यूनियन सृजन

वर्ष - 8, अंक -2, मुंबई, अप्रैल-जून, 2023

75 आज़ादी का अमृत महोत्सव

G20 भारत 2023 INDIA

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया
भारत सरकार का उपक्रम

Union Bank of India
A Government of India Undertaking

यूनियन सृजन

प्रकाशन तिथि : 14.08.2023

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया की तिमाही हिंदी गृह पत्रिका

वर्ष - 8, अंक - 2, मुंबई, अप्रैल-जून, 2023

संरक्षक

ए. मणिमेखलै
प्रबंध निदेशक एवं सीईओ

प्रधान संपादक

लाल सिंह
मुख्य महाप्रबंधक (मा.सं.)

संपादकीय सलाहकार

अरुण कुमार
महाप्रबंधक (मा.सं.)

अम्बरीष कुमार सिंह
उप महाप्रबंधक (मा.सं.)

कार्यकारी संपादक

रामजीत सिंह
सहायक महाप्रबंधक (रा.भा.)

संपादक

गायत्री रवि किरण
मुख्य प्रबंधक (रा.भा.)

संपादन सहयोग

नितिन वासनिक
सहायक प्रबंधक (रा.भा.)

जागृति उपाध्याय
सहायक प्रबंधक (रा.भा.)

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया
भारत सरकार का उपक्रम

Union Bank of India
A Government of India Undertaking

अनुक्रमणिका

- परिदृश्य 1
- संपादकीय 2
- भाषा सृजन : राजभाषा कार्यान्वयन में आयोजना एवं समीक्षा का महत्व 3-4
- ग्राहक सेवा एवं अनुवाद 5-6
- अर्थव्यवस्था में बैंकों का योगदान 7-8
- भारतीय बैंकिंग अतीत, वर्तमान और भविष्य 9
- ओटीएस- वसूली का महत्वपूर्ण उपाय 10
- ई-रुपी 11
- साइबर सुरक्षा जोखिम प्रबंधन 12-14
- चौपाल 15-16
- आत्मसंतुष्टि 17
- रोग प्रतिरोधक क्षमता 18-19
- योग : एक वृहद जीवन शैली 20-21
- काव्य-सृजन 22-23
- सेंटर स्प्रेड : महेश्वर 24-25
- साहित्य सृजन- समकालीन कविता के संवेदनशील कवि रघुवीर सहाय 26-27
- यात्रा सृजन- मनाली एक अविस्मरणीय अनुभव 28-29
- कन्याकुमारी 30
- कच्छ का रण उत्सव 31
- विशेष साक्षात्कार : बाल साहित्यकार श्री पवन कुमार वर्मा 32-33
- पुस्तक समीक्षा- अश्वत्थामा की अमर मणि, लेखक: एम.आई. राजस्वी ... 34-35
- कहानी- अंतिम स्मृति 36
- आयुष्मान भव - गुणकारी क्विनोआ 37
- अखिल भारतीय राजभाषा समीक्षा सह आयोजना बैठक - 2023 38-39
- राजभाषा समाचार / पुरस्कार 40-47
- आपकी नज़र में 48

राजभाषा कार्यान्वयन प्रभाग

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया, केंद्रीय कार्यालय, मुंबई द्वारा आंतरिक परिचालन हेतु प्रकाशित

ई-मेल: gayathri.ravikiran@unionbankofindia.bank | union.srijan@unionbankofindia.bank
Tel.: 022-41829288 | Mob.: 9849615496

Printed and Published by Gayathri Ravi Kiran on behalf of Union Bank of India, Printed at Uchitha Graphic Printers Pvt. Ltd., 65, Ideal Ind. Estate, Mathuradas Mill Compound, S. B. Marg, Lower Parel, Mumbai - 400 013, and Published from Union Bank of India, 239, Union Bank Bhawan, Vidhan Bhawan Marg, Nariman Point, Mumbai - 400 021.

यूनियन सृजन में प्रकाशित विचार लेखक के अपने हैं. प्रबंधन का इनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है.

परिदृश्य

प्रिय यूनियनाइट्स

'यूनियन सृजन' के इस अंक के माध्यम से आप सभी के साथ पुन: अपने विचार साझा करते हुए मुझे प्रसन्नता हो रही है. बैंक की गृह पत्रिका के माध्यम से स्टाफ को अपने विचार व्यक्त करने और संवाद का हिस्सा बनने का अवसर प्राप्त होता है. मुझे प्रसन्नता है कि यूनियन सृजन के नियमित प्रकाशन से यह उद्देश्य पूरा हो रहा है.

बैंक ने वित्तीय वर्ष 2022-23 में काफी अच्छा कार्यनिष्पादन दर्ज किया है और चालू वित्तीय वर्ष के लिए निर्धारित महत्वाकांक्षी लक्ष्य प्राप्त करने की दिशा में सभी स्टाफ कटिबद्ध हैं और आपका समर्पण दृष्टिगोचर है. आपके प्रयासों से ही बैंक नई बुलंदियों को हासिल करने में सक्षम होगा. अत: मैं आप सभी से आग्रह करती हूँ कि अपना पूर्ण सहयोग देते हुए कारोबार को बढ़ाएं और बैंक की विकास यात्रा का हिस्सा बनें.

मैं मानती हूँ कि समय के अनुरूप हमें स्वयं को ढालना होगा और अपने कौशल विकास हेतु सतत प्रयास करना होगा. बैंक के प्रगति पथ को प्रशस्त करने के लिए हमें अपने ग्राहकों की जरूरतों को समझना होगा और अद्यतन प्रौद्योगिकी के सहारे उनकी आकांक्षाओं को मूर्त रूप देने के लिए पहल करनी होगी. ग्राहकों के साथ अटूट रिश्ता बनाने का आसान तरीका उनकी अपनी भाषा में उनसे संपर्क स्थापित करना है. मुझे आशा है कि आप यह प्रयास अवश्य करेंगे.

'यूनियन सृजन' बैंकिंग से जुड़े विभिन्न विषयों पर चर्चा का एक सशक्त मंच है. इस गृह पत्रिका के माध्यम से बैंकिंग के अद्यतन विषयों की जानकारी के साथ-साथ स्टाफ की लेखन प्रतिभा को भी उजागर किया जा रहा है. मुझे आशा है कि इस गृह पत्रिका के माध्यम से यह संवाद अनवरत जारी रहेगा.

आपकी,

(ए. मणिमेखलै)
प्रबंध निदेशक एवं सीईओ

संपादकीय

प्रिय पाठकगण,

आज के दौर में प्रत्येक क्षेत्र में हर पल कोई न कोई नई बात उभर कर सामने आ रही है, नई खोज, नया शोध, अनुसंधान, नवोन्मेष आदि से जीवन का प्रत्येक पहलू प्रभावित हुआ है और बेहतर से बेहतरीन बन रहा है. बैंकिंग जगत इस बात का अपवाद नहीं है बल्कि कई नवाचारों को आगे बढ़ाने हेतु वित्तपोषण के माध्यम से मार्ग प्रशस्त कर रहा है. ऐसे में हर प्रकार की नवीनता का परिचय पाना हमारे लिए रुचि का विषय ही नहीं बल्कि आवश्यकता बन जाती है.

'यूनियन सृजन' का यह अंक आपके समक्ष वैविध्यपूर्ण विषयों के लेखों का समाहार लिए प्रस्तुत है. यह गृह पत्रिका बैंक के स्टाफ सदस्यों की लेखन प्रतिभा को प्रदर्शित करने का मंच है. इस गृह पत्रिका के माध्यम से स्टाफ अपनी कल्पना, अनुभूति और विचारों को सुंदर शब्दों में पिरोकर अपने साथियों के साथ साझा करते हैं. संप्रेषण और संवाद की इस सुंदर प्रक्रिया का भागीदार बनना हमारे लिए सौभाग्य का विषय है.

हमारा प्रयास रहा है कि हम अपने सुधी पाठकों के समक्ष बैंकिंग विषयों के साथ-साथ साहित्यिक लेख, सामान्य रुचि के विभिन्न विषयों का परिचय, कहानी, कविता, यात्रा वृत्तांत आदि भी प्रस्तुत करें जिससे गृह पत्रिका की पठनीयता और आकर्षण में संवर्धन हो. हमें आशा है कि हमारा यह प्रयास सफल हुआ और आपको यह अंक पसंद आएगा. 'यूनियन सृजन' के सभी रचनाकार स्वयं अपनी जानकारी बढ़ाने के साथ-साथ अपने साथियों के साथ इसे साझा करने हेतु प्रयास करते हैं, इसके लिए वे साधुवाद के पात्र हैं.

आपके प्रोत्साहनपूर्ण वचन से हमारा उत्साहवर्धन होता रहेगा. साथ ही 'यूनियन सृजन' की धरोहर को समृद्ध बनाने की दिशा में आपके सुझावों की प्रतीक्षा रहेगी.

आपकी,

(गायत्री रवि किरण)

राजभाषा कार्यान्वयन में आयोजना एवं समीक्षा का महत्व

राजभाषा संबंधी सांविधिक और कानूनी उपबंधों का अनुपालन सुनिश्चित करने और संघ के सरकारी काम-काज में हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देने के लिए गृह मंत्रालय के एक स्वतंत्र विभाग के रूप में जून, 1975 में राजभाषा विभाग की स्थापना की गई थी. राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा संघ का राजकीय कार्य हिंदी में करने के लिए प्रत्येक वर्ष वार्षिक कार्यक्रम जारी किया जाता है ताकि राजभाषा का प्रचार प्रसार तथा उत्कृष्ट कार्यान्वयन किया जा सके. वार्षिक कार्यक्रम में दिए गए सभी लक्ष्यों को पूर्ण करना प्रत्येक कार्यालय हेतु अनिवार्य है. राजभाषा कार्यान्वयन करने हेतु प्रत्येक लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए सबसे पहले आयोजना की आवश्यकता होती है ताकि वार्षिक कार्यक्रम की प्रत्येक मद को निर्धारित समय सीमा के भीतर आसानी से पूर्ण किया जा सके. राजभाषा कार्यान्वयन हेतु आयोजना सबसे महत्वपूर्ण है. साथ ही किए गए कार्य की समीक्षा करना भी महत्वपूर्ण है. कार्यालयों द्वारा किए जा रहे राजभाषा कार्यान्वयन की समीक्षा नियंत्रक कार्यालय द्वारा लक्ष्यों के सापक्ष की जाती है. कार्यालयों द्वारा किए जा रहे कार्य की समीक्षा कर के सुधारात्मक उपाय, यदि आवश्यक हो तो सूचित किए जा सकते हैं.

राजभाषा अधिकारियों के लिए आयोजना बैठकें और समीक्षा बैठकें राजभाषा के प्रति सरकारी संगठनों की प्रतिबद्धता को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं. वार्षिक कार्यक्रम की प्रत्येक मद को यदि योजनाबद्ध तरीके से पूर्ण किया जाए तो ये बैठकें निम्नलिखित कार्यों के लिए महत्वपूर्ण होती हैं:

राजभाषा प्रचार प्रसार एवं विचारों का आदान प्रदान: राजभाषा कार्यान्वयन हेतु निर्धारित समय सीमा के आधार पर कार्ययोजना बनाकर राजभाषा का प्रचार प्रसार समयबद्ध रूप से किया जा सकता है. इस प्रकार की बैठकें राजभाषा के प्रचार और प्रोत्साहन की रणनीतियों की समीक्षा करती हैं ताकि कर्मचारियों का राजभाषा में सकारात्मक वातावरण बना रह सके.

ऐसी बैठकों में योजनाबद्ध रणनीतियों के साथ- साथ विचारों का आदान प्रदान भी किया जाता है ताकि, नई-नई संकल्पनाओं के आधार पर राजभाषा कार्यान्वयन सरल किया जा सकता है.

कार्यपद्धति में सुधार: ये बैठकें राजभाषा में कार्य करने में आने वाली चुनौतियों का समाधान तलाशती हैं और उनके लिए उपाय सुझाती हैं ताकि सरकारी कार्यों की कार्यपद्धति में सुधार हो सके. राजभाषा अधिकारी जब तक अपने कार्य का मूल्यांकन स्वयं नहीं करते हैं तब तक उन्हें स्वयं की क्षमता और कमियों का आभास नहीं होगा. राजभाषा कार्यान्वयन हेतु सर्वप्रथम स्वयं को सक्षम बनाना बहुत महत्वपूर्ण है. निरंतर परिवर्तन ही सफलता की सीढ़ी है. अपने द्वारा किए जा रहे कार्य का स्वमूल्यांकन करके स्वयं को उत्कृष्ट राजभाषा अधिकारी के रूप में बना सकते हैं. तभी वे अधिकारी अपने नियंत्रणाधीन विभागों/ शाखाओं/ कार्यालयों से श्रेष्ठ कार्य करवा पाएंगे.

संवाद कौशल: ये बैठकें राजभाषा अधिकारियों को सरकारी संगठनों के बीच राजभाषा के मामलों पर संवाद कौशल का माध्यम प्रदान करती हैं. राजभाषा अधिकारी को केवल अपने सीमित क्षेत्र में ही संवाद नहीं करना चाहिए क्योंकि एक राजभाषा अधिकारी सफल राजभाषा अधिकारी तभी बन सकता है जब वह अपने निर्धारित क्षेत्र से परे जाकर प्रत्येक स्टाफ सदस्य से संवाद करता है. संवाद ही राजभाषा कार्यान्वयन का मुख्य स्रोत है.

राजभाषा कार्यान्वयन की प्रगति की निगरानी: ये बैठकें राजभाषा के कार्यों की प्रगति की निगरानी करती हैं और यह सुनिश्चित करती हैं कि निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति हो रही है या नहीं. प्रत्येक राजभाषा अधिकारी को अपने कार्यों की निगरानी करनी चाहिए. विभागों/ शाखाओं/ कार्यालयों में हो रहे राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी मासिक एवं त्रैमासिक रिपोर्ट की समीक्षा की जानी चाहिए.

कई बार यह पाया जाता है कि राजभाषा अधिकारी अपना कार्य करते रहते हैं किंतु कार्य की प्रगति की ओर ध्यान नहीं देते. इस हेतु राजभाषा अधिकारियों की जिम्मेदारी है कि वे विभागों/ शाखाओं/ कार्यालयों द्वारा किए जा रहे कार्य का मूल्यांकन करें, जिससे कि विभागों/ शाखाओं/ कार्यालयों में किए जा रहे कार्यान्वयन में कहाँ कमी है उसकी जानकारी प्राप्त की जा सके.

क्षेत्रीय कार्यालयों द्वारा अपने नियंत्रणाधीन शाखाओं की तिमाही प्रगति रिपोर्ट, राजभाषा कार्यान्वयन समिति की तिमाही बैठक की ओर अधिक ध्यान देना चाहिए. कई शाखाएं नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति की सदस्य होती हैं. अत: ऐसी स्थिति में यदि किसी शाखा द्वारा तिमाही प्रगति रिपोर्ट प्रस्तुत नहीं की जाती है एवं राभाकास बैठक का आयोजन नहीं किया जाता है तो इसे राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा गंभीरता से लिया जाता है.

इसी क्रम में अंचल कार्यालयों को अपने नियंत्रणाधीन सभी क्षेत्रीय कार्यालयों के राजभाषा कार्यान्वयन की ओर अनिवार्यत: ध्यान देना चाहिए. अंचल कार्यालयों में पदस्थ राजभाषा अधिकारी की जिम्मेदारी है कि उनके नियंत्रणाधीन क्षेत्रीय कार्यालय एवं शाखाओं में राजभाषा से संबंधित किसी भी प्रकार की सांविधिक स्थिति का उल्लंघन नहीं होने पाए. साथ ही उनका यह भी उत्तरदायित्व है कि राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार एवं राजभाषा कार्यान्वयन प्रभाग, केंद्रीय कार्यालय द्वारा जारी वार्षिक कार्यक्रम की सभी मदों का वे अनुपालन करवाएं.

वार्षिक कार्यक्रम के साथ ही साथ नराकास के सदस्य शाखाओं/कार्यालयों का समय-समय पर मार्गदर्शन करना, राजभाषा अधिकारियों की बैठकें आयोजित करना, उनके द्वारा किए जा रहे कार्यों पर चर्चा करना, राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी आयोजना तैयार करना, निर्धारित समय सीमा में सभी लक्ष्यों को प्राप्त करने हेतु मार्गदर्शन प्रदान करना तथा क्षेत्रीय कार्यालयों द्वारा किए गए कार्यों की समीक्षा समय-समय पर किया जाना अनिवार्य है.

राजभाषा अधिकारियों हेतु आयोजना और समीक्षा बैठकें भाषा संबंधी मामलों को सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण होती हैं. इससे सुनिश्चित होता है कि आधिकारिक कार्यों में राजभाषा का प्रयोग होता है और नागरिकों को भी सेवाएं राजभाषा में प्रदान की जाती हैं.

राजभाषा कार्यान्वयन में आयोजना हेतु प्रमुख मदों की ओर ध्यान दिया जाना-

1. **मासिक रिपोर्ट** : मासिक रिपोर्ट का प्रस्तुतीकरण प्रत्येक माह की समाप्ति पर अगले माह की 7 तारीख़ तक अवश्य कर दिया जाना चाहिए. क्षेत्रीय कार्यालय अपने अंचल कार्यालयों को मासिक रिपोर्ट का प्रेषण निर्धारित समय सीमा से पूर्व करेंगे और अंचल कार्यालय अपनी एवं नियंत्रणाधीन क्षेत्रीय कार्यालयों की समेकित रिपोर्ट केंद्रीय कार्यालय को प्रत्येक माह की 07 तारीख तक प्रेषित करेंगे और सीआरएस पोर्टल में भी अपलोड करेंगे.

2. **तिमाही प्रगति रिपोर्ट का प्रस्तुतीकरण (गृह मंत्रालय को ऑनलाइन रिपोर्ट सहित)** : गृह मंत्रालय द्वारा जारी नवीनतम दिशानिर्देशों के अनुसार केंद्रीय कार्यालय को कार्यालयीन रिपोर्ट का प्रस्तुतीकरण 30 दिनों के अंदर ऑनलाइन करना होता है तथापि सभी कार्यालयों को यह निर्देशित किया गया है कि वे कार्यालयीन रिपोर्ट 7 दिनों के अंदर प्रस्तुत कर दें एवं समेकित रिपोर्ट 21 दिनों के अंदर प्रस्तुत किया जाना सुनिश्चित करें.

3. **धारा 3(3) का अनुपालन** : धारा 3(3) के अधीन उल्लिखित दस्तावेजों को द्विभाषी रूप में जारी किया जाना अनिवार्य है. धारा 3(3) का अनुपालन करना सांविधिक जिम्मेदारी है और हम सब का उत्तरदायित्व भी है.

4. **नियम 5 का अनुपालन** : राजभाषा नियम 5 के अनुसार हिंदी में प्राप्त पत्रों का उत्तर हिंदी में दिया जाना अनिवार्य है. तथापि, यदा-कदा इस नियम के उल्लंघन के मामले सामने आते रहते हैं, जिसका कारण जानकारी का अभाव अथवा राजभाषा नियम के प्रावधान को गंभीरता से न लेना हो सकता है. इसलिए, यह आवश्यक है कि राजभाषा से संबंधित सभी मंचों पर इसका व्यापक प्रचार किया जाए.

5. **अंग्रेज़ी में प्राप्त पत्रों के उत्तर हिन्दी में देना** : संसदीय राजभाषा समिति 'क' एवं 'ख' भाषिक क्षेत्रों में अंग्रेजी में प्राप्त पत्रों का जवाब हिंदी में दिए जाने पर विशेष जोर देती है. ऐसे पत्रों का रखरखाव भी अनिवार्यत: किया जाए.

6. **हिंदी कार्यशालाओं का आयोजन** : कार्य योजना में दिए गए लक्ष्यों के अनुसार हिंदी कार्यशाला का आयोजन करना राजभाषा अधिकारी की जिम्मेदारी है. सामान्यतया इन कार्यशालाओं में राजभाषा अधिनियम/नियम, पत्र व्यवहार, बैंकिंग शब्दावली, यूनीकोड, आंतरिक कार्यों में हिंदी का प्रयोग, प्रोत्साहन योजनाएं आदि जैसे विषय शामिल किए जाते हैं.

7. **शाखा निरीक्षण** : शाखा निरीक्षण का मुख्य उद्देश्य शाखाओं में राजभाषा नीति का अनुपालन सुनिश्चित कराने में आने वाली कठिनाइयों पर विचार-विमर्श कर उन्हें दूर करना, स्टाफ सदस्यों से संपर्क बढ़ाना, तिमाही प्रगति रिपोर्ट के प्रस्तुतीकरण पर चर्चा करना, यदि संभव हो तो अपनी उपस्थिति में शाखा स्तरीय राभाकास की बैठक एवं डेस्क प्रशिक्षण आयोजित करना है.

8. **राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक** : यह क्षेत्र में राजभाषा कार्यान्वयन की वास्तविक प्रगति को समिति के सदस्यों के समक्ष प्रस्तुत करने का उपयुक्त मंच है, जिसका समुचित उपयोग क्षेत्र में राजभाषा के प्रयोग को बढ़ाने में किया जा सकता है. बैठक का आयोजन तिमाही के दूसरे माह में किया जाना उपयुक्त होता है, ताकि बैठक में लिए गए निर्णयों का यथासमय कार्यान्वयन सुनिश्चित किया जा सके.

रामजीत सिंह
राजभाषा कार्यान्वयन प्रभाग
केंद्रीय कार्यालय, मुंबई

ग्राहक सेवा एवं अनुवाद

देखा जाए तो 'ग्राहक', 'अनुवाद' जैसे शब्दों से हम सभी भलीभाँति परिचित हैं. आम तौर पर हर मनुष्य ग्राहक है और हर मनुष्य अनुवाद की प्रक्रिया से भी गुजरता है. देश के सुचारू रूप से कार्य करने के लिए सभी जरूरी व्यवस्थाओं में से एक है- अर्थव्यवस्था, जो सूक्ष्म स्तर पर व्यवसाय, नौकरी, रोजगार के रूप में समाज में दिखाई पड़ती है, जहाँ प्रत्येक मनुष्य ग्राहक सेवा उपलब्ध भी करवाता है और ग्राहक सेवा ग्रहण भी करता है. इस विषय पर विशेष रूप से चर्चा इसलिए जरूरी हो गई है क्योंकि संसाधनों के बढ़ने से ग्राहक सेवा का रूप बदल गया है. ग्राहक सेवा कोई सामान्य प्रक्रिया न होकर तकनीक और शिक्षा से जुड़ गई है और मुख्य अंग बनकर, व्यवसाय का प्रतिनिधित्व कर रही है.

पहले, समाज में वस्तु के बदले वस्तु देकर अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति हो जाया करती थी और व्यवसाय दो लोगों के बीच होता था. लेकिन वर्तमान युग में क्रय-विक्रय के सम्बन्ध में ग्राहक किसी एक से नहीं, तमाम लोगों से जुड़ता है जिसके संचालन में मुख्य भूमिका ग्राहक सेवा की होती है, तो कुल मिलाकर 'ग्राहक', 'ग्राहक सेवा' और 'अनुवाद' सामान्य शब्द होते हुए भी अपने विशेष अर्थ और उद्देश्य से निहित होने के कारण तकनीकी शब्दों में ही गिने जाते हैं.

ग्राहक सेवा का सामान्य अर्थ ऐसी सेवाओं से है जो ग्राहक को सामान खरीदने से पहले, सामान खरीदने के दौरान और बाद में मुहैया कराई जाती है और यह कोई यांत्रिक और कृत्रिम प्रक्रिया नहीं है. इन सेवाओं को सुचारू रूप से प्रदान करने के लिए कर्मचारी की आवश्यकता होती है, जो ग्राहक को संतुष्ट कर सकें या यूँ कहें कि जो ग्राहक की आवश्यकतानुसार अपनी उपस्थिति दर्ज करा सकें. ग्राहक सेवा का मुख्य ध्येय अपनी संस्था में निर्मित उत्पादों की बिक्री में बढ़ोतरी और ज्यादा से ज्यादा ग्राहकों तक पहुँचना है और इन सबके लिए किसी भी बैंक को एक प्रशिक्षित कर्मचारी को अधिक योग्य बनाने के लिए अधिक मात्रा में खर्चा भी करना पड़ता है. इस प्रकार बैंक की व्यवसाय वृद्धि में ग्राहक सेवा का अपना महत्वपूर्ण स्थान है.

एक बेहतर ग्राहक सेवा किसी भी व्यापार की जीवन रेखा है. व्यापार में ग्राहक को सामान बेचना तो आम बात है लेकिन बेहतर ग्राहक सेवा वो है जिसमें ग्राहक आप के पास पुन: लौटकर आए. यंत्र चालित कृत्रिम ग्राहक सेवा से जुड़ने के बाद भी व्यक्तिगत रूप से ग्राहक सेवा उपलब्ध करवाना ठीक वैसा ही है जैसे मशीनीकृत अनुवाद के बाद भी एक अनुवादक की आवश्यकता.

व्यापार में मशीनों का क्षेत्र कितना ही असीमित क्यों ना हो, लेकिन वो है तो मानव निर्मित ही, इसीलिए अन्ततः व्यापार को उस मास्टरमाइण्ड ग्राहक सेवा अधिकारी की जरूरत होती ही है, जिस तरह भाषांतरण प्रक्रिया में स्रोत भाषा के विषय के इतिहास, समाज और उद्देश्य को तत्काल ही समझकर अनुवाद करना होता है, उसी प्रकार एक ग्राहक सेवा अधिकारी को ग्राहक के बात करने की टोन से ही उसकी माँग, शिकायत और अपनी सेवा के स्तर का अनुमान लगाकर ग्राहक की माँग की पूर्ति करनी होती है. त्वरित गति से निष्ठापूर्वक ग्राहक को सेवा प्रदान करने के लिए ध्यान रखने योग्य बातें निम्नलिखित हैं-

1. प्रत्येक फोन कॉल का जबाब देना आवश्यक है. किसी भी ग्राहक से कनैक्ट होने पर इस बात के लिए सतर्क रहना

चाहिए कि उसकी समस्या का समाधान हुआ है या नहीं. कभी-कभी कम्प्यूटर रोबोट से बात करना ग्राहक को संतुष्ट नहीं कर पाता, ऐसे में उसकी बात ग्राहक सेवा अधिकारी से हो, यह बहुत आवश्यक है.

2. जब तक कार्य पूर्ण होने की संभावना न हो, वादा न करें. विश्वसनीयता का बने रहना ही ग्राहक का किसी कम्पनी ब्रांड से जुड़े रहना है, जब तक सेवा अधिकारी अपनी बात के लिए निश्चित न हो, तब तक उसे अपने ग्राहक को वादा नहीं करना चाहिए.

3. अपने ग्राहक को पूर्णत: सुनें. जब ग्राहक अपनी समस्या और अपनी बात पूरी तरह से आपको बता न दें तब तक आप ध्यानपूर्वक सुनें बीच-बीच में ग्राहक की बात काटना और अपने सुझाव पेश करना आपकी सेवा को असफल बना सकता है. इसलिए जरूरी है कि ग्राहक के नजरिये को समझने की कोशिश की जाए.

4. की गई शिकायतों के साथ धैर्य और गंभीरता से काम लें- कहते हैं न 'शिकायतें अवसर बन सकती हैं' लेकिन जरूरी है कि ग्राहक सेवा अधिकारी अपने हुनर से ग्राहक को उसके मन मुताबिक और बैंक के हित में कार्य करने में सक्षम हो.

5. अपने स्टॉफ सदस्यों को प्रशिक्षित करें. स्टॉफ के सभी सदस्य शालीन और सुशिक्षित होने चाहिए, जो ग्राहक की माँग समझ सकें और अपनी बैंक के उत्पाद को बेहतर ढंग से प्रस्तुत भी कर सकें.

जैसे कि पहले बता चुके हैं कि भाषा का व्यवहारिक ज्ञान ग्राहक सेवाओं के क्रियान्वयन में अति आवश्यक है. इसलिए ग्राहक सेवा अधिकारी में भाषा की निपुणता का गुण अर्थात् अंग्रेजी और हिन्दी दोनों भाषाओं का सहज ज्ञान पाया जाना आवश्यक है. एक प्रभावी नेता के रूप में कर्मचारियों को ग्राहक सेवा को संभालने के नए-नए तरीके सिखाना, रिपोर्ट और प्रस्तुतियाँ तैयार करना, परियोजना बनाना, एक ग्राहक सेवा अधिकारी का काम होता है क्योंकि सभी वस्तुओं की आवश्यक जानकारी और बैंक से जुड़े सभी कानूनी तौर- तरीकों का ज्ञान उसे होता है. साथ ही बैंक का प्रत्येक काम आज के बहुभाषिक समाज में अंग्रेजी और हिन्दी दोनों में करना जरूरी हो गया है और भाषा की परिपक्वता बैंक को सुदृढ़ता प्रदान करती है, जो ग्राहक सेवा अधिकारी के कार्यभार में निहित है. यहाँ आकर यह पद बैंक के लिए एक मूलभूत आवश्यकता नजर आने लगती है. ग्राहक सेवा अधिकारी होने के साथ-साथ वह एक अनुवादक भी बन जाता है और बैंक के लिए एक रोल मॉडल के रूप में काम करता है.

ग्राहक सेवा के परिप्रेक्ष्य में अनुवाद की प्रक्रिया को समझा जाए तो यह बात सामने आती है कि अनुवाद का मुख्य उद्देश्य है ग्राहक तक सम्प्रेषणीयता, जिसमें ग्राहक की भाषा और ज्ञान तक पहुँचने के लिए विभिन्न तरीकों का प्रयोग किया जाता हैं.-

1. प्रचलित अंग्रेजी के शब्दों का ज्यों का त्यों प्रयोग तथा तकनीकी शब्दों का ज्यों का त्यों उपयोग और लिप्यंतरण.

2. बैंक और ब्रांड के नाम का लिप्यंतरण.

3. उत्तम पुरुष का प्रयोग तथा छोटे-छोटे वाक्यों का प्रयोग.

4. इस क्षेत्र में अनुवाद में अपनी एक शिष्टता, एक प्रारूप और शैली होती है, जहाँ ग्राहकों के साथ बोलचाल की शैली का प्रयोग नहीं होता और न ही यह कोई कार्यालयी भाषा होती है. यहाँ भाषा ग्राहक के प्रश्नों को सुलझाने की ऐसी युक्ति होती है जो शिष्टाचार और आकर्षण से भरपूर होती है.

5. भाषाई विविधता का गुण ग्राहक सेवा क्षेत्र के अनुवाद में दिखाई पड़ता है. यहाँ हर भाषा-बोली में अनुवाद उपलब्ध होता है.

6. इस क्षेत्र में अनुवाद सैद्धान्तिक न होकर व्यवहारिक स्तर पर कार्य करता है. यह जनता से और समाज से जुड़ने का प्रत्यक्ष साधन है, जिसमें अनुवाद प्रक्रिया के विभिन्न चरणों से गुजरना नहीं पड़ता. सीधे ही विषय का मर्म पकड़कर समस्या का समाधान करना होता है. अत: अनुवाद के इस क्षेत्र में सतर्क होना बेहद आवश्यक है.

7. अनुवादक के इस रोजगार विकल्प में वह जनता का एक करीबी सलाहकार और बैंक का एक बेहतर कार्यकर्ता सिद्ध होता है.

जनता सरकार की नीतियों से अलग नहीं है. पहले भी जनता को सर्वोपरि रखा गया और आज भी जनता का बोलबाला है. देश के विकास का सबसे महत्वपूर्ण पहलू यही है. चाहे कितने भी यांत्रिक संसाधन देश में बसते जाएं, लेकिन समाज की महत्वपूर्ण इकाई व्यक्ति ही रहेगा. व्यक्ति की भावना पर ही जोर दिया जाएगा. समाज और संस्था के बीच अनुवादक ही महत्वपूर्ण कड़ी रहेगा.

उपासना गुप्ता
क्षे. का., जूनागढ़

अर्थव्यवस्था में बैंकों का योगदान

बैंक : बैंक उस वित्तीय संस्था को कहते हैं जो जनता से धनराशि जमा करने तथा जनता को ऋण देने का काम करता है. लोग अपनी बचत राशि को सुरक्षा की दृष्टि से अथवा ब्याज कमाने हेतु इन संस्थाओं में जमा करते हैं और आवश्यकतानुसार समय-समय पर निकालते रहते हैं. बैंक इस प्रकार जमा से प्राप्त राशि को व्यापारियों एवं व्यवसायियों को ऋण देकर ब्याज कमाते हैं. आर्थिक आयोजन के वर्तमान युग में कृषि, उद्योग एवं व्यापार के विकास के लिए बैंक एवं बैंकिंग व्यवस्था एक अनिवार्य आवश्यकता मानी जाती है.

राशि जमा रखने तथा ऋण प्रदान करने के अतिरिक्त बैंक अन्य काम भी करते हैं जैसे - सुरक्षा के लिए लोगों से उनकी बहुमूल्य वस्तुएँ जमा रखना, अपने ग्राहकों के लिए उनके चेकों का संग्रहण करना, व्यापारिक बिलों की भुनाई करना, एजेंसी का काम करना. अत: बैंक केवल मुद्रा का लेन-देन ही नहीं करते वरन् साख का व्यवहार भी करते हैं. इसीलिए बैंक को साख का सृजनकर्ता भी कहा जाता है. बैंक देश की बिखरी और उपयोग रहित संपत्ति को केंद्रित करके देश में उत्पादन के कार्यों में लगाते हैं जिससे पूँजी निर्माण को प्रोत्साहन मिलता है और उत्पादन की प्रगति में सहायता मिलती है.

बैंक किसी भी अर्थव्यवस्था की जीवन रेखा है तथा आर्थिक विकास को सक्रिय बनाने और उसे कायम रखने में उत्प्रेरक की भूमिका निभाते हैं, विशेष रूप से विकासशील देशों में. भारत भी इसका अपवाद नहीं है. विकास के लिए सशक्त बैंकिंग प्रणाली एक अत्यावश्यक घटक है.

बैंकिंग व्यवस्था का रिश्ता मूलत: मानव सभ्यता से जुड़ा हुआ है. मानव सभ्यता की शुरुआत से ही बैंकिंग, किसी न किसी रूप स्वरूप में आदान प्रदान के लिए प्रचलन में है, लेकिन उन व्यवस्थाओं को स्पष्ट रूप से हम बैंकिंग प्रणाली नहीं कह सकते हैं. आधुनिक भारत में बैंकिंग की शुरुआत अठारहवीं शताब्दी के आखिरी दशक से मान सकते हैं, जब सन् 1770 में बैंक ऑफ हिंदुस्तान की स्थापना हुई थी.

अर्थव्यवस्था में बैंक का महत्व

बैंक के विविध कार्यों के अवलोकन मात्र से स्पष्ट हो जाता है कि बैंकों का हमारे आधुनिक सामाजिक व आर्थिक जीवन में बहुत महत्व है, क्योंकि आज की व्यापारिक प्रणाली और हमारा आर्थिक जीवन एक सुन्दर और सुदृढ़ बैंकिंग व्यवस्था के अभाव में सुचारू रूप से नहीं चल सकता. बैंक ही वाणिज्य और कारोबार का धमनी केन्द्र (नर्व सेंटर) हैं.

1) **पूँजी उत्पादकता में वृद्धि** - बैंक समाज के उन व्यक्तियों तथा वर्गों का धन जमा करते हैं जिनके पास अतिरिक्त अथवा वर्तमान की जरूरत से अधिक धन है और फिर इस पूँजी को बैंक उद्योग-धन्धे और व्यापार आदि में लगाते हैं जिससे उत्पादन व राष्ट्रीय आय में वृद्धि होती है.

2) **मुद्रा के हस्तान्तरण व भुगतान करने में सुविधा** - बैंक एक स्थान से दूसरे स्थान को धन भेजने के लिए सुरक्षित और सुविधाजनक साधन उपलब्ध कराते हैं जिससे पूंजी में गतिशीलता आ जाती है और व्यापार का क्षेत्र बढ़ जाता है. बैंकों ने चैकों का प्रयोग बढ़ाकर भुगतानों को सरल व सस्ता बना दिया है जिससे इन्हें गिनने, जाँच करने तथा हस्तान्तरित करने में सरलता होती है.

3) **विनियोग एवं अर्थ प्रबंध** - वित्तीय साधन उद्योग की रक्तधमनी हैं. आज बड़े पैमाने के उद्योगों में स्थायी एवं कार्यशील पूँजी की आवश्यकता होती है जिसकी पूर्ति बैंकिंग व्यवस्था से ही होती हैं.

4) **पूँजी निर्माण को प्रोत्साहन** - बैंक लोगों के निष्क्रिय कोषों एवं बचतों को संगठित करते हैं और उनको उत्पादक कार्यों के लिए उपलब्ध कराते हैं. बैंक केवल लोगों की बचतों को ही एकत्र नहीं करते बल्कि बचत एवं किफायत की भावना का भी विकास करते हैं. फलत: देश में पूँजी निर्माण को प्रोत्साहन मिलता है और साथ में अनावश्यक उपभोग और फिजूलखर्ची में कमी आती है.

5) **विभिन्न क्षेत्रों में कोषों का वितरण** - बैंकों का आर्थिक विकास में महत्वपूर्ण योगदान यह भी है कि ये विभिन्न क्षेत्रों में कोषों के उचित वितरण को सम्भव बनाते हैं. बैंक अविकसित

क्षेत्रों जैसे कृषि, घरेलू और लघु उद्योग को ऋण सुविधाएँ प्रदान करके इन क्षेत्रों को विकसित करने के अवसर प्रदान करते हैं.

6) **रोजगार में वृद्धि** - बैंकिंग विकास से न केवल बैंकिंग क्षेत्र में लोगों को रोजगार के अवसर प्राप्त होते हैं बल्कि बैंकों द्वारा पूँजी विनियोग अर्थ प्रबंधन आदि से व्यापार उद्योग एवं सभी क्षेत्रों में विकास से रोजगार में वृद्धि होती है.

7) **मुद्रा प्रणाली में लोच** - बैंक देश में व्यापार आदि की मांग के अनुसार ऋण का विस्तार या संकुचन करते रहते हैं. इसमें मुद्रा व्यवस्था निरन्तर लोचपूर्ण बनी रहती है.

8) **संरक्षण सेवाएँ** - बैंक हीरे, जवाहरात, आभूषण तथा अन्य बहुमूल्य वस्तुओं की सुरक्षा का भार अपने ऊपर लेकर लोगों को चिन्ता से मुक्त कर देते हैं.

9) **सरकार को सहायता** - बैंक सरकारी अर्थ प्रबन्ध में भी सहायक होते हैं, क्योंकि सरकारी ऋणों का निर्गमन बैंकों के माध्यम से ही किया जाता है.

10) **ग्राहकों को सेवाएँ** - बैंक अपने ग्राहकों की आर्थिक सहायता करके तथा उनके पक्ष में विवरण देकर उनकी साख बढ़ाते हैं.

11) **विदेशी व्यापार को प्रोत्साहन** - विदेशी मुद्रा की व्यवस्था करके तथा आयात-निर्यात को अनेक प्रकार की सहायता देकर बैंक विदेशी व्यापार को प्रोत्साहन देते हैं. निर्यात को बढ़ाने एवं व्यापार सन्तुलन को पक्ष में करने के प्रयास किए जाते हैं.

12) **आर्थिक जीवन में स्थिरता** - बैंक उन स्थानों के विकास के लिए धन सुलभ कराता है, जो आर्थिक दृष्टि से पिछड़े हैं. इस प्रकार आर्थिक विकास सन्तुलित ढंग से होता रहता है. इसके अतिरिक्त, जब प्राकृतिक प्रकोप या अन्य किसी घटना के कारण आर्थिक जीवन अस्त-व्यस्त हो जाता है तो ऐसी स्थिति को ठीक करने में भी बैंक से बहुत सहायता मिलती है.

13) **विशिष्ट आर्थिक परामर्श की सुविधा** - बैंक व्यापारियों, उद्योगपतियों एवं सरकार को समय-समय पर आर्थिक परामर्श भी देते हैं. इस तरह के परामर्श देने में बैंक काफी विशिष्ट होते हैं. ऐसे परामर्श बैंक से उन्हें बहुत कम खर्च में ही प्राप्त हो जाते हैं जिससे उन्हें काफी लाभ होता है. सरकार भी आर्थिक सलाह बैंक से प्राप्त करती है.

14) **उद्यमियों का विकास** - पिछले कुछ वर्षों से वाणिज्य बैंक विकासशील देशों में उद्यमशीलता के विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं. वाणिज्य बैंक नए ऋण-पत्रों का अभिगोपन, नये उद्यमियों के प्रवर्तन में सहायता, संयुक्त गारण्टी योजना के अन्तर्गत परिवर्तन क्रियाओं की वित्तीय व्यवस्था आदि द्वारा उद्यमशीलता के विकास में सहयोग दे सकते हैं. उदाहरण के लिए, जर्मनी में शायद ही कोई कम्पनी ऐसी होगी जो बैंक के सहयोग के बिना ही स्थापित हुई हो.

भारत आजादी का अमृत उत्सव मना रहा है. इस सफर में देश के विकास में बैंकिंग क्षेत्र का महत्वपूर्ण योगदान रहा है. कृषि, उद्योग, सड़क, बिजली, टेलिकॉम, शिक्षा, रियल एस्टेट सभी के विकास के लिए बैंकों ने भरपूर सहयोग किया है. 1947 में जहां 664 निजी बैंकों की लगभग 5000 शाखाएं थीं, वहीं आज 12 सरकारी बैंकों, 22 निजी क्षेत्र के बैंकों, 11 स्माल फाइनेंस बैंकों, 43 क्षेत्रीय ग्रामीण बैंकों और 46 विदेशी बैंकों की लगभग 1 लाख 42 हजार शाखाएं हैं.

19 जुलाई 1969 को देश के 14 प्रमुख बैंकों का पहली बार राष्ट्रीयकरण किया गया. उस वक्त बैंकों की सिर्फ़ 8322 शाखाएं थीं. वर्ष 1980 में पुन: छह बैंक राष्ट्रीयकृत हुए थे. राष्ट्रीयकरण के बाद बैंकों की शाखाओं में बढ़ोतरी हुई. शहर से उठकर बैंक गांव-देहात की तरफ चल दिए. 2022 के आते-आते यह आंकड़ा लगभग 88 हज़ार हो गया है. देश के विकास में इन राष्ट्रीयकृत बैंकों की अहम भूमिका रही. डीआरआई जैसे छोटे ऋणों से लेकर बड़ी-बड़ी परियोजनाओं के लिए ऋण की व्यवस्था की.

वर्ष 1988 में रिजर्व बैंक द्वारा गठित डा. रंगराजन कमेटी की शिफ़ारिशों के मद्देनजर 1993 में बैंकों में कंप्यूटर लगाने के लिए सहमति बनी और बैंकों में कंप्यूटर लगने शुरू हो गए. आज कंप्यूटर के बिना बैंकिंग संभव ही नहीं लगती. कंप्यूटर से बैंकिंग आसान और 24 घंटे उपलब्ध हो पाई है. इसके बाद इंटरनेट बैंकिंग, मोबाईल बैंकिंग, ऑनलाइन बैंकिंग, डिजिटल बैंकिंग, डेबिट कार्ड, क्रेडिट कार्ड और ऐसे कई महत्वपूर्ण व अभूतपूर्व बदलाव आए जिससे लोगों व व्यवसाय के लिए बैंकिंग और भी सरल और सुविधाजनक हो गई. डिजिटल बैंकिंग इकाइयों में मिलने वाली सेवाओं में खाते खोलना, नकद निकासी और जमा, केवाईसी करना, ऋण और शिकायत पंजीकरण शामिल हैं. ऑनलाइन बैंकिंग, ग्राहकों को उनके नेट बैंकिंग खाते से वित्तीय और गैर-वित्तीय लेनदेन करने की सुविधा प्रदान करती है. अब लोग घर बैठे, दफ्तर से, यातायात के दौरान कहीं से भी और कभी भी खरीददारी और भुगतान कर सकते हैं. इन सब के कारण अर्थव्यवस्था में इंटरनेट व्यवसाय, ऑनलाइन मार्केटिंग का व्यवसाय कई गुना बढ़ गया है और अभी इसकी संभावनाएं असीमित हैं. इस आर्थिक विकास का केंद्र बिन्दु बैंक और बैंकिंग व्यवस्था में लगातार हो रहा विकास ही है.

ज्योति रंजन निधि
संखेड़ा शाखा, क्षे. का., बड़ौदा

भारतीय बैंकिग: अतीत, वर्तमान एवं भविष्य

परिचय: वर्तमान भारतीय बैंकिंग प्रणाली "बैंकिंग विनियमन अधिनियम, 1949" के गठन के साथ आरंभ हुई जिसका लक्ष्य बैंकिंग से संबंधित कानूनों को समेकित करना और भारत में बैंकों द्वारा लेन-देन की सुविधा उपलब्ध कराना है.

परिभाषा: बैंकिंग विनियमन अधिनियम, वर्ष 1949 की धारा 5 (ख) के अनुसार "बैंकिंग" से तात्पर्य है उधार देने हेतु अथवा निवेश के उद्देशार्थ निधि को स्वीकार करना, साथ ही साथ लोगों के पैसे का निवेश, माँग पर पुनर्भुगतान अथवा उनके द्वारा चेक, ड्राफ्ट अथवा आदेश द्वारा उनकी निवेशित राशि का भुगतान करना है.

अब बैंकिंग सेवा मात्र निवेश हेतु नकदी जमा अथवा उधार देने तक ही सीमित नहीं रह गई है बल्कि यह अनेकानेक सहायक सेवाएँ भी प्रदान करती है, जिसके द्वारा इसे गैर-ब्याज आय प्राप्त होती है जो बैंकिंग के लिए आय के मुख्य स्रोतों में से एक बनता जा रहा है. इस प्रक्रिया में बीमा का विक्रय, क्रेडिट कार्ड जारी करना, निवेश हेतु बैंकिंग एवं अन्य वित्तीय सुझाव एवं सेवाएँ शामिल हैं.

भारतीय बैंकिंग प्रणाली: अतीत का परिदृश्य: भारतीय बैंकिंग के अतीत से यहाँ स्वतंत्रता पूर्व की बैंकिंग स्थिति और इससे भी पहले के वैदिक युग के परिदृश्य पर प्रकाश डालते हैं. इस कालावधि के दौरान ब्याज पर ऋण देने की व्यवस्था का प्रचलन भी था. तत्पश्चात् मौर्य काल में "आदेश" नामक प्रणाली प्रचलित थी जिसमें आधुनिक रूप से रुपये के लेन-देन का उल्लेख है.

मुगल काल में ऋण माँग को "ऋणपत्र" कहा जाता था और इसी समय में "हुंडी" नाम से ऋण की एक व्यवस्था भी प्रचलित थी.

ब्रिटिश शासनकाल के दौरान वर्ष 1770 में प्रथम बैंक, बैंक ऑफ हिंदुस्तान स्थापित किया गया था. वर्ष 1921 में तीन बैंकों, जिन्हें पूर्ववर्ती रूप में "प्रेसिडेंसी बैंक" के रूप में स्थापित किया गया था, उनका विलय करके "इंपीरियल बैंक ऑफ इंडिया" का नाम दिया गया और तत्पश्चात् वर्ष 1955 में इसे राष्ट्रीयकृत किया गया और इनका नया नामकरण "भारतीय स्टेट बैंक" के रूप में किया गया. ये तीन प्रेसिडेंसी बैंक, भारतीय रिज़र्व बैंक, जिसे अधिनियम 1934 के अंतर्गत वर्ष 1935 में स्थापित किया गया, के स्थापना के पूर्व अर्ध-केन्द्रीय बैंक के रूप में कार्य करते थें.

भारतीय बैंकिंग: वर्तमान परिदृश्य: भारतीय बैंकिंग का द्वितीय चरण स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् वर्ष 1949 से आरंभ हुआ, जब भारतीय रिज़र्व बैंक का राष्ट्रीयकरण किया गया और बीआरए ने वर्ष 1949 में भारतीय रिज़र्व बैंक को भारत में बैंकों को नियंत्रित, विनियमित और अनुरक्षण के लिए सशक्त किया और साथ ही यह प्रावधान भी किया गया कि भारतीय रिज़र्व बैंक की अनुज्ञप्ति के बिना बैंक अथवा बैंकों की कोई शाखा नहीं खोली जा सकती है. तत्कालीन समय में अधिकांश बैंक निजी रूप से संचालित थे. अत: भारतीय अर्थव्यवस्था का विकास करने एवं समाज की सामाजिक-आर्थिक स्थिति का उन्नयन करने के लिए सरकार ने वर्ष 1969 में 14 बैंकों का और वर्ष 1980 में 06 अन्य बैंकों को राष्ट्रीयकृत किया, इसके साथ ही सरकार ने बैंकों का राष्ट्रीकरण करके भारतीय बैंकिंग व्यवसाय में 91% तक का नियंत्रण प्राप्त किया.

वर्ष 1990 में तत्कालीन सरकार ने एक नई नीति का गठन करके अर्थव्यवस्था को त्वरित गति प्रदान करने के लिए कुछ निजी एवं विदेशी बैंकों को अनुज्ञप्ति देकर सहायता प्रदान की. सरकार ने राष्ट्रीयकृत सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों को स्थायित्व और लाभ प्रदान करने में समर्थ बनाने हेतु वर्ष 1991 में श्री एम.नरसिंहम की अध्यक्षता में एक समिति का गठन करने का निर्णय लिया. इस दिशा में सर्वाधिक महत्वपूर्ण उपलब्धि निजी क्षेत्र के बैंकों एवं एन.बी.एफ.सी की शुरुआत है, जो आगे चलकर भुगतान (पेमेंट बैंक) / फिनटेक तक पहुँच गई. तत्पश्चात् भारतीय अर्थव्यवस्था को सशक्त करने और भारतीय बैंकिंग प्रणाली का विस्तार करने की दिशा में सरकार ने वर्ष 2017 में भारतीय स्टेट बैंक की सभी 07 सहयोगी बैंकों का विलय किया. इसी प्रयास के उपरांत अन्य बैकों का विलय भी किया गया.

भारत सरकार की बैंकिंग प्रणाली के प्रति उदारता और भारतीय रिज़र्व बैंक की दूरदर्शिता से वर्ष 2020 से निजी बैंकों को संरक्षण दिया जाने लगा जिससे कि भारतीय बैंकिंग प्रणाली में लोगों का विश्वास बना रहे और उनका निवेश सुरक्षित रहे.

भारतीय बैंकिंग: भविष्य की झलक: वर्तमान समय में अधिकांश बैंकों के पास केन्द्रीयकृत और कम्प्यूटरीकृत प्रणाली है और अधिकांश कार्य तकनीकी से सुसज्जित हैं जो ग्राहकों को शीघ्र एवं सटीक आँकड़ा उपलब्ध कराता है.

आजकल के औद्योगिकी प्रधान समय में जब विभिन्न बैंकों के बीच बैंकिंग सेवा में भी पारस्परिक प्रतियोगिता की भावना है, उनके लिए नवीनतम तकनीकी का प्रयोग आगामी समय की माँग है. इन प्रौद्योगिकीय अनुप्रयोग के द्वारा बैंक लागत का प्रबंधन और लाभ अर्जन कर सकेगा. इस दौर में वैसे संगठन एवं बैंक अग्रणी होंगे जिनके पास नवीनतम तकनीकी के साथ-साथ उत्कृष्ट और उत्तरदायी कर्मचारी और नेतृत्व कुशल अधिकारीगण होंगे.

विशेष रूप से जहाँ भारत सरकार का लक्ष्य भारत की अर्थव्यवस्था को $ 05 ट्रिलियन करना है, इस दिशा में भारतीय बैंकिंग प्रणाली की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण एवं चुनौतीपूर्ण है और भारतीय बैंकिंग व्यवस्था सुयोग्य एवं दूरदर्शी नेतृत्व के अधीन भविष्य में आने वाली सभी वैश्विक एवं आर्थिक चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार है.

किसी भी देश की अर्थव्यवस्था के लिए बैंकिंग प्रणाली उसकी सशक्त स्तम्भ है. भारतीय बैंकिंग प्रणाली में भारतीय रिज़र्व बैंक द्वारा नियंत्रक और अनुवीक्षक इकाई की भूमिका अदा करने से भारतीय बैंकिंग और वैश्विक बैंकिंग की परिधि में विस्तार हुआ है. अंतत: यह कहना सर्वोत्तम प्रतीत होता है कि भारतीय बैंकिंग प्रणाली की अतीत, वर्तमान उपलब्धि इसके स्वर्णिम भविष्य पटल की एक आकर्षक झलक प्रस्तुत करते हैं.

गणपति झा
क्षे. का., बेंगलूरु (उत्तर)

ओटीएस- वसूली का महत्वपूर्ण उपाय

बैंक एक वित्तीय संस्थान है जिसे बचत जमा स्वीकार करने और ऋण देने के लिए लाइसेंस प्राप्त है. भारत में यह लाइसेंस आरबीआई द्वारा दिया जाता है. बैंकिंग दूसरों के लिए धन की रक्षा करने और इसे ब्याज उत्पन्न करने के लिए उधार देने का व्यवसाय है, जो बैंक और उसके ग्राहकों के लिए लाभ पैदा करता है.

दूसरों को पैसा उधार देना हमेशा एक जोखिम भरा व्यवसाय होता है, जिसमें कई प्रकार के जोखिम होते हैं. एक जोखिम क्रेडिट जोखिम है. क्रेडिट जोखिम का मतलब उधार दिया गया पैसा योजना के अनुसार ब्याज के साथ वापस नहीं आना है.

बैंकिंग में एनपीए एक ऐसा शब्द है जो एक तरह का बुरा स्वप्न है. एनपीए का मतलब है नॉन-परफॉर्मिंग एसेट्स यानी अनर्जक आस्तियां. एनपीए और कुछ नहीं बल्कि वे ऋण हैं जो बैंकों और अन्य वित्तीय संस्थानों द्वारा दिए जा रहे हैं. जिनके ब्याज़ के साथ-साथ मूल राशि 90 दिन या अधिक से अतिदेय स्थिति में है.

बढ़ते एनपीए से बैंक की छवि खराब होती है, जिससे जनता का बैंकों पर से भरोसा उठ जाता है. जमाकर्ता बैंकों के लिए चलनिधि के मुद्दों के कारण अपनी जमा राशि वापस ले सकते हैं. चलनिधि की कमी बैंकों को अर्थव्यवस्था में अन्य उत्पादक गतिविधियों के लिए उधार देने से रोकती है.

ये अनर्जक आस्तियाँ बैंकों की लाभप्रदता को कम करती हैं, क्योंकि बैंक की नकारात्मक छवि बनती है और खाताधारकों का उन पर से भरोसा उठ जाता है. सर्वेक्षणों के अनुसार, 30 जून, 2018 को भारतीय बैंकिंग क्षेत्र का सकल एनपीए 11.52% था, जबकि 31 मार्च, 2018 को सकल एनपीए 11.68% था. 2019 में सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों पर एनपीए लगभग 7.3 ट्रिलियन था, जबकि 2021 में यह लगभग 6 ट्रिलियन था. वर्ष 2022 में यह 7.43 लाख करोड़ है. पिछले दो वर्षो से बैंकों ने इस पर थोड़ा लगाम लगाया है.

इस एनपीए की समस्या से निपटने का एक कारगर उपाय है ओटीएस जिसे वन टाइम सेटलमेंट यानी एक बारगी निपटान कहते हैं. वन-टाइम सेटलमेंट या ओटीएस एक प्रकार का समझौता है जो बैंकों द्वारा अनर्जक आस्तियाँ (एनपीए) की वसूली के लिए अपनाया जाता है. ओटीएस एक ऐसी योजना है जहां उधारकर्ता (जिसने चूक की है) एक ही बार में सभी बकाया राशि का निपटान करने का प्रस्ताव करता है, और बैंक मूल रूप से देय राशि से कम राशि स्वीकार करने के लिए सहमत होते हैं. बैंक ऋण का निपटान करते हैं और एकमुश्त किस्त के बदले में उसे माफ/बट्टे खाते में डाल देते हैं, जिससे उनके मुनाफे के एक हिस्से से समझौता हो जाता है. भारतीय रिजर्व बैंक आरबीआई के आदेशानुशार बैंकों के पास एक ऋण वसूली नीति होनी चाहिए जो बातचीत और अनर्जक आस्तियों के निपटान के लिए जिम्मेदार हो. एनपीए स्तरों से निपटने के प्रयास के रूप में सभी बैंकों में एकमुश्त निपटान (ओटीएस) योजनाएँ उपलब्ध हैं. तथापि, प्रत्येक उधारकर्ता को यह प्रावधान नहीं दिया जाता है और ओटीएस के माध्यम से एनपीए ऋण खाते का निपटान करना या न करना कुछ मानदंडों के आधार पर आधारित बैंक के पूर्ण विवेक पर है.

एनपीए की वसूली के लिए, बैंक नियमित रूप से एक वसूली अभियान चलाते हैं, जहां उधारकर्ता उनसे संपर्क कर सकते हैं और ओटीएस के माध्यम से अपने खाते का निपटान करने के लिए आग्रह कर सकते हैं. इसके लिए, उन्हें लगाए गए ब्याज या ऋण पर लगाए गए किसी अन्य शुल्क पर छूट पाने के लिए खुद को योग्य ठहराने की जरूरत है.

यह बैंक को तय करना होता है कि उन्हें यह सुविधा कर्जदार को देनी है या नहीं. यदि बैंक उधारकर्ता की किसी प्रकार की संपत्ति जमानत के तौर पर रखता है और मूलधन और ब्याज दोनों को पूरी तरह से वसूल करना सुनिश्चित करता है, तो वे ओटीएस के लिए उधारकर्ता की याचिका को अस्वीकार कर सकते हैं. इसके विपरीत, जब संपत्ति या प्रमुख प्रतिभूति अपर्याप्त होती है, तो वे एकमुश्त निपटान देने का विकल्प चुन सकते हैं.

यह एकमुश्त निपटान बैंको और उधारकर्ता दोनों के लिए फायदेमंद साबित होता है. एक ओर जहां उधारकर्ता 15% - 85% तक की छूट पाता है और ऋण मुक्त हो जाता है वहीं बैंक भी फायदे में रहते हैं. कुछ फायदे हैं जैसे ऋणों की शीघ्र वसूली, चलनिधि में वृद्धि, धन का आसान प्रवाह जो निरंतर उधार प्रक्रिया को बढ़ावा देता है एवं अर्थव्यवस्था की सेहत बनी रहती है.

किस उधारकर्ता को कितनी छूट मिलेगी यह निर्धारित करने के लिए कुछ मानक होते हैं. उधारकर्ताओं के साथ एकमुश्त निपटान करते समय बैंक को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि न्यूनतम निपटान राशि उपलब्ध सम्पत्तियों के वसूली योग्य मूल्य के एनपीवी से कम नहीं है.

बैंको को यह भी सुनिश्चित करना चाहिए कि योग्य उधारकर्ता को ही इस योजना का लाभ मिले. इसको सुनिश्चित करने के लिए बैंक नेटवर्थ प्रमाणपत्र की मांग करती है. इस तरह ओटीएस वसूली हेतु बैंकों के लिए एक महत्वपूर्ण उपाय साबित होता है.

दीपक कुमार पंडित
क्षे.का., बेंगलूरु (दक्षिण)

ई-रुपी

हाल के वर्षों में भारत में एक तरह की डिजिटल क्रांति आई है. वर्तमान में नागरिक, डिजिटल भुगतान विधियों के प्रति अधिक जागरूक हो रहे हैं जिससे जीवन स्तर में सुधार हुआ है. इस लेख में ई-रुपी डिजिटल पेमेंट प्लेटफॉर्म के बारे में चर्चा की गई. यह प्लेटफॉर्म उपभोक्ताओं के लिए डिजिटल भुगतान करने का एक साधन है. यथा इसका उद्देश्य, लाभ, यांत्रिकी, डाउनलोड निर्देश और बहुत कुछ शामिल है.

भारतीय राष्ट्रीय भुगतान निगम (एनपीसी) एक अभिनव डिजिटल समाधान विकसित करने के लिए वित्तीय सेवा विभाग, राष्ट्रीय स्वास्थ्य एजेंसी, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय और भागीदार बैंकों के साथ काम कर रहा है. ये इस साधन के विक्रेता हैं जो ई-रुपी स्वीकार करते हैं और बिना कार्ड, डिजिटल भुगतान ऐप या इंटरनेट बैंकिंग एक्सेस के वाउचर चुन सकते हैं.

ई-रुपी को लाभार्थियों और संगठनों या सरकारों द्वारा विशिष्ट उद्देश्यों या गतिविधियों के लिए एसएमएस या क्यूआर कोड के माध्यम से साझा किया जाता है. यह संपर्क रहित ई-रुपी सरल और सुरक्षित है क्योंकि यह लाभार्थी के विवरण को पूरी तरह से गोपनीय रखता है. इस वाउचर का उपयोग करने वाली संपूर्ण लेनदेन प्रक्रिया अपेक्षाकृत तेज़ और विश्वसनीय है क्योंकि आवश्यक राशि वाउचर में पहले से ही संगृहीत है.

ई-रुपी ऐप का शुभारंभ 2 अगस्त 2021 को माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा ई-रुपी डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म नामक एक डिजिटल भुगतान प्लेटफ़ॉर्म पर किया गया था. यह प्लेटफॉर्म एक कैशलेस प्लेटफ़ॉर्म है जिसका इस्तेमाल डिजिटल भुगतान के लिए किया जाता है. यह उपयोगकर्ता के मोबाइल फोन पर दिए गए क्यूआर कोड या एसएमएस स्ट्रिंग पर आधारित एक वाउचर है. इस कूपन का इस्तेमाल यूजर्स बिना डिजिटल पेमेंट ऐप, इंटरनेट बैंकिंग या कार्ड के कर सकते हैं. इस डिजिटल पेमेंट प्लेटफॉर्म को नेशनल पेमेंट्स सोसाइटी ऑफ इंडिया द्वारा यूपीआई प्लेटफॉर्म पर विकसित किया गया है. सहयोगी भागीदार वित्तीय सेवा विभाग, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग और राष्ट्रीय स्वास्थ्य आयोग हैं. यह पहल सेवा प्रायोजकों को लाभार्थियों और सेवा प्रदाताओं से जोड़ती है. कनेक्शन को भौतिक इंटरफ़ेस के बिना डिजिटल रूप से रखा जाता है.

ई-रुपी प्लेटफॉर्म की मदद से सेवा प्रदाता को लेनदेन पूरा होने के बाद ही भुगतान किया जाता है. यह भुगतान प्लेटफ़ॉर्म प्रीपेड है और आपके सेवा प्रदाता को भुगतान करने के लिए किसी मध्यस्थ की आवश्यकता नहीं है. इसके अलावा, प्लेटफ़ॉर्म का उपयोग दवा और पोषण संबंधी सहायता प्रदान करने के लिए डिज़ाइन किए गए कार्यक्रमों के तहत सेवाएं प्रदान करने के लिए भी किया जा सकता है.

निजी क्षेत्र इस डिजिटल वाउचर का उपयोग कर्मचारी लाभ और कॉर्पोरेट सामाजिक जिम्मेदारी के लिए भी कर सकता है. यह पहल सामाजिक सेवाओं को आसान और इनकी सुपुर्दगी सुनिश्चित करती है. ई-रुपी डिजिटल भुगतान प्लेटफॉर्म का मुख्य लक्ष्य नागरिकों को आसानी से डिजिटल भुगतान करने के लिए कैशलेस और संपर्क रहित भुगतान प्रणाली प्रदान करना है. इस पेमेंट प्लेटफॉर्म की मदद से यूजर्स सुरक्षित तरीके से पेमेंट कर सकते हैं. यह भुगतान प्लेटफ़ॉर्म प्राप्तकर्ता के मोबाइल फोन पर भेजे गए एसएमएस स्ट्रिंग के आधार पर एक क्यूआर कोड या वाउचर का उपयोग करता है.

ई-रुपी डिजिटल भुगतान प्लेटफॉर्म बिचौलियों की भागीदारी के बिना सेवाओं के समय पर भुगतान की गारंटी देता है. भुगतान प्रक्रिया सरल और सुरक्षित है क्योंकि उपयोगकर्ताओं को भुगतान करने के लिए कार्ड या डिजिटल भुगतान ऐप या इंटरनेट बैंकिंग का उपयोग करने की आवश्यकता नहीं है. यूनियन बैंक ऑफ इंडिया ने जनता को अधिक लाभ हस्तांतरित करने का मार्ग प्रशस्त करने के लिए सरकार द्वारा जारी ई-रुपी डिजिटल वाउचर पर ज़ोर दिया है.

भारतीय रिजर्व बैंक ई-रुपी वाउचर की सीमा 1,000 रुपए से बढ़ाकर 10,000 रुपए करेगा. जब तक आपके क्रेडिट समाप्त नहीं हो जाते तब तक आप एक व्यक्तिगत वाउचर का कई बार उपयोग कर सकते हैं. ई-रुपी एक समय वाउचर था. यह वाउचर पिछले साल अगस्त में पेश किया गया था. यह वाउचर नेशनल पेमेंट एसोसिएशन ऑफ इंडिया के यूनिफाइड पेमेंट इंटरफेस प्लेटफॉर्म पर काम करता है. ई-रुपी वाउचर सरकार द्वारा मुख्य रूप से कोविड-19 टीकाकरण के लिए जारी किया जाता है. ऐसे कई अन्य मामले हैं जिनकी विभिन्न राज्यों और केंद्र सरकारों द्वारा सक्रिय रूप से जांच की जा रही है. इस वाउचर को जारी करने वाले 16 बैंक ई-रुपी की सहायता प्रदान करते हैं.

राम म्हस्के
क्षे. का., पुणे (मेट्रो)

साइबर सुरक्षा जोखिम प्रबंधन

दुनिया ने पिछले कुछ दशकों में डिजिटलाइजेशन को तेजी से अपनाया है, जिससे व्यक्तियों और व्यवसायों को समान रूप से कई लाभ हुए हैं. प्रौद्योगिकी की प्रगति के साथ, संचार अधिक कुशल हो गया है, लेन-देन आसान हो गया है और सूचना तक पहुंच तेज हो गई है.

सरकार एवं संबंधित सभी हितधारकों के सम्मिलित प्रयासों के परिणामस्वरूप डिजिटल भुगतान लेनदेन वित्तीय वर्ष 2017-18 में 2,071 करोड़ लेनदेन से वित्तीय वर्ष 2021-22 में 8,840 करोड़ लेनदेन तक बढ़ गया है. यह 31 मार्च 2023 तक 12,009 करोड़ लेनदेन पर पहुंच गया.

आरबीआई की रिपोर्ट के अनुसार, 2018-19 से पिछले चार वर्षों के दौरान डिजिटल भुगतान की मात्रा में 200% से अधिक की वृद्धि हुई है. इसके अलावा, भारतीय राष्ट्रीय भुगतान निगम यूपीआई से प्राप्त आंकड़ों के अनुसार, वित्तीय वर्ष 21-22 में यूपीआई लेनदेन 45 बिलियन पंजीकृत हुए थे, जो पिछले 3 वर्षों में 8 गुना वृद्धि और पिछले 4 वर्षों में 50 गुना वृद्धि को दर्शाता है. वित्तीय वर्ष 22-23 में, यूपीआई के माध्यम से किए गए लेन-देन का कुल मूल्य 1.39 लाख अरब रुपया था. तथापि, डिजिटल तकनीकों पर बढ़ती निर्भरता के साथ, साइबर सुरक्षा जोखिमों में भी वृद्धि हुई है.

सर्ट - इन - भारतीय कंप्यूटर आपातकालीन प्रतिक्रिया टीम, साइबर घटना प्रतिक्रिया गतिविधियों के समन्वय के लिए राष्ट्रीय एजेंसी, की एक रिपोर्ट के अनुसार, भारत में 2022 में 13.91 लाख साइबर सुरक्षा घटनाएं घटी हैं. डेलॉइट इंडिया के बैंकिंग सर्वेक्षण 2022 के अनुसार भारत में लगभग 40 प्रतिशत धोखाधड़ी के मामलों के लिए डिजिटल और साइबर संबंधित मुद्दों को जिम्मेदार ठहराया जा सकता है.

साइबर सुरक्षा जोखिम डिजिटल डेटा, सिस्टम और नेटवर्क के अनधिकृत उपयोग, चोरी, क्षति या विनाश की संभावना को संदर्भित करता है. ये जोखिम विभिन्न स्रोतों से आ सकते हैं, जिनमें हैकर्स, साइबर अपराधी, अंदरूनी सूत्र और यहाँ तक कि राज्य समर्थित प्रतिभागी आदि भी शामिल हैं. अधिक से अधिक संवेदनशील जानकारी ऑनलाइन संगृहीत और प्रसारित होने के कारण, साइबर सुरक्षा व्यवसायों, सरकारों और व्यक्तियों के लिए एक महत्वपूर्ण चिंता बन गई है.

साइबर सुरक्षा जोखिमों में वृद्धि का एक मुख्य कारण डिजिटल तकनीकों को तेजी से अपनाना है. कोविड-19 महामारी ने इस प्रवृत्ति को और भी तेज कर दिया है, क्योंकि कई व्यवसायों और व्यक्तियों को अपना लेन-देन जारी रखने और दूसरों के साथ जुड़े रहने के लिए डिजिटल तकनीकों पर निर्भर रहना पड़ा है. नतीजतन, संचार, ई-कॉमर्स और दूरस्थ कार्य के लिए ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के उपयोग में वृद्धि हुई है.

डिजिटल तकनीकों पर इस बढ़ती निर्भरता के कारण साइबर अपराधियों के लिए संभावित लक्ष्यों की संख्या में भी वृद्धि हुई है. उदाहरण के लिए, ऐसे व्यवसाय जो अपने सर्वर पर वित्तीय डेटा, ग्राहक जानकारी और बौद्धिक संपदा जैसी संवेदनशील जानकारी

संगृहीत करते हैं, उन पर साइबर हमलों का खतरा हमेशा बना रहता है. इसी तरह, जो व्यक्ति ऑनलाइन बैंकिंग, सोशल मीडिया और ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म का उपयोग करते हैं, वे पहचान की चोरी, फ़िशिंग हमलों और साइबर अपराध के अन्य रूपों के प्रति संवेदनशील होते हैं.

साइबर सुरक्षा जोखिमों में वृद्धि का एक अन्य कारक आधुनिक डिजिटल सिस्टम की जटिलता है. जैसे-जैसे तकनीक उन्नत हुई है, डिजिटल सिस्टम अधिक जटिल और अंतर्निहित हो गई है. इससे सिस्टम में कमजोरियों की पहचान करना और उन्हें दूर करना कठिन हो जाता है और साइबर अपराधियों के लिए इन कमजोरियों का फायदा उठाना आसान हो जाता है.

इसके अलावा, क्लाउड कंप्यूटिंग, मोबाइल उपकरणों और इंटरनेट ऑफ थिंग्स (आईओटी) के बढ़ते उपयोग ने साइबर हमलों के नए अवसर पैदा किए हैं. उदाहरण के लिए, स्मार्ट घरेलू उपकरणों और वेयरबल प्रौद्योगिकी जैसे आईओटी उपकरणों की अधिकता ने साइबर अपराधियों के लिए नए लक्ष्य उपलब्ध कराया है.

कुशल साइबर सुरक्षा पेशेवरों की कमी साइबर सुरक्षा जोखिमों को बढ़ाने में योगदान देने वाला एक अन्य कारक है. जैसे-जैसे साइबर सुरक्षा विशेषज्ञों की मांग बढ़ी है, उसके अनुरूप इससे संबंधित योग्य पेशेवरों की संख्या मे वृद्धि नहीं हुई है. जिसके कारण कई व्यवसाय और संगठन साइबर खतरों से खुद को पर्याप्त रूप से सुरक्षित करने में सक्षम नहीं हैं.

कुछ प्रमुख साइबर सुरक्षा जोखिम और खतरे, जिनका वित्तीय और बैंकिंग संस्थानों को डिजिटलाइजेशन के युग में सामना करना पड़ता है:

1. रैनसमवेयर हमले

पारंपरिक रैनसमवेयर हमले में डेटा को एन्क्रिप्ट किया जाता था और इसके डिक्रिप्शन के लिए फिरौती की मांग की जाती थी, अब नया चलन और अधिक खतरनाक है, क्योंकि इसमें दोहरी जबरन वसूली शामिल होती है. हमलावर न केवल डेटा को एन्क्रिप्ट करने की धमकी देते हैं बल्कि समय पर फिरौती का भुगतान नहीं करने पर संवेदनशील जानकारी को सार्वजनिक रूप से उजागर कर देते हैं.

2. मैलवेयर और फ़िशिंग हमले

बैंकिंग क्षेत्र के सामने सबसे आम साइबर सुरक्षा खतरों में से एक मैलवेयर और फ़िशिंग हमले हैं. मैलवेयर एक दुर्भावनापूर्ण सॉफ़्टवेयर है जिसे कंप्यूटर सिस्टम या नेटवर्क को बाधित करने, क्षति पहुँचाने या अनधिकृत पहुँच प्राप्त करने के लिए डिज़ाइन किया गया है. दूसरी ओर, फ़िशिंग हमले ईमेल या इलेक्ट्रॉनिक संचार के अन्य माध्यम से एक भरोसेमंद इकाई के रूप में स्वयं को बताकर उपयोगकर्ता का नाम, पासवर्ड और क्रेडिट कार्ड विवरण जैसी संवेदनशील जानकारी प्राप्त करने का कपटपूर्ण प्रयास है.

3. अंदरूनी खतरे

अंदरूनी खतरे बैंकिंग क्षेत्र के लिए एक और महत्वपूर्ण जोखिम हैं. ये खतरे वर्तमान या पूर्व कर्मचारियों, ठेकेदारों, या संवेदनशील जानकारी तक विशेषाधिकार प्राप्त पहुंच वाले अन्य व्यक्तियों से आ सकते हैं. अंदरूनी खतरे अनजाने में हुई त्रुटियों से लेकर जानबूझकर की गई चोरी या मानहानि तक हो सकते हैं.

4. सोशल इंजीनियरिंग हमले

सोशल इंजीनियरिंग के हमलों में मानव मनोविज्ञान का फायदा उठाने और व्यक्तियों को संवेदनशील जानकारी प्रकट करने या सुरक्षा से समझौता करने वाले कार्यों को करने के लिए डिज़ाइन किया गया है. ये हमले कई तरह के हो सकते हैं, जिनमें फ़िशिंग, प्रीटेक्स्टिंग और बैटिंग शामिल हैं.

5. डिस्ट्रीब्यूटेड डिनायल ऑफ सर्विस (डी डी ओ एस) हमले

डिस्ट्रीब्यूटेड डिनायल ऑफ सर्विस हमलों में एक नेटवर्क या सर्वर के ट्रैफिक को बाधित या अक्षम किया जाता है. इन हमलों के परिणामस्वरूप बैंकों और अन्य वित्तीय संस्थानों के लिए महत्वपूर्ण डाउनटाइम और वित्तीय नुकसान हो सकता है.

6. उन्नत स्थायी खतरे (एपीटी)

उन्नत स्थायी खतरे परिष्कृत और लक्षित साइबर-हमले होते हैं जो संवेदनशील जानकारी तक पहुँच प्राप्त करने के लिए डिज़ाइन किए जाते हैं और जिसे लंबे समय तक पता नहीं लगाया जा सकता है. इन हमलों का पता लगाना मुश्किल हो सकता है और प्रभाव को रोकने के लिए विशेष विशेषज्ञता की आवश्यकता होती है.

7. तीसरे पक्ष के जोखिम

ज़्यादातर बैंक और वित्तीय संस्थान क्लाउड कंप्यूटिंग, डेटा स्टोरेज और भुगतान प्रसंस्करण जैसी विभिन्न सेवाओं के लिए तीसरे पक्ष के वेंडरों पर भरोसा करते हैं. तथापि, ये तीसरे पक्ष के वेंडर बैंकिंग सिस्टम और नेटवर्क में नए जोखिम और भेद्यता को उत्पन्न कर सकते हैं.

बैंकिंग क्षेत्र में डिजिटलाइजेशन से कई लाभ हुए हैं, लेकिन इसने साइबर सुरक्षा खतरों और जोखिमों को भी बढ़ा दिया है. बैंकों और वित्तीय संस्थानों को साइबर सुरक्षा के लिए एक सक्रिय दृष्टिकोण अपनाना चाहिए और इन जोखिमों को कम करने के लिए प्रभावी उपायों को लागू करना चाहिए.

साइबर सुरक्षा जोखिम को कम करने के निम्न उपाय हैं:

1. मजबूत अभिगम नियंत्रण और प्रमाणीकरण तंत्र लागू करना

साइबर सुरक्षा जोखिमों को कम करने के सबसे प्रभावी तरीकों में से एक है मजबूत अभिगम नियंत्रण और प्रमाणीकरण तंत्र को लागू करना है. बैंक उपयोगकर्ताओं की पहचान सत्यापित करने के लिए बहु-कारक प्रमाणीकरण का उपयोग कर सकते हैं और अभिगम नियंत्रणों को लागू करने से केवल अधिकृत कर्मियों के लिए संवेदनशील जानकारी तक पहुंच को प्रतिबंधित कर सकते हैं. अभिगम नियंत्रणों की भी नियमित रूप से समीक्षा की जानी चाहिए और आवश्यकतानुसार अद्यतन किया जाना चाहिए.

2. नियमित जोखिम मूल्यांकन करना

बैंकों को अपने सिस्टम और नेटवर्क में संभावित कमजोरियों की पहचान करने के लिए नियमित जोखिम मूल्यांकन करना चाहिए. जोखिम मूल्यांकन से बैंकों को अपने साइबर सुरक्षा प्रयासों को प्राथमिकता देने और प्रभावी रूप से संसाधनों का आबंटन सुनिश्चित करने में मदद मिल सकती है.

3. कर्मचारियों को साइबर सुरक्षा की सर्वोत्तम प्रथाओं के बारे में जागरूक करना

मानव त्रुटि साइबर सुरक्षा के लिए सबसे बड़े जोखिमों में से एक है, इसलिए कर्मचारियों को साइबर सुरक्षा की सर्वोत्तम प्रथाओं के बारे में जागरूक करना महत्वपूर्ण है. बैंक फ़िशिंग हमलों की पहचान करने और उनसे बचने, मजबूत पासवर्ड बनाने और संदिग्ध गतिविधि को पहचानने के तरीके पर प्रशिक्षण प्रदान कर सकते हैं. नियमित प्रशिक्षण और जागरूकता कार्यक्रम यह सुनिश्चित करने में मदद कर सकते हैं कि कर्मचारी स्वयं को और बैंक को साइबर खतरों से बचाने के लिए सक्षम हैं.

4. एन्क्रिप्शन और डेटा सुरक्षा तंत्र लागू करना

एन्क्रिप्शन और डेटा सुरक्षा तंत्र डेटा उल्लंघनों और अनधिकृत पहुंच के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं. बैंकों को संवेदनशील डेटा के लिए ट्रांज़िट और रेस्ट दोनों में एन्क्रिप्शन प्रोटोकॉल लागू करना चाहिए और यह सुनिश्चित करना चाहिए कि सभी डेटा सुरक्षित स्थानों पर संगृहीत हैं.

5. संदिग्ध गतिविधि के लिए सिस्टम और नेटवर्क की निगरानी करना

बैंकों के पास संदिग्ध गतिविधि, जैसे अनधिकृत एक्सेस का प्रयास, मैलवेयर संक्रमण और असामान्य ट्रैफ़िक पैटर्न के लिए अपने नेटवर्क की निगरानी करने हेतु सिस्टम होना चाहिए. साइबर सुरक्षा खतरों का शीघ्रता से पता लगने से डेटा उल्लंघनों और अन्य साइबर हमलों को रोकने में मदद मिल सकती है.

6. प्रभावी घटना प्रतिक्रिया योजना

सर्वोत्तम प्रयासों के बावजूद, साइबर सुरक्षा घटनाएं कभी भी घट सकती हैं. किसी भी सुरक्षा घटना के प्रभाव को कम करने के लिए बैंकों के पास प्रतिक्रिया योजना होनी महत्वपूर्ण है. प्रतिक्रिया योजना में घटना के कारण की पहचान करने, क्षति को रोकने और ग्राहकों तथा हितधारकों को सूचित करने की प्रक्रिया शामिल होनी चाहिए.

7. उद्योग भागीदारों और नियामकों के साथ सहयोग करना

साइबर सुरक्षा खतरा पूरे वित्तीय उद्योग के लिए एक साझा जोखिम हैं. बैंक खतरों और कमजोरियों पर जानकारी साझा करने के लिए उद्योग भागीदारों और नियामकों के साथ सहयोग कर सकते हैं और साइबर सुरक्षा जोखिमों को कम करने के लिए सर्वोत्तम प्रथाओं को विकसित करने के लिए मिलकर काम कर सकते हैं.

8. ऑटोमेशन और मशीन लर्निंग का उपयोग करना

ऑटोमेशन और मशीन लर्निंग का लाभ उठाकर, संगठन अधिक तेज़ी से और सटीक रूप से खतरों की पहचान कर सकते हैं और उन पर कार्रवाई कर सकते हैं. उदाहरण स्वरूप, मशीन लर्निंग का उपयोग उन पैटर्न और विसंगतियों की पहचान करने के लिए किया जा सकता है जो खतरे का संकेत दे सकते हैं, या कमजोरियों को दूर करने की प्रक्रिया को स्वचालित कर सकते हैं.

भारत सरकार ने भी इस संबंध में कई पहल की हैं. किसी भी तरह के खतरे और हमले की सूचना देने के लिए जनवरी 2020 में राष्ट्रीय साइबर अपराध पोर्टल (cybercrime.gov.in) का शुभारंभ किया गया है. गृह मंत्रालय द्वारा बताए गए आंकड़ों के अनुसार, इस पोर्टल पर अब तक 20 लाख साइबर अपराध की शिकायतें दर्ज की जा चुकी हैं. बढ़ते साइबर वित्तीय धोखाधड़ी को देखते हुए 1930 हेल्पलाइन नंबर भी शुरू किया गया है. यह प्लेटफ़ॉर्म, जो 250 से अधिक बैंकों और वित्तीय संस्थानों को कवर करती है, वास्तविक समय में कार्रवाई करने में सहायता करती है, जैसे धोखाधड़ी वाले फंडों को प्रतिबंधित करना और लियन-मनी को चिह्नित करना. त्वरित रिपोर्टिंग प्रणाली और टास्क फोर्स की कार्रवाई के परिणामस्वरूप 235 करोड़ रुपए से अधिक की वसूली हुई है जिसे साइबर अपराधियों ने अब तक 1.33 लाख से अधिक लोगों से गबन की है.

अंत में, बैंकिंग क्षेत्र में डिजिटलाइजेशन को तेजी से अपनाने से कई लाभ हुए हैं, लेकिन इसने साइबर सुरक्षा खतरों और जोखिमों को भी बढ़ा दिया है. बैंकों और वित्तीय संस्थानों को साइबर सुरक्षा के लिए एक सक्रिय दृष्टिकोण अपनाना चाहिए और ग्राहकों की संवेदनशील जानकारी की सुरक्षा और साइबर सुरक्षा घटनाओं के जोखिम को कम करने के लिए सर्वोत्तम संभावित समाधान प्रदान करने के लिए प्रभावी उपायों को लागू करना चाहिए.

अनीश श्रीमाली
यूनियन लर्निंग अकादमी, पवई

चौपाल

कार्यालय के कार्य से मेरे पुश्तैनी गाँव के निकट के शहर में जाने का सुयोग बना. दिन काम में बीत गया, वापसी की ट्रेन अगले दिन रात को थी तो मन में आया क्यों न यह समय गाँव के दर्शन हेतु उपयोग में लाया जाए. किन्तु गाँव तक पहुंचे कैसे, वहाँ तो केवल बस ही जाती थी, वह भी दिन में 02 ही बस थी. कार्यालय के सहकर्मियों ने बताया कि अब बसों की संख्या अधिक हो गई है और उस ओर बसाहट की वृद्धि के चलते अब टेम्पो भी गाँव तक जाते हैं. "मोपका जाना है", यह कहते हुए टेम्पो में बैठ मैं मन में उमंग लिए अपने बचपन की स्मृतियों में खो गई.

एक सुबह गाँव में बहुत हलचल थी. सरपंच जी कुछ उद्घोषणा करने वाले थे. सुबह 08 बजे, सभी परिवारों को चौपाल पर एकत्रित होना था. चौपाल मेरे गाँव के प्रवेश मुख पर स्थापित थी. सरपंच जी ने चौपाल पर खड़े होकर बताया कि गाँव वासियों की सुविधा के लिए, सरपंच जी की अगुवाई में गाँव में पीसीओ की स्थापना की जाएगी. पीसीओ हेतु सभी व्यवस्था गाँव की चौपाल पर ही होगी. समस्त गाँव वासियों ने अत्यंत हर्ष के साथ इस उद्घोषणा का स्वागत किया.

हम निकटस्थ शहर में रहते थे, पापा की नौकरी और हमारा विद्यालय शहर में ही था. बचपन में जब गाँव जाना होता तो बस से उतरते ही सामने चौपाल में बैठे कुछ वृद्धजनों से भेंट हो जाती. हम सबसे कुशलक्षेम पूछते और बताते पैदल ही पुश्तैनी घर की ओर चल पड़ते. कभी कभी चौपाल में उपस्थित दादाजी के कोई मित्र भी हमारे साथ घर आते.

चौपाल गाँव के मुहाने पर स्थित थी परंतु अधिकतर घरों से दिखाई पड़ती थी. सो चौपाल पर कौन लोग बैठे हैं या चौपाल से कौन आ रहा है, यह सभी देख पाते थे. जैसे ही हम गाँव पहुँचते, पापा के बचपन के कुछ संगी साथी तुरंत ही भेंट हेतु उपस्थित हो जाते और पापा सबके साथ चौपाल की ओर चले जाते. अपने गाँव और आस पास के गाँव की खबर लेनी हो तो चौपाल से उत्तम कोई अन्य जगह नहीं होती. शाम के समय पुरुष और स्त्रियाँ अपनी-अपनी मंडली में चौपाल पर बैठकर नाना प्रकार के विचार विमर्श करते. पड़ोस के गाँव अथवा निकट के शहर में हो रहे बदलाव भी सभी दलों में चर्चा का विषय होता. यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी कि चौपाल उन दिनो में व्हाट्सएप और फ़ेसबुक से भी अधिक ज्ञानवर्धक स्थान था, इन्स्टाग्राम इन्फ़्लुएन्सर का मंच था, मेट्रीमोनी साइट भी था.

चौपाल गाँव के मुहाने पर स्थित होने के कारण अत्यंत महत्ता रखती थी. चौपाल पर ईंटों को मिट्टी से जोड़कर बनाए चबूतरे को गोबर से लीप कर स्वच्छ कर दिया जाता. कनेरी चाची प्रतिदिन संध्या काल के पूर्व चौपाल पर बने सभी चबूतरों की सफाई करदिया लगाती.

एक बार वर्षा के मौसम में अधिक वर्षा के चलते पेड़ की डंगाल गिरने के कारण चौपाल पर बने कुछ चबूतरे टूट गए. तब सरपंच जी की अगुवाई में सभी चबूतरे सीमेंट के बनवा दिये गए ताकि अधिक मजबूत बने. सीमेंट के बने चौपाल को अब कनेरी चाची हर शाम पानी से धो देती, फिर दिया लगाती.

वहीं चौपाल के समीप छायादार वृक्षों से घिरा एक मैदान था. अमूमन गाँव के बच्चे इस स्थान पर खेलते थे. जब गाँव के किसी घर में कोई शुभ कार्य होता तब भोज निमंत्रण हेतु इस स्थान को उपयोग में लाया जाता. एक बार, गर्मी की छुट्टियों के दौरान, चौपाल में ढोलक की ध्वनि के साथ उद्घोषणा हुई कि आज शाम को सभी ग्रामवासियों को कोई नई पिक्चर दिखाई जाएगी. चूंकि गाँव में यह अपने प्रकार की पहली घटना थी, सारा दिन कौतूहल का वातावरण बना रहा. पिक्चर हेतु मैदान में दो बम्बू लगाए गए और एक कपड़े का पर्दा लगाया गया. समय के पूर्व ही सभी गाँव वासी अपना अपना स्थान ग्रहण कर चुके थे. सांझ ढलते ही पिक्चर उस सफ़ेद पर्दे पर चलाई गई. आगामी कुछ दिन चौपाल पर यह पिक्चर चर्चा का विषय बनी रही.

त्यौहार के दिनों चौपाल पर रंग बिरंगी कागज़ की कतरन से साज सज्जा की जाती. नवरात्रि में जब भजन मंडली आती तो चौपाल पर सारा दिन भजन कीर्तन होता और रात को जगराता. दिवाली के त्यौहार पर सभी चबूतरों के चहुं ओर दिये प्रज्वलित किए जाते और दिवाली की स्याह रात्री पर मेरे गाँव की चौपाल प्रकाश से जगमगा

उठती. वट सावित्री की पूजा पर बरगद के पेड़ पर नाना प्रकार की पूजन सामाग्री एवं सुगंधी का चढ़ावा चढ़ता, रात्री में दियों का प्रकाश जगमगाता. हर पूर्णिमा की रात चंद्रमा की चाँदनी चौपाल पर दूधिया रंग फैलाती.

समय के साथ मुख्य मार्ग पर पथिकों का आवागमन बढ़ने लगा था. कई बार पथिक कुछ देर विश्राम हेतु अथवा भोजन करने हेतु चौपाल पर बैठ जाते. कुछ पथिक अपना भोजन साथ रखते थे, जिनके पास भोजन न हो, उन्हे कनेरी चाची के हाथ की बनी गरमा गरम रोटी और टमाटर की चटनी का स्वाद मिलता. उन दिनों राह में ढाबे की व्यवस्था नहीं होती थी और किसी अनजाने पथिक को रोटी खिलाना कोई बड़ी बात नहीं होती थी, कोई पानी भी मांगता तो उसे गुड के साथ पानी दिया जाता था. एक बार गर्मी के मौसम में सरपंच जी की अगुवाई में चौपाल के समीप कुछ मटके स्थापित किए गए ताकि हर पथिक को स्वछ पेय जल प्राप्त हो. कनेरी चाची प्रतिदिन मटकों को साफ कर उनमें पेयजल भर देतीं. छायादार पेड़ों के नीचे स्थापित मटकों में अत्यंत ठंडा एवं मीठा पानी उपलब्ध होता. प्यासे को पानी पिलाना पुण्य का काम है और इस नई व्यवस्था से गाँव वासी बहुत प्रसन्न थे.

चौपाल पर खेलते हुए सारे बच्चों को भी प्राय: प्रतिदिन किसी गाँव वासी के बाड़ी के फल मिल जाते थे. किसी घर में लौकी या कद्दू लगते तो पूरे गाँव में वितरित होते और वितरण का उपयुक्त स्थान था चौपाल. अम्मा गाँव जाते समय सभी सुहागनों के लिए चूड़ी ले जातीं जो शाम को चौपाल में ही वितरित कर दी जातीं. शहर को वापसी के समय, चौपाल पर गाँव के सभी वृद्ध मेरे हाथ में शगुन देकर ढेर सारा आशीर्वाद देते, "खूब उन्नति करो". गाँव वासी पड़ोसी से अधिक एक वृहद परिवार थे जैसे और चौपाल पर यह आत्मीयता हर दिन दृश्यमान होती.

इतना सुंदर वातावरण रहता मेरे गाँव की चौपाल में और मेरा ध्यान आकर्षित करता वह मुख्य मार्ग, डामर से निर्मित चमकदार स्याह मार्ग जिसपर अभी गाडियों का आवागमन अधिक हो चला था. उस काली पक्की सड़क के सामने, मेरे गाँव की धूल भरी कच्ची सड़कें मुझे व्यथित करतीं, मन में विचार आता कि गाँव में भी ऐसी पक्की सड़क कब बनेगी भला. उच्च शिक्षा हो या चिकित्सा, शहर की ओर ही जाना पड़ता इसी पक्की सड़क से. नौकरी के अवसर हों या व्यापार व्यवसाय शहर पर निर्भरता बनी ही रहती थी. ऐसी ही निर्भरता के कारण पापा को निकटतम शहर से दूर के महानगर को जाना पड़ा. गाँव से दूरी के चलते वर्ष में एक या दो बार ही गाँव जाना हो पाता. मेरी उच्च शिक्षा हेतु मुझे प्रदेश की राजधानी को जाना पड़ा और अब गाँव से मेरा नाता पूरी तरह से कट गया.

"मैडम मोपका आ गया", टेम्पो वाले के स्वर से जैसे मेरी तंद्रा टूटी. टेम्पो बस अड्डे पर रुका हुआ था. गाँव के मुहाने गाँव के नाम का बोर्ड लगा हुआ था. टेम्पो से उतर कर मैं गाँव की ओर हो ली. काली पक्की सड़क जा रही थी मेरे गाँव की ओर. स्मृतियों में जो चौपाल थी वह नदारद थी, वह बरगद का पेड़, नीम और पीपल के पेड़ सब नदारद थे. चौपाल के स्थान पर पंचायत भवन स्थापित था. पास में जो मैदान हुआ करता था वहाँ पर बाज़ार बन गया था. मैंने आस पास देखा तो मुख्य मार्ग के दूसरी ओर जो खेत हुआ करते थे, वहाँ पर कई भवन स्थापित थे, एक पेट्रोल पम्प भी था. कड़ी धूप सिर पर पड़ रही थी, किन्तु कोई छायादार वृक्ष आस पास नहीं था. पक्की सड़क सीधी उस ओर जा रही थी जहां हमारा पुश्तैनी घर हुआ करता था, वो मकान वहाँ नहीं था, यही काली सड़क थी, पक्की सड़क. मुझे स्मरण हुआ कि कई वर्ष पूर्व सरकार द्वारा गाँव के कुछ भू भाग का क्रय किया गया था, उस क्रय प्रक्रिया में हमारा घर भी था. इसके बाद चाचाजी भी शहर आ बसे थे. अभी जो शहर में हमारा मकान है, वहीं चाचाजी ने भी मकान क्रय कर लिया था. चाचाजी हमारे पड़ोसी हैं. कनेरी चाची का मकान नहीं था, बनस के घर की कुंडी खड़काई तो पता चला की बनस किसी काम से शहर को गया हुआ है.

उस पक्की सड़क पर आगे बढ़ते हुए मैंने देखा की गाँव का विस्तार हो चुका है, पास में फैक्टरी की स्थापना के पश्चात फैक्टरी में कार्यरत बहुत सारे परिवार हमारे गाँव में आ बसे थे. गाँव में अभी पार्क था बच्चों के खेलक्रीडा हेतु, जहां कुछ पेड़ लगे हुए थे, एक छोटा मॉल जैसे निर्माणाधीन था, एक छोटा अस्पताल भी था. जिस पक्की सड़क की आस बचपन में मेरे मन में थी, वह सड़क मेरे गाँव तक आ चुकी थी और गाँव के लोग शहर जा चुके थे. कनेरी चाची के घर का द्वार हमेशा खुला ही रहता था, जो कनेरी चाची यहाँ होती तो मैं उनसे पानी मांगती, पानी के साथ वह दो रोटी भी देतीं मुझे टमाटर की चटनी के साथ. कुछ देर के लिए मैं पार्क में जा बैठी, अच्छे से देख लूँ मेरे गाँव को.

शाम हुई तो सभी घरों में कुछ चहल पहल हुई, लोग घरों से बाहर आ गए, किन्तु एक दूसरे से बात करने के बजाए मोबाइल में ही लगे रहे. कोई अपनी सेल्फी लेता रहा, शायद इंस्टाग्राम पर डालने हेतु. मैंने भी वापसी का मन बनाया, अब चौपाल पर दिए तो नहीं लगने वाले, कि मैं रुक कर देखूँ, चौपाल ही नहीं है, न कनेरी चाची. सो अंधेरा घिर आए इससे पहले शहर की ओर हो लूँ, जाने टेम्पो मिलने में कितना समय लगेगा. वापसी की ट्रेन भी तो थी. जब तक मैं गाँव के मुख्य द्वार पर पहुंची, तब तक मुख्य मार्ग पर लगे (एलईडी) के बल्ब जल उठे. पूरा मार्ग रोशनी से भर गया. मैंने दोबारा गाँव के नाम का बोर्ड देखा, "मोपका नगर", ओहो तो मेरा गाँव अब नगर की श्रेणी में आ गया है, तभी तो इतनी उन्नति हुई है.

किन्तु मैं मेरा गाँव क्यों कह रही हूँ बार-बार, यहाँ तो मुझे कोई नहीं पहचानता, न मेरा घर है न ज़मीन. न किसी ने पानी पिलाया न अपनी बाड़ी के फल दिये, न कोई आशीर्वाद दिया. टेम्पो की राह देखते मैंने बनस को वापस आते देखा, किन्तु मेरे मन ने मुझे रोक लिया उसे आवाज़ देने से. जिस दिन मुझसे गाँव छूटा, उसी दिन गाँव से मेरा नाता टूट गया था. मेरी स्मृतियों में बसी आत्मीयता, सौहार्द्र, प्रेम, संस्कार, परंपरा का जीवंत उदाहरण मेरा गाँव अब केवल मेरी स्मृति में ही है, आज का यथार्थ तो भिन्न था. खैर, टेम्पो मिल गया, टेम्पो में बैठ, एक अंतिम बार गाँव की ओर देखा जो अब मेरा नहीं था.

शिल्पा शर्मा सरकार
अंचल कार्यालय, पुणे

आत्मसंतुष्टि

बैंकिंग एक ऐसा व्यवसाय है जहां हर रोज कुछ नया सीखने को मिलता है. शाखा में बैंकर प्रतिदिन सोच कर कुछ और आता है, परंतु पूरे दिन सैकड़ों ग्राहकों को सेवाएँ प्रदान करते-करते अपने आप को ही भूल जाता है. कई बार तो ऐसा भी अनुभव हुआ है कि प्रात: शाखा में प्रवेश के उपरांत सीधा घड़ी में 02 बजते महसूस होता है. बदलता बैंकिंग परिवेश बैंकर के लिए अब और भी चुनौतीपूर्ण हो गया है क्योंकि यहाँ सदैव सजगता से कार्य करना पड़ता है. बैंकिंग में जहां एक तरफ उत्तम ग्राहक सेवा का ध्यान रखना है वहीं दूसरी तरफ बैंक के ढ़ेर सारे कायदे कानूनों का भी पालन करना होता है. यही स्थिति बैंकर के जॉब को चुनौतीपूर्ण बनाती है, जिसमें आपको दोनों परिस्थितियों में सामंजस्य बनाकर कार्य करना होता है. इन सब समस्याओं के बावजूद कभी-कभी आपको कुछ सुखद अनुभूतियों का एहसास होता है. कुछ ऐसी घटनाएँ अनायास ही घटित हो जाती है जो आपके मन में समाज और संस्था के लिए कुछ भी कर गुजरने हेतु प्रेरित करती है. कुछ वर्ष पूर्व मेरे साथ भी कुछ ऐसा ही वाकया हुआ, जो मुझे आत्मसंतुष्टि दे गया.

बात उन दिनों की है जब पदोन्नति के उपरांत मेरा स्थानांतरण ठाणे जिले में शाखा प्रबन्धक के रूप में हुआ. शाखा रिहायशी इलाके में थी, इसलिए सुबह सबेरे ही ग्राहकों से खचाखच भर जाती थी. कुछ दिनों के कार्य के उपरांत मुझे एहसास हुआ कि सुबह नकदी जमा करवाने वालों की लाइन बहुत लंबी हुआ करती है. इस भीड़ में अधिकतर दिहाड़ी मजदूरी करने वाले युवक और बुजुर्ग होते है. हमने शाम को अपने कैशियर से जब इस बात की जानकारी ली तो पता लगा कि इस क्षेत्र में निर्माण का काम बहुत ज्यादा चल रहा है साथ ही आस पास कुछ कारखाने भी हैं. इनमें काम करने वाले मजदूरों के खाते हमारे बैंक के उत्तर प्रदेश, बिहार, झारखंड आदि प्रदेशों में स्थित शाखाओं में हैं. इसलिए ये सब लोग अपनी मजदूरी का पैसा यहाँ जमा करवाते हैं.

उप-शाखा प्रमुख ने बताया कि सुबह-सुबह की इस भीड़ के कारण हमारे कुछ बड़े व कार्पोरेट ग्राहकों को काफी मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है. उन्होंने यह भी बताया कि इस समस्या के समाधान हेतु अनेकों प्रयास किए गए, परंतु सभी निष्फल रहे.

एक दिन दोपहर कुछ बुजुर्गों के साथ 5-6 ग्राहक हमसे मिलने शाखा में आए और अनुरोध किया कि कुछ ऐसा प्रबंध किया जाए जिससे प्रवासी दिहाड़ी मजदूरों की पैसे जमा करने की समस्या समाप्त हो जाए अन्यथा उन्हें छुट्टी लेकर या आधे दिन की छुट्टी लेकर बैंक में पैसे जमा करने आना पड़ता है. इसके अतिरिक्त यदि उन्हें कभी अत्यावश्यक पैसे घर भेजने होते है तो लंबी कतार के कारण संभव नहीं हो पाता. इससे उन्हें परेशानी और नुकसान दोनों हो रहे हैं. उनकी बातों से मैं भी थोड़ी देर के लिए विचलित हो गया. चूंकि, शाखा का कार्य समय तो नहीं बदला जा सकता था, लेकिन कुछ तो उपाय करना ही था, जिससे गरीब मजदूरों की कुछ मदद हो सके.

हमने इसे एक चुनौती के रूप में लिया और स्टाफ बैठक में निर्णय लिया कि हम अपनी शाखा के बाहर एटीएम कैश रिसाइक्लर मशीन लगवाने का अनुरोध क्षेत्रीय कार्यालय को भेजेंगे. क्षेत्र प्रमुख ने हमारे अनुरोध को स्वीकार करते हुए 10 दिनों के अंदर कैश रिसाइक्लर मशीन लगवा दी. अब नई समस्या यह खड़ी हुई कि लगभग सभी मजदूर अनपढ़ या कम पढ़े लिखे थे. उन्हें सिखाएगा कौन? सुबह - सुबह कैशियर के लिए भी सीट से उठना नामुमकिन था.

एटीएम का सुरक्षा प्रहरी भी रात की शिफ्ट में ही उपलब्ध रहता था. हमने गार्ड को बुलाकर उसे निर्देश दिया कि रात के समय मजदूरों को मशीन के द्वारा पैसा जमा करवाने में उनकी मदद किया करे. फिर हमने कैशियर के सामने लगी हुई लाइन से लोगों को हटाकर कैश रिसाइक्लर मशीन में पैसा जमा करवाना सिखाना शुरू किया. साथ ही उन्हें यह भी सूचित किया गया कि अब आप रात में भी आकर अपनी नकदी जमा करवा सकते हो, जो पूरी तरह से सुरक्षित होगा और आपको लाइन में भी खड़ा नहीं होना पड़ेगा. एक तिमाही के अंदर सभी मजदूरों ने स्वयं से मशीन में पैसा जमा करना सीख लिया. अब मजदूरों को भी आसानी हो गयी और पैसे जमा करवाने के लिए उन्हें न तो छुट्टी लेनी पड़ती थी और न ही लंबी-लंबी लाइनों में लगना पड़ता था. जो मशीन से स्वयं पैसा जमा करने में असहज होते थे वे रात 8 बजे के बाद गार्ड के आने पर पैसे जमा करने आते थे.

कुछ ही दिनों में शाखा की भीड़ बिलकुल कम हो गयी, ग्राहक भी पहले से ज्यादा संतुष्ट हो गए. हमारे कैशियर महोदय ने भी चैन की सांस ली. एक दिन एक मज़दूर ने बताया कि कैसे उसके घर में एक रात अचानक उसके पिता जी की तबीयत खराब हो गयी और पैसे की सख़्त जरूरत होने पर उसने रात को ही गार्ड की मदद से मशीन के द्वारा पैसे उनके खाते में जमा करवा दिए. आज भी उन मजदूरों का कृतज्ञता भरा चेहरा और तारीफ में कहे हुए शब्द याद कर मन को बहुत तसल्ली होती है. उनके शब्द आज भी मुझे कुछ नया करने की ऊर्जा प्रदान करते है. ऐसा महसूस होता है कि हमें हमारे कार्यों द्वारा अनगिनत लोगों के चेहरों पर मुस्कान लाने की क्षमता है. मैं परम पिता को इस नेक कार्य को करने का अवसर प्रदान करने के लिए प्रतिदिन धन्यवाद करता हूँ.

अमित चौहान
स्टाफ महाविद्यालय, बेंगलूरु

रोग प्रतिरोधक क्षमता

हम सभी अपने दैनिक जीवन में कई संक्रामक कारकों का सामना करते हैं. इसके बावजूद भी ऐसा बहुत कम होता है कि हम बीमार हुए हों, इसके पीछे वजह क्या है? इसकी वजह यह है कि हमारा शरीर बाह्य कारकों से स्वयं अपनी रक्षा कर लेता है, शरीर की रोगों से लड़ने की इसी शक्ति को रोग प्रतिरोधक क्षमता कहते हैं. रोग प्रतिरोधक क्षमता विशेष कोशिकाओं, उत्तकों और शरीर के दूसरे अंगों का एक नेटवर्क है जो शरीर को नुकसान पहुंचाने वाले बैक्टीरिया और वायरस से बचाता है. यह शरीर को बीमारियों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है.

रोग प्रतिरोधक क्षमता दो तरह की होती है -

1. सहज रोग प्रतिरोधक क्षमता (इनेट इम्युनिटी)
2. उपार्जित रोग प्रतिरोधक क्षमता (एक्वायर्ड इम्युनिटी)

सहज रोग प्रतिरोधक क्षमता (इनेट इम्युनिटी): यह एक प्राकृतिक रोग प्रतिरोधक क्षमता है. यह जन्म के साथ ही मौजूद रहती है और किसी भी आने वाले खतरे से बचाव की पहली पंक्ति है. हमारी त्वचा, वायु मार्ग और पाचन तंत्र की श्लेष्म परत बाहरी कीटाणुओं को रोकने के लिए एक कवच के रूप में अपना कार्य करती हैं, जब कोई ऐसा बाहरी कारक शरीर में प्रवेश करता है तो शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्ति उन्हें पहचान कर अपना कार्य शुरू कर देती है.

उपार्जित रोग प्रतिरोधक क्षमता (एक्वायर्ड इम्युनिटी): संक्रमण या टीकाकरण या किसी रोगजनकों से एंटीबॉडी के अंतरण द्वारा रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाई जाती है जो उपार्जित रोग प्रतिरोधक क्षमता कहलाती है. यह सहज रोग प्रतिरोधक क्षमता से अलग है.

अक्सर हम देखते हैं कि मौसम बदलते ही हमारे आस पास कई ऐसे लोग होते हैं जो बीमार पड़ जाते हैं. इसका कारण कुछ और नहीं बल्कि रोग प्रतिरोधक क्षमता का कम होना है.

रोग प्रतिरोधक क्षमता कमज़ोर होने के लक्षण

बार-बार बीमार होना : जिन लोगों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमज़ोर होती है वे मौसम के बदलते ही बार-बार बीमार होने लगते हैं. रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होने पर मूत्र सम्बन्धी संक्रमण, छाले, जुकाम, फ्लू की समस्या बहुत जल्द होती है.

घाव भरने में समय लगना : चोट लगने पर, घाव भरने में बहुत अधिक समय लगता है तो संभावना है कि आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर है.

थकान महसूस होना : यदि शरीर में हर समय थकान बनी रहती है, शरीर में किसी प्रकार की चुस्ती-फुर्ती महसूस नहीं होती है तो यह प्रतिरोधक क्षमता के कमजोर होने की निशानी हो सकती है.

पेट सम्बन्धी परेशानियां : पेट दर्द, कब्ज, दस्त, अपच, एसिडिटी की समस्या हो रही है तो यह भी रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होने के लक्षण हैं.

सर्दी-जुकाम : सर्दी, खासी और जुकाम जल्दी-जल्दी होती है तो यह भी रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होने के लक्षण हैं.

बीमारियों का संक्रमण जल्दी होना : रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होने से व्यक्ति बहुत जल्द बीमारियों के संक्रमण में आ जाता है, हम अपने आस-पास बहुत से व्यक्तियों को देखते हैं जो किसी भी संक्रामक बीमारी से खुद को बचा नहीं पाते हैं और संक्रमित हो जाते हैं.

रोग प्रतिरोधक क्षमता कमज़ोर होने के कारण : रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होने के पीछे कुछ ख़राब आदतें जिम्मेदार होती हैं, इनमे मुख्य कारण निम्न हैं-

- स्वच्छ भोजन ग्रहण न करना
- नशीले पदार्थों का सेवन करना
- पर्याप्त नींद न लेना
- वजन बढ़ना
- कीमोथेरेपी या अन्य कैंसर उपचार जैसी दवाइयाँ
- एच आई वी या एड्स
- व्यायाम न करना

जिन लोगों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होती है उन्हें निम्न लिखित स्वास्थ्य सम्बंधित जोखिम होते हैं -

- बीमारी का आसानी से संक्रमण होना
- शरीर की स्वस्थ कोशिकाओं का प्रभावित होना
- शरीर के अंगो का ख़राब होना
- शारीरिक और मानसिक विकास मंद होना
- घातक बीमारी का खतरा होना

रोगप्रतिरोधक क्षमता को कैसे बेहतर बना सकते हैं?

अपनी जीवन शैली में थोडा बदलाव कर हम अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बेहतर बना सकते हैं, इसके लिए नियमित व्यायाम, प्राणायाम के साथ अपने खान-पान में सजगता बरतना और अपने आहार में उन चीजों को शामिल करना चाहिए जो शरीर को पोषण प्रदान करने के साथ-साथ रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में मददगार हों.

सुबह का नाश्ता : सुबह का नाश्ता अवश्य लें और इसमें उन चीजों को शामिल अवश्य करें जिसमें प्रोटीन की भरपूर मात्रा हो. नाश्ते में दलिया, ओट्स, नट्स, अंकुरित आनाज और ताजे मौसमी फलों को शामिल कर सकते हैं.

आहार और खान-पान : अपने आहार में टमाटर को जरूर सम्मलित करें क्योंकि टमाटर में विटामिन सी और फाइबर की बहुतायत मात्रा होती है. साथ ही शरीर के टोक्सिन को निकालने में सहायता करता है, जिससे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ जाती है. मौसमी फलों में संतरा, नींबू आँवला ऐसे फल हैं जिनमें विटामिन-सी की मात्रा भरपूर होती है, जो हमारे शरीर में श्वेत रक्त कोशिकाओं का निर्माण करने में सहायक हैं. लहसुन भरपूर मात्रा में एंटी ऑक्सीडेंट बनाकर हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक प्रणाली को प्रबल करने की शक्ति देता है. पालक में फॉलेट नामक संतुलित आहार का ऐसा तत्व पाया जाता है जो नई कोशिकाएं बनाने के साथ कोशिकाओं को मजबूती प्रदान करने और डीएनए का काम भी करता है. बादाम के सेवन से भी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है, बल्कि इसके सेवन से दिमाग को तनाव से लड़ने की शक्ति भी मिलती है. दिन में कम से कम 3 लीटर पानी का सेवन करें.

संतुलित वज़न : मोटापा बहुत सारी बीमारियों की वजह है. मोटापे की वजह से आप मधुमेह और रक्तचाप जैसी समस्याओं से पीड़ित हो सकते हैं. मोटापे की वजह से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होने लगती है. मोटापे की वजह से श्वेत रक्त कोशिकाएं बनने में दिक्कत होती है. जब शरीर में श्वेत रक्त कोशिकाएं कम होने लगती हैं तो रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है.

शरीर को सक्रिय रखें (व्यायाम और प्राणायाम) : स्वयं को स्वस्थ रखने और अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता को सुधारने के लिए शरीर का सक्रिय होना आवश्यक है. जब आप काम नहीं करते हैं और भूख लगने पर खाना खा लेते हैं, तो आप पेट से जुड़े बहुत सारे रोगों से ग्रसित हो जाते हैं. शारीरिक निष्क्रियता आपके शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को प्रभावित करती है. इनसे बचने के लिए नियमित व्यायाम और प्राणायाम को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं. जब आप व्यायाम करते हैं तो आप का स्टैमिना बढ़ जाता है. आप जो एनर्जी लेते हैं, वह पच जाने पर आप की पाचन क्षमता दुरुस्त हो जाती है. इसके लिए आप अपने व्यायाम में योग, ध्यान के साथ-साथ सैर, खेलकूद को भी शामिल करें. प्रतिदिन अपनी शारीरिक क्षमता के अनुसार दौड़ लगाएं या तेजी से पैदल चलें.

नींद पूरी लें : सेहतमंद रहने के लिए यह बहुत ज़रूरी है कि आप नींद पूरी लें. नींद पूरी न होने की वजह से भी जीवनशैली से जुड़ी कई बीमारियां हो रही है. जब हम सोते हैं तब हमारा शरीर रिपेयर मोड में चला जाता है और साथ ही शरीर में साइटोंकिन्स रिलीज होते हैं जो एक प्रोटीन है और वह शरीर में किसी भी तरह के संक्रमण और सूजन से बचाने में मदद करता है. इसलिए बेहद ज़रूरी है कि कम से कम 7 से 8 घंटे की नींद जरूर लें.

धूम्रपान और मदिरा का सेवन करने से बचें : खुद को स्वस्थ रखने के लिए यह जरूरी है कि नशीले पदार्थों (धुम्रपान और मदिरा) से दूरी बनाए रखें. जो लोग ज्यादा धुम्रपान करते हैं उनके शरीर में म्यूकस ज्यादा बनने लगता है जिससे वायुमार्ग संकीर्ण हो जाता है और फेफड़ो में मौजूद हानिकारक पदार्थों को साफ करने में मुश्किल होती है.

तनाव न लें : किसी को आर्थिक चिंता की वजह से तनाव होता है तो किसी को भविष्य की चिंता से तनाव होता है लेकिन आप के लिए यह जानना बेहद जरूरी है कि तनाव आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता पर बुरा असर डालता है. लिहाजा बेहद जरूरी है कि आप अपने तनाव, चिंता और स्ट्रेस को कण्ट्रोल में रखें.

वनस्पति / जड़ी बूटियों का सेवन : कुछ वनस्पति तथा जड़ी बूटियों में रोग प्रतिरोधक क्षमता बढाने की क्षमता होती है, जैसे कि गिल्लोय, आँवला, तुलसी, हल्दी, कालीमिर्च एवं पंचगव्य. पंचगव्य शरीर में उर्जा बढ़ाने में मदद करता है. जिस शरीर में उर्जा का प्रवाह ज्यादा हो वह बीमारी से केवल जल्दी ठीक ही नहीं होता बल्कि किसी भी बीमारी की रोकथाम करने में सक्षम रहता है.

शक्कर का कम प्रयोग : आहार से शक्कर को कम से कम कर देना चाहिए, शक्कर रोग प्रतिरोधक क्षमता कम करती है.

सभी सुखों में पहला सुख निरोगी काया को रखा गया है. अत: स्वस्थ शरीर की पहली शर्त यह है कि हम अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बेहतर बनाएं और स्वास्थ्य के इन महत्वपूर्ण पहलुओं पर ध्यान दें.

अजीत कुमार भारती
रेस कोर्स रोड शाखा, क्षे. का., बड़ौदा

योग : एक वृहद जीवन शैली

महर्षि पतंजलि ने अपने योगसूत्र में कहा है "योगश्चित्तवृत्तिर्निरोध:" अर्थात् जो चित्त की वृत्तियों को रोकने में सहायक हो वही योग है. योगसूत्र में चित्त को एकाग्र कर ईश्वर में लीन करने का विधान है. पतंजलि के अनुसार चित्त की वृत्तियों को चंचल होने से रोकना ही योग है अर्थात् मन को इधर-उधर भटकने न देना और केवल ईश्वर में लीन रखना ही योग है. भारतीय जीवन दर्शन में उपभोग की संपदा के स्थान पर जीवन मूल्यों की संपदा को ही अधिक महत्वपूर्ण माना गया है. इस संपदा के माध्यम से व्यक्ति न केवल शारीरिक एवं मानसिक प्रगति करता है वरन् जीवन के वृहद उद्देश्यों की भी प्राप्ति करता है. भारतीय संस्कृति में आरंभ से ही योग की एक अनुपम परम्परा चली आ रही है जो न केवल मनुष्य को स्वस्थ बनाती है अपितु उसे एक बेहतर जीवन शैली भी प्रदान करती है, जिससे वह अपना सर्वांगीण विकास कर सकता है.

योग का अर्थ - वर्तमान समय में लोग योग का अर्थ शारीरिक व्यायाम से समझते हैं किन्तु योग एक वृहद संकल्पना है जो मनुष्य के शरीर से लेकर उसके मन से होते हुए उसकी आत्मा तक पहुँचती है. योग शब्द की उत्पत्ति 'युजिर' धातु से हुई है, जिसका अर्थ है 'जुड़ना'. इस प्रकार भारतीय जीवन दर्शन में योग से तात्पर्य आत्मा को परमात्मा से जोड़ने से है. जब व्यक्ति योग का आरंभ करता है तब वह शारीरिक क्रियाओं के माध्यम से अपनी शारीरिक इन्द्रियों को नियंत्रित करता है. योग के अगले चरण में व्यक्ति अपने मानसिक विकास की ओर बढ़ता है और निरंतर अभ्यास के माध्यम से आत्मिक विकास की ओर अग्रसर होता है.

योग के मुख्य चरण :- पतंजलि के योगसूत्र में मुख्य रूप से योग के आठ चरण बताए गए हैं, जो इस प्रकार हैं :-

1. **यम** - योग का प्रथम चरण मुख्य रूप से पाँच सिद्धांतों जैसे: सत्य, अहिंसा, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह पर आधारित है. जहाँ एक ओर सत्य और अहिंसा जैसे सिद्धांत व्यक्ति को नैतिक रूप से सुदृढ़ बनाते हैं वहीं दूसरी ओर अस्तेय (चोरी न करना) एवं अपरिग्रह (संग्रह न करना) जैसे सिद्धांतों से समाज का आधार सुदृढ़ बनता है. ब्रह्मचर्य के पालन से व्यक्ति का चरित्र उदात्त बनता है.

2. **नियम** - योग का द्वितीय चरण व्यक्ति को अपने दैनिक जीवन में कुछ नियमों का पालन करने से संबंधित है. इन नियमों में प्रमुख हैं : ब्रह्म मुहूर्त में उठना, व्यायाम आदि करना, सात्विक भोजन करना तथा सात्विक जीवन शैली आदि. इस प्रकार योग का द्वितीय चरण व्यक्ति के दैनिक जीवन को सुव्यवस्थित करता है और उसे अगले चरण के लिए तैयार करता है.

3. **आसन** - योग के तृतीय चरण में जब व्यक्ति द्वारा नियमों के पालन पर बल दिया जाता है तब यह आवश्यक हो जाता है कि वह शारीरिक रूप से पूर्णत: स्वस्थ हो तभी वह सभी नियमों का पालन कर सकता है. अत: योग के तृतीय चरण में विभिन्न प्रकार के आसन बताए गए हैं, जिससे व्यक्ति के शरीर की समस्त व्याधियाँ दूर हो जाती हैं.

4. **प्राणायाम** - प्राणायाम से तात्पर्य प्राणों को विभिन्न आयामों में ले जाकर उसे व्यवस्थित करने से है. यहाँ 'प्राण' शब्द से तात्पर्य मनुष्य की श्वासों से है. मनुष्य के जीवन के लिए सबसे महत्वपूर्ण उसकी श्वास होती है क्योंकि इसके बिना वह एक क्षण भी जीवित नहीं रह सकता. प्राणायाम के अभ्यास से न केवल शारीरिक समस्याएँ समाप्त होती हैं अपितु व्यक्ति मानसिक रूप से भी सुदृढ़ बनता है और उसका चित्त एकाग्र होने लगता है.

5. **प्रत्याहार** - योग का अगला चरण प्रत्याहार है. प्रत्याहार शब्द से तात्पर्य है : "संक्षिप्त कथन" योग में प्रत्याहार से तात्पर्य इन्द्रियों को सभी प्रकार के बाहरी विषयों से मुक्त कर उन्हें अन्तर्मुखी बनाना है, जिससे व्यक्ति अपने आत्मिक विकास की

ओर अग्रसर हो सके. दूसरे शब्दों में कहें तो जो इन्द्रियाँ निरंतर वासनाओं की ओर गमन करती रहती हैं, उनकी इस गति को अपने भीतर ही लौटाकर आत्मा की ओर लगाना या स्थिर रखने का प्रयास करना ही प्रत्याहार है.

6. **धारणा** - धारणा शब्द "धृ" धातु से बना होता है. जिसका अर्थ है : "धारण करना." योग दर्शन के अनुसार किसी स्थान अथवा मन के भीतर या बाहर चित्त को स्थिर करना धारणा है. प्राणायाम के अभ्यास से ही मन धारणा करने के सामर्थ्य को प्राप्त करता है. जब व्यक्ति प्राणायाम के अभ्यास से श्वासों को अधिक समय तक रोकने में सिद्ध हो जाता है तब वह धारणा के अभ्यास में समर्थ हो जाता है.

7. **ध्यान** - धारणा के पश्चात् योग का अगला चरण ध्यान है. धारणा की अवस्था जब परिपक्व हो जाती है तब उसे ध्यान कहा जाता है. गीता के अनुसार ध्यान एक योग क्रिया है, विद्या है, तकनीक है, आत्मानुशासन की एक युक्ति है, जिसका प्रयोजन है एकाग्रता, तनावहीनता, मानसिक स्थिरता व संतुलन, धैर्य और सहनशक्ति प्राप्त करना. ध्यान के माध्यम से मनुष्य मानसिक शांति, दृढ़ मनोबल, एकाग्रता, ईश्वर का अनुसंधान तथा मन को निर्विचार करना आदि जैसे उद्देश्यों की प्राप्ति करता है.

8. **समाधि** - योग का अंतिम चरण है समाधि. यह योग का अंतिम अंग है जिसका अर्थ है मन को ब्रह्म पर केन्द्रित करना. ध्यान की पराकाष्ठा में आपका मन मस्तिष्क विकार रहित होकर शून्यता को प्राप्त करते हैं. आप जिस वातावरण में हैं उसका आभास भी समाप्त हो जाता है. आप शनैः-शनैः शांति और शक्ति का अद्भुत प्रवाह अपने भीतर महसूस करते हैं. पहले यह क्रिया आपके अवचेतन में होती है और फिर चेतन तक प्रवाहित हो जाती है. अंततः जब मनुष्य इस प्रक्रिया में पूर्णतः लीन हो जाता है और चेतन व अवचेतन का आभास भी समाप्त हो जाता है, तब आत्मा परमात्मा में विलय हो जाती है. जीवात्मा और परमात्मा की प्रकृति मिलकर एक हो जाती है, समस्त इच्छाओं का नाश हो जाता है, योग की यह अवस्था ही समाधि कहलाती है.

योग हमारे शरीर, मन, भावना तथा ऊर्जा के स्तर पर काम करता है. अतः मोटे तौर पर योग को चार भागों में बाँटा गया है. पहला कर्मयोग, जहाँ हम अपने शरीर का उपयोग करते हैं दूसरा भक्तियोग जहाँ हम अपनी भावनाओं का उपयोग करते हैं, तीसरा ज्ञानयोग, जहाँ हम अपने मन एवं बुद्धि का प्रयोग करते हैं तथा चौथा क्रियायोग जहाँ हम अपनी ऊर्जा का उपयोग करते हैं.

योग मुख्य रूप से एक आध्यात्मिक अनुशासन है, जिसमें जीवन शैली का पूर्ण सार आत्मसात किया गया है. योग एक कला के साथ-साथ एक विज्ञान भी है. यह विज्ञान है क्योंकि यह शरीर और मन को नियंत्रित करने के लिए व्यवहारिक तरीके प्रदान करता है. योग के अभ्यास की कला व्यक्ति के मन, शरीर और आत्मा को नियंत्रित करने में सहयोग करती है. इसके माध्यम से भौतिक और मानसिक संतुलन प्राप्त होता है और शरीर व मन शांत हो जाता है. तनाव और चिंता का प्रबंधन करके आपको राहत देता है. यह शरीर में लचीलापन, माँसपेशियों को मज़बूत करने और शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ाने में भी सहयोग करता है. जिसके माध्यम से गहन ध्यान संभव है और समाधि की पूर्ण अवस्था प्राप्त करने पर चेतन और अवचेतन का आभास भी समाप्त हो जाता है और व्यक्ति पूर्णतः परब्रह्म में लीन हो जाता है. इस प्रकार योग हमें एक वृहद जीवन शैली प्रदान करता है, जिसमें वैयक्तिक, सामाजिक, नैतिक और आध्यात्मिक सभी जीवन मूल्यों के उच्चतम आदर्श सम्मिलित किए गए हैं.

रजनी शर्मा
क्षे. का., इन्दौर

जीवन

आज को अपने नष्ट न कर
इस जिंदगी को यूं व्यर्थ न कर
जो बीत गया सो बीत गया
उसे अब तुझको भूलना होगा.
हाँ तुझे जीना होगा
फिर से जीना होगा.
जिन लोगों से है परेशान तू
उनको माफ करके देख
यादों से है तकलीफ तुझे
उन्हें दफन करना होगा.
हाँ तुझे जीना होगा
फिर से जीना होगा.
मन के इस उथल-पुथल को
अब शांत होना होगा
बातों से न बनेगी बात
कुछ तो कदम उठाना होगा.
हाँ तुझे जीना होगा
फिर से जीना होगा.
खुद से इतने सवाल न कर
खुद जरा समझ कर देख
खुद से खुद को जगाना होगा
खुद को प्यार करना होगा.
हाँ तुझे जीना होगा
फिर से जीना होगा.
हर दौर निकल जाता है
इसे भी गुजरना होगा
एक ही दफा मिला है जीवन
भरपूर इसे जीना होगा.
हाँ तुझे जीना होगा
फिर से जीना होगा.

शिवकांत शुक्ला
सत्यबाड़ी साखीगोपाल शाखा
क्षे.का. भुवनेश्वर

कलम के सिपाही

जैसे देश का सिपाही बनना,
होता नहीं आसान.
वैसे ही कलम का सिपाही बनना,
होता है दुष्कर काम.
अपनी लेखनी से क्या नहीं कर सकता
एक रचनाकार.
रोते को हँसाना, हँसते को रुलाना
देश प्रेम का जोश जगाना,
प्रभु भक्ति का भाव जगाना,
संस्कृति का बोध कराना,
विरह वेदना की अनुभूति,
सौंदर्य का अनुपम वर्णन,
मानवता का पाठ पढ़ाना,
कलम के सिपाही की रचना,
जब वाणी से गूंजती है,
वतन के रक्षक सिपाही में,
जोश उमंग भर देती है.
बना कर अपने खून को कलम की स्याही,
देश सेवा का जज़्बा जगाती है.
क़िस्मत वाले ही बनते हैं देश के सिपाही
और कलम के सिपाही.
दोनों हैं भारत माँ की शान
अखिल विश्व में इन्ही का है नाम.

सोनल गर्ग 'शीतल'
क्षे.का., अहमदाबाद

अगर तुम न होती

मैं और मेरी तन्हाई अक्सर ये बातें करते हैं
कि अगर तुम न होती तो क्या होता.

निश्चित ही मेरा वज़न इतना तो न बढ़ा होता,
70-75 न सही, पर शतक तो न जड़ा होता.
तुम नित नए चटपटे व्यंजन बनाकर खिलाती रही,
बड़े प्यार से शर्बत और जाम पिलाती रही,
मैं खाने का शौकीन, पास की जगह फेल हो गया,
कमर का कमरा बना, L अब XXL हो गया.

मैं और मेरी तन्हाई अक्सर ये बातें करते हैं
कि अगर तुम न होती तो क्या होता.

कभी लड्डू, कभी बर्फी, कभी समोसे, कभी रसमलाई,
कभी न रोका, कभी न टोका, हमेशा मेरी हिम्मत बढ़ाई,
घी चुपड़ी रोटियाँ छक-छक के खाते रहे,
हलवा-पूड़ी, छोले-भटूरे, माल-पुए उड़ाते रहे.
शर्ट के बटन पेट से टूट कर बिखर जाते हैं,
क्या कहें दोस्तों, मॉर्निंग वॉक भी अब हम स्कूटर से जाते हैं.

मैं और मेरी तन्हाई अक्सर ये बातें करते हैं
कि अगर तुम न होती तो क्या होता.

कभी हम दौड़ा करते थे मीलों, अब मीटर भी चंद हो गए,
पेट इतना बढ़ गया कि अब पैर दिखने भी बंद हो गए,
शौक कैसा बदला कि जिन्स टी-शर्ट अब भाते नहीं,
क्या करें दोस्तों, कपड़े सिलवाने पड़ते हैं, रेडीमेड हमें आते नहीं.

मैं और मेरी तन्हाई अक्सर ये बातें करते हैं
कि अगर तुम न होती तो क्या होता.

तुम्हारे हाथों का हुनर तो अब सारी दुनिया मानती है,
मेरे मोटापे की वजह.. ये पब्लिक है ये सब जानती है,
कभी सादे खाने पर संतोष कर लेते थे यह सब तो सपना था,
माना तुम्हारे बनाया खाना लज़ीज़ है पर पेट तो अपना था,
पहले ही संभल कर खाता तो आज अपने आप पर न रोता,
लेकिन जब तुम इतना स्वादिष्ट खाना बनाती हो तो क्या करें कन्ट्रोल ही नहीं होता.

मैं और मेरी तन्हाई अक्सर ये बातें करते हैं
कि अगर तुम न होती तो क्या होता.

राजेश कुमार
एसएएमवी प्रभाग,
केंद्रीय कार्यालय, मुंबई

सारा आसमान

बुलंदियों पर नज़र आएगा,
मेरा नाम देखना,
एक दिन होगा मेरा,
सारा आसमान देखना!

एक नया जुनून
मेरे हौसलों में नज़र आएगा,
फैलेंगे जब पंख मेरे,
बस मेरी उड़ान देखना!

मेरे जज़्बे को देखकर
मुश्किलें थर्रा जायेंगीं,
मेरे आगे घुटने टेकेगा
हर इम्तिहान देखना!

अपने लफ़्ज़ों में समेट लूँगा
मैं ख़ल्क़ सारी,
मेरे एक-एक हर्फ़ से जो उठेगा,
तूफ़ान देखना!

इन सितारों के बीच
बन कर चाँद चमकूँगा,
मेरे नूर से रोशन होगा
ये सारा जहान देखना!

गुजर जाऊँगा एक दौर बनकर
इस ज़माने से,
इतिहास के सीने पर छोड़ जाऊँगा
मेरे निशान देखना!

एक दिन होगा मेरा,
सारा आसमान देखना!

अभिनंदन श्रीवास्तव
क्षे. का., गोवा

बच्चापन

गाँव की वो गलियाँ
जहां पर, रंग-बिरंगी कलियाँ थीं
बचपन की कुछ यादें
अब धुंधली सी नज़र आती हैं

खलिहान की चिकनी मेड़ों पर
फसलों की ढेर के चोटी पर
वो खेल जो हमने खेले थे
अब अधूरी सी नज़र आती है

बगीचे के छोटे पेड़ों को
झकझोर के पत्ते बरसाना,
बड़ों के लगाए झूलों पर
कुछ क्षण का अवसर पा जाना
काँटों से घिरे कुछ बेरों पर
जी का, ललचा जाना
ये यादें मेरे बचपन की
अब झिलमिल सी नज़र आती है

कलियों की जगह, कंक्रीट की नलियाँ
गलियों में उजाले छाए हैं
"बच्चापन" गलियों से गायब है
बचपन को लगी यह कैसी "हाय"
अब किस को नज़र आती है?

अखिलेश कुमार सिंह
अंचल कार्यालय,
गांधीनगर

हार हुई तो क्या हुआ

हार हुई तो क्या हुआ
तकलीफ हुई तो क्या हुआ,
राह के इस जीवन पथ पर
कुछ बिछड़ गए तो क्या हुआ
पाषाण मिले तो क्या हुआ.

फिर से उठ खड़े होकर
सूर्य से आंखें मिलाना होगा
धरा को गगन से मिला कर
नया क्षितिज बनाना होगा
उम्मीदों और आशाओं को
साहस से मिलाना होगा.

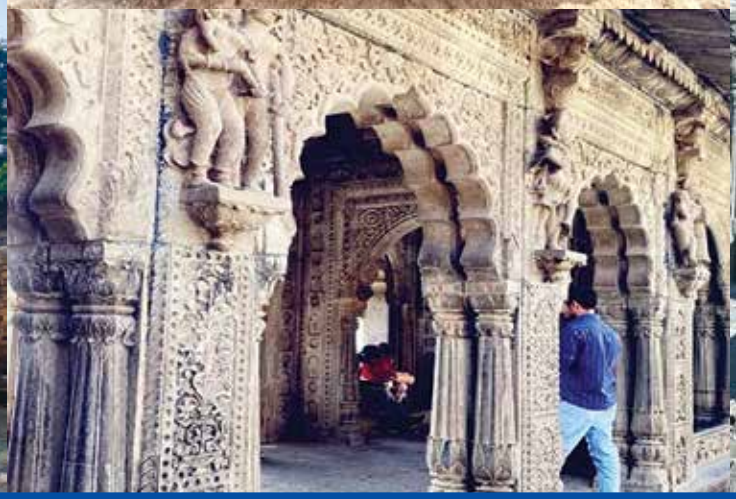
पतझड़ के इस मौसम में
फिर से बसंत बुलाना होगा
दूर खड़ी कुछ आवाजों को
अपनी आवाज सुनाना होगा
बुझे हुए कुछ चेहरों को
फिर से आज हसाना होगा.

भोर के बाद शाम हुई, तो क्या हुआ
शाम के बाद ही तो
नया सवेरा सजाना होगा
सोई हुई तकदीरों को
फिर से आज जगाना होगा
हर हार को हमें जीत से ही मनाना होगा.

लविना मेहता
क्षे. का., भोपाल (दक्षिण)

महेश्वर

महेश्वर क़िला मध्यप्रदेश की जीवनदायिनी नर्मदा नदी के तट पर ऐतिहासिक नगर महेश्वर में स्थित है. महेश्वर क़िला मालवा की तत्कालीन रानी अहिल्याबाई होल्कर का निवास स्थान था. इसलिए इसे 'अहिल्या क़िला' भी कहा जाता है. यह क़िला आज भी पूरी तरह से सुरक्षित है तथा बहुत ही सुन्दर तरीक़े से बनाया गया है. 18वीं सदी में निर्मित महेश्वर अथवा होल्कर क़िला नर्मदा नदी के सुन्दर तट पर स्थित है. क़िले परिसर के अन्दर पर्यटक विभिन्न छतरियों और आसनों को देख सकते हैं. इस प्राचीन इमारत में भगवान शिव के विभिन्न अवतारों को समर्पित कई मंदिर हैं. यह क़िला रानी अहिल्याबाई होल्कर के शक्तिशाली शासक होने और अपने साम्राज्य की सुरक्षा के प्रति किए गए उपायों का प्रत्यक्ष गवाह है. महेश्वर क़िले में प्रवेश के लिए अहिल्या घाट के पास से ही एक चौड़ा घेरा लिए बहुत सारी सीढ़ियाँ बनी हुई हैं. यह क़िला जितना सुन्दर बाहर से है, उससे भी ज्यादा सुन्दर तथा आकर्षक अन्दर से लगता



है. इतनी सुन्दर कारीगरी, शिल्पकारी, एवं मजबूत निर्माण के कारण आज भी यह क़िला नया प्रतीत होता है. कुल मिलाकर बड़ा ही सुन्दर दृश्य दिखाई देता है और कहीं जाने का मन ही नहीं होता. ऐसा लगता है कि घंटों एक ही जगह खड़े होकर इस क़िले की नक्काशी तथा कारीगरी, झरोखों, दरवाज़ों एवं दीवारों को बस देखते ही रहें. क़िले के अन्दर कुछ क़दमों की दूरी पर ही प्राचीन राजराजेश्वर शैव मंदिर दिखाई देता है. यह एक विशाल शिव मंदिर है, जिसका निर्माण क़िले के अन्दर ही अहिल्याबाई होल्कर ने करवाया था. यह मंदिर भी क़िले की ही तरह पूर्णत: सुरक्षित है एवं कहीं से भी खंडित नहीं हुआ है. आज भी यहाँ दोनों समय साफ़-सफाई, पूजा-पाठ तथा जल अभिषेक आदि अनवरत जारी है.

मुकेश बैरागी
इंदौर मुख्य शाखा

समकालीन कविता के संवेदनशील कवि

रघुवीर सहाय

भारतीय साहित्य में काव्य रचना आरंभ से ही प्रचलित रही है जो लंबी यात्रा के बाद आज भी अनवरत जारी है और आगे भी रहेगी. यह काव्य चेतना विभिन्न कालों से होते हुए आज नव्योत्तर काल तक पहुंची है जिसमें आदिकाल, भक्ति काल, रीतिकाल और आधुनिक काल की यात्रा महत्वपूर्ण है. आज हम बात करेंगे आधुनिक काल के कवि रघुवीर सहाय की. हिन्दी साहित्य का इतिहास इतना वृहद है कि विभिन्न कालों को भी कविताओं और समय के अनुसार छोटे - छोटे युगों में बांटा गया है. आधुनिक काल की बात करें तो इसे छायावाद, प्रगतिवाद, प्रयोगवाद, नई कविता और साठोत्तरी कविता में विभाजित किया गया है और रघुवीर सहाय का काव्य प्रयोगवाद और नई कविता को जोड़ने का कार्य करती है. इन्हें दूसरे सप्तक के कवि के रूप में भी जाना जाता है.

जीवन परिचय :- रघुवीर सहाय समकालीन संवेदनशील कवि जागरूक एवं तीक्ष्ण कवि हैं. इनका जन्म 09 दिसंबर 1929 को लखनऊ में हुआ था. स्कूली शिक्षा के दौरान ही इनकी रुचि साहित्य लेखन की ओर रही और इसी कारण 1946 से ही इन्होनें साहित्य रचना आरंभ कर दी थी. यह विरोधाभास प्रतीत होता है किन्तु हरिवंश राय बच्चन की तरह ही इन्होंने भी 1951 में एम.ए. अंग्रेजी की परीक्षा लखनऊ विश्वविद्यालय से उत्तीर्ण की किन्तु साहित्य रचना के लिए हिन्दी को ही चुना. एम.ए. करने के बाद वे पत्रकारिता से जुड़ गए. इन्होंने 'प्रतीक', 'वाक' और 'कल्पना' आदि पत्रिकाओं सहित नवभारत टाइम्स समाचार पत्र का भी सम्पादन कार्य किया.

इनके साहित्यिक योगदान के लिए 1982 में इन्हें "साहित्य अकादमी सम्मान" से सम्मानित किया गया. यह सम्मान इन्हें 'लोग भूल गए है' कविता संग्रह के लिए दिया गया. 1990 में हिन्दी साहित्य में एक नए युग को आरंभ करने वाले इस महान साहित्यकार का दिल्ली में मात्र 61 वर्ष की आयु में देहावसान हो गया.

प्रसिद्ध रचनाएं एवं भाषा शैली :- सहाय जी हिंदी साहित्य के सफल कवि होने के साथ-साथ लोकप्रिय कवि भी है. यह बात सर्वविदित है कि आमजन कविता का अर्थ सौन्दर्य, शृंगार, सुखद कल्पना, प्रकृति वर्णन के रूप में ही समझता है. ये सभी विषय हिन्दी साहित्य में आरंभ से ही मुखर रहे हैं किन्तु कविता का कार्य आम जन की चेतना को जगाना, उनमें सच को कहने और स्वीकारने का साहस भरने और सदैव प्रेरित करने का भी रहा है और यही कार्य सहाय जी की कविताओं ने बखूबी किया है. इन्होंने समकालीन समाज और उसकी विषमताओं पर अपनी लेखनी चलाते हुए खड़ी बोली और व्यंग्योक्ति के माध्यम से नए ढंग की कविता का निर्माण किया है. देश के आजादी के बाद की राजनैतिक परिस्थितियाँ हो या बेरोजगारी, गरीबी और महंगाई की मार झेलता मध्यम वर्ग, इनकी कविताओं का विषय और भाषा आम इंसान से ही जुड़ा रहा है.

इनकी प्रमुख रचनाएं इस प्रकार हैं- 'दूसरा सप्तक', 'सीढ़ियों पर धूप में', 'आत्महत्या के विरुद्ध', 'हंसो हंसो जल्दी हंसो', 'लोग भूल गए हैं', 'कुछ पते की चिट्ठियाँ', 'एक समय था' आदि प्रमुख कविता संग्रह हैं. 'सीढ़ियों पर धूप में', 'रास्ता इधर से है', 'और जो आदमी हम बना रहे हैं' इनके प्रसिद्ध कहानी संग्रह हैं और 'लिखने का कारण' 'दिल्ली मेरा परदेस', 'भंवर लहरें और तरंग' में इनके निबंध संकलित हैं.

काव्यगत विशेषताएं :- समाज का यथार्थ चित्रण - सहाय जी के लेखन में चाहे वह काव्य हो या गद्य, उनके चारों तरफ के परिवेश और समाज का यथार्थ चित्रण देखने को मिलता है. पाठक पहली पंक्तियों से ही रचना से जुड़ा हुआ महसूस करता है और अपने आपको कविता या कहानी के केंद्र में पाता है. जैसे 'आत्महत्या के विरुद्ध' इनका प्रसिद्ध काव्यसंग्रह है, जिसकी कविता 'रामदास की हत्या' पढ़कर पाठक सोचने पर मजबूर हो जाता है. अपनी रचनाओं में आजादी के बाद की विषम परिस्तिथियों का ऐसा वर्णन किया है कि आँखों के आगे दृश्य चलते हुए दिखाई देते हैं.

चौड़ी सड़क गली पतली थी
दिन का समय घनी बदली थी
रामदास उस दिन उदास था
अंत समय आ गया पास था
उसे यह बता दिया गया था उसकी हत्या होगी
धीरे धीरे चला अकेले
सोचा साथ किसी को ले ले
फिर रह गया, सड़क पर सब थे
सभी मौन थे सभी निहत्थे
सभी जानते थे उस दिन उसकी हत्या होगी

जीवन के प्रति प्रेम का चित्रण :- रघुवीर सहाय जी ने अपने काव्य में मानव जीवन की जिजीविषा का चित्रण भी बखूबी किया है. इनकी अनेक कविताओं में इस विशेषता का अनूठा चित्रण हुआ है.'सीढ़ियों पर धूप में' काव्य संग्रह की सारी कविताओं में जीवन की चुनौतियों से लड़ते हुए भी जीने की इच्छा की सफल अभिव्यक्ति हुई है.

भीड़ में से रास्ता निकालकर ले जाते हैं
तब मेरी देखती हुई आँखें प्रार्थना करती हैं
और जब वापस आती हैं
अपने शरीर में तब वह दिया जा चुका होता है

मध्यवर्गीय जीवन का चित्रण :- कवि ने समकालीन समाज के मध्यमवर्गीय जीवन का यथार्थ चित्रण प्रस्तुत किया है. इन्होंने अपने काव्य में मध्यमवर्गीय जीवन के तनाव और विडंबनाओं का वर्णन किया है. यह कवि और शेष दुनिया के बीच का तनाव है जो कवि को निरंतर आंदोलित करता रहता है. इसके अलावा कवि ने अकेलेपन की विकटता का भी चित्रांकन किया है-

मेरा एक जीवन है
उसमें मेरे प्रिय हितैषी हैं मेरे गुरुजन हैं
उसमें मेरा कोई अन्यतम भी है
पर मेरा एक और जीवन है
जिसमें में अकेला हूँ
जिस नगर के गलियारों फुटपाथों मैदानों में
घूमा हूँ हंसा-खेला हूँ
पर इस हाहातूती दुनिया में अकेला हूँ

भ्रष्टाचार का चित्रण :- समाज में फैले भ्रष्टाचार का यथार्थ चित्रण करते हुए इन्होंने लोकतंत्र में व्याप्त भ्रष्टाचार की प्रत्येक गतिविधि का मार्मिक वर्णन किया है. "आत्महत्या के विरुद्ध" काव्य संग्रह में भ्रष्टाचार को धनात्मक रूप में वर्णित किया गया है. इस संग्रह में कवि ने 'समय आ गया है' वाक्यांश के माध्यम से अनेक गंभीर अर्थों को प्रस्तुत किया है.

व्यंग्य की प्रधानता :- सहाय जी के काव्य में व्यंग्य की प्रधानता है. इन्होंने समकालीन समाज में व्याप्त भ्रष्टाचार, शोषण, राजनीतिक अस्थिरता, जीवन मूल्यों में गिरावट, कुरीतियों आदि के प्रति व्यंग्य प्रस्तुत किए हैं. उन्होंने रामदास कविता में शोषित वर्ग की व्यथा दिखाते हुए सत्ता पर व्यंग्य किया है तो "कैमरे में बंद अपाहिज" कविता में दुख दर्द, यातना को बेचने वाले समाज पर व्यंग्य प्रस्तुत किया है.

उससे पूछेंगे तो आप क्या अपाहिज हैं ?
तो आप क्यों अपाहिज हैं ?
आपका अपाहिजपन तो दुख देता होगा. देता है?
(कैमरा दिखाओ. इसे बड़ा दिखाओ)
हाँ तो बताइए आपका दुख क्या है ?
जल्दी बताइए, वह दुख बताइए, बता नहीं पाएगा.

भाषा शैली :- रघुवीर सहाय जी की भाषा शैली बहुत ही सरल है. वे अपनी काव्य कला में नए शाब्दिक प्रयोग करने से भी नहीं कतराते हैं. परंपरागत ढांचे से बाहर निकाल कर अपनी भाषा, आमजन की भाषा में साहित्य रचना करना इनकी विशेषता है. संवेदनशील कवि होने के कारण इनकी भाषा में भी संवेदनशीलता का भी समावेश मिलता है. इनकी भाषा शुद्ध साहित्यिक खड़ी बोली है जिसमें संस्कृत के तत्सम, तद्भव और विदेशी भाषाओं के शब्दों का भी समायोजन हुआ है. इनके काव्य में मुहावरों से अलग सीधी-सादी भाषा का प्रयोग हुआ है. इन्होंने अपने काव्य में व्यंग्यात्मक भावपूर्ण शैली का प्रयोग किया है. इनकी भाषा में गहनता के साथ सरलता का मिश्रण है जो समझने में तो आसान है ही साथ पढ़ने में भी आनंदानुभूति प्रदान करती है. इनके काव्य में शब्दालंकार और अर्थालंकार का प्रयोग जैसे अनुप्रास, पदमैत्री, उपमा, रूपक, उत्प्रेक्षा, मानवीकरण आदि का स्वाभाविक प्रयोग हुआ है.

रघुवीर सहाय जी ने अपनी लेखनी से हिन्दी समृद्ध बनाने के साथ ही पाठकों में जागरूकता लाने का कार्य सफलता पूर्वक किया है. उन्हें खबरों के कवि के रूप में भी जाना जाता है क्योंकि वे स्वयं मानते थे कि पत्रकारिता और साहित्य एक ही सिक्के के दो पहलू हैं. दोनों ही समाज और उसकी समस्याओं के बारे में, उनके हल के बारे में बात करते है. नई सोच और नई शैली के नए युग के कलाम के धनी ऐसे कम ही कवि होते हैं जिनके कवि होने का औचित्य उनकी रचनाएँ स्वयं ही सिद्ध करती हैं. आप उनकी ये पंक्तियाँ पढ़कर स्वयं देखिये :-

निर्धन जनता का शोषण है, कहकर आप हंसे
लोकतन्त्र का अंतिम क्षण है, कहकर आप हंसे
सबके सब भ्रष्टाचारी, कहकर आप हंसे
चारों ओर बड़ी लाचारी,कहकर आप हंसे
कितने आप सुरक्षित होंगे मैं सोचने लगा
सहसा मुझे अकेला पाकर फिर से आप हंसे

पंकज गुलिया
क्षे. का., कांचीपुरम

मनाली

एक अविस्मरणीय अनुभव

किसी यात्रा का जिक्र करना उतना ही सजीव होता है, जितना उसे प्रत्यक्ष रूप में जीना. कलम चलाते समय जिस स्थान का नाम आता है, उसका बिम्ब अनायास मस्तिष्क में उभर आता है. दोबारा अलौकिक रूप से वहाँ पहुँच जाते हैं. जिन्होंने उस स्थान को देखा नहीं है, वह पढ़कर ही उस स्थान की कल्पना करते हैं. उनके लिए कल्पनाओं की कोई सीमा नहीं होती है. ऐसी ही एक यात्रा का जिक्र मैं करना चाहती हूँ खूबसूरत मनाली, हिमाचल प्रदेश की शान! तो चलते हैं, शब्दों के माध्यम से मनाली की सैर पर.

मनाली यह केवल तीन अक्षर नहीं हैं. यह प्रकृति है, सुंदरता है, खुशी है, शांति है. जैसे ही मैंने मनाली कहाँ बर्फ से ढकी पहाड़ी, खूबसूरत झील का बिम्ब आपके मस्तिष्क में कौंध गया होगा और हां थोड़ी सी ठंडक भी महसूस हुई होगी. मनाली में तीन दिन बिताना मेरे लिए सबसे यादगार और खूबसूरत पल रहे. कोई भी यात्रा हमें खूबसूरत जगह तक ले जाने के साथ ही दैनिक कार्यों से दूर ले जाती है और तनाव भी कम करती है.

ऐसी ही एक जगह है मनाली जिसकी नैसर्गिक सुंदरता अपने चरम पर है. जिसने आधुनिकता को अपनाया तो है पर ओढ़ा नहीं है. मशीनी सुंदरता से अधिक जहां प्राकृतिक सुंदरता है. मेरी ग्रीष्मकाल की छुट्टियों के दौरान मुझे मनाली तथा आसपास के पर्यटन स्थल का दौरा करने का अवसर प्राप्त हुआ.

मनाली और उसकी प्राकृतिक सुंदरता- मनाली एक आकर्षक हिल स्टेशन है. गर्मियों के दिनों में वहाँ जाना सबसे सही समय है. यहाँ हरे भरे देवदार के पेड़ के घने जंगल, मीठे पानी की जलधारा और साल भर बर्फ से ढकी हुई पहाड़ी की चोटियाँ, ऐसा लगता है हमें अपनी ओर बुला रही हैं. मनाली तरोताजा, उत्साहित, सकारात्मकता और असीमित आध्यात्मिक शांति प्रदान करने के लिए आदर्श स्थान है. प्रसिद्ध हडिंबा मंदिर, सुंदर रोहतांग सुंदरता में चार चाँद लगा देते हैं.

मनाली की भाषा और संस्कृति- मनाली में जो क्षेत्रीय भाषा बोली जाती है, उसे पहाड़ी भाषा कहा जाता है. पहाड़ी यह हिन्दी की ही एक बोली है जो संस्कृत तथा प्राकृत से उपजी है, जो अपनी क्षेत्रीय विशेषताएं लिए हुए है. इस क्षेत्र की भाषा को मंडियाली कहा जाता है. यह भाषा इस भूमि की सांस्कृतिक महानता को प्रकट करने में सक्षम है.

मनाली में की जाने वाली गतिविधियां- मनाली में कई सारी गतिविधियाँ की जा सकती हैं, पैराग्लाइंडिग करना एक रोमांच पैदा करता है ऊंचाई से इस दुनियाँ को देखना सच में एक मनमोहक, आकर्षक नज़ारा होता है. ब्यास नदी का साहसिक राफ्टिंग अनुभव रोमांच और उत्साह पैदा करता है. माउंटेन बाइकिंग से आप ऊबड़-खाबड़ इलाकों का पता लगा सकते हैं और प्राकृतिक सुंदरता का आनंद ले सकते हैं.

सोलंग नालाह में विंटर स्पोर्ट का अनुभव ले सकते हैं. नदियों के किनारे कैम्पिंग एक शांत वातावरण में ले जाता है, साथ ही साथ प्रकृति के और करीब ले जाता है. रोहतांग के दर्रे में आपको रोमांचकारी एवं मनमोहक दृश्य दिखते हैं. अगर आप मनाली जा रहे हैं तो आकर्षक मनु मार्केट में ख़रीददारी करना ना भूले.

पहला दिनः मनाली सफर की शुरुआत- पहले दिन हमने दिल्ली से मनाली के सफर की शुरुआत की. हवाई जहाज से दिल्ली पहुँचने के बाद दिल्ली से मनाली के लिए हमने कार बुक की, जो 500 किलोमीटर से अधिक का पूरे रात का सफर था. दिल्ली से बाहर निकलना हमारे लिए एक चुनौती थी जिसमें सफल होने में हमें तीन घंटे से ऊपर का समय लग गया. उसके बाद हम चंडीगड़ में एक ढाबे पर रुके और वहाँ पर रात का खाना खाया.

मनाली में दस्तक- दूसरे दिन सुबह हम मनाली पहुंचे. पूरे सफर के दौरान मैं नींद में थी. पर जिस क्षण मेरी आँख खुली तो मेरा स्वागत हुआ आकर्षक दृश्यों से, नीले आसमान से, सफ़ेद पहाड़ियों से और घने नीले पेड़ों से. मौसम ठंडा था जो प्रकृति में और सुंदरता भर रहा था. हमने जानबूझ कर ब्यास नदी के किनारे होटल बुक किया क्योंकि हम अपने आप को प्राकृतिक सुंदरता में डुबोना चाहते थे. खिड़की से दिखता बर्फ से ढका हुआ पहाड़ एक भ्रम पैदा कर रहा था कि मैं एक दूसरी दुनिया में हूँ. ऐसी जगह मैंने पहले कभी नहीं देखी थी. इस जगह की सुंदरता अतुल्य है.

मनाली अनुभव-

हम मनाली के भ्रमण के लिए निकल पड़े और हिडिंबा मंदिर पहुँच गए. हिडिंबा मंदिर एक प्राचीन मंदिर है जो अपनी अनूठी वास्तुकला और आध्यात्मिक महत्व के लिए जाना जाता है. पास ही का वन विहार पार्क प्रकृति के बीच एक शांत और आरामदायक वातावरण की सृष्टि करता है. हिमाचल प्रदेश का संग्रहालय हिमाचल प्रदेश

के समृद्ध इतिहास और संस्कृति की जानकारी प्रदान करता है. शाम को हम पैदल ही बाज़ार की ओर निकाल पड़े, जहां मुझे पहली बार आसमान की भव्यता का अहसास हुआ. प्रदूषण मुक्त वातावरण के कारण आकाश काफी स्पष्ट दिख रहा था. पहली बार तारों को इतना चमकता हुआ देखा. सच में एक आश्चर्यजनक और मनमोहक दृश्य था.

दूसरे दिन कुल्लू का रोमांच- यात्रा का दूसरा दिन हमें कुल्लू ले गया. कुल्लू और मनाली दोनों हिमाचल प्रदेश की शान हैं. कुल्लू यह भी अपनी प्राकृतिक सुंदरता के लिए मशहूर है. हमने बर्फीले ठंडे पानी और तेज धाराओं के साथ ब्यास नदी में रोमांचक राफ्टिंग का अनुभव लिया. हमने पैराग्लाइंडिंग का भी आनंद लिया जिससे जो हमें इस सुरम्य परिदृश्य से भी ऊपर एक एड्रेनालाइन से भरा रोमांच का अनुभव हुआ. कुल्लू अपनी शॉल के लिए प्रसिद्ध है और हमने एक शॉल बुनाई उद्योग का दौरा किया जहां हमने अपने प्रियजनों के लिए स्मृति चिह्न खरीदे.

माल रोड और एक मनमोहक शाम-

मनाली में माल रोड़ का भी एक अनुभव था, वह एक खूबसूरत शाम थी, जिसके दोनों ओर आकर्षक रूप में सजी दुकानें थी. इस सड़क पर हमेशा हलचल होती रहती है. ऐसा लगता है यह सड़क जीवित है, हमसे बातें कर रही है और ये दुकानें इसी का हिस्सा है, जिनमें कपड़ों की दुकाने, खाने-पीने की दुकाने, जूते और बैग की दुकाने थी. मेरे लिए यह एक असाधारण अनुभव था. मैंने इस सड़क पर खुद को डुबो लिया था. एक अदृश्य शक्ति थी इस सड़क पर जो हमें कई मिलों चला सकती थी.

तीसरा दिन रोहतांग यात्रा - तीसरे दिन हमारी रोहतांग की यात्रा तय थी. रोहतांग की सड़क दुनिया की खतरनाक सड़कों में से एक है. भारी ट्राफिक की वजह से हमारे गाइड ने हमें मरही तक पहुंचाया जो कि रोहतांग के पास ही एक जगह है. बर्फ में खेलते हुए हमने वहाँ पर घंटों बिताएँ. रोहतांग की आकर्षक सुंदरता ने हम पर अविस्मरणीय छाप छोड़ी.

इस यात्रा को शब्दों में पिरोना कठिन है. कहीं न कहीं कुछ न कुछ छूट जाता है. मनमोहक दृश्यों को शब्दों में बयां कर पाना मुश्किल है. मनाली की मेरी तीन दिवसीय यात्रा प्राकृतिक सुंदरता और रोमांच से भरी थी. जहां एक ओर ब्यास नदी का शांत प्रवाह तो दूसरी ओर प्राकृतिक सुंदरता थी और यहाँ की स्थानीय संस्कृति ने इस यात्रा को अविस्मरणीय बना दिया. यह एक स्वर्ग है जहां पर जाकर इसकी लुभावनी सुंदरता में कोई भी गुम हो जाएगा. मनाली से फिर मिलने का वादा करके हमने विदाई ली.

आर. रजनी
क्षे. का., हैदराबाद कोटी

कन्याकुमारी

कन्याकुमारी देवी पार्वती की भूमि है, जो बंगाल की खाड़ी, अरब सागर और हिन्द महासागर के ऐतिहासिक संगम की साक्षी है. कन्याकुमारी, भारत के तमिलनाडु राज्य में स्थित है. यह भारतीय उपमहाद्वीप की भारतीय भूमि के सबसे दक्षिणी बिन्दु पर स्थित है, अत: इसे धरती का अंत कहा जाता है. यह शहर तिरुवनंतपुरम शहर से दक्षिण में 90 किलोमीटर और कन्याकुमारी जिले के मुख्यालय, नगरकोइल से दक्षिण में 20 किलोमीटर दूर स्थित है. कन्याकुमारी, भारत का एक प्रख्यात पर्यटन स्थल और तीर्थस्थल है.

यह धरती का एकमात्र स्थान है जहां पर समुद्र से सूर्योदय एवं सूर्यास्त दोनों का मनोरम दृश्य देखा जा सकता है. भारत में एक ही ऐसा स्थान है जहां पूर्णिमा की रात को सूर्यास्त और चंद्रोदय एक साथ दिखाई देते हैं.

कन्याकुमारी मंदिर के दक्षिण पूर्व हिस्से से, समुद्र से दो पत्थर बाहर आ रहे हैं. इन्हीं में से एक पत्थर पर स्वामी विवेकानंद बैठे थे और ध्यान किया था. माँ कन्याकुमारी की कृपा ने एक साधारण सन्यासी को शक्तिशाली धर्मयोद्धा में परिवर्तित कर दिया. उस पत्थर को 'विवेकानन्द रॉक' नाम दिया गया है. 1970 में इस पत्थर पर 'विवेकानंद रॉक मेमोरियल' की स्थापना की गयी. यह भारतीय वास्तुकला का बेहतरीन मिश्रण है. मेमोरियल के मण्डप में स्वामी विवेकानन्द की प्रतिमा स्थापित की गयी है. इस पत्थर पर देवी कन्या कुमारी के पदचिह्न श्रीपद पराई भी देख सकते हैं. हिन्द महासागर की लहरों के मधुर संगीत के साथ, यह शांतिपूर्ण एवं भावविभोर करने वाला स्थल है.

कन्याकुमारी का मुख्य आकर्षण तिरुवल्लुवर की प्रतिमा है. यह समुद्र में मुख्य भूमि से 500 मीटर दूर पत्थर के ऊपर ग्रेनाइट ब्लॉक से बनाया गया है. यह तिरुवल्लुवर की प्रतिमा 133 फीट की ऊंचाई, तमिल कवि - संत तिरुवल्लुवर, की रचना तिरुक्कुरल के उच्च शिलालेखों के 133 चैप्टर का द्योतक है.

देवी कन्याकुमारी, कुमारी अम्मान मंदिर 108 शक्तिपीठों में से एक है. 3000 वर्ष से पुराना यह मंदिर धार्मिक महत्ता के साथ-साथ ऐतिहासिक महत्त्व भी रखता है. कन्याकुमारी मंदिर, धार्मिक एवं ऐतिहासिक रूप से तो महत्वपूर्ण है ही साथ ही साथ यह प्राकृतिक सौदर्य की बेहतरीन छवि उपलब्ध कराता है. आध्यात्मिक आभा, अद्वितीय प्राकृतिक सुंदरता और प्राचीन वास्तुकला मंदिर को ऐसी शोभा देते हैं जिससे केवल धार्मिक लोग ही नहीं बल्कि कन्याकुमारी आए पर्यटक भी आकर्षित होते हैं.

कुमारी अम्मन, कन्याकुमारी मंदिर की पीठासीन देवी हैं, इन्हें भगवती अम्मन के नाम से भी जाना जाता है. मंदिर की मुख्य शक्ति देवी कुमारी का मुख पूर्व दिशा की तरफ है. देवी की प्रतिमा के आकर्षक नयन-नक्श पर एक अत्यंत मनोहर हीरे की नथ है. उस नथ की अद्भुत चमक से संबन्धित कई कहानियाँ प्रचलित हैं. कुछ लोगों का मानना है कि यह हीरा नाग से प्रात किया गया है. एक प्रख्यात कथा के अनुसार एक बार एक नाविक ने देवी के हीरे को लाइटहाउस समझ लिया था और अंतत: जहाज नाव से टकरा गया. इसी कारण से मंदिर के पूर्वी दरवाजे हमेशा बंद रहते हैं और पूरे वर्ष में विशेष अवसरों पर केवल 5 बार खोले जाते हैं. कन्याकुमारी मंदिर की दीवारें मजबूत पत्थरों से बनी हैं. मंदिर का मुख्यद्वार उत्तरी दरवाजा है.

कन्याकुमारी मंदिर का इतिहास समझने के लिए हमें पौराणिक ग्रंथों का मार्ग लेना होगा, जिनमें इस महान मंदिर का विवरण मिलता है. हिन्दू महाकाव्य महाभारत एवं रामायण में भी कुमारी अम्मन मंदिर का उल्लेख मिलता है.

ए. जे. विजया लक्ष्मी
क्षे. का., वाशी

कच्छ का रण उत्सव

हमारा देश विविधताओं का देश है. विविधता हमें धर्म और भाषा में तो दिखती ही है साथ ही साथ विविधता यहाँ भौगोलिक रूप-रंग में भी है.

भारत विश्व की सबसे पुरानी सभ्यताओं में से एक है. यहाँ की सांस्कृतिक विरासत अत्यंत समृद्ध है. संपूर्ण भारत में अनेकानेक उत्सव मनाए जाते हैं तथा यहाँ अनेकों पर्यटन स्थल भी आकर्षण के केंद्र हैं. ऐसा ही एक आकर्षण है "कच्छ का रण उत्सव".

यह एक पर्यटन स्थल के साथ ही साथ उत्सव भी है, जो गुजरात की सांस्कृतिक धरोहर का एक अभिन्न अंग है. यह स्थान पर्यटन के लिए वर्ष के 12 महीने उपलब्ध न होकर केवल कुछ महीनों के लिए ही प्रकट होता है, इसलिए इसे उत्सव कहा जाता है.

कच्छ का रण गुजरात राज्य के कच्छ जिले के उत्तर तथा पूर्व में फैला नमकीन दलदल का वीरान स्थल है. रण का अर्थ रेगिस्तान है. मूलत: कच्छ का रण अरब सागर का ही एक अंग है जो भूकंप के कारण अपने मौलिक तल से ऊपर उभर आया है और परिणामस्वरूप समुद्र से पृथक हो गया है. अब यह एक विस्तृत दलदली क्षेत्र है जो मानसून के दौरान जलमग्न होने के कारण अगम्य हो जाता है.

कच्छ का रण नमक का सफेद रेगिस्तान है. इस उत्सव की परिकल्पना सन् 2006 में गुजरात के तत्कालीन मुख्यमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने की थी. इस उत्सव का प्रारंभ तीन दिवसीय कार्यक्रम के रूप में हुआ था और विश्व भर में इसकी प्रसिद्धि के साथ अब यह 100 दिवसीय उत्सव बन गया है.

कच्छ का रण दुनिया के सबसे बड़े नमक के रेगिस्तानों में से एक है. भारत को 75 फीसदी नमक यहीं से प्राप्त होता है.

हाल के वर्षों में रण पर्यटन का बड़ा आकर्षण बन गया है. यह नवंबर माह से लेकर फरवरी तक चलने वाला उत्सव है. दुनिया भर के लोग भारत के इस लुभावने नमक के रेगिस्तान का अनुभव करने के लिए यहाँ आते हैं. सर्दियों में यह दलदल सूखकर कठोर हो जाता है जिससे इस विशाल मैदान पर सैलानी पैदल, ऊंट या जीप सफारी का आनंद लेते हैं.

यहाँ का मुख्य आकर्षण सूर्योदय और सूर्यास्त को देखना है जब नमक की सफेद चादर स्वर्ण की भाँति चमकने लगती है. कुदरत के इस अनोखे दृश्य को देखकर अपार शांति का अनुभव होता है. सबसे मुख्य आकर्षण है पूर्णिमा के चाँद की रोशनी में रण को देखना, क्योंकि सफेद रेत पर चांदनी का प्रतिबिंब उस स्थान को स्वर्ग तुल्य बना देता है, जहाँ चांदी की भूमि है और प्राकृतिक चमक की रोशनी है. धरती पर स्वर्ग रूपी यह दृश्य अन्यत्र कहीं संभव नहीं है.

कच्छ के रण उत्सव में मीलों तक फैले नमक के चमकदार श्वेत रेगिस्तान को देखना, अंतहीन क्षितिज को निहारना तथा खुले आसमान को महसूस करना यह रोमांचकारी अनुभव आपको अन्यत्र नहीं मिलेगा. इस के साथ ही कच्छ क्षेत्र में रहने वाले खानाबदोश समुदायों की कला शिल्प, प्रिंटेड कपड़ों की कई शैलियाँ, विलुप्त हो रही प्राकृतिक रंगों वाली बेला प्रिंटिंग, अरंडी तेल वाली रोगन प्रिंटिंग, गुजरात के समृद्ध हस्तशिल्प आपको लुभाएगी.

सालाना उत्सव में लोक संगीत, लोक नृत्य के कार्यक्रम भी निरंतर चलते रहते हैं जो आपको मंत्रमुग्ध करते हैं और गुजरात की पारंपरिक संस्कृति से आपको जोड़ देते हैं.

गुजरात के पारंपरिक व्यंजन भी रणोत्सव के रोमांच को बढ़ाते हैं. ढोकला, फाफडा, दूध, दही, छाछ, अत्यंत स्वादिष्ट व स्वास्थ्य वर्धक व्यंजन के कई स्टाल यहाँ मिल जाएंगे. ऊंटनी का दूध भी सैलानियों को बहुत आकर्षित करता है जो स्वास्थ की दृष्टि से भी बहुत लाभदायक है.

कच्छ के रण तक पहुँचने का निकटतम हवाई अड्डा भुज है जो कच्छ से लगभग 60 किलोमीटर दूर है. कच्छ का अपना कोई रेलवे स्टेशन न होने के कारण निकटतम रेलवे स्टेशन भी भुज ही है.

रण उत्सव के दौरान गुजरात सरकार द्वारा श्वेत रण में आगंतुकों के लिए भोजन व हस्तशिल्प स्टॉलों के साथ सैकड़ों लग्जरी टेंट हाउस वाला एक टेंट सिटी स्थापित किया जाता है. इसके लिए आपको टेंट की प्री बुकिंग ऑनलाइन करनी होती है. इसके अलावा रण से कुछ दूरी पर होटलों में भी आवास उपलब्ध है.

अरुण कुमार गुप्ता
अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र. मंगलूरु

बाल साहित्यकार श्री पवन कुमार वर्मा

श्री पवन कुमार वर्मा बाल साहित्य जगत की जानी मानी हस्ती हैं. प्रकाशन विभाग, सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा इनके बाल-कथा संग्रह यथा 'जंगल की एकता', 'अनोखी दोस्ती', 'सपनों की दुनिया', 'हम सब साथ हैं", 'मिट्ठू चाचा', 'दादाजी का मौन व्रत', 'पवन कुमार वर्मा की श्रेष्ठ बाल-कहानियाँ', 'मटके वाली कुल्फी', "अक्ल बड़ी या भैंस" का प्रकाशन किया गया.

कर्नाटक सरकार द्वारा "पवन कुमार वर्मा की श्रेष्ठ बाल कहानियाँ" का कन्नड़ भाषा में अनुवाद हेतु चयन किया गया और "मिट्ठू चाचा" का मराठी अनुवाद प्रकाशित हुआ है.

आपको नागरी बाल साहित्य संस्थान, बलिया (उ.प्र.) द्वारा बाल साहित्य सम्मान, सांस्कृतिक एवं साहित्यिक कला संगम अकादमी, परियावाँ, प्रतापगढ़ (उ.प्र.) द्वारा "साहित्य श्री" की उपाधि, भाऊराव देवरस सेवा न्यास, लखनऊ द्वारा पंडित प्रताप नारायण मिश्र युवा साहित्यकार सम्मान, भारतीय बाल कल्याण संस्थान, कानपुर द्वारा बाल साहित्य सम्मान, बाल साहित्य शोध संस्थान, बनौली (दरभंगा) बिहार द्वारा "रामवृक्ष बेनीपुरी बाल साहित्य शिखर सम्मान", इण्डियन एसोसिएशन ऑफ़ जर्नलिस्ट (आई.ए.जे.) द्वारा "शान-ए-काशी" सम्मान, बाल कल्याण एवं बाल साहित्य शोध संस्थान, भोपाल द्वारा बाल साहित्य सम्मान, साहित्य मण्डल, नाथद्वारा (उदयपुर, राजस्थान) द्वारा "बाल साहित्य भूषण" सम्मान से नवाज़ा गया है.

श्री अनुराग कुमार सिंह, संवाददाता यूनियन सृजन, क्षे. का., गाजीपुर के साथ आपकी बातचीत का अंश.....

अपने बचपन, शिक्षा और परिवार के बारे में बताएं.

मेरा बचपन भी एक सामान्य बच्चे की तरह ही बीता है. मैं एक मध्यमवर्गी परिवार से ही आता हूँ. मेरे पिता स्व. रविन्द्र नाथ वर्मा गाजीपुर के प्रख्यात अधिवक्ता रहे जो युनियन बैंक के सूचीबद्ध अधिवक्ता भी रहे. माता स्व. उषा वर्मा गृहणी थी. मेरी इंटरमीडिएट तक की शिक्षा-दीक्षा गाजीपुर से हुई. इसके उपरांत मैने सिविल इंजीनियरिंग की डिग्री अमरावती यूनिवर्सिटी से हासिल की. मेरे परिवार में मेरे एवं मेरी पत्नी के अलावा दो बेटियाँ और एक बेटा है.

आपने लिखना कब प्रारंभ किया. आपकी पहली रचना के बारे में बताएं?

जब मैं अपनी स्नातक की डिग्री हासिल करने अमरावती यूनिवर्सिटी गया तब यह पहला मौका था जब मैं अपने घर से दूर था. वहाँ हास्टल की जीवनशैली एकदम अलग थी. वहाँ मेरा मन नहीं लगता था, मुझे मेरा घर याद आता था, मेरा बचपन याद आता था क्योंकि इससे पहले इस तरह का संघर्ष मैंने जीवन में कभी महसूस नहीं किया था. वहाँ पर जो मित्र बने वे अलग-अलग राज्य से आए थे. उन सबकी भाषाएं भी अलग-अलग थी इसलिए उनसे मेरी ज्यादा बात नहीं होती थी. तब मैनें अपने अकेलेपन को दूर करने के लिए बाल साहित्य की तरफ अपना रुझान किया. मेरा मानना है कि यदि आप अपने आप को कहीं पर व्यस्त रखते हैं तो आपको इस तरह की कोई समस्या नहीं होगी. किसी भी व्यक्ति के जीवन का सबसे अच्छा दौर बचपन का ही रहता है. कुछ लिखने से पहले मैंने श्री मुंशी प्रेमचंद्र, श्री देवकीनंदन खत्री इत्यादि की पुस्तकों को पढ़ा, तब मेरे अंदर भी यह जिज्ञासा आई कि मुझे भी कुछ लिखना चाहिए. उस समय ही गाजीपुर के आमघाट से एक स्थानीय समाचार पत्र निकलता था और संयोग से उसके संपादक मेरे परिचय के थे. उनसे मैने कहा "चाचा जी मैं कुछ लिखना चाहता हूँ" तो मुझे वहाँ की स्थानीय समस्याओं के बारे में लिखने का अवसर मिला. फिर अचानक मेरे मन में ख्याल आया कि क्यों न इसे कहानियों का रूप दिया जाए. शुरूआत में मैं लघु कहानियाँ लिखता था, मेरी लघु कहानियाँ लगभग बनारस एवं गाजीपुर की सभी स्थानीय समाचार पत्रिकाएं, दैनिक जागरण इत्यादि में छपती थी. तब मैंने अपनी पहली पुस्तक लिखी "जंगल की एकता". इसी पुस्तक पर मुझे प्रतिष्ठित सम्मान 'भाऊराव देवरस सेवा न्यास', लखनऊ द्वारा 'पंडित प्रताप नारायण मिश्र' युवा साहित्यकार सम्मान प्राप्त हुआ.

क्या आपके परिवार में और कोई साहित्य क्षेत्र से हैं?

नहीं मेरे अलावा मेरे परिवार से और कोई इस क्षेत्र से नहीं है.

सिविल इंजीनियरिंग में स्नातक करने के बाद भी बाल साहित्य लेखन में कैसे आए? बाल साहित्य में आपकी रुचि कैसे हुई?

जब मैं नौवीं कक्षा में था, उस समय मेरा लिखा एक लेख स्थानीय समाचार पत्र में प्रकाशित हुआ. वह पूरी तरह से सामाजिक समस्याओं पर आधारित था. संपादक महोदय को वह लेख बहुत पसंद आया. अब नियमित लेख लिखने को कहने लगे. मैंने कुछ और लेख लिखे, जो वहां से प्रकाशित हुए. पिताजी अब नाराज होने लगे. उनको ऐसा लगा कि इससे मेरी शिक्षा- दीक्षा प्रभावित होगी. मैंने फिर भी लिखना नहीं छोड़ा. लेकिन अब रचनाएं प्रकाशन के लिए नहीं, अपने लिए थी. डायरी में उन लेखों को कैद कर दिया. लेकिन कब तक?

सिविल इंजीनियर की स्नातक डिग्री के लिए घर से दूर जाना पड़ा. हॉस्टल में रहना था. घर-परिवार से दूर, उस एकाकीपन को दूर करने के लिए पढ़ाई के साथ-साथ फिर से लिखना प्रारंभ किया. लेकिन अपनी अभिव्यक्ति लेखों के बजाय कहानियों के माध्यम से करने लगा. मेरी कुछ कहानियां मुक्ता एवं गृहशोभा में प्रकाशित भी हुईं. मेरी इंजीनियरिंग की पढ़ाई कहीं से भी मेरे साहित्य सृजन को प्रभावित नहीं कर रही थी. बल्कि इस दौरान मैंने अनेक साहित्यिक रचनाएं पढ़ीं, जिसने मेरे सोचने समझने के दायरे को बहुत बढ़ाया. कर्म से मैं भले ही इंजीनियर हो गया, लेकिन मन पूरी तरह से साहित्य में ही रच-बस गया. उस समय यह मेरे मन की अभिव्यक्ति का साधन था, जो अब साधना में परिवर्तित हो गया है.

बचपन में बहुत सी बातें हमारे लिए अनुत्तरित होती हैं, जो मन के किसी कोने में दबी रहती हैं. जब थोड़ी समझ आती है तब अपनी उन्हीं बातों का स्वत: उत्तर मिल जाता है. मेरे साथ भी कुछ ऐसा ही था. लेखन अब मेरे रोम- रोम में बस चुका था. मैं बचपन की अपनी उसी सोच को बाल कहानियों के माध्यम से लिखने लगा, जिसे सबने सराहा. फिर तो मैं बाल साहित्य में ही रच- बस गया. वह भी कथा -साहित्य. मेरे अब तक पांच बाल कथा संग्रह प्रकाशित हो चुके हैं.

आप बाल साहित्य में किसे अपना आदर्श मानते हैं और क्यों ?

मुझे लगता है जब हम किसी से प्रभावित होकर किसी को आदर्श मानकर कोई सृजन करते हैं तो अपनी मौलिकता खो देते हैं. सबका अपना-अपना दायरा है, अपनी सोच है, अपने विषय हैं. हमें सबका सम्मान करना चाहिए. बस रचना का उद्देश्य समाज एवं देश होना चाहिए.

कई रचनाकारों के लिए, साहित्य सृजन का उद्देश्य व्यावसायिकता बन गया है. इस संबंध में आपकी क्या राय है?

ऐसा बिल्कुल भी नहीं है. बहुत सी श्रेष्ठ रचनाएं प्रकाशन के अभाव में रह जाती हैं. अब भी प्रकाशक बहुत आसानी से अपनी रचनाएं प्रकाशित नहीं करते हैं. लेखकों को अपनी रचनाओं के प्रकाशन के लिए बहुत माथा-पच्ची करनी पड़ती है, लेकिन फिर भी मेरा ऐसा मानना है अच्छी रचनाएं अपना मूल्यांकन स्वत: कर लेती हैं.

बाल साहित्य, बालकों तक पहुंचाने के लिए क्या किया जा सकता है?

आपका यह प्रश्न मेरे मन का है. बाल साहित्य का प्रचार- प्रसार बढ़ाने की जरूरत है और हम यह काम केवल प्रकाशक के जिम्मे नहीं छोड़ सकते हैं. हमें भी इस ओर ध्यान देना होगा. बच्चों की पुस्तकें जब तक बच्चों तक नहीं पहुंचेगी तो बाल- साहित्य का कोई औचित्य ही नहीं है. पुस्तकों के प्रचार- प्रसार पर भी ध्यान केंद्रित करना होगा. मुझे लगता है स्कूल इसका अच्छा माध्यम बन सकता है. इस पर व्यापक चर्चा की आवश्यकता है

बाल साहित्य कैसा होना चाहिए या बाल साहित्य के मूल तत्व क्या हैं? आज बाल साहित्य के सामने कौन-कौन सी चुनौतियां हैं?

बाल साहित्य, जो बच्चों में नैतिकता, देश प्रेम, सामाजिक एवं पारिवारिक संस्कारों को बढ़ाते हो, वह नि:संदेह श्रेष्ठ है. जितनी मात्रा में रचनाएं लिखी जा रही है, क्या वह पूरी की पूरी बच्चों तक पहुंच पा रही है? यह सबसे गंभीर चुनौती है. मैंने पहले कहा कि यह कार्य केवल प्रकाशक के जिम्मे में नहीं छोड़ा जा सकता है.

बालकों में बाल साहित्य पठन में रुचि उत्पन्न करने के लिए क्या किया जा सकता है?

इस ओर छोटे- छोटे कदम उठाने होंगे. बच्चों को पहले यह पता तो चले कि उनके लिए क्या लिखा जा रहा है, कहां लिखा जा रहा है? मेरे घर में भी यह समस्या थी. मैंने बिना कुछ कहे कुछ रंग- बिरंगी बच्चों की किताबें उनकी टेबल पर रख दी. मुझे उनसे कुछ नहीं कहना पड़ा. वे स्वत: पढ़ने लगे. आपको अलग से कोई प्रयास नहीं करना हैं. केवल पुस्तकें उन तक पहुंचानी है.

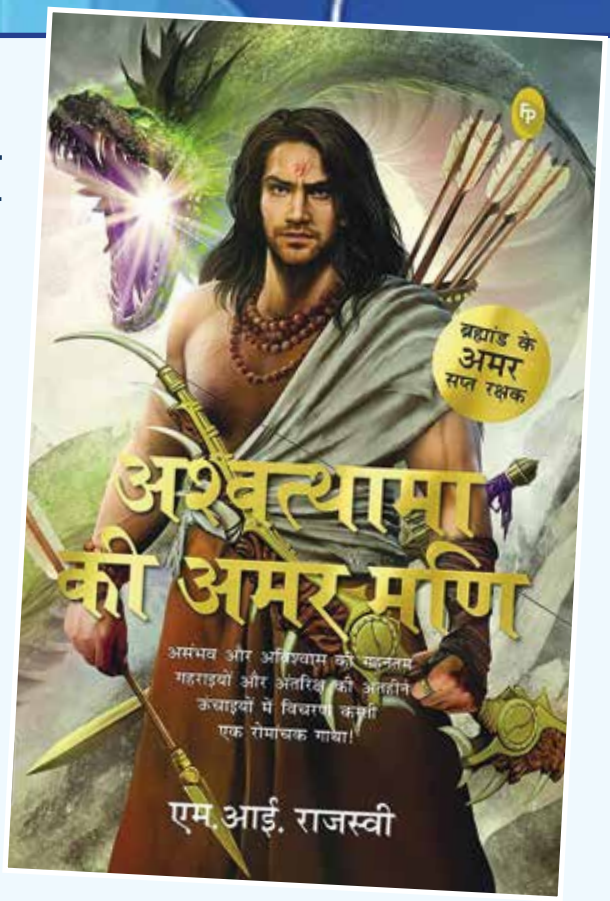
हमारे पाठकों के लिए आपका क्या संदेश है?

मेरा सभी पाठकगणों के लिए यह संदेश रहेगा कि सभी लोग पुस्तकों के प्रति लगाव रखें. मेरा यह मानना है कि हर पुस्तक आपको सकारात्मक संदेश ही देगा और मैं यह भी कहना चाहूँगा कि अपने बच्चों में भी पुस्तक के प्रति प्रेम उत्पन्न करें क्योंकि बच्चे जो कल देश का भविष्य बनेंगे अगर आज से उनके अंदर किताबों के प्रति थोड़ा भी लगाव हो जाए तो उनके भविष्य की ज्यादा चिंता करने की आवश्यकता नहीं रहेगी.

अनुराग कुमार सिंह
क्षे. का., गाजीपुर

अश्वत्थामा की अमर मणि

लेखक: एम.आई. राजस्वी



महान क्रान्तिवीरों सुखदेव, विपिन चंद्र, अशफाक उल्लाह खान, महाराणा सांगा एवं सुविख्यात कवियत्री सुभद्रा कुमारी चौहान जैसी महान शख्सियतों पर पुस्तकें लिखने वाले एवं हिंदी साहित्य को उच्च कोटि की अन्य बेशुमार रचनाएं देने वाले प्रख्यात, कलम के जादूगर एम.आई.राजस्वी एक स्थापित कलमकार हैं.

इस उपन्यास से पूर्व राजस्वी जी ने अश्वत्थामा को आधार बनाकर उपन्यास "अश्वत्थामा का अभिशाप" भी लिखा है. अत: उस स्तर पर कुछ नया नहीं है.

विशिष्ट उल्लेख है कि यह "अश्वत्थामा का अभिशाप" का दूसरा भाग न होकर अपने आप में स्वतंत्र उपन्यास है एवं किसी प्रकार से भी कथानक में कमी महसूस नहीं होती. यदि "अश्वत्थामा का अभिशाप" न भी पढ़ा हो तो भी इसे पढ़ा जा सकता है.

यथा पुस्तक के शीर्षक से ही विदित हो जाता है कि ब्रम्हांड के सप्त चिरंजीवी में से एक अश्वत्थामा की अमर मणि पर ही सम्पूर्ण कथा केन्द्रित है एवं पौराणिक भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति को केन्द्र में रखकर रचित है, जहाँ आस्थाओं व परम्पराओं में आरूढ़ होकर सम्पूर्ण भूलोक पर सत्य, सदाचार व न्याय का राज्य स्थापित हो, की अवधारणा ही प्रमुखता से विराजती है. अत: शीर्षक पूर्णत: युक्तियुक्त है.

समीक्षाधीन पुस्तक, पूर्ण रूप से काल्पनिक घटनाओं पर आधारित है एवं अपनी लेखन कला द्वारा राजस्वी जी उन घटनाओं को वास्तविकता के करीब दिखाने में उनका अद्भुत चित्रण करने में बखूबी सफल हुए हैं एवं निश्चय ही उन्होंने अपने विशिष्ट प्रस्तुतीकरण द्वारा उन घटनाओं को वास्तविकता के समकक्ष लाकर खड़ा कर दिया है.

राजस्वी जी ने पौराणिकता एवं आधुनिकता का अकल्पनीय एवं अद्भुत संगम प्रस्तुत करने का कारनामा खूबसूरती से कर दिखाने में सफलता हासिल की है. इस अप्रतिम उपन्यास के मार्फत लेखक द्वारा, पौराणिक पात्रों (जिन्हें अमरता प्राप्त थी) एवं फिलहाल घटित हो रही विभिन्न घटनाओं का वर्तमान -विज्ञान समृद्ध युग में शक्ति के अहंकार में डूबे चंद विनाशकारी तत्वों को दिए गए सबक का समायोजन करने के साथ सप्तचिरंजीवी पात्रों का वर्तमान से युग्म बनाकर लेखन कला का सुंदर उदाहरण प्रस्तुत किया गया है.

जहां एक ओर सप्त चिरंजीवी पौराणिक पात्र यथा अश्वत्थामा वीर हनुमान, परशुराम, लंकापति विभीषण आदि घटनाक्रम में सम्मिलित हैं, वहीं दूसरी ओर विश्व के विभिन्न देशों के हालिया घटनाक्रम को संजोया गया है और इन राष्ट्रों के द्वारा विश्व स्तर पर मानवता के खिलाफ खेले जा रहे घिनौने खेल पर से पर्दा उठाते हुए उनके द्वारा किए गए शर्मनाक कृत्यों की दिल दहला देने वाली घटनाओं की विस्तृत प्रस्तुति है.

कथानक का सारांश कुछ इस प्रकार है -

चीन विश्व विजेता बनने हेतु अश्वत्थामा को अपने कुटिल इरादों में सम्मिलित करने हेतु प्रयासरत है. द्वितीय विश्व युद्ध ने विश्व की महाशक्तियों का ऐसा परस्पर दमन किया कि साम्राज्यवाद बिखर गया, विभिन्न मुल्क आज़ाद होने लगे और चीन भी आजाद हो गया, वहीं नितांत स्वार्थपरक बाजार नीति चीन की आर्थिक समृद्धि का कारण बनी. सम्पूर्ण कथानक ही चीन की समस्त कुटिल चालों के इर्द गिर्द है जिनके पीछे वहां के शातिर दिमाग वाले वैज्ञानिक जूनियर माओत्से को दर्शाया गया है.

पौराणिक पृष्ठभूमि है, अत: सम्बद्ध घटनाओं का विस्तृत वर्णन भी लेखक द्वारा किया गया है. अश्वत्थामा का बचपन, उनकी शिक्षा-दीक्षा एवं उनकी वीरता के किस्से इत्यादि का भी रुचिकर वर्णन प्रस्तुत किया है. द्रोणपुत्र अश्वत्थामा का एक विवेकशील, इन्द्रीयजीत, ऋतुजयी, धर्मज्ञ, महाबली एवं अनन्य शिवभक्त के रूप

में सुंदर प्रस्तुतीकरण किया गया है. साथ ही प्रकृति एवं विभिन्न प्राकृतिक दृश्यों का भी सुंदर वर्णन किया गया है.

आगे चलकर युद्ध भूमि का भी वर्णन है, जहाँ अश्वत्थामा दुर्योधन के मित्र हैं किन्तु कुछ शब्दों के तीर चुभ जाने से व्यथित भी हैं. आगे जाकर उनका अर्जुन से युद्ध का वर्णन भी रोचक है अर्जुन के सारथी स्वयं भगवान कृष्ण अर्थात नारायण ही हैं, फिर ऐसे धनुर्धर से युद्ध का विवरण तो रोचक होना ही है.

युद्ध में आचार्य के शव को देख विलाप करते अश्वत्थामा और 'अश्वत्थामा मारा गया' वाली बात युद्ध क्षेत्र में कैसे भ्रम फैला देती है, इसकी भी रोचक प्रस्तुति है जो कि पुस्तक के भाग 'अश्वत्थामा हतो नरो वा कुंजरो' में विस्तार से बताया गया है. पिता द्रोण का युद्ध भूमि में छलपूर्वक वध किया जाना, कृष्ण के सामान्य बोलचाल के दौरान ही कहे गए उपदेश सदृश वचन एवं अश्वत्थामा की भीषण प्रतिज्ञा तथा उन्हें अमरत्व का अभिशाप इत्यादि घटनाओं का सुन्दर प्रस्तुतीकरण है.

चीन की कुटिल साजिशों को सम्पूर्ण विश्व ने कोरोना महामारी के रूप में देखा, जो कि उसके द्वारा चली गयी एक गंभीर साजिश का परिणाम था. कोरोना वायरस कैसे बनाया गया एवं कितनी शातिराना हरकतों के द्वारा उसका प्रसार सम्पूर्ण विश्व में कर दिया गया, सभी कुछ अत्यंत रोमांचक तरीके से सम्पूर्ण विस्तार के संग दिखलाया है. कोरोना वायरस तो चीन के द्वारा जैविक युद्ध की शुरुआत भर थी.

घटनाक्रम में आगे चीन की साजिशें, अपने सीक्रेट एजेंट के द्वारा की गयी भिन्न-भिन्न साजिशें और अश्वत्थामा की मणि हेतु किए गए प्रयास, कोरोना वायरस द्वारा सम्पूर्ण विश्व में महामारी और विभिन्न स्थितियों का चित्रण किया गया है. प्रभास की प्रेम कहानी का भी वर्णन है. प्रभास कौन है, उसका इस कथानक से क्या सम्बन्ध है? यह भी जब "अश्वत्थामा का अभिशाप" पढ़ते हैं तो स्पष्ट हो जाता है. जहां एक ओर आधुनिक घटनाक्रम और पुरातन पात्र सम्मिलित हैं, वहीं दूसरी ओर चीन की नीतियां, वहां की आंतरिक परिस्थितियां, विश्व के विभिन्न देशों के वर्तमान के आतंकी एवं विध्वंसक घटनाक्रम को भी संजोया गया है और चीन के द्वारा विश्व स्तर पर मानवता के खिलाफ खेले जा रहे घिनौने खेल पर से पर्दा उठाते हुए उसके द्वारा किए गए शर्मनाक कृत्यों की रोमांचक प्रस्तुति भी है.

समीक्षात्मक टिप्पणी :-

- वरिष्ठ लेखक द्वारा कथानक पर सधी किन्तु गहरी पकड़ बनाए रखते हुए कथानक सुंदर तरीके से सिलसिलेवार आगे ले जाया गया है एवं भरपूर रोमांच के बीच कथानक के अंत के प्रति जिज्ञासु बनाए रखते हुए दम साधकर निरंतर उपन्यास को पढ़ने में लगाए रखने में बखूबी कामयाब हुए हैं.

- क्योंकि कथानक को चीन से मुख्यत: जोड़ा गया है, अत: आध्यात्म की ओर जाते हुए, बौद्ध भिक्षु के प्रवचन एक विशेष सरल बोधगम्य भाषा में अत्यल्प ही प्रस्तुत किए गए हैं.

- चीन की दमनकारी नीतियों का, उसके शातिर, कुटिल अधिकारियों के घृणित कृत्यों का विवरण, सम्पूर्ण विश्व पर कब्ज़ा करने के कुत्सित विचार को पूर्ण करने हेतु बेहद खतरनाक आयुधों का संग्रह, निर्माण, एवं अश्वत्थामा की मणि हथियाने हेतु किए जा रहे कुत्सित प्रयासों का तथा विभिन्न शक्तिशाली राष्ट्रों के बीच पारस्परिक स्वार्थ एवं स्पर्धा का बखूबी चित्रण किया गया है तथा लेखक ने उपन्यास को बोझिल होने से बचाते हुए बड़े ही खूबसूरत तरीके से कहीं-कहीं कुछ प्रेरक संदेश भी दिए हैं.

- लेखक द्वारा विभिन्न पात्रों के माध्यम से घटनाक्रम पर समान ध्यान केन्द्रित करते हुए कथानक को चलायमान रखा गया है चाहे वह चीन के वुहान शहर में घटित हो रहा हो या विश्व के किसी अन्य कोने में हो रही आतंकी गतिविधियां हों या फिर चीन की अंदरूनी घटनाएं अथवा विश्व युद्ध की तरफ बढ़ते विश्व में, शांति के लिए जन हित में अश्वत्थामा के योद्धा रूप में अवतरित होने का वर्णन. कथानक में कहीं भी बोझिलता नहीं है.

- कुछ रोचक प्रश्न इस उपन्यास को पढ़ते हुए आपके ज़हन में . जरूर उभरेंगे तो यही कहूँगा कि पढ़ते जाएँ, आपके सवालों के जवाब भी आपको यहीं प्राप्त होंगे.

निष्कर्ष:-

समीक्षाधीन पुस्तक के गहन अध्ययन के पश्चात निर्विवादित रूप से यह कहा जा सकता है कि यह ऐतिहासिक पात्रों को आधुनिक परिवेश के संग मिलाकर की गई एक रोचक पठनीय रचना है, जहाँ अकल्पनीय को भी सुन्दर कल्पना के जरिए बेहद रोचकता संग प्रस्तुत किया गया है.

आपके रोमांच को बरकरार रखते हुए अपनी बात रखने का प्रयास किया है एवं उम्मीद करता हूँ कि अपने कार्य में कुछ हद तक सफल हुआ हूँ.

अतुल्य खरे
उज्जैन मुख्य शाखा
क्षे. का., इन्दौर

अंतिम स्मृति

वैन का दरवाज़ा धाड़ की आवाज़ से बंद हुआ. भरी आँखों से अंतिम विदाई देकर सब वापस घर की तरफ लौट चले. घर का बड़ा सा गेट, जिसको हमेशा बंद रखने की सनक के कारण अक्सर माँ और पिताजी में झगड़ा होता था, आज पूरा खुला था, वो भी पूरे दिन के लिए. दरवाज़े में घुसते ही नज़र पिताजी की सैंडिल पर पड़ी. अपनी सारी यादों को बचपन से लेकर अभी तक समेट भी लूँ तो भी बाटा की इन सैंडिल के अलावा उनको कभी कुछ और पैरों में पहने नहीं देखा. जूतों से तो उन्हें खासी चिड़ थी. आज इन्हें देखकर लगा जैसे कोई अनमोल चीज़ दिख गई हो. यादों का एक तेज़ झोंका बचपन की ओर ले गया. पिताजी का व्यक्तित्व हमारे पूरे परिवार में बिलकुल अलग था शायद इसीलिए वो हमारी मानसिकता में खप नहीं पाते थे. वे हमेशा से हमारे साथ नहीं रहते थे. उनका सारा जीवन लखनऊ से बहुत दूर कलकत्ता में बीता था. कर्मठ जीवन के आरंभ से ही वे वहीं व्यवसाय से जुड़ गए. वैवाहिक जीवन के शुरुआती दिनों में मम्मी साथ गईं पर पिताजी के अकेले रहने की आदत के कारण ज़्यादा दिन साथ रह नहीं पाईं. पति के अतिरिक्त पति के बाकी सारे परिवार के प्रति अपने कर्तव्य का निर्वाह करने, दीदी और भैया के जन्म के 5 साल बाद ही मम्मी वापस लखनऊ आ गईं.

समय के चक्र की गति इतनी तेज़ होती है कि यदि आप रुक जाएँ तो सारे दृश्य ऐसे निकलते जाते हैं जैसे कभी ट्रेन में सफर करते हुए गुजरते हुए मंज़र. समय के साथ हम बड़े होने लगे और पिताजी के साथ एक दूरी बन गई, वैचारिक भी. उन्होंने भी अपने आस-पास एक दीवार खड़ी कर ली थी. पिता का प्रेम ऐसा ही होता है गहरा, मगर गंभीर. हमारी सभी जरूरतें ही नहीं इच्छाएँ भी निवेदन करने से पहले पूरी हो जातीं. अपने से जो दूरी उन्होंने बनाई थीं उसकी क्षतिपूर्ति शायद वे हमें ज़रूरत से ज़्यादा भौतिक वस्तुएँ देकर पूरा करते रहे. हमें भी इसी की आदत पड़ गई थी. भावनात्मक आवश्यकताएँ हमारी माँ से पूरी हो जाती थीं.

पिताजी साल में दो बार तो अवश्य आते थे, होली और दीवाली. उस वक़्त वो अल्लादीन का चिराग मालूम होते थे. हम छत की मुंडेर पर एक पैर पर खड़े होकर उनका इंतज़ार करते. बस गली में दिखते ही हम चिल्लाते 'आ गए, आ गए'. पिताजी भी अपनी कनखियों से हमें देखते पर चेहरे पर कोई भाव नहीं आने देते. हमारा उत्साह पिताजी के आने का कम, उनके हाथ की अटेची में ज़्यादा होता था. त्यौहार के नए कपड़े, कलकत्ते की मशहूर मिठाइयाँ, काजू की बर्फी, चमचम, मुँह में घुल जाने वाले संदेश, तीखी बेसन की भुजिया, यही सब उत्साह के केंद्र थे. बालमन भी अद्भुत है! कितना निश्चल, कितना सच्चा. जो हृदय में है वही चेहरे पर. पिताजी के आने के कुछ दिन तो त्यौहार जैसा माहौल ही रहता. सभी रिश्तेदार मिलने आते, समोसा, जलेबी और खस्तों की महफिल जमती, ताश खेला जाता और वी सी आर पर ढेरों पिक्चर देखी जातीं. पिताजी की हमसे बात ज़्यादातर पढ़ाई तक ही सीमित थीं और वही हमें पसंद नहीं था. दरअसल, पारिवारिक जिम्मेदारियों के चलते पिताजी पढ़ नहीं पाए. ऐसा नहीं कि बिलकुल नहीं पढ़े थे पर हाँ कोई डिग्री अर्जित नहीं कर पाए थे तो उनको बड़ा शौक था कि उनकी संतान उच्च शिक्षा प्राप्त करे और हम ठहरे सामान्य बच्चे, पिता की महत्वाकांक्षाओं से हमें क्या? एक और बात थी. पिताजी ज़्यादा बोलते नहीं थे तो उनसे डर भी लगता था. वैसे यह डर बिना कारण भी नहीं था. पिताजी की तरह उनकी पिटाई भी बहुत सख़्त होती थी. जैसे ही एक महीना गुज़रता हम मम्मी से पूछने लगते कि कब जाएंगे पिताजी. मम्मी के पास भी इसका उत्तर नहीं होता था. उस ज़माने में टिकट रिज़र्वेशन की इतनी मार नहीं होती थी. तुरंत मिल जाया करते थे. मम्मी कहतीं शायद कल जाएंगे. हम स्कूल से लौटते वक़्त यही मानते आते कि पिताजी चले गए हों. यह जानकारी घर में घुसने से पहले उनकी सैंडिल दिया करतीं. दरअसल पिताजी अपनी सैंडिल हमेशा बाहर सीढ़ियों पर उतारते थे सो हम आने के साथ ही सीढ़ियाँ देखते. यह क्रम तकरीबन 15 दिन चलता. कभी-कभी हमे मज़ा चखाने के लिए पिताजी अपनी सैंडिल छुपा दिया करते थे और हम लोग खुशी से उचकते हुए जब अंदर पहुँचते और उन्हें अंदर पाकर ऐसी निराशा होती कि पूछो मत! और पिताजी मुस्कुरा देते.

'अब घर की धुलाई करने के बाद ही चाय बनेगी'. बुआ की तीखी आवाज़ सुनकर मैं वर्तमान में आ गई. अब पिताजी नहीं रहे. कल शाम वो अपनी अनंत यात्रा पर निकल गए. शोक व्यक्त करने आए रिश्तेदार और पड़ोसियों की चप्पलों का अंबार बाहर लगा था, जिसे किनारे किया जा रहा था. मैंने लपककर पिताजी की सैंडिल उठाई और सीने से लगा ली. जी चाहा ज़ोर से चिल्लाकर कहूँ "पिताजी आप की सैंडल अब मेरे पास हैं. अब मैं आपको जाने नहीं दूँगी." पर अब पिताजी नहीं हैं. वे सदा के लिए चले गए, कितनी बातों और यादों को हमारी झोली में डालकर.

कीर्ति शुक्ला
बोर्ड सचिवालय, के. का. मुंबई

गुणकारी क्विनोआ

क्विनोआ में कई औषधीय गुण पाए जाते हैं और यह कई गंभीर समस्याओं में लाभकारी हो सकता है. इसमें अधिक पोषक तत्व पाए जाते हैं और पोषण की दृष्टि से इसे संपूर्ण अनाज माना जाता है. एक कप पके हुए क्विनोआ में 222 कैलोरी, 8.14 ग्राम प्रोटीन, 5.18 ग्राम फाइबर, 3.55 ग्राम फैट और 39.4 ग्राम कार्बोहाइड्रेट होता है. क्विनोआ के स्वास्थ्य संबंधी फायदे :

1. **वजन घटाने में लाभदायक-** क्विनोआ में बीटाइन पाया जाता है, जो मोटापे की समस्या को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है. इसके अलावा क्विनोआ एक संपूर्ण प्रोटीन है, जो मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा देता है. साथ ही इसमें मौजूद हाई फाइबर पेट को लंबे समय तक भरा हुआ रखता है और लोग्लैसेमिक इंडेक्स के कारण हेल्दी वेट लॉस डाइट में लाभकारी है.

2. **स्वस्थ हृदय/कोलेस्ट्रॉल-** क्विनोआ में ट्राइग्लिसराइड सीरम को कम करने का प्रभाव मौजूद है जिससे हृदय रोग संबंधित जोखिम को कम किया जा सकता है, पोटेशियम की समृद्धि हृदय की धड़कन को नियंत्रित रखने में सहायक है और यह अच्छे कोलेस्ट्रोल को बढ़ाने का काम भी करता है.

3. **मधुमेह और बीपी की समस्या-** यह शरीर में इन्सुलिन की सक्रियता को बढ़ाकर ब्लड शुगर को कम करने में मदद कर सकता है. इसमें मौजूद एंटीहाइपरटेंसिव शुगर के साथ-साथ ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में भी मददगार साबित हो सकता है.

4. **सूजन को कम करे-** क्विनोआ में मौजूद सैपोनिन्स एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण से समृद्ध होता है, जिससे हल्की और सामान्य सूजन से राहत पायी जा सकती है.

5. **पाचन के लिए लाभदायक-** ट्रिप्सिन इन्हिबिटर्स, जो एक प्रकार का एंजाइम है, क्विनोआ में कम मात्रा में उपलब्ध होता है. यह प्रोटीन के पाचन और अवशोषण को बाधित करने का काम करता है और इसमें मौजूद फाइबर आंत में मौजूद अच्छे बैक्टीरिया को बढ़ावा देने का काम करते हैं, जो पाचन में सहायक होते हैं साथ ही, क्विनोआ एक ग्लूटेन फ्री फूड है.

6. **मेटाबॉलिज्म में सुधार-** क्विनोआ में मौजूद अमीनो एसिड, कार्बोहाइड्रेट, लिपिड और मैक्रोन्यूट्रिएंट्स शरीर को पर्याप्त ऊर्जा और पोषण प्रदान करने में अहम भूमिका अदा करते हैं. अत: क्विनोआ मेटाबॉलिज्म/ उपापचय प्रक्रियों को बढ़ावा देने में उपयोगी होता है.

7. **एनीमिया (खून की कमी)-** आयरन से भरपूर क्विनोआ के बीज में एंटीएनेमेटिक प्रभाव पाया जाता है. इस कारण यह हीमोग्लोबिन को बढ़ाकर एनीमिया से राहत दिलाने में मदद कर सकता है.

8. **कैंसर से बचाव के लिए-** क्विनोआ के बीज में एंटीकैंसर प्रभाव पाया जाता है, यह प्रभाव मुख्य रूप से लिवर और स्तन कैंसर के खिलाफ बेहतर काम कर सकता है.

9. **स्वस्थ त्वचा के लिए-** क्विनोआ में मौजूद सैपोनिंस त्वचा में आसानी से अवशोषित हो जाता है और त्वचा की प्राकृतिक लोच को बरकरार रखने में मदद कर सकता है, वहीं विटामिन बी 2 उपापचय में सुधार कर त्वचा को स्वस्थ बनाए रखने में मददगार साबित हो सकता है.

10. **ऑस्टियोपोरोसिस से बचाव-** क्विनोआ में बीटा- इक्डीसोन नाम का एक फाइटोएसिडिस्टेरॉयड पाया जाता है, जो हड्डियों के घनत्व को बढ़ाकर उन्हें मजबूती प्रदान करने में सहायक होता है.

11. **कोशिकाओं के विकास में मदद करे-** प्लांट प्रोटीन से भरपूर क्विनोआ कोशिकाओं की मरम्मत कर उनके विकास को बढ़ावा देने में अहम भूमिका निभाता है. इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट गुण कोशिकाओं को होने वाली क्षति से बचाने का काम कर सकते हैं.

12. **बालों को मजबूती प्रदान करे-** क्विनोआ में मौजूद प्रोटीन अन्य समस्याओं के साथ ही बालों को मजबूती प्रदान कर उन्हें स्वस्थ बनाए रखने में मददगार होता है.

क्विनोआ के सेवन के बाद कुछ लोगों को एलर्जी की शिकायत हो सकती है. क्विनोआ में वजन को कम करने का प्रभाव पाया जाता है, इसलिए अत्यधिक कम वजन वाले लोगों को इसके अधिक सेवन से बचना चाहिए. यह ब्लड शुगर को कम करता है इसलिए, डायबिटीज की दवा लेने वाले रोगियों को इसका सेवन करने से पूर्व डॉक्टर से सलाह ले लेनी चाहिए. क्विनोआ में रक्तचाप कम करने वाला प्रभाव पाया जाता है इसलिए, लो ब्लड प्रेशर की समस्या वाले लोगों को इसके सेवन से बचना चाहिए.

बेहतर स्वास्थ्य के लिए औषधीय गुणों से भरपूर क्विनोआ का नियमित रुप से खाने में प्रयोग संतुलित मात्रा में किया जा सकता है.

कहा जाता है संतोष सबसे बड़ा धन है और स्वास्थ्य सर्वोत्तम उपहार है. जो इन्सान अच्छे स्वास्थ्य का आनंद लेता है, वही सबसे बड़ा अमीर है, इसीलिए स्वस्थ रहें आनंदित रहें.

ए वी लक्ष्मी
अंचल कार्यालय, विजयवाड़ा

अखिल भारतीय राजभाषा समीक्षा सह आयोजना बैठक - 2023

अखिल भारतीय
राजभाषा समीक्षा
सह
आयोजना बैठ
202
24 मई, 2023

नराकास (बैंक एवं बीमा) हैदराबाद द्वारा वर्ष 2022-23 हेतु अं.का. हैदराबाद को प्रथम पुरस्कार प्रदान किया गया. दि.29.05.2023 को आयोजित बैठक में श्री अमित झिंगरन (अध्यक्ष) नराकास और श्री अनिर्बान कुमार विश्वास, उप निदेशक (कार्यान्वयन) से प्रथम पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री पी कृष्णन, अं. प्र. और अंचल की राजभाषा टीम.

नराकास बेलगावी द्वारा वर्ष 2022-23 हेतु क्षे.का, बेलगावी को प्रथम पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 21.06.2023 को श्री अनिर्बान कुमार विश्वास, उप निदेशक (कार्यान्वयन), डॉ. जयशंकर यादव, प्राध्यापक, एचटीएस, श्री अजीत वांडकरी, वरिष्ठ मंडल प्रबंधक, एलआईसी, श्री विकास भगोत्रा, क्षे.प्र, एसबीआई, की उपस्थिति में पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्रीमती आरती रौनियार, क्षे. प्र. और श्री वेद प्रकाश, स. प्र. (रा.भा).

नराकास, अकोला द्वारा अकोला शाखा को वर्ष 2022-23 हेतु द्वितीय पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 09.06.2023 को श्री राजेश मिश्रा, अध्यक्ष, नराकास से पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री पंकज कुमार, शाखा प्रमुख, अकोला शाखा.

नराकास ग्वालियर द्वारा वर्ष 2022-23 हेतु क्षे.का ग्वालियर को प्रथम पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 20.06.2023 को श्री कुलदीप तिवारी मु.प्र. तथा श्री जगमोहन दुबे, प्रबंधक(राभा) श्री अंबरीक सिंह अध्यक्ष, नराकास ग्वालियर से पुरस्कार प्राप्त करते हुए.

नराकास (बैंक व बीमा) रायपुर द्वारा वर्ष 2022-23 हेतु क्षे. का., रायपुर, को द्वितीय पुरस्कार प्रदान किया गया. दि 28.06.2023 को नराकास अध्यक्ष श्री शैलेष वर्मा से पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री ऋषि शंकर चौधरी, प्रबंधक (रा.भा). साथ हैं श्री शशि भूषण शर्मा मु.प्र..

नराकास, पुरी द्वारा वर्ष 2022-23 हेतु पुरी शाखा को तृतीय पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 09.06.2023 को नराकास, अध्यक्ष सुश्री एस. मनोंमणि से पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री दिबाकर भोई, शाखा प्रमुख, पुरी मुख्य शाखा.

दि. 22.06.2023 को श्री सुनील साव, स.प्र (रा.भा.), को नराकास, बर्नपुर-आसनसोल द्वारा राजभाषा के उत्कृष्ट कार्यान्वयन हेतु राजभाषा विशिष्ट सेवा पुरस्कार प्रदान किया गया.

नराकास फ़तेहपुर द्वारा फ़तेहपुर शाखा को वर्ष 2022-23 हेतु प्रथम पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 26.04.2023 को श्री डी. के. श्रीवास्तव से पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री प्रकाश नारायण, शाखा प्रमुख, फ़तेहपुर शाखा तथा सुश्री प्रेमा पाल, प्रबंधक (रा.भा).

दि. 14.06.2023 को नराकास, मंगलूरु, की 72 वीं अर्धवार्षिक बैठक का आयोजन श्रीमती रेणु के नायर, म. प्र., अंचल कार्यालय, मंगलूरु की अध्यक्षता और श्री अनिर्बान कुमार विश्वास, उप निदेशक (कार्यान्वयन), क्षे. का. का., बेंगलूरु की गरिमामयी उपस्थिति में की गई.

दि. 26.06.2023 को अग्रणी जिला प्रबंधक, सीधी, श्री जगमोहन की अध्यक्षता में नराकास सीधी की अर्धवार्षिक बैठक का आयोजन किया गया.

दि. 28.06.2023 को रीवा क्षे. प्र., श्री दिलीप कुमार मिश्रा की अध्यक्षता में नराकास रीवा की अर्धवार्षिक बैठक का आयोजन किया गया.

नराकास, उडुपि द्वारा वर्ष 2022-23 हेतु क्षेत्रीय कार्यालय, उडुपि को प्रथम पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 15.06.2023 को श्रीमती शीबा शहजन, अध्यक्ष, नराकास तथा श्री अनिर्बान कुमार विश्वास, उप निदेशक, क्षे. का. का. (दक्षिण) से पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री मनोज एस. सालियन, क्षे. प्र., तथा श्री शुभम राय, स.प्र (रा.भा).

नराकास (बैंक) कानपुर द्वारा क्षे. का. कानपुर को वर्ष 2022-23 के लिए प्रोत्साहन पुरस्कार प्रदान किया गया. दि. 10.05.2023 को श्री छबिल कुमार मेहेर, उप निदेशक क्षे. का. का. (उत्तर क्षेत्र-2) तथा श्री प्रेम चन्द्र चौधरी, अध्यक्ष नराकास (बैंक) से पुरस्कार प्राप्त करते हुए श्री अमित कुमार सिन्हा, क्षे. प्र., तथा सुश्री प्रेमा पाल, प्रबंधक (रा.भा).

दि. 23.06.2023 को उप अं. प्र., श्री मयंक भारद्वाज की अध्यक्षता में अं. का. पुणे द्वारा अंचलाधीन क्षेत्रीय कार्यालयों हेतु अर्धवार्षिक राजभाषा समीक्षा बैठक का आयोजन किया गया.

दि. 20.05.2023 को वित्तीय सेवाएं विभाग, भारत सरकार के तत्वावधन में यूनियन बैंक ऑफ इंडिया, स्टाफ महाविद्यालय बेंगलूरु में विशेष हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया. श्री सुधीर श्याम, आर्थिक सलाहकार, वित्तीय सेवाएं विभाग, श्री आर. गुरुमूर्ति, क्षेत्रीय निदेशक, भारतीय रिजर्व बैंक बैंक, श्री सर्वेश कुमार मिश्र, सहायक निदेशक (राभा) वित्तीय सेवाएं विभाग, श्री एस वी बीजू, बेंगलूरु अं. प्र., डॉ. एच.टी.वासप्पा, प्राचार्य, जेड़एलसी, बेंगलूरु, श्री अम्बरीष कुमार सिंह, उप महाप्रबंधक (मासं.) एवं श्री रामजीत सिंह, स. म. प्र. (राजभाषा) और बेंगलूरु नगर स्थिति बैंकों के राजभाषा अधिकारी इस विशेष हिंदी कार्यशाला में उपस्थिति रहे.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, पवई-मुंबई में आयोजित दो दिवसीय कंप्यूटर आधारित हिन्दी कार्यशाला का आयोजन किया गया. सुश्री प्रिया चौधरी, केंद्र प्रभारी एवं स.म.प्र., श्री जावेद अर्शद, प्रबंधक (रा.भा), श्री शामापद तुरी, स. प्र. (रा.भा) के साथ प्रतिभागीगण.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, भोपाल में आयोजित दो दिवसीय हिंदी कार्यशाला में श्री बिरजा प्रसाद दास, अंचल प्रमुख, श्री निर्भय तिवारी, केंद्र प्रभारी एवं स.म.प्र., श्री हरीश कुमार जैन मु. प्र., सुश्री निधि सोनी व. प्र.(रा.भा), श्री अर्पित जैन प्रबंधक (रा.भा) एवं श्री शाहिद मंसूरी स. प्र.(रा.भा) के साथ प्रतिभागीगण.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, भुवनेश्वर में दो दिवसीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया. श्री सर्वेश रंजन, अंचल प्रमुख, श्री अभिमन्यु रथ, केंद्र प्रभारी, श्री अखिलेश कुमार व. प्र.(रा.भा) के साथ प्रतिभागीगण.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, हैदराबाद में दो दिवसीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया. श्री यू उपेंद्र, प्रमुख (परिचालन) श्री देवकांत पवार, व. प्र.(रा.भा) के साथ प्रतिभागीगण.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, बेंगलूरु में दो दिवसीय कंप्यूटर आधारित भौतिक हिन्दी कार्यशाला का आयोजन किया गया. कार्यशाला में श्री रवीश नायक बी सी, उप अं.प्र, बेंगलूरु, डॉ एच टी वसप्पा, प्रभारी प्राचार्य, ज़ेडएलसी, श्री कृष्ण कुमार यादव, मु. प्र. (रा.भा) श्री एंथनी बारा, व. प्र. (रा.भा) एवं सुश्री रेणुका एस, स. प्र. (रा.भा) के साथ प्रतिभागीगण.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को स्टाफ प्रशिक्षण केंद्र, मंगलूरु में आयोजित दो दिवसीय कंप्यूटर आधारित हिंदी कार्यशाला में प्रतिभागीगण के साथ श्री दासरि आंजनेयूलु, उप अं.प्र, मंगलूरु, श्री जॉन ए अब्राहम, श्री राजेश के, श्रीमती पूर्णिमा एस, व प्र (रा.भा.) एवं अन्य संकाय सदस्य.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को आयोजित दो दिवसीय हिन्दी कार्यशाला का उदघाटन करते हुए श्री. सी.वी.एन. भास्कर राव, अंचल प्रमुख, विशाखपट्टणम. साथ हैं सुश्री पी विवेक सुधा, प्रबंधक (रा.भा), श्री अभिजीत गिरि, प्रबंधक (रा.भा), श्री बिजय कुमार चौधरी, प्रबंधक (रा.भा).

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, गुरुग्राम में दो दिवसीय कंप्यूटर आधारित हिन्दी कार्यशाला का आयोजन किया गया. अंचलीय ज्ञानर्जन केंद्र, गुरुग्राम के प्रभारी श्री सतीश कुमार पाठक, मु. प्र. प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए.

दि. 15.05.2023 एवं 16.05.2023 को अंचलीय ज्ञानार्जन केंद्र, लखनऊ में आयोजित दो दिवसीय हिंदी कार्यशाला के प्रतिभागियों के साथ श्री प्रदीप कुमार श्रीवास्तव, उप अं.प्र. तथा अंचल के राजभाषा अधिकारीगण.

दि. 17.06.2023 को ज़ेडएलसी, पवई में अंचल कार्यालय मुंबई के तत्वावधान में अंचल के क्षेत्रीय कार्यालयों की संयुक्त एक दिवसीय हिन्दी कार्यशाला के अवसर पर प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए सुश्री सौम्या श्रीधर, उप अं.प्र मुंबई. मंचासीन हैं. सुश्री प्रिया चौधरी, केंद्र प्रभारी एवं स.म.प्र., तथा श्री सुधाकर खापेकर, मु. प्र (रा.भा).

दि. 09.06.2023 को क्षे. का., तिरुवनंतपुरम द्वारा आयोजित हिंदी कार्यशाला का उद्घाटन करते हुए श्री दासरि वेंकट रमण, उप क्षे.प्र. मंचासीन हैं मुख्य अतिथि डॉ. षीला कुमारी एल, प्रोफेसर, यूनिवर्सिटी कॉलेज.

दि. 22.06.2023 को क्षे. का., बेंगलुरु (दक्षिण) में क्षे. प्र., श्री असीम कुमार पाल द्वारा हिन्दी कार्यशाला का उद्घाटन किया गया. श्री रोहन कुमार सिंह, उप क्षे. प्र., मुख्य अतिथि श्री बालकृष्णा, व. प्र., केनरा बैंक, श्री एंथनी बारा, व.प्र. (राभा) एवं श्री राजेश के, व. प्र., (राभा) उपस्थित रहे.

दि. 17.06.2023 को क्षे. का. धनबाद में क्षे. प्र. श्री मुकेश कुमार सिंह द्वारा एक दिवसीय हिन्दी कार्यशाला का उद्घाटन किया गया. साथ हैं उप क्षे. प्र. श्री उमेश चंद्र, उप क्षे. प्र. श्री ब्रजेन्द्र कुमार सिंह, श्री विक्रांत कुमार राजभाषा अधिकारी और कार्यशाला के प्रतिभागी.

दि. 19.06.2023 को क्षे. का. पटना में आयोजित एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला में प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए क्षे. प्र., श्री राजेश कुमार.

दि. 13.06.2023 को क्षे. का., मछलीपट्टणम में एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया. प्रतिभागियों के साथ सुश्री दीपा साव स. प्र. (रा.भा.).

दि. 17.06.2023 को क्षे. का. बड़ौदा द्वारा आयोजित एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का उद्घाटन करते हुए क्षे. प्र. श्री प्रशांत एम देसाई.

दि 06.06.2023 को क्षेत्रीय कार्यालय, श्रीकाकुलम द्वारा आयोजित एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला के उद्घाटन करते हुए श्री. एम. वेंकट तिलक क्षे.प्र., श्रीकाकुलम साथ हैं श्रीमती. पी.विवेक सुधा, प्रबन्धक (रा.भा), अं. का. विशाखपट्टणम.

दि. 15.06.2023 को क्षे. का. भागलपुर में क्षे. प्र. श्री इश्तियाक़ अरशद द्वारा एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का उद्घाटन किया गया. साथ हैं अतिथि वक्ता श्री राजन साव, राजभाषा प्रभारी, पंजाब नेशनल बैंक और कार्यशाला के प्रतिभागीगण.

दि. 22.06.2023 को क्षे. का. अहमदाबाद के अंतर्गत उप शाखा प्रमुखों हेतु आयोजित एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला का उद्घाटन करते हुए श्री तुषार कांत कर, क्षे. प्र.

दि 28.06.2023 को क्षे. का., संबलपुर द्वारा आयोजित एक दिवसीय हिंदी कार्यशाला के उद्घाटन सत्र में श्री धर्मेंद्र राजोरिया, क्षेत्र प्रमुख, संबलपुर प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए.

दि. 03.06.2023 को क्षे. का., नई दिल्ली द्वारा स्टाफ प्रशिक्षण केंद्र गुरुग्राम में एक दिवसीय कम्प्युटर आधारित भौतिक हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया.

दि. 03.06.2023 को क्षे. का., एर्णाकुलम द्वारा आयोजित हिंदी कार्यशाला में प्रतिभागियों के साथ अतिथि वक्ता श्री बिबिन वर्गीस, व. प्र. (राभा) केनरा बैंक, क्षे. प्र., श्री आर नागराजा, उप क्षे. प्र., श्री महालिंग देवाडिग, सुश्री बिनु.टी.एस.व. प्र. (रा.भा) और प्रतिभागीगण.

राजभाषाई निरीक्षण

दि. 24.04.2023 को श्री अजय कुमार चौधरी, सहायक निदेशक (कार्यान्वयन) क्षे. का. का., उत्तरी क्षेत्र-2 द्वारा क्षे. का., गोरखपुर का निरीक्षण किया गया. उप क्षे. प्र. श्री शशांक कुमार द्वारा उनका स्वागत किया गया.

दि. 26.04.2023 को सहायक निदेशक (कार्यान्वयन) क्षे. का. का., कोलकाता (पूर्व) श्री निर्मल कुमार दुबे जी द्वारा क्षे. का., भुवनेश्वर का राजभाषा विषयक निरीक्षण किया गया. श्री निरंजन बारिक क्षे. प्र. द्वारा उनका स्वागत किया गया.

दि. 28.04.2023 को क्षे. का., नर्मदापुरम के अंतर्गत मंडीदीप शाखा का राजभाषा विषयक निरीक्षण श्री हरीश सिंह चौहान, सहायक निदेशक (कार्यान्वयन), भोपाल द्वारा किया गया. इस अवसर पर नर्मदापुरम के उप क्षे. प्र. श्री समीर चन्द्र झा, सुश्री निधि सोनी, व. प्र. (रा.भा), श्री अर्पित जैन, प्रबंधक(रा.भा) एवं अन्य स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे.

दि 22.06.2023 को श्री अनिर्बान कुमार विश्वास, उप निदेशक (का), क्षे.का.का. (दक्षिण), द्वारा क्षे. का., बेलगावी का राजभाषा विषयक निरीक्षण किया गया. निरीक्षण के दौरान श्रीमती आरती रौनियार, क्षे. प्र., की अध्यक्षता में आयोजित स्टाफ बैठक.

दि. 20.05.2023 को स्टाफ महाविद्यालय बेंगलूरु में वित्तीय सेवाएं विभाग, भारत सरकार के तत्वावधान में आयोजित विशेष हिंदी कार्यशाला में छमाही पत्रिकाओं 'ज्ञान दीपिका', 'यूनियन कावेरी', 'यूनियन सिलिकॉन वैली', 'यूनियन गंगा कावेरी' का विमोचन करते हुए श्री सुधीर श्याम, आर्थिक सलाहकार, वित्तीय सेवाएं विभाग, श्री आर. गुरुमूर्ति, क्षेत्रीय निदेशक, भारतीय रिजर्व बैंक, श्री एस वी बीजू, अं. प्र., साथ हैं, श्री सर्वेश कुमार मिश्र, सहायक निदेशक(राभा) वित्तीय सेवाएं विभाग, डॉ. एच डी वासप्पा, प्राचार्य, जेड़एलसी, बेंगलूरु, श्री अम्बरीष कुमार सिंह, उप म.प्र. (मासं.) श्री रामजीत सिंह, स. म. प्र. (राभा), क्षे. प्र., श्री असीम कुमार पाल, क्षे. का. बेंगलूरु (दक्षिण), क्षे. प्र., श्री आर ज्योति कृष्णन, क्षे. का. बेंगलूरु (पूर्व), क्षे. प्र., श्री मनोहर एम आर, क्षे. का. बेंगलूरु (उत्तर) एवं श्री कृष्ण कुमार यादव, मु.प्र(राभा), सुश्री पूजा वर्मा, व.प्र. (राभा), श्री मनोरंजन कुमार सिंह व. प्र.(राभा), श्रीमती रेणुका एस, स. प्र. (राभा).

दि. 19.05.2023 को अंचल कार्यालय, मंगलूरु एवं क्षे. का., मंगलूरु की संयुक्त अर्धवार्षिक गृह पत्रिका 'यूनियन मंगल वाणी' के मार्च 2023 अंक का विमोचन कार्यपालक निदेशक श्री निधु सक्सेना के कर कमलों से किया गया. साथ हैं अं.प्र. श्रीमती रेणु के नायर श्री दासरी आंजनेयूलु, उप अं. प्र., श्री गुरनाधाराव. बी.के.एस.एस. उप, अं. प्र., श्री विशु जी कुमार, उप क्षे. प्र., श्री कुरेशी उप क्षे. प्र., और श्री जॉन ए अब्राहम, व.प्र.(राभा) तथा श्रीमती पूर्णिमा एस. व.प्र.(राभा).

दि. 09.06.2023 को श्री निधु सक्सेना, कार्यपालक निदेशक ने हैदराबाद अंचल एवं सिकंदराबाद क्षेत्र की संयुक्त छमाही हिंदी पत्रिका "यूनियन कोहिनूर" का विमोचन किया. साथ हैं, श्री कारे भास्कर राव, अं.प्र., श्री पी कृष्णन, उप अं.प्र., श्री अरुण कुमार, क्षे.प्र., अन्य कार्यपालक गण तथा श्री देवकांत पवार, व.प्र(राभा) एवं सुश्री स्नेहा साव, स.प्र.(राभा).

दि. 18.05.2023 को क्षे. का. एर्णाकुलम में कार्यपालक निदेशक श्री रामसुब्रमणियन एस के कर कमलों से क्षेत्रीय गृह पत्रिका "यूनियन वाणी" के मार्च 2023 अंक का विमोचन किया गया. साथ हैं श्रीमती रेणु नायर, अं.प्र., श्री आर नागराजा, क्षे. प्र., श्री महालिंग देवाडिग, उप क्षे. प्र., श्री मनोज मरार, उप क्षे. प्र., तथा सुश्री बिनु.टी.एस.

दि. 25.05.2023 को श्रीमती सुस्मिता भट्टाचार्य, उप निदेशक, क्षे. का. का., मुंबई द्वारा क्षे. का. नागपुर की छमाही गृहपत्रिका 'यूनियन प्रवाह' का विमोचन किया गया. साथ हैं श्री जय नारायण, अध्यक्ष, नराकास, नागपुर, श्री एम वी एन रवि शंकर क्षे. प्र., सुश्री कुमुद, प्रबंधक (राभा). श्रीमती संगीता लालवानी, क्षे.प्र.भा.रि.बैंक तथा श्री राजीव कुमार, सदस्य सचिव, नराकास.

दि. 13.06.2023 को श्री सी.वी.सुधीर, क्षे. प्र., तथा श्री एस. जी. राजकुमार उप क्षे.प्र. के कर-कमलों से क्षे.का., कलबुरगी की छमाही गृह पत्रिका 'यूनियन शरण दर्पण' के मार्च अंक, 2023 का विमोचन किया गया. साथ हैं क्षे. का. के कार्यपालक गण और श्री कमल कुमार, प्रबंधक (राभा).

दि. 19.06.2023 को श्री नवनीत कुमार, अं.प्र. विजयवाडा द्वारा क्षे.का., मछलीपट्टणम की गृह पत्रिका 'यूनियन पट्टाभि' का विमोचन किया गया. साथ हैं श्री के. वेंकट राव, क्षे. प्र., श्री संतोष सकेती, उप क्षे. प्र., श्री. वी. ब्रह्मय्या, उप क्षे. प्र., सुश्री दीपा साव, स.प्र.(राभा).

दि. 12.06.2023 को क्षे. का. आजमगढ़ के क्षे. प्र. श्री वी. बी. सहाय द्वारा क्षेत्रीय गृह पत्रिका 'यूनियन अर्पण' का विमोचन किया गया. साथ हैं श्री अनिल सिंह उप क्षे. प्र., श्री पावन कुमार मिश्रा, अग्रणी जिला प्रबंधक, मुख्य प्रबंधक गण तथा श्री सावन सौरव, व.प्र (राभा).

दि. 12.06.2023 को श्री कबीर भट्टाचार्य, अं. प्र. दिल्ली द्वारा नई दिल्ली की गृह पत्रिका "यूनियन महक" के मार्च 2023 अंक का विमोचन किया गया. साथ हैं क्षे. प्र., नई दिल्ली श्री गोविंद मिश्रा, उप क्षे. प्र. श्री शशि कांत प्रसाद, उप क्षे. प्र.सुश्री नेहा मलिक तथा स्टाफ सदस्य.

दि. 17.06.2023 को श्री रविन्द्र बाबू, महाप्रबंधक, केंद्रीय कार्यालय द्वारा क्षे. का., तिरुप्पूर की छमाही गृह पत्रिका "यूनियन परिधान" के मार्च 2023 अंक का विमोचन किया गया. साथ हैं श्री पी घनासेकरन, क्षे.प्र., श्री बी युवराजा, उप क्षे.प्र., श्री डी राधाकृष्ण, उप क्षे.प्र., श्री ए कार्तिकेयन, मु.प्र तथा सुश्री पूनम साव, स.प्र.(राभा).

दि. 14.06.2023 को नराकास, समस्तीपुर के तत्वावधान में आयोजित हिंदी कार्यशाला में क्षे. का. समस्तीपुर की गृह पत्रिका का विमोचन करते हुए श्री अंजनी कुमार, उप क्षे.प्र.एवं श्री सुभाष कुमार, उप क्षे.प्र. डॉ शंकर झा, वैज्ञानिक, अन्य नराकास सदस्य तथा सुश्री प्रीति प्रिया, स.प्र.(राभा).

आपके बैंक से जारी राजभाषा पत्रिका 'यूनियन सृजन' के जनवरी-मार्च 2023 अंक को पढ़कर महसूस हुआ कि आपके द्वारा जारी पत्रिका एक आदर्श राजभाषा पत्रिका है. जिसमें राजभाषा से संबंधित कार्यक्रमों के साथ ही साथ सामान्य बैंकिंग, साहित्य, सामाजिक विषयों जैसे महिला सशक्तिकरण को भी समाहित किया गया है. पत्रिका में राजभाषा से संबंधित पुरस्कारों का सचित्र विवरण आपके राजभाषा के प्रति सक्रिय योगदान को दर्शाति है. संपादक मंडल को हार्दिक शुभकामनाएँ.

भोम सिंह भाटी, प्रबंधक (राजभाषा)
राजभाषा कक्ष, मानव संसाधन प्रबंधन अनुभाग
केनरा बैंक, अंचल कार्यालय, अहमदाबाद

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया की तिमाही हिंदी गृहपत्रिका 'यूनियन सृजन' का 'जनवरी-मार्च 2023' अंक प्राप्त हुआ. सर्वप्रथम सफल प्रकाशन हेतु संपादक मंडल को बधाई देता हूँ. इस पत्रिका के गहन अध्ययन के पश्चात मुझे ज्ञात हुआ कि यह पत्रिका न केवल सूचनापरक बल्कि यह ज्ञानपरक लेखों से परिपूर्ण हैं. वित्त, पर्यटन, पर्यावरण, नीति, स्वास्थय, साहित्य के साथ-साथ आध्यात्मिक लेखों के समावेश ने इसे एक संतुलित पत्रिका बना दिया है. 'ऋण प्रस्ताव की जोखिम आधारित समीक्षा' नामक लेख में काफी सरलता से ऋण प्रबंधन के बारे में जानकारी दी गई है. पत्रिका के उत्तरार्ध में बैंक के कार्यक्रम समाचारों को विधिवत स्थान दिया गया है यह भी उल्लेखनीय है. संपादक मंडल को आगामी अंकों के लिए शुभकामनाएँ.

असलम हुसैन रिज़वी
प्रबंधक, छिन्दवाड़ा मुख्य शाखा, पंजाब नेशनल बैंक

'यूनियन सृजन' का 'जनवरी-मार्च 2023' अंक प्राप्त हुआ. पत्रिका का मुख्य पृष्ठ काफी प्रभावशाली ढंग से चित्रित किया गया है. भारतीय रेलवे भी इस तरह की पत्रिकाओं का प्रकाशन समय-समय पर करता है परन्तु यूनियन बैंक की तिमाही पत्रिका को पढ़ने का यह मेरा पहला अनुभव था. किसी पत्रिका में विभिन्न विषयों का समावेश उसे एक संतुलित पत्रिका बनाता है 'यूनियन सृजन' में भी यही बात देखने को मिली. जहाँ वित्त, प्रबंधन, नवोन्मेष सम्बंधी लेखों को शामिल किया गया वहीं इसमें स्वास्थय, साहित्य और पर्यटन को भी विशेष स्थान दिया गया है. जैसे 'केरल- भगवान का अपना देश' नामक लेख केरल की रमणीय सुन्दरता को इंगित करता है वहीं राजभाषा सम्बंधी लेख राजभाषा के महत्व को उद्घाटित करता है. कुल मिलाकर पत्रिका अपने सूचना संचरण एवं ज्ञान संचरण के उद्देश्य में सफल हुई है. संपादक मण्डल को बहुत बधाई एवं आगामी अंकों हेतु शुभकामनाएं.

शाकिर हुसैन रिज़वी
जूनियर इंजीनियर सह ट्रेक मशीन इंचार्ज,
दपूमरे नागपुर मण्डल, भारतीय रेलवे

'यूनियन सृजन' जनवरी-मार्च 2023 अंक पढ़ने का अवसर प्राप्त हुआ. पत्रिका में लेखों की विविधता जैसे कविता, कहानी, यात्रा वृत्तांत, साक्षात्कार एवं समसामयिक लेख और मनोरम विषयों का चुनाव बहुत अच्छा लगा. अत: मैं पत्रिका के इस अंक के रचनाकारों और संपादकीय मंडल को हार्दिक बधाई देता हूँ, जिन्होंने पत्रिका विविधतापूर्ण और आकर्षक (चित्रों का चुनाव और डिजाइन के संदर्भ में) बनाया है. इस अंक में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस को ध्यान में रखते हुए महिलाओं से संबंधित लेखों को शामिल किया गया जो काफी शानदार है. नारी और नौकरी लेख ने काफी प्रभावित किया. इस लेख में बहुत सुंदर ढंग से बताया गया है कि नारी की स्थिति में हुए सुधार से कैसे समाज में प्रगतिशीलता को बढ़ावा मिला है. हम अपने अतीत की ओर मुड़ कर देखे तो यह ज्ञात होगा कि किस प्रकार हमारे 18वीं शताब्दी के समाज सुधारकों और स्वतंत्रता आंदोलन ने नारी को केंद्र में लाकर उन्हें घर की चहारदीवारी से मुक्त कराया और शिक्षा तथा आत्मविश्वास के बल पर अर्थोपार्जन के क्षेत्र में पुरुष के साथ कंधे से कंधा मिलाकर आज खड़ी है.

प्राचार्य रणरंजय सिंह
केंद्रीय विद्यालय, सिरसिल्ला

अमिताभ बच्चन द्वारा प्रस्तुत केबीसी की भांति यूनियन बैंक ऑफ़ इंडिया की पत्रिका 'यूनियन सृजन' जीवन के सभी पड़ाव एवं समाज के अधिकतर पक्षों से परिचय कराती है. इसको पढ़ने से यह केवल बैंकिंग क्षेत्र की पत्रिका नहीं लगती, ऐसा प्रतीत होता है अखंड भारत की अलग अलग संस्कृति, रीती-रिवाज और आधुनिक ज्ञान को एक माला में बाँध दिया है. विशेषकर, महिला सशक्तिकरण, धौलागिरी शांति-स्तूप, ऊर्जा संरक्षण, महिला क्रिकेट और भारत, नैनीताल, केरल -भगवान का अपना देश आदि हृदय-स्पर्शी हैं. यूनियन बैंक ऑफ़ इंडिया के समस्त कर्मचारियों को राष्ट्र-सेवा में अतुल्य योगदान के लिए धन्यवाद एवं भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाए. जय हिन्द,

अभिषेक कौशिक
नराकास सदस्य हिल (इंडिया) लिमिटेड, बठिंडा

संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप समिति द्वारा क्षेत्रीय कार्यालय, शिमला का निरीक्षण - दि. 21.04.2023

दिनांक 21.04.2023 को संसदीय राजभाषा समिति की तीसरी उप समिति द्वारा क्षेत्रीय कार्यालय, शिमला के निरीक्षण के समापन पर संसदीय राजभाषा समिति के संयोजक डॉ. मनोज राजोरिया के कर-कमलों से प्रशस्ति पत्र प्राप्त करते हुए श्री रजनीश कर्नाटक, कार्यपालक निदेशक. साथ हैं श्री लाल सिंह, मुख्य महाप्रबन्धक (मा.सं.), श्री अरुण कुमार, (अंचल प्रमुख), चंडीगढ़, श्री अम्बरीष कुमार सिंह, उप महाप्रबन्धक (मा.सं.), श्री राज कुमार, क्षेत्र प्रमुख, शिमला तथा श्री रामजीत सिंह, सहायक महाप्रबन्धक (राजभाषा).

संसदीय राजभाषा समिति के माननीय सदस्यों द्वारा राजभाषा कार्यान्वयन प्रभाग, मानव संसाधन विभाग, केंद्रीय कार्यालय की कार्टून पुस्तिका "चालू खाता, हम सबको भाता" का विमोचन किया गया.

संसदीय राजभाषा समिति के माननीय सदस्यों द्वारा क्षेत्रीय कार्यालय, शिमला की छमाही गृह-पत्रिका "यूनियन देवधरा" के मार्च-2023 अंक का विमोचन किया गया.

RNI No. MAH HIN/2016/68433

नि:शुल्क वितरण हेतु

फी फी जलप्रपात, मेघालय

सुश्री संचिता सांन्रा,

एलिस ब्रिज शाखा, क्षे. का., अहमदाबाद