास आकर पूछा-'मौसी क्या सचमूच मनभरन 'माया' को धनबाद से लेकर आए हैं ?' उसने हां में सर हिला दिया और कहा-' सुनो, केवल औरत ही नहीं साथ में दो बच्चियों को भी लेकर आया है।' यशवंत को यह बात अच्छी नहीं लगी। उसने कहा-'नहीं, मामाजी ऐसी धिनौनी एवं गिरी हुई हरकत कैसे कर सकते हैं ?' मनभरन यशवंत के छोटे मामाजी थे। वे बड़े ही सज्जन एवं सरल स्वभाव के सहृदयी व्यक्ति थे। कुटिलता उन्हें छू भी नहीं सकी थी।

यशवंत मामाजी के व्यवहार से खिन्न था किन्तु उसे अभी भी मौसी की बात पर यकीन नहीं हो पा रहा था। वह उठा और मामा जी से मिलने चल पड़ा। लगभग तीस से पैंतालीस मिनट पैदल चलने के बाद वह मामाजी के घर पहुँच गया। दरवाजे को उसने जैसे ही हल्का सा धक्का दिया, अन्दर का नजारा देख उसका दिल धक्क सा रह गया। उसे दो बच्चे घर में दिखाई दिए। वे अजनबी को देखते ही माँ को आवाज लगाते हुए भीतरी हिस्से में जाने लगे। वे कुछ ही कदम आगे बढ़े थे कि उधर से उसकी माँ आती दिखाई दी, वह 'माया' ही थी। जैसे ही उसकी दृष्टि यशवंत पर पड़ी वह झेंप गई। वह अपना सर झुका कर एक तरफ बैठ गई। यशवंत के मन में ढ़ेर सारे प्रश्न एक साथ आने लगे। माया को यह भाव समझते देर नहीं लगी और वह अपनी आप बीती उससे इस प्रकार सुनाने लगी–

'जानते हो यशवंत, तुम लोगो के मुगलसराय जाने के बाद मेरे पिता ने मेरी शादी बड़े धूम–धाम से की। शादी के अगले तीन से चार वर्षों में ईश्वर ने मुझे दो पुत्रियाँ दी। पति को मेरे पुत्री जनने से काफी कष्ट था। आए दिन मुझे ताना मारते एवं पुत्रियों को जान से मारने की धमकी एवं यातनायें देते। बात तलाक तक पहुँच गयी थी। शादी पूर्व यह नहीं मालूम था कि वह पहले से ही शादी–शुदा है, मुझसे उसकी दूसरी शादी हुई थी। मेरे पिताजी ने लड़का ढूंढ़ने में जल्दबाजी की। उसके बारे में उन्हें पूरा पता ही नहीं था। मेरे पति कई व्यसनों के आदी थे। वे दिन में भी शराब पीकर पड़े रहते। किसी काम से उन्हें कोई लेना–देना नहीं था। जब वह अपनी पहली पत्नी से मिलने जाते, महीनों बाद वापस आते, मैं अंदर ही अंदर घुटती रहती थी। उनके शराब पीने से मुझे एतराज नहीं था किन्तु सौतन के नाम पर भीतर से अग्नि की ज्वाला सी फूट पड़ती और मुझे जलाने लगती। यह कहते हुए माया के आंखो से झर–झर आंसू बहने लगे। यह देख यशवंत की आँखें भी नम हो गई।



समाज में माया के पति सरीखे बहुत से लोग हैं जिन्हें यह लगता है कि लड़का या लड़की जनना केवल स्त्रियों के वश में होता है। उन्हें या तो इस बात का ज्ञान नहीं होता कि इसके लिये वे ही जिम्मेदार हैं या घर में ऐसे उठा–पटक अपने पुरूषत्व को दिखाने के लिये करते हैं। ऐसे व्यक्तियों को समाज में प्रश्रय नहीं देना चाहिए। किन्तु कोर्ट–कचहरी, नियम–कानून का चक्कर इतना खराब होता है कि केस के निपटारे में आदमी घनचक्कर होकर रह जाता है।

माया अपनी बात जारी रखते हुए आगे कहने लगी–'ईश्वर के घर देर है पर अंधेर नहीं।' उसकी लाठी जब पड़ती है तो उसमें आवाज नहीं होती। ईश्वर ने मेरे पति को मानो दंड दिया हो, अचानक उनकी तबियत खराब हो गयी, वे अधिक दिनों तक जीवित नहीं रह सकें और एक दिन उनकी मृत्यु का पहाड़ मेरे हृदय पर टूट ही पड़ा। मैं पागलों की तरह कभी इधर कभी उधर, कभी देवता को, कभी देवी की गुहार लगाती रही, लेकिन सफल नहीं हुई। तब से मैं अपने पिता के साथ रहने लगी थी। तुम्हारे मामाजी अपने किसी रिश्तेदार से मिलने धनबाद गये थे। उन्हें मालूम चला कि उनके रिश्तेदार मेरे मकान में किराए पर रहते है। बातों ही बातों में पिताजी को मालूम हुआ कि उनकी पत्नी का स्वर्गवास हो चुका है। अत: उन्होंने मेरे विवाह का प्रस्ताव उनके समक्ष रख दिया। तुम्हारे मामाजी तो देवता है, उन्होंने पिताजी का प्रस्ताव सहर्ष स्वीकार कर लिया। एक सामान्य रीति–रिवाज के साथ मंदिर में अग्नि के समक्ष सात फेरे लिए और इस तरह मैं यहां आ गयी।'

माया अपने मन का बोझ उतार चुकी थी। यशवंत गहरी सांस लेते हुए विचारों की गहराई में डूबता चला गया। उसके मन में मामाजी के प्रति अब सम्मान बढ़ गया था। वह समाज के लिए अब मिशाल बन चुके थे। उनके चलते माया ने कोई आत्मघाती कदम नहीं उठाया था। यदि ऐसे पुरूष समाज में हो जाएं तो विधवा आश्रम में रहने वाली महिलाओं का जीवन कितना सरल एवं सुगम हो जायेगा। माया इतने कष्ट सहते हुए भी जीने की लालसा पाले रही जिसे ईश्वर ने पूरा कर ही दिया।

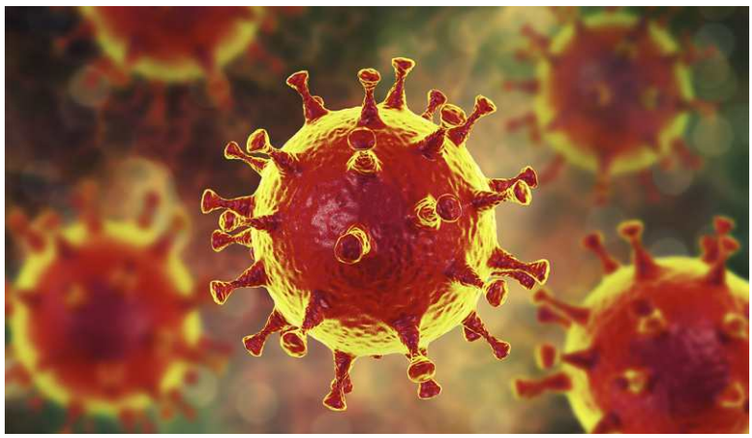
आज माया का यशवंत से रिश्ता बदल चुका है। दीदी से वह मामी बन गयी है। माया के साथ आयी दोनों पुत्रियों की शादी अच्छे घरों में कर के मामाजी ने अपनी जिम्मेदारी को भली–भाँति निभा दिया है। माया से उनके एक पुत्र भोला एवं एक पुत्री पुतुल है। भोला की शादी भी हो चुकी है। वह दिल्ली में किसी प्राइवेट कंपनी में काम कर रहा है। पुतुल की शादी के लिए मामाजी लड़के की तलाश में है। यह तलाश भी शीध्र ही पूरी हो जायेगी क्योंकि माया जैसी पत्नी जो साथ में है।

शिव कुमार वर्मा
वरि. अनु. अधिकारी (लेखा)
उप मुख्य इंजी. कार्या. (निर्माण), पमरे/जबलपुर



आप भी आ ही गए - कोरोना

'अतिथि देवो भव:' हमारी पुरातन अवधारणा है । जब अवधारणाएं रूढ़ हो जाती है तो वे हमारे संस्कारों में समाहित हो जाती हैं। अत: कहा जा सकता है कि बिना पूर्व सूचना के यदि कोई हमारे द्वार पर पधारे तो उसको अतिथि मान कर स्वागत सत्कार करना हमारी भारतीय संस्कृति का अभिन्न अंग है। हमारी यह धारणा इतनी दृढ़ है कि अतिथि के रूप में आया हुआ हमारा मित्र है या शत्रु हम यह भेद भी नहीं करते। हमारा प्राचीन इतिहास और पौराणिक कथाएं हमारी इस अतिथि परायणता के गीत गाते नहीं थकती। सतयुग, त्रेता और द्वापर में न भी जाएं तो इसी कलयुग में अतिथि सत्कार की अपनी इस परम्परा के कारण हमने अनेक शताब्दियों की दासता भोगी है। हमारे प्रगतिशील मित्र पुराण कथाओं और हमारे महाकाव्यों को मिथ मान कर मिथ्या की संज्ञा प्रदान कर ही देते हैं। अब ऐसा करते हैं कि पश्चिमी इतिहासकारों के प्रामाणिक आधार पर लिखे गए ऐतिहासिक ग्रंथों का आधार लेकर चर्चा को आगे बढ़ाते हैं।



यूनान में मेसोडोनियां के एक छोटे से राज्य के अधिपत्य को विश्व विजय की कामना ने इतना उत्साहित कर दिया कि वे विजय यात्रा पर निकल पड़े। भारत को जीते बिना विश्वविजय का स्वप्न कैसे पूर्ण हो सकता था, इसलिए यूरोप से डंका बजाते हुए पश्चिम एशिया को अपनी तलवार के जौहर दिखाते हुए पूर्व की ओर बढ़ कर भारत की पश्चिमी सीमा पर आ पहुँचे। अतिथि देवो भव: की भारतीय परिपाटी का पालन करते हुए तक्षशिला नरेश आम्भीक ने एलेक्जेंडर महान का अलक्षेन्द्र कह कर स्वागत किया, किन्तु महाराज पुरू को आपत्ति थी कि अतिथि को इतने बड़े सैन्य बल के साथ पधारने की क्या आवश्यकता थी ? अत: पुरू ने अलक्षेन्द्र को अतिथि मानने से इंकार कर दिया। भीषण युद्ध हुआ, इस युद्ध को लेकर सम्राट पुरू के पक्ष का तो कोई विवरण नहीं मिलता, लेकिन यूनानी इतिहासकारों ने नाटकीय वार्तालाप की चर्चा करते हुए अलक्षेन्द्र को महानायक बताया और पराजित पुरू का राज्य वापस करवा दिया। ऐजेक्जेंडर की सेना इस युद्ध से इतनी भयभीत हो गई कि उसने महापद्मनंद की सेना का सामना करने का साहस ही नहीं किया। महापद्मनंद ने भी अलक्षेन्द्र को अतिथि की मान्यता देने का उत्साह प्रदर्शित नहीं किया। फलत: युद्ध में अत्यधिक आहत सिकंदर अपने घावों के साथ अपने देश लौटने को बाध्य हो गया, लेकिन मेसेडोनियां तक न पहुँच सका और सिकन्दरिया में ही अपने खाली हाथों के साथ संसार छोड़ गया। सिकन्दर की मृत्यु भारतीय अतिथि सत्कार की पावन परम्परा पर सबसे बड़ा काला धब्बा कहा जा सकता हैं।

कालान्तर में मध्य एशिया से शक, हूण, कुषाण अनिश्चित तिथियों पर भारत में आए, अत: उन्हें आक्रान्ता न कह कर अतिथि कहना ही उपयुक्त होगा। वे यहां आए, उन्होंने देखा और राजकीय शून्य को भर दिया। वे भारतीय समाज और जातीय व्यवस्था में इस प्रकार घुलमिल गए कि अब कौन शक, हूण और कुषाणों के वंशज हैं कह पाना भी संभव नहीं। आए तो अतिथि की तरह थे, किन्तु भारतीय महामानव समुद्र में छोटी-छोटी सरिताओं के समान अपना अस्तित्व खोकर विलीन हो गए। हमारे उदार आतिथ्य का क्या कहना, हमने अतिथियों को भी अपने समाज का अभिन्न अंग बना लिया। तदनन्तर पश्चिम एशिया से खूंखार अतिथियों का आगमन हुआ। हम तो उन्हें भी आत्मसात कर लेते, किन्तु क्या करें वे तो घुलनशील थे ही नहीं। वे पहले अरब की कबीलाई संस्कृति को लेकर फारस में आए। फारस की भाषा, संस्कृति, सभ्यता, पूजा पद्धति के समक्ष एक ही प्रश्न सिक्के की तरह उछाला- क्या तुम हमसे अधिक श्रेष्ठ हो ? आओ तलवार को निर्णय करने दो। हुआ यह कि तलवार की जीत हो गई और सभ्यता हार गई। जिन ईरानियों को अपनी सभ्यता, संस्कृति, भाषा और पूजा पद्धति अपने प्राणों से भी अधिक प्रिय थी वे अपने प्राणों के साथ भारत में अतिथि के रूप में पधारे। कुछ इतिहासकार उन्हें शरणार्थी कह कर अपमानित करने का प्रयत्न करते है। मुझे लगता है वे अतिथि ही थे और दूध में शहद के समान घुल गए और आज भारत के सबसे अधिक समृद्ध, सुसंस्कृत, सभ्य और देशभक्त समुदाय के रूप में पहचाने जाते हैं। संभवत: भारत के अतिरिक्त विश्व में और कहीं भी यह पारसी समुदाय संरक्षित नहीं है। इसी प्रकार यहूदियों का एक समुदाय भी अपनी जीवन रक्षा के लिए भारत में अतिथि रूप में आया और भारत ने अपने इन अतिथियों को भी अपने हृदय में स्थान दिया। विश्व के सभी भागों और देश-देशान्तर से आए हुए मानव समुदायों को हमने अतिथि देवो भव: की भावना के साथ ही स्वीकार किया।

जब हिंसक, लुटेरे, कबीलाई एक हाथ में तलवार और दूसरे हाथ में धर्म ध्वजा फहराते हुए आते हैं, तब धर्म का छद्म आवरण बहुत शीघ्र धज्जी-धज्जी हो जाता है। तलवार का धर्म तो हिंसा ही होता है। तलवार तो यह भी नहीं जानती कि जिसका सिर कटा वो अपना था या पराया। सत्ता का स्वार्थ अपनों के सिर काटने में भी नहीं हिचकता। जब हजरत मुहम्मद के वंशजों के जीवन पर संकट आया तो उन्होंने भी जीवन रक्षा के लिये भारत की ओर रूख

किया । सिंध के तत्कालीन शासक राज दाहिर ने शरणागत वत्सल राजधर्म का निर्वाह करते हुए हजरत मुहम्मद के वंशजों को राजकीय अतिथियों जैसा सम्मान दिया । उन्हें वापिस सौप दिये जाने के खलीफा के आग्रह को ठुकरा कर राजा दाहिर ने अपनी राज्य और जीवन का बलिदान करके भी अपने अतिथियों के जीवन की रक्षा का प्रयास किया। खलीफा के सेना नायक मुहम्मद बिन कासिम ने न केवल युद्ध जीता, बल्कि अत्याचार, अनाचार, लूट और बलात्कार का वह अनूठा नमूना प्रस्तुत किया जो इससे पूर्व भारत वर्ष में कहीं नहीं देखा था। इस युद्ध को इतिहास में इस्लाम की विजय के रूप में अंकित किया गया। अरबों के बाद तुर्क, अफगान और मुगलों के आक्रमण भी हुए, लेकिन बिना किसी निर्धारित तिथि के आने पर भी हमने उन्हें अतिथि नही माना। महमूद गजनवी तो लगभग हर वर्ष हमें लूटने का महान उद्देश्य पूरा करने ही आता था। भले ही कुछ इतिहासकारों ने उसे बुतशिकन कह कर इस्लाम का उत्साही योद्धा प्रमाणित करने का प्रयत्न किया। लेकिन था वह शाही लुटेरा ही। मोहम्मद गौरी के बाद खिलजी, तुगलक, मुगल, लोदी, सूरी, जो भी आये सबने यही सल्तनत बनाई और विलासता का जीवन जिया, इन सभी आक्रांताओं को भारतीयों ने न तो अतिथि माना और न हृदय से शासक के रूप में स्वीकार किया। परिणाम स्वरूप देश के किसी न किसी हिस्से में स्वतंत्रता का संघर्ष चलता ही रहा।

मुगल सल्तनत के काल में ही पुर्तगाली, फ्रांसीसी, डच और अंग्रेज भी व्यापारी का मुखौटा लगा कर आये और हमनें उन्हें अतिथि के रूप में स्वीकार कर लिया। ये सभी आये तो व्यापार द्वारा असीम धन कमाने आये थे। किन्तु यहाँ कि राजनैतिक व्यवस्था में जनता की तटस्थता और शासकों की उदासीनता देखकर उनके मन की साम्राजवादी शोषक पृवत्तियों ने अमर बेल के समान विस्तार पाया। इनमें अंग्रेज सबसे अधिक कुटिल थे। अत: भारतीय मीर जाफरों के लालच का दोहन कर भारत भूमि पर विस्तार करते चले गये। सन् 1757 से 1857 तक ईस्ट इंडिया कम्पनी के नाम पर भारत की लूट का सिलसिला चलता रहा। भारतीय राजाओं और नवाबों को जब अंग्रेज कम्पनी की कुटिल विस्तारवादी नीतियों और शोषक प्रवृतियों का ज्ञान हुआ तो 1857 में उनका विद्रोह मुखर हुआ और भारत में एक सशस्त्र क्रांति का प्रारंभ हुआ। जिसे सावरकर जी ने भारत के प्रथम स्वतंत्रता संग्राम की संज्ञा दी, यद्यपि अंग्रेजों के चाटूकार इतिहास कारों ने इसे गदर या सिपाही विद्रोह कर मलिन करने का कोई प्रयत्न बाकी नहीं छोड़ा। 1857 के पश्चात् भारत पूर्णत: ब्रिटिश सत्ता के आधीन एक उपनिवेश बन कर रहा। भारत विभाजन का पाप करके अंग्रेज तो 1947 में भारत से चले गये लेकिन हमारे अर्न्तमन की गहराइयों में समाहित अतिथि देवो भव: की भावना को बहुत गहरी चोट पहुँची। परिणाम यह हुआ कि अब हम अपने द्वार पर आये किसी भी अतिथि को संदेह से देखने लगे हैं। हमारे मन का यह शंकित मौन अब हमारी फिल्मों में भी अभिव्यक्त होने लगा है। कुछ वर्ष पूर्व एक हिंदी फिल्म 'अतिथि कब जाओगे' हम भारतीयों के मन में व्याप्त अतिथि सत्कार की परम्परा का रूप कितना बदल गया है इसे दर्शाता है। अन्यथा हमारी पुरातन परम्परा तो ऐसी थी कि हमनें बिना बताए आ जाने वाले रोगों को भी अतिथि मान कर देवी-देवताओं समान आदर प्रदान किया। चेचक एक ऐसा ही रोग था, जिसे हमने शीतला माता, बड़ी माता और छोटी माता कर पूजा और सम्मान प्रदान किया। नवीनतम, सर्वव्यापी रोग कोविड-19 को भी बिहार के कुछ इलाकों में कोरोना माता के रूप में पूजे जाने के समाचार अभी मिल ही रहे हैं। चेचक का रोग ही नहीं, टीबी की बीमारी भी जब तक एक असाध्य रोग थी। तब-तक हमने उसे भी राजकीय अतिथि जैसा ही सम्मान प्रदान किया। यहाँ तक कि हमने उसे टी.बी. जैसे अकिंचन नाम के स्थान पर राज यक्ष्मा जैसा राजसी नाम भी प्रदान किया। जब भी हमारे देश में किसी नए रोग का आगमन हुआ तो अचानक बिना बताए आने के कारण हमने उसे अतिथि देवो भव: की परम्परा के आधार पर पूर्ण दैवी सम्मान दिया। प्रथम विश्व युद्ध के पश्चात ऐसे ही एक आदरणीय अतिथि के रूप में श्रीमान प्लेग पधारे। यह चूहों के माध्यम से आये थे। अत: हमने इन्हें सवारी की समानता के कारण गणपति, गणराज, गजानन, गणेश जैसी प्रतिष्ठा प्रदान की। भारत में हजारों लोगों को इस दैविक अतिथि को प्रसन्न करने के लिए आत्म बलिदान करना पड़ा। हम अपनी बलिदानी परम्परा पर प्रसन्न थे। कालान्तर में अंग्रेजों ने इसे बाहर का रास्ता दिखाया।

प्रथम विश्व युद्ध के बाद भारत में एक और विदेशी अतिथि स्पेनिश फ्ल्यू का भी आगमन हुआ। हमने इस अतिथि के समक्ष भी पूर्ण समर्पण का भाव व्यक्त किया। एक और महिमाशाली रोग मलेरिया भी है जो विश्व युद्ध के समय विकराल रूप में फैला और आज भी संसार में प्रतिवर्ष लाखों लोगों की मृत्यु का कारण बनता है। इसे हम भारत में विदेशी अतिथि की मान्यता इसलिए नहीं दे सकते क्योंकि रामचरित मानस में गोस्वामी तुलसी दास जी ने हनुमान जी के लंका में प्रवेश के समय सूक्ष्म रूप धारण करने में 'मशक समान रूप कपि धरहू' कहा है। अर्थात् भगवान राम के काल में भी मच्छरों का होना तो प्रमाणित हो ही जाता है। मलेरिया होता था या नहीं। इसका कोई उल्लेख राम चरित मानस में नहीं मिलता। तुलसी दास जी ने यह जरूर कहा है कि- दैहिक, दैविक, भौतिक तापा। राम काज काहुइ नहिं व्यापा।। अत: भगवान राम के राज्य की सीमाओं में मलेरिया का प्रकोप नहीं था।

सभी रोगों को विदेशी अतिथि कहना भी उचित नहीं होगा, क्योंकि इससे तो भारत का अपमान हो जाएगा। यदि भारत में रोग थे ही नहीं तो हमारे मनस्वी ऋषि मुनि और धन्वन्तरि, चरक और सुश्रुत को आयुर्वेद के माध्यम से अपना सम्पूर्ण जीवन रोगों के शोध और जड़ी-बूटियों की तलाश में लगाने की क्या आवश्यकता थी ?

हमारा केन्द्रीय पर्यटन मंत्रालय प्रत्येक वर्ष भारत में पर्यटन की असीम सम्भावनाओं का रहस्योद्घाटन करते हुए करोड़ों रूपए की राशि प्रचार और प्रसार पर व्यय करता है। अब होता यह है कि विदेशी अतिथियों के साथ साथ स्वाइन फ्लू भी भारत भ्रमण करता है, तो हमें विदेशी रोग के स्वागत का गौरव भी प्राप्त हो जाता है। रोगों के विषय में हमारी भाषायी प्रतिबद्धता भी आत्मसमर्पण कर देती है। हम स्वाइन फ्लू को सुअर बुखार नहीं कहते, क्यों कि ऐसा करने से हमारे विदेशी अतिथियों और विदेशी रोग को भी अपमान का

अनुभव हो सकता है। इन दिनों विश्व के व्यापार जगत में चीन की धूमधाम कुछ ज्यादा ही है। चीन सभी प्रकार के उत्पाद बहुतायत से विश्व के सभी देशों को कम से कम मूल्य पर उपलब्ध कराता है। इलेक्ट्रोनिक सामान, कम्प्यूटर, मोबाइल फोन, टी वी, माइक्रोवेव और अनेक प्रकार के विद्युत उपकरणों के साथ-साथ स्टील ओर फैंगशुई की भाग्यवर्धक सामग्री भी निर्यात करता है। चीन की निर्यातक प्रवृत्ति ने अब आकाश की नई ऊँचाईयों को छूना प्रारंभ कर दिया है। सुना है विश्व की सबसे ऊँची मूर्ति जो गुजरात में स्थित है उसका निर्माण भी चीन ने किया था। चीन एक साम्यवादी देश है अत: वहां के लोग स्वयं तो कोई धर्म नहीं मानते, किन्तु अन्य देशों की धार्मिक मान्यताओं का दोहन अवश्य करते हैं। भारत में होली के अवसर पर प्रयोग किये जाने वाले सूखे रंग अबीर, गुलाल, के साथ गीले रंग भी अब चीन से ही आते हैं।

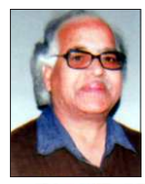
होली के लिये पिचकारियां, मुखौटे आदि भी चीन ही उपलब्ध कराता है। कुछ गंवार भारतीय अभी भी टेशु आदि के फूलों से बने प्रकृतिक रंगो से तथा गोबर और कीचड़ से होली मना कर चीन को धोखा दे रहे हैं। सुना है चीन के निर्यातक अगले वर्ष होली पर चीनी गोबर और कीचड़ का भी निर्यात करने वाले हैं। इसी प्रकार हमारे लिए राखियाँ, चूड़ियाँ, महावर के साथ साथ गणेश उत्सव पर प्लास्टर ऑफ पेरिस की सुन्दर-सुन्दर गजानन की मूर्तियां भी चीन से ही आती हैं। अभी तक सूचना की पुष्टी तो नहीं हुई है, किन्तु शायद इस बार दशहरा पर रावण, कुंभकरण, और मेघनाथ के पुतले भी चीन से ही बनकर आयेगें। भारत में इन्हें केवल असेम्बिल किया जायेगा ताकि मेक इन इंडिया के नारे का रंग फीका न पड़ जाये। दीपावली पर इलेक्ट्रिक झालरें, गणेश-लक्ष्मी की मूर्तियां, रांगोली के रंग, कैंडिल आदि तो चीन से ही आते है, इस बार चीनी खील, बताशें और चीनी से बने खिलौने भी चीन से आने की पूरी संभावना है। कुछ लोग कहते है कि चीन के समान की कोई गारंटी नहीं होती है। मैं पूछता हूँ कि गारंटी तो अब रिश्तों की भी कहाँ रह गई है?

भगवान राम की ससुराल, जहां सीता माता का जन्म हुआ वह नेपाल भी अब इतने पुराने रिश्ते को निभाने से इंकार कर रहा है। हमारे देश में सभी दुकानें पर लिखा मिल जायेगा-फैंशन के इस युग में गारंटी की बात न करें। संक्राति के अवसर पर भारतीय आकाश में अब केवल चीन की बनी हुई विभिन्न आकृतियों जैसे ड्रेगन, मेढ़क, चिमगादड़ जैसी पतंगें ही उड़ती दिखाई देती हैं। भारत में चाइनीज रेस्टारेंट का एक वृहद जाल तो पहले से ही है, जहाँ रात-दिन भारतीय युवा अपने आधुनिकता बोध प्रदर्शन करने के लिये बेस्वाद चायनीज व्यंजनों का उपयोग करते दिखाई दे जाते हैं। भारत में विवाह की दावतों में भी व्यंजनों के साथ-साथ एक स्टॉल चाइनीज का अवश्य ही होता हैं। जहा फेडिड जींस और हॉफपेन्ट पहने हुई युवक-युवतियाँ चटकारे लेते हुए हमारे विश्व बंधुत्व के नारे का समर्थन करते हुए मिल जायेगें। जड़ी-बूटियों का निर्यात तो चीन बड़े पैमाने पर करता ही है। चीन के नीति निर्माताओं ने सोचा कि क्यों न वैक्सीन और एलोपैथिक दवाइयों के क्षेत्र में भी अपना वर्चस्व स्थापित कर लिया जाये। पहले प्रयोग के तौर पर चीन में बर्ड फ्लू का निर्यात किया। सारे विश्व ने चीन की प्रतिभा का लोहा माना। चीन ने अपने एक नगर वुहान में विश्व के सबसे बड़ी वायरोलॉजी प्रयोग शाला स्थापना की हुई है। पिछले अनुभवों का लाभ उठाते हुए कोरोना रोग के एक विकसित वायरस का चमगादड़ो के सहयोग से विश्वव्यापी प्रसार करने में उन्होनें सफलता प्राप्त की है। भारतीयों की आस्था की धन की देवी का वाहन उल्लू है। चीनी वैज्ञानिकों को भी भारतीयों की आस्था से कुछ सार दिखाई दिया। उन्होनें सोचा जब निशाचर पक्षी उल्लू देवी लक्ष्मी का वाहन हो सकता है तो चमगादड़ नव धनाड्य देश चीन को लक्ष्मी की साधना में सहायक क्यों नहीं हो सकता? अत: चीनी वैज्ञानिकों ने चमगादड़ों को वाहन बना कर कोरोना वायरस का नवीनतम् स्वरूप कोविड-19 का निर्यात सारे विश्व में कर दिया। अब सारा संसार एक स्वर में गा रहा है- 'तुम्हीं ने दर्द दिया है तुम्हीं दवा देना'। भारत और भी गहन भाव से गा रहा है- 'गरीब जान के हमको न तुम भुला देना।' चीन के पास वैक्सीन तैयार है। बस सारा संसार घुटनों के बल बैठ कर चीन से कहे- 'त्राहिमाम्! त्राहिमाम्! विश्व के नये तारणहार हम पर कृपा करो।' इतना होते ही चीन सारे जगत पर वैक्सीन की ऐसी बौछार करेगा कि लक्ष्मी माँ प्रसन्न होकर चीन के आकाश से स्वर्ण मुद्राओं अर्थात डालरों, पौंडों और फ्रैंक की अनवरत वर्षा कर देंगी। दुनियां के अनेक देशों के वैज्ञानिक कोविड-19 का वैक्सीन तैयार कर रहे हैं। पता नहीं किस देश के वैज्ञानिक पहले सफलता प्राप्त कर चंचला लक्ष्मी को अपनी ओर आकर्षित कर लें। चीन किसी से पीछे नहीं रहना चाहता। उसने कोविड-19 से भी अग्रगामी और प्रगतिशील वायरस कोविड-20 को निर्यात के लिये तैयार कर लिया है। कोविड-21 और कोविड-22 भी कतार में है।

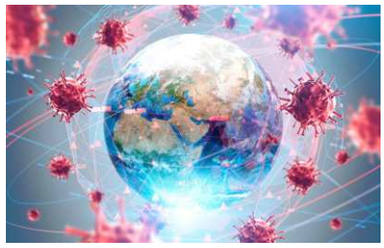
चीन अभी भी कोविड-19 के नवीनतम स्ट्रेन बनाने में ही व्यस्त था कि भारतीय वैज्ञानिकों ने मंगल यान जैसी सफलता प्राप्त करते हुए, दो वैक्सीन प्रस्तुत कर भी दिए। अब तक एक करोड़ से अधिक भारतीय इस वैक्सीन से लाभांवित भी हो गए हैं। मार्च 2021 में दूसरे चरण के अंतर्गत करोड़ों भारतीय कोरोना से भयमुक्त होकर जीवन-यापन करेंगे। अब पूरा विश्व भारतीय वैक्सीन की सफलता की कामना करते हुए, भारत की ओर याचना की मुद्रा में है।

भविष्य में जब कोरोना आपके द्वार पर दस्तक दे तो इस चीनी अतिथि का हार्दिक स्वागत करते हुए कहिएगा- 'आप भी आ ही गए कोरोना? यह आपका कौन सा अवतार है प्रभु? कोविड-22, 21, 20 या वही पुराना कोविड-19 । अतिथि आप का स्वागत। अतिथि भव:।'

नवीन चतुर्वेदी
सेवानिवृत्त प्राचार्य,
रेलवे स्कूल, पमरे



कोरोना का रोना



बहुत कुछ सिखा गया कोरोना हमारी जिन्दगी में। कोविड 19 कहने से ही जिया में अनेकों हूक-सी उठने लगती है। कम संसाधन में जीना और अपनों से ही दूरी बनाये रखना क्या कभी कल्पना की थी कि हम अपने ही बच्चों को गोदी में लेने से पहले हाथों को सेनेटाईज करें। हम साफ-सफाई जरूर रखते थे पर इतनी ज्यादा नहीं। बच्चे का हाथ दरवाजे से फंस गया पर हम हाथ निकलने के बजाय पहले सेनेटाइजर ढूंढ़ रहे होते हैं की कहीं उसको छू लेने या दरवाजे से छू जाए तो कोरोना हम को हो जाएगा। रोज काम वाली बाई आती थी, बिना कुछ कहे अंदर आती, लाईट का बटन दबा, इधर-उधर बिखरा सामान उठाते हुए अंदर घुसती थी। अंदर आते ही पहला, दूसरा, तीसरा न जाने कितने काम उसके लिए तैयार रहते थे। हम यह भी नहीं पूछते थे की तूने हाथ धोये या स्नान करके आई है कि नहीं ? यदि जी अनमना है तो आते ही ठंडी तेल की शीशी दे तुरंत सिर की मालिश करा लेते। परन्तु हाय रे वक्त ! इतना छूत की जिस बाई के हाथों बनी चाय पीकर हम तरो-ताजा होते थे, उसके दरवाजे पर आते ही हम उस पर सिर से पाँव तक सेनेटाइजर की बाटल छिड़क देते हैं। बहरहाल बाकी की बातों को छोड़ भी दें, कुछ घरों ने तो उसको बुलाना ही बंद कर दिया। जब कोरोना खत्म होगा तुम्हें बुला लेंगे। उन्हें क्या पता की अब यह हमारे जीवन का हिस्सा बन गया है, यह नहीं तो कुछ और होगा। बाई ने कहा- मेरा खर्चा कैसे चलेगा, सभी मुझे निकाल देंगे तो मैं खाऊँगी क्या ? बड़े समझाईस से उसे समझाया गया जगह - जगह सरकारी योजना से राशन का वितरण हो रहा है। प्रधानमंत्री जी तुम जैसे लोगों के लिए बड़ी-बड़ी योजनाए तैयार कर रहे हैं। तुम जैसे लोगों को बहुत लाभ होगा। वाह री इंसानियत ! जिस नौकर - चाकर को घर से बार-बार भगाया गया, उसे पता चला की साहब को अस्पताल ले जाया गया है, तो वह आकर बोली- घबराये नहीं, मैं रोज आपके घर आउंगी, आपके साथ रहूंगी, मुझे कोरोना से डर नहीं लगता। इतने दिनों से आपका नमक खाया है, कोरोना हो जाएगा तो भी डर नहीं। शायद कोरोना ने अपने से अपनों की पहचान करा दी। अपनों ने तो दूरी बना ली। आना तो दूर, फोन से बात करने से भी कोरोना का डर लगने लगा। कोरोना का रोना तो सभी रोये परन्तु उसने बहुत कुछ सिखा दिया। हमेशा से अस्थमा के मरीज रहे बुजुर्ग दम्पति का इलाज कर रहे पास के डाक्टर जो नियम से उनकी दवाई लिखा करते थे, जैसे ही कोरोना चर्चा में आया। वे अपने डाक्टर साहब के पास पहले पहुँच गये सलाह के लिए। डाक्टर साहब के दरवाजे पर पहुँचे थे कि डाक्टर साहब के सहायक ने उन्हें रोककर बिठाया। थोड़ी देर बाद अचानक एम्बुलेंस आई, बुजुर्ग साहबान को जबरदस्ती बिठा कर ले गई। घर में बता दिया गया उन्हें कोरोना हो गया है। बेचारी बूढ़ी अम्मा पास-पड़ोस के भरोसे बैठी आंसू बहती रही। कभी कोई डबल रोटी का पैकेट दे जाता तो कभी कोई सूखी रोटी। अस्पताल पहुँचने पर पहले दिन खाना तो दिया गया पर उसके बाद कोई उनके कमरे में नहीं आया। आता भी तो कोई दूर से कुछ रख जाता था। अकेलापन, उम्र का तकाजा और अव्यवस्था। चौथे दिन बिना वजह चल बसे। अखबारों में छपा डाक्टर साहब ने जी जान से अपने पड़ोसी बुजुर्ग की सेवा कोरोना काल में की। उनके बेटे-बहु जो विदेश में है, को खबर कर दी गई। बूढ़ी अम्मा को अपने पति का मृत शरीर देखने को भी नहीं मिला। बेटे ने फोन पर डाक्टर साहब की बात को सच मानकर पिताजी की पेंशन से मिली सारी राशि डाक्टर साहब के नाम कर दी। बेटा चार-पाँच माह बाद घर आया। अपनी माँ से पूछा क्या हुआ था पिताजी को ? माँ ने बताया- बेटा ! तुम्हारे पिताजी को कुछ नहीं हुआ था। वह तो कोरोना के बारे में अपने डाक्टर साहब से पूछने गये थे। हमें तो पता ही नहीं चला। बेटे ने देखा डाक्टर साहब के पास पुरानी कार की जगह नई चमचमाती कार खड़ी है और उनकी क्लिनिक में दूसरी मंजिल का काम शुरू हो गया है। ऐसा नहीं है की सभी एक से है, बहुतों ने अपनी जान पर खेलकर मनुष्य की जान बचाई है। पर हाय री मानवता, जहाँ भी जिसे मिला उपयोग करने से कोई नहीं बचा। कोरोना का रोना तो एक बहाना है, असल जिन्दगी में मनुष्य भी अकेले ही होना चाहता था। किसी से कोई मतलब नहीं रहे और न ही उसके बारे में कोई पूछे और न ही किसी को अपना पहचाने। कोरोना ने यह सब अपने समय पर कर दिखाया। कम सामान, संसाधन, अनुशासन और बेवजह की खर्च को कम कर इधर - उधर घुमने से अच्छा घर परिवार में रहकर देखिये। संसार का सारा सुख घर-परिवार में है। रामायण, महाभारत, गीता यूँ ही नहीं बने हैं। कहीं न कहीं हमारे पूर्वज अपने घर-परिवार और समाज से जुड़े थे। मंदिर-मंदिर भटकने की जगह आप किसी एक की भी सहायता करते हुए भी जीवन को मंदिर की तरह बना सकते हैं।

श्रीमती सिद्देश्वरी सराफ
(पत्नी - श्याम सुंदर सराफ)
मुख्य लोको निरीक्षक
प्र. मु. वि. इंजी. कार्यालय, जबलपुर



अन्न की बर्बादी

प्रकृति ने पूरे विश्व को जो संसाधन, वस्तुएं खाने-पीने की उपलब्ध कराई हैं, वही हमारी सच्ची पूंजी हैं। आगे भविष्य में मशीनों से उत्पन्न सामग्री इतनी ज्यादा इकट्ठी हो जायेगी कि घरों में, दुकानों में, रोड के ऊपर, माल गोदामों में प्रत्येक जगहों पर समानों की भीड़ देखने को मिलेगी। इन्हें रखने के लिए जगह नहीं होगी जो कि आज जगह-जगह देखने को मिल रही है। कंपनियाँ, केन्द्र सरकार एवं राज्य सरकार स्वयं मशीनों से उत्पन्न सामग्रियों जैसे कि मोटर साइकिल, कार, टीवी, फ्रिज, कंप्यूटर, घर, मकान आदि स्वयं विभिन्न प्रकार की छूट प्रदान कर बिकवा रही है।

बड़ी विडंबना यह है कि प्रकृति से उत्पन्न हमारे मजदूर, किसान भाईयों की रात-दिन की लगन और मेहनत से हमें जो खाद्य पदार्थ, सब्जी-भाजी मिलती है उसकी तरफ यदि सरकार ध्यान दे तो खेती से उत्पन्न सामग्री आम जनता से दूर नहीं होती। आज हम आलू रू. 40 एवं प्याज रू. 80 प्रति किलो पर खरीदने को मजबूर हैं। जिसका मुख्य कारण यही हाल रहा तो हमारी पैदावार जिस अनुपात में हो रही उससे कहीं ज्यादा अनुपात में हमारे देश में जनसंख्या बढ़ रही है।



अन्न को हमारे देश में अन्न देवता कहा गया है। इसे जूठन में छोड़ना पाप माना गया है लेकिन यह हमारे देश का दुर्भाग्य है कि कुछ लोग इस देवता का अपमान करते हैं। जूठन को कूड़ेदान में, नालियों में फेंकते हैं। आधुनिकता के नाम पर शादी विवाह जैसे आयोजन में सैकड़ों टन अन्न की बर्बादी होती है, जबकि हमारे देश में एक तरफ करोड़ो लोग खाने को मोहताज हैं, वहीं देश में नित्य एक तिहाई भोजन किसी न किसी कारण से बर्बाद होता है। क्योंकि जिनके पास पैसा है वह अपने आप को आधुनिक समझ कर खाने को डस्टबिन में डालते हुए देखे जा सकते हैं।

विश्व खाद्य संगठन के अनुसार देश में हर वर्ष रू. 50 हजार करोड़ का भोजन बर्बाद होता है। जो कि देश के उत्पादन का 40 प्रतिशत होता है। इस राशि से असहाय और गरीब तबके के पाँच करोड़ व्यक्तियों का भविष्य बनाया जा सकता है। देश में पाँच से दस वर्ष के लाखों बच्चे भुखमरी और कुपोषण से मरते हैं। संयुक्त राष्ट्र के आकड़ों के अनुसार 51 प्रतिशत परिवार अस्थाई मजदूरी कर अपना निम्नस्तरीय जीवन जीने को मजबूर हैं। चार लाख से अधिक परिवार कूडा बीनकर एवं 6.68 लाख परिवार भिक्षावृत्ति से अपना पेट भरने को मजबूर हैं। गाँव में रहने वाले 40 प्रतिशत परिवार की मासिक आय सिर्फ 10 हजार रूपयों से भी कम हैं। लाखों लोग बिना भोजन के ही सोने को मजबूर हैं। आस्ट्रेलिया एवं अन्य छोटे-छोटे देशों की जितनी पैदावार है उतना अन्न हमारे देश में बर्बाद होता है। 2.1 करोड़ टन खाद्यान्न इसलिये बर्बाद होता है कि आजादी के लगभग 73 वर्षों के बाद भी हम खाद्य पदार्थों को रखने की उचित व्यवस्था नहीं बना पाए हैं। भारत के चेन्नई, बंगलुरू, पुणे, मुंबई जैसे अनेक शहर को आगे चलकर बिना पानी के ही रहने को मजबूर होना पड़ेगा। चेन्नई जैसे शहर में आज भी गर्मी के सीजन में पानी बाहर से भिजवाना पड़ता है।

सोचें, बचायें और खायें कि नीति व्यक्तियों को बनानी होगी अन्यथा कई देशों में अन्न की बर्बादी पर जुर्माना भी लगना प्रारंभ कर दिया है। यदि आप होटलों में खाना छोड़ते हैं तो खाने के रूपये से दूगना पैसा देना होता है। दिल्ली सरकार ने शादी-विवाह एवं अन्य समारोह में आयोजकों से फार्म भरवाकर उपस्थित लोगों की संख्या एवं बचे हुये खाने को किस सामाजिक संस्था के माध्यम से गरीबों में बांटा जायेगा इस हेतु एक फार्म भरवाना प्रारंभ कर दिया है। शहर में सामाजिक संस्थाओं को रोटी बैंक बना कर समारोह में बचे हुए भोजन को गरीबो को बांटने की व्यवस्था करनी चाहिए। हमारे देश की माताएं-बहनें भी इसमें बड़ा सहयोग प्रदान कर सकती हैं। वह उतना ही भोजन थाली में दें कि बर्बाद न हो। कम बनायें, ताजा बनायें तो परिवार स्वस्थ रहेगा और देशवासी भी स्वस्थ रहेगें तथा अन्न देवता भी प्रसन्न रहेंगे अन्यथा आगे चलकर प्याज रू. 200 से 500 रूपये, आलू 100 से 200 रूपये प्रति किलो लेने को मजबूर होना पड़ेगा। अन्य सब्जियां भी 100 रू. किलो से नीचे नही मिलेंगी तथा अन्य खाद्य पदार्थ जैसे दाल, चाँवल इनकी दिनों दिन कीमत बढ़ती जायेगी। तब यह खाद्य पदार्थ भी आम आदमी एवं मध्यम परिवार की पहुँच से बहुत दूर होते चले जायेंगे। जरूरत है खाद्य पदार्थों को बचाने की और उसके सही उपयोग की। जमाखोरी पर लगाम लगाने की, जनसंख्या कम करने की एवं पानी के संरक्षण तकनीक की। जिससे पीने/खेती के लिये पानी हमेशा प्राप्त हो सके। जरुरत है नवीन तकनीकी को अपनाने की, तभी हमारे सारे भाई वासुदेव कुटुम्बकम् की तरह स्वस्थ एवं संपन्न रह पायेगें, तभी प्राकृति पूरे विश्व को भोजन प्रदान कर पायेगी।

भोजन उतना ही लें थाली में।
व्यर्थ न जाये नाली में।।

मनोज सेन
संरक्षा सलाहकार (विद्युत) मुख्यालय, जबलपुर



सफल जीवन का राजमार्ग है - 'वाणी'

मनुष्य को ईश्वर द्वारा दिया गया एक ''अनुपम उपहार'' वाणी है। समाज में विचारों के आदान- प्रदान के लिये शब्द आवश्यक है और इन शब्दों को स्वर देने का कार्य वाणी का है। इस नश्वर संसार में सारे संबंधों का ताना-बाना 'वाणी' के धरातल पर टिका होता है ? जिस प्रकार धन का दुरूपयोग भी मानव के समक्ष अनेक समस्यायें पैदा कर देता है, फिर भी मनुष्य का ध्यान इस ओर नहीं जाता है। फलस्वरूप वह कई तरह की कठिनाइयों से घिरा रहता है और जीवनभर इन समस्याओं से निपटने में ही बिता देता है।

जैसा कि यह सर्वविदित है कि 'महाभारत' में द्रोपदी द्वारा दुर्योधन को कहे गये कटुवचन 'अंधे की औलाद अंधी' ने उसके मन में ऐसा बीज बोया, जो महाभारत जैसे महासंग्राम का कारण बना। इसी संदर्भ में एक कवि की कविता की निम्न पंक्तिया उद्धृत है:-

काले घन आसाढ़ मास के गर्जन-तर्जन कर आये।
रात-रात भर दिनभर तब सर सरिता भर पायें।
एक बूँद नारी के दृग की ला देती है बाढ़ महान,
हुये समर महाभारत के बहा रूधिर समुद्र समान।

इसीलिये यह कहा गया है कि:- जीभ से निकले शब्द कानों से टकराकर बिखर जाते है' परन्तु हृदय से निकली वाणी कलेजों में घुस बैठती है और फिर जीवन पर्यंत तक निकलने का नाम नहीं लेती है। इसलिये किसी भी बात को बिना सोचे-समझे बोलने से भयंकर स्थितियों का सामना करना पड़ सकता है। इसका ज्वलंत उदाहरण 'महाभारत' में विदुर द्वारा धृतराष्ट्र के प्रति कहे गये वह शब्द है :-

महाभारत के युद्ध के दौरान धृतराष्ट्र को समझाने का प्रयास करते हुये ज्ञानी विदुर ने कहा 'पुत्रमोह में पड़कर विवेकहीन, मत बनो, अनीति मत अपनाओ। इस पर क्रोधित होकर दुर्योधन ने कहा 'हे विदुर तुम तो दासी पुत्र हो। मेरा ही अन्न खाकर, मेरी ही निंदा करते हो।'

इसीलिये कहा गया है कि वाणी बड़ी महत्वपूर्ण है। शब्द क्या बोले जाते हैं, क्या कहे जाते हैं, यह बहुत ही महत्व रखता है। जो बोला जाता है वो कितना सारपूर्ण है और कितना निस्सार, यह



महत्वपूर्ण बात है। विद्वान पुरूष यह कहते हैं कि - दूसरों को प्रभावित करने वाला कोई भी मनुष्य वाणी से गलत नहीं बोलता, सब अच्छी-अच्छी बातें बोलते हैं, लेकिन अच्छी बातों का उच्चारण कोई भी नहीं करता। आचरण से सभी विमुख होते हैं इसी कारण वाणी अपना प्रभाव नहीं दिखा पाती है और कहीं -कहीं अप्रमाणिक भी सिद्ध होती है। वाणी के संदर्भ में निर्गुणवादी कवि कबीरदास जी ने कहा है कि -

''बोली एक अनमोल है, जो कोई बोले जानि,
हिये तराजू तैलिके, तब मुख बाहर आनी।''

अर्थात इस नश्वर संसार में बोली अत्यन्त ही अनमोल है, जो कोई भी इसका सही उपयोग करना जानता है। वह इसे अपने मुख से बाहर निकालने से पहले हृदय की तराजू पर भलीभाँति तौल कर ही बोलता है अर्थात् बोला जाना चाहिए। इसी संदर्भ में गोस्वामी जी कहते हैं कि ''वाद-विवाद स्वादतजि भजि हर''

हम प्राय: वाद-विवाद करके अपने ज्ञान का बखान करना चाहते हैं। वाद-विवाद से हम सम्मान व प्रतिष्ठा पाना चाहते हैं और इस प्रकार अपना प्रभुत्व जमाना चाहते है कि हम बुद्धिमान हैं, ज्ञानी हैं, सर्वश्रेष्ठ हैं। इसके अलावा हम स्वाद के पीछे भी भागते है इसके

लिये हम तरह-तरह के व्यंजन चखते हैं। खट्टा-मीठा-तीखा खाने लगते हैं या खट्टा-मीठा-तीखा खाने से क्या होता है। खट्टा-मीठा-तीखा अधिक खाने से हमारे शरीर के पंचभूतों में असन्तुलन हो जाता है और हम बीमार पड़ने लगते हैं और फिर उस बीमारी को ठीक करने के लिये उससे हमारा शरीर जूझता रह जाता है।

इसलिये कहा गया है कि वाणी का प्रयोग भली प्रकार सोच समझकर करने से ही इसके सत्य परिणाम मिलते हैं अन्यथा गलत वाणी के प्रयोग से दुष्ट परिणाम भी भुगतने पड़ सकते हैं। वास्तव में मुख से निकला प्रत्येक शब्द मंत्र है। अत: मंत्रों का प्रयोग उपयुक्त अवसर पर ही करना चाहिए।

'वाणी में वह शक्ति है जो ताप, तीर और तलवार में भी नहीं है। इसीलिये बुद्धिमान पुरूष विषम परिस्थियों में भी भाषा की शक्ति को निरर्थक नहीं गवाया करते हैं। अत: आवश्यकता पड़ने पर ही कम से कम अपनी वाणी का प्रयोग करना चाहिए। बोलना तो सब जानते हैं परन्तु कब और कहाँ बोलना है यह तो बहुत कम लोग जानते हैं।



वाणी मानव के व्यक्तित्व का परिचारक है। मन के भावों को अभिव्यक्त प्रदान करने का सशक्त माध्यम है। हमारी सरल और मधुर वाणी की वजह से ही हम दूसरों को अपनी ओर से कुछ भी न देकर बहुत कुछ दे जाते हैं। इसलिये कहा गया है कि विवेक से ही प्राणी का प्रयोग करना चाहिए। जो व्यक्ति स्पष्ट, साफ, सीधी बात करता है। उसकी 'वाणी' तीव्र एवं कठोर जरूर होती है लेकिन ऐसा व्यक्ति किसी को कभी धोखा नहीं देता है। कहावत है कि सत्य-बोलो, प्रिय बोलो, थोड़ा बोलो लेकिन हितकारी बोलो। वाणी पर संयम रखो। वाणी के संयम से प्राण- उर्जा को संरक्षण होता है और यह उर्जा अग्रिमतप-साधना में सहायक होती है।

किसी कवि ने लिखा है कि -

''मीठी वाणी बोलिये मन का आपा खोये।
औरन और शीतल करें, खुद भी शीतल होय।
कुछ हंसकर बोल दो, कुछ हंसकर टाल दो
परेशानियाँ तो बहुत हैं, मगर वक्त पर टाल दो। ''

कहा जाता है कि इस पृथ्वी पर तीन रत्न हैं - पहला जल, दूसरा-अन्न और तीसरा मधुर वाणी। हम सब लोग अज्ञानतावस पत्थर के टुकड़ों को रत्नों के नाम से पुकारते हैं। घर परिवार और समाज में शांति स्थापित करने के लिये वाणी पर नियंत्रण अति आवश्यक है। यदि हम इस ओर ध्यान दें तो घर परिवार व अपने आस-पास के माहौल में स्वर्ग समान आनंद वाणी से ही बिखेरा जा सकता है। वाणी के संदर्भ में सागर- पालनपुरी ने लिखा है कि -

''जख्म तलवार के गहरे भी
हों, तो मिट जाते है।
लफ्ज (वाणी) तो दिल में
उतर जाते हैं,
भालों की तरह।''

अत: हम कह सकते है कि वाणी का अनुशासन हमारे जीवन में अति आवश्यक है क्योंकि हमारे आत्मिक विकारों यथा क्रोध, मान, माया, लोभ को भी यह नियंत्रित रखता है। वाणी की मधुरता के साथ व्यवहार की निष्कपटता भी अति आवश्यक है। मर्यादा से बाहर होने पर जिस प्रकार सदव्यसन भी दुर्व्यसन बन जाते हैं। उसी प्रकार अधिक बोलना भी विपत्तियों को आमंत्रित करता है। अत: वाणी और कर्म का समन्वय ही सफल जीवन का राजमार्ग है। अनुशासित और मर्यादित वाणी ही मनुष्यता की परिचायक है ।

डॉ. श्रीराम गुप्ता
से. नि., मुख्य टिकट निरीक्षक, पमरे





तिरंगा देखता हूँ तो

तिरंगा देखता हूँ तो
शहीदी याद आती है।
गुज़रे हुए ज़माने की,
रक़ीबी याद आती है।।
मर गए थे भूखे पर सर नहीं झुके ।
ऐसे वीरों की 'आशिक़'
अमीरी याद आती है।।

तिरंगे झंडे का

तिरंगे झंडे का सम्मान करो।
भारत माता का गुणगान करो।।
हम सब बैठे इसके आँचल में ।
इसकी अस्मत का, सम्मान करो।।
जो हिन्दुस्तां के टुकड़े करने की सोचे।
उसके पूरे वतन को, कब्रिस्तान करो।।
वक्त कभी गर ऐसा आ जाए।
अपना हँसकर के, बलिदान करो।।
हमें गर्व है ''आशिक'' हम हिन्दुस्तानी है।
इस दौलत पर, अभिमान करो।।

डॉ. राजू घावरिया 'आशिक'
मुख्य टिकट निरीक्षक, पमरे



गज़ल

बहुत आसान है धन के नशे में चूर हो जाना,
बड़ा मुश्किल है दिल का प्यार से भरपूर हो जाना.

अगर वो चाहता कुछ और होना तो न था मुश्किल,
मगर मजनूँ को भाया इश्क में मशहूर हो जाना.

भले दो गज जमीं थी गाँव में अपनी मगर खुश थे,
नगर में फल नहीं पाया हमें मजदूर हो जाना.

कभी तो आदमी को नारियल होना जरूरी है,
हमें तो पड़ गया महँगा मियाँ अंगूर हो जाना.

तुम्हारे हाथ में है अब हमारे प्यार का गुलशन,
हिफाज़त कर न पाओ तुम न इतने दूर हो जाना.

सिवा इसके नहीं कुछ और माँगा आपसे मैंने,
यही है माँग मेरी माँग का सिंदूर हो जाना.

न हो आशीष वीणावादिनी का तो असम्भव है,
किसी का जायसी, तुलसी, कबीरा, सूर हो जाना.

बसंत कुमार शर्मा
उप मुख्य सतर्कता अधिकारी,
पश्चिम मध्य रेल, जबलपुर



आजादी के पावन पर्व पर आओ हम शपथ लें



ए- मेरे देश
तुम्हारा ही दिया
अन्न खाते हैं हम
तुम्हारा ही दिया
वस्त्र पहनते हैं हम
तुम से ही हमारा आशियाना है।

तब ए मेरे देश
शपथ लेते हैं हम
यदि खाते हैं नमक, तुम्हारा हम
तो नमक हलाल बनेंगे
वफा करते हैं तुमसे हम
तो वफादार बनेंगे।
कहते है माँ, इस धरती को हम
फर्ज बेटे का फिर, निभाते रहेंगे।
यह ज़मीं तो जन्मभूमि है हमारी
नमन करते हैं इसको और करते रहेंगे।
गीत वन्दे मातरम् गाते रहेंगे

अशोक शर्मा
से.नि. कार्यालय अधीक्षक, पमरे



खत

लिख दिया इजहार ए इश्क, खत में नाम तेरा,
लिखते वक्त आंसू और भेजते वक्त चेहरा था तेरा।

तूं सरहद पर रखवाली करता है वतन की,
मैं बारह मास चौखट पर इंतजार करती हूँ तेरा।

खत लिखती हूँ जब-जब, पढ़ तो लेते हो ना,
कि हर वक्त हाथ में मुस्तेद तिरंगा झंडा है तेरा।

ये होली का मौसम बिन संग, बेरंग गुजरा,
मन में ही गुलाल से लाल चेहरा कर दिया था तेरा।

दीवाली में छुट्टी ले लेना, चिट्ठी नहीं भेजूंगी,
थाली में सजाऊँगी मन पसंद भोजन, साजन तेरा।

हर मौसम इंतजार की भेंट चढ़ जाते हैं,
मांजी भी राह तकती, थक जाती हैं तेरा।

खत लिखने बैठती हूँ तो बेटा आंसू बहाता है,
गोदी में सोता नहीं, सदा चेहरा याद करता है तेरा।

लिख दिया इश्क ए इजहार, खत में नाम तेरा,
लिखते वक्त आंसू और भेजते वक्त चेहरा था तेरा।

कई बार मनाया हमनें शहर में नया साल

मैं कोविड और मास्क शहर छोड़ जाऊँगा,
इस बार नया साल अपने गाँव जाकर मनाऊँगा।
बेलगाड़ी के बेल से मिलूँगा,
साथियो संग खेल खेलूँगा,
कल्लू चाचा के खेत जाकर,
ताजे मटर के फल तोड़ूंगा।
दादी के साथ साड़ी के पल्लू में छिप जाऊँगा,
इस बार नया साल अपने गाँव जाकर मनाऊँगा।

कैसे होंगे घर और प्यारे घरवाले,
शहर से लौटे मेरे भाइयों के पैरों के छाले।
वो रिश्ते जो अपनों के दिल में बस जाते,
जहाँ रात को भी दरवाजे खुले रखे जाते।
उन दिलों के समुंदर में छोटी-सी कस्ती इश्क की चलाऊँगा।
इस बार नया साल अपने गाँव जाकर मनाऊँगा।

खूब देखी शहर, नगर की दुनियाँ,
कैसी होगी गुल्लू चाची की मुनियां।
जिस मुहल्ले में टिल्लू दादा की झोपड़ी थी,
उस मुहाल की सुधर गई होंगी गलियां।
प्यारी माँ को एक साड़ी जरूर ले जाऊँगा।

माताओं, बहिनों के आंसू क्या कहते होंगे, सिमटे-सिमटे,
जिनके शहीद बेटे आये थे तिरंगे में लिपटे ।
सबसे पहले मैं उनके परिजनों को गले लगाऊँगा।
कई बार मनाया हमनें शहर में नया साल,
मैं कोविड और मास्क शहर छोड़ जाऊँगा,
इस बार नया साल अपने गाँव जाकर मनाऊँगा।

राजेश लखेरा
सीनियर सेक्शन इंजी.
सिगनल एवं दूरसंचार विभाग, मुख्यालय, पमरे, जबलपुर



समय यूँ ही गुजर जायगा :-

समय यूँ ही गुजर जाएगा, समय यूँ ही गुजर जाएगा

तू फिक्र न कर, तू जिक्र न कर क्या साथ लेकर आया था

क्या साथ लेकर जाएगा, मन सोच तू क्या खेल दिखाएगा

रब के भरोसे अपने आप पार हो जाएगा

समय यूँ ही गुजर जाएगा। .....

कितने आये और कितने चले गये

तू भी एक दिन चला जाएगा

आना-जाना ही तो जीवन है फिर तू क्यों परेशान है

जीवन तो क्षण भंगुर है नश्वर है

टिक टिक करता हुआ निकल जाएगा

समय यूँ ही गुजर जाएगा। ....

न साथ कुछ लेकर आया था न साथ कुछ लेकर जाएगा

प्रेम के दो बोल मीठे, सबको हर्षित कर दे जाएगा

छोटी-सी जिंदगानी हक के जी ले प्यारे,

समय यूँ ही गुजर जाएगा।

माना रात काली है भयावह है मगर वक्त ही तो है।

जीने का जज्बा हो, कठिन तो है मगर वक्त ही तो है गुजर जाएगा

समय यूँ ही गुजर जाएगा । ....

किसने किसको देखा ये कौन जाने

महा प्रतापी राजा, महाराजा आये और आकर चले गये

क्यों करता इतना गुरूर तू, इक दिन मिट्टी में मिल जाएगा

समय यूँ ही गुजर जाएगा ....



आर. के. जैन
से. नि. उप मु.सं एवं दू. सं. इंजी. (कोर)

रेलमंत्री हिंदी निबंध प्रतियोगिता 2020 में द्वितीय पुरस्कार प्राप्त निबंध

भारतीय रेल में गुणात्मक परिवर्तन

कहते हैं कि 'सोचना आसान है, कार्य करना कठिन है, परंतु सोच के अनुसार कार्य करना सर्वाधिक कठिन है' और भारतीय रेल ने भाप इंजन के छुक-छुक से शुरू हुए सफ़र को बुलेट ट्रेन युग की ओर अग्रसर कर इस सर्वाधिक कठिन चुनौती को स्वीकार किया है। अपने गठन के 165 वर्ष से ज्यादा की विकास यात्रा की साक्षी रही भारतीय रेल वर्तमान में रेल यात्रियों की सुविधा, संरक्षा, ट्रेन की गति एवं चुनौतीपूर्ण रेल मार्गों के निर्माण के क्षेत्र में निरंतर गुणात्मक परिवर्तन कर रही है। जल्द ही कोलकाता में हुगली नदी के नीचे ट्विन टनल में भारतीय रेल की ट्रेनें दौड़ेंगी जिससे पानी के नीचे यह उत्कृष्ट इंजीनियरिंग का सपना साकार होगा।

भारतीय रेल के कायाकल्प की आधारशिला प्रौद्योगिकी है। प्रौद्योगिकी ने भारतीय रेल के हर क्षेत्र में दक्षता को बढ़ाकर, मानव श्रम कम करके और उत्पादन बढ़ाकर प्रगति का मार्ग प्रशस्त किया है। भारतीय रेल आर्टिफीशियल इंटेलिजेंस, रोबोटिक्स, मशीन लर्निंग, बिग डाटा एनालिसिस प्रणाली का उपयोग कर अपनी सभी वर्कशॉप्स, कारखानों का आधुनिकीकरण कर रही है। भारतीय रेल में परियोजना 'सक्षम' से संगठन में गुणात्मक परिवर्तन के अनुकूल विशेष प्रकार की ट्रेनिंग दी जा रही है।

इस लेख में भारतीय रेलवे के बदलते हुए आयाम, सुविधाजनक और सुरक्षित यात्रा, संरक्षा, वहन क्षमता, महिला सुरक्षा, पर्यावरण, परिवहन, स्टेशन पुनर्विकास तथा भाप इंजन से बुलेट ट्रेन के सफ़र तक विभिन्न क्षेत्रों में हुए गुणात्मक परिवर्तन पर निम्नानुसार प्रकाश डाला गया है :

1. **सूचना प्रौद्योगिकी :**

गत वर्षों में सूचना प्रौद्योगिकी ने मानव सभ्यता को आमूलचूक बदलकर एक नए युग में लाकर खड़ा कर दिया है। वर्तमान समय को पूर्ण रूप से सूचना प्रौद्योगिकी का युग कहा जा सकता है। परिवर्तन के प्रवाह में विश्व के पाँच सबसे बड़े यात्री रेल तंत्रों में से एक भारतीय रेल भी संसार के साथ कदम से कदम मिलाकर निम्न सूचना प्रौद्योगिकी क्षेत्रों में गुणात्मक परिवर्तन की ओर अग्रसर हो रही है :-

- **रेल दृष्टी डैशबोर्ड :** यह डैशबोर्ड विभिन्न स्त्रोतों से एक ही स्थान पर जानकारी एकत्र करता है और देश के नागरिक को प्रमुख आंकड़ों तक पहुँच प्रदान कर भारतीय रेल में पारदर्शिता और जवाबदेही बढ़ा रहा है।
- **'उम्मीद' स्मार्ट कार्ड :** भारतीय रेल रेलकर्मियों तथा उनके परिवारजनों के लिए यूनिक मेडिकल आइडेंटीफिकेशन (उम्मीद) स्मार्ट कार्ड बना रही है जो एक वेब और मोबाइल आधारित एप्लीकेशन है। इस कार्ड से लाभार्थियों को भौतिक कार्ड साथ ले जाने की आवश्यकता नहीं है।
- **ई-ऑफिस :** भारतीय रेल में ई-ऑफिस को क्रियान्वित किया जा रहा है जिससे रेलवे में पारदर्शिता, कार्यकुशलता और जवाबदारी को बढ़ावा मिलेगा। इससे कागजों पर खर्च होने वाले रेलवे राजस्व में कमी आएगी।
- **वाई-फाई :** महत्वपूर्ण स्टेशनों में हाई स्पीड वाई-फाई प्रारम्भ किया जाना प्रगतिशील है।
- **मोबाइल फ़ोन के माध्यम से पेपरलेस अनारक्षित टिकट :** अनारक्षित डिब्बों में यात्रा करने के लिए अनेक यात्री अब टिकट लाइन में खड़े होने की अपेक्षा मोबाइल फ़ोनों पर यूटीएस एप से टिकट प्राप्त कर रहे हैं।
- **ऑनलाइन परीक्षा :** इसे अपनाकर भारतीय रेल ने कुछ समय पूर्व दुनिया की सबसे बड़ी ऑनलाइन परीक्षा सफ़लतापूर्वक आयोजित की है। ऑनलाइन परीक्षा अपनाने से बहुभाषी प्रश्नपुस्तिका की छपाई, भण्डारण और वितरण की लागत समाप्त हो गई है।
- **ई-टिकट :** भारतीय रेल ने ई-टिकटिंग की क्षमता वर्तमान में 20,000 टिकट प्रति मिनट कर दी है।
- **'निवारण' पोर्टल :** इस पोर्टल में कोई भी कर्मचारी अपनी शिकायत दर्ज करवा सकता है जिसका समाधान शीघ्र कर दिया जाता है।
- **ई-केटरिंग :** इसके अंतर्गत अनेक ट्रेनों में एस.एम.एस. या संबंधित नंबर पर कॉल करके ऑन-बोर्ड खाना उपलब्ध कराया जा रहा है।

2. **यात्री सुविधाएँ :**

इस दौर में यात्रियों की अपेक्षाएं भी तेजी से बढ़ती जा रही हैं।



यात्रियों को अत्याधुनिक सुविधा उपलब्ध कराने के लिए भारतीय रेल कटिबद्ध है। भारतीय रेल द्वारा उपलब्ध कराई गयी विश्वस्तरीय रेल सुविधाएँ इस प्रकार हैं :

- **स्मार्ट कोच :** अत्याधुनिक सुविधा एवं सुरक्षा संसाधनों से सज्जित 'स्मार्ट कोच' स्वदेशी तौर पर मेक इन इंडिया के तहत बनाये गए हैं जिनमें वाई-फाई, सी.सी.टी.वी. कैमरे, जीपीएस आधारित यात्री सूचना प्रणाली, फायर अलार्म सिस्टम आदि लगे हैं।
- **वास्तविक समय रेल सारणी प्रणाली (आरटीआईएस) :** इस प्रणाली को लागू करने से जीपीएस उपकरण 'उपग्रह संचार' का उपयोग करते हुए रेलों की वास्तविक जानकारी भेजते हैं।
- **'रेल मदद' एप 'मेन्यू ऑन रेल्स' एप :** रेलयात्रियों की शिकायत के त्वरित निवारण हेतु 'रेल मदद' एप और यात्रियों को परोसे जाने वाले भोजन के बारे में जागरूकता हेतु 'मेन्यू ऑन रेल्स' एप लांच किये गए हैं।
- **विस्टाडोम कोच :** विश्व धरोहर कालका-शिमला रेल मार्ग पर यात्रा को और रोमांचक बनाने के लिए 'विस्टाडोम' कोच लगाए गए हैं जिसके छत तथा खिड़कियाँ पारदर्शी होने से रेलयात्री प्राकृतिक सौन्दर्य का आनंद ले सकते हैं।
- **ट्विटर, सीपीग्राम :** इन सोशल नेटवर्किंग साइट्स के जरिये यात्रीगण शिकायत / सुझाव दे सकते हैं जिनका त्वरित निवारण किया जाता है।
- **हेल्पलाइन नंबर 139 :** भारतीय रेल ने समस्त हेल्पलाइन नम्बरों को एकीकृत कर केवल एक हेल्पलाइन नंबर 139 में तब्दील कर दिया है, ताकि सफर के दौरान यात्रियों द्वारा की जाने वाली शिकायतों का त्वरित निवारण संभव हो सके।

3. वहन क्षमता :

विगत वर्षों के दौरान मालभाड़ा तथा यात्रीभाड़ा का असंतुलन धीरे-धीरे बढ़ने से भारतीय रेल मालवाहक सेवाओं को दुनिया की सबसे महंगी रेल सेवाओं में से एक बना दिया है। अत: वहन अवसंरचना में गुणात्मक परिवर्तन हेतु ये कदम उठाये गए हैं :

- **डबल स्टैक ड्वार्फ कंटेनर :** कुछ समय पूर्व भारतीय रेल ने यह कंटेनर प्रारम्भ किये हैं जिनमें सामान्य कंटेनरों की तुलना में 67 प्रतिशत ज्यादा सामान आ सकता है।
- **डेडिकेटेड फ्रेट कॉरिडोर :** मालगाड़ियों के लिए समर्पित पूर्वी और पश्चिमी दोनों 'डेडिकेटेड फ्रेट कॉरिडोर' चालू किये जाने के पथ पर अग्रसर हैं जिससे राजस्व एवं समय की बचत होगी।
- **रोल ऑन-रोल ऑफ (रो-रो) सेवा :** पहली व्यावसायिक रोल ऑन-रोल ऑफ (रो-रो) सेवा के पश्चिम रेलवे में सफल परिचालन के फलस्वरूप वैगन में ट्रक के लदान के कारण सड़क और रेल के बीच माल सामग्री का निर्बाध परिवहन किया जा सकता है।

4. संरक्षा :

भारतीय रेल द्वारा संरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जाती है और संरक्षा को बेहतर करने के लिए हर संभव कदम उठाये जा रहे हैं। अत: रेलवे की चल-अचल परिसम्पत्तियों के नवीनीकरण, प्रतिस्थापन, सुरक्षा सुधार कार्यों के लिए 'राष्ट्रीय रेल संरक्षा कोष' की शुरुआत की गयी है जिसके अंतर्गत पांच वर्षों में एक लाख करोड़ रूपये की राशि रखी गयी है। संरक्षा में निम्न क्षेत्रों में अभूतपूर्व परिवर्तन हुए हैं :

- **एलएचबी कोच :** भारतीय रेल वर्तमान में पारम्परिक कोचों का निर्माण बंद कर कम लागत वाले, अधिक सुरक्षित और अधिक गति के एलएचबी कोचों के साथ रेल यात्रा सुनिश्चित कर रही है।
- **रेल सुरक्षा एवं चेतावनी प्रणाली (टी. पी. डब्लू. एस.) :** खतरे में संकेत पार करने और तेज रफ़्तार की दुर्घटनाओं को रोकने के लिए 'चयनित गलियारों' पर पायलट परियोजना के रूप में यह प्रणाली सफलतापूर्वक लागू की गई है।
- **मानवरहित फाटक :** बड़ी लाइन पर मानवरहित फाटकों को वर्ष 2020 तक समाप्त करने का लक्ष्य रखा गया है एवं युद्धस्तर पर कार्य जारी है।
- **फाग पास डिवाइस :** कोहरे के समय गति एवं सुरक्षित ढंग से ट्रेन संचालन के लिए लोको पायलटों को ग्लोबल पोजिशनिंग सिस्टम (जी.पी.एस.) पर आधारित हैण्ड हेल्ड पोर्टेबल उपकरण 'फाग पास डिवाइस' दिया गया है।

5. सुरक्षा :

भारतीय रेल में प्रतिदिन दो करोड़ से ज्यादा यात्री सफर करते हैं। भारतीय रेल विशेषकर महिला यात्रियों की यात्रा को अधिक से अधिक सुरक्षित बनाने के लिए नवीनतम प्रौद्योगिकी को अपना रही है जो इस प्रकार हैं :

- **'आईवॉच रेलवेज' एवं 'आर मित्र' मोबाइल एप :** पश्चिम रेलवे ने उपनगरीय क्षेत्र में महिलाओं की सुरक्षा के लिए 'आईवॉच रेलवेज' मोबाइल एप तथा पूर्व रेलवे ने महिलाओं की सुरक्षा के लिए 'आर मित्र' मोबाइल एप प्रारम्भ किया है।
- **'तेजस्विनी' व्हाट्सएप ग्रुप :** दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे द्वारा महिला यात्रियों की सुरक्षा हेतु तेजस्विनी व्हाट्सएप ग्रुप का गठन किया

गया है।

- **सीसीटीवी कैमरा :** सुरक्षा बढ़ाने के लिए रेलडिब्बों और स्टेशनों पर सीसीटीवी कैमरा लगाने का प्रावधान किया जा रहा है जिससे विशेषकर महिलाएं एवं वरिष्ठ नागरिक लाभान्वित होंगे।
- **कोरस :** वर्तमान में भारतीय रेल ऐसी अनेक परियोजनाओं पर काम कर रही है जो सामरिक और आर्थिक दृष्टि से महत्वपूर्ण हैं।



इन परियोजनाओं में आने वाली चुनौतियों तथा वहाँ कार्य कर रहे लोगों की सुरक्षा के लिए रेलवे सुरक्षा बल द्वारा 'रेल सुरक्षा के लिए कमांडो' (कोरस) का गठन किया गया है। ये कमांडो किसी भी चुनौतीपूर्ण स्थिति से निपटने में सक्षम हैं।

6. पर्यावरण :

भारतीय रेल सर्वाधिक पर्यावरण के अनुकूल परिवहन का साधन मानी जाती है। कार्बन प्रभाव को कम करने तथा राजस्व बचने हेतु भारतीय रेल द्वारा किये गए महत्वपूर्ण उपाय निम्नानुसार हैं :

- **गैर परम्परागत ऊर्जा :** भारतीय रेल ने क्षेत्रीय रेलों तथा उत्पादन इकाईयों में वर्ष 2020-21 तक 1000 मेगावाट सौर ऊर्जा तथा 200 मेगावाट पवन ऊर्जा संयंत्र स्थापित करने की योजना बनाई है जिससे राजस्व की बचत होगी।
- **सौर ऊर्जा से चलने वाली ट्रेन :** दिल्ली के सराय रोहिल्ला स्टेशन से हरियाणा के फारुख नगर स्टेशन के बीच में सौर ऊर्जा से चलने वाली प्रथम ट्रेन प्रारम्भ हो चुकी है।
- **रेल-विद्युतीकरण :** वर्ष 2021-22 तक 100 प्रतिशत विद्युतीकरण का लक्ष्य निर्धारित किया गया है जिससे रेल को कार्बन रहित बनाने की पहल को बढ़ावा मिलेगा। रेल-विद्युतीकरण से डीजल इंजन के मुकाबले गति बढ़ने से सेक्शन क्षमता में वृद्धि होती है तथा 'आयातित डीजल' पर निर्भरता कम होने से राजस्व बचता है।
- **हेड ऑन जनरेशन (एचओजी) प्रणाली :** भारतीय रेल द्वारा इस ऊर्जा कुशल विद्युत आपूर्ति प्रणाली को अंगीकार किया गया है जिसमें सवारी डिब्बों में वातानुकूलन, प्रकाश व्यवस्था, पंखे आदि के लिए बिजली इंजन को शिरोपरि उपस्कर (ओएचई) से बिजली आपूर्ति की जाती है। इससे पॉवर कारों से छुटकारा मिलता है जिससे जेनरेटर में खपत होने वाले बहुमूल्य डीजल की बचत होने से वायु प्रदूषण भी कम होता है।

7. स्वच्छ रेल - स्वच्छ भारत अभियान :

भारतीय रेल में स्वच्छता के मानक स्थापित हों , इस उद्देश्य से स्टेशन, मंडल तथा क्षेत्रीय रेलवे की स्वच्छता का निष्पक्ष आंकलन 'थर्ड पार्टी' द्वारा करवाया जा रहा है। इस अभियान के अंतर्गत अभूतपूर्व पहलें हैं :-

- **व्हाट्सएप नंबर से स्वच्छता :** विभिन्न क्षेत्रीय रेलों ने व्हाट्सएप नंबर भी दिए हैं जिनमें रेलगाड़ी और स्टेशन परिसर की गंदगी की फोटो खींचकर निश्चित नंबर पर भेजने पर कुछ ही समय में शिकायत को दूर किया जाता है।
- **जैव-शौचालय :** वर्ष 2021-22 तक रेलगाड़ियों के सभी कोचों में जैव-शौचालय लगाये जाने का लक्ष्य रखा गया है।
- **एस.एम.एस. द्वारा कोचों की सफाई :** 'रेलयात्रा के दौरान' स्वच्छता उपलब्ध कराने हेतु यात्रीगण मोबाइल से 5888 नंबर पर एस.एम.एस. भेजकर कोचों की सफाई करवा सकते हैं।
- **एकल उपयोग वाले प्लास्टिक :** एकल उपयोग प्लास्टिक पर्यावरण के लिए सबसे बढ़ा खतरा है। भारतीय रेल ने एकल उपयोग प्लास्टिक के उपयोग पर प्रतिबंध लगा दिया है।

8. मेक इन इंडिया :

राजस्व बचाने और रोजगार उपलब्ध कराने हेतु स्वदेशी निर्माण के जरिये भारतीय रेल के इन क्षेत्रों में गुणात्मक परिवर्तन हुआ है :

- **'लोकोमोटिव कारखानों' का विदेशी फर्मों द्वारा देश में निर्माण :** विदेशी फर्मों को डीजल और इलेक्ट्रिक लोकोमोटिव कारखाने बिहार में क्रमश : मरहोरा और मधेपुरा में स्थापित करने हेतु अनुबंध हुआ है जो इस क्षेत्र में रोजगार के अवसर उपलब्ध कराएगा।
- **'ट्रैक्शन अल्टरनेटर' कारखाना :** विदिशा शहर में इस कारखाने का शुभारम्भ हुआ है जिसमें प्रतिवर्ष सौ अल्टरनेटर बनाये जाने का लक्ष्य रखा गया है।
- **डीजल रेल इंजन को विद्युत रेल इंजन में बदलना :** विद्युतीकरण के पश्चात विद्युत इंजनों की मांग पूरी करने के लिए डीजल रेल कारखाना, वाराणसी ने 'मेक इन इंडिया' परियोजना के अंतर्गत



डीजल इंजन को विद्युत इंजन में परिवर्तित कर अद्भुत सिद्धि हासिल की है।

9. रेलवे स्टेशनों का पुनर्विकास और सौंदर्यीकरण :

- प्रमुख रेलवे स्टेशनों के पुनर्विकास से यात्रियों को अंतरराष्ट्रीय रेल टर्मिनलों के बराबर की सुविधाएँ मिलेंगी, स्टेशन के आस-पास के स्थानों का वाणिज्यिक विकास होगा और स्थानीय लोगों को रोजगार मिलेंगे।
- स्थानीय कलाकारों द्वारा गढ़ी गईं सांस्कृतिक छवियों की झलक लगभग सभी बड़े रेलवे स्टेशनों के सौंदर्य का कायाकल्प करती हुईं प्रतीत होती हैं।

10. रेल परिवहन :

भारतीय रेल की सर्वोच्च प्राथमिकता परिवहन है। इस क्षेत्र में गुणात्मक परिवर्तन निम्न तरह से हुआ है :

- **अंत्योदय, हमसफ़र एवं उदय रेलगाड़ियाँ :** अंत्योदय अनारक्षित सुपरफास्ट सेवा, हमसफ़र पूरी 3 एसी रेलगाड़ी एवं उदय डबल डेकर प्रकार की रेलगाड़ियाँ प्रारंभ होकर आधुनिकीकरण के आयाम बदल रहीं हैं।
- **तेजस रेलगाड़ी :** 130 कि.मी. प्रति घंटा की गति की इस रेलगाड़ी का शुभारम्भ किया जा चुका है।
- **अनुभूति कोच :** रेलयात्रियों को हवाई सफ़र जैसी अनुभूति करवाने के लिए अत्याधुनिक डिज़ाइन से सुसज्जित 'अनुभूति कोच' डिज़ाइन किये जा रहे हैं।
- **दीनदयालु सवारी डिब्बे :** इन डिब्बों में पेयजल और मोबाइल चार्जिंग की सुविधा अनारक्षित डिब्बों में भी उपलब्ध कराई गयी है जिससे यात्रा के नए आयाम स्थापित होंगे।

11. सेमी हाई स्पीड ट्रेन :

सेमी हाई स्पीड ट्रेन की गति 160 से 200 किमी प्रतिघंटे को क्रियान्वित करने के लिए भारतीय रेल ने आशातीत सफलताएँ प्राप्त की हैं :

- **गतिमान एक्सप्रेस :** वर्ष 2016 में दिल्ली और आगरा के गलियारे में इस 'प्रथम सेमी हाई स्पीड ट्रेन' का शुभारम्भ हुआ जो कि 160 किमी प्रतिघंटे की रफ़्तार से चलती है।
- **टेलगो ट्रेन :** इसे मथुरा-पलवल सेक्शन में 180 कि.मी. प्रति घंटा की गति पर सफलतापूर्वक ट्रायल होने के पश्चात प्रारंभ किया जाना प्रस्तावित है।
- **वन्दे भारत एक्सप्रेस :** 'मेक इन इंडिया' के तहत बनी इस ट्रेन को प्रारंभ किये जाने से यात्रियों को गति, सेवा एवं सुरक्षा का विश्वस्तरीय अनुभव प्राप्त हो रहा है। यह 160 कि.मी. प्रति घंटा की अधिकतम गति तक चल सकती है।

12. हाई स्पीड ट्रेन :

हाई स्पीड की दिशा में एक क्रांतिकारी कदम 14 सितम्बर, 2017 को उठाया गया जब अहमदाबाद-मुंबई 'बुलेट ट्रेन' परियोजना का शुभारम्भ किया गया जिसकी अधिकतम गति 320 किमी प्रति घंटा प्रस्तावित है।

- जापान के द्वारा 'बुलेट ट्रेन' के प्रौद्योगिकी स्थानान्तरण से भारत में ही बुलेट ट्रेन बनेगी जिससे 'मेक इन इंडिया' कार्यक्रम को बढ़ावा मिलेगा।
- बुलेट ट्रेन हेतु अधिकांश संसाधन भारत में ही जुटाए जायेंगे। इससे भारतीय उद्योगों में 'प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रोज़गार' के अवसर बढ़ेंगे।

भारतीय रेल यात्रियों को गति के साथ-साथ सुखद और सुरक्षित यात्रा प्रदान करने के लिए हमेशा कटिबद्ध है। भारतीय रेल ने जटिल कोंकण, दुर्गम पूर्वोत्तर और सामरिक महत्व की कश्मीर घाटी को रेल के माध्यम से देश की मुख्य धारा में जोड़कर अनेक विस्मयकारी चमत्कार किये हैं। भारतीय रेल द्वारा ब्रह्मपुत्र नदी पर निर्मित देश का प्रथम तथा एशिया का दूसरा सबसे लम्बा रेल-सह-रोड 'बोगीबिल ब्रिज' चीन की सीमा पर तैनात भारतीय सेना के सैनिक साजो सामान के आवागमन एवं लड़ाकू विमानों की आपातकालीन हवाईपट्टी के लिए भी प्रयोग में आएगा। भारतीय रेल अब लेह जैसे दुर्गम क्षेत्र में ट्रेन चलाने की परियोजना पर कार्य कर रही है जो कि प्रारम्भ होने के पश्चात दुनिया की सबसे ऊँची रेलवे लाइन होगी।

अंत में कहना चाहूँगा कि हाल ही में आयोजित 'परिवर्तन संगोष्ठी' भारतीय रेल को कार्य निष्पादन और दक्षता के क्षेत्र में गुणात्मक परिवर्तन की ओर अग्रसर करेगी।



संजीव तिवारी
मुख्य सर्तकता अधिकारी
पश्चिम मध्य रेल, जबलपुर

छायाचित्र - वीथिका



नराकास, जबलपुर की सातवीं बैठक में दीप प्रज्जवलित करते हुए अध्यक्ष नराकास एवं महाप्रबंधक, पमरे, श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह।



नराकास की बैठक में सरस्वती वंदना प्रस्तुत करते हुए श्री रिजवान अली खान।



मंचासीन श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह, महाप्रबंधक, पमरे एवं अध्यक्ष नराकास, श्री शोभन चौधुरी, अपर महाप्रबंधक एवं श्री कार्तिक चौहान, तत्कालीन मुख्य राजभाषा अधिकारी।



अध्यक्ष नराकास, श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह का स्वागत करते हुए तत्कालीन मुख्य राजभाषा अधिकारी, श्री कार्तिक चौहान।



अपर महाप्रबंधक एवं उपाध्यक्ष नराकास, श्री शोभन चौधुरी का स्वागत करते हुए तत्कालीन मुराधि, श्री कार्तिक चौहान।



तत्कालीन मुराधि, श्री कार्तिक चौहान का स्वागत करते हुए उपमुराधि, श्री सुवीर श्रीवास्तव।

छायाचित्र - वीथिका



नराकास की वार्षिक पत्रिका 'सरल' के द्वितीय अंक का विमोचन करते हुए अध्यक्ष एवं महाप्रबंधक, अपर महाप्रबंधक, तत्कालीन मुराधि तथा वराधि।



सदस्य कार्यालयों को हिंदी प्रशिक्षण की जानकारी देते हुए श्री घनश्याम नामदेव, सहायक निदेशक, राजभाषा विभाग।



नराकास, जबलपुर की सातवीं बैठक में संबोधन देते हुए अध्यक्ष, नराकास श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह, महाप्रबंधक, पमरे।



नराकास की सातवीं बैठक में प्रजेंटेशन देते हुए 29 वीं वाहिनी भारत-तिब्बत सीमा पुलिस बल कार्यालय के श्री विनोद पाल सिंह, निरीक्षक हिंदी अनुवादक।



प्रजेंटेशन का अवलोकन करते हुए नराकास, अध्यक्ष श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह, अपर महाप्रबंधक, तत्कालीन मुराधि तथा सदस्यगण।



राजभाषा हिंदी के सर्वाधिक एवं सराहनीय प्रयोग के लिए जबलपुर मंडल को राजभाषा शील्ड (प्रथम पुरस्कार) प्रदान करते हुए श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह, अध्यक्ष नराकास एवं महाप्रबंधक, पमरे।

छायाचित्र - वीथिका



भारतीय जीवन बीमा निगम, जबलपुर को द्वितीय पुरस्कार प्रदान करते हुए अध्यक्ष, नराकास।



केन्द्रीय विद्यालय, 1 एसटीसी, जबलपुर को तृतीय पुरस्कार प्रदान करते हुए अध्यक्ष नराकास।



नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कार्यालय क्रमांक 02 की सातवीं बैठक में धन्यवाद ज्ञापन प्रस्तुत करते हुए उपमुराधि, श्री सुवीर श्रीवास्तव।



क्षेराकास की 51वीं बैठक में महाप्रबंधक महोदय का स्वागत करते हुए तत्कालीन मुराधि, श्री कार्तिक चौहान।



क्षेराकास की 51 वीं बैठक में तत्कालीन मुराधि, श्री कार्तिक चौहान का स्वागत करते हुए श्री सुवीर श्रीवास्तव, उपमुराधि।



राजभाषा विभाग की गृह पत्रिका 'राजभाषा सरिता' के 38वें अंक का विमोचन करते हुए महाप्रबंधक महोदय तथा अन्य अधिकारीगण।

छायाचित्र - वीथिका



क्षेराकास की 51वीं बैठक में स्वागत संबोधन देते हुए
तत्कालीन मुराधि, श्री कार्तिक चौहान।



क्षेराकास की 51वीं बैठक में अध्यक्षीय उद्‌बोधन देते हुए
महाप्रबंधक, श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह।





क्षेराकास की 51वीं बैठक में उपस्थित सदस्यगण।



क्षेराकास की बैठक में ऑन लाइन जुड़े मंडलों एवं कारखानों के सदस्यगण।



क्षेराकास की 51वीं बैठक का एक दृश्य।

छायाचित्र - वीथिका



72वें गणतंत्र दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण करते हुए महाप्रबंधक महोदय।



मार्च पास्ट करते हुए रेल सुरक्षा बल के जवान।



गणतंत्र दिवस संदेश का वाचन करते हुए महाप्रबंधक महोदय।



गणतंत्र दिवस के अवसर पर देश भक्ति गीतों की प्रस्तुति देते हुए सांस्कृतिक अकादमी के कलाकार।



गुब्बारे छोड़कर गणतंत्र उत्सव मनाते हुए महाप्रबंधक श्री शैलेन्द्र कुमार सिंह एवं श्रीमती अर्चना सिंह, अध्यक्ष, पमरे/म.क.संगठन।



गणतंत्र दिवस के अवसर पर जागृति केन्द्र के बच्चों के साथ महाप्रबंधक महोदय, अध्यक्ष महिला कल्याण समिति एवं सदस्यगण तथा अन्य अधिकारीगण।

छायाचित्र - वीथिका



65वें रेल सप्ताह समारोह में महाप्रबंधक महोदय का स्वागत करते हुए तत्कालीन प्रधान मुख्य कार्मिक अधिकारी।



रेल सप्ताह समारोह के अवसर पर दीप प्रज्जवलित करती हुई अध्यक्ष, पमरे, म.क.सं., श्रीमती अर्चना सिंह।



रेल सप्ताह समारोह के अवसर पर संबोधन देते हुए महाप्रबंधक महोदय।



जबलपुर मंडल को राजभाषा दक्षता शील्ड प्रदान करते हुए महाप्रबंधक महोदय।



जबलपुर मंडल को संपूर्ण दक्षता शील्ड प्रदान करते हुए महाप्रबंधक महोदय।



रेल सप्ताह समारोह में सांस्कृतिक कार्यक्रम की प्रस्तुति देते हुए सांस्कृतिक अकादमी के कलाकार।

शब्द प्रयोग

गलत	सही	गलत	सही	गलत	सही
एकाग्र चित्त	एकाग्रचित	निरस	नीरस	वार्त्तालाप	वार्तालाप
अहंकार जन्य	अहंकारजन्य	अनुशरण	अनुसरण	कंपुटर	कंप्यूटर
जल स्त्रोत	जलस्त्रोत	निरव	नीरव	वयान	बयान
अब तक	अबतक	जाएगें	जाएंगे	से.मी.	सें.मी.
कर्म समूह	कर्मसमूह	होगें	होंगे	अवादी	आबादी
पॉलिथिन	पॉलीथिन	आदि काल	आदिकाल	अवाम	आवाम
परीक्षा फल	परीक्षाफल	यक्ष प्रश्न	यक्षप्रश्न	शख्त	सख्त
कर्तव्य परायण	कर्तव्यपरायण	सामग्रियों	सामग्री	सीरिज/सिरीज/सिरिज	सीरीज
प्रेम भाव	प्रेमभाव	व्यवहारिक	व्यावहारिक	धोखेबाज	धोखेबाज
तबियत	तबीयत	व्यवसायिक	व्यावसायिक	वालिग	बालिग
सौहार्द्र	सौहार्द	उपलक्ष	उपलक्ष्य	बाबजूद	बावजूद
मिहनत	मेहनत	मसाल	मशाल	मिडिया	मीडिया
खेलाड़ी	खिलाड़ी	मिशाल	मिसाल	डालर	डॉलर
मन ही मन	मन-ही-मन	रूपया	रुपया	संपर्क सूत्र	संपर्कसूत्र
तिसरा	तीसरा	शंभु	शंभू	मूल मंत्र	मूलमंत्र
पचीस	पच्चीस	पप्पु	पप्पू	ईलाज	इलाज
चालिस	चालीस	बचन	वचन	फुलवाड़ी	फुलवारी
गुरू	गुरु	बिचार	विचार	मालोमाल	मालामाल
बिलकुल	बिल्कुल	रिस्ता	रिश्ता	श्त्रोत	स्त्रोत
सिमेंट	सीमेंट	अर्थात	अर्थात्	स्त्रोता	श्रोता
बिमारी	बीमारी	बरात	बारात	नीती	नीति
कम से कम	कम-से-कम	रश्म	रस्म	साकारात्मक	सकारात्मक
बर्षा	वर्षा	बीबी	बीवी	वृति	वृत्ति
दल-दल	दलदल	कार्य दिवस	कार्यदिवस	पुष्टी	पुष्टि
मुहुर्त	मुहूर्त	काम-काज	कामकाज	अल्ला	अल्लाह
कार्य काल	कार्यकाल	क्लिन	क्लीन	गृहणी	गृहिणी
अनुगृह	अनुग्रह	दंपति	दंपती	सेवा निवृत्त	सेवानिवृत्त
दवाब	दबाव	श्रीमति	श्रीमती	लाभ दायक	लाभदायक
जबाब	जवाब	रोजगार परक	रोजगारपरक	विश्वास पात्र	विश्वासपात्र
जुवान	जुबान	रसायनिक	रासायनिक	विश्वास भाजन	विश्वासभाजन
एक साथ	एकसाथ	ड्युटी	ड्यूटी	रोग प्रतिरोधक	रोग-प्रतिरोधक
आरामतलवी	आरामतलबी	नीव	नींव	तर्क संगत	तर्कसंगत
हाथ पर हाथ	हाथ-पर-हाथ	डब्लू	डब्ल्यू	उहापोह	ऊहापोह
कर्त्तव्य	कर्तव्य	पुष्पांजली	पुष्पांजलि	कार्यक्षेत्र	कार्यक्षेत्र
सदस्यता शुल्क	सदस्यता-शुल्क	लिजिए	लीजिए	यथावत	यथावत्
		नीज	निज		



उत्सव गणतंत्र का ...

Design & Print by Solar Offset, 426 Hanumantal, Jabalpur. Mob.: 9425861538. E-mail : solaroffset_jbp@yahoo.com