

अंक 6

वर्ष 2015

टी.ई.सी.  
**संचारिका**  
वार्षिक गृह पत्रिका



[www.tec.gov.in](http://www.tec.gov.in)

भारत सरकार  
दूरसंचार विभाग

**दूरसंचार अभियांत्रिकी केन्द्र**

खुशींद लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली-110001

# हिन्दी पखवाड़ा

शुभांरभ



एक नजर में.....





प्रिय पाठकों,

## ❀ संदेश ❀

दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र की गृह पत्रिका 'संचारिका' के सभी पाठकों को विक्रम संवत् 2072 शक: संवत् 1937 एवं गुड़ी पड़वा, उगादि तथा चेटी चंड की हार्दिक शुभकामनाएं। हमारे लिए गर्व की बात है कि हमारी गृह पत्रिका 'टी.ई.सी. संचारिका' नियमित रूप से प्रकाशित की जा रही है। गृह पत्रिका को नियमित रूप से प्रकाशित करते हुए राजभाषा हिंदी के प्रति अपने दायित्वों व कर्तव्यों का पूरी निष्ठा के साथ अनुपालन का प्रयास हो रहा है, इसकी मुझे अत्यधिक प्रसन्नता हो रही है।

हमारा देश, भाषा के मामले में अत्यंत समृद्ध है। देश में अनेक उन्नत भाषाएँ हैं, जिनका इतिहास सैकड़ों नहीं बल्कि हजारों वर्ष पुराना है। हमारे राष्ट्र की सभी राष्ट्रीय भाषाओं के बीच, देश में सर्वाधिक बोली और समझी जाने वाली भाषा के रूप में हिंदी पिछले सैकड़ों वर्षों से संपर्क भाषा की भूमिका निभाती रही है। देश में सांस्कृतिक समन्वय के जो प्रयास हो रहे हैं, उनमें हिंदी भाषा का विशेष योगदान है। यह हमारा दायित्व है कि हम अपनी आने वाली पीढ़ियों को हिंदी के प्रति रुचि बनाए रखने में तथा उसके उपयोग और प्रगति के प्रति प्रयत्नशील रहने की प्रेरणा दें।

हमारे समाज के विकास में पत्र-पत्रिकाओं का स्थान अत्यंत महत्वपूर्ण होता है। सामाजिक चिंतन और सरोकारों को सकारात्मक दिशा देने के साथ-साथ ये पत्रिकाएँ नवीन प्रौद्योगिकियों, नये आविष्कारों, अभिनव प्रयोगों और नूतन अनुसंधान की जानकारी भी विस्तार से देती हैं। भाषा और संस्कृति को संपुष्ट करने में भी इनका योगदान महती होता है। भारत की क्षेत्रीय भाषाओं और राजभाषा हिंदी का प्रचार-प्रसार करने में गृह-पत्रिकाएँ बहुत सहायक होती हैं।

विगत वर्षों में सभी अधिकारियों/कर्मचारियों ने अपने सामूहिक प्रयासों, उत्साह और निष्ठा से "संचारिका" पत्रिका के सृजन में अपना योगदान दिया है जिससे यह पत्रिका अपनी अनुपम यात्रा पर अग्रसर है। इस अंक में भी हमारे संस्थान के साथियों तथा उनके परिवार के सदस्यों द्वारा विभिन्न विषयों से संबंधित भेजी गयी रोचक एवं पठनीय सामग्री को प्रस्तुत किया गया है।

आशा है कि यह अंक भी आपको पसंद आएगा और आप अपने बहुमूल्य सुझावों से हमें अवगत कराएंगे ताकि पत्रिका के आगामी अंकों को सतत् रूप से उन्नत रूप में प्रस्तुत किया जा सके।



अजय मित्तल

**अजय कुमार मित्तल**  
वरिष्ठ उप महानिदेशक,  
दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र



प्रिय साथियों,

## ✿ संपादकीय ✿

“टी.ई.सी. संचारिका” का वर्तमान अंक अपने प्रबुद्ध पाठकों को सौपते हुए मैं बहुत ही प्रफुल्लित अनुभव कर रहा हूँ।

मित्रों, नेल्सन मंडेला ने कहा था कि यदि आप किसी व्यक्ति से ऐसी भाषा में बात करेंगे जो वह समझता है तो वह उसके दिमाग में उतरती है पर यदि आप उसकी अपनी भाषा में उससे बात करेंगे तो वह सीधे उसके दिल में उतरेगी। भारतवर्ष में हिंदी सबसे अधिक बोली व समझी जाती है। इसके बावजूद हम प्रशिक्षण कार्यक्रमों, आम बैठकों, सम्मेलनों आदि में अँग्रेजी का प्रयोग करते हैं। हिंदी बोलने में व लिखने में अभी भी कई लोगों को झिझक होती है। ऐसे लोगों को फ्रेंच, जर्मन और जापानी लोगों से प्रेरणा लेनी चाहिए जिन्होंने कभी भी अँग्रेजी को अपनी मातृभाषा से ऊपर का दर्जा नहीं दिया। हम हिंदी में ही सोचें और हिंदी में ही लिखें तथा इस सिद्धांत को अपना आदर्श बना लें तो हमें हिंदी में काम करने में कोई कठिनाई नहीं होगी तथा हिंदी की प्रगति में स्वतः तेजी आ जाएगी।

टी.ई.सी. एवं राष्ट्रीय दूरसंचार नीति शोध, नवप्रवर्तन एवं प्रशिक्षण संस्थान के अधिकारियों/कर्मचारियों ने रोचक, प्रेरणास्पद, रचनात्मक, आध्यात्मिक लेखों, कविताओं, संस्मरणों आदि के रूप में रचनाएँ भेजकर इस पत्रिका को आपके सामने लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। मुझे आशा ही नहीं अपितु पूर्ण विश्वास है कि इस संस्करण की रुचिकर विषयवस्तु, बोधगम्य भाषा और मनोहर प्रस्तुति इस पत्रिका को बार-बार पढ़ने और दूसरों को भी पढ़वाने को प्रेरित करेगी।

आशा है पूर्व अंकों की भांति यह अंक भी आपको पसंद आएगा। इस पत्रिका के आगामी अंकों को और अधिक मुखर एवं पठनीय बनाने के लिए आपके मार्गदर्शी सुझावों तथा पथप्रदर्शक समालोचना की हमें अधीरता के साथ प्रतीक्षा रहेगी, इसी आशा के साथ....



**सुनील पुरोहित**

अध्यक्ष, राजभाषा कार्यान्वयन समिति /  
उप महानिदेशक (एन.जी.एस)  
दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र



www.tec.gov.in

## संरक्षक एवं मार्गदर्शक

श्री अजय कुमार मित्तल  
वरिष्ठ उप महानिदेशक

## उप संरक्षक

श्री बाल किशन  
उप महानिदेशक (टी. एण्ड ए.)

## संपादक

श्री सुनील पुरोहित  
उध्यक्ष, राजभाषा कार्यान्वयन  
समिति / उप महानिदेशक (एन.जी.एस.)

## सहयोगी गण

श्री संजीव नारंग  
श्रीमती सुषमा चोपड़ा  
श्री हर्ष शर्मा  
श्री राजेश त्रिपाठी  
श्री राजेन्द्र कुमार अग्रवाल  
श्री अमरदीप



## विषय सूची

क्रं सं.	रचनाएँ	रचनाकार	पृष्ठ सं.
1.	माँ सरस्वती की वन्दना	राजेश कुमार	4
2.	निःशुल्क है	अमरदीप	5
3.	मेरा गाँव	अमरदीप	5
4.	स्वच्छता एवं कचरा प्रबंधन	राजेन्द्र कुमार अग्रवाल	6
5.	नोट की कहानी	पृथी सिंह	10
6.	मेरी माँ	पृथी सिंह	12
7.	टिक-टिक	कुवांशी अस्थाना	13
8.	ईश्वर का कार्य	हर्ष शर्मा	15
9.	सैनिक	सुमित्रा जाखड़	17
10.	आओं हम आकाश को छू लें	सुरेश कुमार गौड़	17
11.	जिम्मेवार कौन	सतिन्दर कुमार भल्ला	18
12.	तरक्की से हमने क्या खोया क्या पाया	राजेन्द्र कुमार अग्रवाल	19
13.	परोपकार	नरेन्द्र चौबे	20
14.	क्या फायदा	नीतू सिंह	22
15.	ग्लोबल वार्मिंग का बढ़ता खतरा	नेहा सिंह	23
16.	मैं हूँ पेड़	ललन ठाकुर	26
17.	बेटी	दिव्या शर्मा	26
18.	एक शहर हो मोम का	नीतू सिंह	27
19.	सच्चा मन	चितरंजन	28
20.	सत्संगति	नरेन्द्र चौबे	30
21.	कामयाबी के 10 सूत्र	ललन ठाकुर	32
22.	भरोसे की शक्ति	अवधेश सिंह	34
23.	ऐ मन! आज तू परेशान क्यों है	संचित गर्ग	35
24.	खुश रहने के 10 सरल नुस्खे	संचित गर्ग	36
25.	माँ भाई कब तक मरेगा ?	राजीव शर्मा	41
26.	संस्कार	निर्भय कुमार मिश्रा	43
27.	विश्व के सात अजूबे	शिवचरण	45
28.	अपनी भारत की संस्कृति को पहचानें	राजेश त्रिपाठी	46
29.	हिन्दू धर्म के सोलह संस्कार	श्रीमती ऊषा कुमारी	47
30.	मैं एक औरत हूँ	मनोरंजन	48
31.	हिन्दी पखवाड़े का आयोजन		49
32.	प्रतियोगिताएं / पुस्तक प्रदर्शनी		51
33.	कार्यशाला		52
34.	दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र (पश्चिमी क्षेत्र) मुम्बई		53
35.	राष्ट्रीय दूरसंचार नीति शोध, नवप्रवर्तन एवं प्रशिक्षण संस्थान		54



## माँ सरस्वती की वन्दना



हे हंसवाहिनी ज्ञानदायिनी  
अम्ब विमल मति दे। अम्ब विमल मति दे ॥

जग सिरमौर बनाएं भारत,  
वह बल विक्रम दे। वह बल विक्रम दे ॥

हे हंसवाहिनी ज्ञानदायिनी  
अम्ब विमल मति दे। अम्ब विमल मति दे ॥

साहस शील हृदय में भर दे,  
जीवन त्याग-तपोमर कर दे,  
संयम सत्य स्नेह का वर दे,  
स्वाभिमान भर दे। स्वाभिमान भर दे ॥१॥

हे हंसवाहिनी ज्ञानदायिनी  
अम्ब विमल मति दे। अम्ब विमल मति दे ॥

लव, कुश, ध्रुव, प्रह्लाद बनें हम  
मानवता का त्रास हरें हम,  
सीता, सावित्री, दुर्गा मां,  
फिर घर-घर भर दे। फिर घर-घर भर दे ॥२॥

हे हंसवाहिनी ज्ञानदायिनी  
अम्ब विमल मति दे। अम्ब विमल मति दे ॥



**राजेश कुमार**  
प्रोटोकॉल अधिकारी (प्रशासन)  
टी.ई.सी.

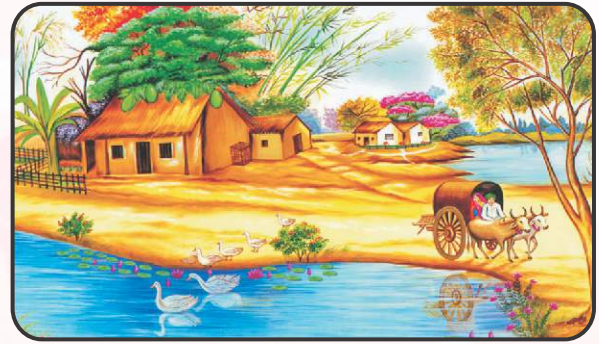
## निःशुल्क है....

यह नदियों का मुल्क है, पानी भी भरपूर है।  
बोटल में बिकता है, पन्द्रह रू. शुल्क है।।  
यह शिक्षकों का मुल्क है, स्कूल भी खुब है।  
बच्चे पढ़ने जाते नहीं, पाठशालाएं निःशुल्क है।।  
यह गरीबों का मुल्क है, जनसंख्या भी भरपूर है।  
परिवार नियोजन मानते नहीं, नसबन्दी निःशुल्क है।।  
यह अजीब मुल्क है, निर्बलों पर हर शुल्क है।  
अगर आप हो बाहुबली, हर सुविधा निःशुल्क है।।  
यह अपना ही मुल्क है, कर कुछ सकते नहीं।  
कहते कुछ हैं नहीं, बोलना निःशुल्क है।।  
यह शादियों का मुल्क है, दान दहेज भी खुब है।  
शादी करने को पैसा नहीं, कोर्ट मेरिज निःशुल्क है।।  
यह पर्यटन मुल्क है, रेलें भी खुब है।  
बिना टिकट पकड़े गये, रोटी कपड़ा निःशुल्क है।।  
यह अजीब मुल्क है, हर जरूरत पर शुल्क है।  
ढूँढ कर देते हैं लोग, सलाह निःशुल्क है।।  
यह आवाम का मुल्क है, रहबर चुनने का हक है।  
वोट देने जाते नहीं, मतदान निःशुल्क है।।



## मेरा गाँव

बड़ा भोला बड़ा सादा बड़ा सच्चा है  
तेरे शहर से तो मेरा गाँव अच्छा है  
वहाँ मैं मेरे पिता के नाम से जाना जाता हूँ  
और यहाँ मकान नंबर से पहचाना जाता हूँ  
वहाँ फटे कपड़ों से भी तन को ढका जाता है  
यहाँ खूले बदन में टैटू छापा जाता है



यहाँ कोठी है, बंगले है और कार है  
वहाँ परिवार और संस्कार है  
यहाँ चीखों की आवाजें दीवार से टकराती हैं  
वहाँ दूसरों की सिसकियाँ भी सुन ली जाती हैं  
यहाँ शोर-शराबे में कहीं खो जाता हूँ  
वहाँ टूटी खटिया पर भी आराम से सो जाता हूँ  
मत समझो कम हमें कि हम गाँव से आए हैं  
तेरे शहर के बाजार मेरे गाँव ने ही सजाये हैं  
वहाँ इज्जत में सिर सूरज की तरह ढलते हैं  
पर आज हम उसी गाँव में चलते है  
बड़ा भोला बड़ा सादा बड़ा सच्चा है  
तेरे शहर से तो मेरा गाँव अच्छा है



**अमरदीप**

कनिष्ठ अनुवादक (एन.जी.एस.)  
टी.ई.सी.

## स्वच्छता एवं कचरा प्रबंधन

अंतरिक्ष से बेहद सुंदर दिखाई देने वाला पृथ्वी ग्रह सौर मण्डल का तीसरा ग्रह है। समस्त ब्रह्मांड में हमारी पृथ्वी ही एकमात्र ग्रह है जहाँ जीवन उपस्थित है। पृथ्वी के जन्म के लाखों-करोड़ों वर्षों की लंबी प्रक्रिया में विभिन्न कालखण्डों के दौरान, विकास की लम्बी प्रक्रिया में हम अपने अविवेकपूर्ण व अनियोजित जीवन शैली तथा क्रियाकलापों से पृथ्वी को कचरे के ढेर में बदलते जा रहे हैं। जीवन में जिस तरह भोजन, पानी और हवा बुनियादी आवश्यकता है, उसी तरह बेहतर जीवन जीने के लिए बेहतर शिक्षा, स्वास्थ्य और स्वच्छता की भी अहम भूमिका होती है। विकास की दौड़ में हम केवल अपने आरामदायक एवं वैभवशाली जिंदगी के बारे में सोचते हैं परन्तु अपने आस-पास के बारे में सोचने के लिये हमारे पास समय नहीं है।

विश्व अर्थव्यवस्था में तेजी से अपनी स्थिति मजबूत कर रहा भारत, दुनिया की शीर्ष 10 अर्थव्यवस्थाओं में शामिल है। हालांकि, यह मानव विकास सूचकांक पर 134वें स्थान पर फिसल गया है। आज विश्व स्वच्छता के प्रति सचेत है परन्तु भारत में सफाई के प्रति अभी हम कुंभकरन की नींद सोयें हैं। तमाम प्रगति और उन्नति के बावजूद, भारत की छवि विश्वभर में कूड़े-कचरे से घिरे देश की बन चुकी है। महानगरों, नगरों और गांवों में चारों ओर पसरी गंदगी लाईलाज हो चुकी है। अब स्थिति यह हो गई है कि पर्यटन व तीर्थस्थल भी साफ-सुथरे नहीं रह गए हैं। जब से प्लास्टिक बैग मिलने शुरू हुए हैं, हर जगह कूड़े के ढेर लगे हुए हैं। नदियों में इंडस्ट्रियल वेस्ट इतना हो गया है कि देख कर मन खिन्न हो जाता है। इस ग्लोबलाइजेशन के जमाने में हर देश से लोग भारत आते हैं। क्या सोचते होंगे वे लोग भारत के बारे में?

शरीर, वस्त्र, घर, सामान इन सभी क्षेत्रों में जो मलीनता पाई जाती है उसका कारण कोई भौतिक कठिनाई नहीं अपितु मनुष्य का संवेदनहीन व्यक्तित्व ही, एकमात्र कारण होता है। फुर्सत न मिलना, नौकर न होना, घर के अन्य लोगों का ध्यान न देना आदि बहाने हो सकते हैं, तथ्य नहीं। तथ्य यह है कि स्वच्छता का मूल्य एवं महत्व नहीं समझा गया। उसके अभाव में होने वाली हानि को नहीं जाना गया। यदि जाना जाता तो बहानेबाजी का रास्ता अपनाने की अपेक्षा, आलस्य छोड़कर, गन्दगी को हटाने के लिए परिश्रम किया होता। इसमें समय एवं श्रम की नहीं, आवश्यकता केवल सतर्कता की होती है। शारीरिक आलस्य जितनी गन्दगी फैलाता है, उससे ज्यादा मानसिक आलस्य का हाथ होता है। मन में गन्दगी के प्रति घृणा नहीं होती तो वह जमकर बैठने लगती है। यदि मन में सतर्कता रहे और यह भावना बनी रहे कि गन्दगी में लिपट कर हमें अपना व्यक्तित्व ओछा नहीं बनाना है, तो अवश्य ही यह सूझता रहेगा कि कहाँ मलीनता एकत्रित हो गई और उसे किस प्रकार दूर किया जाये? जब तक हमें किसी बात का लाभ समझ में नहीं आता, तब तक हम उसे करने



के लिए तैयार नहीं होते। सच बात यह है कि न तो हमने गन्दगी की हानि को समझा है और न स्वच्छता के लाभ को जाना है। इसलिए मनोवृत्ति ऐसी बन गई है कि उसे गन्दगी के साथ समझौता कर लेने जैसी कहा जा सकता है।

प्रधानमंत्री, श्री नरेंद्र मोदी ने 2 अक्तूबर' 2014, को स्वच्छ भारत हेतु स्वच्छता अभियान का आरम्भ कर एक अति महत्वपूर्ण कदम उठाया है जिससे सफ़ाई के प्रति लोगों में एक जागरूकता पैदा हुई है। लोगों के मन की हिचक टूटी, हिचक झाड़ू को हाथ लगाने की। साफ सफ़ाई के लिए खुद झाड़ू उठाने की। इससे भारतीय समाज में स्वच्छता के महत्व को लेकर जागरूकता पैदा हुई है। अपने घर के भीतर की सफ़ाई तो सभी करते हैं लेकिन घर के बाहर की सफ़ाई पर हमारा ध्यान कभी नहीं जाता था। अब हमें महसूस हुआ कि हम भारतीय देश की सफ़ाई के प्रति कितने अनजान थे। क्या केवल स्वच्छता अभियान से ही हम 'स्वच्छ भारत' का निर्माण कर सकते हैं। कदापि नहीं। 'स्वच्छ भारत' के लिये हमें कूड़े-कचरे का उचित प्रबंधन भी करना होगा। हम कितना भी सफ़ाई अभियान क्यों न चला ले, जब तक हम गंदगी, कूड़ा फैलाना नहीं छोड़ेंगे, हम एक स्वच्छ भारत का निर्माण नहीं कर सकते। स्वच्छता एवं कचरा निदान का घनिष्ठ सम्बंध है। विकासशील देशों में कचरा एक बड़ी समस्या बन गया है। जैसे-जैसे विकास हो रहा है और लोगों का जीवन स्तर बढ़ रहा है, कूड़ा-कचरा भी बढ़ रहा है। लेकिन कचरे से कैसे निपटा जाये, यह समस्या बनी हुई है। पेट भरने, तन ढकने और सिर छिपाने लायक साधन जुटाने की समस्या अभी हल नहीं हो पायी थी कि बड़ी मात्रा में उत्पन्न होने वाले कचरे को ठिकाने लगाने की नयी समस्या सामने आ गयी। प्रकृति अपने उत्पादित कचरे को ठिकाने लगाती और उपयोगी बनाती रहती है। पशुओं के मल-मूत्र, पेड़ों से गिरे पत्ते आदि सड़-गल कर उपयोगी खाद बन जाते हैं और वनस्पति उत्पादन में काम आते हैं। पर इसे दुर्भाग्य ही कहना चाहिये कि उससे खाद न बनाकर नदी-नालों में बहा दिया जाता है और पेय जल को दूषित किया जाता है। अनेक उपायों के बाद भी इन दिनों कचरे में भयानक वृद्धि हुई है। हर वस्तु कागज, प्लास्टिक के थैलों, पत्तल, दोना, डिब्बा आदि में बन्द करके बेची जाती है; वस्तु का उपयोग होते ही वह पैकिंग कचरा बन जाता है और उसे जहाँ-तहाँ सड़कों-गलियों में फेंक दिया जाता है। इसकी सफ़ाई में ढेरों खर्च तो होता है, विशेष समस्या यह है कि उसे डाला कहाँ जाये ? शहरों के नजदीक जो ऊबड़-खाबड़ जमीनें होती हैं वे इस कचरे से भर जाती हैं। भारतवर्ष में प्रतिदिन 20 करोड़ कागज/प्लास्टिक के थैले इधर-उधर सड़कों, गलियों, पार्कों में बिखेर दिये जाते हैं। अकेले दिल्ली में हर रोज 384 टन जूठन फेंकी जाती है। संयुक्त राष्ट्र के एक सर्वेक्षण में बताया गया है कि दिल्ली, कलकत्ता, काहिरा, इस्तांबुल जैसे बड़े महानगरों में इस तरह के जूठन से जितना अधिक वातावरण दूषित होता है, उतना और किसी से नहीं।

इस समस्या को हल करने के लिए सर्वसाधारण को प्रशिक्षित किया जाना चाहिए कि कम से कम कचरा उत्पन्न करें। कूड़े को छँटकर उसमें से कागज बनाने लायक कचरा अलग कर दिया जाये, जिसे गलाकर नया सस्ता कागज बनाया जाये। खाने-पीने के संबंध में जूठन न छोड़ने की आदत डाली जाये तथा जूठन के रूप में शेष कचरे को मछलियों तथा पक्षियों के लिए चारे के रूप में प्रयुक्त किया जाये। बचे हुए शेष कचरे को जलाकर उसकी राख खेतों में डालने के लिए खाद रूप में प्रयुक्त की जाये। घरेलू कचरे को दूसरे सम्मिश्रणों के साथ ईंधन के रूप में भी प्रयुक्त किया जा सकता है। ऐसे उपाय-उपचार अपनाकर बहुत हद तक इस समस्या से निपटा जा सकता है। इसलिये अगर हमें कचरा प्रबंधन में जिम्मेदारी बरतनी है तो हमें अपने घर का कचरा इस तरह अलग करके रखना होगा कि वह बाहर जाकर एक समस्या और परेशानी का कारण न बन जाये। हर परिवार को तीन डस्टबिन रखने चाहिये जो घर के बाहर लॉन में एक तरफ, गैराज या मुख्य द्वार के पास कहीं भी रखे जा सकते हैं। परिवार स्वयं अपने घर के भीतर के कूड़े कचरे को तीन अलग-अलग डस्टबिनों में डाले। एक में आर्गेनिक कचरा, दूसरे में रीसाईकल होने वाला कचरा और तीसरे में जैवअपशिष्ट गंदगी जैसे- तरकारी, छिलके, खुरचन, बचे हुए खाद्य अपशिष्ट आदि। सरकारी विभाग से तीन तरह की गाड़ियां आयें तथा एक-एक करके अलग-अलग ले जायें। इसके अलावा पुराने कपड़े, बिजली का सामान, पॉलिथिन थैलियां, बैटरियां, घरेलू वस्तुएं जैसे फर्नीचर, टी.वी., जूते, कांच वगैरह को एक निश्चित स्थान पर पहुंचाने की जिम्मेदारी हम स्वयं उठायें। इस प्रकार का सूखा कचरा किसी भी स्थानीय कबाड़ी वाले को दिया जा सकता है। स्वच्छता का सबसे कारगर ढंग है- गंदगी कम से कम की जाये। अगर एक व्यक्ति किसी स्थान पर दिनभर कुछ न कुछ फैलाता रहे और दूसरा व्यक्ति पूरा दिन भी झाड़ू लेकर वहां सफाई करता रहे, तब भी वह स्थान कभी साफ नहीं हो सकता। इसलिए स्वच्छता का पहला नियम है गंदगी कम से कम पैदा की जाए। इसके लिए प्रत्येक नागरिक में स्वच्छता का संस्कार और गंदगी के प्रति नफरत पैदा होना जरूरी है।

हम यदि इस कचरे का सही प्रबंधन करें तो देश को प्राकृतिक खाद प्राप्त हो सकती है व री-साईकल होने वाली वस्तुओं का उचित प्रयोग करके राष्ट्रीय बचत की जा सकती है। इससे पर्यावरण व प्राकृतिक संसाधन सुरक्षित होंगे तथा बीमारियों से



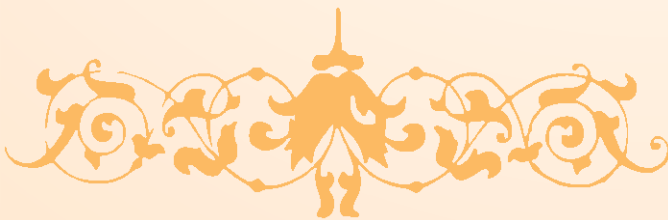
सुरक्षा होगी, दवाइयों पर होने वाला खर्च बचेगा, शक्ति व अन्य संसाधनों को हम देश के विकास पर लगा सकेंगे, विदेशी पर्यटकों की संख्या भी बढ़ेगी और इससे विदेशी पूंजी भी हम अर्जित कर पायेंगे। इससे देश की छवि सुधरेगी। प्रत्येक व्यक्ति जिम्मेवार हो तो सभी को व पूरे राष्ट्र को लाभ होगा। हम अब भी जागरुक नहीं हुए तो हमारी भावी पीढ़ियां कचरे के ढेर पर ही अपना जीवन बिताएंगी। उनके पास सांस लेने को शुद्ध हवा और बैठने हेतु साफ स्थान भी नहीं होगा। कचरे से उपजी विपदा के कारण, आज भारत गंभीर खतरे की कगार व विस्फोट के ढेर पर बैठा है। हम सभी को सोचना होगा और कूड़े-कचरे के प्रबंधन हेतु आदतों में सुधार लाना होगा।

एक पुरानी कहावत है – “धरती हमारे पुरखों की अमानत नहीं है बल्कि हमारे अपने बच्चों का कर्ज है हम पर”। हमारा हर एक छोटा कदम हमारी धरती और इसके भविष्य को प्रभावित करता है। अगली पीढ़ी के लिए यह हमारा कर्तव्य है कि हम अपनी पीढ़ी के द्वारा पैदा की गई समस्याओं को सुलझाएं।

## स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत



एक कदम स्वच्छता की ओर



**राजेन्द्र कुमार अग्रवाल**  
परामर्शदाता (एन.जी.एस.)  
टी.ई.सी.

## नोट की कहानी

एक दिन अचानक .. अजीब से हो गये हालात ..  
अचानक .. एक मैले से नोट से .. हो गयी बात ..  
लगा .. कि वो नोट .. करना चाहता है कुछ बात ..  
वो नोट .. जो मेरे हाथ .. मेरे पास था ..  
मित्रों, लगा .. वो बड़ा ही उदास था ..  
मैंने कहा – तुम तो सबके प्यारे हो ..  
सभी की आँखों के तारे हो ..  
फिर क्यों .. इस तरह गम के मारे हो ..  
आ गया उसकी आँखों में पानी ..  
जब उसने सुनाई .. अपनी ये कहानी .. !!  
मैं बंजारा हूँ – मेरा कहाँ है कोई ठिकाना ..  
आज इसके .. तो कल किसी ओर के पास है जाना ..  
सबको मालूम है .. मेरा तो सदा से यही है फसाना ..  
फिर भी पागल है .. मेरे लिये सारा जमाना .. !!

देख कर .. आजकल इंसानों का ये हाल ..  
हृदय में मेरे .. होता है बहुत ही मलाल ..  
आज पहली बार – किसी ने – मुझसे पूछा है मेरा हाल ..  
ओ मेरी कहानी के कथाकार – करना लोगों से कुछ सवाल .. !!

क्यों मेरी खातिर .. ना जाने कितने ही रिश्ते नाते ..  
जो करते थे कल तक .. प्रेम और अपनत्व की बातें ..  
पल भर में .. कलह की चक्की में .. पिस जाते ..  
जिन कागज के टुकड़ों पर .. लोग इतना अधिकार जताते ..  
वो तो किसी भी बहाने .. हाथों से निकल जाते ..  
ना जाने लोग .. देख कर भी .. क्यों समझ नहीं पाते ..  
मेरी मिलिकियत के लिये .. कैसे-कैसे ओछे काम कर जाते ..  
निर्जीव वस्तुओं के लिये .. सजीवों की हत्या तक कर जाते ..  
जाने कैसे-कैसे .. कल्पित सुखों की .. आस मुझसे लगाते ..  
और इन कल्पनाओं में .. रहते सदा खुद को भरमाते .. !!

पूछना, जिन नोटों के लिये .. तुम न जाने कितनी बार बिके ..  
वो अगर आये भी थे .. तो तुम्हारे पास .. कितनी देर टिके .. ??  
ना जाने .. कैसा हो गया है .. आज इंसानों का मन ..

भूल कर .. जो मिला हुआ है .. वो सुख .. चैन .. अमन ..  
दिन रात करते रहते .. जाने कैसे कैसे जतन ..  
और अधिक, और अधिक .. की चाह में पागल मन ..  
क्यों देख नहीं पाते लोग .. अपना ये मानसिक पतन ..  
कितने ही धन को पाकर भी .. बने रहते सदा निर्धन ..  
और इस मृगतृष्णा में .. चुक जाता अनमोल जीवन .. !!

और सुनो, रोज बदलता है .. मेरे रहने का संसार ..  
कभी .. किसी धनपति की तिजोरी की शोभा बढ़ाता हूँ ..  
तो कभी .. किसी गरीब के कमरे में चला जाता हूँ ..  
कभी .. स्वयं को किसी भगवान के चरणों में पाता हूँ ..  
तो कभी .. किसी नाचनेवाली के कदमों तले आ जाता हूँ ..  
कभी .. किसी के पर्स में .. सिमटा सिमटा रहता हूँ ..  
तो कभी .. किसी सुंदरी के अंगों से चिपटा रहता हूँ ..  
रोज बदलता है .. मेरा निवास और मेरा घर द्वार ..  
पर मैं रहता हूँ .. सब जगह ही .. एक जैसा निर्विकार ..  
दो क्षण सोच कर ... करो तुम .. जरा ये विचार ..  
क्या मनुष्य भी, कहीं भी ... हो पाता है निर्विकार .. ??

मैंने देखें हैं .. मनुष्य के .. ना जाने कितने ही रंग ..  
उल्लेख करूँगा ... तो जगह पड़ जायेगी तंग ..  
आज के दौर में .. ये कैसे कैसे हो गये ढंग ..  
मेरी वजह से ... इंसान पूजे जाते हैं ..  
मेरी वजह से ... शैतान पूजे जाते हैं ..  
मेरी वजह से ही ... भगवान पूजे जाते हैं .. !!

मनुष्यों के लिये तो .. मैं भगवान से भी बड़ा हो गया ..  
हँसना मत, सोचना .. ये कैसा युग .. खड़ा हो गया .. ??  
कई बार जब कागज की तरह .. मुझे फाड़ देता है कोई बच्चा नादान ..  
तो उसी के माँ बाप .. जो कहते हैं .. कि ये ही है मेरा जहान ..  
बना देते हैं .. उसके गालों पर .. उंगलियों के निशान ..  
क्या हुआ, समझ ही नहीं पाता .. वो नन्हीं सी जान .. !!

आदमी .. मेरी कितनी कदर .. परवाह करता है ..  
मेरे लिये .. खुद को .. सही राह से गुमराह करता है ..

मेरी खातिर .. नित नया किस्सा .. हर रोज होता है ..  
देख कर आदमी का ये हाल .. बहुत ही अफसोस होता है .. !!  
द्रवित मत होवो .. ये दुखद .. पर कटु सत्य है ..  
मेरी सत्ता के आगे .. आदमी के सारे सत्य .. असत्य हैं .. !!

सुनो रचनाकार .. कभी खत्म नहीं होगी .. मेरी कहानी ..  
तुम्हारी ही तरह .. आ रहा है .. मेरी भी आँखों में पानी ...  
मेरी भी आँखों में पानी ... इसलिए मानवता निभाओं.....जय माँ भारती ।।



## “मेरी माँ”

एक गाँव में 10 साल का लड़का अपनी माँ के साथ रहता था। माँ ने सोचा कल मेरा बेटा मेले में जाएगा, उसके पास 10 रुपए तो हो, ये सोचकर माँ खेतों में काम करके शाम तक पैसे ले आई। बेटा स्कूल से आकर बोला, खाना खाकर जल्दी सो जाता हूँ, कल मेले में जाना है। सुबह माँ से बोला, मैं नहाने जाता हूँ, नाश्ता तैयार रखना। माँ ने रोटी बनाई, दूध अभी चूल्हे पर था। माँ ने देखा बरतन पकड़ने के लिए कुछ नहीं है, उसने गर्म पतीला हाथ से उठा लिया, माँ का हाथ जल गया। बेटे ने गर्दन झुकाकर दूध रोटी खाई और मेले में चला गया।

शाम को घर आया तो माँ ने पूछा, मेले में क्या देखा ? 10 रुपए का कुछ खाया या नहीं, बेटा बोला माँ आँखें बंद कर, तेरे लिए कुछ लाया हूँ। माँ ने आँखें बंद की तो बेटे ने उसके हाथ में गर्म बरतन उठाने के लिए लाई संडासी रख दी। अब माँ तेरे हाथ नहीं जलेंगे। माँ की आँखों से आँसू बहने लगे।

दोस्तों,

माँ के चरणों में स्वर्ग है  
कभी उसे दुखी मत करो  
सब कुछ मिल जाता है,  
पर माँ दुबारा नहीं मिलती।  
माँ, मेरा गुरु,  
माँ कल्पतरु,  
माँ सुख का सागर!!!!!!  
“ मेरी माँ ”!!!!!!



**पृथी सिंह**

स्टाफ कार चालक(टी.डब्ल्यू.ए)  
टी.ई.सी.

## टिक-टिक

टिकू एक मेधावी छात्र था और घर के पास के सरकारी स्कूल में चौथी कक्षा में पढता था। उसके पापा एक गरीब मजदूर थे और मम्मी लोगों के घरों में साफ सफाई का काम करती थी। एक रात उसके पापा जब घर आए तो एक पुरानी टेबल क्लॉक साथ लाए थे। टिकू घड़ी देखकर बहुत खुश हुआ और उसने घड़ी अपने पास रख ली। सुबह 6 बजे टिकू की माँ काम पर निकल जाती थी। आज जब वह उठी तब घड़ी में 5 बज गये थे। घड़ी ने जब 6 बजाए तब उसकी मम्मी घर से काम करने निकल गईं। टिकू का स्कूल 7:30 बजे लगता था। टिकू भी घड़ी देखकर स्कूल के लिए 7 बजे घर से निकल गया। लेकिन वह स्कूल आधा घंटा देर से पहुंचा। उसकी मैडम ने उसे बहुत डांटा। टिकू स्कूल से जब घर वापस आया तब उसकी मम्मी ने बताया घड़ी सही समय नहीं बताती है। टिकू की मम्मी बोली वो आज आधा घंटा देर से काम पर पहुंची थी और उनकी मालकिन ने उन्हें बहुत डांटा। उसकी मम्मी पुरानी घड़ी फेंकने लगी लेकिन टिकू ने उन्हें घड़ी फेंकने नहीं दी।

टिकू अगले दो दिन तक रोज शाम को 4 बजे से 8 बजे तक घड़ी देखता और हर एक घंटे बाद पास वाले अहमद चाचा से समय पूछकर आ जाता। उसने पाया कि घड़ी हर एक घंटे में 5 मिनट लेट हो जाती थी। अगले दिन स्कूल से लौटकर उसने अहमद चाचा से समय पूछा और घड़ी 3 बजे सेट कर दी। रात को जब घड़ी 9:25 बजा रही थी। उसने हिसाब लगा कर घड़ी का समय 10:00 बजे सेट कर दिया। सुबह जब टिकू उठा तब घड़ी 5 बजा रही थी। टिकू स्कूल का होमवर्क करने लगा और साथ ही साथ बार बार घड़ी को देखता रहा, जैसे ही घड़ी ने 5:20 समय बताया, उसने समय बदल कर 6:00 बजे सेट कर दिया। उसकी मम्मी ये देखकर मुस्कराई और काम करने के लिए घर से निकल गईं। टिकू भी अपने पापा के साथ 7 बजने पर स्कूल चला गया। अब रोज़ टिकू स्कूल से वापस आ कर हर 3-4 घंटे में घड़ी का समय सही कर देता था।

टिकू के बगल वाली पुष्पा चाची उसकी मम्मी के पास शाम को 7 बजे आती थी। टिकू वहीं पर स्कूल की किताब पढता रहता था, वो टिकू से बार बार समय पूछती रहती थी। उन्हें घड़ी देखनी आती नहीं थी और उसकी मम्मी को पता था कि इस घड़ी से सही समय सिर्फ टिकू बता सकता है। टिकू दो मिनट सोच कर चाची को समय बता देता और वो 8 बजे अपने घर चली जाती थी। टिकू को इस खेल में बड़ा अच्छा लगता

था। टिंकू की मम्मी ने एक दिन उसके पापा से कहा टिंकू को इस बार उसके जन्मदिन पर नई घड़ी लाकर दे दो। टिंकू के पापा ने हाँ भर दी।

14 नवम्बर को टिंकू का जन्म दिन था। आस पास के 6-7 बच्चे आए हुए थे। उसके मम्मी पापा ने उसे गिफ्ट पेपर से सजा हुआ गिफ्ट दिया। टिंकू से रुका नहीं गया। उसने बच्चों के जाने के तुरंत बाद ही गिफ्ट खोलकर देखा तो उसमें एक सुंदर सी घड़ी थी। वो बहुत खुश हुआ। उसने पुरानी घड़ी की जगह नई घड़ी रख दी। रात के 9:45 बजे उसके हाथ घड़ी की तरफ गए, तब उसकी मम्मी ने टोका और कहा, बेटे ये घड़ी सही समय बताती है, इसका समय बदलने की आवश्यकता नहीं है। अगली सुबह उसकी मम्मी ने समय नहीं पूछा। शाम को चाची आई तो उसकी मम्मी ने घड़ी देखकर समय बता दिया। टिंकू को ऐसा लगा कि उसका खिलौना टूट गया। वो उदास हो गया, उसका नई घड़ी का उत्साह उतर गया। टिंकू की उदासी देखकर, दो दिन बाद उसकी मम्मी ने नई घड़ी छुपा दी और दुबारा पुरानी घड़ी उसकी जगह लगा दी। टिंकू जब स्कूल से वापस आया तब उन्होंने उससे कहा, बेटे वो घड़ी पानी में गिर गई थी और खराब हो गई थी, अब हमें पुरानी घड़ी से काम चलाना होगा। टिंकू मन ही मन बहुत खुश हुआ। शाम को पापा ने जब घड़ी के बारे में पूछा तो उसकी मम्मी ने पापा को चुप रहने का इशारा करते हुए कहा वह घड़ी खराब हो गई है। टिंकू अंदर ही अंदर बहुत खुश था। अब सब उससे दुबारा समय पूछने लगे थे।



**कु.वांशी अस्थाना**

(क्लास पाँचवी)

सुपुत्री विवेक अस्थाना

एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.



## ईश्वर का कार्य

एक बार श्री कृष्ण और अर्जुन भ्रमण पर निकले तो उन्होंने मार्ग में एक निर्धन ब्राह्मण को भिक्षा मांगते देखा। अर्जुन को उस पर दया आ गयी और उन्होंने उस ब्राह्मण को स्वर्ण मुद्राओं से भरी एक पोटली दे दी, जिसे पाकर ब्राह्मण प्रसन्नतापूर्वक अपने सुखद भविष्य के सुन्दर स्वप्न देखता हुआ घर लौट चला। किन्तु उसका दुर्भाग्य उसके साथ चल रहा था, राह में एक लुटेरे ने उससे वो पोटली छीन ली। ब्राह्मण दुखी होकर फिर से भिक्षावृत्ति में लग गया। अगले दिन फिर अर्जुन की दृष्टि जब उस ब्राह्मण पर पड़ी तो उन्होंने उससे इसका कारण पूछा।

ब्राह्मण ने सारा विवरण अर्जुन को बता दिया। ब्राह्मण की व्यथा सुनकर अर्जुन को फिर से उस पर दया आ गयी। अर्जुन ने विचार किया और इस बार उन्होंने ब्राह्मण को मूल्यवान एक मणिक दिया। ब्राह्मण उसे लेकर घर पहुंचा। उसके घर में एक पुराना घड़ा था जो बहुत समय से प्रयोग नहीं किया गया था, ब्राह्मण ने चोरी होने के भय से मणिक उस घड़े में छुपा दिया।

किन्तु उसका दुर्भाग्य, दिन भर का थका मांदा होने के कारण उसे नींद आ गयी। इस बीच ब्राह्मण की स्त्री नदी में जल लेने चली गयी किन्तु मार्ग में ही उसका घड़ा टूट गया। उसने सोचा, घर में जो पुराना घड़ा पड़ा है उसे ले आती हूँ। ऐसा विचार कर वह घर लौटी और उस पुराने घड़े को ले कर चली गई और जैसे ही उसने घड़े को नदी में डुबोया वह मणिक भी जल की धारा के साथ बह गया।

ब्राह्मण को जब यह बात पता चली तो अपने भाग्य को कोसता हुआ वह फिर भिक्षावृत्ति में लग गया। अर्जुन और श्री कृष्ण ने जब फिर उसे इस दरिद्र अवस्था में देखा तो जाकर उसका कारण पूछा। सारा वृत्तांत सुनकर अर्जुन को बड़ी हताशा हुई और मन ही मन सोचने लगे कि इस अभागे ब्राह्मण के जीवन में कभी सुख नहीं आ सकता।

अब यहाँ से प्रभु की लीला प्रारंभ हुई। उन्होंने उस ब्राह्मण को दो पैसे दान में दिए। तब अर्जुन ने उनसे पूछा "प्रभु मेरी दी मुद्राएं और मणिक भी इस अभागे की दरिद्रता नहीं मिटा सके तो इन दो पैसों से इसका क्या होगा?" यह सुनकर प्रभु बस मुस्कुरा भर दिए और अर्जुन से उस ब्राह्मण के पीछे जाने को कहा। रास्ते में ब्राह्मण सोचता हुआ जा रहा था कि "दो पैसों से तो एक व्यक्ति के लिए भी भोजन नहीं आएगा, प्रभु ने उसे इतना तुच्छ दान क्यों दिया? प्रभु की यह कैसी लीला है?"

ऐसा विचार करता हुआ वह चला जा रहा था तभी उसकी दृष्टि एक मछुवारे पर पड़ी। उसने देखा कि मछुवारे के जाल में एक मछली फँसी है और वह छूटने के लिए तड़प रही है। ब्राह्मण को उस मछली पर दया आ गयी। उसने सोचा “इन दो पैसो से पेट की आग तो बुझेगी नहीं। क्यों, न इस मछली के प्राण ही बचा लिए जाये”। यह सोचकर उसने दो पैसो में उस मछली का सौदा कर लिया और मछली को अपने कमंडल में डाल लिया। कमंडल में जल भरा और मछली को नदी में छोड़ने चल पड़ा।

तभी मछली के मुख से कुछ निकला। उस निर्धन ब्राह्मण ने देखा, वह वही मणिक था जो उसने घड़े में छुपाया था। ब्राह्मण प्रसन्नता के मारे चिल्लाने लगा “मिल गया, मिल गया “..!!! तभी भाग्यवश वह लुटेरा भी वहाँ से गुजर रहा था जिसने ब्राह्मण की मुद्रायें लूटी थी। उसने ब्राह्मण को चिल्लाते हुए सुना “ मिल गया मिल गया, “लुटेरा भयभीत हो गया। उसने सोचा कि ब्राह्मण उसे पहचान गया है और इसलिए चिल्ला रहा है। अब जाकर राजदरबार में उसकी शिकायत करेगा। इससे डरकर वह ब्राह्मण से रोते हुए क्षमा मांगने लगा और उससे लूटी हुई सारी मुद्रायें भी उसे वापस कर दी। यह देख अर्जुन प्रभु के आगे नतमस्तक हुए बिना नहीं रह सके। अर्जुन बोले, प्रभु यह कैसी लीला है? जो कार्य थैली भर स्वर्ण मुद्राएँ और मूल्यवान मणिक नहीं कर सका वह आपके दो पैसों ने कर दिखाया। श्री कृष्णा ने कहा “अर्जुन यह अपनी सोच का अंतर है, जब तुमने उस निर्धन को थैली भर स्वर्ण मुद्राएँ और मूल्यवान मणिक दिया तब उसने मात्र अपने सुख के विषय में सोचा। किन्तु जब मैंने उसको दो पैसे दिए, तब उसने दूसरे के दुःख के विषय में सोचा। इसलिए हे अर्जुन—सत्य तो यह है कि, जब आप दूसरों के दुःख के विषय में सोचते हैं, जब आप दूसरे का भला कर रहे होते हैं, तब आप ईश्वर का कार्य कर रहे होते हैं और तब ईश्वर आपके साथ होते हैं।



**हर्ष शर्मा**  
स.म.अ.दू.  
(एन.जी.एस.)  
टी.ई.सी.

## सैनिक

हम ऐसे सैनिकों को सलाम करते हैं, जो जीवन अपना वतन के नाम करते हैं ।  
यूं शाम तो एक दिन सभी की ढल जाती है, वतन पर मर मिटना शहादत कहलाती है ।  
जयहिंद के नारे तो हम भी खूब लगाते हैं, देश की तरक्की में अपना हाथ बँटाते हैं ।  
रणभूमि में लेकिन हमारे सैनिक ही लड़ने जाते हैं, जान अपनी देकर हमारी जान बचाते हैं ।  
हम हैं कि गोली के नाम से सहम जाते हैं, ये भारत माँ के लाल अपने सीनों पर गोली खाते हैं ।  
हम अपने घरों में महफूज चैन से सोते हैं, जबकि जवान सरहदों पर जाग रहे होते हैं ।  
सर्द रातों में हम रजाइयों में दुबक रहे होते हैं, ये सियाचिन की सीमाओं पर पहरा दे रहे होते हैं ।  
हम अपने परिवारों के साथ सुकून से रहते हैं, जबकि सैनिक परिवारों से दूर तनहा रहते हैं ।  
एक शहीद के माता पिता गर्व से सीना फुलाते हैं, पर तनहाई में अशक ही बहाते हैं ।  
राष्ट्रपति से बेटे की वीरता का मैडल जरूर पाते हैं, बाकी की जिंदगी उसकी यादों में बिताते हैं ।  
हम ऐसे वीरों को सलाम करते हैं, जो जीवन अपना वेतन के नाम करते हैं ।



## सुमित्रा जाखड़

धर्मपत्नी श्री एच. एस. जाखड़,  
निदेशक, एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.



## आओ हम आकाश को छू लें

आकाश की ऊंचाई को यदि चाहता छूना कोई ,  
ओक\* से बाहर निकल चुन ले प्रगति की राह को ।  
हताश ना हो मार्ग में आती है यदि बाधा कोई,  
मन का दृढ़ विश्वास ही पूरी करेगा हर किसी की चाह को ।  
आस का दीपक जला और दूर कर मन का अंधेरा,  
काम से ही काम रख तू भूल जा हर डाह ।  
शक्य है हर काम जग में, अशक्य फिर कुछ भी नहीं,  
कोह\*\* को राई बना दे, श्रम की जो पकड़े बाँह को ।  
छूटे ना कोई राह में, हम साथ लें सबको चलें,  
लें संकल्प हम आज सबकी खुशियों में बदलें आह को ।

ओक—घर, कोह—पर्वत

## सुरेश कुमार गौड़

कंसलटेंट  
एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.



## जिम्मेवार कौन

एक सड़क के साथ लगते पार्क में कुछ बच्चे क्रिकेट खेल रहे थे। खेलने वाले और देखने वाले खूब मजे ले रहे थे। बल्लेबाज चौके छक्के लगा रहा था। गेंदबाज बहुत टेंशन में था। इतने में गेंद करते वक्त एक मधुमक्खी भिनभिनाती गेंदबाज के सामने से निकल गयी। गेंदबाज का संतुलन बिगड़ गया और गेंद सीधे बल्लेबाज के पास बिना ठप्पा खाये पहुंची। बल्लेबाज ने मौके का पूरा फायदा लिया और पूरी ताकत से गेंद को जोर से पार्क के बाहर उछाल दिया। गेंद सड़क पर गुजर रहे एक साइकिल सवार को लगी और साइकिल एक रेहड़ी से जा टकराई। रेहड़ी बेकाबू हो आगे लुढ़की और साइड में खड़े एक स्कूटर से टकराई। स्कूटर गिर गया और साथ ही उस के साथ लगे कई स्कूटर तथा साइकिल दना-दन गिरते गए। एक 6-7 साल का बच्चा जिसे उसके माता पिता ने किसी स्कूटर पर आईस क्रीम खाने बैठा रखा था, गिरे स्कूटर साइकिल के बीच गिर फंस गया। बच्चा जोर-जोर से रो रहा था, दर्द से कराह रहा था। पास खड़े लोगों ने जैसे तैसे बच्चे को बाहर निकाला। बच्चे की टांगों से खून बह रहा था। बच्चे की माँ को लोग चुप करा रहे थे जो बच्चे को लगी चोट से बहुत घबरा कर ऊंची ऊंची रो रही थी। तभी पास खड़े एक भले सज्जन ने बच्चे को अपनी गाड़ी में बैठा अस्पताल पहुंचाया। डॉक्टर ने बच्चे को प्लास्टर चढ़ाया और कुछ दवाईयाँ लिख कर दी। पिता ने दवाईयाँ खरीदी और तीनों घर चले गए। रात को बच्चे ने दवाई खाई जो रियक्ट कर गयी और बच्चे को खून की उल्टी हुई। घबरा कर पिता ने एम्बुलेंस बुलाई और बच्चे को अस्पताल में भर्ती करवाया। बच्चे की किडनी पर गहरा असर हुआ था। बच्चा बच तो गया लेकिन करीब तीन महीने अस्पताल के इलाज के बाद। बच्चे के इलाज में पिता को लंबी छुट्टी की जरूरत पड़ी जिस वजह उसकी नौकरी भी चली गयी और इलाज हेतु कर्ज भी लेना पड़ा। जांच से पता चला कि दवा नकली थी। अब आप के सामने सवाल यह है कि बच्चे और पिता के साथ जो हुआ उसका जिम्मेवार कौन है :

- सरकार जिसने सड़क के साथ पार्क बनाया ?
- पार्क में क्रिकेट खेल रहे बच्चे ?
- मधुमक्खी जिस ने गेंदबाज को तंग किया ?
- बल्लेबाज जिस ने जोश में गेंद को बहुत जोर से मारा ?
- साइकिल सवार जो नियंत्रण खो बैठा ?
- रेहड़ी वाला जो रेहड़ी संभाल नहीं सका ?
- वो सभी लोग जिन्होंने अपने स्कूटर साइकिल सड़क के साथ खड़े किये थे ?
- माता-पिता जिन्होंने बच्चे को स्कूटर पर बैठाया ?
- नकली दवाई बेचने वाला ?

उपरोक्त सभी कहते हैं कि मैं जिम्मेवार नहीं। आप भी विचार विमर्श कर लें। जवाब में केवल दो विकल्प ही निकलेंगे। या तो सब जिम्मेवार हैं या फिर कोई भी जिम्मेवार नहीं है। बचपन से हम सुनते आये हैं कि हम

सभी रंगमंच की कठपुतलियाँ हैं, सभी की डोर ईश्वर के हाथ में है। कहते हैं पर मानते नहीं। मेरा काम, मेरी मजबूरी, मेरे कर्तव्य, मैंने किया, ये तुम्हारा कसूर है मेरा नहीं इत्यादि—ऐसी बातें हम सभी दिन भर करते हैं। गीता में लिखा है कर्म कर फल की चिंता मत कर। यह भी लिखा है कि सभी प्राणियों द्वारा कार्य ईश्वर ही करता है फिर यह "मैं" कहाँ से आ जाता है। आप सभी से निवेदन है कि मनन करें और पता लगाएँ यह "मैं" कौन हूँ और जिम्मेवार कौन है ?

**सतिन्दर कुमार भल्ला**

निदेशक

एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.



## तरक्की से हमने क्या खोया क्या पाया

कुत्ते को घुमाना याद रहा, गाय की रोटी भूल गये।  
पार्लर जाना याद रहा, मंदिर का रास्ता भूल गये॥

फ्रिज, कूलर, टीवी याद रहा, पानी का मटका भूल गये।  
रिमोट सबको याद रहा, बिजली का खटका भूल गये॥

बिसलेरी पानी याद रहा, पर प्याऊ का पानी भूल गये।  
टीवी सीरियल याद रहा, पर घर की कहानी भूल गये॥

पिज्जा—बर्गर याद रहा, सरसों मक्की रोटी भूल गये।  
जाम पिलाना याद रहा, पर दूध—दही हम भूल गये॥

हाय हेलो करना याद रहा, पर प्रणाम करना भूल गये।  
हिल स्टेशन तो याद रहे, पर चारों धाम हम भूल गये॥

अंकल, आंटी याद रहे, पर हम चाचा, मामा भूल गये।  
यार दोस्त सब याद रहे, पर भाई—बहन को भूल गये॥

पश्चिमी पहनावा याद रहा, पर अपना पहनावा भूल गये।  
प्रीतम का जन्मदिन याद रहा, माँ की दवाई भूल गये॥

प्रियतमा तो याद रही, पर मात—पिता को भूल गये।  
अभिनेता तो हमें याद रहे, महापुरुषों को भूल गये॥

आजादी तो याद रही, पर शहीदों को हम भूल गये।  
अधिकार सबको याद रहे, कर्तव्यों को हम भूल गये॥

भगवा वस्त्र तो याद रहे, मन के शैतान को भूल गये।  
मन्दिर—मस्जिद याद रहे, मानवता को हम भूल गये॥

तन की सुंदरता याद रही, मन की सुंदरता भूल गये।  
अबला—नारी तो याद रही, पर दुर्गा—रूप हम भूल गये॥

**राजेन्द्र कुमार अग्रवाल**

परामर्शदाता (एन.जी.एस.)

टी.ई.सी.



## परोपकार

स्वार्थ—निरपेक्ष, किन्तु दूसरों के हितार्थ किया गया कार्य परोपकार है; पर— पीड़ाहरण परोपकार है; पारस्परिक विरोध की भावना घटाना, प्रेमभाव बढ़ाना परोपकार है; दीन दुखी, दुर्बल की सहायता परोपकार है; आवश्यकता पड़ने पर निस्वार्थ भाव से दूसरों को सहयोग देना, परोपकार है; मन वचन, कर्म से पर हित साधना परोपकार है।

परोपकार में प्रवृत्त रहना जीवन की सफलता का लक्षण है। (जीवितं सफल। जीवितं सफल तस्ययः परार्थोद्यत सदा।) व्यास जी के कथनानुसार परोपकार पुण्याय अर्थात् 'परोपकार से पुण्य' होता है। पर—उपकार करने का पुण्य सौ यज्ञों से बढ़कर है। चाणक्य यह मानते हैं, जिनके हृदय में सदा परोपकार करने की भावना रहती है, उनकी विपत्तियाँ नष्ट हो जाती हैं और पग—पग पर सम्पत्ति प्राप्त होती है। हरबर्ट का विचार है कि परोपकार करने की एक खुशी से दुनियाँ की सारी खुशियाँ छोटी हैं। एल डब्लू वीवर एक पग और बढ़ते हुए कहते हैं, परोपकार का प्रत्येक कार्य स्वर्ग की ओर एक कदम है।

सूर्य की किरणें जगती को जीवन प्रदान करती हैं। चन्द्रमा अमृत की वर्षा करता है; वृक्ष मानव—मात्र के लिए फल प्रदान करते हैं; खेती अनाज देती है; सरिताएँ जल अर्पित करती हैं; वायु निरन्तर बहकर जीवन देती है, समुद्र अपनी सम्पूर्ण सम्पत्ति वर्षा रूप में जन—कल्याण के लिए समर्पित करता है। प्रकृति के सभी तत्व पर—हित के लिए समर्पित है, इनका निजी स्वार्थ कुछ नहीं।

भगवान शंकर ने देव—दानव कल्याणार्थ विष—पान किया। महर्षि दधीचि ने देवगण की रक्षार्थ अपनी हड्डियाँ दान कर दी। दानवीर कर्ण ने अपने कवच—कुंडल विप्र रूप धारी इन्द्र को दान दे दिए; राजा शिवि ने कबूतर की प्राण—रक्षा के लिए अपना अंग—अंग काट दिया; ईसामसीह सूली पर चढ़े; सुकरात ने जहर पी लिया; भारत की एकता और अखंडता के लिए डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी कश्मीर में जाकर बलि चढ़े; महात्मा गाँधी जनहित के लिए संघर्ष करते रहे; आचार्य विनोबा भावे दरिद्र—नारायण के लिए भूदान माँगते रहे। मदर टेरेसा ने दीन—दुखियों की सेवा में अपने यौवन की बलि चढ़ा दी। कहाँ तक गिनाएँ प्रातः स्मरणीय परोपकारियों के नामों को।

तुलसी की आत्मा चीत्कार उठी, 'परहित सरिस धर्म नहीं भाई।' उन्होंने हिन्दू जाति, धर्म और संस्कृति के लिए सर्वस्व—न्यौछावर कर अपना धर्म निभाया। उनका धर्म हिन्दू संस्कृति की व्याख्या बन गया। उनका 'मानस' हिन्दू जाति का रक्षक कवच बन गया, धर्म—प्रेरक बन गया, मोक्ष—मार्ग का पथ—प्रदर्शक बन गया।

भगवान राम परहित के लिए वन में रहकर, असुर विनाशाय का अपना धर्म निवाहते रहे। योगेश्वर कृष्ण परित्राणाय साधूनां तथा विनाशाच च दुष्कृताम् के लिए जीवन भर लड़ते रहे। चाणक्य ने राष्ट्रहित के

लिए कूटनीति का प्रयोग कर चन्द्रगुप्त को सम्राट बनाया। सिख गुरुओं ने धर्म की रक्षा के लिए जीवन की आहुति दी। महाराणा प्रताप जीवन-भर जंगल की खाक छानते रहे। हिन्दुजन की लाज रखने के लिए शिवाजी जीवन भर मुगलों से टक्कर लेते रहे। क्रांतिकारी पर-हित शहीद हुए। धर्म समझ कर परहित करने वालों की श्रृंखला अटूट है।

परोपकार में कष्ट होता है, दुःख मिलता है, बहुधा पीड़ा होती है। किन्तु यह दुख कष्ट, पीड़ा कल्याणमयी होती है। किरातार्जुनीय में कहा गया है, परोपकार में लगे हुए सज्जनों की प्रवृत्ति पीड़ा के समय भी कल्याणमयी होती है। माँ कष्ट ना उठाए, तो शिशु का कल्याण नहीं होगा। वृक्ष पुराने पत्तों का मोह त्यागे नहीं, तो नव पल्लव के दर्शन असम्भव है। पिता यदि दिन भर कष्ट सहकर धन-अर्जित न करे तो परिवार का पोषण कैसे होगा? पक्षी कष्ट सहकर भी अपने शिशुओं के लिए आहार इकट्ठा न करें, तो उनके बच्चे बचेंगे कैसे? माता-पिता, वृक्ष, पक्षियों का कष्ट, कष्ट नहीं। कारण, वे तो पर-हित के लिए पीड़ित हैं। अतः उस पीड़ा में भी वे आनन्द मानते हैं।

परोपकार करने से आत्मा प्रसन्न होती है। परोपकारी दूसरों की सहानुभूति का पात्र बनता है; समाज के दीन-हीन पीड़ित वर्ग को जीवन का अवसर देकर समाज में सम्मान प्राप्त करता है; समाज के विभिन्न वर्गों में शत्रुता, कटुता और वैमनस्य दूर कर शांति दूत बनता है। धर्म के पथ पर समाज को प्रवृत्त कर 'मुक्तिदाता' कहलाता है; राष्ट्र-हित जनता में देश-भक्ति की चिंगारी फूँकने वाला देश-रत्न की उपाधि से अलंकृत होता है।

उपकार से कृतज्ञ होकर किया गया प्रत्युपकार परोपकार नहीं। वह सज्जनता का द्योतक हो सकता है। उपकार के बदले अपकार करने वाला न सज्जनता से परिचित है, न परोपकार से। इनसे तो पशु ही श्रेष्ठ है, जिनका चमड़ा मानव की सेवा करता है। उपकार करके प्रत्युपकार की आशा न रखना, नेकी कर दरिया में डाल देना परोपकार की सच्ची भावना है। परोपकार करते समय पात्र और उसकी पात्रता की परीक्षा आवश्यक है। हट्टे-कट्टे व्यक्ति को भिक्षा देना परोपकार नहीं। चोर, डकैत, हत्यारे को प्रश्रय देना परोपकार नहीं। 'सबके दाता राम' मानने वाले आलसियों को भोजन देना परोपकार नहीं।

आज परोपकार के मापदंड बदल गए हैं; परिभाषा में परिवर्तन आ गया है। धार्मिक नेता धर्म के नाम पर मठाधीश बन स्वर्ण-सिंहासन पर विराजमान हैं; सामाजिक नेता समाज को खंड-खंड कर रहे हैं; राजनीतिक नेता गरीबी हटाओ के नाम पर अपना घर भर रहे हैं; बाढ़ पीड़ितों के दान से अपना उद्धार कर रहे हैं; 'अन्त्योदय' के कार्यक्रम से गरीबों का अन्त कर रहे हैं।

रेल के डिब्बे में लेटा हुआ यात्री जब बाहर खड़े यात्री को कहता है, 'आगे डिब्बे खाली पड़े हैं तो कितना उपकार करता है? जब सड़क पर पड़े दुर्घटना-ग्रस्त असहाय व्यक्ति से जनता मुख मोड़ कर आगे

बढ़ जाती है, तो उपकार की वास्तविकता का पता लगता है। आग की लपटों से बचे घर या दुकान के सामान को दर्शक उठाकर ले जाते हैं, तो परोपकार की परिभाषा समझ में आती है। इसीलिए शास्त्रों का कथन है— 'जिस शरीर से धर्म न हुआ, यज्ञ न हुआ और परोपकार न हो सका, उस शरीर को धिक्कार है, ऐसे शरीर को पशु-पक्षी भी नहीं छूते।' कबीर ऐसे व्यक्तियों को धिक्कारते हुए कहते हैं— 'बड़ा हुआ तो क्या हुआ जैसे पेड़ खजूर। पंछी को छाया नहीं, फल लागत अति दूर ॥'

राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त ने परोपकार और परोपकारी भावना की कैसी सुन्दर व्याख्या की है—  
मरा वही नहीं कि जो जिया न आपके लिए।  
वही मनुष्य है कि जो, मरे मनुष्य के लिए ॥

★ यह संकलन अखिल भारतीय राष्ट्रभाषा विकास समिति (यंग इंडिया पब्लिकेशन) की सहायता से तैयार किया गया है।

संकलनकर्ता  
**नरेन्द्र चौबे**  
सहायक महानिदेशक (एफ. एन.)  
टी.ई.सी.



## क्या फायदा

पन्नो पर पन्ने पलटने से  
औरों की कहानियाँ पढ़ने से, क्या फायदा।  
कुछ सोचेंगे कुछ लिखेंगे  
आज समय है तो बैठेंगे  
कल बीते समय पर पछताने से क्या फायदा।  
जीवन के दर्द को अगर न सहन कर पाऊँ मैं  
खुद पर हर पल रहम खाऊँ मैं  
तो मेरे अस्तित्व का क्या फायदा।  
कुछ पल किसी को हम हँसा दें

किसी के होठों पर मुस्कुराहट तो ला दें  
अकेले-अकेले हमारे हंसने का क्या फायदा।  
कविता तो जनाब हमने लिख दी  
थोड़ी सी तुकबंदी भी हमने कर दी  
पर कोई न पढ़े तो क्या फायदा ॥

**नीतू सिंह**  
कार्यालय सहायक (टी.&ए.)  
टी.ई.सी.





## ग्लोबल वार्मिंग का बढ़ता खतरा

### क्या है ग्लोबल वार्मिंग?

जैसा कि नाम से ही साफ है, ग्लोबल वार्मिंग धरती के वातावरण के तापमान में लगातार हो रही बढ़ोतरी है। हमारी धरती प्राकृतिक तौर पर सूर्य की किरणों से ऊष्मा प्राप्त करती है। ये किरणें वायुमंडल से गुजरती हुई धरती की सतह से टकराती हैं और फिर वहीं से परावर्तित होकर पुनः लौट जाती हैं। धरती का वायुमंडल कई गैसों से मिलकर बना है जिनमें कुछ ग्रीनहाउस गैसों भी शामिल हैं। इनमें से अधिकांश धरती के ऊपर एक प्रकार से एक प्राकृतिक आवरण बना लेती हैं। यह आवरण लौटती किरणों के एक हिस्से को रोक लेता है और इस प्रकार से धरती के वातावरण को गर्म बनाए रखता है। गौरतलब है कि मनुष्यों, प्राणियों और पौधों के जीवित रहने के लिए कम से कम 16 डिग्री सेल्सियस तापमान आवश्यक होता है। वैज्ञानिकों का मानना है कि ग्रीनहाउस गैसों में बढ़ोतरी होने पर यह आवरण और भी सघन या मोटा होता जाता है। ऐसे में यह आवरण सूर्य की अधिक किरणों को रोकने लगता है और फिर यहीं से शुरू हो जाते हैं ग्लोबल वार्मिंग के दुष्प्रभाव।

### ग्लोबल वार्मिंग की वजह?

ग्लोबल वार्मिंग के लिए सबसे ज्यादा जिम्मेदार तो मनुष्य और उसकी गतिविधियां ही हैं। अपने आप को इस धरती का सबसे बुद्धिमान प्राणी समझने वाला मनुष्य अनजाने में या जानबूझकर अपने ही रहवास को खत्म करने पर तुला हुआ है। मनुष्य द्वारा जनित इन गतिविधियों से कार्बन डायऑक्साइड, मीथेन, नाइट्रोजन आक्साइड इत्यादि ग्रीनहाउस गैसों की मात्रा में बढ़ोतरी हो रही है जिससे इन गैसों का आवरण सघन होता जा रहा है। यही आवरण सूर्य की परावर्तित किरणों को रोक रहा है जिससे धरती के तापमान में वृद्धि हो रही है। वाहनों, हवाई जहाजों, बिजली बनाने वाले संयंत्रों, उद्योगों इत्यादि से अंधाधुंध होने वाले गैसीय उत्सर्जन की वजह से कार्बन डायऑक्साइड में बढ़ोतरी हो रही है। जंगलों का बड़ी संख्या में हो रहा विनाश इसकी दूसरी वजह है। जंगल कार्बन डायऑक्साइड की मात्रा को प्राकृतिक रूप से नियंत्रित करते हैं, लेकिन इनकी बेतहाशा कटाई से यह प्राकृतिक नियंत्रण भी हमारे हाथ से छूटता जा रहा है।

इसकी एक अन्य वजह सीएफसी है जो रेफ्रिजरेटर्स, अग्निशामक यंत्रों इत्यादि में इस्तेमाल की जाती है। यह धरती के ऊपर बने एक प्राकृतिक आवरण ओजोन परत को नष्ट करने का काम करती है। ओजोन परत सूर्य से निकलने वाली घातक पराबैंगनी किरणों को धरती पर आने से रोकती है। वैज्ञानिकों का कहना है कि इस ओजोन परत में एक बड़ा छिद्र हो चुका है जिससे पराबैंगनी किरणें सीधे धरती पर पहुँच रही हैं और इस तरह से उसे लगातार गर्म बना रही हैं। यह बढ़ते तापमान का ही नतीजा है कि ध्रुवों पर सदियों से जमी बर्फ भी पिघलने लगी है। विकसित या हो अविकसित देश, हर जगह बिजली की जरूरत बढ़ती जा रही है। बिजली के उत्पादन के लिए जीवाष्म ईंधन का इस्तेमाल बड़ी मात्रा में करना पड़ता है। जीवाष्म ईंधन के जलने पर कार्बन डायऑक्साइड पैदा होती है जो ग्रीनहाउस गैसों के प्रभाव को बढ़ा देती है। इसका नतीजा ग्लोबल वार्मिंग के रूप में सामने आता है।

## ग्लोबल वार्मिंग के प्रभाव:

**और बढ़ेगा वातावरण का तापमान :** पिछले दस सालों में धरती के औसत तापमान में 0.3 से 0.6 डिग्री सेल्सियस की बढ़ोतरी हुई है। आशंका यही जताई जा रही है कि आने वाले समय में ग्लोबल वार्मिंग में और बढ़ोतरी ही होगी।

**समुद्र सतह में बढ़ोतरी :** ग्लोबल वार्मिंग से धरती का तापमान बढ़ेगा जिससे ग्लैशियरों पर जमा बर्फ पिघलने लगेगी। कई स्थानों पर तो यह प्रक्रिया शुरू भी हो चुकी है। ग्लैशियरों की बर्फ के पिघलने से समुद्रों में पानी की मात्रा बढ़ जाएगी जिससे साल-दर-साल उनकी सतह में भी बढ़ोतरी होती जाएगी। समुद्रों की सतह बढ़ने से प्राकृतिक तटों का कटाव शुरू हो जाएगा जिससे एक बड़ा हिस्सा डूब जाएगा। इस प्रकार तटीय इलाकों में रहने वाले अधिकांश लोग बेघर हो जाएंगे।

**मानव स्वास्थ्य पर असर:** जलवायु परिवर्तन का सबसे ज्यादा असर मनुष्य पर ही पड़ेगा और कई लोगों को अपनी जान से हाथ धोना पड़ेगा। गर्मी बढ़ने से मलेरिया, डेंगू और यलो फीवर (एक प्रकार की बीमारी है जिसका नाम ही यलो फीवर है) जैसे संक्रामक रोग बढ़ेंगे। वह समय भी जल्दी ही आ सकता है जब हममें से अधिकांश को पीने के लिए स्वच्छ जल, खाने के लिए ताजा भोजन और सांस लेने के लिए शुद्ध हवा भी नसीब नहीं होगी।

**पशु-पक्षियों व वनस्पतियों पर असर :** ग्लोबल वार्मिंग का पशु-पक्षियों और वनस्पतियों पर भी गहरा असर पड़ेगा। माना जा रहा है कि गर्मी बढ़ने के साथ ही पशु-पक्षी और वनस्पतियां धीरे-धीरे उत्तरी और पहाड़ी इलाकों की ओर प्रस्थान करेंगे, लेकिन इस प्रक्रिया में कुछ अपना अस्तित्व ही खो देंगे।

**शहरों पर असर :** इसमें कोई शक नहीं है कि गर्मी बढ़ने से ठंड भगाने के लिए इस्तेमाल में लाई जाने वाली ऊर्जा की खपत में कमी होगी, लेकिन इसकी पूर्ति एयर कंडिशनिंग में हो जाएगी। घरों को ठंडा करने के लिए भारी मात्रा में बिजली का इस्तेमाल करना होगा। बिजली का उपयोग बढ़ेगा तो उससे भी ग्लोबल वार्मिंग में इजाफा ही होगा।

## ग्लोबल वार्मिंग कंक्रीट का जंगल?

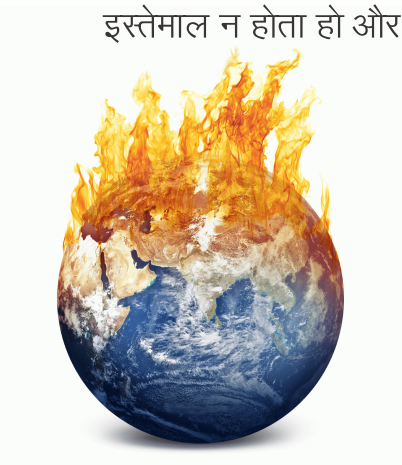
जो पानी की बर्बादी करते हैं उनसे मैं यही पूछना चाहती हूँ कि क्या उन्होंने बिना पानी के जीने की कोई कला सीख ली है, तो हमें भी बताएं, ताकि भावी पीढ़ी बिना पानी के जीना सीख सके। नहीं तो तालाब के स्थान पर मॉल बनाना क्या उचित है? आज हो यही रहा है। पानी को बर्बाद करने वालों यह समझ लो कि यही पानी तुम्हें बर्बाद करके रहेगा। एक बूँद पानी यानी एक बूँद खून, यही समझ लो। पानी आपने बर्बाद किया, खून आपके परिवार वालों का बहेगा। क्या अपनी आँखों को इतना सक्षम बना लो कि अपने ही परिवार के किसी प्रिय सदस्य का खून बेकार बहता देख पाओगे? अगर नहीं, तो आज से ही नहीं, बल्कि अभी से ही पानी की एक-एक बूँद को सहेजना शुरू कर दो। अगर ऐसा नहीं किया, तो मारे जाओगे। वैश्विक तापमान यानी ग्लोबल वार्मिंग आज विश्व की सबसे बड़ी समस्या बन चुकी है। इससे न केवल मनुष्य, बल्कि धरती पर रहने वाला प्रत्येक प्राणी त्रस्त है।

ग्लोबल वार्मिंग से निपटने के लिए दुनियाभर में प्रयास किए जा रहे हैं, लेकिन समस्या कम होने के बजाय साल-दर-साल बढ़ती ही जा रही है। चूंकि यह एक शुरुआत भर है, इसलिए अगर हम अभी से नहीं संभलें तो भविष्य और भी भयावह हो सकता है। आगे बढ़ने से पहले हम यह जान लें कि आखिर ग्लोबल वार्मिंग से कैसे बचेंगे ?

## ग्लोबल वार्मिंग से कैसे बचें?

ग्लोबल वार्मिंग के प्रति दुनियाभर में चिंता बढ़ रही है। इसका अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि विगत वर्ष में नोबेल शांति पुरस्कार पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में कार्य करने वाली संयुक्त राष्ट्र की संस्था इंटरगवर्नमेंटल पैनल ऑन क्लाइमेट चेंज (आईपीसीसी) और पर्यावरणवादी अमेरिका के पूर्व उपराष्ट्रपति अल गोर को दिया गया है। लेकिन सवाल यह है कि क्या पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में काम करने वालों को नोबेल पुरस्कार देने भर से ही ग्लोबल वार्मिंग की समस्या से निपटा जा सकता है? बिल्कुल नहीं। इसके लिए हमें कई प्रयास करने होंगे :

1. सभी देश क्योटो संधि का पालन करें। इसके तहत 2020 तक हानिकारक गैसों के उत्सर्जन को कम करना होगा।
2. यह जिम्मेदारी केवल सरकार की नहीं है। हम सभी भी पेट्रोल, डीजल और बिजली का उपयोग कम करके हानिकारक गैसों को कम कर सकते हैं।
3. जंगलों की कटाई को रोकना होगा। हम सभी अधिक से अधिक पेड़ लगाएं। इससे भी ग्लोबल वार्मिंग के असर को कम किया जा सकता है।
4. टेक्नीकल डेवलपमेंट से भी इससे निपटा जा सकता है। हम ऐसे रेफ्रिजरेटर्स बनाएं जिनमें सीएफसी का इस्तेमाल न होता हो और ऐसे वाहन बनाएं जिनसे कम से कम धुआं निकलता हो।



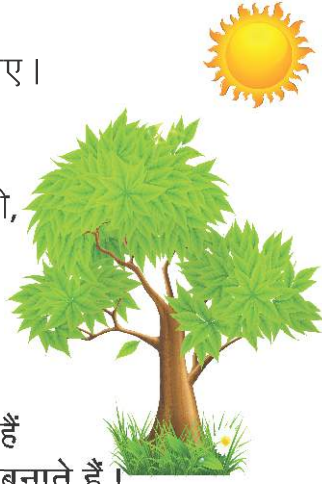
**नेहा सिंह**

कार्यालय सहायक (एफ.ए.)  
टी.ई.सी.



## मैं हूँ पेड़

मैं इस जंगल का एक पेड़  
अपनी कथा सुनाता हूँ।  
देखों अनगिनत टहनियों को,  
वे तो पिछले पतझड़ में गिर गए।  
मेरी जड़े जमीन के नीचे,  
गहराई तक फैली हुई।  
वही सोखती है जमीन से पानी,  
मेरी प्यास बुझाने को।  
हवा से खींचती है साँस,  
और सुरज से गर्मी  
और बनाते हैं मेरी खुराक।  
रंग बिरंगे पक्षी मेरे पास आते हैं  
मेरी टहनियों के बीच घोंसलें बनाते हैं।  
मुझे बच्चे बहुत प्यारे हैं,  
बच्चों को मैं प्यारा हूँ  
आते हैं मेरे साये में,  
उधम मचाने लटकने मेरी डालियों  
से झुले बनाने।  
मेरे खट्टे मीठे फलों को  
चोरी-छुपे खाने।  
हमारा और तुम्हारा—कितना गहरा नाता है,  
ये जंगल सब प्राणियों के कितने काम आता है  
मेरी लकड़ी से बनी है तुम्हारी मेज कुर्सियाँ,  
तुम्हारे सोने की चारपाईं।।  
तुम्हारे दरवाजे खिड़कियाँ, और तुम्हारी पेन्सिल।  
मैं बारिश भी करवाता हूँ, मिट्टी को बहने से बचाता हूँ।  
बाढ़ भी रोकवाता हूँ, और सूखा भी भगाता हूँ।  
मैं तुम्हारे काम आता हूँ, तुम्हें कितना सुख पहुँचाता हूँ।।



**ललित ठाकुर**  
सेवानिवृत्त(एम.टी.एस.)  
टी.ई.सी.

## बेटी

आज एक किलकारी ने जन्म लिया,  
खुशी की लहर से घर को सराबोर किया,  
लोगों ने पूछा, भाई! बेटी हुई या बेटा ?  
ये प्रश्न सुन पिता ने गर्वित हो कहा,  
नया चिराग आया है,  
घर में उजियारा लाया है,  
उसे दुर्गा कहो या लक्ष्मी,  
ममता की मूर्त कहो या कहो उसे अर्धांगिनी  
बाप की प्यारी, राजदुलारी,  
लांघी उसने जब घर की चारदीवारी,  
भरी उड़ान लेकर मुस्कान,  
बनाने चली अपनी पहचान,  
एक ऐसे समाज में, जो था पुरुष प्रधान,  
जहाँ घर से लेकर सत्ता के गलियारों तक,  
दबी है चीख उस लाचारी की,  
उस बेचारी की!  
उस नारी की!  
जो हाथ पकड़ चलना सिखाती है,  
उस बलात्कारी को!  
उस व्याभिचारी को!  
उस भ्रष्टाचारी को!  
देखा था जिसने स्वर्ग पिता की गोद में,  
खेली थी जो पिता के मजबूत कंधों पर,  
दूढ़ रहा था वह मजबूर बाप, ऐसे दो हाथ,  
जो थाम सके उसकी लाड़ली का हाथ,  
कंपकंपाते हाथों से किया उसने कन्यादान,  
सौंप दिया अपना सबसे बड़ा सम्मान,  
ठंडी भी न हुई थी अभी मंडप की राख,  
उन लोभियों ने जला दी थी शमशान में एक और  
आग,  
उस असहाय बाप के मन में रह गया एक सवाल,  
क्यों, इस अत्याचारी समाज में उस किलकारी ने  
जन्म लिया ??



**दिव्या शर्मा**  
स.म.अ.दू.(टी.)  
(टी.ई.सी.)

## एक शहर हो मोम का

पत्थरों के शहर में, रेत से इंसान हैं, एक शहर हो  
मोम का, जो रोज पिघलना चाहिए,  
आसमां पर जाके अब एक घर बनाना चाहिए,  
चाँद मेरे साथ-साथ, तारे भी आस पास हो,  
होठों पर हो हँसी और हँसी और गुप्तगू खामोश हो,  
रागिनी हो धड़कने और साज भी आवाज हो, एक  
धुन मधुर कोई गुनगुनाना चाहिए  
धूप हो न छाँव हो, मेरे नंगे पाव हो, शूल हो न ताप  
हो, न कोई संताप हो,  
रास्ते, सुगम-सुगम, न की व्यवधान हो,  
एक सफर सकुशल, सुहाना चाहिए !  
आसमां पर जाके अब एक घर बनाना चाहिए,  
सात घोड़ों पर सवार,  
जहाँ सूरज आए अलह सुबह चाँदनी में नहाती रात,  
चाँदनी-रात हो,  
इटरो की बूंद हो, जब कभी बरसात हो, मौसम चाहे  
जो भी हो, खूसगवार होना चाहिए!  
आसमां पर जाके अब एक घर बनाना चाहिए,  
दूब की हो एक चटाई, धूप की रज़ाई हो ।  
सरहदे खुली खुली, बेखौफ वह बयार हो,  
बी-दरों-दीवार के एक आशियाना चाहिए,  
जलजले न हो कहीं, न कहीं तूफान हो,  
समंदर चीखे नहीं, न नदियां बेलगाम हो,  
हो पहाड़ों में सुकून, घाटिया महफूज हो,  
वादियाँ, हरि-भरी, न कहीं विरान हो,  
न धरा बेचान कभी, न कभी दवाडोल हो,  
बसतीय निश्चित सभी, न कहीं कुरहम हो,  
कुदरत का ऐसा ही इंतजाम होना चाहिए,  
आसमां पर जाके अब एक घर बनाना चाहिए,

धर्म और मजहब के झगड़े, न नस्लों की कोई बात हो,  
आदमी बस आदमी, न कोई जात-पात हो,  
भूख से मरे न कोई, न कोई बीमार हो,  
मजबूरियां कोई नहीं, न कोई लाचार हो,  
एक ही कानून और फरमान होना चाहिए,  
आसमां पर जाके अब एक घर बनाना चाहिए,  
पाक हो जमीर, दामन भी पाक साफ हो,  
बंदगी करे तो, हाथ साफ साफ हो,  
जिस्म हो इंसान का, दिल में भगवान हो,  
आईना देखें तो, चारों धाम दिखने चाहिए,  
आसमां पर जाके अब एक घर बनाना चाहिए,  
छोड़ गए जो लोग मुझको, आँसुओं में तर-बतर,  
कहते हैं-वो जा बसे हैं, तारों के है शहर,  
वो मेरे अजीज मुझको रोज दिखने चाहिए,  
जब खुदा मुझसे ये पूछे, और क्या-क्या चाहिए,  
मैं कहूँ-—-ऐसी ही जन्नत, उस जमीं को चाहिए,  
एक शहर हो मोम का जो रोज पिघलना चाहिए ।



नीतू सिंह

कार्यालय सहायक (टी.&ए.)  
टी.ई.सी.

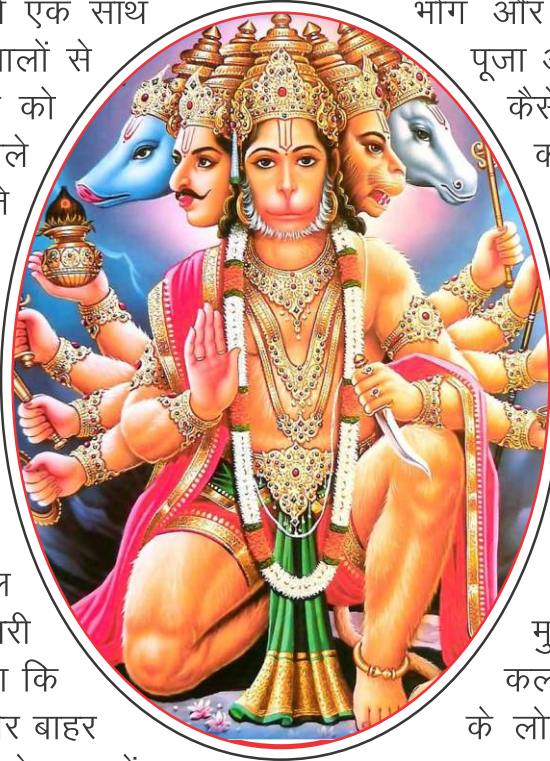
## सच्चा मन

एक गांव में अमीर—गरीब सभी तरह के लोग रहते थे। गांव के बाहर एक छोटा सा हनुमान जी का मन्दिर था। मन्दिर के अन्दर एक पुजारी रहता था। मन्दिर की देखभाल और हनुमान जी की पूजा—पाठ करता था और गांव के लोगों से पूजा में मिली सामग्री से पुजारी जी का और उसके परिवार का गुजर बसर चलता था। पुजारी जी का परिवार गांव से दूर दूसरे गांव में रहता था। पुजारी जी मंदिर में लगभग पंद्रह साल से पूजा करते थे। हनुमान को भोग लगाकर ही खाना खाते थे। कुछ समय पश्चात पुजारी जी को पत्र आया कि उनकी पत्नी की तबीयत खराब हो गई। पुजारी जी उदास रहने लगे। उसी गांव के कुछ बच्चे गाय भैंस चराने के लिए खेतों में प्रतिदिन जाते थे और मंदिर में आते जाते थे। पुजारी जी की अधिकतर बच्चों से जान पहचान हो गई थी। पुजारी जी बच्चों को प्रसाद देते रहते थे। इससे बच्चों और पुजारी जी में अच्छी जान पहचान हो गई थी।

उन बच्चों में से एक गंवार बच्चे को पुजारी जी ने अपने दिल की बात कह दी। गंवार बच्चे ने कहा पुजारी जी चिन्ता करने की बात नहीं है। आप अपने गांव चले जाएं, मंदिर की देखभाल हम कर लेंगे। पुजारी जी ने कहा गांव जाना जरूरी है, लेकिन हनुमान को भोग कौन लगायेगा। चरवाहे बच्चे ने कहा हम पढ़े लिखे तो हैं नहीं ना ही कोई मंत्र आता है। हम बस इतना जानते हैं, भोग लगाकर ही खाना खायेंगे। पुजारी जी ने कहा थोड़े दिन यानी दस दिन में हम आ जायेंगे। पुजारी जी से चरवाहे बच्चे ने कहा चिन्ता छोड़िए, अपनी पत्नी का इलाज कराइयें। कैसे पूजा करते हैं; वह हमें बता दीजिए। पुजारी जी ने आसान तरीका बताया। हनुमान जी के आगे एक थाली मिठाई, फूल माला, पूजा की सामग्री रखकर भोग लगा देना है। इसके पश्चात आपको खाना खाना है। चरवाहे बच्चे ने कहा बस इतनी सी बात के लिए चिन्ता कर रहे हो। आप निश्चित होकर गांव जाइये, अपनी पत्नी का इलाज कराइये। हम मंदिर और हनुमान जी की पूरी देखभाल करेंगे। हनुमान जी को भोग लगाने के पश्चात ही खाना खायेंगे। पुजारी जी को चरवाहे बच्चे की बात से मन में थोड़ी शान्ति मिली क्योंकि पुजारी जी मजबूर थे। उनकी पत्नी की तबीयत खराब थी। गांव जाना भी जरूरी था।

पुजारी जी चरवाहे बच्चे से बोलकर गांव चले गए। चरवाहा बच्चा सुबह नहा धोकर मंदिर के लिए चल पड़ा। मंदिर में पुजारी जी के कहे अनुसार पूजा की सामग्री, फूल—फल और मिठाई लेकर हनुमान के आगे रख दिये। बोला हनुमान जी, आप भोग लगा लीजिए। इसके पश्चात मैं भोजन करूंगा। सुबह से शाम होने को आई। गांव के सीधे—साधे चरवाहे बच्चे को अब भूख लगने लगी। वह हनुमान से बोला, प्रभु आप भोग लगा लेंगे इसके बाद ही मैं कुछ खा पाऊंगा। अब मुझसे भूख बर्दास्त नहीं हो रही है। पुजारी जी से वादा किया है। मन ही मन चरवाहा बच्चा पुजारी जी को कोसने लगा। पुजारी जी ने मुझे कहां फंसा दिया। रात होने को जैसे ही शुरू हुई भूख से उसका बुरा हाल था। घरवाले उससे परेशान थे। कहीं घरवाले दूढ़ते—दूढ़ते न आ जाए। घरवालों का भी डर सता रहा था। पुजारी जी को जुबान दी है। मंदिर मेरे विश्वास पर छोड़ कर गांव गये हैं। हनुमान जी को भोग लगाने के बाद ही कुछ खाने को कह गए हैं। चरवाहे बच्चे ने अब आव देखा न ताव, अपना डंडा उठाया, हनुमान जी पर चलाने को जैसे ही तैयार हुआ, हनुमान जी प्रकट हो गए और बोले क्या चाहिए? चरवाहे बच्चे ने कहा कि आप भोग लगा लीजिए। फिर मैं भोजन करूंगा। हनुमान जी को उस पर

दया आ गई और बोले कि हम दोनों साथ-साथ खायेंगे। हनुमान जी बोले इस बात को राज रखना, किसी को नहीं बताना, ना घरवालों को न ही गांव वालों को। चरवाहा और हनुमान दोनों साथ-साथ खाना खाते और इस तरह दिन गुजरने लगे। हनुमान जी ने ये भी वादा कराया कि जिस दिन गांव वाले या अन्य व्यक्ति जान लेगा तो उस दिन हमारी आपसे आखिरी मुलाकात होगी। अचानक एक दिन मंदिर का पुजारी आ गया और चरवाहे से बोला, इतने दिन आपने मंदिर और हनुमान जी की देख भाल की, उसके लिए धन्यवाद। अब मैं आ गया हूँ। आज से मैं मंदिर की देख भाल और हनुमान को भोग लगाऊंगा। चरवाहा बोला कि हनुमान को भोग मैं लगाऊंगा क्योंकि हम दोनों एक साथ आश्चर्यचकित हुए, मैं इतने सालों से हनुमान जी नहीं दिखे, तुम्हारे को क्या? अब तो पुजारी, गांव वाले हो गया है। कुछ दिन पूजा करने जी दिखाई देने लगे और बहुत में गांव वाले से कहने लगे। गांव वाले बोले कि तुम्हें खाते हो तो अपने हनुमान जी इलाज कराओं। चरवाहे को सवाल बन गया था। एक दिन हनुमान जी, आपको दर्शन देना पुजारी मुझे झूठा और पागल कि हमारी तुम्हारी आखिरी गांववालों और पुजारी को बोला कि कराऊंगा। पुजारी, गांववाले और बाहर बोला गया, अब हनुमान जी को बुलाओं। थोड़ी देर बाद हनुमान जी अपना विशाल रूप लेकर प्रकट हो गए और चरवाहे के सामने खड़े हो गए और बात की, भोग और खाना खाया। पुजारी और गांव वालों का देखते ही मुंह खुला का खुला रह गया। पुजारी चरवाहे के पैरों में गिर गये और बोले कि जिसका मन सच्चा होता है, भगवान उसी को दर्शन या दिखाई देते हैं। गांव वाले उस दिन से चरवाहे को एक पुजारी के रूप में मानने लगे। पैर छूकर सब लोग आशीर्वाद लेने लगे। मन सच्चा तो सब कुछ अच्छा। किरस्मत से ज्यादा समय से पहले कुछ भी नहीं मिलता। यही जीवन का सत्य है।



**चितरंजन**

एम.टी.एस. (एन.आर.)  
टी.ई.सी.

## सत्संगति

सज्जनों के साथ उठना-बैठना सत्संगति है। साधु-महात्माओं या धर्मनिष्ठ व्यक्तियों की संगति और धर्म-चर्चा करना सत्संगति है। योगवाशिष्ठ के अनुसार पूर्ण महात्मा और सज्जनों के साथ को ही सत्संगति कहते हैं।

सत्संगति दो शब्दों का योग है – सत्+संगति। यहाँ सत् शब्द संगति का विशेषण है। संगति 'सम्+गति' का संधि-रूप है। जिसका अर्थ है-समानगति अर्थात् एक साथ रहना, उठना-बैठना, विचार-विमर्श करना।

संगति का प्रभाव मानव-जीवन पर अवश्य पड़ता है। कहावत प्रसिद्ध है- खरबूजे को देख कर खरबूजा रंग बदलता है। 'ज्यों पलास संगपान के, पहुँचे राजा हाथ।' 'कीट चढे सुरशीस पर, पुष्पमाल के संग।' पारस के छूते ही लोहा स्वर्ण बन जाता है। गंधी की दुकान पर बैठने मात्र से सुगन्ध का आनन्द मिलता है जबकि काजल की कोठरी में कितना भी सावधान रहे, काजल की लीक तो लग ही जाती है। वर्षा की एक बूँद का विभिन्न पदार्थों से संगति होने का परिणाम दर्शाते हुए सूरदास कहते हैं-

**सीप गयो मोती भयो कदली भयो कपूर।  
अहिमुख गयो तो विष भयो, संगत के फल सूर॥**

जब संगति का प्रभाव अनिवार्य है तो क्या संगति से बचा नहीं जा सकता ? इसका उत्तर 'न' में होगा। कारण, मनुष्य सामाजिक प्राणी है। वह समाज की उपेक्षा करके लोक में जी नहीं सकता। इसलिए संगति मानव चरित्र की पहचान बनी। अंग्रजी में कहावत है, " **A man is Known by the Company he Keeps**" गेट ने कहा, मुझे बताइए आपके संगी- साथी कौन हैं और मैं बता दूँगा कि आप कौन हैं।

संगति के दो रूप हैं-कुसंगति तथा सत्संगति। कुसंगति अर्थात् बुरे लोगों की संगति और सत्संगति अर्थात् सज्जनों की संगति। कुसंगति का प्रभाव कितना तीव्र होता है, इसके लिए लोकोक्ति प्रसिद्ध है, घोड़े को गधों के अस्तबल में बांध दीजिए, कुछ नहीं तो वे दूलत्ती मारना जरूर सीख जाएंगे।' गंगा जब समुद्र का संग करती है तो अपनी महानता, यश और पावनता खो देती है। केले और बेर का साथ देख लीजिए-

**भासी भरे कुसंग की केश ढिग बेर।  
वह हाले वह अंग चिरे, विधि ने संग निवेर॥**

इतना ही नहीं दुर्जन के संग मनुष्य को पग-पग मानहानि उठानी पड़ती है। लोहे के संग से अग्नि भी हथौड़े द्वारा पीटी जाती है। भगवती सीता का हरण तो रावण ने किया, परन्तु बन्धन में पडना पड़ा समुद्र को। कारण, उस पर पुल बाँधा गया। फिर दुर्जन, साथ और आश्रय देने वाले का कौन-सा अपकार्य नहीं करता ? अग्नि तो अपने आधार को भी जला देती है। मीठे जल वाली नदियाँ जब समुद्र में मिलती हैं, तो वह उनका जल खारा कर देता है।

इसके विपरीत सत्संगति है। वह आत्मसंस्कार का महत्वपूर्ण साधन है। भर्तृ हरि के कथनानुसार, सत्संगति



बुद्धि की जड़ता को दूर करती है, वाणी में सच्चाई लाती है, सम्मान तथा उन्नति का विस्तार करती है और कीर्ति का दिशाओं में विस्तार करती है। सत्संगति पुरुषों के लिए क्या नहीं करती ?

काँच भी कंचन का संग पा जाने पर मरकत मणि की शोभा प्राप्त कर लेता है। गलियों का पानी गंगाजी में मिलने पर गंगा के रूप में ही वंदित होता है। तुलसी कहते हैं— मज्जत फल पेखिअ ततकाला, काक होहि पिक बकउ मराला। वृन्द कहते हैं— 'सब ही जानत बढत है, वृच्छ बराबर वेल।' पुष्प के संग रहने से मिट्टी के कणों में भी सुगंधि आने लगती है।

भगवान् राम के सत्संग से वानर और रीछ—संस्कृति के अनुयायी तर गए। योगेश्वर कृष्ण की संगति से निराश—हताश अर्जुन महाभारत का विजेता बना। घोर कलियुग में रामबोला स्वामी नरहर्यानन्द के सत्संग से तुलसी बने। मूलशंकर स्वामी विरजानन्द की संगति से दयानन्द बने। रत्नाकर वाल्मीकि बने। ठीक भी है— 'बिनु सतसंग विवेक न होई तथा सठ सुधरहि सतसंगति पाई।'

वाल्मीकि का कहना है, 'सज्जन पुरुष की संगति रूपी चन्द्रिका, जो रसायनमयी शीतल तथा परम आनन्ददायिक है, किसे आनन्दित नहीं करती। फिर जिसने शीतल एवं शुभ्र सज्जन संगति रूपी गंगा में स्नान कर लिया, उसको दान, तीर्थ, तप तथा यज्ञ से क्या प्रयोजन। भवभूति कहते हैं, 'सत्संग जानि निधनान्यपि तारयन्ति। अर्थात् सत्संग में होने वाला मरण भी मनुष्य का उद्धार कर देता है। ऋग्देव का कथन है, 'देवो देवे भिरागमत्' अर्थात् परमेश्वर विद्वानों की संगति से प्राप्त होता है।

सत्संगति का महत्व प्रतिपादित करते हुए गुरु गोविन्द सिंह लिखते हैं, जो लोग श्रेष्ठ लोगों की शरण लेते हैं, उनकी क्या चिंता करनी जैसे दाँतों से घिरी जीभ भी सुरक्षित रहती है, उसी प्रकार गुरुभक्त लोग भी दुष्टों और दुर्भाग्य से सुरक्षित रहते हैं।

कहते हैं गंगा पाप का, चन्द्रमा ताप का तथा कल्पवृक्ष दीनता के अभिशाप का अपहरण करते हैं, परन्तु सत्संग पाप, ताप और दैन्य, तीनों का तत्काल नाश कर देता है। गर्ग संहिता इसलिए महान् पुरुषों का सत्संग समस्त उत्कृष्ट अमूल्य पदार्थों का आश्रय, कल्याण और सम्पत्ति का हेतु तथा समस्त उन्नति का मूल कहा जाता है। तुलसी ने सच ही कहा है, सत्संगति मुद मंगल मूला, सोइ फल सिधि सब साधन फूला।

मानव—जीवन की आकांक्षा रहती है— इहलोक में सुख, शान्ति, समृद्धि एवं ऐश्वर्य—भोग तथा देहान्त के अनन्तर स्वर्ग प्राप्ति। यह तभी सम्भव है, जब व्यक्ति लौकिक जीवन में सत्संगति का वरण करे।

अपने से हीन व्यक्ति के संग से मनुष्य हीन हो जाता है। बराबर वाले के संग से ज्यों का त्यों बना रहता है। श्रेष्ठ पुरुषों के संग से शीघ्र ही मनुष्य का उदय तथा विकास हो जाता है। अतः व्यक्ति को सदा श्रेष्ठ पुरुषों का ही संग करना चाहिए।

★ यह संकलन अखिल भारतीय राष्ट्रभाषा विकास समिति (यंग इंडिया पब्लिकेशन) की सहायता से तैयार किया गया है।

संकलनकर्ता

**नरेन्द्र चौबे**

सहायक महानिदेशक (एफ. एन.)

टी.ई.सी.



## कामयाबी के 10 सूत्र

ठीक समय पर ठीक निर्णय लेकर व्यक्ति अपनी वर्तमान स्थिति से अधिक हासिल कर सकता है। विपत्ति, तनाव या निराशा के पलों पर विजय पा सकता है। कामयाबी के लिए 10 उपयोगी सूत्र बता रहे हैं, ललन ठाकुर :

**(1) जीतने के लिए खेलना सीखें :** जिस तरह हीरे को जोर जोर से रगड़ कर चमका सकते हैं, उसी तरह व्यक्ति बार-बार परीक्षा देने के बाद ही श्रेष्ठ बनता है।

**(2) अच्छे अवसर को न चूकें :** अपनी आशांकाओं और भूखे मरने के डर को मन से निकाल कर अपनी योग्यता के अनुसार अच्छे अवसर मिलने का इंतजार करें। ऐसा अवसर जब मिले, तो उसे चूकें नहीं।

**(3) दिमाग को ठंडा रखें :** जिस प्रकार इंजन गर्म होने पर कार का चलना बंद हो जाता है और कई बार उसमें आग भी लग जाती है, उसी प्रकार गर्म होने पर दिमाग सोचना बंद कर देता है। ऐसे में आवेश में आकर व्यक्ति कुछ भी कह देता है, जिससे उसे नुकसान उठाना पड़ता है।

**(4) आत्मविश्वास और आत्मसम्मान :** पूरे उत्साह और आत्मविश्वास से कही बात को लोग ध्यान से सुनते हैं और उस पर विश्वास करते हैं। सफल लोगों के साथ रहने से व्यक्ति का आत्मविश्वास बढ़ता है और वह उत्साहपूर्वक काम को करता है।

**(5) मीठे बोल :** लगातार प्रेमपूर्वक व्यवहार से दुश्मन भी दोस्त बन जाता है। इसलिए बोलते समय शब्दों को चीनी में भिगोकर बोलेंगे तो सुनने वाले को कटुता का आभास नहीं होगा।



**(6) खुद का महत्व बनाएँ :** एक हीरा बाकी के हीरे से जितना अलग होता है, उतनी उस हीरे की कीमत दूसरे हीरों से ज्यादा होती है। अपनी दुर्लभता साबित करने के लिए जरूरी है कि आपकी सोच और व्यवहार दूसरों से अलग हों।

**(7) दूसरों की गलतियों को नजर अंदाज करें :** दूसरों की अच्छाइयों पर ध्यान दें, न कि

बुराइयों पर। उनके दुर्गुणों को नजर अंदाज कर दें। गुलाब के साथ उसकी टहनी पर कांटे भी लगे होते हैं, लेकिन सभी गुलाब के फूल को ही देखते हैं, कांटों को नहीं।

**(8) सफलता का जुनून :** सफलता अचानक भाग्य से नहीं मिलती। काम की योजना बनाकर उसमें सफल होने की लगातार कोशिश करनी होती है। काम न करने के कारणों पर सोचने में समय नष्ट करने की बजाय यह सोचे कि उस काम को अच्छी तरह कैसे कर सकते हैं।

**(9) निडर बने :** कामयाब एंटरप्रेन्योर बनना चाहते हैं, तो सबसे पहले आपको निडर बनना होगा। कारोबार में वही व्यक्ति सफल होता है, जो किसी भी परेशानी से घबराये बिना, साहस और विश्वास के साथ आगे बढ़ता है। जो पहले ही नुकसान होने के काल्पनिक डर से अपना व्यापार नहीं करते, वे जीवन भर भिखारी की तरह अपनी झोली में गिरने वाली हर चीज को स्वीकार कर लेते हैं।

**(10) मेहनत सर्वोपरि :** कोई भी खिलाड़ी पहले जीते हुए खिलाड़ी से तेज दौड़कर और उससे आगे निकल कर सर्वोच्च स्थान प्राप्त कर सकता है। मेहनत कर इतने आगे निकल जाएं कि दूसरे आपके पास पहुँचने का साहस न करें।।

## व्यंग्य

शिक्षक ने अपने स्कूल के छात्र से एक सवाल पूछा—

शिक्षक :— एक साल में कितनी रातें होती हैं।

छात्र :— सर, दस रातें।

शिक्षक :— दस रातें, कैसे?

छात्र :— नौ नवरात्री और एक शिवरात्री।



संकलनकर्ता  
**ललन ठाकुर**  
सेवानिवृत्त (एम.टी.एस.)  
टी.ई.सी.



## भरोसे की शक्ति

कभी कभी हम ऐसी परिस्थिति में होते हैं जब लगता है कि हम दूसरों से पीछे छूट रहे हैं या फिर कुछ ऐसा जो रह गया है जिसे हम करना चाहते हैं लेकिन कर नहीं पा रहे हैं। तब हमें एक प्रोत्साहन की जरूरत होती है। एक जामवन्त की जरूरत होती है जो हनुमान को उनका बल याद दिला सके। हमें कमजोर कर देने वाली परिस्थितियाँ कभी भी सामने आ सकती हैं और उनका स्वरूप कुछ भी हो सकता है। कभी कभी तो सब कुछ होते हुए भी एक खालीपन सा महसूस होने लगता है। अब ऐसी परिस्थिति में तो बाहर से कोई जामवन्त आ नहीं सकता, आया भी तो उसे आने में देर लग सकती है और पता नहीं उतनी देर में आप अपने आपको कितनी नकारात्मकता से भर लें। शायद उस दौरान अपने जीवन का कोई महत्वपूर्ण फैसला ही ले लें, कुछ भी हो सकता है। ऐसे में अपने भीतर एक नन्हा जामवन्त हमेशा बना कर रखना चाहिये, जैसे कि हमारी खूबसूरत यादें और उन यादों में समाया एक हौसला, जिनकी बदौलत हम आज तक साँसें ले रहे हैं। नन्हें जामवन्त के अलावा भी एक बड़ा जामवन्त भी हो तो जीवन जीने का अपना अलग मज़ा आता है।

हमारे समाज में अपनी तारीफ स्वयं करना अच्छी बात नहीं मानी जाती जबकि ऐसा करना ही उस नन्हें जामवन्त को जीवित रखना है। आप दूसरों के सामने बोलकर अपने बारे में लम्बी लम्बी मत फेंकिये, लेकिन अपने मन में उन तमाम चीजों को याद करके स्माइल जरूर पास करते रहिये जो आपने किया था और जो दूसरों के लिये मुश्किल था यकीनन आपके लिये भी। लेकिन आपने किया, वे चीजें चाहे कितनी भी छोटी क्यों न हो उनका बड़ा होना जरूरी नहीं, जरूरी है आपने उसे किया, और अपने उस किये पर खुश होना। अतः आवश्यक है कि अपने मन में चल रही बातों को बाहर निकालें और कुछ देर तक अपने मुँह मियाँ मिट्टू बन सकें, क्योंकि एक तो दूसरों से तारीफ नहीं मिलती और मिलती भी है तो शर्म आ जाती है। इससे अच्छा है अपनी तारीफ खुद करें और थोड़ी बहुत खुशी अपने आप से ही हासिल करें। जाहिर है ऐसी बात करने का मन हो रहा है तो कुछ परिस्थितियाँ ऐसी होंगी जो हमारी क्षमताओं को कमजोर करने का प्रयास कर रही हैं, जैसा कि सब जानते हैं कि हनुमान जी ने बचपन में अपनी शक्तियों के चलते खूब उधम मचाया था और उन्हें वही शक्तियाँ याद दिलायी गयी थी। कोई अतिरिक्त शक्तियाँ उनमें उम्र के बढ़ने के साथ नहीं आयी, ठीक इसी तरह ही हम सभी में जो शक्तियाँ हैं या जो सामर्थ्य है वो बचपन से ही है। हाँ, आगे चलकर उनमें से कुछ परिष्कृत हुई है तो कुछ भूल भी गयी है, ऐसी ही कुछ भूली हुई को याद करके उन्हें अपने आप में महसूस करना खुशी से भर देता है।

वास्तविक जीवन में कई ऐसी बातें होती रहती हैं जिनपर भरोसे की शक्ति को आजमाकर एक समझ पैदा की जाती है और ऐसा सबके साथ होता है। कभी-कभी तो ऐसा लगता है मानो हम पहले भी यहाँ आ चुके हैं, भले ही पहले कभी उस स्थान पर कभी गये न हों। यह अनुभव ऐसी ही किसी आन्तरिक शक्ति के माध्यम से होता है। अभी कुछ देर के लिये यह सब लिखना छोड़कर खाने चले गये थे, जाते समय भी दिमाग में इसी शक्ति से जुड़ी बातें घूम रही थी और अन्दर मेस में जाते ही हमेशा की तरह प्लेट उठाते हुए अपने एक साथी को खोजने लगे कि शायद वह बैठा भोजन कर रहा हो और अभी प्लेट उठाया भी नहीं कि वह पीछे से आकर बोलता है

हम यहाँ हैं। हम दोनों की जान पहचान खाने की मेज पर कुछ हफ्ते पहले ही हुई है और सिर्फ वही मिलना होता है। यह देखकर आश्चर्य हुआ कि वह शक्ति अभी भी काम कर रही है। पिछले वर्ष भी इस शक्ति के बारे में एक इंसान से बात हुई थी, न जाने उसे ये सारी बातें समझ में आयी होंगी या नहीं, लेकिन भरोसा अभी तक कायम है और आगे भी ऐसी आश्चर्यजनक घटनायें होती रहेंगी क्योंकि भरोसे की शक्ति, भरोसे के साथ जीवित रहती है।

**अवधेश सिंह**  
स.म.अ.दू (एफ.ए.)  
टी.ई.सी.



## ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है

ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है  
धडकनों में ये घबराहट क्यों है  
क्यूँ बेचैनी है सांसों में  
इस दिल में तूफान क्यों है.....  
माना तेरी हार हुई, सपनों की दुनिया जल के खाक हुई  
मगर यही तो जिंदगी का नाम है  
कभी धूप कभी छाँव है  
बिना तुफान से लडे किसकी कश्ती पार हुई  
जीत की राह पर, हर किसी की एक बार हार हुई  
ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है.....  
दिन का पता कहाँ चलता गर रात न होती  
बिना पतझड़ सावन में, पत्तों के गानों में वो राग न होती  
बिना पर खोए चिड़ियों की ये बेमिसाल उड़ान न होती  
बिना हार के आँसुओं में वो जीत की खुशी वाली बात न होती  
ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है.....  
उठ जाओँ फिर से नया जहाँ बनाने को  
खुला आसमान है उड़ के छू जाने को  
फिर से नये सपने बुन लो

आओं फिर से एक हसीन दुनिया सोच लो  
ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है.....  
वो दुनिया बडी हसीन बनेगी  
पहले से भी अधिक अजीज बनेगी  
सजा लो फिर से एक बार उस घर को  
संवार लो एक बार फिर से उस जगह को  
ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है.....  
देखना एक दिन ऐसा आयेगा  
ये सारा समय तर्जुबों में बदल जायेगा  
तप-तप के तू सोना-सा खिल जायेगा  
मंजिल पे पहुँच के तू इसी हार पे इतरायेगा  
ऐ मन ! आज तू परेशान क्यों है.....

**संचित गर्ग**  
स.म.अ.दू (एन.आर.)  
टी.ई.सी.



## खुश रहने के 10 सरल नुस्खे

हम जीवन में जो भी करते हैं, खुशी पाने के लिए करते हैं, लेकिन दुर्भाग्य से खुश रहना काफी मुश्किल काम लगता है। हमें लगता है कि खुश रहने के लिए कुछ खास तरह के हालात होने चाहिए, तभी हम खुश रह सकते हैं। लेकिन ऐसा नहीं है। सद्गुरु बता रहे हैं कुछ आसान से नुस्खे जिन्हें अपनाकर हर हाल में, हम खुश रह सकते हैं।

सद्गुरु: जब आप बुनियादी रूप से खुश होते हैं; जब आपको खुश रहने के लिए कुछ करना नहीं पड़ता, तो आपके जीवन के हर आयाम में बदलाव आ जाएगा। आपके अनुभवों में और खुद को व्यक्त करने के तरीकों में बदलाव आ जाएगा। आपको पूरी दुनिया बदली हुई लगेगी। आपका अब कोई निहित स्वार्थ नहीं होगा क्योंकि चाहे आप कुछ करें या न करें, चाहे आपको कुछ मिले या न मिले, चाहे कुछ हो या न हो, आप स्वभाव से ही आनंदित होंगे। जब आप अपने स्वभाव से ही खुश होते हैं, तो आप जो भी करेंगे, वह बिल्कुल अलग स्तर पर होगा।

### एक खुशहाल जीवन के लिए 10 साधन

#### 1. इस बात का ध्यान रखें कि खुश रहना आपकी बुनियादी जिम्मेदारी है

किसी इंसान की पहली और सबसे महत्वपूर्ण जिम्मेदारी एक खुशमिजाज प्राणी होने की है। खुश रहना जीवन का चरम पहलू नहीं है। यह जीवन का बुनियादी पहलू है। अगर आप खुश नहीं हैं, तो आप अपने जीवन में क्या कर सकते हैं? एक बार आप खुश हों, तभी दूसरी महान संभावनाएं खुलती हैं।

चाहे आप जो भी करें, आप अपने अंदरूनी गुणों को ही विस्तार देते हैं और जगाते हैं। चाहे आप इस बात को पसंद करें या नहीं, हकीकत यही है। जब तक कि कोई महत्वपूर्ण चीज आपके भीतर घटित नहीं होती, आप दुनिया के लिए कुछ बहुत महत्वपूर्ण नहीं कर सकते। इसलिए अगर आप दुनिया के बारे में चिंतित हैं, तो पहली चीज आपको यह करनी चाहिए कि खुद को एक खुशमिजाज प्राणी में रूपांतरित करें।

#### 2. पहचाने कि खुशी आपकी मूल प्रकृति है।

इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप अपने जीवन में क्या कर रहे हैं, चाहे वह कारोबार हो, सत्ता, शिक्षा या सेवा, आप ऐसा इसलिए कर रहे हैं क्योंकि आपके भीतर कहीं गहराई में एक भावना है कि इससे आपको खुशी मिलेगी। इस धरती पर हम जो कुछ भी करते हैं, वह खुश रहने की इच्छा से करते हैं, क्योंकि यह हमारी मूल प्रकृति है। जब आप बच्चे थे, तो आप यूँ ही खुश थे। वही आपकी प्रकृति है। खुशी का स्रोत आपके भीतर है,

आप उसे हमेशा के लिए एक जीवंत अनुभव बना सकते हैं।

### 3. चीजों का महत्व पहचानें :-

आज सुबह, क्या आपने देखा कि सूर्य बहुत अद्भुत तरीके से उगा? फूल खिले, कोई सितारा नीचे नहीं गिरा, तारामंडल बहुत अच्छी तरह काम कर रहे हैं। सब कुछ व्यवस्थित है। आज समूचा ब्रह्मांड बहुत बढ़िया तरीके से काम कर रहा है मगर आपके दिमाग में आया किसी विचार का एक कीड़ा आपको यह मानने पर मजबूर कर देता है कि आज बुरा दिन है।

कष्ट मुख्य रूप से इसलिए होता है क्योंकि ज्यादातर इंसान इस जीवन के प्रति सही नजरिया खो बैठे हैं। उनकी मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया अस्तित्व की प्रक्रिया से कहीं बड़ी हो गई है या सीधे-सीधे कहें तो आपने अपनी रचना को सृष्टि से कहीं अधिक महत्वपूर्ण बना दिया है। यह सारी पीड़ा का बुनियादी स्रोत है। हम इस बात की पूरी समझ खो बैठे हैं कि यहां जीवित रहने के क्या मायने हैं। आपके दिमाग में आया कोई विचार या आपके मन की कोई भावना फिलहाल आपके अनुभव की प्रकृति को तय करती है। यह भी हो सकता है कि आपके विचार और भावना का आपके जीवन की सीमित हकीकत से कोई लेना-देना न हो। पूरी सृष्टि बहुत बढ़िया तरीके से घटित हो रही है मगर सिर्फ एक विचार या भावना सब कुछ नष्ट कर सकती है।

### 4. मन या दिमाग को उसके असली रूप में देखें :-

जिसे आप 'मेरा मन' कहते हैं, वह असल में आपका नहीं है। आपका अपना कोई मन नहीं है। कृपया इस पर ध्यान दें। जिसे आप 'मेरा मन' कहते हैं, वह बस समाज का कूड़ेदान है। कोई भी, हर कोई जो आपके पास से गुजरता है, वह आपके दिमाग में कुछ न कुछ डाल जाता है। आप वाकई यह चुन नहीं सकते कि किससे आपको चीजें ग्रहण करनी हैं और किससे नहीं करनी। अगर आप कहते हैं, 'मुझे यह व्यक्ति पसंद नहीं है', तो आप किसी और से भी ज्यादा उस इंसान से ग्रहण करेंगे। आपके पास कोई चारा नहीं है। अगर आपको इस बात की जानकारी हो कि उसे ठीक करके कैसे इस्तेमाल करना है, तो यह कूड़ेदान उपयोगी हो सकता है। असर और जानकारी का यह ढेर, जो आपने जमा किया है, वह सिर्फ दुनियां में जीवित रहने के लिए उपयोगी है। आप कौन हैं, इससे उसका कोई संबंध नहीं है।

### 5. मन से अपने बुनियादी अस्तित्व की ओर बढ़ें :-

जब हम किसी आध्यात्मिक प्रक्रिया की बात करते हैं, तो हम मन से अपने बुनियादी अस्तित्व की ओर जाने की बात करते हैं। जीवन का संबंध इस सृष्टि से है, जो यहां मौजूद है —उसे पूरी तरह जानना और उसके असली

रूप में उसका अनुभव करना, अपने मनमुताबिक उसे विकृत न करना –ही जीवन है। अगर आप अस्तित्व की हकीकत की ओर बढ़ना चाहते हैं, तो सरल शब्दों में आपको बस इस बात का ध्यान रखना होगा कि जो आप सोचते हैं, वह महत्वपूर्ण नहीं है, जो आप महसूस करते हैं, वह महत्वपूर्ण नहीं है। आप जो सोचते हैं, उसका हकीकत से कोई लेना-देना नहीं है। उसका जीवन के लिए कोई बड़ा महत्व नहीं है। मन बस उन फालतू चीजों में उलझा रहता है, जो आपने कहीं और से इकट्ठा किया है। अगर आपको वह महत्वपूर्ण लगता है, तो आप कभी उसके परे नहीं देख पाएंगे।

आपका ध्यान स्वाभाविक रूप से उस दिशा में जाता है, जिसे आप महत्वपूर्ण मानते हैं। अगर आपके विचार और आपकी भावनाएं आपके लिए अहम हैं, तो स्वाभाविक रूप से आपका सारा ध्यान वहीं होगा। मगर यह सिर्फ एक मनोवैज्ञानिक हकीकत है। इसका अस्तित्व में मौजूद चीजों से कोई लेना-देना नहीं है।

कष्ट हम पर बरसाया नहीं जाता, उसे पैदा किया जाता है। उसे बनाने वाला कारखाना आपके मन में है। अब इस कारखाने को बंद करने का समय है।

## 6. पाने की कोशिश न करें, अभिव्यक्त करना शुरू करें :-

आज हम इतने जोरशोर से खुशी की तलाश कर रहे हैं कि धरती का जीवन ही खतरे में पड़ गया है। खुशी की तलाश में न रहें। दुनिया में अपनी खुशी को अभिव्यक्त करना जानें। अगर आप मुड़कर अपने जीवन को देखें तो आपके जीवन के सबसे खूबसूरत पल वो थे जब आप अपनी खुशी को अभिव्यक्त कर रहे थे, न कि जब आप उसकी तलाश कर रहे थे।

जो आप बचाते हैं, वह कभी आपका गुण नहीं होगा। जो आप फैलाते हैं, जो आप बिखेरते हैं, वह आपका गुण होगा। अगर आप अपनी खुशी को बचा-बचा कर रखेंगे, तो जीवन के अंत में कोई ऐसा नहीं कहेगा, 'उसने अपने अंदर खुशी का एक-एक अंश बचा कर रखा, वह बहुत खुशी के साथ मरा।' वे कहेंगे, 'यह भयानक प्राणी अपनी जिंदगी में कभी मुस्कुराया तक नहीं।' लेकिन अगर आप हर दिन अपनी खुशी और प्यार को फैलायेंगे, तो लोग कहेंगे, 'अरे वह एक खुशमिजाज और प्यार करने वाला इंसान था।'

## 7. मुस्कुराइए :-

सुबह जब आप उठते हैं, तो पहली चीज आपको यह करनी चाहिए कि आप मुस्कुराएं। किस पर? किसी पर नहीं। क्योंकि आप जगे, यह कोई छोटी बात नहीं है। लाखों लोग जो कल रात सोए थे, आज नहीं उठे, मगर आप और मैं उठे। क्या यह बहुत बढ़िया बात नहीं है कि आप जगे? इसलिए अपने जगने पर मुस्कुराइए।



इसके बाद आस-पास देखिए और अगर कोई है, तो उन्हें देख कर मुस्कुराइए। बहुत सारे लोगों के साथ ऐसा हुआ कि उनका कोई प्रियजन आज सुबह नहीं जगा। आपको जो भी लोग प्यारे हैं, वे जगे। वाह यह तो बहुत अच्छा दिन है, है न? फिर बाहर जाइए और पेड़ों को देखिए। वे भी पिछली रात को नष्ट नहीं हुए।

बहुत से लोगों को यह अजीब लग सकता है, मगर आपको इसका महत्व तब पता चलेगा, जब आपका कोई प्रियजन सुबह नहीं उठेगा। इसका महत्व जानने के लिए तब तक का इंतजार न करें। यह कोई अजीब या हँसने वाली बात नहीं है, यह सबसे कीमती चीज है – कि आप जीवित हैं और जो भी आपके लिए मायने रखता है, वह जीवित है। इस दुर्भाग्यपूर्ण रात जब इतने सारे लोग नहीं उठे और कितने सारे लोगों के प्रियजन नहीं उठे, तब आप और आपके प्रियजन उठ पाए, क्या यह शानदार चीज नहीं है? इसका महत्व समझें और कम से कम मुस्कुराएं। कुछ लोगों को प्यार से देखना सीखें।

## 8. खुद को याद दिलाएं :—

बहुत से लोगों को यह सब भूलने में बस घंटा भर लगता है और जल्दी ही उनका रेंगने वाला दिमाग किसी को काटने के लिए आतुर हो जाता है। इसलिए हर घंटे खुद को एक खुराक दें, जीवन की अहमियत याद दिलाएं। अगर आप बहुत ही संवेदनहीन हैं, तो हर आधे घंटे में खुद को याद दिलाएं। अगर आप भीषण रूप से संवेदनहीन हैं, तो खुद को हर पांच मिनट में याद दिलाएं। अपने आप को याद दिलाने में बस दस सैकेंड लगते हैं। आप इसे बस दो सैकेंड में भी कर सकते हैं – 'मैं जीवित हूँ, तुम जीवित हो। और क्या चाहिए?'

## 9. जो अंदर है, उसे बदलें :—

वर्तमान में, आपके जीवन की गुणवत्ता उन कपड़ों से तय नहीं होती, जो आप पहनते हैं। वह आपकी शैक्षिक योग्यताओं, आपके परिवार की स्थिति या आपके बैंक बैलेंस से तय नहीं होती। आपके जीवन की गुणवत्ता इस पर निर्भर करती है कि आप अपने भीतर कितने शांत और खुश हैं।

निश्चित रूप से जिसे भोजन नहीं मिलता और जिसके पास जीवित रहने के लिए जरूरी बुनियादी चीजों की कमी है, वह शारीरिक रूप से बहुत कष्ट में होगा। इस पर ध्यान दिए जाने की जरूरत है। ऐसे लोगों के लिए हमें उन बुनियादी चीजों की व्यवस्था करनी होगी। मगर बाकियों के लिए, उनकी जरूरतें एक अंतहीन सूची हैं। आपको लगता है कि कार चला रहा आदमी सड़क पर पैदल चल रहे आदमी से ज्यादा खुश है? नहीं। आपके पास क्या है, उससे यह तय नहीं होता। यह इस पर निर्भर करता है कि वे उस समय कैसा महसूस कर रहे हैं।

## 10. दूसरों से तुलना करना छोड़ दें :-

ज्यादातर लोग इसलिए दुखी नहीं होते क्योंकि उनके पास किसी चीज की कमी होती है। वे दुखी इसलिए होते हैं क्योंकि वे खुद की तुलना किसी और से करते हैं। आप एक मोटरबाइक चला रहे हैं, आप किसी को मर्सिडीज चलाते देखते हैं और खुद को दुखी कर लेते हैं। साइकिल पर चलने वाला कोई व्यक्ति आपको मोटरबाइक पर देखता है और यह उसके लिए लिमोसीन है। पैदल चलता कोई व्यक्ति साइकिल को देखकर सोचता है, 'अरे वाह, अगर मेर पास सिर्फ यह साइकिल होती, तो मैं अपनी जिंदगी में क्या-क्या कर लेता।' यह एक बेवकूफाना खेल है जो चलता रहता है।

जो लोग खुश रहने के लिए बाहरी हालात पर निर्भर रहते हैं, वह कभी अपनी जिंदगी में सच्ची खुशी नहीं महसूस कर पाएंगे। निश्चित रूप से अब समय है कि हम अपने अंदर झांकें और देखें कि हम किस तरह खुशहाली में रह सकते हैं। जीवन के अपने अनुभव से आप साफ-साफ देख सकते हैं कि सच्ची खुशी आपको तभी मिलती है, जब आपके अंतर्मन में बदलाव आता है। जब आप खुश होने के लिए बाहरी स्थितियों पर निर्भर होते हैं, तो आपको समझना चाहिए कि बाहरी हालात कभी भी सौ फीसदी आपके अनुकूल नहीं होते। जब यह हकीकत है, तो कम से कम इस एक इंसान-यानि कि आपको उस तरह रहना चाहिए, जैसे आप रहना चाहते हैं। अगर आप अपने अंदर उस तरह होते हैं जिस रूप में आप खुद को रखना चाहते हैं, तो आप कुदरती तौर पर खुश होंगे। यह कोई ऐसी चीज नहीं है, जिसे आपको खोजना पड़े। अगर आप अपनी मूल प्रकृति में वापस चले जाते हैं, तो आप सिर्फ खुश ही रहेंगे।



**संचित गर्ग**  
स.म.अ.दू. (एन.आर.)  
टी.ई.सी.



## माँ भाई कब तक मरेगा ?

“ माँ माँ मैं पूड़ी खा लूँ, ” पड़ोस से आये खाने को देखकर लाली से रहा नहीं जा रहा था। पर पुष्पा की आँख से आँसू अविरल बह रहे थे। उसने कोई जवाब नहीं दिया। लाली ने फिर पूछा, “बहुत भूख लगी है, मैं पूड़ी खा लूँ।” पुष्पा ने फिर कोई जवाब नहीं दिया। “जा खा लें”, पड़ोस की लीला चाची बोली। लीला चाची पुष्पा के कंधे पर हाथ रख कुछ समझा रही थी। सब कुछ लाली की समझ से परे था, पर वह बहुत खुश थी। खुश क्यों न हो, रोज-रोज पूड़ी सब्जी खाने को जो मिल रही थी। चार साल की लाली के नसीब में ऐसा खाना कब था। उसके लिए तो मानों कोई उत्सव चल रहा था। उसे तो मालूम ही न था कि घर में मातम है। उसका पिता राधे अब इस दुनिया में नहीं है। गरीबी और बेरोजगारी ने वक्त से पहले ही राधे को दुनिया छोड़ने पर मजबूर कर दिया था।

राधे का परिवार गांव के सम्मानित परिवारों में था। पिता गांव के स्कूल में मास्टर थे। लेकिन राधे का मन पढ़ाई में नहीं था, उसे तो शरीर बनाने व कुश्ती लड़ने का शौक था। मास्टर जी ने बहुत कोशिश की कि बेटा कुछ पढ़ लिख ले पर राधे पर तो पहलवान बनने का भूत सवार था। खाना पीना और आखाड़े में लगे रहना उसके लिये जीवन का मतलब बस यही था। मास्टर जी राधे को सुधारने की आस लिये दुनिया से चले गये। राधे के अकेले पन को देखते हुए अड़ोसी पड़ोसियों और रिश्तेदारों ने समझा बुझा कर राधे का विवाह अनाथ पुष्पा से करा दिया। रिश्तेदारों ने तो जैसे अपनी ज़िम्मेदारी पूरी कर गंगा नहा ली और फिर पलट कर राधे की सुध न ली।

कुश्ती में जीती ईनाम की रकम और साहब लोगों की बख्शीश के अलावा राधे के गुजर बसर का कोई और सहारा न था। पुष्पा ने कई बार खुद मजदूरी करने की इच्छा जताई पर राधे को यह भी मंजूर न था। घर की हालत बद से बदतर होने लगी। इस बीच पहले हरी का जन्म और उसके दो साल बाद लाली के जन्म ने पुष्पा को भी काफी कमजोर कर दिया था।

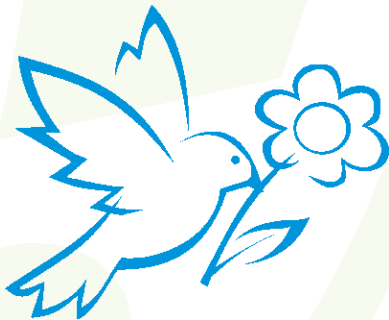
गुरबत ने राधे को तोड़ कर रख दिया था। शरीर में भी पहले सी जान न रही थी और ऊपर से पुष्पा, हरी और लाली की ज़िम्मेदारी। राधे अक्सर रात को मास्टर जी को याद करके रोता। पिता की बात सुनता तो शायद जिंदगी में कुछ कर जाता। पर अब क्या हो सकता था। अपनी गलती का पछतावा और बढ़ती जिम्मेदारियों के बोझ ने उसे अंदर ही अंदर बुरी तरह से तोड़ दिया। शायद यही वजह थी उसकी असमय मौत की।

राधे के दसवें तक घर में चुल्हा नहीं जलना था, इसलिये पड़ोसी, रिश्तेदार खाना भेज रहे थे। पुष्पा जानती थी कि यह सब दो चार रोज और चलना है उसके बाद क्या? राधे की मौत के दुःख से ज्यादा यह सवाल उसे खाये जा रहा था। हरी घर के माहौल को कुछ कुछ समझ रहा था। पड़ोसी, रिश्तेदार आ जा रहे थे। जो आता उससे चिपट कर रोता। “तू आनाथ हो गया बेटा, अब तेरा बाप नहीं रहा”। लोगों की बातें उसे समझ तो नहीं आ रही थी पर सब को रोता देख उसे भी रोना आ रहा था। पर लाली इन सब बातों से अंजान, अपने में मस्त।

पड़ोस के घर में अच्छा खाना बनते देख अक्सर पुष्पा को भी वैसा ही खाना देने को कहती। पर उसकी मांग कभी भी पूरी नहीं हुई थी। कई बार तो जिद करने पर उसे माँ की मार भी खानी पड़ी थी। पर अभी तो घर में अच्छा अच्छा खाना आ रहा था। कोई उसे खाने को मना भी नहीं कर रहा था। बालक मन की तो जैसे लाटरी लग गई थी। बार बार रसोई से कुछ न कुछ ले आती। कोई रिश्तेदार, पड़ोसी आता तो अनाथ बच्ची के हाथ में कुछ रख देता।

दसवें के बाद सब कुछ बदलने लगा। लोगों की आवाजाही खत्म हो गई। घर में सन्नाटा पसर गया। पुष्पा के सामने फिर लाख टके का सवाल, बच्ची का लालन पालन कैसे हो। पुष्पा के पास घर से बाहर निकल कर कुछ काम तलाशने के अलावा कोई चारा नहीं था। काफी तलाश के बाद उसे डैम पर मजदूरी का काम मिल तो गया पर इतनी कड़ी मेहनत उसका कमजोर शरीर सह नहीं पा रहा था। इधर हरी को भी बार बार बुखार घेर लेता था। बीमार बच्चे को छोड़ कर काम पर जाये तो जाये कैसे। दो दिन काम पर जाती तो तीसरे दिन नागा करना पड़ता। बुखार जैसे हरी को छोड़ने को तैयार ही नहीं था। एक वक्त के खाने का इंतजाम मुश्किल से हो पा रहा था, दवा दारू का इंतजाम कैसे हो। डैम का मैनेजर भी पुष्पा से खफा रहता, उसकी भी ऊपर जवाबदेही थी। “पुष्पा अगर काम नहीं करना तो बता दे इस तरह बार-बार नागा करेगी तो निकाल दूंगा”, मैनेजर ने पुष्पा से साफ साफ कह दिया था।

घर पहुंची तो देखा की हरी की देह बुखार से तप रही थी। बच्चे की हालत देख कर पुष्पा घबरा गई पर करे तो क्या करे। कटोरे में पानी लेकर वो हरी के पास बैठ गई। बार बार उसके माथे पर पानी की पट्टी रखती, कभी उसकी देह को पोंछती। भगवान कब तक परीक्षा लोगे अब सहन नहीं हो रहा। पुष्पा की हिम्मत भी अब जवाब देने लगी थी। तभी लाली दरवाजे पर रोते हुए अंदर आई। “क्या हुआ”, पुष्पा ने पूछा। “लीला चाची ने पूड़ी बनाई है, मैंने मांगी तो नहीं दी। पहले तो खुद घर लेकर आती थी”, लाली रोते रोते बोली। पुष्पा ने उसे समझाने की कोशिश की पर लाली हठ करती रही। पुष्पा झुंझला उठी। “तेरा बाप मर गया था इसलिए पूड़ी सब्जी लाई थी लीला। अब क्या रोज रोज तुझे लाकर खिलायेगी”। पुष्पा की डांट से लाली सिहर गई। टुकुर टुकुर कभी माँ को देखती तो कभी भाई को। कई दिन से एक समय का खाना भी पेट भर नसीब नहीं हुआ था। लीला चाची के घर बन रही पूड़ी सब्जी का नजारा बार-बार उसकी आंखों के सामने घूम रहा था और उसकी भूख को और बढ़ा रहा था। उसने फिर व्याकुल हो कर माँ से सवाल किया “माँ भाई कब तक मरेगा?”



**राजीव शर्मा**

सहायक महानिदेशक (प्रशिक्षण)

एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.



## संस्कार

है, जनजीवन के कगार से बहता,  
नई पीढ़ी में विचार है सजता,  
हर परिवार की नींव है, डलता  
है ये "आधार" सभी का.....  
कहते हैं, गुरुवाणी इसको  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

मातृ सेवन, पितृ सेवन,  
सभी करते सांसारिक सेवन.....,  
गुणों का रसखान है ये..... ।  
जिस परिवार में, संस्कार है बसता ।

इसके द्वारा नत्-मस्तक है, झुकता  
सभी आशीषों का गान यह....  
है कर्त्तव्यों का.....बखान यह  
दायित्वों से न मुड़ने देता..... ।  
प्राणियों में तेज है, इसके द्वारा.....  
आशीर्वादों का मान यह  
बड़े-बुढ़ों, गुरुजनों.....का जान यह.....  
बच्चों को है शिष्ट बनाता.....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

फुलरूपी गुणों का भान् यह.....  
वीरों के गुणों की त्राण् यह  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।  
जनजीवन की डोर सदा.....  
आती है नये फुलों में झुकाव सदा.....  
शिष्टाचारिक मनुष्यों की अदा.....  
है, आती संस्कार से ही सदा.....  
हे जगतगुरु.....पालनकर्त्ता....  
दे....दे....सभी में संस्कार सदा.....,  
है मानवता की परिभाषा,  
संस्कार से है जीने की आशा,  
समवर्णों की भाषा यह...इसपर जुगों से जीवन चलता....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

जब भँवरे फुलों पर मंडन करते.....  
हवाओं में खुशबु पवन भरते,  
है, सभी में संस्कार रचता.....बसता ..... ।  
है, संस्कार से उजागर.....सारी दुनिया.....  
है कार्य जहां का....."वहन" होता.....  
"पवन" सदा मगन होता,  
है सभी ग्रह-नक्षत्र, इस पर कायम..... ।  
सभी करते जगतगुरु का कार्य गुणगायन,  
संस्कार द्वारा ही कर्त्तव्यपरायणता....  
सभी सांसारिक कार्य-उद्भेदना  
चलता है संस्कारों पर.....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

आती है, जग में उजियारा इनसे,  
है, प्रकाशवान संसार जिनसे,  
मानव-चेतना का आख्याण यह.....  
मानव-पीढ़ियों का व्याख्याण यह.....  
परमेश्वर का तपोभूमि जब,  
आती है, उजियारों में,  
संस्कारों की खुशबु फैली जगत.....की अंधियारों में....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

हे भूमि के पालन हार,  
कर दे समूल जीवों में इसका संचार,  
आएगी खुशबु निखर के तब,  
जब रच-बस जाएगी.....संस्कार हम सभी पर ..... ।  
हे, मातृभूमि का स्मृति-शेष  
आ जाये धरा पे हृदयशेष,  
करते है इससे कर्त्तव्य भाण,  
शिष्टाचारिक चलाये वाण,  
नतमस्तक में आ जाये ओज,  
जब हो संचार संस्कारिक खोज..... ।  
बच्चों में आता, गुरुजनों की राग,  
मिट जाते हैं, अंधेरों की आग..... ।  
बुद्धि-विवेक का रंग यह,

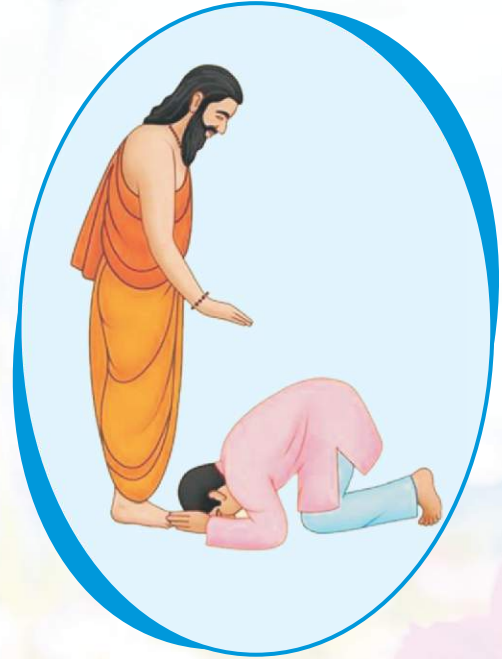
न हो गुण....सदा कभी भंग,  
बच्चों में आए सदा यह.....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

पूज्य सदा हर जीव है बनता.....,  
जब आती है शिष्टाचार.....  
आचार—विचार में शिष्टता,  
परिश्रमी कार्य.....विचार महान.....  
करता विश्व सदा जिनका गुणगान,  
है परमपिता...परमात्मा.....तृप्त करो, मेरी आत्मा....  
हो आंतरिक करुणामयी सद्भावना.....  
न आये किसी की आंतरिक आलोचना.....  
सभी की गुणों की करें.....उद्घोषणा.....  
विश्वरूपम.....बौद्धिक समालोचना.....,  
है...महान बनाता सभी को.....  
रचबस के हृदयांगम में  
तेज लाती है प्रखर मस्तक पर....  
'अट्टास' करत है वीरों जैसा,  
पा के गुरुवचनों का.....आर्शिवचन.....  
महानतम आख्याण से ओतप्रोत.....  
दमकता है ओज.....प्राणी की,  
पा के परमपिता.....से.....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

है गानों का गान युगों से, संस्कारों का बखान युगों से,  
प्रेम की आत्मा यह.....परिवारों की डोर यह.....  
शिष्टाचार की समावेश जिसमें....  
प्राणियों की सी ओजस्वी इसमें,  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार.....  
इसी से धरा पे दयामयी सागर,  
सब गुणों का इसमें आगर.....  
स्त्रियों की आशापुंज.....संतानों में लाये, कर्मनिष्ठ ज्ञान,  
करता हूँ सदा इसका बखान.....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।

चाहे हो सिंधु—धारा.....  
चाहे तुफानों.....पवनवेग का किनारा.....

हर कायनातों का रूपधारा.....  
आती है उनमें भी अमृतपुंज,  
जब छाती है..... कर्मवाण की रसधारा,  
कर्मठ दुनिया, हर जीवनधारा.....  
परमपिता का न्यारा—वारा,  
चलती है संसार एकछत्र.....  
जब आती है संस्कारों की धारा,  
इसपर ही है विश्व है चलता,  
इसपर ही संसार है बसता,  
संस्कारों की वर्षा में.....  
जब भीगते धारा—बदन सारा,  
है दुहराने की पुनः बारी.....  
संस्कार, संस्कार.....संस्कार..... ।



**निर्भय कुमार मिश्रा**  
आशुलिपिक (आई.टी./टी.एस.ए.)  
टी.ई.सी.



## विश्व के सात अजूबे

विद्यार्थियों के एक समूह से वर्तमान में ' विश्व के सात अजूबों ' के नाम लिखने को कहा गया। यद्यपि, विद्यार्थियों के विचारों में मतभेद थे, फिर भी अधिकतम वोट निम्न को प्राप्त हुए:—

1. क्राइस्ट द रिडीमर, स्टेच्यू रियो डि जनेरियो – ब्राजील।



2. चिचेन इत्जा, युकाटन प्रायद्वीप—मैक्सिको

3. चीन की महान दीवार।



4. जार्डन का पेट्रा।



5. माचू पिचू, पेरू।



6. रोमन कॉलोसियम, रोम—इटली।



7. ताजमहल, आगरा—भारत।

वोट इकट्ठे करते हुए अध्यापक ने देखा कि एक छात्रा अभी भी लिख रही थी। अध्यापक ने लड़की से पूछा, क्या उसे नामों के बारे में कोई दिक्कत आ रही है। लड़की ने उत्तर दिया, "हाँ, थोड़ी सी"। मैं सोचती हूँ कि विश्व में कई अजूबे हैं। अध्यापक ने कहा, "अच्छा, बताओ तुमने क्या लिखा है, शायद हम आपकी कुछ मदद कर सकें। लड़की पहले हिचकिचाई, और फिर पढ़ने लगी: " मैं सोचती हूँ कि विश्व के सात अजूबे निम्नलिखित हैं:—

(1.) देखना (2.) सुनना (3.) छूना (4.) स्वाद लेना (5.) महसूस करना (6.) हंसना (7.) प्यार करना

यह सुनकर कमरे के अंदर खामोशी छा गई। जिन चीजों को हम देखकर अनदेखा कर देते हैं वो बहुत सरल और साधारण होती हैं। जिन चीजों को हम मानते हैं वे वास्तव में अदभुत होती हैं। जिन्दगी में अनमोल चीजें ना तो हाथों से बनाई जा सकती हैं और न ही मनुष्य द्वारा खरीदी जा सकती हैं।

शिवचरण

कार्यालय सहायक (ए.)  
टी.ई.सी







## हिन्दू धर्म के सोलह संस्कार

- गर्भाधान संस्कार** – यह ऐसा संस्कार है जिससे हमें योग्य, गुणवान और आदर्श संतान प्राप्त होती है।
- पुंसवन संस्कार** – गर्भस्थ शिशु के बौद्धिक और मानसिक विकास के लिए यह संस्कार किया जाता है।
- सीमन्तोन्नयन संस्कार** – यह संस्कार गर्भ के चौथे, छठवें और आठवें महीने में किया जाता है।
- जातकर्म संस्कार** – बालक का जन्म होते ही इस संस्कार को करने से शिशु के कई प्रकार के दोष दूर होते हैं।
- नामकरण संस्कार** – शिशु के जन्म के बाद 11वें दिन नामकरण संस्कार किया जाता है।
- निष्क्रमण संस्कार** – निष्क्रमण का अर्थ है बाहर निकालना। जन्म के चौथे महीने में यह संस्कार किया जाता है।
- अन्नप्राशन संस्कार** – यह संस्कार बच्चे के दांत निकलने के समय अर्थात 6-7 महीने की उम्र में किया जाता है।
- मुंडन संस्कार** – जब शिशु की आयु एक वर्ष हो जाती है तब या तीन वर्ष की आयु में या पांचवे या सातवे वर्ष की आयु में बच्चे के बाल उतारे जाते हैं।
- विद्या आरंभ संस्कार** – इस संस्कार के माध्यम से शिशु को उचित शिक्षा दी जाती है।
- कर्णवेध संस्कार** – इस संस्कार में कान छेदे जाते हैं।
- उपनयन या यज्ञोपवित संस्कार** – उप यानी पास और नयन यानी ले जाना। गुरु के पास ले जाने का अर्थ है उपनयन संस्कार।
- वेदारंभ संस्कार** – इसके अंतर्गत व्यक्ति को वेदों का ज्ञान दिया जाता है।
- केशांत संस्कार** – केशांत संस्कार अर्थ है केश यानी बालों का अंत करना, उन्हें समाप्त करना। विद्या अध्ययन से पूर्व भी केशांत किया जाता है।
- समावर्तन संस्कार** – समावर्तन संस्कार अर्थ है फिर से लौटना। आश्रम या गुरुकुल से शिक्षा प्राप्ति के बाद व्यक्ति को फिर से समाज में लाने के लिए यह संस्कार किया जाता था।
- विवाह संस्कार** – इसके अंतर्गत वर और वधू दोनों साथ रहकर धर्म के पालन का संकल्प लेते हुए विवाह करते हैं। इसी संस्कार से व्यक्ति पितृऋण से मुक्त होता है।
- अंत्येष्टी संस्कार** – अंत्येष्टि संस्कार इसका अर्थ है अंतिम संस्कार। शास्त्रों के अनुसार इंसान की मृत्यु यानि देह त्याग के बाद मृत शरीर अग्नि को समर्पित किया जाता है।



**श्रीमती ऊषा कुमारी**

दूरसंचार सुपरवाइजर,  
(वित्त विभाग)  
टी.ई.सी



## मैं एक औरत हूँ

मैं एक औरत हूँ।  
सदियों से सतायी गयी औरत  
मर्दों के पैरों के जूतों तले  
कुचली गयी  
दबायी गयी, औरत।  
मनु के औलादों  
और ऋषि-मुनियों के देश में,  
महात्माओं,  
धर्म के रखवालों के सामने  
जलती हुई चिता पर  
जिंदा जलायी गयी औरत।

युग – युग से  
सत्ताधारियों की  
जनता के शोषकों की  
राजाओं की  
प्रभुओं की  
सेज सजाने को मजबूर  
एक औरत।

यह तो था इतिहास।  
परन्तु  
अब मैं आजाद हूँ  
घर से बाहर निकलने को  
मनचलों के तीखे व्यंग्यों को  
सुनकर  
गंदे इशारों को देखकर  
सड़कों और चौराहों पर लगे  
रंगीन चित्रों को देखकर  
शर्म से लाल होने को  
चुपचाप, हर व्यंग्य सहने को  
और कुछ न कहने को  
आजाद हूँ मैं।

बना दिया गया है मुझे एक वस्तु  
बाजारी चीज या माल  
बेचा या खरीदा जाता है  
मुझे पैसों से  
सौन्दर्य प्रतियोगिताओं में  
लगाया जाता है दाम  
मेरी मुस्कुराहट का  
आँख का, नाक का  
चेहरे का, यौवन का  
नापा जाता है मेरे शरीर को  
जैसे सोना हो सोनार का  
या कोई माल हो  
साहूजी की दुकान का।  
जी हाँ, मैं एक औरत हूँ।

मेरी भी इच्छाएँ हैं  
मेरे भी अरमान हैं  
क्या सिर्फ सौंदर्य ही मेरी पहचान है ?  
नहीं;  
मेरी भी कुछ गरिमा है  
मेरा भी आत्म-सम्मान है।  
मैं भी निखारना चाहती हूँ  
अपनी बौद्धिक क्षमता को  
होना चाहती हूँ  
बराबरी का हकदार।  
मर्दों से मेरा कुछ बैर नहीं  
पर, नफरत है मुझे  
मर्दवादी समाज से  
बलात्कारियों से,  
मेरे चेहरे पर तेजाब फेंकने वाले  
दुष्टों से  
मेरे शरीर को वस्तु समझने वाले मूर्खों से  
मेरी भावनाओं का मजाक उड़ाते  
दायित्वहीन मीडिया से;

साहित्यकारों, फिल्मकारों से;  
मुझे नफरत है  
असमानता से,  
सामंती विचारों से

अब नहीं सहूँगी मैं  
चुप नहीं रहूँगी मैं  
रस्में  
जो बराबरी को रोकते हैं, तोड़ दूँगी  
दिवारें  
समाज को जो बाँटते हैं, फोड़ दूँगी।  
क्योंकि  
जीना चाहती हूँ मैं  
निर्भय और स्वतंत्र होकर।

स्वतंत्र –  
सामाजिक बंधनों से  
सांस्कृतिक सामंती वर्जनों से  
बाजार की प्रतिरोधी, अवपीड़क  
शक्ति से।  
भय से, अन्याय से  
धार्मिक अंधभक्ति से  
मजहबी उन्माद से  
जिन्दगी के अवसाद से  
स्वतंत्र  
जीना चाहती हूँ मैं।

**मनोरंजन**

स.म.अ.दू.  
(वायरलेस एक्सेस)  
एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.



## दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र द्वारा हिन्दी पखवाड़े का आयोजन

दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र, नई दिल्ली में दिनांक 15 से 29 सितंबर, 2014 तक हिंदी पखवाड़े का आयोजन किया गया। हिंदी पखवाड़े का शुभारंभ 15.9.2014 को प्रातः 11:00 बजे वरिष्ठ उप महानिदेशक श्री अजय कुमार मित्तल द्वारा दीप प्रज्ज्वलित कर किया गया। इस अवसर पर सभी उपस्थित अधिकारियों एवं कर्मचारियों को श्री मित्तल द्वारा माननीय गृहमंत्री श्री राजनाथ सिंह का संदेश पढ़कर सुनाया गया।

पखवाड़े के दौरान कुल 10 प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया जिसमें प्रतिभागियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया।

पखवाड़े का समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह दिनांक 29-09-2014 को श्री अजय कुमार मित्तल, वरिष्ठ उप महानिदेशक की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ जिसमें सभी विजेताओं को पुरस्कार राशि एवं प्रशस्ति पत्र दिये गए। इस मौके पर उन्होंने सभी अधिकारियों/कर्मचारियों को हिंदी भाषा में अधिक से अधिक कामकाज और पत्राचार करने का आह्वान किया। अंत में श्री सुनील पुरोहित, अध्यक्ष राजभाषा कार्यान्वयन समिति द्वारा सभी को धन्यवाद देते हुए हिंदी पखवाड़े का समापन हो गया।

क्र. सं.	प्रतियोगिताओं के नाम	प्राप्त स्थान	पुरस्कार विजेताओं के नाम
1.	श्रुतलेख	प्रथम द्वितीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री राम संवार श्री सभाजीत मिश्रा श्री चितरंजन कुमार श्री मान सिंह श्री कल्प नाथ साह श्री रामजी प्रसाद
2.	हिंदी टिप्पण/ मसौदा लेखन	प्रथम द्वितीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री नरेंद्र चौबे श्री रोहित गुप्ता श्री राजेश कुमार श्रीमती सुषमा चोपड़ा श्री अवधेश सिंह श्री केतन कुमार एन मेहता श्री संचित कुमार गर्ग
3.	निबंध लेखन	प्रथम द्वितीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री राज कुमार श्री निर्भय कुमार मिश्रा श्री नरेंद्र चौबे श्री अवधेश सिंह श्री राम अवतार श्री शिव चरण
4.	अनुवाद	प्रथम द्वितीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री रोहित गुप्ता श्री नरेंद्र चौबे श्री एम० एन० देशपांडे श्री अमरदीप श्री राम अवतार श्री मनीष रंजन

क्र. सं.	प्रतियोगिताओं के नाम	प्राप्त स्थान	पुरस्कार विजेताओं के नाम
5.	हिंदी व्याकरण ज्ञान	प्रथम द्वितीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री राज कुमार श्री राजेश कुमार मीणा श्री नीरज सक्सेना श्री निर्भय कुमार मिश्रा श्री रोहित गुप्ता श्रीमती राजकुमारी
6.	अंताक्षरी	प्रथम द्वितीय द्वितीय तृतीय तृतीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री शिव चरण श्री राजेश कुमार श्री पृथ्वी सिंह श्री सभाजीत मिश्रा श्री चितरंजन कुमार श्री कल्पनाथ साह श्री निर्भय कुमार मिश्रा श्री राम अवतार श्री लाल सिंह
7.	स्वरचित मौलिक कविता लेखन	प्रथम द्वितीय तृतीय सांत्वना सांत्वना सांत्वना	श्री निर्भय कुमार मिश्रा श्री मनीष रंजन श्री राम अवतार श्री संचित कुमार गर्ग श्रीमती सुषमा चोपड़ा श्री राजेश कुमार
8.	भाषण प्रतियोगिता	प्रथम द्वितीय तृतीय	श्री शकील अहमद श्री संचित कुमार गर्ग श्री अनुपम गुप्त
9.	भाषण, (केवल अहिंदी भाषियों के लिए)	प्रथम द्वितीय तृतीय	श्रीमती कनगवल्ली श्री केतन कुमार एन मेहता श्री एम.एन. देशपांडे

## बधाईयाँ

हिंदी पखवाड़ा 2014



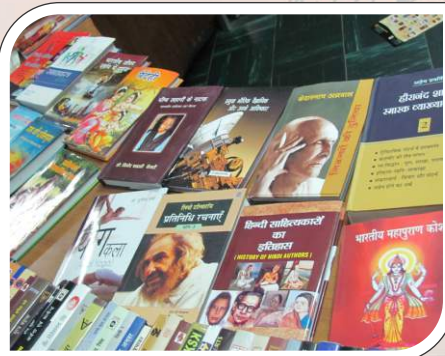
## हिंदी पखवाड़ा



## प्रतियोगिताएं



## पुस्तक प्रदर्शनी



## कार्यशाला



## दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र (पश्चिमी क्षेत्र) मुंबई

प्रतिवर्ष की तरह, दिनांक 14 सितंबर 2014 से 29 सितंबर, 2014 तक दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र (पश्चिमी क्षेत्र) मुंबई में भी हिंदी पखवाड़ा मनाया गया। पखवाड़े के दौरान निम्नलिखित प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया:—

- (क) निबंध प्रतियोगिता
- (ख) पर्यायवाची शब्द प्रतियोगिता
- (ग) शुद्धलेखन प्रतियोगिता
- (घ) अंताक्षरी प्रतियोगिता
- (ङ) कथावाचन/काव्यवाचन

पखवाड़े के दौरान आयोजित प्रतियोगिताओं में अधिकारियों/कर्मचारियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया। प्रतियोगिताओं के विजेताओं का विवरण इस प्रकार है:—

प्रतियोगिता का नाम	प्रथम पुरस्कार	द्वितीय पुरस्कार	तृतीय पुरस्कार
निबंध प्रतियोगिता	श्रीमती ज्योति खरे	श्रीमती सुनीता सक्सेना	श्री आर. आर. कोरी
शुद्धलेखन प्रतियोगिता	श्रीमती सुनीता सक्सेना	श्रीमती अमृता देसाई	श्रीमती पूजा राइलकर
पर्यायवाची शब्द प्रतियोगिता	श्री आर. बी. सदानंदे	श्रीमती सुजाता गावडे	श्रीमती सुनीता सक्सेना



पखवाड़े का समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह 29.09.2014 को किया गया। इस समारोह में श्रीमती एस. ए. गोखले, हिंदी अधिकारी (डब्ल्यू. टी. पी.) को मुख्य अतिथि आमंत्रित किया गया। पखवाड़े के दौरान आयोजित प्रतियोगिता के विजेताओं को उप महानिदेशक (प. क्षे.) ने पुरस्कार से सम्मानित किया। इस मौके पर उन्होंने सभी अधिकारियों/कर्मचारियों को हिंदी भाषा में अधिक से अधिक काम एवं पत्राचार करने की सलाह दी।



## राष्ट्रीय दूरसंचार नीति शोध, नवप्रवर्तन एवं प्रशिक्षण संस्थान अल्ट परिसर, गाजियाबाद (एन.टी.आई.पी.आर.आई.टी.)

### संस्थान की गतिविधियाँ:

1. **प्रशिक्षण कार्यक्रम** : संस्थान द्वारा निम्नलिखित प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन किया गया

क्र.सं	कार्यक्रम	आयोजित कार्यक्रमों की संख्या	प्रशिक्षु दिवसों की संख्या
1.	आईटीएस बैच 2010, 2011 & 2012 एवं पी&टी भवन निर्माण सेवा (बीडबल्यूएस-सिविल) बैच 2011 के प्रशिक्षार्थी अधिकारियों के लिए इंडक्शन प्रशिक्षण कार्यक्रम	40	1789
2.	2013 बैच के कनिष्ठ दूरसंचार अधिकारियों (जेटीओ) के इंडक्शन प्रशिक्षण कार्यक्रम	2	180
3.	दूरसंचार विभाग के अधिकारियों के लिए दूरसंचार एवं आईसीटी से जुड़ी तकनीकों, पॉलिसी, लाइसेंसिंग आदि विषयों तथा सतर्कता जागरूकता एवं सूचना का अधिकार के सेवाकालीन प्रशिक्षण कार्यक्रम	10	332
4.	कार्यशालाएं/संगोष्ठियाँ	6	155
5.	दूरसंचार एंड आईसीटी पर अन्य सरकारी विभागों, सार्वजनिक क्षेत्र के उद्यमों, जॉच एजेंसियों और विधि प्रवर्तन एजेंसियों के लिए विशिष्ट कार्यक्रम	3	33
	<b>कुल संख्या</b>	<b>61</b>	<b>2489</b>

2. **संस्थान के संकाय सदस्यों द्वारा प्राप्त प्रशिक्षण** :

- क. बीयूपीटी, बीजिंग, चीन में 'एलटीई एंड एप्लिकेशन' विषय पर 'एशिया-पैसिफिक टेलिकम्युनिटी' प्रशिक्षण कोर्स (21/05/2014 से 28/05/2014) ।
- ख. उतरांचल प्रशासन अकादमी, नैनीताल में 'डिजाइन ऑफ ट्रेनिंग' कोर्स (16/06/2014 से 20/06/2014) ।
- ग. प्रशासन एवं प्रबंधन अकादमी उत्तरप्रदेश, लखनऊ में 'डायरेक्ट ट्रेनर स्किलस' कोर्स (23/06/2014 से 27/06/2014) ।
- घ. महात्मा गांधी राज्य लोक प्रशासन संस्थान, चंडीगढ़ में 'डायरेक्ट ट्रेनर स्किलस' कोर्स (10/11/2014 से 14/11/2014) ।
- ड. 'स्मार्ट सिटी' विषय पर शंघाई, चीन में 'एशिया-पैसिफिक टेलिकम्युनिटी' प्रशिक्षण कोर्स (05/11/2014 से 13/11/2014) ।

3. **संस्थान की विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (डी.पी.आर.)** : राष्ट्रीय दूरसंचार नीति शोध, नवप्रवर्तन एवं प्रशिक्षण संस्थान हेतु एकीकृत संस्थागत परिसर, घिटरनी, नई दिल्ली में आधारभूत सुविधाओं की



स्थापना के लिए विस्तृत परियोजना रिपोर्ट, दूरसंचार आयोग, दूरसंचार मुख्यालय को भेजी गई।

**4. नीति शोध :** संस्थान एवं टी.ई.सी. द्वारा सयुक्त रूप से दूरसंचार विभाग में 'सेक्टरल साइबर इमरजेंसी रेस्पॉंस टीम की स्थापना' पर अध्ययन किया गया तथा रिपोर्ट दूरसंचार मुख्यालय को भेजी गई।

**5. नवप्रवर्तन :** संस्थान एवं भारतीय दूरसंचार उपकरण निर्माता संघ (टेमा) द्वारा सयुक्त रूप से 2 दिसंबर, 2014 को भारत संचार भवन, नई दिल्ली में 'दूरसंचार क्षेत्र में नवप्रवर्तन – अवसर एवं चुनौतियाँ' विषय पर एक सेमिनार का आयोजन किया गया। सेमिनार का शुभारंभ श्री राकेश गर्ग, सचिव(दूरसंचार) द्वारा किया गया तथा इसमें विभिन्न सरकारी विभागों, दूरसंचार विभाग तथा उद्योगों के लगभग 125 प्रतिनिधियों ने भाग लिया। सेमिनार में दूरसंचार क्षेत्र में और अधिक स्वदेशी उपकरणों की आवश्यकता तथा भारतीय दूरसंचार क्षेत्र में नवप्रवर्तन में अवसरों और चुनौतियों पर वक्ताओं द्वारा व्यापक विचार-विमर्श किया गया।



श्री राकेश गर्ग, सचिव (दूरसंचार), द्वारा सम्बोधन



श्री ए.के.भार्गव, सदस्य (तकनीकी), द्वारा सम्बोधन



श्री राजीव अग्रवाल, सदस्य (सेवाएँ), द्वारा सम्बोधन



श्री अजय कुमार मित्तल, वरिष्ठ रज महानिदेशक, (टी.ई.सी.) द्वारा सम्बोधन

**6. हिन्दी पखवाड़ा एवं कार्यशाला :** संस्थान में 15 सितंबर 2014 से 29 सितंबर 2014 तक हिंदी पखवाड़े का आयोजन किया गया। पखवाड़े के दौरान कुल 5 प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। समापन

समारोह में विजेताओं को पुरस्कार एवं प्रमाण पत्र दिये गए। संस्थान में हिंदी कार्यशाला-2014 का आयोजन किया गया जिसमें निदेशक (तकनीकी), राजभाषा विभाग अतिथि वक्ता रहे।

## 7. अन्य गतिविधियाँ :

(क). संस्थान में आईटीएस-2012 बैच के प्रशिक्षार्थियों के लिए 22/09/2014 से 27/09/2014 तक खेल सप्ताह मनाया गया जिसमें विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं एवं पुरस्कार वितरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। संस्थान में आईटीएस प्रशिक्षार्थी अधिकारियों तथा भारतीय पोस्टल सेवा (आरएकेएनपीए पोस्टल अकादमी) के प्रशिक्षार्थियों के बीच एक क्रिकेट मैच का आयोजन किया गया। आईटीएस प्रशिक्षार्थियों ने मैच जीता।

## खेल सप्ताह की कुछ झलकियाँ



(ख). आईटीएस-2012 बैच के प्रशिक्षार्थियों ने उत्तर-पूर्वी राज्यों में संचार सुविधाओं का अध्ययन करने के लिए एक सप्ताह की अध्ययन यात्रा की। इसके अतिरिक्त प्रशिक्षार्थियों ने दक्षिण भारत के मुख्य दूरसंचार प्रतिष्ठानों, उद्योगों एवं टर्म (टी.ई.आर.एम.) प्रकोष्ठों के कार्यालयों की दो सप्ताह की अध्ययन यात्रा भी की।

# हिन्दी पखवाड़ा

एक नगर में.....



समापन



दूरसंचार विभाग

## दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र

खुशीद लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली-110001

वेबसाईट : [www.tec.gov.in](http://www.tec.gov.in)

### क्षेत्रीय कार्यालय:

पूर्वी क्षेत्र, कोलकाता

प्रथम तल, दूरसंचार क्यूए बिल्डिंग, ईपी एण्ड जीपी ब्लॉक,

सॉल्ट लेक, सेक्टर 5, कोलकाता-700091

पश्चिमी क्षेत्र, मुम्बई

द्वितीय तल, डी विंग, बीएसएनएल प्रशासनिक भवन,

जुहू रोड, शान्ता क्रूज (वेस्ट) मुम्बई-400054

दक्षिणी क्षेत्र, बेंगलूरु

द्वितीय मंजिल, जया नगर टेलीफोन एक्सचेंज,

9 वां मेन, चौथा ब्लॉक, जयानगर, बेंगलूरु-560011

उत्तरी क्षेत्र, नई दिल्ली

खुशीद लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली - 110001