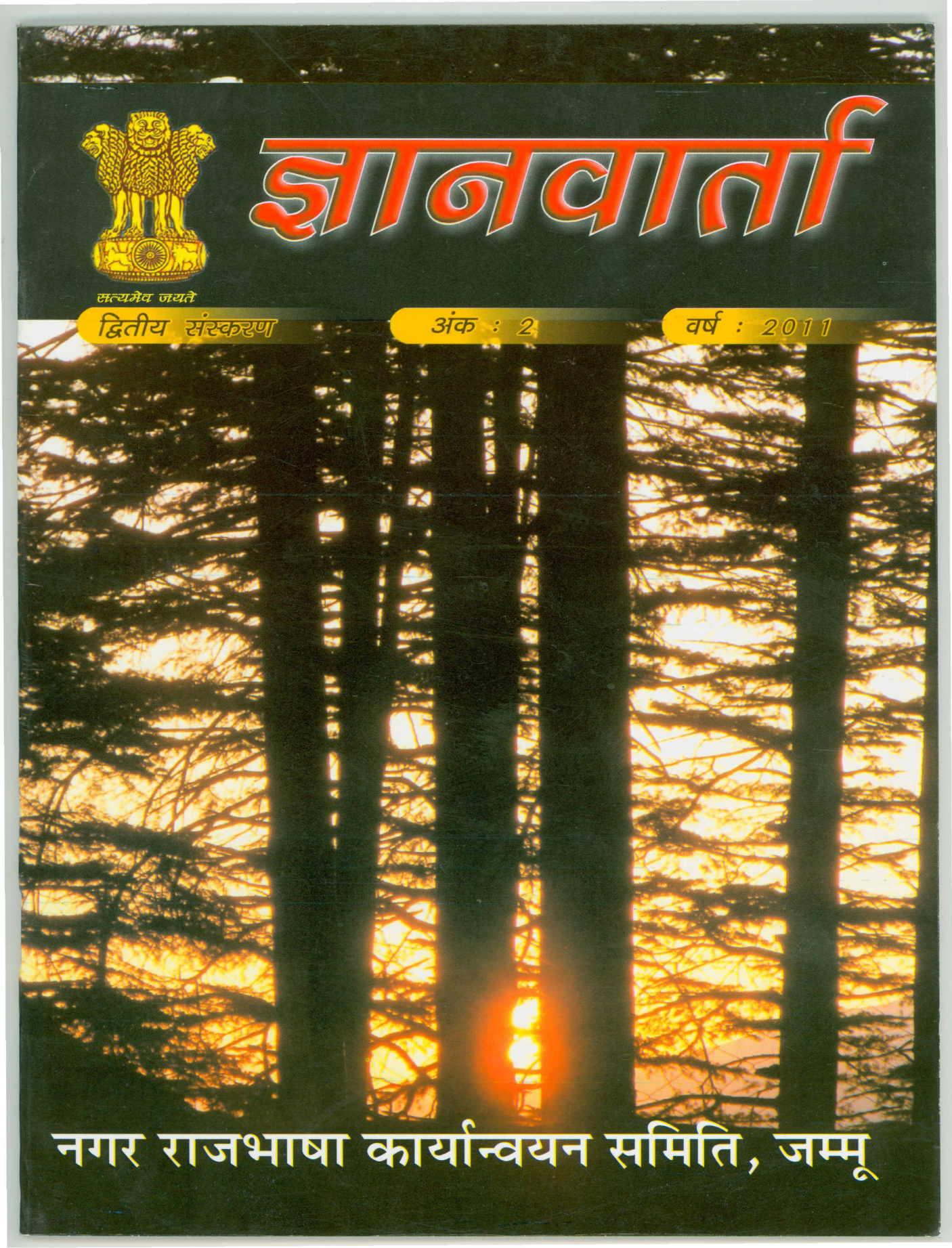


सत्यमेव जयते

ज्ञानवार्ता

द्वितीय संस्करण | अंक : 2 | वर्ष : 2011

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू

नराकास, जम्मू की छमाही बैठक को संबोधित करते हुए संस्थान के निदेशक व नराकास अध्यक्ष, डॉ. राम विश्वकर्मा तथा उपस्थित राजभाषा विभाग के प्रतिनिधि ।

वर्ष 2009-2010 के लिए हिन्दी सेवाएं देने के लिए प्रमाण-पत्र प्रदान करते हुए समिति के अध्यक्ष डॉ. राम विश्वकर्मा ।

नराकास, जम्मू की बैठक में प्रतिभागिता करते हुए समिति के सदस्यगण ।

नराकास, जम्मू की बैठक में उपस्थित सदस्यगण ।

23 अप्रैल, 2011 को संसदीय राजभाषा समिति की आलेख एवं साक्ष्य उपसमिति द्वारा हिन्दी पुस्तक प्रदर्शनी का निरीक्षण करते हुए समिति के उपाध्यक्ष श्री सत्यवृत्त चतुर्वेदी जी ।

संसदीय राजभाषा समिति की आलेख एवं साक्ष्य उपसमिति के उपाध्यक्ष श्री सत्यवृत्त चतुर्वेदी मौखिक चर्चा सत्र की अध्यक्षता करते हुए साथ में अन्य सांसद सदस्यगण तथा सचिवालय के पदाधिकारीगण ।

अध्यक्ष की कलम से....

'साहित्य समाज का दर्पण' भाषा पर भी यही बात लागू होती है। भाषा चाहे वह वैज्ञानिक साहित्य हो या रचनात्मक साहित्य - भाषा उसे समाज का दर्पण बनाने में मदद देती है। अत: जो कार्य अपनी जानी-पहचानी भाषा में किया जा सकता है वह दूसरी भाषा में संभव नहीं होता। आत्म गौरव के लिए हिन्दी में तकनीकी की पढ़ाई एवं अनुसंधान नितान्त आवश्यक है। हिन्दी के प्रयोग से बहुसंख्यक विकास होगा जो अल्पसंख्यक विकास से कही अधिक उपयोगी होगा और देश अन्य संसाधनों व संपूर्ण देश में यह प्रभाव देखने को मिलेगा अर्थात ''अनाभ्यासे विषय विद्या'' जिस प्रकार अभ्यास न करने से व्यक्ति विद्या को भूल जाता है इसी प्रकार भाषा का भी यह सवाल है कि भारत में विज्ञान और प्रौद्योगिकी के भाषा माध्यम को लेकर दुविधा और विवाद की सदैव स्थिति रही है हम विदेशी प्रौद्योगिकी के वाबजूद अपनी परिस्थितियों, अपने पर्यावरण और आवश्यकता के अनुसार विज्ञान और प्रौद्योगिकी विकसित करें। इस बहुभाषी देश में भाषा के प्रश्न को सुलझाए बिना विज्ञान की व्यापकता की बात करना गलत अवधारणा है। विदेशी भाषा के माध्यम से न विज्ञान को संवेदना का हिस्सा बनाया जा सकता है और न साहित्य एवं संस्कृति को इन सबका भाषा के साथ विचित्र संबंध है। जहाँ उनको भाषा से अलग किया वहां संवेदना स्रोत ही सूख जाएगा। संवेदना के प्रश्न को भाषा के विकास से अलग करके देखना देश में सामाजिक विकास को गलत दिशा में ले जाने का कार्य होगा। जब से इस देश पर विदेशियों के आक्रमण हुए हैं। हम भाषा के मामले में परनिर्भर होते आए हैं। हमारी यह परनिर्भरता बाहर से आने वाली हर नई भाषा के साथ बढ़ी है। अपनी भाषा के प्रश्न पर हम निरन्तर ब्रेन-वाश के शिकार होते आए हैं। इससे हमारी मौलिकता का भी ह्रास हुआ है जबकि भाषा एक पाइप लाइन की तरह होती है जो हमारी संवेदना को व्यवहार तक पहुँचाती है।

मुझे यह ज्ञात है कि नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति के सभी सदस्य कार्यालयों में राजभाषा नीति के कार्यक्रम सफलतापूर्वक बेहतर ढंग से आयोजित किये जा रहे हैं। नगर के सभी केन्द्रीय कार्यालयों/बैंकों/उपक्रमों में हिन्दी दिवस के रूप में अच्छे कार्यक्रम आयोजित किये है। जम्मू 'ग' क्षेत्र होते हुए हिन्दी भाषी राज्यों से बेहतर प्रगति सुनिश्चित की गयी है। इस वर्ष के दौरान संसदीय समिति की आलेख एवं साक्ष्य उपसमिति द्वारा राजभाषा निरीक्षण में आपके प्रयास विशेष प्रशंसनीय रहे हैं। 'ज्ञानवार्ता' के इस अंक में लेखकों/रचनाकारों ने अपना विशिष्ट योगदान दिया है। राजभाषा का कार्यान्वयन हमारे लिए आप सभी सदस्य कार्यालयों के लिए विशेष महत्वपूर्ण एवं उत्तरदायित्वों का निर्वाहन करने में है।

निकट भविष्य में राजभाषा के कार्यान्वयन से संबंधित यदि कोई समस्या है तो हरसंभव उसकी पूर्ति के लिए प्रयास जारी रहेंगे। यदि आप सबका सहयोग रहा तो राजभाषा के कार्यो में और प्रगति संभव होगी। समिति के सदस्यों एवं संपादक मंडल के सहयोगी बन्धुओं, लेखकों, रचनाकारों का हृदय से आभार सहित धन्यवाद।

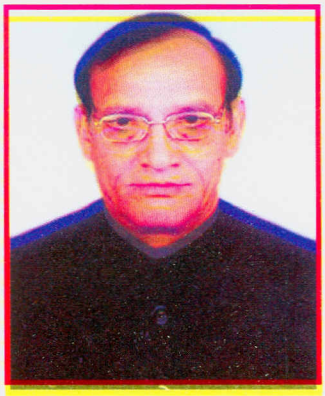
'ज्ञानवार्ता' के द्वितीय अंक के श्रेष्ठ संपादन एवं सफल प्रकाशन के लिए संपादक मंडल को मंगलकामनाएं ।।

शुभेच्छु

राम विश्वकर्मा

(राम विश्वकर्मा)
निदेशक, आई.आई.आई.एम.जम्मू,
एवं अध्यक्ष नराकास जम्मू

संपादकीय



नववर्ष का मंगलमय पदार्पण और शुभ बसंत के आगमन व गणतंत्र की पूर्व संध्या पर ''ज्ञानवार्ता'' का द्वितीय अंक सुधी पाठकों को प्रस्तुत करते हुए अत्यधिक आनन्द की अनुभूति हो रही है। पिछले अंक की अपेक्षा ज्ञानवार्ता के इस अंक में आपको परिवर्तन अवश्य मिलेगा क्योंकि परिवर्तन प्रकृति सापेक्ष है प्रबुद्ध पाठकों से हमने यह वायदा किया था कि आगामी अंक और बेहतर बनाने के प्रयास किए जाएंगे।

वस्तुत: योजनाएं तो बहुत बनती हैं, किन्तु कुछ कागजों पर ही रहती है, कुछ परिस्थितिवश अधर में ही दम तोड़ती हैं। हॉ, कुछ अर्थाभाव एवं आपदाओं के बावजूद अपने गंतव्य तक पहुँचने का प्रयास अवश्य करती है। ठीक हमारा यह प्रयास गंतव्य का दूसरा पड़ाव है, जो अनेक बाधाओं के होते हुए भी पूर्ण हुआ, जिसका पूर्ण श्रेय नराकास के अध्यक्ष एवं संस्थान के निदेशाक डॉ. राम विश्वकर्मा जी को तथा नराकास जम्मू के सभी सदस्य साहिबानों को दिया जाए तो इसमें कोई अतिश्योक्ति नहीं ।

यदि संस्कृति के रूप में विज्ञान और प्रौद्योगिकी का विकास करना है तो वह परायी भाषा से कभी नहीं हो सकता। अगर हो सकता है तो केवल न केवल अपनी मातृभाषा और संस्कारों से जुड़ी भाषा के माध्यम से । भाषा ही माँ के दूध के साथ अन्दर जाकर संवेदना और अभिव्यक्ति का मंत्र रचती है राजनीति स्वतंत्रता के लिए भाषा को चुना गया था । दरअसल भाषा हर तरह से हमारी अस्मिता का प्रश्न है। विज्ञान की हमारी कोई भी भाषा क्यों न हो। उनमें उस भाषा की भाषा वैज्ञानिक क्षमता । अभिव्यंजनात्मकता, अर्थसंगत शब्द-संरचना की वैज्ञानिक परम्परा, विस्तृत सामाजिक आधार तथा राष्ट्रीय संवेदना । इन तत्वों के बिना सब कुछ हो सकता है। एक मांगा हुआ नया आर्थिक समाज बन सकता है, समृद्धि भी आ सकती है, सांसारिक शाक्ति बढ़ेगी, लेकिन फिर भी दो बातों का अभाव रहेगा।

भाषागत संवेदना का निर्माण नहीं हो सकता और बदले युग की आवश्यकता के अनुसार संस्कृति नई चाल में नहीं ढल सकती। भाषा का आर्थिक पक्ष भी इस बात पर निर्भर करता है कि किस देश की किस भाषा का कितना बड़ा आधार, उस देश के अन्दर है तथा देश के बाहर उसका कितना बड़ा प्रक्षेपण है?दूसरे उस भाषा की राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय दृष्टि से कितनी आर्थिक उपादेयता है। अत: ज्ञान शक्ति से या परनिर्भरता से विकसित नहीं होता बल्कि उसकी प्रकृति जानकर इसके अनुसार व्यवहार करने से होता है । प्रस्तुत अंक में लेखकों की उनकी कल्पना शक्ति में उत्साह, इच्छा शक्ति में वृद्धि अवश्य हुई होगी आगे भी निरन्तर लिखने के प्रयास करते रहेंगे।

यह लिखते हुए प्रसन्नता हो रही है कि समय-समय पर उचित परामर्श एवं मार्गदर्शन के लिए संस्थान के निदेशक एवं अध्यक्ष, नराकास, जम्मू परम श्रद्धेय डॉ. राम विश्वकर्मा जी के प्रति विनम्र भाव से कृतज्ञता व्यक्ति करना चाहूँगा जिन्होंने समय असमय का ध्यान न रख, सदैव मेरा मार्गदर्शन करते हुए मेरी शंकाओं का निराकरण किया तथा मुझे निरन्तर प्रकाशन कार्य के लिए प्रोत्साहित किया। इसके अतिरिक्त नराकास, जम्मू के सम्माननीय कार्यालय प्रमुखों, संपादक मंडल में शामिल सभी सहयोगी मित्रों, प्रबुद्ध लेखकों तथा रचनाकारों का भी मैं हृदय से आभार व्यक्त करता हूँ, जिन्होंने प्रत्यक्ष-परोक्ष रूप से ज्ञानवार्ता के प्रकाशन में अपना अमूल्य सहयोग प्रदान किया। इसके अलावा मेरे विशिष्ट सहयोगी श्री राजेश कुमार का भी धन्यवाद करता हूँ, जिन्होंने अपने अथक परिश्रम और निष्ठा से ज्ञानवार्ता को कम्प्यूटर के माध्यम से टंकण कार्य में पूर्ण सहयोग किया। अन्तत: श्री निराग जैन का भी बहुत-बहुत आभारी हूँ, जिन्होंने अपने कार्यालय में व्यस्थता के बावजूद भी कला संकलन के रूप में हमें सहयोग प्रदान किया ।

नववर्ष की मंगल कामनाओं के साथ !

(डॉ. अमर सिंह)
वरि. हिन्दी अधिकारी एवं
सदस्य-सचिव, नराकास जम्मू

सत्यमेव जयते

संदेश

यह बड़े हर्ष का विषय है कि नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू अपनी हिंदी पत्रिका ''ज्ञानवार्ता'' के द्वितीय अंक का प्रकाशन करने जा रही है।

इस पत्रिका के प्रकाशन से सभी सदस्य कार्यालयों के प्रमुखों को अपनी विभागीय पत्रिका के प्रकाशन के लिए प्रेरणा मिलेगी साथ ही साथ कार्यालयों तथा कर्मचारियों में हिंदी लेखन की ओर प्रगति की संभावनाएं प्रबल रूप से बढ़ेगी। गत वर्षो से राजभाषा हिंदी के प्रगामी प्रयोग को लेकर प्रयास तेज किए गए हैं परिणामस्वरूप वर्तमान में राजभाषा हिंदी का कार्यालयों में प्रयोग अधिक आसान हो गया है।

मैं हिंदी पत्रिका ''ज्ञानवार्ता'' के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर आप सभी को शुभकामनाएँ देता हूँ तथा आशा करता हूँ कि भविष्य में भी इस पत्रिका का प्रकाशन होता रहेगा तथा सभी सदस्य कार्यालयों के मार्ग-दर्शन में यह हिंदी पत्रिका एक अहम भूमिका निभाती रहेगी।

शुभकामनाओं के साथ

परमिंदर सिंह

आयुक्त
सीमा शुल्क एवं केंद्रीय उत्पाद शुल्क
जम्मू एवं कश्मीर

पावर ग्रिड कारपोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड जम्मू में दीप प्रज्ज्वलित करती कवयित्री प्रो0 विजय ठाकुर।

हिन्दी दिवस समारोह की अध्यक्षता करते सीमा शुल्क एवं उत्पाद शुल्क के आयुक्त श्री परमिन्दर सिंह ।

नराकास जम्मू की छमाही बैठक में कार्यालय महालेखाकार जम्मू को वर्ष 2009-2010 के लिए राजभाषा पुरस्कार प्रदान करते हुए समिति के अध्यक्ष डॉ. राम विश्वकर्मा ।

कार्यालय महालेखाकार, जम्मू के उपमहालेखाकार हिन्दी सप्ताह समारोह के अवसर पर डॉ. अमर सिंह, सचिव, नराकास, जम्मू को स्मृति चिन्ह प्रदान करते हुए ।

हिन्दी सप्ताह, 2011 के दौरान पुरस्कार देते हुए आइ.आइ.आइ.एम. के निदेशक डॉ. राम विश्वकर्मा ।

नराकास, जम्मू के अध्यक्ष डॉ. राम विश्वकर्मा हिन्दी सेवी पदाधिकारियों को प्रमाण-पत्र प्रदान करते हुए ।

ज्ञानवार्ता

वर्ष : 2 अंक : 2011

-: संरक्षक :-
डॉ. राम विश्वकर्मा
निदेशक, भारतीय समवेत औषध संस्थान
व अध्यक्ष, नराकास, जम्मू

-: प्रधान संपादक :-
डॉ. अमर सिंह
वरिष्ठ हिन्दी अधिकारी
व सचिव, नराकास, जम्मू

-: संपादन मंडल :-
श्री रवीन्द्र नाज़
श्री जॉनसन गिल
श्री सुभाष चंद्र शर्मा
श्री बीरेन्द्र सिंह
श्रीमती उमा कौल

-: कला संपादक :-
श्री चिराग़ जैन

-: टंकण सहयोग :-
श्री राजेश कुमार

-: सम्पर्क :-
नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू
भारतीय समवेत औषध संस्थान
(वैज्ञानिक तथा औद्योगिक अनुसंधन परिषद्)
नहर मार्ग, जम्मू तवी- 180 001 (भारत)
दूरभाष : 0191 2569000
फैक्स : 0191 2569333
ईमेल- amarsingh@iiim.ac.in

-: घोषणा :-
इस पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकीय दृष्टिकोण पर आधारित हैं। इनसे संपादन मंडल का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

भीतर के पृष्ठों पर...

पुस्तकालयों का समाज में योगदान —बलराम सिंह 5
कम्प्यूटर के झरोखे से झाँकती हिन्दी—चिराग़ जैन 8
जल की बचत ज़रूरी—जतिन्द्र सिंह प्रारूपकार 9
राष्ट्रीय एकता का आधार स्तंभ -नागरी लिपि —विनोद कुमार कौल 10
हिंदी सरलीकरण से प्रचार-प्रसार के उपाय—कैलाश चन्द्र मठपाल 12
मैकाले की सोच और भारतीय शिक्षा प्रणाली—चेतन स्वरूप शर्मा 14
मेरे जीवन की एक रोमांचकारी घटना—वाई के कनौत्रा 16
मुग़लकालीन मुद्राव्यवस्था की रूपरेखा—प्यारे लाल मीणा 18
गुरु महिमा एवं गुरु पूर्णिमा—डॉ. वेदप्रकाश रैणा 19
गर्व से बोलिए हिन्दी भाषा—प्रिया कँवर 21
आध्यात्मिक ध्यान-साधना—सुभाष चन्द शर्मा 22
हरि की हरियाली—बहादुर सिंह निर्दोषी 24
काँच की बरनी और दो कप चाय—यशपाल सभ्रवाल 27
ग्रामीण विकास की ओर पहल -स्वयं सहायता समूह—रमेश चन्द्र भट्ट 28
दो कविताएँ—यू. सी. पाण्डेय 31
तीन कविताएँ—विनोद कुमार कौल 32
स्वाधीन भारत में—चेतन स्वरूप शर्मा 33
पहल—सुरजीत सैनी 33
उजली धूप- ज़िन्दगी—कुमारी आशा पटेल 34
तू भारत की शान—प्रिया कँवर 34
दौड़—उषा शमीन्द्र 35
दर्द की लज़्ज़त—अर्पिता सक्सेना 35
मेरी आस बनकर मिलो तुम—नरेश कुमार 36
अनुभव—अनिल कुमार शर्मा 36
कितनी स्वादिष्ट मेरी राष्ट्रभाषा—जॉनसन गिल 37
जलधारा—मधुमति जामवाल 38
साथ—राजेन्द्र कुमार चौंगू 38
अभिनन्दन नववर्ष—सुभाष चन्द शर्मा 39
दो कविताएँ—सुधीर कुमार 39
तस्वीर अधूरी रहनी थी—भारत भूषण 40
एक 41
दो 41

राष्ट्रीय एकता में हिन्दी का योगदान—एस. के. गर्ग 42

नन्हे पप्पीज़ की दुखद कहानी—रविकुमार शर्मा 43

फॉर्मेसी -एक झलक—स्मृति त्रिपाठी 45

पचौली -खेती और उपयोग—डॉ. कान्ति रेखा 47

केसर की खेती—डॉ. गांधी राम 50

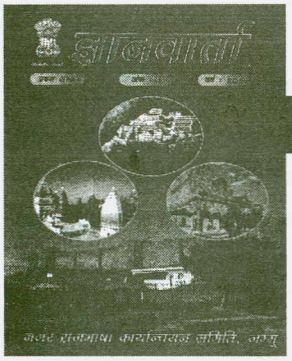
सबसे बड़ा टॉनिक—शहद—राजेन्द्र कुमार उपाध्याय 51

जीवन में श्रम का महत्व—राजेश कौशिक 'आचार्य' 52

प्राकृतिक चिकित्सा और मोटापा—डॉ. डी के गुप्ता 54

द्विभाषिकता एवं अन्य भाषा—डॉ. अमर सिंह 57

पुस्तक समीक्षा 60



संपादक के नाम पत्र

मैंने ज्ञानवार्ता के प्रथम संस्करण 2010 का आद्योपान्त अवलोकन किया है। हिन्दी के विकास के लिए आप द्वारा किये जा रहे प्रयास श्लाघनीय हैं। हिन्दी हमारी राष्ट्रभाषा है। हमारी शान है, स्वाभिमान है तथा राष्ट्रीय अस्मिता की पहचान है। समिति द्वारा राजभाषा के विकास हेतु किया गया अनुवाद प्रशिक्षण कार्यक्रम माँ सरस्वती की उत्कृष्ट सेवा है। इस अंक में 'अंकों का परिचय, राष्ट्रीय समर्थ भाषा' तथा हिन्दी बेचारी अपनों से हारी' निबन्ध अत्यन्त प्रभावकारी लगे। कवियों की सारगर्भित रचनाएँ अत्यन्त प्रशंसनीय हैं। उनमें से मुझे समर्पण, माँ, कविता, जिजीविषा तथा स्वाभिमान अति सराहनीय व निर्देशात्मक लगीं। 'अनुसंधान एवं विकास संगठनों में राजभाषा का प्रयोग' नामक निबन्ध ऐतिहासिक, वैज्ञानिक तथा प्रभावोत्पादक है' विशेष सराहनीय है। 'कार्यालय में दैनिक प्रयोग की टिप्पणियाँ, विभिन्न कार्यालयों में कार्य करने वाले हिन्दी प्रेमियों के लिए अमूल्य भेंट है। ज्ञानवार्ता के सफल संपादन के लिए मंगलकामनाएं । -श्री कृष्ण निर्मल

आप द्वारा भेजी गई पत्रिका 'ज्ञानवार्ता' प्राप्त हुई। पत्रिका आधुनिक समयानुसार सभी विधाओं को स्पर्श करती हुई अपने शीर्षक 'ज्ञानवार्ता' को सार्थक करने में पूर्णरूपेण समर्थ है।

अध्यक्षीय एवं संपादकीय संदेश पढ़ने के बाद ऐसी अवस्था हो गई कि पत्रिका को पूरा पढ़ने का मन करने लगा। विमल गुप्ता की 'समर्पण' कविता, डॉ. रामेश्वर लाल मीना द्वारा लिखा लेख 'वर्तमान परिदृश्य में राजभाषा हिन्दी की स्थिति' में राजभाषा हिन्दी की अनिवार्यता, समाधान तथा राजभाषा बनने के कारणों का विस्तार पूर्वक वर्णन किया गया है। सभी लेखकों ने अपने लेख एवं कविताओं में शीर्षक को सार्थक बनाने का सुप्रयास किया वो अति सराहनीय है।

पत्रिका की छपाई तथा शीर्षक मुख्यत: रंगीन पृष्ठ बहुत आकर्षक हैं। मुख्य पृष्ठ पर देवालय एवं प्रकृतिक दृश्यों के चित्र सोने पे सुहागा वाली कहावत सिद्ध कर रहे हैं। -राजेश कौशिक 'आचार्य'

वर्ष-2 अंक : द्वितीय छमाही गृह पत्रिका

संरक्षक

डॉ. राम विश्वकर्मा

निदेशक आई आई आई एम व अध्यक्ष,

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू

प्रधान संपादक

डॉ. अमर सिंह

वरि० हिन्दी अधिकारी एवं सचिव,

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू

संपादक मंडल

डा० आर के रैणा

श्री रवीन्द्र नाज़

श्री सुभाष चन्द्र शर्मा

श्री जॉनसन गिल

श्री बीरेन्द्र सिहं

श्रीमती उमा कौल

सहयोग

श्री राजेश कुमार (हिन्दी टंकक)

कला संकल

श्री चिराग जैन

नोट:-

इस पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार एवं दृष्टिकोण संबंधित लेखक के है। नराकास जम्मू व सम्पादक मंडल का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है।

संयोजक संपर्कसूत्र -नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू

भारतीय समवेत औषध संस्थान,

(वैज्ञानिक तथा औद्योगिक अनुसंधान परिषद्)

नहर मार्ग, जम्मू तवी-180001(भारत)

दूरभाष: 0191-2569000-10 Fax- 0191-2569333

E mail : amarsingh@IIIm.ac.in

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति की गतिविधियाँ
बैठकों का आयोजन नियमित रूप से (जून-दिसम्बर)

- राजभाषा अधिनियाम 1963 की धारा 3(3) का अनुपालन सभी सदस्य कार्यालयों में बेहतर ढंग से हो रहा है। पत्राचार की वृद्धि सुनिश्चित की गई है, जबकि हिन्दी में प्राप्त पत्रों के उत्तर अनिवार्य रूप से हिन्दी में देने का क्रम जारी है।
- संसदीय राजभाषा समिति की (आलेख व साक्ष्य) उपसमिति द्वारा दिनाँक 23-26 अप्रैल, 2011 के दौरान नराकास जम्मू-श्रीनगर कार्यालयों तथा अन्य 15 केन्द्रीय कार्यालयों/बैंकों/उपक्रमों का भी राजभाषा निरीक्षण सफलतापूर्वक किया गया।
- राजभाषा विभाग द्वारा जारी नियम/अधिनियम/सूचनाएँ सभी सदस्य कार्यालायों को समिति कार्यालय द्वारा समय से प्रेषित किए जाते हैं।
- नराकास के सभी सदस्य कार्यालयों में कम्प्यूटरों के माध्यम से हिन्दी में कार्य सम्पन्न किए जा रहे हैं। यह राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में सदस्य कार्यालयों की एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है।
- भारत सरकार राजभाषा विभाग द्वारा जम्मू में हिन्दी भाषा, हिंदी टंकण एवं हिंदी आशुलिपि का प्रशिक्षण नियमित रूप से संचालित किया जा रहा है। जम्मू स्थित केन्द्र सरकार के कार्यालयों/बैंकों/उपक्रमों/निगमों के कर्मचारी प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे हैं, विभिन्न कार्यालयों में लगभग 15 प्रतिशत कर्मचारी प्रशिक्षित हो चुके हैं और जो कर्मचारी प्रशिक्षण के लिए शेष हैं उन्हें बारी-बारी से प्रशिक्षण के लिए उनके कार्यालयों द्वारा नामित किया जा रहा है।
- नराकास कार्यालय द्वारा प्रतिवर्ष अन्तर्विभागीय भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया जाता है, जिसमें प्रतियोगिता हेतु सभी कार्यालयों को आमंत्रित किया जाता है।
- समिति के सभी सदस्य कार्यालयों में 2011 के दौरान हिन्दी दिवस/सप्ताह/पखवाड़ा/मास का आयोजन विशेष हर्षोल्लास के साथ किया गया और उनकी रिपोर्ट नियमानुसार समिति कार्यालय को प्राप्त हुई।
- सभी कार्यालयों में राजभाषा कार्यान्वयन समितियों का गठन किया गया है और विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकें नियमित रूप से सम्पन्न हो रही हैं और उनके कार्यवृत्त व तिमाही प्रगति रिपोर्ट नियमानुसार समय से प्राप्त हो रही हैं।
- अध्यक्ष, नराकास द्वारा सदस्य कार्यालयों को अच्छा कार्य करने पर पुरस्कृत किया जा रहा है साथ ही संबंधित कार्यालय के हिंदी अधिकारियों/अनुवादकों/हिन्दी सेवियों को अध्यक्ष महोदय द्वारा प्रशस्ति पत्र प्रदान किए जा रहे हैं।
- नगर समिति कार्यालय द्वारा वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग की समेकित प्रशासन-शब्दावली सभी सदस्य कार्यालयों को उपलब्ध करवाई गई है।
- यदि सदस्य कार्यालयों में राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी समस्याएँ हैं तो अध्यक्ष महोदय द्वारा उन्हें दूर करने के लिए सभी संभव प्रयास किए जाते हैं।
- नराकास, जम्मू के सभी कार्यालयों में हिन्दी पुस्तकों के साहित्य की उपलब्धता है, अर्थात् सभी सदस्य कार्यालयों में पुस्तकालयों की विधिवत व्यवस्था की गई। •••

पुस्तकालयों का समाज में योगदान

—बलराम सिंह
पुस्तकालय एवं सूचना सहायक
भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण, श्रीनगर मंडल, जम्मू

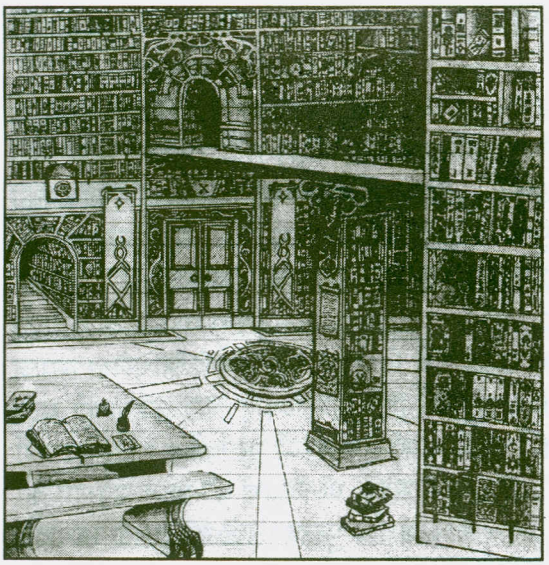
समाज के सर्वोन्मुखी विकास में पुस्तकालयों का महत्त्वपूर्ण योगदान है। विश्व के सर्वोत्तम विचारों को जानने का सबसे तेज़ और सबसे सरल माध्यम सार्वजनिक पुस्तकालय है। पुस्तकालय विश्व के महानतम विचारों का आगार है, इसमें कोई दोराय नहीं। विश्व के महानतम विचार पुस्तकों में ही संकलित होते हैं। इसलिए पुस्तकों को ईश्वर की महानतम क्रांति एवं मनुष्य की महानतम क्रांति कहा गया है।

पुस्तकालय ऐसा स्थान है, जहाँ गहन ज्ञान से परिपूर्ण पुस्तकें व्यवस्थित रूप से पाठकों के उपयोग के लिए रखी जाती हैं। इस प्रकार मनुष्य के व्यक्तित्व के विचारों में पुस्तकालयों का योगदान है। योगदान की चर्चा निम्न दो बिन्दुओं के अंतर्गत की जा सकती है—

1) शिक्षा एवं सूचना-संचार का माध्यम तथा
2) एक सामाजिक एवं सांस्कृतिक संस्थान।

"किसी को कितनी उत्तम शिक्षा मिली है इसका पता इससे नहीं लगाया जा सकता कि उसके पास विश्वविद्यालयों की कितनी उपाधियाँ हैं, अपितु इस बात से लगाया जा सकता है कि उसे पुस्तकालय का उपयोग करना आता है या नहीं।"

—सर साइरिल नारवुड



पुस्तकालय शिक्षा के प्रसार तथा सूचना के संचार का प्रभावशाली माध्यम है। शिक्षा एक अनवरत प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया से मनुष्य जीवन भर गुज़रता रहता है। मनुष्य दो प्रकार की शिक्षा ग्रहण किया करता है— औपचारिक शिक्षा तथा अनौपचारिक शिक्षा। पुस्तकालय इन दोनों प्रकार की शिक्षाओं में प्रमुख भूमिका निभाता है। यही कारण है कि पुस्तकालय को 'लोक विश्वविद्यालय' भी कहा जाता है।

औपचारिक शिक्षा— इसके दौरान मनुष्य किसी विशेष पाठ्यक्रम के आधार पर किसी विशेष स्तर की शिक्षा प्राप्त करता है। यह शिक्षा शिक्षण संस्थानों, जैसे विद्यालयों, महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों तथा शोध संस्थानों के माध्यम से मिलती है। छात्र संख्या में अभूतपूर्व वृद्धि, नए शैक्षिक संस्थानों की स्थापना,

नए पाठ्यक्रम का प्रदुर्भाव, शिक्षा का असीमित विस्तार, शिक्षण पद्धति में नए प्रयोग, ज्ञान का पुस्तक रूप नॉनबुक मैटीरियल जैसे- वीडियों टेप, माइक्रो फिल्म आदि में आगमन आदि ऐसे तत्व हैं, जिसके कारण औपचारिक शिक्षा के क्षेत्र में पुस्तकालयों का महत्व और भी बढ़ गया है।

अनौपचारिक शिक्षा— औपचारिक शिक्षा के अतिरिक्त अन्य सभी प्रकार की शिक्षा अनौपचारिक शिक्षा है। मनुष्य केवल विद्यालयों आदि में शिक्षा ग्रहण नहीं करता। दूसरी ओर विद्यालय, महाविद्यालय तथा विश्वविद्यालय की शिक्षा समाप्त करने के बाद शिक्षा की प्रक्रिया समाप्त नहीं हो जाती। शिक्षा उसके पहले तथा बाद चलती रहती है तथा मनुष्य उसे हासिल करने का प्रयास अजीवन करता रहता है। कुछ ऐसे लोग भी हैं जो औपचारिक शिक्षा से वंचित होने पर पुस्तकालयों के माध्यम से अनौपचारिक शिक्षा प्राप्त कर सकते हैं और कर रहे हैं। औपचारिक शिक्षा एक ऐसा तालाब है जिसकी सीमा होती है, परंतु अनौपचारिक शिक्षा एक असीमित सागर है। शिक्षा एक अनवरत प्रक्रिया है। प्रौढ़ शिक्षा के क्षेत्र में भी पुस्तकालय काफ़ी मदद कर रहे हैं। पिछले कुछ दशकों से सरकार ने प्रौढ़ शिक्षा के कार्यक्रम विशाल स्तर पर प्रारम्भ किए हैं। प्रौढ़ों को शिक्षा और सूचना दिलाने में पुस्तकालयों की महत्त्वपूर्ण भूमिका है।

वर्तमान समय में आई सूचना की इस बाढ़ को अनियंत्रित रखकर इससे लाभ नहीं उठाया जा सकता है। इसलिए यह आवश्यक है कि सूचनाओं को नियंत्रित कर, उनका विश्लेषण कर, उन्हें विभिन्न वर्गीकृत विषयों में रखकर उनकी पुनः प्राप्ति की व्यवस्था की जाए। यह कार्य केवल पुस्तकालय ही कर सकता है। यह स्पष्ट है कि समाज की शिक्षा व सूचनाओं संबंधी ज़रूरतों की पूर्ति में पुस्तकालयों का महान योगदान है।

एक सामाजिक एवं सांस्कृतिक संस्था- सामाजिक संस्था मनुष्य के अन्दर धार्मिक, नैतिक, बौद्धिक तथा सांस्कृतिक मूल्यों को उत्पन्न कर उन्हें नीति तथा व्यवहार के साथ जीने की शिक्षा देती है। पुस्तकालय भी एक ऐसी ही सामाजिक संस्था है। किसी संस्था को सामाजिक तभी माना जा सकता है, जब उसकी उत्पत्ति तथा विकास समाज के साथ जुड़े हों तथा उसके उद्देश्य सामाजिक हों। साथ ही किसी सामाजिक संस्था को जीवित रहने के लिए नई सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल स्वयं को ढालना भी पड़ता है तथा अन्य सामाजिक संस्थाओं के साथ संबंध भी रखना पड़ता है। किसी भी सामाजिक संस्था में निम्नलिखित गुणों का होना आवश्यक है—

1) सामाजिक उत्पत्ति और विकास
2) सामाजिक उद्देश्य
3) सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल
4) सामाजिक संस्थाओं से संबंध
5) क्रियात्मकता

सामाजिक उत्पत्ति व विकास— पुस्तकालय एक सामाजिक संस्था है या नहीं; इसको जानने के लिए यह जानना आवश्यक है कि पुस्तकालयों की उत्पत्ति कैसे हुई तथा इनकी उत्पत्ति और विकास में समाज का कितना योगदान रहा है। अपनी उत्पत्ति के प्रारम्भिक काल में पुस्तकालय व्यक्तिगत संपत्ति माना जाता था। राजा-महाराजा तथा अत्यंत धनी व्यक्ति ही पुस्तक या ग्रंथ नामक संपत्ति रख सकते थे। पुस्तकों को आलमारी में बंद रखा जाता था। ये तथ्य इस बात की ओर संकेत करते हैं कि प्रारम्भ में पुस्तकालय एक सामाजिक संस्था के रूप में कार्य नहीं कर रहे थे। परन्तु इसके संतोषप्रद कारण भी है।

प्राचीन काल में पुस्तकें हस्तलिखित होती थीं, उनकी सीमित प्रतियाँ उपलब्ध होती थीं। क्योंकि प्रतियाँ तैयार करना काफ़ी कठिन तथा ख़र्चीला काम था। उन्हें राजा-महाराजा ही तैयार करवा सकते थे या उनकी सुरक्षा की व्यवस्था कर सकते थे। अगर हस्तलिखित ग्रंथों को बिना किसी व्यवस्था और सुरक्षा के रखने की इज़ाज़त दे दी जाती तो आज हमारी सभ्यता के लिखित अभिलेख नष्ट हो गए होते। आज ये अभिलेख समाज के उपयोग के लिए उपलब्ध हैं। यह कहना भी सत्य नहीं है कि प्राचीन समय में पुस्तकों का उपयोग नहीं होता था। उस समय भी विद्वानों को उनके उपयोग की इज़ाज़त थी। प्राचीन पुस्तकालयों की तुलना छायादार

वृक्षों से की जा सकती है जिन्हें बचपन में इसलिए सुरक्षा दी जाती है जिससे बाद में बड़े होकर वे समाज को ज्ञान की छाया प्रदान कर सकें। मुद्रण प्रणाली के विकास के साथ ही पुस्तकालयों के इस स्वरूप में परिवर्तन हुआ। पुस्तकों को मनचाही संख्या में मुद्रित किया जाने लगा और तब पुस्तकालयों को समाज के लिए खोल दिया गया।

मुद्रण प्रणाली के साथ धर्म, जो एक सामाजिक विचारधारा है, ने भी पुस्तकालयों के विकास में महत्त्वपूर्ण योगदान दिया। विभिन्न धर्मों ने अपने मत के प्रचार के लिए मुद्रित सामग्री बाँटी तथा समाज का ध्यान अपनी ओर आकर्षित करने के लिए पुस्तकालयों की स्थापना की या उनकी स्थापना में सहयोग दिया। इसके साथ ही लोगों का ध्यान पुस्तकादान की ओर गया। साधन-सम्पन्न लोगों ने पुस्तकालयों को पुस्तक-दान को महादान माना गया है।

औद्योगिक क्रांति, सार्वजनिक शिक्षा, पुस्तकालयोन्मुखी शिक्षा, प्रौढ़ शिक्षा तथा बौद्धिक मनोरंजन की विचारधाराओं ने पुस्तकालयों की स्थापना, विकास और उपयोगिता पर बल दिया। इस प्रकार पुस्कालय की उत्पत्ति और विकास में समाज की प्रत्येक विचारधारा ने एकजुट होकर प्रयास किया।

सामाजिक उद्देश्य— पुस्तकालयों का उद्देश्य पूर्णतया सामाजिक है। यहाँ पुस्तकों को प्रजातांत्रिक रूप में प्रयोग किया जाता है। पुस्तकालय प्रत्येक धर्म, समुदाय, व्यवसाय, उम्र आदि की समान रूप से सेवा करते हैं। इनमें रखी पुस्तकों के उपयोग का समान अधिकार समाज के प्रत्येक सदस्य को है। इससे सिद्ध होता है कि पुस्तकालय एक सामाजिक संस्था है। समाज के स्वस्थ बौद्धिक विकास को सुनिश्चित करता है।

पुस्तकालय विज्ञान के पाँच सूत्र भी इस पर बल देते हैं— (डॉ.एस.आर.रंगनाथन) —

1) पुस्तकें उपयोग के लिए हैं
2) प्रत्येक पाठक को उसकी पुस्तक मिले
3) प्रत्येक पुस्तक को उसका पाठक मिले
4) पाठकों का समय बचाए
5) पुस्तकालय एक वर्द्धनशील संस्था है

सामाजिक व्यवस्थाओं से संबंध— पुस्तकालयों का स्वरूप कभी भी हठीला नहीं रहा। ये स्वयं सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल ढलते रहते हैं। प्रत्येक सामाजिक संस्था में इस गुण का होना आवश्यक है तथा पुस्तकालय में यह गुण कूट-कूट कर भरा है। सामाजिक व्यवस्था के परिवर्तन के साथ ही पुस्तकालयों ने मुक्त-प्रवेश प्रणाली तथा नई तकनीकें अपनाईं तथा पुस्तकालयों में जनसंपर्क एवं विस्तार कार्य प्रारंभ किए।

सामाजिक संस्थाओं से संबंध— आज का पुस्तकालय सहयोग की भावना में विश्वास रखता है। यह न केवल पुस्तकालयों के बीच परस्पर सहयोग में विश्वास रखता है, बल्कि अन्य सामाजिक संस्थाओं, साहित्य, सांस्कृतिक संस्थाओं से संबंध रखता है। उन्हें सहयोग देता है तथा उनसे सहयोग प्राप्त करता है।

क्रियात्मकता— किसी सामाजिक संस्था, संगठन को सदा क्रियाशील रहना चाहिए। निष्क्रियता उसकी मृत्यु को इंगित करती है। इस दृष्टि से पुस्तकालय एक स्वस्थ सामाजिक संस्था है, क्योंकि समाज की सेवा में यह सदा सक्रिय रहता है। पुस्तकालय विज्ञान का पंचम नियम (पुस्तकालय एक वर्द्धनशील संस्था है) इस बात को सिद्ध करता है।

पुस्तकालयों को सामाजिक संस्था बनाने के उपाय— एक पुस्तकालय, विशेष रूप से लोक पुस्तकालय, केवल अध्ययन का केन्द्र ही नहीं अपितु एक सामाजिक केन्द्र भी है। विश्व के विकासशील देशों में सार्वजनिक पुस्तकालय इस कार्य को पूरी तरह निर्वाह कर रहे हैं। आज के पुस्तकालय केवल खेल पुस्तकों का आदान-प्रदान ही नहीं करते, उसे विस्तार कार्य एवं प्रचार कार्य में भी रुचि लेनी है।

निष्कर्ष— पुस्तकालय समाज के लिए अपरिहार्य हैं। ये व्यक्ति को शिक्षित करते हैं तथा सूचनाएँ उपलब्ध कराकर उन्हें जागरूक और बेहतर नागरिक बनाते हैं। इस बात में कतई अतिशयोक्ति नहीं कि दुनिया में विभिन्न क्षेत्रों का नेतृत्व करने वाले व्यक्तियों में से अधिकांश उत्तम पाठक तथा सूचना-सम्पन्न व्यक्ति होते हैं। •••

कम्प्यूटर के झरोखे से झाँकती हिन्दी

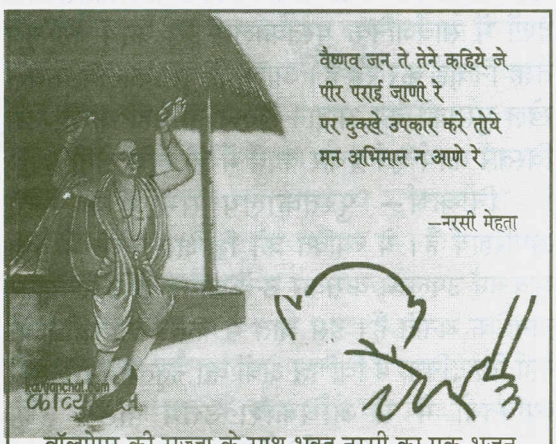
—चिराग़ जैन
भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण
सिविल विमानक्षेत्र, जम्मू

वर्तमान युग तकनीक का युग है। 'भाषा हो या आदमी, यदि समय की रफ़्तार से चलना हो, तो तकनीक का दामन थामना अपरिहार्य हो चुका है।' हिन्दी के सन्दर्भ में भी यह उक्ति शत-प्रतिशत सही है। ब्लॉग्स हों या सोशल नेटवर्किंग साइट्स, गूगल सर्च इंजन हो या ई-मेल अकाउंट्स; सभी क्षेत्रों में देवनागरी के अक्षरों ने अपनी गहरी पैंठ बनाई है। भारत में इंटरनेट के उपयोग की बहुतायत को देखते हुए गूगल ने हिन्दी भाषा के 'टूगल ट्रांस्लेटर' की सुविधा मुहैया कराई है, जिसके माध्यम से अब आसानी से हिन्दी टंकण सीखे बिना भी देवनागरी लिपि में इंटरनेट का उपयोग किया जा सकता है।

ब्लॉग्स में हिन्दी का प्रतिशत यद्यपि अभी बहुत कम है, लेकिन कुल एक-डेढ़ दशक के इतिहास में जिस गति से हिन्दी के ब्लॉग्स की संख्या और उन पर ब्लॉग्र्स की सक्रियता बढ़ी है, वह कम से कम संतोषजनक तो कही ही जा सकती है। आज कविता, कहानी, समाचार, चिकित्सा, खेल-कूद, व्यापार, दर्शन, आलोचना, समीक्षा, फिल्म, तकनीक, संस्कृति और जीवन से जुड़े तमाम विषयों से संबंधित जानकारी ब्लॉग्स के माध्यम से देनागरी लिपि में इंटरनेट पर उपलब्ध है।

किसी कविता अथवा कहानी के इंटरनेट पर आ जाने से अनायास ही उनके प्रसार की संभावनाएँ कई गुना बढ़ जाती है। अब किसी ब्लॉग पर प्रकाशित किसी कविता को बहुत आसानी से कॉपी कर के ऑरकुट, लिंक्ड-इन, फेसबुक, ट्विटर तथा अन्य सोशल नेटवर्किंग साइट्स पर पेस्ट किया जा रहा है।

काव्यांचल डॉट कॉम जैसे अनेक हिन्दी पोर्टल्स ने हिन्दी के इंटरनेट प्रयोक्ताओं को यह सुविधा प्रदान की है कि हिन्दी की कविताओं को ख़ूबसूरत चित्रों के साथ वॉलपेपर्स की शक्ल में अपने डेस्कटॉप पर लगाया जा सकता है। इन वॉलपेपर्स को नि:शुल्क डाउनलोड किया जा सकता है तथा इनका प्रिन्ट-आउट निकलवा कर अपने घर की दीवार पर भी प्रयोग किया जा सकता है। इस प्रकार तकनीक की बाँह थाम की आज निराला, पंत, महादेवी, दिनकर व अन्य साहित्यकार डेस्कटॉप तक पहुँच गए हैं।



वॉलपेपर की सज्जा के साथ भक्त नरसी का एक भजन

अब बहुत से हिन्दी सेवी, जो ब्लॉगिंग का ज्ञान रखते हैं, ब्लॉगिंग को एक मिशन बना चुके हैं। देश भर में अनेक ऐसे ब्लॉगर्स हैं जो अन्य लोगों को हिन्दी की ब्लॉगिंग सिखाने के लिए निशुल्क कार्यशालाएँ आयोजित करवा रहे हैं। तमाम विश्वविद्यालयों में आयोजित होने वाली संगोष्ठियों तथा कार्यशालाओं में हिन्दी की ब्लॉगिंग का विषय एक महत्वपूर्ण सत्र का स्थान पा चुका है। तमाम विश्वविद्यालयों में हिन्दी ब्लॉग्स पर शोध कार्य हो रहा है। सेलिब्रिटीज़, उद्योगपति, खिलाड़ी, राजनीतिज्ञ, फिल्मी हस्तियाँ, अधिकारी, कर्मचारी, दुकानदार गृहिणियाँ, विद्यार्थी और यहाँ तक कि आध्यात्मिक जगत् से जुड़े लोग भी ब्लॉगिंग की ताकत को समझते हुए निरन्तर ब्लॉगिंग कर रहे हैं। आज हिन्दी के 25 हज़ार से अधिक ब्लॉग्स सक्रिय हैं।

ब्लॉग अभिव्यक्ति के ऐसे सशक्त माध्यम के रूप में सामने आया है जिसमें किसी भी तंत्र विशेष की जटिलताओं में न फँसते हुए बहुत आसानी से अपने विचार, अपेक्षित पाठकों तक पहुँचाए जा सकते हैं। यह ब्लॉगिंग की लोकप्रियता की ही परिणाम है कि आज देश के तमाम समाचार-पत्र तथा चैनल्स ब्लॉग्स की मॉनिटरिंग कर रहे हैं और ब्लॉग्स सामग्री दैनिक पत्रों में विशेष स्तंभ के रूप में स्थान पा रहे हैं।

हिन्दी की ब्लॉगिंग का सबसे महत्त्वपूर्ण औज़ार है 'यूनिकोड'। जिसे कुल दो घण्टे की कार्यशाला के माध्यम से सीखा जा सकता है। इसे बहुत आसानी से कोई भी अपने कम्प्यूटर सिस्टम में इंस्टॉल कर सकता है और सीख सकता है। यूनिकोड आपको हिन्दी ब्लॉगिंग तथा हिन्दी में ऑफलाइन कार्यों की इतनी आसान सुविधा प्रदान करता है कि आप बहुत जल्दी उसके अभ्यस्त हो जाते हैं और हिन्दी टंकण की तमाम जटिलताओं से मुक्ति प्राप्त करते हुए अपने विचारों को विस्तार प्रदान कर सकते हैं।

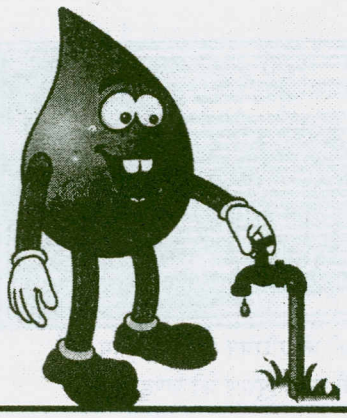
जिस गति से इंटरनेट की दुनिया में हिन्दी की लोकप्रियता बढ़ रही है, उसे देखकर कहा जा सकता है कि हिन्दी का भविष्य स्वर्णिम है और आधुनिकता का पर्याय कही जाने वाली अंग्रेजी का अगली पीढ़ी पर से एकाधिकार समाप्त होगा। •••

पर्यावरण

जल की बचत ज़रूरी

—जतिन्द्र सिंह प्रारूपकार
केन्द्रीय भूजल बोर्ड, जम्मू

जल से ही जीवन है। अगर जल नहीं होगा तो सब कुछ ख़त्म हो जाएगा। जल के बिना पेड़-पौधे भी नहीं बच सकते। जल की जितनी बचत की जाएगी, आने वाले समय में समस्याएँ उतनी ही कम होंगी। ज़मीनी पानी के अंधाधुंध दोहन और इसकी बर्बादी के कारण भूजल स्तर निरंतर गिर रहा है। पंजाब, हिमाचल हो या जम्मू-कश्मीर; सभी जगह जल की कमी हो रही है। मौसम ने अपना चक्र बदल लिया है, जिस कारण समय पर बारिश भी नहीं होती है। इस वजह से सिंचाई और अन्य ज़रूरतों के लिए पानी की मांग बढ़ गई है। जल को बचाने के लिए सभी जगहों पर विशेष अभियान चलाने चाहिएँ। अगर देश के नागरिक ये सोचकर चलें कि जल की बचत ज़रूरी है तभी हम आगे आने वाली पीढ़ियों के लिए जल बचा सकेंगे। जल ही जीवन है। •••

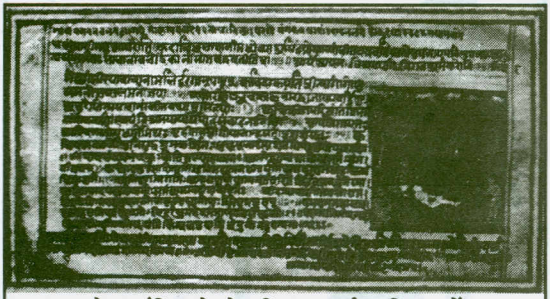


राष्ट्रीय एकता का आधार स्तंभ —नागरी लिपि

—विनोद कुमार कौल
हिन्दी अनुवादक
दूरदर्शन केन्द्र, जम्मू

भारत एक बहुभाषीय देश है और यहाँ तरह-तरह की लिपियाँ हैं, किन्तु लिपियों के अलग होने पर भी उनकी आत्माएँ एक है। जिस प्रकार भाषा दो दिलों को जोड़ती है उसी प्रकार लिपि दो भाषाओं को मिलाती है। हम सब इस बात से अवगत हैं कि भाषा का आधार ध्वनि है और उसे दृष्टिगोचर करने के लिए जिन प्रतीक चिह्नों का प्रयोग किया जाता है उन्हें लिपि कहते हैं। भारतीय भाषाओं की लिपियाँ भिन्न होने पर उनकी वर्णमाला एक है। यहाँ तक कि दक्षिण भारतीय भाषाओं की लिपियों की वर्णमाला भी नागरी के स्वर-व्यंजक की तरह हैं। इसलिए कहा जाता है कि लिपि रूपी शरीर की आत्मा भाषा है।

जहाँ तक इस देश की राष्ट्रीय एकता और भाषाई समन्वय का सवाल है, इसके लिए देवनागरी लिपि का विशेष महत्व है। आखिर तभी तो आचार्य विनोबा भावे नागरी लिपि के कार्य को दिलों के जोड़ने वाला काम कहा करते थे। उनका मानना था कि नागरी लिपि दक्षिण भारत के चारों राज्यों को जोड़ने के साथ-साथ उत्तर भारत को भी जोड़ेगी। उनका यह भी कहना था कि प्रत्येक भाषा की अपनी लिपि के साथ नागरी लिपि भी चलनी चाहिए। ऐसा करने से सभी भारतीय भाषाओं को समझने में सहूलियत होगी और हमारी सांस्कृतिक एकता भी सबल होगी। वैसे भी किसी देश की सभ्यता, संस्कृति, बौद्धिक समृद्धि तथा मानसिक विकास इस बात पर निर्भर करता है कि उस देश में भाषिक विकास के साथ-साथ लेखनकला का कितना ज्यादा विकास हुआ है। इस दृष्टिकोण से ही महात्मा गांधी ने भी कहा था, हिन्दुस्तान में सर्वमान्य हो सकने वाली अगर कोई लिपि है तो वह देवनागरी ही है। मुझे विश्वास है कि देवनागरी के द्वारा दक्षिणी भाषाएँ भी आसानी से सीखी जा सकती हैं। देवनागरी में सौन्दर्य या सजावट की दृष्टि से लज्जित होने जैसी कोई बात नहीं है। इसी प्रकार राष्ट्र का हित चाहने वाले महापुरुषों के अनुसार भी देवनागरी लिपि व हिन्दी अखण्डता के



सेन फ्रांसिस्को के एशियन आर्ट म्यूज़ियम में संग्रहीत श्री भगवत्पुराण की पाण्डुलिपि

लिए अत्यावश्यक है कि भारत की जीवंत भाषाएँ देवनागरी लिपि में लिखी जाएँ। इस प्रकार हम कह सकते हैं कि नागरी लिपि राष्ट्रीय एकता और भावात्मक एकता का सूत्र है, क्योंकि यह भारतीय भाषाओं तथा भारतीय जनमानस् को जोड़ने का एक महामंत्र है।

यह कहने की आवश्यकता नहीं कि देश की सर्वोत्तम लिपि होने के चलते ही भारतीय संविधान ने नागरी लिपि का राजलिपि का दर्जा प्रदान किया है। लिपि की वैज्ञानिकता की वजह से नागरी लिपि ध्वन्यात्मक और वैज्ञानिक स्तर पर दुनिया की अनेक लिपियों से न केवल श्रेष्ठतम है, बल्कि पढ़ने में भी सबसे सुगम और सहज है। लिपि की वैज्ञानिकता आकारों से प्रकट होती है और लचीलापन इसकी विशेषता है। कलात्मक, सुन्दर और सुगठित लेखन। इस में एक ध्वनि के लिए एक ही चिह्न है और एक चिह्न से एक ही आकार का बोध होता है। नागरी लिपि का प्रत्येक चिह्न अकार है इसलिए लेखन और पठन में और सरलता है। इसकी ध्वनि और वाणी में एकरूपता है यानी बोलने और लिखने और पठन में और सरलता है। देवनागरी लिपि में जहाँ लिखने, मुद्रण और टंकण की सुगमता है, वहीं छापने में सरल और कम ख़र्चीली होती है।

देश-विदेश के अनेक, विद्वानों ने देवनागरी लिपि को सबसे अधिक सुव्यवस्थित लिपि स्वीकार किया है। फोनोग्राफी के अनुसंधानकर्ता आइजक पिटमैन का मानना था, 'संसार की कोई लिपि कहीं सर्वाधिक पूर्ण है, तो वह एकमात्र देवनागरी ही है।' उसी प्रकार ख्यातिलब्ध विद्वान मोनिभर विलियम्स का स्पष्ट विचार था कि 'यदि संपूर्णता' में देखा जाए तो यह लिपि प्रत्येक वर्ण के स्तर पर सर्वाधिक पूर्ण एवं व्यवस्थित है। आज के उपयोगितावादी युग में सभी व्यावहारिक प्रयोजनों के लिए यह सर्वाधिक पूर्ण लिपि है।

कहना नहीं होगा कि देवनागरी लिपि अति प्राचीन काल से ही संपूर्ण भारत को जोड़ने वाली लिपि रहती आई है। प्राचीन संस्कृत भाषा की लिपि होने की वजह से देवनागरी लिपि इस देश की विशाल सांस्कृतिक परंपरा को स्वीकार करती दिखाई पड़ती है। यहाँ तक कि पाली, प्राकृत और अपभ्रंश भाषाओं ने भी देवनागरी लिपि को अपनाया था और अनेक साहित्यिक रचनाओं को लिपिबद्ध कर दिया था। संस्कृत भाषा को लिपिबद्ध करने वाली देवनागरी लिपि ही है। इस लिपि में देश की सांस्कृतिक परंपरा को संवहन करने की विशेष शक्ति है। इस दृष्टि से सभी भारतीय भाषाओं के लिए एक ऐसी सामान्य लिपि का उपयोग अत्यंत आवश्यक है जो इस देश की राष्ट्रीय एकता और अखण्डता को अक्षुण्ण बनाए रख सके और इसके लिए देवनागरी लिपि ही सक्षम और समर्थ है, इसकी उपयोगिता निर्विवाद है। मेरा तो स्पष्ट मत है कि यदि देवनागरी लिपि के माध्यम से तमिल, तेलगु, मलयालम अथवा कन्नड़ भाषा को सीखने की सुविधा हिन्दी भाषी को ही जाए, तो वह बड़ी आसानी से उन भाषाओं को भी धीरे-धीरे सीख सकता है। उत्तर भारत के लोग अथवा यों कहें कि हिन्दी भाषी त्रिभाषा फॉर्मूला के अंतर्गत यदि दक्षिण भारतीय भाषाओं को नहीं सीख सके तो इसका कारण देवनागरी लिपि को माध्यम नहीं बनाया जाना भी प्रमुख है। आखिर उर्दू की भी अपनी लिपि होने के बावजूद नागरी लिपि में प्रकाशित उर्दू साहित्य को काफी लोकप्रियता मिली। यदि नागरी लिपि के माध्यम से अन्य भारतीय भाषाएँ सीखाई जाएँ तो उन्हें भी वैसी ही लोकप्रियता मिल सकती है। सच कहा जाए तो राष्ट्र की भावात्मक एकता के लिए जितनी हिन्दी भाषा आवश्यक है उससे कहीं अधिक जरूरी है नागरी लिपि का प्रयोग।

आपको यह जानकर प्रसन्नता होगी कि चीन में अनेक भाषाएँ तथा बोलियाँ हैं, किन्तु संपूर्ण चीन देश में एक लिपि है जिससे सभी चीनी लोग चीनी भाषाओं का आसानी से उपयोग करते हैं। इसी प्रकार चीन जैसे विशाल देश में पिछले तीन हज़ार साल से एक ही भाषा छाई रही जो वहाँ की जनता और सत्ता की भाषा है। यदि प्रत्येक भारतीय भाषा के उत्कृष्ट साहित्य का नागरी लिपि के ज़रिये समझने और समझाने की कोशिश की जाए, तो भाव-भाषा के आदान-प्रदान का सहज मार्ग अपनाकर राष्ट्रीय एकता और अखण्डता को अक्षुण्ण बनाए रखा जा सकता है जिससे राष्ट्र सबल और सुदृढ़ बन सकता है। •••

हिन्दी सरलीकरण से प्रचार-प्रसार के उपाय

—कैलाश चन्द्र मठपाल
निरीक्षक (अनुवादक)
फ्रंटियर मुख्यालय, सीमा सुरक्षा बल, जम्मू

हमारे देश में हिन्दी लगभग सभी प्रांतों में बोली जाती है। देश में हिन्दी भाषी लोगों की तादात ज़्यादा है। हिन्दी भाषा में देश की सभी भाषाओं का तत्व समाविष्ट है। हिन्दी भाषा अपने आप में विश्व की एकमात्र समृद्ध एवं वैज्ञानिक भाषा है, जो कि ध्वनि पर आधारित है। देश में हिंदी के लोकप्रिय होने की वजह से ही हिंदी को हमारे देश के संविधान निर्माताओं ने राजभाषा के रूप में स्वीकार किया।

बौद्ध धर्म के प्रचारक बौद्ध धर्म के प्रचार एवं प्रसार के लिए चीन, जापान, नेपाल, वर्मा में गए और वहाँ उन्होंने धर्मोपदेश हिंदी में दिए थे। उसी प्रकार गुरु नानक जी लंका, चीन, तिब्बत, मक्का और मदीना आदि देशों में गए और वहाँ उन्होंने हिंदी भाषा में ही उपदेश दिए। इससे जान पड़ता है कि उस समय भी हिंदी भाषा राष्ट्रभाषा थी और उसका सार्वजनिक प्रचार एवं प्रसार था।

वर्तमान समय में हिंदी के प्रचार-प्रसार के लिए भारत सरकार के गृह मंत्रालय का राजभाषा विभाग प्रयासरत है। केन्द्रीय हिंदी प्रशिक्षण संस्थान, नई दिल्ली; केन्द्र सरकार के कर्मचारियों के लिए विभिन्न प्रशिक्षण जैसे-हिन्दी आशुलिपिक, हिन्दी टंकण आदि कार्यक्रम चला रहा है। ये प्रयास तभी सफल होंगे जब हिंदी को जटिलता से सरलता की ओर बढ़ाया जाएगा। ताकि सबके लिए हिंदी में काम करना रुचिकर एवं सरल हो जाए।

अंग्रेजी भाषा विदेशी भाषा है। उसकी प्रकृति को हम समझ नहीं सकते। जिसकी प्रकृति को हम समझ नहीं सकते, उस भाषा को माध्यम बनाकर हम अपने विचार प्रभावशाली ढंग से व्यक्त नहीं कर सकते। एक बात बिल्कुल स्पष्ट है, जब हम अंग्रेजी भाषा की प्रकृति को समझ नहीं सकते तो महसूस भी नहीं कर सकते। यदि किसी भाषा की प्रकृति को हम

समझ ही नहीं सकते तो फिर हम कैसे अपने को अंग्रेजी भाषा में व्यक्त कर सकते हैं। आज देश में अंग्रेजी का बोलबाला है। पंडित मदन मोहन मालवीय जैसे विद्वान, जो कि अंग्रेजी भाषा के भारत में प्रखर ज्ञाता थे लेकिन उससे भी ज़्यादा वे संस्कृत व हिंदी के ज्ञाता थे। प्रसिद्ध विद्वान एवं राजनयिक श्री लक्ष्मीमल्ल सिंघवी के अनुसार– अंग्रेजी भाषा के माध्यम से शिक्षा में सोलह वर्ष लगते हैं। यदि इन्हीं विषयों की शिक्षा मातृभाषा के माध्यम से दी जाए, तो ज़्यादा से ज़्यादा दस वर्ष लगेंगे। इस प्रकार हज़ारों विद्यार्थियों के छः-छः वर्ष बचने का अर्थ यह हुआ कि कई हज़ार वर्ष जनता को मिल गए।

अंग्रेजी भाषा द्वारा शिक्षा पाने में दिमाग़ पर जो बोझ पड़ता है, वह असह्य है। यह बोझ हमारे बच्चे उठा तो सकते हैं, लेकिन उसकी क़ीमत उन्हें चुकानी पड़ती है। वे दूसरा बोझ उठाने के लायक नहीं रह जाते। आज हमारे स्नातक अधिकतर कमज़ोर, निरुत्साही और कोरे नकलची बन जाते हैं। उनमें खोज करने की शक्ति, विचार करने की शक्ति, साहस, धीरज, वीरता, निर्भयता और अन्य गुण बहुत क्षीण हो जाते हैं।

किसी भी भाषा को समृद्ध बनाने के लिए उसमें सभी भाषाओं के शब्दों को समादर सहित सहर्ष स्वीकार करना ही होगा, अन्यथा भाषा का प्रचार एवं प्रसार अवरुद्ध हो जाएगा। भाषा संकरी एवं सिमट के रह जाएगी। इसके साथ ही वह भाषा एक विशेष वर्ग / समाज तक सीमित रह जाएगी तथा विकास धीरे-धीरे रुक जाएगा। लोग भाा की क्लिष्टता देखकर दूर भागेंगे। जैसे संस्कृत भाषा आज केवल विद्वत जनों की भाषा बन कर रह गई है, जो कि लगभग लूप्त होने की कगार पर है। यदि इसमें सभी भाषाओं का समावेश हुआ होता तो यह निश्चित तौर पर समृद्ध भाषा होती। इसके विपरीत अंग्रेजी भाषा के केवल अपने मूल 100 शब्द ही हैं। जबकि अन्य सारे शब्द विदेशी हैं। इसमें सभी भाषाओं का समादर समाविष्ट है। इसलिए आज अंग्रेजी अन्तीरराष्ट्रीय भाषा बन चुकी है।

राजभाषा विभाग गृह मंत्रालय भारत सरकार भी अब यह स्वतंत्रता देता है कि आप जिन शब्दों का हिंदी अनुवाद नहीं कर सकते अर्थात् जिन शब्दों का हिंदी में कोई अर्थ न मिले उनको वैसे ही रोमन हिंदी में उतार लिया जाए। जैसे हमारे ढाबे शब्द को ऑक्सफोर्ड शब्दकोष में ज्यों का त्यों डाल दिया गया है। उसी प्रकार हम भी अन्य भाषाओं के शब्दों को हिंदी में समाहित कर सकते हैं। जैसे कम्प्यूटर आदि। इस प्रकार हमारी हिंदी भाषा का प्रचार व प्रसार सुनिश्चित होगा तथा भाषा सरल, समृद्ध व निरन्तर अग्रसर होती रहेगी।

आज विश्व के विकसित देशों ने यह मान लिया है कि हिंदी विश्व के लगभग 30 प्रतिशत अर्थात् एक-तिहाई लोगों की भाषा है, जो न केवल भारत में (जिसकी जनसंख्या विश्व की लगभग 20 प्रतिशत है) बल्कि नेपाल, भूटान, वर्मा, श्रीलंका, फिजी, टोरन्टो, पाकिस्तान, अफगानिस्तान, तिब्बत, इंडोनेशिया आदि देशों में बोली, लिखी व समझी जाती है। इसलिए अमेरिकी सरकार ने भी अपने समस्त विश्वविद्यालयों में हिंदी भाषा को एक अनिवार्य विषय के रूप में संलग्न कर दिया है। इसके अलावा हमारे जितने भी राजदूत अन्य देशों में तैनात किए गए हैं उनको भी हिंदी अधिकारी प्रदान किए गए हैं, ताकि हिंदी का प्रचार एवं प्रसार समस्त विश्व में हो सके। आज हमें हिंदी को लोकप्रिय बनाने के लिए हिंदी की महत्ता को जनमानस् में पेश करना होगा। यह तभी संभव हो सकता है जब हम हिंदी को सरल माध्यम से लोगों तक पहुँचा सकें। इसके लिए हमें हिंदी भाषा में उन तमाम शब्दों को सादर समाहित कर लेना चाहिए जिन्हें लोग अंग्रेजी में या अन्य भाषाओं में बोलने व समझने में अभ्यस्त हो चुके हैं। हिंदी के क्लिष्ट शब्दों का सरलीकरण भी अनिवार्य है जिससे अहिंदी भाषी नागरिक आसानी से समझ सकें। इस प्रकार हम हिंदी का सरलीकरण करके इसका प्रचार एवं प्रसार कर पाने में समर्थ हो पाएंगे और हिंदी का शब्दकोष समृद्ध एवं वृहत हो पाएगा। •••

मैकाले की सोच और भारतीय शिक्षा-प्रणाली

—चेतन स्वरूप शर्मा
भंडारपाल, केंद्रीय भूमिजल परिषद्
उ.प.हि.क्षे., शास्त्री नगर, जम्मू

हिमाचल की मासिक पत्रिका 'मातृवन्दना' अगस्त 2010 में पृष्ठ संख्या 19 पर प्रकाशित लेख 'मैकाले की सोच–1835 ई0 में' के अनुसार यह एक वास्तविक लेख है। इसकी प्रति मद्रास हाईकोर्ट के अभिलेखों से प्राप्त हुई है। ब्रिटिश पार्लियामेंट के रिकॉर्ड में सुरक्षित है। लॉर्ड मैकाले को भारत में तत्कालीन ब्रिटिश गवर्नर जनरल लॉर्ड विलियम वेंटिंग की कौंसिल का सदस्य नामज़द कर भारत भेजा गया था। अपने भारत-भ्रमण के अनुभवों एवं अध्ययन के पश्चात् उसने ब्रिटिश पार्लियामेंट को यह रिपार्ट भेजी थी—

> "मैंने पूरे भारत की एक छोर से दूसरे छोर तक यात्रा की है पर मुझे एक भी भिखारी नहीं मिला, जो चोर हो। ऐसे धनी देश के अपने ऊँचे सामाजिक मूल्य हैं। यहाँ लोगों के पास बड़ी दृढ़ शक्ति है। इस देश को हम कभी जीतने की सोच भी नहीं सकते। हम इसे तब तक नहीं जीत सकते, जब तक हम इस देश की रीढ़, आध्यात्मिकता और सांस्कृतिक विरासत को नहीं तोड़ देते। इसलिए मैं इसकी प्राचीन आध्यात्मिक शिक्षा पद्धति को हटाने का सुझाव देता हूँ। जब भारतीय सोचने लगेंगे कि विदेशी चीज़ें और अंग्रेजी भाषा अपने से अच्छी है, तब वे अपना आत्मसम्मान और अपनी संस्कृति को खो देंगे। उसे भूल जाएंगे और तब वे वैसे बन जाएंगे जैसा आधिपत्य राष्ट्र हम चाहते हैं।"

—यह उसका एक ऐसा सुझाव था जो आगे चलकर भारतीय सभ्यता-संस्कृति, धर्म-संस्कार और परम्परागत गुरुकुल शिक्षा-प्रणाली के लिए महाघातक सिद्ध हुआ। मैकाले के उपरोक्त सुझाव के आधार पर अंग्रेजों ने सन् 1840 ई. में कानून बनाकर भारत की जनोपयोगी गुरुकुल प्रधान शिक्षा-प्रणाली को हटा दिया, जो भारतीय छात्र-छात्राओं एवं साधकों गें वैदिक धर्म, ज्ञान, कर्मनिष्ठा, शौर्य और वीरता जैसे संस्कारों

एक प्राचीन गुरुकुल

का संचार करने के कारण राष्ट्रीय एकता एवं अखण्डता के रूप में उसकी रीढ़ थी। उसके स्थान पर उन्होंने ब्रिटिश साम्राज्य हित की पोषक अंग्रेजी भाषी शिक्षा-प्रणाली लागू की, जो भविष्य में ब्रिटिश साम्राज्य का विस्तार करने में अत्यन्त कारगर सिद्ध हुई।

स्वतन्त्रता प्राप्ति के पश्चात् सत्तासीन राजनेताओं को यह भी ध्यान नहीं रहा कि उन्होंने सशक्त भारत का निर्माण करना है और इसके लिए उन्हें जनप्रिय स्थानीय भाषा, हिन्दी, अथवा संस्कृत के आधार पर गुरुकुलों की भी स्थापना करनी है। देखने में आ रहा है कि निहित स्वार्थ में डूबे हुए, देश को भीतर ही भीतर खोखला एवं खंड-खंड करने के कार्य में सक्रिय अमुक देशद्रोही, अंग्रेजी पिट्ठू प्रशासकों के द्वारा देश के गाँव-गाँव और शहर-शहर में मात्र मैकाले की सोच के आधार पर अंग्रेजीभाषी पाठशालाएँ, विद्यालय एवं महाविद्यालय ही खोले जा रहे हैं। उनके द्वारा राष्ट्रीय जनहित-अहित का विचार किए बिना उन्हें धड़ाधड़ सरकारी मान्यताएँ भी दी जा रही हैं। जबकि वे न कभी भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति के अनुकूल रहे और न कभी हुए। उनमें गुरुकुलों जैसी कहीं कोई गरिमा भी नहीं दिखाई देती।

युगों से सोने की चिड़िया— भारत की पहचान बनाए रखने में समर्थ रह चुके गुरुकुल उच्च संस्कारों के संरक्षक, पोषक, संवर्द्धक होने के साथ-साथ मानव जीवन की कार्यशालाओं के रूप में छात्र-छात्राओं एवं साधकों के नवजीवन निर्माता भी थे। नालन्दा, तक्षशिला, विक्रमशिला और उनके सहायक विद्यालय तथा महाविद्यालयों से भारतीय सभ्यता-संस्कृति, धर्म-संस्कार और शिक्षा न केवल भली प्रकार से फूली-फली थी बल्कि उनसे जनित उसकी सुख-समृद्धि की महक विदेशों तक भी पहुँची थी। इस बात को कौन नहीं जानता है कि आतंक फैलाकर आपार धन-संपदा लूटना, भारतीय सभ्यता-संस्कृति नष्ट करना और फूट डालकर सम्पूर्ण भारतवर्ष पर ब्रिटिश साम्राज्य का अधिपत्य स्थापित करना ही अक्रांता ईस्ट-इंडिया कम्पनी का मूल उद्देश्य था।

आज भारतीय राजनीतिज्ञ भारतीय संस्कृति की सुगन्ध की कामना तो करते हैं पर उनके पास उसकी जननी गुरुकुल शिक्षा-प्रणाली उपलब्ध नहीं है। इसलिए हम सब जागरूक अभिभावकों, गुरुजनों, प्रशासकों और राजनेताओं को एक मंच पर एकत्र होकर होनहार बच्चों, छात्र-छात्राओं एवं साधकों के संग अंग्रेजी शिक्षा-प्रणाली के स्थान पर जन उपयोगी एवं परम्परागत भारतीय गुरुकुल शिक्षा-प्रणाली की पुनर्स्थापना करके उसे अपने जीवन में समझना और जाँचना होगा क्योंकि बच्चों और शिक्षार्थियों के जीवन का नव-निर्माण, राजनीति, भाषण या उससे जुड़े ऐसे किसी आन्दोलन से कभी नहीं हुआ है और न हो ही सकता है बल्कि एक सशक्त शिक्षा-प्रणाली के द्वारा ज्ञानार्जित करने से ही ऐसा होता रहा है और आगे होगा भी। इसकी पूर्ति करने में भारतीय परम्परागत गुरुकुल शिक्षा-प्रणाली पूर्णतया सक्षम और समर्थ रही है। इसका भारतीय इतिहास साक्षी है जिसे पढ़ कर जाना जा सकता है।

अगर मैकाले सन् 1840 ई. में अपने संकल्प से भारत में परम्परागत भारतीय गुरुकुल शिक्षा-प्रणाली समाप्त करवा कर अंग्रेजीभाषी शिक्षा-प्रणाली जारी करवा सकता था तो हम भी सब मिलकर राष्ट्रीय जनहित न्यायालय तक अपनी संयुक्त आवाज पहुँचा सकते हैं। वहाँ से अध्यादेश पारित करवा कर भारतीय आशाओं के विपरीत अंग्रेजी शिक्षा-प्रणाली को निरस्त करवा सकते हैं। क्या हम इस योग्य भी नहीं रहे कि हम उसके स्थान पर फिर से भारतीय गुरुकुल शिक्षा-प्रणाली को लागू करवा सकें? अतीत में हम सब सार्वजनिक रूप से सुसंगठित और जागरूक रहे हैं - अब हैं और भविष्य में भी रहेंगे। विश्व में कोई भी शक्ति भारत को विश्वगुरु बनने से नहीं रोक सकती। ऐसा हमारा अपना दृढ़ विश्वास है।

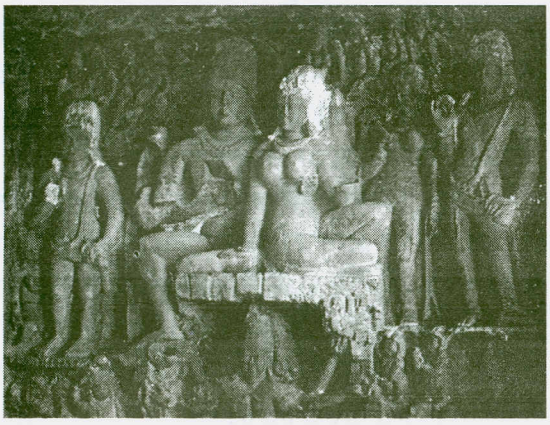
आइए! हम सब मिलकर प्रण करें और इस पुनीत कार्य को सफल करने का प्रयास भी करें। यह तो सत्य है कि बबूल के बीज से कभी आम के पेड़ की आशा नहीं की जा सकती। हम पाश्चात्य शिक्षा-प्रणाली के बल पर भारत के पुरातन गौरव एवं सुख-समृद्धि की मनोकामना कैसे कर सकते हैं! •••

मेरे जीवन की एक रोमांचकारी घटना

—वाई के कनौत्रा
उप-अधीक्षण पुरातत्व रसायनज्ञ
भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण, श्रीनगर मंडल, जम्मू

जीवन में कुछ अनुभव ऐसे होते हैं जिन्हें वक़्त के साथ इंसान भूल जाता है, पर यदाकदा कुछ ऐसे संस्मरण भी होते हैं जो जाने-अनजाने मानस् पटल पर अंकित होकर अपनी अमिट छाप छोड़ जाते हैं। मुझे भी एक ऐसी घटना याद है जो किसी भी वीरान स्थान पर जाने पर बरबस ही याद आ जाती है।

बात उन दिनों की है जब मैं भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण के क्षेत्रीय कार्यालय औरंगाबाद में कार्यरत था। वहाँ से मुझे कैलाश मंदिर, गुफा नं. 16, ऐलोरा गुफ़ाओं में रासायनिक परिरक्षण का कार्य कराने के लिए भेजा गया। जगत् प्रसिद्ध गुफाएँ जो कि औरंगाबाद से लगभग 30 किलोमीटर की दूरी पर स्थित हैं और इन गुफाओं में गुफा नं. 16, जिसमें कैलाश मंदिर स्थित है, एक पहाड़ को काटकर बनाया गया है। इस मंदिर को अन्य मंदिरों की भाँति नीचे से ऊपर की ओर न बनाकर ऊपर से नीचे पहाड़ को काट कर बनाया गया है। जो भी इस मंदिर को देखने आया है, आश्चर्यचकित होकर सोचने को मजबूर हो गया है कि किस तरह से इस भव्य मंदिर का निर्माण किया गया होगा।



इस मंदिर की दीवारों, मूर्तियों आदि के रासायनिक परिरक्षण का कार्य करवाने के लिए जब मैं वहाँ गया तो ठहने का प्रबन्धन मलिकाम्बर के मक़बरे के प्रांगण में स्थित कार्यालय में था। यह मक़बरा खुल्दाबाद में स्थित है जो कि औरंगजेब की क़ब्र होने के कारण काफी प्रसिद्ध है। वह जगह काफ़ी वीरान-सी थी। मक़बरे के चारों ओर काफी कब्रें बनी हुई थीं। ऐसा प्रतीत होता था जैसे यहाँ कभी कब्रिस्तान रहा हो। दिन में भी वहाँ अजीब-सी वीरानी छाई रहती थी। रात की बात के तो क्या कहने? रात का माहौल काफी भयानक लगता था। सुनसान जगह होने के कारण वहाँ लगातार कीट-पतंगों तथा पक्षियों की तरह-तरह की आवाज़ें आती थीं। साथ ही सांय-सांय

करती हवा किसी महाभारत के युद्ध से कम नहीं लग रही थी। पर मरता क्या न करता? क्योंकि वहाँ पर कोई दूसरा स्थान, होटल वगैरा नहीं था। ख़ैर हिम्मत करके अपने ईष्टदेव को याद करके मैं गया और सुबह उठा तो सब कुछ वैसा ही पाकर मन को काफी हौसला मिला। फिर तो जब तक मैं वहाँ रहा यह सिलसिला यूँ ही चलता रहा।

ऐसे ही एक शाम वक़्त गुज़ारने के लिए मैं एलोरा गाँव की तरफ निकल गया। घूमते समय मुझे एक परिचित मिल गया तथा उसके साथ बातचीत करने में इतना व्यस्त हो गया कि समय का पता ही नहीं चला। जब घड़ी देखी तो रात के आठ बज रहे थे। वहाँ से पैदल वापसी का रास्ता भी लगभग एक घंटे का था। तेज़ क़दमों से वापसी का सफ़र शुरू किया। रास्ते से कुछ ज़रूरी दैनिक उपभोग का सामान ख़रीदते हुए जैसे ही मैं लगभग नौ बजे अपने निवास मलिकाम्बर के मक़बरे में प्रांगण के प्रवेशद्वार में घुसा तो यकायक मेरी नज़र कार्यालय के बाहर प्रांगण में खड़े एक

सफेद साए पर पड़ी। रात के भयावह वातावरण में एक ही जगह पर खड़ा लगभग 6 फुट का सफेद साया मुझे भूत लग रहा था। भूतों के बारे में मैंने काफी किस्से-कहानियाँ तो सुन रखे थे पर हकीकत में भी यूं आमना-सामना होगा इसकी तो मैंने कभी ख़्वाबों में भी कल्पना नहीं की थी। जनवरी के महीने में भी मुझे मई-जून के महीने का एहसास हो रहा था। शरीर पसीने से लथपथ था। हालाँकि डर तो नहीं लग रहा था, फिर भी मैं ऐसी स्थिति का सामना करने के लिए मानसिक रूप से तैयार न था। ऐसे में कुछ समझ में नहीं आ रहा था कि क्या करूं क्या न करूं? फिर मैंने सोचा अगर वह भूत ही है और इसने मेरा कुछ बिगाड़ना ही है तो यह काम कभी कर सकता है। मेरे कहीं भी जाने से कुछ भी फ़र्क नहीं पड़ेगा। साथ ही मुझे बुज़ुर्गों की दी हुई नसीहत भी याद आ गयी कि आग या रौशनी करने से भूत भाग जाते हैं। तभी मुझे रास्ते में ख़रीदी हुई धूपबत्ती और माचिस आदि की याद आयी और मैंने झट से अपनी झोले से धूपबत्ती जलायी, सोचा था कि जलती माचिस की तीली या जलती धूपबत्ती को देखकर भूत भाग जाएगा पर वह फिर भी यथावत ही खड़ा था। फिर सोचा चल कर देखते है। कि वह छः फुट का सफेद साया क्या है? हाथ में जलती धूपबत्ती लेकर तथा भगवान का स्मरण करते हुए आगे बढ़ा। नज़दीक पहुँच कर हिम्मत करके उस साए पर नज़र डाली तो मैंने देखा कि जिस सफेद साए को मैं भूत समझ रहा था और जिसने मुझे इतनी देर से परेशान कर रखा था वह भूत नहीं बल्कि सफेद निवार बाहर प्रांगण में रखा था। वह इस तरह से खड़ा था कि प्रांगण के द्वार से देखने पर वह छः फुट का सफेद वस्त्रधारी इंसान नजर आता था। उसे देखकर मैंने अपना सिर पीट लिया कि खोदा पहाड़ निकली चुहिया, वह भी मरी हुई ।

इस रोमांचकारी घटना की पहेली सुलझाने के बाद एक ही बात समझ में आई कि इंसान को विपरीत परिस्थितियों में हिम्मत और धैर्य से काम लेना चाहिए, अन्यथा वह आज भी मेरे लिए एक अनबूझी पहेली बनकर दिलो-दिमाग़ पर छाई रहती। •••

मुग़लकालीन मुद्राव्यवस्था की रूपरेखा

—प्यारे लाल मीणा
सहायक पुरातत्वविद्,
भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण, जम्मू

प्राचीनकाल से प्रचलित भारतीय मुद्रा व्यवस्था मौर्य, कुषाण, गुप्त एवं सल्तनतकालीन शासकों द्वारा समय-समय पर प्रोत्साहन पाकर मुग़लकाल में एक सुव्यवस्थित तथा सुनियोजित रूप धारण कर सकी। मुग़लकाल में मुद्रा का प्रचलन इतना व्यापक हो गया था कि जहाँगीर के दरबार में आने वाले यात्री विलियम् हॉकिंग ने कहा है, "जहाँगीर के शासन के प्रारम्भ में भारत में लगभग 250 करोड़ रुपये प्रचलन में थे। मुग़लकाल में सोना, चांदी तथा ताम्बे के सिक्के प्रचलित थे। इसी काल में शेरशाह सूरी ने एक दोषमुक्त व्यवस्था प्रारम्भ की थी। इसी क्रम को आगे बढ़ाते हुए अकबर एक आदर्श मुद्रा का निर्माता बना। अकबर ने भी सोने, चांदी तथा ताम्बे की मुद्रा का प्रचलन किया। 26 प्रकार के सोने के सिक्के थे, जिसमें सबसे बड़ा सिक्का 'शसब' कहलाता था, जो एक सौ एक तोले का था। सर्वाधिक प्रचलित स्वर्ण सिक्का 'इलाही' था, जिसका वज़न 169 ग्रेन था। चांदी का सिक्का 'रुपया' सर्वाधिक प्रचलित था, जिसका वज़न 175 ग्रेन था। छोटी-छोटी आवश्यकताओं के लिए ताम्बे का सिक्का 'दाम' प्रचलन में था, जिसका वज़न 323 ग्रेन था। ताम्बे का सबसे छोटा सिक्का 'जीतन' कहलाता था। शाहजहाँ ने 'रुपया' और 'दाम' के मध्य अन्तर को कम करने के लिए 'आना' नामक नया सिक्का चलाया। एक रुपये में सोलह आना होता था। सिक्कों का ढलाई के लिए पूरे साम्राज्य में टकसालें बनी थीं। अबुलफ़ज़ल के अनुसार 1575 ई. में ताम्बे के सिक्कों के लिए 42, चांदी के सिक्कों की ढलाई के लिए 14, तथा स्वर्ण सिक्कों के लिए चार टकसालें थीं। चांदी के रुपये का प्रचलन बढ़ने के कारण 1700 ई. में 40 टकसालें हो गई थीं। मध्यकाल में व्यक्तिगत सिक्का भी ढलवाया जा सकता था। सिक्कों पर टकसाल तथा वर्ष भी अंकित रहता था। अकबर ने हिन्दू धर्म के प्रति उदारता दिखाते हुए अपने सिक्कों पर हिन्दुओं के देवताओं का चित्रांकन भी किया था तथा उसने अपना चित्रांकन नहीं किया था। जहाँगीर ने मुद्राओं पर अपनी बेग़म के साथ चित्रांकन किया और अकबर द्वारा निर्धारित मुद्रा व्यवस्था का ही अनुसरण किया। आगे चलकर औरंगज़ेब ने मुद्राओं के वज़न में थोड़ा परिवर्तन किया। मुग़लकाल की जो टकसाल व्यवस्था अकबर ने स्थापित की, वह सराहनीय थी। स्मिथ ने तो अकबर की मुद्रा व्यवस्था को तत्कालीन सभी यूरोपीय मुद्रा व्यवस्थाओं से भी अच्छा माना है। इसी क्रम में भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण श्रीनगर मण्डल जम्मू द्वारा पिछले दो साल में चेनाब नदी के किनारे पर अम्बारन में उत्खनन किया है वहाँ से कुषाणकाल के स्तूप-विहार के अवशेष तथा सिक्के प्राप्त हुए हैं, जो इस बात के द्योतक हैं कि कुषाणकाल में भी मुद्रा का प्रचलन सुव्यवस्थित था। •••

मुग़लों द्वारा प्रचलित भिन्न-भिन्न प्रकार के सिक्कों में सम्बन्ध

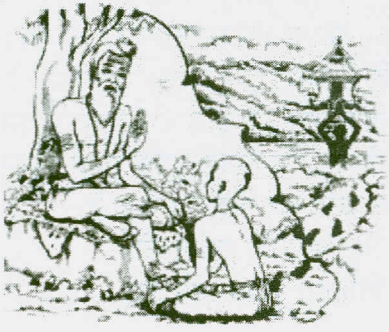
25 जीतन	=	1 दाम
40 दाम	=	1 रुपया
10 रुपये	=	1 इलाही
16 आना	=	1 रुपया

गुरु महिमा एवम् गुरु पूर्णिमा

—डॉ. वेदप्रकाश रैणा
प्रशिक्षित स्नातक शिक्षक (संस्कृत)
केन्द्रीय विद्यालय, नगरोटा, जम्मू

गुरुर्ब्रह्मा, गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः।
गुरुः साक्षात्परं ब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः॥

गुरु पूर्णिमा-व्यास पूजा-दिवस के रूप में जाना जाता है। भगवान वेदव्यासजी ने मानव मात्र के लिए ज्ञान प्रदीप जलाकर जगत् का बहुत उपकार किया। सृष्टि आरम्भ से अर्थात् करोड़ों वर्षों से जिस ज्ञान को मानव श्रवण कर कण्ठस्थ करता था, सुनने पर आधारित ज्ञान को 'श्रुति' कहा जाता है, उसी ज्ञान को 'व्यास' जी ने सर्वप्रथम चार भागों में बाँट कर वेदों (ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद, अथर्ववेद) की रचना की। अपौरुषेय वेदमन्त्रों का ऋषियों ने साक्षात्कार किया। इसीलिए 'ऋषयों मन्त्रद्रष्टारः' कहा जाता है। उन मन्त्रों को ऋग्-यजु-साम-अथर्व रूप में भगवान वेदव्यास जी ने कलियुग के प्रारम्भ में 5112 वर्ष पूर्व संस्कृत भाषा में लिपिबद्ध कर उस ज्ञान को अक्षुण्ण बना दिया। केवल इतना ही नहीं, एक अरब 95 करोड़ वर्ष पूर्वनिर्मित सृष्टि के इतिहास को 18 पुराणों में विभाजित कर अपने शिष्यों के माध्यम से (सूत, वैशम्पायन, शौनक आदि से) सुरक्षित किया। कालगणना जैसे चार युग (कलि, द्वापर, त्रेता, सत्ययुग) मन्वन्तर (14 संख्या में) कल्प आदि से ऐतिहासिक घटना का समय निर्धारित किया। जैसे— 4,32,000 वर्ष का कलियुग; 8,64,000 वर्ष का द्वापर; 12,96,000 वर्ष का त्रेता; 17,28,000 वर्ष का सत्ययुग। अर्थात् 43,20,000 वर्ष की आयु के चारों युग, जिसे महायुग कहा जाता है। 71 महायुगों का एक मन्वन्तर— स्वयांभुव, स्वारोचिष, रैवत, तामस, चाक्षुष, वैवस्वत, सावर्णि आदि 14 मन्वन्तरों का एक कल्प, जिसे ब्रह्मा का एक दिन कहते हैं। पुराणों में वर्णित घटना या राजा का समय मन्वन्तर और युग की गणना से सरलता से निकाला जा सकता है, कि वह घटना आज से कितने लाख या करोड़ वर्ष पहले हुई। इस समय सातवें वैवस्वत मन्वन्तर के अठाइसवें कलियुग के 5112 वर्ष व्यतीत हो चुके हैं। पुराणों में ब्रह्माण्ड वर्णन, अन्तरिक्ष से सम्बन्धित खगोलीय ज्ञान, ग्रह-नक्षत्रों की आकाशीय स्थिति, पृथ्वी



पर प्रभाव, भूगोल का वर्णन, चौदह भुवनों के अन्तर्गत भूगर्भीय अतल, वितल, सुतल, तलातल, रसातल, महातल, पाताल आदि का वर्णन आज भी विज्ञान के लिए चुनौती है। इस प्रकार से श्री वेदव्यास जी ने 18 पुराणों के माध्यम से तथा एक लाख श्लोकों में रचित महाभारत ग्रन्थ के द्वारा मानव जाति के करोड़ों वर्ष के इतिहास को सुरक्षित कर दिया।

आज का मानव श्रीवेदव्यास जी का ऋणी है, इस कृतज्ञता को प्रकट करने तथा उस ज्ञान के प्रचार-प्रसार हेतु आषाढ़ पूर्णिमा का दिन श्रीवेदव्यास जी की पूजा के रूप में या 'गुरु पूजा' के रूप में मनाया जाता है।

'गु' शब्दस्त्वन्धकारे 'रु' शब्दस्तन्निरोधके।
अन्धकारं निरोधित्वात् 'गुरु' इत्यभिधीयते॥

अर्थात् जो अन्धकार से प्रकाश की ओर ले जाए। अज्ञान से ज्ञान की ओर ले जाने वाले को 'गुरु' कहा जाता है। शास्त्र में दो प्रकार की विद्या कही गई है— 'विद्यां चाविद्यां च यस्तद् वेदोभयं सह'। भौतिक ज्ञान करवाने वाली को 'अविद्या' और आध्यात्मिक ज्ञान प्रदान करवाने वाली शिक्षा को 'विद्या' कहा जाता है। दोनों का अपना महत्त्व है तथा ये दोनों विद्याएँ वेदों में हैं। 'अविद्यया मृत्युं तीर्त्वा विद्ययाऽमृतमश्नुते।' अर्थात् अविद्या से मृत्यु को तैर कर, दुखों को पार कर, विद्या से मनुष्य अमृत प्राप्त करता है, सुख प्राप्त करता है अर्थात् परमानन्द की प्राप्ति होती है। इस प्रकार की दोनों विद्याओं का ज्ञान करवाने वाला 'गुरु होता है। शिशु के लिए प्रथम गुरु उसकी माता होती है। जिनसे भी हमें शिक्षा प्राप्त हो वे सभी हमारे गुरु श्रेणी में आ जाते हैं अर्थात् वे सभी पूज्यनीय हैं। शास्त्र में कहा है—

अज्ञान तिमिरान्धस्य ज्ञानाञ्जनश्लाकया।
चक्षुरुन्मीलितं येन तस्मै श्री गुरवे नमः॥

अर्थात् अज्ञानरूपी अन्धकार को ज्ञानरूपी अंजन श्लाका से, जिसने हमारे नेत्रों को खोला है, या वास्तविक दृष्टि प्रदान की, उस गुरु को प्रणाम करते हैं।

श्रीमद्भागवतपुराण में श्री दत्तात्रेय जी के 24 गुरुओं का वर्णन आता है। उन्होंने पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश, गम्भीरता आदि गुण सीखे। यहाँ तक कि पशु-पक्षियों की तथाकथित क्रियाओं से इन्द्रिय निग्रह, एकाग्रता, ध्यान करना, संग्रह न करना, विकार रहित होना आदि शिक्षा ली। अतः हमें जिस किसी से भी जीने की कला, अनुभव, ज्ञान आदि की प्राप्ति हो, वह सम्माननीय ही होता है। गुरु महिमा मण्डित इस श्लोक को देखिए-

अखण्डमण्डलाकारं व्याप्तं देन चराचरम्।
तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्री गुरवे नमः॥

अर्थात् चराचर सम्पूर्ण जगत् को जिसने व्याप्त कर रखा है, उस तत्व को दर्शाने वाले 'गुरु' को हम नमस्कार करते हैं। वन्दना करते हैं। परन्तु आजकल अनेक गुरुपद प्राप्त व्यक्ति विशेष ईश्वरीय ज्ञान, उस परम तत्व को गौणकर, स्वपूजा, गुरुसेवा आदि को ही इतना अधिक महत्त्व दे देते हैं कि जिससे शिष्य समुदाय उस परम लक्ष्य की प्राप्ति से वंचित होकर भटक जाता है। गोस्वामी तुलसीदास जी कहते हैं—

हरइ सिष्य धन सोक न हरइ
ते गुरु घोर नरक महुँ परई

अर्थात् जो गुरु शिष्य धन तो इकट्ठा करते हैं लेकिन उनके त्रिविध ताप दैहिक-दैविक-भौतिक दुखों से निवृत्ति हेतु सदुपदेश करके ईश्वर साक्षात्कार में सहायता नहीं करते। केवल अपनी पूजा-अर्चना तक ही उनको सीमित कर उन्हें मुक्ति का झूठा आश्वासन देकर जीवनभर दम्भी बने रहते हैं, उनकी भयंकर गति होती है। 'अन्धेन नीयमानः यथान्धः' अर्थात् ऐसे गुरु-शिष्य दोनों का पतन होता है। ध्यान देने योग्य बात है कि गुरु को ब्रह्मा, विष्णु, शिव एवं परम ब्रह्म के समकक्ष मानकर नमस्कार इसीलिए किया जाता है कि गुरु, शिष्य के अज्ञान का हरण कर ज्ञान प्रदान करता है। जगत् का वास्तविक रूप दिखाता है। माया से पर्दा हटाता है। देह और जीवात्मा का भेद बतलाकर आत्मा और परमात्मा की अभिन्नता प्रदर्शित करता है; जिससे शिष्य निरन्तर अभ्यास और वैराग्य के द्वारा अपने मन और इन्द्रियों को वश में कर संसार में कर्मयोगी वन, निष्कामता पूर्वक सुखी जीवन व्यतीत कर मोक्ष प्राप्त कर लेता है। कहा है—

गुरु विनु भवनिधि तरई न कोई
जो निश्चित संकर सम होई

ब्रह्मा और शंकर तुल्य भी यदि कोई शक्ति सम्पन्न हो, तो भी बिन गुरु संसार सागर तर नहीं सकता। अपने जीवनरूपी रथ की लगाम सद्गुरु के करकमलों में समर्पित कर शिष्य निश्चिंत हो जाता है। तभी उसे अर्जुन की तरह 'नष्टो मोह स्मृतिर्लब्धः' की स्थिति प्राप्त होती है। इसीलिए किसी ने सत्य कहा है–

गुरु गोविंद दोऊ खड़े, काके लागे पाय।
बलिहारी गुरु आपने, गोविंद दियो मिलाय॥

शिष्य आत्म साक्षात्कार करवाने वाले, ईवररानुभूति -जो जीवन का परम लक्ष्य है- प्राप्त करवाने वाले अपने गुरु पर बलिहार हो जाता है।

गुरु पूजा, शारीरिक पूजा नहीं है। यह तो ज्ञान की पूजा है, गुरु शरीर में विद्यमान ईश्वरीय शक्ति की पूजा है। अतः गुरु पूर्णिमा के दिन प्रत्येक व्यक्ति ज्ञानरूपी गुरु की पूजा कर स्वयं धर्म-अर्थ-काम-मोक्ष की प्राप्ति में अग्रसर होते हुए, दूसरों में भी सच्चे ज्ञान के प्रचार-प्रसार हेतु दृढ़ संकल्प करना चाहिए। जिससे वेदों की घोषणा के अनुसार– 'तमसो मा ज्योतिर्गमय, मृत्योर्मा अमृतगमय' अर्थात् संसार का अज्ञानरूपी अन्धकार समाप्त हो तथा ज्ञानरूपी प्रकाश मानव मात्र को प्राप्त हो एवं दुखों से छूटकर अमृतत्व को प्राप्त करें। •••

गर्व से बोलिए हिन्दी भाषा

हिन्दी दिवस, सप्ताह अथवा पखवाड़ा मनाना, विभिन्न कार्यक्रम आयोजित करना, प्रतियोगिताएँ करवाना और यह सब सरकारी कार्यालयों में अनिवार्य करके हिन्दी को बचाने और बढ़ावा देने के प्रयास करना आदि नाकाम कोशिशें हैं। क्योंकि हिन्दी को हिन्दुस्तान में क्या विदेशों में भी इस तरह जबरन पहचान दिलवाने की कोई आवश्यकता नहीं है। हिन्दी भाषा तो इतनी सहज और सुन्दर है कि यह बरबस ही ध्यान अपनी ओर आकर्षित कर लेती है। भले ही हिन्दुस्तानी मगर अंग्रेजी झाड़ने वाले व्यक्ति के भी कानों में अगर हिन्दी पड़ जाए तो उसे क्षण मात्र भी नहीं लगता समझने में। क्योंकि यह तो उसकी जन्म से ही जानी-पहचानी भाषा है और अंग्रेजी तो उसे सीखनी पड़ी थी।

पूर्णतः अहिन्दी भाषी विशेषकर दक्षिणी प्रांतों में ज़रूर इसे थोड़ी कठिनाई का सामना करना पड़ता है। मगर आज के इस बदलते परिवेश में न केवल दक्षिणी राज्यों बल्कि विदेशों में भी हिन्दी ने अपनी ख़ासी पहचान बना ली है। इसका सीधा उदाहरण है कि 10 जनवरी को सारा विश्व हिन्दी दिवस बनाता है। जबकि इस तरह कभी भी किसी अन्य भाषा विशेष का एक दिवस के रूप में कहीं आयोजन नहीं होता। इस विशेष पहचान का ज्ञान या आभास या तो कहीं विशेष मंच पर होता है, जहाँ हर वक्ता अपनी-अपनी भाषा में बात कर रहा होता है या इस भाषा विशेष के धुरंधरों के बीच किसी सभा या मंच पर जाकर।

हिन्दी के प्रति रूझान यदि कहीं परेशानी का सबब है तो वो है ग़ैर-सरकारी, निजी और कॉरपोरेट संस्थानों में। बहुत हद तक इसका कारण है हमारी शिक्षा-प्रणाली, जिसमें अधिकांश विषय हिन्दी में नहीं पढ़ाए जाते। परन्तु किसी प्रणाली को दोष देने या अनिवार्यता लाकर उसमें बदलाव लाने का इन्तज़ार न करके, ज़रूरी है केवल हमें अपनी सोच, अपने विचारों को बदलने की। हमें हिन्दी जानने और अंग्रेजी न बोल पाने की हिचक से बाहर निकल कर अपने आप में आत्म विश्वास जगाने की ज़रूरत है। भाषा चाहे कोई भी हो, उस पर आपका पूर्ण अधिकार हो तो आपको कहीं भी आगे बढ़ने से कोई रोक नहीं पाएगा। तो आइए, हिन्दी भाषी होने पर स्वयं गर्व करें! •••

–प्रिया कँवर
सहायक भूजल वैज्ञानिक

आध्यात्मिक ध्यान-साधना

—सुभाष चन्द शर्मा
राजभाषा अधिकारी,
पॉवरग्रिड, क्षेत्रीय मुख्यालय, जम्मू

जिस प्रकार ज़िन्दा रहने के लिए हमारे शरीर को हवा, पानी, भोजन इत्यादि की ज़रूरत होती है, उसी प्रकार काम, क्रोध, लोभ, मोह व अहंकार आदि शत्रुओं पर विजय पाने के लिए ध्यान-साधना की आवश्यकता होती है। ध्यान का संबंध सीधा हमारे मन और मस्तिष्क से है। जहाँ तक संभव हो सके शांत मन से ही ईश्वर का ध्यान करना चाहिए, लेकिन मन को कैसे शांत किया जाए। क्या सांसारिक सुखों में ही शांति है। यह सांसारिक सुख तो क्षणभंगुर हैं। यह कटु सत्य है कि जिनके पास करोड़ों की सम्पत्ति है, शायद वे भी अशांत ही लगते हैं।

जिनके पास करोड़ों का वैभव है, यदि वे हर प्रकार से सुखी हैं तो उन्हें सोने के लिए नींद की गोलियों का सेवन क्यों करना पड़ता है। संतोष के बिना शांति प्राप्त करना असंभव है। यदि एक चीज़ मिल जाती है तो दूसरी चीज़ की इच्छा जाग उठती है। यह क्षणभंगुर शांति— जैसे हम जलती हुई आग में घी डालते हैं तो आग कुछ क्षण के लिए दब जाती है, थोड़ी देर के लिए आग मंद पड़ जाती है, परन्तु फिर आग दोगुने वेग से दहक उठती है। इसी तरह यह क्षणभंगुर सांसारिक साजो-सामान हमें कुछ क्षणों के लिए आनंद ज़रूर देता है, मगर कुछ ही समय उपरान्त क्षणभंगुर आनंद दोगुनी

अशांति में परिवर्तित हो जाता है। हमारी दूसरी इच्छाएँ जाग उठती हैं। कुछ और पाने की चाह पैदा हो जाती है। कहने का तात्पर्य यह है कि हमारी इच्छाएँ कभी समाप्त नहीं होतीं।

संसार के पदार्थों में प्राणी सुख की तलाश करता है। धन-पैसा, सोना-चांदी, चल-अचल सम्पत्ति को प्राप्त करने में अपनी सम्पूर्ण ज़िंदगी बर्बाद कर देता है। यदि हमें सच्ची शांति प्राप्त करनी है तो वह ईश्वर प्राप्ति से ही प्राप्त हो सकती है। हमारे शरीर में आत्मा का निवास परमात्मा का ही अंश है और आत्मा को परमात्मा में विलीन करने के लिए ध्यान-साधना अत्यंत आवश्यक है। उल्लेखनीय है कि शरीर की सुरक्षा का ध्यान रखना आवश्यक है लेकिन इसके साथ शरीर की नश्वरता का भी आभास होना चाहिए। शरीर आत्मा का घर है, एक साधन है, यह मानकर इसका ध्यान रखना बुरा नहीं है लेकिन इसे ही सर्वस्व मानना ग़लत है। बाकी नश्वर वस्तुओं की तरह यह भी क्षणभंगुर है। एक दिन यह पंचतत्व में विलीन हो जाएगा। इसलिए इसमें सुख की कामना न रखी जाए।

प्रत्येक धर्म में ध्यान को महत्त्वपूर्ण स्थान दिया गया है। मन तो बड़ा चंचल है। इसे ध्यान-साधना द्वारा ही स्थिर किया जा सकता है और इसके लिए अभ्यास की अत्यंत आवश्कयता है। मन की गहराई को जानना असंभव है लेकिन ध्यान द्वारा मन को वश में किया जाता है। निरंतर ध्यान-साधना द्वारा मन की चंचलता को नियंत्रित किया जा सकता है। माया में सुख का आभास होता है, जो एक छलावा है। पाप कर्म संसार आवागमन के मार्ग हैं। दुनिया से मोह की डोरी से बंधने वाला प्राणी हमेशा दु:खी और परेशान रहता है। यदि सच्चा सुख प्राप्त करना है तो बाहर के सुख की खोज छोड़ देनी चाहिए। बाहर दु:ख ही दु:ख हैं। इसलिए इस मोहमाया से छूटने की साधना की जानी चाहिए। प्रत्येक मनुष्य को माया का मोह छोड़कर परमात्मा में ध्यान लगाना चाहिए।

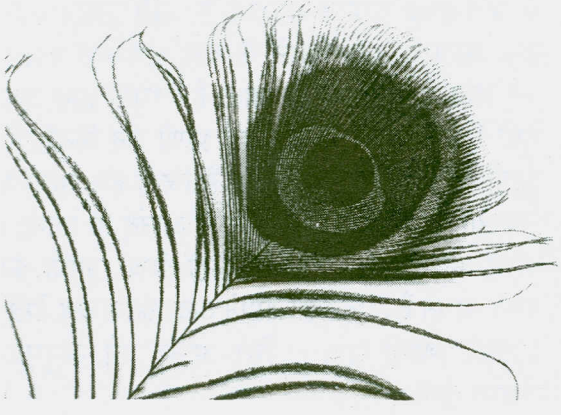
प्राणायाम द्वारा भी तन-मन को शुद्ध करके, प्रत्याहार के द्वारा इन्द्रियों को अन्तर्मुखी बनाकर चित्त स्थिर करने में सफलता पाने से आंतरिक साधना की क्षमता पैदा होती है, जिससे ध्यान व समाधि को संभव बनाया जा सकता है। धीरे-धीरे पवित्रता प्राप्त करते हुए, वर्तमान के प्रतिपल को साधते हुए, जागरूक होकर, किसी चक्र पर चित्त को जमाते हुए, जब साधक सात्विकी धारणा, ध्यान करते हुए श्रद्धापूर्वक अपने मन को समर्पित एवं ध्येय में लीन कर ले तो समाधि का आनंद, सत्य का आभास व दिव्य चेतना का लाभ उठा पाता है। तब पूर्ण आनंद, परम शांति, सहज ज्ञान प्राप्त होता है तथा आत्मस्वरूप में स्थिति होने लगती है।

समय-समय पर हमें चिन्तन-मंथन करते रहना चाहिए। समस्त सन्त इस बात पर ज़ोर देते हैं कि सर्वप्रथम मनुष्य अपने आप को पहचाने, क्योंकि उसके अपने अन्दर ही भावनाओं का एक अथाह समुद्र लहरा रहा है, ठाठें मार रहा है। भावों की दुनिया बसी है, उस समुद्र में, उस दुनिया में गोता लगा सके तो आवागमन के चक्कर से छुटकारा पाने से या मुक्त होने से आपको कोई नहीं रोक सकता है। मनुष्य योनि को केवल इसलिए ही श्रेष्ठ कहा गया है क्योंकि उसमें सोचने व समझने की शक्ति होती है, उसमें चेतना है। अत: बार-बार अभ्यास करने से उस चेतना को जागृत करके मोक्ष प्राप्त करना ही जीवन की सार्थकता है।

निरंतर ध्यान-साधना करते हुए चंचल मन को वश में करके चेतना से एकाकार होना आवश्यक है। यह अपने आप को जानने की यात्रा है और जब प्राणी इस सुखद यात्रा में विचरण करने लगता है तो बाहर की यात्रा की कोई ज़रूरत नहीं रह जाती है। जिस प्रकार पेट भर भोजन करने के बाद दूसरे भोज्य पदार्थों के प्रति इच्छा समाप्त हो जाती है, उसी प्रकार ध्यान द्वारा आंतरिक यात्रा करने के बाद क्षणभंगुर पदार्थों का आकर्षण समाप्त हो जाता है। ध्यान द्वारा एक ऐसी स्थिति आती है कि जब प्राणी उन स्थितियों, दृश्यों को देख व समझ पाता है जिन्हें हम सामान्य अवस्था में नहीं देख पाते। भरपूर आनंद ही आनंद। कहने का तात्पर्य है कि ध्यान ही ईश्वर प्राप्ति का उत्तम साधन है। एक बार अपने अंदर झाँक कर देखें, आपको स्थायी सुख— चिर आनंद की अनुभूति अवश्य होगी। •••

हरि की हरियाली

—बहादुर सिंह निर्दोषी
सिरसागंज, फिरोज़ाबाद
उत्तर प्रदेश



सम्पूर्ण सांसारिक दु:खों का हरण करने वाला शास्त्रों में हरि के नाम से विभूषित किया गया है। वैसे ब्रह्मा को सृष्टि का उत्पत्तिकर्त्ता, विष्णु (हरि) को संसार का पालनकर्त्ता तथा शिव (हर) को सृष्टि का प्रलयकर्त्ता निर्धारित किया गया है। ये तीनों ही देवता अपने में 'ह' और 'र' का पूरा अस्तित्व बनाये हुए हैं। श्रीमद्भगवद्गीता में योगिराज श्रीकृष्ण के लिए अर्जुन ने 'हृषिकेश' संबोधन का प्रयोग किया है। 'हिरण्यगर्भा' नामक शब्द भी अपने में एक केन्द्रीय और मौलिक शब्द है। हारना और जीतना, दो विरोधी शब्द हैं, किन्तु भगवान की शरण में आकर 'ह' और 'र' वाली यह हार भी अन्त में जीत का ही पुरस्कार पा जाती है। भगवान श्री कृष्ण कहते हैं– 'अर्जुन, तू युद्ध कर! यदि जीत हुई तो तुम महामहिम के पद का भोग करोगे और यदि हार हुई फिर भी तुम देवत्व को प्राप्त होगे।' अत: प्रभु के पथ पर हार में भी देवत्व है। दु:शासन ने द्रौपदी का चीरहरण किया, किन्तु परिणाम में चीरहरण प्रभु की शरण में द्रौपदी को जीत की अमरता दे गया। सीता का हरण भी सत्य की विजय एवं असत्य का संहार बन गया। अत: हरि के रस में डूबा यह हरा रंग आज भी लोक-जीवन में ही नहीं जल्कि राष्ट्रीय जीवन में अपनी अमर-पताका फहरा रहा है।

हरी दूब और कुश का धार्मिक अनुष्ठानों में आज भी अति महत्त्वपूर्ण स्थान है। यज्ञ और अनुष्ठान के लिए कुश लाने वाले व्यक्ति को एकमात्र 'कुशल' कहा जाता था। लग्न-पत्रिका में आज भी (विशेषकर उत्तर प्रदेश में) सुपारी, हल्दी और हरी दूब रखने का प्रचलन है। हरी दूब की जड़ कभी सामप्त नहीं होती। संभवत: इसी अमरता का आशीर्वाद उसमें अन्तर्निहित है। प्रणय सम्बन्धों के मांगलिक संस्कार पर जब कोई पुत्री अपने वधुरूप में भाँवर घूमती है तो हरे काँच की चूड़ियाँ उसे पहनाई जाती हैं। मण्डप भी आम के हरे पल्लवों से ही सजाया जाता है। इतना ही नहीं, वन्दनवार

भी हरे पत्तों का आज तक शुभ है। यज्ञ की वेदी पर हरी कदली के स्निग्ध चौड़े-चौड़े पत्ते किसका मन मोहित नहीं करते! क्योंकि कदली के साथ कपूर का जो संयोग ठहरा। वृक्षों की सघन हरियाली में जैसे हरि का ही आनंद हमारी थकावट को दूर कर रहा है।

राम-राम कहने वाला हीरामन तोता भी ईश्वर ने कैसे हरे रंग से बनाया है जो आज भी अपनी गुरुता के लिए घर-घर में विख्यात है। कपोत के सदृश एक पक्षी होता है। जिसका नाम है 'हरियाल' । हरियाल की विशेषता है कि जब कोई शिकारी उसका वध करता है, यदि वह पृथ्वी पर गिर पड़ता है तो उसका वजन आधा रह जाता है और यदि शिकारी उसे बीच में ही झपट लेता है तो उसका वजन पूरा बना रहता है। दूसरी विशेषता उसकी यह है कि कभी नंगे पैर पृथ्वी पर नहीं बैठता। यदि बैठता है तो अपने पंजों में सूखी लकड़ी ही दबाकर बैठता है। महाकवि सूरदास की गोपियाँ उद्धव से कहती हैं-हमारे हरि हारिल की लकरी!

हरियाल पक्षी की लकड़ी को लेकर गोपिकाओं ने जो अपनी आस्था और भक्ति का प्रमाण अपने हरि के प्रति दिया है, सचमुच यहाँ हरियाल में हरि का ही रूप प्रतिबिम्बित हो उठता है। अब थोड़ा महाकवि बिहारी की ओर आएँ, उन्होंने भी अपने हरि में हरे रंग को बड़े आनन्द के साथ देखा है—

मेरी भव बाधा हरौ, राधा नागरि सोय।
जतन की झाई परै, स्याम हरित दुति होय॥

अच्छा श्लेष है। राधा के गोरे रंग की छाया जब कृष्ण पर पड़ती है तो उनका श्याम रंग (अधंकार) दूर हो जाता है और ज्ञान का प्रकाश हो उठता है। साथ ही जिस प्रकार नीला और पीला रंग मिलकर हरा रंग बन जाता है। उसी प्रकार राधा और कृष्ण का संयुक्त रूप हरे रंग (प्रसन्नता) में परिवर्तित हो जाता है। इस संदर्भ में बिहारी का यह दोहा भी दर्शनीय है-

अधर धरत हरि के परत, ओठ, दीठ पट ज्योति।
हरे बाँस की बाँसुरी, इन्द्रधनुष दुति होति॥

यहाँ कृष्ण के विभिन्न रूपों की परछाई मात्र से हरे बाँस की बाँसुरी इन्द्रधनुषी रंगों में रंग जाती है। आधार हरे बाँस की बाँसुरी ही बनती है।

हरा रंग जहाँ एक ओर प्रसन्नता का प्रतीक है, वहीं दूसरी ओर वैज्ञानिक दृष्टिकोण से स्वास्थ्यवर्द्धक भी है। जब आँखों का ऑपरेशन होता है, तत्पश्चात् हरे रंग की पट्टी कुछ दिनों के लिए आँखों पर चढ़ा दी जाती है। आज भी ग्रामीण क्षेत्रों में जब कोई गाय या भैंस गर्भिणी हो जाती है तो गाय का स्वामी बड़ी प्रसन्नता के साथ कहता है कि आज हमारी गाय 'हरी' हो गई। कितना शील और कितना हरित्व भाव छिपा है इस हरे रंग में।

हरियाली तीज एक महत्त्वपूर्ण त्यौहार है। इसी दिन हरियाली की पूजा की जाती है। हरियाली को देवी के रूप में माना जाता है। काश! हरियाली के इस माहात्म्य को हम आत्मसात् कर सकें तो हम निःसंदेह निरोग होकर, हरि के अनन्य भक्त होकर स्वयं को धन्य कर सकते हैं।

हमारे राष्ट्रीय कर्णधारों ने राष्ट्रीय ध्वज को जब रूप-रंग का आकार दिया, उसमें तीन रंगों का समावेश किया। ऊपर केसरिया रंग, जो राष्ट्रीय शौर्य का प्रतीक है। मध्य में श्वेत रंग, जो पवित्रता का प्रतीक है और नीचे हरा रंग, जो धरती की खुशहाली का प्रतीक है। बीच में चौबीस लकीरों का चक्र, जो दिन-रात की गतिशीलता का प्रतीक है। कितनी दार्शनिकता भर दी है, इस ध्वज में। नील आर्मस्ट्रांग जब चन्द्रमा पर टहल रहे थे, तब उनसे पूछा गया कि धरती कैसी लग रही है? तो उन्होंने पृथ्वी की ओर देखा और कहा कि हमारी पृथ्वी हरा प्रकाश छोड़ती हुई हमारा मन लुभा रही है। सचमुच जिधर हरि की हरियाली होगी, उधर आनंद का वर्षण क्यों नहीं होगा?

सदियाँ व्यतीत हो गईं, किन्तु लोक संगीत के क्षेत्र में आज भी कहीं चले जाइए— लग्न-टीका के समय महिलाओं के साथ मध्य ब्रज में एक लोकगीत आज भी अपराजेय है- "रघुनंदन फूले न समाये, लगुन आयी, हरे-हरे, लगुन आयी, मेरे अंगना!" ये 'हरे-हरे' शब्द आज भी ज्यो के त्यों वहाँ पहुँचा देता है- जहाँ हमारी लोक-संस्कृति हमें सदैव उस सनातन (आत्मा) का पाठ पढ़ाया करती थी। धन्य हैं कबीर दास जो निम्न दोहे में बहुत कुछ कह गये—

कबीर हरि रस यों पिया, बाकी रही न थाक।
पाका कलस कुम्हार का, बहुरि न चढ़ई चाक॥

अर्थात् पका हुआ घड़ा जिस तरह पुन: चाक पर नहीं चढ़ता उसी प्रकार एक बार यदि हरि के रस से तृप्त हो लिया जाय तो फिर किसी प्रकार की कामना शेष नहीं रह जाती। किन्तु वर्तमान परिप्रेक्ष्य में हम ज्यों-ज्यों इस हरियाली से हटते जा रहे हैं, त्यों-त्यों हमारा हरि हमसे दूर होता जा रहा है। आज हमारा ज्ञान वैज्ञानिक नहीं रहा और हमारा विज्ञान भी आत्मज्ञान से दूर होता जा रहा है। अत: कल्याण असंभव है। धर्म अनेकानेक विकृत परिभाषाओं में विखण्डित हो चुका है। परिणामत: दर्शन पंगु है। आत्मा की यथार्थ हरियाली के बिना जीवन में सरसता आ भी कैसे सकती है? यह किसी और का नहीं हमारे ही सद्गुणों का क्षरण है —मानो हमारी दैवीय सम्पदा का स्रोत सूख चुका है— फिर हम भटकने लगे और अपने कृत्रिम आयामों में अटकने लगे, तो आश्चर्य कैसा?

भले ही प्रकृति एक छलावा है, किन्तु यह अभ्यास तो उसी पुरुष की चेतना का है। फिर तो हरि की हरियाली और प्रकृति की हरियाली दोनों ही जीवन की दो रस-धाराएँ हैं, जिनका संगम नि:सन्देह आनन्द के अभीष्ट तट पर होता है। आज चारों ओर प्रदूषण के भार से धरती कराह रही है। कृत्रिम हरियाली, कृत्रिम फूल और कृत्रिम पौधे हमारी विलासिता का तो पोषण कर रहे हैं, किन्तु हमारे यथार्थ का रसीला मानस् सूखता जा रहा है। यदि हमारे हाथ में आया मिट्टी का एक छोटा-सा ढेला ही शुद्ध नहीं, तो हमारी माटी-वन्दना का मूल्य क्या रह जाता है? यदि हम अपनी अंगुलियों से हरियाली की दो पत्तियाँ भी जीवन में कहीं नहीं उगा पाए, तो हमारे ही भाल पर हमारी ही अनामिका द्वारा लगाया गया टीका हमें किस हरि की अनुभूति करा सकेगा?

जिस तरह 'ब्रह्म' प्राप्ति के लिए आध्यात्मिक साधना की आवश्यकता है— ठीक इसी तरह 'हरियाली' की प्राप्ति के लिए धरती की साधना परमावश्यक है। तभी ये धरती-माता है। माँ की ममता ही तो संतान के लिए सबसे बड़ी छाया है। कबीर के शब्दों में "हरि जननी, मैं बालक तेरा"। हरि कोई और नहीं। जो जिसका कष्ट हरता है- वही उसका हरि है और ऐसे हरि की कृपा ही उसकी हरियाली है। चाहे हरियाली ऊपर की हो या फिर भू-पर की हो। बाह्य प्रकृति हमारी अन्त: प्रकृति की ही अभिव्यक्ति है। हमारे तन में, मन में और मूल ध्यान में हरियाली के अनंत-अनंत ख़ज़ाने हैं— बस इनको खोलने की आवश्यकता है और इस ख़ज़ाने की कुंजी है सतत् साधना। हार भी हमारी जीत है। हम स्वयं हरियाली के केन्द्र हैं। हम स्वयं 'हरि' हैं। कबीर के शब्दों मे सोचें तो बस रहस्य इतना है—

जब 'मैं' था तब हरि नहीं, अब हरि हैं मैं नाहि।
सब अंधियारा मिटि गयो, जब दीपक देख्यो माहि॥

यदि हम इस ज्ञान के दीपक से सत्य को पहचान सके और हरि की दिशा में अपने मन को हरी झण्डी दे सके तो हरिद्वार का पवित्र तट कहीं दूर नहीं। हर की पौड़ी का पुण्यमयी क्षेत्र फिर हमारा ही हृदय है, जहाँ चिर शांति है। पवित्रता की धारा उस असीम सागर की ओर प्रवाहित है, जिसके दोनों ओर हरियाली ही हरियाली है। यही हरि की उन्मुक्त हँसी है। इस पथ पर चलते हुए हम अन्धे भी हो गए, तो क्या बुरा है। हरि की कृपा से यह कहावत तो जीवित रहेगी कि 'सावन के अन्धे को सब कुछ हरा ही हरा दिखाई देता है।'•••

काँच की बरनी और दो कप चाय

—यशपाल सभ्रवाल
दि ओरिएण्टल इंश्योरेंस कम्पनी लिमिटेड
मण्डलीय कार्यालय-1, जम्मू

दर्शनशास्त्र के एक प्रोफेसर कक्षा में आए और उन्होंने छात्रों से कहा कि वे आज जीवन का एक महत्त्वपूर्ण पाठ पढ़ाने वाले हैं।

उन्होंने अपने साथ लाई एक काँच की बड़ी बरनी (जार) टेबल पर रखी और उसमें टेबल टेनिस की गेंदें डालने लगे। वे ऐसा तब तक करते रहे जब तक कि उसमें एक भी गेंद समाने की जगह नहीं बची। उन्होंने छात्रों से पूछा क्या बरनी पूरी भर गई? 'हाँ', आवाज़ आई। फिर प्रोफेसर साहब ने छोटे-छोटे कंकर उसमें भरने शुरू किए। धीरे-धीरे बरनी को हिलाया तो काफ़ी सारे कंकर उसमें जहाँ जगह खाली थी, समा गए। फिर से प्रोफेसर साहब ने पूछा, क्या अब बरनी भर गई है? छात्रों ने एक बार फिर हाँ.. कहा। अब प्रोफेसर साहब ने रेत की थैली से हौले-हौले उस बरनी में रेत डालना शुरू किया। वह रेत भी उस जार में जहाँ संभव था बैठ गई। अब छात्र अपनी नादानी पर हँसे। फिर प्रोफेसर साहब ने पूछा, क्यों अब तो यह बरनी पूरी भर गई ना? हाँ, अब तो पूरी भर गई है- सभी ने एक स्वर में कहा। सर ने टेबल के नीचे से चाय के दो कप निकालकर उसमें की चाय जार में डाली। चाय भी रेत के बीच स्थित थोड़ी-सी जगह में सोख ली गई। अब प्रोफ़ेसर साहब ने गंभीर आवाज़ में समझाना शुरू किया—

इस काँच की बरनी को तुम लोग अपना जीवन समझो। टेबल टेनिस की गेंदें सबसे महत्त्वपूर्ण भाग अर्थात् भगवान, परिवार, बच्चे, मित्र, स्वास्थ्य और शौक़ हैं। छोटे कंकर मतलब तुम्हारी नौकरी, कार, बड़ा मकान आदि हैं, और रेत का मतलब और भी छोटी-छोटी बेकार-सी बातें, मनमुटाव, झगड़े हैं। अब यदि तुमने काँच की बरनी में सबसे पहले रेत भरी होती तो टेनिस की गेंदों और कंकरों के लिये जगह ही नहीं बचती। या कंकर भर दिए होते तो गेंदें नहीं भर पाते पर रेत ज़रूर आ सकती थी। ठीक यही बात जीवन पर लागू होती है। यदि तुम छोटी-छोटी बातों के पीछे पड़े रहोगे और अपनी ऊर्जा उसमें नष्ट करोगे तो तुम्हारे पास मुख्य बातों के लिए अधिक समय नहीं रहेगा। मन के सुख के लिए क्या ज़रूरी है, ये तुम्हें तय करना है। अपने बच्चों के साथ खेलो, बगीचे में पानी डालो, सुबह पत्नी के साथ घूमने निकल जाओ, घर के बेकार समान को बाहर निकाल फेंको, मेडिकल चेक-अप करवाओ। टेबल टेनिस गेंदों की फ़िक्र पहले करो, वही महत्त्वपूर्ण है। पहले तय करो कि क्या ज़रूरी है; बाकी सब तो रेत है।

छात्र बड़े ध्यान से सुन रहे थे। अचानक एक ने पूछा, "सर लेकिन आपने यह नहीं बताया कि चाय के दो कप क्या हैं?"

प्रोफेसर मुस्कुराए। बोले, मैं सोच ही रहा था कि अभी तक ये सवाल किसी ने क्यों नहीं किया। इसका उत्तर यह है कि जीवन हमें कितना ही परिपूर्ण और संतुष्ट लगे, लेकिन अपने ख़ास मित्र के साथ दो कप चाय पीने की जगह हमेशा होनी चाहिए। •••

ग्रामीण विकास की ओर पहल —स्वयं सहायता समूह

—रमेश चन्द्र भट्ट
कम्प्यूटर परिचालक
पंजाब नेशनल बैंक
मण्डल कार्यालय, जम्मू

स्वयं सहायता समूह एक समान सामाजिक-आर्थिक स्तर के आस-पड़ोस के लोगों का एक ऐसा समूह है जो योजनाबद्ध तरीके से संचालित होता है और आपसी सहयोग व संसाधनों की सहायता से विकास के लिये प्रयासरत है। विशेषकर स्वयं सहायता समूह महिलाओं का एक ऐसा अनौपचारिक समूह है, जो अपनी बचत तथा बैंकों के सूक्ष्म वित्त-पोषण से अपने समूह की पारिवारिक व व्यक्तिगत ज़रूरत को पूरा करता है तथा विकास संबंधी कार्यक्रम के माध्यम से ग़रीबी जैसे अभिशाप को दूर करने तथा महिला सशक्तिकरण में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

विश्व स्तर के अध्ययन व अनुभव के आधार पर यह देखा गया है कि निर्धनों के साथ बैंकिंग बहुत आकर्षक एवं लाभप्रद है। ग़रीब लोग अपने में बचत तथा ऋण परिचालन की आदत विकसित करने के लिये, छोटे-छोटे समूहों में संगठित हो सकते हैं; जिन्हें स्वयं सहायता समूह कहा जाता है। इसकी शुरुआत 1975 में बांग्लादेश में हुई। वहां स्वयं सहायता समूह के अच्छे परिणाम सामने आये तथा वसूली भी शत् प्रतिशत हुई। इस नवोन्मेषी योजना की शुरुआत भारत में नाबार्ड (राष्ट्रीय कृषि व ग्रामीण विकास बैंक) की सहायता से 1989 में कर्नाटक राज्य के कोलापुर में हुई। वर्ष 1992 में नाबार्ड द्वारा स्वयं सहायता समूह को पायलट प्रोजेक्ट घोषित कर पूरे भारत में लागू किया गया। वर्ष 1999 में स्वर्ण जयन्ती ग्राम स्वरोज़गार योजना के साथ इसे जोड़ा गया।

भारतीय रिजर्व बैंक ने वाणिज्यिक बैंकों को इससे सम्बन्धित कार्यक्रम में सक्रिय रूप से सम्मिलित होने का निर्देश दिया। बाद में यह योजना क्षेत्रीय ग्रामीण बैंकों एवं सहकारी बैंकों में भी लागू कर दी गयी।

स्वयं सहायता समूह के द्वारा आर्थिक गतिविधियाँ चलाई जाती हैं। इसके द्वारा बचत को संचित किया जाता है। ऋणों का लेन-देन व छोटी-छोटी

आयोपार्जक गतिविधियाँ चलाई जाती हैं। इसके द्वारा महिलाओं के जीवन से जुड़े दूसरे मुद्दों जैसे– बाल-विवाह, पर्दाप्रथा, कन्या भ्रूण हत्या, महिला हिंसा व उत्पीड़न, लैंगिक भेदभाव, महिला शिक्षा, महिला अधिकार, तलाक व परित्याग का हल भी संभव है। इसके अतिरिक्त समूहों के माध्यम से स्वास्थ्य, पोषण व देखभाल से जुड़ी बातें व इसके लिये आवश्यक प्रेरणाएँ समूह के सदस्य एक-दूसरे से प्राप्त करते हैं।

स्वयं सहायता समूह के सदस्य सप्ताह, पखवाड़े तथा महीने में एक बार बैठक आयोजित करते हैं। इन बैठकों में विभिन्न विषयों पर चर्चा की जाती है तथा एक-दूसरे की कठिनाइयों का हल ढूंढा जाता है। स्वयं सहायता समूह 10 से 20 ग्रामीण ग़रीबों का स्वयंसेवी संगठन है। बैंक द्वारा स्वयं सहायता समूह को ऋण, समूह के नाम से दिया जाता है। स्वयं सहायता समूहों की विशेषताएँ इस प्रकार हैं–

1. समूह में सदस्य 20 तक हो सकते हैं जिसमें स्त्री एवं पुरुष दोनों सम्मिलित हो सकते हैं।
2. समूह पंजीकृत अथवा गैर-पंजीकृत हो सकता है।
3. समूह का सुचारु रूप से संचालन करने के लिए एक आचार संहिता समूह के सदस्यों द्वारा तैयार की जानी चाहिए।
4. बचत की जानेवाली धन-राशि तथा इसकी अवधि सदस्यों द्वारा ही निर्धारित की जानी चाहिये। किन उद्देश्यों हेतु ऋण लिया जायेगा यह भी सदस्य ही निर्धारित करते हैं।
5. समूह की कार्य-प्रणाली लोकतांत्रिक होनी चाहिए, जिसमें सदस्यों को अपने विचारों का आदान-प्रदान करने तथा अपना मत व्यक्त करने की स्वतंत्रता होनी चाहिये।
6. समूह द्वारा बैंक में एक बचत खाता खोला जाना चाहिये।
7. समूह द्वारा सदस्यता रजिस्टर, कार्रवाई रजिस्टर, उपस्थिति रजिस्टर, बचत एवं ऋण रजिस्टरों का उपयोग किया जाना चाहिये।

स्वयं सहायता समूह को औपचारिक रूप से बैंक के साथ जोड़कर और उसे वित्तीय सहायता प्रदान करने के लिए निम्नलिखित बिन्दुओं पर ध्यान रखना आवश्यक है–

1. समूह सामान्यतः न्यूनतम 6 माह से सक्रिय हो।
2. समूह द्वारा निजी स्रोत्रों से बचत एवं ऋण वितरण का कार्य सफलतापूर्वक किया गया हो।
3. समूह द्वारा लेखा / रिकॉर्ड उचित रूप से रखा गया हो।
4. समूह के संगठन से एक-दूसरे की सहायता करने एवं एक साथ काम करने की वास्तविक आवश्यकता की झलक मिलनी चाहिये।

ग्रामीण निर्धनों का शहरों की ओर पलायन रोकने तथा उन्हें ग़रीबी-रेखा से ऊपर उठाने व स्वरोज़गार के अवसर पर प्रदान करने के लिये सरकार ने अप्रैल 1999 में 'स्वर्णजयंती ग्राम स्वरोज़गार योजना' की शुरुआत की। इसके अन्तर्गत ग़रीब व्यक्तियों के स्वयं सहायता समूह बनाने, उनकी क्षमता निर्माण, प्रशिक्षण, आर्थिक सहायता, विपणन सुविधा तथा सम्बन्धित आधार संरचना समूह की संख्या पिछले कुछ वर्ष में तेज़ी से बढ़ी है। नाबार्ड द्वारा प्रदत्त आँकड़ों के अनुसार वर्ष 2004-05 तक 15,97,804 समूहों को 6866 करोड़ रुपये का ऋण बैंकों द्वारा दिया जा चुका है। वर्ष 2008-09 के आँकड़ों के अनुसार 44,60,000 समूहों को 1,26,000 करोड़ रुपये का ऋण दिया जा चुका है। इससे 5.8 करोड़ परिवार लाभान्वित हुए हैं।

स्वयं सहयता समूह ने केवल रोज़गार के अवसर उपलब्ध करा रहे है। बल्कि क्षमता तथा विभिन्न क्रियाकलापों की आधार संरचना विकसित करने में भी सहायता कर रहे हैं। चयनित राज्यों के चुने हुए विकास खण्डों में 'स्वयांसिद्धा' योजना के अंतर्गत समूह गठित किये जा रहे हैं। जिनका मुख्य उद्देश्य सेवा प्रदान करना, सूक्ष्म वित्तीयन की उपलब्धता तथा सूक्ष्म उद्यमों को प्रोत्साहित करना है।

ग्रामीण महिला विकास तथा सशक्तिकरण के लिये अक्टूबर, 1998 में 'स्वशक्ति परियोजना' चलाई गई। इसमें केन्द्र ने बिहार, छत्तीसगढ़, गुजरात, हरियाणा, कर्नाटक, मध्य प्रदेश, उत्तराखंड तथा उत्तर प्रदेश को शामिल किया। विश्व बैंक, अन्तरराष्ट्रीय कृषि विकास कोष तथा भारत सरकार के सहयोग से यह योजना चलाई जा रही है। स्वयं सहायता समूहों को 75 प्रतिशत राशि केन्द्र सरकार तथा 25 प्रतिशत राशि राज्य सरकार द्वारा प्रदान की जाती है। नाबार्ड पुनर्वित सुविधा प्रदान करने के साथ-साथ प्रशिक्षण प्रदान करने में बैंक तथा गैर-सरकारी संगठनों की सहायता भी करता है।

उदारीकरण के दौर से लेकर अब तक ग्रामीण क्षेत्रों में बैंकों की शाखाओं की संख्या लगभग 10 प्रतिशत घट चुकी है जो एक चिंता का विषय है। इससे ग्रामीण विकास पर प्रतिकूल असर पड़ सकता है। ग्रामीण क्षेत्र बैंकिंग सुविधा से वंचित न रह जाये तथा 'वित्तीय समावेश' को भी बढ़ावा मिले। इसे ध्यान में रखते हुए 'भारतीय रिजर्व बैंक' ने ये दिशानिर्देश दिये हैं कि अब ऐसी ग्रामीण शाखाएँ बंद करने की अनुमति नहीं होगी जो उस क्षेत्र में अकेली शाखा होगी। वहीं दूसरी ओर भारतीय रिजर्व बैंक ने निजी क्षेत्र के बैंकों पर यह दबाव डालना शुरू कर दिया कि वे अब अपनी 25 प्रतिशत शाखाएँ ग्रामीण तथा अर्द्धशहरी क्षेत्रों में खोलें। भविष्य में जब ग्रामीण क्षेत्रों में निजी बैंकों की शाखाएँ खुलेंगी तो प्रतिस्पर्धा बढ़ेगी जिससे ग्रामीण विकास को नई दिशा मिलेगी।

भारत में स्वयं सहायता समूह एक अलग इकाई के रूप में काम करते हैं, जिससे कई बड़ी या महत्त्वपूर्ण गतिविधि को हाथ में नहीं ले पाते। जिस कारण वे जल्दी निष्क्रिय हो जाते हैं। इन समूहों को यदि सरकारी परियोजनाओं या पंचायत के काम से जोड़ दिया जाये तो इनका महत्व और भी बढ़ जायेगा। पंचायतें ग्रामीण क्षेत्र की स्थानीय संस्थाएँ हैं इनसे जुड़कर स्वयं सहायता समूह स्थानीय स्वशासन में हिस्सेदारी कर सकते हैं।

आज आवश्यकता इस बात की है कि स्वयं सहायता समूहों को पंचायतों से जुड़ने दिया जाये तथा समूहों के सदस्यों को बैठकों में भाग लेने के अवसर प्रदान किये जाएँ। इससे सदस्यों के बहुमूल्य एवं सार्थक सुझाव प्राप्त होंगे। जिससे उनमें आत्मविश्वास व प्रबन्धकीय क्षमता भी विकसित होगी।

स्वयं सहायता समूहों ने न केवल रोज़गार व आमदनी के अवसर उपलब्ध कराए हैं, बल्कि एकजुट होकर सामाजिक कुरीतियों, नारी उत्पीड़न तथा ऊँच-नीच के भेदभाव को भी मिटाया है।

आपसी भाईचारे पर केन्द्रित स्वयं सहायता समूहों में बैंक ऋण और अनुदान से आत्मनिर्भरता का मार्ग प्रशस्त हुआ है तथा सहयोग की भावना भी प्रबल हुई है। •••

दो कविताएँ

—यू. सी. पाण्डेय
केन्द्रीय विद्यालय संगठन,
क्षेत्रीय कार्यालय, जम्मू

राष्ट्रभाषा हिन्दी

हिन्दी भाषा देश की भाषा
यह है हमारे जन-जन की भाषा
हमको है इस पर बड़ा अभिमान
मित्रों दर-दर मत करो इसका अपमान

इसका हम सदैव सम्मान करें
इसको हम दिल से स्वीकार करें
अंग्रेजी और हिन्दी का मेल नहीं
हिन्दी है अपनी, ग़ैर नहीं
हिन्दी है राजभाषा भी हमारी
इस पर निर्भर है देश की उन्नति सारी
क्योंकि यह है जन-जन की भाषा हमारी
हिन्दी है हमारी अस्मिता की पहचान
ज़रूरत पड़े तो न्यौछावर करें हम इस पर जान
हिन्दी ही है हमारा गौरव और देश की शान

हिन्दी में ही बात करो
हिन्दी में ही सब कार्य करो
हिन्दी है संस्कृति हमारी
हिन्दी से ही प्यार करो
अंग्रेजी को भी रहने दो
किन्तु हिन्दी को अत्यधिक अपनाओ

माना कि हम विद्वान नहीं
हिन्दी का समुचित ज्ञान नहीं
पर इतने भी अनजान नहीं
हिन्दी की हमें पहचान नहीं
कथनी से अधिक हम करने पर विश्वास करें
आओ हम सब मिलकर
हिन्दी से प्यार करें! •

क्या लिखूँ

नराकास, जम्मू की पत्रिका छप रही है
एक पत्र द्वारा मिला मुझे समाचार
सेचा गंभीरता से, मैं भी लिख डालूँ
आर्टिकल दो-चार

कविता लिखूँ या कहानी लिखूँ
या फिर कोई लेख
इसी सोच में बैठा हूँ, क्या लिखूँ विशेष

पूछा अपने कुछ साथियों से
विषय बताओ या कोई नया प्रसंग
जिसे पढ़ें मज़े से सब
और न हो कोई तंग

सोचा बहुत कुछ रचना करने को
पर कोई चीज़ न मिली लिखने को
इन्हीं विचारों में खोकर एक तुक्का मार डाला
टूटे-फूटे शब्दों में
इस कविता को लिख डाला। •

तीन कविताएँ

—विनोद कुमार कौल
दूरदर्शन केन्द्र, जम्मू

रास्ते

जीवन के लम्बे रस्तों पर, चलते-चलते हम हार गए।
अंधियारों की इन गलियों में, कई बार गए पर हार गए॥

सोचा था कभी सूरज निकलेगा, अंधियारे सब मिट जाएंगे।
आशा की किरणें फैलेंगी, हम भी शायद जी जाएगें॥

अब तो आशाएँ डूब चुकी हैं, डूब गए अरमां सारे।
हर बाज़ी हम तो हार चुके, दूर हुए अपने सारे॥

जाएँ तो किधर अब राह नहीं, हम कुछ अंधेरों में डूबा है ।
हमको तो हर इक मोड़ पर, संसार ने पकड़ के लूटा है॥

फिर भी दुनिया के लोगों पर, हम सब कुछ अपना वार गए।
जीवन के लम्बे रास्तों पर, चलते चलते हम हार गए॥

•••

ग़ज़ल

ख़ूबसूरत शहर से जिस रोज़ मैं घर जाऊंगा
ख़ुशबुओं का एक सागर साथ लेकर जाऊंगा

लड़ सकें बेख़ौफ़ अंधियारों से ये हर हाल में
इनके सीनों में मैं इतनी रौशनी भर जाऊंगा

बाद मेरे भी भुला पाएंगे न मुझको कभी
दोस्तों के वास्ते ऐसा ही कुछ कर जाऊंगा

कितने ही पर्दों के पीछे है छिपी मंज़िल मेरी
रोकते तो हैं मुझे ये रास्ते, पर जाऊंगा

मेरे मिलने पर लगी हैं बंदिशें इतनी मगर
उम्र में इक बार उसको देखने पर जाऊंगा

•••

हिन्दी में

कविता लिखनी हो काँटों के बारे में
या लिखे फूलों पर
गज़ल लिखे
या शे'र-ओ-शायरी
द्विपदी लिखे या दोहे
लेकिन सब कुछ हिन्दी में हो।

करो नाटक
या कहो चुटकले
लिखो आत्मकथा या वीर गाथा
या सुनाओ जीवन की व्यथा
पर सब कुछ हो हिन्दी में
हिन्दी में, हिन्दी में।

कुछ कहना चाहते हो
तो कहो हिन्दी में
कुछ लिखना चाहते हो
तो लिखो हिन्दी में
भाषा अपनी-अपनी हो
पर काम-काज हिन्दी में
यह मेरी इच्छा है
और आशा मेरी पूरी हो। •

स्वाधीन भारत में

पराधीन देश में, वो घड़ी लगती अच्छी थी
स्थान-स्थान पर तिरंगा फहराने को
लगाना जान की बाज़ी, लगती अच्छी थी
आज गीत वंदेमातरम गाने का
राष्ट्रीय गान का, अपमान हो रहा क्यों?
हमारे स्वाधीन भारत में।

आतंकी संसद पर हमला हैं करते,
हम आर-पार की लड़ाई करने की हैं सोचा करते
उस पर हमला न करो, वो हैं कहते
हम सेना को वापिस हैं बुलाया करते
देश की स्वतंत्रता सुरक्षित रहेगी कैसे
हमारे स्वाधीन भारत में।

राष्ट्रीय आर्थिक नीतियाँ बनती हैं
विश्व बैंक की अनुमति लेने से
सब्सिडी देनी या हटानी होती है
विश्व व्यापार संगठन की सहमति से
देश का आर्थिक विकास होगा कैसे?
हमारे स्वाधीन भारत में।

जिस गाँव में परिवार की बेटी ब्याही जाती थी
उस गाँव का, गाँव वाले जल ग्रहण नहीं करते थे
परिवार की बेटी, गाँव की बेटी होती थी
लोग गाँव में नारी-सम्मान किया करते थे
आज परिवार की बेटी को, बुरी नज़र से बचाएगा कौन?
हमारे स्वाधीन भारत में।

मठ, मंदिरों की आय पर कर लगने की तैयारी हो रही
राजनीतिज्ञों द्वारा धार्मिक सत्ता को चुनौती दी जा रही
देश की सीमाएँ सिकुड़ती जी रहीं
देश की सुरक्षा ख़तरे में घिरती जा रही
राष्ट्रीय सुरक्षा के उपायों पर राजनीति कर रहा कौन?
हमारे स्वाधीन भारत में। •

—चेतन स्वरूप शर्मा
केन्द्रीय भूमि जल बोर्ड, जम्मू

पहल

हमने फर्ज़ निभा दिया
राष्ट्रभाषा हिन्दी बनाकर,
पर सक्षम न हो सका
हिन्दुस्तान इसे अपनाकर।

हिन्दी से पहचान है
हम हिन्दुस्तानियों की,
प्राण, प्रवीण, प्रभाकर होकर भी
हम ज़ुबान बोलते हैं बर्तानियों की।

कोशिशें सब नाकाम हुईं
अंग्रेजी के आगे,
संभल जाओ ऐ हमवतनों!
टूट जाएंगे हिन्दी के धागे।

लम्हें ग़लती करते हैं
सदियाँ सज़ा पाती हैं,
न हो हमसे कोई भूल ऐसी
जो बात समझ नहीं आती है।

आओ हम सब मिलकर प्रयास करें,
हिन्दी बोलें, पढ़ें, लिखें, अभ्यास करें।
अपनी छोटी सी इस पहल से
माँ बोली हिन्दी का इतिहास रचें! •

—सुरजीत सैनी
सर्वेक्षण अधिकारी
केन्द्रीय भूमिजल बोर्ड, जम्मू

उजली धूप- ज़िन्दगी

बेमक़सद भटकती बीहड़ों में कभी वीरान ज़िन्दगी
कभी ख़ुद पर ही लगे जैसे कोई एहसान ज़िन्दगी

सवालों की शक़्ल में कभी मुझसे जूझने लगे
कभी जवाबों से ज़्यादा आसान मिली ज़िन्दगी

सुलझे तो हाथ से छूट बिखरे रेत-सी ज़मीं पर
कभी उलझे धागों में ही रह जाए क़ैद ज़िन्दगी

कल ही तो उड़ती थी आसमां में परिंदों-सी
आज बीच समंदर डूबता जैसे जहाज ज़िन्दगी

थम जाए कहीं तो बरगद का एक पेड़ हो गई
वक़्त की पटरियों पर भागती कभी रेल-सी ज़िन्दगी

खड़ी रहे कभी बेख़बर चट्टान-सी तूफ़ानों में
सूखे पत्ते-सी कभी हवा में बह जाए ज़िन्दगी

पा जाओ तो माटी है, खो जाए तो हीरा
मुट्ठी में बंद थोड़ी-सी जैसे उजली धूप ज़िन्दगी

•••

-कुमारी आशा पटेल
प्रशिक्षु, कैंसर भेषज्य विज्ञान विभाग
भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू

तू भारत की शान

हिन्दी है राजभाषा हिन्दी
तू भारत की शान
तुझे बचाना कर्त्तव्य हमारा
तू देती हमें पहचान

राष्ट्रभाषा बनाना है तुझको
यह संकल्प हमारा है
हिन्द की है पहचान तुझसे
हिन्दुस्तान हमारा है

तू है राजभाषा हिन्दी
तू भारत की शान
छाए तू सारे जग में
तुझ से ही है हमारा मान

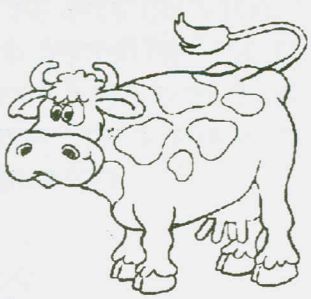
बने विश्व का गौरव तू ही
यही हमारा नारा है
हिन्द की है पहचान तुझसे
हिन्दुस्तान हमारा है

•••

-प्रिया कँवर
सहायक भूजल वैज्ञानिक
केन्द्रीय भूमिजल बोर्ड, जम्मू

जोक ब्रेक

पहला क़ैदी – तुम जेल कैसे आए?
दूसरा क़ैदा – एक रस्सी चुराने के जुर्म में।
पहला क़ैदी (आश्चर्य से) – सिर्फ़ एक रस्सी चुराने के जुर्म में किसी को क़ैद कैसे हो सकती है?
दूसरा क़ैदा – हो सकती है, अगर उसके सिरे पर भैंस बंधी हो।



दौड़

मैं दौड़ना नहीं चाहता
पर पीछे से आती आवाज़ें
चीख रही हैं, चिल्ला रही हैं
दौड़ो-और तेज़ दौड़ो
मैं कह रहा हूँ कि मैं दौड़ना नहीं चाहता
तेज़ चलना भी नहीं चाहता
मैं बस टहलना चाहता हूँ
जहाँ मेरा मन करे
रुक कर, जो मैं चाहूँ देखना चाहता हूँ
हर चीज़ को छूना और उससे खेलना चाहता हूँ
हर फूल की पंखुड़ियाँ गिनना
उसके आकार को, रंग को, महसूस करना चाहता हूँ
पक्षी की बोलियों-चहचहाटों को सुनना-गुनगुनाना
बस डूब जाना चाहता हूँ
कुत्ते के छोटे बच्चे को गोद में उठा
दुलारना, सहलाना प्यार करना चाहता हूँ
मैं हिरणों की तरह भागना चाहता हूँ
हंस की तरह पानी में तैरना
चिड़िया की तरह आकाश में उड़ना चाहता हूँ
मिट्टी में लोटना, लथपथ होना
ख़ूब-ख़ूब-ख़ूब हँसना चाहता हूँ
मैं पूरा-पूरा जीना चाहता हूँ
पर आवाज़ें लगातार मेरा पीछा करती हैं
चीख रही हैं, कुछ मत देखो
कुछ मत सुनो, कुछ मत महसूस करो
मात्र मंज़िल पर नज़र रखो।
दौड़ो और तेज़ दौड़ो, बस दौड़ो...
सबसे आगे निकलना है... प्रथम आना है...
माँ-बाप का नाम रौशन करना है! •

-उषा शमीन्द्र
प्राचार्या, केन्द्रीय विद्यालय
बनतालाब, केरिपुब, जम्मू

दर्द की लज़्ज़त

होम की अग्नि में घी डालो
ख़ुशबू-सी फैल जाती है
दर्द-ए-दिल में भी मुस्करा दो
दर्द की लज़्ज़त बढ़ जाती है

सिसकते ख़्वाबों से कह दो
कि कोई गीत गा दें
दहकते ज़ख़्मों से मांगो
कि अंगारे बढ़ा दें

यही अंगार दिल की रौशनी
बन जाते हैं अक्सर,
तन्हाई भी रूहानी ख़ुशी
दे जाती है अक्सर

करोगे अर्ज़ कब तक शिकवों के
लम्बे-से ख़ाके को
लबों को दे के ख़ामोशी
तवज़्ज़ो दो इबादत को

ढोओगे कर्ज़ कब तक उन
सितमगारों के, आँखों में
इन्हें बहने न दो, बांधो
यही ज्योति है राहों में

बड़े भागी हैं वो जिनको
दौलत दु:खों की मिलती है
ख़ुदा से तार जुड़ते हैं
समझ को थाह मिलती है। •

-अर्पिता सक्सेना
कैंसर भेषज्य विज्ञान विभाग
भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू

मेरी आस बनकर मिलो तुम

ज़िन्दगी के सफ़र में
जब मैं अकेला पड़ जाऊँ
तो मेरी ख़ास बनकर मिलो तुम
मेरी आस बनकर मिलो तुम!
सावन के महीने में
जब तुम्हारा इंतज़ार करते-करते
मैं पूरा भीग जाऊँ
तो मेरी प्यास बनकर मिला तुम
मेरी आस बनकर मिलो तुम!
जब मैं क़ामयाबी की सारी
बुलंदियों को छू लूँ
तो उसका जश्न बनकर मिलो तुम
मेरी आस बनकर मिलो तुम!
जब मुझे गहरी नींद सपना आए
तो मेरे सपने में मेरी मीत बनकर मिलो तुम
जब मैं हार के चूर-चूर हो जाऊँ
तो मेरा आत्मविश्वास बनकर मिलो तुम!
जब मेरी आख़िरी घड़ी आए
तो उसमें आख़िरी साँस बनकर मिलो तुम
मेरी आस बनकर मिलो तुम!
मेरी मृत्यु के बाद
जब मेरी चर्चा हो तो इतिहास बनकर मिलो तुम
मेरी आस बनकर मिलो तुम! •

–नरेश कुमार
आई.सी.आर.सी.
भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू

अनुभव

समय की आपाधापी में
सामाजिक बंधनों के चलते
स्वयं को विवश पाता हूँ,
कहीं कोमल, कहीं कठोर पाता हूँ।
अकेले प्रारम्भ की थी यात्रा
अब खुद को भीड़ में पाता हूँ,
कहीं धूल, कहीं कुसुम पाता हूँ,
जीवन का यही तो चलन है
कहीं विपन्न, कहीं धनी पाता हूँ।
अथाह परिश्रम में सूनी राहें हो जाती हैं आबाद
ईश्वर भी सुन लेता है कर्मठ व्यक्तित्व की फ़रियाद
भाग्य तक उनके उज्ज्वल पाता हूँ,
क्यों है सन्नाटा पसरा यहाँ पर
हर ओर जश्न की बरसात पाता हूँ।
हिंसा, आलस्य, निद्रा विनाश के हैं प्रतीक
बुद्धि, विवेक रौर्य, पूर्णतः इनसे हैं विपरीत
गौरवपूर्ण पाने हेतु प्रयासरत रहता हूँ
ज़िंदगी हर पल एक नया अनुभव है, सीख है, ज्ञान है
समाजसेवा में कुछ अंश योगदान कर सकूँ
आशा लिए जीता चला जाता हूँ,
समय की आपाधापी में
स्वयं को विवश पाता हूँ
कहीं कोमल, कहीं कठोर पाता हूँ। •

–अनिल कुमार शर्मा
प्रशिक्षित स्नातक शिक्षक
केन्द्रीय विद्यालय, नगरोटा, जम्मू

जोक ब्रेक

बगीचे में चोरी से आम तोड़ते हुए बच्चे को माली ने पकड़ लिया, और बोला– "मैं तुम्हारी चोरी की शिक़ायत तुम्हारे पिताजी से करूंगा।
बच्चा बोला– अंकल, घर जाने की ज़रूरत नहीं है। पिताजी दूसरे पेड़ पर चढ़े हुए हैं।

कितनी स्वादिष्ट है मेरी राष्ट्रभाषा

कितने स्वादिष्ट फल हैं यह, जैसे हो मेरी राष्ट्रभाषा
एक बार जो चख लें इसे, फिर क्यों भाये कोई और भाषा
क्योंकि मैं भारत माँ इस भाषा की जननी हूँ
नहीं चाहती हूँ कहीं इसका अपमान
हृदय और मन से चाहे इसे, है यह मेरे देश की शान
इसकी प्रगति होती रहे, यही है मेरी बस एक आशा
कितने स्वादिष्ट फल हैं यह, जैसे हो मेरी राष्ट्रभाषा

इस भाषा पर मैं वारी जाऊँ, कर दूँ सब कुर्बान
गौरान्वित किया है राष्ट्र को देकर इसको नाम
मैंने इसे है जन्म दिया, राष्ट्रभाषा का है नाम दिया
कुछ लोगों ने इसका मज़ाक उड़ाया,
और इसे पाँव में रौंद है काम किया
क्यों छाई है बस उनमें निराशा ही निराशा
कितने स्वादिष्ट फल हैं यह, जैसे हो मेरी राष्ट्रभाषा

दूसरी भाषाओं को गले लगाते और करते इसका अपमान
क्यों इससे हम दूर भागते, नहीं देते इसे उच्च स्थान
आज क्यों इसे बोलने से, हमें है शर्म आती
क्यों नहीं भाषा यह सबको है भाती
नाम बदलता हमारी फ़ितरत है, क्यों नहीं कहते इसे राष्ट्रभाषा

इसका आदर न कर क्या अपना स्वाभिमान हम बचाएंगे
पैदा हुए थे भारतीय बनकर, क्या फिर भारतीय कहलाएंगे
कोई भाषा मेरी दुश्मन नहीं, हर भाषा है बहुत महान
हर भाषा का आदर सत्कार करें, मगर दें इसको भी स्थान
कितनी भाषाओं से मधुर है यह मेरी भाषा

आज चौराहे पर बैठी मैं, इन्तज़ार कर रही हूँ
फलों की टोकरी में डाले, इन्हें निहार रही हूँ
उदास ज़रूर हूँ, मगर मेरे चेहरे पर फिर भी मुस्कान है
क्योंकि यह भाषा कमज़ोर नहीं, यह भाषा बहुत महान है
आज नहीं तो कल इस भाषा में, छुपी एक आशा है

इसी इन्तज़ार में, मैं रोज़ाना फल बेचने आती हूँ
राष्ट्रभाषा को एक टोकरी में डाले, अपना फर्ज़ निभाती हूँ
फलों को बेचना ही मेरा मक़सद नहीं
यह तो बस एक बहाना है
भूल चुके हैं जो मेरी राष्ट्रभाषा को
उन्हें एहसास कराना है
इस भाषा को जीवित रखना ही, मेरी अभिलाषा है

हर शीश झुकेगा देश का, और इसको प्रणाम करेगा
अपना राष्ट्र कर्त्तव्य समझकर, नाम रौशन इसका करेगा
घर-घर तक यह भाषा जाए, बस ऐसा अगर हो जाए
मेरी वतन की मिट्टी से इस भाषा की सुगन्ध जो आए
दूसरी भाषा से पीछे न रहे, बस मेरी यह भाषा

इस भाषा की पहचान करें, फिर न इसका तिरस्कार करें
इस भाषा को न अछूत समझें, बस इस भाषा से प्यार करें
आज समय है अपने पास, कल क्या से क्या हो जाए
क्यों हम देशभक्त से इस भाषा के दुश्मन कहलाएँ
जन-जन की ये आवाज़ बने, बस यही मेरी एक आशा है

आज फिर एक मौका है, राष्ट्रभाषा की पहचान करें
कड़ी मेहनत और लगन से नए राष्ट्र का निर्माण करें
इस भाषा के कर्ज़ को समझें, और नमन इसको हर बार करें
अपनी हम सबकी भाषा है, इसे और अधिक हम प्यार करें
जात-पात, धर्म सब अपनी जगह है
पर राष्ट्रभाषा तो राष्ट्रभाषा है। •

-जॉनसन गिल
वरिष्ठ यातायात अधीक्षक, एअर इंडिया, जम्मू

जलधारा

जब तक तुम हो जल की धारा
इस धरती पर है जीवन
कितने धन है उपलब्ध धरा पर
जल भी है एक श्रेष्ठ धन

निश्चय प्रकृति की दया कृपा से
कितना सम्पन्न है देश हमारा
सोना उगले धरती इसकी
चले हिमालय से नदियों में
इठलाती धारा जल की
छल-छल करती इन की मस्ती से
हरिता हरिता है बन उपवन
जल स्रोतों की रक्षा करना
परम कर्त्तव्य हमारा है

हर घर को मिले स्वच्छ रौशनी
यह एनएचपीसी का नारा है
दिन वो दूर नहीं जब
जल की महत्ता को समझेगा जन-जन
जब तक हो तुम जल की धारा
है इस धरती पर है जीवन। •

-मधुमति जामवाल
सहायक प्रशासनिक अधिकारी (राजभाषा)
एन.एच.पी.सी., क्षेत्र-1, जम्मू

साथ

पता है तुम्हें
हम तुमपे लिखते हैं।
औरौं से पूछती हो-
क्या वे मुझपे लिखते हैं?
मैं तुम्हें
कैसे विश्वास दिला दूँ?
कहो तो
वे पन्ने फिर से दिखा दूँ।

तुम्हारी क़सम
चाहता हूँ तुम्हें मैं
नाम तुम्हारा ले के
जिये जाता हूँ मैं।
बुत तुम्हारा बना के
दिल में बसा लिया है हमने,
तुम्हें न सही
उसे देख के दिन गुज़ारे हैं हमने।
मेरे महबूब
बेवफाई का तुम जामा न पहनना
हो सके तो अन्त तक
साथ निभाना। •

-राजेन्द्र कुमार चौंगू
कार्यालय प्रधान
महालेखाकार (ज.व.क.), जम्मू

जोक ब्रेक

शिमला के एक होटल में हनीमून के लिए आए जोड़ों को विशेष रियायत दी जाती थी। इसलिए वहाँ भीड़ भी खूब होती थी। उस होटल के हर कमरे मे कई खिड़कियाँ थीं। इसलिए प्रबन्धकों ने हर कमरे पर एक बोर्ड लगवा रखा था– "कृपया खिड़कियों के पर्दे ठीक से लगाकर रखें। प्यार अंधा होता है, मगर पड़ोसी नहीं।"

2012
अभिनन्दन नववर्ष

नववर्ष 2012 मंगलमय हो!
सुख-समृद्धि का सूर्य उदय हो!
नववर्ष में हर्ष नया हो!
दृश्य नया, संघर्ष नया हो!
मंगलमय उत्कर्ष नया हो!
नववर्ष 2012 मंगलमय हो!

शुभ स्वप्न सब आपके अपने हों!
सफलता, लक्ष्य प्राप्ति के फल दुगने हों!
अक्षत-रोली, तीज या होली
आपका सम्पूर्ण जीवन सुखमय हो!
नववर्ष 2012 मंगलमय हो!

सभी की सद्भावनाएँ हों!
मन में ऊँची कामनाएँ हों!
मधुर संगीत की धुन-सा
किसी शुभ शकुन-सा
आपका घर-आंगन मधुमय हो!
नववर्ष 2012 मंगलमय हो!

नववर्ष की नवभोर में
सद्कर्मों की सुन्दर प्रकृति हो!
स्वस्थ, सजल, स्नेहिल व सरल
ऐसी स्वप्निलय आपकी प्रकृति हो!
जैसे सीप में मोती, दीप में ज्योति
ऐसा सुखद, मधुर आपका समय हो!
नववर्ष 2012 मंगलमय हो! •

-सुभाष चन्द शर्मा
राजभाषा अधिकारी
पॉवरग्रिड, क्षेत्रीय मुख्यालय, जम्मू

दो कविताएँ

(एक)

बुद्धिमानों के इस शहर में
खुद को अकेला पाता हूँ
सोचता हूँ बदल जाऊँ
पर सोचकर घबड़ा जाता हूँ
मेरे अपने जो देते हैं मुझे नसीहतें
उनको भी मानना चाहता हूँ
पर करने पड़ते हैं जो समझौते खुद से

उन्हें सोचकर घबरा जाता हूँ
सब सोचते हैं कि मैं डरता हूँ
लेकिन मैं डर को भी डरा सकता हूँ
फिर भी दिल में बसे
मासूम बच्चे से हार जाता हूँ
शायद यही वजह है कि
बुद्धिमानों के इस शहर मैं
खुद को अकेला पाता हूँ। •

(दो)

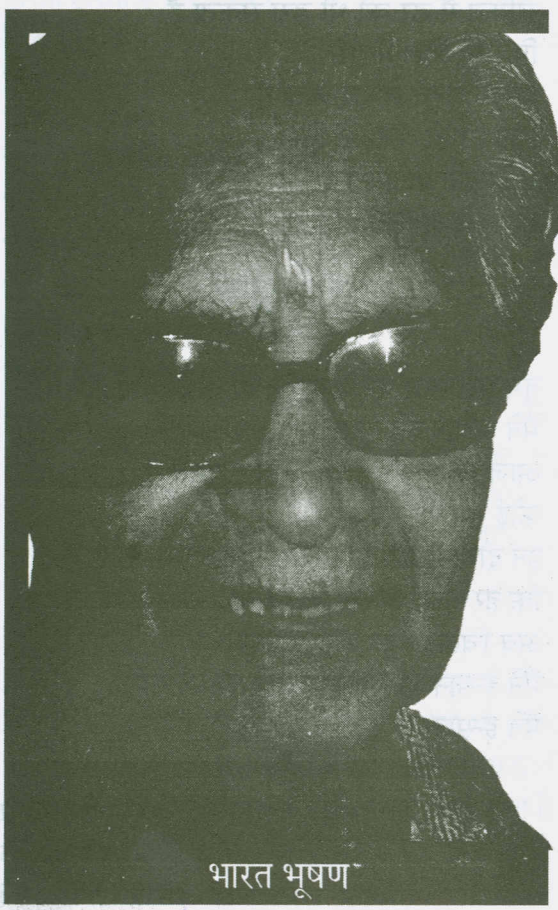
तुम मुझे प्यार की कसम न दो
मैंने इन्सान को टूटते देखा
आज कितने ही कृष्ण बनकर घूमते
कोई सारथी नहीं होता
इन दीवानों को कौन समझाएगा
कि हर धुआँ आरती नहीं होता
अब चिताओं का स्वांग छोड़ो
मैंने इन्सान को सुलगते देखा
मैंने इन्सान को टूटते देखा। •

-सुधीर कुमार
कर सहायक
आयकर भवन, जम्मू

स्मृति शेष

इस पत्रिका के छपते-छपते काव्य-जगत् के दो वरिष्ठ हस्ताक्षर इस दुनिया से विदा ले गए। हिन्दी कवि-सम्मेलनों में अपने गीतों के विलक्षण प्रभाव से जादू बिखेरने वाले गीतकार भारत भूषण ने 17 दिसम्बर को देश की आँखें नम कीं तो 18 दिसम्बर को उर्दू शायरी के लोकप्रिय नाम अदम गौंडवी उर्फ़ रामनाथ सिंह के निधन का समाचार आ गया!
हम इस अपूरणीय क्षति पर हार्दिक शोक प्रकट करते हुए दोनों ही रचनाकारों की रचनाएँ पाठकों तक पहुँचा रहे हैं। कदाचित् रचनाकार के लिए यही एक सच्ची श्रद्धांजलि हो–

तस्वीर अधूरी रहनी थी


भारत भूषण

तू मन अनमना न कर अपना, इसमें कुछ दोष नहीं तेरा
धरती के काग़ज़ पर मेरी तस्वीर अधूरी रहनी थी

रेती पर लिखे नाम जैसा, मुझको दो घड़ी उभरना था
मलयानिल के बहकाने पर, बस एक प्रभात निखरना था
गूंगे के मनोभाव जैसे, वाणी स्वीकार न कर पाए
ऐसे ही मेरा हृदय-कुसुम, खिलना था और बिखरना था
जैसे कोई प्यासा मरता, जल के अभाव में विष पी ले
मेरे जीवन में भी कोई, ऐसी मजबूरी रहनी थी

इच्छाओं के उगते बिरुवे, सब के सब सफल नहीं होते
हर एक लहर के जूड़े में अरुणारे कमल नहीं होते
माटी का अंतर नहीं मगर अंतर रेखाओं का तो है
हर एक दीप के हँसने को, शीशे के महल नहीं होते
दर्पण में परछाई जैसे, दीखे तो पर अनछुई रहे
सारे सुख-वैभव से यूँ ही, मेरी भी दूरी रहनी थी

मैंने शायद गत जन्मों में, अधबने नीड़ तोड़े होंगे
चातक का स्वर सुनने वाले, बादल वापस मोड़े होंगे
ऐसा अपराध किया होगा जिसकी कुछ क्षमा नहीं होती
तितली के पर नोचे होंगे, हिरनों के दृग फोड़े होंगे
अनगिनती कर्ज़ चुकाने थे, इसलिए ज़िन्दगी भर मेरे
तन को बेचैन विचरना था, मन में कस्तूरी रहनी थी

•••

अदम गोंडवी

एक

भूख के एहसास को शेरो-सुख़न तक ले चलो
या अदब को मुफ़लिसों की अंजुमन तक ले चलो

जो ग़ज़ल माशूक़ के जल्वों से वाक़िफ़ हो गई
उसको अब बेवा के माथे की शिक़न तक ले चलो

मुझको नज़्मो-ज़ब्त की तालीम देना बाद में
पहले अपनी राहबरी को आचरन तक ले चलो

गंगाजल अब बुर्जुआ तहज़ीब की पहचान है
तिश्नगी को वोदका के आचमन तक ले चलो

ख़ुद को ज़ख़्मी कर रहे हैं, ग़ैर के धोखे में लोग
इस शहर को रौशनी के बाँकपन तक ले चलो

•••

दो

जिस्म क्या है रूह तक सब कुछ ख़ुलासा देखिए
आप भी इस भीड़ में घुस कर तमाशा देखिए

जो बदल सकती है इस दुनिया के मौसम का मिजाज़
उस युवा पीढ़ी के चेहरे की हताशा देखिए

जल रहा है देश, ये बहला रही है क़ौम को
किस क़दर अश्लील है, संसद की भाषा देखिए

मत्स्यगंगा फिर कोई होगी किसी ऋषि की शिकार
दूर तक फैला हुआ गहरा कुहासा देखिए

•••

राष्ट्रीय एकता में हिन्दी का योगदान

—एस. के. गर्ग
सहायक महाप्रबंधक (विद्युत)
भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण, जम्मू

राष्ट्रीय एकता में हिन्दी के योगदान की बात करना तो सूर्य को दीपक दिखाने जैसा है। राष्ट्रभाषा हिन्दी का योगदान वैसा है, जैसा कि माला में माला के धागे का है; जिसने माला के सभी मोतियों को एक सूत्र में बांध रखा है।

राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त ने हिन्दी भाषा के सम्मान में कुछ पंक्तियाँ लिखी हैं जो कि अत्यन्त भावपूर्ण हैं तथा हमारी हिन्दी भाषा को शोभान्वित करती हैं—

मानस भवन में आयोजित जिसकी उतारे आरती,
भगवान भारतवर्ष में गूंजे हमारी भारती

हम सभी जानते हैं कि भाषा समन्वय-सूत्र है जो जोड़ती है, दो व्यक्तियों के परस्पर वार्तालाप का माध्यम भाषा ही होती है। भाषा के माध्यम से ही हम सभी परस्पर विचारों का आदान-प्रदान करते हैं। हिन्दी हमारी मातृभाषा है। भारत देश में हिन्दी को भारत माता के मस्तक की शोभा अर्थात् बिन्दी का सम्मान प्राप्त है।

"हिन्दी है बिन्दी भारत माँ के मस्तक की" राष्ट्रीय एकता के दृष्टिकोण से हिन्दी का स्थान और भी महत्वपूर्ण है क्योंकि भारतवर्ष का सबसे बड़ा राज्य उत्तर प्रदेश है, जहाँ हिन्दी के विभिन्न रूपों, जैसे बृजभाषा, अवधी भाषा आदि को सम्मान प्राप्त है इन सबका मूल तो हिन्दी ही है। हिन्दी भाषा मूलतः देवनागरी के नाम से जानी जाती है। इसी प्रकार हमारे देश के विभिन्न राज्यों अर्थात् कुछ राज्यों को छोड़कर प्रायः सभी राज्यों में बातचीत का माध्यम हिन्दी भाषा ही है। हमारे देश के महान राजनीतिज्ञों/स्वतंत्रता सेनानियों ने भले ही शिक्षा विदेश में ग्रहण की हो, शिक्षा का माध्यम भले ही विदेशी भाषा रहा हो किन्तु स्वदेश में उन्होंने हिन्दी भाषा को ही स्वीकार किया। कभी भी स्वयं पर विदेशी भाशा को हावी नहीं होने दिया।

समय के साथ चीज बदली हिन्दी भाषा ने भी अपने अन्दर बहुत सारे बदलावों को आत्मसात किया। अपने संस्कारों का दामन मजबूती से थामे हुए भी हिन्दी ने कुछ न कुछ आधुनिकता ज़रूर अपनाई है।

आज हिन्दी भाषा का जो रूप हमें देखने को मिल रहा है वह बिल्कुल ही अलग है। हिन्दी की तुलना हम उस सहस्र बहाव वाली नदी से करते हैं जो अशुद्ध होने के बावजूद विशुद्ध रूप से शीतलता प्रदान करती है। हिन्दी उस सहस्र बहाव वाली जलधारा की तरह है जो राह में पड़ने वाली ही चीज को आत्मसात करते हुए अपने सहज बहाव में उसे आगे ले जाती है। अंग्रेजी एक ऐसी भाषा है जिसके शब्दों को हिन्दी ने बेहिचक अपने साथ आत्मसात किया है।

निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल
बिनु निज भाषा ज्ञान के मिटे न हिय को सूल •

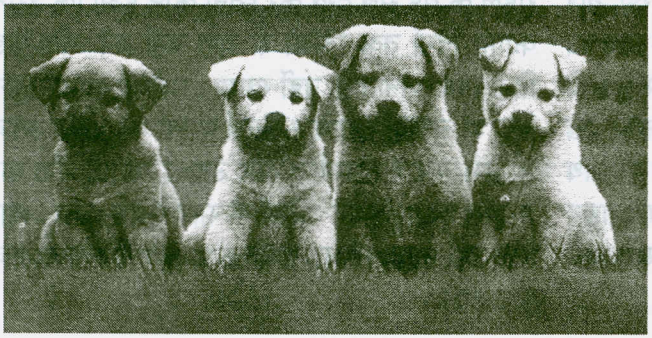
नन्हे पप्पीज़ की दुखद कहानी

—रविकुमार शर्मा
सहायक लेखा अधिकारी
महालेखाकार (ले.ह.), जम्मू

राहुल अपने कश्मीरी माता-पिता के साथ श्रमिक के हव्वा कदल मुहल्ले में रहता था। उस की उम्र लगभग 10 साल थी तथा वह शहर के एक मशहूर कॉनवेन्ट स्कूल में पाँचवी कक्षा में पढ़ता था। हव्वा कदल मुहल्ला शहर के मुख्य बाज़ार में क़रीब आधा किलोमीटर की दूरी पर था। लालचौंक जो कि जम्मू शहर का मुख्य बड़ा बाज़ार है से हव्वा कंदल आसानी से पैदल भी पहुँचा जा सकता था तथा वहाँ पहुँचने में केवल 15-20 मिनट का समय लगता था। इस मुहल्ले में ज़्यादातर कश्मीरी पंडित कॅम्यूनिटी के लोग ही रहते थे।

राहुल वहाँ अपने माता-पिता तथा छोटी बहन के साथ रहता था। उसकी बहन उससे क़रीब 2 साल छोटी थी। उसका घर मुहल्ले के बीचों-बीच था तथा उसके एक तरफ़ रोड़ निकलती थी। उसके घर की एक खिड़की सड़क की तरफ़ पड़ती थी तथा उसके खोलने पर लोगों को सड़क पर आते-जाते देखा जा सकता था। सड़क के उस पार काफी दुकानें थीं। दुकानदारों को विभिन्न प्रकार की वस्तुओं के बेचते हुए भी राहुल के घर की खिड़की से देखा जा सकता था। सड़क के उस पार दुकानों के बीचो-बीच एक गली भी अन्दर आती थी। उस गली के अन्दर जाते ही बाईं तरफ़ पड़ने वाला प्लॉट अभी खाली था। प्लॉट खाली होने की वजह से वहाँ एक कुतिया ने अपना घर बनाया हुआ था। सारा दिन इधर-उधर घूम-फिर कर वह कुतिया शाम को इसी खाली प्लॉट में आ कर रहती थी। राहुल अपने घर की खिड़की से इस कुतिया को अक्सर देखता रहता। सुबह और शाम अपनी माँ से रोटी या चावल लेकर उसे खाने के लिए देकर आता। यह उसकी दिनचर्या का ही एक भाग था। हर रोज़ की इस गतिविधि से राहुल को उसके साथ काफ़ी लगाव हो गया था।

राहुल के मुहल्ले में धीरे-धीरे कुत्तों की संख्या बढ़ रही थी। ये बात वहाँ रहने वाले लोगों के लिए परेशानी का कारण साबित हो रही थी। दूसरे मुहल्ले से भी कुत्ते इधर घूमने आते रहते थे तथा यह कुतिया कई बार उनके सम्पर्क में आती रहती थी। एक दिन यह कुतिया गर्भवती हो गई तथा इसने चार छोटे-छोटे पिल्लों को जन्म दिया। बच्चे बहुत ही प्यारे थे। उसके अगले ही दिन राहुल स्कूल जाने से पहले उस कुतिया को रोटी डालने गया तो वह उन छोटे-छोटे बच्चों को देखकर बहुत खुश हुआ। नन्हे-नन्हे पिल्ले एक-दूसरे पर चढ़ते हुए अपनी माँ का दूध पी रहे थे। राहुल को जल्दी स्कूल जाना था। वह इस मीठे दृश्य को अपनी आँखों में समाए स्कूल चला गया।



उसको इंतज़ार था कि शाम को स्कूल से छुट्टी होते ही घर में थोड़ा आराम कर वह पुनः उन पप्पीज़ को देखने जायेगा। उसने इस खुशी को अपने कई अन्य दोस्तों के साथ भी बाँटा। राहुल स्कूल से वापिस लौटा उसने दोपहर का खाना खाकर सो गया। जैसे ही शाम हुई, राहुल उठा तथा अपनी दूध का गिलास पीकर उस खाली प्लॉट की तरफ़ निकल गया। घर से

निकलने से पहले उसने यह ख़बर अपने माता-पिता को भी सुनाई। उनके माता-पिता भी नए पप्पीज़ के आगमन की ख़बर सुनकर बहुत खुश हुए। राहुल के माता-पिता को भी जानवरों के साथ काफी लगाव था। राहुल वहाँ पहुँचा। उसने उन पप्पीज़ को देखा। उनकी माँ भी उनके साथ बैठी हुई थी और छोटे-छोटे पप्पीज़ अपने नन्हें-नन्हें हाथ-पाँव चलाने की कोशिश कर रहे थे। राहुल थोड़ी देर उनके पास रहा और फिर घर लौट आया।

राहुल का यहाँ हर रोज़ जाना जारी था तथा अब वह रोटी और चावल के साथ उन पिल्लों के लिए दूध भी ले जाया करता था। उसने अपने पापा से कह कर एक मिट्टी का बर्तन भी मंगवाया, जिसमें वह उनके लिए दूध ले जाया करता था। देखते ही देखते ये पप्पीज़ बड़े होने लगे तथा इनकी गतिविधियाँ बढ़ने लगीं। राहुल को भी इनके साथ काफी प्यार हो चुका था। अब तो राहुल को अपनी तरफ आते देख वह उछलने-कूदने लगते। राहुल कई बार उनको अपने हाथों में भी उठा लेता था। इनकी माँ राहुल को कुछ न कहती थी। राहुल उनके साथ ख़ूब लाड-प्यार करता। कई बार वह अपनी बहन को भी साथ ले जाता था और वे दोनों काफी देर तक उनके साथ खेलते रहते। राहुल घर से मिलने वाली पॉकेट मनी को भी इन्हीं पप्पीज़ पर ख़र्च कर देता। वह उन पैसों से मार्किट से बिस्कुट और चॉकलेट ख़रीदकर पिल्लों को खिलाता था। उनके रोज़-रोज़ ऐसा करने से राहुल का प्यार उनके प्रति बढ़ता गया। वह कभी भी उनको मिस नहीं करता था। स्कूल जाने से पहले उनको रोटी देकर आता तथा शाम को उनके साथ आकर खेलता। वह हर प्रकार से उनकी रक्षा करता था। वह गली के आवारा कुत्तों से भी उन्हें बचाता था।

राहुल का प्यार उनके प्रति बढ़ता जा रहा था। कभी-कभी तो राहुल अपने पापा को भी अपने साथ इन पप्पीज़ के पास चलने के लिए विवश करता। राहुल को उनके साथ इतनी मुहब्बत हो गई थी कि वह उनको देखे बग़ैर नहीं रह सकता था। पिल्लों को भी राहुल के साथ ऐसा लगाव हो गया था कि यदि किसी कारणवश राहुल वहाँ न जा पाता तो उसको मिस करने की उदासी उनके चेहरे और व्यवहार में साफ़ पता चलती थी।

उधर मुहल्ले में बढ़ती कुत्तों की सख्या वहाँ के निवासियों के लिए परेशानी का सबब बन रही थी। काफ़ी कुत्ते बाहर से भी वहाँ आते रहते थे। लोगों को तंग करते और रात को ज़ोर-ज़ोर से भौंकते और लोगों की नींद ख़राब करते। काफ़ी लोगों ने इसकी म्यूनिसिपॅलिटी में शिक़ायत करते हुए, कुत्तों पर अंकुश लगाने की गुज़ारिश की।

अभी ये पप्पीज़ पूरी तरह बड़े नहीं हुए थे। एक दिन राहुल अपनी-खिड़की में बैठा हुआ उनको देख रहा था। अचानक उसने देखा कि म्युनिसिपॅलिटी के कुछ लोग वहाँ आए और कुत्तों को मारने वाली गोलियाँ डालने लगे। कुछ गोलियां उन पिल्लों की माँ ने भी निगल लीं। थोड़ी देर में राहुल ने देखा कि वह कुतिया लड़खड़ाने लगी और काँपने लगी। उस समय भी कुतिया अपने पिल्लों के दूध पिला रही थी। छोटे-छोटे पप्पीज़ बड़ी मस्ती से खेलते हुए अपनी माँ का दूध पी रहे थे। कुतिया लड़खड़ाती हुई बेहोश होकर ज़मीन पर गिर गई और वहीं उसने अपना दम तोड़ दिया। राहुल सहमा हुआ अपनी आँखों से यह सब देख रहा था। पिल्ले अभी भी अपनी माँ के साथ चिपटे हुए उसका दूध पी रहे थे। उन्हें इस बात का ज़रा भी अहसास नहीं था कि उनकी माँ मर चुकी है। थोड़ी ही देर में माँ के अन्दर का ज़हर दूध के रास्ते पप्पीज़ के अन्दर भी असर करने लगा और राहुल की आँखों के सामने एक-एक कर चारों पप्पीज़ हमेशा के लिए इस दुनिया को छोड़ गए।

दुनिया देखने से पहले ही नन्हे पिल्लों की मौत हो गई। राहुल खिड़की में बैठा यह दु:खद दृश्य सिसकियाँ भरते हुए देख रहा था। राहुल को लगा मानो जैसे उसकी अपनी ही दुनिया समाप्त हो गई है। राहुल के यह सब देख कर इतना कष्ट हुआ कि उसने काफी दिनों तक किसी से बात नहीं की और कई दिनों तक खाना तक नहीं खाया। भले ही आज राहुल बड़ा हो चुका है, लेकिन सालों पुरानी यह घटना आज भी उसे याद है। पप्पीज़ और उनकी माँ की मौत का भयंकर दृश्य उसकी आँखों के सामने जब-जब आता है तो उसे आज भी उतना ही कष्ट होता है जितना तब हुआ था। •••

फॉर्मेसी —एक झलक

—स्मृति त्रिपाठी
इम्यून भेषज्य विज्ञान
भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू

एक स्वतंत्र विज्ञान के रूप में फार्मेसी (औषध गुण) विज्ञान अभी भी इतिहास के पन्नों पर नया है। परन्तु वर्तमान में फार्मेसी एक स्वतंत्र विज्ञान के रूप में हमारे सामने है, जिसके द्वारा विभिन्न प्रकार की चिकित्सा पद्धतियाँ व दवा बनाने की प्रणालियाँ सही हो पाई हैं।

फार्मेसी शब्द फार्माजो शब्द से निकला है यूनानी जिसका अर्थ है 'दवा'। फार्मेसी को एक स्थापना कहा जाता है केमिस्ट या दवाई की दुकान।

शब्द फार्मेसी अपनी जड़ शब्द फार्माजो एक। 15वीं से 17वीं शताब्दी के बाद से इस शब्द का इस्तेमाल किया था और इसी से ही व्युत्पन्न है। फार्मा ज़िम्मेदारियों के अलावा, फार्मा सामान्य चिकित्सा सलाह और सेवाएँ हैं।

फार्मेसी तकनीशियन फार्मासी रोगियों के लिए पर्चे दवाओं और अन्य चिकित्सा उपकरणों के वितरण और उनके उपयोग पर निर्देश सहित सम्बन्धित कार्यों की एक किस्म प्रदर्शन में फार्मासिस्ट एक महत्त्वपूर्ण भूमिका अदा करता है।

फार्मेसी के प्रकार

1. समुदाय फार्मेसी— समुदाय फार्मेसी आमतौर पर एक औषधालय की तरह है। जहाँ दवाओं का संग्रहण होता है तथा इसमें दवा के व्यापार और ग्राहक संबंधों के मुद्दे होते हैं।

2. अस्पताल फार्मेसी— अस्पताल फार्मेसी समुदाय फार्मेसी से बिल्कुल भिन्न है। यहाँ कुछ फार्मासिस्ट और कुछ जटिल नैदानिक दवा प्रबंधन के मुद्दे होते हैं। जो विभिन्न अस्पतालीय चिकित्सा में सहयोग करते हैं।

3. क्लीनिकल फार्मेसी— क्लीनिकल फार्मासिस्ट प्रत्यक्ष रोगी के देखभाल हेतु सेवाएँ हैं। इनका प्रथम उद्देश्य दवा के उपयोग का अनुकूलन और स्वास्थ्य कल्याण और बीमारी की रोकथाम को बढ़ावा देना है।

4. जटिल फार्मेसी— जटिल फार्मेसी नए रूपों में दवाओं को तैयार करने का अभ्यास है। उदाहरण के लिए, यदि एक दवा निर्माता एक गोली के रूप में

एक दवा प्रदान करता है, फिर एक समझौता यह है कि फार्मासिस्ट एक औषधीय बना सकता है।

5. सलाहकार फार्मेसी— सलाहकार फार्मेसी में दवा की संज्ञानात्मक सेवाओं पर ध्यान केन्द्रित होता है।

6. इंटरनेट फार्मेसी— वर्ष 2000 के बाद बढ़ती हुई संख्या इंटरनेट फार्मेसियों को दुनिया भर में स्थापित किया गया है। इंटरनेट फार्मेसी समुदाय फार्मेसी से काफी मिलती-जुलती है। इसमें रोगियों को ऑन-लाइन सुविधाएँ प्रदान की जाती हैं।

7. पशु चिकित्सा फार्मेसी— पशु चिकित्सा फार्मेसी विभिन्न दवाओं के अलग-अलग संग्रहण और पशुओं की दवा की ज़रूरत को पूर्ण कने में लाभदायी है। पशु चिकित्सा फार्मेसी को अक्सर नियमित फार्मेसी से अलग रखा जाता है।

8. न्यूक्लियर फार्मेसी:- परमाणु फार्मेसी नैदानिक परीक्षणों के लिए रेडियो धर्मी समाग्री की तैयारी और कुछ बीमारियों के इलाज के लिए न्यूक्लियर फार्मेसी बहुत लाभकारी है।

9. सैन्य फार्मेसी:- सैन्य फार्मेसी एक पुरी तरह से अलग फार्मेसी का काम है जिसमें नागरिक खेत्र में अवैध रूप से बने दवा के वितरण पर रोकथाम किया जाता है।

फार्मेसी के विभिन्न विभाग:-

1. नैदानिक औषध
2. न्यूरो औषधगुण
3. साइको औषधगुण
4. फार्मेकोजेनेटिक्स
5. फार्मेकोजेनोमिक्स
6. फार्मोकोइपिडिमोलाजी
7. विष विज्ञान
8. सैद्धातिंक भेषजगुण
9. डोसोलाजी
10. फार्माकोग्नासी
11. व्यवहार भेषजगुण
12. पर्यावरण भेषजगुण

फार्माकोलाजी (भेषजगुण) संक्षिप्त परिचय:-

भेषजगुण ग्रीक शब्द के दवा अध्ययन से लिया गया है। जिसका सरल अर्थ है— "दवाओं का अध्ययन"

औषध गुण विज्ञान में सामान्यत: दो मुख्य क्षेत्र आते हैं:-

1. फार्माकोडाय नमिक:- जैविक के साथ रसायनों की बातचीत पर चर्चा बरिसेप्टर्स के बारे में जानकारी।

2. फार्माकोडाइनेटिक्स:- अवशोषण, वितरण, चवाक्वय और जैविक प्रणालियों से रसायनों के उत्सर्जन।

"भैषजगुण एक जैव-चिकित्सा विज्ञान है। जिसमें चिकित्सा सन्दर्भों के लिए वैज्ञानिक सिद्धान्तों को लागू किया जाता है और यह 19वीं सदी से विकसित रूप में चला आ रहा है।"

फॉर्मेसी की शिक्षा दुनिया भर के कई विश्वविद्यालयों में औषध विज्ञान के रूप में पेशकश है। जहाँ पर विज्ञान के दोनों को शोधकर्ताओं के रूप में प्रशिक्षित किया जाता है। जबकि एक फॉर्मेसी के छात्र को दवाओं और कुछ अन्य रोगों पर ध्यान केन्द्रित करके वितरण फॉर्मेसी के रूप में कार्य कराया जाता है। यह औषध आमतौर एक प्रयोगशाला के भीतर फॉर्मेसी प्रशिक्षु के द्वारा तैयार किया जाता है। •••

जोक ब्रेक

पहला मित्र - यार मुझे याद नहीं आ रहा है कि मैंने तुमसे बीस रुपए कब लिए थे।
दूसरा मित्र - जब तुम नशे में थे ।
पहला मित्र- अच्छा, पर वो तो मैंने वापिस कर दिए थे।
दूसरा मित्र- कब
पहला मित्र- जब तुम नशे में थे।

पचौली —खेती और उपयोग

—डॉ. कान्ति रेखा
भारतीय समवेत औषध संस्थान
जम्मू

परिचय— हमारा देश अपनी भौगोलिक एवं जलवायु की विविधताओं के कारण उपयोगी सभी प्रकार के सगंध पौधों से भरपूर भंडार वाला राष्ट्र है। आज के सन्दर्भ में सगंध पौधों की मांग न केवल देश में बल्कि विदेशों में भी दिनोदिन बड़ी तेज़ी से बढ़ रही है। पिछले एक दशक से विश्व भर में सगंध पौधों का उपयोग, मांग एवं व्यापार बहुत अधिक व निरन्तर बढ़ रहा है। आधुनिक चिकित्सा में भी सगंध पौधों का प्रयोग काफी मात्रा में किया जा रहा है। परन्तु भारत का विश्व व्यापार में योगदान नाम मात्र का है। अत: यह आवश्यक है कि भारत में भी हमारे किसान सगंध पौधों की ऐसी फसलें तैयार करें, जो कि गुणवत्ता से परिपूर्ण हों, जिससे कि वे अपने तथा राष्ट्र के लिए बहुमूल्य सम्पदा अर्जित कर सकें। इनमें पचौली (पोगास्टीमान केबलिन) एक उच्च मांग व उपयोग वाला सगंध पौधा है। विश्वभर में पाचौली की खेती फिलिपाईन, मलेशिया, इन्डोनेशिया तथा सिंगापुर में की जाती है। भारत में इसकी खेती असम, मध्य प्रदेश, पश्चिम बंगाल, कर्नाटक, तमिलनाडु व केरल में की जाती है। अब धीरे-धीरे इसकी खेती उत्तर प्रदेश के लखनऊ खंड में भी की जाने लगी है। इसकी व्यापक मांग को देखते हुए क्षेत्रीय अनुसंधान प्रयोगशाला ने पहली बार पाचौली की खेती विस्तारपूर्वक जम्मू में आरम्भ की है। भारतवर्ष में प्रतिवर्ष 250 टन पचौली सगंध तेल की मांग है परन्तु इसका घरेलू उत्पादन बहुत ही कम है। इसलिए हज़ारों किसानों को पचौली की खेती करने के लिए प्रोत्साहित किया जा रहा है। विश्व का 75 प्रतिशत पचौली तेल का उत्पादन इनडोनेशिया में होती है।

वनस्पतिक विवरण— पचौली लेमियेसी कुल का सदस्य तथा एक बहुवर्षीय पौधा है। यह पौधा झाड़ीदार होता है जो 60-70 से.मी. तक ऊँचाई अर्जित करता है। पत्ते हल्के हरे रंग के होते हैं तथा शाखाएँ ज़मीन पर फैलती हैं। पत्तियों के आसवन करने पर सुगन्धित तेल निकलता है। पौधे में बीजधारण करने की क्षमता नहीं है। अत: इसकी खेती कलमों द्वारा की जाती है।

भूमि तथा जलवायु– अच्छी बढ़वार के लिए गर्म एवं आर्द्र मौसम उपयुक्त है। 32-35 डिग्री तापमान तथा 70-75 प्रतिशत आर्द्रता वाले क्षेत्रों में खेती करने से अच्छी उपज होती है। छायादार स्थानों में खेती करने पर भी इसकी अच्छी पैदावार होती है। यद्यपि हम इस पौधे को विभिन्न प्रकार की मिट्टियों में उगाया जा सकता है, परन्तु हल्की से दोमट मिट्टी वाली भूमि जिसमें जीवांश की मात्रा अधिक हो तथा जलनिकास का उत्तम प्रबंध हो; पचौली की खेती के लिए उपयुक्त है। यह पौधा क्षारीय, लवणीय व बाढ़ग्रस्त भूमियों पर नहीं उगाना चाहिए। सिंचित भूमि में ही इसकी अच्छी उपज प्राप्त की जा सकती है।

कृषि तकनीक

खेती की तैयारी– इसकी खेती करने के लिए ज़मीन में 5-8 टन प्रति एकड़ अच्छी गली-सड़ी गोबर की खाद डालनी चाहिए। इसके बाद 3-4 बार अच्छी तरह जुताई करें जिससे खेत की मिट्टी बारीक बन जाए। खेत अच्छी तरह से समतल हो ताकि पानी ज़्यादा समय तक खड़ा न रहे।

कलम (कटिंग)– कलमें एक साल पुराने स्वस्थ पौधों के तने से बनायी जाती हैं। 10-12 से. मी. लम्बाई की कटिंग जिस पर 2-3 आँखें हो, जुलाई-अगस्त मानसून के दिनों में लगायी जाती हैं। कलमों को सेरेडेक्स-बी से उपचारित करने पर नर्सरी में लगा दें। कलमों से पौधे लगभग 30-40 दिनों में तैयार हो जाते हैं। ग्रीनहाउस में यह कटिंग वर्ष के किसी भी समय तैयार की जा सकती है।

रोपाई– कलमों से भली-भाँति विकसित पौधों को अक्टूबर-नवम्बर में 40-40 से.मी. की दूरी पर खेती में रोपाई की जाती है। रोपाई के तुरन्त बाद पानी लगायें। नर्सरी में 10-15 प्रतिशत पौधों को छोड़ दिया जाता है। रोपण के 20-25 दिन के बाद पौधों के ऊपरी 2-4 पत्तियों को तोड़ें जिससे शाख संख्या में वृद्धि होगी। 15-20 दिनों के बाद खेती में मृत पौधों के स्थान पर बचे हुए पौधों को पुनः लगा दिया जाता है। पचौली प्रायः एक बार लगा देने के बाद इससे 3-4 साल तक सफलतापूर्वक फसल की कटाई ली जा सकती है।

सिंचाई– पौधे की अच्छी बढ़त एवं पैदावार के लिए गर्मियों में 10 दिन तथा सर्दियों में 20 दिन बाद हल्की सिंचाई करनी चाहिए ताकि नमी बनी रहे। प्रत्येक कटाई के तुरन्त बाद पानी लगायें। कटाई लेने से 10 दिन पहले पानी लगाना बन्द करना चाहिए। आवश्यकता पड़ने पर ग्रीष्म काल में मिट्टी के बढ़ते तापक्रम को सिंचाई द्वारा नियंत्रित करें।

निराई व गुड़ाई– आरम्भ में खरपतवार निकालने के लिए 2-3 गुड़ाई जल्दी-जल्दी करें। प्रत्येक कटाई के बाद गुड़ाई अच्छी प्रकार करें।

प्रमुख रोग व कीट

1. झुलसा (ब्लाइट)– यह रोग सिरकोसपोरा तथा आल्टरनेरिया नामक फफूंदी द्वारा होता है। सबसे पहले पत्तियों पर छोटे-छोटे धब्बे बनते हैं जो कि बाद में काले हो जाते हैं। रोग से ऊपरी भाग सूखने लगता है और पत्तियाँ गिर जाती हैं। रोकथाम के लिए डाईथेन ज़ेड-78 (0.5 प्रतिशत) का छिड़काव करें। आवश्यकतानुसार दूसरा छिड़काव एक माह के अन्तराल पर करें।

2. उकठा विल्ट– यह रोग राइज़ोकटोनिया तथा फ्यूजेरियम नामक फफूंदी द्वारा होता है। शुरू में रोग का आक्रमण होने पर पत्तियाँ मुरझाने लगती हैं। फिर शाखा मुरझाती है और धीरे-धीरे पूरा पौधा सूख जाता है। इस रोग का प्रकोप पानी जमा होने वाली भूमि में अधिक होता है। इसलिए खेत में उचित जल निकास का प्रबंध करना चाहिए तथा ढलानयुक्त या समतल भूमि का ही चयन करें।

अन्य बीमारियाँ जैसे ब्लेक स्पाट, येलो मोज़ेक तथा वाईरस रोग है। इन बीमारियों के लिए एक प्रतिशत बावस्टिन का छिड़काव 2-3 बार 15 दिन के अन्तर पर करें। निमेटोड रोगग्रस्त (जड़ ग्रन्थिक) पौधों की जड़े गल जाती हैं तथा पौधे मर जाते हैं। इस रोग से बचाव के लिए रोगग्रस्त पौधों को उखाड़ कर जला दें।

कटाई– रोपाई के बाद प्रथम कटाई लगभग 5-6 महीने बाद तथा बाद की कटाइयाँ 2-3 माह के अन्तराल पर ली जानी चाहिए। अनुकूल परिस्थियों में

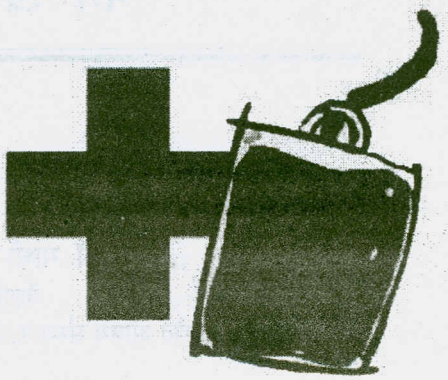
3-4 कटाई प्रतिवर्ष ली जा सकती हैं। फसल की कटाई भूमि सतह से लगभग 10-20 से.मी. ऊपर से करें। कटाई के समय 10-15 प्रतिशत पत्तियाँ प्रकाश संश्लेषण के लिए पौधे पर छोड़े। एक बार लगाने पर 3-4 वर्ष तक फसल उत्पादन लिया जा सकता है। तेज़ धूप में कटाई न करें। कटाई के बाद पत्तों को छाया में सुखा लें। इस बात का ध्यान रहे कि पत्तों को धूप न लगे तथा ढेर बनाकर न रखें, क्योंकि इससे पत्तियों में तेल की मात्रा कम हो जायेगी। सुखाने पर पत्तों में 80-85 प्रतिशत नमी कम हो जाती है। सूखी हुई फसल को नमीयुक्त जगह पर संग्रहण न करें। एक एकड़ से लगभग 1500-1600 किलोग्राम सूखी फसल प्रतिवर्ष प्राप्त होती है।

तेल की मात्रा तथा तेल आसवन— सूखे वज़न के अनुसार पौधों में 3.0-3.5 प्रतिशत तेल होता है। एक एकड़ से 60-65 किलो तेल प्रतिवर्ष तीन कटाई में प्राप्त होता है। सूखी पत्तियों से आसवन विधि द्वारा सगंध तेल निकाला जाता है तथा इस प्रक्रिया में 5-6 घंटों का समय लगता है। आसवन द्वारा प्राप्त तेल में कुछ पानी की मात्रा रह जाती है। इसके लिए तेल में थोड़ा निर्जल सोडियम सल्फेट डालकर 3-4 घंटे तक रख दें। इस प्रकार तेल से नमी दूर हो जायेगी। तेल का भंडारण काँच की शीशी में करें या एल्यूमिनियम के बर्तन पूर्ण भर कर रखें क्योंकि तेल के घटक हवा में मौजूद आक्सीजन के सम्पर्क मं आने से दूसरे रासायनिक घटकों में परिवर्तित हो सकते हैं। बर्तनों का धूप या ज़्यादा रौशनी वाले स्थानों पर संग्रहित न करें। पचौली तेल का मुख्य घटक पचौली अल्कोहल है जो कि 40-45 प्रतिशत तक होता है।

तेल की उपयोगिता— पचौली का तेल ख़ुद में ही एक सगंध है तथा यह दूसरे तेलों के साथ आसानी से मिलाया जा सकता है। इस तेल से गंध एवं कई सगंध रसायन तैयार किये जाते है। जिनका प्रयोग उच्चकोटि के इत्रों के निर्माण एवं सौन्दर्य प्रसाधनों, सौन्दर्य सामग्रियों के निर्माण में किया जाता है। कान्तिवर्धक औषधि, साबुन, तम्बाकू एवं सुगंध उद्योगों में यह तेल अधिकाधिक उपयोगी है। •••

रपट

भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू में दिनाँक 18 नवम्बर 2011 को रक्तदान शिविर सम्पन्न

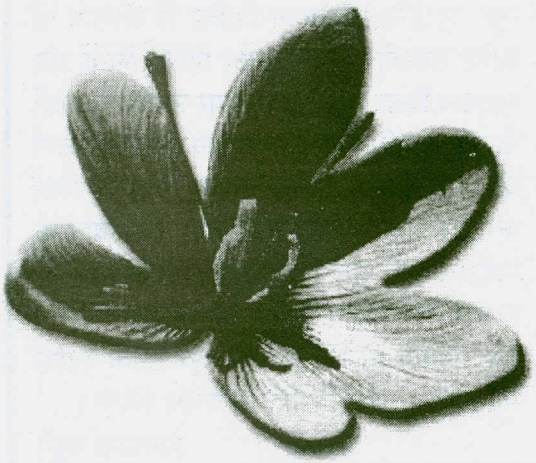


16 कोर हेडक्वार्टर की ओर से 166 मिलिट्री हॉस्पिटल द्वारा भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू में सुबह 9.00 बजे से दोपहर 3.00 बजे तक आयोजित रक्तदान शिविर में संस्थान के स्टॉफ सदस्यों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया और रक्तदान किया। इस अवसर पर उपस्थित आर्मी के वरिष्ठ अधिकारियों ने संस्थान के इस योगदान को बहुत ही प्रशंसनीय बताया, जिसके लिए कमांडर 166 मिलिट्री हॉस्पिटल ने संस्थान के निदेशक डॉ. राम विश्वकर्मा जी को पत्र के माध्यम से रक्तदान शिविर को क़ामयाब बनाने एवं सहयोग के लिए उनका एवं उनके स्टॉफ सदस्यों का आभार सहित धन्यवाद किया।

ज्ञानवार्ता ब्यूरो

केसर की खेती

—डॉ. गांधी राम
वैज्ञानिक
भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू



केसर (क्रोकस सटीवस लिन्न) के चमकदार केसरिया (नारंगी) लाल रंग का बिन्दु इसके डण्ठल के भाग सहित व्यावसायिक केसर कहलाया जाता है। केसर विभिन्न खाद्य, पकवान, बेकरी, मिठाई तथा आयुर्वेदिक एवं यूनानी औषधियों में प्रयुक्त होता है और आकर्षक सुवास तथा रंग के कारण बहुत मूल्यवान होता है। केसर उप-शीतोष्ण जलवायु या समुद्री तल से 1500-2400 मीटर की ऊँचाई वाली श्रेणी की जलवायु में अच्छी फलती-फूलती है। उन प्रदेशों में जहाँ 30-40 सेन्टीमीटर वर्षा होती है और जो सर्दियों में बर्फ से घिरे रहते हैं— व्यावसायिक कृषि के लिए आदर्श है। वसन्त ऋतु की बारिश घनकन्दों की वृद्धि के लिए उपयुक्त है और गर्मियों तथा पतझड़ का प्रारम्भ पुष्पण के लिए अनुकूल है।

मिट्टी एवं भूमि की तैयारी— केसर की कृषि के लिए अच्छी सुनिकासशील, रेतीली चिकनी मिट्टी से रहित दोमट मिट्टी वाली भूमि की आवश्यकता होती है। हल्की-सी अल्कलाइड प्रतिक्रिया वाली मध्यम श्रेणी की अच्छी सुनिकासित हल्की मिट्टी उपजाऊ एवं पोषक समृदा मिट्टी की अपेक्षा अच्छी है तथा पानी का एकत्र होना, अम्ल, चूनेदार एवं मिट्टी का उच्च पी.एच. अनुकूल नहीं है।

जून माह में, तीन से चार बार तथा अनेक चक्कर लगाकर 30-35 सेन्टीमीटर अच्छी गहरी हल चलाकर ज़मीन की जुताई की जाती है और एक पखवाड़े तक ज़मीन को खाली छोड़ दिया जाता है तथा इस बीच मात्र खरपतवार हटाना तथा जड़ें व पत्थर निकालने का कार्य किया जाता है। तदुपरान्त जुलाई में, अन्तिम जुलाई के बाद मिट्टी में 15 से 20 टन प्रति हेक्टेयर की दर से देसी खाद मिश्रित की जाती है। अच्छा उत्पादन प्राप्त करने के लिए 20 किलोग्राम नाइट्रोजन, 80 किलोग्राम फास्फोरस और 30 किलोग्राम पोटाश प्रति

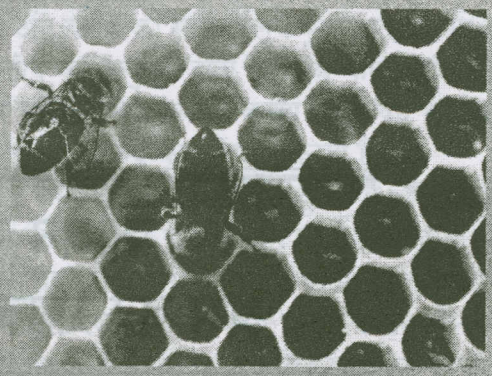
हेक्टेयर की दर से डालने की सिफ़ारिश की जाती है। अगस्त में रोपण के दौरान 'पी' और 'के' को निचली तह में डाला जाता है, जबकि नाइट्रोजन को दो बराबर भागों में बाँटकर अलग-अलग ख़ुराक़ के रूप में क्रमश: सितम्बर एवं नवम्बर में प्रयोग किया जाता है। रोपण हेतु लिये गए घनकन्दों से चिपकी हुई मिट्टी को छुड़ाकर साफ़ किया जाना चाहिए तथा बाहरी आवरण का कुछ भाग एवं रुग्ण सामग्री को भी हटा दिया जाए।

आमदनी तथा लाभ	
लगाने के लिए	- 40 क्विंटल कारमस / हेक्टेयर
कुल पैदावार	- 4-5 किलोग्राम प्रति हेक्टेयर
कुल आय	- 2 लाख रुपये प्रति हेक्टेयर
कुल ख़र्चा	- 75000 रुपये प्रति हेक्टेयर
कुल मुनाफ़ा	- 1.25 लाख प्रति हेक्टेयर

तदुपरान्त इन घनकन्दों को 5 प्रतिशत कॉपर सल्फेट से रोग निरोधी उपचार दिया जाए अथवा 150 ग्राम ब्रासिकल 75 प्रतिशत पानी के घोल से लगभग पाँच मिनट तक भली प्रकार नम होने दें तथा रोपण हेतु हवा में सुखा कर 15 सेन्टीमीटर के मध्य कतारों में 5 सेन्टीमीटर की दूरी पर रोप दिया जाए। ये घनकन्द 10 से 12 सेन्टीमीटर गहरी हलरेखाओं में रोपे जाते हैं जिन्हें बाद में अन्तर निकास जल नाली से मिट्टी द्वारा ढँक दिया जाता है। एक हेक्टेयर भूमि के लिए लगभग 40 क्विंटल अच्छे सुविकसित घनकन्दों की आवश्यकता होती है। चूँकि यह फसल पूर्णतया वर्षा पर आधारित होती है। अत: सिंचाई की कोई आवश्यकता नहीं होती।

कटाई— इसका पुष्पकाल प्राय: अक्टूबर से मध्य नवम्बर तक परन्तु तापमान तथा वर्षा पर बहुत निर्भर करता है। फलों को चुनने का कार्य एक दिन के अन्तराल पर और प्रात: काल में हुआ करता है। चुने हुए फूलों को बिन्दु के डण्ठल सहित अलग करके 8-10 प्रतिशत आर्द्रता तत्व में सुखाकर आर्द्रता अभेद्य डिब्बों में बन्द किया जाता है। •••

औषधि



सबसे बड़ा टॉनिक —शहद

शहद को पचाने में आँतों या मेदे को कोई मेहनत नहीं करनी पड़ती। खाने के पाँच मिनट बाद ही शहद शरीर का हिस्सा बन जाता है।

प्रात: एक छोटा चम्मच दालचीनी पाउडर तथा दो चम्मच शहद, गर्म पानी के एक कप में मिलाकर पीने से जोड़ों का दर्द ठीक होता है।

पानी में मिलाकर शहद पानी को अमृत बना देता है।

रोटी को चुपड़ देने से शहद उस रोटी की ताक़त पचास गुणा बढ़ा देता है।

शहद बच्चे-बूढ़े सबके लिए हितकर है, प्राकृतिक रसायन है, सौ रोगों की एक दवा है।

शहद और बादाम (भिगोकर पीसे हुए) के सेवन से दिमाग़ की कमज़ोरी दूर हो जाती है।

शहद-नींबू का शरबत पीकर सोने से गर्मियों में गहरी नींद आती हैं। सर्दियों में गर्म पानी, नींबू व शहद मिलाकर पिएँ। •••

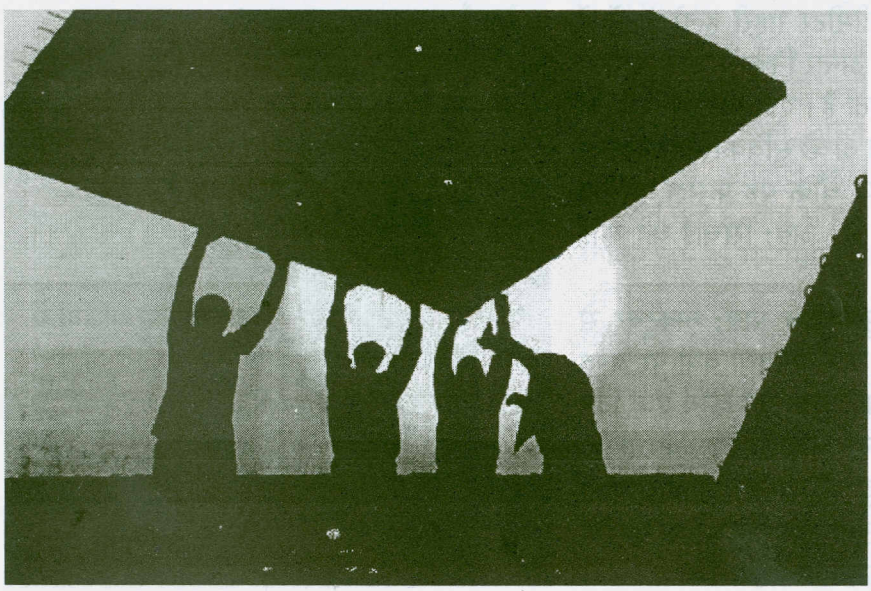
—राजेन्द्र कुमार उपाध्याय
वरिष्ठ प्रबंधक (विक्रय)
खादी ग्रामोद्योग भवन, जम्मू

जीवन में श्रम का महत्व

—राजेश कौशिक 'आचार्य'
नरवाना, ज़िला-जीन्द
हरियाणा

श्रम (मेहनत) संसार में सफलता प्राप्त करने का उत्तम साधन है। "उद्यमेनहि सिद्धयन्ति न मनोरयैं" परिश्रम के द्वारा ही मानव जीवन की ऊँची से ऊँची आकांक्षा पूरी करने में सफलता प्राप्त करता है। संसार कर्मक्षेत्र है, अतः कर्म करना ही मानव का धर्म है। किसी भी कार्य में हमें सफलता तब मिलती है, जब हम परिश्रम करते हैं। श्रम ही जीवन को गति प्रदान करता है। यदि हम परिश्रम की उपेक्षा करते हैं तो हमारे जीवन की गति रुक जाती है। अकर्मण्यता की स्थिति हमें ऐसी स्थिरता की मज़बूती में घेरती है कि उसके घेरे से बाहर निकलना कठिन हो जाता है। परिश्रमी व्यक्ति सभी प्रकार की कठिनाइयों से जूझकर स्वतन्त्र वातावरण में साँस लेता है।

परिश्रमी व्यक्ति ही जीवन में लक्ष्मी की कृपा से धनी बनता है। वह भाग्य का सहारा छोड़कर यथाशक्ति पुरुषार्थ करता है। यत्न करने पर भी परिश्रमी व्यक्ति को यदि सफलता नहीं मिलती तो वह निराश नहीं होता। वह यह जानने के लिए सचेष्ट रहता है कि कार्य में सफलता क्यों नहीं मिली। वह जानता है कि बिना परिश्रम के केवल इच्छा मात्र से सफलता नहीं मिलती।



संसार में हमें प्रत्येक पथ पर संघर्ष करके अपना मार्ग स्वयं बनाना पड़ता है। यदि हम श्रम करते हैं तो जीवन के संघर्ष में हमें विजय मिल पाती है। हम कितने भी शक्तिशाली और साधन-सम्पन्न हों पर यदि श्रम करने से जी चुराते हैं तो हमारी शक्ति व साधन सम्पन्नता अकेले हमें लक्ष्य की ओर नहीं ले जा सकती।

श्रम का असली रुप तो सारी प्रकृति में देखने को मिलता है। पशु-पक्षी, जीव-जन्तु सभी निरन्तर श्रम में लगे रहते हैं। रंगीन तितलियाँ धूप में उड़ती फिरती हैं। चींटी को तो कविवर पंत ने श्रम का प्रतीक ही बना दिया है— दिन भर में वह मीलों चलती।

अथक कार्य की भाँति हम भी अपने जीवन में श्रम के महत्त्व को समझे तो कर्म से हमारी आस्था दृढ़ होती है। कर्म से तो मनुष्य को कभी छुटकारा मिलने वाला नहीं। फिर कर्म करना ही है तो श्रम से उस पर पूर्ण अधिकार क्यों न किया जाए। एक महापुरुष का कहना है कि 'मोची होना बुरा नहीं, मोची होकर ख़राब जूता सीना बुरा है'।

समाज में बहुत से लोग भाग्यवादी रहे हैं। ऐसे व्यक्ति समाज की प्रगति में बाधक होते हैं। आज तक किसी भाग्यवादी ने संसार में कोई महान कार्य नहीं किया। श्रम करके ही प्रतिभा सम्पन्न कलाकारों ने छैनी-हथौड़े द्वारा अजंता एलोरा की भव्य गुफ़ाओं को मूर्तिमान किया। सामान्य व्यक्तियों ने अपने श्रम से बड़े-बड़े साम्राज्य खड़े कर दिए हैं। बाबर, शेरशाह, नेपोलियन सभी आरम्भ में सामान्य व्यक्ति थे पर अपने श्रम से उन्होंने इतिहास में अपना नाम अमर कर दिया। अनेक कठिनाइयों का सामना करते हुए परिश्रम से नौकाओं का संचालन करके कोलंबस ने अमेरिका को खोज निकाला।

श्रम साधना करने वालों को यश भी प्राप्त होता है और वैभव भी। हमारे अनेक साहित्यकार ऐसे हैं जिन्हें उच्च शिक्षा प्राप्त करने की सुविधा नहीं मिली। श्रम से उन्होंने अध्ययन किया। अपनी शक्तियों को विकसित किया और सफलता से उच्च कोटि के साहित्य का सृजन किया।

हम अपने कर्त्तव्य का पालन करने के लिए श्रम करते हैं, तो हमारे तन को अलौकिक आनन्द मिलता है। अंत:करण का सारा कलुष धुल जाता है और पूर्ण सन्तोष का अनुभव होता है। जब कोई व्यक्ति दिन भर परिश्रम से अध्ययन करता है तो वह सायंकाल खेलने में आनन्द का अनुभव करता है।

श्रम का एक विशिष्ट अर्थ भी है। इस अर्थ में श्रम उत्पादक भी होता है और कुछ अनुत्पादक भी। जिस प्रकार किसान परिश्रम से खेती करता है उसका श्रम उत्पादक श्रम है। इसी प्रकार उद्योग-धन्धों में लगे व्यक्ति जो श्रम करते हैं वह सब श्रम उत्पादक कहलाएगा। कुछ लोग व्यायाम करते हैं, खेल खेलने में श्रम करते हैं, यह अनुत्पादक श्रम होता है। इसका भी अपना महत्त्व है। इससे श्रम करने वालों का भी मनोरंजन होता है। मानसिक श्रम करने वालों के लिए इस प्रकार का अनुत्पादक श्रम ही क्यों न किया जाए। वे तो सभी प्रकार के श्रम में आनंद अनुभव करते थे।

जिस देश की जनता परिश्रम करने वाली होती है, वही उन्नति करता है। जापान एक छोटा-सा देश है। उसकी जनसंख्या भी अधिक नहीं है। पर परिश्रम के बल पर आज वह संसार के उन्नत राष्ट्रों में गिना जाता है। आज यदि हमको अपने देश का विकास करना है तो हमारे भूतपूर्व प्रधानमन्त्री पं. नेहरू के इस नारे का अनुकरण करना होगा— आराम हराम है।

यदि हमें अपने देश की ग़रीबी को दूर करना है तो हमें श्रम करके अपने देश का उत्पादन बढ़ाना होगा। हमको यह स्वीकार करना होगा कि जीवन को सुखमय बनाने की आधारशिला अपना निजी श्रम है। निष्कर्षत: यह कहा जा सकता है कि श्रम जीवन का सुख है। श्रम ही सृजन का मूल है। 'श्रमेव जयते।' •••

जोक बुक

प्रेमिका— कभी-कभी तुम आदमी मालूम पड़ते हो और कभी तुम्हारा व्यवहार औरतों जैसा हो जाता हैं क्या बात है?
प्रेमी— सब पूर्वजों का दोष है। मेरे आधे पूर्वज मर्द थे और आधे औरत।"

प्राकृतिक चिकित्सा और मोटापा

—डॉ. डी के गुप्ता
भारतीय समवेत औषध संस्थान
जम्मू

अच्छी सेहत के लिए हर कोई कामना करता है और इसका सबसे अच्छा तरीका प्राकृतिक हो; इससे अच्छी क्या बात हो सकती है! अपनी सेहत को ठीक रखने का सबसे उत्तम तरीका उन चीज़ों का इस्तेमाल करना जो कि प्रकृति में सरलता से उपलब्ध हैं। प्राकृतिक वस्तुओं का इस्तेमाल सदियों से लोग अपनी सेहत को ठीक रखने और सभी बीमारियों का इलाज करने के लिए करते आ रहे हैं। प्रकृति में हर बीमारी का इलाज करने की ताक़त है, सिर्फ़ इसके इस्तेमाल की जानकारी की ज़रूरत है। प्राकृतिक निकटता एक माँ की देखभाल की तरह है और कई समय तो यह आश्चर्यजनक कार्य करने के लिए शरीर के सन्तुलन बनाती है। प्राकृतिक कार्य मुख्यत: दो तरीके से होता हैं—

(क) ख़ुराक़ का सही पाचन
(ख) शरीर के सभी अंगों के इस्तेमाल में तेज़ी लाना।

ख़ुराक़ का सबसे महत्त्वपूर्ण कार्य शरीर के इम्यून सिस्टम को मजबूत करना है। मजबूत इम्यून सिस्टम की वजह से हर एक बीमारी शरीर से दूर रहती है हमारे खाने में कम से कम 43 किस्म के द्रव्य पदार्थ (जिन्हें एसेंशियल न्यूट्रिएंट्स कहते हैं) होने आवश्यक हैं। किसी एक एसेंशियल न्यूट्रिएंट्स की वजह से शरीर का संतुलन बिगड़ जाता है जिसके कारण बीमारी हो जाती है। प्रकृति में सभी एसेंशियल न्यूट्रिएंट्स पाये जाते हैं जिसकी ज़रूरत शरीर के बढ़ने व स्वस्थ रहने के लिए होती है। यह भलीभाँति सिद्ध हो चुका है कि एसेंशियल न्यूट्रिएंट्स सीड्स, नट्स, ग्रेन स्पाइसेज़, फल तथा सब्ज़ियों में पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। इनमें एसेंशियल न्यूट्रिएंट्स के अलावा बहुत सारे विटामिन भी पाए जाते हैं। विटामिन ए, बी, सी, डी, इ और के, के सेवन से समय से पहले बुढ़ापा नहीं आता है और शरीर में स्फूर्ति का संचालन होता है।

लेकिन समय के साथ हमारे खानपान का तरीका भी बदल गया है और जो भी प्रकृति में एसेंशियल न्यूट्रिएंट्स व विटामिन पाये जाते हैं हम उनका सेवन सही तरीके से नहीं कर पाते। बहुत से न्यूट्रिएंट्स पकाने के साथ-साथ

नष्ट या कम हो जाते हैं और कई तो बैक्टीरिया की वजह से प्रकृति से अलग करने से लेकर सेवन के समय के बीच ही ख़त्म हो जाते हैं। इसलिए हमें न्यूट्रिएंट्स, विटामिन व एन्टिऑक्सीडेंट्स की कमी को पूरा करने के लिए इनका अलग से सेवन करना पड़ता है। इसके सेवन हेतु आजकल लोग प्राकृतिक चीज़ों का इस्तेमाल करना चाहते हैं। जिस तरह ये पदार्थ प्रकृति में पाये जाते हैं उसी तरह उनका सेवन करें जिसकी वजह से शरीर के संचालन मैं कम से कम डिस्टस्लीएंस हों।

प्राकृतिक देखरेख या प्राकृतिक तरीके से शरीर की देखभाल एक सबसे बेहतर तरीका है। शरीर से रोग दूर रखने के लिये इससे बहुत-सी बीमारियाँ; जैसे उच्च रक्तचाप और मधुमेह ख़त्म हो जाते हैं। जो कि अंग्रेजी दवाइयों से सिर्फ काबू में रहते हैं। सही मायने में तो प्राकृतिक चिकित्सा हर बीमारी के इलाज के लिये जानी जाती है। यह शरीर के टॉक्सिक द्रव्यों को बाहर निकालती है, ताकि शरीर का संचालन अच्छी प्रकार हो। इसलिए प्राकृतिक चिकित्सा में टॉक्सिक चीजों से रहित भोजन और प्राकृतिक औषधियों का सेवन किया जाता है। कुछ सालों से एक नई धारणा लोगों में उत्पन्न हुई है जिसमें खाने और दवाइयों की गुणवत्ता और सुरक्षा के साथ-साथ इनमें टॉक्सिटी की मात्रा अज़ैर न्यूट्रिटिवी रेगुलेशन्स के बारे में भी लोगों का चिन्तन है। लोगों की चाहत प्रकृति से मिलने वाली चीजों से ज़्यादा है और सिन्थेटिक चीजों से कम।

अच्छी सेहत के लिए हमें अपने रहन-सहन व खानपान के तरीको को समझने की ज़रूरत है। आजकल हमारा रहन-सहन बहुत आरामदायक हो गया है। जिसकी वजह से हमें शारीरिक थकान नहीं होती, परन्तु दिमाग़ी थकावट ज़रुर होती है। शारीरिक कार्य न करने से हम जो भी खाते हैं, उसका पाचन सही नहीं होता और हमारा मोटापा बढ़ता जाता है। मोटापा बढ़ाने में एक मुख्य कारण वातानुकूलन है, जिसकी वजह से हम शरीर से पसीने के साथ-साथ टॉक्सिक मैटिरियल को नहीं निकाल पाते। शारीरिक कार्य से हमें हमारी पाचन शक्ति भी ठीक कार्य करती है और हम नई स्फूर्ती का एहसास करते हैं। हम लोग खानपान में भी आजकल फास्ट फूड का इस्तेमाल ज़्यादा करते हैं जिससे मोटापा बहुत जल्दी आता है।

आजकल मोटापा एक बहुत आम और चुनौतीपूर्ण बीमारी है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने कहा है कि यह बीमारी तेजी से फैल रही है और लोग इसके उपचार के बारे में बहुत कम जागरूक हैं। यह बीमारी उच्च व मध्यम वर्ग के रहन-सहन के लोगों में ज्यादा होती है। चिकित्सा विज्ञान में सामान्य से 10-20 प्रतिशत ज्यादा वजन के आदमी को मोटा कहा जाता है। यह स्थिति इतनी भयानक नहीं है। मोटापे को बॉडी मास इन्डेक्स में मापा जाता है। इसको मापने के लिए एक आदमी के वजन को किलोग्राम में लिया जाता है और इसको तक़सीम किया जाता है उसकी लम्बाई के स्क्वेरिल से। लम्बाई को मीटर में लिया जाता है। उदाहरण के तौर पर अगर किसी का वजन 63.5 कि.ग्रा. है और 1.68 मीटर लम्बाई हो तो उसका बॉडी मास इंडेक्स—

$$\frac{63.5}{1.68^2} = 22.5$$

25 बॉडी वेट इन्डेक्स की सतह है और 18-20 नीचे को 25.3 बॉडी वेट इन्डेक्स को मोटापा कहा जाता है। 30 के ऊपर बीएमआई का इलाज ज़रुरी हो जाता है। 1987 में यूके में 37 प्रतिशत पुरुष और 37 प्रतिशत महिलाएँ इस बीमारी से ग्रसित पाई गईं। मोटापा उम्र के साथ-साथ बढ़ता है और शारीरिक कार्य कम होता है। सबसे ज्यादा मोटापे की बढ़त 20 साल की उम्र से लेकर 40 साल की उम्र तक होती है और औरतों में यह अधिकतर 30 साल की उम्र के बाद आता है। इस व्याख्यान से अलग सिर्फ वही लोग हैं, जो शारीरिक तौर पर काम करते हैं अथवा ग़रीबी रेखा से नीचे हैं।

मोटापे के कारण— मोटापा तभी होता है जब हमारे खाने में एनर्जी वैल्यू, ख़र्च की जानी वाली एनर्जी से ज़्यादा होती है। इस स्थिति को पॉज़ीटिव एनर्जी वैल्यू कहा जाता है। इस Condition dks Positive energy balaue कहा जाता है। इस स्थिति में जो हम फालतू ऊर्जा खाते हैं, चाहे

मोटापे के रूप में जमा हो जाती है। जो लोग मोटे नहीं होते हैं, उनमें यह ऊर्जा साथ-साथ ही ख़र्च हो जाती है। अगर एक 70 किलोग्राम का आदमी 315 किलो अतिरिक्त कैलोरी एक दिन में लेता है, जो कि 250 ग्राम आलू के चिप्स में पाई जाती है, उसका वज़न लगभग पाँच साल में 140 किलोग्राम हो जायेगा।

आजकल का रहन-सहन इस तरह है कि हर आदमी अपने काम में व्यस्त है और जिस घर में पति और पत्नी दोनों नौकरियाँ करते हैं, वह अक्सर दुकानों से ऊर्जा से भरपूर फास्ट फूड और आइसक्रीम वगैरा का ही सेवन करते हैं। कई घरों में तो मोटापा जेनेटिकली भी मिलता है। लगभग 70 प्रतिशत बीएमआई जेनेटिकली फैक्टर्स में आते हैं इस जेनेटिकल फैक्टर की वजह से ही कुछ लोग ज़्यादा खाने-पीने के बावजूद मोटे नहीं होते और कुछ लोगों के मेटैलोशो में भी फर्क होता है जिसकी वजह से खानपान भी कम-ज्यादा होता है। अक्सर लोग वातावरण के साथ ज़रुरत से ज़्यादा एनर्जी लेते हैं। जैसे कि शादी-पार्टियों में लोग ज़्यादा उल्टा-सीधा खा लेते हैं। इसके अलावा कुछ अंग्रेजी दवाइयों जैसे कि पुरानी ओरल कॉन्ट्रेसेप्टिव, एन्टी डिप्रेशन अथवा एन्टी हिस्टेमाइनिक से भी मोटापा बढ़ता है। थाईसेंड से असंतोषजनक हार्मोन्स निकलना और कुछ क्रोमोसोम में ख़राबी के कारण (प्राडेर- विली सिन्डेम) अथवा वह सैल जिससे फैट होती है; जब ज़्यादा फैट को जमा करती है तो भी मनुष्य को मोटापा जल्दी आता है।

मोटापे की वजह से मनुष्य में बहुत सी बीमारियाँ आ जाती हैं। असमय मृत्यु भी इस बीमारी का एक परिणाम हो सकता है। मृत्यु का ख़तरा वजन के साथ बढ़ता है। जिन लोगों का बीएमआई 30 से ज्यादा होता है, उनमें 50-100 प्रतिशत असमय मृत्यु की आशंका होती है। दूसरे लोग जिनकी बीएचआई 25 से ज्यादा होती है उनमें हृदय रोग के दोगुने चान्स होते हैं और ट्राईगिसेरिड्स बन्द हो जाने के साथ बीडीएल कोलेनरोल कम हो जाता है। पाँच से आठ किलोग्राम वजन बढ़ने के साथ ही मनुष्य को मधुमेह रोग (दूसरे तरह) होने के दोगुने चान्स हो जाते हैं। जिन लोगों को मधुमेह रोग है, उनमें से 80 प्रतिशत लोगों का वजन ज़्यादा पाया गया है। मोटापे की वजह से कैंसर (जैसे यूटे, कोलेन, गॉल-ब्लडर, प्रॉरटिड्क, किडनी और पोस्ट-मीनोपारल कियार्ट कैंसर) की बीमारी, दमा व गठिया भी हो सकती है।

मोटापे के इलाज के लिये हमें फालतू वजन स्थाई तौर पर कम करना चाहिए। इसका तात्पर्य है कि वजन कम करने के बाद उसी वजन को बढ़ने से रोकना भी है। मोटापे का इलाज कम खाने और ज़्यादा कसरत से हो सकता है। वजन कम करने के बाद उसी सतह पर रखना एक मुश्किल कार्य है, इसके लिए इच्छा शक्ति की आवश्यकता होती है। वजन कम करने के बाद व्यायाम से हम इसे उसी सतह पर रख सकते हैं। व्यायाम से वजन कम बहुत मुश्किल से होता है। एक घंटे की सैर से लगभग 300 किलो कैलोरी ऊर्जा ख़र्च होती है, जबकि आराम के समय सिर्फ 60 किलो कैलोरी ख़र्च होती है। इसलिए अगर 240 किलो कैलोरी ऊर्जा हम शरीर के मोटापे से ही इस्तेमाल करते हैं तो लगभग 27 ग्राम वजन रोज़ाना कम हो सकता है। वजन कम करने के लिए क्रैश डाइट्स के इस्तेमाल के लिए परहेज करना चाहिए। इससे बहुत जल्दी और काफी वजन कम हो जाता है, जो कि कभी-कभी हानिकारक सिद्ध हो सकता है। वजन कम करने के साथ-साथ ज़रुरी न्यूट्रिएंट्स का उपयोग भी करना चाहिए। वजन कम करने का सही तरीका फैट का कम से कम उपयोग और चीनी को भी 4 किलो कैलोरी एक ग्राम के हिसाब से कम की जा सकती है। इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि सिर्फ चीजों के कम करने से ही इतना वजन कम नहीं हो सकता जब तक इसके साथ फैट और एल्कोहल की मात्रा भी कम नहीं होती। ख़ुराक में बहुत से फाइबर लेना भी ज़रुरी होता है। क्योंकि इससे भूख मिट जाती है और ऊर्जा भी बहुत कम मिलती है, जिससे मनुष्य का वजन ज़्यादा हो और वह 5-15 प्रतिशत कम कर लेता है तो उससे बहुत बीमारियों की आशंका, ख़ासतौर पर दिल की बीमारी कम हो जाती है। इसके साथ रक्तचाप और ब्लड शुगर कम हो सकता है और कोलॅस्ट्रोल की सतह में सुधार भी हो सकता है। •••

द्विभाषिकता एवं अन्य भाषा

—डॉ. अमर सिंह
सदस्य-सचिव
नराकास, जम्मू

द्विभाषिक या द्विभाषिकता से हमारा तात्पर्य है कि द्विभाषिक वह व्यक्ति कहलाएगा, जो अपनी मातृभाषा के अतिरिक्त अन्य दो भाषाओं में अपनी दक्षता रखता है। ऐसे व्यक्तियों में बचपन से ही समान रूप से दो भाषाओं के सीखने की एक साथ दक्षता बढ़ती है। द्विभाषिक व्यक्ति की भाषाई क्षमता विभिन्न संदर्भों में विभिन्न अनुपात में सिद्ध रह सकती है। अर्थात् उस व्यक्ति विशेष में विदेशी एवं अन्य भाषा के अधिगम का भाव प्रशस्त होता है।

किसी भी राष्ट्र को संवैधानिक दृष्टि से द्विभाषिक कहा जाए पर उस राष्ट्र के व्यक्ति केवल अपनी मातृभाषा ही जानते हों। उदाहरण के लिए राजभाषा के स्तर पर स्विट्ज़रलैंड बहुभाषा-भाषी है, पर इससे यह अर्थ लगाना कि उस देश का हर व्यक्ति बहुभाषिम होगा, ऐसा ग़लत होगा। इसी प्रकार भारत में संघ की राजभाषा के रूप में दो भाषाएँ स्वीकृत हैं (हिन्दी-अंग्रेजी), लेकिन व्यक्ति और समाज के स्तर पर ऐसे वर्ग देखने को मिलते हैं, जो न हिन्दी जानते हैं और न अंग्रेजी। अत: द्विभाषिक को दो वर्गों में विभाजित किया जा सकता है—

1. स्थिति सापेक्ष 2. प्रयोक्ता सापेक्ष

स्थिति सापेक्ष द्विभाषिकता, राष्ट्र स्तर पर देखी जा सकती है, जिसमें प्रयोक्ता को द्विभाषिक होना अनिवार्य नहीं होता। इसके विपरीत प्रयोक्ता सापेक्ष द्विभाषिकता में व्यक्ति दो भाषाओं में पूर्ण अथवा आंशिक दक्षता रखता है। द्विभाषिकता की यह स्थिति भारत में स्वतंत्रता से पूर्व व बाद की रही है।

प्रयोक्ता सापेक्ष द्विभाषिकता के कार्य आयाम देखने को मिलते हैं, जिनमें तीन मुख्य हैं। शिक्षा, सामाजिक और अभिप्रेरणा। शिक्षा के आयाम पर द्विभाषिकता को दो आयामों पर बाँटा जा सकता है—

1. शिक्षा निपरेक्ष, सामान्य द्विभाषिकता
2. शिक्षा सापेक्ष, संभ्रांत द्विभाषिकता

सामान्य द्विभाषिकता जनजीवन की अपनी दैनिक आवश्यकताओं से अद्‌भुत संप्रेषणावस्था का परिणाम

होती है, जिसे दो भिन्न भाषा-भाषीअवभाषा (वर्नाक्युलर) के स्तर पर अपनाते देखे जाते हैं। इसमें अल्पभाषा की सामान्यत: पिजिन (अवमिश्रित) भाषा के रूप में ढलने की ओर होती है। इस प्रकार की द्विभाषिकता का जनक सामाजिक आवश्यकता का वह स्तर होता है जो न किसी औपचारिक भाषा शिक्षण की आवश्यकता रहती है और न ही किसी लिखित साहित्यिक मानदण्ड की।

यही कारण है कि भारत जैसे बहुभाषी देश की भाषा व्यवस्था में भी द्विभाषिकता की जड़ें बहुत गहराई तक गई हैं। हिन्दी के संदर्भ में यह कहा जा सकता है कि जब बंगाली मातृभाषी दूसरी भाषा के रूप में कलकत्तिया हिन्दी या मराठी मातृभाषी बंबइया हिन्दी अपनाते हैं, तब इस दूसरी भाषा के प्रयोक्ता उसे किसी औपचारिक संदर्भ में नहीं सीखते। इस प्रकार द्विभाषिकता के लिए सामान्य जीवन के अनौपचारिक संदर्भ ही पाठशाला का काम करते हैं और संप्रेषण की आवश्यकताएँ ही शिक्षण एवं अनुवादक का काम करती है। इसके विपरीत संभ्रांत टाइप द्विभाषिकता शिक्षा सापेक्ष होती है। यह औपचारिक स्तर पर अन्य भाषा के शिक्षण से अद्‌भुत होती है। इस प्रकार की द्विभाषिकता में अन्य भाषा का मानक रूप साध्य होता है। संपर्क भाषा अन्य भाषा का मानक रूप साध्य होता है। संपर्क भाषा (लिंगआ-फ्रॅंका) के रूप में अन्य भाषा को यहाँ भी स्वीकार किया जा सकता है पर इसका झुकाव 'अवमिश्रित' भाषा को जन्म देने की ओर नहीं होता। हमने सीखने वाले शिक्षित अथवा अर्द्धशिक्षित व्यक्तियों का वह समूह होता है जो भाषा अवमिश्रण प्रक्रिया को प्राय: उस दृष्टि से देखता है। उदाहरण के लिए सामान्य टाइप की द्विभाषिकता को हम बाज़ारू हिन्दी के नाम से पुकारते हैं तो संभ्रांत टाइप की द्विभाषिकता को हम अखिल भारतीय स्तर पर सुनियोजित ढंग से प्रतिष्ठित की जाने वाली प्रतिष्ठा प्राप्त 'राजभाषा' के रूप में विकसित करने की ओर प्रवृत्त होते हैं। यहाँ ध्यान देने की बात है कि शिक्षा निरपेक्ष सामान्य द्विभाषिकता की स्थिति में प्रयोक्ता अन्य भाषा व्यवहार में बोलने और सुनने के स्तर तक सामान्यत: सीमित रखते हैं पर शिक्षा निरपेक्ष संभ्रांत द्विभाषिकता की स्थिति में वह अन्य भाष। की दक्षता को लिखने-पढ़ने के स्तर पर भी ले जा सकता है। सामाजिकता के आयाम पर द्विभाषिकता को दो वर्गों में विभाजित किया जा सकता है। 1. व्यक्तिपरक द्विभाषिकता और 2. समुदायपरक द्विभाषिकता। व्यक्तिपरक द्विभाषिकता में प्रयोक्ता अपने वैयक्तिक आवश्यकताओं के कारण अन्य भाषा को स्वीकार करता है। जैसे कि हिन्दुस्तान में अंग्रेजी की स्वीकार्यता है।

लेकिन इस वर्ग के प्रयोक्ता किसी सामाजिक दबाव अथवा संप्रेषण व्यवस्था की अपनी मांग के कारण दूसरी भाषा सीखने की ओर प्रवृत्त नहीं होते। उदाहरणस्वरूप हिन्दी मातृभाषी, रूसी, जर्मन, ग्रीक आदि भाषाओं में सीखने की ओर प्रवृत्त होता है तब उसकी इस प्रवृत्ति को उसके समाज की संप्रेषण व्यवस्था की मांग का परिणाम नहीं कहा जा सकता। इसके विपरीत समुदायपरक द्विभाषिकता में प्रयोक्ता मातृभाषेतर भाषा को अपने समाज की व्यापक संप्रेषण व्यवस्था एक महत्वपूर्ण कड़ी के रूप में सीखता है। इस वर्ग का प्रयोक्ता अन्य भाषा में एक सामाजिक दबाव के कारण परिणामस्वरूप अपनाता पाया जाता है।

वस्तुत: समुदायपरक द्विभाषिकता के संदर्भ में अपनाई जाने वाली अन्य भाषा, प्रयोक्ता के भाषाई समाज के भाषिक कोष (वर्बल रेपटयिर) की एक भाषा होती है। उदाहरण के लिए, हिन्दी मातृभाषी, जब अंग्रेजी भाषा को सीखने की ओर प्रवृत्त होता है तब वह केवल अपनी वैयक्तिक रुचि उसमें अधिक होती है और वैयक्तिक रुचि के कारण ही ऐसा नहीं करता। बल्कि उच्चशिक्षा, तकनीकी ज्ञान, यांत्रिकी तथा वैज्ञानिक विषयों पर गहरी पकड़ बनाने आदि सामाजिक संदर्भों की यह मांग है कि हिन्दी भाषी समाज के प्रयोक्ता अंग्रेजी भाषा में भी पर्याप्त दक्षता रखते हैं।

प्रयोक्ता की अभिप्रेरणा (मोटिवेशन) के आयाम पर द्विभाषिकों को दो वर्गों में विभाजित करना संभव है। 1. उपकरणवादी द्विभाषिक और 2. समग्रतावादी द्विभाषिक। उपकरणवादी द्विभाषिक अन्या भाषा को सीखने के लक्ष्य को उपयोगिता के आधार पर स्वीकार करते हैं। जैसे कि अगर प्रयोक्ता स्वयं अपने पेशे से

सुचारु रूप से सम्पन्न करने के निमित्त किसी अन्य भाषा को सीखना अधिक पसंद करता है।

अभिप्रेरणा की प्रकृति को उपकरणवादी कहना तर्कसंगत है। इसी प्रकार हिन्दीतर भाषी भारतीय हिन्दी को वास्तव में राजभाषा के रूप में गृहण करना चाहता है अथवा हिन्दी भाषी भारतीय अंग्रेजी को तकनीकी ज्ञान पिपासा के लिए अपनाता है, तभी उसकी अभिप्रेरणा को उपकरणवादी कहा जाएगा। इसके विपरीत समग्रतावादी द्विभाषिक, अन्य भाषा को किसी दूसरे समुदाय के बारे में अधिक ज्ञान प्राप्त करने के निमित्त सीखता है, जिससे वह अपनी सामाजिक अस्मिता उस भाषाई समाज से जोड़ सके और संस्कृतिक धरातल पर उस समाज की सदस्यता प्राप्त कर सके। ऐसी अभिप्रेरणा से युक्त भारतीय प्रयोक्ता अंग्रेजी भाषा कासे उदाहरण के रूप में गृहण अंग्रेजी जैसा दिखने और स्वीकार किए जाने के लिए अपनाया है।

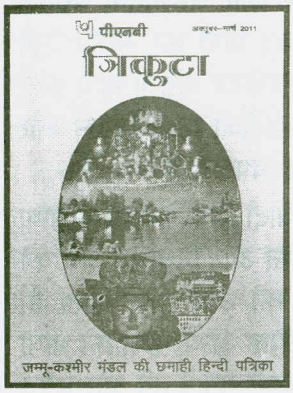
स्पष्ट है कि उपकरणवादी द्विभाषिक अन्य भाषा को भाषा व्यवहार के सीमित और निर्धारित क्षेत्र की भाषा के रूप में सीखने की ओर प्रवृत्त होता है, जबकि समग्रतावादी द्विभाषिक अन्य भाषा को भाषा व्यवहार के संदर्भ में सर्वव्यापी बनाने की ओर प्रवृत्त होता है। •••

पीएनबी (मंडल कार्यालय) जम्मू में हिंदी मास का आयोजन

जम्मू मंडल द्वारा सितम्बर माह, राजभाषा माह के रूप में मनाया गया। इस संबंध में सभी शाखाओं को सूचित किया गया तथा इस आशय के बैनर लगाए गए। 22 सितम्बर को मंडल कार्यालय सम्मेलन कक्ष में हिन्दी दिवस एवं पुरस्कार वितरण समारोह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मंडल प्रमुख श्री अशोक गुप्ता ने की। अपने संबोधन में उन्होंने सभी स्टॉफ सदस्यों से अपना अधिक से अधिक कार्य हिन्दी में करने का आह्वान करते हुए कहा कि हिन्दी के प्रयोग के संबंध में भारत सरकार के अनुदेशों व प्रधान कार्यालय के दिशानिर्देशों के अनुसार हिन्दी के प्रयोग में उत्तरोत्तर वृद्धि करते हुए निर्धारित लक्ष्यों को प्राप्त करने के हर संभव प्रयास किए जाएँ। उपाध्यक्ष श्री हरनेक सिंह ने निर्णायकगण एवं सभी प्रतिभागियों का धन्यवाद किया। मुख्य प्रबंधक श्री ए के मोटा ने राजभाषा में मंडल की उपलब्धियों की जानकारी दी। समारोह के दौरान काव्यपाठ प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। डॉ. अमर सिंह (वरिष्ठ हिन्दी अधिकारी एवं सचिव), नराकास जम्मू तथा डॉ. राज जम्बाल, प्रवक्ता, महिला कॉलेज परेड, जम्मू ने निर्णायकगण की भूमिका निभाई। मंचा का संचालन प्रबंधक राजभाषा श्री जगदीश लाल बंगोत्रा ने किया। •••

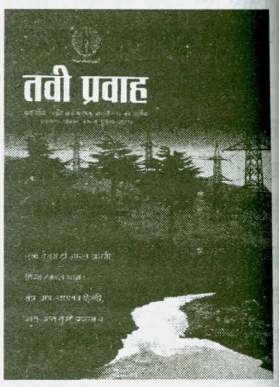
भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण, जम्मू में हिन्दी पखवाड़ा

भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण के जम्मू कार्यालय ने जम्मू विमानपत्तन पर हिन्दी पखवाड़े का भव्य आयोजन किया। 14 सितम्बर (हिन्दी दिवस) के अवसर से प्रारंभ हुआ यह आयोजन दिनाँक 30 सितम्बर तक राजभाषा की गरिमा तथा ऐश्वर्य के विविध आयोजनों से सुसज्जित रहा। इस अवसर पर अनेक प्रतियोगिताएँ आयोजित की गईं जिनमें अनेक कर्मचारियों तथा अधिकारियों ने भाग लिया। उद्घाटन समारोह की अध्यक्षता विमानपत्तन निदेशक श्री एम सुरेश ने की। इस अवसर पर उन्होंने सभी कर्मचारियों को राजभाषा प्रोन्नति तथा विकासार्थ कार्य करने का संदेश दिया। भाषा के प्रति लगाव तथा सम्मान की भावना ही किसी भाषा को सम्पन्न बना सकती है, इस संदेश से हिन्दी पखवाड़े का आग़ाज़ किया गया। इस दौरान जम्मू हवाई अड्डे पर एक भव्य बैनर लगाया गया जिसमें हिन्दी के सभी वरिष्ठ साहित्यकारों के चित्र समाविष्ट थे। समापन समारोह में प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कार वितरण किया गया तथा श्री एम एल मेहरा, वरिष्ठ अधीक्षक (जम्मू पुलिस) एवं डॉ. अमर सिंह, सचिव नराकास जम्मू के सन्निध्य में पखवाड़े का समापन किया गया। मंच का संचालन श्री चिराग़ जैन ने किया। •••



त्रिकुटा
प्रकाशक : पंजाब नेशनल बैंक
बारंबारता : त्रैमासिक

'त्रिकुटा' पीएनबी की राजभाषा के प्रचार-प्रसार की उपलब्धियों को दर्शाते हुए अन्य ज्ञानवर्द्धक बातों तथा मंडल गतिविधियों से भी अवगत कराती है। ग्राहकों के साथ अच्छे संवाद स्थापित करने के लिए पत्रिका की उपयोगिता और भी सार्थक हो जाती है। पुरस्कार छोटा हो या बड़ा, प्राप्त करने वालों के लिए गौरव लाता है। अत: ये अत्यंत महत्त्वपूर्ण हैं। 'राष्ट्रीय एकता की वाहिनी- हिन्दी' लेख में लेखक हिन्दी की सरलता एवं मृदुता के कारण हिन्दी की व्यापकता और लालित्य का वर्णन करते हुए इस बात पर प्रकाश डाला है कि हिन्दीतर विद्वानों ने भी हिन्दी के संरक्षण एवं संवर्द्धन में महत्त्वपूर्ण योगदान दिया है। हिन्दी भारत की माटी ऐसे रची-बसी है कि जिसमें सबको पुष्पित-पल्लवित होने का अवसर मिलता है। 'तनाव से बचने का सूत्र', 'सृजनशीता', 'आम बीमारियों से बचने व खुश रहने के रहस्य' एवं जल ही जीवन है' जैसे लेख प्रेरणादायक हैं। 'शब्द हमारे साथी' की सामग्री कार्यालयों में अधिक से अधिक कार्य हिन्दी में करने के लिए प्रेरित करती है। बात अगर काव्यधारा की करें तो उनकी कलकल करती निर्मल धारा ने भाव-विभोर कर दिया। सभी कविताएँ गागर में सागर हैं। पठनीय तो हैं ही साथ ही साथ शिक्षाप्रद भी हैं। पत्रिका में पृष्ठ के अंत में दी गई सूक्तियाँ बहुतों के जीवन में इन्द्रधनुष खिला सकती हैं। 'हमारी विदेश यात्रा' पढ़कर मन गद्‌गद हो जाता है। पत्रिका में कार्यालय की व्यावसायिक गतिविधियों को भी स्थान दिया गया है। पत्रिका का मुखपृष्ठ और प्रस्तुतिकरण बेहद सुन्दर है। कुल मिलाकर पत्रिका ज्ञानवर्द्धक तथा सुरुचिपूर्ण है। समीक्षक : सुभाष चन्द शर्मा



तवी प्रवाह
प्रकाशक : पॉवर ग्रिड कॉर्पोरेशन
बारंबारता : त्रैमासिक

कलेवर, कथ्य तथा संपादन; इन्हीं तीन सोपानों पर किसी पत्रिका के स्तर का आकलन किया जा सकता है। पॉवरग्रिड की पत्रिका 'तवी प्रवाह' इन तीनों ही सोपानों पर परिपक्वता की झलक देती चलती है। साज-सज्जा ऐसी कि यकायक पत्रिका को आद्योपान्त पलट डालने पर विवश कर दे। सादगी के साथ पूर्णतया रंगीन इस पत्रिका का ले-आउट इस पैमाने पर तैयार किया गया है कि पत्रिका आकर्षक तो लगे, किन्तु आकर्षण के ये तत्व पाठ्य सामग्री की स्पष्टता को बाधित न करें। संपादन के पैमाने पर पत्रिका में वास्तविक रूप से प्रकाशनीय सामग्री का ही चयन किया गया है। संस्थागत होने वाले अन्य प्रकाशनों के समान अनर्गल सामग्री के निष्कासन में संपादन मंडल किंचित निष्ठुर अवश्य रहा होगा।

सामान्यतया संस्थागत पत्रिकाओं में चित्रों की ऐसी बहुतायत होती है कि पत्रिका पाठ्य कम और दर्शनीय अधिक प्रतीत होती है। इस सोपान पर भी तवी प्रवाह का संपादन मंडल दृढ़ दिखाई दिया है कि किसी अवसर के आवश्यक चित्रों के अतिरिक्त चित्रों को समाविष्ट नहीं किया जाए।

पत्रिका में संकलित काव्य-पूंजी तथा अन्य जानकारीवर्द्धक पृष्ठ अपनी उपयोगिता तथा अर्हता की गवाही स्वयं दे रहे हैं। रिपोर्ताज प्रस्तुत करने में शब्दों का चयन पत्रकारिता के मापदण्डों के मुताबिक़ किया गया है और इनको अनावश्यक रूप से लम्बा नहीं किया गया। इसके लिए संपादन मंडल बधाई का पात्र है। कुल मिलाकर पत्रिका पठनीय तथा कुछ अर्थों में संग्रहणीय बन पड़ी है। समीक्षक : चिराग़ जैन

नराकास, जम्मू की ''ज्ञानवार्ता'' के प्रथम अंक का विमोचन करते हुए नराकास के अध्यक्ष, डॉ. राम विश्वकर्मा एवं उपस्थित अन्य गणमान्य जन ।

आइ.आइ.आइ.एम. जम्मू के निदेशक डॉ. राम विश्वकर्मा हिन्दी कार्यशाला को संबोधित करते हुए ।

आइ.आइ.आइ.एम. जम्मू के कान्फ्रेंस हॉल में 23 अप्रैल, 2011 को संसदीय समिति की आलेख एवं साक्ष्य उप समिति द्वारा राजभाषा निरीक्षण ।

16 कोर आर्मी द्वारा आइ.आइ.आइ.एम. जम्मू में रक्तदान शिविर के आयोजन पर संस्थान के स्टॉफ सदस्य एवं शोध अध्येता अपना रक्तदान करते हुए ।

रक्तदान शिविर के आयोजन में सहयोग की भूमिका में आइ.आइ.आइ.एम. जम्मू के वरिष्ठ वैज्ञानिक तथा आर्मी के पदाधिकारीगण ।

भारतीय समवेत औषध संस्थान, जम्मू

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, जम्मू

अम्बे प्रिंटिंग प्रैस गंग्याल जम्मू # 94191 42528