# चेन्नै लहर

वर्ष : 2024-25 अंक : 19

## 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता (दक्षिण)

सत्यमेव जयते

**कर्मचारी राज्य बीमा निगम**

(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)

**क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै, तमिलनाडु**

क.रा.बी.निगम के 74वें स्थापना दिवस समारोह के अवसर पर माननीय श्रम एवं रोजगार मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया जी की गरिमामयी उपस्थिति में बड़े कार्यालयों की श्रेणी में श्रेष्ठ कार्य-निष्पादन के लिए द्वितीय पुरस्कार ग्रहण करते हुए श्री जी.वी.किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
EMPLOYEES' STATE INSURANCE CORPORATION
(Ministry of Labour & Employment, Govt. of India)

क.रा.बी.नि.
E.S.I.C.

*Certificate of Appreciation*

**Awarded to**

**Tamil Nadu**

**RUNNER-UP**

in the category of

**BEST PERFORMING ESIC REGIONAL OFFICE**
**(Big Regional Office)**

in recognition of outstanding performance in delivery of services to IPs & Beneficiaries

on the occasion of the

***Regional Dialogue on Social Justice***

*and Observance of*

***74th ESIC Foundation Day***

*on*

***Monday, 24th February 2025, New Delhi***

**Dr. Mansukh Mandaviya**
Minister of Labour & Employment and
Youth Affairs & Sports, Government of India

# चेन्नै लहर

सत्यमेव जयते

**अंक : 19** **वर्ष : 2024-25**


## संरक्षक

**जी.वी.किरण कुमार**

अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक

## संपादक

**श्याम सुंदर कथूरिया**

संयुक्त निदेशक (राजभाषा)

## सह-संपादक

**राजेश शर्मा**

उप निदेशक (राजभाषा)

## रचनात्मक सहयोग

**ब्रजेश कुमार**

वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

**आनंद चौधरी**

कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी

**प्रफुल्ल शर्मा**

आशुलिपिक

## टंकण सहयोग

**विजय कु. यादव**

अवर श्रेणी लिपिक

**लोकेश कुमार**

अवर श्रेणी लिपिक

**धनंजय पाण्डेय**

बहुकार्य स्टाफ



## प्रकाशक

**क्षेत्रीय कार्यालय**

**कर्मचारी राज्य बीमा निगम**

(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)

143, स्टर्लिंग रोड, नुंगम्बाक्कम, चेन्नै, तमिलनाडु - 600034

दूरभाष : 044-28306300
फैक्स : 28238559

ई-मेल- rd-tamilnadu@esic.gov.in
वेबसाइट- https://rotamilnadu.esic.gov.in/

ई-पत्रिका

ई-पत्रिका
https://tinyurl.com/chennailehar-25

पीडीएफ
https://tinyurl.com/chennailehar25

पीडीएफ



नोट - पत्रिका में प्रकाशित विचार लेखकों के अपने हैं, उनसे संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं है तथा लेखों/रचनाओं की मौलिकता के लिए लेखक/रचनाकार स्वयं उत्तरदायी हैं। पत्रिका में इंटरनेट पर उपलब्ध चित्रों का साभार उपयोग किया गया है।

# अनुक्रमणिका


| क्रमांक | विषय सूची | रचनाकार (श्री/सुश्री)/संदर्भ | पृष्ठ संख्या |
|---|---|---|---|
| 1 | संदेश | महानिदेशक | 4 |
| 2 | संदेश | बीमा आयुक्त (राजभाषा) | 5 |
| 3 | संरक्षक की कलम से | अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक | 6 |
| 4 | संपादकीय | संयुक्त निदेशक (राजभाषा) | 7 |
| 5 | ई-ऑफिस : आवतियों (रिसीप्ट) की हिंदी में प्रविष्टियां | राजेश शर्मा | 8-13 |
| 6 | क्या कागज़ की खुशबू बचेगी? | आनंद चौधरी | 14-15 |
| 7 | वीर सिपाही | एस.ए.प्रसाद | 15 |
| 8 | राह के मुसाफिर | आशीष कुमार | 16 |
| 9 | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में शिशुशाला का उद्‌घाटन | रिपोर्ट | 17 |
| 10 | आशुलिपि : सरकारी नौकरी के लिए एक आसान राह | प्रफुल्ल शर्मा | 18-19 |
| 11 | 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता, 2025 | रिपोर्ट | 20-23 |
| 12 | खुद की खोज और आत्म-साक्षरता | अभिजीत कुमार | 24-25 |
| 13 | बेटी हूँ मैं | संजीव कुमार | 26 |
| 14 | रूहदार | सतीश कुमार | 26 |
| 15 | निगम में प्रयुक्त हितलाभ शब्दावली | शब्दावली | 27 |
| 16 | तक्र : आयुर्वेद का अमृत पेय | डॉ. एस. वरलक्ष्मी | 28-29 |
| 17 | कसक | बिनोद माल | 30 |
| 18 | बधाइयां | आ. कृष्ण कुमार | 31 |
| 19 | बीमाकृत व्यक्ति के आश्रितजन को हितलाभ | रिपोर्ट | 32 |
| 20 | बीमाकृत व्यक्ति के आश्रितजन का पत्र | मूल पत्र एवं अनुवाद | 33 |
| 21 | बीमाकृत व्यक्ति के आश्रितजन का पत्र | मूल पत्र | 34 |
| 22 | बीमाकृत व्यक्ति का पत्र | मूल पत्र एवं अनुवाद | 35 |
| 23 | तमिलनाडु क्षेत्र में लाभार्थियों को प्रदान किए गए हितलाभ | रिपोर्ट | 36 |
| 24 | माँ, सब करने लगा हूँ मैं | चंदन कुमार | 37 |
| 25 | समय का पहिया | आ. कृष्ण कुमार | 38 |
| 26 | कार्यालय के गुमनाम चेहरे | धनंजय पाण्डेय | 39 |
| 27 | दर्द में खुशी | ए.एस.स्मिता | 40 |

| क्रमांक | विषय सूची | रचनाकार (श्री/सुश्री)/संदर्भ | पृष्ठ संख्या |
|---|---|---|---|
| 28 | सांसे नहीं, सोच बनाती है जीवन को जीवंत | दीपक मीना | 41 |
| 29 | जल यात्रा | एम. वडिवेल | 42-43 |
| 30 | देश की एकता का सूत्र- हिंदी (पुरस्कृत निबंध) | विजय कुमार यादव | 44-45 |
| 31 | वर्ष 2023-24 के दौरान राजभाषा .......... संक्षिप्त विवरण | रिपोर्ट | 46-47 |
| 32 | समय का मूल्य (पुरस्कृत निबंध) | एस. बी. निरैंदवन | 48-49 |
| 33 | महिला दिवस समारोह-2025 का आयोजन | रिपोर्ट | 50-51 |
| 34 | राजभाषा पखवाड़ा समापन .................... समारोह 2024 | रिपोर्ट | 52-55 |
| 35 | तमिल-हिंदी वार्तालाप कक्षाओं का आयोजन | रिपोर्ट | 56 |
| 36 | दोस्ती में दरार पड़ गई | आशीष कुमार | 57 |
| 37 | श्रीशैलम तीर्थाटन | के. सागर दास | 58 |
| 38 | स्वच्छता पखवाड़ा एवं वृक्षारोपण कार्यक्रम | छायाचित्र | 59 |
| 39 | विश्व की भाषाओं पर हिंदी का प्रभाव | श्याम सुंदर कथूरिया | 60-62 |
| 40 | आपकी प्रतिक्रिया | पत्र | 63 |
| 41 | चेन्नै लहर के 18वें अंक का विमोचन | छायाचित्र | 64 |


कंठस्थ 2.0

- अनुवाद सारथी -

**कंठस्थ 2.0 एक स्मृति आधारित अनुवाद टूल है, जिसे राजभाषा विभाग ने सी-डैक के सहयोग से बनाया है। इसका उद्देश्य, केंद्र सरकार के कामकाज में अनुवाद कार्य में लगने वाले समय और मानव संसाधनों की बचत करना है। यह सुविधा ई-ऑफिस में भी सुलभ है।**

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
Employees' State Insurance Corporation
(Ministry of Labour & Employment, Govt. of India)

सत्यमेव जयते

पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग, नई दिल्ली-110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
Tel. : 011-23604740
Website : www.esic.gov.in

अशोक कुमार सिंह (भा.प्र.से.)
महानिदेशक

अ.शा.पत्र सं.: ए-49/17/1/2016-रा.भा.
दिनांक : 20 फरवरी, 2025

## संदेश

हिंदी पत्रिका का उद्देश्य, राजभाषा के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ कार्यालय में कार्यरत अधिकारियों एवं कर्मचारियों को अपनी रचनात्मक प्रतिभा प्रदर्शित एवं विकसित करने हेतु उपयुक्त मंच प्रदान करना होता है। मुझे विश्वास है कि 'चेन्नै लहर' का 19वां अंक हिंदी के विकास एवं समृद्धि में महत्वपूर्ण योगदान देगा। इस पत्रिका के प्रकाशन से यहां के कार्मिकों में हिंदी के प्रति रुचि भी जागृत होगी।

आशा करता हूँ कि इसका प्रकाशन आगे भी इसी प्रकार जारी रहेगा। पत्रिका प्रकाशन हेतु शुभकामनाएं।

(अशोक कुमार सिंह)

श्री जी.वी.किरण कुमार
अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक
कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय,
143, स्टर्लिंग रोड, नुंगम्बाक्कम, चेन्नै-600034

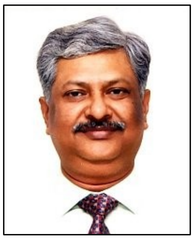
कर्मचारी राज्य बीमा निगम
(श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार)
Employees' State Insurance Corporation
(Ministry of Labour & Employment, Govt. of India)

सत्यमेव जयते

पंचदीप भवन, सी.आई.जी. मार्ग, नई दिल्ली-110 002
Panchdeep Bhawan, C.I.G. Marg, New Delhi-110 002
Tel. : 011-23604740
Website : www.esic.gov.in

रत्नेश कुमार गौतम
बीमा आयुक्त (राजभाषा)

अ.शा.पत्र : ए-49/17/3/2016-रा.भा.
दिनांक : 21 फरवरी, 2025



## संदेश

क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै द्वारा प्रकाशित की जा रही हिंदी पत्रिका 'चेन्नै लहर' के 19वें अंक हेतु शुभकामनाएं। यह कामना है कि पत्रिका राजभाषा कार्यान्वयन को सुदृढ़ बनाने के अपने उद्देश्य में सफल होगी और कार्मिकों को हिंदी कामकाज हेतु प्रेरित करने में सहायक सिद्ध होगी।

विभागीय हिंदी गृह पत्रिका के प्रकाशन के लिए क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै के कार्मिकों को शुभकामनाएं।

रत्नेश कुमार गौतम
(रत्नेश कुमार गौतम)

श्री जी.वी.किरण कुमार
अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक
कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय,
143, स्टर्लिंग रोड, नुंगम्बाक्कम, चेन्नै-600034

# संरक्षक की कलम से...

**जी.वी.किरण कुमार**

**अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक**

*प्रिय पाठको,*

*हिंदी न केवल हमारी सांस्कृतिक और भावनात्मक पहचान है, बल्कि यह हमारी सोच, ज्ञान और नवाचार का भी आधार है। 'चेन्नै लहर' का 19वां अंक प्रस्तुत करते हुए मुझे गर्व का अनुभव हो रहा है कि यह पत्रिका न केवल विविध लेख और विचार प्रस्तुत करती है, बल्कि हमारे निगम के सदस्यों को एक-दूसरे से जोड़ने का माध्यम भी बनती है।*

*इस अंक में, हमारे साथियों ने अपने व्यक्तिगत अनुभव, कविताएँ, कहानियाँ और अन्य रचनात्मक प्रस्तुतियाँ साझा की हैं। ये हमें यह संदेश देती हैं कि कार्यालय केवल कार्यस्थल नहीं है, यह हमारी प्रेरणा और रचनात्मकता का केंद्र भी है।*

*कर्मचारी राज्य बीमा निगम के उद्देश्यों को साकार करने के लिए, यह आवश्यक है कि हम सभी मिलकर हिंदी के प्रचार-प्रसार में योगदान दें। हिंदी को अपने कार्यों, विचारों और संवाद का हिस्सा बनाकर हम न केवल इसकी समृद्धि को बनाए रख सकते हैं, अपितु इसे एक नई दिशा और ऊँचाई प्रदान कर सकते हैं।*

*मुझे यहां यह बताते हुए प्रसन्नता हो रही है कि क.रा.बी.निगम के 74वें स्थापना दिवस समारोह के अवसर पर माननीय श्रम एवं रोजगार मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया जी ने निगम के बड़े कार्यालयों की श्रेणी में सर्वश्रेष्ठ कार्यनिष्पादन के लिए इस कार्यालय को द्वितीय पुरस्कार से सम्मानित किया है। इसके अतिरिक्त हमने निगम के दक्षिण अंचल की 13वीं खेल-कूद प्रतियोगिताओं का भव्य आयोजन किया तथा इसमें श्रेष्ठ प्रदर्शन कर सर्वाधिक पुरस्कार भी अर्जित किए। इसके साथ-साथ 'चेन्नै लहर' के पिछले अंक को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, चेन्नै द्वारा प्रथम पुरस्कार भी प्रदान किया गया।*

*मैं इस अंक के लिए सभी लेखकों, संपादक दल और सहयोगियों का हार्दिक धन्यवाद करता हूँ। आप सभी का उत्साह और योगदान इसे एक अद्वितीय कृति बनाता है।*

*आइए, हम सभी 'चेन्नै लहर' की इस यात्रा का हिस्सा बनें और इसे हमारी हिंदी की नई ऊँचाइयों तक पहुँचाने का माध्यम बनाएं।*

***धन्यवाद!***

# संपादकीय

**श्याम सुंदर कथूरिया**
**संयुक्त निदेशक (राजभाषा)**

*कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै की वार्षिक हिंदी गृह पत्रिका **'चेन्नै लहर'** के 19वें अंक का प्रकाशन करते हुए मुझे अत्यंत हर्ष और गर्व का अनुभव हो रहा है। यह पत्रिका न केवल हमारे कार्यालय के कर्मचारियों की रचनात्मक प्रतिभा का मंच है, बल्कि यह हमारे संगठन के भीतर आपसी संवाद और सौहार्द को बढ़ावा देने का एक महत्वपूर्ण माध्यम भी है।*

*गत वर्ष की भांति इस वर्ष भी 'चेन्नै लहर' में विविध विषयों पर कर्मचारियों के विचारों, अनुभवों और रचनात्मक अभिव्यक्तियों का संगम देखने को मिलेगा। मुझे विश्वास है कि इस अंक में समाहित लेख, कविताएं, कहानियाँ और अन्य रचनाएँ हमारे पाठकों को न केवल ज्ञानवर्धक और मनोरंजक लगेंगी, अपितु उन्हें एक-दूसरे के निकट आने और आपसी समझ बढ़ाने का भी अवसर प्रदान करेंगी।*

*यह वर्ष हमारे संगठन के लिए कई मायनों में महत्वपूर्ण रहा है। हमने अपनी सेवाओं को और अधिक सुलभ और प्रभावी बनाने की दिशा में भरसक प्रयत्न किए हैं। तकनीकी प्रगति को अपनाते हुए, हमने अपनी कार्यप्रणाली में सुधार किया है और लाभार्थियों तक अपनी पहुंच को और व्यापक बनाया है। 'चेन्नै लहर' का यह अंक इन उपलब्धियों और हमारे कर्मचारियों के अथक प्रयासों को भी दर्शाता है।*

*मैं विशेष रूप से उन सभी कर्मचारियों का धन्यवाद करना चाहता हूं, जिन्होंने इस अंक को साकार करने में अपना बहुमूल्य योगदान दिया है। आपकी लेखनी और रचनात्मकता ही इस पत्रिका की आत्मा है। मैं 'चेन्नै लहर' की संपादकीय टीम को भी उनके समर्पण और परिश्रम के लिए साधुवाद देता हूं, जिन्होंने अथक प्रयास कर इस अंक को सुंदर और पठनीय बनाया है।*

*आधुनिक युग में हिंदी भाषा का महत्व निरंतर बढ़ रहा है। यह हमारी राजभाषा होने के साथ-साथ हमारी संस्कृति और पहचान का भी अटूट हिस्सा है। कर्मचारी राज्य बीमा निगम में हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देने के लिए हम सदैव प्रतिबद्ध हैं और इसलिए हमने अपने निगम की तमिलनाडु स्थित इकाइयों के कार्मिकों के लिए बोलचाल की हिंदी और तमिल भाषा सीखने के लिए ऑनलाइन कक्षाओं का आयोजन किया है। यहां इस प्रयास से भाषायी समन्वय सशक्त हुआ है।*

*मुझे पूर्ण विश्वास है कि 'चेन्नै लहर' का यह अंक हमारे सभी कर्मचारियों के बीच एक सकारात्मक और रचनात्मक माहौल बनाने में सहायक सिद्ध होगा। आइए, हम सब मिलकर इस पत्रिका का स्वागत करें और इसमें निहित विचारों और भावनाओं से प्रेरणा लें।*

***शुभकामनाओं सहित!***

# ई-ऑफिस : आवतियों (रिसीप्ट) की हिंदी में प्रविष्टियां

राजेश शर्मा
उप निदेशक (राजभाषा)
क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै

आवतियां (रिसीप्ट) किसी भी कार्यालय की कार्यप्रणाली का अभिन्न अंग होती हैं। आवती/प्रेषण का कार्य करने वाली शाखा तथा इन रजिस्टरों का रखरखाव प्रायः उपेक्षित रहता है। परंतु इन रजिस्टरों का रखरखाव, इनमें की गई प्रविष्टियां, आवतियों पर की गई कार्रवाई तथा इनका यथासमय निपटान किसी भी कार्यालय की कार्यप्रणाली, कार्यक्षमता तथा कार्यकुशलता की झलक प्रदान करता है। राजभाषा नीति के कार्यान्वयन, तत्संबंधी पत्राचार के आंकड़ों के विश्लेषण, राजभाषा रिपोर्टें तथा राजभाषा निरीक्षण भी आवती/प्रेषण रिकॉर्ड के बिना संभव ही नहीं हैं। कार्यालय/शाखा में प्राप्त पत्रों की संख्या तथा उनकी भाषा (हिंदी/अंग्रेजी) के साथ-साथ हिंदी/अंग्रेजी में प्राप्त पत्रों के उत्तरों की संख्या तथा उनकी भाषा की सूचना आवती/प्रेषण रजिस्टरों से ही मिल सकती है। पत्र किस श्रेणी के कार्यालय अर्थात् केंद्र सरकार के मंत्रालय/विभाग/कार्यालय अथवा राज्य सरकार/संघ राज्यक्षेत्र/गैर सरकारी व्यक्ति द्वारा भेजा गया है, पत्र किस क्षेत्र से ('क', 'ख' अथवा 'ग') भेजा गया है, आदि सूचनाएं भी आवती रजिस्टर से ही मिल सकती हैं।

माननीय संसदीय राजभाषा समिति के निरीक्षण के दौरान माननीय सांसदों के अवलोकनार्थ प्रदर्शित दस्तावेजों में आवती/प्रेषण रजिस्टर को भी प्रदर्शित किया जाता है। ऐसे में इसमें की गई प्रविष्टियां कार्यालय के हिंदी कार्य के प्रतिनिधि के रूप में भी कार्य करती हैं। अतः आवती रजिस्टर में प्रविष्टियां करते समय पर्याप्त सावधानी बरती जानी चाहिए।

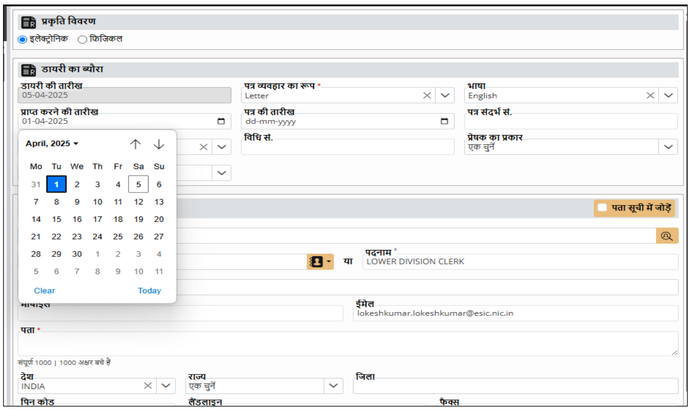
डिजिटल युग में आवती रजिस्टर भी डिजिटल रूप में ही तैयार किए जा रहे हैं। वर्तमान समय में क.रा.बी.निगम कागज-रहित दौर की ओर बढ़ रहा है। समस्त प्रशासनिक कार्यों का निष्पादन डिजिटल रूप में करने का प्रयास किया जा रहा है। इसके लिए निगम ने एनआइसी द्वारा विकसित ई-ऑफिस को अपनाया है।

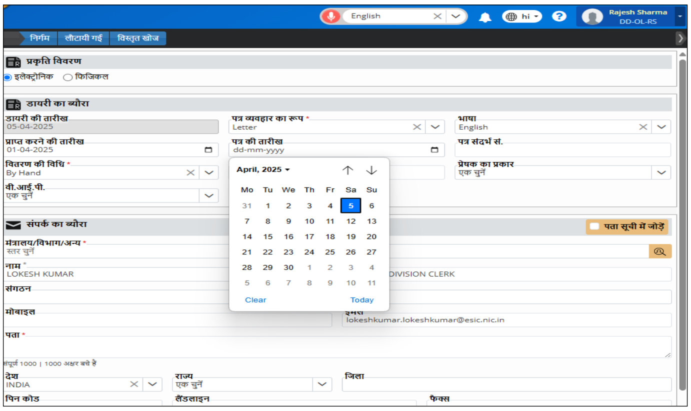
ई-ऑफिस में किसी भी प्रशासनिक कार्य के निष्पादन के लिए अपेक्षित सभी सुविधाएं एवं टूल्स उपलब्ध हैं। यहां ई-फाइल (इलेक्ट्रॉनिक/फिजिकल) बनायी जा सकती हैं। ई-फाइल संख्या सृजित करने के लिए एसएफएस तथा नॉन-एसएफएस दोनों पद्धतियों का विकल्प दिया गया है। ई-ऑफिस में नवीनतम यूनिकोड मानकों को समाहित करते हुए इसे हिंदी में कार्य अनुकूल ही नहीं बनाया गया है, अपितु इसमें सहजता से हिंदी में कार्य करने के लिए अनेक ई-टूल्स भी दिए गए हैं।

क.रा.बी.निगम द्वारा प्रयोग किए जा रहे ई-ऑफिस में आवती रजिस्टर का मॉड्यूल भी उपलब्ध है। कार्यालय को किसी भी माध्यम से प्राप्त होने वाली आवती को इसी मॉड्यूल में डायराइज किया जाता है। डाक/स्पीड पोस्ट आदि या दस्ती रूप से प्राप्त होने वाले दस्तावेजों को स्कैन करके, ईमेल आदि से प्राप्त होने वाले दस्तावेजों को डाउनलोड करके, तो ई-ऑफिस यूजर से सीधे दूसरे ई-ऑफिस यूजर को इंट्रा-ऑफिस में प्राप्त होने वाले दस्तावेज को वहीं उपलब्ध डायराइज विकल्प के माध्यम से आवती मॉड्यूल में अपलोड किया जाता है तथा दस्तावेज व प्रेषक के विवरण दर्ज किए जाते हैं। यहीं से आवती के सृजन की प्रक्रिया प्रारंभ होती है तथा यहीं से आवती रजिस्टर में सतर्कतापूर्वक सही तरीके से प्रविष्टियां की जानी अपेक्षित हैं-

**(क) डायरी का ब्यौरा :** सबसे पहले प्राप्त दस्तावेज के संबंध में अपेक्षित सूचनाओं संबंधी विवरण दिए जाने अपेक्षित हैं, जिनमें मुख्य हैं-

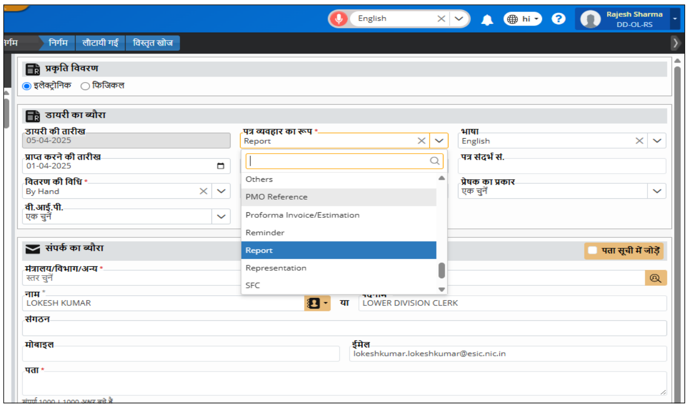
**1) तीन तिथियों की प्रविष्टियां-** प्रविष्टि करते समय तीन प्रकार की तिथियां दी जानी अपेक्षित हैं- डायराइज करने की तिथि (डिफाल्ट), पत्र प्राप्त होने की तिथि तथा पत्र की तिथि। चूंकि सभी विकल्प अनिवार्य नहीं हैं, सामान्यतः पत्र प्राप्त होने की तिथि



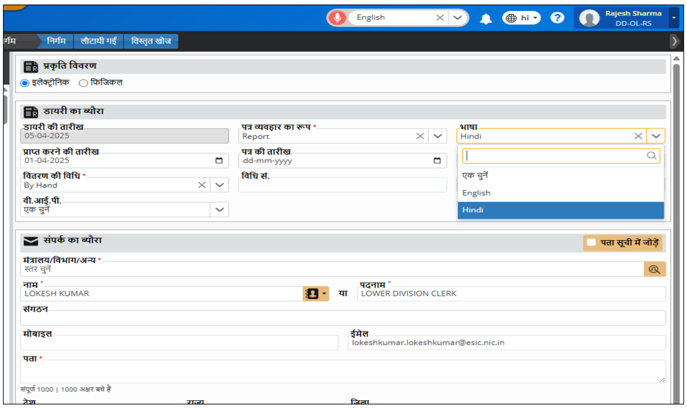

तथा पत्र की तिथि की प्रविष्टि करनी छूट जाती है। परंतु डायरी रजिस्टर की प्रविष्टियों को फिल्टर/विश्लेषण करने के लिए तीनों तिथियों की आवश्यकता हो सकती है। अतः तीनों तिथियों की प्रविष्टि की जानी चाहिए।

**2) पत्र व्यवहार के सही रूप का चयन-** प्राप्त पत्र के सही रूप के अनुसार मॉड्यूल में दिए गए ड्रॉप-डाउन में से सही विकल्प का चयन किया जाना अपेक्षित है। ड्रॉप-डाउन मेन्यू में डिफॉल्ट रूप में 'पत्र' पहले से ही चयनित रहता है, जिसके कारण प्रविष्टि करते समय इसे नजरअंदाज करके ऐसे ही छोड़ दिया जाता है। जबकि हमें प्राप्त होने वाले दस्तावेज पत्र, अर्ध-शासकीय पत्र, अनौपचारिक टिप्पणी, कार्यालय आदेश, कार्यसूची, कार्यवृत्त, परिपत्र, अनुस्मारक, नोटिस, बिल, ज्ञापन, रिपोर्ट आदि अनेक रूप में हो सकते हैं। सही विकल्प का चयन न करने पर सभी प्रकार के दस्तावेजों की प्रविष्टि केवल 'पत्र' के रूप में ही दर्ज हो जाएगी तथा भविष्य में आवश्यकता पड़ने पर इन्हें अलग-अलग श्रेणी में वर्गीकृत करना या इनका विश्लेषण करना संभव नहीं हो पाएगा, जबकि विभिन्न प्रशासनिक कार्यों/रिपोर्टों में इसकी आवश्यकता पड़ती है। अतः पत्र व्यवहार के सही रूप का चयन किया जाना जरूरी है।

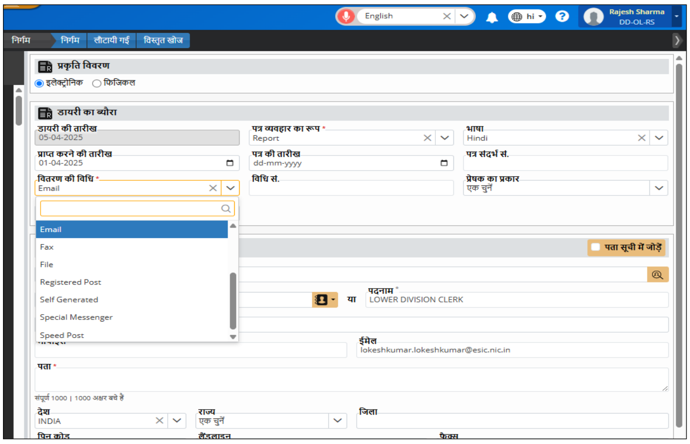



**3) प्राप्त पत्र की भाषा का चयन-** आवती मॉड्यूल में भाषा का चयन करने के लिए ड्रॉप-डाउन सूची में वर्तमान में दो ही विकल्प दिए गए हैं- हिंदी तथा अंग्रेजी। हमें इनमें से एक विकल्प का चयन अनिवार्यतः करना होता है। ड्रॉप-डाउन मेन्यू में डिफॉल्ट रूप में 'अंग्रेजी' भाषा का विकल्प पहले से ही चयनित रहता है, जिसके कारण प्रविष्टि करते समय इसे नजरअंदाज करके ऐसे ही छोड़ दिया जाता है। जबकि हमें अंग्रेजी के अतिरिक्त हिंदी, द्विभाषी, स्थानीय भाषाओं में भी दस्तावेज प्राप्त होते हैं। सही विकल्प का चयन न करने पर सभी प्राप्त दस्तावेज केवल अंग्रेजी भाषा में ही दर्ज हो जाएंगे, जिससे राजभाषा रिपोर्टों में सही सूचनाएं देना असंभव हो जाएगा।

अतः हमें निम्न अनुसार सावधानीपूर्वक सही विकल्प का चयन करना चाहिए-

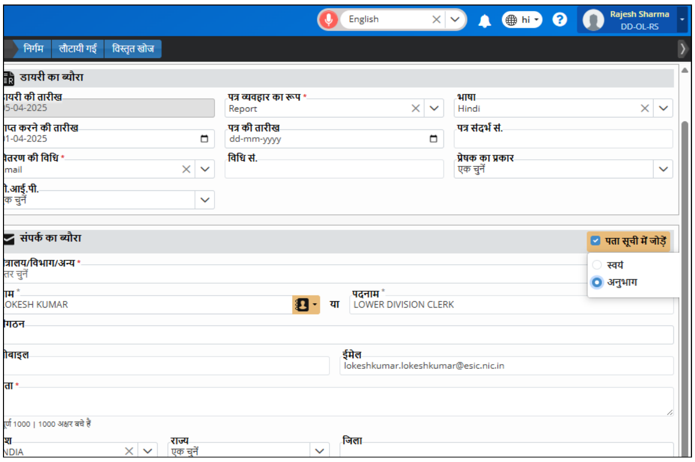


- यदि प्राप्त दस्तावेज की विषय-वस्तु हिंदी में है, तो हिंदी विकल्प का चयन करें।
- यदि प्राप्त दस्तावेज की विषय-वस्तु अंग्रेजी/अन्य हिंदीतर भाषा में है, परंतु उस पर हस्ताक्षर हिंदी में किए गए हैं, तो हिंदी विकल्प का चयन करें।
- यदि प्राप्त दस्तावेज की विषय-वस्तु अंग्रेजी/अन्य हिंदीतर भाषा में है तथा उस पर हस्ताक्षर भी हिंदी में नहीं किए गए हैं, तो अंग्रेजी विकल्प का चयन करें।
- यदि प्राप्त दस्तावेज की विषय-वस्तु द्विभाषी (हिंदी तथा अंग्रेजी दोनों भाषाओं में) है, तो हिंदी विकल्प का चयन करें।



**4) वितरण की विधि-** दस्तावेजों की प्राप्ति के माध्यम का उल्लेख भी आवती रजिस्टर में किया जाना अपेक्षित है। ड्रॉप-डाउन मेन्यू में डिफॉल्ट रूप में 'दस्ती (By Hand)' का विकल्प पहले से ही चयनित रहता है, जिसके कारण प्रविष्टि करते समय इसे नजरअंदाज करके ऐसे ही छोड़ दिया जाता है। जबकि हमें दस्ती के अतिरिक्त ईमेल, डाक, इंट्रा ई-ऑफिस आदि कई अन्य माध्यमों से भी दस्तावेज प्राप्त होते हैं। अतः ड्रॉप-डाउन मेन्यू में से यथोचित विकल्प का चयन सुनिश्चित करके सही सूचना दर्ज की जानी चाहिए।

**(ख) संपर्क का ब्यौरा :** इस शीर्ष के अंतर्गत प्रेषक के विवरणों की प्रविष्टि की जानी अपेक्षित है।



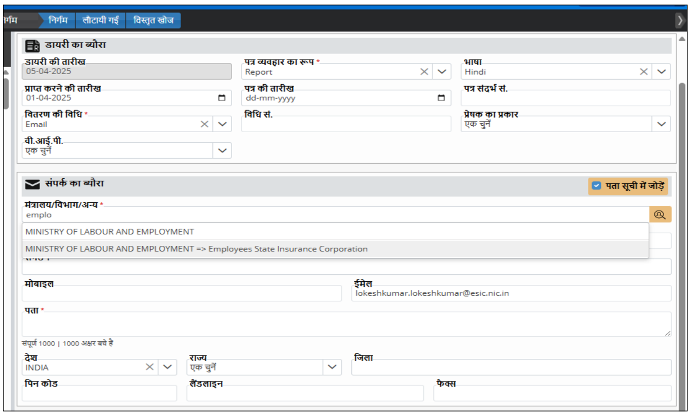
**1) पता सूची में जोड़ें-** नियमानुसार आवती रजिस्टर में प्रविष्टियां हिंदी में की जानी चाहिए। अतः प्रेषक का नाम, पदनाम, शाखा/कार्यालय का नाम, आदि की प्रविष्टियां हिंदी में की जानी चाहिए। अनेक दस्तावेज किसी एक ही व्यक्ति/कार्यालय/शाखा से नियमित तौर पर या बार-बार प्राप्त होते हैं। ऐसे में इनकी प्रविष्टियां भी बार-बार करनी पड़ती हैं। ई-ऑफिस के इस मॉड्यूल में यह सुविधा दी गई है कि ऐसे प्रेषकों के विवरण एक बार दर्ज करके ई-ऑफिस की पता सूची में जोड़े जा सकते हैं। पुनः उसी प्रेषक से दस्तावेज प्राप्त होने पर तथा मात्र 2-4 वर्ण लिखने पर पता सूची में सहेजे गए विवरण स्वतः प्रदर्शित हो जाते हैं तथा एक क्लिक पर ये सभी विवरण स्वतः दर्ज हो जाते हैं।

इस सुविधा का प्रयोग करने के लिए विवरण दर्ज करने से पहले ही "पता सूची में जोड़ें" के चेक बॉक्स को चिह्नित कर लें। चिह्नित करते समय वहां दो विकल्प उपलब्ध होंगे- स्वयं और अनुभाग।

- **स्वयं :** इस विकल्प का चयन करके पता सूची में जोड़ा गया पता केवल स्वयं के प्रयोग के लिए उपलब्ध रहेगा।
- **अनुभाग :** इस विकल्प का चयन करके पता सूची में जोड़ा गया पता स्वयं के साथ-साथ शाखा/अनुभाग के साथ मैप किए गए प्रत्येक कार्मिक के प्रयोग के लिए भी उपलब्ध रहेगा।

इसलिए यह बेहतर होगा कि हम दूसरे विकल्प (अनुभाग) का चयन करके पता जोड़ें ताकि इसका उपयोग शाखा के सभी अधिकारी/कर्मचारी कर सकें।

**2) मंत्रालय/विभाग/अन्य-** सबसे पहले प्रेषक के मंत्रालय/विभाग/कार्यालय आदि का चयन करना होता है। अभी तक क.रा.बी.निगम द्वारा केवल निगम कार्यालयों के मध्य ई-ऑफिस पत्राचार की सुविधा दी गई है। अतः सामान्यतः क.रा.बी.निगम की किसी भी इकाई से प्राप्त होने वाले दस्तावेज के लिए दो विकल्प उपलब्ध होते हैं-




I. श्रम एवं रोजगार मंत्रालय

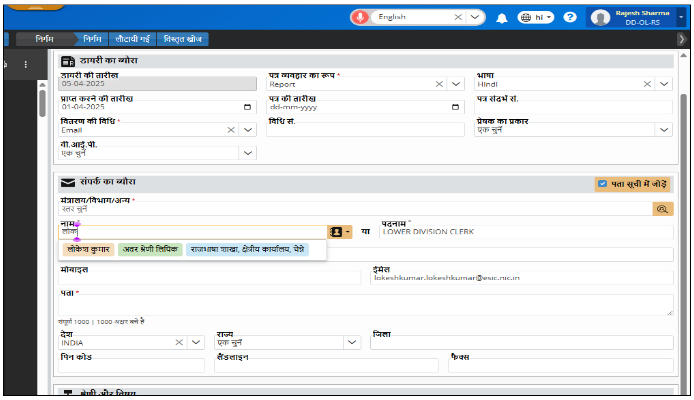
(Ministry of Labour and Employment)

II. श्रम एवं रोजगार मंत्रालय=>कर्मचारी राज्य बीमा निगम

(Ministry of Labour and Employment=>Employees' State Insurance Corporation)

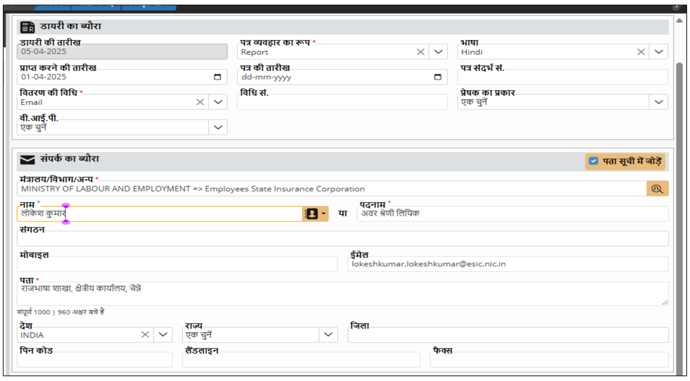
निगम कार्यालयों से प्राप्त होने वाले दस्तावेजों को डायरी करते समय हमेशा विकल्प संख्या-II का चयन किया जाना चाहिए।

**3) प्रेषक का नाम और पदनाम-** प्रेषक का नाम और पता यथासंभव हिंदी में या द्विभाषी प्रविष्ट करें ताकि भविष्य में आवश्यकता होने पर, विशेषकर राजभाषा निरीक्षण के लिए, आवती रजिस्टर अवलोकनार्थ हिंदी/द्विभाषी रूप में डाउनलोड/प्रिंट किया जा सके।



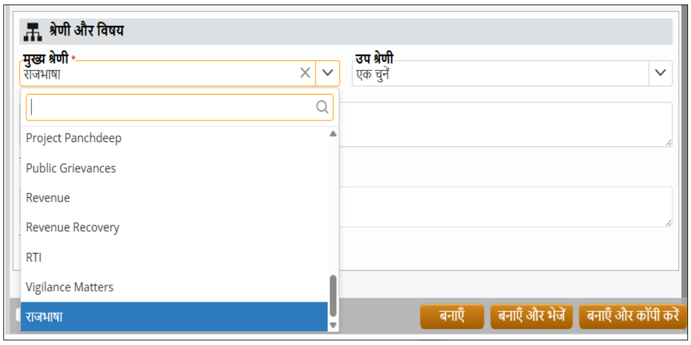

**4) संगठन का नाम व पता-** प्रेषक कार्यालय, जैसे- क्षेत्रीय कार्यालय, उप क्षेत्रीय कार्यालय, अस्पताल, चिकित्सा महाविद्यालय आदि का नाम व पूरा पता लिखा जाना चाहिए। ये विवरण भी हिंदी में ही लिखे जाने चाहिए।

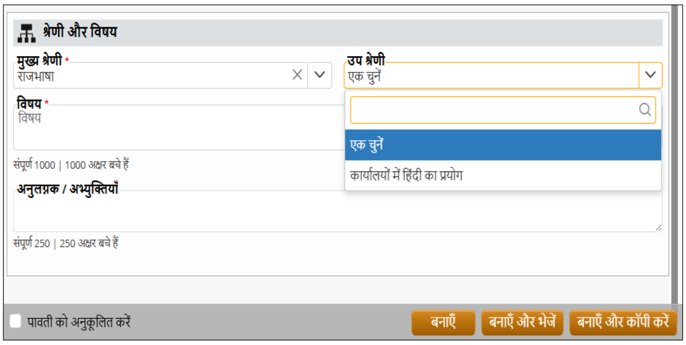
एक बार इस प्रकार हिंदी में की गई प्रविष्टियां के पश्चात् आवती बन जाने (जेनरेट) पर ये सभी विवरण पता सूची में सेव हो जाएंगे तथा भविष्य में हिंदी में प्रविष्टि के लिए इन्हें सहजता से प्रयोग किया जा सकेगा।




**(ग) श्रेणी और विषय :** आवती रजिस्टर में प्राप्त पत्र की श्रेणी व उसके विषय का स्पष्ट उल्लेख किया जाना भी आवश्यक है।

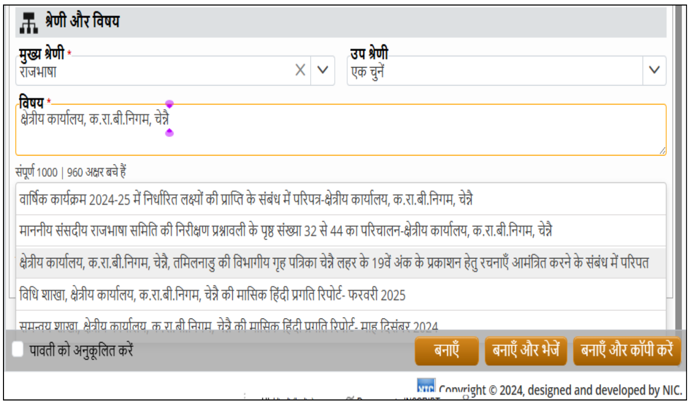
**1) दस्तावेज की श्रेणी व उप श्रेणी-** प्रायः देखा गया है कि श्रेणी व उप श्रेणी का चयन करते हुए ड्रॉप-डाउन सूची में संबंधित शाखा का नाम ढूंढ़ा जाता है, जबकि यह सही नहीं है। यदि ध्यान से देखेंगे तो इस सूची में सभी शाखाओं के नाम के स्थान पर कार्य की प्रकृति की अनुसार विषयों का वर्गीकरण किया गया है। उदाहरण के लिए छुट्टी का आवेदन किसी भी शाखा से प्राप्त हुआ हो, वह एक प्रशासनिक दस्तावेज होगा। मासिक हिंदी प्रगति रिपोर्ट किसी भी शाखा द्वारा बनायी/भेजी जाए, वह राजभाषा




नीति के कार्यान्वयन संबंधी दस्तावेज होगा। अतः दस्तावेज की श्रेणी के अनुरूप ही ड्रॉप-डाउन से सही विकल्प का चयन करें।

**2) विषय-** किसी भी दस्तावेज की आवती की प्रविष्टि करते समय उसका विषय स्पष्ट रूप से तथा हिंदी में लिखा जाना आवश्यक है। सामान्यतः कार्मिक विषय को संक्षेप में लिखने को प्राथमिकता देते हैं, जबकि विषय को इस प्रकार से स्पष्ट रूप में लिखा जाना चाहिए कि विषय को पढ़ते ही पत्र की विषय-वस्तु तथा भाव का अंदाजा लगाया जा सके। उदाहरणार्थ- क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै द्वारा भेजी गई हिंदी की रिपोर्ट के विषय से यह स्पष्ट हो जाना चाहिए कि यह रिपोर्ट किस कार्यालय द्वारा, कितनी अवधि (मासिक/तिमाही/छमाही/वार्षिक) के लिए तथा किस माह/वर्ष के लिए भेजी गई है। ई-ऑफिस की स्मार्ट एप्लिकेशन इस विषय को भी भविष्य के लिए अपनी मेमोरी में सहेज लेती है तथा अगली बार प्रारंभिक वर्णों/शब्दों के आधार पर पहले लिखा गया पूरा विषय पुनः प्रयोग हेतु प्रदर्शित हो जाता है।

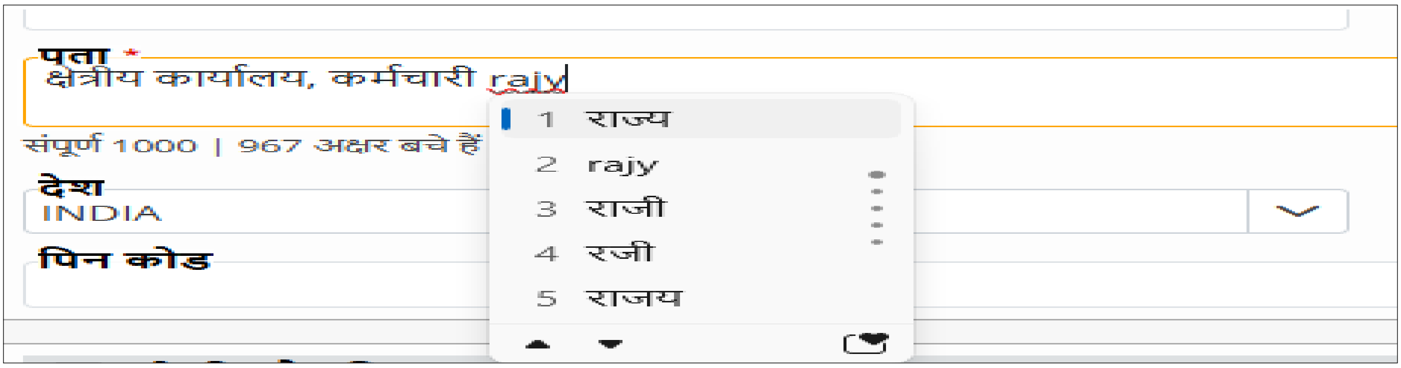



आवती रजिस्टर में यथासंभव प्रविष्टियां हिंदी में या द्विभाषी की जानी अपेक्षित हैं। इसके लिए आधुनिक कंप्यूटरों/सॉफ्टवेयरों में अनेक टूल्स/सुविधाएं दी गई हैं-

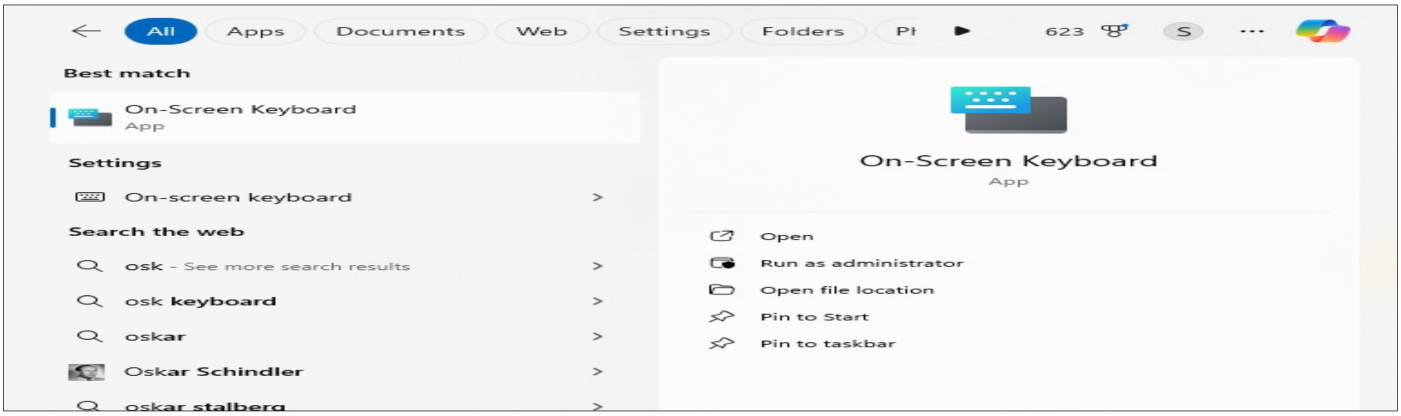
- हिंदी टंकण जानने वाले इन्स्क्रिप्ट की-बोर्ड या हिंदी इंडिक इनपुट के माध्यम से गेल रेमिंगटन का प्रयोग करके हिंदी टंकण

कर सकते हैं।

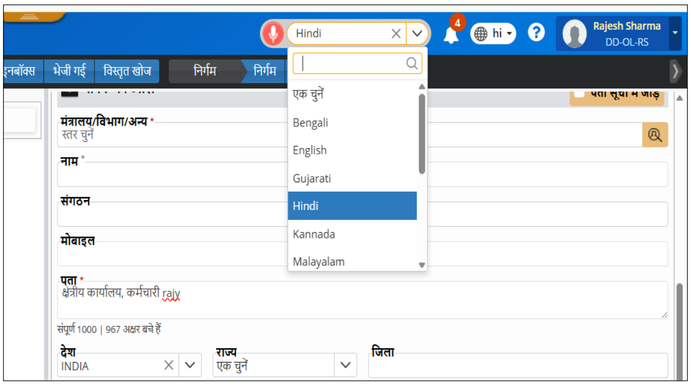
- हिंदी न जानने वाले फोनेटिक की-बोर्ड (हिंदी फोनेटिक/माइक्रोसॉफ्ट इंडिक इनपुट/गूगल इंडिक इनपुट आदि) का प्रयोग कर सकते हैं।

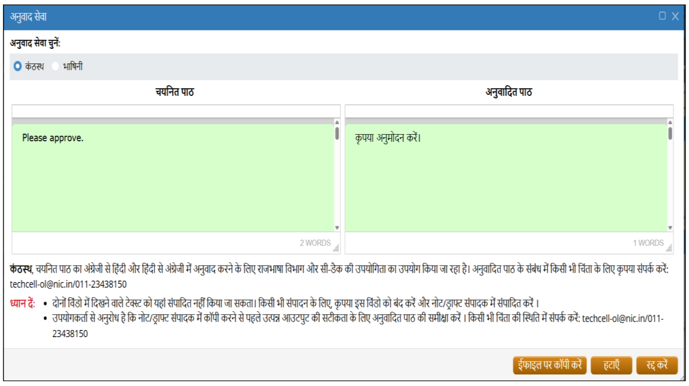



- कंप्यूटर में पहले से उपलब्ध ऑन-स्क्रीन की-बोर्ड (OSK) का प्रयोग करके माउस के माध्यम से टंकण किया जा सकता है।
- टच-स्क्रीन की सुविधा वाले कंप्यूटरों में टच की-बोर्ड का प्रयोग करके टंकण किया जा सकता है।




- गूगल डॉक्स, गूगल ट्रांस्लेट, ई-ऑफिस के डिक्टेशन टूल या विंडो-11 के ( + H) वॉयस टाइपिंग टूल का प्रयोग करके बोल कर लिखा जा सकता है।
- गूगल ट्रांस्लेट, माइक्रोसॉफ्ट ट्रांस्लेशन टूल, ई-ऑफिस के कंठस्थ अथवा भाषिणी अनुवाद टूल का प्रयोग करके भी हिंदी में लिखा जा सकता है। ■



# क्या कागज़ की खुशबू बचेगी?

**आनंद चौधरी**
**कनिष्ठ अनुवाद अधिकारी**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

**"किताबें सभ्यता की वाहक हैं। किताबों के बिना इतिहास मौन है, साहित्य गूंगा है, विज्ञान अपंग है, विचार और अटकलें स्थिर हैं। यह परिवर्तन का इंजन है, विश्व की खिड़कियां हैं, समय के समुद्र में खड़ा प्रकाश स्तंभ है।"**

**बरबरा वथाईम तुचमन**

कल्पना कीजिए, आप एक सुनहरी शाम में बगीचे की हरी-भरी घास पर बैठे हैं। आपके हाथ में एक पुरानी, मोटी किताब है, जिसके पन्ने हल्की हवा में सरसराहट कर रहे हैं। सूरज की मद्धिम रोशनी उन शब्दों को और जीवंत बना रही है। क्या यही अनुभव किसी डिजिटल स्क्रीन पर संभव है? शायद नहीं! डिजिटल युग की इस जगमगाहट में, जहाँ पर जानकारी उंगलियों के स्पर्श मात्र से उपलब्ध हो जाती है, मुद्रित पुस्तकों का महत्व पहले से कहीं अधिक गहरा हो गया है। युग बदलते गए, निखरते गए, इसके साथ ही मनुष्यों के रहन-सहन भी बदले, पर कुछ नहीं बदला तो वह है, विचारों की अभिव्यक्ति। चलिए अतीत में चलते हैं, आज से हजारों वर्ष पहले जब लिखने के संसाधनों का पर्याप्त विकास नहीं हुआ था, तब इंसान ने अपने विचारों को लिखित रूप से संगृहीत और संरक्षित करने हेतु शिलालेख और पत्तों का सहारा लिया। छापाखाना के पश्चात मुद्रित पुस्तकों का एक नया चेहरा एवं विकसित रूप हमारे सामने आया।

**मुद्रित पुस्तकें : केवल शब्द नहीं; अनुभूति का संसार हैं**

कागज पर छपे शब्दों का एक अनोखा जादू होता है। जब हम कोई किताब खोलते हैं, तो उसकी गंध, उसके पन्नों की खड़खड़ाहट और उसके स्पर्श से एक अलग ही अनुभव प्राप्त होता है। यह अनुभव डिजिटल स्क्रीन कभी नहीं दे सकती है।

कई शोध बताते हैं कि मुद्रित पुस्तकों में पढ़ी गई सामग्री दिमाग में अधिक लंबे समय तक रहती है। यह केवल आँखों से पढ़ने का नहीं, बल्कि मन-मस्तिष्क के एक गहरे संबंध का प्रश्न है। स्क्रीन पर पढ़ने से आँखों पर जोर पड़ता है, जबकि किताबें पढ़ना एक सहज और आरामदायक प्रक्रिया होती है।

अब सवाल उठता है कि क्या मुद्रित किताबें डिजिटल क्रांति के तूफान में बह जाएंगी? उत्तर स्पष्ट रूप से 'नहीं' है। भले ही ई-बुक्स और ऑडियो बुक्स ने ज्ञान को एक नई दिशा दी है, लेकिन मुद्रित पुस्तकों की जगह कभी नहीं ली जा सकती। आज भी साहित्य प्रेमी, शोधकर्ता, छात्र और यहां तक कि सामान्य पाठक भी किताबों को प्राथमिकता देते हैं।

प्रसिद्ध **न्यूरोसाइंटिस्ट मैरी एन. वुल्फ** कहती हैं कि डिजिटल पढ़ाई का प्रभाव हमारी 'डीप रीडिंग' (गहरी पढ़ाई) क्षमता को कम कर सकता है। जब हम कागज पर पढ़ते हैं, तो हम अधिक एकाग्र रहते हैं और ज्यादा गहराई तक सोच पाते हैं। डिजिटल माध्यमों में अकसर विज्ञापन, नोटिफिकेशन और अन्य डिजिटल बाधाएँ ध्यान भंग कर देती हैं, जिससे पढ़ने का अनुभव खंडित हो जाता है।

यदि हम ऐतिहासिक दृष्टि से देखें, तो मुद्रण कला ने विश्वभर में ज्ञान के प्रसार को सुनिश्चित किया। गुटेनबर्ग के छापेखाने से लेकर भारत में देवकीनंदन खत्री की 'चंद्रकांता' जैसे उपन्यासों ने जनमानस में पढ़ने की ललक उत्पन्न की।

आज सूचना तक पहुँच सरल हो गई है, किंतु सूचना और ज्ञान में जो सूक्ष्म अंतर है, वह मुद्रित पुस्तकों को अमर बनाता है। भारतीय दार्शनिक **स्वामी विवेकानंद** ने कहा था –

**"अच्छी पुस्तकों का अध्ययन आत्मा के लिए योग के समान है।"**

तमाम तरह की चुनौतियों के बावजूद आज के इस स्क्रीन की जगमगाहट भरे युग में पाठक वर्ग में ई-पुस्तकों के बढ़ते क्रेज के कारण पुस्तकालयों के शेल्फ पर धूल जमती जा रही है, पुस्तक मेलों में भी भीड़ कम होती जा रही है। इस संदर्भ में प्रसिद्ध गीतकार **गुलजार** की पंक्तियां स्मरण हो आती हैं-

**"किताबें झाँकती हैं बंद अलमारी के शीशों से**
**बड़ी हसरत से ताकती हैं**
**महीनों अब मुलाकातें नहीं होतीं**
**जो शामें उनकी सोहबत में कटा करती थीं**
**अब अकसर गुजर जाती हैं कंप्यूटर के पर्दों पर,**
**बड़ी बेचैन रहती हैं किताबें"**

निःसंदेह विभिन्न डिजिटल मंचों पर उपलब्ध ई-पुस्तकें अपने वर्चस्व की जड़ों को मुद्रित पुस्तकों की मिट्टी में ही सींच रही हैं परंतु आधार और मूल में; मुद्रित पुस्तकों का ही विशेष महत्व था, है और रहेगा। ई-पुस्तकें अपनी शाखाओं को मुद्रित पुस्तकों के सहारे ही फैलाते हुए आगे की ओर अग्रसर होंगी यद्यपि मुद्रित पुस्तकें ही ई-पुस्तकों की विरासत है चाहे युग ही क्यों न बदले, एक नए युग का पुराने युग में समावेश ही क्यों न हो। ■

# वीर सिपाही

**एस.ए.प्रसाद**
**बहुकार्य स्टाफ**
**क.रा.बी.निगम, उ.क्षे.का., मदुरै**

हे साहसी वीर सिपाही, तुम सच्चे नायक हो।

कभी रात में होती बारिश,
कभी सूरज की किरणें चमकती हैं।
लेकिन तुम तो स्थिर हो,
तुम्हारी मेहनत एक अनकही कहानी है।
हे साहसी वीर तुम सच्चे नायक हो

जहाँ लोग शाम की ठंडक में आराम करते हैं,
तुम वहाँ अनिश्चितताओं की जिंदगी जीते हो।
हे साहसी वीर सिपाही, तुम सच्चे नायक हो।

हमारे पास सप्ताहांत होते हैं,
लेकिन तुम्हारा काम कभी खत्म नहीं होता,
चाहे त्योहार हो या कोई खास दिन,
तुम हमेशा यूनिफॉर्म में, हमेशा तैयार रहते हो
हे साहसी वीर सिपाही, तुम सच्चे नायक हो।
तुमको हमारा सलाम, वीर सैनिक! ■

# राह के मुसाफिर

**आशीष कुमार**
**प्रवर श्रेणी लिपिक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे. का., चेन्नै**

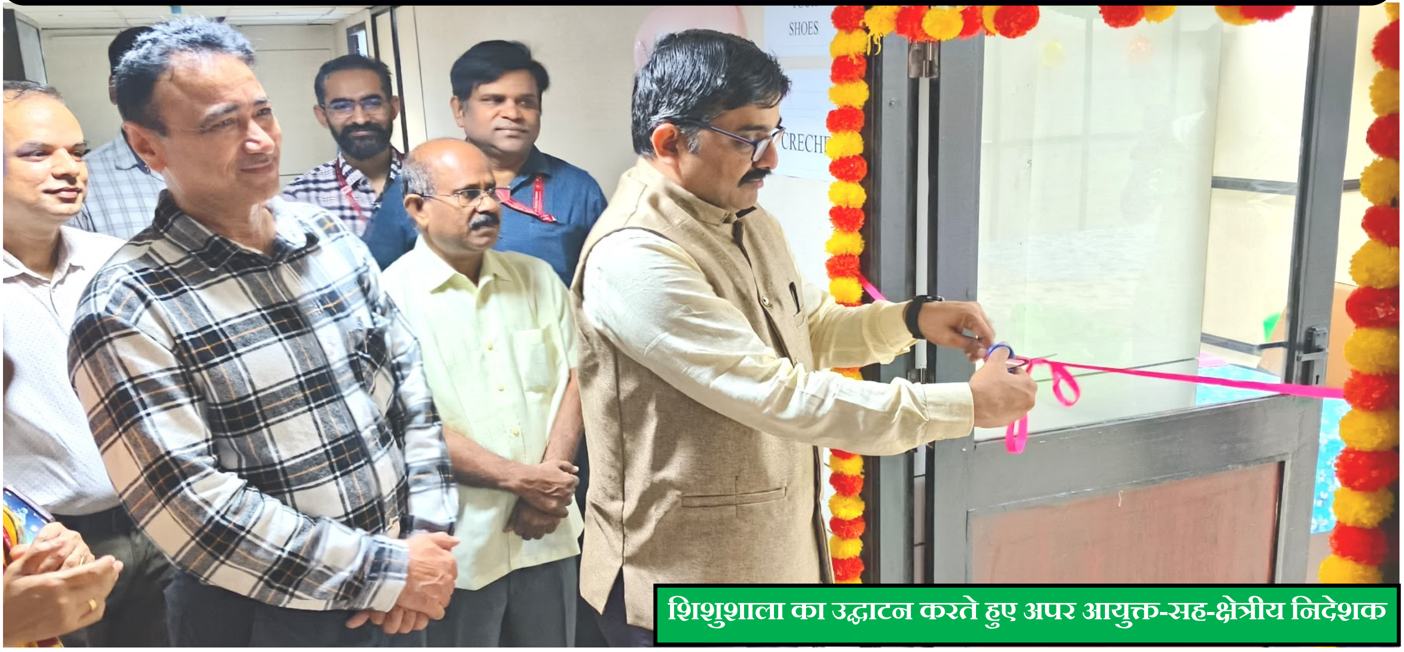
ऐ राह के मुसाफिर तू चला चल
रुक क्यूं जाता है मंजिल की तलाश में
तू एक बार ही सही सोच लिया कर
क्या है तेरी मंजिल ये पता कर
ऐ राह के मुसाफिर तू चला चल।

सब रोकेंगे तुझे, टोकेंगे तुझे
तू ये ना कर, तू वो ना कर, बोलेंगे तुझे
पर तू ठहरना ना एक पल के लिए
देख अपनी मंजिल की राह
बस चला चल, चला चल, चला चल।

पैर अगर थक जाएं, मन अगर बैठ जाए
सर पर तेज धूप हो, राह में कांटे खूब हों
दिन हो, रात हो, ठण्ड हो या बरसात हो
दरिया हो, समुद्र हो या सामने पहाड़ हो
देख इन्हें घबराना ना
ऐ राह के मुसाफिर तू रुक जाना ना।

मुश्किलें आएंगी, अपनों की याद सतायेगी
जब भी तू मंजिल के करीब होगा, ये बहुत बढ़ जाएंगी
पर तुम उन्हें छोड़ कर, मुंह मोड़ कर, चलते रहना अपनी राह पे
पा जाएगा एक दिन अपनी मंजिल को
बस रुक ना जाना याद में
ऐ राह के मुसाफिर तू चला चल। ■

# क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में शिशुशाला का उद्घाटन



शिशुशाला का उद्घाटन करते हुए अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक

कामकाजी माता-पिता को अपने बच्चों की देखभाल के लिए एक सुरक्षित और विश्वसनीय स्थान प्रदान करने के उद्देश्य से दिनांक 01 दिसंबर, 2024 को अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक महोदय के कर कमलों से क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में कार्मिकों के बच्चों के लिए शिशुशाला का उद्घाटन किया गया। यह बच्चों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास में मदद करेगा। यहाँ बच्चों के लिए खेल, मनोरंजन और अन्य सीखने की गतिविधियाँ आयोजित की जाती हैं।

इस अवसर पर संयुक्त निदेशक (राजभाषा) श्री श्याम सुंदर कथूरिया और उपनिदेशक श्रीमती लाली राजकुमार, श्री रमेश कुमार ए, श्री सतीश कुमार, श्री अरुण कुमार और श्री हरजीत सिंह के साथ-साथ कार्यपालक अभियंता श्री उपेन्द्र रेसु और सहायक निदेशक श्री संजीव कुमार भी उपस्थित थे। ■

# आशुलिपि : सरकारी नौकरी के लिए एक आसान राह

प्रफुल्ल शर्मा
आशुलिपिक
क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै

आशुलिपि आज के समय में एक आसान और कम प्रतिस्पर्धा वाली नौकरी के रूप में देखी जा सकती है। आज के समय को देखते हुए बढ़ती हुई प्रतिस्पर्धा और प्रतिभागियों की बढ़ती हुई संख्या के बीच सरकारी नौकरी पाने का सपना देखने वाले युवाओं को अकसर निराशा का सामना करना पड़ता है।

इसके पीछे कई वजहें हो सकती हैं, लेकिन इस समस्या के बीच सरकारी नौकरी पाने की एक आसान राह आज भी हमारे सामने उपस्थित है, जिसे सही समय पर और पूरी लगन के साथ अगर कर लिया जाए तो नौकरी मिलना बहुत ही आसान सिद्ध होगा। मैं बात कर रहा हूँ आशुलिपि की। आशुलिपि सीखने वालों की संख्या आज भी बहुत कम है जिसकी वजह से आज भी आशुलिपि से संबंधित भर्ती में प्रतिभागियों की संख्या बहुत कम होती है। आशुलिपि एक तरह की लिपि है, जिसे हम अंग्रेजी में शार्टहैंड कहते हैं, यानि किसी भी वाक्य या शब्द को जल्द से जल्द कम समय में लिखना। आज के समय में आशुलिपिकों की मांग दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है, चाहे संसद में नेताओं के भाषण लिखने हों या फिर किसी अधिकारी द्वारा दिए गए निर्देशों या पत्रों को लिखना हो। आशुलिपि हमें कम समय में तेजी से किसी भी बात को लिखने योग्य बनाती है। हर सरकारी विभाग में आशुलिपिकों की भर्तियां हमें प्रतिवर्ष देखने को मिलती हैं। केंद्रीय सरकार के विभिन्न मंत्रालयों व विभागों के लिए कर्मचारी चयन आयोग प्रतिवर्ष इस पद के आवेदन लेता है। इस पद पर आवेदन करने के लिए आवेदकों को सिर्फ बारहवीं कक्षा पास करना जरूरी होता है। आप बारहवीं की परीक्षा पास करने के उपरांत ही इस सरकारी नौकरी को प्राप्त कर सकते हैं। आप आशुलिपि हिंदी या अंग्रेजी किसी भी भाषा में सीख सकते हैं, परंतु हिंदी आशुलिपि आपके लिए कहीं अधिक रोजगार प्राप्त करने के रास्ते खोलती है, जैसे कि राज्य-स्तरीय आशुलिपि की परीक्षाओं में हिंदी आशुलिपिकों की भर्तियां भी की जाती हैं। इसके अलावा आप हिंदी आशुलिपि के माध्यम से भारत के किसी मंत्रालय या गृह मंत्रालय के राजभाषा विभाग में भी अपनी सेवाएं दे सकते हैं। आइए जानते हैं कि कैसे आप आशुलिपि में अपना भविष्य सँवार सकते हैं-

अगर आप तेजी से लिखने और टंकण करने में रुचि रखते हैं, तो यह पेशा आपके लिए एक सुनहरा अवसर हो सकता है। आइए, जानते हैं कि आशुलिपिक बनना क्यों एक बेहतरीन विकल्प है और इस क्षेत्र में सफलता पाने के लिए क्या करना चाहिए।

### सरकारी नौकरी में आसान प्रवेश

- अन्य सरकारी पदों (जैसे- लिपिक, बैंक परिवीक्षा अधिकारी) की तुलना में कम प्रतिस्पर्धा।
- परीक्षा पद्धति सरल और अभ्यास-आधारित होती है।

### स्थिरता और सुरक्षा

- सरकारी नौकरी की सुरक्षा और पेंशन का लाभ।
- नियमित वेतन, ग्रेड वेतन और अन्य भत्ते मिलते हैं।

### तेजी से करियर ग्रोथ

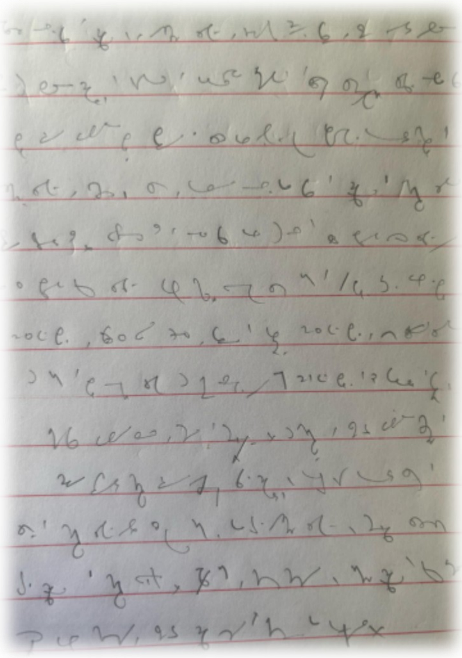
- आशुलिपिक से वरिष्ठ आशुलिपिक, वैयक्तिक सहायक या प्रशासनिक अधिकारी तक पदोन्नति के अवसर।

### कम समय में अच्छी नौकरी

- 12वीं के बाद ही तैयारी शुरू कर सकते हैं, स्नातक की अनिवार्यता नहीं।

### भविष्य में अवसर

- न्यायालय आशुलिपिक
- कॉर्पोरेट सेक्टर में एग्जीक्यूटिव असिस्टेंट
- मंत्रियों/भारतीय प्रशासनिक सेवा अधिकारियों के वैयक्तिक सहायक
- इसके साथ ही अगर आप विदेश मंत्रालय में आशुलिपिक की नौकरी प्राप्त कर लेते हैं तो आपको कुछ ही सालों में विदेश जाने का मौका भी मिल सकता है।



### खुद को कैसे तैयार करें?

पहला कदम : आशुलिपि सीखें

- हिंदी/अंग्रेजी आशुलिपि सीखने के लिए स्थानीय संस्थान या यू ट्यूब से सीखें।

### दूसरा कदम : टंकण गति बढ़ाएँ

- हिंदी (मंगल फॉन्ट) में 25 शब्द प्रति मिनट और अंग्रेजी में 30 शब्द प्रति मिनट की गति का लक्ष्य कम-से-कम रखें।

### तीसरा कदम : परीक्षा की तैयारी करें

- आप हिंदी, अंग्रेजी, सामान्य अध्ययन, गणित व तार्किक क्षमता जैसे विषयों की तैयार करें।
- कर्मचारी चयन आयोग, राज्य लोक सेवा आयोग या कोर्ट भर्ती परीक्षाओं के पुराने प्रश्न पत्र हल करें।
- समय-समय पर मॉक टेस्ट देकर लिखित परीक्षा की तैयारी का आकलन करते रहें।

### कर्मचारी चयन आयोग में आशुलिपिक बनने के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश-

कर्मचारी चयन आयोग के माध्यम से आशुलिपिक बनने के लिए आपको सबसे पहले एक कम्प्यूटर आधारित परीक्षा उत्तीर्ण करनी होती है, जिसमें अंग्रेजी, सामान्य अध्ययन व तार्किक क्षमता से संबंधित प्रश्न पूछे जाते हैं। यह परीक्षा दो सौ अंकों की होती है। अगर आप इसमें उत्तीर्ण हो जाते हैं तो आपको फिर आशुलिपि कौशल परीक्षा देने के लिए आमंत्रित किया जाता है, जिसमें दो स्तरों पर परीक्षा होती है।

**पहली-** 100 शब्द प्रति मिनट (अगर आप 100 शब्द प्रति मिनट की परीक्षा उत्तीर्ण कर लेते हैं, तो आपको लेवल 6 व 7 के आशुलिपिक के पद पर भर्ती दी जाती है)

**दूसरी-** 80 शब्द प्रति मिनट (अगर आप 80 शब्द प्रति मिनट की परीक्षा उत्तीर्ण करते हैं तो आपकी भर्ती लेवल 4 के आशुलिपिक पद पर की जाती है।)

कौशल परीक्षा के उपरांत आपको दस्तावेज सत्यापन व मेडिकल जांच के लिए बुलाया जाता है। उसके उपरांत आप एक सरकारी कर्मचारी के रूप में कार्यग्रहण कर लेते हैं।

### आत्मविश्वास बनाए रखें

- "मैं कर सकता हूँ!" – यह मंत्र दोहराएँ और नियमित अभ्यास करें।

आशुलिपि में आत्मविश्वास सफलता की सबसे बड़ी कुंजी के रूप में जाना जाता है। **'जल्दी और ज्यादा'** आशुलिपि की दुनिया में एक ऐसा मंत्र है, जिससे आप आशुलिपि को आसानी से और जल्दी सीख सकते हैं तथा इसी के द्वारा आप आशुलिपि लिखने में एक अच्छी गति प्राप्त कर सकते हैं।

### निष्कर्ष : एक सुनहरा भविष्य आपका इंतजार कर रहा है!

अगर आप तेजी से लिखने और टंकण करने में रुचि रखते हैं, तो आशुलिपिक बनना आपके लिए एक सुरक्षित और सम्मानजनक करियर हो सकता है। बस थोड़ी मेहनत और लगन से कोई भी इस क्षेत्र में सफलता पा सकता है।

**"आज का अभ्यास, कल की सफलता!"** ■

# 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता, 2025

इस वर्ष दक्षिण क्षेत्र की 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता का क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै द्वारा दिनांक 10-14 फरवरी, 2025 तक एसआरएम विश्वविद्यालय, कट्टनकुलथुर, के मिल्खा सिंह स्टेडियम में भव्य आयोजन किया गया। इस खेलकूद प्रतियोगिता में 7 राज्यों की निगम इकाइयों के 13 दलों के कुल 796 खिलाड़ियों ने विभिन्न खेल स्पर्धाओं में प्रतिभागिता की। कार्यक्रम के उद्घाटन समारोह में सर्वश्री जे.राजीव प्रिंस आरोन, एसीपी, गुडुवनचेरी; जी वी किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक तथा दक्षिण क्षेत्र खेलकूद नियंत्रण बोर्ड अध्यक्ष के साथ-साथ सम्माननीय अतिथि सेवानिवृत्त बीमा आयुक्त सर्वश्री पी.बी.मणि, एस. रविचंद्रन और श्री आर.गुणसेकरन सम्मिलित थे। समापन अवसर पर तमिलनाडु सरकार के माननीय श्रम एवं कौशल विकास सचिव श्री के. वीरराघव राव, भारतीय प्रशासनिक सेवा समारोह के मुख्य अतिथि थे। विभिन्न खेल स्पर्धाओं के विजेता एवं उपविजेता निम्नानुसार रहे-

| क्र.सं. | स्पर्धा का नाम | विजेता का नाम | उप विजेता का नाम |
|---|---|---|---|
| 1 | वालीबॉल | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, पुदुच्चेरी |
| 2 | फुटबॉल | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना |
| 3 | क्रिकेट | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक | क्षेत्रीय कार्यालय, तृश्शूर |
| 4 | बेडमिंटन टीम चैंपिनशिप (पुरुष) | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक |
| 5 | बेडमिंटन (पुरुष एकल) | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक |
| 6 | बेडमिंटन (पुरुष युगल) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना |
| 7 | बेडमिंटन टीम चैंपिनशिप (महिला) | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक | क्षेत्रीय कार्यालय, तृश्शूर |
| 8 | बेडमिंटन (महिल एकल) | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक | उप क्षेत्रीय कार्यालय, कोयंबत्तूर |
| 9 | बेडमिंटन (महिला युगल) | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक | क्षेत्रीय कार्यालय, तृश्शूर |
| 10 | टेबल टेनिस टीम चैंपिनशिप (पुरुष) | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै |
| 11 | टेबल टेनिस (पुरुष एकल) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | उप क्षेत्रीय कार्यालय, कोल्लम |
| 12 | टेबल टेनिस (पुरुष युगल) | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै |
| 13 | टेबल टेनिस टीम चैंपिनशिप (महिला) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक |
| 14 | टेबल टेनिस (महिला एकल) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना |
| 15 | टेबल टेनिस (महिला युगल) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, तेलंगाना |
| 16 | कैरम टीम चैंपिनशिप (पुरुष) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | उप क्षेत्रीय कार्यालय, नागपुर |
| 17 | कैरम (पुरुष एकल) | उप क्षेत्रीय कार्यालय, कोयंबत्तूर | उप क्षेत्रीय कार्यालय, नागपुर |
| 18 | कैरम (पुरुष युगल) | उप क्षेत्रीय कार्यालय, नागपुर | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै |
| 19 | कैरम टीम चैंपिनशिप (महिला) | उप क्षेत्रीय कार्यालय, कोयंबत्तूर | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै |
| 20 | कैरम (महिला एकल) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | उप क्षेत्रीय कार्यालय, कोयंबत्तूर |
| 21 | कैरम (महिला युगल) | क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै | क्षेत्रीय कार्यालय, आंध्रप्रदेश |
| 22 | शतरंज (पुरुष) | क्षेत्रीय कार्यालय, आंध्रप्रदेश | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक |
| 23 | शतरंज (महिला) | क्षेत्रीय कार्यालय, कर्नाटक | क्षेत्रीय कार्यालय, पुदुच्चेरी |

'मूल हिंदी टिप्पण-आलेखन प्रतियोगिता' के अंतर्गत कुल 10 पुरस्कार प्रदान किए जाते हैं।

# 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता (दक्षिण), 2025 - उद्घाटन समारोह

प्रथम पुरस्कारों की कुल संख्या दो होती है। प्रत्येक प्रथम पुरस्कार के लिए प्रोत्साहन राशि ₹5,000/- है।

# 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता (दक्षिण), 2025- खेल स्पर्धाएं

द्वितीय पुरस्कारों की कुल संख्या तीन होती है। प्रत्येक पुरस्कार के लिए प्रोत्साहन राशि ₹3,000/- है।

# 13वीं आंचलिक खेलकूद प्रतियोगिता (दक्षिण), 2025- समापन समारोह

तृतीय पुरस्कारों की कुल संख्या पाँच होती है। प्रत्येक पुरस्कार के लिए प्रोत्साहन राशि ₹2,000/- है।

# खुद की खोज और आत्म-साक्षरता

अभिजीत कुमार,
अवर श्रेणी लिपिक
क.रा.बी.निगम अस्प., चेन्नै

## परिचय

अपने जीवन की यात्रा में व्यक्तिगत विकास के लिए, "खुद की खोज और आत्म साक्षरता" महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। ये दो पहलू न केवल हमारे व्यक्तिगत जीवन को आकार देते हैं, बल्कि हमारे सामाजिक संबंधों पर भी गहरा प्रभाव डालते हैं।

खुद की खोज एक आंतरिक आत्म-चिंतन की प्रक्रिया है, जिसमें हम अपने अस्तित्व, पहचान, मूल्य और उद्देश्य को समझने का प्रयास करते हैं। यह आत्म-विश्लेषण और आत्म-चिंतन की एक यात्रा है, जो हमें अपनी असली पहचान और जीवन के लक्ष्य को समझने में मदद करती है।

खुद की खोज हम अपने जीवन में कई चरणों में कर सकते हैं-

**आत्म-निरीक्षण :** इसमें हम अपने अनुभवों, भावनाओं, और विचारों का विश्लेषण करते हैं। आत्म-निरीक्षण के दौरान, हम अपने पिछले अनुभवों और प्रतिक्रियाओं का मूल्यांकन करते हैं ताकि हम यह समझ सकें कि इसे किस तरह से और बेहतर या और विकसित कर सकते हैं।

**आत्म-स्वीकृति :** खुद की खोज के दौरान, हम अपनी कमजोरियों और ताकतों को स्वीकार करते हैं। यह आत्म-स्वीकृति का चरण महत्वपूर्ण होता है क्योंकि इसमें हम अपनी वास्तविकता को बिना किसी पूर्वाग्रह के देखते हैं।

**आत्म-परिभाषा :** यह चरण हमें अपने लक्ष्यों, आदर्शों और मूल्यों को स्पष्ट करने में मदद करता है। जब आप अपने जीवन के उद्देश्यों को समझ लेते हैं, तो हम एक दिशा की ओर बढ़ सकते हैं। खुद की खोज से हम अपने जीवन के उद्देश्य और दिशा को समझ सकते हैं, जो हमारे व्यक्तिगत और पेशेवर निर्णयों को प्रभावित करता है। यह आत्म-समझ व्यक्ति को मानसिक और भावनात्मक स्थिरता प्रदान करती है, जिससे हम अपने जीवन में संतुलन और पूर्णता प्राप्त कर सकते हैं।

## आत्म साक्षरता

आत्म साक्षरता वह प्रक्रिया है, जिसमें हम अपनी व्यक्तिगत भावनाओं, विचारों, और अनुभवों को दूसरों के साथ साझा करते हैं। यह खुलेपन और ईमानदारी का संकेत है, जो रिश्तों को मजबूत बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

आत्म साक्षरता की प्रक्रिया में निम्नलिखित तत्व शामिल होते हैं:

**खुलापन :** हम अपनी भावनाओं और विचारों को बिना किसी डर या संकोच के साझा करते हैं। यह हमारे जीवन में खुलापन, रिश्तों में विश्वास और पारदर्शिता को बढ़ाता है।

**सहानुभूति और समझ :** आत्म साक्षरता से हम दूसरों को अपनी स्थिति को समझने और सहानुभूति दिखाने का अवसर देते हैं। इससे हमारे रिश्तों में गहराई और विश्वास बढ़ता है।

**संबंध निर्माण :** जब हम अपनी आंतरिक स्थिति को साझा करते हैं, तो यह हमारे रिश्तों को अधिक मजबूत और सच्चा बनाता है। यह व्यक्तिगत संबंधों को बेहतर बनाने में सहायक होता है। आत्म साक्षरता से व्यक्ति के भावनात्मक विचारों में सुधार होता है। यह रिश्तों में विश्वास और समझ को बढ़ावा देता है, और समाज में एक मजबूत समर्थन नेटवर्क बनाने में मदद करता है। इसके अलावा, आत्म साक्षरता व्यक्तिगत विकास को प्रोत्साहित करती है क्योंकि यह व्यक्ति को अपनी

भावनाओं और विचारों को स्पष्ट रूप से व्यक्त करने की अनुमति देता है।

**खुद की खोज और आत्म साक्षरता के बीच संबंध**

खुद की खोज के माध्यम से प्राप्त आत्म-समझ आत्म साक्षरता की प्रक्रिया को अधिक प्रभावशाली बनाती है। जब हम अपनी आंतरिक सच्चाइयों और मूल्यों को समझते हैं, तो हम उन्हें दूसरों के साथ साझा करने में अधिक आत्मविश्वास महसूस करते हैं। इससे हमारे रिश्तों में ईमानदारी और गहराई बढ़ती है।

खुद की खोज और आत्म साक्षरता एक-दूसरे के पूरक के रूप में काम करते हैं। खुद की खोज से प्राप्त आत्म-समझ आत्म साक्षरता में खुलापन और ईमानदारी को बढ़ावा देती है। इसके साथ ही, आत्म साक्षरता से प्राप्त सामाजिक प्रतिक्रिया और समर्थन हमें अपने आप को और बेहतर समझने में मदद करता है।

**खुद की खोज और आत्म साक्षरता के लाभ**

**आत्म-समझ :** खुद की खोज से हम अपनी आंतरिक स्थिति को समझते हैं, जिससे हमें अपनी वास्तविकता को स्वीकार करने में मदद मिलती है।

**भावनात्मक स्थिरता :** आत्म साक्षरता से व्यक्ति अपनी भावनाओं को व्यक्त कर सकता है, जिससे भावनात्मक स्थिरता प्राप्त होती है।

**सामाजिक लाभ**

**मजबूत रिश्ते :** आत्म साक्षरता से रिश्तों में विश्वास और पारदर्शिता बढ़ती है, जिससे व्यक्तिगत संबंध अधिक मजबूत और सच्चे बनते हैं।

**समर्थन नेटवर्क :** खुलापन और ईमानदारी से सामाजिक समर्थन प्राप्त करने में हमें आसानी होती है, जो हमारे जीवन की चुनौतियों का सामना करने में सहायक होता है।

**खुद की खोज और आत्म साक्षरता में चुनौतियाँ और समाधान**

**खुद की खोज में आत्म-संदेह :** कभी-कभी व्यक्ति को अपनी पहचान और मूल्य को पहचानने में कठिनाई हो सकती है।

**आत्म साक्षरता में असुरक्षा :** हम अपनी भावनाओं और विचारों को साझा करने में डर या असुरक्षित महसूस करते हैं।

**आत्म-प्रेरणा और समर्थन :** खुद की खोज और आत्म साक्षरता की प्रक्रिया को प्रोत्साहित करने के लिए आत्म-प्रेरणा और पेशेवर समर्थन प्राप्त करना फायदेमंद होता है।

**स्वीकृति और विश्वास :**खुद की खोज और आत्म साक्षरता के दौरान अपनी असुरक्षाओं को स्वीकार करना और विश्वास रखना महत्वपूर्ण है।

**निष्कर्ष**

खुद की खोज और आत्म साक्षरता व्यक्तिगत विकास के दो महत्वपूर्ण पहलू हैं। खुद की खोज से प्राप्त आत्म-समझ आत्म साक्षरता की प्रक्रिया को अधिक प्रभावशाली बनाती है, जबकि आत्म साक्षरता से प्राप्त सामाजिक समर्थन और प्रतिक्रिया व्यक्ति की आत्म-समझ को और बेहतर बनाते हैं। ये दोनों प्रक्रियाएँ मिलाकर व्यक्ति को एक संतुलित और पूर्ण जीवन जीने में सहायता करती हैं, जो व्यक्तिगत और सामाजिक दृष्टिकोण से फायदेमंद होती हैं। ■

# बेटी हूँ मैं

**संजीव कुमार**
**सहायक निदेशक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**


" बेटी " हूँ मैं, बोझ नहीं
मेरा भी कुछ अरमान है।

कभी 'झाँसी', कभी 'टेरेसा'
यह मेरी पहचान है।

रोके से न रुक सकेंगे
ख्वाबों की जो उड़ान है।

बुलंद हौसलों के सामने
झुकाना ये जहान है।

पंख नहीं तो क्या हुआ
मुझको छूना आसमान है।

सर उठा के जी सकूँ
पाना वो सम्मान है।

बेटी हूँ मैं, हाँ जननी भी
इसका मुझे अभिमान है। ■

# रूहदार

**सतीश कुमार**
**उपनिदेशक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**


बिन फ़ासलों के किनारे नहीं हो सकते
तिश्नगी, बग़ैर तेरे, दीवाने नहीं हो सकते

मौजों से कोई पूछ ले बेचैनियों का आलम
रवानी मौजों में, बस यूँ ही नहीं हुआ करते

तेरी उलफ़त में संजोये थे अफ़साने दिल के
ज़ख्म बन गए हैं, मगर बेगाने नहीं हो सकते

दरख़्तों, पत्थरों में क्या रक्खा है ऐ नक्काश
अपने औज़ार ला मेरे रूह पे चला,
यूँ ही दीवारों पर वक़्त, ज़ाया नहीं किया करते। ■

(तिश्नगी = चाहत : नक्काश = शिल्पी )

'क' और 'ख' क्षेत्र में वर्षभर में न्यूनतम 100 श्रुतलेखन देने वाले हिंदी-भाषी अधिकारी तथा न्यूनतम 75 श्रुतलेखन देने वाले हिंदीतर भाषी अधिकारी (कार्यालय प्रमुख सहित) 'हिंदी श्रुतलेखन प्रतियोगिता' के लिए पात्र हैं।

# निगम में प्रयुक्त हितलाभ शब्दावली

| | |
|---|---|
| **Abortion** | गर्भपात |
| **Accident** | दुर्घटना |
| **Adopt** | गोद लेना |
| **Admissible** | ग्राह्य, स्वीकार्य |
| **Ante-natal** | प्रसव पूर्व |
| **Artificial respiration** | कृत्रिम श्वसन |
| **Beneficiary** | लाभार्थी |
| **Blood** | रक्त |
| **Certificate** | प्रमाणपत्र |
| **Claim form** | दावा प्रपत्र |
| **Commutation** | संराशीकरण, लघुकरण |
| **Confinement** | प्रसूति |
| **Convalescent home** | स्वास्थ्य लाभ गृह |
| **Deceased** | मृतक |
| **Delivery** | प्रसव |
| **Diagnosis** | निदान |
| **Diet** | आहार |
| **Disease** | रोग, बीमारी |
| **Dispensary** | औषधालय |
| **Drugs** | औषध |
| **Eligible** | पात्र |
| **Entitlement** | हकदारी |
| **Family welfare** | परिवार कल्याण |
| **Fatal accident** | घातक दुर्घटना |
| **Fracture** | अस्थिभंग |
| **Health** | स्वास्थ्य |
| **Immunisation** | प्रतिरक्षण |
| **Inadequate** | अपर्याप्त |
| **Infirmity** | अशक्तता, दौर्बल्य |
| **Injection** | टीका |
| **Injury** | चोट |
| **In patient** | अंतः रोगी |
| **Insurable** | बीमायोग्य |
| **Insurance Medical Officer** | बीमा चिकित्सा अधिकारी |
| **Laboratory** | प्रयोगशाला |
| **Legitimate** | धर्मज |
| **Limb** | अंग |
| **Loss of earning** | अर्जन की हानि |
| **Lump-Sum** | एक मुश्त |
| **Malignant Disease** | दुर्दम्य रोग |
| **Medical Appeal Tribunal** | चिकित्सा अपील अधिकरण |
| **Medical attendant** | चिकित्सा परिचर |
| **Medical board** | चिकित्सा बोर्ड |
| **Medical care** | चिकित्सा देखभाल |
| **Medical Practitioner** | चिकित्सा व्यवसायी |
| **Medical Referee** | चिकित्सा निर्देशी |
| **Medical treatment** | चिकित्सीय उपचार |
| **Miscarriage** | गर्भस्राव |
| **Nurse** | परिचारिका |
| **Occupational disease** | व्यावसायिक रोग |
| **Operation** | शल्यकर्म |
| **Out patient department** | बाह्य रोगी विभाग |
| **Post-natal** | प्रसवोत्तर |
| **Pregnancy** | गर्भावस्था |
| **Pre-natal** | प्रसवपूर्व |
| **Referral** | अभिनिर्देश, अभिनिर्देशन |

‘ग’ क्षेत्र में वर्षभर में न्यूनतम 75 श्रुतलेखन देने वाले हिंदी-भाषी अधिकारी तथा न्यूनतम 60 श्रुतलेखन देने वाले हिंदीतर भाषी अधिकारी (कार्यालय प्रमुख सहित) ‘हिंदी श्रुतलेखन प्रतियोगिता’ के लिए पात्र हैं।

# तक्र : आयुर्वेद का अमृत पेय

**डॉ. एस. वरलक्ष्मी**
**मु.चि.अधिकारी (आयुर्वेद)**
**क.रा.बी.नि.अस्पताल, तिरुनेलवेली**

तक्र, जिसे आयुर्वेद में "अमृत" के समान माना गया है, एक हल्का और पौष्टिक पेय है, जो शरीर के तीन दोषों- वात, पित्त और कफ को संतुलित करने में सहायक है। यह न केवल स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करता है, बल्कि विभिन्न रोगों के उपचार में भी उपयोगी है।

## तक्र के स्वास्थ्य लाभ

- **पाचन सुधार** : तक्र पाचन तंत्र को मजबूत करता है। यह कफ और वात दोष को शांत करता है और कब्ज, अपच और इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम (आईबीएस) जैसी समस्याओं में लाभकारी है। इसका खट्टा और कसैला स्वाद जठराग्नि को बढ़ाता है।
- **शरीर का शुद्धिकरण** : तक्र शरीर की सूक्ष्म नाड़ियों (स्रोतस) को साफ करता है, जिससे पोषक तत्वों का संचार बेहतर होता है और शरीर की विषाक्तता कम होती है।
- **पोषण गुण** : तक्र वसा में कम और कैल्शियम, पोटेशियम तथा विटामिन बी-12 जैसे पोषक तत्वों से भरपूर होता है। यह हड्डियों को मजबूत करता है और ऊर्जा प्रदान करता है।
- **चिकित्सीय उपयोग** : आयुर्वेद में तक्र का उपयोग एनीमिया, बवासीर (अर्श), मल-अवशोषण सिंड्रोम (ग्रहणी), और अन्य पाचन विकारों के उपचार में किया जाता है। यह घी या वसायुक्त भोजन के अधिक सेवन से होने वाली समस्याओं को भी दूर करता है।
- **त्वचा स्वास्थ्य** : तक्र के कसैले गुण त्वचा के रोमछिद्रों को कम करते हैं और सूजन को शांत करके मुहासों जैसी समस्याओं के समाधान में मदद करते हैं।

## तक्र के प्रकार

आयुर्वेद में तक्र को इसकी निर्माण विधि और पानी की मात्रा के आधार पर विभिन्न प्रकारों में विभाजित किया गया है-

| प्रकार | तैयारी | लाभ |
|---|---|---|
| घोल तक्र | बिना पानी मिलाए दही को मथकर तैयार किया जाता है। | वात और पित्त दोष को शांत करता है। |
| मथित तक्र | बिना मलाई या पानी मिलाए दही को मथकर बनाया जाता है। | कफ दोष को संतुलित करता है। |
| उदास्वित तक्र | दही को 1/4 भाग पानी मिलाकर मथा जाता है। | पित्त और कफ दोष को शांत करता है। |
| मानक तक्र | दही को 4 भाग पानी मिलाकर तैयार किया जाता है। | तीनों दोषों को संतुलित करता है और पाचन शक्ति बढ़ाता है। |
| चक्रिका तक्र | दही को 1 भाग से अधिक पानी मिलाकर मथा जाता है। | वात और पित्त दोष के लिए विशेष रूप से लाभकारी। |
| रूक्ष तक्र (नो फैट) | मक्खन निकालने तक मथकर तैयार किया जाता है। | वात और कफ दोष को शांत करता है लेकिन पित्त दोष बढ़ा सकता है। |

**100 ग्राम तक्र (छाछ) में निम्नलिखित पोषक तत्व होते हैं:**

कैलोरी : 40
कार्बोहाइड्रेट : 4.8 ग्राम
प्रोटीन : 3.3 ग्राम
सैचुरेटेड फैट : 0.5 ग्राम
कोलेस्ट्रॉल : 4 मिलीग्राम
सोडियम : 105 मिलीग्राम
पोटैशियम : 151 मिलीग्राम
कैल्शियम : 11% (दैनिक आवश्यकता का)
विटामिन सी : 1%
मैग्नीशियम : 2%
कोबालामिन (विटामिन बी12) : 3%

तक्र में लैक्टिक एसिड भी होता है, जो हानिकारक सूक्ष्मजीवों के विकास को रोकता है। नियमित रूप से तक्र का सेवन आंतों की वनस्पतियों (इंटस्टाइनल फ्लोरा) को पुनः स्थापित करने में मदद करता है और उन सूक्ष्मजीवों के विकास को रोकता है जो पाचन तंत्र (जीआईटी ट्रैक्ट) की कार्यक्षमता को बाधित करते हैं।

## विशेष गुण

- **शीतलता बनाम गर्म प्रभाव :** कुछ प्रकार (जैसे- घोल तक्र) शीतलता प्रदान करते हैं जबकि अन्य (जैसे रूक्ष तक्र) गर्म प्रभाव देते हैं।
- **स्वाद प्रोफ़ाइल :** खट्टा स्वाद पित्त बढ़ा सकता है, जबकि मीठा स्वाद इसे संतुलित कर सकता है।
- **पाचन लाभ :** सभी प्रकार के पाचन में सहायक होते हैं लेकिन उनकी प्रभावशीलता व्यक्ति की प्रकृति पर निर्भर करती है।

## निषेध

- तक्र का सेवन सावधानीपूर्वक करना चाहिए।
- गर्म प्रकृति होने के कारण इसे गर्मियों में सीमित मात्रा में लेना चाहिए।
- कमजोरी, चक्कर या बेहोशी की स्थिति में इसका सेवन नहीं करना चाहिए।

## निष्कर्ष

तक्र आयुर्वेद का एक अनमोल उपहार है, जो न केवल स्वादिष्ट होता है बल्कि स्वास्थ्य लाभ से भरपूर होता है। इसका नियमित सेवन शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है और बीमारियों से बचाव करता है। आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार इसे अपने आहार का हिस्सा बनाना स्वास्थ्य बनाए रखने का एक उत्तम उपाय हो सकता है। ■

# कसक

**बिनोद माल**
**कार्यालय अधीक्षक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

चूं-चूं, कू-कू और पिहु-पिहु से होता था सबेरा,
कानों में गुंजती थी नदियों की कल-कल, छल-छल।
स्वच्छ बयार थी, थी अरुणोदय की लालिमा,
मन को करता विह्वल, गुजरता था पल-पल।
सुन सखा के शहर की अट्टालिकाओं की कहानी,
उद्विग्न मन की तृष्णा बोली तू भी चल, तू भी चल।

आशा नहीं थी आशियाना बदलना गांव से शहर तक

वियोग अपना और प्रकृति से सुनकर हृदय था शोकाकुल

अजब की प्रतिस्पर्धा थी गजब का माहौल था,
ना जाने कब सुबह हुई थी, कब गया सूरज अस्ताचल।
ईश्वर ने मेरी सुन ली थी ऊँचे पद पर उत्तीर्ण कर,
मैं चला गुरु पूजन को, हाथों में लेकर पुष्प व गंगाजल।

खुशियाँ हुईं छूमंतर, फिसड्डी सहपाठी बैठे जब सांसद बनकर,
सफलता पर कसक थी, लगा अच्छा होता होना असफल।
हमसफर के आगाज से जिन्दगी की हर कमी हो गई थी पूरी,
संकीर्ण शहरी बसेरा भी दिखने लगा था, जैसे हो महल।

किसी अजनबी ने पड़ोस में मदमस्त अदा बिखेरी थी,
नींद उड़ गई थी रातों की, बन बैठा था उसका कायल।
तुलना से ही कसक पैदा हुई, होता रहा खुशियों से दूर,
जब अँधेरा छँटा तुच्छ आकांक्षाओं का, मिल गया मुझे संबल। ■

# बधाइयां

कर्मचारी राज्य बीमा निगम के क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में कार्यरत श्रीमती आर. राजेश्वरी, निजी सचिव ने वर्ष 1999 में अपने पुत्र आदित्य गिरि को जन्म दिया। बाद में पता चला कि वह स्पाइना बिफिडा रोग से पीड़ित है, जिसके परिणामस्वरूप जन्म से ही उसके शरीर के निचले हिस्से में संवेदना पूरी तरह खत्म हो गई।

सभी शारीरिक और चिकित्सीय समस्याओं से जूझते हुए वे बी.कॉम की डिग्री हासिल करके शिक्षाविदों में एक विजेता बनकर उभरे। चूंकि उनकी शूटिंग स्पोर्ट में रुचि थी, इसलिए उन्होंने श्री रामचंद्र मेडिकल यूनिवर्सिटी, पोरुर के सेंटर फॉर स्पोर्ट्स एंड साइंसेज (सीएसएस) में गगन नारंग की "गन फॉर ग्लोरी" शूटिंग अकादमी में 10 मीटर एअर राइफल श्रेणी में अपनी कोचिंग शुरू की।

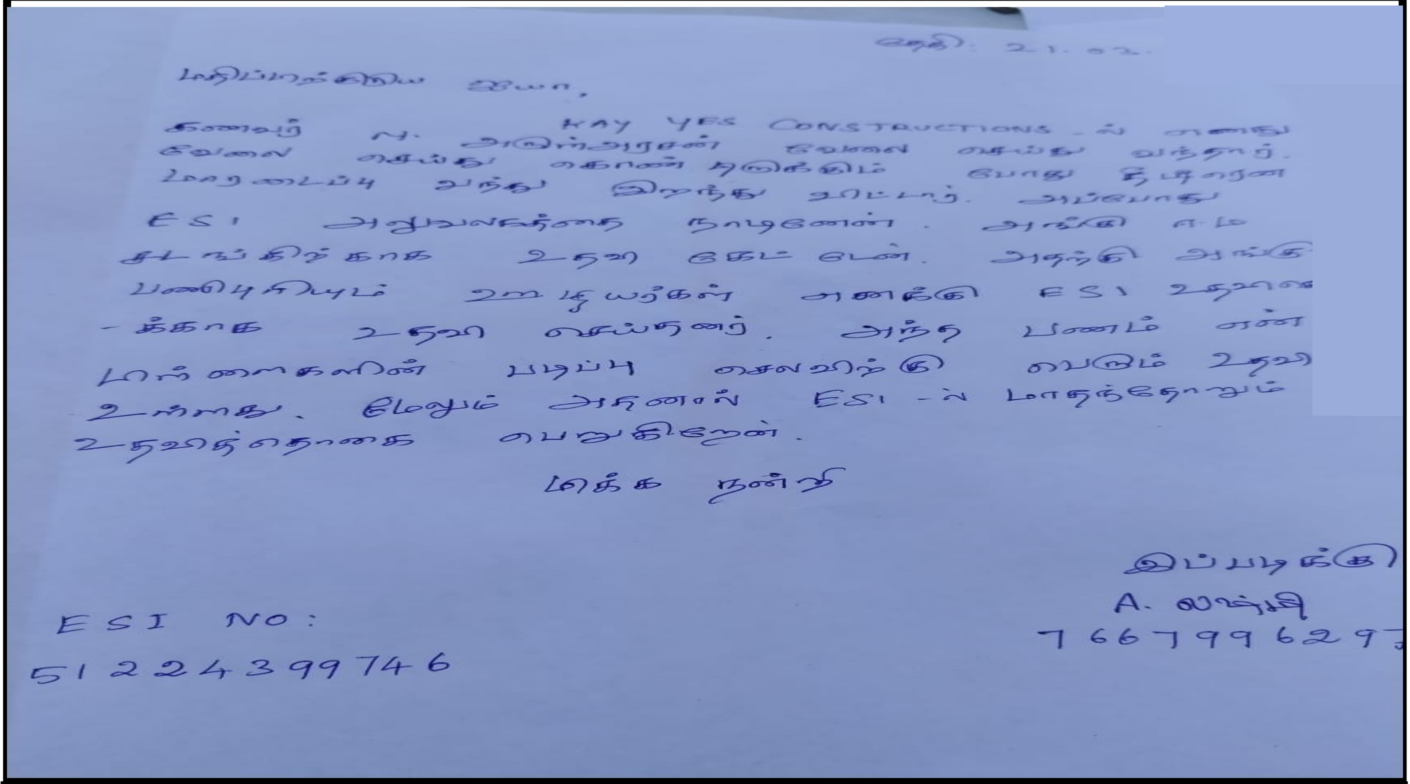
उन्होंने वर्ष 2018 में पैरा राइफल शूटर के रूप में अपना करियर शुरू किया। उन्होंने मदुरै में आयोजित 44वीं तमिलनाडु स्टेट शूटिंग चैंपियनशिप में दो स्वर्ण पदक जीते और इसके बाद वर्ष 2018 से 2020 तक तमिलनाडु का प्रतिनिधित्व करते हुए प्री-नेशनल और नेशनल चैंपियनशिप की विभिन्न प्रतियोगिताओं में तीन स्वर्ण, तीन रजत और एक कांस्य पदक जीते। वर्ष 2021 से 2023 के दौरान भारतीय पैरालंपिक समिति द्वारा आयोजित राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चैंपियनशिप में उन्होंने लगातार तीन स्वर्ण पदक जीते। वे मार्च 2024 में नई दिल्ली में आयोजित डब्ल्यूएसपीएस विश्व कप 2024 के लिए भारतीय टीम में चुने गए और मिश्रित टीम स्पर्धा में रजत पदक जीता। उनकी नवीनतम उपलब्धि दिसंबर 2024 में पुणे में तमिलनाडु का प्रतिनिधित्व करते हुए 5वीं राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चैंपियनशिप में कांस्य पदक जीतना है। वे वर्ष 2018 से 2024 तक तमिलनाडु का प्रतिनिधित्व करने वाले एकमात्र पैरा राइफल शूटर हैं और विश्व कप में पदक जीतने वाले तमिलनाडु के पहले राइफल शूटर हैं। उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन को देखते हुए तमिलनाडु सरकार उन्हें सभी स्तरों पर उनके भविष्य के प्रशिक्षण/प्रतियोगिताओं को प्रायोजित करके उनका समर्थन कर रही है। ■

# बीमाकृत व्यक्ति के आश्रितजन को हितलाभ

स्वर्गीय अब्दुल हमीद की आश्रित पत्नी श्रीमती मल्लिका अब्दुल हमीद को शाखा कार्यालय, द्वारा आयोजित आउटरीच कार्यक्रम के दौरान दिनांक 27.01.2025 को आश्रितजन हितलाभ स्वीकृति पत्र प्रदान किया गया।

स्वर्गीय विजय कुमार की आश्रित पत्नी सुजाता को शाखा कार्यालय, रायपेटा, चेन्नै द्वारा दिनांक 13.01.2025 को आश्रितजन हितलाभ का स्वीकृति पत्र प्रदान किया गया।

# बीमाकृत व्यक्ति के आश्रितजन का पत्र


தேதி: 21.02.

மதிப்பிற்குரிய ஐயா,

கணவர் N. அமிர்தராஜன் KAY YES CONSTRUCTIONS -ல் வேலை செய்து வந்தார். வேலை செய்து கொண்டிருக்கும் போது நெஞ்சு மாரடைப்பு வந்து இறந்து விட்டார். அப்போது ESI அலுவலகத்தை நாடினேன். அங்கே ஈம சடங்கிற்காக உதவி கேட்டேன். அதற்கு அங்கே பணிபுரியும் ஊழியர்கள் எனக்கு ESI உதவி -க்காக உதவி செய்தனர். அந்த பணம் என் பிள்ளைகளின் படிப்பு செலவிற்கு பெரும் உதவி உள்ளது. மேலும் ESI -ல் மாதந்தோறும் உதவித்தொகை பெறுகிறேன்.

மிக்க நன்றி

இப்படிக்கு
A. லட்சுமி
7667996293

ESI NO:
5122439974 6

## उपर्युक्त पत्र का तमिल से हिंदी अनुवाद

**आदरणीय महोदय,**

मेरे पति "के.एस.कंस्ट्रक्शन" के कर्मचारी थे। एक दिन जब वह ड्यूटी पर थे, उन्हें हृदयाघात हुआ और उनकी मृत्यु हो गई। फिर, मैंने अंतिम संस्कार के खर्चों को लेने के लिए संबंधित कर्मचारी राज्य बीमा निगम शाखा कार्यालय से संपर्क किया। मुझे शाखा कार्यालय के कर्मचारियों द्वारा ऐसे मामलों में मिलने वाले आश्रितजन हितलाभ के बारे में समझाया गया और मुझे इस संबंध में मार्गदर्शन दिया गया। उन्होंने आश्रितजन हितलाभ प्राप्त करने में मेरी बहुत मदद की। यह राशि जो मेरे और मेरे बच्चों को मासिक रूप से भुगतान की जा रही है, इससे मेरे बच्चों की शिक्षा में बहुत मदद मिलती है।

धन्यवाद!

भवदीय,
ए. लक्ष्मी
मोबाइल नं..7667996293
कर्मचारी बीमा सं. 51224399746

# बीमाकृत व्यक्ति के आश्रितजन का पत्र

फीडबैक पर

दि 20/03/2025

मैं सीमा पत्नी स्व: पुनीत कुमार की पत्नी हूँ। मेरा चेन्नई आकासीय पता ग्राम सुरजीपुर पोस्ट - जमीलपुर, जिला आजमगढ़ (उत्तर प्रदेश) 276139 की स्थायी निवासी हूँ।

मेरे पति स्व: पुनीत कुमार, दिपक एजेन्सी नामक कम्पनी में ड्राइवर के पद पर कार्यत थे। वे चेन्नई से हैदराबाद ट्रक से जाकर वापस चेन्नई आ रहे थे। उसी दौरान उनका एक्सीडेंट दिनांक 14/01/2024 को हो गया उन्हे हास्पीटल ले जाया गया पर इलाज के दौरान उनकी मृत्यु दिनांक 14/01/2024 को गयी।

मुझे ESIC - शाखा कार्यलय - जार्ज टाउन से सम्पर्क किया गया और मुझे आश्रित हित लाभ के बारे में बताया गया मुझे इसके बारे में कोई जानकारी नही थी और न ही जिस कम्पनी मे मेरे पति काम करते थे उनके द्वारा कोई भी जानकारी नही दी गई

मुझे शाखा कार्यलय - जार्ज टाउन द्वारा संपर्क करके सभी जानकारी दी गई और बताया गया कि आश्रित हितलाभ के लिए क्या-क्या कागजात जमा करना है इसकी सभी जानकारी दी गई।

शाखा कार्यलय जार्ज टाउन द्वारा बताये गये सभी कागजात जमा करने के बाद मेरा आश्रित हितलाभ दावा शिकार कर लिया गया और अब मुझे दैनिक पेन्सन 212 रूपये मिलगे एवं मानिसक पेन्सन 6360 मिलेगें

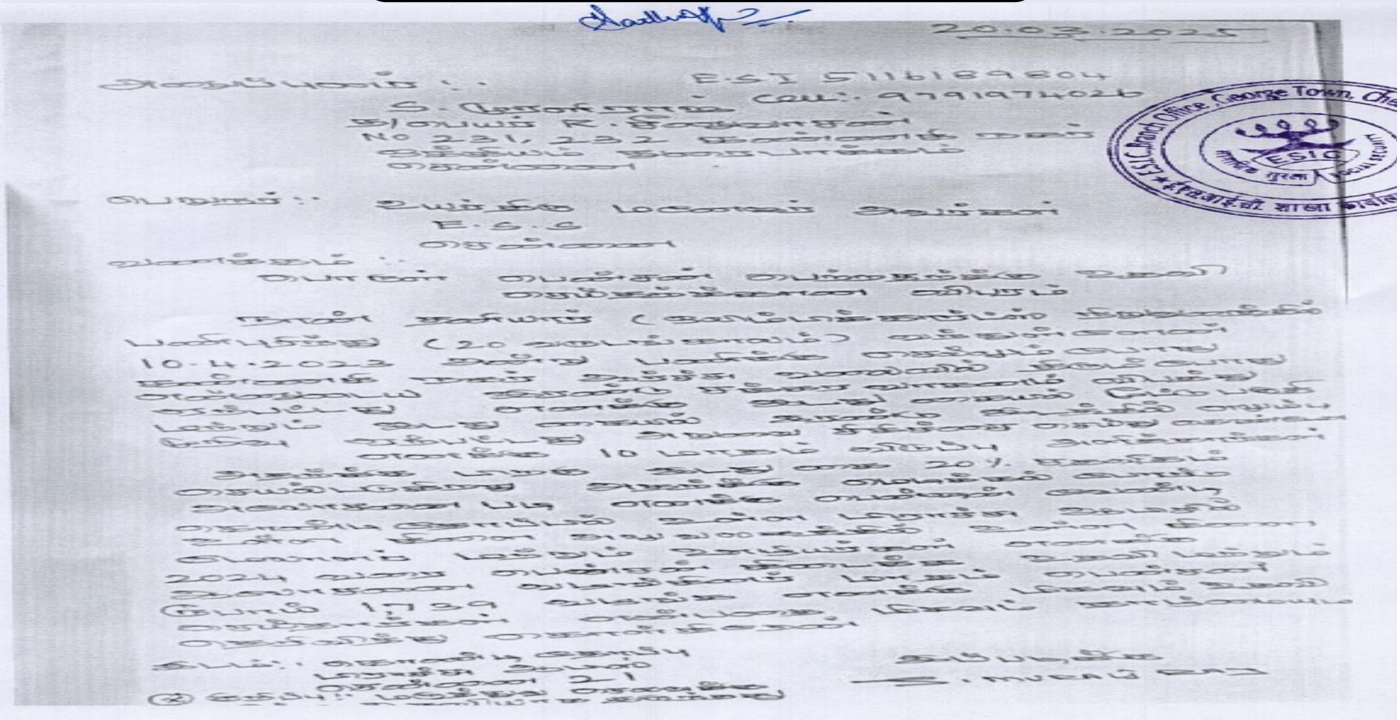
मैं शाखा कार्यलय जार्ज टाउन के शाखा प्रबन्धक एवं कर्मचारी की सहयता प्रशंसनीय है इन्होने मेरी बहुत ही सहयाता की जिसे मुझे आश्रित हितलाभ के द्वारा प्राप्त वितीय सहयता से मैं बहुत प्रसन्न हूँ। शाखा कार्यलय जार्ज टाउन का के शाखा प्रबन्धक एवं कर्मचारी का कार्य बहुत ही सराहनीय है।

इस सहयाता के लिए मैं शाखा कार्यलय की जार्ज टाउन की सदा आभारी रहूगी।

सीमा

फोन नं० - 6307560679

# बीमाकृत व्यक्ति का पत्र



## उपर्युक्त पत्र का तमिल से हिंदी अनुवाद

**सेवा में**

शाखा प्रबंधक

क.रा.बी.निगम, चेन्नै

**विषय : कर्मचारी राज्य बीमा निगम हितलाभ प्राप्त करने के लिए मार्गदर्शन से संबंधित।**

**आदरणीय महोदय**

मैं पिछले कुछ वर्षों से एम/एस.ओलंपिक कार्ड्स में काम कर रहा था। दिनांक 10.04.2023 को जब मैं अपने दो-पहिया वाहन से काम करने के लिए जा रहा था, कन्नगी नगर आर्क के पास मेरे साथ एक दुर्घटना हो गई। मेरी बायीं कोहनी में फ्रैक्चर हो गया और बायीं बांह में चोट आई। मुझे सर्जरी करानी पड़ी।

उपचार के दौरान मैं 10 महीने की छुट्टी पर था। इस छुट्टी के लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम ने मुझे अस्थायी अपंगता हितलाभ का भुगतान किया और फिर बाएं हाथ में 20% की अक्षमता के नुकसान के मूल्यांकन के लिए कर्मचारी राज्य बीमा निगम ने मुझे मेडिकल बोर्ड में भेजा। शाखा कार्यालय के प्रबंधक और अधिकारियों ने मुझे वर्ष 2024 तक स्थायी अपंगता हितलाभ प्राप्त करने के लिए आवश्यक दिशानिर्देश और सलाह दी। मुझे प्रतिमाह ₹1739/- की राशि प्राप्त होती है। शाखा कार्यालय के कर्मचारियों ने कर्मचारी राज्य बीमा निगम के अधीन हितलाभों को प्राप्त करने में मेरी बहुत मदद की।

स्थान : कोंडिथोप, चेन्नै 600 021 में स्थित शाखा कार्यालय

**भवदीय**

**एस. मुरली राज**

**अंग्रेजी आशुलिपिकों द्वारा निर्धारित संख्या में हिंदी टंकण करने पर मासिक प्रोत्साहन राशि ₹240/- है।**

# तमिलनाडु क्षेत्र में लाभार्थियों को प्रदान किए गए हितलाभ

**बैठक** : संयुक्त आउटरीच कार्यक्रम - वेल्लोर

**स्थल और तिथि** : 27.02.2025 को वूरहेस कॉलेज, वेल्लोर

इस कार्यक्रम के दौरान, शाखा प्रबंधक, वेल्लोर, चेन्नै द्वारा मृतक बीमाकृत व्यक्ति श्री मुरुगन, बीमा सं. 5123666330 के आश्रितों को आश्रितजन हितलाभ स्वीकृति आदेश सौंपा गया।

**आश्रितों का विवरण :**

1. श्रीमती कविता (पत्नी)
2. श्री विनोदकुमार एम (पुत्र)
3. कुमारी विनीता एम (पुत्री)
4. श्री अनीश एम (पुत्र)

---

**बैठक** : संयुक्त आउटरीच कार्यक्रम - कडलुर

**स्थल और तिथि** : मेसर्स नेसर इंडिया लिमिटेड कंपनी, कडलुर, दिनांक 04.10.2024

इस कार्यक्रम के दौरान, शाखा प्रबंधक, कडलुर, चेन्नै द्वारा मृतक बीमाकृत व्यक्ति श्री रविचंद्रन, बीमा सं. 5132068314 के आश्रितों को आश्रितजन हितलाभ स्वीकृति आदेश सौंपा गया।

**आश्रितों का विवरण :-**

1. ज्योतिलक्ष्मी (पत्नी)
2. बालामुरुगन (पुत्र)

---

**बैठक :** अंडमान एवं निकोबार में 74वां कर्मचारी राज्य बीमा निगम स्थापना दिवस एवं विशेष सेवा पखवाड़ा कार्यक्रम

**स्थल एवं तिथि :** दुर्गा मंडप, जंगलीघाट, दिनांक 24.02.2025

इस कार्यक्रम के दौरान, डॉ. अनिल अग्रवाल, स्वास्थ्य सचिव, संघ राज्य क्षेत्र प्रशासन, अंडमान एवं निकोबार द्वीप समूह द्वारा मृतक बीमाकृत व्यक्ति श्री विश्वनाथ रॉय, बीमा सं. 4500021583 के आश्रितों को आश्रितजन हितलाभ स्वीकृति आदेश सौंपा गया।

**आश्रितों का विवरण :**

1. श्रीमती जमुना रॉय (पत्नी)
2. प्रियांशु रॉय (पुत्र)
3. देबांसु रॉय (पुत्र)

---

**बैठक :** सुविधा समागम बैठक

**स्थल एवं तिथि :** कर्मचारी राज्य बीमा निगम, शाखा कार्यालय, माउंट रोड, चेन्नै, दिनांक 09.08.2024

इस कार्यक्रम के दौरान, मृतक बीमाकृत व्यक्ति गौतम सेल्वराज, बीमा सं. 5132897149 को श्रीमती लक्ष्मी, शाखा प्रबंधक, माउंट रोड, चेन्नै द्वारा आश्रितजन हितलाभ स्वीकृति आदेश सौंपा गया।

**आश्रितों का विवरण :**

1. श्रीमती उषानंदिनी (आश्रित माता)
2. श्री के. सेल्वराज (आश्रित पिता) ■

# “ माँ, सब करने लगा हूँ मैं ”

**चंदन कुमार**
**अवर श्रेणी लिपिक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

माँ, सब करने लगा हूँ मैं
तुम मुझे याद करती हो, ये मैं बखूबी जानता हूँ ‘माँ’
तुम्हें किसी पल भूलता नहीं, ये मैं कभी कह नहीं पाया।

मैं तुमसे दूर हूँ न माँ, बहुत डरने लगा हूँ मैं,
जो कभी नहीं करता था, वो भी करने लगा हूँ मैं।
तुलसी फेंक देता था, जो तुम काढ़े में पकाती थी,
अब जब बेचैन होता हूँ, ये पत्ते खाने लगा हूँ मैं।

दुआएं करती रही हो तुम, जब-जब दूर मैं आया,
मैं भी अब सजदों में रहता हूँ, बस कभी कह नहीं पाया।

कभी तुम्हारे कहने से, दीपक न जलाया था,
अब तुम्हें देखने को माँ, मंदिर जाने लगा हूँ मैं।
बहुत खलती है मुझको, तेरी गोद की नरमाई,
उसी चाहत में अब बिस्तर जमीं पे लगाने लगा हूँ मैं।

मेरी दुनिया हो तुम बेटा, तुम हर बार कहती हो,
पर तुम तो जन्नत हो माँ मेरी, मैं कभी कह नहीं पाया।

पहले यूं ही रूठ जाता था, बिना मतलब, बिना कारण
अब मनाने को नहीं हो तुम, मन को समझाने लगा हूँ मैं।
कभी कोई बात न मानी, जब मैं पास रहता था,
अब तुझे महसूस करने को, माँ, सब करने लगा हूँ मैं।

तुम मुझे याद करती हो, ये मैं बखूबी जानता हूँ माँ,
तुम्हें किसी पल भूलता नहीं, ये मैं कभी कह नहीं पाया। ■

‘राजभाषा कार्यान्वयन सुझाव पुरस्कार योजना’ के अंतर्गत प्रोत्साहन पुरस्कारों की कुल राशि ₹12,000/- है।

# समय का पहिया

**आ. कृष्ण कुमार**
**अधीक्षक**
**क.रा.बी.निगम, उ.क्षे.का., मदुरै**

समय का पहिया घूमता रहता है, जिंदगी की यात्रा कभी थमती नहीं

सभी को समान अवसर देकर, विकास की राह दिखाता चला जाता है।

अनुभव का पाठ पढ़ाता है, धरती के तपने से होड़ करता है,

अतीत अनुभव बन जाता है, वर्तमान सुखद हो जाता है।

भविष्य सुरचित लगता है, घटनाओं की यादें बन जाती हैं।

प्रयास सफल बन जाता है, वर्तमान सुखद हो जाता है।

भविष्य सुरचित लगता है, घटनाओं की यादें बन जाती हैं।

प्रयास सफल बन जाता है, चिंताएं भी धीरे-धीरे मिट जाती हैं।

समय का पहिया घूमता रहता है, रुकने को कहें, पर यह नहीं रुकेगा,

भले ही आप रुकें, यह नहीं रुकेगा, वह दूसरा मौका नहीं देगा,

इसलिए चलते रहो, हर पल का उपयोग करो।

समय को जो सम्मान देते हैं, उसी को मिलते हैं जीवन के लाभ।

सूरज कभी उगना नहीं भूलता, चाँद हर रात हमें रोशनी देता है।

ऋतुएँ बदलना नहीं भूलती, समय अपने कर्तव्य से कभी चूकता नहीं।

यदि सही प्रबंधन करोगे आप तो सफलता की ऊँचाइयां छू सकते हो

पूरी दुनिया को जीतने की शक्ति, समय के साथ सही कदम बढ़ाने में है। ■

# कार्यालय के गुमनाम चेहरे

**धनंजय पाणडेय**
**बहुकार्य स्टाफ**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

हर कार्यालय में कुछ लोग ऐसे होते हैं जिनका नाम तो शायद ही कभी बैठकों में लिया जाता है, लेकिन अगर वे एक दिन भी गायब हों, तो पूरा तंत्र थम सा जाता है। ये वो "अनसुने व्यक्तित्व" हैं जो हमारे काम की दुनिया को आसान बनाते हैं- चुपचाप, बिना किसी शोर के। आइए, आज हम इन्हीं चेहरों को सलाम करते हैं-

## 1. सुरक्षा गार्ड : कार्यालय के अनजान सहायक

वो सुबह-सुबह हमारे चेहरे पर मुस्कान लाने के लिए "नमस्ते!" कहते हैं, बारिश में छाता थाम लेते हैं, और कभी-कभी हमारे गुम हुए पहचान पत्र भी बिना डाँटे लौटा देते हैं। पर क्या हमने कभी सोचा कि उनकी पाली कितनी लंबी होती है? ठंड, गर्मी, या रात की खामोशी में भी वे हमारी सुरक्षा का ख्याल रखते हैं।

**सच्चाई :**

"हमारी शिकायत : वातानुकूलन (एसी) ठीक से नहीं चल रहा!'

उनकी हकीकत : 'आज दोपहर में 45°सेल्सियस तापमान में द्वार पर खड़े रहना है।'

## 2. गृह प्रबंधन कर्मचारी (हाउसकीपिंग स्टाफ) : साफ-सफाई के जादूगर

वो हमारे कार्यालय का कचरा साफ करते हैं, गिरी हुई क्लिप उठा देते हैं, और शौचालयों को इतना साफ रखते हैं कि हमें एहसास भी नहीं होता कि वहाँ कितना काम होता है। कभी उनसे बात कीजिए- शायद आपको पता चले कि वे आपकी पसंदीदा टी-शर्ट के दाग-धब्बों को हटाने का गुप्त मंत्र जानते हैं।

**याद रखने वाली बात :**

"हमारी फाइलें गायब हों तो पूरा कार्यालय हिल जाता है, यदि कार्यालय में सफाई कर्मी न आए तो स्वच्छता का सही महत्व ज्ञात होता है।"

## 3. सूचना प्रौद्योगिकी वाले भैया : प्रौद्योगिकी के जानकार

"सर, मेरा लैपटॉप चल ही नहीं रहा" कहते ही वे जादू की छड़ी (या माउस?) लेकर आते हैं। पासवर्ड रीसेट करने से लेकर प्रिंटर के अटके हुए गुस्से को शांत करने तक- वे कार्यालय के असली संकटमोचक हैं क्योंकि वे हर समस्या का समाधान चुटकियों में कर देते हैं।

**(शेष पृष्ठ 49 पर...)**

# दर्द में खुशी

**ए.एस.स्मिता**
**प्रवर श्रेणी लिपिक**
**क.रा.बी.निगम, उ.क्षे.का., मदुरै**

क्या यह खुशी है या दुख कि हम इस खूबसूरत दुनिया में बने हैं?

क्या कोकून में इल्ली बनकर रहना कष्टदायक है या

तितली बनकर रहना खुशी की बात है?

क्या महिलाओं की प्रसव पीड़ा एक पीड़ा है या

नवजात शिशु की हँसी एक खुशी है?

फिर भी, आइए हम दुख में भी आनंद खोजें।

शरद ऋतु दुख है या वसंत ऋतु आनंद?

क्या माता-पिता के लिए गरीब होना दुख है या

यह आनंद है कि वे कभी नहीं चाहते कि उनके बच्चे गरीब हों?

फिर भी, आइए हम दुख में भी आनंद खोजें।

क्या मोमबत्ती का पिघलना दुख है या अंधेरे में उसकी चमक पाना आनंद है?

क्या हमने अपने जीवन में जो शर्म महसूस की है वह एक पीड़ा है या

शर्म के माध्यम से प्राप्त सफलता एक खुशी है?

फिर भी, आइए हम दुख में भी आनंद खोजें।

क्या सीप बनना दुखद है या मोती बनना सुखद है?

क्या हमें धोखा देने वाले रिश्ते दुखदायी होते हैं या

उन्हें माफ करना खुशी की बात है?

फिर भी, आइए हम दुख में भी आनंद खोजें। ■

# सांसें नहीं, सोच बनाती है जीवन को जीवंत

**दीपक मीना**
**उपनिदेशक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

सांसें जीवन का जैविक प्रमाण हो सकती हैं, किंतु वास्तविक जीवन वही है, जहाँ चेतना, विचार, संवेदना और आत्मबोध का सक्रिय मिश्रण और समायोजन होता है। क्या जीवन केवल शारीरिक संचालन मात्र है या इसमें मानसिक और आत्मीय जागरूकता का भी स्थान है? वास्तव में, पशु भी सांस लेते हैं, किंतु वे सोचने, प्रश्न करने तथा मूल्य निर्धारण की क्षमता से वंचित होते हैं। यही विशेषता मानव अस्तित्व को मूल्यवान बनाती है।

सोच हमें भूतकाल से सीख लेने, वर्तमान को जोड़ने और भविष्य निर्माण की ऊर्जा व चेतना प्रदान करने में सहायक होती है। परिवर्तन और नवसर्जन की जड़ें कहीं न कहीं विचारों में ही निहित होती हैं। विचारहीन व्यक्ति भले ही जीवित दिखे, किंतु वह निष्प्राण से अधिक कुछ नहीं होता।

महात्मा गांधी के अनुसार, मनुष्य अपने विचारों का ही परिणाम है। वह जो सोचता है, वही बन जाता है। इसी क्रम में यदि सोच को सामाजिक आयाम से देखा जाए, तो यह स्पष्ट होता है कि इसका प्रभाव और भी व्यापक है। किसी समाज की दिशा और दशा वहाँ के लोगों की सामाजिक सोच निर्धारित करती है। जब समाज सकारात्मक, विवेकशील और सहिष्णु होता है, तो उसे प्रगति के पथ पर अग्रसर होने से कोई नहीं रोक सकता। वहीं दूसरी ओर, जहाँ सोच संकुचित, कट्टर और स्वार्थ से भरी होती है, वहाँ पतन निश्चित होता है। अतः यह कहना गलत होगा कि व्यक्ति की सोच केवल व्यक्तिगत है; इसके सामाजिक प्रभाव अत्यंत द्रुतगामी और व्यापक होते हैं।

सोच केवल मानसिक क्रिया मात्र नहीं है, बल्कि यह एक एकीकृत प्रक्रिया है, जहाँ अंतरात्मा की आवाज को प्रमुख स्थान प्राप्त है। कांट के अनुसार, अंतरात्मा एक नैतिक न्यायालय है, जहाँ हम स्वयं अपने कार्यों का मूल्यांकन करते हैं। इसी कारण, अंतरात्मा की आवाज सोच को शुद्ध और उद्देश्यपूर्ण बनाकर आत्मिक उन्नति की शुरुआत करती है।

जब विचार पावन होंगे, तो क्रियाओं में सद्गुणों की प्राप्ति होगी। विचारों में ही करुणा, न्याय, सहानुभूति आदि सद्गुण जन्म लेते हैं, जो जीवन के विभिन्न आयामों में परिलक्षित होते हैं।

साँसें तो शरीर को जीवित रखती हैं, किंतु सोच ही आत्मा को दिशा, दशा और गति प्रदान करती है। यदि हमें सत्य, प्रेम जैसे सद्गुणों को प्राप्त करना है, तो जीवन केवल साँसों से नहीं, बल्कि सोच से जीना होगा। ■

# जल यात्रा

**एम. वडिवेल**
**सहायक**
**क.रा.बी.निगम, उ.क्षे.का., मदुरै**

आसमान के गर्भ में एक छोटी सी बूंद के रूप में तू जन्मी थी,
एक छोटे से पक्षी की तरह उड़ते हुए, तू पृथ्वी पर आई थी,
धरती को देखे बच्चे की तरह रेंगते हुए, तुझमें बूंदें बढ़ीं,
माँ को देखकर बच्चों की तरह खुशी से मिलकर एक हो गई।
पानी नाम से एक लंबा सफर तुझे मिला।

अपनी यात्रा के रास्ते में जो भी पानी तूने देखा, वह अपने घर जैसा था,
जैसे प्यार से गले लगाती है अपनी ससुराल,
तेरे अंदर समाकर, पानी ने भूमि को उपजाऊ बना दिया।

फसल उगाने के लिए खेतों में जल की आवश्यकता पाई,
तूने पोखरों का निर्माण किया, एक हिस्से में पानी छोड़ा,
और एक नाम दिया उसे तालाब।
फिर अपनी यात्रा को आगे बढ़ाने का मन बनाया,
तेरी यात्रा में थोड़ी रुकावट आई,
एक छोटी सी पहाड़ी ने तुझे रोका।
सामना किए बिना, तू नए रास्ते पर बढ़ गई,
छोटी सी पहाड़ी को देख मुस्कुरा दी।

तू जो रास्ता चुनती है, उस जलमार्ग में तुझे नदियाँ मिलती हैं,
तुझे देखकर, सभी जल स्रोत एक होकर बहते हैं,
तू नदी के नाम से जानी जाने लगी।

नदी बनकर तू आगे बढ़ी, जैसे किसी दाता की तरह,
तालाब को पूरा भरकर, धरती को समृद्ध किया,
तुझसे लाभ उठाने वाले लोग अधिक समृद्ध हो गए,
कुछ ने तुझे रोकने की कोशिश की, बांध बनाए।

लेकिन तू, विशाल चट्टान से भी ज्यादा बलशाली निकली,
छोटे बांध से क्या कर सकती है, तू हँसते हुए शांत रही,
धीरे-धीरे, तू बढ़ी और अपनी शक्ति को बढ़ाया,
तू बांध को पार कर, अपने सफर पर चल दी,
आखिरकार, समुद्र तक पहुँची।

तेरे रास्ते पर, तेरा पानी, हर जीवन के लिए एक औषधि बना,
तेरे जल के साथ, तुझसे मिलने वालों को जीवन मिला,
तू समुद्र के किनारे तक पहुँची,
गाय के बछड़े की तरह, तू विशाल बाढ़ बन गई,
ईश्वर के भक्त की तरह, समुद्र में समाई,
तू किनारे को पार करने के बाद, जल में विलीन हो गई।

अपने जन्म का उद्देश्य पूरा किया, कर्ज चुका दिया,
और जैसे एक बच्चा खेलते हुए, फिर से एक कोशिश में,
आसमान की ओर उड़ चली, आकाश के गर्भ को ढूंढ़ते हुए। ■

Meta AI

# देश की एकता का सूत्र- हिंदी

**(राजभाषा पखवाड़ा 2024 के दौरान आयोजित प्रतियोगिता में पुरस्कृत निबंध)**

**विजय कुमार यादव**
**प्रवर श्रेणी लिपिक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

**देश की एकता** : देश की एकता का अभिप्राय संपूर्ण भारत के समस्त नागरिकों चाहे वह किसी भी जाति, धर्म, भाषा अथवा संप्रदाय के हों, सभी को एकता के सूत्र में बांधने से है। भारत एक ऐसा देश रहा है, जहाँ के मूल निवासी इतने सहिष्णु एवं उदारता के द्योतक रहे हैं, जिसके परिणामस्वरूप कई धर्मों एवं संप्रदायों के लोग भारत में निवास करते हैं, जैसे- हिन्दू, मुस्लिम, सिख, ईसाई, पारसी इत्यादि। भारत की एकता का सबसे पवित्रतम पहलू यह है कि इसने सभी जातियों एवं धर्मों के लोगों की पूजा-पद्धति, संस्कार एवं विचारधारा को समाहित करते हुए, सभी को एक सूत्र में बांधने का कार्य किया है। यही विभिन्नता में एकता की शक्ति को प्रदर्शित करता है एवं भारत के सामर्थ्य का परिचय भी देता है।

**हिंदी- देश की एकता के सूत्रधार के रूप में** : अब बात आती है कि हिंदी देश की एकता के सूत्रधार के रूप में कितनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है? यदि हम भाषा की बात करें तो हिंदी भाषा ने देश की स्वतंत्रता की लड़ाई में बहुत बड़ी भूमिका का निर्वहन किया था। हमारे महापुरुषों ने हिंदी के माध्यम से ही समूचे भारतवर्ष को एकजुट किया तथा समस्त देशवासियों के दिल में मर-मिटने की भावना की अलख जगाई थी।

**हिंदी भाषा को देश की एकता के लिए राष्ट्रभाषा के रूप में समर्थन** : चूंकि भारत में सर्वाधिक बोली जाने वाली भाषा के रूप में हिंदी को जाना जाता है, अतः हमारे देश की स्वतंत्रता के तुरंत बाद सभी महान विभूतियों, जन-नेताओं (यथा- गांधी जी, नेहरू जी, गोविन्द वल्लभ पंत इत्यादि) ने एक साथ हिंदी को राष्ट्रभाषा के पद पर प्रतिस्थापित करने का समर्थन किया। हालांकि हिंदी को राष्ट्रभाषा के रूप में अंगीकार नहीं किया गया है, लेकिन भारत के लगभग समस्त भाग से इस बात का पुरजोर समर्थन किया जाता रहा है।

**देश की एकता का सूत्र- हिंदी आखिर क्यों?**

सर्वप्रथम हमें यह बात समझने की अत्यन्त आवश्यकता है कि एक भाषा तभी महत्वपूर्ण एवं सर्वव्यापी बन सकती है जब उसमें निम्नलिखित बातें निहित हों-

**(i) बहुसंख्यक जनता द्वारा बोला एवं समझा जाना -**

हिंदी ही एकमात्र ऐसी भाषा है जो भारत के लगभग सभी राज्यों, जैसे- पंजाब, हिमाचल प्रदेश, राजस्थान, बिहार, दिल्ली, गुजरात, झारखण्ड, मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़, इत्यादि अनेक राज्यों में प्रखरता से बोली एवं समझी जाती है। यहाँ तक कि दक्षिण भारतीय राज्यों- तमिलनाडु, केरल, कर्नाटक, आंध्र प्रदेश, महाराष्ट्र, गुजरात इत्यादि राज्यों में भी हिंदी की स्वीकार्यता में अभूतपूर्व वृद्धि हुई है। साथ ही हिंदी लगभग 60 करोड़ लोगों द्वारा बोली जाती है।

**(ii) साहित्य एवं संस्कृति से घनिष्ठ संबंध -**

हिंदी का संबंध साहित्य एवं संस्कृति के साथ काफी गहरा है। इसका संबंध कबीर-जायसी के निर्गुण काव्य, गोस्वामी तुलसीदास के रामचरितमानस, सूरदास, कबीर एवं रसखान के कृष्ण-भक्ति काव्य तथा राष्ट्रकवियों की रचनाओं से राष्ट्रभक्ति की चेतना का है।

**(iii) अन्य प्रांतीय भाषाओं के शब्दों को समाहित करने की शक्ति** - हिंदी ही वह एकमात्र भाषा है, जिसका संस्कृत, पाली, प्राकृत के साथ निकटता का संबंध रहा है। वर्तमान में भी

संस्कृत के कई शब्दों का रूपांतरण हिंदी शब्दकोश में समावेशित है।

अतः उपर्युक्त बिंदुओं से यह स्पष्ट हो जाता है कि हिंदी ही एकमात्र भाषा है, जिसे राष्ट्रभाषा के पद पर प्रतिष्ठित किया जा सकता है।

### हिंदी को राष्ट्र की एकता के लिए प्रचारित एवं प्रसारित करना :

हिंदी को राजभाषा के रूप में संविधान के अनुच्छेद 343 के अंतर्गत मान्यता देने के पश्चात सरकारी कार्यालयों में इसके सतत प्रयोग को बढ़ावा मिला है।

साथ ही, दूसरी ओर संविधान के अनुच्छेद-351 के अंतर्गत हिंदी के प्रचार एवं प्रसार में केंद्र सरकार द्वारा विभिन्न उपायों पर बल दिया जा रहा है। केंद्रीय हिंदी निदेशालय का गठन भी उसका परिचायक है।

### राष्ट्र की एकता में बाधा- हिंदी का विरोध :

यह कैसी विडम्बना है कि भारत में जहाँ एक ओर हिंदी का विरोध किया जाता है, वहीं दूसरी ओर अन्य भारतीय भाषाओं का समर्थन करने की बजाय अंग्रेजी का समर्थन किया जाता है, जो विशुद्ध रूप से राजनैतिक उद्देश्यों की पूर्ति के लिए किया जाता है।

परन्तु आम-जनों के द्वारा यह षडयंत्र समझा जा चुका है तथा उन्हें भी यह आभास हो चुका है कि व्यापार एवं पर्यटन के लिए हिंदी बोलने एवं समझने की क्षमता होना अत्यन्त आवश्यक है। इसी कड़ी में भारतेन्दु की यह वाणी सत्य साबित होती है

**“निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल,**
**बिन निज भाषा ज्ञान के, मिटै न हिय के शूल।"**

अर्थात, अपनी भाषा की उन्नति से ही समस्त देश की प्रगति संभव है। अतः क्षेत्रीय भाषाओं को महत्व देते हुए भी हमें अपनी भाषा हिंदी को अपनाने की आवश्यकता है।

### भारत की एकता के लिए हिंदी के प्रति कर्तव्य :

भारत की एकता एवं अखण्डता को सुनिश्चित करने तथा उसको बढ़ावा देने के लिए एक स्वाभिमानी नागरिक का यह कर्तव्य होना चाहिए- हिंदी में पत्राचार करना, हिंदी में हस्ताक्षर करना एवं हिंदी में भाषण देना।

महात्मा गांधी ने हिंदी को भारत की आत्मा के रूप में माना तथा निम्नलिखित पंक्तियों द्वारा हिंदी की व्याख्या की- **"राष्ट्रीय व्यवहार में हिंदी को काम में लाना भारत की एकता एवं उन्नति के लिए अत्यंत आवश्यक है"**

**उपसंहार**- हमें हिंदी का अधिकाधिक प्रयोग करना चाहिए एवं जिस प्रकार स्वतंत्रता की लड़ाई में भाषा के रूप में हिंदी को ब्रह्मास्त्र बनाकर अंग्रेजों के खिलाफ इस्तेमाल किया गया, ठीक उसी प्रकार देशभक्ति की भावना को प्रज्वलित करने के लिए हिंदी का उपयोग करना चाहिए, तभी क्षेत्रवाद की संकीर्णता पर राष्ट्रवाद की जीत होगी, क्योंकि-

"हम बंगाली, हम पंजाबी, गुजराती, मद्रासी हैं।
लेकिन उन सबसे पहले, हम केवल भारतवासी हैं।"

भारतीय एकता एवं अखंडता को चरितार्थ करती कुछ निम्नलिखित पंक्तियाँ प्रस्तुत हैं-

"भारतीय भाषाएँ नदियाँ हैं और हिंदी महानदी"

**- रविन्द्र नाथ ठाकुर**

"राष्ट्रीय/भारतीय अभिव्यक्ति का सरलतम स्रोत हिंदी है।”

**- सुमित्रा नंदन पंत**

"भाषा की सरलता, सहजता एवं शालीनता अभिव्यक्ति को सामर्थ्यवान बनाती है। हिंदी ने ये सारे पहलुओं को खूबसूरती से समाहित किया है।"

**- नरेन्द्र मोदी (प्रधानमंत्री)**

"हिंदी के द्वारा ही सारे भारत एवं भारतवासियों को एक सूत्र में पिरोया जा सकता है।”

**- स्वामी दयानन्द सरस्वती** ■

# वर्ष 2023-24 के दौरान राजभाषा नीति के कार्यान्वयन से संबंधित उपलब्धियों का संक्षिप्त विवरण

राजभाषा नीति के बेहतर कार्यान्वयन की दृष्टि से राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय एवं मुख्यालय से प्राप्त विभिन्न आदेशों/अनुदेशों को सभी के द्वारा अनुपालन हेतु परिचालित किया गया तथा कार्यालय के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को हिंदी प्रयोग में वृद्धि करने हेतु प्रेरित किया गया। इस संबंध में हुई प्रगति की रिपोर्ट इस प्रकार है-

**हिंदी प्रशिक्षण**

वर्ष के दौरान हिंदी शिक्षण योजना के अंतर्गत आयोजित हिंदी भाषा प्रबोध/प्रवीण/प्राज्ञ/पारंगत पाठ्यक्रम के अंतर्गत कुल 108 कर्मचारियों को प्रशिक्षण दिलाया गया है। शेष अधिकारियों/कर्मचारियों को आगामी सत्रों में प्रशिक्षण दिलाया जाना है। कार्यालय में लगभग 74.67% कर्मचारियों ने हिंदी प्रशिक्षण प्राप्त कर लिया है। हिंदी टंकण प्रशिक्षणार्थ कार्यालय में ही वेलीडेशन प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित कराकर 25 कार्मिकों को प्रशिक्षण दिलाया गया।

**राजभाषा पखवाड़ा**

मुख्यालय के निदेशानुसार दिनांक 14 सितंबर, 2023 से 29 सितंबर, 2023 तक राजभाषा पखवाड़ा मनाया गया। दिनांक 19/09/2023 को निबंध प्रतियोगिता का आयोजन करते हुए राजभाषा पखवाड़े का शुभारंभ किया गया। पखवाड़े के दौरान आयोजित हिंदी की विभिन्न प्रतियोगिताओं में 80 कर्मचारियों ने भाग लिया। हिंदी-भाषी तथा हिंदीतर भाषियों के लिए अलग-अलग श्रेणियों में चार हिंदी प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। 29 सितंबर, 2023 को पुरस्कार वितरण समारोह बड़ी धूम-धाम से मनाया गया। इस राजभाषा पखवाड़े के दौरान आयोजित चारों हिंदी प्रतियोगिताओं में विजयी प्रतिभागियों को प्रथम, द्वितीय, तृतीय तथा दो प्रोत्साहन पुरस्कारों के साथ-साथ नकद पुरस्कार प्रदान किए गए एवं शेष प्रतिभागियों को स्मृति-चिह्न प्रदान किए गए।

उपर्युक्त के अलावा दक्षिण भारत के अन्य कार्यालयों को भी राजभाषा पखवाड़ा के दौरान प्रतियोगिताओं एवं अन्य गतिविधियों के आयोजन के संबंध में मार्गदर्शन तथा आवश्यक सहयोग प्रदान किया गया। इस वर्ष भी उप निदेशक (राजभाषा) द्वारा दक्षिण अंचल के सभी कार्यालयों को राजभाषा पखवाड़ा 2024 के आयोजन के संबंध में आवश्यक दिशानिर्देश तथा मार्गदर्शन प्रदान किया गया।

**विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकें-**

वर्ष के दौरान नियमानुसार विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 04 बैठकें निर्धारित समय पर आयोजित की गईं। इन बैठकों में किए गए निर्णयों पर अनुवर्ती कार्रवाई करते हुए राजभाषा हिंदी के कार्यान्वयन की स्थिति को और अधिक प्रभावी रूप से कार्यान्वित करने के प्रयास किए गए।

**हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन**

कर्मचारियों को हिंदी में कार्य करने में होने वाली कठिनाइयों को दूर करने तथा हिंदी कार्य का अभ्यास करवाने की दृष्टि से वर्ष 2023-24 में 04 नियमित हिंदी कार्यशालाएं व 02 विशेष हिंदी कार्यशालाएं आयोजित की गईं। इनमें कुल 112 कर्मचारियों को प्रशिक्षण दिलाया गया।

**हिंदी निरीक्षण**

क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै की 11 शाखाओं तथा अधीनस्थ 09 शाखा कार्यालयों का राजभाषा निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान पाई गई कमियों को दूर करने हेतु अपेक्षित कार्रवाई करके अनुपालन रिपोर्ट भेजने के लिए सभी कार्यालयों को निरीक्षण रिपोर्टें भेजी गईं।

**गृह पत्रिका**

गृह पत्रिका 'चेन्नै लहर' के 18वें अंक के डिजिटल संस्करण का प्रकाशन किया गया। इसे ई-पत्रिका एवं पीडीएफ के रूप में प्रकाशित एवं परिचालित किया गया। पत्रिका की प्रति

निगम एवं राजभाषा विभाग की वेबसाइट पर अपलोड की गई। बाद में इसकी मुद्रित प्रति भी सभी के बीच परिचालित की गई। इस पत्रिका की डिजाइनिंग का पूरा कार्य संयुक्त निदेशक (राजभाषा) एवं उप निदेशक (राजभाषा) के मार्गदर्शन में राजभाषा शाखा के कार्मिकों द्वारा किया गया। इसे क्यूआर कोड/वेब लिंक के माध्यम से पढ़ने एवं डाउनलोड करने की सुविधा भी सभी को उपलब्ध कराई गई। नराकास द्वारा आयोजित गृह पत्रिका प्रतियोगिता में गृह पत्रिका 'चेन्नै लहर' के 18वें अंक (वर्ष 2023-24) के लिए क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै को प्रथम पुरस्कार प्राप्त हुआ।

**नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति**

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति द्वारा आयोजित बैठक में कार्यालय प्रमुख/प्रतिनिधि द्वारा प्रतिनिधित्व किया गया। वर्ष के दौरान राजभाषा के प्रगामी प्रयोग में श्रेष्ठ निष्पादन के लिए वृहत कोटि के कार्यालयों में क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै को शील्ड एवं प्रमाणपत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया। साथ ही नराकास, चेन्नै द्वारा आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं एवं संगोष्ठियों में इस कार्यालय के कार्मिकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और पुरस्कार प्राप्त किए।

**हिंदी पुस्तकालय**

हिंदी पुस्तकालय में लगभग 1500 पुस्तकें उपलब्ध हैं। वर्ष 2023-24 के दौरान चेन्नै क्षेत्र के अधिकारियों/कर्मचारियों में हिंदी के प्रति रुचि उत्पन्न करने हेतु हिंदी कार्यशालाओं में प्रशिक्षणार्थियों के बीच ₹7200/- की पुस्तकें वितरित की गई।

**जांच बिन्दु**

राजभाषा नीति का अनुपालन सुनिश्चित करने के उद्देश्य से मुख्यालय द्वारा निर्धारित जांच बिन्दुओं की सूची सभी संबंधित अधिकारियों को अनुपालन हेतु परिचालित की गई तथा विराकास की प्रत्येक बैठक में इन पर चर्चा की गई तथा अनुपालन की समीक्षा की गई।

**हिंदी प्रयोग प्रोत्साहन योजना**

हिंदी प्रयोग प्रोत्साहन योजना के अंतर्गत कार्यालयीन कार्य 50% या उससे अधिक हिंदी में करने के लिए 73 तथा मूल हिंदी टिप्पण-आलेखन योजना के अंतर्गत 10,000 या इससे अधिक हिंदी शब्दों का प्रयोग करके रिकार्ड प्रस्तुत करने पर 10 कर्मचारियों को यथानिर्धारित पुरस्कार प्रदान किए गए।

**राजभाषा नियम-5 का अनुपालन**

इस अवधि के दौरान क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में 3885 पत्र हिंदी में प्राप्त हुए, जिनमें से 1548 पत्रों का उत्तर हिंदी में दिया गया। शेष 2337 पत्रों का उत्तर दिया जाना अपेक्षित नहीं था। इस प्रकार राजभाषा नियम-5 का अनुपालन पूर्णतः सुनिश्चित किया गया।

**धारा 3(3) का अनुपालन**

वर्ष के दौरान राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा 3(3) के अंतर्गत कुल 1050 दस्तावेजों को द्विभाषी रूप में जारी किया गया।

**अन्य कार्य**

- वर्ष 2023-24 के दौरान 'ग' क्षेत्र में स्थित इस कार्यालय में ई-ऑफिस के माध्यम से 55 प्रतिशत से अधिक कार्य हिंदी में किया गया।
- वर्ष 2023-24 के दौरान कार्यालय में 50% से भी अधिक टिप्पणियां हिंदी में लिखी गईं।
- पिछले वर्ष राजभाषा नीति के सर्वश्रेष्ठ कार्यान्वयन के लिए अंतर-शाखा चल-वैजयंती समन्वय शाखा को प्रदान की गई और शाखा कार्यालयों में राजभाषा नीति के सर्वश्रेष्ठ कार्यान्वयन के लिए शाखा कार्यालय, वेल्लोर को अंतर-शाखा कार्यालयी राजभाषा चल-वैजयंती प्रदान की गई। ■

# समय का मूल्य

(राजभाषा पखवाड़ा 2024 के दौरान आयोजित प्रतियोगिता में पुरस्कृत निबंध)

**एस. बी. निरेंदवन,**
**अधीक्षक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

**प्रस्तावना**

समय मानव जीवन का अमूल्य संसाधन है। समय अपने जीवन की यात्रा पर सह-यात्री होता है और मानव जीवन पर इसका विस्तृत प्रभाव प्रकट होता है। समय मानव जीवन पर एक असंचलित भूमिका निभाता है। समय का प्रभाव न केवल हमारे व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करता है, बल्कि हमारे पेशेवर जीवन पर भी अपना प्रभाव सज्जित करता है। समय की महत्ता समझने से हमें अपने कार्यों को उत्कृष्ट रूप से निपटाने का मौका भी प्राप्त होता है।

**"समय का सही उपयोग ही सफलता की सच्ची कुंजी है।"**

**- जॉन हर्ज**

यह कहावत वास्तविक जीवन पर प्रकाश डालती है। समयबद्ध रूप में निपटाए गए कार्यों से आदमी की कार्यक्षमता स्पष्ट होती है। समयनिष्ठता का पालन मनुष्य के आत्मसंयम और आत्म-मूल्य को बढ़ाता है।

**समय का महत्व** – निर्धारित दिशा पर पहुँचा देना और अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करना समय का महत्व है। समय की कीमत को समझकर हम सफलतापूर्वक, संतोषजनक जीवन जी सकते हैं और अपने कार्यों को संपूर्ण कर सकते हैं। योजनाबद्ध रूप में निपटाए कार्यों का लक्ष्य कभी दूर नहीं होता।

"समय की अवधि, सबके लिए समान है, लेकिन उसका उपयोग करने वाले ही फर्क करते हैं।"

**- जॉन डी राकफेलर**

**समय प्रबंधन के अनेक तरीके**

समय प्रबंधन एक सुधारित गुणवत्ता है। समय के अच्छे/सही प्रबंधन से हम अपने लक्ष्यों को सिद्ध कर सकते हैं। समय प्रबंधन के कुछ तरीकों पर निम्नलिखित प्रकार से रोशनी डाली जा रही है –

**योजना बनाना-** समय प्रबंधन का एक सच्चा उपाय है "स्पष्ट योजना बनाना। " योजनाबद्ध रूप से निपटाने की सुव्यवस्था पर हमें काम के भीतर/बीच में प्राथमिकता प्रदान करने का अवसर मिल जाता है। दिन, सप्ताह और महीने के अनुसार काम की योजना बनाने से हम अपने काम को उचित/संगत समय के अंदर समाप्त कर सकते हैं।

**प्राथमिकता तय करना–** जब हम प्राथमिकता की दृष्टि से काम को विभक्त करते है, तब हम अपने काम को व्यवस्थित ढंग से पूर्ण कर सकते है। हमें यह अवसर मिला जाता है कि कौन-सा काम महत्वपूर्ण होता है और उसे अधिक ध्यान में लाने का आवश्यक होती है।

**समय-सीमा निर्धारित करना–** समय-सीमा निर्धारित करने पर हमें बिना तनाव के ही काम करने का अवसर मिला जाता है। हम समय-तालिका बनाकर उत्कृष्ट रूप से अनेक कामों को निपटा सकते हैं।

**विघ्नों से बचाव–** विघ्न काम को बर्बाद कर देते हैं। योजनाबद्ध रूप से कार्य निपटाकर विघ्नों से बचा जा सकता है।

**समय का दुरुपयोग–** समय का सही उपयोग न करने की वजह से हमें हानिकारक प्रभावों का सामना करना पड़ सकता है। समय का दुरुपयोग हमारे कार्य पर बुरा-प्रभाव डालता है और अपना आत्म-संयम तथा आत्म-मूल्य भी कम होता है।

समय के दुरुपयोग से दूर रहने के लिए और विघ्नों के विरुद्ध जाने के लिए अनुशासन का पालन करना आवश्यक होता है।

**समय का आदर्श उपयोग–** समय का आदर्श उपयोग करने पर हम अपने सपनों और लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। निर्धारित समय में निपटाए गए काम की गुणवत्ता और कार्य निपटाने वाले की क्षमता में भी वृद्धि होती है।

**निष्कर्ष–** समय एक अमूल्य संसाधन है। समय की कीमत को समझना ही सबके लिए सफलता की दिशा में पहुँचने का मार्ग होता है, क्योंकि समय हमारे जीवन को आकार प्रदान करता है। बाधाओं से बचे रहने के लिए योजनाबद्ध तरीके से ही काम का क्रियान्वयन करना चाहिए। समयनिष्ठता का पहला कदम होता है समय का आदर्श उपयोग करना। जीवन की सभी गतिविधियों पर समय का प्रभाव होता है और संपूर्ण जीवन जीने का पहला पहलू है समय का मूल्य समझना। काम के बीच में संतुलन रखने के लिए समय-सीमा आवश्यक है।

**"समय एक अमूल्य संसाधन है, जिसका उपयोग सही से करना जरूरी है और यही सफलता की सच्ची कुंजी है।"** ■

पृष्ठ 39 से आगे....

**मजेदार तथ्य :**

"सूचना प्रौद्योगिकी वाले भैया के पास आपका पासवर्ड तो होता है, उन्हें कभी किसी का राज़ पूछने की जरूरत नहीं पड़ती"

### 4. चायवाला/जलपान गृह कर्मचारी : मिजाज बनाने वाला

सुबह की पहली चाय की चुस्की से लेकर दोपहर भोजन के बाद की कॉफी तक- ये लोग हमारी दिनचर्या में ऊर्जा का संचार करते हैं। ये चीजें कार्यालय को "घर" जैसा बना देती हैं।

**दिल को छू लेने वाला सच :**

"हम 'ब्रेक' पर जाते हैं,
जबकि वे हमारे ब्रेक को 'बनाते' हैं!"

### 5. बहुकार्य स्टाफ : अदृश्य प्रबंधक

फाइलें एक मेज से दूसरी मेज तक पहुँचाना, मेहमानों को बैठाना या अचानक आए काम को संभालना- ये सब उनके बिना असंभव है। कभी गौर कीजिए, वे सबके काम की प्राथमिकता समझते हैं- बिना किसी अनुमान के!

अगली बार जब आप कार्यालय में इनमें से किसी से मिलें, तो उन्हें एक "धन्यवाद" कहें या कम-से-कम एक मुस्कुराहट जरूर दें। क्योंकि ये लोग न सिर्फ कार्यालय चलाते हैं, बल्कि हमारे काम की दुनिया को इंसानियत से भर देते हैं।

"कार्यालय की असली सफलता उसके 'सुपरस्टार्स' में नहीं, बल्कि उन 'सपोर्टिंग एक्टर्स' में छुपी होती है जो स्टेज लाइट से दूर रहकर भी पूरे शो को चमकदार बनाते हैं!" ■

# क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में महिला दिवस समारोह-2025

प्रत्येक वर्ष 'अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस' उल्लास और महिलाओं की उपलब्धियों की मान्यता के साथ मनाया जाता है। इस वर्ष, क.रा.बी.निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै ने 10 मार्च 2025 को बड़ी भागीदारी और उत्साह के साथ इस अवसर को मनाया। 05 मार्च, 2025 के मुख्यालय परिपत्र के अनुरूप, कर्मचारियों के बीच रचनात्मकता, प्रतिभा और टीम भावना को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न आकर्षक प्रतियोगिताएं और गतिविधियाँ आयोजित की गईं।

समारोह की शुरुआत निम्नलिखित रोमांचक प्रतियोगिताओं के साथ हुई-

**फल/सब्जी-सज्जा**- फल/सब्जी-सज्जा प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने अपने कलात्मक कौशल का प्रदर्शन किया। फलों और सब्जियों को जटिल ढंग से आकर्षक डिजाइनों में उकेरना, रचनात्मकता और परिशुद्धता दोनों को उजागर करता है।

**बिना आग के खाना पकाना (जीरो फ्लेम डिलाइट)**- कर्मचारियों ने बिना आग के उपयोग के स्वादिष्ट व्यंजन तैयार करके अपनी पाक-कला विशेषज्ञता का प्रदर्शन किया, जिससे स्वस्थ और नवीन खाद्य विकल्पों को बढ़ावा मिला।

**स्मृति अवलोकन प्रतियोगिता (मेमोरी फ्लैश प्रतियोगिता)**- यह स्मृति और अवलोकन कौशल का परीक्षण है, इस प्रतियोगिता में 50 से अधिक वस्तुओं को दो मिनट तक टेबल पर प्रदर्शित करना था, उसके बाद उन्हें छिपा दिया जाना था। इसके बाद प्रतिभागियों को पांच मिनट के भीतर यथासंभव अधिक से अधिक वस्तुओं को याद करके सूचीबद्ध करना था, जो एक रोमांचक चुनौती थी।

**क.रा.बी.निगम प्रतिभा प्रदर्शन**- एक ओपन टैलेंट शो, जहां कर्मचारियों को अपनी अनूठी क्षमताओं को प्रदर्शित करने का अवसर मिला, चाहे वह संगीत, नृत्य, कविता या रचनात्मक अभिव्यक्ति के अन्य रूपों में हो। इस कार्यक्रम ने

कार्मिकों की छिपी हुई प्रतिभाओं को सामने लाया और दर्शकों का भरपूर मनोरंजन किया।

**मनोरंजक खेल कार्यक्रम-** परस्पर संवादात्मक और आकर्षक खेलों से भरा एक जीवंत सत्र, जो कर्मचारियों के बीच एकजुटता और हल्के-फुल्के मनोरंजन को बढ़ावा देता है।

**नारा प्रतियोगिता-** 'महिला समानता' के संबंध में प्रतियोगियों को सशक्त नारे बनाने के लिए आमंत्रित किया गया।

अंग्रेजी, तमिल या हिंदी में दस शब्दों की सीमा में लैंगिक समानता का सार प्रस्तुत करने वाला नारा। प्रत्येक भाषा में सर्वश्रेष्ठ नारे को पुरस्कार दिया गया, जिसमें प्रभावशाली संदेश दिए गए।

समारोह में एक सम्मान समारोह भी आयोजित किया गया, जिसमें दक्षिण रेलवे की उप मुख्य टिकट निरीक्षक सुश्री सिमी लाल सिंह मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित हुई, जो एक राष्ट्रीय वॉलीबॉल खिलाड़ी, बेहतरीन पिस्टल शूटर, महिला क्रिकेट की फिटनेस कोच हैं तथा कई प्रतिष्ठित पदों पर आसीन हैं।

मुख्य अतिथि ने प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कार वितरित किए तथा सभी प्रतिभागियों को उनकी सक्रिय भागीदारी के लिए बधाई दी।

इस समारोह ने कर्मचारियों को नारीत्व की भावना से जुड़ने, उसे अभिव्यक्त करने और उसका जश्न मनाने के लिए एक बेहतरीन मंच प्रदान किया। इस कार्यक्रम ने समावेशिता, रचनात्मकता और एकता को सफलतापूर्वक बढ़ावा दिया, जिससे क.रा.बी.निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में महिला दिवस 2025 एक यादगार अवसर बन गया। ■

# राजभाषा पखवाड़ा समापन समारोह-सह-पुरस्कार वितरण समारोह 2024

मुख्यालय के दिशानिर्देश के अनुसार क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में दिनांक 14/09/2024 से 29/09/2024 तक राजभाषा पखवाड़ा तथा दिनांक 30/09/2024 को राजभाषा पखवाड़ा समापन समारोह एवं पुरस्कार वितरण समारोह मनाया गया। हिंदी के व्यापक प्रचार-प्रसार के लिए हिंदी दिवस के दिन से ही कार्यालय के मुख्य द्वार पर राजभाषा पखवाड़ा-2024 का बैनर लगाया गया तथा मुख्यालय के दिशानिर्देश के अनुसार सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों के बीच अधिकाधिक कामकाज हिंदी में करने संबंधी परिपत्र परिचालित किया गया तथा कार्यालय से जारी सभी पत्रों के शीर्ष पर **“राजभाषा पखवाड़ा -2024”** अंकित करने के निर्देश दिए गए। हिंदी भाषा के संबंध में प्रमुख सूक्तियों के पोस्टर कार्यालय में जगह-जगह लगाए गए तथा **‘राजभाषा पखवाड़ा-2024’** एवं **‘जांच बिंदुओं’** की स्टैंडी प्रवेश द्वारा पर लगाई गई।

प्रतियोगिताओं के संबंध में ई-ऑफिस, ई-मेल एवं व्हाट्सएप ग्रुप के माध्यम से समय-समय पर सूचनाएँ उपलब्ध कराने के लिए सभी कार्मिकों के ई-मेल के समूह बनाए गए। उन्हें विभिन्न प्रतियोगिताओं के संबंध में केवल सूचना ही नहीं बल्कि प्रतियोगिताओं के निमित्त बनाए गए व्हाट्सएप ग्रुप **‘राजभाषा पखवाड़ा, 2024’** से जुड़ने के लिए वेबलिंक, क्यूआर कोड तथा अध्ययन सामग्री जैसे- **‘राष्ट्रपति के आदेश-1960’, ‘राजभाषा अधिनियम-1963’, ‘राजभाषा संकल्प-1968’, ‘राजभाषा नियम-1976’, ‘संघ की राजभाषा नीति’** एवं **‘सांविधिक उपबंध’** आदि भी उपलब्ध कराए गए। राजभाषा पखवाड़े के दौरान विभिन्न प्रतियोगिताओं एवं अन्य गतिविधियों की सूचना कार्यालय के डिजीटल डिस्प्ले बोर्ड पर पीपीटी के माध्यम से भी दी गई। साथ ही इस पीपीटी की प्रति भी सभी कार्मिकों को ई-ऑफिस, ई-मेल एवं व्हाट्सएप ग्रुप के माध्यम से भेजी गई।

मुख्यालय के दिशानिर्देश के अनुसार, दिनांक 18/09/2024 को कार्यालय में **‘हिंदी पुस्तक प्रदर्शनी’** आयोजित की गई, जिसका उद्घाटन अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक महोदय द्वारा किया गया। **‘हिंदी पुस्तक प्रदर्शनी’** के दौरान हिंदी की पत्रिकाएँ भी प्रदर्शित की गई। प्रदर्शनी के दौरान 50 से भी अधिक लोगों ने पुस्तकें जारी

करवाई। इससे पूर्व पुस्तकालय की हिंदी पुस्तकों की सूची भी सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों के बीच परिचालित की गई और सभी से निवेदन किया गया कि वे उपलब्ध कराई गई सूची में से आवश्यकतानुसार पुस्तकों के सम्मुख अंकित संख्या बताकर राजभाषा शाखा से पुस्तकें प्राप्त कर सकते हैं।

पखवाड़ा के दौरान कर्मचारियों को हिंदी में कार्य करने के लिए प्रोत्साहित करने हेतु **'हिंदी निबंध प्रतियोगिता', 'हिंदी टिप्पण-आलेखन प्रतियोगिता', 'हिंदी वाक् प्रतियोगिता'** एवं **'राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता'** का आयोजन किया गया जिनमें कार्यालय के कार्मिकों ने उत्साहपूर्वक बढ़-चढ़कर भाग लिया। **'हिंदी निबंध प्रतियोगिता'** एवं **'हिंदी टिप्पण-आलेखन प्रतियोगिता'** का आयोजन कार्यालय के सम्मेलन कक्ष में किया गया। कार्यालय के कार्मिकों की अधिकाधिक सहभागिता सुनिश्चित करने तथा सुदूर शाखा कार्यालय के कार्मिकों को भी प्रतियोगिता में शामिल करने के लिए **'हिंदी वाक् प्रतियोगिता'** का आयोजन ऑनलाइन मोड में भी किया गया। क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै के प्रतिभागी सीधे प्रतियोगिता स्थल पर आकर प्रतियोगिता में शामिल हुए जबकि शाखा कार्यालयों/औषधालय-सह-शाखा कार्यालय से प्रतियोगिता में शामिल होने वाले कार्मिकों हेतु ऑनलाइन मोड में भाग लेने के लिए गूगल मीट का लिंक उन्हें ई-ऑफिस, ई-मेल तथा व्हाट्सएप ग्रुप **'राजभाषा पखवाड़ा, 2024'** के माध्यम से यथासमय भेजा गया। प्रतियोगिता के दौरान निर्णायक मंडल के सदस्यों के सम्मुख शाखा कार्यालयों के कार्मिक ऑनलाइन उपस्थित हुए तथा **'हिंदी वाक् प्रतियोगिता'** हेतु पहले से निर्धारित विषयों पर उन्होंने अपने विचार रखें।

**'राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता'** का आयोजन ऑनलाइन मोड में 'गूगल फॉर्म्स' के माध्यम से किया गया तथा उन्हें यह सुविधा दी गई कि वे इन प्रतियोगिताओं में मोबाइल, लैपटॉप, कंप्यूटर आदि की सहायता से कहीं से भी प्रतियोगिता में शामिल हो सकते हैं। **'राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता'** में कार्यालय कार्मिकों की ओर से काफी सकारात्मक प्रतिक्रिया प्राप्त हुई। इस प्रतियोगिता में 87 कार्मिक शामिल हुए।

दिनांक 25/09/2024 को कार्यालय प्रभारी की अध्यक्षता में राजभाषा कार्यान्वयन समीक्षा बैठक आयोजित की गई, जिसमें कार्यालय के सभी अधिकारियों ने भाग लिया। बैठक में पखवाड़े के दौरान कार्यालय में राजभाषा कार्यान्वयन को बढ़ाने की दिशा में किए गए कार्यों के संबंध में सभी को सूचित किया गया। कार्यालय प्रमुख ने सभी उपस्थित अधिकारियों से अपील की कि वे स्वयं भी हिंदी में कार्य करें और अपने अधीनस्थ कार्मिकों को भी हिंदी में कामकाज हेतु प्रेरित करें। साथ ही बैठक के दौरान हिंदी कामकाज में आने वाली कठिनाइयों एवं उनके समाधान पर भी चर्चा की गई तथा भविष्य की रूपरेखा तय की गई।

पखवाड़े के दौरान हिंदी में कामकाज बढ़ाने के उद्देश्य से नेमी टिप्पणियों की सूची, एसिक मार्गदर्शिका, ई-

सरल वाक्य कोश, सरल शब्दावली-श्रम एवं रोजगार मंत्रालय कार्यालय के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को ई-ऑफिस, ई-मेल के माध्यम से परिचालित की गई तथा सभी से यह अपील भी की गई कि वे दैनिक प्रयोग में आने वाली टिप्पणियों को ई-ऑफिस में 'क्विक नोटिंग' में जोड़कर रखें, जिससे समय पर वे इनका प्रयोग आसानी से कर सके।

कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै में दिनांक 30/09/2024 को 'राजभाषा पखवाड़ा समापन समारोह-सह-पुरस्कार वितरण समारोह 2024' का आयोजन किया गया। समारोह के दौरान मुख्य अतिथि के रूप में 'प्रो. पी. राधिका, प्रभारी कुलपति, दक्षिण भारत हिंदी प्रचार सभा' उपस्थित रही। इस अवसर पर 'डॉ. मंजूनाथ एन. अंबिग, रजिस्ट्रार, दक्षिण भारत हिंदी प्रचार सभा'; श्री जी.वी.किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक; श्री राजेश शर्मा, उप निदेशक (राजभाषा), दक्षिण अंचल के साथ-साथ अन्य अधिकारी व कर्मचारीगण भी उपस्थित रहे। क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै के अधीन सभी सुदूर शाखा कार्यालयों के कार्मिकों को भी ऑनलाइन माध्यम से इस कार्यक्रम में शामिल किया गया।

श्री ब्रजेश कुमार, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने सभी कार्मिकों का कार्यक्रम में स्वागत किया। मंचासीन अधिकारियों द्वारा दीप प्रज्वलन के साथ कार्यक्रम की विधिवत शुरुआत की गई। तत्पश्चात् कार्यालय के कार्मिकों द्वारा मंगलाचरण गीत गाया गया।

वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी ने वित्त वर्ष 2023-24 के दौरान राजभाषा शाखा द्वारा किए गए कामकाज के संबंध में विस्तार से बताते हुए इसकी उपलब्धियों का श्रेय कार्यालय कार्मिकों के समेकित प्रयास को दिया।

तत्पश्चात् श्रीमती लाली राजकुमार, उप निदेशक (प्रशासन) ने माननीय गृह मंत्री जी के संदेश का वाचन किया।

श्री रमेश कुमार, उप निदेशक ने महानिदेशक महोदय की अपील का वाचन किया।

श्री राजेश शर्मा, उप निदेशक (राजभाषा) ने अपने संबोधन में कहा कि यह अत्यंत हर्ष की बात है कि क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै ने राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में निरंतर प्रगति की है। यहाँ के कार्मिक हिंदी सीखने में काफी रुचि ले रहे हैं, जो उनके कामकाज में परिलक्षित होता है।

इस अवसर पर कार्यालय के कार्मिकों एवं उनके परिवार के सदस्यों द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किए गए। बच्चों द्वारा नृत्य एवं कविता पाठ किया गया।

तत्पश्चात् वर्ष 2023-24 के दौरान हिंदी में सर्वश्रेष्ठ काम-काज करने के लिए क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै की '**राजस्व वसूली शाखा**' को राजभाषा चल-वैजयंती प्रदान कर सम्मानित किया गया। साथ ही वर्ष 2023-24 के दौरान हिंदी में सर्वश्रेष्ठ काम-काज के लिए '**शाखा कार्यालय, रेड हिल्स**' को राजभाषा चल-वैजयंती प्रदान कर सम्मानित किया गया।

राजभाषा पखवाड़ा के दौरान आयोजित की गई हिंदी की विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेता प्रतिभागियों को इस दौरान मुख्य अतिथि, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक एवं अन्य मंचासीन अधिकारियों द्वारा प्रशस्ति-पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया। विजेता प्रतिभागियों को नकद पुरस्कार उनके बैंक खातों में स्थानांतरित किया गया। प्रतियोगिताओं में शामिल होने वाले अन्य प्रतिभागियों एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम में भाग लेने वाले कलाकारों को भी इस अवसर पर स्मृति-चिह्न प्रदान कर सम्मानित किया गया।

मुख्य अतिथि महोदया **प्रो. पी. राधिका, प्रभारी कुलपति, दक्षिण भारत हिंदी प्रचार सभा** ने अपने उद्बोधन में कहा कि विभिन्न क्षेत्रों के लोग जब आपस में संपर्क में आते हैं और वे जब आपस में हिंदी में संवाद करते हैं तो इससे हिंदी भाषा का स्वाभाविक रूप से विकास होता है। इससे विभिन्न भाषाओं के शब्द स्वाभाविक रूप से हिंदी भाषा में अपनी जगह पक्की कर लेते हैं। इसके लिए आवश्यक है कि हम हिंदी में संवाद में झिझक छोड़ें और हिंदी को आपसी संवाद का माध्यम बनाएं। इसमें सभी भारतीय भाषाओं का प्रतिनिधित्व करने की क्षमता है। हम देश के किसी भी भाग में हों, यदि हमें हिंदी आती है तो हम वहाँ लोगों से बात कर सकते हैं और अपनी बात समझा सकते हैं।

इस अवसर पर **डॉ. मंजूनाथ एन. अंबिग, रजिस्ट्रार, दक्षिण भारत हिंदी प्रचार सभा** ने कहा कि हिंदी भाषा सभी को अपनी ओर आकर्षित करती है। यह ऐसी भाषा है जिसके प्रचार-प्रसार की आवश्यकता नहीं है, इसका प्रचार-प्रसार स्वाभाविक रूप से हो रहा है और धीरे-धीरे सभी भाषा-भाषी लोग हिंदी को अपना रहे हैं। आज हिंदी विश्व में तीसरी सबसे ज्यादा बोली जाने वाली भाषा है। हमारे लिए सभी भाषाएं महत्वपूर्ण और सम्मानीय हैं, परंतु जब एक देश और एक भाषा की बात की जाती है तो हिंदी ही हमारी भाषा है।

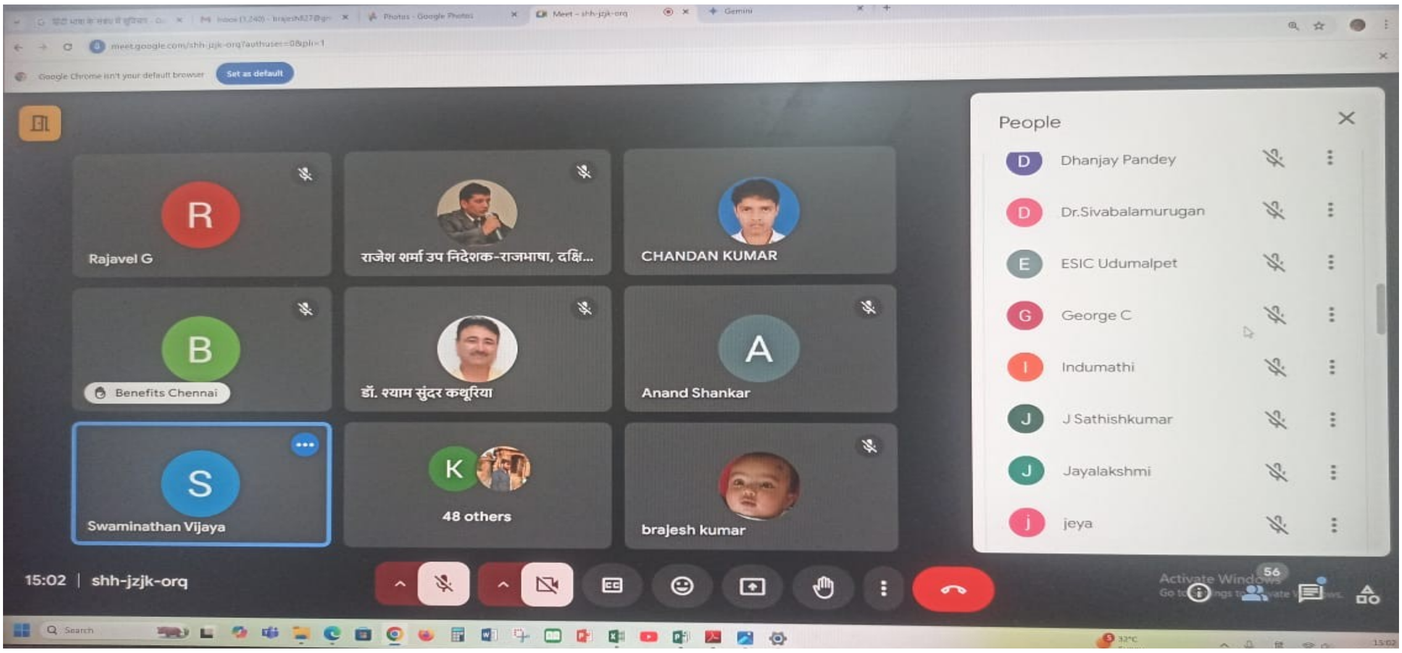
अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक ने अपने संबोधन में कहा कि हमें भारत सरकार की राजभाषा नीति के अनुरूप कार्यालय में हिंदी में अधिक से अधिक काम करने की जरूरत है। मैं स्वयं भी अपना अधिकांश कार्य हिंदी में करता हूँ और आप सभी भी इसके लिए प्रयास करें। राजभाषा कार्यान्वयन को बेहतर करने में आप सभी का सहयोग अपेक्षित है।

कार्यक्रम के अंत में श्री राजेश शर्मा, उप निदेशक (राजभाषा) ने मुख्य अतिथि एवं अन्य अधिकारियों को अपना बहुमूल्य समय देने के लिए तथा कार्यक्रम को सफल बनाने में प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से शामिल सभी कार्मिकों को धन्यवाद ज्ञापित किया। उन्होंने राजभाषा पखवाड़ा-2024 के दौरान सतत मार्गदर्शन व नेतृत्व प्रदान करने के लिए अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक महोदय के प्रति विशेष रूप से आभार व्यक्त किया। ■

# तमिल-हिंदी वार्तालाप कक्षाओं का आयोजन

कर्मचारी राज्य बीमा निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै द्वारा एक नई पहल करते हुए दिनांक 3 मार्च, 2025 से तमिलनाडु राज्य स्थित कार्यालयों/अस्पतालों/महाविद्यालय के इच्छुक अधिकारियों/कर्मचारियों के लिए ऑनलाइन तमिल और हिंदी वार्तालाप प्रशिक्षण/अभ्यास कक्षाओं का आयोजन किया गया है। इसमें दैनंदिन कार्यालयीन काम-काज से संबंधित बोल-चाल की हिंदी और तमिल भाषा सिखाई जा रही है। इस वार्तालाप प्रशिक्षण कार्यक्रम से हिंदी या तमिल न जानने वाले, दोनों ही प्रकार के कार्मिकों को लाभ मिलेगा तथा भाषायी सौहार्द में वृद्धि होगी।

इस कार्यक्रम का उद्घाटन श्री जी.वी.किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक महोदय की अध्यक्षता में किया गया। उन्होंने कहा कि यह एक अनूठा प्रयास है और इसमें अधिकाधिक कार्मिक जुड़कर इसका भरपूर लाभ उठाएं। इस अवसर पर श्री श्याम सुंदर कथूरिया, संयुक्त निदेशक (राजभाषा) तथा श्री राजेश शर्मा, उप निदेशक (राजभाषा) के साथ-साथ अन्य अधिकारी भी ऑनलाइन उपस्थित रहे। प्रायोगिक तौर पर ये कक्षाएं 40 कार्य दिवस के लिए प्रारंभ की गई हैं। इन ऑनलाइन कक्षाओं को सभी कार्मिकों के लिए खुला रखा गया है। बोलचाल की हिंदी तथा तमिल सीखने के लिए निगम के तमिलनाडु क्षेत्र के अनेक कार्मिक अत्यंत उत्साह से इसमें जुड़े हैं। प्रतिदिन 45-45 मिनट के सत्रों से चिकित्सा क्षेत्र से जुड़े कार्मिकों को विशेष लाभ हो रहा है। निश्चित ही तमिल-हिंदी भाषायी सामंजस्य के इस प्रयास से राजभाषा नीति के कार्यान्वयन के लक्ष्यों की प्राप्ति में सहायता मिलेगी और भाषायी सौहार्द में भी वृद्धि होगी। प्रथम दिन इसमें 60 से भी अधिक कार्मिकों ने अपनी सहभागिता दर्ज की, आगे इसकी संख्या और अधिक बढ़ने की आशा है। यह प्रशिक्षण/अभ्यास डॉ. एस. विजया, सेवानिवृत्त सहायक महाप्रबंधक, भारतीय स्टेट बैंक द्वारा कराया जा रहा है। ■



# दोस्ती में दरार पड़ गई

**आशीष कुमार**
**अवर श्रेणी लिपिक**
**क.रा.बी.निगम,उ.क्षे.का.,कोयंबत्तूर**

ऐसा मेरा कोई इरादा न था
न ही मैंने ऐसा सोचा ही था
मानो दोस्ती खामोशी में बदल गई
दोस्ती में दरार पड़ गई।

मानो खून भी सफेद हो गया
दोस्तों से ही भेद हो गया
कलेजे में कटार गड़ गई
दोस्ती में दरार पड़ गई।

टूटी हुई दोस्ती का गम
अपनों से ही अब अलग हुए हम
हँसी-खुशी माहौल से बहार झड़ गई
दोस्ती में दरार पड़ गई।

अपनों से अब अलगाव हो गया
कुछ समय के लिए खुदकुशी ही रास्ता बन गया
बात बनाई, पर बात बिगड़ गई
दोस्ती में दरार पड़ गई।

ऐसा मेरा कोई इरादा न था
न ही मैंने ऐसा सोचा ही था
मानो दोस्ती खामोशी में बदल गई
दोस्ती में दरार पड़ गई। ■

# श्रीशैलम तीर्थाटन

**के. सागर दास**
**सहायक**
**क.रा.बी.निगम, क्षे.का., चेन्नै**

इस बार सप्ताह के अंत की छुट्टी के अवसर पर आंध्र प्रदेश के नंदयाल जिले में स्थित श्रीशैलम पर्यटन स्थल जाने का कार्यक्रम बनाया। श्रावण मास में श्रीशैल महल स्टेशन पर कृष्णा नदी के किनारे स्थित मल्लिकार्जुन ज्योतिर्लिंग के दर्शन करने की मेरे और अन्य तीन मित्रों की बहुत इच्छा थी। इसके साथ वहां अवस्थित अन्य पर्यटन स्थल भी देखना चाहते थे, जैसे- श्री साक्षी गणपति स्वामी मंदिर, श्री ललितादेवी पीठम्, पालधारा-पंचधारा जलप्रपात, श्री शिखरेश्वर स्वामी देवालयम, भ्रमराम्बा शक्तिपीठ, पातालगंगा, श्रीशैलम डेम और चेंचू लक्ष्मी जनजातीय संग्रहालय आदि।

हम रेल से दोपहर के समय में चेन्नै से तिरुपति और तिरुपति से मार्कापुर रोड रेलवे स्टेशन पहुँचे, जो लगभग 12 घंटे की यात्रा थी। अगले दिन सुबह बस से मार्कापुर से श्रीशैलम पहुँचे जिसकी दूरी लगभग 80 किलोमीटर है। मार्कापुर से पहाड़ी रास्ते से श्रीशैलम तक बस से यात्रा करने का अनुभव बहुत रोमांचक था। सुबह की सुनहरी धूप में हरी-भरी पहाड़ियाँ चमक रही थी और निचले स्तर पर छोटे-छोटे बादल जैसे कि हमारा स्वागत करने के लिए इंतजार कर रहे थे।

श्रीशैलम बस स्टैंड पहुँचने के बाद दर्शन हेतु हम निकल पड़े मल्लिकार्जुन ज्योतिर्लिंग मंदिर की ओर जो बस स्टैंड से 500 मीटर की दूरी पर है। श्री भ्रमरम्बा मल्लिकार्जुन मंदिर या श्रीशैलम मंदिर एक हिंदू मंदिर है जो भगवान शिव और देवी पार्वती को समर्पित है। धार्मिक मान्यता के अनुसार प्रसिद्ध 12 ज्योतिर्लिंगों में से मल्लिकार्जुन ज्योतिर्लिंग एक है और यह स्थान दक्षिण कैलाश नाम से जाना जाता है। भगवान के दर्शन के लिए तीन प्रकार की सुविधाएँ है- पहला निःशुल्क दर्शन, दूसरा ₹150/- का शुल्क दर्शन और तीसरा ₹300/- का शुल्क दर्शन। भक्तों की भीड़ और समय अभाव के कारण हमने ₹300/- का विशेष दर्शन चुना और एक घंटे में भगवान का आशीर्वाद प्राप्त करने का सौभाग्य प्राप्त किया। समीप ही श्री भ्रमराम्बा शक्तिपीठ दर्शन करके निकल पड़े स्थानीय पर्यटन स्थलों की यात्रा की ओर।

श्रीशैलम् के स्थानीय पर्यटन स्थलों की यात्रा के लिए जीप गाड़ी की सुविधा ₹200/- प्रति व्यक्ति की दर से उपलब्ध है। मैं ओर मेरे तीन मित्र इस सुविधा का लाभ उठाते हुए सबसे पहले श्री साक्षी गणपति स्वामी मंदिर पहुँच गए, जो मुख्य मंदिर से तीन किलोमीटर की दूरी पर है। उसके पश्चात श्री ललितादेवी पीठम्, श्री शिखरेश्वर स्वामी देवालयम, पाताल गंगा, चेंचू लक्ष्मी जनजातीय संग्रहालय, पालधारा-पंचधारा जलप्रपात और श्रीशैलम बांध आदि समस्त स्थान की यात्रा लगभग तीन घंटे मे संपूर्ण हुई ।

कृष्णा नदी पर श्रीशैलम बांध का दृश्य शैलम शहर की सुंदरता में चार चांद लगा देता है। दो पहाड़ियों के बीच निचले स्तर पर स्थित यह बांध और बांध से बड़ी मात्रा में उछलकर निकलती हुई जलधारा की अनुपम सुंदरता पर्यटकों को आकर्षित करती है।

इसी तरह पूरे दिन हमने श्रीशैलम की सैर की। यह यात्रा हमें हमेशा याद रहेगी। ■

# स्वच्छता पखवाड़ा एवं वृक्षारोपण कार्यक्रम

प्रतिभागियों को कार्यशाला में वितरित हिंदी पुस्तकों की खरीद पर व्यय राशि को कार्यालय द्वारा हिंदी पुस्तकों की खरीद पर किए गए कुल व्यय में शामिल किया जाना चाहिए।

# विश्व की भाषाओं पर हिंदी का प्रभाव

**श्याम सुंदर कथूरिया**
**संयुक्त निदेशक (राजभाषा)**
**क.रा.बी.निगम, दक्षिण अंचल, चेन्नै**

आज के वैश्वीकृत युग में, भाषाएं एक-दूसरे से लगातार प्रभावित हो रही हैं। भारत की सबसे महत्वपूर्ण भाषा, हिंदी, भी इस भाषाई आदान-प्रदान में एक विशेष स्थान रखती है। अपनी समृद्ध साहित्यिक परंपरा, विशाल भाषिक समुदाय और सांस्कृतिक विविधता के कारण हिंदी ने विश्व की कई भाषाओं पर अपना प्रभाव डाला है। यह प्रभाव विभिन्न रूपों में देखा जा सकता है, जिनमें शब्दावली का आदान-प्रदान, सांस्कृतिक मान्यताओं का प्रसार और भाषाई संरचनाओं में सूक्ष्म परिवर्तन, आदि सम्मिलित हैं।

किसी भी भाषा के प्रसार और प्रभाव का संबंध सत्ता से रहता है। यह भी तो सत्य है कि गुलामों की भाषा कभी दबदबे वाली भाषा नहीं बनती। अंग्रेजों की साम्राज्यवादी नीति के कारण ही अंग्रेजी का विस्तार हुआ। जबकि हिंदी के साथ ऐसी स्थिति नहीं रही। किसी एक भाषा पर किसी दूसरी भाषा का प्रभाव केवल साहित्य के माध्यम से भी संभव नहीं है। फिर भी हिंदी ने विश्व की भाषाओं पर प्रभाव डाला है। हिंदी ने भारोपीय भाषा परिवार की भारतीय-आर्य शाखा की भाषा होने के कारण अपना प्रभाव न केवल भारतीय भाषाओं अपितु दक्षिण एशियाई भाषाओं के साथ-साथ विश्व की अनेक भाषाओं पर भी डाला है। इनमें नेपाल, पाकिस्तान, श्रीलंका, बांग्लादेश, भूटान, अरब देश के अतिरिक्त फिजी, सूरीनाम, ट्रिनीडाड, टोबैगो, मॉरिशस, इंग्लैंड, अमरीका, कनाडा जैसे देशों में हिंदी का विशेष प्रभाव है।

हिंदी का प्रभाव विश्व भाषाओं पर कई प्रकार से देखा जा सकता है। हिंदी भाषा न केवल भारत की सांस्कृतिक पहचान का प्रतिनिधित्व करती है, अपितु इसने साहित्य, फिल्म, संगीत, और व्यापार के माध्यम से वैश्विक स्तर पर अपनी छाप छोड़ी है।

वस्तुस्थिति यह है कि आज विश्व में हिंदी का दायरा बढ़ा है। हम इंटरनेट पर भी देख सकते हैं कि हिंदी का स्थान विश्व की 10 महत्वपूर्ण सीखे जाने योग्य, प्रगतिशील, शक्तिशाली और भविष्य की भाषाओं में से एक है। इस समय हिंदी संयुक्त अरब अमीरात के न्यायालय की तीसरी भाषा है। विश्व की बहुराष्ट्रीय कंपनियां और सोशल मीडिया, जैसे- व्हाट्सएप, इंस्टाग्राम, लिंकडइन पर भी हिंदी का प्रभाव पड़ा है और यहां तक कि संयुक्त राष्ट्र संघ ने अपने सोशल मीडिया, समाचार और बहुभाषावाद के अंतर्गत हिंदी को यथोचित स्थान दिया है।

निश्चित ही भारत एक विशाल जनसंख्या वाला देश है और इसके वासी विश्व के अनेक देशों में बहुत पहले से जाते रहे हैं। विश्व की भाषाओं पर हिंदी का प्रभाव सबसे अधिक प्रवासी भारतीयों के माध्यम से ही पड़ा है। इनमें धर्म प्रचारक, गिरमिटिया मजदूर, व्यवसाय की तलाश में बाहर जाने वाले और शासकीय कार्यों आदि के कारण फैले हुए भारतीय सम्मिलित हैं। ये ही लोग वहां पर जाकर अपनी हिंदी भाषा में बातचीत करते हैं, उन शब्दों का प्रयोग करते हैं और धीरे-धीरे वे शब्द उन देशों की भाषाओं में भी चलन में आ जाते हैं।

आइए अब हम जानते हैं कि ऐसे कौन-कौन से कारक हैं, जिनके माध्यम से हिंदी का प्रभाव पूरे विश्व पर पड़ा है।

**1. सिनेमा और दूरदर्शन :** हिंदी फिल्मों, विशेष रूप से बॉलीवुड, ने विभिन्न देशों में अपनी पहचान बनाई है, और इसके गाने और संवाद विभिन्न भाषाओं में सम्मिलित किए गए हैं। हिंदी सिनेमा इस समय विश्व के कई देशों में लोकप्रिय है। इसकी फिल्में न केवल मनोरंजन प्रदान करती हैं, अपितु भारतीय संस्कृति, रीति-रिवाजों और जीवनशैली को भी दर्शाती हैं। फिल्मों के माध्यम से कई हिंदी शब्द और भाव अन्य भाषाओं के

बोलने वालों तक पहुंचे हैं। इसके बाद, नाटक, संगीत, धारावाहिकों के माध्यम से भी हिंदी का प्रभाव प्रसारित हुआ है।

**2. समाज, संस्कृति और राजनीति :** सामाजिक, सांस्कृतिक या राजनीतिक कारणों से भी विदेशों में भारत के प्रति आकर्षण बढ़ा है। भाषा केवल शब्दों का समूह नहीं होती, अपितु यह एक संस्कृति को भी वहन करती है। हिंदी भाषा के माध्यम से भारतीय संस्कृति और दर्शन का प्रभाव विश्व के कई हिस्सों में पहुंचा है।

**3. योग और अध्यात्म :** भारत विश्व में योग और अध्यात्म का केंद्र रहा है, और हिंदी इन क्षेत्रों से जुड़ी प्रमुख भाषाओं में से एक है। योग और ध्यान की बढ़ती लोकप्रियता के साथ, इनसे जुड़े कई हिंदी शब्द जैसे 'आसन', 'प्राणायाम', 'ध्यान' आदि वैश्विक शब्दावली का हिस्सा बन गए हैं।

**4. पारंपरिक साहित्य और विचार :** हिंदी साहित्य और दर्शन में गहरा ज्ञान और जीवन के प्रति एक विशेष दृष्टिकोण मिलता है। हालांकि इसका प्रभाव अभी उतना व्यापक नहीं है, लेकिन धीरे-धीरे हिंदी साहित्य का अन्य भाषाओं में अनुवाद हो रहा है, जिससे इसकी पहुंच बढ़ रही है। परिणामस्वरूप हिंदी साहित्य का अनुवाद संसार की विभिन्न भाषाओं में किया गया है, जिससे विश्व भर में भारतीय विचारधारा और संस्कृति के साथ-साथ हिंदी का भी प्रसार हुआ है। हिंदी साहित्य, जैसे कि प्रेमचंद, मंटो, और तुलसीदास के काव्य, कई देशों में पढ़े जाते हैं। इन लेखकों के काम ने विश्वभर में भारतीय समाज और संस्कृति को समझने में मदद की है। भारतीय दर्शन और विचारधारा में रुचि रखने वाले लोग भी हिंदी भाषा के माध्यम से मूल स्रोतों तक पहुंचने का प्रयास कर रहे हैं। हिंदी शब्द जैसे "योग," "गुरु," "वंदना" आदि आज विश्वभर में सामान्यतः उपयोग में आते हैं। ये शब्द भारतीय संस्कृति के साथ-साथ हिंदी भाषा को भी पहचान दिलाते हैं।

**5. प्रौद्योगिकी और इंटरनेट :** हिंदी ने डिजिटल और सोशल मीडिया के माध्यम से अपनी पहुंच बढ़ाई है। कई वैश्विक प्लेटफॉर्म्स ने हिंदी का समर्थन किया है, जिससे यह भाषा तकनीकी बातचीत का हिस्सा बन गई है। निःसंदेह भाषाई प्रौद्योगिकी, विशेषतः यूनिकोड के प्रादुर्भाव से विश्व में हिंदी का प्रभाव बढ़ा है। हिंदी पाठ्य सामग्री के निर्माण और उपभोग में वृद्धि ने इसे और अधिक वैश्विक मंच पर प्रचलित किया है, उदाहरण के लिए- गूगल, यूट्यूब, फेसबुक, और ट्विटर पर हिंदी भाषा में सामग्री का बहुत अधिक उपयोग होता है।

**6. अन्य भाषाओं पर अप्रत्यक्ष प्रभाव :** कुछ मामलों में हिंदी का प्रभाव अप्रत्यक्ष रूप से भी देखा जा सकता है। भारत में कई क्षेत्रीय भाषाएं बोली जाती हैं, और इनमें से कई हिंदी से काफी प्रभावित हैं। जब ये क्षेत्रीय भाषाएं विदेशों में बसे भारतीय समुदायों द्वारा बोली जाती हैं, तो उनके माध्यम से भी कुछ हद तक हिंदी का प्रभाव अन्य भाषाओं तक पहुंच सकता है।

**7. शैक्षणिक क्षेत्र :** हिंदी के प्रति रुचि बढ़ने के कारण कई विश्वविद्यालयों और संस्थानों ने हिंदी भाषा को एक विषय के रूप में पढ़ाना शुरू किया है, जिससे यह भाषा शिक्षण और शोध के क्षेत्र में प्रचलित हो रही है। फलस्वरूप यह भाषा वहां की भाषा को प्रभावित करती है।

**8. व्यावसायिक तथा व्यावहारिक उपयोगिता:** व्यावसायिक तथा व्यावहारिक उपयोगिता के चलते भी हिंदी का प्रभाव बढ़ा है। जब हमारे देश से व्यापार के कारण लोग विदेश में जाते हैं तो वे भी वहां हिंदी शब्दों का प्रयोग करके अप्रत्यक्ष रूप से हिंदी का प्रभाव बढ़ाते हैं। भारतीय कंपनियाँ, जैसे- टाटा, इंफोसिस, और विप्रो, जिनका वैश्विक स्तर पर संचालन है, वे भी हिंदी का प्रयोग करते हैं। इससे विश्व में हिंदी के प्रयोग की आवश्यकता बढ़ी है। इसके साथ ही भारत में विदेशी कंपनियों के साथ व्यापार में हिंदी का महत्व बढ़ा है। इसी प्रकार जब

हिंदी-भाषी भारतीय पर्यटक विदेश में जाता है तो वह उस देश में हिंदी का प्रयोग करके हिंदी के प्रसार में महती भूमिका निभाता है।

अभी तक हमने जाना कि विश्व में हिंदी की स्थिति क्या है? इस उल्लेखनीय स्थिति को बनाने के पीछे क्या-क्या कारक हैं। अब हम जानेंगे कि हिंदी के प्रभाव के चलते ऐसे कौन-कौन से शब्द हैं, जो विश्व की भाषाओं में प्रयोग में आ रहे हैं।

हिंदी के कई ऐसे शब्द हैं, जो वैश्विक स्तर पर विभिन्न भाषाओं में अपना स्थान बना चुके हैं। अंग्रेजी जैसी विश्व की प्रमुख भाषा भी इससे अछूती नहीं रही है। ब्रिटिश राज के दौरान और उसके बाद भी, हमारी संस्कृति के कई हिंदी शब्द अंग्रेजी में समाहित हुए और अब व्यापक रूप से उपयोग किए जाते हैं। इनमें से कुछ प्रमुख शब्द हैं, जैसे - संस्कार, कर्म, पंडित, पराठा के साथ-साथ आम बोलचाल के शब्दों, अर्थात- जंगल, धरना, घेराव, ठग, कुर्ता, तंदूरी, बाजार, आदि शब्दों का प्रभाव दिखा है। ये शब्द न केवल अपनी मूल ध्वन्यात्मकता के साथ अंग्रेजी में स्वीकार किए गए हैं, अपितु कई अन्य भाषाओं में भी इनका प्रयोग देखा जा सकता है। यह हिंदी की समृद्ध शब्दावली और उसके सांस्कृतिक महत्व को दर्शाता है। इसी प्रकार भारत के पड़ोसी देशों की भाषाओं में हिंदी के शब्द हूबहू प्रयोग में लाए जा रहे हैं। दूर विदेश की बात करें तो जर्मन जैसी महत्वपूर्ण भाषा भी इससे अछूती नहीं रही है, उदाहरणार्थ- बंधन से बंदंग, बंगला से बंगलो, चंपू से शंपू, मिश्र से मिशंग आदि परिवर्तित शब्द देखने को मिलते हैं।

हालांकि भाषाओं के प्रति वैश्विक समाज में सजगता आई है, फिर भी अभी तक की प्रवृत्ति यही दर्शाती है कि छोटी भाषाएं सीमित होती जा रही हैं तथा बड़ी भाषाएं और अधिक विस्तृत होती जा रही हैं क्योंकि विश्वग्राम की संकल्पना ने दूरियां समाप्त की हैं। यह नियम भाषाओं पर भी लागू हुआ है। इसके दृष्टिगत भविष्य में हिंदी का प्रभाव निश्चित ही विश्व की अन्य भाषाओं पर और अधिक पड़ेगा। कोई बड़ी बात नहीं कि आने वाले समय में हिंदी अपनी लोकप्रियता और अपनी सहज लिपि के कारण विश्व भाषा का दर्जा प्राप्त कर ले।

यह कहना गलत नहीं होगा कि हिंदी ने विश्व की कई भाषाओं पर किसी न किसी रूप में अपना प्रभाव डाला है। शब्दावली के स्तर पर अंग्रेजी और अन्य भाषाओं में हिंदी के शब्दों का प्रयोग इसका प्रत्यक्ष प्रमाण है। वहीं, बॉलीवुड, योग और भारतीय दर्शन के बढ़ते प्रसार ने सांस्कृतिक स्तर पर हिंदी की पहचान को मजबूत किया है।

हालांकि, यह भी सच है कि अन्य शक्तिशाली भाषाओं की तुलना में विश्व भाषाओं पर हिंदी का प्रभाव अभी भी सीमित है। लेकिन भारत की बढ़ती आर्थिक और सांस्कृतिक शक्ति के साथ, और हिंदी भाषा के प्रति लोगों की बढ़ती रुचि के कारण, भविष्य में विश्व भाषाओं पर हिंदी का प्रभाव और अधिक व्यापक होने की संभावना है। यह भाषाई आदान-प्रदान न केवल भाषाओं को समृद्ध करेगा, अपितु विभिन्न संस्कृतियों के बीच समझ और सहिष्णुता को भी बढ़ावा देगा।

अतः हम कह सकते हैं कि हिंदी वैश्विक भाषाओं में अपनी अनूठी पहचान बना रही है और भारत की सांस्कृतिक धरोहर को विश्व स्तर पर साझा कर रही है। हिंदी भाषा का विश्व की विभिन्न भाषाओं पर गहरा प्रभाव पड़ा है, खासकर उन देशों में जहां भारतीय संस्कृति और भाषा का प्रभाव रहा है। हिंदी न केवल भारत में, अपितु वैश्विक स्तर पर एक महत्वपूर्ण भाषा बन चुकी है, जो दुनिया के विभिन्न हिस्सों में अपनी पहचान बना रही है। ■

# आपकी प्रतिक्रिया

चेन्नै लहर का 18वां अंक हमें प्राप्त हुआ, जिसमें आपके कुशल व्यक्तित्व और लेखनी के द्वारा संकलन आजादी के अमृत महोत्सव पर आपका दूरगामी दृष्टिकोण हिंदी भाषा का समायोजन छाया चित्र और आपका सामाजिक आध्यात्मिक राष्ट्रीय चिंतन हमें गौरवान्वित करता है।

आपने चेन्नै तमिलनाडु में भी हिंदी राजभाषा का शंखनाद किया है। आपको बहुत-बहुत बधाई और शुभकामनाएं आपके स्वर्णिम भविष्य की मंगल कामना।

**भूप सिंह यादव**

**सदस्य, हिंदी सलाहकार समिति, रक्षा मंत्रालय भारत सरकार**

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका "चेन्नै लहर" का नवीनतम अंक प्राप्त हुआ, धन्यवाद।

इस पत्रिका में प्रकाशित लेख कार्यालय में हिंदी कामकाज कैसे बढ़ाएँ" 'ई-ऑफिस में हाइपरलिंक का प्रयोग' 'महिला सशक्तीकरण' एवं कविताएं 'माँ' 'जीवन के पहलू' 'बनूं मैं सागर' विशेष रूप से पठनीय हैं। इसके अतिरिक्त, बड़ा संकट : जीवन को खतरा, संकल्प शक्ति का महत्व आदि भी उत्कृष्ट एवं बेहतरीन हैं। साथ ही, पत्रिका में कार्यालय की गतिविधियों के आकर्षक चित्र सहित शब्द परिचय एवं निगम में प्रयुक्त बीमा एवं राजस्व शब्दावली दिया जाना प्रशंसनीय है।

पत्रिका की आकर्षक साज-सज्जा एवं कलेवर के लिए संपादक मंडल को बधाई।

शुभकामनाओं सहित,

**(नम्रता बजाज)**

**उप महाप्रबंधक (राजभाषा), केंद्रीय भंडारण निगम, दिल्ली**

आपकी पत्रिका चेन्नै लहर के अवलोकन का अवसर मिला। यह पत्रिका विविध अर्थों में उपयोगी, ज्ञानवर्धक और सूचनाओं से समृद्ध है। इसके सफल संपादन के लिए समस्त संपादक दल हार्दिक बधाई का पात्र है।

मुझे आशा है कि यह पत्रिका अपने उद्देश्यों में सफल होगी। हम इसकी सफलता की हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित करते हैं।

सस्नेह,

**(डॉ. राजा राम यादव)**

**उप महाप्रबंधक/राजभाषा, दिल्ली मेट्रो रेल कॉर्पोरेशन लिमिटेड**

आपके द्वारा भेजी गई पत्रिका 'चेन्नै लहर' का अंक 18 प्राप्त कर प्रसन्नता हुई। मुखपृष्ठ आकर्षक और गरिमा पूर्ण है। पत्रिका में राजभाषा संबंधी विषयों के साथ ,निगम के क्षेत्रीय और राष्ट्रीय सन्दर्भ भी समाहित हैं। यह अच्छी बात है। 'सबक 'जैसी भावपूर्ण रचनाएं अच्छी लगीं। जो लोग हिंदी पढ़ सकते हैं, उनके लिए पत्रिका उपयोगी है। संपादक द्वय एवं सहयोगी माध्यमों को बधाई और शुभकामना।

**(डॉ. पन्ना प्रसाद)**

**पूर्व संयुक्त निदेशक (राजभाषा), कर्मचारी राज्य बीमा निगम**

# चेन्नै लहर के 18वें अंक का विमोचन

क्षेत्रीय कार्यालय, चेन्नै की ई-पत्रिका 'चेन्नै लहर' के 18वें अंक के विमोचन अवसर पर
श्री जी.वी. किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक तथा अधिकारीगण।

श्री अशोक कुमार सिंह, महानिदेशक, क.रा.बी.निगम के चेन्नै प्रवास के दौरान उन्हें कार्यालय की हिंदी पत्रिका "चेन्नै लहर" के 18वें अंक की प्रति भेंट करते हुए  श्री जी.वी. किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक तथा अधिकारीगण।

गृह पत्रिका 'चेन्नै लहर' के 18 वें अंक के लिए नराकास, चेन्नै से सम्मान (प्रथम पुरस्कार) प्राप्त करते हुए श्री श्याम सुंदर कथूरिया, संयुक्त निदेशक (राजभाषा) और श्री राजेश शर्मा, उप निदेशक (राजभाषा )

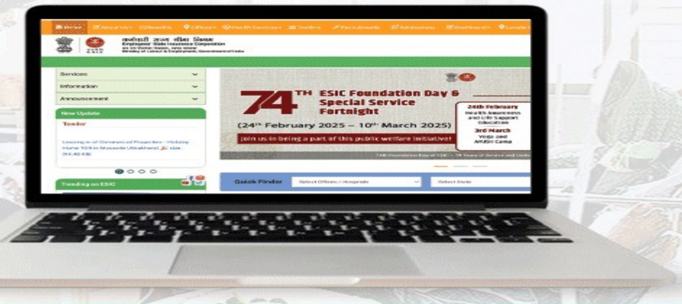
नराकास, चेन्नै से प्राप्त उक्त पुरस्कार श्री जी.वी.किरण कुमार, अपर आयुक्त-सह-क्षेत्रीय निदेशक को भेंट करते हुए श्री राजेश शर्मा, उप निदेशक (राजभाषा) तथा अन्य अधिकारी

कर्मचारी राज्य बीमा निगम
Employees' State Insurance Corporation
श्रम एवं रोजगार मंत्रालय, भारत सरकार
Ministry of Labour & Employment, Government of India

# कहीं भी, कभी भी

## आपकी सुविधा, हमारी प्राथमिकता!

ईएसआई योजना या ईएसआईसी से जुड़ी किसी भी जानकारी के लिए कॉल करें और तुरंत सहायता पाएं।



## टोल-फ्री नंबर

**1800-11-2526**

अधिक जानकारी के लिए ईएसआईसी की वेबसाइट esic.gov.in पर जाएं!

---

## ईएसआईसी ऑनलाइन दावा

# सुविधा भी, सुरक्षा भी!

बीमारी, विस्तारित बीमारी, अस्थायी विकलांगता और मातृत्व हितलाभ हेतु पात्र लाभार्थी

www.esic.gov.in पर लॉग इन करके आसानी से अपना दावा (क्लेम) ऑनलाइन प्रस्तुत कर सकते हैं।

| तेज़ और सुविधाजनक ऑनलाइन प्रक्रिया | सभी प्रमुख हितलाभों के लिए डिजिटल क्लेम सुविधा | हर चरण की अपडेट एसएमएस के जरिए सीधे आपके फोन पर |
|---|---|---|

अब बिना किसी झंझट के अपना दावा करें और सुविधाओं का लाभ उठाएँ!

@esichq | www.esic.gov.in