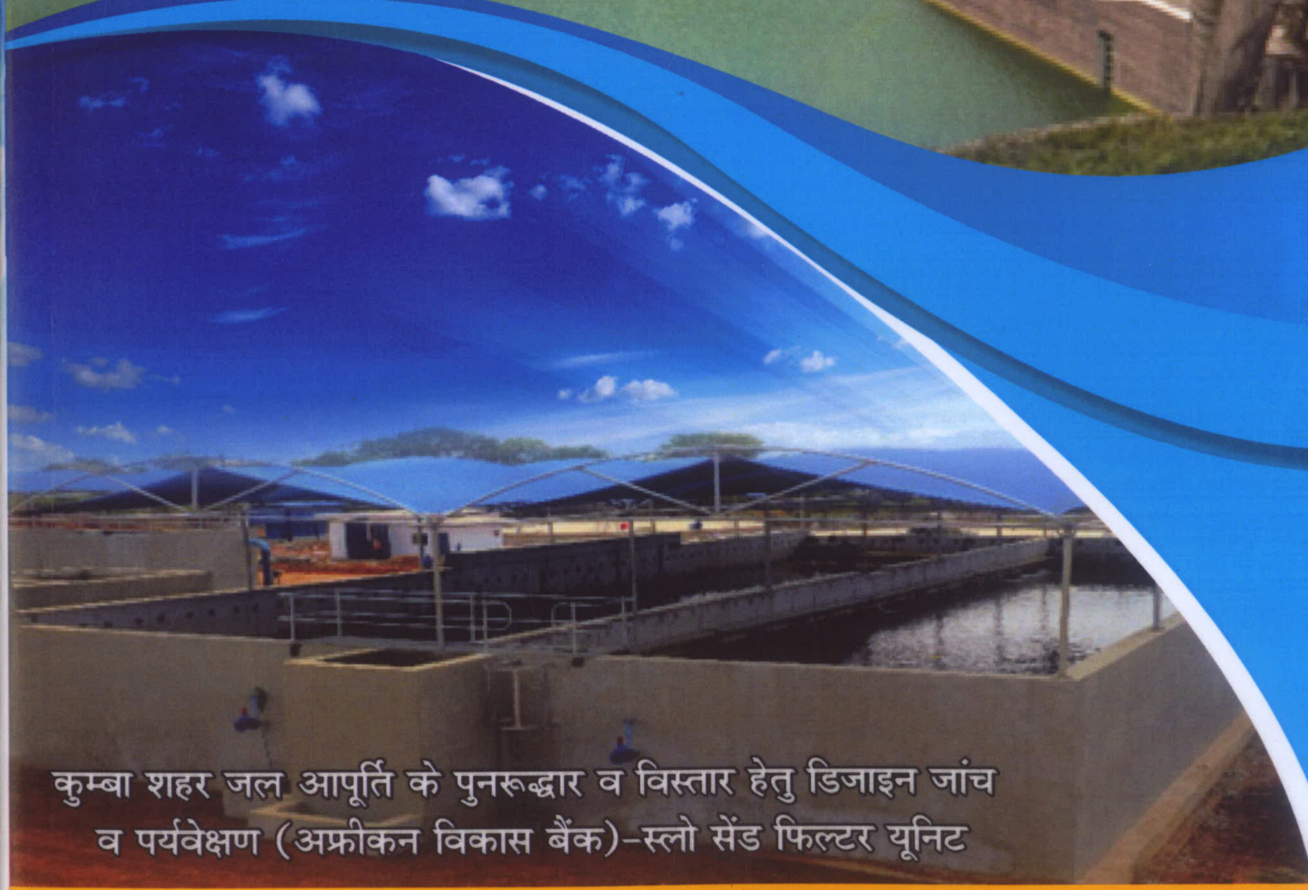
वाप्कोस दर्पण

गृह पत्रिका

अक्टूबर - दिसम्बर, 2016 | अंकः 83 | त्रैमासिक

1,200 मे.वाट (6X200 मे.वाट) तीस्ता III जल विद्युत परियोजना, उत्तरी सिक्किम के शेष कार्य हेतु विस्तृत डिजाइन, निर्माण पर्यवेक्षण



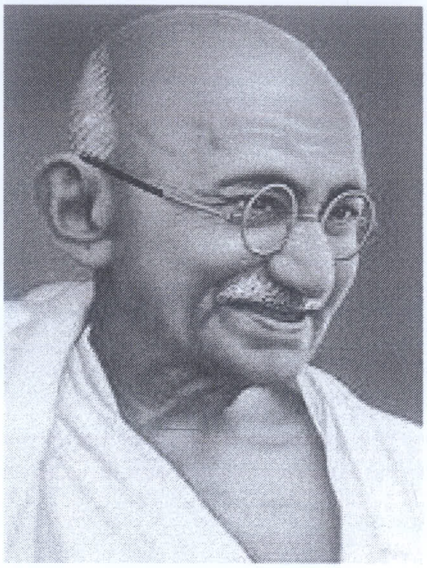
कुम्बा शहर जल आपूर्ति के पुनरूद्धार व विस्तार हेतु डिजाइन जांच व पर्यवेक्षण (अफ्रीकन विकास बैंक)-स्लो सेंड फिल्टर यूनिट

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (का.) गुड़गांव की दिनांक 27.12.2016 को सम्पन्न हुई बैठक

वाप्कोस दर्पण

अक्टूबर-दिसम्बर, 2016 अंक-83

	इस अंक में	पृष्ठ सं0
संरक्षक आर.के.गुप्ता अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक **तकनीकी संपादन सलाहकार** अमिताभ त्रिपाठी, मुख्य अभियंता **संपादन मण्डल** डा.आर.पी.दूबे, वरि.महा प्रबंधक अमिताभ त्रिपाठी, मुख्य अभियंता **संपादक** निम्मी भट्ट, उप मुख्य प्रबंधक (रा.भा.का.) **उप संपादक** डी.के.सेठी उप प्रबंधक (रा.भा.का.) **सहयोग** गीता शर्मा, सहायक प्रबंधक शारदा रानी, वरि.सहायक (पत्रिका के अंतर्गत प्रकाशित लेखों में व्यक्त किए गए विचार लेखकों के अपने हैं। संपादन मण्डल का इसके लिए सहमत होना अनिवार्य नहीं है।) **केवल आन्तरिक वितरण हेतु**	अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक की कलम से	1
	संबोधन – कार्यकारी निदेशक एवं अध्यक्ष, विराकास	2
	सम्पादकीय – उप मुख्य प्रबंधक (रा.भा.) एवं संपादक	3
	राजभाषा गतिविधियां	4
	नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, गुड़गांव की बैठक	5
	लेख - यह सोचने की बात है	6
	लेख - समय प्रबंधन	10
	लेख - अच्छा खेलें	14
	कविताएं	17
	लेख – फिल्में-समाज का दर्पण	18
	लेख – हमारी भारतीय संस्कृति	21
	लहसुन के फायदे	23
	कविता – 'कुम्हार' ही तो है 'माता पिता'	26
	लेख – दान की महत्ता (स्वर्ग प्राप्ति)	27
	लेख - कैशलेस भारत	31
	लेख - तनाव – ज्यादा की चाह	34
	अनमोल सीख	36
	भ्रष्टाचार निवारण में सतर्कता की भूमिका	37
	झुकने वाला व्यक्ति कभी छोटा या कमजोर नहीं होता	41
	राजकुमारी अमृत कौर – भारत की प्रथम केन्द्रीय मंत्री	43
	कविता – जिन्दगी	46
	विपाक सूत्र	47
	कविता – स्वच्छ भारत/स्वच्छता अभियान	48



अहिंसा एक ऐसी शक्ति है, जिसका सहारा बालक, युवा, वृद्ध, स्त्री, पुरूष सब ले सकते हैं, बशर्ते कि प्रेम-रूपी ईश्वर में तथा मनुष्य-मात्र में उनकी सजीव श्रद्धा हो। जब हम अहिंसा को अपना जीवन-सिद्धांत बना लें, तो यह हमारे सम्पूर्ण जीवन में व्याप्त होना चाहिए। यों कभी-कभी छुटपुट मामलों में उसका पालन करने से लाभ नहीं हो सकता ।

- सम्पूर्ण गांधी वाड़मय (खण्ड 62), पृ0 285

अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक की कलम से

वाप्कोस की गृह पत्रिका **'वाप्कोस दर्पण'** के माध्यम से आपके साथ बातचीत करते हुए मुझे हार्दिक प्रसन्नता हो रही है।

बदलते आर्थिक परिदृश्य में समयानुसार हमें भी अपने व्यवहार और मनोवृत्ति में बदलाव लाने की आवश्यकता है क्योंकि बदलाव जीवन का अनन्त क्रम है। आज के इस दौर में उपक्रम की निरन्तर प्रगति के लिए अपनी गुणवत्ता नीति के साथ ग्राहकों के विश्वास व आस्था को अर्जित करना नितांत आवश्यक है। समय की अंजलि से निकला हर पल कीमती है। अतः हम सभी को समर्पित भाव से व्यावसायिक गतिविधियों के साथ-साथ राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में भी वाप्कोस के विकास के लिए कार्य करना होगा।

वर्ष 2017 अपने आगमन की दस्तक दे रहा है और हमें इस नववर्ष में नए संकल्प और निर्धारित लक्ष्यों का सामना नई स्फूर्ति और विश्वास के साथ करना होगा। मुझे आशा है कि हम पूर्ण संकल्प के साथ इन अवसरों का लाभ उठाने में सफल होंगे।

नववर्ष 2017 की हार्दिक शुभकामनाएं,

आर. के. गुप्ता

(आर.के.गुप्ता)
अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक
वाप्कोस लिमिटेड

संबोधन

'वाप्कोस दर्पण' गृह पत्रिका राजभाषा हिन्दी के प्रति जागरुकता व उत्साह बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। पत्रिका भावों की अभिव्यक्ति की सफल और सकल वाहक होती है, जिसके माध्यम से विभिन्न प्रकार की ज्ञानवर्धक सामग्री प्रस्तुत करने का प्रयास किया जाता है।

राजभाषा हिन्दी के क्षेत्र में सार्थक प्रगति प्राप्त करने के लिए हम प्रयत्नशील हैं । किसी भी भाषा की उन्नति उसके प्रचार-प्रसार पर निर्भर करती है। इसी अनुक्रम में मेरा आपसे अनुरोध है कि संविधान के प्रावधानों के अनुसार राजभाषा नीति का अनुपालन करते हुए कार्यालय का निम्नलिखित कार्य आप केवल हिन्दी में ही करें :-

1. उपस्थिति रजिस्टर में हस्ताक्षर हिन्दी में करें ।
2. अपनी ओर से फाइलों पर टिप्पणियां हिन्दी में लिखें।
3. आपके अधीन कार्मिक द्वारा फाइलों पर हिन्दी में लिखी टिप्पणी के आगे आप भी टिप्पणी हिन्दी में लिखें।
4. हिन्दी में प्राप्त पत्रों के उत्तर हिन्दी में ही दें।
5. कार्यालय में सभी फार्म द्विभाषी रूप में उपलब्ध कराए गए हैं। कृपया इन्हें आप हिन्दी में भरकर प्रयोग करें।

आपके द्वारा किए गए उपरोक्त प्रयास कार्यालय के कामकाज में हिन्दी की प्रगति में महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान करेंगे तथा हम माननीय संसदीय राजभाषा समिति, राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय द्वारा निर्धारित लक्ष्यों को प्राप्त करने में सफल होंगे।

एक उपक्रम होने के नाते राजभाषा हिन्दी संबंधी प्रत्येक प्रावधान का समुचित अनुपालन करना हमारा कर्तव्य है। मैं आशा करता हूं कि आप सभी राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार एवं अपने दैनिक कामकाज में राजभाषा हिन्दी का अधिकाधिक प्रयोग बढ़ाने का प्रयास करेंगे।

नववर्ष 2017 की शुभकामनाओं के साथ,

अनुपम मिश्रा

(अनुपम मिश्रा)
कार्यकारी निदेशक (परि. व मा.सं.वि.) एवं
अध्यक्ष, विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति

सम्पादकीय

आज के वैश्वीकरण, उदारीकरण और सूचना प्रौद्योगिकी के इस युग में भाषा, संस्कृति और साहित्य का महत्व कई गुणा बढ़ गया है। हमारे देश के सामाजिक, शैक्षिक और आर्थिक ढांचे में परिवर्तन की प्रक्रिया जारी है। कम्प्यूटर और सूचना प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में नई तकनीकें विकसित हो रही हैं । लोगों को महत्वपूर्ण जानकारी उपलब्ध करवाने में वेबसाइटों की उल्लेखनीय भूमिका है।

आज हमारे कम्प्यूटर बिना किसी कठिनाई के हिन्दी में काम करने में पूरी तरह से सक्षम हैं । इस क्षेत्र में तेजी से हो रही प्रगति का पूरा लाभ हिन्दी प्रयोगकर्त्ता तक पहुंचे, इसके लिए आवश्यक है कि कम्प्यूटर पर हिन्दी के प्रयोग के लिए एनकोडिंग या यूनिकोड का प्रयोग किया जाए। इस दिशा में प्रगति हो रही है और काफी प्रगति हुई भी है, परन्तु तकनीक का पूरा लाभ उठाने के लिए इस संबंध में प्रभावी कार्यवाही किए जाने की आवश्यकता है।

हिन्दी में मूलरूप से किए जाने वाले कार्य राजभाषा के रूप में हिन्दी की बेहतर प्रगति का संकेत हैं । आज हिन्दी का प्रयोग तीव्र गति से हो रहा है । कार्यालय में हिन्दी में मूल पत्राचार को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए ताकि राजभाषा हिन्दी का व्यापक प्रयोग मजबूत हो । इसके साथ ही कठिन हिन्दी की बजाय सरल व सहज हिन्दी का प्रयोग, हिन्दी के व्यापक प्रचार में सहायक साबित होगा।

आइए इस भाषा सेतु को सशक्त करने में हम भी अपना सहयोग दें।

हमेशा की भांति इस अंक के बारे में भी आपके विचार एवं सुझाव आमंत्रित हैं ।

नववर्ष की मंगलमय कामनाओं के साथ,

(निम्मी भट्ट)
उप मुख्य प्रबंधक (रा.भा.का.)
एवं संपादक

राजभाषा गतिविधियां

- दिनांक 16.12.2016 को श्री अनुपम मिश्रा, कार्यकारी निदेशक (परि.व मा.सं.वि.) एवं अध्यक्ष, विराकास की अध्यक्षता में विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक आयोजित की गई।

- दिनांक 20.12.2016 को हिन्दी कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस अवसर पर जल संसाधन, नदी विकास और गंगा संरक्षण मंत्रालय से श्रीमती वीना सत्यवादी, सहायक निदेशक (रा.भा.) को आमंत्रित किया गया था, जिन्होंने राजभाषा कार्यान्वयन के रूप में हिंदी की संवैधानिक स्थिति तथा राजभाषा नियमों/अधिनियमों के बारे मे जानकारी दी। इस कार्यशाला में 15 अधिकारियों/कर्मचारियों ने भाग लिया।

- जल संसाधन, नदी विकास और गंगा संरक्षण मंत्रालय की दिनांक 29.12.2016 को आर्थिक सलाहकार एवं राजभाषा प्रभारी की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में वाप्कोस से श्री डी.के.सेठी, उप प्रबन्धक (रा.भा.का.) ने भाग लिया।

- जल संसाधन, नदी विकास और गंगा संरक्षण मंत्रालय की हिन्दी सलाहकार समिति की दिनांक 19.10.2016 को माननीय जल संसाधन, नदी विकास और गंगा संरक्षण राज्य मंत्री जी की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में वाप्कोस से श्री अनुपम मिश्रा, कार्यकारी निदेशक (परि.व मा.सं.वि.) एवं अध्यक्ष, विभागीय राजभाषा कार्यानवयन समिति तथा श्रीमती निम्मी भट्ट, उप मुख्य प्रबन्धक (रा.भा.का.) ने भाग लिया।

- दिनांक 6.10.2016 को आगरा में राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा उत्तर क्षेत्र-1 तथा उत्तर क्षेत्र-2 के ''एक दिवसीय क्षेत्रीय राजभाषा सम्मेलन एवं पुरस्कार वितरण समारोह'' में वाप्कोस से श्रीमती निम्मी भट्ट, उप मुख्य प्रबन्धक (रा.भा.का.) एवं सदस्य सचिव, नराकास, गुड़गांव द्वारा भाग लिया गया।

(डी.के.सेठी)
उप प्रबंधक (रा.भा.का.)

*****

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (नराकास), गुड़गांव की बैठक

- नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (का.) गुड़गांव की छमाही बैठक श्री आर.के.गुप्ता, अध्यक्ष सह प्रबन्ध निदेशक, वाप्कोस एवं अध्यक्ष, नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, गुड़गांव की अध्यक्षता में दिनांक 27.12.2016 को वाप्कोस कार्यालय में आयोजित की गई। इस बैठक में सदस्य कार्यालयों से कार्यालय प्रमुख या उनके प्रतिनिधि तथा उनके साथ राजभाषा अधिकारी तथा वाप्कोस से श्री अनुपम मिश्रा, कार्यकारी निदेशक (परि.व मा.सं.वि.) एवं अध्यक्ष, विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति भी उपस्थित थे।

सर्वप्रथम अध्यक्ष, नराकास द्वारा बैठक में उपस्थित सभी कार्यालय प्रमुखों/प्रतिनिधियों तथा उनके साथ आए राजभाषा अधिकारियों का हार्दिक स्वागत किया। स्वागत के उपरांत श्रीमती निम्मी भट्ट, उप मुख्य प्रबंधक (रा.भा.का.) एवं सदस्य सचिव, नराकास द्वारा अध्यक्ष महोदय की अनुमति से बैठक की कार्यसूची की विभिन्न मदों पर विधिवत् रूप से चर्चा की गई।

(डी.के.सेठी)
उप प्रबंधक (रा.भा.का.)

*****

यह सोचने की बात है

तेजबीर सिंह
उप प्रबंधक (आई.टी.)

पूरा ब्रह्मांड भगवान की रचना है लेकिन हम इस बात को किस संदर्भ में समझते हैं यह सब निर्भर करता है अनेक बातों पर। यह बातें उन बहुत से विचारों का समूह जो हमने जब से हम पैदा हुए और जवानी तक, बुढ़ापे तक, हमारी बुद्धि रूपी छोटे कमरे में विराजमान है। भगवान का अस्तित्व हमारे जीवन में कितना और कहां तक और कब तक महत्वपूर्ण है यह एक व्यक्ति की सोच और समझ पर यकीनन निर्भर करता है। यह बात मैंने क्यों लिखी इसका विवरण मैं आगे चलकर विस्तार से करूंगा। ब्रह्मांड में अनेक ग्रह, उपग्रह हैं जिनमें से हमारी पृथ्वी को विचित्र ग्रह कहा गया है और माना जाता है। यह सही है पर इसका अर्थ यह बिल्कुल भी नहीं है कि ऐसे ग्रह कही और ही होंगे। यह भी हो सकता है कि वे ग्रह विचित्रता के मामले में पृथ्वी से कई गुना आगे हों। देखिए विज्ञान की बदौलत हमें काफी ज्ञान प्राप्त हुआ है। विज्ञान हमेशा प्रमाणों के आधार पर ही किसी भी चीज की वास्तविकता की मोहर लगाता है। इसलिए लोग विज्ञान द्वारा प्रमाणित वस्तुओं एवं विचारों को जीवन का सच और अन्य बातों को काल्पनिक समझते हैं, यह सोचने की बात है।

भारत एक ऐसी सरज़मीन है जिस पर बहुत सदियों पहले अनेक धर्म ग्रन्थ, वेदों, पुराणों की रचना हुई। विभिन्न प्रकार का ज्ञान इन ग्रन्थों में दिया गया है जिसका संबंध मानव की प्रकृति से है। पृथ्वी पर जीवन तब तक सुरक्षित है जब तक मनुष्य-प्रकृति का संबंध ठीक है। अन्यथा बुरा अंजाम भुगतना पड़ सकता है और मनुष्य-प्रकृति का यह रिश्ता आज कितना बिगड़ चुका है और इसमें मनुष्य का क्या योगदान है, यह सोचने की बात है।

भारतीय मान्यता के अनुसार एक बच्चा जब जन्म लेता है वही उसका दुनियां में आगमन का दिन होता है। किस दिन और किस समय वह बच्चा पैदा हुआ उसके आधार पर उसकी जन्मपत्री बनाई जाती है। किन्तु वेदों और पुराणों की मानें तो असली जन्म तब होता है जब वह स्त्री गर्भधारण करती है। यह मनुष्य के जीवन की वह स्थिति होती है जिसमें उसका मन बिल्कुल साफ एवं पवित्र होता है और लोभ, मोह, ईर्ष्या, अहंकार जैसे अवगुणों का उसे बोध नहीं होता। शायद इसीलिए कहा जाता है कि बच्चे ईश्वर का रूप

होते हैं क्योंकि ईश्वर अकाल है अर्थात भगवान काल में नहीं हैं। काल अथवा समय जैसी चीजें सिर्फ मनुष्य की दुनिया में ही स्थान रखती है। पशु-पक्षी के जीवन में काल या समय जैसा कुछ भी नहीं। वे जैसे पहले थे, आज भी वैसे ही हैं उनकी जीवन शैली में कोई भी परिवर्तन नहीं आया है। उदाहरण सहित शेर पहले भी हिरण का शिकार करता था और आज भी करता है। लेकिन मनुष्य परिवर्तनशील है जैसे कि मैं पहले कह चुका हूं कि मनुष्य केवल मां के गर्भ में दुनिया के विकारों से बचा रहता है। परन्तु जब इसका दुनिया में प्रवेश होता है, तो धीरे-धीरे यह अपने आस-पास के वातावरण को समझने लगता है और उसके अनुकूल होने की कोशिश करता है। उसकी पवित्रता कम होने लगती है। बच्चे को जैसा वातावरण मिलता है वह वैसा ही बनता है। जो बीज बोआ है वही फल मिलेगा। अगर उस बीज की देखभाल में कोई कमी रह जाए तो फल इच्छानुसार नहीं मिलता। एक बच्चे का मस्तिष्क बहुत कोमल होता है उसे जो सिखाओ वह तुरंत सीख जाएगा। बच्चे को अच्छे बुरे का ज्ञान नहीं होता और उसे यह बताना बड़ों का काम है। बड़े अगर अच्छी शिक्षा देंगे तो बच्चा एक अच्छा इंसान बनेगा। यदि बच्चा अच्छे वातावरण में न पला हो तो उसके परिणाम उसको भुगतने पड़ते हैं। देखिए हर इंसान का व्यक्तित्व एक दूसरे से अलग होता है। जरूरत सिर्फ समझने की होती है। अगर दुनिया के विनाशकारी बुद्धि रखने वाले व्यक्तियों का इतिहास पढ़े तो यह ज्ञात होता है कि उनका बचपन बहुत दुखभरा और नकारात्मक रहा है जिसके फलस्वरूप उनकी बाकी जिन्दगी बेढंगी रही और उनकी मानसिकता विनाशकारी बन गई। उदाहरण के तौर पर जर्मनी के तानाशाह हिटलर, चीन का राजा माऊ-से-तुंग। यही सब कुछ आज की छल-कपट से भरी दुनिया में हो रहा है जिसका विवरण हम रोजाना अखबारों और टीवी पर देखते हैं जिसे देखकर हम कहते हैं कि ''यह तो क़लयुग है''। कलयुग, सतयुग, द्वापर युग कुछ नहीं हैं सिर्फ मन की अवस्थाएं हैं। कलयुग तब भी था जब राजा कंस ने श्री कृष्ण के माता-पिता को जेल में बंद किया था, कलयुग तब भी था जब गुरू नानक देव जी के समय में मुगल बादशाह बाबऱ ने लोगों पर जुल्म किए थे, कलयुग तब भी था जब ईसा मसीह को कुछ नापाक इरादों वाले लोगों ने सूली पर लटका दिया था। समाज में संत, ठीक और सही व्यक्ति कम ही होते हैं, बाकी मूर्खों का झुण्ड होता है। मनुष्य का सदियों से मानसिक एवं आर्थिक स्तर पर विकास होता रहा है और हो रहा है। इस विकास की लालसा में जी कर मनुष्य ने बहुत कुछ प्राप्त करके क्या खोया है–वो है इंसानियत। इस बात को हम कितना महत्व देते हैं और हमें कितना महत्व देना चाहिए – यह सोचने की बात है।

मनुष्य पहले से ज्यादा पदार्थवादी हो गया है। इतिहास गवाह है कि मनुष्य ने वस्तुओं को अपने अनुकूल करके अपने हिसाब से और अपनी जरूरत के मुताबिक इस्तेमाल किया है। मनुष्य की निर्भरता पदार्थों पर पहले से ज्यादा बढ़ती जा रही है। हमारी मानसिकता इस प्रकार की हो गई है कि हमें सुख इन वस्तुओं से ही मिल सकता है। हमारी इच्छाएं बढ़ती जा रही हैं, और पूर्ण करने के लिए हर मुमकिन कोशिश करते हैं चाहें सही या फिर हमें नैतिकता का गला ही क्यों न घोंटना पड़ जाए। पदार्थों की इस भाग दौड़ में इन्सानी जजबातों का कत्ल होता जा रहा है और बदकिस्मती की बात है कि हम इस बात से बिल्कुल निश्चिंत हैं। पश्चिमी सभ्यता विकसित है और इन्होंने यह विकास नैतिकता को पछाड़ कर किया है। इन्सानी रिश्तों की कोई कदर नहीं और उसी रंग में आज भारत भी रंगता जा रहा है। विकास के नाम हम उन चीजों का, उन सिद्धांतों का, उस सोच का त्याग कर रहे हैं जो कभी हमारा अनूठा प्रतीक रही हैं। हमारे समाज की विचित्र पहचान धुंधली होती जा रही है और हम इसके लिए किस हद तक जिम्मेदार हैं – यह सच में सोचने की बात है।

शुरुआत में मैंने भगवान के अस्तित्व का वर्णन किया था । भगवान का वजूद मनुष्य के संसार में कितना और कहां तक महत्व रखता है – यह सोचने की बात है और यह बात सोचने के लायक तब बनेगी जब हम इन्सानियत को समझेंगे, जिसे हम सदियों पहले भूल गए हैं। आज मनुष्य इतने रंग बदलता है कि शायद गिरगिट को भी शर्म आ जाए। एक देश दूसरे देश को तबाह करने में कोई कसर नहीं छोड़ता। व्यक्तित्व तल पर सोचें तो इस बात को नकारा नहीं जा सकता कि आज कल सहायता भी लेन-देन का हिस्सा बन गई है। बिना स्वार्थ के कोई किसी की सहायता करे यह असाधारण सा लगता है। इन्सानी सिद्धांतों और मूल्यों को हम कहीं दूर दफना आए हैं । इस मानसिक स्थिति में हम ईश्वर की वास्तविकता को क्या समझेंगे। जो जीवन, जिसमें हम जी रहे हैं और जो हमारे आस-पास है उसे तो हम संभाल नहीं सकते तो भगवान की लीला और उसके वजूद, उसकी शक्ति को समझना तो अभी दिल्ली दूर है जैसे प्रतीत होता है। जब हमें भगवान को केवल 'दुखों को दूर करने वाला' स्रोत के अलावा, सच्ची भावना से उसे समझेंगे तब हम हैवान बनने से रूक सकते हैं। मनुष्य उन प्रजातियों में से है जिसका पूर्ण रूप से विकास हुआ है और विकसित होकर मनुष्य ने अपना और पृथ्वी जैसे विचित्र गृह की क्या दशा कर दी है। यह देखकर भगवान भी कहता होगा कि ''बन्दर को इंसान बना कर कैसी भारी भूल कर दी । मेरी रचना को तहस नहस कर दिया। हे मनुष्य, मेरे बनाए तू अपने जैसे लोगों

का ही दुश्मन बन गया वो मुझे कैसे समझेगा, इस स्वार्थी मनुष्य का हृदय परिवर्तन कैसे करूं। मनुष्य को मैंने बनाया और उस ने अपनी और पृथ्वी की निन्दनीय दशा कर दी है। मुझे खुद ही यह सुधारना होगा – फिर मनुष्य को मेरी शक्ति का आभास होगा। मैं इस मनुष्य की भूल को सुधारूंगा ताकि वो अपनी प्रजाति को नई शुरूआत से संवार सके और इस काम में मनुष्य भी अपने स्तर पर योगदान दे। यह सच में मनुष्य के लिए सोचने की बात है।

*****

''सच्चा सुख''

''द्वेमानि, भिक्खवे, सुखानि। कतमानि द्वे? समाधिसुखञ्च असमाधिसुखञ्च।
एतदग्गं, भिक्खवे, इमेसं द्विन्नं सुखानं यदिदं समाधिसुख''न्ति।

अर्थात, हे साधकों, ये दो सुख हैं। कौन से दो। (ध्यान) समाधि सुख तथा असमाधि (सांसारिक) सुख। इनमें से, हे साधकों, समाधि सुख ही श्रेष्ठ है।

अ.नि.2.74, गौतम बुद्ध

समय प्रबंधन

निम्मी भट्ट
उप मुख्य प्रबंधक (रा.भा.का.)

आज की इस भाग दौड़ भरी जिन्दगी को देखकर लगता है कि हमारे पास समय की कमी हो गई है। हम सोचते रहते हैं कि काश मेरे पास थोड़ा और समय होता तो हम यह भी कर लेते और वह भी । हम यह सोचते हैं कि समय के अभाव में हम सभी कार्य समय पर पूरे नहीं कर पाते। इसी प्रकार हम अन्य लोगों से भी अक्सर यह सुनते हैं कि हम करना तो बहुत कुछ चाहते हैं पर समय ही नहीं मिलता।

हमारे सामने आज सबसे बडी समस्या और चुनौती है समय का सही प्रबंध न कर पाना जिसके कारण हमें कई बार हमारी मेहनत के अनुरूप परिणाम प्राप्त नहीं होता और हमारे कदम निराशावाद की ओर बढ़ जाते हैं। इसके लिए आवश्यकता है समय प्रबंधन की । आपको यहां केवल यह याद रखना होगा कि हमारे पास भी हर दिन उतने ही घण्टे होते हैं जितने महात्मा गांधी, सरदार पटेल, आइंस्टाइन, मदर टेरेसा, ए.पी.जे.अब्दुल कलाम के पास थे या आज अमिताभ बच्चन या बिल क्लिंटन के पास हैं । अब विचार करें कि जब सभी को दिन भर में 24 घण्टे मिलते हैं तो कोई उसमें अपने अधिकतम कार्य पूरा करता है तो कोई नहीं । ऐसा क्यों ? यह पूर्णत स्पष्ट है कि जो समय का अधिकतम सदुपयोग नहीं करता, वह आज की इस भागती जिंदगी में पीछे छूट जाता है! इसलिए साथियों जिन्दगी में अगर आगे बढ़ना है तो इसके लिए सबसे अधिक आवश्यकता है समय प्रबंधन की । इसके लिए सबसे पहले आपको अपने लक्ष्य निर्धारित करते हुए एक निश्चित समय में ही उसे प्राप्त करने की कोशिश करनी होगी । उसके बाद अपने कार्यों की प्राथमिकताओं को निर्धारित करें। हमारे जीवन के लक्ष्य, हमारे जीवन के हर मोड़ के साथ हमारी प्राथमिकताओं को भी बदलते रहते हैं। इसलिए आवश्यक है कि ऐसी एक सूची बनाये जिसमें महत्वपूर्ण काम पहले व कम महत्व के कामों को बाद में किया जाना सुनिश्चित हो। इसका विशेष ध्यान रखें कि आपकी निगाह परिणाम पर हो समय की व्यस्तता पर नहीं। मैं आपको बताना चाहती हूं कि गीता का सार भी हमें बहुत कुछ बताता है जैसे कर्म किये जा फल की इच्छा मत कर ऐ इंसान

क्योंकि हर व्यक्ति को अपने कर्म के अनुसार ही फल मिलेगा। बिना कार्य खाली बैठना केवल थकान को बढ़ाता है जिससे हमारा शरीर और भी सुस्त हो जाता है, जैसे एकांत कारावास। व्यक्ति अधिकतर अपना समय बेकार के कार्यों में बिता देता है और सोचता है कि समय की कमी के कारण वह अपने कई कार्य नहीं कर सका। परन्तु वास्तव में देखा जाए तो ऐसा होता नहीं है क्योंकि यहां भी वही समय प्रबंधन की कमी पाई जाती है जिसकी हमें नितांत आवश्यकता होती है।

हमें अपना कोई भी कार्य समयानुसार पूरा करने के लिए पहले उचित समय प्रबंधन व योजना बनानी होगी और जहां तक संभव हो सके अधिक एकाग्रता के साथ कार्य करने का प्रयास करना होगा । गीता की एक और श्रेष्ठ शिक्षा है - सकारात्मक दृष्टिकोण और यही सकारात्मक दृष्टिकोण हमें कार्य में आने वाली किसी भी प्रकार की बाधाओं से लड़ने के लिए शक्ति प्रदान करता है और हमारी सफलता की पहली सीढ़ी यही सकारात्मक दृष्टिकोण है। अब मैं आपको एक छोटी सी कहानी द्वारा सकारात्मक दृष्टिकोण के बारे में बताती हूं। एक गांव में दो साधु एक ही झोंपड़ी में रहते थे, जो दिन भर भीख मांगते और मंदिर में पूजा करते। एक दिन बहुत तेज आंधी-तूफान व बारिश हुई। शाम को जब दोनों वापस आए तो उन्होंने देखा कि आंधी-तूफान के कारण उनकी झोंपड़ी आधी टूट गई है। यह देखकर पहला साधु बहुत क्रोधित हुआ और बोला 'भगवान तू मेरे साथ हमेशा ही गलत करता है, मैं दिन भर तेरा नाम लेता हूं, पूजा करता हूं फिर भी तूने मेरी झोंपड़ी तोड़ दी। गांव में चोर-लुटेरे, झूठे लोगों के मकानों को तो कुछ नहीं हुआ। हम बिचारे गरीब साधुओं की झोंपड़ी तोड़ दी । तू हमसे प्रेम नहीं करता। तभी दूसरा साधु आया और झोंपड़ी को देखकर खुश होता हुआ नाचने लगा और कहता है कि भगवान आज विश्वास हो गया कि तू हमसे कितना प्रेम करता है नहीं तो इतने आंधी-तूफान, बारिश से हमारी पूरी झोंपड़ी उड़ जाती। ये तेरी ही कृपा है कि हमारे पास सिर ढ़कने को जगह है। निश्चित ही मेरी पूजा का फल है। मेरा तुझ पर विश्वास और बढ़ गया है। हां यही है सकारात्मक सोच ।

मित्रों एक ही घटना एक ही जैसे दो लोगों ने कितने अलग-अलग ढंग से देखी । अतः हमारी सोच पहले वाले साधू की तरह होगी तो हमें हर चीज में कमी नजर आएगी और यदि दूसरे साधू की तरह होगी तो हमें हर चीज में अच्छाई नजर आएगी। अतः हमें विकट से विकट परिस्थितियों में भी अपनी सोच सकारात्मक ही बनाए रखनी चाहिए।

हमें समय प्रबंधन और सकारात्मक सोच दोनों का संयुक्त रूप से प्रयोग करते हुए अपने कार्यों को करना होगा । हमेशा यही कहिए कि हां मैं यह काम कर सकता हूं । यह हां बिना किसी शर्त के होनी चाहिए क्योंकि नहीं का अर्थ है संघर्षमय जीवन और हर व्यक्ति के विरूद्व जंग । अपना कार्य सदैव सकारात्मक सोच व खुले दिमाग से कीजिए । हमें जो भी काम सौंपा जाएं उसे बिना किसी डर के पूरी एकाग्रता व इच्छा से पूरा करें। दूसरों की गलतियों को नजरंदाज करते हुए अपना कार्य करते रहें और केवल उनके सकारात्मक योगदान पर ही ध्यान दें । हमें फल की इच्छा रखे बगैर अपने ज्ञान और क्षमता के अनुसार श्रेष्ठतम कार्य करना चाहिए । कार्य करना हमारे हाथ में है और फल हमें प्राकृतिक विधान के अनुसार स्वयं मिलेगा । किसी भी कार्य को करते समय समस्याएं तो आती हैं परन्तु अच्छी और उपयोगी योजनाओं की कीमत समस्या को जल्दी पहचानने और उसका हल खोजने से आंकी जाती हैं। क्योंकि हम इसे माप भी सकते हैं और नियंत्रित भी कर सकते हैं। यह एक अतुलनीय सच्चाई है कि समय प्रबंधन के साथ जीवन में सफलता की सीढियां चढ़ना नामुमकिन नहीं। किसी ने सही कहा है 'समय' न लगाओ यह तय करने में कि हमें करना क्या है वरना 'समय' तय कर लेगा कि हमारा क्या करना है। मेरा पूर्ण विश्वास है कि आप किसी भी कार्य को नीचे दिये गए सुझावों पर अमल करते हुए करोगे तो पाओगे कि आपके पास समय की कमी नहीं :-

- सकारात्मक दृष्टिकोण रखें ।
- कार्य करने के लिए अपनी प्राथमिकताएं तय करें ।
- अपना लक्ष्य निर्धारित करें और उस लक्ष्य को निर्धारित समय में ही प्राप्त करने का हर संभव प्रयास करें ।
- कार्य एकाग्रचित होकर करें ।
- सीखने से कभी भी किसी प्रकार का परहेज न करें ।
- अपनी कार्य योजना की प्रतिदिन समीक्षा करें ।
- कार्य समय में वृद्धि करें ।
- जीवन के बारे में अपना नजरिया स्पष्ट रखें ।
- आप अपने आप से क्या चाहते हैं इसका आपको स्पष्ट रूप से पता हो ताकि आप उसी के अनुसार समय प्रबंधन कर सकें ।

- रात को विश्राम करने से पहले अपने दिन भर किये गए सारे कार्यों पर एक बार अवश्य विचार करें । जहां कहीं भी कमी रह गई है, उस पर ध्यान दें और अगले ही दिन उसे पूरा करने का प्रयास करें ताकि आपके अन्य सभी कार्य सही प्रकार से आगे बढते रहें ।

- अनुशासन का पालन करें और सब चलता है, वाला रवैया छोड़ दें ।

वैश्वीकरण के इस युग में टिके रहने का सिर्फ एक ही रास्ता है आगे बढ़ते रहना जिसके लिए जरूरी है कि हमें अपनी मंजिल का पता हो और राह में आने वाली कठिनाइयों का जिसका समाधान समय पर किया जा सके । ऐसे में समय प्रबंधन ही हमें आगे बढ़ने में सहायक हो सकता है । इस बात को भी हमें हमेशा ध्यान रखना होगा कि जिन्दगी में सब कुछ हमारे हिसाब से नहीं होता और विपरीत स्थितियों का सामना हम अपने जीवन में अक्सर करते हैं। अपने ऊपर विश्वास रखते हुए ऐसी स्थिति आने पर न तो घबराना चाहिए और न ही अनावश्यक तनाव को अपने ऊपर हावी होने देना चाहिए क्योंकि अनावश्यक तनाव आपको आपके लक्ष्यों से भटका सकता है। आप सिर्फ धैर्यपूर्वक स्थिति का सामना कीजिए और देखिये कि आप कितनी जल्दी सफलता के करीब पहुंच जाते हैं। अब तक आप समझ ही चुके होंगे कि हमारी जिन्दगी में समय प्रबंधन की क्या अहमियत है। समय बहुत मूल्यवान है और अब यह हमारे हाथ में है कि हम समय का उपयोग कैसे करते हैं। यह तो आपने सुना ही होगा कि गया वक्त फिर हाथ नहीं आता तो समय के जाने से पहले इसका प्रबंधन इस प्रकार करो कि इसकी कमी ही न खले। तो इंतजार किस बात का आज से ही अपने जीवन में समय प्रबंधन से अपनी जिन्दगी को व्यवस्थित कीजिए। अंत में ....

समय भागता जाता है, हाथ न फिर यह आता है
जो साथ इसके कदम बढ़ाता है, ऊंचा शिखर वो पाता है।

*****

अच्छा खेलें

विमल किशोर
प्रारूपकार
जल संसाधन विकास प्रभाग

बचपन एक उपहार है। बचपन भगवान की परछाई है। बचपन के उन सुनहरे पलों में, न बीते हुए समय का कोई पछतावा रहता है और न ही कोई भविष्य की फिक्र । बचपन का हर पल आपका अपना होता है और यह आप खुद निर्णय लेते हैं कि वे ऊर्जावान पल आपको कैसे बिताने हैं । शायद आज हम अपना जीवन उतना न जी पायें जितना हमने बचपन को जीया। बचपन आनंद और कल्पना का समय है। बचपन खाने और खेलने का समय है। खेल बचपन का अभिन्न अंग है। खेल आज भी हमारे जीवन का अभिन्न अंग हो सकता है।

जीवन हमेशा ही एक खेल है और हम इसमें अपना-अपना किरदार निभा रहे हैं। अगर आप किसी भी समय में शारीरिक व मानसिक रूप से अच्छा खेल पाते हैं, दूसरे शब्दों में अगर आप समय का आनंद ले पा रहे हैं तो सफलता आपसे ज्यादा दूर नहीं है । अगर आप किसी भी समय आनंद शब्द से कहीं दूर हैं तो फिर आपको अपेक्षित सफलता के बिना या इससे कम में ही संतुष्ट होना पड़ सकता है। ठीक उस खिलाड़ी की तरह, जो अपने खेल का आनंद ले पा रहा है, तो उसके या उसकी टीम के जीत के आसार बढ़ जाते हैं ।

खेल, मनोवैज्ञानिक रूप से जीवन का ही एक और नाम है। जो भी इस धरती पर सचेत है वह खेल रहा है। जीवन एक निर्धारित दिशा में गतिशील है और इस गति को भी खेल कह सकते हैं। हमने बहुत से आंतरिक और बाह्य खेलों का आनंद लिया है। खासतौर पर लड़कपन में। कार्यकारी समय से पहले हमारा जितना भी समय मनोरंजन में बिता, उसका बडा हिस्सा खेल में ही बीता। मैंने क्रिकेट सीखने के लिए, काफी मेहनत की, बहुत अभ्यास किया, प्रयोग भी किए। मैंने अपने शरीर को लचीला बनाने का प्रयास किया तथा अच्छा खेलने की कोशिश की । निश्चित रूप से हम में से सभी ने कुछ ऐसे ही खेलों का आनंद लिया होगा। आज भी जबकि हम लोग अपनी-अपनी जिंदगी में इतना व्यस्त हो चुके हैं, हम में से कई तो खेल के नाम से ही उत्साहित हो जाते हैं। यह मनोरंजक है,

उत्साहवर्धक है। यह हमारे समय की सही कीमत अदा करता है। कीमत पैसे के संदर्भ में नहीं, बल्कि संतुष्टि के संदर्भ में ।

पढ़ाई में, मैं एक साधारण छात्र रहा । ऐसी कोई वजह नहीं कि मैं खुद को मेधावी कह सकूं पर मैंने पढ़ाई को हमेशा एक खेल की तरह लिया। उस दौरान मैंने पाठ्यक्रम की कविता और कहानियों का आनंद लिया। विज्ञान की नई सच्चाईयां सीखना मुझे रूचिकर लगता। चतुराई की नई-नई परिभाषाएं मैंने गणित से सीखी। सब मिलाकर मैंने हर एक विषय को एक खेल की तरह खेला और सीखने का आनंद लिया। विज्ञान और कला दोनों ही सीखना आनंद देता है, अगर हम इसके महत्व और उन्नति को समझ सकें ।

कम्प्यूटर सीखना हमेशा ही मुझे आनंददायक लगा । कम्प्यूटर की साधारण जानकारी सीखना भी एक खेल जैसा ही था । हमारे दिमाग के घोड़े भी दौड़े। दिमागी कसरत शुरू हो गई । अंततः कम्प्यूटर का सीधा रिश्ता दिमाग से ही है। बहुत अभ्यास किया, बहुत समय भी देना पड़ा । लेकिन जब भी हम किसी कम्प्यूटर सॉफ्टवेयर की अपनी जानकारी को प्रैक्टिकल काम में उपयोग करते तो परिणामों का वो शुरूआती दौर खासा सुखदायक रहता है। शुरूआत में कम्प्यूटर पर कोई भी काम कोई जिम्मेदारी नहीं बल्कि एक खेल की तरह ही लगता है। कोई रचनात्मक या एनिमेशन सॉफ्टवेयर सीखना भी अलग ही अनुभव है। यह अपने आप ही हमारी सोच और कल्पना शक्ति का प्रसार करना शुरू कर देता है। यह हमें आत्म-विश्वास देता है, सपने देखने के लिए। भई, मैंने तो कम्प्यूटर पर जो भी कुछ सीखा, वाकई बहुत अच्छा अनुभव रहा । कम्प्यूटर का कार्यकारी जीवन में प्रयोग भी हमारी सोच के दायरे में नए-नए पहलू जोड़ता चला गया।

कुछ गृहणियां अपने घरेलू कार्य का आनंद नहीं ले पाती। मुख्य तौर पर खाना बनाना उन्हें एक बोझ सा लगता है। कुछेक गृहणियां इसके उलट खाना पकाने को एक खेल की तरह लेती हैं। वे नए-नए उपयोग करके कुछ नया पकाने का आनंद लेती हैं। वे अपनी पुरानी विधि में कुछ नयी खुशबू डालने की कोशिश करती हैं। वे इसे एक मनोरंजन की तरह लेती हैं और अपना दिमाग खाना पकाने की नई-नई चुनौतियों के लिए खुला रखती हैं। यह सब उनका जीवन का आनंद लेने का एक पहलू है।

जब भी मैंने अपने जीवन में हालातों को एक खेल की तरह लिया, मुझे सब आसान लगने लगा। जब भी मैंने अच्छा खेला तो मुझे सफलता भी मिली और जब भी हालात या कोई

काम मुझ पर एक भारी जिम्मेदारी की तरह लद गए, मैं शायद ही कभी सहज महसूस कर पाया हूं। जीवन में आने वाली चुनौतियां, जिम्मेदारियां या हमारी दैनिक चर्या ही अगर हम पर बोझ बन जाए तो जीवन अर्थहीन सा लगता है। हम असहज महसूस करने लगते हैं। असहज होने का अर्थ है कि हम ठीक से नहीं खेल पा रहे हैं। असहज होना नकारात्मक ऊर्जा का सर्जन करता है। इसी से हमारे असफलता के आसार नजर आने लगते हैं। इसके ठीक उलट सहजता सकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है।

जीवन सिर्फ खुश रहने के लिए है। जीवन का निष्कर्ष उद्देश्य ही खुश रहना है। हम खुश रह सकते हैं केवल तभी, जब हम अच्छा खेल रहे हों, अपने कार्यकारी व निजी जीवन का आनंद ले पा रहे हों। हम सभी अगर अपने जीवन की हर गतिविधि को आंतरिक या बाह्य खेल की तरह ही लें तो हम बेहतर तरीके से जीवन का आनंद ले सकते हैं। कार्यालय और गैर-कार्यालय की गतिविधियों को खेलों पर आधारित नियमों के अनुसार ही व्यवस्थित करना चाहिए। बहुत सी बहुदेशीय कम्पनियां खेलों का कार्यालय के माहौल में महत्व समझ रही हैं और खेलों पर आधारित योजनाओं को लागू कर रही है, ताकि कार्य पद्धति में सुधार हो सके। मंत्र सिर्फ यही है कि कर्मचारी खुशी और संतुष्टि को महसूस करें और सर्वोत्तम कार्य निष्पादन कर सके।

जीवन बीते हुए समय का पछतावा करने के लिए नहीं है। जीवन भविष्य की चिंता में घुलने के लिए भी नहीं। जीवन सिर्फ वर्तमान से संबंधित है। जीवन को एक बोझ की तरह न लें। बल्कि हम इसे एक खेल में आने वाली आसान और मुश्किल स्थिति की तरह से लें तो निश्चित ही हम सहज महसूस करेंगे। इसके लिए हमें मानसिक रूप से तैयार होना होगा। कार्यालय के काम की चिंता न करें, बल्कि उसमें सहजता पाने की कोशिश करें। अपनी मेहनत का आनंद लें। अपनी गतिविधियों का आनंद लें। योजना बनाये, और योजना को एक मानसिक खेल की तरह लें। सब कुछ एक खेल ही तो है, अतः अच्छा खेलें।

*****

कविताएं

राकेश श्रीवास्तव
अ.मु.अ.(सीवरेज सिस्टम)
लखनऊ कार्यालय

वीरों को नमन

हिमालय सा अडिग संकल्प
तुम्हारा और नहीं विकल्प
अदभुत साहस अदम्य उत्साह
शौर्य की अदभुत गाथा हो तुम
भारत माता के सच्चे प्रहरी बन
लक्ष्य के बलि वेदी पर
अपना तन मन वारते तुम
बर्फीले तूफान हो अंधेरी रातें
डिगते नहीं कदम तुम्हारे
आगे बढ़ते जाते
दुश्मन को जिन्दा न जाने देते
कर लेते मौत का आलिंगन तुम
भारत मां के सच्चे सपूत करते तुम्हें
शत् शत् नमन, शत् शत् नमन ।

*****

बेरोजगारी

वाह री बेरोजगारी तू दिखाती
नित नए कमाल
एक पद के लिए यहां बैठे कई दलाल
किसी का हो रहा बेहाल
कोई हो रहा माला माल
सभी को दिख रहा यह अदृश्य जाल
अदृश्य होते हुए भी नहीं है इसका कोई काल
शायद कोई कर सके इस जाल को हलाल
बेराजगारी बढ़ रही सुरसा के मुख समान
नहीं कोई ऐसा नमो जैसा जो संभाले देश की कमान
और बढ़ाएं अपने देश का सम्मान
नमो जैसा भ्रष्टाचार को मिटाने का वीणा उठाएं
देश को गर्त में जाने से बचाएं
जनता का पैसा जनता के हित में लगाएं
देश को एक बार फिर सोने की चिडिया बनाएं
सफलता का सबसे बड़ा द्वार
मिटाएं बेरोजगारी और भ्रष्टाचार ।

*****

फिल्में – समाज का दर्पण

विमल किशोर
प्रारूपकार
जल संसाधन विकास प्रभाग

लड़कपन की उम्र में अक्सर सत्तर के दशक की फिल्में देखी। ज़्यादातर फिल्में उस समय पारिवारिक माहौल या फ़िर लव स्टोरी पर आधारित रहीं। समर्पण के साथ प्रेम कथाएँ चित्रित की गयी जिनमें भावनाएँ, संवाद, साहित्य और थोड़ा बहुत एक्शन देखने को मिला। कहानी कहने का एक सलीका रहता था व पात्र एक अलग ही अंदाज़ लिए हुए रहते थे। यह बॉलीवुड फिल्मों का लगभग आरंभिक दौर रहा या कहें फिल्म निर्माण का सही मायनों में आगाज़। अस्सी का दशक भी तकरीबन वो ही अंदाज़ दोहराता रहा, कुछ तकनीकी बदलावों के साथ। कुछ नए फ्लेवर नृत्य और एक्शन जोड़े गए। संगीत में समय-अनुसार कुछ बेहतर बदलाव हुए। तकनीक और चित्रांकन में भी तरक्की हुई। परंतु मुख्य सूत्र वही प्रेम कथा और पारिवारिक ज़िम्मेदारी पर निर्भर रहा। भावनात्मक कहानी, सैद्धांतिक मूल्य, इंसानियत आदि। फिल्मों के निर्माण व प्रसारण में तुलनात्मक रूप से काफी समय लगता था। प्रचार-विधियाँ बेहद पारंपरिक और कम बजट में थी प्लस डिस्ट्रिब्यूशन भी आज की तुलना में सीमित था।

समय बदला और समय के साथ-साथ फिल्मी ट्रेंड भी बदलते गए। फिल्मों में मीडिया और तकनीक का इस्तेमाल बढ़ गया। पश्चिमी देशों का प्रभाव, हिन्दी फिल्मों में बढ़ता गया। फिल्में अब सिर्फ प्रेम और भावनाओं पर निर्भर न रही! बल्कि जीवन की यर्थाथवादी समस्याओं का समावेश भी फिल्मों में बढ़ गया। नारी प्रधान फिल्मों का भी निर्माण हुआ और सुपर हीरो भी फिल्म बाज़ार में कूद पड़े। संगीत, नृत्य और संवाद काफी हद तक बदल गए। एक्शन के नए-नए आकर्षण, नयी-नयी परिभाषाएँ आ गयी। बल्कि ताज़ा समय में तो एक्शन की ज़रूरत सभी फिल्मों में न होकर कुछ सुपर हीरो फिल्मों तक सिमट गयी। सामाजिक मूल्यों ने समय के साथ-साथ अपना मूल्य खो दिया। जिसका बड़ा कारण बॉलीवुड पर पश्चिमी प्रभाव रहा। नए आइडियास, हॉलीवुड फिल्मों के आइडियास या फिर सफ़ल दक्षिण भारतीय फिल्मों के आइडियास भी, बॉलीवुड में स्वतंत्र रूप से इस्तेमाल होने लगे।

आदर्श हीरो एक हिसाब-किताब वाला चरित्र बन गया, जिसको कुछ हद तक स्वार्थी, कुछ हद तक बदतमीज़, कुछ हद तक पार्टी-एनिमल बनने की छुट दी गयी। हीरोइन ने स्पेशलिस्ट आइटम गर्ल का रोल छीन लिया और अब आइटम गर्ल खाली घूम रही हैं। पूरी तरह से ढकी हुई, शालीन हीरोइन ने गलेमरस रोल के साथ-साथ नकारात्मक रोल भी शुरू कर दिये। हीरो ने भी अच्छी और बुरी आदतों को मिक्स करके एक साधारण, यर्थाथवादी इंसान की तरह व्यवहार करना शुरू कर दिया। साथ-साथ हीरो ने कॉमेडी की ज़िम्मेदारी भी उठा ली।

फिल्में असल जिंदगी का आईना कही जाती है। अक्सर लड़के और लड़कियां अपने आप में हीरो/हीरोइन की कल्पना करते हैं या फिर असल जिंदगी में फिल्मों के दृश्य ढूंढतें हैं। कई बार वे लोग फिल्म सितारों की तरह व्यवहार करतें हैं। ढ़ाई घंटे की मूवी, थिएटर में एक मानसिक खेल खेलती है। मानसिक खेल, कॉमेडी, एक्शन, संगीत, ग्लेमर और आज-कल के दौर में तकनीक के माध्यम से। और हम में से कई उसे सच ही समझने लगतें हैं। एक पूरा सच या फिर आधा सच। बच्चे अक्सर सुपर हीरो और एक्शन हीरो की नकल करने का प्रयास करते है। लड़कियां हीरोइन के ग्लैमर और स्वतंत्र स्वभाव से प्रभावित होती हैं। कपड़े पहनने की स्वतन्त्रता, घूमने की स्वतन्त्रता या क्लब जाने की स्वतन्त्रता । लड़के भी फिल्मों से नयी-नयी तरकीबें सीख रहें हैं। छोटा पर्दा, फिल्मों के प्रचार-प्रसार की गतिविधियों में एक महत्वपूर्ण रोल अदा करने लगा। यहाँ तक कि फिल्मों का संगीत भी एक सटीक योजना के अनुसार टेलिविजन के माध्यम से प्रचारित किया जाने लगा। फेशन भी बॉलीवुड के साथ संलगित हो गया और आज-कल लेटैस्ट फॅशन ज़्यादातर लेटैस्ट सफ़ल फिल्म के साथ बाज़ार में आता है।

फिल्में, समाज़ से सीखती हैं और समाज़ फिल्मों से। यह लगातार घूमने वाला एक पर्यावरण-चक्र जैसा है। सत्तर और अस्सी के दशक में ज़्यादातर लोग साधारण होने के साथ-साथ प्राकृतिक थे। अधिकतर समाज गाँव में या फिर छोटे शहरों में बसता था। गाँव बहुत ज्यादा विकसित नहीं थे और न ही पाश्चात्य संस्कृति का इतना असर ही था। भौतिक सुविधाएं भी कम थी और यान्त्रिकी विज्ञान भी दैनिकचर्या में ज्यादा प्रचलित नहीं था। फिल्म निर्माता उस समय सामाजिक जीवन व उसकी समस्याओं के इर्द-गिर्द अपनी फिल्मों का ताना-बना बुनते थे। लोग तुलनात्मक तौर पर ज्यादा भावनात्मक थे और इसलिए फिल्म निर्माता उसी को कैश करने की कोशिश मे रहते थे।

आज की दुनिया में जनसाधारण की सोच और जीने का तरीका स्वतंत्र हो रहा है। विज्ञान और तकनीक बहुत तेज़ी से विकासशील है। लोग रूढ़िवादिता और परम्पराओं की व्यवस्थाओं को तोड़कर पाश्चात्य संस्कृति को धीरे-धीरे अपनाते जा रहे हैं। फिल्म व्यवसाय भी बदलते सामाजिक मूल्यों को प्रभावशाली तरीके से फिल्मों में समेट कर पेश कर रहा है। असल में पाश्चात्य समाज के नए-नए अध्याय, फिल्मों में पश्चिमी देशों की शूटिंग के माध्यम से, पढ़ाए जाते रहे हैं। हॉलीवुड फिल्मों का भारत में प्रसारण, प्राकृतिक तौर पर पाश्चात्य संस्कृति को ही परोसता है। एक निर्देशक या लेखक को अपनी प्रस्तुति को प्रभावशाली बनाने के लिए अपनी कहानी में कल्पना का समावेश करना ही पड़ता है। और इस तरह से चलचित्र सच्चाई से एक कदम आगे निकल जाता है।

सूचना तकनीक के इस युग में, नयी फिल्मों तक दर्शकों की पहुँच बेहद आसान हो गयी है। पाइरसी, केबल टेलीविजन सुविधाएं और इंटरनेट ने दर्शकों का काम इतना आसान कर दिया कि आज घर बैठ कर ही फिल्मी मनोरंजन आसानी से प्राप्त किया जा सकता है। बच्चे, जवान, यहाँ तक कि वयस्क भी कई बार मानसिक तौर पर, इस दो से ढाई घंटे के मानसिक खेल से प्रभावित हो जाते हैं। निश्चित ही कई सारी फिल्में एक सकारात्मक संदेश देती हैं, पर ऐसी फिल्मों की गिनती समय के साथ-साथ बेहद कम होती जा रही हैं।

आज के समय में फिल्में एक मानसिक विकास का साधन भी हैं। खास तौर पर बच्चों और कॉलेज विद्यार्थियों के लिए। आसान उपलब्धता और निरंतर प्रचार गतिविधियों ने फिल्मों से इस आयु-वर्ग का खास नाता जोड़ दिया है। पिछले 3-4 दशकों में समाज के रूप को लगभग पूरी तरह से बदल दिया है। लिव-इन रिश्ते, चाइल्ड-अब्युज, तलाक आदि बढ़ते जा रहे हैं या फिर जनसंख्या के साथ-साथ निरंतर विकसित हो रहे हैं। परंपरा और मूल्य बस, शब्द भर रह गए। स्वतंत्रता आवश्यक है, विकास के लिए, सीखने के लिए! लेकिन स्वतंत्रता अगर आत्म-नियंत्रण के साथ मिले तभी कारगर है। अधिकतर फिल्में लाभ अर्जित करने के लिए बनाई जाती हैं। लाभ के लिए निर्माता अपनी फिल्म में कुछ भी ऐसा दर्शा सकता है जो आकर्षक हो और बिके। पर कहीं न कहीं यह सब हमारे समाज को वीकर्त कर रहा है। और इस आकर्षक व लंबी अवधि के ब्रेन-वॉश से, अपने बच्चों को बचा पाना दिन-प्रतिदिन एक चुनौती बनता जा रहा है।

*****

हमारी भारतीय संस्कृति

केशवानन्द द्विवेदी
आरेखण अधिकारी

आध्यात्मिक प्रक्रिया किसी भी संस्कृति में आकार ले सकती है। लेकिन इसके लिए जरूरी है उस संस्कृति के लोगों की सांसारिक आवश्यकताएँ पूरी हो चुकी हों। फिर भी कई बार इंसान की आत्म संतुष्टि नहीं होती। यही समय होता है जब इंसान स्वाभाविक रूप से अपने अंदर खोजना शुरू करता है। इस तरह से आपको एक सामाजिक और सांस्कृतिक स्थिति की आवश्यकता होती है। जो दीर्घ समय तक बरकरार रहती है।

मार्क ट्वेन एक पाश्चात्य सभ्यता वाले लेखक हुये हैं उन्होने भारतीय रहस्यवाद के विषय पर काफी अध्ययन किया, वह एक बार भारत में भ्रमण हेतु आए थे। उन्होने यहाँ तीन चार माह का वक्त गुजारा। जब वह वापस गए तो उन्होने लिखा था, **किसी इंसान द्वारा या किसी देवता द्वारा जो कुछ भी किया जा सकता है, वो इस भारतवर्ष की भूमि में किया जा चुका है। मानवीय चेतना के बारे में जितना कुछ इस भूमि में किया जा चुका है, वह इस धरती पर कहीं और देखने को नहीं मिलता है ।** सबसे प्राचीन काल की सभ्यता इसी भूमि में देखने को मिलती है।

जब हम इस प्रकार की सभ्यता के जीवनकाल से गुजरे हुये हैं तो पाश्चात्य सभ्यता को अपनाना कितना सही है। पाश्चात्य जीवन शैली के लोगों का रहन-सहन एक अनुशासनात्मक प्रणाली में होता है। उनके लिए व्यवस्था और कानून अपने जीवनोपयोगी हालातों को बेहतर ढंग से निभाने का काम करती है। इसीलिए वे लोग व्यवस्थित ढंग से जीवन यापन करते हैं। यहाँ के अधिकांश नागरिक व्यवस्था और कानून को एक बंधन समझते हैं। हमारा उद्देश्य रचनात्मक होना चाहिए। केवल बातें बना कर समस्या का समाधान नहीं होता, उस को जीवन में अभ्यास करके अपनाने की भी जरूरत है। वर्तमान काल की जीवन शैली में यद्यपि एक विकसित प्रणाली की रूपरेखा दिखती है, किन्तु इसमें एक प्रकार से सभ्यता के अनुरूप गुणवत्ता नहीं दिखती।

संस्कृत भाषा का एक श्लोक है, **अभिवादन शीलस्य नित्यः वृद्धोपसेविना,**
चत्वारी तस्य वर्धंते, आयुर्विद्या यशोबलम।

अर्थात बड़ों का अभिवादन करना, नम्रता और नित्य बुजुर्गों की सेवा करने से आयु, विद्या, यश और बल में वृद्धि होती है। किन्तु आज के युवा वर्ग में ये तथ्य कम ही परिभाषित होते हैं। शिक्षा का अर्थ ज्ञानयोग से जुड़ा हुआ है ज्ञान हमेशा नम्रता प्रदान करता है, विद्या प्राप्ति के पश्चात विद्वता का आवाह्न करना चाहिए।

बड़ों के लिए आदर और श्रद्धा भारतीय संस्कृति का एक महत्वपूर्ण सिद्धांत है। बड़े खड़े हैं तो उनके सामने न बैठना, बड़ों के आने पर स्थान छोड़ देना, उनको खाना पहले परोसना जैसी क्रियाएं अपनी दिनचर्या में प्रायः दिखाई देती हैं जो हमारी संस्कृति का अभिन्न अंग है। हम देखते हैं कि युवा कभी अपने बुजुर्गों को उनका नाम लेकर सम्बोधन नहीं करते हैं। सभी बड़ों, पवित्र पुरुषों और महिलाओं का आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए और उन्हें मानसम्मान - देने के लिए हम उनके चरण स्पर्श करते हैं। छात्र अपने शिक्षक के पैर छूते हैं। मन, शरीर, वाणी, विचार, शब्द और कर्म में शुद्धता हमारे लिए महत्वपूर्ण है। शून्य की अवधारणा और ओम की मौलिक ध्वनि भारत द्वारा ही विश्व को दी गई।

हमें कभी भी कठोर और अभद्र भाषा का प्रयोग नहीं करना चाहिए तथा अपने शरीर को स्वच्छ व स्वस्थ रखना चाहिए। दूसरों को बाएं हाथ से कोई वस्तु देना एक रूप से अपमान माना जाता है। देवीदेवता को चढाने के लिए उठाये फूल को सूंघना नहीं चाहिए। एक - सुसंस्कृत भारतीय के लिए बहुत आवश्यक है कि उसके जूते, चप्पल किसी अन्य व्यक्ति को भूलवश छू जाने पर तुरंत माफी मांग ले। इसी प्रकार अनजाने में किसी से टक्कर हो जाने पर भी ऐसा ही करना चाहिए।

इस प्रकार, भारतीय संस्कृति स्थिर एवं अद्वितीय है जिसके संरक्षण की जिम्मेदारी वर्तमान पीढ़ी पर है। इसकी उदारता तथा समन्यवादी गुणों ने अन्य संस्कृतियों को समाहित तो किया है, किन्तु अपने अस्तित्व के मूल को सुरक्षित रखा है। एक राष्ट्र की संस्कृति उसके लोगों के दिल और आत्मा में बसती है। सर्वांगीणता, विशालता, उदारता और सहिष्णुता की दृष्टि से अन्य संस्कृतियों की अपेक्षा भारतीय संस्कृति अग्रणी स्थान रखती है।

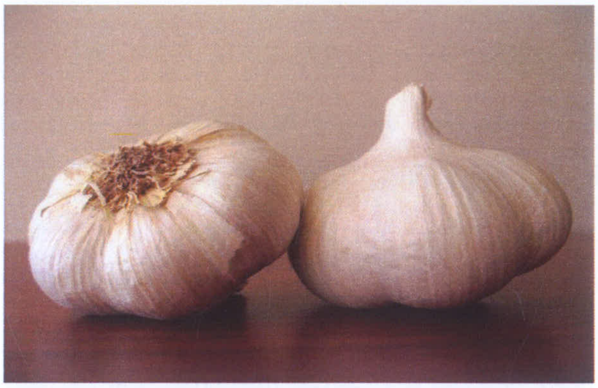
अयं निजः परोवेतिः गणना लघुचेतसाम।
ऊदार चरितानाम तु बसुधैव कुटुंबकम ।

ये मेरा है, ये उसका है। इस तरह की गणना छोटी बुद्धि वाले करते हैं। उदार चरित्र वाले लोग तो सारी पृथ्वी को अपना परिवार मान कर चलते हैं।

*****

लहसुन के फायदे

लहसुन अक्सर खाने का जायका बढ़ाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। लहसुन टेस्ट के साथ-साथ आपकी हेल्थ और स्किन का भी ख्याल रखता है। आइए जानते हैं इसके फायदों के बारे में...



दांतों में दर्द

अगर आप दांत में दर्द से परेशान हैं तो लहसुन इस्तेमाल करें। लहसुन ना केवल दांत का दर्द दूर करता है, बल्कि बैक्टिरिया और दांतों की सड़न से भी बचाता है। इसके लिए रूई में लहसुन के तेल की कुछ बूंदें लें और जहां दांतों में दर्द है, उसे वहां 10-30 मिनट के लिए दबा लें। ऐसा दिन में 2-3 बार करें। इसके अलावा 10 ग्राम लहसुन की कलियों को 50 ग्राम लौकी में पीस लें और उसे आधे लीटर पानी में उबालें। पानी आधा रह जाने पर उसे छान लें। इस पानी से कुल्ला करने से भी दांत का दर्द ठीक हो जाता है।

घाव ठीक करे

लहसुन में एंटीऑक्सीडेंट गुण पाया जाता है, जिससे ये घावों को जल्दी भर देता है। इसके लिए लहसुन की कलियों को पीसकर सरसों के तेल में उबालें। इस मिश्रण का घाव पर लेप करें। इससे घाव जल्दी ठीक होने लगेगा।

बाल झड़ना

लहसुन में पाए जाने वाले पोषक तत्व बालों को घना बनाते हैं। बाल झड़ने की समस्या को दूर करने के लिए लहसुन के तेल को बालों और जड़ों में लगाए। पूरी रात इसे रहने दें और सुबह उठकर माइल्ड शैंपू से बाल धो लें। इससे बालों की ग्रोथ बढ़ेगी और झड़ना बंद हो जाएंगे।

पिंपल्स

पिंपल्स हर किसी के लिए एक बड़ी प्रोब्लम है। इससे निजात पाने के लिए लहसुन के तेल का इस्तेमाल करें। इसके लिए लहसुन के तेल को मुल्तानी मिट्टी के साथ मिलाकर चेहरे पर लगाए और 10 मिनट बाद चेहरा ठंडे पानी से धो लें। जल्द ही आपको फर्क दिखने लगेगा।

डैंड्रफ

सर्दियों में डैंड्रफ एक बड़ी समस्या है। अपने एंटीफंगल गुण के चलते लहसुन आसानी से डैंड्रफ दूर कर देता है। इसके लिए लहसुन के तेल को लगाकर सुबह तक के लिए छोड़ दें और अगले दिन अच्छी तरह शैंपू करें। आपको खुद फर्क महसूस होने लगेगा।

बीपी

जिन लोगों को हाई ब्लड प्रेशर की समस्या है, उन्हें लहसुन का सेवन करना चाहिए। इसके लिए रोज सुबह नियमित रूप से कच्ची लहसुन की कली चबाएं। वहीं खून साफ करने के लिए लहसुन के साथ नमक का सेवन करें|

कान का इंफेक्शन: लहसुन कान के इंफेक्शन ठीक करता है। ये इंफेक्शन के बैक्टिरिया को तो मारता ही है, साथ ही दर्द से भी राहत देता है। इसके लिए लहसुन के तेल की कुछ बूंदे लें और उसमें दो बड़ा चम्मच जैतून तेल मिलाएं। आप जैतून तेल की जगह सरसों या नारियल तेल भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इस मिश्रण को कम आंच पर गर्म करें और एक कांच की बोतल में रख लें। इस आप 4-5 दिन तक फ्रीज में स्टोर कर सकते हैं। इस मिश्रण की 2-3 बूंदें रूई में लेकर इसे इंफेक्टेड जगह पर लगा लें।

अस्थमा

अगर आप अस्थमा से पीडित हैं तो सुबह खाली पेट लहसुन की 2 कच्ची कलियां चबाएं। इसके आधे घंटे बाद आधा चम्मच मुलेठी पाउडर खाएं। ऐसा माना जाता है कि ये उपाय नियमित रूप से दो महीने तक करने से अस्थमा खत्म हो जाता है।

दिल संबंधी रोग

लहसुन दिल संबंधी रोगों से बचाने में सहायक है। सूखे लहसुन की 15 कलियां आधा लीटर दूध और 4 लीटर पानी में उबालें। पानी के आधे हो जाने तक इसे उबालते रहें। इस मिश्रण के सेवन से दिल संबंधी रोगों में राहत मिलती है। लहसुन से ब्लड प्रेशर कम होता है।

कैंसर

कैंसर एक बहुत बड़ी बीमारी है। इसमें मरीज को बहुत ज्यादा खतरा रहता है। लहसुन के तेल में कैंसर से लड़ने के गुण पाए जाते हैं। लहसुन में एक ऐसा कंपाउंड पाया जाता है जो ब्रेस्ट कैंसर से लड़ने में प्रभावशाली है।

*****

हिन्दी हमारी भावनाओं और हृदय को जोड़ने वाली भाषा है, प्रत्येक भारतीय को इसका ज्ञान देश को दृढ़ बनाने में सहायक होगा।

'कुम्हार' ही तो है 'माता-पिता'

पल्लवी पाण्डेय
सहायक प्रबंधक (सिविल डिज़ाइन)

कुम्हार!!...............................
निर्मूल्य, पड़ी मिट्टी को अपनी मेहनत से, दिन-रात पसीना बहा,
अच्छी देख-रेख कर... उसका अस्तित्व प्रदान करता है, कुम्हार....

चाक पर रख, मिट्टी को अपने कोमल स्पर्श से, सावधानी बरत,
उसे एक आकार देता है, उसे मजबूत बनाने को धूप दिखा, खुद
भी तो साथ झुलसता है कुम्हार.....

बेरंग ढाचें को अपने प्रेम एवं अपने-पन का रंग दे, आकर्षक बना
देता है, उसे अंजान हाथों में संभालना सीखा देता है....
वो कुम्हार ही तो है जो यूंही पड़ी मिट्टी को उपयोगी बनाता है,
जो हवा के एक झोंके से यूंही उड़ जाया करती थी, उसे उसका अस्तित्व दिखाता है......

कुम्हार का निवास तो हर घर में हैं, जिन्हें हम भगवान स्वरूप माँ-बाप कहते हैं!!
जो कर त्याग अनगिनत, हमें हर सुविधा देने के अचूक प्रयास किया करते हैं।

जो हमारे कोमल बचपन को अपनी ममता से, हमेशा सींचा करते हैं...
हर कोशिश कर हमको समाज मे उठने-बैठने लायक बनाते हैं।
कभी सोचा है बदले में, वो हमसे क्या चाहते हैं?

बुढापे में बदले में उन्हें थोड़ा सम्मान और थोड़ी सी परवाह
जो देदो, खजाने आशीर्वादों के वो खोल दिया करते हैं....
वो माँ-बाप ही हैं, जो कष्ट देने पर भी औलाद को सदा आशीष ही दिया करते हैं।

बदनसीब हैं वो लोग जो माता-पिता को भी खुश नहीं रख पाते....
तभी ईश्वर की आराधना करके भी, कभी वो सुकून नहीं पाते॥

*****

दान की महत्ता-4
(स्वर्ग प्राप्ति)

प्रवीन कुमार
व.म.प्र.

जैसा कि पहले भी व्यक्त किया गया (भगवान बुद्ध के सूत्रों अनुसार) दान एक दिव्य कर्म है जोकि पुण्य की प्राप्ति के लिए किया जाता है। पुण्य ही मरणोपरांत अवस्था में दिव्य मुद्रा (Currency) एवं दिव्य धन (Wealth) माना जाता है । यही एकमात्र गुण है जो शरीर त्यागने पर भी साथ जाता है तथा जिसके प्रचुर मात्रा में एकत्र करने पर स्वर्ग प्राप्ति तथा देव शरीर प्राप्ति कर सुख का साधन माना गया है, जहां वह उस जीव के साथ प्रज्वलित दीप्तिमान तेजस्विता के रूप में प्रकट होता है। इस अंक में, भगवान बुद्ध के अनुसार, दान न करने के परिणाम तथा किस-किस प्रकार के दान द्वारा किस-किस दिव्य अवस्था की प्राप्ति होती है, यह आख्यात किया गया है:-

प्रेत गाथा :- मृग आदि जीवों की हत्या करने वाले एक शिकारी की जब मृत्यु हुई तो वह (हिंसा निम्न कर्म के कारण) पुण्य के अभाव से क्षुधा व प्यास से पीड़ित भयानक रूप लिए प्रेत अवस्था को प्राप्त हुआ। बनारस के समीप अपने ग्राम जाने के लिए वह गंगा नदी पर डूबे बिना चले जा रहा था (मानो सड़क पर चल रहा हो)। महाराज बिंबसार का एक मंत्री कोलिय (भगवान बुद्ध का एक शिष्य) एक प्रांत में उपद्रव को शांत कर वह भी गंगा नदी पर नाव द्वारा अपने दल के साथ रात्रि में जा रहा था, वहां उसने उस पीडित प्रेत को गंगा नदी पर चलते हुए अपने पास आते देखा। शिकारी प्रेत ने उससे आग्रह किया कि वह किसी को उसके निमित्त दान देकर उसे शांति प्रदान करे। दया करके, मंत्री कोलिय ने वहां उपस्थित एक नाई को प्रेत निमित्त भोजन, वस्त्र दान दे कर प्रेत तृप्ति की जिसके उपरांत वह प्रेत स्वस्थ व वस्त्र एवं माला सहित सुखी प्रतीत होने लगा।

शिकारी प्रेत ने उस मंत्री को ऐसे ही जीवन भर दान करके पुण्य अर्जन करने का आग्रह किया। रात भर नाव द्वारा यात्रा कर, सवेरे वह मंत्री बनारस तट पर पहुंचा। इस घटना को दिव्य दृष्टि से जानकर, भगवान बुद्ध आकाश मार्ग से आकर उस गंगा तट पर प्रमुख शिष्यों सहित प्रकट हुए जहां मंत्री कोलिय ने उनका पुष्पमाला एवं भोजन दान द्वारा स्वागत किया। वहां भगवान बुद्ध ने लोक कल्याण हेतु अनेकों लोगों के समक्ष प्रेतों को प्रकट होने को कहा जिसके उपरांत वहां अनेक प्रकार के प्रेत दृष्टिगोचर होने लगे। कोई चिथड़े लिपटे हुए,

कोई बालों से आच्छादित, भयानक रूप लिए, कोई नग्न। वे सदा भोजन दान की इच्छा में एक प्रदेश से दूसरे प्रदेश भटकते रहते तथा प्राप्त न होने पर क्षुधा व प्यास से पीड़ित रहते तथा अग्नि में जलने की पीड़ा अनुभव करते थे।

उन प्रेतों ने अपनी गाथा कही :- ''मनुष्य शरीर में पहले हम पापी, दुष्ट पत्रियां एवं कुल माताएं थे, हमने दान आदि द्वारा परलोक नहीं सुधारा। बहुत होते हुए भी भोजन को व्यर्थ किया परन्तु संतों को दान न दिया तथा उन्हें अपमानित किया। हमारे वे धन सम्पत्ति तथा आभूषण अब दूसरों के पास हैं तथा हमारे भाग्य में तो अब दुख ही है। क्योंकि कृपण (कंजूस) को अगला जन्म भी निम्न, दुखी एवं गरीब परिवार में ही होता है। जो व्यक्ति शरीर रहते कल्याणकारी पुण्य कार्य करते हैं तथा दान करते रहते हैं वे प्रकाशवान स्वर्ग में जाकर वहां नन्दन वन का आनंद लेते हैं जिसके उपरांत वे उच्च धनी कुलों में, महलों में जन्म लेकर सभी प्रकार के सुख अनुभव करते हैं जिनकी सेवा भी अनेक व्यक्ति करते हैं। पुण्यकर्मी ही स्वर्ग के रमणीय विशाल आनन्दमय नन्दन वन में प्रवेश कर सकते हैं, अपुण्यकर्मी कभी नहीं। जिन्होंने पुण्यकर्म नहीं किया उन्हें तो लोक में ही नहीं बल्कि परलोक में भी सुख प्राप्त नहीं होता।''

पेतवत्थु (3.1), त्रिपिटक

<u>दान का महाफल</u> : एक बार भगवान बुद्ध चंपा नगरी में विहार करते थे। वहां के निवासियों की प्रार्थना पर, उपोसथ (उपवास) दिवस पर बुद्ध के प्रमुख शिष्य सारिपुत्र ने लोक कल्याण हेतु भगवान से दान पर धर्म प्रश्नोत्तर किया :-

सारिपुत्र : ''भगवन, कृपया यह बताएं कि जब कोई व्यक्ति किसी प्रकार का दान करता है तो उसे बड़े फल की प्राप्ति नहीं होती, परन्तु जब कोई और व्यक्ति उसी प्रकार का दान करता है तो उसे बड़े फल की प्राप्ति होती है, ऐसा क्यों?''

भगवान बुद्ध :''हां, सारिपुत्र, जब कोई व्यक्ति स्वयं अपने लाभ के लिए संतों, सन्यासियों को अन्न, जल, वस्त्र इत्यादि दान करता है यह संकल्प कर कि मृत्युपरांत उसे सदगति (स्वर्गलोक) प्राप्त होगी। फल से आसक्त वह व्यक्ति मृत्युपरांत चातुमहाराजिक देवों के लोक में उत्पन्न हो, आनंद अनुभव करता है (स्वर्गलोक जहां आयु 90 लाख वर्ष है) तथा अपने पुण्य कर्म के क्षीण हो जाने पर उसे फिर से इस संसार में जन्म लेना पड़ता है।''

''लेकिन जब ऐसा होता है कि दान देने वाला व्यक्ति मन में लोभ नहीं जगाता है, बल्कि यह संकल्प कर संतों सन्यासियों को दान करता है कि दान देना शुभ कर्म है, वह व्यक्ति मृत्युपरांत 33 करोड़ देवों के तावतिंस (जहां देवराज इंद्र हैं) स्वर्ग लोक में जन्म ले आनंद, यश, इद्धि (Magical Powers), आधिपत्य (Dominion) का अनुभव करता है। (जहां आयु 360 लाख वर्ष है) परन्तु वह व्यक्ति भी अपने पुण्य कर्म के क्षीण हो जाने पर फिर से इस संसार में जन्म लेता है''।

''जब कोई व्यक्ति यह संकल्प कर दान करता है कि दान देना शुभ है उसके पिता, पितामह तथा कुल के पूर्वजों ने भी दान किया है तथा इस धर्म को छोड़ना ठीक नहीं, वह व्यक्ति याम देवों के लोक में जन्म लेता है (जहां आयु 1440 लाख वर्ष है) परन्तु उसे भी अपने पुण्य कर्म क्षीण हो जाने पर वहां अपने यश, इद्धि, आधिपत्य को त्याग पुनः संसार में जन्म लेना पड़ता है''।

''जब कोई व्यक्ति यह संकल्प कर दान करता है कि मेरे पास बहुत है, मैं तृप्त हूं, परन्तु दूसरे व्यक्तियों के पास बहुत नहीं है उन्हें आवश्यकता है, जरूरतमंदों को दान न करना ठीक नहीं है। वह व्यक्ति मृत्युपरांत तुषित देवों के लोक में जन्म लेता है (जहां आयु 5760 लाख वर्ष है) परन्तु उसे भी अपने पुण्य कर्म के क्षीण हो जाने पर वहां के आनंद, यश, इद्धि, आधिपत्य को त्याग कर फिर से इस संसार में जन्म लेना पड़ता है।''

''जब कोई व्यक्ति यह संकल्प कर दान करता है कि जिस प्रकार से पुराने समय के महान ऋषियों ने महायज्ञ दान किया, ऋषि जैसे कि अष्ठक, वामका, वामदेव, विश्वामित्र, यमदग्नि, अंगीरस, भारद्वाज, वशिष्ठ, कश्यप तथा भृगु, उसी प्रकार से मेरे भी दान का संविभाग हो। वह व्यक्ति मृत्यु के बाद निम्मानरति स्वर्ग लोक में जन्म लेता है जहां के देव दिव्य निर्माण तथा दिव्य रचना कर आनंद का अनुभव करते हैं (जहां आयु 23040 लाख वर्ष है) परन्तु अपने पुण्य कर्म के क्षीण हो जाने पर अपने आनंद, यश, इद्धि, आधिपत्य को त्याग कर फिर से संसार में जन्म लेते हैं।''

''जब कोई व्यक्ति यह संकल्प कर दान करता है कि जब-जब मैं दान करता हूं, मेरा मन सोमनस्य उपजाता है, सुखी एवं आनंदमय हो जाता है, ऐसा अनुभव करते हुए जब वह व्यक्ति संतों सन्यासियों को दान करता है, वह व्यक्ति अति उच्च परनिमित्तवशवर्ती स्वर्ग लोक में जन्म लेता है (जहां आयु 92160 लाख वर्ष है, जहां के देवता अन्य देवों द्वारा किए गए दिव्य निर्माण का उपभोग करते हैं) परन्तु उसे भी अपने पुण्य कर्म के क्षीण हो जाने पर वहां अपने यश, इद्धि, आधिपत्य को त्याग कर, पुनः संसार में जन्म लेना पड़ता है''।

''जब कोई व्यक्ति प्रसन्नता पूर्वक, स्वार्थरहित मन से संतों सन्यासियों को अन्न, पान, वस्त्र, यान, माला, गन्ध, विलेपन, दवा, शय्या आदि यह संकल्प कर दान करता है कि यह कर्म तो मेरे मन का आभूषण है, मन को परिष्कृत (पवित्र/शुद्धि) करने का साधन है, यह कर्म मेरे मन को स्वस्थ रखने के लिए मानसिक भोजन है। अतः दान कर्म को मन की शुद्धि का साधन बनाने के कारण वह व्यक्ति कायिक ब्रह्मलोक में जन्म लेता है (जहां काया अथवा रूप का अस्तित्व है तथा जहां आयु कल्पों यानि अरबों वर्षों में है, जिनमें ब्रह्मांड कई बार उत्पन्न हो नष्ट हो जाते हैं)। वह अपने पुण्य कर्म के क्षीण हो जाने पर, अपने आनंद, यश, इद्धि, आधिपत्य को त्याग कर अनागामी हो अनागत (Non returner) हो जाता है। वह इस संसार में वापस नहीं लौटता (अर्थात वह किसी और कल्प में, किसी और ब्रह्मांड में, किसी और संसार में जन्म लेता है अथवा केवल ब्रह्मलोक में ही जन्म लेता है'')।

''इस प्रकार से सारिपुत्र, दान का अलग-अलग फल होता है, कुछ व्यक्तियों के दान का फल अल्प होता है तथा कुछ व्यक्तियों का दान महाफल प्रदान करता है।''

दान सूत्र, अ.नि. 7.49

*****

''आदित्तस्मिं अगारस्मिं, यं नीहरति भाजनं। तं तस्स होति अत्थाय, नो च यं तत्थ डय्हति।।
''एवं आदित्तको लोको, जराय मरणेन च। नीहरेथेव दानेन, दिन्नं होति सुनीहतं।।
''दिन्नं सुखफलं होति, नादिन्नं होति तं तथा। चोरा हरन्ति राजानो, अग्गि डहति नस्सति।।
''अथ अन्तेन जहति, सरीरं सपरिग्गहं। एतदञ्ञाय मेधावी, भुञ्जेथ च ददेथ च।
दत्वा च भुत्वा च यथानुभावं। अनिन्दितो सग्गमुपेति ठान''न्ति।।

घर में आग लगने पर जो घर का सामान बाहर फेंक दिया जाता है तो वह ही बच जाता है, जो घर में रह जाता है वह आग के साथ भस्म हो जाता है। इसी प्रकार से सारा संसार जरा-मरण की अग्नि में जल कर भस्म हो रहा है। जो धन-सम्पत्ति दान कर दी जाती है वही सुगति, सुफल प्रदान करती है। अंत समय शरीर को जला दिया जाता है तथा जो धन दान नहीं किया जाता वह किसी अन्य का हो जाता है, राजा द्वारा ले लिया जाता है अथवा चोर हर ले जाते हैं। यह समझ कर जो बुद्धिमानजन यथाशक्ति दान करते रहते हैं वे मरणोपरांत निंदारहित हो स्वर्ग में अपना स्थान प्राप्त करते हैं।

गौतम बुद्ध, संयुक्त निकाय 1.41

*****

कैशलेस भारत

सुजीत कुमार यादव
डाटा एन्ट्री आपरेटर
(बी.डी. प्रभाग)

वैसे तो अर्थशास्त्र काफी जटिल या गूढ़ विषय माना जाता है। हाल के दिनों में भारतीय नागरिक को अर्थशास्त्र के कई नये-नये रूप देखने को मिले हैं। कैशलेस इकनॉमी आजकल खूब सुनने को मिल रहा है, जिसका सीधा मतलब आप तकनीकी की सहायता से प्रत्येक लेनदेन कर सकते हैं, जिसमें कैश आदान-प्रदान करने की कोई आवश्यकता नहीं है। डेबिट/क्रेडिट कार्ड के साथ-साथ इसमें इन्टरनेट बैंकिग, मोबाईल बैंकिग और डिजिटल वालेट के बारे में खूब सुनाया जा रहा है।

हालांकि तमाम प्रचार के बावजूद देश का बहुत बड़ा हिस्सा आज कैश पर ही निर्भर है। लोगों के पास डेबिट/क्रेडिट कार्ड जरूर हैं लेकिन वे इसका इस्तेमाल केवल पैसा निकलवाने के लिए ही करते हैं। सीधी खरीदारी के लिए नहीं करते हैं। इसका सबसे बड़ा कारण है हर एक जगह प्लास्टिक मनी का न होना और असुरक्षा की भावना होना है। आखिर डेबिट/क्रेडिट की फ्रॉड की खबरें ऐसे ही कोई सुनने को मिल रही हैं। चूंकि भारत इस दिशा में कदम बढ़ा चुका है इस दौरान क्या-क्या चुनौती आयेगी और इससे कैसे पार पाया जाएगा उस पर विचार करना जरूरी है।

1. <u>ऑनलाइन सिक्योरिटी का मामला</u> :- कैशलेस इकनॉमी में जिस मोर्चे पर सबसे ज्यादा कार्य करने की जरूरत है वह निश्चित रूप से ऑनलाइन सिक्योरिटी का है। कार्ड का क्लोन बना लेना, पिन चुराकर पैसे निकाल लेना, क्रेडिट कार्ड से आपकी जानकारी के बगैर ट्रांज़ेक्शन कर लेना अब यह सब फ्रॉड पुराना हो चुका है। कई जगह उसके साथ-साथ फिशिंग/हैंकिग के सहारे ऑनलाइन डाटा चोरी कर खतरा और भी बढ़ गया है। काल सेन्टर से डाटा चोरी होने की वारदात कई बार सामने आ चुकी है।

स्वीडिश नेशनल काउंसिल फॉर क्राइम प्रिवेशन के मुताबिक साइबर क्राइम तेजी से बढ़ रहा है, 2011 में 20,000 पहुंच गए थे जबकि 2000 में यह सिर्फ 3304 ही थे। बताते चले स्वीडन की सूचना प्रौद्योगिकी में नम्बर वन माना जाता है और वहां कई तरह के सिक्योरिटी मेजर्स को फालो किया जाता है फिर भी वहां पर साइबर लूट के कई मामले दर्ज हो चुके हैं। भारत जैसे देश में जहां एटीएम अभी भी 15 साल पुराना ऑपरेटिंग सिस्टम (विन्डोज XP) का इस्तेमाल करता है जो इसके प्रति खतरा निश्चित रूप से बढ़ सकता है। ऐसे में जाहिर है साइबर क्रिकेट की तादात बढ़ेगी और लोग इसके शिकार होंगे । टेक्नालॉजी के साथ-साथ क्या हमारी कानून व्यवस्था उतनी सजग है जो न्याय-अन्याय करने वालों की उचित कार्यवाही कर सके। कानूनी जानकार कहते हैं कि आईटी एक्ट 66,66ए, 66सी और 66डी फिशिग, फर्जी ईमेल लिंक और फ्रॉड से निपटने के लिए तो हैं लेकिन पुलिस इसके तहत दोषी को हिरासत में भी नहीं ले सकती है, और इन सारे मामलों में दोषी को बेल मिल जाती है। हमारे देश में डाटा सुरक्षा की कोई ठोस व्यवस्था नहीं है।

2. <u>इन्टरनेट स्पीड एवं तकनीकी दिक्कतें</u> :- हालांकि रिलायंस जीओ को बाजार में आने से फास्ट इंटरनेट स्पीड की सम्भावनाएं तो बढ़ गई हैं लेकिन अभी भी इस क्षेत्र में बहुत कुछ करने की जरूरत है। भारत एक विशाल भूभाग वाला देश है, जिसकी आधी से अधिक जनसंख्या गावों में रहती है और गांवों में इंटरनेट स्पीड तो दूर की बात है। कैशलेस भारत की सबसे बुनियादी जरूरत है भारत के हर हिस्से में बिजली की अच्छी व्यवस्था की जानी चाहिए फिर उसके बाद इंटरनेट की स्पीड की व्यवस्था करनी चाहिए।

   गांवों में जगह-जगह पर चौपाल लगा कर लोगों को कैशलेस के फायदे बताना होगा और साथ ही उनको इसके लिए प्रशिक्षित करने की जरूरत भी है। हमारी सरकार की यह जिम्मेदारी भी बनती है कि समय-समय पर बिजली और मोबाईल कम्पनियां सस्ती दरों पर 4जी स्पीड उपलब्ध कराये।

3. <u>रास्ते की गुंजाइश</u> : चूंकि हम कैशलेस आर्थिक व्यवस्था की ओर कदम बढ़ा चुके हैं तो हर हाल में इसका समाधान ढूंढना ही होगा। भारत की लगभग 60 फीसदी जनता सरकार के जन-धन योजना से जुड़ चुकी है और लगभग हर एक हाथ में मोबाइल आ

चुका है, तो डिजिटल वालेट का कान्सेप्ट लोकप्रिय होता जा रहा है। यूएसएसडी (अनस्ट्रक्चर्ड सप्लीमेन्ट्री सर्विस डाटा -*99#) सर्विस को लोकप्रिय बनाने के लिए सरकार खूब प्रयत्न कर रही है और संयोग की बात यह है कि यह तमाम सर्विसेस लोकप्रिय भी हो रही हैं। सरकार की तमाम कोशिश का नतीजा है कि आजकल छोटे से लेकर बड़े से बड़ा व्यवसायी प्लास्टिक मनी को स्वीकार कर रहे हैं। कैशलेस व्यवस्था से सरकार की हर ट्रांजेक्शन पर नजर रहेगी, जो लोग पहले टैक्स चोरी करते थे अब वह लोग चोरी नहीं कर पाएंगे। इस व्यवस्था से देश की आर्थिक विकास दर काफी अच्छी तरह से उन्नत होगी।

*****

''मां''

कु. विशाखा घई
सुपुत्री श्रीमती आशा घई

भगवान का स्वरूप है मां,
बच्चों की अमानत है मां ।

हर इंसान को है जीना सिखलाती,
इस दुनियां का महत्व है बताती।

हर मुसीबत का सामना करना सिखलाती,
जीवन के उतार-चढ़ावों का मोल है बताती।

कभी खुशियों से आंगन सजाती,
कभी खुद खुशी बन सामने आ जाती।

नए-नए रंगों से है परिचय करवाती,
गलत-सही की पहचान करना सिखाती।

बच्चों का पेट भर, खुद भूखी ही सो जाती,
जीने का सही कारण है बताती,
अपनी आखीरी सांसों में भी एक दुआ सी दे जाती।

*****

तनाव - और ज्यादा की चाह

शारदा रानी
वरि.सहायक, हिन्दी अनुभाग

एक वक्त था जब पढाई कर लेना काफी नहीं था, नौकरी मिलना ज्यादा बड़ी बात मानी जाती थी। आजकल तो कैम्पस् में ही चुन लिया जाता है। अब सैलरी सैकड़ों में नहीं लाखों में है। यह भौतिक समृद्धि का समय है। भारत ने अमीरी में विश्व के नक्शे पर अपनी जगह बना ली है।

पहले सिर्फ पुरूष पर परिवार के भरण पोषण का दायित्व होता था, आज स्त्री सच्ची सहचारिणी के रूप में बराबर कमाकर ला रही है। बेटे की तरह मां-बाप का सहारा बन रही है। वह परिवार के विकास में सहायक है और इन्हीं कारणों से समृद्धि दिख रही है। सड़कों पर इतनी कारें और वो भी लंबी से लंबी, बड़ी से बड़ी दिखाई दे रही हैं कि छोटे वाहनों को जगह ही नहीं मिल पाती। पैदल चलने वालों की तो बिसात ही क्या। घरों की मंजिले दो या तीन की जगह ऊंची से ऊंची होती जा रही है। घर में एक एयरकंडीशनर से क्या काम चलेगा, हर कमरे में जरूरत पड़ रही है। नामी स्कूल वही हैं जो पूरी तरह से एयरकंडीशनर है। यही नहीं, स्कूल की बसें भी एयरकंडीशनर हैं । ऐसे स्कूल में बच्चे का प्रवेश गौरव की बात मानी जाती है।

आज हर किसी में अपनी सीमा और सामर्थ से ज्यादा की चाह भरी हुई है। चाहने पर ही तो कोशिश की जा सकती है और कोशिश से ही उपलब्धि होती है। पर एक बात इस दौड़ में भुला दी गई है, वह यह कि उपलब्धियों की सीमा निश्चित न होने पर 'पुनः मूषको भव' की स्थिति भी आ सकती है। इस दौड़ से जुड़ा तनाव अपने करिश्मे दिखा रहा है । बरसों पुरानी एक फिल्म का गीत ध्यान में आ रहा है : ''इस शहर में हर शक्स परेशान सा क्यूं है''?

मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि आज 98 प्रतिशत भारतीय तनाव ग्रस्त हैं। तनाव महामारी की तरह फैलता है । हमारे घर के बड़े, सीमित घंटों के लिए ही घर से

बाहर रहते थे और शाम तक घर भरा-पूरा होता था क्योंकि सब लौट आते थे। घर की सारी चिंताओं से मुक्त पुरूष और बाहर की भागदौड़ से अछूती घर की स्त्रियां, बच्चों और बड़ों के खानपान के अलावा मन को भी शांत और तनाव रहित रखती थीं। आज स्थिति बिल्कुल विपरीत हो गई है। नई पीढ़ी इस तथ्य को जानती है और इससे बचने के उपाय खोजती है। जगह-जगह योग, जिम, वैलनैस क्लीनिक और कायाकल्प वगैरह खोले जा रहे हैं। हालांकि वे मदद तभी कर सकते हैं जब व्यक्ति सोचने की जगह उन उपायों को जीवन में अपनाए।

खीज से बचने के लिए शराब या सिगरेट का सहारा लेता है। पुरूषों की तरह स्त्रियां भी तनावग्रस्त होने पर उन्हीं उपायों को अपनाती है फिर भी तनाव से छुटकारा नहीं मिल पाता, बल्कि बीमारियां और पकड़ लेती हैं। गुस्से और चिड़चिड़ेपन का नतीजा रोडरेज, हत्या आदि में दिखता है। आज तो घर भी सुरक्षित नहीं हैं। माता-पिता से संतान या संतान से माता-पिता, भाई-बहन, पति-पत्नी कोई भी रिश्ता इस हिंसा से बचा नहीं है। अक्सर लोगों को समय पर पहुंचने की चिंता आतंकित किए रहती है।

खुशी की तलाश में कभी घर संवारते हैं तो कभी छुट्टी पर जाने की सोचते हैं, पर हर प्रयास तनाव को बढ़ावा देता जाता है क्योंकि लक्ष्य सबसे ऊपर रहने का होता है। जीवन का जो समय इन लक्ष्यों के पीछे दौड़ने में लगाते हैं वह निरर्थक लगने लगता है।

रामकृष्ण परमहंस का मानना है कि 'हम क्या करें' की चिंता व्यक्ति छोड़ दे तो कोई परेशानी नहीं होगी क्योंकि तब हम जान लेंगे कि सब कुछ उसकी इच्छा से होता है। ज्ञानियों के अनुसार तनाव अज्ञान की स्थिति है। दूसरे को पछाड़ने की जगह अपनी सामर्थ्य को बढ़ाने की इच्छा से तनाव नहीं होता । किसी भी स्थिति में शांत और संतुलित रहने की चेष्टा ही लाभदायक हो सकती है।

*****

जीवन में ज्यादा रिश्ते होना जरूरी नहीं है, पर जो रिश्ते हैं उनमें जीवन होना जरूरी है।

- स्वामी विवेकानंद

अनमोल सीख

साभार : नवभारत टाइम्स्

प्राचीन काल में एक संत थे। वह मानते थे कि इंसान को जिस चीज की जरूरत होती है, उसे ईश्वर दे ही देता है। वह अपने पास एक कमंडल और रस्सी के अलावा कुछ नहीं रखते थे। वह इधर से उधर घूमते रहते थे। एक बार वह कहीं जा रहे थे। रास्ते में उन्हें प्यास लगी पर कहीं पानी दिखाई नहीं दिया। लाचार होकर वह आगे बढ़े। कुछ दूर जाने पर उन्होंने देखा कि सामने एक कुआं है, जो लबालब पानी से भरा हुआ है। एक हिरन उसमें से पानी पी रहा है। उन्होंने सोचा कि इसमें तो पानी एक दम ऊपर है इसलिए वह कमंडल और रस्सी को छोड़कर कुएं के पास पहुंचे। लेकिन उनके पहुंचते ही कुएं का पानी एकदम नीचे चला गया। संत हैरान रह गए। उन्होंने इधर-उधर नजरें दौड़ाईं पर कहीं कुछ नहीं दिखा। वह सोचने लगे कि आखिर क्या हुआ। उनकी प्यास गायब हो गई। वह चुपचाप खड़े होकर देखने लगे कि माजरा क्या है? तभी कहीं से आवाज आई, 'तुम हैरान क्यों होते हो? हिरन के पास कमंडल और रस्सी नहीं थी, इसलिए हमने खुद पानी को उसके नजदीक कर दिया। लेकिन तुम्हारे पास तो कमंडल और रस्सी है, इसलिए पानी को नीचे कर दिया।' संत को इस बात पर बड़ा क्रोध आया और उन्होंने कमंडल और रस्सी को दूर फेंक दिया और पानी पिए बगैर ही वहां से चलने को हुए। इतने में फिर से आवाज आई, 'अरे कहां जा रहे हो? हमने तो तुम्हारे सब्र की परीक्षा ली थी। जाओ और पानी पीयो। तुमने तो हमें भी झुका दिया। तुम्हारे पास एक कमंडल और रस्सी थी, तुमने उसका मोह भी छोड़ दिया। तुम किसी भी सहारे के बगैर जी सकते हो, यह यकीन की तुम्हारी ताकत है। सबके पास यह ताकत नहीं होती और न ही ऐसी हिम्मत होती है।' संत समझ न सके कि यह सपना है या हकीकत लेकिन उनमें एक नया आत्मविश्वास भर चुका था।

*****

‘सतर्कता जागरूकता सप्ताह’ के दौरान विभिन्न गतिविधियों का आयोजन

वाप्कोस के सतर्कता प्रभाग द्वारा हर वर्ष की भांति इस वर्ष भी दिनांक 31 अक्टूबर, 2016 से 05 नवम्बर, 2016 तक ‘सतर्कता जागरूकता सप्ताह’ मनाया गया। सरदार वल्लभ भाई पटेल के जन्मदिन दिनांक 31 अक्टूबर के तुरंत बाद ‘सतर्कता जागरूकता सप्ताह’ आरंभ होता है। उन्होंने राष्ट्र को एक सूत्र में बांधा और वह सार्वजनिक जीवन में ईमानदारी के एक प्रकाशवान उदाहरण हैं। सरदार पटेल जैसे श्रेष्ठ नेताओं के मनोभावों तथा भ्रष्टाचार की सामाजिक बुराई से लड़ने की आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए ‘सतर्कता जागरूकता सप्ताह’ मनाया जाता है।

इस सप्ताह को मनाने का मुख्य उद्देश्य लोगों के मन में भ्रष्टाचार के विरूद्व लड़ने की इच्छा को जागृत करना है। भ्रष्टाचार निवारण में सतर्कता की महत्वपूर्ण भूमिका है। हमें इसे मिटाने के लिए हर संभव प्रयास करने चाहिए। इसके लिए आवश्यक है कि हर क्षेत्र और कार्य में पारदर्शिता हो। दूसरा, सभी कार्य नियमानुसार समय पर सम्पन्न किए जाएं। अपने आप को पूरी तरह से अनुशासन में बांधकर ही हम सफलता प्राप्त कर सकते हैं। अपने मनोबल को सदैव मजबूत बनाए रखें, कभी भी निरूत्साहित न हों, हमेशा आशावान रहें। बड़ी-बड़ी उपलब्धियों को पाने की चाहत में छोटी-छोटी खुशियों पर भी खुश होना सीखें, स्वयं से प्रेम करें, अपने कार्य से प्रेम करें और उसे पूर्ण ईमानदारी से पूरा करें। सब कुछ पाने की इच्छा के बदले संतुष्ट रहने की कला सीखें।

इस उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए वाप्कोस में सतर्कता विभाग द्वारा ‘सतर्कता जागरूकता सप्ताह’ के दौरान वाप्कोस के कार्यालयों में भ्रष्टाचार विरोधी एवं भ्रष्टाचार उन्मूलन के प्रति जागरूकता संबंधी रंगीन व अर्थपूर्ण पोस्टर व बैनर लगाए गए। इस सप्ताह का आरम्भ ‘शपथ ग्रहण समारोह’ से किया गया। इसमें वाप्कोस के सभी कार्यालयों के कर्मचारियों/अधिकारियों ने शपथ ली कि वे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र से भ्रष्टाचार उन्मूलन करने के लिए निर्बाध रूप से कार्य करेंगे तथा अपने कर्तव्य का पालन पूर्ण ईमानदारी

और भय अथवा पक्षपात के बिना करेंगे। 'सतर्कता जागरूकता सप्ताह' के दौरान जागरूकता कार्यक्रम द्वारा कर्मचारियों के नैतिक स्तर को बनाए रखने के प्रयास किए गए।

शपथ ग्रहण – श्री आर.के.गुप्ता, अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक एवं अन्य अधिकारीगण

वाप्कोस कर्मचारियों के बच्चों के लिए ''प्राकृतिक दृश्यों'' पर पेंटिंग और ''भ्रष्टाचार के कारण व उसके उपाय'' विषय पर पैराग्राफ लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता का उद्देश्य बच्चों के मन में बचपन से ही भ्रष्टाचार के विरूद्ध जागृति पैदा करना है। बच्चों ने भी अपने चित्रों व लेखन में अपने उदगारों द्वारा भ्रष्टाचार के विरूद्ध लड़ाई में अपने सक्रिय सहयोग का प्रदर्शन किया। बच्चों द्वारा पैराग्राफ लेखन को पढ़कर ऐसा लगा मानों वे भ्रष्टचार रूपी वृक्ष को जड़ से उखाड़ फेंकने के लिए अभी से दृढ़ संकल्प हैं।

पैराग्राफ लेखन प्रतियोगिता

चित्रकला प्रतियोगिता

वाप्कोस कार्मिकों के लिए **'ईमानदारी को प्रोत्साहन देने एवं भ्रष्टाचार उन्मूलन में जन सहभागिता''** विषय पर हिन्दी/अंग्रेजी में निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें कार्मिकों ने बड़े उत्साह से भाग लिया और भ्रष्टाचार मिटाने के लिए कारगर उपायों, नीतियों एवं उपलब्ध साधनों का समुचित उपयोग पर बल दिया।

निबंध लेखन प्रतियोगिता

'सतर्कता जागरूकता सप्ताह' के दौरान आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेता

चित्रकला प्रतियोगिता

क्र.सं.	बालक/बालिका का नाम	माता-पिता का नाम व पदनाम	पुरस्कार
1.	बेबी रीतिका कश्यप	सुपुत्री श्री महेश चन्द्र, आटो-कैड आपरेटर	प्रथम
2.	मास्टर संजीव कुमार	सुपुत्र श्री रामविलास, संदेशवाहक	द्वितीय
3.	बेबी निकिता कुमारी	सुपुत्री श्री रामविलास, संदेशवाहक	द्वितीय
4.	बेबी भाविका घई	सुपुत्री श्रीमती आशा घई, वै.सहायक	तृतीय
5.	बेबी साक्षी	सुपुत्री श्री क्रिशन कुमार, आफिस बॉय	सांत्वना
6.	मास्टर बृजभूषण साह	सुपुत्र श्री प्रभुनाथ साह, संदेशवाहक	सांत्वना

पैराग्राफ लेखन प्रतियोगिता

क्र.सं.	बालक/बालिका का नाम	माता-पिता का नाम व पदनाम	पुरस्कार
1.	मास्टर गौरव शर्मा	सुपुत्र श्री गोविंद लाल शर्मा, सहा.प्रबंधक	प्रथम
2.	मास्टर महेश कुमार	सुपुत्र श्री पिताम्बर अनुरागी, फील्ड सहायक	द्वितीय
3.	बेबी शिवानी कश्यप	सुपुत्री श्री महेश चन्द्र, आटो-कैड ऑपरेटर	तृतीय
4.	बेबी निधी कुमारी	सुपुत्री श्री प्रभुनाथ साह, संदेशवाहक	सांत्वना
5.	कुमारी रेबेका मासीह	सुपुत्री श्री मनोहा मासीह, संदेशवाहक	सांत्वना

निबंध लेखन प्रतियोगिता (कार्मिकों के लिए)

क्रम सं.	कार्मिक का नाम व पदनाम	पुरस्कार
1.	श्री तेजबीर सिंह, उप प्रबंधक (आईटी)	प्रथम
2.	श्री श्वेताभ त्रिपाठी, अभियंता	द्वितीय
3.	श्री श्रीनिवासन बी., अभियंता	तृतीय
4.	श्री आनंद वी.पी., अभियंता	तृतीय
5.	श्री अमित माथुर, वरि प्रणाली अधिकारी	सांत्वना
6.	श्रीमती ओन्ड्रिला बिस्वास, प्रबंधन प्रशिक्षु	सांत्वना

गुडगांव कार्यालय में दिनांक 08.11.2016 को सतर्कता सप्ताह के भाग के रूप में एक व्याख्यान कार्यक्रम भी आयोजित किया गया जिसमें श्री रमेश चन्द्र, मुख्य तकनीकी परीक्षक, केन्द्रीय सतर्कता आयोग को सतर्कता जागरूकता पर व्याख्यान देने हेतु आमंत्रित किया गया था। कम्पनी के सभी उच्च अधिकारियों व प्रभागाध्यक्षों ने उत्साह से भाग लिया और सतर्कता जागरूकता पर अपने विचार सांझा किए ।

श्री रमेश चन्द्र, मुख्य तकनीकी परीक्षक, केन्द्रीय सतर्कता आयोग द्वारा सतर्कता जागरूकता पर व्याख्यान

*****

भ्रष्टाचार के खिलाफ युद्ध सभी युद्धों की जननी है।

झुकने वाला व्यक्ति कभी छोटा या कमजोर नहीं होता

साभार : नवभारत टाइम्स्

मनुष्य की सबसे बड़ी कमजोरी है उसका घमंड। अहंकारी व्यक्ति सोचता है कि यदि वह किसी के सामने झुक गया, तो लोग उसे छोटा और कमजोर समझकर उसकी उपेक्षा करेंगे। लेकिन जीवन की वास्तविकता यह नहीं है। झुकने वाला व्यक्ति कभी छोटा या कमजोर नहीं होता। वह और अधिक बड़ा तथा मजबूत बन जाता है। फल से लदी हुई डाल झुकी हुई होती है और बड़ी सहनशील भी। अहंकार और दंभ के कारण ही राजकुमार होते हुए भी दुर्योधन अपनी प्रभुता स्थापित नहीं कर सका। पद के अनुरूप प्रतिष्ठा अर्जित करना तो दूर, वह लोगों की नजर में भी गिर गया था। बड़ा तो वह है जो दूसरे के अधिकार की रक्षा करता है। दूसरे को सम्मान देकर अपने सम्मान को बढ़ाता है। दूसरे को नीचा दिखाकर हम कभी बड़े नहीं बन सकते।

अपने समय के मशहूर कवि रहीम बादशाह अकबर के दरबार में न केवल मंत्री के रूप में मौजूद थे बल्कि वे उनके नवरत्नों में भी एक थे। इतने ऊंचे पद पर होते हुए भी वह एक कच्ची झोपड़ी में ही रहते थे। वह बेहद सादा जीवन जीते थे। अपने वेतन का ज्यादातर हिस्सा वह दान-पुण्य आदि पर खर्च कर देते थे। अभिमान उन्हें छू तक नहीं गया था। अपनी गर्दन हमेशा नीची रखते हुए वह हरदम सरल ही बने रहते थे। एक बार किसी व्यक्ति ने उनसे पूछा- 'इतने ऊंचे पद पर होते हुए भी आप सदा नीचे की ओर मुख क्यों किए रहते हैं? इतना अधिक दान-पुण्य करते हैं, फिर भी आपकी नजरें ऊपर की ओर क्यों नहीं उठतीं?' विनम्रता के धनी रहीम ने जवाब दिया- 'देने वाला तो कोई और है जो दिन-रात भेजे जा रहा है। भ्रम में लोग मुझे श्रेय दे रहे हैं। इसलिए संकोच के कारण मेरी नजरें नीची ही रहती हैं।

भगवान बुद्ध के परम शिष्य आनंद ने एक बार डरते-डरते उनसे पूछा-'प्रभो, प्रवचन देते समय आप तो उच्च आसन पर बैठते हैं, लेकिन श्रोताओं को नीचे बैठकर सुनना

पड़ता है। क्या यह गुरु शिष्य में भेद की स्थिति पैदा नहीं करता?' बुद्ध ने मुस्कराते हुए कहा-'आनंद, क्या तुमने कभी झरने का जल पिया है?' आनंद ने उत्तर दिया- 'हां, अनेक बार पिया है गुरुदेव।' इस पर गुरुदेव ने कहा- 'तब क्या तुमने देखा नहीं कि जल हमेशा ऊपर से नीचे की ओर ही गिरता है। उसे नीचे रहकर ही पीना पड़ता है। मान लो, तुम किसी पहाड़ी पर खड़े हो, तो क्या यह संभव है कि वहीं से नीचे बह रही नदी का जल पीने की तुम्हारी इच्छा पूरी हो जाए?'

नीचे रहकर ही किसी वस्तु को प्राप्त किया जा सकता है। दार्शनिक रस्किन ने सच ही कहा है कि विनम्रता किसी भी महान व्यक्ति के चरित्र की सबसे बड़ी विशेषता होती है।

*****

एक बार एक हकीम गुरू गोविंद सिंह के दर्शन करने के लिए आनंदपुर गया। जब वह उनसे मिलकर वापस लौटने लगा तो उन्होंने हकीम को आशीष देते हुए कहा – ''जाओ तुम दीन-दुखियों की सेवा करो।'' हकीम अपने घर लौटकर गुरू के आदेश का पालन करने लगा। एक दिन वह इबादत में तल्लीन था कि गुरू गोविंद सिंह उसके घर आ पहुंचे। वह उठकर उनकी खातिर करने को तैयार होता, इससे पहले किसी ने बाहर से आवाज लगाई ''हकीम साहब, आप मेरे साथ चलिए, मेरे पड़ोसी की तबीयत बहुत खराब है, उसे बचा लीजिए।''

वह आवाज सुनकर हकीम थोड़ा असमंजस में पड़ गया कि बीमार की सेवा करने जाए या गुरूजी का सत्कार करे। उसने बीमार की सेवा करने का निश्चय किया। रोगी का इलाज करके घर लौटने पर उसने देखा कि गुरू गोविंद सिंह अभी तक उसकी प्रतीक्षा में वहीं बैठे हैं। गुरू को इंतजार कराने के लिए उसे बड़ा अपराध बोध हुआ और वह पैरों पर गिरकर क्षमा मांगने लगा। गुरू गोविंद सिंह ने भाव विभोर होकर उसे अपने गले से लगा लिया और बोले – ''बेटा, मैं तुम्हारे कर्त्तव्य पालन और सेवाभाव से बहुत प्रसन्न हूं। तुम मुझे इंतजार कराने के लिए ग्लानि महसूस न करो। गुरू को सच्ची खुशी शिष्य के कर्त्तव्यपालन से मिलती है। आज दुखियों का दुख दूर करके तुमने मुझे सच्ची खुशी दी है।'' गुरू गोविंद सिंह के वचन सुनकर हकीम का अंतर्मन प्रसन्नता से खिल उठा।

साभार : अखण्ड ज्योति

राजकुमारी अमृत कौर
भारत की प्रथम केन्द्रीय मंत्री

साभार : भारत की प्रथम महिलाएं

राजकुमारी अमृत कौर उन नेताओं में से हैं, जिनका संबंध संपन्न राजघरानों से रहा, लेकिन देश व नागरिकों, विशेषतः महिलाओं व बच्चों की दुर्दशा उन्हें राजनीति में ले आई। राजकुमारी अमृत कौर का जन्म 2 फरवरी, 1889 को लखनऊ में हुआ था। लखनऊ उस समय भी उत्तर प्रदेश की राजधानी थी, जो तब संयुक्त प्रांत के नाम से जाना जाता था। राजकुमारी सात भाइयों की इकलौती बहन थीं। उनके पिता राजा हरनाम सिंह पंजाब के कपूरथला राजघराने से ताल्लुक रखते और उनकी माता रानी हरनाम कौर का संबंध एक बंगाली ईसाई परिवार से था।

राजकुमारी की प्रारंभिक शिक्षा-दीक्षा इंगलैंड के शेरबोर्न गर्ल्स स्कूल में हुई। वहीं आक्सफोर्ड विश्वविद्यालय में उन्होंने उच्च शिक्षा प्राप्त की। उच्च शिक्षा पूर्ण कर वह भारत लौट आईं। उनके पिता राजा हरनाम सिंह की कांग्रेस के तत्कालीन नेताओं के साथ गहरी मित्रता थी, विशेषकर गोपालकृष्ण गोखले के साथ। इन नेताओं का उनके घर नियमित रूप से आना-जाना लगा रहता था। स्वदेश वापसी पर इन राष्ट्रीय नेताओं के संपर्क में आने पर राजकुमारी का गुलाम भारत की दुर्दशा से परिचय हुआ। सन 1919 में बम्बई में महात्मा गांधी से भेंट होने के बाद तो उनके जीवन की दिशा ही बदल गई। उनके विचारों व देश के प्रति उनकी दृष्टि का उन पर गहरा प्रभाव पड़ा। उसी साल जलियांवाला बाग का नरसंहार भी हुआ। अंग्रेज सिपाहियों की गोलियों से हजारों निर्दोष नौजवान, महिलाएं व बच्चे मारे गए। उनके मन में यह बात गहराई से पैठ गई कि देश की पूर्ण स्वतंत्रता के बगैर यहां के नागरिकों का उत्थान संभव नहीं है। इन्हीं सब भावनाओं से प्रेरित होकर वह कांग्रेस में शामिल हो गईं और स्वतंत्रता संग्राम में बढ़-चढ़कर भाग लेने लगीं। उन्होंने सन् 1927 में अखिल भारतीय महिला सम्मेलन की स्थापना की । 1930 में इसकी सचिव बनी तथा 1930 में ही उन्होंने महात्मा गांधी के साथ 240 मील लंबे दांड़ी मार्च में भाग लिया। उनके इस अपराध के लिए अंग्रेजों ने

उन्हें जेल में डाल दिया। सन् 1934 में राजकुमारी गांधीजी के आश्रम में रहने लगी और सन्यासिनों जैसा जीवन व्यतीत करने लगीं। उन्होंने सोलह साल तक गांधीजी के सचिव के रूप में कार्य किया। 1937 में कांग्रेस ने अपने सदभावना मिशन में उन्हें पश्चिमोत्तर प्रांत स्थित बन्नू भेजा, जहां जातीय उनमाद फैल रहा था। परन्तु अंग्रेज अधिकारियों ने उन पर राजद्रोह का आरोप लगाकर उन्हें जेल भेज दिया, लेकिन वे उनकी देशप्रेम की भावना का दमन नहीं कर सके। सन् 1942 में भारत छोड़ो आंदोलन में उन्होंने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया, जिसके लिए उन्हें पुनः जेल में डाल दिया गया।

स्वतंत्रता संग्राम के दौरान ही राजकुमारी आम जनता को मताधिकार देने की पक्षधर थीं। लोथियन समिति के समक्ष उन्होंने इस बारे में प्रतिनिधित्व भी किया था। ब्रिटिश संसद की जॉन सलेक्ट समिति के समक्ष भारतीय संवैधानिक सुधारों के बारे में भी प्रतिनिधित्व किया। यही नहीं, उन्होंने महिला-शिक्षा के क्षेत्र में भी अतुलनीय योगदान दिया। वह अखिल भारतीय महिला शिक्षा एसोसिएशन की अध्यक्ष रहीं। लेडी इरविन महिला विश्वविद्यालय, नई दिल्ली की कार्यकारी समिति की सदस्य भी थी। ब्रिटिश सरकार ने उन्हें शिक्षा सलाहकार बोर्ड की सदस्य भी नियुक्त किया। लेकिन भारत छोड़ो आंदोलन में शामिल होने पर उन्होंने उस पद से त्याग-पत्र दे दिया। सन् 1945 व 1946 में क्रमशः लंदन व पेरिस में यूनेस्को सम्मेलनों में भारत के प्रतिनिधिमंडल में भी वह शामिल थीं। उन्होंने भारत में अशिक्षा, बाल विवाह तथा महिलाओं में प्रचलित परदा प्रथा के उन्मूलन में भी भारी योगदान दिया।

स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् राजकुमारी अमृत कौर जवाहरलाल नेहरू के प्रथम मंत्रिमंडल में कैबिनेट मंत्री बनी। उन्हें स्वास्थ्य मंत्री बनाया गया। 1950 में वह विश्व स्वास्थ्य संगठन की अध्यक्ष चुनी गईं। यह पद सम्भालने वाली भी वह पहली भारतीय महिला थी और प्रथम एशियाई भी। स्वास्थ्य मंत्री रहते हुए उन्होंने भारत में स्वास्थ्य सेवाओं के विस्तार के लिए अथक प्रयास किए। नई दिल्ली में अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान उन्हीं के प्रयासों का फल है। इस संस्थान की स्थापना के लिए उन्होंने न्यूजीलैंड, ऑस्ट्रेलिया, पश्चिम जर्मनी, स्वीडन और अमेरिका से आर्थिक सहायता प्राप्त की। यही नहीं, उन्होंने अपने भाइयों के साथ मिलकर हिमाचल प्रदेश में शिमला के निकट अपनी पुश्तैनी जायदाद व घर (मैनोरविले) को दान कर दिया। इस घर में आयुर्विज्ञान संस्थान के डाक्टरों व नर्सों के लिए अवकाश गृह बनाया गया।

देश सेवा के क्षेत्र में राजकुमारी अमृत कौर के योगदानों की सूची अंतहीन है। भारत के सुदूर ग्रामीण अंचलों में अच्छी चिकित्सा सेवाएं पहुंचाने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। सन् 1957 से 1964 तक वह राज्यसभा की सदस्य रहीं। 1964 में 2 अक्टूबर को उनका निधन हो गया। अंतिम क्षण तक वह अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, ट्यूबरकुलोसिस एसोसिएशन ऑफ इंडिया और सेंट जॉन्स एंबुलेंस कोर की अध्यक्ष थी। उनकी इन सेवाओं के लिए उन्हें 'रेने सैंड मेमोरियल अवार्ड' से सम्मानित किया गया।

*****

हंसते-हंसते

पति-पत्नी के बीच बहस हुई और नौबत मारपीट तक आ पहुंची।
पत्नी बेलन लेकर पति पर झपटी तो उसने बला की फुर्ती दिखाई और झटपट अलमारी के अन्दर घुस गया।
पत्नी बेलन से अलमारी का दरवाजा खटखटाते हुए बोली- बाहर निकलो।
अन्दर से पति बोला- नहीं निकलूंगा।
पत्नी चिल्लाई- मैं कहती हूं कि बाहर निकलो।
पति भी अलमारी के अन्दर से चिल्लाया- नहीं निकलता।
जोर-जोर की आवाजें सुनकर दो-चार पड़ोसी भी आ गए और पूछने लगे कि क्या बात है।
पत्नी लगभग चीखती हुई पड़ोसियों से बोली- ये डरपोक आदमी अलमारी के अन्दर घुस गया है। इसे कह दो कि चुपचाप बाहर निकल आये वरना...!
अलमारी के अन्दर से पति दहाड़ा- नहीं निकलता; नहीं निकलता!
आज पूरे मोहल्ले को पता लग ही जाना चाहिए कि इस घर में किस की मर्जी चलती है!

*****

जिन्दगी

कु. विशाखा घई
सुपुत्री श्रीमती आशा घई

यह जिन्दगी एक मुकाम है,
जो इसे हासिल कर समझ पाए वही बनता महान है।

झुकना ही महान लोगों की निशानी है,
बतलाती यह जिन्दगी की प्यारी कहानी है।

कभी रूलाती, कभी आंसू पोछ
चलते रहने का पाठ पढ़ाती।

हर मोड़ पर एक आईना है दिखाती,
खुद को खुद से रूबरू है करवाती ।

वक्त की बंदिश होते हुए भी,
महान बनने का है यह एक पाठ पढ़ाती।

पौधे को पेड़ बनने के लिए झुकना सिखलाती,
कभी एक मिसाल कायम कर जाती।

त्याग की परिभाषा है यह पढ़ाती,
हर मुसीबत का डटकर सामना करना यह है बतलाती ।

नए-नए रंगों से है यह परिचय करवाती,
किस्मत के दरवाजे है यह खटखटाती।

हसंते-हंसते एक दिन दुनिया के पार ले जाती,
अपनी छाप इस दुनिया पर है छोड़ जाती।

यह जिन्दगी एक बहुत प्यारी कहानी कभी बन जाती,
कभी बतलाती, कभी सुनाती और कभी ऐसे ही गुजर जाती।

*****

विपाक सूत्र
(शील धर्म)

भगवान बुद्ध किसी भी व्यक्ति के पूर्व जन्मों को देख कर्मफल परिणाम जान सकते थे, इसी कारण वे शील धर्मों का पालन करने पर जोर देते थे। इन्हीं पर आधारित उन्होंने दुष्कर्मों के परिणामों पर यह प्रवचन दिया :

''साधको, प्राणियों की हत्या (हिंसा) का दुष्कर्म करना अथवा इसकी मन में भावना भी करना अथवा इसको बढ़ावा देने का यह परिणाम है कि यह कर्म नरक की ओर ले जाता है, कीट-पशु योनि, प्रेत-योनि भी हो सकती है। इसको थोड़ा सा भी करने पर यह परिणाम हो सकता है, अगले मनुष्य जन्म में शीघ्र मृत्यु अर्थात अल्प आयु''।

''साधको, न दिया धन-संपत्ति ले लेना (चोरी, लूट, भ्रष्टाचार, फर्जीबाड़ा) इस कर्म को करने, मन में भावना करने अथवा बढ़ावा देने का यह परिणाम है : नरक-गति, कीट-पशु योनि, प्रेत-योनि। अल्पमात्र भी करने का यह परिणाम हो सकता है कि अगला मनुष्य जन्म मिलने पर प्राप्त धन का नष्ट हो जाना''।

''साधको, व्यभिचार (परपुरूष/परस्त्रीगमन इत्यादि कामुक दुष्कर्म), इस कर्म को करने अथवा मन में भावना करने अथवा बढ़ावा देने का यह परिणाम है: नरक-गति, कीट-पशु योनि, प्रेत-योनि । अल्पमात्र भी करने का यह परिणाम हो सकता है कि अगला मनुष्य जन्म मिलने पर झगड़ा, वैर, वैमनस्य तथा बदले की भावना होना''।

''साधको, असत्यवादिता (झूठ), कटुवादिता, चुगली करना, लोगों में झगड़ा कराना आदि वाचिक दुष्कर्म को करने, मन में भावना करने अथवा बढ़ावा देने का यह परिणाम है : नरक-गति, कीट-पशु योनि, प्रेत-योनि । अल्पमात्र भी करने का यह परिणाम हो सकता है कि अगला मनुष्य जन्म मिलने पर उस पर झूठा आरोप लगना, कर्कश वाणी होना अथवा मित्रता टूटना''।

''साधको, नशा करना, इसकी इच्छा करना अथवा इसे बढ़ावा देने का यह परिणाम है : नरक-गति, कीट-पशु योनि, प्रेत-योनि। अल्पमात्र भी करने पर यह परिणाम हो सकता है – अगला मनुष्य जन्म मिलने पर पागल हो जाना''।

गौतम बुद्ध
अ.निकाय 8:40

*****

स्वच्छ भारत/स्वच्छता अभियान

अरविंद सिंह तोमर
कनि.सहायक
व्यवसाय विकास प्रभाग

भारत को स्वच्छ बनाना है, भारत को ऊंचा उठाना है
हम सबको ही मिल करके, सम्भव हर यत्न करके
बीड़ा यही उठाना है, भारत को स्वच्छ बनाना है
भारत को ऊंचा उठाना है, होगा जब ये भारत स्वच्छ
सब जन होंगे तभी स्वस्थ, सबको यही समझाना है
भारत को स्वच्छ बनाना है, भारत को ऊंचा उठाना है।

गंगा मां के जल को भी, यमुना मां के जल को भी,
मोती सा फिर चमकाना है, भारत को स्वच्छ बनाना है
भारत को ऊंचा उठाना है, आओ मिलकर करे संकल्प
होना मन में कोई विकल्प, गंदगी को दूर भगाना है
भारत को स्वच्छ बनाना है, भारत को ऊंचा उठाना है।

देश को विकसित करने का, जग में उन्नति बढ़ाने का
नई नीति सदा बनाना है, भारत को स्वच्छ बनाना है
भारत को ऊंचा उठाना है, हम सबको ही मिल करके
हर बुराई को दूर करके, आतंकवाद को भी मिटाना है
भारत को स्वंच्छ बनाना है, भारत को ऊंचा उठाना है।

मानवता को दिल में रखके, धर्म का सदा आचरण करके
देश से कलह मिटाना है, भारत को स्वच्छ बनाना है,
भारत को ऊंचा उठाना है, सत्य अहिंसा न्याय को लाकर
सबके दिल में प्यार जगाकर, स्वर्ग को धरा पर लाना है
भारत को स्वच्छ बनाना है, भारत को ऊंचा उठाना है।

*****

भारत का संविधान

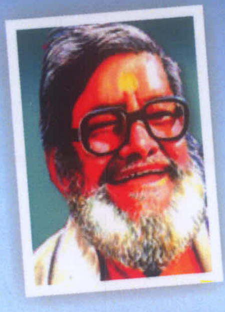
स्वतंत्र भारत का संविधान नवम्बर, 1949 ई. को पारित हुआ और 26 जनवरी, 1950 को लागू हुआ। इस दस्तावेज में 22 भागों के अन्तर्गत 395 धाराएं और 12 अनुसूचियां हैं । इसके द्वारा देश में सार्वभौम, संघीय, लोकतांत्रिक, धर्मनिरपेक्ष और संसदीय गणतंत्र की स्थापना हुई।

यह संविधान देश के लिए संघीय शासन की व्यवस्था करता है और उन सभी व्यक्तियों को नागरिकता प्रदान करता है जिनका जन्म भारत में हुआ या जिनके माता -पिता में से कोई एक भारत में पैदा हुआ है या जो संविधान लागू होने के पांच वर्ष पहले से भारत में रह रहे हों। संविधान में उल्लिखित मौलिक अधिकार है-समानता, अस्पृश्यता विनाश, विचार-अभिव्यक्ति, सम्मेलन तथा सभा करने की स्वतन्त्रता, भारत के किसी भी भाग में आने-जाने और रहने की स्वतन्त्रता, धन कमाने तथा सम्पत्ति रखने की स्वतन्त्रता तथा रूचि के अनुसार कोई भी पेशा अपनाने की स्वतन्त्रता।

संविधान में केन्द्र और राज्यों के लिए पृथक शासन व्यवस्था है। केन्द्रीय कार्यपालिका के सारे अधिकार निर्वाचित राष्ट्रपति, उप-राष्ट्रपति तथा प्रधानमंत्री के नेतृत्व वाली मंत्री परिषद में निहित हैं। राष्ट्रपति ही प्रधानमंत्री की नियुक्ति करता है। मुख्य न्यायधीश की नियुक्ति भी राष्ट्रपति द्वारा की जाती है। राज्यों की न्यायपालिका उच्च न्यायालयों में निहित है।

भारत का संविधान एक लिखित एवं परिवर्तनशील संविधान है।

रंगरसिया दोहे (काका हाथरसी)



फागुन को लगने लगे, वैसाखी के पाँव
इसीलिए पहुँचा नहीं, अब तक अपने गाँव।

क्या बसंत का आगमन, क्या उल्लू का फाग
अपनी किस्मत में लिखा, रात रात–भर जाग।

जरा संभल कर दोस्तों, मलना मुझे अबीर
कई लोगों का माल है, मेरा एक शरीर।

देख नहाए रूप को, पानी हुआ गुलाल
रक्त मनुज का फेंक कर, उसमें विष मत डाल।

उस लड़की को देखकर, उग आई वो डाल
जिस पर कि मसले गए, एक कैरी के गाल ।

काका हाथरसी,
हास्य कवि

वाप्कोस लिमिटेड
WAPCOS LIMITED
(भारत सरकार का उपक्रम)
जल संसाधन, नदी विकास और गंगा संरक्षण मंत्रालय
(A Government of India Undertaking)
Ministry of Water Resources, River Development & Ganga Rejuvenation
पंजीकृत कार्यालय : 'कैलाश', 5वां तल, 26, कस्तूरबा गांधी मार्ग, नई दिल्ली–110001
दूरभाष : 011–23313131–3, फैक्स : 011–23313134
निगमित कार्यालय : 76–सी, इन्स्टीट्यूशनल एरिया, सेक्टर–18, गुड़गांव–122 015 (हरियाणा)
दूरभाष : 0124–2340548 फैक्स : 0124–2397392
ई–मेल : hindi@wapcos.co.in वेबसाईट : www.wapcos.co.in