

2019

अंक 5



# खान भारती



भारतीय खान ब्यूरो

नागपुर



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस, हिंदी पखवाड़ा समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह के अवसर पर पुरस्कार वितरित करते हुए श्री एस. के. अधिकारी, मुख्य खनन भूविज्ञानी, भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर ।



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस के अवसर पर माननीय गृह मंत्री श्री राजनाथ सिंह जी का संदेश वाचन करते हुए डॉ. पी. के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी ।

# खान भारती



## हिंदी अनुभाग भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर



संरक्षक

डॉ. के. राजेश्वर राव

आई. ए. एस. एवं  
अपर सचिव, भारत सरकार  
खान मंत्रालय व महानियंत्रक (प्रभारी)  
भारतीय खान ब्यूरो



प्रधान संपादक

डॉ. पी. के. जैन

मुख्य खनिज अर्थशास्त्री  
एवं राजभाषा अधिकारी



संपादक

अभिनय कुमार शर्मा

सहायक संपादक

### संपादन सहयोग



जगदीश अहरवार  
आशुलिपिक



प्रदीप कुमार  
टंकक



असीम कुमार  
अनुवादक



किशोर पारधी  
अनुवादक



श्रीनाथ राज  
अनुवादक



मिताली चॅटर्जी  
वरिष्ठ हिंदी अनुवादक



## संदेश

आगामी हिंदी पखवाड़ा वर्ष - 2019 के उपलक्ष्य पर भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर की हिंदी गृह - पत्रिका 'खान भारती' का नवीनतम अंक प्रकाशित किए जाने पर मुझे अत्यंत हर्ष की अनुभूति हो रही है। यह पत्रिका राजभाषा हिंदी के चहुंमुखी विकास के लिए भारतीय खान ब्यूरो द्वारा किए गए श्रम एवं उनके कार्मिकों की हिंदी के प्रति सकारात्मक रुझान एवं रचनात्मकता की अभिव्यक्ति है।

भाषा किसी भी राष्ट्र की संस्कृति की वाहक होती है। 'निज भाषा उन्नति अहे, सब उन्नति के मूल' के क्रम में हिंदी अपने अथाह शब्द भण्डार, अभिव्यक्ति की सटीकता और वैज्ञानिक वस्तुनिष्ठता के कारण संपूर्ण विश्व में तेजी से स्वयं को प्रतिष्ठित कर रही है। भारतीय खान ब्यूरो ने अपने अथक प्रयासों जैसे हिंदी कार्यशाला, विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकें, हिंदी के अधिकाधिक प्रयोग को सुनिश्चित किया है जो कि हर्ष का विषय है। यह भी प्रशंसनीय है कि हिंदी अनुभाग द्वारा भारतीय खान ब्यूरो के 'क' एवं 'ख' क्षेत्रों के साथ - साथ 'ग' क्षेत्र में क्षेत्रीय एवं आंचलिक कार्यालयों में भी हिंदी के अधिकाधिक प्रयोग को सुनिश्चित किया जा रहा है। खनन जैसे तकनीकी विषय में भी हिंदी के अधिकाधिक प्रयोग को भारतीय खान ब्यूरो सुनिश्चित कर रहा है जो कि सराहनीय है। सरकारी काम - काज में हिंदी के बढ़ते प्रयोग ने बोलचाल में हिंदी के प्रयोग की झिझक को निःसंदेह कम किया है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि इस प्रकार की हिंदी गृह - पत्रिका का प्रकाशन हिंदी को संपर्क भाषा के रूप में सर्वमान्य बनाने की दिशा में एक सटीक और महत्वपूर्ण कदम है।

मैं इस पत्रिका में छपे लेख, कविता और अन्य रचनाओं के रचनाकारों को बधाई देता हूँ तथा 'खान भारती' पत्रिका के उज्ज्वल भविष्य के लिए हार्दिक शुभकामनाएं देता हूँ।

कै. राजेश्वर राव

(डॉ. के. राजेश्वर राव)

आई. ए. एस. एवं

अपर सचिव, भारत सरकार

खान मंत्रालय व महानियंत्रक (प्रभारी)

भारतीय खान ब्यूरो



## प्रधान संपादक की कलम से....

भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर की हिंदी गृह - पत्रिका 'खान भारती' के इस नवीन अंक के प्रकाशन पर मुझे अत्यंत हर्ष एवं प्रसन्नता की अनुभूति हो रही है कि प्रत्येक वर्ष अपने सफल प्रकाशन से प्रगति की नई ऊँचाईयों को छू रही है। यह निरंतरता का प्रतीक तो है ही साथ ही राजभाषा की गरिमा को बनाए रखने के प्रति अपनी कटिबद्धता का परिचायक भी है।

गृह - पत्रिका किसी भी संस्थान की वैचारिक प्रतिनिधि होती है एवं उस संस्थान की सांस्कृतिक छवि प्रस्तुत करती है। इस दिशा में अपने दायित्व का वहन करती हुई वह हिंदी के सर्वव्यापी विकास को सुनिश्चित करने में अपना सार्थक योगदान देती है। भारत सरकार के राजभाषा नियमों - अधिनियमों के अंतर्गत सरकारी काम - काज में राजभाषा हिंदी का प्रयोग करना हमारी जिम्मेदारी मात्र नहीं है, बल्कि यह हमारा सामाजिक एवं राष्ट्रीय कर्तव्य भी है। यह भी विदित है कि देश के विकास को केवल जी.डी.पी./जी.पी.ए. के आधार पर ही निर्धारित नहीं कर सकते अपितु अपनी मातृभाषा के विकास से भी देश के टिकाऊ विकास को सुनिश्चित किया जाता है। इसका प्रमाण हम सभी विकसित देशों से ग्रहण कर सकते हैं। जब हम पूरे मनोयोग से सदैव अपनी राजभाषा की सेवा में तत्पर रहेंगे तभी हम सही मायने में हिंदी को न केवल राष्ट्रीय अपितु अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर एक नई पहचान दे पायेंगे।

यह हर्ष का विषय है कि डॉ. के. राजेश्वर राव, अपर सचिव, भारत सरकार एवं महानियंत्रक (प्रभारी) भारतीय खान ब्यूरो की अध्यक्षता में गठित समिति द्वारा राष्ट्रीय खनिज नीति, 2019 अंतिम रूप दिया गया जिसका उद्देश्य अधिक प्रभावी, सार्थक और कार्यान्वयन योग्य नीतियां तैयार करना है जो स्थायी खनन प्रथाओं के साथ ही पारदर्शिता, बेहतर विनियमन एवं प्रवर्तन, संतुलित सामाजिक तथा आर्थिक विकास को बढ़ावा देती है।

रचनाकारों व संपादक मंडल का हार्दिक अभिनंदन जिसने 'खान भारती' को हिंदी के भविष्य के रूप में प्रकाशित करने का साहस दिखाया है। पत्रिका का समयबद्ध रूप से नियमित प्रकाशन होता रहे और पत्रिका राजभाषा के बहुमुखी विकास के लिए अपेक्षित मानदंडों पर खरी उतरे, यही मेरी शुभेच्छा है।

(डॉ. पी. के. जैन)  
मुख्य खनिज अर्थशास्त्री  
एवं राजभाषा अधिकारी



## संपादकीय .....

हमारे राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने हिंदी के बारे में कहा था कि "हृदय की कोई भाषा नहीं होती, हृदय-हृदय से बातचीत करता है और हिंदी हृदय की भाषा है"। इसी विचार को चरितार्थ करने का प्रयास भारतीय खान ब्यूरो, मुख्यालय अपनी गृह-पत्रिका 'खान भारती' के माध्यम से कर रहा है। खान भारती में प्रकाशित रचनाएं भारतीय खान ब्यूरो के कर्मियों की हिंदी भाषा के प्रति लगाव का परिचायक तो है ही साथ ही स्वयं भारतीय खान ब्यूरो की हिंदी भाषा के बहुमुखी विकास के प्रति कटि-बद्धता का भी संकेत है। यह पत्रिका भारतीय खान ब्यूरो के हिंदी संबंधी गतिविधियों के वृहत प्रचार हेतु एक औपचारिक मंच भी प्रदान करती है।

आज के सूचना-प्रौद्योगिकी के युग में एक दक्ष संचार का अपरिहार्य रूप से महत्व है, ऐसे में भारतीय खान ब्यूरो की यह गृह पत्रिका हिंदी भाषा के संचार में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। पत्रिका में जो रचनाएं प्रकाशित हुई हैं, वे बहु-आयामी एवं विविध विषयों को समाहित किए हुए हैं। साथ ही हिंदी भाषा से संबंधित तथ्यपरक जानकारी का भी समावेश है जिसे पढ़कर पाठक अपनी हिंदी भाषा की जानकारी को और समृद्ध कर सकते हैं। हमारा विश्वास है कि पत्रिका में प्रस्तुत लेख, कहानी, कविता, राजभाषा कार्यान्वयन से संबंधित प्रसंग आदि सभी पाठकों को रोचक लगेंगे। पत्रिका के माध्यम से हिंदी अनुभाग द्वारा वर्ष भर राजभाषा के विकास एवं प्रोत्साहन की दिशा में किए गए अंतर्प्रभागीय प्रयासों की एक झलक भी प्रस्तुत की गई है। पत्रिका में प्रकाशित लेख हिंदी प्रयोग की क्लिष्टता संबंधी भ्रामक दृष्टिकोण को बदलने में अवश्य ही सार्थक सिद्ध होंगे।

हिंदी के विकास एवं उत्थान के लिए भारत सरकार द्वारा विभिन्न प्रयास किए जा रहे हैं। साथ ही हमारे संविधान में इसके संरक्षण के लिए विविध प्रावधान किए गए हैं। ये सभी प्रयास इसलिए किए जा रहे हैं ताकि हिंदी के प्रति जन सामान्य में सकारात्मक विचारधारा जागृत तो हो ही साथ ही, एक सर्वमान्य संपर्क भाषा के रूप में भी अपनी पहचान बनाएं। सरल, सरस, सीधी, स्पष्ट, मधुर, कर्णप्रिय भाषा के रूप में हिंदी का जन-जन की मातृभाषा, जनभाषा, राजभाषा, संचार भाषा और अघोषित वैश्विक भाषा के रूप में विस्तार हो रहा है। विदित हो कि अंतर्राष्ट्रीय हिंदी सम्मेलन भी इसी शृंखला की एक कड़ी है।

पत्रिका के प्रकाशन के लिए मैं सभी वरिष्ठ अधिकारियों का हार्दिक आभार व्यक्त करता हूं जिनके मार्गदर्शन से यह पत्रिका प्रकाशित हो सकी। साथ ही संपादक मण्डल, प्रकाशन अनुभाग और सभी रचनाकारों के प्रति आभार, जिनके कारण यह पत्रिका अपने वास्तविक कलेवर को प्राप्त कर सकी। मुझे विश्वास है कि यदि आप सभी का सहयोग मिलता रहा तो हम खान भारती के प्रकाशन को इसी प्रकार सफलता-पूर्वक निरंतरता में रख पाएंगे।

धन्यवाद।

*श.के.शर्मा*

(अभिनय कुमार शर्मा)

सहायक संपादक

## अनुक्रमिका

क्र. सं.	रचना का शीर्षक	लेखक	पृ.सं.
<b>रचना भाग</b>			
1	लोकतंत्र का पर्व - भारतीय चुनाव	डॉ. प्रदीप कुमार जैन	1-3
2	खनिज प्रसंस्करण का इतिहास और वर्तमान खनन प्रक्रिया में इसकी आवश्यकता	संतोष पाणी एवं प्रथमा दिवाकर	4-10
3	भारत में जल संकट - कारण, निवारण एवं संरक्षण	डॉ. (श्रीमती) संध्या लाल	11
4	संपोषणीय विकास के लिए खनिजों एवं धातुओं की भूमिका	अचिन्त गोयल	12-13
5	आत्म अनुशासन सफलता के लिए महत्वपूर्ण	पी. के. भट्टाचार्य	14
6	कैसे करें एक बेहतर और स्वस्थ भारत का निर्माण	पुखराज नेणवाल	15-16
7	युवाओं में HIV / AIDS के प्रति अधिक संवेदनशीलता	अभिनय कुमार शर्मा	17-18
8	कर्म ही सर्वोपरि	डॉ. शैलेन्द्र कुमार शर्मा	19-20
9	ऑनलाइन सुरक्षा आपके हाथ	बनवारी लाल यादव	21
10	नदी की आत्मकथा	पप्पू गुप्ता	22
11	चिंता चिंता समान है	दिलीप पंवार	23
12	बदलते परिवेश में खो रही है हमारी बोलियों की मिठास	नीता कोठारी	24-25
13	मोबाइल की माया	अक्षत याग्निक	26
14	जीने का बहाना ढूंढो	ललित कुमार नागदा	27
15	होशियारी से काम करके हम बेहतर प्रदर्शन कर सकते हैं	डॉ. प्रदीप कुमार जैन	28
16	बड़ा अधिकारी	एकता गिरि	29-30
17	जीवन में लक्ष्य का महत्व	सुनील कुमार शर्मा	31
18	संत चोखामेला	प्रवीण गजभिए	32-34
19	आधुनिक जीवन में योग द्वारा तनाव प्रबंधन	विनय कुमार सक्सेना	35-36
20	छात्र जीवन	अभिषेक कुमार	37-38
21	मजदूर - श्रम शक्ति की महत्वपूर्ण इकाई	प्रशय गजभिए	39
22	विश्वास या अंध विश्वास	गणेश शंकर सोनेकर	40-42
23	भूमंडलीकरण और अनुवाद	असीम कुमार	43
<b>कविता भाग</b>			
24	हे प्रभू मत रह गलतफहमी में	सुरेश अरुण पाटील	44
25	कविता हमारा त्यौहार	सुरेश अरुण पाटील	44
26	हे माँ!.....अम्मी!!	तुषार एम. पुस्तोडे	45
27	माँ का जवाब	तुषार एम. पुस्तोडे	45
28	पापा	श्रीनाथ राज	46
29	ऐ ज़िन्दगी..	आशीष मिश्र	46
30	जल	कमल किशोर वंशकार	47
33	अचला	निलेश प्रमोदराव महात्मे	47
31	अब ढर्रा पुराना छोड़ो तुम	अरुण कुमार राय	48
32	आजादी की 75 वीं वर्षगांठ पर 75 शब्द व 75 सेकेंड	शिवशंकर	48
<b>हिंदी प्रगति</b>			
34	भारतीय खान ब्यूरो में राजभाषा हिंदी से संबंधित कार्यों की उपलब्धियां		49-50
35	हिंदी पखवाड़ा - 2018 की रिपोर्ट		51-53
<b>टिप्पणी</b>			
पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में अभिव्यक्त विचार लेखक के अपने हैं एवं संगठन से उसका कोई संबंध नहीं है।			



## लोकतंत्र का पर्व- भारतीय चुनाव

डॉ. पी. के. जैन

मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी  
भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

चुनाव शब्द दो शब्दों को मिलाकर बनाया गया है, चुन और नाव। चुनाव की प्रक्रिया के तहत जनता एक ऐसे नेता रूपी नाव को चुनती है जो जनता को विकास की वैतरणी पार करा सके। भारत में चुनावों का इतिहास पुराना है। देश में पहले जब राजाओं और सम्राटों का राज था, उस समय भी चुनाव होते थे। राजा और सम्राट लोग भावी शासक के रूप में अपने पुत्रों का चुनाव करते थे। उदाहरण के तौर पर राजा दशरथ ने अपने ज्येष्ठ पुत्र श्री राम का चुनाव किया था जिससे वे गद्दी पर बैठ सके। यह बात अलग है कि रानी कैकयी को दिए गए वचन निभाने के कारण श्री राम गद्दी पर नहीं बैठ सके।

राजाओं और सम्राटों द्वारा ऐसी चुनावी प्रक्रिया में जनता की भागीदारी नहीं होती थी। देश को जब आजादी नहीं मिली थी और भारत में अंग्रेजी शासन था, उन दिनों भी चुनाव होते थे। तात्कालीन नेता अपने कर्मों से अपना चुनाव खुद ही कर लेते थे। बाद में देश को आजादी मिलने का परिणाम यह हुआ कि जनता को भी चुनावी प्रक्रिया में हिस्सेदारी का मौका मिलने लगा। नेता और जनता, दोनों आजाद हो गए। जनता को वोट देने की आजादी मिली और नेता को वोट लेने की। वोट लेने-देने की इसी प्रक्रिया का नाम चुनाव है जो लोकतंत्र का आधारभूत स्तम्भ है।

चुनाव या निर्वाचन (election) लोकतंत्र की एक महत्वपूर्ण प्रक्रिया है जिसके द्वारा जनता प्रतिनिधियों को चुनती है। चुनाव के द्वारा ही आधुनिक लोकतंत्रों के लोग विधायिका (और कभी-कभी न्यायपालिका एवं कार्यपालिका) के विभिन्न पदों पर आसीन होने के लिये व्यक्तियों को चुनते हैं। चुनाव के द्वारा ही क्षेत्रीय एवं स्थानीय निकायों के लिये भी

व्यक्तियों का चुनाव होता है। वस्तुतः चुनाव का प्रयोग व्यापक स्तर पर होने लगा है और यह निजी संस्थानों, क्लबों, विश्वविद्यालयों, धार्मिक संस्थानों आदि में भी प्रयुक्त होता है।

परिवर्तन होता है इस बात को साबित करने के लिए सन 1950 से शुरू हुआ ये राजनैतिक कार्यक्रम कालांतर में सारे कृतिक कार्यक्रम के रूप में स्थापित हुआ। सत्तर के दशक के मध्य तक भारत में चुनाव हर पाँच साल पर होते थे। चुनाव लोकतांत्रिक शासन का आधार है। स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव व्यवस्था लोकतंत्र को स्थायित्व और परिपक्वता प्रदान करती है। काफी समय से देश में चुनाव सुधारों की मांग की जाती रही है। चुनाव के दौरान अपनाए जाने वाले भ्रष्ट तरीकों को समाप्त करने का प्रश्न सरकार के समक्ष काफी समय से विचाराधीन रहा। पिछले वर्षों में हुए अनुभवों ने चुनाव सुधार की तात्कालिकता पर जोर दिया। चुनाव आयोग ने भी कुछ सुझाव सरकार के पास भेजे।

राजनैतिक दलों के नेताओं तथा अन्य प्रबुद्ध नागरिकों ने भी अनेक सुधारों की ओर सरकार का ध्यान आकर्षित किया। सुधारों की आवश्यकता और उनके स्वरूप के बारे में अनेक मंचों से समय-समय पर ठोस विचार सामने आते रहे। सरकार ने चुनाव सुधार के मुद्दों के बारे में राजनैतिक-दलों के नेताओं के साथ विचार-विमर्श किया। इन सब बातों को ध्यान में रखकर सरकार ने दिसम्बर 1988 में संसद के दो विधेयक पास कराए-एक संविधान संशोधन विधेयक और दूसरा जन प्रतिनिधि विधेयक। दोनों विधेयकों के द्वारा देश की चुनाव प्रणाली में महत्वपूर्ण और व्यापक सुधारों का प्रावधान किया गया है। नीचे हम कुछ महत्वपूर्ण सुधारों की चर्चा करेंगे। इन सुधारों को हम कई श्रेणियों में बांट सकते हैं, जैसे - मतदाता सम्बन्धी, मतदान प्रणाली संबंधी, उम्मीदवार सम्बन्धी, चुनाव



के दौरान होने वाले भ्रष्टाचार संबंधी, चुनाव आयोग संबंधी, चुनाव खर्च संबंधी और राजनैतिक दल संबंधी।

### भारतीय लोकतंत्र की चुनाव प्रक्रिया

भारतीय लोकतंत्र में चुनाव प्रक्रिया के अलग - अलग स्तर हैं। लेकिन मुख्य तौर पर संविधान में पूरे देश के लिए एक लोकसभा तथा पृथक - पृथक राज्यों के लिए अलग विधान सभा का प्रावधान है। भारतीय संविधान के भाग 15 में अनुच्छेद 324 से अनुच्छेद 329 तक निर्वाचन की व्याख्या की गई है। अनुच्छेद 324 निर्वाचनों का अधीक्षण, निदेशन और नियंत्रण का निर्वाचन आयोग में निहित होना बताता है। संविधान ने अनुच्छेद 324 में ही निर्वाचन आयोग को चुनाव संपन्न कराने की जिम्मेदारी दी है। 1989 तक निर्वाचन आयोग केवल एक सदस्यीय संगठन था लेकिन 16 अक्टूबर 1989 को राष्ट्रपति अधिसूचना के द्वारा दो और निर्वाचन आयुक्तों की नियुक्ति की गई।

लोकसभा की कुल 543 सीटों में से विभिन्न राज्यों से अलग-अलग संख्या में प्रतिनिधि चुने जाते हैं। इसी प्रकार अलग-अलग राज्यों की विधान सभाओं के लिए अलग-अलग संख्या में विधायक चुने जाते हैं। नगरीय निकाय चुनावों का प्रबंध राज्य निर्वाचन आयोग करता है, जबकि लोकसभा और विधानसभा चुनाव भारत निर्वाचन आयोग के नियंत्रण में होते हैं, जिनमें मताधिकार प्राप्त वयस्क मतदाता प्रत्यक्ष मतदान के माध्यम से सांसद एवं विधायक चुनते हैं। लोकसभा तथा विधानसभा दोनों का ही कार्यकाल पांच वर्ष का होता है। इनके चुनाव के लिए सबसे पहले निर्वाचन आयोग अधिसूचना जारी करता है। अधिसूचना जारी होने के बाद संपूर्ण निर्वाचन प्रक्रिया के तीन भाग होते हैं - नामांकन, निर्वाचन तथा मतगणना। निर्वाचन की अधिसूचना जारी होने के बाद नामांकन पत्रों को दाखिल करने के लिए सात दिनों का समय मिलता है। उसके बाद एक दिन उनकी जांच पड़ताल के लिए रखा जाता है। इसमें अन्यायपूर्ण कारणों से नामांकन पत्र रद्द भी हो सकते हैं। तत्पश्चात दो दिन नाम वापसी के लिए दिए जाते हैं ताकि जिन्हें चुनाव नहीं लड़ना है वे आवश्यक विचार विनिमय के बाद अपने नामांकन पत्र वापस ले सकें। 1993 के

विधानसभा चुनावों तथा 1996 के लोकसभा चुनावों के लिए विशिष्ट कारणों से चार-चार दिनों का समय दिया गया था। परंतु सामान्यतः यह कार्य दो दिनों में संपन्न करने का प्रयास किया जाता है। कभी कभार किसी क्षेत्र में पुनः मतदान की स्थिति पैदा होने पर उसके लिए अलग से दिन तय किया जाता है। मतदान के लिए तय किये गए मतदान केंद्रों में मतदान का समय सामान्यतः सुबह 7 बजे से सायं 5 बजे तक रखा जाता है।

इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन आने के बाद मतगणना के लिए सामान्यतः एक दिन का समय रखा जाता है। मतगणना लगातार चलती है तथा इसके लिए मतदान केंद्रों के समान ही मतगणना स्थल पर अनधिकृत व्यक्तियों का प्रवेश वर्जित रहता है। सभी प्रत्याशियों, उनके प्रतिनिधियों तथा पत्रकारों आदि के लिए निर्वाचन अधिकारियों द्वारा प्रवेश पत्र जारी किए जाते हैं। वर्तमान में निर्वाचन क्षेत्रानुसार मतगणना की जाती है तथा उसके लिए उसके सभी मतदान केंद्रों के मत की गणना कर परिणाम घोषित किया जाता है। परिणाम के अनुसार जिस दल को बहुमत प्राप्त होता है, वह केंद्र या राज्य में अपनी सरकार का गठन करता है। भारत में वोट डालने की कोई कानूनी बाधकता नहीं है और यह नागरिकों का अधिकार है, कर्तव्य नहीं।

राष्ट्रपति, उपराष्ट्रपति एवं राज्यसभा सदस्यों के चुनाव प्रत्यक्ष न होकर अप्रत्यक्ष रूप से होते हैं। इन्हें जनता द्वारा चुने गए जनप्रतिनिधि चुनते हैं। चुनाव के वक्त पूरी प्रशासनिक मशीनरी चुनाव आयोग के नियंत्रण में कार्य करती है। चुनाव की घोषणा होने के पश्चात आचार संहिता लागू हो जाती है और हर राजनैतिक दल, उसके कार्यकर्ता और उम्मीदवार को इसका पालन करना होता है।

### भारतीय आम चुनाव 2019

2019 का भारतीय आम चुनाव 17वीं लोकसभा का गठन करने के लिए 11 अप्रैल से 19 मई 2019 तक सात चरणों में आयोजित किया गया था। मतों की गिनती 23 मई को हुई, और उसी दिन परिणाम घोषित किए गए। लगभग 900 करोड़

लोग मतदान करने के योग्य थे और मतदान - सबसे अधिक और साथ ही महिला मतदाताओं द्वारा सबसे अधिक भागीदारी 67 प्रतिशत से अधिक थी।

भारतीय जनता पार्टी ने 303 सीटें जीतीं, जिससे उसको पर्याप्त बहुमत मिल गया और भाजपा के नेतृत्व वाले राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन ने 353 सीटें जीतीं। भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस पार्टी ने 52 सीटें जीतीं, और कांग्रेस नीत संयुक्त प्रगतिशील गठबंधन ने 91 सीटें जीतीं। अन्य दलों और उनके गठबंधन ने 98 सीटें जीतीं। भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस फिर से लोकसभा में 10% सीटें (55 सीटें) हासिल करने में विफल रही और इसलिए भारत एक आधिकारिक विपक्षी पार्टी के बिना बना रहा। आंध्र प्रदेश, अरुणाचल प्रदेश, ओडिशा और सिक्किम राज्यों में विधानसभा चुनाव आम चुनाव के साथ-साथ हुए थे।

**उपसंहार :** विश्व के सबसे बड़े लोकतांत्रिक देश भारत में सत्ता की बागडोर का आम नागरिक द्वारा चुनाव के माध्यम से सत्तारूढ़ दल को सौंपना अद्वितीय प्रक्रिया है। विगत वर्षों में संपूर्ण चुनाव प्रक्रिया को पारदर्शी एवं जनता के प्रति जवाबदेही बनाने हेतु समय-समय पर अनेक संविधानिक एवं प्रशासनिक कदम उठाये गए हैं। राजनीतिक पार्टियों को सूचना का अधिकार अधिनियम, 2005 के तहत पार्टी फंड, चुनाव खर्च का ब्यौरा आदि आंकड़े जनता को साझा करने की आवश्यकता है। जन-जागरण द्वारा जन-साधारण की चुनाव के प्रति कर्तव्यनिष्ठा का परिणाम वोट प्रतिशत की वृद्धि दर से नापा जा सकता है। प्रत्याशी की न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता, अधिकतम आयु-सीमा, अपराधमुक्त आचरण, चुनाव में खर्च की सीमा, राजनीतिक पार्टियों का लोक लुभावन घोषणा पत्र जैसे अनेक विषयों पर स्पष्ट वैधानिक व्यवस्था की आवश्यकता है।

### मतदाता जागरूकता अभियान

बनो देश के भाग्य विधाता। अब जागो प्यारे मतदाता।।  
लोकतंत्र का त्यौहार है। आज मतदान का वार है।।  
ये है सबकी ज़िम्मेदारी। डालें वोट सभी नर-नारी।।  
जाएं, वोट डालने जाएं। अपना वोट काम में लाएं।।  
लोकतंत्र का यह आधार। वोट न कोई हो बेकार।।

वोट हमारा है अधिकार। करें नहीं इसको बेकार।।  
वोट डालने जाना है। अपना फर्ज निभाना है।।  
निर्भय होकर मतदान करेंगे। देश का हम सम्मान करेंगे।।  
समय वोट के लिए निकालें। जिम्मेदारी कभी ना टालें।।  
जागरूक समाज की क्या पहचान। शत-प्रतिशत होगा  
मतदान।।

न नशे से, न नोट से। किस्मत बदलेगी वोट से।।  
छोड़ के अपने सारे काम। पहले चलो करे मतदान।।  
बहकावे में कभी न आना। सोच-समझकर बटन दबाना।।  
नहीं करेंगे यदि मतदान। होगा बहुत बड़ा नुकसान।।  
घर-घर साक्षरता ले जाएंगे। मतदाता जागरूक बनाएंगे।।  
बड़े हो या जवान। सभी करें मतदान।।

लोकतंत्र की सुनो पुकार। मत खोना अपना मत अधिकार।।

न जाति पे, न धर्म पे। बटन दबेगा, कर्म पे।।  
जो बांटे दारू, साड़ी, नोट। उनको कभी ना देंगे वोट।।  
डालें वोट, बूथ पर जाए। लोकतंत्र का पर्व मनाए।।  
हम मतदाता जिम्मेदार। डालें वोट सभी नर-नार।।  
वोटर लिस्ट में नाम लिखाए। वोटर कार्ड सभी बनवाएं।।  
छोड़ो अपने सारे काम। पहले चलो करें मतदान।।  
जब भी वोट डालने जाएं। पहचान पत्र साथ ले जाएं।।  
आपकी समझदारी रंग लाएगी। देश को खुशहाल बनाएगी।।

आपके हाथों में है ताकत। सही उम्मीदवार को दें मत।।  
आपका मतदान लोकतंत्र की जान वोट है ताकत  
एक वोट से होगी जीत-हार। वोट न हो कोई बेकार।।  
वोट की कीमत कभी न लेंगे। लेकिन वोट ज़रूर देंगे।।  
लोकतंत्र का भाग्य-विधाता। होगा जागरूक मतदाता।।  
मत देना अपना अधिकार। बदले में ना लो उपहार।।  
वोट करें वफ़ादारी से। चयन करें समझदारी से।।  
सबकी सुनें, सभी को जानें। निर्णय अपने मन का मानें।।  
वोट हमारा है अनमोल। कभी न लेंगे इसका मोल।।

The one sure way of participating in the  
process of nation-building is  
to vote on the election day.





**संतोष पाणी**  
सहायक अयस्क प्रसाधन अधिकारी



**प्रथमा दिवाकर**  
सहायक अनुसंधान अधिकारी

## खनिज प्रसंस्करण का इतिहास और वर्तमान खनन प्रक्रिया में इसकी आवश्यकता

खनिज प्रसंस्करण प्रभाग भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

### प्रस्तावना

मानव जाति की जरूरतों को पूरा करने के लिए भू-गर्भ से खनिजों को निकालने की प्रक्रिया एक लम्बे समय से चली आ रही है। मानव सभ्यता का विकास विशेष रूप से धातुओं पर निर्भर रहा है। मनुष्य अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिये निरंतर, पृथ्वी से खनिजों की खोज और उसके निष्कर्षण में लगा रहा है। प्राचीन काल में, मनुष्य की जरूरतें आज के समय की तुलना में कम थीं, जैसे-जैसे समय आगे बढ़ा वैसे-वैसे खनिजों की माँग भी बढ़ती गई।

इतिहासकारों ने मानव सभ्यता को तीन युगों में बांटा है, जैसे पाषाण युग, काँस्य युग और लौह युग। खनन, प्रसंस्करण और धातु निष्कर्षण की प्रक्रियाओं का उपयोग, उपरोक्त तीन युगों में कहीं न कहीं हुआ है। आकारीकरण (तोड़ना और पीसना) (Sizing -Crushing & Grinding), आकार पृथक्करण (Size Separation), गुरुत्वीय पृथक्करण (Gravity Separation), चुंबकीय पृथक्करण (Magnetic Separation) जैसी तकनीकें खनिज प्रसंस्करण का अभिन्न हिस्सा रही हैं। पुरातन पाषाण युग में पत्थर के हथियारों को आकार देने के लिए और अनाज को पीसने के लिए आकारीकरण ( तोड़ना और पीसना) (Sizing (Crushing & Grinding) एवं आकार पृथक्करण (Size Separation) जैसे प्रक्रियाओं का प्रयोग किया जाता था। उसी प्रकार काँस्य युग, और लौह युग में भी उपरोक्त दो तकनीकों के साथ-साथ गुरुत्वीय पृथक्करण का बहुल प्रयोग किया जाने लगा।

प्राचीन समय में धातुओं को गलाकर, तपाकर तथा अन्य पारम्परिक तकनीकों द्वारा सीधे उनके अयस्कों से निकाला

जाता था। खनन प्रक्रिया के बाद बड़े आकार के अयस्कों को धातु निष्कर्षण और सुगम परिवहन/दुलाई के लिए छोटे आकारों में तोड़ा जाता था। मध्य कालीन यूरोप में हो रही धातु निष्कर्षण की प्रक्रिया में पाया गया की गलाने व तपाने में अत्यधिक रूप से लकड़ी का इस्तेमाल हो रहा है। इस तरह वृक्षों का दोहन बढ़ते गया और एक युक्ति का इस्तेमाल हुआ जिससे पहले धातुओं के अयस्कों से अनावश्यक तत्वों को निकाल दिया जाए तो धातु निष्कर्षण की प्रक्रिया में तुलनात्मक रूप से कम ऊर्जा की खपत होती है, साथ ही धातु की गुणवत्ता में भी बढ़ोत्तरी होती है। यह देखा गया कि धातु के एक अयस्क को मूल्यवान खनिजों से समृद्ध करने के लिए बड़े आकार के अयस्कों को छोटे आकार में बदल दिया जाना, और मूल्यवान खनिजों को अनावश्यक या अवांछनीय खनिजों से अलग किया जाना आवश्यक है। इस प्रकार अवांछनीय खनिज से वांछनीय और मूल्यवान खनिज को अलग करने की विधि को 'खनिज प्रसंस्करण' कहा जाता है। इसलिए अयस्क का पिसाई और तोड़ने की प्रक्रिया खनिज प्रसंस्करण का प्राथमिक तथा खनन एवं धातु निष्कर्षण का अभिन्न हिस्सा बन गयी।

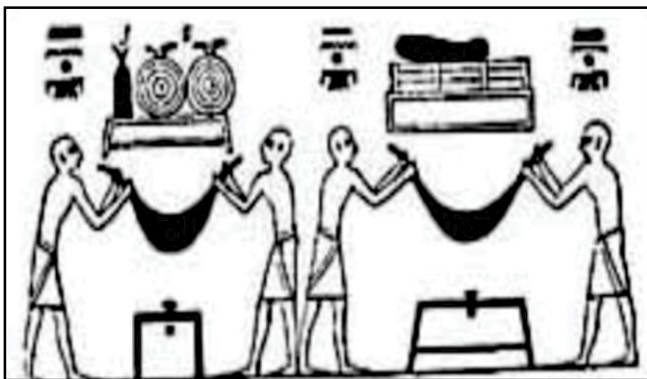
### खनिज प्रसंस्करण और धातु निष्कर्षण का वैश्विक स्वरूप

मानव सभ्यता के ऐतिहासिक काल से धातुओं की मांग के लिए खनिज प्रसंस्करण ने महत्वपूर्ण भूमिका निभायी है। प्राचीन समय में मूल्यवान धातुएँ रत्न जैसे सोना, चाँदी व ताम्बा इत्यादि अपने मूल रूप ( Native Form) में पृथ्वी की सतह पर (जैसे जल स्रोतों) ही मिट्टी के साथ सम्मिलित रूप से पाये जाते थे। तब उसे हाथों से चुनकर, बजरी से छानकर या पैनिंग द्वारा अलग कर लिया जाता था। कुछ समय बाद ये पता चला कि ये धातुएँ जल स्रोत की सतह पर ही पायी जाती हैं,

तब उसे मिट्टी के साथ ही पैनिंग द्वारा या छान लिया करते थे। गुरुत्व बल के कारण भारी धातु नीचे बैठ जाती थी, व हल्का अवांछनीय खनिज पानी के साथ बह जाता था। इस प्रकार खनिज प्रसंस्करण या शोधन प्रक्रियाओं का आरंभ हुआ। ऐसा माना जाता है कि पैनिंग प्रक्रिया खनिज प्रसंस्करण की सबसे पुरातन तकनीकों में से एक है।

आकारीकरण (तोड़ना और पीसना) (Sizing (Crushing & Grinding), आकार पृथक्करण (Size Separation), गुरुत्वीय पृथक्करण (Gravity Separation), चुंबकीय पृथक्करण (Magnetic Separation) जैसी तकनीकें खनिज प्रसंस्करण का अभिन्न हिस्सा रहीं हैं। पुरातन पाषाण युग में पत्थर के हथियारों को आकार देने के लिए और अनाज को पीसने के लिए आकारीकरण (तोड़ना और पीसना) (Sizing (Crushing & Grinding)) एवं आकार पृथक्करण (Size Separation) जैसे प्रक्रियायों का प्रयोग किया जाता था। उसी प्रकार कांस्य युग और लौह युग में भी उपरोक्त दो तकनीकों के साथ साथ गुरुत्वीय पृथक्करण का बहुल रूप से प्रयोग किया जाने लगा।

प्राचीन मिस्रवासी पहले से ही जानते थे कि सोने के निष्कर्षण के लिए सोने के कणों से समृद्ध मिट्टी को तपाना आम मिट्टी से ज्यादा आसान है। इसीलिए वो लोग आम मिट्टी से सोने से समृद्ध बजरी को छानकर निकालते थे (चित्र-1)।



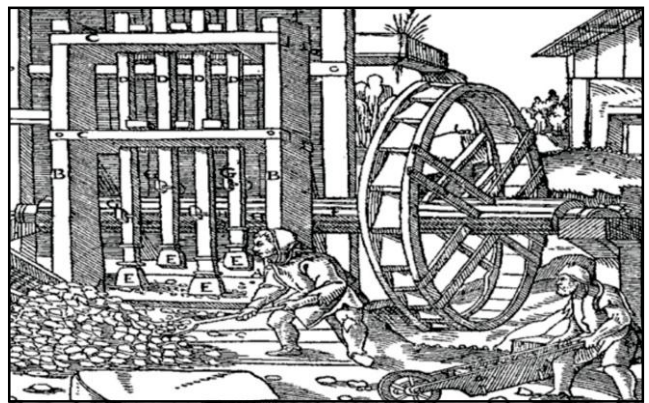
चित्र-1 सोने के मिट्टी का प्रसंस्करण, एक प्राचीन मिस्र की दीवार पेंटिंग (Habashi, 2006)

प्राचीन काल में अयस्कों के शोधन के लिये उपयोग किये जाने वाली तकनीकों का इतिहास निम्नांकित हैं -

### तोड़ना और पीसना (Crushing and Grinding)

आकारीकरण प्रक्रिया जैसे तोड़ना और पीसना को खनिज प्रसंस्करण और खनन के सब से पुराने तकनीकों में से एक माना जाता है। उक्त विधियाँ प्रागैतिहासिक काल में तब शुरू हुई थी, जब शुरुआत में मनुष्य अनाज के छिलके को निकालने और पीसने के लिये पत्थर के हथियारों का उपयोग करता था। खल, कटोरे के आकार के पात्र और मूसल, एक सपाट सतह के हथौड़े का संयोजन (Mortar & Pestle) इस क्रम में पहला उपकरण है जो उस समय तो क्या, आज भी तोड़ाई और पिसाई के लिये रासायनिक प्रयोगशालाओं और फार्मसियों में इस्तेमाल किया जा रहा है।

जब धातुओं और खनिजों की मांगों में बढ़ोत्तरी हुई, तब खनिजों के आकारीकरण की तकनीकों में भी बदलाव आया। लगभग 1500 ईस्वी में इन्ही मांगों ने, बड़े-बड़े आकार के पत्थरों को छोटे कण में बदलने के लिये पानी से संचालित स्टाम्प मिल (Water Driven Stamp Mill) को जन्म दिया। स्टाम्प मिल में स्वयंचलित लोहे के हथौड़े के इस्तेमाल से, भारी मात्रा में बड़े आकार के पत्थर छोटे आकार में बदल दिए जाते थे। भले ही ये मिलें यांत्रिक रूप से जटिल थीं, परन्तु खासकर पत्थरों के ज्यादा बारीकी से पीसने के लिये काम में आने वाली यह स्टाम्प मिल के अलावा अगले 400 सालों तक कोई और विकल्प नहीं था।



चित्र-2 पानी से चलने वाला स्टाम्प मिल (Agricola, 1556)

धीरे-धीरे दुनिया की आबादी में वृद्धि के साथ खनिजों की मांगों में बढ़ोतरी होने के साथ साथ बढ़ते घटनाक्रम में खनिजों का आकारीकरण तकनीकों में भी विकास हुआ। पाषाण युग से आधुनिक युग तक आकारीकरण में विकसित तकनीकों का क्रमविवर्तन नीचे तालिका में दिया गया है: ( तालिका-1 )

(तालिका -1)

समय सीमा	तकनीक	प्रभाव और उपयोग
<b>बाहुबल</b>		
पाषाण युग	खल और मूसल (Mortar & Pestle)	कूटने की क्रिया- मोटे पीसने के लिए अच्छा है
2000 ई.पू.	काठी के पत्थर (Saddle stones)	परस्पर क्रिया: बारीकी से पीसने के लिए अच्छा
500 ई.पू.	पत्थर के चक्की (Querns)	घूर्णन क्रिया-नरम खनिजों को पीसने के लिए अच्छा
<b>जल शक्ति</b>		
1500 ई	पानी से चलने वाली स्टाम्प मिल (Stamp Mill)	कूटने की क्रिया-मोटे पीसने के लिए अच्छा है
1850-1900 ई	जॉव क्रेशर (Jaw Cusher), बॉल मिल (Ball Mill) वायु वर्गीकर्ता (Air Classifier), आवर्तन क्रेशर (Gyratory Crusher), कोन क्रेशर (Cone crusher)	खनिज अयस्कों और सीमेंट के लिए उच्च क्षमता वाली मशीनें
<b>विद्युत शक्ति</b>		
1900-1920 ई	ऊर्ध्वाधर रोलर मिल (Vertical Roller Mill), ढाल वर्गीकर्ता (Rake classifier), स्वयं उत्पादक कंकड़ मिल (Autogenous Pebble Mill), छड़ी मिल (Rod Mill)	खनिजों और अयस्कों को बंद परिपथ (Close Circuit) में पीसना
1930-1955 ई	प्राथमिक स्व-उत्पादक मिल (Primary autogenous mills)	खनिज के पत्थर स्वयं पीसाई के माध्यम से होता है

### गुरुत्वीय पृथक्करण (Gravity Separation):

गुरुत्वीय पृथक्करण (Gravity Separation) तकनीक एक पुरानी प्रक्रिया है जो सदियों से खनिजों के शोधन के लिए उपयोग होती आ रही है। सोने की पैनिंग द्वारा खनिज कणों को अलग अलग करना गुरुत्वीय पृथक्करण की सबसे पहली तकनीक है, जो कि प्रागैतिहासिक काल से चली आ रही है। पुरातन युग से आधुनिक युग तक गुरुत्वीय पृथक्करण का उपयोग करके कई मशीनें बनायीं गयीं हैं। उनका नाम, समयक्रम और

उपयोग नीचे तालिका (तालिका -2 ) में वर्णित है ।

(तालिका -2)

समय सीमा	तकनीक	प्रभाव और उपयोग
<b>बाहुबल</b>		
600 ई.पू.	पैनिंग (Panning)	नदी के तल में मिले, सोने से समृद्ध मिट्टी में से, सोने का प्रसंस्करण
700 -1300 ई	तलछट कोष्ठ श्रृंखला (Gravity Settling Chamber Series)	पानी के बहाव के साथ खनिजों के धुलना और अलग करना
1300-1900 ई	विल्फ्ले टेबल (Wilfley Table)	पानी के बहाव और प्रत्यागामी क्रिया (To and Fro Motion) का उपयोग करके उच्च आपेक्षिक भार (High Specific gravity) खनिजों को धुलना और अलग करना (सोना, लोहा, तांबा और अन्य खनिजों के शोधन के लिए व्यावहारिक)
1900-1950 ई	मिनरल जिग (Mineral Jig), हम्फ्रेस स्पाइरल (Humphreys Spiral)	गुरुत्वीय पृथक्करण (बड़े और छोटे सभी आकार के खनिजों के शोधन के लिए व्यावहारिक)
1950-2000 ई	एकाधिक गुरुत्वीय पृथक्करण (Multi Gravity Separation), घन माध्यम पृथक्करण (Dense Media Separation)	

### चुंबकीय पृथक्करण (Magnetic Separation)

चुंबकीय पृथक्करण का इतिहास चुम्बक के अविष्कार से शुरू होता है । चुम्बक या मैग्नेट का नाम प्राचीन ग्रीस के 'मैग्नीशिया' नामक एक शहर से लिया गया है । मैग्नीशिया शहर तथा उसके आस-पास में पाए जाने वाले इस पत्थर को 'मैग्नेटाइट' कहा गया । प्राकृतिक रूप से पाया जाने वाला यह पत्थर लोहे के कणों को अपनी ओर आकर्षित करता था । इंग्लैंड की रानी एलिज़ाबेथ के चिकित्सक, विलियम गिल्बर्ट (1544-1603), जिन्होंने इस घटना को चुंबकत्व के रूप में वर्णित किया । इसी से चुम्बकीय पृथक्करण प्रक्रिया की शुरुआत हुई । 1831 में विद्युत चुम्बकीय प्रेरण की खोज के साथ चुंबकीय पृथक्करण तकनीक को एक नया रूप मिला । चुम्बकीय शक्ति के प्रयोग द्वारा गैर चुंबकीय खनिजों से, चुंबकीय खनिजों को अलग करने की प्रक्रिया अत्यधिक रूप से इस्तेमाल की जाने लगी ।

### फेन उत्प्लावन विधि (Froth Flotation Process)

फेन उत्प्लावन विधि (Froth Flotation Process) खनिज प्रसंस्करण में सर्वाधिक उपयोग की जाने वाली

प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया में खनिज की सतह के रासायनिक गुणों में बदलाव करके एक खनिज से दूसरे को अलग किया जाता है। इस प्रक्रिया में पृथक किये जाने वाली खनिज के सतह को किसी जैविक या रासायनिक तरल (Xanthate इत्यादि) का उपयोग करके जल विरोधी (Hydrophobic) बनाया जाता है। इसके बाद जल विरोधी (Hydrophobic) खनिज वायु संचारण (Aeration) द्वारा पानी की ऊपरी सतह पर बुलबुलों पर चिपककर आ जाता है। इसके पश्चात फेनक (Frother) जैसे पाइन आयल (Pine Oil) आदि का उपयोग करके खनिज से समृद्ध बुलबुलों को ऊपरी सतह पर ही स्थिर रखा जाता है। अंत में पानी की सतह से खनिज से समृद्ध बुलबुलों को खींच कर निकाल लिया जाता है। इसका उपयोग पहले गंधक युक्त खनिज (Sulphide Minerals) जैसे ताम्बा, जस्ता और सीसा के अयस्कों के पृथकरण और शोधन हेतु किया जाता था। इस प्रक्रिया का इस्तेमाल पहली बार इंग्लैंड के विलियम हैन्स ने 1860 में किया था। बाद में फेन उत्प्लावन विधि का वैज्ञानिक सिद्धांत 1920 में इरविंग लैंगमुइर (1957-1981) द्वारा उन्नत किया गया।

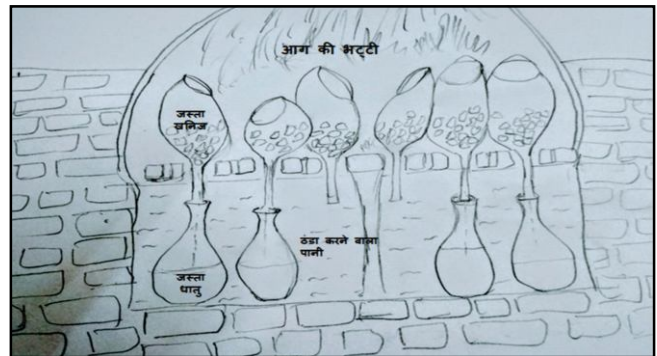
साधारण भाषा में कहा जा सकता है कि खनिज प्रसंस्करण 20 वीं सदी तक एक कला के रूप में उभरा फिर धीरे-धीरे इस में उपयोग होने वाली पुरानी तकनीकों, वैज्ञानिक तकनीकों के रूप में उन्नत हुई।

### भारत में खनिज प्रसंस्करण और धातु निष्कर्षण

भारत में खनिज प्रसंस्करण और धातु प्रौद्योगिकी का इतिहास बहुत पुराना है। खनिज प्रसंस्करण का इतिहास मानव द्वारा किये गए निरंतर सफल प्रयासों की कहानी है। यह कहानी, प्राचीन भारत में तीसरी सहस्राब्दी ई.पू. में शुरू होने का प्रमाण मिलता है। उदाहरण के लिए हड़प्पा की सभ्यता में नाचती हुई लड़की की मूर्ति तथा प्राचीन काल में उपयोग की जाने वाले भारी उपकरण और गंगा के मैदानों से प्राप्त ताम्बे के हथियारों को लिया जा सकता है। प्राचीन भारत में लोहा, तांबा, जस्ता, सोना जैसी धातुएं और रत्न, पत्थर जैसे हीरे, नील एवं माणिक्य का बहुतम उपयोग किया जाता था। उपरोक्त धातुओं, ओर उनको उनके अयस्कों से निकालने की प्रक्रिया जैसे खनिज प्रसंस्करण और धातु निष्कर्षण भारत में

कई सदियों से चली आ रही हैं। अयस्क शब्द प्राचीन भारत के ग्रंथ ऋग्वेद से लिए गया है।

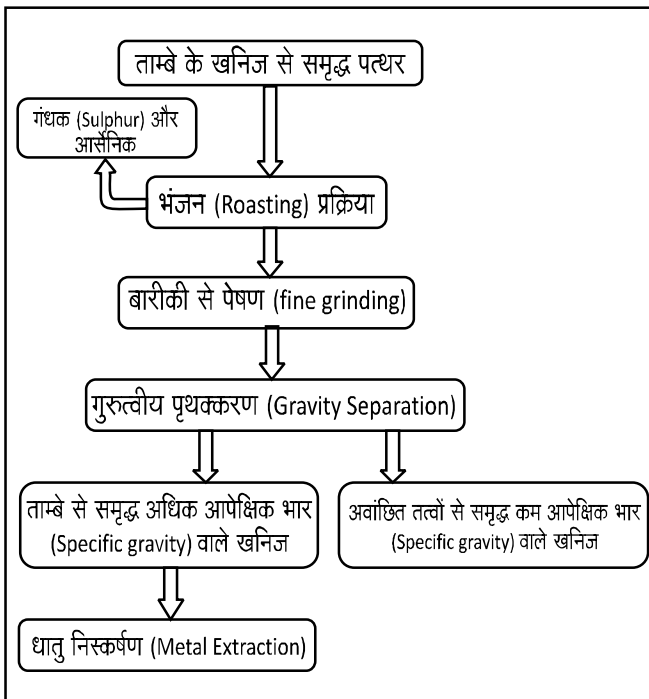
300 ई.पू. अर्थात् प्रागैतिहासिक शताब्दी के बाद आने वाली शताब्दियों में लौह और जस्ता धातु के काम में भारतीयों ने अद्वितीय विशेषज्ञता का प्रदर्शन किया था। तथ्यानुसार 19 वीं शताब्दी तक यूरोप में जस्ता के अयस्कों से जस्ता नहीं निकाला जा सकता था। हालाँकि भारत में, इसे तीसरी-चौथी शताब्दी ई.पू. में निकाला जा सकता था। जस्ता धातु के कम क्वथनांक (low boiling point) (907 °C) के कारण, उसको उसके अयस्कों से तपाकर निकालना एक असंभव कार्य माना जाता था। यह माना जाता है, कि प्राचीन फारस और मिस्र के लोग जस्ता धातु के अयस्कों को तपाकर उससे जस्ता धातु निकालने की कोशिश करते थे। किन्तु उच्च तापमान पर जस्ता को तपाने से जस्ता धातु वाष्पित होकर निकल जाती थी और उसे पुनः ठंडा करने से वह वायुमंडलीय आक्सीजन से रासायनिक क्रिया द्वारा सफेद चूना ( $ZnO_2$ ) बन जाता था। भारतीयों ने जस्ता धातु के अयस्कों को तपाने के बाद आसवन प्रक्रिया (Distillation Process) द्वारा ठंडा करके जस्ता धातु निकालने की कला को पहले से खोज लिया था (चित्र-3)। जस्ता निष्कर्षण की इस तकनीक और प्राचीन भारत के अन्य धातु निष्कर्षण की कला का वर्णन 13 वीं शताब्दी के ग्रन्थ 'रस रत्न समुच्चय' में है। उपरोक्त घटनाओं को देखते हुए ये माना जाता है, कि भारत में जस्ता निष्कर्षण निश्चित रूप से 13 वीं शताब्दी ईस्वी से पहले ही ज्ञावर, राजस्थान में शुरू हो चुका था।



चित्र-3 प्राचीन भारत में जस्ता निष्कर्षण की प्रक्रिया

यह भी प्रमाण मिलता है कि ताम्र युग में (Chalcolithic Period) खनन के बाद अयस्कों का प्रसंस्करण किया जाता था। ताम्र युग में भंजन (Roasting) और पेचना (Crushing) जैसी अयस्क शोधन प्रक्रिया धातु निष्कर्षण से पहले की जाती थी। गुजरात प्रदेश के अम्बाजी में पाए जाने वाली, ताम्र युग के छोटे आकार की भट्टी, धातु की उच्च उपज को दर्शाती है कि धातु निष्कर्षण से पहले इसके अयस्कों को शोधन किया गया था। तांबे के अयस्क से ताम्बा निकालने के लिये, सर्वप्रथम ताम्बे के अयस्कों को भुना (Roasting) जाता था। इस भंजन प्रक्रिया में गंधक (Sulphur) और आर्सेनिक जैसे अवांछित (Gangue) खनिज भाग बनकर उड़ जाते थे। उसके बाद भुने हुए अयस्कों को बारीकी से पीसा जाता था। पीसे हुए अयस्कों से अन्य कम आपेक्षिक भार (Specific gravity) वाले अवांछित खनिज जैसे सिलिकेट को गुरुत्वीय पृथक्करण प्रक्रिया से अलग किया जाता था। अंत में पूर्ण रूप से शोधित धातु के अयस्कों को तपाकर धातु निष्कर्षण किया जाता था।

चित्र - 4



चित्र-4 प्राचीन भारत में ताम्र प्रसंस्करण और निष्कर्षण की प्रक्रिया

भारत के प्राचीन ग्रंथ जैसे रस-रत्न समुच्चय, अर्थशास्त्र, गरुड़ पुराण में विभिन्न खनिजों के नाम वर्णित हैं। इनमें से कुछ नाम नीचे की तालिका-3 में दर्शाये गए हैं-

तालिका - 3		
खनिजों और रसायनों के नाम अंग्रेजी में	रासायनिक संरचना	प्राचीन भारतीय नाम
Aquamarine	Be-Al-Silicate	मरकत
Chrysoberyl	Be-Al-Oxide	वैदूर्य
Corundum	Al <sub>2</sub> O <sub>3</sub>	कुरुविड
Dimond	C	वज्र, भिदूर, हीरक
Feldspar	(NaK)-AlSi <sub>3</sub> O <sub>8</sub>	चंद्रकांत
Lapis Lazuli	3NaAlSi <sub>3</sub> O <sub>4</sub>	राजवर्त
Marble	CaCO <sub>3</sub>	मर्मर
Quartz	SiO <sub>2</sub>	स्फटिक
Ruby	Al <sub>2</sub> O <sub>3</sub> with Cr <sub>2</sub> O <sub>3</sub>	माणिक्य, पद्मराग
Sapphire	Al <sub>2</sub> O <sub>3</sub> with Oxides of Ti, Fe & CO	नीलकांत, इंद्रनील
Topaz	Al Fluorosilicate	पुखराज
Zircon	ZrSiO <sub>4</sub>	गोमेद
Acid	carboxylic acid or other organic acids	अम्ल
Alkali	Na <sub>2</sub> CO <sub>3</sub>	क्षार
Chalcopyrite	CuFeS <sub>2</sub>	स्वर्नमविशका
Cinnabar (Red)	HgS	रससिंदूर /मकरध्वज
Pyrite	FeS <sub>2</sub>	विमला
Sulphur	S	गंधक

रस रत्न समुच्चय और अर्थशास्त्र जैसे ग्रंथों में खनन प्रसंस्करण और धातु निष्कर्षण जैसी विधियों की व्याख्या की गयी है। आकारीकरण प्रक्रिया के उपकरण जैसे पेषण, विभिन्न आकार के लौह खल तथा बाँस, लकड़ी के रेशों, घोड़े के बालों से बनायी जाने वाली चलनी के बारे में बताया गया है। उन ग्रंथों में आकार व आपेक्षिक भार के आधार पर कणों का पृथक्करण के बारे में बताया गया है। भौतिक पृथक्करण के अलावा अन्य तकनीकें जैसे रासायनिक पृथक्करण (क्षार और अम्ल से धुलाई करना), जैविक पृथक्करण (सूक्ष्मजीव के प्रयोग) के बारे में भी बताया गया है। अर्थशास्त्र में कई गैर-मणि खनिज और पिगमेंट, मोर्डेंट्स, अपघर्षक, अल्कली का उत्पादन करने वाली सामग्री, लवण, बिटुमेन, लकड़ी का

कोयला, भूसी, आदि के उपयोग का भी उल्लेख है।

भारतीय परंपरा में सिंदूर की एक अहम् भूमिका रही है। सिंदूर भारतीय सभ्यता के अनुसार हिन्दू महिला के जीवन का एक पारम्परिक प्रतीक है। सिंदूर प्राकृतिक रूप से रससिंदूर (Cinabar/ HgS) नामक खनिज में पाया जाता है। रस रत्न समुच्चय में इसका वर्णन है।

भारत में प्रारंभिक काल में सोने, हीरे व अन्य रत्न के शोधन व प्रसंस्करण के लिए गुरुत्वीय पृथक्करण व पैनिंग जैसी प्रणालियों का उपयोग किया जाता था। प्रारंभिक आधुनिक युग में लौह और इस्पात के उत्पादन के लिए भारत का नाम विश्व प्रसिद्ध था। इसका प्रमाण दिल्ली स्थित कुतबमीनार लौह स्तम्भ, और विश्व प्रसिद्ध डमस्कस के तलवार से मिलता है। भारत में लोहा का काम करने वाले कुछ सम्प्रदाय जैसे लोहार, असुर (आधुनिक बिहार में रहने वाले), अगरिया (मध्य प्रदेश के बिलासपुर, बालाघाट, मंडला तथा छत्तीसगढ़ और ओडिशा के सीमान्तवर्ती क्षेत्र में रहने वाले), एवं खानाबदोश जनजाति जैसे गोदुलि लोहार इस कला के अच्छे जानकार हुआ करते थे। उन्हें खनिज से धातु निष्कर्षण की कुशलता थी। उन्हें खनिजों की अच्छी गुणवत्ता का ज्ञान था, वे जंगल या अन्य क्षेत्र जहाँ लौह खनिज पाए जाते थे, वहीं से खनिजों को चुना करते थे। उसके बाद वे खनिज के पत्थरों को तोड़कर आकार देते थे। टूटे हुए पत्थरों को बारीक आकर की छन्नियों से छानते थे, इस विधि में silicates और मिट्टी (क्ले) जैसे अवांछनीय खनिज नीचे गिर जाते थे तथा भारी या अच्छी गुणवत्ता वाले लौह खनिज जैसे हैमाटाइट (hematite), मैग्नेटाइट (Magnetite) छन्नी की ऊपरी सतह पर इकट्ठा हो जाते थे। बाद में लौह से समृद्ध खनिजों को घरेलू निष्कर्षण भट्टी में गलाकर व तपाकर धातु निष्कर्षण किया जाता था। इस प्रकार खनिज प्रसंस्करण द्वारा प्रभावी ढंग से धातु की अच्छी गुणवत्ता प्राप्त की जा सकती थी।

खनिज से धातु निष्कर्षण की कार्य शैली मुगल शासन काल तक कायम रही, इसके पश्चात् ईस्ट इंडिया कंपनी काल में जंगल और खनन पर नियंत्रण लगा दिया गया, सिर्फ यही नहीं कुटीर उद्योग पर भी पाबन्दी लगा दी

गयी, फलस्वरूप कच्चे खनिजों की प्राप्ति दुर्लभ हो गयी, इस तरह से धातु निष्कर्षण की कला विलुप्त होते गयी। 1857 की क्रांति के बाद भारत का शासन भार ईस्ट इंडिया कंपनी से ब्रिटिश शासन के हाथ में आया। ब्रिटिश शासन काल में भारत के अमूल्य प्राकृतिक खनिज सम्पदा की खोज की गयी। द्वितीय औद्योगिक क्रांति के समय उत्पन्न आवश्यकताओं की पूर्ति करने के लिए खनिजों की मांग फिर से बढ़ी, उस समय भारत में लौह उद्योग में टाटा स्टील और सोने के उद्योग में कोलार गोल्ड माइंस की स्थापना हुई, झरिया में कोयला खदान का भी संधान हुआ। परन्तु खनिजों के खनन प्रसंस्करण और धातु निष्कर्षण में उतनी ज्यादा उन्नति नहीं हो पायी।

आजादी के समय भारत में धातुओं जैसे ताम्बा, शीशा, सल्फर, ग्रेफाइट और जस्ता इत्यादि की आवश्यकता की पूर्ति के लिए विदेशों से आयात किया जाता था। आजादी के बाद राष्ट्र निर्माण में धातुओं के महत्व को समझा गया। नए भारत की प्राकृतिक सम्पदा के सदुपयोग के लिए योजनाएं बनायीं गयीं। धातु निष्कर्षण के लिए आवश्यक खनिजों की खनन और शोधन हेतु तकनीकों के विकास के लिए कई वैज्ञानिक संस्थाएं जैसे जमशेदपुर स्थित राष्ट्रीय धातुकर्म प्रयोगशाला, धनबाद स्थित भारतीय खान विद्यापीठ और केंद्रीय अन्वेषण एवं अनुसंधान परिषद्, भारतीय खान ब्यूरो का गठन हुआ।

खनिज क्षेत्रों की प्रभावी रूप से खोज और खनन प्रक्रिया को सुचारु रूप से नियंत्रित करने के लिए भारतीय खान ब्यूरो का गठन 1948 में हुआ। भारतीय खान ब्यूरो (आईबीएम) की स्थापना खनिज संसाधनों के वैज्ञानिक विकास और संरक्षण के लिए की गई थी। प्रारम्भ में भारतीय खान ब्यूरो, खान नियंत्रण एवं खनिज संरक्षण नामक एकमात्र प्रभाग के साथ शुरू किया गया था। इस प्रभाग पर खनन प्रक्रिया का नियंत्रण एवं देश को प्रस्तावित इस्पात संयंत्रों की आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए कोयला, लौह अयस्क, चूना पत्थर, डोलोमाइट और मैंगनीज अयस्क पर अधिक जोर देने के साथ अन्वेषण करने की जिम्मेदारी सौंपी गई। आने वाले समय में (1948-1960) खनिज क्षेत्रों के अन्वेषण में



भारतीय खान ब्यूरो का महत्वपूर्ण योगदान रहा। इसके बाद 1972 में खनिज क्षेत्रों के अन्वेषण के लिए मिनरल एक्सप्लोरेशन कारपोरेशन लिमिटेड की स्थापना की गयी।

शुरुआत में खनिजों में केवल उच्च श्रेणी के खनिजों का खनन किया जाता था। फलस्वरूप उच्च गुणवत्ता वाले खनिजों का अधिक खनन किये जाने से उनका तेजी से क्षय होने लगा, इसके साथ-साथ निम्न श्रेणी के खनिजों के शोधन की आवश्यकता पड़ी। सर्वप्रथम, 'दिल्ली' में 'खनिज प्रसंस्करण प्रयोगशाला' की स्थापना 1955 में की गयी। बाद में, महत्वपूर्ण खनिजों के संरक्षण की अवधारणा के साथ, 'भारतीय खान ब्यूरो' में 'खनिज प्रसंस्करण प्रभाग' की स्थापना 1960 में 'नागपुर' की गयी। 'भारतीय खान ब्यूरो' के 'खनिज प्रसंस्करण प्रभाग' की प्रयोगशाला में अनेक खनिजों के प्रसंस्करण की विधियां विकसित की गयीं। धीरे-धीरे खनिज प्रसंस्करण के महत्व को महसूस किया गया और भारतीय खान ब्यूरो (आईबीएम) ने 'नागपुर' (महाराष्ट्र) में ही 250 किलोग्राम / घंटा क्षमता का एक पायलट संयंत्र स्थापित किया, जिसने देश में वाणिज्यिक लाभकारी खनिज प्रसंस्करण संयंत्रों की संरचना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। बाद में खनिजों की बढ़ती आवश्यकताओं के लिए भारतीय खान ब्यूरो ने उत्तर में 'अजमेर' एवं दक्षिण में 'बैंगलोर' में 'खनिज प्रसंस्करण प्रभाग' की दो प्रयोगशालाएं स्थापित की। आने वाले समय में खनिज प्रसंस्करण की आवश्यकता को देखते हुए 'भारतीय खान ब्यूरो' ने 'संयुक्त राष्ट्र विकास कार्यक्रम' (United Nations Development Programme) के तहत 'आधुनिक खनिज प्रसंस्करण प्रयोगशाला और प्रायोगिक संयंत्र' की स्थापना 1991 में नागपुर में की। इस प्रयोगशाला में अनेक प्रकार के खनिज के प्रसंस्करण खनिजों की गुणवत्ता आदि का परीक्षण किया जाता है। इस प्रकार 'भारतीय खान ब्यूरो' एवं 'खनिज प्रसंस्करण प्रभाग' देश के खनिज संरक्षण में अहम भूमिका निभाता आ रहा है।

### उपसंहार

खनिज प्रसंस्करण की तकनीकों की जानकारी होने से बहुत सारे दुर्लभ पदार्थ जैसे विरल मृत्तिका (rare earth), प्लैटिनम धातु से समृद्ध प्राकृतिक सम्पदा का सदुपयोग हो पाया है। वर्तमान स्थिति में खनिजों की मांग बढ़ती जा रही है। धीरे-धीरे उच्च मानक वाले खनिजों का क्षय होता जा रहा है, जिससे आने वाली पीढ़ी को बहुत सारी कठिन परिस्थितियों का सामना करना पड़ सकता है। सिर्फ यही नहीं, बिना खनिज प्रसंस्करण और चयनात्मक खनन से ढेर सारा अवांछित पदार्थ का उत्पादन होता है और पर्यावरण को क्षति पहुँचती है। भविष्य की मांगों को देखते हुए देश की खनिज सम्पदा का उचित संरक्षण आवश्यक है। इस तरह 'खनिज प्रसंस्करण' वर्तमान परिस्थिति में खनिज संरक्षण में एक अहम भूमिका निभा सकता है।

### सन्दर्भ सूची:

1. Agricola, G., 1556. De Re Metallica.
2. Biswas, A.K., 1987. Rasa-Ratna-Samuccaya and Mineral Processing State of Art in the 13th century AD India. Indian Journal of History of Science, pp.29-46.
3. Biswas, A.K., 2001. Minerals and their Exploitation in Ancient and Pre-modern India. In Metallurgy in India: A Retrospective. Jamshedpur: NML Jamshedpur. pp.1-24.
4. Habashi, F., 2006. A Short History of Mineral Processing. In Proceedings XXIII International Mineral Processing Congress. Istanbul, 2006. IMPC.
5. Hegde, K.T.M., 1989. Zinc and Brass Production in Ancient India. Interdisciplinary Science Reviews, pp.86-96.
6. Report, I., 2012. Journey of Indian Bureau of Mines. Nagpur: Indian Bureau of Mines.





## भारत में जल संकट - कारण, निवारण एवं संरक्षण

डॉ. (श्रीमती) संध्या लाल

उप निदेशक एवं

मुख्य अयस्क प्रसाधन अधिकारी

जल संकट यूं तो वैश्विक समस्या है परन्तु पिछले कुछ दशकों से भारत के लिए बहुत बड़ी समस्या बन गई है। आधारभूत पंचतत्वों में से जल हमारे जीवन का आधार है। जल ही जीवन है। कवि रहीम ने भी कहा है :

“रहिमन पानी राखिए , बिन पानी सब सून ।

पानी गए न उबरे मोती मानूष चून ॥ ”

पानी एक अनमोल प्राकृतिक संसाधन है जिसके बिना सृष्टि का निर्माण ही संभव न होता। इतिहास के पन्ने भी दर्शाते हैं कि प्राचीन काल में भी बड़ी-बड़ी सभ्यताएं एवं नगर नदियों के तट पर ही विकसित हुए। जल के महत्व को देखते हुए अत्यंत आवश्यक है कि हम न सिर्फ जल का संरक्षण करें अपितु उसे प्रदूषण से भी बचाएं। भारत में जल संरक्षण की एक समृद्ध परंपरा रही है और जीवनदायी कारक के रूप में हमारे वेद शास्त्र भी जल महिमा से ओतप्रोत हैं। ऋग्वेद में जल को अमृत तुल्य बताते हुए कहा गया है :

अप्सु अन्तः अमतं अप्सु भेषनं ॥

यदि हम जल की संरचना की बात कहें तो पूर्णतः शुद्ध जल रंगहीन, गंधहीन व स्वादहीन होता है तथा इसका रासायनिक सूत्र  $H_2O$  है। ऑक्सीजन के एक परमाणु तथा हाइड्रोजन के दो परमाणु के विलय से  $H_2O$  अर्थात जल का एक अणु बनता है।

आबादी के स्तर पर भारत विश्व का दूसरा सबसे बड़ा देश है जो जल संकट से जूझ रहा है, न केवल शहरी क्षेत्रों में बल्कि ग्रामीण क्षेत्र की समस्या भी काफी गंभीर है। युनेस्को की एक रिपोर्ट के मुताबिक 2050 तक भारत में भारी जल संकट की संभावना है। अनुमान है कि आने वाले तीन दशकों में जल संसाधनों में लगभग 40 फीसदी की कमी आएगी।

देश की बढ़ती आबादी को ध्यान में रखें तो प्रति व्यक्ति औसतन जल उपलब्धता तेजी से घटेगी। वर्तमान में करीब 15 - 20 करोड़ भारतीय शुद्ध पेयजल से वंचित हैं। अतः जल संकट एक गंभीर समस्या है और इस विषय में युद्धस्तरीय प्रयास की आवश्यकता है।

भारत के कई प्रांतों में पानी की कमी बढ़ी है, वहीं राज्यों में पानी सं जुड़े विवाद भी गहराए हैं।

जल संकट के मूल कारण भूगर्भीय जल का अनियंत्रित दोहन एवं निर्भरता, पारम्परिक जल स्रोतों व जल तकनीकों की उपेक्षा, जल संरक्षण और प्रबंध संबंधी उन्नत तकनीकों का अभाव, जल शिक्षा का अभाव, निवेश का अभाव तथा सुनियंत्रित योजनाओं का अभाव है तथा कुछ अन्य कारक भी हैं।

अतः जल संकट निवारण हेतु जल संरक्षण और संचय अत्यधिक महत्वपूर्ण है और यह हम सभी की राष्ट्रीय जिम्मेदारी है। जल संरक्षण सीधे तौर से भोजन की सुरक्षा से भी जुड़ा है अतः इसे अनदेखा नहीं किया जा सकता। जल संरक्षण एवं संचय हेतु सर्व प्रथम जल की उपयोग में मितव्ययिता लानी होगी। छोटे छोटे घरेलू उपायों द्वारा जल की बचत की जा सकती है।

वर्षा जल भंडारण पर विशेष बल देना होगा। यह एक सुलभ विधि है जिसमें जल समाप्त होने से पूर्ण सतह या उप सतह पर इसको संग्रहित करने की तकनीक होती है। इसके लिए अतिरिक्त जगह की भी जरूरत नहीं होती है ना ही आबादी विस्थापन की। इससे मिट्टी का कटाव रूकता है साथ ही पर्यावरण भी संतुलित रहता है। बन्द एवं बेकार पड़े कुओं / तालाबों, पुनर्भरण खाई एवं पुनर्भरण शॉफ्ट इत्यादि द्वारा वर्षा जल का संचय संभव है। जल प्रबंधन और संरक्षण हेतु जागरूकता बढ़ानी होगी। जल प्रशिक्षण व संबंधित शोध कार्यों में निवेश बढ़ाना होगा। गंगा और यमुना जैसे सदानीरा बड़ी नदियों को प्रदूषण से बचाना तथा नियमित सफाई अत्यधिक आवश्यक है।

अस्वच्छ / गंदे जल को यथा योग्य पुनः उपयोग जैसे, बागवानी, शौचालय इत्यादि कार्यों में लाया जा सकता है। उजड़ते पेड़ों एवं जंगलों की कटाई को रोक, वृक्षारोपण इत्यादि द्वारा भूमिगत जल में सुधार लाया जा सकता है जिससे पर्यावरण भी समृद्ध होगा। विद्यालयों में पर्यावरण की तरह ही जल संरक्षण विषय को अनिवार्य रूप से पढ़ाकर जल के दुरुपयोग एवं जल संरक्षण की महत्ता पर जोर देना आवश्यक है।





## संपोषणीय विकास के लिए खनिजों एवं धातुओं की भूमिका

अचिन्त गोयल

सहायक अयस्क प्रसाधन अधिकारी एवं  
हिन्दी सम्पर्क अधिकारी,  
भारतीय खान ब्यूरो

वर्तमान परिवेश में खनिजों, धातुओं एवं मिश्र धातुओं के बिना पृथ्वी पर जीवन की कल्पना करना लगभग असंभव प्रतीत होता है। पृथ्वी पर प्राकृतिक रूप से पाए जाने वाले 92 तत्वों में से 70 धातु हैं जिनमें से अधिकांशतः पौधे, प्राणी एवं मानव जीवन सभी के लिए ही अत्यंत आवश्यक हैं। ये सभी तत्व काफी लम्बे समय से मानव जीवन का अभिन्न अंग रहे हैं।

वर्तमान समाज के व्यापक उद्देश्यों की पूर्ति के लिए खनिजों एवं धातुओं की आवश्यकता है। अभ्रक जैसे औद्योगिक खनिज नए औद्योगिक पदार्थ के आवश्यक घटक हैं। कृषि के लिए खनिज-घटित उर्वरकों की आवश्यकता है, जैसे-फॉस्फोरस एवं पोटेशियम वहीं दूसरी तरफ औद्योगिकीकरण के लिए आवश्यक संयंत्रों की आवश्यकता होगी जिसमें मशीनरी एवं कंक्रीट इत्यादि के लिए खनिजों पर निर्भरता रहेगी। कोई भी हवाई जहाज, कार, कम्प्यूटर अथवा विद्युत उपकरण धातुओं के बगैर कार्य नहीं कर सकता। वहीं विद्युत की आपूर्ति भी कॉपर एवं अल्युमिनियम पर निर्भर करती है। हवाई जहाज के यंत्रों के लिए टाइटेनियम अति आवश्यक है। सिलिकॉन चिप के बगैर आज का विश्व अकल्पनीय है। इलेक्ट्रॉनिक, दूरसंचार एवं एयरोस्पेस उद्योगों में नई टेक्नालॉजी द्वारा भविष्य की पीढ़ी की जरूरतों को पूरा करने में धातुओं का महत्वपूर्ण योगदान जारी रहेगा।

### खनिजों एवं धातुओं का संपोषणीय विकास :

खनिजों एवं धातुओं के परिप्रेक्ष्य में निम्नलिखित तत्वों को शामिल करके संपोषणीय विकास के लक्ष्यों को प्राप्त किया जा सकता है :

1) यथासंभव सर्वोत्तम क्रिया कलापों का उपयोग करते हुए सर्वाधिक सक्षम, प्रतिस्पर्धात्मक एवं पर्यावरण अनुकूल तरीकों से खनिजों एवं धातु उत्पादों का गवेषण, उत्खनन, उत्पादन, उपयोग, पुनः उपयोग, पुनर्चक्रण एवं जहाँ आवश्यक हो, वहाँ निष्पादन करके।

2) सभी संसाधन उपयोगकर्ताओं की जरूरतों एवं मूल्यों का

सम्मान तथा सरकारी निर्णयों में उन जरूरतों और मूल्यों पर विचार करके।

3) वर्तमान तथा भविष्य की पीढ़ियों के लिए पर्यावरण एवं जीवन की गुणवत्ता का अनुरक्षण एवं संवर्धन करके।

4) निर्णय करने में हितधारकों, व्यक्तियों एवं समुदायों की भागीदारी सुनिश्चित करके।

खनिज एवं धातु नीति के लिए पांच प्रमुख सिद्धांत आधार प्रदान करते हैं : (1) जीवन-चक्र प्रबंधन (2) जोखिम मूल्यांकन एवं जोखिम प्रबंधन (3) सुरक्षित उपयोग (4) विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी (5) पुनर्चक्रण।

**1) जीवन चक्र प्रबंधन :** जीवन - चक्र प्रबंधन पर्यावरणीय परिचारक कार्य का अभिन्न अंग है। यह नीति के अन्य पहलुओं पर विचार हेतु जरूरी ढाँचा प्रदान करके, साथ ही यह जोखिम मूल्यांकन एवं सुरक्षित उपयोग के सिद्धांत से बंधा हुआ है। खनिज एवं धातु संबंधी स्वास्थ्य तथा पर्यावरणीय मुद्दों के प्रबंधन, प्रक्रिया एवं उत्पाद दोनों जीवन-चक्रों में जीव- चक्र प्रबंधन सैधान्तिक तौर पर भूमिका निभाता है।

क) प्रक्रिया जीवन-चक्र प्रबंधन का प्रयोग विशिष्ट प्रचालन जैसे- गवेषण, उत्खनन, प्रक्रमण, स्मेल्टिंग एवं रिफाईनिंग जैसे खनिजों एवं धातुओं के उत्पादन से संबंधित जोखिमों में होता है। इसमें अपशिष्ट प्रबंधन, डीकमिशनिंग एवं स्थल पुनर्वास भी शामिल है।

ख) उत्पादन जीवन-चक्र प्रबंधन का प्रयोग विशिष्ट तत्वों, पदार्थों अथवा उत्पादों एवं उनसे सम्बद्ध जोखिम में होता है जो उस खास तत्व, पदार्थ अथवा उत्पाद के निर्माण, उपयोग, पुनः उपयोग, पुनर्चक्र एवं निष्पादन के चक्र में सभी स्तरों के मूल्यांकन पर आधारित होता है।

**2) जोखिम मूल्यांकन एवं जोखित प्रबंधन :** जोखिम मूल्यांकन एवं जोखिम प्रबंधन अभिगम का प्रयोग खनिजों एवं धातुओं के जीवन - चक्र प्रबंधन में समाहित है। जोखिम मूल्यांकन प्रक्रिया

अथवा उत्पाद से प्राप्त पदार्थ के अनावरण के परिणामस्वरूप दुष्प्रभावों की संभावना एवं स्तर का प्राक्कलन करता है। जोखिम प्रबंधन मूल्यांकन परिणाम एवं आर्थिक, सामाजिक और कानूनी पहलुओं को ध्यान में रखते हुए मूल्यांकित जोखिम के बारे में क्या किया जाना है, इस पर विचार किए जाने की एक प्रक्रिया है।

**3) सुरक्षित उपयोग :** सुरक्षित उपयोग का सिद्धांत खनिज एवं धातुओं के उत्पादन, उपयोग, पुनः उपयोग, पुनर्चक्रण एवं निष्पादन से सम्बद्ध पर्यावरण एवं मानव स्वास्थ्य कारकों के उत्तरदायित्वपूर्ण उपयोग एवं प्रबंधन की मांग करता है तथा यह जीवन चक्र, जोखिम मूल्यांकन एवं प्रबंधन सिद्धांतों से नजदीकी संबंध रखता है।

**4) विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी :** संपोषणीय विकास की प्राप्ति में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी की भूमिका अत्यन्त ही महत्वपूर्ण है। उत्खनन से लेकर निष्पादन तक खनन, प्रकमण, पुनर्चक्रण एवं खनिज और धातु उपयोग के सभी पहलुओं में प्रौद्योगिकीय नवीनता को बढ़ावा देने में यह अत्यन्त महत्वपूर्ण है। पर्यावरणीय एवं सामाजिक सरोकारों को विकसित करने में नवीन पदार्थ एवं प्रक्रियाओं का विकास प्राकृतिक संसाधनों के मूल्य में वृद्धि करता है तथा उद्योग की प्रतिस्पर्धा और उत्पादकता को बढ़ाता है।

पर्यावरण, स्वास्थ्य एवं सुरक्षा मुद्दों पर विचार किए जाने वाले कार्यों के कुछ उदाहरण में निम्नलिखित अनुसंधान शामिल है :

- क) वाहनों के लिए हल्के पदार्थ जिससे ईंधन खपत और कार्बन डाईऑक्साइड उत्पादन को कम करने में मदद मिलती है।
- ख) स्वचालित : उर्जा सक्षमता, भूतल वेंटिलेशन को विकसित करने हेतु अंडरग्राउन्ड खान वायु गुणवत्ता को बेहतर करना।
- ग) डीजल उत्सर्जक प्रदूषक एवं तैल धुएं से भूतलीय अनावरण को कम करने के लिए नए एवं न्यूनतम थ्रीशोल्ड डीजल उत्सर्जन।
- घ) गहरे खनन प्रचालनों की सुरक्षा और जीवन क्षमता को अत्यधिक गहराई तक रॉक विहवियर प्रक्रिया को संतुलित करने के लिए उपकरणों को विकसित करना।

**5) पुनर्चक्रण :** अनेक खनिज उत्पादों एवं अनिवार्य रूप से सभी धातु उत्पादों को उनके मूल्य, सतत कार्य निष्पादन विशिष्टता, टिकाऊपन तथा रासायनिक गुणों के कारण बिना

किसी सीमा तक पुनः उपयोग किया जा सकता है। पुनर्चक्रण खनिजों एवं धातुओं के संपोषणीय विकास का एक मूल घटक है जो पर्यावरणीय एवं आर्थिक लाभ पहुंचाता है। यह खनिजों एवं धातुओं के सक्षम उपयोग में वृद्धि करता है, भूभरण पर दबाव को कम करता है तथा उर्जा की बचत करता है जो प्राथमिक साधनों से धातु उत्पादन में उपयोग होते हैं तथा पुनर्प्राप्ति के लिए खनिज संसाधनों तक पहुंच बनाता है। पुनर्चक्रण की पूर्ण शक्यता को प्राप्त करने के लिए घरेलू और अन्तर्राष्ट्रीय विनियमों की समीक्षा करना महत्वपूर्ण होगा तथा उन बाधाओं को हटाना होगा जो वैध एवं अनिवार्य कच्चे पदार्थों के आवागमन को अनावश्यक रूप से रोकते हैं खासकर वहाँ, जहाँ पुनर्चक्रण योग्य पदार्थों के जोखिम का अनुपात आवागमन नियंत्रण के अनुपात में नहीं होता है।

अतः यह अत्यन्त ही महत्वपूर्ण है कि हम वैध रूप से पुनर्प्राप्ति प्रचालन हेतु पुनर्चक्रण योग्य पदार्थों और निष्पादन के लिए अपशिष्ट पदार्थों के बीच अन्तर करें तथा प्रत्येक मामले में उपयुक्त जोखिम प्रबंधन नियंत्रण लागू करें।

पुनर्चक्रण को बढ़ावा देने वाले अन्य कदमों में उन्नत संग्रहण कार्यक्रम को बढ़ावा देना, खनिज एवं धातुओं के अलगाव और पुनर्प्राप्ति में तकनीकी सुधारों को समर्थन करना, पुनर्चक्रित खनिजों और धातुओं का उपयोग करने वाले उत्पादों के विकास को बढ़ावा देना तथा पुनर्चक्रण योग्य पदार्थों और अंतिम निष्पादन योग्य पदार्थों के बीच अन्तर कम करना शामिल है।

खनिजों एवं धातुओं के संपोषणीय विकास के समक्ष अनेक चुनौतियाँ हैं जो निम्न प्रकार हैं :

घरेलू स्तर पर देशों के समक्ष एक नीति विनियामक एवं वित्तीय ढांचा विकसित करने की चुनौती है। जो पर्यावरणीय रूप से सक्षम और सामाजिक रूप से उत्तरदायी खनिज एवं धातु क्षेत्र में बढ़ी हुई उत्पादकता, व्यापार और निवेश तथा नवीनता को प्रोत्साहित कर सकें। उद्योगों को अपने दैनिक कार्यों में एक मजबूत पर्यावरण परिचारक कार्य को अपनाने और बढ़ावा देने की आवश्यकता है। सभी हितधारकों की सही और गलत रुचि के बीच संतुलन कायम करते समय भू-उपयोग पहुंच एवं अवधि जैसे मुद्दों को ध्यान में रखना आवश्यक है।

वैज्ञानिक अनुसंधान और नए प्रौद्योगिकी के प्रसार को सुनिश्चित करने एवं पर्यावरण प्रबंधन, कॉरपोरेट प्रचारक कार्य, जीवनचक्र तथा जोखिम मूल्यांकन और प्रबंधन अभिगम के लिए बहुपक्षीय दृष्टिकोण की भी आवश्यकता है।





## आत्म अनुशासन सफलता के लिए महत्वपूर्ण

पी. के. भट्टाचारजी  
क्षेत्रीय खान नियंत्रक गुवाहाटी

आत्म अनुशासन जीवन में सफलता की कुंजी है। आप इसके बिना जीवन में सफल नहीं हो सकते। सफल लोग हमेशा आपको अनुशासन में रहने का सुझाव देंगे। लेकिन सवाल यह है कि 'जीवन में सफलता के लिए आत्म अनुशासन क्यों महत्वपूर्ण है? आत्म अनुशासन आपको अपने जीवन में सबसे बड़े स्तर तक पहुंचने के लिए ऊर्जा की अजेय शक्ति बनने में मदद करता है। यदि आप जीवन में सफल होना चाहते हैं, तो सबसे पहले आप खुद को अनुशासित करें।

### आत्म अनुशासन क्यों:

1. आत्म अनुशासन एक आदत बनाता है-

आदतें आपको बना सकती हैं या तोड़ सकती हैं। सफल लोग काम करने के लिए खुद को अनुशासित करते हैं और इसके अनुरूप रहते हैं और यह एक आदत बन जाती है। यही उनके जीवन में सफलता को आकर्षित करता है।

2. यह आपको काम करने में मदद करता है-

चीजों को पाने के लिए आत्म अनुशासन महत्वपूर्ण है। जब आप हर एक कार्य को संपन्न करने के लिए खुद को अनुशासित करते हैं, तो आप उसके चारों ओर एक व्यक्तित्व बनाते हैं। यह आदत आपको सफल बनाती है। सफलता के लिए आत्म अनुशासन महत्वपूर्ण है, क्योंकि आप इसे अपने व्यक्तित्व में निर्मित करते हैं और इस शक्तिशाली ऊर्जा के बल से आप हर एक बाधा को तोड़ सकते हैं।

3. यह आपको ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है-

हम एक ऐसी दुनिया में रहते हैं जो विक्षेपों से भरी है। आत्म अनुशासन आपको अपने लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है। यह आपको उस कार्य से जुड़े रहने में मदद करता है जिसे आप सफलता पाने के लिए करना चाहते हैं। जब आप अपने लक्ष्य पर केंद्रित होते हैं, तो आपको हर एक काम पूरा करना होता है। सफल लोगों के पास तीव्र दूरदर्शिता होती है। वे जीवन में अपने लक्ष्य और उपलब्धियों के लिए हमेशा तत्पर

रहते हैं। इससे उन्हें अपने जीवन में बड़ी सफलता हासिल करने में मदद मिलती है।

4. यह आपके आत्म सम्मान को बढ़ाता है-

सफलता उन्हीं को मिलती है जो खुद पर विश्वास रखते हैं। आत्म अनुशासन आपको अपने आत्म-सम्मान को बढ़ाने के साथ साथ नैतिक कार्य करने में मदद करता है। जब आप अपने उद्देश्यों को हर रोज पूरा करते हैं, तो आप अपने काम में अपने आत्म सम्मान और आत्म विश्वास को बढ़ावा देना शुरू कर देते हैं।

5. यह आपको महारथ हासिल करने में मदद करता है-

यदि आप सफलता चाहते हैं, तो आपको किसी चीज में निपुण होने की आवश्यकता है। आप काम को पूरा करने के लिए घंटों खर्च करने में माहिर हो जाते हैं। महारथ, अनुशासन के साथ आती है। ज्यादातर लोग असफल हो जाते हैं क्योंकि वे उस कार्य के ऊपर अपनी पकड़ नहीं बना पाते। जबकि, सफल लोग एक काम करते हैं और उसमें महारथ हासिल करते हैं।

6. यह आपको अपना सर्वश्रेष्ठ संस्करण बनने में मदद करता है-

सफलता तभी मिलती है जब आप उसके लायक होते हैं। आपको हर एक दिन सुधार की आवश्यकता रहती है। जीवन में सफल होने के लिए आपको स्वयं का सर्वश्रेष्ठ संस्करण बनने की आवश्यकता है। आत्म अनुशासन आपको रोजाना खुद को बेहतर बनाने में मदद करता है। जब आप लगातार कुछ करते हैं, तो आप हर रोज बेहतर और बेहतर होते जाते हैं।

### निष्कर्ष:

आत्म अनुशासन सफलता का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा है। यदि आप जीवन में सफल होना चाहते हैं, तो आपको अनुशासन में रहने की आवश्यकता है। आपके पास अपने जीवन में सबसे बड़े स्तर तक पहुंचने की असीमित क्षमता है। बस आत्म अनुशासन की आवश्यकता है।





## कैसे करें एक बेहतर और स्वस्थ भारत का निर्माण

श्री पुखराज नेणियाल  
क्षेत्रीय खान नियंत्रक

एक कहावत जो सदियों से मशहूर है 'पहला सुख निरोगी काया' जो कि सही चरितार्थ होती है मगर आज के मिलावटी खान-पान के दौर में कुछ ज्यादा ही प्रासांगिक है। यह भी एक सर्व-विदित हकीकत है कि हमारी आधी जनसंख्या .... मेरा इशारा मातृशक्ति की ओर है जो इस बात को अच्छी तरह जानते हुए भी लापरवाह रहती है, उचित तवज्जो नहीं देती है।

खुद को शारीरिक रूप से स्वस्थ रखने के बारे में महिलाओं में जागरूकता पैदा करना, भारत को स्वस्थ बनाने की दिशा में पहला कदम होगा। स्वस्थ महिलाएँ ही स्वस्थ समाज की आधारशिला हैं। वास्तविक शब्दों में, स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। स्वस्थ और सुखी जीवन जीने के लिए ये दोनों ही परम आवश्यक हैं।

कुछ विषय हैं जो महिलाओं को पुरुषों की तुलना में बेहतर बनाते हैं मगर अफसोस उनकी सेहत का ख्याल रखना, उनमें से एक नहीं है। तथ्य यह है कि पुरुषों की तुलना में महिलाओं को अपने स्वास्थ्य की देखभाल करने के लिए एवं उसके पूर्व-सतर्कता संबंधी उपायों के उपयोग की अधिक संभावनाएँ हैं लेकिन वो उन्हें टाल देती हैं। ऐसा भी देखा गया है कि महिलाएं अपने स्वास्थ्य को लेकर बहुत जागरूक होती मगर विभिन्न कारणों से यह उन्हें सर्वाधिक चुनौती-भरा प्रतीत होता है। महिलाओं द्वारा व्यायाम आदि के लिए बाधाओं के रूप में आमतौर पर निम्नलिखित कारणों का उल्लेख किया जाता है:

1. महिलाएं खुद की देखभाल करने के बजाय, अपने परिवार के दूसरे सदस्यों की देखभाल करने में ज्यादा व्यस्त रहती हैं। परिवार के प्रति उनका समर्पण शारीरिक रूप से सक्रिय होने के लिए पर्याप्त समय और तार्किक बाधाओं को

प्रस्तुत करता है।

2. कई कामकाजी महिलाएं घर की जिम्मेदारियों और अपनी नौकरी; दोनों मोर्चों पर सभी की अपेक्षाओं पर खरा उतरने के लिए सदैव संघर्षरत रहती हैं और इसलिए शायद ही कभी अपने स्वास्थ्य या खुद के लिए समय निकाल पाती हैं।

3. उनके पास पार्क और व्यायामशाला (Zym) जैसे संसाधनों तक पहुंच नहीं हो सकती है और उससे भी अधिक, कई बार प्रेरणा और आत्मविश्वास की कमी राह का रोड़ा बन जाती है।

4. वजन बढ़ने के कारण जैसे आनुवांशिक प्रवृत्ति की विरासत या सीज़ेरियन तरीके से प्रसव होना आदि को भी जिम्मेदार ठहराया जाता है।

5. कुछ महिलाओं का सोचना है मुझे थायराइड की समस्या है, इसलिए व्यायाम से कोई फर्क नहीं पड़ेगा, मगर यह सच नहीं है, वरन नियमित व्यायाम T3, T5 और TSH तीनों को नियंत्रित करने में सहायक होता है।

6. ऊर्जा की कमी भी एक बड़ा कारण है क्योंकि थकान वर्तमान जीवन शैली का ही उप-उत्पाद है और महिलाएं अक्सर कामकाज के बोझ तथा उनकी प्राकृतिक शारीरिक बनावट (नाजुकता) के कारण जल्दी ही थक जाती हैं।

7. कम आय वाली महिलाओं के नियमित रूप से व्यायाम करने की संभावना कम होती है। उन्हें शायद पता नहीं होता है कि सभी अभ्यासों / कसरतों / व्यायाम आदि के लिए महंगे कपड़े या व्यायामशाला की सदस्यता की आवश्यकता नहीं पड़ती है। व्यायाम के सबसे फायदेमंद रूपों में से एक तो निहायत ही निशुल्क उपलब्ध है - तेज चाल से चलना।

8. मानसिकता भी एक बहुत बड़ा कारण है, क्योंकि

महिलाओं को लगता है कि टहलने या व्यायाम शाला जाने के लिए बाहर जाना उनके लिए ज़रूरी नहीं है।

9. पुरुष हो या स्त्री, दोनों के लिए ही स्वास्थ्य / व्यायाम के लिए समय निकालने में आलस्य को मुख्य बाधा माना जा सकता है।

10. महिलाओं को लगता है कि सार्वजनिक जगहों पर चलने से उन्हें लगातार दूसरे लोगों द्वारा देखा जाता है। वे हिचकिचाती हैं और जॉगिंग सूट आदि पहनने से कतराती हैं। उन्हें लगता है कि यदि वे अपनी रोज़मर्रा की वेषभूषा में ही जाएंगी तो दूसरे लोगों को उन्हें देखकर हंसी आएगी। महिलाओं में फैंसला लेने का डर उनके आत्मविश्वास से कहीं अधिक होता है।

11. जो महिलाएं यह मानती हैं कि बच्चे के पालन-पोषण और घरेलू काम ही महिलाओं के काम हैं, उनमें व्यायाम करने के लिए समय की कमी लगती है और साथ ही साथ वे खुद के लिए समय न निकाल पाने के लिए अपने आप को दोषी महसूस करती हैं। लिंग भेद भी इन बाधाओं में से एक साबित होता है।

12. कुछ लोग सोचते हैं कि सार्थक और असरकारी होने के लिए व्यायाम काफी दर्दनाक, पसीने से सराबोर और थकाने वाला होना चाहिए, मगर यह बिलकुल भी सच नहीं है।

### महिलाएं अपने स्वास्थ्य में सुधार कैसे कर सकती हैं?

परिवारों के भीतर महिलाओं की पारंपरिक भूमिकाओं ने उन्हें स्वास्थ्य प्रबंधक या समग्र पारिवारिक स्वास्थ्य के संवर्धक बनने के लिए तैनात किया है। समय आ गया है कि अब महिलाएँ स्वयं के लिए भी स्वस्थ जीवन शैली को अपनाने हेतु जागरूक हो जाएँ। इस दिशा में उन्हें नीचे लिखी बातों पर विशेष ध्यान देना होगा:

- अधिक वजन होने पर वजन कम करें - बस पहले दिन 15 मिनट चलने के साथ शुरुआत करें।
- संतुलित आहार अपनाएं। बाहर का खाना या बना-बनाया भोजन खाने के बजाय अपने और अपने परिवार के लिए स्वस्थ भोजन पकाएं।

- सही समय पर और सही अनुपात में सही भोजन करें क्योंकि महिलाओं को अक्सर काम के दबाव के कारण अपने भोजन के समय में देरी करने की आदत होती है।

- नियमित रूप से चलने का समय निश्चित करें क्योंकि चलने को सर्वोत्तम व्यायाम माना गया है। यह किसी भी तरह की चोट या जोखिम के बगैर मानव शरीर के लिए कई मायनों में लाभदायी है।

- नियमित रूप से तेज़ चलना आपको स्वस्थ वजन (उचित बॉडी मास इंडेक्स) बनाए रखने में मदद कर सकता है। यह हृदय रोग, उच्च रक्तचाप और टाइप-2 मधुमेह सहित विभिन्न बीमारियों को रोकता है, नियंत्रित करता है और / या प्रबंधन करता है।

- यदि आप अकेले चलने के लिए प्रेरित नहीं हैं, तो एक चलने वाला साथी ढूंढें। मसलन, आपके पति, माता-पिता, दोस्त, रिश्तेदार या आपके बच्चे। आप नियमित रूप से चलने वाले किसी समूह में भी शामिल हो सकती हैं।

इस अद्भुत वातापेक्षी (एरोबिक) व्यायाम को स्थगित करने की कोशिश अंततः मोटापा और कई अन्य कई प्रकार की स्वास्थ्य संबंधी जटिलताओं को जन्म देती है। कई बार व्यायाम बाबत उचित जागरूकता और मार्गदर्शन के लिए किसी प्रशिक्षक की सेवाएँ भी ली जा सकती हैं।

एक बार जब महिलाएं अपनी शुरुआती अनिच्छा की मानसिकता से ऊपर उठ जाती हैं, तो फिर वे स्वस्थ जीवन के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण अपना लेती हैं। महिलाओं को परिवार की पारंपरिक भूमिकाओं ने, उन्हें उनके परिवारों के संपूर्ण स्वास्थ्य और कल्याण को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करने के लिए तैनात किया है। महिलाएं भारत ही नहीं वरन सम्पूर्ण सृष्टि की धुरी हैं। माताओं का स्वास्थ्य और कल्याण उनके बच्चों व परिवारों के स्वास्थ्य के लिए अति महत्वपूर्ण है। जब हमारे देश कि महिलाएं स्वस्थ होगी तो निश्चित रूप से स्वस्थ राष्ट्र का सपना साकार होगा।

जय भारत !!





## युवाओं में HIV / AIDS के प्रति अधिक संवेदनशीलता

अभिनय कुमार शर्मा  
सहायक संपादक, हिंदी अनुभाग

पिछले एक दशक से HIV/AIDS हमारे देश के आर्थिक व सामाजिक विकास के लिए गम्भीर चुनौती बनकर उभरा है। बचाव के साधनों की अनुपस्थिति, फैलने की तेज दर और इसके द्वारा जनसंख्या के वयस्क वर्ग को अधिक संक्रमित करना, यह सभी कारक HIV/AIDS को स्वास्थ्य एवं विकास के मार्ग में एक बड़ी बाधा के रूप में प्रस्तुत करते हैं।

HIV/AIDS विकास से सम्बन्धित विषय भी है, न केवल स्वास्थ्य से सम्बन्धित बल्कि इसका प्रभाव स्वास्थ्य संकेतकों (जैसे- शिशु मृत्यु दर, जीवन प्रत्याशा और मृत्यु दर) के अतिरिक्त विकास संकेतकों (जैसे- प्रति व्यक्ति आय, साक्षरता, सकल घरेलू उत्पाद) पर भी मुख्यतया पड़ता है। यह मुख्यतया 15-49 आयु समूह के व्यक्तियों को प्रभावित करता है। इस तथ्य से इंगित होता है कि HIV/AIDS हमारे समाज के सर्वाधिक आर्थिक रूप से महत्वपूर्ण उत्पादक वर्ग को अपने चपेट में लेता है। HIV/AIDS की इस भयावह प्रवृत्ति के कारण इसे नियंत्रित करने के टिकाऊ कदम उठाये जाने अपरिहार्य हैं जो कि समाज के प्रत्येक वर्ग से सम्बन्धित हों, इसके अंतर्गत सरकारी, गैर सरकारी और निजी प्रयास शामिल हैं।

HIV/AIDS जिसका पूरा Human Immuno Deficiency Virus के रोग प्रतिरोधक तंत्र को नष्ट करता है। रोग-प्रतिरोधक तंत्र शरीर में उस प्रक्रिया का समूह है, जो हमारी संक्रमणों से रक्षा करता है। यह कार्य ये बाहरी तत्वों (जैसे बैक्टीरिया, वायरस आदि) अथवा घुसपैठियों को पहचान कर व मारकर करती है।

HIV/AIDS वह विषाणु है जो शरीर में प्रवेश कर, उसके प्रतिरोधक तंत्र को समाप्त कर देता है। विशिष्ट रूप से CD4 कोशिकाएं। CD4 कोशिकाएं वे कोशिकाएं हैं जो कि शरीर की

विभिन्न बीमारियों से सुरक्षा करती हैं।

HIV/AIDS शरीर में CD4 कोशिकाओं को लक्ष्य बनाकर उनमें प्रवेश कर जाता है। HIV/AIDS तेजी से अपनी प्रतिकृतियां बनाता है और तब तक बनाता है जब तक कि ये इतने अधिक न हों जाएं कि CD4 कोशिकाएं नष्ट न हों जाए और इस प्रकार बहुत से HIV/AIDS रक्त धारा में शामिल हो जाते हैं। तब समय के साथ HIV/AIDS अधिकांश CD4 कोशिकाओं को नष्ट कर देता है और प्रभावित व्यक्ति का प्रतिरोधक तंत्र समाप्त हो जाता है। HIV/AIDS वह अवस्था है जिसमें व्यक्ति HIV/AIDS के कारण विभिन्न रोगों के लक्षण प्रकट करता है। ये लक्षण प्रकट होने में 8-10 वर्ष लग जाते हैं। HIV/AIDS और एड्स का पता केवल रक्त जांच के द्वारा ही लगाया जा सकता है। जब व्यक्ति HIV/AIDS से ग्रसित होता है तब वह निम्न लक्षण प्रकट करता है-

1. शरीर की सामान्य संक्रमणों का सामना करने की क्षमता कमजोर हो जाती है।
  2. व्यक्ति को सामान्यतया बुखार आता रहता है और कमजोरी महसूस करता है।
  3. व्यक्ति को आसानी से संक्रमण हो जाते हैं जो कि साधारण बुखार से लेकर, जुकाम या टी.बी., डायरिया, फफूंद का शरीर पर आना आदि।
- व्यक्ति की जब प्रतिरोध क्षमता कम हो, तब वह आसानी से उपरोक्त रोगों से ग्रसित हो जाता है। इन संक्रमणों को अवसरवादी संक्रमण भी कहते हैं।

HIV/AIDS चार प्रकारों से होता है।

- (क) असुरक्षित यौन सम्बन्ध
- (ख) रक्त व रक्त उत्पाद द्वारा



- (ग) संक्रमित सुई के उत्पाद से  
(घ) संक्रमित मां से बच्चे को

HIV/AIDS संक्रमित व्यक्ति सर्वप्रथम चेनर्न्ड में वर्ष 1986 में पाया गया। तब से HIV/AIDS पूरे भारत में फैल चुका है। विशेष तौर में ग्रामीण क्षेत्र में यह अधिक फैल रहा है। 90 प्रतिशत प्रभावित व्यक्ति उत्पादक आयु समूह 5-49 वर्ष के हैं जो कि सबसे उत्पादक आयु होती है, और कुल संक्रमण का 40 प्रतिशत युवा स्त्री-पुरुष 15-29 आयु समूह के बीच का है। 25 वर्ष से नीचे के AIDS के मामले 35 प्रतिशत स्तर पर हैं।

शारीरिक रूप से युवा, वयस्कों की तुलना में यौन जनित संक्रमणों (STI) के प्रति अधिक संवेदनशील होते हैं। युवाओं में भी लड़कियां, लड़कों से अधिक STI के प्रति संवेदनशील होती हैं। लिंग असमानता, सामाजिक रीति-रिवाज, गरीबी और आर्थिक निर्भरता युवाओं में अधिक STI संक्रमण के कारण हैं।

4. अधिकांश युवा किशोरावस्था के दौरान यौन रूप से अधिक सक्रिय होते हैं। सही मार्गदर्शन व सूचना के अभाव के कारण, इस अवस्था में जोखिम व्यवहार की ओर उन्मुख हो जाते हैं। (एक से अधिक पार्टनर या असुरक्षित यौन संभोग करते हैं।)

HIV से कैसे बचा जाये। इसके बारे में उन्हें कम जानकारी होती है। इसी कारण वे अपने हमजोली की गलत बातों को भी सही मानने लगते हैं और जोखिमपूर्ण व्यवहार करते हैं। लगभग 73 प्रतिशत युवाओं को HIV/AIDS के संक्रमण का वास्तविक कारण नहीं पता। उनकी कण्डोम तक पहुंच नहीं हो पाती।

भारत में 15-29 आयु समूह का युवा वर्ग, देश की एक चौथाई जनसंख्या का निर्माण करता है। जबकि वे एड्स से 31 प्रतिशत प्रभावित हैं। HIV के 50 प्रतिशत मामले 15-29 आयु के युवाओं में हैं। ये आंकड़े स्पष्ट करते हैं कि युवा वर्ग HIV संक्रमण के प्रति अधिक संवेदनशील हैं। यह परमावश्यक है कि उनकी सही जानकारी तक पहुँच सुनिश्चित हो साथ ही दक्षतापूर्ण जीवन व्यतीत करने के नुस्खों से वो परिचित हों।

किशोरावस्था में बच्चों का दिमागी विकास तेजी से होता है, उनकी मानसिकता विश्लेषण परक हो जाती है। वे भावपूर्ण सोचने में और एक अलग अवधारणा बनाकर सोचने में सक्षम

होते हैं। यह उम्र वास्तव में रचनात्मकता, आदर्शवाद और साहसिक कार्य करने की होती है। लेकिन यह उम्र प्रयोग करने, जोखिम लेने तथा हमजोली के दबाव में आकर गलत निर्णय लेने की भी होती है। ऐसा विशेषकर शरीर और यौन मामलों में होता है। इस प्रकार किशोरावस्था किसी के लिए एक बदलाव का बिन्दु है। जिसमें उत्तेजना की वृद्धि होती है, साथ ही जोखिमपूर्ण व्यवहार के प्रति संभावना भी बढ़ती है। ऐसे में उनको अपने बड़ों का सहयोग और कुशलतापूर्वक जीवन व्यतीत करने के गुण चाहिए होते हैं। अन्यथा वे मादक पदार्थों के सेवन की दिशा में भी जा सकते हैं।

मादक पदार्थों का सेवन देश में HIV/AIDS प्रसार का प्रमुख कारण है। यद्यपि यह सर्वप्रथम 1990 में मणिपुर में संज्ञान में आया। लेकिन आज ये पूरे भारत में एक गम्भीर समस्या बन चुकी है। नशीले पदार्थों के सेवन से किशोरों में HIV संक्रमण की संभावना बढ़ी है। वर्तमान सुई से नशीले पदार्थों का सेवन करने वालों में HIV की संक्रमण दर 8.7 प्रतिशत है। मादक पदार्थ उसके स्वास्थ्य, सामाजिक व आर्थिक स्थिति पर नकारात्मक प्रभाव डालते हैं। उसे अलगाव, भेदभाव तथा परिवार का असहयोग झेलना पड़ता है। मादक पदार्थों के सेवन के कारण और इसके प्रभाव इस प्रकार हैं-

मादक पदार्थ सेवन के कारण	सेवन के परिणाम
भूख	भूख के दर्द को कम करने के लिए
नीरसता	उत्तेजना लाने के लिए
डर	बहादुरी की भावना लाने के लिए
शर्म, मानसिक तनाव, निराशा	इन सभी को भूलने के लिए
नींद में परेशानी	अचेतावस्था में रहने के लिए
सामाजिक अलगाव	अन्य मादक पदार्थ सेवन करने वालों का साथ पाने के लिए

इस प्रकार युवाओं को HIV/AIDS के बारे में सही जानकारी देनी होगी। उनकी इस विषय पर हिचकिचाहट समाप्त करनी होगी, ताकि वे अपने जीवन को अंधकार पूर्ण होने से बचा सकें। क्योंकि हमारा देश एक युवा देश है और इसका भविष्य इसी आयु वर्ग के हाथ में है अतः युवाओं को इस व्याधि से बचाना होगा तो ही समाज और हमारा देश सशक्त होगा।





## कर्म ही सर्वोपरि

डॉ. शै. कु. शमी  
खनिज अर्थशास्त्री  
भारतीय खान ब्यूरो

जीवन क्या है, स्वच्छन्द संसार में विचरण करना या संसार में जिस कर्म को करने आये हैं उसे निभाते हुये अपने कर्तव्य को पूर्ण करना। इसमें भी अनेक प्रकार के विवाद उत्पन्न होंगे। कोई कहेगा जन्म के साथ जो जुड़ा है और समाज ने जो उसे कार्य उस वर्ग को दिया है उसे वही करना चाहिए। तब भी ये विवाद उठता है कि क्या जन्म के साथ उसका कर्म और भाग्य निर्धारित हो जाता है? यही जानने के लिये मैं ब्रह्मा के पास पहुँचा, मेरे मन में जो प्रश्न उत्पन्न हो रहे थे उनके समाधान के लिये। अब आप सोच रहे होंगे कि मैं कौन हूँ? मैं यम हूँ। अब आप कहेंगे कि मुझे ये जानने की क्या जरूरत पड़ गई, जिसके पास संसार के सभी प्राणी की जीवन लीला का बहीखाता है, जिसे पता है की कब किस प्राणी के प्राण हरना है और किसे उसके कर्म के अनुसार स्वर्ग, नरक या पाताल में ही पूर्ण विचरण करने देना है? वो इस प्रकार का संशय लेकर ब्रह्मा के पास क्यों गया?

बात उस समय की है जब हस्तिनापुर में युद्ध के बादल मंडरा रहे थे और एक से बढ़कर एक योद्धा अपने कौशल को धार देने के लिये अभ्यास कर रहे थे, इस युद्ध में लाखों जानें जाने वाली थी। अपने कर्तव्य को अच्छी तरह से करने के लिये मैं यह जानना चाहता था कि किन महानुभावों के प्राण यमपुरी में आने वाले हैं। इस वजह से जब मैंने बहीखाता लेकर चित्रगुप्त को अपने कक्ष में बुलाया, तब मैं हतप्रभ हो गया। मुझे ये तो ज्ञान था कि हमें लाखों जीव, मानव, पशु, पक्षी इत्यादि के प्राणों को हरना है और उन्हें कर्म के अनुसार सजा या पुरस्कार देना है। इसका मतलब उन्हें स्वर्ग नरक या पाताल में भेजना है।

मैंने बहीखाता खोला तो देखकर दंग हो गया उसमें हाहाकार मचा हुआ था। सारे यमदूत हजारों - लाखों की संख्या में जीव - जंतु, मानव, असुर, आदिमानव, सैनिक और तो और वे प्राणी भी ला रहे थे जो न तो प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से युद्ध में शामिल थे। सबसे ज्यादा वे छोटे जीव थे जो युद्ध भूमि में या उसके आसपास खेतों में रहते थे। ये वे जीव थे जो सैनिकों के पैरों या उनके अस्त्र - शस्त्र के कारण मारे गये थे। सबसे

ज्यादा महारथियों के शस्त्रों द्वारा, उनके शस्त्रों से तो आसमान में उड़ता हुआ पक्षी हो या जमीन पर अथवा पानी में समुद्र, तालाब, नदी, पोखरा इत्यादि में निवास करते हो। कोई इससे बचने वाला नहीं था। हस्तिनापुर का हाल तो और भी बुरा होने वाला था। सभी घरों में हाहाकार मचने वाला था जो जीतने वाला हो या हारने वाला। हस्तिनापुर विधवाओं का देश कहलाने वाला था। सारे जवान या अर्धेड पुरुष जो शस्त्र चला सकते हैं वे युद्ध में काम आने वाले थे। सिर्फ बच्चों, बूढ़ों या अपंग पुरुषों को छोड़कर सभी यमलोक आने वाले थे। मेरे यहाँ कोई भेद नहीं है। सारे सभ्य - असभ्य, आर्य - अनार्य, द्रविड़, धरतीपुत्र, राजा - प्रजा, अमीर - गरीब सभी को एक ही तराजू में तौला जाता है वह है उसका कर्म। ये तराजू धर्म, लिंग, जाति, भगवान, पवन, पृथ्वी, तप, पाप, प्रकाश, अंधकार, अग्नि इत्यादि के प्रभाव से परे है, ये कर्मकांटा है। इसमें सभी के कर्मों को तौला एवं उसके अनुसार निर्णय लिया जाता है। पृष्ठों को पलटकर देखा तब पता चला कि सारे सैनिक तो स्वर्ग में जा रहे हैं।

सारे पशु - पक्षी अपनी योनि छोड़कर मानव रूप में पूर्ण पाताल में जा रहे हैं। पर सारे शूरवीर महायोद्धा जो युद्ध में वीरगति को प्राप्त होंगे वे नर्क में जायेंगे, सिर्फ एक योद्धा को छोड़कर।

इसका तो मुझे ज्ञान था कि इनके कर्मों के कारण इन्हें नर्क में भेजना है। पर मेरा मन इस बात को मानने के लिये तैयार नहीं था कि जिसके भाग्य में युद्ध ही करना लिखा था और वह वही कर्म करते हुये वीरगति को प्राप्त हुआ तब ब्रह्मा ने उसके भाग्य में नर्क क्यों लिखा? बस यही जानने के लिये मैं ब्रह्मा के पास गया। उन्होंने कहा - 'यम, कर्म क्या है? कर्म है अपने कार्यों को जो भी वह कर रहा है उसे निष्कपटता से करना'। ब्रह्मा देव ने आगे कहा भाग्य हर जीव का ब्रह्म सत्य है और मेरे द्वारा रचा गया है परंतु कर्म तो उसे ही करना है। भाग्य मानव को महान सम्राट बना सकता है पर कर्म ही उसे सात्विक पुरुषार्थ प्रदान करता है। कर्म ही उसका परलोक निर्धारित करता है।

जन्म और भाग्य एक सतत चलने वाली प्रक्रिया है जिसका निर्धारण मेरे द्वारा किया जाता है, पर कर्म मैं नहीं निर्धारित करता वह तो उस जीव पर निर्भर करता है जो वह कर्म कर रहा है। जो दुविधा आपके मन में है उसका निवारण भी किये देता हूँ।

मैंने तो संसार की रचना की उसमें मानव और सभी जीवों का निर्माण किया और उनके भाग्य भी लिखे जिसमें सैनिकों का भाग्य जो मैंने निर्धारित किया था वह था खेती, व्यापार इत्यादि कार्य करना एवं अपने श्रम से और उत्पादन से सारे जीव जंतु एवं मानव समाज की आवश्यकता को पूर्ण करना। उन्होंने अपने कर्तव्य को पूर्ण किया, साथ में अपने शौर्य से वे सैनिक भी बने और दूसरों के निर्णय पर युद्ध भी किया, वो भी बगैर फल की इच्छा के। कोई भी हारे या जीते, उन्हें सिर्फ युद्ध करना था। ये सब किसी योद्धा के कुटुंब में पैदा नहीं हुये थे इसलिये उनका पहला कर्तव्य लड़ाई करना नहीं है। जीव-जंतु पशु-पक्षी ये सब तो मानव के द्वारा युद्ध में उपयोग में लाया जा रहा था वरना ये सब तो एक दूसरे के जीवन चक्र की जरूरत हैं। अपनी जरूरतों को पूर्ण करने के लिये आक्रमण करते हैं। अन्यथा वे जंगल में आराम से विचरण करते हैं। अब योद्धाओं का तो भाग्य मैंने युद्ध के लिये ही लिखा है और उसकी बारीकियों का ज्ञान उन्हें जन्म से ही प्राप्त होना शुरू हो जाता है। सारे योद्धाओं को मानव समाज में ऊंचा ओहदा प्राप्त है ये तो आप जानते ही होंगे। वे सम्पन्न कुल में पैदा होते हैं इस वजह से उन्हें शिक्षा प्राप्त करने में कोई कठिनाई नहीं होती, वे सब उच्च शिक्षा बगैर किसी की चाकरी या अधीनस्थ हुए कर लेते हैं। बड़े-बड़े ऋषि-मुनि उन्हें शिक्षा देने में अपना अभिमान समझते हैं। उन्हें संसार की सारी सुविधाएं उपलब्ध हैं एवं उसे प्राप्त करने के लिये उन्हें कोई संघर्ष भी नहीं करना पड़ता है। घर परिवार की सारी परेशानियां उन्हें छू भी नहीं सकती सिर्फ उन पर मानव जाति की सुरक्षा प्रदान करने की जिम्मेदारी दी गई है। वे उसे कैसे निभाते हैं उससे ही उनका कर्म निर्धारित होता है, क्योंकि भाग्य में तो उनके युद्ध करना ही लिखा है।

संसार में हस्तिनापुर का विनाश इस युग में पहले से ही निर्धारित किया गया था। एक से बढ़कर एक योद्धाओं की कर्म भूमि बनेगी हस्तिनापुर। इसमें आम जन ही नहीं महान ऋषि मुनि के साथ साथ भगवान के अवतार भी अपने प्राणों की आहुति देंगे। जीवन का सत्य ही मृत्यु है और हर जीवित प्राणी को यह प्राप्त होगी। फिर कैसा संशय, विलाप, अधीरता यम। जो होगा ये सृष्टि ने पहले से ही निर्धारित कर दिया था। हाँ कैसे होगा ये मानव अपने कर्मों से निर्धारित करेगा, पर यह टाला

नहीं जा सकता।

यम यह प्रतीत होता है कि अभी भी संशय खत्म नहीं हुआ, आपके मन-मस्तिष्क, में द्वंद चल रहा है। आपकी दुविधा ये है कि जिसे धर्मराज की उपाधि मिली है, जिसने कभी कोई गलत कार्य नहीं किया, हमेशा सत्य का मार्ग अपनाया, चाहे उसे कितनी ही तकलीफों का सामना क्यों ना करना पड़ा हो, उसे भी नरक के दरवाजों तक जाना ही होगा, ये विधाता का कैसा इंसफ ? और एक वो योद्धा है, जिसने हमेशा असत्य, झूठ एवं छल का साथ दिया उसे स्वर्ग। यम ये जान लीजिये कि धर्मराज का जन्म एक सम्पन्न राजघराने में हुआ, उसे विश्व में किसी भी प्रकार की कठिनाईयों का सामना नहीं करना पड़ा किसी भी प्रकार के कार्य करने में, उसके दिये गये निर्णय को कोई अस्वीकार नहीं करता था और यह ईश्वर के मुख से आया निर्णय है ऐसा माना जाता था। उसने सारे निर्णय सत्य के मार्ग पर चलकर सिर्फ अपने लिये किये। अपने फायदे के लिये झूठ का सहारा भी बड़ी चतुराई से किया, जबकि जिस योद्धा के कारण आप विचलित हैं उसका जन्म एवं पालन पोषण अनुचित परिस्थितियों में हुआ फिर भी उसने अपने ज्ञान व विद्वता का उचित तरीके से उपयोग किया, असत्य-अधर्मियों के साथ रहकर भी उसने सत्य का साथ नहीं छोड़ा। एक तो हर पल उसके साथ अन्याय हुआ, पर वह अपने निर्णय पर अडिग रहा, उसने जो वचन दिये थे उस पर वह अडिग रहा, परिस्थितियाँ विपरीत होने के बाद भी। एक किस्सा तो आपको याद ही होगा जब इंद्र भेष बदलकर उससे दान मांगने गये, उसे पहले ही आभास हो गया था या ये कहें कि करा दिया गया था फिर भी वह अपने कर्म से पीछे नहीं हटा। जबकि उसे पता था कि उसका ये दान उसकी जान भी ले सकता है, वह छल कपट कर सकता था पर उसने ऐसा नहीं किया, उसने देवों के देव को भिखारी या ये कहें याचक के रूप में जो अपने पुत्र के जीवन की भीख मांग रहा था, उसने उसे अपने प्राणों के रक्षक 'कवच' को भी दान में दे दिया। तब आप ही बताये यम कौन श्रेष्ठ है।

यह तो एक किस्सा है अगर उसके जीवन का दर्शन करोगे तो पाओगे कि किसी भी युग में ऐसा महान व्यक्तित्व किसी भी लोक एवं युग में जन्म न लिया है, न लेगा। वह अकेला है जो सर्वश्रेष्ठ है, वह अपने कर्मों के कारण ही सर्वश्रेष्ठ बना है, भाग्य या जन्म के कारण नहीं। यम आपके मुख पर तेज देखकर ज्ञात होता है कि आपके शंकाओं का समाधान आपको मिल गया है। पृथ्वी सभी जीवों के कर्मों से ही गतिशील है, बाकी सब मिथ्या, पानी का बुलबुला है।





## ऑनलाइन सुरक्षा आपके हाथ

श्री बनवारी लाल यादव  
सहायक संपादक  
भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

बीते कुछ सालों में इंटरनेट हमारे जीवन में बेहद खास बन गया है। क्योंकि इंटरनेट और ऑनलाइन सुविधाओं ने हमारी जिंदगी को पहले से कहीं आसान बना दिया है। लेकिन, ये सुविधाएं उस वक्त दुश्वारियों में भी बदल सकती हैं, जब हम ऑनलाइन फ्रॉड के शिकार हो जाएं। वायरस, स्पाइवेयर, मैलवेयर और ट्रोजन हॉर्स जैसे कई खतरे आज के समय में मंडरा रहे हैं जिनसे आपके कंप्यूटर सिस्टम को संरक्षित रखना आपके लिए बहुत महत्वपूर्ण बन गया है।

कहा जाता है कि इंटरनेट पर सुरक्षित रहने का बहुत ही सरल तरीका है, कभी भी ऐसी वेबसाइट पर जाने से बचें जिसमें सुरक्षा का खतरा हो, अपने पासवर्ड हमेशा ऐसे रखें जो आसानी से लोग समझ ना पाएं, पासवर्ड बनाते वक्त @\$!@#()& ऐसे चिन्हों का प्रयोग करें, अगर इंटरनेट पर कोई आप से आप की निजी जानकारी मांगे तो उसे ना दे। अगर कोई भी ऐसा संदेश आये जिसमें कहा जाए के आप को लॉटरी निकली है तो ऐसे संदेशों से बच के रहें।

इसके साथ अपने कंप्यूटर सिस्टम को ऑनलाइन खतरों से अच्छी तरह से सुरक्षित रखने का सबसे अच्छा और महत्वपूर्ण तरीका है कि आप सुरक्षा को कई स्तरों में स्थापित करें। जैसे- एंटीवायरस, फ़ायरवॉल, एंटी-स्पायवेयर / एंटी-मैलवेयर। यह आपके कंप्यूटर की सुरक्षा के लिए काफ़ी महत्वपूर्ण है। यह आपके सिस्टम को उन दुष्ट सॉफ़्टवेयर से सुरक्षित करता है जो कि आपको खबर किये बग़ैर आपके सिस्टम से आपकी जानकारियाँ लीक कर लेते हैं।

### अपडेट करें

आपका कंप्यूटर सुरक्षित रहे यह सुनिश्चित करने के लिए अपने एंटी-वायरस, एंटी-स्पाइवेयर सॉफ़्टवेयर पर अपडेट नोटिफिकेशन की अनदेखी न करें। अपडेट मौजूदा सॉफ़्टवेयर में नई सुविधाओं को जोड़ने और अधिक शक्तिशाली खतरों से निपटने में अपनी क्षमता में सुधार के लिए डिज़ाइन किए गए हैं।

ऑनलाइन जाने वाले प्रत्येक व्यक्ति को मूल ऑनलाइन सुरक्षा के बारे में समझ लेना चाहिए। अपने परिजनों को इन मूल बातों को सिखाना अनिवार्य है-

1. जब मित्रों या अजनबियों द्वारा ऑनलाइन या ऑफ़लाइन स्थिति में खाता ID और पासवर्ड मांगा जाए, तो इन्हें कभी साझा न करें।
2. अपने स्क्रीन नाम में अपनी निजी पहचान संबंधी जानकारी जैसे आपका जन्म दिन, रुचियाँ या विद्यालय या संस्थान का नाम कभी प्रकट न करें।
3. किसी भी जानकारी के आदान-प्रदान में, जैसे ई-मेल या चैट में अपने या किसी अन्य व्यक्ति के बारे में कोई भी निजी जानकारी न दें।
4. अपने, अपने परिवार, या अपने घर के फ़ोटो उन व्यक्तियों के साथ कभी साझा न करें जिनसे आप ऑनलाइन मिलते हैं। अज्ञात स्रोतों से आए ई-मेल कभी न खोलें, उन्हें हटा दें।





## नदी की आत्मकथा

श्री पप्पू गुप्ता  
एम.एम.एस. प्रभाग,  
नागपुर

नदी प्रकृति के जीवन का एक महत्वपूर्ण अंग है। इसकी गति के आधार पर इसके बहुत नाम जैसे - नहर, सरिता, प्रवाहिनी, तटिनी, क्षिप्रा आदि होते हैं। जब मैं सरक-सरक कर चलती थी तब सब मुझे सरिता कहते थे। जब मैं सतत प्रवाहमयी हो गई तो मुझे प्रवाहिनी कहने लगे। जब मैं दो तटों के बीच बह रही थी तो तटिनी कहने लगे और जब मैं तेज गति से बहने लगी तो लोग मुझे क्षिप्रा कहने लगे। साधारण रूप से तो मैं नदी या नहर ही हूँ। लोग चाहे मुझे किसी भी नाम से बुलाएँ लेकिन मेरा हमेशा एक ही काम होता है दूसरों के काम आना। मैं प्राणियों की प्यास बुझाती हूँ और उन्हें जीवन रूपी वरदान देती हूँ।

मैं एक नदी हूँ और मेरा जन्म पर्वत मालाओं की गोद से हुआ है। मैं बचपन से ही बहुत चंचल थी। मैंने केवल आगे बढ़ना सीखा है रुकना नहीं। मैं एक स्थान पर बैठने की तो दूर की बात है मुझे एक पल रुकना भी नहीं आता है। मेरा काम धीरे-धीरे या फिर तेज चलना है लेकिन मैं निरंतर चलती ही रहती हूँ। मैं केवल कर्म में विश्वास रखती हूँ लेकिन फल की इच्छा कभी नहीं करती हूँ। मैं अपने इस जीवन से बहुत खुश हूँ क्योंकि मैं हर एक प्राणी के काम आती हूँ, लोग मेरी पूजा करते हैं, मुझे माँ कहते हैं, मेरा सम्मान करते हैं। मेरे बहुत से नाम रखे गये हैं जैसे - गंगा, जमुना, सरस्वती, यमुना, ब्रह्मपुत्र, त्रिवेणी। ये सारी नदियाँ हिंदू धर्म में पूजी जाती हैं।

मेरे लिए पर्वतमालाएं ही मेरा घर थी लेकिन मैं वहाँ पर सदा के लिए नहीं रह सकती हूँ। जिस तरह से एक लड़की हमेशा के लिए अपने माता-पिता के घर पर नहीं रह सकती उसे एक-न-एक दिन माता-पिता का घर छोड़ना पड़ता है उसी तरह से मैं इस सच्चाई को जानती थी और इसी वजह से मैंने अपने माँ-बाप का घर छोड़ दिया।

जो लोग पर्वतीय देश के होते हैं उनकी सरलता और निश्चलता ने मुझे बहुत प्रभावित किया है। मैं भी उन्हीं की तरह सरल और निश्चल बनी रहना चाहती हूँ। मेरे रास्ते में बड़े-बड़े पत्थरों और चट्टानों ने मुझे रोकने की पूरी कोशिश की लेकिन वो अपने इरादे में सफल नहीं हो पाए। मुझे रोकना उनके लिए

बिल्कुल असंभव हो गया और मैं उन्हें चीरती हुई आगे बढ़ती चली गई। जब भी मैं तेजी से आगे बढ़ने की कोशिश करती थी तो मेरे रास्ते में वनस्पति और पेड़-पौधे भी आते थे ताकि वो मुझे रोक सके लेकिन मैं अपनी पूरी शक्ति को संचारित कर लेती थी जिससे मैं उन्हें पार करके आगे बढ़ सकूँ।

सिर्फ मैं ही समाज और देश की खुशहाली के लिए अपना सब कुछ न्योछावर करती आ रही हूँ। मुझ पर बांध बनाकर नहरे निकाली गयीं। नहरों से मेरा निश्चल जल दूर-दूर तक ले जाया गया। मेरे इस निश्चल जल को खेतों की सिंचाई, घरेलू काम करने, पीने के लिए और कारखानों में प्रयोग किया गया। इन्हीं के कारण नदी की सरलता और सार्थकता सिद्ध होती है। लोग मेरे जल से अपनी प्यास बुझाते हैं और अपने शरीर को शीतल करने के लिए भी मेरे जल का प्रयोग करते हैं। मेरे जल के प्रयोग से किसान अपनी आजीविका चलाते हैं।

नदी हमें अपना इतना सब कुछ देती है फिर भी उसमें शून्य के बराबर भी घमंड नहीं होता है। नदी कहती है कि मैं अपने प्राणों की एक बूंद भी समाज के प्राणियों के हित के लिए अर्पित कर देती हूँ। मैं उन पर अपना सब कुछ लुटा देती हूँ इसका मुझे बहुत संतोष है। मुझे इस बात से बहुत ही प्रसन्नता होती है कि मेरा एक-एक अंग समाज के कल्याण में लगा है।

मेरे जल को भगवान की पूजा करने के लिए भी प्रयोग किया जाता है। मैं खुद को बहुत ही खुशकिस्मत समझती हूँ क्योंकि मेरा जल भगवान को अर्पित किया जाता है। मेरे जल का प्रयोग करके अशुद्ध वस्तु को शुद्ध किया जाता है। मेरे हर प्राणी के जीवन में इतना महत्व है फिर भी मेरे अंदर बिल्कुल भी घमंड नहीं है।

नदी का कहना है कि मेरा लक्ष्य तो समुद्र की प्राप्ति है। इस बात को मैं कभी भी नहीं भूल पायी हूँ। जब मेरे हृदय में समुद्र के मिलन की भावना जागृत हुई तो मेरी चाल में और भी तेजी आ गई। जब मैंने समुद्र के दर्शन कर लिए तो मेरा मन प्रसन्नता से भर गया। मैं अब समुद्र में समाकर उसी का एक रूप बन गई हूँ।





## चिन्ता चिन्ता समान है

श्री दिलीप पंवार

आशुलिपिक

भारतीय खान ब्यूरो, उदयपुर

मनुष्य का जीवन ही चिन्ता से शुरू होता है। उसके पैदा होते ही समय माता-पिता को चिन्ता होती है कि बच्चा स्वस्थ पैदा होगा या नहीं, उसके पैदा होते समय उसकी माता स्वस्थ रहेगी या नहीं, पुत्र होगा या पुत्री, जो भी पैदा हुआ सही सलामत रहेगा या नहीं, उसे कोई पीड़ा तो नहीं हो जायेगी। इस तरह पैदाइश के समय से ही मनुष्य का सम्बन्ध चिन्ता से जुड़ा हुआ है जो कि मौत तक उसका पीछा नहीं छोड़ती। माता पिता को बच्चों को स्कूल में दाखिल कराने की, अच्छे नम्बरों में पास होने की चिन्ता होती है। बच्चे को भी स्कूल में अपने सहयोगियों के साथ खेलने की इतनी खुशी नहीं होती जितनी कि नियमित तौर पर होमवर्क करके विभिन्न परीक्षाओं में अच्छे अंकों से उत्तीर्ण होने की चिन्ता होती है। बड़े होकर अच्छा रोजगार प्राप्त करने, विवाह शादी तथा सफल पारिवारिक जीवन की चिन्ता होती है।

आज प्रत्येक आदमी किसी न किसी चिन्ता से ग्रस्त है। किसी को अधिक धन कमाकर गरीबी दूर करने की चिन्ता है। किसी को अपने व्यापार/उद्योग/नौकरी में तरक्की करने की चिन्ता है। किसी को यह चिन्ता है कि उसके व्यवसाय से सम्बन्धित उसके सहयोगियों के साथ पटती क्यों नहीं। अधिकांश घरों में पति-पत्नी का आपस में सामंजस्य नहीं बैठता। दोनों को इस बात की चिन्ता होती है कि कोई तीसरा उनके जीवन में घुसपैठ तो नहीं कर रहा। माता-पिता को इस बात की चिन्ता होती है कि उनके बच्चे लायक, ईमानदार, परिश्रमी, आज्ञाकारी, स्वावलम्बी तथा प्रतिष्ठित बनें। लोग राजनीति में हिस्सा लेते हैं, उन्हें इस बात की चिन्ता होती है कि कहीं उनके प्रतिद्वंद्वी उनके मुकाबले में आगे ना निकल जायें। चुनाव होने पर कहीं वे हार न जायें या फिर कहीं वे मंत्री और वह भी महत्वपूर्ण विभाग के मंत्री बनने से चूक न जायें। आजकल की लड़कियों को अपनी सुंदरता की ज्यादा चिन्ता होती है। वे मेकअप करती हैं, डाइटिंग करती हैं ताकि वे अन्य लड़कियों के मुकाबले ज्यादा सुन्दर तथा प्रभावशाली दिखायी दें। आजकल अनेक लोग अवैध काम करते हैं। खाने पीने की चीजों में मिलावट करते हैं, माप तोल में बेइमानी करते हैं ताकि ज्यादा लाभ कमा सके परन्तु उन्हें सदा इनकम टैक्स वालों की तथा सरकार द्वारा उनकी चीजों में मिलावट के पकड़े जाने की चिन्ता लगी रहती है। यूँ तो भ्रष्ट लोग रिश्वत लेते हैं तथा अनैतिक कारनामे भी करते हैं फिर भी उन्हें इस बात की चिन्ता लगी रहती है कि कोई गुपचुप तरीके से उनकी वीडियो फिल्म ना बना रहा हो। हमारे परिवार में से कोई बाहर

गया हुआ हो, उसके वापिस सुरक्षित आने तक हमें चिन्ता सताती रहती है। बीमार आदमी को अपनी बीमारी की चिन्ता सताती रहती है। अगर कोई अमीर आदमी है उसका कोई बेटा नहीं है तो उसे अपने उत्तराधिकारी के ना मिलने तथा खून पसीने की कमाई धन दौलत के बरबाद होने की चिन्ता होती है।

इस तरह हम सभी किसी न किसी चिन्ता का शिकार होते रहते हैं। चिन्ता एक मानसिक स्थिति है जिसमें आदमी किसी चीज की कमी, किसी चीज के खो जाने, प्रतिद्वंद्वी या विरोधी द्वारा नुकसान करने या आक्रमण किये जाने, अच्छा जीवन साथी न मिलने, बीमार होने, मर जाने के डर से भयभीत होता है। चिन्ता के कारण आदमी को रात को नींद नहीं आती, भूख नहीं लगती, डर लगा रहता है, तनाव पैदा होता है, कुछ अच्छा नहीं लगता, किसी के साथ बात करने को मन नहीं करता, बेचैनी होती है, आदमी को कोई बीमारी लग जाती है, कई बार हाथ पैर ठंडे हो जाते हैं। आदमी चिड़चिड़ा हो जाता है। अगर चिन्ता का समय रहते समाधान न किया जाये तो परिणाम खतरनाक हो सकते हैं। कई लोगों का कामधंधा ही चौपट हो जाता है, कई लोगों की घर गृहस्थी खराब हो जाती है, कई लोगों का दूसरों के साथ झगड़ा हो जाता है और कई लोग चिन्ता ग्रस्त होकर अपनी जीवन लीला ही समाप्त कर देते हैं। अतः चिन्ता रूपी दैत्य पर जितनी जल्दी विजय पाई जाये उतना ही अच्छा है। जब कभी किसी बात की चिन्ता लगे उसके कारण को पता करके समाधान करने की कोशिश करनी चाहिए। संयम से काम करना चाहिये। कुछ चिन्ताएँ क्षणिक तथा निर्मूल होती हैं। कुछ चिन्ताएँ गलतफहमी के कारण पैदा होती हैं जिन्हें आसानी से दूर किया जा सकता है। जब कभी भी किसी बात की चिन्ता सता रही हो तो अपने बुजुर्गों, हितैषियों, मित्रों तथा शुभचिंतकों से विचार विमर्श करके बोझ हल्का किया जा सकता है। धार्मिक पुस्तकें पढ़कर या फिर चिन्ता के स्थान से कुछ दूर जाकर भी इसके प्रभाव को कम किया जा सकता है। चिन्ता चिन्ता समान है। हमारे में से कौन जीते जी इस चिन्ता में भस्म होना चाहेगा? अतः चिन्ताओं से डरना नहीं चाहिये। चिन्ता मनुष्य के धैर्य की परीक्षा लेकर उसे मजबूत बनाती है। समझदार तथा हिम्मत वाले आदमी चिन्तारूपी परीक्षा में से सदा पास हो जाते हैं और बाकी फेल हो जाते हैं। आओ चिन्ता रूपी भूत को अपने जीवन से भगायें और सुख से जिंदगी बितायें।





## बदलते परिवेश में खो रही हैं हमारी बोलियों की मिठास

नीता कोठारी  
वरिष्ठ सांख्यिकी अधिकारी एवं  
हिन्दी संपर्क अधिकारी  
भारतीय खान ब्यूरो, उदयपुर

दिन प्रतिदिन बदलते जमाने के साथ रिश्तों में भी बड़ी तेजी से बदलाव आ रहा है। गुजरे जमाने में बच्चों का रिश्ता अपने माता-पिता से ज्यादा दादा-दादी या नाना-नानी से होता था लेकिन अब तस्वीर बदल चुकी है। दादी या नानी अपने नाती-पोतों से बात करना चाहती हैं। लेकिन अफसोस! कि बच्चों को उनकी बोलियाँ और भावुक अभिव्यक्तियाँ के प्रतीक समझ नहीं आते। फासला बढ़ता जा रहा है। बोलियों नई नस्लों तक नहीं पहुँच रही हैं। इसके गंभीर परिणामों पर हमने नहीं सोचा है। एकल परिवार की प्रबल भावना हमारी संयुक्त परिवार की सामुदायिक भावना पर पूरी तरह से हावी हो चुकी है। अब संयुक्त परिवारों की खुशनुमा यादें जब बच्चों के साथ बाँटते हैं तो वो इतनी हैरानी से सुनते हैं मानो हम किसी दूसरे लोक की कथाएँ सुना रहे हों।

दिखने में एकल परिवार का सीधा फायदा यही है की एकदम निजी आज़ादी मिल जाती है। कमाई को खर्च करने का पूरा हक मिल जाता है। जो नुकसान होता है वो बहुत धीरे-धीरे महसूस होता है। आज पति-पत्नी दोनों कामकाजी होते हैं। बच्चों के लिए वक्त नहीं निकाल पाते। उनके पास पैसा तो बहुत है और उसी पैसे के दम पर बच्चों को हर सुविधा देने की भरपूर कोशिश की जाती है। किन्तु बच्चों के संसार में दादी-नानी का साथ नहीं होता, उनमें संस्कारों की नींव नहीं पड़ती। रिश्तों की गर्माहट किसी लॉकअप में बंद हो गयी है। बच्चों के हाथ में मोबाइल, रिमोट, कम्प्यूटर और उसी माहौल में पले-बड़े दोस्त होते हैं। दादी-नानी से उनका कोई भावुक रिश्ता नहीं बन पाता। इस तरह तीन पीढ़ियाँ अपने-अपने दुख-सुख के साथ दिन काट रही हैं।



इन पीढ़ियों को जोड़ती थी हमारी बोलियाँ। हाड़ोती, भोजपुरी, मारवाड़ी, मैथिली, अवधी, ब्रज और न जाने कितनी बोलियाँ सदियों से कानों में मिसरी घोलती थीं, पर जैसे उन्हें अनपढ़ और गँवार होने का अभिशाप दे दिया गया है व असली माँ कैद खाने में हैं, वहीं सौतेली माँ अँग्रेजी है जिसकी हुकूमत हिंदुस्तान के घर-घर में चल रही है। असहाय और बेबस पिता की तरह भारतीय समाज ने इसे स्वीकार कर लिया है व हर स्तर पर चिंता की जड़ें सूखती जा रही हैं।

आज हम सिर्फ चिंता करते हैं, एक दिन माथा पीटते हैं। फिर भूल जाते हैं। तो चेतावनी क्या है? आज हम एक दूसरे से कटते जा रहे हैं, दिमाग से अक्षरकोश कम हो रहा है। अपनी संवेदना के हर बिन्दु को व्यक्त करने वाला शब्द भंडार सूख रहा है। एक SORRY शब्द में हमने - दुख, खेद, शोक और क्षमा के अलग-अलग भावों की हत्या कर दी। एक अंकल शब्द ने चाचा, काका, मामा, ताऊ, फूफा, और मौसा जैसे रिश्तों का अंतर और खुशबू कपूर की तरह उड़ा दी। गहराई से सोचेंगे तो पाएंगे हमारी मातृ भाषाओं और बोलियों की उप धाराएँ सूख रही हैं।

वर्तमान में हिन्दी जानने वाले बढ़ रहे हैं , हिन्दी का कारोबार बढ़ रहा है लेकिन हकीकत है की हमारी पढ़ने की आदत भी छूटती जा रही है । दिमाग के यादकोश का आकार भी सिकुड़ता जा रहा है । हम भूल गए हैं कि भाषा संस्कृति और समाज की संरक्षक है । क्या इसके लिए आज की भागदौड़ भरी ज़िंदगी , आधुनिक उपकरण और अपने खोल में सिमटने की आदत ही जिम्मेदार है ? नहीं ! सबसे ज्यादा अपराधी हम खुद हैं। जो हमने अपने समाज, पूर्वजों आर परिवेश से पाया, उसे अगले पीढ़ी को नहीं दे पाये । याद रखिए संसार मे आज भी अनेक देश ऐसे हैं जो सिर्फ अपनी बोली या भाषा में काम करते हैं । इसके बावजूद हमारी जड़ें सूखती जा रही हैं तो इसके लिए कौन दोषी है ?

किसी समय सारे देशों में 16 हज़ार से अधिक भाषाएँ अस्तित्व में थीं। आज यह संख्या सात हज़ार से कम रह गई है। सन 2000 की एक रिपोर्ट के अनुसार इनमें से 3000 हज़ार

भाषाएँ तो विलुप्त होने की कगार पर है। संयुक्त राष्ट्र की चेतावनी है की अगले सौ साल में नब्बे फीसदी भाषाएँ या बोलियाँ समाप्त हो सकती है। यह एक गहन चिंता का विषय है क्योंकि आज भी घर में जब बच्चे फोन पर या आपस में फरटिदार अँग्रेजी बोलते हैं तो हम खुश होते हैं, हमारा सीना चौड़ा हो जाता है। लेकिन हम दुःखी नहीं होते, जब बच्चे हिन्दी या कोई अपनी अन्य मातृभाषा खराब बोलते हैं, हम माथा नहीं पीटते। यही सारांश है, कि अब सम्बोधन के भी तो अर्थ बदल गए है.....जिंदा बाप को डैड, माँ को ममी , बहन जैसे अस्पताल की हो सिस्टर और श्रीमान की जगह है अब मिस्टर , अंकल-आंटी तो मानो हजारों में बिकते आलू-टमाटर,,, तो ऐसे खो रही हैं हमारी बोलियों की मिठास ।

तो आएं हम सब मिल कर करें , इस बोलियों की मिठास को बचाने का एक अदना सा प्रयास ।।







## मोबाइल की माया

अक्षत याग्निक

कनिष्ठ सांख्यिकी अधिकारी, उदयपुर

सुबह उठ कर हम में से 80 प्रतिशत लोग शायद सबसे पहले अपना मोबाइल ही देखते हैं। चलिये उठने का अलार्म तो मोबाइल से ही बजता है। तो यूँ कहना ज़्यादा सार्थक होगा की मोबाइल हमारे बिस्तर से उठने का एक मात्र साधन है। कभी यदि हम अपने मोबाइल में अलार्म को सेट करना भूल भी गए तो कोई बात नहीं। उस दिन हम समय से तो उठेंगे नहीं, अपितु खुद को ही दोष देते हुए पाये जाएँगे की मोबाइल चार्ज करना भूल गए। दिनचर्या की शुरुआत जिस यंत्र से हो वो अवश्य ही बड़ा महत्वपूर्ण यंत्र होगा, ऐसा एक दिन मन में विचार कौंधा। जवाब ढूँढने जब मैंने अपने मन के कोनों को टटोला, तो पाया कि जब इस संसार में मोबाइल नहीं था तब क्या लोग उठते ही नहीं थे? खैर, इस जवाब से जब मैं संतुष्ट नहीं हुआ तो मैंने मोबाइल की उपयोगिता के बारे में कुछ और रहस्य जानने चाहे। सबसे पहले मैंने यह पाया की मोबाइल के बिना हम लोगों का अस्तित्व ही खतरे में पड़ गया है। यदि आपको कहा जाये की एक महीने के लिए अपने मोबाइल को बंद करके रख दीजिये, तो मेरे विचार से हम में से कुछ ही लोग इतनी हिम्मत दिखा पाएँगे। जी हाँ, हिम्मत। आज मोबाइल को खुद से दूर करने के लिए जितनी हिम्मत चाहिए, उतनी हिम्मत तो किसी अनोखे व्यक्ति के ही पास मिल सकती है। मैंने जब मोबाइल के बारे में कुछ अच्छी बातें जाननी चाही, तो सबसे पहले मुझे विचार आया आलस्य का। बिल जमा करवाना हो, खाते से पैसे ट्रान्सफर करने हो, रेल या बस का टिकिट करवाना हो, तो झट से मोबाइल उठाया और करवा दिया। है न कितना सरल? यह तो माना की इससे समय की बचत हुई, परंतु यदि यह आदत हम पर हावी हो जाये और हम घर का सामान भी

मोबाइल से ही मँगवाने लग जाएँ, तो आलस्य हमें इस कदर घेर लेगा की फिर उससे पीछा छुड़ा पाना मुश्किल हो जाएगा। बच्चे मोबाइल चलाने में जब अपनी दक्षता दिखाते हैं तो हमें बड़ा गर्व होता है उनकी बुद्धि पर। पर यह दक्षता जब उन पर हावी होने लग जाए और वे बाहर जाकर खेलने की जगह मोबाइल पर ही अपना बचपन बिता दें तो अनर्थ हो जाएगा। मोबाइल एक उपयोगी यंत्र अवश्य है किन्तु इसका अति उपयोग केवल नुकसानदायक है। यदि आपका कार्य ही ऐसा है जो मोबाइल के बिना नहीं हो सकता तो हर 15 मिनट में अपने मोबाइल से अपनी आँखें हटा कर अपनी पुतलियों को घुमाएँ। अपनी पलकों को झपकाएँ जिससे की आँखों को आराम मिले। मोबाइल में से हानिकारक तरंगे निकलती हैं जो हृदय के लिए घातक हैं इसलिए उसे अपने से कुछ दूरी पर रख कर सोने की आदत डालें। यदि आप अपने फोन की radiation level जानना चाहें तो बस \*#07# डायल कर दीजिये। अगर आपके फोन का लेवल 1.6 w /kg से नीचे है तो आपका फोन घातक नहीं। हो सके तो मोबाइल की इस माया से बचने का प्रयास कीजिये।



**गलत तरीके अपनाकर सफल होने से यही बेहतर है सही तरीके के साथ काम करके असफल होना।**

## जीने का बहाना ढूँढो

ललित कुमार नागदा, भंडारपाल  
भारतीय खान ब्यूरो, उदयपुर

आज जिधर भी देखो लोगों में निराशा, हताशा, तनाव, उदासीनता, विमुखता आदि व्याप्त हैं। लोगों के पास सब कुछ है फिर भी और पाने के लालच में रात दिन लगे हुए हैं। लेकिन फिर भी खुशी, संतोष, तृप्ति नाम की चीज उनमें देखने को नहीं मिलती। जिसे भी देखो किसी ना किसी बात की शिकायत कर रहा है। कोई अपने परिवार से खुश नहीं, किसी को सरकार पंसद नहीं, किसी को पड़ोसियों से शिकायत है, किसी को कोई मौसम रास नहीं आता। मन भटकता रहता है। किसी भी काम में चित नहीं लगता। मन बहलाने के लिये आदमी पहाड़ों पर जाता है, धार्मिक स्थानों की यात्रा करता है, लेकिन फिर भी दिल है कि मानता नहीं। कभी-कभी सोये रहने को दिल करता है, कभी-कभी यूँ ही घूमने-फिरने को दिल करता है, लेकिन चैन फिर भी नहीं। समझ में नहीं आता कि क्या करें या क्या न करें। इसका सीधा मतलब यह है कि हमें जीना नहीं आता। 'मदर इंडिया' में नरगिस ने कहा था 'दुनिया में हम आये हैं, तो जीना ही पड़ेगा। जीवन है अगर ज़हर तो पीना ही पड़ेगा। 'मेरा नाम जोकर मे राजकपूर ने कहा, 'जीना यहाँ, मरना यहाँ। इसके सिवा जाना कहाँ, बात भी सच्ची है। यह दुनिया अच्छी है या बुरी है, है तो हमारी, यह जो भी है इसे हमने ही बनाया है। इसी में ही हमें रहना है। बेशक लोग स्वार्थी, अहंकारी, गुस्सैल हैं, विश्वास के काबिल नहीं। फिर भी काम तो यूँ ही चलाना पड़ेगा। हर समय रोने-पीटने, चीखने-चिल्लाने, शिकायत करने से बात बनने वाली नहीं है। हमें जीने के लिये बहाना ढूँढना पड़ेगा। साथी छोड़ जाये, काम धन्धा चौपट हो जाये, शरीर में कोई कमी हो जाये, जीना तो फिर भी पड़ेगा ही। यह जीवन एक महाभारत है। अर्जुन रूपी मन चाहे ना भी चाहे, हालात से मुकाबला तो फिर भी करना ही पड़ेगा। गीता का उपदेश देने के लिये अब जीवन रथ को हाँकने वाला कृष्ण रूपी घनिष्ठ मित्र भी नहीं है फिर भी जीना तो है। ऐसे में मन को समझाने, मन को नियंत्रित करने तथा ठीक-ठाक तरीके से जीने के लिये कोई ना कोई बहाना तो ढूँढना ही पड़ेगा। विपरीत परिस्थितियों, समस्याओं तथा कठिनाईयों से भयभीत होकर परमात्मा की बसाई इस दुनिया से पलायन करने या फिर आत्महत्या करके छुटकारा नहीं मिलता।

जीने का नया ढंग सीखना पड़ेगा। जीने के कई बहाने हैं,

उनमें अपार खुशी, संतोष तथा तृप्ति मिल सकती है। दूसरों का भला करके अलौकिक खुशी मिलती है। एक आदमी घास के गड्ढर को सिर पर रखने के लिये इधर-उधर किसी व्यक्ति की मदद के लिये देख रहा है। अब उधर से गुजरते हुये अगर उसकी मदद करते हुये उस गड्ढर को उसके सिर पर रखवाने में आप उसकी मदद कर देते हो तो उसका काम आसान हो जाता है। वह आपका शुक्रिया तो अदा करता ही है लेकिन उसकी मदद करके आपको कुछ खुशी का एहसास भी होता है जिसका मुकाबला भौतिक पदार्थों का सेवन करने की खुशी से कहीं ज्यादा है। कई लोगों को बीमार, आवारा जानवरों का इलाज करके खुशी मिलती है। किसी को सवेरे शाम सैर करके खुशी मिलती है। कोई फालतू समय पुस्तकालय में बिताकर मन बहला रहा है। किसी को अनाथालय, पिंगलवाड़े, अस्तपताल में लोगों की सेवा करने में ही भगवान के दर्शन होते हैं। कोई-कोई आदमी डाकखाने में अनपढ़ देहाती लोगों की वहाँ काम कराने में मदद करता है। किसी बुजुर्ग आदमी को सड़क पार करना भी पुण्य का काम है। कोई गरीब बच्चों को स्कूल भेजने का खर्च उठाता है। कोई उन्हें मुफ्त में पढ़ाता है। कोई व्यक्ति वेश्यावृत्ति छुड़वाने तथा पुनः स्थापित करने में अभागी महिलाओं की मदद करता है। जीने के बहुत सारे बहाने हैं। महात्मा बुद्ध ने कहा था 'दुनिया दुःखों का घर है। गुरु नानक देव जी का कहना था 'नानक दुखिया सब संसार। यह सब तो ठीक है। लेकिन जब हम हर समय केवल अपने लिये ही नहीं सोचते, बल्कि दूसरे जरूरतमंद तथा मुसीबत में पड़े लोगों के लिये भी कुछ ठोस काम बिना स्वार्थ या लालच के करते हैं तो जीवन का मतलब बदल जाता है। लेकिन मेरा मानना है कि परहित कार्य करते हुए हमें अपने पारिवारिक तथा सांसारिक कर्तव्यों को भी करते रहना चाहिये। सयाने लोग कहते हैं कि हमें रोज कम से कम एक भलाई का काम जरूर करना चाहिये। जब सब कुछ होते हुये भी सच्चा सुख ना मिले तो समझ लो कि अब समय आ गया है जब आप जीने के लिये कोई और बहाना ढूँढे जिसके तहत किसी का कुछ ना कुछ बिना स्वार्थ या लालच के भला हो सके। सदा रोने धोने तथा किसी ना किसी बात पर कोई शिकायत करते रहने से कोई फायदा नहीं। मुस्कराईये, जवाब मुस्कराहट से ही मिलेगा।





## होशियारी से काम करके हम बेहतर प्रदर्शन कर सकते हैं

डॉ. पी. के. जैन

मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी  
भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

एक दिन खरगोश और कछुआ के बीच में बहस होती है कि कौन तेज है ? वे इस विवाद को दोनों के बीच में एक दौड़ करके सुलझाने के लिए सहमत हो जाते हैं। खरगोश कछुआ से तेज चलकर आगे निकल जाता है और रुक कर देखता है कि वह कछुआ से बहुत आगे है और एक पेड़ की छांव में सो जाता है। पीछे से आने वाला कछुआ अपनी सामान गति से चलता रहता है और सोते खरगोश से आगे निकलकर दौड़ की प्रतियोगिता जीत जाता है।

**प्रथम सीख :** स्थिर धीमी गति से चल कर भी दौड़ जीती जा सकती है।

खरगोश को अपने अधिक आत्मविश्वास, लापरवाही और आलसपन के कारण दौड़ में कछुआ से हारने का आत्मबोध होता है यदि उसने यह नहीं मान लिया होता कि दौड़ वही जीतेगा तो कछुआ दौड़ नहीं जीत पाता था। अतः वह पुनः कछुआ को दौड़ के लिए ललकारता है। जिसके लिए कछुआ सहमत हो जाता है। इस बार खरगोश बिना बीच में रुके दौड़कर तय रास्ते को पूरा कर लेता है और काफी अंतर से विजयी होता है।

**द्वितीय सीख :** निरंतर और तेज हमेशा धीमें और स्थिर गति से चलने वाले को हरा देते हैं।

अतः धीमें और स्थिर की नीति अपनाना अच्छा है परंतु तेज और निरंतरता उससे भी अच्छा या बेहतर है। कछुए को इस बात का अहसास होता है कि इस तरह वह कभी भी दौड़ को नहीं जीत सकता और निराश हुए कुछ देर चिंतन करने के बाद पुनः दूसरे मार्ग पर खरगोश से दौड़ की प्रतियोगिता के लिए ललकारता है जिसके लिए बिना-विचारे खरगोश तैयार हो जाता है। दौड़ प्रारंभ होते ही खरगोश अपनी तेज चाल से लक्ष्य की प्राप्ति के लिए बिना रुके नदी के किनारे तक शीघ्र ही पहुंच जाता है परंतु दौड़ समाप्ति की अंतिम सीमा नदी के उस पार कुछ किलोमीटर दूर थी। खरगोश सोच और मुश्किल में पड़ गया। इसी बीच कछुआ अपनी गति से चलता हुआ नदी के किनारे पहुंचकर पानी में तैरता हुआ दूसरे छोर से चलकर दौड़ समाप्ति की सीमा तक खरगोश के पहले पहुंच गया और प्रतियोगिता जीत जाता है।

**तृतीय सीख :** पहले अपने मुख्यतः प्रतिद्वंदी को पहचानो और अपनी कुशल निपुणतानुसार प्रदर्शन क्षेत्र को चुनो।

अपनी कुशलता और सामर्थ्यों से आपको न केवल पहचान मिलेगी अपितु आप आगे की उन्नति और विकास के लिए भी मार्ग प्रशस्त करोगे।

यह कहानी आगे बढ़ती है और इस दौरान खरगोश व कछुआ अच्छे दोस्त बन जाते हैं और दोनों साथ मिलकर कुछ करना चाहते हैं। इसीलिए इस दौड़ की प्रतियोगिता में समूह के रूप में भाग लेना चाहते हैं। वे दौड़ प्रारंभ करते हैं पहले खरगोश कछुआ को लेकर नदी के किनारे तक पहुंचता है बाद में कछुआ खरगोश को पीठ पर बैठाकर नदी पार करता है और नदी के दूसरे छोर पुनः खरगोश कछुआ को लेकर दौड़ की अंतिम सीमा तक पहुंच जाता है। इस प्रकार उन दोनों को प्रसन्नता, संतुष्टि और सफलता का अहसास होता है।

**चौथी सीख :** यह अच्छा है कि प्रत्येक स्वयं प्रेरणा ले और अपनी क्षमता मजबूत कर निपुण भी हो परंतु समूह में कार्य करते हुए दूसरे की क्षमता और निपुणता का उपयोग करे नहीं तो आप का प्रदर्शन बेहतर नहीं रहेगा। क्योंकि कुछ परिस्थितियों में आप दूसरों से अच्छा प्रदर्शन नहीं कर पाएंगे।

टीम का काम मुख्यतः स्थिति जन्य नेतृत्व के बारे में है जिसे व्यक्ति को किसी भी स्थिति में मुख्य योग्यता के साथ लेना पड़ता है। यहां यह उल्लेखनीय है कि हारने के बाद भी खरगोश और कछुआ ने हार नहीं मानी और फिर से दौड़ जीतने के लिए प्रयत्नशील रहे।

**पांचवी सीख :** कछुए ने परिस्थिति को देखते हुए अपनी रणनीति बदल दी क्योंकि उसे अपनी कमजोरी और खरगोश की शक्ति का भान था। कुछ समय बाद कभी-कभी परिस्थिति और प्रतिद्वंदी के अनुसार हमें अपनी नीति बदल देनी चाहिए और दूसरे तरीके से लक्ष्य प्राप्ति का प्रयत्न करना चाहिए।

**छठी सीख :** जब हम प्रतिद्वंदी से प्रतिस्पर्धा न करके परिस्थिति के विरुद्ध प्रतिस्पर्धा करते हैं तो हमारा प्रदर्शन बेहतर होता है।





## बड़ा अधिकारी

एकता गिरि

कनिष्ठ अनुवादक  
भारतीय खान ब्यूरो  
पूर्वांचल कार्यालय, कोलकाता

शाम के साढ़े पाँच बजने वाले थे फिर भी कार्यालय के सभी कर्मचारी एवं अधिकारी कार्यालय के मुख्य द्वार पर खड़े एक बड़े अधिकारी की प्रतीक्षा कर रहे थे। और दिन होता तो सभी कर्मों अपने - अपने लंबित कार्यों को व्यवस्थित कर घर निकलने की तैयारी में होते, किन्तु आज कार्यालय में चहुँ ओर अफरा - तफरी का माहौल था। वजह, कार्यालय में एक बड़े अधिकारी को अपना पदभार संभालना था। उस नये नियुक्त अधिकारी का पद इतना बड़ा था कि वह अपने पद पर विराजते ही सभी कर्मचारियों, अधिकारियों का प्रमुख बनने वाला था इसलिए सभी कर्मों आज अत्यंत प्रसन्न थे क्योंकि अब तक जिन मसलों के लिए सुदूर स्थित मुख्यालय का मुँह ताकना पड़ता था, वे सभी मसले उस बड़े अधिकारी के पदभार संभालते ही अपने कार्यालय में ही सुलझने वाले थे अतः कार्यालय में सभी कर्मियों के चेहरे पर प्रसन्नता के साथ - साथ सुकून के भाव भी आसानी से देखे जा सकते थे। उन्हें ऐसा प्रतीत होता था मानो, लम्बे समय से उजड़े बाग को एक बागवान मिलने वाला है जो उस उजड़े बाग को फिर से हरा - भरा कर देगा !

बड़े अधिकारी को एयरपोर्ट से कार्यालय लाने के लिए कार्यालय की गाड़ी काफी देर पहले ही एयरपोर्ट की ओर रवाना हो चुकी थी और अब तो ड्राइवर का फोन भी आ गया था, 'बस कुछ मिनटों में कार्यालय पहुँचने वाले हैं।'

सभी कर्मियों के साथ मुस्तैदी से खड़े शुक्ला जी हाथ में फूलों का गुलदस्ता लिये कभी मुख्य द्वार की ओर देख रहे थे तो कभी अपनी कलाई में बंधी घड़ी की ओर। समय जैसे - जैसे बीतता जा रहा था उनके माथे पर चिंता की लकीरें भी उभरती जा रही थीं। आज उनकी एकमात्र बेटी का जन्मदिन जो था। सुबह ही पत्नी ने कह दिया था, 'शाम को ऑफिस से जरा जल्दी आ जाना, घर पर कुछ मेहमानों को बुलाया है, आप आओगे, तभी केक कटेगा' और शुक्ला जी की पाँच वर्षीय बेटी तो उनके पैरों से लिपट कर बोली थी,

'पापा आज जल्दी नहीं आये तो देख लेना, मैं आपसे कभी बात नहीं करूंगी।'

अब शुक्ला जी इसी असमंजस में थे, 'बड़े अधिकारी अभी आये नहीं और देर होती जा रही है। घर देर से पहुँचने पर बेटी और पत्नी को क्या जवाब दूँगा !'

खैर इंतजार की घड़ियां खत्म हुईं और कार्यालय की गाड़ी मुख्य द्वार से होती हुई प्रवेश द्वार पर आकर रुक गई।

गाड़ी का पिछला दरवाजा खुला और उसमें से बेहद सामान्य कद काठी का एक व्यक्ति बाहर निकला। उम्र यही कोई पचास साल, और चेहरे पर कोई भाव नहीं। यही बड़े अधिकारी थे।

शुक्ला जी ने आगे बढ़कर अभिवादन में अपना सिर झुकाया और फिर फूलों का गुलदस्ता आगे कर दिया।

बड़े अधिकारी ने भी अपनी गर्दन जरा सी हिलाई और गुलदस्ता हाथों में थाम कर सामने खड़े कार्यालय के सभी कर्मियों को सरसरी निगाह से देखते हुए आगे बढ़ गये। शुक्ला जी रास्ता दिखाते हुए बड़े अधिकारी को उनके लिए निर्धारित कक्ष तक ले आये।

बाकी अन्य कर्मों प्रवेश द्वार पर खड़े अपनी-अपनी कलाईयों पर बंधी घड़ी देखने लगे।

अब तो पूरे छः बज चुके थे। बड़े अधिकारी ने आकर अपना पदभार भी संभाल लिया था, अब तो सब को अपने घर के लिए निकल जाना चाहिए, अभी वे सोच ही रहे थे कि शुक्ला जी, बड़े अधिकारी के कक्ष से निकल कर बाहर आये और बोले, 'अभी कोई जायेगा नहीं, सभी सभा कक्ष में चलिये, बड़े अधिकारी सबका परिचय जानना चाहते हैं।'

'ये क्या मुसीबत है' गुप्ता जी बोले, 'पूरे छः बज चुके हैं, मेरी ट्रेन छूट जायेगी ! परिचय कल भी तो हो सकता है ! कौन सा ये

आज ही चले जा रहे हैं !

‘मैं क्या करूँ भाई !’ शुक्ला जी ने अपना रोना रोया, ‘मेरी तो बेटी का आज जन्मदिन है ! कहा था, घर जल्दी आने को, मगर छः तो यहीं बज गये, जाने अभी और कितनी देर लगेगी !’

व्यक्तिगत समस्या सभी को थी, मगर फिर भी सभी रुक गये और एक - एक कर सभा कक्ष में बैठ भी गये।

कुछ ही देर में बड़े अधिकारी ने सभा कक्ष में प्रवेश किया और सभी कर्मियों के सामने पड़ी कुर्सी पर विराजमान हो गये।

फिर कर्मियों के परिचय का दौर प्रारम्भ हुआ। एक - एक कर्मी अपनी कुर्सी से उठता, बड़े अधिकारी को अभिवादन करते हुए अपना नाम, पदनाम बताता और फिर पुनः अपनी कुर्सी पर विराजमान हो जाता।

सभी कर्मियों का परिचय सुनने के बाद बड़े अधिकारी ने अपना परिचय देते हुए कहा, ‘मुझे नहीं लगता इस कार्यालय में इतने सारे लोगों की आवश्यकता है ! कार्यालय में जितना काम है उसके लिए पाँच - छः लोग ही बहुत हैं फिर बीस - पच्चीस आदमी किसलिये ! अच्छा होगा अगर आप सभी अपनी - अपनी इच्छा से अन्य शहरों में स्थानान्तरण के लिए आवेदन कर दें वरना मुझे तो नहीं लगता कि इस कार्यालय को खुला रखने की कोई जरूरत है !’

बड़े अधिकारी की बात सुनकर सभी कर्मी सकते में आ गये ! आना भी था ! पच्चीस कर्मियों में से पंद्रह कर्मी तो अगले दो - चार सालों में सेवानिवृत्त होने वाले थे फिर इस समय कार्यालय हमेशा के लिए बंद करने और किसी अन्य शहर में स्थानांतरण - दोनों ही बातें कर्मियों को अचरज में डालने वाली थीं।

खैर, शुक्ला जी साहस बटोरते हुए बोले, ‘सर, अधिकतर लोग तो कुछ सालों में ही सेवानिवृत्त होने वाले हैं, ऐसी स्थिति में स्थानांतरण होने से तो बहुत दिक्कत आ जायेगी और फिर सेवानिवृत्त कर्मचारियों के स्थान पर कोई नई नियुक्ति भी तो नहीं होनी है तो धीरे - धीरे कार्यालय तो वैसे ही छोटा हो कर बंद हो जायेगा !’

‘इतना समय किसके पास है’ बड़े अधिकारी के चेहरे पर आश्चर्य के भाव जितनी तेजी से आये थे, उतनी ही तेजी से गायब

भी हो गये। उन्होंने अत्यंत सहज लहजे में कहा, ‘मैं तो आप सब की भलाई के लिए ही कह रहा था, जिसे जहाँ जाना हो स्वयं ही आवेदन कर दे वरना मुख्यालय से स्थानान्तरित होने पर मैं कुछ नहीं कर पाऊँगा। मुझे तो वैसे ही आप लोग जरूरत से ज्यादा लग रहे हैं !’ कह कर बड़े अधिकारी अपनी कुर्सी से उठ गये और उनके साथ - साथ अन्य कर्मी भी।

सभा कक्ष से अपने कक्ष की ओर जाते समय बड़े अधिकारी ने शुक्ला जी को इशारे से अपने पास बुलाया और बोले, ‘मेरे पद के हिसाब से यह कक्ष जरा छोटा है। मुझे इससे बड़ा कमरा चाहिए और हाँ कल के बाद से ही मैं एक सप्ताह की छुट्टी ले रहा हूँ, वापस आऊँ तो मेरा कमरा तैयार रहना चाहिए ! पुराने पर्दे, सोफे, दीवारों का रंग सब बदल दीजिये, मुझे हर कुछ नया चाहिए !’

शुक्ला जी के मन में अभी भी कार्यालय बंद होने की बात घूम रही थी, उनकी इच्छा हुई कह दें, ‘सर जब कार्यालय हमेशा के लिए बंद ही हो रहा है तो इतने खर्च की क्या जरूरत है ! आप को भी तो यहाँ से जाना होगा !’ मगर वे कुछ कह नहीं पाये, केवल हाँ में अपनी गर्दन हिला दी, आखिर बड़े अधिकारी को जवाब कैसे दे सकते थे !

फिर बड़े अधिकारी ने कार्यालय के ड्राईवर को बुलाया और कहा, ‘मुझे अभी किसी अच्छे होटल में लेते चलना और सुबह जरा जल्दी आ जाना, रहने के लिए कमरा ढूँढना है और साथ ही यह शहर भी देखना है !’

ड्राईवर ने भी हाँ में अपनी गर्दन हिला दी।

अब तक साढ़े छः बज चुके थे। हमेशा के लिए कार्यालय बंद होने का डर सभी को सता रहा था।

अंततः धीरे - धीरे सभी ने अपने घर का रास्ता पकड़ा, किन्तु जाने क्यों सभी को ऐसा लग रहा था मानो, बड़ा अधिकारी बहुत अधिक छोटा हो गया हो जिसे दूसरों की तकलीफों से कोई सरोकार नहीं जो केवल अपने ही बारे में सोचता हो।

और शुक्ला जी अब भी इसी उधेड़बुन में थे कि बागवान बाग को सजाने आया है या हमेशा के लिए उजाड़ने !





## जीवन में लक्ष्य का महत्व

सुनील कुमार शर्मा  
उप-खनिज अर्थशास्त्री

जीवन में सफलता अचानक नहीं मिलती, अचानक ही आप अपने सपनों को पूरा नहीं कर सकते, अचानक ही आप अपने पारिवारिक संबंधों को नहीं सुधार सकते, अचानक ही आप अपनी शारीरिक शक्ति को नहीं बढ़ा सकते। इन सब बातों से यह तय है कि अचानक कुछ नहीं होता। किसी भी सफलता के पीछे एक लक्ष्य होना चाहिए। उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए योजना होनी चाहिए। आप कहां जाना चाहते हैं, वहां आप कैसे पहुंचेंगे, आपको कौनसा रास्ता पकड़ना होगा, आपको कितना समय लगेगा और आपको उसके लिए कितनी मेहनत करनी पड़ेगी, यह सब लक्ष्य निर्धारण के समय पता होनी चाहिए।

पानी हमेशा नीचे की तरफ बहता है, लेकिन मजबूत पेड़ हमेशा ऊपर की तरफ बढ़ता है। इसी प्रकार मनुष्य भी हमेशा ऊपर की ओर उठना चाहता है। वह अपना लक्ष्य भी उसी प्रकार निर्धारित करता है। यदि जीवन में लक्ष्य नहीं हो तो स्थिति उस लिफाफे की तरह है जिस पर कोई पता नहीं लिखा हो। ऐसी स्थिति नदी में बहते हुए उस टूटे पेड़ की टहनी की तरह होती है, जो उस तरफ जा रही है, जिस तरफ पानी का बहाव होता है। मतलब नीचे की तरफ और अंत में वह कहां पहुंचती है वहां, जहां नदी उसको ले जाती है, पता नहीं उसको कभी किनारा मिलेगा भी या नहीं और मिलेगा भी तो क्या पता वो किनारा कैसा होगा। इसलिए जीवन में लक्ष्य का होना आवश्यक है। बिना लक्ष्य के हम बहुत जल्दी अपनी एकाग्रता खो बैठते हैं। लक्ष्य निर्धारण में हमें लक्ष्य के साथ वहां तक पहुंचने की योजना भी निर्धारित करनी होगी जैसे लक्ष्य को किस प्रकार प्राप्त किया जाएगा, उसमें कितनी मेहनत और

समय लगेगा और किस स्थिति में लक्ष्य पूरा होगा।

समय हमेशा चलता रहता है, जिंदगी आगे बढ़ती रहती है और इसी के साथ हमारे लक्ष्य भी बदलते रहते हैं, किंतु बात जो सबसे महत्वपूर्ण है कि लक्ष्य पूर्ण होने के बाद नया लक्ष्य निर्धारित करना और लक्ष्य पूरा नहीं होने पर लक्ष्य बदलना दोनों में जमीन आसमान का अंतर है। यदि आप अपने जीवन में केवल लक्ष्य बदलते जा रहे हैं बिना किसी लक्ष्य की प्राप्ति के तो समझ लो कि जिंदगी आपको अपने साथ बहा कर ले जा रही है और यदि लक्ष्य पूरा होने के बाद नया लक्ष्य निर्धारित कर रहे हैं तो आप जिंदगी को अपने हिसाब से चला रहे हैं। अतः जीवन में कोई न कोई लक्ष्य का होना अत्यंत आवश्यक है और जब आप उस लक्ष्य को प्राप्त करते हैं तो आपको सफलता की अनुभूति होती है। आपका आत्म-विश्वास बढ़ता है। इसके विपरीत बिना लक्ष्य के जीवन रूपी नदी आपको किस दिशा में बहा कर ले जाएगी, यह कोई नहीं बता सकता, स्वयं आप भी नहीं।



**बाधाएं वो चीज़ें होती हैं जिन्हें आप  
तब देखते हो जब आप अपनी  
नज़र लक्ष्य से हटा लेते हो।**





## संत चोखामेला

श्री प्रवीण गजभिष्ट

उच्च श्रेणी लिपिक लेखा अनुभाग  
भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

संत चोखामेला एक महान मराठी संत थे जिन्होंने कई अभंग लिखे, जिनमें से कुछ प्रकृति में आत्म कथात्मक हैं। वह भारत के पहले दलित संतों में से एक थे। उनकी पत्नी, सोयराबाई एक संत कवयित्री भी थीं जो महार जाति (आज के नव बुद्ध) से संबंधित थीं। उन्होंने कई छंद लिखे थे, जिनमें से केवल चौंसठ ही वर्तमान में जाने जाते हैं। उनका जन्म 13 वीं शताब्दी में हुआ था। महाराष्ट्र में 13वीं शताब्दी में जन्में 14 संतों में से एक संत चोखामेला थे। वह उन दिनों में भारत में अछूत माने जाने वाले महार जाति के थे (आज के नव बुद्ध)। उनका जन्म बुलढाणा जिले के एक गांव मेहनाराजा में हुआ था। वह महाराष्ट्र के पंढरपुर के पास मंगलवेदा नामक स्थान पर रहते थे। उनके जीवन के बारे में विवरण ऐतिहासिक रूप से उपलब्ध नहीं हैं। उपलब्ध विवरणों को संत महीपति के लेखन से एकत्र किया गया है, जिन्होंने चोखामेला और उनके अभंगों (भक्ति भजन) और उनके अन्य करीबी संतों के अभंगों के अलावा उनके करीबी रिश्तेदारों के बारे में दंतकथा से विवरण एकत्रित किया है।

संत चोखामेला अपनी पत्नी सोयराबाई और बेटे कर्ममेला के साथ मंगलवेदा में रहते थे। संत चोखामेला को अछूत समुदाय के सदस्य होने के कारण वे गांव से बाहर एक अलग बस्ती में रहते थे। लेकिन उनका अन्य संतों के साथ घनिष्ठ संबंध था। उनके परिवार के सदस्य वारकरी पंथ का पालन किया करते थे और उनकी पत्नी तथा बेटे ने वारकरी परंपरा का पालन किया था। उनकी बहन निर्मला और उनके पति बांका जो उनकी पत्नी सोयराबाई के भाई थे वे भी वारकरी पंथ के सदस्य थे।

चोखामेला अपनी पत्नी सोयराबाई के साथ पूजा और उत्सव में शामिल होने के लिए 'एकादशी' के दिन पंढरपुर जाया करते थे। लेकिन दलित होने के कारण उन्हें मंदिरों में प्रवेश करने या किसी उत्सव में शामिल होने की अनुमति नहीं थी, इसलिए वे मंदिर से कुछ दूरी पर खड़े होकर भगवान को देखते थे। पंढरपुर में ऐसे ही एक अवसर पर, चोखोबा और सोयाराबाई ने एक व्यक्ति को अपने हाथों में एक वीना लिए सफेद कपड़े में कीर्तन करते हुए देखा। वह और कोई नहीं महान संत नामदेव जी थे। कीर्तन समाप्त होने के बाद, सभी लोगों ने कृतज्ञता दिखाने के लिए संत नामदेव जी के पैर छूने शुरू कर दिए। लेकिन चोखामेला और सोयराबाई कुछ दूरी पर ही खड़े रहे क्योंकि वे जानते थे कि वे दलित होने के कारण, लोग उन्हें संत नामदेव जी के पैर नहीं छूने देंगे। संत नामदेवजी को इसका अहसास हुआ तभी उन्होंने चोखामेला को करीब आने को कहा। उन्होंने चोखा को बताया कि 'भगवान कभी भी उच्च जाति या निम्न जाति, अमीर या गरीब, शिक्षित या अशिक्षित होने के कारण अपने बच्चों को अलग नहीं करते हैं। यह शुद्ध प्रेम और भक्ति है जो एक भक्त को एक साधारण व्यक्ति होने के बावजूद परमेश्वर से एक करती है। यह सुनकर वे संत नामदेव जी के सामने झुक गए। संत नामदेव जी ने चोखा के सिर पर हाथ रखा और 3 बार भगवान पांडुरंग (पंढरपुर के भगवान विठ्ठल) के नाम का उच्चारण किया। उन्होंने चोखा को भगवान पांडुरंग के नाम का निरंतर जाप करने के लिए कहा। ऐसा करने से वह प्रभु से मिल सकेंगे और संसार में सभी दुःखों और सुखों सांसारिक जीवन के पार जा सकेंगे। इस प्रकार उन्हें संत नामदेव जी द्वारा भक्ति पंथ में

दीक्षा दी गई। चोखामेला जी पंढरपुर चले गए। वह नामदेव जी की शिक्षाओं से प्रभावित हुए और महान संत के शिष्य बन गए। इसके बाद, चोखामेला जी का जीवन पूरी तरह से बदल गया। भगवान विठोबा की भक्ति उनके जीवन में लक्ष्य बन गई। अशिक्षित होने के बावजूद उन्होंने भगवान विठोबा पर अभंगों की रचना की और अपने जीवन में आए अनुभवों को उन्हें अभंगों में विषद किया। बाद में वह पंढरपुर में आकर रहने लगे। दलित होने के कारण, उन्हें ऊंची जाति के लोगों द्वारा मंदिर में प्रवेश करने की अनुमति नहीं थी; उन्हें मंदिर के मुख्य द्वार तक भी नहीं आने दिया जाता। इसलिए उन्होंने पंढरपुर से परे चंद्रभागा नदी के दूसरी ओर एक झोपड़ी बनाई और वहीं रहने लगे। जब वे पंढरपुर में रहते थे तब चोखामेलाजी का साला बांका चोखामेलाजी का शिष्य बन गया। चोखामेलाजी, बांका, उनका बेटा कर्ममेला, पत्नी सोयरा और बहन निर्मला सहित पूरा परिवार विठ्ठल के भक्त बन गये। यहां तक कि एक लोकप्रिय लोककथा भी है कि जब उनकी पत्नी गर्भवती थी, तो भगवान विठ्ठल जो उनकी भाभी के रूप में उनके पास आए और उनकी देखभाल की और उनके डिलीवरी के दौरान उनकी दाई बन गई। उनका पुत्र कर्ममेला भी संत बन गया। सोयराबाई, कर्ममेला, बहनोई बांका और बहन निर्मला द्वारा रचित कुछ सुंदर अभंग हैं। चोखामेला सर्वोच्च क्रम के संत थे। वह ईश्वर को सभी में और हर चीज में मौजूद मानते थे। वह स्वयं को भगवान विठ्ठल का सेवक मानते थे।

तेरहवीं शताब्दी में ही संत ज्ञानेश्वरजी ने मराठी में ज्ञानेश्वरी लिखी, जो गीता का मराठी में अनुवाद है, जो तेरहवीं शताब्दी में आध्यात्मिकता को जन-जन तक पहुंचाने का मुख्य कारण बनी। यहां एक बात का जिक्र करना चाहता हूं कि उस वक्त के माहर समुदाय को तत्कालीन संतों ने काफी महत्व दिया फिर वह संत ज्ञानेश्वरजी हो या फिर संत एकनाथजी हो या फिर संत तुकारामजी हो सभी संतों ने महार जाति के समूहों के बारे में बखान किया है क्योंकि महार जाति के लोग वैसे ही बहुत शूरवीर होते थे तथा उनमें काफी

सूझबूझ हुआ करती थी, जब किसी संत को लोग सताया करते थे उस समय माहर जाति के लोग उनकी रक्षा करते थे। संत चोखामेलाजी ने अपने एक अभंग में गाया कि 'तूफान आएँ और सब साफ़ हो जाए' जिसे गाँव के दूत (महार) कर सकते हैं। इसलिए, उन्होंने वारकरी संप्रदाय में पाई जाने वाली आध्यात्मिक भक्ति को अपने उपेक्षित भाइयों के आध्यात्मिक उत्थान के लिए अपनाए की वकालत की। संत ज्ञानेश्वरजी सहित सभी संतों ने ईमानदारी से महसूस किया कि समाज के प्रत्येक व्यक्ति, जिसमें सबसे निचले वर्ग के लोग शामिल हैं, को अपनी आत्मा को आध्यात्मिक रूप से विकसित करने का अवसर मिलना चाहिए। संत चोखामेलाजी ने अपने अभंगों के माध्यम से भक्ति मार्ग का उपयोग करते हुए आध्यात्मिकता किस प्रकार से प्राप्त कर सकते हैं यह जनता को दिखाया। संत चोखामेलाजी हमेशा अपने उपेक्षित और दलित भाइयों की प्रगति के बारे में चिंतित रहते थे। उन्होंने अपनी रचनाओं के माध्यम से और भक्ति मार्ग के माध्यम से सामाजिक सुधार का प्रयास किया और समाज में सभी को समान अधिकार देने, लोगों के बीच असमानता को कम करने और विभिन्न वर्गों के बीच संघर्ष को खत्म करने की आवश्यकता पर जोर दिया। जबकि यह प्रतीत होता है कि उनकी रचनाएँ संस्कृति, धीरज, प्रभु के प्रति गहरी निष्ठा और स्वयं के प्रति निष्ठा और उनकी आंतरिक पीड़ा की भावना को प्रदर्शित करती हैं। उन्होंने प्रभु से एक प्रश्न किया कि क्यों समाज उन्हें इस कदर पीड़ा देता है, जब कि भगवान के आगे सब समान है तो फिर क्यों इस तरह का लोग भेदभाव करते हैं। वे आगे कहते हैं कि क्या इस स्थिति के साथ प्रभु की सेवा संभव हो सकती है। इस तरह वे प्रभु को सवाल में घेरा करते थे। उनकी रचनाएँ उस दुःख, उपेक्षा और मानसिक यातना को प्रकट करती हैं जो उन्हें झेलनी पड़ी थीं। कुछ अभंगों में, उन्होंने उल्लेख किया था कि कुछ लोग निम्न जाति में जन्म लेकर जन्म से ही अभागे होते हैं। उन्होंने सवाल उठाया कि क्या ऐसे व्यक्ति को जीवन भर अभागा बने रहना चाहिए और उन्होंने यह भी पूछा कि कौन अशुद्ध है और कौन शुद्ध है।



उनकी रचनाएँ उनकी भावनाओं की गहराई के साथ-साथ साहित्यिक प्रतिभा को भी प्रकट करती हैं। चोखामेलाजी रोज विठोबा (भगवान विठ्ठल) के नाम का जाप करते थे और मंदिर के परिसर को रोज साफ किया करते थे। हालांकि, महार जाति में जन्म के कारण उन्हें मंदिर में प्रवेश करने की अनुमति नहीं थी। उनका अभ्यस्त स्थान दहलीज से पहले मंदिर के बाहरी दरवाजों पर था। भगवान की अनुकंपा की तलाश में उनकी कई कविताएँ विनम्रता-पूर्वक बखान करती हैं। चोखामेलाजी के जीवन के बारे में बहुत कम ऐतिहासिक रिकॉर्ड हैं। लेकिन उनके स्वयं के लेखन और उनके समय के अन्य संत-कवियों की रचनाओं में उनके बारे में कई दंत कथाएँ हैं। एक दिन चोखामेलाजी सुबह से लेकर रात्रि के दूसरे प्रहर तक मंदिर के बाहर विठ्ठल की भक्ति में लीन हो गये और उन्होंने प्रण किया के जब तक भगवान उनके समक्ष प्रकट नहीं होते वे भोजन नहीं करेंगे और वे तब तक लगातार भक्ति में रोते रहे जब तक विठोबा उनके सामने प्रकट नहीं हुए, विठ्ठोवा ने उने गले लगाया, उने मंदिर के अंदर ले गए और उनसे बातचीत की। उन्होंने मूर्ति के गले का हार निकाल के चोखामेलाजी को भेंट दे दिया। दूसरे दिन जब मंदिर के पुजारी ने देखा के भगवान के गले का हार नहीं है तो उन्होंने चोखामेलाजी पर चोरी का आरोप लगाया और पुजारी ने उन्हें चंद्रभागा नदी के दूसरे किनारे पर जाकर रहने का आदेश दिया। चोखामेलाजी मजदूरी का कार्य किया करते थे एक बार मंगलवेदा गांव में निचली जाति तथा सवर्ण जाति की बस्तियों के बीच दीवार के निर्माण करने हेतु मजदूरों को मंगलवेदा गांव में लाया गया जिसमें चोखामेला भी थे। दीवार के निर्माण के वक्त अचानक दीवार ढह गयी उसमें चोखामेलाजी की दबने से मौत हो गयी। उस हादसे के कारण संत नामदेवजी को अपने एक महान भक्त की मृत्यु का गहरा शोक हुआ, जब दीवार ढह गई, तो भगवान पांडुरंग संत नामदेवजी के समक्ष प्रकट हुए और उनसे कहा कि चोखोबा की अस्तियां लाएं और उनके मंदिर के सामने समाधि का निर्माण करें क्योंकि चोखोबा की तीव्र इच्छा थी कि उनके शरीर को पांडुरंग मंदिर के सामने दफन किया जाए। भगवान

का आदेश पाकर वे उनके अवशेषों को खोजने के लिए मंगलवेदा गांव गये जब उन्होंने देखा कि कुछ अस्थियों में से विठ्ठल, विठ्ठल, विठ्ठल कि मंद ध्वनि आ रही है तो उन्हें यकीन हो गया कि यह संत चोखामेलाजी की ही अस्थियां हैं। वे वह अस्थियां ले आए तथा पंढरपुर के मुख्य मंदिर के गेट के बाहर सीढ़ियों के नीचे जहाँ चोखा दिन भर खड़े रहा करते थे उन अस्थियों को उन्होंने दफना दिया। चोखा के सम्मान में उस जगह पर एक समाधि बनाई गई है। पंढरपुर में विठोबा मंदिर के मुख्य द्वार के सामने छोटा नीला मंदिर है जो संत चोखामेलाजी की स्मारक (समाधि) है। भगवान विठोबा के दर्शन करने के लिए चढ़ाई करने से पहले सभी भक्त चोखा के मंदिर में जा सकते हैं।

वारकरी समुदाय की परंपरा में चोखा के अभंगों को तीर्थ यात्रियों के सभी समुदायों द्वारा गाया जाता है। संत बांका, उनके बहनोई ने उनके अभंग में संत चोखा के बारे में अपनी भावनाओं को व्यक्त करते हुए कहा कि चोखा पूरी तरह से शुद्ध थे और वह दयालु और पूरी तरह से प्रभु के प्रति समर्पित थे। संत नामदेवजी ने व्यक्त किया कि चोखा अपने कर्तव्य में महान थे और उसकी प्रभु के प्रति पूर्ण श्रद्धा थी और वह एक महान आत्म साक्षात्कारी संत थे। उनका एक मराठी अभंग 'अभिर गुलाल उधडित रंग नथा घरी नाचे माझा सखा पंडुरंग' बहुत प्रसिद्ध है।





## आधुनिक जीवन में योग द्वारा तनाव प्रबंधन

विनय कुमार सक्सेना

वरिष्ठ पुस्तकालय एवं सूचना सहायक  
केंद्रीय पुस्तकालय

आधुनिक जीवन में जीवन शैली के बदलाव के कारण तनाव जीवन का अभिन्न अंग हो गया है। आदिकाल से तनाव मानव जीवन के साथ रहा है, किन्तु प्राकृतिक जीवन में तनाव का प्रबंधन सहज हो जाया करता था परन्तु वर्तमान में प्रकृति से दूरी बढ़ने से तनाव में तेजी से वृद्धि हुई है। वर्तमान में कोई तनाव मापक यंत्र उपलब्ध होता तो समाज में हर व्यक्ति कम या ज्यादा तनाव से ग्रसित दिखाई देता। समाचार पत्रों में आये दिन आत्महत्या के समाचार सिद्ध करते हैं की तनाव अपने उच्च स्तर पर आकर जीवन को समाप्त कर डालता है।

तनाव शारीरिक और मानसिक स्तर पर होने वाली वह दुःखद प्रतिक्रिया है जो अवांछित और असहज परिस्थितियों से उत्पन्न होती है। तनाव की मात्रा इस बात पर निर्भर करती है कि व्यक्ति उस परिस्थिति के प्रति कैसी कैसी प्रतिक्रिया देता है। एक ही परिस्थिति भिन्न-भिन्न व्यक्तियों में तनाव का स्तर भिन्न-भिन्न प्रकट करती है उदाहरणार्थ; नयी नौकरी, विवाह, परीक्षा आदि को कोई व्यक्ति सहज तथा कोई उक्त स्थिति में अत्याधिक असहज तथा तनावयुक्त हो सकता है। वास्तविकता भी यही है कि आधुनिक जीवन शैली के चलते बच्चे से बूढ़े तक तनाव से पीड़ित हैं। सम्प्रति वर्तमान युग को 'तनाव का युग' कहा जा सकता है।

### योग द्वारा तनाव प्रबंधन: प्राचीन से वर्तमान तक

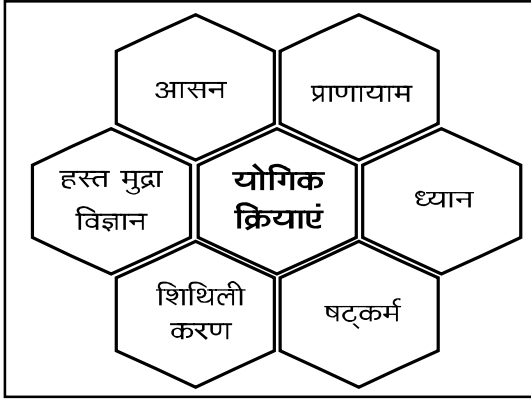
योग में तनाव को भिन्न रूप में देखा जाता है। यौगिक दृष्टि से तनाव को भावनात्मक असंतुलन की एक मानसिक अवस्था के रूप में आँका जाता है। प्राचीन ग्रंथों में जिस मानसिक अस्थिरता का बारम्बार जिक्र किया गया है, वह तनाव का ही एक रूप है। योग के जनक महर्षि पतंजलि ने पीड़ा, अवसाद, शरीर में कम्पन व अनियमित श्वास गति को मानसिक अस्थिरता का रूप माना है। मनोविज्ञान के परम शास्त्र भगवद्गीता का आरंभिक केंद्रित विषय तनाव ही है।

भगवद्गीता के प्रथम अध्याय में जिस तरह अर्जुन का मुख सूखना, शरीर कम्पन, शिथिलता, त्वचा में जलन, खड़े होने में असमर्थता आदि लक्षण उसके अत्याधिक तनाव की अवस्था को दर्शाते हैं। भगवान कृष्ण द्वारा योग की विभिन्न पद्धतियों द्वारा अर्जुन के तनाव का शमन किया जाता है।

वर्तमान में तनाव प्रबंधन हेतु आधुनिक चिकित्सा पद्धति के अतिरिक्त विभिन्न वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति प्रचलन में हैं जैसे; प्रार्थना चिकित्सा, हास्य चिकित्सा, संगीत चिकित्सा, नृत्य चिकित्सा, आहार चिकित्सा, मनोरंजन चिकित्सा, प्राकृतिक चिकित्सा एवं यौगिक चिकित्सा आदि। इनमें कुछ पद्धतियां पारम्परिक हैं तथा सामाजिक जीवन का अभिन्न अंग हैं किन्तु इनमें से आधुनिक जीवन के तनाव पर भी सबसे प्रभावी यौगिक चिकित्सा पद्धति को पाया गया है।

### आधुनिक जीवन में यौगिक उपायों द्वारा तनाव प्रबंधन

आधुनिक चिकित्सा विज्ञान शरीर के अंगों में रोग परीक्षण हेतु विभिन्न तकनीक व उपकरणों का प्रयोग करता है, किन्तु मन का क्षेत्र जिसका तनाव से सीधा सम्बन्ध है उस पर अभी काफी कार्य करना शेष है। मन के रोगों को विश्लेषित करने हेतु आज भी उपकरण व तकनीक का अभाव है। आधुनिक विज्ञान के लिए मानवीय मस्तिष्क आज भी अबूझ पहेली है। वर्तमान चिकित्सा पद्धति के दुष्प्रभावों के चलते वैज्ञानिक वैकल्पिक चिकित्सा की खोज में निकले और यह खोज यात्रा उन्हें प्राचीन चिकित्सा विद्या योग की ओर ले आयी। नित नवीन अनुसंधानों ने सिद्ध कर दिया है कि योग तनाव प्रबंधन व नियंत्रण में दुष्प्रभावों से रहित प्रभावकारी तकनीक है। योग एक चिकित्सा पद्धति ही नहीं अपितु एक पूर्ण जीवन शैली है जो तनाव प्रबंधन में पूर्ण सक्षम है। योग की महत्वपूर्ण यौगिक क्रियाएं जो योग प्रबंधन में प्रभावी हैं इस आरेख में स्पष्ट हैं-



**आसन-** आसन से शरीर में स्थिरता आती है जो शनैः - शनैः मन में उतर जाती जो तनाव को नियंत्रित करने में सहायक है। वे आसन जो तनाव नियंत्रण में प्रभावी हैं वे हैं - ताड़ासन, वृक्षासन, शशकासन, वज्रासन, पद्मासन, भुजंगासन, मकरासन, काष्ठ तक्षण आसन आदि ।

**प्राणायाम-** प्राणायाम द्वारा प्राणों (श्वसन) का नियमन करने से मन स्वतः ही स्थिर व शांत होने लगता है जो तनाव प्रबंधन में अत्यंत महत्वपूर्ण है। तनाव प्रबंधन में सहायक प्राणायाम हैं- नाडी शोधन प्राणायाम, उज्जायी प्राणायाम , अनुलोम- विलोम प्राणायाम , प्राणाकर्षण प्राणायाम, भ्रामरी प्राणायाम आदि।

**ध्यान-** ध्यान शरीर व मन को विश्राम देने का उत्तम साधन है। इसके द्वारा शरीर व मन समत्व की स्थिति में आ जाते हैं जो तनाव प्रबंधन हेतु अत्यंत आवश्यक है। तनाव प्रबंधन में सहायक ध्यान विधियां हैं- विचार दर्शन ध्यान, सोऽहं ध्यान , विपश्यना ध्यान आदि ।

**षट्कर्म-** षट्कर्म को योग में शोधन क्रिया भी कहते हैं यह तनाव को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं , ये छह हैं ; धौति, वस्ति, नेति, नौलि, त्राटक, कपालभाति।

**शिथिलीकरण-** शिथिलीकरण की क्रियाएं तनाव से मुक्ति पाने का एक सहज व प्रभावशाली उपाय है। शरीर व मन को पूरी तरह शांत व हल्का करना शिथिलीकरण क्रियाओं का उद्देश्य है। तनाव प्रबंधन हेतु मुख्य शिथिलीकरण क्रियाएं हैं- योगनिद्रा एवं शवासन।

**हस्त मुद्रा विज्ञान-** हस्त मुद्रा विज्ञान योग शास्त्र का अभिन्न अंग है, यह पंच तत्वों के सिद्धांत पर आधारित है। वर्तमान में जटिल यौगिक क्रिया ना हो सकें तो हस्त मुद्राओं से भी तनाव नियंत्रित किया जा सकता है। तनाव नियंत्रण में सहायक हस्त मुद्राएं हैं- ज्ञान मुद्रा, चिन मुद्रा, क्षेपण मुद्रा, नमस्कार मुद्रा, शक्तिपान मुद्रा, ध्यान मुद्रा, शंख मुद्रा आदि ।

## आधुनिक जीवन में योग द्वारा तनाव प्रबंधन का महत्व

आधुनिक भौतिकतापूर्ण वातावरण में जब तनाव 'खामोश हत्यारे' के रूप में अपनी पैठ बनाये हुए है, ऐसे तनाव के युग में योग एक अमोघ अस्त्र के रूप में मानव सभ्यता को तनाव के दुष्प्रभावों से मुक्त रख सकता है। वर्तमान में तनाव प्रबंधन के महत्व को निम्न बिंदुओं से समझा जा सकता है:

- 1) योग तनाव प्रबंधन की एक सहज प्रक्रिया है।
- 2) योग तनाव की मूल प्रक्रिया पर प्रभाव डालता है।
- 3) योग तनाव के लिए जिम्मेदार नकारात्मकता को समाप्त करता है।
- 4) योग तनाव को नियंत्रित कर समायोजन लाता है।
- 5) योग तनाव मुक्त संवेदनशील समाज निर्माण में सहायक है।
- 6) योग तनाव मुक्त करने की दुष्प्रभाव रहित प्रक्रिया है।
- 7) योग तनाव मुक्त कर व्यक्तित्व विकास में सहायक है।
- 8) मानव जीवन की सम्पूर्णता का सेतु है।
- 9) योग द्वारा तनाव मुक्त मानव जीवन में आध्यात्मिक वृद्धि होती है।
- 10) योग द्वारा तनाव मुक्त समाज सर्वांगीण विकास हेतु अग्रसर होता है।

## सारांश

आधुनिक प्रतिस्पर्धा के युग में जीवन निरंतर तनावग्रस्त होता जा रहा है। समृद्ध सूचना संसाधनों व शोध के उपरान्त भी आधुनिक चिकित्सा विज्ञान तनाव जनित रोगों के निदान में अक्षम है। हृदय रोग, उच्च रक्त चाप , मधुमेह , अनिद्रा , मानसिक रोगादि में निरंतर वृद्धि हो रही है। उक्त सभी रोगों के लिए कोई बैक्टीरिया अथवा वायरस जिम्मेदार नहीं अपितु यह हमारी जीवन शैली से उत्पन्न तनाव की देन है जो मनुष्य को खोखला किये जा रहा है। आधुनिक चिकित्सा शास्त्रियों ने तनाव के बढ़ते हुए प्रभावों को समझा और अपनी जड़ों की ओर देखना शुरू किया तथा 300 ई.पू. महर्षि पतंजलि द्वारा प्रदत्त योग की ओर उनकी दृष्टि पहुँची। योग एक ऐसा विज्ञान जो शरीर व मन दोनों पर समान रूप से प्रभावी है। योग आधुनिक दौर में तनाव प्रबंधन व नियंत्रण में उतना ही प्रासंगिक है जितना वह अपने आरम्भिक काल में था । सम्पूर्ण विश्व ने एकमत से स्वीकार किया है कि वर्तमान में तनाव प्रबंधन में सबसे प्रभावी उपाय यदि कोई है, तो वह है- योग ।





## छात्र जीवन

अभिषेक कुमार, एम.टी.एस.

भारतीय खान ब्यूरो, पूर्वांचल कार्यालय, कोलकाता

21-22 साल की छोटी सी उम्र में गाँव की पगड़ंडियों से उठ कर, एक गठरी में दाल, चावल, आटा बांध कर जब एक लड़का खड़खड़ाती हुई बस में अपने हौसलों की उड़ान के साथ बैठता है तब उसके दिमाग में बत्तियां जलती हैं जो बत्तियां लाल होती हैं या नीली होती हैं और यही सोचते सोचते वह कब पटना पहुंच जाता है उसे पता ही नहीं चलता। फिर यहाँ से शुरू होती है जिंदगी की जट्टोजहद, नौकरी की तलाश।

जब लड़का अपने कमरे में कदम रखता है उस दिन उसकी एक ऐसी साधना शुरू होती है जो वह कभी अकेला नहीं करता है, जब वह फॉर्म भरता है तो उसकी माँ किसी देवी माँ की मनौती मान देती है, उसकी बहन मन ही मन खुश होती है। उसके पिता दस लोगों से इसका जिक्र करते हैं और उसकी परीक्षा जिस दिन रहती है उस दिन माँ व्रत करती है, इस कामना के साथ कि उसका लड़का आने वाले अपने पूरे जीवन भर फाइव स्टार होटल में खायेगा।

राजधानी की चकाचौंध में लड़का कोचिंग करता है, अपने सीनियर, अपने दोस्त, अपने भाई आदि की सलाह भी लेता रहता है। अपनी तैयारी में धार देता हुआ आगे बढ़ता है। कुकर की बजती सीटियों के बीच ही आप को लगभग हर कमरे में विविध भारती पर लता मंगेशकर की आवाज में राष्ट्रगान भी सुनाई देगा।

यहाँ का प्रतियोगी मैनेजमेंट भी बहुत अच्छा सीख लेता है। दस बाई दस के कमरे में, सब कुछ बिल्कुल अपनी जगह रखा मिल जाएगा। अलमारी किताबों से भरी, एक तरफ कुर्सी और मेज, एक तरफ लेटने के लिए चौकी, एक तरफ खाना बनाने के लिए एक मेज, दीवारों पर विश्व के मानचित्र और उसके बगल में लगे स्वामी विवेकानन्द और डॉ कलाम के पोस्टर और दरवाजे के पीछे लगी मुस्कुराती हुई मोनालिशा का बड़ा

सा पोस्टर और कमरे के छज्जे पर रखे रजाई और कंबल। ये सब यहाँ के विद्यार्थी का मैनेजमेंट बताने के लिए पर्याप्त है।

प्रतियोगी यहाँ अपने हर काम का टाइम टेबल बना के अपने स्टडी मेज की दीवार के ऊपर चिपका के रखता है जिसमें यह तक जिक्र होता है कितने बजे अखबार पढ़ना है और कितने बजे सब्जी लेने जाना है।

DBC यहाँ के छात्रों का मुख्य खाना है, DBC यानि दाल, भात, चोखा। कुल मिलाकर यहाँ के प्रतियोगी की जिंदगी कमोबेश एक सिपाही जैसी होती है।

इस तरह तैयारी करते करते 3-4 साल बीत जाते हैं। कुछ साथी चयनित होकर अपने अनुजों का उत्साह बढ़ा के चले जाते हैं। यहाँ मछुआ टोली, भिखना पहाड़ी, महेन्द्र, राजेन्द्र नगर जैसे इलाकों में शाम के वक़्त छात्रों का चाय के दुकान पर संगम लगता है, जहाँ हर जगह से आये छात्र साथ बैठ कर चाय पीते - पीते देश की दशा, दिशा और परीक्षाओं पर भी सार्थक बहस करते हैं। यहाँ के प्रतियोगी को जितना अमेरिका के लोगों को उसके भौगोलिक स्थिति के बारे में नहीं पता होगा उससे ज्यादा इनको पता होता है।

यहाँ का प्रतियोगी जब अपने मेहनत के फावड़े से अपनी बंजर हो चुकी किस्मत पर फावड़ा चलाता है तो सफलता की जो धार फूटती है उसी धार से वह अपने परिवार को, समाज को सींचता है और इसी सफलता के लिए न जाने कितनी आँखें पथरा जाती हैं और प्यासी रह जाती हैं, लेकिन उस प्यास की शिद्दत इतनी बड़ी होती है कि एक अच्छा इंसान जरूर बना देती है।

सौ बार पढ़ी गई किताब को बार-बार पढ़ा जाता है जब याद हो चुकी चीजों को सौ बार दुहराया जाता है फिर भी परीक्षा हॉल में कंप्यूजन हो जाया करता है, उस मनोस्थिति का नाम है यहाँ का विद्यार्थी। जब परीक्षा हॉल के अंतिम बचे कुछ मिनटों में बाथरूम एक सहारा होता है शायद वहा कोई एक दो सवाल बता दे उस मनोस्थिति का नाम है यहाँ का विद्यार्थी। जब खाना बन कर तैयार हो जाये तो उसी समय में दो और दोस्तों का टपक पड़ना और फिर उसी में शेयर कर के खाना इस मनोस्थिति का नाम है यहाँ का विद्यार्थी।

प्रतियोगी का संघर्ष का दौर चलता रहता है, कुछ निराशा होने लगे प्रतियोगियों को तब कोई कन्धा सहारा बन के आ जाता है, जब उसकी निराशा बढ़ने लगती है तो उस कंधे पर होता है रेशमी दुपट्टा। उसके बाद वो उस रेशमी दुपट्टे के आंचल में ऐसा खोता है कि तब उसे आप कहते सुन लेंगे कि वह इसके लिए IAS बन के दिखा देगा। इस तरह शुरू होता है इश्क का दौर, घूमना, टहलना, पढाई का एक से बढ़ कर एक ट्रिंक अपनी गर्ल फ्रेंड को देना, इन सभी चीजों का ये एक दौर चलता है। मुँह पर दुपट्टा बांधा जाता है, हेलमेट भी पहना जाता है फिर भी शाम को कोई मिल जायेगा और बोलेगा, 'अरे यार आज

तुमको हम भौजी के साथ मछुआ टोली में देखे थे" कुछ समय बाद यह भी दौर खत्म हो जाता है। लड़की के घर वाले उसके हाथ पीले कर देते हैं। फिर यह चुटकुला सुनने को मिल जाता है, जब मैं बीएड का फॉर्म लेने दुकान पर गया था तो वो अपने बच्चे को कलम दिला रही थी।

यहाँ तैयारी का फेस भी बदलता रहता है, शुरू में माँ-बाप के लिए IAS बनना चाहता है, उसके बाद गर्ल फ्रेंड के लिए IAS बनना चाहता है और अंत में दुनिया को दिखाने के लिए। वो कहता फिरता है कि मैं दुनिया को दिखा दूंगा कैसे की जाती है तैयारी IAS की, पर जब वो असफल हो जाता है तो लोग उससे बात करना नहीं पसन्द करते, क्योंकि उनकी नजर में वह असफल है, लेकिन यकीन मानिये असफल प्रतियोगी अपनी असफलता को बता सकता है, उसकी कमियों से सीखा जा सकता है, जिससे इतिहास रचा जा सकता है।

वैसे इस शहर में हमने भी पूरे वनवास काटे हैं, यहाँ के तैयारी करने वाले प्रतियोगियों का यही मज़ा है। आप बौद्धिकता से परिपूर्ण हो जाते हैं बेशक सफलता मिले न मिले।





## मजदूर - श्रम शक्ति की महत्वपूर्ण इकाई

प्रशय गजभिष्ट

सहायक खनन अभियंता  
भारतीय खान ब्यूरो, जबलपुर

विश्व में निर्माण, पुनर्निर्माण या कोई भी विकास की प्रक्रिया हो श्रम की आवश्यकता होती है। इस आवश्यकता को श्रमिक, मजदूर पूरा कर विकास प्रक्रिया की महत्वपूर्ण इकाई बनते हैं।

मेरा भारतीय खान ब्यूरो जबलपुर कार्यालय लेबर चौक के पास स्थित है। यहां सुबह से ही चौक पर मजदूर वर्ग इकट्ठा हो जाता है तथा रोजी रोटी के लिए कुछ काम मिल जाए इंतजार करता रहता है। कुछ लोगों को काम मिल जाता है, कुछ मजदूर वापस काम न मिलने के कारण वापस चले जाते हैं। मैंने कुछ दिन पहले लेबर चौक में खड़े एक मजदूर से बातचीत की, वह काफी थका लग रहा था। पसीने से लथपथ हाथ में टिफिन लिए खड़ा था, परेशान भी था, बातचीत में पता चला कि वह अपनी पत्नी के साथ मजदूरी करने 15 किलोमीटर दूर से पैदल आता है। दोनों लेबर चौक में 8:00 बजे तक आ जाते हैं फिर पति पत्नी को जैसा काम मिलता है वह उस जगह काम के लिए चले जाते हैं। शाम को लेबर चौक में मिलते हैं फिर साथ में घर चले जाते हैं। उस दिन वह लेबर चौक में शाम को पहुंच गया और उस मजदूर की पत्नी अभी तक मजदूरी करके नहीं पहुंची थी। उसे चिंता हो रही थी। उस मजदूर के पास ना मोबाइल था ना ही उसकी पत्नी के पास।

मैंने उनसे पूछा, कोई और नंबर हो जहां बात करके पता किया जा सके कि आपकी पत्नी कहां है? तभी एकाएक मजदूर की आंखें व पसीना भरा चेहरा खुशी में बदल गया। सामने चौराहे पर उसकी पत्नी पसीने से लथपथ टिफिन लिए उसकी तरफ आती दिखी। वह मजदूर बोला साहब! मेरी पत्नी आ गई हम चलते हैं नमस्कार।

मेरे मन में उस दिन खयालों का तूफान आ गया। कैसे वह मजदूर दंपति 15 किलोमीटर पैदल आना और जाना करते हैं? 8:00 बजे तक लेबर चौक पहुंच जाते हैं, कब उठते होंगे, कब सोते होंगे, कब खाना बनाते होंगे। इनके पास तो सुविधा भी नहीं है। हम अपने घर की महिला को किसी अनजानी जगह पर नहीं भेज सकते हैं।

इस श्रमिक की महिला कितने खतरों का सामना करते हुए अपने बच्चों और उनकी शिक्षा के लिए मजदूरी करती है।

इतना त्याग बलिदान करने पर भी इन्हें पूरी मजदूरी नहीं मिल पाती, बीमार होने पर चिकित्सा नहीं मिल पाती, पैसों के अभाव में इनके बच्चे पढ़ नहीं पाते हैं। आर्थिक तंगी पीढ़ी दर पीढ़ी चलती रहती है। सरकार ने इन के हित के लिए विभिन्न योजनाएं और कानून बनाए, पर इन लोगों ने मजदूरी के प्रति अपने दृष्टिकोण को नहीं बदला है।

मजदूर की उम्र चाहे कितनी ही बड़ी क्यों ना हो उसका नाम ही लिया जाता है, उस पर अपशब्दों का प्रयोग करते हैं। अगर मजदूर अपने हक की बात करे तो, उसे काम नहीं दिया जाता है। अतः भारतीय समाज को अपनी सोच और दृष्टिकोण बदलना चाहिए। राष्ट्रीय विकास में, अनाज उत्पादन, खनन क्षेत्र और न जाने कितने अनगिनत क्षेत्र हैं, जो पूरी तरह से मजदूरों पर ही निर्भर हैं।

हम किसी से उम्मीद करें उससे ज्यादा अच्छा है कि खुद पहल करें। मजदूरों को पूरा सम्मान दें। उनकी परिस्थितियों को समझें। उन्हें उनके बच्चों को शिक्षित करने के लिए प्रेरित करें।

'मजदूरों को ना करो मजबूर

प्रगति के हैं ये कोहिनूर'



जीवन कोई प्रतियोगिता नहीं है..  
हर कोई अपनी यात्रा पर है..!  
अपने चुनावों, क्षमता, मूल्यों और  
सिद्धांतों के अनुसार जियें...!!



## विश्वास या अंधविश्वास

जी. एस. सोनेकर  
खनिज अधिकारी

**Superstition is the poison for the mind.**

....Joseph Lewis

चिड़िया का बच्चा, घोसले में बड़ा होता है और जब उसके पंख उभर आते हैं, तो वह उड़कर बाहर घूमने निकलता है। वह घोसले के बाहर की दुनिया देखता है, बाहर के नजारे देखता है, नई बातें देखता है तो उसे आनंद मिलता है। उसका घूमने जाना, देखी-अनदेखी बातें उसके लिए कहानी होती है।

कुछ ऐसी ही बात केन्द्रीय कर्मचारी वर्ग की होती है, दफ्तर में काम करने के बाद छुट्टी के दिन उसे बाहर घूमने में एक अलग आनंद मिलता है और ऑफिस के दिनों में कुछ बाहर का काम उसे सौंप दिया तो उसे बहुत खुशी होती है। बाहर की सैर करने में या ऑफिस द्वारा दिया हुआ बाहर गाँव का काम करने में इन कर्मचारियों को एक अलग अनुभव मिलता है। कुछ नई बातें सुनने को और देखने को मिलती है, वह बातें उनके लिए एक नई कहानी बन जाती है।

ऐसी ही एक घटना मेरे साथ घटी, जब मुझे एक राष्ट्रीय कार्य का दायित्व सौंपा गया। वह राष्ट्रीय कर्तव्य था जब हमारे भारतीय खान ब्यूरो के कर्मियों को 1998 में लोकसभा चुनाव का काम सौंपा गया था उस समय मुझे पीठासीन अधिकारी का काम दिया गया था और मेरे साथ तीन पुरुष चुनाव अधिकारी तथा एक महिला चुनाव अधिकारी भी कार्यरत थीं। चुनाव का काम आते ही कुछ कर्मचारियों को पसीना छूट जाता है, किसी की तबीयत खराब होती है और कुछ अपना चुनाव का काम का ऑर्डर निरस्त करने के लिए दौड़ धूप करते हैं। पर मुझे चुनाव का काम करने में बहुत आनंद मिलता है, खुशी मिलती है, क्योंकि तीन दिन ऑफिस

का काम नहीं करना पड़ेगा और कुछ अलग काम करने का भी अवसर मिलता है, दो पैसे की आमदनी भी हो जाती है। पीठासीन अधिकारी का काम करने में अलग पहचान मिलती है और सम्मान भी मिलता है। पहले चुनाव आयोग द्वारा हमें दो दिन चुनाव कैसे कराना है, इसका प्रशिक्षण मिला था और बाद में चुनाव के दो दिन पहले हमें चुनाव साहित्य लेकर बस में बैठकर उस गाँव के मतदान केन्द्र की ओर प्रस्थान करवाया जाता था।

उस समय मुझे और मेरे साथियों को कुचाडी और मोहाड़ी यह दो गाँवों का लोकसभा चुनाव का मतदान लेने का काम सौंपा गया था। यह दोनों गाँव नागपुर-कामठी मतदान क्षेत्र में आते थे। पहले तो हमें दो दिन चुनाव प्रशिक्षण मिला और बाद में जाने के दो दिन पहले मतदान साहित्य लेकर बस द्वारा उस कुचाडी गाँव में पहुँचा दिया गया। जैसे ही हम बस से नीचे उतरे और उस गाँव के मतदान केन्द्र यानी स्कूल की तरफ जा रहे थे तभी गाँव के सरपंच, पोलिस पाटील और गाँव के लोगों ने हमारा स्वागत किया, आवभगत की, मदद की और चाय भी पिलायी। हमने चुनाव साहित्य स्कूल के कमरे में रखा स्कूल/पाठशाला गाँव के बाहर थी और उसके सामने छोटा मैदान था। दोनों ओर बड़े इमली के पेड़ थे और स्कूल के पीछे मिरची के खेत थे पर उस समय ग्रीष्म ऋतु होने के कारण मिरची के पौधे नहीं लगे थे। हम कुर्सी पर बैठे थे। जो गाँव के लोग हमारे पास आये थे, उनको हमने बताया कि हम आपके गाँव में चुनाव करवाने आये हैं। गाँव के लोग बात करने में माहिर थे। उन्होंने मीठी मीठी बातें कीं। रात को खाना खाने के बाद हमने स्कूल मैदान में दरियाँ बिछाई, बाहर लाईट लगाया और वहाँ बैठकर मैंने मतपत्रिका पर हस्ताक्षर करने का कार्य किया और बाकी साथियों ने लिफाफे में फार्म भरना

तथा उसमें जानकारी भरने का काम किया। काम करते करते रात के ग्यारह बजे थे, हमने काम बंद किया और कमरे में चुनावी दस्तावेज हमने रखा तथा उसे ताला लगाया और दरी पर लेटे तभी करीब सवा ग्यारह बजे एक जीप आयी, उनमें से दो युवक उतरे और हमारे पास आये, उन्होंने हमसे कहा हमें बूथ लगाना है, कहाँ लगायेंगे, हमें बताओ। मैंने कहा सौ मीटर के बाहर कहीं भी लगाओ। वे दोनों अपनी जीप लेकर चले गये। तुरंत उसके दस मिनट बाद एक कार आयी, वह कार दूर खड़ी थी। कार के अंदर बैठे लोगों ने हमें देखा और बाद में वे चले गये, और दूसरे दिन सुबह चिड़ियों की चहक सुनकर नींद खुली। हम चारों उठे, चाय, नहाना, चुनाव का काम आदि किया और सुबह दस बजे खाना खाया। शाम को 7 बजे स्कूल/पाठशाला के चारों ओर टहले, स्कूल के पास के खेत में एक आम का पेड़ दिखा, वहाँ आम लगे थे, हमारे साथियों में से ही किसी ने पत्थर पेड़ पर मारा, तुरंत वहाँ से एक बूढ़ा किसान चिल्लाकर हमारी ओर आया और हमसे कहा आपने पत्थर क्यों मारा? हमने कहा हम आपके गांव का चुनाव का काम करने आये हैं और उस स्कूल में रुके हैं। अभी हमें रात को खाना खाना है इसलिए एक दो आम चाहिए। उस बूढ़े किसान ने कहा ऐसी बात है? आम खाना है, तो लो आम। मैंने मन में सोचा, हमने एक - दो आम मांगे तो बूढ़े किसान ने दस आम दिये, सही गरीब किसान भी दानवीर होते हैं, बाद में रात को 9 बजे हमने खाना खाया। बाद में चुनाव केन्द्र की सजावट की, लगभग पूरा काम हमने किया। बाद में स्कूल के आंगन में चादर बिछाई, उस पर जैसे ही हम लेटे तो लोमडियों की आवाज सुनी। मैंने साथियों से कहा अपने आसपास जंगल हो सकता है। रात में जंगली जानवरों की आवाज सुनने को मिल सकती है। अपने शहर में तो इस तरह की आवाज कभी सुनने को ही नहीं मिलती। हमारी बातें चल रही थी, चर्चा हो रही थी, तभी मेरे एक साथी चुनाव अधिकारी नं. 2 ने कहा साहब, मैं कल रात को लगभग डेढ़-दो बजे स्कूल के पीछे लघुशंका के लिए अंधेरे में जा रहा था, तभी भूत देखा। वह भूत स्कूल के पीछे से आगे निकला और उस मकान की ओर जा रहा था। जब मैंने उसको देखा तो वह रुक गया और मेरी

तरफ देखा वह सफेद सफेद था, आँखें लाल थी, वह 13-14 साल के बच्चे की तरह दिख रहा था। मैं डर गया और उस इमली के पीछे छुप गया और तुरंत लौटकर चादर पर सो गया। मैंने चुनाव अधिकारी नं. 2 से कहा यह झूठ है, भूत होता ही नहीं, वह सफेद धुआं होगा इस पर चुनाव अधिकारी बोले साहब, मैं भी भूतों में विश्वास नहीं करता, भूत होने की कल्पना भी नहीं करता, पर कल रात को मैंने जो देखा वह भूत ही था। यह गांव ठीक नहीं लगता, यहाँ तो रात को भूत घूमते हैं। उस समय मुझे प्रसिद्ध लेखक जोसेफ लेविस की कही हुई पंक्तियाँ याद आयी, उन्होंने सही कहा था 'अंधविश्वास मन के लिए जहर है'। मैंने सब साथियों को कहा - अब सो जाओ, डर की बात मत करो। वह चुनाव अधिकारी बोला मुझे डर लगता है, मैं आपके बीच में सोता हूँ। सब सो गये। मैं सबके किनारे लेटा था, भूत की बातों के कारण नींद नहीं आ रही थी, मन भूत के बारे में सोच रहा था। उस समय मुझे भगवान महावीर की कही हुयी पंक्तियाँ याद आयी। उन्होंने कहा था 'आदमी यह अपने विचारों से बना हुआ जानवर है, वह जैसा सोचता है, वैसा वह बनता है'। मेरे मन में उस समय भूत को देखने की बहुत इच्छा हो रही थी। रात के दो बज चुके थे मेरी आँखें स्कूल के पीछे के काले अंधेरे में और इमली के पेड़ पर भूत को खोज रही थी। आजू बाजू के अंधेरे में, कुछ सफेद सफेद दिखता है क्या इसके बारे में सोच रहा था। पर फिर भी भूत नहीं दिखा, मैं कब सो गया मुझे मालूम नहीं चला, पर सबेरे मेरे साथियों ने आवाज दी, साहब उठो पाँच बज गये। चुनाव सात बजे चालू करना है। मेरी आँखों में नींद थी, फिर भी मैं उठ गया और कहा सभी आधे घंटे में तैयार हो जाओ। मैं मंजन कर रहा था, तब चुनाव अधिकारी नं. 3 ने आवाज दी, साहब स्नान कर लो, बाल्टी में पानी रखा है। मैं तुरंत स्नान करके तैयार हो गया। मतदान चालू करने की तैयारी हो रही थी, तभी लगभग सात बजने को 15 मिनट बाकी थे, तो गाँव के तीन - चार किसान भाई मतदान केन्द्र पर आ गये, और बोले हमें मतदान करना है। मैंने कहा, मतदान ठीक सात बजे चालू होगा, रुक जाओ। इतने में हमारे टीम की महिला चुनाव अधिकारी आ गई, वह उसी स्कूल की शिक्षिका



थीं । हमने चुनाव बराबर सात बजे शुरू किया । मतदान धीरे-धीरे चल रहा था । बीच बीच में हम नाश्ता कर रहे थे, लस्सी पी रहे थे, चाय भी पी रहे थे । उस समय मैंने यह देखा कि गाँव में सबेरे मतदान करने के लिए केवल पुरुष ही आते हैं, क्योंकि वह खेत में काम करने जाते हैं । पर महिलाओं को घर में काम करना पड़ता है इसलिए वे मतदान करने नहीं आयीं । पर लगभग ग्यारह-साढ़े ग्यारह बजे दोनों गाँवों की महिलाएँ मतदान करने धीरे-धीरे आने लगीं ।

मतदान शांति से चल रहा था तभी दोपहर 1 बजे, 8-9 महिलाएँ एक साथ मतदान करने आयीं, उन महिलाओं ने जैसे ही अपना पहचान कार्ड दिखाया तभी चुनाव अधिकारी नं. 2 ने महिला मतदान अधिकारी से कहा मैडम रात को मैंने आपके इस स्कूल के पीछे भूत को देखा, पर मैडम ने उन्हें कहा, अजी भूत की बात अभी मत करो, गाँव वाले सुनेंगे तो स्कूल में बच्चों को नहीं भेजेंगे । तभी वह सुनाई हुई, कही हुई बातें, इन मतदान करने आयी महिलाओं ने सुनी थी । उनमें से एक महिला मतदाता बोली 'अजी साहब, भूत की बात सही है, हमारे गाँव का, करीब 13-14 साल का लड़का, वो देखो पाँचवा मकान, पीले रंग का, वहाँ रहता था, कुछ महीने पहले अकस्मात मर गया और वह उसका ही भूत बन गया और वह गाँव में रात को घूमते रहता है । बाद में एक और मतदान करने आयी महिला तुरंत बोली 'अजी साहब, कल पूर्णिमा थी और पूर्णिमा की रात को भूत की सवारी निकलती है । इसलिए कल वह भूत, आपको दिखायी दिया । कुछ क्षण बाद तीसरी महिला मतदाता बोली, हर दो - तीन महीनों में उस लड़के का भूत, गाँव में रात को दिखाई देता है और मैंने भी उस भूत को देखा है ।

इन महिलाओं की बातें सुनकर मेरे मन में यह बात आयी, जिसे मैं अंधविश्वास कहता था, उस बात पर यानी भूत की बात पर इन गाँव की महिलाएँ विश्वास करती हैं । शहर के लोग इन बातों को अंधविश्वास ही कहेंगे और गाँव के लोग, भूत की बात पर विश्वास रखते हैं । मेरा मन इन विश्वास और अंधविश्वास के बारे में सोच रहा था । मतदान हमने ठीक पाँच बजे बंद किया, मतदान दस्तावेज को बांधकर, मतदान पेटी को सील करके, बस की राह देख रहे थे तभी यानी रात

साढ़े सात बजे बस आयी । जोनल ऑफीसर ने हमें कहा, अपना सब सामान बस में रखो और मतदान कितना हुआ यह बताओ । मैंने मतदान कितना हुआ यह बताया, बाद में हम सब बस में बैठे, बस गाँव छोड़कर आगे बढ़ी तब भी मैं गाँव की तरफ देख रहा था, मेरी आँखें गाँव के पास फैले रात के अंधेरे में भूत को ढूँढ रही थी । बस डेढ़ घंटे बाद नागपुर शहर में पहुँची । मतदान दस्तावेज हमने उस केन्द्र में जमा किए, मैं घर की ओर निकल पड़ा और देखा शहर में अंधेरा होता ही नहीं है सिर्फ प्रकाश ही प्रकाश होता है, इसलिए मैंने सोचा, विश्वास और अंध विश्वास यह बातें अंधेरा और प्रकाश पर निर्भर हैं । गाँव के लोग मन के अंधेरे में जीते हैं, इसलिए अंध विश्वास के बारे में सोचते हैं, और एक बात गाँव में दिखाई देती है, कि जब एक आदमी बोलता है कि मैंने भूत देखा तो बाकी सारे उस बात पर विश्वास करते हैं और भूत का अस्तित्व ही यह गलत है, झूठ है ऐसा कहने वाला आगे नहीं आता और एक बात यह है कि गाँव - देहात में रहने वाले अधिकतर लोग निरक्षर होने के कारण और ज्ञान-विज्ञान के प्रकाश से दूर रहने के कारण वे ज्यादातर अंधविश्वास से घिरे रहते हैं । उनका रहन-सहन तथा जीवन देहात या गाँव तक ही सीमित होने के कारण, उनके संपर्क और संबंध का क्षेत्र बहुत ही छोटा होता है और वैज्ञानिक तरीके से तर्क विचार करने की क्षमता उनमें कम विकसित होती है ।

उस समय से चल रही विश्वास और अंधविश्वास के विचारों की लड़ाई, जो मेरे साथ घटी, सही थी और सत्य घटना पर आधारित थी, वह घटना अभी भी मुझे याद है, जो अब मेरे लिए एक कहानी बन गयी ।



**एक छोटी सी लड़ाई से हम  
अपना प्यार खत्म कर लेते हैं..!  
इससे तो अच्छा है कि हम प्यार से  
अपनी लड़ाई खत्म कर लें..!!!**



## भूमंडलीकरण और अनुवाद

असीम कुमार

हिंदी अनुवादक

भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

नई सहस्राब्दी के आरंभ के साथ विश्व की राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक परिस्थितियां तेजी से बदली है। विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी के विकास के साथ आज दुनिया भर के लोगों का आपसी सम्पर्क बढ़ा है। ज्ञान के क्षेत्र के अतिरिक्त व्यापार, उद्योग, पर्यटन आदि के क्षेत्र में दुनिया सिमट कर काफी छोटी हो गई है भौगोलिक दूरियां समाप्त हो गई हैं। भूमंडलीकरण की प्रक्रिया का संबंध विश्व भर में फैले विभिन्न आर्थिक कार्यकलापों के एकीकरण, राष्ट्रीय सीमाओं को लांघ कर विकसित हो रहे राजनीतिक और आर्थिक सहयोग से है। राष्ट्रीय अर्थव्यवस्थाओं का यह भूमंडलीय एकीकरण वस्तुओं के उत्पादन, उपभोग एवं व्यापार के क्षेत्र में घटित हो रहा है। भूमंडलीकरण के जमाने में जब मनुष्य एक दूसरे की आवश्यकताओं और उनकी पूर्ति में ज्यादा और निकट का साझेदार हुआ है तब अनुवाद की उपादेयता काफी बढ़ गई है।

विश्व समाज भिन्न-भिन्न राष्ट्रों, भूखंडों, धर्मों, वर्णों और जातियों में विभक्त है। इस विभाजित मानव समुदाय को भावात्मक और भावनात्मक धरातल पर जोड़कर उनके मध्य बनी हुई विषमता की खाई को पाटने में अनुवाद एक सशक्त साधन के रूप में उपलब्ध है। भारत भी आज भाषिक और सांस्कृतिक विखंडन की प्रक्रिया से गुजर रहा है, जिसका एक प्रमुख कारण भूमंडलीकरण की प्रक्रिया से उत्पन्न सामाजिक और सांस्कृतिक मूल्यों का ह्रास है। ऐसी स्थिति में अनुवाद की आवश्यकता भारत को अत्यधिक है।

भूमंडलीकरण की बाजारवादी नीति के कारण आर्थिक विकास काफी तेजी से हो रहा है। आज कहीं भी विदेशी और

स्वदेशी उत्पादों की बिक्री सिर्फ एक भाषा के माध्यम से नहीं की जा सकती है। विज्ञापन का समूचा बाजार अनुवाद पर ही आधारित है। फिल्मों से लेकर उपभोक्ता वस्तु, कृषि, सर्गीफा, घरेलू वस्तु, अनाज, कपड़ा आदि हर जीवनोपयोगी वस्तु के क्रय विक्रय की सारी व्यवस्था आज अनुवाद द्वारा तैयार किए गए विज्ञापनों के द्वारा ही संचालित हो रही है।

संचार क्रांति ने विश्व को 'विश्व ग्राम' में बदल दिया है। टीवी, रेडियो, इंटरनेट, समाचार पत्र, पत्रिकाएं इत्यादि जनसंचार के ये माध्यम हर पल, हर वक्त कार्यरत रहते हैं। विश्व की अनगिनत भाषाओं में यह माध्यम कार्य करते हैं। स्रोत भाषाओं में एकत्रित सामग्री का अनुवाद तत्काल कर उनका प्रसारण किया जाता है। अनुवाद प्रक्रिया को सुगम एवं अत्यधिक गतिशील बनाने के लिए कंप्यूटर के प्रयोग की दिशा में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अनुसंधान हो रहे हैं। आज कंप्यूटर साधित अनुवाद कुछ सीमित प्रकार्यों के लिए किया जा रहा है।

भूमंडलीकरण के दौर में अनुवाद की सबसे अधिक उपादेयता शिक्षा और अनुसंधान के क्षेत्र में है। शिक्षा के क्षेत्र में ज्ञान और विज्ञान की सामग्री का अंतरराष्ट्रीय धरातल पर विश्व के सभी देश और शिक्षण संस्थाएं आपस में आदान-प्रदान करते हैं। यह अनुवाद के माध्यम से ही संभव हो पाता है। इसी तरह पर्यटन, प्रबंधन, प्रशासन और राजनयिक गतिविधियों में तथा अंतरराष्ट्रीय संबंधों को परिपुष्ट करने की प्रक्रिया में अनुवाद की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। अतः आज भूमंडलीकरण के दौर में अनुवाद की उपादेयता बहुआयामी है।



‘हे प्रभु मत रह ग़लतफहमी में’



‘कविता हमारा त्यौहार’

सुरेश अरुण पाटील

सहायक रसायनविद

आधुनिक खनिज प्रसंस्करण प्रभाग

भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

हे प्रभु मत रह ग़लत फहमी में,  
 क्योंकि इंसानियत जिन्दा है हर धड़कते दिल के गलियारों में ‘  
 स्वर्ग से सुंदर था केरल हमारा,  
 सबकी पहली पसंद था केरल हमारा  
 जब होने लगी ऊपर वाले प्रभु को जलन,  
 तो होना ही था केरल का पतन  
 जब लगी प्रभु की नजर,  
 तो होना ही था यह मुसीबत का मंजर  
 ख़्वाब में मेरे बड़ा ही सुनहरा समां था ,  
 हकीकत में तो सारा आशियाना बंजर था  
 सुबह रात से भी भयावह थी,  
 क्योंकि बुरी नजर जो लगी थी  
 दिन का उजाला अमावस से कम न था ,  
 तेज बारिश का आलम तो बुलंदी पर ही था  
 रात तो रात थी ,  
 क्योंकि वह क़यामत की रात थी  
 उजड़ते आशियानों को देख के आंखों के सामने ,  
 डर तो भगवान को भी लग रहा था मन में  
 नहीं थी किसी की पहुंच और पहचान प्रभु के सामने ,  
 तेज बारिश, उजड़ते आशियाने , बहती लाशें थी नम आंखों के सामने  
 ऊपर वालों की मार से बच सका है कौन ,  
 मिल गए सब धूल में, जब तोड़ा उसने मौन  
 मुसीबत आन पड़ी तो ना हिन्दू ना मुस्लिम , सिख, इसाई ,  
 नहीं था कोई मजहब, सब थे भाई भाई  
 कहर बरसाने के बाद भी ऊपरवाला भी देख रहा था ,  
 हर कोई इंसानियत के नाते दौड़ पड़ा था दौड़ पड़ा था  
 ‘केरल’ ने क्या खोया क्या पाया बस इतना ही जाना,  
 मददगारों के हाथ कम ना थे मदद मांगने वाले कम गिरे,  
 मारने वाले तो बहुत थे , बचाने वाले आन पड़े  
 यकी नहीं जूनून है हमारा फिर स्वर्ग से भी सुनहरा होगा केरल  
 हमारा  
 ऊपर वाला भी कितना कहर बरसायेगा ,  
 एक दिन वह भी पछतायेगा  
 इसीलिए ,  
 ‘ हे प्रभु मत रह ग़लतफहमी में ,  
 क्योंकि इंसानियत जिन्दा है हर धड़कते दिल के गलियारों में ‘  
 ❦ ❦ ❦

हिंदी पखवाड़ा नहीं यह त्यौहार है हमारा,  
 न जात न पात यही संप्रदाय है हमारा  
 हर कार्यालय हर दफ़तर मनाता यह त्यौहार है  
 चाहे पखवाड़ा ही क्यों ना हो लगता खुशियों की बौछार हो  
 हर सहकर्मी मनाता यह त्यौहार है लगता है हर एक घर का ही  
 उत्सव है  
 बढ़ चढ़ कर लेते हर सहकर्मी सहभाग विविध प्रतियोगिताओं में  
 हर पल रहती है हिंदी प्रतियोगिताएं हमारे मस्तिष्क में  
 एक सितम्बर लगता है हिंदी पखवाड़े की अगुवाई है  
 चौदह सितम्बर तो लगता है गणपति जी की विदाई है  
 फिर भी मनाते यह उत्सव बड़े शान से  
 क्योंकि हिंदी राजभाषा है उसके सम्मान से  
 हिंदी पखवाड़ा रहता है हर किसी के ध्यान में  
 भूलकर भी कोई न भूलता कार्यालय आना इस त्यौहार में  
 हिंदी पखवाड़ा नहीं यह संस्कार है हर एक सहकर्मी के ऊपर  
 भूल से भी ना भूलो मुझे, यह कहती है हिंदी भाषा,  
 रहने दो सबके ऊपर  
 हिंदी भाषी भी मनाते हैं,  
 गैर भाषी भी मनाते हैं यह त्यौहार  
 सदैव रहता है सबका यही मकसद , होने देंगे हम हिंद  
 न होने देंगे हम हिंदी हो रुखसत  
 जय हिन्द जय हिंदी



एक जादुई गुण है जो हम सब के अन्दर है..!  
 वो हमारी उर्जा बदल देता है और  
 हमारे प्रति दूसरों की धारणा बदल देता है..!!  
 उसे ईमानदारी कहते हैं...!!!



## हे माँ!....अम्मी!!

हे माँ अंबे! मातारानी !!  
 'अम्मी!!' कहूँ जो तुमको  
 तो रूठ जाओगी क्या माँ??  
 लगाते हैं जयकारा हरपल भक्त तुम्हारे!  
 मैं जो सलाम करू तहें-दिल से  
 तो रूठ जाओगी क्या माँ??  
 जपते हैं निशदिन लोग माला तुम्हारे नाम की!  
 मैं जो अज्ञान करू सर झुकाये  
 तो रूठ जाओगी क्या माँ??  
 तुम्हारे दर पर कबूल होती है दुआ हर किसी की!  
 मैं जो दुआ मांगू दामन फैलाकर  
 तो रूठ जाओगी क्या माँ??  
 नफरत की कटीलें तारों की है ऊंची मज़हबी दीवारें !!  
 मैं जो अलग मज़हब से हूँ  
 तो रूठ जाओगी क्या माँ??



## माँ का जवाब

...रुठूंगी मैं कैसे बच्चों!? तुम सब औलादें हो मेरी!  
 'अम्मी!' कहो या 'मातारानी!'- सब मुझे हो प्यारी।।धृ.।।  
 मन से तुम सलाम करो या प्यार से लगाओ जयकारा!  
 अज्ञान करो तुम सर झुकायें या बोलो 'जय माँ!' का नारा!!  
 जो भी कोई भजे मुझे तहे-दिल से, मैं हूँ बस उसकी दुलारी।।1।।  
 हाथ जोड़ मेरे दर पर जो भी सच्चे मन से मांगे मन्तें!  
 या दामन की झोली फैलाकर दुआओं के लिए करे मिन्नतें!!  
 होती है कबूल दुआएं सबकी, हर मन्त होती है पूरी।।2।।  
 सब से है दिल का रिश्ता, हर बच्चा मुझे करीबी!  
 ना नफरत के तार कटीलें ना ऊँची दीवारें मज़हबी!!  
 हर मज़हबी दीवार लौंघकर शरण आ जाओ मेरी।।3।।  
 मंदिरों के चमकते कलश या मस्जिदों की ऊंची मीनारे!  
 इंसानों के बीच क्यों खड़ी हो ऊंची मज़हबी दीवारें??  
 मज़हबों से ना बांटों एक -दूसरे को, है 'इंसानियत' जरूरी।।4।।



मंदिरों में आरती की तेज आवाज़, मस्जिदों में नमाज़ और  
 गिरिजाघरों में प्रार्थना लोगों द्वारा सुनी जाती है,  
 परमेश्वर द्वारा नहीं। ईश्वर केवल मौन आवाज़ सुनता है  
 जो हमारे हृदय के अन्तर्भाग से निकलती है...!!!



पापा

श्रीनाथ  
हिंदी अनुवादक

बचपन में जब भी उठा था,  
हाथ आपका मुझ पर।  
उस समय तन के छाले थे,  
आज जीवन के उजाले हैं।

करते थे आप जब कुछ लीक से हट कर,  
क्यों करते रहते हैं, ये सोचता था तब।  
रोपे थे जो बीज जबरन मेरे अंतर्मन में,  
विचारों का विशाल वृक्ष बन चुका है अब।

बिना भेद भाव के जो जीना सिखाया उन दिनों,  
देखिए आज वही सबसे बड़ी जरूरत बन चुकी है।  
चुभती थी जो बातें आपकी उन दिनों,  
वही आज मेरी तरक्की की सीढ़ियां बन चुकी है।

आपकी सीख ने संभाला है,  
बार बार मुश्किलों से निकाला है।  
जहाँ भी होंगे आप, जरूर रोशन होगा वो जहाँ,  
पर आपका मान कायम रखा है मैंने भी यहाँ।

पापा आप नव वैचारिक प्रवाह थे,  
जीवन व्यापार के सबल सार्थवाह थे।  
सोच आपकी इन शिराओं में बहती है,  
आपके आशीष की छांव, सदा मेरे साथ रहती है।



ऐ ज़िन्दगी..

आशीष मिश्र  
नागपुर क्षेत्रीय कार्यालय

ऐ ज़िन्दगी...  
तू एक चाल तो चल..  
मेरी हसरतों के एक एक प्यादे  
बड़ी बेरहमी से तूने मारे ..  
हर सू अकेला होता गया मैं ..  
दूर कर दिए तूने जो पास थे सारे ..  
पर मैं रुका नहीं ..  
क्यों सोचूं जो बीत गया कल ..  
ऐ ज़िन्दगी...

तू एक चाल तो चल  
जिस घड़ी रोशनी ने छुआ ..  
तेरे इशारों ने फिर रात की ...  
जैसे लगा की मैं जीत रहा ..  
तूने फिर शह और मात दी ..  
अंधेरों में भी मैं गिरा नहीं ..  
हार के भी गया संभल  
ऐ ज़िन्दगी...

तू फिर एक चाल तो चल  
और जो कभी थको ..  
तो मायूस न हो ..  
ठहरना कुछ घड़ी कहीं ...  
ज़रा सुनना मेरी भी बात को ...  
के गुज़र जाती है यूँ ही ...  
तुझे जी भी नहीं पाते ..  
बस निभाते रह जाते हैं...  
ये रस्मे ...ये रिश्ते नाते ...  
तो फिर छोड़ के ये सब ...  
आ किसी दिन बैठें कहीं..  
कुछ मैं कहूँ पुराना ...  
तू मुझे कुछ सुना नयी ...  
क्या रखा है इन चालों में ...  
इन सब जी के जंजालों में ...  
मैं जीत गया तो रचेगा क्या ...  
जो हार गया तो बचेगा क्या ...  
तेरे और मेरे बीच...  
बहुत गैरों की ताका-झांकी है...  
पर उन अपनों की भी तो फ़िक्र कर...  
जिनके लिए अभी जीना बाकी है..





कमल किशोर वंशकार  
आशुलिपिक  
भारतीय खान ब्यूरो, जबलपुर



निलेश प्रमोदराव महात्मे

### जल

धरती का अमृत है, जल  
इसके बिना है, निर्जन भूतल  
जीव-जंतु, क्या नर-नारी  
सभी है जल से देहधारी  
जल बिना न जीवन चलता  
सिंचित करता खेत-खलिहान  
देह में डाले सबके प्राण  
जल को कर रहे, हम यूं ही बर्बाद  
प्यासी धरती, प्यासा आकाश  
जल की कमी से हाहाकार  
जल रहा है अब संसार  
मानूसन है बदल रहा  
तापमान नित बढ़ रहा  
धरती हो गई है अंगार  
कूलर, एसी सब बेकार  
आओ करें कुछ ऐसा प्रबंध  
जिससे हो जल का संवर्धन  
मिलकर अब ये प्रण करें  
जल स्रोतों का संरक्षण करें



### अचला

अब नहीं सोचोगे  
तो सोचोगे कब  
हरदम तो दौड़ना ही है  
एक पल रुकोगे कब  
अब तो सोचो हमने  
धरती को क्या दिया  
हरी-भरी वसुंधरा  
को उजाड़ कर दिया  
अन्न यहीं का खाया  
वस्त्र भी यहीं से मिले  
आशियाना यहीं बना  
फिर भी कितने शिकवे-गिले  
इसी ने हमें बसाया  
इसी ने आबाद किया  
हम कितने खुदगर्ज निकले  
इसे उजाड़ा और बरबाद किया  
हमने धरती को क्या दिया  
वनों को हमने काटा  
नदियों को प्रदूषित किया  
उपजाऊ जमीं को बंजर हमने

किया  
ये हरीतिमा ये वसुंधरा  
रत्नगर्भा अचला धरा  
धन्य होगी धरती माता  
नामों से ही सार्थकता  
आज एक संकल्प कर  
एक वृक्ष एक घर  
विचार तब होगा सफल  
हरा-भरा रहे भूतल  
कल कल करते झरनों से  
चट्टानों को चीर कर  
नव-यौवना सी प्रतीत होगी  
वृक्षों से घिर कर



“जल की महत्ता को बचाँ हम कर नहीं सकते, बिना जल के जीवन में हम रह नहीं सकते।”



## अब ढर्रा पुराना छोड़ो तुम

अरुण कुमार राय  
खनिज अर्थशास्त्री (आ. सू.)  
खनिज अर्थशास्त्र प्रभाग  
भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर

दोस्त मेरे मुझसे कहते, अब ढर्रा पुराना छोड़ो तुम ।  
लिख चुके बहुत तुम ओज रस, अब प्यार भरे रस जोड़ो तुम ॥

कहते हैं ऐसा गीत लिखो, जिनसे खूब आहें आती हो ।  
जिनसे उच्छ्वास निकलती हो, दिल की धड़कन बढ़ जाती हो ॥

चक्कर में इनके पड़ने से, क्या बोलूँ कैसा हाल हुआ ।  
यूँ ही घर में बैठे बैठे, फोकट में ही बदनाम हुआ ॥

क्या हाल बताऊँ कविता की, कैसे सब यहां सुनाऊँ मैं ।  
न शब्द मिले न भाव मिले, अलंकार कहाँ से लाऊँ मैं ॥

फिर तुम्ही कहो चिंटू की माँ, अब किस बाजार में जाऊँ मैं ।  
इस प्यार भरे रस के सौदे, कितने तक मैं कर आऊँ मैं ॥

या बिना भाव ही लिखूँ पदूँ, या बिना गले ही गाऊँ मैं ।  
या यूँ ही खाई में कूद-कूद, गहरी सी गोता खाऊँ मैं ॥

किस तरह भरी जाती आहें, किस तरह निगाहें मिलती है ।  
किस तरह भंवर मंडराते हैं, तितली किस तरह मचलती है ॥

ये जानबूझ के परवाने, किस तरह समां पर जलते हैं ।  
क्यों मीठी नींद न सोते हैं, करवट किस तरह बदलते हैं ॥

दिल में परदेसीन की कैसे, तस्वीर उतारी जाती है ।  
किस तरह प्रेम के चक्कर में, सब अकल हमारी जाती है ॥

बोलो किससे मैं प्रेम करूँ, खुद ही पसंद कर ला दो ना ।  
कैसे उससे व्यवहार करूँ, आता है तो सिखला दो ना ॥

या, तुम्ही चली जाओ मायके न, अंदाज बिरह कुछ कर लूँ मैं ।  
तारों से परिचय कर लूँ मैं, ठंडी सांसों कुछ भर लूँ मैं ॥

फिर चंदा में आंखें फाड़ मैं, तेरा ही रूप निहारूंगा ।  
कोई भी आती जाती हो, तुझको ही समझ पुकारूंगा ॥

कुछ रोऊंगा कुछ गाऊंगा, कुछ जीतूंगा कुछ हारूंगा ।  
धीरे-धीरे थोड़े दिन में, मैं अपने कपड़े फाड़ूंगा ॥

भार्या बोली, तुम इनकी बातों में आए ?? बकने दो इन  
दाढ़ीजारों को ।

इस प्रेम त्रेम के चक्कर में, पड़ने दो इन बाटमारों को ॥

ये खोटी नियत वाले हैं, इनकी सोहबत मत किया करो ।  
दफ्तर से छुट्टी मिलते ही, सीधे घर को चल दिया करो ॥

तेरे और मेरे बीच...  
बहुत गैरों की ताका-झांकी है...  
पर उन अपनों की भी तो फिक्र कर...  
जिनके लिए अभी जीना बाकी है..



## आजादी की 75वीं वर्षगांठ पर 75 शब्द व 75 सेकेंड



शिवशंकर, स्टोर क्लर्क  
भारतीय खान ब्यूरो, जबलपुर

चारों ओर सुख चैन की वर्षा बरसे,  
भारत का भाग्य है जागा  
कश्मीर, सिक्किम, द्रविण, गुजरात, मराठा,  
चंचल सागर विंध्य हिमाचल कावेरी यमुना गंगा  
तेरे नित गुण गाएं, तुझसे जीवन की आशा  
हर भाषा हर मजहब के रहने वाले प्राणी  
सब भेद फर्क मिटाके गुथे प्रेम की माला  
सुबह शाम पंख पखेरू तेरे ही गुण गाएं  
सूरज बनकर जग पर चमके भारत नाम सुभागा  
जय है, जय है, जय है, जय, जय, जय, जय है

## भारतीय खान ब्यूरो में राजभाषा हिंदी से संबंधित कार्यों की उपलब्धियां

### हिन्दी पारंगत प्रशिक्षण

हिन्दी शिक्षण योजना, नागपुर के अंतर्गत जनवरी, 2019 से मई 2019 सत्र की 'हिन्दी पारंगत' प्रशिक्षण कक्षाएं भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर में आयोजित की गईं। दिनांक 22 मई, 2019 को आयोजित हिन्दी पारंगत परीक्षा में भारतीय खान ब्यूरो के 25 प्रशिक्षणार्थी सम्मिलित हुए। साथ ही भारतीय खान ब्यूरो के सभी अधीनस्थ कार्यालयों में भी भाषा प्रशिक्षण का लक्ष्य पूरा किया जाना सुनिश्चित करने का प्रयास किया जा रहा है।

### तकनीकी एवं प्रशासनिक पत्रों का अनुवाद कार्य

मुख्यालय स्थित अन्य प्रभागों / अनुभागों से अनुवाद हेतु करीब 42 पृष्ठों की प्राप्त सामग्री / पत्रों / दस्तावेजों का अनुवाद कार्य यथासमय प्रस्तुत किया गया जिसमें तकनीकी सचिव, भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर से प्राप्त वार्षिक रिपोर्ट के कुछ पृष्ठ भी शामिल हैं। प्रशिक्षण केंद्र, भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर से प्राप्त करीब 40 पृष्ठों का हिन्दी अनुवाद किया गया एवं टंकित कर उसे प्रेषित किया गया। इसके अतिरिक्त प्रशासन अनुभाग से प्राप्त भर्ती नियमावली का 40 पृष्ठों एवं वार्षिक रिपोर्ट के लगभग 100 पृष्ठों का भी हिन्दी अनुवाद किया गया।

### हिन्दी कार्यशाला का आयोजन

भारत सरकार की राजभाषा नीति के कार्यान्वयन एवं हिन्दी के प्रचार - प्रसार व प्रगति के उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए भारतीय खान ब्यूरो, मुख्यालय, नागपुर में दिनांक 14 मार्च, 2019 एवं दिनांक 11 जून, 2019 को अधिकारियों एवं कर्मचारियों हेतु एक पूर्ण दिवसीय हिन्दी कार्यशाला का आयोजन किया गया। इन हिन्दी कार्यशालाओं में कुल 44 अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

इन हिन्दी कार्यशालाओं में भारतीय खान ब्यूरो कार्यालय के व्याख्याताओं ने अलग - अलग विषयों पर अपने व्याख्यान दिए। इसमें भारतीय खान ब्यूरो के डॉ. पी. के. जैन, राजभाषा अधिकारी ने राजभाषा नीति, श्री डी. के. स्वामी, वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी ने लेखा एवं प्रशासनिक कार्यों में हिन्दी का प्रयोग, श्री ए. के. सिंह, मुख्य संपादक ने अंग्रेजी हिन्दी पारिभाषिक शब्दावली, श्री असीम कुमार, हिन्दी अनुवादक ने हिन्दी वर्तनी एवं तिमाही रिपोर्ट तथा श्री मुजीबुद्दीन सिद्दीकी, खनिज अर्थशास्त्री ने हिन्दी में सामान्य एवं तकनीकी पत्राचार आदि विषयों पर अपने व्याख्यान दिए।

इन कार्यशालाओं में सभी प्रतिभागियों ने अपनी विशेष रुचि दिखाते हुए व्याख्याताओं से अपनी समस्याओं का निवारण किया साथ ही ऐसी कार्यशाला समय - समय पर नियमित रूप से आयोजित किए जाने की इच्छा व्यक्त की।

इन कार्यशालाओं के पश्चात सभी प्रतिभागियों से कार्यशाला के विषय में उनकी प्रतिक्रियाएं भी प्राप्त की गईं। सभी प्रतिभागियों ने सकारात्मक प्रतिक्रियाएं व्यक्त की तथा अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने सुझाव दिया कि इस प्रकार की हिन्दी कार्यशाला समय - समय पर होनी चाहिए तथा तकनीकी विषयों पर भी कार्यशाला आयोजित करने के सुझाव दिए। साथ ही यह भी कहा कि ऐसी कार्यशालाओं से सरकारी कामकाज में काफी मदद मिलती है तथा इस कार्यशाला को पूरी तरह से परिपूर्ण बताया।

### हिन्दी राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी निरीक्षण

मुख्यालय के आठ प्रभाग / अनुभाग सामान्य प्रशासन अनुभाग, लेखा अनुभाग, खान नियंत्रक (मध्य) कार्यालय, नागपुर क्षेत्रीय कार्यालय, प्रकाशन अनुभाग, केंद्रीय पुस्तकालय, स्थापना अनुभाग तथा आधुनिक खनिज प्रसंस्करण प्रयोगशाला एवं प्रायोगिक संयंत्र हिंगणा, नागपुर भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर का राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी निरीक्षण किया गया तथा उन्हें निरीक्षण रिपोर्ट भेज दी गई है।

### विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक का आयोजन

विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति, भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर की 109 वीं बैठक श्री मंटू विश्वास, मुख्य खान नियंत्रक (प्रभारी) की अध्यक्षता में महानियंत्रक महोदय के सभाकक्ष में दिनांक 29/03/2019 को अपराह्न 3.00 बजे आयोजित की। अध्यक्ष महोदय एवं अन्य सदस्यों के स्वागत के पश्चात अध्यक्ष महोदय की अनुमति से डॉ. पी. के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी ने बैठक की कार्यवाही प्रारंभ की। कार्य सूची अनुसार बैठक में पिछली बैठक (108 वीं) के कार्यवृत्त पर की गई अनुवर्ती कार्रवाई एवं कार्यवृत्त की पुष्टि की गई। इसके पश्चात अक्टूबर - दिसंबर, 2018 अवधि की मुख्यालय एवं अधीनस्थ कार्यालयों की तिमाही रिपोर्ट की समीक्षा की गई। खान मंत्रालय द्वारा निरीक्षण के आलोक में गुवाहाटी क्षेत्रीय कार्यालय को राजभाषा नियम 10(4) के तहत अधिसूचित कराना, संसदीय राजभाषा समिति को हैदराबाद क्षेत्रीय कार्यालय के निरीक्षण के दौरान दिए गए आश्वासन के आलोक में भारतीय खान ब्यूरो मुख्यालय नागपुर द्वारा हैदराबाद क्षेत्रीय कार्यालय के साथ हिन्दी पत्राचार बढ़ाना, खान नियंत्रक (मध्य), भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर क्षेत्रीय कार्यालय एवं सामान्य अनुभाग के कम्प्यूटरों में यूनिकोड स्थापित कराना, प्रत्येक तिमाही की हिन्दी तिमाही रिपोर्ट माह के 05 तारीख तक भारतीय खान ब्यूरो, हिन्दी अनुभाग मुख्यालय को भेजना सुनिश्चित कराना, गृह -



पत्रिका 'खान भारती' के 2019 के प्रथम अंक (5वां) के प्रकाशन हेतु समयबद्ध कार्य योजना आदि महत्वपूर्ण विषयों पर विस्तृत चर्चा की गई।

इसी तरह विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति, भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर की 110 वीं बैठक श्रीमती इंदिरा रविन्द्रन, निदेशक (अयस्क प्रसाधन) की अध्यक्षता में महानियंत्रक महोदय के सभाकक्ष में दिनांक 14/06/2019 को अपराह्न 3.30 बजे आयोजित की गई। अध्यक्ष महोदय एवं अन्य सदस्यों के स्वागत के पश्चात अध्यक्ष महोदय की अनुमति से डॉ. पी. के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी द्वारा बैठक की कार्यवाही

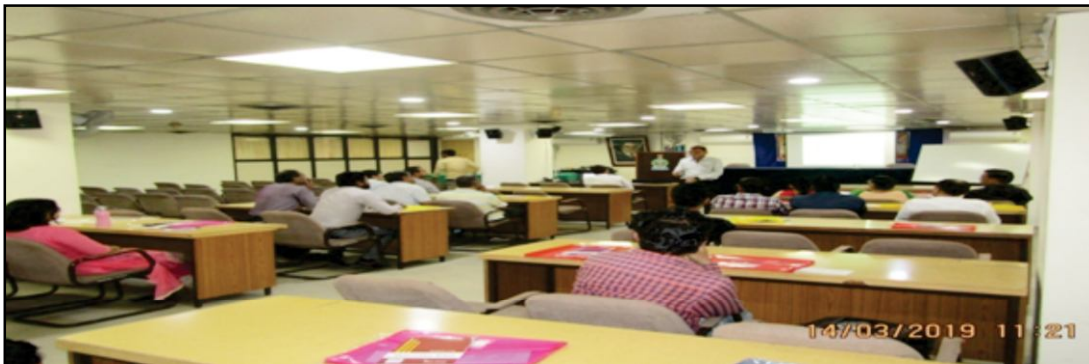
प्रारंभ की गई। कार्य सूची के अनुसार बैठक में पिछली बैठक (109 वीं) के कार्यवृत्त पर की गई अनुवर्ती कारवाई एवं कार्यवृत्त की पुष्टि की गई। इसके पश्चात जनवरी - मार्च, 2019 हेतु मुख्यालय एवं कार्यालयों की तिमाही रिपोर्ट की समीक्षा की गई। तत्पश्चात भारतीय खान ब्यूरो के अधीनस्थ कार्यालयों का राजभाषा निरीक्षण, भाषा प्रशिक्षण समयबद्ध तरीके से पूरा करना, हिंदी पत्राचार, भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर द्वारा हैदराबाद क्षेत्रीय कार्यालय के साथ हिंदी पत्राचार बढ़ाना एवं हिंदी गृह - पत्रिका 'खान भारती' 2019 पाँचवें अंक के प्रकाशन हेतु समयबद्ध कार्य योजना आदि महत्वपूर्ण विषयों पर विस्तृत चर्चा की गई।



श्री मंटू विश्वास, प्रभारी मुख्य खान नियंत्रक की अध्यक्षता में विराकास की 109 वीं बैठक



श्रीमती इंदिरा रविन्द्रन, निदेशक (अयस्क प्रसाधन) की अध्यक्षता में विराकास की 110 वीं बैठक



दिनांक 14/03/2019 को डॉ. पी.के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी द्वारा कार्यशाला में दिए गए व्याख्यान

## हिंदी पखवाड़ा – 2018 की रिपोर्ट

भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय), नागपुर में दिनांक 04/09/2018 को हिंदी पखवाड़ा - 2018 का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री सुरेश कुमार, क्षेत्रीय निदेशक, परमाणु खनिज अन्वेषण एवं अनुसंधान निदेशालय, नागपुर एवं भारतीय खान ब्यूरो के उप महानिदेशक (सांख्यिकी), श्री के. थॉमस द्वारा दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन किया गया।

इस अवसर पर श्री मंटू विश्वास, मुख्य खान नियंत्रक (प्रभारी), श्रीमती इन्दिरा रविन्द्रन, निदेशक, खनिज प्रसंस्करण प्रभाग, डॉ. पी. के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी तथा श्री प्रमोद एस. सांगोले, उप - निदेशक (राजभाषा) भी उपस्थित थे।



दिनांक 04/09/2018 को हिंदी पखवाड़ा के उद्घाटन समारोह के अवसर पर दीप प्रज्वलन करते हुए श्री मंटू विश्वास मुख्य खान नियंत्रक (प्रभारी), भारतीय खान ब्यूरो।

अपने अध्यक्षीय भाषण में श्री के. थॉमस, उप महानिदेशक (सांख्यिकी) ने दैनंदिन कार्यालयीन कार्य अधिकाधिक हिंदी में ही करने पर जोर दिया। साथ ही उन्होंने हिंदी पखवाड़े के दौरान पूरा कार्य हिंदी में ही करने का आह्वान किया। उन्होंने भारतीय खान ब्यूरो मुख्यालय में हिंदी संबंधित कार्यों में हो रही प्रगति की सराहना की तथा इसमें और वृद्धि की आशा जताई।

समारोह के मुख्य अतिथि श्री सुरेश कुमार, क्षेत्रीय निदेशक, परमाणु खनिज अन्वेषण एवं अनुसंधान निदेशालय ने सभा को संबोधित करते हुए कहा कि हिंदी में कार्य करना हमारा कर्तव्य है। उन्होंने भारत के वर्तमान खनिज परिदृश्य

की भी रूप रेखा सभा के समक्ष रखी। उन्होंने भारत के कुल सकल घरेलू उत्पाद में खनिज क्षेत्र के महत्वपूर्ण योगदान की भी सराहना की।



दिनांक 04/09/2018 को हिंदी पखवाड़ा के उद्घाटन समारोह के अवसर पर अध्यक्षीय संबोधन करते हुए श्री के. थॉमस, उप महानिदेशक (सांख्यिकी) भारतीय खान ब्यूरो।

इसके पूर्व राजभाषा अधिकारी डॉ. पी. के. जैन ने स्वागत भाषण दिया तथा भारतीय खान ब्यूरो कार्यालय की हिंदी प्रगति रिपोर्ट प्रस्तुत की जिसके अंतर्गत वर्षभर का लेखा - जोखा प्रस्तुत किया गया। तत्पश्चात उन्होंने हिंदी पखवाड़ा के दौरान आयोजित होने वाली विभिन्न प्रतियोगिताओं की जानकारी दी।

हिंदी पखवाड़ा के उद्घाटन समारोह का संचालन कु. प्रतिभा शर्मा, सहायक भंडारपाल (तकनीकी) ने किया तथा धन्यवाद ज्ञापन श्री असीम कुमार, हिंदी अनुवादक द्वारा दिया गया। उद्घाटन समारोह की सफलता हेतु श्री प्रमोद एस. सांगोले, उप - निदेशक (राजभाषा) के नेतृत्व में हिंदी अनुभाग के हिंदी श्रीमती मिताली चटर्जी, वरिष्ठ हिंदी अनुवादक, श्री किशोर डी. पारधी, हिंदी अनुवादक, श्री जगदीश अहरवार, आशुलिपिक -। तथा श्री प्रदीप कुमार सिन्हा, हिंदी टंकक ने अपना पूर्ण योगदान दिया।

हिंदी पखवाड़े के दौरान दिनांक 04/09/2018 से दिनांक 12/09/2018 के बीच विभिन्न प्रतियोगिताओं जैसे - हिंदी सामान्य एवं तकनीकी निबंध प्रतियोगिता, हिंदी टिप्पण - आलेखन प्रतियोगिता, हिंदी शुद्ध लेखन प्रतियोगिता, हिंदी

अनुवाद प्रतियोगिता, हिंदी टंकण प्रतियोगिता, हिंदी प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता, हिंदी तात्कालिक वाक प्रतियोगिता एवं हिंदी प्रश्नमंच प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। अधिक से अधिक कार्मिकों को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से ये प्रतियोगिताएं हिंदी एवं हिंदी भाषी वर्गों के लिए अलग - अलग आयोजित की गईं। उक्त सभी प्रतियोगिताओं में अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने बढ़ - चढ़कर हिस्सा लिया।

दिनांक 14/09/2018 को सिविल लाइन्स, नागपुर स्थित भारतीय खान ब्यूरो (मुख्यालय) में मुख्य खनन भूविज्ञानी श्री एस. के. अधिकारी की अध्यक्षता में हिंदी दिवस, हिंदी पखवाड़ा समापन समारोह एवं पुरस्कार वितरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर प्रसिद्ध व्यंग कवि, गीतकार, गजलकार एवं मंच संचालक डॉ. सागर खादीवाला मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे। इस अवसर पर भारतीय खान ब्यूरो नागपुर की हिंदी गृह पत्रिका 'खान भारती' का विमोचन भी किया गया।

इस अवसर पर श्री पी. एन. शर्मा, खान नियंत्रक (समन्वय), डॉ. पी. के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी तथा श्री प्रमोद एस. सांगोले, उप - निदेशक (राजभाषा) भी उपस्थित थे।

इस अवसर पर सभा को संबोधित करते हुए श्री एस. के. अधिकारी ने राजभाषा हिंदी के अधिकाधिक प्रयोग पर बल दिया और कहा कि यह हम सबका कर्तव्य है कि हम अपना सरकारी कार्यालयीन कार्य राजभाषा हिंदी में ही करें। उन्होंने कार्यालय की हिंदी गृह - पत्रिका 'खान भारती' के प्रकाशन की प्रशंसा की और आशा जाहिर की कि उक्त पत्रिका का प्रकाशन भविष्य में भी अनवरत जारी रहेगा। इसके पूर्व सभा को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि डॉ. सागर खादीवाला ने कहा कि सभी सरकारी कर्मचारियों को अपना दैनंदिन कार्य हिंदी में करना चाहिए। इसके पूर्व राजभाषा अधिकारी डॉ. पी. के. जैन ने हिंदी पखवाड़े के दौरान की गई गतिविधियों और विभिन्न प्रतियोगिताओं के आयोजन की जानकारी सभा के समक्ष रखी।



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस, हिंदी पखवाड़ा समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह के अवसर पर अध्यक्षीय संबोधन करते हुए श्री एस. के. अधिकारी, मुख्य खनन भूविज्ञानी, भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर।

हिंदी पखवाड़े के दौरान आयोजित की गई विभिन्न हिंदी विषयक प्रतियोगिताओं में विजयी प्रतिभागियों को अध्यक्ष, मुख्य अतिथि महोदय एवं राजभाषा अधिकारी द्वारा पुरस्कार वितरित किए गए।



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस, हिंदी पखवाड़ा समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह के अवसर पर पुरस्कार वितरित करते हुए श्री एस. के. अधिकारी, मुख्य खनन भूविज्ञानी, भारतीय खान ब्यूरो, नागपुर।

कार्यक्रम के आरंभ में डॉ. पी. के. जैन, राजभाषा अधिकारी द्वारा माननीय गृह मंत्री श्री राजनाथ सिंह जी का संदेश वाचन किया गया। श्री पी. एन. शर्मा द्वारा माननीय खान मंत्री श्री नरेन्द्र सिंह तोमर जी का संदेश एवं महानियंत्रक महोदय का संदेश श्री प्रमोद एस. सांगोले, उप - निदेशक (राजभाषा) द्वारा पढ़ा गया।



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस के अवसर पर माननीय गृह मंत्री श्री राजनाथ सिंह जी का संदेश वाचन करते हुए डॉ. पी. के. जैन, मुख्य खनिज अर्थशास्त्री एवं राजभाषा अधिकारी ।

हिंदी पखवाड़ा के पुरस्कार वितरण एवं समापन समारोह का संचालन श्री मुजीबुद्दीन सिद्दिकी, खनिज अर्थशास्त्री, ने किया तथा धन्यवाद ज्ञापन श्री प्रमोद एस. सांगोले, उप - निदेशक (राजभाषा) द्वारा दिया गया । उक्त समारोह के सफलतापूर्वक आयोजन में हिंदी अनुभाग के श्रीमती मिताली

चटर्जी, वरिष्ठ हिंदी अनुवादक, श्री असीम कुमार, हिंदी अनुवादक श्री किशोर डी. पारधी, हिंदी अनुवादक, श्री जगदीश अहरवार, आशुलिपिक, श्री प्रदीप कुमार सिन्हा, उच्च श्रेणी लिपिक, श्री एम. एन. मोरे, प्रेसमैन एवं श्री ए. के. नाल्हे, एम. टी. एस. का पूर्ण योगदान रहा ।



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस के अवसर पर माननीय खान मंत्री श्री नरेन्द्र सिंह तोमर जी का संदेश वाचन करते हुए श्री पी. एन. शर्मा, खान नियंत्रक (समन्वय) ।





दिनांक 04/09/2018 को हिंदी पखवाड़ा के उद्घाटन समारोह के अवसर पर दीप प्रज्वलन करते हुए श्री के. थॉमस, उप महानिदेशक (सांख्यिकी) भारतीय खान ब्यूरो ।



दिनांक 14/09/2018 को हिंदी दिवस, हिंदी पखवाड़ा समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह के अवसर पर हिंदी गृह पत्रिका 'खान भारती' का विमोचन ।



इंदिरा भवन, सिविल लाईन्स,  
नागपुर-440 001  
वेबसाईट : [www.ibm.gov.in](http://www.ibm.gov.in)  
Email-[ddr.hindi@ibm.gov.in](mailto:ddr.hindi@ibm.gov.in)