

ਅੰਕੁਰ



SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA
लोकहितार्थं सत्यनिष्ठ
Dedicated to Truth in Public Interest



129 वाँ अंक

अक्टूबर 2023 से मार्च 2024

राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी)

पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ - 160017



कुर्सियों पर बाएं से:

श्री राकेश रंजन मिश्रा (हिन्दी अधिकारी), श्री रविनंदन गर्ग (वरिष्ठ उप महालेखाकार),
श्री तेग सिंह (महालेखाकार), श्री राजीव भगत (महालेखाकार के सचिव)

खड़े हुए बाएं से:

श्री अंकित कुमार (कनिष्ठ अनुवादक), सुश्री कविता शर्मा (कनिष्ठ अनुवादक),
श्री शिवकेश (वरिष्ठ अनुवादक), श्री मनीष कुमार (कनिष्ठ अनुवादक)



SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA
लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा
Dedicated to Truth in Public Interest



अंकुर

129 वाँ अंक

अक्टूबर 2023 से मार्च 2024

राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी)

पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ - 160017

प्रकाशन विवरण

मुख्य संरक्षक	: श्री तेग सिंह महालेखाकार (लेखा व हकदारी) पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ - 160017
संरक्षक	: श्री शीशराम वर्मा वरिष्ठ उप महालेखाकार (प्रशासन)
मुख्य संपादक	: श्री सुनील कुमार वरिष्ठ लेखा अधिकारी
संपादक	: श्री राकेश रंजन मिश्रा हिन्दी अधिकारी
संपादन सहयोग	: श्री शिवकेश वरिष्ठ अनुवादक श्री अंकित कुमार कनिष्ठ अनुवादक सुश्री कविता शर्मा कनिष्ठ अनुवादक श्री मनीष कुमार कनिष्ठ अनुवादक
मुख पृष्ठ	: खंडा साहिब, पंजाब
अंक	: 129 वाँ अंक
प्रकाशक	: राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी) पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ - 160017
मूल्य	: राजभाषा के प्रति निष्ठा।
मुद्रक	: कैपिटल ग्राफिक्स एस.सी.ओ. 133-135, सैक्टर 17-सी, चंडीगढ़।

नोट : रचनाकारों के विचारों से सम्पादक मण्डल की सहमति आवश्यक नहीं है। रचनाओं की मौलिकता के लिए रचनाकार स्वयं उत्तरदायी होंगे।

अनुक्रमणिका

प्रकाशन विवरण	3
अनुक्रमणिका	4
संदेश	5-9
मुख्य संरक्षक का संदेश	10
संरक्षक का संदेश	11
संपादकीय	12

आलेख

ई-पेंशन प्रणाली	आशीष सिंह	14-15
ग्रामीण विकास	जिशान खान	16-19
डिप्रेशन	संजय कुमार मीना	20-21
मातृ भाषा और अस्तित्व	राकेश वर्मा	22
मोबाइल और समाज में परिवर्तन	राहुल वर्मा	23-25
समकालीन जीवन में श्रीमद्भगवद्गीता की प्रासंगिकता	भारत सिंह भंडारी	26-27
जीवन कला	करमजीत कौर	27
सरकारी नौकरी का महत्व एवं संघर्ष	प्रमोद वर्मा	28-32

कविता

जिंदगी	मनीष कुमार	37
सुबह	जिशान खान	38
मेरा गाँव	संजय कुमार मीना	39
कार्यालय और हम	विवेकी यादव	40

कार्यालयीन समाचार

खेल समाचार एवं अन्य गतिविधियाँ	41-42
नियुक्तियाँ, पदोन्नतियाँ, सेवानिवृत्तियाँ एवं देहावसान	43-46
मीडिया की नजर से	47



संजीव गोयल

महानिदेशक लेखा परीक्षा, रक्षा सेवाएं,
चंडीगढ़



संदेश

यह हर्ष का विषय है कि आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका “अंकुर” के 129 वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। इस अंक के प्रकाशन हेतु इस संदेश को लिखते हुए मुझे बड़ी प्रसन्नता हो रही है।

यह अत्यंत सुखद अनुभूति है कि हिंदी को बढ़ावा देने की दिशा में आपके कार्यालय द्वारा हिंदी पत्रिका “अंकुर” का प्रकाशन किया जा रहा है। यह पत्रिका कार्यालय के नवोदित रचनाकारों के लिए उनकी रचनात्मक प्रतिभा को उजागर करने का मंच तैयार करती है। आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका “अंकुर” राजभाषा के प्रति कर्तव्यनिष्ठ भाव से राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार के साथ-साथ अधिकारियों/कर्मचारियों की रचनात्मक प्रवृत्ति को बढ़ावा देने में अहम भूमिका निभा रही है। ऐसे ही अभिनव प्रयासों से ही हिंदी पल्लवित एवं पुष्पित होती है।

मुझे आशा है कि प्रशासनिक एवं साहित्यिक आभा को समेटे हुए इस हिंदी पत्रिका “अंकुर” का यह अंक भी उत्कृष्ट एवं पठनीय सिद्ध होगा।

हिंदी पत्रिका “अंकुर” के इस अंक के सफल प्रकाशन हेतु मेरी शुभकामनाएं।

संजीव गोयल



नवनीत गुप्ता

प्रधान महालेखाकार (लेखा व हकदारी),
हरियाणा, चंडीगढ़



संदेश

मुझे प्रसन्नता है कि महालेखाकार (लेखा एवं हकदारी) पंजाब एवं यू. टी. चंडीगढ़ कार्यालय की विभागीय राजभाषा पत्रिका 'अंकुर' के नवीनतम अंक (129 वाँ अंक) का प्रकाशन करने जा रहा है।

भारत एक बहुभाषी देश है और इन भाषाओं की विविधता के साथ सम्पूर्ण भारत को एक सूत्र में पिरोने का कार्य हिंदी भाषा के द्वारा बखूबी किया गया है। हिंदी की भूमिका को हम स्वतंत्रता संग्राम के समय से लेकर आज के आधुनिक एवं प्रौद्योगिकी विकास के युग में भी महसूस कर सकते हैं। भारत में ही नहीं बल्कि विश्व पटल पर भी हिंदी अपने अस्तित्व को नये आयाम दे रही है। यह जनमानस की भाषा है और इसका विकास एवं प्रसार करना हमारा मौलिक दायित्व है। विभागीय पत्रिकाएं अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लेखन के प्रति रुचि के साथ ही विभाग की विभिन्न गतिविधियों की जानकारी भी उपलब्ध कराती हैं जो पाठकों के ज्ञान संवर्धन में सहायक होती हैं।

राजभाषा एवं साहित्य के प्रति आप सभी के प्रेम एवं अनुराग का ही परिणाम है कि 'अंकुर' पत्रिका प्रगति के नये आयाम स्थापित कर रही है। पत्रिका के प्रकाशन में अपना सहयोग प्रदान करने वाले समस्त अधिकारी, कर्मचारी, लेखक-वृन्द एवं संपादक मंडल के सदस्य प्रशंसा के पात्र हैं।

शुभकामनाओं सहित।

नवनीत गुप्ता



शैलेन्द्र विक्रम सिंह

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा),
हरियाणा, चंडीगढ़



संदेश

मुझे यह जानकर अत्यंत हर्ष हो रहा है कि कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी) पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ की हिंदी पत्रिका 'अंकुर' के नवीनतम अंक का प्रकाशन होने जा रहा है। इसके लिए पत्रिका परिवार के सभी सदस्य एवं रचनाकार बधाई के पात्र हैं।

विभागीय पत्रिकाएं कार्यालय का दर्पण होती हैं। हिंदी भारत की संपर्क भाषा के रूप में स्थापित है और राजभाषा के रूप में गौरवान्वित है। राजभाषा के प्रति सम्मान और समर्पण भारतीयता की पहचान है। राजभाषा के प्रसार में भी विभागीय पत्रिकाओं का बहुत योगदान रहता है। पत्रिका में सम्मिलित रचनाओं के द्वारा कार्यालय के अधिकारियों एवं कर्मचारियों का राजभाषा के प्रति लगाव तथा स्नेह प्रदर्शित होता है।

आशा करता हूँ कि पत्रिका का आने वाला अंक भी ज्ञानवर्धक एवं रुचिकर होगा। राजभाषा के प्रचार-प्रसार में 'अंकुर' पत्रिका का सराहनीय प्रयास बनाए रखने के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएं।

शैलेन्द्र विक्रम सिंह

शैलेन्द्र विक्रम सिंह



नाज़ली जे. शाईन

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा),
पंजाब, चंडीगढ़



संदेश

यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि आपके कार्यालय से राजभाषा की अभिवृद्धि हेतु हिंदी पत्रिका “अंकुर” के 129 वें अंक का प्रकाशन शीघ्र होने वाला है। इस पत्रिका के कुशल संपादन व सहयोग हेतु संपादक मंडल एवं रचनाकार बधाई के पात्र हैं।

कार्यालय की स्मारिका के रूप में राजभाषा के प्रचार-प्रसार एवं उत्तरोत्तर विकास में संविधान में किए गए राजभाषा संबंधी प्रावधानों, राजभाषा अधिनियमों एवं नियमों का अनुपालन सुनिश्चित करने में पत्रिकाओं का महत्वपूर्ण योगदान है। इसके साथ ही अधिकारियों एवं कर्मचारियों में सृजनात्मक लेखन क्षमता विकसित करने में पत्रिकाएं एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं, जिससे वे अपना शासकीय कार्य राजभाषा हिंदी में करने के लिए प्रेरित होते हैं। “अंकुर” हिंदी प्रयोग एवं रचनात्मकता को प्रोत्साहन देने के अपने उद्देश्यों को पूर्ण करती हुई अपने पथ पर अग्रसर है।

मुझे पूर्ण विश्वास है कि भविष्य में भी “अंकुर” पत्रिका निरंतर प्रगति-पथ पर अग्रसर रहकर राजभाषा हिंदी की सेवा करती रहेगी तथा अधिकारियों तथा कर्मचारियों की रचनात्मक प्रवृत्ति को प्रोत्साहित कर उनकी बहुमूल्य रचनाओं की सुगंध चारों ओर फैलाकर सबको महकाती रहेगी।

पत्रिका की प्रगति और स्वर्णिम भविष्य के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएं।

नाज़ली जे. शाईन



के. एस. रामुवालिया

प्रधान निदेशक लेखापरीक्षा (केन्द्रीय),
चंडीगढ़

संदेश

मुझे यह जानकर हार्दिक प्रसन्नता हो रही है कि आपके कार्यालय की हिंदी पत्रिका “अंकुर” के 129 वें अंक का प्रकाशन होने जा रहा है। इसके लिए पत्रिका परिवार के सभी सदस्यों एवं रचनाकारों को बधाई। यह पत्रिका हमें आपके कार्यालय की सांस्कृतिक गतिविधियों एवं विभागीय क्रियाकलापों से अवगत करवाने के साथ-साथ हिंदी के प्रचार-प्रसार में अपनी विशिष्टता को बनाए रखेगी। राजभाषा भारत के जनमानस की अभिव्यक्ति का सरल माध्यम बन गई है क्योंकि इसने अन्य क्षेत्रीय भाषाओं के अनेक शब्दों को भी अपने में सम्मिलित कर लिया है। इसी कड़ी में मुझे विश्वास है कि यह पत्रिका राजभाषा के प्रचार-प्रसार की प्रेरक बनेगी।

शुभकामनाओं सहित।

के. एस. रामुवालिया



तेग सिंह

महालेखाकार (लेखा व हकदारी)

पंजाब एवं यू.टी., चंडीगढ़



मुख्य संरक्षक का संदेश

हमारे लिए यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि कार्यालय की राजभाषा पत्रिका “अंकुर” के 129 वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है। यह पत्रिका नए-नए रचनाकारों को प्रेरित करने का प्रशंसनीय कार्य करती है तथा विभाग की रचनात्मक प्रतिभाओं को सार्थक मंच प्रदान करती है।

हिंदी जन-जन की भाषा है, यह केवल एक सूत्र-वाक्य नहीं है। बल्कि इसमें जो भाव है, आज वही भाव वैश्विक स्तर पर उभरते हिंदी के सपनों को उभार रहा है। हिंदी आम जन मानस को जोड़ने वाली भाषा होने के साथ-साथ भारत की बहुभाषिक संस्कृति को एक सूत्र में पिरोने का कार्य भी करती है। हिंदी की सरलता को बनाए रखने की आवश्यकता है ताकि इसके प्रगामी प्रयोग में वृद्धि हो सके।

इसमें कोई संशय नहीं कि कार्यालय में हिंदी के संवर्धन के लिए अनुकूल वातावरण तैयार करने में गृह पत्रिका “अंकुर” की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। इस पत्रिका को अपनी मौलिक रचनाओं से आलोकित करने वाले सभी रचनाकारों एवं प्रकाशक मंडल को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं।


तेग सिंह



शीशराम वर्मा

वरिष्ठ उप महालेखाकार (प्रशासन एवं यू.टी.)
कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी)
पंजाब एवं यू.टी., चंडीगढ़



संरक्षक का संदेश

मुझे यह जानकर प्रसन्नता हो रही है कि 'अंकुर' का 129 वां अंक प्रकाशित किया जा रहा है। यह प्रयास राजभाषा हिंदी के प्रति जागरूकता एवं समर्पण का प्रतीक है।

हिंदी हमारी राजभाषा है और हमें इसके अधिकतम प्रचार-प्रसार के लिए प्रयासरत रहना चाहिए। राजभाषा हिंदी में अधिक से अधिक कार्य करने के लिए हमने अनेक प्रयास किए हैं। इनमें कार्यालय में राजभाषा कार्यान्वयन समिति का गठन, तिमाही बैठकों का आयोजन, कार्यालय के कार्मिकों के लिए रुचिकर पुस्तकों का प्रबंध, प्रोत्साहन योजनाओं को लागू करना आदि शामिल हैं।

पत्रिका के प्रकाशन में अपना योगदान देने वाले सभी कार्मिकों और रचनाकारों को बधाई और उत्तरोत्तर प्रगति के लिए शुभकामनाएं।

शीशराम वर्मा



संपादकीय

भाषा मानवीय संस्कृति का एक अनुपम सृजन है। मानव सभ्यता के साथ-साथ भाषा के विकास की कहानियाँ जुड़ी हुई हैं। जो भाषा जनसाधारण की भाषा नहीं बनी, उसका विकास सिमित रहा और जो भाषा जनसाधारण की भाषा बनी उसका न सिर्फ व्यापक प्रसार हुआ बल्कि उसे विश्व पटल पर ख्याति मिली। भारत में हिंदी इस कसौटी पर खरी उतरती है। भारतीय संविधान का अनुच्छेद 351 हिंदी के विशाल हृदय को परिलक्षित करता है क्योंकि इसमें अन्य भाषाओं को आत्मसात करने की प्रवृत्ति है। हिंदी के इस विशाल हृदय के कारण यह न सिर्फ देश के कोने-कोने में बल्कि विदेशों में भी अपना स्थान बनाने में कामयाब हुई है। यह और बात है कि कई जगहों पर अभी भी इसके आंकड़ों के चिर-फाड़ की स्थिति बनी रहती है, जबकि इसके लिए नयापन और कल्पनाशीलता का होना नितान्त आवश्यक है।

आचार्य विनोबा भावे ने कहा था – “मैं मानता हूँ कि यदि मुझे हिंदी का ज्ञान न होता तो मुझे अपने विराट देश का परिचय न मिलता”। इंटरनेट की दुनिया ने हिंदी का विश्व-विस्तार किया है और हिंदी को बड़ी-बड़ी भाषाओं में शुमार करने की संभावनाओं से सुसज्जित किया है। अपनी व्यापकता और लोकप्रियता के कारण शासन, मीडिया, व्यापार आदि के क्षेत्रों में हिंदी का प्रयोग बढ़ रहा है। आधुनिक तकनीकी का लाभ उठाते हुए हमें भी अपने-अपने कार्यालयों में नवीनता ग्रहण का प्रयास करना चाहिए ताकि हिंदी को मूल रूप से अपनाया जा सके। माननीय महालेखाकार महोदय के प्रेरणात्मक शब्दों के द्वारा भी यही संदेश दिया जाता रहा है कि हिंदी को मूल रूप से अपनाने की आवश्यकता है और जब तक बहुत जरूरी न हो तब तक अनुवाद का सहारा लेने से बचा जाए।

कार्मिकों में रचनात्मकता की प्रतिभा को बढ़ाने और उन्हें प्रेरित करने में हिंदी गृह पत्रिकाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। अंकुर पत्रिका हमारे कार्यालयी कामकाज तथा महत्वपूर्ण गतिविधियों का दर्पण है। कार्यालयी गतिविधियों को शामिल करके इस पत्रिका को रोमांचक बनाने का प्रयास किया गया है। आशा है पाठकों को हमारा यह प्रयास पसंद आएगा।

जय हिंद! जय हिंदी!

राकेश रंजन मिश्रा
हिंदी अधिकारी

The background is a dense collage of various aged, yellowed, and stained documents. Some of the visible text includes "Dutch/Portuguese", "Val B...", and "12/12/1". There are also some small, dark rectangular objects, possibly stamps or seals, scattered across the papers. Overlaid on this collage is a large, white, stylized Hindi word with a black outline.

आलेख

ई-पेंशन प्रणाली



आशीष सिंह

पेंशनर्स सेवा के प्रति संकल्पित रहते हुए अत्यंत हर्ष का विषय है कि ई-पेंशन प्रणाली ने सफलतापूर्वक एक वर्ष पूरा कर लिया है। इस प्रणाली का क्रियान्वयन होना न केवल इस कार्यालय के पेंशन संकाय बल्कि पेंशन प्रणाली से जुड़े सभी हितधारकों (पेंशनर, पेंशन स्वीकृति प्राधिकारी व पेंशन संवितरण अधिकारी) के लिए एक सुखद, सुरक्षित एवं अद्भुत एहसास है। आज से ठीक एक वर्ष पूर्व इस कार्यालय - एवं पंजाब सरकार (वित्त विभाग) के अथक प्रयास के फलस्वरूप ऑनलाइन पेंशन का सपना साकार हो सका था। यूं तो आधिकारिक रूप से इसकी अधिसूचना दिनांक 28.03.2023 द्वारा ऑनलाइन पेंशन प्रणाली को दिनांक 01.04.2023 से लागू करने संबंधी आदेश निर्गत कर दिया गया था। तथापि, शुरुआती तकनीकी कारणों एवं पंजाब सरकार अधीनस्थ सभी पेंशन स्वीकृति प्राधिकारियों एवं कार्मिकों के प्रशिक्षण इत्यादि कारणों से यह प्रणाली मूर्त रूप में मई 2023 से लागू हो पाई थी। इस संदर्भ में आज मई 2024 में यह कहा जा सकता है कि ई पेंशन अभियान ने सफलतापूर्वक एक वर्ष पूरा कर लिया है।

ई-पेंशन प्रणाली के लागू होने से अनेकों प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष लाभ हुए हैं, जिनमें से कुछ महत्वपूर्ण लाभ इस प्रकार हैं:-

- (क) वास्तविक समय में पेंशन आवेदनों की प्राप्ति आई. एच. आर. एम. एस. से पी-एस. ए. आई. (P-S.A.I.) तक पहुँच रही है।
- (ख) मानक पेंशन प्रथाओं का प्रारूप आई. एच. आर. एम. एस. में शामिल होने से त्रुटियों में भारी गिरावट।
- (ग) पेंशनर्स सशक्तिकरण आई. एच. आर. एम. एस. के माध्यम से पेंशनर्स अपनी आई डी लॉग-इन कर अपना पेंशन आवेदन संबंधित पेंशन स्वीकृति प्राधिकारी को भेज सकते हैं।

(घ) पेंशन स्वीकृति प्राधिकारी अपने अधीनस्थ कार्मिकों के द्वारा पूर्ण पेंशन आवेदन मानक पेंशन प्रपत्रों में भरकर प्रारम्भिक जाँच एवं स्वीकृति आदेश सहित ए. जी. ऑफिस को ऑनलाइन माध्यम से भेज सकते हैं, जिससे वास्तविक समय (Real Time) में पेंशन आवेदनों की प्राप्ति संभव हो पाई है।

(च) ई-पेंशन भुगतान आदेश (ई पी पी ओ) दिनांक 04.03.2024 से डिजी लॉकर में भी शामिल किया जा रहा है, जहां से पेंशनर अपना ई पी पी ओ प्राप्त कर सकते हैं।

(छ) ऑनलाइन पेंशन लागू होने से डाक टिकट एयर फ्रेकिंग मशीन के मद में होने वाले खर्चों में भारी बचत हुई है। एक अनुमान के मुताबिक डाक खर्चों में करीब प्रतिशत की भारी कमी हुई है तथा पेंशन पुनरीक्षण आवेदन भी ऑनलाइन हो जाने से कम खर्च में और भी बचत की संभावना है।

(ज) ऑनलाइन माध्यम पर्यावरण को बढ़ावा देने में भी अत्यंत सहायक है। डिजिटल माध्यम के प्रयोग से पेंशन आवेदन में प्रयुक्त होने वाले कागज़ों की खपत आधे से भी कम हो गई है। ज्ञातव्य है कि कागज़ निर्माण में वनों और जल का भारी दोहन होता है, ऐसे में ऑनलाइन माध्यम वन संरक्षण की दिशा में भी मील का पत्थर साबित हो रहा है। एक अनुमान के मुताबिक सालाना लगभग 140 पेड़ और पाँच लाख लीटर जल की बचत हो रही है।

(झ) कार्यालय में पेंशन अभिलेखों के रख-रखाव तथा फ़ाइलों का बोझ कम होने से रिक्त हुए स्थान को अन्य प्रशासनिक कार्य के लिए उपयोग में लाया जा सकेगा।

आधुनिक युग में सूचना प्रौद्योगिकी आम जन जीवन का एक अनिवार्य अंग बन गया है। आम लोग विभिन्न सरकारी सुविधाओं का लाभ ऑनलाइन माध्यम से ले रहे हैं। ऐसे में ऑनलाइन पेंशन आवेदन की सुविधा भी डिजिटल इंडिया मिशन के अंतर्गत पेंशनर्स और पेंशन स्वीकृति प्राधिकारी दोनों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। ई-पेंशन से होने वाले अनेक लाभों को देखते हुए जल्द से जल्द पेंशन पुनरीक्षण के मामलों के विस्तार करने की भी बात चल रही है।

सूचना प्रौद्योगिकी का उपयोग पेंशन निपटान प्रक्रिया से जुड़े अन्य कार्यों में भी जैसे- पेंशन अभिलेख प्रबंधन, पेंशन डाक प्रबंधन, पेंशन शिकायत निवारण प्रणाली तथा पेंशन विधिक कार्य प्रबंधन इत्यादि में किया जा रहा है। इसके अलावा सूचना तकनीक के माध्यम से पेंशन की वर्तमान स्थिति कार्यालय की वेबसाइट पर दैनिक रूप से अपडेट की जा रही है। समय-समय पर एस. एम. एस. के माध्यम से भी पेंशनर्स के रजिस्टर्ड मोबाईल नंबर पर अलर्ट मैसेज भेजा जा रहा है।

पेंशन सत्यापन और प्राधिकरण का कार्य लेखा व हकदारी कार्यालय में एक विशिष्ट महत्व रखता है। पेंशन अनुभाग से प्राप्त हुए आवेदन, सेवा पुस्तिका और विभिन्न नियमों का अवलोकन और अनुपालन कर व्यावहारिक एवं सैद्धांतिक रूप से पेंशन सत्यापन का कार्य करती है। इसलिए उक्त कार्य में सूचना प्रौद्योगिकी का प्रयोग एक मजबूत, सशक्त और दूरगामी पहल है।

लेखा व हकदारी कार्यालय में पेंशन सत्यापन और प्राधिकरण का कार्य नागरिक सेवा के अंतर्गत आता है इसलिए हम सब का पेंशनर्स के प्रति एक विशेष दायित्व है। हमारे मुख्य कार्यालय का भी यह मानना है कि “पेंशनर हमेशा सही होता है।” अतः इस संबंध में नागरिक सेवा अधिकार के सुस्पष्ट दिशानिर्देश जारी किए गए हैं तथा हम सभी इस सिद्धांत पर पेंशन संबंधित कार्य करने के लिए सदैव तत्पर रहते हैं।

पेंशनर्स पेंशन संबंधी कार्यों के बारे में समय-समय पर पत्र लिखते रहते हैं। इस कार्यालय द्वारा उन पत्रों का समुचित समाधान कर जरूरी दिशा-निर्देश जारी किया जाता है इसलिए ई-पेंशन की तरह ही IHRMS में पत्राचार की सुविधा भी ऑनलाइन माध्यम से विकसित करने की परिकल्पना भी की जा सकती है, जिससे पेंशनर्स को एक ही पोर्टल पर सभी जरूरी सुविधाएं मसलन-ई पेंशन, ई पेंशन पुनरीक्षण तथा ई पेंशन पत्राचार जैसे सारे विकल्प एक साथ उपलब्ध हो सकें। IHRMS को पूर्ण रूप से विकसित कर पेंशनर्स की सुविधा, साख और सद्भावना को और भी मजबूत किया जा सकता है।

पेंशन समाधान प्रक्रिया में निम्नलिखित तीन मुख्य भाग होते हैं-

1. पेंशन स्वीकृति प्राधिकारी द्वारा पेंशन आवेदन की स्वीकृति उपरांत महालेखाकार कार्यालय में भेजा जाना।
2. लेखा कार्यालय द्वारा पेंशन सत्यापन और प्राधिकरण उपरांत पेंशन भुगतान आदेश (EPPO) का IHRMS में अपलोड किया जाना।
3. पेंशन संवितरण अधिकारी/ जिला खजाना अधिकारी निर्धारित राष्ट्रीयकृत बैंकों के माध्यम से पेंशन का यथोचित समयानुसार भुगतान सुनिश्चित किया जाना है।

वर्तमान समय में उपर्युक्त 1 तथा 2 प्रक्रिया को ऑनलाइन किया जा चुका है। समय आ गया है कि अंतिम और महत्वपूर्ण भाग जो कि जिला खजाना और बैंक के बीच लगने वाले समय को भी काम करने की दिशा में सूचना तकनीक का प्रयोग कर पेंशन भुगतान में लगने वाले समायान्तराल को कम कर निर्धारित समय में शत प्रतिशत पेंशन भुगतान पूर्ण रूप से सुनिश्चित किया जा सके।

अंत में एक बार फिर ऑनलाइन पेंशन के पहले वर्ष पूर्ण होने की ढेर सारी बधाइयाँ और शुभकामनाएं। मुझे आशा ही नहीं पूर्ण विश्वास है कि जल्द ही यह पहल एक स्थाई, व्यापक और दूरगामी परिणाम देने में सहायक सिद्ध होगी।

हिंदी हमारे राष्ट्र की अभिव्यक्ति का सरलतम स्रोत है
- सुमित्रानंदन पंत

ग्रामीण विकास



जिशन खान

भारतीय गाँवों का विकास:-

भारत एक विविध देश है जिसमें शहरों के साथ ही गाँवों का भी महत्वपूर्ण स्थान है। गाँवों के विकास से ही देश की आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक उन्नति हो सकती है। भारत की अधिकांश आबादी गाँवों में

निवास करती है। गाँवों की आधारशिला भारतीय समाज की नींव होती है। यहाँ पर लोग अपना जीवन व्यतीत करते हैं और कृषि, पशुपालन और अन्य छोटे व्यवसायों से आर्थिक उत्पादन करते हैं। गाँवों में सामाजिक संरचना गहराई से ग्रामीण परंपराओं, संस्कृतियों और गरीबी के आधार पर निर्मित होती है।

गाँव की खूबसूरती:-

प्रकृति की सुंदरता: गाँव की खूबसूरती का सबसे महत्वपूर्ण अंग प्राकृतिक सौंदर्य है। गाँवों के चारों ओर हरियाली बिखरी होती है और वहाँ की सुबह की ठंडी हवा, खेतों की खुशबू और पक्षियों का चहचहाना मन को आनंदित कर देता है। पहाड़ों की छाया, नदियों का बहाव और हरियाली से भरे मैदान गाँवों को और भी आकर्षक बनाते हैं। गाँवों में सड़कों के किनारे बसे खेत और उनमें उगी फसलों की खुशबू गाँव के खूबसूरत वातावरण को और भी सुंदर बनाती है। गाँवों में स्थित झीलें, बावड़ियाँ और कुएं उनकी प्राकृतिक खूबसूरती को चार चाँद लगाते हैं। गाँवों में उपलब्ध शांति और स्थिरता भी उन्हें विशेष बनाती है, जिससे वहाँ के लोगों का जीवन शांत और सुकून भरा होता है।

स्थानीय संस्कृति और कहानियाँ : गाँवों में स्थानीय संस्कृति का संचार किया जाता है जो उनकी अनूठी पहचान को और भी विशेष बनाता है। गाँवों में लोक संगीत, नृत्य, कथाएं, और उत्सवों का आयोजन किया जाता है जो स्थानीय रहन-सहन को दिखाता है। यहाँ के लोगों की भावनाओं को बयान करने

के लिए लोक कला का उपयोग किया जाता है जो गाँवों को उनके विशेष स्वरूप में रूपांतरित करता है। गाँव की सांस्कृतिक खूबसूरती को उनके पर्व-त्योहार, लोक नृत्य, गायन और कला के माध्यम से दर्शाया जाता है। गाँवों में हर साल मनाए जाने वाले उत्सव, मेले गाँव की जीवनशैली को और भी रंगीन बनाते हैं। इन उत्सवों में कुश्ती, खेल और अन्य आयोजनों का प्रदर्शन होता है, जो गाँव की खासियत को दर्शाता है।

ऐतिहासिक स्थल: गाँव की खूबसूरती में उसकी प्राकृतिक सुंदरता के साथ-साथ उसकी सांस्कृतिक और ऐतिहासिक विरासत भी अलग ही भूमिका निभाती है। गाँवों में अक्सर प्राचीन मंदिर, किले और स्मारक होते हैं जो उनके ऐतिहासिक और सांस्कृतिक मूल्य को बखूबी दर्शाते हैं। ये स्थल आमतौर पर पर्यटन के केंद्र होते हैं और उन्हें देखने के लिए लोग गाँवों का दौरा करते हैं।

ग्रामीण जीवनशैली: गाँव की जीवनशैली सरलता और सादगी से भरी होती है जो उसकी खूबसूरती को और भी बढ़ा देती है। गाँवों में जीवन का धार्मिक और सामाजिक पहलू भी होता है जो उन्हें विशेष बनाता है। गाँव की सड़कें, खेत और नीम के पेड़ भी उसकी खूबसूरती को बढ़ाते हैं।

स्वतंत्रता के बाद भारतीय गाँवों की स्थिति:-

स्वतंत्रता पूर्व भारतीय गाँव बड़े ही परंपरागत और सामाजिक संरचना का हिस्सा थे। वहाँ के लोगों का जीवन सीमित साधनों पर आधारित था। परंपरागत तरीके से कृषि, पशुपालन और हस्तकला इन गाँवों के आधार थे।

स्वतंत्रता के बाद भारतीय गाँवों की स्थिति में कई परिवर्तन आए। पहले शिक्षा, स्वास्थ्य और अन्य सुविधाओं की कमी थी। लेकिन इसके बाद सरकार ने गाँवों में विभिन्न योजनाओं की शुरुआत की। गाँवों में स्वच्छता, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं का व्यापक विकास हुआ। इसके अलावा कृषि

और पशुपालन को बेहतर तकनीकी और साधनों की पहुंच मिली। इन सभी बदलावों ने गाँवों के आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक विकास में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

इसके अलावा, सरकार ने गाँवों के विकास के लिए अनेक कार्यक्रम चलाए। ग्रामीण क्षेत्रों में बुनियादी सुविधाओं की व्यापक पहुंच को बढ़ावा दिया गया। इनमें स्वच्छता, पानी, बिजली और सड़कों की व्यापकता शामिल है। ये सभी उपाय गाँवों के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

स्वतंत्रता के बाद भारतीय गाँवों की स्थिति में कई सकारात्मक बदलाव आए हैं, लेकिन अभी भी काफी काम बाकी है। गाँवों की स्थिति को सुधारने के लिए सरकार, सामाजिक संगठन और व्यक्तिगत स्तर पर भी सभी का सहयोग आवश्यक है।

भारतीय गाँवों की समस्याएँ:-

भारतीय गाँवों को कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। यहाँ कुछ मुख्य समस्याएँ हैं:

1. अनियमित जल आपूर्ति: बढ़ती आबादी और जल संकट के कारण गाँवों में जल संकट की समस्या है।
2. स्वच्छता की कमी: गंदगी और स्वच्छता की कमी से रोग प्रसारित होने का खतरा है।
3. शिक्षा की कमी: गाँवों में शिक्षा की उपलब्धता में कमी है, जिससे लोगों का विकास रुका रहता है।
4. आर्थिक असमानता: गाँवों में आर्थिक संरचना में असमानता और गरीबी की समस्या है।
5. असमान विकास: गाँवों में असमान विकास की समस्या है, कुछ क्षेत्रों में सामाजिक और आर्थिक सुधार हुआ है जबकि कुछ क्षेत्रों में यह सुधार नहीं हुआ है।

गाँवों के विकास के लिए निम्नलिखित उपाय अपनाए जा सकते हैं:

1. जल संरक्षण और जल संचार की प्रणाली को मजबूत करना।

2. स्वच्छता अभियानों को बढ़ावा देना और सार्वजनिक स्वच्छता सुविधाएँ उपलब्ध कराना।
3. गाँवों में शिक्षा की उपलब्धता को बढ़ाने के लिए सरकार को शिक्षा संबंधी योजनाओं को बढ़ावा देना चाहिए, जैसे कि गाँवों में स्कूल और कॉलेज की सुविधाओं को मजबूत करना और गाँवों में अतिरिक्त शिक्षकों की नियुक्ति करना।
4. गाँवों में औद्योगिकीकरण को बढ़ावा देना। सरकार को गाँवों में उद्योगों को स्थापित करने और रोजगार के अवसर प्रदान करने के लिए नीतियों को अधिक सक्रिय एवं मजबूत बनाना चाहिए।
5. कृषि क्षेत्र में प्रौद्योगिकी के लागू होने से गाँवों में आर्थिक विकास हो सकता है। सरकार को कृषि विकास के लिए नई एवं उत्तम तकनीकों को प्रोत्साहित करना चाहिए।
6. सामाजिक और आर्थिक असमानता को कम करने के लिए सरकार को गाँवों में सामाजिक सुरक्षा योजनाओं को मजबूत करना चाहिए। गरीब और असमर्थ वर्गों को आर्थिक सहायता प्रदान करने और सामाजिक योजनाओं का लाभ पहुँचाने के लिए योजनाओं को व्यापक करना चाहिए।
7. स्वास्थ्य सेवाओं की पहुँच को बढ़ाना। गाँवों में स्वास्थ्य सेवाओं की कमी होती है, जिससे लोग बीमारियों से जूझते रहते हैं। सरकार को गाँवों में स्वास्थ्य संरचना को मजबूत करने और डॉक्टरों, नर्सों और अन्य स्वास्थ्य कर्मियों की उपलब्धता को बढ़ाने की जरूरत है।
8. गाँवों में अधिक सामाजिक और सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन करना। यह सामाजिक और सांस्कृतिक कार्यक्रम लोगों को एक साथ आने और गाँव के विकास में सहयोग करने का माध्यम प्रदान करते हैं।

भारतीय गाँवों के विकास की आवश्यकता:-

भारतीय गाँवों का विकास अत्यंत आवश्यक है। यहाँ न केवल आर्थिक विकास की जरूरत है, बल्कि यहाँ का सामाजिक और सांस्कृतिक विकास भी महत्वपूर्ण है। भारत के गाँवों में

जनसंख्या का बढ़ता दबाव है, जिससे गाँवों की आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक संरचना पर अधिक दबाव पड़ता है। इसलिए गाँवों के विकास को संपूर्ण देश के विकास का महत्वपूर्ण हिस्सा माना जाना चाहिए। गाँवों में समृद्धि और समानता की स्थापना केवल वहाँ के लोगों की ही नहीं बल्कि पूरे राष्ट्र की उन्नति के लिए भी आवश्यक है।

भारतीय गाँवों का विकास हमारे राष्ट्रीय विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। इन गाँवों में बसे लोगों की सांस्कृतिक धरोहर, जीवनशैली और अनुभव हमारे समाज को विविध बनाते हैं। गाँवों में विकास के माध्यम से ही हम असमानता को कम कर सकते हैं और समाज में समरसता और एकता को प्रोत्साहित कर सकते हैं।

भारतीय सरकार ने गाँवों के विकास के लिए कई योजनाएँ शुरू की हैं। यहाँ कुछ प्रमुख सरकारी योजनाओं का उल्लेख है:

1. महात्मा गाँधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी योजना (MGNREGA): यह योजना गाँवों में रोजगार के अवसर प्रदान करने के लिए शुरू की गई है। इसके अंतर्गत, ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों को 100 दिनों के लिए नौकरी उपलब्ध कराई जाती है।
2. प्रधानमंत्री आवास योजना (PMAY-ग्रामीण): इस योजना के अंतर्गत, गाँवों में गरीबी रेखा के नीचे रहने वाले परिवारों को सस्ते और सुरक्षित आवास प्रदान किए जाते हैं।
3. राष्ट्रीय कृषि विकास योजना (RKVY): यह योजना गाँवों में कृषि विकास को प्रोत्साहित करने के लिए शुरू की गई है। इसके तहत, कृषि विभाग अधिकारियों, किसानों और कृषि कर्मियों को तकनीकी सहायता, प्रशिक्षण और वित्तीय सहायता प्रदान करता है।
4. राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन (NRHM): इस योजना के अंतर्गत, गाँवों में स्वास्थ्य सेवाओं की पहुँच को बढ़ावा दिया जाता है। यह ग्रामीण क्षेत्रों में रोग से लड़ने की क्षमता को बढ़ाने, माता और शिशु स्वास्थ्य का

- सुधार करने और अन्य स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करता है।
5. प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना (PMGSY): यह योजना गाँवों में सड़कों की अवस्था को सुधारने के लिए शुरू की गई है। इसके तहत, गाँवों को मुख्य और उप-मुख्य सड़कों से जोड़ने का काम किया जाता है।
6. देवेंद्र फडणवीस योजना: यह योजना महाराष्ट्र राज्य में गाँवों के विकास के लिए शुरू की गई है। इसका मुख्य उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्रों में बुनियादी सुविधाओं की पहुँच को सुनिश्चित करना है।
7. उज्ज्वला योजना: इस योजना के तहत, ग्रामीण महिलाओं को मुफ्त गैस सिलेंडर प्रदान किया जाता है, जिससे उनकी स्वास्थ्य और सुरक्षा को बढ़ावा मिलता है।
8. स्वच्छ भारत अभियान (ग्रामीण): इस अभियान के तहत, गाँवों में साफ-सफाई, नल-जल योजनाएँ, और स्वच्छता को प्रोत्साहित किया जाता है।
9. अंत्योदय योजना: इस योजना के अंतर्गत, ग्रामीण क्षेत्रों में गरीबी रेखा के नीचे रहने वाले लोगों को आर्थिक सहायता प्रदान की जाती है।

इन योजनाओं के माध्यम से, सरकार गाँवों के विकास में सहायता कर रही है और ग्रामीण क्षेत्रों को सशक्त बनाने का प्रयास कर रही है।

वित्तीय समावेशन के लिए कुछ प्रमुख सरकारी योजनाओं का उल्लेख निम्नलिखित है:

1. प्रधानमंत्री जन-धन योजना: यह योजना वित्तीय समावेशन को बढ़ावा देने के लिए शुरू की गई है। इसके तहत, गरीब और वंचित वर्गों को निःशुल्क बैंक खाता प्रदान किया जाता है ताकि वे वित्तीय सेवाओं का लाभ उठा सकें।
2. अटल पेंशन योजना: इस योजना के अंतर्गत, गरीब और निर्धन वर्गों को निःशुल्क पेंशन प्रदान की जाती है ताकि उनका आर्थिक संघर्ष कम हो सके।
3. भारतीय जन डेवलपमेंट योजना (आधार): आधार कार्ड की मदद से लोगों को वित्तीय सेवाओं और

- सब्सिडियों का लाभ प्राप्त करने में मदद की जाती है।
4. प्रधानमंत्री मुद्रा योजना: यह योजना छोटे व्यापारियों को वित्तीय सहायता प्रदान करती है ताकि वे अपना व्यापार शुरू कर सकें या उसे बढ़ा भी सकें।
 5. सुकन्या समृद्धि योजना: इस योजना के अंतर्गत, लड़कियों के भविष्य के लिए बचत खाता खोलने की सुविधा प्रदान की जाती है, जिससे उनका आर्थिक विकास हो सके।

इन योजनाओं के माध्यम से, सरकार वित्तीय समावेशन को बढ़ावा देने का प्रयास कर रही है और विभिन्न वर्गों को वित्तीय सेवाओं का लाभ उठाने में सहायता प्रदान कर रही है। इन्हीं योजनाओं से गाँवों के लोगों को आर्थिक सहायता, तकनीकी ज्ञान, और सामाजिक सुरक्षा की सुविधा प्रदान की जा रही है। ग्रामीण क्षेत्रों में स्वयं सहायता समूहों की स्थापना और गाँव सभाओं का गठन भी सशक्तिकरण की दिशा में महत्वपूर्ण योगदान प्रदान कर रहा है।

गाँव के विकास का मुख्य उद्देश्य उनकी आर्थिक, सामाजिक और आधारिक सुविधाओं को सुनिश्चित करना है। गाँवों में शिक्षा, स्वास्थ्य, पर्यावरण संरक्षण और रोजगार के अवसरों को बढ़ावा देना ग्रामीण जनता के जीवन को सुधारने में मदद करता है।

गाँवों का विकास उसके प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण के साथ-साथ सामाजिक संरचना, उत्पादन व्यवस्था और

प्रबंधन को भी सुनिश्चित करना है। समाज में समानता, न्याय और सहिष्णुता के सिद्धांतों का पालन किया जाना चाहिए ताकि हर व्यक्ति ग्रामीण समाज के विकास में समाहित हो सके। अत्यंत महत्वपूर्ण है कि हम गाँवों की खूबसूरती को संरक्षित रखें और उन्हें विकसित करने के लिए उपाय करें। गाँवों की सफाई, पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक विकास इसमें महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। गाँव की खूबसूरती को बरकरार रखने के लिए सरकार, सामाजिक संगठन और व्यक्तिगत स्तर पर सहयोग की आवश्यकता है। गाँवों की स्थिति को सुधारने के लिए सरकार को और भी कठिन प्रयास करने की आवश्यकता है। गाँवों में शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं की व्यापकता को बढ़ाने के साथ-साथ कृषि और उद्योग क्षेत्र में नई योजनाओं को लागू किया जाना चाहिए। साथ ही सामाजिक न्याय को बढ़ावा देने के लिए भी कदम उठाने चाहिए।

गाँवों के विकास का मार्ग निश्चित रूप से लंबा और चुनौतीपूर्ण है, लेकिन हम सभी को साथ मिलकर अपनी जिम्मेदारियों को अच्छे से निभाना चाहिए ताकि हम सभी का भविष्य सुरक्षित हो सके। इस प्रकार, गाँवों का विकास हमारे सुंदर भविष्य की एक महत्वपूर्ण नींव है। इसलिए हम सभी को मिलकर गाँवों के विकास के लिए साथ मिलकर काम करना चाहिए। यही हमारे गाँवों की आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक उन्नति का मार्ग हो सकता है।

प्रांतीय ईर्ष्या-द्वेष को दूर करने में जितनी सहायता
इस हिंदी प्रचार से मिलेगी, उतनी दूसरी किसी चीज़ से नहीं मिल सकती
- सुभाषचंद्र बोस

डिप्रेशन



संजय कुमार मीना

डिप्रेशन या अवसाद एक मानसिक स्थिति है जिसमें व्यक्ति अत्यधिक उदासी, नकारात्मकता और निराशा का अनुभव करता है। यह केवल एक नॉर्मल उदासी नहीं है। बल्कि यह एक गंभीर मानसिक स्वास्थ्य से सम्बंधित समस्या है जो व्यक्ति

के जीवन में विभिन्न पहलुओं को प्रभावित कर सकती है।

डिप्रेशन के कारण

डिप्रेशन के कई संभावित कारण हो सकते हैं, जिनमें जैविक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कारक शामिल हैं।

1. जैविक कारण

जैविक कारणों में मस्तिष्क के रासायनिक असंतुलन, आनुवांशिक प्रवृत्ति और हार्मोनल परिवर्तन शामिल हैं। मस्तिष्क में न्यूरोट्रांसमीटर जैसे कि सेरोटोनिन, डोपामिन और नोरेपिनेफ्रिन के असंतुलन को डिप्रेशन का प्रमुख कारण माना जाता है। इसके अलावा, परिवार में डिप्रेशन का इतिहास होने पर व्यक्ति में इसके विकसित होने की संभावना बढ़ जाती है।

2. मनोवैज्ञानिक कारण

मनोवैज्ञानिक कारणों में तनावपूर्ण जीवन घटनाएं, बचपन की कठिनाइयां, प्रेम प्रसंगों में मनमुटाव, आत्म-सम्मान की कमी और नकारात्मक सोच की प्रवृत्ति शामिल हैं। व्यक्तिगत जीवन में किसी बड़े नुकसान, जैसे कि प्रियजन की मृत्यु, दिल टूटना, अपनी प्रेमिका से अलग हो जाना, तलाक या बेरोजगारी का सामना करने पर डिप्रेशन हो सकता है।

3. सामाजिक कारण

सामाजिक कारणों में सामाजिक अलगाव, सामाजिक दबाव, समाज में पीढ़ीगत कलंक और खराब पारिवारिक या

सामाजिक संबंध शामिल हैं। समाज में अकेलापन और समर्थन की कमी व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं।

डिप्रेशन के लक्षण

डिप्रेशन के लक्षण हर एक व्यक्ति में अलग अलग भिन्न हो सकते हैं, लेकिन कुछ सामान्य लक्षण निम्नलिखित हैं:

1. भावनात्मक लक्षण

अत्यधिक उदासी या खालीपन की भावना।

आत्म-सम्मान की कमी और आत्म-आलोचना।

निराशा और नकारात्मकता की भावना।

आत्महत्या के विचार या प्रयास।

2. शारीरिक लक्षण

थकान होना और ऊर्जा की कमी, हमेशा आराम की जरूरत।

नींद में समस्या, जैसे कि अनिद्रा या अत्यधिक नींद।

भूख में परिवर्तन, वजन बढ़ना या घटना।

शारीरिक दर्द और परेशानी, जैसे कि सिरदर्द, पेट दर्द आदि।

3. कौंजीनेटिव लक्षण

ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई।

निर्णय लेने में समस्या।

याददाश्त में कमी।

डिप्रेशन के प्रभाव

1. व्यक्तिगत प्रभाव

डिप्रेशन व्यक्ति के जीवन के हर पहलू को प्रभावित कर सकता है। यह कार्यक्षमता, व्यक्तिगत संबंध और दैनिक जीवन की गतिविधियों को बाधित कर सकता है। डिप्रेशन के कारण व्यक्ति आत्महत्या तक कर सकता है, जिससे आदमी

मर सकता है।

2. सामाजिक प्रभाव

सामाजिक स्तर पर, डिप्रेशन का प्रभाव बढ़ा हो सकता है। यह कार्यस्थल पर उत्पादकता को कम कर सकता है, जिससे आर्थिक नुकसान हो सकता है। इसके अलावा, परिवार और दोस्तों पर भी इसका नकारात्मक प्रभाव पड़ता है, क्योंकि वे अपने प्रियजन की स्थिति को समझने और समर्थन देने की कोशिश में मानसिक और भावनात्मक दबाव का सामना करते हैं।

डिप्रेशन का उपचार

डिप्रेशन का उपचार कई तरीके से हो सकता है, जिसमें दवाएं, मनोचिकित्सा और जीवनशैली में परिवर्तन शामिल हैं।

1. दवाएं

एंटीडिप्रेसेंट दवाएं मस्तिष्क में रासायनिक असंतुलन को ठीक करने में मदद कर सकती हैं। इन्हें केवल डॉक्टर की सलाह पर ही लिया जाना चाहिए, क्योंकि इनके साइड इफेक्ट्स भी हो सकते हैं।

2. मनोचिकित्सा

मनोचिकित्सा, जैसे कि संज्ञानात्मक व्यावहारिक थेरेपी (CBT), व्यक्ति की नकारात्मक सोच और व्यवहार को बदलने में मदद करती है। इसके अलावा, इंटरपर्सनल थेरेपी (IPT) और साइकोडायनामिक थेरेपी भी उपयोगी हो सकती हैं।

3. जीवनशैली में परिवर्तन

स्वस्थ जीवनशैली अपनाना भी डिप्रेशन के प्रबंधन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। नियमित व्यायाम, स्वस्थ आहार, पर्याप्त नींद और तनाव प्रबंधन की तकनीकें डिप्रेशन के लक्षणों को कम कर सकती हैं। सामाजिक समर्थन प्रणाली भी महत्वपूर्ण है। परिवार और दोस्तों के साथ समय बिताना और उनके समर्थन को स्वीकार करना व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में मदद कर सकता है।

4. डिप्रेशन के प्रति समाज की भूमिका

समाज की भूमिका भी डिप्रेशन के प्रति महत्वपूर्ण है। समाज को डिप्रेशन के प्रति जागरूकता फैलानी चाहिए और इसे एक सामान्य और गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्या के रूप में मान्यता देनी चाहिए। मानसिक स्वास्थ्य के प्रति कलंक और पूर्वाग्रह को कम करना आवश्यक है ताकि व्यक्ति बिना किसी हिचकिचाहट के मदद ले सके, जिससे आदमी बेहिचक अपनी समस्या बता सके।

5. शिक्षा और जागरूकता

स्कूलों, कॉलेजों और कार्यस्थलों में मानसिक स्वास्थ्य शिक्षा को किताबों में शामिल करना चाहिए। जागरूकता अभियानों के माध्यम से लोगों को डिप्रेशन के लक्षण, कारण और उपचार के बारे में जानकारी दी जा सकती है।

6. समर्थन प्रणाली

समाज को एक मजबूत समर्थन प्रणाली प्रदान करनी चाहिए, जिसमें मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं आसानी से उपलब्ध हों। हेल्पलाइंस, काउंसलिंग सेंटर और सामुदायिक समर्थन समूहों का विस्तार करना चाहिए ताकि अधिक से अधिक लोग इन सेवाओं का लाभ उठा सकें।

डिप्रेशन एक गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्या है जो व्यक्ति के जीवन के हर पहलू को प्रभावित कर सकती है। इसके जैविक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कारण हो सकते हैं, और इसके लक्षण भी व्यापक हो सकते हैं। डिप्रेशन का प्रभाव व्यक्ति और समाज दोनों पर गहरा होता है, लेकिन उचित उपचार और समाज की समर्थन प्रणाली के माध्यम से इसे प्रबंधित किया जा सकता है।

समाज की भूमिका महत्वपूर्ण है और हमें मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता फैलानी चाहिए, ताकि डिप्रेशन से पीड़ित व्यक्ति बिना किसी संकोच के मदद ले सके। मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच बढ़ाना और समर्थन प्रणाली को मजबूत करना आवश्यक है, ताकि हर व्यक्ति स्वस्थ और खुशहाल जीवन जी सके।

मातृ भाषा और अस्तित्व



राकेश वर्मा

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है और समाज में अपने विचारों, भावों एवं जरूरतों का आदान-प्रदान भाषा के माध्यम से ही होता है। भाषा न केवल विचारों के आदान-प्रदान से संबंधित है बल्कि भाषा मनुष्य का सांस्कृतिक विकास भी करती है।

संस्कृति हमारी परंपरागत तरीके से चल रही है। अनुभव, त्योहार, आमोद-प्रमोद के साधन, आदतों, रहने-सहने के ढंग आदि को निरूपित करती है। मनुष्य को अपनी भाषा एवं संस्कृति को भूलना नहीं चाहिए बल्कि उसका प्रचार और प्रसार करना चाहिए। भाषा आपकी मौलिकता को दर्शाती है। हमारे देश में 28 राज्य और 8 केंद्रशासित प्रदेशों में लाखों-हजारों प्रकार की बोलियाँ एवं भाषाएं प्रचलित हैं। बोली और भाषा में अंतर सिर्फ इतना है जब हम अपनी बोली को लिखकर दूसरों तक पहुंचाते हैं तो वह बोली भाषा का रूप ले लेती है। आज हमारे देश में हिंदी को राजभाषा के रूप में मान्यता प्राप्त है राष्ट्र भाषा के रूप में नहीं। राजभाषा एवं राष्ट्रभाषा में मूलभूत अंतर सिर्फ इतना है कि किसी राज्य में सरकारी कामकाज के लिए प्रयोग में ली जाने वाली भाषा राजभाषा होती है जबकि राष्ट्र के सभी लोगों द्वारा बोली एवं लिखी जाने वाली भाषा राष्ट्र भाषा होती है।

भाषा इतनी सशक्त एवं विलक्षण होती है कि उसके द्वारा आपके क्रियाकलाप एवं संस्कृति का निर्धारण हो जाता है। अपनाई गई भाषा और मातृभाषा में बहुत अंतर होता है। मातृभाषा में आपको निखरने एवं संवरने का भरपूर मौका मिलता है जबकि अपनाई गई भाषा व्यापारिक होती है। व्यापार या मार्केट का भाषा से क्या लेना है आप सोचते होंगे ऐसा नहीं है। व्यापार भाषा को नियंत्रित और निर्धारित करता है या कर सकता है। जैसे आज के समय में विश्व में अंग्रेजी भाषा का बहुत महत्त्व है। विश्व में अधिकतर बाजार नियंत्रित क्रियाएं अंग्रेजी भाषा के माध्यम से होती हैं। इसलिए अंग्रेजी भाषा अंग्रेजों के सशक्तिकरण को भी प्रदर्शित करती है। हर

कोई सशक्त व्यक्ति भाषा एवं क्रियाकलाप को अपनाना चाहता है। आज के दौर में हम अंग्रेजी को व्यावसायिक भाषा कहें तो गलत नहीं होगा। व्यवसाय हमारी जरूरत है परंतु क्या यह क्रियाकलाप हमारी अपनी भाषा एवं संस्कृति के माध्यम से नहीं होना चाहिए? इससे क्या फायदा होगा लोग यह सोचते हैं कि कार्यालय में अपनाई गई अंग्रेजी भाषा में कार्य करने से उनकी सोच, बौद्धिकता, विलक्षणता एवं प्रभावशीलता में कोई फ़र्क नहीं पड़ता है। परंतु यह सत्य नहीं है पराधीन भाषा, पराधीन संस्कृति, पराधीन स्मृति एवं पराधीन स्मारक सदैव हमें गुलामी की जंजीरों में जकड़े रहते हैं। इसीलिए हमें कभी भी पराधीनता के चिह्न को बढ़ावा नहीं देना चाहिए। इससे आपकी मौलिकता, मौलिक विचारों का क्षरण होता जाता है और आपके अस्तित्व और अस्मिता पर भी प्रश्नचिह्न खड़ा कर देता है। भाषा मौलिकता एवं मौलिक विचार से कैसे हमारे समाज, राष्ट्र एवं संस्कृति को प्रभावित करती है। इस विषय पर मैं आपको एक कहानी सुनाता हूँ।

किसी जमाने में सूरदास जी का प्रादुर्भाव होता है। यह ब्रज क्षेत्र के रहने वाले थे और जन्म से अंधे थे। सूरदास जी ने जन्मांध होने के बावजूद भगवान कृष्ण की महिमा का गुणगान जिस प्रभावशाली तरीके से ब्रज शैली में किया उससे न केवल ब्रज क्षेत्र परंतु पूरे उत्तर भारत में एक क्रांति आ गई और इस पूरे क्षेत्र में ब्रज भाषा का व्यापक प्रचार एवं प्रसार हुआ। जिसे आज भी हर कोई उसी रूप में पढ़ना एवं गाना चाहता है जिस रूप में सूरदास जी ने गाया। यह सिर्फ आपकी अपनी भाषा की वजह से हो सकता है। यदि आप किसी दूसरे की भाषा को कंठस्थ करके अपने कार्यों को करेंगे तो सिर्फ आपका निर्वहन होगा विकास नहीं। कहने का मतलब सांस लेने और जीने में बड़ा फ़र्क होता है। आँसू और पसीने में बड़ा फ़र्क होता है। अरे मुर्दा घड़ियों की तरह वक्त बिताने वालों, निर्वहन और प्रगति के अंतर को समझिए तथा अपने भावों, मौलिक दृष्टिकोणों एवं अपनी संस्कृति को अपनी ही भाषा के माध्यम से पंख देने का प्रयास समर्पण से सिद्धि तक करें, जिससे आपका चहुँमुखी विकास हो और दूसरे लोग आपकी तरह सोचने, करने एवं आपको अपनाने के लिए विवश हों।

मोबाइल और समाज में परिवर्तन



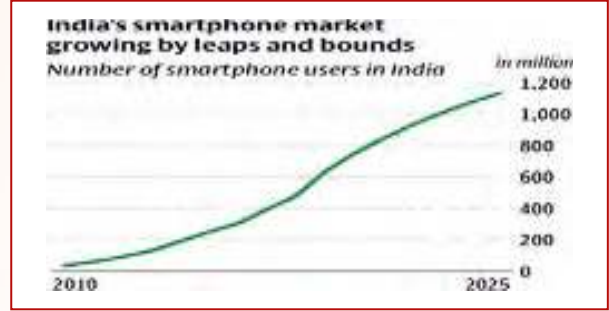
राहुल वर्मा

वर्तमान युग डिजिटलिकरण का युग है, जहां सभी देश वैज्ञानिक क्षेत्र में वरीयता प्राप्त करने के लिए प्रतिस्पर्धा में जुटे हुए हैं एवं विज्ञान से संबंधित संसाधनों का कुशलतम उपयोग व उपभोग कर रहे हैं। इस दौड़ में देश के सभी क्षेत्र के लोग शामिल हैं चाहे

वे युवा हों या वृद्ध, संगठित क्षेत्र से हों या असंगठित क्षेत्र से, आम हों या बुर्जुआ। इन साधनों में कंप्यूटर, इलेक्ट्रॉनिक्स व संचार के साधन क्रांतिकारी परिवर्तन कर महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।

मोबाइल के कदम ने संचार की दुनिया में क्रांति ला दी है। 1990 के दशक से मोबाइल की विभिन्न स्टेज 1G, 2G, 3G, 4G और अब 5G ने अपनी दस्तक दे दी है। मोबाइल शुरूआती दौर में संचार के साधन के तौर पर आविष्कार माना जाता था परन्तु जैसे-जैसे मोबाइल की नई पीढ़ी का आगमन हुआ, मोबाइल संचार के साथ-साथ मल्टीटास्किंग डिवाइस बन चुका है। मोबाइल ने समाज को नई दिशा दिखाई है। घर बैठे जरूरी काम किये जा सकते हैं, ये छोटे कंप्यूटर हैं जो बैंकिंग, संचार, नेट सर्फिंग, लेखन, मनोरंजन व कार्यालयीन कार्य आदि करने में सक्षम हैं। इसकी आवश्यकता, उपयोगिता तथा प्रभाव का अंदाज़ा इसी बात से लगाया जा सकता है कि 1990 के दशक से आरम्भ होकर वर्तमान समय तक भारत में सेलफोन का उपयोग समाज के उच्च तबकों से आरम्भ होकर निम्नतम तबकों तक, सरकारी-गैर सरकारी संस्थानों में, बूढ़ों तथा बच्चों तक सभी में समान रूप से पर्याप्त प्रचलित हो चुका है। यह समाज सामाजिक संबंधों, रिवाजों, प्रत्यक्ष भावनाओं का न होकर मोबाइल फोन का एक विस्तृत नेटवर्क बन चुका है।

भारत में लगभग 1 बिलियन से ज्यादा लोग मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं तथा यह आंकड़ा 2040 तक 1.5 बिलियन के पार जाने की संभावना है। भारत में औसतन एक परिवार में



एक से ज्यादा मोबाइल फोन हैं और संगठित क्षेत्रों में काम करने वाले लोगों के परिवारों में तो लगभग सभी सदस्यों के पास अपना स्मार्ट फोन है।

एक जमाना था जब मोबाइल फोन का मतलब केवल बात करना था। यह एक आश्चर्य की तरह था क्योंकि इसे हाथ में लेकर कहीं भी आ-जा सकते हैं। यह एक सचल डिवाइस है लेकिन अब मोबाइल फोन का उपयोग बदल गया है, स्वरूप बदल गया है, इसकी उपयोगिता बदल गई है, यह जीवन का अभिन्न अंग बन चुका है। अब सिर्फ फोन करने या सुनने का साधन नहीं बल्कि यह एक साथ कई इलेक्ट्रॉनिक्स गैजेट्स का काम संगठित है। इसने लगभग दुनिया को समेट दिया है। खुद के देश की भौगोलिक सीमा के बाहर भी वार्ता, विडियो कॉल सब संभव हो गया है।

इसकी लोकप्रियता के प्रचलन तथा प्रयोग ने मोबाइल एक ओर जहाँ समाज को जोड़ने की एक महत्वपूर्ण कड़ी के रूप में स्थापित किया है वहीं यह एक भविष्य में चिंता का विषय भी है, जहां मोबाइल के सभी सकारात्मक पक्ष हैं वहीं कुछ महत्वपूर्ण छिपे हुए नकारात्मक पक्ष भी हैं जो प्रत्यक्ष नहीं हैं परन्तु उनके प्रभाव परोक्ष रूप से समाज में देखे जा सकते हैं। सर्वाधिक असर समाज पर पड़ा है, समाज सिमट गया है एक मोबाइल की दुनिया में। ऐसा लगता है मानो इंसान की दुनिया मोबाइल ही है तथा प्रकृति ने फोन और इंसान को एक-दूसरे का पूरक बनाया है। सामाजिक संबंध, रिश्ते नाते, रीति रिवाज, व्यवहार, निमंत्रण-आमन्त्रण, शोक/सुख समाचार का साधन अब यही रह गया है।



घर परिवार, रिश्ते नाते, दोस्त व्यवहार, भाईचारा सब कुछ निर्भरता के दायरे में आ चुका है। कहीं ऐसा तो नहीं है कि मोबाइल की बढ़ती निर्भरता समाज को एक असामाजीकरण की दिशा में ले जा रही हो ? एक ही छत के नीचे रहने वाले सदस्यों का आपस में विचार विमर्श, हंसी मजाक सब पीछे रह गया है। पारिवारिक माहौल में रहने की फुर्सत नहीं है, वो जैसे छीन सी गई है। खाना खाते वक्त, बड़ों से बातें करते वक्त, राह में चलते वक्त, सामूहिक कार्य में जहां मनोरंजन के इतने साधन हैं तब भी, यहाँ तक की 60 सेकंड की ट्रैफिक लाइट्स पर भी हम मोबाइल निकल लेते हैं, मिलना जुलना, रिश्ते नाते सब विडियो कॉल की आड़ में धूमिल होते जा रहे हैं। क्या मोबाइल इतना अहम हिस्सा है हमारे जीवन का ?

मोबाइल और डाक –

एक जमाना था जहां खत, पत्र, अन्तर्देशीय पत्र आदि संचार का प्रमुख साधन थे, वह भी एक जीवन था जहां इंसान विश्वास, संयम, सहनशीलता, धैर्य का पर्याय था। 25 पैसे का आने वाला पोस्टकार्ड उस जमाने में अपना मूल्य रखता था। साधारण डाक से जाने वाले 25 पैसे के पत्र के पीछे भेजने वाले की भावना में गोपनीयता का अभाव, पत्र का सही जगह पहुँचने का विश्वास, देरी होने का धीरज होता था तथा उसका जवाब आने का भरोसा। चूँकि पत्र रोज-रोज नहीं लिखे जाते तो कुशल मंगल, हंसी खुशी तथा कोई अनहोनी के समाचार ही भेजे जाते थे। आज मोबाइल की तरह सुबह खाना खाने से लेकर रात को सोने की सभी दैनिक क्रियाओं का अनुभव साझा किया जाता है। जो भावनाएं 50 शब्दों में बयाँ हो जाती थीं वह आज दिन भर की बातों के जरिये भी समाप्त नहीं होती हैं। ये सूचनओं का आदान-प्रदान कहीं न कहीं इंसान के विचारों, बातों, नजरिये व छवि की अहमियत को कम करता है। इंसान की विश्वसनीयता को प्रभावित करता है। जो

अनुभव, आमोद प्रमोद कई दिनों बाद मिले खत को देखकर चेहरे पर झलकता होगा, अपनों का खत आया है यह सुनकर जो हृदय का विरलन होता होगा वह अकल्पनीय है। वह खत में लिखे शब्दों में लिखने वाले की आवाज को महसूस कर उस लिखावट में खो जाता होगा। एक एक शब्द में अपने लिए क्या प्यार पाता होगा, जब भी याद आती होगी, उस मुड़े-टुड़े, छोटी सी घड़ी बनाकर रखे हुए खत को पढ़कर, उन लम्हों की यादों को महसूस कर पुनः उत्साहित व मन को दुरुस्त कर लेता होगा, वो खत में लिखे 50 शब्दों में सभी अच्छी बुरी भावनाएं, समाचार, अपनापन, लाड़-प्यार सब बटोर दिया जाता था और यह कहना कदाचित अतिशयोक्ति नहीं होगी कि खत पढ़ने वाला जैसा खत में लिखा उससे कहीं ज्यादा समेट लेता होगा। वह जमाना तकनीक से भरा, डिजिटल युक्त, नुक्लियर परिवार वाला, आधुनिक सभ्यताओं से पूर्ण तो नहीं था पर भावनाओं का संचार, आदान-प्रदान का सफलता अनुपात, वर्तमान डिजिटलिकरण, तकनीक से व परिपक्व समाज से कहीं ज्यादा था।

आज हमारे पास संचार का अद्भुत साधन होते हुए भी हम हमारी भावनाओं को अपने ही लोगों से खुलकर साझा नहीं कर सकते हैं, अनियमित डाटा, अनियमित कॉलिंग इसके अतिरिक्त सोशल मीडिया पर इतने साधन हैं फिर हम संकुचित अनुभव करते हैं, विचार-विमर्श का कोई निश्चित समय नहीं है, जब चाहे संदेश कॉल सब-कुछ हाथ में है, मशीनरी हाथ में है परन्तु मन में नहीं है। औपचारिकताओं के इस दौर में परिस्थितियाँ तो अनुकूल हैं परन्तु दिमाग का पारिस्थितिकी तंत्र कमजोर हो गया है, जहाँ इंसान के पास इंसान के लिए समय नहीं है परन्तु रील, विडियो, देखने में सारा दिन स्क्रीन स्क्रॉल में निकल जाता है। इस आधुनिक दुनिया में इंसान समाज में आगे तो बढ़ता जा रहा है लेकिन सामाजिकता में पिछड़ता जा रहा है। आज प्राकृतिक रिश्ते नाते, तीज त्यौहार, क्षेत्रीय पर्व, लोक पर्व जो केवल लोगों की भौतिक व मानसिक उपस्थिति तथा प्रकृति के सह संबंध से मनाये जाते थे जहाँ किसी अन्य वस्तु के लिए तीसरा स्थान था ही नहीं, जो इन उत्सवों की भूमिका, महत्ता तथा लोगो के उत्साह व चाव को कम कर सके, पूरा साल त्योहारों की झड़ी में निकल जाता था और सभी प्रकृति प्रेम की निशानी थे।

अब वर्तमान में न वे त्यौहार बचे न प्रकृति न प्रेम न उनको मनाने का तरीका न वह भावना न उत्साह उमंग। ये सभी तत्व आधुनिकता की भेंट चढ़ गए हैं, आज समाज में प्राकृतिक त्योहारों का स्थान नए आधुनिक नव विचारधारा वाले त्योहारों ने ले लिया है। कमाल की बात यह है कि इन त्योहारों में मनुष्य की भौतिक व मानसिक उपस्थिति की जरूरत नहीं है, न प्रकृति प्रेम की, आजकल त्यौहार को मनाने का अंदाज बदल गया है, ये सब ऑनलाइन मनाये जाते हैं, स्टेटस लगाकर, एक सन्देश सभी को फॉरवर्ड करके, कुछ का आधुनिकीकरण इन सबसे भी आगे है।

यद्यपि यह भी स्पष्ट है कि इस युग में जो चतुर्थ क्रांति का युग है जहाँ आर्टिफिसियल इन्टेलिजन्स, इन्टरनेट ऑफ़ थिंग्स, बिग डाटा, रोबोटिक्स, मशीन लर्निंग, मोबाइल 5G आदि इस क्रांति के मुख्य तत्व हैं, जो देश को एक नई दिशा पहचान दे रहे हैं तथा विश्वपटल पर भारतवर्ष को अंकित कर रहे हैं। इस क्रांति के बगैर विश्व में प्रतिस्पर्धा करना असंभव है। ये सभी तकनीक देश को एक आर्थिक, राजनैतिक तथा रणनीतिक सैन्य क्षेत्र में अन्य देशों के प्रति संतुलित करती हैं।

इस लेख के माध्यम से यही समझा जा सकता है कि इस वैज्ञानिक तथा आधुनिक प्रतिस्पर्धा के युग में मोबाइल

इस्तेमाल से न बचा जा सकता है न ये संभव है, क्योंकि जीवन की सभी आधारभूत आवश्यकता कहीं न कहीं मोबाइल पर टिकी हैं चाहे वे बैंकिंग सेक्टर से जुड़ी हों, यातायात सम्बन्धी, संचार, सरकारी योजनाओं का लाभ, डी.बी.टी. योजना, सरकारी काम-काज, स्वास्थ्य संबंधी और भी हैं जहाँ मोबाइल केन्द्रीय भूमिका निभा रहा है, न केवल यह आवश्यक है अपितु अभिन्न अंग बनकर सुविधा प्रदान कर रहा है। मोबाइल विज्ञान के क्षेत्र में आगे बढ़ने, प्रतिस्पर्धा, व्यापार, देश की स्वास्थ्य डिजिटल इकॉनमी, बैंकिंग सेक्टर को दुरुस्त, सरकार की योजनाओं को गति प्रदान करने के लिए आवश्यक है परन्तु हम अनावश्यक कारणों से इसके उपयोग को कम व इसके विवेकपूर्ण इस्तेमाल से हम हमारे आपसी सम्बन्ध को बेहतर बना सकते हैं, अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं।

इस युग में हम पहले वाला समय तो वापस नहीं ला सकते हैं परन्तु हम उस समय की कुछ अच्छी यादें, पलों, अनुभवों को जी सकते हैं, मोबाइल की दुनिया से थोड़ा बाहर निकल कर कुछ पल प्राकृतिक वस्तुओं, अपने लोगों, मित्र सखों के साथ समय साझा किया जा सकता है।

राष्ट्रीय व्यवहार में हिन्दी को काम में लाना देश की
उन्नति के लिए आवश्यक है
-- महात्मा गांधी

समकालीन जीवन में श्रीमद्भगवद्गीता की प्रासंगिकता



भारत सिंह भंडारी

श्रीमद्भगवद्गीता, जिसे अक्सर केवल गीत के रूप में भी जाना जाता है, एक 700 श्लोक वाला हिन्दू धर्मग्रंथ है जो भारतीय महाकाव्य महाभारत का हिस्सा है। यह राजकुमार अर्जुन और भगवान कृष्ण, जो उनके सारथी के रूप में कार्य करते हैं, के बीच

एक संवाद है। गीत कर्तव्य, धार्मिकता और जीवन की प्रकृति में गहन अंतर्दृष्टि प्रदान करती है और इसकी शिक्षाएं समकालीन समाज में गहराई से गूँजती रहती है। यह लेख हमारे दैनिक जीवन में गीत की शिक्षाओं की प्रासंगिकता की पड़ताल करता है, कई प्रमुख श्लोकों (छंदों) और उनके व्यावहारिक प्रासंगिकता पर प्रकाश डालता है।

1. कर्तव्य और कर्म: कर्म योग का सिद्धांत:-

गीता की मुख्य शिक्षा में से एक कर्म योग, या निस्वार्थ कर्म का योग की अवधारणा है। अध्याय 2, श्लोक 47 में, कृष्ण अर्जुन को सलाह देते हैं:

"कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।

मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥।"

अनुवाद: "आपको अपने निर्धारित कर्तव्यों का पालन करने का अधिकार है, लेकिन आप अपने कार्यों के फल के हकदार नहीं हैं। कभी भी अपने आप को अपनी गतिविधियों के परिणामों का कारण न समझें, न ही निष्क्रियता से जुड़ें।"

यह श्लोक परिणामों की चिंता किए बिना अपने कर्तव्यों को निभाने के महत्व पर जोर देता है। आधुनिक जीवन में, यह सिद्धांत पेशेवर और व्यक्तिगत व्यवहार में अत्यधिक प्रासंगिक है। उदाहरण के लिए, कार्यस्थल में, केवल परिणामों या पुरस्कारों के बजाय अपने काम की गुणवत्ता पर ध्यान केंद्रित करने से अधिक सार्थक और कम तनावपूर्ण कार्य अनुभव प्राप्त हो सकते हैं। यह हम लोगों को लगन से काम करने, ईमानदारी बनाए रखने और मान्यता या परिणामों

के बारे में अत्यधिक चिंता किए बिना प्रभावी ढंग से योगदान करने के लिए प्रोत्साहित करता है, जिससे एक स्वस्थ कार्य वातावरण को बढ़ावा मिलता है।

2. सफलता और विफलता में समभाव:-

अध्याय 2 श्लोक 48 में कृष्ण समभाव बनाए रखने की वकालत करते हैं:

"योगस्थः कुरु कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा धनञ्जय।

सिद्ध्यसिद्ध्योः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते।"

अनुवाद: "हे अर्जुन आसक्ति को त्यागकर और सफलता या असफलता से अप्रभावित रहकर समभाव से अपने कर्तव्यों का पालन करो। मन की ऐसी समता को योग कहा जाता है।"

यह शिक्षण किसी के कार्यों के परिणामों की परवाह किए बिना संतुलन बनाए रखने के महत्व पर प्रकाश डालता है। व्यावहारिक रूप से, इसका अर्थ है सफलताओं और असफलताओं का समान स्तर के संयम के साथ सामना करना। उदाहरण के लिए, एक एथलीट जो प्रतियोगिता जीतता है या हारता है, वह जीत या हार को अपनी भावनाओं पर हावी न होने देकर इस शिक्षा से लाभ उठा सकता है। यह संतुलित मानसिकता मानसिक स्थिरता को बढ़ावा देती है और उच्च जोखिम वाली स्थितियों से जुड़े तनाव को कम करती है, जिससे समग्र कल्याण में सुधार होता है।

3. आत्म-नियंत्रण की शक्ति: मन पर काबू पाना

अध्याय 6 श्लोक 5 में कृष्ण आत्म-नियंत्रण के महत्व पर जोर देते हैं:

"उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत्।

आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः।"

अनुवाद: "व्यक्ति को अपने मन से स्वयं को ऊपर उठाना चाहिए न कि नीचा दिखाना चाहिए। मन बुद्धि आत्मा का मित्र है और उसका शत्रु भी है।"

यह श्लोक इस विचार को दर्शाता है कि व्यक्तिगत

विकास और कल्याण के लिए आत्म-निपुणता महत्वपूर्ण है। मन एक शक्तिशाली सहयोगी या विरोधी हो सकता है, यह इस बात पर निर्भर करता है कि हम इसे कैसे प्रबंधित करते हैं। उदाहरण के लिए, तनाव और भावनाओं को प्रबंधित करने में, सचेतनता और आत्म-अनुशासन का अभ्यास करने से बेहतर मानसिक स्वास्थ्य और अधिक उत्पादकता हो सकती है। नकारात्मक विचारों को नियंत्रित करके और सकारात्मक आदतों को बढ़ावा देकर व्यक्ति व्यक्तिगत और व्यावसायिक लक्ष्यों को अधिक प्रभावी ढंग से प्राप्त कर सकते हैं।

निष्कर्ष:-

श्रीमद्भगवद्गीता की शिक्षाएँ कालातीत ज्ञान प्रदान करती हैं जो समकालीन जीवन पर अत्यधिक लागू होती हैं। निस्वार्थ कर्म के सिद्धांतों को अपनाकर, स्वयं की वास्तविक प्रकृति को समझकर, समभाव बनाए रखकर और मन पर नियंत्रण करके व्यक्ति आधुनिक चुनौतियों का सामना अधिक आसानी और अंतर्दृष्टि से कर सकते हैं। गीता का दार्शनिक मार्गदर्शन आज की तेजी से भागती दुनिया में संतुलन उद्देश्य और पूर्ति प्राप्त करने के लिए एक मूल्यवान संसाधन बना हुआ है।

जीवन कला



करमजीत कौर

कलाएं भी बहुत प्रकार की होती हैं पर जिंदगी जो जीवन है यह जीना भी एक बहुत बड़ी कला है। जिंदगी कई बार अच्छे से चल रही होती है मगर बीच में कोई मोड़ ऐसा आ जाता है उस समय जिंदगी का यह मोड़ जिंदगी का रूप ही बदल देता है। इस मुश्किल (कठिनाई) के मोड़ पर हमें घबराना नहीं चाहिए बल्कि उस समय हमें चाहिए कि प्रभु को मन में बिठा कर, उस प्रभु को याद कर उस कठिन समय का सामना करना चाहिए।

समय की वो कठिन घड़ी भी आसानी से बीत जाती है जब हमारे साथ उस परम पिता परमात्मा का साथ होता है। जिंदगी से कभी भी हमें हार नहीं माननी चाहिए क्योंकि प्रभु भी हम सब की परीक्षा लेकर हमें देखते हैं कि इस कठिन समय में क्या उस प्रभु को दोष देते हैं या फिर उस कठिन समय में उस कठिनाई का सामना करते हुए आगे बढ़ते हैं।

जिंदगी का नाम ही उतार-चढ़ाव है। कभी भी जिंदगी सीधी-सीधी नहीं चल सकती। उसमें अच्छे मोड़ और बुरे मोड़ भी आते हैं। हमें अच्छे मोड़ पर आनंद लेना चाहिए और बुरे मोड़ पर हमें उन मोड़ों का सामना कर अच्छे वक्त की प्रतीक्षा करनी चाहिए। इसलिए हम सभी को चाहिए की उस परम पिता परमात्मा पर विश्वास रखकर हमें अपने जीवन में आगे बढ़ते रहना चाहिए।

सरकारी नौकरी का महत्व एवं संघर्ष



प्रमोद वर्मा

मनुष्य के जीवन में व्यवसाय एक महत्वपूर्ण पहलू है। अपने जीवन में शिक्षा प्राप्त करने के बाद मनुष्य को अपनी रोजमर्रा की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए किसी भी प्रकार का व्यवसाय चुनता है। स्वरोजगार, उद्यमिता एवं नौकरी ये मुख्य

विकल्प होते हैं। दोनों व्यवसाय अपनी-अपनी मुख्य भूमिका रखते हैं। सही विकल्प का चयन आपकी व्यक्तिगत प्राथमिकताओं, करियर लक्ष्यों और जीवन की परिस्थितियों पर निर्भर करता है। स्वरोजगार और उद्यमिता व्यक्ति को अपने व्यवसाय को संचालित करने और निर्णय लेने की स्वतंत्रता प्रदान करते हैं, इसके अलावा स्वरोजगार में उच्च जोखिम भी होता है, लेकिन यदि सफल होते हैं तो व्यक्तिगत और वित्तीय पुरस्कार भी मिल सकते हैं। दूसरी तरफ नौकरी करने के दौरान आमतौर पर अधिक लचीला और गतिशील कार्य वातावरण होता है। यहाँ व्यक्तिगत प्रदर्शन और प्रेरणा को अधिक महत्व दिया जाता है। नौकरी में वेतन और पदोन्नति की संभावना अधिक हो सकती है और परिणाम-आधारित प्रदर्शन को प्रोत्साहित किया जाता है।

नौकरी के दो मुख्य क्षेत्र: सरकारी और प्राइवेट हैं, सरकारी और प्राइवेट नौकरियाँ दोनों ही अपने-अपने तरीके से महत्वपूर्ण हैं और प्रत्येक के पास अपने लाभ और चुनौतियाँ हैं। सरकारी नौकरी स्थिरता, सुरक्षा और सामाजिक मान्यता प्रदान करती है, जबकि प्राइवेट नौकरी लचीलापन, उच्च वेतन और विकास के अवसर देती है। दोनों विकल्पों के लाभ और सीमाओं को समझकर और अपनी स्थिति का मूल्यांकन करके कौशल, उपयुक्त प्रशिक्षण और पाठ्यक्रम के आधार पर ही सही चुनाव किया जा सकता है।

भारत में सरकारी नौकरी एक स्थिरता और सम्मान का प्रतीक मानी जाती है। समाज में यह एक प्रतिष्ठित स्थिति के रूप में देखी जाती है, जिसमें स्थिरता, सुरक्षा और विभिन्न

लाभ होते हैं। हालांकि, सरकारी नौकरी पाने की राह आसान नहीं होती। यह एक लंबी और कठिन प्रक्रिया है, जिसमें समर्पण, संघर्ष और निरंतर मेहनत की आवश्यकता होती है।

सरकारी नौकरी का महत्व

सरकारी नौकरी का महत्व कई कारणों से है:-

1. सरकारी नौकरियों में स्थिरता और सुरक्षा का वादा होता है। सरकारी कर्मचारी को जीवनभर एक स्थिर रोजगार मिलता है, जिससे वह आर्थिक रूप से सुरक्षित रहता है। इसके विपरीत प्राइवेट सेक्टर में कभी-कभी कार्यस्थल की स्थिरता कम हो सकती है और आर्थिक मंदी या कंपनी के प्रदर्शन के आधार पर नौकरी की सुरक्षा पर प्रभाव पड़ सकता है। कई बार प्राइवेट सेक्टर में कंपनियां अपने कर्मचारियों को बिना किसी नोटिस के नौकरी से निकाल देती हैं, जिसके कारण कर्मचारियों को दूसरी नौकरी तलाश करने का मौका भी नहीं मिलता और उसे कई दिनों, महीनों तक बेरोजगार रहना पड़ सकता है।
2. सरकारी नौकरियों में कई प्रकार के भत्ते और सुविधाएँ मिलती हैं, जैसे चिकित्सा भत्ता, महंगाई भत्ता, ट्रेव्लिंग भत्ता और आवास सुविधाएँ। इसके विपरीत प्राइवेट सेक्टर में कंपनियां अपने कर्मचारियों को किसी भी तरह की कोई सुविधाएँ प्रदान नहीं करती हैं जिसके कारण कर्मचारियों को अपनी आय का मुख्य हिस्सा चिकित्सा और आवास जैसी सुविधाएँ प्राप्त करने में देना पड़ता है।
3. सरकारी नौकरी की सामाजिक प्रतिष्ठा होती है, जिससे व्यक्ति समाज में सम्मान और मान्यता प्राप्त करता है। इसके विपरीत प्राइवेट सेक्टर में कंपनियां अपने कर्मचारियों को छोटी-छोटी गलतियों पर मानसिक रूप से प्रताड़ित करती हैं और बिना किसी नोटिस के नौकरी से निकाल देती हैं जिससे कर्मचारियों की समाज में सम्मान और सामाजिक प्रतिष्ठा की हानि होती है।
4. सरकारी कर्मचारियों को सेवानिवृत्ति के बाद पेंशन, ग्रेज्युटी और अन्य सुविधाएँ मिलती हैं, जो आर्थिक सुरक्षा सुनिश्चित करती हैं। इसके विपरीत प्राइवेट सेक्टर में

कंपनियां अपने कर्मचारियों को सेवानिवृत्ति के बाद कोई सुविधाएँ नहीं देती।

5. सरकारी कर्मचारियों को सालाना छुट्टियाँ, मातृत्व अवकाश एवं अन्य कई अवकाश मिलते हैं, जो जीवन के अन्य पहलुओं के लिए समय उपलब्ध कराते हैं। इसके विपरीत प्राइवेट सेक्टर में बहुत कम अवकाश मिलते हैं और कार्य समय लचीला होता है जिससे कभी-कभी काम और व्यक्तिगत जीवन के बीच संतुलन बिगड़ जाता है।

सरकारी नौकरी की तैयारी

सरकारी नौकरी करने का जितना लाभ मिलता है उससे कहीं अधिक सरकारी नौकरी पाने के लिए मेहनत करनी पड़ती है, सरकारी नौकरी पाने के लिए एक उम्मीदवार को लंबी और कठिन यात्रा से गुजरना पड़ता है। यह यात्रा कई चरणों में विभाजित होती है:

1. आवश्यक जानकारी प्राप्त करें

- पद और पात्रता: विभिन्न सरकारी नौकरियों के लिए अलग-अलग पात्रता मानदंड होते हैं। कुछ नौकरियों के लिए उच्चतर डिग्री की आवश्यकता होती है, जबकि कुछ के लिए बस स्नातक की डिग्री ही पर्याप्त होती है। इसके अलावा, कई सरकारी नौकरियों के लिए विशेष कौशल और ज्ञान की भी आवश्यकता होती है, जिसे विशेष कोचिंग और स्वाध्याय के माध्यम से प्राप्त किया जा सकता है। इसलिए सबसे पहले आपको यह जानना होगा कि जिस पद के लिए आप तैयारी कर रहे हैं, उसकी पात्रता शर्तें क्या हैं।
- परीक्षा पैटर्न और पाठ्यक्रम: सरकारी नौकरी के परीक्षा पैटर्न और पाठ्यक्रम के बारे में जानकारी प्राप्त करें। इससे आपको पता चलेगा कि आपको किन-किन विषयों पर ध्यान केंद्रित करना है। परीक्षा का पैटर्न समय-समय पर बदल सकता है। इसलिए यह जरूरी है कि सरकारी नौकरी की परीक्षा के नवीनतम परीक्षा पैटर्न पर ध्यान दें।
- साक्षात्कार और चयन प्रक्रिया: परीक्षा पास करने के अगले चरण में साक्षात्कार और दस्तावेज सत्यापन की प्रक्रिया आती है। साक्षात्कार के दौरान उम्मीदवार की समस्या सुलझाने की क्षमता, व्यक्तिगत गुण और पेशेवर दक्षता का मूल्यांकन किया जाता है। इस चरण में भी उत्कृष्ट

प्रदर्शन के लिए तैयारी आवश्यक होती है। साक्षात्कार में सफलता के लिए उम्मीदवार को आत्म-प्रस्तुति, पेशेवर व्यवहार और आत्म-विश्वास पर ध्यान देना होता है।

- आवेदन और प्रक्रिया का पालन: सरकारी नौकरी के लिए आवेदन प्रक्रिया भी एक महत्वपूर्ण कदम होती है। उम्मीदवार को विभिन्न सरकारी संस्थानों के विभिन्न अधिसूचनाओं और समयसीमाओं का पालन करना पड़ता है। आवेदन पत्र को सही ढंग से भरना, दस्तावेजों की सटीकता सुनिश्चित करना और समय पर सभी औपचारिकताओं को पूरा करना आवश्यक होता है।

2. अच्छी योजना बनाएं:-

- समय सारणी: एक सटीक और व्यावसायिक समय सारणी बनाएं। अपने समय को विभिन्न विषयों के अनुसार बाँटें और प्रत्येक विषय को नियमित रूप से पढ़ें। बिना योजना के पढ़ाई करने से आपकी तैयारी में असंगति आ सकती है। एक सटीक और व्यवस्थित समय सारणी बनाना जरूरी है और उसकी योजना का पालन करना चाहिए।
- लक्ष्य निर्धारण: छोटे-छोटे लक्ष्यों को निर्धारित करें और उन्हें पूरा करने के लिए नियमित प्रयास करें।

3. पढ़ाई की सामग्री का चयन करें:-

- सही पुस्तकें और संसाधन: अपनी परीक्षा के लिए उपयुक्त पुस्तकें और अन्य अध्ययन सामग्री का चयन करें। सरकारी नौकरी की तैयारी के लिए कुछ विशेष किताबें और पत्रिकाएँ उपलब्ध होती हैं। उन किताबों और सामग्री को पढ़ने से बचें जो परीक्षा के पाठ्यक्रम से संबंधित नहीं हैं। इससे आपकी पढ़ाई में उलझन हो सकती है और समय की बर्बादी हो सकती है।
- ऑनलाइन संसाधन: इंटरनेट पर कई वेबसाइट्स और ऐप्स हैं जो अध्ययन सामग्री, मॉक टेस्ट और क्विज प्रदान करती हैं। इंटरनेट पर कई बार गलत या अप्रमाणित जानकारी उपलब्ध होती है। इसलिए केवल मान्यता प्राप्त स्रोतों से ही जानकारी प्राप्त करें और भ्रमित करने वाली सूचनाओं से बचें और सोशल मीडिया पर अत्यधिक समय बर्बाद करना या अन्य गैर-आवश्यक गतिविधियों में समय लगाना आपकी तैयारी को प्रभावित कर सकता है।

4. मॉक टेस्ट और पिछले साल के प्रश्न पत्र:-

- मॉक टेस्ट: नियमित रूप से मॉक टेस्ट लें ताकि आप परीक्षा के पैटर्न से परिचित हो सकें और अपनी तैयारी की प्रगति को माप सकें।
- पिछले साल के प्रश्न पत्र: पिछले साल के प्रश्न पत्रों को हल करने से आपको परीक्षा के स्तर और प्रश्नों के प्रकार के बारे में समझ आएगी। कई बार परीक्षा का पैटर्न नए सत्र के लिए बदल जाता है। इसलिए पिछले साल के प्रश्न पत्रों पर बहुत अधिक निर्भर रहने के बजाय नवीनतम परीक्षा पैटर्न के प्रश्न पत्रों पर ध्यान दें।

5. स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं:-

- स्वस्थ आहार: एक स्वस्थ आहार आपके मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।
- व्यायाम: नियमित व्यायाम से आपकी एकाग्रता और ऊर्जा स्तर बढ़ेगा।
- आराम: पर्याप्त नींद और विश्राम से आपकी पढ़ाई की क्षमता में सुधार होगा।

नियमित व्यायाम, स्वस्थ आहार और पर्याप्त नींद की अनदेखी करने से आपकी मानसिक और शारीरिक स्थिति प्रभावित हो सकती है।

6. समय पर समीक्षा और संशोधन:-

- नियमित समीक्षा: समय-समय पर आपने जो पढ़ा है उसका पुनरावलोकन करें ताकि आपने जो सीखा है, उसे बेहतर तरीके से याद रखा जा सके और यदि आप अपनी तैयारी को लेकर आत्म-संतुष्ट हो जाते हैं तो यह आपके प्रदर्शन को प्रभावित कर सकता है। लगातार आत्म-मूल्यांकन और सुधार की प्रक्रिया को जारी रखें। किसी भी स्थिति में जल्दी निराश होना या खुद को कम समझना आपके मनोबल को प्रभावित कर सकता है। सरकारी नौकरियों में सैकड़ों घंटे की मेहनत और समर्पण की आवश्यकता होती है।
- उचित संशोधन: जिन क्षेत्रों में आप कमजोर महसूस करते हैं, उन पर विशेष ध्यान दें और सुधार करें। इसके साथ सभी विषयों को समान रूप से महत्व देना चाहिए। किसी एक विषय पर अत्यधिक ध्यान केंद्रित करने से अन्य महत्वपूर्ण विषयों की तैयारी प्रभावित हो सकती है।

7. मनोरंजन और तनाव प्रबंधन:-

- मनोरंजन के लिए समय निकालें: पढ़ाई के बीच में छोटे-छोटे ब्रेक लें और अपनी पसंदीदा गतिविधियों में समय बिताएं।
- तनाव प्रबंधन: ध्यान, योग या अन्य तकनीकों का उपयोग करके तनाव को प्रबंधित करें। खुद पर अत्यधिक दबाव डालने से मानसिक तनाव बढ़ सकता है। अपनी तैयारी को संतुलित रखें।

सरकारी नौकरी की तैयारी के लिए निरंतर मेहनत, समर्पण और अनुशासन की आवश्यकता होती है। सही दिशा और मानसिकता के साथ आप अपनी तैयारी को और बेहतर बना सकते हैं। सरकारी नौकरी की तैयारी में इन बातों से आपकी तैयारी अधिक प्रभावी और सफल हो सकती है। अनुशासन, सही रणनीति और उचित समय प्रबंधन के साथ आप अपनी तैयारी को और बेहतर बना सकते हैं।

सरकारी नौकरी का संघर्ष: चुनौतियाँ और कठिनाइयाँ

सरकारी नौकरी पाने के संघर्ष में कई चुनौतियाँ और कठिनाइयाँ आती हैं, जिनका सामना उम्मीदवारों को समय-समय करना पड़ता है। इन चुनौतियों का विश्लेषण निम्नलिखित बिंदुओं में किया जा सकता है:-

1. प्रतियोगिता और नौकरियों की संख्या में असमानता:- सरकारी नौकरियों के लिए प्रतियोगिता अत्यधिक होती है। लाखों उम्मीदवार एक ही पद के लिए आवेदन करते हैं, जिससे चयन की प्रक्रिया और भी कठिन हो जाती है। इस उच्च प्रतिस्पर्धा के कारण, अच्छे अंक प्राप्त करना और चयनित होना एक बड़ा संघर्ष हो सकता है। प्रत्येक परीक्षा के लिए निर्धारित कट-ऑफ अंक और उत्तीर्ण प्रतिशत भी बहुत ऊँचा होता है जो इसे और अधिक कठिन बना देता है। उच्च प्रतिस्पर्धा और सीमित पदों के कारण सफल होना एक बड़ा चुनौतीपूर्ण कार्य होता है।
2. परीक्षा पैटर्न और पाठ्यक्रम का बदलाव:- सरकारी नौकरी के लिए आयोजित होने वाली परीक्षाओं के

पैटर्न और पाठ्यक्रम समय-समय पर बदलते रहते हैं। इन परिवर्तनों को समझना और इनके अनुसार अपनी तैयारी को अनुकूलित करना एक बड़ी चुनौती है। पुराने प्रश्न पत्र और अध्ययन सामग्री से नई परीक्षा की तैयारी करना कभी-कभी भ्रमित कर सकता है।

3. मानसिक और शारीरिक तनाव:-

सरकारी नौकरी की तैयारी के दौरान उम्मीदवारों को मानसिक और शारीरिक तनाव का सामना करना पड़ता है। लंबे समय तक अध्ययन, परीक्षा की तैयारी और साक्षात्कार की तैयारी के दौरान तनाव और थकावट आम होती है। इस तनाव को संभालना और एकाग्रता बनाए रखना महत्वपूर्ण होता है।

4. संसाधनों की कमी:-

सरकारी नौकरी की तैयारी के लिए उपयुक्त और प्रमाणिक अध्ययन सामग्री और संसाधनों की उपलब्धता एक समस्या है और सभी उम्मीदवारों के पास एक ही तरह के संसाधन उपलब्ध नहीं होते। कुछ उम्मीदवारों के पास अच्छे कोचिंग संस्थानों, पुस्तकालयों, और अध्ययन सामग्री की सुविधा होती है, जबकि दूसरों को इन संसाधनों की कमी का सामना करना पड़ता है। संसाधनों की कमी के बावजूद तैयारी करना एक बड़ी चुनौती होती है। बाजार में कई किताबें और कोचिंग संस्थान होते हैं, लेकिन सभी की गुणवत्ता और उपयोगिता समान नहीं होती। सही सामग्री और संसाधनों का चयन करना अक्सर अभ्यर्थियों के लिए कठिन हो जाता है।

5. सामाजिक दबाव और उनकी अपेक्षाओं से बढ़ता मानसिक और शारीरिक तनाव:-

समाज में सरकारी नौकरी के प्रति एक उच्च मान्यता होती है। परिवार और समाज की अपेक्षाओं का दबाव भी उम्मीदवारों पर होता है। लंबी और कठिन तैयारी की प्रक्रिया के दौरान सामाजिक दबाव से मानसिक और शारीरिक तनाव आना एक आम समस्या है। यह तनाव निरंतर पढ़ाई, मॉक टेस्ट और आत्म-मूल्यांकन के कारण भी बढ़ सकता है, जो स्वास्थ्य और प्रदर्शन पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है। इस तनाव को प्रबंधित करना और मानसिक रूप से मजबूत रहना

एक चुनौतीपूर्ण कार्य है। संघर्ष के दौरान कई बार असफलता का सामना भी करना पड़ता है। बार-बार प्रयास करने के बावजूद परिणाम न मिलने पर आत्म-संदेह उत्पन्न हो सकता है। इस आत्म-संदेह को दूर करना और लगातार प्रयास करते रहना आवश्यक होता है।

6. समय की कमी:-

सरकारी नौकरी की तैयारी के लिए पर्याप्त समय देना आवश्यक होता है, लेकिन कई अभ्यर्थियों के पास पढ़ाई के साथ-साथ अन्य जिम्मेदारियों जैसे कि परिवार, नौकरी या अन्य कामकाज होते हैं। समय का सही प्रबंधन करना और एक संतुलित अध्ययन कार्यक्रम बनाना एक कठिन काम हो सकता है।

7. वित्तीय दबाव:-

कोचिंग क्लासेज, अध्ययन सामग्री और मॉक टेस्ट के लिए खर्च करना आर्थिक दृष्टिकोण से भारी हो सकता है। आर्थिक स्थिति के कारण कई बार अभ्यर्थियों को अपनी तैयारी में बाधाएँ आती हैं। सरकारी नौकरी की तैयारी के लिए बजट का प्रबंधन और वित्तीय योजना बनाना महत्वपूर्ण होता है।

8. सरकारी नौकरियों की चयन प्रक्रिया:-

सरकारी नौकरी की चयन प्रक्रिया भी कई बार जटिल और लंबी होती है। परीक्षा, साक्षात्कार और दस्तावेज सत्यापन जैसी प्रक्रियाएँ कई बार अभ्यर्थियों के लिए परेशानी का कारण बनती हैं। इन प्रक्रियाओं के दौरान उत्पन्न होने वाली बाधाएँ और देरी भी एक बड़ी चुनौती हो सकती है और कई बार सरकारी नौकरी की चयन प्रक्रिया पर अदालत के द्वारा भी रोक लगा दी जाती है।

9. सरकारी नौकरी के पेपर लीक होना:-

सरकारी नौकरी के पेपर लीक होने से परेशानियाँ उत्पन्न होती हैं, जो न केवल अभ्यर्थियों बल्कि समग्र परीक्षा प्रणाली और समाज को प्रभावित करती हैं। इससे परीक्षा के परिणामों में असमानता पैदा होती है। जब प्रश्न पत्र लीक होते हैं, तो परीक्षा की पारदर्शिता और निष्पक्षता पर सवाल उठते हैं। यह ईमानदार और मेहनती अभ्यर्थियों के लिए एक बड़ा अन्याय

होता है, क्योंकि उन्हें बिना किसी बाहरी सहायता के परीक्षाओं में सफल होने के लिए कठिन परिश्रम करना पड़ता है। प्रश्न पत्र लीक होने से उन अभ्यर्थियों को फायदा होता है जो भ्रष्ट तरीकों से प्रश्न पत्र प्राप्त कर लेते हैं और सामान्य से अधिक अंक प्राप्त करते हैं, जबकि ईमानदारी से तैयारी करने वाले अभ्यर्थियों को अपेक्षित परिणाम नहीं मिलते। प्रश्न पत्र लीक होने के कारण ईमानदारी से तैयारी करने वाले अभ्यर्थियों में असंतोष और निराशा बढ़ती है, इसके साथ अभ्यर्थियों ने अपनी तैयारी में समय और पैसे का निवेश किया होता है, व्यर्थ हो जाता है, जिससे उन्हें पुनः तैयारी करनी पड़ती है। सरकारी परीक्षा प्रणाली के प्रति भी अविश्वास उत्पन्न हो जाता है, जो भविष्य में सरकारी संस्थाओं के प्रति नकारात्मक धारणाओं को जन्म देता है। इन समस्या को सुलझाने, दोषियों को सजा देने और व्यवस्था को पुनः स्थापित करने के लिए अधिक प्रयास और संसाधन लगाने पड़ते हैं। इससे प्रशासनिक दक्षता पर भी सवाल उठते हैं और अनुमान लगाया जाता है कि सरकारी प्रणाली में भ्रष्ट तत्व

सक्रिय हैं, जो लोगों को गलत तरीके अपनाने के लिए प्रेरित कर सकते हैं। इससे भ्रष्टाचार के खिलाफ लड़ाई को और भी कठिन बना दिया जाता है।

निष्कर्ष

सरकारी नौकरी का संघर्ष एक लंबी और कठिन यात्रा होती है, जिसमें कई चुनौतियाँ और कठिनाइयाँ शामिल होती हैं। इस संघर्ष में सफलता पाने के लिए धैर्य, समर्पण और निरंतर मेहनत की आवश्यकता होती है। सरकारी नौकरी का महत्व न केवल आर्थिक सुरक्षा में बल्कि सामाजिक प्रतिष्ठा में भी है इसलिए इस कठिन यात्रा के बावजूद सरकारी नौकरी की तैयारी में लगे उम्मीदवारों को अपने प्रयासों में निरंतरता और समर्पण बनाए रखना चाहिए। सही दिशा, कठिन परिश्रम और सकारात्मक दृष्टिकोण से इस संघर्ष को पार किया जा सकता है और आखिरकार सफलता प्राप्त की जा सकती है।

राजभाषा विशेष

- कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी) पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ में दिनांक 04 अक्टूबर, 2023 को नराकास स्तरीय हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया। उक्त कार्यशाला में केंद्र सरकार के विभिन्न कार्यालयों के कर्मचारियों ने भाग लिया। इस कार्यशाला का उद्घाटन श्री शीशराम, वरिष्ठ उप महालेखाकार (प्रशासन) द्वारा किया गया। सुश्री नीना मल्होत्रा, उप निदेशक (राजभाषा) आयकर विभाग चंडीगढ़, सुश्री गिन्नी आनंद घुम्मन, मनोवैज्ञानिक तथा श्री अरविन्द कुमार, सहायक निदेशक के व्याख्यानों के माध्यम से कर्मचारियों को हिंदी में कामकाज करने में हो रही परेशानियों को दूर करने के साथ-साथ हिंदी टिप्पण-आलेखन एवं प्रोत्साहन योजनाओं के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई।
- इस छमाही के दौरान राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 02 बैठकें आयोजित हुई।



कार्यालयीन गतिविधियाँ



कार्यालयीन गतिविधियाँ



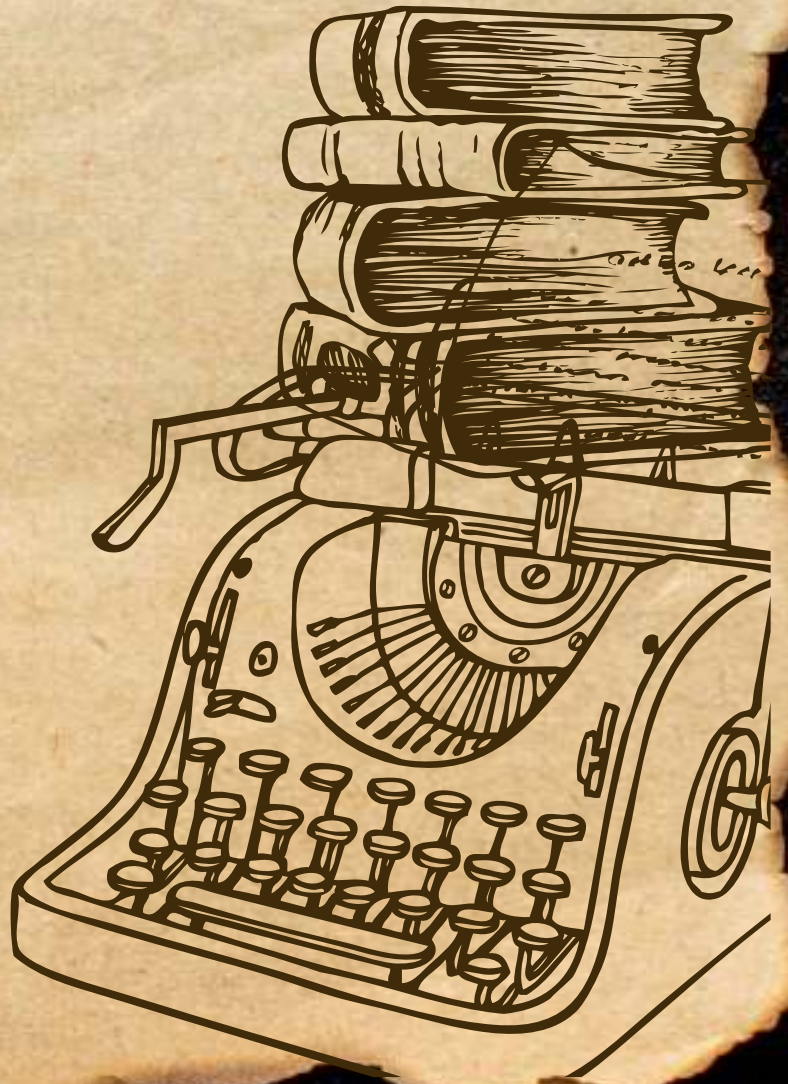
कार्यालयीन गतिविधियाँ



कविता



Handwritten text in Devanagari script, likely a poem or a letter, written in a cursive style. The text is arranged in several lines, some of which are partially obscured by the large title 'कविता'.



कविता

मैंने तुम्हें पहले लिखा,
मगर तू बाद में आई,
तू हकीकत मेरी जिंदगी की
मैं हूँ एक परछाई।

तुम मिले जिंदगी में ऐसे
गूँगे को आवाज मिली हो जैसे
पंछी को कोई शाख मिली हो जैसे
कौवे को कोई दाद मिली हो जैसे
नंगे को पोशक मिली हो जैसे
पैमाना बनना छोड़ दिया अगाध तेरी गहराई...

घर घर बन गया
लालच सब्र बन गया
रुहानी हवा सी आई जिंदगी में
मन हर्षित बन गया
सब कुछ तुझसे मगर तू कभी नज़र ना आई...

डुबे प्रेम-समंदर में इस कदर
लापता हुए- फिर गहराई क्या, किनारा क्या,
पल-पल तेरा, हर लम्हा तेरा
फिर आजकल का ये चौदह क्या, बारह क्या,
सूखे पड़े बरगद पर तू बरखा सी आई...

झोली भर दी रब ने मेरी
इबादत हो ज्यों सौ जन्मों की
इच्छा फली हो पूर्व कर्मों की
समेट ना पाऊं तूझे चंद शब्दों में,
किरदार चाहे कोई भी हो
तू फिर मिले नए अब्दों में,
राग प्रेम के गायेँ साथ-साथ
मैं ढोलक तू मेरी शहनाई...



मनीष कुमार



सुबह

सुबह की कशिश बहुत प्यारी लगती है,
इसके साथ वही पुरानी सी यारी लगती है।

वो चिड़ियों का चहकना, वो मौसम का करवट लेना,
सुबह अनजान सी होके भी जानी पहचानी लगती है,
खुदा की कसम इसके साथ वही पुरानी सी यारी लगती है।



जिशन खान

वो खुशबू, वो ठंडी हवा, वो घर का आंगन,
कलम से उकेरी एक कहानी सी लगती है।

निकल जाओ टहलने तो मिजाज बदल जाता है खुद का,
कभी न खत्म हो ये सैर, यूँ ही चलते रहें ये पैर,
पुराने नक्शों पे ये छोटी सी पगडंडी लगती है,
इसके साथ वही पुरानी सी यारी लगती है।

वो खेतों में फसल का लहलहाना,
वो नीम की खुशबू का फिजा में फैल जाना,
वो छोटे बच्चों का नए-नए खेल दिखाना,
अक्सर सोचने पर मजबूर कर देती है,
क्या पाऊँ इस दुनिया में, यही सवाल खड़ा कर देती है।

हर अंधकार को चीरके ,
वो उगते सूरज की किरणें जो निकलती हैं,
वही इस आशा के सागर को ऊर्जा से भर देती हैं।

वो ओस की बूंदें जो दिखती हैं पत्तों पे,
वो मधुमक्खी की आवाज़ जो आती है छत्तों से,
इन्हीं आवाजों से जंगलों में जान पड़ती है,
सुबह अनजान होके भी जानी पहचानी सी लगती है,
इसके साथ वही पुरानी सी यारी लगती है।



मेरा गाँव

मेरा गांव, उसकी सुबह सवेरे,
खेतों की हरियाली, नदी के धारे।

छोटे-छोटे घरों में बसी धूल चमकती है हर रात
गांव की सुंदरता, है सबसे अलग बात।

हर रोज गांव की सुबह चारो तरफ पक्षियों की चहक
खेलते हैं बचपन के खेल, वो बारिश में मिट्टी की महक।

मिलती है यहाँ प्रकृति की बहार,
सबसे अच्छा मेरे गाँव का प्यार,

धूप में तपते खेत, बरसात का संगीत,
सबसे मिल-जुल के रहना ये ही मेरे गाँव की रीत।



संजय कुमार मीना

चहकते पशु-पक्षी, चारों तरफ छाई हरियाली
मेरा गांव, उसकी हर बात निराली।

यहाँ रोज सब मिलकर चौपाल सजाते
हर त्योहार लोग मिलकर मनाते।

मेरा गाँव है सबसे न्यारा
जहां आज भी दिखता है भाईचारा।

वो माँ के हाथ की बाजरे की रोटियाँ
वो मिट्टी के पिल्लू और कांच की गोटियाँ।



कार्यालय और हम

कार्यालय हमें देता है सब कुछ,
हम भी कुछ बढ़ कर देना सीखें,
काम के बदले मिलता है वेतन, रहने को आवास भी
और कार्यालय आने जाने को मिलते हैं, वाहन भत्ते भी,
कार्यालय हमें देता है सब कुछ
हम भी कुछ बढ़ कर देना सीखें।



विकी यादव

समय-समय पर मिलती है प्रमोशन और वार्षिक वेतन वृद्धि
छुट्टी और चिकित्सा प्रतिपूर्ति की सुविधा भी,
बच्चों की पढ़ाई को मिलते हैं पैसे
और देश भ्रमण के लिए एल.टी.सी. भी,
कार्यालय हमें देता है सब कुछ
हम भी कुछ बढ़ कर देना सीखें।

सेवा निवृत्ति पर मिलती है पेंशन
उपदान और कम्यूटेशन भी,
जमा छुट्टी के मिलते हैं पैसे, जी.आई.एस. के पैसे भी
अन्त में, कार्यालय हमें देता है इतना सब कुछ
तो हम सब भी यह ध्यान रखें,
अपनी कार्यक्षमता का सदुपयोग करें
काम करें और काम निपटाएं
कार्यालय का मान बढ़ाएं।



कार्यालय समाचार

खेल समाचार एवं अन्य गतिविधियाँ

1. श्री कशिश (लेखाकार) बैडमिंटन खिलाड़ी ने दिनांक 06-10-2023 से 12-10-2023 तक बरेली, यू.पी. में आयोजित होने वाले योनेक्स-सनराइज ऑल इंडिया सीनियर रैंकिंग बैडमिंटन टूर्नामेंट 2023 में भाग लिया।
2. श्री परविन्दर सिंह हॉकी प्लेयर ने दिनांक 04-11-2023 से 11-11-2023 तक सी.ए.जी टीम की तरफ से 33 लाल बहादुर शास्त्री हॉकी टूर्नामेंट में भाग लिया।
3. श्री रणजोध सिंह हॉकी प्लेयर ने दिनांक 30-10-2023 से 13-11-2023 तक चंडीगढ़ में आयोजित 13 हॉकी नैशनल कैंप में भाग लिया।
4. श्री गगनदीप सिंगला स.ले.अ. ने दिनांक 04-11-2023 से (7 दिन ग्रेड हरी के दून ट्रेक) में भाग लिया।
5. इस कार्यालय के 07 हॉकी प्लेयरों ने दिनांक 15-11-2023 से 24-11-2023 तक भुवनेश्वर हॉकी इंडिया हॉकी सिविल सर्विसेज़ हॉकी टूर्नामेंट में भाग लिया एवं टीम रनर अप रही।
6. श्री सुनील अहुजा एवं श्री राहुल मल्होत्रा ने दिनांक 07-11-2023 से 09-11-2023 तक चंडीगढ़ में आयोजित भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग उत्तर क्षेत्रीय टेबल टेनिस प्रतियोगिता में भाग लिया और टीम रनर अप रही।
7. श्री राकेश कुमार पर्यवेक्षक, श्रीमती रीना सिंह, स.ले.अ. एवं ज्योति रावत, स.ले.अ. ने दिनांक 02-11-2023 से 04-11-2023 तक चंडीगढ़ के कार्यालय प्र. महालेखाकार (लेखा परीक्षा) चंडीगढ़ द्वारा आयोजित भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग उत्तर क्षेत्रीय कैरम प्रतियोगिता 2023-24 में भाग लिया।
8. श्री सुनील अहुजा एवं राहुल मल्होत्रा बैडमिंटन खिलाड़ियों ने शिमला में दिनांक 28-11-2023 से 30-11-2023 तक भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग इंटर जोनल बैडमिंटन टूर्नामेंट में भाग लिया।
9. इस कार्यालय द्वारा दिनांक 21-11-2023 से 23-11-2023 तक ऑडिट दिवस मनाया गया, जिस दौरान सैक्टर 26 स्थित महात्मा गांधी इंस्टीट्यूट में दिनांक 21-11-2023 को पैनल डिस्कसन (पेशन के संबंध में) की गयी और दिनांक 22-11-2023 पंजाब के 07 जिलों में पेशन अदालती का आयोजन किया गया और इसी क्रम में दिनांक 23-11-2023 को कार्यालय में सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया गया।
10. श्री विजय आहुजा, कैशियर ने दिनांक 12.12.2023 से 26.12.2023 तक कुरुक्षेत्र में नॉर्थ जोन इंटर यूनिवर्सिटी वॉलीबॉल (पुरुष) चैंपियनशिप 2023-24 में तकनीकी अधिकारी के रूप में भाग लिया। श्री जगरूप सिंह (वरिष्ठ लेखाकार) तथा श्री परविंदर सिंह (लेखाकार) हॉकी खिलाड़ियों ने दिनांक 05.12.2023 से 23.12.2023 तक दिल्ली में चयन परीक्षण सह कोचिंग शिविर में भाग लिया। रतिन्दर सिंह बराड़, (वरिष्ठ लेखाकार) हॉकी खिलाड़ी ने दिनांक 14 से 19 दिसंबर 2023 तक हॉकी स्टेडियम, सैक्टर 42, चण्डीगढ़ में आयोजित होने वाली चण्डीगढ़ स्टेट सब जूनियर पुरुष और महिला हॉकी चैंपियनशिप में भाग लिया।
11. श्री रणजोध सिंह (वरिष्ठ लेखाकार) हॉकी खिलाड़ी ने दिनांक 18 से 24 दिसंबर 2023 तक नाभा में 46" GS Bains Liberals All India Hockey Tournament में भाग लिया।
12. निम्नलिखित फुटबॉल खिलाड़ियों को दिनांक 15.12.2023 से 21.12.2023 तक नई दिल्ली में आयोजित होने वाले अखिल भारतीय सिविल सेवा क्रिकेट टूर्नामेंट 2023-24 में आर.एस.बी. चंडीगढ़ टीम की तरफ से भाग लिया।

क्रमांक	नाम (श्री)	पदनाम	अनुभाग
1	रकिंदर सिंह	वरिष्ठ लेखाकार	पेंशन-1
2	रणदीप सिंह	वरिष्ठ लेखाकार	डिजिटাইजेशन
3	सौरव रौतेला	वरिष्ठ लेखाकार	सी-4
4	विशाल शर्मा	वरिष्ठ लेखाकार	लेखा
5	कुलदीप	वरिष्ठ लेखाकार	निर्माण लेखा-2
6	सहजपाल (कोच के तौर पर)	वरिष्ठ लेखाकार	बजट एवं एप्रोप्रीऐशन

13. कार्यालय में नये साल के शुभारंभ के अवसर पर महालेखाकार महोदय के द्वारा सभी कर्मचारियों/ अधिकारियों को शुभकामनाएं दी गई तत्पश्चात जल-पान का आयोजन किया गया।
14. दिनांक 03.01.2024 से 05.01.2024 तक भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग उत्तर क्षेत्रीय बैडमिंटन प्रतियोगिता का सफलतापूर्वक आयोजन कराया गया, जिसमें 07 टीमों ने भाग लिया।
15. कार्यालय में दिनांक 12-01-2024 को मकर संक्रांति के उपलक्ष्य में लोहड़ी का त्योहार मनाया गया।
16. श्री राहुल मलहोत्रा (व.लेखाकार), टेबल टेनिस खिलाड़ी ने दिनांक 04.01.2024 से 11.01.2024 तक यू.टी. टी 85 वी इंटर स्टेट युथ एंड जूनियर नेशनल टेबल टेनिस चैंपियनशिप 2023-2024 में कोच (पंजाब गर्ल टीम) के तौर पर भाग लिया।
17. श्री विजय आहुजा ने दिनांक 14.01.2024 से 20.01.2024 तक कुरुक्षेत्र में ऑल इंडिया इंटर यूनिवर्सिटी वालीबाल, पुरुष चैंपियनशिप 2023-2024 में तकनीकी अधिकारी के रूप में भाग लिया।
18. श्री रनवीर सिंह (व.लेखाकार) एवं श्री विशाल शर्मा (लेखाकार) फुटबाल खिलाड़ियों ने दिनांक 15.01.2024 से 24.01.2024 तक चंडीगढ़ में चयन परीक्षण सह कोचिंग शिविर में भाग लिया।
19. इस कार्यालय में दिनांक 24.01.2024 को रक्तदान सोसाईटी द्वारा सैक्टर 32 Govt. Medical College and Hospital के सहयोग से रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया।
20. कार्यालय में दिनांक 26.01.2024 को गणतंत्र दिवस मनाया गया, जिसमें श्रीमती नमिता सेखो (Retd. Dy. CAG) द्वारा ध्वजारोहण किया गया तत्पश्चात लघु सांस्कृतिक प्रोग्राम प्रस्तुत किया गया।
21. श्रीमति ज्योति रावत (सहायक लेखा अधिकारी) व श्री कशिश (लेखाकार) बैडमिंटन खिलाड़ियों ने जोधपुर में ऑल इंडिया सीनियर रैंकिंग बैडमिंटन टूर्नामेंट में दिनांक 22.01.2024 से 28.01.2024 तक भाग लिया।
22. कार्यालय द्वारा दिनांक 01.02.2024 से 03.02.2024 तक भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग उत्तर क्षेत्रीय हॉकी प्रतियोगिता 2023-24 का सफलतापूर्वक आयोजन कराया गया, जिसमें 06 टीमों ने भाग लिया तथा A.G. Punjab की संयुक्त टीम रनर-अप रही।
23. दिनांक 10.02.2024 से 15.02.2024 तक पटना में आयोजित अखिल भारतीय सिविल सेवा कैरम टूर्नामेंट 2023-24 में RSB चंडीगढ़ टीम में इस कार्यालय के (स.ले.अ) श्री सीता राम, श्री मनमोहित शर्मा, श्री सुमित कुमार, श्री देवेन्द्र सिंह व रविंदर सिंह रावत लेखाकार ने खिलाड़ी के रूप में भाग लिया।
24. श्री अंकित कौशिक (व.ले.) व श्री अर्पित सिंह (ले.) क्रिकेट खिलाड़ियों ने दिनांक 19.02.2024 से 26.02.2024 मुंबई में चयन परीक्षण सह कोचिंग शिविर में भाग लिया। श्री अंकित कौशिक ने चयनित होने के बाद दिनांक 27.02.2024 से 09.03.2024 तक मुंबई में 18" DY Patil T-20 ऑल इंडिया क्रिकेट टूर्नामेंट में भाग लिया एवं श्री अर्पित सिंह लक्ष्य ने चैंपियंस ट्रॉफी के लिए दिनांक 29.02.2024 को गोरखपुर में रिपोर्ट किया।
25. दिनांक 20.02.2024 से 28.02.2024 तक गोवा में आयोजित अखिल भारतीय सिविल सेवा शतरंज प्रतियोगिता में आर.एस.बी. चंडीगढ़ टीम में इस कार्यालय से श्रीमती रीना सिंह, सुनीता कुमारी व ज्योति रावत (स.ले.अ.) ने खिलाड़ी के रूप में प्रतिनिधित्व किया।
26. श्री कुलदीप, व. ले. फुटबाल खिलाड़ी ने कोलकाता में दिनांक 04.03.2024 से 08.03.2024 तक भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग उत्तर क्षेत्रीय फुटबॉल टूर्नामेंट में भाग लिया।
27. दिनांक 13.03.2024 से 15.03.2024 तक ए.जी. पंजाब की संयुक्त क्रिकेट टीम ने चंडीगढ़ में भारतीय लेखा परीक्षा एवं लेखा विभाग उत्तर क्षेत्रीय क्रिकेट टूर्नामेंट में भाग लिया।
28. श्रीमती शिवानी ठाकुर, अनु अहलावत (स.ले.अ.) एवं श्री राहुल मल्होत्रा ने दिनांक 10.03.2024 से 14.03.2024 तक ऑल इंडिया सिविल सर्विसिज टूर्नामेंट में भाग लिया।
29. दिनांक 03.03.2024 से 09.03.2024 तक चंडीगढ़ में आयोजित अखिल भारतीय सिविल सेवा बैडमिंटन टूर्नामेंट 2023-2024 आर.एस.बी. चंडीगढ़ टीम में इस कार्यालय से श्री शीश राम वर्मा (वरि. उप- महालेखाकार), श्रीमती ज्योति रावत (स.ले.अ.) एवं श्री कशिश (लेखाकार) ने खिलाड़ी के रूप में भाग लिया।
30. इस कार्यालय में दिनांक 22.03.2024 को होली का त्योहार मनाया गया।

अधिकारियों/कर्मचारियों की नियुक्ति एवं पदोन्नति

(01-10-2023 से 31-03-2024)

क्र. सं.	अधिकारी/कर्मचारी का नाम एवं पद श्री/श्रीमती	पदोन्नति	तिथि	टिप्पणी
1	मोहम्मद रेहान आलम	स.ले.अ.	20.03.2024	--
2	गगनदीप सिंगला	स.ले.अ.	18-03-2024	--
3	दिनेश	स.ले.अ.	18-03-2024	-
4	राकेश जाना	स.ले.अ.	18-03-2024	--
5	सुनीत कुमार	स.ले.अ.	18-03-2024	--
6	अनूप डांगरा	स.ले.अ.	18-03-2024	-
7	अरुण कुमार ढाका	स.ले.अ.	18-03-2024	--
8	कुमारी खुशबू	स.ले.अ.	18-03-2024	--
9	चन्द्र प्रकाश	स.ले.अ.	18-03-2024	-
10	अमित	स.ले.अ.	18-03-2024	--
11	राजेश्वर कश्यप	स.ले.अ.	18-03-2024	--
12	नीतिश कटारिया	स.ले.अ.	18-03-2024	-
13	अमरदीप सिंह	स.ले.अ.	18-03-2024	--
14	हिमांशु बजाज	स.ले.अ.	18-03-2024	--
15	उत्तम	स.ले.अ.	18-03-2024	-
16	साक्षी भाटिया	स.ले.अ.	18-03-2024	--
17	अपूर्वा	स.ले.अ.	18-03-2024	--
18	संजीत	स.ले.अ.	18-03-2024	-
19	परविंदर	स.ले.अ.	18-03-2024	--
20	प्रियंका	स.ले.अ.	18-03-2024	--
21	गुरमेर	स.ले.अ.	18-03-2024	-
22	पंकज चतुर्वेदी	स.ले.अ.	18-03-2024	--
23	दिगेंद्र राय मीना	स.ले.अ.	18-03-2024	--
24	राजेश कुमार मीना	स.ले.अ.	18-03-2024	-
25	राहुल पांडे	स.ले.अ.	18-03-2024	--
26	समता	स.ले.अ.	18-03-2024	--
27	सुमित पंचाल	स.ले.अ.	01-06-2023	-
28	अजय मीना	स.ले.अ.	03-07-2023	-

क्र. सं.	अधिकारी/कर्मचारी का नाम एवं पद श्री/श्रीमती	पदोन्नति	तिथि	टिप्पणी
29	संदीप दलाल	स.ले.अ.	01-08-2023	--
30	तिलक राज	पर्यवेक्षक	01-11-2023	--
31	इंदु चोपड़ा	पर्यवेक्षक	01-01-2024	-
32	सुखबीर सिंह गिल	पर्यवेक्षक	01-02-2024	--
33	उपासना शर्मा	स. पर्यवेक्षक	01-11-2023	--
34	तिलक राज	स. पर्यवेक्षक	01-01-2024	-
35	धर्मिन्दर सिंह	स. पर्यवेक्षक	01-01-2024	--
36	सुनील कुमार	स. पर्यवेक्षक	01-01-2024	-
37	रिंकू कश्यप	स. पर्यवेक्षक	01-02-2024	-
38	बहादुर सिंह	स. पर्यवेक्षक	01-02-2024	--
39	अश्वनी कुमार शर्मा	स. पर्यवेक्षक	13.03.2024	--
40	जोध सिंह	वरिष्ठ लेखाकार	03.10.2023	-
41	बलबीर सेन	वरिष्ठ लेखाकार	03.10.2023	--
42	बीर सिंह	वरिष्ठ लेखाकार	03.10.2023	--
43	पंकज रंजन	डी ई ओ ग्रेड डी	01.01.2024	-
44	सुशील कुमार	लेखाकार	12.12.2023	--
45	नरेंद्र सिंह	लेखाकार	13.10.2023	-
46	अमित कुमार	लेखाकार	13.10.2023	-
47	मो. अकरम अली अंसारी	स.ले.अ.	18.03.2024	--
48	दीपक कुमार	स.ले.अ.	18.03.2024	--
49	सुनील	स.ले.अ.	18.03.2024	-
50	विवेकानंद सिंह	स.ले.अ.	18.03.2024	--
51	पुनीत करालिया	स.ले.अ.	18.03.2024	--
52	आनंद कुमार	स.ले.अ.	18.03.2024	-
53	संजय कुमार	स.ले.अ.	18.03.2024	--
54	मंजीत	स.ले.अ.	18.03.2024	-
55	विवेक कुमार	स.ले.अ.	18.03.2024	-
56	अजय दुहान	स.ले.अ.	18.03.2024	--
57	धनराज लावड़िया	स.ले.अ.	18.03.2024	-
58	विक्रम कुमार मीना	स.ले.अ.	18.03.2024	-

क्र. सं.	अधिकारी/कर्मचारी का नाम एवं पद श्री/श्रीमती	पदोन्नति	तिथि	टिप्पणी
59	सुमित कुमार नायक	स.ले.अ.	18.03.2024	--
60	अभिजीत	स.ले.अ.	18.03.2024	--
61	अनिल शर्मा	स.ले.अ.	18.03.2024	-
62	चिराग मीना	स.ले.अ.	18.03.2024	--
63	गौरव कश्यप	स.ले.अ.	18.03.2024	--
64	पायलेट मीना	स.ले.अ.	18.03.2024	-
65	अजय कुमार	स.ले.अ.	18.03.2024	--
66	आलोक कानावत	स.ले.अ.	18.03.2024	-
67	विनोद	स.ले.अ.	18.03.2024	-
68	मोहित कुमार सोरान	स.ले.अ.	18.03.2024	--
69	अतुल मदान	स.ले.अ.	18.03.2024	--
70	रामावतार मीना	स.ले.अ.	18.03.2024	-
71	ओमवीर अंतिल	स.ले.अ.	18.03.2024	--
72	अमित कुमार	स.ले.अ.	18.03.2024	-

हिंदी का प्रश्न स्वराज्य का प्रश्न है
- महात्मा गांधी

अधिकारियों/कर्मचारियों की सेवानिवृत्ति

(01-10-2023 से 31-03-2024)

क्र. सं.	सेवानिवृत्त अधिकारी/कर्मचारी का नाम एवं पद श्री/श्रीमती	सेवानिवृत्ति की तिथि	टिप्पणी
1	चन्द्र शेखर, सहायक लेखा अधिकारी	31-10-2023	--
2	विनीत सेठ, पर्यवेक्षक	31-10-2023	--
3	अनसूया प्रसाद, वरिष्ठ लेखाकार	31-10-2023	--
4	नरेश कुमार कौड़ा, वरिष्ठ लेखा अधिकारी	30-11-2023	--
5	खुशी राम, पर्यवेक्षक	31-12-2023	--
6	राकेश कुमार-I, सहायक पर्यवेक्षक	31-12-2023	--
7	सीमा खुराना, सहायक पर्यवेक्षक	31-12-2023	--
8	राकेश कुमार-II, पर्यवेक्षक	31-01-2024	--
9	अश्वनी कुमार अग्रवाल, सहायक पर्यवेक्षक	31-01-2024	--
10	साधु राम, लेखाकार	29-02-2024	--
11	सतनाम सिंह, सहायक पर्यवेक्षक	31-03-2024	--
12	वेद प्रकाश, सहायक पर्यवेक्षक	31-03-2024	--
13	तीरथ राम, सहायक पर्यवेक्षक	31-03-2024	--

सभी सेवानिवृत्त अग्रज साथियों की दीर्घायु तथा उनके सुखी एवं स्वस्थ सेवानिवृत्त जीवन के लिए “अंकुर” परिवार की ओर से हार्दिक शुभकामनाएं।

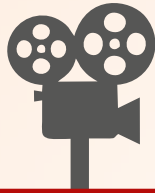
अधिकारियों/कर्मचारियों का देहावसान

(01-10-2023 से 31-03-2024)

क्र. सं.	दिवंगत अधिकारी/कर्मचारी का नाम एवं पद	देहावसान की तिथि	टिप्पणी
1	स्व. हरदीप कुमार, लेखाकार	31-01-2024	देहावसान

अलविदा

उक्त अधिकारी/कर्मचारी अपनी जीवन-यात्रा पूरी करके अखण्ड ज्योति में समा गये। ‘अंकुर’ परिवार की ओर से दिवंगत आत्मा के प्रति भाव-भीनी श्रद्धांजलि।



मीडिया की नज़र से



कार्यालय महालेखाकार पंजाब एवं चंडीगढ़ में हिंदी कार्यशाला का आयोजन

चंडीगढ़। कार्यालय महालेखाकार (लेखा व इक्यारी) पंजाब एवं चंडीगढ़ में बुधवार को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-1) चंडीगढ़ के तात्कालिक अध्यक्ष के अध्यक्षता में हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में केंद्र सरकार के निधिन कार्यालयों के कर्मियों ने भाग लिया।

उक्त कार्यशाला का उद्घाटन श्रीशराम, उप महालेखाकार ने किया। उप महालेखाकार ने उक्त कार्यशाला में उपस्थित अधिकारियों और कर्मचारियों से हिंदी की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए राजभाषा विभाग के दिशानिर्देशों का पालन करने के लिए कहा। इस अवसर पर नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-1) की सचिव नीता मल्होत्रा, उप निदेशक (राजभाषा) आचकर विभाग, चंडीगढ़ उपस्थित थीं।

सजीव ठाकुर, दीपक, मरेश कौश, सकेत रंजन मिश्र, शिवकेश, मनीष, कविता आदि के सहयोग से उक्त कार्यशाला का सफल आयोजन हुआ।

उक्त कार्यशाला में वक्ताओं ने शासकीय कामकाज में हिंदी के प्रयोग को बढ़ाने के लिए प्रेरित किया और कर्मियों को उनके दैनिक कामकाज में होने वाली परेशानियों के निवारण के बारे में बताया। कार्यशाला के प्रथम सत्र में विन्नी आनंद घुम्मान, मनोवैज्ञानिक ने सव्यवस्थक सोच एवं तनाव प्रबंधन विषय पर प्रकाश डाला।

अर्चिता कुमार, सहायक निदेशक ने कम्प्यूटर पर हिंदी के प्रयोग हेतु उपलब्ध सुविधाओं के बारे में बताया। नीता मल्होत्रा, उप निदेशक ने हिंदी टिप्पण आलेखन एवं प्रोत्साहन योजनाओं के विषय में विस्तार से जानकारी दी।



चंडीगढ़ भास्कर 04-02-2024

दिग्गज हॉकी ओलिंपियन गिल को चंडीगढ़ का अंतिम सलाम

गिल को सेक्टर-42 हॉकी टर्फ पर दी श्रद्धांजलि



सप्रेम श्रद्धांजलि चंडीगढ़

हॉकी ओलिंपियन सुखवीर गिल ने 26 जनवरी को अंतिम सांस ली और रविवार को उन्हें सेक्टर-42 हॉकी स्टेडियम में श्रद्धांजलि दी गई। इसके बाद उन्का परिवार सेक्टर-42 स्थित मुख्तार पार्क, जहाँ उनकी भाग की रसम अंज की गई। गिल की याद में एक ट्रक को सजाया गया जिसमें वो तस्वीरें लगाई गई थीं जो उनके करियर को दर्शाती हैं।

गिल के कोच एमएस स्टेडी पूरी उप उनके साथ थे और वे अंतिम विदाई के मौके पर भी उनके साथ थे। सुबह 10.46 पर उनका परिवार हॉकी स्टेडियम-42 पहुंचा, जहाँ पर अर्द्ध एंड एंडी नॉर्थ जॉन हॉकी के फाइनल से पहले उन्हें श्रद्धांजलि दी गई और दो मिनिट का मौन रखा गया। गिल के सम्मान में दोनों टीमों गार्ड ऑफ ऑनर दिया और फिर उनकी याद में दो मिनिट का मौन रखा गया। ये वो लम्हा था जब हर कोई अपने होंठों और चंडीगढ़ की शहन सुखवीर को याद कर रहा था।



• स्टार प्लेयर्स उनके परिवार के साथ खड़े रहे

सुखवीर गिल यहाँ के घर थे, उन्होंने करियर के दौरान हमेशा अपने स्थानीयों को टिप्प दिया। उनके जुनियर रहे एमडी राजकान सिंह हुड्डा को भी उन्होंने टिप्प दिए और बाद में उन्होंने भारतीय हॉकी टीम की कप्तान संभली। भारतीय फोरवर्ड रहे एमडी गगन अजीत सिंह उन्हें याद करते हुए आँखों को नम होने से नहीं रोक सके। ओलिंपिक मेडलिस्ट रफ़ीक़ पात सिंह के अलावा हॉकी दिग्गज प्रभोजित सिंह, गुणजन सिंह, सुखवीर मेहता, इंटरलीत चड्ढा, प्रभदीप सिंह, रफ़ीक़ सिंह, नवदीप सिंह, सुदीप सिंह, मनमोहन सिंह आदि भी इस मौके पर मौजूद रहे।

ज्यादा रस

रिश्ते नही मिला वो हमने शहीदों की तरफ़ हो आगे बढ़ा ली। अब जनसुखी की बुकिंग करवाई है।

CULTURAL EVENT

चंडीगढ़। शहर में अकाउंटेड जसलत पंजाब व पृथ्वी को ओर से 'ऑडिट सत्या' मनाया जा रहा है। इसमें तात ऑडिटिंग पर जसलत बनने के लिए माहिला गांधी स्टेट इंस्टिट्यूट ऑफ़ पब्लिक एडमिनिस्ट्रेशन में सैमिनार व कल्चरल कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इसमें 250 लोग हिस्सा लेंगे। पहले पैरल डिमकारन और ओपन हाउस हुआ फिर कल्चरल कार्यक्रम हुआ। इसमें थिएटर अट्रैक्ट चंडीगढ़ के कलाकार हिस्सा लेंगे। उन्होंने नटक और फांक ड्रास पेश किया। इसमें महिला कला ने हिट पया।

हॉकी टूर्नामेंट : एजी पंजाब ने एजी जम्मू-कश्मीर को 9-0 से हराया

आज समाज नेटवर्क



चंडीगढ़। पल्लो कां और ओली के कप्तान के भारतीय महालेखाकार (लेखा व इक्यारी) पंजाब एवं चंडीगढ़ में बुधवार को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-1) चंडीगढ़ के तात्कालिक अध्यक्ष के अध्यक्षता में हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में केंद्र सरकार के निधिन कार्यालयों के कर्मियों ने भाग लिया।

उक्त कार्यशाला का उद्घाटन श्रीशराम, उप महालेखाकार ने किया। उप महालेखाकार ने उक्त कार्यशाला में उपस्थित अधिकारियों और कर्मचारियों से हिंदी की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए राजभाषा विभाग के दिशानिर्देशों का पालन करने के लिए कहा। इस अवसर पर नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-1) की सचिव नीता मल्होत्रा, उप निदेशक (राजभाषा) आचकर विभाग, चंडीगढ़ उपस्थित थीं।

सजीव ठाकुर, दीपक, मरेश कौश, सकेत रंजन मिश्र, शिवकेश, मनीष, कविता आदि के सहयोग से उक्त कार्यशाला का सफल आयोजन हुआ।

उक्त कार्यशाला में वक्ताओं ने शासकीय कामकाज में हिंदी के प्रयोग को बढ़ाने के लिए प्रेरित किया और कर्मियों को उनके दैनिक कामकाज में होने वाली परेशानियों के निवारण के बारे में बताया। कार्यशाला के प्रथम सत्र में विन्नी आनंद घुम्मान, मनोवैज्ञानिक ने सव्यवस्थक सोच एवं तनाव प्रबंधन विषय पर प्रकाश डाला।

अर्चिता कुमार, सहायक निदेशक ने कम्प्यूटर पर हिंदी के प्रयोग हेतु उपलब्ध सुविधाओं के बारे में बताया। नीता मल्होत्रा, उप निदेशक ने हिंदी टिप्पण आलेखन एवं प्रोत्साहन योजनाओं के विषय में विस्तार से जानकारी दी।

जुनियर ने दुसरा खेल दाग दिया। खेल के 15वें मिनिट में इमरान खान मीनस ने अपने टीम को लक्ष्य से दूरात खेल करके अपने टीम को जीत लाकर विजिल कर ली। रणु खेल के 20वें मिनिट में एजी हिस्सावन के सक्ताजीत सिंह ने एजी हिस्सावन के लक्ष्य से खाल खेल करके खेल पर कब्ज़ा 3-1 करके खेल में जल फुंक दी। रणु खेल के 24वें और 40वें मिनिट में एजी खेल के इमरान खान जुनियर ने अपने खेल में गोलों को इटिक खेल को और खेल का स्कोर 3-1 कर दिया। फिर खेल के 44वें मिनिट में एजी खेल के जैमल मल्ल ने खेल करके अपने टीम को 4-1 जीत दिया। खेल में अंतरराष्ट्रीय अंशक हलौल सिंह गिल और अर मीनमल्लम के निराली ने खेल रणु।

खेल बाद टूर्नामेंट का दुसरा खेल एजी पंजाब और एजी जम्मू-कश्मीर के बीच खेल गया जो लक्ष्य एकतरफ़ पड़ा। एजी पंजाब के खिलाड़ी ने शुरू से जबरजस्त प्रदर्शन करते हुए एजी खेल का स्कोर 9-0 में ड्रा दिया। खेल के पहले मिनिट में ही खाल खेल एजी पंजाब के एमन बलसी ने किया। खेल के दुसरे और चौथे मिनिट में रणवीर सिंह ने एजी पंजाब को और से 2 खेल करके एजी पंजाब को अग्रणीत बढ़त दिए दी। इस खेल में एजी पंजाब के इमुरा खिलाली रबींद सिंह और रासमंद सिंह ने 3-3 खेल करके खेल को इटिक लम्बा। हर खेल अंतरराष्ट्रीय अंशक केसरो सुदीप और खेल विलत भी निराली में सक्न हुए।

कल इस टूर्नामेंट के चौथे खेल मूकलने खेलें जहाँ गिलने पल्ला खेल एजी खेल और एजी पल्लो के बीच खेल जाया और दुसरा खेल पल्लान सुक्तावन एजी पंजाब और एजी हिस्सावन के बीच खेल जाया।

ध्वजारोहण





फ़तेह बुर्ज , पंजाब



SUPREME AUDIT INSTITUTION OF INDIA

लोकहितार्थ सत्यनिष्ठा

Dedicated to Truth in Public Interest

राजभाषा कार्यान्वयन समिति

कार्यालय महालेखाकार (लेखा व हकदारी)

पंजाब एवं यू.टी. चंडीगढ़ - 160017