राजभाषा जागृति

13वाँ अंक, सितम्बर 2016

जल ही जीवन है

गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एण्ड इंजीनियर्स लिमिटेड

पोतनिर्माण में उत्कृष्टता एवं गुणवत्ता की दिशा में अग्रसर

राजभाषा उपलब्धियां – वर्ष 2015-16

- कंपनी की हिन्दी पत्रिका राजभाषा जागृति को प्रथम पुरस्कार
- पत्रिका के सम्पादन के लिए - श्रीमती सुनीता शर्मा, उप महाप्रबंधक (राजभाषा) को प्रशस्ति पत्र
- कंपनी में राजभाषा के सर्वश्रेष्ठ कार्यान्वयन के लिए राजभाषा शील्ड
- राजभाषा कार्यान्वयन के लिए - श्रीमती सुनीता शर्मा, उप महाप्रबंधक (राजभाषा) को प्रशस्ति पत्र

नराकास, कोलकाता की ओर से ये सभी पुरस्कार 11.08.2016 को आयोजित समारोह में महामहिम राज्यपाल, पश्चिम बंगाल, श्री केशरी नाथ त्रिपाठी द्वारा रियर एडमिरल अनिल कुमार वर्मा, वीएसएम, भा.नौ. (सेवानिवृत्त), अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक तथा श्रीमती सुनीता शर्मा, उप महाप्रबंधक (राजभाषा) को प्रदान किए गए।

विषय सूची

गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एण्ड इंजीनियर्स लिमिटेड
अर्धवार्षिक हिन्दी पत्रिका

अंक : 13वाँ
सितम्बर 2016
(केवल आंतरिक वितरण के लिए)

सम्पादक

श्रीमती सुनीता शर्मा
उप महाप्रबंधक (राजभाषा)

सम्पादकीय पत्राचार का पता :

सम्पादक
राजभाषा जागृति
राजभाषा विभाग
गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एण्ड इंजीनियर्स लिमिटेड
61, गार्डन रीच रोड, कोलकाता - 700 024
दूरभाष : 033-24698140-8143, एक्स - 303
ईमेल - Sharma.Sunita@grse.co.in

(राजभाषा जागृति पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं के विचार लेखकों के अपने हैं, अत: यह आवश्यक नहीं कि सम्पादक इनसे सहमत हो)

1. **आवरण कथा** **6-8**
जल ही जीवन है

2. **तकनीकी लेख** **9-16**
युद्धपोत एवं निर्माण के चरण • पोर्टेबल शेल्टर • पाँच 'स' और उनका महत्व • पोत में पाइप की स्थापना

3. **कविताएँ** **17, 22, 24, 28, 30, 32, 36**
तुम क्या हो • अक्सर भूल जाते हैं • भारत माँ • अभ्यास • कोशिश • नारी शक्ति • सेफ्टी श्लोक • सेफ्टी नियम तुरत अपना ले

4. **पर्यटन** **18-19**
ट्रैक फॉर चिल्ड्रन – मुलखड़का सरोवर

5. **विविध लेख** **10, 20-21, 23, 31, 34**
जन्मभूमि की महिमा • जल ही जीवन है • गंगा जल • नारी और जल – समाज का आधार • योग्य है योग

6. **संस्मरण** **25**
मेरे जीवन का एक अनुभव

7. **मुद्दा** **26-27**
देशवासियों की थाली में मिलावट का खतरा

8. **लघु कथाएँ** **29**
कुछ इधर उधर की

9. **निगमित सामाजिक दायित्व** **35**

10. **जीआरएसई परिवारों से** **37-45**
• जल ही जीवन है • विज्ञान वरदान है या अभिशाप • ना छीनो तुम हमसे • जल ही जीवन है • हे मेघ अब तो बरस जा • नारी शक्ति-देश की शक्ति • जल ही जीवन है • मोबाइल • पानी क्या है तेरी कहानी

11. **राजभाषा गतिविधियाँ** **46-52**

12. **स्वास्थ्य** **53-55**
जलजनित रोग • कैंसर की रोकथाम

अनूप कुमार श्रीवास्तव
सचिव

Anoop Kumar Srivastava
SECRETARY
Tel. : 23438266 Telefax : 23438267
E-mail : secy-ol@nic.in

सत्यमेव जयते

भारत सरकार
राजभाषा विभाग
गृह मंत्रालय
तृतीय तल, एन.डी.सी.सी.-II भवन,
जय सिंह रोड, नई दिल्ली-110001

GOVERNMENT OF INDIA
DEPARTMENT OF OFFICIAL LANGUAGE
MINISTRY OF HOME AFFAIRS
3rd FLOOR, N.D.C.C.-II BUILDING,
JAI SINGH ROAD, NEW DELHI-110001

पत्र सं0-11014/10/2015-रा.भा. (प)पार्ट-1 06 जुलाई, 2016

संदेश

यह बड़े ही हर्ष का विषय है कि गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एंड इंजीनियर्स लि. द्वारा "राजभाषा जागृति" का प्रकाशन नियमित रूप से किया जा रहा है।

स्वतंत्रता के बाद संविधान में यह व्यवस्था की गई कि हिंदी संघ की राजभाषा होगी। हिंदी ही एक ऐसी भाषा है जो देश के सबसे अधिक लोगों द्वारा समझी और बोली जाती है। संघ की भाषा न सिर्फ राजकीय प्रयोजनों के लिए प्रयुक्त होती है वरन् देश की संपर्क भाषा के रूप में भी प्रयुक्त होती है। इस कड़ी में गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एंड इजीनियर्स लि. की पत्रिका "राजभाषा जागृति" महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन कर रही है।

पत्रिका राजभाषा जागृति के 12वें अंक में जीआरएसआई से जुड़ी कई महत्वपूर्ण जानकारियां पाठकों तक पहुंचीं। मैं पत्रिका "राजभाषा जागृति" के प्रकाशन से जुड़े सभी सदस्यों को हार्दिक बधाई देता हूं तथा कामना करता हूं कि पत्रिका "राजभाषा जागृति" इसी प्रकार अपने पथ पर अग्रसर रहे।

हार्दिक शुभकामनाओं के साथ,

अनूप कुमार श्रीवास्तव

(अनूप कुमार श्रीवास्तव)

साथियो,

हिन्दी दिवस के शुभ अवसर पर आप सभी को मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ।

संगठन के बहुभाषिक पृष्ठभूमि वाले कार्मिकों में हिन्दी के माध्यम से एकजुटता लाने और कार्मिकों के रचनात्मक कौशल को बढ़ाने में संगठन की हिन्दी पत्रिका 'राजभाषा जागृति' के प्रयास निस्संदेह सराहनीय हैं, जिसका प्रमाण हैं पत्रिका के प्रत्येक अंक को मिलने वाले पुरस्कार और सम्मान। मेरा मानना है कि भाषा का जितना प्रयोग किया जाएगा उतना ही इसे सीख पाना और इसके इस्तेमाल को बढ़ा पाना संभव हो सकता है। हिन्दी के प्रयोग के लिए भी इसी बात को ध्यान में रखे जाने की आवश्यकता है। इसलिए सभी कार्मिकों से मेरा अनुरोध है कि प्रयोग में होने वाली अशुद्धियों की ओर गौर न कर निर्बाध रूप से अपने सरकारी कामकाज में हिन्दी के प्रयोग को बढ़ाएँ।

'राजभाषा जागृति' के माध्यम से पुन: संवाद के अवसर का लाभ उठाते हुए मैं यह बताना चाहता हूँ कि राष्ट्र निर्माण और रक्षा क्षेत्र में आत्मनिर्भरता लाने के प्रति अपने दायित्व को पूरा करने की दिशा में जीआरएसई ने विश्व श्रेणी के युद्धपोत निर्माता के रूप में अपनी पहचान को स्थापित किया है, जिसे मान्यता देते हुए भारत सरकार ने लगातार चौथे वर्ष जीआरएसई को शिपयार्डों में सर्वोत्तम कार्यनिष्पादक शिपयार्ड हेतु रक्षा मंत्री उत्कृष्टता पुरस्कार से सम्मानित किया है। युद्धपोत निर्माण के क्षेत्र में विश्व में अग्रणी बनने के अपने विज़न को पूरा करने की दिशा में जीआरएसई निरंतर अग्रसर है। एमडीएल के साथ मिलकर 17ए परियोजना के प्रतिष्ठित आदेश के तहत 03 स्टेल्थ फ्रिगेटों के उत्पादन के लिए जीआरएसई पूर्णतया तैयार है। इसके अतिरिक्त तटरक्षक के लिए 05 एफ़पीवी के निर्माण संबंधी कार्रवाई आरंभ कर दी गई है। ये सभी हमारे कार्मिकों के समर्पित योगदान, कर्तव्यनिष्ठा और अथक परिश्रम का परिणाम हैं।

हमारी हिन्दी पत्रिका के 13वें अंक का विषय जीवन के लिए सबसे महत्वपूर्ण प्राकृतिक संसाधन जल के दिन प्रतिदिन होने वाले अभाव के प्रति चिंता व्यक्त करते हुए 'जल ही जीवन है' रखा गया है। यह एक विश्वव्यापी समस्या है, जिसके समाधान के लिए बड़े पैमाने पर उपाय किए जा रहे हैं। पत्रिका के माध्यम से इस समस्या के समाधान हेतु चिंतन करते हुए समाज को इस दिशा में जागरूक कर, आइए हम सब अपना महत्वपूर्ण योगदान दें।

'राजभाषा जागृति' के सफल प्रकाशन के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ।

14 सितंम्बर 2016

ए के वर्मा
रियर एडमिरल, भा.नौ. (सेवानिवृत्त)
अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक

साथियो,

जीआरएसई की हिन्दी पत्रिका 'राजभाषा जागृति' के 13वें अंक के प्रकाशन के लिए कंपनी के सभी कार्मिकों और विशेष रूप से राजभाषा विभाग के कार्मिकों को मेरी शुभकामनाएँ। मुझे बेहद खुशी है कि जीआरएसई केवल युद्धपोत निर्माण में ही अग्रणी कंपनी नहीं है अपितु राजभाषा के अनुपालन में भी शीर्ष स्तर पर विद्यमान है। मेरे लिए यह हर्ष का विषय है कि इस पत्रिका के जरिए मुझे आपके समक्ष अपने विचार रखने का मौका मिला है।

अपने नाम के अनुरूप 'राजभाषा जागृति' हिन्दी के प्रयोग के प्रति हमारे कार्मिकों को प्रेरित व प्रोत्साहित तो कर ही रही है, साथ ही साथ उनकी हिन्दी लेखन प्रतिभा को विकसित करते हुए उन्हें और उनके परिवारों को रचनाओं के माध्यम से जोड़ने का काम भी बखूबी कर रही है।

यह सर्वविदित है कि संगठन का विकास किसी एक विभाग के सशक्तिकरण के कारण नहीं बल्कि सभी विभागों व कार्मिकों के सामूहिक सशक्तिकरण के कारण ही संभव है। संगठन के हित को सर्वोपरि रखते हुए यदि हम एकजुट होकर पूर्ण कर्तव्यनिष्ठा व समर्पण से कार्य करें तो संगठन स्वत: ही विकास की राह पर चलेगा। मैंने पाया है कि भारत सरकार की राजभाषा नीति का अनुपालन भली प्रकार से किया जा रहा है और संगठन ने राजभाषा के क्षेत्र में राष्ट्रीय और नराकास स्तर पर अनेक उपलब्धियां हासिल की हैं। इसके लिए हमारा राजभाषा विभाग वास्तव में प्रशंसा का पात्र है।

हिन्दी पत्रिका का प्रत्येक अंक किसी न किसी थीम पर आधारित होता है और उसी परंपरा का निर्वाह करते हुए पत्रिका के 13वें अंक के विषय के लिए एक ऐसे मूलभूत और बेहद ही महत्वपूर्ण प्राकृतिक संसाधन का चयन किया गया है, जिसके अभाव में प्राणी जगत की कल्पना करना संभव ही नहीं है। इस अंक का विषय है 'जल ही जीवन है'। आइए, हम सभी इस राष्ट्रीय ही नहीं अपितु अंतर्राष्ट्रीय समस्या की गंभीरता को समझते हुए जल संरक्षण और जल की कमी को दूर करने के उपायों पर विचार करें और अपनी महती भूमिका निभाएँ।

पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ।

ए के नन्दा
निदेशक (कार्मिक)

साथियो,

राजभाषा के क्षेत्र में उत्तरोत्तर विकास की ओर अग्रसर जीआरएसई की हिन्दी पत्रिका के 13वें अंक के प्रकाशन पर एक बार फिर मुझे आप सभी के साथ संवाद का अवसर मिला है। इसमें कोई संदेह नहीं कि जीआरएसई में राजभाषा कार्यान्वयन का स्तर अपने श्रेष्ठ स्तर पर है, जिसका प्रमाण है इस क्षेत्र में हमें राष्ट्रीय और नराकास स्तर पर मिलने वाले पुरस्कार। राजभाषा जागृति पत्रिका के माध्यम से न केवल हमारे कार्मिकों की लेखन तथा रचनात्मक प्रतिभा उभर रही है अपितु हमारे संगठन की गतिविधियों का भी प्रचार प्रसार हो रहा है।

राजभाषा के प्रयोग को बढ़ाने के लिए अब समय आ गया है हिन्दी को कंप्यूटर व डिजिटल दुनिया से जोड़ने का। हम सभी को हिन्दी के प्रयोग हेतु विकसित किए गए ई-टूल्स का उपयोग बढ़ाना होगा ताकि हिन्दी का प्रयोग प्रयोजनमूलक हो सके। हमने राजभाषा के अनुपालन के लिए ई-टूल्स की उपयोगिता और इस विषय पर अपने कार्मिकों को जागरूक करने के लिए ऐसी कार्यशालाएँ आयोजित करनी आरंभ की हैं और वर्ष के दौरान हमारा फोकस ई-टूल्स के उपयोग को बढ़ाने पर रहेगा ताकि राजभाषा के व्यावहारिक प्रयोग को तीव्र गति दी जा सके।

पत्रिका के इस अंक के लिए देश की ही नहीं अपितु विश्व में उत्पन्न जल संकट जैसी गंभीर समस्या को ध्यान में रखते हुए 'जल ही जीवन है' विषय को चुना गया है, ताकि इस विषय पर हम गंभीरता से चिंतन कर सकें और लेखों, कविताओं के माध्यम से इस अनमोल प्राकृतिक संपदा अर्थात जल संरक्षण के विषय में समाज को जागरूक किया जा सके।

पिछले अंकों की भांति इस अंक में भी जीआरएसई कार्मिकों और उनके परिवारों की ओर से प्राप्त तकनीकी, साहित्यिक, पर्यटन, स्वास्थ्य आदि विषयों पर लेख तथा कविताएँ समाहित की गई हैं। आशा है यह अंक भी आपको अवश्य पसंद आएगा। सभी रचनाकारों के इस महत्वपूर्ण योगदान के लिए हृदय से आभार प्रकट करते हुए निवेदन है कि पत्रों/मेल के माध्यम से अपने सुझाव भेजते रहें, ताकि आगामी अंकों को और अधिक सुरुचिपूर्ण व लाभकारी बनाया जा सके।

हार्दिक शुभकामनाओं सहित।

सुनीता शर्मा
उप महाप्रबंधक (राजभाषा)

जल ही जीवन है

जल मानव जीवन का मूलभूत अधिकार है और जीवनदायिनी प्राकृतिक संसाधन है। यह एक आम रासायनिक पदार्थ ही नहीं, सभी प्राणियों के जीवन का आधार है। जल के अणु दो हाइड्रोजन परमाणु और एक ऑक्सीज़न परमाणु (H_2O) से बने हैं। आमतौर पर हम जल को द्रव्य अवस्था में ही प्रयोग में लाते हैं किन्तु यह बर्फ के रूप में ठोस अवस्था और भाप अथवा जल वाष्प के रूप में गैसीय अवस्था में भी मौजूद है। पृथ्वी का लगभग 71% जल से आच्छादित है। मात्रा के हिसाब से मानव शरीर का भी लगभग 70% हिस्सा पानी है।

हम सभी जानते हैं कि पर्यावरण के बगैर जीवन नामुमकिन है। हम हजारों बरसों से पृथ्वी को माता और स्वयं को पृथ्वी का पुत्र कहते रहे हैं – 'माता भूमि: पुत्रो अहं पृथिव्या'। अर्थात ये धरती हमारी माता है और हम इसके पुत्र हैं। धरती माता हमारे जीवन के अस्तित्व का एक प्रमुख आधार है, हमारा पोषण करती है। 'क्षिति जल पावक गगन समीरा'। प्रकृति और पर्यावरण में संतुलन बनाये रखने के लिए इन पाँच तत्वों में संतुलन परम आवश्यक है। पर्यावरण के असंतुलन का ही प्रभाव है कि पृथ्वी का तापमान लगातार बढ़ रहा है और आज बढ़ते जल संकट का प्रमुख कारण पर्यावरण का असंतुलन ही है। दुनिया का दो तिहाई हिस्सा पानी होने के बावजूद दुनिया में मौजूद 3% पानी ही मनुष्यों के लिए उपयोगी है। अध्ययन बताते हैं कि पिछले कुछ वर्षों में जल की उपलब्धता 70% कम हुई है। इसका कारण है तेजी से बढ़ती आबादी, जल स्रोतों का शोषण व जल स्रोतों की बरबादी। एक रिपोर्ट के अनुसार विश्व में करीब 2.8 अरब रोजगार पानी पर निर्भर हैं। कृषि, मत्स्य पालन और ऊर्जा उत्पादन जैसे रोजगार तो शत प्रतिशत पानी पर ही निर्भर हैं।

जल संकट के चलते देश के कई राज्य सूखे की चपेट में हैं। सूखे की वजह से महाराष्ट्र के लातूर में सौ करोड़ की एक इस्पात फैक्टरी बंद हो गई। महाराष्ट्र के मराठवाड़ एवं विदर्भ तथा उत्तर प्रदेश का बुन्देलखण्ड पानी के जबरदस्त संकट से जूझ रहे हैं। शायद यह पहली बार होगा कि पानी रेल से भेजा गया है। यह भी सुनने में आया कि क्रिकेट के लिये खेल मैदानों पर खर्च होने वाले पानी और शराब उद्योग की जलापूर्ति बन्द करने के लिये सर्वोच्च न्यायालय का दरवाजा खटखटाना पड़ा। जल संकट का प्रभाव इतना गहराया हुआ है कि :

- चंडीगढ़ में सुबह कार धोए जाने पर जुर्माने का प्रावधान ।
- मध्यप्रदेश के टीकमगढ़ में एक नहर की हथियारबंद रखवाली।
- जल संकट के कारण महाराष्ट्र के लातूर में धारा 144 लगाई गई।
- बुंदेलखंड में कई गाँव ऐसे हैं जहां उपलब्ध जलस्रोतों के सूखने के कारण लड़कों की शादी नहीं होती क्योंकि महिलाओं को पानी जुटाने के लिए 3 किलोमीटर दूर जाना पड़ता है।
- उत्तर प्रदेश के कुछ जिलों में प्रदूषित भूजल के कारण लोगों के मारे जाने की खबरें आती हैं।

अत: कम होते इस संसाधन के संकट से उबरने के लिए हमें इसके बचाव के सभी प्रयास करने होंगे। प्रधानमंत्री जी ने जल संकट के विषय में मई 2016 में 'मन की बात' कार्यक्रम के माध्यम से कहा कि – "जल संकट से निपटने के लिए सामूहिक प्रयत्न से ही बात बन पाएगी। आने वाले चार महीने बूंद बूंद पानी के लिए जल बचाओ अभियान के रूप में बदलना है"। उन्होंने ऐसी फसलें अपनाने पर ज़ोर दिया, जिनमें कम पानी का इस्तेमाल हो। पानी केवल किसानों का ही विषय नहीं है। यह गाँव, गरीब मजदूर, किसान, शहरी, ग्रामीण, अमीर-गरीब हर किसी से जुड़ा विषय है। उन्होंने कहा "मैं देशवासियों से कहता हूँ कि जून, जुलाई, अगस्त, सितंबर इन चार महीनों में हम तय करें, पानी की एक बूंद भी बर्बाद नहीं होने देंगे। ईश्वर हमारी जरूरत के हिसाब से पानी देता है, प्रकृति हमारी आवश्यकताओं की पूर्ति करती ही है, लेकिन हम बहुत पानी देखकर बेपरवाह हो जाएँ और जब पानी का मौसम समाप्त हो जाए तो बिना पानी परेशान रहें, तो ये कैसे चल सकता है। जंगल और पानी बचाना हम सबका दायित्व है"। कई राज्यों में सूक्ष्म सिंचाई

और ड्रिप सिंचाई के प्रयोग पर उन्होंने प्रसन्नता व्यक्त की। सूखे की समस्या के समाधान के लिए सूक्ष्म सिंचाई और प्रौद्योगिकी के महत्व पर बल देने की बात कही।

पर्यावरण और विकास एक दूसरे के पूरक होकर ही इंसान की सहायता कर सकते हैं। पर्यावरण और कृषि का आपस में गहरा संबंध हैं। देश की खाद्य सुरक्षा कृषि पर और कृषि जलवायु तथा पर्यावरण से जुड़ी है। इस प्रकार गहराते जल संकट का दुष्प्रभाव प्रत्यक्ष रूप से कृषि पर पड़ना स्वाभाविक है। उसके बावजूद नदियों के बहाव वाले क्षेत्रों में हम भवन बना रहे हैं। शहरीकरण और औद्योगीकरण की वजह से देश की प्रमुख नदियां प्रभावित हो रही है। सभी को जागरूक होना होगा ताकि इसका प्रबंधन व्यवस्थित तौर पर किया जा सके और इस गहराते जल संकट से किसी सीमा तक बचा जा सके। यह असर केवल कृषि या मनुष्य पर ही नहीं अपितु पशु, पक्षी, मिट्टी, पानी, वनस्पति भी इस प्रभाव से अछूते नहीं है। दुनिया का दो तिहाई हिस्सा पानी है, फिर भी ऐसी आशंका जताई जा रही है कि अगले विश्वयुद्ध/महायुद्ध का कारण पानी भी हो सकता है। जल के महत्व और इसके संभावित संकट के विषय में रहीम जैसे कवि ने सही कहा था – 'रहिमन पानी राखिए, बिन पानी सब सून। पानी गए न ऊबरै मोती मानुष चून'। बताया जाता है कि श्रीकृष्ण ने कहा था कि वाणी और पानी, दोनों का दुरुपयोग करने वाले सभ्यता, समय और समाज के शत्रु होते है। सदियों से पानी देश में सार्वजनिक उपयोग की वस्तु रही है। प्याऊ लगाना और प्यासे को पानी पिलाना हमारी संस्कृति का हिस्सा रहा है और इसे धार्मिक कार्य से जोड़ा गया है। इसीलिए प्राचीन काल में तालाब, कुएँ, कुंड, बावड़ी, जोहड़ बनवाना पुण्यदायी कार्य माना जाता था।

सरकार द्वारा पेयजल और स्वच्छता के क्षेत्र को अत्यधिक महत्व दिए जाने को ध्यान में रखते हुए इसे मंत्रालय का दर्जा दिया गया है। पेयजल और स्वच्छता मंत्रालय देश में पेयजल और स्वच्छता कार्यक्रमों की समग्र नीति, योजना, वित्त-पोषण और समन्वय के लिए नोडल विभाग है। लोगों के बीच जल का महत्व, आवश्यकता और इसके संरक्षण, पर्यावरण, स्वास्थ्य, कृषि व्यापार सहित जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में जल के महत्व और लोगों की जागरूकता बढ़ाने के लिये पूरे विश्व में हर वर्ष 22 मार्च को 'विश्व जल दिवस' मनाया जाता है।

पानी का संकट अपने साथ कई दूसरे तरह के संकट भी लेकर आता है। यद्यपि, हमारा ध्यान इनकी ओर नहीं जाता लेकिन ये अंतत: पानी की किल्लत से ही जुड़े हुए हैं। भूजल के लगातार दोहन और बारिश के पानी को यथोचित ढंग से नहीं सहेजे जाने से हमें जिन संकटों का सामना करना पड़ता है, उनमें खेती के साथ ही उद्योग-धंधों से जुड़े रोजगारों पर संकट भी शामिल है। कुछ उद्योग ऐसे हैं, जो पानी पर ही आश्रित है। पानी नहीं मिले तो ये कुछ घंटे भी चल नहीं सकते। ऐसे में इनसे जुड़े लाखों मजदूरों और कर्मचारियों की रोजी रोटी और उनके परिवारों पर भी प्रतिकूल असर पड़ेगा। इसके लिए सभी को मिलकर सामूहिक प्रयास करने होंगे। आजकल टेलीविज़न पर एक कंपनी द्वारा पानी के पाइप और टैंक का विज्ञापन दिखाया जा रहा है, जिसमें पानी के बचाव की ओर ध्यान दिलाते हुए ऐसे पाइप या टैंक के खरीदने की ओर संकेत है, जिससे पानी के रिसाव व बरबादी न हो और साथ ही यह भी संदेश दिया गया है "जिस पानी के लिए आधी दुनिया तरस रही है उस पानी की लीकेज और सीपेज होने देंगे तो दुनिया को क्या जवाब देंगे"। पानी की अहमियत पर बात करते हुए हमें नीचे दिए गए कुछ उपायों पर ध्यान देना होगा :-

* प्रकृति का सबसे अमूल्य उपहार है वर्षा जल। प्रकृति प्रदत्त वरदान स्वरूप इस जल को एकत्रित कर उसका उपयोग करने की पद्धति को वर्षा जल संग्रहण कहते हैं। इस संग्रहित जल को कृषि, पेयजल, भूगर्भ जल प्रबंधन, अपशिष्ट जल प्रबंधन इत्यादि में प्रयोग किया जा सकता है।

* जलस्रोतों के अनुचित प्रबंधन के कारण देश के कई भागों में पीने के जल की समस्या काफी गंभीर बन गई है। भारत वर्ष के लोग सदियों से भविष्य में इस्तेमाल करने की दृष्टि से जल संग्रहित करते आ रहे हैं। किन्तु जब से पानी विशेषकर शहरों में हमें सुविधापूर्वक रूप से उपलब्ध होने लगा है तब से हम इन पारंपरिक जलस्रोतों की उपेक्षा करने लगे हैं। शहरों में बढ़ती हुई जनसंख्या के कारण सभी लोगों को नियंत्रित रूप से जल उपलब्ध कराना सरकारों के लिये एक कठिन चुनौती बनता जा रहा है। जल संग्रह के लिए पारंपरिक तालाबों को सहेजा जाए और शहरीकरण व बिल्डिंगें बनाने हेतु उनके प्रयोग पर रोक लगाई जाए। प्रकृति हमें भरपूर देती है अत: वर्षा जल संरक्षण को प्रोत्साहित किया जाए।

❊ सिंचाई की परंपरागत विधियों में जल का प्रयोग और उसकी क्षति अधिक मात्रा में होती है। यदि ड्रिप और स्प्रिंकलर सिंचाई की विधियों को अपनाया जाए तो जल को काफी हद तक बचाया जा सकता है।

❊ देश में जल संकट की भयावह स्थिति के बावजूद हम लोगों में जल के प्रति चेतना जागृत नहीं हुई है। अत: समय रहते हमें जल बचाव के प्रति जागरूक होना होगा अन्यथा आने वाली पीढ़ियाँ जल के अभाव में नष्ट हो जाएंगी। हम छोटी छोटी बातों पर गौर करें और ध्यान दें तो हम जल संकट की इस स्थिति से निपट सकते हैं। कुछ ऐसी छोटी छोटी दैनंदिन व्यवहार की बातें हैं जिन पर गंभीरता से अमल किए जाने से जल की बर्बादी को काफी हद तक रोका जा सकता है, जैसे :

❊ स्नान करने के लिए फव्वारे से या नल के प्रयोग के स्थान पर बाल्टी का प्रयोग, जिससे हम प्रतिदिन प्रति व्यक्ति के हिसाब से पानी की काफी बचत कर सकते है।

❊ काफी लोगों की आदत होती है कि शेव या दंत मंजन करते वक्त नल को खुला रखते हैं तो ऐसा करके ऐसे लोग बड़ी मात्रा में पानी बर्बाद करते हैं जबकि वे यह काम एक मग पानी लेकर करें तो प्रति व्यक्ति पानी की बचत हो सकती है।

❊ शौचालय में लौ फ्लश या ड्यूयल फ्लश जैसे उपकरण का उपयोग कर पानी को बचाया जा सकता है।

❊ घरों में कपड़े धोते समय नल खुला रखना आम बात है ऐसा न कर यदि हम बाल्टी में पानी लेकर कपड़े धोने की आदत डालें तो पानी बर्बाद होने से बच सकता है। थोड़ी सी सावधानी व जिम्मेदारी निभाएँ तो प्रति घर के हिसाब से काफी जल बचाया जा सकता है।

❊ एक लॉन या पौधों में बेहिसाब पानी देने में या गाड़ी धोने में जितना बेहिसाब पानी बर्बाद होता है उससे बेहतर है कि यदि इन कामों को व्यवस्थित प्रकार से किया जाए तो पानी की बचत करना कोई कठिन काम नहीं होगा।

पानी का रासायनिक सूत्र भले ही हमें पता हो लेकिन दुनिया की ऐसी कोई भी प्रयोगशाला नहीं है, जहां पानी का उत्पादन किया जा सके। पानी को केवल प्रकृति ही पैदा कर सकती है। इसलिए हमें पानी के महत्व को समझना होगा और उसका संरक्षण करना होगा। यह धरती की सबसे अनमोल धरोहर है। प्रकृति के प्रति हम वैसा ही व्यवहार करें, जैसा हम प्रकृति से अपने प्रति चाहते हैं। अब राष्ट्र के प्रति और मानव सभ्यता के प्रति जिम्मेदारी के साथ सोचना है कि हम वर्षा जल संचय, तालाब संरक्षण, जल प्रबंधन, वनीकरण और जल शोधन के सहयोग से कैसे जल बचत में अपनी महत्वपूर्ण जिम्मेदारी निभा सकते हैं। ध्यान रहे, जल है तो जीवन है।

सुनीता शर्मा
उप महाप्रबंधक (राजभाषा)

देवि सुरेश्वरि भगवतिगङ्गे त्रिभुवनतारिणि तरलतरङ्गे।
शङ्करमौलिविहारिणि विमले मम मतिरास्तां तव पदकमले।।

युद्धपोत एवं निर्माण के चरण

युद्धपोत एक ऐसा जलयान है, जिसका निर्माण युद्ध करने के लिए किया जाता है। युद्धपोतों का निर्माण आमतौर पर अन्य जलयानों से पूर्णतया भिन्न रूप से होता है। सशस्त्र होने के साथ ही साथ युद्धपोत की रचना उसको होने वाली क्षति को सहने के लिए भी की जाती है, साथ ही वे अन्य जलयानों की तुलना में अधिक तेज तथा आसानी से मुड़ सकने वाले होते हैं।

आधुनिक युद्धपोत आमतौर पर सात मुख्य श्रेणियों में विभाजित किये जा सकते है, ये है:-
विमानवाही जहाज, क्रूजर्स, विध्वंसक, फ्रिगेट्स, कोर्वेट्स, पनडुब्बियां तथा एम्फिबियस एसौल्ट जलयान।

वर्तमान में भारत के विभिन्न शिपयार्डों मे 50 से अधिक पोतों और पनडुब्बियों के निर्माण का कार्य चल रहा है। पोतों को शामिल करने की हमारी बेहतर इच्छा स्वदेशी मार्ग के माध्यम से है। उदाहरणार्थ जीआरएसई पहले ही तीनों विशाल जलथलीय पोतों और दस वॉटर जैट तीव्र आक्रमण पोतों की सुपुर्दगी कर चुका है। यह यार्ड वर्तमान में उन्नत पनडुब्बी-रोधी कोर्वेटों एवं एलसीयू का निर्माण कर रहा है।

युद्धपोत निर्माण के प्रमुख चरण निम्नलिखित हैं :-

आरंभिक उत्पादन/स्टार्ट प्रॉडक्शन (Start Production)

आपूर्तिकर्ताओं से प्राप्त स्टील प्लेट की ब्लास्टिंग एवं पेंटिंग, प्लेट प्रीप्रेशन शॉप में की जाती है। जहाज की अनुमोदित ब्लॉक डिवीजन स्कीम के अनुसार डिज़ाइन विभाग नेस्टिंग प्लान निर्गमित करता है। डिज़ाइन विभाग से प्राप्त नेस्टिंग प्लान के अनुसार प्लेट प्रीप्रेशन शॉप सीएनसी मशीन द्वारा प्लेट कटिंग करती है। उपरोक्त कटिंग द्वारा विभिन्न शेप और प्रोफ़ाइल तैयार किए जाते हैं। इन विभिन्न शेपों, प्रोफ़ाइलों को प्लेट प्रीप्रेशन शॉप में संग्रहित किया जाता है और वहाँ से इन्हें विभिन्न शॉपों को निर्गमित किया जाता है। ब्लॉक फैब्रिकेशन शुरू करने से पहले स्किड तैयार किया जाता है। इन स्किड्स के ऊपर ब्लॉक फैब्रिकेट किए जाते हैं। फैब्रिकेशन के साथ साथ इन ब्लॉक्स में आउटफिटिंग आइटेम्स, विभिन्न उपकरणों के आधार, केबल ट्रे, केबल हंगर इत्यादि लगाए जाते हैं एवं इस कार्य के लिये समय पर ड्राइंग्स तथा मैटीरियल प्रदान करके डिज़ाइन और मैटीरियल विभाग अहम भूमिका निभाता है।

शिलान्यास/कील लेईंग (Keel Laying)

पूरे जहाज को विभिन्न ब्लॉक्स में विभाजित किया जाता है। इनका

फैब्रिकेशन एक साथ कई शॉपों मे किया जाता है। उपरोक्त ब्लॉक्स में से एक ब्लॉक को कील ब्लॉक (सामान्यत: सेंट्रल बॉटम ब्लॉक) के रूप में निश्चित किया जाता है। पोतनिर्माण की परिभाषा में इस कील ब्लॉक को ड्राई डॉक अथवा इंक्लाइंड बर्थ में रखने के चरण को कील लेईंग (शिलान्यास) कहते हैं। वस्तुत: यहीं से ब्लॉक इरैक्शन का कार्य आरंभ होता है। तत्पश्चात इस सेंट्रल बॉटम ब्लॉक के आगे, पीछे तथा ऊपर के अन्य ब्लॉकों को जोड़ा जाता है।

जलावतरण/लौचिंग (Launching)

सारे ब्लॉकों को जोड़ कर जहाज का मुख्य ढांचा तैयार होता है। ब्लॉक फैब्रिकेशन एवं इरैक्शन के दौरान विभिन्न आउटफिटिंग कार्य भी किए जाते हैं। सभी बड़े एवं भारी उपकरणों को शिपिंग रूट द्वारा जहाज में

उतार कर फिट किया जाता है। सभी बड़े एवं भारी उपकरणों को उतारने के पश्चात सभी शिपिंग रूट्स को बंद कर दिया जाता है। तत्पश्चात जहाज का जलावतरण होता है, जिसे पोत निर्माण की परिभाषा में लौंचिंग कहते हैं। पोतनिर्माण के इस चरण में जहाज 50-55% तक तैयार हो जाता है ।

समुद्री परीक्षण/सी ट्रायल (Sea Trial)

लौंचिंग के उपरांत, जहाज में प्लम्बिंग एवं इलैक्ट्रिकल कार्य तीव्र गति से पूर्ण किए जाते हैं। उपकरणों के ट्रायल के लिए प्लम्बिंग सिस्टम एवं इलैक्ट्रिकल कनेक्शन का पूरा होना अति आवश्यक है। जहाज निर्माण के दौरान जेनरेटर ट्रायल, ए.सी. ट्रायल, कोल्ड एंड कूल रूम टेस्ट, रेफ्रिजिरेशन सिस्टम ट्रायल, प्रॉपल्शन सिस्टम तत्परता, बेसिन ट्रायल आदि मुख्य ट्रायलों में से एक है। सारे प्लम्बिंग सिस्टम एवं औक्सिलियरी उपकरणों के ट्रायल शिपयार्ड के वेट बेसिन में किए जाते हैं। उपरोक्त सभी ट्रायलों के दौरान शिपयार्ड गुणवत्ता आश्वासन विभाग तथा इंस्पेक्शन एजेंसी की उपस्थिति महत्वपूर्ण होती है। समुद्री परीक्षण (सी ट्रायल) के पूर्व इन आंतरिक ट्रायलों के माध्यम से समुद्री परीक्षण (सी ट्रायल) के लिये जहाज की तत्परता सुनिश्चित की जाती है। जहाज को समुद्र में ले जाकर कांट्रैक्ट मे लिखित सारे परफॉर्मेंस पैरामीटर की ट्रायल के माध्यम से जांच की जाती है। सी ट्रायल के दौरान एक समर्पित समूह में शिपयार्ड के अधिकारी गण, शिप स्टाफ एवं इंस्पेक्शन एजेंसी उपस्थित रह कर सी ट्रायल की पूर्णता को सत्यापित करते है ।

सुपुर्दगी/डिलीवरी (Delivery)

सी ट्रायल से लौटने के बाद जहाज को ड्राइ डॉक में लाया जाता है। यहाँ मोड्यूलर एवं नॉन-मोड्यूलर कंपार्टमेंट पूरी तरह तैयार किए जाते हैं। साथ में अंतिम चरण के ब्लास्टिंग एवं पेंटिंग के कार्य पूरे किए जाते

है। सारे हैंडिंग ओवर आइटम्स, मैनुअल, ड्राइंग, इत्यादि शिप स्टाफ को सुपुर्द किए जाते हैं। डी-448 दस्तावेज़ तैयार कर मीटिंग का आयोजन किया जाता है। इस मीटिंग मे नौसेना एवं शिपयार्ड के उच्च अधिकारी सम्मिलित होते हैं। तत्पश्चात सर्वसम्मति से जहाज के डी-448 दस्तावेज़ पर अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक तथा युद्धपोत के कमांडिंग ऑफिसर हस्ताक्षर कर युद्धपोत की आधिकारिक डिलीवरी प्रक्रिया पूर्ण करते हैं।

दुर्गेन्द्र मिश्र
प्रबन्धक (उत्पादन योजना और नियंत्रण)
मेन यूनिट

जन्मभूमि की महिमा

जननी का अर्थ है जन्म देने वाली माता और जन्मभूमि का अर्थ है वह देश जहाँ व्यक्ति का जन्म हुआ हो। जननी और जन्मभूमि दोनों हमारे लिए परम वंदनीय हैं। उनकी महिमा के आगे स्वर्ग का कोई महत्व नहीं है। जननी से ही हमें यह मूल्यवान जीवन मिला है। वही हमारा लालन पालन करती है। उसकी वात्सल्य सुधा पीकर हम बड़े होते हैं। माता को बालक का प्रथम गुरू होने का गौरव प्राप्त है। माँ ही पुत्र में अच्छे संस्कारों का सिंचन करती है।

माँ जीजाबाई ने छत्रपति शिवाजी को देशोद्धार करने के लिए तैयार किया था। सीता माता के संरक्षण और निरीक्षण में ही लव कुश ने धनुर्विद्या सीखी थी। अपनी माता से प्रेरणा पाकर ही राइट बंधुओं ने प्रथम हवाई जहाज बनाने और उड़ाने का श्रेय प्राप्त किया था।

इसी प्रकार जन्मभूमि की अपार महिमा है। अपनी जन्मभूमि और अपनी संस्कृति से सबको स्वाभाविक लगाव होता है। जननी और जन्मभूमि जैसा अपनापन स्वर्गलोक में भी नहीं मिल सकता।

श्रीकृष्ण शेषराव आसतकर
स्ट्रक्चरल फिटर, 61 पार्क यूनिट

पोर्टेबल शेल्टर (Portable Shelter)

पोर्टेबल शेल्टर एक प्रकार का कवर्ड (प्री इंजीनियरिंग बिल्डिंग) स्ट्रक्चर होता है, जिसे एक स्थान से दूसरे स्थान पर आवश्यकता के अनुसार इस्तेमाल किया जाता है। इसकी खास बात यह है कि इसका डिजाइन और निर्माण स्थायी रूप से नहीं, बल्कि चलता-फिरता और एक इमारत की तरह होता है। एक शिपयार्ड में जहां खुली जगह में जहाज निर्माण का कार्य होता है, वहाँ पर इस तरह के पोर्टेबल शेल्टर की स्थापना का अमूल्य लाभ है। जब एक बड़ी संरचना की आवश्यकता जहाज को कवर करने की होती है, तब एक बड़े निर्माण की बात आती है, जिसके लिए लागत प्रमुख मुद्दा होता है। सौभाग्य से पोर्टेबल शेल्टर की संरचनाएं सस्ती भी होती हैं एवं इसके रख रखाव पर भी बहुत कम खर्च आता है।

पोर्टेबल शेल्टर का प्रयोजन जहाज, इसके कलपुर्ज़े एवं जहाज पर काम करने वाले कर्मचारियों के लिए धूप एवं बारिश से आश्रय प्रदान करना है, पोर्टेबल शेल्टर का निर्माण विशिष्ट रूप से शिपयार्ड की आवश्यकताओं के अनुरूप किया जाता है। उदाहरण के लिए, जीआरएसई में हम पारदर्शी कपड़े का इस्तेमाल शेल्टर के ऊपरी कवर में करते हैं ताकि प्राकृतिक प्रकाश के माध्यम से इसके अंदर प्रकाश पहुँच सके एवं इसकी वेंटिलेशन प्रणाली का भी ख़याल रखा जाता है। पोर्टेबल शेल्टर को डिजाइन करते वक्त इस बात का भी ध्यान रखना पड़ता है कि ये ज्यादा भारी ना बने ताकि इसे चलाने में कम से कम ऊर्जा की आवश्यकता पड़े और यह भी सुनिश्चित करना पड़ता है कि यह एक निश्चित हवा की गति का सामना कर सके। भारी तूफान से पोर्टेबल शेल्टर की रक्षा के लिए इसमें लॉकिंग सिस्टम प्रदान किया गया है।

जीआरएसई, मेन यूनिट के नए ड्राइ-डॉक (Dry-dock) एवं इनक्लाइन्ड बर्थ (Inclined Berth) में 07 पोर्टेबल शेल्टरों का निर्माण किया गया है। जिसमें से 04 पोर्टेबल शेल्टर नए ड्राइ-डॉक एवं 03 पोर्टेबल शेल्टर नए इनक्लाइन्ड बर्थ पर स्थापित किए गए हैं। आइए, हम इसके निर्माण में इस्तेमाल हुए उपकरणों एवं उनकी प्रॉपर्टी के बारे में जानें:-

- स्ट्रक्चर मैटीरियल : धातु आवरण – गैल्वैल्यूम स्टील का है।
- ऊपरी आवरण: पारदर्शी चादर – UV प्रतिरोधी, अग्नि प्रतिरोधी है।

- ड्राइव सिस्टम: AC ड्राइव सिस्टम – 415V, 3 Phase
- ड्राइव मोटर : 04 मोटर प्रत्येक पोर्टेबल शेल्टर में – 04 KW, 415V, 3 Phase
- डीजी/ Diesel Generator : 50 KVA जो ड्राइव को पावर देता है।
- लाइट: 20 × 400W, प्रत्येक शेल्टर में।
- पोर्टेबल शेल्टर का आयाम (ड्राइ-डॉक) L × H × B : 20M × 22M × 35.5M
- पोर्टेबल शेल्टर का आयाम (इनक्लाइन्ड बर्थ) L × H × B : 20M × 22M × 29.5M
- रेल : CR 80 जिस पर पोर्टेबल शेल्टर चलता है।
- **काम करने का सिद्धांत** :- जैसा कि हम जानते हैं, पोर्टेबल शेल्टर का प्रयोजन जहाज, इसके कलपुर्ज़े एवं जहाज पर काम करने वाले कर्मचारियों के लिए धूप एवं बारिश से आश्रय प्रदान करना है, जिससे कि हर मौसम में जहाज पर काम करने में अनुकूल परिस्थिति प्राप्त होती है और हमारी उत्पादकता बढ़ती है। हम आगे भी वर्णन कर चुके हैं कि पोर्टेबल शेल्टर को एक स्थान से दूसरे स्थान पर आवश्यकता के अनुसार इस्तेमाल किया जाता है, इसके लिए इसमें ड्राइव सिस्टम लगे हुए हैं। डॉक में जहाज की स्थिति के अनुसार भी इसे आगे पीछे किया जाता है। पोर्टेबल शेल्टर को चलाने या एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाने के लिए इसमें निम्नलिखित बातों पर ध्यान देना पड़ता है:
  - सबसे पहले डीजी को चलाना होता है एवं इसके पैरामीटर को चेक करना होता है जैसे कि उत्पन्न वोल्टेज 415V है या नहीं, फ्रिक्वेन्सी 50HZ है या नहीं आदि आदि।
  - इसके बाद ड्राइव पैनल के पैरामीटर को चेक करना होता है। अगर सारी चीजें ठीक हैं तो इसे आवश्यकता के अनुसार आगे या पीछे जाने आने की कमांड दी जाती है। जिससे यह व्हील, गेयर-मोटर की सहायता से रेल पर चलने लगता है।
  - जैसा कि हम जानते हैं, पारदर्शी कपड़े का इस्तेमाल शेल्टर के ऊपरी कवर में होता है, जिससे दिन में सूर्य के प्रकाश से इसके नीचे काम होता है और रात के समय इसमें लगी लाइट को जला दिया जाता है। लाइट को जलाने के लिए अलग से पावर की जरूरत पड़ती है, जिसे Shore Power से जोड़ा जाता है।
- **सुरक्षा उपकरण**:- पोर्टेबल शेल्टर में निम्नलिखित सुरक्षा उपकरणों का इस्तेमाल किया जाता है :-

1. हवा की निगरानी प्रणाली (Anemometer) :- यह हवा की गति को मापने के लिए प्रयोग किया जाता है, जिससे भारी तूफान के समय लॉकिंग सिस्टम को सुनिश्चित किया जा सके।
2. एंटी कोलाइजन डिवाइस/Anti-Collision Device (ACD): यह एक एकीकृत इलेक्ट्रॉनिक नियंत्रण प्रणाली का काम करती है, जो एक ही ट्रैक पर चल रहे दो पोर्टेबल शेल्टरों की टक्कर होने से बचाती है।
3. चेतावनी सायरन: यह एक घूर्णन चेतावनी प्रकाश उत्पन्न करता है जिससे आस पास के लोगों को यह चेतावनी देता है कि पोर्टेबल शेल्टर गतिमान है।

इस आधुनिक विकास के परिदृश्य में पोर्टेबल शेल्टर का महत्व बढ़ा है। आज लगभग हर इंडस्ट्री में किसी ना किसी प्रकार से इसका इस्तेमाल हो रहा है। आधुनिक पोर्टेबल इमारत सबसे पहले 1955 में संयुक्त राज्य अमेरिका की फर्म Porta-Kamp द्वारा विकसित की गई थी। पहली पोर्टेबल इमारत डोनाल्ड शेफर्ड द्वारा यॉर्क (यूके) में 1961 में विकसित की गई, जिसका नाम Portakabin रखा गया था।

जीआरएसई मेन यूनिट के ड्राइ-डॉक–1 एवं आरबीडी यूनिट में पोर्टेबल शेल्टर स्थापित किए गए हैं।

रवि किशन
उप प्रबन्धक (यार्ड आधुनिकीकरण)
मेन यूनिट

पाँच 'स' और उनका महत्व

जब से पृथ्वी पर जीवन आया होगा तब से ही रख रखाव प्रबन्धन शायद प्रारम्भ हो गया होगा। अभावग्रस्त सामग्रियों का उचित वर्गीकरण एवं भंडारण न सिर्फ मानवों को ही पता था, वरन जानवर एवं पशु, पक्षी भी इससे अनभिज्ञ न थे। छोटे से छोटा प्राणी चींटी भी कितने टीमवर्क एवं साफ-सफाई से उपयोगी खाद्य सामग्री का वर्गानुसार भंडारण करती हैं, जैसे चीनी एक तरफ रखना और चावल एक तरफ रखना। देखा जाता है कि कुत्ता भी अपनी पूँछ से सफाई करके ही बैठता है।

आइये, चलें और समझें कि पाँच 'स' वास्तव में है क्या?

पाँच 'स' पाँच जापानी शब्दों SEIRI (सीरी), SEITON (सीटोन), SEISO (सीसो), SEIKETSU (सीकेत्सु), SHITSUKE (शीत्सुके) से लिया गया है, जिसका हिन्दी अथवा अँग्रेजी रूपान्तरण भी सम्भव है जो हमने नीचे दिखाया हे:

जापानी	अँग्रेजी	हिन्दी	अर्थ
SEIRI	SORT	सुयोजन	छांटना
SEITON	SYSTEMATISE	संयन्त्रित	संवारना
SEISO	SHINE	साफ करना	चमकाना
SEIKETSU	STANDARDISE	सुधार	मानकीकरण
SHITSUKE	SELF-DISCIPLINE	स्वानुशासन	बनाए रखना

SEIRI (सीरी): सीरी में आवश्यक एवं अनावश्यक वस्तुओं की पहचान करके अनावश्यक वस्तुओं को हटा दिया जाता है।

SEITON (सीटोन): सीटोन में बची हुई आवश्यक वस्तुओं को उचित ढंग से सजाया संवारा जाता है, तथा उनके रखने की जगह निर्धारित की जाती है।

SEISO (सीसो): यह पाँच 'स' का तीसरा स्टेप है, जिसमें हम तरतीब से सजाई गई वस्तुओं को साफ करके चमकाते है। प्रत्येक वस्तु को साफ करने का तरीका अलग अलग हो सकता है। जैसे कि पुस्तकों को सूखे कपड़े से साफ करना होगा न कि पानी से।

SEIKETSU (सीकेत्सु): चौथा स्टेप है, जिसमें हम वस्तुओं के रख रखाव का मानक तरीका तैयार करते है तथा उसे दस्तावेज का रूप दिया जाता है ।

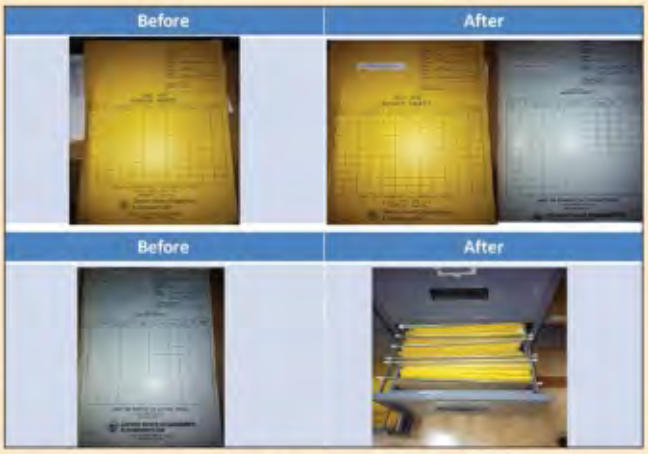
SHITSUKE (शीत्सुके): पाँचवा स्टेप है, जिसमें अब तक बनाए गए तौर तरीकों को कायम रखना पड़ता है ताकि पहले जैसी स्थिति न पहुँचे।

जीआरएसई में 5 एस कार्यान्वयन -

जीआरएसई में 5स की शुरुआत फरवरी 2006 में उत्पादकता सप्ताह आयोजन के दौरान की गयी थी। उस साल के उत्पादकता सप्ताह में केवल 5स को ही एक प्रतियोगिता के तौर पर शुरू किया गया था और उसके अगले वर्ष यानि की 2007 से 5स को उत्पादकता सप्ताह से अलग कर के आईईपी विभाग ने 5स को एक स्वतंत्र सुधार कार्यक्रम का रूप दिया। उत्पादकता सप्ताह कार्यक्रम भी स्वतंत्र तथा अलग रूप में सुचारु प्रकार जारी है। यहाँ यह भी उल्लेखनीय है कि उत्पादकता सप्ताह के अंतर्गत प्रतियोगिताओं को हिन्दी भाषा में भी आयोजित किया जाता है। शुरू शुरू में हम साल भर में 5स का केवल एक ऑडिट करते थे, परंतु पिछले साल से हमने साल में दो बार ऑडिट की व्यवस्था की है, ताकि कंपनी में इस दिशा में और सुधार लाया जा सके। हालांकि, 5स कार्यक्रम को आईईपी विभाग ने 2006 से 2010 तक उत्पादन विभागों की सचिवीयता के तहत चालू रखा, किन्तु बाद में इसे आईईपी के तहत पूर्णरूपेण सजग तरीके से सजाया संवारा, जो आज जीआरएसई में शुरू किए गए टीपीएम का एक अहम हिस्सा बन गया है। जीआरएसई में 5स आईईपी विभाग द्वारा कार्यान्वित किया जाता है। इसमें हम साल में दो बार ऑडिट करते

हैं। पहले ऑडिट को 40% तथा दूसरे ऑडिट को 60% वेटेज दी जाती है। इस दृष्टि से सभी विभागों को तीन वर्गों उत्पादन वर्ग, उत्पादन सहायक वर्ग एवं सेवा वर्ग में विभाजित किया गया है। तीनों वर्गों में प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय पुरस्कार हमारे सीएमडी द्वारा जीआरएसई दिवस पर दिए जाते हैं। ज्ञात हो कि कंपनी में आईईपी विभाग के प्रयासों से शिपबिल्डिंग शॉप तथा प्लेट कटिंग शॉप मे टीपीएम लागू किया गया है, इन दोनों विभागों को स्वर्ण पुरस्कार भी प्राप्त हुए हैं। इस साल हमने 5स की फीडबैक रिपोर्ट तथा 5स का तीसरा ऑडिट भी शुरू किया ताकि ये जाना जा सके कि किस हद तक 5स का कार्यान्वयन हो सका है। वर्तमान में सभी विभागों में 5स का कार्यान्वयन कार्य बाहरी विशेषज्ञ सीआईआई को सौंपा गया है, ताकि कंपनी को इस कार्यक्रम से ज्यादा से ज्यादा लाभान्वित किया जा सके।

जीआरएसई में 5एस कार्यान्वयन हेतु विभागों में चिन्हित कुछ कार्य निम्नलिखित है :-



जिन फाइलों, पेपर्स इत्यादि की आवश्यकता न हो तो उन्हें कार्यस्थल से निकालना, फाइलिंग, लेबलिंग करना तथा फाइलों को निर्धारित जगह पर रखना।

जो वस्तुएं पुरानी और काम की न हों उन्हें डिस्पोजल के लिए निकालना।

पीले रंग से गंगवे को मार्किंग करना, इलैक्ट्रिक केबल जो कार्यस्थल पर पड़ी हों, उनको सही ढंग से फिक्स करना।

लाइट और पंखों को नम्बरिंग करना (Visual Display)

के एस वर्मा
महाप्रबन्धक (आईईपी एवं सेफ्टी)

पोत में पाइप की स्थापना

पोत के निर्माण में पाइपिंग की भूमिका नब्ज की भांति (Vital) होती है। पाइप एक प्रकार का Fluid Carrier है जिसके माध्यम से Fluid (जैसे कि पानी, तेल, हवा) को उपयोग के अनुसार एक स्थान से दूसरे

स्थान पर भेजा जाता है। जहाज में विभिन्न आकार (Diameter) और विभिन्न धातु (जैसे कि CU/NI, Mild steel, Stainless Steel) के पाइप का उपयोग किया जाता है।

पोत में अलग अलग तरह की विभिन्न उपयोग की मशीनें स्थापित (Install) होती हैं, जो निम्न हैं :-

1) **मुख्य इंजन** (Main Engine)

जहाज थ्रस्ट के लिए ऊर्जा मुख्य इंजन से मिलती है।

2) **पम्प** (Pump)

जहाज में विभिन्न उपयोग के अलग-अलग तरह के पम्प स्थापित होते हैं, जो निम्नलिखित हैं :

फायर पम्प (Fire Pump): इसका उपयोग विभिन्न मशीनों की कूलिंग (Cooling) के लिए और Fire hydrant के लिए पानी की आपूर्ति करने के लिए होता है। Fire pump सीधे समुद्र से पानी लेता है।

बिल्ज पम्प (Bilge Pump): इसका काम जहाज में जमा खराब पानी को बाहर (Overboard) करना है।

सालवेज पम्प (Salvage Pump): इसका काम भी खराब जमा पानी को बाहर करना है पर इसकी क्षमता (Capacity) Bilge Pump से ज्यादा होती है।

फ्रेश वॉटर पम्प (Fresh Water Pump) : इसका काम जहाज में पीने के पानी की आपूर्ति करना है।

3) **एसटीपी/STP** (Sewage Treatment Plant)

जहाज में जमा सीवेज (Waste product of toilets, Urinals, and WC scuppers) को सीधे समुद्र में ओवरबोर्ड नहीं कर सकते, इसके लिए कुछ विनियमों को ध्यान में रखना होता है। STP का काम सीवेज का ट्रीटमेंट कर ओवरबोर्ड करना है।

4) **आरओ प्लांट (RO Plant) :**

आरओ प्लांट का काम समुद्री जल को साफ कर पीने का पानी उपलब्ध कराना है।

इन सभी मशीनों को चलाने के लिए ईधन (Fuel), पानी (Water), कम्प्रेस्ड (Compressed) हवा की आवश्यकता होती है, जिनकी आपूर्ति पाइपिंग की सहायता से की जाती है। पाइप को अंतिम रूप से स्थापित करने के लिए उसको अलग-अलग तरह के स्टेज निरीक्षण को पास करना होता है। स्टेज निरीक्षण इस प्रकार किया जाता है :-

❊ प्राथमिक निरीक्षण/PI (Preliminary Inspection): PI में पाइप का संस्थापन (Installation) जहाज में अनुमोदित ड्राइंग के अनुसार होता है और इसकी पुष्टि जांच एजेंसी की उपस्थिति में की जाती है।

❊ शॉप प्रेशर परीक्षण/SPT(Shop Pressure Testing): एसपीटी में पाइप में वैल्डिंग से लीकेज की जांच प्रेशराइज्ड पानी (Pressurized Water) की सहायता से की जाती है।

❊ एपी/AP (Acid Pickling): पाइप में जमा जंग (Rust) को एसिडिक पानी (Acidic Water) की सहायता से साफ किया जाता है।

❊ ऑन बोर्ड प्रेशर परीक्षण/OBPT (On Board Pressure Testing): ओबीपीटी में फ्लेंज जोड़ (Flange joint) से लीकेज की टेस्टिंग ओनबोर्ड में प्रेशराइज्ड पानी (Pressurized Water) की सहायता से की जाती है।

❊ और अंत में संस्थापन निरीक्षण/II(Installation Inspection) होता है।

इन सभी निरीक्षणों में निरीक्षण एजेंसी, युद्धपोत ओवरसीइंग टीम अर्थात WOT (Warship Overseeing Team), गुणवत्ता आश्वासन (Quality Assurance) तथा आईआरएस IRS (Indian Register of Shipping) शामिल होते है।

पाइपिंग के निर्माण से लेकर इसकी फ़ाइनल स्थापना तक के काम ठेकेदारों (Contractors) के माध्यम से करवाए जाते हैं, उसके लिये

तकनीकी आवश्यकता के निर्दिष्टीकरण अर्थात SOTR(Statement of Technical Requirement) में काम का पूरा विवरण दिया जाता है और उसमें दिए गये निर्देश के अनुसार ठेकेदार द्वारा अधिकारियों की देख रेख में काम को पूरा किया जाता है।

अजय कुमार सिंह
सहायक प्रबंधक(प्लम्बिंग)
आरबीडी यूनिट

आदर्श, अनुशासन, मर्यादा, परिश्रम, ईमानदारी और उच्च मानवीय मूल्यों के बिना किसी का जीवन महान नहीं बन सकता है।

– विवेकानंद

तुम क्या हो

खुद को अपने होने का एहसास दिला पाओ, तो समझो तुम हो।
गैरों की नजर में अपनी जगह बना पाओ, तो समझो तुम हो।

अपनी आकांक्षाओं को अगर उड़ान दे पाओ, तो समझो तुम हो।
दर्द में भी किसी को खुशी का एहसास दिला पाओ, तो समझो तुम हो।

बिछड़ों को, अपनों से मिला पाओ, तो समझो तुम हो।
गम के आँसुओं से खुशियों के दिये जला पाओ, तो समझो तुम हो।

भटके लोगों को सही राह दिखा पाओ, तो समझो तुम हो।
खुद की एक अलग राह बना पाओ, तो समझो तुम हो।

लोगों को भाईचारे की सीख दे पाओ, तो समझो तुम हो।
दिलों में दबी नफरत को जला पाओ, तो समझो तुम हो।

दिलों की धड़कन को महसूस कर पाओ, तो समझो तुम हो।
जिंदगी के हर एक लम्हे को जी पाओ, तो समझो तुम हो।

हवा के झोकों के जैसे आज़ाद रह पाओ, तो समझो तुम हो।
दरिया की तरह लहरों में बहना सीख पाओ, तो समझो तुम हो।

बंजर जमीन पे अगर अन्न का एक दाना उगा पाओ, तो समझो तुम हो।
बादल का सीना चीर जो तुम बारिश ला पाओ, तो समझो तुम हो।

भीड़ में रह कर खुद को अपने होने का एहसास कभी न दिलाओ।
उस भीड़ में अपने नाम की गूंज जो अगर सुन पाओ, तो समझो तुम हो।

रवि किशन
उप प्रबन्धक (यार्ड आधुनिकीकरण)
मेन यूनिट

ट्रैक फॉर चिल्ड्रन – मुलखड़का सरोवर

जी आरएसई ट्रैकर्स एसोसिएशन की तरफ से एक शीतकालीन पर्वत पदयात्रा का आयोजन किया गया। इस ट्रैक का मुख्य उद्देश्य था छोटे छोटे बच्चों का प्रकृति के साथ परिचय करवाना और साथ ही साथ उन्हें हिमालय दर्शन और हिमालय की गोद में बसे छोटे छोटे गाँवों को दिखाना, गाँवों में बसे लोगों की जीवन शैली से परिचित करवाना। बच्चों को यह भी बताना कि जितने मनमोहक हमारे हिमालय हैं, उतने ही सुंदर हैं हिमालय में बसे गाँव और वैसे ही भोले और सरलता से भरपूर वहाँ के लोग।

हम यह मानते हैं कि हमारे साथ हिमालय का परिचय करवाने का श्रेय जाता है ब्रिटिश को, पर भारतीय भी इसमें कम नहीं है। इनमें से एक नाम, जो बड़े ही सम्मान के साथ लिया जाता है वह है श्री राधानाथ सिकदर। हिमालय भारतभूमि का है और हम सब भारतीय होने के नाते यह न केवल हमारा अधिकार बल्कि हमारा कर्तव्य है कि हम हिमालय को जानें और उससे परिचित हों।

ट्रैकिंग से शारीरिक और मानसिक विकास होता है, एक दूसरे से भावनात्मक रूप से जुड़ते हैं। एक दूसरे का सहारा बन सकते हैं और नेतृत्व कर सकते हैं। मेरी इच्छा अगली पीढ़ी को इसके बारे में बताने और नजदीक से हिमालय दिखाने की थी। इसलिए 24 दिसंबर 2016 को हम लोग चल पड़े मुलखड़का सरोवर की ओर। मुलखड़का सरोवर पश्चिम बंगाल के कलिंपोंग में अवस्थित है।

इस बार हमारी सदस्य संख्या 50 थी। उनमें से 16 बच्चे, 10 महिला सदस्य और 24 पुरुष सदस्य थे। सबसे निम्नतम आयु वाला बच्चा 5 वर्ष का और सबसे अधिक आयु वाला सदस्य 72 वर्ष का था। 24 दिसंबर को रवाना होकर 25 दिसंबर को एन.जे.पी. पहुंचे और उसके बाद चल पड़े लिंगजे गाँव की तरफ जो 104 किलोमीटर की दूरी पर है। लिंगजे (Lingzay) गाँव पश्चिम बंगाल में है, लेकिन रास्ता है सिक्किम से, चेक पोस्ट रंगपु होकर दाहिने दिशा की ओर। इसकी ऊंचाई 4800 फीट और अवस्थान है 88°40'29 पूर्व और 27°9'46 उत्तर की ओर। छोटा सा गाँव है, दस बारह घर। पूरे गाँव के लोगों ने हमारा स्वागत किया। ठंड बहुत ज्यादा थी लेकिन बच्चे बहुत खुश थे।

दूसरे दिन हमने पदयात्रा शुरू की। नारियल तोड़कर, धूप जलाकर भगवान का आशीर्वाद लिया। हमारी टोली के सबसे बुजुर्ग सदस्य, मेरे गुरुदेव श्री बनमाली दे ने हमारी इस यात्रा की घोषणा की। आसमान साफ था। हमारी 50 सदस्यों की टोली धीरे धीरे आगे बढ़ने लगी। चढ़ाई, उतराई, थोड़ा आराम करने के बाद हम आ पहुंचे तागाथान (Tagathan), ऊंचाई 5900 फीट। लिंगजे गाँव से 8 किलोमीटर दूर। तागाथान गाँव भी छोटा सा गाँव है पर भरपूर आनंद है। यहाँ भी लोगों ने हमारा स्वागत किया। पीने का पानी और गरम गरम चाय पिलाई। यहाँ पर कोई होटल नहीं, सब होमस्टे (Home Stay) इसलिए और भी आनंद आया। गाँव के हर एक घर में हमारे सदस्य रहे। हम सभी बहुत खुश हुए। चारों ओर हरियाली थी। खेतों में मकई ही मकई दिखाई दे रही थी। सही मानो तो इन गाँवों में न आने से, यहाँ के लोगों से न मिलने से जीवन अधूरा ही रह जाता है।

अगले दिन हम सब नाश्ता करने के बाद फिर से चढ़ाई के लिए चलने लगे। तागाथान गाँव के लोगों ने हमें बधाई दी। धीरे धीरे चढ़ाई चढ़ते हुए, अपने आप से लड़ते हुए एक दूसरे की मदद करते हुए हम पहुँच गए मुलखड़का गाँव। यहाँ पर भी होमस्टे था और गाँव के हर घर में हम अतिथि थे। पूरा गाँव हमारी सुख सुविधा का ख्याल रख रहा था। मुलखड़का गाँव की ऊंचाई है 7600 फीट। थोड़ा आराम करने के बाद हमने भोजन किया। उसके बाद सब मिलकर चल पड़े मुलखड़का सरोवर के दर्शन के लिए। 1000 फीट की चढ़ाई। पूरा रास्ता जंगल से भरा और दिन में भी अंधेरा छाया हुआ। हम धीरे धीरे पहुँच गए मुलखड़का सरोवर। अनुमानत: 8000 फीट। सरोवर का पानी एकदम स्वच्छ। लोग इसे मनोकामना सरोवर भी कहते हैं। लोगों का विश्वास है कि यहाँ जो भी मांगो वो इच्छा पूरी होती है। हमारे बिलकुल सामने हमारा गर्व कंचनजंघा, जो हम सब को आशीर्वाद दे रहा था। वहीं एक शिव मंदिर था। हमारे सदस्य प्रणब ने नारियल तोड़कर, धूप जलाकर पूजा की। हम सब ने भगवान को प्रणाम किया। सूर्यास्त होने लगा। सूर्य की किरणें कंचनजंघा पर्वत के ऊपर आई तो एक अपरूप शोभा दिखने लगी। हम सब ने फोटो लिए और उसके बाद गाँव की ओर बढ़ने लगे। ठंड बहुत थी गाँव के लोगों ने हमारे लिए आग जलाई। बच्चों को कोई थकावट नहीं वे बेहद आनंद और मजा ले रहे थे। रात का खाना खाने के बाद हम सब अपने अपने स्थान पर सोने चले गए।

दूसरे दिन सुबह चार बजे हमारे कुछ सदस्य मुलखड़का सरोवर की ओर सूर्योदय देखने गए। प्रकृति के इस रूप को देखकर मोहित होने लगे और प्रणाम किया उस रचयिता को जिसने हमें रचा है। उसके बाद हम लौट कर गाँव आए। आज हमें जाना था पितामछेन गाँव (PitamchenVillage)। 5 किलोमीटर की दूरी। पितामछेन गाँव के बीचोंबीच बड़े से खुले मैदान में हमारा स्वागत हुआ। वहाँ भोजन करने के बाद हम 6 किलोमीटर दूर सिक्किम के अरिटार सरोवर पर गए। शाम को गाँव वालों ने आग जलाकर, गाना गाकर हमारा मनोरंजन किया। सभी सदस्य बहुत खुश थे। बच्चे तो गाँव वालों के साथ घुलमिल गए थे।

अगले दिन हम 6 किलोमीटर चलकर आ पहुंचे लिंगजे गाँव जहां से हमने ट्रैक शुरू किया था। गाँव वालों ने हमारा स्वागत किया। सभी सदस्य बहुत खुश थे। न शारीरिक थकावट और न मानसिक थकावट। जमकर भोजन किया। शाम को कैम्पफायर का आयोजन हुआ। हमारी टीम के सबसे छोटे सदस्य और सबसे बड़े सदस्य ने अग्नि जलाकर कैम्पफायर का उदघाटन किया। फिर नाच, गाना, कविता पाठ हुआ। रात धीरे धीरे बढ़ने लगी और आग बुझने लगी। जो खुशी और आनंद मिला वो हमें जिंदगी भर याद रहेगा।

अगले दिन वही हुआ जिसका इंतजार था। सुबह उठकर नाश्ता करने के बाद सामान तैयार किया। अब हमें जाना होगा। हमारा मुलखड़का सरोवर ट्रैक समाप्त हुआ। विदाई के समय गाँव वाले भी आ गए। हमें फिर से बधाई और शुभकामनाएँ दी। आँखों से आँसू छलकने लगे। लेकिन जाना ही होगा। हमारा शहर, हमारा परिवार, हमारा कामकाज हमें पुकार रहा है। गाड़ी धीरे धीरे गाँव छोड़कर आगे बढ़ने लगी। हम सबने मन ही मन शपथ ली, हमारे प्रिय हिमालय हम फिर आएंगे आपके पास, साथ में होगी हमारी भक्ति, श्रद्धा और सम्मान। तब तक के लिए हमारा प्रणाम स्वीकार करें।

कल्याण कुमार दे
प्रबन्धक
एफओजे यूनिट

जल ही जीवन है

धरती जल चुकी है, आसमान बाकी है।
बादलों तुम्हारा इम्तेहान बाकी है ।।

वो जो उदास बैठे हैं खेतों की मेढ़ों पर,
उनकी आँखों में अब तक ईमान बाकी है।

बादलों समय पर बरस जाना इस साल ,
किसी का घर गिरवी है, तो किसी का लगान बाकी है ।।

अपने विचारों को शाब्दिक रूप से व्यक्त करने से पहले अपनी भावनाओं को कुछ पंक्तियों के रूप में कागज़ पे उतारना मैंने इसलिए आवश्यक समझा क्यों कि जो चीज़ सौ शब्दों के लेख से समझाई जाती है, वह चीज़ कुछ ही शब्दों द्वारा कविता के रूप में समझाई जा सकती है। ऊपर लिखी पंक्तियाँ हमारे देश के आधुनिक नगरीय परिवेश में रहने वाले लोगों को किसानों की स्थिति से अवगत कराती हैं। जानकर हैरानी होती है, कि महानगरों में जीवन व्यतीत करने वाला अति आधुनिक एवं शिक्षित समाज यह बात कैसे नहीं समझ पा रहा है कि जल, जो कि मनुष्य जीवन का आधार है, हम उसी की आपूर्ति हमारे किसान वर्ग के लिए नहीं कर पा रहे हैं, यह जानते हुए भी कि इसका दुष्परिणाम हमें ही भुगतना पड़ेगा अनाज की कमी के रूप में।

प्रकृति के पांच तत्वों, जिनके बारे में कहा गया है कि-

क्षिति जल पावक गगन समीरा ।
पंच रचित अति अधम शरीरा ।।

अर्थात प्रकृति की रचना करने वाले पांच तत्वों में से सबसे अधिक महत्वपूर्ण तत्व जल की उपलब्धता ही हमारे जीवन का आधार है। जलवायु परिवर्तन एवं अत्यधिक दोहन के कारण जल की उपलब्धता के लिहाज से आने वाला समय चुनौतीपूर्ण होगा। सरकार ने जल सुरक्षा को चुनौती तो माना है, परंतु इस चुनौती का निदान भी सरकार उस निजी क्षेत्र के जरिए पाना चाहती है, जो इस समस्या को बढ़ाने का जिम्मेदार रहा है। जाहिर है, बाजार आम आदमी को पानी बेचकर उसकी जेब तो ढीली कर सकता है लेकिन उसे आसानी से स्वच्छ जल नहीं उपलब्ध करा सकता है। ऐसे में निजी क्षेत्र द्वारा जल संरक्षण की अपेक्षा करना बेमानी ही होगा। जब मैं स्कूल में पढ़ता था तो उस समय मेरी विज्ञान की पुस्तक में जल नामक एक अध्याय था, जिसकी आरंभिक पंक्ति थी- पानी-पानी हर तरफ, लेकिन पीने को बूंद नहीं। हमारा जीवन बहुत बदल चुका है और हम जीवन के हर क्षेत्र में प्रौद्योगिकी का विकास देख रहे है। हमारे इर्द-गिर्द इलेक्ट्रोनिक उपकरण मौजूद है, जिन्हें बिजली की आवश्यकता होती है। जब बिजली नहीं होती, तो वे बेकार हो जाते है लेकिन तब भी हम उनके बगैर जीवित रह सकते हैं। अगर एक दिन भी पानी न मिले तो हम जीने की कल्पना भी नहीं कर सकते। इस समय पृथ्वी ग्रह पर जीवन को बचाये रखने के लिए सबसे बड़ी आवश्यकता पानी को बचाने की है। पूरी दुनिया में सन 1996 से हर 22 मार्च को विश्व जल दिवस मनाया जाता है। इस दिन संयुक्त राष्ट्र की सिफारिशों को पूरा करने के लिए प्रतिबद्धता की जाती है। संयुक्त राष्ट्र ने स्वच्छ पेय जल, पेय जल की उपलब्धता को बनाये रखने, पानी को बचाने, ताजे पानी के स्रोतों को बचाने और इसके संबंध में विभिन्न देशों में चलायी जाने वाली गतिविधियों को प्रोत्साहित करने की सिफारिश की थी। विश्व जल दिवस के अवसर पर लोगों को यह याद दिलाने का प्रयास किया जाता है कि ताजे पानी का महत्व क्या है और कैसे उसके स्रोतों को बचाया जा सकता है। पूरी दुनिया के संगठन विश्व जल दिवस के अवसर पर साफ पानी और जल स्रोतों को बचाने के लिए जागरूकता और प्रोत्साहन का कार्य करते हैं। इस अवसर पर वर्तमान समय में पानी संबंधी महत्वपूर्ण मुद्दों पर लोगों का ध्यान भी आकर्षित किया जाता है।

भारत की बात की जाए तो यहां प्रचुर मात्रा में बारिश होती है लेकिन फिर भी यहाँ पानी की कमी महसूस की जा रही है। भारत में खेती की सफलता पानी की उपलब्धता पर ही निर्भर है, जिसमें बारिश के पानी की अहम भूमिका होती है। अच्छी वर्षा का मतलब अच्छी फसल होता है। वर्षा के जल को बचाने की बहुत जरूरत है और यह सुनिश्चित किया

जाना चाहिए कि इसमें कोई तेजाबी तत्व न मिलने पाये क्योंकि इससे पानी और उसके स्रोत प्रदूषित हो जाएंगे। ऊपर बतायी गयी बातों के आधार पर आमतौर पर यह कहा जा सकता है कि देश में जल संरक्षण एक बड़ी आवश्यकता है।

चूंकि जल और ऊर्जा एक दूसरे से संबंधित हैं, इसलिए हमारे ग्रह के जीवन के लिए दोनों आवश्यक हैं। बिजली पैदा करने के लिए, खासतौर से पनबिजली और ताप बिजली के लिए जल संसाधनों की जरूरत होती है। पानी और ऊर्जा के संबंध को बनाये रखने के लिए जल संरक्षण को बढ़ाने और प्राकृतिक जल स्रोतों को बचाने पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए क्योंकि यह भावी ऊर्जा उत्पादन के लिए भी बहुत जरूरी है। बिजली उत्पादन के संबंध में भी जल की कार्य क्षमता बढ़ाने की जरूरत है। बिजली उत्पादन के लिए पानी की जरूरत होती है और पानी उपलब्ध करने के लिए बिजली की जरूरत होती है। पानी और बिजली के इस आपसी संबंध के कारण अगर दोनों में से किसी एक की भी कमी हो गयी तो दूसरे के लिए समस्या पैदा हो जाती है। अगर बिजली उत्पादन से संबंधित जल स्रोतों की कमी हो जाए तो बिजली उत्पादन में निश्चित तौर पर कमी आ जाएगी। इस समय बिजली बचाने वाले उपकरणों की बेहद आवश्यकता है। यदि उपकरण बिजली बचाएंगे तो इसका मतलब यह हुआ कि पानी भी बचेगा।

हममें से ज्यादातर लोग यह सोचते है कि पानी बचाने के लिए एक अकेला आदमी क्या कर सकता है। इस तरह के विचार से हम लोग रोज पानी नष्ट कर देते हैं। आज की दुनिया में सभी लोग इस दौड़ में लगे है कि हम अपने घरों में बड़े-बड़े गुसलखाने बनवायें, लेकिन हम यह भूल जाते है कि पानी के बिना वे सब बेकार हैं। हम अपनी जरूरत से ज्यादा पानी का इस्तेमाल करते रहते हैं। कम से कम हममें से हर व्यक्ति अपने घरों और कार्यस्थलों में पानी का उचित इस्तेमाल तो कर ही सकता है।

कई बार ऐसा देखा जाता है कि सड़क किनारे लगे हुए नलों से पानी बह रहा है और बेकार जा रहा है, लेकिन हम वहां से गुजर जाते है और नल को बंद करने की चिन्ता नहीं करते। हमें इन विषयों पर सोचना चाहिए और अपने रोज के जीवन में जहां तक संभव हो, पानी बचाने की कोशिश करनी चाहिए। बिजली का इस्तेमाल भी जरूरत के हिसाब से करना चाहिए न कि इच्छा के अनुसार। बिजली के उपकरणों को भी जब जरूरत हो तभी इस्तेमाल करना चाहिए।

एक बल्ब से ही हमें पर्याप्त रोशनी मिल जाती है, तो इस बात की क्या जरूरत है कि हम कई बल्ब जलाएं। हमें इस बात पर ध्यान देना चाहिए कि जब जरूरी न हो तब लाइट और बिजली के अन्य उपकरणों को कम से कम इस्तेमाल किया जाए। ऐसा करके हम न सिर्फ बिजली बचाएंगे, बल्कि पानी भी बचाएंगे।

जय हिन्द । जय भारत ।

अभय सोनी
पर्यवेक्षक
तारातला यूनिट

हिन्दी की विशेषताएँ एवं शक्तियाँ

- हिन्दी सबसे अधिक सरल भाषा और सबसे अधिक लचीली भाषा है।
- यह एकमात्र ऐसी भाषा है जिसके अधिकतर नियम अपवादविहीन हैं।
- हिन्दी लिखने के लिए प्रयुक्त देवनागरी लिपि अत्यंत वैज्ञानिक है।
- हिन्दी को शब्द संपदा एवं नवीन शब्द रचना सामर्थ्य विरासत में मिली है। यह देशी भाषाओं एवं अपनी बोलियों आदि से शब्द लेने में संकोच नहीं करती।
- हिन्दी बोलने व समझने वाली जनता पचास करोड़ से भी अधिक है।
- हिन्दी आम जनता से जुड़ी भाषा है तथा आम जनता हिन्दी से जुड़ी हुई है।
- हिन्दी भारत के स्वतन्त्रता संग्राम की वाहिका और वर्तमान में देश प्रेम का अमूर्त वाहन है।

- राजभाषा भारती से साभार

अक्सर भूल जाते है

आज माँ का घर अंधेरा तो नहीं छोड़ आए हैं,
रोज मंदिर में दीपक जलाने वाले भी अक्सर भूल जाते हैं।

आदमीयत ही नहीं बच पाई तो फिर जीत कैसी,
खून से खेलने वाले यह अक्सर भूल जाते हैं।

उनके घर तक भी पहुँच सकती हैं लपटें आग की,
दूसरों के घर आग लगाने वाले अक्सर भूल जाते हैं।

सीढ़ियाँ बनाकर जिनको वे यहाँ तक पहुँच पाए,
उन रिश्तेदारों का पता भी वे अक्सर भूल जाते हैं।

संकटों के वक्त जो वादे पर वादे किए,
वक्त निकल जाने पर वे सारे वादे भूल जाते हैं।

दुनिया का दस्तूर उनको खूब पता है,
नए जब दोस्त मिलते हैं, पुराने भूल जाते हैं।

जैसा करोगे बाप को, बेटा तेरा वैसा करेगा,
बेटे के अति मोह में यह लोग अक्सर भूल जाते हैं।

दोस्तों को दावत पर बुलाकर आजकल,
वे अक्सर मिलना-मिलाना और खाना खिलाना भूल जाते हैं।

उम्र हो चली शायद इसलिए अक्सर,
वे कहीं छाता तो कहीं अपना चश्मा भूल जाते हैं।

प्रभुनाथ मिश्र
उप महाप्रबंधक (सामग्री)
मेन यूनिट

गंगा जल

जल संकट- तारीख 11 मार्च 2016, हमारे राज्य पश्चिम बंग के फरक्का में एनटीपीसी का 2300 मेगावाट बिजली उत्पादन करने वाला ताप विद्युत कारख़ाना अचानक बंद हो गया। कारख़ाना 10 दिन तक बंद रहा। कारखाने के तीस साल के इतिहास में यह पहली बार हुआ। एक दैनिक समाचार पत्र में यह खबर पढ़कर मैं स्तब्ध रह गया।

परिस्थिति जिस ओर जा रही है, यह अनुमान है कि पश्चिम बंग में इसी कारण विद्युत संकट भी दिखाई देगा। वास्तव में गंगा नदी में जल संकट के कारण यह परिस्थिति उत्पन्न हुई है। गंगा में जल स्तर क्रमशः घट रहा है।

कुछ जानकारों का यह भी कहना है कि बंगला देश के साथ भारत के करार की वजह से यह हालात और भी चिंताजनक हो गए हैं। करार के अनुसार 11 मार्च से 10 मई तक गंगा जल का बंटवारा होता है। मतलब, यदि 50,000 क्यूसेक पानी है, तो 11 मार्च से दस दिन तक 35,000 क्यूसेक पानी बंगला देश लेगा और 15,000 क्यूसेक पानी भारत को मिलेगा। बाद में, अर्थात 21 मार्च से भारत 35,000 क्यूसेक पानी लेगा और 15,000 क्यूसेक पानी बंगला देश लेगा। इस तरह के सिद्धान्त के कार्यकारी होने के कारण पश्चिम बंग में भयंकर संकट उत्पन्न हुआ है।

गंगा का जल स्तर नीचे जाने के और भी कारण हैं। गंगा नदी का 15 फीसदी जल हिमालय की बर्फ पिघलने से आता है, लेकिन यह भी धीरे धीरे कम होने लगा है। गंगा जल का एक बड़ा भाग उसकी तराई के भूतल जल से प्राप्त होता है। अब इस भूतल जल का स्तर भी नीचे जा रहा है।

21वीं सदी के इस दौर में हमारा देश तथा सारा विश्व एक भयंकर जल संकट से जूझ रहा है। पिछले दस सालों में यह संकट और भी गंभीर हो चुका है। ग्रीनपीस संस्था की रिपोर्ट के अनुसार ग्लोबल वार्मिंग के कारण गंगोत्री ग्लेशियर प्रतिवर्ष 34 मीटर तक पिघल रहा है। पिछले दस सालों में ग्लेशियर जिस तेजी से पिघल रहा है, वैसे ही गंगा का जलस्तर कम होता जा रहा है तथा प्रवाह में भी कमी आई है। अगर समय रहते उचित कदम न लिया तो गंगा के उत्पत्ति स्थल गंगोत्री का अस्तित्व विलुप्त हो सकता है।

जल प्रदूषण – तारीख 20 अप्रैल 2016, देश के सभी समाचार पत्रों और इलेक्ट्रोनिक मीडिया में एक खबर ने देशवासियों को विचलित कर दिया। रिपोर्ट के अनुसार उत्तराखंड, जम्मू कश्मीर और हिमाचल प्रदेश के जंगलों में भयंकर आग लगने की वजह से परिवेश पूरी तरह से क्षतिग्रस्त तथा प्रदूषित हो गया है। ग्लेशियर पर भी इसका बुरा असर पड़ा है। ग्लेशियर से निर्गत जल जो कि गंगा तथा अन्य नदियों में प्रवाहित होता है वह आग के धुएँ और राख़ में सन्निहित विनाशकारी काले कार्बन और क्षतिकारक रासायनिक कणों की वजह से बुरी तरह से दूषित हो गया है।

पिछले दिनों गंगा जिस तेजी से प्रदूषित हो रही है वह चिंताजनक है। गंगा नदी का जल पीने के जल के रूप में व्यवहृत होने के साथ साथ कृषि, उद्योग तथा अन्य कार्यों में भी व्यवहार किया जाता है। इसी गंगा नदी में गाँव तथा शहर की परित्यक्त सामग्री डालने से गंगा अत्यंत दूषित हो गई है।

गंगा को प्रदूषण मुक्त करने के लिए जन जागरूकता की आवश्यकता है। इसे सफल बनाने के लिए भारत सरकार की ओर से 'नमामी गंगे' नामक एक परियोजना का प्रारम्भ किया गया है। आने वाले दिनों में गंगा को स्वच्छ करने के लिए हम सब को अपना सहयोग देना होगा, क्योंकि यह कार्य किसी एक व्यक्ति या अकेले सरकार का नहीं है, बल्कि 125 करोड़ देशवासियों की सामूहिक ज़िम्मेदारी है।

बिजय कुमार दास
वरिष्ठ प्रबन्धक (वित्त)
मेन यूनिट

भारत माँ

भारत माँ की जय बोलो, खिल जाएगी चेहरों पर मुस्कान।
विश्व में होगी शांति, यह भारत माँ का है वरदान।

उत्तर में सजग प्रहरी, पहने हिम का ताज हिमालय है नाम
हिन्द महासागर है श्री चरणों में हमारा प्यारा हिंदुस्तान।

केसरिया, सफ़ेद और हरा, मध्य में अशोक चक्र का निशान।
हमारा राष्ट्रध्वज है, जिसकी जग में ऊंची शान।

चारों तरफ चार धाम, सदैव होता वेदों और पुराणों का गुणगान।
पवित्र यहाँ के गुरुग्रंथ, गीता, रामायण, बाइबिल और कुरान।

जिसके प्रहरी शूरवीर नौजवान, अन्नदाता भोले भाले किसान।
जो मातृभूमि की रक्षा के लिए न्यौछावर कर देते हैं जान।

संसार का सरताज है हमारा वतन, बतला रहा है वर्तमान।
हमें गर्व व खुशी है विश्व में हमारा देश है महान।

प्रगतिशील पथ पर हैं हम, यह जाने सारा जहान।
सामाजिक, सांस्कृतिक, प्राकृतिक व भौगोलिक दशाओं का योगदान।

अनेकता में एकता है भारत माँ की पहचान।
कश्मीर से कन्याकुमारी, भारत माँ खड़ी है सीना तान।

माँ सरस्वती, लक्ष्मी, पार्वती, माँ कहो मदर या अम्मी जान।
भारत माँ है माताओं की जननी, कहाँ तक करें बखान।

जहां की पावन सरिताएँ सागर तट पर, जा करती हैं विश्राम।
देशों में वीर देश भारत है, जिसको सभी करते हैं सलाम।

आओ भारत माँ का सम्मान करें और करें कोटि कोटि प्रणाम।
प्रेम से भारत माँ की जय बोलो, हो जाएगा आत्म कल्याण।

इतिहास साक्षी है आदिकाल से, विश्व प्रसिद्ध है हमारा ज्ञान विज्ञान।
विश्व का सरताज होगा हमारा वतन, कहता है ये वर्तमान।
तन मन से भारत माँ की जय बोलो,बोल रहा कवि जय भगवान ।
जय भारत माँ, जय हिन्द

जय भगवान
सुरक्षा नायक, 61 पार्क यूनिट

मेरे जीवन का एक अनुभव

पिछले वर्ष मैं छुट्टियाँ बिताने के बाद अपने गंतव्य स्थान कोलकाता पहुँचने के लिए अपने पैतृक गाँव से चला। दिल्ली में पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन पर संपर्क क्रान्ति एक्स्प्रेस गाड़ी के आने की प्रतीक्षा कर रहा था। समय गुजारने के उद्देश्य से टहलते-टहलते मैं प्लेटफॉर्म के अंतिम छोर तक पहुँच गया। मैंने देखा कि एक बेंच पर एक सत्रह अठारह साल का लड़का बुरी तरह छटपटा रहा है। पसीने में उसका पूरा शरीर तरबतर हो रहा था। वह अपनी छाती के बायीं ओर हाथ रखकर दर्द के मारे चिल्ला रहा था। उसकी अधेड़ उम्र की माँ और चौदह-पंद्रह वर्ष की बहन उसका हाल देखकर ज़ोर-ज़ोर से रो रही थीं। उनकी कुछ समझ में नहीं आ रहा था कि उसको क्या हो गया और उन्हें क्या उपाय करने की कोशिश करनी चाहिए। वे दोनों माँ बेटी उस लड़के की हालत देखकर केवल रोए जा रही थी। शायद उस लड़के को दिल का दौरा पड़ा था।

उनकी इस दर्दनाक हालत देखकर मै उनके पास गया और कुछ सहयोग करने का उपाय सोचने लगा। लेकिन मेरे दिमाग में बहुत सी शंकाए एवं सवाल आ रहे थे तथा मन में डर था कि कहीं ये लोग मुझे ही किसी मुसीबत में ना फँसा दे और किसी कानूनी कार्यवाही का सामना न करना पड़े। मैं बहुत असमंजस की परिस्थिति में था। वहाँ नजदीक में कोई भी नहीं था, जिसकी सहायता ली जा सके और जरूरत पड़ने पर कह सके कि कुछ अनुचित नहीं हुआ। लेकिन परिस्थिति बहुत भयावह थी और समय पर उचित कदम नहीं उठाने के कारण उस लड़के की जान को खतरा हो सकता था।

जैसा कि मैं बीस वर्ष भारतीय नौसेना में कार्यरत रहा हूँ, भारतीय नौसेना में सेवा के दौरान प्रत्येक नौसैनिक एवं अधिकारी को प्राथमिक चिकित्सा उपचार का प्रशिक्षण दिया जाता है तथा सभी को व्यावहारिक ज्ञान एवं अनुभव होता है। इसके अलावा मैंने भारतीय नौसेना में प्राथमिक चिकित्सा उपचार का अलग से प्रशिक्षण भी लिया हुआ है, मैंने अपने आत्मविश्वास को जगाया तथा परिस्थिति की गंभीरता को समझते हुए मन में तुरंत हर संभव कदम उठाने का निर्णय किया। मैंने प्राथमिक चिकित्सा उपचार प्रारम्भ किया और कुछ ही क्षण में वह लड़का सामान्य स्थिति में आ गया।

सब कुछ सामान्य होने के बाद मैंने उन सबके साथ बातचीत की तथा उसकी माँ को अलग से बताया कि शायद आपके लड़के को दिल का दौरा पड़ा था। आप इसे डाक्टर के पास ले जाकर उचित उपचार करवाएँ। इस पर उनकी आँखों में असमर्थता के भाव स्पष्ट रूप से दिखाई दे रहे थे। मैंने उनसे विदाई मांगी। लड़के की माँ ने हाथ जोड़ कर कहा कि आपने मेरे बच्चे की जान बचा दी, इसके लिए हम आपको जीवन भर नही भूलेंगे। मैंने उनसे कहा कि जीवन या मृत्यु तो भगवान के हाथ में है, यदि मेरी थोड़ी सी मेहनत आपके काम आ गई तो यह मेरी खुश किस्मत है। उन सबने नतमस्तक होकर मुझे धन्यवाद कहा। मेरी रेलगाड़ी प्लेटफॉर्म पर आ गई और मैं अपने गंतव्य स्थान के लिए चल पड़ा। लेकिन मेरे मन में खुशी, संतोष एवं गर्व का भाव था।

पवन कुमार कौशिक
पर्यवेक्षक (बेली ब्रिज)
61 पार्क यूनिट

जो अपनी विद्या और ज्ञान को कार्य रूप में बदल सकता है, वह दर्जनों कल्पनाशीलों से श्रेष्ठ है।

- इमर्सन

देशवासियों की थाली में मिलावट का खतरा

पूजयेदशनं नित्यं अद्याच्चेनमकुत्सयन
दृष्टा दृष्येत् प्रसीदेच्च प्रतिनन्देच्च सर्वशः ।।
पूजितं द्राशन नियं बलमूजं चयच्छीत
अपूजितं तु तदुभक्त उभयं नाशयेदिन्द ।।

अर्थात् : खाद्य हमेशा पूजा करके और अत्यंत श्रद्धा के साथ लिया जाना चाहिए। भोजन को देखकर ही मन में प्रसन्नता और खुशी आनी चाहिए। चाहे कोई भी परिस्थिति हो भोजन हमेशा पोषित (Cherish) किया जाना चाहिए। इस प्रकार भोजन का सम्मान करने पर भोजन शक्ति और ऊर्जा देता है। खाद्य बुरे तरीके से लेने पर शक्ति और ऊर्जा को नष्ट कर देता है।

मिलावट : अधिक धन लाभ करने के लिए भ्रष्टाचारी व्यवसायियों द्वारा खाद्य पदार्थों में अशुद्ध, सस्ती अथवा अनावश्यक वस्तुओं के मिश्रण को अपद्रव्यीकरण या मिलावट कहते हैं। छोटे बड़े व्यापारी नाना प्रकार की युक्तियों से घटिया वस्तु को बढ़िया बताकर ऊंचे दाम में बेचने का प्रयास करते हैं। इस प्रकार का कुत्सित व्यापार समाज के सभी वर्गों में न्यूनाधिक मात्रा में व्याप्त है, जिससे जनता को उचित मूल्य देने पर भी घटिया खाद्य सामग्री मिलती है और उससे स्वास्थ्य की भी हानि होती है।

स्वास्थ्य की समस्या : आज मिलावट का कहर सबसे ज्यादा हमारी रोज़मर्रा की जरूरत की चीजों पर पड़ रहा है। सम्पूर्ण देश में मिलावटी खाद्य पदार्थों की भरमार हो गई है। एक अनुमान के अनुसार बाजार में उपलब्ध 30 से 40 प्रतिशत सामान में मिलावट होती है। सबसे पहले बहुचर्चित कोल्ड ड्रिंक्स को लेते हैं, जिसे मीठा जहर भी कहते हैं। कोल्ड ड्रिंक को तैयार करने के दौरान इसमें फास्फोरिक एसिड डाला जाता है, जिसमें लोहे तक को जलाने की क्षमता होती है। प्रत्येक कोल्ड ड्रिंक में 0.4 पीपीएस सीसा डाला जाता है, जो स्नायु, मस्तिष्क, गुर्दे, लिवर और मांसपेशियों के लिए घातक है। सीएसई की निदेशक सुनीता नारायण के अनुसार पेप्सी के सभी ब्राण्डों में औसतन प्रति लीटर द्रव्य में 0.0180 मिलीग्राम और कोका कोला में 0.0150 मिलीग्राम कीटनाशकों की मात्रा मिली थी। फलों और सब्जियों में चटक रंग के लिए रासायनिक इंजेक्शन और ताजा दिखने के लिए एलईडी और कॉपर के मिश्रण का छिड़काव किया जा रहा है। मिठाइयों में ऐसे रंगों का प्रयोग हो रहा है जिससे कैंसर का खतरा रहता है और डीएनए की विकृति आ जाती है।

खाद्य मिलावट और भारत : खाद्य व्यवसायियों का यह अनैतिक एवं समाज विरोधी आचरण सभी देशों में पाया जाता है। किन्तु अशिक्षित, निर्धन एवं अल्पशिक्षित देशों में अधिक देखने को मिलता है। भारत भी इससे अछूता नहीं है। आंकड़ों के अनुसार भारत विश्व के तीसरे उन बड़े मधुमेह रोगियों की सूची में है, जो 2025 में विश्व का सबसे विशाल मधुमेह रोगियों वाला देश हो जाएगा। भारत में सबसे ज्यादा कीटनाशकों का खाद्य में व्यवहार होता है, जो अमेरिका की तुलना में 60 फीसदी

ज्यादा है। मिलावट वाले पदार्थ देशवासियों की सेहत के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं और उसे किसी भी कीमत पर रोकना होगा। विदेशी पूंजी और रोजगार की आड़ लेकर विदेशी कंपनियाँ देश में गलत हरकत कर रही है। देश में निवेश की बात होती है लेकिन निवेश सिर्फ सड़क, बिजली और इन्फ्रास्ट्रक्चर को बेहतर करने तक ही सीमित रह जाता है। खाद्य पदार्थ की गुणवत्ता और मिलावट को रोकने के लिए कोई निवेश की बात नहीं की जाती है। चीन में प्रति दो लाख आबादी पर एक प्रयोगशाला उपलब्ध है, जबकि भारत में 9 करोड़ लोगों पर एक प्रयोगशाला उपलब्ध है। विकास के पायदान पर भारत कहाँ खड़ा है ?

इससे यह पता चलता है की देश में खाद्य सुरक्षा की प्रक्रिया काफी ढीली है। देश में बेहतर इन्फ्रास्ट्रक्चर के साथ साथ गुणवत्ता वाले खाद्य पदार्थ उपलब्ध कराना बहुत ही आवश्यक है। तभी जाकर देश के लोगों का विकास होगा। इसके लिए सरल कानून के साथ ही राजनीतिक इच्छाशक्ति का होना जरूरी है। खाद्य पदार्थों के अपद्रव्यीकरण द्वारा जनता के स्वास्थ्य की हानि को रोकने के लिए प्रत्येक देश में आवश्यक कानून बनाए गए है। इसको ध्यान में रखते हुए भारत में भी सन 1954 में खाद्य अपद्रव्यीकरण निवारक अधिनियम समस्त देश में लागू किया गया और सन 1955 में इसके अंतर्गत आवश्यक नियम बनाकर इसे जारी किया गया। इस कानून द्वारा अपद्रव्यीकरण तथा झूठे नाम से खाद्यों को बेचना दंडनीय है। फिर वर्ष 2011 में नए कानून के साथ भारतीय खाद्य सुरक्षा व्यवस्था को अंतर्राष्ट्रीय मानदंडों के अनुरूप बनाने की कोशिश की गई है। इस कानून का मुख्य उद्देश्य उपभोक्ताओं के लिए खाने पीने की वस्तुओं की गुणवत्ता बेहतर करना और उत्पादकों द्वारा भ्रामक तथा गलत सूचनाएँ और विज्ञापन देने पर रोक लगाना है। कानून के तहत शिकायतों और अपराधों को निपटाने के लिए विभिन्न स्तरों पर सुनवाई की व्यवस्था है। शिकायत दर्ज होने या अपराध घटित होने पर एक वर्ष के भीतर मुकदमा शुरू करने का प्रावधान भी है।

उपसंहार : हम आँखों पर पट्टी बांध कर जहर का सेवन कर रहे है। सब कुछ जानकर भी अनजान हैं। पिछले एक साल के आंकड़ों पर नजर डालें तो सबसे अधिक मिलावट दूध, पनीर, खोवा, मिठाई एवं मक्खन में पाई गई है। सरसों के तेल में रंग की मिलावट की जा रही है। सरल कानून व्यवस्थाओं के बावजूद भारत में खाद्य सुरक्षा की स्थिति बहुत चिंताजनक है। इसी के कारण छोटे छोटे दुकानदारों के साथ साथ बहुराष्ट्रीय कंपनियाँ भी मानकों को दरकिनार कर अपना उत्पाद बेच रही हैं। एक जागरूक नागरिक होते हुए हमें सरकार की मदद करनी होगी और सामान खरीदते वक्त सावधानी रखनी होगी। सबसे जरूरी बात विदेशों की तरह हमारे यहाँ सिर्फ होटल, रेस्टोरेन्ट और सुपर मार्केट ही नहीं बल्कि और भी छोटे छोटे लघु उद्योग, दुग्ध और दुग्ध के अन्य उत्पादन देने वाले, रेहड़ी, पटरी, खोमचे वाले तथा ढाबे वाले भी शामिल है। इसलिए इन सभी को ध्यान में रखते हुए नियमों को बनाना होगा और सख्ती से उनका पालन करवाना होगा।

इसके पहले कि आ जाए महाविनाश,
देश में करना होगा,
मिलावटखोरों का सर्वनाश ।।

सौरिस सामन्ता
प्रबन्धक (सामग्री)
मेन यूनिट

अभ्यास

प्रयास और अभ्यास से,
जिंदगी की राह में,
हम होंगे कामयाब
यह विश्वास है हमें।

अभ्यास के बल पर
शिशु बोल सके अपनी बात।
बार बार वह गिरते उठते
संभलकर फिर बढ़ाए हाथ।

अभ्यास के दम पर मधुमक्खी
निकाले फूलों से शहद,
पंछी भी अपने बलबूते
बनाए अपना घर।

अभ्यास के बल पर आज
तेंदुलकर क्रिकेट में बने राजा,
सारा विश्व उन्हें करे प्यार,
न कोई और है दूजा।

अभ्यास है एक सुंदर धारा,
रखें हमेशा इसको जारी।
हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर
पाएँ यश, कीर्ति और प्यार।

कोशिश

बस एक कोशिश और कर उस पार तू लग जाएगा,
देखना अबकी प्रयास में तेरा श्रम साध्य हो जाएगा ।

हों बाधाएँ लाख मगर तू पथ से विचलित न होना,
चाहे काँटों पर चलना हो या पड़े तुझे पत्थर पर सोना।

इस जग में पाया उसने सब कुछ, जिसने न कभी विश्राम किया ।
उद्देश्य प्राप्ति के लिए बस, एकाग्रता से काम किया ।

शिल्पी तू कर्तव्य सृजन का, कैसे विचलित हो जाएगा ।
देखना अबकी प्रयास में तेरा श्रम साध्य हो जाएगा ।

सघन है वन और घना तिमिर, ऊपर इसके प्रचंड शिशिर,
बन जा तू भगीरथ नए युग का, ला नई गंगा को फिर।

कच्ची माटी का नन्हा दीपक, उजियारे का तू साथी,
बाधाओं से निराश न हो, कोई तुझको रोक न पाएगा ।

देखना अबकी प्रयास में तेरा श्रम साध्य हो जाएगा ।
रोकें कितनी भी बाधाएँ तू मनचाहा फल पाएगा ।

विजय कुमार दास
वरिष्ठ प्रबन्धक (वित्त)
मेन यूनिट

कुछ इधर उधर की

प्रस्तुत श्रृंखला की तीन लघु कथाओं में से पहली कथा जीवन की सच्ची घटना पर आधारित है। बाकी दो कथाओं का स्रोत मुझे पता नहीं है, लम्बे समय से वे जिस रूप में मेरी स्मृति में विद्यमान हैं, उसी रूप में कागज पर उन्हें उतारने का मैंने प्रयास किया है। तीनों कथाओं का मूल तत्व है उनमें अंतर्निहित अनिर्णय बोध।

सच्चा – झूठा

बात पैंतीस साल पुरानी है। तब बिहार में हाजीपुर और पटना के बीच गंगा नदी पर पुल नहीं बना था। पटना जाने के लिए 'पहले जा' घाट से पानी जहाज से गंगा पार कर 'महेन्द्रू' घाट जाना पड़ता था। मेरा एक मित्र पहली बार पटना जा रहा था। पानी जहाज में बैठने की जगह मिल गई तो उसका कवि हृदय गंगा की लहरों में खो गया। ठंडी ठंडी हवा चली तो उसकी आँखें भी लग गईं। जागा तो पाया कि कुर्ते की बाईं जेब से बटुआ गायब था। उसी में टिकट था और राह खर्च के रुपए भी। अब क्या करे? बिना टिकट यात्रा के जुर्म में जेल जाने का भय सताने लगा। देखा तो संयोग से कुर्ते की दाईं जेब में पाँच रुपए पड़े मिले। जान में जान आई।

महेन्द्रू घाट पहुँचकर उसने एक समवयस्क विद्यार्थीनुमा लड़के से आपबीती सुनाई और पाँच रुपए उसके हाथ में देकर प्लेटफार्म टिकट लाने का आग्रह किया ताकि उसके सहारे वह बाहर निकल सके। रुपए लेकर वह विद्यार्थीनुमा लड़का कुछ ज्यादा ही देर के लिए गायब हो गया। मेरे मित्र के तो पसीने ही छूट गए। सोचा बाकी रुपए भी हाथ से गए और अब लगता है परीक्षा भी छूटेगी और जेल की हवा भी खानी पड़ेगी। परंतु फिर वह लड़का प्रकट हुआ। मेरे मित्र के हाथ में पच्चीस पैसे का प्लेटफार्म टिकट पकड़ाया और देखते ही देखते आँखों से ओझल हो गया।

अब मेरे मित्र के हाथ में पच्चीस पैसे का टिकट था और मन में कुछ अनुत्तरित प्रश्न –

प्रश्न यह था कि क्या वह लड़का एक फरिश्ता था?

- यदि हाँ तो सारी परिस्थिति जानते हुए अंतिम जमा पूंजी के चार रुपए पचहत्तर पैसे क्यों ले गया?
- यदि नहीं तो इतना कष्ट सह कर वह प्लेटफार्म टिकट क्यों दे गया?

असली – नकली

एक ही पेड़ पर एक मधुमक्खी एवं एक मकड़ी रहतीं थीं। मधुमक्खी दिन भर भटकती रहती, कभी इस फूल तो कभी उस फूल से रस लाकर मधु बनाती। मकड़ी कहीं नहीं जाती। दिन भर उसी पेड़ की इस डाल से उस डाल के बीच जाल बनाने में व्यस्त रहती।

एक दिन मधुमक्खी और मकड़ी पास पास बैठे थे।

मकड़ी बोली – 'मधुमक्खी बहन ! तुम मेहनत तो बहुत करती हो परंतु क्या तुमने कभी सोचा है कि इतनी मेहनत के बाद भी जो तुम बनाती हो, उसमें तुम्हारा क्या है'।

मधुमक्खी बोली – 'मकड़ी बहन ! तुम्हारी बात तो सौ टके की है परंतु तुमने कभी सोचा है कि जो तुम बनाती हो उसमें सब कुछ तो तुम्हारा अपना है, परंतु वह दुनिया के किस काम का'?

मधुमक्खी की बात सुनकर मकड़ी चुप हो गई।

ज्ञानी – अज्ञानी

एक नगर में दो मित्र रहते थे। दोनों ही विद्वान थे। दोनों जब भी मिलते देश दुनिया के विभिन्न विषयों पर घंटों बातें करते। परंतु वे दोनों जिन विषयों पर वाद-विवाद से बचते थे वे विषय थे- धर्म, अध्यात्म और ईश्वर के। कारण यह था कि उनमें से एक तो घोर नास्तिक था पर दूसरा पक्का आस्तिक।

एक दिन न जाने क्या बात हुई कि वे दोनों आपस में ईश्वर और धर्म की बहस में उलझ गए। इस विषय पर कई घंटे तक चर्चा होती रही। दोनों में से कोई भी हार मानने को तैयार नहीं था। दोनों ने अपने तर्क के तरकश के सारे तीर एक दूसरे पर खाली कर दिए। दोनों ने दुनिया में ज्ञात समस्त सिद्धांतों एवं तथ्यों, यथा - शून्य से ब्रह्मांड की उत्पत्ति, जल से जीवन की उत्पत्ति, अन्य लोक से पृथ्वी पर जीवन का आगमन, डार्विन का विकासवाद, कर्मचक्र एवं पुनर्जन्म, एक ही भ्रूण से शरीर के विभिन्न प्रकार के उत्तकों की रचना, टेलीपैथी और न जाने क्या क्या, का प्रयोग अपनी बहस में कर लिया। उन सभी बातों की चर्चा हुई जिनसे ईश्वर के होने या न होने को सिद्ध किया जा सके। देर रात तक बहस चली परंतु कोई निष्कर्ष न निकला।

अंत में थक कर दोनों अपने अपने घर चल दिए।

आस्तिक मित्र ने अपने घर में घुसते ही सबसे पहले ठाकुर जी की मूर्ति को घर से बाहर फेंक दिया। नास्तिक मित्र के घर में तो पहले से ही कोई मूर्ति नहीं थी, परंतु घर में घुसने से पूर्व वह मुहल्ले के मंदिर में गया और ठाकुर जी की मूर्ति के सामने साष्टांग दंडवत मुद्रा में गिर गया।

दोनों ही सोच रहे थे, परंतु अलग अलग – 'मैं अब तक कितना अज्ञानी था'!

प्रभुनाथ मिश्र
उप महाप्रबंधक (सामग्री), मेन यूनिट

नारी शक्ति

नाश करो उन दुष्टों का
इज्जत पर जब कोई वार करे।
अबला नारी समझ कर तुझ पर अत्याचार करे।

नहीं है तू कोई भोग की वस्तु
नहीं किसी की दासी।
अब ना लगा पाये कोई
तेरे गले में फाँसी।

तू है दुर्गा, तू है काली
तू चंडी का रूप है।
माँ भी तू, पत्नी भी तू
तू बहन स्वरूप है।

समझकर तुझको हवस के पुतले
क्यों बुरी नज़र सब डालें।
आज तेरी अस्मत पर क्यों
हर कोई डाका डाले।

इतिहास गवाह है, दुश्मन भी
छू न सके तेरी परछाई।
खुद को समर्पित कर अग्नि में
जब अपनी इज्जत थी बचाई।

फिर चुप क्यों है आज तू नारी
अपनी शक्ति दिखला दे।
बनकर अग्नि कन्या तू
हर पापी को जला दे।

तू नहीं कमजोर किसी से
दुनिया को आज बताना है।
होकर प्रताड़ित चुप रहना
वह गुजरा हुआ जमाना है।

सुरेन्द्र कुमार साव
पर्यवेक्षक (सिविल)
मेन यूनिट

नारी और जल – समाज का आधार

21वीं सदी एक अलग सदी है इसमें भविष्य और अतीत दोनों की झलक है, जैसे दोनों साथ साथ चल रहे हैं। एक तरफ विज्ञान के क्षेत्र में होने वाले विकास नित नई सुविधाएँ लेकर आ रहे हैं, जिनके विषय में 100 वर्ष पूर्व कल्पना भी नहीं की जाती थी। ये समाज के उत्थान का प्रतीक है – कम्प्यूटर, मोबाइल, हवाई जहाज, रोबोट टेक्नोलोजी, सेटेलाइटस इत्यादि इत्यादि। वहीं समाज की कुछ मूलभूत आवश्यकताएँ हैं जिन्हें नजरअंदाज किया जा रहा है। एक पानी और दूसरा नारी। न तो पानी (जल) के बिना ही मनुष्य का अस्तित्व हो सकता है और न ही नारी के बिना समाज की कल्पना की जा सकती है। नारी को समाज में उसका अधिकार दिए बिना एक श्रेष्ठ समाज का निर्माण नहीं किया जा सकता है। भौतिक/सामाजिक स्तर पर हम नारी और जल, दोनों को ही नजरअंदाज कर रहे है। मनुष्य के विकास से, उसकी समाज के प्रति ज़िम्मेदारी बढ़ गई है। आज मनुष्य मुख्य भूमिका में है, उसे देखना होगा कि आने वाली चीजों के परिणाम क्या होंगे और उसे उसके लिए क्या करना है। समस्या है असामंजस्य, सामाजिक मूल्यों का पतन और आवश्यक और अनावश्यक को न समझ पाना। विकास के नित नए शिखर तो मनुष्य छू रहा है पर इनके हिसाब से स्वयं को इनके अनुरूप अभी ढालने में उसे वक्त लग रहा है। एक तरह से अतीत और भविष्य का संघर्ष, जिसमें हमें आने वाले भविष्य में साथ खड़ा होना है।

दो विषयों पर हम आए दिन, बड़ी चर्चा सुनते हैं। एक पानी की बढ़ती समस्या और दूसरी महिलाओं के प्रति बढ़ते अपराध। दोनों ही विषयों पर चर्चा तो खूब होती है पर समाज इन विषयों पर कुछ करने में असमर्थ नजर आता है। करने पर असमर्थ का मतलब, समाज के विद्वान मानते है समस्या है, समस्या का समाधान जरूरी है पर जमीनी स्तर पर कोई कार्य होता दिखाई नहीं देता ।

जल की समस्या - कहा गया है जल ही जीवन है। पर आज की युवा पीढ़ी को लगने लगा है की वो जल के बिना रह सकती है, मोबाइल के बिना नहीं। चुटकुला सुनने में आता है कि काश पेड़ ऑक्सीजन की जगह बाई फाई के सिग्नल देते तो लोग उनका महत्व समझ सकते। परंतु क्या पानी के बिना या इसकी कमी से होने वाली समस्या का हमारे पास कोई वैकल्पिक समाधान है? नहीं, तो फिर हमें सोचना होगा कि ये हमारे अस्तित्व से जुड़ा है। फैक्ट्रियों से होने वाला प्रदूषण, शहरीकरण का प्रदूषण, इनके रखरखाव के प्रति उदासीनता, ये हमारी नदियों को खा गया है। पेड़ों के अंधाधुंध कटाव से वर्षा की भी कमी हो गई है। भूजल और वर्षा जल की कमी के चलते खेती पर सीधा असर पड़ रहा है, जो किसानों की जीविका और मनुष्य के जीवन को आधार देने वाले भोजन का स्रोत है।

एक कटाक्ष है, 'जब तक आखिरी पेड़ न कट जाए, अंतिम मछली न पकड़ ली जाए, आखिरी नदी भी जहरीली न हो जाए, क्या तब तक हमें ये एहसास नहीं होगा कि हम पैसों को खा नहीं सकते'। एक अन्य कहावत है, 'जीवन मे कभी एक बार आपको किसी डॉक्टर, वकील, पुलिस या धर्मोपदेशक की आवश्यकता पड़ती है। परंतु प्रत्येक दिन, दिन मे तीन बार आपको एक किसान की जरूरत पड़ती है। इसके लिए पूरे समाज को समझना व मिल के कार्य करना होगा कि जल है तो भविष्य है।

नारी- समाज का आधार है। आज के समय में एक तरफ महिलाएँ सफलता के नित नए शिखर छू रही हैं, वहीं दूसरी तरफ उनके प्रति अपराध भी बढ़ रहे हैं। नारी को प्रकृति ने एक बहुत महत्वपूर्ण कार्य दिया है – सृजन का। माँ के रूप मे वो जीवन देने वाली है। वो ही पहले दिन से अपनी ममता व प्रेम से बालपन में मनुष्य का लालन पालन करती है। एक माँ, बहन, पत्नी या एक मित्र के रूप में वो पुरुष की बहुत बड़ी ताकत व प्रेरणा बनती है। ये उसकी कमजोरी नहीं, उसका गुण है। स्त्री और पुरुष समाज के पक्षी के दो पंख के समान है, एक के उत्थान के बिना दूसरे की उन्नति संभव नहीं। नारी के प्रति बढ़ रहे अपराध जैसे भ्रूण हत्या, बलात्कार, दहेज प्रथा उसके प्रति समाज की गिरती सोच व स्तर को दर्शाता है। आज समाज मे स्त्रियों के प्रति आ रही विकृति के बारे में हमें सोचना होगा, नारी के योगदान व स्थान को समझना होगा। पुरुष नारी का शोषक नहीं उसका साथी है। नारी प्रेरणा है तो पुरुष शक्ति है, वे एक दूसरे के पूरक हैं। नारी के प्रति अपराध समाज के गिरते स्तर का प्रतीक है और उसका इस समस्या के लिए कुछ न कर पाना उसकी कमजोरी को दर्शाता है।

जैसे पानी के बिना जीवन संभव नहीं है, नारी रूपी इस पंख के बिना भी समाज रूपी पक्षी का उड़ना असंभव है। जिम्मेदार नागरिक के रूप में हमें अपने स्तर पर जल का संरक्षण, इसके रख रखाव व प्रदूषित होने से रोकने का प्रयास करना चाहिए और उसी प्रकार नारी के महत्व को समझना चाहिए व उसके प्रति एक अच्छी सोच, उसके महत्व व उसके सम्मान को समझना चाहिए। इन दोनों के रहने से ही जीवन व समाज की पूर्णता है। यह हमारी मनुष्य तथा समाज के भविष्य के प्रति ज़िम्मेदारी है।

विजय सिंह
उप प्रबन्धक (एनसीएम)
मेन यूनिट

सेफ्टी श्लोक

आकाश, पानी, हवा और मिट्टी,
जरूरत जैसे इन सब की, वैसे ही जरूरी जीवन में सेफ्टी।

मन में उमंग भरती सेफ्टी, नौकरी में जोश लाती है सेफ्टी,
कवच बनके ज़िंदगी सुधार दे, ऐसी स्वादिष्ट दवा है सेफ्टी।

सारी आफतों का निदान है सेफ्टी, दूर करे दुर्घटना ऐसा वरदान है सेफ्टी,
खिलाफत होती जहाँ उसकी, श्राप बन जाती है यही सेफ्टी।

शब्द नहीं केवल, एक संस्कार है सेफ्टी,
सबको दरकार, वो अनमोल दौलत है सेफ्टी,
खैरात में नहीं मिलती यह, आजमाना पड़ता है समूह सेफ्टी।

उत्पादन की वजूद है सेफ्टी, कुशलता की कड़ी है सेफ्टी,
विकास की बुनियाद सेफ्टी, नफा नुकसान की नींव है सेफ्टी,
हँसते हुए प्रतिष्ठान का साफ दर्पण है सेफ्टी।

परिवार में खुशी का मार्ग है सेफ्टी,
सामाजिक सुरक्षा का माध्यम है सेफ्टी, तमाम सफलता की सीढ़ी है सेफ्टी,
साँप बन जाएगा सीढ़ी, न माने अगर हम यह सेफ्टी।

पावन पाक यही हमारा संकल्प है, सेफ्टी छोड़ नहीं कोई विकल्प है,
सम्पूर्ण सुरक्षा नीतियाँ हमें है निभानी,
कानून सरकार का, विधान भगवान का, पर जान तो है अपनी।

अमीय कुमार राउत
प्रबंधक (भंडार)
मेन यूनिट

विविध आयोजन

वेंडर विकास कार्यक्रम

जीआरएसई द्वारा 03 अगस्त 2016 को फिटिंग आउट जेटी यूनिट में विशेष रूप से एमएसएमई अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति के उद्यमियों के लिए विशेष वेंडर विकास कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन रियर एडमिरल ए के वर्मा, वीएसएम (सेवानिवृत्त), अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, जीआरएसई द्वारा किया गया। एमएसएमई डिवलपमेंट इंस्टीट्यूट, कोलकाता के अधिकारियों और वाणिज्य एवं उद्योग दलित इंडियन चैंबर के पश्चिम बंगाल के अध्यक्ष ने कार्यक्रम में भाग लिया। श्री एस एस डोगरा, निदेशक (वित्त) ने जीआरएसई के अन्य वरिष्ठ अधिकारियों के साथ बैठक में उपस्थित विभिन्न क्षेत्रों से उपस्थित एमएसएमई एससी/एसटी फ़र्मों के साथ बातचीत की। 43 व्यावसायिक घरानों के प्रतिनिधियों ने इसमें भाग लिया और सकारात्मक प्रतिक्रियाएं दी। प्रतिभागी फ़र्मों का स्पॉट पंजीकरण किया गया।

स्वतंत्रता दिवस समारोह

रवीन्द्र जयंती का आयोजन

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

योग्य है योग

योग का अर्थ जोड़ना होता है। यह एक आध्यात्मिक प्रकिया है जिसमें शरीर, मन और आत्मा एक साथ हो जाते है। कुछों का मानना है कि जीवात्मा और परमात्मा के मिल जाने को योग कहते है। गीता में श्रीकृष्ण ने कहा है 'योग: कर्मसु कौशलम अर्थात कर्मो में कुशलता ही योग होता है। पंतजलि परिभाषा के अनुसार योग शब्द का अर्थ समाधि अर्थात चित्त वृत्तियों का निरोध होता है। इस शब्द, प्रक्रिया और धारणा से सारा जगत परिचित है। परंतु योग को समझना बहुत सरल नहीं है।

हमारे पूर्वजों ने मानव शरीर को एक मन्दिर माना था और उसकी पूजा करने का विधान भी बताया था। हमारा शरीर पाँच इन्द्रियों से बना है - कान, त्वचा, आँख, जीभ व नाक। अगर नाक द्वारा शुद्ध हवा सही तरीके से ली जाए और शरीर के सब पुर्जो में ऊर्जा भर दी जाए तो शरीर की कार्य कुशलता बढ़ जाएगी और उसी को प्राणायाम कहते हैं। प्राणायाम योग की एक महत्वपूर्ण कड़ी है, जिसके नियमानुसार पालन करने से व्यक्ति निरोगी रह सकता है, साथ ही आत्म-विश्वास भी बढ़ता है। योग का लक्ष्य है स्वास्थ्य में सुधार और मोक्ष प्राप्ति, जो सभी सांसारिक कष्ट से आपको मुक्ति दिलाता है और उसी क्षण परम ब्रह्म के साथ समरूपता का एक एहसास भी दिलाता है। स्वस्थ शरीर ही प्रगति की पहली सीढ़ी है क्योंकि स्वस्थ व्यक्ति स्वस्थ समाज का निर्माण कर सकता है। जब तक वह स्वस्थ नहीं होता वो जीवन का लक्ष्य पूरा नहीं कर पाता। एक स्वस्थ व्यक्ति ही समाज में सहभागी होता है। इसीलिए किसी ने कहा है जो करेगा योग उसको होगा नहीं कोई रोग, करेगा सिर्फ राज भोग।

आज हमारे जीवन में योग का बहुत महत्व है। आधुनिक युग में हमारी व्यस्तता और भागदौड़ भरी जिंदगी ने हमें रोगों से घेर लिया है। हर व्यक्ति आगे बढ़ना चाहता है। ऊँचाइयों को छूना चाहता है। ये सब पाने के लिए उसे अतिरिक्त ऊर्जा चाहिए और इस भौतिकवादी जीवन में योग ही सब से बड़ा माध्यम है। आज हम देख रहें हैं कि मधुमेह, रक्तचाप, सिरदर्द, छोटी उम्र में बालों का सफेद होना जैसे आम रोग देखे जा रहे है। अत्यधिक तनाव, प्रदूषण, चिंता इत्यादि इसका कारण है। मानसिक तनावों से जर्जर होता मनुष्य संतोष और आनन्द की तलाश में इधर-उधर भटक रहा है। शांति की तलाश में उतावला हो रहा है। अपनी जीवन बगिया के आसपास से स्वार्थ, क्रोध, कटुता आदि दूर कर देना चाहता है। उसे उस मार्ग की तलाश है जो उसे बलवान बनाए, बुद्धि से प्रखर बनाए और भौतिक लक्ष्यों की पूर्ति करते हुए आत्मवान बनाये। योग निश्चित रूप से ऐसा मार्ग है। भारतीय संस्कृति का मूलमंत्र है। योग व्यायाम नहीं, विज्ञान का चौथा आयाम है।

योग हर उम्र के व्यक्ति के लिए बहुत जरूरी है। योग करने से सारा दिन हमारा शरीर फुर्तीला रहता है। थोड़ा सा नियमित आसन और प्राणायाम हमें निरोगी तथा स्वस्थ रख सकता है। धारणा एवं ध्यान के अभ्यास से व्यक्ति न केवल तनावरहित होगा उसकी कार्य-कुशलता भी बढ़ेगी। योग शारीरिक एवं आध्यात्मिक विकास में सहायक होता है। जिसके चलते हम किसी भी बात पर ध्यान केन्द्रित कर सकते हैं। इस कारण हमारी साँस लेने की प्रक्रिया भी सही हो जाती है, हमारे जीवन में काफी स्थिरता, ठहराव आ जाता है, हमारा शरीर दिन-प्रतिदिन सुडौल और स्फूर्तिदायी बनता जाता है, आलस कोसों दूर भागता है और एक नई उमंग हमारे अंदर उभरने लगती है। योग ही तो है जिसने हमे भीतरी और बाहरी प्रकृति को वश में करना सिखाया।

भगवत गीता में कृष्ण द्वारा अर्जुन को कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोग, ध्यानयोग के बारे में ज्ञान देना क्या योग ही नहीं है ? इन्हीं के माध्यम से ही तो अर्जुन अपने शारीरिक, मानसिक पहलुओं को पहचान पाए थे, सफलता और विफलता का पथ देख पाए थे, अपना संतुलन बना पाए थे। विपश्यना और सुबह सूर्य नमस्कार करने की प्रक्रिया सब योग ही तो है। यह एक ऐसी अमूल्य औषधि है जो बिना मूल्य आप को खुशहाली प्रदान करती है। आप को शक्तिवर्धक बना सकती है, आप का आत्मविश्वास बढ़ा सकती है और स्वस्थ शरीर का आशीर्वाद भी दे सकती है। अत: योग के महत्व को जानिए और जीवन में उसे अपनाइए। योग है जीवन की धारा, जिसने जाना उसने माना और जिसने माना उसका जीवन बना सुहाना।

अमीय कुमार राउत
प्रबंधक (भंडार)
मेन यूनिट

निगमित सामाजिक दायित्व

निगमित सामाजिक दायित्व (सीएसआर) जीआरएसई की निगमित सोच का अभिन्न अंग है। कंपनी द्वारा हाल ही में की गई कुछ सीएसआर गतिविधियाँ निम्नलिखित हैं :-

स्वच्छ भारत मिशन – मेटियाब्रुज में स्वच्छ भारत मिशन के कार्यान्वयन हेतु अध्ययन व रोड मैप तैयार करने के लिए नैशनल सीएसआर हब (टीआईएसएस) को शामिल किया गया। गार्डन रीच मौलाना आज़ाद मेमोरियल गर्ल्स हाई स्कूल तथा गार्डन रीच मुदियाली गर्ल्स हाई स्कूल (एचएस) में 60 शौचालयों का निर्माण और फ़तेहपुर हिन्दी नागरी प्रचारक विद्यालय एवं गार्डन रीच माध्यमिक विद्यालय में प्रयोग में नहीं आ रहे 20 शौचालयों को नवीकृत किया गया है।

सरोज गुप्ता कैंसर सैंटर एण्ड रिसर्च इंस्टीट्यूट को कैंसर डिटेक्शन उपकरण प्रदान किए गए – जीआरएसई ने एसजीसीसीआरआई को निम्नलिखित उपकरणों की खरीद व संस्थापन हेतु सहयोग दिया है :

- वाइटेक 2 कॉम्पैक्ट 60 (Vitek 2 Compact 30)
- ओटोमेटेड एम्बेडिंग स्टेशन (Automated Embedding Station)
- बीडी श्योरपाथ डीटीएस एलबीसी सिस्टम (BD Surepath DTS LBC System)

स्कूल बैंच प्रदान किए गए – जीआरएसई ने गार्डन रीच मौलाना आज़ाद मेमोरियल गर्ल्स हाई स्कूल को 170 जोड़े हाई एवं लो बैंच उपलब्ध करवाने में सहयोग दिया है।

सेफ्टी नियम तुरत अपना ले

सेफ्टी का अभियान चला है
मुझको भी पीपीई मिला है

जानूँ ना कैसे पहनूं इसको
मानूँ ना मैं कैसे इसको

बिन पीपीई सेफ्टी डांटे
औरन कू तो लड्डू बाँटे

फैक्ट्री इंसपेक्टर रखे खयाल
जहाज पे जाके करे सवाल

हेलमेट जूता चश्मा एपरन
पहनने में है कितना सरल

सेफ्टी बेल्ट तो और असान
ऊँचा जितना चाहे मचान

वेल्डिंग पे जाने से पहले, एक पाव दूध तू पी ले ।
लापरवाही छोड़ के भैया, सुखमय जीवन तू भी जी ले।।

सेफ्टी का तू साथ ना छोड़, गाड़ी चलाते कर मत होड़
फिर ना कहना ओ माई गोड ! कैसा गड्ढा है ये रोड़ ?

हार्न बजाते आगे बढ़ना अगर मिले कोई अन्धा मोड़
स्वयं सुरक्षा रखले तू, ऐसा काम ना किसी पे छोड़ ।।

सेफ्टी नियम तुरत अपना ले
औरों को भी तू समझा ले

ऐसा करके भैया मेरे सबका परिवार बचा ले
जीवन है अनमोल सभी का, कुछ भी करके इसे बचा ले।।

के एस वर्मा
महाप्रबंधक (आईईपी एवं सेफ्टी)

जल ही जीवन है

अजीर्णे भेषजं वारि, जीर्णे वारि बलप्रदम् ।
भोजने चामृतं वारि, भोजनांते विषप्रदम् ।।

श्लोक का तात्पर्य- पानी अनपच में उपचारात्मक है, पानी पाचन के बाद पौष्टिक होता है। पानी भोजन के दौरान स्वादिष्ट होता है और भोजन के तुरंत बाद विष समान होता है।

जल एक तरल पदार्थ है, जो अपने ठोस और गैस रूप में भी मौजूद रहता है। अवस्था परिवर्तित करने का जल का यह स्वभाव उसके उपयोग के आयामों को विस्तृत कर देता है। जल यदि बर्फ बन कर न रह पाता तो गंगा जैसी सदानीरा नदियाँ न होतीं और जल यदि गैस बनकर वाष्पित न हो तो धरती पर वर्षा होने की सम्भावना न बचती। ओस के कणों की तुलना कवि व शायर न जाने किन किन रूपों में करते हैं, उनके काव्य जगत का यह हिस्सा अधूरा ही रह जाता। लेकिन मानव का यह गुणधर्म

है कि जिस वस्तु को यह व्यवहार में लाता है उसे दूषित कर देता है। यही कारण है कि आज नदी जल, भूमिगत जल, कुएँ, बावड़ी का जल, समुद्र का जल और यहाँ तक कि वर्षा का जल भी कम या अधिक अनुपात में दूषित हो चुका है। जल प्रदूषण पर गोष्ठियाँ तथा सेमिनार किए जा रहे हैं परंतु इस विश्वव्यापी समस्या का कोई ठोस हल अभी तक सामने नहीं आ पाया है।

जीवधारियों के जीवन में वायु के बाद दूसरा स्थान जल का है। मनुष्य के शरीर में पानी की अत्यधिक उपयोगिता है। पुरुष के शरीर का 60 प्रतिशत भाग और स्त्री के शरीर का 55 प्रतिशत भाग पानी होता है। हमारे नाखून, बाल और शरीर के कठोर भाग दांत की बाह्य परत तक में पानी होता है। करीब 636-546 ई.पू. प्राचीन यूनान के आयोनियन शहर के दार्शनिक एवं वैज्ञानिक ने कहा था – 'यह पानी ही है जो विचित्र रूपों में धरती, आकाश, नदियों, पर्वत, देवता और मनुष्य, पशु और पक्षी, घास-पात, पेड़-पौधों और जीव जंतुओं से लेकर कीड़े-मकोड़ों तक में मौजूद है, इसलिए पानी पर चिंतन करो'।

धरती पर पानी, लवण एवं सादे जल के रूप में उपलब्ध है। लवण जल 27.34 प्रतिशत और सादा जल 2.66 प्रतिशत है। आयुर्वेद के अनुसार पीने योग्य जल वो है जो निर्गंध, अव्यक्तरस, शुचि, शीतल, स्वच्छ हो। दूषित एवं प्रसाधित जल को जो पीता है वह अनेक प्रकार के विषम रोगों से ग्रस्त हो जाता है। अत: जल एक औषधि है, इसे दूषित नहीं करना चाहिए।

धरती पर तीन चौथाई पानी होने के बाद भी पीने योग्य पानी एक सीमित मात्रा में ही है। उस सीमित मात्रा के पानी का इंसान ने अंधाधुंध दोहन किया है। नदी, तालाब को पहले ही दूषित कर चुके हैं, जो भी बाकी है उसे हम अपनी अमानत समझ कर बर्बाद कर रहे हैं। परंतु हालात हर जगह एक जैसे नहीं हैं, अगर हम भारत की बात करें तो देखेंगे कि दिल्ली, मुम्बई जैसे महानगरों में जहाँ पानी की किल्लत होते हुए भी पानी उपलब्ध हो जाता है, वहीं राजस्थान, जैसलमेर जैसे इलाकों में पानी आदमी की जान से भी ज्यादा कीमती है। पीने का पानी इन इलाकों में बड़ी कठिनाई से मिलता है।

पानी की इस जंग को खत्म करने और इसके प्रभाव को कम करने के लिये संयुक्त राष्ट्र ने 1992 के अपने अधिवेशन में 22 मार्च को विश्व जल दिवस के रूप में मनाने का निश्चय किया। विश्व जल दिवस की अंतर्राष्ट्रीय पहल 'रियोडि जेनेरियो' में 1992 में आयोजित पर्यावरण तथा विकास का संयुक्त राष्ट्र सम्मेलन में की गई, जिस में जल के संरक्षण और रख रखाव पर जागरूकता फैलाने का कार्य किया गया। तब से 22 मार्च को विश्व जल दिवस के रूप में मनाया जाता है।

हमारे देश में जल संकट को दूर करने के लिए दूरगामी समाधान के रूप में विभिन्न बड़ी नदियों को आपस में जोड़ने की बात कही गई है। इससे बहुत लाभ मिलेगा क्योंकि नदियों का जल जो बहकर सागर में विलीन हो जाता है, तब हम उसका भरपूर उपयोग कर सकते हैं। इस प्रणाली से निरंतर जल संकट झेल रहे क्षेत्रों के लोग पर्याप्त मात्रा में जल प्राप्त कर सकते हैं। जिस तरह इंदिरा गांधी नहर बन जाने से राजस्थान की अतृप्त भूमि की प्यास बुझ सकी, ऐसे ही अन्य प्रयासों से देश भर में खुशहाली लाई जा सकती है।

पानी का महत्व भारत के लिये कितना है, इसका अंदाजा हम इसी बात से लगा सकते हैं कि हमारी भाषा में पानी के कितने अधिक मुहावरे हैं। विज्ञान और पर्यावरण के ज्ञान से मानव ने जो प्रगति की है, उसे प्रकृति संरक्षण में लगाना भी जरूरी है। पिछले सालों में तमिलनाडु ने वर्षा जल संरक्षण कर जो मिसाल कायम की है उसे सारे देश में विकसित करने की आवश्यकता है। अगर सही ढंग से पानी का संरक्षण किया जाए और जितना हो सके पानी को बर्बाद करने से रोका जाए तो इस समस्या का समाधान बेहद आसान हो जाएगा। लेकिन इसके लिए जरूरत है जागरूकता की। एक ऐसी जागरूकता, कि जिसमें देश का हर नागरिक पानी को बचाना अपना धर्म समझे।

सारांश : जल प्रकृति की अनमोल एवं अलौकिक देन है जो मानव तथा अन्य जीव जंतुओं व वनस्पतियों के लिए अत्यंत उपयोगी है। यह समझना चाहिए कि प्रकृति द्वारा मानवता के लिए जल एक अनमोल उपहार है। जल के कारण ही धरती पर जीवन संभव है। धरती पर जीवन का सबसे जरूरी स्रोत जल है क्योंकि हमें जीवन के सभी कार्यों को निष्पादित करने के लिए जल की ही आवश्यकता है। जल के दुरुपयोग से हमें बचना चाहिए। जल संरक्षण सभी का दायित्व है। अगर इसका संरक्षण नहीं किया गया तो आने वाले दिनों में बड़ी चुनौती का सामना करना पड़ेगा। हमें युद्धस्तर पर प्रयास करने होंगे ताकि धरती पर जल सभी को उपलब्ध हो सके ।

प्रियंका सामंता
धर्मपत्नी - श्री सौरिस सामंता,
प्रबंधक (सामग्री), मेन यूनिट

विज्ञान वरदान है या अभिशाप

पूर्व युग सा आज का जीवन नहीं लाचार,
आ चुका दूर द्वापर से बहुत संसार,
यह समय विज्ञान का सब भांति पूर्ण समर्थ,
खुल गए हैं गूढ़ संसृत के अमित गुरू अर्थ।

आधुनिक युग में विज्ञान के क्षेत्र में होने वाली उन्नति ने क्रान्ति ला दी है, आज विज्ञान ने प्रकृति को भी काफी हद तक अपने वश में करके उसे मानव की दासी बना दिया है। विज्ञान शब्द का अर्थ है विशेष ज्ञान, जैसे जैसे मानव बुद्धि का विकास होता गया वैसे वैसे अपनी आवश्यकता के अनुसार उसने नई नई वस्तुओं का आविष्कार किया। अगर हम उस शक्ति से मानव कल्याण के कार्य करें तो वह वरदान प्रतीत होते हैं और अगर उसी से विनाश करना शुरू कर दें तो वह अभिशाप लगने लगते हैं।

विज्ञान ने जहां अंधों को आँखें और बहरों को सुनने की ताकत दी है वहीं बस, गाड़ी, वायुयान आदि ने स्थान की दूरी को बांध दिया है। टेलीफोन द्वारा हम दूर बैठे लोगों के साथ बातचीत कर सकते हैं। विज्ञान की प्रगति के साथ बातचीत के साधनों में भी प्रगति हुई है। सचमुच विज्ञान वरदान ही तो है। लेकिन विज्ञान के द्वारा हमने अणुबम, परमाणु बम तथा अन्य शास्त्रों का निर्माण कर लिया है, ऐसे शास्त्रों के निर्माण से अबोध पशु-पक्षी, प्राणी मृत्यु के मुँह में पहुँच जाते हैं। इस प्रकार विज्ञान हमारे लिए वरदान के साथ साथ अभिशाप भी है।

मनुष्य को चाहिए कि वह विज्ञान का उपयोग वरदान के रूप में करे।

सौनाक घोष
सुपुत्र – श्री आशीष कुमार घोष
कार्यालय अधीक्षक (वित्त विभाग)
मेन यूनिट

ना छीनो तुम हमसे

ना छीनो तुम हमसे, स्वतंत्रता की आजादी।
ना छीनो तुम हमसे, अभिव्यक्ति की आजादी।

ना छीनो तुम पंख क़तर कर, उड़ने की आजादी।
ना छीनो तुम पेड़ काट कर, सांस लेने की आजादी।

ना छीनो तुम हमसे सपने देखने की आजादी।
ना छीनो तुम हमसे हँसने की आजादी।

ना छीनो तुम हमसे देश सेवा करने की आजादी।
ना छीनो तुम हमसे वतन पर मर मिटने की आजादी।

ना छीनो तुम हमसे आस रखने की आजादी।
ना छीनो तुम हमसे औरों पर विश्वास रखने की आजादी।

बिक गया है जल, तुम पवन ना हमसे छीनो।
बिक गयी है धरती, तुम गगन ना हमसे छीनो।
बिक तो झूठ गया है, सच को भी तुम ना हमसे छीनो।
बिक तो अलफाज गया है, तुम हमारे जज़्बात ना छीनो।

ना छीनो तुम हमसे जिंदगी जीने की आजादी।
कि मर कर भी ना हो एहसास, क्यों जिंदगी थी इतनी खाली।

जिंदगी वैसे ही बहुत कम है जीने के लिए,
इसे नफरत के पैमाने पर रख जीने की चाहत ना छीनो।

मनीषा टोप्पो
सुपुत्री –श्री महादेव टोप्पो
पर्यवेक्षक (यार्ड आधुनिकीकरण)
मेन यूनिट

जल ही जीवन है

प्रकृति द्वारा दिए गए अनेक उपहारों में से जल एक अनमोल उपहार है। पृथ्वी पर प्राणियों के जीवन का आधार जल है। सभी मनुष्यों, पशुओं, जीव-जन्तुओं, पेड़-पौधों तथा वृक्षों तथा वनस्पतियों को जीवन जल से ही मिलता है। जीवन के किसी भी रूप के लिए आवश्यक पाँच तत्वों (पृथ्वी, जल, आकाश, अग्नि तथा वायु) में से जल का विशेष महत्व है। जल के बिना जीवन की कल्पना करना असंभव है। रोचक सत्य यह है कि प्राण वायु जो हमें पेड़-पौधों एवं वनस्पतियों से मिलती है, उसका मूल आधार भी जल ही है। यदि पृथ्वी पर जल नही रहेगा तो प्राण वायु का स्रोत पेड़-पौधों एवं वनस्पतियों का अस्तित्व नहीं रह सकता और वायु के बिना भी जीवन संभव नहीं है। हमारे शरीर में जल की मात्रा भी 70 प्रतिशत तक मानी जाती है। इससे स्पष्ट है कि जल का हमारे जीवन में कितना महत्व है। जल के महत्व के बारे में प्रसिद्ध कवि रहीम जी ने बहुत सुंदर दोहा लिखा है:-

रहीमन पानी राखिए, बिन पानी सब सून।
पानी गए न ऊबरे मोती, मानुष चून।।

पृथ्वी पर खारा एवं मीठा दो प्रकार के जल उपलब्ध हैं। खारे जल का स्रोत समुद्र है। समुद्र में अनेक प्रकार की मछलियाँ, जीव-जन्तु एवं जलीय पौधे पाए जाते हैं, जो पर्यावरण के रखरखाव में अहम भूमिका निभाते हैं तथा मछलियाँ आहार तथा औषधि के रूप में उपयोग की जाती हैं। हालांकि समुद्र का जल पीने योग्य नहीं है लेकिन वर्षा जल के रूप में मीठे जल का मुख्य स्रोत है। लगातार वाष्पीकरण प्रक्रिया के कारण समुद्र की सतह से जल ऊपर उठता है और बादल बनकर धरती पर वर्षा जल का मुख्य स्रोत बनता है। मीठे जल के मुख्य साधन वर्षा, भूजल, नदियाँ, झील, विभिन्न प्रकार के जलाशय आदि हैं। मनुष्य मीठे जल का उपयोग कृषि, उद्योग, घरेलू काम-काज, पर्यावरण के रखरखाव, मनोरंजन, हर प्रकार की साफ-सफाई आदि के लिए करता है।

आज पूरे विश्व पर जल, विशेषकर पेयजल की कमी का संकट मँडरा रहा है। जल के प्राकृतिक संसाधनों का सुनियोजित तरीके से दोहन न होने के कारण भूजल एवं नदियों के जल का स्तर बहुत नीचे गिर गया है, झील तथा तालाब या तो सूख गए हैं या फिर सिमट गए हैं। उद्योग वर्ग सरकार द्वारा बनाए गए नियम-कानूनों का पालन ठीक से नहीं करता है। उनके उद्योगों का पूरा कचरा और गंदा पानी नदियों में गिरकर उनको और भी प्रदूषित बना देता है। आज नदियों का स्वरूप प्रदूषित जल के बहते हुए नाले में परिवर्तित हो गया है। सरकार की जल संरक्षण की नीतियाँ भी पूरी तरह कार्यान्वित नहीं होती हैं। भूमंडलीय तापक्रम वृद्धि का प्रभाव प्रकृति के हर पहलू पर पड़ा है। इसके कारण कहीं असमय जल प्रलय हो रहा है तो कहीं एक दम सूखा पड़ रहा है। भूमंडलीय तापक्रम वृद्धि का जल संरक्षण की नीतियों पर विपरीत प्रभाव पड़ा है। चूंकि लोगों का अधिकतर समय पेयजल की व्यवस्था करने में ही व्यतीत हो जाता है और वे शिक्षा, स्वास्थ्य, विकास आदि महत्वपूर्ण विकास के कामों पर ध्यान ही नहीं दे पाते हैं, इसलिए जल समस्या का देश की उन्नति पर परोक्ष रूप से नकारात्मक असर पड़ रहा है।

यह कटु सत्य है कि पेयजल की समस्या विकराल रूप लेती जा रही है। लेकिन जहाँ चाह वहाँ राह वाले मुहावरे पर गौर किया जाए तो हर समस्या का हल निकाला जा सकता है। सबसे पहले हम सबको अपने अधिकारों एवं कर्तव्यों के बारे में विशेष रूप से जागरूक होने की आवश्यकता है। सभी जल संसाधनों (भूजल, वर्षा जल, नदियाँ, झील, तालाब आदि) के संरक्षण के लिए निजी तथा सामूहिक कर्तव्यों का पालन

करने और दूसरों को प्रेरित करने की आवश्यकता है। सभी जल संसाधनों का उपयोग सुनियोजित ढंग किया जाना चाहिए। सरकार एवं प्रशासन की नीतियों के बारे में पूरी जानकारी स्वयं रखने तथा दूसरों को बताकर, सरकारी तंत्र पर नियमों का पालन तथा नीतियों को कार्यान्वित करने के लिए दबाव बनाने की जरूरत है। जल प्रदूषण को रोकने का हर संभव प्रयास होना चाहिए। नदियों को आपस में जोड़कर सुदूर इलाकों मे पेयजल की समस्या से निजात पाया जा सकता है। सरकार को आधुनिक तकनीकों का इस्तेमाल कर, समुद्र के जल को मीठे पानी में बदलने की योजनाओं पर गहनता से विचार करके कार्यान्वित करना चाहिए। अमेरिकन नेवी के रिवर्स ओस-मोसिस प्लांट वाला ग्रीन व्हेल्स नामक एक जहाज समुद्र के खारे पानी को मीठे जल मे परिवर्तित करके पूरे बेड़े को पेयजल की आपूर्ति करता है।

संक्षेप मे निष्कर्ष यह है कि पेयजल के संरक्षण के लिए हम सबको हर संभव प्रयास करना चाहिए क्योंकि जल के कारण जीवन का अस्तित्व है। अर्थात जल ही जीवन है।

मीना कौशिक
धर्मपत्नी – श्री पवन कुमार कौशिक
पर्यवेक्षक (बेली ब्रिज)
61 पार्क यूनिट

हे मेघ अब तो बरस जा

सूरज की आग की तीव्रता से,
तप गए मिट्टी और पानी।
बैसाख की प्रचंड उष्णता से,
झुलस गया है प्राणी।
सूख गए हैं नदी और तालाब,
सूखा पड़ा है कुआँ।
पंकिल पानी है जीवन का सहारा,
उम्मीद से जिंदा हैं सभी।
नींद खो गई है आँखों से रात की,
खो गई कहाँ बैसाखी हवा।
उगता सूरज सुंदर प्रभात
हल्की धूप भी लागे कड़वा।
सह नहीं पा रहे, रह नहीं पा रहे,
रात दिन बहे पसीना।
असह्य है यह धूप ताम्रता,
मुश्किल हो गया है जीना।
मरीचिका नहीं, चाहिए जल की धारा,
सभी कर रहे हैं विनती।
मेघराज तुम बादल बरसाकर,
शीतल करो यह धरती।

अरुंधती दास
धर्मपत्नी – श्री बिजय कुमार दास,
वरिष्ठ प्रबन्धक (वित्त)
मेन यूनिट

नारी शक्ति – देश की शक्ति

हम बेटियाँ हैं –
हर पिता का स्वाभिमान,
अपने देश का गौरव हैं, जिसपे सब करें अभिमान ।

देव लोक से मृत्यु लोक तक, हमने अपना वर्चस्व बनाया ।
जब जब अन्याय ने ललकारा, न्याय प्रतिष्ठित हमने कराया ।

महिषासुर के आक्रमण ने, देव महादेव को व्याकुल किया ।
तब देवी दुर्गा ने संहार कर पृथ्वी को नया जीवनदान दिया ।

अंग्रेजों ने भारत को जब, गुलामी के चंगुल में फंसाया ।
रानी लक्ष्मीबाई ने तलवार उठाकर हर अंग्रेज़ को धूल चटाया ।

इतिहास की इस प्रथा को आज भी हमने आगे बढ़ाया ।
तोड़ के सारे बंधनों को, पुरुषों के साथ कदम मिलाया ।

कल्पना चावला ने उड़ान भरी अन्तरिक्ष में अपना नाम कमाया ।
लता मंगेशकर के गले में माँ सरस्वती ने अपना प्राण बसाया ।

सानिया, साइना, पी टी ऊषा ने खेल खेल में बाजी मारी ।
ओलंपिक के खेलों में भी अब होगी विजय हमारी ।

सरोज खान की नृत्य कला ने सबका खूब मनोरंजन किया ।
नरगिस ने अपनी अदाओं से सम्पूर्ण देश को अचंभित किया ।

केवल बाहरी दुनिया ही नहीं, हमने घर संसार भी खूब चलाया ।
दस हाथों से कार्यरत होकर अपनी कर्मठता का प्रमाण दिया ।

इतना सब करने पर भी क्यों आज भी औरत है अकेली ।
क्यों नहीं मिलता उसे सम्मान ?
क्या इतनी ही मजबूर है नारी ?

अरुनिता भट्टाचार्या
सुपुत्री – श्री शुभाशीष भट्टाचार्या
टीटीसी, बारानगर यूनिट

जल ही जीवन है

जल अनमोल है, इसे व्यर्थ होने से बचाएं

विद्यालय में पढ़ाई के समय से ही शिक्षक हमें यह कहते आ रहे हैं कि पृथ्वी का 70 फीसदी भाग जल से भरा है। परंतु महत्वपूर्ण बात यह है कि यहाँ जितना पानी है, उसका मात्र 0.007 फीसदी ही इंसान के लिए उपयोगी है, अर्थात एक लाख लीटर पानी में से केवल 7 लीटर ही मनुष्य इस्तेमाल कर सकता है। बाकी सभी जल समुद्र में और ग्लेशियर में जमा है। इसलिए हम में से अनेक इस गलत भ्रम में हैं कि पृथ्वी में काफी जल है। बहुत जल्द जल संकट एक बड़ी समस्या के रूप में सभी के सामने दिखाई देगा, यह निस्संदेह है।

बिना आहार के इंसान कुछ समय या कुछ दिन तक बच सकता है, लेकिन जल के बिना बचना असंभव है। जल का कोई विकल्प नहीं है। फिर भी अदूरदर्शी मनुष्य जिस तरह जल का अपव्यय करता है, वह बहुत चिंता का विषय है।

एक अनुसंधान के अनुसार सन् 1952 में भारत में जितना जल जमीन के नीचे संचित था, उसका 66 फीसदी जल खत्म हो गया है। उस समय भारत की जनसंख्या 36 करोड़ थी जो अब बढ़ कर 125 करोड़ हो गई है और यह बढ़ती ही जा रही है। हर साल भूतल जलस्तर एक फीट कम होने पर अमेरिका की अन्तरिक्ष संस्था 'नासा' ने प्रकाश डाला है। इस कारण आज हमारे देश के 5723 ब्लॉक में से 869 ब्लॉक 'डार्क जॉन' हो गए हैं, जिसमें हमारे राज्य पश्चिम बंगाल के बहुत से ब्लॉक शामिल हैं।

घरों में इस्तेमाल और सिंचाई हेतु नदियों से जल का शोषण चार गुना बढ़ गया है। इसलिए भारत जैसे विकासशील देश की जीडीपी में वृद्धि होने पर भी इस अमूल्य संपदा जल की मात्रा धीरे धीरे कम होती जा रही है। औद्योगीकरण हेतु भी जल के अपव्यवहार ने इस चिंता को बढ़ा दिया है। औद्योगीकरण की वजह से निर्गत दूषित जल के शोधन के अभाव में यह जल पुन:व्यवहार के लिए उपयोगी नहीं हो सकता और नदी और समुद्र के जल को भी प्रदूषित कर रहा है। केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के अनुसार इस जल का केवल 36 फीसदी अंश ही शोधित होता है, अर्थात यदि बाकी जल का भी शोधन किया जाए तो अनेक मात्रा में इस समस्या का समाधान हो सकता है।

जीवन शैली भी जल की बर्बादी और उसके अपव्यय के लिए जिम्मेदार है। गाँव की तुलना में शहर के लोग जल का ज्यादा इस्तेमाल करते हैं और उसी तुलना में उसका अपव्यय भी। आज कुल जनसंख्या की 60 फीसदी संख्या शहरों में रहने वालों लोगों की है। इसलिए उसी अनुसार जल का अपव्यय भी बढ़ रहा है। आजकल घर घर में वॉशिंग मशीन, फ्लश टोएलेट, शावर आदि का व्यवहार होता है, जिसमें जल का इस्तेमाल भारी मात्रा में होता है। जब कि इन कामों के लिए गाँव के लोग सामूहिक रूप से तालाब पर निर्भर रहते हैं, अर्थात वे जल की खपत कम करते हैं। शिक्षित होने पर भी शहर के लोग जल के परिमित व्यय की दृष्टि से उतने सचेत नहीं लगते।

आज भारत के 60 करोड़ लोग जिस प्रकार जल के लिए कष्ट सह रहे हैं, यह कल्पना से बाहर है। यह अनुमान किया जा रहा है कि जल का ऐसा अनियंत्रित व्यवहार जारी रहा, तो और दस पंद्रह साल बाद यह आंकड़ा 90 करोड़ तक पहुँच जाएगा। इसमें हम सब शामिल नहीं होंगे, यह नहीं कहा जा सकता।

हमें अभी से सचेत होने के साथ साथ जीवन रूपी जल के संरक्षण के लिए प्रयत्न करने चाहिए। सब से सुंदर और वैज्ञानिक उपाय है वर्षा जल संरक्षण। घर की छत पर वर्षा जल का संचय कर उसे अनेक प्रकार से काम में लाया जा सकता है। इन्टरनेशनल वॉटर इंस्टीट्यूट के अनुसार छत से प्राप्त किया हुआ वर्षा जल दूसरे स्रोत से मिलने वाले जल से बेहतर होता है। वैज्ञानिकों के अनुसार इसमें किसी भी तरह के घातक रासायनिक द्रव्य तथा जीवाणु नहीं होते। भूतल जल में फ्लोराइड, क्लोराइड और सल्फेट की मात्रा बढ़ रही है, जो मनुष्य के लिए हानिकारक हैं। यदि वर्षा जल संरक्षण के माध्यम से जल संग्रह कर व्यवहार में लाया जाए तो इस समस्या का समाधान होने के साथ साथ भूतल जलस्तर की कमी को भी रोका जा सकता है। आइए, हम भी जल का अपव्यय न कर जल का संरक्षण करें और धरती को बचाएँ।

अरुंधती दास
धर्मपत्नी – श्री बिजय कुमार दास,
वरिष्ठ प्रबन्धक (वित्त)
मेन यूनिट

मोबाइल

बदल गया युग देखो अब
मोबाइल जब से आया
पास पास रहकर भी यह
रिश्तों में दूरी लाया।

पहले त्योहारों में चलकर
अपनों से मिलने जाते थे
बड़े बुजुर्गों की आशीष
हम झोली भरकर लाते थे।

अब तो मोबाइल पर ही हम
हाय हैलो कहते हैं
मरने जीने की खबरें भी
मैसेज से भेजा करते हैं ।

वक्त नहीं पास किसी के
मोबाइल में हैं व्यस्त लोग
कोई व्हाटसप खोल के बैठा
किसी को लगा गाने का रोग।

खाने की टेबल पर अब तो
छाया रहता वीराना
घर का हर सदस्य बन गया
मोबाइल का दीवाना।

सुध बुध खोकर सड़कों पर
जब मोबाइल पर करते बात
हो जाते शिकार हादसों के
आते जाते हम दिन रात।

होकर सचेत अगर हम सब
मोबाइल का करें प्रयोग
आए दिन दुर्घटनाओं का
बने नहीं कभी संयोग।

चाँदनी साव
धर्मपत्नी – श्री सुरेन्द्र कुमार साव
पर्यवेक्षक (सिविल)
मेन यूनिट

पानी क्या है तेरी कहानी

जीवन है एक बहता पानी, सुनी है क्या तुमने इसकी कहानी।
कभी छलक जाता आंखों से, गमों का जैसे बन कर साथी।
कभी छलक जाता आंखों से, खुशी की जैसे रुत मस्तानी।

कभी है बहता बन कर सागर, और कभी है नदी का पानी।
बह कर अपनी राह बनाता, लोगों की यह प्यास बुझाता।

कभी आता है, बादल संग सज कर, और कभी लाता है आँधी।
प्यास बुझाता सुखी धरती की, कभी प्रलय की बनता दासी।

काम यह आता अनगिनत रूप में, कैसे बताएं खुद की जुबानी।
रोक ना पाए, कोई टोक ना पाए, चलती हर वक्त इसकी मनमानी।

समय है आया कैसा मेरे बंधु, बूंद बूंद पाने को इसके लोग हैं तरसे।
मिलता ना यह अब तो खोजे, अब तो चुकाने पड़ते दाम भी इसके।

पहुँच तो इसकी अब राजनीति में भी, वोट बैंक है इसके चलते।
नेतावों के दावों में यह अव्वल, बाकी सारे दावों पे भारी।

है बना मानव शरीर इसकी काया में, एक तिहाई इसकी भागीदारी।
इसके चलते ही बनी यह धरती , विश्व में सारे ग्रहों की रानी।

सुनो ए बंधु सुनो सखा तुम, जल है तो ही कल है।
जल को यूं ना व्यर्थ गँवाओ, इसकी एक एक बूंद बचाओ।

नीतू कुमारी
धर्मपत्नी- श्री रवि किशन
उप प्रबंधक (यार्ड आधुनिकीकरण)
मेन यूनिट

हिंदी व कम्प्यूटर कार्यशालाएं

कंपनी में नियमित रूप से हिंदी व कंप्यूटर कार्यशालाओं का आयोजन किया जाता है। कर्मचारियों को हिंदी में काम के व्यावहारिक ज्ञान के साथ साथ कम्प्यूटर पर हिंदी में काम करने की जानकारी दी जाती है। समय समय पर कार्यशालाएं किसी विभाग विशेष के अधिकारियों को शामिल कर की गईं ताकि एक ही प्रकृति के कार्य का अभ्यास एक साथ करवाया जा सके। वर्ष के दौरान हिंदी कार्यशाला के साथ साथ कम्प्यूटर कार्यशालाएं भी आयोजित की गई। इसके अतिरिक्त समय समय पर विभिन्न यूनिटों की उत्पादन शॉपों में कार्मिकों के कार्यस्थल पर टेबल कार्यशालाएँ आयोजित कर उन्हें हिंदी में काम करने के विषय में जानकारी दी जाती है। उन्हें उनके ही कम्प्यूटर पर हिंदी में काम करने का अभ्यास करवाया जाता है और उनके द्वारा प्रयोग किए जा रहे मानक मसौदों को हिंदी/द्विभाषी में उपलब्ध करवाया जाता है। इस प्रयोग से न केवल सर्विस विभागों अपितु उत्पादन विभागों में भी हिंदी के प्रयोग में महत्वपूर्ण वृद्धि हुई है।

निदेशक (कार्मिक) की अध्यक्षता में दिनांक 14.06.16 को कंपनी की मेन यूनिट में हिन्दी/कंप्यूटर कार्यशाला का आयोजन किया गया जिसमें मेन यूनिट स्थित विभागों के कार्मिकों ने भाग लिया। संकाय सदस्य के रूप में गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग से श्री अनुप कुमार,सहायक निदेशक ने उपस्थित कार्मिकों को 'भारत सरकार की राजभाषा नीति के अनुपालन में ई-टूल्स की उपयोगिता' विषय पर चर्चा तथा व्यावहारिक अभ्यास करवाया।

निदेशक (कार्मिक) ने अपने सम्बोधन में कहा कि राजभाषा का प्रयोग हमारा संवैधानिक ही नहीं अपितु नैतिक दायित्व भी है। हिन्दी के प्रयोग को बढ़ाने में ई-टूल्स का अत्यधिक महत्व है अत: उपस्थित सभी प्रतिभागी इसे व्यवहार में लाकर हिन्दी के प्रयोग को बढ़ाएँ और अपने अपने विभाग के अन्य कार्मिकों को भी इस संबंध में अवगत करवाएँ।

नए भर्ती अधिकारियों के इंडक्शन कार्यक्रम के दौरान राजभाषा संबंधी सत्र

कंपनी में सेवारम्भ करने वाले नए अधिकारियों के लिए सेवारम्भ करने के कुछ समय पश्चात ही एक इंडक्शन कार्यक्रम रखा जाता है, जिसमें उन्हें कंपनी के विभिन्न विभागों तथा कार्यों आदि के संबंध में जानकारी दी जाती है। इंडक्शन कार्यक्रम के दौरान 25.03.16 को राजभाषा सत्र में नए भर्ती अधिकारियों को भारत सरकार की राजभाषा नीति और उसे जीआरएसई में कार्यान्वित करने तथा गृह मंत्रालय (राजभाषा विभाग) द्वारा विकसित ई-टूल्स के उपयोग संबंधी जानकारी दी गई।

राजभाषा विभाग द्वारा स्वच्छ भारत पखवाड़ा आयोजित

राजभाषा विभाग द्वारा दिनांक 10 मई 2016 को कंपनी की 61 पार्क यूनिट में वृक्षारोपण कार्यक्रम

राजभाषा विभाग द्वारा स्वच्छ भारत पखवाड़ा आयोजित

राजभाषा विभाग द्वारा दिनांक 11 मई 2016 को 'रोज़मर्रा के जीवन में सफाई का महत्व' विषय पर हिन्दी में सेमिनार आयोजित किया गया। हिन्दी में तैयार पावर पॉइंट प्रेजेंटेशन के माध्यम से डॉ. ए एल भौमिक, उप महाप्रबंधक (चिकित्सा) ने उपस्थित प्रतिभागियों को इस संबंध में अनेक महत्वपूर्ण जानकारी दी। इसके अतिरिक्त स्वच्छता विषय पर तैयार हिन्दी पोस्टर प्रदर्शित किए गए।

स्कूलों में हिन्दी प्रतियोगिताओं का आयोजन

राजभाषा का प्रयोग जीआरएसई की चारदीवारी तक ही सीमित नहीं है, अपितु कंपनी के बाहर भी स्कूलों में नियमित प्रतियोगिताएं आयोजित कर इसका प्रचार प्रसार किया जाता है। दिनांक 16.03.16 को श्री शंभू सदन विद्यालय, कोलकाता और दिनांक 05.08.16 को आर्य विद्या परिषद स्कूल, कोलकाता में हिन्दी प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं और प्रत्येक स्कूल में तीन-तीन विजेता विद्यार्थियों को पुरस्कृत किया गया ।

हिन्दी पत्रिका का प्रकाशन

कंपनी की हिन्दी पत्रिका 'राजभाषा जागृति' के 12वें अंक का विमोचन अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक द्वारा 22.03.16 को आयोजित राजभाषा कार्यान्वयन समिति की तिमाही बैठक में किया गया। राजभाषा जागृति के दोनों अंकों में प्राप्त सर्वश्रेष्ठ प्रविष्टियों के लिए हिंदी भाषी और हिंदीतर भाषी कार्मिकों को वर्ष के दौरान नकद पुरस्कार दिए जाते हैं। इसके अतिरिक्त कार्मिकों के परिवार के सदस्यों द्वारा लिखी सर्वश्रेष्ठ रचनाओं को भी पुरस्कृत करने के लिए प्रोत्साहन योजना लागू है।

कार्मिकों के परिवारों को हिन्दी पत्रिका से जोड़ा गया

कंपनी की हिन्दी पत्रिका 'राजभाषा जागृति' में कार्मिकों के परिवारों की रचनाओं को शामिल कर उन्हें भी हिन्दी लेखन की ओर प्रेरित किया गया है। परिवार के सदस्यों की सर्वश्रेष्ठ रचनाओं को भी पुरस्कृत करने की प्रोत्साहन योजना लागू है। वर्ष के दौरान ऐसे रचनाकारों को 19.04.16 को आयोजित जीआरएसई दिवस समारोह के दौरान पुरस्कृत किया गया।

राजभाषा के प्रयोग को बढ़ाने के लिए लागू प्रोत्साहन योजनाओं के अंतर्गत पुरस्कार वितरण

राजभाषा के प्रयोग को बढ़ाने और इस दिशा में कार्मिकों को प्रेरित करने के लिए कंपनी में विभिन्न प्रोत्साहन योजनाएँ लागू हैं और इनके अंतर्गत पुरस्कारों का वितरण हिन्दी दिवस समारोह के दौरान किया जाता है। तथापि कुछ प्रोत्साहन योजनाओं के तहत तिमाही/ छमाही आधार पर भी पुरस्कार वितरित किए जाते हैं:

हिन्दी पत्राचार और हिन्दी नोटिंग-ड्राफ्टिंग को बढ़ावा देने के लिए अंत: विभागीय त्रैमासिक प्रोत्साहन योजना - विभागों को हिंदी में काम करने हेतु प्रोत्साहित करने के लिए राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 22.03.16 और 14.06.16 को आयोजित तिमाही बैठक के दौरान सर्विस, उत्पाादन और उत्पादन सपोर्ट ग्रुप के विजेता विभागों को उनके द्वारा भेजी गई हिंदी के प्रगामी प्रयोग संबंधी तिमाही रिपोर्ट के आधार पर अंत: विभागीय त्रैमासिक नकद पुरस्कारों से सम्मानित किया गया।

हिन्दी लेखन को प्रोत्साहित करने के लिए पुरस्कार - हिंदी पत्रिका राजभाषा जागृति में प्राप्त सर्वश्रेष्ठ प्रविष्टियों के लिए हिंदी भाषी और हिंदीतर भाषी रचनाकार कार्मिकों को राजभाषा कार्यान्वयन समिति की तिमाही बैठक के दौरान नकद पुरस्कारों से सम्मानित किया गया।

जलजनित रोग

जल ही जीवन है। जल यानि पानी के बिना जीवन सम्भव नहीं है। दूसरी ओर दूषित जल हमें न केवल बीमार कर सकता है अपितु इसके कारण मृत्यु भी हो सकती है। मनुष्य को अपना जीवन बनाए रखने के लिये सुरक्षित जल की आवश्यकता होती है। ऐसी अनेक बीमारियाँ हैं जो दूषित जल के कारण हो सकती हैं। संदूषण के मुख्य रूप से दो प्रकार हैं :-

क) जैविक – वाइरस, बैक्टीरिया, कीड़े, स्नेल, साइक्लोप आदि के कारण।

ख) रासायनिक – भारी धातु, हानिकारक खनिज, कीटनाशक, डिटर्जेंट तथा औद्योगिक कचरे से अनगिनत विषाक्त पदार्थ के कारण।

प्रदूषित जल का हानिकारक प्रभाव कई बार हैजा जैसी बीमारी के रूप में जल्दी ही दिखाई दे जाता है लेकिन कई बार इसका प्रभाव दिखाई देने में महीनों और कभी कभी वर्षों का समय लग जाता है जैसे भूमिगत जल से क्रोनिक आर्सेनिक विषाक्तता (आर्सेनिकोसिस)। दुर्भाग्यवश, आधुनिक विश्व के औद्योगीकरण के कारण प्रकृति में अत्यधिक हानिकारक रसायन शामिल हो गए हैं। मनुष्य और जानवरों पर उनके दीर्घकालिक प्रभाव को अभी पूर्णतया समझना और उनका मूल्यांकन करना शेष है।

असुरक्षित जल से होने वाली अनगिनत बीमारियों में से मैं यहाँ केवल कुछ प्रमुख और सामान्य जल जनित बीमारियों का उल्लेख कर रहा हूँ।

1. **अमोबियासिस (Amoebiasis)** – अमोबियासिस आंतों का एक परजीवी संक्रमण है, जो प्रोटोजोआ एंटामोबा हिस्टोलिटिका (Protozoan Entamoeba Histolytica) के कारण होता है। अमोबियासिस के लक्षणों में रक्त और रक्त के बिना पतले दस्त, पेट में मरोड़ तथा पेट दर्द शामिल हैं। तथापि, अमोबियासिस से ग्रस्त अधिकांश लोगों को प्रमुख लक्षणों का पता ही नहीं चलता।

2. **जियारडियासिस (Giardiasis)** – यह जियार्डिया लामाब्लया नामक सूक्ष्म परजीवी (माइक्रोस्कोपिक पैरासाइट) के कारण होता है। रोग के सामान्य लक्षण हैं – थकान, चक्कर आना, पतले और चिकने दस्त, भूख न लगना, पेट में ऐंठन के साथ पेट फूलना, अत्यधिक गैस और पेट दर्द आदि।

3. **डाएसेंटरी (Dysentery)** - आंतों का कोई भी संक्रमण जिसके परिणामस्वरूप खून के साथ दस्त हो उसे डाएसेंटरी या पेचिश कहते हैं। जिसके साथ पेट दर्द, उलटी, ज्वर आदि भी हो सकता है। यह बैक्टीरिया, वाइरस, परजीवी कृमि, अथवा प्रोटोजोआ जैसे किसी भी प्रकार के संक्रमण से हो सकता है। इसका प्रभाव हल्का अथवा बहुत गम्भीर और जीवन के लिये खतरनाक भी हो सकता है।

4. **टाएफाएड (Typhoid)** – यह साल्मोनेल्ला टाइफी (Salmonella typhi) के कारण होने वाला बैक्टीरिया संक्रमण है। इसके लक्षण अलग अलग लोगों में हल्के या गम्भीर हो सकते हैं। प्राय: आरम्भ में कई दिनों तक तेज बुखार होता है। कमजोरी, पेट दर्द, कब्ज तथा सिर में दर्द इसके सामान्य लक्षण हैं। कुछ लोगों में त्वचा पर लाल रंग के चकत्ते विकसित हो जाते हैं। उपचार के अभाव में ये लक्षण हफ्तों और महीनों तक रहते हैं और इसके कारण अन्य जटिलताएँ आ सकती हैं और रोगी की मृत्यु भी हो सकती है।

5. **हैजा (Cholera)** – यह बैक्टीरियम वाइब्रियो कोलरा द्वारा होने वाला छोटी आंत का संक्रमण है। इसके लक्षण कोई नहीं या हल्के और बहुत गम्भीर तक हो सकते हैं। आमतौर पर इसके लक्षण हैं-कुछ दिनों तक अत्यधिक मात्रा में पानी के दस्त, उलटी और मांसपेशियों में ऐंठन। दस्त इतने गम्भीर भी हो सकते हैं कि यदि उपचार न किया जाए तो कुछ ही घंटों में रोगी की जान भी जा सकती है।

6. **स्विमर्स ईयर (Swimmer's Ear)** – यह नदी, तालाब अथवा स्विमिंग पूल के प्रदूषित जल के कारण होता है। कान में दर्द इसका सबसे प्रमुख लक्षण है। खुजली, कान बहना और बहरापन आदि लक्षण भी हो सकते हैं। उन बच्चों में यह आम है, जो सार्वजनिक पूल का प्रयोग करते हैं।

7. **पोलियो (Polio)** – यह पोलियो वाइरस के कारण होता है।

पोलियो वाइरस से संक्रमित अधिकांश लोग बीमार नहीं होते और उन्हें इस बात की जानकारी भी नहीं होती कि वे पोलियो वाइरस से संक्रमित हैं। कुछ को बुखार, कमजोरी, कब्ज/दस्त, दिमागी बुखार (मेनिंजाइटिस) आदि हो सकता है। कुछ दुर्भाग्यपूर्ण लोगों को लकवा हो जाता है। हमें इस बात का गर्व है कि डबल्यूएचओ ने फरवरी 2012 में हमारे देश को पोलियो मुक्त देश घोषित किया।

8. **हेपाटाइटिस ए (Hepatitis A)** - यह इसी नाम के एक वाइरस के कारण होता है। इसके लक्षण हैं- थकान, मिचली, भूख न लगना, उल्टी, पेट की परेशानी, बुखार, गहरे रंग का मूत्र, मिट्टी के रंग का मल और त्वचा और आंखों का पीला होना। इसकी वैक्सीन अब भारत में उपलब्ध है।

कई अन्य बीमारियाँ हैं जो जैविक संदूषण के कारण होती हैं जैसे कृमि प्रकोप, जलस्फोट (Hydatid) रोग, बोटुलिज्म, लेप्टोस्पाइरोसिस आदि।

9. **आर्सेनिकोसिस (Arsenicosis)** - यह लंबी अवधि तक आर्सेनिक युक्त पानी पीने के कारण होता है। इसके प्रभाव से

त्वचा संबंधी समस्याओं (जैसे त्वचा का रंग बदलना, हथेली और पैरों के तलवों पर हार्ड पैच) सहित त्वचा कैंसर, मूत्राशय, गुर्दे और फेफड़ों का कैंसर और टांगों और पैरों की रक्त वाहिकाओं की बीमारी, संभवत: मधुमेह, उच्च रक्तचाप और प्रजनन विकार भी हो सकते हैं।

इनके अतिरिक्त अन्य अनेक रसायन जैसे फ्लोराइड, पारा, सीसा, डीडीटी आदि पीने के पानी में मौजूद हो सकते हैं। ये कैंसर सहित विभिन्न प्रकार के रोगों का कारण बन सकते हैं।

पानी से संबंधित बीमारियों से बचने के लिए हमें क्या सावधानियाँ बरतनी चाहिए?

इस प्रश्न का केवल एक ही जवाब है कि जो पानी स्वास्थ्य के लिए सुरक्षित हो उसी का उपयोग किया जाए। कृपया ध्यान रहे कि जल जनित बीमारियां दूषित भोजन की वजह से भी होती हैं। संक्रमण सलाद, बिना धुले फलों, दूषित जल से साफ किए गए बर्तनों आदि से आता है। यदि खाना और बर्तन प्रदूषित हैं, तो रेस्तरां में बोतलबंद मिनरल वाटर का ऑर्डर करने से भी आप बीमारी से बच नहीं पाएंगे।

यह कैसे सुनिश्चित किया जाए कि पानी सुरक्षित है?

- **यदि आप पब्लिक सप्लाई से पानी का उपयोग कर रहे हैं** - कृपया जाँच करें कि पानी का परीक्षण सरकारी निदेशों के अनुसार नियमित रूप से किया गया है या नहीं। यदि आप को कोई संदेह है, तो आप अपने घर की सप्लाई से पानी का नमूना किसी भी विश्वसनीय प्रयोगशाला को परीक्षण करने के लिए भेज सकते हैं। आप को किसी भी कठिनाई के बिना इंटरनेट से इस तरह की जल परीक्षण प्रयोगशालाओं के पते मिल जाएंगे।

- **यदि आप निजी स्रोत से पानी का उपयोग कर रहे हैं** - कीटनाशक, कॉलिफोर्म बैक्टीरिया, भारी धातुओं और उस क्षेत्र में प्रचलित अन्य संभव संदूषणों के लिए वार्षिक रूप से अपने पानी का परीक्षण करवाएँ। पानी के स्रोत के पास सेप्टिक टैंक का निर्माण, कीटनाशकों, रसायनों, उर्वरक आदि के प्रयोग से बचें, क्योंकि वे जमीन के पानी को प्रदूषित कर सकते हैं।

- **स्विमिंग पूल, तालाब, झील, नदी या समुद्र में स्नान करने से बचें**, जब तक कि आप इस बारे में सुनिश्चित न कर लें कि पानी प्रदूषित नहीं है।

भारत जैसे उष्णकटिबंधीय देश में खाद्य और पानी बहुत आसानी से हानिकारक कीटाणुओं के कारण दूषित हो जाते हैं। अत: यह सही होगा कि अपने परिवार के लिए पीने के पानी हेतु अच्छी गुणवत्ता वाले वॉटर प्योरिफायर का उपयोग किया जाए। एक चुस्त और तंदरुस्त जीवन के लिए सुरक्षित पानी का प्रयोग करें।

डॉ. ए. एल. भौमिक
उप महाप्रबंधक (चिकित्सा)
एफओजे यूनिट
अनुवाद –**सुनीता शर्मा**, उप महाप्रबंधक (राजभाषा)

कैंसर की रोकथाम

जब हम कैंसर शब्द सुनते हैं, हम में से ज्यादातर डर से सिहर उठते हैं। लेकिन यह हैरानी की बात है कि कैंसर के एक तिहाई मामलों को रोका जा सकता है। कुछ सुझाव दिए गए हैं इनका पालन करें :-

- **तंबाकू का प्रयोग न करें** - दुनिया भर में तम्बाकू का उपयोग एकमात्र सबसे बड़ा जोखिम कारक है। प्रति वर्ष कैंसर से होने वाली मौतों में से अनुमानत: 22% कैंसर से मृत्यु तंबाकू के प्रयोग के कारण होती हैं। अत: किसी भी रूप में तंबाकू का प्रयोग न करें।
- **स्वस्थ आहार खाएँ** – ताजे फल और सब्जियों का सेवन करें। शराब, प्रसंस्कृत माँस और जंक फूड से बचें।
- **शरीर का वजन न बढ़ने दें**–अधिक वजन के कारण कई तरह का कैंसर हो सकता है। नियमित व्यायाम और सीमित कैलोरी की मात्रा लेने से आपका वजन सामान्य श्रेणी में रहेगा।
- **कुछ संक्रमण के जोखिम से बचें** – कुछ संक्रमण कैंसर का कारण बनते हैं। एचआईवी और एचपीवी संक्रमण से बचें। वायरल हेपेटाइटिस बी और सी से बचने के लिए इंजेक्शन की डिस्पोजेबल सुई का प्रयोग करें और असुरक्षित यौन संबंध से बचें। अपरीक्षित रक्त या इसके उत्पाद न लें। हेपेटाइटिस बी और एचपीवी के लिए टीके उपलब्ध हैं।
- **सुरक्षित वातावरण**–ऐसे क्षेत्रों में रहने का प्रयास करें जहां पर्यावरण प्रदूषण कम है। मध्यान्ह सूर्य की तेज धूप में जाने से बचें।
- **निवारक चिकित्सा देखभाल नियमित रूप से करें** – यदि कैंसर का पता पहले लग जाता है, तो कुछ तरह के कैंसर को ठीक किया जा सकता है। अधिकांश बड़े सरकारी/निजी अस्पतालों में कैंसर स्क्रीनिंग कार्यक्रम उपलब्ध हैं, उनमें भाग लें।

डॉ. ए. एल. भौमिक
उप महाप्रबंधक (चिकित्सा)
एफओजे यूनिट
अनुवाद –**सुनीता शर्मा**, उप महाप्रबंधक (राजभाषा)

अष्टम अनुसूची में शामिल भाषाएँ

1. असमिया	2. उड़िया	3. उर्दू	4. कन्नड़	5. कश्मीरी	6. गुजराती
7. तमिल	8. तेलेगु	9. पंजाबी	10. बंगला	11. मराठी	12. मलयालम
13. संस्कृत	14. सिंधी	15. हिन्दी	16. मणिपुरी	17. नेपाली	18. कोंकणी
19. मैथिली	20. संथाली	21. बोडो	22. डोगरी		

राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा 3(3) के अंतर्गत संकल्प, सामान्य आदेश, नियम, अधिसूचनाएं, करार, प्रशासनिक एवं अन्य रिपोर्ट या प्रेस विज्ञप्तियां अनिवार्य रूप से द्विभाषी जारी किए जाने चाहिए।

राजभाषा नियम 1976 के नियम 5 के अनुसार हिन्दी में प्राप्त पत्र आदि के उत्तर चाहे व किसी भी क्षेत्र से हों और किसी भी राज्य सरकार, व्यक्ति या केन्द्रीय सरकार के कार्यालय से प्राप्त हों, हिन्दी में दिए जाएं।

– राजभाषा भारती से साभार

आपके कार्यालय द्वारा प्रकाशित 'राजभाषा जागृति' अर्धवार्षिक पत्रिका के 12वें अंक की प्रति प्राप्त हुई। इसमें छपी सभी रचनाएँ बहुत ही रोचक, पठनीय एवं अनुकरणीय हैं। विशेषकर बिन पानी सब सून, समाज में नारी, बेटियों का संघर्ष, जीवन का सच, सत्यवादी विधानचन्द्र आदि रचनाएँ बहुत ही अच्छी एवं मर्मस्पर्शी हैं।

संपादक मण्डल का प्रयास बहुत ही सराहनीय एवं प्रशंसनीय है।

भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण की ओर से संपादक मण्डल को हार्दिक शुभकामनाएँ एवं ढेर सारी बधाइयाँ। पत्रिका का भविष्य उज्ज्वल हो, यही हमारी कामना है।

अनीता गोस्वामी
सहायक महाप्रबंधक (राजभाषा)
भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण

आपकी लब्ध प्रतिष्ठ संस्था की राजभाषा पत्रिका जागृति (12वां अंक, मार्च 2016) प्राप्त हुई। पत्रिका के कलेवर ने मन को प्रथम दृष्ट्या ही आकर्षित कर लिया। पत्रिका की सामग्री, छपाई एवं डिजाइनिंग पर विशेष ध्यान दिया गया है जो पत्रिका को चार-चाँद लगाते हैं।

पत्रिका में प्रकाशित सत्यवादी विधानचंद्र, समाज में नारी, मेरे सपनों का भारत, भारत में शहरीकरण की बढ़ती आवश्यकता, बेटियाँ आदि रचनाएँ अच्छी लगीं। आपकी पत्रिका ने चिकित्सा जगत को भी अपने आगोश में समेट रखा है। साथ ही, गार्डेन रीच शिपबिल्डर्स एण्ड इंजीनियर्स लिमिटेड से संबंधित प्रकाशित कतिपय रचनाएँ आपके संगठन से भी रूबरू कराती हैं। आपकी पत्रिका में इस बार की विशेषता यह रही कि आपने अपने संगठन के परिवार-सदस्यों की रचनाओं पर विशेष ध्यान दिया है जो वास्तव में राजभाषा कार्यान्वयन को कार्यालय परिसर के बाहर निकालकर परिवार-जन तक पहुँचाने में अहम भूमिका निभाती है।

अंत में, यह कहना अपेक्षित होगा कि आपके संगठन की राजभाषा पत्रिका सचमुच क्षितिज की ऊंचाइयों को छूती चली जा रही है। संपादक के रूप में पत्रिका में आप द्वारा किये जा रहे नित अभिनव प्रयासों से मैं काफी प्रभावित हूँ।

ढेर सारी बधाइयां स्वीकार करें।

साधुवाद सहित,

नवीन कुमार प्रजापति
प्रबंधक (राजभाषा)
व पदेन सचिव, राभाका समिति,
दामोदर घाटी निगम

महाश्वेता देवी को श्रद्धांजलि

(14.01.1926 - 28.07.2016)

महाश्वेता देवी - एक पत्रकार, लेखक, साहित्यकार

"एक लम्बे अरसे से मेरे भीतर जनजातीय समाज के लिए पीड़ा की जो ज्वाला धधक रही है, वह मेरी चिता के साथ ही शांत होगी.....।"

- महाश्वेता देवी

महाश्वेता देवी एक सामाजिक कार्यकर्ता और लेखिका थीं। महाश्वेता जी ने कम उम्र में ही लेखन शुरू किया और विभिन्न रचनाओं के माध्यम से साहित्य जगत को महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनकी कुछ महान कृतियों में झांसी की रानी, नटी, मातृछवि, अग्निगर्भ, जंगल के दावेदार, हजार चौरासी की मां, माहेश्वर, ग्राम बांग्ला हैं। उनकी छोटी-छोटी कहानियों के लगभग बीस संग्रह प्रकाशित किये जा चुके हैं और सौ उपन्यासों के करीब (सभी बंगला भाषा में) प्रकाशित हो चुके हैं। उनकी रचनाओं 'रुदाली' और 'हजार चौरासी की माँ' पर फिल्म भी बनाई गई। साहित्य अकादमी से पुरस्कृत उनका उपन्यास 'अरण्येर अधिकार' आदिवासी नेता बिरसा मुंडा की गाथा है। उपन्यास 'अग्निगर्भ' में नक्सलबाड़ी आदिवासी विद्रोह की पृष्ठभूमि में लिखी गई चार लंबी कहानियाँ हैं। उन्होंने जनजातीय समुदाय पर विशेष ध्यान दिया।

उनके महान योगदान के लिए उन्हें विभिन्न पुरस्कारों - 1979 में साहित्य अकादमी पुरस्कार, 1986 में पद्मश्री, 1996 में ज्ञानपीठ पुरस्कार, 1997 में रेमन मैग्सेसे पुरस्कार और 2006 में पद्मविभूषण से सम्मानित किया गया।

एक गौरवशाली प्रथम श्रेणी मिनी रत्न प्राप्त उपक्रम

गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एण्ड इंजीनियर्स लिमिटेड

(भारत सरकार का उपक्रम)

43/46, गार्डन रीच रोड, कोलकाता-700 024

दूरभाष सं. : 2469-8100 से 8113, फैक्स : (033) 2469-8150

वेबसाइट : www.grse.nic.in

सम्पादन, डिजाइनिंग तथा संकल्पना श्रीमती सुनीता शर्मा, उप महाप्रबंधक (राजभाषा) द्वारा