



राजकोट मंडल
पश्चिम रेलवे
ई-सौराष्ट्र-संगम अंक 9



गणतन्त्र दिवस समारोह का आयोजन



संसदीय राजभाषा समिति द्वारा राजकोट मंडल का निरीक्षण

संरक्षक:

श्री अश्वनी कुमार
मंडल रेल प्रबंधक

परामर्शदाता:

श्री कौशल कुमार चौबे
अपर मुख्य राजभाषा अधिकारी
एवं
अपर मंडल रेल प्रबंधक

संपादक :

श्रीमती सुनीता अहिरे
राजभाषा अधिकारी

संपादक मंडल:

ओंकार कोसे
वरिष्ठ अनुवादक
संदीप शाह
कार्यालय अधीक्षक

विशेष सहयोग:

विवेक तिवारी
मुख्य जन संपर्क निरीक्षक
सचिन साहू
सी.से.इंजी. (टेली.)

संपादकीय संपर्क:**राजभाषा विभाग**

मंडल रेल प्रबंधक का कार्यालय,
कोठी कंपाउंड, राजकोट – 360001
दूरभाष रेलवे – 44012, 44016
मो. 97240 94004

ई-मेल –rarjtwr@gmail.com

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार
लेखकों के अपने हैं,इससे संपादक मंडल का
सहमत होना आवश्यक नहीं है।

अनुक्रमणिका

| क्रम सं. | विषय | पृष्ठ सं. |
|----------|---|-----------|
| 01 | मंडल रेल प्रबंधक का संदेश | 03 |
| 02 | अपर मंडल रेल प्रबंधक की अपनी बात | 04 |
| 03 | संपादकीय मंडल पर राजभाषा विभाग की गतिविधियां | 05 |
| 04 | अभिनंदन | 06 |
| 05 | हिंदी पखवाड़े की गतिविधियां | 07 |
| 06 | नराकास राजकोट की गतिविधियां | 08 |
| 07 | मंडल की राजभाषा गतिविधियां | 09 |
| 08 | विशिष्ट रेल सेवा पुरस्कार | 11 |
| 09 | चिकित्सा विभाग की गतिविधियां | 12 |
| 10 | मंडल पर आयोजित विभिन्न गतिविधियां | 14 |
| 11 | संसदीय समिति का निरीक्षण | 15 |
| 12 | प.रे.महिला संगठन की गतिविधियाँ | 20 |
| 13 | गौरव के पल | 21 |
| 14 | पिन-भाभा ट्रेक (यात्रा वृतांत) | 22 |
| 15 | डिजिटल इंडिया, डिजिटल रेलवे | 32 |
| 16 | परिवहन की कहानी | 34 |
| 17 | विश्व हिंदी दिवस का औचित्य और उपलब्धियां | 36 |
| 18 | हिंदी की महिमा | 40 |
| 19 | ज्ञान गंगा | 42 |
| 20 | चयन: अल्पसंसाधन या जलवायु परिवर्तन | 43 |
| 21 | निखिल और अणिमा | 44 |
| 22 | विटामिन डी बनाम सनशाइन विटामिन | 47 |
| 23 | हिन्दी के मूर्धन्य साहित्यकार माखनलाल चतुर्वेदी | 49 |
| 24 | यात्री गाडी को सिगनल | 51 |
| 25 | नो टेशन | 52 |
| 26 | तू कौन है ? | 55 |
| 27 | सेफ्टी कविता | 56 |
| 28 | राष्ट्र की जीवन रेखा' भारतीय रेल | 57 |
| 29 | डगमग से दो पग | 59 |
| 30 | मैं नीर भरी दुख की बदली कविता | 61 |

• मुझे मेरे अपनों ने गिराया , नतीजा ये हुआ कि मैं तैरना सीख गई.....!!



अध्यक्ष की कलम से...

प्रिय साथियो,

मंडल की ई-पत्रिका सौराष्ट्र-संगम के 9वें अंक का विमोचन करते हुए मुझे अपार हर्ष की अनुभूति हो रही है। पत्रिका के सरंक्षक तथा समिति अध्यक्ष के रूप में राजभाषा हिंदी के साथ जुड़ने से गर्व का अनुभव हो रहा है। वर्ष-2020 से राजभाषा विभाग द्वारा इस पत्रिका का निरंतर प्रकाशन किया जा रहा है।

आज के तकनीकी युग में ई-पत्रिकाओं का बहुत अधिक महत्व है। कार्यालय द्वारा जारी पत्र-पत्रिकाओं का राजभाषा के प्रचार-प्रसार में बहुत बड़ा योगदान होता है। अपने दैनंदिन कार्यों के साथ-साथ अधिकारियों/कर्मचारियों की साहित्यिक प्रतिभा को उजागर करने के लिए यह बेहतरीन मंच उपलब्ध कराती है। ई-पत्रिका के माध्यम से मंडल पर संपन्न गतिविधियों की जानकारी पलक झपकते ही पाठकों तक पहुँच जाती है, साथ ही इससे आपका मनोरंजन और ज्ञानवर्धन भी होता है।

हमारी इस पत्रिका में मंडल पर संपन्न सभी प्रमुख गतिविधियों की जानकारी, राजभाषा विभाग की गतिविधियां, महिला समिति की गतिविधियां, विशिष्ट सम्मान प्राप्त अधिकारियों/कर्मचारियों की उपलब्धियां, साहित्यिक लेख, व्यंग्य, कविताएं, आदि के फोटोसहित सटीक जानकारियाँ सम्मिलित की गयी है।

आशा करता हूँ कि यह पत्रिका अपने उद्देश्य में सफल होगी।

मैं इस पत्रिका के सफल प्रकाशन की कामना करता हूँ।

शुभकामनाओं सहित।

(अश्वनी कुमार)
मंडल रेल प्रबंधक

इस जगत में सत्य से सुंदर कुछ नहीं है।

अपर मंडल रेल प्रबंधक की अपनी बात ...



प्रिय साथियो,

मंडल की गृह पत्रिका ई-सौराष्ट्र संगम के नौवें अंक का विमोचन आदरणीय मण्डल रेल प्रबन्धक के कर से हो रहा है जिसका मुझे अपार हर्ष है ।

मंडल पर किए जा रहे विशिष्ट कार्यों को प्रदर्शित करने तथा इन्हें प्रकाशित कर मण्डल के अलावा सम्पूर्ण भारत भर में भेजने का हमारा प्रयास लगातार जारी है जिसकी सभी स्तर के अधिकारियों द्वारा प्रशंसा की जाती है ।

मैं मण्डल के सभी शाखा अधिकारियों एवं कर्मचारियों से मंडल की ई-पत्रिका के लिए विभागीय उपलब्धियों की संक्षिप्त रिपोर्टें तथा कार्यालयीन कार्यप्रणाली पर तकनीकी लेख आदि भेजने की अपील करता हूँ, क्योंकि इस तरह की सामग्री से सभी रेलकर्मों लाभान्वित होते हैं और हिंदी का प्रचार प्रसार बेहतर तरीके से ओ होता है ।

हिंदी भाषा एवं साहित्य से संबंधित कविता, कहानी, लेख, व्यंग्य आदि विधाओं से संबंधित रचनाओं से कर्मचारियों के रचनात्मक कौशल का विकास होता है तथा इससे अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी भी लेखन कार्य में रुचि लेने लगते हैं । इन पत्रिकाओं के प्रकाशन का उद्देश्य कार्यालयीन कार्यप्रणाली पर चिंतन मनन के अलावा हिंदी भाषा में हमारे रेलकर्मियों की प्रवीणता को विकसित करना भी है ।

आशा है पत्रिका में आप अपनी ओर से अधिकाधिक योगदान देंगे । पत्रिका के प्रकाशन के लिए राजभाषा विभाग को तथा रचनाकारों को मेरी ओर से हार्दिक शुभकामनाएं।

(कौशल कुमार चौबे)
अपर मंडल रेल प्रबंधक

सत्य कहना बहुत आसान है, उसे अमल में लाना अत्यन्त कठिन है।

संपादकीय ...



प्रिय साथियो,

आप सभी को नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं ।

मंडल की ई-पत्रिका सौराष्ट्र-संगम के 9 वें अंक को आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अपार खुशी हो रही है ।

राजभाषा के प्रचार-प्रसार में सरकारी कार्यालयों में राजभाषा के प्रचार-प्रसार में पत्र-पत्रिकाओं की महत्वपूर्ण भूमिका को देखते हुए राजभाषा विभाग द्वारा इस पत्रिका का निरंतर प्रकाशन किया जा रहा है । पत्रिका का मुख्य उद्देश्य मंडल पर राजभाषा हिन्दी को बढ़ावा देना है तथा मंडल पर कार्यरत सभी अधिकारी कर्मचारी तथा उनके परिवार जनों को अपनी साहित्यिक प्रतिभा को उजागर करने हेतु एक बेहतरीन मंच प्रदान करना है ।

पत्रिका का यह अंक विशेष है, क्योंकि इस पत्रिका में साहित्यिक प्रतिभा के धनी मंडल रेल प्रबंधक,अपर मंडल रेल महोदय द्वारा अपना रचनात्मक योगदान दिया गया है साथ ही अन्य शाखा अधिकारी/अधिकारी वर्ग द्वारा भी प्रस्तुति दी गयी है, जो की अत्याधिक रोचक एवं प्रशंसनीय है ।

मंडल पर संपन्न महत्वपूर्ण गतिविधियाँ जैसे-संसदीय राजभाषा समिति द्वारा मंडल कार्यालयों का निरीक्षण, हिन्दी पखवाड़ा, स्वच्छता अभियान, चिकित्सा प्रोग्राम, न.रा.का.स की बैठकें, राजभाषा पुरस्कार वितरण समारोह नए प्रोजेक्ट का शुभारंभ, महाप्रबंधक अवार्ड विजेता, महिला समिति की गतिविधियाँ तथा राजभाषा नीति संबंधित जानकारियों के साथ कविता, गजल,लेख,हास्य व्यंग्य आदि गतिविधियाँ को सम्मालित किया गया है जो आप सभी का ज्ञानवर्धन के साथ-साथ मनोरंजन भी करेगी । आशा है कि मंडल की ई-पत्रिका सौराष्ट्र-संगम का यह अंक आपको निश्चित ही पसंद आएगा ।

आपके सुझाव तथा अभिप्राय का हमें इंतजार रहेगा

शुभकामनाओं सहित ।

सुनीता जी.अहिरे
राजभाषा अधिकारी

ईश्वर का प्रमाण सत्य और सत्य का प्रमाण ईश्वर है।



अभिनंदन

हमारे नए मंडल रेल प्रबंधक

श्री अश्वनी कुमार ने दिनांक 21 जुलाई 2023 से मंडल रेल प्रबंधक राजकोट के रूप में कार्यभार संभाला है। मंडल रेल प्रबंधक-राजकोट का पदभार ग्रहण करने से पूर्व आप रेल भूमि



विकास प्राधिकरण- नई दिल्ली (RLDA) में महाप्रबंधक के रूप में कार्यरत थे। आपकी नियुक्ति श्री अनिल कुमार जैन की जगह पर हुई है। आप भारतीय रेलवे इंजीनियरिंग, सेवा के 1994 बैच के वरिष्ठ अधिकारी हैं तथा आपने IIT रुड़की से B.Tech (सिविल इंजीनियरिंग) की डिग्री प्राप्त कर ली है।

आपने पूर्व मध्य रेलवे पर विभिन्न महत्वपूर्ण पदों पर कार्य किया है। आपको वर्ष-2006 में पूर्व मध्य रेलवे में मध्य रेलवे में डेप्युटी चीफ इंजीनियर (कंस्ट्रक्शन) के तौर कार्य निष्पादन हेतु रेल मंत्रालय पुरस्कार से सम्मानित किया गया था। आप विभिन्न अध्ययनों तथा किताबें पढ़ने में गहरी रुचि रखते हैं।



हमारे नए अपर मंडल रेल प्रबंधक

श्री कौशल कुमार चौबे ने दिनांक 21 नवम्बर, 2023 को राजकोट मंडल के अपर मंडल रेल प्रबंधक का कार्यभार संभाला। आप की नियुक्ति श्री गोविंद प्रसाद सैनी की जगह पर हुई है। श्री चौबे, भारतीय रेलवे भंडार सेवा के 2003 बैच के अधिकारी हैं। आपने पश्चिम रेलवे, पश्चिम मध्य रेलवे तथा दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे में विभिन्न महत्वपूर्ण पदों पर काम किया है, जिसमें जबलपुर, बिलासपुर, रायपुर तथा मुंबई में उपमुख्य सामग्री प्रबंधक के तौर पर पदस्थापनाएं शामिल हैं। अपर मंडल रेल प्रबंधक - राजकोट पर पदभार ग्रहण करने से पूर्व आप पश्चिम रेलवे के भंडार विभाग में उपमुख्य सामग्री प्रबंधक (विद्युत) के पद पर थे। पश्चिम मध्य रेलवे में e-नीलामी तथा बर्न स्टैंडर्ड के निस्तारण के क्रियान्वयन में आपका महत्वपूर्ण योगदान रहा है। श्री चौबे ट्रेकिंग और हाइकिंग में गहरी रुचि रखते हैं।



पुरुषार्थ के लिए ज्ञान, भक्ति और कर्म तीनों आवश्यक है।

हिंदी पखवाड़े की गतिविधियां



नराकास राजकोट की गतिविधियां



मंडल की राजभाषा गतिविधियां





'क' और 'ख' क्षेत्रों में स्थित कार्यालयों/विभागों से यदि कोई पत्र अंग्रेजी में प्राप्त होता है, तो भी उसका उत्तर हिंदी में दिया जा सकता है।

विशिष्ट रेल सेवा पुरस्कार के विजेता अधिकारी/कर्मचारी



कार्यालय/विभाग में प्रयुक्त किए जा रहे सभी कंप्यूटरों में हिंदी का 'यूनिकोड'फॉन्ट' इनेबल किया जाए।

चिकित्सा विभाग की गतिविधियां



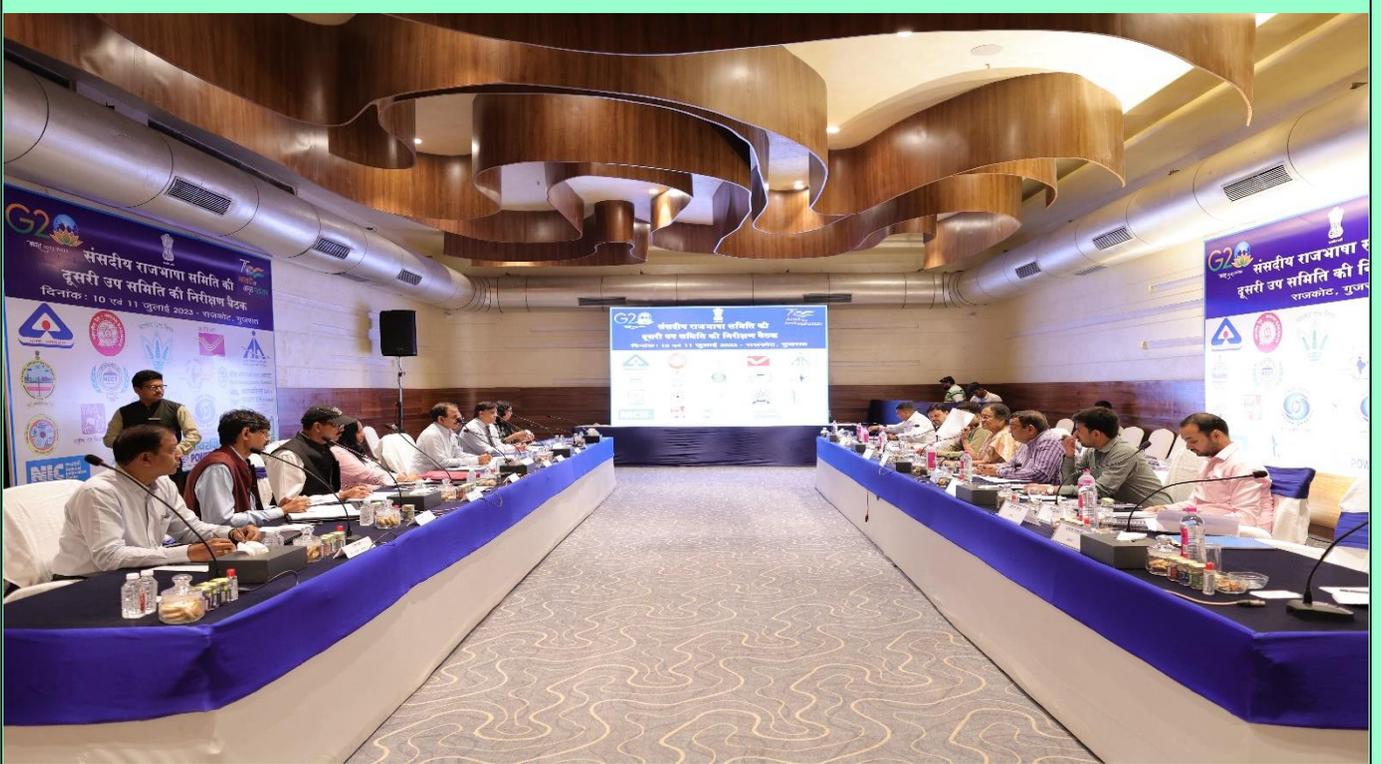


सभी विभागीय एवं पदोन्नति परीक्षाओं में सभी प्रश्न पत्र द्विभाषी में (हिंदी एवं अंग्रेजी) उपलब्ध कराए जाएं।

मंडल पर आयोजित विभिन्न गतिविधियां



संसदीय राजभाषा समिति का निरीक्षण











महिला समाज सेवा संगठन (प.रे.)राजकोट की गतिविधियाँ



राजकोट मंडल रेलवे अस्पताल में हाल ही में 'ब्रेस्ट कैंसर जागरूकता कार्यक्रम' का आयोजन किया गया जिसमें मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ.राज कुमार द्वारा इस विषय पर विस्तृत जानकारी प्रदान की गयी। ब्रेस्ट कैंसर के मुख्य रिस्क कारण, उसके निदान के लिए जरूरी जांच के प्रकार, उसके विविध स्टेज और ब्रेस्ट कैंसर के लिए उपलब्ध इलाज के बारे में बताया गया। इसके साथ ही "स्वयं स्तन परीक्षण" का महत्व समझाया गया। ब्रेस्ट कैंसर के बारे में भ्रांतियाँ को दूर किया गया और शीघ्र निदान का महत्व समझाया गया ब्रेस्ट कैंसर के उपचार के लिए सर्जरी, किमोथेरेपी, रेडियोथेरेपी और हॉर्मोनल थेरेपी के बारे में भी जानकारी दी गई। इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि महिला समाज सेवा समिति राजकोट मंडल की प्रेसिडेंट श्रीमती रंजना कुमार एवं सेक्रेटरी श्रीमती मीता सैनी उपस्थित थे।

गौरव के पल



क्रिशा पुत्री श्री हरेश भायाणी सीआरएस जामनगर ने नवम्बर 2023 में CA फाइनल परीक्षा अछे रेंक से उत्तीर्ण की ।



मास्टर आयुष निरंजन, पिता प्रिये निरंजन कुमार, माल पर्यवेक्षक, राजकोट ने पीएम श्री विद्यालय राजकोट में सायन्स ओलिंपियाड के अंतर्गत mathematics Olympiad में भाग लेकर स्कूल लेवल में प्रथम स्थान प्राप्त किया है जिसके लिए उन्हें प्रमाण पत्र तथा गोल्ड मेडल से सम्मानित भी किया गया है । क्षेत्रीय स्तर की परीक्षा के लिए आयुष तैयारी कर रहे हैं ।

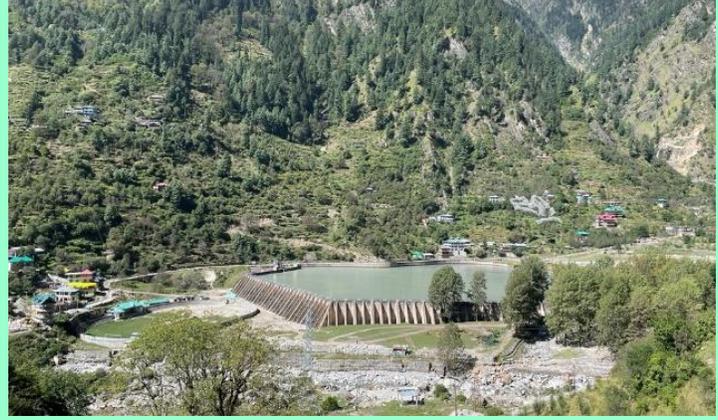
पिन- भाभा ट्रेक (यात्रा वृतांत)

‘सह्याद्री’ में लगातार ट्रेकिंग करते करते इस साल हमने हिमालय के ट्रेक पर जाने की तैयारी शुरू की। हमारे साथ भावना, संतोष तथा अमित हिमालय में ट्रेक करने वाले अनुभवी ट्रेकर थे। इनके ही दिशा निर्देश में सारी तैयारियां शुरू हुईं। उनके साथ सुनील, विनय, दिनेश और सुरेन्द्र सोनी और मैं कुल 8 लोगों की टीम तैयार हो गई। ‘पिन भाभा ट्रेक’ का चयन किया गया। यह ट्रेक किन्नौर जिले के ‘काफनू’ गाँव से ‘भाभा वेली’ में ‘भाभा नदी’ के किनारे से शुरू होकर और स्पीति की वादियों में पिन नदी के किनारे ‘मुद’ नामक गाँव में समाप्त होना था। लगभग 55 किमी की दूरी को 16250 फुट की ऊंचाई से होते हुए 6 दिन में पार करना था। ट्रेक के दौरान गाइड, खाने और रहने की प्रबंध के लिए एक संस्था को तय किया गया। ‘भारतीय पर्वतारोहाण संस्थान’से अनुमति मिल गई थी। अंत में मेडिकल जांच तथा बीमा करने के पश्चात हम सब ट्रेक के लिए तैयार थे।

किसी भी ट्रेक के शुरू करने के पूर्व शारीरिक रूप से स्वस्थ होना आवश्यक है। बेहतर होता है कि हिमालयन ट्रेक के दो माह पूर्व से तैयारी की जाए और 3-4 स्थानीय ट्रेक कर लिए जाए। रोज के लिए कम से कम 1-2 किमी की दौड़ और 6-7 किमी चलना उचित होता है। इसके अलावा तैराकी या साइकिलिंग भी की जा सकती है। ट्रेक करना एक बहुत ही कठिन शारीरिक व्यायाम है जिसे बिना शारीरिक स्वस्थता के नहीं करना चाहिए क्योंकि ट्रेक के दौरान विपरीत परिस्थितियों में सहायता मिलने में बहुत कठिनाई होती है। हिमालयन ट्रेक में ऊंचाई पर होने वाली बीमारी (हाई ऐल्टिट्यूड सिक्नेस) होने की भी संभावना होती है। अत्यधिक ठंड से बचाव के साधन भी आवश्यक होते हैं। यदि हम स्वस्थ होते हैं तो ये परेशानियाँ कम आती हैं।

सभी लोग 23 सितंबर को ट्रेन से चंडीगढ़ के लिए प्रस्थान कर गए। मेरी और सुनील के अवकाश की स्वीकृति में कुछ देर हो रही थी इसलिए हम 25 सितंबर को हवाई यात्रा से चंडीगढ़ पहुंचे। हम सभी ने 26 सितंबर को एक छोटी बस के द्वारा ‘काफनू’ के लिए सुबह छः बजे प्रस्थान किया। आज का सफर बहुत लंबा था, लगभग 250 किमी का, पहाड़ी रास्तों पर। रास्ते में सोलन होते हुए शिमला तक खूबसूरत नजारों ने मन में एक उत्साह भर दिया। हरे भरे जंगलों के बीच लहराती रोड मनमोहक लग रही थी। अभी हाल ही में आई बरसाती आपदा के निशान भी जगह जगह मौजूद थे। सोलन एक खूबसूरत शहर है। यहाँ से हम लोग 9.30 पर शिमला पहुँचे। शिमला में रोड पर बहुत जाम लगा हुआ था। 10 मिनट के रास्ते को पार करने में हमें लगभग 1 घंटा लग गया। अब शिमला में बहुत भीड़ हो गयी है। यदि आप शिमला से आगे जाना चाहते हैं तो बेहतर है सुबह 8.30 बजे के पहले शिमला से निकल जाएं।

शिमला से कुफ़री, नारकंडा और कुमारसेन होते हुए हम आगे बढ़ चले । शिमला से यहाँ तक का सफर पहाड़ों के शिखर पर था। इसके आगे हम सतलज नदी के किनारे किनारे चलेंगे । हम लगभग 3 बजे रामपुर पहुँच गए । रामपुर यहाँ का काफी बड़ा शहर है और लगभग सभी सुविधाएं यहाँ उपलब्ध हैं । हम में से कुछ साथियों ने यहाँ पर ए टी एम से पैसे निकलवाए क्योंकि इसके बाद यह सुविधा उपलब्ध नहीं थी। रामपुर के बाद लगने लगा था कि अब हम किन्नौर में प्रवेश कर गए हैं । पहाड़ी पहनावे के साथ महिलाएं और पुरुष दिखाई देने लगे थे। रास्ता बहुत ही खूबसूरत था । सतलज का किनारा, ऊंचे ऊंचे पहाड़ और टेढ़े मेढ़े रास्ते पर लहराती हमारी बस। जगह जगह पर टूटी हुई रोड और फिसले हुए पत्थरों



के ढेर, भयानक त्रासदी का अहसास करा रहे थे । जगह जगह पर बने मार्ग विचलन, चल रहे सुधार कार्य मानव की जीवटता को दिखा रहे थे । अहसास हो रहा था की इन्सान त्रासदी से कितनी जल्दी उबर जाता है। शाम 7 बजे तक हम वांगटू गाँव पहुंचे। यहाँ पर हम सतलज नदी को पार कर दूसरी ओर निकल गए । यहाँ हमारा साथ सतलज नदी से छूट चुका था । अब हमारी बस भाभा नदी के किनारे- किनारे चल रही थी । यहाँ से लगभग 20 किमी का सफर तय कर हम शाम को लगभग 7.45 बजे 'काफनू' पहुँच गए।

काफनू गाँव समुद्र तल से लगभग 7900 फिट की ऊँचाई पर है। हम लोग लेक व्यू होटल में रुके । अगले दिन 26 सितंबर को हम काफनू में ही रुकने वाले थे क्योंकि यह अधिक ऊँचाई पर होने की वजह से वातावरण अनुकूलन आवश्यक था । इसके अलावा तीन दिन के सफर की थकान तो थी ही। अगले दिन हम लोग सुबह नाश्ता करके अनुकूलन हेतु नज़दीकी यांगपा गाँव की सैर पर निकल गये। यह 9000 फुट की ऊँचाई पर एक बहुत ही खूबसूरत गाँव है । रास्ता सेव के खेतों के बीच हो कर जा रहा था । लाल-लाल सेव देखकर मन ललचा रहा था । पास ही खेत का मालिक खड़ा था । उसने हम सब को खाने के लिए बिना मांगे ही सेव दे दिए और हमारे साथ फोटो भी लिए । रसीले सेव बहुत ही स्वादिष्ट थे । इस गाँव में 2-3 सुंदर मंदिर हैं, जो कि स्थानीय देवताओं को समर्पित हैं । मंदिरों की शैली बहुत ही

आकर्षक है। दोपहर तक हम सब होटल में वापस पहुँच गए। शाम को फिर काफनू गाँव की ओर निकल गए। यह भी सुंदर गाँव है। यहाँ सेव खरीदने के लिए व्यापारी दूर दूर से आते हैं। अधिकांश घर पक्के हैं परंतु कुछ पहाड़ी घर भी बने हैं। एक दो मंदिर के दर्शन कर हम वापिस आ गए।



सुबह 27 सितंबर को हम सब तैयार हो कर 7.30 बजे होटल से बाहर आ गए। एक गाइड, एक रसोइया, दो सहायकों, और चार खच्चरों के साथ हम सभी 8 साथी ट्रेक के लिए तैयार थे। दो कुत्ते भी हमारे साथ हो लिए। एक छोटी सी एक प्रार्थना के बाद 8:20 बजे भाभा नदी पर बने स्टॉपडेम से होते हुए हमने ट्रेकिंग की शुरुआत की। काफनू गाँव से निकलते ही स्कूली बच्चों का एक दल रोड पर दौड़ लगाते हुए हम से आगे निकाल गया। साथ में उनके मास्टर जी बुलेट पर थे। वे बच्चों को उत्साहित कर रहे थे और जो बच्चे थक जा रहे थे, उन्हें बाईक पर बिठा ले रहे थे। इन बच्चों को देख अपने जमाने के स्कूली दिन याद आ गए। पहाड़ों पर दैनिक जीवन के इस तरह का प्रशिक्षण बहुत जरूरी है।

अब हम 'भाभा' नदी के किनारे किनारे चार किमी आगे आ गए थे। रास्ते में मनोहारी दृश्यों को देख कर मन पुलकित हो रहा था। अभी हम 'भाभा' नदी के किनारे बनी कच्ची रोड पर चल रहे थे। इस साल आई त्रासदी से रोड भी कई जगह टूटा हुआ था। अब कोई इंसान दिखाई नहीं दे रहा था। रोड समाप्त हो गई थी और अब हम पगडंडी पर चल रहे थे। दोपहर लगभग 1.50 बजे हम एक बहुत ही रमणीक जगह पर पहुंचे। वहाँ भाभा नदी बहुत ही सुंदर दिखाई दे रही थी। चारों तरफ बड़ा खूबसूरत नजारा था। नेटवर्क ने अब हमारा साथ छोड़ दिया था। मोबाईल अब केवल कैमरा बन गया था। अब 6-7 दिन बाकी दुनिया से हमारा कोई संपर्क नहीं होने वाला था। सचमुच मोबाईल ने हमारी जिंदगी में कितना दखल कर रखा है। इसने चीजों को आसान बनाया है, तो जिंदगी को उलझा भी दिया है। हर आदमी बस मोबाइल में ही गुम सा हो जाता है।

थोड़ा आराम कर हम आगे बढ़ गए। लगातार चलते हुए अब हमारी आँखें झंडी टॉप को खोज रही थीं, जो आज के लिए हमारा सबसे ऊंचा स्थान था। काफी देर बाद हमारे गाइड ने इशारा कर बताया कि वो रहा झंडी टॉप। हम सब खुश हो गए। यह लगभग 10750 फुट की ऊंचाई पर था। इसके बाद था 'मुलिंग' जो हमारा पहला कैम्प था; पर पहाड़ों में जो पास दिख रहा होता है, वह पास नहीं होता। लगभग

2-3 किमी चलने के बाद हम ऊपर झंडी टॉप पहुंचे । बहुत ही अद्भुत नजारा था । ठंडी हवा चल रही थी । चारों तरफ मनमोहक दृश्य था । हरे भरे पहाड़, दूसरी ओर घास के मैदान । कल-कल बहती भाभा नदी । कुछ भेड़ों के समूह भी इधर-उधर दिखाई दे रहे थे। दूर एक घर दिखाई दे रहा था, वहाँ हमारी कैम्प साइट थी । लगभग 11 किलोमीटर ट्रेकिंग करते हुए हम सब 15:15 बजे, कैम्प साइट 'मूलिंग' पहुँचे। यह समुद्र तल से लगभग 10500 फुट की ऊँचाई पर है ।हमारे सहायकों का दल पहले ही वहाँ पहुँच गया था । तंबू लगा दिए गए थे, और हमारे लिए पुलाव तैयार था । पुलाव खा कर हम प्रकृति का आनंद लेने लगे। कल-कल बहती 'भाभा' नदी मन मोह रही थी । दूर कहीं चोटियों पर बर्फ भी झांक रही थी । 'मूलिंग' एक बहुत ही सुंदर जगह है। इसकी वादियाँ मनमोह लेती हैं । शाम होने आ रही थी, हमारे लिए चाय-पकौड़े तैयार थे । कल जल्दी उठना था इसलिए 8 बजे सूप और रात्रि भोजन कर हम सब 9.00 बजे अपने तंबू में सोने चले गए। दिन की थकान और तेज ठंड की वजह से स्लीपिंग बैग में जाने के बाद, पता ही नहीं चला कि कब सुबह हो गई ।



कड़कड़ाती ठंड में हमारे गाइड ने टेंट में ही सुबह 6.00 बजे चाय दे दी । सुबह का मौसम बड़ा सुहावना था । पहाड़ों की चोटियों पर पड़ रही धूप बहुत मनोहारी लग रही थी । ठिठुरे हुए पेड़ पौधों में जीवन संचार हो चला था। फिर 8.00 बजे नाश्ता कर हमने 8:45 बजे ट्रेकिंग की शुरुआत की, क्योंकि आज हमें चलना कम था और ऊँचाई ज्यादा चढ़नी थी । अब ऊंचे-ऊंचे पेड़ पीछे छूटे जा रहे थे । हम पथरीले और घुमावदार रास्तों पर चल रहे थे । खुला नीला आसमान, जमीन की हरियाली, पहाड़ों से नीचे जाती भाभा नदी और बगल में ऊपर की ओर जा रहे टेड़े मेढ़े रास्ते, लगता था आसमान छू लेंगे । इस तरह आज हम सब 6.55 किलोमीटर चलते हुए, एक बजे कैम्प साइट 'कारा' में पहुँचे। यह समुद्र तल से लगभग 12300 फुट की ऊँचाई पर है । करीब दो बजे स्वादिष्ट कढ़ी-चावल और पापड़ का लंच किया और टेंटों में आराम किया। बाद में कैम्प के पास झील पर घूमने निकल गए। यहाँ पर बहुत ठंड थी । पास ही कुछ गडरिये रुके थे । वहीं कुछ लकड़ियां रखी थी । हमने कैम्प-फायर का आनंद, टमाटर सूप की चुस्कियों के साथ लिया। रात 8:30 बजे रात्रिभोज कर सोने के लिए चले गए।



दिनांक 29 सितंबर को सुबह 6.00 बजे उठे, और 8.00 बजे नाश्ता किया और 9:00 बजे ट्रेकिंग की शुरुआत की। आज न तो ज्यादा चलना था न ही ज्यादा ऊंचाई पर जाना था। परंतु हिमालयन ट्रेक में रोज एक नई चुनौती होती है। आज की चुनौती थी रिवर क्रॉसिंग । बहुत सारे नालों को पार करते हुए हम आगे बढ़ रहे थे । पहाड़ों पर नालों को पार करना बड़ा कठिन कार्य है । कल एक चेक रिपब्लिक का एक जोड़ा (कपल) मिला था । वे लोग पिछले तीन माह से हिमालय में घूम रहे थे ।जब उनसे बात हो रही थी तो वो पूछ रहे थे कि अब आगे नदी क्रॉसिंग तो नहीं है। मतलब नदी नालों को पार करने में बहुत श्रम और सावधानी लगती है। विदेशी लोगों से घूमने का सलीका सीखने लायक है। खास तौर पर उनसे, जो शौकिया तौर पर लंबी यात्रा पर होते हैं । उनका दृढ़ निश्चय, मितव्ययता, कम सामान में काम चलाने का गुण, तारीफ के लायक होता है । दोनों पति-पत्नी के पास केवल दो ही बैक-पैक थे जिसमें रहने-खाने, पहनने-ओढ़ने का सारा सामान था । उनके पास न कोई गाइड था न कोई खच्चर । उन्होंने बताया की अब उनके पैसे और विजा समाप्त हो रहा है इसलिए अब उन्हें लौटना पड़ेगा । दूसरी ओर हम थे, जो 6-7 दिन के लिए निकले थे और हमारे भारी बेग खच्चरों पर थे ।

अब हम भाभा नदी को पार कर दूसरी ओर निकल गए और बाईं तरफ चल पड़े । आज हम 5.5 किलोमीटर ट्रेकिंग करके 13:30 बजे कैम्प साइट 'फुटसिरिंग' पहुँचे। यह समुद्र तल से लगभग 13600 फुट की ऊँचाई पर है। यह भी बहुत मनमोहक स्थान है। करीब 2.00 बजे स्वादिष्ट दाल-चावल और पापड़ का लंच किया। लगभग 3:00 बजे अचानक मौसम बदल गया और बर्फबारी शुरू हो गई जो लगभग 5:00 बजे तक चली, उसके बाद मौसम बहुत ही ठंडा हो गया। शाम पाँच बजे चाय-बिस्किट , लेकर हम सब टेंट में ही रहे । शाम को हम लोग जल्दी सोने चले गए, क्योंकि दूसरे दिन सुबह ठीक चार बजे ट्रेक शुरू होने वाला था।

दिनांक 30 सितंबर का दिन हमारा अनुकूलन का दिन था,परंतु हम सब ठीक ठाक चल रहे थे और अगले दो दिन बहुत कठिन थे ।अगले दिन हमें लगभग 16 -17 किमी चलना था और लगभग 3000 फुट की ऊँचाई पर जाना था । साथ ही बर्फ में भी करीब 3-4 घंटे चलना था। अंतिम दिन 17-18 किमी चलना

था इसलिए हमने सोचा कि अगले दो दिन के ट्रेक को तीन दिनों में बदल दिया जाए, इसलिए अनुकूलन के दिन को ट्रेक करने का निर्णय लिया, क्योंकि सभी स्वस्थ थे और अनुकूलन से संबंधित कोई समस्या नहीं थी। अतः सुबह चार बजे रवाना होने की योजना थी, परंतु पूरी रात बर्फबारी और बरसात होती रही। रात में टेंट पर बर्फ जम रही थी, जिसे बीच बीच में हटाना पड़ता था। जब हम तीन बजे उठे तो बर्फ पड़ रही थी। हम फिर पाँच बजे उठे, लेकिन बर्फ बंद नहीं हुई थी। हम सब फिर सो गए और जब बर्फ बंद हुई तो आठ बज गए थे। अब आगे जाने से कोई फायदा नहीं था। प्रकृति ने आज हमें 'फूटसिरिंग' से आगे जाने से रोक दिया। अब हम पूरा दिन यहीं रुकने वाले थे।



आज का दिन प्रकृति का आनंद लेने का दिन था। चारों तरफ बर्फ ही बर्फ था। चारों तरफ सफेद पहाड़ थे। बीच में नदी बह रही थी, बाकी सब जम सा गया था। महान कवि जयशंकर प्रसाद की कुछ पंक्तियाँ याद आ रही थीं। प्रलय का वर्णन करते हुए वे कहते हैं, 'एक तत्व की ही प्रधानता जिसे कहो जड़ या चेतन'। प्रकृति ने अपना रूप दिखाया था और वह बर्फ के रूप में चारों ओर सामने था, फिर भी आज का दिन बहुत सुहावना था। ठंड बहुत थी, तापमान शून्य से कम था। कम से कम आधा फुट बर्फ गिरी थी। हमारे साथ आया हुआ शेरु पूरी रात बर्फ में बैठा रहा और सुबह उठ कर गायब हो गया। शायद वह गाँव वापस लौट गया था। चारों तरफ पहाड़ों पर अद्भुत नजारा था। दिन चढ़ने के साथ-साथ नजारे बदल रहे थे। हम बर्फ पर खूब चले और वीडियो भी बनाए। मौसम दिन में भी आँख मिचौली खेलता रहा। शाम होते-होते मौसम फिर बिगड़ गया। शाम को हम सबने लूडो खेला। रात में खाना खाकर सो गए क्योंकि कल सुबह फिर हमें 4.00 बजे निकलना था।





दूसरे दिन 1 अक्टूबर को 4:30 बजे फिर हल्की बर्फबारी फिर शुरू हो गई। मौसम के सही होने का इंतज़ार करने के अलावा और कोई चारा नहीं था। अब यदि आज मौसम सही नहीं होता है तो हमें ट्रेक समाप्त कर वापस लौटना पड़ेगा। ईश्वर कृपा से सुबह 6.30 बजे मौसम साफ हो गया। हमने जल्दी से नाश्ता करके सुबह 7.30 बजे ट्रेक शुरू किया। आज का दिन बहुत भारी होने वाला था। एक तो हमने ट्रेक लगभग तीन घंटे देर से शुरू किया था, दूसरे हमें ऊंचाई भी ज्यादा चढ़नी थी और तीसरे चलना भी बहुत अधिक था वह भी बर्फ में। पहले 3 घंटे पत्थरों पर चलते हुए हम घुमावदार रास्तों पर बर्फ से ढकी वादियों में पहुँच गए। बर्फ में ट्रेकिंग का एक अलग ही आनंद है। लगभग 2.00 घंटे बाद हम 1.00 बजे दोपहर 'भाभा पास' पर पहुँचे जो समुद्रतल से 16105 फुट की ऊंचाई पर है। हम अपनी मंजिल पर पहुँच गए थे। सबने एक दूसरे को बधाई दी। यहाँ का नजारा अद्भुत था। हमारे गाइड ने वहाँ स्थित पत्थरों के मंदिर में पूजा-पाठ की। यहाँ पर हमने खूब फोटोग्राफी की।

हमारे पास समय कम था, इसलिए हमने जल्दी लगभग 13.30 बजे दूसरी तरफ उतरना शुरू किया। दूसरी तरफ बर्फ कुछ ज्यादा ही थी। जब हम नीचे उतर रहे थे तो लगभग दोफुट के आसपास बर्फ थी। फिसलनदार बर्फ को पार करते हुए हम लगभग 14:30 बजे भोजन के लिए रुके। अब बर्फ पर नहीं चलना था। अब हम स्पीति व्हेली में थे। पेड़ पौधों का नामोनिशान भी नहीं था। ऊंचे-ऊंचे बर्फ से लदे पहाड़ और आगे वीरान स्पीति व्हेली। भाभा पास से आती नदी के किनारे, बोल्डरों से भरे हुए रास्तों पर, रुक रुक कर होती बर्फबारी के बीच हम आगे चले जा रहे थे।



नजारे बड़े सुंदर थे पर थकान हावी हो रही थी । हम लगातार 8-9 घंटों से चल रहे थे । धीरे धीरे अंधेरा घिर आया था पर रास्ता है कि खत्म ही नहीं हो रहा था । लंच के बाद लगातार साढ़े चार घंटे चलने के बाद, शाम 7:30 बजे, टार्च की रोशनी में कैंपसाइट 'मांगरूंगसे' पहुँचे। यह समुद्रतल से लगभग 13500 फुट की ऊँचाई पर है। 'मांगरूंगसे' में पिन नदी मिल जाती है । यहाँ से हम पिन व्हेली में प्रवेश करने वाले थे । आज हम बुरी तरह थक गए थे । लगभग ग्यारह घंटों से लगातार चल रहे थे । हमने लगभग 17 किमी का ट्रेक किया और 3000 फुट की ऊँचाई चढ़े थे और इतना ही नीचे उतरे थे । शाम का खाना खा कर हम जल्दी ही सो गए क्योंकि कल के दिन फिर से बहुत चलना था।

दिनांक 2 अक्टूबर को हम सब सुबह 6.00 बजे उठे। पूरी-छोले का नाश्ता करके सुबह 8.30 बजे हमने ट्रेक शुरू किया। बोल्टडरों से भरे ऊँचे-नीचे रास्तों पर चलते रहे। आज की वादियाँ बहुत ही खूबसूरत थीं। पहाड़ों पर कोई पेड़ पौधा नहीं था। किन्तु, पहाड़ों पर हरारंग था। लाल, पीले, स्लेटी, नीले, हरे, ब्राउन और सफेद हर रंग के पहाड़ थे। अब हमने 10:40 बजे एक ब्रेक लिया, थोड़ा ड्राईफ्रूट, खाखरा का हल्का नाश्ता करके पुनः चल पड़े, दोपहर 13:30 बजे पिन नदी के किनारे खाने के लिए रुके। ऊँचे-नीचे ट्रेल पर चलते रास्ते में कभी धूप, कभी बारिश, कभी बर्फबारी का आनंद लेते हुए शाम 4.00 बजे 'मुद' गाँव पहुँचे। यह समुद्र तल से 12420 फुट की ऊँचाई पर है। वहाँ पर गाँव से बाहर, पिन नदी के किनारे, एक रिसॉर्ट में रहने की व्यवस्था की गई थी। भौगोलिक स्थिति बहुत ही शानदार थी। चारों ओर पहाड़, एक तरफ लगभग 1000 फुट की ऊँचाई पर 'मुद' गाँव, पिन नदी का किनारा, सभी कुछ मनभावन था। अब हमारी ट्रेक की थकान भी जाती रही थी। हमारे मोबाइल से नेटवर्क अभी भी दूर था। ट्रेक पूरा होने की खुशी में शाम को एक छोटी सी पार्टी कर रात का खाना खाकर सो गए।



दिनांक 3 अक्टूबर को सुबह छः बजे उठकर, हमने 7:30 बजे टाटा सूमो से काजा के लिए प्रस्थान किया। पूरा रास्ता प्राकृतिक सुंदरता के नजारों से भरा पड़ा था। पिन नदी और उसके दोनों ओर प्रकृति की कलाकारी मन को लुभा रही थी। यहाँ नदी के किनारों पर पहाड़ों में पानी और हवा के क्षरण से अद्भुत आकृतियाँ उभर आई हैं जो एकदम अलग ही दृश्य पैदा करती हैं। यहाँ सीमा सड़क संगठन द्वारा किए गए सड़क और पुल के कार्य सराहनीय हैं। कच्चे-पक्के रास्तों से गुजरते हुए 9.30 बजे काजा पहुँचे। काजा में नाश्ता किया और 11 बजे मनाली के लिए रवाना हुए। रास्ते में खूबसूरत स्फीति व्हेली के नजारों का आनंद लेते हुए 13:40 बजे 'धार-चू-ला' पहुँचे। वहाँ 'कुंजोम' माता और 'बुद्ध भगवान' के दर्शन किए और फोटोग्राफी करके 13:55 बजे रवाना हुए। रास्ते में 'छातरू' गाँव में चाय-नास्ते के लिए रुके। कुछ देर बाद हम अटल टनल पहुँच गए। यहाँ थोड़ा रुककर फोटोग्राफी की तथा एक लंबी और यादगार यात्रा पूरी करके

शाम 7 बजे मनाली पहुँचे। वहां होटल 'नमस्ते इन' में रहने की व्यवस्था थी। रात को मालरोड पर डिनर कर हम सब आराम करने चले गए।

अगले दिन मैंने और सुनील ने सभी साथियों से विदा ली और चंडीगढ़ के लिए निकल पड़े। चण्डीगढ़ से वायुयान द्वारा रात 11.30 मुंबई पहुँच गए। इस तरह एक बहुत ही यादगार ट्रेक का समापन हुआ। ट्रेकिंग हमें जीवन में बहुत कुछ सिखाती है। यह हमें अनुशासन सिखाती है। धैर्य का पाठ पढ़ाती है। कठिन समय में, विपरीत परिस्थितियों में निर्णय लेने की क्षमता विकसित करती है। ट्रेकिंग से न केवल हम शारीरिक रूप से स्वस्थ रहते हैं, बल्कि मानसिक विकास भी करते हैं। ट्रेकिंग से प्रकृति से प्रेम बढ़ता है



उसके प्रति एक जिम्मेदारी की भावना विकसित होती है। ट्रेकिंग हमारा सर्वांगीण विकास करती है। हमें प्रकृति से जुड़ने के लिए ट्रेकिंग से जुड़ना चाहिए।

—कौशल कुमार चौबे
अपर मुख्य राजभाषा अधिकारी
एवं
अपर मंडल रेल प्रबंधक

(हिंदी पखवाड़ा-पुरस्कृत निबंध)

“डिजिटल इंडिया, डिजिटल रेलवे”

भारत सरकार द्वारा संचालित 'डिजिटल इंडिया' अभियान का मुख्य उद्देश्य देश को डिजिटल रूप से सशक्त बनाना और सरकारी सेवाओं को उन्नत करके कागजी कामकाज को कम करना है। 8 वर्ष पहले, 2015 में प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी द्वारा डिजिटल इंडिया अभियान के तहत सरकारी विभागों को देश की जनता से जोड़ने का संकल्प लिया गया। इस अभियान के तीन मुख्य घटक हैं:-

- (1) डिजिटल आधारभूत ढांचे का निर्माण करना
- (2) इलेक्ट्रॉनिक रूप से सेवाओं को जनता तक पहुंचाना, और
- (3) डिजिटल साक्षरता

डिजिटल इंडिया के नौ स्तंभ हैं: ब्रॉडबैंड सुविधा, घर घर में फोन, 'पब्लिक इंटरनेट एक्सेस' कार्यक्रम, ई-गवर्नेंस, ई-क्रांति, सभी के लिए सूचना, इलेक्ट्रॉनिक्स विनिर्माण, आईटी नौकरियां और 'अर्ली हार्वेस्ट' कार्यक्रम। हालांकि, कुशल ई प्रशासन और डिजिटल इंडिया के सही उपयोग के लिए डेटा सुरक्षा, निजता सुरक्षा और साइबर सुरक्षा जैसी चुनौतियां हैं, फिर भी यह उम्मीद है कि 'ई-कॉमर्स', डिजिटल इंडिया प्रोजेक्ट को सुगम बनाने में मदद करेगा। इस अभियान के अंतर्गत आधार कार्ड, कॉमन सर्विस सेंटर, डिजी लॉकर, ई-साइन, यूनिफाइड मोबाइल अप्लीकेशन फार न्यू ऐज गवर्नेंस (उमंग, UMANG) इत्यादि कई तरह की योजनाएँ लागू की गई हैं।

डिजिटल इंडिया से देश के कोने कोने में रहने वाले लोग एक दूसरे के सीधे संपर्क में आने में कामयाब हुए हैं। देश विकास की राह पर चल रहा है और कई प्रक्रियाओं में सुधार हुआ है। उदाहरण के तौर पर विधार्थी पढ़ाई करने फॉर्म भरने से लेकर परीक्षा देने तक का लाभ उठाने लगे हैं।।

देश की 'जीवन रेखा कही जाने वाली "भारतीय रेल" भी सरकार के डिजिटल इंडिया मिशन को नई उंचाई प्रदान करने की दिशा में हर संभव प्रयास कर रही है। भारतीय रेलवे बड़े पैमाने पर निम्नलिखित क्षेत्रों में डिजिटल इंडिया को बढ़ावा दे रहा है।

रेलवे टिकट की ऑनलाइन बुकिंग के लिए 'आई आर सी टी सी वेबसाइट और रेल कनेक्ट एप सफल साबित हुए हैं।

देश के तमाम बड़े और व्यस्त रेलवे स्टेशनों पर एटीवीएम यानी आटोमेटिक टिकट वेंडिंग मशीन लगाए गए हैं, जिससे यात्रियों को काफी सुविधा मिल रही है।

पूरे देश में ऑप्टिकल फाइबर लगाए गए हैं और आईटी का इस्तेमाल चालक दल, सिग्नल, रख-रखाव और ट्रेकिंग प्रबंधन से संबंधित विभिन्न विभागों को सुव्यवस्थित रखने में किया जा रहा है।

भारतीय रेल और 'गूगल' संयुक्त रूप से 'परियोजना नीलगिरी का निर्वहन कर रहे हैं, जिसके तहत देश में लगभग 400 रेलवे स्टेशनों पर वाईफाई हॉटस्पॉट लगाए जा रहे हैं।

फ्रेंट ऑपरेशन प्रणाली और रेक मैनेजमेंट से भाड़ा संचालन का डिजिटल सिस्टम लागू किया गया है। सभी मुख्यालयों और प्रशिक्षण केंद्रों पर नेटवर्क के लिए रेलनेट चालू किया है। सर्विस प्रोवाइडर्स और फूड एग्रीगेटर्स के माध्यम से रेलवे स्टेशनों पर 'ई-केटरिंग' सर्विस उपलब्ध कराई जा रही है।

खाने और अन्य सामान एवं सेवाओं के भुगतान के लिए भारतीय रेल ने 596 ट्रेनों में 3081 पी ओ एस मशीनें उपलब्ध कराई हैं।

'डिजिटल इंडिया, डिजिटल रेल' की दिशा में "रेल दृष्टि" मंच द्वारा भारतीय रेल अपनी कार्यप्रणाली को पारदर्शी और स्पष्ट बनाने में सफल हुआ है, जिससे यात्री संबंधित सभी जानकारियां सिर्फ एक क्लिक पर प्राप्त हो जाती हैं।

एच एम आई एस (HMIS) सिस्टम के अंतर्गत सिर्फ एक उम्मीद (UMID) कार्ड के जरिए सभी चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध हैं।

डिजिटल इंडिया, डिजिटल रेलवे' के संदर्भ में, 'ई-आफिस' लागू होना एक महत्वपूर्ण कदम है। हर अधिकारी का डिजिटल हस्ताक्षर या 'ई-सिग्नेचर' होता है। अधिकारी का लॉगिन - पासवर्ड जनरेट किया जाता है है। ई-सिग्नेचर के बाद अधिकारी अपने सिस्टम पर हर फाइल देख सकता है और इस पर काम कर सकता है।

इस तरह भारतीय रेलवे बड़े पैमाने पर डिजिटल इंडिया को बढ़ावा दे रहा है। केंद्रीय रेल, इलेक्ट्रॉनिक्स और सूचना प्रौद्योगिकी एवं संचार मंत्री श्री अश्विनी वैष्णव ने कहा है कि सरकार तेजी से रेलवे और डिजिटल क्षेत्र में बड़े कदम उठा रही है और वर्ष 2024 के लिए 'डिजिटल इंडिया, डिजिटल रेलवे' की कार्ययोजना का खाका तैयार है। आत्मनिर्भर भारत के संकल्प के साथ आज 'डिजिटल इंडिया डिजिटल रेलवे' क्षेत्र गहन ऊंचाइयों को छू रहा है।

-डॉ. राज कुमार
मुख्य चिकित्सा अधीक्षक
राजकोट

परिवहन की कहानी

परिवहन के साधनों का विकास मानव के धैर्य, साहस, शौर्य और पराक्रम की यशोगाथा है। पहिए की खोज यातायात के इतिहास का प्रथम अध्याय हैं, जो आज भी समूचे परिवहन तल की धुरी है। पाहिए की खोज से लेकर साईकिल, मोटर, रेल, जलयान, वायु-यान, रॉकेट, जेट और होवरक्राफ्ट से होते हुए आज का परिवहन शटलों के युग में प्रवेश कर चुका है। नए से नए और अत्यंत तेज रफ्तारवाले वाहनों की हमारी खोज यात्रा आज भी जारी है। नित नया पाने की ललक में मानव को कदाचित ही विश्रांति मिले। वस्तुतः परिवहन की कहानी जल, थल और नभ के परिवहन साधनों के उत्तरोत्तर विकास का रोचक इतिवृत्त है।

• परिवहन से तात्पर्य एवं उसका इतिहास :-

परिवहन से तात्पर्य वस्तुओं तथा यात्रियों को एक स्थान से दूसरे स्थान तक ले जाने की प्रक्रिया से हैं। जिसे विभिन्न माध्यमों जैसे कि जल, थल, नभ और भूमिगत मार्गों से संपन्न किया जाता है।

परिवहन की कहानी मानवयुग से शुरू होकर, समय के साथ बदलती रही है। परिवहन का पहला साधन मानव पैर ही था। लोग विभिन्न स्थानों तक पहुँचने के लिए बड़ी दूरी पैदल चलकर तय करते थे।

आदिकाल में मनुष्य के पास यातायात के साधन नहीं थे। धीरे-धीरे सभ्यता के विकास के साथ, उसे आवागमन के कुछ आसान उपायों को आवश्यकता महसूस हुई। परिणामतः 'आवश्यकता आविष्कार की जननी होती है' इस युक्ति को चरितार्थ करते हुए उससे परिवहन के अनेक तरीके एवं संसाधन उपाजित कर लिए। प्रारम्भिक याता-यात के साधन के रूप में मनुष्य ने पशुओं को आवागमन के लिए उपयोग करना सीखा। उसने समय और स्थान के साथ घोड़ों, हाथियों, ऊँटों आदि का प्रयोग करना सीखा। घोड़े तथा ऊँट तो आज भी-अनेक कार्यों में प्रयोग किये जाते हैं। लोग जानते थे कि पेड़ और लकड़ियों पानी पर तैरती हैं और इसलिए उन्होंने एक प्रकार की बैठने की जगह के लिए लकड़ियों के मध्य भाग को खोजा। फलस्वरूप लोगों को परिवहन के साधन के रूप में जल निकायों का उपयोग करने में मदद मिली।

• पहिए की खोज के साथ परिवहन इतिहास में परिवर्तन :-

लगभग 3500 ईसा पूर्व, पहिए की खोज ने परिवहन की कहानी को बदल दिया। पहिये और धुरी की खोज के कारण पहियेदार ठेले जैसे छोटे उपकरण उपयोग में आने लगे जैसे घोड़ों, ऊँटों एवं बैलों की मदद लेकर छोटे सामानों के परिवहन के साधन के रूप में उपयोग किया जाने लगा। परिणामतः पशुओं से चलित वाहन जैसे बैलगाड़ी, घोडागाड़ी एवं ऊँटगाड़ी इत्यादि का आविष्कार परिवहन के साधन के तौर पर हुआ। परिवहन इतिहास के लगभग उसी समय में, लोगों ने वाहन को निर्देशित करने के लिए चप्पुओं के साथ नियंत्रणीय नदी नौकाओं में सरल लोग विकसित किये। यही से-परिवहन संबंधी प्रगति को बड़ी-गति मिलनी शुरू हुई।

पनडुब्बियां 1620 के आसपास आस्तित्व में आईं और 1660 के दशक में सार्वजनिक परिवहन के समुचित रूप से कार्यशील साधन उपलब्ध थे। पहला गैस इंजन वाहन वर्ष 1862 में जीन लेनोदट द्वारा बनाया गया था और इसके बाद वर्ष 1867 में पहली मोटर साइकिल का आविष्कार किया गया था। वर्ष 1903 में राइट बंधुओं ने इंजन वाला पहला मानवयुक्त हवाईजहाज डिज़ाइन किया। वर्ष 1926 में पहला तरल चालित रॉकेट तर सफलता पूर्वक लॉन्च किया गया था। इसके बाद हेलीकॉप्टर, जेट और होवरक्राफ्ट जैसे अन्य वाहन आये ।

कालांतर में विज्ञान के माध्यम से मनुष्य ने परिवहन के लिए जल, थल, नभ और भूमिगत स्थानों में चलने वाले अनेकानेक अनुपम साधनों की खोज की। जैसे साइकिलें, रिक्शा, स्कूटर, मोटरसाइकिल, मोपेड, गाडियाँ, मोटरकार, बस, हवाईजहाज, रेलगाड़ी-बुलेट ट्रेन, स्पेसजेट, स्टीमबोट, मोटरबोट, मेट्रो इत्यादि और यहाँ तक कि गर्म हवा के गुब्बारे भी क्रियाशील वाहन बन गये जिनका उपयोग बड़े पैमाने पर किया जाने लगा । परिवहन की दिशा में नित नए आविष्कारों ने आज मानव का आवागमन अत्यंत सुलभ, आरामदायक एवं रोचक बना दिया है। परिवहन की कहानी को नये आयाम देते हुये अब तो मनुष्य दुसरें ग्रहों एवं उपग्रहों तक का सफर कर रहा है।

इसप्रकार पैदल यात्रा से लेकर हम एक लम्बा सफर तय कर चुके हैं और परिवहन की कहानी के सफरनामे को विराम न देते हुए उसे एक विशाल नेटवर्क की ओर ले जाना है।

• परिवहन का महत्व :-

आधुनिक युग में परिवहन आर्थिक विकास का अभिन्न अंग बन गया है। परिवहन वाहनों का एक संजाल है जिसके माध्यम से व्यापार होता है। इसप्रकार हम कह सकते हैं कि परिवहन की कहानी एवं मानव विकास की कहानी एक दूसरे के पोषक है।

• उपसंहार :-

निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि परिवहन की कहानी एक अनवरत चलने वाली सफर की कहानी है जिसके रास्ते एव सोपान बेशक समय के अनुसार भिन्न- भिन्न हो सकते हैं परंतु नित नूतन, रोचक, अद्भुत तथा मानव के विकासशील प्रवृत्ति को पुष्ट करता हुआ एक नया अध्याय का सृजन करने का सामर्थ्य सदैव रखता है ।

- दुर्गेशकुमार श्रीवास्तव
समसिद्सइंजी
राजकोट

विश्व हिंदी दिवस का औचित्य और उपलब्धियां



विश्व हिंदी दिवस की परिकल्पना राष्ट्रभाषा प्रचार समिति वर्धा की परिकल्पना है। इस संस्था ने ही वैश्विक स्तर पर हिंदी का प्रचार-प्रसार और विकास के उद्देश्य से विश्व हिंदी सम्मेलन के आयोजन का सुझाव दिया था, जिसे सरकार ने स्वीकार किया। पहला विश्व हिंदी सम्मेलन 10 जनवरी 1975 को नागपुर में आयोजित किया गया जिसके याद में और लक्ष्यों को हासिल करने के लिए ही विश्व हिन्दी दिवस के आयोजन का विचार राष्ट्रभाषा प्रचार समिति वर्धा ने रखा था। इसी उद्देश्य को मूर्त रूप देने के लिए 2006 में तत्कालीन प्रधानमंत्री डॉ मनमोहन सिंह ने विश्व हिंदी दिवस प्रतिवर्ष मनाने की घोषणा की और तब से विश्व हिंदी दिवस मनाया जा रहा है। विश्व हिंदी दिवस का आयोजन देश में हिंदी प्रेमी और हिंदी साहित्य से जुड़ी संस्थाएं, संगठन तथा विदेशों में भारत के दूतावास और मिशन आयोजित करते हैं। इस अवसर पर हिंदी की उपयोगिता के बारे में जनता के सामने चिंतन प्रस्तुत करते हैं तथा हिंदी को वैश्विक स्तर पर सक्षम भाषा के रूप में प्रस्तुत करने का प्रयास करते हैं। इस प्रयास में हम सफल होते नजर भी आ रहे हैं। हिंदी ने न केवल भारत के कोने-कोने में बल्कि विश्व के कोने-कोने में भी अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई है जिसके कारण वह विश्व भाषा बन चुकी है; वह विश्व में तीसरे नंबर की बड़ी भाषा है जिसका उपयोग हमारे देश और विदेश के भारतवंशी और अन्य देशों के नागरिक भी करते हैं। 175 से अधिक विदेशी विश्वविद्यालयों में हिंदी पढ़ाई जा रही है। तमाम सरकारी कार्यालयों में और दूतावासों में भी हिंदी का प्रयोग हो रहा है। शिक्षा, फिल्मों, पत्रकारिता, साहित्य, व्यापार आदि क्षेत्रों में हिंदी ने अभूतपूर्व प्रगति की है।

अब तो हिंदी संयुक्त राष्ट्र संघ में भी चलने लगी है। संयुक्त राष्ट्र महासभा (UNGA) ने भारत के हिंदी भाषा के प्रस्ताव को मंजूरी दे दी है जिसके अनुसार अब संयुक्त राष्ट्र के सभी कामकाज और जरूरी संदेश आदि इस भाषा में भी तैयार किए जाएंगे तथा मीडिया के माध्यम से प्रसारित किए जाएंगे। हालांकि अभी उसे आधिकारिक भाषा के रूप में मान्यता दिलवाने में थोड़ा वक्त लगेगा सरकार को विश्व के दो तिहाई देशों का समर्थन जुटाना है और उसमें सरकार को भी अपने दायित्व को निभाना होगा क्योंकि इसमें मुख्य समस्या हिंदी के ऊपर होने वाले खर्च को वहन करने की है, उस बारे में भी सरकार अपनी जिम्मेदारी निभाने में सक्षम है क्योंकि भारत अभी पांचवी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था है और कुछ ही वर्षों में इसे विश्व की तीसरी अर्थव्यवस्था बनने का लक्ष्य हमने निर्धारित कर रखा है और परिस्थितियां अगर अनुकूल रही तो इसे आसानी से हासिल भी किया जा सकता है।

राष्ट्रभाषा प्रचार समिति वर्धा द्वारा सरकार को कई सारे सुझाव दिए गए जिन्हें सरकार ने स्वीकार किया व कार्यान्वित किया। चाहे हिंदी के शिक्षण और प्रशिक्षण ,प्रकाशन आदि का विषय हो या हिंदी के लिए एक अंतरराष्ट्रीय स्तर का विश्वविद्यालय स्थापित करने का विषय हो या विश्व हिंदी सचिवालय स्थापित करने की बात हो। ऐसे बड़े-बड़े मुद्दों पर उनके सुझाव हिंदी के विकास में सहायक सिद्ध हो रहे हैं। हमें आशा करनी चाहिए कि महात्मा गांधी द्वारा स्थापित इस समिति द्वारा देश और विदेश में हिंदी के प्रचार-प्रसार में अभूतपूर्व योगदान दिया है, जिसे हमें भूलना नहीं चाहिए। इस समिति के लाखों विद्वान स्वयंसेवी निस्वार्थ भाव से और पूरी निष्ठा के साथ हिंदी और राष्ट्र की सेवा में लगे हुए हैं यदि उनके प्रतिभा का और उनकी क्षमता का सही उपयोग किया जाए तो हिंदी का प्रचार-प्रसार और भी तेजी से हो सकता है और वह कई देशों की राजभाषा भी हो सकती है।

विश्व हिंदी दिवस के महत्वपूर्ण तथ्य

- 10 जनवरी, 1975 को नागपुर में विश्व हिंदी सम्मेलन का उद्घाटन हुआ, जिसमें 30 देशों के 122 प्रतिनिधि उपस्थित थे।
- पूर्व प्रधानमंत्री डॉ. मनमोहन सिंह ने 2006 में घोषणा की थी कि हर साल 10 जनवरी को विश्व हिंदी दिवस मनाया जाएगा।
- दुनिया में बोली जाने वाली सभी भाषाओं में से, हिंदी तीसरी सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषा है।

- नेपाल, पाकिस्तान, बांग्लादेश, यूनाइटेड किंगडम, संयुक्त राज्य अमेरिका, कनाडा, जर्मनी, संयुक्त अरब अमीरात, न्यूजीलैंड, आस्ट्रेलिया, गुयाना, फिजी, युगांडा, सूरीनाम, मॉरीशस, त्रिनिदाद और दक्षिण अफ्रीका सहित कई देश हिंदी बोलते हैं।
 - विश्व हिन्दी सचिवालय ने मॉरीशस में 11 फरवरी 2008 से औपचारिक रूप से कार्य करना आरंभ कर दिया।
 - दक्षिण भारत हिन्दी प्रचार सभा, म. प्र. हिन्दी प्रचार सभा
 - 1921 में यू जी सी ने राष्ट्रभाषा प्रचार समिति वर्धा की डिग्रियों को मान्यता दी है।
 - हिंदी 26 करोड़ की मातृभाषा, 50 करोड़ भारत में तथा 63 करोड़ विश्व में बोलते हैं।
 - हिंदी भारत के अलावा फिजी की आधिकारिक भाषा है।
- राष्ट्रभाषा प्रचार समिति वर्धा का "एक दिव्य हो भारत जननी" - ध्येय वाक्य है।
- समिति की भारत के विभिन्न प्रदेशों में 25 से अधिक राज्य इकाइयाँ हैं और भारत के बाहर 20 देशों में उसकी शाखाएँ हैं।

विश्व हिन्दी सम्मेलन की उपलब्धियाँ

- हिन्दी के बढ़ते हुए वैश्वीकरण के मूल में गांधी जी की भाषा दृष्टि का महत्वपूर्ण स्थान है।
 - मॉरीशस में विश्व हिन्दी सचिवालय की स्थापना की संकल्पना प्रथम विश्व हिन्दी सम्मेलन के दौरान की गई थी।
 - महात्मा गांधी अंतरराष्ट्रीय हिन्दी विश्वविद्यालय भी विश्व हिन्दी सम्मेलनों में पारित संकल्पों का ही परिणाम है। यह विश्वविद्यालय हिन्दी के प्रचार-प्रसार और उपयुक्त आधुनिक शिक्षण उपकरण विकसित करने, तथा विदेशी छात्रों के अध्यापन एवं शोधकार्य करने का सराहनीय कार्य कर रहा है।
 - हिन्दी की व्यापकता के कारण दुनिया के 175 देशों में हिन्दी के शिक्षण एवं प्रशिक्षण के अनेक माध्यम केंद्र बन गए हैं। हिन्दी का शिक्षण एवं प्रशिक्षण विश्व के लगभग 180 विश्वविद्यालयों, शैक्षणिक संस्थाओं में चल रहा है। सिर्फ अमरीका में 100 से अधिक विश्वविद्यालयों, कॉलेजों में हिन्दी पढ़ाई जा रही है।
 - हिन्दी दुनिया के किसी भी देश की राष्ट्रीय भाषा नहीं है लेकिन हिन्दी भारत और फिजी की आधिकारिक भाषा है और यह यूएई सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त संयुक्त अरब अमीरात की अल्पसंख्यक भाषा भी है। यह भारत के लगभग सभी राज्यों में व्यापक रूप से समझी जाती है।
 - आचार्य काका साहब कालेलकर जी का नाम हिन्दी भाषा के विकास और प्रचार के साथ जुड़ा हुआ है। 1938 में दक्षिण भारत हिन्दी प्रचार सभा के अधिवेशन में भाषण देते हुए उन्होंने कहा था, "राष्ट्रभाषा प्रचार हमारा राष्ट्रीय कार्यक्रम है।" अपने इसी वक्तव्य पर दृढ़ रहते हुए उन्होंने हिन्दी के प्रचार को राष्ट्रीय कार्यक्रम का दर्जा दिया, जिसे भारत सरकार भी अपना रही है।
- इस प्रकार हम कह सकते हैं कि विश्व हिन्दी दिवस के आयोजन से हिन्दी के वैश्विक स्तर पर प्रचार-प्रसार में अभूतपूर्व प्रगति हुई है। वैश्विक स्तर पर ही नहीं भारत में भी हिन्दी भाषा के विद्वानों

,प्रशासकों,पत्रकारों,आदि में भी हिंदी के प्रति गौरव का भाव पैदा हुआ है और वे इस विषय पर गंभीर चिंतन करने में अपना सक्रिय योगदान दे रहे हैं । संयुक्त राष्ट्रसंघ ,विदेशी सरकारें और अंतरराष्ट्रीय मीडिया भी हिंदी की अहमियत को समझ रहा है एवं उसको उचित सम्मान दे रहा है ।हिंदी अब विश्व स्तर पर चल निकली है अब इसके मार्ग में कोई बाधा आ नहीं सकती बस इसके सिवाय कि हिंदी वाले इसके प्रयोग को कम न कर दे। इसके भरपूर प्रयोग की जिम्मेदारी भारतीयों की है,हिंदीभाषियों की है ।

‘मानस भवन में आर्यजन जिसकी उतारे आरती
भगवान विश्व भर में अब गूँजे हमारी भारती।’

- ओंकार कोसे
वरिष्ठ अनुवादक ,
मंडल कार्यालय, राजकोट

-XXX-

एक से पचास तक संख्यावाचक शब्दों का मानक रूप

| | | | | | | | | | |
|----|------|----|--------|----|---------|----|---------|----|----------|
| 1 | एक | 11 | ग्यारह | 21 | इक्कीस | 31 | इकतीस | 41 | इकतालीस |
| 2 | दो | 12 | बारह | 22 | बाईस | 32 | बत्तीस | 42 | बयालीस |
| 3 | तीन | 13 | तेरह | 23 | तेईस | 33 | तैंतीस | 43 | तैंतालीस |
| 4 | चार | 14 | चौदह | 24 | चौबीस | 34 | चैंतीस | 44 | चवालीस |
| 5 | पाँच | 15 | पंद्रह | 25 | पच्चीस | 35 | पैंतीस | 45 | पैंतालीस |
| 6 | छह | 16 | सोलह | 26 | छब्बीस | 36 | छत्तीस | 46 | छियालीस |
| 7 | सात | 17 | सत्रह | 27 | सत्ताइस | 37 | सैंतीस | 47 | सैंतालीस |
| 8 | आठ | 18 | अठारह | 28 | अट्ठाइस | 38 | अडतीस | 48 | अडतालीस |
| 9 | नौ | 19 | उन्नीस | 29 | उनतीस | 39 | उनतालीस | 49 | उनचास |
| 10 | दस | 20 | बीस | 30 | तीस | 40 | चालीस | 50 | पचास |



हिंदी की महिमा

1. आओ साथियों तुम्हें बताएं महिमा, हिंदी महान की।
इस हिंदी में कार्य करो, यह हिंदी है बड़े काम की।
हिंदी, हिंदुस्तान की-हिंदी, हिंदुस्तान की।।
2. उत्तर में हर भारतवासी, करता इसका प्रयोग विराट है।
दक्षिण में सेवा करते, भारतवासी आज है।
हिंदी के त्यौहार को देखो, लोगों का यह ठाठ है।
बात- बात में घर-घर में हिंदी का निराला राज है।
देखो ये तस्वीरें हिंदी के गौरव और अभियान की।
आज विश्व गान करता, हिंदी दिवस महान की।
इस हिंदी में कार्य करो, यह हिंदी है बड़े काम की-हिंदी है बड़े काम की।।
3. हिंदी है अंदाज पुराना, नाज है इसके प्रयोग करने वालों पर।
हिंदी में जीवन आता, शब्द और अलंकारों से ।
कूद पड़ी थी हिंदी यहां, आजादी के नारों में।
ये जन-जन का मान बढ़ाएं, मात्रा और श्रृंगारों से।
गूंज रही थी शहर- शहर में हिंदी भारत महान की।
आओ साथियों तुम्हें बताए महिमा
हिंदी महान की- महिमा हिंदी महान की।
हिंदी हिंदुस्तान की-हिंदी हिंदुस्तान की।।
4. देखो मुल्क भाषाओं का, यहां हर भाषा कोई बोला था।
अंग्रेजी की ताकत को, जिसने शब्दों से तोला था।
हर शब्दों पर आवाज लगी थी, हर शब्द कोई बोला था।
वीर सुभाष ने रखी लाज थी, हिंदी महान की।
इस हिंदी का प्रयोग करो, यह हिंदी है बड़े काम की।
हिंदी हिंदुस्तान की - हिंदी हिंदुस्तान की।।
5. हिंदी वाला राग ये देखो, यहां लिखी थी लोरियां।
ये मत पूछो किसने खेले भाषा की अठखेलियां ।

एक तरफ थे विभिन्न धर्मावलंबियां, एक तरफ थी बोलियां।
हिंदी का प्रयोग करने वाले, बोल रहे थे इंकलाब की बोलियां- इंकलाब की बोलियां।
यहां लगा दी, शब्दों ने बाजी अपनी पहचान की।
इस हिंदी का प्रयोग करो, यह हिंदी है हिंदुस्तान की- यह हिंदी है हिंदुस्तान की।।

6. देखों हिंदुस्तान को, यहां का बच्चा-बच्चा हिंदी को अपनाने वाला है।
ढाला है हिंदी को वीरों ने, जन-जन ने इसे पाला है।
शब्दों में अर्थ भरा, और प्रयोगों ने रूप निखारा है ।
जन्म धूरी है विभिन्न भाषा और विधान की ।
इस हिंदी का प्रयोग करो, यह हिंदी बनी विश्व महान की।
यह हिंदी हिंदुस्तान की, यह हिंदी हिंदुस्तान की।।

-राम प्रजापति, खेल समन्वयक, रेलवे
स्पोर्ट्स प्रमोशन बोर्ड,
कमरा नंबर 311, कोफमो बिल्डिंग, रेलवे बोर्ड
कार्यालय, तिलक ब्रिज नई दिल्ली -110002
मोबाइल नंबर 9910497918



॥ज्ञान गंगा ॥

ज्ञान गंगा की रचना होदा और चौपाई के रूप में करने की कोशिश की है, इसमें अबधी भाषा का प्रयोग करने की चेष्टा की है । आशा है कि पाठकों को पसंद आएगी ।

॥ दोहा ॥

मन राखे जो प्रसन्न नित, होई स्वास्थ्य को लाभ ।
काम क्रोध और लोभ को छोड़ करो प्रभु काज ॥

॥चौपाई ॥

प्रसन्न मन सदा हितकारी । मंगल होई स्वास्थ्य हमारी ॥
अच्छी आदत मंगल करनी । जिसकी महिमा जाय न बरनी ॥
अहंकार तज तुम करो सेवकाई । सेवा से ही मेवा पाई ॥
जो जन करे निरंतर प्रभु चिंतन । सदा प्रसन्न रहे उसका मन ॥
नारी सम्मान जहां नहीं होई । सोई घर रहे सदा प्रभु द्रोही ॥
राम जसु चरित्र जोई धरावें । सोई भव सागर पार कर जावें ॥
मित्र होई यदि सुदामा जैसा । सो पावे कृष्ण प्रभु ईसा ॥
लूट करो तो प्रभु नाम की । धन संपत्ति नहीं आवे काम री ॥
जन्म , मुत्यु ही सच्चाई है । बाकी सब माया की लड़ाई है ॥
सुख , दुख की जोड़ी सदा चलत है । काम क्रोध आभा को तोड़त है ॥
पद , पैसा काम न आई । क्रोध भूल तुम करो भलाई ॥
भोर होत जो टहलन जाई । ताको कबहुं बीमारी न आई ।
कदम हजार दस जो नित चलई । लाभ अनेक सो जन पाई ॥

-राकेशसिंह यादव
मुख्य कार्यालय अधीक्षक
स्टेशन प्रबन्धक कार्यालय
राजकोट

चयन: अल्प संसाधन या जलवायु परिवर्तन

आज जलवायु परिवर्तन के उपाय मिले,
 हो चुकी तबाही से वर्तमान डरे!
 गर जीवन अपना मिनिलिमिस्टिक बने,
 तो खपत और विकास में संतुलन बने!
 निकल पड़ता था हैवानों की बस्ती से सुदूर कहीं सुकून पाने,
 भक्ति का चोला ओढ़े पहाड़ी मठों पर उपस्थित दर्ज कराने!
 सोशल मीडिया की टाइमलाइन की फेहरिस्त में टिक लगाने,
 आगाह किया है हमें पहाड़ो ने भीषण तबाही दिखाके!
 उक्त पहेली के उत्तर में पाया,
 कि नाजुक उत्तर(हिमालय) को न टटोलना!
 फिर विचार लिया घूमूंगा दक्षिण एवं पश्चिम तट में,
 खबर मिली उबाल लिया है साइक्लोन(केरल) और भूकंप(जापान) ने!
 गर मैं पहले समझ जाता,
 यूँ बेवजह कदम न निकल पाता,
 क्योंकि वहम निकला शब्दों में,
 जो था बस्ती और हैवानों में,
 वो छुपी सदैव मेरे व्यवहारों में!
 खोजते हुए हम पहुंचे कुछ एक परिभाषाओं पर,
 जिन्होंने झकझोर कर किया हमपर प्रहार!
 जलवायु परिवर्तन, कार्बन क्रेडिट एवं ओजोन परत
 और भी निहित जिनमें जैसे ग्रीन हाउस प्रभाव!
 प्रश्न आया सरकारी नीतियों पर,
 जो जोर दे रहीं तीर्थों को पर्यटन पर!
 सरकार भी उत्तरदायी रही भोगी की आवश्यकताओं पर,
 इसीलिए जोर दिया बांध पुल और सुरंगो पर!
 केवल सरकार नहीं यहाँ खेल चल रहा कुटुंब के विकास के नाम पर,
 जहां COP28 की मेजबानी(दुबई) कर रहा धरा का शीर्ष तेल निर्यातक!!
 इसीलिए आवश्यकता विकास और खपत/भोग को रखना होगा सन्तुलित,
 चाहे दुनिया कहे कंजूस हमें बनना होगा मिनिलिमिस्टिक!!



-नरेश सिंह

वरिष्ठ सहायक लोको पायलट- राजकोट

निखिल और अणिमा



दोनों सहेलियां उधेड़बुन में थीं कि होने वाले बच्चे का नाम क्या हो. लड़की हो तो क्या और लड़का हुआ तो क्या. अणिमा को आधुनिकता से प्रेम है और ललिता अपनी भारतीय संस्कृति पर मुग्ध. बात ने धीरे-धीरे विवाद का रूप ले लिया. "नाम में क्या रखा है" शेक्सपियर ने कहा है, गुलाब को किसी भी नाम से पुकारो, उसकी खुशबू पर कोई फर्क नहीं पड़ता, अणिमा ने 'रोमियो और जूलियट' से उद्धरण दिया. ललिता ने प्रतिवाद किया, तुमने किसी माता-पिता को अपने बालक-बालिका का नाम इतिहास-पुराण के किसी ऐसे पात्र के नाम पर रखते देखा है जिनकी भूमिका नकारात्मक रही हो. और तुम्हारे परिवार वालों की भी तो सहमति आवश्यक है. ललिता ने सामयिक पत्रिका का पन्ना पलटकर अणिमा को दिखाते हुये कहा, इस कहानी का सबक क्या है? दरअसल यह कहानी केरल के उच्च न्यायालय में विचार के लिये आये एक ऐसे मामले के बारे में थी जिसमें दो अलग मत को मानने वालों के बीच आपसी सहमति से विवाह के बाद होने वाले बच्चे के नाम रखने पर विवाद हो गया और उन्हें न्यायालय की शरण लेनी पड़ी. अब बिना नाम के तो इस संसार में गुजारा नहीं हो सकता था, और दोनों ही अपने मत की पहचान बच्चे के नाम के साथ जोड़कर रखना चाहते थे, नगरपालिका में दोनों ने जन्म प्रमाणपत्र के लिये अलग-अलग आवेदन किया. दोनों के परिवार वाले इस विवाह से नाराज तो थे, परन्तु घर में अगली पीढ़ी के आगमन ने सारे गिले-शिकवे भुलाकर दोनों परिवारों को मिला दिया. अब यह नामकरण नयी मुसीबत लेकर आया. मामला इस हद तक बढ़ा कि दोनों ने अलग होने के लिये तलाक की अर्जी दे दी और अलग-अलग रहने लगे. न्यायालय ने बच्चे को माता को सौंप दिया और पिता को कभी-कभी बच्चे के साथ रहने की अनुमति मिली. अणिमा की सास अपने पोते का नाम आदित्य रखना चाहती है और पोती के लिये शाम्भवी नाम सोच रखा है. परन्तु उसे और निखिल को यह नाम कुछ खास पसंद नहीं. आजकल वैसे भी 'उ'कारान्त नामों का चलन है. निखिल को तो अपना नाम भी अनाकर्षक लगता है. एक बार माँ से इस बात पर उसकी बहस भी हो चुकी है. अणिमा का मानना है कि माँ होने के नाते अपने बच्चे का नाम रखने का हक तो उसका है, पर यदि बाद में बच्चे को अपना नाम पसंद नहीं आया तो क्या होगा? निखिल को अणिमा ने ही झुम्पा लाहिड़ी के उपन्यास 'नेमसेक' के बारे में बताया था. अणिमा को पुस्तकों से बड़ा प्रेम है, यात्रा के दौरान और पुस्तक मेलों से खरीदकर उसने अपना घरेलु पुस्तकालय तैयार कर लिया है. खाली समय में उपन्यास और कहानियों के बीच ही उसका समय बीतता है. 'नेमसेक' उपन्यास में कहानी का पात्र उसका हमनाम निखिल अपनी माँ के द्वारा जन्म के समय अस्पताल में जल्दबाजी में रखे नाम के कारण परेशान रहता है और उससे पीछा छुड़ाना चाहता है. कथा के चरित्र अशोक ने एम आई टी से इंजीनियरिंग की पढ़ाई की थी और आशिमा गांगुली से कोलकाता में परिवार की रजामंदी से विवाह कर कैम्ब्रिज, मैसाचुसेट्स में यह दम्पति रहता था जहाँ अशोक सहायक प्रोफेसर था. यहाँ अस्पताल में बच्चे के जन्म के बाद बिना नाम पंजीकरण के छुट्टी नहीं मिल सकती थी. नर्स जब जल्दी कोई नाम बताने के लिये आग्रह करने लगी तो उसे एक ही नाम याद आया, उसके प्रिय लेखक 'गोगोल' का. अशोक की एक ट्रेन यात्रा के दौरान जब

गाड़ी बेपटरी हो गयी थी तो "द कलेक्टेड रीज़ ऑफ़निकोलाई गोगोल" पुस्तक ने ही बचाव दल को उस तक पहुँचने में मदद की थी.तब सेगोगोल उसके प्रिय लेखकों की सूची में सबसे ऊपर थे.सोचा,नामकरण संस्कार कोलकाता मेंहो और माँ कोई सुरुचिपूर्ण नाम बताये,तब तक गोगोल नाम ठीक रहेगा.माता-पिताविद्यालय भेजते समय बच्चे को नामकरण स्कार(जो सनातन संस्कृति के सोलह संस्कारोंमें पांचवें क्रम पर आता है) में 'निखिल' नाम देते हैं.परन्तु 'गोगोल' नाम उसका पीछा नहींछोड़ता.स्कूल में उसे इसी नाम से बुलाया जाता है.उसे इस नाम से नफ़रत होने लगतीहै.आखिर क्या सोचकर उसकी माँ ने यह नाम चुना.यह तो उसकी संस्कृति से मेल नहींखाता.उसे अपने पिता की ट्रेन यात्रा के दौरान दुर्घटना और उसमें बमुश्किल ज़िंदा बचने कीघटना के बारे में पता नहीं है.आखिर अठारह वर्ष का होने पर कानूनी रूप से वह अपना नामनिखिल रखता है क्योंकि उसके जन्म प्रमाणपत्र में अभी तक उसका नाम "गोगोल"ही दर्जहै.निखिल उसे एक शक्तिशाली नाम लगता है,क्योंकि यह अक्षुण्ण,सर्वसमावेशी और सम्पूर्णका पर्यायवाची है.अणिमा से यह कथा जानकार अब निखिल को अपना नाम बुरा नहीं लगताहै.माँ से शिकायत भी दूर हो गयी है.कभी मजाक में उसने कहा,कहाँ मैं निखिल,और कहाँतुम अणिमा,छोटी सी.आप मेरे नाम का मतलब जानते हो?यह हठयोग है,योगी मुनियों कीअष्ट सिद्धि में पहली सिद्धि,जिससे आप अंतर्धान हो सकते हो.इसमें आप छोटापन कैसेदेख रहे हैं.

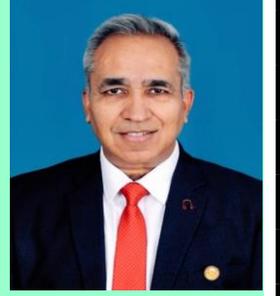
निखिल और अणिमा ने भी घरवालों की सहमति से प्रेम विवाह किया है.उनकामिलना किसी चलचित्र की कथा से कम रोमांचक नहीं.भारत के पश्चिमी और दक्षिण छोर परबसे राज्यों ने मेडिकल और इंजीनियरिंग की उच्च शिक्षा के क्षेत्र में अभूतपूर्व प्रगति की हैऔर इसे एक उद्योग की भांति चलाया जाता है.बारहवीं के बाद निखिल ने आगे की पढ़ाई केलिये चेन्नई स्थित एक इंजीनियरिंग महाविद्यालय में दाखिला लिया और हावड़ा से ट्रेन मेंवहाँ के लिये चला.थोड़ी ही देर में उसने एक लड़की को अपने सामान के साथ बदहवासहालत में टिकट परीक्षक के पीछे एक कोच से दूसरे कोच में घूमते देखा. उसका टिकटकन्फर्म नहीं हो पाया था.परन्तु टिकट परीक्षक ने विवशता प्रकट की क्योंकि उस दिन गाड़ीमें कोई सीट खाली न थी.लड़के ने सीट साझा करने का प्रस्ताव रखा जिसे बड़े झिझक केसाथ लड़की ने स्वीकार कर लिया और दोनों ने बिना एक शब्द आपस में बात किये यात्रापूरी की.अगले दिन कॉलेज के प्रांगण में वही लड़की पुनः दिखी. शायद उसे भी इसी कैम्पसमें दाखिला लेना था. बात आयी-गयी हो गई.अगले दिन अपनी कक्षा में उसे देखकर निखिल भौंचक्का रह गया.लड़की ने आगे बढ़करअपना परिचय दिया और उसके बारे में जानना चाहा.वह गुवाहाटी से थी और इंजीनियरिंगकी पढ़ाई के लिये वहाँ आयी थी.निखिल ने बताया कि वह बिहार से है और वहाँ उच्च शिक्षाकी बेहतर व्यवस्था नहीं होने के कारण उस जैसे लाखों छात्रों को अपना घर छोड़कर माता-पिता से दूर पढ़ाई के लिये बाहर जाना पड़ता है.उसने पढ़ा है,कभी बिहार में नालन्दा औरविक्रमशिला जैसे विश्वविद्यालय सारे विश्व के छात्रों के अध्ययन का केंद्र हुआ करता था.

धीरे-धीरे दोनों में दोस्ती हो गयी और इंजीनियरिंग की डिग्री पूरी होने पर किसी आई टीकम्पनी में नौकरी मिलते ही अपने परिवारों से इस रिश्ते के लिये हामी भरवा ली.दोनोंपरिवारों की सहमति से विवाह संपन्न हो गया.प्रणय-परिणय के उपरान्त अब जीवन में प्रथमप्रसून के खिलने का अवसर आया था.कम्पनी ने

अणिमा को घर से काम करने औरयथासमय मातृत्व अवकाश की अनुमति दे दी थी.गुवाहाटी में अपनी सहेली ललिता के साथइसी बात पर विमर्श हो रहा था कि बच्चे का नाम क्या रखा जाये,परन्तु कोई निष्कर्ष नहींनिकला.आखिर दोनों ने ललिता की दादी माँ से मिलकर सलाह करने की सोची.दादी माँ ने बताया कि बालक-बालिका का नाम खूब सोच-विचार कर रखना चाहिये.इसकेलिये अपनी भारतीय संस्कृति में नामकरण संस्कार का विधान था,जिसे आजकल केआधुनिक खयाल वाला समाज महत्वहीन मानता है.आखिर नाम से क्या फर्क पड़ता है,अणिमाने प्रतिवाद किया.'तुमने अजामिल की कथा सुनी है',दादी माँ ने पूछा.अणिमा ने अनभिज्ञताजाहिर की.उन्होंने तुलसीदास की दोहावली से उद्धृत किया, तुलसी निज करतूति बिनु मुकुत जातजब कोइ. गयो अजामिल लोक हरि नाम सक्यो नहिं धोइ.अजामिल कान्यकुब्ज के एक सदगृहस्त का पुत्र था.एक दिन वन से समिधा, पुष्प,फल लातेसमय उसने एक स्त्री को वारुणी के आगोश में मस्त पुरुष के संग देखा.इस कुसंग कोदेखकर उसके चित्त में आसक्ति ने घर करलिया.शीलवान,सदाचारी और विनम्र अजामिल काजीवन एक क्षण में बदल गया.उस रूपाजीवा के मोह में उसने अपने पुरखों की धन-सम्पदाको दोनों हाथों से लुटाया और उसके खर्चे पूरे करने के लिये लूटपाट करने लगा.उसकी बुद्धिकुण्ठित हो चुकी थी.अब वह न ऋषि-मुनियों का आदर करता,न ही अतिथि सत्कार.इसीप्रकार कई वर्ष बीत गये.समाज में उसका कोई आदर न था,किन्तु लोग उसकी दुष्टता सेभयभीत रहते थे.एक दिन कुछ महात्मा उसके घर पधारे.नौकरों ने रात्रि विश्राम और भोजन की व्यवस्था तोकर दी परन्तु अजामिल उन्हें नहीं मिला.अगली सुबह महात्माओं ने अजामिल से मिलनाचाहा तो नौकरों ने झिड़क दिया,यहाँ से दान पाने की आशा न करना.महात्मा बोले,हम कुछपाने की आशा नहीं करते बल्कि आथित्य सत्कार के बदले कुछ देना चाहते हैं.अपने मालिकसे कहो, अपने होने वाले बच्चे का नाम नारायण रखें, कल्याण होगा.अजामिल ने इसेस्वीकार किया. वृद्ध अजामिल को नारायण से मोह हो गया था.मृत्यु की घड़ी आने परयमराज के दूतों ने उसे पकड़ कर ले जाना चाहा तो अजामिल चिल्लाने लगा,नारायण मुझेबचाओ, नारायण मुझे बचाओ,तो भगवान् विष्णु के पार्षदों ने उसे यमदूतों से उसे मुक्त करालिया.जब यमदूतों ने विरोध किया और कहा कि वह भगवान् विष्णु नहीं वरन अपने पुत्र कोपुकार रहा था तो पार्षदों ने स्पष्ट किया, जैसे इंधन अग्नि के स्पर्श से भस्म हो जाता है,वैसेही नारायण के इन चार अक्षरों वाले इस नाम के स्मरण से मनुष्य के सारे पाप नष्ट होजाते हैं.नारायण नाम के बार-बार स्मरण से अजामिल के सारे पाप नष्ट हो गये हैं.अणिमा को इस कहानी में बड़ा मजा आया.उसने निखिल से इस बारे में चर्चा की तो पताचला कि सदगुरु के व्याख्यानों में वह इस कथा को एकाधिक बार सुन चुका है. समय आनेपर अणिमा ने एक बालक को जन्म दिया,ललिता ने क्षितिज नाम सुझाया.अणिमा दादी माँकी कहानी से प्रभावित थी,बोली इसमें धरती और आकाश कभी नहीं मिलते,बस उनके मिलनका आभास होता है.दादी माँ ने बालक का नाम शाश्वत रखा है. माता-पिता और परिवार केसभी लोग संतुष्ट है।

-विनय कुमार सिंह
स्टेशन प्रबंधक,हापा

विटामिन डी बनाम सनशाइन विटामिन



विटामिन डी बनाम “सनशाइन विटामिन” की कमी आमतौर पर बच्चों से लेकर युवाओं और बुजुर्गों तक देखी जाती है। विटामिन डी शरीर के लिए एक ज़रूरी पोषक तत्व है जो शरीर में कैल्शियम, मैग्नीशियम और फास्फैट की मात्रा को नियंत्रित करने में मदद करता है। यह विटामिन हड्डियों, दांतों, मासपेशियों, त्वचा और बालों के विकास में अहम भूमिका निभाता है। इसके अलावा विटामिन डी ब्रेन, नर्वस सिस्टम और इम्यूनैटी को स्ट्रॉंग बनाने के लिए बेहद उपयोगी है। इस सनसाइन विटामिन की कमी हर तीसरे इंसान में देखी जा सकती है। इसका सबसे बड़ा कारण है सूर्य प्रकाश के संपर्क में न आना और बंद कमरों में रहना। जब हम सीधे सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आते हैं तो हमारा शरीर स्वाभाविक रूप से विटामिन डी का उत्पादन करता है।

विटामिन डी के महत्वपूर्ण कार्य:

हाड्डियों और दांतों को स्वस्थ रखना

प्रतिरक्षा प्रणाली को मज़बूत करना

ब्रेन और नर्वस सिस्टम को स्वस्थ रखना

इंसुलिन के स्तर को नियंत्रित करने और मधुमेह प्रबंधन में सहायक

फेफड़ों की कार्यक्षमता को कायम रखना

कैल्शियम और फास्फरस के अवशोषण को नियंत्रित करना

जब सूर्य की अल्ट्रावायोलेट (यूवी) लाइट, त्वचा में मौजूद 7-डी हाइड्रो कॉलेस्ट्रॉल पर अपना प्रभाव करती है तो विटामिन डी का नैचुरल फॉर्म, cholecalciferol या विटामिन डी3 स्वाभाविक रूप से त्वचा में तैयार होता है। इसलिए सूर्य प्रकाश और स्किन का संपर्क आना बहुत ज़रूरी है। भूमध्य रेखा से दूर जाते हुए यूवी किरणों की तीव्रता कम होने लगती है, और अक्षांश 50 डिग्री पर तो सर्दियों में विटामिन डी नहीं बन पाता है।

विटामिन डी लिवर में 25-हाई ड्रोकसी विटामिन डी में परिवर्तित होता है और किडनी में 1, 25- डाइ हाई ड्रोकसी रूप में बदल जाता है जो विटामिन डी का सक्रिय फॉर्म है। शरीर की विभिन्न कोशिकाओं पर अपना प्रभाव से कैल्शियम, हड्डियों या अन्य असर करता है।

जो लोग अधिकतर घरों के अंदर ही रहते हैं या बाहर निकलते समय अपने आप को ढक लेते हैं या जिसका रंग बहुत सांवला है उन्हें 10 माइक्रो ग्राम विटामिन डी प्रतिदिन लेना चाहिए।

विटामिन डी के स्रोत:

सूर्य प्रकाश को विटामिन D का एक उत्तम स्रोत माना जाता है। सनशाइन के आलावा विटामिन D का पर्याप्त सेवन करने के लिए निम्न स्रोतों का उपयोग कर सकता है, जिनमें शामिल हैं: मशरूम, सैलमन मछली, अंडे का योल्क, दूध, दही इत्यादि।

किसी व्यक्ति के रक्त में विटामिन D के सामान्य से कम स्तर विटामिन D की कमी की ओर संकेत होते हैं। विशेष रूप से विटामिन डी की कमी से संबंधित जोखिम कारकों में बुढ़ापा, मोटापा, गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल सर्जरी, शिशुओं और कम धूप वाले क्षेत्रों में रहने वाले व्यक्तियों आदि को शामिल किया जा सकता है।

शरीर में विटामिन डी की कमी, हड्डियों की कमजोरी और हड्डियों में विकृति (Rickets) का कारण बनती है। डॉक्टर साधारण रक्त परीक्षण के माध्यम से विटामिन डी की कमी का निदान कर सकता है। इसके अतिरिक्त विटामिन डी की कमी दिल के दौर, कैंसर एवं श्वसन विकारों और कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली के बढ़ते जोखिम से भी संबन्धित हो सकते हैं।

विटामिन डी की कमी के लक्षण:

- मांसपेशियों में दर्द
- बार बार बीमार होना या इन्फ्लेक्शन होना
- बाल झड़ना
- थकान महसूस होना
- हड्डियों और पीठ में दर्द
- मन उदास होना

और यदि विटामिन डी की कमी अधिक समय तक रहती है तो इसके परिणामस्वरूप अन्य बीमारियाँ जैसे मोटापा, मधुमेह, डिप्रेशन, ऑस्टियोपोरोसिस, उच्च रक्तचाप, एक्जिमा, अल्जाइमर, प्रोस्टेट कैंसर का खतरा बढ़ जाता है।

विटामिन डी की कमी:

विटामिन डी का सामान्य स्तर है : 20 ng/ml

विटामिन डी का अभाव : 10 – 20 ng/ml

विटामिन डी की कमी; 10 ng/ml से कम

इसे दूर करने के लिए आमतौर पर हफ्ते में एक बार 20000 से 25000 IU विटामिन डी लेने की (चार हफ्तों तक) सलाह दी जाती है एवं सूर्य प्रकाश में बैठना (सूर्य स्नान)।

-डॉ राज कुमार
मुख्य चिकित्सा अधीक्षक

हिन्दी के मूर्धन्य साहित्यकार - माखनलाल चतुर्वेदी

कविता

पुष्प की अभिलाषा
 चाह नहीं, मैं सुरबाला के,
 गहनों में गूँथा जाऊँ
 चाह नहीं प्रेमी-माला में,
 बिंध प्यारी को ललचाऊँ
 चाह नहीं, सम्राटों के शव पर
 हे हरी डाला जाऊँ
 चाह नहीं, देवों के सिर पर
 चढ़ू भाग्य पर इठलाऊँ
 मुझे तोड़ लेना वनमाली,
 उस पथ पर देना तुम फेंक,
 मातृ-भूमि पर शीश चढ़ाने
 जिस पथ जावें वीर अनेक

इस कविता के माध्यम से कविने

अपनी राष्ट्रीय देशभक्ति की भावना को व्यक्त किया है।

'पुष्प की अभिलाषा' कविता से भारतीय जन-मन में हमेशा के लिए बस गए माखनलाल चतुर्वेदी को एक भारतीय आत्मा' के नाम से भी याद किया जाता है जिन्होंने देशप्रेम की अपनी कविताओं के माध्यम से न केवल अपने समय में बल्कि बाद की पीढ़ी-दर-पीढ़ी में भी राष्ट्रप्रेमी भावनाओं का संचार किया।

जीवन परिचय

माखनलाल चतुर्वेदी का जन्म 4 अप्रैल 1889 को मध्यप्रदेश होशंगाबाद जिले के समीप बाबई में हुआ। ये सरल भाषा और ओजपूर्ण भावनाओं के अनूठे हिंदी रचनाकार थे। 'कर्मवीर' के राष्ट्रीय संपादक रहे। इनका उपनाम "एक भारतीय आत्मा" था। इन्होंने स्वतंत्रता आंदोलन में सक्रिय रूप से भाग लिया। इनका निधन 30 जनवरी 1968 को हुआ। आरंभिक शिक्षा-दीक्षा घर पर ही हुई, जिसके उपरांत अध्यापन और साहित्य-सृजन से संलग्न हुए। 1913 में उन्होंने "प्रभा" पत्रिका का संपादन शुरू किया और इसी क्रम में गणेश शंकर विद्यार्थी के संपर्क में आए, जिनके देश-प्रेम और सेवाव्रत का उनपर गहन प्रभाव पड़ा।

उनकी सृजनात्मक यात्रा के तीन आयाम रहे-एक, पत्रकारिता और संपादन जहाँ उन्होंने पत्र-पत्रिकाओं के माध्यम से राष्ट्रीय चेतना का जागरण किया;। दूसरा, साहित्य-सृजन, जहाँ काव्य, निबंध, नाटक, कहानी आदि विधाओं में मौलिक लेखन के साथ युगीन संवाद और सर्जनात्मकता का विस्तार किया; और तीसरा, उनके व्याख्यान-जहाँ प्रत्यक्ष रूप से सामाजिक-साहित्यिक-राजनीतिक प्रश्नों से दो-चार हुए।

'हिमकिरीटिनी', 'हिमतरंगिनी', 'युग चरण', 'समर्पण', 'मरण ज्वार', 'माला', 'वेणु लो गूँजे धरा', 'बीजुरी काजल औंज रहीं आदि इनकी प्रसिद्ध काव्य-कृतियाँ हैं। 'कृष्णार्जुन युद्ध', 'साहित्य के देवता', 'समय के पाँव', 'अमीर इरादे गरीब इरादे' आदि उनकी प्रसिद्ध गद्यात्मक कृतियाँ हैं। 'माखनलाल चतुर्वेदी रचनावली' में उनकी रचनात्मक कृतियों का संकलन किया गया है। 1943 में उन्हें देव पुरस्कार से सम्मानित किया गया जो उस समय साहित्य का सबसे प्रतिष्ठित पुरस्कार था। 1953 में साहित्य अकादमी की स्थापना के बाद इसका पहला साहित्य अकादमी पुरस्कार 1955 में उन्हें ही प्रदान किया गया। भारत सरकार ने उन्हें 'पद्म भूषण' से अलंकृत किया और उन पर डाक टिकट जारी किया।

चतुर्वेदी जी की रचनाओं को प्रकाशन की दृष्टि से इस क्रम में रखा जा सकता है। 'कृष्णार्जुन युद्ध' (1918 ई.), 'हिमकिरीटिनी' (1941 ई.), 'साहित्य देवता' (1942 ई.), 'हिमतरंगिनी' (1949 ई.) साहित्य अकादमी पुरस्कार से पुरस्कृत), 'माता' (1952 ई.)। 'युगचरण', 'समर्पण' और 'वेणु लो गूँजे धरा' उनकी कहानियों का संग्रह 'अमीर इरादे, गरीब इरादे' नाम से छपा है। चतुर्वेदी जी की रचनाओं की प्रवृत्तियाँ प्रायः स्पष्ट और निश्चित हैं। राष्ट्रीयता उनके काव्य का कलेवर है तो भक्ति और रहस्यात्मक प्रेम उनकी रचनाओं की आत्मा।

उन्होंने सामयिक राजनीतिक विषयों को भी दृष्टि में रखकर लिखा और ऐसे जलते प्रश्नों को काव्य का विषय बनाया।

कविता लेखन

20वीं शती के प्रथम दशक में ही चतुर्वेदी जी ने कविता लिखना आरंभ कर दिया था, पर आज़ादी के संघर्ष में सक्रियता का आवेश शनैः-शनैः उम्र के चढ़ाव के साथ परवान चढ़ा महात्मा गाँधी के भी अनुयाई बने। आपने राष्ट्रीय चेतना को राजनैतिक वक्तव्यों से बाहर निकाला। अपनी रचनाओं में एक भारतीय आत्मा ने बलिपंथी के भाव को उद्घाटित किया है।

आरंभिक काव्य

माखनलाल जी की आरम्भिक रचनाओं में भक्तिपरक अथवा आध्यात्मिक विचारप्रेरित कविताओं का भी काफ़ी महत्त्वपूर्ण स्थान है। भक्तिपरक कविताओं को किसी विशेष सम्प्रदाय के अंतर्गत रखकर देखना ठीक न होगा, क्योंकि इन कविताओं में किसी सम्प्रदायगत मान्यता का निर्वाह नहीं किया गया है। इनमें वैष्णव, निर्गुण, सूफ़ी, सभी, तरह की विचारधाराओं का समन्वय-सा दिखाई पड़ता है।

-सुनीता अहिरे
राजभाषा अधिकारी

यात्री गाडी को सिग्नल देते समय रखी जाने वाली सावधानी



- कई बार देखने में आता है कि स्टेशन पर रुकने वाली गाड़ी को रनिंग थ्रू कर दिया जाता है। बाद में एलपी के बताने पर या स्टेशन मास्टर को याद आने पर आगे के सिग्नल उठाकर गाड़ी को मेन लाइन (नॉन प्लेट फार्म) पर लेकर चलाया जाता है। इससे यात्रीयों को काफी कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है। इस प्रकार की त्रुटि गाड़ी संचालन में नहीं हो उसके लिए निम्न सावधानी बरतें।
- औचक निरीक्षण के दौरान अक्सर देखने में आता है कि स्टेशन मास्टर द्वारा लाईन क्लीयर पूछते समय न तो गाड़ी की पूरी संख्या बोली जाती है ना ही लाईन क्लीयर देने वाले स्टेशन मास्टर द्वारा गाड़ी संख्या को रिपीट किया जाता है। इस तरह की शार्टकट पद्धति के कारण इस प्रकार की घटना घटित होती हैं। भविष्य में इस प्रकार की घटना घटित नहीं हो इसके लिये प्रोपर तरीके से लाईन क्लीयर पूछा जाये / दिया जाये।
- कर्मचारियों की लापरवाही एवं नियमों के ज्ञान के अभाव के कारण खुली गेट से गाड़ी पास होने की घटना, गेट तो बंद है परंतु जाम झण्डा नहीं हटाये जाने की घटनाएँ घटित हुई हैं जिसके कारण बड़ी दुर्घटना घट सकती थी। भविष्य में इस तरह की घटना घटित नहीं हो इसके लिये सुनिश्चित करें कि गेटमैन की घंटी आने पर प्राथमिकता से उसके फोन को अटेंड किया जा रहा है तथा यह भी सुनिश्चित करें कि सड़क यातायात के अत्यधिक दबाव वाले समपार फाटक को समय-समय पर खोलने की अनुमति दी जा रही है।
- रनिंग थ्रू गाड़ी की सजगता के साथ जांच करें तथा सामान्य एवं सहायक नियम 4.17 तथा 4.42 का कड़ाई से पालन करें।
- सुनिश्चित करें कि कोई भी कर्मचारी पीएमई एवं पुनश्चर्या पाठ्यक्रम के लिये ओवर ड्यू नहीं है। बायोडाटा रजिस्टर के प्रथम पृष्ठ पर समरी अपडेट रखें।
- बिना वेद्य सक्षमता प्रमाण पत्र के किसी भी कर्मचारी को गेट संचालन हेतु नहीं लगाया जाए।
- कार्य पर निर्धारित पूर्ण गणवेश में उपस्थित रहना सुनिश्चित करें।

-व.म .संरक्षाअधिकारी
राजकोट

नो टेंशन

छोड़ दो ये सब टेंशन
खाओ पियो पार्टियाँ करो
खुशी से उड़ाओ पेंशन।

हुकम चलेगा तब तक
हकूमत कर लो भाई..!!
फिर बाहरी लड़के भी
नहीं मानेंगे कोई सजेशन!!
क्रोधित होना, क्रोध करवाना
उमर तो अब चली गई..!!
कोई सॉरी कहे तो ,
शांति से कहना
नो मेंशन..!!

जब तक हाथ में है व्यवहार
सब कुछ रखो हाथ में,
फिर पानी के लिए भी पड़ेगा पूंछना .
ऐसी होगी
पोजीशन..!!

शर्तो में जीता हूं ना?
शर्तो में बहुत कुछ हारा भी हूं..!!
अब कहो जिंदगी से,
डॉट अप्लाए एनी कंडीशन..!!
जो खोया उसका गम न करो।
जो मिला है उसमें खुशी मनाओ,
क्योंकि कब दिल बैठ जाएगा,
विदाउट एनी मेंशन..!!

अगर कभी पाप किया है तो
इसका कर लेना प्रायश्चित ..!!
ईश्वर क्षमा करेंगे पाप।
विदाउट एनी ऑब्जेक्शन..!!

दौड़ भाग चिंता हड़बड़ी को ,
 छोड़ो इन सबको फेंको अतीत को...
 रक्तचाप मधुमेह को कहो रुक जाएं...
 आगे जाने की नहीं है अनुमति...
 परमिशन...!! .
 मौत आये तो खुशी से मरना,
 डरो मत, और हंसते हंसते विदा हो जाओ,
 दिए बिना कोई
 ऑप्शन...!!
 बुढ़ापा है अच्छा नाम,
 कोई कहे सन्यासाश्रम,
 कोई कहे वानप्रस्थाश्रम,
 लेकिन मैं कहता हूं
 आनंदाश्रम ..!!
 बुढ़ापे में हमें कैसे रहना है,
 घर में हो तो आश्रम जैसे।
 आश्रम में हो तो घर के जैसा ,
 जलसे में रहना और बस जलसे के साथ रहना...
 किसी उलझन में मत रहो ,
 पुरानी यादें न निकालो
 'हमारे ज़माने में' ऐसा था कहना नहीं ,
 अपमान हो तो मन पर न लेना...
 बातों को झूठ मूठ से लम्बा मत खींचो,
 खुशियों की भट्टी बनाते रहिए,
 हर किसी से दोस्ती बनाते रहिए,
 क्रोध और लोभ को दूर भगाते रहिए...
 हमेशा खुशियों का अहसास हो,
 लेंस प्रत्यारोपण से स्पष्ट दिखता है,
 चावल बडे आसानी से चबाया जा सकता है,
 ईयरफ़ोन से अच्छे से सुनाई पडता है...
 पार्क में जाकर घूम भी आए,
 मंडली में जाओ और भजन गाओ,

टी.वी. में सीरियल देख लो,
 लड़कों के सामने चुप रहो..!!
 पोते-पोतियों के साथ खेलते रहिए,
 पत्नी; बच्चों से प्यार करते रहिए,
 मित्रों के साथ गप्पे मारते रहिए,
 * समम निकालकर "चायदान चालू रखिए...
 पत्नी का सामान उठाते उठाते
 जहां थक जाओ वही बैठे जाओ,
 जहां लगे ज्यूस शरबत पीते रहिए,
 वरिष्ठ नागरिकों के क्लब में जाते रहिए...
 न आए तो भी थोड़ा गा लीजिए ,
 एकांत में थोड़ा सा नृत्य कीजिए,
 यदि कोई देख ले तो व्यायाम बताए,
 मौज में रहना - मस्ति रहना...
 यदि ऊब गए हैं तो सो जाइए।
 जब उठें तो संगीत का आनंद लें,
 जागते हुए खर्राटे लीजिए,
 टोके कोई तो थोड़ा मुस्कराइएं..!!
 सभी वरिष्ठ नागरिक मित्रों को समर्पित....

(मूल गुजराती से ओंकार कोसे द्वारा अनूदित)

-ओंकार कोसे
 वरिष्ठ अनुवादक, राजकोट

तू कौन है ?



उठती है, गिरती है,
 आती है, जाती है,
 रोज़ रोज़ मिलती है - उस मौज से
 साहिल पूछता है - तू कौन है ?
 बहती है, उड़ती है,
 छिपती है, छिपाती है,
 इर्दगिर्द घूमती है - उस खुशबु से
 हवा का झोंका पूछता है - तू कौन है ?
 बजती है, गाती है
 एक एक सूर में रहती है
 तार तार में बसती है - उस रागिनी से
 साज़ पूछता है - तू कौन है ?
 सजती है, सँवरती है
 छोर छोर में खिलती है,
 धूपछांव में साथ रहती है - उस धरती से
 अंबर पूछता है - तू कौन है ?
 हँसती है, खेलती है,
 छम छम बरसती है,
 रोम रोम में समाती है - उस बूंदों से
 बादल पूछता है - तू कौन है ?
 यह मेरी मौलिक रचना है ।

-जे. पी. गोहिल
 नियंत्रण कार्यालय, राजकोट

सेफटी कविता

सेफटी कर्तव्य है हमारा,
सुरक्षित हो ट्रेन संचालन हमारा

सेफटी से ट्रेन चलाने का धर्म निभाना,
यात्रियों को सुरक्षित लेकर जाना ।

सेफटी के मापदंड का पालन है कर्तव्य हमारा,
इससे सुरक्षित होगा परिवार सारा हमारा ।

ट्रेन कार्य के पहले जानो,
सेफटी के हर मापदंड को पहचानो ।

सुरक्षित कार्य है कर्तव्य हमारा,
बिना जाने कभी करो न कोई काम ।

इससे अपनी रेल का हो सकता है नुकसान,
अपने कार्य की हरदम करो समीक्षा ।

सेफटी से कार्य करने पर प्रबल होगी इच्छा,
हमें लेना है यह संकल्प सदा ।

सेफटी का कोई नहीं है विकल्प,
सुरक्षित हो कार्य कर्तव्य हमारा, यही है जीवनभर नारा हमारा

-अश्विन आर ढोलकिया
वरिष्ठ लिपिक, डीआरएम कार्यालय, राजकोट

‘राष्ट्र की जीवन रेखा’ भारतीय रेल

बचपन की अनेकों खट्टी-मीठी यादों के झरोखे से एक ऐसा दृश्य भी मस्तिष्क पटल पर चलचित्र की तरह दिखता है वह है ‘ट्रेन और ट्रेन की यात्रा का’। जब हम लोग छुट्टियों में अपने रिश्तेदारों के घर या कहीं भी घूमने रेल से जाते थे। जाने की वह तैयारी, उमंग, उत्साह, उल्लास और मजेदार अनुभव आज भी खुशी से सराबोर कर देता है। कपड़ों की अटैची बैग, खाने का अलग बैग, सुराही में पानी, फल की टोकरी, जरूरी दवाएं साथ में सोने के लिए पूरा बेडिंग बिस्तर। स्टेशन पर पहुँचते ही प्लेटफार्म पर लोगों की भीड़, टिकट काउंटर पर भयंकर लाइन, कुली का सामान लेकर इधर-उधर जाना, चाय-गरम चाय-गरम, गरमागरम स्वादिष्ट समोसे की आवाज देते हुए फेरी वालों का आना-जाना। परिवार के साथ आदमी औरत का बच्चों व सामान के साथ ट्रेन आने पर डिब्बों की तलाश में आगे पीछे दौड़ना। किसी भी डिब्बे में सामान व बच्चों सहित घूसकर राहत की सांस लेना। इस बीच किसी का ट्रेन छूटना, सामान छूटना स्वयं गिरना-पड़ना। मुश्किल से मिली एक सीट पर 5 से 6 लोगों का बैठना, ट्रेन में कभी पानी खत्म होना, टायलेट की बदबू, डिब्बे के अंदर की गंदगी, बैठे-बैठे कमर टेढ़ी होना इन सब दिक्कतों के साथ ट्रेन का सफर हिन्दी के सफर से अंग्रेजी का suffer बन जाता था। यद्यपि ये दृश्य कमोबेश आज भी दिखाई देते हैं, परंतु आज भारतीय रेल व्यवस्था में अत्यधिक परिवर्तन दिखाई देता है। आज ट्रेन में यात्रा एक सुखद और आनन्दप्रद है। पहले की तरह अब उतनी भीड़ काउंटर पर नहीं होती क्योंकि अधिकांश टिकट ऑन लाइन (IRCTC) तथा अन्य सहकारी वेबसाइट से बुक हो जाते हैं। व्यक्ति अपनी सुविधा से सीट/बर्थ और ट्रेन का चयन कर लेता है। ट्रेन के भीतर खान-पान सेवा भी बहुत अच्छी हो गई है। ट्रेन में सुविधाओं में भी क्रांतिकारी परिवर्तन परिलक्षित हो रहा है। रेलवे स्टेशन की स्वच्छता, प्लेटफार्म की स्वच्छता, ट्रेन के अंदर की स्वच्छता, टायलेट की साफ-सफाई, डिब्बों की स्वच्छता, बिस्तर की नयी पैकिंग-ऐसा लगता है कि हम रेल में नहीं किसी होटल में बैठे हैं। इतना तो सामान्य लोगों की पहुँच तक है। कुछ ट्रेनों में तो रेस्टोरन्ट व मनोरंजन की भी व्यवस्था है। अभी हाल ही में कुछ महानगरों में ट्रेन बुकिंग के साथ ओला के साथ भी कांटेक्ट किया जा रहा है जिससे ट्रेन से उतरने के बाद यात्री अपने गंतव्य तक सुरक्षित व बिना असुविधा के पहुँच सके।

इसके अलावा ट्रेन में राजधानी, दुरन्तो, तेजस, वंदे भारत को जोड़कर इसके स्पीड में एक अभूतपूर्व प्रगति को दिखाया गया है। बुलेट ट्रेन इस दिशा में एक महत्वपूर्ण प्रयास है। भारतीय रेलवे आज भारत की अर्थ व्यवस्था में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। देश की वृद्धि और विकास में इसका महत्वपूर्ण योगदान है। यह सिर्फ परिवहन का एक साधन ही नहीं है अपितु एक जीवन रेखा है जो देश के सभी क्षेत्रों को आपस में जोड़ती है। यह प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से लाखों लोगों को रोजगार देती हैं। रेलवे के कुशल प्रबंधन के लिए रेलवे के सभी कर्मचारी और अधिकारी दिन-रात मेहनत अथक प्रयास और परिश्रम करते हैं ताकि यात्रा करने वालों को अधिक से अधिक सुविधा मिल सके। 1853 में बॉम्बे और ठाणे के बीच 34 किलोमीटर की लाइन अब 68,000 कि.मी. से भी अधिक फैली है। भारतीय रेल दुनिया की चौथी

और सबसे बड़ी रेलवे सेवा है। भारतीय रेलवे के लिए वह दिन दूर नहीं जब वह पहले स्थान पर आ जायेगी।

तो आइए, हम सब मिलकर देश की इस जीवन रेखा को विश्व की सर्वोत्तम रेल सेवा बनाने का संकल्प लें, जिससे ट्रेन में सफर करने के बाद हर यात्री यहीं बोले “वाह ! मजा आ गया”

-श्रीमती महक

W/o श्री निखिल श्रीवास्तव

मंडल इंजीनियर (पूर्व)-राजकोट

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

इक्यावन से सौ तक संख्यावाचक शब्दों का मानक रूप

| | | | | | | | | | |
|----|---------|----|---------|----|---------|----|---------|-----|-----------|
| 51 | इक्यावन | 61 | इकसठ | 71 | इकहत्तर | 81 | इक्यासी | 91 | इक्यानवे |
| 52 | बावन | 62 | बासठ | 72 | बहत्तर | 82 | बयासी | 92 | बानवे |
| 53 | तिरपन | 63 | तिरेसठ | 73 | तिहत्तर | 83 | तिरासी | 93 | तिरानवे |
| 54 | चौवन | 64 | चैसठ | 74 | चौहत्तर | 84 | चौरासी | 94 | चौरानवे |
| 55 | पचपन | 65 | पैंसठ | 75 | पचहत्तर | 85 | पचासी | 95 | पचानवे |
| 56 | छप्पन | 66 | छियासठ | 76 | छिहत्तर | 86 | छियासी | 96 | छियानवे |
| 57 | सतावन | 67 | सइसठ | 77 | सतहत्तर | 87 | सतासी | 97 | सतानवे |
| 58 | अठावन | 68 | अइसठ | 78 | अठहत्तर | 88 | अठासी | 98 | अठानवे |
| 59 | उनसठ | 69 | उनहत्तर | 79 | उनासी | 89 | नवासी | 99 | निन्यानवे |
| 60 | साठ | 70 | सत्तर | 80 | अस्सी | 90 | नब्बे | 100 | सौ |

डगमग से दो पग जिन्से नापा सर्वोच्च शिखर



भारती कोसे पुत्रीओंकार कोसे रतलाम के छोटे से शहर से निकली एक मासूम सी लड़की जिसने अपने प्रतिभा और परिश्रम के बल पर सात समंदर पार जाकर अपनी सफलता की यात्रा की शुरुआत कुछ इस प्रकार से की :

रतलाम के सेंट जोसेफ कॉन्वेंट स्कूल से के. जी . की पढ़ाई करना शुरू की और उच्च शिक्षा के लिए कंप्यूटर साइंस इंजीनियरिंग के क्षेत्र का चुनाव किया। उसके उत्कृष्ट शैक्षणिक योग्यता के आधार पर कालेज कैम्पस से ही उनका भारत की मल्टीनेशनल कंपनी टीसीएस में सॉफ्टवेयर इंजीनियर के तौर पर सिलेक्शन हुआ जो उनके मनपसंद करियर का आगाज था।

नौकरी के साथ-साथ उसने कुछ जीवन में नया और बेहतर करने का प्रण लिया। अपने बूते ही विदेश से आईटी के क्षेत्र में उच्च शिक्षा प्राप्त करने के लिए सेल्फ स्टडी से विविध कठिन परीक्षाएं नौकरी के साथ-साथ पास करने की तैयारी शुरू की।

मध्यम परिवार की होने के बाद भी उसने आर्थिक चुनौतियों का सामना करते हुए हिम्मत नहीं हारी और बिना किसी कंसल्टेंसी की मदद के स्वयं के प्रयासों से ही जी आर ई, टॉफेल, और आईईएलटीएस जैसी परीक्षाएं पास की तथा वीजा, लोन आदि प्रक्रियाओं को भी स्वयं ही पूरा किया। उसने अपने कठिन प्रयासों के फलस्वरूप अपना लक्ष्य नार्थ अमेरिका (कनाडा) की उत्कृष्ट पब्लिक यूनिवर्सिटी, यूनिवर्सिटी ऑफ ओटावा में एम. एस. (मास्टर ऑफ इंजीनियरिंग एंड मैनेजमेंट) की पोस्ट ग्रेजुएट डिग्री में प्रवेश ले ही लिया। उसके परिवार के इतिहास में पहली बार किसी बच्चे ने सात समंदर पार जाकर अपना करियर बनाने के लिए संघर्ष की शुरुआत की और परिवार को गौरवान्वित किया। यहां से उसका असली संघर्ष शुरू हुआ जिसमें उसकी प्रतिस्पर्धा विश्व के प्रतिभाशाली छात्रों के साथ थी। उसने कठिन परिश्रम से उत्कृष्ट अंकों के साथ ऑनर्स की पीजी डिग्री हासिल की ।

अंततः पोस्ट ग्रेजुएशन के पश्चात असली सफलता तब मिली जब उसका चयन विश्व की बिगेस्ट ऑफ़ द बिग फोर कंसल्टिंग फर्म-Deloitte में SAP, IAM Specialist Cyber security के पद पर हुआ । जहां पर उनके कठिन परिश्रम एवं उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर उन्हें कई प्रशस्तियां एवं पुरस्कार प्राप्त हुए। अभी भी उनके ज्ञान और अनुभव का जुनून उन्हें निरंतर ऊंचाइयों की ओर ले जा रहा है। एक छोटे शहर की लड़की द्वारा एक विकसित राष्ट्र जहां अंग्रेजों एवं अंग्रेजी का वर्चस्व है, वहां से शिक्षा प्राप्त करके अंग्रेजों के बीच अंग्रेजी के माहौल में अपना एक विशिष्ट स्थान बनाया निश्चित ही यह कोई आसान कार्य नहीं था।

अब हमारी बेटियां भी प्रतिभावान बेटों की तरह अपनी प्रतिभा और परिश्रम के बल पर पाश्चात जगत की उत्कृष्ट यूनिवर्सिटियों में जाकर शिक्षा प्राप्त कर रही है और वही आईटी जैसे क्षेत्र में नौकरी भी हासिल कर अंग्रेजों को लीड भी कर रही है। यह वाकई गर्व की बात है भारत में यह महिला सशक्तिकरण का उत्कृष्ट उदाहरण भी है।

भारती का आई टी के क्षेत्र में वैश्विक स्तर पर सफलता हासिल करना भारत की बेटियों में आत्मविश्वास भरने का काम करेगा। लड़कियों के माता-पिता को भी लड़कियों को आगे बढ़ाने में भरपूर मदद करना चाहिए बेशक दुनिया में लड़कियों को संघर्ष करके आगे बढ़ाना कोई आसान कार्य नहीं है लेकिन यदि आपमें लगन और जुनून हो और आगे बढ़ने की महत्वाकांक्षा हो तो आसानी से सफलता हासिल की जा सकती है। यह भारती ने करके दिखाया है और मुझे विश्वास है कि भारत की बेटियां उनका अनुकरण करते हुए विश्व में और भी ऊंचाइयों को प्राप्त करेगी।

भारती अपने जैसे प्रतिभावान बच्चों को मार्गदर्शन करने के लिए सदैव तत्पर रहती है। वह चाहती है कि लड़कियां भी लड़कों की तरह प्रगति कर सकती है बस उन्हें ऊंचे सपने देखना चाहिए और उन्हें सच करने के लिए कड़ी मेहनत करनी चाहिए। ऐसी लड़कियों को मैं हमेशा मार्गदर्शन करूंगी वे मुझसे कभी भी संपर्क कर सकती है; यह संदेश है भारती का समस्त बेटियों को।

-ओंकार कोसे

वरिष्ठ अनुवादक, राजकोट मंडल

-XXX-

राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा-3(3) में उल्लिखित सभी दस्तावेज जैसे-

- (1) संकल्प (2) सामान्य आदेश (3) नियम (4) अधिसूचनाएं (5) प्रशासनिक तथा अन्य रिपोर्ट (6) प्रेस विज्ञप्तियां (7) संसद के किसी सदन या सदनों के समक्ष रखी जाने वाली प्रशासनिक तथा अन्य रिपोर्ट (8) सरकारी कागज़ात या दस्तावेज (9) संविदाएं (10) करार (11) अनुज्ञप्तियां (12) अनुज्ञापत्र (13) निविदा सूचना एवं फार्म

मैं नीर भरी दुःख की बदली!

मैं नीर भरी दुःख की बदली!
 स्पंदन में चिर निस्पंद बसा;
 क्रंदन में आहत विश्व हँसा,
 नयनों में दीपक-से जलते
 पलकों में निर्झरिणी मचली!
 मेरा पग-पग संगीत-भरा,
 श्वासों से स्वप्न-पराग झरा,
 नभ के नव रँग बुनते दुकूल,
 छाया में मलय-बयार पली!
 मैं क्षितिज-भृकुटि पर घिर धूमिल,
 मैं नीर भरी दुःख की बदली!
 स्पंदन में चिर निस्पंद बसा;
 क्रंदन में आहत विश्व हँसा,
 नयनों में दीपक-से जलते
 पलकों में निर्झरिणी मचली!
 मेरा पग-पग संगीत-भरा,
 श्वासों से स्वप्न-पराग झरा,

नभ के नव रँग बुनते दुकूल,
 छाया में मलय-बयार पली!
 मैं क्षितिज-भृकुटि पर घिर धूमिल,
 चिंता का भार, बनी अविरल,
 रज-कण पर जल-कण हो बरसी
 नवजीवन-अंकुर बन निकली!
 पथ को न मलिन करता आना,
 पद-चिह्न न दे जाता जाना,
 सुधि मेरे आगम की जग में
 सुख की सिहरन हो अंत खिली!
 विस्तृत नभ का कोई कोना;
 मेरा न कभी अपना होना,
 परिचय इतना इतिहास यही
 उमड़ी कल थी मिट आज चली!
 मैं नीर भरी दुःख की बदली!

-महादेवी वर्मा

