

अंक 11

वर्ष 2021

टी.ई.सी. संचारिका वार्षिक गृह पत्रिका

5 जी



www.tec.gov.in

भारत सरकार
दूरसंचार विभाग
दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र
खुर्शीद लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली-110001

शुभारंभ

हिंदी पखवाड़ा 2020





संदेश

प्रिय पाठकों,

दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र की हिंदी गृह पत्रिका "टी.ई.सी. संचारिका" का वर्तमान अंक आपको सौंपते हुए मुझे अपार हर्ष हो रहा 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 हिन्दी पिछले सैकड़ों वर्षों से संपर्क भाषा की भूमिका निभाती रही है । देश में सांस्कृतिक समन्वय के जो प्रयास हो रहे हैं, उनमें हिन्दी भाषा का विशेष योगदान है । यह हमारा दायित्व है कि हम अपनी आने वाली पीढ़ियों को हिन्दी के प्रति रुचि बनाए रखने में तथा उसके उपयोग और प्रगति के प्रति प्रयत्नशील रहने की प्रेरणा दें ।

राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार में गृह पत्रिकाओं की महत्वपूर्ण भूमिका होती है । इस पत्रिका में विभिन्न विषयों पर ज्ञानवर्धक लेख, सुंदर कविताएं तथा अन्य रुचिकर लेख गागर में सागर हैं। सभी रचनाकार बधाई के पात्र हैं तथा सभी को मेरा यही संदेश है कि वे इस कार्य को जारी रखें।

मुझे विश्वास है कि पाठकों को प्रस्तुत अंक सृजनात्मक, रुचिकर एवं सार्थक लगेगा तथा पूर्व की तरह आप अपनी अमूल्य प्रतिक्रियाओं से हमें अवश्य अवगत कराएंगे ताकि पत्रिका के आगामी अंकों को और अधिक सार्थक रूप में प्रस्तुत किया जा सके।

दीपा त्यागी

(दीपा त्यागी)

वरिष्ठ उप महानिदेशक
दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र



संपादकीय

प्रिय साथियों,

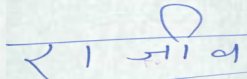
“टी.ई.सी. संचारिका” का ग्यारहवाँ अंक अपने पाठकों के समक्ष रखते हुए मुझे अतीव प्रसन्नता हो रही है ।

किसी भी राष्ट्र के विकास का आधार उसकी अपनी भाषा होती है । इसी के बलबूते राष्ट्र के विकास का मार्ग प्रशस्त होता है । भारत एक बहुभाषी देश है । परंतु हिन्दी सदैव ही भारत की संपर्क भाषा रही है । इसका एक जीता जागता उदाहरण भारत का स्वतंत्रता संग्राम है जिसमें देश के विभिन्न भाषा-भाषायी लोगों ने एकत्र होकर भाग लिया था । अतः यह सर्वविदित है कि हिन्दी संपूर्ण भारत को एकता के सूत्र में पिरोती रही है । हमारे संविधान निर्माताओं ने इस तथ्य को पहचान कर हिन्दी को राजभाषा के रूप में अपनाने का प्रावधान किया ।

इस संस्थान में तकनीकी कार्यों के अलावा राजभाषा के प्रचार-प्रसार के दायित्व का निर्वाह भी भली-भांति किया जा रहा है और संस्थान की गृह पत्रिका “टी.ई.सी. संचारिका” का प्रकाशन इसकी सबसे बड़ी मिसाल है । दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र के रचनाकारों के लेखन कार्य की बदौलत “टी.ई.सी. संचारिका” अपनी यात्रा के पथ पर अग्रसर है । हिंदी में लेखन कार्य की जो धारा बही है, वह अब आगे ही बढ़ेगी ।

मैं उन सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों के प्रति आभार व्यक्त करता हूँ जिन्होंने अपनी रचनाएँ भेजकर इस पत्रिका को आपके सामने लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई ।

आशा है पूर्व अंकों की भांति “टी.ई.सी. संचारिका” का यह अंक भी आपको पसंद आएगा एवं इसके बारे में आपकी प्रतिक्रिया, विचारों और सुझावों की हमें अधीरता के साथ प्रतीक्षा रहेगी ।


राजीव

(राजीव कुमार त्यागी)
उप महानिदेशक (एन.जी.एस.)
दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र

विषय सूची

संरक्षक एवं मार्गदर्शक

श्रीमती दीपा त्यागी
कार्यालय प्रमुख एवं
वरिष्ठ उप महानिदेशक

उप संरक्षक

श्री अनूप कुमार
उप महानिदेशक (प्रशासन)

संपादक

श्री राजीव कुमार त्यागी
उप महानिदेशक (एन.जी.एस.)

सह संपादक

श्री बृजेश कुमार
निदेशक (एन.जी.एस.)

सहयोगीगण

श्री राजेश त्रिपाठी
श्री अमर दीप
श्री दिलावेज़ आलम

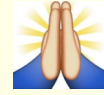
: नोट :

पत्रिका में प्रकाशित
रचनाओं में व्यक्त
विचार रचनाकारों के
निजी विचार हैं ।

क्रं. सं.	रचनाएँ	रचनाकार	पृष्ठ सं.
1	माँ सरस्वती की वंदना		4
2	सुपुत्र	अभय शंकर वर्मा	5
3	कोरोना एक संदेश	राकेश बेदी	11
4	ज़िंदगी सचमुच किताब होती	अमरदीप	12
5	देशभक्त	राकेश बेदी	13
6	मस्त रहो व्यस्त रहो क्योंकि....	चितरंजन	14
7	लड़कियों की ज़िंदगी आसान नहीं होती	नीतू सिंह	15
8	आयुर्वेद के अनुसार भोजन करने के 5 नियम	प्रवीण कुमार	17
9	अच्छे लोग बुरे लोग	अमरदीप	20
10	जीवन की यात्रा	नीतू सिंह	21
11	खुशी	आरती	22
12	आज ही क्यों नहीं	प्रवेन्द्र बघेल	24
13	नव वर्ष 2021 मुबारक	प्रेमजीत लाल	26
14	सफलता	अनसार	27
15	ढाई अक्षर	ईश्वर सिंह	30
16	फाइबर टू द होम - गाँव की एक नई उम्मीद	दिलावेज़ आलम	31
17	तुम्हारा जेबकतरा	चितरंजन	33
18	माँ	राजेश मीना	34
19	महफूज रहो	प्रेमजीत लाल	35
20	भगवान से क्या मांगते थे स्वामी विवेकानंद	राजेश मीना	36
22	जो हुआ अच्छा हुआ	नूपुर शर्मा	39
23	देशी नुस्खें	भारत	41
24	अगड़म-बगड़म	अवधेश सिंह	44
25	बूझों तो जाने (पहेलियाँ)	अवधेश सिंह	45
26	हिंदी पखवाड़े का आयोजन		48
27	क्षेत्रीय दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र (पश्चिमी क्षेत्र) मुंबई		54



माँ सरस्वती की वंदना



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

जग सिरमौर बनाएं भारत
वह बल विक्रम दे
हे हंसवाहिनी ज्ञानदायिनी
अम्ब विमल मति दे, अम्ब विमल मति दे॥

साहस शील हृदय में भर दे
जीवन त्याग तपोमय कर दे
संयम सत्य स्नेह का वर दे
स्वाभिमान भर दे, स्वाभिमान भर दे ॥

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

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

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

सुपुत्र

- एक -

‘श्रवण! श्रवण!!’ - श्रवण के पिता ने श्रवण को पुकारा। श्रवण भोजन बना रहा था। वह दौड़ा हुआ पिता के निकट पहुंचा। श्रवण ने कहा - क्या आज्ञा है, पिताजी! पिता ने कहा- “थोड़ा जल पिलाओ” । श्रवण ने घड़े से लोटा में जल डालकर पिता को दिया। जल पीकर, पिता ठंडी साँस लेकर बोले - “बैठ जाओ, बेटा। तुम से कुछ कहना है” । श्रवण चुपचाप पिता के चरणों के निकट बैठकर उनके पाँव दबाने लगा। श्रवण की माँ भी नजदीक में ही बैठी थी।

श्रवण अब बालक न था। उसकी आयु अठारह-बीस के करीब थी। वह सुन्दर युवक था। उसका सुडौल शरीर, लम्बी-लम्बी सुन्दर भुजाएँ, घुंघराले बाल, चाँद सा मुखड़ा और मीठी बोली किसके हृदय को आकर्षित नहीं करती थी। पर उसके माता-पिता ही अपने पुत्र के सुन्दर रूप को नहीं देख सकते थे। विधाता का विधान। उसके माता-पिता अन्धे थे।



श्रवण थोड़ी देर तक पिता के पाँव दबाता रहा। पिता को कुछ नहीं कहते देख श्रवण ने कहा - “भात तैयार हो गया होगा। कहिए न क्या कहना है मुझसे”? पिता बोले - “बेटा तुम्हें बहुत कष्ट उठाना पड़ता है। यह मुझसे नहीं सहा जाता। दिन-रात हम लोगों की सेवा करना, नहाना, धुलाना, भोजन बनाना, खिलाना, पानी भरना और बर्तन माँजना - ये सारे काम तुम्हें करने पड़ते हैं। मैंने सोचा है - क्यों न तुम्हारा विवाह कर दूँ। तुम्हारे काम का बोझ हल्का हो जाएगा।”

पास के एक व्यक्ति तुम्हारे विवाह का प्रस्ताव लेकर आए थे। कह रहे थे - “मेरी कन्या अत्यन्त सुन्दर, शीलवान, गृह कार्यो में निपुण और मातृ-पितृ भक्त भी है” । तुम्हारी

राय हो तो यह सम्बन्ध कर लिया जाये।

श्रवण थोड़ी देर तक स्तब्ध रहा। कुछ देर बाद बोला - “मुझे तो कोई कष्ट नहीं है। माता-पिता की सेवा करना हर पुत्र का कर्तव्य है। मैं तो अपने कर्तव्य का पालन करता हूँ। लेकिन, यदि आप चाहते हों, माताजी भी चाहती हों, तो आपकी आज्ञा शिरोधार्य होगी”।

माता बोली - “मेरी भी राय है कि श्रवण की शादी हो जाये, जिससे इसका कार्यभार कम हो जाये। मेरे पुत्र को बड़ी तकलीफ होती है”।

पिता बोले - “तब तो ठीक है - उन्हें सूचना दे दी जाए कि हमें सम्बन्ध स्वीकार है”।

- दो -

श्रवण का विवाह शुभ लग्न में संपन्न हो गया। उसकी पत्नी ने श्रवण के कार्यभार को बिल्कुल ही हल्का कर दिया। सभी कार्यों को वही करने लगी। फिर भी श्रवण दिन-रात माता-पिता की सेवा में लगा रहता।

श्रवण की पत्नी बहुत सुंदर थी पर उसने शादी के समय अपनी पत्नी से एक ही चीज मांगी थी कि मेरे साथ तुम्हें भी मेरे माता-पिता की सेवा का अवसर मिला है, मुझे चाहे जैसे रखो, पर माता-पिता की सेवा में कोई कमी नहीं होनी चाहिए, न ही उनके सम्मान में ही कोई कमी होनी चाहिए।

लेकिन कहते हैं न कि - “मोर बड़ा सुंदर होता है, पर वो अपने पैरों को देख के रोता है”। “दीपक तले अँधेरा होता है”। वैसे ही श्रवण की पत्नी को भी अपने रूप पर घमंड था। श्रवण के पीछे वह सेवा तो छोड़, उसके माता-पिता को बहुत बुरा भला कहती थी।

एक दिन जब श्रवण ने अपने कानों से ये बात सुनी तो वो अपनी पत्नी को उसके पीहर ले गया और सास ससुर को पूरी कहानी बता उसे वहीं छोड़ आया।

- तीन -

एक दिन श्रवण की माता ने श्रवण को पास बुलाकर कहा - “बेटा ! हमारी जिंदगी का क्या ठिकाना ? पका आम किस दिन चू जाएगा, कौन जानता है ? हमारी इच्छा है - तीर्थाटन कर आये”।

माता की आज्ञा सुनते ही श्रवण ने यात्रा की तैयारी शुरू कर दी। खाने-पीने का सामान एकत्र किया। अपने माता-पिता को बहँगी पर बैठा, कंधे पर बहँगी रख तीर्थाटन करने

चला। जहां शाम होती वे ठहर जाते; रात्रि भर विश्राम करते। पुनः प्रातःकाल होते ही यात्रा शुरू। इस तरह प्रातःकाल और सायंकाल के बीच यात्रा करते-करते वे अयोध्या पहुंचे। अयोध्या से काशी। काशी से प्रयाग। प्रयाग से बद्री धाम आदि विभिन्न स्थानों का भ्रमण किया।

श्रवण एक-एक कर उन्हें कई तीर्थ स्थानों पर ले जाता। माता-पिता देख नहीं सकते थे, इसलिए श्रवण उन्हें तीर्थ के बारे में सारी बातें सुनाता। माता-पिता बहुत प्रसन्न थे। एक दिन माँ ने कहा - “बेटा श्रवण, हम दृष्टिहीनों के लिए तुम आँखें बन गए हो। तुम्हारे मुँह से तीर्थों के बारे में सुनकर हमें लगता है कि हमने अपनी आँखों से भगवान को देख लिया है”।

“हाँ बेटा, तुम्हारे जैसा बेटा पाकर, हमारा जीवन धन्य हुआ। हमारा बोझ उठाते तुम थक जाते हो, पर कभी उफ़ तक नहीं करते”। पिता ने भी श्रवण को आशीर्वाद दिया।

ऐसे ही भ्रमण करते हुए एक बार कुरुक्षेत्र की पवित्र भूमि पर पहुँचे। वहाँ अचानक एक ऐसी घटना घटी जिसने स्वयं श्रवण को भी आश्चर्यचकित कर दिया।

जब श्रवण अपने माता पिता को लेकर कुरुक्षेत्र पहुंचा तो अचानक उसके मन में भाव आया कि उसको अपने मेहनताने के बदले में पैसे मिलने चाहिए। तब श्रवण ने अपने माता पिता को बहँगी समेत जमीन पर रखा और उन्हें अपने कंधे पर ढोने के बदले में उनसे पैसे माँगे। उनसे कहा कि या तो उन्हें अपने कंधों पर उठा कर चलने के लिए पैसे दें अथवा उन्हें आगे पैदल ही चलना होगा। उसके दृष्टिहीन माता-पिता पैसे की माँग सुनकर भौंचक्के रह गए।

श्रवण के पिता ने पूछा - “इस समय हम लोग कहाँ हैं” ?

तो श्रवण ने जवाब दिया - “कुरुक्षेत्र में”।

यह सुनकर श्रवण के पिता ने कहा - “अभी आगे चलो, कुरुक्षेत्र लाँघने के पश्चात हम अवश्य तुम्हारे मेहनताने के पैसे दे देंगे”।

लेकिन जब श्रवण ने दुबारा पैसे की माँग की तो उसके माता-पिता बिना कुछ बोले बहँगी से उतरकर पैदल ही श्रवण के पीछे-पीछे चलने लगे।

जैसे ही वे कुरुक्षेत्र की भूमि से बाहर निकले, श्रवण को अचानक पश्चाताप होने लगा। उसने सोचा- “यह मैंने क्या किया? मैंने अपने दृष्टिहीन माता-पिता से पैसों की माँग की। वे पैसे कहाँ से देंगे”। उसे यह भी अहसास हुआ कि उसके वृद्ध दृष्टिहीन माता-पिता पैदल चल रहे हैं। ये देख कर उसे अपार दुःख हुआ और वह अपने माता-पिता के पैरों पर गिरकर क्षमा माँगने लगा। उन्होंने रोते हुए कहा - “मुझसे पापी पुत्र कदाचित ही संसार में हो, जिसने अपने वृद्ध माता-पिता को इतने कठिन पथ पर पैदल चलने को विवश किया”।

अपने पुत्र को इस प्रकार दुखी देख कर, पिता ने समझाते हुए कहा - “पुत्र ! दुखी ना हो। जो कुछ भी हुआ उसमें तुम्हारी कोई गलती नहीं है। यह उस जगह का दोष है। ऐसा कुरुक्षेत्र की भूमि के कारण हुआ”।

ये सुनकर श्रवणकुमार ने आश्चर्य से पूछा कि ऐसा क्यों हुआ?

तब उन्होंने बताया कि ये कुरुक्षेत्र की भूमि कभी मय दानव की संपत्ति थी और उसने जो पाप किये उसी के कारण उस भूमि में प्रवेश करते ही श्रवण की मानसिकता में बदलाव हुआ। ये सुनकर श्रवण की जान में जान आयी।

-चार -

तीर्थाटन से लौटते समय अयोध्या के पास के जंगलों में एक नदी के किनारे वे विश्राम कर रहे थे। माँ को प्यास लगी तो उन्होंने अपने पति से कहा - क्या यहाँ आसपास पानी मिलेगा? धूप के कारण प्यास लग रही है।

तब पिता ने पुकारा - “श्रवण ! श्रवण !! बेटा श्रवण” !!!

श्रवण जब पिता के पास पहुंचा, तो देखा कि पिता बेचैन हैं। पिता ने कहा - “जल्दी अपनी माँ और मुझे शीतल जल पिलाओ, बड़ी प्यास लगी है”। श्रवण ने कहा - “पास ही नदी बह रही है। मैं शीघ्र जल लेकर आता हूँ”। और यह कहकर वह घड़ा लेकर नदी से जल लेने चल पड़ा।

अयोध्या के राजा दशरथ को शिकार खेलने का शौक था। वे उस समय जंगल में शिकार खेलने आए हुए थे।

श्रवण ने जल भरने के लिए घड़े को पानी में डुबोया। आवाज हुई -... गुडूब ... गुडूब .. गुडूब ... गुडूब .. ।

आवाज सुनकर राजा दशरथ को लगा कोई जानवर पानी पीने आया है। राजा दशरथ आवाज सुनकर, अचूक निशाना लगा सकते थे। आवाज के आधार पर उन्होंने तीर मारा।

नदी से जल से भरा घड़ा निकालते ही एक तीर सीधा श्रवण के सीने में जा लगा। श्रवण के मुँह से 'आह' निकल गई। श्रवण के मुँह से निकली 'आह' की आवाज सुनकर राजा दशरथ को अपनी भूल का अहसास हुआ। अनजाने में उनसे इतना बड़ा अपराध हो गया। वह दौड़कर श्रवण के पास गए और घबड़ाकर तीर श्रवण के सीने से निकालने की कोशिश करने लगे। उन्होंने श्रवण से क्षमा माँगी।

श्रवण ने पूछा - "आप कौन हैं? आपने मुझे तीर क्यों मारा? मैंने आपका क्या बिगाड़ा है"?

तब राजा ने बताया - "मैं अयोध्या का राजा दशरथ हूँ, मैंने जानबूझकर नहीं किन्तु धोखे में आप पर तीर चलाया है। मैं समझा था कि कोई जंगली जानवर पानी पी रहा है"। फिर उन्होंने कहा - "मुझे क्षमा करना ए भाई। अनजाने में अपराध कर बैठा। बताइए मैं आपके लिए क्या कर सकता हूँ" ?

"राजन्, जंगल में मेरे वृद्ध एवं दृष्टिहीन माता-पिता प्यासे बैठे हैं। आप जल ले जाकर उनकी प्यास बुझा दीजिए। मेरे विषय में उन्हें कुछ न बताइएगा। यही मेरी विनती है"। इतना कहते-कहते श्रवण ने प्राण त्याग दिए।

दुखी हृदय से राजा दशरथ, जल लेकर श्रवण के माता-पिता के पास पहुंचे। श्रवण के माता-पिता अपने पुत्र के पैरों की आहट अच्छी तरह पहचानते थे। राजा के पैरों की आहट सुन वे चौंक गए।

"कौन है ? हमारा बेटा श्रवण कहाँ है" ?

बिना उत्तर दिए राजा ने जल से भरा कमंडल आगे कर, उन्हें पानी पिलाना चाहा, पर

श्रवण की माँ चीख पड़ी - “तुम बोलते क्यों नहीं, बताओ हमारा बेटा कहाँ है”?

“माँ, अनजाने में मेरा चलाया बाण श्रवण के सीने में लग गया। उसने मुझे आपको पानी पिलाने भेजा है। मुझे क्षमा कर दीजिए”। राजा का गला भर आया।

“हाय श्रवण, हाय मेरा बेटा”, माँ चीत्कार कर उठी। बेटे का नाम ले-लेकर रोते हुए, दोनों ने प्राण त्याग दिए। पानी को उन्होंने हाथ भी नहीं लगाया। प्यासे ही उन्होंने इस संसार से विदा ले ली।

-पाँच -

कहा जाता है कि राजा दशरथ ने बूढ़े माँ-बाप से उनके बेटे श्रवण को छीना था, जिसके पश्चात श्रवण के माता-पिता ने पुत्र वियोग में अपने प्राण दे दिए थे। इसीलिए राजा दशरथ को भी पुत्र वियोग सहना पड़ा और दशरथ जी के पुत्र रामचंद्र जी को चौदह साल के लिए वनवास जाना पड़ा। राजा दशरथ यह वियोग नहीं सह पाए और उन्होंने भी पुत्र वियोग में ही अपने प्राण त्यागे।

सचमुच श्रवण की माता-पिता के प्रति भक्ति अनुपम थी। जो पुत्र माता-पिता की सच्चे मन से सेवा करते हैं, उन्हें श्रवण कहकर पुकारा जाता है। सच है, माता-पिता की सेवा सबसे बड़ा धर्म है। श्रवण का नाम इतिहास में मातृ-पितृभक्ति के लिए अमर रहेगा।

अभय शंकर वर्मा
उप महानिदेशक (एम.टी.)



कोरोना एक संदेश

कोरोना आया, कोरोना आया
 मानो ईश्वर का भेजा एक संदेश आया
 विश्व शांति और अहिंसा का पैगाम लाया
 मानव जाति को, शाकाहारी बनाने का सुविचार लाया
 कोरोना आया, कोरोना आया ॥

बेफजूल दुष्कर्मों को छोड़, जीवन का सही मूल्य बताया
 दौलत बटोरने वालों को, लालच छोड़
 पवित्र धन कमाने का संकेत बताया
 विश्व के मालिक ने, अपना प्रभुत्व दिखाया
 भूलते जा रहे थे लोग जिसको
 उसने अपना, शांति भरा कहर दिखाया
 कोरोना आया, कोरोना आया ॥

कम बोलना, सीमित घूमना, नियमित खाना
 समय पर सोना, संयम से उठना, स्वच्छ रहना
 प्रातः व संध्या भजन सिमरन करके, जीना सिखाया
 बेफजूल के खर्चों को, कम करना सिखाया,
 थोड़े में जो प्राप्त है, उसी में गुजारा करना सिखाया
 कोरोना आया, कोरोना आया ॥

घमंडियों के अहम को, रईसों की दौलत को
 पाखंडियों के पाखंड को, पूर्णतया नगण्य करके दिखाया
 सब कुछ होते हुए भी, कुछ ना होने का आभास कराया
 वाह रे वाह, कोरोना तूने सबको शांतिपूर्ण आघात से
 भली-भांति हर हाल में, जीने का ढंग समझाया
 कोरोना आया, कोरोना आया ॥

धन लूटने वालों को, अन्याय करने वालों को
 बिगड़े कामों को सुधारने का, सुनहरा अवसर दिलाया
 खाली हाथ आए थे, खाली हाथ जाएंगे
 इस कथन का साक्षात्कार कराया
 मानो ईश्वर का भेजा, एक संदेश आया,
 कोरोना आया, कोरोना आया ॥

जय हिंद, जय भारत ॥

राकेश बेदी

पूर्व सलाहकार (आईटी)



जिंदगी सचमुच किताब होती

काश, जिंदगी सचमुच किताब होती
 पढ़ सकता मैं कि आगे क्या होगा ?
 क्या पाऊंगा मैं और क्या दिल खोयेगा ?
 कब थोड़ी खुशी मिलेगी, कब दिल रोयेगा ?
 काश, जिंदगी सचमुच किताब होती...

फाइ सकता मैं उन लम्हों को
 जिन्होंने मुझे रुलाया है
 जोड़ता कुछ पन्ने
 जिनकी यादों ने मुझे हंसाया है
 हिसाब तो लगा पाता
 कितना खोया कितना पाया है ?
 काश, जिंदगी सचमुच किताब होती....

वक्त से आंखें चुरा कर पीछे चला जाता
 टूटे सपनों को फिर से अरमानों से सजाता
 कुछ पल के लिए मैं भी मुस्कुराता
 काश, जिंदगी सचमुच किताब होती....

अमर दीप

वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी



देशभक्त

बुझ रहे ज्ञान के दीपक को, हमें मिलकर जलाना है
आज राष्ट्र में फैले, अंधकार को मिटाना है
ढोंगी गुरुवों के चंगुल से, सब को बचाना है
अंधविश्वासों को, ज्ञान रूपी प्रकाश से भगाना है
आज भारत को एक ऐसा, वीर सपूत चाहिए
एक सच्चा देश प्रेमी, देशभक्त चाहिए ॥

आज मेरा भारत देशभक्ति में, पतनोन्मुखी हो रहा
विश्व में धार्मिकता का गौरव खो रहा
भ्रष्टाचार व गरीबी को जड़ से हटाने के लिए
एक ऐसा बलशाली, निडर, कर्मयोगी चाहिए
आज भारत को ऐसा दोषरहित इंसान चाहिए
एक सच्चा देशभक्त चाहिए ॥

स्वार्थी नेताओं से हटकर लोकहित भाव वाला
एक सच्चा विद्वान, शिक्षा को प्रोत्साहन देने वाला
भारतीयों में आत्मसम्मान और विश्वास जगाने वाला
ऊंचे व्यक्तित्व व आत्मिक बल वाला, लौह पुरुष चाहिए
आज भारत को एक सच्चा देशभक्त चाहिए ॥

निंदा, चुगली और द्वेष भावों को मिटाने वाला
प्रेम प्रीति के धार्मिक संस्कारों और विचारों वाला
धर्म में निष्ठा और न्याय में आस्था वाला
नारी को गौरव व सम्मान दिलाने वाला
दुखियों, गरीबों के दुख समझने वाला
सच्चा प्रभु भक्त, जो जनता की सेवा कर सके
इसलिए, भारत को एक निस्वार्थी, कर्मठ नेता चाहिए
एक सच्चा ईमानदार महापुरुष चाहिए
एक सच्चा देशभक्त चाहिए ॥

जय हिंद, जय भारत ।

राकेश बेदी

पूर्व सलाहकार (आईटी)



मस्त रहो व्यस्त रहो क्योंकि..

1. चालीस साल की अवस्था में "उच्च शिक्षित" और "अल्प शिक्षित" एक जैसे ही होते हैं।
2. पचास साल की अवस्था में "रूप" और "कुरूप" एक जैसे ही होते हैं। आप कितने ही सुन्दर क्यों न हों झुर्रियां, आँखों के नीचे के डार्क सर्कल छुपाये नहीं छुपते ।
3. साठ साल की अवस्था में "उच्च पद" और "निम्न पद" एक जैसे ही होते हैं। चपरासी भी अधिकारी के सेवा निवृत्त होने के बाद उनकी तरफ़ देखने से कतराता है ।
4. सत्तर साल की अवस्था में "बड़ा घर" और "छोटा घर" एक जैसे ही होते हैं। घुटनों का दर्द और हड्डियों का गलना आपको बैठे रहने पर मजबूर कर देता है, आप छोटी जगह में भी गुज़ारा कर सकते हैं ।
5. अस्सी साल की अवस्था में आपके पास धन का "होना" या "ना होना" एक जैसे ही होते हैं। अगर आप खर्च करना भी चाहें, तो आपको नहीं पता कि कहाँ खर्च करना है ।
6. नब्बे साल की अवस्था में "सोना" और "जागना" एक जैसे ही होते हैं। जागने के बावजूद भी आपको नहीं पता कि क्या करना है ।

जीवन को सामान्य रूप में ही लें क्योंकि जीवन में रहस्य नहीं हैं जिन्हें आप सुलझाते फ़िरें।

आगे चल कर एक दिन हम सब की यही स्थिति होनी है इसलिए चिंता, टेंशन छोड़ कर मस्त रहें, स्वस्थ रहें ।

यही जीवन है और इसकी सच्चाई भी ।

चितरंजन
एम.टी.एस.



लड़कियों की जिंदगी आसान नहीं होती

भाई की लाडली है और है हर फिक्र से अनजान
 भाई की लाडली है और है हर फिक्र से अनजान
 मां का सपना और है पिता का अभिमान
 पर क्या जानते हैं आप नन्ही सी इन परियों की
 एक दायरे से बाहर कभी उड़ान नहीं होती
 और जितना सोचते हैं हम लड़कियों की जिंदगी उतनी आसान नहीं होती ।

जन्म लेते ही मां इनके शादी के गहने जुटाने लगती है
 क्या सही है क्या गलत हर बात पर समझाने लगती है
 देखो तुम लड़की हो अपना ध्यान रखना
 जमाने को बदलना मुमकिन नहीं इसलिए कपड़ों का खास ख्याल रखना
 सुनो किसी की बातों में मत आना
 और कुछ भी गलत लगे तो सबसे पहले आ कर मुझे बताना
 जमाने के साथ चलना इन्हें बेशक सिखाया जाता है
 साथ ही एक दायरा भी समझाया जाता है
 खुद की ही जन्मी दुनियां में खुद ही महफूज नहीं होती
 और जितना सोचते हैं हम लड़कियों की जिंदगी उतनी आसान नहीं होती ।

बचपन से ही कभी रंग, कभी रूप, कभी व्यवहार को लेकर टोकी जाती है
 तुम अकेले कैसे करोगी, कहां रहोगी ना जाने कितने अवसर से रोकी जाती है
 कहने को लड़कों के बराबर है आज
 कहने को लड़कों के बराबर है आज
 पर मौका मिलते ही आंखें इन पर सेकी जाती है
 कभी जन्म से पहले कभी हवस का शिकार बन फिर कूड़े में फेंकी जाती है

गलतियां कई नजरअंदाज करती है बेशक
 गलतियां कई नजरअंदाज करती है बेशक
 पर नजरिए से कभी यह किसी से अनजान नहीं होती
 और जितना सोचते हैं हम लड़कियों की जिंदगी उतनी आसान नहीं होती

एक घर में बचपन बीते और दूसरे में जीवन बिताना पड़ता है
 एक घर में बचपन बीते और दूसरे में जीवन बिताना पड़ता है
 मां, भाई, पापा, बहन का प्यार न मानो एक दिन में बुलाना पड़ता है
 एक हाथ से कई रिश्ते छूटे दूसरा हाथ कई रिश्तों के लिए बढ़ाना पड़ता है
 कई बार मन मिले ना मिले पर उम्र भर बे मन ही बंधन निभाना पड़ता है
 किसी एक शख्स के खातिर अपनी पूरी जिंदगी बदल लेती है
 किसी एक शख्स के खातिर अपनी पूरी जिंदगी बदल लेती है
 फिर भी इनकी उम्र भर अपनी कोई अलग पहचान नहीं होती
 और जितना सोचते हैं हम लड़कियों की जिंदगी उतनी आसान नहीं होती

आदतों में गलतियां कई शुमार है बेशक
 पर नियत इनकी कहीं बेईमान नहीं होती
 और जितना सोचते हैं हम लड़कियों की जिंदगी उतनी आसान नहीं होती

लड़की है ठीक से काम ना कर पाएगी
 कभी बीमारी कभी फैमिली कभी कुछ और बहाना बनाएगी
 भगवान का दिया हर दर्द सलाखों पर
 पर जमाने तेरी यह सोच बर्दाश्त नहीं होती
 और जितना सोचते हैं हम लड़कियों की जिंदगी उतनी आसान नहीं होती

नीतू सिंह
 कार्यालय सहायक (आर)
 अनुबंधित



आयुर्वेद के अनुसार भोजन करने के 5 नियम

अपनी बात को शुरू करने से पहले मैं श्रीमद्भगवत गीता के 17 वें अध्याय के 8वें, 9वें और 10वें श्लोक को कहना चाहूँगा जो आयुर्वेद के सार को निरूपित करते हैं।

आयुः, सत्त्वबलारोग्यसुखप्रीतिविवर्धनाः।

रस्याः स्निग्धाःस्थिरा हृद्याआहाराः सात्त्विकप्रियाः॥८॥

अर्थ: जो भोजन सात्त्विक व्यक्तियों को प्रिय होता है, वह आयु बढ़ाने वाला, जीवन को शुद्ध करने वाला तथा बल स्वास्थ्य, सुख तथा तृप्ति प्रदान करने वाला होता है। ऐसा भोजन रसमय, स्निग्ध, स्वास्थ्यप्रद तथा हृदय को भाने वाला होता है।

कट्वम्लवणात्युष्णतीक्ष्णरूक्षविदाहिनः।

आहारा राजसस्येष्टा दुःखशोकामयप्रदाः॥ 9॥

अर्थ: अत्यधिक तिक्त, खट्टे, नमकीन, गरम, चटपटे, शुष्क तथा जलन उत्पन्न करने वाले भोजन राजो गुणी व्यक्तियों को प्रिय होते हैं। ऐसे भोजन दुःख, शोक तथा रोग उत्पन्न करने वाले हैं।

यातयामं गतरसं पूति पर्युषितं च यत्।

उच्छिष्टमपि चामेध्यं भोजनं तामसप्रियम्॥ 10॥

अर्थ: खाने से तीन घण्टे पूर्व पकाया गया, स्वादहीन, वियोजित एवं सड़ा, जूठा तथा अस्पृश्य वस्तुओं से युक्त भोजन उन लोगों को प्रिय होता है, जो तामसी होते हैं।

अब बात करते हैं आयुर्वेद के उन 5 नियमों की जिनका हमें भोजन के विषय में पालन करना चाहिए:

नियम 1: चबा-चबा कर भोजन करना

हमें भोजन चबा-चबा कर करना चाहिये। एक कहावत है - खाओ कम, चबाओ ज्यादा ।

आयुर्वेद के अनुसार, हमें एक कौर भोजन को 32 बार चबाना चाहिए और यदि 32 बार न चबा सकें तो कम से कम 20 बार तो अवश्य चबाना चाहिये। अब इसका मतलब यह नहीं है, कि हम गिनती करना शुरू कर दें। हमें भोजन को इतना चबाना चाहिए ताकि उसे आराम से निगला जा सके। ऐसा करने से भोजन आसानी से पच सकेगा और आपको उससे होने वाला लाभ भी पूरा-पूरा मिल सकेगा ।

नियम 2: भोजन, जल और वायु में सन्तुलन

आयुर्वेद के अनुसार, हमें अपने पेट का 50% भाग भोजन से और 25% भाग जल से भरना चाहिए और बचा हुआ 25% भाग वायु के लिये खाली छोड़ देना चाहिए।

नियम 3: सूर्यास्त के बाद भोजन नहीं

आयुर्वेद के अनुसार, सूर्यास्त के बाद आहार नहीं लेना चाहिए क्योंकि सूर्यास्त के बाद हमारे पेट की अग्नि मन्द पड़ जाती है और हमारे भोजन पचाने की क्षमता कम हो जाती है। इसलिए दोपहर का भोजन भारी किया जाता है क्योंकि उस समय सूर्य प्रखर होता है। परन्तु वर्तमान समय की जीवन शैली को देखते हुए यदि ऐसा करना सम्भव न हो तो आप कम-से-कम सोने से 4 घण्टे पहले भोजन जरूर कर लें। आप अपनी दिनचर्या के अनुसार समय तय कर लें। यदि आप रात 12 बजे सोते हैं तो आप 8 बजे तक खाना खा लें और यदि आप रात 1 बजे तक सोते हैं तो आप 9 बजे तक खाना खा सकते हैं। रात का भोजन दोपहर के भोजन से हल्का होना चाहिए और दोपहर के भोजन से कम भी।

नियम 4: प्राकृतिक भोजन करें

आयुर्वेद के अनुसार, हम जो भोजन करें उसमें कृत्रिमता न हो। अर्थात् फल सब्जियाँ और अनाज इनको इनके मूल रूप में खाये बिना पका कर और पैकेज्ड किया हुआ भोजन, जिस भोजन में प्रिजरवेटिव मिला हो और फ्रिज में अधिक दिनों तक स्टोर किया हुआ भोजन हमें नहीं करना चाहिए।

अपने भोजन में दिन में एक समय कच्ची सब्जियाँ, फल और सलाद का सेवन जरूर करें। यदि सम्भव हो तो सुबह अंकुरित अन्न का नाश्ता करें।

नियम 5: भोजन करने का सही क्रम

आयुर्वेद के अनुसार, भोजन करने का एक क्रम होता है, जिसका हमें पालन करना चाहिए। हमारे आहार में षठरस होते हैं जिनका क्रम से हमें अपने भोजन में उपयोग करना होता है।

हमें अपने खाने की शुरुआत मीठे से करनी चाहिये। परन्तु वर्तमान समय में हम इसको सबसे बाद में खाते हैं। यह गलत है। मीठे के बाद हमें खट्टा खाना चाहिये और खट्टे के

बाद नमकीन और उसके बाद तीखा और उसके बाद कड़वा और भोजन के अन्त में हमें कसैला पदार्थ खाना चाहिये। यानी क्रम कुछ इस प्रकार होना चाहिए :

1. मीठा
2. खट्टा
3. नमकीन
4. तीखा
5. कड़वा
6. कसैला

यदि आप स्वस्थ हैं तो अपने भोजन में इन 6 रसों का उपयोग कीजिये और यदि आप अस्वस्थ हैं तो अपनी प्रकृति (वात, पित्त, कफ) के अनुसार भोजन में इन रसों का उपयोग कीजिये।



यदि हम इन 5 नियमों का पालन करते हैं तो पेट में भारीपन, गैस, कब्ज, पेचिस जैसी तमाम बीमारियों से स्वयं को बचा सकते हैं ।

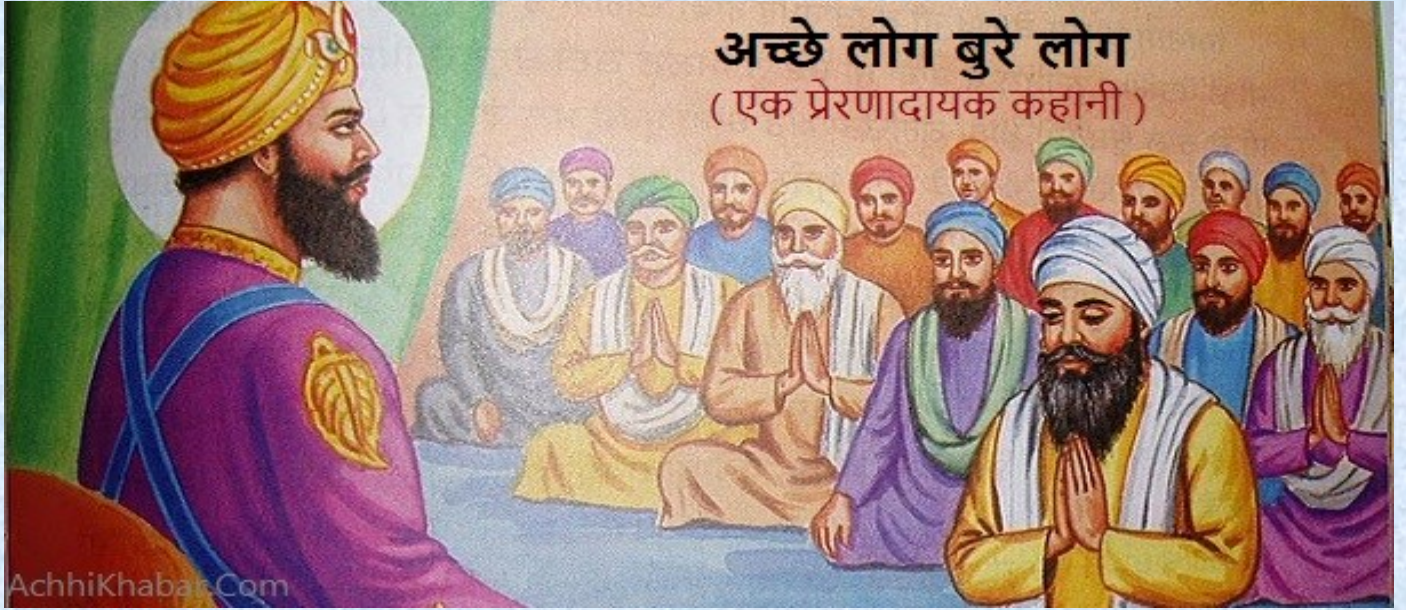
प्रवीण कुमार
एम.टी.एस.



अच्छे लोग बुरे लोग

बहुत समय पहले की बात है । एक बार एक गुरु जी गंगा किनारे स्थित किसी गाँव में अपने शिष्यों के साथ स्नान कर रहे थे ।

तभी एक राहगीर आया और उनसे पूछा, “महाराज, इस गाँव में कैसे लोग रहते हैं, दरअसल मैं अपने मौजूदा निवास स्थान से कहीं और जाना चाहता हूँ” ?



गुरु जी बोले, “जहाँ तुम अभी रहते हो वहाँ किस प्रकार के लोग रहते हैं”? “मत पूछिए महाराज, वहाँ तो एक से एक कपटी, दुष्ट और बुरे लोग बसे हुए हैं”, राहगीर बोला ।

गुरु जी बोले, “इस गाँव में भी बिलकुल उसी तरह के लोग रहते हैं...कपटी, दुष्ट, बुरे...” और इतना सुनकर राहगीर आगे बढ़ गया ।

कुछ समय बाद एक दूसरा राहगीर वहाँ से गुजरा । उसने भी गुरु जी से वही प्रश्न पूछा, “मुझे किसी नयी जगह जाना है, क्या आप बता सकते हैं कि इस गाँव में कैसे लोग रहते हैं” ?

“जहाँ तुम अभी निवास करते हो वहाँ किस प्रकार के लोग रहते हैं”? गुरु जी ने इस राहगीर से भी वही प्रश्न पूछा ?

” जी वहाँ तो बड़े सभ्य, सुलझे और अच्छे लोग रहते हैं”, राहगीर बोला ।

“तुम्हें बिलकुल उसी प्रकार के लोग यहाँ भी मिलेंगे...सभ्य, सुलझे और अच्छे”, गुरु जी ने अपनी बात पूर्ण की और दैनिक कार्यों में लग गए । परंतु उनके शिष्य ये सब देख रहे थे और राहगीर के जाते ही उन्होंने पूछा, “क्षमा कीजियेगा, गुरु जी पर आपने दोनों राहगीरों को एक ही स्थान के बारे में अलग-अलग बातें क्यों बतायीं” ?

गुरु जी गंभीरता से बोले, “शिष्यों आमतौर पर हम चीजों को वैसे नहीं देखते जैसी वे हैं, बल्कि उन्हें हम ऐसे देखते हैं जैसे कि हम खुद हैं । हर जगह हर प्रकार के लोग होते हैं यह हम पर निर्भर करता है कि हम किस तरह के लोगों को देखना चाहते हैं”।

शिष्य उनकी बात समझ चुके थे और आगे से उन्होंने जीवन में सिर्फ अच्छाइयों पर ही ध्यान केन्द्रित करने का निश्चय किया ।

अमर दीप

वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी



जीवन की यात्रा

पूछा जो मैंने एक दिन खुदा से,
अंदर मेरे यह कैसा शोर है,

हंसा मुझ पर फिर बोला,
चाहते तेरी कुछ और थी
पर तेरा रास्ता कुछ और है
रूह को संभालना था तुझे
पर सूरत संवारने पर तेरा जोर है

खुला आसमान चांद तारे चाहत है तेरी
हर बंद दीवारों को सजाने पर तेरा जोर है
सपने देखता है खुली फिजाओं के
पर बड़े शहरों में बसने की कोशिश पुरजोर है

नीतू सिंह

कार्यालय सहायक (आर)

अनुबंधित



खुशी

बहुत दिन बाद
पकड़ में आई...
खुशी...तो पूछा ?

कहाँ रहती हो आजकल.... ?
ज्यादा मिलती नहीं..?

"यही तो हूँ"
जवाब मिला।

बहुत भाव
खाती हो खुशी ?..
कुछ सीखो
अपनी बहन "परेशानी" से...
हर दूसरे दिन आती है
हमसे मिलने..।

आती तो मैं भी हूँ...
पर आप ध्यान नहीं देते।

"अच्छा" ...?

शिकायत होंठो पे थी कि.....
उसने टोक दिया बीच में.

मैं रहती हूँ.....

कभी..
आपके बच्चे की
किलकारियों में,

कभी..
रास्ते में मिल जाती हूँ ..
एक दोस्त के रूप में,

कभी ...
एक अच्छी फिल्म
देखने में,

कभी...
गुम कर मिली हुई
किसी चीज़ में,

कभी...
घरवालों की परवाह में,

कभी ...
मानसून की
पहली बारिश में,

कभी...
कोई गाना सुनने में,

दरअसल...
थोड़ा थोड़ा बाँट देती हूँ,
खुद को
छोटे-छोटे पलों में....
उनके अहसासों में।

लगता है चश्मे का नंबर
बढ़ गया है आपका...!
सिर्फ बड़ी चीज़ों में ही
ढूँढते हो मुझे.....!!!

खैर...
अब तो पता मालूम
हो गया ना मेरा...?
ढूँढ लेना मुझे आसानी से
अब छोटी छोटी बातों में...

आरती
एम.टी.एस.



आज ही क्यों नहीं ?

एक बार की बात है कि एक शिष्य अपने गुरु का बहुत आदर-सम्मान किया करता था। गुरु भी अपने इस शिष्य से बहुत स्नेह करते थे लेकिन वह शिष्य अपने अध्ययन के प्रति आलसी और स्वभाव से दीर्घसूत्री था। सदा स्वाध्याय से दूर भागने की कोशिश करता तथा आज के काम को कल के लिए छोड़ दिया करता था। अब गुरुजी कुछ चिंतित रहने लगे कि कहीं उनका यह शिष्य जीवन-संग्राम में पराजित न हो जाये। आलस्य में व्यक्ति को अकर्मण्य बनाने की पूरी सामर्थ्य होती है। ऐसा व्यक्ति बिना परिश्रम के ही फलोपभोग की कामना करता है। वह शीघ्र निर्णय नहीं ले सकता और यदि ले भी लेता है, तो उसे कार्यान्वित नहीं कर पाता। यहाँ तक कि अपने पर्यावरण के प्रति भी सजग नहीं रहता है और न भाग्य द्वारा प्रदत्त सुअवसरों का लाभ उठाने की कला में ही प्रवीण हो पाता है। उन्होंने मन ही मन अपने शिष्य के कल्याण के लिए एक योजना बना ली। एक दिन एक काले पत्थर का एक टुकड़ा उसके हाथ में देते हुए गुरु जी ने कहा –‘मैं तुम्हें यह जादुई पत्थर का टुकड़ा, दो दिन के लिए दे कर, कहीं दूसरे गाँव जा रहा हूँ। जिस भी लोहे की वस्तु को तुम इससे स्पर्श करोगे, वह स्वर्ण में परिवर्तित हो जायेगी। पर याद रहे कि दूसरे दिन सूर्यास्त के पश्चात मैं इसे तुमसे वापस ले लूँगा’।



शिष्य इस सुअवसर को पाकर बड़ा प्रसन्न हुआ लेकिन आलसी होने के कारण उसने अपना पहला दिन यह कल्पना करते-करते बिता दिया कि जब उसके पास बहुत सारा स्वर्ण होगा तब वह कितना प्रसन्न, सुखी, समृद्ध और संतुष्ट रहेगा, इतने नौकर-चाकर होंगे कि उसे पानी पीने के लिए भी नहीं उठना पड़ेगा। फिर दूसरे दिन जब वह प्रातःकाल जागा, उसे अच्छी तरह से स्मरण था कि आज स्वर्ण पाने का दूसरा और अंतिम दिन है। उसने मन में पक्का विचार किया कि आज वह गुरुजी द्वारा दिए गये काले पत्थर का लाभ जरूर उठाएगा। उसने निश्चय किया कि वो बाज़ार से लोहे के बड़े-बड़े सामान खरीद कर लायेगा और उन्हें स्वर्ण में परिवर्तित कर देगा। दिन बीतता गया, पर वह इसी सोच में बैठा रहा की अभी तो बहुत समय है, कभी भी बाज़ार जाकर सामान लेता आएगा। उसने सोचा कि अब तो दोपहर का भोजन करने के पश्चात ही सामान लेने निकलूंगा। परंतु भोजन करने के बाद उसे विश्राम करने की आदत थी और उसने बजाये उठ के मेहनत करने के थोड़ी देर आराम करना उचित समझा। आलस्य से परिपूर्ण उसका शरीर नींद की गहराइयों में खो गया और जब वो उठा तो सूर्यास्त होने को था। अब वह जल्दी-जल्दी बाज़ार की तरफ भागने लगा, पर रास्ते में ही उसे गुरुजी मिल गए। उनको देखते ही वह उनके चरणों पर गिरकर, उस जादुई पत्थर को एक दिन और अपने पास रखने के लिए याचना करने लगा लेकिन गुरुजी नहीं माने और उस शिष्य का धनी होने का सपना चूर-चूर हो गया। अब इस घटना की वजह से शिष्य को एक बहुत बड़ी सीख मिल गयी। उसे अपने आलस्य पर पछतावा होने लगा, वह समझ गया कि आलस्य उसके जीवन के लिए एक अभिशाप है और उसने प्रण किया कि अब वो कभी भी काम से जी नहीं चुराएगा और एक कर्मठ, सजग और सक्रिय व्यक्ति बन कर दिखायेगा।

मित्रों, जीवन में हर किसी को एक से बढ़कर एक अवसर मिलते हैं, पर कई लोग इन्हें बस अपने आलस्य के कारण गवां देते हैं। इसलिए मैं यही कहना चाहती हूँ कि यदि आप सफल, सुखी, भाग्यशाली, धनी अथवा महान बनना चाहते हैं तो आलस्य और दीर्घसूत्रता को त्यागकर, अपने अंदर विवेक, कष्टसाध्य श्रम और सतत् जागरूकता जैसे गुणों को विकसित कीजिये और जब कभी आपके मन में किसी आवश्यक काम को टालने का विचार आये तो स्वयं से एक प्रश्न कीजिये - “आज ही क्यों नहीं” ?

प्रवेन्द्र बघेल

एम.टी.एस.



नव-वर्ष २०२१ मुबारक

बीस के हादसे को हराने लगे है
इक्कीस में आस से इतराने लगे है

चेहरों से नक्राब उतरने लगे है
महरों पे शबाब फिर चढ़ने लगे है

छुपन के तौर लदने लगे है
सुखन के दौर फिर चलने लगे है

आँखों के सैलाब थमने लगे है
रुखों के गुलाब फिर खिलने लगे है

शुबहों के अब्र हटने लगे है
इरादों के सब्र फिर बँटने लगे है

उदासी की रौं रुकने लगी है
उम्मीद की लौ फिर फूंकने लगी है

पेशानी से शिकन हटने लगी है
हॉटो पे फिर मुस्कान बंटने लगी है

डाल से पीले पत्ते झड़ने लगे है
शाक पे हरे कौपल फिर बढ़ने लगे है

थमे से कदम चलने लगे है
मुक्काम पे अदम फिर बढ़ने लगे है

चीलों की ची- चीं रुकने लगी है
कोयल की कूहु फिर सुनने लगी है

मायूसी की बयार थमने लगी है
'प्रेम' आस की बहार फिर बहने लगी है

प्रेमजीत लाल
निदेशक (एस)



सफलता

ऐसा क्यों होता है कि कई बार सब कुछ होते हुए भी हम वो नहीं कर पाते जिसको करने के बारे में हमने सोचा होता है...दृढ़ निश्चय किया होता...खुद से वादा किया होता है कि हमें यह काम करना ही करना है....चाहे जो हो जाए....!!!



“सब कुछ होते हुए” से मेरा मतलब है आपके पास पर्याप्त कौशल, पैसा, समय, या ऐसी कोई भी चीज जो उस काम को करने के लिए ज़रूरी है ।

सफलता मात्र असफलता का विरोधाभास नहीं, बल्कि प्रत्येक व्यक्ति के मन में दबी हुई इच्छाओं का एक ऐसा मोती है, जिसे हर कोई अपनी हथेली में रखना चाहता है । इसे पाने की प्रबल प्रेरणा व्यक्ति को सिफर से शिखर तक पहुँचा देती है ।

असंख्य लोग दिन-प्रतिदिन सफलता प्राप्त करते हैं, पर क्या कारण है कि उन असंख्य लोगों में हमारी गिनती नहीं होती? हम सफलता से इतने दूर क्यों हैं? इसके लिए मन में विजेता बनने का निश्चय करना जरूरी है । सूरज को जिस तरह से रोशनी देने से कोई रोक नहीं सकता, उसी तरह आपको भी कोई सफल होने से रोक नहीं सकता । कमर कस कर तैयार हो जाएँ । सूरज को उगना ही है, उसी तरह आपको भी सफल होना ही है, फिर यह हिचकिचाहट या संशय क्यों? अभी और इसी वक्त से आपको सफलता का सफर तय करने की तैयारी करनी है और सफर के अंत में सफलता आपके स्वागत में खड़ी है, उसे स्वीकारना भी है । यह कोरी कल्पना आपके आज को कल के लिए तैयार करती है और बंद मुट्ठी, जोशीले पैर आपको आगे बढ़ाते हैं ।

सफलता पाने के कुछ सूत्र निम्नलिखित हैं -

1. सही दिशा - अगर आपने सही दिशा का चुनाव ही नहीं किया तो आप चाहे कितनी भी मेहनत कर लें आप सफल नहीं हो सकते । दिशा का चुनाव सफलता की ओर पहला कदम है ।

2. बड़े स्वप्न देखें - शेख चिल्ली की तरह सोते-सोते सपने देखना बहुत आसान है । किंतु हम यहाँ उन सपनों की बात नहीं कर रहे हैं । यहाँ उन सपनों की बात हो रही है, जिसमें प्रत्येक युवा अपने केरियर को लेकर सपने देखता है । हमारे राष्ट्रपति कलाम साहब कहते हैं कि प्रत्येक व्यक्ति को बड़े सपने देखने चाहिए । जो लोग बड़े सपने नहीं देखते, वो बड़े बन भी नहीं सकते । मध्यमवर्गीय परिवार में जन्में कलाम को देश के प्रथम व्यक्ति होने का गौरव प्राप्त है, उसके पीछे उनके बड़े सपने हैं, जिनके कारण वो इस मुकाम को हासिल कर पाए ।

3. अवसर को पहचानें - अवसर किसी के द्वार पर बार-बार दस्तक नहीं देता । प्रसिद्ध विचारक स्वेट मॉर्डन ने लिखा है कि अवसर लोगों का द्वार एक बार नहीं, बल्कि बार-बार खटखटाता है, परंतु बहुत कम लोग होते हैं, जो उसकी आवाज सुनकर द्वार खोलते हैं । इसलिए अवसर को देखने की पैनी नजर होनी चाहिए । जिस तरह एक शिकारी अपने शिकार पर बाज की नजर रखता है और शिकार मिलते ही ट्रिगर दबाता है, उसी तरह अवसर को झपट लेना चाहिए ।

4. समर्पणभाव - समर्पण को हार की निशानी माना जाता है, परंतु वास्तविकता यह है कि समर्पणभाव से जीत की नींव मजबूत होती है । कोई भी काम करना और समर्पणभाव से काम करना, यह दोनों ही दो अलग-अलग स्थिति हैं । समर्पणभाव से काम करने का अर्थ है- आप अपने प्रति पूरी तरह से ईमानदार हैं, अर्थात् आप अपनी संपूर्ण योग्यता, क्षमता, एकाग्रता के साथ सफलता के लिए प्रयास कर रहे हैं । इसके लिए आप हाथ में लिए गए काम को पूरी गहराई से जानेंगे, उसके लाभ-हानि को समझने का प्रयास करेंगे और फिर निश्चित रूप से सफल होंगे ।

5. बहाने मत बनायें - अक्सर कहा जाता है कि सफल लोग बहाने नहीं बनाते बल्कि वह परिणाम देते हैं । इसीलिए परिस्थिति चाहे कितनी भी कठिन क्यों न हो बहाने बनाने से अच्छा उसके समाधान पर फोकस करे । जिस दिन आपके बहाने कम होते जायेंगे उस दिन आपको असर दिखना शुरू होगा ।

6. **खतरे उठाने के प्रयास** – अर्थशास्त्र का एक सामान्य नियम है – लाभ पाने के लिए जोखम उठाएँ । इसका सीधा अर्थ यह है कि आप जितने अधिक खतरे उठाएँगे, आपको उतना अधिक लाभ होगा । किंतु यह खतरे अपनी शक्ति, सुविधा और योग्यता के अनुसार होने चाहिए ।

7. **विजेता होने की जिद** – वैसे तो जिद्दी व्यक्तियों को योग्य नहीं माना जाता, पर यदि ये जिद जीतने के लिए की जाए, तो अवश्य सफलता की ओर ले जाती है । जिद एक ऐसी अमूल्य वस्तु है, जिसके बल पर व्यक्ति जमीन आसमान एक करके सफलता की बुलंदियों को छू सकता है । जब जीवन में निराशा छा गई हो, तब जिद और वह भी आशा को पाने की जिद सफलता दिलाती ही है ।

8. **खुद का आकलन**- खुद का आकलन करें कि क्या आप इन सिद्धांतों पर अमल करते हैं। यह प्रकृति का नियम है जिस पर चलकर ही सभी सफल व्यक्ति खुद को सफलतम व्यक्ति की कतार में खड़ा कर पाते हैं । ये आपके लिए भी संभव है । सिद्धांतों को अनदेखा न करें । बस सिद्धांतों पर अमल करने के लिए एक कदम आगे बढ़ने की पहल करें । सफलता आपके कदम चूमेगी ।

संकलनकर्ता

अनसार

एम.टी.एस. (अनुबंधित)



ढाई अक्षर

ढाई अक्षर के ब्रह्मा और ढाई अक्षर की सृष्टि।
ढाई अक्षर के विष्णु और ढाई अक्षर की लक्ष्मी।

ढाई अक्षर की दुर्गा और ढाई अक्षर की शक्ति।
ढाई अक्षर की श्रद्धा और ढाई अक्षर की भक्ति।

ढाई अक्षर का त्याग और ढाई अक्षर का ध्यान।
ढाई अक्षर की तुष्टि और ढाई अक्षर की इच्छा।

ढाई अक्षर का धर्म और ढाई अक्षर का कर्म।
ढाई अक्षर का भाग्य और ढाई अक्षर की व्यथा।

ढाई अक्षर का ग्रन्थ और ढाई अक्षर का सन्त।
ढाई अक्षर का शब्द और ढाई अक्षर का अर्थ।

ढाई अक्षर का सत्य और ढाई अक्षर की मिथ्या।
ढाई अक्षर की श्रुति और ढाई अक्षर की ध्वनि।

ढाई अक्षर की अग्नि और ढाई अक्षर का कुण्ड।
ढाई अक्षर का मन्त्र और ढाई अक्षर का यन्त्र।

ढाई अक्षर की श्वांस और ढाई अक्षर के प्राण।
ढाई अक्षर का जन्म और ढाई अक्षर की मृत्यु।

ढाई अक्षर की अस्थि और ढाई अक्षर की अर्थी।
ढाई अक्षर का प्यार और ढाई अक्षर का युद्ध।

ढाई अक्षर का मित्र और ढाई अक्षर का शत्रु।
ढाई अक्षर का प्रेम और ढाई अक्षर की घृणा।

जन्म से लेकर मृत्यु तक हम बंधे हैं ढाई अक्षर में।
हैं ढाई अक्षर ही वक्त में और ढाई अक्षर ही अन्त में।
समझ न पाया कोई भी, है रहस्य क्या ढाई अक्षर में।

ईश्वर सिंह
एम.टी.एस.



फाइबर टू द होम - गाँव की एक नई उम्मीद

सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय के सीएससी ई-गवर्नेंस सर्विसेज इंडिया लिमिटेड को स्कूलों सहित सरकारी संस्थानों को फाइबर टू द होम (एफटीटीएच) कनेक्टिविटी प्रदान करने का कार्य सौंपा गया है। यह परियोजना संबंधित ग्राम पंचायत के सरकारी स्कूलों को इंटरनेट कनेक्शन प्रदान करने के लिए है जिसके तहत लगभग 63000 कनेक्शंस देश के सरकारी स्कूलों में उपलब्ध कराए जा चुके हैं और 48000 से अधिक स्कूलों को सक्रिय इंटरनेट कनेक्शन से जोड़ा जा चुका है।

मैं नरकटियागंज प्रखंड के बैतापुर गांव गया, जो बिहार राज्य में पश्चिम चंपारण जिले का एक सुदूर गांव है, जो अपने आस-पास के गांधी आश्रम भित्तिहारवा, लौरिया अशोक स्तंभ, चंकीगढ़, नंदगढ़ आदि जैसे प्राकृतिक स्थलों की समृद्धि और सद्भाव से समृद्ध है। यह भारत में पाए जाने वाले सबसे शानदार प्राकृतिक दृश्यों में से एक है।

बैतापुर गांव में लगभग 70 छात्रों का प्राथमिक विद्यालय है जो गरीब परिवारों से आते हैं। बच्चों को बेहतर शिक्षा प्रदान करने के उद्देश्य से स्कूल की स्थापना की गई थी। हाल के समय में, सीएससी के माध्यम से बैतापुर गांव के प्राथमिक विद्यालय में एफटीटीएच कनेक्शन लगाया गया था, जिससे इंटरनेट के माध्यम से गांव को भी कवर किया गया। इंटरनेट के माध्यम से गांव को जोड़ने के बाद, कई स्थानीय व्यवसाय शुरू हो गए, जिसने ग्राम पंचायत के लगभग 100 लोगों से ज्यादा को प्रभावित किया है। स्कूल में सीखने का अनुभव छात्रों के लिए और अधिक मनोरंजक हो गया है, क्योंकि यह पाठ्यपुस्तकों से मल्टीमीडिया और इंटरैक्टिव लर्निंग में बदल गया है। स्कूल के बाद भी, छात्र नेटवर्क से डाउनलोड की गई शिक्षाप्रद फिल्में देखने के लिए कक्षा में रहना पसंद करते हैं।

नरकटीगंज प्रखंड की लगभग सभी पंचायतों में एफटीटीएच इंटरनेट की स्थापना ने एक नई छवि दी है। अब इन क्षेत्रों में सरकारी अस्पतालों, राशन की दुकानों, पुलिस थानों और बैंकों को भारतनेट के माध्यम से लाभ मिल रहा है और भी अन्य संस्थानों को जोड़ने का काम जोरों पर है। इस नई कनेक्टिविटी से नरकटीगंज ब्लॉक के दूरदराज के इलाकों में ग्रामीणों को शहरों जैसी समान सुविधाएं मिल रही हैं। मैंने कई छात्रों से बात की और उनकी आंखों में खुशी महसूस की।

एफटीटीएच दूरी और समय की बाधाओं को तोड़ता है, ग्रामीण क्षेत्रों के छात्रों के साथ-साथ निवासियों को उनके भौगोलिक क्षेत्र से परे आर्थिक और नागरिक जीवन में भाग लेने की अनुमति देता है। प्रौद्योगिकी द्वारा संभव किए गए संचार क्षेत्रीय रूप से आधारित व्यापार मॉडल की रसद संबंधी बाधाओं को समाप्त करते हैं, जो विभिन्न क्षेत्रों में व्यवसायों को अपने समकक्षों के साथ प्रतिस्पर्धा करने की अनुमति देते हैं।

सरकारी स्कूलों, आंगनबाडी केंद्रों में फाइबर टू होम कनेक्शन प्राप्त करने के लिए संस्थान के हेड का पहचान पत्र जैसे वोटर आईडी, आधार कार्ड, ड्राइविंग लाइसेंस जमा करना होता है जो ट्राई एक्ट के तहत अनिवार्य है।

मुझे गांव के लोगों के माध्यम से यह भी पता चला कि ग्राम पंचायतों में इंटरनेट कनेक्टिविटी की नींव रखने में कई समस्याएं भी हैं जैसे बिजली की कमी और संबंधित उपकरण विफलता, उपकरण चोरी और दोषपूर्ण या हानिपूर्ण लीज फाइबर। देश के लोगों को पता होना चाहिए कि ये सुविधाएं उनके लाभ के लिए प्रदान की जाती हैं और उन्हें चोरी होने से बचाने में मदद करनी होगी। इससे एक मजबूत और बेहतर समाज के निर्माण में मदद मिलेगी जिससे देश का हर नागरिक लाभान्वित होगा।



दिलावेज आलम
प्रशिक्षु (एन.जी.एस.)



तुम्हारा – जेबकतरा..

बस से उतरकर जेब में हाथ डाला। मैं चौंक पड़ा। जेब कट चुकी थी। जेब में था भी क्या?

कुल 90 रुपए और एक खत, जो मैंने माँ को लिखा था कि—मेरी नौकरी छूट गई है; अभी पैसे नहीं भेज पाऊँगा। तीन दिनों से वह पोस्टकार्ड जेब में पड़ा था। पोस्ट करने को मन ही नहीं कर रहा था।

90 रुपए जा चूके थे। यूँ 90 रुपए कोई बड़ी रकम नहीं थी, लेकिन जिसकी नौकरी छूट चुकी हो, उसके लिए 90 रुपए.. नौ सौ से कम नहीं होते।

कुछ दिन गुजरे.. माँ का खत मिला। पढ़ने से पूर्व मैं सहम गया। जरूर पैसे भेजने को लिखा होगा ।

लेकिन, खत पढ़कर मैं हैरान रह गया। माँ ने लिखा था— बेटा, तेरा 1000 रुपए का भेजा हुआ मनीआर्डर मिल गया है।

तू कितना अच्छा है रे!...

पैसे भेजने में कभी लापरवाही नहीं बरतता। मैं इसी उधेड़-बुन में लग गया कि आखिर माँ को मनीआर्डर किसने भेजा होगा?

कुछ दिन बाद, एक और पत्र मिला। चंद लाइनें थीं— आड़ी तिरछी। बड़ी मुश्किल से खत पढ़ पाया।

लिखा था— भाई, 90 रुपए तुम्हारे और 910 रुपए अपनी ओर से मिलाकर मैंने तुम्हारी माँ को मनीआर्डर भेज दिया है। फिक्र न करना।....

माँ तो सबकी एक-जैसी होती है न। क्या तेरी और क्या मेरी ।
वह भूखी क्यों रहे?...

तुम्हारा—जेबकतरा..

चितरंजन
एम.टी.एस.



“माँ”

जिस माँ की ममता पाने से
 अपमान ममत्व का होता हो,
 उस ममता की प्यास से
 प्यासा मर जाना बेहतर है,
 पग-पग पर साथ निभाती जो
 निराश कभी ना होने देती,
 उस ममता के आँचल में
 ईश्वर का ना होना बेहतर है।

जब तूफ़ाँ जिद पर अड़ जाए
 नाव डुबोने के खातिर,
 लहरे फन फैला ले नागिन सा
 जहर उगलने के खातिर,
 ऐसे में भीख ना मांगों तुम
 चाहे किनारे हो दूर सही,
 पागल तूफ़ाँ से ना फरियाद करो
 माँ को आवाज लगाना बेहतर है।

राजेश कुमार मीना
 आशुलिपिक (कार्मिक)



महफूज़ रहो...

हो महफूज़ यही, बाहर ना निकलो जनाब
माकूल नहीं, मौसम है अभी ज़रा खराब

हाथ मिलाने, गले लगाने से ना करो आगाज़
दूर से हाथ जोड़ कर, तुम कर लो आदाब

भूल जा चंद रोज़ - मय, साकी और सवाब
बिन पैमाने, हूर की नज़रों से पी ले तू शराब

दोस्तों की महफ़िल भी है, अभी तो अज़ाब ।
मिलने का मज़ा तो है हुज़ूर, तन्हार्ई के बाद ॥

मुस्तकील हूल तो इक है, टीका-ए-इलाज ।
हाथ मलता है हकीम, पढ़ बीमार की मर्ज़-ए-किताब ॥

हौसले, फ़ासले और सफ़ाई का रख ख्याल ।
दिन भी निकलेगा 'प्रेम', ना कर अंधेरे का हिसाब ।

प्रेमजीत लाल
निदेशक (एस)



भगवान से क्या मांगते थे स्वामी विवेकानंद ?

1884 में स्वामी विवेकानन्द जी के पिता जी का स्वर्गवास हुआ और उनके जाते ही घर की स्थिति खराब हो गयी। जिन लोगों से उनके पिता ने कर्जा लिया था वे बार-बार घर पर पैसे माँगने आने लगे और उनके पैसे चुकाने में घर की सारी पूँजी चली गयी। उनकी चाची ने उनके परिवार को घर से अलग कर दिया। अब 7 सदस्यों के परिवार का भार नरेन्द्र (स्वामी विवेकानन्द) के ऊपर आ पड़ा था।



नरेन्द्र उस समय लॉ के प्रथम वर्ष में थे । लेकिन घर की परिस्थितियों को देखते हुए उसने लॉ छोड़ दिया और नौकरी की तलाश करने लगा । घर की परिस्थितियाँ इतनी खराब हो गयी थी कि कभी-कभी दिन में एक बार ही भोजन हो पाता था । नरेन्द्र दिन-दिन भर कम्पनियों और ऑफिसों के चक्कर लगता था, ताकि एक नौकरी मिल सके, जिससे घर का खर्चा चल सके । परन्तु बहुत प्रयास करने पर भी कोई नौकरी नहीं मिली।

नरेन्द्र उस समय B.A. पास था इसलिए अधिकारी वर्ग के पदों के लिए आवेदन करता था। पर जब उसे कोई नौकरी नहीं मिली, तो फिर उसने क्लर्क के पदों पर भी आवेदन करना प्रारम्भ कर दिया। दिन-दिन भर भूखे-प्यासे पैदल चलकर उसने कई इंटरव्यू दिए, पर कहीं भी उसे एक नौकरी नहीं मिल सकी ।

इसी तरह एक दिन जब वह इंटरव्यू में रिजेक्ट होकर लौट रहा था तभी अचानक सड़क के किनारे बेहोश होकर गिर पड़ा । जब उसे होश आया तब वह घर पर था, लेकिन अब

उसका भगवान पर से विश्वास उठ गया । उसने मन ही मन सोचा -

यदि भगवान होते तो क्या इतने प्रयास करने पर भी सफलता न देते ?

यह बात किसी ने जाकर दक्षिणेश्वर के काली मन्दिर में श्री रामकृष्ण परमहंस को बतायी।

उन्होंने कहा, “नहीं। नहीं ऐसा नहीं हो सकता । तुम नरेन्द्र से मेरे पास आने के लिए कहना”।

कुछ समय बाद नरेन्द्र रामकृष्ण परमहंस के पास आए तो उन्होंने मंदिर में माँ काली की प्रतिमा के समक्ष जाकर कुछ माँगने के लिए कहा ।

नरेन्द्र मन्दिर में गया और ध्यानस्त बैठ कर आ गया।

परमहंस जी ने पूछा -“क्या माँगा” ?

उसने कहा - “ज्ञान और भक्ति”।

परमहंस जी ने कहा - “तुमने अपने घर की समस्या के बारे में तो कुछ माँगा ही नहीं । जाओ फिर से जाओ और अपनी बात कह कर आओ”।

ऐसा तीन बार हुआ। पर यह पूछने पर कि उसने क्या माँगा, एक ही जबाब मिलता -

“ज्ञान और भक्ति” ।

परमहंस जी ने कहा- तुम अपनी समस्या के बारे में क्यों नहीं कुछ माँगते?

नरेन्द्र ने उत्तर दिया - “क्या ईश्वर से इतनी तुच्छ चीजें माँगू”।

परमहंस जी मुस्करा रहे थे और समझ चुके थे कि नरेन्द्र का ईश्वर से विश्वास नहीं उठा है। वह निराशा के कारण ऐसा बोल गए ।

यही नरेन्द्र आगे चलकर स्वामी विवेकानन्द हुए और शिकागो में दिए अपने भाषण से सम्पूर्ण विश्व में विख्यात हुए ।

मित्रों, नरेन्द्र जिस दौर से गुजरा, वह दौर बहुतों की ज़िन्दगी में आता है, पर ऐसा होने पर आप घबराये नहीं और निराश तो बिल्कुल भी न हो। ईश्वर ने आपके लिए कुछ और सोच रखा है ।

सोचिये, अगर स्वामी विवेकानन्द की एक क्लर्क की नौकर लग जाती, तो क्या होता, आज हम जिस रूप में उन्हें जानते हैं, शायद उस रूप में नहीं जानते।

इसलिये ईश्वर पर विश्वास रखो और सदैव अपना लक्ष्य प्राप्त करने के लिए प्रयासरत रहो ।

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते संगोऽस्वकर्मणि ॥

राजेश कुमार मीना
आशुलिपिक (कार्मिक)



जो हुआ अच्छा हुआ

जिंदगी हमेशा चलती रहती है । जीवन में यदि कोई चीज स्थिर है तो वह बदलाव है । जिंदगी का हर एक पल बदलता रहता है । फिर चाहे उन पलों में आप नए घर भी जा सकते हो । नई जगह भी जा सकते हो । नया जॉब भी हासिल कर सकते हो । नई कार भी खरीद सकते हो । शादी या तलाक भी कर सकते हो । बच्चे को जन्म भी दे सकते हो । आर्थिक लाभ या हानि भी हो सकती है और कुछ भी बदलाव हो सकते हैं ।

ये सब कुछ हम सभी के जीवन में होता है । हमारे जीवन का ये एक प्राकृतिक भाग है। कभी-कभी बदलाव हमारे लिए अच्छे भी हो सकते हैं और कभी-कभी हमारे विरुद्ध भी हो सकते हैं ।

लोग बदलाव को जिंदगी की सबसे बड़ी चीज मानते हैं । क्योंकि बदलाव हम में से हर किसी के जीवन में होता ही है ।

इस दुनिया में चीजें कभी एक जैसी नहीं रहती । वे लगातार बदलती रहती हैं । इंसानी विचारों की तरह इस दुनिया में चीजें भी बदलती रहती है । बदलाव को रोकने के लिए फिर चाहे आप कितने ही प्रयास क्यों न कर लो । बदलाव यदि होना है तो आप उसे होने से नहीं रोक सकते । जिंदगी में होने वाले बदलावों को आप नहीं रोक सकते ।

बदलाव जीवन का ही एक प्राकृतिक भाग है । हमें बदलाव को बिना किसी विरोध के अपनाना चाहिए । साधारणतः सामान्य लोगों को बदलाव से काफी डर लगता है । क्योंकि उन्हें इस बात का डर होता है कि कहीं बदलाव से वे विपरीत परिस्थितियों में न फंस जाएं । या फिर कहीं वह अपनी वर्तमान सफलता न खो बैठे ।

यह सिद्ध हो चुका है कि किसी के भी खिलाफ लड़ने से वह आपको और ज्यादा खराब बनाते हैं । बदलाव हमेशा अलग-अलग नहीं होते । जब आप बदलाव का सामना करते हो तो उससे आपको गुस्सा, अशांति, दर्द, चिंता और तकलीफ हो सकती है क्योंकि उस समय आपको नकारात्मक प्रतिक्रिया मिलती रहती है । इसलिए आनंदमय जीवन जीने के लिए आपको यह सलाह देना चाहूँगी कि जीवन में बदलाव को खुशी से अपनाये । अपनी

महत्वपूर्ण उर्जा को गुस्सा करने में, चिंता करने में या लड़ने में व्यर्थ न करें । बल्कि अपनी उर्जा को अच्छी आदतों में लगाएं ।

यदि बदलाव से आपका कोई आर्थिक नुकसान होता है तो ज्यादा चिंतित मत होना क्योंकि शारीरिक और मानसिक नुकसान की तुलना में आर्थिक नुकसान काफी छोटा होता है । यहाँ मैं आपको कुछ उपाय बताऊंगी जिससे आप बदलाव से होने वाले इन नुकसानों से बच सकते हो ।

बदलाव को अपने विकास का अवसर समझे, उसे विकास के नजरिये से देखें और उसे खुशी-खुशी अपनाएं । नयी परिस्थितियों का, नयी चुनौतियों का हमेशा स्वागत करे । आपमें सच का सामना करने की और उसे सुनने की आदत होनी चाहिये । तभी आप अपने लक्ष्य को हासिल कर सकते हो ।

बदलाव के इस अवसर को आपके कल्याण के लिए भगवान द्वारा भेजा गया पुरस्कार समझिये । आपको हमेशा यह याद रहना चाहिए कि भगवान हमेशा आपके लिए अच्छा ही चाहता है और हमेशा आपका ध्यान रखता है । स्वर्ग में बैठा वह आपके पिता समान है ।

इसलिए उनके द्वारा भेजे गए अवसरों के रास्तों पर चलते हुए आप कभी गलत मार्ग पर नहीं जा सकते । इसलिए जीवन में बदलाव को आसानी से अपनाएं । हमेशा याद रखे कि हर नकारात्मक परिस्थिति भविष्य में आपके लिए सकारात्मकता के बीज बोये रखती है । यदि आपने कोई पुरानी चीज खो दी है तो डरिये मत भविष्य में आपको उससे भी अच्छी चीज मिल सकती है ।

भगवान ने मुझे जिन चीजों को मैं बदल नहीं सकती, उन चीजों को अपनाने की ताकत दी है, जिन चीजों को मैं बदल सकती हूँ, उन्हें बदलने की हिम्मत दी है और दोनों के बीच के अंतर को जानने की आज्ञा दी है ।

नूपुर शर्मा
आशुलिपिक (कार्मिक)



देसी नुस्खें

आंवला

किसी भी रूप में थोड़ा सा आंवला हर रोज़ खाते रहें, जीवन भर उच्च रक्तचाप और हार्ट फेल नहीं होगा ।

मेथी

मेथीदाना पीसकर रख लें। एक चम्मच एक गिलास पानी में उबाल कर नित्य पिएं। मीठा, नमक कुछ भी नहीं डाले। इससे आंव नहीं बनेगी, शुगर कंट्रोल रहेगी और जोड़ों के दर्द नहीं होंगे और पेट ठीक रहेगा।

नेत्र स्नान

मुंह में पानी का कुल्ला भर कर नेत्र धोये। ऐसा दिन में तीन बार करें। जब भी पानी के पास जाए मुंह में पानी का कुल्ला भर लें और नेत्रों पर पानी के छींटे मारे, धोये। मुंह का पानी एक मिनट बाद निकाल कर पुनः कुल्ला भर लें। मुंह का पानी गर्म ना हो इसलिए बार-बार कुल्ला नया भरते रहे ।

भोजन करने के बाद गीले हाथ तौलिये से नहीं पोंछे। आपस में दोनों हाथो को रगड़ कर चेहरा व कानों तक मले। इससे आरोग्य शक्ति बढ़ती हैं और नेत्र ज्योति ठीक रहती हैं।

शौच

ऐसी आदत डाले के नित्य शौच जाते समय दाँतो को आपस में भींच कर रखे। इससे दांत मज़बूत रहेंगे, तथा लकवा नहीं होगा।

छाछ

तेज और ओज बढ़ने के लिए छाछ का निरंतर सेवन बहुत हितकर हैं। सुबह और दोपहर के भोजन में नित्य छाछ का सेवन करे। भोजन में पानी के स्थान पर छाछ का उपयोग बहुत हितकर है।

सरसों तेल

सर्दियों में हल्का गर्म सरसों तेल और गर्मियों में ठंडा सरसों तेल तीन बूँद दोनों कान में कभी-कभी डालते रहे। इससे कान स्वस्थ रहेंगे।

निद्रा

दिन में जब भी विश्राम करे तो दाहिनी करवट लेकर सोएं और रात में बायीं करवट लेकर सोये । दाहिनी करवट लेने से बायां स्वर अर्थात चन्द्र नाड़ी चलेगी और बायीं करवट लेने से दाहिना स्वर अर्थात सूर्य स्वर चलेगा।

ताम्बे के बर्तन का पानी

रात को ताम्बे के बर्तन में रखा पानी सुबह उठते बिना कुल्ला किये ही पिएं, निरंतर ऐसा करने से आप कई रोगों से बचे रहेंगे। ताम्बे के बर्तन में रखा जल गंगा जल से भी अधिक शक्तिशाली माना गया है।

सौंठ

सामान्य बुखार, फ्लू, जुकाम और कफ से बचने के लिए पीसी हुयी आधा चम्मच सौंठ और ज़रा सा गुड एक गिलास पानी में इतना उबाले के आधा पानी रह जाए। रात को सोने से पहले यह पिएं। बदलते मौसम, सर्दी व वर्षा के आरम्भ में यह पीना रोगों से बचाता है। सौंठ नहीं हो तो अदरक का इस्तेमाल कीजिए।

दालचीनी

चुटकी भर दालचीनी की फंकी चाहे अकेले ही, चाहे शहद के साथ दिन में दो बार लेने से टाइफाइड नहीं होता।

ध्यान

हर रोज़ कम से कम 15 से 20 मिनट मैडिटेशन ज़रूर करें ।

नाक

रात को सोते समय नित्य सरसों का तेल नाक में लगायें। हर तीसरे दिन दो कली लहसुन रात को भोजन के साथ लें। प्रातः दस तुलसी के पत्ते और पांच काली मिर्च नित्य चबाये। सर्दी, बुखार, श्वास रोग नहीं होगा। नाक स्वस्थ रहेगी।

मालिश

स्नान करने से आधा घंटा पहले सिर के ऊपरी हिस्से में सरसों के तेल से मालिश करें। इससे सिर हल्का रहेगा, मस्तिष्क ताज़ा रहेगा। रात को सोने से पहले पैर के तलवों, नाभि, कान के पीछे और गर्दन पर सरसों के तेल की मालिश करके सोएं। निद्रा अच्छी आएगी, मानसिक तनाव दूर होगा। त्वचा मुलायम रहेगी। सप्ताह में एक दिन पूरे शरीर पर मालिश ज़रूर करें।

योग और प्राणायाम

नित्य कम से कम आधा घंटा योग और प्राणायाम का अभ्यास ज़रूर करें ।

हरड़

हर रोज़ एक छोटी हरड़ भोजन के बाद दाँतों तले रखें और इसका रस धीरे-धीरे पेट में जाने दें। जब काफी देर बाद ये हरड़ बिलकुल नरम पड़ जाए तो चबा-चबा कर निगल ले। इससे आपके बाल कभी सफ़ेद नहीं होंगे, दांत 100 वर्ष तक निरोगी रहेंगे और पेट के रोग नहीं होंगे।

सुबह की सैर

सुबह सूर्य निकलने से पहले पार्क या हरियाली वाली जगह पर सैर करना सम्पूर्ण स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभदायक है। इस समय हवा में प्राणवायु का बहुत संचार रहता है जिसके सेवन से हमारा पूरा शरीर रोग मुक्त रहता है और हमारी रोग प्रतिरोधक शक्ति बढ़ती है।

घी खाये मांस बढ़े,
अलसी खाये खोपड़ी,
दूध पिये शक्ति बढ़े,
भुला दे सबकी हेकड़ी।

तेल तड़का छोड़ कर
नित घूमन को जाय,
मधुमेह का नाश हो
जो जन अलसी खाय ॥

संकलनकर्ता

भारत

एम.टी.एस. (अनुबंधित)



अगड़म-बगड़म

अगड़म-बगड़म गए बाजार
 वहाँ से लाए मोती चार,
 दो मोती थे टूटे-फूटे
 बाकी दो हाथों से छूटे,
 अगड़म-बगड़म दोनों रूठे!

आगे आया नया बाजार
 पीं-पीं बाजा, सीटी चार,
 लेकर बोले अगड़म-बगड़म
 लिख लो, यह सब रहा उधार
 पैसे कल ले लेना यार!

अगड़म उछल-उछलकर चलता
 बगड़म फिसल-फिसलकर बढ़ता,
 पीछे पड़ गए कुत्ते चार
 कूद गए पानी में दोनों,
 झटपट पहुँचे नदिया पार!

अगड़म रोता इधर खड़ा है
 बगड़म भी उखड़ा-उखड़ा है,
 अब ना पीं-पीं, अब ना बाजा
 फूटा घुटना, फूट गया सिर
 टूट गया किस्से का तार!

अवधेश सिंह

सहायक महानिदेशक (एफ.ए.)



बूझो तो जाने (पहेलियाँ)

1	गोल है पर गेंद नहीं, पूँछ है पर पशु नहीं । पूँछ पकड़कर खेलें बच्चे, फिर भी मेरे आंसू न निकलते ॥
2	ऊँट की बैठक, हिरन सी तेज चाल । वो कौन सा जानवर जिसके पूँछ न बाल ॥
3	तीन अक्षर का मेरा नाम । उल्टा सीधा एक समान ॥
4	1 लाल डिबिया में हैं पीले खाने । खानों में मोती के दाने ॥
5	जो करता है वायु शुद्ध, फल देकर जो पेट भरे । मानव बना है उसका दुश्मन, फिर भी वह उपकार करे ॥
6	धन-दौलत से बड़ी है यह, सब चीजों से ऊपर है यह । जो पाए पंडित बन जाए, बिन पाए मूर्ख रह जाए ॥
7	चौकी पर बैठी एक रानी, सिर पर आग बदन में पानी ॥
8	फूल भी हूँ, फल भी हूँ और हूँ मिठाई । तो बताओ क्या हूँ मैं भाई ॥
9	जल से भरा एक मटका, जो है सबसे ऊँच लटका । पी लो पानी है मीठा, ज़रा नहीं है खट्टा ॥
10	लाल हूँ, खाती हूँ मैं सूखी घास । पानी पीकर मर जाऊँ, जल जाए जो आए मेरे पास ॥
11	सफेद तन हरी पूँछ, न बुझे तो नानी से पूँछ ॥
12	चार अक्षर का मेरा नाम, टिमटिम तारे बनाना काम । शादी, उत्सव या त्योहार, सब जलाएँ बार-बार ॥
13	कान घुमाए बंद हो जाऊँ, कान घुमाए खुल जाता हूँ । रखता हूँ मैं घर का ख्याल, आता हूँ मैं सब के काम, कोई बताए मेरी नाम ॥
14	आदि कटे तो गीत सुनाऊँ, मध्य कटे तो संत बन जाऊँ । अंत कटे साथ बन जाता, संपूर्ण सबके मन भाता ॥
15	मुझे उलट कर देखो, लगता हूँ मैं नौजवान । कोई अलग न रहता मुझसे, बच्चा, बूढ़ा और जवान ॥
16	पैर नहीं हैं, पर चलती रहती, दोनों हाथों से अपना मुंह पोंछती रहती ॥

17	लोहा खींचू ऐसी ताकत है, पर रबड़ मुझे हराता है। खोई सूई में पा लेता हूँ, मेरा खेल निराला है ॥
18	तुम न बुलाओ मैं आ जाऊँगी, न भाड़ा न किराया दूँगी, घर के हर कमरे में रहूँगा। पकड़ न मुझको तुम पाओगे, मेरे बिन तुम न रह पाओगे, बताओ मैं कौन हूँ ॥
19	पत्थर पर पत्थर, पत्थर पर पैसा । बिना पानी के घर बनाए, वह कारीगर कैसा ॥
20	कान हैं पर बहरी हूँ, मुँह है पर मौन हूँ । आँखें हैं पर अंधी हूँ, बताओ मैं कौन हूँ ॥
21	हरी थी, मन भरी थी, लाख मोती जड़े थी । राजाजी के बाग में, दोशाला ओढ़े खड़ी थी ॥
22	बिन खाए, बिन पिए, सबके घर में रहता हूँ । ना हँसता हूँ, ना रोता हूँ, घर की रखवाली करता हूँ ॥
23	काला रंग मेरी है शान, सबको मैं देता हूँ ज्ञान । शिक्षक करते मुझ पर काम, नाम बताकर बनो महान ॥
24	टोपी है हरी मेरी, लाल है दुशाला । पेट में अजीब लगी, दानों की माला ॥
25	सर है, दुम है, मगर पाँव नहीं उसके । पेट है, आँख है, मगर कान नहीं उसके ॥
26	सींग हैं पर बकरी नहीं, काठी है पर घोड़ी नहीं । ब्रेक हैं पर कार नहीं, घंटी है पर किवाड़ नहीं ॥
27	एक राजा की अनोखी रानी, दुम के रास्ते पीती पानी ॥
28	एक वस्तु को मैंने देखा, जिस पर हैं दाँत। बिना मुख के बोलकर, करे रसीली बात ॥
29	नाक को पकड़कर, खींचता है कान । कोई नहीं इसे कुछ कहता, बताओ उसका नाम ॥
30	एक फूल है काले रंग का, सिर पर सदा सुहाए । तेज धूप में वो खिल जाता, छाया में मुरझाए ॥

उत्तर

1	गुब्बारा
2	मेंढक
3	जहाज
4	अनार
5	पेड़
6	विद्या
7	मोमबत्ती
8	गुलाबजामुन
9	नारियल
10	आग
11	मूली
12	फुलझड़ी
13	ताला
14	संगीत
15	वायु
16	घड़ी
17	चुंबक
18	हवा
19	मकड़ी
20	गुड़िया
21	भुट्टा
22	ताला
23	ब्लैकबोर्ड
24	मिर्च
25	साँप
26	साइकिल
27	दीपक
28	हारमोनियम
29	चश्मा
30	छाता

अवधेश सिंह

सहायक महानिदेशक (एफ.ए.)



दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र, नई दिल्ली में हिंदी पखवाड़े का आयोजन

वर्तमान कोविड-19 महामारी के परिप्रेक्ष्य में केंद्र सरकार द्वारा समय-समय पर जारी दिशा-निर्देशों, मानक प्रचालन प्रक्रियाओं (एस.ओ.पी.) एवं सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए, दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र, नई दिल्ली में 14 से 28 सितंबर, 2020 के दौरान हिंदी पखवाड़ा मनाया गया। हिंदी पखवाड़े का उदघाटन समारोह का आयोजन 14 सितंबर, 2020 को डॉ. अब्दुल कलाम सभागार में किया गया। उदघाटन समारोह में परंपरागत सरस्वती पूजा व दीप प्रज्वलित कर श्री उदय कुमार श्रीवास्तव, वरिष्ठ उप महानिदेशक, टी.ई.सी. द्वारा हिंदी पखवाड़ा-2020 का विधिवत उदघाटन किया गया। इस अवसर पर श्री श्रीवास्तव जी ने राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा हिंदी दिवस के उपलक्ष्य में जारी संदेश से सभी अधिकारियों/कर्मचारियों को अवगत कराया और हिंदी दिवस की शुभकामनाएं दी तथा हिंदी दिवस की महता पर प्रकाश डाला। अध्यक्ष महोदय द्वारा पखवाड़े के दौरान आयोजित प्रतियोगिताओं में बढ़-चढ़कर भाग लेने तथा इस पखवाड़े के दौरान ही नहीं अपितु पूरे वर्ष हिंदी में काम करने हेतु सभी से आग्रह किया गया।

हिंदी पखवाड़े के दौरान कुल 08 प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया जिसमें प्रतिभागियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया।

पखवाड़े का समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह दिनांक 28-09-2020 को श्री उदय कुमार श्रीवास्तव, वरिष्ठ उप महानिदेशक एवं कार्यालय प्रमुख, टी.ई.सी. की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। उन्होंने प्रतियोगिताओं के पुरस्कार विजेताओं को बधाई दी एवं सभी अधिकारियों/कर्मचारियों को हिंदी में अधिक से अधिक कामकाज और पत्राचार करने का आह्वान किया। अंत में श्री राम लाल भारती, उप महानिदेशक (एन.जी.एस.) द्वारा सभी को धन्यवाद देते हुए पखवाड़े का समापन किया गया।

क्र. सं	प्रतियोगिता का नाम	विजेता का नाम	पदनाम	प्राप्त स्थान
1	निबंध	श्री हर्ष शर्मा	स.म.नि.	प्रथम पुरस्कार
2		श्री अवधेश सिंह	स.म.नि.	द्वितीय पुरस्कार
3		श्री प्रवीण कुमार	एम.टी.एस.	तीसरा पुरस्कार
4		श्री राजेश कुमार मीना	आशुलिपिक	सांत्वना पुरस्कार
5		श्री राजेश त्रिपाठी	स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
6		श्री प्रवेन्द्र बघेल	एम.टी.एस.	सांत्वना पुरस्कार
7	हिंदी टिप्पण / मसौदा लेखन	श्रीमती दिव्या शर्मा	स.म.नि.	प्रथम पुरस्कार
8		श्री हर्ष शर्मा	स.म.नि.	द्वितीय पुरस्कार
9		श्री राजमोहन मीना	स.म.नि.	तीसरा पुरस्कार
10		श्री अवधेश सिंह	स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
11		श्री राजेश त्रिपाठी	स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
12		श्री राजेश कुमार मीना	आशुलिपिक	सांत्वना पुरस्कार
13	हिंदी व्याकरण ज्ञान	श्री राजेश कुमार मीना	आशुलिपिक	प्रथम पुरस्कार
14		श्री अवधेश सिंह	स.म.नि.	द्वितीय पुरस्कार
15		श्री प्रवेन्द्र बघेल	एम.टी.एस.	तीसरा पुरस्कार
16		श्री हर्ष शर्मा	स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
17		श्रीमती दिव्या शर्मा	स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
18		श्री राजेश त्रिपाठी	स.म.नि..	सांत्वना पुरस्कार
19	अनुवाद	श्री हर्ष शर्मा	स.म.नि.	प्रथम पुरस्कार
20		श्रीमती दिव्या शर्मा	स.म.नि.	द्वितीय पुरस्कार
21		श्री प्रवीण कुमार	एम.टी.एस.	तीसरा पुरस्कार
22		श्री राजेश त्रिपाठी	स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
23		श्री रोहित गुप्ता	प्रवर श्रेणी लिपिक	सांत्वना पुरस्कार
24		श्री प्रवेन्द्र बघेल	एम.टी.एस.	सांत्वना पुरस्कार

25	स्वरचित मौलिक कविता लेखन	श्री प्रवेन्द्र बघेल	एम.टी.एस.	प्रथम पुरस्कार
26		श्री अवधेश सिंह	स.म.नि.	द्वितीय पुरस्कार
27		श्री राजेश कुमार मीना	आशुलिपिक	तीसरा पुरस्कार
28		श्री अंशुल कुमार गुप्ता	स.नि.	सांत्वना पुरस्कार
29		श्री प्रवीण कुमार	एम.टी.एस.	सांत्वना पुरस्कार
30		श्री चितरंजन कुमार	एम.टी.एस.	सांत्वना पुरस्कार
31		अंताक्षरी	श्री शिव चरण	अनु. अधि.
32	श्री चितरंजन कुमार		एम.टी.एस.	प्रथम पुरस्कार
33	श्री प्रवेन्द्र बघेल		एम.टी.एस.	द्वितीय पुरस्कार
34	श्रीमती आरती		एम.टी.एस.	तीसरा पुरस्कार
35	श्री हर्ष शर्मा		स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
36	श्री राजेश त्रिपाठी		स.म.नि.	सांत्वना पुरस्कार
37	श्री राजेश कुमार मीना		आशुलिपिक	सांत्वना पुरस्कार
38	हिंदी में उत्कृष्ट कार्य करने के लिये	श्री राजेश कुमार मीना	आशुलिपिक	प्रथम पुरस्कार
39		श्रीमती नूपुर शर्मा	आशुलिपिक	द्वितीय पुरस्कार
40		श्री रोहित गुप्ता	प्रवर श्रेणी लिपिक	तीसरा पुरस्कार

एक
झलक

हिंदी पखवाड़े के दौरान आयोजित प्रतियोगिताएं





एक
झलक

हिंदी कार्यशालाएं



दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र (पश्चिमी क्षेत्र) मुंबई में हिंदी पखवाड़ा-2020 का ऑनलाइन माध्यम से आयोजन

प्रतिवर्ष की तरह, दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र (पश्चिमी क्षेत्र), मुंबई में दिनांक 14 सितम्बर से 29 सितम्बर, 2020 तक हिंदी पखवाड़ा बड़े उत्साह के साथ मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ दिनांक 14 सितम्बर, 2020 को उपमहानिदेशक श्री अशोक कुमार झा के कर कमलों से हुआ जिसमें निदेशक श्री प्रशांत पति सिंह और सहायक महा निदेशक/हिंदी अधिकारी श्री टी.बी.शेतके और बीएसएनएल महाराष्ट्र दूरसंचार परिमण्डल कार्यालय के हिंदी अधिकारी श्री मनोज तिवारी शामिल हुए। कोरोना महामारी की स्थिति में, भारत सरकार के आदेशानुसार सामाजिक दुरी बनाये रखकर ही कार्यक्रम आयोजित हो सकते थे। इस परिस्थिति में पश्चिमी दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र मुंबई ने विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन ऑनलाइन माध्यम से करने का निर्णय लिया और निम्नलिखित प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया :-

क्रमांक	प्रतियोगिता का नाम	आयोजन की तारीख
1.	अंग्रेजी से हिंदी अनुवाद	दिनांक 21 सितम्बर
2.	निबंध लेखन	दिनांक 22 सितम्बर
3.	टिप्पणी लेखन	दिनांक 23 सितम्बर
4.	प्रश्न मंच	दिनांक 24 सितम्बर

उपरोक्त प्रतियोगिताओं का आयोजन एक नए ढंग से निम्नलिखित ऑनलाइन पद्धति से किया गया :-

1. विभिन्न कार्यालयों के कर्मचारियों/अधिकारियों को एक व्हाट्सअप समूह बनाकर उससे जोड़ा गया ताकि उन्हें प्रतियोगिताओं से सम्बंधित सूचना और दिशा-निर्देश दिए जा सकें।
2. **निबंध, अनुवाद और टिप्पणी प्रतियोगिताओं** के प्रश्नों को गूगल फॉर्म के जरिये सभी प्रतिभागियों को प्रसारित किया गया और उन्हें, इसके उत्तर को एक सादे पेपर में लिखकर और उसका फोटो लेकर उसे निर्धारित समय के पहले, या तो गूगल फॉर्म में ही अपलोड करने का अन्यथा व्हाट्सअप के माध्यम से निदेशक के नंबर में भेजने का विकल्प दिया गया था । इस तरह से ऑनलाइन माध्यम से जमा किये गए उत्तरों का मूल्यांकन कर, हर एक प्रतियोगिता में प्रथम तीन स्थान प्राप्त करने वाले, कुल नौ कर्मचारियों/अधिकारियों को नगद राशि से पुरस्कृत किया गया ।
3. **प्रश्न मंच प्रतियोगिता** को गूगल फॉर्म में बहुविकल्पीय प्रश्नोत्तरी के माध्यम से संचालित किया गया । कुल 15 प्रश्नों को गूगल फॉर्म में लिखा गया और प्रत्येक प्रश्न के चार विकल्प दिए गए जिनमे से एक सही उत्तर था जिसे की प्रतिभागियों को चुनकर उस पर क्लिक करना था तथा सभी प्रश्नों के उत्तर को क्लिक करने के पश्चात् गूगल फॉर्म को 'सबमिट' (submit) बटन पर क्लिक करके जमा करना था । इस प्रतियोगिता के लिए मात्र 30 मिनट का ही समय दिया गया जिसके पश्चात् उत्तर जमा करने के लिंक को बंद कर दिया गया । सही विकल्प को गूगल फॉर्म में पहले से ही सेट किया हुआ था जिससे की प्रश्न मंच के सभी प्रतियोगियों के उत्तर का मूल्यांकन स्वतः ही गूगल के द्वारा कर दिया गया तथा इस तरह से प्रथम तीन स्थान पाने वाले प्रतियोगियों का नाम प्राप्त किया गया और उन्हें नगद राशि से पुरस्कृत किया गया ।

इस प्रकार से पश्चिमी दूरसंचार अभियांत्रिकी केंद्र मुंबई में हिंदी पखवाड़ा के दौरान प्रतियोगिताओं को पहली बार ऑनलाइन माध्यम से आयोजन करने का प्रयास किया गया जिसमें समस्त कर्मचारियों/अधिकारियों ने बहुत अच्छी प्रतिक्रिया दी और उत्साहपूर्वक भाग लेकर इसे सफल बनाने में अपना योगदान दिया ।



हिंदी पखवाड़ा 2020



समापन



दूरसंचार विभाग

दूरसंचार अभियांत्रिकी केन्द्र

खुर्शीद लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली-110001

वेबसाईट : 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, बेंगलुरु

द्वितीय मंजिल, जया नगर टेलीफोन एक्सचेंज,

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

उत्तरी क्षेत्र, नई दिल्ली

गेट नं. 5, खुर्शीद लाल भवन, जनपथ, नई दिल्ली-110001