रक्षा अनुसंधान भारती

विकसित भारत अभियान
2047

अप्रैल-सितंबर 2024
19वां अंक

रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन मुख्यालय
रक्षा मंत्रालय

"हिंदी ने विश्व भर में भारत को एक विशिष्ट सम्मान दिलाया है। इसकी सरलता, सहजता और संवेदनशीलता हमेशा आकर्षित करती है। मैं उन सभी लोगों का हृदय से अभिनंदन करता हूं, जिन्होंने इसे समृद्ध और सशक्त बनाने में अपना अथक योगदान दिया है।"

— नरेन्द्र मोदी (प्रधानमंत्री)

"हमारी भाषाओं के बीच साम्यता है, एक ना दिखाई देने वाला संवाद भी है और इसकी अनुभूति करने पर ही इसके बारे में जाना जा सकता है। हर भाषा के ढेर सारे शब्द किसी दूसरी भाषा के साथ जुड़े हैं, व्याकरण का मूल भी एक ही है। हिंदी की स्वीकृति सहमति से होनी चाहिए और तभी राजभाषा को राष्ट्रीय एकता का सूत्र जो हमारे स्वतंत्रता सेनानियों ने बताया था, उसे सफल कर पाएंगे।"

— अमित शाह (गृहमंत्री)

रक्षा अनुसंधान भारती

वर्ष 2024, “19वां अंक”

रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन मुख्यालय

डीआरडीओ भवन, राजाजी मार्ग, नई दिल्ली –110011

रक्षा अनुसंधान भारती

वर्ष 2024 "19वां अंक"

मुख्य संरक्षक

डॉ. समिर वी कामत

सचिव, रक्षा अनुसंधान तथा विकास विभाग एवं अध्यक्ष, डीआरडीओ

संरक्षक

डॉ. मनु कोरूला

उत्कृष्ट वैज्ञानिक एवं महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन)

श्री सुनील शर्मा

उत्कृष्ट वैज्ञानिक एवं निदेशक, संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

प्रधान संपादक

श्री चन्द्र प्रकाश मीणा

अपर निदेशक

संपादक

श्री सुजीत कुमार मेहता

सहायक निदेशक (रा.भा.)

आवरण पृष्ठ संकल्पना

श्री संजय कुमार

तकनीकी अधिकारी 'सी'

श्री अंकुर मैंदीरत्ता

तकनीकी अधिकारी 'सी'
जनसंपर्क निदेशालय

विशेष संपादन सहयोग

सुश्री प्रतिष्ठा मिश्रा

कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

संपादन सहयोग

श्रीमती अरुणकमल, सहायक निदेशक (रा.भा.)
श्रीमती शैली गुप्ता, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
सुश्री स्वाति सिन्हा, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
श्री सचिन सांगवान, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
सुश्री श्रद्धा वर्मा, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी
सुश्री शिल्की सुमन, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी
श्रीमती निधि कुमारी, कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी
श्रीमती पारुल शर्मा, डीईओ
श्री सतेन्द्र कुमार, डीईओ

एवं

समस्त राजभाषा परिवार

पत्रिका में प्रकाशित रचनाएं लेखकों के निजी विचार हैं। उन पर संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं है।

डॉ. समिर वी. कामत
Dr. Samir V. Kamat

सत्यमेव जयते
भारत सरकार
Government of India

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

सचिव, रक्षा अनुसंधान तथा विकास विभाग
एवं
अध्यक्ष, डीआरडीओ
Secretary, Department of Defence R&D
&
Chairman, DRDO

संदेश

यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि **रक्षा अनुसंधान तथा विकास संगठन (डीआरडीओ) मुख्यालय** विगत वर्षों की भांति इस वर्ष भी अपनी वार्षिक गृह-पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** के उन्नीसवें अंक का प्रकाशन कर रहा है। इस वर्ष हिंदी को राजभाषा का दर्जा मिले 75 वर्ष हो गए हैं। अब हिंदी सिर्फ साहित्य की भाषा नहीं रही है। हिंदी हर क्षेत्र में अपना स्थान बना रही है। विज्ञान, तकनीक, नवाचार, शिक्षा, मीडिया में हिंदी भाषा की महत्वपूर्ण भूमिका है। अमृतकाल में भी हिंदी भाषा भारत के विकास में अहम भूमिका निभाएगी।

संविधान के अनुसार राजभाषा विभाग का दायित्व केंद्र सरकार के सभी मंत्रालयों/विभागों/उपक्रमों आदि में अधिकाधिक सरकारी कामकाज हिंदी में करने के लिए प्रेरित, प्रोत्साहित करना है। इस कड़ी में पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** दशकों से अपनी भूमिका का निर्वहन कर रही है। संगठन राजभाषा का प्रचार-प्रसार करने के साथ-साथ पत्रिका के माध्यम से पाठकों को संवेदनशीलता के साथ सरकारी कामकाज में हिंदी को अपनाने के लिए प्रोत्साहन प्रदान करता है। उत्कृष्ट लेखों के साथ राजभाषा गतिविधियों को समाहित करती पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** सदैव से हिंदी प्रेमियों के लिए प्रेरणादायी रही है।

मैं पत्रिका के उन्नीसवें अंक के सफल प्रकाशन के लिए इस पत्रिका के संपादक मंडल के साथ-साथ डीआरडीओ मुख्यालय के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को हार्दिक बधाई देता हूं तथा आशा करता हूं कि भविष्य में भी इस प्रकार के सफल एवं ज्ञानवर्धक अंक नियमित रूप से प्रकाशित होते रहेंगे।

स्थान : नई दिल्ली
दिनांक : 30 अगस्त, 2024

(डॉ समिर वी कामत)

रक्षा मंत्रालय, रक्षा अनुसंधान तथा विकास विभाग, डीआरडीओ भवन, नई दिल्ली-110011
Ministry of Defence, Department of Defence R&D, DRDO Bhawan, Rajaji Marg, New Delhi-110011
दूरभाष/Phone : 011-23011519, 23014350, फैक्स/Fax : 011-23018216, ई-मेल/E-mail : secydrdo@gov.in

डॉ॰ मनु कोरुला
उत्कृष्ट वैज्ञानिक एवं
महानिदेशक (आर. एण्ड एम.)

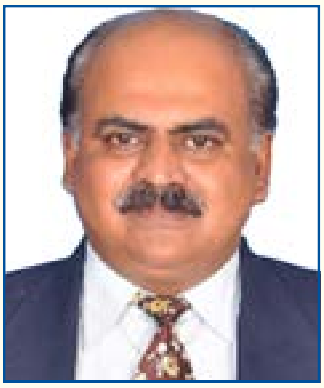
Dr. Manu Korulla
Outstanding Scientist &
Director General (R & M)

सत्यमेव जयते

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

भारत सरकार
रक्षा मंत्रालय
अनुसंधान तथा विकास संगठन
101, डी आर डी ओ भवन, राजाजी मार्ग
नई दिल्ली–110 011, भारत

Government of India
Ministry of Defence
Defence Research & Development Organisation
101, DRDO Bhawan, Rajaji Marg
New Delhi–110 011, India



संदेश

मुझे यह जानकर अति प्रसन्नता हो रही है कि **रक्षा अनुसंधान तथा विकास संगठन (डीआरडीओ) मुख्यालय** द्वारा वार्षिक हिंदी गृह-पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** के उन्नीसवें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि पिछले अंकों की तरह इस अंक में भी विविध क्षेत्रों और विधाओं की रचनाएं समाविष्ट की गई होंगी।

भारत में विभिन्न क्षेत्रीय भाषाएं हैं, इन क्षेत्रीय भाषाओं में संपर्क स्थापित करने में हिंदी की बहुत महत्वपूर्ण भूमिका है। किसी भी राष्ट्र की राजभाषा उस देश की संस्कृति का दर्पण होती है। वह अनुभूति और भावना के धरातल पर सारे राष्ट्र को एकता के सूत्र में पिरोती है। यह हमारा कर्तव्य है कि राष्ट्रीय हित एवं एकात्मकता के लिए हिंदी का अधिकाधिक प्रयोग करें। राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के लिए गृह-पत्रिकाओं का उद्देश्य है अधिकारियों एवं कर्मचारियों को हिंदी में मूल लेखन एवं अपने शासकीय कार्यों को हिंदी में करने के लिए प्रेरित करना। मुझे विश्वास है कि डीआरडीओ मुख्यालय द्वारा प्रकाशित की जाने वाली पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** का यह अंक राजभाषा के प्रचार-प्रसार में सहायक सिद्ध होगा।

इस अवसर पर मैं निदेशक तथा गृह-पत्रिका के प्रकाशन से जुड़े सभी लेखकों, संपादक मंडल, अधिकारियों एवं कर्मचारियों को हार्दिक शुभकामनाएं देता हूं और इस पत्रिका के सफल प्रकाशन की कामना करता हूं।

स्थान : नई दिल्ली
दिनांक : 28 अगस्त, 2024

मनु कोरुला
(डॉ. मनु कोरुला)

दूरभाष/Phone : (O) 011-23011860 • फैक्स/Fax : 011-23015395
ई-मेल/E-mail : dgrm.hqr@gov.in

सुनील शर्मा
उत्कृष्ट वैज्ञानिक
एवं
निदेशक (डी पी ए आर ओ एंड एम)

Sunil Sharma
OUTSTANDING SCIENTIST
&
DIRECTOR (DPARO&M)

सत्यमेव जयते

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

अ. स. प. सं./Do No.
भारत सरकार, रक्षा मंत्रालय
Government of India, Ministry of Defence
रक्षा अनुसंधान तथा विकास संगठन
Defence Research & Development Organisation
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय
Directorate of Parliamentary Affairs, Rajbhasha and Organisation & Methods DPARO&M
'ए' ब्लाक, प्रथम तल
'A' Block, First Floor
डी.आर.डी.ओ. भवन, राजाजी मार्ग, नई दिल्ली-110011
DRDO Bhawan, Rajaji Marg, New Delhi-110011
दूरभाष/Telephone: 23013248, 23007125
फैक्स/Fax: 23011133, 23013059

दिनांक/Dated: ....

संदेश

यह प्रसन्नता का विषय है कि **रक्षा अनुसंधान तथा विकास संगठन (डीआरडीओ) मुख्यालय** की गृह-पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** के उन्नीसवें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। हिंदी को राजभाषा का दर्जा दिए 75 वर्ष पूर्ण हो गए हैं। इन 75 वर्षों में हिंदी ने देश के विकास में अहम भूमिका निभाई है। यह भारत की विभिन्न भाषाओं के मध्य सम्पर्क एवं संवाद की भाषा बनकर उभरी है।

भाषा केवल विचारों की ही नहीं अपितु भावों की भी वाहक होती है। भाषा में व्यक्ति एवं राष्ट्र की अस्मिता निहित होती है। आज इन्हीं बातों के आधार पर हम राजभाषा नीति को प्रभावी रूप से कार्यान्वित करने में सक्षम हो सकते हैं। हमारे लिए यह अत्यंत गर्व की बात है कि मुख्यालय के वैज्ञानिक अनुसंधान कार्य के साथ-साथ राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार के प्रति भी पूर्ण निष्ठा के साथ समर्पित हैं। वैज्ञानिक एवं तकनीकी कार्यों में हिन्दी का उपयोग वास्तव में चुनौतीपूर्ण कार्य है। इस पत्रिका के माध्यम से मुख्यालय के कार्मिकों ने इस चुनौती को स्वीकार करते हुए हिन्दी के निरंतर विकास के कार्यों को उल्लेखनीय दिशा दी है। संगठन मुख्यालय में अधिकाधिक सरकारी कामकाज हिंदी में किया जा रहा है और राजभाषा हिंदी के बेहतर कार्यान्वयन के लिए हम सतत् प्रयासरत हैं।

मैं इस अवसर पर पत्रिका के प्रकाशन से जुड़े सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को उनके इस प्रयास के लिए बधाई देता हूं और पत्रिका के सफल प्रकाशन की कामना करता हूं।

स्थान : नई दिल्ली
दिनांक : 27 अगस्त, 2024

(सुनील शर्मा)

चन्द्र प्रकाश मीणा
अपर निदेशक

Chandra Prakash Meena
Additional Director

सत्यमेव जयते

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

भारत सरकार
रक्षा मंत्रालय
रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन
संसदीय कार्य,
राजभाषा एवं संगठन पद्धति निदेशालय
399, डी आर डी ओ भवन, राजाजी मार्ग
नई दिल्ली–110011

Government of India
Ministry of Defence
Defence R&D Organisation
Directorate of Parliamentary Affairs,
Rajbhasha and Organisation & Methods
399, DRDO Bhawan, Rajaji Marg
New Delhi–110011

संदेश

मुझे यह जानकर हार्दिक प्रसन्नता हुई है कि **रक्षा अनुसंधान तथा विकास संगठन (डीआरडीओ) मुख्यालय** की गृह-पत्रिका **"रक्षा अनुसंधान भारती"** के उन्नीसवें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। हमारे देश के लिए संविधान निर्माण करने वाली संविधान सभा ने 14 सितंबर के दिन ही हिंदी को संघ की राजभाषा के रुप में अंगीकार किया था। हिंदी अंगीकार के 75 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में हम सभी प्रण लें कि कार्यालय का अधिक से अधिक कार्य राजभाषा हिंदी में करें।

भारत एक बहुभाषी देश है जहां विभिन्न राज्यों में अनेक भाषाएं और बोलियां बोली जाती हैं। हमारी सभी भाषाएं और बोलियां हमारी धरोहर हैं और इन्हें बढ़ावा देना हर भारतीय का कर्तव्य है। कोई भी भाषा या बोली सिर्फ विचारों की वाहिका ही नहीं होती, अपितु राष्ट्र की संस्कृति, सभ्यता एवं संस्कारों के निर्माण का महत्वपूर्ण साधन भी होती है। हम दुनिया की कोई भी भाषा सीख लें परंतु मातृभाषा से ही हमारी पहचान होती है। भारत में अनेक भाषाएं बोली जाने के बावजूद हिंदी राजभाषा के स्थान पर विराजमान है। हिंदी को राजभाषा का दर्जा दिए जाने के कारण हमारी संवैधानिक जिम्मेदारी है कि कार्यालय का कार्य अधिक-से-अधिक हिंदी में करने का प्रयास करें। पत्र-पत्रिकाएं किसी भी भाषा के प्रयोग को बढ़ाने का एक माध्यम बनती हैं। मुझे आशा है कि इस अंक के माध्यम से पाठकों को नवीनतम सूचना से अवगत होने का सुअवसर प्राप्त होगा। हमारे देश के लिए संविधान निर्माण करने वाली संविधान सभा ने 14 सितंबर के दिन ही हिंदी को संघ की राजभाषा के रूप में अंगीकार किया था। इसके हिंदी के अंगीकार के 75 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में हम सभी प्रण लें कि कार्यालय का अधिक से अधिक कार्य राजभाषा हिंदी में करें।

मैं इस शुभ अवसर पर मुख्यालय के वैज्ञानिकों, अधिकारियों और कर्मचारियों को अपनी हार्दिक शुभकामनाएं देते हुए इस अंक के सफल प्रकाशन की कामना करता हूं।

स्थान : नई दिल्ली
दिनांक : 23 अगस्त, 2024

(चन्द्र प्रकाश मीणा)

Tele : (O) 011-23007911 • Fax : 011-23011133 • ई-मेल/E-mail : cpmeena.hqr@gov.in

सुजीत कुमार मेहता
सहायक निदेशक (रा.भा.)

Sujit Kumar Mehta
Assistant Director (O.L.)

सत्यमेव जयते

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

भारत सरकार
रक्षा मंत्रालय
रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन
संसदीय कार्य,
राजभाषा एवं संगठन पद्धति निदेशालय
134ए, डी आर डी ओ भवन, राजाजी मार्ग
नई दिल्ली–110011

Government of India
Ministry of Defence
Defence R&D Organisation
Directorate of Parliamentary Affairs,
Rajbhasha and Organisation & Methods
134A, DRDO Bhawan, Rajaji Marg
New Delhi–110011

संपादकीय

मानव जाति अपने सृजन से ही स्वयं को अभिव्यक्त करने के तरह-तरह के माध्यम खोजती रही है। आपसी संकेतों के सहारे एक-दूसरे को समझने की ये कोशिशें अभिव्यक्ति के सर्वोच्च शिखर पर तब पहुँच गई जब भाषा का विकास हुआ। भाषा लोगों को आपस मे जोड़ने का सबसे सरल और जरूरी माध्यम है। एक भाषा के रूप में अगर हिंदी भाषा की विकास यात्रा की बात करें तो यह एक लंबी और सतत प्रक्रिया है। एक भाषा के विकास में उस समाज और संस्कृति की महत्त्वपूर्ण भूमिका होती है जहाँ पर ये बोली जाती है। हिंदी भाषा के विकास में भी समाज और संस्कृति की महत्त्वपूर्ण भूमिका रही है; खासकर उत्तर भारतीय राज्यों की भूमिका। भारत की प्राचीन भाषा संस्कृत रही है और इसी भाषा के विभिन्न काल खंडों में अलग-अलग स्वरूपों में हुए वियोजन से हिंदी का विकास हुआ है। संस्कृत भाषा से पालि, पालि से प्राकृत, प्राकृत से अपभ्रंश, अपभ्रंश से अवहट्ट, अवहट्ट से पुरानी हिंदी और पुरानी हिंदी से आधुनिक हिंदी का विकास हुआ है जिसे आज हम बोलते हैं। आज हिंदी को राजभाषा का दर्जा दिए 75 वर्ष पूर्ण हो गए हैं। इन 75 वर्षों में हिंदी ने देश के विकास में अहम भूमिका निभाई है।

जैसे-जैसे एक और स्वतंत्रता का सूरज उदित होता है, हर भारतीय का दिल गर्व और देश के भविष्य के लिए उम्मीद से भर जाता है। औपनिवेशिक शासन से आज़ादी पाने के पचहत्तर साल बाद, भारत एक नए युग की दहलीज़ पर खड़ा है– एक ऐसा भविष्य जहाँ वह 2047 तक पूरी तरह से विकसित राष्ट्र के रूप में उभरने की आकांक्षा रखता है, जो उसकी आज़ादी की शताब्दी होगी। यह महत्वाकांक्षी दृष्टि सिर्फ़ एक सपना नहीं है; यह एक सामूहिक लक्ष्य है जो देश की नीतियों, नवाचार और चुनौतियों पर काबू पाने के दृढ़ संकल्प को प्रेरित करता है। विकसित भारत@2047 भारत सरकार की महत्वाकांक्षी दृष्टि का प्रतिनिधित्व करता है, जिसका लक्ष्य 2047 में स्वतंत्रता की शताब्दी तक देश को एक विकसित इकाई में बदलना है। इसमें आर्थिक समृद्धि, सामाजिक उन्नति, पर्यावरणीय स्थिरता और प्रभावी शासन जैसे विकास के विविध पहलू शामिल हैं।

दूरभाष/Tele : (O) 011-23007702 • फैक्स/Fax : 011-23011133 • ई-मेल/E-mail : skmehta1976@gmail.com

यदि भाषा के संबंध में बात करें तो विज्ञान और तकनीक के युग के साथ हिंदी कदमताल करती दिखाई दे रही है। जब भी भाषा का विस्तार और विकास होता है, तब उसमें एक दृष्टि और जुड़ जाती है और वह है रोजगार की संभावना। आज हिंदी भाषा के बढ़ते चलन और वैश्विक रूप ने रोजगार की अनेक संभावनाओं को उजागर किया है। इसकी विविध क्षेत्रों में स्वीकृति और प्रयोजनीयता बढ़ने से नई दृष्टि से हिंदी को देखा जा रहा है। निश्चित ही इस दृष्टि में बाजार का बहुत बड़ा योगदान है। ज्ञानार्जन की अभिलाषा के कारण अनुवाद प्रौद्योगिकी का विकास हो रहा है। भारतीय संविधान द्वारा खड़ी बोली को राजभाषा स्वीकार किए जाने के साथ हिंदी का परंपरागत स्वरूप और अध्ययन व्यावहारिक हो गया है। हर जीवित भाषा में वैज्ञानिक, तकनीकी और उद्यमिता की संभावनाएं होती हैं, उसकी प्रयोजनीयता की भी संभावनाएं होती हैं। यह संभावनाएं हिंदी में भी हैं। हिंदी में आज कई तरह से रोजगार के मौके सामने आए हैं।

राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने कहा था 'राष्ट्रीय व्यवहार में हिंदी को काम में लाना देश की एकता और उन्नति के लिए आवश्यक है। राष्ट्र निर्माण में हिंदी की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। वैश्वीकरण के दौर में आज हिंदी का महत्व जनभाषा, संपर्क भाषा, राजभाषा और वैश्विक रूप से बढ़ रहा है। विश्व में भारत भूमि में सर्वप्रथम सभ्यता एवं संस्कृति का उद्गम हुआ। जिस भारतभूमि में सांख्य दर्शन योग, दशमलव प्रणाली, ज्योतिष विज्ञान, ग्रह नक्षत्रों की दूरी, काल की गणना जैसे परिपूर्ण विषयों पर उत्कृष्ट साहित्य का सृजन हुआ हो, उस देश की भाषाओं का अनुमान लगाया जा सकता है कि उनकी जड़ें कितनी गहरी, समुन्नत समृद्ध और वैज्ञानिकतापूर्ण हो सकती है। भारतीय भाषाओं की विशेषताओं को ध्यान में रखते हुए संविधान के अनुच्छेद 351 के अनुसार संघ सरकार को यह सौपा गया कि वह हिंदी भाषा का प्रसार बढ़ाए और उसका विकास करे ताकि हिंदी भारत की सामासिक संस्कृति के सभी तत्वों की अभिव्यक्ति का माध्यम बन सके।

भारत सरकार के सभी कार्यालय में सरकारी कामकाज सरल एवं सहज हिंदी का प्रयोग किया जाए ताकि यह सभी के लिए बोधगम्य हो तथा इसका प्रयोग बहुआयामी हो सके। मूल रूप से कार्यालयीन कार्य हिंदी में किए जाने से ही राजभाषा हिंदी का प्रयोग बढ़ेगा तथा राजभाषा नीति का सही मायनों में कार्यान्यवन संभव होगा। हिंदी के अंगीकार के 75 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में हम सभी प्रण लें कि कार्यालय के अधिक से अधिक कार्य राजभाषा हिंदी में करें।

मुझे पूर्ण विश्वास है 'रक्षा अनुसंधान भारती' का 19वां अंक हमेशा की भांति आपको पसंद आएगा। पत्रिका में शामिल लेख पाठकों के लिए रूचिकर और ज्ञानवर्धक हैं। 'रक्षा अनुसंधान भारती' पत्रिका के संबंध में आपके सुझाव हमारे लिए अत्यंत मूल्यवान होते हैं और हमें उनकी उत्सुकता से प्रतीक्षा रहती है।

जय हिंद जय हिंदी...

सुजीत

(सुजीत कुमार मेहता)

दूरभाष/Tele : (O) 011-23007702 • फैक्स/Fax : 011-23011133 • ई-मेल/E-mail : skmehta1976@gmail.com

आज़ादी का अमृत महोत्सव

डॉ० मीनाक्षी जौली
संयुक्त सचिव
DR. MEENAKSHI JOLLY
JOINT SECRETARY
Telefax : 23438130
E-mail : jsol@nic.in

सत्यमेव जयते

G20
भारत 2023 INDIA
वसुधैव कुटुम्बकम्
ONE EARTH • ONE FAMILY • ONE FUTURE

भारत सरकार
GOVERNMENT OF INDIA
गृह मंत्रालय
MINISTRY OF HOME AFFAIRS
राजभाषा विभाग
DEPARTMENT OF OFFICIAL LANGUAGE
चतुर्थ तल, एन.डी.सी.सी.-II भवन,
4th FLOOR, N.D.C.C.-II BHAWAN,
जय सिंह रोड, नई दिल्ली-110001
JAI SINGH ROAD, NEW DELHI-110001

अ.शा.प.सं. 11014/06/2024-रा.भा.(प.)   दिनांक : 14 अगस्त, 2024

आदरणीय महोदय,

मुझे आपको यह सूचित करते हुए अपार हर्ष का अनुभव हो रहा है कि आपके संस्थान द्वारा प्रकाशित गृह पत्रिका **'रक्षा अनुसंधान भारती'** को **वर्ष 2023-24** के लिए **राजभाषा कीर्ति पुरस्कार (गृह पत्रिका)** के अंतर्गत **'क'** क्षेत्र में **द्वितीय** पुरस्कार प्रदान किया गया है ।

2. आपके संस्थान द्वारा प्रकाशित गृह पत्रिका हिंदी के प्रचार- प्रसार में महत्वपूर्ण योगदान दे रही है और राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय आपसे अपेक्षा करता है कि आप इसी प्रकार उत्कृष्ट गृह पत्रिका के प्रकाशन से दूसरे कार्यालयों के लिए प्रेरणा स्त्रोत बने रहेगें ।

3. हिंदी दिवस 2024 तथा चतुर्थ अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन का संयुक्त आयोजन 14-15 सितंबर, 2024 को भारत मंडपम, नई दिल्ली में माननीय गृह एवं सहकारिता मंत्री जी की अध्यक्षता में किया जा रहा है। दो दिवसीय इस भव्य आयोजन में मंचासीन अतिथियों द्वारा पुरस्कार प्रदान किये जायेंगे। आपसे विनम्र अनुरोध है कि पुरस्कार ग्रहण करने के लिए शीर्ष अधिकारी सहित दो अन्य अधिकारियों के नाम राजभाषा विभाग को patrika-ol@nic.in पर शीघ्र उपलब्ध करा दें।

4. मुझे विश्वास है कि आपके कुशल नेतृत्व में पत्रिका **'रक्षा अनुसंधान भारती'** इसी प्रकार अपने लक्ष्यों को प्राप्त करती रहेगी और राजभाषा हिन्दी के प्रगामी प्रयोग को सुनिश्चित कर आप अपने संवैधानिक दायित्व का निर्वहन करते रहेंगे ।

सादर,

शुभेच्छु,
मीनाक्षी जौली

(डॉ. मीनाक्षी जौली)

श्री सुनील शर्मा,
निदेशक (डीपीआरओ एण्ड एम),
डी आर डी ओ मुख्यालय,
डीआरडीओ भवन, राजाजी मार्ग,
नई दिल्ली – 110011.

अनुक्रमणिका

क्र. सं.	रचना	रचनाकार	पृष्ठ
1.	भारत की रक्षा को सशक्त बनाने में डीआरडीओ की महिला वैज्ञानिकों की अपरिहार्य भूमिका	अमित शर्मा	19
2.	संयुक्त राष्ट्र शांति सेना: भारत का योगदान	सौरभ शुक्ला	21
3.	ऑडी आल्टेरैम पार्टेम	प्रवेश कुमार	26
4.	डीआरडीओ कार्मिकों के मेडिकल दावों के प्रस्तुतीकरण/ प्रक्रमण के लिए मार्गदर्शी सिद्धांत	रमन कुमार सिंह	30
5.	विकसित भारत @2047: एक समृद्ध और प्रगतिशील भविष्य की ओर	सुजीत कुमार मेहता	34
6.	पंख पसारती स्त्रियां	अरुणकमल	38
7.	गांधी: एक अहिंदी भाषी का हिंदी प्रेम	प्रतिष्ठा मिश्रा	41
8.	केन्द्रीय सतर्कता आयोग एवं सतर्कता जागरुकता सप्ताह	हरि कृष्ण कुमार	44
9.	अनलॉकिंग-इनसाइट: ईमेल से खनन डेटा के लिए उन्नत तकनीकें	अंजलि कंवर	46
10.	भगवत गीता और समय प्रबंधन	आनंद कुमार साव	50
11.	वरिष्ठता	पी के दास	53
12.	सेलुलर जेल	भूपेन्द्र सिंह	56
13.	ऑनलाइन अध्ययन के लाभ और नुकसान	अविनाश कुमार	58
14.	भारतीय इतिहास की धरोहर	दीपक लखचौरा	60
15.	बच्चों का आत्मविश्वास	रश्मि सैनी	62

क्र. सं.	रचना	रचनाकार	पृष्ठ
16.	खेल का महत्व	सुषमा सिंह	64
17.	संस्कारों का महत्व	नितिन कुमार	66
18.	बाल मनोविज्ञान और बच्चों का विकास	मनोज कटारिया	67
19.	आधुनिक भारतीय विज्ञान	रमेश गौड़	69
20.	भारत	सुरेन्द्र पटेल	71
21.	बढ़ता वायु प्रदूषण: कितना खतरनाक	प्रभुनाथ दुबे	72
22.	मानसिक तनाव: एक सच्चाई	शुभाशीष श्रीवास्तव	74
23.	भारत में नदियों का महत्व	महादेव पंडित	76
24.	संचार का महत्व	कपिल राजोरिया	78
25.	भारतीय गांव में जीवन	पप्पू राम मीणा	81
26.	जैविक युद्ध: एक त्रासदी	रविंद्र सिंह नेगी	83
27.	आधुनिक समय में संयुक्त परिवार: एक दृष्टि	कृष्णा कुमार	85
28.	भारत की आंतरिक सुरक्षा व चुनौतियां	दीपक कुमार	87
29.	भारत में परिवहन का इतिहास और इसका विकास	आनंद कुमार	89
30.	आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस	कुन्दन कुमार झा	91
31.	योग: प्रकार और प्रभाव	नितेश कुमार	93
32.	संयुक्त परिवार	सुनील कुमार	97
33.	एक नर्स की आत्मकथा	राजेन्द्र सिंह	99
34.	इंटरनेट के फायदे और नुकसान	विजेन्द्र कुमार	101

क्र. सं.	रचना	रचनाकार	पृष्ठ
35.	डीआरडीओ अवार्ड वितरण समारोह का आयोजन	श्याम सुंदर प्रसाद	103
36.	भारत भाग्य विधाता	प्रकाश चंद्र शर्मा	105
37.	बांस की खेती	संदीप रावत	108
38.	स्वस्थ जीवन का मंत्र: डिटॉक्स वॉटर	वंदना ढींगरा	111
39.	क्या पृथ्वी है भगवान	योगेश कुमार मंडल	114
40.	बेरोजगारी	संजीव कुमार	116
41.	वो कौन थी	विकास शर्मा	120
42.	भारतीय सिनेमा: एक सांस्कृतिक धरोहर	ईशा	123
43.	समय की कीमत	राम नारायण महतो	126
44.	पता नहीं क्यों?	किरन	127
45.	भूमि क्षरण और मरुस्थलीयकरण	गोपाल साह	129
46.	अच्छा है पर कभी कभी	आभा अम्बा वानी	131
47.	पोषक तत्व और उपयोगिता	सुनील कुमार	132
48.	शहर	पुजा कुमारी	135
49.	नदियां	बिंदु कंधारी	136
50.	वास्तविक बने रहने में ही जीवन का सच्चा सुख	रोहित लाकड़ा	137
51.	सुख-दुख के फेर में गुम हो जाता है जीवन का मोल	विपिन बिहारी	139
52.	जैसे शरीर का रखते हैं वैसे आत्मा का भी रखें ख्याल	मो. इशरत खान	141
53.	अयोध्या	पुष्पा जोशी	142

क्र. सं.	रचना	रचनाकार	पृष्ठ
54.	वह पुराना उजड़ा घर	अजय कुमार	144
55.	कृषि क्षेत्र में आधुनिक प्रौद्योगिकी का उपयोग	लखविन्दर सिंह	146
56.	शोर इतना है यहां	अनुमीत चावला	149
57.	प्रेम और सौन्दर्य	रामपति प्रसाद	150
58.	आत्मनिर्भर भारत	मिट्ठू मेहता	151
59.	कृत्रिम बुद्धिमत्ता का जीवन में उपयोग	मेहरुन्निसा	153
60.	भारतवीर	पवन कुमार	155
61.	विश्व गौरया दिवस	ललित कुमार	156
62.	डिनायल ऑफ सर्विस: हमले का परिचय	जगत सिंह	159
63.	महिलाओं के संवैधानिक अधिकार: एक अवलोकन	श्रद्धा वर्मा	161
64.	मेरा बचपन	कपिल अग्रवाल	166
65.	स्वाभिमान: आत्मसम्मान की महत्ता	राजकुमार	167
66.	मानसिक स्वास्थ्य का महत्व: एक अनदेखी आवश्यकता	शिवम चौधरी	169
67.	भारत में जागरुकता: समाज के विकास की कुंजी	सुशील कुमार	171
68.	अनुसंधान की संभावनाओं को दृढ़ता से साकार करती महिलाएं	रेखा शर्मा	173
69.	डीआरडीओ प्रशस्ति पत्र प्रदान करने की नीति	शिव कुमार	177
70.	कहानियों की दुनिया	स्वाति सिन्हा	180
71.	गोरखपुर: एक ऐतिहासिक, सांस्कृतिक और आध्यात्मिक नगर	विनोद कुमार	184
72.	टेलीमेडिसिन: ग्रामीण भारत की स्वास्थ्य सेवा सुविधाओं में सुधार की क्षमता का एक अध्ययन	राज कुमार	186

क्र. सं.	रचना	रचनाकार	पृष्ठ
73.	आयकर रिटर्न	विनोद कुमार सिंह	188
74.	विटामिन एवं मिनरल	अर्चना सिंह	196
75.	भारत और ओलंपिक खेल	सचिन सांगवान	198
76.	फिनलैंड की प्रसन्नता के राज	शैली गुप्ता	201
77.	सोशल मीडिया: समस्या व समाधान	अमित बंसल	204
78.	विश्व में मौसम परिवर्तन तथा उसके समाधान	गौरव कुमार	207
79.	हिंदी का लक्ष्य और भविष्य	सोनपाल	209

भारत की रक्षा को सशक्त बनाने में डीआरडीओ की महिला वैज्ञानिकों की अपरिहार्य भूमिका

अमित शर्मा
जन संपर्क निदेशालय

मानव प्रगति को आगे बढ़ाने में महिलाओं के ऐतिहासिक और वर्तमान में चल रहे योगदान को समझना और स्वीकार करना सर्वोपरि है। पूरे इतिहास में, महिलाओं ने विश्व स्तर पर लगभग प्रत्येक क्षेत्र में स्थायी छाप छोड़ते हुए लगातार महत्वपूर्ण भूमिकाएं निभाई हैं। तकनीकी प्रगति और विकसित हो रहे वैश्विक सुरक्षा परिदृश्य के बीच, रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन (डीआरडीओ) नवाचार और दृढ़ समर्पण के प्रतीक के रूप में खड़ा है। इस प्रतिष्ठित संगठन के भीतर, भारत की रक्षा क्षमताओं के प्रक्षेप पथ को आकार देने और डीआरडीओ की उल्लेखनीय यात्रा में महत्वपूर्ण योगदान देने में महिला वैज्ञानिकों की भूमिका कम नहीं रही है। डीआरडीओ में, महिला वैज्ञानिकों का अभूतपूर्व योगदान अप्रतिम है क्योंकि उन्होंने महत्वपूर्ण अनुसंधान परियोजनाओं का नेतृत्व किया है और अभूतपूर्व तकनीकी प्रगति में योगदान दिया है। डीआरडीओ में महिला वैज्ञानिकों के शामिल होने से विभिन्न क्षेत्रों में प्रगति हुई है। रक्षा प्रौद्योगिकी में उत्कृष्टता के लिए उनकी निरंतर खोज के पीछे उनकी दृढ़ प्रतिबद्धता, असीमित उत्साह आदि प्रमुख गुण रहे हैं। संगठन उन विविध दृष्टिकोणों पर बहुत गर्व करता है जो ये महिलाएं सामने लाती हैं, जिससे इस प्रतिष्ठित संस्थान की सामूहिक क्षमताओं में वृद्धि होती है।

डीआरडीओ ऐसे वातावरण को बढ़ावा देने की अपनी प्रतिबद्धता पर कायम है जहां महिला वैज्ञानिक और शोधकर्ता अपनी पूरी क्षमता का प्रयोग करते हुए आगे बढ़ सकें। चूंकि डीआरडीओ राष्ट्रीय सुरक्षा को बनाए रखने और देश की हो रही वृद्धि और विकास में योगदान देने के अपने अथक प्रयासों में लगा हुआ है, यह भारत में रक्षा अनुसंधान और विकास के क्षेत्र में महिलाओं द्वारा निभाई जाने वाली महत्वपूर्ण भूमिका को स्वीकार करता है। गणतंत्र दिवस 2024 में डीआरडीओ की झांकी का विषय था- 'सभी 5 आयामों (भूमि, वायु, समुद्र, साइबर और अंतरिक्ष) में रक्षा प्रौद्योगिकियों और प्रणालियों को प्रदान करके राष्ट्र की रक्षा करने में महिला शक्ति'। इसमें उनके योगदान को स्वीकार करना और रक्षा प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में उनके द्वारा लाए गए परिवर्तनकारी प्रभाव को पहचानना शामिल है। माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने भी डीआरडीओ के इस झांकी को 'मन की बात' कार्यक्रम में खूब सराहा।

रक्षा अनुसंधान एवं विकास में महिलाओं की भूमिका

अनुसंधान और विकास (आरएंडडी) और नवाचार के लगातार विकसित हो रहे परिदृश्य में, लिंग आयाम अप्रासंगिक साबित हुआ है, विशेष रूप से रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन (डीआरडीओ) की प्रयोगशालाओं के भीतर महिला वैज्ञानिकों की उल्लेखनीय यात्रा में स्पष्ट है। अटूट समर्पण, दक्षता और प्रतिबद्धता से प्रेरित ये महिलाएं स्वदेशी रक्षा

उत्पादों की सफलता में अपरिहार्य योगदानकर्ता के रूप में खड़ी हैं। महिला वैज्ञानिक रक्षा विषयों के व्यापक स्पेक्ट्रम में विविध उपलब्धियों की एक श्रृंखला बुनती हैं, जिसमें वैमानिकी, लड़ाकू वाहन, नौसेना प्रणाली, मिसाइल, हथियार, इलेक्ट्रॉनिक्स, इंजीनियरिंग सिस्टम, उपकरण, सूचना प्रणाली, विशेष सामग्री, जीवन विज्ञान, प्रशिक्षण, उन्नत कंप्यूटिंग और अनुकरण शामिल हैं।

रक्षा अनुसंधान और विकास (आर एंड डी) में, महिलाएं महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं, अभी वर्तमान में डीआरडीओ के तीन महानिदेशक सुश्री सुमा वर्गीस, डॉ. (सुश्री) चंद्रिका कौशिक, श्रीमती यू. जया शांथी जो अपने कार्यक्षेत्र में शिखर पर हैं, युवाओं को प्रेरित कर रही हैं। डीआरडीओ के भीतर महिला नेतृत्व के ये उदाहरण न केवल विविधता और उत्कृष्टता के प्रति प्रतिबद्धता को उजागर करते हैं, बल्कि भारत की राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए अत्याधुनिक प्रौद्योगिकियों और क्षमताओं को आगे बढ़ाने के लिए संगठन के समर्पण को भी दर्शाते हैं। रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन (डीआरडीओ) में महिला वैज्ञानिक नवाचार को आगे बढ़ाने, राष्ट्रीय सुरक्षा सुनिश्चित करने और भावी पीढ़ियों के लिए प्रेरणादायक शख्सियत के रूप में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं।

पिछले 10 वर्षों में कई समूहों, प्रयोगशालाओं और निदेशालयों का नेतृत्व महिला वैज्ञानिकों ने किया है जो भावी पीढ़ियों के लिए प्रेरणा का काम कर रहें हैं। डीआरडीओ में निदेशक और महानिदेशक का पद संभालने वाली कुछ उल्लेखनीय महिला वैज्ञानिक हैं; डॉ. (सुश्री) के राजलक्ष्मी मेनन, डॉ. (सुश्री) सीमा विनायक, सुश्री के वी प्रभा, डॉ. (सुश्री) रंजना नल्लामल्ली, डॉ. (सुश्री) अरुणिमा गुप्ता; सुश्री मधुमिता चक्रवर्ती; और सुश्री निधि बंसल, डॉ (सुश्री) शशि बाला सिंह, डॉ (सुश्री) हिना गोखले, डॉ (सुश्री) चित्रा राजगोपाल, सुश्री अनु खोसला, सुश्री नबनिता राधाकृष्णन, डॉ (सुश्री) अलका सूरी, सुश्री जे मंजुला, डॉ (सुश्री) मधु बाला, डॉ. (सुश्री) मनिमोझी थियोडोर और डॉ. (सुश्री) टेसी थॉमस। ये महिला निदेशक एवं महानिदेशक रक्षा के क्षेत्र में उभरती चुनौतियों से निपटने में अपनी प्रतिभाओं की पूरी क्षमता के साथ उपयोग करने के लिए डीआरडीओ की प्रतिबद्धता का प्रतीक हैं। संगठन के भीतर प्रमुख पदों पर इन असाधारण महिला नेताओं की रणनीतिक नियुक्ति देश के रक्षा बुनियादी ढांचे को मजबूत करने के लिए महत्वपूर्ण रही है।

न केवल इन अनुकरणीय नेताओं बल्कि डीआरडीओ में डीआरटीसी, प्रशासन, संबद्ध और एएफएचक्यू सहित सभी संवर्गों में महिलाओं ने अनुसंधान, प्रबंधन और प्रशासन के क्षेत्रों में सराहनीय योगदान दिखाया है। महिला नेतृत्व की उपस्थिति डीआरडीओ की विविधता और उत्कृष्टता के प्रति प्रतिबद्धता के लिए एक शक्तिशाली प्रमाण के रूप में कार्य करती है, जो अत्याधुनिक प्रौद्योगिकियों और क्षमताओं को आगे बढ़ाने के लिए संगठन के समर्पण को दर्शाती है।

निष्कर्ष

डीआरडीओ के अनुसंधान एवं विकास में महिलाओं की भूमिका न केवल सराहनीय है बल्कि अपरिहार्य है। उनके समर्पण, नवाचार और परिवर्तनकारी प्रभाव ने भारत के रक्षा परिदृश्य पर एक अमिट छाप छोड़ी है, जिसकी गूंज राष्ट्रीय सीमाओं से भी परे है। जैसे-जैसे हम 21वीं सदी की जटिल सुरक्षा चुनौतियों से निपट रहे हैं, डीआरडीओ जैसे संगठनों में महिलाओं का योगदान शक्ति, सुरक्षा और नवाचार के स्तंभ के रूप में खड़ा है। यह लेख उनकी उपलब्धियों, भावी पीढ़ियों के लिए राष्ट्र के महत्व और सेवा की भावना को अपनाने के लिए समर्पित है।

संयुक्त राष्ट्र शांति सेना: भारत का योगदान

सौरभ शुक्ला

संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

परिचय

संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बल (यूएन पीसकीपिंग फोर्स) एक विशेष अंतरराष्ट्रीय संगठन है जिसका मुख्य उद्देश्य दुनिया भर में शांति और सुरक्षा को बनाए रखना है। यह बल संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में तैनात किया जाता है ताकि वहां शांति स्थापित हो सके और हिंसा को रोका जा सके। संयुक्त राष्ट्र शांति सैनिक विभिन्न देशों के सैनिकों का समूह होता है, जो संयुक्त राष्ट्र के झंडे के तहत सेवा देते हैं। इनका कार्य संघर्षरत पक्षों के बीच संघर्ष विराम सुनिश्चित करना, शांति समझौते की निगरानी करना, नागरिकों की सुरक्षा करना और मानवीय सहायता प्रदान करना होता है।

भारत का संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में महत्वपूर्ण योगदान रहा है। भारतीय सेना के हजारों सैनिक और पुलिसकर्मी विभिन्न मिशनों में भाग ले चुके हैं और अभी भी अनेक देशों में तैनात हैं। भारतीय शांति सैनिकों ने अपनी बहादुरी, अनुशासन और समर्पण से संयुक्त राष्ट्र शांति मिशनों में विशेष स्थान हासिल किया है। भारत ने न केवल शांति स्थापना के लिए अपने सैनिक भेजे हैं, बल्कि कई बार मिशन की कमान भी संभाली है। इसके अतिरिक्त, भारत ने शांति प्रक्रिया को सशक्त करने के लिए प्रशिक्षण और विशेषज्ञता भी प्रदान की है, जिससे शांति स्थापना में उसकी भूमिका और भी महत्वपूर्ण हो जाती है।

इतिहास

भारत ने 1948 में यूएन के पहले शांति अभियान से लेकर अब तक विभिन्न शांति अभियानों में अपनी सक्रिय भागीदारी दिखाई है। भारत के शांति सैनिकों ने न केवल सैन्य संचालन में बल्कि मानवीय सहायता और विकास कार्यों में भी महत्वपूर्ण योगदान दिया है।

भारत की संयुक्त राष्ट्र शांति अभियानों में भागीदारी का आरंभ 1950 में कोरिया युद्ध के दौरान हुआ। भारतीय चिकित्सा कर्मियों ने युद्ध से प्रभावित लोगों की चिकित्सा देखभाल की। इस प्रारंभिक सहभागिता ने भविष्य के अभियानों के लिए एक ठोस आधार स्थापित किया।

1960 के दशक में कांगो (ओएनयूसी) में भारतीय सेना की महत्वपूर्ण सहभागिता ने शांति अभियानों में भारत की भूमिका को परिभाषित किया। भारतीय सैनिकों ने कांगो में शांति स्थापना, संघर्ष प्रबंधन और मानवीय सहायता के कार्यों में अद्वितीय योगदान दिया।

अफ्रीका में भारत की सहभागिता विशेष रूप से उल्लेखनीय रही है। सोमालिया, रवांडा और सूडान जैसे देशों में शांति स्थापना अभियानों में भारतीय सैनिकों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इन मिशनों में सैनिकों ने स्थिरता लाने, मानवीय सहायता प्रदान करने और स्थानीय समुदायों के साथ मिलकर काम किया।

एशिया में कंबोडिया में UNTAC मिशन में भारतीय सैनिकों ने 1990 के दशक में चुनावों की निगरानी, हथियारों का निरस्त्रीकरण और बुनियादी ढांचे के पुनर्निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान दिया। लेबनान में भारतीय सैनिकों ने चिकित्सा शिविर स्थापित किए, शैक्षिक समर्थन प्रदान किया और सामुदायिक विकास कार्यों में संलग्न रहे। इससे स्थानीय आबादी में विश्वास और सम्मान बढ़ा।

भारत के सैनिकों ने संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में कई मिशनों में हिस्सा लिया है। इनमें से कुछ मिशनों का विवरण निम्नलिखित है:–

कोरिया (1950-1953): भारतीय चिकित्सा दल ने कोरियाई युद्ध के दौरान घायल सैनिकों और नागरिकों को चिकित्सा सेवा प्रदान की।

कांगो (1960-1964): कांगो संकट के दौरान भारतीय सैनिकों ने कांगो में शांति स्थापित करने और वहां के नागरिकों की सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

साइप्रस (1964-1965): साइप्रस में संघर्ष के दौरान भारतीय शांति सैनिकों ने वहां शांति स्थापित करने में सहायता की।

लेबनान (1978-अभी तक): भारतीय सेना ने यूनिफिल (UNIFIL) मिशन में भाग लिया, जिसका उद्देश्य लेबनान और इज़राइल के बीच शांति स्थापित करना है।

सिएरा लियोन (1999-2001): भारतीय सैनिकों ने सिएरा लियोन में UNAMSIL मिशन में भाग लिया और वहां शांति और सुरक्षा को बनाए रखने में सहायता की।

कांगो (2005-अभी तक): भारतीय सैनिकों ने MONUC और बाद में MONUSCO मिशन में भाग लिया, जो कांगो लोकतांत्रिक गणराज्य में शांति और स्थिरता सुनिश्चित करने के लिए था।

दक्षिण सूडान (2011-अभी तक): भारतीय सैनिकों ने UNMISS मिशन में भाग लिया, जो दक्षिण सूडान में शांति और सुरक्षा को बनाए रखने के लिए है।

हैती (2010-2017): भारतीय पुलिस इकाई ने MINUSTAH मिशन में भाग लिया, जो हैती में शांति और स्थिरता स्थापित करने के लिए था।

दक्षिणी लेबनान (2006-अभी तक): भारतीय सैनिकों ने UNIFIL-2 मिशन में भाग लिया, जिसका उद्देश्य दक्षिणी लेबनान में शांति और सुरक्षा को बनाए रखना है।

सूडान (2005-अभी तक): भारतीय सैनिकों ने UNMIS और बाद में UNAMID मिशन में भाग लिया, जो सूडान और दारफुर क्षेत्र में शांति स्थापित करने के लिए था।

भारत का महत्त्वपूर्ण योगदान

भारतीय सैनिकों ने संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में विभिन्न प्रकार के कार्य किए हैं। सबसे प्रमुख कार्यों में संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में शांति स्थापित करना और बनाए रखना शामिल है। भारतीय शांति सैनिक संघर्षरत पक्षों के बीच संघर्ष विराम

सुनिश्चित करते हैं, शांति समझौतों की निगरानी करते हैं और हिंसा को रोकने के लिए गश्त लगाते हैं। इसके अलावा, वे नागरिकों की सुरक्षा करते हैं, जो युद्ध और संघर्ष के दौरान सबसे अधिक प्रभावित होते हैं। शरणार्थियों और विस्थापित व्यक्तियों के लिए सुरक्षित क्षेत्र बनाना और उन्हें आवश्यक सहायता प्रदान करना भी उनके प्रमुख कार्यों में शामिल है।

इसके अतिरिक्त, भारतीय शांति सैनिक मानवीय सहायता प्रदान करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वे चिकित्सा सेवाएं, भोजन और पानी की आपूर्ति और बुनियादी ढांचे की पुनर्स्थापना में सहायता करते हैं। भारतीय सैनिकों ने स्कूलों, अस्पतालों और सड़कों के पुनर्निर्माण में भी योगदान दिया है, जिससे संघर्ष प्रभावित क्षेत्रों में सामान्य जीवन की बहाली में मदद मिलती है। इसके अलावा, भारतीय सैनिक स्थानीय समुदायों के साथ मिलकर कार्य करते हैं, उन्हें प्रशिक्षण देते हैं और उन्हें आत्मनिर्भर बनने में सहायता करते हैं। भारतीय शांति सैनिकों की ये सेवाएं न केवल शांति और सुरक्षा को बनाए रखने में मदद करती हैं, बल्कि संघर्ष प्रभावित लोगों के जीवन को बेहतर बनाने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। भारतीय शांति सैनिकों ने अपने अनुशासन, वीरता और समर्पण के माध्यम से संयुक्त राष्ट्र शांति मिशनों में एक महत्वपूर्ण स्थान अर्जित किया है और वैश्विक शांति और सुरक्षा को बनाए रखने में उल्लेखनीय योगदान दिया है।

संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में **भारतीय महिला सैनिकों** ने भी महत्वपूर्ण योगदान दिया है। भारतीय महिला शांति सैनिकों ने संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में शांति और स्थिरता स्थापित करने में अपनी बहादुरी और समर्पण का परिचय दिया है। 2007 में, भारतीय महिला पुलिस इकाई (एफपीयू) को लाइबेरिया में तैनात किया गया था, जो संयुक्त राष्ट्र के किसी शांति मिशन में पहली पूर्ण महिला पुलिस इकाई थी। इन महिला सैनिकों ने न केवल सुरक्षा सुनिश्चित की बल्कि स्थानीय महिलाओं को आत्मनिर्भर बनने के लिए प्रशिक्षण भी दिया। उन्होंने मानवीय सहायता कार्यों में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई और महिलाओं के खिलाफ हिंसा को रोकने के लिए जागरुकता बढ़ाई। भारतीय महिला शांति सैनिकों की इन सेवाओं ने वैश्विक मंच पर भारत की प्रतिष्ठा को और भी मजबूत किया है।

सैन्य पुरस्कार

संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में भाग लेते हुए भारतीय सैनिकों ने अपने अद्वितीय साहस और उत्कृष्ट सेवाओं के लिए कई सैन्य पुरस्कार प्राप्त किए हैं। यहाँ कुछ प्रमुख भारतीय सैनिकों का विवरण दिया गया है जिन्होंने यूएन पीसकीपिंग मिशनों में भाग लेकर वीरता पुरस्कार प्राप्त किए हैं:

कैप्टन गुरबचन सिंह सलारिया: कैप्टन गुरबचन सिंह सलारिया को परमवीर चक्र (पीवीसी) से सम्मानित किया गया। वे कांगो में संयुक्त राष्ट्र मिशन के दौरान 5 दिसंबर 1961 को एक खतरनाक मिशन पर थे। उन्होंने अपने सैनिकों के साथ मिलकर विद्रोही बलों का सामना किया और अद्वितीय वीरता का प्रदर्शन किया। उनके इस साहसिक कार्य के दौरान वे शहीद हो गए, लेकिन उनकी वीरता ने मिशन को सफल बनाया और उनके बलिदान को सम्मानित किया गया।

कर्नल नरेंद्र “बुल” कुमार: कर्नल नरेंद्र कुमार को उनके वीरता और साहस के लिए कीर्ति चक्र से सम्मानित किया गया। उन्होंने साइप्रस में संयुक्त राष्ट्र मिशन के दौरान कठिन परिस्थितियों में अपने सैनिकों का नेतृत्व किया और शांति स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

ब्रिगेडियर जनरल आर. आर. पिंगले: ब्रिगेडियर जनरल आर. आर. पिंगले को वीरता और उत्कृष्ट सेवाओं के लिए सेना मेडल से सम्मानित किया गया। उन्होंने लेबनान में UNIFIL मिशन के दौरान कई महत्वपूर्ण ऑपरेशनों में अपने सैनिकों का सफलतापूर्वक नेतृत्व किया।

लेफ्टिनेंट कर्नल मनोज पांडे: लेफ्टिनेंट कर्नल मनोज पांडे को वीरता और समर्पण के लिए वीर चक्र से सम्मानित किया गया। उन्होंने सिएरा लियोन में UNAMSIL मिशन के दौरान बहादुरी का प्रदर्शन किया और शांति स्थापना में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

मेजर जनरल राजेंद्र सिंह: मेजर जनरल राजेंद्र सिंह को उनकी वीरता और नेतृत्व के लिए अति विशिष्ट सेवा मेडल (AVSM) से सम्मानित किया गया। उन्होंने दक्षिण सूडान में UNMISS मिशन के दौरान महत्वपूर्ण भूमिका निभाई और अपने सैनिकों को कुशलता से नेतृत्व प्रदान किया।

इन वीर सैनिकों ने अपने साहस, अनुशासन और समर्पण से न केवल भारतीय सेना का नाम रोशन किया है, बल्कि संयुक्त राष्ट्र शांति मिशनों में भी महत्वपूर्ण योगदान दिया है। इनके बलिदान और वीरता ने संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में शांति और स्थिरता स्थापित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

चुनौतियाँ

संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में सेवा करते हुए भारतीय सैनिकों को कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। सबसे प्रमुख समस्या है कठिन और असुरक्षित परिस्थितियों में काम करना। संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में तैनाती के दौरान, भारतीय सैनिकों को हिंसक संघर्ष, आतंकवादी हमलों और असुरक्षा की स्थिति का सामना करना पड़ता है। इन क्षेत्रों में काम करते समय, सैनिकों को लगातार सतर्क रहना पड़ता है, जिससे मानसिक और शारीरिक थकान बढ़ती है। इसके अतिरिक्त, अपर्याप्त बुनियादी सुविधाओं, जैसे कि स्वच्छ पानी, स्वास्थ्य सेवाएं और संचार सुविधाओं की कमी भी सैनिकों के जीवन को कठिन बनाती है।

दूसरी बड़ी समस्या है सांस्कृतिक और भाषाई बाधाएं। विभिन्न देशों में तैनाती के दौरान, भारतीय सैनिकों को स्थानीय भाषाओं और सांस्कृतिक रीतियों से अनभिज्ञता के कारण संवाद में कठिनाई होती है। यह न केवल उनके कार्य को कठिन बनाता है, बल्कि स्थानीय लोगों के साथ विश्वास और सहयोग स्थापित करने में भी बाधा उत्पन्न करता है। इसके अलावा, लंबे समय तक परिवार से दूर रहने के कारण सैनिकों को भावनात्मक और मानसिक तनाव का सामना करना पड़ता है। इन समस्याओं के बावजूद, भारतीय शांति सैनिक अपने कर्तव्यों को पूरी निष्ठा और समर्पण के साथ निभाते हैं और वैश्विक शांति और सुरक्षा में महत्वपूर्ण योगदान देते हैं।

भविष्य

भविष्य में भारतीय सैनिकों का संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाना जारी रहेगा। भारत ने अब तक संयुक्त राष्ट्र शांति मिशनों में एक महत्वपूर्ण और सक्रिय योगदान दिया है और आने वाले वर्षों में भी यह भूमिका

और मजबूत होने की संभावना है। भारतीय सैनिकों की अनुशासन, बहादुरी और पेशेवर कुशलता ने उन्हें वैश्विक शांति स्थापना के प्रयासों में एक महत्वपूर्ण स्तंभ बना दिया है। संयुक्त राष्ट्र के साथ भारत की प्रतिबद्धता को देखते हुए, भारतीय सैनिकों को भविष्य में भी विभिन्न संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में तैनात किया जाएगा, जहां वे शांति और सुरक्षा को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे।

इसके अलावा, भारतीय सेना के भीतर महिला सैनिकों की बढ़ती भागीदारी भी संयुक्त राष्ट्र शांति मिशनों में एक नया आयाम जोड़ेगी। महिला सैनिक न केवल सुरक्षा बलों के रूप में कार्य करेंगी, बल्कि वे स्थानीय समुदायों के साथ बेहतर संवाद स्थापित करने और महिलाओं और बच्चों के अधिकारों की रक्षा करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। तकनीकी उन्नति और प्रशिक्षण में सुधार के साथ, भारतीय सैनिक बेहतर तरीके से सुसज्जित और प्रशिक्षित होंगे, जिससे वे और अधिक प्रभावी ढंग से अपने कर्तव्यों का निर्वहन कर सकेंगे। संयुक्त राष्ट्र के शांति स्थापना बलों में भारतीय सैनिकों का भविष्य उज्ज्वल और संभावनाओं से भरा हुआ है और वे वैश्विक शांति और सुरक्षा को बनाए रखने में अपने अद्वितीय योगदान को जारी रखेंगे।

सराहना, विदेशी सम्मान एवं कूटनीतिक योगदान

संयुक्त राष्ट्र शांति स्थापना बलों में भारतीय सैनिकों की उत्कृष्ट सेवाओं के लिए विभिन्न विदेशी देशों और अंतरराष्ट्रीय संगठनों ने कई सराहनाएँ और पुरस्कार प्रदान किए हैं। भारतीय सैनिकों ने अपनी बहादुरी, अनुशासन और समर्पण से वैश्विक शांति और सुरक्षा को बनाए रखने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है, जिसके कारण उन्हें दुनिया भर में सम्मान और प्रशंसा प्राप्त हुई है। उदाहरण के लिए, लाइबेरिया में तैनात भारतीय महिला पुलिस इकाई (एफपीयू) को उनके असाधारण कार्यों के लिए लाइबेरिया सरकार और संयुक्त राष्ट्र से प्रशंसा प्राप्त हुई। इन महिला पुलिसकर्मियों ने न केवल सुरक्षा को सुनिश्चित किया बल्कि स्थानीय महिलाओं को सशक्त बनाने के लिए भी महत्वपूर्ण कदम उठाए।

इसके अलावा, भारतीय सैनिकों ने कांगो, लेबनान, और दक्षिण सूडान जैसे कई संघर्षग्रस्त क्षेत्रों में भी उत्कृष्ट सेवाएँ दी हैं, जिसके लिए उन्हें स्थानीय सरकारों और समुदायों से सराहना मिली है। कांगो में MONUSCO मिशन के दौरान, भारतीय सैनिकों ने विद्रोही समूहों के खिलाफ लड़ाई में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई और शांति स्थापित करने में मदद की। उनकी इस बहादुरी के लिए उन्हें कांगो की सरकार और संयुक्त राष्ट्र से विशेष सम्मान प्राप्त हुआ। लेबनान में UNIFIL मिशन के दौरान भी भारतीय सैनिकों ने स्थानीय आबादी के साथ मिलकर कई विकास परियोजनाओं को सफलतापूर्वक पूरा किया, जिसके लिए उन्हें लेबनान की सरकार और वहां के नागरिकों से प्रशंसा मिली।

भारतीय शांति सैनिकों की इन उल्लेखनीय सेवाओं ने न केवल भारतीय सेना की प्रतिष्ठा को बढ़ाया है, बल्कि भारत के अंतरराष्ट्रीय संबंधों को भी मजबूत किया है। इन सैनिकों के अनुकरणीय कार्यों के लिए उन्हें विभिन्न अंतरराष्ट्रीय मंचों पर सम्मानित किया गया है, जिससे यह साबित होता है कि भारतीय शांति सैनिक वैश्विक शांति स्थापना के प्रयासों में कितने महत्वपूर्ण और प्रभावी हैं। इन पुरस्कारों और सराहनाओं ने भारतीय सैनिकों के मनोबल को ऊँचा किया है और उन्हें आगे भी ऐसे ही समर्पण और उत्साह के साथ सेवा करने के लिए प्रेरित किया है।

ऑडी आल्टेरैम पार्टेम

प्रवेश कुमार
कार्मिक निदेशालय

'Audi Alteram Partem' एक लैटिन पदबंध है जिसका अर्थ है "दूसरे पक्ष को सुनो", अथवा "दूसरे पक्ष को भी सुना जाना चाहिए"। यह नैसर्गिक न्याय के सिद्धांतों में से एक सिद्धांत है। इन सिद्धांतों को किसी 'नियम' अथवा 'संहिता' में परिभाषित नहीं किया गया है। न्यायिक घोषणाओं ने इस संकल्पना को स्पष्ट और सुनिश्चित किया है और इसमें निम्नलिखित महत्वपूर्ण सिद्धांत समाहित किए गए हैं:–

Nemo judex in causa sua (कोई भी व्यक्ति अपने किसी मामले में निर्णायक नहीं बनेगा) इस सिद्धांत के अनुसार यह आवश्यक है कि फैसला करने वाला प्राधिकारी निष्पक्ष हो, वह किसी भेद-भाव, पूर्वाग्रह और पक्षपात के बिना कार्य करे।

Audi Alteram Partem (दूसरे पक्ष को सुनो) यह सिद्धांत निर्धारित करता है कि किसी व्यक्ति के बारे में फैसला उसे निष्पक्ष सुनवाई का मौका दिए बगैर नहीं किया जाना चाहिए जिसमें उसे, उसके विरूद्ध पेश साक्ष्य का जवाब देने का अवसर दिया गया हो।

न्याय न केवल किया जाए बल्कि ऐसा लगना भी चाहिए कि न्याय किया गया है: उदाहरणार्थ यदि किसी प्राधिकारी ने पूर्व में प्रशासनिक हैसियत से किसी मामले को देखा है तो उसे न्यायिक अथवा अर्ध-न्यायिक शक्तियों का निर्वहन करते हुए उसी मामले का फैसला नहीं करना चाहिए।

अंतिम आदेश स्वतः पूर्ण होना चाहिए

यह आवश्यक है कि किसी मामले में दिए गए अंतिम आदेश में न केवल निर्णय संसूचित किया जाए अपितु उसमें फैसला लेने की प्रक्रिया और उन कारणों की भी जानकारी दी जाए जिनके चलते प्रभावित पक्ष द्वारा प्रस्तुत साक्ष्य अथवा आधार को स्वीकार नहीं किया गया।

1. सरकार एक आदर्श नियोक्ता है। इसके अधीन प्रत्येक प्राधिकारी, जिसे अर्ध-न्यायिक शक्तियां प्राप्त हैं, उसे मामलों पर फैसला देते समय नैसर्गिक न्याय के सिद्धांत का अनुसरण करना चाहिए।
2. नैसर्गिक न्याय के सिद्धांत के अतिरिक्त, अनुशासनिक और सतर्कता संबंधी मामलों का निपटान करते समय संबंधित

प्राधिकारियों को संवैधानिक प्रावधानों तथा न्यायिक घोषणाओं को भी ध्यान में रखना आवश्यक है जिनके विषय में परवर्ती पैराग्राफों में चर्चा की गई है।

कारण बताओ नोटिस

1. 'कारण बताओ नोटिस' आमतौर से प्रयुक्त एक तरीका है जिसका प्रयोग सरकारी विभागों में किसी मामले की आरंभिक अवस्था में न्याय के नैसर्गिक सिद्धांत की अनुपालना की दृष्टि से किया जाता है। 'कारण बताओ नोटिस' से अभिप्रेत है, किसी प्राधिकारी द्वारा किसी कार्मिक के जारी ऐसा नोटिस जिसमें उसे एक निश्चित समय-सीमा में लिखित में यह स्पष्ट करने अथवा 'कारण बताने' का निर्देश दिया जाता है कि किसी अदद घटना, कदाचरण, खराब कार्यनिष्पादन और/अथवा कुकर्म में उसकी संलिप्तता के आरोप में उसके विरूद्ध कोई प्रतिकूल कार्रवाई अथवा अनुशासनिक कार्रवाई क्यों न की जाए।
2. प्राधिकारी द्वारा 'कारण बताओ नोटिस' संपूर्ण घटनाक्रम पर विचार करने के बाद तब जारी किया जाता है जब वह पाता है कि संबंधित कार्मिक कुकर्म में शामिल हो सकता है और ऐसे में उसे सुनवाई का पर्याप्त अवसर देना और उसके कार्यों के संबंध में उसका स्पष्टीकरण लेना आवश्यक है, जिससे किसी किस्म की अस्पष्टता न रहे।
3. 'कारण बताओ नोटिस' का मसौदा तैयार करते समय उसमें आरोपों और कार्मिक के प्रत्यक्ष कदाचरण की जानकारी तथा उसे नोटिस क्यों दिया जा रहा है, इस बात का उल्लेख अवश्य किया जाए। 'कारण बताओ नोटिस' का जवाब न देने के परिणामों का भी स्पष्ट उल्लेख उसमें किया जाए।
4. केंद्रीय सिविल सेवाएं (वर्गीकरण, नियंत्रण एवं अपील) नियमावली, 1965 (सीसीएस (सीसीए) रूल्स 1965) में ऐसा कोई अनिवार्य प्रावधान नहीं है जो यह उपबंध करता हो कि नियम 14 अथवा नियम 16 के अधीन आरोप का ज्ञापन जारी करने से पहले सरकारी कर्मचारी को 'कारण बताओ नोटिस' जारी करना होगा। अतएव, यह प्राधिकारी के विवेक पर छोड़ दिया है कि वह मामले के तथ्यों और परिस्थितियों पर विचार करते हुए 'कारण बताओ नोटिस' जारी करने अथवा अन्यथा कार्रवाई करने का निर्णय ले।
5. तथापि, कतिपय मामलों में सीसीएस (सीसीए) नियमावली, 1965 यह उपबंधित करता है कि सरकारी कर्मचारी को अभ्यावेदन प्रस्तुत करने का अवसर दिया जाना चाहिए।
6. सीसीएस (सीसीए) नियमावली, 1965 के नियम 19 का परंतुक यह उपबंध करता है कि किसी ऐसे मामले में आदेश जारी करने से पहले प्रस्तावित पेनल्टी लगाने के विषय में सरकारी कर्मचारी को अभ्यावेदन करने का अवसर दिया जाए, जिसमें सरकारी कर्मचारी के उस आचरण के आधार पर पेनल्टी लगाई जाती है जिसके चलते किसी आपराधिक अभियोग के मामले में उस पर दोष सिद्ध हुआ हो।
7. सीसीएस (सीसीए) नियमावली, 1965 के नियम 27 का परंतुक यह भी उपबंधित करता है कि अपीलकर्ता को प्रस्तावित पेनल्टी के विरूद्ध अभ्यावेदन करने के लिए पर्याप्त अवसर देने के बाद अपीलीय प्राधिकारी प्रशासनिक प्राधिकारी द्वारा लगाई गई पेनल्टी को बढ़ाने का आदेश पारित कर सकता है।
8. इसी प्रकार से, सीसीएस (सीसीए) नियमावली, 1965 के नियम 29 का परंतुक यह उपबंधित करता है कि पुनरीक्षा करने वाले प्राधिकारी द्वारा तब तक कोई पेनल्टी लगाने या उसे बढ़ाने का आदेश जारी नहीं किया जाएगा जब तक कि संबंधित सरकारी कर्मचारी को प्रस्तावित पेनल्टी के विरूद्ध अभ्यावेदन करने का पर्याप्त अवसर न दे दिया जाए।
9. इसी तरह से, सीसीएस (सीसीए) नियमावली, 1965 के नियम 29ए का परंतुक यह उपबंधित करता है कि संबंधित

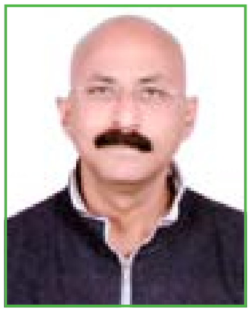
सरकारी कर्मचारी को प्रस्तावित पेनल्टी के विरूद्ध अभ्यावेदन करने का पर्याप्त अवसर दिए बगैर पुनरीक्षा प्राधिकारी के रूप में राष्ट्रपति द्वारा पेनल्टी लगाने या उसे बढ़ाने का कोई आदेश जारी नहीं किया जाएगा।

उदाहरण

1. 'कारण बताओ नोटिस' की महत्ता को निम्नलिखित उदाहरण को पढ़कर बेहतर ढंग से समझा जा सकता है।
2. जब सूर्या गृह मंत्रालय में अकाउंटेंट के रूप में सरकारी सेवा में नियुक्ति पर झारखंड के अपने सुदूरवर्ती गांव से दिल्ली आया तो वह बहुत प्रसन्न था। उसने पूरी निष्ठा के साथ अपने कार्य को भली-भांति अंजाम दिया जिसके कारण उसके उच्चतर अधिकारी सदैव उसके कार्य की सराहना करते थे।
3. कुछ वर्षों के बाद, सूर्या एलटीसी लेकर अपने गृह-नगर को गया और वहाँ उसने अपने परिवारजनों, बचपन के पुराने दोस्तों, रिश्तेदारों और अन्य लोगों के साथ अच्छा समय बिताया/कार्यालय में पुन: अपनी ड्यूटी पर उपस्थित होने पर वहां पुन: सौंपे गए कार्यों को पूर्ण समर्पण भाव से करने लगा।
4. कुछ दिनों पश्चात् जब सूर्या को मंत्रालय के सतर्कता विंग से एक आरोप का ज्ञापन मिला तो उसे बड़ी हैरानी हुई और आघात लगा। इसमें उसके विरुद्ध महा-शास्ति (major penalty) की कार्रवाई चलाने का प्रस्ताव किया गया था। आरोप के ज्ञापन में सूर्या पर झारखंड क्षेत्र में राष्ट्र-विरोधी और नक्सली तत्वों के साथ संबंध होने का अभियोग लगाया गया था। सूर्या के विरुद्ध मिली उस शिकायत के आधार पर एक सतर्कता संबंधी मामला आरंभ कर दिया गया जिसमें आरोप लगाया गया था कि झारखंड क्षेत्र में वह राष्ट्र विरोधी गतिविधियों में संलिप्त था। आरोप के समर्थन में शिकायतकर्ता ने एक फोटोग्राफ संलग्न किया था जिसमें सूर्या को कुछ ज्ञात नक्सल लीडरों के साथ खड़ा देखा जा सकता था, जो खुलेआम अपने हथियारों का प्रदर्शन कर रहे थे।
5. आरोपों की धाराओं के अवलोकन से सूर्या को पता चला कि आरोप का ज्ञापन कुछ गलतफहमी का परिणाम था। अत: उन्होंने अपने बचाव में एक लिखित बयान प्रस्तुत किया जिसमें उन्होंने विस्तार से इस बात को समझाया कि वे किसी राष्ट्र-विरोधी गतिविधि में लिप्त नहीं हैं। तथ्य यह है कि उन्होंने उन नक्सल नेताओं को क्षमादान योजना के अंतर्गत राज्य सरकार के समक्ष समर्पण करने के लिए समझा बुझाकर तैयार किया था। जिस फोटो में वह नक्सल नेताओं के साथ खड़े दिखाई दे रहे हैं, वह तब ली गई थी जब वे झारखंड के वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों के सामने अपने हथियार डाल रहे थे।
6. इसी दरम्यान, विभागीय पदोन्नति समिति ने गृह मंत्रालय के ग्राहय एकाउंटेंट्स की सीनियर एकाउंटेट के पद पर पदोन्नति के मामलों पर विचार किया। चूंकि सूर्या के विरुद्ध आरोप-पत्र लंबित होने की वजह से सूर्या को सतर्कता क्लीयरेंस नहीं मिल पाया था। अत: उसके मामले में डीपीसी की सिफारिश को एक सीलबंद लिफाफे में रख दिया गया। परिणामस्वरूप, उससे कनिष्ठ कर्मचारियों को सीनियर एकाउंटेट के पद पर पदोन्नति मिल गई।
7. गृह मंत्रालय के सतर्कता विंग ने सूर्या द्वारा अपने बचाव में दिए गए लिखित बयान में किए गए दावे के संबंध में झारखंड सरकार से स्पष्टीकरण मांगा। गृह मंत्रालय द्वारा काफी समय तक इस संबंध में किए गए अनवरत पत्राचार के पश्चात् झारखंड सरकार से स्पष्टीकरण प्राप्त हुआ जिसमें उन्होंने सूर्या के इस दावे की पुष्टि की कि उसने राज्य की क्षमादान योजना के अंतर्गत कुछ नक्सली नेताओं के आत्मसमर्पण में निर्णायक भूमिका निभाई थी। तत्पश्चात् सूर्या को आरोप के ज्ञापन में उस पर लगाए गए आरोपों से मुक्त कर दिया गया। अंतत: उसे सीनियर एकाउंटेंट के पद पर पदोन्नति मिल गई और उन्होंने पूरे जोशो खरोश से अपना कार्य करना शुरू कर दिया।

8. उपर्युक्त उदारहण से यह प्रमाणित होता है कि कभी-कभी साक्ष्य इतना विश्वसनीय प्रतीत होता है कि हमें संबंधित कार्मिक को अपना स्पष्टीकरण प्रस्तुत करने का मौका देने की आवश्यकता महसूस नहीं होती है। तथापि, उसका स्पष्टीकरण प्राप्त होने पर पता चलता है कि साक्ष्य में कुछ कमी थी।
9. यदि नक्सल नेताओं के साथ सूर्या के फोटोग्राफ की गलत व्याख्या न करके, प्राप्त शिकायत के आधार पर आरोप का ज्ञापन जारी कर औपचारिक अनुशासनिक कार्यवाही आरंभ करने के बदले सूर्या को कारण बताओ नोटिस जारी किया जाता तो उपर्युक्त मामले से बेहतर ढंग से निबटा जा सकता था। ऐसा करने से सूर्या को अपने कनिष्ठ सहकर्मियों के साथ ही पदोन्नति मिल जाती।
10. सीसीएस (सीसीए) नियमावली, 1965 में ऐसा कोई अनिवार्य प्रावधान नहीं है कि पहले कारण बताओ नोटिस जारी न करके और संबंधित कर्मचारी के स्पष्टीकरण पर विचार न करके आरोप का ज्ञापन जारी नहीं किया जा सकता है। तथापि, नैसर्गिक न्याय का सिद्धांत यह अपेक्षा करता है कि किसी भी कार्मिक के विरुद्ध, उसे सुने बगैर, कोई प्रतिकूल कार्यवाही नहीं की जानी चाहिए।

डीआरडीओ कार्मिकों के मेडिकल दावों के प्रस्तुतीकरण/प्रक्रमण के लिए मार्गदर्शी सिद्धांत



रमन कुमार सिंह
कार्मिक निदेशालय

मेडिकल दावों के प्रस्तुतीकरण/प्रक्रमण के संबंध में दिशानिर्देश स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण से प्राप्त आदेशों के आधार पर समय-समय पर जारी किए गए हैं।

मेडिकल आपात-स्थिति वाले सभी मामलों में खर्च की प्रतिपूर्ति के संबंध में कार्योत्तर मंजूरी

आपात-स्थिति में लाभार्थी किसी भी अस्पताल में इलाज करवा सकता है, तथापि, प्राइवेट अस्पतालों द्वारा बढ़ा-चढ़ाकर/अतिशय दरों पर मांगे जाने वाले प्रभारों से बचने के लिए लाभार्थी को यह प्रयास करना चाहिए कि वह अपना इलाज सीजीएचएस पैनल में शामिल अस्पताल/सरकारी अस्पताल से कराए ताकि उसे सीजीएचएस दरों पर खर्च की प्रतिपूर्ति मिल सके। प्रयोगशाला निदेशकों को 5 लाख रुपए तक के डॉक्टरी इलाज के लिए अग्रिम/कार्योत्तर मंजूरी जारी करने की शक्तियां प्राप्त हैं। 5 लाख रुपए से अधिक के खर्च के संबंध में अग्रिम/कार्योत्तर मंजूरी के अनुरोध डीआरडीओ मुख्यालय में कार्मिक निदेशालय/कार्मिक-एए3 को भेजे जाएं।

कार्योत्तर मंजूरी के मामलों के प्रक्रमण से संबंधित प्रमुख बातें

आपात स्थितियों में कराए गए इलाज के संबंध में विभागाध्यक्ष अर्थात् सचिव डीडी (आर एंड डी) एवं चेयरमैन डीआरडीओ की कार्योत्तर मंजूरी प्राप्त करने के लिए मामले प्रस्तुत करते समय निम्नलिखित दस्तावेज प्रस्तुत करना आवश्यक है:–

क) संबंधित अस्पताल द्वारा जारी इमरजेंसी सर्टिफिकेट जिसमें इस बात का स्पष्ट उल्लेख किया गया हो कि रोगी को आपात स्थिति के आधार पर अस्पताल में भर्ती किया गया। उसका इलाज किया गया, साथ ही भर्ती किए जाने के समय रोगी की दशा का भी उल्लेख किया जाए जिससे आपात स्थिति में उसे भर्ती करने का औचित्य सिद्ध किया जा सके।

ख) लाभार्थी द्वारा दिया गया एक स्वतः स्पष्ट आवेदन-पत्र जिसमें आपाती परिस्थितियों, इलाज की अवधि और अस्पताल (सीजीएचएस/सीजीएचएस पैनल से इतर) में भर्ती करते समय रोगी की दशा के पूरे ब्यौरे दिए जाएं।

ग) सभी मूल मेडिकल बिल: दावा की गई कुल राशि को दर्शाते हुए एक मद-वार परिकलन शीट नीचे बताए अनुसार भेजी जाए:–

क्रम संख्या	बिल नंबर और तारीख	बिल की राशि
	कुल	

घ) संबंधित ऑडिट प्राधिकारियों अर्थात् रक्षा लेखा नियंत्रक/प्रधान रक्षा लेखा नियंत्रक की ऑडिट रिपोर्ट

च) दावाकर्ता (मृत्यु की स्थिति में) द्वारा प्रस्तुत इस आशय का सर्टिफिकेट कि उस कानूनी वारिस को छोड़कर अन्य कोई कानूनी वारिस भुगतान प्राप्त करने के लिए प्राप्त पात्र/अधिकृत नहीं है।

छ) सीजीएचएस कार्ड/आश्रित होने के प्रमाणपत्र की प्रतिलिपि।

ज) चिकित्सा खर्च की प्रतिपूर्ति का फार्म

झ) टाइम बार (समय-सीमा समाप्त होने के बाद ली जाने वाली) मंजूरी के मामले में प्रयोगशाला निदेशक की अनुशंसा

ट) कार्मिक द्वारा प्रस्तुत वचन-पत्र कि उसने किसी अन्य स्रोत से चिकित्सा सुविधा नहीं ली है (यदि पति और पत्नी दोनों सरकारी कर्मचारी हों)।

ठ) सीएसएमए लाभार्थियों के मामले में, सीजीएचएस पैनल में शामिल अस्पताल में इलाज के लिए प्रयोगशाला से पूर्वानुमति।

ड) 5 लाख रु. तक के चिकित्सा अग्रिम का ब्यौरा, यदि प्रयोगशाला द्वारा मंजूर किया गया हो।

ढ) दस्तावेज कालक्रमानुसार लगाएं।

त) यदि इलाज के दौरान, सीजीएचएस कार्ड धारक की मृत्यु हो जाए, तो निम्नलिखित दस्तावेजों की भी आवश्यकता होगी:–

- » दावाकर्ता द्वारा स्टॉम्प पेपर पर दिया गया शपथपत्र जिसमें यह कथन हो कि मृत्यु की दशा में दावाकर्ता द्वारा भुगतान प्राप्त करने पर अन्य किसी कानूनी वारिस को कोई आपत्ति नहीं है।
- » **मृत्यु प्रमाणन की प्रतिलिपि**

  यदि कर्मचारी डीआरडीओ मुख्यालय में तैनात है तो कार्योत्तर मंजूरी के ऐसे सभी मामले फिर चाहे उनमें सन्निहित राशि कितनी भी क्यों न हो, डीओपी/पर्स-एए3 को भेजे जाएंगे, जहां 5 लाख रुपए तक के मामले निदेशक, कार्मिक निदेशालय द्वारा संस्वीकृत किए जाएंगे।

मामले, जिन पर स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय की मंजूरी/अनुमोदन की आवश्यकता होती है

20,000/- रुपए से अधिक की राशि वाले इलाज/सर्जरी/जांच के मामले, जिनके संबंध में सीजीएचएस दरें निर्धारित नहीं हैं, विशेष अनुमति/अनुमोदन के लिए डीओपी/पर्स-एए3 के माध्यम से स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय को भेजे जाते हैं। इस प्रक्रिया में एक से दो माह का समय लगता है जो इस बात पर निर्भर करता है कि स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय की तकनीकी समिति की बैठक कब आयोजित हो रही है।

सीजीएचएस लाभार्थियों का नॉन-इमरजेंसी/ओपीडी उपचार

सभी सीजीएचएस लाभार्थी अपेक्षित उपचार/जांच/परीक्षण/प्रोसीजर पाने और पैनल में शामिल अस्पताल में रेफरल के लिए सीधे ही सीजीएचएस रोग निदान (वेलनेस) केंद्रों/सरकारी अस्पतालों/ नगर निगम अस्पतालों में जा सकते हैं। नवीनतम दिशानिर्देशों के अनुसार सीजीएचएस वेलनेस सेंटर के किसी मेडिकल अफसर द्वारा जारी रेफरल तीन माह की अवधि के लिए वैध होगा। इस दौरान लाभार्थी प्रारंभिक विशेषज्ञ डॉक्टर की सिफारिश पर दो और विशेषज्ञ डाक्टरों अर्थात् कुल मिलाकर तीन विशेषज्ञ डाक्टरों से परामर्श ले सकता है। तीन माह की इस वैधता अवधि के दौरान अधिकतम छः डॉक्टरी परामर्श की अनुमति होगी। आरंभिक रेफरल जारी करने की तारीख से तीन माह की वैधता अवधि के दौरान विशेषज्ञ डॉक्टर की सलाह पर सूची में शामिल रूटीन जांच-परीक्षण और छोटी सर्जरी करवाने के लिए जिसमें अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत नहीं है, सीजीएचएस से फिर से किसी पृष्ठांकन (इंडोर्समेंट) की आवश्यकता नहीं होगी। तथापि, सीटी स्कैन, एमआरआई स्कैन, पीईटी स्कैन और अन्य किसी विशेष जांच-परीक्षण के लिए, जिन पर 3000/- से अधिक का खर्च आना हो, सीजीएचएस से रेफरल/इंडोर्समेंट करवाना होगा और यह रेफरल तीन माह के लिए वैध होगा। किसी ऐसी सर्जरी, जिसमें अस्पताल में भर्ती होने की आवश्यकता हो, उसके लिए सीजीएचएस के मेडिकल अफसर से रेफरल करवाना होगा, जो तीन माह के लिए मान्य होगा। यद्यपि आपातस्थिति में उस समय की परिस्थितियों के अनुसार सीधे ही किसी अस्पताल की सुविधा का उपयोग किया जा सकता है।

सीजीएचएस के अधीन गैर-सूचीबद्ध जांच परीक्षण/उपचार/सर्जरी जिन पर 20,000/- रुपए से कम खर्च आता है

ऐसी जांच/उपचार/सर्जरी जो सीजीएचएस के अधीन सूची में शामिल नहीं है और जिन पर 20,000/- रुपए तक का खर्च आता है, उन्हें करवाने की अनुमति हासिल करने के लिए लाभार्थी निम्नलिखित दस्तावेजों के साथ डीओपी/पर्स-एए3 से संपर्क कर सकता है:–

1. लाभार्थी द्वारा अनुरोध पत्र
2. इलाज कर रहे डॉक्टर की लिखी निदान पर्ची
3. संबंधित सीजीएचएस पैनल वाले अस्पताल द्वारा जारी गैर-सूचीबद्ध जांच/सर्जरी पर खर्च का आकलन
4. सीजीएचएस प्लास्टिक कार्ड की प्रतिलिपि

सीएसएमए लाभार्थी का उपचार

क) गैर सीजीएचएस एरिया में कर्मचारियों और उनके आश्रित परिवार के सदस्यों के चिकित्सकीय उपचार के लिए एचओडी द्वारा एक एएमए की नियुक्ति की जाती है। नामित एएमए की नियुक्ति हेतु एचओडी के विचारार्थ निम्नलिखित दस्तावेजों की आवश्यकता होती है:–

1. सीएस (एमए) रूल्स, 1944 के नियम 2 के संलग्नक ‘C’ के अनुसार सत्यापन फार्म
2. एएमए के रूप में नियुक्ति हेतु डॉक्टर की सहमति
3. डॉक्टर का पुलिस सत्यापन
4. डॉक्टर की योग्यता के सर्टिफिकेट
5. गैर-न्यायिक स्टाम्प पेपर पर इस आशय का शपथपत्र कि डॉक्टर ने सीएस (एमए) नियमों को भलीभांति पढ़

लिया है और वह उसमें निर्धारित अन्य शर्तों का पालन करने के लिए सहमत है।

6. अपर निदेशक, सीजीएचएस से इस तथ्य की पुष्टि की कि सीमांकन सूची के अनुसार वह एरिया सीजीएचएस के दायरे में नहीं आता है।

ख) सीजीएचएस पैनल में शामिल अस्पताल में इलाज करवाने के लिए, एएमए/सरकारी डॉक्टर से रेफरल और अधिकारी के सेवा रिकार्ड के अनुसार आश्रितता प्रमाणपत्र (आश्रित के इलाज की स्थिति में) की आवश्यकता एचओडी की पूर्वानुमति के लिए पड़ती है। अन्य प्रक्रिया वही है जो सीजीएचएस लाभार्थी के संबंध में निर्धारित है।

ग) उपचार की किसी अदद पद्धति में नियुक्त एएमए किसी खास संगठन के कार्मिकों और उनके परिवारजनों (इस मामले में डीआरडीओ वह संगठन है) की चिकित्सा आवश्यकताओं की पूर्ति करता है जो 16 किमी के दायरे में रह रहे हैं। उपचार की दूसरी पद्धतियों के लिए परवर्ती एएमए नामित किए जा सकते हैं और कार्मिकों के इलाज के विशेषज्ञ डाक्टरों की नियुक्ति की जा सकती है। किसी निर्दिष्ट समय पर इलाज करवा रहे कार्मिक/परिवारजन संबंधित लैब/स्थापना को सूचित करते हुए परवर्ती एएमए से इलाज का विकल्प चुन सकते हैं। परंतु किसी भी समय पर एक कर्मचारी दो एएमए से अधिक से इलाज नहीं करवा सकता है और उसके मेडिकल बिल को बाद में चुने गए एएमए के इलाज तक सीमित कर दिया जाएगा।

घ) ऐसे सीएस (एमए) लाभार्थियों को एक बार सीजीएचएस सुविधा के अंतर्गत आने और अपने निकटतम स्थित सीजीएचएस वेलनेस सेंटर से इलाज करवाने का विकल्प दिया जाता है जो सीजीएचएस सुविधा वाले शहर में सीजीएचएस सुविधायुक्त एरिया से बाहर परंतु शहर की म्युनिसिपल सीमा के भीतर रहते हैं।

विकसित भारत@2047: एक समृद्ध और प्रगतिशील भविष्य की ओर

सुजीत कुमार मेहता
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

भारत सरकार एक ऐसी महत्वाकांक्षी दृष्टि का प्रतिनिधित्व करती है, जिसका लक्ष्य 2047 में स्वतंत्रता की शताब्दी तक देश को एक विकसित इकाई में बदलना है। इसमें आर्थिक समृद्धि, सामाजिक उन्नति, पर्यावरणीय स्थिरता और प्रभावी शासन जैसे विकास के विविध पहलू शामिल हैं। यह दृष्टि उस महत्वपूर्ण मोड़ को रेखांकित करती है, जिस पर भारत वर्तमान में खड़ा है। इस दृष्टि को साकार करने के लिए अटूट समर्पण, भारत के भाग्य में दृढ़ विश्वास और अपने लोगों, विशेषकर युवाओं की विशाल संभावित प्रतिभा और क्षमताओं की गहन पहचान की आवश्यकता है। सबसे बड़ी जनसांख्यिकीय हिस्सेदारी के साथ, युवा 2047 तक भारत को विकसित भारत की ओर ले जाने में अग्रणी भूमिका निभा रहे हैं। राष्ट्र के आह्वान के जवाब में, प्रधान मंत्री ने युवाओं को "विकसित भारत@2047 के लिए युवाओं के विचार" नामक युवा आंदोलन के माध्यम से परिवर्तनकारी एजेंडे में सक्रिय रूप से शामिल होने का निमंत्रण दिया है।

विकास का मार्ग

विकसित राष्ट्र बनने की दिशा में भारत की यात्रा अर्थव्यवस्था, शिक्षा, स्वास्थ्य सेवा, बुनियादी ढांचे और प्रौद्योगिकी सहित विभिन्न क्षेत्रों में इसकी प्रगति से चिह्नित है। पिछले कुछ वर्षों में, भारत ने उल्लेखनीय आर्थिक विकास का प्रदर्शन किया है, जो दुनिया की सबसे तेजी से बढ़ती प्रमुख अर्थव्यवस्थाओं में से एक बन गया है। यह प्रक्षेपवक्र, यदि निरंतर और संवर्धित है, तो इसकी विकास आकांक्षाओं की नींव रखता है।

आर्थिक परिवर्तन

विकास के सपने को साकार करने के लिए, भारत को ऐसे आर्थिक सुधारों को प्राथमिकता देनी चाहिए जो टिकाऊ विकास को बढ़ावा दें और आय असमानता को दूर करें। उत्पादकता को बढ़ावा देने और रोजगार के अवसर पैदा करने के लिए विनिर्माण, बुनियादी ढांचे और प्रौद्योगिकी में निवेश महत्वपूर्ण होगा। इसके अलावा, अनुकूल कारोबारी माहौल को बढ़ावा देना, नवाचार को बढ़ावा देना और उद्यमशीलता को बढ़ावा देना आर्थिक विविधीकरण और वैश्वीकरण को सुगम बनाएगा।

शिक्षा और कौशल संवर्धन

एक विकसित राष्ट्र शिक्षित और कुशल कार्यबल की नींव पर निर्मित होता है। भारत की शिक्षा प्रणाली को आलोचनात्मक सोच, रचनात्मकता और समस्या-समाधान को बढ़ावा देने के लिए विकसित किया जाना चाहिए। सामाजिक-आर्थिक

पृष्ठभूमि की परवाह किए बिना सभी के लिए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा सुनिश्चित करना, शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों के बीच की खाई को पाट देगा, जिससे सभी नागरिकों को समान अवसर मिलेंगे। कौशल विकास कार्यक्रम युवाओं को तेजी से बदलते नौकरी बाजार की मांगों के लिए तैयार करेंगे।

स्वास्थ्य सेवा में प्रगति

एक विकसित भारत को अपने नागरिकों के लिए सुलभ, सस्ती और उच्च गुणवत्ता वाली स्वास्थ्य सेवा की गारंटी देनी चाहिए। स्वास्थ्य सेवा के बुनियादी ढांचे को मजबूत करके, चिकित्सा अनुसंधान में निवेश बढ़ाकर और निवारक देखभाल को बढ़ावा देकर, राष्ट्र अपने लोगों की समग्र भलाई में काफी सुधार कर सकता है। स्वास्थ्य सेवा उत्कृष्टता प्राप्त करने में सार्वजनिक-निजी भागीदारी एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है।

बुनियादी ढांचे का कायापलट

आधुनिक बुनियादी ढांचा किसी भी विकसित राष्ट्र की रीढ़ की हड्डी होता है। भारत को कुशल परिवहन नेटवर्क, विश्वसनीय ऊर्जा प्रणाली और टिकाऊ शहरी नियोजन के निर्माण पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। स्मार्ट शहरों और ग्रामीण कनेक्टिविटी के विकास से पूरे देश में नागरिकों के जीवन की गुणवत्ता में सुधार होगा।

प्रौद्योगिकी का उपयोग

डिजिटल युग में, प्रौद्योगिकी विकास के पीछे प्रेरक शक्ति है। तकनीकी क्षेत्र में भारत की क्षमता बहुत अधिक है, और कृत्रिम बुद्धिमत्ता, नवीकरणीय ऊर्जा समाधान और ब्लॉकचेन जैसे नवाचारों का लाभ उठाकर उद्योगों में क्रांति लाई जा सकती है और आर्थिक विकास को बढ़ावा दिया जा सकता है। अनुसंधान और विकास में निवेश भारत को वैश्विक प्रौद्योगिकी नेता के रूप में स्थापित करेगा।

पर्यावरणीय स्थिरता

सच्चा विकास सतत् विकास है। पर्यावरण संरक्षण के प्रति भारत की प्रतिबद्धता उसके लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक होगी। अक्षय ऊर्जा स्रोतों की ओर बढ़ना, पर्यावरण के अनुकूल प्रथाओं को अपनाना और प्राकृतिक संसाधनों को संरक्षित करना एक विकसित और पारिस्थितिक रूप से जिम्मेदार राष्ट्र की दिशा में आवश्यक कदम है।

समावेशी समाज

एक विकसित भारत को सामाजिक समावेशिता भी सुनिश्चित करनी चाहिए। गरीबी उन्मूलन, लैंगिक समानता को बढ़ावा देना और हाशिए पर पड़े समुदायों का उत्थान नैतिक अनिवार्यताएं हैं जो राष्ट्र के विकास लक्ष्यों के साथ संरेखित हैं। सामाजिक कल्याण कार्यक्रम और नीतियां एक ऐसा समाज बनाने में मदद करेंगी जहां हर कोई योगदान दे सके और समृद्ध हो सके।

निष्कर्ष

स्वतंत्रता दिवस पर एक बार फिर तिरंगा फहराया गया, जिसमें 2047 तक खुद को एक विकसित देश में बदलने के लिए

दृढ़ संकल्पित राष्ट्र की उम्मीदें और सपने हैं। भारत की यात्रा नवाचार और एकता की यात्रा है। विकास की दृष्टि केवल एक मंजिल नहीं है, बल्कि एक रोडमैप है जिसका राष्ट्र अटूट प्रतिबद्धता के साथ पालन करता है। आर्थिक विकास, शैक्षिक उन्नति, तकनीकी नवाचार और पर्यावरण संरक्षण के माध्यम से, भारत दुनिया के सामने विकास का एक शानदार उदाहरण बनकर उभरने के लिए तैयार है। इस स्वतंत्रता दिवस पर, जब हम अतीत की उपलब्धियों का जश्न मनाते हैं, तो आइए हम उस उज्ज्वल भविष्य की भी कल्पना करें जो हमारा इंतजार कर रहा है – एक विकसित भारत जो वैश्विक समुदाय के बीच ऊंचा स्थान रखता है।

2047 के लक्ष्यों पर अधिक विस्तार से बताते हुए, अमृत काल में पहला बजट 2023-2024 के लिए केंद्रीय बजट ने भारत को मजबूत सार्वजनिक वित्त और एक मजबूत वित्तीय क्षेत्र के साथ एक प्रौद्योगिकी-संचालित और ज्ञान-आधारित अर्थव्यवस्था के रूप में देखा। इसने इस बात पर फिर से जोर दिया कि सबका साथ, सबका प्रयास के माध्यम से जनभागीदारी आवश्यक है और सप्तऋषि सिद्धांतों को रेखांकित किया: जिसमें समावेशी विकास; अंतिम मील तक पहुँचना; बुनियादी ढाँचा और निवेश; क्षमता को उन्मुक्त करना; हरित विकास; युवा शक्ति; वित्तीय क्षेत्र आते हैं।

उपर्युक्त भविष्योन्मुखी एवं समावेशी दृष्टिकोण के अनुरूप सरकार ने कई कदम उठाए हैं, जैसे महिला विकास, स्वास्थ्य, शिक्षा, कौशल विकास, विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी उन्नति, बुनियादी ढांचे का निर्माण, रोजगार, कृषि, विनिर्माण में वृद्धि, औद्योगिक उत्पादन, नवाचार, स्वदेशी उद्योग को बढ़ावा देना आदि।

जलवायु परिवर्तन के प्रभाव को ध्यान में रखते हुए पंचामृत नीति के अनुसार हरित विकास पर विशेष ध्यान दिया जाएगा। सरकार 2030 तक अपनी गैर-जीवाश्म ऊर्जा क्षमता को 500 गीगावाट तक बढ़ाने, 2030 तक अपनी ऊर्जा आवश्यकताओं का 50% नवीकरणीय ऊर्जा से पूरा करने, 2030 तक कुल अनुमानित कार्बन उत्सर्जन को एक बिलियन टन तक कम करने, अपनी अर्थव्यवस्था की कार्बन तीव्रता को 45% तक कम करने, 2070 तक नेट जीरो का लक्ष्य हासिल करने के लिए प्रतिबद्ध है। सरकार पहले से ही हरित ईंधन, हरित ऊर्जा, हरित खेती, हरित गतिशीलता, हरित भवन और हरित उपकरण, और विभिन्न आर्थिक क्षेत्रों में ऊर्जा के कुशल उपयोग के लिए नीतियों बनाने हेतु विभिन्न कार्यक्रमों को लागू कर रही है। इसी तरह, सरकार ब्लॉकचेन, एआई, IoT आदि जैसी महत्वपूर्ण और उभरती हुई तकनीकों पर भी ध्यान केंद्रित कर रही है।

अर्थव्यवस्था, रोजगार, नवाचार और औद्योगिक उत्पादन को बढ़ावा देने के लिए कौशल विकास, व्यापार करने में आसानी और पीएम गति-शक्ति, पीएलआई जैसी योजनाओं पर विभिन्न नीतियां पहले से ही लागू हैं। इसी तरह, भारत के लिए प्रतिस्पर्धात्मकता रोडमैप@100 '4एस' सिद्धांतों पर आधारित क्षेत्र-विशिष्ट और क्षेत्र-विशिष्ट नीतियों के माध्यम से निरंतर समृद्धि के चालक के रूप में उत्पादकता पर जोर देता है। 4 एस सिद्धांत समृद्धि वृद्धि के लिए सामाजिक प्रगति से मेल खाने, भारत के सभी क्षेत्रों में साझा करने, पर्यावरण की दृष्टि से टिकाऊ होने और बाहरी झटकों का सामना करने में मजबूत होने की आवश्यकता पर जोर देते हैं।

भारत 2047 तक दुनिया की दो सबसे बड़ी अर्थव्यवस्थाओं में से एक बनने की राह पर है। माननीय वाणिज्य और उद्योग मंत्री ने भी भविष्यवाणी की है कि 2047 तक भारत लगभग 35 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था के साथ एक वैश्विक महाशक्ति बन जाएगा। इसके लिए सभी क्षेत्रों के हितधारकों की एक विस्तृत श्रृंखला के परामर्श से विज़न दस्तावेज़ पहले से ही तैयार किया जा रहा है।

आज हम जो बीज बोएंगे, उससे भविष्य में हमें क्या फल मिलेंगे, यह तय होगा। 2047 के लिए विकसित भारत के उपर्युक्त परिवर्तनकारी उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिए, देश को "सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास" पर ध्यान केंद्रित करना जारी रखना चाहिए।

पंख पसारती स्त्रियाँ

अरुणकमल
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

समाज कितना बदल गया है... और उसी अनुसार रिश्ते भी! क्या पिता, क्या माता, क्या बेटा, क्या बेटी या फिर पड़ोसी ही। किसी एक पर भी गौर करें तो समय के साथ इतने बदलाव आ गए हैं कि कुछ दशक पहले जो हो रहा था, ऐसा लगता है कि किसी बहुत पुराने जमाने का कोई किस्सा हो। स्त्रियों की ही बात लें, तो समय का यह परिवर्तन चक्र अविश्वसनीय लगता है। एक समय भारत में ऐसे राजपरिवारों का था जब राजकुमारियाँ स्वयंवर किया करती थीं और उस स्वयंवर में कितने ही राज्य नरेश अपने बल एवं सौष्ठव का प्रदर्शन कर, अपना प्रभुत्व साबित कर स्वयंवर के रूप में हो रही उस प्रतियोगिता को जीत लेने की कोशिश किया करते थे। फिर एक ऐसा समय भी आया जब विवाह के समय सभी महिलाएं रो-रोकर अपना जी हलकान कर लेती थी... घूंघट के नीचे से निकलने वाला उनके रुदन का स्वर आस-पास के गाँवों तक पहुँचता था... और गाँव के एक-एक व्यक्ति की आंख गीली हो जाती थी। भावनाओं का ऐसा अतिक्रमण शायद ही देखने को मिला हो... लेकिन सभी दुख के बावजूद बेटी को बाबुल को छोड़कर डोली में बैठ जाना होता। कभी सोचा है... ऐसे सुखद मौके पर ऐसा विलाप क्यों... उस दुख को आप तभी समझ पाएंगे जब आप उस बेटी की जगह स्वयं को महसूस करने की क्षमता विकसित कर पाएंगे। उस समय एक बेटी विवाह कर सिर्फ अपने ससुराल नहीं जा रही होती है... वह अपने घर को, जिसमें उसने अपना अब तक का समय व्यतीत किया, अपने रिश्तों को जिया, जो कुछ भी सीखा-समझा, वहीं समझा, जिसके बाग की हर पत्ती उसकी अपनी थी, जिस घर की धरती की खूशबू उसकी सांसों में भरी थी, उन सब को छोड़कर वह सदा के लिए जा रही होती है। उसके माता-पिता न रहे और शायद ही किसी मौके पर वह इस घर को लौटकर देख सके। वह आ भी पाएगी या नहीं, यह उसके नए माता-पिता निर्णय लेंगे। कितनी ही ऐसी घटनाएं मैं जानती हूं जब एक बार ससुराल की देहरी के भीतर आई नारी कभी अपने मायके लौट नहीं पाई है। जिंदगी बीत जाती थी, न आना-जाना और न भाई-बहनों के बीच बात-चीत ही... उस जमाने में न ही सुविधाएँ थीं... न ही स्त्री मन को समझने के प्रयास ही होते थे। विदाई क्या होती थी... अपनों से संपर्क ही टूट जाता था।

समय और बदला और परिस्थितियाँ तब बदलने लगीं जब जनसंख्या की बाढ़ ने परिवार को दो बच्चों तक सीमित रखने को मजबूर कर दिया। अब भी बेटे की चाह में बेटियों की बाढ़ जारी थी, लेकिन फिर भी पढ़े-लिखे सजग माता-पिता ने अपने परिवार को दो बेटियों तक ही सीमित कर दिया। उच्च या मध्यम वर्गीय परिवारों के लिए यह निर्णय फिर भी आसान था... लेकिन निम्नवर्गीय परिवारों में अशिक्षा की वजह से जागरुकता कम थी। आज जब कभी मैं एक साइकिल पर जा रहे पिता और साइकिल की बास्केट में बैठी उसकी प्यारी बेटी को हवा में उड़ते चले जाते, मुस्कुराते हँसते-गाते देखती

हूं तो लगता है कि इन लड़कियों की जमीन तो आज भी वही है, लेकिन आसमान बदल गया है। इन्हीं बेटियों को हजारों वर्षों से घरों में कैद रखा गया था। उनकी आँखों के सामने भाई पढ़ता-लिखता, अच्छा खाता-पहनता, अपने अधिकार, अपनी माँग और अपनी इच्छाओं की बात करता, लेकिन उन्हें उनकी ज़बान दी नहीं गयी थी। उन्हें चुप रहना था। बोलना उनके लिए उदंडता मानी जाती थी।

समाज में पुत्र वर्चस्व के कई व्यावहारिक कारण थे, जिनमें स्थापित सामाजिक व्यवस्थाएं शामिल थीं, लेकिन दो उसमें मुख्य थे। पहला कि पुत्र ही वंशधारक हुआ करते थे और दूसरा माता-पिता की मृत्यु पर दाह संस्कार का हक भी उन्हीं को प्राप्त था। समझ के इस फेर को क्या कहें कि अगर जीते-जी बेटे ने मान नहीं रखा तो मरने के बाद उसके ही हाथों अग्नि दान से क्या फर्क पड़ जाएगा। आपके गुजरने के बाद अगर आपके खून-पसीने की कमाई से बचाए धन से दो गाँवों को खिलाकर ही पुण्य आपको तो जाने से रहा। पोते-पोती अपने माँ-बाप का ध्यान ही रख लें, वही बहुत है, दादा-दादी को कौन देखता है।

समाज में इस परिवर्तन का श्रेय सबसे अधिक दो लोगों को जाता है, एक तो स्वयं बेटियां और दूसरी उन बेटियों की माताएँ। अपनी दमघोंटू जिंदगी से सीख लेती ये माताएँ अपनी बेटियों को इस माहौल से निकालना चाहती थीं। उनकी निर्भरता कम करने के लिए उन्हें पढ़ाना-लिखाना शुरु किया। कुछ समय पूर्व तक नौकरी और आर्थिक आत्मनिर्भरता की बात तो आम नहीं हुआ करती थी, लेकिन पढ़ाई-लिखाई अपने आप में कितने ही बंद दरवाजे खोल देती है। और वही हुआ। स्त्री मन के बंद दरवाजे खुलने लगे। इच्छाएँ-कामनाएँ जागृत होने लगीं। फिर क्या था सैंकड़ों-हजारों वर्षों से लगे बरगद को फैलने में देर न लगी। उसकी जड़े जितनी गहरी जमीन के अंदर थीं उतनी ही जड़ें बाहर भी अपना अस्तित्व तलाश रही थीं, जिसे आधार मिलने से कोई नहीं रोक सकता था।

इसमें शक नहीं कि महिलाओं की छलांग में उनके माता-पिता और कुछ हद तक समाज तथा सरकार की भी भूमिका थी... कभी सरकार उनके लिए लाडली योजना ला रही थी तो कभी महिला समृद्धि योजनाएँ... कभी उज्ज्वला तो कभी पैतृक संपत्ति के लिए कानून। लेकिन समाज ने भी खूब भूमिका निभाई। अधिकांश बेटे वाले परिवारों को खेलती-खिलती लड़कियाँ भा नहीं रही थीं। अगर ये इतना आगे बढ़ेंगी, तो उनके अक्षम बेटों के वंश कैसे आगे बढ़ेंगे... उनके बुढ़ापे में उनका चूल्हा-चौका कौन देखेगा। और समाज अपनी भेड़ चाल बनाए रखने की जी तोड़ कोशिशें करता रहा। हर उस मौके पर, जब लड़कियों को शाबासी मिलनी चाहिए थी, वह उन पर तंज कसने से बाज नहीं आ रहा था। कोई माता-पिता अगर अपनी बेटियों को पढ़ने के लिए भी शहर भेजते थे, तो उन्हें कम नहीं झेलना पड़ता था। लेकिन इस छलांग के लिए किसी ने अगर अभ्यास में अपना जी-जान लगा दिया तो वे लड़कियाँ ही थीं। उन्हें अपनी सफलता की हर हाल में जरूरत थी। उनका आत्मविश्वास जमीन में अपनी नींव गहरी और गहरी करता चला गया। और धीरे-धीरे अब वर्षों से हम न्यूज चैनलों और समाचार पत्रों में यही पढ़ते चले आ रहे हैं कि बेटियों ने इस बार भी बाजी मार ली। जो भी महिलाएँ जिन परिस्थितियों में हैं, अपनी जमीन तलाश रहीं हैं। बड़े-बड़े संगठनों में उच्च पदस्थ महिलाएँ अपनी पारी बेहतर खेल रही हैं... यही नहीं गाँव-गाँव व छोटे शहरों में रहनेवाली महिलाएँ भी परिवार में अपनी आर्थिक भूमिका निभा रही है। पुरुष समाज के द्वारा जबरन लादे गए लाज-संकोच के दायरे से बाहर आकर वे सबकुछ कर रही हैं, जिन्हें वह उचित मानती है। अब फिल्टर उन्होंने अपने हाथ में रखा है। अपनी डोर की मालकिन भी वे स्वयं ही हैं।

आज सफल बेटियों के माता-पिता की छाती गर्व से तनी रहती है। बेटियाँ घर की शान हैं, अभिमान हैं, माता-पिता की जान हैं। पसीने की बूंदें अब उनके माथे पर छलकने से कतराती हैं। कितनी भी मेहनत में वे सौम्य सुंदर और तरोताजा नजर आती हैं। मुझे याद है जब विवाह के बाद मैं ससुराल गई तो एक बार रसोई घर में गैस पर दूध चढ़ाया, दूध के पहले उबाल पर ही मैंने गैस को बंद कर दिया। तब मेरी सासु माँ मेरे पास आईं और कहने लगीं... दूध को एक उबाल में बंद नहीं करते... इसे प्यार से हिलाते हुए कलछुल से लगातार दूध को उठाकर बार-बार फिर उसी पतीले में गिराते हैं, इसे प्यार से तोड़ना कहते हैं। उसे प्यार से इतनी बार तोड़ दो कि उसमें आगे कभी इतनी उबाल न आए कि वह पतीले से बाहर आकर गिर जाए। मेरा ध्यान एकबारगी दूध से स्त्री की तुलना करने लगा। बिल्कुल इसी तरह स्त्रियों को भी प्यार से तोड़ने की प्रथा थी, उसे पता भी न चला और समाज ने मान-सम्मान देकर इस तरह बेड़ियों में जकड़ दिया था कि वह उड़ने की तो दूर से अपने बल-बूते चलने की भी नहीं सोच पाती थी। लेकिन स्त्री की जिजीविषा ने दम नहीं तोड़ा। वह अपनी टूटी हुई कमर को सीधी करने का प्रयास करती रही और टूटी हुई माँओं ने अपनी बेटियों को इतना मजबूत किया कि जो कुछ भी असंभव दिखाई दे रहा था, वह पलक झपकते ही बदलने लगा... संभावनाओं के द्वार ऐसे खुले कि पूरा समाज उस आँधी में अपने-आप को बचाते हुए ठिठक कर खड़ा है।

गाँधी: एक अहिंदी भाषी का हिंदी प्रेम

प्रतिष्ठा मिश्रा
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

"हिंदी के साथ हमारी संस्कृति जुड़ी है। वह मात्र एक भाषा नहीं है। भाषा का अनुवाद तो हो सकता है पर संस्कृति का नहीं। जैसे आप किसी फूल को किसी अन्य फूल के साथ रोप कर एक नया पौधा बना सकते हैं किन्तु आप खुशबू नहीं रोप सकते और न ही उस खुशबू का अनुवाद कर सकते हैं। ठीक उसी प्रकार हिंदी प्रत्येक भारतीय के लिए संस्कृति, संस्कार और सद्भाव की संवाहिका है।"

19वीं शताब्दी के छठें दशक में केशव चंद्र सेन ने भारतवर्ष की एकता और मुक्ति के उपाय स्वरूप राष्ट्रभाषा के रूप में हिंदी को देखा था। साथ ही महर्षि दयानंद सरस्वती को भी हिंदी में लिखने और प्रचार की प्रेरणा दी थी, लगभग आधी शताब्दी के बाद यही बात महात्मा गांधी ने भी कहीं और राष्ट्रभाषा की संभावना हिंदी में ही तलाशी और देखी। केशव चंद्र सेन बांग्ला भाषी थे तथा दयानंद और गांधीजी की मातृभाषा गुजराती थी। ***"दुनिया से कह दो गाँधी अंग्रेज़ी नहीं जानता"*** – उपर्युक्त–वाक्य दक्षिण अफ्रीका में बैरिस्टर रहे एक व्यक्ति का है जिसने अंग्रेज़ों को अंग्रेज़ों की भाषा में ही स्वतन्त्रता के मायने समझाए, वह आदमी जब शंखनाद करता है और कहता है कि – "दुनिया से कह दो गाँधी अंग्रेज़ी नहीं जानता" तो उसका कुछ अर्थ होता है। दक्षिण अफ्रीका से भारत में आते ही गाँधीजी ने हिन्दी का नारा बुलंद किया। लखनऊ- कांग्रेस अधिवेशन के समय उन्होंने अंग्रेजी चाहनेवाले अपने श्रोताओं से दृढ़तापूर्वक कहा था- 'यदि एक वर्ष' के अन्दर आप हिन्दी न सीख लेंगे, तो आपको मेरा भाषण अंग्रेजी में सुनने को नहीं मिलेगा। "क्या गुजरात और क्या बिहार, जहाँ कहीं गाँधीजी गये और मौका मिला, वहाँ उन्होंने हिन्दी पर–राष्ट्रभाषा पर ज़ोर अवश्य दिया। 5 फरवरी 1916 को काशी नागरी प्रचारिणी सभा में उन्होंने हिन्दी के बारे में कहा था कि "जिस भाषा में तुलसीदास जैसे कवि ने कविता की हो, वह अवश्य पवित्र है और उसके सामने कोई भाषा ठहर नहीं सकती।" लखनऊ में एकलिपि-सम्मेलन में कहा था – ***"मैं गुजरात से आता हूँ। मेरी हिन्दी टूटी-फूटी है- मैं उसी में आपसे बोलता हूँ, क्योंकि थोड़ी अंग्रेजी बोलने में मुझे ऐसा मालूम होता है, मानो मुझे इससे पाप लगता है।"***

बापू चाहते थे कि जल्द-से-जल्द अहिन्दी-भाषी प्रान्तों में भी हिन्दी का प्रवेश और प्रचार हो। इसके लिए कार्यकर्ता चाहिए। अतः उन्होंने कहा– ***"अहमदाबाद में मुझे कोई ऐसा मनुष्य नहीं मिला, जो मुझे और मेरे आश्रमवालों को हिन्दी पढ़ा सके। मद्रास में भी अभी तक हिन्दी का प्रचार नहीं हुआ। आपने कोई प्रयत्न ही नहीं किया, दस-पाँच लोग ऐसे जुटाइये, जो मद्रास प्रान्त में जाकर हिन्दी का प्रचार करें।"*** एक भेंट के अवसर पर तो उन्होंने यहाँ तक ज़ोर दिया कि

"जब तक हिन्दी भाषा में सारा सार्वजनिक कार्य नहीं होगा, तब तक देश की उन्नति नहीं हो सकती। देश में जब तक राष्ट्रभाषा द्वारा ही सब काम न हो, तब तक स्वराज्य नहीं मिल सकता।"

तमिल-द्रविड़ प्रान्तों की कठिनाई का मार्ग बताते हुए बापू ने सुझाया था- ***"इसकी भी औषधि हमारे हाथ में है। हिन्दी के उत्साही, साहसी, स्वाभिमानी, जोशीले पुरुषों को, बिना मूल्य हिन्दी की शिक्षा देने के लिए मद्रास आदि प्रान्तों में भेजना चाहिए। शिक्षकों को भेजने के साथ ही स्वयं शिक्षण पुस्तकें भी बनानी चाहिए।"...*** मराठी, गुजराती, मराठी भाषियों के लिए भी हिन्दी पुस्तकें तैयार करवानी चाहिए और उन प्रदेशों में भी प्रचारक भेजे जाने चाहिए। कलकत्ता में 30 दिसम्बर, 1917 को राष्ट्रीय भाषा सम्मेलन हुआ था। उसमें स्वयं गाँधीजी ने यह प्रस्ताव रखा 'इस वस्तुस्थिति को ध्यान में रखते हुए कि भारत के भिन्न-भिन्न प्रान्तों में बहुत बड़े पैमाने में लोग हिन्दी का प्रयोग करते हैं और बहुसंख्यक लोग उसको आसानी से समझ सकते हैं, इसको भारत की सर्व सामान्य भाषा बनाना व्यावहारिक प्रतीत होता है। अगले दिन विश्वविद्यालय भवन में हुई सभा में अध्यक्ष पद से गाँधीजी ने कहा – ***"देशसेवा करने के लिए उत्सुक सब हैं परन्तु राष्ट्रसेवा तब तक संभव नहीं जब तक कोई राष्ट्रभाषा न हो। दुख की बात है कि हमारे ही कुछ भाई राष्ट्रभाषा का प्रयोग न करके राष्ट्रीय हत्या कर रहे हैं। इसके बिना देश की आम जनता के हृदयों तक नहीं पहुँचा जा सकता। इस अर्थ में बहुत लोगों के द्वारा हिन्दी को काम में लाया जाना मानवतावाद के क्षेत्र की बात होती है।"*** यह पृष्ठभूमि थी जिसने गाँधीजी को हिन्दी साहित्य सम्मेलन के अध्यक्ष पद पर पहुँचाया। 26 मार्च, 1918 को इंदौर में यह अधिवेशन आरंभ हुआ था। इसमें गाँधीजी का भाषण हिन्दी जयघोष है- ***"शिक्षित वर्ग अंग्रेजी के मोह में फँस गया है और अपनी राष्ट्रीय मातृभाषा से उसे असंतोष हो गया है। पहली माता (अंग्रेजी) से हमें जो दूध मिल रहा है, उसमें ज़हर और पानी मिला हुआ है और दूसरी माता (मातृभाषा) से शुद्ध दूध मिल सकता है। बिना इस शुद्ध दूध के मिले हमारी उन्नति होना असंभव है।"*** हमें अब अपनी मातृभाषा की और उपेक्षा करके उसकी हत्या नहीं करनी चाहिए। जैसे अंग्रेज अपनी मादरी ज़बान अंग्रेजी में ही बोलते और सर्वथा उसे ही व्यवहार में लाते हैं, वैसे ही मैं आपसे प्रार्थना करता हूँ कि आप हिन्दी को भारत की राष्ट्रभाषा बनने का गौरव प्रदान करें। हिन्दी सब समझते हैं, उसे राष्ट्रभाषा बनाकर हमें अपने कर्तव्य का पालन करना चाहिए। गांधी जी ने अपने ऐतिहासिक भाषण में हिंदी के प्रसार हेतु विद्वान और अनुभवी लेखकों द्वारा पुस्तकों के लेखन, हिंदी भाषा के व्याकरण की रचना और हिंदी भाषा सीखाने वाले शिक्षकों को तैयार करने का आह्वान भी किया था। लिपि के प्रश्न पर उन्होंने अपने विचार व्यक्त करते हुए नागरी और फारसी दोनों को जानने की बात कही। 1917 में गुजराती शिक्षा सम्मेलन के अध्यक्षीय भाषण में उन्होंने कहा था "धीरे-धीरे जब हिंदू-मुस्लिम में संदेह भावना नहीं रह जाएगी तो जिस लिपि में अधिक शक्ति रह जायेगी और वही राष्ट्रीय लिपि होगी।" हिंदी नवजीवन (21.7.1927), हरिजनसेवक (3.3.1937) और हरिजन सेवक (18.2.1939) में उन्होंने स्पष्ट लिखा था कि हमारी सामान्य लिपि देवनागरी हो सकती है। और कोई नहीं। देवनागरी के समान सरल, जल्दी सीखने योग्य और तैयार लिपि दूसरी कोई है ही नहीं। उर्दू या रोमन में भी वैसी संपूर्णता और ध्वन्यात्मक शक्ति नहीं है, जैसी देवनागरी में। 12.2.1942 को उन्होंने पुनः 'हरिजन सेवक' में लिखा था- ***'अगर मेरी चले तो सभी प्रांतीय भाषाओं के लिए नागरी का इस्तेमाल हो।'***

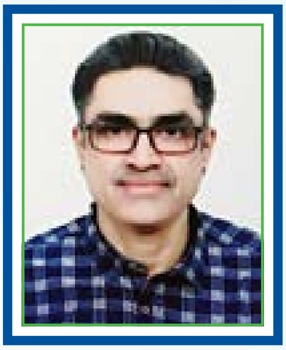
राष्ट्रभाषा के प्रश्न पर विचार करते हुए गाँधी जी एक ही भाषा को बनाए रखने के पक्षधर और समर्थक थे। उनके मतानुसार राष्ट्र के लिए एक भाषा होने से देश की एकता सिद्ध करने में भी सहायता मिल सकती है, इसलिए हिंदी को शिक्षा में सम्मिलित करना आवश्यक है। राष्ट्रभाषा के संबंध में उनकी अवधारणा स्पष्ट है जो उन्होंने सन् 1917 में गुजरात शिक्षा

परिषद, भड़ौंच में अध्यक्षीय अभिभाषण देते हुए राष्ट्रभाषा संबंधी अपनी अवधारणा पर विस्तार से चर्चा की थी। किसी भाषा के राष्ट्रभाषा बनने के क्या लक्षण होने चाहिए, इस बात पर उन्होंने पाँच मुख्य लक्षण बताए:–

1. ***सरकारी कर्मचारियों के लिए वह भाषा सरल होनी चाहिए।***
2. ***उस भाषा के द्वारा भारतवर्ष का आपसी धार्मिक, आर्थिक और राजनीतिक व्यवहार हो सकना चाहिए।***
3. ***यह ज़रूरी हो कि भारतवर्ष के बहुत से लोग उस भाषा को बोलते हो।***
4. ***राष्ट्र के लिए वह भाषा आसान होनी चाहिए।***
5. ***उस भाषा का विचार करते समय किसी क्षणिक या अस्थायी स्थिति पर जोर नहीं देना चाहिए।***

इसी संदर्भ में गाँधी जी आगे कहते हैं कि इनमें से एक भी लक्षण अंग्रेज़ी में नहीं है। हिंदी में ये सभी लक्षण है और इसलिए हिंदी राष्ट्रभाषा पद के योग्य ठहरती है। राष्ट्र की भाषा अंग्रेज़ी नहीं हो सकती हैं। इस प्रकार गाँधी जी का हिन्दी चिंतन एक ऐसी प्रक्रिया से है जो पूरे राष्ट्र को अपने भीतर समेटे हुए था। उन्होंने हिन्दी भाषा को औपनिवेशिक सत्ता का विरोध करने के लिए नहीं चुना था, बल्कि राष्ट्रीय एकता और भारतीय संस्कृति के संरक्षण के लिए अपनाया था। वे भाषाविद् तो नहीं थे, किंतु युगदृष्टा के रूप में हिन्दी भाषा की महत्ता से पूरी तरह परिचित थे। उनके लिए हिन्दी सांस्कृतिक अस्मिता का विषय था। उन्होंने भारत को स्वतंत्र कराने का जो संकल्प लिया था, उसकी बुनियाद निश्चय ही भाषा थी और वह भी हिन्दी। हमारे राजनेताओं ने संविधान में देवनागरी लिपि में लिखित हिंदी को राजभाषा के पद पर स्थापित तो कर दिया, लेकिन गाँधी जी का जो सपना था, वह अभी भी अधूरा है। महात्मा गांधी जी ने वर्षों पूर्व जिस राष्ट्रभाषा का बीज बोया था आज उसके वृक्ष बनने का समय आ गया है। ***माननीय गृह एवं सहकारिता मंत्री श्री अमित शाह जी ने भारतीयों से गांधी एवं पटेल के एक भाषा के सपने के साकार करने की दिशा में काम करने की अपील की है। जिसका शंखनाद प्रथम अखिल भारतीय सम्मेलन के माध्यम से बनारस में, दूसरा सम्मेलन सूरत, गुजरात, तीसरा पुणे में हो चुका है और चौथा नई दिल्ली में आयोजित होगा। हम सभी यही आशा करते हैं कि एक कुशल नेतृत्व हिंदी के इस दिग्विजयी रथ को अब रुकने नहीं देगा।***

केन्द्रीय सतर्कता आयोग एवं सतर्कता जागरूकता सप्ताह



हरि कृष्ण कुमार
सतर्कता एवं सुरक्षा निदेशालय

केन्द्रीय सतर्कता आयोग और सतर्कता जागरुकता सप्ताह का संक्षिप्त परिचय

केंन्द्रीय सतर्कता आयोग की स्थापना वर्ष 1965 में केन्द्र सरकार द्वारा देश में व्याप्त भ्रष्टाचार की रोकथाम के लिए की गई थी, इसे संथानम समिति द्वारा अधिनियमित किया गया था। श्री नितूर श्रीनिवास राव को भारत के पहले केन्द्रीय सतर्कता आयुक्त के रूप में नियुक्त किया गया था।

श्री पी के श्रीवास्तव को भारत की माननीय राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मु ने दिनांक 29 मई 2023 को राष्ट्रपति भवन में वर्तमान केन्द्रीय सतर्कता आयुक्त के पद की शपथ दिलाई हैं। मूल रूप से सीवीसी न तो एक वैधानिक निकाय था और न ही एक संवैधानिक निकाय। यह एक स्वतंत्र एवं स्वायत्त निकाय है, जो कार्यकारी प्राधिकार से मुक्त है।

सतर्कता जागरुकता सप्ताह का इतिहास

सतर्कता जागरुकता का इतिहास 19वीं शताब्दी का है। दरअसल सतर्कता जागरुकता सप्ताह मनाने की शुरूआत सन् 1999 में हो गई थी। लेकिन इसे एक मिशन के रूप में चलाने का निर्णय केन्द्र सरकार द्वारा साल 2006 में निश्चित रूप से लिया गया। जो मुख्य रूप से समाज के सभी वर्गों को भ्रष्टाचार मुक्त समाज में रहने की ओर आकर्षित करता है।

प्रस्तावना

किसी भी राष्ट्र के उन्नत विकास हेतु उस राष्ट्र के नागरिकों का सतर्क और जागरुक होना अति आवश्यक होता है। वर्तमान समय में भारत में व्याप्त भ्रष्टाचार के प्रति भारत के समस्त नागरिकों को सतर्क और जागरुक करने के लिए केंद्रीय सतर्कता आयोग द्वारा हर वर्ष सतर्कता जागरुकता सप्ताह मनाया जाता हैं। यह सप्ताह प्रत्येक वर्ष अक्टूबर महीने के अंतिम सप्ताह में मनाया जाता है। जिसमें भारत के प्रथम गृह मंत्री सरदार वल्लभ भाई पटेल की जयंती भी मनाई जाती है।

सतर्कता जागरुकता सप्ताह क्या है

सतर्कता जागरुकता सप्ताह एक ऐसा खास सप्ताह होता है जिसमें भ्रष्टाचार के खिलाफ जागरुकता और सतर्कता फैलाने का अद्भुत प्रयास किया जाता है। गत वर्ष सतर्कता जागरुकता सप्ताह, 2023 का आयोजन 30 अक्टूबर 2023 से 05 नवम्बर 2023 तक किया गया था। हर साल केंद्रीय सतर्कता आयोग द्वारा सतर्कता जागरुकता सप्ताह की थीम

निर्धारित की जाती हैं। इस वर्ष का विषय था ***"भ्रष्टाचार को ना कहें; राष्ट्र के प्रति समर्पित रहें", अर्थात Say No to Corruption, Commit to the Nation.***

सतर्कता जागरुकता सप्ताह मनाने का उद्देश्य

सतर्कता जागरुकता सप्ताह मनाने का सीधा उद्देश्य भारत के नागरिकों को जागरुक करना है। भारत के नागरिकों को समाज और देश में व्याप्त भ्रष्टाचार के प्रभाव के प्रति जागरुक करना है। जिसके माध्यम से नागरिकों तथा देश का विकास हो सके। भारत के माननीय प्रधानमंत्री के मुताबिक भ्रष्टाचार, मादक पदार्थ, आर्थिक अपराध, आतंकवाद, वित्तपोषण यह सभी आपस मे एक दूसरे से जुड़े हुए हैं। ऐसे में भ्रष्टाचार के खिलाफ नागरिक और सरकार दोनों को मिलकर काम करना होगा। केंद्रीय सतर्कता आयोग द्वारा इस उद्देश्य से ही यह सप्ताह शुरू किया गया है कि नागरिक भ्रष्टाचार की पारदर्शिता को समझ सकें और जवाबदेही के लिए जागरुक हो सकें।

डीआरडीओ मुख्यालय में सतर्कता जागरुकता सप्ताह

डीआरडीओ मुख्यालय में हर वर्ष सतर्कता एवं सुरक्षा निदेशालय द्वारा सतर्कता जागरुकता सप्ताह का आयोजन किया जाता है। सप्ताह के प्रथम दिन सुबह 11 बजे डीआरडीओ मुख्यालय के सभी निदेशालयों में सभी अधिकारी और कर्मचारियों को निदेशक महोदय द्वारा सत्यनिष्ठा की शपथ दिलाई जाती है जिसके साथ इस कार्यक्रम की शुरुआत होती है। देश के अन्य हिस्सों में स्थापित डीआरडीओ की समस्त प्रयोगशालाओं में भी इस सप्ताह को विशेष उद्देश्य के साथ मनाया जाता है, जिसमें प्रतिज्ञा की मुख्य भूमिका होती है तथा इस सप्ताह के तहत आयोजन करते हुए सभी अधिकारी और कर्मचारियों को भ्रष्टाचार से दूर रहने का आवाहन किया जाता है।

निष्कर्ष

सतर्कता जागरुकता सप्ताह एक ऐसा माध्यम है जिसके जरिए सतर्कता और जागरुकता फैलाने का प्रयास किया जाता है। इस सप्ताह को मनाने से देश भर में एक नई ऊर्जा जागृत होती है जो कि भ्रष्टाचार से लड़ने के लिए काफी मददगार साबित होती है। इस सप्ताह में लोगों को सत्य निष्ठा की प्रतिज्ञा दिलाई जाती है और इस शपथ के माध्यम से सतर्कता जागरुकता सप्ताह को मनाया जाता है। हमें भी सतर्कता जागरुकता सप्ताह का हिस्सा बनना चाहिए और इस सप्ताह के उद्देश्य को पूर्ण करने में अपना बहुमूल्य सहयोग देना चाहिए।

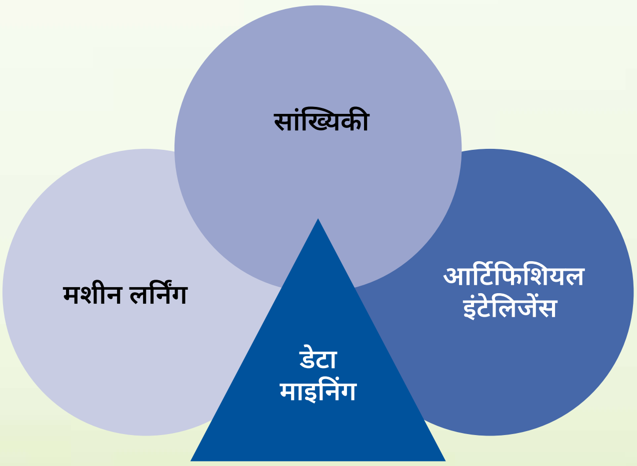
अनलॉकिंग-इनसाइटः ईमेल से खनन डेटा के लिए उन्नत तकनीकें

अंजलि कंवर
योजना एवं समन्वय निदेशालय

आज की डिजिटल दुनिया में, ईमेल केवल संदेशों से कहीं अधिक हैं। वे मूल्यवान डेटा का खजाना हैं। हालाँकि, बड़ी मात्रा में ईमेल डेटा को मैन्युअल रूप से संभालना और प्रबंधित करना आदि विभिन्न प्रकार के अनुक्रमिक कार्यों को पूरा करने में एक बड़ी बाधा है। इसलिए इस खजाने के स्रोत से मूल्यवान डेटा प्राप्त करने या निकालने से कई लाभ मिल सकते हैं। खासकर पेशेवर कार्यस्थलों, में जहां महत्वपूर्ण जानकारी मुख्य रूप से ईमेल में होती है। इससे तकनीकी गतिविधियों, निर्णय लेने की क्षमता बढ़ाने और समग्र दक्षता बढ़ाने में मदद मिल सकती है। ईमेल संचार से महत्वपूर्ण अंतर्दृष्टि निकालने के लिए कुछ तकनीकों और पद्धतियों को डेटा माइनिंग के परिदृश्यों का उपयोग करके इस लेख में रेखांकित किया गया है।

डेटा माइनिंग

डेटा माइनिंग, डेटा के बड़े सेट से उपयोगी जानकारी निकालने की जटिल प्रक्रिया है। इसमें डेटा के भीतर पैटर्न, रुझान और संबंधों को समझने, डेटा-संचालित निर्णयों में सहायता करने और व्यावसायिक अंतर्दृष्टि को उजागर करने के लिए सांख्यिकी, मशीन लर्निंग और डेटाबेस सिस्टम से लेकर विभिन्न तकनीकें शामिल हैं। डेटा माइनिंग का उपयोग ग्राहक प्रोफाइलिंग, बाजार विश्लेषण, विसंगति का पता लगाने और पूर्वानुमानित मॉडलिंग के लिए किया जाता है। इसके उपकरण और प्रौद्योगिकियां वित्त, स्वास्थ्य देखभाल, विनिर्माण और दूरसंचार सहित विभिन्न उद्योगों में व्यापक रूप से कार्यरत हैं। ई-मेल से डेटा माइनिंग का मुख्य उद्देश्य छिपे हुए पैटर्न को प्रकट करना और समझना है, जो सूचित निर्णय लेने और प्रक्रियाओं को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।



डेटा माइनिंग की सामान्य प्रक्रिया में चार मुख्य चरण होते हैं,
डेटा संग्रह,
डेटा प्रीप्रोसेसिंग,
डेटा मूल्यांकन और प्रस्तुति
डेटा व्याख्या और तैनाती
डेटा प्रीप्रोसेसिंग में आगे तीन भाग शामिल हैं: **डेटा तैयारी, डेटा रूपांतरण और डेटा निष्कर्षण।**

डेटा संग्रह: डेटा माइनिंग का पहला कार्य नेटवर्क के भीतर विभिन्न स्रोतों से प्रासंगिक डेटा एकत्र करना है। इसमें डेटाबेस, डेटा वेयरहाउस, फ़ाइल सिस्टम, यहां तक कि आंतरिक सिस्टम द्वारा उत्पन्न रियल-टाइम डेटा स्ट्रीम भी शामिल हो सकते हैं।

डेटा प्रीप्रोसेसिंग: एक बार एकत्र होने के बाद, डेटा को विश्लेषण के लिए उपयुक्त प्रारूप में साफ करने, बदलने और एकीकृत करने के लिए अक्सर प्रीप्रोसेसिंग की आवश्यकता होती है। इस चरण में डुप्लिकेट को हटाना, गुम डेटा को संभालना और डेटा को सामान्य करना शामिल हो सकता है।

डेटा मूल्यांकन और प्रस्तुति: डेटा माइनिंग एल्गोरिदम लागू करने के बाद, खोजे गए पैटर्न या मॉडल को मूल्यांकन करने की आवश्यकता है, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि वे सार्थक और उपयोगी हैं। इस चरण में खोजे गए पैटर्न की सटीकता, विश्वसनीयता और महत्व का आकलन करना शामिल है।

व्याख्या और परिनियोजन: एक बार पैटर्न मान्य हो जाने के बाद, अंतर्दृष्टि प्राप्त करने के लिए उनकी व्याख्या की जाती है। इसका उपयोग निर्णय लेने के लिए किया जा सकता है। इन जानकारियों को नेटवर्क वातावरण में विभिन्न तरीकों से उपयोग किया जा सकता है:

बिजनेस इंटेलिजेंस: बिजनेस उपयोगकर्ताओं को योग्य अंतर्दृष्टि प्रदान करना।

प्रक्रिया अनुकूलन: आंतरिक वर्कफ़्लो और संचालन में सुधार।

पूर्वानुमानित विश्लेषण: ऐतिहासिक डेटा के आधार पर भविष्य के रुझानों का पूर्वानुमान लगाना।

1990 और 2000 के दशक की शुरुआत में, डेटा माइनिंग कार्यों के लिए उपयुक्त एल्गोरिदम में महत्वपूर्ण विकास हुए, जैसे निर्णय वृक्ष, तंत्रिका नेटवर्क, क्लस्टरिंग एल्गोरिदम और एसोसिएशन रोल माइनिंग।

ईमेल डेटा निष्कर्षण में प्रमुख चुनौतियाँ

ईमेल, मुख्य रूप से अपनी दक्षता, कम लागत और विविध प्रकार की सूचनाओं के साथ अनुकूलता के कारण संचार के सबसे लोकप्रिय रूपों में से एक है। हालाँकि, इस पर काम करते समय हमें कुछ चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। उनमें से कुछ नीचे दिये हैं:-

विभिन्न ईमेल प्रारूपों को संभालना: ईमेल विभिन्न प्रारूपों में आते हैं, जिनमें प्लैन टेक्स्ट और एचटीएमएल और पीडीएफ या चित्र जैसे अनुलग्नक शामिल हैं। इन प्रारूपों से डेटा निकालने के लिए विभिन्न संरचनाओं को प्रभावी ढंग से संसाधित करने और व्याख्या करने के लिए मजबूत तकनीकों की आवश्यकता होती है।

ईमेल डेटा की अधिक मात्रा: संदेशों की भारी मात्रा के बीच प्रासंगिक जानकारी को कुशलतापूर्वक निकालना चुनौतीपूर्ण हो जाता है।

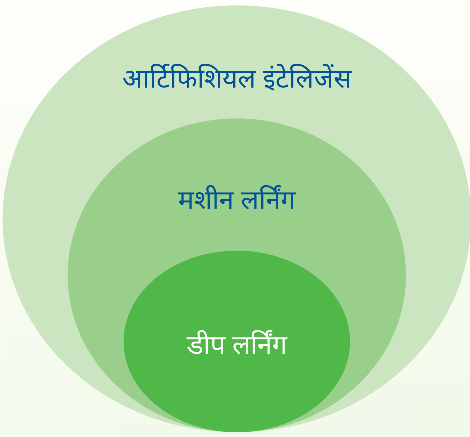
ईमेल टेम्प्लेट, भाषा और फ़ॉर्मेटिंग में भिन्नताएं इत्यादि निकाले गए डेटा में विसंगतियों का कारण बनती हैं, जिससे इसकी सटीकता और प्रयोज्यता में समस्या की संभावना हो सकती है।

मौजूदा डेटाबेस और सिस्टम के साथ निकाले गए **डेटा को नेविगेट करना**।

संगतता समस्याएं, डेटा स्वरूपण विसंगतियां, और सिंक्रनाइज़ेशन चुनौतियां अक्सर सुचारू एकीकरण में बाधा डालती हैं। हम डेटा माइनिंग तकनीकों जैसे **टेक्स्ट माइनिंग, प्राकृतिक भाषा प्रसंस्करण (एनएलपी), पैटर्न पहचान, पूर्वानुमानित मॉडलिंग** इत्यादि का उपयोग करके इन मुद्दों को पूरा कर सकते हैं।

ईमेल से डेटा निकालना

डेटा माइनिंग प्रक्रिया में कुछ मॉडलों का उपयोग किया जाता है। कुछ लोकप्रिय मॉडलों में एसोसिएशन विश्लेषण, अनुक्रम विश्लेषण, क्लस्टर विश्लेषण इत्यादि शामिल हैं। **एसोसिएशन विश्लेषण** डेटा की विभिन्न श्रेणियों के बीच संबंध का पता लगाता है। **अनुक्रम विश्लेषण** का तात्पर्य है कि क्रमिक घटनाओं की खोज एक निश्चित समय अंतराल में करना और क्रमिक घटनाओं के पीछे के निहितार्थों को प्रकट करना है। **क्लस्टर विश्लेषण** में समान वाक्यों को समूहीकृत करना और प्रतिनिधि वाक्यों का चयन कर के सारांश बनना है। उदाहरण के लिए: यदि हम किसी कंपनी में किसी कर्मचारी द्वारा किए गए कुछ वर्षों के काम के बारे में जानना चाहते हैं, तो हम सीधे इस एल्गोरिदम का उपयोग कर सकते हैं जो एक विशाल डेटासेट से डेटा का सारांश उत्पन्न करने में मदद कर सकता है। अन्य तरीकों में विचलन विश्लेषण, सांख्यिकीय विश्लेषण, पैटर्न विश्लेषण आदि शामिल हैं। विभिन्न मॉडलों में उपयोगकर्ताओं के लिए विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए डेटा माइनिंग मॉडल विकसित करने के उचित तरीकों का चयन कर सकते है।



असंरचित टेक्स्ट डेटा से जानकारी निकालना

जैसे-जैसे आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का क्षेत्र आगे बढ़ रहा है, वैसे-वैसे मशीन लर्निंग की मानव भाषा से जानकारी की व्याख्या करने और निकालने की क्षमता भी बढ़ रही है। यह एनएलपी के क्षेत्र में विशेष रूप से प्रासंगिक है, जहां मशीनों को असंरचित टेक्स्ट डेटा को समझने का काम सौंपा जाता है। इन तकनीकों का उपयोग इकाई के नाम, स्थान, मात्रा और बहुत कुछ जैसी जानकारी निकालने के लिए किया जा सकता है। ईमेल डेटा पर एनएलपी लागू करके, हम डेटा

को वर्गीकृत कर सकते हैं और आवश्यक जानकारी निकाल सकते हैं। डेटा का उपयोग करने का एक और तरीका है इसे Microsoft Outlook जैसे प्लेटफ़ॉर्म पर डंप के रूप में एकत्र कर सकते है जिसकी मदद से हम मेल डेटा की एक प्रति प्राप्त कर सकते हैं। इसके बाद एनएलपी का उपयोग करके, सॉफ्टवेयर हर दिन उत्पन्न होने वाले असंरचित टेक्स्ट डेटा की विशाल मात्रा को समझ सकता है, और व्यक्ति इस जानकारी को आसानी से उपलब्ध होने का लाभ उठा सकते हैं।

कुछ तकनीकें

1. **नामांकित इकाई पहचान (एनईआर):** एक ऐसा कार्य है जो पाठ्य डेटा में नामित इकाइयों की पहचान और वर्गीकरण से संबंधित है। नामित इकाइयाँ एक व्यक्ति, संगठन, स्थान, तिथि, समय यहाँ तक कि मात्रा भी हो सकती हैं। उदाहरण के लिए, यदि हम किसी परियोजना की प्रगति से अवगत होना चाहते हैं जिस पर पिछले कुछ वर्षों में चरणों में काम किया गया है। हम उस प्रोजेक्ट के बारे में पूरी जानकारी निकाल सकते हैं और डेटा के पूल से उस पर अपनी प्रगति को ट्रैक कर सकते हैं। हम परियोजना की उपलब्धि के लिए रणनीति भी बना सकते हैं।
2. **जीपीटी-3 के साथ भावना विश्लेषण:** जब एक वाक्य दिया जाता है, तो जीपीटी-3 भावना का विश्लेषण करेगा और एक भविष्यवाणी उत्पन्न करेगा। भविष्यवाणियाँ वाक्य के संदर्भ के साथ-साथ शब्द चयन को ध्यान में रखकर की जाती हैं।
3. **लेटेंट डिरिचलेट आवंटन (एलडीए):** एक मॉडलिंग तकनीक है जिसका उपयोग पाठ में छिपे हुए विषयों जैसे लंबे दस्तावेजों या समाचार लेखों को खोजने के लिए किया जाता है।
4. **पार्ट-ऑफ-स्पीच (पीओएस) टैगिंग:** एक वाक्य में प्रत्येक शब्द को व्याकरणिक श्रेणी निर्दिष्ट करने की एक प्रक्रिया है। श्रेणियों में क्रिया, संज्ञा, विशेषण, क्रियाविशेषण इत्यादि शामिल हो सकते हैं। प्रत्येक शब्द को उस श्रेणी के साथ टैग किया गया है जो वाक्य के संदर्भ में उस शब्द के लिए सबसे उपयुक्त है।
5. **स्किकिट-लर्न के साथ टेक्स्ट वर्गीकरण:** जब टेक्स्ट और वर्ग के बीच संबंध होता है उस के आधार पर टेक्स्ट के एक टुकड़े को एक वर्ग लेबल निर्दिष्ट करने का कार्य को टेक्स्ट वर्गीकरण कहते है।

निष्कर्ष: ईमेल डेटा निष्कर्षण के साथ दक्षता बढ़ाना

ईमेल सभी व्यावसायिक प्रयासों का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बन गया है, फिर भी उपयोगकर्ता अपने कार्य को प्रभावी ढंग से व्यवस्थित करने और संभालने की जटिलता से जूझ रहे हैं। ईमेल विशेष रूप से पेशेवर कार्यक्षेत्र में कार्यात्मक प्रासंगिक जानकारी निकालने के लिए एक मूल्यवान संसाधन के रूप में काम कर सकते हैं। उद्यम ईमेल डेटा के रणनीतिक उपयोग के माध्यम से उत्पादकता और दक्षता में उल्लेखनीय वृद्धि कर सकते हैं। ईमेल और मेटाडेटा का विश्लेषण करके, संगठन ग्राहक पूछताछ में मूल्यवान अंतर्दृष्टि प्राप्त करते हैं, जिससे ग्राहक सेवा में लक्षित सुधार सक्षम होते हैं। ईमेल के माध्यम से प्रोजेक्ट अपडेट और सहयोग को ट्रैक करना प्राथमिकता और प्रोजेक्ट प्रबंधन को बढ़ाता है। इसके अतिरिक्त, ईमेल डेटा विश्लेषण से बाजार के रुझान, ग्राहक प्राथमिकताएं और संचार गतिशीलता का पता चलता है, जो सूचित निर्णय लेने और रणनीतिक योजना को सशक्त बनाता है। अंततः, ईमेल अंतर्दृष्टि का लाभ उठाकर वर्कफ़्लो को अनुकूलित किया जा सकता है, संचार दक्षता बढ़ाई जा सकती है और समग्र संगठनात्मक प्रभावशीलता में सुधार किया जा सकता है।

भगवत गीता और समय प्रबंधन

आनंद कुमार साव
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

प्रस्तावना

समय प्रबंधन आज की तेज-रफ्तार और प्रतिस्पर्धात्मक दुनिया में अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह न केवल व्यक्तिगत सफलता को सुनिश्चित करता है, बल्कि मानसिक शांति और संतुलन को भी बनाए रखने में सहायक होता है। समय प्रबंधन के सिद्धांत और तकनीकें आधुनिक जीवन में प्रभावी साबित हो रही हैं, लेकिन इनका मर्म समझने के लिए हमें प्राचीन और पारंपरिक ज्ञान की ओर भी देखना चाहिए। भगवत गीता, जो कि भारतीय दर्शन की अमूल्य धरोहर है, समय प्रबंधन पर अद्भुत अंतर्दृष्टि प्रदान करती है।

भगवत गीता: एक परिचय

भगवत गीता, महाभारत के भीष्म पर्व का हिस्सा है, और इसे हिंदू धर्म का एक महत्वपूर्ण ग्रंथ माना जाता है। यह एक संवाद है जो भगवान कृष्ण और अर्जुन के बीच कुरुक्षेत्र के युद्धभूमि पर हुआ था। गीता में जीवन, धर्म, और कर्म की गहरी शिक्षाएं दी गई हैं। इसमें कर्म, भक्ति, और ज्ञान के माध्यम से आत्मा की उन्नति के मार्ग की व्याख्या की गई है। गीता की शिक्षाएं जीवन की विविध समस्याओं के समाधान के लिए मार्गदर्शन प्रदान करती हैं, और इसमें समय प्रबंधन के महत्वपूर्ण सिद्धांत भी निहित हैं।

समय प्रबंधन: अवधारणा और महत्व

समय प्रबंधन का तात्पर्य समय का कुशल और प्रभावी ढंग से उपयोग करने से है। इसका उद्देश्य कार्यों को प्राथमिकता देना, समय सीमा का पालन करना, और अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए योजनाबद्ध तरीके से कार्य करना होता है। समय प्रबंधन के लाभों में कार्यक्षमता और उत्पादकता में वृद्धि, तनाव में कमी, और जीवन की गुणवत्ता में सुधार शामिल हैं। सही समय प्रबंधन न केवल पेशेवर सफलता के लिए आवश्यक है, बल्कि यह व्यक्तिगत विकास और संतुलित जीवन के लिए भी महत्वपूर्ण है।

भगवत गीता और समय प्रबंधन

भगवत गीता में समय प्रबंधन के सिद्धांत को विभिन्न दृष्टिकोणों से समझा जा सकता है। गीता की शिक्षाएं हमें यह सिखाती हैं कि समय का सही उपयोग कैसे किया जाए और जीवन में संतुलन कैसे बनाए रखा जाए। गीता के कुछ प्रमुख अंशों

को समय प्रबंधन के संदर्भ में समझना उपयोगी होगा:–

कर्म और फल की अवधारणा: गीता में भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा कि "कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन" (2.47)। इसका अर्थ है कि हमें केवल अपने कर्म पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए और उसके परिणाम की चिंता नहीं करनी चाहिए। यह सिद्धांत समय प्रबंधन में महत्वपूर्ण है क्योंकि यह हमें कार्यों पर ध्यान केंद्रित करने और परिणामों की चिंता को कम करने में मदद करता है। जब हम अपने कार्यों को पूरी ईमानदारी और समर्पण के साथ करते हैं, तो समय का उपयोग अधिक प्रभावी होता है और परिणाम स्वतः ही संतोषजनक होते हैं।

स्वधर्म और कार्य की प्राथमिकता: गीता में स्वधर्म के पालन की बात की गई है। भगवान कृष्ण ने अर्जुन को उसके स्वधर्म का पालन करने और अपने कर्तव्यों को प्राथमिकता देने की सलाह दी। समय प्रबंधन के संदर्भ में, यह सिद्धांत हमें यह सिखाता है कि हमें अपने मुख्य कर्तव्यों और प्राथमिकताओं पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। यह प्राथमिकताओं की पहचान करने और महत्वपूर्ण कार्यों को पहले करने में मदद करता है।

योग और ध्यान की भूमिका: गीता में योग और ध्यान की महत्वता को भी स्वीकारा गया है। भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा कि "योगः कर्मसु कौशलम्" (2.50)। इसका तात्पर्य है कि योग और ध्यान के माध्यम से हम अपने कार्यों में कुशलता प्राप्त कर सकते हैं। समय प्रबंधन में योग और ध्यान हमें मानसिक शांति और स्पष्टता प्रदान करते हैं, जिससे कार्यों को बेहतर तरीके से प्रबंधित किया जा सकता है।

संतुलन और संयम: गीता में संतुलन और संयम का भी महत्व बताया गया है। भगवान कृष्ण ने अर्जुन को यह सिखाया कि जीवन में सुख और दुख, लाभ और हानि में संतुलन बनाए रखना आवश्यक है। समय प्रबंधन के संदर्भ में, यह सिद्धांत हमें सिखाता है कि हमें कार्य और विश्राम के बीच संतुलन बनाए रखना चाहिए। अत्यधिक काम या आराम से बचने के लिए, एक संतुलित दिनचर्या का पालन करना महत्वपूर्ण है।

समय प्रबंधन के लिए गीता के सिद्धांतों का उपयोग

भगवत गीता के सिद्धांतों को समय प्रबंधन में लागू करने से हमें कई लाभ हो सकते हैं:–

लक्ष्य निर्धारण और प्राथमिकता: गीता की शिक्षाएं हमें हमारे लक्ष्यों और प्राथमिकताओं की पहचान करने में मदद करती हैं। यह हमें यह सिखाती है कि अपने कर्तव्यों और लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करें और प्राथमिकताएं तय करें। इससे हम अपने समय का सही उपयोग कर सकते हैं और महत्वपूर्ण कार्यों को समय पर पूरा कर सकते हैं।

ध्यान और मानसिक स्पष्टता: गीता में ध्यान और योग के महत्व को समझकर, हम अपनी मानसिक स्थिति को बेहतर बना सकते हैं। यह मानसिक स्पष्टता और फोकस में सुधार लाता है, जिससे कार्यों को प्रभावी ढंग से प्रबंधित किया जा सकता है।

प्रेरणा और समर्पण: गीता की शिक्षाएं हमें कार्य में समर्पण और प्रेरणा बनाए रखने में मदद करती हैं। जब हम अपने कर्मों को ईमानदारी से करते हैं और परिणाम की चिंता को कम करते हैं, तो हमें अपनी जिम्मेदारियों के प्रति अधिक प्रेरणा मिलती है।

संतुलित जीवन: गीता के सिद्धांतों के अनुसार संतुलित जीवन जीने से समय प्रबंधन में भी सुधार होता है। एक संतुलित दिनचर्या, जिसमें काम और आराम दोनों का ध्यान रखा जाए, कार्यक्षमता और उत्पादकता को बढ़ा सकती है।

निष्कर्ष

भगवत गीता, समय प्रबंधन के संदर्भ में एक अनमोल स्रोत है जो हमें जीवन की महत्वपूर्ण बातें सिखाती है। इसके सिद्धांत, जैसे कि कर्म पर ध्यान केंद्रित करना, स्वधर्म का पालन करना, योग और ध्यान की महत्वता, और संतुलन बनाए रखना, समय प्रबंधन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। गीता की शिक्षाएं हमें समय के प्रभावी उपयोग और जीवन की गुणवत्ता में सुधार के लिए मार्गदर्शन प्रदान करती हैं। जब हम इन सिद्धांतों को अपने जीवन में अपनाते हैं, तो हम एक संतुलित, समर्पित, और उत्पादक जीवन जी सकते हैं।

वरिष्ठता

पी के दास
कार्मिक निदेशालय

"वरिष्ठता" एक ऐसा शब्द है जिसका भारत सरकार के सभी स्तरों पर कार्यरत कर्मचारियों के लिए बहुत महत्व है। यह सरकार में कार्मिक की पोजीशन, वेतन एवं भत्ते, परिलब्धियों, सुविधाओं आदि का निर्धारण करता है। यह शब्द कार्मिक की भावी संभावनाओं और पदानुक्रम में उच्चतर पदों पर उसकी पदोन्नति को परिभाषित करता है। भारत सरकार के विविध सिविल पदों ग्रेडों/सेवाओं के निर्धारण के संबंध में दिशा निर्देश जारी करने के लिए कार्मिक एवं प्रशिक्षण विभाग (डी.ओ.पी. एंड टी.) एक केंद्रीय मंत्रालय है। इस संबंध में सभी सरकारी विभाग डी.ओ.पी. एंड टी. द्वारा जारी आदेशों का अनुसरण करते है।

"वरिष्ठता" उस सेवा में कर्मचारी का पूर्वताक्रम है जिसका वह उस समय सदस्य है अथवा यह उसके द्वारा धारित सेवा पदानुक्रम में उसकी पोजीशन को दर्शाता है।

हम सभी इस बात को जानते है कि किसी संवर्ग में सरकारी कर्मचारी की नियुक्ति सीधी भर्ती, पदोन्नति, प्रतिनियुक्ति, पुनः नियोजन, अल्पाविधि संविदा इत्यादि के कर्मचारी के रूप में की जाती है और उनकी वरिष्ठता का नियतन डी.ओ.पी. एंड टी. द्वारा समय-समय पर जारी अनुदेशों/दिशा-निर्देशों के अनुसार, उसके नियमों द्वारा अधिशासित होती है।

सीधी भर्ती होने पर वरिष्ठता

सीधी भर्ती पर नियुक्त सभी कार्मिकों की वरिष्ठता का निर्धारण उस मेरिट क्रम द्वारा किया जाता है जिसमें उसका चयन संघ लोक सेवा आयोग/कर्मचारी चयन आयोग अथवा किसी अन्य भर्ती एजेंसी/प्रवरण प्राधिकारी की सिफ़ारिश के आधार पर किया गया है। किसी पूर्ववृत चयन परीक्षा के परिणामस्वरूप नियुक्त कार्मिक उन कार्मिकों से वरिष्ठ होंगे जिनकी नियुक्ति परवर्ती चयन परीक्षा के परिणामस्वरूप हुई है। रिजर्व पैनल से नामित अभ्यर्थियों की परस्पर वरिष्ठता का नियतन संघ लोक सेवा आयोग/कर्मचारी चयन आयोग अथवा किसी अन्य भर्ती एजेंसी द्वारा दी गई समेकित मेरिट के अनुसार कतिपय दिशा निर्देशों के आधार पर किया जाता है।

पदोन्नत कार्मिकों की वरिष्ठता

यदि पदोन्नतियां किसी विभागीय पदोन्नति समिति (डीपीसी) की सिफारिशों के आधार पर की गई है तो निर्धारित प्रक्रिया के अनुसार, पदोन्नत ग्रेड में 'फिट' (उपर्युक्त) के रूप में मूल्यांकन किए गए अधिकारी की वरिष्ठता वही होगी जो उस

फीडर ग्रेड में थी, जिससे वह पदोन्नत हुआ है। तथापि यदि किसी कार्मिक को पदोन्नति के लिए "अनफ़िट" (अनुपयुक्त) माना गया है और उससे कनिष्ठ कार्मिक को उससे पहले पदोन्नति दे दी जाती है तो बाद में किसी समय उसके पदोन्नति के लिए उपर्युक्त पाये जाने और पदोन्नत कर दिये जाने पर भी उच्चतर ग्रेड में उसे उसके उस कनिष्ठ कार्मिक से ऊपर वरिष्ठता नहीं मिलेगी जिसने उसे अधिक्रमित किया था।

यदि किसी ग्रेड में पदोन्नतियां एक से अधिक फीडर ग्रेड से की जाती है और प्रत्येक फीडर ग्रेड के लिए कोटा निर्धारित है, वहां पात्र कार्मिकों का स्थान निर्धारण पृथक सूचियों में, संबन्धित ग्रेडों में उनके सापेक्ष वरिष्ठता क्रम में किया जाएगा। डीपीसी द्वारा प्रत्येक ग्रेड में 'फिट' के रूप में मूल्यांकन किए गए अधिकारी को, उस पद के भर्ती नियमों में प्रत्येक ग्रेड के लिए निर्धारित अनुपात में बीच में डाला जाएगा।

आरक्षण रोस्टर के नियमानुसार पदोन्नत अनुसूचित जाति/जनजाति वर्ग के सरकारी कर्मचारी परिणामी वरिष्ठता के भी हकदार होंगे। अनारक्षित/अन्य पिछड़ा वर्ग श्रेणी के कार्मिक, जिनकी पदोन्नति बाद में आयोजित डीपीसी द्वारा हुई है, उन्हें पूर्ववर्ती डीपीसी के माध्यम से पदोन्नत अनुसूचित जाति/जनजाति के कार्मिकों से कनिष्ठ/वरिष्ठता क्रम से रखा जाएगा।

सीधी भर्ती से आए और पदोन्नति से आए कार्मिकों की आपेक्षिक वरिष्ठता

सीधी भर्ती से नियुक्त कार्मिकों और पदोन्नति पाये कार्मिकों की आपेक्षिक वरिष्ठता के निर्धारण के लिए विभाग भर्ती नियमों में निर्धारित प्रत्येक भर्ती पद्धति के अधीन एक वर्ष में भरी गई रिक्तियों की संख्या दर्ज करने के लिए एक भर्ती रजिस्टर रखेगा। उदाहरण के लिए, यदि किसी ग्रेड में नियुक्ति के भर्ती नियमों में 40% रिक्तियाँ पदोन्नति द्वारा, 40% सीमित विभागीय प्रतियोगी परीक्षा (एलडीसीई) के माध्यम से और 20% रिक्तियाँ सीधी भर्ती द्वारा भरा जाना निर्धारित है तो इन तीनों पद्धतियों के मध्य कोटे को 2:2:1 के अनुपात में लिखा जाएगा।

छठे केन्द्रीय वेतन आयोग की सिफ़ारिशों के अनुसरण में मिश्रित ग्रेड के एमटीएस कार्मिकों की वरिष्ठता

पूर्व में समूह 'घ' में रहे पदों को वरिष्ठता के निर्धारण के प्रयोजन से पाँच विभिन्न श्रेणियों में रखा गया है:–

क्रम संख्या	पाँचवे केंद्रीय वेतन आयोग के वेतनमान	श्रेणी
	2750–4590	I
	2650–4000	II
	2610–4000	III
	2610–3540	IV
	2550–3200	V

उनकी वरिष्ठता का निर्धारण निम्नानुसार किया गया है:–
श्रेणी के पदों पर तैनात कार्मिक श्रेणी II पदों के धारक कार्मिकों से वरिष्ठ होगा। इस तरह से श्रेणी II के पदों पर आसीन कार्मिक श्रेणी III के पदों पर तैनात कार्मिक से वरिष्ठ होगा और यह क्रम इसी तरह चलता रहेगा। विभिन्न ग्रेडों को आपस में मिलते समय किसी पद पर कार्मिकों की परस्पर वरिष्ठता बरकरार रखी जाएगी।

सेवा की अवधि की गणना के लिए ग्रेड में नियमित सेवा की गणना की जाएगी। इसके लिए एसीपी, तदर्थ सेवा, यदि कोई हो, को नहीं गिना जाएगा।

क) **विशेष प्रकार के मामलों की वरिष्ठता:** किसी निलंबनाधीन अधिकारी के विरुद्ध विभागीय कार्यवाही पूरी होने पर यदि उसे पूरी तरह से दोषमुक्त घोषित कर दिया जाता है और उसके निलंबन को पूरी तरह अनुचित करार दिया जाता है तो उसे पदोन्नति के लिए पहली रिक्ति उपलब्ध होने पर पदोन्नत कर दिया जाएगा और अगले उच्चतर ग्रेड में उसकी वरिष्ठता यह मानते हुये नियत की जाएगी जैसे कि उसकी पदोन्नति चयन सूची में उसकी पोजीशन के अनुसार की गई है।

ख) यदि किसी अधिकारी पर लघु शास्ति (Minor Penalty) लगाए जाने के बावजूद डीपीसी द्वारा उसकी पदोन्नति की सिफ़ारिश कि गई है तो उक्त डीपीसी की सिफ़ारिश के आधार पर उसकी पदोन्नति पेनल्टी की अवधि समाप्त होने के बाद ही की जाएगी और उसकी वरिष्ठता उस पैनल में उसकी पोजीशन के अनुसार नियत की जाएगी।

अनुकंपा आधार पर किसी एक वर्ष में नियुक्त कार्मिक की उस वर्ष सीधी भर्ती, पदोन्नति इत्यादि के माध्यम से भर्ती, नियुक्त कार्मिकों के बाद वरिष्ठता क्रम में सबसे नीचे रखा जाएगा चाहे फिर अनुकंपा आधार पर नियुक्त कार्मिक की सेवा ग्रहण का दिनांक कुछ भी हो। वरिष्ठता के बारे में कुछ बातें जो सिविल पदों पर नियुक्त प्रत्येक कार्मिक को अवश्य जाननी चाहिए, निम्नवत् है:–

वरिष्ठता मौलिक अधिकार न होकर एक सिविल अधिकार है। वरिष्ठता नियमों द्वारा अधिशासित होती है। नियमों के अभाव में वरिष्ठता का नियमन कार्यकारी आदेशों/अनुदेशों द्वारा किया जाना चाहिए।

सेलुलर जेल

भूपेंद्र सिंह
कार्मिक निदेशालय

यह जेल अंडमान निकोबार द्वीप की राजधानी पोर्ट ब्लेयर में बनी हुई है। यह अंग्रेजों द्वारा भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के सेनानियों को कैद रखने के लिए बनाई गई थी, जो कि मुख्य भारत भूमि से हजारों किलोमीटर दूर स्थित थी, व सागर से भी हजार किलोमीटर दुर्गम मार्ग पड़ता था। यह काला पानी के नाम से कुख्यात थी।

अंग्रेजी सरकार द्वारा भारत के स्वतंत्रता सेनानियों पर किए गए अत्याचारों की मूक गवाह इस जेल की नींव 1897 में रखी गई थी। इस जेल के अंदर 694 कोठरियां हैं। इन कोठरियों को बनाने का उद्देश्य बंदियों के आपसी मेल जोल को रोकना था। ऑक्टोपस की तरह सात शाखाओं में फैली इस विशाल कारागार के अब केवल तीन अंश बचे हैं। कारागार की दीवारों पर वीर शहीदों के नाम लिखे हैं। यहां एक संग्रहालय भी है जहां उन अस्त्रों को देखा जा सकता है जिनसे स्वतंत्रता सेनानियों पर अत्याचार किए जाते थे। अंडमान में उपनिवेश (उपनिवास बस्ती या कालोनी) स्थापित करने का मुख्य उद्देश्य समुद्री तूफानों में फंसे जहाजों को सुरक्षित स्थान उपलब्ध कराना था। ये सोचा गया कि एक स्थायी बस्ती ही समुद्री जहाजों की सुरक्षा का एकमात्र समाधान है। इन द्वीपों में बस्ती बसाने का पहला प्रयास 1789 में किया गया जब कैप्टेन आर्चिबाल्ड ब्लेयर ने चाथम द्वीप में एक बस्ती बसाई। इस बस्ती को बाद में उत्तरी अंडमान में पोर्ट कॉर्नवालिस स्थानांतरित कर दिया गया क्योंकि उस स्थान को नौसैनिक दृष्टि से उपयुक्त समझा गया। बस्ती बसाने का यह प्रयास सफल नहीं रहा और इसे 1796 में समाप्त कर दिया गया।

60 वर्षों के बाद पुनः इन द्वीपों में समुद्री जहाजों की सुरक्षा हेतु स्थायी बस्ती बसाने का सवाल आया परन्तु बंदी उपनिवेश की स्थापना वास्तव में 1857 में प्रथम स्वतंत्रता संग्राम के देशभक्तों को जिला वतन करने के लिए स्थापित किया गया।

प्रथम स्वतंत्रता संग्राम के 200 स्वतंत्रता सेनानियों के पहले जत्थे के अंडमान तथा निकोबार तथा निकोबार द्वीपों में 10 मार्च 1858 के आगमन के साथ बंदी उपनिवेश की शुरुआत हुई। सभी लम्बी अवधि और आजीवन कारावास की सजा पाए देशभक्तों जो किसी कारणवश बर्मा और भारत में मृत्यु दण्ड से बच गए थे, उन्हें अंडमान के बंदी उपनिवेश में भेजा गया।

प्रथम स्वतंत्रता संग्राम के पश्चात वहाबी विद्रोह, मणिपुर विद्रोह, आदि से जुड़े सेनानियों और अन्य देशभक्तों को अंग्रेजी सरकार के विरुद्ध आवाज उठाने के जुर्म में अंडमान के बंदी उपनिवेश भेजा गया।

विनायक दामोदर सावरकर

नासिक जिले के कलेक्टर जैकसन की हत्या के लिए नासिक षडयंत्र कांड के अन्तर्गत इन्हें 7 अप्रैल, 1911 को काला पानी की सजा पर सेलुलर जेल भेजा गया। उनके अनुसार यहां स्वतंत्रता सेनानियों को कड़ा परिश्रम करना पड़ता था। कैदियों को यहां नारियल छीलकर उसमें से तेल निकालना पड़ता था। साथ ही इन्हें यहां कोल्हू में बैल की तरह जुत कर सरसों व नारियल आदि का तेल निकालना होता था। इसके अलावा उन्हें जेल के साथ लगे व बाहर के जंगलों को साफ कर दलदली भूमि व पहाड़ी क्षेत्र को समतल भी करना होता था। रुकने पर उनको कड़ी सजा बेंत व कोड़ों से पिटाई भी की जाती थी। इतने पर भी उन्हें भरपेट खाना भी नहीं दिया जाता था। सावरकर 4 जुलाई, 1911 से 21 मई, 1921 तक पोर्ट ब्लेयर की जेल में रहे।

ऑनलाइन अध्ययन के लाभ और नुकसान

अविनाश कुमार
सचिव डीडी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

परिचय

इन दिनों ऑनलाइन अध्ययन एक प्रचलन सा बन गया है, कोविड-19 के चलते इस लॉकडाउन में कई स्कूलों ने पिछले कुछ महिनों से ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया को अपनाकर इसे अधिक उपयोग में लाया है। ऑनलाइन अध्ययन अपनी सुविधा और आसान संचालन की प्रक्रिया से अधिक लोकप्रिय हो रहा है। इन दिनों कई स्कूल छात्रों की सुरक्षा को देखते हुए ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया को अपना रहे हैं। वास्तव में ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया स्कूली शिक्षा के लिए एक सुरक्षित विकल्प है।

लाभ

ऑनलाइन तरीके से अध्ययन के कई फायदे हैं। यह बहुत सुविधाजनक है, इस सुविधा के उपयोग से आप अपने घर पर ही रहकर बातचीत कर सकते हैं। आप क्लासरूम की तरह यहाँ पर भी एक दूसरे से सवाल जबाब कर सकते है। प्राकृतिक आपदा या आपातकाल की स्थिति में ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया का महत्व और भी अधिक बढ़ जाता है। इस प्रक्रिया का सही उदाहरण हाल ही में फैली कोविड-19 महामारी है, जिसका प्रभाव सारी दुनिया में है और इसके प्रभाव से बचने के लिए सभी प्रयत्नशील है।

नुकसान

कैसे ऑनलाइन अध्ययन छात्रों के लिए अच्छा नहीं है: ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया में कई लाभों के अलावा कुछ नुकसान भी हमारे सामने प्रस्तुत होते हैं। जिस तरह वास्तविक कक्षा में जो उत्साह का वातावरण होता है यहाँ उस वातावरण का अभाव होता है। एक जीवंत कक्षा या लाइव क्लास में जो आनंद का माहौल होता है, ऑनलाइन अध्ययन में उस माहौल की कमी होती है। यहाँ पर एक शिक्षक और छात्र एक दूसरे से केवल एक ही विषय को लेकर बातचीत और चर्चा कर सकते है। इसके अलावा इसके कारण गैजेट के ओवर एक्सपोजर से स्वास्थ्य के कई खतरे जैसे कि सिरदर्द, आंखों का कमजोर होना और एकाग्रता में कमी आना इत्यादि का खतरा भी बढ़ जाता है। ऑनलाइन अध्ययन के कई फायदों के बावजूद इसके ढेरों नुकसान भी है। यहां नीचे इससे होने वाले कुछ नुकसान के बारें में आपको बताया गया है।

खुद पर नियंत्रण

एक ऑनलाइन अध्ययन की सफलता आपके स्वयं के आचरण पर निर्भर करता है, चाहे वह किसी भी क्षेत्र में हो। किसी

भी ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया सफल हुई या नहीं यह बात केवल आपके सीखने की उत्सुकता पर ही निर्भर करती है, हो सकता है कि आपका अध्यापक आपको न देख सके, यह आपकी स्वतंत्रता पर निर्भर करता है कि आप सीखने के कितने इच्छुक है। आप खुद के मन को कैसे नियंत्रित कर उस कक्षा से कितना सीखते है यह आप पर निर्भर करता है।

ईमानदारी पर निर्भर

यह ऑनलाइन अध्ययन की एक महत्वपूर्ण कमियों में से एक है। ऑनलाइन कक्षा में रहते हुए आपका ध्यान हमेशा के लिए उस पर होना चाहिए, उसके लिए आप कक्षा में स्वतंत्र नहीं है। आप ऑनलाइन कक्षा के प्रति कितने ईमानदार है यह आपकी उपस्थिति पर निर्भर करता है। ऐसी कक्षा में सभी छात्र पर ध्यान देना शिक्षक के लिए संभव नहीं है।

केवल कोर्स सम्बन्धित बातें

अक्सर एक ऑनलाइन कक्षा में विषय के उस बिन्दु पर चर्चा की जाती है जिस विषय में चर्चा की जानी होती है। आमतौर पर कक्षाओं में शिक्षक जहां अपने निजी तथ्य और घटनाएं भी शामिल करता है, ऑनलाइन कक्षा में इसकी कमी रहती है। कक्षा में जहां शिक्षक कई अन्य बातों के बारे में भी बात कर सकता है वहीं वह ऑनलाइन कक्षा में केवल विषय से सम्बन्धित बातें ही बताता है।

ओवर एक्सपोजर टू स्क्रीन

ऑनलाइन अध्ययन में कक्षाओं के संचालन के लिए इलेक्ट्रॉनिक स्क्रीन गैजेट्स की आवश्यकता होती है। छात्रों को लम्बे समय तक, कभी-कभी 2 से 3 घंटे तक लगातार स्क्रीन पर देखना पड़ता है। इस तरह लम्बे समय तक स्क्रीन देखने के कारण हमारे स्वास्थ की प्रतिरोधक क्षमता पर गहरा प्रभाव पड़ता है। इसके कारण कुछ छात्रों में सिरदर्द और आंखों की समस्या देखने को मिलती है।

सीमित बातचीत

हालांकि शिक्षक और छात्रों के बीच ऑनलाइन कक्षा में बातचीत की कोई सीमा तय नहीं की गई है, फिर भी यहाँ एक सीमित मात्रा में बात की जाती है। एक शिक्षक को सभी छात्रों के प्रश्नों के उत्तर देने पड़ते है इस कारण शिक्षक छात्रों को बस कुछ मिनट ही दे पाता है, इसके लिए वह बाध्य होता है।

निष्कर्ष

स्वास्थ्य सम्बन्धित इतने नुकसान के बाद भी इस अध्ययन प्रक्रिया का उपयोग विशिष्ट परिस्थितियों में बहुत ही फायदेमंद साबित हुआ है। जब कि आपका घर छोड़ना आपकी सुविधा और स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है तो उस स्थिति में ऑनलाइन अध्ययन की प्रक्रिया आपके लिए एक वरदान साबित हो जाती है। ऑनलाइन अध्ययन का तरीका कुछ मामलों में पूर्ण नहीं है। यह तो निश्चित है कि इसके अपने कई नुकसान है, पर कुछ महत्वपूर्ण परिस्थितियों में यह हमारे लिए बहुत फायदेमंद साबित हुआ है। जैसे कि कोविड-19 महामारी में लॉकडाउन होने के उपरान्त यह कई स्कूल और बहुत सारें छात्रों के लिए एक आशीर्वाद के रूप में उन्हें मिला है।

भारतीय इतिहास की धरोहर

दीपक लखचौरा
सचिव डीडी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

इतिहास हमारे पासवर्ड की तरह होता है। यह हमें हमारे पितृवंशों, समाजों, और संस्कृतियों के साथ जुड़े रहने का मार्गदर्शन करता है। इतिहास हमें हमारी गलतियों और उनके परिणामों से सीखने का अवसर भी प्रदान करता है। इतिहास हमें हमारी भूमिका और पहचान की समझ प्रदान करता है। यह हमें हमारे समाज के निर्माण में और अधिक जिम्मेदार और सहयोगी बनाता है।

इतिहास हमें समाज में परिवर्तन के कारणों और परिणामों का अध्ययन करने का अवसर देता है। यह हमें विश्व के अन्य समाजों और संस्कृतियों के साथ हमारी तुलना करने की क्षमता प्रदान करता है। इतिहास हमें उन महान व्यक्तियों के जीवन के बारे में जानकारी प्रदान करता है जिनके प्रेरणास्त्रोत और कार्यों से हमारे समाज में परिवर्तन और उत्थान हुआ है।

सम्पूर्ण रूप से कहें, इतिहास हमें हमारे अतीत को समझने में मदद करता है, हमें हमारे वर्तमान को समझने में मार्गदर्शन देता है, और हमें हमारे भविष्य के लिए तैयार करता है। भारतीय इतिहास की धरोहर विशाल, समृद्ध, और अत्यंत मौलिक है। इसमें विभिन्न युगों की संस्कृति, धर्म, और समाज की विविधता देखी जा सकती है। यहां कुछ मुख्य विषयों पर समीक्षा की गयी है:-

भारतीय इतिहास की धरोहर उसकी समृद्ध और प्राचीन विरासत है, जो हर युग में विकसित हुई है। भारतीय इतिहास विभिन्न शासकों, सम्राटों, और संस्कृतियों के आधार पर निर्मित है। प्राचीन काल में, भारतीय सभ्यता ने विश्व को विज्ञान, गणित, धर्म, और साहित्य में अपना महत्वपूर्ण योगदान दिया। इस युग में हिन्दू और जैन धर्म के विकास के साथ ही बौद्ध धर्म भी उत्कृष्टता तक पहुंचा।

मध्यकाल में, मुगल साम्राज्य और गुप्त साम्राज्य जैसी महत्वपूर्ण संस्थाओं ने भारतीय इतिहास को आधुनिक रूप दिया। इस युग में साहित्य, कला, और संस्कृति में भी विकास का एक महत्वपूर्ण काल रहा।

नवीन काल में, भारत ने स्वतंत्रता संग्राम के माध्यम से ब्रिटिश शासन से आजादी प्राप्त की। यह एक महत्वपूर्ण युग था जब भारत अपने स्वाधीनता की लड़ाई लड़ रहा था और अपनी राष्ट्रीय और सांस्कृतिक पहचान को स्थापित कर रहा था।

आज, भारतीय इतिहास की धरोहर हमें हमारी विरासत के प्रति सम्मान और गर्व के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देती है। यह हमें हमारे समृद्ध और प्राचीन भारतीय समाज की महत्वपूर्ण शिक्षाओं से परिचित कराती है, जो हमें आज के समय में भी मार्गदर्शन प्रदान करती है।

भारतीय इतिहास एक अद्वितीय और प्रेरणादायक सागर है जो हमें हमारी प्राचीनता, संस्कृति, और समृद्धि की अनगिनत गहराईयों तक ले जाता है। इसे एक महत्वपूर्ण शिक्षा के स्रोत के रूप में देखा जा सकता है जो हमें हमारे राष्ट्रीय और सांस्कृतिक पहचान का एक स्पष्ट दृष्टिकोण प्रदान करता है।

भारतीय इतिहास के अध्ययन से हमें विभिन्न कालों में हुए घटनाओं, संघर्षों, और समृद्धि की कठिन प्रक्रिया का अनुभव मिलता है। यह हमें उन शूरवीरों की याद दिलाता है जो अपने देश के लिए स्वाधीनता की लड़ाई लड़ते रहे हैं, संस्कृति के आधार को बनाए रखने के लिए काम किया, और समृद्धि की प्राप्ति के लिए प्रयासरत रहे।

भारतीय इतिहास हमें हमारी विरासत के प्रति गर्व और सम्मान का अहसास दिलाता है। यह हमें एक सामाजिक और सांस्कृतिक संरचना की समझ प्रदान करता है, जो हमारे देश के रहने वाले विभिन्न समुदायों के बीच साझा किए गए विचारों, धार्मिक आध्यात्म, और सामाजिक अभिवृद्धि का परिणाम है।

भारतीय इतिहास का अध्ययन हमें उन गलियों और नगरों के बारे में बताता है जो शहरी जीवन का सबसे प्राचीन उदाहरण हैं, और हमें विभिन्न कला और संस्कृतियों का परिचय देता है जो हमारे पितृजनों की विविधता को प्रकट करते हैं।

भारतीय इतिहास हमें आज की समस्याओं और चुनौतियों को समझने में मदद करता है। यह हमें उस अद्भुत अनुभव की ओर ले जाता है जिसमें हमारे पूर्वजों ने संघर्ष किया, विकल्पों का सामना किया, और सामूहिक उत्थान के लिए प्रयास किया।

इस प्रकार, भारतीय इतिहास हमें हमारी भूमिका और कर्तव्यों के प्रति जागरुक करता है और हमें एक सकारात्मक दिशा में अग्रसर करने के लिए प्रेरित करता है। इसका अध्ययन हमें एक गहरे सम्मान और आदर के साथ हमारे राष्ट्रीय और सांस्कृतिक विरासत को समझने का अवसर प्रदान करता है।

बच्चों का आत्मविश्वास

रश्मि सैनी
कार्मिक निदेशालय

माता-पिता का प्यार बच्चों के लिए सबसे सच्चा और अच्छा माना जाता है। सभी माता-पिता चाहते हैं कि उनके बच्चे कामयाब हों और उनका नाम रोशन करें। इसके लिए माता-पिता ही अहम किरदार निभाते हैं। अपने बच्चों का आत्मविश्वास, मनोबल बढ़ाना माता-पिता की जिम्मेदारी है। आत्मविश्वास से भरपूर बच्चे जीवन में आसानी से अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर रहते हैं तथा उस लक्ष्य की प्राप्ति भी करते हैं। माता-पिता को बच्चों में आत्मविश्वास जगाने के लिए कई बातों को समझना और उनको अपने आचरण में लाना भी जरूरी है।

बच्चों को सुनना

कई बार माता-पिता बच्चों को अनसुना कर देते हैं और कई बार बिना सुने उन्हें दोषी मान लेते हैं। ऐसा करना बच्चों पर नकारात्मक प्रभाव डालता है। माता-पिता द्वारा बच्चों की बातें सुनना, उन्हें अच्छा अनुभव कराने के साथ उनके आत्मविश्वास को भी बढ़ाता है। ऐसे में पढ़ाई से लेकर खेल तक, उनके रोजमर्रा के अनुभव बच्चों के साथ साझा करना बच्चों के आत्मविश्वास को बढ़ाने के लिए प्रभावकारी साबित होता है।

बच्चों की भावनाओं को समझना

किसी ने सच कहा है, “बच्चे मन के सच्चे”, जो भी उनके मन में होता है वह सरल स्वभाव से बोल भी देते हैं। परन्तु कई बार अपनी भावनाएं ठीक प्रकार से समझा नहीं पाते और माता-पिता द्वारा उन्हें अनदेखा करने पर आहत हो जाते हैं। ऐसी स्थितियां, उनमें आक्रोश भर देती है। इसलिए माता-पिता को बच्चों के हंसने-रोने, गुस्सा होने, सभी प्रकार के जज़्बातों की कद्र करना बहुत जरूरी है। उनसे हर विषय पर बात करके, उनके हालात समझने की कोशिश करनी चाहिए ताकि उन्हें सही मार्ग दिखाया जा सके। ऐसा करने से उनका आत्मविश्वास बढ़ने के साथ-साथ उन्हें सकारात्मक ऊर्जा भी मिलती है।

बच्चों के साथ प्यार जताएं

बच्चों से गलती हो जाने पर माता-पिता को स्वयं पर संयम रखना बहुत जरूरी है। उन पर गुस्सा होने, उन्हें डांटने-मारने की जगह उन्हें प्यार से समझाएं। बच्चों को उनकी गलती का एहसास कराएं, उस गलती से होने वाली हानि के बारे में बताएं। इसी प्रकार जब बच्चे कुछ अच्छा करें तब उनकी तारीफ करना भी न भूलें। अपनी तारीफ सुनकर बच्चे काम करने में अधिक दिलचस्पी लेने लगते हैं।

दोस्ती के मायने समझाएं

बच्चों को दोस्ती का महत्व सिखाना भी जरूरी है। माता-पिता के लिए बच्चों को अच्छे-बुरे का फर्क समझाना कभी-कभी मुश्किल हो जाता है। ऐसे में माता-पिता स्वयं उनका मित्र बनने की पहल करें। बच्चों का मित्र बनाना उनके भावनात्मक और सामाजिक कनेक्शन पर निर्भर करता है, पर माता-पिता का सहयोग इसके लिए उन्हें सहज बनाता है तथा खुशी भी देता है।

इसी प्रकार कई छोटी-छोटी बातें बच्चों के लिए प्रभावकारी होती है। उनके सामने कभी कुछ ऐसा न करें जिससे उन पर गलत प्रभाव पड़े। परिवार में सभी के लिए समय निकालना, एक दूसरे से बातें करना, साथ बैठकर भोजन करना, जैसी आदतें बच्चों को परिवार से जोड़कर रखती हैं। माता-पिता को बच्चों के साथ भावनात्मक जुड़ाव रखने के साथ-साथ उनके सही-गलत कार्यों पर नजर रखना भी अति आवश्यक है।

बच्चों को नया सीखने के लिए समय दें, अन्य बच्चों से उनकी तुलना न करें। उनसे जरूरत से ज्यादा उम्मीद न करें। हार-जीत सिक्के के दो पहलू हैं, उन्हें दोनों के लिए तैयार करें। बच्चों को हार स्वीकार करना सिखाना भी जरूरी है, नहीं तो हारने पर उनका आत्मविश्वास टूट जाता है। जो बच्चे हार स्वीकार नहीं कर पाते, उनके लिए सफलता पाना भी कठिन हो जाता है। इसलिए माता-पिता बच्चों को हर प्रकार की स्थिति का सामना करना सिखाएं। बच्चों के साथ किसी प्रकार की जोर जबरदस्ती न करें। आप जैसा उन्हें बनाना चाहते हैं, वैसा उनके सामने स्वयं बनकर दिखाएं। बच्चों को सही राह पर चलाने के लिए पहले खुद उस राह पर चलना आवश्यक है।

माता-पिता बच्चों के लिए प्रेरणा स्रोत होते हैं, इसलिए यदि माता-पिता चाहते हैं कि उनके बच्चे अपने भीतर आत्मविश्वास बनाएं तो माता-पिता को भी ऐसे काम करने होंगे जिससे बच्चों को लगे कि आप आत्मविश्वास से भरपूर हैं और उनको यह विश्वास दिलाएं कि आप उनके हर कदम पर उनके साथ हैं।

खेल का महत्व

सुषमा सिंह
योजना एवं समन्वय निदेशालय

खेल हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह हमें स्वस्थ रखने के साथ-साथ हमारे मानसिक, शारीरिक और सामाजिक विकास का भी माध्यम है। खेलने से हमारे शरीर की शक्ति बढ़ती है और हम तंदुरुस्त रहते हैं। इसके साथ ही, खेल हमें विज्ञान, मनोविज्ञान, संघटना, अनुशासन और नैतिकता की महत्वपूर्ण शिक्षा भी प्रदान करता है।

खेल का महत्व सिर्फ शारीरिक स्वास्थ्य तक सीमित नहीं होता है, बल्कि यह हमारे मनोवैज्ञानिक विकास के लिए भी आवश्यक है। खेल खेलने से हमारा मन ताजगी और सक्रियता से भर जाता है। यह हमारे मानसिक तनाव को कम करने में मदद करता है और हमें खुश और स्वस्थ रखता है।

खेल हमें सामाजिक रूप से एक-दूसरे से जुड़ने में भी मदद करते हैं। जब हम खेल खेलते हैं, तो हम समूह में समन्वय और टीमवर्क करते हैं। यह हमें समान भागीदारी का आदर्श देता है और हमें समानता, समरसता और संयम की महत्वपूर्ण शिक्षा प्रदान करता है। खेल में संघटना और नेतृत्व के गुण विकसित होते हैं और हमें सामाजिक संबंधों को मजबूत करने का एक अद्वितीय माध्यम प्रदान करता है। खेल के महत्व पर चर्चा करते हुए, पहले शारीरिक स्वास्थ्य पर बात करेंगे। खेलना हमारे शारीरिक दक्षता और क्षमता को बढ़ाता है। यह हमारे हृदय को मजबूत बनाता है, रक्त परिसंचरण को बढ़ाता है और मोटापे को कम करता है। खेलने से हमारे शरीर की मांसपेशियाँ मजबूत होती हैं, हड्डियाँ मजबूत होती हैं और हमारा ऊर्जा स्तर बढ़ता है।

खेल हमारे मानसिक विकास के लिए भी महत्वपूर्ण है। यह हमारी ध्यान क्षमता और मनोयोग्यता को विकसित करता है। खेलने के दौरान हम स्थायित्व, सहनशीलता और निर्णय लेने की क्षमता को बढ़ाते हैं। यह हमारा आत्मविश्वास बढ़ाता है और मानसिक संतुलन को बनाए रखने में मदद करता है। खेल खेलने से हम स्ट्रेस से मुक्त होते हैं और खुश रहते हैं।

खेल का सामाजिक महत्व भी अद्वितीय है। खेलना सामूहिक रूप से खेलने की क्षमता को बढ़ाता है और साझेदारी की भावना को विकसित करता है। खेल के दौरान हम दूसरों को समझते हैं, टीमवर्क करते हैं और नेतृत्व के कौशल का अभ्यास करते हैं। यह हमें संगठनात्मक कौशल, संघटनात्मकता और समानता की सीख सिखाता है। खेल सामाजिक संपर्क, सद्भावना और समरसता को बढ़ाता है।

खेल हमारे जीवन में बहुत महत्वपूर्ण हैं। वे हमें स्वस्थ, मनोरंजन, और संघर्ष करने की क्षमता प्रदान करते हैं। खेल हमारे शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक विकास और सामाजिक योग्यता को सुधारते हैं। इसलिए, हमें नियमित रूप से खेल खेलना चाहिए और उसे अपने जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा बनाना चाहिए। यह हमें स्वस्थ और सफल जीवन जीने में मदद करेगा।

शारीरिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए खेल सबसे अच्छा तरीका है, जो बहुत लाभदायक है। बहुत से देशों में खेलों को बहुत अधिक महत्व दिया जाता है, क्योंकि वे एक व्यक्ति के जीवन में खेल के वास्तविक लाभ और व्यक्तिगत व पेशेवर जीवन में इसकी आवश्यकता को जानते हैं। किसी धावक (एथिलीट) या पेशेवर खिलाड़ी के लिए शारीरिक गतिविधियाँ बहुत महत्वपूर्ण होती हैं। यह उनके और उनके जीवन के लिए बहुत मायने रखती है। खेल खिलाड़ियों के लिए राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बहुत अच्छा अवसर रखता है। कुछ देशों में, कुछ अवसरों, कार्यक्रमों और त्योहारों के आयोजन पर स्पोर्ट्स और खेल गतिविधियाँ आयोजित की जाती हैं, उदाहरण के लिए प्राचीन यूनान के ओलम्पियाड को सम्मान प्रदर्शित करने के लिए ओलम्पिक खेलों का आयोजन किया जाता है।

प्रगतिशील और आधुनिक बनने की दौड़ में हम अपने स्वास्थ्य से खिलवाड़ कर रहे हैं। खेल का महत्व हम भूलते जा रहे हैं। आज के बच्चे मोबाइल, लैपटॉप और वीडियो गेम्स ही खेलते हैं। परंतु खेल का महत्व बच्चों की बढ़ती ग्रोथ के साथ जानना आवश्यक है। खेल जितना स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है, उतना ही पढ़ाई में भी है।

खेल का हमारे जीवन में क्या महत्व है इसके बारे में हम बचपन से सुनते आए हैं और इसलिए स्कूल कॉलेज में अलग से स्पोर्ट्स टाइम दिया जाता है। इतना ही नहीं घर पर कई बार मम्मी भी बच्चों को डांटती रहती है कि थोड़ा बाहर जाके खेलो, सारा दिन में घर में टीवी देखते हो।

शरीर और दिमाग के विकास में खेल महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसके साथ खेल आपके तनाव को भी दूर करता है। खेल आपकी एकाग्रता को बनाए रखने के लिए अच्छा है।

यदि हम इतिहास पर नजर डालें तो हम देखते हैं कि, खेलों को प्राचीन समय से ही बहुत अधिक महत्व दिया जा रहा है। आधुनिक समय में, अन्य मनोरंजन बढ़ाने वाली चीजों, जैसे- वीडियो गेम, टीवी आदि की वृद्धि और प्रसिद्धि के कारण जीवन में खेलों की मांग कम हो रही है। यद्यपि, यह भी सत्य है कि बहुत से देशों में खेल सांस्कृतिक गतिविधियों का हिस्सा माने जाते हैं, इसलिए हम कह सकते हैं कि, भविष्य में खेल और स्पोर्ट्स का प्रचलन कभी खत्म नहीं होगा।

खेल गतिविधियों को स्कूल और कॉलेजों में विद्यार्थियों के अच्छे शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य और पेशेवर भविष्य के लिए अनिवार्य कर दिया गया है। पूरी मेहनत और लगन से खेल में भाग लेने वालों के लिए भविष्य में कैरियर के अवसर भी प्रदान करता है। यह विशेष रूप से विद्यार्थियों के लिए बहुत ही लाभदायक है क्योंकि, यह शारीरिक और मानसिक विकास में सहायक है। वे लोग जो खेलों में अधिक रुचि रखते हैं और खेलने में अच्छे हैं, वे अधिक सक्रिय और स्वस्थ जीवन जी सकते हैं। वे कार्यस्थल पर बेहतर अनुशासन के साथ ही नेतृत्व के गुणों को विकसित कर सकते हैं।

संस्कारों का महत्व

नितिन कुमार
कार्मिक निदेशालय

भारतीय संस्कृति का मूल्यांकन करते समय, भारतीय संस्कारों का अत्यधिक महत्व है। ये संस्कार हमारी पारंपरिक और सांस्कृतिक धरोहर को निरंतर जीवित रखते हैं। भारतीय संस्कृति की विशेषता यह है कि वह अनेकता में एकता को स्वीकार करती है। यहाँ पर विभिन्न धर्म, भाषा, राज्य और समाज की अनेक संस्कृतियों का संगम है। भारतीय संस्कृति में त्योहारों, विवाह, जन्मोत्सव, और धार्मिक उत्सवों के माध्यम से यह विविधता दिखाई देती है।

भारतीय संस्कृति में परिवार का अत्यधिक महत्व है। परिवार के साथ हर उत्सव और त्योहार को मनाना, साझा करना और एकत्रित होकर उनका आनंद लेना, भारतीय संस्कृति की एक अहम विशेषता है। यहाँ पर परिवार के सदस्यों के बीच समरसता, प्रेम, और सहानुभूति का माहौल होता है। भारतीय संस्कृति में धार्मिकता का महत्व भी अत्यंत उच्च है। धर्म के माध्यम से हमारी संवेदना, नैतिकता, और अदालत का विकास होता है। धर्म की शिक्षाएँ हमें सही और गलत के बीच का अंतर समझाती हैं। इस प्रकार, भारतीय संस्कृति अपनी अनूठी विविधता, धार्मिकता और परंपरागतता के साथ अपनी विशेषता को साकार करती है। यह संस्कृति हमें सामाजिक सहयोग, सहनशीलता, और समरसता की भावना सिखाती है और हमें एक मजबूत और एकत्रित राष्ट्र के रूप में समृद्धि प्राप्त करने के लिए मार्गदर्शन करती है।

संस्कार हमारे जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं। ये हमें उन मूल्यों और नैतिकता का ज्ञान देते हैं जो हमें एक समाज में सही और समर्थ नागरिक बनाते हैं। संस्कारों का मतलब सिर्फ किसी खास धर्म या समुदाय के अनुसार जीना नहीं है, बल्कि इसका मतलब यह भी है कि अच्छे आचरण और नैतिक तत्वों का पालन करना। हमारे जीवन में संस्कारों का महत्व अत्यंत उच्च है। ये हमें अपने आस-पास के लोगों के प्रति सम्मान और सहानुभूति का अद्भुत अनुभव कराते हैं। संस्कारों के माध्यम से ही हम जीवन में सफलता, सुख, और शांति प्राप्त कर सकते हैं।

संस्कारों को प्राप्त करने का प्रमुख स्रोत हमारा परिवार होता है। परिवार में हमें संस्कार सिखाए जाते हैं, जो हमें जीवन में सही और गलत के बीच अंतर को समझने में मदद करते हैं। एक संस्कारी परिवार ही एक संस्कारी समाज की नींव होता है। संस्कारों का पालन व्यक्ति को जीवन में सही दिशा दिखाता है। ये हमें धर्म, नैतिकता, संवेदनशीलता, सहानुभूति और दया के मूल्यों को सीखने में मदद करते हैं। इसलिए, हमें संस्कारों के महत्व को समझना और उन्हें अपने जीवन में अमल में लाना चाहिए। ये हमें एक समृद्ध, सही और संतुलित जीवन जीने में मदद करेंगे।

बाल मनोविज्ञान और बच्चों का विकास

मनोज कटारिया
कार्मिक निदेशालय

बच्चों का विकास हर समाज की प्राथमिकता होनी चाहिए, क्योंकि वे हमारा भविष्य हैं और वह समाज के नेतृत्व में अहम भूमिका निभाते हैं। बच्चों का संपूर्ण विकास उनके शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, और आध्यात्मिक अवश्यकताओं को समेटने की क्षमता के रूप में देखा जाता है।

पहला बच्चों के विकास में शिक्षा का महत्वपूर्ण योगदान है एक अच्छी शिक्षा बच्चों को सोचने की क्षमता, संस्कृति के प्रति समझ, और विज्ञान और तकनीक के क्षेत्र से उनका साक्षात्कार करने की क्षमता प्रदान करती है।

दूसरा, बच्चों को संजीवनी साधनों का उपयोग सिखाना जरूरी है, जैसे कि खेलना और शारीरिक गतिविधियों में भाग लेना। यह उनके शारीरिक स्वास्थ्य को बनाए रखने और सक्रिय जीवन शैली को प्रोत्साहित करने में मदद करता है।

तीसरा, मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल भी आवश्यक है। बच्चों को स्नायुवाहिक परिस्थितियों, दबावों और तनाव के साथ सही तरीके से निपटने की क्षमता सिखाई जानी चाहिए।

चौथा, सामाजिक और नैतिक मूल्यों का प्रशिक्षण भी बच्चों के विकास के लिए महत्वपूर्ण है। उन्हें सामाजिक जिम्मेदारियों, सहयोग, और समरसता के महत्व का ज्ञान होना चाहिए। बच्चों का विकास समाज की उन्नति और समृद्धि का मार्गदर्शन करता है। हमें उनके समग्र विकास को प्राथमिकता देनी चाहिए ताकि हम समृद्ध समाज का निर्माण कर सकें जो समर्थ, समरस और समृद्ध हो।

बाल मनोविज्ञान एक शाखा है जो बच्चों के मानसिक और भावनात्मक विकास का अध्ययन करती है। यह शाखा विज्ञान और मनोविज्ञान के सिद्धांतों को बच्चों के स्तर पर लागू करती है ताकि उनकी समझ में सुधार हो सके और उनकी शिक्षा और परवरिश में मदद मिल सके।

बाल मनोविज्ञान का अध्ययन बच्चों के विकास के विभिन्न पहलुओं को समझने में मदद करता है, जैसे कि उनका भाषा विकास, सामाजिक और भावनात्मक विकास, और मानसिक स्वास्थ्य। इसके अंतर्गत बच्चों के विचारों, भावनाओं, और व्यवहार की गहराई से समझ कर उन्हें सही दिशा में प्रेरित किया जाता है।

बाल मनोविज्ञान के क्षेत्र में विभिन्न अध्ययन होते हैं, जैसे कि बच्चों का विकास, उनकी शिक्षा और स्कूली प्रवृत्ति, परिवार और समाज में उनकी भूमिका, और उनकी भावनात्मक स्थिति आदि। बाल मनोविज्ञान के माध्यम से, माता-पिता, शिक्षक, और समाज के अन्य सदस्य बच्चों को सही तरीके से समझने, समर्थित करने, और उनकी उपयुक्त देखभाल और परवरिश करने में सक्षम होते हैं। यह उनकी भविष्य की बेहतर रणनीति बनाने में मदद करता है और समाज के लिए एक सकारात्मक योगदान प्रदान करता है।

बच्चों का विकास समाज की उन्नति और समृद्धि का मार्गदर्शन करता है। हमें उनके समग्र विकास को प्राथमिकता देनी चाहिए ताकि हम समृद्ध समाज का निर्माण कर सकें जो समर्थ, समरस और समृद्ध हो।

आधुनिक भारतीय विज्ञान

रमेश गौड़
साइबर सलाहकार का कार्यालय

विज्ञान एक अद्वितीय क्षेत्र है जो मानव समाज के विकास और प्रगति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यह ज्ञान का विज्ञान है, जिससे हम अपने पर्यावरण को समझ सकते हैं, नई तकनीकों का निर्माण कर सकते हैं, और समस्याओं का समाधान कर सकते हैं। विज्ञान ने मानवता को आधुनिक युग में अनगिनत लाभ प्रदान किए हैं, जैसे कि चिकित्सा, परिवहन, इंटरनेट, और ऊर्जा संयंत्रों का विकास आदि।

विज्ञान और प्रौद्योगिकी का अद्वितीय योगदान भारतीय समाज और अर्थव्यवस्था को भी प्रभावित करता है। भारतीय वैज्ञानिकों ने विभिन्न क्षेत्रों में अद्वितीय अनुसंधान किया है, जैसे कि अंतरिक्ष अनुसंधान, नैविक विज्ञान, आयुर्वेद, और न्यूरॉनिक्स। उनके योगदान ने देश को गर्वान्वित किया है और उसे विश्व स्तर पर महत्वपूर्ण भूमिका में स्थानांतरित किया है।

विज्ञान और प्रौद्योगिकी के विकास के साथ ही, हमें सावधानीपूर्वक तकनीकी प्रगति का लाभ उठाना चाहिए, लेकिन साथ ही वैज्ञानिक अनुसंधानों के नैतिक मानकों और पर्यावरणीय प्रभावों को भी ध्यान में रखना चाहिए। विज्ञान और प्रौद्योगिकी को समाज के लाभ के लिए उपयोग किया जाना चाहिए, ताकि हम सभी का विकास साथ में हो सके।

आधुनिक भारतीय विज्ञान ने अंगीकार किए जाने वाले तकनीकी, और आधुनिक विज्ञान के क्षेत्र में बड़ी उत्कृष्ट प्रगति की है। यह विज्ञान न केवल विज्ञान की दुनिया में बल्कि उसके अन्वेषण, अनुसंधान और उपयोग के क्षेत्र में भी महत्वपूर्ण योगदान देता है।

भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन ने विश्व को अपने उत्कृष्ट उपग्रह प्रोग्राम, उच्च घटकीय उपग्रहों, और अंतरिक्ष अनुसंधान में अपने महत्वपूर्ण योगदान के लिए विख्यात किया है।

आधुनिक भारतीय विज्ञान ने भी आयुर्वेद और जैव तकनीक में अन्वेषण किया है, जिससे मानव स्वास्थ्य और जीवन गुणवत्ता में सुधार किया जा सकता है। भारतीय वैज्ञानिकों के अनुसंधान ने नए औषधीय उत्पादों, खाद्य तकनीकों, और जैव प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान किया है।

इसके साथ ही, भारतीय विज्ञान ने विश्व के साथ ही अपने स्वाभाविक वातावरण के लिए भी योजनाएं बनाई हैं। भारत ने ऊर्जा प्रौद्योगिकी, जल संवर्धन, और पर्यावरणीय स्थिरता के क्षेत्र में अपने प्रयासों के लिए विख्यात है।

आधुनिक भारतीय विज्ञान ने विश्व को उत्कृष्ट उपयोगी तकनीकी और आधुनिक अनुसंधान के क्षेत्र में अपनी अग्रणी भूमिका में स्थानांतरित किया है। भारत अब एक आधुनिक और विकसित राष्ट्र के रूप में विश्व में उच्च स्थान प्राप्त कर रहा है, जो विज्ञान, प्रौद्योगिकी, और अनुसंधान में नवाचारों के साथ अपनी पहचान बना रहा है।

भारत

सुरेन्द्र पटेल
साइबर सलाहकार का कार्यालय

भारत विविधता एवं समृद्ध सांस्कृतिक विरासत वाला देश है। उत्तर में बर्फ से ढकी हुई पहाड़ियां हिमालय से लेकर दक्षिण की धूप से चमकते हुए समुद्र तटों तक, भारत विभिन्न भूभागों, भाषाओं और परंपराओं का संगम है। इसकी प्राचीन सभ्यता हजारों वर्षों पुरानी है, जिसने गणित, विज्ञान, साहित्य और दर्शन जैसे विभिन्न क्षेत्रों में योगदान दिया है।

भारत की स्वतंत्रता की लड़ाई उसकी सहनशीलता और उसके दृढ़ संकल्प का प्रमाण है तिलक, महात्मा गांधी, वीर सावरकर, नेहरु, बोस जैसे अनगिनत नेताओं के नेतृत्व में किए गए संघर्षों के परिणामस्वरूप ही 15 अगस्त 1947 को भारत ने स्वतंत्रता का दिन देखा और भारत दुनिया का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश बना। जो अपनी विविधता को स्वीकार करते हुए समानता, स्वतंत्रता और बंधुत्व के सिद्धांतों को अपनाता है।

भारत न केवल एक भौगोलिक इकाई है बल्कि एकता में भिन्नता का भी भण्डार है। इसके त्यौहार, जैसे कि दिवाली, ईद, होली और क्रिसमस, इस विविधता को प्रकट करते हैं। भारत, जो दक्षिण एशिया में स्थित एक महत्वपूर्ण देश है, विश्व का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश है और एक विशाल भौगोलिक, सांस्कृतिक और ऐतिहासिक विरासत का धारक है।

भारत का इतिहास अत्यंत प्राचीन है, जिसमें भारतीय सभ्यता ने विभिन्न क्षेत्रों में योगदान दिया है, जैसे कि विज्ञान, गणित, धर्म, और कला। यहाँ पर कई महान धार्मिक और आध्यात्मिक धाराएँ हैं, जिनमें हिंदू धर्म, जैन धर्म, बौद्ध धर्म, सिख धर्म, और इस्लाम शामिल हैं।

भारत एक विशाल देश है जिसमें विभिन्न भौगोलिक स्थितियां है, जैसे कि पहाड़, मैदान, जंगल, नदियाँ, और समुद्र। यहाँ पर विभिन्न भाषाएँ, जैसे कि हिंदी, अंग्रेज़ी, तमिल, तेलुगु, और बंगाली बोली जाती हैं।

भारत को अपनी ऐतिहासिक और सांस्कृतिक धरोहर पर गर्व है। इसकी विविधता और समृद्धि ने उसे एक अद्वितीय स्थान प्रदान किया है जो विश्व में अन्य देशों से अलग है। भारत ने अपनी प्राचीन विरासत को समझकर और उसे आज की दुनिया में स्थानांतरित करके एक उदाहरण स्थापित किया है।

बढ़ता वायु प्रदूषणः कितना खतरनाक

प्रभुनाथ दुबे
सचिव डी डी आर एंड डी और अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

पर्यावरण की रक्षा हेतु दुनिया भर में जागरुकता और कार्रवाई को प्रोत्साहित करने के लिये प्रत्येक वर्ष 5 जून को **विश्व पर्यावरण दिवस** मनाया जाता है। इस बार पर्यावरण दिवस की थीम भी "वायु प्रदूषण" है।

वायुमंडल की गैसों के विभिन्न घटकों की आदर्श स्थिति में रासायनिक रूप से होने वाला अवांछनीय परिवर्तन जो वातावरण/पर्यावरण को किसी-न-किसी रूप में दुष्प्रभावित करता है, उसे वायु प्रदूषण कहते हैं।

जून 2015 में चिली देश ने वायु प्रदूषण की खतरनाक स्थिति को देखते हुए सेंटियागो में पर्यावरणीय आपातकाल घोषित कर दिया था। इसी तरह दिसंबर 2015 और दिसंबर 2016 में चीन की राजधानी बीजिंग में वायु प्रदूषण के कारण दो बार रेड अलर्ट घोषित किया जा चुका है। राष्ट्रीय वायु गुणवत्ता सूचकांक के मुताबिक देश के 15 से अधिक शहरों में वायु की गुणवत्ता तय मानक से काफी कम है। वहीं 'वर्ल्ड इकोनॉमिक फोरम' की रिपोर्ट के अनुसार, विश्व के 20 सर्वाधिक प्रदूषित शहरों में से 10 भारत के हैं।

दिल्ली में प्रदूषण का स्तर विश्व स्वास्थ्य संगठन के मानकों से कई गुना ज़्यादा है। इसके अलावा सड़क की धूल, उद्योग एवं ऊर्जा कारखाने, निर्माण गतिविधियों से उत्पन्न धूल, हरियाणा-पंजाब में पुआल को जलाना इत्यादि ज़िम्मेदार हैं।

वायु प्रदूषण प्राकृतिक एवं मानवीय कारकों द्वारा होता है। प्राकृतिक कारकों में ज्वालामुखी क्रिया, वनाग्नि, कोहरा, परागकण, उल्कापात आदि हैं। परंतु प्राकृतिक स्रोतों से उत्पन्न वायु प्रदूषण कम खतरनाक होता है क्योंकि प्रकृति में स्व-नियंत्रण की क्षमता होती है। मानवीय क्रियाकलापों में वनोन्मूलन, कारखाने, परिवहन, ताप विद्युत गृह, कृषि कार्य, खनन, रासायनिक पदार्थ, अग्नि शस्त्रों का प्रयोग तथा आतिशबाजी द्वारा वायु प्रदूषण में वृद्धि हो रही है।

विकसित तथा विकासशील देशों में विकास एवं अन्य मानकों में आगे निकलने की होड़ ने पर्यावरण को इतना प्रदूषित कर दिया है कि आज विश्व के सामने जलवायु परिवर्तन, भूमंडलीय तापन एवं ओज़ोन क्षरण की समस्या ने मानव के अस्तित्व के समक्ष संकट खड़ा कर दिया है। हवा में अवांछित गैसों की उपस्थिति से मनुष्य, पशुओं तथा पक्षियों को गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इससे दमा, सर्दी, अंधापन, श्रवण शक्ति कमज़ोर होना, त्वचा रोग आदि बीमारियाँ पैदा होती हैं।

वायु प्रदूषण के कारण अम्लीय वर्षा का खतरा बढ़ा है क्योंकि बारिश के पानी में सल्फर डाईऑक्साइड, नाइट्रोजन डाईऑक्साइड आदि जहरीली गैसों के घुलने की संभावना बढ़ी है जिससे पेड़-पौधे, भवनों व ऐतिहासिक इमारतों को नुकसान पहुँचा है।

वायु प्रदूषण की रोकथाम एवं नियंत्रण के लिये कारखानों को शहरी क्षेत्र से दूर स्थापित किया जाना तथा कारखानों की चिमनियों की अधिक ऊँचाई व इनमें फिल्टरों के उपयोग की अनिवार्यता आवश्यक है।

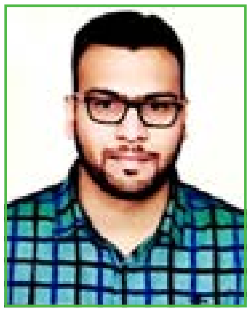
जनसंख्या की वृद्धि को स्थिर करने की आवश्यकता है जिससे खाद्य व आवास के लिये पेड़ों व वनों को न काटना पड़े। साथ ही आम जनता को वायु प्रदूषण के दुष्प्रभावों का ज्ञान कराना भी जरूरी है जिससे वे स्वयं प्रदूषण नियंत्रण के सार्थक उपायों को अपनाकर इसे नियंत्रित करने में योगदान दे सकें। इसके लिये सभी प्रकार के प्रचार माध्यमों का उपयोग करना चाहिये।

गाड़ियों एवं दुपहिया वाहनों की ट्यूनिंग की जानी आवश्यक है ताकि अधजला धुआँ बाहर आकर पर्यावरण को दूषित न करे। साथ ही सार्वजनिक परिवहन को बढ़ावा दिया जाना आवश्यक है। इस संदर्भ में ऑड-ईवन नियम एक सराहनीय कदम है, जिसे हाल में दिल्ली सरकार द्वारा अपनाया गया है।

निर्धूम चूल्हा व सौर ऊर्जा की तकनीक को प्रोत्साहित करना चाहिये। इसको पाठ्यक्रम में शामिल करके बच्चों में इसके प्रति चेतना जागृत की जानी चाहिये।

पर्यावरण के संबंध में पहला सम्मेलन वर्ष 1972 में स्टॉकहोम में हुआ और इसी सम्मेलन में 5 जून को विश्व पर्यावरण दिवस के रूप में घोषित किया गया। भारत में वायु प्रदूषण नियंत्रण हेतु विशेष कार्रवाई वर्ष 1970 के दशक में प्रारंभ हुई तथा वर्ष 1981 में वायु प्रदूषण नियंत्रण अधिनियम पारित हुआ।

मानसिक तनाव: एक सच्चाई



शुभाशीष श्रीवास्तव
सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

मानसिक तनाव आधुनिक जीवनशैली से जुड़ी आम समस्या है पर जागरुकता के अभाव में अधिकतर लोग इसकी ओर ध्यान नहीं देते। अगर सही समय पर उपचार न किया जाए तो शारीरिक स्वास्थ्य पर भी इसका नकारात्मक असर पड़ता है। आमतौर पर तनाव को एक नकारात्मक मनोदशा के रूप में देखा जाता है लेकिन कुछ विशेष परिस्थितियों में सफलता हासिल करने के लिए थोड़ा तनाव जरूरी भी है और मनोवैज्ञानिक इसे पॉजिटिव स्ट्रेस का नाम देते हैं।

कुछ कार्यों में अच्छे प्रदर्शन के लिए थोड़ा तनाव होना जरूरी है। मसलन, खेल के मैदान, परीक्षा हॉल और स्टेज पर काम करते समय जब तक व्यक्ति के मन में थोड़ा तनाव नहीं होगा तो वह अच्छे ढंग से अपना कार्य पूरा नहीं कर पाएगा। तनाव व्यक्ति को उसके लक्ष्य से भटकने नहीं देता और वह ज्यादा सही ढंग से काम कर पाता है। अगर मन में थोड़ा स्ट्रेस हो तो वह हमें लगातार प्रयास करते रहने के लिए प्रेरित करता है। समस्याओं का आना आम बात है। आप सब कुछ नियंत्रित नहीं कर सकते हैं। कुछ परिस्थितियां खुद-ब-खुद निर्मित होती हैं, उनके लिए कोई उत्तरदायी नहीं होता है। इसलिए परिस्थिति से घबराना तथा तनाव में चले जाना उचित नहीं है। आपको सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ उस परिस्थिति से बाहर आने के उपायों पर ध्यान देना चाहिए ना कि हताश होना चाहिए।

तनाव से बचने के लिए व्यक्ति को स्ट्रेस मैनेजमेंट करने की जरूरत इसलिए होती है क्योंकि यह मानसिक तनाव भविष्य में जाकर मानसिक विकारों में परिवर्तित हो सकता है और फिर व्यक्ति का जीवन पूरी तरह से प्रभावित हो जाता है, उसके जीवन से ख़ुशी पूरी तरह से खत्म सी हो जाती है। इसलिए वक़्त रहते स्ट्रेस मैनेजमेंट पर ध्यान देने की आवश्यकता है। हर व्यक्ति को जीवन में घटित घटनाओं को स्वीकार करने की क्षमता रखनी चाहिए। बहाने बनाने, टालने, दूसरों को जिम्मेदार ठहराने की आदत आपको तनाव से बाहर नहीं आने देती है। यदि व्यक्ति घटनाओं को स्वीकार करेगा तो ही उस समस्या से बाहर आने के प्रयासों पर ध्यान दे सकेगा। परिस्थिति को अस्वीकार करने से तनाव के स्तर में वृद्धि हो सकती है। इसीलिए परेशानी को स्वीकार कर उससे लड़ने की कोशिश करना चाहिए ना कि बहाने बना कर बैठ जाना चाहिए। टालने से समस्याएं बढ़ती हैं, उनका कोई निवारण नहीं होता है जिस कारण व्यक्ति को तनाव के साथ अधिक समय बिताना पड़ सकता है।

तनाव के लिए **कोर्टिसोल हार्मोन** जिम्मेदार है, मस्तिष्क के द्वारा कोर्टिसोल का स्त्राव शरीर में तनाव के स्तर को बढ़ा देता है। इससे बचने के लिए मैडिटेशन और एक्सरसाइज पर ध्यान देने की आवश्यकता होती है। मैडिटेशन और एक्सरसाइज

करने से हाइपोथैलेमस कॉर्टिकोट्रोपिन-रिलीजिंग हार्मोन रिलीज होता है जिससे तनाव का स्तर काफी हद तक कम हो जाता है। इसीलिए स्ट्रेस मैनेज करने के लिए मैडिटेशन और एक्सरसाइज को प्रमुख माना गया है।

यदि कोई व्यक्ति तनाव का अनुभव कर रहा है तो उसे उन कामो में समय बिताना चाहिए जिसमें उसकी रुचि है। यह काम पेंटिंग करना, साफ़-सफाई करना, फिल्मे देखना, गाने सुनना आदि हो सकती है। ऐसा करने से शरीर में **सेरोटोनिन, डोर्फिन हॉर्मोन** आदि हॉर्मोन रिलीज होते हैं। जो आपको आनंद तथा शांति का अनुभव करवाते हैं। विशेषज्ञों के पास तनाव के स्तर को जांचने के उपकरण मौजूद हैं जिसके द्वारा उन्होंने शोध में पाया कि जो लोग अपनी पसंद के कार्यो में समय व्यतीत करते हैं वो औरों की तुलना में कम तनाव में रहते हैं।

हर व्यक्ति की समस्या अलग-अलग होती है और स्ट्रेस मैनेज करने का तरीका भी अलग-अलग हो सकता है। यदि आप भरपूर प्रयास कर चुके हैं फिर भी समस्या का समाधान नहीं मिल रहा तो आप किसी विशेषज्ञ की सलाह ले सकते हैं। किसी अच्छे साइकोलोजिस्ट से सलाह लेने में कोई हर्ज़ नहीं है न ही आपको ये सोचना है कि आप किसी साइकोलोजिस्ट के पास गए तो दुनिया वाले क्या कहेंगे। यह आपका जीवन है, इसके लिए आपको स्वयं को कदम उठाने होंगे। व्यक्ति पर उसके साथ रह रहे लोगों की सोच का गहरा प्रभाव पड़ता है। इसलिए हमें तनाव के समय सकारात्मक सोच वाले लोगों के साथ समय बिताना चाहिए। जैसे कुछ दोस्त जो हर समय सकारात्मक रहते हैं और आपका साथ नहीं छोड़ते हैं या फिर परिवार का कोई ऐसा सदस्य जो बुरे समय में आपका साथ देता है तथा हर परिस्थिति से निपटने के लिए सकारात्मक उपाय साझा करता है। सकारात्मक लोगों की पहचान यह है कि वे जल्दी हताश नहीं होते हैं तथा साथ वाले को कभी भी नीचा नहीं दिखाते हैं, तथा उसकी समस्या को अपनी मान कर उसका निवारण करने की कोशिश करते हैं। लेकिन हाँ, टॉक्सिक पॉजिटिविटी से जरूर दूर रहिये।

नकारात्मक विचार अक्सर हमारे अपने और अपने आसपास की दुनिया के बारे में हमारी मान्यताओं से उत्पन्न होते हैं। इन मान्यताओं को चुनौती देकर, हम नकारात्मक विचारों से बच सकते हैं। उदाहरण के लिए यदि किसी कार्य को पूरा करने में आप अपने आपको अक्षम महसूस करते हैं तो खुद से पूछिए कि ऐसा क्या है जो आपको यह कार्य करने से रोक रहा है? या फिर दूसरे लोग इसे कर सकते हैं तो मैं क्यों नहीं कर सकता? समस्या से ज्यादा आप समाधान ढूंढने पर कार्य करिये। खाली दिमाग न केवल शैतान का बल्कि नकारात्मक विचारों का भी घर है। जब आप कुछ नहीं कर रहे होते तो विचार अपने आप ही आपके दिमाग में पॉपअप की तरह आ जाते हैं और आपको सताने लगते हैं। इसलिए व्यस्त रहिये। पर इसका मतलब ये नहीं कि दिनभर काम ही करते रहना है। आप अपने खाली समय में मित्रों से बातें, अपनी फेवरेट चीज़ें, गाने सुनना या फिर वेब सीरीज देख सकते हैं।

"खुश रहने का मतलब ये नहीं कि
सब कुछ ठीक है
इसका मतलब ये है कि आपने
आपके दुखों से उपर उठकर
जीना सीख लिया है।"

भारत में नदियों का महत्व

महादेव पंडित

सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

प्राचीन काल से ही नदियाँ माँ की तरह हमारा भरण-पोषण करती आ रही हैं। नदियों की वजह से सभ्यताएँ पनपती हैं, बस्तियाँ बसती हैं और कहानियाँ बनती हैं। ये नदियों का कल-कल निनाद करता हुआ जल ही है जो मनुष्य और धरती की प्यास बुझाता है। इसके अलावा, हम जब भी समस्याओं में उलझे होते हैं तो इन नदी रूपी माताओं के पास जाकर ही सुकून और शांति की तलाश करते हैं। नदियाँ सकारात्मकता में वृद्धि करती हैं, हमारे ऋषि-मुनि नदियों के किनारे एकांत में बैठकर सालों तक तपस्या करते थे। आज भी हम कई उत्सव और त्यौहार अपने विशाल हृदय में सबको समेटने वाली, सभी को अपनी धन-संपदा का समान रूप से वितरण करने वाली जीवनदायिनी नदियों के साथ मनाते हैं। हिन्दू धर्म में तो मनुष्य के जीवन की अंतिम यात्रा भी इनकी गोद में खत्म होती है। लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि नि:स्वार्थ भाव से मानव जाति को अपना सर्वस्व न्योछावर कर देने वाली इन नदियों को बदले में हम प्लास्टिक कचरा और गंदगी दे रहे हैं। शायद ईश्वर के इस अनमोल खजाने को सहेजने के लिये हम गंभीर इसलिए नहीं हैं क्योंकि हमें इसकी महत्ता का अंदाजा नहीं है।

धार्मिक एवं सांस्कृतिक महत्व

ऋग्वेद, रामायण, महाभारत, स्कंदपुराण एवं अन्य ब्राह्मण ग्रंथों में गंगा की महिमा का वर्णन किया गया है। हिंदुओं के धार्मिक ग्रंथ विष्णु पुराण के अनुसार गंगा की उत्पत्ति भगवान विष्णु के बाएँ पैर के अँगूठे से हुई है। गंगा को भारत की सबसे पवित्र नदियों में से एक माना जाता है। इसके साथ ही यह मान्यता है कि गंगा में स्नान करने से मनुष्य के सभी पाप धुल जाते हैं। तभी तो कुंभ और पूर्णिमा जैसे अवसरों पर गंगा में डुबकी लगाने के लिये लाखों श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ती है। पंचामृत में भी गंगाजल को अमृत माना गया है। इसके अलावा, गंगा नदी के किनारे बसे हरिद्वार, प्रयाग और काशी जैसे तीर्थस्थलों पर हज़ारों लोग प्रतिदिन गंगा स्नान के पश्चात् पूजा-अर्चना और ध्यान करते देखे जा सकते हैं। ऐसी धार्मिक मान्यता है कि इस नदी की ख्याति पृथ्वीलोक पर ही नहीं बल्कि नक्षत्रलोक पर भी है।

हिंदू पौराणिक कथाओं की 'पवित्र सात नदियों' में गोदावरी का भी उल्लेख मिलता है। इसे 'दक्षिण की गंगा' भी कहा जाता है। गंगा के बाद यह देश की दूसरी सबसे लंबी (1,465 किलोमीटर) नदी है। भारत में गोदावरी की यात्रा बेहद शानदार है। यह पवित्र नदी महाराष्ट्र के नासिक जिले में त्र्यंबकेश्वर के पास मध्य भारत के पश्चिमी घाट से निकलती है और आंध्र प्रदेश के पश्चिम गोदावरी व पूर्वी गोदावरी जिले में प्रवेश करते हुए बंगाल की खाड़ी में गिर जाती है। वर्तमान में इस नदी का अपवाह क्षेत्र भारत के छह राज्यों छत्तीसगढ़, महाराष्ट्र, आंध्र प्रदेश, मध्य प्रदेश, कर्नाटक और उड़ीसा में

फैला है। जब गोदावरी अपने स्रोत से पूर्वी घाट तक बहती है, उस दौरान रास्ते में दारना, पूर्णा, मंजरा, प्राणहिता, मनेर, सबरी, पेनगंगा, वेनगंगा और इंद्रावती जैसी नदियाँ आकर उसमें मिल जाती हैं।

भारत की सबसे पवित्र और प्राचीन नदियों में यमुना का नाम गंगा के साथ लिया जाता है। पौराणिक धर्मग्रंथों विष्णु पुराण, रामायण आदि में यमुना को सूर्य पुत्री, यम की बहन और भगवान श्री कृष्ण की अर्धांगिनी का दर्जा दिया गया है। यमुना और गंगा के दोआब की पुण्यभूमि में ही आर्यों की पुरातन संस्कृति का विकास हुआ था। वहीं, ब्रज में यमुना लोगों की धार्मिक भावना का प्रमुख आधार है।

भारत की सबसे लंबी नदियों में से एक कृष्णा नदी सह्याद्रि में महाबलेश्वर के निकट से निकलती है और आंध्र प्रदेश के हमसलादेवी में बंगाल की खाड़ी में गिरती है। इसकी कुल लंबाई 1401 किलोमीटर है। इसकी सहायक नदियाँ कोयना, तुंगभद्रा, भीमा, पंचगंगा, मालप्रभा, दूधगंगा, वेन्ना, डिंडी और मूसी हैं। यह नदी देश के चार राज्यों महाराष्ट्र, कर्नाटक, तेलंगाना और आंध्र प्रदेश में बहती है।

ब्रह्मपुत्र को विभिन्न स्थानों पर अलग-अलग नामों से जाना जाता है। अरुणाचल प्रदेश में इस नदी को सियांग, दिहांग, डिहं, असम में ब्रह्मपुत्र, बांग्लादेश में जमुना और चीन में या-लू-त्सांग-पू चियांग और यरलुंग जैगंबो जियांग के नाम से जाना जाता है। इसके अलावा, अरुणाचल में बाएँ तट पर ब्रह्मपुत्र की सहायक नदियाँ दिबांग और लोहित हैं, जबकि असम घाटी में बाएँ तट से बूढ़ी दिहिंग व धनसरी (दक्षिण) और दाएं तट से सुबनसिरी, कामेग, मानस और संकोश जैसी सहायक नदियाँ आकर मिल जाती हैं।

भारत में सिंधु नदी बेसिन पर पाकल दुल, रातले, किशनगंगा, मियार और लोअर कालनई जैसी कई परियोजनाओं पर काम चल रहा है। साथ ही, पानी के बेहतर इस्तेमाल के लिए व्यास-सतलुज लिंक, इंदिरा गांधी नहर और माधोपुर-ब्यास लिंक जैसी अन्य परियोजनाएँ भी चल रही हैं। इससे भारत को पूर्वी नदियों (रावी, ब्यास और सतलुज) के करीब 95 प्रतिशत पानी का उपयोग करने में मदद मिली है।

तेजी से हो रही जनसंख्या वृद्धि के कारण घरेलू, औद्योगिक और कृषि के क्षेत्र में नदियों के जल की मांग बढ़ी है जिसके कारण इसकी गुणवत्ता प्रभावित हुई है। जब नदियों से अधिक जल निकाला जाता है तो इनका आयतन घटता जाता है। दूसरी ओर, उद्योगों का प्रदूषण और अपरिष्कृत कचरे को नदियों में डालने से वे प्रदूषित हो रही हैं। यह भी बताना ज़रूरी है कि आस्था एवं मान्यताओं के अनुसार मानव शवों को, मूर्तियों व फूलों को गंगा में डालने से नदियों का जल प्रदूषित होता है। औद्योगिकीकरण एवं शहरीकरण के कारण कई नदियों में प्रदूषण का स्तर बढ़ता जा रहा है। उदाहरण के तौर पर यमुना को देख सकते हैं।

भारत में नदियों की ही नहीं वरन झीलों और तालाबों जैसे अन्य जलस्रोतों की स्थिति भी अत्यंत खराब है। अगर ऐसे ही हम भौतिक संपदा की अंधी दौड़ में मुफ़्त में मिले इस बहुमूल्य खजाने का अंधाधुंध दोहन करते रहेंगे तो धीरे-धीरे हमारी नदियाँ लुप्त जाएंगी, जिसके बाद पृथ्वी पर जीवित सभी प्राणियों को अपने जीवन का निर्वाह करना मुश्किल हो जाएगा।

संचार का महत्व

कपिल राजोरिया
सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

हम सभी एक माध्यम के जरिये अपने दैनिक जीवन के अनुभव को साझा करते हैं; यह हमारी अभिव्यक्ति, हमारे हावभाव, हमारे बोलने के तरीके आदि के बारे में बताता है। ये सभी संचार के विभिन्न तरीके हैं। मैं बस अपने विचारों को एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक साझा करने के लिए एक माध्यम के रूप में संचार कर सकता हूं।

इस दुनिया में विभिन्न प्रकार के लोग हैं और उनमें से कुछ लेखन में अच्छे हैं जबकि कई बोलने में अच्छे हैं। जो लोग अपने विचारों को मौखिक रूप से व्यक्त करना चाहते हैं, वे अच्छी तरह से बोल सकते हैं; जबकि जो लोग लिखने में अच्छे होते हैं वे अपने विचारों को लिखित रूप में साझा करना पसंद करते हैं। आम तौर पर लोग अपने दैनिक जीवन से जुड़ी बात करना ज्यादा पसंद करते हैं।

हम किसी भी मदद के बिना अकेले नहीं रह सकते हैं, जीवन में कहीं न कहीं हमें कुछ चीजों की आवश्यकता होती है और उसे व्यक्त करने के लिए हमें एक माध्यम की आवश्यकता होती है और यह संचार का एक तरीका है। संचार दूसरों को हमारे विचारों को बताने की एक प्रक्रिया है। मान लीजिए अगर केवल बोलना ही संवाद करने का माध्यम होगा तो गूंगा व्यक्ति कैसे संवाद करेगा। इसका अर्थ है इसमें बोलना, पढ़ना, लिखना, आदि सब शामिल हैं।

कोई भी माध्यम जैसे लिखित संदेश, ऑडियो, वीडियो, आदि संचार के विभिन्न माध्यम हैं। ये सभी महत्वपूर्ण हैं और विभिन्न तरीकों से हमारी मदद करते हैं। यह कई मायनों में उपयोगी है, हम ज्ञान प्राप्त करते हैं, हम मनोरंजित होते हैं, हमारी शिक्षा, आदि ये सभी केवल संचार के कारण ही संभव हैं।

संचार लैटिन भाषा के एक शब्द से लिया गया है और इसका वास्तविक अर्थ था 'साझा करना'। एक प्रक्रिया जिसके माध्यम से हम अपने विचारों, योजनाओं, आदि को साझा करते हैं, उसे संचार कहा जाता है। संचार के कुछ बुनियादी युक्तियाँ हैं जैसे सुनना, लिखना और बोलना है। ये सभी एक साथ संचार शब्द को सही ठहराते हैं।

खुद को व्यक्त करना एक कला है और हम में से कुछ अपनी मौखिक शक्ति का उपयोग करना पसंद करते हैं जबकि कुछ लोग खुद को लिखित या अन्य रूप से व्यक्त करना पसंद करते हैं। एक छोटा बच्चा नहीं जानता है कि उसे भोजन या अन्य जरूरतों के लिए कैसे बोलना है, वह बस रोता है लेकिन उसके माता-पिता हमेशा उसकी जरूरतों को समझते

हैं और उसे पूरा करते हैं। एक बच्चे के लिए यह कैसे संभव है जब वह कोई भी भाषा नहीं जानत। असल में, संचार खुद को व्यक्त करने का एक तरीका है।

यहाँ पर संचार के विभिन्न माध्यम हैं और उनमे सबसे महत्वपूर्ण हैं मौखिक, बोलकर। हम में से ज्यादातर लोग अपनी जरूरतों को बात करके या कहकर पूरा करते हैं। जिस माध्यम से आपके विचारों को आसानी से समझा जा सकता है, वह आपके संचार का सबसे अच्छा माध्यम है। यहाँ पर नीचे मैंने संचार के विभिन्न तरीकों पर चर्चा की है:–

हमारा इशारा

हमारा इशारा हमारे बारे में काफी कुछ कहता है और हमें यह समझाने की ज़रूरत नहीं है कि हमें किसी निश्चित चीज़ की ज़रूरत है या नहीं। इसलिए, इशारे भी खुद को व्यक्त करने के सामान्य तरीकों में से एक है।

चेहरे का भाव

क्या आपने कभी अपने चेहरे के भाव पर गौर किया है जब आप नींबू का स्वाद ले रहे होते है, हाँ? तो, असल में, आपको कुछ कहने की आवश्यकता नहीं होती; आपकी अभिव्यक्ति आपके बारे में बहुत कुछ कहती है। हमारी अभिव्यक्ति आसानी से बता सकती है कि हम क्या सोच रहे हैं और यह संचार का एक और सबसे अच्छा तरीका है।

प्रतीकों का उपयोग करना

हम सभी अलग-अलग तरह के चैटिंग ऐप का इस्तेमाल करते हैं जहां हम दूसरों को टेक्स्ट करते हैं, हम कुछ खास संकेतों और इमोजी का उपयोग करते हैं जो सामने वाले को बताता है कि हम क्या कहना चाहते हैं। इन दिनों यह काफी लोकप्रिय है और हम सभी इसका उपयोग करते हैं।

सांकेतिक भाषा

ईश्वर ने हम सभी को बोलने और सुनने की क्षमता नहीं दी है। कुछ ऐसे लोग भी होते हैं जो बोल नहीं सकते हैं, उनके लिए एक विशेष भाषा है जिसे साइन लैंग्वेज अर्थात् सांकेतिक भाषा कहा जाता है। यह एक अलग भाषा है जिसमें लोग विभिन्न संकेतों की मदद से बोलते हैं।

वीडियो

हम अलग-अलग फिल्में, टीवी शो आदि देखते हैं और अपना मनोरंजन करते हैं और यह संचार का एक अन्य माध्यम है। एक वीडियो निर्माता अपने विचारों या संदेश को अपने वीडियो के माध्यम से वितरित करता है और हम उसे समझते हैं।

संगीत

संगीत ऐसी चीज है जो हमारे दिल की भाषा होती है; कभी-कभी हमें लगता है कि जैसे ये वाला गीत हमारे लिए ही लिखा गया है क्योंकि हम इसे समझते हैं और वास्तव में इसका आनंद लेते हैं। यह संचार का इतना शक्तिशाली माध्यम है कि कभी-कभी हम उदास महसूस करते हैं और गीत के माध्यम से खुश भी होते हैं।

लेखन

हम में से कई लोग लेखन में बहुत अच्छे होते हैं और आपने कई कवियों को पढ़ा होगा, वे इतनी बारीकी से लिखते हैं कि यह हमारे दिल को छू जाता है। कभी-कभी जब हम एक उपन्यास पढ़ते हैं तो हमें लगता है कि लेखक हमसे बात कर रहा है, चीजें बहुत ही जीवंत सी लगती हैं।

दुनिया को एक दूसरे से जानने में संचार मदद करता है। संचार के विभिन्न माध्यम हैं और यह हम पर निर्भर करता है कि हम कौन सा माध्यम चुनते हैं। कुल मिला जुला कर मैं कह सकता हूं कि हमें कम से कम एक संचार के तरीकों पर विशेषज्ञ होना चाहिए क्योंकि इससे हमें व्यक्तिगत विकास में कई तरह से मदद मिलेगी।

हम सभी संवाद करते हैं और हम इस प्रक्रिया का आनंद लेते हैं, या तो हमें अपने किसी प्रिय से बात करनी है या फिर पढ़ना है। हम इस माध्यम से बहुत कुछ सीखते हैं और यह हमारा मनोरंजन भी करता है। यह बहुत सारे अर्थों वाला एक शब्द है। जो लोग बोल कर बात नहीं कर सकते हैं वे अपनी चेहरे की अभिव्यक्ति या लिखित तरीके से भी बात कर सकते हैं।

भारतीय गांव में जीवन

पप्पू राम मीणा
सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

भारत एक खूबसूरत देश है और इस पूरे देश में खूबसूरत गाँव और उनका इतिहास भी है। यह भारत का उत्तरी भाग हो या दक्षिणी, गाँव हर जगह हैं और उनके पास जीवन जीने का एक अलग ही स्वाद है। ये भूमि 80 प्रतिशत कृषि उत्पादों का उत्पादन करती है; यह केवल हमारे किसानों की वजह से ही संभव है, वे कड़ी मेहनत करते हैं और इन गांवों में रहते हैं। वे न केवल हमारे लिए भोजन का उत्पादन करते हैं बल्कि हमारी अर्थव्यवस्था के निर्माण में भी अहम योगदान देते हैं। हर साल वे कई लाभदायक सौदे करते हैं और कई उत्पादों को विभिन्न देशों में निर्यात किया जाता है। मैंने यहाँ पर गाँव के जीवन के कुछ खूबसूरत पहलुओं का उल्लेख किया है और आधुनिक भारतीय गाँवों की सच्ची दृष्टि को आपके समक्ष रखा है।

60 प्रतिशत भारतीय नागरिक गावों में रहते हैं और यदि मैं एक गाँव को असली भारत कहता हूँ तो यह गलत नहीं होगा, क्योंकि गाँव ही भारत की वास्तविक परंपरा और संस्कृति को आगे बढ़ाते हैं। गाँव कई मायनों में सर्वश्रेष्ठ हैं और गाँव का जीवन एक परिष्कृत शहर के जीवन से कहीं ज्यादा बेहतर है, लेकिन लोग अपनी कुछ बुनियादी जरूरतों को पूरा करने के लिए शहरों में रहते हैं; अन्यथा, उनका दिल अभी भी गांवों में बसा हुआ है। हम सभी किसी न किसी एक निश्चित गाँव से ताल्लुक रखते हैं, लेकिन विकास और नौकरी की तलाश में हमारे पूर्वजों ने गाँवों को छोड़ दिया। नतीजतन, हम आज शहर के जीवन का एक हिस्सा हैं। फिर भी, कई ऐसे लोग भी हैं जो गाँवों में रहते हैं और खेती पर निर्भर हैं। हमारे किसान खेतों में कड़ी मेहनत करते हैं और हमारे लिए भोजन उपलब्ध कराते हैं और निश्चित रूप से भोजन प्रदान करने के लिए हमें उनका आभारी होना चाहिए। इन फसलों को तैयार करने के लिए बहुत श्रम और देखभाल की आवश्यकता होती है। फसल की देखभाल करने के लिए उन्हें सर्दियां और चिलचिलाती गर्मी के दिनों का सामना करना पड़ता है।

हमारे किसानों को धन्यवाद कि हमारे पास पर्याप्त भोजन है और हम विभिन्न देशों को गेहूं और चावल भी निर्यात करते हैं। वर्ष 2019 में, हमने विभिन्न देशों में 38.49 बिलियन अमेरिकी डॉलर के कृषि उत्पादों का निर्यात किया है। वास्तव में यह हमारी अर्थव्यवस्था की रीढ़ है। हमारी खाद्य आवश्यकता की पूर्ति के अलावा गाँवों का सांस्कृतिक महत्व भी है। हमने अपनी कई परंपराओं और कुछ सांस्कृतिक गतिविधियों को छोड़ दिया है जो अभी भी गांवों में जीवित है। वे त्यौहारों को उसी तरह मनाते हैं जैसे वे पुराने दिनों में मनाया करते हैं और हम गांवों में एकता भी देख सकते हैं जो अमूमन शहरों में काफी कम देखने को मिलती है। जब लोग किसी अवसर पर इकट्ठा होते हैं तो यह विशेष हो जाता है। वे प्रार्थना करते हैं, अच्छा खाना खाते हैं, और किसी भी अवसर को एक साथ मनाते हैं और यह एकता को दर्शाता है। विकास वो है जो

अभी भी कुछ गांवों तक नहीं पहुँच पाया है, अच्छी सड़कें, स्कूल, अस्पताल, आदि की सुविधाएँ कई गाँव में उपलब्ध नहीं हो पाई हैं। ये एक गांव की कुछ बड़ी कमियां हैं। हालाँकि शहरों ने बहुत विकास किया है, गाँव अभी भी कई दशकों से पहले जैसे ही हैं। यहाँ पर केवल कुछ मामूली बदलाव हैं और यही वजह है कि लोग शहरों की ओर बढ़ते हैं। अगर उन्हें कुछ बुनियादी सुविधाएं मिलेंगी तो लोग खुशी-खुशी गांवों में भी रह सकते हैं।

गांवों में ज्यादातर लोग सादगी पर विश्वास करते हैं, उनके पास औपचारिक और आकस्मिक रूप से परिधानों या कीमती सामानों के लिए अलग अलमारी नहीं होती है। वे खुद को ठीक ऐसे पेश करते हैं जैसा कि वे वास्तव में होते हैं और वे चीजों को छिपाते नहीं हैं और साझा करने में ज्यादा विश्वास करते हैं। जबकि, शहरों में लोग एक गरीब व्यक्ति को अपने दोस्त के रूप में संबोधित करने में भी शर्म महसूस करते हैं। गाँवों के लोग सरल और किसी भी प्रकार की अभिव्यक्ति से दूर हैं।

गांवों में कुछ कमियाँ है जो जीवन को कठिन बनाती हैं। जैसे कि शैक्षणिक संस्थान, अस्पताल इत्यादि तक़रीबन न के बराबर मिलते हैं, जिनमें प्रवेश का कोई तरीका नहीं है और ये सभी चीजें लोगों को शहरों की तरफ पलायन के लिए उकसाती हैं। बड़ी कंपनियों को इसे एक अवसर के रूप में लेना चाहिए और ग्रामीण क्षेत्रों में अपनी शाखाएं लगाने की योजना भी बनानी चाहिए। इससे हमारे गाँव विकसित होंगे।

जैविक युद्धः एक त्रासदी

रविंद्र सिंह नेगी

सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

किसी युद्ध में किसी व्यक्ति, पशु अथवा पौधे को मारने के उद्देश्य से उसके उसमें जीवाणु, विषाणु अथवा फफूंद जैसे जैविक आविष अथवा संक्रमणकारी तत्वों का उपयोग करना जैविक युद्ध अथवा कीटाणु युद्ध कहलाता है।

परम्परागत अंतरराष्ट्रीय मानवतावादी विधियों एवं कई अंतरराष्ट्रीय सन्धियों द्वारा जैविक हथियारों का प्रयोग प्रतिबन्धित है। सशस्त्र-संघर्ष के दौरान जैविक हथियारों का इस्तेमाल युद्ध-अपराध की श्रेणी में आता है।

प्रथागत अंतरराष्ट्रीय मानवीय कानून और कई अंतरराष्ट्रीय सन्धियों के तहत आक्रामक जैविक युद्ध निषिद्ध है। विशेष रूप से, 1972 जैविक हथियार सम्मेलन जैविक हथियारों के विकास, उत्पादन, अधिग्रहण, हस्तान्तरण, भण्डारण और उपयोग पर प्रतिबन्ध लगाता है। इसलिए, सशस्त्र संघर्ष में जैविक एजेंटों का उपयोग एक युद्ध अपराध है। इसके विपरीत, बीडब्ल्यूसी द्वारा रोगनिरोधी, सुरक्षात्मक या अन्य शान्तिपूर्ण उद्देश्यों के लिए रक्षात्मक जैविक अनुसंधान निषिद्ध नहीं है।

जैविक हथियार यानी बायोलॉजिकल वेपन, एक ऐसा हथियार जो बिना धमाके के किसी भी देश को तबाह कर सकता है। दुनिया में पहली बार जैविक हथियार का प्रयोग 1397 में मंगोलियाई सेना ने किया था। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के मुताबिक, जब बैक्टीरिया, वायरस और फफूंद जैसे संक्रमणकारी तत्वों का इस्तेमाल जानबूझकर इंसानों को संक्रमित करने के लिए किया जाता है तो इसे जैविक हथियार कहते हैं। इनका प्रयोग करके ही इंसान को नुकसान पहुंचाया जाता है। हालांकि इनमें से सबसे ज्यादा प्रयोग वायरस का होता है। जैविक हथियार कम समय में बहुत बड़े क्षेत्र में तबाही मचा सकते हैं। ये लोगों में ऐसी बीमारियां पैदा कर देते हैं कि वो या तो मरने लगते हैं, या अपंग हो जाते हैं या फिर मनोरोगी हो जाते हैं।

पहले विश्व युद्ध में जर्मनी ने एन्थ्रेक्स नामक जैविक हथियार का इस्तेमाल किया। इसके लिए जर्मनी ने गुप्त योजना बनाकर दुश्मनों के घोड़ों और मवेशियों को संक्रमित किया। इस हथियार का इस्तेमाल जापान ने सोवियत के विरुद्ध किया। जापान ने टाइफॉयड के वायरस को सोवियत के जलस्रोतों में मिलाया और संक्रमण फैलाया। अब तक जर्मनी, अमेरिका, रूस और चीन समेत 17 देश जैविक हथियार बना चुके हैं। पिछले 2 सालों से चीन पर कई बार आरोप लग चुके हैं कि उसने कोरोना को जैविक हथियार के तौर पर इस्तेमाल किया। हालांकि, चीन ने हमेशा इस बात को नकारा है।

कई रिपोर्ट में यह दावा किया गया है कि चीन ने कोरोनावायरस को जैविक हथियार के तौर पर इस्तेमाल किया। इस पर अमेरिका के रक्षा विभाग पेंटागन ने हाल में अपनी रिपोर्ट जारी की है। रिपोर्ट कहती है, लगातार जैविक हथियार को बनाने के लिए चीन अपना इंफ्रास्ट्रक्चर मजबूत कर रहा है। चीन के सैन्य संस्थान कई तरह के टॉक्सिन पर काम कर रहे हैं। इनका दोहरा इस्तेमाल किया जा सकता है। अमेरिका इसे खतरनाक मानता है। "दुनियाभर में बड़ी संख्या में लोगों को संक्रमित करने और महामारी फैलाने वाले कोविड-19 जैसे वायरस दुश्मन देशों पर जैविक हथियारों के रूप में इस्तेमाल किए जा सकते हैं, इसलिए जैविक सुरक्षा गंभीर चिंता का विषय है।" यह चिंता संसदीय समिति द्वारा नवंबर 2020 में जारी रिपोर्ट में जाहिर की गई है। रिपोर्ट में आगे कहा गया है कि स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग ने माना है कि जैविक हथियारों से सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए समग्र दृष्टिकोण की जरूरत है।

ब्रिटेनिका के अनुसार, 1980 के दशक में ओशो के नाम से विख्यात रजनीश के अनुयायियों ने अमेरिका के वास्को काउंटी में अपना राजनीतिक वर्चस्व स्थापित करने के लिए ग्रोसरी, रेस्तरां और पानी को सालमोनेला बैक्टीरिया से प्रदूषित कर दिया। इससे कम से कम 751 लोग बीमार हो गए। अतीत में जैविक हथियारों के इस्तेमाल के और भी कुछ उदाहरण सामने आए हैं। इसलिए ऐसे हथियारों से सतर्क रहने और संसदीय समिति की चिंताओं पर गौर करने की जरूरत है।

जैव आतंकवाद के माध्यम से प्रायः विषाणु या जीवाणु के साथ नई तकनीकी की सहायता से हमला किया जाता है जो अन्य हथियारों से और भी ज्यादा खतरनाक होता है। उल्लेखनीय है कि कीटाणुओं, विषाणुओं अथवा फफूंद जैसे संक्रमणकारी तत्वों जिन्हें जैविक हथियार कहा जाता है, का युद्ध में नरसंहार के लिये इस्तेमाल किया जा सकता है। जैव आतंकवाद के वाहक के रूप में तकरीबन 200 प्रकार के बैक्टीरिया, वायरस, फंगस पर्यावरण में मौजूद हैं। एंथ्रेक्स, प्लेग, बोटूलिज्म, टूलेरीमिया, ग्लैन्डर, जैसे खतरनाक जीव इसमें शामिल हैं। कई वाहक पाउडर के रूप में होते हैं। इन्हें आसानी से पानी या हवा में छोड़ा जा सकता है या किसी के भोजन में मिलाया जा सकता है। ये 24 घंटे के अंदर प्राणी और अन्य जीवों की जान ले सकते हैं।

चूँकि जैव आतंकवाद एक वैश्विक समस्या है अतः सभी हितधारकों को मिलजुल कर ना केवल इस दिशा में सुरक्षा उपायों को अपनाए जाने की आवश्यकता है बल्कि भविष्य में ऐसी आने वाली चुनौतियों से निपटने के लिये शोध की भी आवश्यकता होगी। जैविक आपदा प्रबंधन से संबंधित राष्ट्रीय दिशा-निर्देश जारी किये जाने की जरूरत है। आतंकवादियों द्वारा जैविक हथियार इस्तेमाल कर सकने की आशंका के प्रति सतर्क रहने की आवश्यकता है। जैविक आपदाओं से निपटने के लिए केंद्र और राज्यों के बीच उचित सहयोग होना चाहिये, लेकिन अगर इसका प्रभावी ढंग से सामना करना है तो जिलों तथा स्थानीय निकायों के बीच समन्वय और भी आवश्यक है।

आधुनिक समय में संयुक्त परिवारः एक दृष्टि

कृष्णा कुमार

सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

हिंदू सनातन धर्म 'संयुक्त परिवार' को श्रेष्ठ शिक्षण संस्थान मानता है। धर्मशास्त्र कहते हैं कि जो घर संयुक्त परिवार का पोषक नहीं है, उसकी शांति और समृद्धि सिर्फ एक भ्रम है। आज के बदलते सामाजिक परिवेश में संयुक्त परिवार तेजी से टूट रहे हैं और उनकी जगह एकल परिवार आकार लेते जा रहे हैं। वर्तमान जीवनशैली और प्रतिस्पर्धा के दौर में तनाव के साथ अन्य मानसिक समस्याओं से निपटने में "अपनों का साथ" अहम भूमिका निभा सकता है, यह बात स्वयं सिद्ध की जा चुकी है और बात जब अपनों की आती है तो फिर 'परिवार' और 'संयुक्त परिवार' ही वह स्तम्भ नज़र आते हैं, जहाँ "अपनों" का निर्माण होता है। यूं तो दुनिया में आपको तमाम मित्र मिलते हैं, किन्तु जिनके साथ आप अपने जीवन का लंबा हिस्सा व्यतीत करते हैं, वह आखिर आपका परिवार ही तो होता है। खासकर, संयुक्त परिवारों में काफी लोगों की मौजूदगी आपको सामाजिक बनाती है तो मुसीबत के समय एक दूसरे के लिए सहारे का काम भी करती है। हाँ, इसके लिए 'संयुक्त परिवार' की रक्षा करनी होती है और वह होती है सम्मान, संयम और सहयोग से, सच कहा जाए तो, संयुक्त परिवार से संयुक्त ऊर्जा का जन्म होता है और संयुक्त ऊर्जा दुखों को खत्म करती है, ग्रंथियों को खोलती है। हालाँकि, अगर परिवार को सींचने में आपके सत्कर्म और सही ढंग से अर्जित किये गए संसाधन शामिल नहीं होते हैं तो इसके विपरीत कलह से कुल का नाश भी होता है। वस्तुतः संयुक्त हिंदू परिवार का आधार है: कुल, कुल की परंपरा, कुल देवता, कुल देवी, कुल धर्म और कुल स्थान। इन्हीं के आधार पर संयुक्त परिवार के लोग एक स्थान पर एकत्रित होकर समस्याओं का हल ढूंढते थे और कारवाँ आगे बढ़ता चला जाता था। हालाँकि, वर्तमान में संयुक्त हिन्दू परिवार में 'अहंकार और ईर्ष्या' का स्तर बढ़ गया है, जिससे परिवारों का निरंतर पतन स्वाभाविक ही है। ईर्ष्या और पश्चिमी सभ्यता की सेंध के कारण हिन्दुओं का ध्यान न्यूक्लियर फेमिली की ओर ज्यादा हो गया है और इसी कारण परिवार के सहयोग से व्यक्ति वंचित होता जा रहा है।

इससे भी बड़ी बात यह है कि संयुक्त परिवार बच्चे के विकास के लिए अमृत तुल्य होता है, खासकर उसके मानसिक विकास के लिए। वहीं एकल परिवार में बच्चे के मस्तिष्क की संरचना अलग हो जाती है, जो कई बार सामाजिक तालमेल में अक्षम सिद्ध होती है और नतीजतन अपराध और असामाजिक कार्यों में दुर्भाग्यपूर्ण बढ़ोत्तरी हो रही है। इसी क्रम में चर्चा करने पर हमें पता चलता है कि शास्त्र के अनुसार स्त्री परिवार का केंद्र बिंदु है और परिवार को संजोने में उसकी भूमिका सर्वाधिक महत्वपूर्ण है, ऐसे ही घर के बुजुर्ग की बातों का सम्मान और पालन करने पर संयुक्त परिवार की संरचना मजबूत होती जाती है। वैज्ञानिक ढंग से परिवार के सदस्य अगर अपना रोल निभाएं तो कोई कारण नहीं कि यह संस्था मजबूती से टिकी न रहे। पति से विरोध नहीं बल्कि अनुरोध, तो पति को भी पत्नी को आदेश नहीं देना चाहिए, बल्कि उससे अनुरोध ही करना चाहिए। वस्तुतः संयुक्त परिवार में स्त्री का सम्मान बेहद महत्त्व का है और जहाँ ऐसा होता है वहां रोग

और शोक नहीं होते। संयुक्त परिवार में किसी विचार पर मतभेद होने पर संयमित रहकर सदस्यों से एकांत में और फिर सम्मिलित चर्चा करनी चाहिए। इससे भी महत्वपूर्ण है कि स्त्री, पुरुष दोनों को अपना चरित्र उत्तम बनाए रखना चाहिए। शास्त्र कहते हैं कि जब पति-पत्नी में आपसी कटुता या मतभेद नहीं होता है तो गृहस्थी धर्म, अर्थ व काम से सुख-समृद्ध हो जाती है. यह बात पूर्णतः सत्य है और इसमें संशय नहीं किया जाना चाहिए।

संयुक्त परिवार चूंकि टूटते जा रहे हैं, इसलिए इससे जुड़े विभिन्न रिश्तों की बात करना भी जरूरी है, ताकि आगे की पीढ़ियों को कम से कम इनका नाम याद तो रहे। संयुक्त परिवार में पिता के माता-पिता को दादी और दादा कहते हैं। ऐसे ही, पिता के छोटे भाई को काका (चाचा) एवं बड़े भाई को ताऊ कहते हैं। इसी तरह, पिता की बहन को बुआ, ताऊ की पत्नी को ताई इत्यादि कहा जाता है। संयुक्त परिवार में जहां बच्चों का लालन- पालन और मानसिक विकास अच्छे से होता है वहीं वृद्धजन का अंतिम समय भी शांति और खुशी से गुजरता है। यह सर्वाधिक महत्वपूर्ण है, क्योंकि जिन बच्चों को कोई व्यक्ति पाल पोस कर बड़ा करता है, वह अगर बुढ़ापे में दूर रहे तो उससे उत्पन्न पीड़ा का वर्णन नहीं किया जा सकता है।

भारत की आंतरिक सुरक्षा व चुनौतियां

दीपक कुमार
सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

महान कूटनीतिज्ञ चाणक्य के शब्दों में किसी भी प्रकार के आक्रमण से अपनी प्रजा की रक्षा करना प्रत्येक राजसत्ता का सर्वप्रथम उद्देश्य होता है। "प्रजा का सुख ही राजा का सुख और प्रजा का हित ही राजा का हित होता है।" प्रजा के सुख और हित को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करने में दो वाहकों की भूमिका प्रमुख है, जिनमें पहला वाहक पड़ोसी या कोई अन्य देश हो सकता है जबकि दूसरा वाहक राज्य के भीतर अपराधियों की उपस्थिति हो सकती है।

चाणक्य ने अर्थशास्त्र में लिखा है कि एक राज्य को निम्नलिखित चार अलग-अलग प्रकार के खतरों का सामना करना पड़ सकता है– 1. आंतरिक, 2. वाह्य, 3. वाह्य रूप से सहायता प्राप्त आंतरिक, 4. आंतरिक रूप से सहायता प्राप्त बाहरी। भारत में आंतरिक सुरक्षा के परिदृश्य में उपर्युक्त खतरों के लगभग सभी रूपों का मिश्रण है। इसका ज्वलंत उदाहरण पड़ोसी देश पाकिस्तान के द्वारा भारत में सीमापार से आतंकियों को भेजने हेतु की जा रही फायरिंग व पंजाब में लॉकडाउन का पालन कराने के दौरान निहंग सिखों द्वारा किया गया हमला है।

आंतरिक सुरक्षा का सामान्य अर्थ एक देश की अपनी सीमाओं के भीतर की सुरक्षा से है। आंतरिक सुरक्षा एक बहुत पुरानी शब्दावली है लेकिन समय के साथ ही इसके मायने बदलते रहे हैं। स्वतंत्रता से पूर्व जहाँ आंतरिक सुरक्षा के केंद्र में धरना-प्रदर्शन, रैलियाँ, सांप्रदायिक दंगे, धार्मिक उन्माद थे तो वहीं स्वतंत्रता के बाद विज्ञान एवं तकनीकी की विकसित होती प्रणालियों ने आंतरिक सुरक्षा को अधिक संवेदनशील और जटिल बना दिया है।

वाह्य राज्य अभिकर्ताओं में पड़ोसी देश या छद्म मित्रता प्रदर्शित करने वाले देश शामिल किये जाते हैं जो सैन्य उपकरणों या गैर-सैन्य उपकरणों के माध्यम से सुरक्षा संकट उत्पन्न करना चाहते हैं। इस संदर्भ में वाह्य राज्य प्रायोजित आतंकवाद को सबसे बड़े खतरे के रूप में देखा जा रहा है।

उदाहरणस्वरुप वर्ष 2008 में मुंबई पर हुए आतंकी हमले में स्पष्ट रूप से पाकिस्तान की संलिप्तता को देखा जा सकता है। यद्यपि राज्य यहाँ प्रत्यक्ष रूप से युद्ध की स्थिति में नहीं है, परंतु इसे 'छद्म युद्ध' के रूप में देखा जा रहा है। भारत जैसे देशों में अवैध घुसपैठ एवं शरणार्थियों की समस्या में भी वाह्य राज्यों का प्रत्यक्ष योगदान है, जो देश की आंतरिक सुरक्षा को अनेक रूपों में चुनौतीपूर्ण बना रहे हैं। भारत में कई आतंकवादी संगठन अलगाववादी भावनाओं को प्रेरित कर रहे हैं तथा ये आतंकवादी संगठन अन्य देशों से संचालित किये जा रहे हैं।

वर्तमान परिवर्तित वैश्विक परिवेश में अनेक ऐसे नवीन कर्ताओं का उदय हुआ है तथा उनकी भूमिका में वृद्धि हुई है जिन्हें गैर-राज्य अभिकर्ताओं के नाम से जाना जाता है। इन गैर-राज्य अभिकर्ताओं के पास राज्यों की भांति वैधानिक शक्ति या संप्रभुता तो नहीं है, परंतु ये किसी भी राज्य की वाह्य एवं घरेलू नीतियों को निर्धारित एवं प्रभावित करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।

गैर-राज्य अभिकर्त्ताओं की परिभाषा के दायरे में गैर-सरकारी संगठन, बहुराष्ट्रीय कंपनियाँ, आतंकवादी संगठन, धार्मिक व नृजातीय संगठन, पार-राष्ट्रीय प्रवासी समुदाय, अंतरराष्ट्रीय मीडिया आदि आते हैं।

इनमें से कुछ की भूमिका व्यवस्था समर्थक तो कुछ की व्यवस्था विरोधी होती है। ये गैर-राज्य कर्ता ऐसे हैं, जिनका विस्तार या प्रभाव वैश्विक स्तर पर देखा जा सकता है। अतः वर्तमान परिवेश में गैर-राज्य कर्ताओं को समानांतर सरकार के रूप में भी देखा जाने लगा है।

ध्यातव्य है कि अमेरिका और ब्रिटेन प्रत्येक वर्ष परिस्थितियों के अनुसार, अपनी आंतरिक सुरक्षा के सिद्धांत को संशोधित करते हैं और उन नीतियों पर एक सार्वजनिक चर्चा आयोजित की जाती है, लेकिन इस मोर्चे पर भारत ने अपने दोनों महत्त्वपूर्ण साझेदारों से कुछ नहीं सीखा है, जबकि हम जानते हैं कि भारत में यह समस्या और भी जटिल है।

किसी भी समस्या के समाधान के लिये दीर्घकालिक नीतियाँ बनानी होती हैं और दीर्घकालिक नीतियों के अंदर ही वर्तमान परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए हम अल्पकाल के लिये कुछ नीतियाँ बनाते हैं। यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि न तो जम्मू और कश्मीर व पूर्वोत्तर भारत को लेकर हमारी कोई दीर्घकालिक नीति है और न ही माओवादी विद्रोह से निपटने के लिये कोई रणनीतिक दृष्टि।

भारत में परिवहन का इतिहास और इसका विकास

आनन्द कुमार

सचिव डी डी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

भारत में परिवहन का इतिहास हजारों वर्ष पुराना है। सिंधु घाटी और गंगा के मैदानी इलाकों में प्राचीन सभ्यताओं में अच्छी तरह से स्थापित व्यापार मार्ग और परिवहन प्रणालियाँ थीं। **मौर्य साम्राज्य** और **गुप्त साम्राज्यों** ने कुशल शासन और व्यापार के लिए सड़कों का निर्माण किया और डाक प्रणाली बनाए रखी।

मध्ययुगीन काल के दौरान, दिल्ली सल्तनत और मुगल साम्राज्य ने व्यापार और तीर्थयात्रा मार्गों को सुविधाजनक बनाने के लिए सड़कों, पुलों और कारवां सराय सहित परिवहन बुनियादी ढांचे का विस्तार किया। ब्रिटिश औपनिवेशिक युग में परिवहन में महत्वपूर्ण प्रगति देखी गई। अंग्रेजों ने मुख्य रूप से अपने प्रशासनिक और व्यापारिक उद्देश्यों के लिए रेलवे, सड़क नेटवर्क और बंदरगाह जैसी आधुनिक परिवहन प्रणालियां पेश की। 1853 में ग्रेट इंडियन पेनिनसुलर रेलवे (अब भारतीय रेलवे) का निर्माण भारत के परिवहन इतिहास में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर साबित हुआ। स्वतंत्रता के बाद, भारत सरकार ने दूरदराज के क्षेत्रों को जोड़ने, व्यापार को बढ़ावा देने और आर्थिक विकास का समर्थन करने के लिए परिवहन बुनियादी ढांचे के विकास और विस्तार पर ध्यान केंद्रित किया। भारत के परिवहन नेटवर्क को बढ़ाने के लिए कई सड़क परियोजनाएं, रेलवे का विस्तार और हवाई अड्डों और बंदरगाहों का आधुनिकीकरण किया गया है।

भारत का सड़क नेटवर्क दुनिया में दूसरा सबसे बड़ा और व्यस्ततम में से एक है, जो 2015 तक 8.225 अरब यात्रियों और सालाना 980 मिलियन टन से अधिक कार्गो का परिवहन करता है। 2020 तक, भारत का रेल नेटवर्क दुनिया का चौथा सबसे बड़ा और दूसरा सबसे व्यस्ततम रेल नेटवर्क है, जो सालाना 8.09 बिलियन यात्रियों और 1.20 बिलियन टन माल ढुलाई करता है। भारत में विमानन मोटे तौर पर सैन्य और नागरिक उड्डयन में विभाजित है जो दुनिया में सबसे तेजी से बढ़ता विमानन बाजार है (आईएटीए डेटा)। नदियों, नहरों, बैकवाटर और खाड़ियों के रूप में भारत का जलमार्ग नेटवर्क दुनिया का नौवां सबसे बड़ा जलमार्ग नेटवर्क है। भारत में जलमार्ग द्वारा माल ढुलाई का उपयोग बहुत कम है, अंतर्देशीय जलमार्गों द्वारा कुल माल ढुलाई (टन किलोमीटर में) भारत में कुल अंतर्देशीय यातायात का 0.1 प्रतिशत है। कुल मिलाकर, लगभग 21 प्रतिशत घरों में दोपहिया वाहन हैं जबकि 2011 की जनगणना के अनुसार भारत में 4.7 प्रतिशत घरों में कार या वैन हैं। भारत का ऑटोमोबाइल उद्योग वर्तमान में 4.6 मिलियन से अधिक वाहनों के वार्षिक उत्पादन के साथ तेजी से बढ़ रहा है, वार्षिक वृद्धि दर 10.5% के साथ और भविष्य में वाहन की मात्रा में काफी वृद्धि होने की उम्मीद है।

सड़क परिवहन को आबादी वाले क्षेत्रों में इसके पैठ के स्तर को ध्यान में रखते हुए, माल और यात्रियों दोनों तरह के

परिवहन का सबसे अधिक लागत प्रभावी और पसंदीदा साधन माना जाता है। इस प्रकार, यह देश के आर्थिक विकास और सामाजिक एकीकरण के लिए महत्वपूर्ण है। 2005-06 में भारत के सकल घरेलू उत्पाद में 4.5% के यागदान से सड़क परिवहन भारत के परिवहन क्षेत्र में प्रमुख सेगमेंट के रूप में उभरा है। सड़क परिवहन क्षेत्र में देश का लगभग 87% यात्री यातायात और 60% माल यातायात होता है। आसान उपलब्धता, व्यक्तिगत जरूरतों के लिए अनुकूलता और लागत बचत कुछ ऐसे कारक हैं जो सड़क परिवहन के पक्ष में हैं। सड़क परिवहन रेलवे, पोत परिवहन और हवाई यातायात के लिए एक फीडर सेवा के रूप में भी कार्य करता है।

मंत्रालय का सड़क परिवहन विभाग पड़ोसी देशों के साथ वाहनों के आवागमन की व्यवस्था करने के अलावा देश में सड़क परिवहन के नियमन से संबंधित व्यापक नीतियों तैयार करने से संबंधित है। देश में सड़क सुरक्षा परिदृश्य में सुधार करना सड़क परिवहन विभाग की सबसे महत्वपूर्ण और चुनौतीपूर्ण गतिविधियों में से एक है।

सड़क परिवहन मंत्रालय सड़क सुरक्षा के लिए नीतियां बनाता है ताकि सड़क दुर्घटनाओं को कम किया जा सके। सड़क सुरक्षा प्रभाग/अनुभाग द्वारा बनाई और प्रबंधित की जाने वाली महत्वपूर्ण योजनाओं में प्रचार कार्यक्रम, राष्ट्रीय राजमार्ग दुर्घटना राहत सेवा योजना (एनएचएआरएसएस), असंगठित क्षेत्र में भारी वाहन चालकों को पुनश्चर्या प्रशिक्षण, राज्यों/संघ राज्य क्षत्रों आदि को सड़क सुरक्षा उपकरण प्रदान करना शामिल है। मंत्रालय ने विस्तार से विचार-विमर्श करने और तत्काल कार्यान्वयन के लिए अल्पकालिक और दीर्घकालिक उपायों पर अपनी सिफारिशें प्रस्तुत करने के लिए सड़क सुरक्षा के चार ई अर्थात (i) शिक्षा (ii) प्रवर्तन (iii) इंजीनियरिंग (सड़कों के साथ-साथ वाहन) और (iv) आपातकालीन देखभाल पर पांच अलग-अलग कार्य समूह गठित किए हैं ताकि देश में सड़क दुर्घटनाओं को कम किया जा सके।

भारत के विकास और कनेक्टिविटी के लिए परिवहन का अत्यधिक महत्व है:–

आर्थिक विकास: एक कुशल परिवहन प्रणाली व्यापार, उद्योग और आर्थिक विकास का समर्थन करते हुए वस्तुओं, सेवाओं और लोगों की आवाजाही को सुविधाजनक बनाती है।

पहुंच और कनेक्टिविटी: एक अच्छी तरह से विकसित परिवहन नेटवर्क दूरदराज के क्षेत्रों को जोड़ता है, आवश्यक सेवाओं तक पहुंच की सुविधा देता है, पर्यटन को बढ़ावा देता है और सामाजिक एकीकरण को बढ़ावा देता है।

रोजगार सृजन: परिवहन क्षेत्र कई प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रोजगार के अवसर पैदा करता है, रोजगार सृजन और आजीविका में योगदान देता है।

व्यापार और वाणिज्य: एक मजबूत परिवहन बुनियादी ढांचा माल की सुचारू आवाजाही, व्यापार को प्रोत्साहित करने और घरेलू और अंतरराष्ट्रीय वाणिज्य को बढ़ावा देने में सक्षम बनाता है।

क्षेत्रीय विकास: परिवहन बुनियादी ढांचे के विकास के माध्यम से बेहतर कनेक्टिविटी क्षेत्रीय असमानताओं को पाटने में मदद करती है, जिससे संतुलित क्षेत्रीय विकास को बढ़ावा मिलता है।

भारत में परिवहन के साधनों में सड़क, जल और वायु मार्ग द्वारा परिवहन शामिल है। अधिकांश भारतीय नागरिकों के लिए सड़क मार्ग परिवहन का प्राथमिक साधन है, और भारत की सार्वजनिक परिवहन प्रणालियां दुनिया में सबसे अधिक उपयोग की जाने वाली प्रणालियों में से एक है।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस

कुन्दन कुमार झा
महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन) का कार्यालय

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस कंप्यूटर विज्ञान की वह शाखा है जो कंप्यूटर के इंसानों की तरह व्यवहार करने की धारणा पर आधारित है। इसके जनक जॉन मैकार्थी माने जाते है। यह मशीनों को सोचने, समझने,सीखने, समस्या हल करने और निर्णय लेने जैसे संज्ञानात्मक कार्यों को करने की क्षमता को सूचित करता है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पर शोध की शुरूआत 1950 के दशक में हुई थी। इसका अर्थ होता है– कृत्रिम तरीके से विकसित बौद्धिक क्षमता। इसके जरिये कंप्यूटर सिस्टम या रोबोटिक सिस्टम तैयार किया जाता है, जिसे उन्हीं तर्कों के आधार पर संचालित करने का प्रयास किया जाता है जिसके आधार पर मानव मस्तिष्क कार्य करता है। एआई पूर्णत प्रतिक्रियात्मक, सीमित स्मृति, मस्तिष्क सिद्धांत एवं आत्म–चेतन जैसी अवधारणाओं पर कार्य करता है।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पर 7-सूत्री रणनीति

सबसे पहले अक्टूबर 2017 में केन्द्र सरकार ने 7-सूत्री रणनीति तैयार की थी, जो आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का इस्तेमाल करने के लिए भारत की सामरिक योजना का आधार तैयार करेगी। इनमें प्रमुख है:–

मानव-मशीन की बातचीत के लिए विकासशील विधियाँ बनाना।
आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और अनुसंधान एवं विकास के साथ एक सक्षम कार्यबल का निर्माण करना।
आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस सिस्टम की सुरक्षा सुनिश्चित करना।
आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के नैतिक, कानूनी और सामाजिक निहितार्थों को समझना तथा उन पर काम करना।
आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस टेक्नोलॉजी को मानक मानकर और बेंचमार्क के माध्यम से मापन का मूल्यांकन करना।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के लाभ

नीति आयोग के अनुमान के अनुसार एआई को अपनाने एवं बढ़ावा देने से वर्ष 2035 तक भारत की डीटीपी में लगभग हजारों बिलियन डॉलर की वृद्धि के साथ ही और वर्ष 2035 तक भारत की वार्षिक वृद्धि के साथ ही और वर्ष 2035 तक भारत की वार्षिक वृद्धि दर 1.3 प्रतिशत तक बढ़ने की संभावना है।

कृषि में अनुप्रयोग से यह किसानों की आय तथा कृषि उत्पादकता बढ़ाने और अपव्यय को कम करने में योगदान कर सकता है।

एआई गुणवतापूर्ण स्वास्थ्य सेवाओं तक लोगों की पहुँच को बढ़ा सकता है। इसकी मदद से शिक्षा की गुणवता में सुधार किया जा सकता है एवं शिक्षा तक लोगों की पहुँच को बढ़ाया जा सकता है। इसकी सहायता से प्रशासन में दक्षता को बढ़ाया जा सकता है। इसके अतिरिक्त व्यापार एवं वाणिज्य में इसका लाभ सिद्ध है।

भारत में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के टास्क फोर्स के रूप में वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा किया गया है। इसके मिशन के रूप में निम्नलिखित कार्य किये जा रहे हैं:–
एआई तकनीक की तैनाती में तेजी लाने के लिए नीति और कानूनी ढांचे का निर्माण।
एआई का अनुप्रयोग कर आर्थिक लाभ प्राप्त करना।
विशिष्ट उद्योग, अनुसंधान कार्यक्रम और सरकार हेतु पाँच वर्षीय अनुशंसाएं।

विजन

आर्थिक, राजनीतिक और कानूनी प्रक्रियाओं में एआई को अपनाना ताकि भारत को एआई–युक्त अर्थव्यवस्थाओं में से एक बनने का लक्ष्य प्राप्त करने में सहायता मिले।

निष्कर्ष

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस विगत कई दशकों से चर्चा के केंद्र में रहा एक ज्वलंत विषय है। वैज्ञानिक इसके अच्छे और बुरे परिणामों को लेकर समय-समय पर विचार-विमर्श करते रहते है। आज दुनिया तकनीक के माध्यम से तेजी से बदल रही है। विकास को गति देने और लोगों को बेहतर सुख-सुविधाएँ उपलब्ध कराने के लिए प्रत्येक क्षेत्र में अत्याधुनिक तकनीक का भरपूर उपयोग किया जा रहा है। बढ़ते औद्योगिकीकरण, शहरीकरण और भूमंडलीकरण ने जहाँ विकास की गति को तेज़ किया है, वहीं इसने कई नई समस्याओं को भी जन्म दिया है, जिनका समाधान करने के लिये नित नए उपाय अपनाये जाते हैं। जहाँ वैज्ञानिक आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के अनेकानेक लाभ गिनाते है, वहीं वे यह भी मानते हैं कि इसके आने से सबसे बड़ा नुकसान मनुष्यों को ही होगा, क्योंकि उनका काम मशीनों से लिया जाएगा, जो स्वयं ही निर्णय लेने लगेंगी और यदि उन पर नियंत्रण नहीं किया गया, तो वे मानव सभ्यता के लिए हानिकारक हो सकती है। ऐसे में इनके इस्तेमाल से पहले लाभ और हानि दोनो को संतुलित करने की आवश्यकता होगी।

योगः प्रकार और प्रभाव

नितेश कुमार
उद्योग संपर्क एवं प्रौद्योगिकी प्रबंधन निदेशालय

मन, शरीर और आत्मा को जोड़ने वाला "योग" हजारों वर्षों पूर्व महर्षि पतंजलि द्वारा मानव जाति को दिया गया एक अनमोल उपहार है। योग एक विशाल महासागर की तरह है, जो अभ्यासी को उसके अभ्यास और इच्छाशक्ति के अनुसार अलग-अलग स्तरों पर अनुभव प्रदान करता है। समान्यतः लोग योग को केवल आसन समझते हैं और जब वे योगासन करना शुरू कर देते हैं तो समझ में आने लगता है कि ये केवल व्यायाम करने का एक तरीका ही नहीं है, अपितु एक जीवनशैली है। ब्रह्मांडीय चेतना, शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्पष्टता, भावनात्मक स्थिरता या आध्यात्मिक परमानंद ये सब योग का हिस्सा है।

योग के मुख्यतः छह प्रकार माने गए हैं:–

राजयोग	लययोग	कर्मयोग
हठयोग	ज्ञानयोग	भक्तियोग

योग के विभिन्न अंग

योग को पूरी तरह समझने के लिए हमें पतंजलि के राजयोग के आठ अंग (यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि), जिसे अष्टांग योग भी कहा जाता है, उसे समझना पड़ेगा। बहुत लोग सोचते हैं कि ये आठ अंग एक के बाद एक उठाने वाले आठ कदम हैं, परंतु ऐसा नहीं है। आप जानते हैं, जब एक बच्चा पैदा होता है, तो उसके सभी अंग एक साथ विकसित होते हैं, एक के बाद एक नहीं। योग के आठ अंग भी आपस में ऐसे ही जुड़े हुए हैं कि अगर आप एक को खींचेंगे तो बाकी सभी साथ आ जाएंगे। इसलिए योग को केवल व्यायाम नहीं एक सम्पूर्ण साधना के रूप में देखना चाहिए। योग के विभिन्न आयामों को संक्षिप्त में समझने की कोशिश करते हैं।

यम

पांच यम इस प्रकार हैं: अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह। ये पांच सिद्धांत बिना किसी अपवाद के प्रकृति में सार्वभौमिक हैं। इनकी समझ हमारे शारीरिक अभ्यास की संपूर्ण बनावट को बदल देता है।

नियम

नियमों को स्वयं की साधना के रूप में समझा जा सकता है। पांच नियम हैं: शौच, संतोष, तपस, स्वाध्याय, और परमात्मा की भक्ति।

आसन

प्रायः आसन को सम्पूर्ण योग समझा जाता है। "योग सूत्र" के अनुसार आसन एक स्थिर और आरामदायक रूप में परिभाषित है। गुरु श्री श्री रविशंकर के शब्दों में, "शरीर को प्रयास रहित रूप से महसूस करते हुए अनंत का अनुभव करना ही आसन है।"

प्राणायाम

प्राणायाम में हम वास के आयाम को समझते हैं। योग सूत्र में पतंजलि द्वारा विभिन्न प्राणायाम तकनीकों की रूपरेखा तैयार की गई है जिसे उचित मार्गदर्शन में ही करना चाहिए। मौलिक स्तर पर, साँस लेना और छोड़ना एक निश्चित लय या पैटर्न में नियंत्रित होता है। इसका एक अच्छा उदाहरण आर्ट ऑफ लिविंग द्वारा सिखाई गई सुदर्शन क्रिया वास तकनीक है जिसने दुनिया भर के लाखों लोगों को मानसिक स्पष्टता और शारीरिक कल्याण लाने में मदद की है।

प्रत्याहार

प्रत्याहार आंतरिक कैनवास है जो इंद्रियों को भीतर की ओर लाता है। ये हमें बाहरी परिस्थितियों के उतार- चढ़ाव से दूर रखता है।

धारणा और ध्यान

योग में ध्यान लगाना काफी प्रचलित है और धारणा को ध्यान का एकमात्र बिंदु माना गया है। धारणा और ध्यान प्राणायाम से घनिष्ठ रूप से जुड़े हुए हैं।

समाधि

समाधि, या परम आनंद की स्थिति, लंबे समय से आम आदमी के लिए बहुत ऊंचा लक्ष्य माना जाता रहा है। हर क्षण जब हम अनंत आत्मा के साथ एक होने का अनुभव करते हैं, वही समाधि है।

जैसा कि गुरु श्री श्री रवि शंकर ने समझाया, "जब एक शरीर विकसित होता है, तो पूरा शरीर एक साथ विकसित होता है, सभी पहलुओं के साथ।" योग के आठ अंग भी बस यही हैं जिन्हें समझ कर अपनाने से जीवन शैली में सकारात्मक परिवर्तन लाया जा सकता है।

योग से निरोग तक

बहुत सारे वैज्ञानिक अध्ययनों में ये पाया गया है कि योग अलग-अलग तरह की बीमारियों से छुटकारा दिलाने में बहुपयोगी है। ये बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक सबके लिए प्रभावशाली है। प्रमुख योग विशेषज्ञों/योग गुरुओं की एक टीम द्वारा एक सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) विकसित किया गया था, जिसे हर साल अंतरराष्ट्रीय योग दिवस (21 जून) को व्यापक रूप से प्रदर्शित किया जाता है। डब्ल्यूएचओ एमयोग ऐप पर उपलब्ध इस प्रोटोकॉल का इस्तेमाल आम लोग फिट रहने के लिए कर सकते हैं। आइए अब कुछ ऐसे रोगों पर एक नजर डालते हैं जिन्हें योग की शक्ति से ठीक किया जा सकता है।

दमा

दमा में इनहेलर तत्काल राहत देता है किन्तु प्राणायाम और अनुलोम-विलोम का अभ्यास एकमात्र स्थायी इलाज करता है।

गठिया

गठिया का दुर्भाग्यवश कोई इलाज नहीं है। हालांकि, सूर्यनमस्कार का अभ्यास रोग के कारण होने वाले दर्द की मात्रा को नियंत्रित करने का एक प्रभावी तरीका है।

मधुमेह

शायद दुनिया भर में अधिकांश आबादी को प्रभावित करने वाली बीमारी, मधुमेह वर्तमान में एक लाइलाज स्थिति है, लेकिन नियमित रूप से योग आसन जैसे त्रिकोण मुद्रा का अभ्यास ब्लड शुगर के स्तर को नियंत्रित करने में अत्यधिक प्रभावी हो सकता है।

उच्च रक्तचाप

तनाव उच्च रक्तचाप के प्रमुख कारणों में से एक है। प्राणायाम जैसे ध्यान योग आसन, यदि नियमित आधार पर किए जाते हैं, तो उच्च रक्तचाप का एकमात्र दीर्घकालिक इलाज है।

डिप्रेशन

कई लोग डिप्रेशन से छुटकारा पाने के लिए नींद की गोलियां और एंटीडिप्रेसेंट का सेवन करते हैं। उत्तानासन जैसे योग आसन डिप्रेशन के शक्तिशाली उपचारों में से एक हैं।

पॉलिसिस्टिक अंडाशय

पीसीओएस अनियमित माहवारी और संभावित रूप से महिलाओं में बांझपन का कारण बन सकता है। किसी भी सर्जरी या दवा के बिना योग द्वारा इसका प्रभावी समाधान हो सकता है।

निचली कमर का दर्द

कामकाजी पेशेवरों को अक्सर पीठ के निचले हिस्से में दर्द से पीड़ित देखा जाता है। ताड़ासन जैसे विभिन्न योग इस समस्या का प्राकृतिक समाधान हो सकते हैं।

माइग्रेन

योग माइग्रेन से लड़ने का एक साइड-इफेक्ट-फ्री तरीका है। हर दिन कुछ मिनटों के लिए इन सरल योग मुद्राओं का अभ्यास करने से माइग्रेन में मदद मिलेगी: हस्तपादासन, सेतु बंधासन, शिशुआसन, मार्जारियासन, पश्चिमोत्तानासन, पद्मासन और शवासन।

कोविड-19

आयुष मंत्रालय ने श्वसन और हृदय दक्षता में सुधार, तनाव कम करने और प्रतिरक्षा बढ़ाने के लिए और कोविड -19 की प्राथमिक रोकथाम के लिए दिशानिर्देश जारी किए हैं। योगिक श्वास व्यायाम जैसे कपालभाति क्रिया, भस्त्रिका प्राणायाम, नाड़ी शोधन प्राणायाम, आदि से फेफड़ों में ऑक्सीजन की मात्रा में सुधार होता है।

जबकि भारत में शीर्ष फार्मा कंपनियां लगभग सभी बीमारियों के लिए उच्च गुणवत्ता वाली दवाओं का निर्माण करती हैं, यह एक सर्वविदित तथ्य है कि नियमित रूप से योग का अभ्यास कई पुरानी बीमारियों का अत्यधिक प्रभावी समाधान कर सकता है।

योग करने से मनुष्य को शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक रुप से लाभ पहुंचता है। यह एक ऐसा विज्ञान है जो संतुलन, शिष्टता, शांति और सद्भाव पर जोर देता है। स्वास्थ्य समाधान के रूप में योग की अपार संभावनाओं का पता लगाने के लिए और बड़े पैमाने पर वैज्ञानिक प्रयोग किए जाने चाहिए, तभी यह “योग चिकित्सा” के रूप में और लोकप्रिय होगा।

संयुक्त परिवार

सुनील कुमार
अपर सचिव एवं अपर वित्तीय सलाहकार का कार्यालय

संयुक्त परिवार सामान्यतः एक बृहत परिवार है। यह दो या दो से अधिक प्राथमिक परिवारों से बना एक समूह है। इस प्रकार एकल परिवारों का ऐसा समूह जिसके सदस्यों की रसोई, पूजा पाठ एवं संपत्ति सामूहिक होती है उसे ही सयुंक्त परिवार कहते हैं। संयुक्त परिवार के अंतर्गत दादा, दादी, माता- पिता, चाचा- चाची और उनके बच्चे एक साथ रहते हैं। आज भी संयुक्त परिवार को ही सम्पूर्ण परिवार माना जाता है। वर्तमान समय में भी एकल परिवार को एक मजबूरी के रूप में ही देखा जाता है। हमारे देश में आज भी एकल परिवार को मान्यता प्राप्त नहीं है औद्योगिक विकास के चलते संयुक्त परिवारों का बिखरना जारी है। परन्तु आज भी संयुक्त परिवार का महत्त्व कम नहीं हुआ है।

संयुक्त परिवार का बिखराव

संयुक्त परिवार टूटने के आर्थिक कारण: संयुक्त परिवारों के बिखरने का मुख्य कारण है रोजगार पाने की आकांक्षा। बढ़ती जनसंख्या तथा घटते रोजगार के कारण परिवार के सदस्यों को अपनी जीविका चलाने के लिए गाँव से शहर की ओर या छोटे शहर से बड़े शहरों को जाना पड़ता है और इसी कड़ी में विदेश जाने की आवश्यकता पड़ती है। परंपरागत कारोबार या खेती बाड़ी की अपनी सीमायें होती हैं जो परिवार के बढ़ते सदस्यों के लिए सभी आवश्यकतायें जुटा पाने में समर्थ नहीं होता। अतः परिवार को नए आर्थिक स्रोतों की तलाश करनी पड़ती है। जब अपने गाँव या शहर में नयी संभावनाएं कम होने लगती हैं तो परिवार की नयी पीढ़ी को रोजगार की तलाश में अन्यत्र जाना पड़ता है। अब उन्हें जहाँ रोजगार उपलब्ध होता है वहीं अपना परिवार बसाना होता है। क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति के लिए यह संभव नहीं होता कि वह नित्य रूप से अपने परिवार के मूल स्थान पर जा पाए, कभी-कभी तो सैकड़ों किलोमीटर दूर जाकर रोजगार करना पड़ता है।

संयुक्त परिवार टूटने के सामाजिक कारण: संयुक्त परिवार टूटने का सबसे बड़ा कारण है आपसी सामंजस्य की कमी। मनुष्य की वृति अब ऐसी हो गयी है कि वह सिर्फ अपना भला सोचने लगा है आज कोई भी आपस में सामंजस्य करके नहीं चलना चाहता है जब त्याग करने की बात आती है तो सब पीछे हटने लगते हैं। आज भी कुछ लोग ऐसे हैं जो कि बचपन में पढ़े नैतिक शिक्षा के पाठों को भूले नहीं है और उनका पालन करते है इसीलिए आज भी संयुक्त परिवार अस्तित्व में हैं। बचपन में हमें कृतज्ञता, ईमानदारी, लालच का फल, सहायता करना ये सब सिखाया जाता है जिससे कि हम व्यावहारिक रूप से भी संपन्न रह सके पर ये सब व्यर्थ हो जाता है जब हम स्वार्थी हो जाते है और केवल अपने बारे में सोचने लगते है उसी दिन से संयुक्त परिवारों का पतन शुरू हो जाता है। परंतु कई बार परिस्थितियां ही ऐसी बन जाती है कि परिवार को बंटना पड़ जाता है जिससे दुखी होते हैं जो परिवार से न चाहते हुए भी अलग हो जाते है। संयुक्त परिवार को संयुक्त

रखने में आपसी प्रेम का भाव होना बहुत जरूरी है इसके लिए जरूरी है कि छोटी-छोटी बातों को भूल कर आगे बढ़ा जाये क्योंकि ये छोटी-छोटी बातें दिल में घर कर जाती है फिर प्रेम को द्वेष में बदलने का काम करने लगती है फिर टूटता है संयुक्त परिवार। परिवार की जो कड़ियां स्वार्थी होती है वे इन छोटी-छोटी बातों को सींच कर बड़े-बड़े वृक्षों में बदल देती हैं फिर इन्हीं वृक्षों की लकड़ियां दीवार बनाकर परिवार को अलग कर देती हैं।

संयुक्त परिवार के फायदे

1. **बच्चों का समुचित पालन–** संयुक्त परिवार बच्चों के पालन पोषण के लिए उत्तम स्थान है। ऐसे परिवार में वृद्ध सदस्य जैसे- दादा, दादी, नाना, नानी भी होते हैं जो कठोर परिश्रम तो नहीं कर पाते परंतु सुगमता से बालकों की देखभाल कर लेते हैं। उनके सामाजीकरण एवं शिक्षण में भी योगदान देते हैं। सहयोग और सामंजस्य बच्चा परिवार से ही सीखता है। वर्तमान में एकांकी परिवारों में पति और पत्नी दोनों के कामकाजी होने के कारण बच्चों के समुचित देखरेख में बहुत बड़ी बाधा उत्पन्न हो रही है। इस परिस्थिति में संयुक्त पारिवारिक व्यवस्था लाभदायक सिद्ध हो सकती है।
2. **चरित्र निर्माण में सहयोग–** संयुक्त परिवार में सभी सदस्य एक दूसरे के आचार व्यवहार पर निरंतर निगरानी बनाए रखते हैं, किसी की अवांछनीय गतिविधि पर अंकुश लगा रहता है अर्थात प्रत्येक सदस्य चरित्रवान बना रहता है। किसी समस्या के समय सभी परिजन उसका साथ देते हैं और सामूहिक दबाव भी पड़ता है कोई भी सदस्य असामाजिक कार्य नहीं कर पाता, बुजुर्गों के भय के कारण शराब-जुआ या अन्य कोई नशा जैसी बुराइयों से बचा रहता है साथ ही हर बड़े और छोटे का पूरा प्यार और दुलार मिलता है।
3. **धन का उचित उपयोग–** संयुक्त परिवार में एक सामान्य कोष होता है जिसमें से सदस्यों की आवश्यकतानुसार चाहे वह कमाता हो या नहीं, धन खर्च किया जाता है। कर्ता के नियंत्रण के द्वारा अनावश्यक खर्चों से बचा जाता है। परिवार में आय और संपत्ति पर किसी भी सदस्य का विशेषाधिकार नहीं होता है इसलिए सभी सदस्य समान रूप से लाभ के भागीदार होते हैं। लोग अपनी क्षमता अनुसार आय प्रदान करते हैं और आवश्कतानुसार खर्च करते हैं।
4. **संपत्ति के विभाजन से बचाव–** संयुक्त परिवार में सदस्य सम्मिलित रूप से रहते हैं जिससे संपत्ति के विभाजन का प्रश्न ही नहीं उठता है। इस प्रकार संयुक्त संपत्ति का उपयोग व्यापार अथवा किसी धंधे में करके संपत्ति में और अधिक बढ़ोत्तरी की जा सकती है। संयुक्त परिवार कृषि के लिए और भी अधिक उपयोगी प्रमाणित हुए हैं क्योंकि इन्होंने भूमि के विभाजन पर रोक लगाकर उत्पादकता को बढ़ाने में सहयोग दिया है। संयुक्त संपत्ति होने के कारण अनावश्यक खर्चों पर भी रोक लगी है और कोई भी उस संपत्ति का मनमाना प्रयोग नहीं कर सकता। अतः हम देखते हैं कि संयुक्त परिवार में संपत्ति की सुरक्षा भी होती हैं।
5. **श्रम विभाजन–** इरावती कर्वे के अनुसार संयुक्त परिवार में श्रम विभाजन के बहुत लाभ प्राप्त हो जाते हैं। सब सदस्यों को उनकी योग्यता को ध्यान में रखकर ही कार्य दिया जाता है। वृद्ध, कमजोर, शारीरिक दृष्टि से अयोग्य व्यक्तियों को बिना उन पर अनावश्यक भार डालें, उनके सामर्थ्य के अनुसार ही कार्य दिए जाते हैं। इस प्रकार संयुक्त परिवार में पुरुष धन उपार्जन का कार्य करते हैं और स्त्रियां बालकों के पालन पोषण का कार्य तथा घर की देखभाल करती है। आर्थिक क्रियाओं में भी योग देती हैं।

श्रम के उचित विभाजन के परिणामस्वरूप सबकी कार्यकुशलता बनी रहती हैं और परिवार को श्रम विभाजन का पूर्ण लाभ मिल पाता है।

एक नर्स की आत्मकथा

राजेंद्र सिंह
कार्मिक निदेशालय

आप चिकित्सालय अवश्य गए होंगे, अपने किसी रोगी मित्र, परिवारजन या संबंधी को देखने अथवा स्वयं को चिकित्सक को दिखाने। वहाँ पर आपने नर्स को अवश्य देखा होगा। श्वेत वस्त्रों में, सिर पर विशेष आकार की श्वेत टोपी और पैरों में भी श्वेत जूते-मोजे पहने, तत्परता से इधर-उधर दौड़ते-भागते, दवा देते, रोगी को ले जाते-लाते, मुस्कुरा कर रोगी के साथ बातें करते। तो वह मैं हूँ। मैं एक नर्स हूँ। मुझे देखते ही रोगी में जीवन की आशा जागृत होती है। बहुत दिनों से सोच रही थी कि मैं आपको अपनी आत्मकथा सुनाऊँ तो चलिए आज मेरे पास समय है मैं अपनी कहानी सुनाती हूँ।

मैं एक नर्स हूँ, आप मुझे इस चिकित्सालय में देख सकते हैं। मैं विगत कई वर्षों से इस चिकित्सालय में रोगियों की सेवा कर रही हूँ। मैं यहाँ की रहने वाली नहीं अपितु केरल के एक सुदूर छोटे-से गाँव में मेरा जन्म हुआ था। परिवार में माँ-पिता जी, बूढ़ी दादी के अतिरिक्त हम दस भाई-बहिन थे। आप हँस रहे होंगे कि जहाँ शहरों में परिवार में दो या एक बच्चे को अधिक माना जाता है वहीं दस बच्चे? यहाँ लगभग सभी परिवारों की दशा एक जैसी है। कृषक परिवार होने के कारण परिवार-जन की संख्या पर बल दिया जाता है। खैर भाई-बहिनों में सबसे बड़ी होने के कारण मैं घर भर की लाडली थी। इसी लाड़ के कारण माँ-दादी ने मुझे खूब पढ़ाने का निश्चय किया। आयु होने पर मुझे गाँव की पाठशाला में प्रवेश दिलाया गया। पढ़ाई के प्रति मेरी लगन एवं कुशाग्रता देख पिता जी ने मुझे बैंक अधिकारी बनाने का निश्चय किया।

हाई स्कूल पास करने के बाद मैंने उच्च शिक्षा प्राप्त करनी चाही, किंतु परिवार के बढ़ते बोझ के चलते मुझे अन्य विकल्प सोचना पड़ा। मेरी अन्य सहेलियों ने नर्सिंग के फार्म भर दिए थे, सो मैंने भी वही किया। माँ और दादी जी मुझ पर क्रोधित हुईं, पर जब मैंने उन्हें पिता जी का बोझ हल्का करने का अपना संकल्प सुनाया तो वे प्रसन्न हो गईं। निश्चित समय पर हमें प्रवेश-परीक्षा के लिए बुलाया गया। यहाँ भी मैंने बाजी मारी और उत्तीर्ण परीक्षार्थियों की सूची में सर्वोच्च स्थान पाकर मैं फूली न समाई। शीघ्र ही दिल्ली के एक जाने-माने चिकित्सालय में प्रशिक्षण के लिए मैंने तैयारी कर ली। डबडबाई आँखों से सबने सुखद भविष्य की कामना करते हुए मुझे विदाई दी। हरे-भरे सुंदर स्वच्छ प्रदेश को छोड़कर कंक्रीट के भव्य शहर भारत का दिल दिल्ली में आकर जहाँ मुझे अत्यंत प्रसन्नता हुई वहीं अपनों से बिछुड़ने का दुख भी।

मैं आपको बताना भूल गई कि बचपन से ही मैं विनम्र, कोमल, शांत, दयालु, सहिष्णु एवं संवेदनशील स्वभाव की थी, इस कारण तीन वर्ष की प्रशिक्षण अवधि में मुझे अधिक कठिनाई नहीं हुई । प्रशिक्षण समाप्त होने के साथ ही मुझे उसी

अस्पताल में अनुभव प्राप्त करने के लिए नौकरी मिल गई। दो वर्ष तक मैंने वहाँ अथक परिश्रम का परिचय दिया। इससे प्रसन्न होकर चिकित्सालय के अधिकारियों ने मेरी पदोन्नति कर दी। प्रशिक्षण काल में सेवा के प्रण को मैंने अपने जीवन का मूलमंत्र मान लिया।

सारा दिन मैं चिकित्सालय में मरीजों के बीच व्यस्त रहती, मेरा भरसक प्रयास रहता कि हर रोगी की सेवा करूँ। रोगी के कष्टों को देखकर मेरा मन उदास हो जाता, कर्तव्यबोध कर मैं तन-मन-वचन से उसकी पीड़ा कम करने का प्रयास करती, मुझे शांति भी तभी मिलती। छोटे बच्चों को पीड़ा-कष्ट में देख मुझे मेरे छोटे भाई-बहिन याद आ जाते और मेरा मन हाहाकार कर उठता। उस समय मैं अपने तन की सुध-बुध भूलकर उस रोगी बच्चे की सेवा में जुट जाती। समय का मुझे भान न रहता। मैं रात-दिन सेवा करके उन्हें शीघ्र ठीक करने का प्रयास करती। मेरी निश्छल, निस्स्वार्थ सेवा भावना से प्रसन्न होकर चिकित्सालय के अधिकारियों ने एक शुभावसर पर मुझे 'फ्लोरेंस नाइटिंगेल' की उपाधि से विभूषित किया। यह जानकर माता-पिता को मुझ पर गर्व हुआ।

चिकित्सालय के रोगियों के प्रति अपना कर्तव्य निभाने में मैं कोई कमी नहीं करती। उसी प्रकार परिवार के प्रति भी मेरा कर्तव्य था। परिवार की अवस्था को सुधार और भाई-बहिनों को उच्च शिक्षा दिलाने के लिए मैंने विदेश जाकर नौकरी करने का मन बनाया। अकेले कमाने वाले पिता जी अवस्था ढल जाने से कमजोर हो गए थे। अतः तनिक प्रयास से मुझे विदेश जाने का अवसर मिल गया। वहाँ भी मैंने जी-जान से रोगियों की सेवा की। अब मेरा परिवार सुखी और संपन्न है। उन्हें देखकर मैं भी प्रसन्न हूँ। सभी भाई-बहिनों को उच्च शिक्षा दिला कर अच्छी नौकरी पर लगाया। मेरी छोटी बहिन भी नर्स है और मेरे साथ दिल्ली के उसी चिकित्सालय में नौकरी कर रही है।

एक नर्स होने के नाते मुझे मेरा कर्तव्य बोध हर समय सचेत रखता है। मैं समय का सख्ती से पालन करती हूँ। रोगियों को समय पर दवा देती, रोगी के चार्ट्स तैयार कर उनके भोजन की गुणवत्ता का ध्यान रखती, सुपाच्य भोजन की सलाह देती, रोगियों की स्वच्छता की ओर विशेष ध्यान देती। सबसे पहले रोगियों को आराम एवं मानसिक शांति प्रदान करना आवश्यक है। कभी-कभी थकावट के कारण कुछ पल आराम करने की इच्छा होती और उसी समय किसी रोगी की पुकार होती तो मैं बिना झुंझलाए, कुड़कुड़ाए उसकी सेवा में उपस्थित हो जाती। रोगियों की पीड़ा एवं विवशता याद कर मैं अपनी थकावट, आराम, खाना-पीना सब भूल जाती। मुझे पता है कि रोगियों को केवल दवा की जरूरत नहीं होती अपितु अपनापन, सहानुभूति आदि की भी आवश्यकता होती है। उस समय मेरे आगे अपना सुख-आराम सब नगण्य हो जाता है।

आजकल सेवा कार्य भी व्यवसाय बनता जा रहा है। सेवा भावना के पीछे भी दुर्भावना बन गई है, जो स्वार्थ, प्रलोभन, छल-कपट के वशीभूत होकर रोगियों के साथ दुर्व्यवहार करती हैं वे नर्सें इस व्यवसाय के लिए कलंक हैं। उदार, ममतामयी, सहिष्णु, निस्स्वार्थ, विनम्र, मृदुभाषी जैसे गुणों से युक्त लड़कियाँ ही आदर्श नर्स बन सकती हैं। इस व्यवसाय में उन्हें ही जाना चाहिए जो नर में नारायण को देखते हैं। इस चिकित्सालय में रोगियों की निस्स्वार्थ सेवा करते हुए एक लंबा समय गुजर गया है पर मैं अपने कर्तव्य से थकी नहीं हूँ क्योंकि निस्स्वार्थ सेवा मेरा भीष्म-प्रण है। आज इसी कारण लोग मुझे मान-सम्मान, स्नेह, अपनापन आदि देते हैं। यही मेरे जीवन की अमूल्य संपत्ति है। मैं अपने इस नर्स जीवन से पूर्णतया संतुष्ट हूँ।

इंटरनेट के फायदे और नुकसान

विजेन्द्र कुमार
अपर सचिव एवं अपर वित्तीय सलाहकार का कार्यालय

इंटरनेट ने हमारे जीवन के मायने पूरी तरह से बदल दिये है। इसने हमारे जीवन के स्तर को ऊँचा कर दिया है और कई कार्यों को बहुत सरल और आसान बना दिया है। हालांकि इसने कई नुकसानों को भी जन्म दिया है जैसे हर चीज के साथ होता है। इंटरनेट का अधिक उपयोग हानिकारक भी हो सकता है। इंटरनेट के साथ कई नुकसान जुड़े है इनमे से कुछ समय का व्यर्थ होना, धोखाधड़ी, स्पेमिंग और हैकिंग शामिल है।

माता-पिता अपने बच्चों को इंटरनेट का उपयोग करने की अनुमति इसलिए देते हैं ताकि वे अपनी परीक्षाओं के लिए बेहतर तरीके से तैयारी कर सकें पर कई छात्रों ने इसका दुरुपयोग किया है। इंटरनेट सूचना का एक विशाल स्रोत माना जाता है और इस तरह से छात्रों के लिए एक वरदान साबित हुआ है। ऐसा इसलिए है क्योंकि किसी भी विषय या पाठ से संबन्धित सारी जानकारी इंटरनेट पर उपलब्ध है।

इंटरनेट के मुख्य नुकसानों में से एक यह है कि यह विशेष रूप से छात्रों का ध्यान भटकाता है। कई छात्र इंटरनेट पर विभिन्न प्रकार के विडियो देखते हैं या मनोरंजन के लिए ऑनलाइन गेम खेलते है पर वे जल्द ही इसके आदि हो जाते हैं और अपना समय इंटरनेट पर कुछ देखने खेलने पर खर्च करते रहते हैं। यह समय की बहुत बड़ी बर्बादी है।

सोशल मीडिया ने समय की बर्बादी को बहुत बढ़ावा दिया है। किशोरावस्था की उम्र में बच्चे चकाचौंध और ग्लैमर की और आकर्षित होते हैं। वे अपने मित्रों और परिवार के सदस्यों को सोशल मीडिया पर अपने फोटो और पोस्ट दिखाने के बारे में चिंतित रहते हैं। इसके बाद वे लाइक और टिप्पणियों को देखने के लिए अपनी पोस्ट को दोबारा चेक करते रहते हैं। ऐसा करने में बहुत समय बर्बाद होता है। डेटिंग और चेटिंग एप्स भी पढ़ाई में बाधा साबित होती है।

इंटरनेट ने दूर देशों में रहने वाले लोगों की दूरी को कम कर दिया है पर वही साथ में नजदीक रहने वाले लोगों को भी दूर कर दिया है। लोग अपने दूर के मित्रों और रिश्तेदारों के साथ जुड़ने और उन्हें सन्देश भेजने में इतने तल्लीन हो गए हैं कि वे अपने बच्चों और परिवार के सदस्यों की ओर ध्यान देना भूल गए हैं।

सोशल मीडिया साइटों, मैसेंजर और एप्लिकेशन ने रिश्तों में धोखे को जन्म दिया है। इसने दम्पतियों के बीच झगड़ों को बढ़ावा दिया है जिसका उनके बच्चों और परिवार पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

इन दिनों बाजार में प्रतिस्पर्धा बहुत अधिक है यदि सेवा तुरंत प्रदान नहीं की जाती है तो ग्राहक आपको छोड़ देंगे। इंटरनेट ने कहीं से भी दफ्तर के ईमेल चेक करना और सॉफ्टवेयर का उपयोग करना आसान बना दिया है। इसलिए कई बार लोगों को घर जाने के बाद भी काम करना पड़ता है। यह व्यवसायों के लिए फायदेमंद है लेकिन कर्मचारियों के लिए नहीं क्योंकि ऐसा काम जीवन में असंतुलन पैदा करता है।

दूसरा इंटरनेट पर हर समय की जाने वाली गतिविधियों के कारण कामकाज में कमी आई है इसलिए ज्यादातर लोग अपनी समयसीमा से पहले दिए गए काम को पूरा करने के लिए कार्यालय से लौट उसे करते हैं। अपने परिवार के साथ बिताए जाने वाला समय वे लैपटॉप पर खर्च करते हैं। वे अपने व्यक्तिगत और व्यावसयिक जीवन के बीच संतुलन को बनाए रखने में असमर्थ हैं जो परिवारों के बीच संघर्ष का एक कारण बनता जा रहा है।

माता-पिता को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि अपने बच्चों को इंटरनेट एक्सेस प्रदान करने के साथ-साथ किस तरह बच्चे उसका उपयोग कर रहे हैं उस पर भी नजर रखें। माता-पिता को ऐसी साइटों पर नजर रखनी चाहिए और उनके बच्चों की इंटरनेट गतिविधियों की निगरानी करनी चाहिए ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि वे इंटरनेट का उपयोग केवल अच्छे कामों के लिए करें।

डीआरडीओ अवार्ड वितरण समारोह का आयोजन

श्याम सुंदर प्रसाद
कार्मिक निदेशालय

रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन (डीआरडीओ) भारत सरकार रक्षा मंत्रालय के अनुसंधान और विकास की एक शाखा है जिसका उद्देश्य है भारत में अधुनातन रक्षा प्रौद्योगिकी का विकास करना तथा क्रांतिक रक्षा प्रौद्योगिकी एवं प्रणाली के क्षेत्र में आत्मनिर्भरता हासिल करना। यह संगठन भारतीय सशस्त्र बलों और अन्य सुरक्षा एजेंसियों के लिए आवश्यक विभिन्न प्रणालियों, उपप्रणालियों, यंत्रों और उत्पादों के मूल्यांकन और रक्षा प्रौद्योगिकी के बृहत्तर कार्यक्रमों में सन्नहित अनुसंधान, डिजाइन, विकास, परीक्षण जैसे कार्य निष्पादित कर रहा है। डीआरडीओ आत्मनिर्भरता और सामरिक प्रणालियों के सफल स्वदेशी विकास और उत्पादन के लिए जो प्रयास कर रहा है उनसे भारत की सैन्य क्षमता कई गुणा बढ़ गई है। इनमें से कई प्रौद्योगिकियों के विकास से सैन्य क्षेत्र के अलावा असैन्य क्षेत्रों में भी बहुत लाभ हुआ है।

रक्षा विज्ञान एवं तकनीक के क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान देकर विशिष्ट उपलब्धियां हासिल करने वाले डीआरडीओ वैज्ञानिकों, तकनीकी अधिकारियों और इसके औद्योगिक तथा शैक्षणिक सहयोगियों को उनकी शानदार सेवाओं के लिए सम्मानित करने के उद्देश्य से कार्मिक निदेशालय द्वारा डीआरडीओ अवार्ड्स स्कीम 1998 में शुरु की गई थी। तब से अब तक डीआरडीओ अवार्ड्स दिए जा रहे हैं। इसी क्रम में वर्ष 2020 के पुरस्कार वितरण समारोह का आयोजन दिनांक 26 मई 2023 को डीआरडीओ भवन स्थित कोठारी ऑडिटोरियम में किया गया। इस समारोह की अध्यक्षता सचिव, डीडीआरएंडडी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ डॉ. समिर वी कामत द्वारा की गई।

इस भव्य समारोह में अलग-अलग 16 श्रेणियों के पुरस्कारों के अतिरिक्त 02 डीआरटीसी केटेगरी के पुरस्कार सचिव, डीडी आर एण्ड डी के कर कमलों से प्रदान किए गए। समग्र रुप से 107 पुरस्कार विजेताओं को 84 वैयक्तिक अवार्ड, 14 टीम अवार्ड, 02 ट्राफियां और 02 डिफेंस टेक्नालाजी एब्जॉर्प्सन अवार्ड देकर सम्मानित किया गया। विजेताओं को नकद पुरस्कार, ट्रॉफी और प्रमाण-पत्र प्रदान किए गए। इस अवसर पर सचिव, डी डी आर एण्ड डी ने अपने संबोधन में पुरस्कार विजेता वैज्ञानिकों व तकनीकी अधिकारियों की असाधारण उपलब्धियों की भूरि-भूरि सराहना की और पुरस्कार जीतने पर उन्हें हार्दिक बधाई भी दी। उन्होंने डीआरडीओ परिवार के सभी सदस्यों का आह्वान किया कि वे भविष्य में भी इसी प्रकार उपलब्धियों के नए कीर्तिमान स्थापित कर संगठन की कीर्ति में चार चांद लगाने के लिए सम्मिलित रुप से निरंतर प्रयास करते रहें।

इन पुरस्कारों के सम्पूर्ण स्वरुप में परिवर्तन करने के प्रधानमंत्री के व्यापक दृष्टिकोण के अनुसार उनकी समीक्षा करने, उन्हें और तार्किक बनाने और व्यवस्थित करने हेतु भारत सरकार के निर्देशों का अनुपालन करते हुए अध्यक्ष, आरएसी की अध्यक्षता में गठित डीआरडीओ अवार्ड समीक्षा समिति द्वारा मौजूदा अवार्ड योजना की पुनरीक्षा की गई है और इसके स्थान पर माननीय रक्षा मंत्री और गृह मंत्रालय के अनुमोदन से सात श्रेणियों के वार्षिक पुरस्कारों का प्रवर्तन किया गया है जो संक्षेप में इस प्रकार हैं:–

श्रेणी 'क' राष्ट्रीय स्तर के अवार्ड

1. डॉ कोठारी रक्षा विज्ञान अवार्ड
2. डॉ कलाम रक्षा प्रौद्योगिकी अवार्ड

श्रेणी 'ख' डीआरडीओ स्तर के अवार्ड

3. डॉ भगवंतम प्रौद्योगिकी लीडरशिप अवार्ड
4. डॉ नागचौधरी आजीवन उपलब्धि अवार्ड
5. सर्वोत्तम वैज्ञानिक उत्कृष्टता अवार्ड
6. सर्वोत्तम तकनीकी उत्कृष्टता अवार्ड
7. सर्वोत्तम प्रशासनिक उत्कृष्टता अवार्ड

भविष्य में उपरोक्त संशोधित योजना के अनुसार ही पुरस्कार प्रदान किए जाएंगे।

भारत भाग्य विधाता

प्रकाश चंद्र शर्मा
कार्मिक निदेशालय

हमारा देश भारत अनेक धर्मों, संप्रदायों, जातीय व जनजातीय विभिन्नताओं, बहु मान्यताओं व आस्थाओं वाले लोगों का इंद्रधनुषीय संगम है। कुदरत ने भी इसकी छटा में नाना प्रकार के रंग भरे हैं। भौगोलिक रूप से देखें, तो देश में कहीं पर्वतमालाएं हैं, तो कहीं नदी-घाटी वाले समतल मैदान, एक ओर जहाँ दूर-दूर तक शुष्क मरुभूमि के दर्शन होते हैं, वहीं दूसरी तरफ अपार समुद्री जलराशि और कल-कल करती नदियों का साम्राज्य है। यहाँ के अधिवासी असंख्य भाषाएं व बोलियां बोलते हैं। उनके रूप-रंग, वेश-भूषा व सांस्कृतिक रीति –रिवाजों में भी बहुत अंतर है। स्वतंत्रता–पूर्व का भारत 565 छोटी-बड़ी रियासतों में बंटा हुआ था। तब पहले उप-प्रधानमंत्री व गृहमंत्री लौह-पुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल ने इन सभी रियासतों को मिलाकर एक अखंड भारतवर्ष में समाहित कर उसका राजनैतिक एकीकरण किया। इतनी सांस्कृतिक, भौगोलिक व आर्थिक विविधता के बावजूद आज हम राजनीतिक व भावात्मक दृष्टि से एक अखंड लोकतांत्रिक राष्ट्र के रूप में संगठित हैं, जिसने विश्वपटल पर अपनी जोरदार उपस्थिति दर्ज कराई है।

स्वतंत्रता–प्राप्ति के बाद से हमारे दूरदर्शी नेताओं ने देश के सर्वांगीण विकास के लिए जो नीतियां व कार्यक्रम बनाए, निःसंदेह उनसे देश कृषि व औद्योगिक प्रगति के पथ पर तेजी से आगे बढ़ा। इन्हीं नीतियों के बल पर हमारे यहां हरित-क्रांति, श्वेत-क्रांति व औद्योगिक-क्रांति ने जन्म लिया। आज हमने कृषि–जन्य उत्पादों, दूध व दुग्ध उत्पादों और अन्यान्य औद्योगिक उत्पादों के मामले में, कमोबेश आत्मनिर्भरता हासिल कर ली है। सकल घरेलू उत्पाद के मामले में हम विश्व की पांचवीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन गए हैं। लोगों का जीवन-स्तर और क्रय-शक्ति पहले से कई गुना बढ़ोत्तरी हुई है।

इतना सब होने के बावजूद भारत अपने विशाल आकार व विपुल जनसंख्या के चलते परस्पर विरोधाभासों से भरा हुआ है। विकास का लाभ हम अभी तक देश के सुदूरवर्ती अंचलों में हाशिए पर रह रहे अंतिम व्यक्ति तक नहीं पहुंचा पाए हैं। बेहतरी के बावजूद लोगों में आर्थिक असमानता बढ़ी है। पांचवे नंबर की अर्थव्यवस्था होते हुए भी प्रति व्यक्ति आय के मामले में हम अन्य देशों की तुलना में पिछड़े हुए हैं। साक्षरता दर, भुखमरी सूचकांक, रोजगार व पारदर्शिता जैसे मामलों में हमें अभी और बेहतर प्रदर्शन करने की आवश्यकता है। प्रादेशिक असमानता को भी दूर करने की जरूरत है। एक ओर जहाँ केरल, पंजाब, हरियाणा, दिल्ली जैसे राज्य हर पैमाने पर आशातीत प्रगति कर रहे हैं वहीं शिक्षा, रोजगार, चिकित्सा व आधारभूत संरचनाओं के विकास के क्षेत्र में बिहार और उत्तर-प्रदेश जैसे राज्य अभी पिछड़े हुए हैं।

ऐसा नहीं है कि देश के कर्णधारों ने देश से गरीबी, भुखमरी और सामाजिक-आर्थिक विषमता दूर करने के लिए कुछ नहीं किया है। दलित, वंचित वर्ग के उन्नयन हेतु शिक्षण संस्थानों, और नौकरियों में आरक्षण की प्रणाली लागू की गई, परन्तु इन नीतियों के अच्छा होने के बावजूद क्रियान्वयन के स्तर पर इनमें कमियां रहीं, जिससे कमजोर वर्ग के सभी लोगों तक आरक्षण का लाभ नहीं पहुंच सका। देश के सुदूरवर्ती इलाकों में रह रहे कमजोर तबके के पास इन नीतियों का लाभ पहुंचना तो दूर की बात है, उन्हें इन नीतियों की ठीक से जानकारी तक नहीं है। उनकी दशा में बहुत अधिक फर्क नहीं पड़ा है। देश के पिछड़ेपन की एक वजह यह भी प्रतीत होती है कि इतने वर्ष बीत जाने के बाद भी हम अपनी जनता में एक संपूर्ण वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास नहीं कर पाए हैं। अधिकांश लोग आज एक परस्पर विरोधाभासी जीवन-शैली का निर्वाह कर रहे हैं। प्रतिवर्ष हजारों, लाखों की संख्या में इंजीनियर, डॉक्टर, वैज्ञानिक पैदा करने के बावजूद हमारा समाज आज भी अंधविश्वासों, रुढ़ियों और पहले से चली आ रही कुरीतियों का दास बना हुआ है। धार्मिक अंधविश्वास आज भी विज्ञान के उपादानों पर भारी पड़ते हैं। आम जनता की तो छोड़िए, मैंने बड़े-बड़े डॉक्टरों, वैज्ञानिकों व अति शिक्षित लोगों को अपना भविष्य जानने, उसे बेहतर बनाने के उपाय पूछने के लिए ज्योतिषियों व पोंगा पंडितों के पास जाते देखा है। जनमानस में अपनी हर समस्या के समाधान के लिए पूजा-पाठ, तंत्र-मंत्र, जादू टोने की शरण लेने की प्रवृत्ति देखी जाती है। हमारे चारों ओर सैकड़ों की संख्या में तथाकथित बाबा और धर्मोपदेशक पैदा हो गए हैं, जो स्वयं तो पढ़े-लिखे नहीं हैं फिर भी छद्म चमत्कारों व मिथ्या ढकोसलों के बल पर उन्होंने अनुयायियों की एक लम्बी जमात इकट्ठा कर ली है, जो उनके मुख से निकले हर वाक्य को अंतिम सत्य मान लेते हैं।

किन्तु स्थिति इतनी भी भयावह नहीं है। उपलब्धियों के स्तर पर देखें, तो पिछले 75 वर्षों में देश ने हर क्षेत्र में कल्पनातीत प्रगति की है। हमने विश्व को चंद्रशेखर वेंकटरमन, होमी जहाँगीर भाभा, जगदीशचंद्र बसु, मिसाइलमैन एपीजे अब्दुल कलाम जैसी महान वैज्ञानिक विभूतियां दी हैं। डीआरडीओ ने रक्षा प्रणालियों के अनुसंधान एवं विकास के क्षेत्र में महती योगदान दिया है। इसरो ने भी कम खर्च में चंद्रयान, मंगलयान जैसे अंतरिक्ष अभियानों को सफलतापूर्वक अंजाम देकर अप्रतिम योगदान दिया है। इससे पूर्व आर्यभट्ट, भास्कर जैसे उपग्रहों का प्रक्षेपण तथा परमाणु बम के क्षेत्र में उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल कर देश के वैज्ञानिकों ने अपनी अतुल्य प्रतिभा का लोहा मनवाया है। हाल ही में कोरोना महामारी के दौरान भी देश की प्रतिष्ठित दवा कंपनियों ने कोविड के टीके बनाकर मानव जीवन की रक्षार्थ अंशदान किया है।

मौजूदा सरकार ने पिछले कुछ वर्षों में देश के लोगों के जीवन-स्तर में बेहतरी के लिए अनेक कदम उठाए हैं। योग और विज्ञान को जन-जन तक पहुंचाने के ठोस प्रयास किए गए हैं। देश को सर्वांगीण विकास के पथ पर अग्रसर करने व आत्मनिर्भरता हासिल करने के कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। आयुष्मान भारत योजना के तहत गरीब जनता को 5 लाख रुपए तक की मुफ्त चिकित्सा सुविधा दी गई है। गरीब परिवारों को उज्ज्वला योजना के अधीन गैस सिलिंडर मुफ्त दिए गए हैं। करोड़ों की संख्या में जन-धन खाते खोले गए हैं। देश के 80 करोड़ लोगों को 5 किलो अनाज मुफ्त दिया जा रहा है। सरकार के प्रोत्साहन व प्रयासों के चलते योग के माध्यम से शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य के कार्यक्रम को विश्वस्तर पर मान्यता मिली है। प्रधानमंत्री आवास योजना के अंतर्गत कमजोर तबके के लोगों को घर बनाने के लिए आर्थिक सहायता दी जा रही है। लाखों की संख्या में शौचालयों का निर्माण किया गया है। कृषि, उद्योग, रक्षा व अंतरिक्ष के क्षेत्र में देश उन्नति के नित नए सोपान चढ़ रहा है। लुक ईस्ट योजना के तहत पूर्वोत्तर के राज्यों के विकास पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। एलोपैथी के साथ–साथ वैकल्पिक देशी चिकित्सा पद्धतियों के समुचित विकास पर बल दिया जा रहा है।

आशा की जाती है कि सरकार द्वारा जोर–शोर से चलाए जा रहे लोक कल्याण व विकास के उपर्युक्त कार्यक्रमों के बल पर देश के संपन्न व वंचित वर्ग के मध्य मौजूद असमानता व असंतुलन की खाई को पाटा जा सकेगा व देश के सर्वहारा वर्ग तक विकास के लाभ सतत् रूप से पहुंचाए जा सकेंगे।

यदि सर्वप्रथम हमारे देश के प्रतिभाशाली युवाओं को सर्वांगपूर्ण आधुनिक शिक्षा देकर उनमें देश की उन्नति के लिए वैज्ञानिक सोच विकसित की जाए, जनता को पुरातन रुढ़ियों और अंधविश्वासों से ऊपर उठाकर व्यावहारिक शिक्षण के माध्यम से जागरुक किया जाए और विकास व प्रगति का लाभ देश के दूरदराज के क्षेत्रों में रह रहे प्रत्येक व्यक्ति तक पहुंचाने के अनवरत ठोस उपक्रम किए जाएं तो हमारा भारत चहुंमुखी विकास का अपना सपना जल्दी ही पूरा कर सकता है।

बांस की खेती

संदीप रावत
कार्मिक निदेशालय

'बांस' जिसे हम 'बैम्बू' नाम से भी जानते है, एक नवीकरणीय संसाधन है। यह अत्यंत उपयोगी घास है जिसे 'हरा सोना' 'गरीब आदमी की लकड़ी' आदि नामों से जाना जाता है। बांस 'घास' परिवार 'पोएसी' से संबंधित है। बांस एक उष्णकटिबंधीय घास है, जो गर्म तापमान और उच्च आर्द्रता पसंद करती है। यह 18°C से 30°C तक तापमान में अच्छा उगता है भारत के पूर्वोत्तर राज्यों में बांस की खेती की जाती है। इसका उपयोग लकड़ी के विकल्प के रूप में किया जाता है। भारत के कुल वन क्षेत्र के 13 प्रतिशत भाग पर बांस पाया जाता है। मध्य प्रदेश राज्य में देश का सबसे बड़ा बांस वन क्षेत्र पाया जाता है। भारत चीन के बाद दुनिया का सबसे बड़ा बांस उत्पादक देश है। बांस देश की अर्थव्यवस्था तथा संस्कृति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। देश में बांस का वार्षिक उत्पादन 3.23 मिलियन टन है। बांस मुख्य रूप से अफ्रीका, अमेरिका और एशिया में पाया जाता है। विकासशील देश इसकी खेती कर अच्छा मुनाफा कमा सकते हैं। भारत सरकार इसके प्रचार-प्रसार की ओर ध्यान दे रही है और किसानों को सब्सिडी भी दे रही है।

ग्रामीण क्षेत्रों में बांस व्यवसायिक रूप से उगाई जाने वाली फसल बन गया है जिसकी बहुउपयोगिता के कारण किसानों को अच्छी आमदनी हो रही है। इसका उपयोग निर्माण सामग्री, फर्नीचर, प्लाईवुड, घरेलु उपयोग की वस्तुओं, हस्तशिल्प उद्योग, कागज, ईंधन, कृषि कार्य में उपयोग की जाने वाली वस्तुओं, कपड़ा उद्योग, सौंदर्य प्रसाधन, जैव ईंधन, इथेनॉल औषधीय निर्माण आहार आदि में किया जाता है। अपनी बहु उपयोगिता के कारण बांस ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले लोगों की आजीविका का प्रमुख संसाधन बन गया है।

अपनी स्टील जैसी मजबूती और लचीलेपन के कारण यह लकड़ी का विकल्प बन गया है। इसका उपयोग प्लास्टिक के विकल्प के तौर पर डिस्पोज़ेबल कप, प्लेट, टूथब्रश, टूथपिक, कंघे, पानी की बोतल, इयर-बड्स, डस्टबिन आदि में किया जा सकता है। बांस की खेती को बढ़ावा देकर हम अपने जंगलों को कटने से बचा सकते है। उदाहरण के लिए:– एक पेड़ को काटने पर पुनः बड़ा होने में 30 से 60 वर्ष का समय लग जाता है इसके विपरीत बांस का पौधा 4 से 5 वर्षों में पूर्ण रूप से विकसित हो जाता है। इस प्रकार लकड़ी की जगह इसका प्रयोग कर आप पर्यावरण को बचा सकते है। बांस अन्य पेड़ों की अपेक्षा 30 प्रतिशत अधिक ऑक्सीजन देता है। बांस की फसल पर सूखे और वर्षा का अधिक प्रभाव नहीं पड़ता यह वातावरण से अन्य पेड़ों की तुलना में ज्यादा कार्बन संरक्षित करता है। इसकी कुछ प्रजातियां एक दिन में 1 मीटर तक बढ़ती है। विकासशील देशों द्वारा इसकी खेती करके अर्थव्यवस्था में सुधार लाया जा सकता है। देश का उत्तरपूर्वी

क्षेत्र बांस के उत्पादन में समृद्ध है। यह देश का 65 प्रतिशत तथा विश्व का 20 प्रतिशत बांस उत्पादन करता है। बांस से कागज बनाना भारत तथा चीन का प्राचीन उद्योग है। बांस के पौधे में औषधीय गुणों की भरमार है। प्राचीन काल से बांस से तीर, धनुष, भाले, चटाइयां, कुर्सी, टेबल, चारपाई मछली पकड़ने का कांटा, डलिया, पुल तथा भवन निर्माण सामग्री, चम्मच, चाकू, चावल पकाने का बरतन, खेती के औजार, बांसुरी, आचार, मुरब्बा आदि बनाए जाते है। विकासशील देशों में इसकी खेती को बढ़ावा देकर अर्थव्यवस्था को सुधारा जा सकता है। इन सब लाभों को देखकर किसानों की आय को बढ़ाने के लिए भारत सरकार ने 2017 में भारतीय वन अधिनियम, 1927 में संशोधन कर बांस को 'पेड़ों' की श्रेणी से हटाकर 'घास' की श्रेणी में परिवर्तित कर दिया। किसानों के लिए भारत सरकार के इस कदम से कृषि आय को बढ़ाने में मदद मिली। इस ऐतिहासिक संशोधन के परिणामस्वरूप अब किसान निजी भूमि पर बांस की खेती कर सकते हैं। इस प्रकार भारत सरकार ने राष्ट्रीय बांस मिशन की नींव रखी और अविकसित बांस उद्योग को पुनर्जीवित किया।

हाल के वर्षों में बांस से प्राप्त प्राकृतिक पल्प रेयॉन (rayon) से कपड़ा उद्योग में तकनीक के विकास के कारण क्रांति आ गई है। बांस से फाइबर निकालने पर अभी शोध कार्य हो रहे है।

बांस के अनगिनत औषधीय गुण है। बांस की कोपलों का उपयोग खाने के लिए किया जाता है। इन्हें 'बैंबू शूट' कहा जाता है। यह डायबिटीज़ रोगियों के लिए अच्छे होते हैं। वजन (वेट) लॉस में मदद मिलती है। बांस में विटामिन की भरपूर मात्रा होती है। यह हार्ट हेल्थ के लिए भी लाभदायक है। बांस की टहनियों से इम्यून सिस्टम मजबूत बनता है। बांस का इस्तेमाल सब्जी, अचार, सलाद, नूडल्स, कैंडी, पापड़ और मुरब्बा बनाने में होता है जिसकी मांग भारत के साथ-साथ विदेशों में भी है। बनारस और जबलपुर में इसका मुरब्बा बहुत प्रसिद्ध है। कुल मिलाकर कहे तो यह एक सूपर फूड है जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है।

अरूणाचल प्रदेश में बांस को अंदर से खोखला कर उसमें चावल पकाया जाता है। मेघालय में किसान ड्रिप इरिगेशन सिस्टम बनाने के लिए पाइप की जगह बांस का इस्तेमाल करते हैं।

असम में तेज धूप तथा बारिश से बचने के लिए बांस से जापी बनाई जाती है। यह छाते की तरह इस्तेमाल की जाती है। इसका इस्तेमाल बिहू उत्सव में सबसे ज्यादा होता है। अरूणाचल प्रदेश में बांस से गिलास बनाए जाते है। पूर्वोत्तर भारत के लोगों के जीवन में बांस का बहुत महत्व है। बास से बने डलिया, सूप व पिटारे का प्रयोग हमारे विवाह समारोह, त्यौहारों में होता है। बांस को भारतीय शुभ मानते है। इससे झोपड़ी/घर बनाए जाते है। बांस के पेड़ का घर के आस-पास होना भाग्यवर्धक माना जाता है। फेंगशुई में बांस को लम्बी आयु का प्रतीक मानते है। बांस से बनी बांसुरी भगवान श्री कृष्ण के पास हमेशा रहती है। बांस से होने वाले लाभों के बारे में लोगों को जागरुक करने के लिए 'वर्ल्ड बैंबू डे' (बांस दिवस) हर साल 18 सितंबर को मनाया जाता है। मिजोरम का पारंपरिक बांस नृत्य 'चेख' है जो पुरूषों तथा महिलाओं द्वारा किया जाता है। यह नागा संस्कृति से संबंधित है।

15 अगस्त 2016 में पुणे में बैम्बू इंडिया की स्थापना योगेश शिंदे द्वारा की गई। इस कंपनी का मुख्य उद्देश्य प्लास्टिक के उत्पादों की जगह बांस से बने उत्पादों को इस्तेमाल कर पर्यावरण को बचाना है।

बांस एक पर्यावरण हितैषी पौधा है। पर्यावरण पर इसका कोई दुष्प्रभाव नहीं पड़ता। यह पर्यावरण संरक्षण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इस क्षेत्र में अनुसंधान होने से रोजगार के नए अवसर उत्पन्न हो सकते है। बांस के पौधों को रसायनिक खाद की आवश्यकता नहीं होती यह किसी भी प्रकार की भूमि में उगाया जा सकता है। यह प्रदूषण नियंत्रण भी करता है। बांस जलवायु परिवर्तन के खिलाफ एक बढ़िया विकल्प है। यह ग्रीन हाउस गैसों के उत्सर्जन को कम करता है। शोधकर्ताओं के अनुसार बांस के जरिए बायोएथेनॉल बायोगैस और अन्य बायोएनर्जी उत्पाद बनाए जा सकते है। यह आने वाले समय में जीवाश्म ईंधन की जगह ले सकता है। यह बंजर जमीन पर कम मेहनत से उग जाता है। भारत में कश्मीर को छोड़कर पूरे देश में प्राकृतिक रूप पाया जाता है।

हम कह सकते हैं कि अच्छी आमदनी, पर्यावरण की सुरक्षा और ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार को बढ़ावा देने के लिए बांस की खेती का अच्छा भविष्य है।

☸☸☸

स्वस्थ जीवन का मंत्र: डिटॉक्स वॉटर

वंदना ढींगरा
उद्योग संपर्क एवं प्रौद्योगिकी प्रबंधन निदेशालय

गर्मी में हाइड्रेट रहने के लिए ज्यादा से ज्यादा पानी पीने की सलाह दी जाती है लेकिन अगर गर्मियों में डिटॉक्स वॉटर का सेवन किया जाए तो इससे आपके शरीर को बहुत फायदे भी मिलते हैं, दरअसल डिटॉक्स वॉटर कुछ तरह की सब्जियों फलों और मसाले की मदद से तैयार किया जाता है। यह शरीर में जमा टॉक्सिन को बाहर निकालने में मदद करता है और मेटाबॉलिज्म को भी बढ़ावा देता है। इसे आसानी से घर पर ही बना सकते हैं।

डिटॉक्स वॉटर बनाने की आसान रेसिपी इस प्रकार है:–

रेसिपी 1: खीरा और पुदीना डिटॉक्स वॉटर

सामग्री:
कटा हुआ खीरा
ताज़ी पुदीने की पत्तियाँ
पानी

तैयारी:
एक घड़े में कटा हुआ खीरा और ताज़े पुदीने की पत्तियां मिला लें।
घड़े को पानी से भरें।
स्वाद को बढ़ाने के लिए मिश्रण को कम से कम दो घंटे के लिए फ्रिज में रखें।
ठंडा परोसें और दिन भर आनंद लें।

फ़ायदे:
खीरा हाइड्रेटिंग और कैलोरी में कम है, समग्र जलयोजन में सहायता करता है और परिपूर्णता की भावना को बढ़ावा देता है। पुदीने की पत्तियां बेहतर पाचन और ताज़ा स्वाद में योगदान करती हैं।

रेसिपी 2: नींबू और अदरक डिटॉक्स वॉटर

सामग्री:

कटा हुआ नींबू

कसा हुआ अदरक

पानी

तैयारी:

एक घड़े में कटा हुआ नींबू और कसा हुआ अदरक मिला लें।

घड़े में पानी डालें।

मिश्रण को रात भर रेफ्रिजरेटर में पड़ा रहने दें।

ठंडा परोसें और दिन भर आनंद लें।

फ़ायदे:

नींबू विटामिन सी को बढ़ावा देता है और चयापचय का समर्थन करता है।

अदरक पाचन में सहायता करता है और इसमें थर्मोजेनिक गुण होते हैं, जो कैलोरी बर्निंग को बढ़ाता है।

रेसिपी 3: तरबूज और पुदीना डिटॉक्स वॉटर

सामग्री:

तरबूज

ताज़ी पुदीने की पत्तियाँ

पानी

तैयारी:

एक घड़े में घिसे हुए तरबूज़ और ताज़े पुदीने की पत्तियों को मिला लें।

घड़े को पानी से भरें।

कम से कम दो घंटे के लिए फ्रिज में रखें।

हाइड्रेटिंग और स्वादिष्ट पेय के लिए ठंडा परोसें।

फायदे:

तरबूज हाइड्रेटिंग और कम कैलोरी वाला होता है।

पुदीना ताज़ा स्वाद देता है और पाचन में सहायता करता है।

डिटॉक्स वॉटर के फायदे

खीरा हाइड्रेटिंग होता है तथा कैलोरी में कम है, समग्र जलयोजन में सहायता करता है और परिपूर्णता की भावना को बढ़ावा देता है। जिससे वजन घटाने में मदद मिलती है।

रोज सवेरे यह पानी पीने से डाइजेस्टिव हेल्थ को बढ़ावा मिलता है। इससे पाचन क्रिया तेज़ होती है और पाचन क्रिया मजबूत होती है और पेट आसानी से साफ हो जाता है यानी मल त्यागने में आसानी होती है तथा कब्ज से छुटकारा मिल सकता है। यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ावा देता है और शरीर को होने वाले फ्री रेडिकल्स के नुकसान से भी बचाता है। यह पानी पीने से बॉडी हाइड्रेट रहती है और शरीर से गंदगी बाहर निकल जाती है जिससे त्वचा पर भी निखार आता है।

डिटॉक्स वॉटर शरीर को लंबे समय तक हाइड्रेट रखेगा क्योंकि खीरे में 95 फ़ीसदी से ज्यादा पानी होता है जो शरीर को गर्मी में राहत देता है तथा शरीर को ठंडा रखने में मदद कर सकता है। शरीर की चर्बी कम करने के साथ ये आसान डिटॉक्स वॉटर रेसिपी आपको विटामिन, खनिज और एंटीऑक्सिडेंट की खुराक देगी।

क्या पृथ्वी है भगवान

योगेश कुमार मंडल
कम तीव्रता संघर्ष निदेशालय

ब्रह्मांड के दुग्धमेखला में तारों का है भंडार,
कितना अद्भुत बनाया है, देखो यह अपना संसार
जल की प्रचुरता एवं वायुमंडलीय प्रकीर्णन बनाता इसे नीलाकार,
जिससे यहाँ है 'जीवन संभव' यह है अद्वितीय रचनाकार,
जो देती है जीवन व आत्मज्ञान, वह है जननी या भगवान,
क्या पृथ्वी है भगवान?

अपने अक्ष पर घूर्णन व कक्ष में परिक्रमण कर,
देता है यह समय और मौसम का ज्ञान,
क्षिति जल पावक गगन समीरा ये जगत के मूल पंच तत्व,
देता है सजीवों में प्राण,
क्या पृथ्वी है भगवान?

पर्वतों से झूमती, नाचती, गाती ये नदियाँ,
ये है इनकी सुनहरी ताल,
कहीं पर्वत तो कहीं गलियाँ, ये है इनकी अनजानी चाल,
कितनी अच्छी हैं ये नदियाँ, पालन-पोषण करती सारा संसार,
जीत दिला पाएगी ये दुनिया या हार जाएगी ये नदियाँ,
क्या बचा पाएँगी अपनी पहचान, माँग रहा ये वरदान,
क्या पृथ्वी है भगवान?

पृथ्वी के गर्भ से उत्पन्न तरह-तरह के खूबसूरत सुगंधित पुष्पें,
इन्हें सुशोभित करने आतीं सावन की रिमझिम बरसातें,
जिससे करती हैं तितलियाँ रसपान,

अब ये रोती-बिलखती रहती,
क्या इनको मिलेगा मान-सम्मान,
यह झुलसता, ठिठुरता, काँपता रहता क्या बच पाएगा इसका नाम,
क्या पृथ्वी है भगवान?
समय-समय पर वर्षा आती, होते हरे खेत-खलिहान,
जो हमें देती गेहूँ, दाल और धान,
जिससे मिलता है हमें प्राकृतिक पहचान,
कब तक यह सहेगा, मानव निर्मित प्रदूषण का नाम,
अब इसे संभालना है, हम सबका यह अपना काम,
तब हमें विनीत करेंगे, भविष्य का कल्याण,
क्या पृथ्वी है भगवान?
हाँ पृथ्वी है भगवान।

बेरोजगारी

संजीव कुमार

अपर सचिव एवं अपर वित्तीय सलाहकार का कार्यालय

बेरोजगारी एक ऐसी स्थिति को इंगित करती है जहां नौकरी की रिक्तियों की कुल संख्या देश में नौकरी चाहने वालों की कुल संख्या से काफी कम होती है।

इसका व्यापक अर्थ है कि "सक्षम व्यक्तियों के अस्तित्व की विशेषता वाली स्थिति जो काम करने के इच्छुक हैं लेकिन एक सार्थक या लाभकारी नौकरी पाने में सक्षम नहीं हैं जिसके परिणामस्वरूप अंततः जनशक्ति संसाधनों की भारी बर्बादी होती है।"

प्रसिद्ध समाजशास्त्री कार्ल मार्क्स के अनुसार, "बहुत सी उपयोगी चीजों के उत्पादन से बहुत से लोग बेकार हो जाते हैं।" इस प्रकार बेरोजगारी की शुरुआत होती है। लॉर्ड कीन्स ने उन्नत अर्थव्यवस्थाओं में बेरोजगारी को प्रभावी मांग की कमी का परिणाम बताया है, जिसका अर्थ है कि श्रम की मांग गिरती है क्योंकि औद्योगिक उत्पादों की मांग भी गिरती है। लेकिन भारत में बेरोजगारी की समस्या प्रभावी मांग की कमी का परिणाम नहीं है, बल्कि पूंजी उपकरण और अन्य पूरक संसाधनों की कमी के साथ-साथ जनसंख्या वृद्धि की उच्च दर का परिणाम है।

कोरोना महामारी ने भारत में बेरोजगारी को कैसे प्रभावित किया

राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय (एनएसओ) द्वारा जारी नवीनतम आवधिक श्रम बल सर्वेक्षण (पीएलएफएस) के अनुसार:

- भारत की शहरी बेरोजगारी दर 2021 की अप्रैल-जून तिमाही में बढ़कर 12.6 प्रतिशत हो गई, जबकि जनवरी-मार्च तिमाही में यह 9.3 प्रतिशत थी।
- हालाँकि, यह कोविड महामारी की पहली लहर के दौरान देखे गए 20.8 प्रतिशत के स्तर से कम हो गया।

महामारी की सबसे बड़ी क्षति बेरोजगारी है।

सीएमआईई के अनुसार, देश की बेरोजगारी दर अप्रैल के अधिकांश समय में बढ़ी है, जो 7.4 प्रतिशत तक पहुंच गई है। इसके अलावा, यह देखा गया कि भारत में महामारी से 40 करोड़ से अधिक अनौपचारिक श्रमिक गहरी गरीबी में चले गए। मई 2022 तक, भारत में बेरोजगारी दर लगभग सात प्रतिशत दर्ज की गई, जो पिछले महीने की तुलना में कम है।

भारत में बेरोजगारी के कारण

भारत में बेरोजगारी की समस्या के लिए निम्नलिखित कारक जिम्मेदार हैं:–

अपर्याप्त औद्योगिक विकास

- भारत में श्रम प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है।
- हमारा देश उचित तकनीक का अभाव, औद्योगिक कच्चे माल की कमी, अनियमित बिजली आपूर्ति, परिवहन की अड़चनें और औद्योगिक उथल पुथल आदि के कारण औद्योगिक क्षेत्र में अपनी पूरी क्षमता से काम नहीं कर सका और पर्याप्त रोजगार के अवसर पैदा करके पर्याप्त श्रम को अवशोषित नहीं कर सका।

श्रमिकों का प्रवास

- शहरी क्षेत्रों में स्थित औद्योगिक इकाइयों में काम करके पैसा कमाने के बाद मजदूर गाँव वापस चले जाते हैं।
- पैसा खत्म होने के बाद वे शहरी क्षेत्रों में वापस आ जाते हैं, लेकिन फिर मैनेजर ऐसे प्रवासी मजदूरों को नौकरी देने से भी कतराते हैं क्योंकि वे स्थायी आधार पर काम नहीं करते हैं, इसलिए वे फिर से बेरोजगार हो जाते हैं।

निजी उद्यमों के प्रति सरकार की नीति

- निजी उद्यमों के प्रति सरकार की नीति भी इसके विकास के अनुकूल नहीं है। निजी उद्यमों पर सख्त सरकारी नियंत्रण और विनियमन का प्रयोग किया जाता है।

जनसंख्या वृद्धि

- भारत 1951-61 से जनसंख्या विस्फोट का सामना कर रहा है। विकास की इतनी उच्च दर के साथ योजना अवधि में श्रम बल तेजी से बढ़ रहा है। इतनी बड़ी बढ़ती श्रम शक्ति को अवशोषित करने के लिए इतने सारे रोजगार के अवसर पैदा करना संभव नहीं हो पाया है। नतीजतन, बेरोजगारी और अल्परोजगार में वृद्धि होती है।

दोषपूर्ण शैक्षिक प्रणाली

- यह व्यवस्था अंग्रेजों से विरासत में मिली थी। भारतीय स्कूल, विश्वविद्यालय किसी भी व्यावहारिक सामग्री से रहित सामान्य और साहित्यिक शिक्षा प्रदान करते हैं। अर्थव्यवस्था की जनशक्ति आवश्यकताओं के साथ तालमेल बिठाने के लिए हमारी शिक्षा प्रणाली को विकसित करने के लिए कोई प्रयास नहीं किया गया है। माध्यमिक और विश्वविद्यालय स्तर पर 'ओपन डोर पॉलिसी' को अपनाने से शिक्षितों में अधिक बेरोजगारी पैदा हुई है।
- वर्तमान में देश में 150 से ज्यादा विश्वविद्यालय हैं। इन विश्वविद्यालयों से गुजरने वाला हर कोई शिक्षित या सफेदपोश बेरोजगारी में योगदान दे रहा है। भारत के विश्वविद्यालयों ने सुंदर पिचई, एपीजे अब्दुल कलाम सहित कई प्रतिभावान व्यक्तित्व को दिए हैं। आज अमेरिका की बड़ी कंपनियों में आधे से ज्यादा कर्मचारी भारतीय हैं, मतलब साफ है कि आज तक जितने भी भारतीय किसी बड़ी कंपनी के सीईओ या अन्य बड़े पद पर गए हैं सब प्रारंभिक शिक्षा या डिग्री के बाद भारत के बाहर से अपनी आगे की डिग्री लिए हैं। यहां दोष केवल भारतीय शिक्षा प्रणाली का नहीं अपितु यहां के तंत्र का भी है, आखिर क्यों भारत का एक ग्रेजुएट विदेशों के हाईस्कूल विद्यार्थी के बराबर भी योग्यता

नहीं रखता? निःसंदेह पिछले कुछ समय में रुझान वाणिज्य, इंजीनियरिंग, दवाओं, अन्य तकनीकी नौकरियों और व्यावसायिक शिक्षा की ओर स्थानांतरित हो गया है, लेकिन उचित जनशक्ति की कमी के कारण उनमें भी एक हद तक नियोजन बेरोजगारी पाई जाती है।

राष्ट्रीय रोजगार नीति का अभाव

विभिन्न योजनाओं में कुछ योजनाओं और परियोजनाओं का उल्लेख करने के अलावा बेरोजगारी दूर करने के लिए कोई विशेष नीति नहीं बनाई गई। बल्कि, पहली तीन पंचवर्षीय योजनाओं में रोजगार के अवसरों के सृजन को विकास के उप-उत्पाद के रूप में माना जाता था। साथ ही रोजगार सृजन योजनाओं को लागू करने के लिए किसी कानूनी प्रावधान का हमेशा से ही पूर्ण अभाव रहा है। जनशक्ति नियोजन के लिए कोई गंभीर प्रयास नहीं किया गया है। नतीजतन, एक स्पष्ट रोजगार नीति के अभाव में, बेरोजगारी और रोजगार के तहत प्रत्येक योजना के साथ वृद्धि होती है।

जाति व्यवस्था

भारत बड़ी संख्या में जातियों वाला देश है। व्यक्तिगत पूर्वाग्रह भी बेरोजगारी की समस्या को बढ़ाने में एक बड़ी भूमिका निभाते हैं क्योंकि विशेष रूप से एक जाति के लोगों की अत्यधिक अनुशंसा की जाती है।

बेरोजगारी दूर करने के उपाय

बेरोजगारी और अल्प-रोजगार के कारणों को ध्यान में रखते हुए निम्नलिखित नीतिगत उपाय भारत से बेरोजगारी को दूर करने में अपनी भूमिका निभा सकते हैं।

- भारत में उत्पादन के पैटर्न को बदलकर रोजगार सृजित किया जा सकता है। उन वस्तुओं के उत्पादन पर जोर दिया जाना चाहिए जो अधिक श्रम और कम पूंजी निवेश का उपयोग करती हैं। साथ ही बड़े उद्योगों में श्रम प्रधान तकनीक का प्रयोग किया जाना चाहिए।
- स्वरोजगार योजना के तहत लघु उद्योगों को बढ़ावा दिया जाना चाहिए। इसके लिए उन्हें उत्पादों के विपणन सहित उदार वित्त, तकनीकी प्रशिक्षण, कच्चा माल और ढांचागत सुविधाएं प्रदान की जानी चाहिए।
- छोटे क्षेत्रों में लाभकारी रोजगार की कमी के परिणामस्वरूप लोग वैकल्पिक रोजगार की तलाश में महानगरों की ओर पलायन करने लगे हैं। चूंकि इसने शहरीकरण की समस्या पैदा की है, इसलिए सलाह दी जाती है कि छोटे शहरों में और उसके आसपास उद्योगों की स्थापना को प्रोत्साहित किया जाए, जो स्थानीय कारक बंदोबस्ती से संबंधित हों, यानी गन्ना उगाने वाले क्षेत्रों में चीनी कारखाने आदि।
- कृषि आधारित, पशु आधारित उद्योगों की स्थापना के आधार पर ग्रामीण क्षेत्रों के पास उपलब्ध स्थानीय संसाधनों की प्रकृति क्षेत्र के विकास और वहां के लोगों को बड़े पैमाने पर रोजगार के अवसर प्रदान करेगी।
- ग्रामीण क्षेत्र में भूमि सुधारों को सख्ती से लागू करने की आवश्यकता है ताकि भूमि जोतने वाले के पास चली जाए।
- लघु और सीमांत किसानों को डेयरी फार्मिंग, पोल्ट्री बिल्डिंग और मधुमक्खी पालन आदि के रूप में सहायक उद्योग शुरू करने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए ताकि उनकी आय पूरक हो और वे आंशिक रूप से कार्यरत रहें।
- सरकार को बिजली आपूर्ति, कच्चे माल और परिवहन जैसी बाधाओं को दूर करने का प्रयास करना चाहिए ताकि

क्षमता से कम काम करने वाले उद्योग अपनी पूरी क्षमता से उत्पादन कर सकें। इससे न केवल उत्पादन में वृद्धि होगी बल्कि अधिक रोजगार भी पैदा होगा।

- भारत में परिवार नियोजन की आवश्यकता के प्रचार-प्रसार के लिए पर्याप्त उपाय किए जाएं और विभिन्न राज्य सरकार द्वारा प्रस्तावित "हम दो हमारे दो" की नीति को समस्त देश में अत्यंत कड़ाई के साथ लागू किया जाना चाहिए।

उपसंहार

निष्कर्ष निकालने के लिए, हम कह सकते हैं कि भारत जैसी एक तेजी से बढ़ती अर्थव्यवस्था में बेरोजगारी की समस्या एक महत्वपूर्ण चरण में पहुंच गई है। अच्छी बात यह है कि बेरोजगारी के क्षेत्र में सुधार की अपार संभावनाएं हैं, और अब सरकार और स्थानीय अधिकारियों ने इस समस्या को गंभीरता से लिया है और बेरोजगारी को कम करने के लिए इस पर काम कर रहे हैं। साथ ही, बेरोजगारी के मुद्दे को पूरी तरह से हल करने के लिए हमें बेरोजगारी के मुख्य मुद्दे से निपटना होगा जो कि भारत की विशाल आबादी है।

वो कौन थी

विकास शर्मा
कार्मिक निदेशालय

आज हम विज्ञान के युग में जी रहे हैं, किसी भी बात को हम तर्क के आधार पर ही स्वीकार करते हैं कल्पना के आधार पर नहीं। हमारा समाज उत्तरोत्तर शिक्षित होता जा रहा है जिसके चलते समाज में व्याप्त कुरीतियों, अंधविश्वासों और रुढ़िवादिता से मुक्त होकर हममें आधुनिक वैज्ञानिक और व्यावहारिक सोच तथा दृष्टिकोण का सम्यक विकास हो रहा है। इसी दृष्टिकोण से हमारा समूचा जीवन संचालित होता है।

इतना सब होने के बावजूद हमारे जीवन में कभी-कभार कुछ ऐसा घटित हो जाता है जो हमें अचंभित कर जाता है और जिसका कोई तार्किक आधार खोजने पर भी नहीं मिल पाता है। फिर हमें लगने लगता है कि इस संसार में शायद ऐसा भी कुछ है जिसकी थाह हम आज तक नहीं लगा पाए हैं, विज्ञान भी जिसके पीछे की वजहों का उद्घाटन नहीं कर पाया है।

ऐसा ही एक प्रकरण उन दिनों का है जब मैं दिल्ली विश्वविद्यालय के एक प्रतिष्ठित कॉलेज में बी.कॉम अंतिम वर्ष की पढ़ाई कर रहा था। उस समय मैं अपने माता-पिता व छोटे भाई-बहनों के साथ पुष्प विहार साकेत स्थित एक मकान में रहता था। तभी हमारे नीचे वाले मकान में एक परिवार रहने आया। चूंकि वे लोग भी मूलतः मेरे प्रदेश के ही रहने वाले थे, तो ऐसे में हमारे दोनों परिवारों में जल्दी ही मेल-जोल शुरू हो गया, जो लाज़मी भी था।

उस परिवार में लगभग 55 वर्ष की आयु के एक पुरुष, जिन्हें मैं अंकल जी कहकर संबोधित करता था और उनकी चार बेटियां थी। सबसे बड़ी पुत्री का नाम रजनी था जिसका विवाह हो चुका था और वह अपने पति तथा एक शिशु के साथ मोहल्ले के ही एक दूसरे मकान में किराए पर रहती थी। उससे छोटी लड़की रंजना एक प्राइवेट कंपनी में काम करती थी। बाकी दोनों लड़कियों की आयु लगभग 16 वर्ष और 14 वर्ष की रही होगी। ये दोनों अभी साकेत के एक सरकारी स्कूल में पढ़ रही थी। इन सभी लड़कियों का मेरे घर पर आना-जाना लगा रहता था। लड़कियों की माँ का देहांत लगभग एक वर्ष पहले हो गया था।

अकंल जी के बारे में मोहल्ले के घरों में खुसर-पुसर होने लगी थी। कोई कहता था कि वे पहले नकली नोट छापने के जुर्म में जेल में बंद रहे थे और जमानत पर छूटे हुए थे। आजकल वे क्या करते हैं, इस बारे में भी लोगों के अपने-अपने संदेह थे। लोगों से इस तरह की बातें सुनकर हमने उनसे दूरी बना ली थी। फिर भी इन चारों लड़कियों ने हमारे घर पहले की

तरह ही आना-जाना जारी रखा। मैं चाहकर भी उनसे कभी पूछ नहीं पाया कि क्या उनके पिता के बारे में सुनी गई बातें सच हैं या किसी ने ऐसे ही अफवाह उड़ा दी थी।

उस परिवार के हमारे नीचे वाले घर में शिफ्ट होने के लगभग एक माह बाद की बात है। एक रात देर तक टीवी पर फिल्म देखने के बाद मैं सोने के लिए गया। तब मैं अकेला ही एक अलग कमरे में सोता था। माता-पिता भाई-बहन व दादी मकान के अन्य कमरों में सोया करते थे।

अभी नींद लगी ही थी कि मैंने थोड़ी दूर से किसी औरत के जोर-जोर से रोने की आवाज सुनी, उस आवाज में एक अजीब सी वेदना थी। मुझे लगा शायद आस-पास के किसी घर में कोई आकस्मिक मृत्यु या दुर्घटना हो गई है।

मैंने कमरे की खिड़की से झांककर बाहर देखने की कोशिश की। कुछ अप्रत्याशित दिखाई नहीं दिया। मैंने अंदाजा लगाया कि किसी स्त्री के रोने की वह आवाज गली के छोर पर स्थित पार्क की तरफ से हमारे घर की ओर नज़दीक आती गई और तेज भी होती गई। ऐसा प्रतीत हुआ कि वह स्त्री अब ठीक हमारे घर के नीचे खड़ी रो रही है। अचानक उसने रोना बंद कर दिया और फिर माहौल में सन्नाटा पसर गया। मेरी धड़कनें तेज हो गई। मैंने देर तक सोने का उपक्रम किया पर नींद आंखों से ओझल हो गई थी। बहरहाल, करवटें बदलते-बदलते कब आंख लग गई पता ही नहीं चला।

सुबह सोकर उठा तो पाया कि मेरे कमरे में दादी बैठी हुई चाय-नाश्ता कर रही थी। मुझे पता था कि मेरी दादी पर हमारे कुल देवता नृसिंह भगवान आते हैं। शायद वह जानती होंगी कि वह रहस्यमयी रुदन किसका था। मैंने कौतुहलपूर्ण आवेश में उनसे रात की घटना का वृत्तांत कह सुनाया पर मेरी आशा के विपरीत दादी ने बस इतना कहा, अच्छा तूने भी उसका रोना सुना है, ठीक है इस बारे में अब आगे बात मत करना। इस बारे में सोचना भी नहीं। मैं अवाक् था। बहरहाल मुझे इतना भान हो गया था कि रात की घटना सामान्य घटना नहीं थी, उसमें कोई रहस्य जरूर था। फिर तो हर रात को वही घटना दोहराई जाने लगी, किसी स्त्री के दारुण रुदन की तेज आवाज जो पार्क की तरफ से नज़दीक आती हुई प्रतीत होती थी और हमारे घर के नीचे गली तक आते-आते अचानक शांत हो जाती थी। मैने पड़ोस में रहने वाले अपने दोस्त भुवन से भी घटना का जिक्र किया पर उसने इस बारे में अनभिज्ञता जाहिर की। दादी को छोड़कर मेरे अन्य घरवालों ने भी रोने की ऐसी कोई आवाज नहीं सुनी थी। मेरी शंका का कहीं से भी समाधान न होने से मैं मन ही मन परेशान हो उठा।

तीन-चार रोज बाद हमारे घर के नीचे रहने आए उस परिवार की दो लड़कियां सुमि और इंदु हमारे घर आई। मैंने सोचा इन्हीं के घर के पास आकर तो रोने की वह आवाज बंद होती है। हो न हो, इन्होंने उस स्त्री को रोते हुए अवश्य देखा या सुना होगा। कौतुहल वश मैंने उनसे दो तीन दिन से रोज रात को हो रही उस घटना का जिक्र छेड़ दिया और बताया कि कैसे रोज रात को एक स्त्री पार्क की तरफ से इस ओर जोर-जोर से रोती हुई आती है और उनके घर के पास आकर उसका रोना बंद हो जाता है। मैंने जैसे ही उनसे तीव्र उत्कंठा में पूछा कि क्या उन्होंने भी उस कातर रुदन की आवाज सुनी है, तभी अकस्मात् सुमि बोल पड़ी, “तो क्या हुआ, वो तो हमारी मम्मी है जो रोज रात को हमारे घर आती है” सुनते ही मेरे रोंगटे खड़े हो गए। भावावेश में मेरे मुंह से निकला, “पर तुम्हारी मां को गुजरे तो एक बरस हो गया है” उसने जवाब दिया, “हाँ, अपनी मौत के बाद से ही वे हर रात हमारे घर आती हैं। मुझे याद है, उनकी तेरहवीं की रात को किसी ने

हमारा दरवाजा खटखटाया। दीदी ने दरवाजा खोलकर देखा तो मां खड़ी रो रही थी। हमको देखकर बोली, डरो मत! मैं तुम्हारी रक्षा करने आई हूँ। तबसे ही हम रात को मेन गेट की कुंडी नहीं लगाते हैं। मां रोज आकर चौखट पर बैठ जाती है और सुबह उठकर चली जाती हैं।

उसकी बात सुनकर मैं बता नहीं सकता शरीर में कैसी सिहरन-सी दौड़ गई थी। लेकिन दोनों बहनों के मुख पर कोई डर या आश्चर्य का भाव नहीं था। इस बारे में बाद में भी मैंने उन बहनों से कई बार पूछा लेकिन हर बार उनका जवाब वही होता था। रोने का सिलसिला भी अनवरत उसी तरह चलता रहा। इस घटना के करीब दो महीने बाद पिताजी को रोहिणी में डीडीए फ्लैट का कब्जा मिल गया और हम वहीं शिफ्ट हो गए। तबसे मैं कभी उस तरफ नहीं गया। आज इतने बरस गुजर जाने के बाद भी उस अजीबोगरीब घटना का उत्तर नहीं मिल पाया है। न ही उन लोगों से कोई संपर्क ही रहा। शायद हमारे इस लोक से परे भी कुछ पारलौकिक ऐसा है जिसके आगे विज्ञान व तर्कशास्त्र भी निरुत्तर हो जाते हैं।

भारतीय सिनेमाः एक सांस्कृतिक धरोहर

ईशा
सूचना प्रौद्योगिकी एवं साइबर सुरक्षा निदेशालय

भारतीय सिनेमा, जिसे प्रायः बॉलीवुड के नाम से जाना जाता है, विश्व के सबसे बड़े फिल्म उद्योगों में से एक है। यह केवल मनोरंजन का साधन नहीं है, बल्कि भारतीय समाज, संस्कृति और इतिहास का महत्वपूर्ण अंग भी है। इसके विकास और विस्तार की यात्रा बहुत ही रोमांचक और प्रेरणादायक है।

प्रारंभिक दौर

भारतीय सिनेमा का शुभारंभ 1913 में दादा साहेब फाल्के की फिल्म 'राजा हरिश्चंद्र' से हुआ। यह एक मूक फिल्म थी और इसे भारतीय दर्शकों ने हाथों हाथ लिया। इसके बाद 1931 में पहली सवाक् (बोलने वाली) फिल्म 'आलम आरा' ने भारतीय सिनेमा की दिशा को पूरी तरह से बदल दिया। यह फिल्म भारतीय सिनेमा के इतिहास में मील का पत्थर साबित हुई।

स्वर्ण युग

1950 और 1960 के दशक को भारतीय सिनेमा का स्वर्ण युग माना जाता है। इस समय में राज कपूर, दिलीप कुमार, देव आनंद, नरगिस, मधुबाला जैसे महान कलाकारों ने सिनेमा को नई ऊंचाइयों पर पहुंचाया। सत्यजीत रे, गुरु दत्त, बिमल रॉय जैसे प्रतिष्ठित निर्देशकों ने उत्कृष्ट फिल्मों का निर्माण किया जो आज भी क्लासिक मानी जाती हैं। इस दौर की फिल्में सामाजिक मुद्दों, प्रेम, बलिदान और देशभक्ति को प्रमुखता से दर्शाती थीं।

आधुनिक युग

1990 के दशक से भारतीय सिनेमा में तकनीकी और विषयगत परिवर्तन देखने को मिले। इस दौर में शाहरुख खान, सलमान खान, आमिर खान जैसे सुपरस्टारों ने बॉलीवुड को नई दिशा दी। यश चोपड़ा, करण जौहर, संजय लीला भंसाली जैसे निर्देशकों ने रोमांस, ड्रामा और भव्यता को सिनेमा का हिस्सा बनाया। इसके साथ ही क्षेत्रीय सिनेमा, जैसे तमिल, तेलुगु, मलयालम और बंगाली फिल्मों ने भी राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ख्याति प्राप्त की।

भारतीय सिनेमा का वैश्विक प्रभाव

भारतीय सिनेमा ने अपनी संगीत, नृत्य, और सांस्कृतिक धरोहर के माध्यम से वैश्विक स्तर पर अपनी पहचान बनाई है।

'स्लमडॉग मिलियनेयर' और 'बाहुबली' जैसी फिल्मों ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सफलता प्राप्त की। भारतीय सिनेमा ने न केवल मनोरंजन के क्षेत्र में, बल्कि सामाजिक और सांस्कृतिक दृष्टिकोण से भी अपनी महत्ता साबित की है।

चुनौतियाँ और संभावनाएँ

आज भारतीय सिनेमा को कई चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है, जैसे पाइरेसी, सेंसरशिप, और सामग्री की गुणवत्ता। हालांकि, डिजिटल प्लेटफार्मों के आगमन के साथ भारतीय सिनेमा के लिए नई संभावनाएँ भी उत्पन्न हुई हैं। नेटफ्लिक्स, अमेजन प्राइम और अन्य ओटीटी प्लेटफॉर्मों ने फिल्म निर्माताओं को वैश्विक दर्शकों तक पहुँचने का अवसर प्रदान किया है।

भारतीय सिनेमा ने अपनी सौ वर्षों की यात्रा में अनेक बदलाव देखे हैं और यह यात्रा अभी भी जारी है। यह न केवल भारतीय संस्कृति का प्रतिबिंब है, बल्कि समाज के विभिन्न पहलुओं को उजागर करने वाला एक सशक्त माध्यम भी है। भारतीय सिनेमा का भविष्य उज्ज्वल है और यह नए आयामों को छूने के लिए तैयार है। भारतीय सिनेमा की यह धरोहर हमें गर्वित करती है और हमें अपने सांस्कृतिक धरोहर पर गर्व करने का अवसर प्रदान करती है।

भारतीय सिनेमा का योगदान

भारतीय सिनेमा, जिसे आमतौर पर बॉलीवुड के नाम से जाना जाता है, विश्व के सबसे बड़े और सबसे पुरानी फिल्म उद्योगों में से एक है। भारतीय सिनेमा का भारतीय समाज, संस्कृति और अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण योगदान है। इसका विकास और विस्तार विविधता, नवाचार और समृद्धि की एक कहानी है।

सांस्कृतिक धरोहर का संरक्षण

भारतीय सिनेमा ने हमारी सांस्कृतिक धरोहर को संरक्षित और प्रचारित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। भारतीय फिल्में विभिन्न भाषाओं, रीति-रिवाजों, त्यौहारों, और परंपराओं का चित्रण करती हैं, जिससे देश की विविधता और सांस्कृतिक समृद्धि का प्रदर्शन होता है।

उदाहरण के लिए, सत्यजीत रे की 'पाथेर पांचाली' ने बंगाली संस्कृति को वैश्विक मंच पर प्रस्तुत किया, जबकि 'लगान' ने भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के समय की ग्रामीण संस्कृति को दिखाया। इन फिल्मों ने न केवल भारतीय दर्शकों को बल्कि अंतरराष्ट्रीय दर्शकों को भी प्रभावित किया है।

सामाजिक मुद्दों का प्रतिबिंब

भारतीय सिनेमा ने समय-समय पर सामाजिक मुद्दों को उठाया और समाज को जागरुक किया है। जैसे कि 'आंधी' और 'गर्म हवा' ने राजनीतिक और सामाजिक मुद्दों को उजागर किया, जबकि 'मदर इंडिया' और 'कच्चे धागे जैसी फिल्मों ने गरीबी और संघर्षों को प्रदर्शित किया। इन फिल्मों ने समाज में बदलाव लाने और जनजागृति पैदा करने का काम किया है।

मनोरंजन का स्रोत

भारतीय सिनेमा ने सदियों से लोगों को मनोरंजन प्रदान किया है। चाहे वह क्लासिक फिल्में हों या आधुनिक ब्लॉकबस्टर,

सिनेमा ने लोगों को उनके दैनिक जीवन की चिंताओं से मुक्त होकर एक नई दुनिया में ले जाने का काम किया है। अमिताभ बचन की 'शोले', शाहरुख खान की 'दिलवाले दुल्हनिया ले जाएंगे' और राजकुमार हिरानी की 'थ्री इडियट्स' जैसी फिल्में इसका उत्कृष्ट उदाहरण हैं।

आर्थिक योगदान

भारतीय सिनेमा का भारतीय अर्थव्यवस्था में भी बड़ा योगदान है। फिल्म उद्योग ने लाखों लोगों को रोजगार प्रदान किया है, जिसमें अभिनेता, निर्देशक, लेखक, तकनीशियन, संगीतकार आदि शामिल हैं। इसके अलावा, सिनेमा से संबंधित पर्यटन ने भी आर्थिक लाभ में योगदान दिया है। उदाहरण के लिए, 'दिलवाले दुल्हनिया ले जाएंगे' के बाद स्विट्जरलैंड में भारतीय पर्यटकों की संख्या में वृद्धि हुई।

अंतरराष्ट्रीय पहचान

भारतीय सिनेमा ने वैश्विक मंच पर भारत की पहचान को मजबूत किया है। राज कपूर, सत्यजीत रे, मीरा नायर और शेखर कपूर जैसे फिल्म निर्माताओं ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बनाई है। 'स्लमडॉग मिलियनेयर' और 'बाहुबली' जैसी फिल्मों ने अंतरराष्ट्रीय सफलता प्राप्त की और भारतीय सिनेमा को वैश्विक स्तर पर पहचान दिलाई।

नवाचार और तकनीकी विकास

भारतीय सिनेमा ने तकनीकी नवाचार और विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। विशेष प्रभाव (वीएफ़एक्स), डिजिटल सिनेमॅटोग्राफी और उन्नत ध्वनि तकनीक ने भारतीय फिल्मों की गुणवत्ता में सुधार किया है। 'बाहुबली' और 'रोबोट' जैसी फिल्मों ने तकनीकी उत्कृष्टता का प्रदर्शन किया है।

भारतीय सिनेमा का योगदान बहुआयामी है। यह न केवल मनोरंजन का माध्यम है, बल्कि सामाजिक जागरुकता, सांस्कृतिक संरक्षण, आर्थिक विकास और अंतरराष्ट्रीय पहचान का भी एक महत्वपूर्ण रोल है। भारतीय सिनेमा की यह यात्रा निरंतर चलती रहेगी और भविष्य में भी यह समाज और संस्कृति में महत्वपूर्ण योगदान देता रहेगा। भारतीय सिनेमा हमारी सांस्कृतिक धरोहर का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है और इसे संजोकर रखना हमारी जिम्मेदारी है।

समय की कीमत

राम नारायण महतो
आरटीआई प्रकोष्ठ

एक दिन की बात है। एक गांव में एक बूढ़ा आदमी रहता था। वह बूढ़ा आदमी अपने बेटे से बहुत परेशान था क्योंकि उसका बेटा बहुत नालायक और कामचोर था वह कोई काम नहीं करता था और बस गांव में इधर से उधर घूमा करता था तो एक दिन उस बूढ़े आदमी ने अपने बेटे को सबक सिखाने का सोचा उसने अपने बेटे को अपने पास बुलाया उसके कहा कि बेटा घर के अन्दर अलमारी में घड़ी रखी हुई है। तुम उसे निकालकर लाओ। लड़का घर के अन्दर गया और उस घड़ी को बाहर ले आया फिर उसके पिता ने उससे कहा कि अब तुम एक काम करो इस घड़ी को अपने साथ बाजार में ले कर जाओ और जितने लोग भी तुम्हें मिलें उन सभी लोगों से उस घड़ी की कीमत पूछना। उसने सभी लोगों से उस घड़ी की कीमत पूछी तो किसी ने 500 किसी ने 1000 तो किसी ने 800 बताई। वह लड़का अपने पिता के पास वापस आया और कहा कि पिताजी इस घड़ी की कीमत अपने हिसाब से बताई किसी ने 1000 रुपया तो किसी ने 800 रुपया अब उस बूढ़ा आदमी ने अपने बेटे से कहा कि बेटा ठीक है। अब तुम इस घड़ी को अलमारी में रख दो और जाओ। अब अगले दिन फिर से उसके पिताजी ने अपने बेटे को बुलाया और फिर से उसे अलमारी से घड़ी लाने को कहा लड़का फिर जाता है। और अलमारी से घड़ी निकालकर लाता है और अब उस बूढ़े आदमी ने अपने बेटे से कहा कि बेटा जाओ और आज तुम इस घड़ी के अंदर जो समय चल रहा है उसकी कीमत पूछकर आओ। लड़के को समझ नहीं आ रहा था कि उसके पिताजी उससे क्या करवाना चाह रहे है, वह दुखी मन से फिर से घड़ी को लेकर बाजार में चला जाता है, और सभी लोगों से उस घड़ी के अंदर जो समय चल रहा था उसकी कीमत पूछता है। लोगों को लगता है कि इस लड़के की मानसिक स्थिति ठीक नहीं है कल यह घड़ी की कीमत पूछने आया था और आज समय की कीमत पूछने आया लोगों ने उसे भगा दिया और कुछ लोग उस पर हंसने लगे अब लड़का परेशान हो जाता है और सोचता है कि यह मेरे साथ क्या हो रहा है। तभी वह आखिरी बार एक बूढ़े आदमी की दुकान पर जाता है वह बूढ़ा आदमी बहुत व्यस्त था। वह लड़के का सवाल सुनते ही समझ गया कि लड़का उससे क्या पूछना चाह रहा है। उस बूढ़े आदमी ने अपना कुछ समय निकाल कर लड़के से कहा बेटा यह जो समय है ना जिसकी तुम कीमत पूछ रहे हो उसकी कोई कीमत नहीं लगा सकता है। तुम करोड़ों रुपया दे कर भी अपनी जिंदगी का एक सेकेंड वापस नहीं ला सकते हो इसलिए समय का सही उपयोग करो। समय की एक अच्छी बात है। और एक बुरी बात है। बुरी बात यह है कि समय गुजर जाता है। और अच्छी बात यह है कि तुम उन्हें किन चीजों में गुजारते हो यह तुम्हारे हाथ में होता है। सभी के पास दिन में 24 घंटे होते हैं। बस अब यह तुम्हारे हाथ में है। तुम समय से क्या-क्या कर सकते हो तो अपने एक-एक पल का हिसाब रखो कि तुम उन्हें किन चीजों में उड़ा रहे हो। उस बूढ़े आदमी की बात सुनकर उस लड़के की आंखें खुल सी गईं मानो उसमें एक बड़ा बदलाव सा आ गया हो फिर वह लड़का अपने पिता के पास गया और उन्हें सारी बात बताई और उस दिन के बाद से उस लड़के की जिदंगी बदल गई।

पता नहीं क्यों?

किरण
आरटीआई प्रकोष्ठ

जिसने हमें पहला कदम रखना सिखाया।
सौ बार गिरे, सौ बार उठाया।
खुद बैसाखी बनकर, चलना हमें सिखाया।
पता नहीं क्यों? आज उन्हें सहारे की जरुरत लगती है।

जिसने हमें बोलना सिखाया,
बाँहों में झूला झुलाया।
खुद घोड़ा बनकर पीठ पर हमें बिठाया।
पता नहीं क्यों? आज उनका बोलना अच्छा नहीं लगता।

हम सौ बार कुछ पूछते थे।
वो सौ बार हमें बताते थे।
हमारी हर उलझन को सुलझाते थे।
पता नहीं क्यों? आज उनका कुछ पूछना अच्छा नहीं लगता।

हमें धूप लगी तो छांव बन गए।
हमें नींद आई तो सिरहाना बन गए।
हमें चोट लगी तो आँखों से आँसू उनके बहते थे।
पता नहीं क्यों? आज उनका धूप में झुलसना दिखाई नहीं देता।

जो हमारे लिए दिन रात मेहनत करते थे।
जो अपना हिस्सा हमें खिलाते थे।
हम रोटी न खाए तो, गुस्से से डंडा पटकाते थे।
पता नहीं क्यों? आज उनकी दो रोटी भारी लगती है।

हम कहते हैं आपको कुछ पता नहीं।
इसकी आपको समझ नहीं।
जो हमें समझाया करते थे।
पता नहीं क्यों? आज वो हमें समझदार नहीं लगते।

दुनिया देखी है जिसने मुश्किल में रहे सदा खड़े।
न कभी हार मानो जीवन में यह मंत्र उन्होंने बतलाया।
जीवन कहते हैं जिसे जीना उन्होंने सिखलाया।
पता नहीं क्यों? आज वो हमें हारे हुए से दिखते हैं।

जिसने नौ महीने कोख में रखा।
जो हर पल को जीना चाहते थे।
माँ – बाप बनने की खुशी में, सातवें आसमान पर रहते थे।
पता नहीं क्यों? आज उनके लिए घर में जगह नहीं।

पता नहीं क्यों?

भूमि क्षरण और मरुस्थलीकरण

गोपाल साह

संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

हाल के वर्षों में भूमि क्षरण तथा मरुस्थलीकरण में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। संयुक्त राष्ट्र के अनुमान के अनुसार विश्व की 40 प्रतिशत भूमि क्षरित हो चुकी है। दुनिया का पारिस्थितिकी तंत्र खतरे में है जिसका सीधा असर दुनिया की आधी आबादी पर पड़ रहा है। इस दिशा में अगर तत्काल कार्रवाई नहीं की गई तो 2025 तक दुनिया की तीन-चौथाई से अधिक आबादी सूखे से प्रभावित हो सकती है। भारत में लगभग 35 प्रतिशत भूमि क्षरित हो गई है और 25 प्रतिशत भूमि मरुस्थलीकरण की ओर बढ़ रही है।

वर्ष 1992 में रियो अर्थ समिट में मरुस्थलीकरण जलवायु परिवर्तन और जैव विविधता के नुकसान को सतत् विकास के लिए सबसे बड़ी चुनौतियों के रूप में पहचान लिया गया था। इससे निपटने के लिए वर्ष 1994 में अपनाए गए प्रयास वर्ष 1996 में अंतरराष्ट्रीय समझौते के रूप में लागू किए गए। इसका मुख्य प्रयास शुष्क भूमि में रहने वाले लोगों की स्थिति में सुधार करना, सूखे के प्रभाव को कम करके मिट्टी की उत्पादकता को बढ़ाने लिए मिलकर काम करना था। भारत ने 17 दिसम्बर 1996 को यूएनसीसीडी पर हस्ताक्षर किए। पर्यावरण, वन और जलवायु परिवर्तन मंत्रालय, भारत सरकार इस ओर प्रयास कर रहा है। इसका उद्देश्य विभिन्न उपायों को अपनाकर भूमि संसाधनों का विकास कर वर्तमान तथा भावी पीढ़ियों के लिए भोजन, पानी और आजीविका सुनिश्चित करना है। भारत सरकार वर्ष 2030 तक 26 मिलियन हैक्टेयर बंजर भूमि को पुनः उपजाऊ बनाने के लिए काम कर रही है। वर्ष 2000 से भारत सरकार ने राष्ट्रीय वनरोपण कार्यक्रम शुरू कर क्षरित वन भूमि पर वनरोपण शुरू कर दिया। इसरो (भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन) भी इस ओर प्रयास कर रहा है।

मरुस्थलीकरण, जमीन के खराब होकर अनुपजाऊ हो जाने की ऐसी प्रक्रिया होती है जिसमें जलवायु परिवर्तन तथा मानवीय गतिविधियों समेत अन्य अर्द्ध-नम इलाकों की जमीन रेगिस्तान में बदल जाती है। अतः जमीन की उत्पादन क्षमता में कमी आ जाती है। भूमि लक्षण के दुष्प्रभावों से मानवता पर मंडराते जलवायु संकट के बारे में विश्व को जागरुक करने के उद्देश्य से 17 जून को विश्व मरुस्थलीकरण रोकथाम दिवस बनाया।

मरुस्थलीकरण के अनेक कारण है जैसे पशुओं की अधिक चराई जिस कारण घास के मैदान कम होते जा रहे हैं और जैव विविधता घट रही है। वनों की कटाई के कारण ग्रीनहाउस गैसों का बढ़ना पर्यावरण संकट पैदा कर रहा है और मिट्टी के कटाव का खतरा बढ़ रहा है। उर्वरकों का अत्यधिक प्रयोग जलवायु परिवर्तन तापमान तथा वर्षा में असंतुलित मिट्टी

के मरुस्थलीकरण को बढ़ावा देने वाले कारक हैं। प्राकृतिक आपदाएं जैसे बाढ़, सूखा भूस्खलन, पानी से मिट्टी का कटाव उपजाऊ मिट्टी का क्षरण करने वाले कारक है। कुछ जगह पर हवा द्वारा रेत का अतिक्रमण भूमि की उर्वरता को कम करता है।

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में मरुस्थलीकरण भारत की प्रमुख समस्या बनता जा रहा है। लगभग 30 प्रतिशत भूमि मरुस्थल में बदल चुकी है जो मुख्यतः आठ राज्यों जैसे राजस्थान, महाराष्ट्र, गुजरात, जम्मू एवं कश्मीर, कर्नाटक, झारखंड, ओडिशा, मध्यप्रदेश और तेलंगाना में है। मिट्टी के क्षरण को रोकने के लिए 29 अगस्त से 14 सितंबर 2019 तक दिल्ली में संयुक्त राष्ट्र मरुस्थलीकरण रोकथाम कॉन्वोकेशन का आयोजन किया गया।

प्रधानमंत्री द्वारा फसल बीमा योजना, मृदा स्वास्थ्य कार्ड योजना, कृषि सिंचाई योजना प्रति बूंद अधिक फसल जैसी विभिन्न योजना शुरू की गई। वृक्षारोपण को प्रोत्साहन देकर तथा वनों को काटने पर रोक लगाकर इस समस्या से निपटा जा सकता है। सड़कों के किनारे, खेतों की मेड़ों पर, पार्कों में वृक्षारोपण कार्यक्रम चलाया जाना चाहिए। कृषि में रसायनिक उर्वरकों के स्थान पर जैविक उर्वरकों का प्रयोग करना चाहिए। सिंचाई के नवीन तथा वैज्ञानिक तरीकों को अपनाना चाहिए जैसे बूंद-बूंद सिंचाई पद्धति आदि जिससे जल संसाधनों का विवेकपूर्ण उपयोग किया जा सके। कृषि में शुष्क कृषि प्रणालियों का प्रयोग प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

मरुस्थलीकरण को रोकने के लिए वैश्विक प्रयास किए जा रहे हैं। वनों की रक्षा, वन्यजीव प्रजातियों का संरक्षण तथा जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने के प्रयास दुनिया के लोगों और सरकारों का प्रमुख लक्ष्य है। हमें अपनी सामूहिक जिम्मेदारी को पहचान कर विश्व स्तर पर पेड़ लगाकर वन क्षेत्र को बढ़ाना होगा। आइए हम आने वाली पीढ़ियों के लिए अपने ग्रह की रक्षा के लिए आज ही कदम उठाएं।

अच्छा है पर कभी-कभी

आभा अम्बा वानी
कार्मिक निदेशालय

बहरों को फ़रियाद सुनाना, अच्छा है पर कभी-कभी
अंधों को दर्पण दिखलाना, अच्छा है पर कभी-कभी

ऐसा न हो तेरी कोई, उँगली ग़ायब हो जाए
नेताओं से हाथ मिलाना, अच्छा है पर कभी-कभी

बीवी को बंदूक़ सिखाकर तुमने रिस्की काम किया
अपनी लुटिया आप डुबाना, अच्छा है पर कभी-कभी

हाथ देखकर पहलवान का, अपना सिर फुड़वा बैठे
पामिस्ट्री में सच बतलाना, अच्छा है पर कभी-कभी

तुम रूहानी शे'र पढ़ोगे, पब्लिक सब भग जाएगी
भैंस के आगे बीन बजाना, अच्छा है पर कभी-कभी

घूँसे-लात चले आपस में, संयोजक का सिर फूटा
कवियों को दारू पिलवाना, अच्छा है पर कभी-कभी

पच्चीस डॉलर जुर्माने के पीक थूकने में ख़र्चे
वाशिंगटन में पान चबाना, अच्छा है पर कभी-कभी

पोषक तत्व और उपयोगिता

सुनील कुमार
अपर सचिव एवं अपर वित्तीय सलाहकार का कार्यालय

पोषक तत्व

भोजन बनाने के लिए उसमें एक या एक से अधिक प्रकार की कच्ची सामग्री की आवश्यकता होती है। इनमें हमारे शरीर के लिए कुछ आवश्यक घटक होते हैं, जिनको हम पोषक तत्व कहते हैं। भोजन में मुख्य पोषक तत्व हैं–कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, विटामिन तथा खनिज लवण। इसके अलावा हमारे भोजन में आहारी रेशे (फाइबर) और जल भी शामिल हैं। कार्बोहाइड्रेट तथा वसा हमारे शरीर को मुख्य रूप से ऊर्जा प्रदान करते हैं। प्रोटीन तथा खनिज लवण की आवश्यकता हमारे शरीर की वृद्धि तथा अनुरक्षण के लिए होती है। फाइबर या आहारी रेशे मुख्यतः पादप उत्पादों से मिलते हैं, जैसे- साबुत खाद्यान्न, दाल, आलू, ताज़े फल और सब्जियाँ। आहारी रेशे बिना पचे हुए भोजन को शरीर से बाहर निकालने में सहायक होते हैं। वहीं विटामिन रोगों से हमारे शरीर की रक्षा करते हैं। ये कई प्रकार के होते हैं, जिन्हें अलग-अलग नामों से जाना जाता है। इनमें से कुछ को विटामिन A, विटामिन B, विटामिन C, विटामिन D, विटामिन E तथा विटामिन K के नाम से जाना जाता है।

पोषक तत्व को मुख्यतः हम तीन वर्गों में बांट सकते हैं:–

1. ऊर्जा प्रदान करने वाले पोषक तत्व
2. शरीर बनाने (वृद्धि) वाले पोषक तत्व
3. शरीर की रक्षा करने वाले पोषक तत्व

एक खाद्य पदार्थ में एक से अधिक पोषक तत्व हो सकते हैं। दूध में प्रोटीन, विटामिन और वसा तीनों पोषक तत्व मौजूद होते हैं। भोजन को सही ढंग से न पकाने पर भी कुछ पोषक तत्वों की हानि हो सकती है। यदि भोजन पकाने में ज़्यादा पानी का उपयोग किया जाता है और बाद में उसे फेंक दिया जाता है, तो कई लाभदायक पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं।

सामान्यतः पूरे दिन में हम जो खाते हैं उसे आहार कहते हैं। हमारे शरीर की वृद्धि तथा अच्छे स्वास्थ्य के लिए हमारे आहार में सभी पोषक तत्व उचित मात्रा में होने चाहिए, मतलब कोई भी पोषक तत्व न आवश्यकता से अधिक हो और न ही कम। इस आहार में पर्याप्त मात्रा में फाइबर रेशे तथा जल भी होना चाहिए। इस प्रकार के आहार को संतुलित भोजन कहते हैं। संतुलित आहार में हमारे शरीर के लिए सभी पोषक तत्व, पर्याप्त रुक्षांश और जल उचित मात्रा में होते हैं।

पोषक तत्वों से तात्पर्य ऐसे पदार्थों से हैं जिनमें पोषण पाया जाता है। पोषक तत्वों को मुख्यतः कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, विटामिन, खनिज, और लवण के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है। सही अनुपात में इन पोषक तत्वों की संतुलित मात्रा एक स्वस्थ आहार का निर्माण करती है।

जब पोषक तत्वों के सेवन करने की बात आती है तो हमें हमेशा 'सही और 'संतुलित' आहार लेना चाहिए। संतुलित आहार को पोषक तत्वों की सही मात्रा में खाने के रूप में परिभाषित किया गया है। शरीर में पोषक तत्वों की कमी हो जाने से रतौंधी, स्कर्वी, क्रेटिनिज्म, एनीमिया जैसी बीमारियाँ हो जाती हैं जबकि पोषक तत्वों की अधिकता से स्वास्थ्य के लिए खतरा जैसे मोटापा, मेटाबॉलिक सिंड्रोम और अन्य हृदय संबंधी रोग आदि देखे जाते हैं।

अविकसित और विकासशील देशों में कुपोषण को मूल पोषक तत्वों की कमी के रूप में परिभाषित किया गया है। पोषक तत्व खाद्य श्रृंखला के आधार स्तम्भ हैं। मजदूर वर्ग तथा छात्रों में परिश्रम के बाद थकान और उदासीनता आम है। दोबारा तरोताजा तथा ऊर्जावान महसूस करने के लिए, हमें केवल उचित पोषण की आवश्यकता होती है। उचित पोषण से उत्तम स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है तथा शरीर का प्रतिरक्षी तंत्र मजबूत बना रहता है।

संतुलित आहार खाने से व्यक्ति के स्वास्थ्य में सुधार होता है और मृत्यु के प्रमुख कारणों के जोखिम कम होते हैं। उचित पोषण से स्वस्थ हृदय, दांतों और हड्डियों में मजबूती, उत्तम मानसिक स्वास्थ्य और शरीर की रोगों से लड़ने की क्षमता बढ़ती है। हाल ही में विभिन्न अध्ययन और अनुसंधान द्वारा पोषण को एक विषय के रूप महत्वपूर्ण विषय माना गया है। पोषण को पाठ्यक्रम में एक विषय के रूप में भी पढ़ाया जाता है।

'पोषण' पर दुनिया के विभिन्न हिस्सों में हुए अध्ययनों से और शोध कार्यों से हम अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरुक हुए हैं। पोषण के क्षेत्र में वैज्ञानिक खोजों के परिणामस्वरूप खाद्य उत्पादन में वृद्धि हो रही है, परन्तु फिर भी लोग भोजन जैसी बुनियादी चीज की कमी के कारण मर रहे हैं, समाज का एक बड़ा वर्ग ऐसा है जिन्हें उचित खाद्य आपूर्ति नहीं हो पाती, जो सभी के लिए समान रूप से उपलब्ध होना चाहिए।

शरीर के पोषण के लिए पोषक तत्व बहुत ही आवश्यक होते हैं। संतुलित आहार से हमारे शरीर को सभी प्रकार के पोषक तत्व प्राप्त होते हैं। पोषक तत्वों से शरीर के सभी अंगों को कार्य करने की ऊर्जा मिलती है। विभिन्न विटामिन और खनिज-लवण के रूप में मिलने वाले पोषक तत्व हमारे शरीर के लिए अति आवश्यक होते हैं। यदि इन पोषक तत्वों की कमी हो जाये तो हम कई तरह के रोगों की चपेट में आ जाते हैं। कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, फैट, विटामिन, खनिज और जल कुछ ऐसे पोषक तत्व हैं जिनकी आवश्यकता शरीर को सबसे ज्यादा होती है। पोषक तत्वों को दो भागों में बांटा जा सकता है

1. **विटामिन:** विटामिन विभिन्न प्रकार के होते हैं जैसे विटामिन बी2 (राइबोफ्लेविन), विटामिन बी3 (नियासिन), विटामिन बी5 (पैंटोथीनिक एसिड), विटामिन बी6 (पाइरोडौक्ज़ामिन), विटामिन बी7 (बायोटिन), विटामिन बी9 (फोलिक एसिड), विटामिन बी12 (साइनोकोबालमिन), विटामिन सी (एस्कोर्बिक एसिड), विटामिन डी, विटामिन ई (टोकोफेरोल) और विटामिन K शामिल होते हैं।

2. **खनिज-लवण:** खनिज लवण के अंतर्गत विभिन्न पोषक तत्त्व शामिल किये गए हैं जैसे– बोरोन, कैल्शियम, क्रोमियम, आयरन, मैग्नीशियम, आयोडीन, फास्फोरस, मैगनीज़, कॉपर, पोटेशियम, सेलेनियम, सिलिकॉन, सोडियम और जिंक आदि।

पोषक तत्व के प्रकार

पोषक तत्वों को माइक्रोन्यूट्रिएंट और मैक्रोन्यूट्रिएंट दो भागों में विभाजित किया जाता है। कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और वसा को मैक्रोन्यूट्रिएंट के अंतर्गत आते हैं क्योंकि उनका आकार बड़ा होता है। यह ऊर्जा के उत्तम स्त्रोत माने जाते है। विटामिन और खनिजों को माइक्रोन्यूट्रिएंट कहा जाता है क्योंकि अन्य पोषक तत्वों की तुलना में इनका आकार बहुत छोटे होता है। माइक्रोन्यूट्रिएंट को पानी और वसा में घुलने के आधार पर बाँटा जाता है। विटामिन A, D, E, और विटामिन K वसा में घुलनशील होते हैं, जबकि विटामिन बी और विटामिन सी जल में घुलनशील होते हैं।

पोषक तत्वों के फायदे

पोषक तत्वों से हमें अनेक फायदे होते हैं। कार्बोहाइड्रेट, वसा और प्रोटीन से हमें ऊर्जा प्राप्त होती हैं, जिससे आपके शरीर में होने वाली सभी जैव रासायनिक प्रतिक्रिया संपन्न होती हैं। शारीरिक ऊर्जा को कैलोरी कहा जाता है। वसा में कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन की तुलना में अधिक कैलोरी होती है। प्रत्येक विटामिन और खनिज के अलावा अन्य पोषक तत्व का हमारे शरीर पर अलग-अलग प्रभाव पड़ता है।

निष्कर्ष

उचित पोषक तत्वों की कमी से रक्तअल्पता या कुपोषण जैसे रोग हो जाते हैं। इस स्थिति से निपटने के लिए हमें पोषक तत्वों से युक्त आहार लेना चाहिए। पोषक तत्व सिर्फ मंहगे काजू, बादाम, अनार, अंगूर, सेब, नाशपाती या दूध में ही नहीं बल्कि साग, हरी सब्जी, दालों आदि में भी पाए जाते हैं। कुपोषण वास्तव में कोई बीमारी नहीं है किन्तु यह कई बीमारियों का कारण बनती है। कुपोषण से शरीर में ऊर्जा की कमी होती है इस तरह रोगों से लड़ने की शक्ति भी क्षीण हो जाती है। रोधक शक्ति के क्षीण होने के कारण कोई भी रोग आसानी से शरीर में प्रवेश कर जाता है। इसलिए उचित पोषण एक स्वस्थ जीवन की कुंजी है।

शहर

पुजा कुमारी
आरटीआई प्रकोष्ठ

विकास के नाम पर गाँव खा गए ये शहर,
जंगलों को समेट गमले कर गए ये शहर।
नदियों में कूड़े-कचरे बहा कर,
नहरों को नाला बना गए ये शहर।

संयुक्त परिवार को छिन्न कर,
गांवों को सुनसान कर गए ये शहर।
फैक्ट्रियों के धुंए से हवा दूषित कर,
ऑक्सीजन को सिलेण्डर में भर गया ये शहर।

पुरुषों को घर का आंगन छुड़ा कर,
औरतों के लिए शैतान बन गया ये शहर।
रोटी के लिए नौकरी देकर,
अपनों को छोड़ने पर मजबूर कर गया ये शहर।

ऊंचे–ऊंचे मकानों में लोगों को कैद कर,
मानवता तक पहुंचाने का रास्ता खा गए ये शहर।
चकाचौंध का लोभ दिखाकर,
कई माताओं के बेटे खा गए ये शहर।

अपने आवश्यकताओं की पूर्ति में,
गावों का हिस्सा मार गए ये शहर।

नदियाँ

बिन्दु कंधारी
महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन) का कार्यालय

मेरी कविताओं में बहती है आंसुओं की सरिता
सरयू का नाम राम के साथ, जमुना का कृष्ण से
साबरमती का नाम गांधी से जुड़ा है
मैं अपने नाम के साथ किस नदी का नाम लूँ
मेरे साथ नहीं चली कोई नदी, दो कदम भी नहीं।

अगर कोई नदी साथ चलती
तो ज़िंदगी की नाव ठीक से चलती
मैं धो लेती उसमें अपने खून से सने घाव
दो कदम पास बैठकर उससे कोई गीत सुनती
अपना दुख सुनाती उसका सुनती।

जब भी माँ की याद आती
मैं उससे कहती तुम मेरी माँ हो
बारिश में ज़रूर ऐसा लगता था
जैसे वह थपथपा रही है
पर सुबह वह एक सपने की तरह
न जाने कहाँ चली जाती थी।

मैंने नदियों की ममता नहीं देखी
क्रूरता नहीं देखी
उनका बिफरना नहीं जाना
उनका क्रोध, रौद्र रूप नहीं देखा

कैसे जब वे बिफरती हैं
तो अपने साथ बहा ले जाती हैं किनारे
कैसे किनारे के सब मजबूत वृक्ष
उसके लावे में आते ही राख़ हो जाते हैं
कैसे वे एक पल में पूरा इतिहास
बदल डालती है।

मेरी कविताओं में आए ऐसी ही कोई नदी
अपने साथ लावा लेकर
आए तो सही एक बार।

वास्तविक बने रहने में ही जीवन का सच्चा सुख

रोहित लाकड़ा
आरटीआई प्रकोष्ठ

अपने लिए हमें कपड़ा शुद्ध कपास या शुद्ध रेशम ही चाहिए। देसी घी, शुद्ध दूध, पानी और सभी खाद्य सामग्री पूर्ण गुणवत्ता और मर्यादा की होनी चाहिए। सारे उपकरण भी 'वास्तविक' हों। जब हमें अपने लिए सब कुछ शुद्ध और वास्तविक ही चाहिए, तो हमसे भी उम्मीद की जा सकती है कि हम भी अपने आपको अपने मौलिक स्वरूप (वास्तविक) में ही प्रस्तुत करें। हमारे स्वभाव, विचारों में कोई बनावट या मिलावट न हो।

सबकी अपनी एक अनोखी मौलिकता होती है। यह मौलिकता ही हमारी सफलता का पहला कदम है। सबसे बड़ी दिक्कत यह है कि हम अपनी प्राकृतिक वास्तविकता को हमेशा बनाए नहीं रखते। कभी मन की कल्पनाओं के हिसाब से काम करते हैं, या लोगों से व्यवहार करते हैं। कभी दूसरों की देखा-देखी अपने आपको इतना अधिक बदल डालते हैं कि हमारा मूल स्वरूप ही पूरी तरह खत्म हो जाता है। किसी दूसरे के घोड़े पर सवार होने वाले को देर-सबेर उससे उतरना ही पड़ता है और घोड़े को वापस उसके मालिक को सौंप देना होता है। पराए विचारों पर अपनी जीन मत कसिए, अपने लिए वास्तविक विचार खोजिए।

न जाने किस भ्रम में हमने अपनी मौलिकता, अपनी खूबी और ज्ञान को अधूरा मानकर पश्चिमी शिक्षा-दीक्षा और चकाचौंध को महान सत्य समझ लिया है। फिर अपनी दिशा और नजर छोड़कर दूसरों के चश्मे से संसार को देखना शुरु कर दिया है। अपनी प्राकृतिक वास्तविकता को त्यागकर पश्चिमी संस्कृति से जुड़ते जा रहे हैं। इससे कर्म का सिद्धांत खो गया और भोग का नजरिया इतना हावी हो गया कि हमने भौतिक विकास को ही असली विकास मान लिया।

हम जैसे हैं, वैसे ही रहें, वैसे ही दिखें। जितना हम बनावट और दिखावट से दूर रहेंगें, उतना सुखी महसूस करेंगें। अंदरूनी खुशी साधनों – सुविधाओं से नहीं, बल्कि अच्छे विचार और जीने के सरल अंदाज से आती है। हमारा जीवन जितना सरल होगा, हमारे आसपास की दुनिया उतनी ही आसान हो जाएगी। दुनिया तभी तक कठिन है जब तक हम जटिल हैं। सादगी से प्रकृति और अपने आसपास के लोगों को समझना आसान हो जाता है।

हवा के साथ बहना सीखें। पंछियों के साथ गीत गाएं। जमीन पर नंगे पांव चलते हुए महसूस करें कि हम ही पूरी धरती हैं। हम जितने हैं, उतने में खुद को पूरा मानना ही आजादी है। जीवन की सारी दौड़ केवल अतिरिक्त के लिए ही है। अतिरिक्त

पैसा, पहचान, शोहरत, इज्ज़त–अगर यह अधिक पाने का लालच न हो, तो जीवन एकदम निश्छल और मौलिक स्वरूप धारण कर लेगा।

जीवन की भागमभाग, महान और अमर होने की कोशिश। इनको छोड़ अगर हम सहज रूप में जीएं, भूत या भविष्य की ओर देखने के बजाए वर्तमान को सुंदर और सार्थक बनाएं तो जीवन शायद ज्यादा उपयोगी हो जाएगा। व्यवहार में जितनी सादगी होगी, जितनी सरलता होगी, लोग हमारे उतने ही करीब आएंगे। हमारा साधारण, सहज, सरल और शांत होना ही अपने आप में बहुत असाधारण उपलब्धि है।

सुख-दुख के फेर में गुम हो जाता है जीवन का मोल

विपिन बिहारी
आरटीआई प्रकोष्ठ

जीवन का लक्ष्य बेहतर से बेहतर पाने का है। हर कोई चाहता है कि जिस जगह या जिस पद पर है, उससे ऊपर जाएं। इसके लिए चुनौतियां स्वीकार करने और उनसे पार पाने में अपनी ऊर्जा झोंक देते हैं। मगर जब चुनौतियों का दौर खत्म नहीं होता, तब सोचते हैं कि आखिर लक्ष्य क्या था? हम क्या करने आए हैं? हमें एक शरीर, मन और इन दोनों से बने तंत्र के साथ जन्म मिला है। यह हमारी चाहत के हिसाब से नहीं है। हमारे जन्म की यही प्रकृति है और इसे हमें स्वीकार करना है।

भौतिक बंधन से मुक्त होना भी हमारे जीवन का लक्ष्य होना चाहिए। यहां पुनर्जन्म का दर्शन एक मौका देने के साथ भी कई चुनौतियां भी देता है। यह संभावना भी देता है कि हम सुख, दुख और सुविधा के पीछे भागते-भागते अपना लक्ष्य ही न भूल जाएं। मनुष्य को इतना दुख क्यों होता है? जब हम इस देह को ही अपना अस्तित्व मान बैठते हैं, तभी दुख होता है। इसकी वजह से हमारी ख्वाहिशें और कर्म अधूरे रह जाते है। फिर उन्हें पूरा करने के लिए बार-बार हम माया के गुलाम बनते हैं, बार-बार जन्म लेना पड़ता है।

मौजूदा हालात के आधार पर भविष्य में भी जीवन और मृत्यु के सुख-दुख को झेलना होता है। इसलिए पुनर्जन्म की सोच वर्तमान और भविष्य के बीच का पुल है। यह हमारे जीवन को विस्तार देता है। यह एक समझ देता है कि जीवन केवल वर्तमान में नहीं है। यह पहले बीज रूप में था, जो आज वर्तमान में अस्तित्व में आया। फिर इस बीज की यात्रा कल भी जारी रहेगी। इस संसार और शरीर में परिवर्तन लाने, उसे अच्छा बनाने और खौफ की सोच को खत्म करके जीवन के मायने तलाशने में पुनर्जन्म का दर्शन मददगार होता है। यह दर्शन कहता है कि यह जो जन्म मिला है, इसकी पूर्णता से जुड़ना है, नहीं तो बार-बार आना होगा।

ऋषियों ने जब मानव जीवन की खोज की तो पाया कि यह मानव देह तीन स्तर में है– स्थूल, सूक्ष्म और मन में बना शरीर। स्थूल शरीर को पंचभूत बनाते हैं जो मौत के साथ खत्म हो जाता है। सूक्ष्म शरीर का निर्माण हमारे मन, चेतना, अनुभव और याद्दाश्त के आधार पर होता है। इसका संबंध ख्वाबों से होता है। यह हमारे कार्यों का समेटा और सहेजा हुआ रूप है, जिसके लिए मृत्यु एक कौमा (comma) है, और जो आगे बढ़ता जाता है। यह सूक्ष्म शरीर मन प्रधान है। सूक्ष्म शरीर का अर्थ है– हमारे विचार, हमारी कामनाएं, हमारी वासनाएं, हमारी इच्छाएं, हमारे अनुभव और हमारा ज्ञान।

कारण शरीर के गुणों का नाम है– सत्वगुण, रजोगुण और तमोगुण। इन तीनों का नाम प्रकृति है। ये सूक्ष्मतम कण हैं। एक उदाहरण से समझते हैं। कपड़ा हमारा स्थूल शरीर है, धागा सूक्ष्म और रुई हमारा कारण शरीर है। भारतीय चिंतन में कहा गया है कि जीवन का लक्ष्य सुख या दुख की प्राप्ति नहीं है। ये तो हमें बांधते हैं। मगर हमें तो वह आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त करना है, जो सुख और दुख के अनुभवों से आजादी दिलाए। पुनर्जन्म तभी होता है, जब हम अपने जीवन के लक्ष्यों को इस जीवन में प्राप्त नहीं कर पाते हैं। और क्यों नहीं प्राप्त कर पाते है? क्योंकि सुख और दुख एक दूसरे से जुड़े हैं।

जैसे शरीर का रखते हैं वैसे आत्मा का भी रखें ख्याल

मो. इशरत खान
आरटीआई प्रकोष्ठ

हम सभी हमेशा स्वस्थ बने रहने की इच्छा रखते हैं और इसी दिशा में प्रयास भी करते हैं। समय-समय पर काबिल डॉक्टर से हेल्थ चेकअप भी कराते रहते हैं, ताकि वक्त रहते बीमारी का निदान हो सके। इन सबके बाद भी हमारे खान-पान, रहन-सहन, हमारी आदतों, आंतरिक या बाहरी कारणों से कोई न कोई बीमारी हमारी परेशानी का सबब बन जाती है। स्थूल शरीर, जिसे शास्त्रों में पुर या नगर की संज्ञा दी गई है, जिसमें मनुष्य या जीव विकास करता है और जिसके आश्रय से जीव को सम्पूर्ण जगत बाहरी प्रतीत होता है, उसके प्रति हम काफी सचेत रहते हैं। यदि इसमें वात, कफ और पित्त से उत्पन्न होने वाली कोई बीमारी आ जाती है, तब हम यथाशीघ्र और अपनी सामर्थ्य के अनुसार काबिल डॉक्टर से सलाह लेकर इसको दूर करने की कोशिश करते हैं।

यदि हम विचार करें कि जितना समय और धन आदि हम अपने स्थूल शरीर के रोग या विकारों को दूर करने में लगाते हैं, क्या कभी हम अपने सूक्ष्म शरीर के विकार काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मत्सर आदि को पहचानकर उनको दूर करने पर भी अपना ध्यान केन्द्रित करते हैं? इन विकारों को षडरिपु यानि छह शत्रु कहा है। यह आसुरी संपदा हमारे पतन का कारण बन जाती है। सूक्ष्म शरीर के इन विकारों से हमारे मन में संताप होता है। जब किसी वस्तु के भोग की कामना हमारे मन में उत्पन्न होती है और वह पूरी नहीं होती तो हमारा मन बेचैन रहता है। उसका असर हमारे स्थूल शरीर पर पड़ता है।

यदि कामना पूरी न हो तब क्रोध उत्पन्न हो जाता है और यदि पूरी हो जाए तब उसे बनाए रखने के लिए लोभ उत्पन्न होता है और हम संग्रह करना शुरु कर देते हैं। संग्रह और भोगों की प्राप्ति के लिए हम अनावश्यक और अनुचित कार्य करते हैं। इससे हमारे अंदर अशांति, दुख और मानसिक संताप आदि बढ़ते जाते हैं और स्थूल शरीर में नए-नए रोग पैदा होने लगते हैं। इसलिए खुद को निरोग बनाए रखने के लिए स्थूल शरीर के साथ-साथ हमें अपने सूक्ष्म शरीर के विकारों पर भी चिंतन करने की आवश्यकता है।

अयोध्या

पुष्पा जोशी
आरटीआई प्रकोष्ठ

प्राचीन धार्मिक नगरी तथा हिंदुओं की आस्था का केंद्र अयोध्या सूर्यवंशी राजाओं की राजधानी के रूप में प्रसिद्ध रहा है। हिंदू धर्म के अनुसार ईश्वर का अवतार माने जाने वाले श्री राम की जन्मभूमि होने के कारण इस अयोध्या का सर्वोपरि स्थान है।

धार्मिक पृष्ठभूमि– अयोध्या, राम–लक्ष्मण की जन्मभूमि ही नहीं अपितु ऋषभ, अजित, अभिनंदन सुमित अनंत और अचल की भी जन्मभूमि है। 'स्कंदपुराण' के अनुसार यह सुदर्शन चक्र पर बसी है। 'अयोध्या' शब्द का अर्थ निकालते हुए 'स्कदंपुराण' का कहना है 'अ' कार ब्रह्मा, 'य' कार विष्णु है तथा 'ध' कार रूद्र का स्वरूप है। अतः अयोध्या ब्रहमा विष्णु और भगवान शंकर इन तीनों का समन्वित रूप है।

सर्वप्रथम ब्रह्माजी ने अयोध्या की यात्रा की थी और अपने नाम से एक कुंड बनाया था जो ब्रह्मकुंड नाम से प्रसिद्ध है। भगवती सीता द्वारा निर्मित एक सीताकुंड है, जिसे भगवान श्रीराम ने वर देकर समस्त कामपूरक बनाया। उसमें स्नान करने से मनुष्य समस्त पापों से मुक्त हो जाता है।

सरयू नदी में जहां श्रीकृष्ण की पटरानी रुक्मिणी जी ने स्नान किया था, वहां रुक्मिणी कुंड है और उसके ईशानकोण में क्षीरोद कुंड है, जहां महाराज दशरथ ने पुत्रेष्टि-यज्ञ किया था।

दर्शनीय स्थल

स्वर्गद्वार– इस घाट के पास श्री नागेश्वर–नाथ महादेव का मंदिर है। इस मंदिर के विषय में ऐसा वर्णन मिलता है कि श्रीराम के पुत्र कुश द्वारा इस मंदिर में शिव की मूर्ति स्थापित की थी। कालांतर में महाराजा विक्रमादित्य द्वारा इन मंदिरों का जीर्णोद्धार कराया गया। नागेश्वरनाथ के पास ही एक गली में श्री रामचंद्रजी का मंदिर है। एक ही काले पत्थर में राम-पंचायतन की मूर्तियां हैं।

जन्म स्थान– कनक भवन से आगे श्रीराम जन्म-भूमि है। जन्म स्थान के पास कई प्राचीन मंदिर हैं– सीता रसोई, चौबीस अवतार, कोप भवन, रत्नसिंहासन, आनंद भवन, रंग महल और साखी गोपाल आदि।

अहिल्या बाई घाट– इस घाट से थोड़ी दूर पर त्रेतानाथ जी का मंदिर है। भगवान श्री राम ने इसी स्थान पर यज्ञ किया था।

कनक भवन– यह अयोध्या का मुख्य मंदिर माना जाता है, इसका निर्माण अयोध्या-नरेश ने करवाया था। इसे श्रीराम का अंत:पुर या सीताजी का महल कहा जाता है। इसमें मुख्य मूर्तियां श्री सीताराम की हैं। सिंहासन पर जो बड़ी मूर्तियां हैं, उनके आगे श्री सीताराम की छोटी मूर्तियां हैं। छोटी मूर्तियां ही प्राचीन कही जाती हैं।

लक्ष्मणघाट– यहां पर लक्ष्मणजी की पांच ऊंची मूर्ति हैं। यह मूर्ति सामने कुंड में पायी गई थी। कहा जाता है कि यहीं से श्रीलक्ष्मणजी परमधाम पधारे थे।

दर्शनेश्वार– हनुमान गढ़ी से थोड़ी दूर पर अयोध्या-नरेश का महल है। इस महल की वाटिका में महादेव का सुंदर मंदिर है।

हनुमान गढ़ी– यह स्थान सरयू तट से लगभग सवा किलोमीटर पर नगर में है। यह एक ऊंचे टीले पर चारकोट का छोटा सा दुर्ग है। काफी सीढ़ियां चढ़ने के पश्चात श्री हनुमान जी के मंदिर पहुंचा जाता है। यहां हनुमान जी की पुष्पों से आच्छादित छोटी सी मूर्ति विराजमान है।

अन्य मुख्य दर्शनीय स्थल

गुप्तारघाट (गोप्रतार-तीर्थ)– अयोध्या से लगभग पंद्रह किलोमीटर पश्चिम में सरयू किनारे पर यह स्थान है। फैजाबाद छावनी होकर सड़क जाती है। यहां सरयू-स्नान का बहुत महत्व माना जाता है।

सोनखर– कहा जाता है कि कुबेर ने यहां स्वर्ण-वर्षा की थी और महाराज रघु का कोषागार था।

जनौरा (जनकौरा)– महाराजा जनक जब अयोध्या पधारते थे, तब यहीं उनका शिविर रहता था।

दशरथ तीर्थ– वह स्थान जहां राजा दशरथ का अंतिम संस्कार किया गया था। उसे दशरथ तीर्थ के नाम से जाना जाता है, यह स्थान रामघाट से 12 किमी. पूर्व में सरयू नदी के तट पर स्थित है।

पहुंचने का मार्ग– उत्तर रेलवे का अयोध्या स्टेशन है। मुगल सराय, वाराणसी और लखनऊ से यहां सीधी गाड़ियां आती है। स्टेशन से सरयूजी पांच किलोमीटर पर स्थित है और मुख्य मंदिर कनक भवन तीन किलोमीटर दूर है। अयोध्या लखनऊ से 135 किलोमीटर और वाराणसी से 324 किलोमीटर है। यह नगर घाघरा नदी के दक्षिण तट पर बसा है।

वह पुराना उजड़ा घर

अजय कुमार
कार्मिक निदेशालय

वह पुराना उजड़ा घर,
गाँव के बीचोंबीच स्थित पुराना उजड़ा घर,
हाँ यही कहते हैं सभी लोग उस घर के बारे में,
उसके आँगन में हैं कई पेड़ और एक कुआं,
सबसे पुराना है एक पेड़ नीम का,
और पेड़ से कुछ दूरी पर है एक कुआं,
एक झोपड़ी कच्ची, पक्के आठ कमरे, दो बैठक,
एक रसोई, कच्चा चूल्हा और उसमें पड़ी थोड़ी राख,
जैसे रात ही किसी ने खाना पकाया हो,
परंतु टूटी हांडी से पता चलता है,
वर्षों से यहाँ कोई आया नहीं,
उस उजड़े घर के अंदर रहना चुना मैंने,
हाँ ठीक सुना,
मैंने उसी घर में रहना चुना,
क्यों!
क्योंकि,
वह अतीत है वर्तमान का,
नींव है उसी स्वर्णिम वर्तमान की,
जिस का गुण सभी गाते हैं,
इस घर में बसता है इतिहास एक कुटुंब का,
गाँव के बीचोंबीच इस घर के आँगन में जो पेड़ है नीम का,
कड़वा है पर छाँव सुहानी देता है,
हो तपिश जिंदगी की कोई,
समाज की तरह छाँह में बिठा लेता है,
वे दीवारें जिन पर सीमेंट की पपड़ी नजर आती हैं,
जैसे झुर्रियां हैं एक बुढ़ापे की,
दीवारों में दरारें नहीं हाथों का खुरदुरापन है कर्मठता का,
कुएं में बचा हुआ जल अभी भी मीठा है,
जैसे किसी बुजुर्ग के पास है कुआं तजुर्बे का,
पक्के कमरे से सुहानी कच्ची झोपड़ी लगी मुझे,
जिसकी छान बनाने और उठाने पूरा गाँव लगता था,
आज जब बैठा उसी छान के नीचे,
एक साथ कितने हाथ बयार संग हौले से बालों को सहला गए,
नीम के पेड़ पर अठखेलियां करती गिलहरियां
बचपन को खेलते कूदते दिखा गईं,
पक्के घर बनने से पहले,
कच्ची और मोटी दीवारों से बने कमरे और रसोई थे,
दीवारें, हाँ दीवारे मोटी थीं,
पर सुख दु:ख आर पार नजर आता था,
फिर तरक्की में पक्का मकान बना,
तीन परिवारों के एक कुटुंब के लिए,
बने थे पक्के आठ कमरे, दो बैठक और एक रसोई,
पर चूल्हा अभी भी कच्चा था,
सुख दु:ख पक्के कमरों की दीवारों में छिप गए,
अगर कोई आए घर,
कच्चे चूल्हे से पेट सबका भरता रहा,

हो कोई प्यासा, कुऐं से मीठा पानी मिलता रहा,
पक्की दीवारों ने अपना असर दिखाया,
अतीत गाँव छोड़ वर्तमान बनने शहर आया,
शहर में सब कुछ पक्का हो गया,
साथ गाँव समाज का सब छूट गया,
एक दिन अनायास बैठे बैठे यूँ ही,
दादा जी के प्यार की अमानत कुछ आँसू दोनों आँखों
आ गए,

शहर के पक्के जंगल छोड़,
कुछ रोज के लिए हम वापिस गाँव के कच्चे जंगल आ गए,
गाँव अब पहले जैसा न रहा था 'अजेय',
घरों की कच्ची और मोटी दीवारें ढह चुकी थीं,
अब तो गाँव में भी शहर बस चुका था,
जिनमें कुछ गाँव बचा था तो वे थे कुछ उजड़े घर,
ऐसे बचे हुए गाँव में एक घर हमारा है
ऐसे बचे हुए गाँव में एक घर हमारा है।

कृषि क्षेत्र में आधुनिक प्रौद्योगिकी का उपयोग

लखविन्दर सिंह

अपर सचिव एवं अपर वित्तीय सलाहकार का कार्यालय

आज दुनिया में सबसे बड़ी समस्या खाद्य आपूर्ति की है। पिछले 35 वर्षों में खाद्यान्न की मांग जनसंख्या वृद्धि की दर से दोगुनी से भी अधिक बढ़ गई है। दरअसल, खाद्य एवं कृषि संगठन (एफएओ) की एक रिपोर्ट के अनुसार, वैश्विक आबादी का लगभग 10% या 815 मिलियन लोग कुपोषित हैं और उनके पास सक्रिय और स्वस्थ जीवन जीने के लिए पर्याप्त भोजन नहीं है। कृषि क्षेत्र में आधुनिक तकनीक का उपयोग व्यापक है। इसने किसानों को कई तरह से मदद की है। नई और बेहतर तकनीकों को अपनाने से फसलों के उत्पादन और उत्पादकता में वृद्धि हुई है। इससे उत्पादन लागत को कम करने में भी मदद मिली है। तकनीक के इस्तेमाल से खेती की प्रक्रिया भी आसान और अधिक कुशल हो गई है।

कृषि क्षेत्र में प्रयुक्त कुछ लोकप्रिय प्रौद्योगिकियां इस प्रकार हैं:

मृदा सेंसर– मृदा सेंसर का उपयोग मृदा नमी स्तर, तापमान और फसल की वृद्धि को प्रभावित करने वाले अन्य कारकों को मापने के लिए किया जाता है। सेंसर द्वारा एकत्र किए गए डेटा को वायरलेस तरीके से किसान तक पहुँचाया जाता है, जो अपनी खेती की पद्धतियों को उसके अनुसार समायोजित कर सकता है।

जीपीएस तकनीक– जीपीएस तकनीक का व्यापक रूप से सटीक खेती में उपयोग किया जाता है। यह खेत की सीमाओं का पता लगाने और उर्वरकों, कीटनाशकों और शाकनाशियों को सही तरीके से लगाने में मदद करता है। इससे बर्बादी कम होती है और दक्षता बढ़ती है।

मौसम की निगरानी– किसान अब वास्तविक समय के मौसम के आंकड़ों तक पहुँच सकते हैं, जिससे उन्हें यह तय करने में मदद मिल सकती है कि कब बोना है, कैसे सिंचाई करनी है और किस तरह की फसल उगानी है। यह जानकारी मौसम ऐप या वेबसाइट या खेत पर समर्पित मौसम स्टेशनों के माध्यम से प्राप्त की जा सकती है।

स्वचालन– कृषि प्रक्रियाओं जैसे बुवाई, रोपाई, कटाई आदि में स्वचालन को व्यापक रूप से अपनाया गया है। इससे मैनुअल श्रम पर निर्भरता कम हो गई है और दक्षता बढ़ गई है।

ड्रोन मानचित्रण– सर्वेक्षण और फसल निगरानी के लिए ड्रोन का पैमाने पर उपयोग किया जा रहा है। वे डेटा एकत्र करने में मदद करते हैं जिसका उपयोग कृषि गतिविधियों की योजना बनाने और निष्पादन के लिए किया जा सकता है।

कृषि रोबोट– खेतों पर विभिन्न कार्य करने के लिए कृषि रोबोट विकसित किए जा रहे हैं, जैसे गायों का दूध निकालना, फल और सब्जियाँ चुनना और यहाँ तक की घास काटना। ये रोबोट बिना थके लंबे समय तक काम कर सकते हैं और अक्सर मानव श्रमिकों की तुलना में बेहतर काम कर सकते हैं।

सैटेलाइट इमेजरी– सैटेलाइट इमेजरी का उपयोग मौसम पूर्वानुमान, फसल निगरानी और उपज विश्लेषण के लिए किया जाता है। इससे किसानों को सिंचाई, फसल पैटर्न आदि के बारे समय पर निर्णय लेने में मदद मिलती है।

कृषि उत्पादकता बढ़ाने में तकनीक ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। उदाहरण के लिए, मशीनीकरण के उपयोग ने मैनुअल श्रम की आवश्यकता को कम कर दिया है, जिससे दक्षता और उत्पादन में वृद्धि हुई है। सिंचाई प्रणालियों की शुरूआत ने अन्यथा शुष्क क्षेत्रों में फसल उगाना संभव बनाकर उत्पादन को बढ़ावा देने में भी मदद की है। इसके अलावा, आधुनिक तकनीक ने उच्च उपज वाली फसल किस्मों को विकसित करना संभव बना दिया है जो कीटों और बीमारियों के लिए प्रतिरोधी हैं। कृषि में तकनीक के उपयोग का खाद्य सुरक्षा पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ा है।

उत्पादन बढ़ाने से यह सुनिश्चित करने में मदद मिली है कि अधिक लोगों को पौष्टिक और किफायती भोजन तक पहुँच प्राप्त हो। कृषि में आधुनिक तकनीक ने उत्पादन और उत्पादकता में वृद्धि की है। इससे बदले में किसानों के लिए खाद्य सुरक्षा और आय में सुधार हुआ है। इसके अलावा, इसने नए रोजगार सृजित करने और ग्रामीण समुदायों के लिए जीवन की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद की है।

कृषि प्रौद्योगिकी का उपभोक्ताओं पर प्रभाव

कृषि तकनीक ने उपभोक्ताओं को कई तरह से प्रभावित किया है। आधुनिक तकनीक के इस्तेमाल से किसानों को फसलों और पशुधन का उत्पादन बढ़ाने और में मदद मिली है। इससे उत्पादों की गुणवत्ता सुधारने में भी मदद मिली है। नई तकनीक के इस्तेमाल से उत्पादन की लागत भी कम हुई है। नई तकनीक को अपनाने से कृषि उत्पादों के विपणन और वितरण के नए तरीके भी विकसित हुए हैं। इससे किसानों को अपने उत्पादों के लिए व्यापक बाजार तक पहुँचने में मदद मिली है। तकनीक के इस्तेमाल से कृषि क्षेत्र में नए रोजगार सृजित करने में भी मदद मिली है।

किसानों पर कृषि प्रौद्योगिकी का प्रभाव

हाल के वर्षों में, कृषि प्रौद्योगिकी ने दुनिया भर के किसानों पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाला है। प्रौद्योगिकी की मदद से, किसान अब अपनी पैदावार बढ़ाने और पहले से कहीं ज्यादा फसल पैदा करने में सक्षम हैं। साथ ही, वे कम श्रम और इनपुट का उपयोग करके अपनी लागत भी कम कर सकते हैं। हालाँकि, कृषि में प्रौद्योगिकी के उपयोग में कुछ कमियाँ भी हैं। मुख्य समस्याओं में से एक यह है कि इससे मशीनों और रसायनों पर अत्यधिक निर्भरता हो सकती है, जिसका रखरखाव महंगा हो सकता है। इसके अलावा, अगर इसका सही तरीके से इस्तेमाल न किया जाए तो यह पर्यावरण को भी नुकसान पहुँचा सकता है।

कृषि प्रौद्योगिकी से नए रोजगार सृजित हो सकते हैं

तकनीक कृषि क्षेत्र में नए रोजगार सृजित करने में भी सहायक हो सकती है। उदाहरण के लिए, मोबाइल फोन और अन्य डिजिटल तकनीकों का उपयोग किसानों को बाजारों से जुड़ने और अपने उत्पाद सीधे उपभोक्ताओं को बेचने के नए अवसर प्रदान कर रहा है। इसके अलावा, कृषि-पर्यटन जैसी मूल्यवर्धित सेवाओं के विकास से ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार के नए अवसर पैदा हो रहे हैं।

निष्कर्ष

आधुनिक तकनीक के इस्तेमाल से कृषि उत्पादकता में कई गुना वृद्धि हुई है। दरअसल, यह उन कुछ क्षेत्रों में से एक है, जहां श्रम-बचत उपकरणों को पूरा उपयोग किया गया है। आज एक किसान मशीनों की मदद से कई पुरुषों और महिलाओं का काम कर सकता है। इससे न केवल समय की बचत होती है,बल्कि लागत भी कम होती है और उत्पादन भी बढ़ता है। जिससे कमाई भी अच्छी होती है।

शोर इतना है यहां

अनुमीत चावला
अपर सचिव एवं अपर वित्तीय सलाहकार का कार्यालय

शोर इतना है यहाँ कि खुद की आवाज दब जाती है,
धुंध इतनी है कि कुछ भी नजर नहीं आता।
चकाचौंध में दफन है तारे और चंद्रमा भी,
पहले पता होता कि शहर ऐसा होता है
तो मैं भूलकर भी कभी शहर नहीं आता।
खलल इतना है यहाँ दिखावे और बनावटों का,
रोना भी चाहूँ तो आँखों से आंसू नहीं आता।
कोई माँ तो कोई माशूक की यादों में डूब जाता है,
आकर सोचता है काश! वो शहर नहीं आता।
इतनी भीड़ है कि खुद को भी पहचानना मुश्किल है,
सोचता हूँ कि आईना बनाया क्यूँ है जाता।
बदनसीब ही था वो कि गांवों में भूख न मिट सकी,
पेट की जद में न होता तो शहर नहीं आता।
वक्त इतना भी नहीं कि कभी खुलकर हंस लूँ,
ठोकरें लगती हैं तो खुद को संभाला नहीं जाता।
तन्हाई और दर्द की दास्तां से भरा पड़ा है शहर,
पहले जान जाता ये सब तो मैं शहर कभी नहीं आता।
रक्त और स्वेद में यहाँ फर्क नहीं है कोई,
शहर में रहकर भी शहर कोई जान नहीं पाता।
ऐसा लगता है सब जानकर अनजान बनते हैं,
ऐसे नासमझ शहर में मैं कभी नहीं आता।

प्रेम और सौंदर्य

रामपति प्रसाद
कार्मिक निदेशालय

मैं निगहबानी करता हूँ
धरती पर मौजूद हर चीज की,
जो प्राणवान है।
अनुरागी हूँ हर व्यक्ति का,
जिसका अपना एक अस्तित्व है।
लघु-काय अथवा विशाल,
बद या कि फिर नेक -
जो भी कर्तव्यपथ पर रत है
भामाशाह हो या हो सुदामा
प्रचलित या प्राचीन
सब अच्छे लगते हैं मुझे।
लघुता परिणत होती है विशालता में
भव्य प्रतिमाएं क्षीण भी होती हैं
असुंदर बन जाता है रूपवान
किरण-पुंज बुझने पर फैलाता है
अंधियारा–कालांतर में
राजा को भी होना पड़ सकता है – रंक
कभी लेना होता है, कभी देना
प्रेम खोजता फिरता है सौंदर्य को,
सौंदर्य को मिल ही जाता है प्रेम
समय आने पर।
सबका नियंता एक है,
जो सहेजकर रखता है सब कुछ
सबके लिए।

आत्मनिर्भर भारत

मिट्ठू मेहता
ज्ञान केंद्र

भारत एक ऐसा देश जो सदा से ही अनेक रीति-रिवाज़ों, अनेक धर्मों, अनेक विश्वासों के लिए प्रसिद्ध रहा है। अनेकता में एकता का उदाहरण रहा है। सदा से ही समय पड़ने पर एकता की मिसाल बना है, भारतीय आज़ादी इस एकता का एक बहुत बड़ा उदाहरण है, जिसमें सभी समुदायों, सभी धर्मों के लोगों ने मिलकर भारत को अंग्रेज़ी शासन और अत्याचारों से मुक्ति दिलाई।

भारत को आज़ाद हुए लगभग 8 दशक हो चुके हैं और लगातार आत्मनिर्भरता की तरफ बढ़ रहा है किन्तु अभी भी पूरी तरह से आत्मनिर्भर नहीं हुआ है। भारत को आत्मनिर्भर होने के लिए निम्न तथ्यों पर ध्यान देना होगाः

शिक्षा

शिक्षा एक ऐसा अचूक बाण है जो लोगों को सही-गलत का अन्तर बताती है। आज लगभग विश्व का हर देश शिक्षा के क्षेत्र में आगे बढ़ रहा है किन्तु आज भी भारत में अशिक्षित जनसंख्या का आधिक्य है जिसका सबसे बड़ा कारण है गरीबी। गरीबी ही है जो लोगों को शिक्षा से दूर किए हुए है। छोटे बच्चे जिनकी उम्र स्कूल जाने की है वह चाय की दुकानों, ढाबों, होटलों आदि पर मजदूरी करने पर मजबूर हैं। हालांकि, सरकार इस समस्या से निपटने के लिए लाभदायक कदम उठा रही है जो कारगर भी साबित हो रहे हैं लेकिन बहुत धीमी गति से, इसका एक कारण जनसंख्या की अधिकता भी है। इतनी अधिक जनसंख्या को एक साथ शिक्षित करना भी आसान काम नहीं है।

अर्थव्यवस्था

आज जिस रफ्तार से रुपए की कीमत गिर रही है उसी रफ्तार से भारतीय अर्थव्यवस्था भी गिरती जा रही है और इस गरीब जनसंख्या के आधिक्य वाले देश में महगांई की मार भी बढ़ती जा रही है जिससे गरीब और गरीब होता जा रहा है ऐसे में एक गरीब व्यक्ति अपना पेट भरे या फिर राजनीतिक षड्यंत्रों को समझे। इसी परिस्थिति की तलाश में देश को तोड़ने वाली ताकतें बनी रहती हैं। आत्मनिर्भर होने के लिए अर्थव्यवस्था का मज़बूत होना बहुत ज़रूरी है।

राजनीति

आज राजनीति का स्वरूप पूरी तरह बदल चुका है। राजनीति, जो आज़ादी के समय कुछ और ही अर्थ रखती थी आज उसका अर्थ कुछ और ही हो गया है। लगभग हर राजनेता सत्ता में आते ही पहले अपनी जेब भरना शुरू कर देता है उसके

बाद ही उसकी नज़र जनता की परेशानियों पर जाती है और तब तक फिर चुनाव का समय आ पहुँचता है, जनता के हाथ में आता है तो सिर्फ अगले चुनाव में होने वाला वादा। इस बदली राजनीति ने समाज पर गहरी छाप छोड़ी है। युवा वर्ग इस बदलाव के खिलाफ है लेकिन राजनीति में उसके लिए जगह नहीं है। देश में युवा वर्ग की सबसे ज़्यादा तादाद होने के बावजूद भी राजनीति पर रुढ़िवादी और वृद्ध वर्ग का ही वर्चस्व बना हुआ है जिसके कारण चाह कर भी भारतीय युवा कुछ न कर पाने को मजबूर हैं। भारतीय युवा वर्ग अनुभवी वर्ग (वृद्ध वर्ग) के सहयोग से राजनीति में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है किन्तु ये बदलाव एक मील का पत्थर ही दिखाई पड़ता है। आत्मनिर्भर होने के लिए राजनीति में युवाओं की भागीदारी बहुत आवश्यक है।

भारत रूपी विशाल वृक्ष की जड़ें खोखली होती जा रही हैं। आज भारत के लिए जितनी परेशानियां विदेशी ताकतों से हैं (ख़ास तौर से आतकंवाद को बढ़ावा देने वाले राष्ट्र) उतनी ही परेशानियां अंदरूनी भी हैं, जहां एक तरफ अलगाववादी मुश्किलें बढ़ा रहे हैं वहीं दूसरी तरफ राजनीति भी अस्थिर होती जा रही है। प्रत्येक दल अपनी मांग को लेकर सरकार के खिलाफ मोर्चा खोल देता है, इतने अधिक दलों के होने के कारण कोई भी दल केन्द्र में पूर्ण बहुमत प्राप्त कर पाने में असमर्थ है, जिसके कारण एक से अधिक दल मिल कर सरकार बनाते हैं और ऐसी सरकार किसी भी नीति को दृढ़ता से लागू नहीं कर पाती। एक साथ इतने दलों को संतुष्ट कर पाना भी संभव नहीं है, तो दूसरी ओर भारत व्यापार के मामले में भी पिछड़ता जा रहा है, जहाँ एक तरफ निर्यात घट रहा है वहीं दूसरी ओर आयात दिनों-दिन बढ़ता जा रहा है जिसमें सबसे बड़ा हिस्सा तेल का है। भारत लगभग 80 प्रतिशत तेल विदेशों से आयात करता है। अंतरराष्ट्रीय बाज़ार में लेनदेन के लिए केवल डॉलर का ही इस्तेमाल होता है जिसके कारण भारत को अधिक मात्रा में डॉलर की आवश्यकता होती है और यही आवश्यकता ही डॉलर के मुकाबले रुपए की कीमत घटा रही है। जो आत्मनिर्भर होने की राह में एक बहुत बड़ी अड़चन की तरह दिखाई देता है।

इन सब मुश्किलों के होते हुए भी भारत का भविष्य उज्ज्वल दिखाई देता है क्योंकि भारत के कई संस्थान अपने कार्यों से विश्व में अपनी एक मज़बूत छाप छोड़ रहें हैं जिनमें से एक है **डी.आर.डी.ओ.** जिसने रक्षा तकनीक के क्षेत्र में भारत को लगभग पूरी तरह आत्मनिर्भर बना दिया है।

डी.आर.डी.ओ भारत सरकार के रक्षा मंत्रालय का अनु. एवं वि. की एक शाखा है, जो अत्याधुनिक रक्षा प्रौद्योगिकियों और महत्वपूर्ण प्रौद्योगिकियों और प्रणालियों में आत्मनिर्भरता के लिए कार्यरत है।

कृत्रिम बुद्धिमत्ता का जीवन में उपयोग

मेहरुन्निशा
जन संपर्क निदेशालय

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) एक अत्याधुनिक तकनीकी क्षेत्र है, जो उन कार्यों को करने मे सक्षम है, जिनके लिए सामान्य रुप से मानव बुद्धि की आवश्यकता होती है। एआई का उद्देश्य मशीनों को सोचने, समझने, निर्णय लेने और समस्या हल करने की क्षमता देता है, जो सामान्यत: मानव मस्तिष्क द्वारा किया जाता है। जॉन मैकार्थी, स्टेनफोर्ड में कम्प्यूटर विज्ञान के एक सेवानिवृत्त प्रोफेसर ने कृत्रिम बुद्धिमत्ता वाक्यांश की शुरुआत की। एआई के विभिन्न उप क्षेत्र हैं जैसे मशीन लर्निंग, डीप लर्निंग, नेचुरल लेंग्वेज प्रोसेसिंग और रोबोटिक्स।

मशीन लर्निंग (एम एल) एआई का एक प्रमुख उप क्षेत्र है जिसमें कम्प्यूटर एल्गोरिदम और मॉडल्स का उपयोग करके डाटा से सीखते हैं और अनुभव के आधार पर अपनी कार्यक्षमता को सुधारते हैं। मशीन लर्निंग के तहत विभिन्न प्रकार के शिक्षण शामिल हैं, जैसे सुपरवाइज्ड लर्निंग, अनसुपरवाइज्ड लर्निंग और रिइनफोर्समेंट लर्निंग। प्रत्येक प्रकार की मशीन लर्निंग की अपनी विशिष्ट विधि और अनुप्रयोग क्षेत्र होते हैं।

डीप लर्निंग मशीन लर्निंग का एक उपसमूह है, जिसमें कई लेयर वाले न्यूरल नेटवर्क्स का उपयोग करके जटिल संबंधों को मॉडल किया जाता है। डीप न्यूरल का उपयोग छवि और वाणी पहचान, नेचुरल लेंग्वेज प्रोसेसिंग (एलएलपी) और यहां तक की गेम खेलने जैसे कार्यों में किया जाता है। एआई में डीप लर्निंग की सफलता ने महत्वपूर्ण प्रगति की है, जिसमें सेल्फ-ड्राइविंग कार, उन्नत चिकित्सा निदान और परिष्कृत व्यक्तिगत सहायकों जैसी तकनीकों को संभव बनाया गया है।

नेचुरल लेंग्वेज प्रोसेसिंग (एनएलपी) एआई का एक अन्य महत्वपूर्ण क्षेत्र है जो कम्प्यूटरों और मानव भाषाओं के बीच की बात-चीत पर केंद्रित है। एनएलपी का उपयोग करके, एआई सिस्टम मानव भाषा को बदल सकते हैं और इसे सार्थक तरीके से उत्पन्न कर सकते हैं। एनएलपी के अनुप्रयोगों में चैटबॉट्स, भाषा अनुवाद सेवाएं, सेंटिमेंट एनालिसिस और वॉयस-एक्टिवेटेड असिस्टेंट्स जैसे सिरी और एलेक्सा शामिल हैं। ये सिस्टम विशाल मात्रा में टेक्स्ट डाटा का विश्लेषण कर सकते हैं, प्रासंगिक जानकारी निकाल सकते हैं और प्राकृतिक और सामन्जस्यपूर्ण तरीकों से प्रतिक्रिया कर सकते हैं।

रोबोटिक्स के क्षेत्र में भी एआई के कई योगदान हैं, एआई- सक्षम रोबोटिक्स स्वतंत्र या अर्ध-स्वतंत्र रूप से कार्य कर सकते हैं, जो विनिर्माण, लॉजिस्टिक्स और चिकित्सा जैसे उद्योगों में अमूल्य है। एआई से लैस रोबोट सटीकता के साथ

दोहराव वाले कार्यों को संभाल सकते हैं, जटिल शल्य चिकित्सा प्रक्रियाओं में सहायता कर सकते हैं और यहां तक कि उन खतरनाक वातावरणों में भी काम कर सकते हैं, जहां मानव उपस्थिति जोखिमपूर्ण हो सकती है।

विभिन्न क्षेत्रों पर एआई का प्रभाव अत्यधिक गहरा है, चिकित्सा के क्षेत्र में, एआई निदान, व्यक्तिगत चिकित्सा और रोगी देखभाल में क्रांति ला रहा है। एआई एल्गोरिदम चिकित्सा छवियों को विश्लेषण कर बीमारियों को प्रारंभिक चरण में पहचान सकते हैं, ऐतिहासिक डाटा के आधार पर रोगी परिणामों का पूर्वानुमान लगा सकते हैं और व्यक्तिगत उपचार योजनाएं सुझा सकते हैं। वित्तीय क्षेत्र में एआई धोखाधड़ी पहचान, एल्गोरिदमिक ट्रेडिंग और जोखिम प्रबंधक को सशक्त बना रही है, जिससे वित्तीय प्रणाली अधिक सुरक्षित और कुशल बन रही है। शिक्षा के क्षेत्र में एआई व्यक्तिगत शिक्षण अनुभवों को अनुकूलित कर रहा है, बुद्धिमान शिक्षण प्रणाली प्रदान कर रहा है और प्रशासनिक कार्यों को स्वचालित कर रहा है।

हालांकि एआई के विकास के साथ-साथ महत्वपूर्ण नैतिक और सामाजिक चुनौतियां भी उत्पन्न होती है। एक प्रमुख चिंता यह है कि स्वचालन के कारण नौकरियों का संभावित विस्थापन हो सकता है, जबकि एआई उत्पादकता को बढ़ा सकता है, यह कुछ नौकरी भूमिकाओं को अप्रचलित भी बना सकता हैं, जिससे आर्थिक और सामाजिक व्यवधान उत्पन्न हो सकते हैं।

भारतवीर

पवन कुमार
जन संपर्क निदेशालय

देश पर जो मर मिटें और देश पर गंभीर हैं।
सपूत भारत माता के वे ही तो सच्चे वीर हैं॥
वे ही तो सच्चे वीर हैं... ... ...

ना कभी पीछे मुड़े और न दिलों में धीर है।
कर दें न्यौछावर जिंदगानी को वे ही तो सच्चे वीर हैं॥
वे ही तो सच्चे वीर हैं... ... ...

मात हो, तात हो और परिवार सारा साथ हो।
देश का सच्चा सिपाही वही तिरंगा जिसके हाथ हो॥
तिरंगा जिसके हाथ हो... ... ...

है जहां कश्मीर वो इस देश की जागीर है।
आतंकियों को चीर दे वे ही तो भारत वीर हैं॥
वे ही तो भारत वीर हैं... ... ...

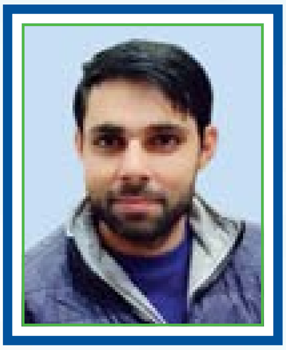
देश को समझें, पिता और मात भारत भारती।
ऐसे शहीदों की यहां उतरे सदा ही आरती॥
उतरे सदा ही आरती... ... ...

देश में मिलता सदा ही वीरों को सम्मान है।
वीर शहादत विश्व में भारत का पहला नाम है।
भारत का पहला नाम है... ... ...

आज हम आजाद हैं ये वीरों का बलिदान है।
हम वतन, हम नाम हैं अपना ये हिंदुस्तान है॥
अपना ये हिंदुस्तान है... ... ...

आज भी आंखों में देखो तैरती तस्वीर है।
जिसने चुना फंदा गले में वो ही भारत वीर है॥
वो ही तो भारत वीर है... ... ...

विश्व गौरैया दिवस



ललित कुमार
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

क्या आप जानते हैं कि जब हम बहुत छोटे थे तो हमारे चारों तरफ या हमारे आंगन में कितनी गौरैया चिड़िया खेलती थी। लेकिन क्या अब आपको नहीं लगता कि इनकी संख्या कम हो गई है। आइए जानते हैं इसके पीछे क्या कारण है और क्यों विश्व गौरैया दिवस मनाया जाता है।

विश्व गौरैया दिवस 20 मार्च को गौरैया और अन्य पक्षियों की घटती आबादी के बारे में जागरुकता बढ़ाने और लोगों को उनकी रक्षा के लिए प्रोत्साहित करने के लिए मनाया जाने वाला एक वार्षिक जागरुकता दिवस है। यह दिन पहली बार 2010 में मनाया गया था और अब यह दुनिया भर के कई देशों में मनाया जाता है।

गौरैया एक आम पक्षी प्रजाति है जो शहरी, उपनगरीय और ग्रामीण क्षेत्रों में पाई जाती है। हालांकि, हाल के वर्षों में, अर्बनाइजेशन, प्रदूषण और कृषि पद्धतियों में बदलाव के कारण उनकी आबादी तेजी से घट रही है। गौरैया और अन्य आम पक्षियों के नुकसान का पारिस्थितिक तंत्र पर बहुत ज्यादा प्रभाव पड़ता है, क्योंकि वे परागण, बीज फैलाव और कीट नियंत्रण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

विश्व गौरैया दिवस पर, दुनिया भर के व्यक्ति और संगठन गौरैया और अन्य पक्षियों के महत्व के बारे में जागरुकता बढ़ाने के लिए विभिन्न कार्यक्रमों और गतिविधियों का आयोजन करते हैं। इनमें बर्डवॉचिंग टूर, शैक्षिक वार्ता और कार्यशालाएं, पक्षी-अनुकूल पौधों और पेड़ों का रोपण, और पक्षी-अनुकूल आवास बनाने जैसे संरक्षण प्रयास शामिल हो सकते हैं।

विश्व गौरैया दिवस का इतिहास

गौरैया और अन्य पक्षियों के संरक्षण के लिए हर साल 20 मार्च को विश्व गौरैया दिवस मनाया जाता है। यह पहली बार 2010 में संरक्षणवादी मोहम्मद दिलावर द्वारा स्थापित एक भारतीय संगठन, नेचर फॉरएवर सोसाइटी द्वारा मनाया गया था।

गौरैया, जो कभी दुनिया के कई हिस्सों में आम तौर पर देखी जाती थी, हाल के वर्षों में इसकी संख्या में कमी आई है। गौरैया की आबादी में गिरावट को विभिन्न कारणों से जोड़ा गया है जैसे निवास स्थान का नुकसान, प्रदूषण और कीटनाशकों का उपयोग।

विश्व गौरैया दिवस का उद्देश्य इन मुद्दों को उजागर करना और लोगों को इन पक्षियों और उनके आवासों की रक्षा के लिए कार्रवाई करने के लिए प्रोत्साहित करना है।

अपनी स्थापना के बाद से, विश्व गौरैया दिवस दुनिया भर के विभिन्न संगठनों और व्यक्तियों द्वारा मनाया जाता रहा है। गौरैया और अन्य पक्षियों के संरक्षण के महत्व के बारे में जागरुकता बढ़ाने के लिए बर्ड-वॉचिंग सत्र, घोंसला बनाने की प्रतियोगिता और शैक्षिक कार्यक्रम जैसे कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं।

विश्व गौरैया दिवस की थीम हर साल बदलती है, और इसकी घोषणा आमतौर पर नेचर फॉरएवर सोसाइटी द्वारा की जाती है। पिछले कुछ विषयों में "आई लव स्पैरो," "राइज फॉर द स्पैरो," और "स्पैरो इन गार्डन्स एंड पार्क्स" शामिल हैं।

भारत में, यह दिन बड़े उत्साह के साथ मनाया जाता है, खासकर उन शहरों में जहां पिछले कुछ वर्षों में गौरैया की आबादी में काफी कमी आई है।

गौरैया के संरक्षण के बारे में जागरुकता बढ़ाने के लिए विभिन्न संगठन, गैर सरकारी संगठन और सरकारी एजेंसियां, कार्यक्रमों का आयोजन करती हैं। इन आयोजनों में बर्ड वॉचिंग, शैक्षिक वार्ता और सेमिनार, वृक्षारोपण अभियान और कला प्रतियोगिताएं शामिल हैं। इसके अलावा, गौरैया संरक्षण का संदेश फैलाने के लिए सोशल मीडिया अभियान और जागरुकता अभियान भी चलाए जाते हैं।

कई स्कूल और कॉलेज भी विश्व गौरैया दिवस समारोह में गौरैया ड्राइंग प्रतियोगिता, गौरैया फोटोग्राफी प्रतियोगिता और गौरैया से संबंधित प्रश्नोत्तरी जैसी गतिविधियों का आयोजन करके भाग लेते हैं। ये गतिविधियां न केवल घटती गौरैया आबादी के बारे में जागरुकता पैदा करती हैं बल्कि छात्रों में पर्यावरणीय जिम्मेदारी की भावना पैदा करने में भी मदद करती हैं।

कुल मिलाकर, भारत विश्व गौरैया दिवस समारोह गौरैया के संरक्षण और उनके आवास के बारे में जागरुकता बढ़ाने के लिए एक बड़ा मंच प्रदान करता है। इन समारोहों के दौरान किए गए प्रयास जैव विविधता के संरक्षण के महत्व और भावी पीढ़ियों के लिए हमारे प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा करने की आवश्यकता को उजागर करने में मदद करते हैं।

विश्व गौरैया दिवस पर गौरैया का संरक्षण कैसे करें

विश्व गौरैया दिवस एक अंतरराष्ट्रीय पहल है जिसका उद्देश्य दुनिया भर में गौरैया की संख्या में गिरावट के बारे में जागरुकता बढ़ाना और लोगों को इन प्यारे पक्षियों के संरक्षण के लिए कार्रवाई करने के लिए प्रोत्साहित करना है। यहाँ कुछ उपाय दिए गए हैं जो गौरैया के संरक्षण में मदद कर सकते हैं:

गौरैया के लिए अनुकूल आवास बनाएं: आप अपने बगीचे में बर्ड फीडर, बर्ड बाथ और नेस्ट बॉक्स प्रदान करके गौरैया के लिए अनुकूल आवास बना सकते हैं।

देशी पौधे लगाएं: देशी पौधे गौरैयों के साथ-साथ अन्य स्थानीय पक्षी प्रजातियों के लिए एक उत्कृष्ट भोजन स्रोत प्रदान करते हैं और गौरैया को आकर्षित करने की संभावना बढ़ जाती है।
कीटनाशकों का प्रयोग कम करें: गौरैया सहित पक्षियों की आबादी पर कीटनाशकों का महत्वपूर्ण प्रभाव हो सकता है। अपने बगीचे में कीटनाशकों के उपयोग को कम करने से गौरैया और अन्य वन्यजीवों के लिए एक स्वस्थ वातावरण बनाने में मदद मिल सकती है।
जागरुकता फैलाएं: अधिक लोगों को कार्रवाई करने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए गौरैया की आबादी में गिरावट के बारे में जागरुकता बढ़ाना आवश्यक है। अपने दोस्तों, परिवार और समुदाय के साथ विश्व गौरैया दिवस के बारे में जानकारी साझा करें और उन्हें गौरैया संरक्षण प्रयासों में शामिल होने के लिए प्रोत्साहित करें।
एक संरक्षण संगठन में शामिल हों: कई संरक्षण संगठन चिड़ियों सहित पक्षियों की प्रजातियों की रक्षा के लिए काम करते हैं। अपने क्षेत्र में एक संगठन में शामिल होने और गौरैया संरक्षण के प्रयासों में शामिल होने पर विचार करें।

याद रखें, छोटे-छोटे कार्य भी गौरैया संरक्षण के प्रयासों पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाल सकते हैं। गौरैया के अनुकूल वातावरण बनाने, कीटनाशकों के उपयोग को कम करने और जागरुकता फैलाने के लिए कदम उठाकर, हम सभी इन प्यारे पक्षियों की रक्षा करने में मदद कर सकते हैं।

स्पैरो एंड चाइना: द डार्क हिस्ट्री

गौरैया ने चीन के इतिहास में एक दिलचस्प भूमिका निभाई है। 1950 के दशक के अंत और 1960 के दशक की शुरुआत में, चीन के नेता माओत्से तुंग ने "**चार कीट अभियान**" जिसका उद्देश्य अर्थव्यवस्था और सार्वजनिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक के रूप में देखे जाने वाले कीटों का उन्मूलन करना था। लक्षित चार कीट चूहे, मक्खियाँ, मच्छर और गौरैया थे।

उस समय, गौरैया को एक कीट के रूप में देखा जाता था क्योंकि वे अनाज के बीज खाते थे, जो देश में कृषि पर जोर देने के कारण उच्च मांग में थे। सरकार ने लोगों को प्रोत्साहित किया कि वे किसी भी तरह से गौरैया को मारने के लिए गुलेल का इस्तेमाल करें और उन्हें डराने के लिए बर्तनों को पीटें। अभियान शुरू में सफल रहा, और गौरैया की आबादी में काफी कमी आई।

हालाँकि, गौरैया की आबादी में गिरावट के अनपेक्षित परिणाम थे। गौरैया, टिड्डियों और अन्य कीड़ों की प्राकृतिक शिकारी हैं, और उनकी संख्या में भारी कमी के साथ, कीड़ों की आबादी बढ़ने लगी। इससे फसलों को व्यापक नुकसान हुआ, जिसने कई वर्षों तक चलने वाले अकाल में योगदान दिया और लाखों लोगों को जीवन से हाथ धोना पड़ा।

अपनी गलती को महसूस करते हुए, चीनी सरकार ने जल्दी से अपनी नीति को वापस ले लिया और गौरैया की आबादी के विकास को प्रोत्साहित करने की कोशिश की। हालाँकि, बहुत देर हो चुकी थी, और अकाल पहले ही अपना असर दिखा चुका था। आज, गौरैया को चीन में कीट नहीं माना जाता है और आम तौर पर हानिरहित और प्रिय पक्षियों के रूप में देखा जाता है। वे कई पार्कों और सार्वजनिक स्थानों में पाए जा सकते हैं।

डिनायल ऑफ सर्विस: हमले का परिचय

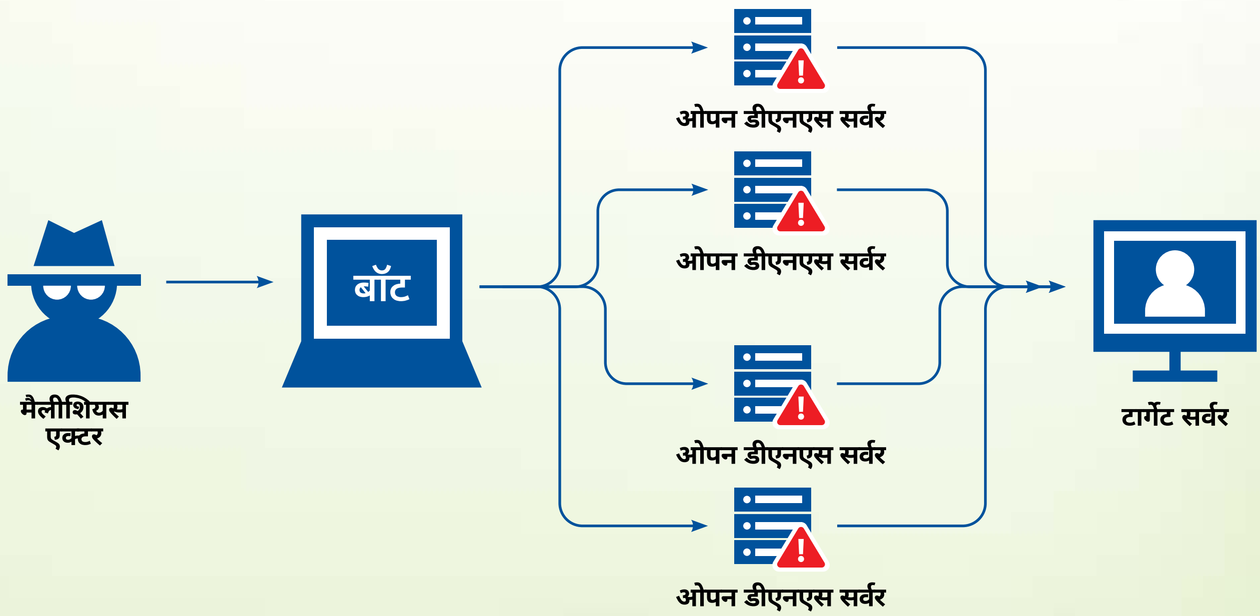
जगत सिंह
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

डिनायल-ऑफ-सर्विस (डीओएस) हमले का परिचय

डिनायल-ऑफ-सर्विस (डीओएस) हमला एक प्रकार का साइबर अपराध है जिसका उद्देश्य बाधित करना है किसी वेबसाइट या कंप्यूटर सिस्टम पर ट्रैफ़िक की अधिकता से उसके सामान्य संचालन को बाधित करना होता है। यह सिस्टम को वैध उपयोगकर्ताओं के लिए दुर्गम बना देता है।

डीओएस हमले कैसे काम करते हैं?

डीओएस हमले आम तौर पर लक्ष्य प्रणाली में भारी मात्रा में अनुरोधों की अधिकता लाकर काम करते हैं, जिससे यह अतिभारित हो जाता है और वैध ट्रैफ़िक का जवाब देने में असमर्थ हो जाता है। कल्पना कीजिए एक भीड़भाड़ वाला रेस्तरां जहां नए ग्राहक आते रहते हैं, लेकिन कोई जा नहीं रहा है। आख़िरकार, कर्मचारी आमद को संभाल नहीं पाते हैं, और वैध ग्राहक वापस आ जाते हैं।



अनुरोधों की अधिकता: हमलावर लक्ष्य प्रणाली पर अनुरोधों की भारी संख्या में बमबारी करते हैं, इसकी प्रसंस्करण क्षमताओं से अधिक। ये विभिन्न तकनीकों के माध्यम से प्राप्त किया गया हो सकता है:–

एसवाईएन की अधिकता: हमलावर भारी मात्रा में एसवाईएन पैकेट भेजते हैं, जो टीसीपी संचार में कनेक्शन हैंडशेक प्रक्रिया को आरंभ करते हैं। लक्ष्य प्रणाली, इन अधूरे संबंधों से अभिभूत होकर, वैध अनुरोधों की प्रतिक्रिया देने में असमर्थ हो जाता है।

यूडीपी फ्लड: यह हमला यूजर डेटाग्राम प्रोटोकॉल (यूडीपी) पैकेट का उपयोग करता है, जो "कनेक्शन रहित" हैं और हाथ मिलाने की आवश्यकता नहीं है। हमलावर लक्ष्य प्रणाली में बाढ़ ला देते हैं यूडीपी पैकेट के साथ बाढ़ ला देते हैं। इसकी बैंडविड्थ और प्रसंस्करण शक्ति का उपभोग करके, इसे वैध यातायात के प्रति अनुत्तरदायी बनाते हैं।

पिंग ऑफ डेथ (पीओडी): यहां, हमलावर सिस्टम के संभालने की क्षमता से अधिक विकृत पैकेट भेजते हैं। इससे लक्ष्य प्रणाली क्रैश हो सकती है या अस्थिर हो जाती है।

डिस्ट्रीब्यूटेड डिनायल-ऑफ-सर्विस (डीडीओएस): डीओएस हमलों को समझौता किए गए कंप्यूटरों के नेटवर्क का उपयोग करने से और अधिक बढ़ाया जा सकता है। जिसे अक्सर बॉटनेट कहा जाता है। ये बॉट हमलावरों द्वारा दूर से नियंत्रित किए गए होते हैं। और हमले को शुरू करने के लिए समन्वयित किए गए होते हैं। इसे पहचानना और कम करना काफी कठिन हो जाता है।

डीओएस हमलों के प्रकार

सरल डीओएस हमले: इनमें बुनियादी अनुरोधों के साथ लक्ष्य प्रणाली को भरना शामिल है, जैसे किसी वेबसाइट से बार-बार जुड़ने का प्रयास करना।

डिस्ट्रीब्यूटेड डिनायल-ऑफ-सर्विस (डीडीओएस) हमले: ये अधिक जटिल हमले हैं इसमें समन्वित कई समझौता किए गए कंप्यूटर (अक्सर बॉटनेट कहा जाता है) शामिल होते हैं एक साथ हमला शुरू करो। इससे इनके आक्रमण को पहचानना और कम करना बहुत कठिन हो जाता है।

डीओएस हमलों का प्रभाव

डीओएस हमलों के व्यक्तियों और व्यवसायों पर महत्वपूर्ण परिणाम हो सकते हैं:–

वित्तीय हानि: जो व्यवसाय ऑनलाइन सेवाओं पर निर्भर हैं, उन्हें राजस्व हानि हो सकती है डीओएस हमले के दौरान वेबसाइट डाउनटाइम।

प्रतिष्ठा संबंधी क्षति: संगठनों को उनकी वेबसाइटों की प्रतिष्ठा को क्षति पहुंच सकती है डीओएस हमलों के कारण अक्सर अनुपलब्ध होते हैं।

सेवाओं में व्यवधान: डीओएस हमले ऑनलाइन जैसी आवश्यक सेवाओं को बाधित कर सकते हैं बैंकिंग, ई-कॉमर्स, या यहां तक कि आपातकालीन प्रतिक्रिया प्रणाली।

महिलाओं के संवैधानिक अधिकार: एक अवलोकन

श्रद्धा वर्मा
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

भारत संवैधानिक दृष्टि से एक लोकतान्त्रिक राज्य है जिसके नागरिक अपने अधिकारों को यहाँ के संविधान से प्राप्त करते हैं। हजारों वर्षों का इतिहास खुद में समेटे हुए यह देश व्यक्तिगत अधिकारों की श्रृंखला में विश्व पटल पर सुगम देशों की सूची में अपना स्थान रखता है। एक लिखित और विशाल संविधान की वजह से आप और हम सड़कों पर चलते हुए खुली हवा में सांस लेते हैं और परस्पर कानूनन छत्र-छाया में अपना जीवन व्यतीत करते हैं। इस संविधान ने हमें कुछ मूल अधिकार प्रदान किए हैं जो किसी भी मनुष्य के भौतिक और नैतिक विकास के लिए आवश्यक हैं। भारत के संविधान से यह देखा जा सकता है कि अनुच्छेद 14 से अनुच्छेद 21 तक, संविधान कई अधिकारों की गारंटी देता है जो सभी व्यक्तियों को लिंग, जाति, वर्ण, धर्म आदि के आधार पर बिना किसी भेदभाव के प्राप्त होते हैं।

मूल अधिकारों का पालन सुनिश्चित करने के लिए अन्य कानून, अधिकार, दिशा-निर्देश आदि जारी किए जाते हैं। भारत की आधी आबादी यानी महिलाओं के सन्दर्भ में इन अधिकारों और कानूनों की आवश्यकता और अधिक बढ़ जाती है। एक ऐसा देश जहाँ 'यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवता:' का हवाला दिया जाता है वहां पर हर मिनट एक महिला अपराध का शिकार होती है। फिर चाहे वो अपने घर पर हो, ऑफिस या फिर सार्वजनिक स्थान पर, उनकी सुरक्षा पर हमेशा सवाल खड़ा होता है। घरेलू हिंसा, लिंग भेद और महिला उत्पीड़न आदि जैसी सभी परेशानियों से उन्हें गुज़रना पड़ता है। ऐसे में जरूरी है कि महिलाएं अपने हित के कानूनी अधिकारों के बारे में जानकारी रखें, ताकि किसी भी तरह की प्रताड़ना को न सहना पड़े और उसके खिलाफ अपनी आवाज उठा सकें।

यह भेदभावपूर्ण व्यवहार कई तरीकों से देखा जा सकता है जैसे कि पुरुषों की तुलना में कम वेतन, उनके शिक्षा अधिकारों को रोकना, अपर्याप्त स्वास्थ्य सेवा आदि और यह सूची बहुत लंबी है। इसके साथ ही महिलाओं के अधिकारों की आवश्यकता भी आती है, यानी ऐसे अधिकार जो महिलाओं को उन सभी अन्यायों से बचाने में मदद कर सकते हैं जिनका वे सामना कर रही हैं। कुछ मूल अधिकार नीचे दिए गए हैं।

राष्ट्रीय महिला आयोग– महिलाओं की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए भारत सरकार ने 31 जनवरी 1992 को संसद के एक अधिनियम द्वारा, 1990 के राष्ट्रीय महिला आयोग अधिनियम के तहत राष्ट्रीय महिला आयोग (एनसीडब्ल्यू) की स्थापना की। आयोग का प्राथमिक जनादेश महिलाओं के अधिकारों की सुरक्षा करना है। कोई भी महिला अपनी

परेशानी के तहत यहां शिकायत दर्ज करवा सकती है। साथ ही महिलाओं के किसी भी अधिकार का उल्लंघन हो रहा हो, तो भी नेशनल कमीशन फॉर विमेन से मदद ली जा सकती है। राष्ट्रीय महिला अधिनियम आयोग का उद्देश्य महिलाओं की स्थिति में सुधार करना है और उनके आर्थिक सशक्तिकरण के लिए काम करना है।

सामाजिक सुरक्षा के तहत अधिकार

महिलाओं की समग्र मुक्ति के लिए यह जरूरी है कि कानून समाज में महिलाओं के लिए सुरक्षित स्थान बनाए और उनकी रक्षा करे। महिलाओं की मुक्ति के लिए यह प्रतिबद्धता भारतीय दंड संहिता, 1860 ("आईपीसी") में हाल ही में किए गए संशोधनों में देखी जा सकती है ताकि महिलाओं को यौन अपराधों से बचाया जा सके और उनकी रक्षा की जा सके, अर्थात उसकी शालीनता भंग करना **(धारा 354)**, अवांछित संपर्क जैसे यौन उत्पीड़न, प्रस्ताव, कामुक टिप्पणी (धारा 354 ए), उसे निर्वस्त्र करने के इरादे से हमला (धारा 354 बी), ताक-झांक (धारा 354 सी), पीछा करना (धारा 354 डी), आदि। ऐसे मामलों में महिला को किसी भी पुलिस स्टेशन में एफआईआर दर्ज करने का अधिकार है, चाहे वह किसी भी स्थान पर हो, भले ही अपराध उस विशेष पुलिस स्टेशन के अधिकार क्षेत्र में किया गया हो या नहीं, जिसे **जीरो एफआईआर** के रूप में जाना जाता है। महिलाओं का **अशिष्ट चित्रण (निषेध) अधिनियम, 1989** विज्ञापन या प्रकाशन आदि के माध्यम से महिलाओं के अशिष्ट चित्रण पर प्रतिबंध लगाता है।

महिलाओं को कानून के तहत अपने अधिकारों और हकों के प्रवर्तन की मांग करने के लिए, विधिक सेवा प्राधिकरण अधिनियम में पीड़ित महिला को सभी स्तरों–जिला, राज्य और राष्ट्रीय–पर निःशुल्क कानूनी सेवाओं का दावा करने का प्रावधान है। कानूनी सेवाओं में किसी भी अदालत, न्यायाधिकरण या प्राधिकरण के समक्ष किसी भी मामले या अन्य न्यायिक कार्यवाही के संचालन में सहायता और संबंधित मामलों पर सलाह देना शामिल है। संवैधानिक अधिदेश को आगे बढ़ाते हुए, राज्यों ने पंचायत और अन्य स्थानीय निकायों में महिलाओं को आरक्षण प्रदान करने के लिए अपने स्वयं के कानून बनाए हैं।

घर के अन्दर सुरक्षा के अधिकार

महिलाओं को बेटी, पत्नी और माँ के रूप में विभिन्न कानूनी अधिकार प्राप्त हैं:–

हिंदू उत्तराधिकार अधिनियम में 2005 के संशोधन के बाद, अब बेटी को बेटे के बराबर सहदायिक संपत्ति में हिस्सा पाने का अधिकार है। माता-पिता के साथ रहने के दौरान पैदा हुई बेटियाँ भी अपने माता-पिता की स्व-अर्जित संपत्ति में अपना हिस्सा मांग सकती हैं। इस संशोधन के तहत, महिला उत्तराधिकारी संयुक्त परिवार द्वारा पूरी तरह से कब्जे वाले आवास के विभाजन की मांग भी कर सकती हैं। एक नाबालिग बेटी, चाहे वह वैध हो या नाजायज, दंड प्रक्रिया संहिता ("सीआरपीसी") के तहत अपने पिता से भरण-पोषण पाने का भी हकदार है।

भारत में महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य को विनियमित करने और उसकी सुरक्षा करने के लिए, **मेडिकल टर्मिनेशन ऑफ प्रेग्नेंसी एक्ट** में 2021 का संशोधन एक डॉक्टर की राय के आधार पर 20 सप्ताह से कम की गर्भावस्था को समाप्त करने की अनुमति देता है और 20 सप्ताह से अधिक लेकिन 24 सप्ताह से कम की गर्भावस्था को दो डॉक्टरों की राय

और अनुमोदन के आधार पर समाप्त करने की अनुमति देता है। कानून उन परिस्थितियों को भी निर्दिष्ट करता है जिनमें गर्भावस्था को समाप्त किया जा सकता है, प्रमाणित लोग/डॉक्टर प्रक्रिया को अंजाम देंगे और इसके लिए स्थान भी। मेडिकल प्रैक्टिशनर्स को संबंधित महिला का नाम और विवरण प्रकट करने से मना किया गया है। भारत में कानून में कुछ ऐसे मामले भी तय किए गए हैं, जिनमें महिलाएं गर्भपात का विकल्प चुन सकती हैं। इनमें बलात्कार के मामले, 18 वर्ष से कम उम्र की अविवाहित लड़कियां, पागल (अभिभावक की सहमति से), नसबंदी की विफलता के कारण गर्भधारण, साथ ही विकलांग या विकृत शिशुओं का जन्म शामिल हैं।

भारत में महिलाओं को **धार्मिक व्यक्तिगत कानूनों के तहत विशेष अधिकार,** हक और सुरक्षा भी प्राप्त है; उदाहरण के लिए, मुस्लिम व्यक्तिगत कानून के तहत, एक मुस्लिम महिला तलाक के समय महर और अन्य संपत्तियों के साथ-साथ तलाक के बाद भरण-पोषण की हकदार है। इसके अलावा, **तीन तलाक** की प्रथा को अब अमान्य, अवैध घोषित कर दिया गया है और इसे अपराध माना जाता है। सीआरपीसी पति को तलाकशुदा पत्नी (चाहे वह किसी भी जाति या धर्म की हो) का भरण-पोषण करने के लिए बाध्य करता है, सिवाय इसके कि जब वह खुद का भरण-पोषण करने में सक्षम हो या व्यभिचार में रह रही हो या जब वह बिना किसी उचित कारण के अपने पति के साथ रहने से इनकार करती हो, या जब दोनों आपसी सहमति से अलग रह रहे हों।

दहेज निषेध अधिनियम विवाह से पहले/बाद में नकदी/मूल्यवान वस्तुओं की मांग या अनुदान को अपराध मानता है और महिला के पति या उसके रिश्तेदारों द्वारा उत्पीड़न, क्रूरता (मानसिक या शारीरिक) और उससे संपत्ति/मूल्यवान सुरक्षा की अवैध मांग के लिए दंड के साथ-साथ जुर्माने का प्रावधान करता है।

एक **माँ के रूप में,** एक महिला अपने गैर-आश्रित बच्चों से भरण-पोषण पाने की हकदार है। हिंदू उत्तराधिकार अधिनियम के तहत उत्तराधिकार के मामलों में, एक विधवा माँ को अपने पति की संपत्ति में उत्तराधिकारी के रूप में अपने बेटे/बेटी के बराबर हिस्सा पाने का अधिकार है और साथ ही संयुक्त परिवार/सहदायिक संपत्ति के विभाजन में भी। उसे अपनी पसंद के अनुसार बिक्री, वसीयत या उपहार के माध्यम से अपने स्वामित्व वाली सभी संपत्ति के निपटान करने का अधिकार है। यदि वह बिना वसीयत के मर जाती है, तो उसके सभी बच्चे लिंग की परवाह किए बिना उसकी संपत्ति समान रूप से प्राप्त करते हैं।

घरेलू हिंसा से **महिलाओं का संरक्षण अधिनियम, 2005** के तहत घर में रहने वाली महिलाएं, चाहे वे बेटी, पत्नी/विधवा या मां के रूप में हों, पति या उसके परिवार से परिवार के भीतर किसी भी प्रकार की हिंसा (शारीरिक, भावनात्मक, यौन या आर्थिक) से सुरक्षा पाने की हकदार हैं।

कार्यस्थल पर सुरक्षा के अधिकार

कार्यस्थल पर महिलाओं को समान अधिकार और सुरक्षा प्रदान करने के लिए केन्द्र और राज्य विधानसभाओं द्वारा कई कानून बनाए गए हैं।

वेतन संहिता, 2019 किसी नियोक्ता को लिंग के आधार पर भेदभाव करने से रोकती है। यह नियोक्ता को भारत के भीतर भौगोलिक स्थिति की परवाह किए बिना समान कार्य या समान प्रकृति के कार्य के लिए पुरुषों और महिलाओं दोनों को समान पारिश्रमिक देने का भी आदेश देता है। समान कार्य के लिए समान वेतन महिलाओं की मुक्ति और उनकी वित्तीय स्वतंत्रता की आधारशिलाओं में से एक है।

कार्यबल में महिलाओं की सार्थक भागीदारी को प्रोत्साहित करने और कार्यस्थल में महिलाओं के लिए अवसर की समानता सुनिश्चित करने के प्रयास में, कानून के लिए यह महत्वपूर्ण है कि वह महिलाओं को बच्चे के जन्म के समय पर्याप्त मातृत्व अवकाश सहित सकारात्मक सुरक्षा प्रदान करे। **सामाजिक सुरक्षा संहिता, 2020** एक संगठित क्षेत्र में कामकाजी महिलाओं के लिए अलग-अलग मातृत्व लाभ निर्धारित करती है, जिसमें भुगतान वाली छुट्टी, गर्भपात के मामले में भुगतान वाली छुट्टी शामिल है और यह प्रावधान है कि गर्भावस्था के कारण काम से अनुपस्थित महिला को छुट्टी देना/बर्खास्तगी गैरकानूनी है, जब तक कि उचित प्रक्रियाओं का पालन न किया जाए। नया कोड महिलाओं को अपनी नौकरी बनाए रखते हुए अपने बच्चों की देखभाल करने में भी सक्षम बनाता है। यह अधिनियम सभी माताओं पर लागू होता है –

जैविक, दत्तक या सरोगेसी के माध्यम से; जैविक मां को 26 सप्ताह (प्रसव से 8 सप्ताह पहले) की अवधि के लिए और अन्य दो मामलों में 12 सप्ताह का मातृत्व अवकाश प्रदान किया जाता है गर्भपात के मामले में, गर्भपात के अगले दिन से 6 सप्ताह की सवेतन छुट्टी की अनुमति है। इसके अलावा, हाल ही में घर से काम करने की अवधारणा उन मामलों के लिए शुरू की गई है जहाँ काम की प्रकृति ऐसी है कि महिला मातृत्व लाभ की अवधि के लिए घर से काम कर सकती है। कानून के तहत नर्सिंग ब्रेक, क्रेच सुविधा और मेडिकल बोनस के भुगतान जैसे अन्य मातृत्व लाभों तक पहुँच भी प्रदान की गई है। **औद्योगिक संबंध संहिता, 2020** में महिलाओं के लिए समान पारिश्रमिक, मातृत्व लाभ और महिलाओं के लिए आवश्यक सुविधाओं के साथ कार्यस्थल सहित कई सुरक्षा उपाय भी हैं।

इसके अलावा, **कार्यस्थल पर महिलाओं का यौन उत्पीड़न (रोकथाम, निषेध और निवारण) अधिनियम और नियम, 2013** प्रत्येक नियोक्ता को कार्यस्थल पर महिलाओं के लिए सुरक्षित और अनुकूल वातावरण सुनिश्चित करने और कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न को रोकने का आदेश देता है, जो लैंगिक भेदभाव के रूप में हो सकता है जो महिलाओं के समानता और सम्मान के साथ जीने के अधिकार का उल्लंघन करता है, या यौन रूप से रंगे व्यवहार के रूप में हो सकता है, प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से, जैसे शारीरिक संपर्क और प्रस्ताव, यौन एहसानों की मांग या अनुरोध, यौन रूप से रंगीन टिप्पणी करना, पोर्नोग्राफी दिखाना, और यौन प्रकृति का कोई अन्य अवांछित शारीरिक, मौखिक या गैर-मौखिक आचरण। इसके अलावा, भारतीय दंड संहिता (संक्षेप में आईपीसी) भी धारा 354ए के तहत यौन उत्पीड़न को एक संज्ञेय अपराध मानती है, जिसका अर्थ है कि आरोपी को बिना वारंट के गिरफ्तार किया जा सकता है और उसे अधिकतम 3 साल की कैद और/या जुर्माना से दंडित किया जाएगा।

कंपनी (निदेशकों की नियुक्ति और योग्यता) नियम, 2014 के नियम 3 के साथ धारा 149(1) के दूसरे प्रावधान के अनुसार, 100 करोड़ रुपये या उससे अधिक की चुकता शेयर पूंजी वाली प्रत्येक सूचीबद्ध कंपनी और 300 करोड़ रुपये या उससे अधिक का न्यूनतम कारोबार वाली प्रत्येक सार्वजनिक कंपनी को कम से कम एक महिला निदेशक की नियुक्ति

का प्रावधान करना आवश्यक है। सोसायटी पंजीकरण अधिनियम, 1860 महिलाओं को पुरुषों के समान एनजीओ का सदस्य या पदाधिकारी होने का अधिकार देता है। यहां तक कि विदेशी अंशदान (विनियमन) अधिनियम, 2010 भी महिलाओं को महिलाओं के सशक्तिकरण और नेतृत्व सहित लोगों के कल्याण के लिए काम करने वाले एनजीओ चलाने के लिए विदेशी स्रोतों से धन जुटाने के लिए पुरुषों के बराबर अधिकार देता है।

यूँ तो एक मनुष्य होने के नाते मानवता ही वह अधिकार है जो समाज को सही दिशा दिखाने और उस दिशा की ओर जाने के लिए प्रेरित करता है लेकिन सिर्फ मानवता पर टिका समाज बिना किसी ठोस नियम और कानून के चरमरा जाता है। यह आवश्यक है कि सामाजिक व्यवस्था बनाये रखने के लिए, स्वतंत्रता एवं मूल अधिकारों की सुरक्षा के लिए, विवादों को सुलझाने के लिए एवं कुछ मानक स्थापित करने के लिए संविधान का सहारा लिया जाए और एक बेहतर समाज की कल्पना की जाए। महिलाओं का सशक्तिकरण भारत के विकास के लिए महत्वपूर्ण होने के अलावा मानवाधिकारों की रक्षा और पोषण के लिए भी अभिन्न अंग है। जबकि भारत में जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में महिलाओं के अधिकारों, हक, हितों और स्वतंत्रता की रक्षा के लिए कानून के तहत आवश्यक कदम उठाए जा रहे हैं, महिलाओं के जीवन में ठोस बदलाव लाने के लिए, ऐसे कानूनों के बारे में जागरुकता फैलाना अनिवार्य है। जब महिलाएं कानून और समानता के तहत अपने अधिकारों के बारे में जागरुक होंगी, तभी वे सार्थक तरीकों से खुद को लागू करने और मुखर करने में सक्षम होंगी। वे वह सुरक्षा भी प्राप्त कर सकेंगी जिसकी वे हकदार हैं और घर के अंदर और बाहर आर्थिक, सामाजिक और राजनीतिक रूप से खुद को सशक्त बना सकेंगी।

मेरा बचपन

कपिल अग्रवाल
प्रबंध सेवा निदेशालय

मुझे याद आता है मेरा वो बचपन
वो मासूमियत, वो सरलता, वो नटखट चंचल मन।
वो पापा के कंधे पर बैठकर घूमना,
वो दिन भर दोस्तो संग खेलना कूदना।
मुझे याद है जब बॉल से पड़ोसी की खिड़की का कांच तोड़ा था,
बहुत सॉरी बोला तब जाकर आंटी ने कान छोड़ा था।
वो स्कूल जाने के नाम से घबराना,
करते थे छुट्टी, करके पेट दर्द का बहाना।
डॉक्टर की सुई देख श्वास कंठ में ही अटक गया था,
उससे बचने के लिये, एक ही बार में सारी दवाई गटक गया था।
बीमार पड़ती थी तो माँ रात-भर ना सोती थी,
मेरा बुखार से उतरा चेहरा देख, मन ही मन रोती थी।
ऑफिस से थककर आने के बाद भी, पापा घुमाने ले जाते,
अपने लिये कभी कुछ ना खरीदते, सारी कमाई हमारी खुशियों पे लुटाते।
वो गर्मियों की छुट्टी में नानी के घर जाना,
वो ट्यूबवैल के ठंडे पानी मे नहाना।
इठलाती इतराती गेहूँ की बालियों को देख मन हर्षाता था,
पिज़्ज़ा, बर्गर से अधिक आनंद चूल्हे की रोटी खाने मे आता था।
निर्धनता भी अच्छी ही थी, बहुत सरल था जीवन,
मिट्टी के खिलौने ही थे चाहे, नहीं था मोबाइल फ़ोन का विकिरण।
सोचता हूँ एक बार फिर अपने बचपन में लौट जाऊँ,
उन सुनहरी यादों को फिर से जी पाऊँ।
मुझे याद आता हैं मेरा वो बचपन,
वो मासूमियत, वो सरलता, वो नटखट चंचल मन।

स्वाभिमान: आत्मसम्मान की महत्ता

राजकुमार
महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन) का कार्यालय

स्वाभिमान, जो आत्म-सम्मान के रूप में भी जाना जाता है, भारतीय संस्कृति और समाज में एक महत्वपूर्ण अवधारणा है। यह शब्द अपने भीतर आत्मगौरव, आत्मसम्मान और आत्मविश्वास के भावों को समेटे हुए है। स्वाभिमान का मतलब है अपने आत्म-मूल्य को पहचानना और उसकी रक्षा करना। यह एक ऐसा गुण है जो व्यक्ति को आत्म-स्वीकृति, आत्म-निर्भरता और आत्म-समर्पण की दिशा में प्रेरित करता है।

स्वाभिमान का महत्व

स्वाभिमान का महत्व किसी भी व्यक्ति के जीवन में अति महत्वपूर्ण होता है। यह न केवल व्यक्ति की आंतरिक शांति और खुशी का स्रोत होता है, बल्कि उसके सामाजिक और पेशेवर जीवन में भी सफलता का एक महत्वपूर्ण घटक है। स्वाभिमान व्यक्ति को अपनी क्षमताओं पर विश्वास दिलाता है और उसे कठिनाइयों का सामना करने की शक्ति प्रदान करता है।

1. **आत्म-स्वीकृति:** स्वाभिमान से व्यक्ति अपने गुणों और दोषों को स्वीकार करता है। वह अपने आप को संपूर्ण रूप से स्वीकार करता है और अपनी गलतियों से सीखता है। यह आत्म-स्वीकृति उसे आत्म-सुधार की दिशा में आगे बढ़ने की प्रेरणा देती है।
2. **आत्म-निर्भरता:** स्वाभिमान से व्यक्ति आत्म-निर्भर बनता है। वह अपने निर्णय स्वयं लेता है और उनके परिणामों का सामना करता है। यह आत्म-निर्भरता उसे जीवन में स्वतंत्रता और आत्म-संतोष का अनुभव कराती है।
3. **आत्म-विश्वास:** स्वाभिमान व्यक्ति में आत्म-विश्वास का संचार करता है। यह आत्म-विश्वास उसे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता प्राप्त करने में सहायक होता है।

स्वाभिमान और समाज

स्वाभिमान का समाज पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। एक स्वाभिमानी व्यक्ति समाज में सम्मान और प्रतिष्ठा प्राप्त करता है। वह अन्य लोगों के साथ सम्मानपूर्वक व्यवहार करता है और उनसे भी वही उम्मीद करता है। स्वाभिमान से भरे व्यक्ति समाज में नैतिकता और ईमानदारी का प्रचार करते हैं।

1. **परिवार:** परिवार में स्वाभिमान का विकास आवश्यक है। माता-पिता को बच्चों में स्वाभिमान की भावना को बढ़ावा देना चाहिए ताकि वे आत्म-विश्वासी और आत्म-निर्भर बन सकें।
2. **शिक्षा:** शिक्षा प्रणाली में स्वाभिमान का समावेश होना चाहिए। छात्रों को न केवल शैक्षणिक ज्ञान दिया जाना चाहिए बल्कि उनके आत्म-सम्मान और आत्म-विश्वास को भी बढ़ावा देना चाहिए।
3. **कार्यस्थल:** कार्यस्थल पर स्वाभिमान का महत्व विशेष रूप से देखा जाता है। एक स्वाभिमानी कर्मचारी अपने काम में उत्कृष्टता प्राप्त करता है और संगठन की सफलता में महत्वपूर्ण योगदान देता है।

स्वाभिमान की चुनौतियां

स्वाभिमान बनाए रखना हमेशा आसान नहीं होता। कई बार समाज, परिवार और अन्य बाहरी तत्वों के दबाव में व्यक्ति का स्वाभिमान चोटिल हो सकता है। ऐसी स्थितियों में व्यक्ति को आत्म-चिंतन और आत्म-विश्लेषण की आवश्यकता होती है।

1. **समाज का दबाव:** समाज के मानदंड और अपेक्षाएं व्यक्ति के स्वाभिमान को प्रभावित कर सकते हैं। व्यक्ति को अपने स्वाभिमान की रक्षा के लिए समाज के दबाव का सामना करना पड़ता है।
2. **आलोचना:** जीवन में आलोचना का सामना करना सामान्य है। स्वाभिमान की रक्षा के लिए व्यक्ति को सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाना चाहिए और आलोचना को आत्म-सुधार के अवसर के रूप में देखना चाहिए।
3. **असफलता:** असफलता का अनुभव भी स्वाभिमान को चोट पहुंचा सकता है। व्यक्ति को असफलता से सीखकर पुनः प्रयास करने की शक्ति स्वाभिमान से ही मिलती है।

निष्कर्ष

स्वाभिमान एक ऐसा गुण है जो व्यक्ति के संपूर्ण विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यह न केवल आत्म-स्वीकृति, आत्म-निर्भरता और आत्म-विश्वास को बढ़ावा देता है, बल्कि समाज में नैतिकता और ईमानदारी का प्रचार भी करता है। स्वाभिमान को बनाए रखने के लिए व्यक्ति को आत्म-चिंतन, आत्म-विश्लेषण और सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाने की आवश्यकता होती है। इस प्रकार, स्वाभिमान जीवन को सार्थक और संतोषप्रद बनाने में भी महत्वपूर्ण योगदान देता है।

मानसिक स्वास्थ्य का महत्व: एक अनदेखी आवश्यकता

शिवम चौधरी
महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन) का कार्यालय

मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसा विषय है जो अक्सर हमारे समाज में उपेक्षित और अनदेखा रह जाता है। जबकि शारीरिक स्वास्थ्य को लेकर लोग सजग रहते हैं, मानसिक स्वास्थ्य के प्रति उदासीनता हमें एक गंभीर संकट की ओर ले जा रही है। मानसिक स्वास्थ्य केवल मानसिक बीमारियों की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति के संपूर्ण कल्याण का प्रतीक है। यह हमारे विचारों, भावनाओं और व्यवहारों को प्रभावित करता है और हमारे दैनिक जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

मानसिक स्वास्थ्य का महत्व

मानसिक स्वास्थ्य का महत्व इसलिए भी बढ़ जाता है क्योंकि यह हमारी जीवन की गुणवत्ता को सीधे प्रभावित करता है। एक स्वस्थ मानसिक अवस्था व्यक्ति को अपने जीवन के हर पहलू में सफल और संतुष्ट होने की क्षमता प्रदान करती है।

1. **समस्याओं का समाधान:** मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति जीवन की चुनौतियों का सामना करने में सक्षम होता है। वह समस्याओं का समाधान शांतिपूर्वक और तार्किक ढंग से कर सकता है।
2. **संबंधों में सुधार:** मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति के संबंधों पर भी गहरा प्रभाव डालता है। एक मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपने परिवार, मित्रों और सहकर्मियों के साथ मजबूत और स्वस्थ संबंध बना सकता है।
3. **उत्पादकता और कार्यक्षमता:** मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति की उत्पादकता और कार्यक्षमता को बढ़ाता है। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपने कार्यस्थल पर अधिक प्रभावी और उत्पादक होता है।
4. **शारीरिक स्वास्थ्य पर प्रभाव:** मानसिक स्वास्थ्य का शारीरिक स्वास्थ्य पर भी सीधा प्रभाव पड़ता है। तनाव, चिंता और अवसाद जैसी मानसिक समस्याएं उच्च रक्तचाप, हृदय रोग और अन्य शारीरिक बीमारियों का कारण बन सकती हैं।

मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरुकता की आवश्यकता

भारत में मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरुकता का अभाव एक गंभीर समस्या है। इस दिशा में जागरुकता बढ़ाने के लिए सामूहिक प्रयासों की आवश्यकता है।

1. **शिक्षा और प्रशिक्षण:** मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरुकता बढ़ाने के लिए शिक्षा और प्रशिक्षण महत्वपूर्ण हैं।

स्कूलों और कॉलेजों में मानसिक स्वास्थ्य को पाठ्यक्रम का हिस्सा बनाना चाहिए ताकि बच्चे और युवा इसके महत्व को समझ सकें।

2. **सामाजिक समर्थन:** परिवार और समाज का समर्थन मानसिक स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहे लोगों को सामाजिक समर्थन और समझ प्रदान करना आवश्यक है।
3. **नीतिगत हस्तक्षेप:** सरकार को मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की उपलब्धता और गुणवत्ता में सुधार के लिए नीतिगत हस्तक्षेप करना चाहिए। मानसिक स्वास्थ्य के लिए बजट में वृद्धि और मानसिक स्वास्थ्य अधिनियमों का सख्ती से पालन किया जाना चाहिए।
4. **कलंक का उन्मूलन:** मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के साथ जुड़े कलंक को दूर करने के लिए व्यापक जन-जागरुकता अभियानों की आवश्यकता है। लोगों को मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के बारे में खुलकर बात करने और सहायता लेने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।

मानसिक स्वास्थ्य के लिए उपाय

1. **योग और ध्यान:** योग और ध्यान मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में सहायक हो सकते हैं। यह तनाव को कम करते हैं और मानसिक शांति प्रदान करते हैं।
2. **संतुलित आहार:** संतुलित और पौष्टिक आहार मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। विटामिन, मिनरल्स और ओमेगा-3 फैटी एसिड युक्त आहार मानसिक स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होते हैं।
3. **नियमित व्यायाम:** नियमित व्यायाम न केवल शारीरिक स्वास्थ्य के लिए बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी महत्वपूर्ण है। यह मूड को बेहतर बनाने और तनाव को कम करने में सहायक होता है।
4. **समय प्रबंधन:** समय प्रबंधन का सही तरीका अपनाकर व्यक्ति अपनी जिम्मेदारियों को बेहतर ढंग से संभाल सकता है, जिससे मानसिक तनाव कम होता है।

निष्कर्ष

मानसिक स्वास्थ्य का महत्व असीमित है और इसे अनदेखा करना हमारे समाज के लिए हानिकारक हो सकता है। मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरुकता बढ़ाना, सामाजिक समर्थन प्रदान करना, और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार करना अत्यंत आवश्यक है। मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को समझकर और इसके प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर ही हम एक स्वस्थ, समृद्ध और संतुलित समाज का निर्माण कर सकते हैं। मानसिक स्वास्थ्य की ओर ध्यान देकर ही हम वास्तविक अर्थों में अपने समाज को सशक्त और खुशहाल बना सकते हैं।

भारत में जागरुकता: समाज के विकास की कुंजी

सुशील कुमार
महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन) का कार्यालय

जागरुकता किसी भी समाज के विकास और प्रगति के लिए एक महत्वपूर्ण घटक है। यह केवल ज्ञान का प्रसार नहीं है, बल्कि समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। जागरुकता से तात्पर्य है किसी विशेष विषय, समस्या या परिस्थिति के बारे में जानकारी होना और उस पर उचित प्रतिक्रिया देना। भारत में जागरुकता बढ़ाने के प्रयास विभिन्न क्षेत्रों में हो रहे हैं, जिनमें स्वास्थ्य, शिक्षा, पर्यावरण, और सामाजिक मुद्दे शामिल हैं।

स्वास्थ्य जागरुकता

स्वास्थ्य जागरुकता भारत में एक महत्वपूर्ण मुद्दा है। देश की बड़ी आबादी और विविध स्वास्थ्य चुनौतियों को देखते हुए, स्वास्थ्य जागरुकता अभियानों की आवश्यकता और भी बढ़ जाती है।

स्वच्छता और स्वच्छ भारत अभियान: स्वच्छता के प्रति जागरुकता बढ़ाने के लिए स्वच्छ भारत अभियान चलाया गया, जिसने जनता में स्वच्छता के महत्व को उजागर किया और देश को स्वच्छ बनाने के प्रयासों को बढ़ावा दिया।

टीकाकरण अभियान: पोलियो उन्मूलन और हाल ही में कोविड-19 महामारी के दौरान टीकाकरण अभियान ने लोगों में टीकों के महत्व के प्रति जागरुकता बढ़ाई।

आयुष्मान भारत योजना: इस योजना के तहत गरीब और वंचित वर्गों को स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने के साथ-साथ स्वास्थ्य बीमा के महत्व के प्रति जागरुक किया गया।

शिक्षा में जागरुकता

शिक्षा के क्षेत्र में जागरुकता के प्रयास समाज में साक्षरता दर बढ़ाने और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।

सर्व शिक्षा अभियान: यह अभियान सभी बच्चों को अनिवार्य और मुफ्त शिक्षा प्रदान करने के उद्देश्य से चलाया गया, जिससे शिक्षा के प्रति जागरुकता बढ़ी।

मध्याह्न भोजन योजना: इस योजना के माध्यम से बच्चों को स्कूल में पौष्टिक भोजन प्रदान किया गया, जिससे शिक्षा के प्रति उनकी रुचि बढ़ी और स्कूल छोड़ने की दर में कमी आई।

बालिका शिक्षा: बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ अभियान के माध्यम से लड़कियों की शिक्षा के महत्व को बढ़ावा दिया गया, जिससे बालिका शिक्षा के प्रति समाज में जागरुकता बढ़ी।

पर्यावरण जागरुकता

पर्यावरण संरक्षण और जागरुकता भारत में एक महत्वपूर्ण मुद्दा है। बढ़ते प्रदूषण और पर्यावरणीय संकट के बीच, पर्यावरण जागरुकता अभियानों की आवश्यकता है।

पर्यावरण दिवस: हर साल 5 जून को विश्व पर्यावरण दिवस के रूप में मनाया जाता है, जिसमें पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरुकता बढ़ाने के लिए विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं।
प्लास्टिक मुक्त भारत: प्लास्टिक प्रदूषण के खतरों के प्रति जागरुकता बढ़ाने के लिए प्लास्टिक मुक्त भारत अभियान चलाया गया, जिससे लोगों में प्लास्टिक के उपयोग को कम करने के प्रति जागरुकता बढ़ी।
वृक्षारोपण अभियान: वन महोत्सव और अन्य वृक्षारोपण अभियानों के माध्यम से पेड़ लगाने और पर्यावरण की सुरक्षा के प्रति जागरुकता बढ़ाई गई।

सामाजिक जागरुकता

सामाजिक मुद्दों पर जागरुकता बढ़ाना समाज की समृद्धि और एकता के लिए आवश्यक है।

महिला सशक्तिकरण: महिला सशक्तिकरण के लिए विभिन्न अभियानों के माध्यम से महिलाओं के अधिकारों और उनके सशक्तिकरण के प्रति जागरुकता बढ़ाई गई।
बाल श्रम उन्मूलन: बाल श्रम के खिलाफ जागरुकता अभियानों ने समाज में बाल श्रम के खतरों और बच्चों के अधिकारों के प्रति संवेदनशीलता बढ़ाई।
स्वच्छता और स्वच्छता प्रथाओं: स्वच्छता के प्रति जागरुकता अभियानों ने समाज में स्वच्छता प्रथाओं को बढ़ावा दिया और स्वच्छता के महत्व को उजागर किया।

निष्कर्ष

जागरुकता किसी भी समाज के विकास और प्रगति के लिए अनिवार्य है। भारत में विभिन्न क्षेत्रों में जागरुकता बढ़ाने के प्रयास हो रहे हैं, जिनका उद्देश्य समाज को अधिक साक्षर, स्वस्थ, पर्यावरण-संवेदनशील और समृद्ध बनाना है। जागरुकता अभियानों के माध्यम से लोगों में जागरुकता बढ़ाने के साथ-साथ उनकी भागीदारी को प्रोत्साहित करना आवश्यक है। जागरुकता के माध्यम से ही हम एक मजबूत, सशक्त और समृद्ध भारत का निर्माण कर सकते हैं।

अनुसंधान की संभावनाओं को दृढ़ता से साकार करती महिलाएं

रेखा शर्मा
महानिदेशक (प्रौद्योगिकी प्रबंधन) का कार्यालय

भारत में अनुसंधान एक महत्वपूर्ण क्षेत्र है जो राष्ट्र के विज्ञान और प्रौद्योगिकी क्षेत्र में प्रगति करने का कारण बनता है। अनुसंधान के माध्यम से नई तकनीकियों का विकास होता है जो राष्ट्र की तकनीकी, आर्थिक, और सामाजिक स्थिति को मजबूत करता है।

हम जब महिला सशक्तीकरण मुद्दे पर विचार करते हैं, तो इस बात का पता चलता है कि यह मानव जीवन की बुनियादी इकाई अर्थात परिवार से आरंभ होता है। परिवार में महिलाओं की भूमिका, उनकी नीति निर्माण क्षमताएं, उनकी शिक्षा का स्तर, उनके अधिकारों एवं प्रतिष्ठा के लिए सम्मान, उनके स्वास्थ्य की देखभाल इत्यादि कुछ ऐसे कारक हैं जिनके आधार पर महिलाएं राष्ट्र के विकास में बेहतर भूमिका निभा सकती हैं। गांधी जी ने कहा था कि महिलाओं का मानसिक, आध्यात्मिक और बौद्धिक स्तर पुरुषों के समान ही है। इन्हीं मौलिक सिद्धांतों के आधार पर हम भारत की प्रगति में महिलाओं की समान भागीदारी सुनिश्चित कर पाएंगे।

महिला कर्मचारियों का रक्षा अनुसंधान में योगदान

महिला कर्मचारियों का रक्षा अनुसंधान में योगदान आजकल एक महत्वपूर्ण और विशेष चरण में है। इसका मुख्य लक्ष्य न केवल वैज्ञानिक गतिविधियों में महिलाओं की सामाजिक भागीदारी को बढ़ावा देना है, बल्कि उन्हें भी विज्ञान, तकनीक, इंजीनियरिंग, और गणित क्षेत्र में उनकी सामरिक और वैज्ञानिक क्षमता का पूर्ण पोटेंशियल दिखाने का है।

महिलाओं का योगदान रक्षा अनुसंधान में बढ़ रहा हुआ है और इसमें उनकी भूमिका तेजी से महत्वपूर्ण हो रही है। अनुसंधान में महिलाओं की भूमिका में वृद्धि का प्रमुख कारण है उनके अनुभव, सृजनात्मकता, और विचारशीलता का मान्यता प्राप्त होना। यहां कुछ मुख्य क्षेत्रों में महिलाओं के योगदान को देखा जा सकता है:–

1. **वैज्ञानिक अनुसंधान में समानता:** समाज में महिलाओं को वैज्ञानिक अनुसंधान में समानता के साथ योगदान देने के लिए उत्साहित करने के लिए विभिन्न सामाजिक और सांस्कृतिक पहलूओं की आवश्यकता है।
2. **स्तरीय दृष्टिकोण और समस्त समुदायों की स्वास्थ्य के प्रति ध्यान:** महिलाएं समृद्धि के लिए स्वास्थ्य, परिवार प्लानिंग, और मातृत्व स्वास्थ्य के क्षेत्र में अनुसंधान कर रहीं हैं।

3. **समाज में जागरुकता के लिए अनुसंधान:** महिलाएं समाज में सामाजिक समस्याओं, जैसे कि जेंडर इनेक्वलिटी, न्यूनतम आय और शिक्षा की कमी जैसे मुद्दों पर अनुसंधान कर रही हैं।
4. **गोपनीयता और तकनीकी सुरक्षा में योगदान:** महिलाएं साइबर सुरक्षा, डेटा प्राइवेसी और तकनीकी सुरक्षा के क्षेत्र में अनुसंधान कर रही हैं ताकि डिजिटल युग में गोपनीयता और सुरक्षा बनाए रख सकें।

डीआरडीओ के सफर में महिलाओं की प्रमुख भूमिका रही हैं। महिलाएं किसी भी दायरे में फिर चाहे वो मैन्युफैक्चरिंग हो या मैकेनिकल टेस्टिंग हो या मिसाइल परीक्षण हो या फिर कितनी भी विपरीत परिस्थिति हो, उन्होंने कभी भी हार नहीं मानी है और उस तबके को जो ये सोचता था कि महिलाएं ये काम नहीं कर सकती, उनको गलत साबित किया है।

डीआरडीओ की महिलाएं कर्मचारी चाहे वो साइंटिस्ट हो या टेक्निकल अफसर या तकनीशियन या और भी कोई पद, उन्होंने हमेशा ही अपने हुनर का प्रदर्शन किया है। परिवार और ऑफिस में पर्याप्त संतुलन रखते हुए अपने कार्यो को अपना 100 प्रतिशत दिया है। आज डीआरडीओ में महिला कर्मचारियों की संख्या बढ़ रही है।

उदहारण के रूप में, डॉ टेस्सी थॉमस डीआरडीओ का एक जाना माना नाम हैं। जहां उन्होंने नई पीढ़ी की बैलिस्टिक मिसाइल, अग्नि के डिजाइन और विकास पर काम किया। उन्हें अग्नि परियोजना के लिए ए.पी.जे. अब्दुल कलाम द्वारा नियुक्त किया गया था।

महिलाएं कामकाजी जीवन और निजी जीवन में संतुलन बना रही हैं

महिलाओं के लिए वर्क-लाइफ बैलेंस बनाए रखना एक महत्वपूर्ण लेकिन चुनौतीपूर्ण कार्य हो सकता है। यहाँ कुछ मुख्य चुनौतियां हैं जो महिलाओं को अपने वर्क-लाइफ बैलेंस में मिलती हैं:–

1. **घर-परिवार की जिम्मेदारियां:** महिलाएं अधिकांश समय घर-परिवार के लिए जिम्मेदार होती हैं। बच्चों की देखभाल, घर का प्रबंधन, और अन्य घर के काम उनके लिए जिम्मेदारियां बन सकती हैं।
2. **सामाजिक उम्मीदें:** समाज में महिलाओं पर घर के काम, बच्चों की देखभाल, और सामाजिक जिम्मेदारियां डालने की उम्मीद होती है, जिससे वे अपने पेशेवर जीवन के साथ संतुलन बनाए रखना महसूस करती हैं।
3. **काम स्थल पर भेदभाव:** कुछ महिलाएं काम स्थल पर भिन्नता या अन्य रूपों में भेदभाव का सामना करती हैं, जो उनके लिए एक चुनौती हो सकती है।
4. **मेंटल लोड:** घर और काम के बीच सही संतुलन बनाए रखने का बोझ (मेंटल लोड) महिलाएं महसूस करती हैं। यह एक स्थायी चुनौती हो सकती है।
5. **लचीले काम व्यवस्थाओं की कमी:** कुछ महिलाएं लचीले काम विकल्पों की कमी का एहसास करती हैं, जो उन्हें अपने घर और पेशेवर जिम्मेदारियों को बेहतर से संबोधित करने में मदद कर सकते हैं।

ये चुनौतियां महिलाओं को उनके वर्क-लाइफ बैलेंस के अंदर हो सकती हैं। इन स्थितियों में संतुलन बनाए रखने के लिए, समर्थन, विकसित नैतिकता, और उच्च स्तर की स्वास्थ्य और मानव संसाधन प्रबंधन जरूरी होता है।

महिलाएं अपनी पहलों के माध्यम से अनुसंधान की संभावनाओं को परिश्रमपूर्वक पूरा कर रही हैं

महिलाएं अपनी पहलों के माध्यम से अनुसंधान की संभावनाओं को परिश्रमपूर्वक पूरा कर रही हैं, जिससे वे नई जानकारी प्राप्त करने, समस्याओं का समाधान करने, और अपने क्षेत्र में अग्रणी बनने में सक्षम हो रही हैं। यह एक सकारात्मक प्रक्रिया है जो महिलाओं को नए और निर्माणात्मक दृष्टिकोण से जुड़ने का एक और मौका प्रदान करती है।

महिलाएं अपने अनुसंधान के माध्यम से कई क्षेत्रों में नई दिशा देने का प्रयास कर रही हैं, जैसे कि विज्ञान, तकनीक, सामाजिक अध्ययन, स्वास्थ्य, और औद्योगिक निर्माण। यहां कुछ क्षेत्र और उनके दृष्टिकोणों के उदाहरण हैं:–

1. **विज्ञान और तकनीक:** महिलाएं अपने अनुसंधान के माध्यम से विज्ञान और तकनीक के क्षेत्र में नए और उन्नत तकनीकी समाधानों की खोज कर रही हैं। उन्होंने अपनी विशेषज्ञता के माध्यम से समस्याओं का समाधान निकालने का प्रयास किया है।
2. **सामाजिक अध्ययन:** कुछ महिलाएं सामाजिक अध्ययन के क्षेत्र में अनुसंधान कर रही हैं, जो समाज में सामाजिक और सांस्कृतिक परिवर्तनों को समझने और सुधारने का प्रयास कर रही हैं।
3. **स्वास्थ्य और मेडिकल अनुसंधान:** कई महिलाएं स्वास्थ्य और मेडिकल अनुसंधान के क्षेत्र में योगदान कर रही हैं, जो नई और प्रभावी चिकित्सा तकनीकों का पता लगाने और उन्हें सामाजिक संदर्भ में लागू करने के लिए हैं।
4. **औद्योगिक निर्माण:** कुछ महिलाएं औद्योगिक निर्माण में योगदान कर रही हैं, जो नए उत्पादों और प्रक्रियाओं को विकसित करने का प्रयास कर रही हैं।

महिलाएं अपनी पहलों के माध्यम से अनुसंधान करके समाज में विशेषज्ञता और सृजनात्मकता लाने में सक्षम हो रही हैं और इससे समृद्धि और समाज में समानता की दिशा में एक महत्वपूर्ण योगदान प्रदान कर रही हैं।

निष्कर्ष

महिलाएं न केवल रक्षा अनुसंधान बल्कि हर प्रकार के अनुसंधान में महत्वपूर्ण और सक्रिय भूमिका निभा रही हैं, जो सामाजिक, आर्थिक, और तकनीकी दृष्टिकोण से वैज्ञानिक क्षेत्र में प्रगति को सहयोग दे रहा है। महिलाएं अनुसंधान में अपने अद्वितीय दृष्टिकोण के लिए पहचान बना रही हैं। उनकी विचारशीलता और नए सिद्धांतों की प्रेरणा आगे बढ़ने में मदद कर रही हैं। महिलाएं अनुसंधान में समस्याओं का समाधान निकालने के लिए अपनी शक्तियों का उपयोग कर रही हैं। उनकी समझदारी और नए उपायों की खोज नए दृष्टिकोण प्रदान कर रही हैं। महिलाएं अनुसंधान में अपने योगदान के माध्यम से सामाजिक समानता को बढ़ावा दे रही हैं। वे अपने क्षेत्र में महत्वपूर्ण स्थान पर पहुंचने में सफलता प्राप्त कर रही हैं, जिससे आगे आने वाली पीढ़ियों के लिए प्रेरणा स्रोत बन रही हैं। महिलाएं समुदाय में सकारात्मक परिवर्तन ला रही हैं। उनका सक्रिय योगदान वैज्ञानिक समुदाय में सामाजिक और जातिवाद को कम करने में सहायक हो रहा है। महिलाएं युवा पीढ़ियों को वैज्ञानिक अनुसंधान में रुचि लेने के लिए प्रेरित कर रही हैं। उनके योगदान से ऐसी शिक्षा और प्रेरणा मिल रही है जो नए युवाओं को बढ़ते हुए क्षेत्र में प्रवृत्ति करने के लिए प्रेरित कर रही है। कई रक्षा प्रयोशालाओं में सिर्फ और सिर्फ महिला कर्मचारियों का होना ये साबित करता है कि वो स्वतंत्र रूप से सभी कामों को पूरा कर रही हैं।

समाप्ति

महिलाएं अनुसंधान में अपने योगदान के माध्यम से नए सिद्धांतों की खोज में सक्रिय रूप से शामिल हो रही हैं, जो न केवल वैज्ञानिक समुदाय में बल्कि पूरे समाज में सामाजिक परिवर्तनों का समर्थन कर रही हैं। इनका सक्रिय योगदान वैज्ञानिक समुदाय को अधिक विविधता और समृद्धि की दिशा में प्रेरित कर रहा है।

"नारी की जिस शक्ति का, शायद तुमको आभास नहीं,
नारी बिन इस दुनिया में जीवन का कोई भी प्रकाश नहीं।
बिन नारी इस दुनिया में, न मैं रहूंगा, न तुम होगे,
नारी है तो सब कुछ है, शायद तुझको विश्वास नहीं॥"

डीआरडीओ प्रशस्ति पत्र प्रदान करने की नीति

शिव कुमार
कार्मिक निदेशालय

पुरस्कार तथा सम्मान कर्मचारियों के सेवाकाल के महत्वपूर्ण दस्तावेज हैं। इससे उन्हें लगता है कि उनके कार्यों की सराहना की जा रही है जिसके फलस्वरूप वे निरंतर संगठन के कार्यों में अपना योगदान करने के लिए प्रोत्साहित होते हैं। पुरस्कारों से उत्पादकता व रचनात्मकता बढ़ती है और कार्मिक बेहतर कार्य निष्पादन के लिए प्रेरित होते हैं।

कार्मिक निदेशालय, डीआरडीओ मुख्यालय ने डीआरडीओ वैज्ञानिकों, तकनीकी और अन्य अनुषंगी स्टाफ को सम्मानित करने के उद्देश्य से सचिव डीडी (आर एंड डी) एवं चेयरमैन डीआरडीओ के विधिवत अनुमोदन से प्रशस्ति पत्र प्रदान करने की एक नई योजना निर्गत की है। इस योजना का आरंभ कार्मिकों में अपने कार्य के प्रति एक सकारात्मक दृष्टिकोण का विकास करने के उद्देश्य से किया गया है। डीआरडीओ की पुरस्कार योजना के मूलभूत उद्देश्यों व व्यापकता के अनुसरण में, डीआरडीओ कर्मचारियों द्वारा की गई असाधारण व अनुकरणीय सेवा तथा उनके उल्लेखनीय योगदान को सम्मानित करने के लिए उन्हें प्रशस्ति-पत्र और पदक से भी पुरस्कृत किए जाने की यह नई योजना प्रारंभ की गई है।

यह योजना रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन में सेवारत ऐसे सभी सिविलियन कार्मिकों/सैन्य अफसरों/अन्य रैंक के कर्मचारियों पर लागू होगी, जिन्होंने न्यूनतम 03 वर्ष की सेवा संगठन में पूरी कर ली हो।

प्रशस्ति-पत्र चार स्तरों पर दिए जाएंगे, डीआरडीओ स्तर पर, डीआरडीओ मुख्यालय स्तर पर, क्लस्टर डीजी स्तर पर और प्रयोगशाला/स्थापना स्तर पर। ये प्रशस्ति-पत्र वर्ष में एक बार अधोलिखित अनुसार प्रदान किए जाएंगे:–

डीआरडीओ स्तर के प्रशस्त्रि पत्र: चेयरमैन डीआरडीओ द्वारा डीआरडीओ मुख्यालय, नई दिल्ली में डीआरडीओ दिवस के अवसर पर प्रदान किए जाएंगे।
मुख्यालय स्तर के प्रशस्ति पत्र: डीआरडीओ मुख्यालय में महानिदेशक (मानव संसाधन) द्वारा डीआरडीओ दिवस के अवसर पर दिए जाएंगे।
महानिदेशक (डीजी) स्तर के प्रशस्ति पत्र: डीआरडीओ के संबंधित महानिदेशक द्वारा डीआरडीओ दिवस के अवसर पर दिए जाएंगे।
प्रयोगशाला/स्थापना स्तर के प्रशस्त्रि पत्र: प्रयोगशाला/स्थापना के प्रमुख द्वारा उनके 'स्थापना दिवस' पर दिए जाएंगे।

प्रशस्ति पत्र देने के लिए सामान्यत: निम्नलिखित कार्यों पर विचार किया जाएगा:–

कोई नवाचार/असाधारण कार्य जिसके परिणामस्वरूप मौजूदा व्यवस्था में सुधार हुआ हो और संगठन की कार्यकुशलता बढ़ी हो।
कर्मचारी को सौंपी गई ड्यूटियों के निर्वहन में उत्कृष्ट कार्य कौशल का परिचय देते हुए की गई अनुकरणीय सेवा।
डीआरडीओ के अधीन अनुसंधान और विकास के क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान।
अन्य कोई उत्कृष्ट सेवा।

नामांकन आमंत्रित करने संबंधी परिपत्र कार्मिक निदेशालय, डीआरडीओ मुख्यालय द्वारा उपयुक्त समय पर जारी किया जाएगा। डीआरडीओ स्तर के प्रशस्ति पत्र के संबंध में संगठन में तैनात अफसरों/स्टाफ के सभी प्राप्त नामांकनों की संवीक्षा कार्मिक निदेशालय में एक आंतरिक समिति द्वारा की जाएगी। विधिवत संवीक्षित नामांकन वरिष्ठतम महानिदेशक की अध्यक्षता में गठित एक पांच सदस्यीय प्रशस्ति समिति के विचारार्थ प्रस्तुत किए जाएंगे। इस समिति की अनुशंसा, अध्यक्ष डीआरडीओ के अनुमोदन के लिए भेजी जाएंगी। चयनित अधिकारियों को प्रशस्ति पत्र चेयरमैन डीआरडीओ द्वारा एक समारोह में प्रदान किए जाएंगे। वर्ष में अधिकतम 25 प्रशस्ति पत्र प्रदान किए जाएंगे जिनमें से 10 डीआरडीएस कैडर, 10 डीआरटीसी और 05 एडमिन एलाइड व अन्य कैडर के लिए होंगे।

उपर्युक्त के अतिरिक्त, अध्यक्ष डीआरडीओ अपने विवेकानुसार रक्षा अनुसंधान संगठन में कार्यरत किसी भी अधिकारी/कर्मचारी को उसकी विशिष्ट सेवा के लिए प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सकते हैं। ऐसे प्रशस्ति पत्रों की संख्या वर्ष में अधिकतम 20 होगी।

मुख्यालय स्तर के प्रशस्ति पत्र के संदर्भ में डीआरडीओ मुख्यालय में तैनात अफसरों/स्टाफ के नामांकनों की संवीक्षा कार्मिक निदेशालय में एक आंतरिक समिति करेगी। विधिवत संवीक्षा उपरांत ये अनुशंसाएं महानिदेशक (मानव संसाधन) की अध्यक्षता में गठित चार सदस्यीय प्रशस्ति समिति के विचारार्थ प्रस्तुत की जाएंगी। इस समिति की अनुशंसा को भी अध्यक्ष डीआरडीओ के अनुमोदन के लिए भेजा जाएगा तथा चयनित अधिकारियों को प्रशस्ति पत्र महानिदेशक (मानव संसाधन) द्वारा प्रदान किए जाएंगे। वर्ष में डीआरडीओ मुख्यालय की नफरी के अधिकतम 5 प्रतिशत प्रशस्ति पत्र प्रदान किए जाएंगे।

क्लस्टर डीजी कार्यालयों में तैनात अफसरों/स्टाफ के लिए प्रशस्ति पत्रों के विचारण वाली समिति का गठन ठीक उसी प्रकार किया जाएगा जैसा मुख्यालय स्तर के प्रशस्ति-पत्रों के मामले में किया जाता है। एक बार अनुमोदित होने पर ये पुरस्कार संबंधित डीजी द्वारा अपने अफसरों/स्टाफ को प्रदान किए जाएंगे। सभी क्लस्टर डीजी स्तर के नामांकनों को एक साथ मिलाया जाएगा तथा क्लस्टर डीजी कार्यालयों की सम्मिलित नफरी के अधिकतम 5 प्रतिशत प्रशस्ति पत्र प्रदान किए जाएंगे।

प्रयोगशाला/स्थापना स्तर के प्रशस्ति पत्र के मामले में प्रशस्ति पत्रों के विचारण हेतु समिति का गठन प्रयोगशाला/स्थापना प्रमुख की अध्यक्षता मे गठित एक तीन सदस्यीय समिति द्वारा किया जाएगा। प्रशस्ति पत्रों का अनुमोदनकर्ता

प्राधिकारी संबंधित महानिदेशक होगा। वर्ष में प्रयोगशाला/स्थापना की नफरी के अधिकतम 5 प्रतिशत प्रशस्ति पत्र प्रदान किए जाएंगे।

डीआरडीओ स्तर, मुख्यालय स्तर और डीजी स्तर के प्रशस्ति पत्र प्रदान करने के लिए विभिन्न चरणों की योजनागत तिथियां निम्नवत होंगी:–

प्रयोगशालाओं/स्थापनाओं से नामांकन आमंत्रित करते हुए कार्मिक निदेशालय, डीआरडीओ मुख्यालय द्वारा परिपत्र जारी करना	30 जून तक
सिफारिशों की प्राप्ति की अंतिम तारीख	16 अगस्त
समिति की बैठक	15 अक्टूबर तक
प्रशस्ति पत्र प्रदान करना	डीआरडीओ दिवस पर

प्रयोगशाला/स्थापना के स्तर के प्रशस्ति-पत्र संबंधित प्रयोगशाला/स्थापना द्वारा उनके स्थापना दिवस पर प्रदान किए जाएंगे। तदनुसार, पूर्वापेक्षित औपचारिकताओं के लिए समय-सीमा का निर्णय प्रयोगशालाओं/स्थापनाओं द्वारा स्वयं किया जाए।

कहानियों की दुनिया

स्वाति सिन्हा
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

"कहानी" शब्द सुनते ही आपके मन में क्या कौंधता है? 'बहुत समय पहले की बात है एक राजा था और एक रानी थी' या फिर 'सुनो-सुनो एक कहानी सुनो, न राजा की न रानी की न आग हवा न पानी की' या फिर 'दूर किसी फलाना देश में फलाना पहाड़ी पर फलाना किसान रहता था'। "कहानी" शब्द सुनते ही हर किसी के मन में कोई विचार तो आता ही है और कोई न कोई कहानी तो याद आ ही जाती है। सबको याद आई कहानी अलग-अलग होगी इस सम्भावना को झुठलाना भी असम्भव है। कहानियों की दुनिया है ही इतनी बड़ी, विशाल और असीमित। हर दिन हर पल नई कहानियों का सृजन होता है। इस पृथ्वी ग्रह पर केवल मनुष्य की आबादी 8 बिलियन है। हर मनुष्य अपने आप में एक कहानी है और हर व्यक्ति न जाने अपने जीवन में कितनी ही कहानियों से दो-चार होता है। यह दुनिया कहानियों का पिटारा है। खोजने की आवश्यकता है कहानियां असंख्य मिल जाएंगी। पढ़ते-पढ़ते जीवन खत्म हो सकता है पर कहानियां खत्म न होंगी। हर कहानी में एक नई दुनिया है जो कभी-कभी जानी पहचानी लगती है और कभी-कभी अलग ही दुनिया में लेकर जाती है। हर कहानी में किरदार हैं जो कभी जाने-पहचाने, कभी अनजाने से लगते हैं पर हर किरदार जीवन पर ऐसी छाप छोड़ जाता है कि कहानी भले बरसों पहले पढ़ी हो पर याद आ ही जाती है। इस कहानियों की दुनिया के किरदारों में हम अपना जीवन देखते हैं, किरदारों की समस्याओं में अपनी समस्या के समाधान खोजते हैं और जीवन अपना हो या अन्य का–थोड़ा ही सही पर समझने की कोशिश करते हैं। कहानियों की अनजानी दुनिया, उनके अनोखे किरदार हमें कुछ नया सोचने के लिए मजबूर भी करते हैं और प्रेरित भी।

कहानियाँ कई प्रकार से हमारे जीवन में प्रवेश करती हैं। एक शिशु के पैदा होते ही कहानियां उसके जीवन का अभिन्न हिस्सा हो जाती हैं। बालक जिस देश में पैदा हो, वहां के मिथकों की कहानियां सुनकर ही बड़ा होता है, जैसे कि भारत देश में पैदा हुआ बालक बचपन से ही दादी-नानी, पापा-मम्मी, बड़े भाई-बहन, या कोई अन्य रिश्तेदार के माध्यम से हमारे भारत देश के प्रचलित मिथकों की कहानियां सुनकर बड़ा होता है। भारत में सभी चाहे वह बूढ़े हों या बच्चे रामायण के पात्र राम, सीता, लक्ष्मण, ऊर्मिला, भरत, कैकेयी, सुमित्रा, हनुमान, विभीषण, रावण, कुंभकर्ण, मेघनाथ, ताड़का, जटायु आदि तथा महाभारत के पात्र गंगा, शांतनु, भीष्म, कौरव, पांडव आदि से परिचित ही होंगे। भारत में कहानियों की दुनिया में देव भी हैं दानव भी, सुर भी और असुर भी, विभिन्न देवों के अपने लोक, इंद्र, अग्नि, वरूण, त्रिमूर्ति, त्रिदेवियां, विष्णु एवं शिव के अवतारों आदि की कहानियां भी हैं। इन कहानियों का उद्गम भारत देश के मिथकों में है। ग्रीक देश में भी

अपने देवता है उनकी अपनी दुनिया है, सबके पास अलग-अलग शक्तियां है सब देवता प्रकृति के भिन्न-भिन्न तत्तवों को नियंत्रित करते हैं। ग्रीक मिथक में नारसिसियस, हरक्यूलिस, थॉर और लोकी, देवता ही है। भारत में चाँद एक देव है वहीं जापान में चाँद एक देवी है, जापान में भी भारत की ही तरह नदियों को देवी माना जाता है इनपर कई प्रचलित लोक कथाएं हैं। जापान के मिथकों में निंजा, सामुराई, आयाकाशी, शिनीगामी की कथाएं प्रसिद्ध हैं। सब देशों में वहाँ मौजूद मिथकों की असंख्य कहानियाँ है। यह कहानियाँ अपना पाठक खोज रहीं है। इस खोज में इनका हर देश की भाषा में अनुवाद हो रहा है।

हर आम बच्चे की तरह मैंने भी बहुत कहानियां पढ़ी और सुनी। बहुत शौक था कहानियां सुनने का। पापा हर रात को सोरठी बिरजाभार की कहानियां गाकर सुनाते थे। कहानियां पढ़ने की आदत वहीं से शुरू हुई। स्कूल में हिंदी और अंग्रेजी की पाठ्यपुस्तकें इसलिए ही पढ़ जाती थी क्योंकि उनमें कहानियां होती थी। दीदी की हिंदी की पाठ्यपुस्तक, नानीघर जाकर बहन की किताबें खोज-खोज कर पढ़ा करती थी। जब मैं स्कूल में रहती तब स्कूल की पाठ्यपुस्तकें, घर जाकर टी.वी. पर भांति-भांति के कार्टून, बाहर खेलने गए तो दोस्तों के साथ कॉमिक्स पढ़ना, खेलते-खेलते ही कहानियां बनाना फिर खेल कर घर वापस आने के बाद अपनी पसंदीदा कहानी की पत्रिका और किताबें लेकर बैठ जाती थी। इस प्रकार असीमित कहानियों का भंडार मेरे सामने खुला।

कहानियों के इस भंडार में नंदन पत्रिका का विशेष स्थान है। नंदन पत्रिका कहानियों, चुटकुलों, जिसे हम आज रिजनिंग कहते हैं वैसी पहेलियां, सुडोकु जैसे खेल, आर्ट एंड क्राफ्ट के नये आइडिया, देश-दुनिया की जानकारियों आदि विभिन्न प्रकार की रोचक जानकारियों का संकलन थी। इसे पढ़कर बहुत कुछ जानने को मिलता था। मम्मी से मिले रुपए और घर आए मेहमानों से मिले रुपयों को इकट्ठा करती थी और उनसे हर माह नंदन पत्रिका का मासिक अंक लेकर आती थी। हाल ही में जब मैं घर के किसी बच्चे को यह पत्रिका पढ़ने के लिए जन्मदिन पर उपहार में देना चाहती थी तब पता चला की इस पत्रिका का प्रकाशन बंद हो गया है। कोविड महामारी और पत्रिका की घटती मांग के कारण हिंदुस्तान टाइम्स ने इस पत्रिका के प्रकाशन को बंद करने का निर्णय लिया। जब-जब नंदन पत्रिका का अंक नहीं मिलता था तब कोई भी अन्य कहानियों की किताब पढ़ने के लिए ले आती थी। जिस कारण मैंने जातक कथा, चंपक, मोटू-पतलू और घसीटाराम के किस्से, तेनालीरमन-कृष्णदेवराय के किस्से, सिंहासन बत्तीसी, मुल्ला नसीरुद्दीन, शेखचिल्ली की कहानियां, अकबर-बीरबल, चंद्रकांता, विक्रम-बेताल, चाचा-चौधरी के किस्से, अरेबियन नाईट्स में अरब देश के किस्से, सिंबाद द सेलर की कहानियां, अलादीन का चिराग, बंदर और मगरमच्छ जैसी कई लघु कथाएं भी पढ़ी।

इन सब के साथ ही साथ पाठ्यपुस्तकों के माध्यम से प्रेमचंद की कहानियां जैसे कि कज़ाकी, ईदगाह, दो बैलों की कथा, बड़े भाईसाहब, बड़े घर की बेटी, अलग्योझा, जैसी कथाएं पढ़ने को मिली जिनके कारण हिंदी साहित्य में रूचि बढ़ी तो शरतचंद्र चट्टोपाध्याय, हरिशंकर परसाई, रवींद्रनाथ टैगोर, शेक्सपीयर की कहानियों का हिंदी अनुवाद आदि भी पढ़ा। प्रेमचंद, हरीशंकर परसाई जैसे लेखक हमारी अपनी दुनिया की कहानी हमारे आगे पेश करते हैं हमारी दुनिया के लोग ही इन लेखको की कहानी के किरदार हैं। यह कहानियां भले ही हमें समस्या का समाधान न दे पाएं पर एक व्यक्ति को अन्य व्यक्ति के प्रति संवेदनशील अवश्य बनाती हैं।

टी.वी. में फिल्मों, नाटकों, कार्टून, एनिमे, के माध्यम से भी कहानियां हम तक पहुंचती हैं। इनमें से कुछ कहानियां हमारे जीवन में कहीं न कहीं मिल ही जाएगी। कुछ कहानियों की दुनिया ऐसी है कि कितना भी खोजें पर यह दुनिया मिल नहीं सकती परन्तु ऐसी कहानियां हमें दुनिया में परिवर्तन लाने के लिए प्रेरित करती हैं। ड्रेगन बॉल, नारूटो, वन पीस, द जंगल बुक, जैसे कार्टून अपनी कहानी और किरदारों के माध्यम से हमारा मनोरंजन तो करते ही हैं साथ ही कुछ महत्वपूर्ण सीख भी देते हैं जैसे कि जीवन में कैसी भी परिस्थिति हो पर हार न मानना, अपने आस-पास के लोगों का ख्याल रखना आदि। कार्टूनों में दिखाई गई कहानियां तो मनोरंजन के लिए कितनी असंख्य दुनियाओं को गढ़ती है। ड्रैगन हंटर में दो दोस्त पैसे कमाने के लिए ड्रेगन हंटिंग करते हैं, फिनियस एंड फर्ब में दो भाई मनोरंजन के लिए नए-नए आविष्कार करते हैं, चिबी मारूको चान एक छोटी बच्ची और उसके परिवार की कहानी है, डोरेमॉन एक ऐसा रोबोट है जो भविष्य से वर्तमान में आया है ताकि आलसी और डरपोक लड़के नोबिता की अपने अनोखे गेजैट्स की मदद से उसकी सहायता कर सके, निंजा हथोड़ी और उसका भाई कैनिची को बदमाश लड़के अमारा से बचाते हैं, ऐंग द लास्ट एयरबैंडर जिसे अग्नि कुल के लोगों से परेशान दुनिया की मदद करनी है आदि उन कहानियों के उदाहरण है जो कार्टून के माध्यम से हम तक आती हैं।

इतनी कहानियां पढ़ते समय यह कभी पता ही नहीं चला कि कब और कैसे अन्य देशों की कहानियां भी हम तक पहुंच गई। कभी पता ही नहीं चला कि हमारे द्वारा देखे जाने वाले अधिकतर कार्टून, कॉमिक्स जो हम पढ़ते हैं वो अमरीका, जापान, कोरिया देश के लेखकों द्वारा बनाई गई हैं। लैला, मजनू, अरेबियन नाईट्स की कहानियां फारस देश की है। यह सब कहानियां हिंदी भाषा में देखी और पढ़ी इसलिए कभी आभास ही नहीं हुआ कि ये अपने देश के बाहर निर्मित हैं। ऐसा इसलिए संभव हो पाया क्योंकि अब बड़ी मात्रा में विश्व भर में उपलब्ध सामग्रियों का अनुवाद हो रहा है। लोग घर में बैठे-बैठे विश्व भर की कहानियां पढ़ पा रहें हैं। अनुवाद के कारण हम इन कहानियों को हिंदी ही नहीं भारत की अन्य भाषाओं जैसे तमिल तेलुगु में भी पढ़ पाते हैं और साथ ही दूर देश के प्रचलित मिथकों को जान पाते हैं। शेक्सपीयर, पाब्लो नेरुदा की कहानियाँ और स्पाइडरमैन, सुपरमैन, बैटमैन जैसे कार्टून हिंदी में पढ़ व देख पाते हैं। अब तो भारत की क्षेत्रीय भाषाओं की कहानियां और फिल्में भी भारत की अलग अलग भाषाओं में खासकर हिंदी में उपलब्ध हैं उदाहरण के लिए पुष्पा, रॉकी, कांतारा, बाहुबली आदि। जिसकी सहायता से हम अपने भारत देश में उपलब्ध कहानियों की क्षेत्रीय विविधता से परिचित हो पा रहे हैं और भारत में उपलब्ध सांस्कृतिक विविधता को भी जान पा रहें हैं।

परन्तु मोबाइल के इस युग में लोग केवल रील स्क्रोल करने और शॉर्ट वीडियो को देखने में दिन भर व्यतीत कर देते हैं और कोई अच्छी कहानी या उपन्यास पढ़ने से कतराते हैं। मोबाइल पर दिन भर शॉर्ट वीडियो देखने के दुष्प्रभाव से अवगत होते हुए भी सब इस का ही सेवन करते है। बच्चे तो बच्चे बड़े भी इसी में लगे रहते हैं। जब बड़ों में ही कहानियां पढ़ने, सुनने, लिखने की आदत नहीं होगी तो बच्चो के समक्ष सीखने और अनुसरण के उदाहरण कहां बचेंगे। बच्चे बड़ो का ही अनुसरण करते हैं। हमारी कहानियों की समृद्ध सामग्री है कि यह हमारी जिम्मेदारी हो जाती है कि आज के बच्चे जो अपने आप को 'जेन ज़ी' (Gen Z) कहकर बुलाती है मोबाइल पर केवल गेम खेलने, रील देखने और शॉर्ट वीडियो देखने के चक्कर में कुछ मूल्यवान न सीख पाए, कुछ नया सोचने की क्षमता विकसित ही न कर पाएं। वीडियो से कुछ सीखने तो मिलता नहीं है साथ ही स्वास्थ्य पर मानसिक और शारीरिक रूप से नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। यह रील और वीडियो देखने की आदत बड़े और बच्चों सभी को केवल एक भोक्ता बनाती है और कुछ नया सृजन करने के लिए प्रेरित नहीं करती न ही किसी व्यक्ति से संबंध स्थापित करने में सहायता करती है। ऐसा केवल

कहानियां ही कर सकती हैं। यही कारण है कि कहानियां आदिकाल से हमारे साथ रहीं है क्योंकि यह एक व्यक्ति के समाजीकरण, संवेदनात्मक विकास और संज्ञानात्मक विकास में सहायक होती हैं। कहानियां नई सोच विकसित करती हैं, कुछ नया बनाने और करने के लिए प्रेरित करती हैं। हम सब मिलकर प्रयास करें कि हमारी कहानियां पढ़ने की आदत को बनाए रखें और अगर हममें से कुछ में पढ़ने की आदत नहीं हैं तो आदत बनाएं ताकि जेन ज़ी (Gen Z) के बच्चे इन कहानियों से अछूते न रह जाए।

गोरखपुर: एक ऐतिहासिक, सांस्कृतिक और आध्यात्मिक नगर

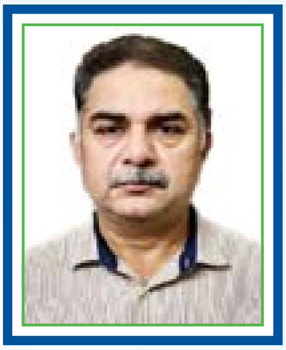
विनोद कुमार
महानिदेशक (संसाधन एवं प्रबंधन) का कार्यालय

गोरखपुर, उत्तर प्रदेश का एक महत्वपूर्ण नगर है, यह नगर केवल उत्तर प्रदेश ही नहीं, बल्कि पूरे देश के लिए ऐतिहासिक, सांस्कृतिक और धार्मिक महत्व रखता है। गोरखपुर का नाम प्रसिद्ध संत गोरखनाथ के नाम पर पड़ा है, जिनका गोरखनाथ मठ यहाँ स्थित है। इस नगर की समृद्ध सांस्कृतिक धरोहर, धार्मिक महत्व और ऐतिहासिक स्थलों ने इसे उत्तर भारत के प्रमुख नगरों में से एक बना दिया है। गोरखपुर का इतिहास बहुत पुराना है और यह महाकाव्यों, पुराणों, और ऐतिहासिक दस्तावेजों में अंकित है। यह नगर प्राचीन काल से ही विभिन्न संस्कृतियों और धर्मों का संगम रहा है। यह क्षेत्र महाभारत के समय से ही अस्तित्व में था और बाद में मौर्य, गुप्त, कुषाण और मुगल साम्राज्य का हिस्सा बना। गोरखपुर का सबसे प्राचीन उल्लेख 'गोरक्षपुरी' के रूप में मिलता है, जो संत गोरखनाथ के नाम पर पड़ा था। गोरखनाथ, जिन्हें शैव साधु के रूप में जाना जाता है, ने यहाँ तपस्या की और उनके अनुयायियों ने यहाँ एक मठ की स्थापना की, जो बाद में गोरखनाथ मठ के नाम से प्रसिद्ध हुआ। मध्यकाल में गोरखपुर क्षेत्र पर मुसलमान शासकों का अधिकार हो गया और यह मुगलों के अधीन रहा। अकबर के शासनकाल में यह नगर 'कुशीनगर' के नाम से भी प्रसिद्ध था, जो बुद्ध धर्म के अनुयायियों के लिए महत्वपूर्ण स्थल था। मुगल काल के बाद, यह क्षेत्र अंग्रेजों के नियंत्रण में आ गया। 1857 के स्वतंत्रता संग्राम में भी गोरखपुर की महत्वपूर्ण भूमिका रही। यह नगर स्वतंत्रता संग्राम के दौरान क्रांतिकारियों का एक प्रमुख केंद्र रहा। गोरखपुर एक धार्मिक और सांस्कृतिक नगर के रूप में प्रसिद्ध है। यहाँ कई धार्मिक स्थल हैं जो तीर्थयात्रियों को आकर्षित करते हैं। इनमें सबसे प्रमुख गोरखनाथ मठ है, जो नाथ संप्रदाय का मुख्यालय है। गोरखनाथ मठ न केवल एक धार्मिक स्थल है, बल्कि यह एक सांस्कृतिक केंद्र भी है, जहाँ परंपरागत नृत्य, संगीत और योग का प्रशिक्षण दिया जाता है। इसके अलावा, गोरखपुर में विभिन्न धर्मों के अनुयायियों के लिए भी स्थल हैं। यहाँ बौद्ध धर्म के अनुयायी कुशीनगर में भगवान बुद्ध के महापरिनिर्वाण स्थल की यात्रा करते हैं। कुशीनगर, गोरखपुर के निकट स्थित है और यह स्थान बुद्ध धर्म के अनुयायियों के लिए एक महत्वपूर्ण तीर्थ स्थल है। गोरखपुर में हिन्दू धर्म के अन्य प्रमुख मंदिर भी हैं, जैसे कि विष्णु मंदिर, देवी पाटन मंदिर और रामगढ़ ताल का मंदिर। ये मंदिर अपनी धार्मिक मान्यताओं के साथ-साथ अपने स्थापत्य सौंदर्य के लिए भी प्रसिद्ध हैं। हर साल हजारों श्रद्धालु इन मंदिरों में आते हैं और यहाँ के धार्मिक वातावरण का आनंद लेते हैं। गोरखपुर शिक्षा के क्षेत्र में भी अग्रणी रहा है। यहाँ के प्रमुख शिक्षण संस्थानों में गोरखपुर विश्वविद्यालय, मदन मोहन मालवीय प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, और कई अन्य विद्यालय शामिल हैं। गोरखपुर विश्वविद्यालय को उत्तर प्रदेश के महत्वपूर्ण विश्वविद्यालयों में गिना जाता है, जहाँ से कई विद्वान और शोधकर्ता निकले हैं। गोरखपुर का साहित्यिक योगदान भी उल्लेखनीय है। यह नगर हिंदी साहित्य के प्रमुख केंद्रों में से एक रहा है। यहाँ के साहित्यकारों ने हिंदी भाषा और साहित्य को समृद्ध किया है।

गोरखपुर में प्रसिद्ध साहित्यकार मुंशी प्रेमचंद ने अपने जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बिताया और यहाँ के वातावरण ने उनकी रचनाओं पर गहरा प्रभाव डाला। उनके कई उपन्यास और कहानियाँ गोरखपुर के ग्रामीण जीवन और समाज पर आधारित हैं। आधुनिक गोरखपुर तेजी से विकासशील नगर बन रहा है। यहाँ उद्योग, व्यापार, और सेवाओं के क्षेत्र में तेजी से विकास हो रहा है। गोरखपुर एक प्रमुख औद्योगिक केंद्र भी है, जहाँ खाद्य प्रसंस्करण, कृषि उपकरण निर्माण, और वस्त्र उद्योगों का मुख्यालय है। इसके अलावा, यहाँ के हस्तशिल्प, जैसे कि मिट्टी के बर्तन, लकड़ी की मूर्तियाँ, और हथकरघा वस्त्र, देश-विदेश में प्रसिद्ध हैं। गोरखपुर का आर्थिक विकास भी तेजी से हो रहा है। यहाँ की अर्थव्यवस्था मुख्यतः कृषि पर आधारित है, लेकिन हाल के वर्षों में उद्योग और सेवा क्षेत्रों में भी वृद्धि देखी गई है। यहाँ की कृषि भूमि उपजाऊ है और यहाँ गन्ना, गेहूँ, धान, और दलहन की खेती की जाती है। इसके साथ ही यहाँ के बागवानी उत्पाद, जैसे कि आम, लीची, और केला, भी महत्वपूर्ण हैं। आधुनिक गोरखपुर का एक और महत्वपूर्ण पहलू इसका पर्यटन उद्योग है। यहाँ के ऐतिहासिक और धार्मिक स्थल, प्राकृतिक सौंदर्य, और सांस्कृतिक धरोहर, पर्यटकों को आकर्षित करते हैं। रामगढ़ ताल, एक प्रमुख पर्यटक स्थल है, जहाँ लोग नौका विहार और पिकनिक का आनंद लेते हैं। इसके अलावा, यहाँ के म्यूजियम, जैसे कि गोरखपुर म्यूजियम और नीरक्षीर म्यूजियम, भी पर्यटकों के लिए आकर्षण का केंद्र हैं। गोरखपुर की संस्कृति में यहाँ की पारंपरिक वेशभूषा, भोजन, और जीवनशैली का भी महत्वपूर्ण स्थान है। यहाँ की पारंपरिक वेशभूषा में पुरुष धोती-कुर्ता और महिलाएँ साड़ी पहनती हैं। यहाँ के भोजन में चोखा-बाटी, खिचड़ी और मठ्ठा प्रमुख हैं।

गोरखपुर, जहाँ एक ओर तेजी से विकास कर रहा है, वहीं दूसरी ओर इसे कई चुनौतियों का भी सामना करना पड़ रहा है। यहाँ के प्रमुख मुद्दों में जनसंख्या वृद्धि, बेरोजगारी, और शहरीकरण की समस्याएँ प्रमुख हैं। गोरखपुर में शहरीकरण के कारण पर्यावरणीय समस्याएँ भी बढ़ रही हैं। यहाँ के जल स्रोतों का दोहन, वनों की कटाई और प्रदूषण जैसे मुद्दे पर्यावरण को नुकसान पहुँचा रहे हैं। इन चुनौतियों से निपटने के लिए गोरखपुर में विभिन्न योजनाएँ और परियोजनाएँ चलाई जा रही हैं। यहाँ के विकास के लिए आधारभूत संरचना में सुधार किया जा रहा है, गोरखपुर एक ऐसा नगर है जो अपने इतिहास, संस्कृति, और आध्यात्मिक धरोहर के कारण देश और दुनिया में प्रसिद्ध है। यह नगर संतों, साहित्यकारों और क्रांतिकारियों की भूमि रहा है और इसकी सांस्कृतिक धरोहर सदियों से यहाँ के समाज को समृद्ध करती रही है। गोरखपुर की विशेषता यह है कि यह एक ऐसा नगर है जहाँ इतिहास और आधुनिकता, धार्मिकता और व्यावहारिकता, और परंपरा और प्रगति का एक सुंदर संगम देखने को मिलता है। आने वाले समय में गोरखपुर न केवल उत्तर प्रदेश बल्कि पूरे देश के लिए एक प्रमुख केंद्र के रूप में उभर सकता है, जहाँ विकास के साथ-साथ सांस्कृतिक और आध्यात्मिक धरोहर को भी संरक्षित किया जा सकेगा।

टेलीमेडिसिन: ग्रामीण भारत की स्वास्थ्य सेवा सुविधाओं में सुधार की क्षमता का एक अध्ययन



राज कुमार

सचिव डीडी आर एंड डी एवं अध्यक्ष डीआरडीओ का कार्यालय

टेलीमेडिसिन इस प्रकार की उभरती हुई प्रमुख प्रवृत्तियों में से एक है जो विशेष रूप से भारत जैसे विकासशील देशों में जहां ग्रामीण क्षेत्रों के रोगी गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवा तक पहुंचने के लिए कठिन परिस्थितियों का सामना करते हैं। ग्रामीण क्षेत्र की स्वास्थ्य सेवा सुविधाओं में सुधार टेलीमेडिसिन के समावेश के माध्यम से किया जा सकता है, जिससे राष्ट्र की प्रचलित स्वास्थ्य देखभाल सेवा के लक्ष्य को प्राप्त किया जा सकता है।

ग्रामीण स्वास्थ्य देखभाल प्राप्त करने में बाधाएं

भारतीय गांव, जहां, 65% से अधिक आबादी अभी भी गांवों में रहती है, में विकसित चिकित्सा सुविधाओं की गंभीर समस्या है। इसकी मुख्य वजह मानव संसाधनों की गंभीर कमी, अपर्याप्त रूप से वितरित स्वास्थ्य सुविधाएं और विशेषज्ञों की सेवाओं तक पहुंच इत्यादि उच्च स्तर की बाधाएं हैं। ग्रामीण क्षेत्रों की अधिकांश जनसंख्या को इन सेवाओं तक पहुंचने के लिए लंबी दूरी तय करनी पड़ती है और ज्यादातर मामलों में उन्हें चिकित्सा सेवा रोगों के बहुत अधिक बिगड़ जाने के बाद मिल पाती है जो कि फिर उतनी कारगर साबित नहीं होती है। इन चुनौतियों को बढ़ाने में अन्य संबंधित सामाजिक-आर्थिक कारकों जैसे गरीबी और अशिक्षा द्वारा और भी ज्यादा बल मिलता है जो स्वास्थ्य देखभाल सेवा की पहुँच और उपयोगिता में बाधा उत्पन्न करते हैं।

मुख्य समस्या सीमित इंटरनेट पहुंच और प्रतिबंधित प्रौद्योगिकी दक्षता द्वारा उत्पन्न होती है जो टेलीमेडिसिन सेवाओं की दक्षता में बाधा डालते हैं। टेलीमेडिसिन सिस्टम पर विश्वास विकसित करने में रोगी के गोपनीयता के अधिकार और उनके डेटा की सुरक्षा का संरक्षण भी महत्वपूर्ण है।

टेलीमेडिसिन की भूमिका

टेलीमेडिसिन को दूरस्थ स्थान से इलेक्ट्रॉनिक और संचार प्रौद्योगिकियों के माध्यम से स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने की एक तकनीक के रूप में इस्तेमाल में लाया जाता है, यह ग्रामीण क्षेत्र से संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं का एक प्रभावी समाधान है। ग्रामीण क्षेत्रों के रोगी बड़े शहरों की यात्रा किए बिना वहां के डॉक्टरों और विशेषज्ञों से वीडियो परामर्श, मोबाइल स्वास्थ्य ऐप और टेलीहेल्थ कियोस्क जैसी चीजों का उपयोग कर, सलाह ले सकते हैं।

- **विशेषज्ञों तक बेहतर पहुंच:** भारत के ग्रामीण क्षेत्र में टेलीमेडिकल सेवा का एक और लाभ विशेषज्ञों की उपलब्धता है क्योंकि वे ग्रामीण क्षेत्रों में आसानी से उपलब्ध नहीं हैं। संचार प्रौद्योगिकियों की मदद से मरीज विभिन्न चिकित्सा क्षेत्रों के विशेषज्ञों से राय ले सकते हैं। इसके परिणामस्वरूप प्रारंभिक निदान और बेहतर उपचार रणनीतियों से डॉक्टर बिना किसी अनावश्यक देरी के अपने रोगियों को प्रभावित करने वाली विभिन्न विपरीत स्थितियों का आसानी से निदान कर सकते हैं।
- **स्वास्थ्य लागत में कमी:** टेलीमेडिसिन ग्रामीण क्षेत्रों में रोगियों के लिए स्वास्थ्य देखभाल की लागत में कटौती करने में मदद करती है। टेलीमेडिसिन का अर्थ है कि अन्य केंद्रों की यात्रा करने की कोई आवश्यकता नहीं है जो हमेशा महंगी होती है क्योंकि रोगी को परिवहन व आवास के लिए बहुत अधिक खर्चा करना पड़ता है।

टेलीमेडिसिन की क्षमता को पहचानते हुए, भारत सरकार ने ग्रामीण स्वास्थ्य सेवा में इसके एकीकरण का समर्थन करने के लिए कई सरकारी पहल और योजनाएं शुरू की हैं:–

1. **ई-संजीवनी:** स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय द्वारा कार्यान्वित, ई-संजीवनी एक वेब-आधारित टेलीमेडिसिन प्रणाली है जो ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों को स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करती है। इसके अंतर्गत डॉक्टर से डॉक्टर (ई-संजीवनी एबी-एचडब्ल्यूसी) और डॉक्टर से रोगी (ई-संजीवनी ओपीडी) टेली परामर्श जैसी सुविधाएं उपलब्ध हैं, जिसने वास्तव में शहरी क्षेत्रों के अतिरिक्त ग्रामीण क्षेत्रों में भी स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच को काफी सुलभ बना दिया है।
2. **आयुष्मान भारत डिजिटल मिशन (एबीडीएम):** राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन की एक उप-योजना, एबीडीएम का उद्देश्य नागरिकों को एक डिजिटल स्वास्थ्य पहचान जारी करके टेलीमेडिसिन पद्धति द्वारा उपचार में मूल्य वृद्धि सुनिश्चित करने हेतु एक डिजिटल स्वास्थ्य वातावरण तैयार करना है। यह पहल संचार और स्वास्थ्य सेवा को बढ़ाने की क्षमता पर केंद्रित है, जिससे रिकॉर्ड और स्वास्थ्य जानकारी लोगों के लिए आसानी से उपलब्ध हो सके।
3. **कॉमन सर्विस सेंटर (सीएससी):** ये केंद्र गांवों में कई इलेक्ट्रॉनिक सेवाओं जैसे टेलीमेडिसिन का विस्तार करने के लिए इंटरफेस के रूप में काम करते हैं। सीएससी स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं के साथ वीडियो परामर्श का आयोजन करते हैं और इससे ग्रामीण नागरिक शहरी-स्वास्थ्य-केंद्रों तक आसानी से पहुंच बना सकते हैं।

निष्कर्ष

टेलीमेडिसिन भारत के ग्रामीण क्षेत्रों में स्वास्थ्य देखभाल को बढ़ाने के लिए एक क्रांतिकारी उपकरण के रूप में साबित हो रही है। नतीजतन, टेलीमेडिसिन, जो ग्रामीण उपभोक्ताओं को कुशल और गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने के लिए प्रौद्योगिकी पर निर्भर करती है, व्यक्तियों के जीवन को बेहतर बनाने के साथ-साथ ग्रामीण क्षेत्रों के विकास को भी सकारात्मक रूप से प्रभावित करती है।

आयकर रिटर्न

विनोद कुमार सिंह
सिविल निर्माण एवं संपदा निदेशालय

आयकर रिटर्न यानी आईटीआर एक प्रकार का फॉर्म होता है, जिसमें आपकी आय की सभी जानकारी भरी होती है। अभी 7 तरह के आईटीआर फार्म मौजूद हैं। कंपनी या फिर व्यक्ति को आईटीआर फाइल करने की एक निश्चित डेट तय होती है, लेकिन विशेष परिस्थितियों में सरकार आयकर रिटर्न भरने की तारीख आगे भी बढ़ा सकती है।

भारत सरकार के आयकर डिपार्टमेंट (Income Tax Department) को जमा किए जाने वाले फॉर्म को आयकर रिटर्न (आईटीआर) कहते हैं। इस फॉर्म में जमा करने वाले व्यक्ति की इनकम और उस पर लगने वाले टैक्स की जानकारी होती है। आयकर रिटर्न फॉर्म के जरिए एक व्यक्ति किसी वित्त वर्ष (1 अप्रैल से 31 मार्च तक) के दौरान अपनी कमाई और टैक्स का ब्योरा देता है।

- सैलरी के जरिए हुई कमाई
- किसी बिजनेस या प्रोफेशन के जरिए की गई इनकम
- हाउस प्रॉपर्टी के जरिए इनकम
- कैपिटल गेन्स के जरिए की कमाई
- लॉटरी, रॉयल्टी इनकम, डिविडेंड, डिपॉजिट पर ब्याज आदि से की गई कमाई इसके दायरे में है

आयकर डिपार्टमेंट के अनुसार 7 प्रकार के आईटीआर फॉर्म होते हैं। आईटीआर-1, आईटीआर-2, आईटीआर-3, आईटीआर-4, आईटीआर-5, आईटीआर-6, आईटीआर-7। किसी व्यक्ति को कौन सा फॉर्म भरना होगा यह इनकम और उसके नेचर पर निर्भर करेगा।

आईटीआर फाइल करने के लिए

क्या करें

- विवरणी फ़ाइल करने के लिए सही आई.टी.आर. फ़ॉर्म चुनें
- ईवीसी/डीएससी/आधार ओटीपी का उपयोग करके आई.टी.आर. सत्यापित करें
- आयकर विवरणी में अनिवार्य विवरण का उल्लेख करें

- समय सीमा से पहले आई.टी.आर. फ़ाइल करें
- ई-फ़ाइलिंग खाते के एक्सेस के लिए कठिन पासवर्ड का उपयोग करें
- इंटरनेट सुरक्षा सॉफ्टवेयर का उपयोग करें
- जागरुक और सचेत रहें

क्या न करें

- आई.टी.आर. फ़ाइल करते समय निर्धारित वर्ष और वित्तीय वर्ष के बीच भ्रमित होना
- टैन, बैंक खाते, ईमेल पते में गलती करना
- कटौती का दावा करना भूल जाना
- आई.टी.आर. फ़ाइलिंग के दौरान जल्दबाज़ी!
- सार्वजनिक वाई-फ़ाई का उपयोग करके आई.टी.आर. पर काम
- सॉफ़्टवेयर अपडेट को अनदेखा करना
- धोखाधड़ी के मेल, फोन कॉल और एसएमएस का जवाब
- अपनी व्यक्तिगत जानकारी साझा करना

निर्धारण वर्ष 2024-25 के लिए वेतनभोगी व्यक्तियों के लिए प्रयोज्य विवरणी और फ़ॉर्म:–

आई.टी.आर.–1

उस निवासी व्यक्ति द्वारा फ़ाइल किया जा सकता है जिसका:–

- वित्तीय वर्ष के दौरान कुल आय रु. 50 लाख से अधिक नहीं होनी चाहिए
- आय वेतन, एक गृह संपत्ति, पारिवारिक पेंशन आय, कृषि आय (रु.5000/- तक) और अन्य स्रोतों से है, जिसमें शामिल हैं:–
  - बचत खातों से ब्याज
  - जमा से ब्याज (बैंक/डाकघर/सहकारी समिति)
  - आयकर प्रतिदाय से ब्याज
  - बढ़ी हुई क्षतिपूर्ति पर प्राप्त ब्याज
  - कोई भी अन्य ब्याज संबंधी आय
  - पारिवारिक पेंशन
- पति या पत्नी की आय (पुर्तगाली नागरिक कोड के तहत शामिल लोगों के अलावा) या नाबालिग को जोड़ा जाता है (केवल तभी अगर आय के स्रोत ऊपर उल्लिखित निर्दिष्ट सीमा के भीतर है)।

आई.टी.आर.–1 (सहज) – व्यक्ति के लिए लागू

यह विवरणी एक निवासी (साधारणतया निवासी के अलावा अन्य) के लिए प्रयोज्य है, जिसकी कुल आय निम्नलिखित में से किसी भी स्रोत से रु. 50 लाख तक है:–

- वेतन/पेंशन
- एक गृह संपत्ति
- अन्य स्रोत (ब्याज, परिवार की पेंशन, लाभांश आदि)
- 5,000 तक की कृषि-आय

आई.टी.आर.–1 का उपयोग ऐसे व्यक्ति द्वारा नहीं किया जा सकता है जो:–

1. किसी कंपनी में निदेशक है
2. जिसके पास पूर्व वर्ष के दौरान किसी भी समय किसी भी गैर-सूचीबद्ध इक्विटी शेयर रहे हों
3. जिसके पास भारत से बाहर स्थित कोई भी संपत्ति (किसी भी संस्था में वित्तीय हित सहित) है
4. जिसके पास भारत से बाहर स्थित किसी भी खाते में हस्ताक्षर करने का प्राधिकार है
5. जिसके पास भारत से बाहर किसी भी स्रोत से आय है
6. वह व्यक्ति है जिसके मामले में कर धारा 194N के तहत काटा गया है
7. वह व्यक्ति जिसके भुगतान का मामला या कर की कटौती को ईएसओपी पर स्थगित कर दिया गया है।

किसी भी आय के शीर्ष के तहत अग्रानीत हानि या अग्रानीत की जाने वाली हानि है:–
कुल आय 50 लाख रुपये से अधिक है।

आई.टी.आर.–1 फ़ाइल करने के लिए आपको ए.आई.एस. डाउनलोड करना होगा और फ़ॉर्म 16, मकान किराए की रसीद (यदि लागू हो), निवेश भुगतान, प्रीमियम रसीदें (यदि लागू हो) की प्रतियां रखनी होंगी। हालाँकि, आई.टी.आर. अनुलग्नक-रहित फ़ॉर्म हैं, इसलिए आपको अपनी विवरणी (चाहे मैन्युअल रूप से या इलेक्ट्रॉनिक रूप से फ़ाइल किया गया हो) के साथ कोई दस्तावेज़ (जैसे निवेश का प्रमाण, टी.डी.एस. प्रमाणपत्र) संलग्न करने की आवश्यकता नहीं है। हालांकि, आपको इन दस्तावेजों को उन स्थितियों के लिए रखना होगा जहां उन्हें कर अधिकारियों के समक्ष प्रस्तुत करना होगा जैसे कि निर्धारण, जाँच, आदि।

फ़ॉर्म 16

वेतन के स्रोत पर कर कटौती का प्रमाण पत्र (आयकर अधिनियम, 1961 की धारा 203 के तहत)
देय/प्रतिदाय योग्य कर की संगणना के प्रयोजन से कर्मचारी की आय, कटौती/छूट और स्रोत पर कर कटौती

फॉर्म 16ए

वेतन के अलावा अन्य आय पर टी.डी.एस. के लिए आयकर अधिनियम, 1961 की धारा 203 के तहत प्रमाणपत्र–फ़ॉर्म 16ए एक स्रोत पर कर कटौती (टी.डी.एस.) का प्रमाण-पत्र है जो त्रैमासिक जारी किया जाता है जो टी.डी.एस. की राशि, भुगतान की प्रकृति और आयकर विभाग के पास जमा किया गया टी.डी.एस. भुगतान को दर्शाता है

फ़ॉर्म 26एएस

स्रोत पर काटा गया/एकत्रित कर।

- स्रोत पर कर कटौती/एकत्र किया गया
- एस.एफ.टी. सूचना
- करों का भुगतान
- माँग/प्रतिदाय
- अन्य जानकारी (जैसे लंबित/पूरी कार्यवाही, जी.एस.टी. सूचना, विदेशी सरकार से प्राप्त जानकारी आदि)

निर्धारण वर्ष 2024-25 के लिए कर स्लैब

वित्त अधिनियम 2023 ने निर्धारण वर्ष 2024-25 से धारा 115बीएसी के प्रावधानों में निर्धारिती के लिए जो कि एक व्यक्ति, एच.यू.एफ़., ए.ओ.पी. (सहकारी समितियां नहीं), बी.ओ.आई. या कृत्रिम न्यायिक व्यक्ति है, नई कर व्यवस्था को डिफ़ॉल्ट कर व्यवस्था बनाने के लिए संशोधन किया है। हालाँकि, पात्र करदाताओं के पास नई कर व्यवस्था से बाहर निकलने और पुरानी कर व्यवस्था के तहत कर लगाए जाने का विकल्प चुनने का विकल्प है। पुरानी कर व्यवस्था आयकर गणना और स्लैब की उस प्रणाली को संदर्भित करती है जो नई कर व्यवस्था की शुरुआत से पहले मौजूद थी। पुरानी कर व्यवस्था में,करदाताओं के पास विभिन्न कर कटौती और छूट का दावा करने का विकल्प होता है।

“गैर-व्यावसायिक मामलों” के मामले में, व्यवस्था चुनने का विकल्प हर साल सीधे आई.टी.आर. में धारा 139(1) के तहत निर्दिष्ट नियत तिथि को या उससे पहले इस्तेमाल किया जा सकता है।

यदि पात्र करदाता जिनकी कारोबार या व्यवसाय से आय है और वे नई कर व्यवस्था से बाहर निकलना चाहते हैं, तो निर्धारिती को आयकर विवरणी फ़ाइल करने के लिए धारा 139(1) के तहत नियत तिथि को या उससे पहले फ़ॉर्म 10-आईईए भरना होगा। साथ ही, ऐसे विकल्प को वापस लेने के उद्देश्य से यानी पुरानी कर व्यवस्था से बाहर निकलने का विकल्प भी फ़ॉर्म संख्या.10-आईईए प्रस्तुत करके किया जाएगा।

हालाँकि, कारोबार या व्यवसाय से आय वाले पात्र करदाताओं के मामले में पुरानी कर व्यवस्था पर स्विच करने और किसी भी बाद के निर्धारण वर्ष में वापस लेने का विकल्प जीवनकाल में केवल एक बार उपलब्ध है।

धारा 87ए के तहत छूट: निवासी व्यक्ति निम्नानुसार कर व्यवस्था के आधार पर अधिकतम सीमा के अधीन आयकर में 100% तक की छूट के लिए भी पात्र हैं:–

कुल आय	पुरानी कर व्यवस्था	नई कर व्यवस्था
	धारा 87ए के तहत छूट लागू	
5 लाख रुपये तक	निवासी व्यक्तियों के लिए .12,500 रुपये तक की कर छूट लागू होती है यदि कुल आय 5,00,000 रुपये से अधिक नहीं है (एन. आर.आई. के लिए लागू नहीं है	5 लाख रुपये तक
5 लाख से 7 लाख तक	शून्य	5 लाख से 7 लाख तक

दोनों ही व्यवस्थाओं में स्वास्थ्य और शिक्षा उपकर की दर समान रहती है।

आईटीआर ऑनलाइन कैसे फाइल करें

डिजिटलाइज होती दुनिया में सब कुछ धीरे-धीरे टेक्नोलॉजी फोकस्ड होता जा रहा है। यही वजह है कि टैक्सपेयर्स भी अब घर बैठे अपना आयकर रिटर्न (आईटीआर) फाइल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले आयकर डिपार्टमेंट की वेबसाइट पर जाकर लॉग इन करना होगा। टैक्स पेयर्स आईटीआर फाइल करने से पहले फाइनेंशियल ईयर में की गई कमाई, आधार नंबर और पैन डीटेल्स की जानकारी कलेक्ट कर लें।

आईटीआर ऑनलाइन फाइल करने का प्रोसेस

स्टेप 1– सबसे पहले इनकम टैक्स ई-फाइलिंग पोर्टल eportal.incometax.gov.in पर जाएं

स्टेप 2– यूजर आईडी या फिर पैन/आधार के जरिए लॉग इन करें।

स्टेप 3– फाइल रिटर्न सेलेक्ट करें।

स्टेप 4– एसेसमेंट ईयर और आईटीआर फाइलिंग का माध्यम चुनें।

स्टेप 5– एप्लिकेशन स्टेटस में 'इंडिविजुअल' और लैंडिंग पेज पर आईटीआर-1 सेलेक्ट करें।

स्टेप 6– आईटीआर फाइल करने का कारण चयन करें और 'Continue' ऑप्शन पर क्लिक करें।

स्टेप 7– 'Let's validate your pre-filled return' में जाकर पर्सनल जानकारी, टोटल इनकम, टैक्स कटौती, टैक्स भुगतान और देय टैक्स वैलिडेट करें।

स्टेप 8– अगर आपने अपनी सभी जानकारी सही से भरी है तो Proceed to Validation पर क्लिक करें। एरर दिखाने पर 'एडिट' ऑप्शन को सेलेक्ट करके अपनी जानकारी सही कर सकते हैं।

वैलिडेशन के बाद वैरिफिकेशन करना होगा। यह आधार ओटीपी, नेट बैंकिंग आदि के जरिए किया जा सकता है। इसके अलावा, टैक्स पेयर्स फाइलिंग के 120 दिन के अंदर बेंगलुरु स्थित आयकर डिपार्टमेंट में पोस्ट के जरिए प्रिंट आउट फॉर्म भेजकर अपना वैलिडेशन करवा सकते हैं।

आईटीआर फाइल करने की आखिरी तारीख

आयकर एक्ट 1961 के सेक्शन 139(1) के मुताबिक, किसी कंपनी को छोड़कर बाकी सभी एसेसीज के लिए संबंधित एसेटमेंट ईयर (एवाई) में आयकर रिटर्न (आईटीआर) फाइल करने की ड्यू डेट 31 जुलाई है। सैलरी से इनकम पाने वाले ज्यादातर इंडीविजुअल्स, स्मॉल बिजनेस और प्रोफेशनल्स के लिए किसी भी एसेसमेंट ईयर के लिए आईटीआर फाइल करने की तय तारीख 31 जुलाई है।

आईटीआर फाइल करने के लिए जरूरी दस्तावेज

अगर आप आयकर रिटर्न फाइल करने जा रहे हैं तो इसके लिए कुछ डॉक्युमेंट जरूरी हैं। ये जरूरी डॉक्युमेंट पैन कार्ड, आधार कार्ड, बैंक अकाउंट डिटेल हैं। अकाउंट डिटेल में आपको बैंक का नाम, अकाउंट नंबर, अकाउंट का प्रकार और आईएफएससी कोड देना होगा। इसके अलावा, आपको कंपनी की ओर से दिए जाने वाले फॉर्म 16 की भी जरूरत पड़ेगी। इसमें कर्मचारी की सैलरी और टैक्स कटौती की डिटेल होती है। आपको फॉर्म 26एएस की भी जरूरत पड़ सकती है। इस फॉर्म के जरिए आय पर लगे टैक्स की पूरी डिटेल जान सकते हैं। इसे आयकर विभाग की वेबसाइट से डाउनलोड कर सकते हैं। आप चाहें तो फॉर्म 16 और फॉर्म 26एएस के टैक्स डिडक्शन की डिटेल का मिलान कर सकते हैं।

इसी तरह, आपको आईटीआर फाइल के वक्त निवेश से जुड़े डॉक्युमेंट की जरूरत पड़ती है। इसमें एलआईसी प्रीमियम की रसीद के अलावा पीपीएफ-सुकन्या जैसी टैक्स सेविंग स्कीम्स में निवेश की डिटेल शामिल हैं। इसके जरिए आप टैक्स छूट का क्लेम कर सकते हैं। वहीं, आपको इनकम के प्रूफ भी रखने की जरूरत पड़ेगी। फिक्स्ड डिपॉजिट या किसी अन्य स्कीम से इंटरेस्ट मिल रहा हो तो उसका डॉक्युमेंट रहना चाहिए। होम लोन के री-पेमेंट हो या कहीं दान किया हो तो इससे जुड़े डॉक्युमेंट की भी जरूरत पड़ेगी। इसकी मदद से भी टैक्स सेविंग कर सकते हैं। शेयर या म्यूचुअल फंड्स से कमाई की गई है तो उसके डॉक्युमेंट भी देने पड़ेंगे।

अगर कोई कारोबारी आईटीआर फाइल करने जा रहा है तो उसे कंपनी से जुड़े डॉक्युमेंट की जरूरत पड़ेगी। आपको बता दें कि आईटीआर फाइल करने के लिए पैन और आधार का लिंक होना जरूरी है। अगर दोनों डॉक्युमेंट की लिंकिंग नहीं है तो आप आईटीआर फाइल नहीं कर सकते हैं।

ई-वेरिफाई

आयकर रिटर्न फाइलिंग का आखिरी स्टेप ई-वेरिफिकेशन होता है। अगर इससे चूक गए तो रिटर्न फाइलिंग की आपकी सारी मेहनत बेकार हो सकती है। हालांकि, आयकर विभाग की ओर से आईटीआर ई-वेरिफिकेशन के लिए कुछ समय भी दिया जाता है। आप इस अवधि में 6 तरीकों में से किसी एक के जरिए ई-वेरिफिकेशन कर सकते हैं। आयकर विभाग की वेबसाइट पर दी जानकारी के मुताबिक आधार के साथ रजिस्टर्ड मोबाइल नंबर पर ओटीपी के जरिए ई-वेरिफिकेशन कर सकते हैं। इसी तरह, आपके बैंक अकाउंट या डीमैट खाते के माध्यम से इलेक्ट्रॉनिक वेरिफिकेशन कोड जनरेट कर ई-वेरिफिकेशन किया जा सकता है। ई-वेरिफिकेशन के तरीके में नेट बैंकिंग या डिजिटल हस्ताक्षर प्रमाणपत्र भी शामिल है। वहीं, ऑफलाइन तरीके में एटीएम के जरिए इलेक्ट्रॉनिक वेरिफिकेशन कोड जनरेट कर भी इस प्रक्रिया को पूरा कर सकते हैं।

वहीं, आईटीआर स्टेटस देखने के लिए आपको www.incometax.gov.in की वेबसाइट पर विजिट करना होगा। यहां अपने पैन कार्ड की डिटेल डालकर लॉगिन करें। अगले स्टेप में ई-फाइल ऑप्शन आएगा, जिसे क्लिक करने के बाद व्यू फाइल्ड रिटर्न पर विजिट करें। यहां आपको अपने आईटीआर का स्टेटस दिखाई देखा। यहां आप पता कर सकते हैं कि आईटीआर फाइल हुआ है या नहीं। अगर नहीं हुआ है तो इसकी वजह क्या है, इसकी जानकारी भी आपको मिल जाएगी। कई बार ई-वेरिफिकेशन नहीं होने की वजह से आईटीआर फाइलिंग की प्रक्रिया पूरी नहीं हो पाती है। वहीं, आप अपने आईटीआर के रिफंड स्टेटस को भी देख सकते हैं। इसके लिए व्यू डिटेल्स पर क्लिक करना होगा।

आईटीआर फाइल करते वक्त इन गलतियों से बचें

अगर आप टैक्स के दायरे में आते हैं तो आपके लिए इनकम टैक्स रिटर्न **(आईटीआर)** दाखिल करना, बेहद जरूरी होता है। **आईटीआर** दाखिल करते वक्त कई बार हम अनजाने में कई गलतियां कर जाते हैं, जिसके कारण आपका आईटीआर रिजेक्ट हो जाता है या आयकर नोटिस का सामना करना पड़ता या फिर रिफंड में देरी हो जाती है। आइए इन गलतियों को विस्तार से जानने की कोशिश करते हैं। सीए अजय बगड़िया बताते हैं कि सामान्य तौर पर होने वाली गलतियों में से अधिकांश गलतियां Tax Provisions की गलत व्याख्या या अज्ञानता के कारण है।

गलती नंबर 1

टैक्स डिडक्शन का क्रेडिट नहीं लेना भी एक सामान्य गलती है। कई बार हमें उम्मीद से कम रिफंड मिलता है। कभी-कभी हमें Refund due के बजाय डिमांड नोटिस मिलते हैं और इसका सामान्य कारण टीडीएस कटौती के लिए देय क्रेडिट नहीं मिल रहा है। सबसे आम गलती उपयोगकर्ता करते हैं कि वे आय के उचित हेड के तहत कर कटौती का क्रेडिट नहीं लेते हैं।

गलती नंबर 2

आईटीआर रिफंड में देरी का तीसरा सबसे आम कारण बैंक खाते के सत्यापन में समस्या है। पैन और आधार को लिंक करना सुनिश्चित करें। यह तेजी से रिफंड के लिए बैंक सत्यापन और faster Refunds के लिए ई-सत्यापन में मदद करता है।

गलती नंबर 3

आईटीआर फॉर्म का चयन करने में आम गलती है। उदाहरण के लिए, अगर किसी के पास एक से अधिक गृह संपत्ति है, तो कोई आईटीआर–1 दाखिल नहीं कर सकता है। इसलिए, सही आईटीआर फॉर्म का पता लगाने और उसे दाखिल करने की जरूरत है।

गलती नंबर 4

वेतनभोगी व्यक्तियों के मन में बड़ी गलतफहमी है कि टैक्स को फॉर्म 16 से आगे नहीं बचाया जा सकता है। वे टैक्स कटौती पर नए सिरे से नज़र डाले बिना फॉर्म 16 की टैक्स गणना पर भरोसा करके आईटीआर फाइल करते हैं। हमें इस गलती से बचना चाहिए।

इनकम टैक्स रिफंड

आपका नियोक्ता (जहां आप नौकरी करते हैं) या कोई और टीडीएस के रूप में आपका कुछ पैसा काट चुका है और अगर आपकी इनकम कर योग्य नहीं है तो आप इस रकम को पाने के हकदार हैं। इसके लिए आप आईटीआर दाखिल करके रिफंड का दावा कर सकते हैं।

इनकम टैक्स डिपार्टमेंट की नई व्यवस्था के अनुसार, अब कोई भी टैक्सपेयर रिटर्न भरने के 10 दिनों के बाद रिफंड का स्टेटस चेक कर सकता है। अब ज्यादातर टैक्सपेयर्स को आईटीआर भरने के 2 सप्ताह के अंदर रिफंड का पैसा मिलने लगा है।

आईटीआर फाइल करने के फायदे

अगर आप आयकर के दायरे में नहीं भी आते हैं तब भी आपको रिटर्न फाइल करना चाहिए। अगर आप आईटीआर फाइल करते हैं, तो इससे आपको वीजा, बड़े अमाउंट का बीमा लेने, लोन, होम लोन जैसी कई चीजों में सहूलियत मिलती है।

आईटीआर (आयकर रिटर्न) के फायदों की बात करें तो आपको टैक्स रिफंड क्लेम करने के लिए आईटीआर दाखिल करना जरूरी है। अगर आपका टीडीएस कटता है और आपकी इनकम टैक्सेबल नहीं है तो आप आईटीआर दाखिल कर रिफंड ले सकते हैं।

इसका दूसरा सबसे बड़ा फायदा वीजा लेने में है क्योंकि कई देशों की वीजा अथॉरिटीज, वीजा देने के लिए 3 से 5 साल का आईटीआर मांगते हैं। आईटीआर से आपके फाइनेंशियल स्टेटस का पता चलता है। वहीं, आईटीआर फाइल करने पर एक प्रमाण पत्र मिलता है। आय का रजिस्टर्ड प्रमाण मिलने से क्रेडिट कार्ड, लोन या खुद की क्रेडिट साबित करने में मदद होती है। यह आपकी इनकम का प्रूफ होता है। इसे सभी सरकारी और प्राइवेट संस्थान इनकम प्रूफ के तौर पर स्वीकार करते हैं।

आईटीआर रसीद आपके पंजीकृत पते पर भेजी जाती है, जो एड्रेस प्रूफ के रूप में काम कर सकती है। अगर आप खुद का बिजनेस शुरू करना चाहते हैं तो आईटीआर भरना बहुत जरूरी है। सरकारी विभाग में कॉन्ट्रैक्ट लेने के लिए भी पिछले 5 साल का आईटीआर देना पड़ता है। अगर आप 1 करोड़ रुपए का टर्म प्लान लेना चाहते हैं तो बीमा कंपनियां आपसे आईटीआर मांग सकती हैं।

विटामिन एवं मिनरल

अर्चना सिंह
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

शरीर को स्वस्थ बनाने में विटामिनों व खनिज तत्वों (मिनरल्स) का महत्वपूर्ण योगदान है। शरीर की अनेक आवश्यक आंतरिक क्रियाओं के संचालन में भी विटामिन्स व मिनरल्स अहम् भूमिका निभाते है। इम्यून सिस्टम के मजबूत रहने की स्थिति में आप अनेक बिमारियों से दूर रहते हैं। जब हमारे शरीर का इम्यून सिस्टम कमजोर पड़ जाता है, तब हमें कई प्रकार के रोग घेर लेते हैं।

उम्र का मानक

आहार में विटामिन्स व मिनरल्स की मात्रा को उम्र के अनुसार निर्धारित किया जाता है। जैसे बढ़ती उम्र के बच्चों के आहार में मिनरल कैल्शियम की अत्यधिक जरूरत होती है, क्योंकि यह तत्व बच्चों की हड्डियों का अच्छी तरह विकास करता है। कुछ रोगों और स्थितियों में भी विटामिन्स व मिनरल्स का महत्व कुछ ज्यादा ही बढ़ जाता है। जैसे खून की कमी (एनीमिया) के मर्ज को दूर करने में आयरन और विटामिन डी का अपना एक खास महत्व है। ये नेत्रों और त्वचा के लिए विशेष रूप से लाभदायक है।

विटामिन 'ए'

विटामिन 'ए' को शक्तिशाली एंटीआक्सीडेंट (जीवन व रोग रक्षक तत्व) माना जाता है। इसलिए यह शरीर के रोग-प्रतिरोधक तंत्र को मजबूत करने में विटामिन 'ए' दो स्वरूपों- रेटीनॉल और बीटा कैरोटिन में पाया जाता है। सामान्य तौर पर बीटा कैरोटिन के कारण ही फलों व सब्जियों का रंग चटख नारंगी, लाल या पीला होता है।

विटामिन 'ए' के स्रोतः टमाटर, पपीता, शकरकन्द, लौकी व कद्दू।

विटामिन 'सी'

जो लोग जिम जाते हैं या नियमित रूप से व्यायाम करते हैं, उनके लिए इस विटामिन का अत्यधिक महत्व है। यह विटामिन मांसपेशियों को मजबूत करता है। घाव भरने में भी यह सहायक है। इम्यून सिस्टम को भी शक्ति प्रदान करता है।

विटामिन 'सी' के स्रोतः आंवला, संतरा, नींबू, मौसमी और टमाटर।

विटामिन 'ई'

यह विटामिन 'ई' एक एंटीआक्सीडेंट के रूप में कार्य करता है। शरीर की कोशिकाओं का क्षीण होने से बचाव करता है।

कई शोध-अध्ययनों से यह सिद्ध हुआ है कि यह विटामिन कैंसर की रोक-थाम में सहायक है। यह एक एंटीएजिंग भी है।
विटामिन 'ई' का स्रोतः हरी पत्तेदार सब्जियों जैसे पालक आदि।

खनिज तत्व

खनिज तत्व के अंतर्गत मुख्यतः कैल्शियम, आयरन, पोटैशियम, मैग्नीशियम, मैंग्नीज़ और आयोडीन की गणना की जाती है।

कैल्शियम

कैल्शियम हड्डियों की मजबूती के लिए बहुत आवश्यक है। शरीर में इसकी कमी आस्टियोपोरोसिस नामक रोग हो जाता है। इस मर्ज में हड्डियां इतनी ज्यादा कमजोर हो जाती हैं कि वे जरा-सी चोट लगने पर टूट जाती हैं।

आयरन

यह रक्त में हीमोग्लोबिन के निर्माण के लिए जरूरी है। हीमोग्लोबिन रक्त में ऑक्सीजन का संचार करने में सहायक है। आयरन की कमी से एनीमिया नामक मर्ज हो जाता है। इस रोग में मरीज़ थकान, कमजोर और सांस लेने में दिक्कत महसूस करता है। विटामिन 'सी' शरीर में आयरन को अवशोषित (जज्ब) करने में सहायक है।
आयरन का स्रोतः हरी पत्तेदार सब्जियां और ड्राई फ्रूट्स

पोटैशियम

शरीर में तरल पदार्थों का संतुलन स्थापित करने के लिए यह मिनरल जरूरी है। मांसपेशियों के कार्यों के समुचित पोटैशियम का महत्वपूर्ण योगदान है।
पोटैशियम के स्रोतः केला, पालक, टमाटर, चुकंदर और डाई फ्रूट्स।

मैग्नीशियम

यह खनिज तत्व मांसपेशियों और शरीर के एंजाइम सिस्टम के सुचारू संचालन के लिए जरूरी है।
स्रोतः फलियां, शकरकंद, पालक, ड्राई फ्रूट्स, अंजीर।

मैग्नीज़

शरीर में यह खनिज तत्व कैल्शियम और आयरन के साथ मिलकर काम करता है। स्वस्थ कोशिकाओं के निर्माण में यह सहायक है।

भारत और ओलंपिक खेल

सचिन सांगवान
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

आधुनिक ओलंपिक खेल विश्व के सबसे प्रमुख अंतरराष्ट्रीय खेल आयोजन हैं। इनमें ग्रीष्मकालीन और शीतकालीन खेलों की प्रतिस्पर्धाएं होती हैं, जिनमें विभिन्न देशों के हजारों एथलीट विभिन्न खेलों में भाग लेते हैं। ओलंपिक खेल विश्व स्तर पर सबसे बड़ी खेल प्रतियोगिता माने जाते हैं, जिसमें 200 से अधिक टीमें विभिन्न देशों और क्षेत्रों का प्रतिनिधित्व करती हैं। ये खेल हर चार साल में आयोजित होते हैं, और चार साल की ओलंपियाड अवधि के दौरान हर दो साल में ग्रीष्मकालीन और शीतकालीन ओलंपिक खेलों का आयोजन होता है। इन खेलों की प्रेरणा प्राचीन ओलंपिक खेलों से मिली है, जो ग्रीस के ओलंपिया में 8वीं सदी ईसा पूर्व से 4थी सदी ईस्वी तक आयोजित होते थे।

भारतीय ओलंपिक इतिहास

भारत ने 1900 में ओलंपिक खेलों में पदार्पण किया, जब एथलीट नॉर्मन प्रिचार्ड ने एथलेटिक्स में दो रजत पदक जीतकर एक एशियाई देश की ओर से पहला ओलंपिक पदक हासिल किया।

भारत ने 1920 में ग्रीष्मकालीन ओलंपिक खेलों में भाग लेना शुरू किया और तब से हर ग्रीष्मकालीन खेलों में भाग लिया है। भारत ने 1964 से शीतकालीन ओलंपिक खेलों में भी भाग लिया है। भारतीय एथलीटों ने अब तक कुल 41 पदक जीते हैं, सभी ग्रीष्मकालीन ओलंपिक खेलों में। एक महत्वपूर्ण अवधि के लिए, भारतीय पुरुष हॉकी टीम ने ओलंपिक प्रतियोगिता में शानदार सफलता प्राप्त की, 1928 से 1980 तक बारह ओलंपिक खेलों में ग्यारह पदक जीते, जिसमें आठ स्वर्ण पदक शामिल हैं, जिनमें से छह लगातार 1928 से 1956 तक जीते गए। 1900 के पेरिस खेलों से लेकर 2024 के पेरिस खेलों तक, भारत की ओलंपिक यात्रा एक सदी से अधिक की है, और सबसे सफल प्रदर्शन टोक्यो 2020 खेलों में हुआ।

भारत 2024 पेरिस ओलंपिक में

2024 के ग्रीष्मकालीन ओलंपिक खेल पेरिस में 26 जुलाई से 11 अगस्त तक आयोजित किए गए थे, और इस बार भारत ने अपनी 26वीं उपस्थिति दर्ज की। भारतीय दल में 110 एथलीट शामिल थे, जिन्होंने 16 खेलों में प्रतिस्पर्धा की। भारत ने छह पदक जीते, जिनमें एक रजत और पांच कांस्य पदक शामिल हैं। इस प्रदर्शन ने भारत को 206 भाग लेने वाले देशों में 71वां स्थान दिलाया, जो 2020 के ग्रीष्मकालीन ओलंपिक के बाद का दूसरा सबसे अच्छा पदक स्थान

है। उल्लेखनीय है कि मनु भाकर ने शूटिंग में दो कांस्य पदक जीते, और स्वतंत्रता के बाद एक ही ओलंपिक खेलों में दो पदक जीतने वाली पहली भारतीय बनीं।

2036 का ओलंपिक आयोजन भारत में

78वें स्वतंत्रता दिवस पर, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भारत में 2036 में ओलंपिक खेलों की मेज़बानी के लिए योजनाओं की घोषणा की। यह महत्वाकांक्षी परियोजना भारत की वैश्विक स्थिति को उजागर करने और बड़े पैमाने पर आयोजनों की क्षमता को प्रदर्शित करने का उद्देश्य रखती है और खेलों के माध्यम से राष्ट्रीय एकता और गर्व को बढ़ावा देती है। प्रधानमंत्री ने हाल के ओलंपिक विजेताओं और प्रतिभागियों को भी बधाई दी, जिन्होंने भारत का उच्चतम मानक पर प्रतिनिधित्व किया और अपनी कड़ी मेहनत और समर्पण को दिखाया।

ओलंपिक में भारत के खराब प्रदर्शन के कारण

भारत विश्व का सबसे अधिक जनसंख्या वाला देश है, लेकिन फिर भी हमारे ओलंपिक पदक की गिनती इस स्थिति को दर्शाती नहीं है। आने वाले ओलंपिक में भारत की पदक संख्या को सुधारने के लिए, हमें सबसे पहले उन समस्याओं को संबोधित करना होगा जहाँ हम कमी महसूस कर रहे हैं। इन कमियों में से एक है जमीनी स्तर पर समर्थन की कमी (जैसे स्कूलों में), जो वित्तीय या अभिभावकीय समर्थन हो सकता है, उन युवाओं के लिए जो भारत के लिए खेलना चाहते हैं और खेलों में करियर बनाना चाहते हैं। अन्य कारणों में प्रशासनिक स्तर पर समर्थन नीतियों का सही तरीके से लागू न होना शामिल है, जो अक्सर भ्रष्टाचार, नीतियों के प्रति असंवेदनशीलता, निधियों की कमी और राजनीतिक हस्तक्षेप के कारण प्रभावित होता है। इसके अतिरिक्त, बुनियादी ढांचा, खिलाड़ियों की ट्रेनिंग, फिजियोथेरेपिस्ट की उपलब्धता और सही आहार, ये सभी महत्वपूर्ण तत्व हैं जो एक बच्चे को सफल खिलाड़ी बनाने में मदद करते हैं।

सुधार के लिए मार्ग

इसलिए, सरकार द्वारा उठाया जाने वाला पहला कदम यह होना चाहिए कि एक समिति बनाई जाए जो इन समस्याओं को संबोधित कर सके। समिति के सदस्य विभिन्न खेल क्षेत्रों से होने चाहिए और उनके पास संबंधित क्षेत्रों में विशेषज्ञता होनी चाहिए, क्योंकि वे जमीनी स्तर की समस्याओं को बेहतर समझते हैं। भारत की ओलंपिक प्रदर्शन को सुधारने के लिए एक समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है। इसमें प्रमुख खेलों के विकास में निवेश करना, प्रशिक्षण सुविधाओं को बढ़ाना और उच्च गुणवत्ता की कोचिंग प्रदान करना शामिल है। राष्ट्रीय स्तर पर प्रतिभा पहचान कार्यक्रम लागू करना युवा खिलाड़ियों की पहचान और पोषण में मदद करेगा। खिलाड़ियों को प्रदर्शन पर ध्यान केंद्रित करने के लिए वित्तीय सहायता, चिकित्सा देखभाल और करियर परामर्श जैसी समर्थन प्रणालियाँ प्रदान करना आवश्यक है। इसके अतिरिक्त, अंतरराष्ट्रीय कोच और खेल विशेषज्ञों को शामिल करना प्रशिक्षण की गुणवत्ता को बढ़ाएगा। प्रोत्साहन संरचनाएँ बनाना और अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भागीदारी को बढ़ावा देना खिलाड़ियों को प्रेरित कर सकता है और उन्हें मूल्यवान अनुभव प्रदान कर सकता है। खेल विज्ञान और प्रौद्योगिकी में निवेश से प्रशिक्षण और प्रदर्शन को अनुकूलित किया जा सकता है। विभिन्न खेलों में सार्वजनिक रुचि को बढ़ावा देना और मीडिया तथा सामुदायिक कार्यक्रमों के माध्यम से मजबूत खेल संस्कृति को प्रोत्साहित करना भी महत्वपूर्ण है। अंत में, सरकार और निजी क्षेत्र के बीच सहयोग को मजबूत करना आवश्यक धन और बुनियादी ढांचे को प्रदान करने में सहायक होगा।

निष्कर्ष

भारत की ओलंपिक यात्रा देश की खेल संभावनाओं और चुनौतियों को दर्शाती है। महत्वपूर्ण उपलब्धियों के बावजूद, सुधार की बड़ी संभावना है। आधारभूत विकास, प्रशिक्षण सुविधाओं में सुधार, और प्रभावी प्रतिभा पहचान कार्यक्रमों से भारत विश्वस्तरीय एथलीटों को तैयार कर सकता है। सरकारी और निजी क्षेत्र के सहयोग से आवश्यक संसाधन और बुनियादी ढांचा उपलब्ध कराना संभव होगा।

फिनलैंड की प्रसन्नता के राज

शैली गुप्ता

संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

एक ऐसा देश जहां भले ही वर्ष के 200 दिन ठंड का मौसम रहता है। जहां हफ्तों तक सूर्य देवता के दर्शन नहीं होते है। इस प्रकार की जलवायु होने के बावजूद भी फिनलैंड विश्व के सबसे प्रसन्न देशों में आता है। फिनलैंड की एक पूर्व प्रधानमंत्री का मानना है कि फिनलैंड एक ऐसा बेहतर समाज है, जिसमें जनकल्याण का एक ऐसा मॉडल अपनाया गया है, जो हर किसी को समाज में एक खुशहाल जीवन जीने का अवसर देता है।

जीवन में हम सभी प्रसन्न रहना चाहते है। हमारी प्रसन्नता कई बातों पर निर्भर करती है। किसी व्यक्ति विशेष की प्रसन्नता समाज, परिवार, देश की सामाजिक-आर्थिक परिस्थितियों और स्वयं हम पर निर्भर करती है। इसी तरह, किसी देश विशेष की प्रसन्नता के पीछे भी कई कारण होते है। इसी का बेहतरीन उदाहरण है-फिनलैंड। यूएन के वर्ल्ड हैप्पीनेस इंडेक्स में 2019 से फिनलैंड लगातार नंबर एक की पोजीशन पर बना हुआ है। हैप्पीनेस इंडेक्स में नंबर 1 पर बने रहने के पीछे कई कारण है। जिनका हम आगे विश्लेषण करेंगे। आइए सबसे पहले हम उन कारणों को जानते हैं, जिनके चलते कोई देश प्रसन्नता के सभी मापदंडो को पूरा करता है।

इसका सबसे बड़ा कारण फिनिश समाज का वह मूलभूत विश्वास है, जो व्यक्ति विशेष को सुरक्षित तथा सुकून की अवस्था में रखता है। समाज में उच्च स्तर का विश्वास तथा स्वतंत्र होने का अनुभव ही इसे एक विशिष्ट पहचान देता है। फिनिश लोग अपने पड़ोसियों, जन अधिकारियों तथा अपनी सरकार में पूरा विश्वास बनाए रखते है। फिनलैंड का राजनीतिक, नागरिक तथा प्रेस की स्वतंत्रता में भी उच्च स्थान है। कहने का तात्पर्य यह है कि फिनिश समाज व्यक्तिगत तथा संस्थागत स्तर पर अत्यंत उच्च स्तर की स्वतंत्रता को महत्व देता है।

फिनिश समाज एक पूरी तरह से निष्पक्ष तथा सभी को समानता देने वाला समाज है। ऐसे वातावरण में लोगों को छोटी-छोटी बातों के लिए चिंता नहीं करनी पड़ती है और निश्चिंतता का जीवन जी सकते है और ऐसा जीवन ही वहां के लोगों को ज्यादा सकारात्मक तथा रचनात्मक बनाता है। इस नजरिए की वजह से ही लोग समाज को ज्यादा बेहतर परिणाम तथा उत्पादकता दे सकते है।

फिनिश लोगों की प्रकृति से समीपता भी उनकी रचनात्मकता और नव ऊर्जा के संचार का एक बड़ा कारण है। जब फिनिश लोगों से उनकी प्रसन्नता के बारे में पूछा जाता है, तो वे हमेशा प्रकृति से अपनी समीपता की बात करते है, जो

हमेशा उन्हें जीवन में सुखद अहसासों से भर देती है। फिनलैंड में हर दस मिनट की दूरी पर आपको कोई बाग-बगीचा या जंगल मिल जाता है। साफ पानी, प्रदूषण रहित हवा तथा निष्पाक प्रकृति निश्चय ही बेहतर जीवन शैली, प्रसन्नता तथा रचनात्कता को बढ़ाते है। भारत में बैठकर हम इस बात की कल्पना भी नहीं कर सकते कि फिनिश लोग प्रति हफ्ता, प्रति महीना, प्रति वर्ष अपना बहुत सारा समय प्रकृति के साथ बिताते है। कहने का तात्पर्य यह है कि तनाव रहित जीवन आपको एक ज्यादा बेहतर इंसान बनाता है, जिसके पास हर समस्या का समाधान होता है।

फिनिश समाज की एक और सबसे बड़ी विशेषता वहां के नागरिकों की चारित्रिक विशेषताएं है, जो उनके प्रसन्न रहने के मुख्य कारणों में से एक है– प्रतिबद्धता, आत्मविश्वास ओर समर्पण। ये मानव चरित्र की वो विशेषताएं है, जो किसी भी काम को पूरा करने में व्यक्ति विशेष या व्यवसाय की सफलता को सुनिश्चित करने में सहयोग करती है। विश्व की सबसे प्रतिस्पर्द्धी और खुली अर्थव्यवस्था होने के नाते फिनलैंड व्यवसाय के लिए एक बेहतर स्थान है। फिनलैंड का तनावरहित जीवन भी फिनिश की कार्य संस्कृति को प्रभावित करता है।

फिनलैंड छोटी-छोटी हैरायकी वाला देश है और यहां पर व्यवसायिक काम तथा व्यक्तिगत जीवन के बीच एक बेहतर संतुलन बनाया जाता है। जब लोग यहां आते है, उनका परिचय एक ऐसी जीवनचर्या से होता है, जो विशिष्ट प्रकार की होती है। फिनिश लोगों का सोचना है कि प्रसन्न रहना एक व्यवसायी के लिए अच्छा रहता है और एक प्रसन्न कर्मचारी ज्यादा बेहतर कार्य परिणाम दे सकता है। फिनलैंड के लोग अपने पड़ोसियों, जन अधिकारियों तथा अपनी सरकार में पूरा विश्वास बनाए रखते है।

प्रत्येक वर्ष, फिनलैंड अपनी सामाजिक सुरक्षा के कार्यक्रमों पर करोड़ों रूपए खर्च करता है, जिसमें पेंशन, स्वास्थ्य सुरक्षा से जुड़े व्यय, बेरोजगारी तथा अन्य सामाजिक सेवाएं शामिल हैं। यूरोपियन यूनियन में इन सभी मुद्दों पर खर्च करने वाला फिनलैंड सबसे अग्रणी देशों में से एक है। सर्वेक्षण में यह पाया गया कि 70 प्रतिशत फिनिश लोग अपने देश के स्वास्थ्य देखभाल सिस्टम से संतुष्ट हैं।

फिनलैंड अत्यधिक लैंगिक समानता वाले देशों में से एक है। अप्रैल 2023 तक, महिलाएं देश की संसद का 46 प्रतिशत तक का स्थान रखती है और नगर निगम के स्तर पर 40 प्रतिशत तक की भागीदारी रखती है। फिनलैंड में महिलाओं को पुरूषों के समान अधिकार मिले हुए है। फिनलैंड को लैंगिक समानता के नजरिए से भी एक बेहतर देश की श्रेणी में रखा जा सकता है। फिनलैंड कुछ पहले ऐसे देशों में था, जिसने 1906 में ही महिलाओं को मत देने का अधिकार दे दिया था।

जहां विश्व के अन्य देशों में लोग अपने नौकरी में मिलने वाले अवकाश के साथ वित्तीय खर्चों को वहन करने के लिए चिंतित रहते है। वही फिनलैंड विश्व का एक ऐसा देश है, जो विश्व में पैतृक अवकाश प्रदान करने में सबसे उदार रहता है। फिनलैंड के पारिवारिक अवकाश कार्यक्रम में मातृत्व अवकाश के साथ गर्भावस्था के दौरान माताओं के लिए 40 दिन का कार्य अवकाश दिया जाता है-इसी के साथ उन सभी अभिभावकों को 160 दिन का अवकाश दिया जाता है– चाहे वह बच्चे के संरक्षक हो-या फिर बच्चे के बायोलॉजिकल या एडोप्टिव अभिभावक हो। बच्चों का पालन-पोषण करने में फिनलैंड कुछ सर्वश्रेष्ठ देशों में से एक है।

फिनलैंड की पर्यावरणीय रूप से बहुत सी जागरुक नीतियां हैं, जिसमें से एक 2035 तक कार्बन उत्सर्जन के स्तर को घटाकर शून्य कर देना है। एक ग्रुप के डाटा के अनुसार जब ज्यादातर देश पर्यावरणीय मापदंडों पर खरे नहीं उतर रहे है, वहीं यह देश सबसे कम वायु प्रदूषण करने वाले देशों की सूची में आता है। फिनलैंड विश्व की 10 पर्यावरणीय रूप से जागरुक देशों की श्रेणी में आता है और ग्रीन लिविंग के दृष्टिकोण से एक बेहतर देश है।

शिक्षा के क्षेत्र में फिनलैंड हर विद्यार्थी की शिक्षा पर औसत से जयादा खर्च करता है और यह देश विशेष रूप से वोकेशनल कार्यक्रमों पर प्राथमिकता देता है। फिनिश हाई स्कूल के दो तिहाई विद्यार्थी वोकेशनल शिक्षा में पंजीकृत है और प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे हैं। प्राथमिक शिक्ष से उच्च शिक्षा तक की स्कूलिंग इस देश में मुफ्त है, केवल 2 प्रतिशत विद्यार्थी निजी रूप से फंड किए गए संस्थानों में जा रहे हैं।

अंत में, हम फिनलैंड के प्रसन्नता के कारणों का विश्लेषण करने के पश्चात इसी निष्कर्ष पर पहुंचते हैं कि किसी देश विशेष के लोगों की प्रसन्नता का रहस्य वहां की राजनीतिक-आर्थिक तथा सामाजिक स्तर पर सही नीतियों और सकारात्मक दृष्टिकोण में छिपा रहता है, वही किसी भी देश के नागरिकों की प्रसन्नता की कुंजी है। इन सभी मापदंडों पर फिनलैंड खरा उतरता है।

सोशल मीडिया: समस्या व समाधान

अमित बंसल
कार्मिक निदेशालय

सोशल मीडिया से तात्पर्य

सामाजिक संजाल स्थल (social networking sites) आज के इंटरनेट का एक अभिन्न अंग है जो दुनिया में एक अरब से अधिक लोगों द्वारा उपयोग किया जाता है। यह एक ऑनलाइन मंच है जो उपयोगकर्ता को एक सार्वजनिक प्रोफाइल बनाने एवं वेबसाइट पर अन्य उपयोगकर्ताओं के साथ सहभागिता करने की अनुमति देता है। प्रोफाइल का उपयोग अपने विचारों को साझा करने, पहचान के लोगों या अजनबियों से बात करने में किया जाता है। उदाहरण–फेसबुक, ट्विटर आदि इस संपूर्ण प्रक्रिया में वेबसाइट पर उपलब्ध उपयोगकर्ता की निजी सूचनाएँ भी साझा हो जाती हैं।

यह पूरी प्रक्रिया सूचना प्रौद्योगिकी पर आधारित होती है, जहाँ विभिन्न प्रकार के सॉफ्टवेयर का उपयोग किया जाता है। उपयोग के बहु-विविध तरीके और तकनीकी निर्भरता ने 'सामाजिक संजाल स्थल' को विभिन्न प्रकार के ख़तरों के प्रति सचेत किया है।

सोशल मीडिया के सकारात्मक प्रभाव

सोशल मीडिया दुनिया भर के लोगों से जुड़ने का एक महत्त्वपूर्ण साधन है और इसने विश्व में संचार को नया आयाम दिया है। सोशल मीडिया उन लोगों की आवाज़ बन सकता है जो समाज की मुख्य धारा से अलग हैं और जिनकी आवाज़ को दबाया जाता रहा है। वर्तमान में सोशल मीडिया कई व्यवसायियों के लिये व्यवसाय के एक अच्छे साधन के रूप में कार्य कर रहा है। सोशल मीडिया के साथ ही कई प्रकार के रोज़गार भी पैदा हुए हैं। वर्तमान में आम नागरिकों के बीच जागरुकता फैलाने के लिये सोशल मीडिया का प्रयोग काफी व्यापक स्तर पर किया जा रहा है।

सोशल मीडिया के नकारात्मक प्रभाव

सोशल मीडिया का लत हमारे स्वास्थ्य को भी प्रभावित कर रहा है। शारीरिक रूप से ही नहीं लोगों के दिमाग पर भी इसका नकारात्मक असर पड़ रहा है। जिसके बारे में एक्सपर्ट्स पिछले काफी समय से चेतावनी देते आ रहे हैं। हाल ही में एक शोध में इस बात का खुलासा हुआ है कि सोशल मीडिया का बहुत ज्यादा इस्तेमाल करने वाले लोग मानसिक रूप से बीमार हो रहे हैं। अध्ययन के मुताबिक सोशल मीडिया का ज्यादा इस्तेमाल नींद में कमी या अशांति का कारण बन सकता है। लगातार ऐसा रहने से अवसाद, याद्दाश्त में कमी, मानसिक क्षमता का घटना जैसी समस्याओं के होने की भी पूरी-पूरी संभावना रहती है। इसके अलावा एक्सपर्ट्स ने पेट की समस्या, सिरदर्द, आंख दर्द, जी मिचलाना, मांसपेशियों में

तनाव जैसी समस्याओं के प्रति भी चेतावनी दी है। सोशल मीडिया पर लोगों की रंग-बिरंगी ज़िंदगी को देखकर कई लोगों में हीनभावना पनपने लगती है कि दूसरे लोगों की ज़िंदगी कितनी अच्छी है, वो कितने खुश रहते हैं यह भावना धीरे-धीरे उन्हें अवसाद का शिकार बना देती है। अवसाद का शिकार व्यक्ति लोगों से अलग-थलग रहने लगता है, उसे कुछ भी अच्छा नहीं लगता, ड्रग्स की लत भी लग जाती है और कई बार तो आत्मघाती विचार भी आ सकते हैं। सोशल मीडिया की वजह से लोग अपनी बॉडी को लेकर भी असुरक्षित रहने लगे हैं। लेकिन हम ये भूल जाते हैं कि सोशल मीडिया आभासी दुनिया है, यहां सिर्फ वही दिखता है जो हम लोगों को दिखाना चाहते हैं। रील और रियल ज़िंदगी बहुत अलग-अलग होती है।

सोशल मीडिया का दुरुपयोग

आंकड़ों के अनुसार, वर्ष 2023-24 में फेसबुक, ट्विटर समेत कई साइटों पर 5,645 आपत्तिजनक सामग्रियों के मिलने की शिकायत की गई थी जिनमें से वह सामग्री थी जो धार्मिक भावनाओं और राष्ट्रीय प्रतीकों के अपमान का निषेध करने वाले कानूनों का उल्लंघन कर रही थी। इस अल्पावधि में बड़ी संख्या में आपत्तिजनक सामग्री का पाया जाना यह दर्शाता है कि सोशल मीडिया का कितना ज़्यादा दुरुपयोग हो रहा है।

दूसरी ओर सोशल मीडिया के ज़रिये ऐतिहासिक तथ्यों को भी तोड़-मरोड़ कर पेश किया जा रहा है। न केवल ऐतिहासिक घटनाओं को अलग रूप में पेश करने की कोशिश हो रही है बल्कि आज़ादी के सूत्रधार रहे नेताओं के बारे में भी गलत जानकारी बड़े स्तर पर साझा की जा रही है।

यकीनन यह न केवल देश की प्रगति में रुकावट है, बल्कि भविष्य में इसके खतरनाक परिणाम भी सामने आ सकते हैं। अतः आवश्यक है कि देश की सरकार को इस विषय पर गंभीरता से विचार करते हुए इसे पूरी तरह रोकने का प्रयास करना चाहिये।

सोशल मीडिया के सही उपयोग हेतु नियम तथा सुझाव

भारत में सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पहले से ही सूचना प्रौद्योगिकी (आईटी) अधिनियम, 2008 के दायरे में आते हैं। यदि सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म को अदालत या कानून प्रवर्तन संस्थाओं द्वारा किसी सामग्री को हटाने का आदेश दिया जाता है तो उन्हें अनिवार्य रूप से ऐसा करना होगा। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर रिपोर्टिंग तंत्र भी मौजूद हैं, जो यह पता लगाने का प्रयास करते हैं कि क्या कोई सामग्री सामुदायिक दिशा-निर्देशों का उल्लंघन कर रही है या नहीं और यदि वह ऐसा करते हुए पाई जाती है तो उसे प्लेटफॉर्म से हटा दिया जाता है।

सोशल मीडिया का सही तरीके से उपयोग किया जाए तो बेशक इससे आप अपनी ज़िंदगी और ज्ञान को बेहतर बना सकते हैं लेकिन गलत इस्तेमाल सिर्फ और सिर्फ मुसीबत ही बढ़ा सकता है। तो इसका फ़ैसला आपको लेना है। तो अगर आपको भी लगने लगा है कि सोशल मीडिया कहीं न कहीं आपके हेल्थ और दिमाग को प्रभावित कर रहा है तो बहुत जरूरी है इस ओर ध्यान देना और इसका समाधान निकालना। इसके लिए यहां दिए गए टिप्स आ सकते हैं आपके बेहद काम...

- सबसे पहले कुछ दिनों के लिए सोशल मीडिया से अवकाश लें।
- अपनों के साथ वक्त बिताएं, उनसे बातें करें। दोस्तों से मिलें।

- अगर अवकाश लेना संभव नहीं, तो एक समय निर्धारित करें इसे इस्तेमाल करने का।
- ऐप नोटिफिकेशन बंद कर दें क्योंकि ये भी एक बहुत बड़ी बाधा हैं जो इस लत को खत्म नहीं होने देता।
- नकारात्मक विचारों वाले व्यक्ति को तुरंत अपने सोशल मीडिया अकाउंट और ज़िंदगी से बाहर करें।

विश्व में मौसम परिवर्तन तथा उसके समाधान

गौरव कुमार
वित्त एवं सामग्री प्रबंधन निदेशालय

विश्व में मौसम परिवर्तन चिंता का विषय है। यदि इसका समाधान नहीं सोचा गया तो हमारी पृथ्वी एक दिन मनुष्यों के आवास योग्य नहीं रहेगी। महत्वपूर्ण बात यह हैं कि वह दिन ज्यादा दूर नहीं है। यह एक ऐसी समस्या है जिसका समाधान तुरंत किया जाना चाहिए अन्यथा मनुष्य और अन्य जीवों के अस्तित्व पर ही संकट आ जाएगा।

पहले देखते हैं कि ऐसे कौन से बदलाव हैं जो मौसम परिवर्तन को दर्शा रहे हैं।
तापमान में बढ़ोत्तरी– पूरे विश्व में तापमान का बढ़ना मौसम परिवर्तन का सबसे बड़ा संकेत है। तापमान के बढ़ने से ध्रुवों में जमी बर्फ पिघल रही है जिसके कारण समुद्र में पानी का स्तर बढ़ रहा है। इससे भूमि का भाग कम होता जा रहा है और तटीय शहर डूबते जा रहे हैं।
सूखा पड़ना– तापमान में बढ़ोत्तरी से सूखा बढ़ रहा है जिससे अनाज का उत्पादन कम हो रहा है।
चक्रवर्ती तूफान– आजकल समुद्रों में आ रहे चक्रवर्ती तूफानों की संख्या काफी बढ़ गई है जिससे लाखों लोग विस्थापित हो जाते हैं। भारी मात्रा में जन धन की हानि होती है।
जीव प्रजातियाँ विलुप्त होना– मौसम परिवर्तन के कारण जगंल भी कम हो रहे हैं जिससे कई जीव तथा पौधों की प्रजातियाँ कम हो रही हैं।
बीमारियों का बढ़ना– मौसम में आकस्मिक बदलाव से मनुष्य के स्वास्थ्य पर भी प्रभाव पड़ता है।

मौसम में परिवर्तन के लिए जिम्मेदार मनुष्य ही हैं। आइये देखते हैं कि मनुष्य की किन गतिविधियों के कारण मौसम में परिवर्तन हुआ है:–
औद्योगिकीकरण– 19वीं सदी तक मौसम के परिवर्तन के अनियमित बदलाव नहीं थें। 20वीं सदी के आरम्भ में जब से अधिक उत्पादन के लिए कारखानें लगाये गए तब से प्रदूषण बढ़ना शुरू हो गया है। इन कारखानों से निकलने वाले धुआँ और गंदगी ने हवा और पानी दोनों को दूषित करना शुरु कर दिया।
बिजली का उत्पादन– कारखानें और घरों में बिजली की आवश्यकता को पूर्ण करने के लिए लाखों टन कोयला जलाकर बिजली का उत्पादन किया जाता हैं। इससे प्रदूषण तथा तापमान दोनों बढ़ता है।
वाहनों का उपयोग– वाहनों सें निकलने वाली कार्बन डाई-ऑक्साइड तथा अन्य गैस-वायुमडंल में उपस्थित ओजोन की परत को पतला कर रही है जिसके कारण सूर्य से निकलने वाली हानिकारक किरणें जैसे कि अल्ट्रावायलेट किरणें धरती पर पहुँच रही है।

उपभोक्तावाद की प्रवृत्ति– आजकल हम सब पहले से ज्यादा कपड़े खरीदते हैं, हम खाना भी ज्यादा बर्बाद करते या फेंकते हैं। इन सब चीजों को बनाने में और भोजन के उत्पादन में लगने वाली ऊर्जा व्यर्थ हो जाती है।

जंगल काटना– शहरीकरण के लिए मनुष्य ने जंगल को काट डाला। पेड़ तापमान को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। पेड़, कारखानों से निकलने बाली कार्बन डाई-ऑक्साइड को ऑक्सीजन में बदल देते हैं।

मासांहार का अधिक उपयोग– मांस, मछली आदि मांसाहारी खाद्य पदार्थों को प्रोसेस करने में अधिक ईंधन का प्रयोग होता है। उसकी तुलना में फल-सब्जियों को संरक्षित करना आसाना होता है।

अत: मनुष्य ही मौसम परिवर्तन के लिए जिम्मेदार हैं, वही उसमें सुधार भी कर सकता है। आइये देखते है किस तरह सुधार किया जा सकता है:–

पेड़ लगाना– मौसम को नियंत्रित करने में पेड़ मनुष्यों के सबसे बड़े मित्र हैं। हमें ज्यादा से ज्यादा पेड़ लगाने चाहिए।

विकल्पित ऊर्जा का प्रयोग– हमें अधिक से अधिक वैकल्पिक ऊर्जा जैसे सौर ऊर्जा, वायु ऊर्जा, जल ऊर्जा का उपयोग करना चाहिए। इनसे कोई प्रदूषण नहीं होता।

साइकिल तथा सार्वजनिक यातायात का ज्यादा उपयोग– हमें कम दूरी के लिए साइकिल इस्तेमाल करनी चाहिए तथा जब भी सार्वजनिक यातायात सुविधाजनक हो इस्तेमाल करना चाहिए।

रिड्यूस, रियूज तथा रिसाइकल– हमें अपनी जरूरतें नियंत्रित करनी चाहिए। प्रयास करना चाहिए कि कुछ चीजों का पुनः इस्तेमाल हो सके और प्लास्टिक, पेपर इत्यादि सामान का पुनः किसी दूसरे रूप में इस्तेमाल हो सके। इससे इन चीजों को बनाने में लगने वाली ऊर्जा और प्रदूषण को हम कम कर सकेंगे।

इलेक्ट्रिक वाहनों का इस्तेमाल– हमें बैटरी से चलने वाले वाहनों का ज्यादा इस्तेमाल करना चाहिए जो धुआँ नहीं छोड़ते।

शाकाहारी खाद्य पदार्थों का ज्यादा प्रयोग– शाकाहारी खाद्य पदार्थों के ज्यादा प्रयोग से मांसाहारी खाद्य पदार्थों में लगने वाली ऊर्जा को बचाएंगे।

इन सभी उपायों को अपनाने में हमें अपना समय, प्रयत्न और धन खर्च करना पड़ेगा पर लोग और सरकार स्वयं के विकास और उन्नति में इतने व्यस्त हैं कि अपेक्षित प्रयत्न नहीं कर रहे। हमें समझना होगा कि यदि समय रहते इस समस्या का समाधान नहीं किया गया तो बाद में कुछ भी नहीं किया जा सकेगा और यह बात याद रखना अत्यंत आवश्यक है कि **पृथ्वी है तो हम हैं**।

हिंदी का लक्ष्य और भविष्य

सोनपाल
संसदीय कार्य, राजभाषा तथा संगठन पद्धति निदेशालय

हिंदी आज सिर्फ साहित्य की भाषा नहीं, बल्कि बाजार की भी भाषा है। उपभोक्तावादी संस्कृति ने विज्ञापनों को जन्म दिया, जिससे न केवल हिंदी का अनुप्रयोग बढ़ा, बल्कि युवाओं को रोजगार के नए अवसर भी मिले। हिंदी वैश्विक परिदृश्य में अपनी जगह बना रही है। आज जब भाषाएं खत्म हो रही हैं, हिंदी निरंतर फैल रही है। दुनिया भर में इसका विस्तार हो रहा है। पर एक भाषा के रूप में क्या हिंदी अपना वास्तविक स्वरूप ले पाई है, क्या वह बाजार से मुक्त होकर अपनी सशक्त पहचान बना पाई है? आज का समय भूमंडलीकरण का है, जिसका असली चेहरा बाजार के रूप में हमारे सामने उपस्थित हुआ है। तेजी से फैलती बाजार संस्कृति ने हमारी राष्ट्रीय अस्मिता, खान-पान, पहनावा, भाषा, संस्कृति आदि को प्रभावित किया है। बच्चों के सपनों में बाजार का प्रवेश हो चुका है। मनुष्य की अस्मिता सुरक्षित रखने के लिए भाषा एक सशक्त माध्यम है। आज दुनिया में लगभग साठ हजार भाषाएं किसी न किसी रूप में बोली और समझी जाती हैं, लेकिन आने वाले समय में नब्बे प्रतिशत से अधिक का अस्तित्व खतरे में है। भाषाओं के इस विलुप्तीकरण के दौर में हिंदी अपने को न केवल बचाने में सफल हो रही है, बल्कि उसका उपयोग-अनुप्रयोग निरंतर बढ़ता जा रहा है। यह भाषा लगभग डेढ़ हजार वर्ष पुरानी है और इसमें डेढ़ लाख शब्दावली समाहित है। संप्रति हिंदी को अंतरराष्ट्रीय दर्जा प्राप्त है, क्योंकि यह अनेक विदेशी भाषाओं को न केवल स्वीकार करती है, बल्कि विश्व की समस्त भाषाओं को आत्मसात करने की क्षमता रखती है। हिंदी के विकास के लिए विश्व की अनेकों कृतियों का हिंदी में अनुवाद किया जा चुका है। यह संख्या भी कई दृष्टियों से महत्त्वपूर्ण है। विश्व हिंदी का केंद्रीय सचिवालय मॉरीशस में बनना और हिंदी को प्रौद्योगिकी से जोड़ने के लिए किए जाने वाले सतत् प्रयास इसे संयुक्त राष्ट्र संघ की भाषाओं में स्थान दिलाने का प्रयास है। बाजार के कारण भी हिंदी का प्रचार-प्रसार व्यापक हो रहा है।

दूर देश से निकलने वाली हिंदी पत्रिकाओं ने भी हिंदी को वैश्विक फलक पर ले जाने में उल्लेखनीय भूमिका निभाई है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर हिंदी को बढ़ावा देने वाली संस्थाओं में अंतरराष्ट्रीय हिंदी समिति (संयुक्त राज्य अमरीका), मॉरीशस हिंदी संस्थान, विश्व हिंदी सचिवालय, हिंदी संगठन (मॉरीशस), हिंदी सोसाइटी (सिंगापुर), हिंदी परिषद (नीदरलैंड) आदि ने महत्त्वपूर्ण योगदान दिया है। आज हिंदी जो वैश्विक आकार ग्रहण कर रही है उसमें रोजी-रोटी की तलाश में अपना वतन छोड़ कर गए गिरमिटिया मजूदरों के योगदान को कभी नहीं भुलाया जा सकता। गिरमिटिया मजदूर अपने साथ अपनी भाषा और संस्कृति भी लेकर गए, जो आज हिंदी को वैश्विक स्तर पर फैला रहे हैं। मसलन, एशिया के अधिकतर देशों चीन, श्रीलंका, कंबोडिया, लाओस, थाइलैंड, मलेशिया, जावा आदि में लोक कथाओं पर आधारित नाटकों का मंचन किया जाता है। वहां के स्कूली पाठ्यक्रम में हिंदी की प्रचलित कथाओं को शामिल किया गया है। हिंदी की प्रचलित कथाएं

भारतीय सभ्यता और संस्कृति का संवाहक बन चुकी हैं। रेडियो और श्रीलंकाई सिनेमाघरों में चल रही हिंदी फिल्मों के माध्यम से हिंदी की उपस्थिति समझी जा सकती है।

हिंदी के विस्तार को बढ़ावा देने में उसके अपने आकार का भी बहुत बड़ा हाथ है। देश में आधे से ज्यादा लोग हिंदी बोलते और समझते हैं और यही बड़ी संख्या उसे सबसे बढ़िया लिंक लैंग्वेज बना देती है। समग्र समाज को अध्ययनशील समाज बनना होगा। विद्यालयों तथा महाविद्यालयों में औपचारिक शिक्षा के साथ-साथ अपनी माटी की भाषा में अनौपचारिक जीवन के अनुभवों को आदान-प्रदान भी करना होगा। हम अपनी विरासत में तभी अपनी आने वाली पीढ़ियों के जीवन को सही दिशा दे पाएंगे। आज के नेताओं को भी इस तरफ से अपनी जिम्मेदारी समझनी होगी। हमें देश की एकता, सम्मान एवं गौरव की रक्षा के लिए हिंदी सहित सभी भारतीय भाषाओं को समदृष्टि से प्रोत्साहित करना चाहिए। हम सबको इस बात की ओर ध्यान देना होगा कि हिंदी की उन्नति असंभव नहीं है। मातृभाषा में पढ़कर ही छात्रों का सर्वांगीण विकास संभव है। भूमंडलीकरण, बाजारवाद एवं उपभोक्तावादी संस्कृति के इस युग में अंग्रेजी के बढ़ते वर्चस्व का सामना करने के लिए दृढ़ संकल्प की आवश्यकता है। एक अंतरराष्ट्रीय भाषा के रूप में अंग्रेजी सीखने एवं सिखाने का विरोध हमें नहीं करना है। हमें तो भारतीय भाषाओं के प्रयोग को बढ़ाना है। बहुभाषी भारत देश में हिंदी के साथ-साथ क्षेत्रीय भाषाओं के विकास के लिए भी प्रयत्न करना होगा। इसी से हम अपनी अस्मिता की परिरक्षा कर सकते हैं। भारतेंदु हरिश्चंद्र की भांति हम सब यह मानें कि निज भाषा की उन्नति ही हमारी सम्पूर्ण उन्नति का आधार है। तभी भविष्य में हिंदी पुनः अपने खोये हुए गौरव को प्राप्त कर राष्ट्र भाषा के सच्चे एवं वास्तविक स्वरूप को प्राप्त करने में सफल हो सकेगी।

विभिन्न प्रांतीय सरकारों का यह कर्तव्य है कि हिंदी के साथ-साथ संविधान में मान्यता प्राप्त अन्य सभी भारतीय भाषाओं के विकास के लिए प्रयत्न करें। हिंदी तथा अन्य भारतीय भाषाओं में काम करने वाले अधिकारियों को प्रोत्साहित करें। इसके लिए अपूर्व इच्छा-शक्ति, भाषा प्रेम एवं निष्ठा की महती आवश्यकता है, तभी राष्ट्र भाषा के रूप में हिंदी एवं अन्य भारतीय भाषाओं का समग्र विकास हो पायेगा।

हिंदी के सुंदर भविष्य एवं भावी विकास के लिए कोरे आश्वासनों की आवश्यकता नहीं है। इसके लिए जनसमर्थन की सबसे ज्यादा जरूरत है। इसके उत्थान के लिए दृढ़ संकल्प और लगन तथा निष्ठा की जरुरत है। ऐसी स्थिति में राष्ट्र, राष्ट्रीय संस्कृति और राष्ट्र भाषा प्रेमियों से अपेक्षा है कि वे अविलम्ब जागें और संगठित होकर हिंदी के समक्ष उत्पन्न अवरोधों को हटाने का सार्थक और सशक्त प्रयास करें। हम हिंदी पढ़ें-पढ़ायें, हिन्दी लिखें, हिंदी बोलें तथा हिंदी के प्रति गर्व की भावना रखकर उसका सम्मान करें तो निश्चय ही हिंदी का आने वाला कल सत्यम, शिवं और सुंदरममय होगा ताकि हिंदी जो अपनी अच्छाइयों के आधार पर निरंतर गतिशील है, के प्रति हम तत्पर और हम इस के उज्ज्वल भविष्य के प्रति पूर्ण विश्वास के साथ आशान्वित हो सकेंगे।

राजभाषा प्रतिज्ञा

भारतीय संविधान के अनुच्छेद 343 और 351 तथा राजभाषा संकल्प 1968 के आलोक में हम, केंद्र सरकार के कार्मिक यह प्रतिज्ञा करते हैं कि अपने उदाहरणमय नेतृत्व और निरंतर निगरानी से; अपनी प्रतिबद्धता और प्रयासों से; प्रशिक्षण और प्राइज़ से अपने साथियों में राजभाषा प्रेम की ज्योति जलाए रखेंगे, उन्हें प्रेरित और प्रोत्साहित करेंगे; अपने अधीनस्थ के हितों का ध्यान रखते हुए; अपने प्रबंधन को और अधिक कुशल और प्रभावशाली बनाते हुए राजभाषा-हिंदी का प्रयोग, प्रचार और प्रसार बढ़ाएंगे। हम राजभाषा के संवर्द्धन के प्रति सदैव ऊर्जावान और निरंतर प्रयासरत रहेंगे।

जय राजभाषा! जय हिंद!

रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन मुख्यालय
डी आर डी ओ भवन, राजाजी मार्ग
नई दिल्ली-110011